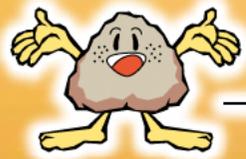


20億年前の石が発見された町

広報 **ひちしお**
HICHISO



2026
(令和8年)
3
No.636



日本最古の石博物館 土雛の飾り付け

令和8年4月1日から

七宗町役場の行政組

1階

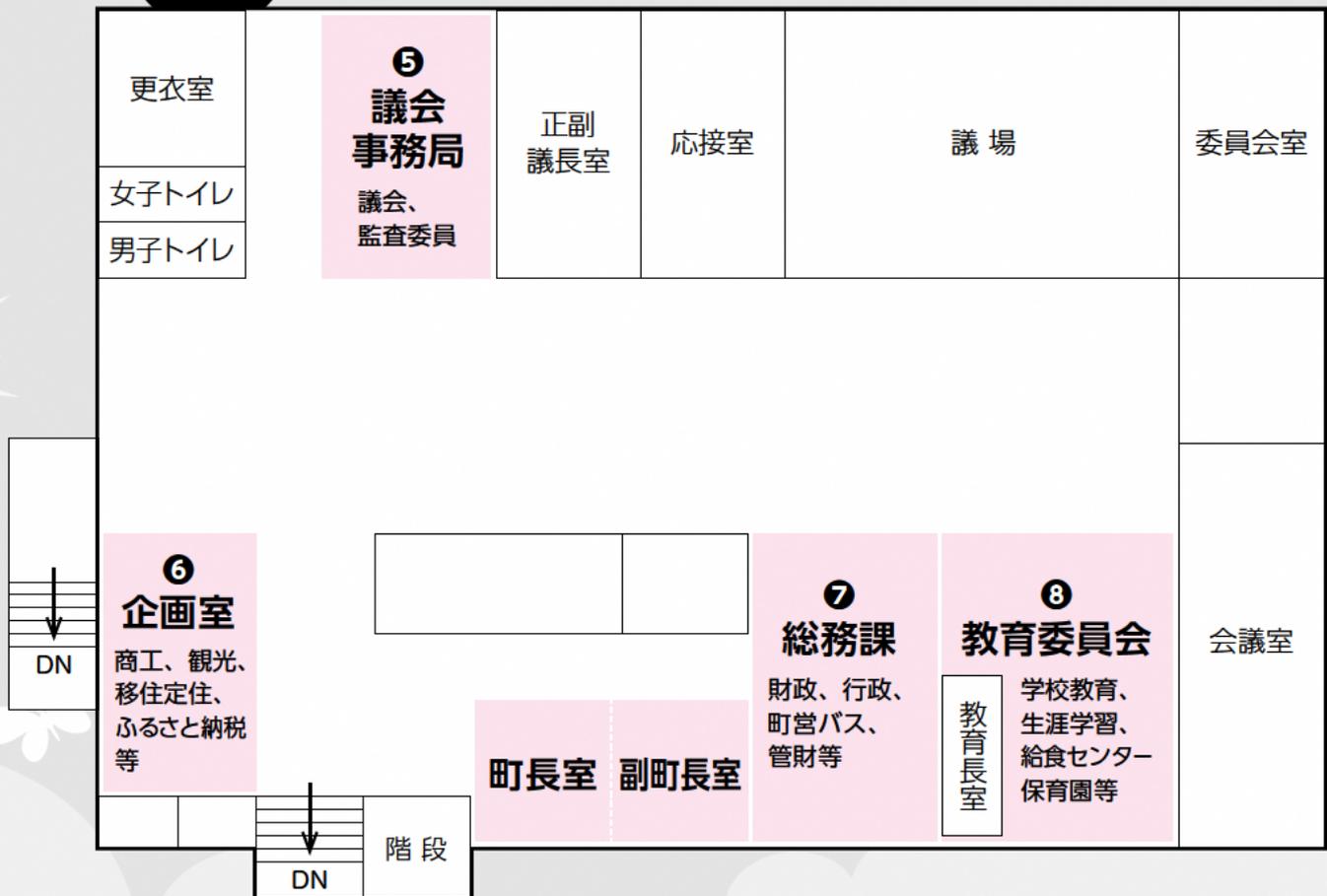


電話番号

- ① 住民課 0574-48-1144
- ② 健康福祉課 0574-48-1112
- ③ 会計室 0574-48-1428
- ④ 産業建設課 農務・林務 0574-48-1101
- 建設 0574-48-1113
- 水道管理所 0574-48-2216
- 生きがい健康センター 0574-48-2046

織が新しくなります。

2階



- ⑤ 議会事務局 0574-48-1489
- ⑥ 企画室 0574-48-2291
- ⑦ 総務課 0574-48-1111
- ⑧ 教育委員会 0574-48-1114
- 神測支所 0574-46-1111

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

1月

28

水

東濃信用金庫からの助成金

公益財団法人とうしん地域振興協力基金から、10万円の助成金をいただきました。

東濃信用金庫常勤理事総務部長の唐澤雅浩氏は「七宗町の地域振興にお役立てください」と話され、町長は「いつも助成いただきありがとうございます」とお礼を述べました。

今回いただいた助成金は、太鼓保存会衣装等購入事業に充てられます。



2月

5

木

9

月

プロジェクト1184

インフラメンテナンス大賞・手づくり郷土賞 ダブル受賞

地域の土木施設に愛着を持ってもらうことを目的として、小学生による飯高橋の塗り替えイベントなどを行った「プロジェクト1184」が、国土交通省の「インフラメンテナンス大賞」の優秀賞と、「手づくり郷土(ふるさと)賞」をダブル受賞しました。



2月5日には、塗り替えイベントに参加した上麻生小学校・神淵小学校の児童を迎え、インフラメンテナンス大賞受賞の報告会を行いました。

参加した児童は、「通学で通る橋がきれいになってよかった。これからも橋を大切に使いたいです」と話してくれました。

2月9日には、役場にて「手づくり郷土賞」の認定証伝達式が行われ、町長は「今後も取り組みを続けて、持続可能なまちづくりを進めていきたい」と述べました。





令和8年度 町税等納期一覧表

納期	町県民税(年4回) 軽自動車税(年1回)	固定資産税(年4回)	国民健康保険税(年10回)	上下水道料・住宅料・ 保育料・介護保険料・ 後期高齢者医療保険料 (年12回)
4月		第1期分 納期限: 4月30日		4月分 納期限: 4月30日
5月	軽自動車税 納期限: 6月1日		第1期分 納期限: 6月1日	5月分 納期限: 6月1日
6月	町県民税 第1期分 納期限: 6月30日		第2期分 納期限: 6月30日	6月分 納期限: 6月30日
7月		第2期分 納期限: 7月31日	第3期分 納期限: 7月31日	7月分 納期限: 7月31日
8月	町県民税 第2期分 納期限: 8月31日		第4期分 納期限: 8月31日	8月分 納期限: 8月31日
9月			第5期分 納期限: 9月30日	9月分 納期限: 9月30日
10月	町県民税 第3期分 納期限: 11月2日		第6期分 納期限: 11月2日	10月分 納期限: 11月2日
11月			第7期分 納期限: 11月30日	11月分 納期限: 11月30日
12月		第3期分 納期限: 12月25日	第8期分 納期限: 12月25日	12月分 納期限: 12月25日
1月	町県民税 第4期分 納期限: 2月1日		第9期分 納期限: 2月1日	1月分 納期限: 2月1日
2月		第4期分 納期限: 3月1日	第10期分 納期限: 3月1日	2月分 納期限: 3月1日
3月				3月分 納期限: 3月31日

- * 町県民税及び固定資産税の納付書は、全期前納用と第1～4期までの期別納付書と一緒に送付されています。期別納付される場合は、各期の納期限をご確認ください。
- * 納税は口座振替が便利です。七宗町指定金融機関（ゆうちょ銀行を含む）の窓口でお申し込みください。（お申し込み日により、口座振替の開始日が、翌月末からとなる場合がございますのでご注意ください）

問い合わせ 七宗町役場 住民課 ☎48-1144

土地価格等縦覧帳簿・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧について

土地・家屋の価格等を縦覧できる期間を下記のとおり設けています。
ご自身の資産と、同じ用途・構造などの他の土地や家屋の価格を比較することができます。

- **期 間** 4月1日(水)～4月30日(木)
午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）
- **場 所** 七宗町役場 住民課
- **縦覧出来る人** 七宗町へ固定資産税を納付している人
※納税義務者でない場合、又は法人の場合は、納税義務者の委任状が必要です。
※免税点未満の場合は、縦覧の対象外となります。
- **持 ち 物** 自己の納税通知書又は納税明細、身分を証する物（運転免許証など）
- **手 数 料** 無料（写しの交付は行いません）

問い合わせ 七宗町役場 住民課 ☎48-1144

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
3月29日	日	中部国際医療センター	美濃加茂市	66-1100
4月5日	日	佐藤クリニック	八百津町	43-1200
4月12日	日	中部国際医療センター	美濃加茂市	66-1100
4月19日	日	西田醫院	美濃加茂市	28-3371
4月26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
3月29日	日	おぐり歯科クリニック	八百津町	66-8074
4月5日	日	ヒロ歯科医院	美濃加茂市	25-2097
4月12日	日	アスナロ歯科クリニック	美濃加茂市	28-0050
4月19日	日	ファミリー歯科美濃加茂おとなこども矯正	美濃加茂市	25-0055
4月26日	日	カモ歯科クリニック	美濃加茂市	24-4181

●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7年度 第11回）

入札年月日 令和8年2月13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 教育課 教工第17号	加茂郡七宗町 上麻生地内	上麻生小学校体育館 電気引き込み工事	2,310,000	令和8年 2月13日	令和8年 3月30日	佛福電事業	2,399,100	96.29%
2 総務課 総工第2号	加茂郡七宗町 中麻生地内	中麻生地区横断歩道移設工事	3,740,000		令和8年 3月31日	中部興業㈱	3,967,700	94.26%
工事計 2件			6,050,000		-	-	6,366,800	95.02%
合計 2件			6,050,000		-	-	6,366,800	95.02%

税務署からのお知らせ

毎年4月は20歳未満飲酒防止強調月間です。

20歳未満の者の飲酒は法律で禁止されています。

令和4年4月に民法の成年年齢は18歳に引き下げられましたが、お酒に関する年齢制限は20歳のまま維持されています。



七宗町農業委員会よりお知らせします

農業委員の公募について

令和8年7月19日の任期満了にともない、新たに農業委員を募集します。

● 農業委員の公募

農業委員は、農業に関する識見を有し、農業委員会の職務を適切に行うことができる方から町長が議会の同意を得て任命します。

募集人数	14人
応募方法	<p>推薦（一般推薦・団体推薦）または応募</p> <p>■推薦または応募される場合は、下記の推薦書又は応募申込書に必要事項を記入のうえ、持参又は郵送してください。</p> <p>① 農業委員会委員候補者推薦書（一般推薦書） ② 農業委員会委員候補者推薦書（団体推薦書） ③ 農業委員会委員候補者応募申込書</p>
職務内容	<ul style="list-style-type: none"> ● 農地法などによりその権限に属した事項（権利移動、転用の審査） ● 農地の利用最適化の推進 ● 遊休農地の解消、発生防止 等
募集期間	令和8年4月3日(金)～令和8年4月30日(木)
任期	令和8年7月20日～令和11年7月19日（3年間）
応募用紙	七宗町農業委員会事務局（七宗町役場）・神淵支所で受け取るか町ホームページからダウンロードしてください。
提出先等	<p>七宗町農業委員会事務局（七宗町役場） 午前8時30分～午後5時15分（閉庁日を除く） 募集期間最終日の午後5時15分必着です。 （郵送の場合は、募集期間最終日の消印有効）</p>
その他	<ul style="list-style-type: none"> ● 推薦又は応募をいただいた後、関係法令などに基づき審査を行い、候補者を決定します。 ● 法律等の規定により推薦書及び応募申込書に記載された事項は、住所事項を除き全て公表されますのであらかじめご承知ください。

問い合わせ 七宗町農業委員会事務局（七宗町役場） ☎48-1101（直通）

岐阜県精神保健福祉センター

電話：058-231-9724
 平日/午前9時～午後5時（祝日除く）

こころのケア専用ダイヤル

電話：090-5610-7578
 月・水・金/午前10時～正午・午後1時～3時（祝日除く）

いのちの電話（一般社団法人 日本いのちの電話連盟）

電話：0120-783-556
 毎日/午後4時～午後9時
 毎月10日/午前8時～翌日午前8時

電話：0570-783-556
 毎日/午前10時～午後10時



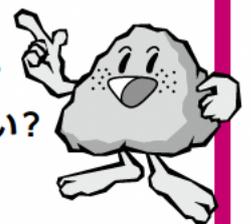
急な病気やケガで
 病院に行くほうがいい？
 救急車を呼ぶほうがいい？
 もし迷ったら

救急安心センターぎふ

#7119

救急だと思ったら
 ためらわずに
 119番通報を

ダイヤル回線、IP電話
 などつながらないときは **058-216-0119**



子ども・子育て支援金制度が4月より開始します

「子ども・子育て支援金制度」とは？

「子ども・子育て支援金制度」は、全世代や企業の皆様から**支援金を拠出**いただき、それによる**子育て世帯に対する給付の拡充**を通じて、**こどもや子育て世帯を社会全体で応援する仕組み**です。



支援金はいつから始まるの？

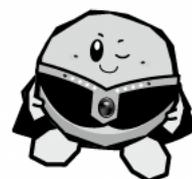
- 支援金は**令和8年4月**から医療保険税(料)とあわせて拠出します。
- 七宗町国民健康保険に加入している方は、**令和8年8月頃**に送付する**令和8年度国民健康保険税納税通知書**、岐阜県後期高齢者医療保険に加入している方は、**令和8年7月頃**に送付する**令和8年度後期高齢者医療保険料額決定(変更)通知書**をご覧ください。
- 社会保険に加入している方は、お勤め先などへご確認ください。



支援金はどの事業に充てられるの？

支援金は下記の6つの事業に充てられます。

- ① 児童手当の拡充 (令和6年10月分から拡充)
- ② 妊婦のための支援給付 (令和7年度から制度化)
- ③ 育児時短就業給付 (令和7年度から実施)
- ④ 出生後休業支援給付 (令和7年度から実施)
- ⑤ 育児期間中の国民年金保険料免除 (令和8年10月から実施)
- ⑥ こども誰でも通院制度 (令和7年度は希望自治体、令和8年度より全国実施)



子ども・子育て支援金制度についてもっと知りたいときは

子ども家庭庁の
HP (概要説明)

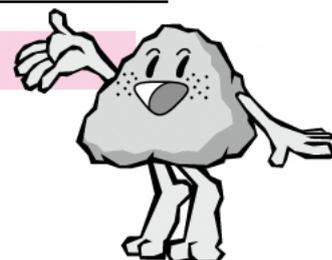


担当職員による
紹介記事



電話での問い合わせ

七宗町役場 住民課
☎ 48-1144 (直通)



福祉医療費受給者証が新しくなります

1 いつから変更になるのか

令和8年4月1日から新しい受給者証に変わります。(使い方は、今までと同じです)

※今お持ちの受給者証は令和8年3月31日まで使用することができます。

期限が過ぎましたら個人情報に留意しご自身で破棄してください。

2 制度の変更内容とは

全国的に採用されている公費負担番号を使用した助成方式を岐阜県も導入することになりました。

それにより、現在は岐阜県外で受診した場合、自己負担分を窓口で支払った後に役場へ申請をする必要がありました。制度の変更により県外でも窓口で助成を受けられる場合があります。

ただし、全ての都道府県で一斉に始まる制度ではないため、今までどおり窓口で自己負担分を支払うことがあります。

3 新しい受給者証はいつ届くのか

現在受給者証をお持ちの方に令和8年3月中に郵送します。(申請不要)

The image shows five overlapping forms of the '福祉医療費受給者証' (Welfare Medical Fee Recipient Certificate). The forms are for different categories: 乳幼児 (Infant/Child), 父子家庭 (Father's Family), 母子家庭等 (Mother's Family, etc.), 小・中学生 高校生 (Elementary/Middle/Junior High School Students), and 重度 (Severe). The '重度' form is highlighted with a pink border. Each form contains fields for '負担者番号' (Burden Number), '受給者番号' (Recipient Number), '居住地' (Residence), '氏名' (Name), '生年月日' (Date of Birth), '有効期間' (Validity Period), '発行機関名' (Issuing Agency Name), '及び印' (Seal), and '交付年月日' (Date of Issuance). The '重度' form also includes a field for '発行機関名' (Issuing Agency Name) with '岐阜県 七宗町長' (Gifu Prefecture, Shichu Town Mayor) and a red seal.

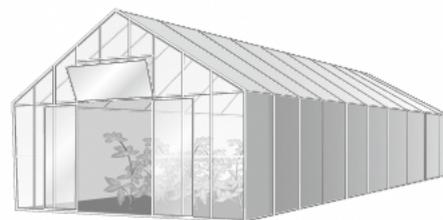
問い合わせ

七宗町役場 健康福祉課 福祉係 福祉医療担当 (生きがい健康センター内)

☎48-1112

令和8年度 七宗町農業振興（パイプハウス設置）事業補助金の交付について

標記の件につきまして、就農者や定年帰農者への支援と高齢者や女性の生きがいとしての農業確立及び地産地消の推進と遊休農地の利用促進並びに、農作物直売所の更なる活用を促し農業所得の向上を図ることで七宗町の農業振興に寄与することを目的とし、補助金を交付しますので、ご活用ください。



なお、補助金の交付にあたっては購入前に申請が必要となりますので、お手数ですが事前に担当係までご連絡ください。

補助対象

七宗町に住所を有し、町内の農地に作物を栽培する目的でパイプハウスを設置しようとする者で、パイプハウスの資材購入費のみとする。

補助条件

この補助事業を受けて設置したパイプハウスで収穫した園芸作物の全部又は一部を出荷しようとする者。

補助金額

購入費の1/2以内とし、1,000円未満を切り捨てた額とする。但し、補助限度額は100,000円とする。

申請期限

令和8年4月1日から令和9年2月1日まで

問い合わせ

七宗町役場 ふるさと振興課 農林係
〒509-0492 岐阜県加茂郡七宗町上麻生2442番地3
☎48-1101 FAX 48-2239

鳥獣害に対する電気柵等の補助金の交付について

標記の件につきまして、鳥獣害からの被害を減少し、農家の生産意欲の低下防止及び農地の有効利用を促進する事を目的とし、電気柵等の補助金を交付しますので、ご活用ください。

補助対象

町内にある農地において栽培する水稻、路地野菜等について鳥獣害の被害から農作物全般を守るため、また野生鳥獣の緩衝地帯（バッファゾーン）の整備に対する措置として購入したもの。

- (1) 電気式防護柵（バッテリーなどを電源とした電気柵）
ネット、トタンなど防護柵、防草ネット、防草シート、
- (2) 刈払機の消耗品、燃料
- (3) 除草剤（鳥獣害の被害防止のために散布する薬剤に限ります）

補助金額

購入費の1/2以内とし、100円未満を切り捨てた額とする。但し、補助限度額は30,000円（うち刈払機の消耗品に係るものについては5,000円）とする。

申請期限

令和8年4月1日から令和9年2月1日まで
※令和8年3月31日以前、および令和9年2月1日から令和9年3月31日の間に購入された分は対象になりません。

問い合わせ

七宗町役場 ふるさと振興課 農林係
〒509-0492 岐阜県加茂郡七宗町上麻生2442番地3
☎48-1101 FAX 48-2239

2026年度 し尿汲み取り日程表

地域名	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
神 淵	7(火)	12(火)	2(火)	7(火)	4(火)	1(火)	6(火)	4(水)	1(火)	5(火)	2(火)	2(火)
	14(火)	19(火)	9(火)	14(火)	12(水)	8(火)	13(火)	10(火)	8(火)	12(火)	9(火)	9(火)
	21(火)	26(火)	16(火)	21(火)	18(火)	15(火)	20(火)	17(火)	15(火)	19(火)	16(火)	16(火)
	28(火)		23(火)	28(火)	25(火)	29(火)	27(火)	24(火)	22(火)	26(火)	24(水)	23(火)
			30(火)									30(火)
上麻生 中麻生 川 並	3(金)	1(金)	5(金)	3(金)	7(金)	4(金)	2(金)	6(金)	4(金)	8(金)	5(金)	5(金)
	10(金)	8(金)	12(金)	10(金)	14(金)	11(金)	9(金)	13(金)	11(金)	15(金)	12(金)	12(金)
	17(金)	15(金)	19(金)	17(金)	21(金)	18(金)	16(金)	20(金)	18(金)	22(金)	19(金)	19(金)
	24(金)	22(金)	26(金)	24(金)	28(金)	25(金)	23(金)	27(金)	25(金)	29(金)	26(金)	26(金)
		29(金)		31(金)			30(金)					

お
願
い

- 指定日以外での汲み取り(下水道への切り替えや緊急の場合含む)は、事業者へお問い合わせください。
- 土曜日、日曜日、祝日は処理場が休業日のため汲み取りが出来ません。
- 年末に汲み取りを希望される場合は、2026年12月18日(金)までにお申し込みをお願いします。
- 年末年始は2026年12月29日(火)から2027年1月3日(日)まで休業いたします。
- 清潔に汲み取るため、バケツ一杯の水のご用意をお願いします。

申し込み・問い合わせ 美濃加茂衛生株式会社 ☎26-0013 FAX 26-0125

有
料
廣
告

食べやすいひとくちサイズ



¥350 (80g)

からだに嬉しい“おから効果”郷土で愛される銘菓

¥500 (150g)

新
発
売

“おから”有平巻
Okara Arihei roll

● 飛水食品有限公司 岐阜県加茂郡七宗町上麻生 254 番地 1 TEL 0574-48-2018

わくわく体験館のガラス工芸講座

＼ ガラス工芸の体験をしてみませんか /

わくわく体験館では、火曜日及び祝日の休館日を除き各種の体験講座を実施しています。普段見慣れているガラスを使い自分の作品を作り出す楽しさを是非体験してみてください。(土日は、混み合うことがありますので、早めの電話予約をお願いします)

講座名 ①吹きガラス体験 ※作品は後日のお渡しとなります

【内容】 パイプにとけたガラスを巻き取り、息を吹き込んで成形します。

- コップ1個作る60分コース 対象：小学5年生以上 参加費：2,500円
- コップ2個以上作る90分コース 対象：小学5年生以上 参加費：5,500円
- ペーパーウエイト60分コース 対象：小学3年生以上 参加費：2,000円



講座名 ②トンボ玉体験

【内容】 バーナーの炎で色ガラスの棒を溶かし、トンボ玉をつくります。仕上げは、チョーカーやキーホルダーなどを付けて完成です。

- 1個作る60分コース 対象：小学3年生以上 参加費：1,800円
- 花模様のトンボ玉を作る120分コース 対象：小学3年生以上 参加費：3,000円



講座名 ③ステンドグラス体験

【内容】 色ガラスを組み合わせハンダ付けをし、鏡や小箱、おやすみランプを作ります。
対象：小学5年生以上 参加費：3,600円



講座名 ④その他

サンドブラスト (1,500円4歳以上)、フュージング (2,500円小学1年生以上)、ヴェネチアンアクセサリー (1,500円小学1年以上)などがあります。



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

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ぬこととされました。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

害虫駆除なら岐阜のサンアイへ(ムカデ・スズメバチ・コウモリ・ハト撃退)

害虫駆除はサンアイ

岐阜 愛知 三重

ムカデ・スズメバチ・コウモリetcの
撃退・退治のプロが勢揃い!!



害虫が出た…(><;) まずは電話、メールで!!

☎ 通話無料 オ! ニ ク イ ム シ

0120-029164

第1回 公務員 合同説明会

参加時間自由

入場無料/予約不要



関

2026 4.18 (土) 10:00~16:00

参加団体

わかくさ・プラザ学習情報館1階「多目的ホール」
(関市若草通2丁目1番地)

- ・ 関警察署
- ・ 中濃消防組合消防本部
- ・ 郡上市消防本部
- ・ 笠松刑務所
- ・ 関市役所
- ・ 郡上市役所
- ・ 防衛省自衛隊

※最新の参加団体情報はQRコードよりご確認ください。

美濃加茂

2026 4.19 (日) 10:00~16:00

参加団体

可茂総合庁舎5階「大会議室」
(美濃加茂市古井町下古井2610-1)

- ・ 加茂警察署
- ・ 可児警察署
- ・ 可茂消防事務組合
- ・ 海上保安庁第四管区海上保安本部
- ・ 笠松刑務所
- ・ 坂祝町役場
- ・ 御嵩町役場
- ・ 防衛省自衛隊

※最新の参加団体情報はQRコードよりご確認ください。

お問い合わせは、下記の事務所まで

自衛隊岐阜地方協力本部美濃加茂地域事務所

〒505-0034 美濃加茂市古井町下古井2610-1 可茂総合庁舎4F
TEL : 0574-25-7495 mail : minokamo7-gifu@rct.gsdf.mod.go.jp



＼コグニサイズ認定指導者が「楽しく」「分かりやすく」指導 /

いきいき **キラキラ** 教室

手軽にできる運動や講話で認知症予防を学びましょう！

認知症は誰にでも起こりうる「脳の病気」と言われています。

「物忘れが心配になってきた…」「予防したい!」という方のために

☆コグニサイズを取り入れた「**認知症予防教室**」を開催します☆

※コグニサイズとは、国立長寿医療センターが開発した運動と認知課題を組み合わせた取り組みの総称です。

対象者

おおむね65歳以上の七宗町民で

- 認知症予防に興味がある方
- 認知症や物忘れが気になる方
- ご家族で認知症の疑いがある方 など

どなたでも
参加できます

講師

のぞみの丘ホスピタル 理学療法士(コグニサイズ認定指導者) など

持ち物

水分補給用の飲み物、
タオル、上靴

時間

木の国七宗コミュニティーセンター
10時00分～11時30分

令和8年度 教室日程

木の国七宗コミュニティーセンター		【金曜日開催】	
5月	8日、22日	11月	13日、27日
6月	19日、26日	12月	11日
7月	10日、24日	R9 1月	15日、29日
8月	14日、28日	2月	12日、19日
9月	4日、25日	3月	12日
10月	9日、23日		



はつらつ貯筋教室と別日ですので両方の教室に参加が可能です。

参加費無料！お申し込みお待ちしております！

申込先

健康福祉課 地域包括支援センター

☎ 0574-48-1112

スマートフォンから申し込みできます！



【申込期限】

4月17日金

この教室は、岐阜県健康・スポーツポイント事業対象事業です

健康だより

健康カレンダー

健康相談

▼乳幼児・成人健康相談

4月 3日(金) 午前9時30分～11時
生きがい健康センター

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。健康福祉課健康係(生きがい健康センター内)までご連絡ください。

▼1歳児相談

4月21日(火) 午後1時～3時30分
生きがい健康センター

《対象者》R7.4. 1～R7.4.30生

※対象の方には個別通知します。

▼母子健康手帳交付

★個別予約制で実施します。健康福祉課健康係(生きがい健康センター内)までご連絡ください。

所要時間は、1時間から1時間30分です。

(持ち物) ①妊娠届出書

②マイナンバーカード

健診

▼幼児歯科健康診査

4月21日(火) 午後1時～3時30分
生きがい健康センター

《対象者》

1歳6か月児：R6. 7.23～R6. 9. 5生

2歳児：R6. 3.11～R6. 4.21生

2歳6か月児：R5. 9.10～R5.10.21生

3歳児：R5. 1.23～R5. 3. 5生

※対象の方には個別通知をします。

教室

▼あそびの教室

4月15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》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

令和8年4年より電話番号が 48-2046 に変わります！

今月の健康コラム / こころの病気の話

心の病気には、様々な種類や症状があります。精神症状ではなく、体に病状が出てくる場合もあり、治療法もそれぞれで異なります。下記はストレスが引き金となり引き起こされるこころの病気の一例です。

うつ病

強いストレスなどをきっかけに脳の機能障害が起きた状態です。憂うつな気分や意欲低下、睡眠障害、頭痛など様々な不調を引き起こします。進行すると生きる気力を失い、自殺願望を抱くようになります。

適応障害

ストレスが要因となって、気分の落ち込みや意欲の低下、不眠、食欲不振など、心身に不具合が起きる病気です。不安感を引き起こす原因がはっきりしているケースが多く、原因から離れることで症状の改善が見込まれます。

心身症

ストレスの影響が体の不調となって現れる身体疾患の総称です。原因は心理的なストレスにあるため、疾患に応じた専門内科と心療内科の双方からアプローチが必要なケースもあります。

パニック障害

突然前触れもなく、動機、息苦しさ、めまいなどの発作が起き、日常生活に支障をきたす病気です。「また発作が起きるのでは？」などと不安になり、発作が起きやすい場所や状況を避けようとして外出できなくなってしまうことがあります。

摂食障害

ストレスや不安、悩み、ダイエットなどが引き金となり、食べる量を自分でコントロールできなくなる病気です。患者の多くは女性で、思春期に発症することが多いのが特徴。拒食症と過食症があり、心の奥に強いやせ願望と肥満恐怖があります。

アルコール依存症

ストレス発散などのために始めた飲酒が習慣化してしまい、飲酒量をコントロールできなくなった結果、社会生活が困難になってしまう脳の病気です。自分では抜け出すことができないため、専門の治療が必要になります。

<心の不調を放っておいてはいけません！>

「気分の落ち込みが続いている」「よく眠れない」「食欲がない」など、心や体に現れた変化は、こころの病気のサインかもしれません。「ちょっと疲れただけ」などと言って放っておくと、深刻な状態に進行してしまいます。気になる症状が続いていたら、迷わずに医療機関を受診しましょう。

●精神科

うつ病や不安障害など、精神症状が顕著な心の病気全般を取り扱っています。

●心療内科

心身症やうつ病など、ストレスが体の症状に現れる病気の治療を行っています。

●可茂保健所(可茂総合庁舎内)

精神科医師による「こころの健康相談」を毎月無料で実施しています。予約制です。

電話：0574-25-3111

七宗町の人口

人口	3,037人	(-15)
男	1,453人	(-8)
女	1,584人	(-7)
世帯数	1,376世帯	(-6)

内訳	出生	2人	死亡	9人
	転入	2人	転出	10人

令和8年3月1日現在
(外国人を含めた数となっています)

出生

地区名	出生児	性別	保護者
中麻生下	やまうち 山内 ゆいと 悠愛	男	山内 泰輝

お悔やみ

地区名	死亡者	年齢	親族
野々古屋	佐伯 和子	92歳	佐伯 隆宏
下川	森 めみ子	95歳	森 一也
葉津	塚本 錠作	93歳	塚本 敏広
本郷下	渡邊 利美	67歳	渡邊 政秀
飯高	鈴木 ふみゑ	92歳	鈴木 秀樹
本郷下	井戸 鋭子	83歳	井戸 守男



3月の税・料

- 固定資産税 第1期分
- 介護保険料 4月分
- 後期高齢者医療保険料 4月分

納期限 令和8年4月30日

※納付は口座振替が便利です

無料相談

法律相談

期日 / 4月2日(木)
時間 / 午後1時～4時
会場 / 木の国七宗
コミュニティーセンター

※法律相談をご希望の方は、七宗町社会福祉協議会までお申し込みください。



働くみんなに、
大きな安心。

中退共は、60年で110万社以上の中小企業にご利用いただいている国の退職金制度です。

中退共 小企業退職金共済制度

安心

確実な退職金支払
安心の資産運用

有利

掛金は全額非課税
掛金の一部を国が助成

簡単

外部積立型で管理が簡単
退職金試算額もお知らせ



詳しくはホームページをご覧ください。 [中退共](#) [検索](#)



(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部

〒170-8055 東京都豊島区東池袋1-24-1
TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211

文芸七宗

◆ 鬼追わず豆少少の福は内

◆ 立つ厨一輪ざしの紅の梅

長谷川 美登里

◆ 衣更着や孫の懐姓夫婦来

◆ 春浅し座卓の梅もほころびて

後藤 ひさ

◆ しみわたる二胡のひびきや春の風

◆ 中庭のさわに明るく福寿草

井戸 和子

◆ 着信のメロデー弾み春光る

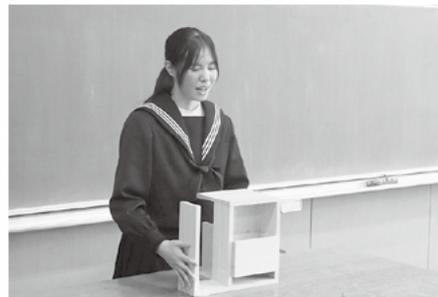
◆ 一滴の離れて光る雪霽

福井 保子

中学生創造ものづくり教育フェア

★木工チャレンジコンテスト

- 中学校3年生 長島 明依さん **全国大会 文部科学大臣賞**
- 中学校1年生 戸谷 柚月さん **岐阜県大会 2位**
- 中学校1年生 加藤 美織さん **岐阜県大会 3位**



★創造アイデアロボットコンテスト

- 基礎部門 チーム名「七宗石楠花」 **全国大会 優秀賞**
中学校2年生 松山 琉香さん、渡邊 璃乃さん
- 応用・発展部門 チーム名「七宗賢岩」 **全国大会 優秀賞**
中学校3年生 加納 煌彗さん、塚本 統也さん、
塚本 悠仁さん、福井 愛乃さん
- 計測制御部門 チーム名「七宗向日葵」 **東海北陸大会 6位**
中学校3年生 中島 遙太さん



★「あなたのためのおべんとう」コンクール

- 中学校3年生 戸谷 美紅さん **全国大会 東京都公立中学校PTA協議会会長賞**
- 中学校3年生 福井 菜月さん **全国大会 東京都公立中学校PTA協議会会長賞**

保育園 節分会

2月3日(火)両保育園において節分会が行われました。

第1保育園では、園児が互いにつくった鬼の面を見せあった後、第2保育園では先生たちが節分の伝統を劇で説明した後、おこりんぼ鬼やなまめけもの鬼など、園児たちの心の中の鬼に豆を投げてもらいました。

第2保育園では福寿会の皆さんもいっしょになって豆を投げてもらいました。

その途中で鬼が登場して、大迫力の鬼に負けて泣き顔の園児もいましたが、怖がりながらも豆を投げて見事鬼を追い払いました。



第1保育園



第2保育園

七宗町子ども会育成会主催 ふれあい子どもフェスティバル

2月8日(日)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のふれあい子どもフェスティバルが行われました。

異年齢間の交流を目的に開催され、園児と児童合わせて38名が参加してくれました。

オリジナルこまづくり、その後、餅つきが行われ、参加者は普段接することの少ない園児、児童と積極的にふれあい、異年齢間の絆を深めました。



子どもたちは「こまが横向きにまわった」「昔の遊びができた」「お餅がおいしかった」など感想を述べていました。怪我がなく、みんなで協力し合って体験することができました。



この事業経費には、各子ども会育成会からいただきました、会費を充てさせていただいています。

七宗町スポーツ少年団募集

七宗町スポーツ少年団本部では、新たな活躍の場として令和8年度の新規団員を募集しております。

私たちと一緒にスポーツをしませんか？初心者でも大歓迎です！



神剣剣道

剣道を通して、礼儀正しく強い心と、人を思いやる心、そして、たくましい体をつくります。

対象年齢は小学校1年生から中学校3年生まで！

神剣コミュニティーセンターで活動しています。

坂祝ホワイトセブン (坂祝・白川・七宗連合野球チーム)

毎週土曜日、日曜日に練習を行っています。

対象年齢は小学校1年生から小学校6年生まで！

七宗町民運動場もしくは坂祝町民グラウンドで活動しています。



後期チャレンジクラブ

2月21日(土)木の国七宗コミュニティーセンターにおいて後期チャレンジクラブが行われました。最後は、「スポーツを楽しもう」「ランチ教室」「スポーツ吹矢」です。

カローリングでは「ねらうのが難しかった」ランチ教室では「みんなで協力して料理ができた」スポーツ吹矢では「いっぱい点が取れてよかった」などと述べていました。

からだを動かし、食を楽しみ、心を整える充実した一日になったと思います。



図書室からのお知らせ

図書室に新しい本が並びました。今回は新しい本の中から「発酵」をテーマにした本を紹介します。令和8年度「学びのとびら」でも「からだ喜ぶ発酵調味料」の講座が予定されています。「発酵」のふしぎを本で感じてみてください。

●小雪と発酵おばあちゃん



発酵食大好きな小雪さんが、発酵食作りの達人である日本各地の発酵おばあちゃんを訪ねる番組が書籍化されました。大切に受け継がれてきた発酵の文化と美味しさを未来に伝えます。

小雪／語り手

NHK「小雪と発酵おばあちゃん」制作班／監修
〈出版社〉産業編集センター

●毎日納豆ごはん365日

納豆ごはんがあればそれでいい。お家にあるもので毎日楽し365レシピ。毎日食べても飽きないのが不思議ですね。納豆が好きな人はもちろん、苦手な人にもおすすめです。

おこべやん／監修
〈出版社〉自由国民社



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





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

PICKUP

「県政モニター」「こども若者県政モニター」募集！

県では、「県民の声」を県政に反映させるため、「意見を伝えてみたい」「県政に関わってみたい」という方を募集します。県の施策や取り組みについて、Webアンケートで日常生活の視点から率直な意見を伝える活動です。皆さんの応募をお待ちしています。 ■問/県広報課

応募期間

令和8年
3月26日～
5月31日まで



県政をもっと身近に！

岐阜県県政モニター

暮らしの中で感じたことをアンケートで
伝えませんか？専門知識は不要、誰でも参加できます！



特典 令和9年5月末まで何度でも使える、県施設(9箇所)の無料入場券をプレゼント！

応募資格 県内在住の18歳以上の方(令和8年4月1日時点)

募集人数 600人
(応募多数の場合抽選)

活動内容 年4回(1回あたり30問程度)のWebアンケートへの回答

※個人のパソコンやスマートフォンなどでアンケート調査に回答できる方

岐阜県の未来を一緒に創ろう！

岐阜県こども若者県政モニター

こども若者の意見を県政に届けよう！
全問回答して、知事と意見交換しよう！



特典 全てのアンケートに答えると、すてきなプレゼントがもらえます！

応募資格 県内在住の小学生・中学生・高校生世代の方(平成20年4月2日～令和2年4月1日生まれ)

募集人数 600人
(応募多数の場合抽選)

活動内容 年4回(1回あたり15問程度)のWebアンケートへの回答

※個人のパソコンやスマートフォンなどでアンケート調査に回答できる方(保護者のサポートがあれば回答できる方も対象です)

TOPICS

この春からの岐阜県広報

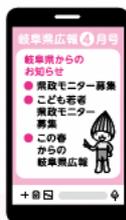
広報紙に加え、ホームページやSNS、テレビ、ラジオなど多彩なメディアを通して、県政情報を幅広くお届けします。

01 広報紙「岐阜県からのお知らせ」

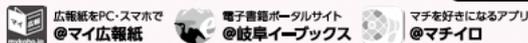
4月号から紙面をリニューアル！県民のみなさんにお伝えしたい情報をわかりやすく掲載していきます。

LINE 岐阜県

広報紙を配信するほか、防災や暮らしに役立つ情報、イベントのお知らせなどを、あなたのスマホにお届けします。ぜひ友だち登録をお願いします。



広報紙は、スマホやタブレットでも読めます。



紙面に載せきれない、最新のイベントや募集・案内などは岐阜県公式ホームページ「イベントカレンダー」に多数掲載しています。



02 県公式SNS

工夫を凝らした発信で、県の情報を気軽に入手できます。

Instagram【公式】岐阜県広報

Facebook 岐阜県広報

県政情報やイベント案内、県の魅力発信、ショートドラマなどを投稿

YouTube「岐阜県広報」

知事記者会見や県政の話題、県が制作した映像コンテンツを配信

X【公式】岐阜県広報

県からのお知らせや、イベント、募集案内などの情報をポスト

2次元コードから、岐阜県公式SNSにアクセス！
LINEの友だち登録もこちらから



岐阜県公式SNS

03 テレビ・ラジオ番組

4月から県政広報番組がリニューアル！

テレビ番組	ぎふチャン	ワクワクNavi #岐阜県広報 毎週月曜日 19:00～20:00に2分間のスポット番組を初回放送。再放送週4回
		ぎふ県だより 毎週金曜日 21:00～21:54の情報番組内で放送

ラジオ番組	FM	エフエム岐阜	ギフトピ 毎週金曜日 17:40～17:45 ※コミュニティFM各局でも放送
	AM (一部FM)	ぎふチャンラジオ	GIFUインフォメーション 毎週火～金曜日 7:47～7:52 週刊ぎふタイム 毎週水曜日 17:10～17:15 ぎふ県だより 毎週金曜日 17:10～17:13

県広報課 ☎058(272)1111(代)

この情報は令和8年2月27日現在のものです。

月日	曜	木の国七宗コミュニティセンター	神洲コミュニティセンター	町民運動場
3/21	土	七宗卓球 19:30～	交通安全協会 18:30～	
22	日			
23	月	休館日	休館日	
24	火	サロンどひちそう 9:00～	給食サービス 8:30～	グラウンドゴルフ同好会 9:00～
		スポーツ振興推進協議会 19:00～	ミニバレー同好会 19:00～	
			ゴールドクラブ 19:20～	
			ラウラ 19:30～	
25	水	七宗パソコンサークル 13:00～	給食サービス 8:30～	
		学びのとびら 骨盤コンディショニングヨガ 14:15～	神小6年 13:00～	
26	木	さくらの会 9:00～		
		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～		
		康ちゃん卓球部 19:30～		
27	金	真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	消防団入隊団式準備 13:00～	グラウンドゴルフ同好会 9:00～
			手編み同好会 13:00～	
			トールペイント 13:30～	
			飛水太鼓 19:00～	
28	土			
29	日		消防団入隊団式 8:00～	
30	月	休館日	休館日	
31	火	サロンどひちそう 9:00～	ミニバレー同好会 19:00～	グラウンドゴルフ同好会 9:00～
			ゴールドクラブ 19:20～	
			ラウラ 19:30～	
4/1	水	バッチワーク(A) 10:00～		
		七宗パソコンサークル 13:00～		
		ヨガサークル 19:00～		
2	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～	墨の友 18:30～	
		法律相談 13:00～		
		真向法体操七宗サークル レッキ-教室 14:00～		
		交通安全協会上麻生分会 18:30～		
3	金	真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	飛水太鼓 19:00～	
		交通安全協会上麻生分会 18:30～		
4	土	七宗卓球 19:30～		
5	日			
6	月	休館日	休館日	
7	火	健康ダンス 14:00～	給食サービス 8:30～	
		剣道加茂支部 19:00～		
8	水	民生委員児童委員定例会 9:00～	給食サービス 8:30～	
		七宗パソコンサークル 13:00～		
9	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～	墨の友 18:30～	
		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～		
		青少年育成町民会議 19:00～		
10	金	はつらつ貯筋教室 9:00～	飛水太鼓 19:00～	
		真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～		
11	土	七宗卓球 19:30～		
12	日			
13	月	休館日	休館日	
14	火	郡体育大会打合せ 9:30～		
		中濃地区商工会女性部総会 10:00～		
		写真クラブ 13:00～		
		健康ダンス 14:00～		
15	水	バッチワーク(A) 10:00～		
		あそびの教室 10:00～		
		七宗パソコンサークル 13:00～		
		ヨガサークル 19:00～		
16	木	商工会女性部総会 9:00～		
		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～		
		青少年育成町民会議 19:00～		
17	金	真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	飛水太鼓 19:00～	
18	土	七宗卓球 19:30～		
19	日			
20	月	休館日	休館日	

※3月9日受付分まで

ガラスフェスタ2026 開催

【会場】わくわく体験館 【駐車場】ささゆりクリーンパーク

4/19日
9:00~15:00

受付 8:45~14:00

※各体験は、定員になり次第終了となります。

特別体験

- サンドブラスト (4歳以上)
- ヴェネチアンアクセサリー (小学1年生以上)
※当日お持ち帰りはできません
- トンボ玉 (小学3年生以上)



上記の体験の中からお1人様につき1体験1回限り、500円で体験できます。

- ①9時~ ②10時~ ③11時~
- ④13時~ ⑤14時~

各8名 合計120名

500円

ちょこっと体験

ガラスを吹いてみたり、ガラスを切ってみたりの体験が無料で出来ます。小学1年生以上で1種のみ体験できます。



- ①9時~ ②9時半~ ③11時~
- ④11時半~ ⑤14時~ ⑥14時半~

各6名 合計72名

無料

手づくり ガラスマルシェ

わくわく体験館の生徒さんが作った素敵な作品を販売します。



\\ その他、ガラポン抽選会やキッチンカーなどの催しも行います /

● 詳しくは、わくわく体験館ホームページをご覧ください。 \\ いたたくか、右記までお問い合わせください。

▼ わくわく体験館
電話 0574-65-1515

令和7年度 広報健康レシピ

\\ 減塩も意識！ 2/3日分野菜レシピ /

レンジで簡単！春野菜ポトフ

ベーコンやローリエを使うことで、野菜の甘さに風味やうま味がプラスされ、食塩量が少なくてもおいしくいただけます。また、仕上げのオリーブオイルがアクセントになり、食欲をそそります。

作り方

- ①ベーコンは1cm幅の棒状に切る。キャベツは半分にくし形切り、じゃがいもはよく洗って皮ごと半分に切り、人参は縦4つ割り、玉ねぎは6等分のくし形切りにする。
- ②耐熱ボウルにAの半分を入れてさっと混ぜ、じゃがいも、人参、玉ねぎ、ベーコン、キャベツの順に1人分のせる。ふんわりとラップをかけて電子レンジ(600w)で10分ほど加熱する。(残り1人分も同様に作る)
- ③器に②を1人ずつ盛り、粗びき黒こしょうを振って、オリーブオイルを小さじ1ずつ回しかける。



材料 (2人分)

- ・ベーコン(ブロック) 60g
- ・キャベツ 1/6個(180g)
- ・じゃがいも 小1個(100g)
- ・玉ねぎ 1個(200g)
- ・人参 1/2本(90g)
- ・水 2カップ
- ・A 顆粒コンソメ 小さじ1
- ・ローリエ 2枚
- ・粗びき黒こしょう 適量
- ・オリーブオイル 小さじ2

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
215Kcal	8.6g	8.9g	73mg	1.1mg	76mg	1.5g
(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。