

広報げる

GERO

8

2025 Aug.
No.258



特集

「いざ」に備える「いま」

～住民力で避難所を動かす～



地域で支える！ 避難所の開設と運営体制強化へ

■能登半島地震から学ぶ、平時からの備え

令和6年能登半島地震では、行政職員の被災や道路寸断により、多くの地区で避難所の開設が遅れるという課題が浮き彫りになりました。山々に囲まれた下呂市にとっても、これは決して他人事ではありません。災害時にスムーズな避難所運営を行うためには、平時からの体制づくりが極めて重要です。

市では、昨年度から「地域・学校・行政」が連携し、災害時の指定避難所開設・運営体制の構築に取り組んでいます。

■災害時の避難所運営は、地域での連携が鍵！

災害が起きた時、市民の安全を守り、避難生活をより良くするためには、日頃から地域と行政が連携を密に行うことがとても重要です。その必要性は次の3点になります。

1. 迅速な避難所開設と環境整備

もし、災害で市や学校の職員が動けなくなっても、地域の皆さんの協力があれば、避難所をすぐに開けて避難者を受け入れることができます。また、災害時用のトイレやパーテーションなども迅速に設置でき、避難生活の初期から良い環境を整えられます。

2. 円滑な情報共有と意思決定

地域の皆さんが主体的に運営者として関わることで、避難所内の状況や困りごとなどの情報がよりスムーズに共有され、きめ細やかな対応が可能になるため、避難所の安全と快適さにつながります。



▲竹原中学校で行われた防災学習の様子



▲金山地域で行われた避難所開設・運営に関する説明会



▲地震の影響で土砂と倒木により寸断された道路（能登町）

いざに役立つ「防災必需品」

げる情報ナビの 登録はお済みですか？

げる情報ナビは、下呂市の防災情報を手軽に受け取れる下呂市公式の防災アプリです。下記のQRコードからご家族の皆さんでぜひご登録ください。

■げる情報ナビ 新機能紹介

今いる場所から一番近い避難所をすぐに探せる！スマートフォンの位置情報をオンにすると、現在地から最も近い避難所を簡単に探すことができます。外出先で災害に遭ってしまった場合、迅速に避難所を見つけることができます。

・指定避難所の混雑状況がリアルタイムでわかる！

災害時に、どの避難所がどれくらい混んでいるのかをすぐに確認できるようになりました。避難場所を選ぶ際の参考にしてください。

②避難所をクリック



げる情報ナビを開き、メニューを押し、
①防災をクリック



App Store
からダウンロード



Google Play
で手に入れます



▲ダンボール間仕切りを組み立てる様子（宮田小学校体育館）



▲間仕切りを配置する参加者（宮田小学校体育館）



▲テント式パーテーション組み立て（上原小学校体育館）

今回のモデル避難所での訓練成果と課題を活かし、今後は市内の他の指定避難所でも同様の訓練を展開していきます。これにより、災害発生時に迅速かつ円滑な避難所の開設・運営体制を構築し、地域全体の防災力向上につなげていきます。

この訓練には、のべ約120人が参加し、体育館の開錠からパーテーションや簡易ベッドの設置、災害用トイレの準備まで、避難所開設の一連の手順を実践的に確認しました。参加者からは「避難所の開設方法が分かってよかった」という声があった一方で、「防災倉庫と体育館の距離が遠い」といった改善点も明らかになり、避難所開設・運営の実効性を高める上で有意義な機会となりました。

今年5月に、モデル避難所である上原小学校、金山小学校、宮田小学校の3カ所で、「地域・学校・行政」の連携による避難所開設訓練を実施しました。

■モデル避難所での訓練成果を地域防災に活かす

3. 実効性のある防災体制の構築と継続的な改善
 事前に避難所の鍵の開け方、防災倉庫の場所、資機材の組み立て方などを知っておくことは、いざという時に素早く動くことに直結します。訓練を重ねて改善点を見つけ、継続的に良くしていくことで、災害に強く、実効性のある避難所運営体制を築けます。



▲令和7年4月に森八幡神社横に設置された防災倉庫



【下呂市総合防災訓練】

◆日時 9月7日(日) 8:00～ ID 13653

※雨天決行 気象警報発表時中止

◆場所 市内各所

◆訓練内容

- ・各地区、自主防災組織による訓練
- ・1分間の安全行動訓練（シェイクアウト）



アプリのダウンロードや操作方法などご不明な点は、市ホームページをご覧ください。【危機管理課】 ☎24・2623

④現在地と避難所の位置を確認



③指定避難所の混雑状況をクリック



令和7年度

第20回下呂市青少年育成市民会議

6月14日(土) 星雲会館 天慶の間

下呂市の未来を担う青少年たちが、心身ともに健康に育ち、ふるさと下呂を大切に思う気持ちを育むことを願い、下呂市青少年育成市民会議が星雲会館で開催されました。

この日は、「わかあゆ賞授賞式」「少年の主張大会」「地域学校協働活動実践発表」を実施。参加した会場の大人たちは、日頃の成果を堂々と発表する青少年のひたむきな姿や力強い言葉に感動し、「若い世代の思いは私たちにとって大きな刺激になる」と活力をもらいました。また、市民会議には下呂市ジュニアリーダーズクラブの中高生も運営に加わり、司会や表彰補助などを率先して担当。参加者からは「運営に携わる子どもの元気が会場を盛り上げた」との声が聞かれるなど、青少年たちの活躍が光る一日となりました。

■「少年の主張」下呂市大会

社会環境が目まぐるしく変化する時代。未来の創り手である子どもたちにとって、広い視野、柔軟な発想、創造性などを身に付けていくための機会となるよう実施しました。市内中学校の代表6人の生徒が、堂々と主張しました。

最優秀賞・優秀賞受賞の2人を飛騨地区選考会に推薦しました。生徒の主張作文は、市ホームページに掲載していますのでご覧ください。



▲下呂市 HP



▲「少年の主張」発表者の皆さん



<優良賞>
船坂幸多郎
(萩原北中)
本当の部活



<優良賞>
島田悠萌伽
(竹原中)
無駄にしない
ために



<最優秀賞>
川井すみれ
(小坂中)
磨けば光る！



<優秀賞>
山崎 月子
(金山中)
努力は楽しさに
つながる



<優良賞>
木下 愛智
(萩原南中)
「消滅可能性都
市」のふるさと
を守るには



<優良賞>
今井ここな
(下呂中)
「世界をつなぐ」

※敬称略
※下呂市大会の結果

■地域学校協働活動の実践発表

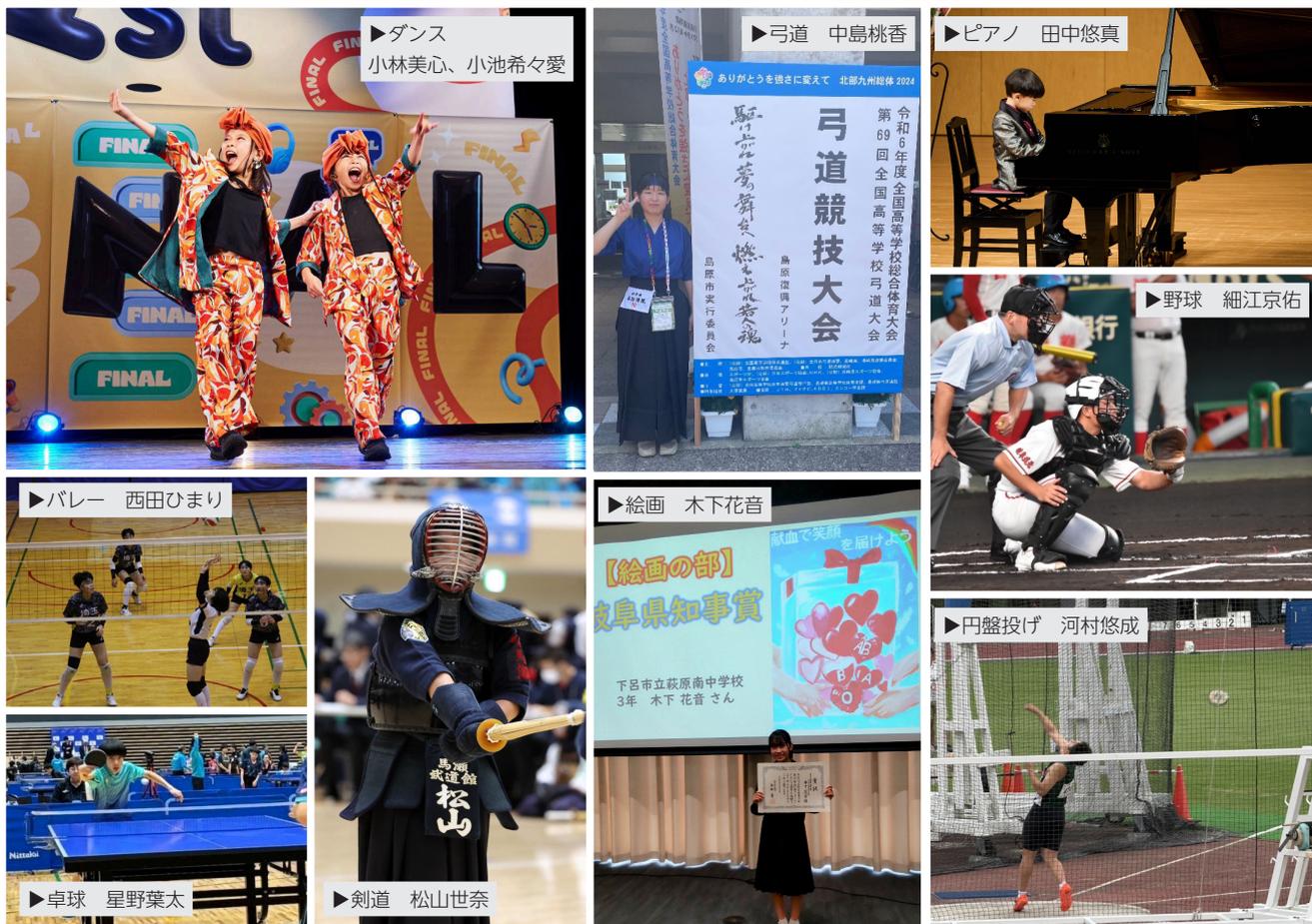
「地域を知り、地域から学ぶ」を演題として、宮田小学校区地域学校協働活動推進員 奥田重喜さんが実践を発表しました。地域と学校と家庭が連携、協働するからこそ、本物にふれる機会を得て、学びを深めることができることを伝えました。



▲活動内容を発表する奥田重喜さん

■下呂市青少年育成顕彰「わかあゆ賞」受賞式

「わかあゆ賞」は、地域内外で優れた活動を行った20歳以下の青少年をたたえるものです。下呂市青少年育成市民会議が開催された6月14日に授賞式を行い、顕彰を授与しました。



※わかあゆ賞受賞者の皆さんから、たくさんの写真を提供していただきました。紙面の関係上、一部の写真を掲載しております。すべての写真をご覧になるには、市HPをご覧ください。

【学芸・文化】 35人

武藤 遼磨
森本 凌司
林 栞愛
山下日紗菜
山田ここみ
山田 みと
田中 悠真
二村 瑠優
熊崎 湊介
熊崎 名桜
田中 遥仁
田口 ゆい
遠藤 舞陽
日比野杏南
中島 琉杜
大西 希実

木下 花音
大西 杏実
小池 沙奈
小林 磨依
今井 菜月
野村 皇心
丹羽美沙紀
松田 麻歩
今井 美陽
松嶋ひなた
大林菜々星
今井 晴葵
丁 春馬
丹羽 叶愛
細江 春喜
上平千帆実
後藤 菜穂
大森 美咲
竹内 堇

【スポーツ】 51人

二村あすみ
船坂幸多郎
船坂 暁人
島田悠萌伽
田上 千乃
河村 紅杏
老田 偉海
石丸晋乃介
鍛地 陽斗
木下 愛智
尾里 愛徠
船坂 千秋
船坂 果央
西田ひまり
坂本 翔琉
星野 葉太

細江 京佑
早川 峻平
星屋 裕都
長尾 優汰
小林 杏奈
池戸 惇貴
池戸 悠登
渡邊 敢介
中島 領玖
松山 世奈
老田弥真士
大崎 友
熊崎 健晟
河村俊太郎
河村 香那
中島 彩那
中島 遙香
濱田 悠花
濱田 彩斗

進藤 湊斗
曾我 月人
原田虎之介
片田 陽斗
山口 美弥
中島 千尋
中島 咲楽
濱田 琉花
小池希々愛
小林 美心
中林 篤乃
中島 嘉穂
船坂 咲月
和合 弘紫
中島 桃香
河村 悠成



【善行】 7人

腰山 咲歩
今井 歩
河村 莉奈
田口 綾乃
田口 舞
立石遼太郎
廣田 梨杏

【その他】 3人・2団体

熊崎 晟真
中川 悠
井戸亜朱菜
下呂市生徒会連合会
小坂中学校生徒会

夏の高血圧予防と減塩

★血圧と塩分(ナトリウム)・カリウムの関係★

塩辛いものを食べた後に、喉が渇いて水分が欲しくなることはありませんか？これは、体内のナトリウム(塩分の主な成分)が増えすぎることが原因で起こる症状です。私たちの体には、生命を維持するために血液中のナトリウム濃度を一定に保つ仕組みがあります。塩分を多く取りすぎると、体が水分を取り込んで血液中の塩分を薄めようとして、その結果、血液の量が増え、高血圧につながります。腎臓では塩分と水分の排出量を調節することで血圧をコントロールしています。



◆今が旬の夏野菜の効果

野菜や果物、特に生で食べられるものが多い夏野菜にはカリウムが多く含まれています。カリウムの最も重要な働きのひとつが、体内の余分なナトリウム(塩分)を尿として排出することです。カリウムを十分に摂ることで、ナトリウムとカリウムのバランスが保たれ、血圧の上昇を抑えることができます。

※腎臓病の人は、カリウム制限が必要になることがあるため、摂取量については主治医にご相談ください。

市では、どの年代においても目標量を上回る塩分摂取の傾向があります。熱中症予防として過剰に塩分のみを摂取することが高血圧の原因となる場合もあります。(R6年度下呂市健診結果)

100gあたりのカリウム量

ゆでほうれん草	490mg
ゆでブロッコリー	210mg
トマト	210mg
きゅうり	200mg
バナナ	360mg
キウイフルーツ	300mg
りんご	120mg
アボカド	590mg

(八訂食品成分表2024より)

		3歳	5歳	小学6年生	中学3年生	高校生	19~39歳	40歳~74歳
男性	目標量以上摂取者割合(%)	100.0%	92.9%	74.3%	51.6%	62.6%	57.4%	85.5%
	平均摂取量(g)	7.9	6.8	6.8	7.7	8.1	8.2	9.7
	目標量	3.0g未満		6.0g未満	7.5g未満			
女性	目標量以上摂取者割合(%)	93.6%	93.1%	69.5%	67.9%	71.8%	74.5%	92.2%
	平均摂取量(g)	7.2	6.2	6.9	7.4	7.6	7.7	9.1
	目標量	3.5g未満		6.0g未満	6.5g未満			



普段の食事がいつも通り食べることができていれば、塩分は十分に補給できています。熱中症予防には、3回の食事に加えて、意識的な水分摂取をおすすめします。

◆毎月14~20日は「下呂市減塩週間」

あらゆる食品に塩分は含まれます。「減塩食品」を利用し塩分摂取量を控えることもできますし、少しずつ薄味に慣れることも減塩への第一歩です。自身の健康の維持増進のために、塩分の適正摂取とカリウムを含む野菜の摂取を心がけてみませんか？



ID 8395

下呂市立休日診療所

☎24-1200

※事前に電話をしてからお越しください。

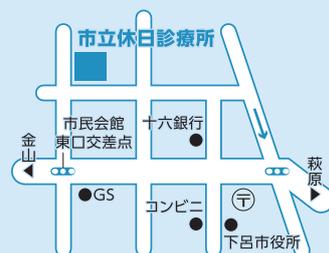
下呂市森801-10(下呂市市民会館内)

診療科目 内科、小児科(急病者に限ります) **診療日** 日曜、祝日、年末年始 **診療時間** 午前9時~午後3時

※受診の際は、マイナ保険証または保険証やお薬手帳(ある場合)をお持ちください。※急病者専用のため、平常継続して受けている治療はご遠慮ください。

8・9月の担当医	8/ 3(日)	小池利幸(小池医院)	9/ 7(日)	中田宗彦(中田医院)
	/10(日)	大林秀成(萩原北醫院)	/14(日)	近藤史郎(近藤医院)
	/11(月) 山の日	今井直人(花田医院)	/15(月) 敬老の日	阿部慎太郎(阿部医院)
	/17(日)	小林源博(こばやし整形外科)	/21(日)	草壁駿輝(下呂市立小坂診療所)
	/24(日)	奥村昇司(おくむらクリニック)	/23(火) 秋分の日	大塚正議(大塚耳鼻咽喉科医院)
	/31(日)	村瀬寛紀(村瀬眼科クリニック)	/28(日)	小池利幸(小池医院)

※都合により担当医が変わることもあります。



汗にまつわる 皮膚トラブル



汗の主な役割は気化熱による体温の調節と汗が作り出すバリアによる皮膚の保護です。しかし、汗を分泌する汗腺の機能異常や分泌された汗の性質によって様々な皮膚トラブルが引き起こされる可能性があります。

◎あせも(汗疹)

あせもは、大量に汗をかくと汗管の許容量を超えた汗による汗管のつまりや破壊が周辺の組織で炎症を引き起こすのが原因です。

◎汗かぶれ

汗の成分が皮膚を刺激し、かぶれた状態を汗かぶれ(汗による接触性皮膚炎)といいます。

◎汗疱(異汗性湿疹)

何らかの原因やきっかけによって手足の指や手のひら、足の裏に突然小さな水ぶくれが左右対称に多発し、これがやがて、かゆみや痛みをともなってきます。春や夏の汗のかきやすい時期にみられ、秋になると症状が軽くなるのが特徴です。原因不明のことが多く、金属アレルギーとの関係も疑われています。

◎アトピー

アトピー性皮膚炎では汗が出にくいことが多く、皮膚温の上昇、皮膚乾燥、皮膚のバリア機能の低下、抗菌力の低下などのために、症状やかゆみが悪化することがあります。アトピー性皮膚炎では発汗を避ける指導が症状を改善したというエビデンスはなく、発汗を避ける必要はない、むしろ発汗後の汗対策を重視し、汗をかけるようになることが治療の到達目標の一つとされています。

◎コリン性蕁麻疹

入浴後や運動後に体温を下げるために発汗をつかさどる神経の伝達物アセチルコリンが大量に分泌され、その際にヒスタミンが大量に分泌されて全身に膨疹が現れ、かゆみや炎症を引き起こします。

◎皮膚トラブルの手当て

かいた汗はこすらないようにこまめにふき取り、シャワーを浴びたり着替えたりして汗を皮膚に残したままにしないことです。汗を拭きとる際にはタオルなどでごしごしこすらないようにしましょう。汗をかいた皮膚は少しの刺激にも敏感になるので、かきむしらないを徹底し、日常使用している身に着けるものやクリームなどにも注意しましょう。症状を抑えるために使用する市販の外用薬はその反応に個人差があります。汗による症状が治まらなかったり悪化した場合は受診しましょう。

下呂市立金山病院 皮膚科 古田智彦

令和7年度栄養教室 受講生の募集



食育や生活習慣病予防など、食を通じた健康づくりを地域で実践する下呂市食育サポーターの養成カリキュラムである「栄養教室」を開催します。自分自身や家族のために健やかに過ごす食について仲間と一緒に学びませんか。

- ◆日時／10/10(金)、10/30(木)、11/7(金)、11/20(木)、11/27(木)
すべて 10:30 ~ 13:30(全5回)
- ◆会場／下呂市民会館 2階栄養指導室
- ◆参加費／1,500円(300円×5回)
※調理実習の材料費として
- ◆定員／10人
(定員になり次第、募集を締め切ります)
- ◆申込／
 - ①申請フォームからの申し込み
下記のQRコードからお申し込みください。
 - ②お電話での申し込み
下記の問合先に電話でお申し込みください。
(土日祝日を除く 8:30 ~ 17:00)
- ◆申込期間／8月1日(金) ~ 8月15日(金)
- ◆問合先／健康課 ☎ 25-2680(担当:山下)

<申込フォーム>



【8月】こころの相談のご案内



精神科医師による「こころの相談」を実施します。

- ◆日時／8月28日(木) 15:00~16:00
- ◆会場／下呂総合庁舎(萩原町羽根)
- ◆料金／無料
- ◆申込／予約制(必ず事前に予約してください)
- ◆予約・問合先
飛騨保健所 健康増進課
☎0577-33-1111(内線 254)

8月は「食品衛生月間」です。

食中毒を防ぐ3原則 菌を

つけない 増やさない やっつける

を徹底し、食中毒を予防しよう!



6/12 **地域活性化へ新名称！**
飛騨萩原観光協会に名称変更

萩原町観光協会は総会を開催し、名称を「飛騨萩原観光協会」に変更する提案が承認されました。これにより、萩原のイメージをより分かりやすく発信していきます。さわやかウォーキングなど、多彩な事業を展開している同協会の一層の活躍が期待されています。



5/27 **熱中症対策！郵便局と連携**
指定暑熱避難施設に係る協定締結式

市は日本郵便株式会社と「指定暑熱避難施設に係る協定」を締結しました。この協定により、市内14カ所の郵便局がクーリングシェルターに指定されます。熱中症特別警戒アラートが発表された時など、暑さをしのぐ場所が確保され、熱中症予防に役立つことが期待されます。



6/15 **笑顔あふれる国際交流**
ケチカン訪問団との交流会

金山町国際交流協会主催のケチカン・デーが下原公民館で開催。ケチカン訪問団による歌とダンスの披露やワークショップなど、にぎやかな交流が行われました。ダンスパーティーでは、訪問団と参加者が積極的に交流する姿も見られ、大いに盛り上がりました。



6/5.10 **福祉の現場を肌で感じる**
たんぼぼファーム視察研修

下呂地域の民生委員・児童委員が障がい者就労施設たんぼぼファームを視察研修で訪問しました。施設の利用者さんが生き生きと作業に取り組む姿や、職員の細やかな配慮、温かい支援を目の当たりにし、今後の地域福祉活動につながる貴重な経験となりました。



6/24 **地域福祉について考えよう**
馬瀬地域福祉研修会

下呂市社会福祉協議会主催の福祉研修会が開催され、区長、福祉委員、民生委員児童委員が出席しました。みんなが安心して暮らせるために、行政と関係機関との連携や日頃の何気ない会話、交流を通じて人のつながりを作っていく活動が必要であると学びました。



6/11 **子どもたちの笑顔のために！**
小坂町の民間事業者がボランティア活動

株式会社熊崎組が地域の子どものために、雨が降りつける中、おさかこども園の側溝掃除や砂場の整備などのボランティア活動を行いました。作業する様子を見た園児たちは、「かっこいい」「雨の中、ありがとう」とキラキラした眼差しで感謝を伝えました。



7/1

地域への思いを高らかに宣言 萩原北中で社会を明るくする運動

「社会を明るくする運動」として、地域のため何が
できるかを地元区長と考える座談会が開かれました。
生徒たちの熱い思いは『萩原北中宣言』として、市長
や参加者に伝えられました。また、県警音楽隊の演奏
などもあり会場は盛況に包まれました。



6/28

小坂町の魅力を伝えたい！

愛知淑徳大学の学生が小坂町を来訪

市と連携協定を結ぶ愛知淑徳大学の学生が来訪し、益田
清風高校の生徒と交流しながら、今年2月に品種登録され
たえごま「飛騨小坂おんたけ1号」を使用した五平餅づく
りなどを体験しました。学生たちは、「多くの人に小坂の
魅力を伝えたい」と今後の活動に胸を膨らませました。



下呂芸妓・舞妓通信 からんころん

皆さま、こんにちは。下呂温泉地域おこし協力隊の爲房
こころです。

着任してから一年半が経ちました。今年2月にデビュー
してから舞を披露する機会が増え、6月4日には下呂温泉
観光協会の総会にも出演させていただきました。デビュー
してまだ間もないですが、回数をこなして行くうちに緊張
することが少なくなり、柔らかく踊れるようになったと感
じています。さらに成長できるようこれからも稽古に励ん
でいきたいと思っています。

現在は、舞妓の稽古以外に下呂温泉まつりに向けて地域
の皆さんと一緒に民踊流しの練習をしています。民踊流し
には昨年も参加させていただき、下呂首頭を踊りながら大
橋を渡ったことや雨にうたれながら櫓の周りを踊ったこと
がとても印象的でした。今年も参加できることがとても嬉
しく、当日、多くの人と踊れることを楽しみにしています！
お盆の期間には下呂温泉合掌村しらすざき座で出演させて
いただく予定です。今回、披露する舞は夏の風景を表現し
ています。例えば、入道雲を見る様子や、染めた反物を川
で洗い流す様子などを目線や扇子を使って表現していま
す。観客の皆さまにこうした情景が伝わり、少しでも涼し
げな気分を感じてもらいたいと思います。
この季節にしか見ることのできな
い舞台をぜひ、ご覧ください。



地域おこし協力隊
一慶/爲房こころ

Instagramを
フォロー▼



ID 24321



手話奉仕員養成講座に
参加しませんか

初心者を対象とした手話講座の参加者を募集します。聴覚障がいのある人への理解を深め、簡単な手話表現を習得して、手話でコミュニケーションする楽しさを学んでみませんか。

◆日時

【入門編】令和7年9月17日～
令和8年3月25日(全22回)

【基礎編】令和8年4月1日～
令和8年10月中頃(全23回)

※毎週水曜日 19:30～21:00

◆場所 下呂市民会館

◆受講料 無料(テキスト代は実費負担)

◆募集定員 18歳以上で20人まで

◆申込方法 電話・FAX

または右記QRコード

からお申し込みください。



◆申込期間 8月1日(金)～9月1日(月)

問 社会福祉課 ☎ 52-3936 内線 609

ID 33779



高山税務署の資産課税部門
がなくなります

これまで高山税務署で行っていた資産税(相続税、贈与税、土地等譲渡所得税)に関する事務を多治見税務署で行うことになりました。高山税務署の資産税担当職員は不在ですので、個別相談は、電話での事前予約をお願いします。

◆個別相談事前予約の連絡先

多治見税務署 資産課税部門

☎ 0572-22-0101(音声案内に従い「2」を選択してください。)

面談による相談を行う場合は、多治見税務署の職員が高山税務署に出向くなどして対応します。また、一般的な相談は、高山税務署にお電話のうえ、音声案内に従い「1」を選択し、電話相談センターにご相談いただくか、国税庁HPのチャットボットまたはタックスアンサーをご利用ください。

問 税務課 ☎ 24-2635(直通)

ID 296



マイナンバーカード
休日窓口



カードの申請、受け取り、電子証明書の更新や暗証番号の再設定、保険証の利用登録などのお手続きが可能です。

仕事などで平日の日中にカードの手続きができない人はご利用ください。

◆場所 市役所下呂庁舎

◆日時 8月31日(日) 9:00～12:00

※下呂地域以外にお住まいで、休日窓口でマイナンバーカードの受け取りを希望される人は8月25日(月)までに必ずご連絡ください。

問 市民サービス課 ☎ 24-2634(直通)

ID 33426



市有財産を売却します

◆申込期間 令和7年8月1日(金)～29日(金)

※1つの物件に複数の応募があった場合は、抽選となります。詳しくは市ホームページをご覧ください。財務課までお問い合わせください。



No.	場所	種別	面積	売却価格
1	湯之島	土地	319.76㎡	8,697,000円
2	湯之島	土地	297.85㎡	7,893,000円
3	小坂町小坂町	土地	281.86㎡	2,565,000円
4	焼石	土地	110.21㎡	639,000円
5	金山町大船渡	土地	334.35㎡	2,441,000円
6	金山町大船渡	土地	375.17㎡	2,364,000円
7	金山町祖師野	土地	642.73㎡	3,634,500円
		建物	142.42㎡	

問 財務課 ☎ 24-2222 内線 223

ID 18908



中学校卒業程度認定試験

中学校卒業程度認定試験とは、病気などやむを得ない事由によって保護者が義務教育諸学校に就学させる義務を猶予または免除された子どもなどに対して、高等学校入学に関し、中学校を卒業した人と同等以上の学力があるかどうかを認定するために国が行う試験です。合格した人には高等学校の入学資格が与えられます。

◆試験日 10月16日(木)

◆願書受付期間

7月25日(金)～8月29日(金)

受験資格など、詳しくは学校教育課までお問い合わせください。

問 学校教育課 ☎ 52-2980(直通)

**下呂温泉病院
がん患者交流会**



病気と上手く向き合い自分らしい人生を送るために、体験や悩みなどを患者さん同士でお話ししてみませんか？

- ◆日時 8月21日(木) 14時～
(約1時間30分の予定)
- ◆場所 下呂温泉病院 1階集団指導室
- ◆対象 がん療養中の人やそのご家族
(下呂温泉病院に通院していなくても可)
- ◆内容 療養生活に関するを中心とした患者さん同士の座談会、専門スタッフへの療養生活に関する相談など
※申込方法など詳細は、下記までお問い合わせください。
- ◆問合先 下呂温泉病院患者支援センター入退院調整担当
☎ 0576-23-2222 内線 1118

ID 33791

市政報告会を開催します

市政がより身近なものになるよう、市長が市の取り組みや施策を報告し、これからの市政の進め方や主要事業についてお話しします。ぜひお近くの会場でご参加ください。

開催日程	開催場所
8月19日(火)	萩原地域 星雲会館
8月20日(水)	小坂地域 きこりセンター
8月25日(月)	下呂地域 竹原公民館
8月27日(水)	金山地域 下原公民館
9月2日(火)	馬瀬地域 馬瀬中央公民館
9月4日(木)	萩原地域 あざんず会館
9月9日(火)	下呂地域 下呂市民会館

※開催時間はいずれも 19:00～20:30

問 秘書課 ☎ 24-2624 (直通)

ID 21521

**創業・起業支援セミナー
開催のお知らせ**

創業したいが進め方がわからない、準備資金や運転資金の考え方を知りたい、事業計画の立て方を教えて欲しいなど、お悩みありませんか？

市では創業を考えている人、創業して5年未満の人を対象にした創業・起業支援セミナーを無料で開催します！

- ◆日時 9月3、10、17、24日 (毎週水曜) 19:00～21:00 (18:30受付)
- ◆会場 いで湯の里ふれあいセンター3階会議室 (下呂市森 922-6)
- ◆申込方法 市ホームページのチラシを印刷して提出いただくか、下記QRコードから申し込み、または商工課までお問い合わせください。
- ◆期限 8月29日(金) 17:00
- ◆定員 30人



問 商工課 ☎ 24-2638 (直通)

『チャンネル下呂12』番組内容

地デジ12

週刊まめなかな
[8月のコーナー]



8月6日～19日

◆こんにちは！市役所です

健康課から「クアオルト健康ウォーキング」についてのお知らせ

★チャンネル下呂特別番組

鳳凰座歌舞伎公演

前編 2日(出)14日(木) 13:00～

後編 3日(日)15日(金) 13:00～ 他

※番組内容は予告なく変更する場合があります。
※チャンネル下呂12の番組表につきましては、EPG(電子番組表)をご確認ください。

■取材依頼はこちらまで

【Mail】chgero@ccn-catv.co.jp

【FAX】20-4003

【ハガキ】〒509-2202

下呂市森 793-15 CCN 下呂支局

ID 8824

市営住宅入居者募集
募集期間 8月1日～15日

◆入居予定
10月1日(水)



▶公営・森住宅C棟 304号室
(森 1539 番地 1)

H4年建設 耐火4階3K(单身可)
家賃 17,700円～46,900円

▶一般・幸田住宅 103号室
(幸田 1126 番地 17)

S63年建設 耐火3階2K(单身可)
家賃 18,800円

▶一般・井尻団地 303号室
(金山町金山 3175 番地 1)

H6年建設 耐火3階1DK(单身用)
家賃 19,100円～35,000円

問 まちづくり推進課 ☎ 24-2629(直通)

ID 33659

**リチウムイオン電池の発火
事故に注意ください**

電動工具やモバイルバッテリーに使われているリチウムイオン電池による発火事故が増加しています。膨張しているなどの異常を感じたら、すぐに使用を中止してください。

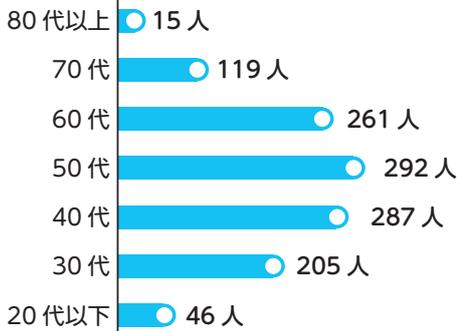
また、不要になったリチウムイオン電池は、「小型家電製品・日用品混合ごみ専用袋」に入れてごみ出しをお願いします。変形していて危険と判断した場合は、直接クリーンセンターへ持ち込んでください。詳しくは市ホームページをご覧ください。



問 環境対策課 ☎ 26-5011 (直通)

市民生活アンケート調査結果報告（令和6年度実施分）

年代別回答者数（総数 1,225 人）



市民生活アンケートとは

市民の皆さんのまちづくりに対する考えや日常生活の意識などを把握するため、毎年、市民生活アンケートを実施しています。

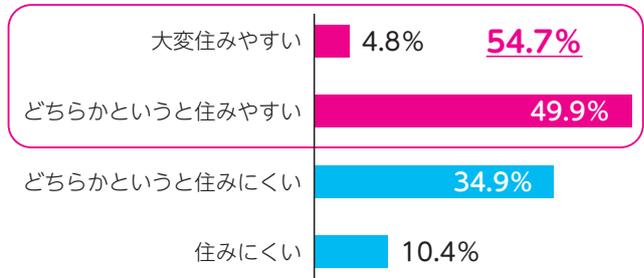
今年度から始まった下呂市第三次総合計画では、将来像として「ぬくもり つながり わくわく 下呂市」を掲げています。このアンケート結果を計画に反映させ、将来像の実現に向けたまちづくりを進めていきます。



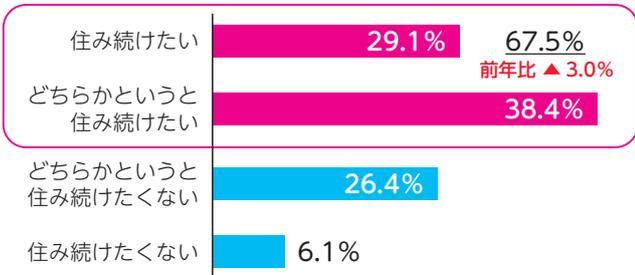
アンケート項目のうち、重要な指標の一つである「下呂市が住みやすいまちだ」と感じる市民の割合は54.7%という結果となり、昨年度と比較すると2.1ポイント改善しています。

一方で、第三次総合計画（重点プロジェクト）の数値目標となっている「下呂市に住み続けたい」と感じる割合や「今の暮らしが幸せだ」と感じる割合は、昨年度と比較すると減少している状況が明らかになりました。

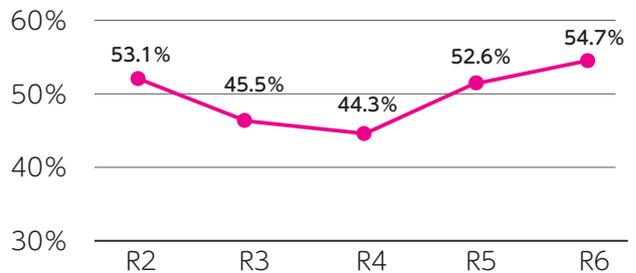
Q. 下呂市は住みやすいまちだと感じますか？



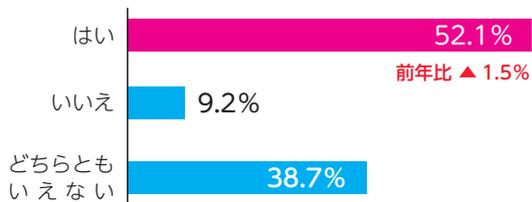
Q. 下呂市に住み続けたいと感じますか？



下呂市が住みやすいまちだと感じる割合



Q. 今の暮らしが幸せだと感じますか？



「住み続けられるまちであるために、今後どのようなまちづくりに力を入れるべきだと思いますか」という設問に対しては、昨年度と同様に「医療体制が整ったまち」が最も多く、次いで「働く場所があるまち」「子育て支援が充実したまち」の回答も多くありました。

市では、こうした声に応えるべく、医療提供体制の強化のほか、働く環境や安心して出産・子育てができる環境を整えることなどに取り組み、誰もが心豊かに暮らせるウェルビーイングなまちを目指します。

全てのアンケート結果は、市ホームページに掲載しています。右記QRコードよりご確認ください。



イベント情報

◆第48回ひだ金山清流マラソン大会



第48回ひだ金山清流マラソン大会の参加者を募集しています。健康づくりの場、家族や友人との交流の場として参加してみませんか？詳しくは市ホームページでご確認ください。

- ◆開催日 11月2日(日)
- ◆場所 金山リバーサイドスポーツセンター
- ◆申込期限 9月15日(月・祝)まで
- ◆問合せ先 金山振興事務所
☎ 32-2201



※この大会はスポーツくじの助成を受けて開催します。

ID 32611

◆Vitality 下呂ウォーク 2025

スマートフォンアプリ「Vitality」を活用した健康づくり事業が今年もスタート！ウォーキングなどの運動に取り組み、週間目標を達成すると、さまざまな特典が獲得できます。この事業は、市が連携協定を結んでいる住友生命保険相互会社の協力のもと実施します。

- ◆期間 9月1日(月)～10月26日(日)
 - ◆対象 市内在住・在勤の18歳以上
 - ◆定員 先着200人
 - ◆申込期間 8月25日(月)10時～8月31日(日)18時まで
- 申込期間中に、専用アプリ「Vitality」の登録サポート会を開催します。詳細は市ホームページをご覧ください。

- ◆問合せ先 健康課
☎ 24-2222 (内線 173)



ID 28583

◆第35回馬瀬川大花火



◀馬瀬フォトコンテスト2024グランプリ作品(写真撮影) 篠田秀雄氏

ID 33530



飛騨地方では最大級の尺玉大花火が打ち上がる花火大会です。馬瀬の山々に響き渡る大迫力の花火をぜひご覧ください。昨年より時期を9月に変えて開催しています。多くの皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

- ◆日程 9月13日(土) 19:30～
※例年より打上時刻が30分早くなっています
- ◆会場 馬瀬中切地内 馬瀬川河畔
- ◆問合せ先 南飛騨馬瀬川観光協会
☎ 47-2841



岐阜県広報

岐阜県からのお知らせ

点字版・音声版をご希望の方は、県庁広報課へご連絡ください
音声版には、CD(デジター編集)での提供と音声用のテキストデータの配信もあります

この情報は令和7年6月27日現在のものです。
この紙面に関するお問い合わせは、県庁広報課まで ☎058(272)1111(代) FAX058(278)2506



情報ボックス



県広報は県公式ウェブサイト、広報紙ポータルサイト「マイ広報紙」・「岐阜イーブックス」、広報紙アプリ「マチイロ」でも公開中！
※掲載している二次元コードは、スマートフォンの機種やアプリなどによって、読み込めない場合があります

- アイコン説明
- 催し
 - 募集
 - 資格・研修
 - その他



「古墳時代から織部、そして現代へ」を開催します

土岐市美濃陶磁歴史館が誇る名品に、土岐市の寺社に伝わった貴重な文化財を加え、当地で育まれてきた造形美を古墳時代から現代までたどります。

- とき/8月23日(土)から11月3日(月・祝)まで
- 10:00～18:00(入場は17:30まで)
- ところ/県美術館(岐阜市)
- 料金/一般800円 大学生600円 高校生以下無料
- 問/県美術館 ☎058(271)1314



8月は「野菜の日」を含む岐阜県野菜ファースト強化月間

県では、8月を岐阜県野菜ファースト強化月間として定めています。1日の野菜摂取目標量は350gですが、県民の野菜摂取量は、男性278g、女性251gと目標量に達していません。毎日の食事に「野菜プラス1皿(約70g)」を食べよう心がけましょう。

- 問/県保健医療課 ☎058(272)8497



やる気発掘農業ゼミ オンラインの受講者を募集

米や野菜の栽培技術、本格就農への基本情報について、「好きな時間に・気軽に・無料で」学べるオンライン講座を配信します。

- 配信期間/9月17日(水)～11月18日(火) (テーマごと3回に分けて配信)
- ところ/オンライン(無料)
- 申込方法/ウェブサイト
- 申込期限/11月10日(月)
- 問/ぎふアグリチャレンジ支援センター ☎058(215)1550



河川水難事故に注意！ライフジャケット・ヘルメットを必ず着用！

川で遊ぶ際は下記に注意しましょう。

- ・ライフジャケット・ヘルメットを必ず着用する
- ・岩や橋から飛び込まない
- ・対岸へ泳いで渡ろうとしない
- ・お酒を飲んで川に入らない
- ・護岸ブロックなど人工構造物には近づかない
- 問/県河川課 ☎058(272)8593



第33回岐阜県文芸祭の作品を募集します

- 応募料/1部門1,000円(高校生以下無料)
- 応募方法/郵送、メールまたは持参
- 応募期限(当日消印有効) / 【一般の部】9月30日(火) 【小中学生の部】9月20日(土)
- 応募先・問/ (公財)岐阜県教育文化財団 ☎058(233)8161



野生いのししへの豚熱経口ワクチン散布を行います

養豚農場での豚熱の発生を防止するため、経口ワクチンの野外散布を実施します。散布時期には、散布地域の山間部への立ち入りを控えていただくようお願いいたします。

- とき/8月27日(水)～9月18日(木)
- ところ/県北部山林(飛騨、郡上、下呂、揖斐地域)
- 問/岐阜県経口ワクチン対策協議会 ☎058(272)8892

スマホやタブレットで
広報紙が読める

広報紙をPC・スマホで
@マイ広報紙

電子書籍ポータルサイト
@岐阜イーブックス

まちを好きになるアプリ
@マチイロ

5/18日 卓球



南部体育館

(一般男子の部) ②萩原クラブ
①金山卓球クラブ ③下呂クラブ

5/25日 ゴルフ



下呂カントリークラブ

①柿ヶ野忠孝 ④中島要助
②佐藤恭弘 ⑤三木和佳
③今井謙治

5/29日 グラウンド・ゴルフ



飛騨川公園

①加藤勇 ④熊崎梅敏
②山口茂男 ⑤桂川昭志
③洞武雄

6/5日 バレーボール



下呂小体育館

(マスター女子の部)
①金山 ②下呂さつき

6/7日 アーチェリー



南部グラウンド

(50m・30mの部) (30m・30mの部)
①吉川健 ①加藤芳克
②島村龍児 ②都竹伸平

6/8日 ソフトテニス



あさぎりテニスコート

(一般男子の部) ①萩原 ②下呂
(一般女子の部) ①萩原 ②下呂
(成壮年の部) ①萩原 ②下呂

〈下呂市スポーツ協会主催・各種目団体主管〉 (結果) 第77回 下呂市スポーツ大会

市スポーツ協会では、市民の皆さんに広くスポーツを推進し、スポーツ精神を育むことで、「健康増進と体力向上」や「競技者の競技力向上」を図り、誰もが長くスポーツを楽しめる「生涯スポーツ社会」を目指しています。今期は11種目の競技に10代から100歳まで460人が参加しました。9月には岐阜県大会が開催されます。

6/8日 バスケットボール



あさぎり体育館

(女子の部)
①下呂女子A ②下呂女子B

6/8日 軟式野球



あさぎり野球場

(一般の部) (壮年の部)
①萩原倶楽部 ①金山倶楽部 40
②金山倶楽部 ②オール萩原 40

6/22日 陸上



下呂中グラウンド

(一般男子の部)
1500m ①細江琉斗 走り幅跳び ①猪飼翔太
(30才以上の部)
100m ①今井富樹 ②河島圭伍
400m ①今井富樹 ②曾我隆史
1500m ①中島竹司 ②早川宗彦
砲丸投げ ①中島隆久
(一般女子の部)
100m ①今井亜有 ②中島美幸
走り幅跳び ①中島美樹
(混成) 400mリレー ①下呂(今井亜有・河島・今井富・鱈坂)

6/8日 バドミントン



あさぎり体育館

(一般男子の部) (一般女子の部)
①古谷卓也・山田康太 ①三木ゆい菜・伊藤文子
②二村彰・兼山壽伸 ②上田淳子・中川智子
③伊藤修二・高橋良典

6/12日 ゲートボール



舞台峠ドーム

①尾崎あさんずチーム ③金山下原チーム
②鳳凰会チーム ④白草会チーム



秋には、初心者向けのスポーツ体験会の開催を予定しています。この機会にスポーツに触れてみませんか？皆さんが健康で豊かな日々を送れることを応援しています！
下呂市スポーツ協会 ☎ 52-1514

人の動き

7月10日戸籍受付分までを掲載

人口 (令和7年7月1日現在)

男性：13,578人 女性：14,927人
合計：28,505人 (-57人)
世帯：12,074世帯



ご結婚

(
(
(
(

お悔やみ

ご誕生



JVA 第44回全日本クラブ バレーボール選手権大会

【8月8日～11日 埼玉県】

細江 昂矢 (岐阜クラブ)

2025 モルック世界大会

国別対抗戦

【8月14日～17日 ポーランド】

熊崎 隆介 (Gero Nexus)

令和7年度全国高等学校総合 体育大会

【7月23日～8月20日 広島県】

▷剣道男子個人

藤森 良人 (郡上高校3年)

▷体操男子個人

中島 領玖 (岐山高校2年)

▷陸上男子 5,000m

長尾 優汰 (美濃加茂高校3年)

▷陸上男子 1,500m、800m

森 亮太 (美濃加茂高校3年)

第49回全国高等学校総合 文化祭 (芸術・工芸部門)

【7月26日～31日 香川県】

▷絵画 (アクリル)

作品名：「青春」

青木 亜美 (斐太高校2年)

▷デザイン (平面)

作品名：「天気雨の水たまり」

上平 千帆実 (益田清風高校3年)

※全国大会などに出場する選手・団体に対して激励金を交付しています。詳細は、市ホームページをご覧ください。

問合せ先：【スポーツ】まちづくり推進課 ☎ 24-2628 【文化活動】地域振興課 ☎ 23-3777



Kid'stagram

お子さんの写真大募集!



熊崎 ^{りん}凛 ちゃん (1歳)

#泣き相撲頑張ったね!
#スクスク育てね
#大好きだよ♡



小澤 ^{みり}実璃 ちゃん (5歳)
^る瑠来 ちゃん (1歳)
^{とうい}叶依 ちゃん (3歳)

#3姉弟 #おそろいコーデ
#ケンカもするけど仲よし

我が子の笑顔を皆さんに届けてみませんか?

QRコードから応募フォームに必要事項を入力し、お子さんの写真を添えてご応募ください。

チャンネル下呂12

ご応募いただいたお写真は、チャンネル下呂の「G-kids」(毎月最終週)でも放送されます。

ステキな笑顔
お待ちしております



下呂市食育レシピ

暑さを吹き飛ばす!夏の元気レシピ

『ラタトゥイユ カレー風味』



ワンポイント

夏野菜はビタミンやミネラルを多く含んでいるものが多く、夏の暑さによる脱水や体温上昇を抑制する効果があります。また、疲労回復、食欲増進、紫外線対策など体にうれしい効果が期待されます。

【材料(2人分)】 【1人分】 250kcal、塩分 0.8g

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| 豚ミンチ……………50 g | ピーマン……………5 g (1個) |
| トマト……………400 g (2個) | コーン……………10 g |
| ナス……………50 g (1/2本) | 減塩コンソメ………2.5 g (1個) |
| タマネギ……………50 g (1/4個) | カレー粉……………大さじ1 |
| ズッキーニ……………50 g (1/2本) | 減塩だし醤油………小さじ1 |
| オクラ……………10 g (2本) | 塩、こしょう………少々 |
| | 油……………大さじ2 |

作り方

- ①野菜を全て1cm角に切る(トマトだけ別にしておく)。
 - ②フライパンに油を熱し、豚ミンチ、①の野菜(トマト以外)を塩こしょうを加え炒める。
 - ③全体に油がなじんだらトマト、減塩コンソメを加え中火で5分程煮る。
 - ④野菜に火が通ったら、カレー粉、減塩だし醤油を加え2~3分煮込む。
- ※トマトはカットトマトでも代用可です。ごはんやパスタなどの麺類にかけてお召し上がりください。



10言語対応「広報げる」
カタログポケットで配信中



下呂市役所
公式LINE

UD FONT
by MORISAWA