

HOT MITAKE ほっとみたけ



エムティーケー
MTK48 公開練習会
～暑さにも負けず 元気に活動中～

CONTENTS

—今月号の主な内容—

【巻頭】 準備はできていますか？
大規模災害に備えた「家庭備蓄」

P. 4 ふるさと納税で 御嵩町を元気に!!

P. 6 保育園・幼稚園 入園受け付けのご案内

P.29 保健センターだより

2023
(令和5年)

No.671

9

9月1日は
防災の日



準備はできていますか？

大規模災害に備えた「家庭備蓄」

なぜ食品の家庭備蓄が必要？

過去の災害の経験によると、災害発生からライフラインの復旧まで1週間以上を要するケースが多く見られます。また、支援物資が3日以上到着しなかったり、物流機能の停止により、1週間はスーパーマーケットやコンビニエンスストアなどで食品が手に入らないことが想定されます。

そのため、**最低3日～1週間×人数分**の家庭備蓄が望ましいといわれています。



1週間分の家庭備蓄の例（大人2人の場合）

必需品



水 2L×6本×4箱

※1人1日およそ3L程度
(飲料水+調理用水)

お好みのお茶や清涼飲料水なども、
あると便利！



**カセットコンロ・
カセットボンベ×12本**

※1人1週間およそ6本程度

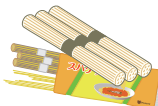
主食

エネルギー
炭水化物



米 2kg×2袋

※1袋消費したら1袋買い
足す(1人1食75g程度)



乾麺（うどん・そば・そうめん・パスタ）

・そうめん2袋(300g/袋)
・パスタ2袋(600g/袋)



カップ麺類×6個



バックご飯×6個



その他（適宜）

・LL牛乳(常温保存が可能)
・シリアルなど

主菜

たんぱく質



レトルト食品

・牛丼の素、カレー等18個
・パスタソース6個



缶詰（肉・魚）

・お好みのもの18缶

副菜

その他
(適宜)



日持ちする野菜類

・たまねぎ、じゃがいも等



梅干し、のり、乾燥わかめ等



野菜ジュース、果汁ジュース等



調味料

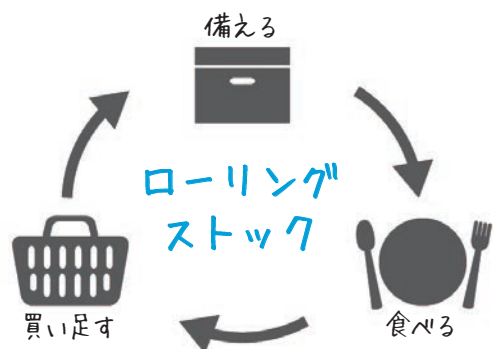
・砂糖、塩、しょうゆ、めんつゆ等



インスタントみそ汁や即席スープ



**チョコレートやビスケット
などの菓子類も大事！**



今日から始める「ローリングストック」

「ローリングストック」は、災害時に備えた生活用品の備蓄方法の一つで、日常生活の中に“備蓄”という概念を取り込むことです。

具体的には、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限の近いものから消費し、消費した分を買い足します。常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つことで、災害時などでも日常生活に近い生活を送ることができます。

「ローリングストック」のメリット

①突発的な災害への対応が可能に！

ローリングストックで日頃から食料品や日用品を備蓄しておけば、大地震の発生、大型台風の接近等の災害が発生したとしても、食料品等の不足に悩まされることがなくなります。

②賞味期限や使用期限の管理が簡単に！

通常の備蓄方法では、定期的に備蓄品の賞味期限や使用期限をチェックし、期限切れのものを廃棄して、破棄した分を新しく買い直すという作業が発生します。ローリングストックであれば、「古いものから定期的に消費し、使った個数分だけ補充する」という作業だけで備蓄が完了するため、賞味期限や消費期限の管理が簡単になります。

また、期限切れの備蓄品を廃棄する手間も省け、食品ロスを減らすことにもつながります。

まずは自宅の
在庫整理から始めましょう



防災アプリをご活用ください

非常時に備え、事前にインストールしておくと便利です

防災行政無線の戸別受信機を通じてお知らせしている行政情報や防災情報などを、『防災アプリ』から確認することができます。ぜひご活用ください。

【登録の方法・手順】

1. 右の QR コードを読み取るか、「Play ストア」または「App Store」から『御嵩町防災行政情報アプリ』をインストールしてください。
2. アプリを起動し、以下の手順で登録してください。
 - ① 「言語」を選択
 - ② 画面右上に表示される「」ボタンを押す
 - ③ 「受信パスワード」を選択し、『672111』を半角数字で入力



Android 版



iphone 版

問い合わせ：総務防災課 防災安全係 担当：成瀬^{なるせ}（内線 2206）

ふるさと納税で 御嵩町を元気に!!

ふるさと納税は、自分のふるさとや「好きなまちを応援したい!」という温かい気持ちを、寄附金という形で納めていただく制度です。寄附金のうち 2,000 円を超える部分については、所得税の還付や住民税の控除が受けられます。

御嵩町では『ふるさとみたけ応援寄附金』という名称で、この制度を活用しています。



『ふるさとみたけ応援寄附金』の寄附状況 (令和4年度)

昨年度は県内をはじめ全国から 1,521 件、約 4,860 万円の寄附をいただきました。寄附金の使い道には次の 5 つの事業を指定しており、寄附者の意向を反映して、大切に活用させていただきます。

事業内容	寄附件数	寄附金額
地球温暖化の防止・その他の環境保全事業	172 件	834 万 6,000 円
高齢者などの福祉向上に関する事業	76 件	182 万 3,000 円
将来を担う子どもたちの健全育成に関する事業	415 件	1,214 万 2,500 円
文化財の保護および保存に関する事業	100 件	323 万 9,000 円
指定なし	758 件	2,308 万 3,000 円
合 計	1,521 件	4,863 万 3,500 円

『ふるさとみたけ応援寄附金』の活用実績 (令和4年度)

事業内容	事業明細	基金充当額
地球温暖化の防止 ・ その他の環境保全事業	名鉄広見線応援CM放送料	26 万 4,000 円
	環境教育等環境基本計画推進事業	23 万 1,000 円
	再生可能エネルギー活用推進補助金	313 万 2,000 円
	町有林の環境保全・管理に関する費用	165 万 4,745 円
高齢者などの福祉向上に関する事業	あっと訪夢・ふらっとハウス指定管理料	201 万 5,000 円
将来を担う子どもたちの 健全育成に関する事業	保育園・児童館等子育て環境の向上のための備品購入や施設修繕など	1,831 万 2,000 円
	小中学校の学校環境向上のための備品購入や施設修繕など	2,066 万 8,400 円
	中山道みたけ館 修繕・図書購入費	655 万 6,801 円
文化財の保護および保存に関する事業	重要文化財願興寺本堂修理補助金	2,281 万 6,700 円
合 計		7,565 万 646 円

寄附金は、いったん『ふるさとみたけ応援基金』に積み立て、その中から各事業に活用しています。

ふるさとみたけ応援基金残高 (令和4年度決算額)	1 億 5,636 万 7,177 円
--------------------------	---------------------

問い合わせ：総務防災課 財政係 担当：渡辺^{わたなべ} (内線 2213)

御嵩町の人気返礼品 TOP10 (令和4年度)

1位 山田パター カマクラ



※山田パター工房（山形県）で製造されている「山田パター」は、ヘッド部分が御嵩町内の事業所で製造されていることから、御嵩町の返礼品として提供しています。

※2012年、プロゴルファーのライン・ギブソンが、パー71のコースでスコアを16アンダーの“55”にする快挙を達成、その記録がギネスに認定されました。その驚きのパフォーマンスで使用されたのが、この「山田パター」です。さらに、安倍元総理からオバマ元大統領に贈られたことでも注目を浴びるなど、多くの人々に支持されている名品です。

2位 山田パター エンペラー2

3位 山田パター ショーグン

4位 山田パター ボルゾフ

5位 肉のキング 飛騨牛すき焼き用コース 750g



6位 鬼岩温泉 了山 3万円分宿泊券



7位 こぶしゴルフ倶楽部 1万5千円割引券



8位 こぶしゴルフ倶楽部 3万円割引券

9位 みたけとんちゃん 甘辛みそ味 2袋

10位 肉のキング 飛騨牛ステーキ&すき焼き用 1kg

御嵩町では、現在 152 種類の返礼品を提供しています (R5.8.1 時点)。返礼品として御嵩町ならではの魅力的な商品を全国の皆さんに紹介し、町の魅力を広めるための PR 活動もおこなっています。町内の事業者で「自社の商品を返礼品にしてみたい」とお考えの場合は、どうぞ気軽にご相談ください。

ふるさと納税寄附金控除の制度について

ふるさと納税で寄附した金額が 2,000 円を超える場合は、所得税と住民税から原則として全額が控除されます（一定の上限あり）。この控除を受けるには確定申告が必要ですが、確定申告の義務のない人が寄附をする場合などは「ふるさと納税ワンストップ特例制度※」が利用でき、寄附金に対する税額控除が受けられます。

※ワンストップ特例制度は、6 カ所以上の自治体に寄附する人や医療費控除などで確定申告をする人には適用されませんので、ご注意ください。

ふるさと納税
寄附金控除制度



返礼品の贈呈

『ふるさとみたけ応援寄附金』制度をご利用いただくと、寄附金額に応じて返礼品をお選びいただけます。詳しくは、町ホームページやふるさと納税サイト（ふるさとチョイス、さとふる、楽天）をご覧ください。

※返礼品には、期間限定・数量限定の品もありますのでご了承ください。

※ふるさと納税制度の改正に伴い、令和元年6月から町内在住者への返礼品提供はできなくなりましたが、寄附金控除を受けることは可能です。

御嵩町の返礼品



町民の皆さんにお願いです!!

町外で活躍されている「みたけ」出身の人、「みたけ」にさまざまなご縁のある人が、“みたけを応援したい!”という思いをカタチにできるのが「ふるさと納税」です。

町外に住む家族や親戚、知り合いの皆さんに、御嵩町へのふるさと納税についてぜひご紹介ください。皆さんの寄附が、御嵩町を元気にしてくれます!!

問い合わせ：税務課 課税係 担当：加藤（内線 2152）
かとう

保育園・幼稚園 入園受け付けのご案内

町内の各保育園・幼稚園では、令和6年4月からの入園を希望するお子さん の入園受け付けをおこないます。入園を希望する場合は、申し込み手続きをお願いします。



施設区分	施設名	受付期間	受付場所 兼 申込書類配布場所
幼稚園	みたけ幼稚園	9月13日(水) 午前10時～ ※定員になり次第締め切り	みたけ幼稚園
保育園	上之郷保育園 御嵩保育園 中保育園 伏見保育園	10月2日(月)) 10月31日(火)	福祉課 児童福祉係 ※各施設では受け付けをおこなっていませんので、ご注意ください。
小規模保育施設	りんご保育園みたけ		

※各保育園の入園にあたり必要な書類は、町ホームページからもダウンロードできます。

※各保育園の入園申し込みに関する相談は福祉課児童福祉係へ、みたけ幼稚園の入園にあたっての相談はみたけ幼稚園へお願いします。

※園生活(保育園での過ごし方など)について知りたい場合は、各保育園または「子育て支援センター ぽっぽかん(☎67-5221)」にご連絡ください。

保育園入園の要件

保育園に入園できるお子さんは、生後6カ月*から小学校入学前の乳幼児で、保護者のいずれもが就労・妊娠・出産・疾病などの理由でお子さんの保育が必要となる場合に限ります。

※「りんご保育園みたけ」は、生後57日以降のお子さんから入園できます。

みたけ幼稚園からのお知らせ

入園を検討している皆さんに向けて、園開放・プレ幼稚園(体験入園)を実施します。「園の雰囲気に触れてみたい」「入園にあたっての相談をしたい」という皆さんは、ぜひご利用ください。

※参加を希望される場合は、事前に幼稚園にご予約ください。

園開放	日程	内容	時間
	9月2日(土)	サマーカーニバル	①午前10時～10時45分 ②午前11時～11時45分

プレ幼稚園	日程	時間
	9月6日(水)～8日(金)	午前10時30分～11時30分

申込先／問い合わせ：

福祉課 児童福祉係	☎ 67-2111 (内線 2126)		
上之郷保育園	☎ 67-2322	御嵩保育園	☎ 67-2323
中保育園	☎ 67-2324	伏見保育園	☎ 67-2325
りんご保育園みたけ	☎ 58-7710	みたけ幼稚園	☎ 67-4888

＼みんなの命を守るために／

「ブロック塀」や「住宅」の安全対策を！

問い合わせ：
建設課 管理係
担当：川上
（内線 2165）



亀裂が入り倒壊の危険があるブロック塀

平成 30 年 6 月に発生した大阪北部地震をはじめ、過去の大地震において、老朽化したブロック塀などの倒壊により人的被害が発生しています。

また、平成 7 年に発生した阪神・淡路大震災では、倒壊した建物による圧死や窒息死で亡くなられた人が約 8 割でした。その建物の大半は、耐震基準が厳しくなる前（昭和 56 年 5 月 31 日以前）に建てられた木造住宅であったといわれています。

この地域においても、南海トラフ巨大地震の発生が懸念されています。地震による被害を最小限にとどめるためには、ブロック塀などの撤去や住宅の耐震化が必要不可欠です。

町では、ブロック塀などの撤去に対する補助や、無料耐震診断、耐震改修工事に対する補助をおこなっています。補助制度を活用して適切な対策をとり、自分や大切な人の命を守りましょう。

ブロック塀等の撤去等

道路に面するブロック塀等の撤去等に係る費用に対して、補助金を交付します。

対象事業	補助率	補助上限額
ブロック塀等の撤去 道路の端部からブロック塀等までの距離がブロック塀等の高さの 1.5 倍かつ、地表から 80 cm 以上のブロック塀等を撤去するもの	標準事業費（1.5 万円 / m ² ）と、撤去にかかる経費のいずれか少ない額の 2 分の 1 以内 ※小中学校の通学路に面している場合の補助率は、3 分の 2 以内	20 万円
生け垣の新設 既存ブロック塀等を撤去し、撤去した場所に新たに生け垣を設置するもの	生け垣の設置に係る経費の 2 分の 1 以内	10 万円

木造住宅の無料耐震診断

町から耐震診断士を派遣し、無料で住宅の診断をおこないます。診断の結果、耐震補強が推奨される場合は工事の概算費用を算出します。

対象の住宅	申請方法	受付件数	受付期限
昭和 56 年 5 月 31 日以前に建築（着工）された木造住宅 ※木造以外の住宅や店舗・工場・施設については、別途ご相談ください。	次の 2 点を建設課に提出してください。 ①耐震診断申込書 （町ホームページからダウンロード可） ②建物の建築年月日がわかる書類 （建築確認済証、登記簿謄本 など）	12 件 （先着順）	12 月 22 日（金） ※受付件数に達し次第締め切り

木造住宅の耐震改修工事

無料耐震診断の結果、「耐震性を満たさない」と診断された住宅については、耐震改修工事をおこなう際に補助金を交付します。

補助金額	補助上限額	受付件数	その他
補助対象工事費の 8 割	110 万円	4 件 （先着順）	年度内に工事を完了する必要があるため、早めにお申し込みください。

9月1日～10日は「屋外広告物適正化旬間」 守りましょう！屋外広告物のルール

問い合わせ：
建設課 管理係
担当：川上
(内線 2165)

広告板やネオンサインなどの屋外広告物は、情報を伝えるための手段として重要な役割を果たしています。

しかし、これらの広告物が無秩序に表示されると、まちや自然の景観を損ねるほか、広告物が倒壊したり交通標識の見通しが悪くなったりと、私たちの生活に危害を及ぼす可能性があります。

こうしたことを防ぐため、屋外広告物の大きさ・高さ・設置場所などについて、県の条例でルールを設けています。屋外広告物を表示する場合は、ルールを守り、美しいまちづくりへのご協力をお願いします。

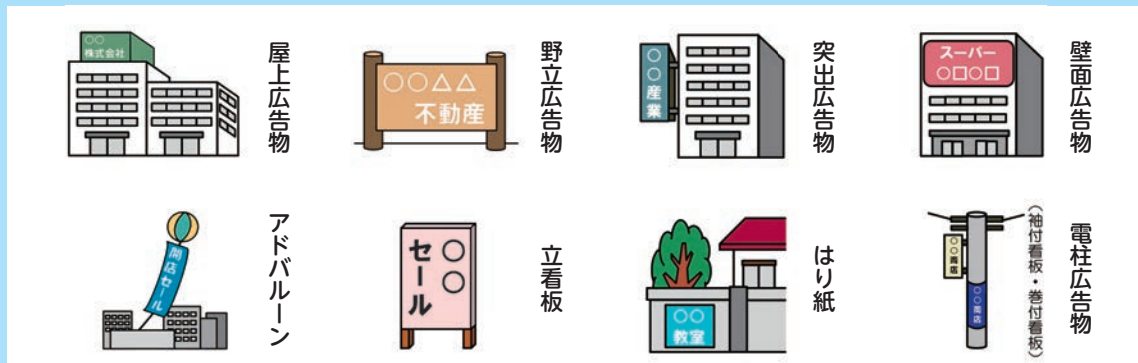
屋外広告物ってなに？

「常時または一定の期間継続して、屋外で公衆に表示されるもの」を屋外広告物といえます。

屋外広告物にはさまざまな種類があり（下図参照）、壁面に直接書かれた文字や絵画なども該当します。

屋外広告物を表示する際には、県条例に基づく許可申請が必要です。

屋外広告物の例



自分の敷地内に表示する場合も許可が必要？

必要です。ただし、1事業所あたり合計10㎡以下（複数または両面ある場合は、その合計面積で判断）の広告物であれば、許可申請なく表示することができます。

自己の店舗や事業所の敷地外に表示する場合は、面積の大小に関わらず、すべて許可申請が必要です。

広告物の大きさや高さに制限はある？

広告物の種類や表示場所によって、面積や個数、高さなどに制限があります。

禁止地域（第1種・第2種低層住居専用地域、交差点や踏切付近など）には、さらに厳しい基準が設けられています。

具体的な基準については、県ホームページをご覧ください。役場建設課へお問い合わせください。

屋外広告物条例等早わかり（岐阜県ホームページ）



許可申請の手続き方法は？

新たに広告物を表示する場

合は、「屋外広告物許可申請書」を町へ提出してください。

許可申請書の様式など（御嵩町ホームページ）



申請は個人でもできますが、条例の基準を理解した上で図面などの作成が必要となるため、屋外広告業者に依頼することもできます。

なお、町内で広告物を設置する場合は、岐阜県に登録した屋外広告業者でなくてはなりません。

広告物の設置を依頼する際は、登録業者であることを必ずご確認ください（岐阜県屋外広告物ホームページで登録業者一覧を確認することができます）。

許可を 受けないとどうなるの？

ルールに違反して広告物を表示・設置した場合は、罰則の適用を受けることがあります。

「自分が出している広告物が基準を満たしているか」「自分が貸している土地に広告物が建っているが、借主が許可を受けているか」など、いま一度ご確認をお願いします。

名鉄広見線（御嵩駅～新可児駅間）定期券補助 便利な電子申請をご利用ください!!

問い合わせ：
企画課 企画調整係
担当：太田（内線 2227）

名鉄広見線活性化協議会が実施している定期券購入者への補助事業について、9月1日から電子申請ができるようになりました。

通学・通勤の定期券補助の申請をされる皆さんは、ぜひご利用ください！

メリット

電子申請なら…

- ①申請用紙への記入がいらない！
- ②定期券のコピーがいらない！
- ③窓口や郵送で提出する手間もなし！
- ④いつでもどこでも申請できる！

＜申請方法＞

①定期券の写真を撮影。



②QRコードにアクセス。

③専用フォームに必要事項などを入力。
写真をアップロードして、申請完了！

※書面での申請も、引き続きご利用いただけます。

※申請方法の違いによる補助額（商品券の金額）の差はありません。

※電子申請の対象は「定期券」のみです。「回数券」の補助申請は書面をお願いします。

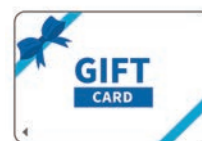
お得な制度をご存じですか？ 通勤・通学定期券の購入者に商品券をプレゼント！

1カ月定期 ▶ 500円分 3カ月定期 ▶ 1,000円分 6カ月定期 ▶ 2,000円分

※御嵩駅～新可児駅の区間を含む通勤または通学定期券が対象です。

※申請には定期券の写し（電子申請の場合は定期券の写真データ）が必要です。

※申請期限は、定期券の有効期限の翌日から30日以内です。



9月29日までに 更新手続きをお願いします 重度心身障害者 福祉医療費受給者証

問い合わせ：
福祉課 社会福祉係
担当：鈴木（内線 2124）

重度心身障害者の福祉医療費受給者証の有効期間は9月30日までです。

10月1日からの受給者証を交付しますので、福祉課で更新の手続きをお願いします。詳しくは、9月上旬に対象者にお送りする案内をご覧ください。

受付期間：9月5日（火）～29日（金）

持ち物：①健康保険証

②身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳

③今お持ちの福祉医療費受給者証

「夜間窓口」も開設します

日程：9月7日（木）、14日（木）、
21日（木）、28日（木）

時間：午後7時まで

※母子家庭等・父子家庭福祉医療費受給者証の更新手続きは、10月におこないます。対象者には10月上旬に更新案内を送付します。

いま一度見直しましょう！正しい手の洗い方

感染対策の基本は**手指衛生**

(手洗い・手指消毒)

人が感染症にかかる要因の多くは、手に付着した病原微生物（細菌やウイルスなど）が物品に付着し、そこからまた手を介して鼻や口、目から体内に入ることです。多くの病原微生物は、電車のつり革や手すり、エレベーターボタン、ドアノブなどを介して手から手へと広がり、それが感染拡大のきっかけとなります。自分自身を病原微生物から守るため、日常の感染対策として手指衛生（手洗いや手指消毒）を心がけ、感染症の拡大を防止しましょう。

感染対策の基本である手指衛生の実践は、手に付着した病原微生物の数を減らし、感染リスクを減少させるために有効です。正しい手洗いで病原微生物を洗い流したり、手指消毒剤を活用するなど、日ごろからこまめな手指衛生を心がけましょう。

地域包括支援センター
(高齢者なんでも相談窓口)



問い合わせ：

地域包括支援センター

担当：神田^{かんた}（内線 2397）



石けんなどを泡立てて、手のひらを洗います。



手の甲を洗います。



指を1本ずつ洗います。



指と指の間をしっかりと洗います。



爪の間を洗います。



手首を洗います。



流水で洗い流します。



きれいなタオルなどで拭き取ります。

9月10日は下水道の日

「下水道の日」は、諸外国に比べて著しく遅れていた日本の下水道の全国的な普及を図るため、昭和36年に“全国下水道推進デー”として始まりました。

問い合わせ：

上下水道課 整備係

担当：古川（内線 2135）

▶下水道の役割

下水道は、美しい自然環境を守り、人々が健康で快適な生活を送るために欠くことができない重要な施設です。

役割① 町をきれいにします

蚊やハエの発生源となる汚水を速やかに排除します。

役割② 川をきれいにします

汚水は下水処理場できれいにしてから川へ流します。

役割③ 水洗トイレが使えます

トイレが水洗化されることで衛生的で快適な生活環境が実現します。

▶水洗化にご協力ください

下水道が完成した区域の皆さんは、水洗化工事をしてください。この工事は、今後の維持管理のために、町が定めた基準に基づき、町が登録した指定工事店がおこなうよう定められています。

下水道マスコットキャラクター
「スイスイ」



下水道の正しい利用をお願いします

日頃の管理を怠ると、排水管の詰まりや破損などを起こしたり、設備の寿命を縮めたりします。簡単な修理でも思わぬ費用がかかります。次の点には注意してください。

排水口から異物を流さない!!

トイレ・台所・洗面所などの排水口に、紙おむつ・新聞紙・野菜くず・油類を流すと管の途中で詰まることがあります。

ガソリンなどを流さない!!

揮発性の高いガソリンなどを流すと、管の中で爆発することがあり、危険です。

※宅地内の排水設備の工事ができるのは、指定工事店だけです。詳しくは上下水道課に問い合わせるか、町ホームページでご確認ください。

10月1日は浄化槽の日

「浄化槽の日」は、昭和60年10月1日に浄化槽に関する諸制度を整備した「浄化槽法」が全面施行されたことを記念して、昭和62年に制定されました。

問い合わせ：

上下水道課 庶務係

担当：黒木（内線 2133）

▶浄化槽の役割

浄化槽は、日常生活で生じた汚水やし尿を微生物の働きにより分解し放流するための施設です。浄化槽で生活排水を処理することで水質汚濁の進行を防ぎ、公衆衛生の向上と生活環境の保全に役立っています。

▶浄化槽の維持管理にご協力ください

浄化槽の定期的な維持管理と検査は、「浄化槽法」で実施が義務付けられています。定期的な清掃や検査をおこなうよう、ご協力をお願いします。

▶浄化槽を廃止する場合は

解体を行う前に、浄化槽の最終清掃（汚泥の引き抜きや洗浄など）を実施し、町へ廃止届出書を提出してください。

合併処理浄化槽の設置の補助

町では、下水事業計画区域以外の地域において、新たに居住用住宅などに合併処理浄化槽を設置する場合に補助金を交付しています。合併処理浄化槽の設置を予定している人は、補助金の交付対象となるか早めにご確認ください。

※故障や家屋の建て替えによる合併処理浄化槽の更新など、国・県の補助要件を満たさない場合は補助金の対象外です。

※令和6年2月末までに工事が完了できる人を補助対象とし、予算上限となった時点で受け付けを終了します。



重点エコプロジェクトとは？

いまある“環境”を次の世代に引き継いでいくため、私たちが取り組むべき施策をまとめた「御嵩町環境基本計画」のなかで、**特に重点的に取り組んでいくものが重点エコプロジェクトです。**

この重点エコプロジェクトの中から、今回は「みたけの里山・森林とふれあおう！」の取り組みについて紹介します。

みたけの里山・森林とふれあおう！

▶「東邦ガスの森 みたけ」で恵みの森林づくり

東邦ガス株式会社では、平成 28 年度から「東邦ガスの森 みたけ」（御嵩町津橋）で 7.84 ヘクタールの森林の整備に取り組んでいます*。

※町では、企業 5 社と“企業との協働による森林づくり活動協定”を締結して、町有林の森林整備を進めています。



昨年 11 月には、同社の社員やその家族など約 30 人が活動に参加し、のこぎりを使って木を切ったり、遊歩道の整備をおこないました。斜面など慣れない場所での活動だったため、体力を使う作業となりましたが、整備された森林を目にした皆さんは達成感が得られたようでした。

昨年度までは感染症の影響などで森づくり活動を自粛していた各企業ですが、今年度はより多くの企業が活動を計画しています。御嵩町は、今後も企業と協力をして町有林の整備を図っていきます。

▶^{みどり}水土里隊による里山整備

水土里隊は、御嵩町御嵩字北山の町有林を拠点とし、森林整備や薪・炭などの木材利用、イベント支援など、多岐にわたる活動をおこなっています。隊では、森林資源を地域の手で循環させることを目指し、健全な森林を次の世代に引き継げるよう今後も活動を続けていきます。



水土里隊の活動日は、毎週月・金曜日です。森林に関心がある人、ボランティア精神に富んだ人、ぜひ一緒に活動してみませんか。森の中の活動は気持ちが良いですよ。未経験者でも大丈夫です。御嵩町の森林を一緒に作りましょう！



問い合わせ：環境基本計画に関すること
里山・森林に関すること

環境モデル都市推進室 担当：長谷川（内線 2241）
農林課 森づくり係 担当：渡邊（内線 2144）

農業委員・農地利用最適化推進委員が決まりました

農業委員（◎：会長 ○：職務代理）		
地区名	氏名	担当地区など
上之郷	おくむら としお 奥村 俊雄	井尻・平・川南・北切・谷・宿・美佐野
	やまもと えみ お 山本 恵美雄	前沢・津橋・次月・謡坂・大久後・小原・西洞・綱木（小和沢）
	こうけつ まさひこ 纈纈 正彦（総括）	上之郷地区
御嵩	やまもと やすひこ 山本 康彦	送木・城町・長岡
	たなか とよお 田中 豊雄	上町・若松町・昭和町・木の下・栢森
	きじま かずみ 木島 和美	元町・若宮・愛宕・中本町
中	さいとう さだこ 齊藤 貞子	西之門・南町・十日市場・西屋敷・春日町・南山・北屋敷
	なかがわ ようじ 中川 洋二	（大字）顔戸・（大字）古屋敷・尼ヶ池
	たなか みきさぶろう 田中 幹三郎（総括）	大庭・長瀬・新木野
伏見	かとう ようこ 加藤 洋子	山田・中町・東町
	○ みずの こうじ 水野 宏治	西本町・西町・旭町・野崎・（大字）比衣・高倉
	かのう つねあき 加納 恒明	伏見台・（大字）上恵土
全町	◎ あおき ともしげ 青木 友誉	めぐみの農業協同組合からの推薦
	い さ じ じゅんこ 伊佐次 純子	中立な立場で公平な判断

農地利用最適化推進委員	
地区名	氏名
上之郷	ひびの かつのぶ 日比野 勝伸
御嵩	たなか のぶゆき 田中 宣行（総括）
中	かこはし りょうへい 籠橋 良平
伏見	かぎや みちたか 鍵谷 道隆（総括）

※農業委員は、農地の確保と有効利用、農地等の利用の最適化への取り組みなどが主な職務です。

※農地利用最適化推進委員は、農地等の利用の最適化への取り組みが主な職務です。

※任期はいずれも3年間（令和5年7月20日～令和8年7月19日）です。

問い合わせ：
農林課 農業振興係
担当：佐橋（内線 2141）

自分らしさを実現できる町 みたけ
御嵩町男女共同参画懇話会

「教育と時流」

男女共同参画懇話会会員

若宮圭輔

毎朝、サポーターさんに見守られて友人と楽しく会話をしながら登校している小中学生を見ると、健やかな成長を願わずにはいられません。2000年代に入り、頭髪の自由化やスカートの長さなどの校則が話題になったことがありました。当時は、学校管理と生徒意識の尊重とのせめぎ合いのようなものを感じていました。時を経て今の学校教育は、受け身の学びから、主体的な学び・対話的な学びへと大きく変化しています。自分で考えることや話し合いを通して、新たな考え方に気付いたり思い込みを払拭したりしていくことは、将来に向けた礎石となります。人に対する考え方や在り方も同じだと思います。

最近、マスコミや新聞報道では個々の人権や性差にまで踏み込んだ話題をよく聞きます。例えば、中学校ではジェンダーレス化を背景に、性別にとられない制服の導入や自分の気持ちに合った制服の選択（スカートでなくズボンの選択など）に柔軟に対応する動きも出てきています。また、子育てでは、男女に関係なく一緒に家や子育てをする姿も多く目にするようになってきました。かつての感覚とは大きく変わってきていると感じます。いずれにしても根底は人に対する愛情ではないでしょうか。人としての在り方や考え方をいつでもリセットできる感覚を大切にしたいと思っています。

問い合わせ：企画課 企画調整係 担当：堀部（内線 2226）





中山道を旅した

子どもたちの足跡

中山道案内人 徳屋 廣瀬吾郎

今からおおよそ150年前の明治5年（1872）に「学制」が公布され、近代的な学校づくりがはじまりました。その15年後には、草鞋をはいて中山道を旅する子どもたちの姿があったようです。

中山道に初めて

子どもたちの姿が見られた頃

明治19年（1886）、1府県1校設置の原則により、岐阜県に岐阜県中学校（現在の岐阜高校）が開校します。

初めての修学旅行はその翌年で、「十一月末、中学校では一週間にわたって東濃地方へ修学旅行、十二月二日に帰校している。初めての修学旅行に校長・二宮正は可児郡西帷子村で化石（珪化木）を買って帰り、明治、大正期、この化石は正門を飾った」という記録が残っています。この修学旅行は、東濃方面への中山道を歩け歩けの旅でした。ここに、岐阜県の修学旅行の原点があったようです。

旧制中学の修学旅行

明治27年（1894）、岐阜県で2番目の中学校として岐阜県尋常中学

校大垣分校（現在の大垣北高校）が、続いて斐太中学校（現在の斐太高校）が開校。その2年後には、岐阜県中学校東濃分校（現在の東濃高校）が4番目の中学校として開校しました。大垣中学校は開校翌年から修学旅行を開始し、東濃中学校は開校した年の10月に土岐郡多治見町へ1泊の修学旅行をしています。各学校とも開校から間を置かずに修学旅行をおこなっていたようです。

修学旅行での相互訪問

明治31年（1898）11月、東濃中学校が岐阜・大垣方面へ修学旅行をした際、大垣中学校を見学し交流したとの記録があります。また、大垣中学校も東濃中学校を訪れ交流した記録も残っています。

そして、明治32年の岐阜中学校の修学旅行では、生徒135人と職員5人が多治見から御高に来て、東濃中学校を参観し、中山道の宿場であった御高に宿泊しています。

当時の先生方は、文明開化の成果を広く子どもたちに見聞させ、地域の特産品や歴史を相互訪問などを組み合わせることで一緒になつて学んでいた姿が見てとれます。

修学旅行は伊勢神宮参拝の時代へ

明治23年（1890）、岐阜中学校は、汽車で熱田、船で伊勢の神社港、

以後、連日徒歩で1週間の修学旅行を実施。東海道線が明治22年に全線開通し、いよいよ鉄道を使った修学旅行の歴史が始まったのです。と同時に、修学旅行の行き先は「伊勢」と定番化されていくことに。

東濃中学校の明治31年5月の修学旅行は、伊勢参拝5日間でした。未明3時に出発、伏見の新村湊から木曾川を川舟で下り、東海道線の木曽川駅で汽車に乗り、伊勢神宮を参拝、帰りは名古屋に泊まり小牧で1泊して徒歩で帰るという旅だったようです。

小学校でも始まった修学旅行

明治35年（1902）、伏見小学校が初めての修学旅行で、日帰りで鬼岩公園に訪れたという記録が残っています。同じ年に愛知県の犬山にも修学旅行をした記録があり、中山道を使ったお別れ遠足的なものがおこなわれていたようです。

中山道筋の中津川では、明治33年に伊勢方面への8日間の修学旅行をおこなっています。初日に御高、翌日は岐阜、3日目は四日市に泊まり、4日目に伊勢神宮参拝という、大変な修学旅行が記録されています。

修学旅行から学んだこと

先生方は「広い視野を持った子どもに育ってほしい」と、親も行った

ことのない遠方へ子ども達と出かけました。子ども達はさまざまなことを見聞して大きく成長する機会となったはずです。

先生と友達と一緒に過ごす時間は、心と心を繋げてくれる機会となります。令和の時代に思うことは、こうした修学旅行の楽しかった思い出ができたのは、大きな災害もなく戦争もなく、暮らしが落ち着いていたからだということ。今は感謝の気持ちでいっぱいです。

参考文献

- 「御高町教育百年の歩み」御高町教育委員会、1976年
- 「岐阜百年史」岐阜同窓会、1973年
- 「大垣北高八十年史」大垣北高等学校創立八十周年記念事業実行委員会編集委員会、1976年
- 「斐太高校百年史」岐阜県立斐太高等学校創立百周年記念事業実行委員会、1986年
- 「赤陵百歳」岐阜県立東濃高等学校、1996年
- 「御高町史 通史編下」御高町史編さん室、1990年
- 「伏見小学校沿革史」岐阜県可児郡伏見村伏見尋常高等小学校永久保存史料
- 「中津尋常高等小学校学校日誌」中津川市ほか



問い合わせ：
伏見保育園 ☎ 67-2325

プールあそび楽しいよ！

こんにちは、伏見保育園です。保育園に登園すると「今日はプールいつ入れる？」と、うれしそうに聞いてくる子どもたち。暑い日が続いていますが、子どもたちは暑さに負けずプール遊びを楽しんでいます。

未満児さんはビニールプールに入り、ペットボトルで作ったジョウロを使って水の感触を楽しみながら、ゆったり水遊びを楽しみます。最初は水遊びが苦手で泣いてしまう子もいましたが、少しずつ慣れてきた様子で、ニコニコ笑顔がたくさん見られるようになりました。

年少～年長組さんは、大きなプールでワニさん泳ぎや顔付けを頑張っています。水遊びが大好きな子どもたちは「先生見て～！」と、できるようになった泳ぎを披露してくれています。

夏ならではの遊びをたくさん経験している子どもたちは、10月の運動会でどんな姿を見せてくれるのでしょうか？子どもたちの声を受け止めながら、体調に気を付けて楽しく活動をしていきたいと思っています。



「磨くぞ指導力」
夏期研修講座
教育センター

問い合わせ…教育センター
担当…梅田^{うめだ}（内線 2330）

本年度も、7月24日から31日までの1週間を研修期間と位置づけ、町内の教職員の受講希望を受けて『夏期研修講座』を実施しました。

実施したのは、次の6講座です。

- ① 『御嵩を知る』
転入職員対象の御嵩について学ぶ講座
 - ② 『先行実践に学ぶICT活用』
ICT活用の指導力向上を目指す実践講座
 - ③ 『児童虐待の初動対応』
社会問題である虐待対応講座
 - ④ 『親子プログラミング教室』
楽しく学ぶプログラミング教育講座
 - ⑤ 『発達障がい児童生徒の教育支援』
特別支援教育講座
 - ⑥ 『教育実践論文にチャレンジ』
初めて書く教師向け論文講座
- 各講座の講師は、それぞれ専門的に研究や実践を進めておられる大学教授や現職教職員、御嵩町の担当課職員の皆さんにお願いしました。
- 研修では、町内6つの小中学校の若手からベテランまでの教職員が、希望した講座を受講。講座の学びを忘れま



▲講座②「先行実践に学ぶICT*活用」
※ ICT（情報通信技術）は、通信技術を活用したコミュニケーションを意味します。



▲講座①『御嵩を知る』
願興寺本堂（国重要文化財）の保存修理工事現場を見学しました。

いと真剣にメモを取る先生、同じ講座の参加者と積極的に意見交換をする先生、研修終了後も講師に積極的に質問をする先生など、熱心な姿が多く見られ、充実した1週間となりました。

御嵩町（可児郡）体育協会からのお知らせ

「第53回 可茂地区大会」の結果報告

問い合わせ：B&G 海洋センター 担当：^{ながや}永治 ☎ 67-5196

ソフトボール

▷レディース 1位
(2位 加茂郡)



▷壮年の部 2位
(1位 可児市、3位 加茂郡)

軟式野球

▷一般の部 3位
(1位 可児市、2位 加茂郡、3位 美濃加茂市)

▷壮年の部 3位
(1位 美濃加茂市、2位 可児市、3位 加茂郡)

クレ射撃

▷個人の部 3位 ^{もり まさかつ}森 政勝さん

▷団体の部 4位
(1位 加茂郡、2位 可児市、3位 美濃加茂市)

卓球

▷男子団体 1位
(2位 可児市、3位 加茂郡、4位 美濃加茂市)



▷女子団体 3位
(1位 可児市、2位 加茂郡)

バレーボール

▷マスター女子 3位
(1位 美濃加茂市、2位 加茂郡、3位 可児市)

バスケットボール

▷一般男子 3位
(1位 加茂郡、2位 可児市)

※軟式野球とバレーボールは3位決定戦をおこなっていないため、3位が2チームあります。



可児警察署からのお知らせ

9月21日(木)～30日(土)は
秋の全国交通安全運動



問い合わせ：可児警察署 交通課 ☎ 61-0110

秋口から年末にかけては、日没時間が急激に早まります。午後4時から午後8時の間「魔の時間帯」と言われ、重大事故につながる交通事故が多発する傾向にあります。

事故に遭わない、起こさないために、次のことに気をつけましょう。

▷歩行者は、反射材を身につけ運転者に自己の存在をアピールする

▷ドライバーは、歩行者を見かけたら速度を落とす

▷飲酒運転は絶対にしない

9月10日～16日は「自殺予防週間」 知らせてください 心のSOS

問い合わせ：

福祉課 保健予防係（保健センター）
担当：木村（内線 2192）

▶ひとりで悩みを抱え込んでいませんか？

ひとりでは解決しにくい問題は多く存在します。まずは、次のことを試してみましょう。

1. ところが疲れていることに気づきましょう
2. 不眠が2週間以上続く場合は、医療機関を受診しましょう
3. 信頼できる人や相談窓口で、不安や悩みについて話しましょう

見逃さないで！
心のサイン



▶安心して相談できる場所があります

対面や電話、SNSでも相談ができます。あなたの声を聴かせてください。

対面で相談したいとき

- ▶精神保健福祉相談（予約制）
日時：毎月第1月曜日
午後1時30分～3時30分
場所：保健センター
- ▶いきいき健康相談（予約制）
日時：毎週月曜日 午後1時～3時
場所：保健センター

電話で相談したいとき

- ▶岐阜県精神保健福祉センター
☎058-231-9724
日時：平日 午前9時～午後5時
- ▶こころのケア専用ダイヤル
☎090-5610-7578
日時：月・水・金曜日 ※祝日除く
午前10時～正午／午後1時～3時

SNSで相談したいとき

- ▶こころのサポート相談
「ほっと♡ぎふ」
日時：毎週日曜日
午後7時～翌3時
※最終受付 2時30分



◀登録は
こちらから



9月1日は「防災の日」

備えていますか？ FMらら (76.8MHz)



東日本大震災やこの地域を襲った7.15豪雨災害を教訓に地域防災のために開局した「FMらら」は、いざという時の情報発信基地として24時間放送をお届けしています。

▶ご確認ください！情報収集手段の備え

- ・非常持ち出し品の中に、携帯ラジオと電池は入っていますか？
- ・自宅のラジオやカーラジオを「76.8MHz」に合わせたことはありますか？
- ・スマートフォンにFMららアプリをダウンロードしていますか？

▶FMららが聴ける無料アプリ「FM++」

電波が届かない地域やお出かけ先でも、スマートフォンやタブレットでFMららの放送が聴けます。防犯情報や緊急情報の文字配信もしています。



問い合わせ：企画課 秘書広報係 担当：荻曾（内線 2200）
FMらら ☎ 50-2080

毎週火曜日 8:20～8:40

「よってりゃあ みたけ情報局」

9月の放送内容（変更の場合あり）

- 9月 5日 認知症ケア啓発映画上映会
- 9月 12日 下水道の日・浄化槽の日
- 9月 19日 みたけんピック開催案内
- 9月 26日 御嵩町文化協会の活動紹介

♪メッセージ・リクエストは…

✉ rara@fm768.jp

郵便 〒 509-0294 FMらら

※郵便番号だけで届きます

名鉄広見線に乗って町をきれいに

7月8日（土）に、町内の建設業者9社でつくる「御嵩町安全協議会」のメンバー22人が集まり、国道21号線沿いの清掃活動を実施しました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、3年ぶりの実施となったこの活動。午前9時前に御嵩駅に集合した参加者は名鉄広見線で移動し、顔戸駅と明智駅に分かれて降車すると、顔戸駅～御嵩駅間と明智駅～顔戸駅間を歩きながら、タバコの吸い殻や空き缶などを拾いました。



“自分の命は自分で守る” 水辺の安全教室

7月12日（水）に、上之郷小学校の5・6年生を対象に、4年ぶりとなる「水辺の安全教室」を開催しました。

この教室は、夏休みに入る前の子どもたちに、水辺で安全に楽しく遊んでもらうための心構えや、いざという時に“自分の命は自分で守る”という意識をもってもらうため、毎年実施しています。

教室では、「自分の命は自分で守る（セルフレスキュー）」と題した紙芝居の読み聞かせがおこなわれた後、衣服を着たまま泳ぐ「着衣泳」の体験、仰向けになって呼吸を確保しながら浮く「背浮き」の練習、ペットボトルを浮き具として利用する方法も学びました。

参加した子どもたちは、「服を着たまま泳ぐのはすごく疲れる!」「水の事故があったときは、自分から助けに行かず、浮けるものを投げてから救急車を呼ぶことが大事だと学んだ」などと話してくれました。



叙勲・旭日単光章を受章

元町議会議員の伊佐治恵一さん（顔戸北）が、長年の地方自治に対する功績を認められ、叙勲・旭日単光章を受章されました。

伊佐治さんは、町議会議員として通算4期16年にわたり在職。平成3年7月から約2年間は、副議長として議会の円滑な運営に尽力されました。

受章おめでとうございます。



◀ 左から、伊佐治さん、渡辺町長



少林寺拳法で全国大会へ出場

帝京大学可児高等学校2年生の羽賀士道さん（若宮町1）が、「令和5年度全国高等学校総合体育大会少林寺拳法競技大会 第50回全国高等学校少林寺拳法大会」（7月21日～23日に北海道で開催）に出場されました。

全国大会を終えた羽賀さんは、「2年連続で大会に出場できたのは名誉なことですが、来年も必ず出場し、次こそ決勝進出を勝ち取りたいです」と、さらなる活躍に向けての決意を語りました。

町の子どもたちや福祉のために

有限会社木村重機建材（八百津町）から、御嵩町に 30 万円の寄付をいただきました。

7 月 24 日（月）には役場で贈呈式がおこなわれ、同社の木村幸治社長から渡辺町長に寄付金が手渡されました。

木村社長は「御嵩は生まれ育った町で思い入れがあり、町内での仕事もさせてもらっています。子どもたちや福祉のために活用してください」と話し、渡辺町長は「町の福祉のために大切にに使わせていただきます」と感謝を伝えました。



◀ 左から、木村社長、渡辺町長

▶ 左から、伊左治文人さん（父）、斗敬さん、渡辺町長



ランバイクで国際大会へ出場

御嵩小学校 1 年生の伊左治斗敬さん（長瀬）が、「アジアランバイク選手権 2023」（8 月 5 日～7 日に中国で開催）への出場報告のため、7 月 24 日（月）に役場を訪れました。

伊佐治さんは、4 歳の誕生日プレゼントがきっかけでランバイクを始め、全国で開催される大会にも参加するようになりました。ランバイクは、ブレーキがなく足でスピード調整をする乗り物。「乗るのは怖くない？」との問いには「ちょっと怖いけど、大会は楽しみ」と答えてくれました。

渡辺町長は「国際大会を経験できることは素晴らしいことです。がんばってきてください」とエールを送りました。

町有林で“企業との協働による森林づくり”

7 月 24 日（月）、御嵩地内の町有林で、東海化成工業株式会社による森林づくり活動がおこなわれ、同社の従業員 7 人が役場の農林課職員と遊歩道を整備しました。

今回は、秋の活動に向けての準備のため、道を平らにならしたり、階段を作ったり、ポイ捨てゴミを拾ったりする作業をおこないました。今後も、官民一体となって町有林を整備していく予定です。

※御嵩町は、平成 29 年に岐阜県および東海化成工業株式会社と「東海化成 みんながたいけん けんこうの森」における森林づくり協定を締結。令和 4 年 4 月に協定期間が満了したため、新たに覚書を締結し、森林づくり活動を継続しています。



▲ 左から、幹事の赤羽章さん、池田会長、渡辺町長、会計の吉田猛志さん、青少年健全育成委員長の吉田久さん、

町の子育て施策のために

可児ライオンズクラブから、御嵩町に 5 万円の寄付をいただきました。

7 月 27 日（木）には役場で贈呈式がおこなわれ、池田薫会長から渡辺町長に目録が手渡されました。

池田会長の「子育て施策のために役立ててください」という言葉に、渡辺町長は「ご寄付をいただき、誠にありがとうございます。いただきました寄付金は、何が必要かを把握し、効果的に使わせていただきます」とお礼を述べました。

今月の相談日

相談名	日程	時間	場所	備考
-----	----	----	----	----

福祉課（内線 2121・2124）

人権相談	9月の人権相談はありません。 ※次回 10月20日（金）			
障がい者相談	9月の障がい者相談はありません。 ※次回 11月10日（金）			

住民環境課（内線 2103）

消費者相談	月曜～金曜日 （祝日を除く）	午前8時30分～ 午後5時15分	役場本庁舎 1階 住民環境課	毎週木曜日は、消費生活相談員が相談を受け付けます。 ※予約制 前々日（火曜日）の正午までに要予約
	毎週木曜日	午前10時～正午 または 午後1時～午後3時		
法律相談（弁護士）	9月22日（金）	午後3時～午後7時	役場本庁舎 2階 第2委員会室	※予約制 定員8人
行政相談	9月25日（月）	午後1時30分～ 午後3時30分	役場本庁舎 2階 入札室	※受付は午後3時まで

オアシス教室（☎ 67-7380）

教育相談 （不登校・いじめなど）	月曜～金曜日 （祝日を除く）	午前9時～午後4時	オアシス教室 （中公民館内）	電話相談・来所相談
公認心理師による カウンセリング	毎週水曜日 （祝日を除く）	午前9時～午後5時	中公民館 1階 相談室	予約制 対象：小中学生および保護者

児童相談所 全国共通ダイヤル

通話料無料（24時間 365日対応）

いちはやく
189 TEL

お近くの児童相談所へつながります。

虐待かも？と思ったら、
すぐに189番へお電話ください。

子どもたち、
子育てに悩む保護者のSOSの声を
いち早くキャッチします。

ひとりで悩まないで！まずはお電話ください

家庭や仕事、DV、人間関係など、生き方に関する悩み
を電話でお聞きします。

相談は無料で、秘密は固く守られます。

岐阜県男女共同参画・女性の活躍支援センター

「電話相談」専用ダイヤル

☎ 058-278-0858

相談日：月曜～木曜日、
第1・3土曜日
（祝日、年末年始除く）

時間：午前9時から
午後5時まで



ごみ収集

- ▶不燃ごみ（金物類・ガラス類）
▶粗大ごみ（可燃・不燃）

収集地区	不燃ごみ・粗大ごみ 収 集 日
上之郷 御 高	9月20日（水） 10月18日（水）
中	9月22日（金） 10月20日（金）
伏 見	9月19日（火） 10月17日（火）

▶資源分別収集

収集時間については、朝方の1時間程度です（例：午前7時～午前8時）。各自治会・アパートによって収集時間が違いますので、それぞれの役員または分別指導員にお尋ねください。

収集地区	分別収集日
上之郷 御 高	9月の収集はありません 10月1日（日）
中 伏 見	9月の収集はありません 10月15日（日）

収集地区	プラスチック製 容器包装収集日
上之郷 御 高	9月 5日（火） 9月19日（火） 10月 3日（火） 10月17日（火）
中 伏 見	9月 7日（木） 9月21日（木） 10月 5日（木） 10月19日（木）

※不燃ごみの集積所に出してください

リサイクルステーション

< 生活学校 >

9月はありません
10月の開催日：1日（日）
時間：午前9時～午前11時
場所：役場 駐車場

< あゆみ館 >

開催日：毎週月曜～金曜日
（祝日・年末年始を除く）
時間：午前9時～午後5時
場所：あゆみ館（新木野）

くらし

納期限は10月2日（月）です
納付は便利な口座振替で！

○国民健康保険税

○介護保険料

○後期高齢者医療保険料

○上下水道使用料

（口座振替日：9月25日）

○下水道事業受益者負担金

○保育料等

○町営住宅家賃

※口座振替で納付されている人は、**納期限の前日までに入金または残高の確認**をお願いします。

※口座振替ができなかったときに送付していた「口座振替不能通知書」は、7月31日振替分から廃止しました（「保育料等」を除く）。

休日歯科診療当番医

必ず電話をしてお出かけください

可児地区の9月の祝日に診療可能な
歯科は次のとおりです。

9月18日（月）…らいん歯科

可児市下恵土 ☎60・3200

9月23日（土）…岩田歯科医院

可児市広見 ☎62・5921

受付時間…午前10時～午後3時

問い合わせ…

福祉課 保健予防係（保健センター）

担当…木村（内線 2192）

10月1日から運用スタート

「救急安心センターぎふ」

急な病気やケガをしたときに、「救急車」を呼んだ方がいいか、「今すぐ病院に行った方がいいか」など判断に迷った時は、救急電話相談窓口「救急安心センターぎふ」にお電話ください。

救急安心センターぎふ #7119

（携帯電話・プッシュ回線の場合）

その他の電話は ☎058-265-0009 まで

専門の相談員（看護師など）から、24時間 365 日、救急相談や病院案内についてアドバイスを受けることができます。

※緊急性がある場合は、迷わず 119 番通報をしてください。

※「救急安心センターぎふ」の運用開始に伴い、これまで県内の病院を24時間体制で紹介していた救急医療情報サービス（☎25・3799）は、9月末をもって廃止されます。

問い合わせ…

福祉課 保健予防係（保健センター）
担当…井上（内線 2191）

みたけカレンダー 一部内容変更のお知らせ

みたけカレンダーの10月から3月までのページに掲載している「休日・夜間の急病」欄の連絡先が、一部変更となりますのでお知らせします。

●救急医療情報サービス

（岐阜県内の病院を24時間体制で紹介）

☎0574-25-3799

●救急安心センターぎふ

（救急相談や病院案内など）

#7119

（携帯電話・固定電話のプッシュ回線）

その他の電話は 058-265-0009 まで

※24時間365日対応

※「岐阜県小児救急電話相談」の連絡先は変更なし

変更前

変更後

問い合わせ…企画課 秘書広報係
担当…田中（内線 2222）

お知らせ

秋の全国交通安全運動

実施期間：9月21日～30日

秋は日没時間が早まり、夕暮れ時から夜間にかけてのいわゆる「魔の時間帯」（午後4時～8時）に、重大な交通事故が多発する傾向にあります。外出するときは、反射材用品と明るい服を着用し、ドライバーは早めのライト点灯を心がけましょう。

秋の全国交通安全運動の重点

- ・子どもと高齢者をはじめとする歩行者の安全の確保
- ・夕暮れ時と夜間の交通事故防止および飲酒運転などの根絶
- ・自転車などのヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

問い合わせ：総務防災課 防災安全係

担当：皆川（内線2207）

10月1日から

岐阜県最低賃金が950円に

10月1日から、岐阜県最低賃金が時間額950円（40アップ！）になります。

岐阜県最低賃金は、年齢に関係なく県内で働くすべての労働者（パート、学生アルバイト含む）に適用されます。

事業者も労働者も、1時間当たりの賃金額が最低賃金額以上となっているか、必ず確認しましょう。

詳しくは、岐阜労働局または多治見労働基準監督署にお問い合わせください。

問い合わせ：

岐阜労働局 賃金室

☎058・245・8104

多治見労働基準監督署

☎0572・22・6381

法の日・公証週間

「合同無料相談会」を開催

公証人、司法書士、土地家屋調査士、行政書士による合同無料相談会です。

日時：10月1日（日）

午前10時～午後4時

場所：美濃加茂市文化会館 かもくろ

（美濃加茂市島町2・5・27）

内容：相続、遺言、各種契約の公証手続き、債務整理、不動産登記、土地境界に関する相談など

※予約不要、先着順で受け付けます。

※電話相談はできません。

問い合わせ：

岐阜県司法書士会 中濃支部

担当：福井 ☎42・6007

必ず受検してください

はかり（計量器）の定期検査

計量法の規定により、「取引・証明」

に使用する検定証印付きの「はかり（計量器）」は、2年に1度の定期検査を受ける必要があります。

この検査を受けずに「はかり（計量器）」を「取引・証明」に使用することは、計量法違反行為になります。必ず受検してください

日時：10月13日（金）

午前10時30分～午後2時30分

場所：中公民館 1階ロビー

持ち物：はかり（付属品含む）

手数料（岐阜県収入証紙）

申込先／問い合わせ：

まちづくり課 まちづくり推進係

担当：伊佐治（内線2245）

建設業従事者のための退職金制度 知っていますか？「建退共」

建退共制度は、建設現場で働く人たちの福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的に設立された退職金制度です。退職金は国で定められた基準により計算され確実に支払われるため、安全で確実です。

制度に関する各種手続きは、建退共岐阜県支部でおこなうことができます。便利な電子申請方式も、ぜひご利用ください。詳しくは建退共のホームページをご覧ください。

問い合わせ：

建退共 岐阜県支部

☎058・276・3744



※広告内容については、それぞれの問い合わせ先にお尋ねください。

広告

障がい者就職合同説明会
参加費無料・事前予約制

ハローワークでは「中濃地域障がい者就職合同面接会」を開催します。

関会場	日時：10月26日（木） 午後1時～4時（予定） ※正午から受付 場所：わかくさ・プラザ 多目的ホール （岐阜県関市若草通2-1）
美濃加茂会場	日時：10月31日（火） 午後1時～4時（予定） ※正午から受付 場所：シティホテル美濃加茂 若竹の間 （美濃加茂市太田町2565-1）

対象者..

- ①ハローワークに障がい者として仕事探しの申し込みをしている人
- ②障がい者手帳をお持ちの人（または取得予定の人）で、令和6年3月に学校を卒業予定で就職を希望する人

参加企業..

中濃地域にある企業15社（予定）

申込方法..

所定の申込書を、事前にハローワークへ提出してください。

申込先／問い合わせ..

ハローワーク多治見
☎0572・22・3384

「キャリアコンサルタント」に
相談してみませんか

岐阜キャリア形成・学び直し支援センター（以下、センター）では、現在お仕事をされている人を対象に、無料のキャリアコンサルティングを実施しています。キャリアに関するさまざまな問題について、専門のキャリアコンサルタントが面談を通して一緒に考えます。ぜひご利用ください。

実施日..

月～金曜日、第1・3土曜日、第2日曜日（祝日、年末年始除く）

実施時間..

午前9時～午後5時（火・木曜日は午後8時まで）

実施方法.. 対面またはWEB面談

申込方法..

センターに電話または公式ホームページからお申し込みください。



※この事業は、厚生労働省が株式会社パソナに委託して実施しています。

申込先／問い合わせ..

岐阜キャリア形成・学び直し支援センター
（岐阜市金町8-1 フロンティア丸杉ビル6F）

☎058・267・5001

広告

※広告内容については、それぞれの問い合わせ先にお尋ねください。

催し

可児地区小・中学校児童生徒
交通安全ポスター展

町内および可児市の小・中学生から募集した、交通安全に関するポスターを展示します。ぜひご覧ください。

展示場所と期間…

①ラスパ御嵩店

9月15日（金）～28日（木）

②可児市役所1階正面玄関ロビー

10月2日（月）～16日（月）

問い合わせ…総務防災課 防災安全係
担当…皆川（内線 2207）

ゲームやクイズを楽しもう!!
「第2回みたけんピック」

「みたけんピック」は、乳幼児から中学生までのお子さんを対象としたゲームやクイズが楽しめる体験型イベントです。詳しくは、町ホームページでお知らせします。

日時…10月14日（土）午後1時から

場所…中公民館

内容…防災ビンゴ、輪投げ、お菓子すくい、クイズラリー など

※入場無料

※事前申込制（定員100人程度）

問い合わせ…生涯学習課 生涯学習係
担当…奥村（内線 2312）

10月21日（土）に開催決定!!
「よってりやあ、みたけ」

「よってりやあ、みたけ」～夢いろ街道宿場まつり～を、10月21日（土）に開催します。

詳しくは、ほっとみたけ10月号などでお知らせします。

問い合わせ…

御嵩町宿場町活性化イベント実行委員会（御嵩町商工会内）
☎ 67・1181

CTK開局30周年 特別イベント
「アンミカトークショー」

ケーブルテレビ可児では、開局30周年を記念して特別イベントを開催します。ぜひご応募ください。

日時…11月19日（日）午後2時から

場所…可児市文化創造センター主劇場

内容…アンミカトークショー

※入場無料（定員800人）

応募期間…9月19日（火）午前10時から10月20日（金）まで

応募資格…御嵩町・可児市に在住・在勤の人

応募方法など
詳しくはこちらから



問い合わせ…ケーブルテレビ可児
☎ 0120・039・479

広告

※広告内容については、それぞれの問い合わせ先にお尋ねください。

講座

わくわく体験館

ガラス工芸 基礎講座

① ステンドグラス基礎講座Ⅳ(全6回)

ステンドグラスの基礎を学びながら、クリスマスツリーを作ります。



開催コース..

③土曜 午前	②金曜 午後	①木曜 午後
10/7 ・ 10/14 ・ 10/21 ・ 10/28 ・ 11/11 ・ 11/18	10/6 ・ 10/13 ・ 10/20 ・ 10/27 ・ 11/10 ・ 11/17	10/5 ・ 10/12 ・ 10/19 ・ 10/26 ・ 11/9 ・ 11/16

時間.. ①②午後1時~4時
③午前9時~正午

定員..各コース8人 対象..大人

参加費..29,700円(材料費・税込)

② 鍛造講座(全1回)

鉄を叩いて曲げて
ベースを作り、吹き
ガラスでランプまた
は花入れを作ります。



花入れ

開催日..10月7日(土)、8日(日)

時間..午前9時~午後2時半

定員..各日6人 対象..大人

参加費..

花器14,500円(材料費・税込)
ランプ17,000円(材料費・税込)

①・② 共通..

場所..わくわく体験館

(可児市塩河1071-4)

申込方法..

わくわく体験館に直接または電話で
お申し込みください。

申込期限..9月24日(日)

※定員になり次第締め切り

申込先/問い合わせ..

わくわく体験館 ☎65・1515

募集

御嵩町テニス協会主催

第22回Mカップ大会 参加者募集

日時..10月15日(日) 午前8時40分~

※予備日10月22日(日)

場所..南山公園テニスコート

種目..男子・女子ダブルス

参加資格..一般成人(ペアのどちらか

が、町内に在住・在勤または
御嵩町テニス協会の会員
であること)

定員..各組先着8組

参加費..1チーム2千円(当日集金)

申込方法..B&G海洋センターにお申
し込みください。

申込期限..9月30日(土)

申込先/問い合わせ..

B&G海洋センター
担当..永治 ☎67・5196



自衛官募集

申込先/問い合わせ: 自衛隊 美濃加茂地域事務所 ☎25-7495

種目	応募資格	申込期間	試験日など	その他
陸上自衛隊高等工科学校生徒	【推薦】 中卒(見込含む) で17歳未満の成績 優秀かつ生徒会活 動等に顕著な実績 を修め、学校長が 推薦できる男子	10月1日 (日) ~ 12月1日 (金)	試験日: 令和6年 1月6日(土)~8日(月) ※いずれか1日を指定 合格発表: 令和6年 1月18日(木)	入隊時期: 令和6年4月上旬 待遇など: ・修学年限は3年 ・卒業後は陸士長 ・卒業後約1年で 3等陸曹
	【一般】 中卒(見込含む) で17歳未満の男子	10月1日 (日) ~ 令和6年 1年5日 (金)	1次試験: 令和6年 1月13日(土)、14日(日) ※いずれか1日を指定 2次試験: 令和6年 1月25日(木)~28日(日) ※いずれか1日を指定 合格発表: 1次 令和6年 1月19日(金) 2次 令和6年 2月8日(木)	 自衛官募集 ホームページ  Twitter  Youtube



中山道みたけ館

開館
時間

火～金：午前 10 時～午後 6 時
土日祝：午前 9 時～午後 5 時

中山道みたけ館（図書館・郷土館） ☎ 67-7500 御嵩町御嵩 1389 番地 1
竹屋資料館（商家竹屋） ☎ 67-5704 御嵩町御嵩 1406 番地 1

9月の休館日 4日（月）・11日（月）・19日（火）・25日（月）・29日（金）
※臨時休館日（資料燻蒸作業のため）5日（火）～6日（水）

図書館

わくわくたいむ（絵本の読み聞かせ）

9月は「おじいさん・おばあさん」の絵本を紹介します。

日時：9月2日（土）・9日（土）
・23日（土）
午後2時～2時30分

場所：1階 おはなしのへや



えほんのひろば（乳幼児向けおはなし会）

日時：9月12日（火）・26日（火）
午前10時30分～10時45分

場所：1階 おはなしのへや

キッズシアター「七羽のカラス」

日時：9月16日（土）午後2時～2時22分
場所：1階 研修室

大人のシネマシアター「マイ・ダディ」

日時：9月17日（日）午後2時～3時56分
場所：1階 研修室

歴史小説を読む展

当館にある歴史小説を、戦国武将や著者を中心に紹介します。

期間：11月23日（木）まで

郷土館

御嵩町内学校美術部作品展

東濃高校・東濃実業高校・向陽中学校・共和中学校の美術部の皆さんの作品を展示します。

期間：9月16日（土）～10月1日（日）

竹屋資料館

暮らしの彩り展（協力：布遊びの会）

期間：9月17日（日）～30日（土）

児童館

指定管理者：一般社団法人 みたけスポーツ文化倶楽部

開館時間：午前9時～午後5時 休館日：日曜日、祝日、年末年始

中児童館 ☎ 67-0400 御嵩町中 1960 番地 3
伏見児童館（伏見にこここ館内） ☎ 67-3625 御嵩町伏見 1311 番地 1



中児童館

㊤ 要申込 ㊦ 要参加費 ㊩ 小学生以上

大規模災害時訓練&スポーツあそび

9月9日（土）午後1時30分～ ㊤㊩

ひよこタイム“敬老の日プレゼント作り”

9月14日（木）午前10時30分～ ㊤

敬老の日プレゼント作り

9月16日（土）午後1時30分～ ㊤㊦㊩

お母さんの手作りクラブ

9月21日（木）午前10時00分～ ㊤㊦

ひよこタイム“ミニミニ運動会”

9月28日（木）午前10時30分～ ㊤

伏見児童館

㊤ 要申込 ㊦ 要参加費 ㊩ 小学生以上

敬老の日プレゼント作り&避難訓練

9月9日（土）午後1時30分～ ㊤㊦㊩

ひよこタイム“敬老の日プレゼント作り”

9月13日（水）午前10時30分～ ㊤

おもしろ運動会

9月16日（土）午後1時30分～ ㊤㊩

お母さんの手作りクラブ

9月27日（水）午前10時00分～ ㊤㊦



子育て支援センター ぽっぽかん

3歳未満のお子さんとその保護者が利用できる施設です。
育児相談も受け付けていますので、ぜひ遊びに来てください。

開館時間：午前9時～午後5時
休館日：土曜日、日曜日、祝日、年末年始
☎ 67-5221 御嵩町顔戸 1176 番地 2

利用対象

室内：3歳未満のお子さん
(幼稚園・保育園の未満児組に通うお子さんも利用可)
園庭、ふれあいサロン：年齢制限はありません

身体測定(身長・体重の計測)

成長の記録にご利用ください。

日時：9月15日(金) 午前9時30分～11時30分

作って遊ぼう「スイーツドリンク」

親子で簡単な制作を楽しみましょう。当日受け付けです。

日時：9月20日(水) 午前10時30分～11時

おおきくなったね(誕生会)

9月生まれのお友だちに、メッセージカードをプレゼントします。

日時：9月29日(金) 午前11時30分～

みみちゃんタイム(絵本の読み聞かせ)

日時：毎日 午前11時30分～ ※行事がある日はお休み

親子教室(申し込み制)

※事前にぽっぽかんで申し込みをしてください。

※定員になり次第、受け付けを終了します。

※開催時間は、いずれも午前10時～11時30分です。

▶りんごコース

(対象年齢：令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ)

「リトミック」9月1日(金)

「散歩」10月19日(木)

※申し込み開始日：9月1日(金)

▶さくらんぼコース

(対象年齢：令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ)

「リトミック」9月4日(月)

「散歩」10月20日(金)

※申し込み開始日：9月1日(金)

乳幼児期家庭教育学級だより

教育委員会では、乳幼児の保護者の皆さんを対象に、子育てについての学習と仲間作りを目的とした『乳幼児期家庭教育学級』を設置しています。9月は次の講座をおこないますので、ぜひご参加ください。

学級名	開催日	時間	場所	講座の内容
みかん学級・伏見学級 (上之郷・御嵩)	9月20日(水)	午前10時 ～ 11時30分	御嵩公民館	食育講話&サロン ▪町栄養士「朝食の話・お箸の持ち方」 ▪ヤクルト東海「腸内環境の話」
中学級	9月21日(木)			
0歳児学級 「あいあい」 (※)	R5 前期組 9月14日(木)	午前10時 ～ 11時45分		日赤幼児安全法 「すくすく子育てサポート講習」 子どもの事故の予防と AEDを含む子どもの心肺蘇生

※「0歳児学級 あいあい」 学級生募集中!!

R5 前期組：令和4年10月～令和5年4月1日生まれ

R5 後期組：令和5年4月2日～9月生まれ
(10月開級予定)

申込先/問い合わせ：

生涯学習課 生涯学習係 担当：渡部(内線 2312)

☎ : katei@town.mitake.lg.jp

家庭教育学級 学級生募集中!!

入級は、随時受け付けています。生涯学習課へご連絡いただくか、下記QRコードから申し込みください。

0歳児学級
あいあい ▶



乳幼児
学級 ▶



人口	男	8,901 (+6)	計	17,744 (+18)	転入	56 <th>出生</th> <td>5<th data-kind="parent" data-rs="2">世帯数</th><td data-kind="parent" data-rs="2">7,570 (+25)</td></td>	出生	5 <th data-kind="parent" data-rs="2">世帯数</th> <td data-kind="parent" data-rs="2">7,570 (+25)</td>	世帯数	7,570 (+25)
	女	8,843 (+12)			転出	33 <th>死亡</th> <td>10<th data-kind="ghost"></th><th data-kind="ghost"></th></td>	死亡	10 <th data-kind="ghost"></th> <th data-kind="ghost"></th>		

おめでた・おくやみ

※令和5年7月受付分(敬称略)

※町に戸籍の届出をされ、掲載を希望された人のお名前を紹介しています。

出生氏名	自治会名	保護者名
山田 唯乃	(顔戸南)	佳真 菜司
山田 泰士	(顔戸南)	佳真 菜司
羽賀 夏輝	(伏見台)	亮 綾 輔
中村 太稀	(長瀬)	好享 香平
死亡者氏名	死亡年齢	自治会名
伊左治美代里	53歳	(新木野)
田中 信夫	71歳	(送木)
林 ふき子	97歳	(大庭台)
梅田 義一郎	88歳	(新町)
渡邊 一	72歳	(西本町)
山田 鋭夫	86歳	(新町)
碧山 榮子	98歳	(西之門)

おくやみ申し上げます

お誕生おめでとう

問い合わせ：住民環境課 ふれあい住民係
担当：和田(内線 2104)



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(デジエー編集)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5年7月31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) FAX 058(278)2506



情報ボックス



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



第26回岐阜県警察音楽隊定期演奏会

- とき/11月3日(金・祝)14:00~15:45
- ところ/長良川国際会議場大ホール
- 定員/1,500人(定員を超過した場合は抽選)
- 料金/無料(事前申し込みによる指定席券が必要)
- 申込方法/往復はがき
- 申込期限/9月20日(水)消印有効
- 詳細は県警察ウェブサイトにて
- 問/県警広報県民課 ☎058(271)2424

岐阜県警広報県民課

検索



クリーニング師試験(令和5年度)

- 試験日/11月12日(日)
- 試験場所/県クリーニング会館(岐阜市)
- 願書/9月1日(金)から各保健所、岐阜市保健所、県生活衛生課で配布
- ※ウェブサイトからも入手可
- 受付/9月1日(金)~9月29日(金)
- 問/県生活衛生課 ☎058(272)8281

岐阜県クリーニング師試験

検索



ジンチャレ! 合同企業説明会3rdを開催

- 県内企業35社による説明会のほか、ジンチャレ!のブースでは就職相談にも応じます。
- とき/10月7日(土)13:30~16:00(受付開始13:00~)
- ところ/じゅうろくプラザ5階(岐阜市橋本町1-10-11)
- 対象/学生(大学院・大学・高等専門学校・短大・専門学校)、県内での就職・転職を希望する全ての方
- 参加方法/参加無料、入退場自由
- 問/県総合人材チャレンジセンター ☎058(214)3081



岐阜県農業大学校入学試験(推薦入試)

- 試験日/10月20日(金)
- 試験場所/県農業大学校(可児市)
- 願書/県農業大学校で配布(郵送でも対応)
- 受付/9月15日(金)~10月6日(金)消印有効
- 問/県農業大学校教務課 ☎0574(62)1226



アイコン説明

催し 募集 資格・研修 その他



特別展「出かけよう!0→3,000mの旅ー植物が彩る物語ー」を開催

- とき/9月15日(金)~12月3日(日)9:00から16:30(11月以降は9:30~)
- ※入館は16:00まで、月曜休館(祝日の時は翌平日)
- ところ/県博物館(関市)
- 料金/一般600円、大学生300円、高校生以下無料
- 問/県博物館 ☎0575(28)3111

岐阜県博物館

検索



DX対応型著作権講座個別相談を開催します

- とき/美術館・博物館コース:11月28日(火)、文化芸術コース:12月12日(火)、講座13:00~、相談会15:00~
- ところ/県庁20階会議室(岐阜市)又はオンライン
- 定員/各回 講座50人、相談会4組
- 料金/無料
- 申込方法/ウェブサイト(※要申込)
- 問/県文化伝承課 ☎058(272)8756

岐阜県著作権講座・個別相談会

検索

スマホやタブレットで
広報紙が読める

広報紙をPC・スマホで
@マイ広報紙

電子書籍ポータルサイト
@岐阜イーブックス

マチを好きになるアプリ
@マチイロ

母子保健

行事名	日時	対象	開催場所
母子健康手帳の交付	毎週金曜日（祝日を除く） 13:00～15:00	妊婦	保健センター
パクパク相談	10月3日（火） （時間は個別に案内します）	令和5年4月生まれ	
産後ケア（予約制）	10月5日（木）・25日（水） 受付 9:30～11:30 / 13:00～15:00	生後1年未満のお子さんとお母さん ▷申込期限：利用日の1週間前まで （お急ぎの場合は、この限りではありません）	
10カ月児相談	10月6日（金） （時間は個別に案内します）	令和4年11月生まれ	
育児相談（予約制）	10月23日（月） 受付 9:30～11:00	0歳～就学前まで	
乳児健診	10月24日（火） （時間は個別に案内します）	令和5年5・6月生まれ	
3歳児健診	10月26日（木） （時間は個別に案内します）	令和2年8・9月生まれ	

予防接種

予防接種名	日時	対象	申込方法	開催場所
BCG	10月3日（火） 受付 13:00～13:20	令和5年4月生まれ （1歳未満で未接種）	申込不要 （直接、会場へお出かけください）	保健センター

成人保健

行事名	日時	対象／申込方法など	開催場所
いきいき健康相談	毎週月曜日（祝日を除く） 13:00～15:00	町内在住の人	保健センター
精神保健福祉相談 （予約制：定員3人）	10月2日（月） 13:30～15:30	▷申込期限：相談日の午前中まで	
男性の料理教室 （申込制：定員12人程度） ※缶詰や乾物などの身近な 食材を使った調理実習です。	10月24日（火） 9:30～12:00	40歳以上の男性 ▷申込期間：10月2日（月）～13日（金） ※材料費（300円）・エプロン・三角巾・手拭きタオル・ 筆記用具・マスク（調理時に使用）を持参ください。	
運動教室 ヨガ （予約制：定員10人程度）	10月10日（火） 14:00～15:00	特定健診とプレ健診の対象者または65 歳未満の町内在住の人	
運動教室 エアロビ （予約制：定員10人程度）	10月31日（火） 14:00～15:00	▷申込期限：教室の2週間前まで	

＼上手にメディアと向き合いましょう！

ネット・スマホ時代の子育て



問い合わせ：

福祉課 保健予防係（保健センター）
担当：櫻井（内線 2193）

内閣府が実施している「青少年インターネット利用環境実態調査」によると、インターネット（以下、ネット）で動画などを見ている2歳児の割合が令和3年度は62.6％と、前年度の43.8％を大きく上回りました。

乳幼児期には、子どもがネットの正しい使い方を身につけられるよう、しつけとしてルールを考えてあげることが大切です。

お約束（ルール）の例

- ☆遊びたいときは、お父さん・お母さんに聞きましょう。
- ☆ごはんとおやつの時間、寝る前はやめましょう。
- ☆遊ぶのはリビングで。
- ☆1日〇分まで遊んでいいよ。

ネットやスマートフォンを見せる時間は、2歳くらいまでで1回30分、1日2時間を目安にしましょう。ネットなどを見過ぎると、ことばの発達が遅れたりすることがあるので注意が必要です。

子どもは身近な大人をよく見ています。大人がお手本となる使い方をし、上手にメディアと向き合っていると良いですね。



【作り方】

- ①さつまいもはよく洗い、皮ごと 1.5cm くらいの幅のいちょう切りにし、水にさらしてゆでる。火が通ったら熱いうちにボウルに入れ、木べらなどで粗くつぶす。
- ②枝豆はゆでて身を出しておく（冷凍枝豆でも OK）。
- ③スライスハムとプロセスチーズは 1 cm 角に切る。
- ④①に A を加えて軽く混ぜ、枝豆と汁気を切ったコーン、ハム、チーズを加えて全体を混ぜ合わせて器に盛る。

【材料】（2 人分）

さつまいも	100 g
枝豆（むき身）	10 g
粒コーン缶	10 g
スライスハム	1 枚
プロセスチーズ	10 g
A	
マヨネーズ	大さじ 1
プレーンヨーグルト	大さじ 1 と 1/2
塩こしょう	少々

1 人分の栄養価

エネルギー	たんぱく質
148 kcal	3.8 g
食物繊維	カルシウム
1.8 g	69 mg
塩分	
0.6 g	

マヨネーズにプレーンヨーグルトを加えることで、さっぱりとした味わいになります。ヨーグルトやチーズでカルシウムが補給でき、骨粗しょう症予防にもおすすめです。

栄養士から
ひと言



また、さつまいもには塩分を調整する働きがあるカリウムや便通を整える食物繊維などが含まれ、生活習慣病予防に役立ちます。さつまいもは、さつまいもごはんや天ぷら、きんぴらなど、さまざまな料理に使えます。さつまいもを食べて、食卓からも秋を感じましょう。

問い合わせ：福祉課 保健予防係（保健センター）
担当：佐合（内線 2192）

問い合わせ：
まちづくり課 まちづくり推進係
担当：斉藤（内線 2244）



販売先：御嶽宿わいわい館
御嵩町御嵩 1554-1
☎ 42-8580

農家生活改善グループ
ホームページ



地元産の素材を使った無添加の「みたけ味噌」にゴマ、くるみ、ピーナッツなどを加えて甘めに味付けをした「ごへだ味噌」。

当初はイベントなどで五平餅（ごへだ）を焼く時にだけ使っていました。現在では、「味噌がおいしい」との要望が寄せられ、商品化されました。現在は、五平餅用としてだけでなく、おにぎりや野菜スティック、お豆腐などの家庭料理の引き立て役としても愛されています。甘く香ばしい味わいが食欲をそそる「ごへだ味噌」を、ぜひお楽しみください。



#7
ごへだ味噌
（御嵩町）
農家生活改善グループ

みたけ スマイル キッズ

子どもの笑顔は地域のたからもの!!
～未来を担うみたけキッズたち～



たじみれんすけ
多治見 蓮介さん（大庭）2 歳
2 歳のお誕生日おめでとう♡
癒やされる笑顔をいつもありがとう！いっぱい食べて大きくなってね！

11 月生まれのお子さん大募集!!

応募締切：9 月 22 日（金）

応募方法：メールに、お子さんの名前・住所・生年月日・コメント（40 字程度）・連絡先電話番号を書いて、写真データと一緒に送信してください。

応募先：✉ kouhou@town.mitake.lg.jp

問い合わせ：企画課 秘書広報係 担当：田中（内線 2222）

※町内在住で、11 月に 1～5 歳の誕生日を迎えるお子さんが対象です。応募多数の場合は抽選となります。

表紙から

8 月 2 日（水）、御嵩町役場で MTK 48 の公開練習会がおこなわれました。65 歳以上のメンバーで結成された MTK 48 は、町オリジナル介護予防体操「夢いる体操」の周知隊です。この日は、10 日後に出演するイベントの練習日。1 時間たっぷりカラダを動かした後、疲れを見せず元気ハツラツの皆さんでした。