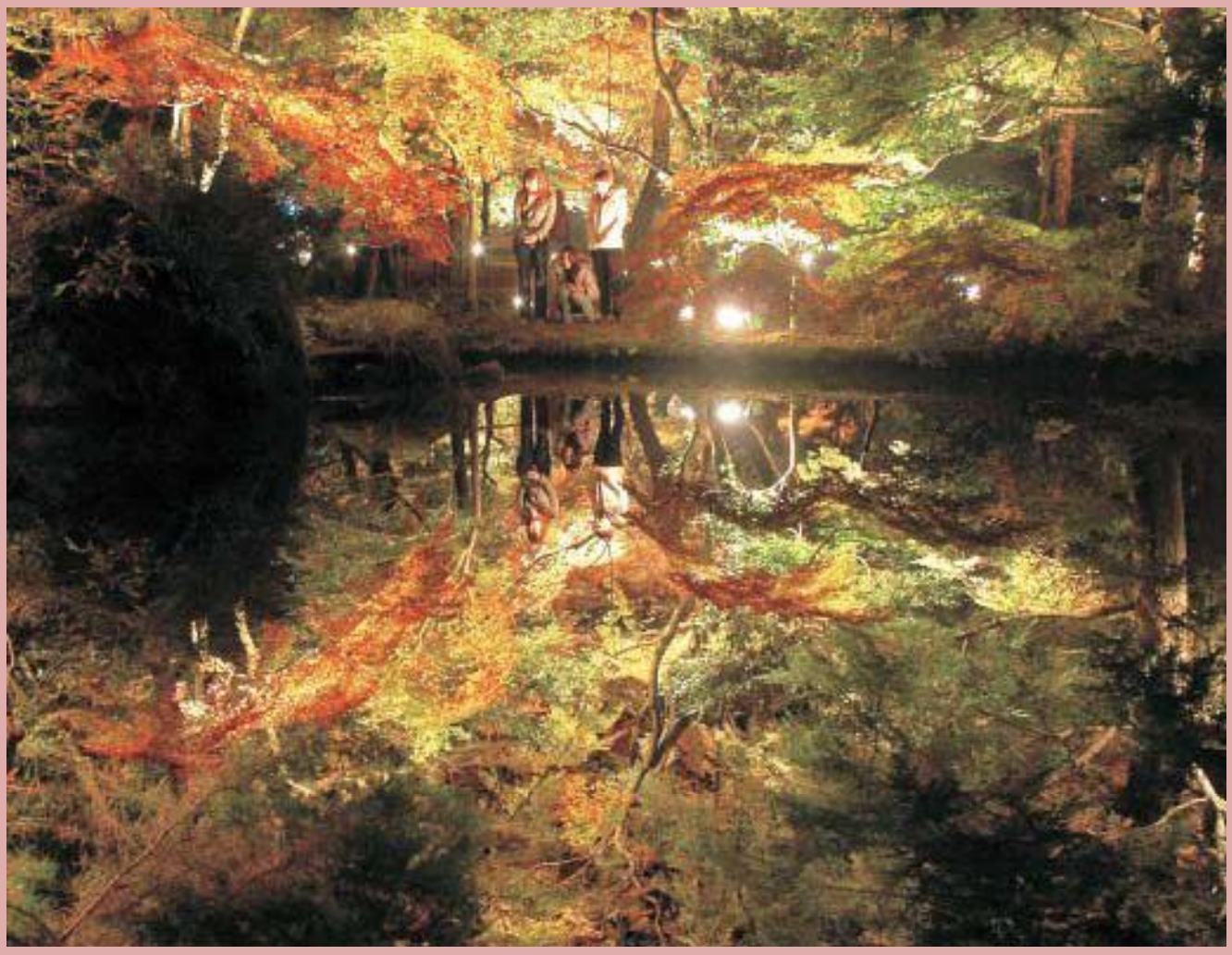
広報とき TOKI
TOKI CITY INFORMATION
2007
12.1
vol.1419



紅葉の二重奏

秋の風物詩となった曽木公園のライトアップ。今年も、県内外から多くの来園者でにぎわい、池に映る「逆さモミジ」の美しさに心を奪われていました。園内では、〝吸い込まれそう〟と感嘆の声が上がるなど、訪れた方は、水面を彩る幻想的な世界を楽しみました。

11月16日(金)～25日(日)





土岐市文化祭
50th
ART
EXHIBITION

土岐市文化祭 第50回美術展

Japanese painting
Oil painting
Sculpture
Ceramic art
Calligraphy-syodo
Calligraphy-kohitsu syodo
Photograph
Commercial art
Handicraft

本市の特性を生かしながら、市民一人一人が参加できる芸術文化活動の促進を図ることを目的に始まった文化祭・美術展も今年で50回を迎えました。

今年は、11月15日（木）から18日（日）まで、セラトピア土岐で開催され、応募作品は、 9部門480点、特別出品70点、選外を除く535点を展示、鑑賞に訪れた人たちの目を楽しませていました。

そこで今回、現在運営委員長を努められ、当初からこのイベントに携わってこられた長谷川宇三さんの言葉を紹介させていただくとともに、各部門の審査講評と上位入賞作品・入賞者をお知らせします。

＜敬称略＞

力作・秀作がずらり



運営委員長　長谷川宇三さん（妻木町）

長年このイベントに携わってきた中での一番の思い出は、昭和42年に土岐市美術作家連盟が発足したこと。それにより、土岐市における芸術文化の向上が今まで以上に図られたことにあります。そして、現在までこのイベントが続いている原動力にもなっていると思います。

また、そのほかに昭和55年の永久無鑑査許証、昭和56年の子文賞の創設は、優秀作品の展示をより多くした点で、大変意義深いものとなっていると感じます。

ただ近年は、平成12年をピークに出展作品が減少している状況にあり、今後は、企画や予算など今まで以上に行政とのかかわりを緊密にし、少しでも多くの方に出品していただけるよう、また、少しでも市民が身近に感じていただける、そんな美術展にしていきたいと考えています。



土岐市文化祭
50th
ART
EXHIBITION

陶芸の部
Ceramic art

審査講評

今年も多くの出展があり、力作も数多く、充実した内容でした。

市　展　賞　松山　真梨（瀬戸市）
市　長　賞　内堀　　明（泉町）
議　長　賞　松本　岩男（多治見市）
教育委員長賞　片田　早苗（中津川市）
＊奨励賞7点・入選28点



陶芸の部・市展賞「大山蓮華紋大皿」
松山真梨さんの作品



日本画の部
Japanese painting

審査講評

上手に描くことより自分の持ち味を出す個性的な表現に可能性を感じました。

市　展　賞　福岡冨美代（泉町）
市　長　賞　加藤　　勉（下石町）
議　長　賞　松本　共子（駄知町）
教育委員長賞　水野　治代（土岐津町）
＊奨励賞8点・入選31点

日本画の部・市展賞「不動明王」
福岡冨美代さんの作品

彫刻の部
Sculpture

審査講評

本年は、設定された賞を下回る2点の出品で大変残念です。彫刻は、立体作品を超え自由な空間演出の時代でもあり、立体・空間の部として、新たなアピールをして欲しい。

市　展　賞　大林　義雄（瑞浪市）
市　長　賞　大橋　高明（同）



彫刻の部・市展賞「抱擁の舞」
大林義雄さんの作品

洋画の部
Oil painting

審査講評

全体的には、具象で力の入った作品などに高い評価が集まりました。

市　展　賞　奥谷　薫（多治見市）
市　長　賞　志水　弘（泉町）
議　長　賞　奥村早智子（瑞浪市）
教育委員長賞　石原　昭（各務原市）
東濃洋画家連盟賞　知原千代子（泉町）
山田　雅子（同）
＊奨励賞7点・入選26点



洋画の部・市展賞「潮の香り」
奥谷薫さんの作品



書道の部
Calligraphy-syodo

審査講評

半切作品が多いので、もう少し大作が出るとよい。良い作品だが、誤字の作品があり惜しかった。

市　展　賞　小林　紫香（下石町）
市　長　賞　水野　初扇（同）
議　長　賞　可児　武雄（可児市）
教育委員長賞　宮川　章波（多治見市）
＊奨励賞8点・入選31点

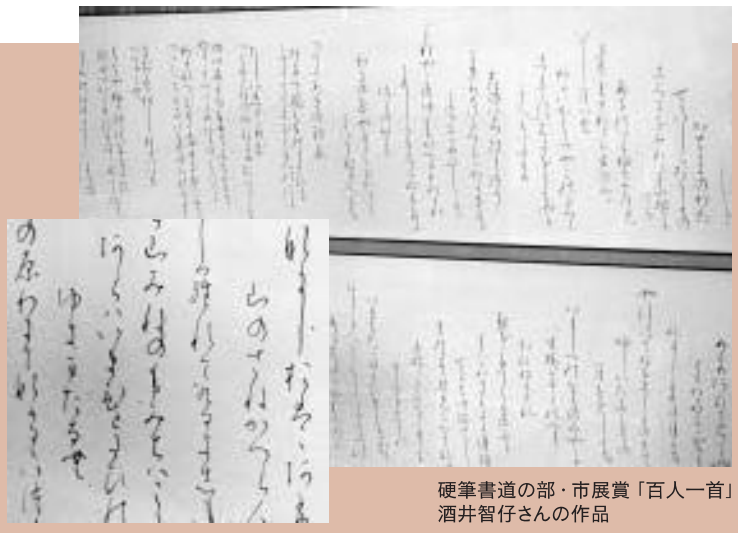
書道の部・市展賞「松暗水涓涓」
小林紫香さんの作品

硬筆書道の部
Calligraphy-kohitsu syodo

審査講評

大作も多くレベルの高い作品が多いが、もう少し大勢の方の参加を願っています。

市　展　賞　酒井　智仔（肥田町）
市　長　賞　三宅　洋子（土岐津町）
議　長　賞　清水　智泉（桑名市）
教育委員長賞　岡嶋八千代（多治見市）
＊奨励賞6点・入選21点



硬筆書道の部・市展賞「百人一首」
酒井智仔さんの作品

土岐市文化祭
50th
ART
EXHIBITION

写真の部 Photograph

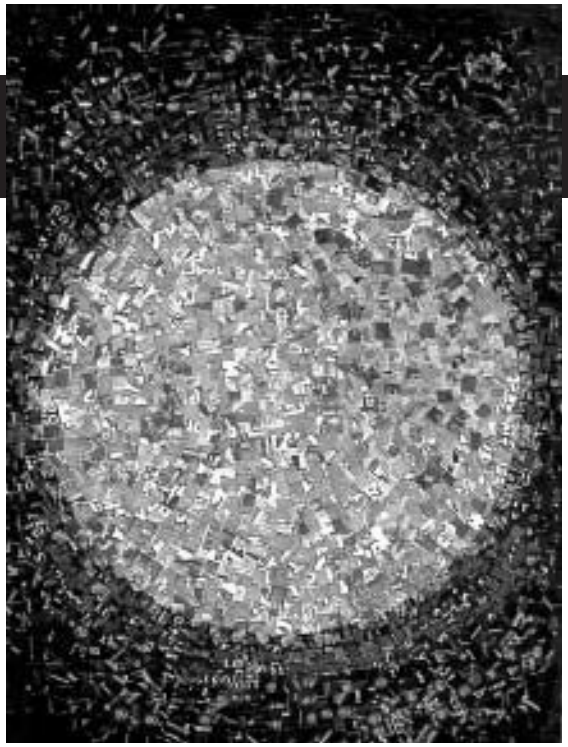
審査講評

レベルが高い。特に今年は、祭りの写真に心を打たれるものが多く、上位4点のうち3点までが祭りの作品となりました。

市　展　賞　長谷川よし子（多治見市）
市　長　賞　松田　英男（下石町）
議　長　賞　土本　伯文（同）
教育委員長賞　安藤　重範（同）
＊奨励賞28点・入選94点



写真の部・市展賞「躍動」
長谷川よし子さんの作品



商業美術の部 Commercial art

審査講評

商業美術というよりは、デザインであることを考えてください。社会に向けて明解なメッセージを伝えることです。

市　展　賞　日置　清香（中津川市）
市　長　賞　吉田　　悠（多治見市）
議　長　賞　金本　紗希（同）
教育委員長賞　各務　千恵（同）
＊奨励賞21点・入選81点

商業美術の部・市展賞「My world」
日置清香さんの作品

手工芸の部 Handicraft

審査講評

多くの素材を自由な発想で自己表現し、個性的で完成度の高い作品を選定しました。

市　展　賞　倉見　滋子（下石町）
市　長　賞　中島　嘉彗（曽木町）
議　長　賞　安藤　確代（下石町）
教育委員長賞　加藤　末子（泉町）
＊奨励賞7点・入選25点



手工芸の部・市展賞「風神小僧・雷神小僧」
倉見滋子さんの作品

詳しくは、
文化振興課（内線555）へどうぞ。

子文賞

（無鑑査作品を対象に、毎年2部門から選ばれる賞）
加藤隆（陶芸・泉町）・内堀明（商業美術・同）

年末のごみ・し尿収集のご案内

ごみの収集

年末は下記の日程で

年末のごみ収集は、下記の日程で収集します。
詳しくは、収集カレンダーをご覧ください。

地　区	不燃ごみ収集日	可燃ごみ収集日
土岐津町	21日(金)	17日(月)・20日(木)・24日(月・休)・27日(木)・29日(土)
肥田町	25日(火)	
泉　町	28日(金)	
鶴里町	17日(月)	18日(火)・21日(金)・25日(火)・28日(金)・30日(日)
曽木町		
駄知町	20日(木)	
下石町	24日(月・休)	
妻木町	27日(木)	

粗大ごみの申し込みは14日（金）までに

12月の粗大ごみ収集の申し込みは、12月14日(金)午後5時15分までです。必ず電話で申し込みをして、指定日に集積場所へ出してください。

ごみの直接搬入

環境センターでは、年末のごみの直接搬入を下記の日程で受け付けます。

搬入日	24日(月・休)～30日(日)
受付時間	午前8時30分～正午　午後1時～4時15分

＊年末は受け付けが大変混雑し、待ち時間が長くなります。早めに搬入するようにしてください。
＊混雑を避けるために、あらかじめ可燃・不燃・粗大・資源物に分別し、まとめて持ち込んでください。
(家庭ごみの処理手数料は、無料です)

環境センターの休業期間

12月31日(月)～平成20年1月3日(木)までは休業となります。
1月4日(金)からは通常業務となります。

1月の資源回収日

1月の資源回収日は、例月と違い各地区とも、1週ずつ繰り延べとなりますのでご注意ください。

地　区	回収日
泉町	9日(水)
土岐津町・肥田町	16日(水)
鶴里町・曽木町・駄知町	23日(水)
下石町・妻木町	30日(水)

詳しくは、環境センター(☎㊺3325)へどうぞ。

し尿の収集

お申し込みは16日(日)までに

年末年始のし尿収集は、年末は12月28日(金)まで、年始は 1月4日(金)からです。
12月29日(土)から1月3日(木)までは収集しませんので、年内に収集の必要な方は、12月16日(日)までに申し込んで（番地まで記入して）ください。
17日以降の申し込み分については、新年の収集となりますのでご注意ください。
★必ず、し尿処理券を用意してください。し尿処理券がないと収集できない場合があります。また、電話での申し込みは受け付けませんので、ご注意ください。

詳しくは、衛生センター(☎㊺3429)へどうぞ。

森林の伐採や開発をするには届け出や許可が必要です

森林の伐採

森林を伐採したり開発する場合には、県や市への届け出や許可が必要となり、それぞれに取り扱いが異なります。

保安林の場合

個々の保安林ごとに伐採方法や伐採限度などを規定する指定施業要件が定められており、これに適合する伐採などが認められています。
伐採方法や天然林、人工林の違いによって届け出や許可が必要となります。

普通林の場合

原則として、事前に市へ伐採届を提出する必要があります。
ただし、森林施業計画に基づいた伐採の場合には事後の届け出となります。

森林の開発

保安林の場合

保安林はいわば「永久森林」と位置付けられたものであるため、原則として開発することはできません。
なお、保安林の解除については、「保安林の指定理由が消滅したとき」と「保安林の指定目的に優先する公益上の理由により必要が生じたとき」のみに限られています。

普通林の場合

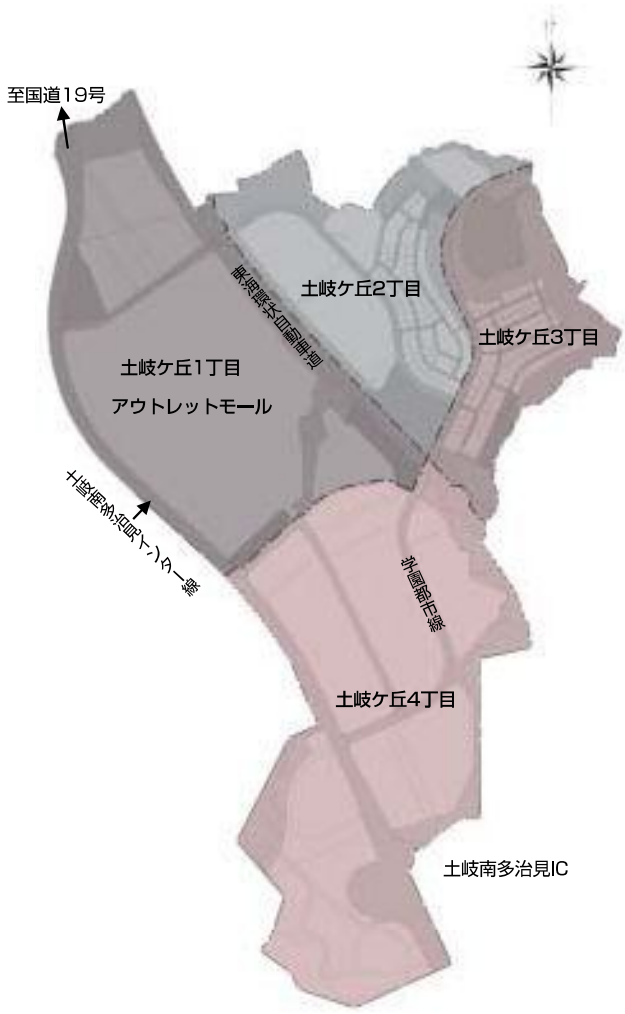
1haを超える森林を開発する場合は、県の林地開発許可が必要であり、1ha以下の場合は、市への伐採届が必要となります。

詳しくは、東濃農林事務所林業課(☎㉓1111・内線288)または市農林課(内線246)へ。

土岐プラズマ・リサーチパーク

新町名が「土岐ヶ丘（ときがおか）」に

区画整理の換地処分に伴い 町名・地番が変わります



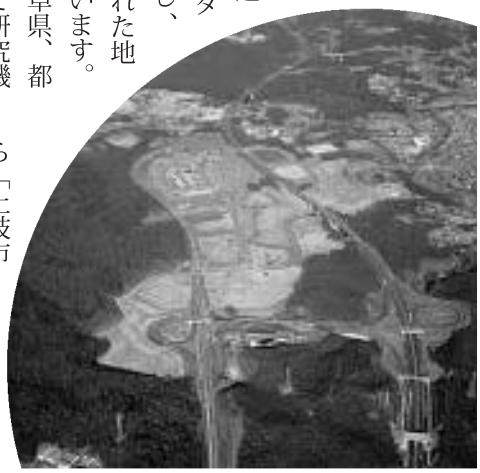
土岐津町土岐口地内で進められてきた「土岐プラズマ・リサーチパーク第１土地区画整理事業」は、近く換地処分（従前の土地から新しい土地への再配置の完了手続き）が行われる見込みとなりました。これに伴い、区域内の町名・地番は、「土岐市土岐ヶ丘１～４丁目△△番（住所表示は、土岐ヶ丘○丁目△△番地）」へと変わります。

アウトレットに続いて 生産・営業拠点も立地へ

「土岐プラズマ・リサーチパーク第１土地区画整理事業」は、東濃研究学園都市構想の核となる区域を整備しようと、平成10年から旧・住宅都市整備公団、現在の独立行政法人・都市再生機構（ＵＲ）が土岐津町土岐口地内の約１０６haの整備を進めてきたものです。

平成17年２月に街開きを迎え、区域内に広域集客型の商業施設・アウトレットモールが開業。また同年３月には地区に隣接する東海環状自動車道の土岐南多治見インターチェンジが開通し、交通アクセス性に優れた地区として注目されています。

市ではこの間、岐阜県、都市再生機構と連携して研究機関や研究開発型の民間企業などの誘致を進め、現在は一般企業にも対象を広げて積極的な企業誘致を行っており、自動車部品関連企業や清涼飲料水の営業拠点など、複数の企業の進出が決まっています。



町名・地番の変更は 換地処分公告の翌日から

この区画整理事業の換地処分の手続きが順調に進めば、12月初旬にも換地処分の公告がなされる予定です。

換地処分公告がされると、その翌日から区域内の町名・地番が変更になり、区画整理事業が行われる以前の「土岐津町土岐口字○○××番」から「土岐市土岐ヶ丘１～４丁目△△番（住所の表示は、土岐市土岐ヶ丘１～４丁目△△番地）」に変わります。

すでに地区内にお住まいの世帯には市から町名・地番の変更についてのお知らせをしますが、お勤め先・学校などにおける住所変更など、ご自身で行っていただく必要がある手続きもありますのでご注意ください。

お問い合わせは、研究学園都市推進室（内線２１５）へどうぞ（※当区画整理事業に関するお問い合わせは、都市再生機構中部支社・東濃開発事務所☎㊺７８３５へ）。



大切に使いたい 医療費

おじいちゃん! おばあちゃん! 今月は何回病院に行きましたか？

増加傾向が続く老人医療費！

土岐市では、平成18年度の一人当たりの老人医療費は66万円。前年度より1・9％の増加となりました。

高齢社会に適応できる医療費制度の健全な財源運営のためにも、医療費の節減にご協力ください。

◎かかりつけ医をもちましょう

同じ病気で、いくつかの病院にかかるのは、薬が重なる場合もあり体に良くありません。かかりつけ医をもつことで、薬の飲みすぎを防ぐこともできます。

また、かかりつけ医は、私たちの身近にいて、健康のことなら何でも相談に乗ってくれます。そして、自分の病歴や体質を知ってもらえれば、急に具合が悪くなっても安心して診てもらうことができます。健康を維持し、病気の早期発見のために、定期的に診てもらいましょう。

◎保険証が変わったら、必ず届け出を！

病院へ行くときに持参する保険証が変わったら、必ず、市役所の福祉課または支所に届け出をしてください。

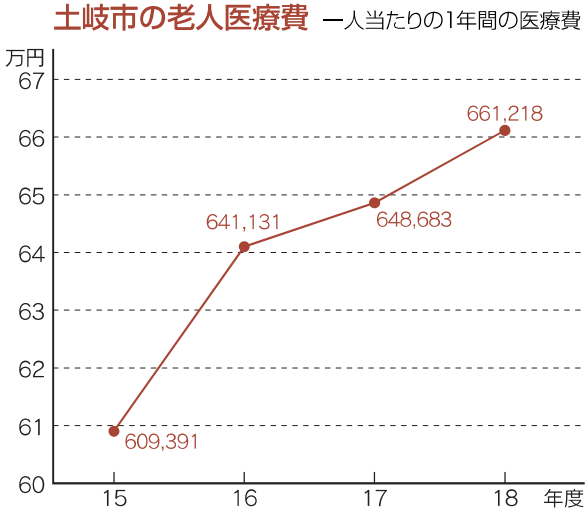
市役所に届け出がないと、病院で使われた保険証と市役所で登録している保険証が食い違ってしまいます。そのため、病院が医療費の請求をすることができなくなり、困ってしまいます。早めの届け出をお願いします。

心掛けたい8つのポイント

❶かかりつけ医（家庭医）をもちましょう。
❷同じ病気で複数のお医者さんにかかるのはやめましょう。
❸お医者さんに症状などを要領よく説明しましょう。
❹定期的に健康診断を受け、病気の早期発見・早期治療を心掛けましょう。
❺お医者さんを信頼し、指示を守りましょう。
❻薬をむやみに欲しがるのはやめ、お医者さんの指示通り、正しく服用しましょう。
❼治療より予防につとめましょう。
❽「栄養・運動・休養」の健康三原則を守りましょう。

詳しくは、福祉課障害・給付係（内線155）へどうぞ。





VOL.31

IT生活のすすめ

このコーナーでは、市民ＩＴセンターで開催する講習の予定や、パソコン用語など、皆さんに役立つＩＴ関連情報をご紹介します。

市民ITセンター ☎㊿1101

土岐市ホームページについて

土岐市のホームページは平成17年4月にリニューアルし現在に至っていますが、皆さんはご覧になられたことはありますか？

ホームページでは、市役所の業務紹介のほかにイベント情報、急病時の対応方法、ごみの出し方、市民バスの時刻表、よくある質問集などがご覧いただけます。また、避難場所や公共施設などの場所を確認するための地図情報提供や議会中は議会のライブ中継をしています。そのほかにも、図書館の蔵書検索・予約やお子さんの予防接種の申し込みを受け付けています。

自宅にパソコンがない場合でも、支所や公民館などの公共施設に設置の市民開放端末やセラトピア2階の市民ＩＴセンター内でご覧いただけます。

ホームページアドレスは「http://www.city.toki.lg.jp/」です。是非一度、ご覧ください。

また、閲覧中のページについては簡易アンケートでのご意見を受け付けていますので、何かお気付きの点などがありましたらご記入をお願いします。



～備えあれば憂いなし～

地震防災講座

地震に自信を

岐阜県では「地震に自信を持つための10カ条」として次の要点を示しています。

①まず、自分を守る

学校や家庭にいるときはテーブル、机など丈夫な家具の下に身を隠し、しばらく様子を見ます。

②素早く火の始末

火災が発生しなければ地震による被害はそれほど大きくなりません。使用中のガス器具、石油ストーブなどは素早く火を消すことが大切です。ただし、油や熱湯のやけどには十分気を付けましょう！

③出口の確保を

地震の振動で扉がゆがみ、開かなくなることがあります。地震が発生したら玄関を開けて出口を確保しましょう。

④火が出たらすぐ始末

万が一出火したら、大声で隣近所に声を掛け、みんなで協力し合って初期消火に努めましょう。

⑤慌てて外に飛び出さない

慌てて外に飛び出すと瓦や看板などが落ちてきて思わぬケガをすることがあります。落ち着いて行動しましょう。

⑥狭い路地や、がけや川べりに近寄らない

戸外で地震の揺れを感じたときはブロックやがけ、川べりは要注意。近づかないように。

⑦避難は徒歩で、持ち物は最小限

避難するときには必ず徒歩で避難しましょう。自動車は消火、救急活動の妨げになります。また、携帯品は必要最小限に。

⑧みんなが協力し合って応急救護

大地震のときには、けが人が多くなります。そんなときは、お互いに協力し合って応急救護をしましょう。

⑨正しい情報をつかむ

市の広報、ラジオやテレビの情報に注意し、デマに惑わされないように。

⑩落ち着いて、落ち着いて　もう一度落ち着いて

地震は1分過ぎればまず安心。日ごろ、学校・職場・家庭で話し合ったことを思い出しましょう。

総務課 防災係
内線224



VOL.42

男と女のいきいきコラム



もう一度働きたい！

人口減少や団塊世代の引退により労働力人口の急激な減少が懸念される中、価値ある労働力を求めて、出産や育児を期に離職した女性に再就職を促す企業が増えています。子育てをしながら働くことができる環境を整えることで、労働力と人材を一度に確保したいとしています。

こうした企業の方向性は、もう一度働きたい女性にとって大変心強いものです。出産後、仕事を辞めて子育てに専念するライフコースを選択したものの、子どもが4、5歳になり子育てが一段落するころには再び働く意欲が高まり始めます。生活費のために働きたい。子どもの教育費のため。社会の一員でありたい。目的はさまざまですが、もう一度働くことを望む女性のチャレンジを時代の風は後押ししています。

では、再就職するためには実際に何をすればいいのでしょう。一度リタイアしてから、また、家庭を持ってからの就職活動です。何から始めていいのか分からず、自信がないのも本音です。そういう時は、再就職に向けた取り組みをサポートしてくれるセミナーに参加することも一つの方法です。土岐市では先月、21世紀職業財団と「再就職準備のための講座」を共催しました。

参加者と情報を交換したり、講師にアドバイスを求めたり、働くための環境・・・夫や家族は協力してくれる？家事や子育てをしながら本当に働きつづけられる？など、さまざまな課題を整理しながら、再就職に対する不安を前向きな気持ちへスイッチする機会となっています。

女性の労働力に対して期待感が高まっている今、再就職を支援する情報やセミナーも増えています。「もう一度働きたい！」と思う方は、着実な足取りでチャレンジを始めてください。

ひとりで悩まないで!!

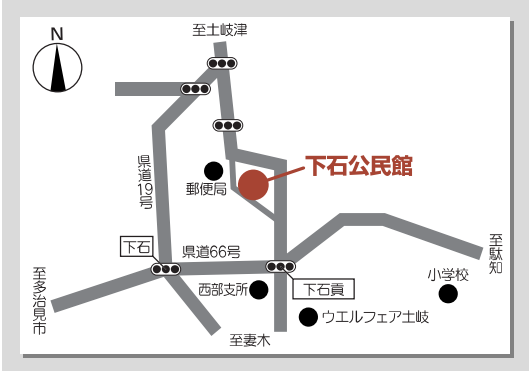
岐阜県男女共同参画プラザ
「電話相談専用ダイヤル」
☎058-278-0858

日曜～木曜
（祝日・年末年始を除く）
9:00～12:00、13:00～17:00

第20回

施設紹介 下石公民館





下石公民館は「楽習舎」の愛称で親しまれ、コンサートや音楽活動ができる施設として多くの方に利用されています。ジョイホールには電動の移動式観覧席・移動式反響板を設備し、さまざまな音楽活動ができる機会を提供しています。

公民館講座やサークル活動も、音楽に関連したものが多数あります。毎月第2土曜日の夜にはミニコンサートを実施しています。中学生以下の子どもたちが出演する「ちびっこ音楽会」や、クラシック、邦楽、ミュージカルなどバラエティに富んだ内容で、音楽を通じて多くの方々が交流する場となっています。

また、12月にはクリスマスコンサートを開催し、利用者団体の方々による発表のほか、10月から下石公民館で開催している「合唱講座」の参加者の方にも「下石公民館合唱団」として出演していただき、日ごろの練習の成果を発表します。

◆住所　土岐市下石町963-1　☎㊼5727

わが校自慢

教育夢発信 泉西小学校

校訓『美しい心』

学校の教育目標 かしこく　美しく　たくましく

「はきはき授業」

『命を大切にする心をはぐくむ道徳教育』の文部科学省の指定を受けて、みんなで考える授業を大切にしています。



「ぴかぴか掃除」



美しい環境をつくるために磨き上げる掃除を心掛けています。

「きびきび運動」

健康な体づくりのために、朝活動の時間を中心に運動を行っています。

これは、運動会の組み立て体操の力にもなりました。



「いきいき歌声」



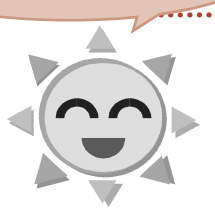
全校の歌声が響くことを目指して、どの学年も合唱に取り組んでいます。

6年生は、12月にミュージカルに取り組みます。今年度は「ちいちゃんのかげおくり」を上演します。

「泉西小ニッコウマーク」です。

「にこにこ言葉」

毎月25日をにこにこ言葉の日として、全校で気持ちのよい言葉遣いを見直す日と決め、取り組みを始めています。



教科書を使って脳トレ

小・中学校で使用する教科書の見本を市立図書館・教育研究所（市役所2階）に展示しています。誰でもご覧になれます。

日本の歴史について考えましょう！

中学校の歴史の教科書では、人類の誕生から、打製石器を使って狩りや採集を行う旧石器時代、土器や磨製石器を使う新石器時代、狩猟が中心となる縄文時代、稲作が始まった弥生時代…というように、歴史の流れに沿って順番にそれぞれの時代が出てきます。

Q1　小学校6年生の社会科で日本の歴史の勉強をします。社会科の教科書（東京書籍）の最初に出てくるのは、次の4つのうちのどの時代でしょう？

①旧石器時代　②新石器時代　③縄文時代　④弥生時代

福岡県の板付遺跡、佐賀県の吉野ケ里遺跡といった弥生時代を代表する遺跡やその出土品などから、弥生時代の暮らしについて学習します。石器時代は教科書には出てきません。

縄文時代については、弥生時代とその後の古墳時代を学習した後、年表の中に初めて出てきます。発展的に調べたいときに取り組もうということで、縄文時代が1ページ程度教科書に載っています。

教科書には、「まなび方コーナー」というものが載っています。（以下の数字は、教科書のページ数です）

つかむ	学習問題をつくる	12
調べる	調べる計画を立てる	55
	前方後円墳の分布を読み取る	19
	年表を使って調べる	31
	人物を調べるポイント	38
	資料を読み取る	56
	資料館を見学する	101
	年表と地図を使って調べる	一部省略しています
まとめる	人物についてまとめる	58
	戦後の歴史年表をつくる	112
伝え合う	調べたことをもとに考えを伝え合う	59

知識の量を増やすことよりも学習の仕方や、ものの見方を身に付けることを大切にした学習を目指しています。



人気メニュー 学校給食

分量：小学校３・４年１人分



さんまのかば焼き　210kcal

【材　料】　サンマ開き頭無し50g、塩コショウ適宜、でんぷん適宜、揚げ油適宜、白いりごま0.3g、水7g、濃い口しょうゆ2.5g、砂糖2.5g、清酒2g

【作り方】❶サンマは、頭を落とし開く（開いて頭が落としてあるのもを購入してもよい）❷❶に塩コショウで軽く下味を付けておく。❸たれを作る。鍋に濃い口しょうゆ以下の調味料と水を加え煮立たせる。❹❸が煮立ってきたら、白いりごまを加える。❺鍋に揚げ油を熱し、❷のサンマにでんぷんを付けて、カリッと揚げる。❻❺の揚げたサンマをたれに付けて盛り付ける。

ポイント!

・たれはお好みで、とろみを付け、掛けて食べてもおいしいです。
・サンマのほかにイワシでも同様に作ることができます。
・ご飯に乗せて「サンマ丼」でもおいしく食べられます。

回鍋肉（ホイコーロー）　91kcal

【材　料】　豚もも肉20g、キャベツ25g、玉ネギ10g、ニンジン8g、ピーマン8g、ニンニク0.2g、ショウガ0.8g、いため油適宜、豆板醤少々、ごま油少々、濃い口しょうゆ3g、砂糖2g、甜面醤2g、中華スープの素0.5g

【作り方】❶ニンニク・ショウガをみじん切りにする。❷キャベツ・ニンジンは短冊切り、玉ネギ・ピーマンはスライスに切る。❸豚肉は3センチ程度の幅に切っておく。❹中華鍋またはフライパンに油をひいて熱し、ニンニク・ショウガ・豆板醤をいためる。❺❹に豚もも肉、ニンジン、玉ネギ、キャベツ、ピーマンを順に加えて強火でいためる。❻野菜が全体にいたまってきたら、濃い口しょうゆ以下の調味料で味付けし、仕上げにごま油を加え、香りをつける。

＊学校からは「ご飯が進む味でした！」とのコメントをいただきました。

子どもたちの感想

「たれの味がよかった」「骨が気にならず食べられた」

毎月の献立など学校給食に関する情報は、市ホームページ（アドレス http://www.city.toki.lg.jp）でご覧になれます。

みんなで楽しく食育！　野菜の旬　冬の野菜





野菜売り場には、1年中いろいろな野菜があります。でも、自然の恵みを受けて育つ野菜には、それぞれに「旬」という時期があります。「旬」という言葉は、ハウス栽培などがなかったころ、その地域でたくさん採れる時期のことを言いました。今では、栽培や輸送の技術が進み、いつでもおいしく作れ、新鮮なまま買えるようになりました。しかし、旬の野菜は特においしくて、栄養価が高く、量も出回るので値段も安いことに変わりはありません。

今の時期に出回る「旬」の野菜は何でしょう。白菜、大根、小松菜、ネギ、カブ、ホウレン草…鍋に入れておいしい野菜ばかりですね。

冬の野菜は、自然に体を温めてくれる作用もあります。今回は、冬においしい野菜を使った料理を紹介します。この料理は、10月21日にセラトピア土岐で行われた「健康を守る市民の集い」で紹介した料理です。ぜひ、旬の野菜をたくさん入れて作ってみてください。

あったかさつま汁

【材　料】4人分

・サツマイモ	1／4本	・ニンジン	1／5本
・ゴボウ	1／6本	・大根	50g
・こんにゃく	1／4枚	・鶏もも肉	50g
・ネギ	1／4本	・だし汁	600ml
・みそ	大さじ1杯半		

【作り方】

①サツマイモは小さめの乱切り、ニンジン・大根はいちょう切り、ゴボウは斜め薄切り、鶏肉は一口大に切り、こんにゃくは一口大にちぎって下ゆでする。
②鍋にだし汁、ゴボウ、大根、こんにゃくを入れて火にかける。
③煮立ったら中火で10分ほど煮、強火にして鶏肉、サツマイモ、ニンジンを入れて、あくを取りながら弱火にして煮る。
④野菜が軟らかくなったら、みそを溶き入れ、最後に小口切りにしたネギを入れて火を止める。

次回は・・・
季節の行事に食べる野菜について紹介します。

教科書を使って脳トレの答え　④弥生時代

保健センター（すこやか館内）からのお知らせ　☎㊺2010

健康ガイド

健康に関する情報は、市ホームページアドレス http://www.city.toki.lg.jp でもご覧になれます。

事業名	対象者	期日	時間	場所	備考
乳幼児健康相談	乳幼児の保護者	12月14日（金）	午前10時～11時30分	保健センター	みそ汁の塩分測定を希望の方は、当日朝の、みそ汁を50ml程お持ちください。
栄養相談 みそ汁の塩分測定	市民	12月17日（月）	午前10時～11時30分 午後１時30分～３時		
もぐもぐ（離乳食）教室	４カ月健診を受けられたお子さんの保護者	12月20日（木）	午後１時～３時30分		定員：20人（先着10人まで託児可能） 開催日の２日前までにお申し込みください。
健康相談	市民	12月17日（月）	午後１時15分～２時		血圧測定 尿検査など
成人歯科健診 歯科相談			午後１時15分～２時30分		歯みがき指導も行います。
こころの健康相談	不眠・ふさぎ込む・怒りっぽい・認知症などでお悩みの方	12月25日（火）	午後１時～２時30分	東濃保健所	要予約 東濃保健所（☎㉓1111・内線362）または保健センター
麻しん・風しん混合予防接種（医療機関での個別接種）	平成18年12月以前に生まれた２歳未満のお子さん	１．麻しんまたは風しんのいずれにもかかったことがなく、いずれの予防接種も受けたことがないお子さんは、12月17日（月）までに保健センターへお申し込みください。 ※接種は、１月からですが、12月25日（火）以降に申し込みされた医療機関で、接種日時を予約してください。 ２．麻しんまたは風しんのいずれか一方にかかったことがある場合や、いずれか一方の予防接種を受けたことがある場合は、単独ワクチンの接種となりますので、保健センターへお問い合わせください。			
休日歯科診療	市民	12月24日（月・休）	午前９時～午後３時	阿部歯科医院 土岐津町土岐口993－１ （☎㊺4106）	受診される際は、医療機関へお問い合わせの上、お出掛けください。

ご存じですか？「健康とき21計画」

毎月21日は　ときのいきいき健康デー

土岐市では、皆さんが生涯にわたって、健康でいきいきと暮らしていけるよう、一人一人が主体的に健康づくりに取り組むとともに、家庭・地域・社会全体で支援する環境づくりを推進していくことを目的に、平成18年３月に「健康とき21計画」を作成しました。

この計画は「わたしの健康　みんなの笑顔　ともに育む（はぐくむ）　笑顔輝くまち　とき」をスローガンに、７つの分野で、皆さん自身ができる健康行動の具体的な取り組み例を示しています。ここでは、その具体的な取り組み例の一部を紹介します。ぜひこれらを参考に、今できることから始めてみましょう。そして、毎月21日には、自分の生活習慣を振り返り、家族で健康について話し合ってみましょう。

1．栄養・食事
- 家族そろって楽しく食事をして、子どもたちに食べることの楽しさを教えよう。
- 朝食をしっかり取り、3食を量と質の偏りなく食べよう。
- 小まめに体重チェックをしよう。
（適正体重の計算方法：身長(m)×身長(m)×22）

2．身体活動・運動
- 家族や仲間と一緒に運動を楽しもう。
- 歩く機会を増やし、今より1000歩多く歩くようにしよう。
（エレベーターやエスカレーターを使わないなど）

3．休養・こころの健康づくり
- 基本的な生活習慣（睡眠・生活リズム）に心掛けよう。
- 気分転換となる趣味などを自分で見つけよう。

4．たばこ
- 喫煙しないために未成年者本人が害を正しく知ろう。
- 人が集まる所では、禁煙・分煙をしよう。

5．アルコール
- 家庭で未成年者には、飲酒させないようにしよう。
- 休肝日をつくろう。

6．歯の健康
- 家族と一緒に正しい歯磨き、仕上げ磨きを習慣づけよう。
- 歯周疾患に対する正しい知識を得て、正しい歯の磨き方を身に付けよう。
- 8020運動について正しく理解しよう。（8020運動とは「80歳になっても自分の歯を20本以上保ちましょう」という運動）

7．健康管理
- 体重や血圧などは、日ごろから測定し、自己チェックをしよう。
- 健康診査やがん検診を定期的に受診し、健診結果を生活習慣の改善に生かそう。

土岐口財産区議会議員選挙

市選挙管理委員会・内線411

市選挙管理委員会では、土岐口財産区議会議員の選挙を、次の通り行います。

●立候補予定者説明会

◆日時　12月20日(木)午後1時30分～

◆場所　市役所3階・大会議室

●立候補受け付け

◆日時　平成20年1月15日(火)午前8時30分～午後5時

◆場所　市役所3階・大会議室

●選挙投票日

◆期日　平成20年1月20日(日)

詳しくは、市選挙管理委員会へどうぞ。

ご存じですか? 建設業退職金共済制度

建退共岐阜県支部・☎058-276-3744

建退共制度は、建設現場で働く方々のために国が作った業会全体の退職金制度です。

◆制度の特長　▷国の制度なので安全・確実・申し込みが容易　▷経営事項審査で加点評価の対象　▷掛け金の一部を国が助成　▷掛け金は、税法上全額非課税　▷事業主が変わっても、退職金は企業間を通算して計算

◆加入できる事業主　建設業を営む方

◆対象となる労働者　建設業の現場で働く人

◆掛け金　日額310円

詳しくは、建退共岐阜県支部へ。

休日納税相談の窓口を開設

税務課納税係・内線180・181

税務課では、市税の休日納税相談を、次の通り実施します。市税納付についてお困りの方、ご相談のある方は、どうぞお気軽にご利用ください。

◆日時　12月16日(日)午前10時～午後3時

◆場所　市役所1階・税務課

詳しくは、税務課納税係へどうぞ。

恐れず・迷わず・すぐ相談! 暴力団に関する相談窓口

(財)岐阜県暴力追放推進センター

暴力団のことでお困りの方は、どんなことでもお気軽にご相談ください。

◆相談日　月曜日～金曜日（休日・祝日を除く）、午前9時～午後5時

◆相談方法　面接、電話、文書

※相談は無料、秘密厳守

詳しくは、(財)岐阜県暴力追放推進センター（☎058-277-1613）へ。

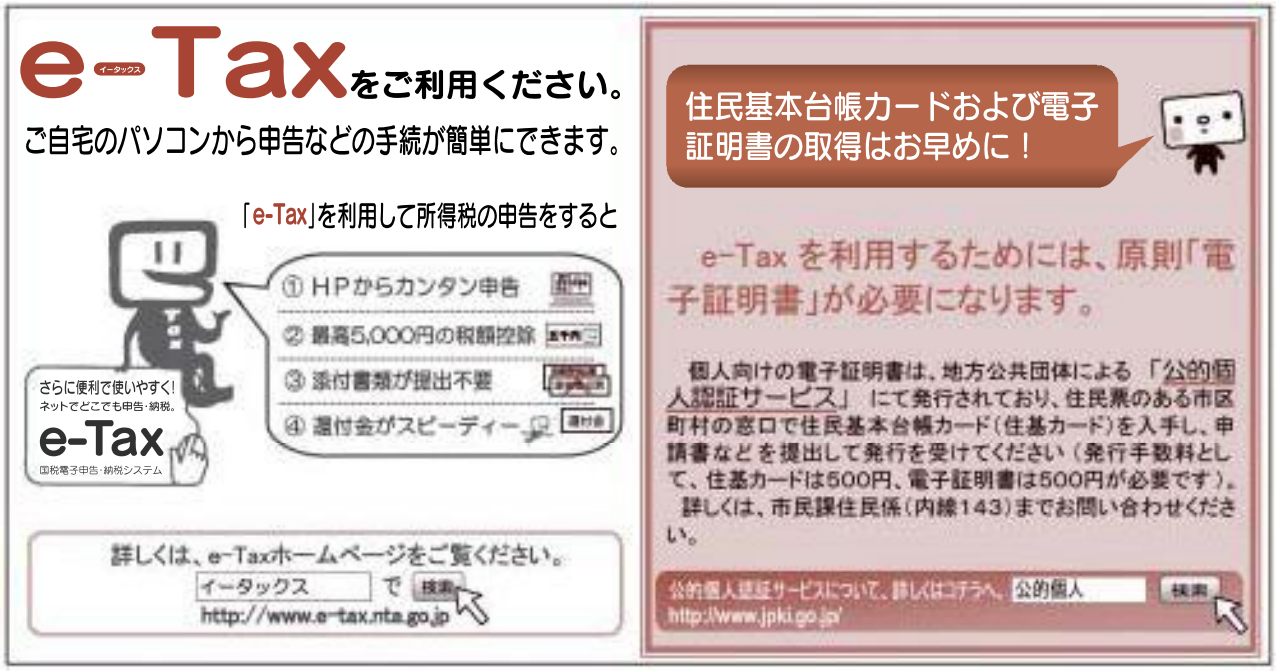
表　彰

税を考える週間（11月11日～17日）に合わせて開催された「税に関する児童生徒の作品展（習字）」で、次の皆さんが特別賞を受賞されました。

●岐阜県総務部長賞　神谷菜摘さん（鶴里小学校5年生）

●土岐市長賞　小栗陽花さん（泉小学校6年生）

●土岐市教育長賞　鈴木楓加さん（泉小学校4年生）



情報ひろば Information

募　集

平成19年度 食品表示基礎講座の参加者

東濃保健所生活衛生課

東濃保健所では、複雑な食品表示をできるだけ分かりやすく解説した「食品表示ハンドブック」を活用して、食品表示の基礎を理解していただく講座を開催します。

◆**日時**　12月14日(金)午後1時30分～3時30分
◆**場所**　東濃西部総合庁舎・5階大会議室
◆**対象**　食品表示に関心のある消費者の方（過去に参加された方を除く）
◆**定員**　50人程度
◆**参加費**　無料
◆**締め切り**　12月11日(火)
◆**申し込み**　住所・氏名・電話番号・「食品表示基礎講座参加希望」を明記し、郵送またはＦＡＸで、東濃保健所生活衛生課（〒507-8708　多治見市上野町5-68-1、FAX㉕6657）へお申し込みください。※電話も可。

詳しくは、東濃保健所生活衛生課（☎㉓1111・内線359）へどうぞ。

准看護学校の生徒

多治見市医師会准看護学校

多治見市医師会准看護学校では、次の通り平成20年度の生徒を募集します。

◆**募集人員**　28人
◆**受験資格**　心身共に健康で、中学校卒業以上の学歴を有する者（見込みを含む）
◆**願書提出期間**　平成20年1月8日(火)～31日(木)
◆**試験日**　平成20年2月6日(水)
◆**試験会場**　多治見市医師会館・2階大ホール
◆**試験科目**　数学・国語・英語および面接
◆**合格発表**　平成20年2月14日(木)に、本人へ郵送。

詳しくは、多治見市医師会准看護学校（☎㉒3051）へどうぞ。

緑地管理講習の受講者

県シルバー人材センター連合会

◆**講習期間**　平成20年1月21日(月)～31日(木)までの間の5日間
◆**場所**　瑞浪市市民福祉センター
◆**対象**　健康で働く意欲のある60歳代前半の方
◆**定員**　20人程度（応募者多数時は、抽選。選外の通知はしません）
◆**受講費**　無料
◆**締め切り**　12月25日(火)※消印有効
◆**申し込み**　福祉課、各支所または市シルバー人材センターに備え付けのパンフレットの申込書に必要事項を記入の上、県シルバー人材センター連合会へ郵送してください。

詳しくは、市シルバー人材センター（☎㊼3810）へどうぞ。

家族交流会「ひきこもり学習会」の参加者

東濃保健所健康増進課

東濃保健所では、対人交流が苦手で社会的に引きこもっている方の理解と支援について学ぶ場として、家族交流会を開催します。

◆**日時**　12月20日(木)午後1時30分～3時45分
◆**場所**　東濃西部総合庁舎・5階大会議室
◆**対象**　引きこもりの方を持つご家族
◆**内容**　ＮＰＯ法人名古屋オレンジの会スタッフによる「ひきこもりの現状と家族の見守り」についての講話
◆**参加費**　無料
◆**締め切り**　12月14日(金)

申し込みなど詳しくは、東濃保健所健康増進課（☎㉓1111・内線361）へ。

ご案内

成人式典

生涯学習課・内線273

市では、成人式典を開催します。土岐市に住民登録されている方（12月1日現在）には、12月初旬に案内状を送付します。

◆**期日**　平成20年1月14日(月・祝)
◆**対象**　昭和62年4月2日から昭和63年4月1日生まれの方

※住民票を他の市町村へ移された方で、式典に参加希望される方は、生涯学習課へご連絡ください。

詳しくは、生涯学習課へどうぞ。

個人情報の開示状況をお知らせします 守ります　あなたのプライバシー

総務課・内線225

市では、個人保護条例において、個人情報の適正な取り扱いのルールを定めるとともに、市民の皆さんの個人情報について、開示や訂正などを請求する権利を保障しています。

本条例に基づく運用状況として、平成18年10月1日から平成19年9月30日までの個人情報開示請求の件数は4件で、印鑑登録申請書などの交付申請書や診療報酬明細書の開示請求に対し、その全部を開示しました。なお、訂正、削除および中止の請求は、ありませんでした。

今後も、市民の皆さんの個人情報の保護に細心の注意を払いながら、市政運営を進めていきます。

個人情報保護制度についてのお問い合わせや、個人情報の取り扱いについてのご相談は、総務課へどうぞ。

無事故で年末　笑顔で年始

年末の交通安全県民運動

12月11日(火)～20日(木)

運動の重点

・夕暮れ時と夜間における高齢者の交通事故防止
・飲酒運転の根絶

広報とき TOKI
12 1
平成19年12月1日号
vol.1419

発行・編集　土岐市役所秘書広報課広報広聴係
〒509-5192　土岐市土岐津町土岐口2101
☎㈹1111・内線186

ホームページ　http://www.city.toki.lg.jp
Eメール　koho@city.toki.lg.jp

環境にやさしい古紙100%の再生紙と大豆油インキを使用しています
PRINTED WITH SOY INK

身近な話題にズームイン!!

ときめきの瞬間

かわいい掛け声　交通安全　火災予防

11月7日（水）



「シートベルトを締めましょう」
駄知小学校附属幼稚園



「マッチ1本火事のもと、火の用心」
花園保育園

連携　迅速　人命救助



浄化センターを会場に、地震発生を想定した岐阜県緊急消防援助隊訓練が行われました。県内22の消防本部などが参加し、本番さながらの訓練に臨みました。
11月6日（火）

日ごろの練習成果を披露



文化プラザで、土岐市小中学校音楽会が開催されました。各学校とも、趣向を凝らした合唱や合奏、オペレッタなどを披露しました。　11月9日（金）

科学の世界へようこそ



核融合科学研究所のオープンキャンパス（一般公開）が行われ、来場者はエレクトロニクス万華鏡の製作（写真）など科学の不思議を体験しました。　11月10日（土）