

# GERO

広報げろ

2019

3

No.181



下呂市の未来を思い、  
語り合う

中学生と  
市長との  
懇談会

# 未来を思い、語り合う



## 中学生と市長との

### 懇談会を

### 開催しました

将来の下呂市を担う中学生が、市長と直接語り合うことで地方自治の学習を行うつつ、市政への関心と郷土愛を深めてもらおうと、平成27年度から行っています。

市内5つの中学校で3年生を対象に実施し、中学生は下呂市の未来についてさまざまなアイデアを提案し、市長と意見を交わしました。

※金山中学校については、インフルエンザなどによる学年閉鎖のため中止しました。

#### 【企画課】

12/21

### 萩原南中学校

「私のふるさと」

下呂市への想い」

6グループに分かれて「下呂市を活性化させるために私たちはどのように関わるとよいか」について考え、「温泉・花火・祭りの活用」や「郷土料理の活用」、「子育てしやすい地域づくり」、「世代間交流の推進」などの具体策を発表。市長との懇談からアイデアを練り上げました。



▶市長と一緒にアイデアを出し合う中学生

1/18

### 萩原北中学校

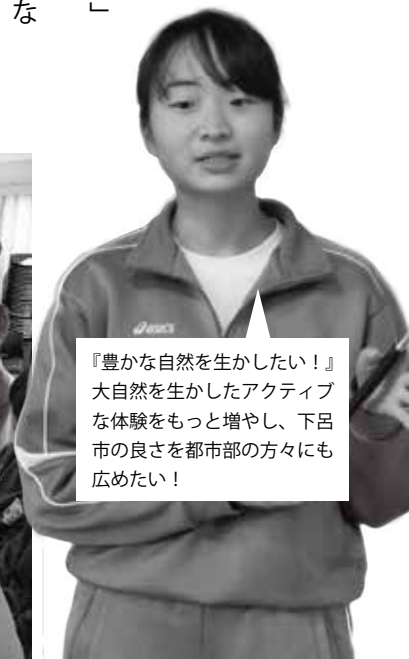
「下呂市の未来

(地域の食材)」

大麦若葉やアマドコロなど地元食材の特色や効用を調べ、生徒自ら新たなレシピを考案しました。これまでに試作と改善を重ねてきた結果を発表。6グループに分かれた試食会では、作品のデザートを食べながら、苦労した点や健康づくりなどについて市長と懇談しました。



▶地元食材で作ったデザートを振る舞う中学生



『豊かな自然を生かしたい！』  
大自然を生かしたアクティブな体験をもっと増やし、下呂市の良さを都市部の方々にも広めたい！

# 中学生 × 市長 懇談会

# 下呂市の

1/21

下呂中学校

「下呂市をもっと元気なま  
ちにするために、自分（た  
ち）は何ができるか」

16グループに分かれて、  
下呂市を元気なまちにする  
ための具体策を考え、市長  
を交えて話し合いました。  
生徒からは、「インパク  
トある市のPR動画を制作  
する」、「リニア開通までに  
中津川から下呂へ自動運転  
のバスを走らせる」などの  
意見が出されました。

▶市長へ自分たちが考えた具  
体策を発表する中学生



1/22

竹原中学校

「自慢できるふるさと竹原  
く市長さんと語る  
ワクワク会議」

5グループに分かれて、  
竹原をもっと元気にするた  
めの具体策を発表。  
これまでの観光大使とし  
てのPR活動や、地域の高  
齢者へ花を届ける活動など  
の経験を踏まえたアイデア  
が出され、市長を交えた意  
見交流で、実現可能なアイ  
デアに練り上げました。

▶アイデアの実現に向け、市  
長の思いを聞く中学生



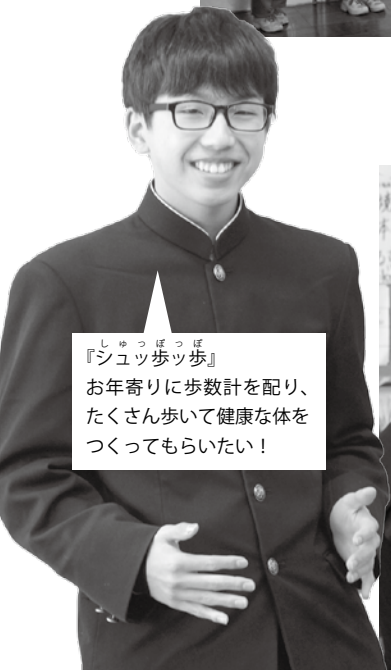
1/31

小坂中学校

「小坂地区の未来のために  
く今ある資源を  
どう生かすか」

5グループが、これまで  
の学習や地域活動の成果と  
課題、来年度も継続してい  
く活動などを提言し、市長  
と意見交流しました。  
生徒からは、「小坂の姿  
を改めて見直すことができ  
た」、「これからも小坂を大  
切にしていきたい」などの  
意見が出されました。

▶地域活動の成果などを  
発表する中学生



『シュツッ歩ッ歩』  
お年寄りに歩数計を配り、  
たくさん歩いて健康な体  
をつくってもらいたい！



## 中学生 海外派遣事業

# 29人が国際姉妹都市の 米国ケチカン市、ペンサコーラ市へ

未来ある子どもたちに海外での見聞を広めてもらい、国際感覚などを養うことを目的に行う事業で、姉妹都市提携を結ぶ米国アラスカ州ケチカン市と同フロリダ州ペンサコーラ市へ計29人の中学生を派遣します。

【教育総務課】

### ボランティア引率者のご紹介 (敬称略)

ケチカン 今井一秀(下呂)

ペンサコーラ 小林浩二(萩原)

※中学生海外派遣では市民の引率者を募集し、ボランティアで引率していただいています。

### 第32回ケチカン派遣団(敬称略)

3月24日～4月6日



▷金山中・大島和、加藤月乃、澤田純之介  
▷下呂中・今井太郎、岩田寛己、上野日花、熊崎文音、黒木菜名、高瀬幹太  
▷萩原南中・東聖牙  
【中学2年生10人、引率者3人】

### 第26回ペンサコーラ派遣団(敬称略)

3月27日～4月5日



▷萩原南中・形部航希、小林主、都筑天平、福澤結太、二村大凱、水口柚希、宮崎裕貴  
▷下呂中・今井悠乃、中川渚、野村萌那、細江菜月、山岸愛果  
▷竹原中・今井凜、日下部真叶  
▷小坂中・江壽耕、田立紗也、中島琉唯、中山田菜、長谷川楓斗  
【中学2年生19人、引率者3人】

～市民自らの活動で、地域が元気に～

## 平成30年度に「地域振興事業補助金」を活用した事業を紹介します

市では、「下呂市地域振興事業補助金」により、市民の皆さんが自主的に企画し、自分たちの手で進めるまちづくりを支援しています。

本年度は、次の10件(1月31日現在)の事業が実施されました。

【市民活動推進課】

団体名	地域	事業
飛騨小坂音楽祭実行委員会	小坂	第6回飛騨小坂音楽祭&「夢駆ける坂」上映会
中原つ子クラブ	下呂	中原小学校放課後児童見守り事業
大島夢の会	小坂	イルミネーションを活用した元気な地域づくり事業
野郎舞会	下呂	すずむしコンサート
竹原クローバープロジェクト	下呂	鳳凰座探検&映画会
ひだはぎわらミュージックフェス実行委員会	萩原	ひだはぎわらミュージックフェス
のはらっこくらぶ	馬瀬	こどもフェスタ
若宮ドリーム	下呂	下呂温泉 湯の街 五ヶ所まいり
人形劇「ピノキオ」公演実行委員会	萩原	むすび座人形劇「ピノキオ」上演会
馬瀬わかあゆこどもワークショップ実行委員会	馬瀬	馬瀬わかあゆこどもワークショップ

※詳しい内容は、市ホームページをご覧ください。

### 2019年度

### 地域振興事業補助金のご案内

#### ■対象団体

市内に活動拠点を置く団体(自治会を除く)。政治活動や宗教活動、営利活動を行うものは対象となりません。

#### ■対象事業

地域振興、地域活性化を目的とした事業で、単年度で実施されるもの。

#### ■対象経費

事業に必要な経費から、団体が自ら負担すべき経費を控除した額。

#### ■補助金額

補助対象経費の5分の4以内  
(限度額20万円)

#### ■申請方法

所定の様式となります。下記までお問い合わせください。

#### ■申請の受付開始日

平成31年3月1日～

(事業実施の1カ月前までに申請を)

#### ■問合先 各振興事務所地域振興課

# GERO ORGANIC WORKPLACE

## 下呂市オーガニックワークプレイスがオープン！ 下呂市で楽しく暮らし・働く～有機的なワークプレイス～

下呂市に子連れでも安心して利用できるコワーキングスペースがオープンしました。

当施設は誰でも利用でき、特に子育て世代の女性が子連れでも安心して仕事や打ち合わせ、休息を取れる施設です。子育て世代の女性の活躍の場を広げ、就業や仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）につながる情報発信の拠点を目指します。 【企画課】



下呂市で楽しく暮らし・働く～有機的なワークプレイスづくり～

※オーガニックワークプレイスとは、人と人、仕事と子育て、仕事と仕事(異業種)、趣味と実益などの多様な対立軸が隔たりなく有機的(オーガニック)につながる仕事や活動の場(ワークプレイス)です。

**場所** 下呂市森 2312 番地 6 (下呂交流会館前)

### 施設の概要

- ① エントランスロビー…誰でも自由に出入りができるフリースペースです。
- ② キッチン…起業を応援。試行販売(チャレンジショップ)として有料で飲食の提供や食品などの販売ができます。
- ③ 相談室…相談などに利用できる個室です。
- ④ コワーキングスペース…インターネット環境が整ったオープンスペースを共有しながら、それぞれ独立した仕事、会議およびワークショップなどができます。
- ⑤ キッズスペース…コワーキングスペースの隣りにある子どもたちが安心して遊べるスペースです。
- ⑥ 授乳室…自由に利用できます。
- ⑦ 販売スペース…起業を応援。販売スペース棚に商品などを有料で展示することができ、委託販売も可能です。

**開館時間** 9:30 ～ 22:00

※火～金曜日までの 16:00 以降および土日は予約時間のみ開館。

### 休館日

毎週月曜日・祝日および年末年始(12/29～1/3)

### 駐車場

下呂交流会館の下段駐車場をご利用ください。

### 利用申込・料金

利用申請書をご提出ください。電話での事前予約も可能。  
※利用申請書は下呂市ホームページからダウンロードできます。  
※利用料は下呂市ホームページをご覧ください。

**申込・問合せ先** NPO 法人みらいろ

**【電話】** 0576-20-4241

受付時間：9:00～16:00(火～金曜日)

※祝日と年末年始は除く

**【E-mail】** mirairo.gero@gmail.com

市内のバスに  
期間中、何回でも  
自由に乗車できる

高齢者、障がい者、運転免許証返納者の皆さん

# 福祉パスポートをご利用ください

## 対象者

市内に住所を有する 65 歳以上の人、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人、運転経歴証明書をお持ちの人

昨年度から 65 歳未満の運転免許証返納者も対象になりました。

※ 2020 年 4 月 1 日までに 65 歳になられる人も購入できます。

## 利用できるバス

- ・げろバス全路線（デマンドバスを除く）
- ・濃飛バス（市外の乗車分は適用外）

## 購入金額

利用期間	購入金額
4/1 ~ 3/31	11,000 円
7/1 ~ 3/31	9,000 円
10/1 ~ 3/31	6,000 円
1/1 ~ 3/31	3,000 円

【問合先】 高齢福祉課 ☎ 53-0153

## 購入方法

### ◆ 継続して購入する人

現在お持ちのパスポートと利用料金を窓口へ

### ◆ 初めて購入する人

対象であることを証明するもの（保険証、各種手帳、運転経歴証明書）、印鑑、利用料金を窓口へ

※ 購入時にお釣りが出ないようご協力をお願いします。

販売場所	販売日	申込電話
星雲会館（高齢福祉課）	4/1（月）～ 9:00～17:00 ※ 土日・祝日を除く	53-0153
小坂振興事務所		62-3111
金山振興事務所		32-2201
馬瀬振興事務所		47-2111
下呂市民会館	4/8（月） 9:00～13:00	25-2252
竹原出張所		
上原診療所		
なかはら子育て・保育ステーション	4/10（水） 9:00～13:00	

## 事前申し込み

3 月 22 日（金）までに最寄りの窓口へ電話でご予約ください。予約された人は、4 月 1 日以降に事前に予約された窓口にてご購入ください。

※ 平成 30 年度の福祉パスポートは、4 月 12 日（金）までご利用できます。

## おめでとつ（敬称略）

### 第 56 回全国中学校スキー大会出場

【2月4～7日 新潟県】

▽女子スラローム、女子ジャイアントスラローム・二村優月（萩原北中3年）

### 第 68 回全国高等学校スキー大会出場

【2月8～12日 秋田県】

▽男子ジャイアントスラローム・佐伯愛斗（岐阜第一高2年）

### 第 74 回国民体育大会冬季大会スキー競技会出場

【2月14～17日 北海道】

▽少年男子ジャイアントスラローム・佐伯愛斗（岐阜第一高2年）、▽少年女子ジャイアントスラローム・二村優月（萩原北中3年）

### 第 30 回全国家庭婦人バレーボールいそじ大会出場

【3月15～17日 山梨県】

▽やんちゃ姫・小池三重子、斉藤純子、伊藤美由紀、高木知里、二村あけ美、河尻明子

### 平成 30 年度ふるさとづくり大賞受賞

【2月4日 東京都】

▽総務大臣表彰・益田清風高等学校

### 消防団等地域活動表彰受賞【2月10日 東京都】

▽馬瀬建設株式会社

※ 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。

## 平成 30 年 7 月豪雨災害における功績

水防功労者国土交通大臣表彰受賞【2月13日 東京都】  
消防庁防災功労者表彰受賞【2月10日 東京都】  
岐阜県水防表彰受賞【2月14日 岐阜県】

▽下呂市消防団

※ 積極果敢な水害防止・人命の安全確保・被害軽減活動に尽力

# 広報げろに関する アンケートにご協力ください

今後さらに効率的で分かりやすい広報紙にするため、  
皆様のご意見をお伺いしたいと考えています。  
お手数をお掛けしますが、趣旨をご理解いただき、  
アンケートにご協力をお願いします。

※お答えいただいた内容を市の広報・広聴活動に  
関する目的以外で使用することは一切ありません。

※アンケート調査の結果は、市ホームページ  
で公開する予定です。

【秘書広報課】

該当する項目に○印をつけてください

## Q1 お住まいの地域はどこですか？

1. 萩原 2. 小坂 3. 下呂 4. 金山 5. 馬瀬  
6. 市外

## Q2 あなたの性別をお聞きします

1. 男性 2. 女性

## Q3 あなたの年齢をお聞きします

1. 10代以下 2. 20代 3. 30代 4. 40代  
5. 50代 6. 60代 7. 70代以上

## Q4 「広報げろ」をどの程度読んでいますか？

1. 全てのページをじっくり読む  
2. 必要な記事だけ読む 3. ざっと目を通す  
4. ほとんど読まない 5. まったく読まない

## Q5 Q4で4または5と回答した人はその理由を教えてください

1. 読む時間がない 2. 読みたい情報がない  
3. 読む必要を感じない  
4. その他 ( )

## Q6 文字の大きさについてどう思いますか？

1. 大きい 2. ちょうどよい 3. 小さい

## Q7 ページ数についてどう思いますか？

1. 多い 2. ちょうどよい 3. 少ない

## Q8 掲載内容は分かりやすいですか？

1. 分かりやすい 2. 分かりにくい

## 提出方法

3月22日(金)までに、切り取って  
秘書広報課または各振興事務所へ持参し  
ていただくか、ファクス (0576-23-0066)  
にて提出してください。

## 問合せ先

秘書広報課 ☎ 24-2222



市ホームページから回答することもできます

広報げろアンケート

検索

## Q9

「広報げろ」をもっとよくするために  
どのような点を改善すればよいと思いますか？

1. 市民の声や活動をもっと紹介する (複数選択可)  
2. 地域の情報 (イベントなど) をもっと掲載する  
3. 情報をより詳しく分かりやすく説明する  
4. デザインやレイアウトを工夫して読みやすくする  
5. 写真やイラストを増やす  
6. フルカラーにする

## Q10 よくご覧になるページはどれですか？

1. 表紙 2. 特集 3. お知らせ (複数選択可)  
4. チャンネル下呂のお知らせ 5. 健康だより  
6. 図書だより・掲示板 7. 人の動き  
8. 裏表紙 (地域の話題アレコレ)  
9. その他の記事 10. 特にない

## Q11

掲載してほしい内容 (コーナー) や特集として  
取り上げてほしいテーマはありますか？

## Q12

毎月15日発行 (新聞折込) の「広報げろお知らせ  
版」を読んでいますか？

1. 読んでいる 2. 時々読んでいる  
3. 読んでいない 4. 見たことがない (存在を知らない)

## Q13

その他、「広報げろ」についてご意見がありましたら  
ご自由にお書きください

ご協力ありがとうございました



## ひとり親家庭の 児童福祉給付金の支給

問 児童福祉課 ☎ 52-2882 内線 613

下呂市では、ひとり親家庭の保護者に児童福祉給付金を支給しています。

◆**対象者** 3月1日現在において下呂市に在住の人で、平成31年3月に中学校を卒業する生徒と生計を共にしているひとり親家庭の保護者

◆**支給額** 35,000円

◆**申請期限** 3月15日(金)

◆**申請方法** 印鑑、通帳を持参し、次の窓口で申請書をご記入ください。

◆**提出窓口** 星雲会館(児童福祉課)、小坂振興事務所、下呂市民会館、金山振興事務所、馬瀬振興事務所

## 新小学1年生の 福祉医療費受給者証の更新

問 市民課 ☎ 24-2222 内線 116

2019年度に小学校へ入学する児童の福祉医療費受給者証が、4月から小中学生用の受給者証に更新されますのでお知らせします。

◆**対象者** 小学校へ入学する新1年生の児童(別資格受給者を除く)

◆**手続き方法** 対象者へ3月中旬に郵送でご案内します。

◆**交付場所**

指定の振興事務所または市民課

## 世界自閉症啓発デー 4月2日(火)

## 発達障害啓発週間 4月2日(火)～8日(月)

### ～発達障がいへの 理解を深めましょう～

自閉症をはじめとする発達障がいは、脳機能の発達が関係する障がいです。

その人が抱えている障がいの特性を理解した上で、その人に合った配慮、支援を行いましょう。

## げろバスの運行が 夏時刻に変わります

問 生活課 ☎ 24-2222 内線 287

げろバス(萩原・下呂)の時刻表が、3月15日(金)から夏時刻に変わります。



## 告示方法の変更について

問 総務課 ☎ 24-2222 内線 213

4月1日から、市が行う告示(条例の公布などの行政事務を広く周知する行為)を市のホームページに掲載することになりました。これに伴い、これまで下呂庁舎、星雲会館、各振興事務所の5カ所の掲示板で行っていた告示は、下呂庁舎の掲示板でのみ実施しますのでお願いします。

なお、インターネットが利用できない人につきましては、各振興事務所に設置してある専用端末にて閲覧することができます。

ご不明な点がございましたら総務課までお問い合わせください。

## 市民課窓口業務の時間を 延長します

問 市民課 ☎ 24-2222 内線 112

年度が替わる時期は、就職や進学、転入などにより、窓口利用者が多くなります。そこで、市民課の窓口業務について時間を延長します。

◆**平日の窓口業務時間延長**

▷**窓口** 市民課(下呂庁舎)  
萩原地域振興課(星雲会館)

▷**日にち**

3月28日(木)～4月3日(水)の平日

▷**延長時間** 19時まで

◆**土・日曜の窓口業務開設**

▷**窓口** 市民課(下呂庁舎)

▷**日にち** 3月30日(土)・31日(日)

▷**時間** 9時～15時

※当日中に手続きが完了できない場合は、再度来庁していただくことがありますのでご了承ください。

※旅券の手続きは、平日9時～17時15分です。

## 火災発生時の 防災行政無線放送について

問 通信指令課 ☎ 25-5119

火災発生時の防災行政無線は、建物火災や林野火災などを対象に、消防団の招集のために放送しています。

6時～22時は全地域に、22時～6時は消防団方面隊の管轄地域だけに放送します。

●コンピューターの合成音声で放送しているため、聞き苦しい音声となっておりますが、ご了承いただきますようお願いいたします。

●火災場所については、個人情報を守るために大字までとし、発生地域を分かりやすくするため、初めに地域名を入れて放送しています。

●消防団以外の人でも、市民メール(下呂市メール配信サービス)で「生活安心メール」を登録すると、火災情報を受け取ることができます。

## 市民メールの登録方法

### ①空メールを送信

メールアドレス「gero@sg-m.jp」宛てに空メールを送信すると登録用のURL(アドレス)を掲載したメールが届きます。そこから登録用サイトに接続してください。

※QRコードから読み取ることもできます。



### ②配信希望情報を選択

利用規約に同意していただき、配信内容を選択してください。

※配信内容は9つのメニューから希望するものを選択できます。

### ③住所地を選択

お住まいの地域を選択してください。

※地域を限定し、メールを配信することがあります。

### ④登録完了

入力内容を確認したら登録完了!

災害や防犯情報なども受け取れます。ぜひご活用ください。





## 市営住宅の入居者募集

問 生活課 ☎ 24-2222 内線 288

### ◆ 3月新規募集の住宅

募集期間 3月1日～25日

入居予定 5月1日

#### ▷ 一般・幸田住宅 (幸田)

築 S63年 耐火3階  
101号室 2K (単身可)  
家賃 18,800円

#### ▷ 一般・少ヶ野団地1号棟 (少ヶ野)

築 S48年 耐火5階  
108号室 2K (単身可)  
家賃 18,000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ので、生活課までお問い合わせください。



## 2019年度「わかあゆ賞」候補者募集

問 市民活動推進課 ☎ 24-2222 内線 252

下呂市青少年育成市民会議では、下呂市出身で20歳以下の青少年を対象に、全国規模のコンクールやスポーツ大会の入賞者、地域社会に奉仕した個人や団体に「わかあゆ賞」を贈り顕彰しています。

顕彰の対象期間は、平成30年4月1日～平成31年3月31日です。現在、皆さんからの情報提供を受け付けております。

「わかあゆ賞」の表彰基準などの詳細は、市ホームページに掲載しています。

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 263



## JR飛騨萩原駅の営業日、営業時間が変わります

問 市民活動推進課 ☎ 24-2222 内線 255

4月1日から飛騨萩原駅の営業日および営業時間が下記のとおり変わります。

◆ 営業日 通年営業 (365日)

◆ 営業時間 6時45分～14時30分  
平成25年から萩原町商工会が乗車券販売業務を行ってきましたが、平成31年4月1日より萩原町観光協会に業務移管することになりました。

また、営業日と営業時間が変わり、今まで以上に切符のお求めがしやすくなりますのでご利用ください。



## 湯の街ギャラリーさんぽ道を閉館します

問 観光課 ☎ 24-2222 内線 158

長らくご愛顧いただいた「湯の街ギャラリーさんぽ道」は、3月31日(日)をもって閉館とさせていただきます。

3月は最終日まで下呂中学校観光ポスター展を行っておりますので、ぜひお越しください。

18年間ありがとうございました。

◆ 日時 3月31日(日)まで

◆ 休館日 毎週火・水・木曜日

※3月15日～31日は毎日開館

◆ 場所 湯の街ギャラリーさんぽ道 (湯之島908)

◆ 電話 25-6611

◆ 入館料 無料



## 「なんとめでたいご臨終」講演会の開催 (参加無料)

問 高齢福祉課 ☎ 53-0153 内線 651

多くの人が望んでいる「最期まで家で朗かに生きるためにはどうすれば良いか?」「旅立つ人も見送る人も満足な死に方」について分かりやすくお話ししていただきますので、お誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

※事前申し込みなしでの入場も可能ですが、会場準備の都合上、事前申し込みにご協力をお願いします。

◆ 日時 3月17日(日) 14:30～16:30

◆ 場所 JAひだエーピック レインボーホール

◆ 講師 小笠原文雄 氏



## 下呂市障がい児等交通費助成のご案内

問 社会福祉課 ☎ 52-3936 内線 606

障がいや病気の早期治療および機能回復のために、医療機関および障害児通所支援事業所へ通う児童を持つ保護者に対し、通院・通所に必要な経費の一部を助成します。

◆ 対象者 市内に在住し、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳・自立支援医療(育成医療)受給者証・小児慢性特定疾病児童医療受給者証の交付を受けている満18歳未満の児童。

### ◆ 助成対象期間

平成30年12月～平成31年3月分

### ◆ 提出するもの

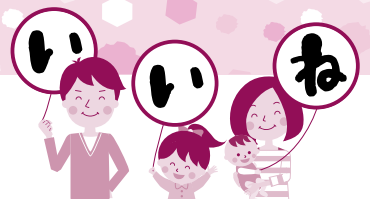
- ① 下呂市障がい児等交通費助成事業助成金支給申請書
- ② 通所等証明書または診療明細書 (通院時のみ)
- ③ 小児慢性特定疾病児童医療を受給している人は受給者証の写し

◆ 申請期限 4月15日(月)

◆ 提出先 社会福祉課(星雲会館内)または各地域振興事務所障がい福祉係  
※詳細は社会福祉課へお問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。

## 二セ電話詐欺にご注意ください!

- ・金融機関から暗証番号を聞くことやキャッシュカードを受け取りに来ることは絶対ありません。
- ・電話でお金のお話がでたら詐欺かもしれません。一旦電話を切り、家族や警察に相談しましょう。知らない番号の電話に出ないために、留守番電話の活用も効果的です。
- ・高齢者世帯は振り込め詐欺被害に遭いやすい傾向があります。被害の防止対策について、日頃から家族で話し合っておきましょう。



子育てを頑張るパパママと地域で頑張る子どもたちの紹介

# 下呂のパパとママと子どもたち



国際交流で力を身に付ける

市民活動推進課  
☎24-2222



▲地元中学生と交流（ケチカン）

5月からのシリーズで「家庭教育」と「青少年育成」の取り組みについて紹介してきました。連載最後となる今回は、「中学生派遣事業」について紹介します。中学生海外派遣事業は、中学2年生を対象に、下呂市の姉妹都市であるアメリカのアラスカ州「ケチカン市」とフロリダ州「ペンサコーラ市」のいずれかの町に10日間ほどホームステイする事業です。



▲スクールランチを体験（ペンサコーラ）

●異文化体験を通して成長  
ホームステイ中は生活習慣や文化、価値観などの違いから、普段どおりの生活ができなかつたり、どうしていいのか分からなかつたりする場面が多くあります。その中で、意思決定して行動したり、相手に英語を使って意思表示したりすることで、決断力や実行力、コミュニケーション能力が高まります。また、最初はできなかったことができるようになっていく成功体験の積み重ねは、チャレンジ精神を高めます。さらに、異文化や他者との違いを認めて理解



▲ドキドキのダンスパーティー（ケチカン）

しようとすることで、他者理解や多文化社会（さまざまな文化的特徴を有する民族が、多様性を尊重し平等に共存していく社会）の精神が養われます。●もちろん英語力も向上  
ホームステイ先では、会話はもちろん全て英語。参加する生徒は、市の国際交流員（トニーさん、アンソニーさん）やALETの協力を得て英会話の事前研修をします。そして現地では英語を実践。「生きた英語」として身に付きます。●文化交流も楽しみ  
訪問先で「折り紙」「習字」など日本の文化を伝えます。また、ダンスや合唱などの出し物も披露。現地では、ダン



▲現地中学生に折り紙を教える様子（ペンサコーラ）

スパーティーなどアメリカならではの文化も体験します。●下呂にも訪問団が来訪  
6月頃、両市からも中学生の訪問団が下呂市に来訪し、同じく下呂の家庭でホームステイします。市内の学校を訪問し、国際交流を行います。●派遣団員に聞きました  
熊崎文音さん（下呂中・ケチカン派遣団リーダー）  
友達をたくさん作りたいです。英語をいっぱいしゃべって上手になって帰ってきたいです。DAPUMPのUSAダンスも頑張ります！  
都筑天平くん（萩原南中・ペンサコーラ派遣団リーダー）  
ホームステイでアメリカの生活スタイルを体験したいです。特に大きなステーキを食べてみたいです。英語をたくさん話すことを頑張ります！  
※本年度の派遣団のメンバーなどは、本紙4ページで紹介しています。

## プレママ交流広場のご案内

いのちを授かった  
お母さん、あつまれ～



毎月1回、妊婦さんが集まって出産までの相談事やストレス発散など、気軽にしゃべりする場『プレママ広場』を行っています。初産婦の人はもちろん、経産婦の人も大歓迎！

【日 時】偶数月の第4月曜日  
奇数月の第4土曜日の10時～11時  
【場 所】下呂中央児童館  
【問合先】市民活動推進課  
☎24-2222（内線252）

## 青少年育成事業・子育て支援事業の活動予定

### UPカフェ・赤ちゃんカフェ

【UPカフェ】  
3月7日（木）10:00～11:45  
場所/下呂交流会館  
申込専用アドレス/gero.shien@gmail.com  
【赤ちゃんカフェ】  
3月11日（月）下呂市民会館  
3月19日（火）金山市民会館  
時間/10:00～11:30  
申込専用アドレス/akachan.cafe@gmail.com

### 親学び講座

【親子・市民 癒しと学びの教室】  
『音楽工房 夢のかぼちゃ トーク&コンサート ～そっとやさしく～』  
3月2日（土）14:00～（13:30開場）  
場所/下呂交流会館

※募集案内チラシは、各小中学校、児童館などへ配布しています。

Facebookでも活動を紹介しています。ぜひご覧ください。



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

## 3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	長良川情報局	ジモテン! リターンズ
	15		緑の話を聞け!
	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	エリアトピックス ※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	サイエンスチャンネル
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	下呂ネットインフォメーション
	15		SHOW! TALK! TV! 増刊号
	30	サイエンスチャンネル	わがまち再発見
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	サイエンスチャンネル
17	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	
	45	下呂ネットインフォメーション	SHOW! TALK! TV! 増刊号
18	0	ジモテン! リターンズ	あいラブせんりゅう
	30	サイエンスチャンネル	岐阜県情報
19	0	週刊まめなかな・テレビ回覧板	【生】かさなる テレビ ※木曜のみ
	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!	長良川情報局
	30	下呂ネットインフォメーション	
	45	エリアトピックス ※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	

## 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。



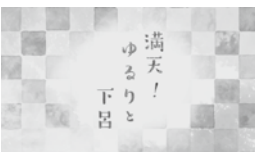
### 〈3月のコーナー〉

- 3/6 ~ 3/19 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。今回は環境課から『ペットボトルの捨て方』についてお知らせします。
- 3/13 ~ 3/26 LadyGo  
下呂市の元気で素敵な女性を紹介します。
- 3/20 ~ 4/2 下呂市小学校リレー訪問  
子どもリポーターが自分たちの学校や地域を紹介します。今回は『宮田小学校』を紹介いたします。

### ●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時30分 ~ 15時45分 ~ 20時30分 ~



### ●FC岐阜の応援番組「緑の話を聞け!」 今シーズンスタート!

元日本代表ストライカー前田遼一選手など、期待の新戦力も加わり注目度がアップ。就任3年目となる大木武監督の魅力的なパスサッカーもチームに浸透し、これまで以上に盛り上がること間違いなし!

- 放送時間: 月・水・金・日曜日 22時 ~ 火・木・土曜日 10時30分 ~



### 情報提供はこちらへ!

#### ●チャンネル下呂

- FAX 20-4003
  - ハガキ 〒509-2202  
下呂市森 793-15 シーシーエヌ株式会社
  - メール chgero@ccn-catv.co.jp
  - ホームページ <http://geronet.info/chgero/>
- ※いずれの場合もお名前と連絡先を必ずご記入ください。  
※情報提供にかかる個人情報は、目的以外には使用しません。



募集中!!

# 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

## がん検診・若者健診等申込調査のお知らせ

平成31年度に市が実施するがん検診などの受診希望調査を2月から3月にかけて実施しています。がんなどの検診は加入している保険に関係なく、対象の年齢・性別に該当する市民であればご自身でも受診できます（若者健診を除く）。

希望調査	対象 (2020年3月31日現在の年齢が下記に該当する市民)
肺がん(結核)検診	40歳以上の人
胃がん検診	
大腸がん検診	
前立腺がん検診	50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の男性(注)
子宮頸がん検診	20歳以上の女性
乳がん検診	30歳以上の女性
肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に受診したことがない人
歯周疾患検診	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の人(注)
若者健診	職場などで健診を受ける機会のない、16~39歳の人

(注) 前立腺がん検診と歯周疾患検診は、年齢基準日の変更に伴い平成31年度に限り2019年4月1日現在の年齢が上記に該当する人も対象になります。

### ◆受診までの流れ

①送付された「がん検診・若者健診等申込調査票」の希望する検診に●を記入する。  
(記入例を参照)

### 記入例

<b>【検診を希望しない方】</b> 市の検診を受ける <input type="checkbox"/> 何も記入しない	<b>【検診を希望する方】</b> 市の検診を受ける <input checked="" type="checkbox"/> 鉛筆で●を記入
<b>【国民健康保険にご加入の方】</b> ***** ***** 5月に受診券をご案内します。受診しましょう。 <input checked="" type="checkbox"/> 記入不要	<b>【対象外の方】</b> ***** ***** <input type="checkbox"/> 受けることができません

②同封の返信用封筒に入れ、**3月13日**までに郵便ポストへ投函する。

③希望した検診の検診票が5月に送付される。

※子宮頸がん検診、乳がん検診、中学3年生の若者健診は別に送付されます。

④届いた検診票と自己負担金を持参し、集団検診会場や個別医療機関で受診する。なお、検診は**6月**(子宮頸がん)と乳がんは5月中旬)から受診でき、受診可能な医療機関の案内は、検診票と一緒に送付されます。

### 注意事項

- ・申し込みにあたっては、調査票に同封した案内をよくご確認ください。
- ・調査票は市の検(健)診を希望する人のみご回答ください。
- ・世帯全員が受診を希望しない場合は返送の必要はありません。

国民健康保険に加入中の皆さまへ  
国民健康保険の加入者は、職場などでがん検診を受ける機会が少ないため、平成25年度よりがん検診の検診票を加入者全員に送付しています。特定健診の対象者には特定健診の受診券と一緒に送付します。

がんは、下呂市の死亡原因の第一位ですが、進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで、非常に高い確率で治癒します。自分自身やあなたを必要とする人のためにも、がん検診を受診しましょう。

## 下呂市立休日診療所

☎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

診療日 (急病患者に限りです) 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。

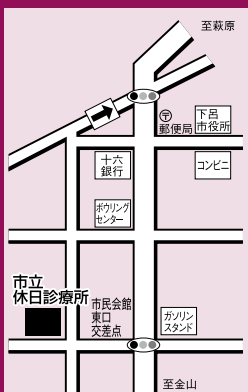
※急病患者専用のため、平常継続して受けている治療はご遠慮ください。

※事前電話の方の診察を優先にすることがあります。

### 3・4月の担当医

4月		3月	
29日(金)	大林秀成(萩原北病院)	3日(日)	小池利幸(小池医院)
28日(木)	近藤史郎(近藤医院)	10日(日)	村瀬寛紀(菊野眼科)
21日(日)	村瀬寛紀(菊野眼科)	17日(日)	今井直人(花田医院)
14日(日)	奥村昇司(あくらクリニック)	24日(日)	阿部親司(阿部医院)
7日(日)	小林源博(こばやし整形外科)	31日(日)	中田宗彦(中田医院)

※要予約の担当医は別紙をご覧ください。



※休日診療所の担当医は、地上デジタル放送ぎふちゃん(8ch)のデータ放送でもご覧いただけます。

## 法律とこの相談会を開催

3月の自殺対策強化月間に合わせて、弁護士と臨床心理士による「法律とこの相談会」が開催されます。

自殺の原因は複雑といわれていますが、特に多重債務、解雇、生活苦、健康問題などのさまざまな困難を抱えて苦しんでいる人が、うつ病などにより「自殺」に追い込まれてしまっていることがあります。

一人で悩みを抱え込まず、専門家に相談することで、心の負担が軽くなることも、解決の糸口が見つかる可能性があります。相談時間は45分程度です。

仕事やスポーツなどで体を動かした後や、長時間同じ姿勢でいたりすると、膝や肩、腰の痛みを覚えるのはよくあることです。関節の痛みといっても軟骨や滑膜、じん帯、筋肉など様々な部位が関係してきます。様々な痛みの中で、寝たきり状態や、何らかの原因で体を動かさないために起こっている関節、その周囲の痛みについてお話しましょう。

人の体には約260個の関節があり、それぞれ多くの筋肉によって動かされています。関節は滑らかな関節軟骨と関節液によってスムーズな動きを保っています。その関節軟骨は血管がなくて栄養を関節内にある滑膜などが作り出す関節液から受け取っています。栄養を受け取るためには関節を常に動かさなければなりません。関節を動かさないと関節液の中に老廃物

費用は無料、秘密は厳守されます。相談を希望される場合は、問合先に電話にてお申し込みください。

日時 3月7日(木) 13時～16時  
場所 飛騨総合庁舎2階 厚生2会議室  
(高山市上岡本町7-468)

定員 4名

問合先 飛騨保健所健康増進課  
☎0577-33-1111(内線3-1)

## 全国健康保険協会(協会けんぽ) 岐阜支部に加入の皆さまへ

平成31年度保険料率

健康保険料率・介護保険料率が変

や炎症物質がたまり、そのために、軟骨の炎症性変化が進行し関節の腫れ、痛みを引き起こします。

健康な人でも骨折などで関節をギプス固定する短期間で関節の動きが悪くなり動かすときに痛みを生じます。そのため固定期間をできる限り少なくし、早期に関節を動かすように努めます。寝たきりや運動の少ない高齢の女性に発生することが多い偽痛風という病気があります。これはヒロリン酸カルシウムの結晶が関節内に析出し、痛みや腫れを引き起こします。原因ははっきりしていませんが、関節を動かさないことが原因の一つとも考えられます。脳梗塞などで麻痺した上下肢はリハビリを行っても動きが回復しないと毎日の屈伸運動がおろそかになります。しかし毎日動かしていないと拘縮をきたしたり痛みを生じ

更となります。

平成31年3月分(4月納付分)から

●健康保険料率：9.86%

(0.05%引き下げ)

●介護保険料率：1.73%

(0.16%引き上げ)

となります。詳しくは全国健康保険協会(協会けんぽ)ホームページにてご確認ください。

## 女性の健康週間

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するため、厚生労働省は

ることがあります。

膝の痛みの原因は様々ですが体重の増加、太ももの筋力の低下は最も大きな要因となります。筋力の衰えとともに関節には異常な方向から力が加わり正常な関節面の接触が得られなくなり、関節軟骨を傷つけます。常に正しい運動によって関節を正しく動かせるように筋力を保つことが大切です。腰の痛みについても同様です。加齢とともに運動量が低下すると腰背部を支える筋肉が萎縮し、安定して体を支えることができなくなり脊椎関節に異常な力が加わるようになり痛みを覚えるようになります。筋肉も同様です。十分にストレッチなどの準備体操を行わないで急に仕事をすると筋繊維に傷がついて使った後や2〜3日後に痛みが出ます。筋肉は普段使っていないと弾力性がなくなり傷つきやすくなってい

毎年3月1日から8日までを「女性の健康週間」と定め、女性の健康づくりを国民運動として展開しています。

下呂市では、女性特有の病気である子宮頸がんや乳がんを含む各種がん検診を3月まで実施しています。子宮頸がんや乳がんは、早期発見、早期治療のため2年に1回の受診が推奨されていますので、受診をしていない人はぜひこの機会に受診しましょう。

なお、来年度がん検診の受診を希望する場合は、前ページを参考に申込調査票を提出してください。



ます。

肩関節の動きには11個の筋肉が関係しており、各筋肉が協調して肩をそれぞれの方向に動かしていますが、日常使われる筋肉は限られていることが多く、使っていない筋肉が十分にストレッチをしないまま使われると傷がついて痛みが出るようになります。

毎日体を動かしているか思っています。すべての関節の屈伸運動は意識しなければできないものです。体は何もしなければどの関節も曲がっていきます。また筋繊維は伸ばす方向に働くときに傷つきやすいため伸ばしていき、一日に一回以上は関節を伸ばす運動を続けることが筋肉を強くし、痛みの予防につながると考えます。運動方法については外科外来や訪問リハビリ受診時にお尋ねください。

下呂市立金山病院 顧問 古田智彦

## 3月の絵本の読み聞かせ

9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



## 住所などの変更手続きのお願い

引っ越しなどにより住所や電話番号が変更になる場合は、確認できるものをお持ちの上、お近くの図書館・図書室で登録内容の変更手続きをお願いします。

## 新●着●図●書

### 【実用書・その他】

- ◆知っておきたい法事・仏事のすべて 主婦の友社
- ◆鷹と生きる 谷山宏典
- ◆仕事は「段取りとスケジュール」で9割決まる! 飯田剛弘
- ◆子どもの「困った」が才能に変わる本 田嶋英子
- ◆骨粗鬆症は骨強化すれば防げる! 治せる! 犬山康子
- ◆丁寧に暮らしている暇はないけれど。 一田憲子
- ◆わたしの暮らしのヒント集 暮らしの手帖編集部
- ◆こだわる大人のお手入れマニュアル
- ◆咲くとうれい! やさしい山野草 主婦の友社
- ◆俳句づくりに役立つ! 旧かな入門 山西雅子

### 【小説・エッセイ】

- ◆童の神 今村翔吾
- ◆それでも空は青い 荻原 浩
- ◆キンモクセイ 今野 敏
- ◆雨上がり月霞む夜 西條奈加
- ◆救済 長岡弘樹
- ◆愉楽にて 林真理子
- ◆昨日がなければ明日もない 宮部みゆき
- ◆熱帯 森見登美彦
- ◆左遷捜査 翔田 寛
- ◆錠前破り、銀太 首魁 田牧大和

※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

◆小坂図書室  
【開館時間】9:00～17:00  
【休館日】土曜・日曜・祝日

◆馬瀬移動図書館  
【日にち】3月5日(火)  
3月19日(火)

【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  
小坂図書室 ☎ 62-3111

# 掲示板

## ■「統計の日(10/18)」の

### 標語を募集!

募集期限▷3月31日(日)まで

提出先▷応募用紙に必要事項を記入し、下記のいずれかの方法で提出してください。

メール: toukeinohi@soumu.go.jp

ファクス: 03-5273-1181

郵送: 〒162-8668

東京都新宿区若松町19-1

総務省政策統括官付統計企画管理官室普及指導担当 宛て

※入選された場合、ご本人または応募作品の取りまとめ部署などにご連絡するとともに、総務省ホームページなどで発表します。

※過去の入選作品を見たい人や応募用紙をダウンロードしたい人は、総務省ホームページをご覧ください。

問合せ▷総務省

☎03-5273-1144(直通)

## ■衣類リサイクル&資源回収

日時▷3月9日(土) 9:30～11:30

場所▷あさんず会館 2階ホール

参加費▷100円(一般・メール会員)

※会員は無料

衣類リサイクル品▷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

## ■岐阜県警察官募集

岐阜県警察は、警察官の採用試験を次のとおり実施します。

受付期間▷3月13日(水)～4月10日(水)

採用予定日▷【AⅠ】2019年10月1日

【AⅡ】2020年4月1日

一次試験▷5月12日(日) 岐阜会場

二次試験▷5月下旬から6月下旬

最終合格日▷7月中旬

受験資格▷【AⅠ、AⅡ】昭和59年4月2日以降に生まれ、大卒または卒業見込みの人

【AⅠ】採用日に応じられる人

申込・問合せ▷下呂警察署

☎52-0110(内線211)

■市民公開講座「音楽と健康」開催  
"モーツァルトの音楽"や"石琴の音色"をお楽しみいただきながら「音楽と健康」についてお話しします。

日時▷3月31日(日)

13:20～14:20(13:00受付)

会場▷星雲会館 天慶の間

入場料▷無料

問合せ▷岐阜県臨床検査技師会事務局

☎058-275-5596

## ■犬猫譲渡会

NPO法人もっこひだの下呂市初の犬猫譲渡会を行います。

日時▷3月17日(日) 10:00～14:00

場所▷ジョイホームセンター(小川II)

問合せ▷☎090-2345-9634(袈裟丸)

☎090-5109-1189(岡田)

HP▷<https://www.mofuhida.com/>



市内の気になる話題をご紹介します。

## 1/24 より良い働き方、職場環境を目指して

NPO 法人みらいの主催の「ここからみつける新しい働き方セミナー」が開催され、市内事業所などから46人が参加しました。

「下呂の人材不足解決のカギ」についての講演と、講師田代さんと萩原北医院の大林さんによるトークセッションが行われ、働き方改革の取組み事例などを参考に、より良い職場環境について深く考える場となりました。



魅力ある職場にするための働き方改革についてトークセッションする田代さんと大林さん＝森、下呂交流会館

## 2/3 朗読・映画・トークで伝える愛 Wish “共生社会”

ダンスを通して共生社会を目指す「愛 Wish プロジェクト」の舞台を追った映画の上映と、その原作絵本『ぞうれっしやがやってきた』の朗読などを交えた福祉講演会を開催しました。

義足のダンサー大前光市氏が主演のこの舞台が、下呂市でも10月に開催決定。大前さんからは「一緒に参加しましょう」とメッセージをいただいています。あなたも舞台上で躍動しませんか？



ハートを作る愛 Wish プロジェクトの皆さん＝萩原町萩原、星雲会館

## 1/25 加藤素毛の功績を伝えるマンガ作者と市長が対談

遣米使節団に随行し、日本人初の世界一周を果たした下呂市出身の俳人、加藤素毛。その功績を伝えるマンガの作者が決定し、市長との対談が行われました。

作者の秋桜(あきお)さんは「作者に選ばれたことは大変うれしく、光栄に思います。幅広い方に親しんでいただけるマンガとなるよう尽力したいです」と話されました。



「加藤素毛」のマンガ作者秋桜さん(左)と服部市長(右)＝金山町大船渡、金山振興事務所

## 2/7 より高精度な検査が可能に！村瀬医師が検査機器を寄贈

「子どもの目を守りたい」という熱い思いを持つ村瀬眼科クリニック村瀬寛紀医師から、より精度の高い検査ができる目の検査機器を寄贈していただきました。

目の機能は6歳でほぼ完成するといわれ、早期発見早期治療が大切です。市では、2月から3歳児健診で使用しており、今後全園児に機器を使った視覚検査を実施する予定です。



健康福祉部長(右)に目の検査機器を手渡す村瀬眼科クリニックの村瀬寛紀医師(左)＝萩原町萩原、星雲会館