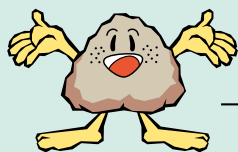


広報



ひき
HICHISO

20億年前の石が発見された町

七宗町合併 70周年

2024
(令和6年)

9

No.618



園児のますつかみ体験

大雨や台風の気象情報に注意して 早めに防災対策、避難行動を行いましょう。

いつ、起こるか分からない災害に対し、気象庁や役場から警戒情報を発表しております。防災気象情報を有効に活用し、早め早めの防災行動をとるようにしましょう。

避難情報等（警戒レベル）				河川水位や雨の情報（警戒レベル相当情報）		
警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	避難情報等	防災気象情報（警戒レベル相当情報）		
				浸水の情報（河川）		
				土砂災害の情報（雨）		
5	災害発生 又は 切迫	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保	5 相当	氾濫発生情報	大雨特別警報 （土砂災害）
~~~~~ 〈警戒レベル4までに必ず避難！〉 ~~~~~						
4	災害の おそれ高い	危険な場所から 全員避難	避難指示	4 相当	氾濫危険情報	土砂災害警戒情報
3	災害の おそれあり	危険な場所から 高齢者等は避難	高齢者等避難	3 相当	氾濫警戒情報 洪水警報	大雨警報
2	気象状況 悪化	自らの 避難行動を確認	大雨・洪水注意報	2 相当	氾濫注意情報	———
1	今後気象 状況悪化 のおそれ	災害への 心構えを高める	早期注意情報	1 相当	———	———

## 防災気象情報をもとにとるべき行動と、相当する警戒レベルについて

情 報	警戒レベル	とるべき行動
① 大雨特別警報 ① 氾濫発生情報	警戒レベル 5 相当	町が警戒レベル5 緊急安全確保を発令する判断材料となる情報です。災害が発生又は切迫していることを示す警戒レベル5に相当します。何らかの災害がすでに発生している可能性が極めて高い状況となっています。命の危険が迫っているため直ちに身の安全を確保してください。
① 土砂災害警戒情報 ① 氾濫危険情報	警戒レベル 4 相当	町が警戒レベル4 避難指示を発令する目安となる情報です。災害が想定されている区域等では、町からの避難指示の発令に留意するとともに、避難指示が発令されていなくても気象情報等を用いて自ら避難の判断をしてください。
① 大雨警報（土砂災害） ① 洪水警報 ① 氾濫注意情報	警戒レベル 3 相当	町が警戒レベル3 高齢者等避難を発令する目安となる情報です。高齢者等は危険な場所からの避難が必要とされる警戒レベル3に相当します。災害が想定されている区域等では、町からの高齢者等避難の発令に留意するとともに、高齢者等以外の方も普段の行動を気象情報等用いて避難の準備をしたり自ら避難の判断をしたりしてください。
① 大雨注意報 ① 洪水注意報 ① 氾濫注意情報	警戒レベル 2 相当	避難行動の確認が必要とされる警戒レベル2に相当します。ハザードマップ等により、災害が想定されている区域や避難先、避難経路を確認してください。
① 早期注意情報 （警報級の可能性）	警戒レベル 1 相当	災害への心構えを高める必要があることを示す警戒レベル1です。最新の防災気象情報等に留意するなど、災害への心構えを高めてください。

気象庁などから出る河川水位や雨の情報を参考に自主的に早めの避難をしましょう！

# 10/10は世界メンタルヘルスデー2024

## ～私の健康、私の権利～

世界精神保健連盟が、1992年よりメンタルヘルス問題に関する世間の意識を高め、偏見をなくし、正しい知識を普及することを目的として、10月10日を「世界メンタルヘルスデー」と決めました。



### メンタルヘルスとは

メンタルヘルスとは体の健康ではなく、こころの健康状態を意味します。体が軽いとか、力が湧いてくるといった感覚と同じように、心が軽い、穏やかな気持ち、やる気が湧いてくるような気持ちの時は、**こころが健康**といえるでしょう。

しかし、だれでも気持ちが沈んだり、落ち込んだりすることはあります。気分が落ち込んだり、ストレスを感じることは自然なことですが、このような気分やストレスが続いてしまうと、**こころの調子をくずしてしまう原因**にもなります。さらに**こころの不調は周囲の人に気づかれにくく**、自分からも伝えづらいため、回復に時間がかかってしまうこともあります。

## こころの病気は誰でもかかりうる病気です

こころの病気になる人  
生涯を通して

5人に1人



こころの病気は特別な人がかかるものではなく、ストレスなどが積み重なることがきっかけとなって、かかってしまうことがあるように、**誰にでもかかる可能性があるのです**。

眠れない、気分が沈む状態が続いてしまうなど人によって症状はさまざまです。

こころの調子をくずしてしまった場合は、ひとりで抱え込まずに家族や友人など、身近な人に相談しましょう。  
身近な人に相談しづらい場合や、相談できる人が周りにいない場合は、**こころの相談窓口**などに、あなたの不安やつらい気持ちを伝えてください。



## 悩んでいるあなたへ、悩んでいる人を支えたいあなたへ

「こころの健康統一ダイヤル」 厚生労働省

☎ 0570-064-556

「24時間子供SOSダイヤル」 文部科学省

☎ 0120-0-78310

「こころのケア専用ダイヤル」

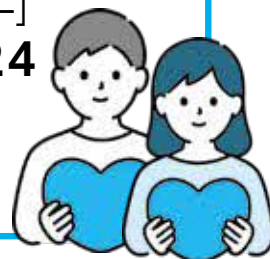
☎ 090-5610-7578

「いのちの電話」 日本いのちの電話連盟

☎ 0570-783-556

「岐阜県精神保健福祉センター」

☎ 058-231-9724



お問合せ：七宗町役場 健康福祉課 健康係 ☎ 48-1112

／ 最近のまちの話題をのがさずキャッチする！ ／

# HICHISO DIGEST

ひちそう町ダイジェスト

8月

1

木

## 岐阜大学と七宗町との 連携に関する協定

8月1日に岐阜大学と活力ある地域社会の形成や発展、未来を担う人材の育成を目的とした連携協定を締結しました。

協定では、まちづくりや関係人口・交流人口の増加など8項目について連携し、岐阜大学の専門知識や学生の柔軟な発想をまちづくりに活かし、人口の増加を図ります。

締結式で町長は「大学と学生の皆様の力を借りながら町の課題解決に向けて取り組みたい」と述べ、吉田和弘学長は「まちづくり、特産づくりにも貢献したい」と意欲を示されました。



8月

4

日

## ガラス工芸体験

7月26日から8月28日まで、日本最古の石博物館にてガラス工芸展が開催され、わくわく体験館（可児市）で製作されたランプやガラス作品などが展示されました。

また、8月4日には、ガラス工芸体験が行われ、町内外から参加した子どもたちは、美しいガラスのパーツを使ったアクセサリやキーホルダーの制作、風鈴の絵付けをして、世界に一つだけのオリジナル作品を完成させました。



8月

16

金

## ソフトボール全国大会出場

9月7日～9日に富山県富山市で開催される「第59回全日本大学男子ソフトボール選手権大会」に出場する、長谷川壱星さん（本郷下）と古田拓人さん（檜原）が大会を前に町長を表敬訪問しました。

選手の2人は、「初戦から強敵と当たるが、1戦でも多く勝てるように頑張ります」と意気込みを語ってくれました。



8月

7

水

23

金

## ますつかみ



第1保育園



第2保育園

8月7日に第2保育園、8月23日に第1保育園にてますつかみ体験が行われました。

園児たちは、素早く泳ぎ回るますを元気いっぱいにつまみ取り、たくさんのますを捕まえることができました。

8月

25

日

## 町長杯ソフトバレーボール大会

上麻生中学校体育館にて、町長杯ソフトバレーボール大会が開催されました。6チームが参加し、熱戦が繰り広げられ、結果は以下のとおりとなりました。

優勝：ワイズ 準優勝：ラビット 3位：役場Aチーム





### 加茂休日急患開設の日程

**診療所** 発熱やケガなど比較的軽い症状に対し、応急的な診療を行います。

月 日	曜 日	医療機関名	所 在 地	電話番号
9月29日	日	日江井外科	美濃加茂市	25-2624
10月 6日	日	安藤小児科	美濃加茂市	26-0812
10月13日	日	さぐち内科	美濃加茂市	27-7314
10月14日	月・祝	濃飛ファミリークリニック	川 辺 町	53-3111
10月20日	日	太田メディカルクリニック	美濃加茂市	26-2220

#### ●診療受付時間 午前9時～午後4時30分

*混雑状況によって、診療受付終了時刻（午後4時30分）を早める場合がありますのでご了承ください。

時間内に診療受付できなかった場合は、救急外来をご利用ください。

*都合により、変更する場合や途中休憩があります。各医療機関にご確認ください。（加茂医師会のホームページでも確認できます）

*場合によっては、かかりつけ医にご相談ください。

**歯 科** 急な歯痛や口の症状に対し、応急的な診療を行います。

月 日	曜 日	医療機関名	所 在 地	電話番号
9月29日	日	山田歯科医院	富 加 町	54-2493
10月 6日	日	大手町デンタルクリニック	美濃加茂市	28-8241
10月13日	日	渡辺歯科医院	美濃加茂市	25-2716
10月14日	月・祝	あじさい歯科医院	美濃加茂市	24-1881
10月20日	日	酒向歯科医院	美濃加茂市	25-2719

#### ●診療受付時間 午前9時～午後1時

*都合により、変更場合があります。各医療機関にご確認ください。

**問い合わせ** 七宗町役場 健康福祉課 健康係（生きがい健康センター内） ☎48-1112

### 入札結果報告（令和6年度 第4回）

入札年月日 令和6年8月8日

工事番号等	工事場所等	工事名等	請負金額 A 円	契約年月日	工 期	請 負 者	予定価格 B 円	落札率 A / B
1 建設課 建工第13号	加茂郡七宗町 神淵寺洞地内	県単林道改良天王山線 舗装改良工事	4,895,000	令和6年 8月8日	令和6年 12月5日	(株)長尾土建	5,102,900	95.93%
2 建設課 建工第14号	加茂郡七宗町 中麻生芝地内	林道木和谷線舗装工事	5,390,000		令和6年 11月11日	中部興業(株)	5,727,700	94.10%
3 建設課 建工第15号	加茂郡七宗町 神淵万場地内	防災・安全交付金事業 町道万場杉洞線災害防除工事	32,120,000		令和7年 3月25日	(株)長尾土建	33,486,200	95.92%
4 ふるさと振興課 振工第1号	加茂郡七宗町 中麻生地内	日本最古の石博物館 雨漏り改修工事	1,793,000		令和6年 12月5日	(株)丸信住宅産業	1,859,000	96.45%
工事計 4 件			44,198,000		—	—	46,175,800	95.72%
1 ふるさと振興課 振委第1号	加茂郡七宗町 神淵寺洞地内	寺洞地内 圃場整備設計委託業務	4,400,000		令和7年 2月28日	(株)興栄コンサルタント	4,737,700	92.87%
委託計 1 件			4,400,000		—	—	4,737,700	92.87%
合 計 5 件			48,598,000		—	—	50,913,500	95.45%

### 一般競争入札結果報告（令和6年度 第2回）

入札年月日 令和6年8月30日

工事番号等	工事場所等	工事名等	請負金額 A 円	契約年月日	工 期	請 負 者	予定価格 B 円	落札率 A / B
1 建設課 建工第16号	加茂郡七宗町 上麻生分郷・大柿地内	道路メンテナンス補助事業 大柿橋修繕工事	52,250,000	令和6年 8月30日	令和7年 3月25日	中部興業(株)	54,580,900	95.73%
工事計 1 件			52,250,000		—	—	54,580,900	95.73%
合 計 1 件			52,250,000		—	—	54,580,900	95.73%

## 令和6年度 結核検診のお知らせ

下記日程で、結核検診を実施しますので、対象になる方は受診してください。医療機関や職場等で胸部レントゲンを受ける機会のない方は、必ず受診しましょう。

6月～7月に実施した肺がん検診を受けられた方は、結核検診を受ける必要はありません。

- **対象者** 65歳以上の町民の方（令和7年3月31日基準）
- **料 金** 無料
- **持ち物** 結核検診受診票（お手元に届いていなくても、対象の方であれば直接会場へお越しいただければ受診できます）

月日	時 間	実施場所
10月1日（火）	9:00～ 9:20	飯高 水道管理所
	9:40～ 9:50	室兼 宮の前バス停付近
	10:00～10:10	葛屋公民館
	10:20～10:30	葉津公民館
	10:45～11:00	万場公民館
	11:20～11:30	杉洞公民館
	13:00～13:10	上大橋公民館
	13:30～13:50	追洞 灰兼バス停付近
	14:10～14:20	平クリーンセンター
	14:30～14:40	分郷公民館付近
	14:50～15:00	樫原公民館

月日	時 間	実施場所
10月2日（水）	9:00～ 9:30	神淵コミュニティセンター
	9:40～10:00	サンホーム七宗
	10:10～10:20	下八日市集会所(旧消防詰め所)
	10:30～10:40	上八日市公民館
	11:00～11:10	奥田公民館
	11:20～11:30	第2コミュニティ消防センター
	13:00～13:10	牛ヶ洞公民館
	13:20～13:30	間見 加納儀一様宅前
	13:45～13:55	小穴バス停付近
	14:15～15:00	本郷 上麻生駅前
	15:10～15:30	中麻生 報國橋付近

**問い合わせ** 七宗町役場 健康福祉課 健康係（生きがい健康センター内） ☎48-1112

## 令和6年度 子宮頸がん・乳がん・骨密度検診および大腸がん検診のお知らせ

下記日程で、集団検診を実施します。子宮頸がん・乳がん・骨密度検診を申し込まれた方には、すでに検診票を送付してありますが、対象年齢の方であらたに検診を希望される方はご連絡ください。

また、大腸がん検診も同時に実施しますので、6～7月の検診で検査を受けていない方は、ぜひ検診を受けましょう。お手元に大腸がん検診の受診票や採便容器がない方はご連絡ください。

- **検診対象者** （年齢基準日：令和7年3月31日）
  - 子宮頸がん検診：20歳以上の女性（前年度受診していない方）
  - 乳がん検診：40歳以上の女性（前年度受診していない方）
  - 骨密度検診：20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性
  - 大腸がん検診：40歳以上の方

### ● 検診自己負担金

子宮頸がん・乳がん・骨密度検診 … 各1,000円

大腸がん検診 ……………… 無 料

### ● 検診日程

日 程	受付時間	会 場
10月22日（火）	午後1時30分～3時	木の国七宗コミュニティセンター
11月 5日（火）	午前9時～10時30分	木の国七宗コミュニティセンター
11月 5日（火）	午後1時30分～3時	神淵コミュニティセンター

* 子宮頸がん・乳がん検診については、上記の集団検診以外に美濃加茂市内の委託医療機関でも検診を受けることができますので、詳細については下記までお問い合わせください。

**問い合わせ** 七宗町役場 健康福祉課 健康係（生きがい健康センター内） ☎48-1112

## 加茂地域医療・介護・福祉サービスマップのご案内

加茂地域医療・介護・福祉サービスマップ (<http://kamo-areaservice.info/>) は、加茂地域の8市町村（美濃加茂市、坂祝町、川辺町、七宗町、富加町、八百津町、白川町、東白川村）が運営するマップです。

病気やけが、介護やリハビリにすることなど、目的別に検索し、関連する地域内の医療施設や介護・福祉施設を探することができます。

地域の医療・介護・福祉情報を生活にお役立てください。

右のQRコードからも確認することができます。

**問い合わせ** 七宗町役場 健康福祉課 ☎48-1112



## 法律無料相談会開催のお知らせ

公証人、司法書士、土地家屋調査士、行政書士による予約不要（先着順）の法律無料相談会です。地元の法律専門家が皆様のお困り事にお答えします。お気軽にお越しください。

- **日時** 10月6日(日) 午前10時～午後4時
- **場所** 可児市福祉センター 2階 第1会議室  
(可児市今渡682番地1)
- **内容**
  - 遺言・任意後見契約・各種契約の公証手続
  - 遺不動産登記、商業・法人登記
  - 相続、成年後見、債務整理
  - 土地境界相談、測量
  - 農地転用等官公庁提出手続、補助金申請



**問い合わせ** 岐阜県土地家屋調査士会 中濃支部（担当 加藤） ☎0574-52-1015

### 必ずチェック！最低賃金 「岐阜県最低賃金」が改正されます

時間額 **1,001円 (51円UP!)**  
令和6年10月1日から

岐阜県最低賃金は、年齢に関係なく、パートや学生アルバイトなどを含め、県内で働くすべての労働者に適用されます。

使用者も、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どうか、必ず確認しましょう。

詳しくは、岐阜労働局賃金室 ☎058-245-8104  
又はお近くの労働基準監督署までお尋ねください。

### 健康ほっとダイヤル

☎0120-238-007 (携帯電話OK)

※美濃加茂市・加茂郡の住民の方専用の番号

★24時間受付 ★年中無休 ★通話無料

- 健康、医療、子育て、介護など幅広く相談できます。
- 医師、保健師、看護師などのスタッフがご相談に対応します。
- プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。

## パスポートの更新手続きをされる方へ

### オンライン申請が始まります。

令和6年9月27日から、七宗町に住民登録をしている方は、旅券（パスポート）の更新手続きがオンラインで可能となります。24時間いつでもどこでもスマートフォンとマイナンバーカードを活用し、マイナポータルから申請ができます。

同時に、収入印紙等の手数料の購入についても、クレジットカードによるオンライン納付が可能となります。

また、これまで、紙の申請書による申請では、申請時と受取時の合計2回窓口へ出向く必要がありましたが、オンラインで手続きを行えば、窓口に行くのは、受取時の1回のみとなり、利便性が向上します。

これまで通り紙の申請書による申請も受け付けております。



#### 申請可能な対象者

- 残存有効期間が1年未満の方
- 査証欄の余白が見開き3ページ以下になった方

#### ご用意いただくもの

- 現在有効なパスポート
- マイナンバーカード
- マイナポータルアプリ対応のスマートフォン

#### ～オンライン申請をする際の注意事項～

- ・初めてパスポートを申請する場合、お手持ちのパスポートが既に失効している場合、戸籍上の氏名や本籍地に変更があった場合などは、オンライン申請の対象外となります。
- ・事前に、スマートフォンにマイナポータルアプリをダウンロードする必要があります。
- ・マイナポータルでマイナンバーカードを読み込む際に、マイナンバーカードの暗証番号（利用者署名用電子証明書と署名用電子証明書）が必要となります。
- ・紙の申請書による申請では、手数料のお支払いにクレジットカードは使用できません。

詳細は、外務省ホームページ、岐阜県公式ホームページをご覧ください。七宗町役場住民課までお問い合わせください。



問い合わせ 七宗町役場 住民課 ☎48-1144

## 体の健康電話相談 ～お医者さんが答えます～

岐阜県保険医協会会員の医師が無料で相談に応じます。お気軽にお電話ください。  
なお、今回の相談では、歯科相談は実施していません。

- 開設日時 10月27日(日) 午前10時～正午
- 受付電話番号 058-267-0711
- 開設団体 岐阜県保険医協会  
(岐阜市吉野町6-14 大樹生命岐阜駅前ビル6階)



# 児童手当制度が変わります

令和6年10月から児童手当法等の改正により下記のとおり制度改正が行われます。

	制度改正前 (令和6年9月まで)			制度改正後 (令和6年10月から)		
	所得限度額未満		所得制限 限度額以上	所得上限 限度額以上	所得制限なし	
0～3歳未満	15,000円		5,000円	支給無し	15,000円	第3子以降 30,000円
3歳～小学生	10,000円	第3子以降 15,000円			10,000円	
中学生	10,000円					
高校生	支給無し					
支給回数	2月・6月・10月 (年3回)			4月・6月・8月・ 10月・12月・2月 (年6回)		
多子加算	18歳に到達した最初の年度末			22歳に到達した最初の年度末		

## ● 制度改正により次の方は申請が必要となります。

- ① 所得上限の限度額超過により現在、児童手当を受給していない方
- ② 中学生以下の児童を養育しておらず、高校生年代のみの児童を養育されている方
- ③ 3人以上児童を養育していて、令和7年3月末までに19歳から22歳に到達する児童を養育している方

### 注意事項

- (1) 申請に関する必要書類は、該当となる方に9月下旬を目途に送付します。
- (2) 申請に関する必要書類は、現在、七宗町の児童手当台帳に名前が記載されている方のみに送付します。

必要書類が送付されていない方で申請を希望される方は、下記までお問合せください。  
※公務員の方は所属されている職場でのご確認をお願いします。

問合せ先：七宗町役場 健康福祉課(生きがい健康センター内) 福祉係  
48-1112

# 令和6年度に 新たに住民税が非課税等（均等割のみ課税含む） となる世帯への給付金のご案内

（1世帯10万円、子ども加算 児童1人当たり5万円）

物価高騰の影響による生活者の負担増を踏まえ、物価高騰の負担感が大きい低所得世帯への負担軽減を図ることを目的として、令和6年度に新たに住民税非課税等（均等割含む）となる世帯へ1世帯あたり10万円を支給します。

また、対象となる世帯で、18歳以下の児童を扶養している世帯は、児童1人当たり5万円を加算して支給します。

## 支給対象となる世帯

### 令和6年度に、新たに住民税が非課税または均等割のみ課税となる世帯

令和6年6月3日（基準日）時点で、七宗町に住民登録があり、以下の（1）、（2）の要件のいずれかを満たし、（3）から（7）の要件をすべて満たしている世帯

- （1）令和6年度に新たに住民税が非課税となった世帯（令和5年度は、住民税が所得割課税世帯であった）
- （2）令和6年度に新たに住民税が均等割のみ課税となった世帯（令和5年度は、住民税が所得割課税世帯であった）
- （3）住民税が課税されている方の扶養親族等のみの世帯でないこと
- （4）令和5年度七宗町住民税非課税世帯に対する臨時特別給付金（7万円）及び令和5年度七宗町住民税均等割のみ課税世帯への給付金の支給対象世帯でないこと（辞退等の理由で未受給の場合を含む）
- （5）国から交付される、物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を基に給付される同様の給付金を既に他自治体等で受給された世帯ではないこと（辞退等の理由で未受給の場合を含む）
- （6）令和6年1月1日に、国内に住民登録が無かったことにより、住民税が課税されていない世帯
- （7）租税条約による住民税の免除を受けている方を含む世帯

### 以下の例に挙げる世帯は対象外となります

- （例）住民税が課されている親族に、世帯の全員が扶養されている住民税非課税及び住民税均等割のみ課税である世帯（単身世帯を含む）

## 子ども加算の対象となる児童

平成18年4月2日以降に生まれた児童（基準日以降に出生した子も含む）

※次のいずれかに該当する児童は、本給付金の対象となりません。

- ・児童養護施設、乳児院、障害児入所施設、児童心理治療院に入所している児童
- ・他市町村において、本給付金の加算対象となっている児童

## 申請手続等

### 世帯全ての方の令和6年度住民税の課税状況が確認できている場合 （確認書が届いた方）

対象世帯には、給付内容や確認事項を記載した「**確認書**」を**9月下旬**に送付します。  
該当する世帯主の方は、内容を確認し、**令和6年10月31日(木)まで**に同封の封筒で返信してください。

### 世帯の中に未申告の方や令和6年1月2日以降、七宗町に転入された方で課税状況が不明な方がいる世帯（確認書が届かなかった方）

住民課給付金担当にご連絡いただき、「**申請書**」を請求してください。

支給要件を満たす方は、必要事項をご記入のうえ、令和6年度住民税課税証明書の写し等、住民税非課税または均等割のみ課税されている事が確認できる書類と一緒に、期限までにこちらからお渡しする返信用封筒で返信してください。

### 住民税非課税（均等割のみ課税含む）世帯なのに、確認書が届かない方へ

確認書は、令和6年6月3日（基準日）時点で七宗町に住民登録されている方の住所に送付します。以下に該当する場合は、担当までお問い合わせください。

- ・支給要件に該当しているにもかかわらず、「確認書」・「申請書」が届いていない場合
- ・所得税の修正申告等により、住民税非課税（均等割のみ課税含む）世帯に変更となった等の場合
- ・基準日以前に扶養者と離婚、死別している場合

#### 確認書・申請書の提出期限

**令和6年10月31日(木曜日) ※当日消印有効**

※上記期限を過ぎますと給付金を支給することができませんので、提出忘れ等のないように、早めにご提出いただきますようお願いします。

#### 支給方法

原則、世帯主名義の銀行口座へ振り込みます。

#### 問い合わせ先

〒509-0492 七宗町上麻生2442番地3 TEL 48-1144  
七宗町役場 住民課 給付金担当

## 第3回 一般曹候補生採用案内

### (1) 資格

日本国籍を有する18歳以上33歳未満の者

### (2) 試験科目

ア：1次試験(Web試験)… 筆記試験及び適性検査

イ：2次試験 …… 口述試験及び身体検査



### (3) 受付期間

10月1日(火)～11月28日(木)

### (4) 試験等期日

ア：1次試験 …… 12月7日(土)～12日(木)のうち指定する1日

イ：2次試験 …… 令和7年1月6日(月)～13日(月)のうち指定する1日

ウ：合格発表 …… 【1次】12月23日(月)、【最終】令和7年1月30日(木)

### 問い合わせ

自衛隊美濃加茂地域事務所(可茂総合庁舎4F)

美濃加茂市古井町下古井2610-1 TEL0574-25-7495



岐阜地本HP

## わくわく体験館のガラス工芸講座

### 講座名 鍛造講座 ランプまたは花器の制作 \鍛冶屋と吹きガラスの体験をしてみませんか/

- 期 日 10/26(土)、27(日) [1日、1回講座]  
シンプルコース【1部】… 午前9時～午後2時30分  
【2部】… 午前10時30分～午後4時
- 内 容 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器を制作します。鍛冶屋と吹きガラスの体験が一度に出来る楽しい講座です。  
※もう少し凝ったデザインのベースを作りたい方のためにデザインコースを用意しております。詳しくはお尋ねください。
- 対 象 大人
- 定 員 各日の各コースとも6名(先着順)
- 参加費 花器 14,500円、ランプ 17,000円(材料費・消費税込)
- 締 切 10月12日(土)



### 講座名 ステンドグラス基礎講座④ クリスマス ツリー・リース【4回講座】

- 期 日 木曜コース… 午後1時～4時 10/10、17、24、31  
金曜コース… 午後1時～4時 10/11、18、25、11/1  
土曜コース… 午前9時～正午 10/12、19、26、11/2
- 内 容 ステンドグラスの基礎を学びながら、クリスマスツリーまたは、クリスマスリースを作ります。
- 対 象 大人
- 定 員 各コースとも8名(先着順)
- 参加費 ツリー 20,000円、リース 15,500円(材料費・消費税込)
- 締 切 9月25日(水)



詳細はお問い合わせください  
問い合わせ・申込先

わくわく体験館 〒509-0247 岐阜県可児市塩河1071-4  
☎0574-65-1515

# 健康だより

＼ 今月の健康コラム ＼

## パーソンセンタードケアの考え方を知ろう

パーソンセンタードケアという言葉を知っていますか。パーソンセンタードケアとは、イギリスの心理学者キットウッドが提唱した、認知症の人に対するケアの基本的な考え方のことです。

かつては、認知症に対して否定的な印象が強く、認知症の人に対するケアも、その人の行動を「管理」しようとするようなものでしたが、現在は、パーソンセンタードケアの考えで、「その人らしさ」を大切にケアが推進されています。

### ●その人らしさを認識する難しさ

私たちは、自分で考え、判断・行動しているように思えても、それまで関わってきた自分以外の環境（家族、周囲の人、社会の常識や道徳など）に基づいた考え、判断・行動になっていることがほとんどです。小さなお子さんを思い出してみてください。嬉しい時、悲しい時…自分の感覚を取り繕うことなく表現しています。それが、成長し大人になっていくと、その場に応じて気持ちの表出を調整したり、本音を伝えられないことがあります。そう考えてみると、本当の意味でその人らしさを認識することは、難しいかもしれません。

### ●認知症の人との関わり方

認知症の人と関わる時、その人の行動の意図が読み取れずうまくいかないことがあります。認知症の人は、自ら思いを表現することや、先ほど述べた、自分の感覚を取り繕うことが得意ではありません。そのため、コミュニケーションをとる機会が少なくなっていく傾向があります。

認知症の人の性格などが、以前と比べて変わってしまうと、つい変化したこと目がいきがちです。それでも、取り繕うことのないその人自身に目を向け、「ずっと座っているけど嫌なことがあったのかな」「お茶を飲んだら機嫌がなおったみたい」と、その人らしさを受け止めてみることも大切です。また、ただ想像するだけでなく、本人に直接たずねることで、その人にとって安心できる対応をみいだしやすくなることもあります。

### ●私たちはみんな“人”

9月の1か月間は、世界アルツハイマー月間で、9月21日は世界アルツハイマーデーです。パーソンセンタードな関わりを意識し、「“認知症”をもつ人」から「認知症をもつ“人”」に転換してみましょう。また、パーソンセンタードな思考は、あらゆる人との関わりの中で、心にとどめておくとういえずし、自分自身を振り返るきっかけになるのではないのでしょうか。

認知機能について気になることがある場合、まずはかかりつけのお医者さんに相談してみましょう。

## 健康カレンダー

### 健康相談

#### ▼乳幼児・成人健康相談

10月 4日(金) 午前9時30分～11時  
生きがい健康センター

10月18日(金) 午前9時30分～11時  
神奈川コミュニティセンター

乳幼児：身体測定、育児相談

成人：血圧測定、尿検査、体脂肪測定

保健師、管理栄養士が相談に応じます。

★個別予約制で実施しますので、希望される方は生きがい健康センター内健康福祉課健康係までご連絡ください。

#### ▼母子健康手帳交付

予約制（所要時間1時間程度）

生きがい健康センター内健康福祉課健康係までご連絡ください。

(持ち物) ①妊娠届出書

②マイナンバーカード

(通知カードの方は運転免許証または保険証等、身分を証明できるもの)

### 健診

#### ▼乳幼児内科健康診査

10月10日(木) 午後1時～3時30分

木の国七宗コミュニティセンター

《対象者》

4～5か月児：R6. 4.30～R6. 6.10生

7～8か月児：R6. 1.30～R6. 3.10生

1歳6か月児：R5. 3. 1～R5. 4.10生

3歳児：R3. 7.19～R3.10.10生

※対象の方には個別通知をします。

#### ▼幼児歯科健康診査

10月15日(火) 午後1時～3時30分

木の国七宗コミュニティセンター

《対象者》

1歳6か月児：R5. 1.19～R5. 2.28生

2歳児：R4. 9. 4～R4.10.15生

2歳6か月児：R4. 3. 4～R4. 4.15生

※対象の方には個別通知をします。

### 教室

#### ▼救命教室

10月23日(水) 午前10時～11時45分

木の国七宗コミュニティセンター

《対象者》乳幼児

#### ▼あそびの教室

10月16日(水) 午前10時～11時15分

木の国七宗コミュニティセンター

《対象者》乳幼児

◎ご不明な点は、下記までお問い合わせください。

問い合わせ

七宗町役場 健康福祉課 健康係  
(生きがい健康センター内)

☎48-1112 FAX48-1360

## 七宗町の人口

人 口	3,212 人	(－ 2)
男	1,527 人	(－ 2)
女	1,685 人	(± 0)
世帯数	1,408 世帯	(± 0)

内 訳	出 生	1 人	死 亡	5 人
	転 入	4 人	転 出	2 人

令和 6 年 9 月 1 日 現在  
(外国人を含めた数となっています)

## お悔やみ

地区名	死亡者	年 齢	親 族
飯 高	渡邊 貞子	90歳	渡邊 政秀
下八日市	長谷 あき子	99歳	長谷 光正
杉 洞	中島 悦子	76歳	中島 真
檜 原	神戸 鈴吾	86歳	神戸 昭彦

## 10月の税・料

- 町県民税 第 3 期分
- 国民健康保険税 第 6 期分
- 介護保険料 10 月分
- 後期高齢者医療保険料 10 月分

納期限 令和 6 年 10 月 31 日

※納付は口座振替が便利です

## 無料相談

### 人権相談

期 日 / 10月3日(木)  
時 間 / 午前10時～正午  
会 場 / 木の国七宗  
コミュニティーセンター

### 法律相談

期 日 / 10月3日(木)  
時 間 / 午後1時～4時  
会 場 / サンホーム七宗

## 相続登記が義務化されました。

令和 6 年 4 月 1 日からは、死亡により相続が発生すると、相続人は 3 年以内に相続登記をしなければならないこととされました。放置しておくと 10 万円以下の過料が科せられる可能性があります。

令和 6 年 4 月 1 日より前に死亡し、相続した場合も対象となります。

相続に関すること お気軽にお電話ください

加茂郡七宗町神淵 14892 番地 1  
司法書士・行政書士 堀部章比己事務所  
TEL 0574-46-1152

令和 6 年産

## コシヒカリを販売します

10月27日(日) おいでよふる里まつり  
11月 3日(日) ロック・ガーデンひちそう  
レッキー広場

詰め放題・5kg・10kgは白米、30kgは玄米となります。また、販売できる数量等は今年の収穫量によって変わりますので、開催日に会場でご確認ください。

※数量に限りがあります。

葛屋営農組合 組合長 大矢 實

## 文芸七宗

- ◆ 花盛り重き頭の百日紅 長谷川 美登里
- ◆ 遠雷の雲の動きに雨を待つ 平岡 多寿子
- ◆ 朝早くカラス飛び込む瓜ばたけ 井戸 和子
- ◆ 雲の峰若者見入る飛水峽 後藤 ひさ
- ◆ 二人旅夕立あがり二重虹 福井 保子
- ◆ おくら花蟻集団のしおれおり
- ◆ 宵も過ぎ間ごと開けれどどか暑さ
- ◆ 植物の育つ力や炎天下
- ◆ 雨上り急かす如くに蟬しぐれ

## 夏休み子ども向け教室を開催しました

夏休み期間中の7月から8月にかけて、木の国七宗コミュニティーセンター・神湊コミュニティーセンターにおいて、小中学生を対象とした学びのとびら(講座)「絵画教室」「お菓子づくり」が開講されました。

子どもたちは、講師の方にわかりやすく丁寧に教えていただきながら個性あふれた作品や可愛いお菓子を作ることができ、充実した時間を過ごせました。

今後の学びに繋がる貴重な経験をし、夏休みの楽しい思い出づくりになったと思います。



絵画教室



お菓子づくり

## 児童クラブ 民生委員児童委員訪問と料理教室

8月5日(月)児童クラブに民生委員児童委員の方が訪問し、子どもたちと一緒にミニゲームやかるた大会などを行いました。また、8月26日(月)には食生活クラブの方に料理教室を行っていただきました。

子どもたちは大切な経験となり、人と関わる楽しさや嬉しさを感じながら、地域の方との触れ合いの機会として、親睦を深めることができました。



## 「清流の国ぎふ」文化祭2024県民運動「清流文化地域推し活動」(ちーオン)

8月9日(金)ちーオンオブジェ作成の第3回ワークショップが行われました。

今回は、電球を取り付けた骨組みに、色付けした和紙をのりで張り付ける作業を行いました。濡らした和紙を竹に張り付けるのは大変でしたが、みんなで協力しながら作業をしました。最後の仕上げを行い、無事に「ホタル」のオブジェが完成しました。

このオブジェは「清流の国ぎふ」文化祭 2024 の開会式で披露します。



## 第2保育園 不審者訓練

8月20日(火)第2保育園において不審者訓練が行われました。

子どもたちの安全を守るためには、訓練が非常に重要です。日常的に危機管理を行い、適切な対応方法をしっかりと頭と体に入れておくことが大切です。

保育士がお手本となり、しっかりと身につけさせ、自分の身は自分で守ることの大切さを伝えられた訓練になりました。



## 第1・第2保育園合同 人形劇団『あっけらかん♪』

8月21日(水)木の国七宗コミュニティーセンターにおいて第1・第2保育園合同の人形劇団『あっけらかん♪』による人形劇「だるまちゃんとてんぐちゃん」「ちょきちょきバーバー」の鑑賞会が行われました。

園児たちは、たくさんの笑顔と大きな歓声をあげ、集中して楽しい時間を過ごすことができました。

テレビでは感じる  
ことのできない、目  
の前で舞台を見るお  
もしろさは、きっと  
子どもたちの心に残  
るでしょう。



## 子ども会育成会主催 子ども映画会

8月24日(土)木の国七宗コミュニティーセンターにおいて子ども会育成会主催「子ども映画会」が行われました。

上映前にビンゴ大会を行いました。ビンゴの途中では、「リーチ」「まだ全然ない」「ダブルリーチ」などの声がある中、なかなかビンゴが出ず、ドキドキ、楽しいひと時を過ごしていました。

その後、映画会『ボ  
ス・ベイビー』を上  
映し、たくさんの笑  
い声があがって、親  
子や友達で楽しく鑑  
賞しました。



## 第1・第2保育園合同 運動教室

8月27日(火)第2保育園において合同運動教室が行われました。

今回は、『パラバルーン練習』を行いました。パラバルーンとは、円盤のような大きな布のことです。みんなで大きく持ち上げたり下げたりすることで形の変化を楽しめます。「友達と協力して演技をする」「曲に合わせて身体を動かす」「動かすなかで運動の力を向上させる」などを目的に行いました。

持ち位置、メリハリをつける、色々な技の確認をしながら真剣に取り組んでいました。



## 「立志式」開催のお知らせ

10月4日(金)午前9時30分から、神淵コミュニティセンターで、中学生が将来への誓いを立てる「立志式」を開催します。

地域の方にもご観覧いただけますので、ぜひご来場ください。

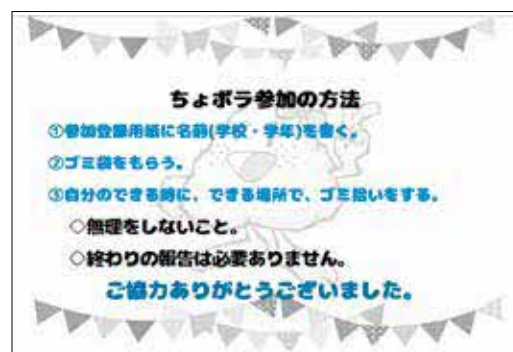
## ちょボラ！に参加しませんか？ ～ふる里まつりでボランティア～

青少年育成町民会議青少年部会では、「青少年の自主性・自発性の伸長」をテーマに、ボランティア活動への参加促進に取り組んでいます。その一環として、10月27日(日)に開催される「おいでよふる里まつり2024」の会場において、青少年部会主催の「ちょボラ」を行います。

「ちょボラ」とは、誰にでもできるちょっとしたボランティアのことです。何分でも、拾うごみの量もどれだけでもかまいませんし、終わりの報告もいりません。

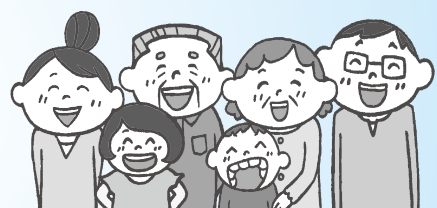
「みんなのためにやってみよう」「人の役に立った」「困った人がいたら助けよう」という思いを少しでも持ってもらうことを目的としています。

親子での参加も大歓迎ですので、是非ともみなさんご参加ください。



## 第3日曜日は 家庭の日

話し合い 心をつなぐ 明るい家庭 家族のふれあいを大切に  
七宗町青少年育成町民会議



## 少年の主張

## 自分で決めた道

上麻生中学校3年 井戸 水優斗



「兄のようにになりたい。」

僕は小学校2年生の春くらいから野球をやり始めました。きっかけは、僕の兄が野球をやっていたからです。僕は保育園の時から兄の試合を見に行っていて、その姿を見ていると、投げたり打ったりしている姿が妙にかっこよくて、僕もやってみたい、兄のようにになりたいと思うようになりました。ただ、実際にやってみると当然上手にできませんでした。しかし、憧れの兄のようにになりたいという思いが強く、もっと頑張ろうという気持ちで取り組むことができました。それもあり、小6の頃は、結構打つことができ、そこそこ上手くやれていると感じていました。

そんな僕の転機となったのは、中学生となり、クラブチームに入ったことです。しかし、今の監督からの勧めで軽い気持ちで入団しました。だから、始めたばかりの頃は友達のいない環境でうまくやっていけるか心配でしたが、チームメイトが気軽に話しかけてくれて仲良くなることができ、楽しく野球ができました。そんな中、2年生の夏ごろです。監督に「ピッチャーをやってみるか。」と軽い感じで言われ、やってみることにしました。不安もあったけれど、憧れだった兄がピッチャーをやっていたため、僕も頑張ろうと思いました。しかし、ここからでした。やったことがなかった僕は、周りとの経験の差にプレッシャーを感じ、なかなか思うようにいかなかったのです。初めて試合で投げた時は、緊張をしまい、練習通りに投げられず、ストライクが全然入らなかったのです。そんな時が続いてしまい、ピッチャーを諦めようとしていた時、監督にこう言われました。「もっと仲間を頼って投げろ」はっとしました。僕は自分一人で抑えようと、三振を狙ってしまうあまり力んでしまっていたのです。つまり、仲間を頼っていなかったのです。それが、仲間を頼って打たせる気持ちで投げるとストライクが入るようになりました。そして、同時にアウトが取れるようになり、不思議と三振も増えました。そうすると色々なものが見え、投げている時にサードの仲間に声をかけてもらうと、一人でやっているわけではないと安心し

ている自分がいることにも気づきました。

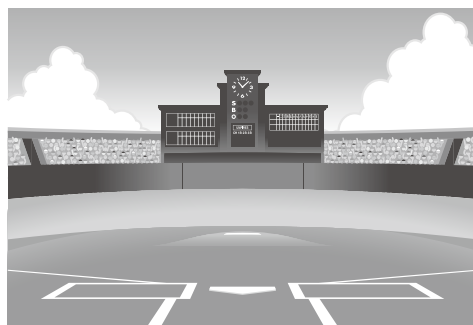
僕は野球を通して仲間を頼ることの大切さを学ぶことができました。だから今は、勝ちたい、もっと上手になりたいという思いはもちろんありますが、僕はそれプラス、人との関わりを学ぶためにも野球を続けています。ピッチャーとして仲間を頼ることはもちろん、仲間と一緒に準備や片付けをすることも大切なことです。

ただ、仲間を頼るためには、反対に仲間に頼ってもらう必要があります。そのために、仲間が困っている時や試合中に積極的に声を掛けることを大切にしています。野球は一人ではできないし、周りの支えがあってのものだということも忘れないようにしたいです。

クラブの仲間は、本当に良い仲間です。ずっと楽しいし、本気でやる時は本気でできる人たちばかりです。だから僕は、仲間との関係を大切にして僕の大好きな野球を続けていきたいです。

そして、実はもう一つ目標があります。僕の兄は基本自由な人で、小学校の時はよくけんかもしたけれど、野球をやっている時はいつもかっこよく、輝いていました。高校野球まで続け、ピッチャーとしてグラウンドに立つ姿は悔しいけれど、かっこいいのです。そして不思議と友達も多い兄。だから僕も高校でも野球を続けたいと思っています。これは軽い気持ちではありません。自分で決めた道です。

高校でも人との関わりを大切にして、今のような仲間を創りたいです。そして僕は憧れの「兄のようにになりたい。」



## 自分を変えよう

上麻生中学校3年 野中 心愛



今、皆さんががんばっているものは何ですか。勉強、部活、料理なんて人もいるかもしれませんね。

私ががんばっていることはダンスです。きっかけは3歳のころ「EXILE」の「WON'T BE LONG」を見て「カッコいい」と思ったことです。自然とやってみたいなと思い、それを聞いた母がダンス教室を探してくれました。

そして年中のころ、遂にダンスを始めました。ただ、人見知りだった私は、やりたいという気持ちはあったのに、「やだ。やりたくない。」といって、椅子の下に入り込んでしまっていました。ただやっている人たちを見ていることしかできず、あれだけカッコいいと思っていたのに、全く参加せずに終わる日もよくありました。

そんな私が変わることができた出来事がありました。ある日、小学生ぐらいの先輩が私に「一緒に踊ろう。」と声をかけてくれたのです。それが嬉しかった私は、その声のおかげで、勇気を出すことができました。そして、その日を境に先輩たちと一緒に踊ることができるようになりました。初めて練習した曲は「東方神起」の「Share The World」です。私は一生懸命取り組むことができるようになりました。さらには、難しい振り付けがあった時は自分から先生や先輩に

「分からないです。教えてください。」

と言えるようにもなりました。そうやって踊れるようになった時は「やったー。できたー！」と今までにない喜びがありました。

しかしその後、私は大きな壁にぶち当たりました。周りに馴染むことができず、さらには悪口や陰口と言われるようになってしまったのです。そんな時、母が「大丈夫？そういう人たちは気にしないよ。」と言ってくれたり、双子と一緒にダンスをしている姉が一人ぼっちの私と一緒にいてくれたりして、私に力をくれました。また、こんなこともありました。小4の頃です。ダンスの大きなイベントで、頼りに

していた姉と違うチームになり、また陰口に悩んでいたとき、チームの友達が陰口を言う人たちに「そんなことを言ったらだめだよ。」と注意してくれたのです。そのおかげで自信をもって踊れるようになり、私は初めて前の方の立ち位置に選ばれました。それが本当に嬉しくて、本番、大勢の人の前でもいつものように踊っている私がいました。終わった時は緊張よりも、ただただ楽しかったことを今でも覚えています。あんなに人見知りだった私が、です。

こうして、母や姉、先輩や友達のおかげでいろいろな壁を乗り越えることができ、私は少し変わったかなと思っています。そして私は気付いたことがあります。

それは、人は誰かの声かけや行動で変わることや成長することができるということです。「こんな自分嫌だ。変わりたい。」と書いていても、すぐに変わることはできません。けれど、誰かに声をかけてもらうと安心して、自然と変わろうと思うようになっていくのではないかなと思いました。ただここで気を付けないといけないのは、その「誰か」を待つだけではいけないということです。「恥ずかしい」「やりたくない」と思うことは誰でも経験したことがあると思いますが、その考えや意識を変えようと自分が思うことも大切です。この「自分を変えよう」と思う気持ちがあるから、周りの誰かの言葉や行動が自分の希望につながり、力となっていくのではないのでしょうか。人見知りだった私が、ダンスによって多くの人と出会い、こんなに自分を変えられたのです。

だからこれからも一生懸命ダンスを続けていきたいです。難しい振り付けもがんばります。そして次は私が困っている後輩に声をかけ、希望を与えられる存在になれるように、勇気を出して行動していきます。

## 野中さんの発表をきいて

- 困難を乗り越えたことは、間違いなく自分の思いの強さがあってのことだけど、周りの支えてくれた人たちのことを忘れずにいたことがすてきです。この経験が間違いなく、自分の強み、そして、誰かのためになりますね！
- 心愛さんは母や姉、先輩たちのおかげで壁を克服し、恥ずかしさや緊張感から逃げずに自分と向き合ってダンスができるようになったのですね。でもそれは皆のおかげというより自分自身を見つめようとする心愛さんの成長です。
- ダンスを語る笑顔がとても素敵でした。手振り、ジェスチャーもさすが美しい動きで話に引き込まれました。これからもダンスを通してたくさんの人と出会ってどんどん自己実現してってください。



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

## 今月のピックアップ情報

「清流の国ぎふ」文化祭2024

### 宇宙博特別企画展「月への挑戦ーアポロ計画から50年、人類は再び月を目指すー」を開催

岐阜かかみがはら航空宇宙博物館（愛称 宇宙博（そらはく））で、新企画棟の完成を記念して、特別企画展「月への挑戦」を開催します。  
期間中は、講演会、教室など様々な関連イベントもありますので、ぜひお越しください。



- 開催期間／10月12日（土）～令和7年3月9日（日）
- 場所／岐阜かかみがはら航空宇宙博物館（各務原市）
- 観覧料／無料（別途入館料が必要）
- 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



● 県の人口

1,916,092人（869人減）

※令和6年7月1日現在  
※（ ）内は前月との比較



県政広報テレビ番組  
「ぎふ県政ほっとライン」



ミナモだより【岐阜県広報】  
@Gifu_kouhou



「清流の国ぎふ」  
岐阜県ミナモだより



岐阜県  
@gigufifu >>>



ぎふチャン（8ch）データ放送  
「岐阜県からのお知らせ」配信中！

ボタンを押して  
地元情報をゲット！

「清流の国ぎふ」文化祭2024

### 第35回岐阜県農業フェスティバル・全国農福連携マルシェinぎふを開催

県内の農畜水産物や特産品が勢揃いする、県下最大の食と農のイベント「岐阜県農業フェスティバル」を開催します。これにあわせて、障がいがある方などが生産した農産物やその加工品を全国から集めた「全国農福連携マルシェinぎふ」を開催します。  
是非、ご来場いただき、岐阜県の食と農の魅力、農福連携商品の良さを感じてください。  
※申込不要（入場無料）



- 開催期間／10月26日（土）10:00～16:00  
10月27日（日）9:00～16:00
- 場所／県庁及び周辺（岐阜市）
- 問／農フェス ☎058(272)8417 農福マルシェ ☎058(272)8225



## 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



### 「清流の国ぎふ」文化祭2024 岐阜県高山市出身の左官 狹土秀平展覧会を開催します

日本の伝統的な左官技能を現代アートに昇華し、新たな世界を切り拓いている狹土秀平氏の作品展覧会を開催します。（無料）  
● とき／11月2日（土）～11月17日（日）  
※11月5日、11日は休館  
● ところ／岐阜県図書館楽書交流サロン（岐阜市）  
● 問／狹土秀平展覧会担当（（株）セレスポ名古屋支店）☎052(771)7510



### 「清流の国ぎふ」文化祭2024 「匠の国ぎふ」の技を支える 道具展を開催

「匠の国ぎふ」の伝統技術を継承するため、県内地場産業で使われている道具と、その道具が生み出す製品の魅力を紹介します。  
● とき／10月14日（月祝）～11月24日（日）  
10:00～18:00  
● ところ／飛騨・世界生活文化センター（高山市）  
● 料金／無料  
● 問／県文化伝承課 ☎058(272)8754



### 「清流の国ぎふ」文化祭2024 秋のローズフェスティバル ～秋薔薇&ガーデンマムコラボ～開催

しっとり美しい秋の薔薇と、カラフルなガーデンマムが織りなす壮麗なガーデンで、花々の競演をお楽しみください。  
● とき／10月19日（土）～11月10日（日）  
● ところ／ぎふワールド・ローズガーデン（可児市）  
● 料金／1,050円（高校生以下無料）  
● 開園時間／9:00～17:00（最終入園16:30）  
● 休園日／火曜日（10/22、29は特別開園）  
● 問／ぎふワールド・ローズガーデン  
☎0574(63)7373



### 「清流の国ぎふ」文化祭2024 薬草フォーラムの参加者を 募集します

● とき／10月31日（木）13:30～16:00  
● ところ／岐阜グランドホテル（岐阜市）  
● 定員／200人（先着順）  
● 料金／無料  
● 申込方法／専用ウェブサイトから申込  
● 申込期限／10月18日（金）  
● 問／県農産園芸課  
☎058(272)8439



### 「清流の国ぎふ」文化祭2024 ぎふ清流レクリエーション フェスティバル2024を開催

子どもからお年寄りまで、誰でも気軽に楽しむことができるイベントです。県内5圏域で開催する「ミナレク広場」では、どんなでも自由に参加できるレク体験コーナーなどを実施しますので、初めての方でもお気軽にご来場ください。  
● 問／（一社）岐阜県レクリエーション協会  
☎058(295)7257 詳細はこちら



### 岐阜県公式LINE 友だち募集中！

登録をして、お住まいの市町村や興味のある分野を選べると、防災情報や県からのお知らせを受け取れます。LINEの「友だち追加」画面から、ID検索または二次元コードを読み取って、ぜひ登録してください。  
● アカウント名：岐阜県  
● LINE ID：@gigufifu  
● 問／県広報課  
☎058(272)1115



この情報は令和6年8月30日現在のものです。  
県庁広報課 ☎058(272)1111（代）FAX ☎058(278)2506

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

月日	曜	木の国七宗コミュニティセンター	神淵コミュニティセンター	町民運動場
9/21	土	ザ・スマイル 9:00～ スポーツスクール卓球 19:30～	少年剣道 19:00～	学童岐阜県大会 9:00～
22	日			学童岐阜県大会予備日 9:00～
23	月	休館日	休館日	
24	火	サロンどひちそう 9:00～ 在宅医療、介護連携推進事業 9:00～ 健康ダンス 14:00～ 学びのとびら StepUp英会話中級 14:00～	いきいきキラキラ教室 10:00～ 七福神バンド 13:00～ 地域部活動説明会 18:30～	グラウンドゴルフ同好会 9:00～
25	水	七宗パソコンサークル 13:00～	在宅医療、介護連携推進事業 9:00～ 少年剣道 19:00～ 神淵歌謡同好会 19:00～ ラウラ(フラダンス) 19:30～	神淵グラウンドゴルフ 8:30～
26	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ 真向法体操七宗サークル レッキ教室 14:00～ ティンカーベル 14:00～ 学校統合準備委員会 19:00～ 康ちゃん卓球 19:30～	体育協会理事会 18:30～	
27	金	はつらつ貯筋教室 10:00～ 真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～ 学びのとびら 初めての古文書 13:30～	手編み同好会 13:00～ トールペイント 13:30～ 飛水太鼓 19:00～	グラウンドゴルフ同好会 9:00～
28	土	学びのとびら 気功教室 13:30～		
29	日			軟式野球大会 7:00～
30	月	休館日	休館日	
10/1	火	健康ダンス 14:00～ 学びのとびら StepUp英会話中級 14:00～		グラウンドゴルフ同好会 9:00～
2	水	パッチワーク(B) 13:00～ 七宗パソコンサークル 13:00～	結核検診 9:00～ はつらつ貯筋教室 10:00～	
3	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ 人権相談 10:00～ 真向法体操七宗サークル レッキ教室 14:00～ 康ちゃん卓球 19:30～ 青少年育成町民会議指導員定例会 19:30～	墨の友木曜会 18:40～	
4	金	はつらつ貯筋教室 10:00～ 真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	立志式 9:30～ 学びのとびら はじめてのクラフトかご作り 10:00～ 学びのとびら 己書神淵会場 13:30～ 飛水太鼓 19:00～	グラウンドゴルフ同好会 9:00～
5	土	スポーツスクール卓球 19:30～	第2保育園運動会(雨天のみ) 8:30～	スポーツ広場 準備 13:00～
6	日	ジュニアリーグ定例会 15:00～	墨の友日曜会 8:40～	スポーツ広場 8:30～
7	月	休館日	休館日	
8	火	民生委員児童委員連絡協議会 9:00～ 健康ダンス 14:00～ 学びのとびら StepUp英会話中級 14:00～	給食サービス 8:30～	グラウンドゴルフ同好会 9:00～
9	水	七宗パソコンサークル 13:00～ 学びのとびら 足ほぐしと肩こり解消ストレッチ～後期～ 14:15～	給食サービス 8:30～	
10	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ 乳幼児内科健康診査 12:00～ とんちんかん 13:30～ 真向法体操七宗サークル レッキ教室 14:00～ 康ちゃん卓球 19:30～	墨の友木曜会 18:40～	福寿会グラウンドゴルフ大会準備 13:00～
11	金	子育て支援センターボタンティア研修 9:00～ はつらつ貯筋教室 10:00～ 真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	学びのとびら 己書神淵会場 13:30～ 飛水太鼓 19:00～	福寿会グラウンドゴルフ大会 8:30～
12	土	探究の家「対話ワーク」 10:00～ スポーツスクール卓球 19:30～		
13	日		墨の友日曜会 8:40～	
14	月	休館日	休館日	
15	火	幼児歯科健康診査 12:00～ 健康ダンス 14:00～ 学びのとびら StepUp英会話中級 14:00～		グラウンドゴルフ同好会 9:00～
16	水	遊びの教室 9:00～ パッチワーク(B) 13:00～ 七宗パソコンサークル 13:00～		
17	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ ティンカーベル 14:00～ 真向法体操七宗サークル レッキ教室 14:00～ 康ちゃん卓球 19:30～	墨の友木曜会 18:40～ ヨガ 19:30～	
18	金	いきいきキラキラ教室 10:00～ 真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～ 学びのとびら 着物リメイク 14:00～	健康相談 9:30～ 学びのとびら 己書神淵会場 13:30～ 飛水太鼓 19:00～	グラウンドゴルフ同好会 9:00～
19	土			
20	日	JARL岐阜県支部 8:30～		A級ソフトボール大会 7:00～

※ 9月6日受付分まで



**ハロウィンジャンボ5億円**  
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)  
**ハロウィンジャンボミニ5,000万円**  
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

**9月17日火**  
**2種類同時発売!**  
発売期間 9/17(火)~10/17(木)  
抽せん日 10/25(金)  
**各1枚 300円**  
公益財団法人岐阜県市町村振興協会

## 広報ひちそう・七宗町ホームページに有料広告を掲載しませんか?

七宗町では、広報ひちそう及び七宗町ホームページに掲載する有料広告を募集しています。  
ご自身の会社やお店のPRなどに、ぜひご利用ください。

### 概要 [ 広報ひちそう ]

- 規 格 1 枠＝縦 60mm × 横 80mm
- 2 色刷り
- 掲載位置 町の指定
- 料 金 町内事業者 1 ヶ月 1,500円  
町外事業者 1 ヶ月 3,000円

### 概要 [ 七宗町ホームページ ]

- 規 格 1 枠＝縦 53ピクセル × 横 170ピクセル
- 掲載位置 町の指定
- 料 金 町内事業者 1 ヶ月 2,500円  
町外事業者 1 ヶ月 5,000円

**問い合わせ** 七宗町役場 総務課 行政防災安全係 ☎ 48-1111

## 令和6年度 広報健康レシピ

## 、筋肉を作ろう！健康レシピ！

### 🍴🥑 脂質を抑えたタルタルチキン南蛮

鶏むね肉は高たんぱく低脂質に加えて、アンチエイジング効果が期待できる成分も豊富に含まれています。鶏むね肉は揚げずに焼き、タルタルソースはマヨネーズを控えてヨーグルトを加えることで、食べ応えそのままに脂質を抑えました。

- 作り方**
- ① きゅうりと玉ねぎは 5mm の角切りにする。玉ねぎは 5 分ほど水にさらし、ペーパータオルで水けを絞る。
  - ② ボウルにきゅうり、玉ねぎ、A の調味料を入れて和えてタルタルソースを作る。
  - ③ 付け合わせのレタスは、1cm 幅の細切りにする。
  - ④ 鶏むね肉は分厚い箇所に入れて観音開きにする。1cm ほどの厚さになるよう均一にしたら、片栗粉を薄くまぶす。  
※肉の厚さを均一にすることで、火が通りやすくなる。
  - ⑤ フライパンにサラダ油を中火で熱し、鶏むね肉を並べる。3 分焼いて焼き色がついたら裏返し、さらに 3 分焼く。
  - ⑥ 弱火にしてペーパータオルで余分な油を拭き取る。甘酢の調味料を加えて絡めたら、取り出して食べやすい大きさに切る。  
※油を拭き取ることで、甘酢がしっかりと絡む。
  - ⑦ 器にレタスと鶏むね肉を盛り付け、フライパンに残った甘酢をかける。タルタルソースを添えて出来上がり。



- 材料 (2 人分)**
- ・鶏むね肉 (皮なし) 160g
  - ・片栗粉 適量
  - ・サラダ油 大さじ 1 と 1/3
  - ・しょうゆ 大さじ 2/3
  - ・酢 大さじ 2/3
  - ・砂糖 大さじ 2/3
  - ・きゅうり 20g
  - ・玉ねぎ 20g
  - ・プレーンヨーグルト 40g
  - ・マヨネーズ 大さじ 2/3
  - ・粗びき黒こしょう 少々
  - ・レタス 80g

上段：一人分の栄養価 下段：50～69歳 身体活動レベル「普通」の男性1日の栄養必要量

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンC	塩 分
241Kcal	20.4g	13.2g	43mg	0.6mg	7mg	1.1g
(2,450kcal)	(50g)	(54～69g)	(700mg)	(7mg)	(85mg)	★7.5g未満

★成人女性の塩分は、1日6.5g未満。高血圧の方は6g未満が目標です。