

2004 6 June 第4号 Vol:4



緑まぶしく川の流れも豊かになって、活気あふれる季節となりました。

アユ、消防、イベントにと忙しくなりそうです。

議会や市幹部の体制も整い、主要事業や本予算編成が急ピッチで進められています。

下呂市初めての夏は、すぐそこまで来ています。



CONTENTS

● 市長あいさつ	2・3
● 助役・収入役就任	4
● 市議会議長選出	5
● アウトドアのすすめ	6~8
● 表彰おめでとう	9
● 下呂市ニュース	10・11
● 保健センターだより	12~14
● 家庭の医学・休日診療	15
● 教育委員会だより	16~19
● 図書コーナー	20
● 警察・消防	21
● ハローワーク求人情報	22・23
● おすすめイベント&スポット	24・25
● ほっとピックス	26・27
● 暮らしの情報あれこれ	28・29
● 読者のページ	30
● 人の動き	31
● 下呂市カレンダー	32

見事な演技で観衆魅了！

5月3日・4日に、下呂市御厩野の「鳳凰座」で素人歌舞伎が行われ、会場に詰め掛けた多くの歌舞伎ファンを魅了しました。（写真は子ども歌舞伎『寿曾我対面』の一場面）

新生下呂市 山田市長のかじ取りでいよいよスタート

下呂市のスタートにあたり

下呂市長 山田 良司



もとより、旧五町村はそれ
ぞれ長い歴史の中で、活力あ
る産業振興・快適な生活環境
整備や思いやりのある福祉、
そして特色のある教育の充実
など積極的に行政を推進し、
住みよいまちづくりに取り組
んでこられました。

今後の市政においては旧五

町村の自然特性を生かし、互
いの地域ではぐくまれた風土
や文化を尊重し、融和と協調
を図りながら、それぞれの地
域の均衡ある発展と市民本位
のまちづくりを進める所存で
あります。

こうした重大で歴史的な転
換期ではありますが、市民の
ご期待と負託に応えるために
も初心を忘ることなく、「ふ
るさと下呂市」のため、「公
平」「平等」を大前提として、
全力を傾注、市政のかじ取り
をさせていただきたいと思い
ます。どうか、市民の皆さま
の一層のご理解とご協力を賜
りますようお願い申し上げま
す。

さまざまな論議の中進め
られてきた、益田地域の町村
合併による新生「下呂市」が
発足して3カ月となります。
今日の合併にかかわって
こられた五町村長をはじめ、
町村議会の皆さん、さらに

真剣に合併問題に取り組んで
こられた市民の皆さんに敬意
と感謝を申し上げます。

私もこれから市政運営に
関し、初代市長としてその重
責をひしひしと感じております。

健やかで心豊かな 市民生活づくり

行財政改革

市民の皆さまがいつまでも
健やかで豊かな生活ができる
よう、総合的な健康づくりを
行い、南飛騨国際健康保養地
づくりを県と連携し進めてま
ります。また、地域による
福祉サービスの充実を図り、
「助け合い」「思いやり」の心
を醸成し、地域に根ざした地
域福祉社会の構築を図ってま
ります。また、次代を担う
子どもたちを健やかに育てる
ことは、私たちの使命であり、
利用者の視点にたつた保育サ
ービスの充実に努めます。そ
して子どもたちが、のびのび
と明るく育つための「メリハ
リ教育」を関係者の皆さんと
協議して進めてまいりたいと
思います。

本年は国において「三位一
体改革」が実施され、国庫補
助負担金の削減・地方交付税
の減額・税源委譲などが行わ
れ、特に中山間地域の下呂市
においては影響額は大きく、
低迷する市税収入と合わせ、
大変厳しい財政運営を行わな
ければなりません。

このため、事務事業の点検
を行い、経常経費の全般的な
見直しにより歳出の抑制と組
織のスリム化、効率化に努め、
業務の目的・目標を明確にし
た職員の意識改革を求めてま
ります。また、計画されて
いる大型プロジェクトにつき
ましては、事業の規模・内容・
効果などをさらに精査し、多
方面からの意見を拝聴し、総
合的に判断してまいりたいと
思います。そして、国や県と
連携し、支援プランによる制
度事業を有効に活用してまい
りたいと思います。

そして、市民の皆さんとの社
会生活や産業経済活動に不可
欠である上下水道整備など生
活環境整備については積極的
に実施してまいります。

市は「自己責任・自己決定」

二十一世紀を迎え、社会構造は成長段階から本格的な成熟段階へと移り変わり、地方分権社会や少子高齢化社会の到来、ＩＴ社会の進展、地球規模での環境問題など社会環境が変貌しており、価値観も物の豊かさから心の豊かさへと大きく変わつてきておりま

モードのグランドリザイング

駄のない行政の執行に取り組んでまいります。そして、合併協議未了事業についても、早急に調整方針を決定してまいりたいと存じます。

という新たな地方分権時代を迎えます。行財政改革を進め、中、市民の皆さんと行政の役割分担についても、さらに見直しを検討していく必要があると思います。いろいろな会議や交流の場でご意見やご提案をいただき、市民と行政が「協働」するまちづくりを進めしていく決意であります。

また、合併後の山積している行政課題に柔軟に対応するため、全庁横断的な取り組みを前面に掲げ、創意工夫を凝らし、行財政改革を進め、無

旧五町村のすばらしい資源をフルに活用し、農林業を觀光産業とリンクさせ地場産業を一層振興するとともに、健康と温泉をテーマとした南飛騨国際健康保養地事業をさらに県と連携しながら推進進め、交流人口と定住人口の増加を図つてまいります。

また、日本海から太平洋まで縦断するR41を基軸とした広域的な地域連携の強化やアジア圏など海外からの集客戦略を行うことにより、下呂温泉を中心とした観光振興と下

観光を基軸とした産業

す。今こそ現状を見つめ、これから課題に対応したまちづくりを推進していかなければなりません。

そのため、これから「下呂市」のまちづくりの指針として「下呂市総合計画」を策定いたします。なお、合併時に策定された新市まちづくり計画「煌」と旧五町村の総合計画を十分ベースとしながら、市民の皆さまとの協働として、「下呂市」のグランドデザインを描いてまいります。

A black and white photograph of a waterfall cascading down a rocky cliff into a pool of water, framed by dense foliage.

地産地消のサイクル構築

南飛騨の豊かな自然の東
みからはぐくまれた農林産物
を、まず地元の人々が再認識
し、流通できる需要と供給の
バランスの取れたしくみづく
りを構築したいと考えています。

平成18年の「全国植樹祭」は萩原町地内で開催が決定しており、ホストシティーとして

等なまちづくり」、「協働によるまちづくり」を進めてまいります。

呂市の活性化を図つてまいり
たふと思ひます。

これは、市場の中心である下呂温泉と下呂市全体が、

て、市民の皆さまの絶大なる協力を頼ります、万全の受け



助役・収入役を選任

5月7日から開催された臨時議会最終日の14日、下呂市助役・収入役ならびに監査委員、教育委員などを選任することが同意され、同日付けて次のみなさんが就任されました。（敬称略）

岡崎助役は、旧萩原町役場で保養地整備課長、経営管理課長などを歴任し、下呂市誕生と同時に財政課長を務めました。小池収入役は、林野庁職員として管理部監査官などを歴任し、旧馬瀬村役場では収入役、助役を務めました。助役 収入役の任期は4年です。



助役
岡崎 和幸
(52歳・萩原町上村)



収入役
小池 永司
(60歳・馬瀬惣島)



監査委員（議会選出）
山下 信義
(67歳・小坂町長瀬)



監査委員
中島 春生
(67歳・金山町菅田桐洞)



教育委員
尾里 隆文
(43歳・馬瀬数河)



教育委員長職務代理者
富永 京子
(47歳・萩原町萩原)



教育委員長
森 一樹
(48歳・金山町菅田桐洞)



教育長
田口 正邦
(65歳・夏焼)

固定資産評価審査委員会委員

大森 公治	(56歳・市民部長)
桂川 市雄	(67歳・萩原町羽根)
山口 義郎	(70歳・湯之島)
中島 晋	(51歳・金山町金山)

《個人の市民税均等割額が変わりました》

地方税法の改正により、個人の市町村民税の均等割について、人口段階別に応じた税率区分が廃止され、均等割額が全国的に統一されました。

これに伴い、下呂市市税条例の一部改正が行われ、平成16年度の市民税より均等割額が年額3,000円になりました。（県民税均等割額1,000円は変わりません）

	改正前	改正後
市民税	2,000円	3,000円
県民税	1,000円	1,000円
合計	3,000円	4,000円



市議会

議長に野村誠さんを選任

議員の委員会構成が決まる



議長
野村 誠さん
(55歳・小川)



副議長
中野憲太郎さん
(57歳・萩原町萩原)

委員会構成

(◎は委員長、○は副委員長、敬称略)

総務常任委員会

下呂市誕生後初めてとなる「第1回市議会臨時会」が、5月7日から14日まで、下呂市役所下呂庁舎議場で開かれ、正副議長をはじめ、各常任委員会の構成が決まりました。
議長の野村誠さんは、旧下呂町議会で、建設常任委員長や産業経済常任委員長、議会運営委員長などを歴任され、3度の議長経験があります。
副議長の中野憲太郎さんは、旧萩原町議会で、総務委員長、副議長を歴任されました。

建設経済常任委員会

◎木一 良政	○二村 金吾	中島 達也	田口 幸雄
山下 信義	山下 一彦	大前 武憲	野村 誠
宮川 茂治			

下呂市誕生から2カ月余りたつた5月7日、下呂市議会の初議会が開催されました。

冒頭に議長選挙が行われ、私が議長に就任しました。もとより浅学非才でありますが、誠心誠意務め職責を全うしたいと思います。

副議長には、中野憲太郎議員が就任されました。

平成の大合併により益田郡5カ町村が合併し、人口4万人余り、面積850平方キロ余りの下呂市となりました。豊かな自然や文化に恵まれ

おり、魅力ある地域づくりを目指していきます。

私たち議員26人は、各選挙区の市民の皆さまより、議員として4年間の付託を受けました。行政と議会は車の両輪に例えられます。議論を尽くし、チエック機能を果たしながら、相互の理解と協力によって、市民の幸福、下呂市発展のために邁進しなければなりません。

私は、市政の推進と議会の円滑な運営のため懸命の努力をする所存であります。

教育民生常任委員会

◎片田 良治	○林 芳樹	松井 旬子	中島 新吾
熊崎 兼治	中野憲太郎	田口 譲	二村 勝己

※6月定例会からは午前10時の開会となります。



今年の夏は ワイルドで行こう！

朝から晩まで友だちと遊び、真っ黒に日焼けしていた子どもたち、今は少し事情も変わって文武両道。部活動やスポーツ、塾で学力を高めたりと子どもたちも忙しい日々を過ごします。そんな子どもたちにとって、屋外での家族との楽しいひと時は、かえがたい財産、思い出となることでしょう。都会の人々がうらやむ自然の中で、家族のきずなを深めませんか。アウトドアの魅力と達人のアドバイス、市内の施設をご紹介します。

思いどおりにならない 自然の魅力

アウトドアブーム（自然派趣向）で、オートキャンプやバーベキューなどを楽しむ方が年々増えています。

立派なテントや道具を持つ出かけ「建て方がわからずテントに包まつて寝た」というエピソードを聞いたこともあります。そんな失敗も好例として、まずは一歩外へ、屋根のないところで生活することへの挑戦をお勧めします。

立派なテントや道具を持つ出かけ「建て方がわからずテントに包まつて寝た」というエピソードを聞いたこともあります。そんな失敗も好例として、まずは一歩外へ、屋根のないところで生活することへの挑戦をお勧めします。

失敗は早く良い条件の中で

最初から無理をせず、失敗してもよいという気楽さが、自然を楽しむ心のゆとりを生み出してくれます。

まずは一歩外へ！

ひと工夫で注目度アップ

新しい道具をさつそうと扱うのがカツコよく見えるもの…。一泊など短い滞在期間なら毛布や食器など、家にあるもので十分間に合います。道具をそろえるのも楽しいですが、それ以上に遊びの工夫に時間をかけたみが感じられます。また、ロ

場所の選定、水の確保、食事の準備など屋外生活の基本部分を家族でワイワイ、試行錯誤しながら作り上げていくのがキャンプの醍醐味です。

アウトドアライフでは、親が何でもやってしまうのではなく、家族で役割分担するのが大切です。キャンプでは火の扱いや食事の準備を通して生活の知恵を学ぶこともできますが、危険が潜んでいるのも事実です。親が近くにいる状況下では、

かっこいい姿を見せようとかつこいい姿を見せよう

した父親が、思うようにいかず、隣の家族に教えを請う、一見ぶざまとも思えるこのようないい姿が、子どもたちに、礼儀や人に聞くことの大切さを伝える良い機会となります。また、これがきっかけとなつて、隣の家族と仲良くなり楽ししさが倍増することもよくあります。

コテージタイプの施設もあるので、本格的なアウトドアでなくとも気軽に楽しめます。

最初から無理をせず、失敗してもよいという気楽さが、自然を楽しむ心のゆとりを生み出してくれます。

小さな失敗を早く経験させ、聞く姿勢があるときに、正しい方法を教えることが、子どもにとって良い勉強になります。

今回の特集にご協力いただいた アウトドアの達人



● 尾藤政勇さん(54) 萩原町上呂

各地で自然体験講座の講師などを務める。

学生時代のキャンプ、自転車旅行好きが興じて、萩原町上呂に「民宿 赤かぶ」を開業。自然体験や旅をする青年らをサポート。/キャンプディレクター・日本レクリエーション協会インストラクター・日赤救急員などの資格を有する。



山之口キャンプ場
萩原・山之口

萩原町山之口

◇期間：4月1日～10月31日
◇テントサイト：30張
一人一泊 300円
◇駐車場有
※山之口川のほとりにあります。
◆下呂市教育委員会萩原教育分室
☎52-2900



飛驒小坂ふれあいの森
小坂・湯屋

小坂町湯屋 217

◇期間：4月1日～11月30日
◇バンガロー 4人用 9,000円 1棟
6人用 12,000円 3棟
8人用 17,000円 3棟
6人用 14,000円 4棟
◇ログハウス
◇駐車場有
◇温水シャワー、レンタル用品有
◆飛驒小坂ふれあいの森
☎62-2910



中川原キャンプ場
小坂・落合

小坂町落合

◇期間：4月下旬～10月31日
◇テントサイト：60張
1,100円/サイト
◇入場料 300円/円 (幼児無料)
◇温水シャワー、レンタル用品有
※ひめしゃがの湯へ車で3分
◆下呂市教育委員会小坂教育課
☎62-3366

市内のキャンプスポットへ Go!



轟リバーサイドオートキャンプ場
下呂・乗政

下呂市乗政 2889-1

◇オートキャンプ：20サイト
1サイト 4,000円
◇ログハウス：2棟 10,000円/棟～
協力費 500円 (テント、ログハウス)
◇炊事場、温泉場内に有り
◇フィッシングエリアもあります(有料)
◆丸太ハウス
☎26-3052



下呂温泉乗政キャンプ場
下呂・乗政

下呂市乗政

◇期間：7月10日～9月10日
◇テントサイト：18張
協力費 (1日)
大人 500円、小人 300円
◇温水シャワー、レンタル用品有
◆下呂市教育委員会下呂教育課
☎25-2252



キャンプ縄文
萩原・四美

萩原町四美

◇コテージ：5棟
(1棟5人まで宿泊可)
一人一泊 3,150円
◇シャワー室、冷蔵庫ほか有
◆南飛驒健康増進センター
☎55-0010
<http://www.doujyou.gifu-net.jp>



サン・モリツツ
馬瀬・名丸

馬瀬名丸

◇オートキャンプ：30サイト
1サイト 3,000円
入場料：大人 1,000円、小人 500円
◇駐車場、レンタル用品、バーベキュー
ハウス、工作棟有 釣りも楽しめます。
◇美輝の湯まで車で5分
◆サン・モリツツ
☎47-0131



横谷峡キャンプ場
金山・金山

金山町金山

◇テントサイト：20張
◇駐車場有、水道有
◇無料
※四つの滝など名所が近く、温泉ゆったり館まで車で5分
◆下呂市金山振興事務所
☎32-2202



○かりの里 久野川
下呂・久野川

下呂市久野川 1263

◇コテージ：3棟
(6畳2間、LDK、バス・トイレほか)
宿泊：18,000円/棟および1,000円/人
(市民の場合は15,000円/棟となります)
◇テントサイト：5張
宿泊：3,000円/区画および500円/人
◇駐車場有、レンタル用品有
◆まるかりの里久野川 ☎28-2766



馬瀬川上
カオレオートキャンプ場

馬瀬川上
◇オートキャンプ：32 サイト
5人まで1サイト 4,000円～
◇温水シャワー、コインランドリーほか有
※川上岳を眺望、サイトもゆったりで
気分もリフレッシュ！！
◆カオレオートキャンプ場
☎47-2577



馬瀬川上
老谷ささやきキャンプ場

馬瀬川上
◇パンガロー
4人用 8,000円 13棟
6人用 10,000円 3棟
◇テントサイト：30張
◇駐車場有、シャワー有
◆老谷ささやきキャンプ場
☎47-2904



馬瀬川の里すずし野
馬瀬・名丸

馬瀬名丸
◇オートキャンプ：15 サイト
1サイト 3,000円
◇入場料 大人 300円 小人 200円
◇駐車場有、バーベキューコーナー、釣り堀あります。
※馬瀬川に近く川遊びできます。
◆すずし野
☎47-2516

紙面の都合上、施設内容など十分ご紹介できませんでしたが、夏休み中でも予約可能な施設もたくさんあります。

家族のための時間を過ごしに、今年の夏は、森の中へ出かけてみませんか！

今回ご協力いただいた尾藤さんは、キャンプなどの自然体験指導の資格をお持ちです。気軽に尋ねください。



馬瀬・黒石
朴葉の森キャンプ場

馬瀬黒石
◇テントサイト、キャンプ用品など有り
◇団体 100人まで対応可能
◇子ども会などの団体指導、自然体験指導などキャンプを総合的に楽しめます。
(ファミリーキャンプ場とは異なります)
※指導者つき教育キャンプ場です。
子ども会行事などにご利用ください。
◆民宿 赤かぶ ☎54-1040



飛騨金山の森キャンプ場
金山・弓掛

金山町弓掛 515
いこいの家(団体用)
100人用 15,750円 1棟
60人用 15,750円 2棟
24人用 21,000円 2棟
維持費 525円／人
パンガロー
4人用 5,775円 10棟
6人用 6,825円 2棟
8人用 11,550円 5棟
テントサイト 33張

2,625円／サイト
オートキャンプ 46サイト
3,150円／サイト～
駐車場有 レンタル用品有

◆飛騨金山の森予約センター
☎33-2990

アウトドア10カ条

●服装

帽子は必ずかぶりましょう。黒色はハチに狙われやすいので明るい色がより良いでしょう。

長袖、長ズボンは虫やケガから守ってくれます。靴下も忘れずに。(サンダルより靴)

●バッグ

両手が使えるようにデイパック(リュックサック)が良いでしょう。子どもは子どもで、荷物は自分で詰めましょう。

●雨具

天気は突然変わるもの。しっかりしたレインコート(カッパ)と傘は取り出しやすい場所へ。防寒具にもなります。

●新品の道具は出かける前に使ってみましょう

久しぶりに使う道具も点検してから出かけましょう。

●チェックリストを作ろう

行程チェックはもちろん、用具のリストを事前につくり、積み込み時にチェック！
人と車の健康チェックも忘れない！

●家族で役割分担を

小さい子どもでも何かできることを探し、みんなで役割分担して共同生活をしましょう。

●草木を折ったり持ち帰ったりしないこと

ゴミになるだけ、とののはカメラで撮りましょう。

●つめ切りの持参

ウッカリするのがつめ切り、足の親指のつめが伸びていると疲れやすいですよ。

●マンガやゲームは持っていかない

せっかくの機会ですから、現地でできることを楽しめましょう。

●知らない河川敷でのキャンプはやめましょう

非常に危険です。

《マナー》

○夜10時以降は静かにしましょう。

○ゴミなど持ち込んだものは必ず持ち帰る。

○生ゴミなどを絶対に燃やさない。



5月14日、星雲会館において、『平成15年度高齢者の良い歯のコンクール』表彰式（主催・下呂市口腔保健協議会）が行われ、良い歯を持つ14人の高齢者のみなさんに賞状と記念品が贈呈されました。

このコンクールは、満年齢80歳以上で自分の歯が20本以上ある方に応募してもらい、歯科医療機関で無料検診を受けていただき、歯の状態を審査し表彰するものです。今年度も実施していますので、対象と思われる方は、歯科医院または各地域保健センターへご連絡ください。

平成15年度の表彰者は、次のみなさんです。

「高齢者の良い歯のコンクール」表彰

今井 秀男さん（萩原町大ケ洞）

青木十四子さん（萩原町尾崎）

上野 ふきよさん（小坂町湯屋）

野尻 フク枝さん（小坂町長瀬）

野尻 みつさん（小坂町小坂）

田中 きよのさん（小坂町大島）

近藤 宥三さん（少ヶ野）

大塚 せきさん（森）

丹羽みちへさん（御厩野）

中島 良治さん（金山町大船渡）

若井 清美さん（金山町中切）

加藤 武夫さん（金山町菅田）

中島 公助さん（金山町菅田）

中島 常夫さん（金山町菅田）

歯の衛生週間（6月4日～10日）
「いつまでも すてきな笑顔と かがやく歯」

6月4日から10日までの一週間は「歯の衛生週間」です。

歯の衛生に関する正しい知識で、虫歯や歯周病などの歯科疾患の予防と早期発見、早期治療について、この機会に考えてみましょう。



銀賞を受賞した今井敏子さんの作品



金賞を受賞した「門坂長生会」の作品



銅賞を受賞した金子富佐子さんの作品



ふれあい看護体験

5月11日、下呂市立金山病院で『ふれあい看護体験』が行われ、高校生3人と一般2人の計5人が参加しました。これは、5月12日の看護の日を含む看護週間に合わせて、毎年この時期に行われているものです。

参加者は、看護師から内容などの説明を受けた後、白衣に着替えてシーツ交換や手足浴、オムツ交換などの体験をしました。初めて看護体験をした高校生は、「自分が思っていた以上に看護の仕事は大変でした。でも、患者さんから『ありがとう』と声をかけてもらえたときは、すごくうれしかったです。今日の体験を今後の進路に生かしていきたいです」と話していました。

小坂中カナダ研修結団式

4月21日、小坂中学校2年生33人のカナダ研修結団式が、同校体育館で行われ、「ホストファミリーと積極的に会話し、コミュニケーションをとる」などカナダ研修に向けての抱負を生徒が一人ずつ発表しました。

式では、団長の大前正人校長が「現地のくらしを生で体験することによっていろいろなことを感じ、将来小坂町・下呂市の中だけでなく、世界に飛躍していってほしい」とあいさつ。生徒を代表して実行委員長の福村尚子さんが「一生心に残るような思い出を持ち帰ります」とあいさつしました。

研修は5月5日～12日までの日程で行われ、生徒たちは現地の小学校などを訪問しました。



小坂町老人クラブが40周年

4月23日、小坂町老人クラブ連合会創立40周年記念大会が、小坂町健康ふれあいセンターで行われ、会員864人のうち250人が参加しました。

同連合会の石丸武男会長が、「厳しい時代を生きてきた私たちが、文化の発展した世の中を乗り越えていくためには、健康で長生きすることが大切。そのために老人クラブでは、みんなが進んで参加できるような地域の活動を行い、健康でいようとする意欲を持ってほしい」と式辞を述べました。

40周年記念事業では、同会員の作品展や芸能発表、記念タオルの配布などが行われました。

環境大臣表彰を受賞

4月30日、下呂市役所市長室を「馬瀬地方自然公園研究会」の代表・小池永司さんが訪れ、みどりの日環境大臣表彰の受賞報告をしました。

馬瀬地域では平成6年から清流馬瀬川と豊かな森林を活用した「馬瀬川エコリバーシステムによる清流文化の創造の村づくり事業」を展開しており、自然を保全しつつ活性化を図る試みを通して、馬瀬地方自然公園の設立を目指しています。今回の表彰では清流馬瀬川を中心とする流域の森、農地、川、人間が形成する自然生態系のまとまりの保全をよりどころにした地域づくりに対する取り組みが評価され、「保全活動部門」での受賞となりました。





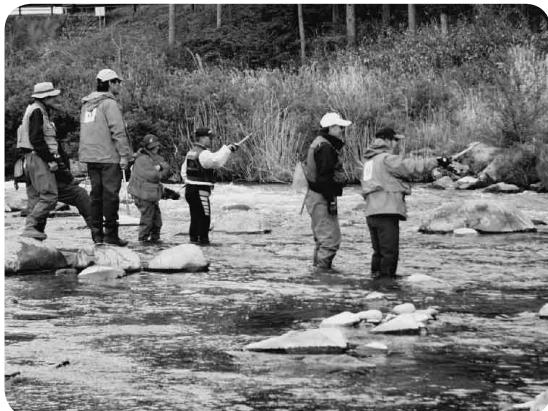
下呂市ニュース

GERO CITY NEWS

身近な話題をお寄せください

- 企画部広報係 ☎52-2000
- 萩原企画分室 ☎52-2000
- 小坂企画分室 ☎62-3111
- 下呂企画分室 ☎24-2222
- 金山企画課 ☎32-2203
- 馬瀬企画分室 ☎47-2111

フィッシングアカデミー開講



4月24・25日、馬瀬川フィッシングアカデミーの「テンカラ釣り講座」が水辺の館（馬瀬西村）で開催され、県外から12人が参加しました。2日間の講座では県淡水魚研究所の桑田知宣さんが「渓流漁の生態と基礎知識」について講義を行い、テンカラ釣り講師の天野勝利さんと石垣尚男さんが「テンカラ釣りの基礎知識」の講義や、実際に川に入り釣りざおの振り方などの基礎を指導。夜はタイニング教室（疑似針づくり）や釣り談義などが行われました。

2日目に行われた実践では、講師から指導を受けた釣りポイントへ狙いを定め、受講者全員が2～7匹を釣り上げるなど、まずまずの釣果を収めました。

今後も馬瀬川を舞台に、フライフィッシングや夏のアユ釣り講座など釣りにこだわった専門講座が開催されます。

飛騨川温泉しみずの湯で「水中運動教室」

5月10日、萩原町四美の公共温泉施設「しみずの湯」のプールで、水中運動教室が始まり、30～60代の女性を中心に20人が参加しました。

教室は、水の浮力や水圧、抵抗などの効用を利用した健康づくりメニューとして、水中ウォーキングによるリハビリとシェイプアップ、腰痛改善、スイミング＆ウォーキングの4コースがあります。

この日始まったシェイプアップコースの参加者は、インストラクターの指導のもと、思い思いのペースで楽しく水中歩行をしていました。



GWイベント大盛況！

下呂温泉合掌村では、ゴールデンウィークに合わせてさまざまなイベントが開催され、訪れた観光客らを楽しませました。

4月29日には「春の野点」、5月1日～5日までは、「餅つき体験」や「ミニSL」などが行われ、家族連れやカップルなどたくさんの人たちでにぎわいました。

期間中の来場者数は8,605人で、昨年の同時期と比べて339人の増加でした。

一人ひとり個性が違う子どもたち。日々の成長に喜びを感じながら、自分らしく楽しんで子育てできるといいですね。市では妊婦さんやお子さんの健康のために、下記の事業を開催します。

毎月の行事予定は、この「市政だよりげろ」でお知らせしますので、確認の上ご参加ください。

行 事	内 容	場所	萩原地域	小坂地域	下呂地域	金山地域	馬瀬地域
			萩原保健センター	小坂保健センター	下呂保健センター	金山保健センター	馬瀬健康管理センター または中央公民館
母子健康手帳交付 受付10:00	集団で交付します。 都合の悪い方は保健師までご連絡ください。		第1・3火曜日	第1・3木曜日	第2・4水曜日	第2・4火曜日	第2・4火曜日
		日 時	7月6・20日	7月1・15日	7月14・28日	7月13・27日	7月27日 中央公民館
マタニティ クラス	妊娠の方、お母さんと赤ちゃんの健康について考えてみませんか？	日 時	①7月12日（月） 13:30～15:30 持ち物（母子手帳・ 歯ブラシ） ②7月21日（水） 10:00～13:00 持ち物（母子手帳・ 米0.5合・エプロン）	7月5日（月）	7月26日（月） 13:00～	妊娠さん	希望される方は1週間前までに各地域保健センターまでご連絡ください。
パパママ クラス	妊娠の方、ご夫婦でどうぞ。 動きやすい服装でお越しください。	日 時	8月1日（日） 13:30～15:30		7月16日（金） 13:30～		
		対象者	妊娠さんと夫				
希望される方は1週間前までに各地区保健センターまでご連絡ください。							
3～4ヶ月 児健診	3～4ヶ月のお子さんの成長発達について一緒に考えましょう。	日 時 (受付)	7月7日（水） 13:00～13:15		7月14日（水） 13:00～ * 2日前にツベルクリン反応検査を行います。	7月6日（火）	7月7日（水） 13:00～13:15
		対象者	平成16年3月 生まれ		平成16年3月 生まれ	平成16年2月12日 ～4月6日生まれ	平成16年3月 生まれ
もぐもぐ 離乳食教室	離乳食の形態や量について考えましょう。	日 時 (受付)	7月30日（金） 9:15～9:30		7月22日（木） 9:30～		
		対象者	平成16年1月～ 2月生まれ		平成16年1月～ 2月生まれ		
希望される方は1週間前までに各地域保健センターまでご連絡ください。							
8～9ヶ月 児健診	8～9ヶ月のお子さんの成長発達について一緒に考えましょう。	日 時 (受付)	7月5日（月） 13:15～13:30			7月8日（木）	7月5日（月） 13:15～13:30
		対象者	平成15年9月～ 10月生まれ			平成15年9月14日 ～11月8日生まれ	平成15年9月～ 10月生まれ
お誕生教室	1歳のお誕生日を迎えた子どもさんの食事などについて一緒に考えましょう。	日 時 (受付)					7月29日（木）
		対象者					平成15年6月～ 7月生まれ
希望される方は1週間前までに各地域保健センターまでご連絡ください。							
1歳6ヶ月 児健診	1歳6ヶ月のお子さんの成長発達について一緒に考えましょう。	日 時 (受付)	7月16日（金） ①13:00～13:15 ②13:15～13:30		7月12日（月） 13:00～	7月14日（水） 13:00～13:10	
		対象者	平成14年12月 生まれ		平成14年12月生まれ	平成14年11月～ 15年1月生まれ	
2歳児教室	虫歯予防の教室です。歯科検診や歯の磨き方について考えましょう。	日 時 (受付)			7月29日（木） 13:00～ 持ち物（母と子の歯ブラシ・コップ）		
		対象者			平成14年3月～ 4月生まれ		
希望される方は1週間前までに各地域保健センターまでご連絡ください。							
3歳児健診	3歳児のお子さんの成長発達について一緒に考えましょう。	日 時 (受付)	7月26日（月） ①13:00～13:15 ②13:15～13:30	7月14日（水）	7月23日（金） 13:00～	7月7日（水） 13:00～13:10	
		対象者	平成13年6月 生まれ	平成13年4月～ 6月生まれ	平成13年5月～ 6月生まれ	平成13年5月～ 7月生まれ	

親と子の保健事業



親と子の健康と 笑顔のために

萩原保健センター ☎ 52-1230
 小坂保健センター ☎ 62-2940
 下呂保健センター ☎ 25-2680
 金山保健センター ☎ 32-4500
 馬瀬健康管理センター ☎ 47-2111

育児相談・健康相談

お子さんの成長発達について一緒に考えてみませんか?
 お子さんの体重測定や育児相談を行います。
 母子手帳をご持参ください。
 スタッフ／保健師・栄養士・一部保育士

	萩原地域	小坂地域	金山地域	馬瀬地域
場所	萩原保健センター	小坂保健センター	金山保健センター	馬瀬中央公民館
日時	毎週火曜日 7月6・13・20・27日	毎週木曜日 7月1・8・15日	毎週火曜日 7月6・13・20・27日	毎週火曜日 7月6・20・27日
時間	9:00～16:00 * 6日のみ13:00～16:00	9:00～12:00	9:00～17:00	9:00～11:30
	下呂地区	上原地区	竹原地区	中原地区
場所	下呂保健センター	上原出張所	竹原公民館	中原公民館
日時	毎週水曜日 7月7・14・21・28日	第1火曜日 7月6日	第2金曜日 7月9日	第4木曜日 7月22日
時間	9:00～17:00	10:00～11:30	10:00～11:30	10:00～11:30

予防接種

母子健康手帳をご持参ください。
 当日体調の悪い場合や1ヶ月以内に人にうつる病気にかかったことのある場合は見合させてください。

		萩原・馬瀬地域	小坂地域	下呂地域	金山地域
	場所	萩原保健センター	小坂保健センター	下呂保健センター	金山保健センター
ツベルクリン反応検査	日時(受付)	7月5日(月) 13:45～14:00		7月12日(月) 13:00～	
	対象者	平成16年3月生まれ		平成16年3月生まれ	
BCG	日時(受付)	7月7日(水) 13:45～14:00		7月14日(水) 13:00～	
	対象者	2日前にツベルクリン反応検査を受けたお子さん			

●●● 夏が来るまえに… ●●●

もうすぐ夏です。夏は薄着になるため、どうしても体型が気になってしまいがち…。

これから始まる住民健診では、体脂肪率も測れるようになりました。自分の体脂肪率を知り、健康に注意しましょう。

《BMI（体格指数）とは》

BMI(Body Mass Index)は、国際的な指標で、身長と体重から計算します。BMIが22のときに最も病気にかかりにくいことから、標準体重は22を基準にして出します。

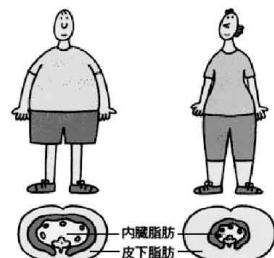
日本肥満学会による肥満の判定基準

BMI	判定
18.5未満	やせ
18.5～25未満	普通
25以上	肥満

BMIが高いと、**糖尿病**、**高血圧**、**高脂血症**、

肝臓がんなどの発生率がアップ。

逆にBMIが低すぎると、貧血、胃腸の病気、呼吸の病気などのリスクがアップ。



計算の仕方

$$\star \text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

$$(\text{計算機のご用意を!}) \quad \star \text{標準体重} = \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22$$

《体脂肪率とは》

- ◆からだの脂肪の割合で、男性は25%以上、女性は30%以上だと「肥満」とされます。
 - ◆BMIが正常でも体脂肪率が「肥満」だと、内臓に脂肪がつく「隠れ肥満」の可能性が…。
 - ◆内臓脂肪型の肥満は、皮下脂肪型より何倍も生活習慣病になりやすいといわれています。
- お尻まわりよりも、お腹まわりの大きい人は要注意！
- ◆内臓脂肪は減らしやすいため、努力しだいで減らすことも可能です。体に負担がかからない方法を専門家に教えてもらうとより効果的です。
 - ◆体脂肪率は、測定する機械や時間により数値が変わります。定期的に同じ時間、条件で測りましょう！

今話題の水中運動で、より健康になつてみませんか？

♪運動のすすめ♪

〔水中運動の効果〕

- ①浮力…水に浮いてリラックス。血圧が下がる！関節の痛みを気にしないで運動できる！
- ②抵抗…全身をバランスよく使って筋力アップ！水の流れに逆らえば、さらに筋力アップ！
- ③水圧…血液の流れが良くなり心臓や肺が強くなる！
- ④水温…皮膚や体温を調節する機能が強くなる！

全身シェイプアップ！

水が怖い人や泳げない人も大丈夫。水中ウォーキングなら顔をつけて水中運動ができます。また、泳ぎ方を指導してくれる施設もあります。ウォーキングやスポーツをしたいけれど、ひざが痛くて…という方は、水中運動で体重を減らし、足を鍛えてからお好みの運動をしてみては？

そして、継続は力なり。一度では効果が出ないので、何度も続けることをおすすめします。

けられることをおすすめします。ぜひお試しあれ♪

運動後は水分を補給しましょう。
ただし、ジュースや甘いものを食べる
と逆効果になるので、注意を！



- 運動前：30分前に200～500mlを数回に分けて補給。
- 運動中：15～30分ごとに一口程度（200ml程度まで）。
- 運動後：体重減少を補える量を数回に分けて。
- 入浴前：コップ一杯（200ml）程度。
- 入浴後：コップ1～2杯程度。
- 日常生活の中で：起床時、就寝時はコップ一杯。とくに暑いときは、こまめにとりましょう。

『水分の補給方法』

汗をかく季節となりました。運動時には、筋肉から大量の熱が発生するため体温が上昇します。そして体温の異常な上昇を防ぐために汗が出ます。激しい運動時や気温の高いときに汗をかくことがあります。1時間に1～2㍑の汗が出て、汗とともに塩分も失われます。最近では、運動時の効果的な水分補給は常識となっています。

水分補給の大切さは、スポーツ選手ばかりでなく、暑い場所での作業、健康のためのジョギング、さらには入浴など、脱水や熱射病などの事故を予防するために、また運動能力の維持や仕事の効率を高めるためにも大変重要なことです。

ここでは具体的な水分補給方法についてお話ししましょう。

汗をかく季節となりました。運動時には、筋肉から大量の熱が発生するため体温が上昇します。そして体温の異常な上昇を防ぐために汗が出ます。激しい運動時や気温の高いときに汗をかくことがあります。1時間に1～2㍑の汗が出て、汗とともに塩分も失われます。最近では、運動時の効果的な水分補給は常識となっています。

水分補給の大切さは、スポーツ選手ばかりでなく、暑い場所での作業、健康のためのジョギング、さらには入浴など、脱水や熱射病などの事故を予防するために、また運動能力の維持や仕事の効率を高めるためにも大変重要なことです。

ここでは具体的な水分補給方法についてお話ししましょう。

◎水分補給

《注意点》

◆のどが渴いたから飲むというのは間違えです。渴く前に飲むのが正しい水分補給法です。

◆体重の3%以上の水分の喪失（体重が3%減る）は運動の中止の目安。水とともに塩分の補給が必要です。

◆多量の発汗時には塩分も失われます。1㍑の水に3gの食塩（3～5gの糖分を溶かしたもの）を冷やしたり、レモン果汁などを加えたりして飲みやすくしたものを取りましょう。（単純な水より3%食塩水の方が胃からの吸収がよい）

◆水温は5～15℃が飲みやすく吸収されやすい。

◆入浴前後は牛乳やジユースなどでもよい。

◆特に高齢者は、入浴前後の水分補給が大切。（入浴時の事故は、水分の補給不足が原因となることが多い）

◆アルコールには利尿作用があるため、かえつて脱水の原因となります。入浴前の飲酒は特に危険です。

◆夜寝る前に飲むコップ1～2杯の水は脳梗塞を予防します。

◆水分補給量は、普段の体重またはその1kg減までとします。毎日体重を量つて記録し、体重増に注意しましょう。

ここがポイント

家庭の医学



院長 古田 智彦
下呂市立金山病院

休日診療のお知らせ

●診療時間 午前9時～午後3時まで
●診療科目 原則として 内科・小児科

下呂市内において休日（日曜日、祝日、年末年始の休日）に急病患者が発生し、かかりつけの医師が不在の場合は、下記の休日在宅医にお問い合わせください。

●一時留守になる場合があります。電話で在宅かどうか確認してからお出かけください。

●この制度は急病患者のために設けられたものです。平常から継続して治療を受けている人はご遠慮ください。

月 日	北 部 地 区		南 部 地 区	
6月 6日	大塚耳鼻咽喉科医院	☎52-3387	小池医院	☎25-6688
6月13日	馬瀬診療所	☎47-2152	大船渡医院	☎32-2850
6月20日	中田医院	☎52-1022	黒木医院	☎24-1303
6月27日	小坂診療所	☎62-2212	加藤診療所	☎33-2013
7月 4日	藤岡医院	☎52-3033	花田医院	☎26-2036
7月11日	田中内科クリニック	☎53-0088	福井医院	☎32-2151
7月18日	二村医院	☎52-1001	近藤医院	☎25-4428
7月19日	大塚耳鼻咽喉科医院	☎52-3387	中原診療所	☎28-2004
7月25日	馬瀬診療所	☎47-2152	阿部医院	☎32-2025
8月 1日	中田医院	☎52-1022	小池医院	☎25-6688



新緑コンサートで演奏する女子大生バンド

青葉茂る4月25日、金山町いきいきセンター屋外ステージで、下呂市教育委員会主催の「いきいき新緑コンサート&カラオケ大会」が開催されました。

当日は、少し肌寒さを感じる日でしたが晴天に恵まれ、

昼過ぎから始まつたコンサートには市内外から九つのバンドが参加し、思い思いの曲を演奏しました。

また、夕方からは地元のカラオケ愛好者も加わり、カラオケ大会を開催。途中、子どもたちも共演する白龍太鼓の演奏や生バンドでのカラオケもあり、大会は大きく盛り上がりました。



子どもたちも加わっての太鼓とバンドの共演



ふれあいボランティアの活動

現在登録してみえるボランティアの方には、読み聞かせ、草取り、登山、スキーなどの

指導ができる範囲で、学校教育活動にご協力をいただいています。

寄贈ありがとうございました

このたび、故細江静男医師の長女細江仙子さん（岐阜市在住）からブラジルの民芸品などを寄贈していただきました。

下呂市和佐出身の細江静男医師は、ブラジル移民の医療活動と福祉の向上に生涯を捧げ、1975年、ブラジルサンパウロ市で74歳の生涯を終えました。

今回寄贈いただいたものは、同氏がブラジル各地を巡回診療した際に購入された農民の土人形や化石など8点で、下呂ふるさと歴史記念館に展示しています。また同館では、細江医師の資料を常設展示していますので、ぜひご覧ください。



左から親せきの川上千鶴さん、細江仙子さん、おいの細江幸右さん

「親子体操」のお知らせ

萩原地域では、入園前の3歳児とその保護者を対象に、親子が一緒に体を動かして、親子のストレス解消や健康づくりと、温かい信頼関係づくりを目的として親子体操を開催しています。

子どもたちの発育段階から、3

期（第1期：平成13年4月1日生～8月15日生、第2期

：平成13年8月16日生～12月5日生、第3期：平成13年3月31日～12月31日

◆お問い合わせ・申込先
小坂教育課（☎ 62-3366）

月6日生～平成14年3月31日

教育委員会 INFORMATION

学校ふれあいボランティア登録者募集中

小坂教育課では、小坂地域内にある学校（小坂・湯屋小学校、小坂中学校）で活躍していただけるボランティアを募集しています。

学校ふれあいボランティアは、学校の総合的な学習での指導や、学校施設の維持管理に関してご協力いただける範囲で学校活動のご支援をいただいています。

現在登録してみえるボランティアの方には、読み聞かせ、草取り、登山、スキーなどの

指導ができる範囲で、学校教育活動にご協力をいただいています。

今年度も各学校で、次の活動をしていただける新規の登録者を募集しています。

小坂小学校では手話・点字の指導、豆腐作り、豆作り。湯屋小学校では、登山、鼓笛、バトンの指導。小坂中学校では手芸・調理の指導。各学校

では庭木の剪定、草刈り。みんな気軽にご参加ください。

◆お問い合わせ・申込先
小坂教育課（☎ 62-3366）

月6日生～平成14年3月31日



◆開催期日（左記月曜日の午前10時～11時）	
21日・28日、7月5日	《第1期》6月7日・14日
10月4日・18日・25日、11月1日	《第2期》9月6日・27日、 《第3期》1月17日・24日
31日、2月7日・14日・21日	1月・8日・15日・22日
28日、3月7日・14日	3月・1日



生)に分けて開催しています。対象となる方で興味のある方は、どうぞ参加ください。無料です。また、スタッフとして活動したい方がみえましたら、連絡ください。

◆ 持ち物 タオル
◆ 連絡先 生涯学習課（☎）
52-2900



梅雨も近づくこの時期、気分転換に「ひなたぼっこ」へ遊びに来ませんか?!

★6月10日（木）から靴下ペット作りをします。いらなくなつた靴下があつたら持つてきてください。

★6月14日（月）は父の日まつり。父の日のプレゼントを作ります。

★6月24日（木）からは七夕の飾りを作ります。

「ひなたぼっこ」へ
遊びにおいて!!

庭に砂場を作る予定です。晴れた日には外遊びもできますよ！

「おひさまはうす」の開館日を紹介します。皆さん気輕にお越しください。

「おひさまはうす」
6月開館日

6月5日に、今年もケチカ
ン市から短期留学生14人、引
率者3人、合計17人の訪問団

この訪問も今年で18回目となりました。留学生たちは6月17日まで各家庭にホームステイしながら、中学校の授業に参加したり、日本の生活や文化に触れたりします。

街で彼らを見かけたら、どうか気軽に声をかけてください。

講演会のお知らせ

子育てサポート「ほほえみ家族」では、活動を通していろいろなことを学び合っています。「障がい」のある人とどのような接点があり、ともに日常生活でどうかかわり過ごすことが望ましいか、今一度考える機会にしたいと思います。

どなたでも無料で参加できます。ぜひお越しください。

◇演題 『あるがままの姿に学ぶ』

一魅力的でうらやましい生き方一

◇講 師 知的障がい者支援施設・益田山ゆり園
園長 蔵園 清文さん

六月 22 日 (火) 午前 10 時～11 時 30 分

△と△ 下原公民館ホール（金山振興事

☆主催 金山日赤奉仕団(☎33-2495)

◆協力 ほほえみ家族／おひさまはうす
※託児付きです。希望される方は6月16日（水）まで
にほほえみ家族（☎090-2346-2422）まで電話にて申し
込ください。

ケチカンから子どもたちがやつてくる！

留学生氏名	性別	年齢	留学生氏名	性別	年齢
アビゲイル アヨング Abigail Ahyong	女	13	カイリーン ラーズ Kyleen Luhrs	女	14
ブリタニー アーガー Brittany Auger	女	14	マルタ ガルデカー Marta Geldaker	女	14
クリスチャン ジョーガンサン Christian Jorgensen	男	14	マイケル ミクノルティー Michael McNulty	男	13
コールメン ブラッグワイヤー ¹ Coleman Alguire	男	14	ニック アットネス Nick Otness	男	13
ディズニー ウィリアムズ Disney Williams	女	14	ピーター ジェイカブ Peter Jacob	男	14
ジェシカ タム サン Jessica Thompson	女	14	テラ ハフマン Tara Hofmann	女	14
ジョナサン オークスマス Jonathan Oaksmith	男	13	タイラー ベレット Tyler Barrett	男	13



金山保育園での『交通安全指導』

現在、下呂市には保育園が18園（金山地域4、下呂地域5、萩原地域6、小坂地域2、馬瀬地域1）あります。各地域の保育園の特色などを今回から5連載で紹介します。

初回は金山地域。

地域内には、金山保育園、下原保育園、東保育園、菅田保育園の四つの保育園があります。全園児が約20人の小さな園もあれば、ブラジル、フ

イリピン、アメリカの子どもたちが在籍するという、国際的な園もあります。

日ごろ園児たちは日本語で遊んでいますが、一度けんかが始まろうものなら、勢いあまってみんな母国語が飛び出します。

園児たちは困ってしまいます。頼みの綱である保育士に助けを求めてやつてきますが、残念なことに日本語しか話せない保育士は、ただ『ワカリマセン』と両手を広げるだけ。そんな時は、頼りにならない



下原保育園での『英語であそぼ』

金山地域保育園紹介



先生に見切りをつけてか、自分が見切りをつけてか、自分たちで何とか話し合い、何事もなかつたかのように仲良く遊び始めます。こんなに小さくても、子どもたちは自然に宽容の心と自力で解決するという力を發揮するのですね。単なる『遊び』と思われがちな園生活の中からも、子どもたちは人間形成に大切なことを一つ一つ覚えていくのです。

年間を通して、お互いの保育園へ遊びに行く交流会や、リバーサイドプールを利用したスイミング教室、外国人講師による『英語であそぼ』(年長のみ)などを行っています。

保育課からのお知らせ

保育料の口座引落は毎月月末、再引落は翌月の15日になります。

ただし、土・日曜日の場合は月曜日、祝日の場合は翌日になりますので、よろしくお願ひします。



6月の保育園行事予定

萩原地域保育園	小坂地域保育園	下呂地域保育園	金山地域保育園	馬瀬地域保育園
☆歯磨き指導	☆中学生体験学習	☆歯磨き指導	☆歯磨き指導	☆耳鼻科検診
☆未就園児交流	☆耳鼻科検診	☆保育参観	☆保育参観	☆保育・給食参観
☆歯科検診	☆歯科検診	☆プール開き	☆個別懇談	☆希望者個別懇談
☆保育参観	☆不審者対応訓練	☆午睡開始	☆年長児交流会(町内)	☆中学生との交流会
☆消防操法大会(年長)	☆高齢者との交流		☆老人ホーム・デイサービスセンター訪問	☆不審者対応訓練
☆不審者対応訓練				☆午睡開始(年中・年長児)

※ぎょう虫検査を下呂地域以外の全園で行います。

※各保育園によって、多少行事内容が異なる場合があります。

※詳しい内容については、各保育園から発行される「保育園だより」などで確認してください。

図書コーナー

LIBRARY



「書を読めば万倍の利あり」

(王 安石)

★小説・エッセイ★

刀	辻仁成	◎	
月9	中村うさぎ	◎	
臨場	横山秀夫	◎◎◎	
富士山	田口ランディ	◎	
こちゃん	須賀敦子	◎	
嘘う闌	乃南アサ	◎	
不運な女神	唯川恵	◎	
三億を護れ!	新堂冬樹	◎	
夢チャンネル	桃井かおり	◎	
イタリア幻想曲	内田康夫	◎◎	
アッシュベイビー	金原ひとみ	◎	
ダレン・シャン⑩	ダレン・シャン	◎◎	
宮尾本	平家物語4	宮尾登美子	◎◎◎
ほくのボールが君に届けば	伊集院静	◎	
帰ってきたアルバイト探偵	大沢在昌	◎	
元気	五木寛之	◎◎	
櫻しぐれ	山本一力	◎◎	
ウェルカム・ホーム	鷺沢萌	◎	
人生讃歌	美輪明宏・齋藤孝	◎	
心ゆたかに老いる「おつきあい術」	吉沢久子	◎	
死の壁	養老孟司	◎	
女のモノサシ	内藤洋子	◎	
スウェーデンの小さな庭から	ビヤネール多美子	◎	
運のつき	養老孟司	◎◎◎	
号泣する準備はできていた	江國香織	◎◎	

★ノンフィクション・実用書・その他★

野草手紙	ファン・デグオン	◎
夫というもの	渡辺淳一	◎
記憶がウソをつく	養老孟司・古舘伊知郎	◎

この桜見に行かん	宮嶋康彦	◎	
続・見える学力、見えない学力	岸本裕史	◎	
マンガ金正日入門2	李友情	◎	
百寺巡礼4	滋賀・東海	五木寛之	◎
二人だけで行きたかった～老夫婦心中事件の周辺～		◎	
へえの本トリビアの泉5・6	フジテレビトリビア普及委員会	◎	
国民の福祉の動向 2003年版	厚生統計協会・編	◎	
集めておく書くせるパーソナリティ別冊マイナン編集部・編	◎	◎	
いのちのハードル	木藤潮香	◎◎	
花の歳時記	監修 鍋和田柚子	◎	
たすけて私はこどもを虐待しない	長谷川博一	◎	
ほくの見た戦争 2003年イラク	高橋邦典	◎◎	
会いたかった	向井亜紀	◎◎	
発掘あるある大辞典⑥	番組スタッフ編	◎◎	
愛してるって、どう言うの?	高遠菜穂子	◎	
空海曼荼羅	夢枕謨	◎	
笑うコツ壇	城啓介	◎	
私とキャリアが外務省を腐らせました	小林祐武	◎◎	

★絵本・児童書★

ぼくたちのしごと	たなかよしひこ	◎
といったでしょ	五味太郎	◎
おばけパーティー	ジャック・デュケノワ	◎◎
きみを守るためにぼくは夢を見る	白倉由美	◎
てのひらのほくろ村	スズキコージ	◎
てんぐちゃんとふたごのにお	森山京	◎
世界のなかでひとりといっべき	高山栄子	◎
こてんぐのはうちわどこいった	はたたかし	◎
おおきなきかんしゃいさなきかんしゃ	マーガレット・W・ブラン	◎
がんばるたまごにいちゃん	あきやまだだし	◎◎

このコーナーでは、各図書室・図書館をご案内するほか、新刊・新着図書などを毎月紹介します。

〈蔵書紹介 所有図書館・図書室の表示〉

◎…はぎわら 団…小坂
◎…下呂 団…金山 团…馬瀬

市内の図書館を紹介します！

第2回

下呂市図書室

蔵書 29,910 冊 (うち児童書 11,547 冊)

郷土関係資料は書庫にあり、閲覧できますので、気軽に申し出てください。平成3年以降の下呂市関係記事がスクラップしてあります。(朝日新聞は1年間分保存しています)

その他サービスとして…

- ①読みたい本が貸し出し中の場合、返却され次第連絡します。
- ②希望の書籍がある場合、リクエストカードで申し込みされれば、厳選の上、購入します。
- ③簡単な調べ物や資料が必要な場合、電話連絡いただければ、準備しておきます。
- ④県図書館の本も借りることができます。
- ⑤読み聞かせや朗読を希望される方は、ご相談ください。
- ⑥図書室閉館後には、玄関前に設置してある返却ボックスへ返すことができます。

下呂市図書室・今月の注目本！

声に出す言葉絵本！

『おっと合点・承知之助』



齋藤孝

「驚き桃の木山椒の木」や「さよなら三角また来て四角」などの言い方を付けたし言葉と言いますが、その言い方を生かしながら、日常生活を楽しく描いている絵本です。



脳障害・天才少年の生き方！
『自分を完全肯定できますか』

日本 流奈

人の可能性は尽きない。たとえハンディがあっても、楽しく生きる心のもち方や、夢を実現させる方法を示している。

はぎわら図書館
☎52-4800

《休館日》
7、14、20、21、28

《絵本の読み聞かせ》
12日 午後2時

下呂市図書室
☎25-2489

《休館日》
7、14、20、21、28

《絵本の読み聞かせ》
26日 午後1時30分

小坂図書室
☎62-3366

《休館日》
12、20、26

金山図書室
☎32-2449

《休館日》
5、6、12、13、
19、20、26、27

馬瀬図書室
☎47-2111

《休館日》
5、6、12、13、
19、20、26、27

各館利用方法は従来どおりです。図書館に対するお問い合わせ・要望などは、
下呂市教育委員会生涯学習課 (☎52-2900) までお願いします。



こちら110番

萩原警察署 52-0110
金山警察署 34-0110

◆釣り客を狙った車上狙いにご注意!

アユ釣りシーズンになると、釣り客の車を狙つた「車上狙い被害」が増加する傾向がありまます。犯人は、空き地や路肩などに駐車している釣り客の車を狙い、ドアロックを壊したり、窓ガラスを割つたりして車内の貴重品を盗むのでご注意ください。ちょっとした心がけで、被害を防ぐことができます。自分で自分の身を守る対策をしつかり取りましょ。

▽車内には現金や貴重品を置かない。

▽確実なドアロックをする。

▽近くに駐車している車のナンバーを覚えておく。

▽時々車を見に行く。

▽防犯機器を活用する。

警察では、皆さんが安心して暮らせるよう、不審者に対する職務質問やパトロールを強化しています。

◆運転免許証の更新を忘れた場合の手続き

運転免許証の更新を忘れるなどして、有効期限が切れてしまった状態で自動車などを運転した場合は、無免許運転となってしまいます。こうした場合、道路交通法に定められた特定の事情がある場合を除き、新たに運転免許試験を受験し、必要な運転免許を取得していただきます。

特定の事情がある場合

▽運転免許証の更新手続きをうっかり忘れ、その効力失効後6ヶ月以内の方は、運転免許試験の一部（学科試験・技能試験）が免除されます。

▽海外渡航や、けが・病気などによる入院 法令により体の自由を拘束されていたことなど、やむを得ない理由で失効した方は、免許失効後3年以内（一部特例あり）で、その理由がやんから1ヶ月以内に限つて、運転免許試験の一部（学科試験・技能試験）が免除されます。

▽大型免許・普通免許取得者で、免許失効後6ヶ月を超える1年以内の方は、仮運転免許試験の一部（学科試験・技能試験）が免除されます。



こちら119番

下呂市消防本部 25-5119

◆6月6日～12日は「危険物安全週間」

「危険物」ってなに？

私たちが、日常生活でなにげなく使つている自動車のガソリンや軽油、ストーブの灯油などです。

数多くの危険物がいろいろなところで使われています。

今年の危険物安全関係の標語は「危険物 ゆるむ心に 帯締めて」です。

標語にピッタリのやわらちやん（谷亮子）がポスターのモデルです。どこかでポスターを見かけたら、「このコーナーに載っていたな」と思い出してください、火災や事故を起こさないように注意してください。



消防感謝祭
第53回岐阜県消防操法大会

8月1日（日）開催

ウエルネス「ぬく森の里」
「リバーサイドスタジアム」
◎会場周辺では、たいへん混雑が予想されますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆住宅火災から生命を守る

全国では、毎年約6万件の火災が発生し、2千人の尊い命が奪われています。また、建物火災のなかで、住宅から発生した火災が約6割を占めており、建物火災による死者の9割は、住宅火災から発生しています。

さらに、住宅火災による死者の半数以上が高齢者であり、年齢が高くなるにつれて死者発生率も著しく増加しています。

普段から住宅用の消火器・火災警報器・ガス漏れ警報器といった防災機器や、燃えにくい材質の防火材、防災エプロンなどを用意しておくことで、いざというときの被害を最小限にくい止めることができるのです。



ફાન્સ

イベント&スポット

●御嶽山山開き

◆日時 6月15日(火)午前
10時30分(神事、午前11時(

◆場所 濁河温泉(小坂町落合)
◆内容 日本三大霊山の一
つ御嶽山の登山シーズンを前
に、登山者の安全祈願とテー
プカット、金蔵獅子の奉納が
行われます。先着200人の
参加者に絵馬が配られます。

●馬瀬川ファイツシングア

馬瀬川が一番輝きに満ちあふれるアユ釣りシーズンに、プロの指導による中級者向けの友釣り講座と、初心者の女性向けの講座を開催します。

◆募集締め切り 15人

◆予約先 美輝の里 (☎ 47)
2 6 4 1)

内 容 美輝の里を発着する
に、新緑がまぶしい初夏の
清流馬瀬川沿いの美しい風景
や、馬瀬地域の史跡などを
懐かしいボンネットバスに搭
られながらゆつたり巡るバ
ツアードす。

◆期間 6月6日～7月16日
◆時間 までの日・月・水・金に運行
10時発と13時30分発

●ボンネットバス馬瀬川呪

◆申込先 フィツシングル
ンター水辺の館 (☎ 47
2841)

◆日時
7月24(土)・25(日)

◎レックエクステンション
足を動かす範囲を自分で
設定できる構造になっています

リバーサイドスポーツセンターに、新しいトレーニングマシンを導入しました。高齢者からアスリートまで、さまざまな方が利用できます。

◎スタンディングヒップ

腰回りの筋肉を鍛えるマシンです。ヒップアップを目指す方におすすめです。

ひざを高く上げる運動ですので、つまずきやすい方の歩行改善にもばつちりです。

- ◆日時 7月1日（木） 午前10時ごろ
- ◆場所 横谷峡 鶏鳴滝付近
- ◆内容 夏の観光シーズにて、安全祈願祭が行われます。

金山リバーサイドスポーツ
センター (☎ 32-3300)

背中の筋肉を鍛えるマシンです。背中の筋肉はスポーツをする上でとても重要で、姿勢を保つ筋肉の一つとして健康づくりの方も大切なトレーニングの一つとなります。

◎ファンクショナルトレーナー

スポーツをする方はより実践的トレーニングを可能にし、健康づくりをする方は他のマシンでは鍛えられない筋肉までサポートします。

◎アブドミナルマシン
おなかの筋肉を鍛えるマシンです。誰もが気になる「おなか」をこのマシンで引っ込めましょう。腹筋を鍛える事で腰痛の予防にもなります。

す。ひざの曲げ伸ばしがつら
い方でも安心してトレーニン
グをしていただけ、リハビリ
にも活用していただけます。

◎レッグカール

●常設健康体験始まる！

4月にオープンした「南
飛騨健康増進センター」で
は、火曜日を除く毎日、気軽に
に健康法の体験ができる講座
を実施しています。ぜひご家
族、友人などと一緒にお出か
けください。詳しくは、南飛
騨健康増進センター（☎ 55-
0010）まで。





下呂温泉から 温泉の科学や文化を発信!! 下呂発温泉博物館オープン

下呂温泉から温泉の科学や文化を発信しようと4月30日、下呂市湯之島に「下呂発温泉博物館」がオープン。関係者約50人が参加し、オープニングセレモニーが行われました。

この施設は、下呂温泉株式会社（代表取締役・川上裕惟）が、下呂温泉のシンボルになるようになり、総工費約8千万円、完成までの期間約8ヶ月を費やして建設しました。館内には全国の湯の華を集めました。館外には脱衣所の棚を利用

した泉質と効能のディスプレイなどがあり、さまざまな展示物を楽しむことができます。

また、足湯コーナーも設けられ、温泉街散策の休憩所としても人気を集めそうです。



入場料

区分	金額
大人 (中学生以上)	400円
小人 (小学生)	200円
団体 (10名以上)	上記料金の 1割引き

※入場料は税込価格です。

◆休館日 毎週木曜日（ただし、祝日の場合は翌日）
◆お問い合わせ先 下呂発温泉博物館（052-340-0025）

◆開館時間 午前9時から 午後5時まで



作って、売って、楽しむ! 南飛騨けんこう工房

地元待望の農畜産物加工処理施設

「南飛騨けんこう工房」

健康学習センターなど南飛騨国際健康保養地の県施設が建ち並ぶ萩原町四美地区に2月末、農産物を加工、販売する施設「南飛騨けんこう工房」がオープンしました。この施設は、地元で生産される古代米やそば、大麦若葉、ウコン、アマドコロなどの健康食材を製粉化して商品化したり、手打ちそばやうどん、黒豆ココアや紫イモミルクなどを商品として販売したりしています。

農産物加工施設は木造平屋建て 180m^2 （農林水産省補助）、販売施設は、木造2階建て 57m^2 （県補助）、間伐利用のモデル施設とが連携して利用されています。



◆定休日 午前9時～午後4時30分
◆営業時間 火曜日

「南飛騨けんこう工房」は、国道41号奥田洞地内の美島橋を渡り、飛騨川温泉しみずの湯沿いにあります。

ぜひ、一度お立ち寄りください。

施設を運営するのは、四美地区の農業生産法人「有限会社南ひだヘルスマーム」で、そば打ち体験やこんにゃく作り体験などを指導する女性グループと、古代米や薬草を生産するグループが主体となつておらず、飛騨川温泉しみずの湯の薬湯用の薬草も提供しています。



登山者の安全願って

御前山（1,646m）の山開きが4月26日、萩原町桜洞の登山口付近に整備された広場「水洞平」で行われ、萩原町観光協会関係者や市職員、地元御前山を守る会のメンバーなど20人が出席しました。

入山者の安全を祈願する神事が行われた後、同協会の富永幸男会長が「大勢の登山者の方々が、町にも立ち寄っていただけるような観光施策を展開し、水洞平には、今後トイレなどを整備したい。御前山を市民をはじめ多くの方に気軽に利用して欲しい」とあいさつしました。

御前山は、山頂までの距離約3.5km。2～3時間で気軽に登れる山として、近年県内外からの登山者が増えています。



古式ゆかしき八十八夜

萩原町古関地区の子ども会で、江戸時代から伝わる伝統行事「八十八夜」が5月2日夜に行われ、同地区の「お滝不動」と「大谷地蔵」で大覚寺住職によるお経があげられる中、住民ら約200人がお参りしました。

八十八夜は、かつて養蚕が盛んだったころは、蚕への感謝と蚕の無事を祈願していたもので、町内の各地で行われていた行事ですが、最近では珍しく、地域や家内安全、五穀豊穣を祈るようになりました。同地区子ども会の中学生19人が、お滝不動と大谷地蔵に分かれて、住職へのもてなしや会場付近の道案内のための「あんどん」を並べ、地元住民を迎える、訪れた人々に習わしそおりに菓子を詰めた袋を渡しました。

観光シーズンの到来祝う

小坂町落合のがんたて公園で4月25日、「飛騨小坂滝開き」が、飛騨小坂観光協会の主催で行われ、市や議会関係者など50人が出席しました。

滝開きで奥田省二同会長は「マイナスイオンが体に良いといわれ、自然界では滝で発生することがよく知られています。滝の多い小坂町では、この資源を大切に観光の発展に努めたい」とあいさつ。その後、テープカットや鏡開き、巖立太鼓保存会による巖立太鼓の演奏披露が行われ、訪れた観光客らとともに本格的な観光シーズン到来を祝いました。

※旧小坂町では大小220余りの滝が確認されており、日本一滝の多い町として知られています。

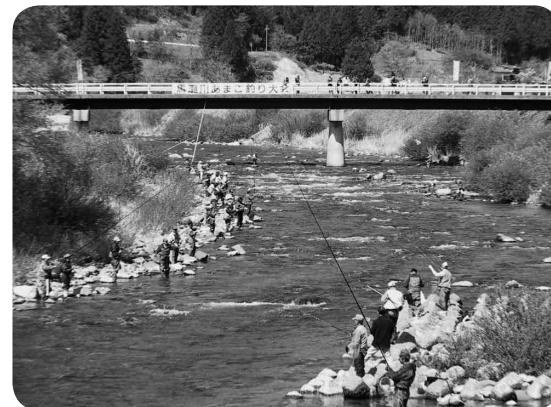


大物狙って釣り人集結！

4月25日、馬瀬中切地区周辺を会場に、馬瀬川アマゴ釣り大会が開催され、県内外から子どもを含む約110人が参加しました。

大会は釣った魚の長さを競い、大会エリアの豊年橋から神手橋までの間は、大物を目指して釣りざおを構える人でいっぱいになりました。

この日放流されたアマゴは約300kg。一番の大物を釣り上げたのは、名古屋市から参加された大島克夫さんで、32.1cmのアマゴを釣り上げ、見事一般の部で優勝しました。





卓球の本場でスマッシュ！

卓球の先進都市、中国杭州市と交流を続けている飛騨卓球連盟の第7次訪中団のメンバーとして参加した、下呂小6年の熊崎遼君と萩原北中3年の熊崎敦紀君、萩原南中3年の大塚礼華さんの3人が5月6日、下呂市教育委員会を訪れ、田口正邦教育長に武者修行の成果を報告しました。

訪中団は小学生から一般までの19人で、4月28日から5月2日までの派遣期間に、親善試合や合同練習などを通じて、技術の向上と交流を深めてきました。



写真は出発前に激励を受けた熊崎君ら3人の選手

春風を感じながら快汗ウォーク



5月8日、JR東海主催の「さわやかウォーキング」が行われ、県内外からの参加者約1,200人は、下呂駅を発着点に温泉街をぐるりと散策する約9kmのコースを歩きました。

コースの途中では、地元観光協会などが温泉卵のプレゼントやさまざまなおもてなしを提供し、道行く参加者をサポート。参加者は好天に恵まれた新緑の下呂温泉街散策を約2時間半かけて楽しみ、心地よい汗を流していました。

看護師への志を胸に秘めて

4月12日、下呂市幸田の県立下呂看護専門学校の入学式が、同校の講堂で行われ、男性5人を含む新入生29人が看護師を目指して、3年間の勉学のスタートを切りました。

式では、新入生一人ひとりの名前が呼ばれた後、代表の成瀬徹哉さん（瑞浪市）が「伝統ある下呂看護専門学校の学生として勉学に励み、立派な看護師になります」と決意を述べました。この宣誓を受けて細江和子校長は「看護師になるという具体的な動機をもって入学された皆さん、これからも自分の道を自分で決めて日々精進してください」と激励の言葉を贈りました。



暮らしのあれこれ



●下呂温泉まつり「湯の華みこし」参加者大募集

下呂温泉まつりの芸妓みこしパレードで、女性だけで担ぐ「湯の華みこし」の参加者を募集します。

◆日時 8月8日（日）

午後2時～

◆定員 70人（女性限定）
※応募者多数の場合は抽選

◆対象者 精神旺盛な女性

※申し込みは3人以上のグループでお願いします。

◆参加料 お一人様8千円、

交通費別（日帰りの方は参加費無料）

◆宿泊 1泊2食付き（お部屋の都合上、相部屋をお願いすることがあります）

◆申し込み方法 住所、氏名、

年齢、電話番号、足のサイズ、衣服のサイズを明記して、ハガキ、FAX、Eメールにて（電話での申し込みは不可）

◆締め切り 7月2日（金）

※当日必着

◆その他 参加者には記念品として、みこしで着られたハッピをプレゼントします

◆お問い合わせ・申込先

下呂市役所観光商工部
「湯の華みこし係」（FAX
X・25・3252、Eメール：
masakazu-i@city.gero.lg.jp）

●メンタルフレンド募集

不登校や心の悩みを持つ子どもたちのお兄さん、お姉さんになつてください。対象は小学生や中学生です。

◆活動内容 月2～3回、1時間くらいの時間、一緒に遊んであげてください。活動範囲は原則お住まいの地域です。

若干の活動費が出ます。

◆お問い合わせ先 飛驒子どもも相談センター（☎ 0577-32-0594・森本）

●市有宅地を分譲します

下呂市が所有している定住促進用宅地を販売するため、一般公募します。

◆開催日 6月12日（土）～11月13日（土）※8月を除く

毎月第2、第4土曜日で、計9回実施予定

◆会場 高山陣屋内全施設お内5区画（1区画平均280m²）

●生活



●狩猟免許試験予備講習会

平成16年度に狩猟免許の受験を希望される方は、各振興事務所農林課にある申込用紙で申し込みください。

◆日時 6月23日（水）午前9時～午後4時

◆場所 県民ふれあい会館

◆受講料 7000円（昼食代含む）

◆申込期限 6月16日（水）

◆申込先 岐阜県猟友会（☎ 058-272-8398）

●残土を無料で差し上げます

下呂市保井戸地内の道路工事で発生する残土を工事現場に無料で差し上げます。（た

だし、300立方メートル以上のお申し込みが必要です）

◆受付期間 随時

◆引き渡し時期 平成16年8月ごろ～平成20年ごろの工事を行っている時期（予定）

◆積み込み 小石混りの土や岩碎（直径約50cmの石が混じります）

◆連絡先 濃飛横断自動車道建設課（☎ 52-3111・内線382）担当・加藤、矢野

◆土質 小石混りの土や岩碎（直径約50cmの石が混じります）

◆連絡先 下呂建設事務所

濃飛横断自動車道建設課（☎ 52-3111・内線382）担当・加藤、矢野

●血液サラサラの食生活講演会のお知らせ

●血液サラサラの食生活講演会のお知らせ

◆日時 6月9日（水）午後2時～3時30分

◆場所 下原公民館ホール（金山振興事務所横）

◆講師 桜山女学園大学名誉教授 並木和子先生

（NHKためしてガツテンなど出演の血液サラサラに関する食研究の第一人者）

※当日は12時30分～2時まで会場において『血管年齢』『脳の活性度』の簡単な健康チェックができます。（先着順）

◆お問い合わせ先 金山保健センター（☎ 32-4500）

読者のページ

◆送料負担 1kg 50円
 ◆日時 6月20日(日)
 ◆受付時間 午前9時～11時
 午後1時～3時
 ◆場所 金山市民会館
 (1階和室)

豊かな日本では、古着を必要としている人は少なくなりました。しかし、海外では、衣料に困っている人がたくさんいます。

そんな人たちのために、次のとおり家庭で不用となつた衣料を集めています。

みなさまのご協力をお願いします。

不用となつた衣料
 有効活用しましよう!!
 ～衣料ボランティアひまわり
 からのお知らせ～

◆回収基準 洗濯済みの衣料
 (ただし、下着は新品に限る)
 ※小物類(ネクタイ・ベルト・帽子・手袋)や傷・シミのひどい物、ビニール類などは回収できません。

※回収された衣料は、日本救援衣料センターを通じて海外へ送られます。

◆お問い合わせ先
 中島 益美さん
 (☎ 32-4591)
 池戸 昌恵さん
 (☎ 35-2230)
 林 紀美代さん
 (☎ 32-2075)

このコーナーでは、サークル紹介、イベント情報など、皆さんからの情報を待ちしています。

詳しくは、企画部総合政策課
 広報係(☎ 52-2000)まで

あなたの家は大丈夫?

～耐震診断を受けてみませんか～

近年大地震が日本各地で発生し、数年後には東海地震などが発生する可能性が高いと言われています。

平成7年に起った阪神・淡路大震災では、犠牲者の多くが建物の倒壊により亡くなり、倒壊した建物の中でも、とくに古い建築基準(昭和56年までのもの)により建築された木造の建物に大きな被害が出ました。建築年の古い建物は、当時の基準に適合するものでも壁量が少なかったり、配置バランスがよくなかったりと地震に弱い場合があります。

そこで、これらの古い建物の耐震性(地震に対する強さ)を調べ、性能が劣る場合は補強をする必要があります。

下呂市では、県に登録された「岐阜県木造住宅耐震相談士」に依頼して「耐震診断」を行う市民に対し、診断費用の一部を補助する制度を設けました。

この機会に住宅の耐震診断を受けて大地震に備えてください。

1. 対象となる住宅

次の要件を満たす住宅が補助対象となります。

①昭和56年5月31日以前に着工された住宅で、階

数が2以下のもの。

- ②併用住宅の場合は、延べ面積の過半が住宅の用に供されているもの。
- ③枠組壁工法・丸太組工法または大臣等特別の認定を受けた工法でないもの。
- ④賃貸住宅(共同・長屋住宅)は、診断について居住者の承諾を得ているもの。

2. 補助金の額

耐震診断補助対象となる限度	補助率	補助金限度額
30,000円	2/3	20,000円

(注1) 上記の限度額は、一棟あたりの金額です。診断料が上記金額を上回った場合、その上回った部分についてはすべて自己負担となります。

(注2) 補助金のなかには、国・県の補助金も含まれています。

3. 助成を受けられる方

対象となる住宅の所有者で、市に住民登録された個人の方に限ります。

なお、同一世帯で年度内に複数回の補助金を受けることはできません。

4. お問い合わせ先

下呂市役所都市建設部建設課・都市計画係
 (☎ 24-2222・内線 222) 担当: 熊崎