

GERO

広報げろ

2019

12

No.190

戸締り用心、火の用心



～長年の功績をたたえ～

下呂市功労者表彰

11月3日、JAひだ下呂エーピクで、下呂市功労者表彰式を行いました。

市の発展に寄与された船坂さん、山内さんに服部市長から表彰状と記念品が贈られ、「郷土を愛し、人を愛する精神のたまものであり、豊かで活力ある地域社会を築く礎となると確信しています」とその功績と長年の労をたたえました。

受章者を代表して船坂さんがあいさつをされ、「下呂市功労者表彰という栄誉を得ましたことは、ひとえに、先輩各位並びに同僚諸氏のご厚情のたまものです」と、感謝の言葉を述べられました。【総務課】



受章者の功績

※順不同、功績・年齢は表彰式現在

船坂 節郎さん
(66歳・萩原町上呂)



【社会福祉の向上】

平成16年5月から現在までの15年6カ月の長きにわたり、保護司として更生保護事業の推進に尽力され、社会福祉の向上に貢献されました。

山内 茂義さん
(60歳・金山町金山)



【保健衛生の向上】

昭和59年4月から現在までの35年7カ月の長きにわたり、金山小学校の学校薬剤師として児童の健康維持に尽力され、保健衛生の向上に貢献されました。



◀(下段左から)青木一也飛騨県事務所長、船坂節郎さん、服部秀洋市長、山内茂義さん、今井政嘉県議員(上段左から)村山鏡子副市長、各務吉則市議会議長、今井政良市議会議長、細田芳充教育長、JAひだ下呂エーピク



秋の褒章



市内から1人受章されました。おめでとうございます。

藍綬褒章【消防功労】

森 哲士さん (56歳・小坂町長瀬)



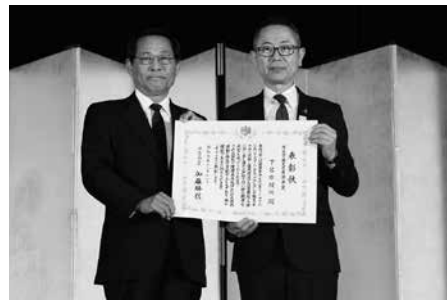
昭和57年に小坂町消防団に入団され、37年の長きにわたり勤続され、平成22年からは下呂市消防団副団長として現在も尽力されています。その間、平成18年からは下呂市消防団分団長、平成30年からは下呂市消防団本部副本部長を務められています。

「さまざまな職業の人が一つの目標に向かっていくことで、団結と融和を学んでいくのが消防団。一人一人が地域になくはならない人になってほしい」と語り、「今後も団結と融和をモットーに後進の指導に務めていきたい。」と抱負を述べられました。

第8回健康寿命をのばそう！アワードで厚生労働大臣最優秀賞を受賞

第8回健康寿命をのばそう！アワード〈生活習慣病予防分野〉で、下呂市減塩推進委員会が中心となり、市民と共に取り組んでいる減塩運動『まちぐるみで取組む食環境整備により健康寿命の延伸を目指す下呂・減塩・元気大作戦！』が最高賞である厚生労働大臣最優秀賞を受賞しました。

これからも市民の皆さまと一緒に健康づくりに取り組んでまいります！



健康寿命をのばそう！アワードの生活習慣病予防分野で厚生労働大臣最優秀賞を受賞！東京都千代田区、厚生労働省

おめでとう (敬称略)

第40回全日本マスターズ陸上競技選手権大会入賞【9月13日～16日 群馬県】

立五段跳び (男子85～89歳) 2位・野村孝義 (少ヶ野)

100m (男子90～94歳) 1位・赤梅昭三 (少ヶ野)

4×100mリレー (男子50～54歳) 4位・古田茂 (御厩野)

第11回ぎふ清流郡市対抗駅伝競走大会優勝【10月20日 岐阜県】

上村莉沙 (益田清風高2年)、熊崎七美 (金山中2年)、今井梨稜 (下呂小6年)、黒木咲帆 (下呂中3年)、名和武也 (KYB)、森亮太 (宮田小6年)、天野佑哉 (益田清風高2年)、谷口貴亮 (日本体育大1年)、中川拓海 (萩原南中3年)、細江美玖 (関西外国語大2年)

※スポーツ・文化活動で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、市ホームページまたは市民活動推進課までお問い合わせください。



市政懇談会

「市長と語る会」を開催しました

10月3日から17日にかけて5地域で市政懇談会「市長と語る会」を開催しました。

今年はテーマを「もっと住みたいわくわく下呂市」市民のみなさんと描く市の将来像」とし、参加者へ意見・提言などを事前にお聞きして回答や検討内容の充実を図りました。また、会場の配置を一年前から引続き車座にし、親密に懇談を進めました。

どの会場でも、参加者から活発な意見・提案があり、また、市長の考えや思いなどを聞いていただきました。

その内容の一部をご紹介します。

【秘書広報課】

※紙面の都合上、同じ内容の質問はまとめたり要約したり、正式な用語にしたりしている部分がありますので、ご了承ください。

実施日・会場

10月3日

きこりセンター(小坂)

10月8日

星雲会館(秋原)

10月10日

馬瀬中央公民館(馬瀬)

10月15日

下呂市民会館(下呂)

10月17日

下原公民館(金山)



◆人口減少が深刻な問題で、特に15〜20歳の人口が少ない。高校卒業後も地元で就職してもらえないような対策をしてほしい。

食物に関心を持っていたらこうと、益田清風高校に要望し、今年から下呂市に対応した「食物学科」を作っていたできました。また、昨年からは東京に職員を配置し、首都圏からの移住定住希望者への支援や進学などで首都圏へ出ている人向けのイベントを開催するなどUIJターン者を増やす対策を実施しています。さらに、下呂市だけでなく周辺地域との連携を図りながら、有効な施策を打ち出していき進めていきます。

◆図書館の整備についてどういった計画で進めていくのか聞きたい。また、建設するにあたって市民が愛着のわくようなコーナーの設置や高校生の活動の場となるように工夫してほしい。

本を読むことや本の貸し出しだけでなくの単純な施設ではなく、コミュニケーションの場、活性化のもととなるような若いも若いも皆さんの居場所となるような図書館にしようとして検討しているところです。また、下呂市産材を活用して木に親しんでいただけるといい施設にしたいと考えています。

◆観光施設の一つとして木材の遊戯施設・足湯などを設置した下呂市の温泉や広大な自然を生かした公園を作ったらどうか。また、人口減少は子育てが密接に関わっていると思うので、子どもたちの遊ぶところを増やし、すばらしい子育て環境の整備に努めてほしい。

各地域でどこに公園が必要

か候補地の検討を開始し、次年度以降に公園整備を進めていく予定です。近隣の施設を上手く活用した仕掛けの検討



▶服部市長の発言に耳を傾ける参加者
10月10日、馬瀬中央公民館



▲はじめに下呂市市民憲章を唱和する参加者ら＝10月8日、星雲会館

やご家族で利用できるような整備、また、温泉だけでなく自然、歴史、文化、食などの魅力ある地域資源を多くの人が楽しみ、下呂市がにぎわっていくことを目指して取り組んでいきます。

◆保育料の無償化は大変ありがたいが、保育士の確保など子どもを受け入れる体制は整っているのか。市と民間での格差なく、下呂市の子育て自慢を発信して保育士の確保に努めてほしい。

0歳児は3人、1歳児は6人の子どもに対し保育士1人をつけており、たくさんの保育士が必要です。保育士の待遇については、市と民間での格差のない支援をしていき、しっかりと協議しながら進めていきたいと思えます。また、中学・高校での職場体験などを通して保育士の仕事を経験してもらいながら、保育士の確保に努めていきます。

◆リニアが8年後に完成予定ですが、中津川市から下呂市までは約1時間かかるので、

その間を少しでも短縮できるように道路の整備などをしてほしい。

中津川駅の周辺5kmは整備を進めているが、下呂市側の整備計画はないのが現状です。危険箇所などもあるので、中津川市や近隣の郡上市、東白川村、また飛騨2市1村にも同盟会に入っていただいているので、国や県に声をあげて一刻も早い整備に向けた取り組みを行っていきます。

◆下呂市に移住者が来ることはとても喜ばしい。今後も移住者が増えることを願っています。

下呂市で空き家対策事業を始めてから約70世帯130、140人が移住してきています。現在下呂市は若い世代を優先的に、空き家の紹介をしているところですが、しかし、空き家を登録していただかなかつたり、衛生面の問題があつたりと課題もあります。人口減少対策にもつながることなので地元に住んでいる皆さんから空き家の持ち主に声をかけていただき、少しでも

空き家の登録を増やしていきたいと思っています。空き家の情報提供もぜひご協力お願いします。

◆商店が少なく、特に高齢者は気軽に買い物に行けなく困っている。移動販売車はあるがやらなくなってしまう。時どうしたらよいか不安に感じる。

買い物ができなくなるのは切実な問題です。JA様の協力で、行政と一体となって進めていかなければならないと考えているところです。皆さんに喜んでもらえるような施策を進めていきます。

この他にも、各会場でたくさんのお意見や提言、質問などがありました。紙面の都合で、一部しか紹介できないことをお詫びします。
※この他の内容については、市ホームページでご覧いただけます。また、郵送でも対応させていただきますので、秘書広報課までご連絡ください。

【秘書広報課 ☎24・2222】

地方創生

ひと
しごとを
創り出し
活力ある
下呂市に!!



総合戦略
下呂市まち・ひと・しごと創生

下呂市の人口は、近年減少を続け、平成27年の国勢調査を基本に試算した国立社会保障・人口問題研究所の推計値では、令和22年に約2万1千人まで減少し、生産年齢人口の減少、少子高齢化がさらに進行する見込みとなっています。

推計どおり人口減少が進むと、労働力や消費活動の減少により、経済規模が縮小、税収減

4つの基本目標および成果指標

基本目標
3



若い世代の「未来」を応援する

～結婚・出産・子育ての「希望」をかなえます～

成果指標	H29年度実績値	H30年度実績値	R1年度目標値
⑤出産・子育てのしやすい環境だと感じる市民の割合	36.4%	37.8%	50.0%
⑥下呂市に住み続けたい、戻りたいと考える高校生の割合	40.8%	36.0%	60.0%

基本目標
1



しごとをつくる

～働く場を確保し、就業を促進します～

成果指標	H29年度実績値	H30年度実績値	R1年度目標値
①魅力的な「しごと」をしていると感じる市民の割合	65.3%	66.9%	70.0%
②市内新規就職者数	440人	478人	522人

基本目標
4



まちを育て、まちをつなぐ

～安心して暮らせる「まち」にします～

成果指標	H29年度実績値	H30年度実績値	R1年度目標値
⑦コミュニティ再生プランの策定(新たな地域づくり計画)地域数	0.00%	0.00%	50.0%
⑧近所での助け合いや地域のつながりがあると感じる市民の割合	74.6%	74.8%	90.0%

基本目標
2



下呂市に呼び込む

～魅力を伝え、新しい人の流れをつくります～

成果指標	H29年度実績値	H30年度実績値	R1年度目標値
③社会減数(人口)	▲287人	▲211人	▲222人
④移住・定住の推進により地域が活性化していると感じる市民の割合	35.6%	33.9%	50.0%

【成果指標の根拠、出所】 ①④⑤⑧…市民生活アンケート
③…岐阜県人口動態統計調査

②…下呂市地域職業相談室取扱状況(高山公共職業安定所)
⑥…高校生アンケート

や社会保障費の増大など、本市の総合的な地域活力を低下させるため、社会経済環境を維持していくことが困難となります。

この現状に歯止めをかけ、地域経済を維持・成長させるために、「下呂市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を平成28年1月に策定しました。

本戦略では、4つの基本目標と成果指標を設定し、各分野の課題に対して、オール下呂で取り組んでいます。

この度、平成30年度における成果指標の実績値を更新しましたので公表します。

【企画課】

地方創生推進交付金事業

地方創生推進交付金とは、地方創生の充実・強化を支援することを目的として、各自治体の総合戦略に位置付けられた自主的かつ主体的な取り組みを支援するため、国から交付される交付金です。

下呂市では、本交付金を活用して岐阜県をはじめ飛騨3市1村や中津川市と連携し、事業を実施しています。平成30年度に実施した事業について紹介します。

4. 飛騨地域移住・定住促進連携事業

事業費：2,560,818円（うち交付金1,198,000円）

目的

飛騨3市1村（高山市、飛騨市、下呂市、白川村）が連携して、飛騨地域への移住を考える首都圏在住者を対象に、移住相談会の開催、飛騨地域での就業体験や先輩移住者との交流などを行うことにより、飛騨地域への移住を促進します。

主な取り組み

移住を検討している人が抱えている仕事探しの悩みを解消し、求職者と求人者のマッチングを図るため、民間大手の求人専門事業者のサイト内に飛騨地域求人ページを開設しました。また、移住相談会や首都圏での移住検討者交流イベントなどを開催し、飛騨地域への移住を促進しました。

5. ぎふ・歴史街道観光事業

事業費：2,000,000円（うち交付金1,000,000円）

目的

岐阜県、下呂市、中津川市が連携して国道257号沿線の魅力創出を図ることで誘客、観光消費額の増加を目指します。

主な取り組み

国道257号沿線の更なる魅力創出を図るため、観光関連事業者と連携し、昨年度システム構築を行った「下呂温泉+体験」連携を持続的に進めるとともに、販売促進や新しい宿泊滞在型商品の造成に向けたプロモーション、情報発信を行いました。また、外国人旅行者の更なる誘客を図るため、民間事業者との連携により、フリーパスきっぷを活用した誘客促進や海外に向けたプロモーションを展開しました。



地方創生推進交付金事業の詳細な効果検証について、市ホームページにてお知らせしています。

1. ふるさと納税を活用した女性の働き方改革推進事業

事業費：15,980,733円（うち交付金4,743,461円）

目的

働く場所を確保し、就業を促進するため「今あるしごと」の魅力を高めます。特に女性の働き方改革に取り組むことにより、市外への人口流出を防止し、移住・定住者の確保により地域の活性化を図ります。

主な取り組み

働きながら子育てを可能とするモデルの確立、就業マッチングに取り組むことで女性の就業機会を広げるため、下呂市まち・ひと・しごと情報交流施設「下呂市オーガニックワークプレイス」を整備し、3月から供用開始しました。



2. 中小製造業活性化・人材確保プロジェクト

事業費：184,760円（うち交付金92,380円）

目的

食料品分野において、岐阜県と下呂市が連携し、市の特産品である「エゴマ」を利用した加工食品などの研究開発を実施し、地域の働く場の確保、稼ぐ力の向上を実現します。

主な取り組み

岐阜県と連携し、本市の特産品であるエゴマ関連商品の販路拡大や販売促進に向け、市内外でのPR活動を実施しました。エゴマの新品種「飛騨小坂おんたけ1号」が出願公表され、認知度のアップにつながりました。

3. 飛騨地域ツーリズム推進連携事業

事業費：2,510,223円（うち交付金1,123,761円）

目的

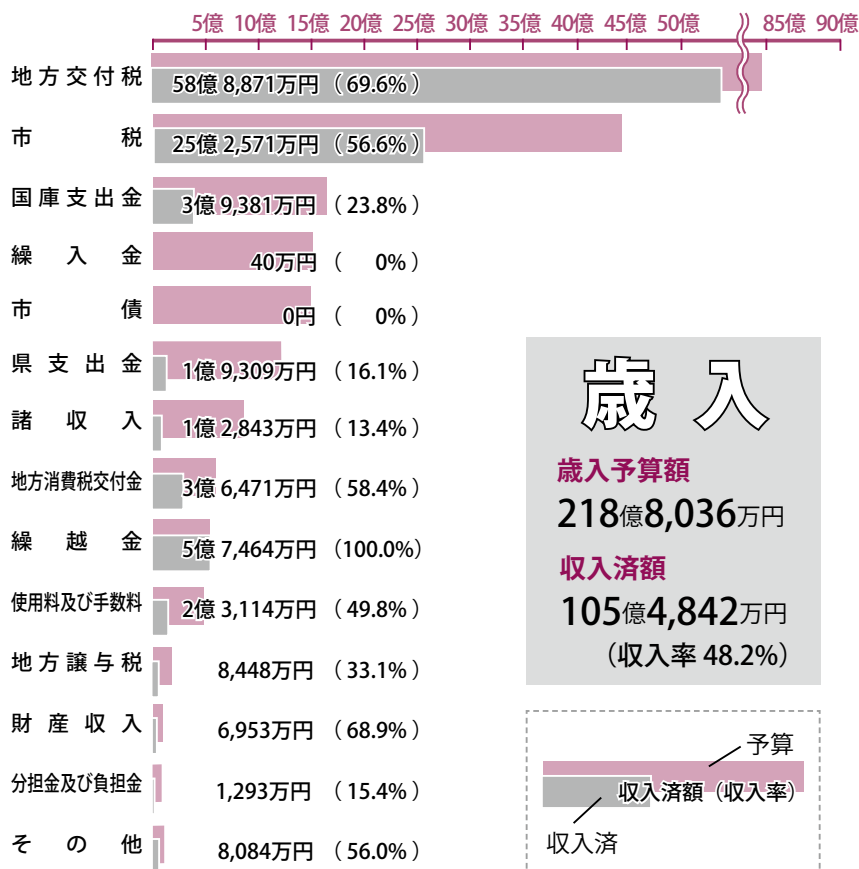
飛騨3市1村（高山市、飛騨市、下呂市、白川村）が連携して、海外からの誘客をさらに推進し、自立的で持続的な社会の創出を目指します。

主な取り組み

欧州からの誘客と地場産品の流通促進を図るため、観光展への参加や海外メディアの招へいを行ったほか、地域通訳案内士の養成講座を開催しました。

令和元年度上半期(9月30日現在)の財政状況

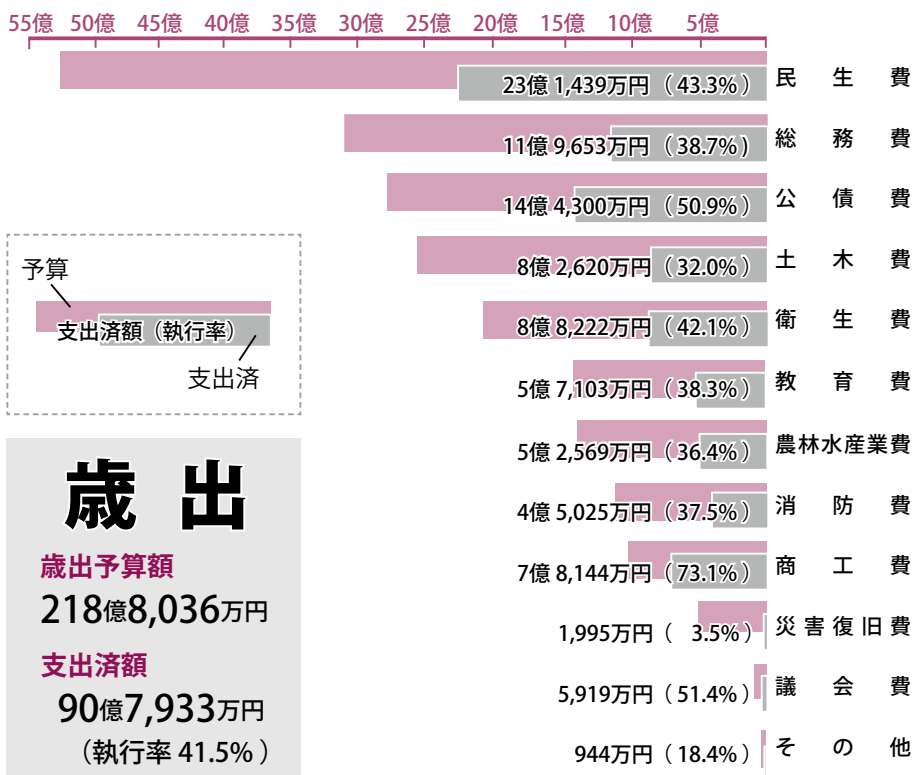
市の「台所事情」をお知らせします



歳入

歳入予算額
218億8,036万円

収入済額
105億4,842万円
(収入率 48.2%)



歳出

歳出予算額
218億8,036万円

支出済額
90億7,933万円
(執行率 41.5%)

市では、毎年6月と12月に財政状況を公表します。お知らせするのは、令和元年度上半期(9月30日現在)の予算執行状況と、基金や市債の現在高などです。

【財務課】

公債費とは、借り入れた市債の返済に充てる経費で、元金の返済金とその利息のことを指します。いわゆる借金の返済費用です。

特別会計

会計名	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	39億8,035万円	19億3,651万円	13億7,551万円
後期高齢者医療	5億1,845万円	2億2,014万円	1億1,508万円
介護サービス	2億5,005万円	1億1,660万円	9,826万円
介護保険	36億 645万円	18億6,554万円	13億9,763万円
下水道	22億2,968万円	9億8,764万円	9億7,370万円
小坂診療所	2億9,490万円	1億1,235万円	1億1,706万円
学校給食	1億5,931万円	5,926万円	5,136万円
下呂財産区	647万円	523万円	77万円

企業会計

水道事業

区分	予算額	収支済額	
収益的	収入	9億3,387万円	3億5,643万円
	支出	11億7,947万円	2億1,094万円
資本的	収入	1億9,318万円	1億2,769万円
	支出	5億9,460万円	1億7,224万円

給水件数	1日平均給水量
13,312件	12,566m ³

下呂温泉合掌村事業

区分	予算額	収支済額	
収益的	収入	2億6,973万円	1億3,570万円
	支出	2億5,927万円	1億2,562万円
資本的	収入	0円	0円
	支出	0円	0円

上半期入場者数	1日平均入場者数
9万9,569人	544人

金山病院事業

区分	予算額	収支済額	
収益的	収入	14億7,033万円	7億7,779万円
	支出	15億 72万円	6億 903万円
資本的	収入	1億 861万円	4,028万円
	支出	1億6,498万円	5,075万円

	延患者数	1日平均患者数
入院	1万 846人	59人
外来	1万9,556人	158人

※収益的支出には現金の支払いが伴わない減価償却費などが含まれるので、収支が赤字であっても必ずしも現金(資金)が不足しているということではありません。

基金の現在高

	基金の名称	9月末現在高	市民1人あたりの額
一般会計	財政調整基金	62億1,102万円	19万4千円
	減債基金	8億4,780万円	2万6千円
	その他の特定目的基金	38億1,671万円	11万9千円
	積立基金(小計)	108億7,553万円	33万9千円
	定額運用基金	3億5,900万円	1万1千円
	運用基金(小計)	3億5,900万円	1万1千円
	一般会計(中計)	112億3,453万円	35万円
特別会計	積立基金	10億 335万円	3万1千円
	運用基金	850万円	0千円
	特別会計(中計)	10億1,185万円	3万2千円
	合計	122億4,638万円	38万2千円

市債および一時借入金の現在高


区分	9月末現在高	市民1人あたりの額	一時借入金現在高
一般会計	214億7,171万円	66万9千円	0円
下水道	117億9,295万円	36万8千円	0円
介護サービス	6,383万円	2千円	0円
小坂診療所	6,697万円	2千円	0円
水道	41億8,268万円	13万円	0円
金山病院	14億2,497万円	4万4千円	0円
計	390億 311万円	121万6千円	0円

市債とは、公共施設の建設など、市が一度に多額の出費を必要とする場合に認められる長期の借入金です。その返済を長期間分割することで、市の財政負担を平均化し、世代間の住民負担を公平にするという役割も果たしています。

市有財産

土地 3,160,769m² 

建物 276,393m² 

山林 60,563,188m² 

有価証券 3,597万円 

出資金 2億8,207万円 

市の貯金額は、市民1人当たり約 **38万円**
借金額は、市民1人当たり約 **122万円**
(令和元年9月末の市人口 32,083人を基に計算)

健康だより

健康医療課

☎53-2101

各地域の保健センター

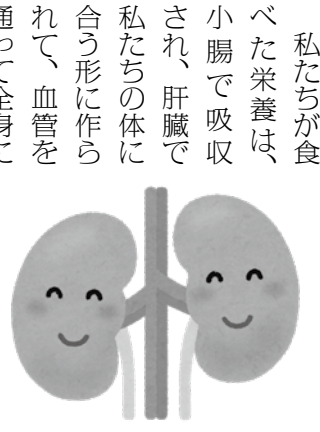
萩原 ☎52-1230

小坂 ☎62-3443

下呂 ☎25-2680

金山 ☎32-4500

あなたの腎臓は元気ですか？



私たちが食べた栄養は、小腸で吸収され、肝臓で私たちの体に合う形に作られて、血管を通って全身に運ばれます。その過程でできた不要なものや使われた後の老廃物などは、いへ行くのでしょうか？

私たちの体には握りこぶし大の二つの腎臓があります。ここで血液中にある体にとって必要な物（タンパク質・糖・赤血球など）を体に残り、老廃物をおしこぎとして出しています。

体は0.9%の塩分濃度でできており、それを維持するために腎臓は水分や電解質（特に塩分）の調整もしています。腎臓は人が生きていくための大切な働

きをしているのです。

皆さんの腎臓は元気でしょうか？

健診結果に記載されている「腎機能」の項目にeGFR（推算糸球体ろ過量）とありますが、これは腎臓が老廃物を排泄する能力を示したものです。年齢を重ねると少しずつ下がっていきますが、年齢以上に低下している場合は注意が必要です。

腎臓は機能が低下しても最初は自覚症状がありません。むくみ、だるさ、貧血、吐き気、食欲不振などの自覚症状が現れたときには、かなり機能が低下している可能性があります。

次に当てはまる場合は「慢性腎臓病（CKD）」です。一つの病気の名前でなく、自覚症状がないまま腎臓の働きが徐々に低下していくことが主な腎臓病の総称です。日本では成人の約8

人に1人がCKDと推測されており、新たな国民病といわれています。

1またはこのうち1つかが3カ月以上持続する(2)

1. 尿検査や血液検査、画像検査などで、腎臓に明らかな障害が認められる。特に、尿たんぱくの存在が重要。
2. eGFRが60未満に低下

では、腎臓を守るためにはどうしたらよいのでしょうか？

- ① 必要な薬以外は飲まない・使わない（薬やサプリメントには腎臓に負担がかかるものがあります。）
- ② 肥満の解消
- ③ 糖尿病・高血圧・痛風をしっかり管理
- ④ 減塩
- ⑤ 禁煙、アルコールの適正摂取
- ⑥ おしっこを我慢しない
- ⑦ ウォーキングなどの適度な運動
- ⑧ 風邪をひかない
- ⑨ 早寝早起き・十分な睡眠・休養を取る
- ⑩ ストレスをためない

まずは健診を受け、自分の体の状態を知り、できるだけ早くから始めましょう。

下呂市立休日診療所

下呂市森801-10（下呂市民会館内）
☎24-1200

※事前に電話をしてお越しください。（予約はできません）

診療科目 内科、小児科
（急病患者に限りです）

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、必ず保険証やお薬手帳（ある場合）をお持ちください。

※急病患者専用のため、平常継続して受けている治療はご遠慮ください。

※事前電話の方の診察を優先にすることがあります。

1月	12月
1日(日) 阿部親司(阿部医院)	1日(日) 阿部親司(阿部医院)
8日(日) 村瀬寛紀(村瀬眼科クリニック)	8日(日) 村瀬寛紀(村瀬眼科クリニック)
15日(日) 小池利幸(小池医院)	15日(日) 小池利幸(小池医院)
22日(日) 小林源博(はやし整形外科)	22日(日) 小林源博(はやし整形外科)
29日(日) 今井直人(花田医院)	29日(日) 今井直人(花田医院)
31日(火) 阿部慎太郎(阿部医院)	31日(火) 阿部慎太郎(阿部医院)
1日(水) 中田宗彦(中田医院)	1日(水) 中田宗彦(中田医院)
2日(木) 近藤史郎(近藤医院)	2日(木) 近藤史郎(近藤医院)
3日(金) 阿部親司(阿部医院)	3日(金) 阿部親司(阿部医院)
5日(日) 奥村昇司(おくむらクリニック)	5日(日) 奥村昇司(おくむらクリニック)
12日(日) 大林秀成(萩原北醫院)	12日(日) 大林秀成(萩原北醫院)
13日(月) 村瀬寛紀(村瀬眼科クリニック)	13日(月) 村瀬寛紀(村瀬眼科クリニック)
19日(日) 大塚正議(大塚耳鼻咽喉科医院)	19日(日) 大塚正議(大塚耳鼻咽喉科医院)
26日(日) 阿部慎太郎(阿部医院)	26日(日) 阿部慎太郎(阿部医院)

※阿部(1)・村瀬(2)・大塚(3)・今井(4)・中田(5)・近藤(6)・奥村(7)・小林(8)・阿部(9)・阿部(10)・阿部(11)・阿部(12)・阿部(13)・阿部(14)・阿部(15)・阿部(16)・阿部(17)・阿部(18)・阿部(19)・阿部(20)・阿部(21)・阿部(22)・阿部(23)・阿部(24)・阿部(25)・阿部(26)・阿部(27)・阿部(28)・阿部(29)・阿部(30)・阿部(31)・阿部(32)・阿部(33)・阿部(34)・阿部(35)・阿部(36)・阿部(37)・阿部(38)・阿部(39)・阿部(40)・阿部(41)・阿部(42)・阿部(43)・阿部(44)・阿部(45)・阿部(46)・阿部(47)・阿部(48)・阿部(49)・阿部(50)・阿部(51)・阿部(52)・阿部(53)・阿部(54)・阿部(55)・阿部(56)・阿部(57)・阿部(58)・阿部(59)・阿部(60)・阿部(61)・阿部(62)・阿部(63)・阿部(64)・阿部(65)・阿部(66)・阿部(67)・阿部(68)・阿部(69)・阿部(70)・阿部(71)・阿部(72)・阿部(73)・阿部(74)・阿部(75)・阿部(76)・阿部(77)・阿部(78)・阿部(79)・阿部(80)・阿部(81)・阿部(82)・阿部(83)・阿部(84)・阿部(85)・阿部(86)・阿部(87)・阿部(88)・阿部(89)・阿部(90)・阿部(91)・阿部(92)・阿部(93)・阿部(94)・阿部(95)・阿部(96)・阿部(97)・阿部(98)・阿部(99)・阿部(100)・阿部(101)・阿部(102)・阿部(103)・阿部(104)・阿部(105)・阿部(106)・阿部(107)・阿部(108)・阿部(109)・阿部(110)・阿部(111)・阿部(112)・阿部(113)・阿部(114)・阿部(115)・阿部(116)・阿部(117)・阿部(118)・阿部(119)・阿部(120)・阿部(121)・阿部(122)・阿部(123)・阿部(124)・阿部(125)・阿部(126)・阿部(127)・阿部(128)・阿部(129)・阿部(130)・阿部(131)・阿部(132)・阿部(133)・阿部(134)・阿部(135)・阿部(136)・阿部(137)・阿部(138)・阿部(139)・阿部(140)・阿部(141)・阿部(142)・阿部(143)・阿部(144)・阿部(145)・阿部(146)・阿部(147)・阿部(148)・阿部(149)・阿部(150)・阿部(151)・阿部(152)・阿部(153)・阿部(154)・阿部(155)・阿部(156)・阿部(157)・阿部(158)・阿部(159)・阿部(160)・阿部(161)・阿部(162)・阿部(163)・阿部(164)・阿部(165)・阿部(166)・阿部(167)・阿部(168)・阿部(169)・阿部(170)・阿部(171)・阿部(172)・阿部(173)・阿部(174)・阿部(175)・阿部(176)・阿部(177)・阿部(178)・阿部(179)・阿部(180)・阿部(181)・阿部(182)・阿部(183)・阿部(184)・阿部(185)・阿部(186)・阿部(187)・阿部(188)・阿部(189)・阿部(190)・阿部(191)・阿部(192)・阿部(193)・阿部(194)・阿部(195)・阿部(196)・阿部(197)・阿部(198)・阿部(199)・阿部(200)・阿部(201)・阿部(202)・阿部(203)・阿部(204)・阿部(205)・阿部(206)・阿部(207)・阿部(208)・阿部(209)・阿部(210)・阿部(211)・阿部(212)・阿部(213)・阿部(214)・阿部(215)・阿部(216)・阿部(217)・阿部(218)・阿部(219)・阿部(220)・阿部(221)・阿部(222)・阿部(223)・阿部(224)・阿部(225)・阿部(226)・阿部(227)・阿部(228)・阿部(229)・阿部(230)・阿部(231)・阿部(232)・阿部(233)・阿部(234)・阿部(235)・阿部(236)・阿部(237)・阿部(238)・阿部(239)・阿部(240)・阿部(241)・阿部(242)・阿部(243)・阿部(244)・阿部(245)・阿部(246)・阿部(247)・阿部(248)・阿部(249)・阿部(250)・阿部(251)・阿部(252)・阿部(253)・阿部(254)・阿部(255)・阿部(256)・阿部(257)・阿部(258)・阿部(259)・阿部(260)・阿部(261)・阿部(262)・阿部(263)・阿部(264)・阿部(265)・阿部(266)・阿部(267)・阿部(268)・阿部(269)・阿部(270)・阿部(271)・阿部(272)・阿部(273)・阿部(274)・阿部(275)・阿部(276)・阿部(277)・阿部(278)・阿部(279)・阿部(280)・阿部(281)・阿部(282)・阿部(283)・阿部(284)・阿部(285)・阿部(286)・阿部(287)・阿部(288)・阿部(289)・阿部(290)・阿部(291)・阿部(292)・阿部(293)・阿部(294)・阿部(295)・阿部(296)・阿部(297)・阿部(298)・阿部(299)・阿部(300)・阿部(301)・阿部(302)・阿部(303)・阿部(304)・阿部(305)・阿部(306)・阿部(307)・阿部(308)・阿部(309)・阿部(310)・阿部(311)・阿部(312)・阿部(313)・阿部(314)・阿部(315)・阿部(316)・阿部(317)・阿部(318)・阿部(319)・阿部(320)・阿部(321)・阿部(322)・阿部(323)・阿部(324)・阿部(325)・阿部(326)・阿部(327)・阿部(328)・阿部(329)・阿部(330)・阿部(331)・阿部(332)・阿部(333)・阿部(334)・阿部(335)・阿部(336)・阿部(337)・阿部(338)・阿部(339)・阿部(340)・阿部(341)・阿部(342)・阿部(343)・阿部(344)・阿部(345)・阿部(346)・阿部(347)・阿部(348)・阿部(349)・阿部(350)・阿部(351)・阿部(352)・阿部(353)・阿部(354)・阿部(355)・阿部(356)・阿部(357)・阿部(358)・阿部(359)・阿部(360)・阿部(361)・阿部(362)・阿部(363)・阿部(364)・阿部(365)・阿部(366)・阿部(367)・阿部(368)・阿部(369)・阿部(370)・阿部(371)・阿部(372)・阿部(373)・阿部(374)・阿部(375)・阿部(376)・阿部(377)・阿部(378)・阿部(379)・阿部(380)・阿部(381)・阿部(382)・阿部(383)・阿部(384)・阿部(385)・阿部(386)・阿部(387)・阿部(388)・阿部(389)・阿部(390)・阿部(391)・阿部(392)・阿部(393)・阿部(394)・阿部(395)・阿部(396)・阿部(397)・阿部(398)・阿部(399)・阿部(400)・阿部(401)・阿部(402)・阿部(403)・阿部(404)・阿部(405)・阿部(406)・阿部(407)・阿部(408)・阿部(409)・阿部(410)・阿部(411)・阿部(412)・阿部(413)・阿部(414)・阿部(415)・阿部(416)・阿部(417)・阿部(418)・阿部(419)・阿部(420)・阿部(421)・阿部(422)・阿部(423)・阿部(424)・阿部(425)・阿部(426)・阿部(427)・阿部(428)・阿部(429)・阿部(430)・阿部(431)・阿部(432)・阿部(433)・阿部(434)・阿部(435)・阿部(436)・阿部(437)・阿部(438)・阿部(439)・阿部(440)・阿部(441)・阿部(442)・阿部(443)・阿部(444)・阿部(445)・阿部(446)・阿部(447)・阿部(448)・阿部(449)・阿部(450)・阿部(451)・阿部(452)・阿部(453)・阿部(454)・阿部(455)・阿部(456)・阿部(457)・阿部(458)・阿部(459)・阿部(460)・阿部(461)・阿部(462)・阿部(463)・阿部(464)・阿部(465)・阿部(466)・阿部(467)・阿部(468)・阿部(469)・阿部(470)・阿部(471)・阿部(472)・阿部(473)・阿部(474)・阿部(475)・阿部(476)・阿部(477)・阿部(478)・阿部(479)・阿部(480)・阿部(481)・阿部(482)・阿部(483)・阿部(484)・阿部(485)・阿部(486)・阿部(487)・阿部(488)・阿部(489)・阿部(490)・阿部(491)・阿部(492)・阿部(493)・阿部(494)・阿部(495)・阿部(496)・阿部(497)・阿部(498)・阿部(499)・阿部(500)・阿部(501)・阿部(502)・阿部(503)・阿部(504)・阿部(505)・阿部(506)・阿部(507)・阿部(508)・阿部(509)・阿部(510)・阿部(511)・阿部(512)・阿部(513)・阿部(514)・阿部(515)・阿部(516)・阿部(517)・阿部(518)・阿部(519)・阿部(520)・阿部(521)・阿部(522)・阿部(523)・阿部(524)・阿部(525)・阿部(526)・阿部(527)・阿部(528)・阿部(529)・阿部(530)・阿部(531)・阿部(532)・阿部(533)・阿部(534)・阿部(535)・阿部(536)・阿部(537)・阿部(538)・阿部(539)・阿部(540)・阿部(541)・阿部(542)・阿部(543)・阿部(544)・阿部(545)・阿部(546)・阿部(547)・阿部(548)・阿部(549)・阿部(550)・阿部(551)・阿部(552)・阿部(553)・阿部(554)・阿部(555)・阿部(556)・阿部(557)・阿部(558)・阿部(559)・阿部(560)・阿部(561)・阿部(562)・阿部(563)・阿部(564)・阿部(565)・阿部(566)・阿部(567)・阿部(568)・阿部(569)・阿部(570)・阿部(571)・阿部(572)・阿部(573)・阿部(574)・阿部(575)・阿部(576)・阿部(577)・阿部(578)・阿部(579)・阿部(580)・阿部(581)・阿部(582)・阿部(583)・阿部(584)・阿部(585)・阿部(586)・阿部(587)・阿部(588)・阿部(589)・阿部(590)・阿部(591)・阿部(592)・阿部(593)・阿部(594)・阿部(595)・阿部(596)・阿部(597)・阿部(598)・阿部(599)・阿部(600)・阿部(601)・阿部(602)・阿部(603)・阿部(604)・阿部(605)・阿部(606)・阿部(607)・阿部(608)・阿部(609)・阿部(610)・阿部(611)・阿部(612)・阿部(613)・阿部(614)・阿部(615)・阿部(616)・阿部(617)・阿部(618)・阿部(619)・阿部(620)・阿部(621)・阿部(622)・阿部(623)・阿部(624)・阿部(625)・阿部(626)・阿部(627)・阿部(628)・阿部(629)・阿部(630)・阿部(631)・阿部(632)・阿部(633)・阿部(634)・阿部(635)・阿部(636)・阿部(637)・阿部(638)・阿部(639)・阿部(640)・阿部(641)・阿部(642)・阿部(643)・阿部(644)・阿部(645)・阿部(646)・阿部(647)・阿部(648)・阿部(649)・阿部(650)・阿部(651)・阿部(652)・阿部(653)・阿部(654)・阿部(655)・阿部(656)・阿部(657)・阿部(658)・阿部(659)・阿部(660)・阿部(661)・阿部(662)・阿部(663)・阿部(664)・阿部(665)・阿部(666)・阿部(667)・阿部(668)・阿部(669)・阿部(670)・阿部(671)・阿部(672)・阿部(673)・阿部(674)・阿部(675)・阿部(676)・阿部(677)・阿部(678)・阿部(679)・阿部(680)・阿部(681)・阿部(682)・阿部(683)・阿部(684)・阿部(685)・阿部(686)・阿部(687)・阿部(688)・阿部(689)・阿部(690)・阿部(691)・阿部(692)・阿部(693)・阿部(694)・阿部(695)・阿部(696)・阿部(697)・阿部(698)・阿部(699)・阿部(700)・阿部(701)・阿部(702)・阿部(703)・阿部(704)・阿部(705)・阿部(706)・阿部(707)・阿部(708)・阿部(709)・阿部(710)・阿部(711)・阿部(712)・阿部(713)・阿部(714)・阿部(715)・阿部(716)・阿部(717)・阿部(718)・阿部(719)・阿部(720)・阿部(721)・阿部(722)・阿部(723)・阿部(724)・阿部(725)・阿部(726)・阿部(727)・阿部(728)・阿部(729)・阿部(730)・阿部(731)・阿部(732)・阿部(733)・阿部(734)・阿部(735)・阿部(736)・阿部(737)・阿部(738)・阿部(739)・阿部(740)・阿部(741)・阿部(742)・阿部(743)・阿部(744)・阿部(745)・阿部(746)・阿部(747)・阿部(748)・阿部(749)・阿部(750)・阿部(751)・阿部(752)・阿部(753)・阿部(754)・阿部(755)・阿部(756)・阿部(757)・阿部(758)・阿部(759)・阿部(760)・阿部(761)・阿部(762)・阿部(763)・阿部(764)・阿部(765)・阿部(766)・阿部(767)・阿部(768)・阿部(769)・阿部(770)・阿部(771)・阿部(772)・阿部(773)・阿部(774)・阿部(775)・阿部(776)・阿部(777)・阿部(778)・阿部(779)・阿部(780)・阿部(781)・阿部(782)・阿部(783)・阿部(784)・阿部(785)・阿部(786)・阿部(787)・阿部(788)・阿部(789)・阿部(790)・阿部(791)・阿部(792)・阿部(793)・阿部(794)・阿部(795)・阿部(796)・阿部(797)・阿部(798)・阿部(799)・阿部(800)・阿部(801)・阿部(802)・阿部(803)・阿部(804)・阿部(805)・阿部(806)・阿部(807)・阿部(808)・阿部(809)・阿部(810)・阿部(811)・阿部(812)・阿部(813)・阿部(814)・阿部(815)・阿部(816)・阿部(817)・阿部(818)・阿部(819)・阿部(820)・阿部(821)・阿部(822)・阿部(823)・阿部(824)・阿部(825)・阿部(826)・阿部(827)・阿部(828)・阿部(829)・阿部(830)・阿部(831)・阿部(832)・阿部(833)・阿部(834)・阿部(835)・阿部(836)・阿部(837)・阿部(838)・阿部(839)・阿部(840)・阿部(841)・阿部(842)・阿部(843)・阿部(844)・阿部(845)・阿部(846)・阿部(847)・阿部(848)・阿部(849)・阿部(850)・阿部(851)・阿部(852)・阿部(853)・阿部(854)・阿部(855)・阿部(856)・阿部(857)・阿部(858)・阿部(859)・阿部(860)・阿部(861)・阿部(862)・阿部(863)・阿部(864)・阿部(865)・阿部(866)・阿部(867)・阿部(868)・阿部(869)・阿部(870)・阿部(871)・阿部(872)・阿部(873)・阿部(874)・阿部(875)・阿部(876)・阿部(877)・阿部(878)・阿部(879)・阿部(880)・阿部(881)・阿部(882)・阿部(883)・阿部(884)・阿部(885)・阿部(886)・阿部(887)・阿部(888)・阿部(889)・阿部(890)・阿部(891)・阿部(892)・阿部(893)・阿部(894)・阿部(895)・阿部(896)・阿部(897)・阿部(898)・阿部(899)・阿部(900)・阿部(901)・阿部(902)・阿部(903)・阿部(904)・阿部(905)・阿部(906)・阿部(907)・阿部(908)・阿部(909)・阿部(910)・阿部(911)・阿部(912)・阿部(913)・阿部(914)・阿部(915)・阿部(916)・阿部(917)・阿部(918)・阿部(919)・阿部(920)・阿部(921)・阿部(922)・阿部(923)・阿部(924)・阿部(925)・阿部(926)・阿部(927)・阿部(928)・阿部(929)・阿部(930)・阿部(931)・阿部(932)・阿部(933)・阿部(934)・阿部(935)・阿部(936)・阿部(937)・阿部(938)・阿部(939)・阿部(940)・阿部(941)・阿部(942)・阿部(943)・阿部(944)・阿部(945)・阿部(946)・阿部(947)・阿部(948)・阿部(949)・阿部(950)・阿部(951)・阿部(952)・阿部(953)・阿部(954)・阿部(955)・阿部(956)・阿部(957)・阿部(958)・阿部(959)・阿部(960)・阿部(961)・阿部(962)・阿部(963)・阿部(964)・阿部(965)・阿部(966)・阿部(967)・阿部(968)・阿部(969)・阿部(970)・阿部(971)・阿部(972)・阿部(973)・阿部(974)・阿部(975)・阿部(976)・阿部(977)・阿部(978)・阿部(979)・阿部(980)・阿部(981)・阿部(982)・阿部(983)・阿部(984)・阿部(985)・阿部(986)・阿部(987)・阿部(988)・阿部(989)・阿部(990)・阿部(991)・阿部(992)・阿部(993)・阿部(994)・阿部(995)・阿部(996)・阿部(997)・阿部(998)・阿部(999)・阿部(1000)・阿部(1001)・阿部(1002)・阿部(1003)・阿部(1004)・阿部(1005)・阿部(1006)・阿部(1007)・阿部(1008)・阿部(1009)・阿部(1010)・阿部(1011)・阿部(1012)・阿部(1013)・阿部(1014)・阿部(1015)・阿部(1016)・阿部(1017)・阿部(1018)・阿部(1019)・阿部(1020)・阿部(1021)・阿部(1022)・阿部(1023)・阿部(1024)・阿部(1025)・阿部(1026)・阿部(1027)・阿部(1028)・阿部(1029)・阿部(1030)・阿部(1031)・阿部(1032)・阿部(1033)・阿部(1034)・阿部(1035)・阿部(1036)・阿部(1037)・阿部(1038)・阿部(1039)・阿部(1040)・阿部(1041)・阿部(1042)・阿部(1043)・阿部(1044)・阿部(1045)・阿部(1046)・阿部(1047)・阿部(1048)・阿部(1049)・阿部(1050)・阿部(1051)・阿部(1052)・阿部(1053)・阿部(1054)・阿部(1055)・阿部(1056)・阿部(1057)・阿部(1058)・阿部(1059)・阿部(1060)・阿部(1061)・阿部(1062)・阿部(1063)・阿部(1064)・阿部(1065)・阿部(1066)・阿部(1067)・阿部(1068)・阿部(1069)・阿部(1070)・阿部(1071)・阿部(1072)・阿部(1073)・阿部(1074)・阿部(1075)・阿部(1076)・阿部(1077)・阿部(1078)・阿部(1079)・阿部(1080)・阿部(1081)・阿部(1082)・阿部(1083)・阿部(1084)・阿部(1085)・阿部(1086)・阿部(1087)・阿部(1088)・阿部(1089)・阿部(1090)・阿部(1091)・阿部(1092)・阿部(1093)・阿部(1094)・阿部(1095)・阿部(1096)・阿部(1097)・阿部(1098)・阿部(1099)・阿部(1100)・阿部(1101)・阿部(1102)・阿部(1103)・阿部(1104)・阿部(1105)・阿部(1106)・阿部(1107)・阿部(1108)・阿部(1109)・阿部(1110)・阿部(1111)・阿部(1112)・阿部(1113)・阿部(1114)・阿部(1115)・阿部(1116)・阿部(1117)・阿部(1118)・阿部(1119)・阿部(1120)・阿部(1121)・阿部(1122)・阿部(1123)・阿部(1124)・阿部(1125)・阿部(1126)・阿部(1127)・阿部(1128)・阿部(1129)・阿部(1130)・阿部(1131)・阿部(1132)・阿部(1133)・阿部(1134)・阿部(1135)・阿部(1136)・阿部(1137)・阿部(1138)・阿部(1139)・阿部(1140)・阿部(1141)・阿部(1142)・阿部(1143)・阿部(1144)・阿部(1145)・阿部(1146)・阿部(1147)・阿部(1148)・阿部(1149)・阿部(1150)・阿部(1151)・阿部(1152)・阿部(1153)・阿部(1154)・阿部(1155)・阿部(1156)・阿部(1157)・阿部(1158)・阿部(1159)・阿部(1160)・阿部(1161)・阿部(1162)・阿部(1163)・阿部(1164)・阿部(1165)・阿部(1166)・阿部(1167)・阿部(1168)・阿部(1169)・阿部(1170)・阿部(1171)・阿部(1172)・阿部(1173)・阿部(1174)・阿部(1175)・阿部(1176)・阿部(1177)・阿部(1178)・阿部(1179)・阿部(1180)・阿部(1181)・阿部(1182)・阿部(1183)・阿部(1184)・阿部(1185)・阿部(1186)・阿部(1187)・阿部(1188)・阿部(1189)・阿部(1190)・阿部(1191)・阿部(1192)・阿部(1193)・阿部(1194)・阿部(1195)・阿部(1196)・阿部(1197)・阿部(1198)・阿部(1199)・阿部(1200)・阿部(1201)・阿部(1202)・阿部(1203)・阿部(1204)・阿部(1205)・阿部(1206)・阿部(1207)・阿部(1208)・阿部(1209)・阿部(1210)・阿部(1211)・阿部(1212)・阿部(1213)・阿部(1214)・阿部(1215)・阿部(1216)・阿部(1217)・阿部(1218)・阿部(1219)・阿部(1220)・阿部(1221)・阿部(1222)・阿部(1223

拇趾の爪は、歩くときに大きな役目を果たしています。ゆび先を保護し、歩き始めに体重を受け止め、バランスよく歩けるための平衡感覚にも関係しています。見方を委ねると、爪が様々な原因で肥厚、変形したり（陥入爪、巻き爪）、爪周囲が炎症を起したりするとうまく歩けません。隣のゆびを傷つけたり痛みで履物も履けなくなります。

爪の肥厚、変形の原因の多くは水虫です。爪に水虫菌（カビの一種である白癬菌）が住み着くと、爪は変形し肥厚し、もろくなります。爪は骨（カルシウム）ではありません。皮膚や髪の毛と同じ表皮細胞が変化したもの（角質）で、生きた細胞ではなくケラチンというたんぱく質が成分です。水虫菌はこのケラチンを栄養源としています。角質のあるところは何処でも水虫菌が生息している可能性があります

が、カビは高温多湿の環境を好む性質をもっているため股間や足が水虫の好発部位となります。足の趾間に発生した水虫は皮膚を侵しながら皮膚と爪の間に入り込み、爪の裏側からじゅくりと爪に侵入します。年を重ねると爪の伸びる速度は遅くなり、生え変わるのに一年もかかるようになります。その間に爪と皮膚の間には水虫菌による爪の破壊、再生してきた爪の重なり、角質やごみのたまりなどによって爪は徐々に肥厚してきます。

爪水虫は放置しても直接生命に危険はおよびません。しかし歩行に障害をきたしたり、変形した爪で皮膚が傷ついて、雑菌の侵入から創の化膿、蜂窩織炎に至ったり、糖尿病などで血行障害があると、敗血症から生命に危険が及ぶこともあります。何の症状もなくても、水虫菌をばらまき他人に感染を広げること

拇趾（足の親指）の爪水虫

もなります。爪が変形していても水虫でないこともあります。水虫と診断するためには侵された角質を採取して特殊な方法で顕微鏡検査します。時には培養検査も行います。採取する場所によっては菌が発見できないこともあるので疑わしい時には繰り返し検査します。角質の採取に痛みを伴うことはありません。また素人判断で市販の水虫薬を使った後には菌の検出が出来ません。検査前には一定期間水虫薬は使わないようにする必要があります。水虫菌が発見されるまでは絶対に水虫薬は使いません。菌が発見されないのに、診察を受けないで水虫薬を使っていると副作用のみが残る場合があります。金山病院外科では水虫菌の検査を行い、確実な治療を目指しています。水虫で変形、肥厚した足趾爪はまず切除（薄く平らに整形する）が必要です。爪水虫では

抗真菌薬が蓄積した爪が再生して治っていくのですが、肥厚、変形した爪があると薬も届きにくく、健康な爪の再生にも影響します。爪の切除には少し技術を要し、たまたま出血もありますが、痛みを伴うことは少なく、麻酔は必要ありません。薄く整形し抗真菌薬を使って健康な爪の再生を待つのが治療の基本です。

爪水虫の治療は内服薬が基本ですが、内服薬はまれに肝障害を引き起こします。そのほか、内服困難な場合には爪専用の塗り薬を爪にしみこませ、水虫菌の増殖を抑えながら気長に爪の再生を待ちます。糖尿病では特にフットケアが大切で、金山病院では糖尿病療養指導士が対応しています。拇趾爪のトラブルはまず金山病院外科にご相談ください。

下呂市立金山病院 顧問 古田智彦

インフルエンザにご注意を

今年もインフル

ルエンザが流行する季節となりました。突然38度以上の発熱、のどの痛み、

強い倦怠感や悪寒、頭痛、筋肉痛、関節痛、咳や鼻水、鼻づまりなどが主な症状として現れます。感染を防ぐために、また周りに広がらないよう次の事を実行して元気を冬を乗り切りましょう。



①外出後はうがい、手洗いを忘れずに

②部屋の湿度は50〜60%を保つよう心掛ける

③十分な休養とバランスのとれた食事を取る

④人混みや繁華街への外出はできるだけ控える（外出時はマスクを使用する）

⑤早めに予防接種を受ける

歯周疾患検診はお済みですか？

歯ブラシなどのテレビCMで「歯周病予防」とよく聞きますが、他人事のように考えてはいませんか？日本人の成人の8割がかかっている

いわれる歯周病は、歯を失う原因の1位であり、最近の研究では生活習慣病にも影響することが分かってきました。



下呂市では、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の人を対象にした歯周疾患検診を3月まで実施しています。歯周病の予防や早期発見・早期治療ができるよう、ぜひ受診してください。詳しくは各地区の保健センターまでお問い合わせください。

犬のふんは必ず持ち帰りましょう

公園や道路などに放置された犬のふんに迷惑している人は少なくはありません。

犬の散歩をするときは、ふんを回収するためのスコップやビニール袋、尿を洗い流すための水入りペットボトルなどを持参しましょう。

飼い犬のふんや尿の始末は、飼い主のマナーです。必ず飼い主が責任を持って片付けましょう。

医療費控除に係るおむつ代の取り扱いについて

問 高齢福祉課 ☎ 53-0153

傷病によりおおむね6カ月以上をわたり寝たきり状態にあると認められる人は、継続して診療を受けている医師の意見書によりおむつ代が医療費控除の対象になります。

医療費控除を受けるためには、対象者の治療を行っている医師が発行した「おむつ使用証明書」と支出したおむつ代の領収書を、確定申告書に添付するか、確定申告書を提出する際に提示することが必要です。

※ご不明な点がございましたら、高齢福祉課へお問い合わせください。

「第71回人権週間」

12/4(水)～12/10(火)

みんなで築こう人権の世紀

～考えよう相手の気持ち
未来へつなげよう
違いを認め合う心～

令和2年 下呂市成人式のご案内

問 市民活動推進課 ☎ 24-2222 内線 253



下呂市成人式を次の日程で開催します。

◆開催日・開催場所

- ▷ 1月11日(土)
(小坂) 小坂きこりセンター
(下呂) 下呂交流会館
- ▷ 1月12日(日)
(萩原) 星雲会館
(金山) 金山市民会館
(馬瀬) 馬瀬中央公民館

◆内容・時間

- ▷ 受付開始 12時30分～
- ▷ 記念撮影 13時00分～
- ▷ 式典 13時30分～

下呂市育英資金給付金 ・貸与金制度のご案内

問 教育総務課 ☎ 52-4800 内線 520

高校・大学・専門学校などへ進学している人や進学を希望する人で、学費の支弁が困難な人に育英資金を給付・貸与します。

◆給付金制度(※返済不要)

▷ 対象者
高等学校、高等専門学校へ進学しているまたは進学を希望する人

▷ 給付額
月額8,000円(年3回の振込)
※現中学3年生は、在籍中学校からの申請

◆貸与金制度(※要返済)

▷ 対象者
大学生、大学院生、短大生、高等専門学校4年生以上、高卒を資格とする専門学校生

▷ 貸与額(無利息)
月20,000円または30,000円
入学一時貸付金
20万円または30万円

◆申請期間 1/6(月)～3/31(火)
※所得などの審査があります。

小中学生 就学援助費制度のご案内

問 教育総務課 ☎ 52-4800 内線 520

経済的な理由で、学用品費や給食費などの修学に必要な費用の支払いに困っている児童、生徒の保護者に、これらの経費が援助されます。

◆対象者

- 市内の小中学校に通う児童、生徒および令和2年度新入学予定者の保護者
 - ・市民税の免除または減免を受けている
 - ・国民健康保険税の減免または徴収猶予を受けている
 - ・国民年金掛金の減免を受けている
 - ・児童扶養手当を受給している
 - ・生活福祉資金の貸付を受けている
 - ・その他経済的に困りの人
- ※所得などの審査があります。

水道の 防寒対策をお忘れなく

問 上下水道課 ☎ 24-2222 内線 174

冬は水道管や水道メーターが凍結して、水が出せなくなったり破損したりする事故が多発します。事前の防寒対策をしましょう。

◆要注意箇所

露出している水道管や水道メーター、屋外の蛇口、散水栓など

◆防寒方法

- ・発泡スチロールなどで覆う
- ・メーターボックスの中に保温材を入れる
- ・凍結防止ヒーターを設置する

◆凍結した場合の処理

タオルを巻いてぬるま湯をかける。
(火や熱湯は使わない)

◆降雪時のお願い

雪が検針業務の支障となることがあります。水道メーターボックス周りの雪よけをお願いします。

※水道管が破裂してしまったときは、止水栓を閉め、市内の水道工業者(給水工事指定店)へ修理を依頼してください。指定店は市ホームページで確認できます。

12月3日～9日は 『障がい者週間』です

問 社会福祉課 ☎ 52-3936 内線 606

『障がい者週間』は、国民に広く障がい者福祉についての関心と理解を深めるとともに、障がい者が社会、経済、文化、その他あらゆる分野の活動に積極的に参加することを目的に設定されました。

下呂市に暮らす約32,000人のうち、何らかの障がいのある人は約2,600人います。誰もが生き生きと暮らせるまちづくりを目指し、障がいについての理解を深め、人格と個性を尊重し支え合う共生社会をつくっていきましょう。

◆障がい者週間啓発活動

- ▷ 日時 12/4(水) 15:00～
- ▷ 場所 パローショッピングセンター 萩原店

年末の交通安全県民運動

12/11(水)～12/20(金)

無事故で年末 笑顔で年始



統計調査員募集中！

問 企画課 ☎ 24-2222 内線 284

市では「国勢調査」などの各種統計調査で、調査票の配布・回収・点検などを行う統計調査員を募集しています。調査員は登録制となっており、あらかじめ登録された人の中から、調査ごとに依頼をさせていただきます。活動期間中は、非常勤公務員の身分となり、調査員報酬が支払われます。

活動期間中の調査時間は、ご自身で計画して進められます。この機会に調査員として活躍しませんか。

◆登録要件

- ・原則 20 歳以上で、調査活動に支障がない人
- ・責任をもって調査活動を行える人
- ・調査によって知りえた秘密を守れる人
- ・警察、選挙、税務に直接関係のない人
- ・調査活動に不適切な職業、立場、経歴でない人
- ・車の運転ができる人



市営住宅の入居者募集

問 生活課 ☎ 24-2222 内線 183

◆12月新規募集の住宅

募集期間 12月2日～25日

入居予定 令和2年2月1日

▷公営・かしなら団地（桜洞）

築S63年 木造2階
C棟5号室 3LDK（世帯用）
家賃11,500円～26,800円

▷一般・宮田団地（宮田）

築H10年 耐火5階
202号室 3DK（世帯用）
家賃38,000円

◆継続募集中の住宅

募集期間 随時

入居予定 お申し込みから1カ月程度

▷一般・宮田団地（萩原町宮田）

築H10年 耐火5階 複数
3DK（世帯用）家賃38,000円

※この他にも継続募集中の住宅があります。生活課までお問い合わせください。



下呂市職員の募集

問 総務課 ☎ 24-2222 内線 215



◆職種

- ・行政事務（障がい者・常勤・若干名）
- ・診療情報管理士（常勤・若干名）

◆採用予定日 令和2年4月1日

◆勤務時間 原則1日7時間45分

◆勤務場所 下呂市内

※診療情報管理士の勤務場所は金山病院を予定しています

◆受験資格

- ・昭和49年4月2日以降に生まれた人
- ・高卒程度の学歴を有する人、または令和2年3月31日までに卒業見込みの人
- ・行政事務（障がい者）受験者は基本的なパソコン操作（文書作成や表計算処理など）ができる人、障害者手帳などの交付を受けている人。
- ・診療情報管理士受験者は当該資格免許を有する人、または令和元年度中に同資格を取得する見込みの人。

◆その他

試験のときに配慮が必要な人は申込時にお申し出ください。できる限り配慮します。

◆選考方法

教養試験（高卒程度）、適性検査、作文試験、面接試験

※一次試験は1月19日(日)を予定

◆申込方法

所定の申込書に必要書類を添付の上、総務課人事係へお申し込みください。申込書は、下呂庁舎総務課で受け取るか、郵送または市ホームページから入手できます。

◆受付期限

令和2年1月9日(木)まで 17時必着（持参もしくは郵送）



国保加入者の医療費自己負担額の減免について

問 市民課 ☎ 24-2222 内線 120

災害や失業などで一時的に生活が困難になり、医療費の支払いができない場合に、受診時の自己負担額が減額、免除または猶予される制度があります。

この制度を利用するには事前の申請が必要で、預金などの資産を審査して決定します。受診される前に、市民課国保係までお尋ねください。



所得税などの障がい者控除対象者の認定のご案内

問 高齢福祉課 ☎ 53-0153

65歳以上の人で、要支援、要介護認定を受け障がい者と同程度の人、または認定時の調査票・意見書により障がい者に準ずると認められる人などに対し、税法上の控除を受けられる場合があります。

詳細については高齢福祉課までお問い合わせください。

※税金の控除についてご不明な点がございましたら、税務課（☎ 24-2222）へお問い合わせください。



自衛官募集のお知らせ

問 自衛隊高山出張所 ☎ 0577-32-3028

◆陸上自衛隊高等工科学校生徒募集

募集種目▷一般受験

応募資格▷中卒（見込含）

15歳以上17歳未満の男子

受付期限▷令和2年1月6日(月)まで

一次試験▷令和2年1月18日(土)

二次試験▷令和2年1月31日(金)～2月3日(月)のうち1日

◆自衛官候補生募集 試験日

第9回 令和元年12月16日(月)

第10回 令和2年1月31日(金)

第11回 令和2年2月14日(金)

第12回 令和2年3月6日(金)

会場▷航空自衛隊岐阜基地(各務原市)



下呂市へのお問い合わせで、担当部署が不明な場合は、秘書広報課へご相談ください。

問合先/秘書広報課 ☎ 24-2222 内線 261

あ、それは MOTTAINAI ! 知って減らそう「食品ロス」

あっという間に12月です。今月は忘年会やクリスマスなど気の合う仲間が集まって飲食を共にする、そんな機会が多くなるのではないのでしょうか。そんな楽しいイベントについて水を差すようで恐縮ですが、今回は「食品ロス」についてご紹介します。

こんなに捨てているんです！

・「食品ロス」とは、食べ残しや売れ残り、期限切れなど、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。よく話題になるのが、節分の時期にスーパーやコンビニで売られる「恵方巻き」です。そうした食品ロスが、日本ではなんと年間643万トンも生じていると推計されています。国連世界食料計画による食料援助量が年間320万トンですので、日本の食品ロスはとても多いといわざるを得ません。

・日本の食料自給率はカロリーベースで38%ととても低く、海外からの輸入に依存しています。それを食品ロスとして廃棄しているのは全くの無駄で、ごみ処理にも多額のコストがかかり、CO₂の排出や灰の埋め立てなどによる環境負荷もかかります。この食品ロスのうち、352万トンが事業系によるもの、291万トンは家庭からのものです。どうしたら減らすことができるのでしょうか。

食品ロスを減らすためには？

1 ご家庭での取り組み

さまざまな環境問題と同様に、食品ロスを減らすためには一人一人の取り組みが重要です。少し工夫が必要ですが、次のことを意識してお買い物や調理・食事をしてみましょう。ご家庭で取り組むポイントは買い物時に「買すぎない」、料理の際に「作りすぎない」こと。きっと家計にも健康にもプラスになるはずです。

お買い物で・・・

- ①お買い物の前に冷蔵庫などにある食材をチェックしましょう。
- ②使う分、食べられる量だけ買いましょう。
- ③期限表示を確認し利用予定と照らして適切に買いましょう。



調理・食事で・・・

- ①食品に記載された保存方法に従って適切に保存しましょう。
- ②残っている食材から使うなど食材を上手に使い切りましょう。
- ③体調など考えて食べきれ的分だけ作りましょう。

2 外出時・宴会時での取り組み

この時期は外出や宴会が多くなります。ぜひそうした機会に食品ロスの削減について実践をしてみてください。ポイントとしては、外出時は「注文しすぎない」、宴会時は「食べきる」です。また、岐阜県が食品ロス削減に向けて「ぎふ食べきり運動」を行っており、下呂市内にもその協力店がありますので、お店選びの参考にしてください。

外出時は・・・

- ①食品ロス削減に積極的に取り組む店を選びましょう。
- ②子盛りメニューなどを活用し食べられる分だけ注文しましょう。
- ③みんなでシェアするなど料理をおいしく食べきりましょう。

宴会時は・・・

- ①乾杯後の30分間は自席にてできたての料理を味わいましょう。
- ②お開き前の10分間は自席に戻りもう一度料理を楽しみましょう。
- ③幹事さんは「食べきり」を呼び掛けましょう。

宴会時の食べ残しを減らすキャンペーンを「30・10運動」といいます。この取り組みを広めるための三角ポップを無料配布していますので、お店や宴会の幹事さんで必要な際は、環境課までお知らせください。



下呂市内の「ぎふ食べきり運動」への協力店は、民宿赤かぶ、美輝の里、富喜屋、水明館、睦館、大江戸温泉物語下呂新館、木曾屋、天龍閣の8店です。食品ロス削減について不明な点は環境課までお問い合わせください。

問合先 環境課 ☎ 26-5011

道路の除雪に皆さまのご協力をお願いします

冬季は、各地域から除雪の依頼が相次ぎます。円滑な交通を確保するため、できる限り早期の除雪を目指し、市民の皆さんが安全・安心に過ごせるよう取り組んでいます。

しかし、全ての道路を除雪できない現状があります。道路の除雪に地域で助け合いのご協力をお願いします。
【土木課】



◆除雪作業は

除雪作業は国道・県道・主要地方道を最優先とするため、場所や状況により作業開始時間が遅くなる場合があります。また、地域の環境や状況などによっては除雪作業を行わない所がありますので、あらかじめご了承ください。

◆玄関先に残った雪は

道路の除雪は、広い範囲を限られた時間で終了させなければならないため、道路の雪をかき分ける方法で行います。そのため道路の端やご自宅の玄関前に雪の塊などがどうしても残ってしまうことがあります。ご自宅の出入りのための除雪は、皆さまのご協力をお願いします。

◆通学路の除雪にご協力を

通学路となっている所や横断歩道・バス停周辺の除雪や凍結防止剤の散布に、ご協力をお願いします。

◆路上駐車はやめてください

路上駐車は、除雪作業の遅れや事故につながる恐れがあります。路上への長期駐車や夜間駐車は絶対にしないでください。



◆除雪作業を円滑に進めるためにご協力を

- ①住宅密集地など除雪作業のできない所や歩道などの除雪は、市民の皆さまのご協力をお願いします。
- ②除雪車が通過した後で、雪を道路へ捨てたり、屋根の雪下しで出た雪を道路に放置しないようにしてください。交通の支障になるばかりか凍結による交通事故の原因となります。
- ③除雪作業車を呼び止め、私道除雪の依頼をしないようにしてください。
- ④ごみの集積所以外の場所へごみを置かないでください。
- ⑤凍結防止剤が必要な時は、各区長さんを通して依頼してください。

【除雪の問合せ先】

◆国道 41 号

高山国道事務所 管理第一課
☎ 0577-36-3823

◆県道、国道（国道 41 号以外）

下呂土木事務所 道路課 ☎ 52-3111

◆市道

市役所土木課 ☎ 53-2010（内線 115）

地域の話題 アレコレ

英語を楽しく学べる！国際交流イベント

10/19 WakuWaku国際ナショナル・フェア【萩原】

英語や国際文化への興味関心を高めてもらおうと、英語を楽しく学ぶ、わくわく国際ナショナルフェアを開催しました。イベントには、海外派遣事業に参加した中学生、益田清風高等学校インターアクト部、下呂市ALT、市民有志者などが参画。当日は、約300人の来場者でにぎわい、中学生によるペンサコーラ・ケチカン派遣団報告やゲーム、ダンス、英語の絵本読み聞かせなど、英語や国際文化を楽しみながら学んでいました。



▲ゲームで英語を楽しみながら学ぶ参加者たち＝星雲会館

金山の筋骨の一角を描いた絵画「棲む」

10/19 2018日展入選作品 寄贈【金山】

金山の路地裏「筋骨」をモチーフとした絵画「棲む」が昨年の日展で入選し、名古屋市で開催された作品展でこの画に巡り合った市民の熱意が伝わり、下呂市への寄贈が実現しました。

作者の宮田淑子さん（小牧市）は、昨年6月に金山地域を訪れ、筋骨との造形や生活感あふれる光景に魅力を感じ、この作品を描かれました。作品は下呂庁舎2階に展示していますので、ぜひご覧ください。



▲市に寄贈された日展入選作品（金山筋骨の一角を描いた絵画「棲む」）と作者の宮田淑子さんと市長＝下呂市役所

食欲の秋！自慢の味を食べて楽しんで！

11/10 第7回舞台峠うまいもん祭【下呂】

御厩野の舞台峠ドームで「食」をテーマにしたイベント、舞台峠うまいもん祭が開催されました。

昨年は台風の直撃で残念ながら中止となってしまいましたが、第7回となる今年は、すがすがしい秋晴れの日となり、下呂市と中津川市から出店した50店舗のうまいもんを目当てに、県内外から約4,000人が来場。両市から集まった自慢のうまいもんを“腹いっぱい”楽しんでいました。



▲下呂市、中津川市から集まったうまいもんを思い思いに楽しむ来場者ら＝舞台峠ドーム

12月の絵本の読み聞かせ

14日(土) 10:30～はぎわら図書館
10:30～下呂図書館
10:30～金山図書館



蔵書点検による休館のお知らせ

年末年始のため、下記の期間休館します。ご迷惑をお掛けしますがよろしくお願い致します。

- ◆はぎわら・下呂・金山図書館
12月28日(土)～令和2年1月3日(金)
- ◆小坂図書館
12月28日(土)～令和2年1月5日(日)

新●着●図●書

【実用書・その他】

- ◆超時短のパソコン仕事術 きたみあきこ
- ◆人生のサバイバル力 佐藤 優
- ◆「空き家」に困ったら最初に読む本 牧野寿和
- ◆死ぬんじゃねーぞ!! 中川翔子
- ◆パパ、ママ、あのね… マリア・モンテッソーリ
- ◆日本の星空ツーリズム 縣 秀彦
- ◆あなたが始める、はじめての在宅看取り。 諏訪免典子
- ◆刺しゅうでお直し 藤本裕美
- ◆ちょっとリッチなフライパン煮込み 川上文代
- ◆親に届ける宅配ごはん 岩崎啓子

【小説・エッセイ】

- ◆自分のせいだと思わない。 小池一夫
- ◆やわらかく、考える。 外山滋比古
- ◆絶望スクール 石田衣良
- ◆楽園の真下 荻原 浩
- ◆たそがれダンサーズ 桂 望実
- ◆妻の終活 坂井希久子
- ◆黙秘犯 翔田 寛
- ◆死にゆく者の祈り 中山七里
- ◆落日 湊かなえ
- ◆至誠の残滓 矢野 隆

※掲載は新着本の一部です。

◆はぎわら・下呂・金山図書館
【開館時間】9:30～18:00
【休館日】月曜、第3日曜、毎月最終金曜

◆小坂図書館
【開館時間】9:00～17:00
※最終金曜日のみ13:30開館
【休館日】土曜・日曜・祝日

◆馬瀬移動図書館
【日にち】12月10日(火)
※冬季期間は月1回
【場所・時間】
馬瀬中央公民館 10:30～12:30
中切公民館 13:30～15:30

◆下呂市図書館ホームページ
<http://lib.city.gero.lg.jp>
貸出・予約状況のほか、新着情報なども検索できます

【問合せ】
はぎわら図書館 ☎ 52-2901
下呂図書館 ☎ 25-2489
金山図書館 ☎ 32-4009
小坂図書館 ☎ 62-3111

掲示板

■衣類・絵本リサイクル&資源回収

日時▷1/18(土) 9:30～11:30

場所▷あさなず会館 2階ホール

参加費▷100円 ※会員は無料

リサイクル品▷新生児用～ジュニアサイズ(150)の衣類、小物(靴、帽子など)、マタニティ

資源回収品▷タオル、バスタオル、シーツ(カバーでも可)、衣類(綿70%以上)、端切れ布、古切手、書き損じのハガキ、ISBN(国際標準図書番号)が入った本
※資源回収に迷う品はお問い合わせください。

問合せ▷Square(スクエア)

☎080-3152-9089

■あなたの事業承継を応援します!

事業承継ネットワーク構成機関(商工会や金融機関など)が事業承継の準備に向けた相談対応をいたします。

必要に応じて、弁護士・公認会計士・税理士・中小企業診断士・社会保険労務士な

どの専門家を派遣いたします(無料)。詳しくはお近くの事業承継ネットワーク構成機関(各地域の商工会)までお気軽にお問い合わせください。

■下呂市民吹奏楽団

第15回ファミリーコンサート

日時▷12/8(日) 13:30開演

会場▷下呂交流会館 泉ホール

入場料▷大人500円・中高生300円

小学生以下無料(全席自由)

問合せ▷下呂市民吹奏楽団

☎090-2937-1549(団長:中嶌)

■須田病院 岐阜県認知症疾患医療センター 第8回 講演会&映画上映会

開催日▷12/20(金) ※入場無料

場所▷高山市民文化会館 小ホール

映画上映会▷「ぼけますから、よろしくお願いします。」

午前の部 10:00～ 午後の部 13:30～

講演会▷15:30～

問合せ▷須田病院 岐阜県認知症疾患

医療センター ☎0577-72-2213

■県職業訓練「介護員養成科」受講生募集!

対象▷県内離職者など(年齢制限なし)

日時▷1/17～3/16の平日

9:00～16:40

場所▷ラーニングスクールエニウェイ(高山市)

受講料▷無料(別途教材費8,140円、保険料2,400円など必要)

申込▷12/16(月)までに

ハローワーク高山へ

問合せ▷(株)エニウェイ ☎0577-37-7636

■岐阜県の最低賃金改正のお知らせ

○岐阜県最低賃金 時間額 851円 10/1～

○特定(産業別)最低賃金

電機 時間額 886円

自動車 時間額 930円

航空機 時間額 970円 12/21～

問合せ▷岐阜労働局賃金室 ☎058-245-8104

■自動車関係の手続きはお早めに!

年度末の3月は、登録窓口が混雑するため、早めに自動車の名義変更や住所変更、廃車などの手続きをお願いします。普通自動車・125ccを超えるオートバイの申請・届出関係については、下記までお問い合わせください。

問合せ▷飛騨自動車検査登録事務所

☎050-5540-2054

週刊まめなかなを
視聴するには、
下呂ネットサービスの
加入が必要です!

チャンネル下呂のお知らせ

◆地上デジタル放送
チャンネル番号…12

12月の番組表

時	分	月・水・金・日	火・木・土
7	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	まめ体操	
8	0	もっと!週刊まめなかな	
	30	満天!ゆるりと下呂	
	45	下呂逗留	
9	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	防災情報	
10	0	ぎふわか	ジモテン!リターンズ
	15		あいラブせんりゅう
	30		
	45	下呂ネットインフォメーション	
11	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	エアートピックス ※土日はSHOW!TALK!TV!増刊号	
12	0	もっと!週刊まめなかな	
	30	岐阜県情報	わがまち再発見
13	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	まめ体操	
14	0	あいラブせんりゅう	ぎふわか
	15	ジモテン!リターンズ	
	30		
	45		SHOW!TALK!TV!増刊号
15	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	満天!ゆるりと下呂	
16	0	もっと!週刊まめなかな	
	30	わがまち再発見	下呂ネットインフォメーション
	45		SHOW!TALK!TV!増刊号
17	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	エアートピックス ※土日はSHOW!TALK!TV!増刊号	
18	0	ぎふわか	緑の話を聞け!
	15		岐阜県情報
	30		
	45	SHOW!TALK!TV!増刊号	
19	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	【生】ぎふわか ※火曜のみ
	45	防災情報	
20	0	もっと!週刊まめなかな	
	30	満天!ゆるりと下呂	
	45	下呂逗留	
21	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	まめ体操	
22	0	緑の話を聞け!	ぎふわか
	30	下呂ネットインフォメーション	
	45	エアートピックス ※土日はSHOW!TALK!TV!増刊号	
23	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	SHOW!TALK!TV!増刊号	下呂ネットインフォメーション
0~6	0	お買い物情報	

●特別番組「大河ドラマ「麒麟がくる」舞台地 「清流の国ぎふ」まるごと応援宣言」

9月28日(土)に「ぎふ清流文化プラザ」で行われた岐阜県とNHK岐阜放送局が共催したイベントの様態を放送します。
■放送日:12/30(月)・31(火) 13:00~15:00

番組の紹介



●週刊まめなかな (毎週水曜日更新)

季節の話題・スポーツ・展示会から学校の行事まで、市内の話題が満載の市民のための情報番組です。朝7時から2時間おきに1日9回放送します。



〈12月のコーナー〉

■12/4~12/17 こんにちは!市役所です

市役所から耳寄りな情報や話題などをお知らせします。今回は企画課から『**農林業の統計調査**』についてお知らせします。

■12/11~12/24 LadyGo

下呂市の元気で素敵な女性を紹介します。

■12/18~12/24 ホット☆ふれあい広場

市内の住民福祉活動グループを紹介します。今回は『**しだれ栗**』の活動を紹介します。

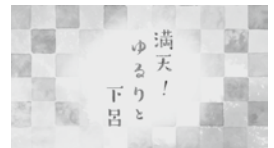
■12/25~12/31 年末特別企画「下呂市民32000人のまめなかな」
今年、市民の皆さんからいただいた「まめなかなコール」をまとめて一挙放送します。

●満天!ゆるりと下呂 (毎月1日更新)

日本三名泉「下呂温泉」の湯けむり漂う旅情をゆるりとお届けします。

■放送時間:

毎日 8:30 ~、15:45 ~、20:30 ~



★無料パソコン教室のお知らせ★

個別レッスンだから初心者でも安心!
パソコン、タブレット、スマートフォンの操作をお教えします。



開催日▷12/17(火)

時間▷①9:45~10:45 ②11:00~12:00 ③13:00~14:00
④14:15~15:15 ⑤15:30~16:30 ※一人1時間

会場▷CCN下呂ネットサービス

申込▷12月2日受付開始、電話にてお申し込みください。
※参加は下呂ネットサービスまたはCCNのインターネットご加入者さまに限ります。

申込・問合せ▶CCN下呂ネットサービス ☎25-5553

受付:9:00~18:00(日曜除く)

Focus

— Vol.9 —

自慢の「にんにく卵」で— 地域を活性化させたい。



長谷川 稔洋さん（60）
としひろ



▲キッチンカー「鳥ハステーション」でたまごサンドなどを販売する長谷川さん夫妻＝道の駅かれん

35年間経営してきた喫茶店のオーナーから田舎暮らしへの憧れと「何か新しいことがしたい」という思いで4年前に金山に移住した長谷川稔洋さん—金山の菅田地区で古民家を丸ごと使った養鶏場「夢農園」と、ニンニクを混ぜたエサで元気に育った鶏の卵「にんにく卵」の生産を開始しました。

長谷川さんのにんにく卵は弾力のある黄身と濃厚な味が特徴で、益田清風高等学校の生徒が考案した「金福丸カステラ」には、この「にんにく卵」が使われています。また、金山の道の駅かれんでは、これまでの経験を生かし、キッチンカーでにんにく卵を使ったたまごサンドやプリンなどを販売しています。「道の駅が少しさみしい。道の駅をもっと盛り上げていきたい。」と現在もさまざまなことに挑戦中です。

ご希望の情報を受け取る
「下呂市メール配信サービス」にぜひ登録を！

緊急災害情報や防犯情報など、9つのメニューから希望の情報を選んで登録できます。

特に災害時には「防災行政無線」と同じ内容を配信しますので、放送が聞き取れなかった場合などでも、メールで内容を確認することができるので安心です。ぜひ、登録してご利用ください。



COVER — 今月の表紙 —



火災予防の啓発と防火意識の向上を図る防火パレード。かなやまこども園の園児たちが、音楽に合わせて、まといを振ったり拍子木を鳴らしながら元気に火災予防を呼び掛けました。