

わたしのまちの助け合い活動

どなたでも参加できます。

(各自治会を単位として組織)
近隣助け合いグループとは
自発性・協調性・無償性を原則とするボランティアです

誰でも無理なくできる活動をグループで話し合っ決めていきます。

- ねたきり老人
- 痴呆性老人
- ひとり暮らし老人
- 高齢者夫婦世帯
- その他

「二十一世紀は高齢化社会である」といわれるように人口の高齢化は急速に進んでいます。

垂井町における高齢化率は現在一三%六十五歳以上で、将来四人に一人が高齢者と予測されています。

このような長寿社会において、だれもが長生きできる喜びを感じながらいつまでも健康で豊かな生活を営めるとは限りません。体が不自由になって寝たきりに

なったり、ひとりになったとき、だれが世話をしてくれるのでしょうか。

そこで、今後は、寝たきり老人、痴呆性老人を抱える家族や、ひとり暮らし老人、高齢者夫婦世帯、身体障

近隣助け合いグループ づくりを

助け合いのまちづくりをめざして

貴重な文化財を

災害から守ろう

文化財防火デー 一月二十六日

文化財は一度焼失すれば再びよみがえることはありません。

昭和二十四年一月二十六日に法隆寺金堂から出火し、世界的至宝といわれた仏画の大半が焼失してしまいました。

この出来事を教訓に、貴重な文化財を火災や震災、そのほかの災害から守るため、一月二十六日を「文化財防火デー」と定めています。

日本の文化財は主に木や紙から出来ており、常に火災などの危険にさらされて

害者などさまざまな不安や悩みを持ちながら生活しているかたがたが、地域の中で日々安心して暮らしてゆけるよう、手助けや介護することを目的とした「近隣助け合いグループ」の組織づくりがぜひとも必要となります。

みなさんの積極的な参加をお願いします。ボランティアへご理解とご協力をいただけるかたは、老若男女を問いません。

組織は、十一、二十世帯に二、三人の割合で「グループ」とします。

登録は、自治会長さんを通じて、町社会福祉協議会へ依頼すればよいのです。グループでも個人でも登録できます。活動内容も手助けや介護の外にもまだいろいろあります。一人でも多くのかたのご参加を心よりお待ちしています。登録していただいたかたは、新年度に研修会を開催する予定です。

問い合わせ先 町社会福祉協議会 ☎23-13335

「お年寄りを正しく理解する」これが在宅介護の秘訣!

在宅老人 家族介護者教室を開催

在宅での介護の必要なお年寄りが年々増加する中で、自宅でお年寄りを介護するために、まずお年寄りの特性を正しく理解することが必要です。

今回は、お年寄りの心理的な特性を正しく理解するとともに、基本的な接遇のしかたを学びます。自宅でお年寄りを介護されているかた、これからしようときかた、あるいは在宅福祉に関心のあるかた、おさそいあわせのうえご参加ください。

とき 一月二十五日(土) 午前十時~十一時三十分 (受付九時三十分から)

ところ デイサービスセンター

家屋を取り壊したら忘れずに届け出を

平成三年度中に家屋の取り壊しをされたかたは、平成四年一月三十一日までに役場に届け出てください。届けがないと税金が引き続いて課税されることがあります。

詳しくは、役場税務課 係 ☎22-1151 内線 254・255へお尋ねください。

町文化講演会を開催

「竹中半兵衛の歴史的な意義について」

講師 盛岡大学学長

高橋 富雄氏

一月二十六日(日) 午後1時から

文化会館大ホール

還付申告説明会のお知らせ

(水、二月六日(木)午前

九時三十分~十一時三十分、午後一時~四時

大垣税務署は、所得税の還付申告書の書き方説明会を次のとおり開催しますので、必要書類を持参のうえご利用ください。

なお、当日は、申告書の受け付けも行いますので、印鑑、筆記用具、計算機などもご持参ください。

会場 大垣市文化会館三階 第六会議室(大垣市室本町五丁目74-16050)

日程 一月三十一日(金)、二月三日(日)、二月五日

心配ごと相談

相談は、毎週水曜(第四週は木曜)午後一時から四時まで、福祉会館二階の相談室で行います。内容は次のとおり。

- ・第一水曜日 人権問題
- ・第二水曜日 母子福祉
- ・第三水曜日 人権問題
- ・第四水曜日 法律相談
- ・第五水曜日 結婚相談
- ・第六水曜日 民生委員

※相談日が祝祭日の場合は翌日を行います。

☎23-13335 福祉会館内 社会福祉協議会事務局

バブルガム・ブラザーズコンサート



3月25日(水) 午後6時30分開演
町文化会館 ☎(0584) 23-1010
前売券 4,000円 (当日券4,500円)

前売券 二月八日(土)九時から 町文化会館で 発売

文化会館 だより ☎23-1010

町文化講演会
1月26日(日) 13:00
演題 軍師竹中半兵衛の歴史的な意義について
講師 盛岡大学学長 高橋 富雄氏

町小中PTA 連合会研修会
1月26日(日) 13:00
エレナ・スクラトフスカヤ ピアノコンサート
2月1日(土) 18:30 有料
第十九回県耳の日フェスティバル
2月9日(日) 9:30 有料

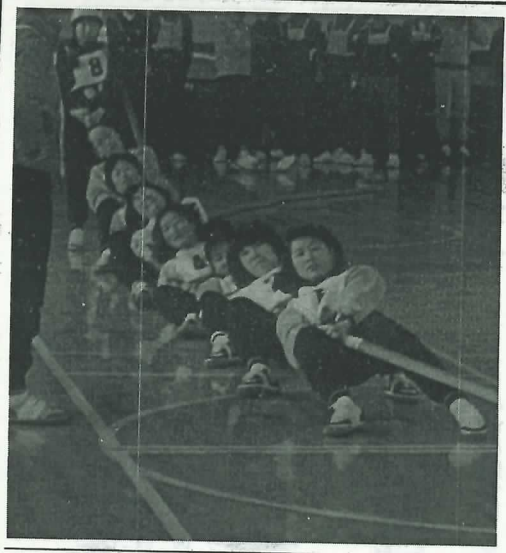
親子劇場「シンドバッドの大冒険」
2月15日(土) 14:00 有料

こんなことをしてみたい… 公民館 活動で…

- 東公民館
☎23-00028
- 歴史教室 (古文書解説)
2月8日(土) 14:00
- パッチワーク教室
2月14日(金) 14:00
- 水墨画クラブ
1月23日、2月13日(木) 14:00
- 大正琴クラブ
1月25日(土) 14:00、1月27日(日) 19:30
- 宮代公民館
☎22-1010
- 園芸教室
1月25日(土) 14:00、オモトの育て方、増やし方 講師・小山茂夫
- 表佐公民館
☎22-1011
- つまみ画クラブ
1月18日(土)、2月7日(金)、2月15日(土) 13:30
- いけ花クラブ
1月27日、2月10日(月) 19:30
- コーラス教室
1月24日、2月7日(金) 19:00
- 謡曲クラブ
1月16・23・30日、2月6・13日(木) 19:30
- 大正琴クラブ
毎週土曜日 14:00
- 府中公民館
☎23-20002
- 大正琴クラブ
1月16・30日(木) 19:00
- 扇舞教室
1月18・25日(土) 19:00
- 華道同好会
1月22日(水) 19:00
- 卓球クラブ
1月24日(金) 9:30
- 合唱公民館
☎22-1007

まちの スポーツ案内 第七回 町綱引選手権大会 出場チームを募集

とき 二月十六日(日)
9:00から受付
ところ 朝倉町民体育館
参加資格 町内に在住、在勤、在学(高校生以上)の人で編成されたチーム
チーム編成 一チーム十二名以内(監督一名、マネ



- 詩吟クラブ A
1月15・22日、2月5・12日(水) 19:30
- 詩吟クラブ B
1月17・24・31日、2月7・14日(金) 19:30
- 扇舞クラブ
1月17・24・31日、2月7・14日(金) 14:30
- 至誠カラオケ
1月24日、2月14日(金) 19:30
- 色別対抗綱引き大会
1月26日(日) 8:30
- 表佐小学校体育館
- 台原公民館
☎23-0931
- 男子ジュニアライト級
八人の合計体重が五百二十キ以下
- 四女子の部
体重制限なし
- 申し込み
一月三十一日(金)までに中央公民館内社会教育課へ☎22-1019

とき 二月十六日(日)
9:00
ところ 揖斐高原スキー場(日坂ゲレンデ)
対象 町内に在住、在勤のかた(学生は除きます)
種目 ジャイアントスラローム(大回転)
種別 青年男子、成年男子、壮年男子、一般女子
参加料 五百円(当日持参)
申し込み 一月二十一日(火)までに町体育協会事務局(中央公民館内)☎22-1019

とき 二月十六日(日)
9:00
ところ 揖斐高原スキー場(日坂ゲレンデ)
対象 町内に在住、在勤のかた(学生は除きます)
種目 ジャイアントスラローム(大回転)
種別 青年男子、成年男子、壮年男子、一般女子
参加料 五百円(当日持参)
申し込み 一月二十一日(火)までに町体育協会事務局(中央公民館内)☎22-1019



健康づくりのお手伝い
保健センター ☎22-1021 (有) 2508

正しい歩きかた、ストレッチングなど。
対象 40-60歳までのかた 20人
申し込み 受講ご希望の方は、お早目に保健センターへお申し込みください。定員になりしだい締め切ります。

1歳6か月児健診

- とき 1月22日(水) 13:15~14:30
- ところ 保健センター
- 対象者 平成2年5月6月生まれ
- 内容 内科・歯科診察、発達チェック、身体計測、問診、保健・栄養指導

3歳児健診

- とき 1月31日(金) 13:15~14:30
- ところ 保健センター
- 対象者 昭和63年11月12月生まれ
- 内容 内科・歯科診察、発達チェック、問診、尿検査、フッ素塗布、保健・栄養指導、児童相談、視聴覚健診

今年度最後です 子宮の集団検診

子宮がんは40歳代が発生のピークで50歳代、30歳代がこれに次いでいます。検診そのものは3分程度で終わり、他の婦人科疾患の発見にも役立ちます。ぜひ、友達と誘い合って受診してみませんか。

- とき 2月20日(木) 受付時間 13:30~14:30
- ところ 保健センター
- 対象者 30歳以上の希望者(昭和36年3月31日までに生まれた人)
- 定員 60名(定員になりしだい締め切ります)
- 検診料 自己負担 400円(当日持参)
- 申し込み 保健センターへ(電話受付可)
- 注意事項 生理中の方は受診できません。当日はスカートが便利です。

冬の省エネルギーにご協力を ~家庭における冬の省エネルギー対策10か条~

家庭で使用されるエネルギーの量は、第1次石油危機が発生した昭和48年と比べて8割以上も増えています。特に冬場のエネルギー需要の中心となる暖房用のエネルギーは約3割を占め、給湯用エネルギーを含めると約3分の2を占めます。それだけに冬の省エネルギー対策は非常に重要です。各家庭でも、今年の冬は次のように工夫して、省エネルギーにご協力ください。

1. 室温は20℃を目途に調整を!
暖房温度を1℃下げれば、原油換算で年間一家庭当たり約19ℓ、日本全体で約77万ℓのエネルギーの節約になると試算されます。
2. 部屋の保温の心掛けを!
カーテンを厚手のものにし、天井から床までたらし、カーペットも敷きましょう。
3. 暖房機器の置き場所の工夫を!
暖房機器は、冷気の入ってくる窓などを背にして置くと効果的な暖房ができます。
4. 適切な暖房機器の選択を!
暖房機器を使う場合には、部屋の用途や大きさ、使う人に合わせたものを選びましょう。
5. 暖房機器のお手入れを!
石油ストーブは、燃焼部分の空気穴が詰まっていたりしん先が不ぞろいだと、エネルギー効率が低下するばかりでなく、不完全燃焼のおそれがあります。ガスストーブの場合も、空気取入口をときどき掃除してください。ストーブの中でも反射型の場合は反射板をよくみがき、エアコンのフィルターも2週間に1度は掃除を
6. 電気こたつ・カーペットの上手な使用を!
電気こたつは、敷ぶとんや上掛け等を使用すると5~15℃程度保温効果が上がります。また、こたつと電気カーペットなどのペア暖房を工夫すると、快適で経済的な暖房ができます。
7. お風呂の上手な使用を!
冬のお風呂の水張りは沸かす直前に、沸かし上げは入浴直前にしましょう。また、浴槽にはふたをし、間隔をおかずに入浴しましょう。
8. 太陽の恵みを!
天気の良い日はカーテンをあけるなどして、太陽熱を十分に取り入れ、暖房エネルギーを節約しましょう。また、太陽熱温水器などを採用し、給湯エネルギーの節約にも努めましょう。
9. 湯沸器の使い方に工夫を!
10. 住宅に断熱材の使用を!

しましょう。