

GERO

広報 げろ

2020

2

No.192

羽ばたけ

未来へ

2020

祝 新成人

令和2年

下呂市成人式



成人への門出

1月11日・12日に「令和」初となる下呂市成人式が執り行われ、新成人となった354人は大人としての人生の幕を開けました。

5地域の会場で、振り袖や羽織はかま、スーツなどで晴れやかに着飾った新成人。久々の再会を喜び合い、記念撮影などをする姿が各所で見られました。

今年の成人式実行委員長は、金子稜さん（萩原）、山下大翔さん（小坂）、小林司さん（下呂）、波多野恵さん



思い出に残る

(金山) 桂川茉莉さん(馬瀬)。
新成人代表の言葉では、それぞれ進む未来への決意とこれまで支えてくれた人たちへの感謝の気持ちを述べました。
式典後には、各地域の実行委員が企画・運営した記念行事が行われ、思い出スライドショーの上映や恩師からの言葉が贈られたほか、太鼓演奏やタイムカプセル開封、近況報告、地元企業から協賛の景品を受けたビンゴ大会で会場が盛り上がり、自分たちらしい門出を演じました。



エゴマ新品種を開発 飛騨小坂おんたけ1号

飛騨の伝統食材

エゴマ

エゴマの歴史

今では多くの人に健康食材として知られている「エゴマ」ですが、その昔、平安時代初期からは灯明油として、江戸時代中期からは番傘や工芸品などの塗料として使われてきました。

NHK大河ドラマ「麒麟がくる」に出てくる戦国武将の斎藤道三は、油売りの商人から一国の主になったことで有名ですが、その油は実は「エゴマ油」だったといわれています。



エゴマ油で健康に！

エゴマの実から取れる油の最大の特徴は、必須脂肪酸であるオメガ3系のα-リノレン酸を豊富に含んでいることにあります。

α-リノレン酸は、中性脂肪を低下させて血栓症などの生活習慣病を予防するばかりでなく、体脂肪になりにくく、花粉症やアレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎、気管支喘息を改善する効果もあるといわれています。

α-リノレン酸とは？

α-リノレン酸は、n-3系列の多価不飽和脂肪酸で、体内で合成することができないため、食べ物から摂取しなければならない必須脂肪酸です。

リノール酸などの脂肪酸（肉・加工食品など）を摂取するときは、欠乏しがちなα-リノレン酸も一緒に摂取することが望ましいといわれています。

α-リノレン酸

EPA

DHA

また、昨年12月には、名古屋市立大学の研究グループが、エゴマに含まれる機能性成分の一つである「ルテオリン」が前立腺がんの進行やがん化に対する予防効果を示すことを明らかにしたと発表されました。

エゴマの新品種を

栽培・収穫

先祖代々、各家庭で育てられていた在来種のエゴマ（31系統）を集め、その中で最も機能性成分が高く、地域の土地に合ったエゴマの品種を「飛騨小坂おんたけ1号」と命名。全国2番目に農林水産省からエゴマ品種が出願公表され、利用許諾を得た飛騨小坂あぶらえ生産組合の組合員が今季初めて栽培・収穫しました。（今春、発売予定）



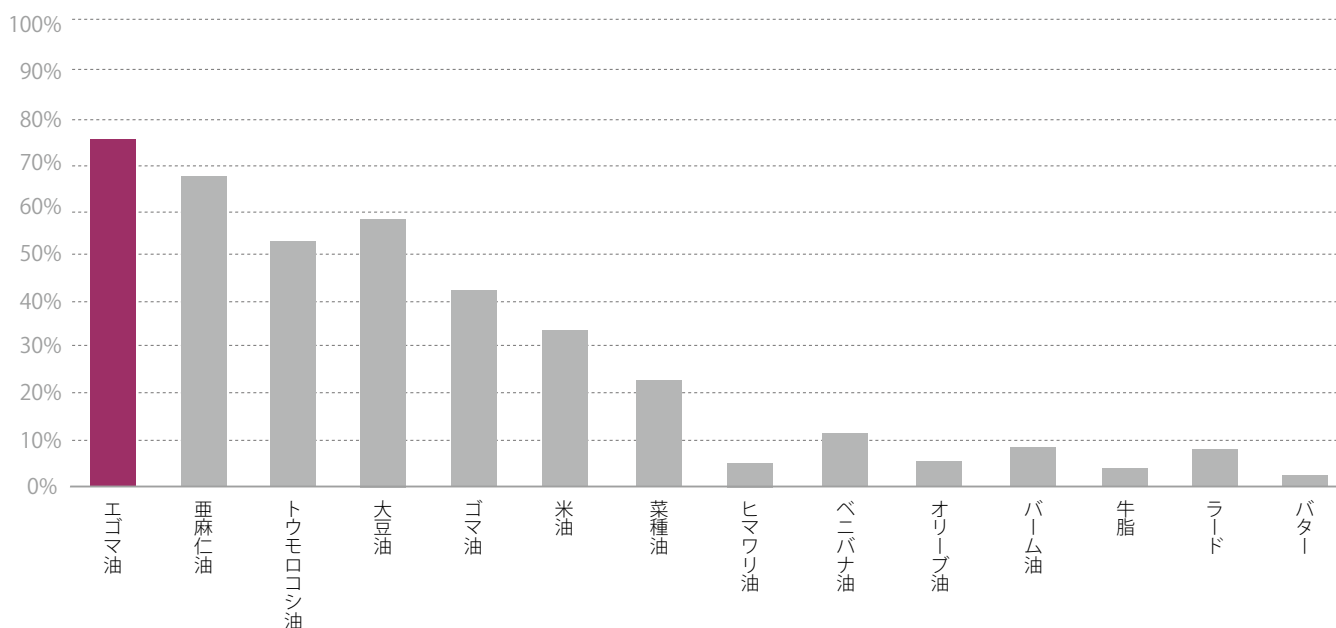
作物区分	野菜
農林水産植物の種類	Perilla L.（和名：シソ属）
出願品種の名称	飛騨小坂おんたけ1号
出願者の氏名	下呂市、岐阜県

エゴマに関する事で興味がありましたら、小坂地域振興課までお気軽にお問い合わせください。

【問合せ先】小坂地域振興課

☎ 62・3111

α-リノレン酸の量



EPAとは？

EPAは、α-リノレン酸を体内で代謝されることでできます。EPAには血管を拡張する作用があることが分かっています。さらに、血液がスムーズに流れるようにし、動脈硬化、心筋梗塞、脳卒中、高血圧といった成人病に効果があるといわれています。

DHAとは？

DHAは、α-リノレン酸を摂取することにより、体内でEPAを経て合成されますが、脳や神経組織に非常に多く含まれており、脳や神経組織の発育や機能維持に重要な役割を果たしています。

また、コレステロールの悪玉を減らし、善玉を増やす作用があるほか、現代人のさまざまな病状、病気を予防、改善する機能があるといわれています。このDHAが不足すると情報伝達があまくいかなくなり、学習能力や記憶能力に影響を与えてしまいます。

決意も新たに士気を高揚 下呂市消防出初式

1月5日、下呂交流会館で消防団と下呂市による令和2年下呂市消防出初式が挙行されました。



消防活動への功績とその労をたたえる表彰伝達が執り行われました。

主な表彰の受章者

●令和元年防災功労者（内閣総理大臣表彰）

●消防団年間優秀賞（県知事表彰）

▽下呂市消防団

●永年勤続功労章（県知事表彰）

▽小坂・長塚慎治▽消防本部・長谷川幸生、熊崎直人

●勤続功労章（県知事表彰）

▽萩原・向晶洋▽小坂・中川英治、熊

崎隆一郎、田中昌幸、中島猛人▽下呂・今井君和▽金山・細井孝広、池戸義和▽馬瀬・二村隆弘▽消防本部・小林勝

●功労章（県知事表彰）

▽萩原・小池章、谷口大和、船坂裕二、二村祐史、伊東友和、伊藤正也、大橋一生、船坂悠介、小池亮太、丸山裕治、舟坂尚哉、今井明人、桂川尚人▽小坂・大森長之、川井陽介、山下健太郎、石原正英、奥田直久、木一利文、石丸宗幸、畑中信心、熊崎慎一、二村仁教▽下呂・今井大、細江信一郎、佐久間治、

今井嘉聡、山川修平、船坂龍男、中島巧、野村敬吾、日野光洋、細江彰吾、池戸努、今井義久、山田慶久、福井洋平、田口岳人、今井甲太、田口誠▽金山・田口健悟、天野公浩、藤澤佳範、中島真也、大岡千浩、前田清人、中島裕教、岩佐真、鷺見広行、名和武也、大前直之、川尻勝巳、齋藤進次、富永哲也▽馬瀬・熊崎育好、村山弘明、二村智亮、老田尚▽消防本部・大前良雄

●社会貢献事業所へ感謝状（県知事表彰）
株式会社フジテクノ、有限会社丸為



地域を守るのはぼくたち、わたしたちです ～下呂市消防団員募集中～



消防団にはあなたのチカラが必要です。ぜひ消防団員として活動してみませんか？

18歳以上で下呂市に居住または勤務している人なら、男性でも女性でも入団できます。入団を希望したい、関心があるという人は、消防本部・各振興事務所の消防団担当まで、お問い合わせください。

■消防本部 消防総務課 ☎ 25-6177

■各振興事務所 萩原☎ 52-2000 小坂☎ 62-3111 下呂☎ 25-2252 金山☎ 32-2201 馬瀬☎ 47-2111

所得税の確定申告と市・県民税の 申告受付がはじまります

受付期間 **2月17日(月)～3月16日(月)** ※詳細は、本紙の挟み込みチラシをご覧ください。

下記5カ所の相談受付会場で、所得税の確定申告・市県民税申告の相談受付を行いますのでご利用ください。

相談受付会場および受付日

【受付時間：9:00～16:00】

会場		受付日	休日受付日
下呂会場	下呂市役所 1階税務課	2月17日(月)～3月16日(月) (土日・祝日を除く)	3月1日(日)
萩原会場	星雲会館 1階エイジレスルーム		
金山会場	金山振興事務所 1階ロビー		
小坂会場	小坂振興事務所 振興事務所内	上記受付期間の月・水・金曜日 (祝日を除く)	
馬瀬会場	馬瀬振興事務所 防災会議室	上記受付期間の火・木曜日	ありません ※他の会場をご利用ください。

税務署職員・税理士による無料申告相談日

土地や株の譲渡所得、消費税、住宅ローン控除、青色申告の相談をされる人はぜひご利用ください。

相談日時 **2月26日(水)・27日(木) 9:30～16:00**

会場 下呂市役所 1階相談室

高山会場でも申告できます

相談日時 **2月17日(月)～3月16日(月)
9:00～16:00**

会場 高山市民文化会館 4階大会議室

※申告書の提出のみの人は高山税務署でも受付できます。

青色申告・贈与・相続税の申告相談は高山税務署（☎ 0577-32-1020）までお問い合わせください。

お問い合わせ先

◆所得税の確定申告に関することは
高山税務署 8:30～17:00 ☎ 0577-32-1020
(電話は自動音声により案内されます)

◆市・県民税の申告に関することは
市役所税務課 8:30～17:15 ☎ 24-2222
(内線 139・140・141)

申告と納付の期限を守りましょう

- ▶所得税 3月16日(月)
- ▶贈与税 3月16日(月)
- ▶消費税 3月31日(火)

※贈与税の申告相談などの問い合わせは税務署へ

人権擁護委員の委嘱

人権擁護委員は法務大臣から委嘱された民間の人で、法務局の職員と一緒に人権相談や人権啓発活動などを行っています。現在、市内では12人の人権擁護委員の皆さんが活躍されています。

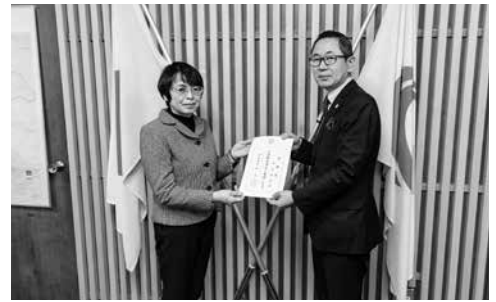
1月14日には委嘱式が行われ、再任となる人へ委嘱状が交付されました。
【市民活動推進課】

【再任】

井上和美さん（萩原）

▽在任期間 2期目（平成28年10月1日～）

▽任 期 令和2年1月1日～令和4年12月31日



▲市長より人権擁護委員の委嘱を受ける
井上さん＝森、下呂庁舎市長室

おめでとう（敬称略）

第38回全国都道府県対抗女子駅伝競走大会出場

【1月12日 京都府】▷上村莉沙（益田清風高2年）

第25回全国都道府県対抗男子駅伝競走大会出場

【1月19日 広島県】▷熊崎貴哉（高山西高3年）

全国高等学校ビブリオバトル2019 出場

【1月26日 東京都】▷河合望愛（斐太高1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。



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
この情報は令和元年12月13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



ウェブサイトでも「岐阜県からのお知らせ」
「清流の国ぎふミナモト通信」が見られます。
バックナンバーも公開中！
左記の二次元コードを読み込んでアクセスしてください。

アイコン
説明



催し

募集

資格・研修

その他

空博企画展 「研三」(けんさん)を開催します

昭和初期、飛行機の世界速度記録の更新を目指して、東京帝大航空研究所が開発した研究機「研三」。初公開映像を含む当時の貴重な資料を特別展示します。

- とき/2月5日(水)～3月16日(月)
- ところ/岐阜かかみがはら航空宇宙博物館(各務原市)
- 問/岐阜かかみがはら航空宇宙博物館 ☎058(386)8500

そらはく

検索

企業向けサイバーセキュリティ 講師を派遣します

サイバーセキュリティに関する社内研修や各種セミナーを行う企業や団体などに、講師として専門職員を派遣します。

- 講話内容/サイバー犯罪事例や対策例、攻撃のデモンストレーションなど
- 料金/無料
- 申込先・問/県警サイバー犯罪対策課 ☎058(271)2424

岐阜県警察 サイバーセキュリティ課 ☎ 検索

交通事故巡回相談を 実施します

- とき/2月6日(木)、14日(金)、26日(水) 10:00～15:00
- ところ/多治見市役所(多治見市)、可茂総合庁舎(美濃加茂市)、飛騨総合庁舎(高山市) ※前日までに要予約
- 料金/無料
- 問/県民生活相談センター ☎058(277)1001

岐阜県 交通事故相談

検索

運転に不安を感じたら 安全運転相談ダイヤルへ

加齢にともなう身体機能の低下などによって、自動車の運転に不安がある方やその家族の方からの相談を受け付けています。運転に不安を感じたら、まずはご相談ください。

- 安全運転相談ダイヤル/＃8080
- 問/県警運転免許課 ☎058(295)1010

岐阜 安全運転相談

検索

春の全国火災予防運動を 実施します

冬は空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節です。自分と家族の命を守るため、ストーブやコンロなどの近くに燃えやすいものを置いていないか、住宅用火災警報器の設置と点検をしているか、この機会に確認してみましょう。

- とき/3月1日(日)～7日(土)
- 問/県庁消防課 ☎058(272)1123

岐阜県 火災予防運動

検索

東京2020協賛ジャンボ 宝くじの購入は県内で!

みなさんに県内で購入していただいた宝くじの販売額のうち、約40%が県の収入となり、市町村振興や高齢化、少子化対策など、身近なところで役立てられています。宝くじはぜひ県内の売り場か宝くじ公式サイトでご購入ください。

- 発売期間/2月3日(月)～28日(金)
- 問/県庁財政課 ☎058(272)1130

みんなでチャレンジ！ごみの減量化

平成 30 年度、下呂市クリーンセンターにおけるごみの総処理量は 9,957t、
下呂市民一人当たりの排出量は年間約 305kg です。
でも、ちょっとした工夫でもっとごみを減らすことができるのです！

ごみ減量化の基本！

ごみを減らすための基本は「3R」です。3つのRは、皆さんで存じのとおりリデュース（Reduce）、リユース（Reuse）、リサイクル（Recycle）です。そのごみ減量化のための基本を、もう一度確認してみましょう。

Reduce リデュース

リデュースは「発生抑制」という意味で、そもそもごみを出さないための行動です。例えば、マイバッグを活用し、レジ袋をもらわないようにしたり、外食の際にマイ箸を使ったりするなど、極力ごみを出さない工夫をしましょう。

Reuse リユース

リユースは「再利用」のことです。不要になったものを他人に譲ったり、リサイクルショップやフリーマーケットなどで売却したりする行動です。まだ使えるものならそれを必要とする人に渡すことで、ごみとして出さずに済みますね。

Recycle リサイクル

リサイクルは「再生利用」という意味です。資源となるごみを原材料にして、再び製品としています。紙、布、鉄、ペットボトルなどはリサイクルが可能です。資源となるものを捨てていませんか？ しっかり分別することで、リサイクルできるものがたくさんあります。

「雑がみ」を捨てないで！

普段「燃えるごみ」として捨てている紙類も、しっかり分別すると資源になります。もちろん新聞や雑誌、段ボール、牛乳パックは分別して資源回収などに出していただいているかと思いますが、それ以外にも紙でできた空き箱や封筒、チラシや包装紙なども「雑がみ」としてリサイクルできます。

こうした分別を徹底することで、ごみの排出量を減らすことができます。しかし、状態によっては製紙原料にならないものもあります。そうした禁忌品は右のとおりです。

※禁忌品とは、リサイクル原料として適切でない異物のこと。

禁忌品一覧

- ・粘着物がついた封筒など
- ・防水加工された紙
- ・カーボン紙
- ・感熱紙
- ・プラスチックフィルムなどの複合素材の紙
- ・金箔、銀箔
- ・感熱性発泡紙
- ・臭いのついた紙
- ・ぬれた紙、油のついた紙、汚れた紙
- ・圧着はがき
- ・写真プリント用紙
- ・捺染紙
- ・合成紙
- など

そのほか、生ごみの水切り徹底やたい肥化など、ごみを減らすためにできることはいろいろあります。それぞれのご家庭、事業所などでチャレンジしてみてください。

問合先 環境課 ☎ 26-5011

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

禁煙にチャレンジ！

こんな統計をご存じですか？

【たばこでプラスの経済影響は2.8兆円、損失は4.3兆円（喫煙関連の病気による労働力の損失2.4兆円、医療費1.7兆円、消防や清掃費2千億円）】

たばこの煙には発がん性物質が約70種類含まれています。肺や胃などから吸収され、血液を通じて全身に運ばれます。また漂う煙には直接吸う煙より多くの発がん性物質が含まれており、この煙を吸い込むことを受動喫煙といいます。

たばこでなりやすい病気

●慢性閉塞性肺疾患（COPD）

咳や痰が出たり、少しの動作で息切れして日常生活が困難になる病気

●がん

肺がんや胃がん、喉頭がんなど

●虚血性心疾患

心臓に栄養を送る血管が詰まるなど、命に関わる病気

●脳卒中

脳の血管が破れたり詰まることで、まひなどの後遺症の原因となる命に関わる病気

喫煙はさまざまな病気になるリスクを高めますが、多くの人が利用する施設や飲食店などで、望まない受動喫煙を防ぐためのルールが日本にはありませんでした。

そこで健康増進法の一部が改正され、段階的に公共の場での禁煙が義務化されています。

改正健康増進法

①平成31年1月24日から

屋外や家庭で喫煙を行う場合は周囲の状況に配慮すること

（例）周囲に人がいない場所で喫煙するよう配慮する。子どもや患者のそばでは吸わない。

②令和元年7月1日から

学校、病院、行政機関の庁舎などの敷地内禁煙（特定の屋外喫煙場所を除く）

③令和2年4月1日から法の全面施行

多数の人（2人以上が同時に入れ替わり）で利用する施設の原則屋内禁煙

この法律では、義務に違反した場合の罰則（過料）が設けられました。今回は法律の一部のみを紹介していますので、詳しくは厚生労働省の専用サイトをご覧ください。

なくそう！望まない受動喫煙。検索

<http://jyudokitsunen.mhlw.go.jp/>

この法律の改正を機に禁煙に挑戦する人が増えています。

「たばこ代を他の欲しいものに変える」「禁煙仲間を見つくる」「職場で宣言する」「吸いたくなったら冷水を飲む」など他の行動への切り替えや身近な人の応援があると長続きするようです。また禁煙外来を利用するという方法もあります。服薬や貼り薬などで食欲亢進などのニコチン離脱症状を抑えながら禁煙ができます。

ご自身やご家族の健康のために、禁煙に

チャレンジしてみませんか。



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

診療日（急病者に限りります）

診療時間 日曜、祝日、年末年始 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。

2・3月の担当医

2月		3月	
2日（日）	近藤史郎（近藤医院）	29日（日）	大林秀成（萩原北醫院）
9日（日）	今井直人（花田医院）	22日（日）	小池利幸（小池医院）
16日（日）	中田宗彦（中田医院）	20日（金）	村瀬寛紀（精製科クリニック）
23日（日）	阿部親司（阿部医院）	15日（日）	阿部慎太郎（阿部医院）
24日（月）	小林源博（ぼやし整形外科）	8日（日）	大塚正議（森耳鼻咽喉科医院）
1日（日）	近藤史郎（近藤医院）	1日（日）	奥村昇司（おくもろクリニック）

※都合により担当医が変更される場合があります。



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

暖かい屋内でテレビでも見ながら二
本杖歩行はとても健康的
なスポーツです。

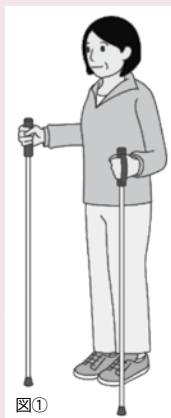
寒い冬、炬燵のお守をしていますが、
か。動かないこと、歩かないことは
脚力の低下、脚・腰の痛み、認知症の
進行、老化、寝たきり状態といった体
調の悪化を招きます。

歩くことは、体を起しておくために
必要な背骨を支える筋肉（インナーマッ
スル）を鍛え、脳への血流をよくして認
知症の予防につながります。一日15分以
上歩いている人は、そうでない人に比べ
て認知機能が良いことがわかっていま
す。「冬の外歩きは寒いから」というの
は歩かない理由にはなりません。

杖は不自由な人が持つものとか、杖
なしで歩いてうれいとか思われがち
ですが、二本杖歩行はとても健康的
なスポーツです。

一本杖で歩くときは反対の手は荷物
を持ったりぶらぶらさせたりしてバラ
ンスをとっているのではないでしょ

本杖を突いて足踏みしたり歩いたりする
のはとても良い運動です。二本の杖を突
いて立つと、本来の両足と、杖の四点で
体を支えることになります。体が安定し
て姿勢がよくなり、脚・腰にかかる負担
が減少します。重心のブレが抑えられ、
歩くときにふらつきが少なくなります。
歩幅が広がり、前かがみ姿勢がよくなっ
てきます。正しく行くと全身運動である
ことが実感できます。



図①

二本杖歩行（ポールウォーキング）の勧め

杖の条件は、胸までの高さ（長さ）、
を伴わないことです。

か。運動が左右均等でないと、歩く時
の体の軸が曲がって無理な力が働きま
す。これは痛みを引き起こす原因にも
なります。

以上のように運動として歩くときには
二本杖の方が一本杖よりも体に良いと
いえます。二本杖歩行ができる条件は、
両脚で立位保持ができること、足踏み
ができること（何かにつかまっても
よい）、両手の握る力のあること、痛み
を伴わないことです。



図②

軽くて丈夫で握りやすい、杖先に滑
りどめのあることなどです（図①）。
脚はできるだけ高く上げます。腕は
ポクシングの様にできるだけ大きく
前後に動かし、肘はできるだけ
後ろへ引くように意識します（図②）。
いつも歩いている速さから始めます。
自分でできる範囲で時間を決めて毎
日実行することが大切です。

運動の後で痛みが出てくる場合は
運動のやりすぎか、運動方法の誤り
かもしれません。二本杖歩行につい
ては病院外科で指導いたします。
脚力がついてくると外歩きも楽しく
なってくるでしょう。荷物があれば
手に持たないで背中に背負うことも
お忘れなく。

下呂市立金山病院顧問 古田智彦

【おいしく減塩】

下呂市は減塩で健

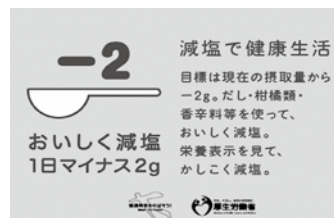
減塩のススメ
高血圧の予防に
は、生活習慣の改
善、中でも減塩が
有効です。
飛騨圏域の平均
食塩摂取量は、摂
取基準量より高く、
減塩が必要な状況
です。

食 塩	男性	女性
摂取基準量（目安量）	7.5 g	6.5g
平均摂取量（飛騨圏域）	10.6 g	8.1g

出典：厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2020年度版）」
策定検討会報告書、平成28年度岐阜県民栄養調査

不妊治療費の助成について
下呂市では、不妊で悩む夫婦の経
済的負担の軽減を図るため、不妊治
療に要する費用の一部を助成してい

康な生活を応
援しています。
減塩のコツ
について詳し
く知りたい人
は、市の保健
師・栄養士にご
相談ください。



ます。今年度
治療に要した
費用の助成を
希望する場合
は、3月31日
までに申請が
必要です。助成内容や申請手続きに
ついてはお問い合わせください。

【対象となる治療】
・ 特定不妊治療
（体外受精及び顕微授精）
・ 男性不妊治療（TESE・MESA等）
・ 一般不妊治療（人工授精）



【対象者】
次のいずれにも該当する人
・ 治療開始時点で法律上の夫婦で
あること
・ 治療期間および申請日において、
夫婦のいずれか一方または両方
が市内に住所を有していること
・ 夫婦の所得の合計額が730万
円未満であること
・ 特定不妊治療および男性不妊治
療費の助成については、申請年
度内に岐阜県の行う助成事業の
助成承認を受けていること



下水道の早期接続のお願い

問 上下水道課 ☎ 24-2222 内線 178

◆下水道への接続のお願い

下水道は、下呂市の美しい水環境の保全やまちづくりに欠かせない施設です。下水道の整備は、世代間で負担し支え合いながら長期間にわたって実施することで、水環境の保全とまちづくりを一緒に担うとても大切な事業です。下水道が整備された区域にお住まいの全ての人に、下水道へ接続していただくことにより、その効果はより発揮されます。それぞれご事情はあると思いますが、下水道の趣旨をご理解いただき、早期に接続をしていただきますようお願いいたします。

◆下水道が果たす役割

家庭から出た生活排水を微生物の働きにより、元のきれいな水にして戻すことが下水道の役割です。そのためには、より多くの家庭の生活排水を下水道へ接続することが大切です。

◆水洗トイレで快適生活

下水道が使用できるようになった区域は、3年以内に「くみ取り式トイレ」を「水洗トイレ」に換えなければなりません。また、トイレの排水のみ処理が可能な“単独浄化槽”は、お風呂や台所の生活排水がそのまま河川へ流れてしまい、水質悪化の原因となります。単独浄化槽をお使いのご家庭も下水道への接続をお願いします。

◆接続工事は工事指定店で

下水道へ接続するための排水設備工事は、「下呂市排水設備工事指定店」へ依頼してください。工事指定店では技術・知識・実績を持った排水設備工事責任技術者がいますので、安心して工事を任せられます。

◆下水道未整備区域では

合併処理浄化槽の補助金を交付

下水道の整備がされていない区域で、住宅や事業所の建物に合併処理浄化槽を設置する場合に補助金を交付します。補助金の額は、浄化槽の種類と大きさ（人槽）や用途（住宅・事業所）によって異なります。



ガソリン（混合ガソリンを含む）を携行缶で購入される皆さんへ

問 予防課 ☎ 25-6188

令和元年7月18日に京都府で発生したガソリンを使った放火事件では、多数の死傷者が出ました。

この事件を受けて、法が改正されガソリンを携行缶で購入する場合は、購入者に「本人確認（運転免許証の提示など）」や「使用目的の確認」を行い、販売記録を作成することが令和2年2月1日より義務付けられます。

このため、ガソリンスタンドの従業員が、購入者のお名前や使用目的などをお尋ねしますので、ご理解とご協力をお願いします。



◆ガソリンを取り扱うときの注意事項

- ①ガソリンは、灯油用ポリ容器などに入れることはできません。
- ②ガソリン携行缶に貼られている注意事項に留意して、取り扱ってください。
- ③セルフスタンドにおいても、ガソリンの容器への詰め替えは、ガソリンスタンドの従業員が行う必要があります。（購入者が危険物取扱者免状を持っていても、自分で携行缶に注油することはできません）

灯油用ポリ容器



！ 噴出注意

- ・周囲の安全を確認
- ・高温の場所禁止
- ・フタを開ける前に、①エンジン停止 ②エア抜きをする

◆ガソリン（混合ガソリンを含む）を貯蔵または取り扱う携行缶について

ガソリンは金属製容器で貯蔵し取り扱うよう消防法で定められています。ガソリン携行缶は、危険物保安技術協会（KHK）の「試験確認済証」が貼付してあるものを推奨します。



災害義援金受付状況のご報告（令和元年12月31日現在）

義援金名	金額
令和元年台風第19号災害義援金	509,615 円
令和元年台風第15号千葉県災害義援金	281,564 円
令和元年8月豪雨災害義援金	85,054 円
平成30年7月豪雨義援金（複数県）	12,744 円
平成30年北海道胆振東部地震災害義援金	9,608 円
東日本大震災義援金	6,228 円
合計	904,813 円

※皆さんから寄せられた義援金は、日本赤十字社岐阜県支部を通じて被災地に届けられます。

皆様のご理解、ご協力に対し、厚くお礼申し上げます。

【問合せ先】
社会福祉課
☎ 52-3936



知的・精神障がい者 交通費助成のご案内

問 社会福祉課 ☎ 52-3936 内線 605

知的・精神障がい者の通所、通勤および障がい起因する通院（精神障がい者のみ）にかかる交通費を助成します。

◆**対象者** 市内に居住する在宅の人で、療育手帳をお持ちの人（知的障がい者1人に対し付添人1人）または精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人。

※所得制限があります。

◆助成対象期間

令和元年11月～令和2年2月分

◆持ち物

- ①交付申請書
- ②通所等証明書（通院の場合は医療機関の診療明細書でも可）
- ③印鑑
- ④交通機関の領収書
- ⑤口座番号の分かるもの（新規の人）

◆**申請期限** 3月16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



人工透析療養者 通院交通費助成のご案内

問 社会福祉課 ☎ 52-3936 内線 605



人工透析療養を受けるために医療機関へ通院された人に対して、交通費を助成します。

◆**対象者** 市内に居住し、じん臓機能障がいによる身体障害者手帳所持者で人工透析療法を受けている人。

◆助成対象期間

令和元年12月～令和2年2月通院分

◆持ち物

- ①交付申請書
- ②医療機関の通院証明書または診療明細書
- ③福祉医療費（重度）受給者証（新規の人・更新後初めて申請される人）
- ④印鑑
- ⑤口座番号の分かるもの（新規の人）

◆**申請期限** 3月16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



国民健康保険の異動手続きをお忘れなく

問 市民課 ☎ 24-2222 内線 120～125

75歳未満の人で次のような場合、国民健康保険の異動手続きが必要です。市民課または最寄りの振興事務所（下呂地域を除く）で手続きしてください。

- ・職場が変わるなどして、保険証のない人
 - ・他の市区町村から転入して、保険証のない人
 - ・子どもが生まれたとき
（職場の健康保険に加入している人を除く）
 - ・職場の健康保険に加入したとき
 - ・下呂市を転出するとき
 - ・国民健康保険に加入している人が死亡したとき
- 手続きには必要なものがありますので、市民課までお問い合わせください。



令和元年度下呂市景観賞を募集します

問 建築課 ☎ 53-2010 内線 121

下呂市のかげがいのない景観を守り育てるとともに、この地にふさわしい新たな景観を創り、次世代へと引き継いでいくことを目的として、良好な景観形成に寄与していると認められる建築物、屋外広告物などの所有者、設計者、施工者などを「下呂市景観賞」として表彰するものです。

◆応募基準

道路やその他の公共の場所から容易に望見することができ、下呂市内の建築物、屋外広告物などでその外観が次の①～⑤までの要件を1つ以上満たし、かつ、⑥の要件を満たすもの。ただし、平成29年4月1日以降に工事などが完了しているもの。

- ①周辺の街・里・森・川との調和がとれているもの。
- ②地域の伝統、文化を継承しているもの。
- ③木材を活用しているもの。
- ④将来に向けてのまちづくりを先導し、新たな景観を創造するもの。
- ⑤ひとびとに安らぎや潤い、まちに賑わいや活力をもたらすもの。
- ⑥法的手続きが必要な物件については、手続きが全て完了しているもの。

◆**応募対象** 新築、増築、改築、修景工事を行った物件で次の部門とします。

- ①建築物の部 ②屋外広告の部

◆**応募方法** 自薦、他薦は問いません。所定の応募用紙に必要事項を記入し、カラー写真2枚（近景および遠景）・位置図を添えて応募してください。

◆**応募先** 下呂市役所建設部建築課
〒509-2506 下呂市萩原町羽根 2605 番地 1

◆**応募期間** 2月3日(月)～28日(金)

◆**選考方法** 景観審議会において、書類審査または現地審査により選考します。

◆**表彰** 審査の結果、特に優れている建築物、屋外広告物などの所有者、設計者、施工者などに対して表彰を行います。

◆**その他** 提出された書類などは返却しません。

※審査の過程で細部資料など、別途必要な書類の提出を求める場合があります。

※記入された個人情報は下呂市景観賞関連にのみ使用し、他の目的には利用しません。

※応募用紙は市ホームページからダウンロードいただくか建築課までお問い合わせください。



令和1年度 日日雇用職員の募集

問 社会福祉課 ☎ 52-3936 内線 603

◆認定調査員（短時間）

- ▷募集人数 1人
- ▷勤務時間 9:00～16:00（6時間）
- ▷勤務場所 社会福祉課 事務所内
- ▷賃金 時給 900円
- ▷資格 運転免許証をお持ちの人
- ▷業務内容 サービス利用者の更新のための訪問調査および事務
- ▷雇用期間 3月1日～3月31日
（来年度継続雇用あり）

◆選考日 2月下旬予定

◆申込方法 市役所社会福祉課または職業相談室にある申込書兼履歴書に、地域職業相談所の紹介状を添えてお申し込みください。

◆提出先 社会福祉課（星雲会館内）



無料なんでも相談会（労働相談や生活・金融・保障などの相談）

問 商工課 ☎ 24-2222 内線 162

弁護士・税理士・司法書士による「無料相談会」を開催します。事前申し込みが必要です。お気軽にお出かけください。

相 続	離 婚	債 権	税 金
不動産問題	交通事故	労働問題	など

◆開催日時 2月8日(土) 9:00～12:00（当日受付9:00～11:20まで）

◆開催場所 星雲会館

◆申込方法 お電話にて事前にお申し込みください。

☎ 0577-57-7211（労協飛騨支部）

◆申込期間 2月3日(月)～ 9:00～12:00、13:00～15:00

※弁護士による「なんでも法律相談」は6人限定（予約制）

◆問 合 先 下呂市商工課 ☎ 24-2222

岐阜県労働者福祉協議会飛騨支部 ☎ 0577-57-7211



在宅介護支援券の協定業者 の募集

問 高齢福祉課 ☎ 53-0153（直通）



令和2年4月から介護用品引換券交付事業の内容が変わります。

引換券の名称をこれまでの「介護用品引換券」から「在宅介護支援券」に変更し、新たなサービスを追加することに伴い、取扱店舗の募集を行います。

◆在宅介護支援券とは

所得要件を満たす要介護3以上の在宅高齢者または介護する人を対象に「在宅介護支援券」を交付します。この券で市内のお店にある介護用品との交換や、出張理美容料金の一部（1回につき1,000円）の支払いをすることができます。

◆募集対象店舗

- ①介護用品を取り扱う市内の店舗
- ②出張理美容を実施している市内の店舗

◆申込方法

高齢福祉課へ電話にてお申し込みください。（後日、協定締結を行います）



市長選・市議選 4/5 告示 4/12 投票

問 市選挙管理委員会 ☎ 24-2222 内線 212

令和2年4月17日の任期満了に伴う下呂市長選挙・下呂市議会議員選挙の日程は次のとおりです。

◆市長選挙・市議会議員選挙

▷告示日 令和2年4月5日

▷投票日 令和2年4月12日(日)

市議会議員の定数は14人です。

立候補予定者説明会は、2月28日に星雲会館で開催します。

道路横断中の死亡事故が 多発しています。

下呂警察署では横断歩道は歩行者優先の意識を高揚し、交通事故を未然に防止するため、「横断歩行者妨害取締り」を強化するとともに、歩行者に対しても「横断歩道外横断に対する指導」「反射材使用の推進」についても強化しています。

悲惨な交通死亡事故を防止するため、ドライバーも歩行者も十分気を付けてください。

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10つのメニューから希望するものを選択できます。

災害や防犯情報なども受け取れます。ぜひ活用ください。

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！



市営住宅の入居者募集

問 生活課 ☎ 24-2222 内線 183

◆ 2 月新規募集の住宅

募集期間 2/3 ~ 2/25

入居予定日 4/1

▷ 公営・花池団地 A 棟（萩原町花池）

築 H19 年 木造 2 階

104 号室 3DK（単身可）

家賃 27,100 円 ~ 53,200 円

▷ 公営・花池団地 A 棟（萩原町花池）

築 H19 年 木造 2 階

202 号室 2DK（単身可）

家賃 22,100 円 ~ 43,400 円

▷ 公営・愛宕団地 B 棟（少ヶ野）

築 H21 年 耐火 2 階

104 号 2DK（単身可）

家賃 24,200 円 ~ 47,500 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。



定期監査結果報告書を提出

問 監査課 ☎ 24-2222 内線 304

11 月 7 日から 11 月 15 日にかけて、令和元年度の財務に関する事務の執行と経営に係る事業の管理について、法令などにに基づき処理されているか、また、事務の経済性、効率性、合理性の視点から監査を実施しました。

その定期監査結果報告書を 12 月 25 日、監査委員から市長に提出しました。

結果報告書は、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 261



高齢者支えあい生活支援事業 訪問サービスサポーター募集！

問 高齢福祉課 ☎ 53-0153 内線 651

介護保険法の改正により、新たな訪問サービスが始まっています。

掃除、洗濯、調理、買い物やゴミ出しなど、介護保険利用者の生活の困りごとをホームヘルパーだけでなく、地域住民の支え合いで実施することが可能となりました。60 歳以上の人で、訪問サービスの担い手になっていただける人を募集しています。一緒にもっと支え合いあふれる下呂市にしていきたいませんか！

訪問サービスサポーターとして活躍していただくには、下記の受講講座に参加していただくことと、シルバー人材センターに登録していただくことが条件となります。

◆ 講座日時

▷ 講義 2 月 28 日（金）、3 月 6 日（金）

いずれも 13:00 ~ 3 時間程度

▷ 実務 後日受講者と相談し、1 ~ 2 時間程度の訪問実習

※有資格者は、講義・実務講習免除あり

◆ 講座内容 介護保険制度・訪問サービスについて

◆ 申込期限 2 月 25 日（火）

興味のある人は、高齢福祉課までお気軽にお問い合わせください。



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



福祉計画の策定委員募集

問 社会福祉課 ☎ 52-3936（直通）

下呂市障がい者福祉計画、障がい福祉計画および障がい児福祉計画の策定にあたり、計画策定委員を募集します。

委員は令和 2 年度内に数回開催予定の計画策定委員会に出席していただきます。

◆ 応募資格 市内在住の人（若干名）

◆ 申込期限 2 月 28 日（金）

踏切事故が多発しています。

踏切の安全な通行を

心掛けましょう。

● 踏切の手前では必ず一時停止し、左右の安全と前方を確かめてから渡りましょう。

● 警報機が鳴っている時は絶対に中に入ってはけません。

● 踏切で車が動けなくなったら非常ボタンを押すか、発煙筒などを使って列車に知らせてください。

● 特に凍結時はスリップする恐れがあるため、早めのブレーキを心掛けましょう。

地域の話題 アレコレ

キャンドルに願いを込めて！

12/24 キャンドルイルミネーション【下呂】

クリスマスイヴの24日夜、湯之島の白鷺橋周辺で「ラブ&ピース キャンドルイルミネーション in 下呂温泉」が下呂温泉観光協会の主催で開催されました。

スタンドには、「健康で過ごせますように」「平和が続きますように」など、観光客らの思いの願い事が記されたキャンドルカップがずらりと並び、聖夜の温泉街にゆらゆらと揺れる優しい明かりが灯りました。



▲スタンドに並べられた願い事が書かれたキャンドルカップ
＝湯之島白鷺橋周辺

福寿を招く 芸妓さんの振る舞い酒

1/2 下呂温泉合掌村鏡開き【下呂】

下呂温泉合掌村で2日、新春恒例の鏡開きが行われ、芸妓さんらがお祝いの清酒を振る舞いました。

下呂温泉龍神太鼓保存会による勇壮な太鼓演奏に続いて、来場者も参加して清酒のたるに木づちを振り下ろし鏡開きをしました。

芸妓さんが振る舞う清酒は「福寿を招く」といわれる縁起物で、1年の始まりを祝い、来場者へ新年最初のおもてなしをしました。



▲来場者へ祝いの酒を振る舞う芸妓さんら＝下呂温泉合掌村

クールチョイス × 五・七・五

1/8 下呂市COOL CHOICE俳句deデザインコンテスト審査会

クールチョイスをテーマにした俳句による啓発ポスターのデザインコンテストが開催され、審査の結果、3作品が見事グランプリを獲得しました。

「クールチョイス」は温室効果ガス排出量削減を目標に、私たち一人一人が身近な生活の中で、未来のために省エネ・低炭素型の製品・サービス・行動など、温暖化対策に役立てる、また快適な暮らしにつながるあらゆる「賢い選択」を促す国民運動です。

【グランプリ 3作品】



▲小学生部門
二村陽人さん
(宮田小6年)



▲中学生部門
今井鉄平さん
(下呂中3年)



▲一般部門
荒田征爾さん
(高山市)

※その他の受賞作品やクールチョイスについては、市ホームページをご覧ください。

今月のお薦め本

2月の絵本の読み聞かせ

8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

『日本の民俗信仰を知るための30章』



八木 透 / 著 (淡交社)

日本各地の民俗信仰や
節分などの年中行事を
通して、庶民のくらし
や「祈り」のかたちに
ついて考察する一冊。

新着図書

【実用書・その他】

- ◆不良という矜持 下重暁子
- ◆幕末志士の作法 小田部雄次
- ◆つけびの村 高橋ユキ
- ◆いつからでもやりなおせる子育て 池添 素
- ◆四十肩・五十肩は自分で治せる! 酒井慎太郎
- ◆舌はないけど 荒井里奈
- ◆古民家への道 松井郁夫
- ◆有元葉子この2皿さえあれば。 有元葉子
- ◆国宝ロストワールド 岡塚章子
- ◆ゆらゆらじんわりお香ぐらし 石浜 栞

【小説・エッセイ】

- ◆人生ムダなことはひとつもなかった 橋田壽賀子
- ◆私の家 青山七恵
- ◆約束された移動 小川洋子
- ◆夜はおしまい 島本理生
- ◆セバット・ソング 谷村志穂
- ◆星と龍 葉室 麟
- ◆風神雷神 上・下 原田マハ
- ◆カエルの小指 道尾秀介
- ◆みちづれの猫 唯川 恵
- ◆カツペン! 片島章三

※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】2月18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

■第22回飛騨川リレーカーニバル

日時▷3月8日(日) 8:00～受付

場所▷飛騨川公園

参加料▷1チーム1,500円

※萩原スポーツクラブ会員だけで構成
されたチームは1,000円

申込期限▷2月21日(金)

申込・問合せ▷萩原スポーツクラブ事務局
☎ 52-1514

■冬の飛騨小坂まるごと体験

スノーシューで雪原を歩いたり、そり
で滑ったり文字通り冬のソトアソビ。
昼食は小坂名物の鉱泉湯豆腐、昼食後
は小坂の炭酸泉を満喫できます。

日時▷2月16日(日) 10:00～16:00

場所▷飛騨小坂ビジターセンター

(小坂町赤沼田) 集合

参加料▷市民3,300円

(昼食・入浴・レンタル装備)

定員▷10人まで(要予約)

※定員になり次第締め切り

対象▷市在住の中学生以上70歳未満
の健脚で元気な人

申込・問合せ▷小坂の滝めぐり事務局
☎ 62-2215

■登録有形文化財「銀花荘」

おひな様展特別公開のご案内

江戸時代から明治時代の享保びなや瀬
戸内びななどのおひなさまを11室に
それぞれ展示します。 ※入場無料

日時▷2月28日(金)～3月3日(火)
9:00～16:00

場所▷萩原町中呂334

(禅昌寺駅から東へ100m)

問合せ▷銀花荘 ☎ 52-3102 (当日のみ)

■レクリエーション研修会

日にち▷2月8日(土) ※参加無料

場 所▷星雲会館 悠々ホール

○午前の部 子どもに接する人対象

時間▷10:00～11:30

講師▷渡邊文展先生(県レク会長)

○午後の部 高齢者に接する人対象

時間▷13:30～15:00

講師▷小原信子先生

申込先▷gerorec@yahoo.co.jp(森本)

問合せ▷☎ 090-7317-0383(熊崎)

■事前予約制の仕組みについて

資料を持参しての相談や申告書の作成
など、税務署での面接相談を希望され
る場合は、お待たせしないよう事前に

相談日時などの予約をお願いしていま
す。税務署にお電話いただくか、税務
署の窓口で「相談の予約をしたい」旨
をお伝えください。

※予約の際には、お名前・ご住所・ご
相談内容などをお伺いします。

※予約状況により、希望の相談日時に
添えない場合があります。

※電話の受付は平日8:30～17:00

(祝日および年末年始を除きます)

問合せ▷高山税務署 ☎ 0577-32-1020

■tambourine サークル会員募集のお知らせ

下呂で一緒に楽しみを見つけませんか？
毎月1回、市内在住の女性を対象
に、サークル活動を行っています。サー
クル名はtambourine(タンバリン)。
これまで、アクセサリやお菓子づく
り、浴衣の着付け、ヨガ、しめ縄作り
など、参加者がやってみたくことを取
り入れ企画し活動してきました。
やってみたくけど、1人ではなかなか
できないことを、みんなで集まり楽し
みませんか？

問合せ▷NPO法人みらいろ事務局

☎ 20-4241 <https://gero-mirairo.com/>

掲示板への掲載申し込みについて…公共性が認められるものに限り、申込受付は、対象月号の2カ月前の1日から開始し、20日経過時点で申込多数の場合は抽選、それ以降は先着順で選定します。(できるだけ多数の記事を掲載したいため、内容について相談させていただくことがあります) 申込先▷秘書広報課 ☎ 24-2222 (内線261)

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

2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	ぎふわっか	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	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	ぎふわっか
	15		
	30	ジモテン！リターンズ	
	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	エリアトピックス ※土日は SHOW！TALK！TV！増刊号	
18	0	ぎふわっか	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】ぎふわっか ※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！	ぎふわっか
	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。



〈2月のコーナー〉

■2/5～2/18 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。今回は健康医療課から『若者検診』についてお知らせします。

■2/12～2/25 LadyGo

下呂市の元気で素敵な女性を紹介します。

■2/19～3/3 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『竹原小学校』を紹介します。

■2/19～2/25 ホッと☆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『ふくろう会』の活動を紹介します。

●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～



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!!

★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▷ 2/18(火)

時間▷ ① 9:45～10:45 ② 11:00～12:00 ③ 13:00～14:00
④ 14:15～15:15 ⑤ 15:30～16:30 ※一人1時間

会場▷ CCN 下呂ネットサービス

申込▷ 2月3日(月)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・祝日除く）

Focus

— Vol.11 —

もつと速く、もつと速く——
過去の自分を塗り替えて前へ

神奈川大学2年 安田 響さん(20)



▲小坂の成人式に出席し、みんなに今後の活躍を誓った安田さん=小坂町大島

新春の箱根駅伝の復路8区を走った安田響さん——2回目の出場となった今回も昨年と同じ復路8区を任せられ、しっかりと力強い走りですすきをつなぎました。

安田さんは小坂町の出身。益田清風高校を卒業後、神奈川大学に進学し陸上競技部駅伝チームへ——実力が認められ2年連続で箱根駅伝の走者選ばれました。

将来の夢は「鉄道会社の職員になり、実業団で活躍すること」という安田さん——今後について聞くと「昨年も今年も自分の持っている力の半分くらいしか発揮できなかった。この悔しい気持ちをバネに、次回は全ての力を出し切りたい結果が出せるよう頑張りたい。また、4年連続出場を目指すのはもちろん、その先を見据えた走りをしていきたい」と抱負を語りました。



災害の情報をいち早くお知らせ

「Yahoo! 防災アプリ」をご活用ください！



自治体からの緊急情報

エリア拡大中

下呂市では、「Yahoo! 防災速報」を活用した防災情報の配信を開始しました。身の安全を守るためにお役立てください。



COVER —今月の表紙—



1月11日に行われた小坂地域の成人式。この日は晴天に恵まれ、晴れやかな衣装をまとった新成人がそれぞれの思いを胸に、新たなステージへの一歩を踏み出しました。