

謹賀新年

〽御嵩城址公園からの日の出〽

CONTENTS

— 今月号の主な内容 —



防災防犯
すぐメール+



御嵩町
ホームページ

【巻頭】 町制施行 70 周年記念式典開催

令和 7 年度中山道みたけ館特別展 御嵩町 70 年のあゆみ

P. 4 仮設庁舎の建設工事に伴い、ご不便をおかけします

P. 6 所得税の“還付申告”の受け付けがはじまります

P.29 保健センターだより



2026
(令和 8 年)

No.699

1

町制施行70周年記念式典開催



11月16日（日）、向陽中学校で町制施行70周年記念式典を開催し、節目の年を祝いました。式典には、来賓や表彰者を含め、約380名の出席をいただきました。

問い合わせ…総務課 秘書広報係
担当…伊佐次、中島（内線2200）



- ①オープニング（東濃実業高校箏曲部） ②町長式辞 ③功労者表彰（社会福祉、社会教育など町に貢献された、個人22名、団体3団体、感謝状1団体の皆さんが表彰されました。）
④功労者の皆さん ⑤町出身ピアニスト梅田智也さんソロコンサート ⑥みたけタウンアンバサダー就任式（梅田さんが町の魅力を発信する「みたけタウンアンバサダー」に就任されました。）
⑦町制施行70周年記念映像上映 ⑧クロージング（東濃実業高校吹奏楽部）

功労者の皆さん（順不同・敬称略）

【個人表彰】 地方自治功労

渡邊 公夫・高山 由行

山田 儀雄・安藤 雅子

社会福祉功労

今井 暢・野村 怜子

社会教育功労

伊佐次 利之・青木 友誉

畜産功労

石黒 利治

保健衛生功労

田原 士朗・只腰 哲章・伊藤 智子

公共事務功労

桑下 博行

善意善行功労

高木 俊朗・齊藤 節子・横田 幸子

山口 芳子・藏本 康恵・鍋谷 好子

加藤 光子・奥村 昌久

地域振興功労

故 廣瀬 吾郎

【団体表彰】 土木功労

御嵩町安全協議会

環境功労

東邦ガス株式会社

地域振興功労

一般社団法人

御嵩町シルバー人材センター

【感謝状】

岐阜県土地家屋調査士会 中濃支部

令和7年度
中山道みたけ館特別展

町制施行70周年記念事業

中山道みたけ館開館30周年記念事業



御嵩町70年のあゆみ

～みんなでつなぐみたけの未来～

中山道みたけ館では、昭和30年（1955）に4町村が合併し現在の御嵩町が誕生してからの70年間を写真、年表、資料などでたどる特別展を開催します。過去を振り返り、町の未来に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

■期間

1月27日（火）～5月24日（日）

■場所

中山道みたけ館 2階特別展示室

昭和30年2月1日に、当時の上之郷村、御嵩町、中町、伏見町の4町村が合併して現在の御嵩町が誕生してから、令和7年2月で70年を迎えました。当時は、合併を祝して盛大なパレードなどの祝賀行事がおこなわれ、町民は御嵩町の未来について大きな希望を抱いたはずです。

新制御嵩町は、その後、学校や保育所の整備、平芝工業団地やグリーンテクノみたけの開発、現庁舎の建設、みたけの森や南山総合公園の整備、東海環状自動車道や国道21号バイパスをはじめとする道路網を整えるなど、町の基盤づくりに邁進してまいりました。一方で、昭和35年（1960）から始まった鉱害復旧事業、平成期に入ると、平成9年（1997）に産業廃棄物処理場建設問題およびその賛否を問う住民投票、平成22年（2010）の7.15豪雨による甚大な被害への対応など、幾多の試練を乗り越えてきました。

こうして成長を遂げてきた御嵩町の70年間を、写真、年表、資料、当時の生活用具などで振り返り、町の発展や暮らしの移り変わりをたどります。そして、みたけの未来について改めて目を向ける機会にいただければ幸いです。

なお、本展は、御嵩町制施行70周年記念事業および中山道みたけ館開館30周年記念事業として開催します。また、展示内容を紹介するパンフレット（有料）を発刊します。



問い合わせ：中山道みたけ館 担当：勝川、佐久間 ☎ 67-7500

仮設庁舎の建設工事に伴い、 ご不便をおかけします



本庁舎は必要な耐震性を満たしておらず大変危険な状況にあることから来庁者や職員の安全を確保するため、仮設庁舎の建設と北庁舎等の改修工事をおこない、新庁舎の供用を開始するまでの間、各施設に庁舎機能を分散します。

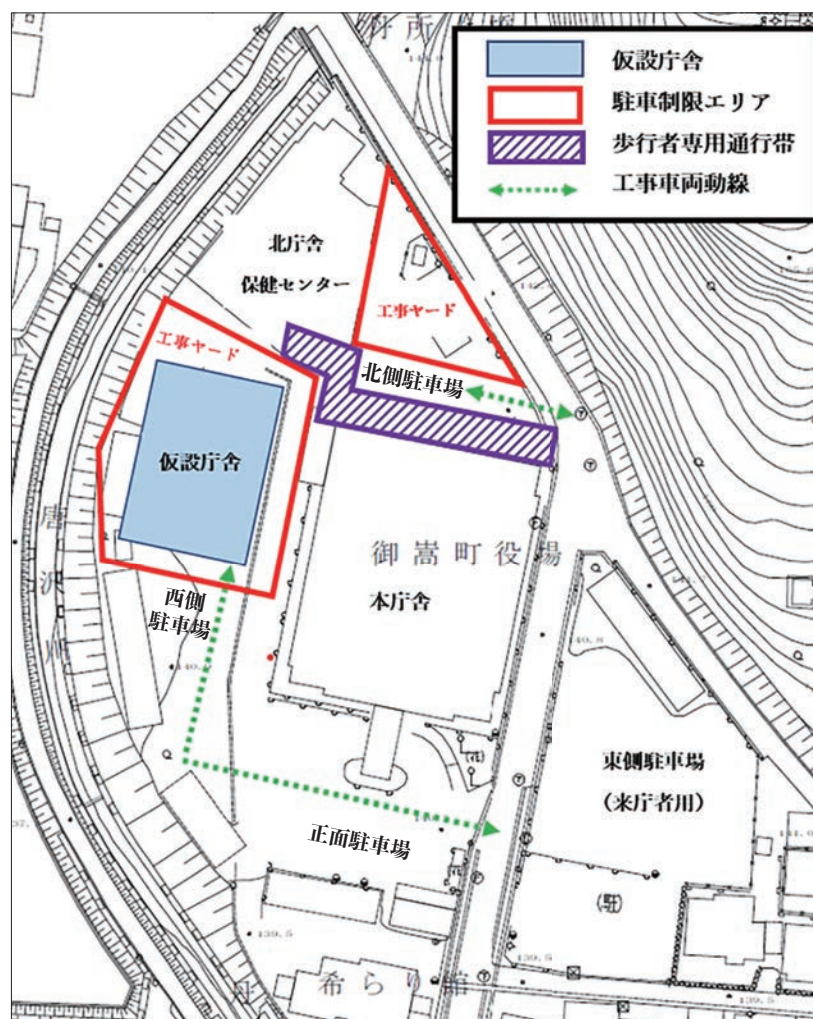
令和8年1月以降、仮設庁舎建設工事に伴い、役場敷地内に工事ヤードを設置するため一部駐車場が使用できなくなります。また、工事期間中は大型の工事車両が頻繁に出入りします。敷地内のご移動や道路を渡る際は車両等に十分ご注意ください。

なお、工事期間中、北庁舎、保健センターまたは本庁舎裏口（夜間・休日窓口）に御用のある方は、歩行者専用通行帯をご利用ください。

そのほか、庁舎機能移転のための各施設の改修工事をおこないます。それに伴い、北庁舎2階、北庁舎3階大会議室・中会議室、中山道みたけ館1階研修室、御嵩町防災コミュニティセンター2階の会議室の使用が制限されます。

町民の皆さんにはご不便をおかけすることとなりますが、何卒ご理解をいただきますようお願いいたします。

●仮設庁舎位置図



- ※お車でお越しの際は、東側駐車場をご利用ください。
- ※北側駐車場から西側駐車場への通り抜けができなくなります。
- ※正面駐車場にも工事車両の出入りがあります。

○仮設庁舎イメージ（参考）



ご協力よろしく
お願いします。

問い合わせ：庁舎整備室
担当：板屋、三野（内線 2211）

あなたの居場所 ここにもある

御嵩町地域クラブ

紹介

#06

音楽クラブ

種目 : 合唱男女
活動場所 : 中公民館・御嵩公民館
活動日時 : 月 2 回
土曜 9:00 ~ 正午



楽しく最近の流行曲や映画の主題歌などを歌っています。男子生徒も複数在籍しており、混声三部合唱をおこなっています。誰でも大歓迎です。お気軽に見学に来てください。



共和中美術クラブ

種目 : 美術男女
活動場所 : 共和中美術室
活動日時 : 月 2 回程度
土曜 9:00 ~ 11:00



備考 : 共和中生徒が中心。他は要相談。

共和中美術クラブでは、それぞれの部員が個々のペースでゆったりのんびり作品制作に取り組んでいます。デッサンなどの基本的な内容から、絵画やイラスト制作、立体制作などいろいろな表現活動の中から何を制作するか自分で選んで制作することができます。また、年に1回、美術館などへの課外活動もおこない、楽しく活動しています。



※各クラブへの問い合わせは、学校教育課 御嵩町地域クラブ担当者が、おつなぎいたします。

問い合わせ : 学校教育課 指導主事 担当 : 安江^{やすえ} (内線 2303)

所得税の“還付申告”の受け付けがはじまります

問い合わせ…税務課 課税係
担当…玉川・堀部（内線 2154）

還付申告は2月6日から

申告により所得税が還付される人を対象とした“**還付申告**”の受け付けを、2月6日（金）からおこないます。

還付申告の対象となる人は、ご利用ください。

還付申告の対象者

確定申告の必要がない人でも、次に当てはまる場合は、申告により所得税が還付されることがあります。

・給与所得者や公的年金受給者で、源泉徴収された所得税額が納め過ぎの人や、医療費控除・寄附金控除などを受けることができる人

・給与所得者で、年の途中で退職したなどの理由で年末調整を受けていない人

など

利用者識別番号について

税務署から、利用者識別番号や予定納税額などが記載された「確定申告のお知らせ」のハガキや通知書が届いた人は、申告書の作成に必要なため必ず持参してください。

還付申告相談・受付日程

日にち	対象地区
2月6日（金）	上之郷地区
2月9日（月）	御嵩地区
2月10日（火）	中地区
2月12日（木）	中地区
2月13日（金）	伏見地区

時間…午前9時～正午
午後1時～4時

会場…**中公民館 2階**

※混雑を避けるため、なるべく右記の日程に従ってご来場ください。

なお、本年は全日程において受付会場を**中公民館**としておりますのでご注意ください。



確定申告は2月16日から

所得税の確定申告と町県民税の申告の受け付けは、2月16日（月）からおこないます。相談日や対象地区は、左記のとおりです。

確定申告の詳細については、ほつとみだけ2月号でお知らせします。

所得税に関することは、多治見税務署

（☎0572-22-0101）

にお問い合わせください。

町で受け付けできない申告

次の申告は、町の会場では受け付けできません。多治見税務署で申告手続きをしてください。なお、会場への入場には整理券が必要です。

×青色申告、損失（株式売買など）の申告、先物取引に関する申告

×土地や建物、株式、ゴルフ場会員権などの譲渡所得、山林所得の申告

×災害などによる雑損控除の申告

×住宅ローン控除1年目（初年度）の申告

中公民館 2階

日にち	対象地区	会場
2月16日（月）	中地区	中公民館 2階
2月17日（火）		
2月18日（水）		
2月19日（木）		
2月20日（金）		
2月24日（火）		
2月25日（水）	伏見地区	
2月26日（木）		
2月27日（金）		
3月 2日（月）	上之郷地区	
3月 3日（火）		
3月 4日（水）		
3月 5日（木）	御嵩地区	
3月 6日（金）		
3月 9日（月）		
3月10日（火）		
3月11日（水）		
3月12日（木）		
3月13日（金）	全町	
3月16日（月）		

還付申告に必要なもの

収入関係	
収入の種類	必要な書類
給与 公的年金	源泉徴収票
事業所得 不動産所得 農業所得	収支内訳書 ※あらかじめ作成してお持ちください。
報酬 上場株式などに係る配当所得	支払調書や支払通知書など、支払額および源泉額がわかるもの

□マイナンバーカードまたはマイナンバーを確認できる書類（通知カードやマイナンバーの記載がある住民票など）

□本人確認書類（免許証、パスポートなど）

□申告者本人名義の振込先口座番号がわかるもの（通帳、キャッシュカードなど）

□「確定申告のお知らせ」のハガキまたは通知書（税務署から届いた人のみ）

□収入関係・控除関係の書類

控除関係	
控除の種類	必要な書類
社会保険料 （国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料など）	「納付済額のお知らせ」や「控除証明書」など、金額がわかるもの
生命保険料 地震保険料	控除証明書
障害者	身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者福祉手帳、障害者控除対象者認定書（要介護認定者）
医療費	医療費明細書 ※様式は税務課や国税庁ホームページにあります。 ※あらかじめ作成してお持ちください。
寄附金	国や地方公共団体などに対する寄附金の受領証明書 ※ふるさと納税をされた人も証明書が必要です。

「納付済額のお知らせ」

令和7年中（1月～12月）に、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料を納付した人に、納めた保険料（税）額を記載したハガキを送付します。

■納付書または口座振替で納めた人
1月末頃に、役場から「納付済額のお知らせ」を送付します。

■年金天引きで納めた人
日本年金機構などから送付される「源泉徴収票」に、天引きされた保険料（税）額が記載されています。

※届いたハガキは、申告の際に必ずお持ちください。

※国民健康保険税は、世帯主が納税義務者です。被保険者ごとに納付済額をお知らせすることはできません。

※介護保険料、後期高齢者医療保険料は、被保険者本人が納付義務者です。

問い合わせ

保険長寿課 国保年金係
担当：吉田（内線 2113）
保険長寿課 介護保険係
担当：佐藤（内線 2118）

「障害者控除対象者認定書」

令和7年12月31日現在、65歳以上で要介護・要支援認定を受けている人は、障害者手帳の交付を受けていなくても障害者控除の対象になる場合があります。該当する人には認定書を交付しますので、保険長寿課介護保険係で申請してください。

※認定書は、確定申告の際に必ずお持ちください。

※身体障害者手帳などにより障害者控除が受けられる人は、この申請は不要です。

※要介護・要支援認定を受けている人が必ずしも対象になるとは限りません。対象者がどうかの確認は、保険長寿課にお問い合わせください。

持ち物：申請者の印鑑

申請者本人の本人確認書類
（マイナンバーカード・運転免許証など）

問い合わせ

保険長寿課 介護保険係
担当：石崎（内線 2117）

医療費控除

医療費控除は“その年に支払った所得税の一部が還付される制度”で、医療費が還付される制度ではありません。また、町県民税の所得控除の対象になります。

※高額医療制度のように、一定の自己負担額を超えた分が支給されるものとは異なります。

▷医療費控除額の計算方法

支払った医療費
(令和7年中)

－

補てんされた金額
(生命保険・健康保険など)

－

10万円 または
所得金額の5%
(どちらか少ない方)

=

医療費
控除額※

※医療費控除額が、そのまま税額から控除されるわけではありません。税額を計算する前の所得金額から差し引いて計算をします。

▷医療費控除の明細書（記入例）

医療を受けた人	病院・薬局などの支払先の名称	医療費の区分	支払った医療費	左のうち 生命保険や社会保険などで 補てんされる金額
税務 太郎	〇〇〇〇病院	診療・治療	50,000	
//	△△△△薬局	医薬品購入	5,000	
税務 花子	〇〇〇〇病院	診療・治療	120,000	40,000
//	▲▲クリニック	医薬品購入	15,000	
合 計			190,000	40,000

▷医療費控除の該当例

○ 対象になるもの

- 医師、歯科医師に支払った治療費
- 治療に必要な医薬品の購入費
- 病院、診療所に支払った入院費
- 治療のためにあん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師に支払った施術費
- 助産師による分娩の介助の費用
- 介護保険に基づいて提供された一定の施設、居宅サービス費
- 電車やバス代などの通常必要な通院の費用

× 対象にならないもの

- インフルエンザなどの予防接種の費用
- 人間ドックなどの健康診断の費用
- 美容整形の費用
- 予防や健康増進のための医薬品や健康食品の購入費
- 日常生活のための眼鏡や補聴器の購入費
- マイカー通院の燃料代や駐車場代


用意するもの

- マイナンバーカード※
- マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォン（またはICカードリーダー）
- 収入・控除関係の書類



※マイナンバーカードの電子証明書には有効期限が設けられており、有効期限を過ぎた場合はe-Tax手続などのご利用ができません。有効期限が過ぎている場合は、役場の住民環境課にて早めに更新手続きをお願いします。

1. 国税庁ホームページへアクセス



『確定申告』で検索またはQRコードから、確定申告等作成コーナーへお進みください。画面の案内に従って申告の準備をします。

2. 提出方法を選択

「e-Tax（マイナンバー方式）」を選択します。マイナポータルを連携すると、医療費やふるさと納税などのデータが自動入力されて便利です！

3. マイナンバーカードを読み取り

スマートフォンで、マイナンバーカードを読み取ります。

※マイナポータルアプリのダウンロードが必要です。



4. 申告内容の入力

お手元の関係書類をもとに、収入・控除などを順番に入力します。入力漏れがないようにご注意ください。

5. e-Taxで送信

すべて入力し終わったら内容を確認し、e-Taxで送信すれば申告は完了です。必要に応じて、申告内容のデータ（PDF形式）を保存してください。



詳しい操作方は、国税庁ホームページから動画で確認できます。

申告書はマイナンバーカードを使って
スマホで作成・送信!!



※上記以外に、次の方法で申告することもできます。

IDとパスワードで送信	<p>事前に税務署で取得したIDとパスワードを利用して、e-Taxで送信します。IDとパスワードの取得方法は、多治見税務署へお問い合わせください。</p> <p>※マイナンバーカードを持っていない人が対象です。</p>
<p>書面を印刷して提出</p> <p>※</p>	<p>ホームページで作成した申告書を印刷して添付書類と併せて提出します。</p> <p>①名古屋国税局業務センターへ郵送 郵送先 〒507-8710 多治見市白山町1-209 名古屋国税局業務センター 多治見分室</p> <p>②役場税務課へ持参 持参された申告書を、多治見税務署へ配送します。なお、税務課では内容の確認はおこないません。</p>

※【多治見税務署より】 令和7年1月から、申告書などの控えに収受日付印の押なつをおこないませんので、正本（提出用）のみの提出または郵送をお願いします（提出日はご自身で記録・管理してください）。

確定申告書等作成コーナーの「よくある質問」をご確認いただき、解決しない場合は下記までお問い合わせください。

ホームページでの申告書作成に関すること	☎ 0570-01-5901 （e-Tax・作成コーナーヘルプデスク）
申告内容に関すること	☎ 0570-00-5901 （電話相談センター）



問い合わせ：
保険長寿課 高齢福祉係
担当：神田（内線 2115）

地域の身近な
相談相手

新しい「民生委員・児童委員」 「主任児童委員」を紹介します



民生委員・児童委員の改選がおこなわれ、37人の皆さんが委員に就任されました。

任期は、令和7年12月1日から令和10年11月30日までの3年間です。

委員の皆さんには、町民と行政のつなぎ役となつて、福祉（高齢者福祉・障がい者福祉・児童福祉・生活困窮・介護保険など）の充実にお力添えをいただきます。

新たな「民生委員・児童委員」と「主任児童委員」は、次のページのとおりです（敬称略）。

地域福祉の担い手 民生委員・児童委員

民生委員は、民生委員法に基づいて厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。また、全ての民生委員は児童福祉法によって児童委員も兼ねています。

民生委員・児童委員は、地域福祉の担い手として住民個々の相談に応じ、その生活課題の解決にあたるとともに、地域全体の福祉増進のための活動にも取り組んでいます。

▼主な活動・役割

担当区域の住民の、日常生活での困りごとや悩みごとの相談に乗り、必要であれば福祉制度や子育て支援サービスを受けられるように関係機関へつなぐ役割を果たします。



ひとり暮らしの高齢者や心身に障がいがある人で、自分の力だけでは日常生活を送ることが困難な人を訪問し、安否確認をおこないます。

・地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように見守りをおこない、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談に乗り、支援をおこないます。

子どもの福祉のために活動 主任児童委員

主任児童委員は、民生委員・児童委員とは別に、厚生労働大臣からの指名を受け、児童福祉に関する事項を専門的に担います。

▼主な活動・役割

小学校区を単位として活動し、学校や関係機関と連携して子どもを取り巻く環境についての情報収集をおこないます。

また、健やかな子どもを生み育てる環境づくりを目指して、地域ぐるみで子育てをおこなうための活動を企画したり、その活動の中心的な役割を果たします。

退任された皆さんのご尽力に 感謝申し上げます

令和7年11月30日をもって退任された委員の皆さんには、長期にわたり地域福祉の向上のためにご尽力いただきました。誠にありがとうございました。



▽民生委員・児童委員

【上之郷地区】

おのやま けいこ
大山 恵子さん（6年）
さしづ まはる
佐藤 正春さん（3年）

【御嵩地区】

はせがわ よしのぶ
長谷川 能宣さん（12年）
きしま かずみ
木島 和美さん（9年）
あんどう さよこ
安藤 佐代子さん（6年）
あんどう たけゆき
安藤 隆幸さん（3年）

【中地区】

さいとう さだこ
齊藤 貞子さん（12年）
いそがけ よしひろ
磯谷 義博さん（6年）
いとう やま
糸山 敬子さん（6年）
やまだ きみこ
山田 君子さん（6年）

【伏見地区】

いまい とおる
今井 暢さん（15年）
おばた ようこ
尾畑 洋子さん（12年）
おくむら けいこ
奥村 恵子さん（9年）
かざや やすあき
鍵谷 泰昭さん（6年）
わかばやし けんじ
若林 健次さん（6年）

▽主任児童委員

ながせ ちかこ
長瀬 千賀子さん（3年）

※（ ）内は在職期間

		氏名（◎会長 ○副会長）	担当区域（自治会名など）
民生委員・児童委員（34人）	上之郷	こうけつ けん し 瀬 瀬 健 史	井尻・北切
		○ おくむら まさひろ 奥 村 正 廣	川南・平・宿
		くわした ひでこ 桑 下 英 子	美佐野・次月
		い さ じ ようこ 伊 佐 治 洋 子	津橋・前沢
		ひ ら い なるとし 平 井 成 利	謡坂・小原・西洞
		う え ま つ まさただ 植 松 政 忠	谷・綱木・大久後・小和沢
	御嵩	つかもと まもる 塚 本 衛	送木・城町
		くず や かん じ 葛 谷 幹 治	長岡・板良町
		ひぐち とし こ 樋 口 利 子	栢森・向陽台
		たけこし のぶひこ 竹 腰 信 彦	上町・若松町・中本町
		さいとう せつ こ 齊 藤 節 子	木の下・元町・昭和町
		た な か こうぞう 田 中 耕 三	愛宕町・若宮町1
		はやし しげ き 林 茂 樹	若宮町2・赤坂
		やまぐち ゆうぞう 山 口 祐 三	南山台西
		さ さ き しゅうじろう 佐々木正二郎	南山台東
	中	あんどう み ち よ 安 藤 美 智 代	西之門・南山
		まつおか ち か こ 松 岡 周 子	十日市場・南町
		いとう さだ よ 伊 藤 定 代	西田
		かとう のぶひこ 加 藤 暢 彦	
		はら のり こ 原 典 子	西屋敷・春日町
		おぐら さか お 小 倉 栄 生	北屋敷・愚溪町
		よこた さち こ 横 田 幸 子	大庭台
		はしもと かつひこ 橋 本 勝 彦	
		かごはし いづ み 箆 橋 伊 津 美	白山町・大庭
		ふるかわ えり こ 古川 恵 里 子	長瀬・新木野
		や ま だ きょうこ 山 田 協 子	顔戸北・顔戸南
		○ あんどう く み こ 安 藤 久 美 子	古屋敷・尼ヶ池
	伏見	は が さち こ 羽 賀 幸 子	里・洞・高倉
		かとう よう こ 加 藤 洋 子	青木・稻荷台
		いま い く み 今 井 久 美	共和台・高倉団地・高倉台
		ひ ら い た か こ 平 井 高 子	東町・西本町・西町・旭町
		◎ ひ び の かつあき 日 比 野 克 昭	新町
		ひだか ち え こ 日 高 千 恵 子	伏見台・野崎
		ひ び の とみえ 日 比 野 富 恵	本郷
主任児童委員（3人）	と い や ひろこ 問 屋 裕 子		上之郷小学校区
	うちやま さち 内 山 幸		御嵩小学校区
	ふじい よしこ 藤 井 佳 子		伏見小学校区

※伏見地区（山田・中町）は後任が見つからないため候補者を募集しています。

※令和7年12月1日現在の一覧です。任期中でも交代となる場合があります。

知っていますか？

問い合わせ：総務課 防災安全係

担当：市原（内線 2206）

あなたのまちの消防団

消防団とは

消防団は、消防組織法に基づき、全国の各市町村に設置されている組織です。その構成員である消防団員は、他に本業を持ちながら、権限と責任を有する非常勤特別職の地方公務員として、「**自らの地域は自ら守る**」という精神に基づき、消防防災活動をおこなっています。



消防団に入ると、こんな**メリット**があります

人とのつながりが増える！

社会に出ると、職場以外で知り合いをつくる機会が減ると思いますが、消防団に入団すれば、地元のさまざまな職種の人との繋がりが増え、その職ならではの話が聞けたり、困った際にも頼りになります。

災害に対する知識を習得することができる！

令和3年度から操法大会に代わる訓練として、実践的な消火訓練やロープワーク訓練、土のう積み訓練など、自分たちの身を守る知識を深める訓練を取り入れています。

割引制度や税制優遇がある！

消防団員やその家族が県内の対象店舗で団員カードを提示すると、割引サービスや特典が受けられます。

また、事業税の軽減を受けることができる「消防団協力事業所表示制度」などもあります。

消防団の主な活動

平 常 時 の 活 動

消火・防災訓練

火災現場での活動を想定した放水訓練や、災害時に役立つロープワーク訓練などをおこなっています。また、自主防災組織などへの訓練指導を実施しています。



防火啓発活動

春・秋・年末の火災予防運動として、消防車での巡回を実施しています。また、各家庭を訪問しての防火指導や、保育園などで防火教室などの啓発活動をおこなっています。



非 常 時 の 活 動

消火活動

火災発生時には、自宅や職場から現場に駆けつけます。消火活動や後方支援など、その場にに応じた活動をおこなっています。



搜索・救助活動

大規模災害や行方不明者が発生した際、地域をよく知る立場から、他機関と連携を取って搜索・救助活動、避難誘導をおこないます。



水防活動

台風などの風水害の際は、河川の水位の警戒、土のうづくり・土のう積みのほか、排水・浸水などに迅速に対応します。



あなたの“創意工夫あふれるまちづくり”を応援！

まちづくり活動団体を募集！！



町では、創意工夫を活かしたまちづくり活動をおこなう「まちづくり活動団体」を応援するため、「**まちづくり活動等応援補助制度**」による補助金を交付しています。この制度では、事業計画の承認を受けた団体を、町が管理するまちづくり団体名簿に登録し、補助金の交付対象とします。

「まちづくり活動団体」の立ち上げを検討している方や、まちづくり活動に関心のある方は、ぜひご応募・ご相談ください！

▶募集の内容 ※審査をおこない、補助率および補助額を決定します。

事業の種類	内 容	限度額	事業期間
スタートアップ事業	活動団体の立ち上げに対する補助	15万円	1年以内
まちづくり活動事業	団体のまちづくり活動に対する補助	30万円	3年以内

▶審査の対象となる団体（次の要件を全て満たすこと）

- 5人以上の団体で、町内に在住・在学・在勤する人が構成員になっていること
- 町内を拠点として活動をおこなう団体であること
- 政治、宗教、結社、労働運動などを目的とする団体でないこと
- 単なる物品の販売または営利を主たる目的とする団体でないこと
- 会則、規約などを定めている（定める予定がある）こと

例えば…



こんな活動が対象です

- 町内へ人を呼び込むために、定期的なイベントを開催
- 地元の食材を使用した調理体験を実施
- 古民家を活用して地域の交流の場を提供

▶スケジュール

① 申請 募集期限：2月27日（金）まで ※相談も受け付けています。 応募書類： 事業計画承認申請書、事業期間全体の計画書（最大4年）、会則・規約、構成員名簿 など 応募書類の配布場所： まちづくり課窓口 または 町ホームページ	② 審査 ▪ 書類審査 ▪ プレゼンテーション（3月中旬頃） ※詳しい日程は、申請者に通知します。 ▪ 承認の可否決定 ※事業計画の承認は、補助金の交付を確約するものではありません。 ※補助金の交付申請は、年度ごとにおこなっていただきます。
---	---

応募先／問い合わせ：まちづくり課 地域プロモーション係
担当：川野（内線 2245）

詳しくはこちら





ヨソモノ・ワカモノ・バカモノ・おんなもの（他所者・若者・馬鹿者・女もの）

——心配と懸念、あるいは大きな希望——

「他所者・若者・馬鹿者」はかねてより町おこしのための三大必須要素と言われてきました。今では、それに加えて「女もの」が地域にとって不可欠になってきていると思います。町おこしはもちろんですが、ますます深刻になっている少子高齢化による町そのものの消滅を避けなければいけませんから。ここでいう「女もの」とは、女性専用の物や女性向きを指すだけでなく、女性を引き寄せるもの・こと・場そして関係も含みます。特に若い女性にどれだけ魅力的なのかを大いに考える必要があるということです。

そこで、町おこしのための上の4つの必須要素ですが、御嵩町にはどれだけあるでしょうか？率直に言えば、多くの人が、現状はかなり寒々しい状態だな～と感じるのではないのでしょうか？

ところがです！実はすごい可能性があると最近思ったことがあります。自分の孫が通っている東濃高校の文化祭に行ってみての大発見です。東濃高校は、今、外国にルーツを持つ学生が生徒の約6割を占めるという極めて特別な学校になっています。日本の公立高校の中では、多文化交流がすごく盛んで、その最先端を走っている学校ようです。文化祭のパフォーマンスと会場の熱気に圧倒されてしまいました。ここには、ヨソモノ・ワカモノ・バカモノ（常識にとらわれず、新しいことに挑んだり、遊び心を持ち、バカ騒ぎもできるということ）の、すべてが見事に揃っているのです。さらには「女もの」もしっかりとあり、ここで生まれたものすごいエネルギーを活かさない手はないと思いました。

多くの生徒は、町外から広見線を使って通っているようです。私は、中山道みたけ館の横の道で、彼らとよくすれ違い、形だけのあいさつなどを交わすこともありますが、せっかく御嵩町に毎日のように来ても、町の人たちとの交流はほとんどないようです。彼らの存在は御嵩町にとって、ものすごい可能性なのに、ほとんど知られても、気づかれてもいない。なんとも惜しいことです。

ところで、この男女共同参画にとって大きなニュースは、なんと言っても日本で初めての女性首相の誕生でしょう。高市早苗氏の毎日の発言や、一挙手一投足が話題になっています。加えて、これに多少関係してくる話題にも注目させられます。「日本人ファースト」という主張です。最近日本でも外国人の存在が目立つようになってきていますが、この主張には、急速なグローバル化の反動といったところがあり、当然の側面もあるかもしれません。日本だけでなく、欧米ではもっと過激な動きも出ています。

しかし、この一連の動きに関しては、非常に心配になることがどうしても出てきてしまいます。それは、地球レベルの課題解決にとって不可欠な「多様性の尊重」という目標の大きな障壁になるのではないかという点です。そして、もちろん、それは足元の男女共同参画事業にとっても、無関係ではありません。というのも、ジェンダー間の平等は、それを含み SDGs の根幹をなす多様性の尊重と深くつながっているからです。もっとはっきり言うと、男女共同参画といった目標は、多様性の尊重との連携の中で、初めて実現していくものに違いないからです。

中山道の往来を支えてきたこの地域は、近世には、禁断の信仰であったキリスト教徒も存在していたことから推測できるとおり、新しいことへの好奇心に満ちた文化土壌がありました。今もあると思います。それが今後どうなっていくのか？既に御嵩町の景色の一部になっている多文化、これをどのように生かしていけるのか？今後の極めて重要なテーマになるのではないのでしょうか？

最近大きな話題になっていることをいくつも見聞きし、この国も大きな転換期にあることをひしひしと感じながら、御嵩町でも何かできないか、いや、きっとできるのでは、と考えます。

戦後 80 年を振り返りながら たきの いさく 滝野 功久
(男女共同参画懇話会会員)



みたけの森クロスカントリー大会開催



町制施行70周年を記念して、クロスカントリー大会を開催します。

南山公園野球場をスタート・ゴール地点とし、みたけの森を周回するコースで、クロスカントリーの他、幼児から大人まで一緒に楽しめるウォーキングもおこないます。また、参加者には記念タオルの配付や、「みたけのええもん」などが当たる抽選会をおこないます。

開催日時：3月1日（日）午前9時～

会場：南山公園野球場・みたけの森

受付：午前8時30分～（南山公園野球場）

開会式：午前9時～

★この大会は宝くじの
助成金で実施します。

部門：小学生男子の部・女子の部 2.5km 午前9時30分スタート
中学生男子の部・女子の部 3.0km 午前10時スタート
高校生以上男子の部・女子の部 3.0km 午前10時スタート
ウォーキングの部（どなたでも） 3.0km 午前10時スタート



▶申込

参加料：1人100円（当日、受付にて徴収）

定員：300名（先着順）

申込：右のQRコードからお申し込みいただくか、問い合わせ先までご連絡ください。

※申し込みにあたっては、町ホームページに掲載の開催要綱を確認のうえ、お申し込みください。



▶HP

申込期限：2月1日（日）

問い合わせ：B&G 海洋センター 担当：わたなべ 渡邊・よねざわ 米澤 ☎ 67-5196

「はたち」の皆さん!! 節目の年に献血してみませんか? 誰かの今をつないでいく。はたちの献血

1月・2月は「はたちの献血キャンペーン」期間です



冬期は、体調不良などにより献血者が減少しがちです。安定的に血液をお届けするために、「はたち」の皆さんをはじめ、多くの方のご協力をお願いします。

献血についての詳細は、岐阜県赤十字血液センター（☎ 058-272-6911）へお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。▶



献血場所	あかなべ献血ルーム	岐阜献血ルーム アクティブ G
住 所	岐阜市茜部中島 2-10	岐阜市橋本町 1-10-1 アクティブ G 2階
電話番号	058-272-6911	058-264-2122
受付時間	午前9時～午後4時30分	午前10時30分～午後6時
休 日	日曜日・年末年始	年末年始・3月の第3火曜日
その他	<p>▶サービス充実の「献血ルーム」</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 待合室、採血室とも、広くゆったりとしたスペースです。 ▪ お飲み物やお菓子、雑誌・コミック本なども豊富に用意しています。 ▪ 献血はゆったりとしたソファベッドで。各ベッド備え付けのテレビで、地上波放送のほか、DVD（洋画・邦画・アニメなど）もご覧いただけます。 	

問い合わせ：福祉子ども課 保健予防係（保健センター） 担当：ながしば 長芝（内線 2194）

青少年育成町民大会・可児郡PTA研究大会 開催報告

11月22日（土）、中公民館で御高町青少年育成町民会議と可児郡PTA連合会との共催で「青少年育成町民大会・可児郡PTA研究大会」を開催しました。100名近くの来場者が、地域・家庭・学校の連携による子どもたちの育成について学ぶ機会となりました。

〇表彰

【育成功労者】 ※敬称略

▽青少年育成の諸活動に長年貢献

伊佐次 利之
いさじ としゆき

梅田 時枝
うめだ とときえ

安藤 勉
あんどう つとむ



▲左から、安藤さん、渡辺町長、伊佐次さん

【笑顔づくり標語入賞者】 ※敬称略

▽特選

中澤 篤人（御高小4年）
なかざわ あつと

「ほかほか言葉のシャワーをかけて
えがおの花をさかせよう」

澤田 侑香（共和中2年）
さわだ ゆうか

「出した言葉は戻らない
言葉を選ぶ自制心」

▽入選

田中 愛理（御高小1年）
たなか あいり

長島 衣都（上之郷小2年）
ながしま いと

山森 彩楽（伏見小3年）
やまもり さら

安藤 颯志（御高小4年）
あんどう そうし

水野 稜子（伏見小5年）
みずの りょうこ

土本 和導（上之郷小6年）
つちもと かずみち

伏屋 佑飛（共和中1年）
ふせや ゆうと

奥村 紗矢（上之郷中2年）
おくむら さや

加藤 みゆ（向陽中3年）
かとう みゆ



▲笑顔づくり標語入賞者の皆さん

〇講話

【つなげよう！地域と子ども】

高山市大八まちづくり協議会 事務局長
山本 真紀
やまもと まき

青少年育成に長年携わりながら、地域の中に子どもたちの活躍の場を作ってきた実践を具体的に話されました。講話の軸になっていたのは、『参加』から『参画』というキーワードでした。

子どもたちが、さまざまな地域イベントに参加しながら自分の思いを言葉に出し、次には企画して活動し、さらに発案して自分たちの活動として作り出していく、そんな地域と子どもたちのつながりを話されました。その中には、小さい時から地域とつながって活動していることや、地域と関わっている子がいろいろと考え、活動できる事例もありました。

来場者からは、「地域に関わってきた子は、未来にもつながっていく…。私もそのことを大切にして、地域とつながっていききたいです。」「町や学校でおこなっている、地域をまきこんだ豊かな体験が、いつか将来花が咲くことを信じて、長期的に種まきをこれからも続けていきます。」などの感想をいただきました。

〇PTA活動発表

【二人一人が主役！輝け！上小の子】

上之郷小学校PTA

上之郷小学校からは、子どもたちが故郷上之郷を愛し、自分も仲間も地域も笑顔であふれる学校生活を過ごせるように、PTAと学校職員が協働している活動について、発表がありました。

各家庭での情報モラルについて考え実践する『メディア・コントロール・デー』、親子で料理や畑仕事、体力作りなどをおこなう親子ふれあい活動、地域住民と一緒に防災について学ぶ『ぼっさいかみのごう』が学校やPTA活動の軸となっていることも発表されました。

講評では、学校・保護者・地域が知識だけでなく体験を通してつながりを持ち、それが子どもをはじめ保護者や地域の安心感につながっていると、高い評価をいただきました。来場者からは「子どもの考える力、生きる力をつける学習、そこに保護者、地域の皆さんも加わって共に活動することは素晴らしい。」という感想をいただきました。

問い合わせ…生涯学習課 生涯学習係
担当…木村（内線 2313）
きむら

伏見 保育園



問い合わせ：
伏見保育園 ☎ 67-2325

みんなで楽しくクッキング♪

こんにちは、伏見保育園です。今年度、年長児は親子でみたけ味噌を使った豚汁作り、年中児は親子でお好み焼作りにチャレンジしました。その後、さまざまなクッキングに取り組むことで、月に1度のクッキングは、伏見保育園の子どもたちにとって特別な時間になっています。10月は2歳児が、ゆかりおにぎりに、刻み海苔をまぶして「まっくろくろすけおにぎり」を作りました。食が細い子も自分で握ったおにぎりは美味しかったようでパフパフ食べました。11月は年長児がホットケーキ作りに挑戦。部屋中に甘い匂いが漂い、まるで絵本から飛び出したようなホットケーキができました。

12月はクリスマスケーキ、2月は年長児が1年の締めくくりとしてカレー作りを予定しています。美味しいカレーライスができるかな？

これからも年齢に合わせた楽しい体験を通して、食への関心を育んでいきたいと思います。



- ⑤昔なつかしい献立
- ④伏見小おすすめ献立
- ③地産地消みたけの味
- ②ぎふ♡ラブ献立

▶向陽中学校の生徒が考えました。



「ワクワク!かむかむ!かんちゃんの秋野菜カラフル飯」

①中学生学校給食選手権
可茂地区代表献立

学校給食センターでは、1月24日（土）～30日（金）の「全国学校給食週間」にちなんで、次のような特別献立を予定しています。

教育の
窓から

「学校給食週間」
学校給食センター

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）の私立中愛小学校で、貧しくてお弁当を持てない子どもたちのために昼食を提供したことが始まりとされています。その後、給食は全国へと広まりましたが、戦争による食料不足などの影響で中止せざるをえなくなりました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食物資の遺贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式がおこなわれたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは冬休みと重ならない1月24日～30日の一週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

現在の学校給食は、栄養バランスのとれた食事を通して、健康によい食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる方々への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。また、給食の食事は御嵩町や岐阜県の地場産物をできるだけ多く使用し、地産地消をすすめています。

問い合わせ：学校給食センター
担当：恵 67・0238

ご長寿おめでとうございます

大正14年11月1日生まれの葛谷 阿貴子さん(愛宕町)が100歳を迎えられました。

長寿の秘訣を伺うと、「長く畑仕事をしていて、穏やかな人柄が長寿の秘訣ではないか。」と息子の和美さんが教えてくださいました。お祝いの場には、施設の職員の皆さんにもお集まりいただき温かく賑やかな時間でした。

これからも、お元気で長生きをしてくださいね。



▲左から、和美さん、阿貴子さん、渡辺町長



まるで縁日!! 防災フェスタ

11月30日(日)、御嵩公民館にて、楽しみながら防災を学べるイベント「まるで縁日!! 防災フェスタ」が開催されました。

本イベントは、「御嵩ぼうさい倶楽部」の小中学生が企画し、自治会と連携して開催するもので、1回目は10月12日(日)に大庭台自治会、今回は栢森自治会主催でおこなわれました。

県の政策オリンピックで金賞に輝いたこの取り組みは、楽しく学べるよう工夫されたクイズや体験コーナーが用意され、参加者に楽しみながら防災について学んでいただきました。

企業の森活動 東邦ガス株式会社

11月15日(土)、御嵩町津橋の町有林「東邦ガスの森みたけ」にて、「企業との協働による森林づくり活動」協定に基づく森林整備活動として「森を守って色鉛筆を作ろう」が開催されました。名古屋市周辺に在住の親子20名が参加し、自分で伐採した木を使ってオリジナルの色鉛筆を制作しました。参加者は森とふれあい、自然の恵みを活かす楽しさを体感し、森林保全の重要性について学びました。

午前中には、のこぎりを使って色鉛筆用の木の問伐作業を体験し、森林保全活動の重要性を学びながら実際に作業をおこないました。午後からは、伐採した木材を使って親子で色鉛筆作りの木工体験をおこない、楽しみながらもものづくりの奥深さを感じました。

お昼には、地元農家生活改善グループから提供された手作りの昼食が振る舞われ、参加者同士の交流の場となりました。

本活動は、東邦ガス株式会社と地域が協力して、地域の森林保全と次世代への自然体験の機会を提供する重要な取り組みです。今後もこうした活動を通じて、持続可能な森林づくりと地域活性化を目指してまいります。

「東邦ガスの森みたけ」とは、平成28年10月31日から東邦ガス株式会社(本社:愛知県名古屋市)、岐阜県および御嵩町との間で森林づくり協定を締結し、協働で整備をする森林です(協定面積:7.84ha)。



町制施行 70 周年 記念植樹

12 月 7 日（日）、南山公園周辺にて、「みたけ花咲く森の会」主催の記念植樹がおこなわれました。南山公園一帯を一年を通して花が咲くエリアにし、地域活性化を図るプロジェクトの一環で、この日は町制 70 周年を記念し、70 本のソメイヨシノを植えました。

地域の皆さんと協力して植えた木々が、どのように育ち、町の景観を豊かにしてくれるのか楽しみです。



▲左から、伊佐治さん、渡辺町長

軟式野球で全国大会へ出場

木津ブライト所属、御嵩小学校 6 年生の伊佐治 真太さん（大庭台）が、「オールジャパンベースボールリーグ小等部 2025 全国大会」（11 月 22 日から愛知県で開催）の結果報告のため、12 月 1 日（月）に役場を訪れました。

伊佐治さんは、3 月から 9 月にかけておこなわれた愛知県大会において見事優勝され、全国大会への切符を手に入れました。

伊佐治さんは「1 年前の全国大会では準優勝できたが、今回は 2 回戦敗退だった。強いチームと比べると体格差があるので、いっぱい食べて大きくなって、上手になりたい。他チームの選手と中学の全国大会でまた会おうと約束した。12 月末にある大会が今年度最後の全国大会となるので、ヒットをたくさん打って暴れて、絶対優勝します！」と今後の意気込みを語りました。



可児警察署からのお知らせ

御嵩交番改修工事に伴う運用の変更 ～移動交番開設日のお知らせ～

① 1 月の移動交番開設日時

（毎週水曜日）1/7・1/14・1/21・1/28 午前 9：15 ～午後 3：30

② 移動交番開設日以外の日における対応

パトロールや巡回は従来と変わらず実施しています。至急の連絡はいつでも 110 番通報してください。各種問い合わせや相談は可児警察署までご連絡ください。



問い合わせ：可児警察署 地域課 ☎ 61-0110

今月の相談日

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

福祉子ども課（内線 2121・2124）

障がい者相談	1月の障がい者相談はありません。 ※次回 2月6日（金）			
人権相談	1月の人権相談はありません。 ※次回 2月20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	①午前 10 時～正午 ②午後 1 時～午後 3 時		
法律相談（弁護士）	1月16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	1月26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 いちはやく 全国共通ダイヤル 189

通話料無料（24 時間 365 日対応）

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 ☎ 058-216-0119 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。

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（相談無料）。

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 嵩	1月21日（水） 2月18日（水）
中	1月23日（金） 2月20日（金）
伏 見	1月20日（火） 2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 嵩	1月の収集はありません 2月1日（日）
中 伏 見	1月の収集はありません 2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 嵩	1月 6日（火） 1月20日（火） 2月 3日（火） 2月17日（火）
中 伏 見	1月 8日（木） 1月22日（木） 2月 5日（木） 2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 >

1月はありません
2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）

可児地区の年始と1月の祝日に診療可能な歯科は次のとおりです。

休日歯科診療当番医 必ず電話してからお出かけください

※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。

- 町県民税
- 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：1月26日）
- 下水道事業受益者負担金
- 保育料等
- 町営住宅家賃

納期限は2月2日（月）です
納付は便利な口座振替で！

くらいつ

普段雪の少ない地域でも短期間で大雪が降ることがあります。雪道で「立ち往生」すると、大規模な渋滞を引き

多治見砂防国道事務所 大雪時の通行規制にご協力を

お知らせ

- 1月1日（木・祝）…らいつ歯科
可児市下恵土 ☎60・3200
- 1月2日（金）…渡辺歯科
可児市坂戸 ☎60・6066
- 1月3日（土）…歯科加藤クリニック
可児市早ヶ丘 ☎64・2226
- 1月12日（月・祝）…花みずき歯科クリニック
可児市今渡 ☎62・6255

受付時間：午前10時～午後3時
問い合わせ：…

福祉子ども課 保健予防係（保健センター）
（内線 2194）

問い合わせ：…
多治見砂防国道事務所 道路管理課
☎0572・25・8027

冬のドライブなび中部



大雪が予想される際は、外出予定の変更をお願いします。やむを得ず車でお出かけの際は、冬用装備をご準備の上、「冬のドライブなび中部」をぜひご利用ください。

大雪が予想される際は、外出予定の変更をお願いします。やむを得ず車でお出かけの際は、冬用装備をご準備の上、「冬のドライブなび中部」をぜひご利用ください。



起こすことになります。

大雪により交通

障害が発生する恐

れがある時には、

国道19号・21号で

も、早い段階で予

防的に通行止めを

実施し、集中的な

除雪をおこないます。

地域の方々に

はご迷惑をおかけしますが、ご理解と

ご協力をお願いします。

おもちゃを修理します みたけおもちゃ病院

壊れてしまったおもちゃを修理します。修理代は無料です。ただし、部品の交換が必要な場合は事前にお知らせします。

開催日：毎月第2土曜日

・1月10日（土）・2月14日（土）
・3月14日（土）

時間：午前9時30分～11時30分

場所：伏見公民館ロビー・1階研修室A

※2月22日（日）は環境フェア（御嵩小体育館）に出展します。

詳しくはこちら
（おもちゃ病院に）



問い合わせ：…

みたけおもちゃ病院 担当：安藤

☎090・5001・0548



岐阜青年税理士連盟 無料税務相談会

日時：2月1日（日）

【受付】午前10時～午後4時

※受付は30分前まで

※事前予約不要

場所：カラフルタウン岐阜2階

ゾフ（眼鏡屋）前

（岐阜市柳津町丸野3・3・6）

問い合わせ：

岐阜青年税理士連盟 担当：箕浦みのうら

☎090・8393・9550

募集

自衛官募集



【自衛官の処遇改善について】



問い合わせ：

自衛隊岐阜地方協力本部

美濃加茂地域事務所

岐阜県可茂総合庁舎4階

（美濃加茂市古井町下古井2610・1）

☎25・7495

町営住宅 入居者募集 入居予定時期：2月下旬

募集する住宅：

団地・番号	板良・108号
建設年度	昭和50年度
面積	41.50㎡
部屋数	6畳×2室
家賃	6,300～16,800円 ※入居者の所得により決定

申込期間：1月5日（月）～16日（金）

申込方法：建設課都市計画係に、入居

申込用紙を提出してください。

※入居申込用紙は、1月5日（月）から配付します。

※浴槽・風呂釜は設置してありません。入居者でご準備ください。

※入居基準に適合しない場合は、入居できません。

※必ず本人がお申し込みください。

※希望者多数の場合は、抽選で決定します。

※募集する住宅が変更される場合があります。

申込先／問い合わせ：

建設課 都市計画係

担当：吉岡よしおか（内線 2164）

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。

有料広告を募集しています

広報紙「ほっとみたけ」に、会社やお店の広告を掲載しませんか。



▶掲載規格 縦 48 mm×横 78 mm（1 枠）
縦 98 mm×横 78 mm（2 枠併合）

▶掲載料金 1 枠 5,000 円／月

問い合わせ：総務課 秘書広報係
担当：中島なかしま（内線 2222）

水道の検針票に

広告を掲載しませんか？

上下水道課では、水道の「使用料金のお知らせ」（検針票）の裏面に掲載する有料広告を募集します。

検針票は毎月1回、町内全域の水道使用世帯や事業者に配付されますので、高い宣伝効果が期待できます。

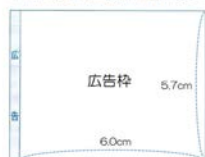
広告の掲載位置

検針票裏面の指定場所（左画像参照）

上水道料金表 (円)			
口径	基本料金	従量料金 (1m ³ につき)	
13mm	990	150	210
20mm	1,320	72	207
25mm	3,000		225
40mm	10,000		250
50mm	16,000		(※) (25mm)より1.2倍、1m ³ につき一割増
75mm	22,000		
100mm	32,000		
150mm	52,000		

下水道料金表 (円)			
基本料金	従量料金 (1m ³ につき)	10m ³ 以上	30m ³ 以上
10m ³ まで	11	51	101
50m ³ まで	150	160	170
100m ³ まで	150	170	185
150m ³ 以上	150	170	185

※上記の料金には消費税等附加額は含まれていません。
上、下水道の管内工事による工事費は別途ご負担ください。



広告の大きさ：縦5.7cm×横6.0cm

広告の色：青の1色刷り

掲載期間：令和8年4月から
令和9年3月までの毎月

配付枚数：約6,700枚/月

広告掲載料：39,600円/年(税込)

申込方法：指定の申込書を、上下水道課に提出してください。

申込期間：1月5日(月)～30日(金)

※広告掲載には、一定の基準・要件があります。詳しくは、町ホームページなどでご確認ください。

申込先/問い合わせ

上下水道課 経理係
担当：森本(内線 2136)

会計年度任用職員の募集

町では、令和8年4月から勤務していただく会計年度任用職員を募集します。

募集する職種の詳細は、町ホームページや回覧などでご確認ください。

受付期間：1月5日(月)～23日(金)

申込方法：必要書類を郵送またはご持参ください。

申込先：〒505-0192

御嵩町御嵩1239番地1

御嵩町役場 総務課人事係宛

選考方法：書類選考および面接

採用日：令和8年4月1日

問い合わせ：総務課 人事係

担当：渡邊(内線 2224)

「農業委員会委員」

「農地利用最適化推進委員」の募集

町農業委員会では、次期農業委員会委員(以下、「農業委員」)および農地利用最適化推進委員(以下、「推進委員」)を推薦または応募により募集します。

任期

・農業委員 令和8年7月20日～
令和11年7月19日

・推進委員 町農業委員会が委嘱する日～
令和11年7月19日まで

募集人数

・農業委員 14人

・推進委員 上之郷、御嵩、中、伏見の各地区から1人ずつ

応募資格

次の①～③を満たす人

①町に住所を有する人(ただし、町外に住所を有する人も妨げない)

②町の職員でない人

③暴力団または暴力団員若しくは暴力団と密接な関係を有していない人

推薦・応募期間

1月19日(月)～2月16日(月)

申込方法

必要事項を記入した推薦書または応募申込書を、同委員会へ持参または郵送(推薦書および応募申込書は、推薦・応募期間内に、農林課または町ホームページで入手可)。

※締切日消印有効。

※メール、FAXでの提出は不可。

問い合わせ：御嵩町農業委員会事務局

(農林課 農業振興係内)

担当：今井(内線 2142)

放送大学(通信制大学)

令和8年4月入学生募集

放送大学は、テレビやインターネットで授業をおこなう通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で、幅広い世代の方が学んでいます。ただいま令和8年4月入学生を募集しています。資料を送付しますので、お気軽にお問い合わせください。

募集学生の種類

【教養学部】

科目履修生(6カ月在学し、希望する科目を履修。)

選科履修生(1年間在学し、希望する科目を履修。)

全科履修生(4年以上在学し、卒業を目指す。)

【大学院】

修士科目生(6カ月在学し、希望する科目を履修。)

修士選科生(1年間在学し、希望する科目を履修。)

出願期間

第1回 2月27日(金)まで

第2回 3月16日(月)まで

※インターネット出願可。

資料請求/問い合わせ

放送大学 岐阜学習センター

☎058-273-9614

講座

わくわく体験館ガラス工芸講座

申込先 / お問い合わせ：わくわく体験館 ☎ 65-1515

〔端午の節句講座〕 ※詳細はお問い合わせください。

スタンドグラスで作るかぶと（180分）

日時：① 3月14日（土）午後1時～4時 ② 3月15日（日）午前9時～正午

定員：各日8名（先着順） 合計16名

内容：スタンドグラスの技法でかぶとを作ります。端午の節句飾りやプレゼントにいかがでしょうか。

対象：大人（小学5年生以上）

参加費：8,000円（材料費・消費税込）

申込期限：2月28日（土）

ガラスでかぶととこいのぼりをつくろう（90分）日時：① 3月7日（土）午後1時～2時30分 ② 3月7日（土）午後2時30分～4時
③ 3月8日（日）午前9時～10時30分 ④ 3月8日（日）午前10時30分～正午

定員：各日時4名（先着順） 合計16名

内容：溶けたガラスでかぶととこいのぼりをつくりまします。

対象：大人（小学5年生以上）

参加費：5,250円（材料費・消費税込）

申込期限：2月22日（日）

その他：後日の受け取りまたは着払いの郵送



問い合わせ：
まちづくり課 観光資源活用係
担当：松下（内線2246）



販売店：森のケーキ香房ラ・プロヴァンス /
御嵩町謡坂 4929-7
☎ 67-0186



#21
#21
プロヴァンスオリジナルハーブティー

みたけの
ええもん
紹介





鬼岩観光協会 主催
第39回 鬼岩福鬼まつり

日時：2月1日（日） ※小雨決行
午前9時30分～午後4時30分

会場：鬼岩ドライブイン駐車場
駐車場：ポリテクセンター岐阜
（土岐市泉町定林寺学園戸963・2）
※駐車場から、無料のシャトルバスを運行
します。

主な内容：
福鬼太鼓、みたけ幼稚園マーチング
バンド、福鬼豆まき、バサラ踊り、
ビンゴ大会 など

問い合わせ：
まちづくり課 地域プロモーション係
担当：川野^{かわの}（内線 2245）

催し

消防署からのお知らせ

住宅用火災警報器 住宅火災から大切な命を守るために

近年、全国的に火災による死者数が急増しており、特に犠牲者の半数以上が65歳以上の高齢者となっています。また、就寝中に火災の**発見が遅れ、逃げ遅れる**ことが原因で、犠牲者が発生しています。

そのため、就寝に使用する部屋等に、住宅用火災警報器の設置を義務付けています。火災の早期発見に有効であり、住宅火災による犠牲者を減らし、**大切な家族と財産を守る**ことを目的としています。

機器の交換の目安は10年です！

住宅用火災警報器は、製造から約10年で電池切れや本体の劣化により、正常に機能しなくなることがあります。本体記載の製造年を確認するとともに、定期的に作動確認をしましょう。

可茂消防事務組合
南消防署 御嵩分署
☎ 67-1818



FM らら 76.8MHz ～新年も御嵩町の皆さんと“地域密着”のラジオ放送～

あけましておめでとうございます

「FM らら」は本年も、御嵩ミーモスタジオをはじめ、可児本社スタジオ、みのかもHOTスタジオから地域の皆さんの暮らしに役立つ情報を楽しくお伝えします。



地域のラジオは緊急災害時の大切な情報源

日ごろから「FM らら」（周波数 76.8MHz）をお聴きいただき、非常時に備えましょう。

スマートフォンで放送が聴ける無料アプリ「FM++」▶

アプリ



「よってりゃあ みたけ情報局」 毎週火曜日 8:20 ～ 8:40

1月の放送内容
(変更の場合あり)

- 1月 6日 二十歳の抱負
- 1月 13日 まちづくり活動団体の募集
- 1月 20日 給食週間
- 1月 27日 福鬼まつり

♪メッセージ・リクエストは…

✉ rara@fm768.jp

☎ 509-0294 FM らら

※郵便番号だけで届きます

問い合わせ：総務課 秘書広報係（内線 2200）／FM らら ☎ 50-2080



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

1 月の休館日 ※ 12 日（月・祝）は開館します。

1 日（木・祝）～ 5 日（月）・19 日（月）・20 日（火）・26 日（月）・30 日（金）

図書館

わくわくたいむ（絵本の読み聞かせ）

1 月は「昔話」の絵本を紹介。

日時：1 月 10 日（土）・24 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：1 月 13 日（火）・27 日（火）

午前 10 時 30 分～10 時 45 分

場所：1 階 おはなしのへや



浮世絵でみる中山道展

期間：1 月 29 日（木）まで

※本庁舎の一部機能移転に伴い、令和 8 年 1 月から
キッズシアター・大人のシネマシアターを中止し
ます。

「みんなのおすすめ本 POP」募集 !!

いろいろな人に知ってほしい、読んでほしいと思った本の
POP を募集します。応募された方には缶バッジをプレゼント !!

募集期間：1 月 6 日（火）～2 月 26 日（木）

対象資料：中山道みたけ館が所有している本

作成規定：100mm × 148mm（はがき）程度
裏面に書名と著者名を記入

募集枚数：100 枚

応募方法：図書館カウンターにて提出

郷土館

町制施行 70 周年記念事業 特別展「御嵩町 70 年のあゆみ」

期間：1 月 27 日（火）～5 月 24 日（日） 場所：2 階 特別展示室

竹屋資料館

竹屋の冬展 冬をテーマにしたさまざまなアート作品を竹あかりとともに展示します。

期間：1 月 11 日（日）～2 月 8 日（日）

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 ※代替施設設置中

伏見児童館（伏見にここ館内）

☎ 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

お正月あそび ㊤㊧

1 月 17 日（土）午後 1 時 30 分～ 場所：B&G 海洋センターミーティングルーム

ひよこタイム “お正月あそび” ㊤

1 月 22 日（木）午前 10 時 30 分～ 場所：中公民館 2 階

ひよこタイム “節分あそび” ㊤

1 月 29 日（木）午前 10 時 30 分～ 場所：中公民館 2 階

節分あそび ㊤㊧

1 月 31 日（土）午後 1 時 30 分～ 場所：B&G 海洋センターミーティングルーム

伏見児童館

ひよこタイム “お正月あそび” ㊤

1 月 14 日（水）午前 10 時 30 分～

お正月あそび&避難訓練 ㊤㊧

1 月 17 日（土）午後 1 時 30 分～

ひよこタイム “節分あそび” ㊤

1 月 28 日（水）午前 10 時 30 分～

節分あそび ㊤㊧

1 月 31 日（土）午後 1 時 30 分～



子育て支援センター ぽっぽかん

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（12/27～1/4）
☎ 67-5221 御嵩町顔戸 1176 番地 2

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。

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：1月9日（金）午前9時30分～11時30分

作って遊ぼう「くしゃくしゃヘアーのお面」

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：1月21日（水）午前10時30分～11時

おおきくなったね（誕生会）

1月生まれのお友だちに、メッセージカードをプレゼント。

日時：1月30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

※ふれあいサロンは 1月5日（月）までお休みです。

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。

「リトミック」は、現在受け付け中です。

「記念制作」は、1月5日（月）から受け付けを開始します。

※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時です。

▶りんごコース

（対象年齢：令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれ）

「リトミック」 1月23日（金）

「記念制作」 2月20日（金）

▶さくらんぼコース


（対象年齢：令和5年4月2日～令和6年4月1日生まれ）

「リトミック」 1月22日（木）

「記念制作」 2月19日（木）

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。1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（上之郷・御嵩）		1月の学級はお休みです。 体調に気を付けて、元気に冬を過ごしましょう！ 次回の学級は2月です。			
中学級					
伏見学級					
0歳児学級 「あいあい」 (※)	R7 前期組	1月20日（火）	午前10時 ～ 11時45分	子育て支援センター ぽっぽかん	「タッチケア」 ～おかあさんと子どものタッチングケア～
	R7 後期組	1月22日（木）		御嵩公民館	「ママビクス&親子ビクス」 ～エアロビクスで心身共にリフレッシュしよう～



「0歳児学級 あいあい」 学級生募集中!!

R7 前期組：令和6年10月～令和7年4月1日生まれ

R7 後期組：令和7年4月2日～9月生まれ

R8 前期組：令和7年10月～令和8年4月1日生まれ
（令和8年5月開級予定）

Instagram ▶



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コードからお申し込みください。

0歳児学級
あいあい ▶



乳幼児
（1～3歳児）
学級 ▶



人口	男	8,679 (-20)	計	17,262 (-42)	転入	40	出生	6	世帯数
	女	8,583 (-22)			転出	71	死亡	17	

おめでた・おくやみ

※令和7年11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。

お誕生おめでとう

出生児氏名	自治会名	保護者名
あおき そうだい 青木 蒼大	(送木)	孝平 牙香
たぐち さやか 田口 清佳	(大庭台)	直絢 哉子
はせがわ そうた 長谷川 爽太	(愛宕町)	智美 己也

ご結婚おめでとう

婚姻者氏名	自治会名
黒地 駿翔 (西田)	
鈴木 綾華 (瑞浪市)	

おくやみ申し上げます

死亡者氏名	死亡年齢	自治会名	喪主氏名
高木 康江	83歳	(東町)	高木 雅春
田中 保一	91歳	(若宮町1)	田中 文昭
高見 みさを	98歳	(西田)	高見 敏弘
植松 貞夫	85歳	(南山)	加藤 由美
平井 淑子	97歳	(大庭)	平井 愼繁
吉田 良一	78歳	(西屋敷)	吉田 いな子
伊藤 行恵	97歳	(中町)	伊藤 浩一
中島 要	66歳	(南山台東)	中島 健司
長沼 彰彦	62歳	(長瀬)	長沼 光子

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7年11月28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

アイコン 説明
 催し
 募集
 資格・研修 その他

環境にやさしい買い物で エコライフをはじめよう

東海三県一市で、環境にやさしい商品を購入した方に抽選で賞品が当たるキャンペーンを共同で実施します。
●とき／1月9日(金)～2月8日(日)
●ところ／東海三県内の食品小売店など
●申込方法／店舗に備え付けの応募用紙またはポスターの二次元コードにより応募
●申込期限／2月8日(日)消印有効
●申込先／東海三県一市グリーン購入キャンペーン実行委員会事務局
●問／県廃棄物対策課☎058(272)8214

ライフ・イン・ハーモニー推進月間 (1月)のお知らせ

毎年1月は、外国人との共生社会の実現に向けた意識醸成、理解促進の啓発月間です。この機に、皆さんも他国の文化に触れたり、多文化共生の意義について考えてみませんか。
●期間／1月1日(木・祝)～1月31日(土)
●問／県外国人活躍・共生社会推進課☎058(272)1483

ぎふ清流都市対抗駅伝大会 イベント

FC岐阜によるスポーツ体験(雨天中止)、景品・参加賞がもらえる「かけっこ大会」などのスポーツ体験会を開催します。ご当地グルメが楽しめるキッチンカーも出店します。
●とき／1月25日(日)
キッチンカー9:30～13:30
スポーツ体験会9:40～11:10
●ところ／県庁周辺
●問／県地域スポーツ課☎058(272)8762

1月10日は、110番の日です 110番通報の適切な利用を！

110番は、事件や事故に遭ったり、それを目撃した時に通報する緊急用の電話です。警察官にすぐに現場へ来て欲しいときは、迷わず110番通報をして下さい。しかし、緊急ではない相談や問い合わせは、最寄りの警察署や「#9110」に電話をして下さい。真に警察官を必要としている緊急通報の妨げとなります。
●問／県警察通信指令課☎058(271)2424

ぎふ木遊館 ウインターフェスタを 開催します

竹下景子名誉館長と絵本作家 村上康成氏によるトークライブやBeans♪によるプチコンサートを行います。
●とき／1月31日(土)
12:50～14:30(第1部)
●定員／40名(高校生以上対象) 詳細はこちら
●料金／無料(先着・事前申込制)
●問／ぎふ木遊館☎058(215)1515

消防団員を募集しています！ 消防団は、あなたの力を待っています

消防団員は、普段は仕事をしていたり、学生であったり、他に本業を持ちながら生活されていますが、災害時には消火活動や救助活動を行い、地域住民を守るという重要な使命を担っています。ぜひ入団を！
●申込方法／各市町村役場又は消防署へお尋ねください。
●問／県消防課☎058(272)1122

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
7カ月児相談	2月3日（火） （時間は個別に案内します）	令和7年6月生まれ	
産後ケア（予約制）	2月5日（木）・19日（木） 受付 ① 9:30 ② 10:30 ③ 13:00 ④ 14:00	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	2月6日（金） （時間は個別に案内します）	令和7年3月生まれ	
プレママサークル	2月12日（木） 10:00～11:30	妊婦	
育児相談	2月17日（火） 受付 9:30～11:30	0歳～就学前まで	
乳児健診	2月25日（水） （時間は個別に案内します）	令和7年9・10月生まれ	
3歳児健診	2月26日（木） （時間は個別に案内します）	令和4年12月・令和5年1月生まれ	

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）	2月2日（月） 13:30～15:30	▷申込期限：相談日の午前中まで	

糖尿病など生活習慣病を予防して 健康寿命をのばしましょう！

糖尿病など生活習慣病の予防には、バランスのとれた「食事」と適度な「運動」が重要です。肥満予防にもなる、健康的な食事を心がけましょう。



・1日3回、規則正しく食べましょう。

1日3食、なるべく決まった時間に食べましょう。夜遅い食事は脂肪として蓄積されやすくなります。夕食が遅くなる場合は、食べる量を減らし、油っこい物を控えましょう。

・バランスよく食べましょう。

主食（ごはん、パン、めんなど）、**主菜**（肉、魚、卵、大豆製品など）、**副菜**（野菜、海藻、きのこなど）をそろえましょう。

ごはんとめんなど、主食と主食の組み合わせは糖質が多くなります。どちらかにするか、量を減らしましょう。

・野菜を1日350g以上、たっぷり食べましょう。

野菜に含まれる食物繊維には食後の血糖値の上昇を抑える働きがあります。野菜は1日350g以上（緑黄色野菜120g以上、淡色野菜230g以上）食べましょう。

野菜料理にして5～6皿が目安です。

・薄味にしましょう。

味が濃いと、食べ過ぎてしまう傾向があります。1日の塩分量は男性7.5g未満、女性は6.5g未満、（高血圧の方は男女とも6.0g未満）です。

昆布やかつお節など、天然のだしを活かして調味料を少なくしたり、しょうがやゆずなど香りのある食材を使ったりして、薄味にしましょう。

・ゆっくりよく噛んで食べましょう。

よく噛むことで満腹感が得られ、食べ過ぎの予防になります。

・体を動かしましょう。

ストレッチやウォーキングなど自分に合った方法で体を動かしましょう。

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

🍴 今月の健康料理 🍴 「人参しりしり」



一人分の栄養価	
エネルギー	61 cal
たんぱく質	3.1 g
カルシウム	18 mg
鉄	0.4 mg

【材料】(5人分)

人参	200 g (中サイズ 20cm 程度)
もやし	100 g (約 1/2 袋)
にら	20 g (3 ~ 4 本程度)
油	小さじ 1
ツナ	70 g (小缶 1 個分)
A	濃口しょうゆ 小さじ 1/4
	塩 小さじ 1/4
	白こしょう 少々
	いりごま 大さじ 1

ひとこと!!



- 人参をたっぷりと食べられます。人参に含まれる栄養素は、免疫力を高め、鼻やのどの粘膜を強くしてくれる働きがあります。気温が低く空気が乾燥する冬には、風邪の予防に役立ちます。油と一緒にとると、吸収が良くなります。
- 短時間で仕上げると、歯ごたえ良く、噛む楽しさを味わえます。じっくり炒めると、人参がしんなりとやわらかくなり、苦手な人もおいしく食べることができます。

【作り方】

- ① 野菜を洗い、人参は千切り、にらは 2cm に切る。
- ② 油を熱し、人参を炒める。
- ③ もやしとにらを入れて炒める。
- ④ ツナを入れる。
- ⑤ A で調味する。
- ⑥ ごまを入れる。

問い合わせ：給食センター 担当：恵 ^{めぐみ}
☎ 67-0238

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～



かごはし あおい
箆橋 青生さん (大庭) 2 歳
2 歳の誕生日おめでとう!!
たくさん喋るようになりました!
これからいろいろな
経験していこうね☆



こだま りく
児玉 睦さん (古屋敷) 5 歳
5 歳の誕生日おめでとう!
優しくてしっかり者のりく♪
お茶目なところも大好きだよ♡

3 月生まれのお子さん大募集!!

応募締切：1 月 20 日 (火)

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：総務課 秘書広報係 担当：中島 ^{なかしま} (内線 2222)

※町内在住で、3 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。

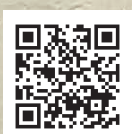
＼ 御嵩町公式 SNS /



LINE



X



Instagram



Facebook



YouTube



※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。



広報紙「ほっとみたけ」は再生紙を使用し、地球にやさしいベジタブルインキで印刷しています。

FSC

適切に管理された FSC® 認証林からの原材料および再生資源から作られています。