

たるい



町の花「椿」

戦国の軍師
「竹中半兵衛」



表佐太鼓踊り

(10月4日、表佐保育園園庭)

11

1998
No.534

■垂井町のインターネットホームページアドレス <http://www.ginet.or.jp/tarui/>

主な内容

- 40歳からの健康づくり 2~3
- 秋の全国火災予防運動 4
- 国民健康保険優良世帯 5
- わがまちあれこれ 6~7
- 地区公民館事業・もよおしもの 8
- Booksインフォメーション・歴史探訪 9
- 保健情報 10
- いただきま〜す・年金コーナー 11
- みんなの広場 12~13
- INFORMATIONお知らせ 14~15
- 戸籍の窓 16

40歳からの健康づくりが

元気で豊かな老後をつくる

働き盛りの40歳は人生80年の折り返し点。ここは、健康の曲がり角でもあります。40を境に、長年の生活習慣が病気となって現れたり、過労死や突然死などの事故にあつたりする人が多くなっています。こうした病気や事故のリスクを避けて、健康で豊かな人生を全うするには、40歳からの過ごし方がとても重要です。自分の健康状態に自覚をもち、自分にあつた健康づくりを実行しましょう。



年に一度は必ず

健康診断を受けよう

きちんとした健康管理をしていくためには、まず、自分の健康状態を知っておくことです。そのために、年に一度は必ず健康診断を受けましょう。

定期的な健康診断の受診には二つの意義があります。

一つは、がんや糖尿病、高血圧症などの生活習慣病を早期に発見し、早期治療を行えることです。ただし、この検査ですべての病気が発見できるわけではありませんので、健康診断と併用して、定期的に人間ドックで受診することをお勧めします。もう一つは、自分の健康状態を知ることで、食生活や運動などの生活改善による病気の予防が図れるということです。

健康診断は、老人保健法によ

り40歳以上の国民すべてが受けられることになっています。会社などの事業所では、労働基準法により、年に一回、定期健康診断を行うことになっていますので、そうした機会に必ず受診しましょう。

また、自営業や専業主婦など会社などに所属しない人は、保健センターや医療機関などで定期的に実施している健康診断を受けることができます。

自分の健康の弱点を

把握しよう

健康診断を受けたら、その結果をじっくり分析してみましょう。あなたの健康の弱点はどこにありますか。

病気として現れていなくても次のような項目に当てはまるときは、生活習慣病の危険サインです。食事や運動など、日頃の生活習慣を見直し、改善していく必要があります。

■太り過ぎ

肥満はあらゆる生活習慣病に関係する危険因子。肥満の最も大きな原因は高カロリー・高脂肪の食事内容で、高血圧や中性脂肪の増加のもとです。糖尿病や心臓病などにかかる割合も、肥満の人に多くなっています。

■コレステロールや中性脂肪の数値が高い

総コレステロールや中性脂肪が高い場合は動脈硬化の危険サイン。動脈硬化は高血圧を引き起こし、脳出血や脳梗塞、心臓病の要因になります。ただし、二種類のコレステロールのうちHDLコレステロールは動脈硬化を防ぐ善玉なので、数値が低いほうが問題です。

■血圧が高い

高血圧症の原因は、中性脂肪やコレステロールによる動脈硬化。高血圧症それ自体は、あまり自覚症状がありませんが、脳出血や脳梗塞などの合併症を招く要因になります。

●コレステロール値と中性脂肪値

	正常範囲 (mg/dl)
総コレステロール	150~199 *50歳以上の女性では219
HDLコレステロール値	40以上
中性脂肪	150未満

栄養・運動・休養が

健康づくりの三本柱

40歳からの健康づくりでは、生活習慣病などの病気を予防すること、それと同時に、人生80年を健康で豊かに生きるために体力・健康を維持していくことが目標となります。

そのためには「栄養のバランスがとれた食事をする」「適度な運動をする」「心身を休養させる」という三つの観点から、生活を改善していく必要があります。

この三つのなかで、運動不足の人にとって、一番おっくうに感じられるのは、適度な運動を取り入れることでしょう。しかし、身体の機能をさびつかせないためにも、適度に運動を行うことがかかせません。

体力に自信がない、運動する時間がないという人は、ウォーキングから始めてみてはいかがでしょう。

ウォーキングが

生活習慣病を防ぐ

ウォーキングは、ジョギングや水泳、サイクリングと同じ有酸素運動の一種です。

有酸素運動は、長時間にわたって酸素をたくさん取り込みながら行う運動です。この運動は

無理なく続ける健康づくり

ウォーキング

●ウォーキングの正しい姿勢●



できます。

大事なことは、三日坊主にならず、継続して行うことです。長く続けることが、基本的な体力を養い、足腰の筋力を強くしてくれるのです。

歩くときは、右の図のような正しい姿勢で。ストレッチでア

*ウォーキング前後にはストレッチを

①アキレス腱、ふくらはぎの筋肉を伸ばす



②太ももの筋肉を伸ばす



③体の側面の

筋肉を伸ばす



食生活へのアドバイス



健康づくりをしていくうえで、運動と同様に大事なのが、栄養のバランスがとれた食生活を送ることです。40代以降は、特に次のような配慮が必要です。

■食事は一日三食。朝食はしっかり食べる。

■偏食をせず、一日30種類の食品をとる。30食品は

- ①たんばく質
- ②カルシウム
- ③緑黄色野菜
- ④野菜や果物
- ⑤穀物類
- ⑥油脂

の基礎食品群からもれなく選ぶ。

■調理の仕方を工夫し、脂肪の摂取量を減らす。

■動物性脂肪はほどほどにし、植物性脂肪を多めにする。

■味付けは薄味にし、塩分を取り過ぎない。

■アルコールを飲んだ翌日は肝臓を休める。

秋の全国火災予防運動

11月9日(月)～15日(日)

気をつけてははじめはすべて小さな火(統一標語)

11月9日から15日までの一週間にわたり、秋の全国火災予防運動が展開されます。

この運動は、空気の乾燥や暖房器具の使用などで火災が発生しやすい季節を迎えるにあたり火災予防思想の一層の普及を図り、火災の発生を防止することを目的としています。

火の用心

7つのポイント

- ①家のまわりに燃えやすいものを置かない
- ②寝たばこやたばこの投げ捨てをしない
- ③天ぷらを揚げるときはその場を離れない
- ④風の強いときはたき火をしない
- ⑤子どもにはマッチやライターで遊ばせない
- ⑥電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない
- ⑦ストーブには燃えやすいものを近づけない

平成10年火災状況

東消防署管内(垂井町)

種別	火災件数	損害額(千円)
建物火災	5件	14907
車両火災	2件	114
林野火災	1件	100
その他火災	3件	0
計	11件	15121

(9月30日現在)

11月00日は119番の日

不破郡内での119番通報(携帯電話除く)は、すべて不破消防組合(垂井町)の通信指令室で受信されます。

119番通報を受信すると、出勤時に最低限必要な事項を次の順で尋ねます。落ち着いて答えてください。

- 火災ですか? 救急車ですか?
- 場所はどこですか?
- 目標物は?(場所が不明確な場合)
- 現在の状況は?

■あなたの氏名・電話番号は? 携帯電話による受信方法が

10月30日から変わりました

携帯電話からの119番通報は、発信する場所により、必ずしも最寄りの消防機関につながるとは限りません。

岐阜県では、県内を5つの地域に分け、その地域を代表する消防本部(岐阜、大垣、可茂、多治見、飛騨)が通報を受信する仕組みになっているからです。不破郡内で通報すると、大垣消防本部で受信され、場所が確認され次第、不破消防組合に接続されます。

携帯電話による

119番通報の注意事項

- ①必ず発生場所の市町村名や目標物などを、十分確認してください。
- ②電波状況の良い場所に止まって通報してください。(通報内容によっては、一般電話で管

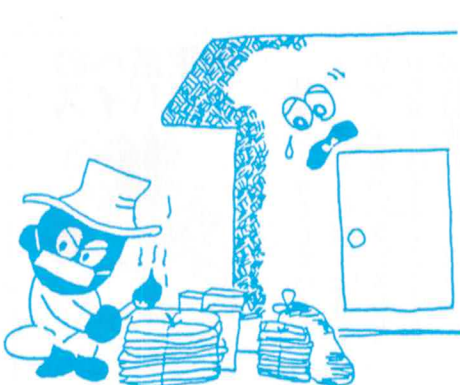
内の消防本部へかけなおしをお願いする場合があります。) ③携帯電話からの通報は、最寄りの消防本部に接続するのに時間を要することや、電波状態によって途中で切れてしまうことがありますので、近くに公衆電話、家庭電話、非常電話(高速道路に設置)がある場合はかけなおしてください。

なくそう住宅火災

全国の住宅火災による死者は平成9年には1408人となっています。家庭での住宅防火対策を推進しましょう。

住宅防火対策

- ①必ず消火器を設置し、初期消火に努める。
- ②簡易型の火災報知器の設置に努める。
- ③建物の内装や建具は不燃性の材料を使用し、火災の拡大を防ぐ。
- ④ガスコンロは過熱防止装置付のものを使用し、空だき、天ぷら鍋による火災の防止に努める。
- ⑤仏壇や神棚で灯明を使用するときは転倒しない道具を使用し、周囲に燃え移らないようにする。



- ⑥マッチやライターは子どもの手のとどかないところに置き遊ばせないようにする。マッチの燃えかすは水の入った容器に捨てる。
 - ⑦暖房器具の前方1m、側方や直近にはものを置かない。上方には洗濯物を干さない。
 - ⑧身体の不自由なお年寄りなどがおられる家庭では、寝具などは防災製品を使用する。
 - ⑨住宅防火診断を実施し、わが家の危険度を知り防火の参考にする。
- ※現在設置されている消火器で昭和57年11月30日以前の規格の消火器は型式失効となります。消火器の購入・点検・詰め替え、住宅防火対策物品、住宅防火診断などについては、お気軽に東消防署(☎2030)へお問い合わせください。

国保優良世帯に記念品を贈呈

町では、国民健康保険加入世帯で、9年度中とそれ以前から一度も医療給付を受けなかった世帯に記念品を贈ります。

〔12年間〕

垂井地区 岸川馨（一心会）
栗原地区 水野豊秋（勝田）

〔10年間〕

垂井地区 佐竹たまゑ（泉）
宮代地区 岡寄たけ（市場）

〔6年間〕

表佐地区 花田義樹（大興）
府中地区 小竹節代（府中第1）
岩手地区 高木義正（五明）

〔5年間〕

垂井地区 小竹實子（泉）
宮代地区 本間美智子（西沢）
岩手地区 高木光隆（伊吹）

〔4年間〕

垂井地区 森修（松島）中村龍五（御所）
東地区 伴義高（平尾1）田中とみ子（平尾2）秦アヤコ（東駒引）

〔3年間〕

宮代地区 石井かく（北野）中嶋末子（谷中）
表佐地区 廣瀬照一、久保田和喜（昭和）

〔2年間〕

府中地区 酒井善市（府中第3）
藤井勝夫（大滝）

〔10年間〕

垂井地区 盛清美（東2の1）

中村シゲミ（駅前）立川久子（泉）中島寿美夫（笹原）

東地区 柳瀬則雄（綾戸2号）三輪一男（綾戸5号東）

宮代地区 山田亮寛（谷中）

表佐地区 白井きぬゑ（東和）

府中地区 小藪としゑ（府中第2）林光夫（南清水）

岩手地区 瀧澤チヨ（南長畑）

垂井地区 小川すなを（前川）

山口成子（本町）清水正己（駅前）古田憲一、馬淵清（金福地）

東地区 服部隆司（綾戸8号）丸谷勝一（駒引）醍醐かずみ（事業団宿舎）田中杉（東駒引）宮崎洋子（不破中前）川村一二三（平尾3）

宮代地区 三和芳江、西川義明（北野）高橋義美（最横）北岡やす（谷川）丹羽きみ子（西沢）

表佐地区 丹羽おみ（習北）松原義幸、富田興一郎（在原）

栗原地区 水野一（勝杭）

府中地区 山本和之（大滝）狩宿啓一（府中第7）遠藤千代子（南清水）

岩手地区 高木幸右衛門（菩提田町）片岡利喜男（五明）西村勇夫（下町）桑原よしの（伊吹）石井清志（南長畑）

垂井地区 上野正則、多賀博美（松島）大嶋秀一（駅前）板垣涼子（御所）安齋克己、山村良雄、盛滋（神田二）原本正森（金福地）瀬戸貢（戸海）近藤誠夫（葉生）

東地区 栗野準一、児玉貞男（綾戸1号）吉田道彦（綾戸3号）廣瀬靖幸（綾戸4号）菅原隆三郎（綾戸5号東）磯野智恵美、中田カツミ（綾戸6号）

安江袈裟男（綾戸7号）室谷孝（綾戸8号）山口みつ子（平尾一）宮崎サタ子（事業団宿舎）元木ゆう子（東駒引）田中正則（ユニチカ前）松井満（不破中前）縫殿安雄（ユニチカバナタウン）

宮代地区 井川幸三（庄司川）

若山峰雄（宮処）石井勇武（神明）樂得純一（城屋敷）若山繁樹（最横）近江康弘（谷川）山岸美奈子、中嶋久江（横瀬古）廣岡哲彦（西沢）川瀬敏行（谷中）平良一郎（宮代別）

表佐地区 中川武（玖ノ宮）村田俊二（習中）山田三郎（習南）山田ハツエ、多和田忠雄（福寿）横幕幸男（大興）橋口みどり（大門）高木つまゑ（親和）上岡正彦（在原）米田竜二（天王）

栗原地区 瀬原孟（西瀬古）北原和良（北瀬古）鳥羽重人、若山正司（幸瀬古）

府中地区 木村美智子（府中第1）小藪清隆、不破貢、小針一四、瀧野政枝（府中第2）

藤井一久、脇田泰子、吉村良二（府中第4）久保俊郎（府中第5）衣斐敏夫（梅谷）佐富田國夫（南長畑）

岩手地区 中野忠一（長畑）北村鉦次（下町）所正美（谷）

部利健一、川本晴美（大滝）高木勝、山村浩義（新井）黒田和雄（府中第七）栗田昇、石川勝美、伊地知博（北清水）高橋順一（高瀬ヶ丘）齋藤豊、矢島一仁、谷崎篤雄（東大滝）

12月1日〜7日の不燃物は左記のとおり変更して収集します。

ごみ収集日程（粗大ごみ期間）

12月1日〜7日の不燃物は左記のとおり変更して収集します。

12月1日〜7日の不燃物は左記のとおり変更して収集します。

12月1日〜7日の不燃物は左記のとおり変更して収集します。

12月1日〜7日の不燃物は左記のとおり変更して収集します。

12月1日〜7日の不燃物は左記のとおり変更して収集します。

12月1日〜7日の不燃物は左記のとおり変更して収集します。

12月1日〜7日の不燃物は左記のとおり変更して収集します。

地区	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	7日(月)
栗原地区	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
垂井地区	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
表佐地区	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
事業団宿舎・東駒引	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
府中・岩手	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
平尾	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
垂井(南宮参道以西)	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
ユニチカ住宅	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
バナタウン	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
宮代・栗原	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
神田(東海参道以南)	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ

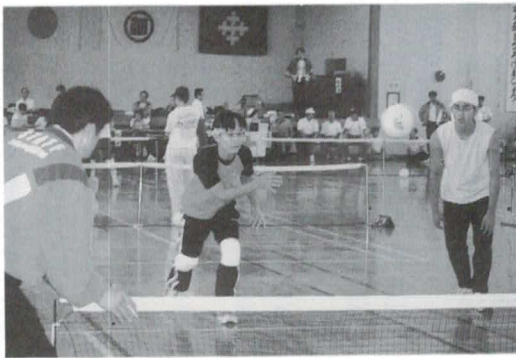
注意事項
○冷蔵庫やエアコンなどのフロンガス使用機器は、モーターを取りはずさないでください。
○タイヤ、バッテリー、バイク、農機具などは収集しません。
○粗大ごみには必ず名前を記入してください。
○この1週間はアルミ缶、スチール缶は収集しません。
○燃えるごみ、ビン類、ペットボトルは通常通りです。
○不燃物の収集日は右記の表のように変更になります。ご注意ください。
照会先 厚生課環境衛生係（内線249）

スポーツでふれあい

心地いい汗

第11回全国スポーツレクリエーション祭・スボレクぎふ'98「ふれあいタスポニー大会」と各種ふれあいスポーツ大会が10月4日、朝倉運動公園一帯を中心に盛大に開催され、町内外から約1300人が参加しました。

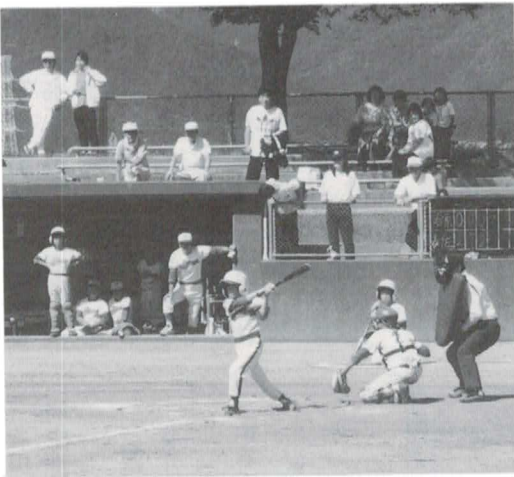
軽スポーツ（ターゲットボードゴルフやチャックボールなど）の体験コーナーや焼き椎茸などのサービスコーナー、観光物産品の販売、南宮山雨乞い太鼓の披露、町外からの参加者を対象とした街角案内の会による町内史跡巡りなども行われ、参加者は秋の休日を大いに満喫していました。



▶タスポニー大会



▶タスポニー大会



▶少年野球大会



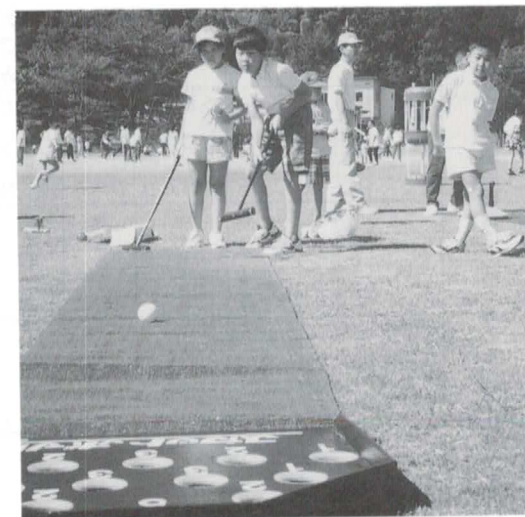
▶グラウンドゴルフ大会



▶少年サッカー大会



▶ドッジボール大会



▶軽スポーツ体験コーナー

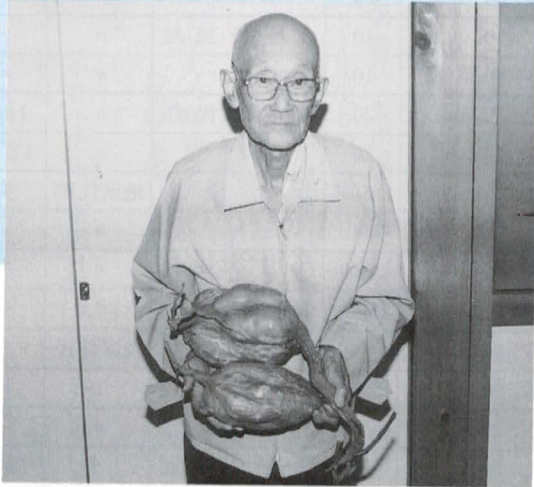


▶軽スポーツ体験コーナー

小竹一徳さん（府中、82）の畑でこのほど、約10
キのサツマイモが穫れました。

育ての親の小竹さんは「これだけ大きなサツマ
イモが穫れたのは初めて。びっくりしました」と
話しておられました。

ジャイアントサツマイモに びっくり



企画展「虎の画家 佐久間頼峰」 開催中！

ただ今、タルイピアセンターでは、第15回
企画展「虎の画家 佐久間頼峰」を開催して
います。今回の企画展では、垂井曳鞆祭の東
町・鳳凰山や西町・攀鱗閣の襖絵に虎などの
絵を残した画家・佐久間頼峰の作品を紹介し
ています。期間は12月6日までで、入場は無
料です。皆さん、お誘い合わせのうえお気軽
にお出かけください。

昔から伝わる技工を学びながら三世代がふれあ
い、創作の喜びを味わおうと「三世代のつどい」
がこのほど、中央公民館で開かれました。約150人
の親子が参加し、お手玉作りやケン玉作り、わり
ばしてつぼう作りなどに挑戦。お年寄りに教わり
ながら、熱心に創作作業に取り組んでいました。

心のふるさと再発見 三世代のつどい



火遊びはしません 幼年消防クラブ防火のつどい

町は10月7日、子どものうちから防火意識
を育てようと、幼年消防クラブ防火のつどい
を文化会館で開きました。保育園児約500人が
参加し、歌やリズム体操などを元気に披露し
ました。防火啓発の映画を鑑賞した後は、文
化会館が火事になったという想定で避難訓練
をし「火遊びはしません」と全員で誓いの言
葉を唱和しました。

保健情報

保健センター ☎ 221021

巡回健康相談

健康診断で心配のあった方や
日ごろ健康に不安のある方など
は、巡回健康相談をぜひご利用
ください。

とき・ところ

○11月6日(金)

午前9時30分～11時

府中公民館

○11月26日(木)

午前9時30分～11時

岩手公民館

持ち物 健康手帳、基本健康診

査結果票

※次回は、12月3日(木)に合原公
民館にて開催予定です。

休日診療当番医

月日	曜日	医療機関名	電話番号
11.1	日	安田医院	22-3153
3	祝(火)	関ヶ原町藤井病院	43-0032
8	日	博愛会病院	23-1251
15	日	古井医院	22-0031
22	日	多賀内科医院	22-0107
23	祝(月)	小林医院	22-0234
29	日	関ヶ原町関ヶ原病院	43-1122

診療時間 午前9時～午後4時30分

11月の保健センター行事

	行事	日	時	場所	対象	内容/持ち物など
母	乳幼児相談	10日(火)	9:30~11:00	保健センター	希望者	身体計測ほか/母子健康手帳
	母親学級Bコース	12日(木)	9:30~13:00		妊婦で希望者	妊娠中の食事と栄養、バランス食実習 /ごはん1食分、エプロン、フキン、 母子健康手帳
	4か月児健診	10日(火)	受付13:15~14:30		H10.6月生まれ	内科診察ほか/母子健康手帳、らん
	1歳6か月児健診	11日(水)	受付13:15~14:30		H9.3・4月生まれ	内科、歯科診察ほか /母子健康手帳、らん
	3歳児健診	27日(金)	受付13:15~14:30		H7.9・10月生まれ	内科、歯科診察ほか/母子健康手帳
	6~7か月児相談 離乳食学級 かみかみコース	24日(火)	9:30~10:30		H10.3・4月生まれ	6~7か月児相談と離乳食学級をあ わせて実施します。 /母子健康手帳
	遊びの教室 (プチプレクラブ)	19日(木)	9:45~11:15		教室申し込み者	
	百日咳・ジフテリア 破傷風(三種混合)	12日(木)	受付13:30~14:30		接種できなかった人	/母子健康手帳
成人	成人健康相談	6日(金)	9:30~11:00	老人福祉センター	希望者	血圧測定ほか/健康手帳
	機能訓練 (喜楽輝来セミナー)	2日(月) 16日(月)	9:45~11:30 9:45~11:30		申込者及び希望者	体操のできる服装で おでかけください。
	機能訓練 (福々セミナー)	19日(木)	9:30~11:00		希望者	血圧測定ほか/健康手帳
	老人健康相談	2日(月) 16日(月)	13:30~15:00 13:30~15:00		希望者	栄養士による個別相談/健康手帳
	老人栄養相談	2日(月)	13:30~15:00			
老人	巡回健康相談	6日(金) 26日(木)	9:30~11:30 9:30~11:30	府中公民館 岩手公民館	40歳以上の人	健診結果説明など /健診結果票、健康手帳、あわせて大 腸がん検診容器の回収を行います。
	基本健診結果説明会	5日(木)	9:30~11:30	保健センター	9/17~9/28までに 健診を受けた方	保健、栄養指導 /健康手帳、健診結果票
		16日(月)	9:30~11:30		9/29~10/5までに 健診を受けた方	
		25日(木)	9:30~11:30		10/14~10/19までに 健診を受けた方	
	骨密度測定検査	17日(火) 18日(水)	9:00~21:00 9:00~21:00	申し込み者		
	栄養教室	26日(木)	9:30~13:00	受講申込者	/エプロン、ふきん、米0.5カップ、 容器	

いただきま〜す！

子どもの食事

5つの特徴

最近では、家庭生活やそれともなう食生活の形態が変わってきて、子どもの食事に5つの特徴がみられるようになりました。皆さんのご家庭ではいかがでしょうか。

子ども食

おかずの内容を子どもの好きなものに合わせて、昔からのおふくろの味（煮物、あえものなど）を食べない。



孤食

仕事や塾・部活動などで家族の生活時間にばらつきがあるため、子どもだけで食事をするが増えた。



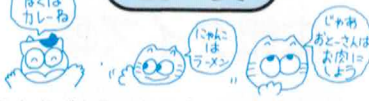
5回食

食事のほかにもおやつや夜食をたべて、空腹感がない。

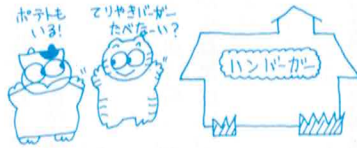


個食

1つのおかずをみんなで食べるのではなく個人個人が好きなものを食べる。



戸外食



外食の占める割合が増えてきた。また子どもだけでハンバーガーなどのファーストフードを多く利用するようになった。

学校給食センター

☎22-1465

時にはしつけをしたりできると良い食習慣が身に付き、心と体の健康につながります。

メニュー紹介

★ごぼうのクリームスープ

◎材料（4人分）

ごぼう	200g
しろねぎ	100g
マッシュルーム	40g
バター	大さじ2
小麦粉	大さじ2
牛乳	4カップ
固形スープの素	1個
塩・パプリカ	少々

◎作り方

- ①ごぼうはせん切り、マッシュルームは薄切りにする。
- ②鍋にバターを溶かし、斜め薄切りにしたねぎを炒め、ごぼう、マッシュルームを加えてよく炒め、小麦粉をふり入れ色付かないように炒める。
- ③1/2カップの牛乳を入れ、手早く混ぜ、どろどろ状にした後、残りの牛乳とスープの素を入れて煮る。煮立ち始めたら火を弱め、混ぜながらごぼうがやわらかくなるまで煮込む。パプリカをふる。

年金チェックコーナー

Q 国民年金基金には、どのような人が加入できるのでしょうか。

A 国民年金基金には、自営業者などの国民年金第一号被保険者の方が加入できます。国民年金の加入届出をしていない方は、役場住民課に届出をしてから、基金に加入申込をしてください。

Q 加入した後、自由に基金をやめることができるのでしょうか。

A 国民年金基金への加入は自由ですが、一度加入すると自分の都合で脱退することはできません。

Q 掛金が払えなくなった場合は、どうしたらいいのでしょうか。

A 掛金の納付ができなくなったときは、基金事務所に電話して申し出て下さい。掛金の引き落としの一時停止を届け出ることで、納付を中断することができます。

なお、中断した間は、掛金が未納ですから、その分基金からの年金額が減額になります。

また、未納の掛金は、2年内であれば納めることができますので、早めに納付を再開され

ることをおすすめします。

照会先 岐阜県国民年金基金事務所
(フリーダイヤル) 012-013551354

農業や自営業の人でも「国民年金基金」でサラリーマンなみの老後の保障を！

わずかな費用で大きな安心



サラリーマン
厚生年金基金
老齢厚生年金
老齢基礎年金



自営業の方
国民年金基金
老齢基礎年金

Q 65歳から国民年金を受給する際、少しでも多くもらいたいのですが？

A 付加年金があります。付加年金は、通常の保険料とは別に月額400円の保険料を納めることで、将来、付加年金を上乗せして国民年金を受給することができます。

しかし、国民年金基金加入者は、付加年金保険料を納められないことになっています。

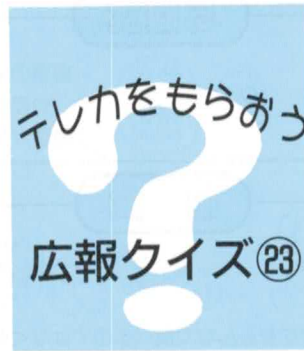
また、農業者年金の被保険者になった場合、希望の有無にかかわらず、付加年金保険料を納めなければならないません。

みんなの 広場

この広場はみんなで作るコーナーです。

▶町へのご意見 ▶イラスト ▶マンガ ▶楽しんでいる人やグループ ▶がんばっている人などを紹介していきます。
紙上、匿名やペンネームは自由ですが、お便りにはあなたの住所、氏名、電話番号を忘れずに書いてください。

●総務課庶務係 (☎22-1151、内線214)



3つの中から正解を選び、ハガキに書いて送ってください。
正解は、広報のどこかに載っています。

①今、タルピアセンターで開催されている企画展は？

A なつかしのあの店この店

B なつかしのあの店この店II

C 虎の画家佐久間頼峰

②その企画展はいつまで？

A 12月6日

B 12月16日

C 12月26日

③秋の全国火災予防運動の期間は？

A 11月5日～19日

B 11月9日～15日

C 11月19日～25日

《応募方法》

★ハガキに広報クイズ②③と書き答える記号(例①-A)、住所、氏名、年齢、世帯主、町へのご意見や広報の感想などを書いて送ってください。

★応募先 垂井町1532-1 垂井町役場総務課庶務係

★応募締切日 11月30日(月)

★全問正解者の中から抽選で、5名の方に観光テレホンカードをプレゼントします。

★当選者発表 本紙1月号

《広報クイズ②の当選者発表》

正解は①-A、②-A、③-Cでした。正解者の中から次の5名の方が当選されました。

鈴木金治(垂井) 和田詔子(綾戸)

藤井美香(宮代) 水野貴也(栗原) 北村光江(大石)

(敬称略)

多くのご応募ありがとうございました。抽選に漏れた方ごめんなさい。またご応募ください。

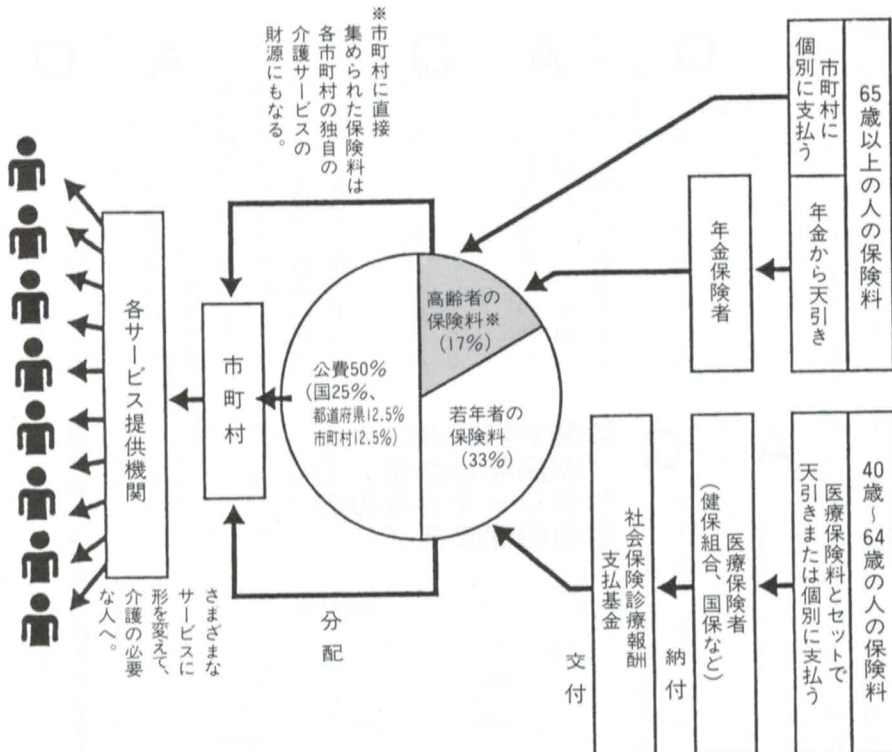
介護保険Q&A

支払った保険料はどうなるのですか？

介護保険は、40歳以上のすべての人が保険料を広く負担することで、介護が必要となったときのための財源を

集中して支えます。

老後の安心のために、介護が必要になったときのために、集めた財源をさまざまな介護サービスに変えて届けるしくみになっています。





たくましく育て タイルのチビっ子

東・綾戸6号

出町 優典くん (5歳)
(博さんのお子さん)

優典くんは、お姉ちゃん、お兄ちゃんといつも一緒に仲良く遊んでいます。最近、テレビの歌番組を見て、歌ったり踊ったりして楽しんでいます。そして、もう一つの楽しみはテレビゲームです。お兄ちゃんと夢中になって遊んでいます。「優しさの中にもたくましさをもった子に育ってほしい」とお母さんの直子さん。

台所トントントンと妻の音

飯島 慶治

台風は地獄極楽分けて往く

岩田 昇示

スカートも戦後の風へ伸び縮み

衣斐 笑石

へソクリを渡す喜び巣立ち行く

奥田 すみ

年寄の聞こえぬ振りの地獄耳

加川 嬉曠

あの頃の食べものばなし忘れへん

加納 太郎

久しぶり包丁を研ぐ故郷の鯛

河野 万京

盗泉の水よりも好き袖の下

北村 土筆

六十の手習い先ずは台所

小竹 一三

そよかぜに残り少ない髪をびき

小竹 城史

垂 井 文 芸 (川柳)

うれしい日鼻歌が出る台所

杉山はつ子

新築は妻がプランの水回り

竹並 朋喜

汗を出す仕事しいサウナ風呂

土屋 正雄

家中が乾いてしまう妻の留守

寺崎 勤

理由など言わず笑って引いた幕

法月 俊夫

子ら巣立ち熟年夫婦若返り

原 芳子

相川の水光らせて月昇る

前田昭一郎

ストレスも汗と一緒に出すサウナ

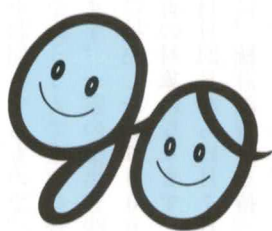
前田 明子

職人の汗算盤を弾かない

吉田 正彦

一口のビールで十言二十言

北村 土筆



はりきっています！ 私たち

グループ紹介

生け花クラブ



今回は、毎月第1・3水曜日(午後7時30分〜9時)に東公民館で活動している生け花クラブ(新川比呂子代表)を紹介します。

このクラブは、藤井幸三先生が指導されており、会員は9人。皆さん本当に生け花が好きなので、ばかりです。

新川さんは「大変楽しく生け花のお稽古をしています。優しくて気さくな先生ですので、これからずっと続けていきたいと思えます」と話しておられました。

ブックリサイクルフェア

ご家庭で不要になった本を引き取り、希望の方に無料で差し上げます。

本棚や段ボール箱の中で眠っている本がありましたら、この機会にタライピアセンターまでお持ちください。

引き取り日 10月31日(土)～11月13日(金) (11月2日(月)・3日(火)・9日(月)を除く)

場所 タライピアセンター集

会室

お願い

○本の冊数、氏名などを所定の用紙に記入していただきます。

○書店などのブックカバーは外してください。

○ほこりは十分に払ってくださいます。

○マンガ本も引き取り、配本します。

○次に掲げる本はご遠慮ください。
い。↓百科事典、学習参考書、問題集、雑誌、汚れ破損の著しい本、書き込みのある本
○引き取り後の返品は行いません。

配本日 11月14日(土)・15日(日)

両日とも午前10時～午後3時

主催 町読書サークル協議会

照会先 タライピアセンター

(☎23) 3746)

町完走大会兼井川杯

出場者を募集

とき 11月22日(日)午前9時～

ところ 南部ライスセンターを

スタート・ゴール地点として

実施。(9種別)

参加資格 町内に在住・在勤・

在学の小学5年生以上の方

申込期限 11月13日(金)午後4時

まで

申込先 中央公民館

(☎22) 1019)

在宅老人家族介護者教室

デイサービスセンターでは、

在宅で療養されているお年寄りの

自立と介護者の負担軽減を図

るため、在宅老人家族介護者教

室を開催します。

今回は「家庭でできる日常動

作訓練」と題して、理学療法士

を招き、どこでもできる基本的

なりハビリティを学習し

ます。多くの在宅老人のハビ

リティションの目標は、家庭内

自立です。一度ある水準まで回

復した機能が、その後低下する

ことのないように、現存能力維

持のため家族の方の行う家庭訓

練は重要な意味をもちます。

この機会に、お年寄りを介護

されている方や、介護に関心のある方はぜひご参加ください。

とき 11月21日(土)

午前10時～11時30分

ところ デイサービスセンター

照会先 デイサービスセンター

(☎22) 2767)

水道が断水します

11月17日(火)午後11時～

18日(水)午前4時

上水道水源施設の改修工事
施工に伴い、上水道が一時的に
断水します。皆さんのご協力を
お願いします。

断水予定地域：上水道給水区域

垂井、東、宮代、表佐、境野、

府中(高瀬ヶ丘以外の新井、

大滝、梅谷、敷原を除く) 地

区

注意：通水(断水終了後)直後

に赤水が発生することがあり

ますので、ご注意ください。

照会先 水道課

(内線261・262)

住宅需要実態調査

にご協力を!

岐阜県は12月1日、住宅需要
実態調査を行います。

この調査は、皆さんが住宅に
ついてどのように考えてみえる

かをお伺いするもので、住宅施
策を行ううえで重要な資料とな
ります。一定の抽出方法で無作

為に抽出した約6000世帯が

調査の対象になります。

11月24日から12月7日までの

間に、統計調査証を持った調査

員が対象となった世帯を訪問し

まわりの住宅地を調査しますの

でご協力をお願いします。

不破准看護学校の

生徒募集

不破准看護学校では、平成11
年度の入学生を募集します。

受験資格 中学校または高等学

校卒業以上の学力を有する者

(平成11年3月卒業見込みの

者を含む)

願書受付締切日 平成11年1月

12日(火)

試験日 平成11年1月17日(日)

試験会場 不破准看護学校

試験科目 国語、数学、作文、

面接

願書の請求、照会先 不破准看

護学校(不破郡関ヶ原町大字

関ヶ原2490の29、☎

1041、〒5031514)

最低賃金が改正

岐阜県労働基準局では、県内

で働くすべての労働者に適用さ
れる「岐阜県最低賃金」を10月

1日から改正しました。

改正後の最低賃金

○日 額…5217円

(改正前5128円)

○時間額…653円

(改正前641円)

照会先

岐阜労働基準局・賃金課(☎

058124518104内

線53)

「てつどう目安箱」を設置

県では、県内の鉄道をもっと
便利に利用しやすくするために
「岐阜県鉄道問題研究会」を設

置しました。

同研究会では「てつどう目安

箱」を設置し、鉄道を通勤や通

学、観光などで利用している方

のご意見を募集しています。

たくさんのご意見をお寄せく

ださい。

募集内容 岐阜県内を走行して

いる鉄道に対するご意見など

送付方法 FAXまたは郵送

送付・照会先 岐阜県藤田南2

111 岐阜県庁交通物流企

画課内 岐阜県鉄道問題研究

会事務局 FAX05812

7318719 ☎0581

2721111

平成11年度保育園入園をご希望の方へ

入園説明会を開催

来春4月に保育園への入園を希望される方への説明会を行います。ご希望の方は、指定の日時にお出かけください。

会場	入園説明会 (入園申込書を配布します)		申込書の受付	
	西保育園	11月24日(火)	午前9時～	1月11日(月)
東保育園	11月24日(火)	午後3時～	1月11日(月)	午後1時～4時
北保育園	11月25日(水)	午前9時～	1月12日(火)	午前9時～12時
綾戸保育園	11月25日(水)	午後3時～	1月12日(火)	午後1時～4時
宮代保育園	11月26日(木)	午前9時～	1月13日(水)	午前9時～12時
表佐保育園	11月26日(木)	午後3時～	1月13日(水)	午後1時～4時
府中保育園	11月27日(金)	午前9時～	1月14日(木)	午前9時～12時
岩手保育園	11月27日(金)	午後3時～	1月14日(木)	午後1時～4時
はちす保育園	11月28日(土)	午前9時～	1月16日(土)	午前9時～12時

地域子育て支援事業

と き

○11月10日(火)

内容…保育園の様子を見る

○11月20日(金)

内容…保育園の様子を聞く

来春入園の幼稚園児を募集

町内の各幼稚園では、来春入園を希望される方の受付を行います。

幼稚園では、1年後に控えた小学校での教育をスムーズにスタートさせるため、5歳児の心身の調整と幼児教育を行います。入園を希望される方は、入園願書(各幼稚園・保育園にあります)を、居住されている地域の幼稚園へ提出してください。

受付期間

11月30日(月)～12月11日(金)

対象者 町内に住所を有する平成5年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた幼児

経費 1人当たり月額9,500円程度(保育料、給食費、教材費を含む)です。

照会先

- 垂井幼稚園 ☎221470
 - 宮代幼稚園 ☎224154
 - 表佐幼稚園 ☎224155
 - 合原幼稚園 ☎223181
 - 府中幼稚園 ☎224158
 - 岩手幼稚園 ☎231181
 - 東幼稚園 ☎232781
- 一時的にお子さんをみてもらいたいときには
コミュニティママ
子育てサポート事業

第一子が病気のため第二子が

みられないなど、一時的に家庭でお子さんをみられないことはありませんか?

そのようなときは、コミュニティママ子育てサポート事業をご利用ください。利用される方は、事前に登録が必要です。

利用時間・利用料金

祝祭日 土日曜日	平日	
	午後5時～午後7時	午後8時～午後5時
午後5時～午後7時	午後8時～午後5時	800円
午後5時～午後7時	午後8時～午後5時	900円
午後5時～午後7時	午後8時～午後5時	1000円

照会先 住民課保育係
(内線238・239)

府中保育園を

紹介します

府中保育園は、主要地方道岐阜・関ヶ原線沿いで、府中公民館の北側にあります。

伊吹おろしの風をうけて、子どもたちは元気いっぱい。ごっこ遊びやかっこ、リズムに親しんでいます。パークッションの楽器にも親しんでおり、運動会には大活躍しました。

保育時間 通常保育…午前8時30分～午後4時30分 長時間保育…午前7時30分～午後5時15分

定員 90人

特別保育事業内容

未満児保育(1歳児)、障害児保育、パークッション楽器に親しむ、地域活動事業(老人・小学生・未就園児とのふれあい)、育児相談

保育方針

①生活習慣の自立を図ると共に心身のすこやかな成長を養う
②地域の人々とのかわりの中で、思いやりの心情や協調性を養う
③一人ひとりの個性や思いを受容しながら、感性豊かで明るく遊べる子に育てる

勤労者体育センター

リフレッシュ工事のお知らせ

期間 11月初旬～来年2月末

照会先 朝倉運動公園管理事務所 ☎22333

職員の異動

(10月1日付)

○建設課主査(総務課付) 木全 豊

○住民課主任(学校教育課主任) 藤塚 正博

○駅周辺・下水道対策室主任(建設課主任) 藤江 和明

○学校教育課主任(住民課主任) 多賀 浩美

○学校教育課主任(住民課主任) 井手上 真也

○学校教育課主任(住民課主任) 井手上 真也

○学校教育課主任(住民課主任) 井手上 真也

○学校教育課主任(住民課主任) 井手上 真也

○学校教育課主任(住民課主任) 井手上 真也

戸籍の窓

9月16日～10月15日

お誕生



住所 おお子さん 親さん

栗原	水野	敬太	岳・恭子	大石	鈴木	萌愛	直人・美穂	岩手	高木	風奈	茂喜・真由美	垂井	丹羽	葵	宏之・寛子	宮代	石田	拓也	浩久・やえみ	垂井	橋本	住奈	義寿・真由美	宮代	橋本	依乃里	良也・智美	東神田	橋口	誘人	貴・幸枝	垂井	山田	あすか	峰男・真紀子	宮代	小林	建太	康治・淳子	大滝	横山	ひとみ	周司・治子	宮代	藤塚	将之	誠・真紀子	垂井	平野	泉友	邦彰・好恵	岩手	牧岡	成実	富広・さつき	表佐	西村	和真	康司・朱美	府中	長谷川	啓太	学・奈美	東神田	宮野	陸	薫・園子	岩手	花山	千尋	謙司・温子	東神田	森山	樹	修一・薫	岩手	板橋	太朗	浩徳・悦子	垂井	石田	孝行・久美子	孝行・久美子	垂井	衣斐	玲奈	正彦・華代	地蔵	酒井	佳嗣	幹史・明美	宮代	福山	智子	泰弘・由美子	宮代	岡部	澄佳	克平・美穂	表佐	川瀬	優祐	英樹・ヒロミ	府中	柏川	優祐	力・久美	地蔵	曾我	乃絵子	英明・昌実
----	----	----	------	----	----	----	-------	----	----	----	--------	----	----	---	-------	----	----	----	--------	----	----	----	--------	----	----	-----	-------	-----	----	----	------	----	----	-----	--------	----	----	----	-------	----	----	-----	-------	----	----	----	-------	----	----	----	-------	----	----	----	--------	----	----	----	-------	----	-----	----	------	-----	----	---	------	----	----	----	-------	-----	----	---	------	----	----	----	-------	----	----	--------	--------	----	----	----	-------	----	----	----	-------	----	----	----	--------	----	----	----	-------	----	----	----	--------	----	----	----	------	----	----	-----	-------

ご結婚



宮代	国枝	大生	栄治・通代	表佐	川出	栄菜	裕隆・利恵	垂井	北村	健輔	勉・美恵子	綾戸	柳瀬	彩加	勝彦・純子
----	----	----	-------	----	----	----	-------	----	----	----	-------	----	----	----	-------

内田	守人	栗原	関ヶ原町	田中	淳子	大垣市	垂井	木村	学	岐阜市	垂井	大竹	雅子	府中	垂井	伊藤	賢司	宮代	垂井	高木	まゆみ	関ヶ原町	垂井	小村	計治	栗原	垂井	前田	ひとみ	鹿兒島県	垂井	河出	達生	関ヶ原町	垂井	松井	美代子	養老町	垂井	兼山	隆史	垂井	垂井	桐山	あゆみ	表佐	垂井	丸山	和弘	神戸町	垂井	清水	輝美	指斐川町	垂井	小川	和宏	指斐川町	垂井	白井	陽子	垂井	垂井	北尾	崇弘	垂井	垂井	萩原	ひろみ	伊吹	垂井	高木	和宏	指斐川町	垂井	渡邊	緑	平尾	垂井	森川	秀之	敷原	垂井	柏	弥生	敷原	垂井	山田	紀彦	愛知県	垂井	山田	麻代	綾戸	垂井	森本	英裕	表佐	垂井	兒玉	朗子	大阪府	垂井
----	----	----	------	----	----	-----	----	----	---	-----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	------	----	----	----	----	----	----	-----	------	----	----	----	------	----	----	-----	-----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	----	----	-----	----	----	----	------	----	----	----	------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	----	----	------	----	----	---	----	----	----	----	----	----	---	----	----	----	----	----	-----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----

おくやみ



俣溝	照夫	清水	三輪	直美	清水	小松	智也	垂井	藤井	智晴	宮代	清水	康志	垂井	大橋	清子	大垣市	宮崎	淳	表佐	多和田	陽子	大滝	柳瀬	久	綾戸	堀	みか	岐阜市	服部	孝志	岐阜市	服部	文子	武儀町
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	---	----	-----	----	----	----	---	----	---	----	-----	----	----	-----	----	----	-----

立川	静子	91歳	佐藤	美代	72歳	立川	みせ	90歳	多賀	ヤエ子	69歳	西脇	繁子	68歳	柳瀬	みつ枝	73歳	高木	喜美	74歳	佐久間	帝一	90歳	小竹	優	36歳	富田	さかゑ	82歳	衣斐	芳子	72歳	西口	義穂	73歳	熊崎	まり子	40歳	飯沼	きよの	79歳	桑原	八重	88歳	伊藤	幸四郎	81歳	田邊	春子	82歳	早野	す江の	85歳
----	----	-----	----	----	-----	----	----	-----	----	-----	-----	----	----	-----	----	-----	-----	----	----	-----	-----	----	-----	----	---	-----	----	-----	-----	----	----	-----	----	----	-----	----	-----	-----	----	-----	-----	----	----	-----	----	-----	-----	----	----	-----	----	-----	-----

伸びよう！伸ばそう！青少年

11月は「全国青少年健全育成強調月間」です

21世紀を担う子どもたちが、心身共に健全に育つことは町民みんなの願いです。

しかし、社会の急速な変化に伴い、青少年を取り巻く環境も大きく変化しつつあります。

青少年をめぐる問題も、このような変化のなかで、さまざまな形で発生してきました。なかでも、現在大きな社会問題となっている「いじめ」と「少年のナイフ等刃物類の携帯」や「薬物乱用」については、極めて憂慮すべき状況です。

こんなとき「親の問題だ」「学校の問題だ」「社会の問題だ」と責任の付け回しをしたり、問題

解決のための理論だけに終始することは、厳につしみたいところですが、こんなときこそ、身近な、極めて具体的なできることから青少年健全育成の実践をしましょう。

◆まず、大人から青少年に一声かけましょう。

◆青少年の大人へのサインを見落とさないようにしましょう。

◆青少年を地域のいろいろな行事に参加させましょう。

◆青少年の文化・スポーツ活動やボランティア活動を支援しましょう。

◆家族のふれあいを深める共同体験活動を実施しましょう。

農業日誌などの

予約申込受付中

平成11年版農業日誌・新農家暦・農林手帳の予約申込を受け付けています。ご希望の方は、12月10日(木)までに代金を添えて産業課農林係(内線234)へお申し込みください。

○農業日誌	1部	1400円
○新農家暦	1部	460円
○農林手帳	1部	610円

人のうごき

平成10年10月1日現在

- 人口 29,332人 (+37)
- 世帯 8,963世帯 (+35)

()内は前月比

男 14,501人(+30) 女 14,831人(+7)