



ひき

HICHISO

もしものために、
いまできること。



巻頭記事

豪雨災害に備える

＼七宗町情報発信中!!／



公式 LINE

Instagram

X

YouTube

Locipo

すぐメール

豪雨災害に備える

6月から10月頃までの期間は出水期と呼ばれ、豪雨災害が発生しやすい時期となっています。災害対策は**事前の備え**が大切です。危険な場所の確認や避難方法、災害発生時の情報収集手段などを確認しておきましょう。

台風や大雨がくる前に

●ハザードマップの確認

土砂災害・洪水ハザードマップで、周りに潜む危険を確認しましょう。
ハザードマップは七宗町ホームページからも確認することができます。

●家庭内での話し合い

いざという時に慌てず行動できるよう、以下の点について話し合っておきましょう。

- 役割分担 …………… 非常用持出品を持ち出す人、子どもや高齢者の避難を支援する人
- 避難場所・避難経路 … 最寄りの避難場所、避難場所までのルートの確認
- 連絡先の共有 …………… 個人の連絡先だけではなく、職場や学校の連絡先も確認

●非常用持出品の準備・確認

食料や衣類など、避難するときに必要なものを事前に確認して、すぐに持ち出せるよう準備しましょう。

避難のタイミングはレベルで判断

令和8年5月から、新たな防災気象情報の運用が開始され、警報・注意報の名称に5段階の「レベル」が付記されます。

警戒レベルごとのとるべき行動を確認し、「**レベル4**」までに危険な場所から**必ず避難**しましょう。

警戒レベル	河川氾濫	大雨	土砂災害	とるべき行動
5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	命の危険 直ちに安全確保
4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	危険な場所から 全員避難
3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	危険な場所から 避難に時間がかかる 高齢者等は避難
2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	自らの避難行動を確認
1	早期注意情報			災害への心構えを 高める

情報収集は
コチラ➡

岐阜県
総合防災
ポータル



岐阜地方
気象台



キキクル



＼スマホで防災／ 河川カメラを確認しましょう！

町内の主要な河川12か所の映像を七宗町ホームページで配信しています。カメラの映像を確認し、早めの避難を心がけましょう。

カメラの確認方法

- 1 パソコンまたはスマートフォンから七宗町ホームページにアクセスして、防災カメラのページを開きます。

※下記のアドレスまたはQRコードから直接アクセスできます。

<https://www.hichiso.jp/top/life/bosai/cam/>

- 2 ページに表示されている地図上のカメラのアイコン▶■をクリック(タップ)するとカメラの映像が再生されます。

七宗町HP



1	大塚
2	飯高
3	中麻生上
4	室兼
5	寺洞
6	杉洞
7	奥田
8	下八日市
9	間見
10	大崎
11	葛屋
12	葉津

＼スマホで防災／ 町からの情報を受け取る

●「すぐメールひちそう」に登録しましょう！

すぐメールでは、気象情報や避難情報を受け取ることができます。他にも役場からの各種お知らせ等、暮らしに役立つ情報を発信しています。

QRコードを読み取って手順に沿って登録してください。

メール



LINE



●防災無線をスマートフォンで聞くことができます

スマホに「七宗町防災行政情報アプリ」をインストールすると、防災無線をスマホで聞くことができます。

※プッシュ通知を受け取るためには、受信パスワード

【481111】を設定してください。

Android



iPhone



問い合わせ

七宗町役場 総務課 防災係 ☎48-1111

後期高齢者医療制度についてのお知らせ

後期高齢者医療資格情報のお知らせ・資格確認書の送付について

資格情報のお知らせイメージ

後期高齢者医療資格情報のお知らせ

あなたの加入する後期高齢者医療制度の資格情報を下記のとお知らせします。

住所 岐阜県岐阜市柳津町宮東一丁目1番地

氏名 広域 太郎

生年月日 昭和〇年〇月〇日

資格取得年月日 令和〇年〇月〇日

負担割合 〇割

発効期日 令和〇年〇月〇日

限度区分 発効期日

長期入院該当日

特定疾病区分 発効期日

保険者番号 並びに保険者の名称及び印

岐阜県後期高齢者医療広域連合

資格確認書イメージ

後期高齢者医療資格確認書

有効期限 令和〇年〇月〇日

交付年月日 令和〇年〇月〇日

被保険者番号 〇〇〇〇〇〇〇〇

住所 岐阜県岐阜市柳津町宮東一丁目1番地

氏名 広域 太郎

性別

生年月日 昭和〇年〇月〇日

資格取得年月日 令和〇年〇月〇日

負担割合 〇割

発効期日 令和〇年〇月〇日

限度区分 発効期日

長期入院該当日

特定疾病区分 発効期日

保険者番号 並びに保険者の名称及び印

岐阜県後期高齢者医療広域連合

公印

後期高齢者医療の資格情報のお知らせは、七宗町に住所を有し、マイナ保険証利用登録のある84歳以下の方に交付されます。

受診等の際は、マイナ保険証をご使用ください。

また、資格情報のお知らせ交付者以外の方には、資格確認書を交付します。今年度交付する資格確認書は抹茶色（薄い緑色）です。

有効期限を過ぎた資格確認書を処分されるときは、住所や氏名が判別できないよう細断するなど、十分にご注意ください。

● コールセンターの開設

資格情報のお知らせ、資格確認書、子ども・子育て支援金を含む保険料に関することについて、コールセンターが設置されます。

ご不明な点があれば、下記電話番号までお問い合わせください。

岐阜県後期高齢者医療広域連合
コールセンター

開設期間 令和8年7月1日(水)～令和8年8月31日(月)(土日祝日除く)
時間 9時～17時
電話番号 0570-051-502

厚生労働省
コールセンター

開設期間 7月～3月(日祝日除く)
時間 9時～18時
電話番号 0120-617-111

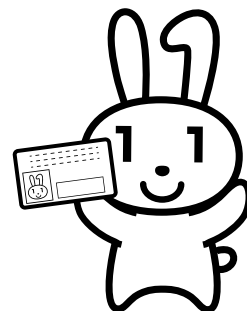
子ども・子育て支援納付金
コールセンター(子ども家庭庁)

開設期間 日曜・祝日を除く
時間 9時～18時
電話番号 0120-303-272

● マイナ保険証をぜひご利用ください！

マイナ保険証を使用するとデータに基づくより良い医療を受けることができたり、限度額適用申請がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されたりするなどのメリットがあります。

利用登録の手続き方法につきましては、住民課（４８－１１４４）にお問い合わせください。



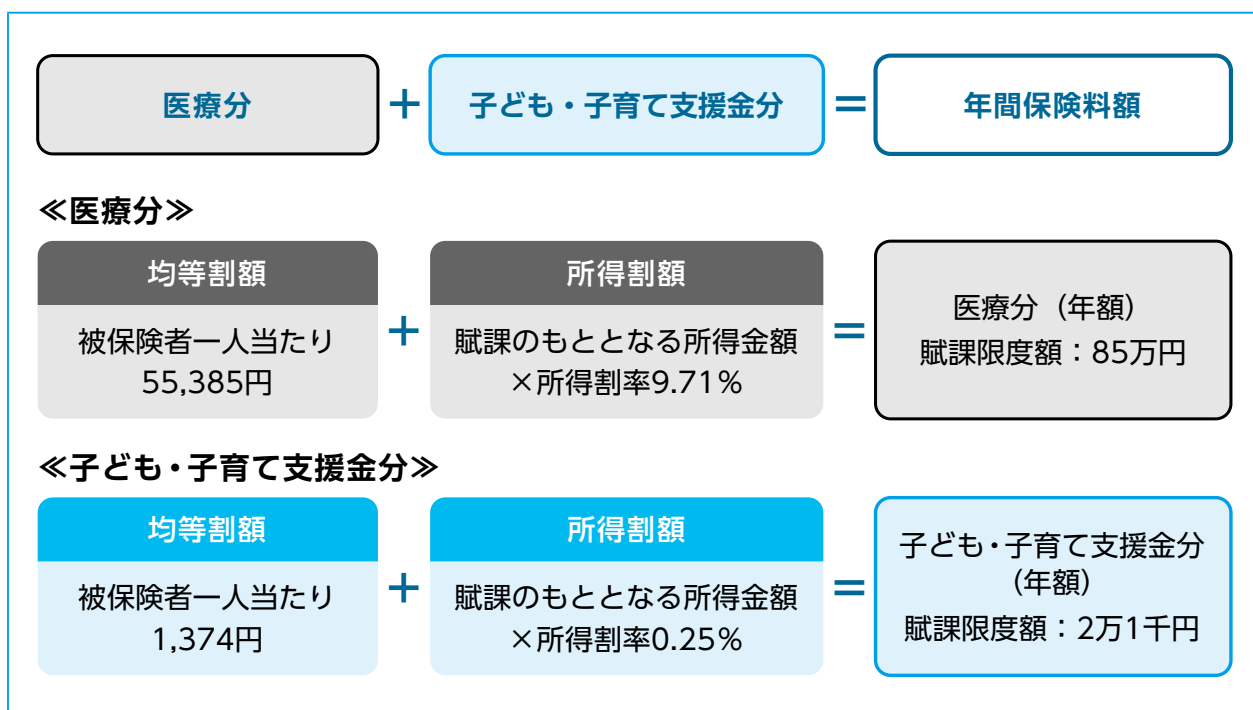
● 令和８年度の保険料

保険料は、被保険者全員が等しく負担する「均等割額」と被保険者の所得に応じて負担する「所得割額」の合計となります。令和８年度保険料は、令和７年分の所得をもとに個人単位で計算されます。

５月末までに岐阜県後期高齢者医療制度の被保険者になられた方には、７月中旬に「後期高齢者医療保険料額決定通知書」をお送りします。保険料額や納付方法が記載されていますので、ご確認ください。

【保険料額について】

令和８年度から子ども・子育て支援金制度が開始されることに伴い、令和８年度以降の保険料額は従前の医療分と子ども・子育て支援金分の合計額となり、下記のとおり計算されます。



※ 賦課のもととなる所得金額 = 総所得金額等 - 43万円（基礎控除額）

● 保険料の軽減措置

① 均等割額の軽減 均等割額は、世帯の所得によって下表のとおり軽減されます。

軽減割合	対象者の所得要件 (世帯主と同一世帯の被保険者との令和7年中の総所得金額等の合計額※1)
7割軽減※2	43万円 + 10万円 × (給与所得者等※3の数 - 1) 以下
5割軽減	43万円 + 10万円 × (給与所得者等※3の数 - 1) + 31万円 × 被保険者数 以下
2割軽減	43万円 + 10万円 × (給与所得者等※3の数 - 1) + 57万円 × 被保険者数 以下

※1 世帯主と同一世帯の被保険者に給与所得者等が2人以上いる場合に、「10万円 × (給与所得者等の数 - 1)」を計算します。

※2 令和8・9年度は、医療分に関し均等割額の7割軽減に加え、さらに0.2割軽減を行います。

※3 給与収入が55万円を超える方、公的年金等に係る所得がある方（公的年金等の収入金額が、65歳以上で125万円を超える方、または65歳未満で60万円を超える方）。

(注) 均等割額軽減判定時の総所得金額等は、各収入から必要経費や控除額を差し引いた所得金額の合計額となります。ただし、譲渡所得は特別控除前の金額となるほか、事業専従者控除の適用はなく、専従者給与額は事業主の所得に合算されます。年金所得は年金収入から公的年金等控除額と特別控除15万円（65歳以上の方のみ適用）を差し引いた金額となります。なお、軽減判定日は、4月1日または資格を取得した日となります。

② 被用者保険※の被扶養者であった方の軽減

後期高齢者医療制度に加入する日の前日において、被用者保険の被扶養者であった方は、**所得割額の負担はありません**。均等割額は、**制度に加入後2年間は5割軽減となります**。ただし、所得が低い方に対する軽減にも該当する方については、いずれか大きい軽減が適用されます。

※ 被用者保険とは、協会けんぽ、健康保険組合、船員保険及び共済組合の公的医療保険の総称で、国民健康保険や国民健康保険組合は含まれません。

● 保険料の納め方

保険料の納め方は、年金からお支払いいただく「特別徴収」と納付書や口座振替でお支払いいただく「普通徴収」があります。

① 特別徴収（年金からのお支払い）

年金の受給額が年額18万円以上の方で、介護保険と後期高齢者医療制度の保険料の合計額が年金受給額の2分の1を超えない場合は、年金からお支払いいただきます。なお、特別徴収の方は、口座振替の手続きを行い住民課に申請することで「普通徴収」に変更できます。

② 普通徴収（納付書や口座振替によるお支払い）

特別徴収の条件を満たさない方や後期高齢者医療制度に加入したばかりの方は、町から送付される納付書や、口座振替によって保険料をお支払いいただきます。

●口座振替登録をおすすめしています

普通徴収で納める方の保険料の支払いには、口座振替をおすすめしています。口座振替には以下のメリットがあります。

- ① 毎月の支払期限までに金融機関に行って納付書で支払う必要がなくなります。
 - ② 保険料が登録口座から引き落とされるため保険料の支払い忘れがなくなります。
- 口座振替を希望される場合は、住民課にお問い合わせください。

●保険料の納付が難しいとき

住民課では保険料の納付に関する相談を受け付けています。災害や失業などで納付が困難な場合は、お早めにご相談ください。十分な収入・資産などがあるにもかかわらず保険料を納めない場合には、法律の定めにより滞納処分が行われることがあります。

●確定申告期限後に申告された方へ

確定申告期限後に申告等をされた方は、新年度の自己負担割合や保険料額の決定に間に合わない可能性があります。この場合、当初は確定申告期限までの情報等に基づく保険料額の決定通知書等をお送りします。後日、申告等の内容を踏まえた再判定を行い、変更があった場合は、決定通知書等を送り直します。これにより、特別徴収であった方が、普通徴収に切り替わることがあります。

入院時食事・生活療養費標準負担額の改定

令和8年6月1日から、入院時の食事・生活療養費の標準負担額が変更となりました。

【入院時食事療養費の標準負担額】

(表1)

所得の区分		1食当たりの食事代
現役並み所得者、一般Ⅱおよび一般Ⅰ		550円
区分Ⅰ、区分Ⅱに該当しない指定難病患者		330円
区分Ⅱ	90日までの入院	270円
	90日を超える入院（過去12か月の入院日数）	220円
区分Ⅰ		130円

【入院時生活療養費の標準負担額】

(表2)

所得の区分	1食当たりの食事代	1日当たりの居住費
現役並み所得者、一般Ⅱおよび一般Ⅰ	550円※	430円
区分Ⅱ	270円	
区分Ⅰ	160円	
高齢福祉年金受給者・境界層該当者	130円	0円
指定難病患者	表1と同額	

※ 医療機関の施設基準などにより510円の場合もあります。

令和 8 年度 国民健康保険税 および

令和 8 年度国民健康保険税および介護保険料の納税通知書を、8 月中旬に発送します。
送付に先立ち、前年度との変更点についてお知らせします。

国民健康保険税

現在の国民健康保険制度は、岐阜県が財政運営を行っており、将来的に県内の保険税率は統一化される見込みです。令和 8 年度の七宗町国民健康保険税率は以下のとおりです。ご理解ご協力をお願いします。

国民健康保険税率

年 度	令和 7 年度			令和 8 年度			
賦 課 条 件	医 療 分	介 護 分	支 援 分	医 療 分	介 護 分	支 援 分	子 ども 分
所 得 割	6.35%	2.05%	2.55%	6.35%	2.05%	2.55%	0.29%
均 等 割	25,500円	10,700円	10,800円	25,500円	10,700円	10,800円	1,400円
平 等 割	22,500円	8,300円	8,600円	22,500円	8,300円	8,600円	800円
賦課限度額	660,000円	170,000円	260,000円	670,000円	170,000円	260,000円	30,000円

※令和 8 年度から少子化対策のために、創設された「子ども・子育て支援金制度」が開始されます。(詳しくは下記QRコードをご確認ください)

令和 8 年度以降の保険税は従来の医療分、介護分、支援分に加え「子ども分（子ども子育て支援分）」を合算して課税させていただくこととなります。

こども家庭庁ホームページ

子ども・子育て
支援金制度について



こども家庭庁公式note

最近話題の「子ども・子育て
支援金制度」について



※介護分は、40歳から64歳までの方のみ課税します。

※子ども子育て支援納付金分は、18歳未満被保険者（18歳に達する日以後の最初の3月31日以前である被保険者）の加入者の均等割額を10割軽減します。当該軽減に要する費用は、18歳以上被保険者の方に負担していただく事になります。なお、均等割額1,400円の中に、その費用も含まれています。

介護保険料

基準額をもとに、所得や課税状況（本人や世帯）に応じて段階的に決まります。基準額は、保険料額を決める基準となる額で、七宗町で必要な介護サービスにかかる費用や、65歳以上の人数などから算出しています。七宗町の令和 8 年度年間保険料額は次のとおりです。（令和 6 年度～令和 8 年度の 3 年間は変更ありません）

※令和 8 年度から第 1 段階、第 2 段階、第 4 段階、第 5 段階の基準額が 80.9 万円から 82.65 万円に変更されました。令和 8 年 8 月の本算定時から適用されます。

介護保険料についてのお知らせ

介護保険料額

所得段階	対 象 者	所得段階	年間保険料
第1段階	- 生活保護を受けている人 - 世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金を受けている人 - 世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が82.65万円以下の人	基準額×0.285	20,860円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が82.65万円超120万円以下の人	基準額×0.485	35,500円
第3段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が120万円超の人	基準額×0.685	50,140円
第4段階	世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が82.65万円以下の人	基準額×0.9	65,880円
第5段階	世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税で、第4段階以外の人	基準額	73,200円
第6段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	基準額×1.2	87,840円
第7段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の人	基準額×1.3	95,160円
第8段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	基準額×1.5	109,800円
第9段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満の人	基準額×1.7	124,440円
第10段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満の人	基準額×1.9	139,080円
第11段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満の人	基準額×2.1	153,720円
第12段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満の人	基準額×2.3	168,360円
第13段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が720万円以上の人	基準額×2.4	175,680円

※令和7年度税制改正に伴う令和8年度介護保険料の特例措置

令和7年度税制改正により、令和7年の給与所得控除の最低保証額が55万円から65万円に引き上げられます。しかし、介護保険制度は介護保険料収入を見込んで介護保険事業を運営しています。介護保険料は住民税の課税状況や合計所得金額などを算定基準としていますので、今回の税制改正により介護保険料の収入が減少し、第9期介護保険事業計画(令和6年度から令和8年度)の事業運営に支障が出ることを避けるため、介護保険法施行令の規定について税制改正の影響を受けないよう改正が行われました。

令和8年度の介護保険料算定に限り、給与収入が55万円以上190万円未満の人は介護保険料の算定基準となる合計所得金額が税制改正前の水準まで引き上げられ、また、住民税の課税・非課税段階の判定についても同様に税制改正前の基準に基づいて計算されます。そのため、**税制改正の影響により住民税が非課税になった場合でも所得段階を課税とみなす**場合があります。本特例措置は令和8年8月発送予定の令和8年度介護保険料決定通知に反映されます。

介護保険制度を維持するための措置となりますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

問い合わせ

七宗町役場 住民課 ☎ 48-1144

ささえる！ つながる！ ～ 自然 × 防災チャレンジ ～

開催しました！！

岐阜県事業のふたつのふるさと（海・山の防災交流）事業の第3弾として、七宗町と静岡県松崎町の子どもたちの交流イベント「ささえる！つながる！自然×防災チャレンジ」を6月13日、14日に開催しました。

この事業では、自然の中での体験学習に加え、子ども達が自ら考え協力し合うことで、楽しみながら「防災知識」や「生きる力」を身につけるとともに、まちとまちが手を取り合い、災害時にも助け合える温かい人間関係を育むことを目的に実施されました。

七宗小学校5年生の児童22名と松崎小学校5年生の児童16名が参加しました。子ども達は、葉津川周辺での生き物観察やホタル観賞を通して地域の自然に親しむとともに、避難所設営体験や防災クッキング、防災をテーマにした謎解きゲームなどに取り組み、防災について楽しく学びました。また、日本最古の石博物館見学を通して地域の歴史や文化への理解も深めました。

自然体験と防災学習を組み合わせた活動を通じて、子ども達同士の交流が深まり、充実した2日間となりました。





加茂郡体育大会

第68回加茂郡体育大会が開催され、今年は七宗町が主会場となりました。出場した選手は、日頃の練習の成果を発揮すべく精一杯試合に臨み、汗を流しました。

各種目で熱戦が繰り広げられ、七宗町の総合順位は6位となりました。各種目の結果は以下のとおりです。



第68回 加茂郡体育大会結果

総合 6位

種目名	種別	結果	種目名	種別	結果
バレーボール	マスター女子	5位	バドミントン	一般男子	4位
ソフトボール	実年男子	3位		一般女子	2位
軟式野球	一般の部	3位	ゲートボール	一般	2位
卓球	一般男子	5位	グラウンドゴルフ	一般	5位
	一般女子	4位	ソフトバレーボール	一般の部	6位
クレール射撃	一般	3位		壮年の部	4位
				実年の部	3位



租税教室

七宗小学校6年生の児童を対象に、役場住民課の職員を講師とした租税教室が行われました。

職員の説明や動画で、集まった税金が何に使われているかや税金がなくなったらどうなるかについて説明を聞くと、児童たちは興味津々に話を聞いていました。また、発表する場面では授業で習ってきた知識を活かし積極的に発表をしていました。児童たちは今回の教室を通して税金の大切さを改めて学ぶことができました。



第2保育園 サッカー教室

第2保育園の園児を対象にサッカー教室が開催され、FC 岐阜ホームタウンコーチの大野貴浩さんに講師を務めていただきました。

初めはボールを扱うのに苦戦していた様子でしたが、コツをつかむと元気いっぱいボールを蹴り、シュートを決めました。園児たちは様々なゲームを通してサッカーの楽しさに触れました。





お知らせ

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
7月12日	日	カブチ山田クリニック	七 宗 町	46-0035
7月19日	日	いこまファミリークリニック	美濃加茂市	54-1233
7月20日	月・祝	小林クリニック	坂 祝 町	25-8077
7月26日	日	太田メディカルクリニック	美濃加茂市	26-2220
8月 2日	日	安藤小児科	美濃加茂市	26-0812
8月 9日	日	和知すこやかクリニック	八 百 津 町	43-3001
8月11日	火・祝	うえだクリニック	美濃加茂市	26-2281
8月16日	日	中部国際医療センター	美濃加茂市	66-1100

【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
7月12日	日	田口歯科医院	美濃加茂市	27-5161
7月19日	日	からん歯科・矯正歯科&キッズ	美濃加茂市	48-8810
7月20日	月・祝	長江歯科医院	美濃加茂市	26-1952
7月26日	日	井村歯科医院	川 辺 町	53-5715
8月 2日	日	やまて歯科	美濃加茂市	28-7010
8月 9日	日	かもの歯科医院	美濃加茂市	28-2341
8月11日	火・祝	まるも 歯科	美濃加茂市	25-8148
8月16日	日	ふくい歯科	美濃加茂市	26-2266

【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） TEL.48-2046

川での水難事故を防ぎましょう

川での水難事故が多発しています。川遊びをするときや、魚釣りをするときは、必ず、ライフジャケットを着用しましょう。また、お酒を飲んだら川には入らないようにしましょう。特に、川を泳いで渡ろうとすることは絶対にしないでください。川には危険が潜んでいます。

十分注意して水難事故を防ぎましょう。

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



「救急車を呼んだ方がいい？」

「病院に行った方がいい？」

と迷ったら、電話で



救急安心センター
ぎふ

#7119

24時間 年中無休

こども医療
でんわ相談

#8000

月～金 午後6時～午前8時／土日年末年始 24時間

明らかに重篤・重症
と思われる時は、迷わず119番へお電話ください

入札結果報告（令和8年度第2回）

入札年月日 令和8年6月12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 産業建設課 建工第4号	加茂郡七宗町 神洲葉津地内	町道下市場葉津線 舗装修繕工事	11,330,000	令和8年 6月12日	令和8年 10月19日	長島建設(株)	11,682,000	96.99%
2 産業建設課 建工第5号	加茂郡七宗町 上麻生室兼地内	町道栢野線維持修繕工事	2,739,000		令和8年 9月14日	中部興業(株)	2,890,800	94.75%
3 産業建設課 水工第1号	加茂郡七宗町 上麻生葛屋地内	葛屋クリーンセンター ばっ気攪拌装置更新工事	6,270,000		令和8年 11月9日	㈱トーブ	6,589,000	95.16%
4 産業建設課 水工第2号	加茂郡七宗町 中麻生地内	中麻生地内②-3.4・③-2工区 水道管布設替工事	41,910,000		令和9年 1月29日	㈱丸久	43,571,000	96.19%
工事計 4 件			62,249,000		—	—	64,732,800	96.16%
1 総務課 総委第4号	加茂郡七宗町 地内	おいでよふる里まつり 運営委託業務	2,887,429		令和8年 12月25日	㈱はな・はな	2,914,120	99.08%
2 産業建設課 建委第3号	加茂郡七宗町 神洲杉洞地内	町道立石田尻線用地調査 測量業務	3,421,000		令和9年 1月18日	㈱大紡ジオテクノ	3,721,300	91.93%
3 産業建設課 建委第2号	加茂郡七宗町 上麻生本郷地内	地籍調査業務委託 本郷1地区	3,916,000		令和9年 2月26日	㈱上智	4,359,300	89.83%
4 産業建設課 水委第45号	加茂郡七宗町 地内	七宗町簡易水道管路 更新計画作成業務委託	3,575,000		令和9年 3月29日	㈱太陽建設コンサル タント	3,982,000	89.78%
委託計 4 件			13,799,429		—	—	14,976,720	92.14%
合 計 8 件			76,048,429		—	—	79,709,520	95.41%

ささゆりクリーンパーク「ささゆりエコフェスタ2026」

●開催日時

令和8年8月9日(日) 午前9時～午後3時（最終受付：午後2時30分）

●開催場所

- ささゆりクリーンパーク（可児市塩河839番地）
- わくわく体験館（可児市塩河1071-4）

●参加料

無料



●問い合わせ

可茂衛生施設利用組合 総務課 経営財務係 TEL.65-4111
わくわく体験館 TEL.65-1515

詳しくは右の二次元コードからご確認ください。



「発達障害者支援セミナー」を開催します！

●日 時 令和8年8月6日(木) 午後2時～4時

●場 所 岐阜県図書館 多目的ホール（岐阜市宇佐4丁目2-1）

●参加費 無料（定員200名）

●講 師 精神科医 井川 典克 氏

申し込みは
コチラ

学生の保護者、教育現場の先生、支援者を対象に、発達障害の専門医が「福祉、教育、医療から雇用へ繋ぐために」をキーワードに講演及び支援の仕方について垣添教授と対談をします。

参加申し込みは右上の二次元バーコードよりお願いします。

●問い合わせ

岐阜労働局 職業対策課 TEL.058-245-1314

屋外広告物講習会の開催について

●日 時

令和8年8月26日(水) 午前9時30分～午後5時

●場 所

岐阜市生涯学習センター(ハートフルスクエアG) 2階大研修室(岐阜市橋本町1-10-23)

●対象者

屋外広告物の表示・掲出物件の設置に関する業務に従事する(従事しようとする)人

●定 員

100人

●持ち物

受講票、筆記用具、補助テキスト(「屋外広告の知識」全3巻、希望者は会場で購入可)

●受講料

3,000円(講習課程の一部免除者は1,800円)

●申請方法

オンライン申請(申請フォームへQRコードから移行可)または問合せ先に受講申請書(紙)を持参・郵送

詳細は、岐阜市ホームページ内「令和8年度屋外広告物講習会」案内ページに掲載
岐阜県屋外広告物ホームページ【<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/4931.html>】

注意事項

岐阜県屋外広告物条例及び施行規則の改正により、令和9年4月1日以降、本講習会の修了者は点検者の資格要件を満たさなくなります。(岐阜市、高山市、多治見市、美濃市、恵那市、各務原市及び下呂市は市独自の屋外広告物条例により規制を行っていますので、各市にお問い合わせください)ので、受講を検討される際はご注意ください。詳しくは岐阜県ホームページをご覧ください。

問い合わせ 岐阜県 都市建築部 都市政策課 地域計画係 TEL.058-272-8648

自衛官募集について ～自衛官の処遇改善～

自衛官の働く環境はここ数年で大きく改善しています。

給与、休暇、働き方、現場目線で起きている変化を、数字と声でわかりやすくまとめ、掲載しておりますので是非ご確認ください。

(詳細はQRコードよりご確認ください)

自衛官の処遇改善



問い合わせ 岐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)

住 所: 美濃加茂市古井町下古井2610-1

ご連絡先: TEL.0574-25-7495

E-mail: minokamo7-gifu@rct.gsdf.mod.go.jp



自衛隊岐阜地方協力本部 郡上地域事務所(郡上八幡地方合同庁舎4階)

住 所: 郡上市八幡町有坂1209-2

ご連絡先: TEL.0575-67-1272

E-mail: minokamo7-gifu@rct.gsdf.mod.go.jp

健康カレンダー

健康相談

▼乳幼児・成人健康相談

8月 7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

8月25日(火) 午後1時～3時30分

生きがい健康センター

《対象者》R7. 8. 1～R7. 8.31生

★対象の方には個別通知をします。

▼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

健康診査

▼乳幼児内科健康診査

8月21日(金) 午後1時～3時30分

生きがい健康センター

《対象者》

4～5か月児：R8. 3.11～R8. 4.21生

7～8か月児：R7.12.11～R8. 1.21生

1歳6か月児：R6.12.11～R7. 2.21生

3歳児：R5. 7.11～R5. 8.21生

▼幼児歯科健康診査

8月25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：R6.11.16～R7. 2.21生

2歳児：R6. 7.15～R6. 8.25生

2歳6か月児：R6. 1.15～R6. 2.25生

3歳児：R5. 5. 1～R5. 7.10生

★対象の方には個別通知をします。

教室

▼あそびの教室

8月19日(水) 午前10時～11時15分

木の国七宗コミュニティーセンター

《対象者》幼児(参加のめやす：1歳6か月から)

◎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)
TEL 48-2046 FAX 48-1360

今月の健康コラム

日頃の身体活動量を増やしてみよう

皆さんは、健康を目的に習慣化していることはありますか。毎年、健康診査前に慌てて運動したり、食事制限をする方はいませんか。

習慣化することを考えた時、運動と食事では、毎日摂っている食事に関することが取り組みやすく、運動は準備も必要でおっくうに感じるような気がします。健康のためには何か1つだけではなく、運動、食事、そして睡眠の3本柱を意識することが大切です。今回は、その中でも運動に注目してみましょう。

“運動は健康のために良い”という印象がある方は多いと思いますが、逆に、座りっぱなしでいることは健康に悪いとされていることを知っていますか。例えば、毎週決まった曜日にジムで汗を流していても、それ以外は仕事やテレビ視聴などでほとんど座っている人と、ジムには行かないけれど、毎日常に家事や仕事で忙しく動き回っている人を比べると、座っている時間が長い人のほうが、肥満や糖尿病、心臓病などの病気のリスクが高くなると言われています。

体を動かすこと(身体活動)は、生活活動と運動とに分けることができます。生活活動とは、日常生活での家事や通勤等に伴う活動のことです。また、運動は、健康や体力の維持向上や楽しむことを目的として、意図的に実施される活動のことです。運動を生涯続けなければならないと思うと、なかなか気が進まないのも、まずは、生活活動を見直して、少しずつ体を動かすことから始めてみましょう。

生活活動において身体活動量を増やすための工夫には、下記のような方法があります。参考にしながら、毎日の生活の中で何ができるか考えてみましょう。

▶歩幅を広く、腕を振って元気よく歩く

歩くときは、やや大またに、腕を振って速く歩いてみましょう。歩くのが不安定で心配な方は、つえ等を使用し、無理のない範囲で意識してみましょう。

▶階段を使おう

上りは心肺への負荷、下りは足の筋肉や関節への負荷が高くなるのが特徴です。どちらかだけでも効果があるので、ご自身の身体状況に応じて取り入れてみましょう。

▶ときどき立ち上がって体を動かす

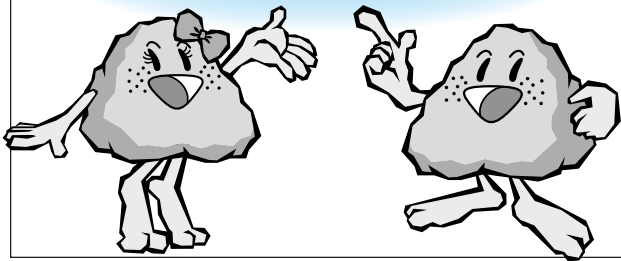
デスクワーク等で日中の座りっぱなしは避けられない場合は、例えば30分ごとに1回立ち上がりストレッチをして、体を動かす時間を作りましょう。

★持病やかかりつけ医がいる方は、ご自身の身体活動に制限がないか、どんな身体活動が適しているか等、あらかじめ確認しておきましょう。

七宗町の人口と 出生・お悔やみ・結婚の 掲載について

今月の「広報ひちそう」より発行日が
毎月10日に変更となりました。その関係
で、7月1日時点の七宗町の人口と出生・
お悔やみ・結婚は8月号に掲載いたします。

よろしくお願いします



8月の税・料

- | | |
|-------------|------|
| ●町県民税 | 第2期分 |
| ●国民健康保険税 | 第4期分 |
| ●介護保険料 | 8月分 |
| ●後期高齢者医療保険料 | 8月分 |

納期限 令和8年8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 ▶ 8月4日(火)
時間 ▶ 午前10時～正午
会場 ▶ 神測
コミュニティセンター

法律相談

期日 ▶ 8月6日(木)
時間 ▶ 午後1時～4時
会場 ▶ 木の国七宗
コミュニティセンター

相続登記が義務化されました。

令和6年4月1日からは、不動産を相続した方は
3年以内に相続登記をする必要があります。
放置しておくと、10万円以下の過料が科される
可能性があります。

令和6年4月1日より前に不動産を相続した方は
令和9年3月末までに登記する必要があります。

相続に関すること お気軽にお電話ください

加茂郡七宗町神測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

文芸七宗

いとおしいパツと咲いてるカモミール
刹那の客茶晴れ渡るかも

後藤 ひさ



洗濯物畳む手ざわり梅雨晴れ間

手から手に心頂く茗荷ずし

薫風や画像に映る風薫る

長谷川 美登里

みのかも定住自立圏応援生涯学習

令和8年度 学びのとびら 七宗会場講座

学びを通じた人づくり・仲間づくり・地域づくりを推進することを目的としています。

令和8年度より新しく始まった講座の一部を紹介します。

「季節のアロマヨガ」「ひとり社交ダンス体操」「モルックを楽しもう」を開催しました。

参加者は、アロマの香りの中で心身をリフレッシュしたり、音楽に合わせて体を動かしたり、モルックで交流を深めたりとそれぞれの講座を楽しく体験しました。

笑顔あふれる充実した時間となりました。



前期チャレンジクラブ

6月20日(土) 神測コミュニティセンターにおいて前期チャレンジクラブを行いました。2回目は「和太鼓教室」です。

講師の指導のもと、力強い太鼓の響きを楽しみながら教室に取り組みました。参加者同士で音を合わせる楽しさを感じながら、真剣な表情で太鼓に向き合う姿が見られました。

迫力ある太鼓の音が響き渡り、和やかな雰囲気の中で充実した時間となりました。



スポーツスクール 「卓球」

6月20日(土) 木の国七宗コミュニティセンターにおいてスポーツスクール『卓球』を行いました。

ラケットの持ち方や基本的な打ち方から楽しく学びました。参加者の皆さんは、ラリーに挑戦しながら少しずつ上達し、和気あいあいとした雰囲気の中で卓球を楽しみました。

体を動かす楽しさと交流の輪が広がる、充実したスポーツスクールとなりました。



不審者対応訓練

6月19日(金)第2保育園、26日(金)第1保育園において不審者対応訓練を行いました。

不審者役の人物が実際に施設内に侵入し、それを発見した職員が初動対応としてどのように行動すべきかを確認しました。訓練後には全員で振り返りを行い、よかった点や改善すべき点について意見を共有しました。

今後も引き続き、関係機関との連携を強化するとともに、実践的な訓練を重ねることで、万一の際に備えていきたいと思います。



第一弾 地域で活動する利用団体の皆さんを紹介します

それぞれの団体が、交流や仲間づくりを大切にしながら、楽しく活動されています。
趣味や健康づくり、文化活動など、仲間と楽しく活動してみませんか？
初心者の方も大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

パッチワークA

活動内容

パッチワーク作品の製作



◆活動場所

木の国七宗コミュニティセンター

◆活動日 第1、3水曜日

◆活動時間 10:00～12:00

◆会費 月3,000円

◆代表者 亀山 智美

◆連絡先 0574-46-1501



七宗町読み聞かせボランティア「ひだまり」

活動内容

子ども達が本に親しんでくれるよう、絵本等の読み聞かせをします。

一緒に手遊びを楽しんだり、子ども達が読み手になったりして参加型の活動に力を入れています。

◆活動場所・日時

●木の国七宗コミュニティセンター 図書室
毎月第2土曜日 10:00～10:30

●七宗小学校 各教室
毎月木曜日(1～2回) 朝8:15～8:25

◆会費 年500円

◆代表者 井戸 成江

◆連絡先 090-7612-8587



パッチワークB

活動内容

小さな布をつないで、タペストリーやかばんなどを手作りします。

先生のたくさんの作品例の中から好きな作品を選んで、自分好みのものを作ることができます。

◆活動場所

木の国七宗コミュニティーセンター

◆活動日

主に第1、第3水曜日（先生の都合により変更あり）

◆活動時間 13:00～15:00

◆会費 月3,000円 ※他に木の国使用料

◆代表者 井戸 成江

◆連絡先 090-7612-8587



健康ダンス

活動内容

柔軟体操や、ストレッチを十分実施し、インストラクターの先生により、曲に合わせてダンスを実施します。

初心者でも無理なく楽しく踊ることができます。



◆活動場所

木の国七宗コミュニティーセンター 交流ホール

◆活動日 月2～3回 火曜日午後

◆活動時間 14:00～16:00

◆会費 月2,500円

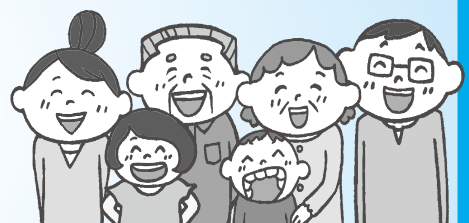
◆代表者 泉 五十鈴

◆連絡先 0574-46-1346

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



コミュニティセンター図書室よりお知らせ

「えほん」にあつまる「えほん」でつながる

両図書室では、定期的にえほんの読み聞かせ会を開催しています。木の国七宗コミュニティセンターは、「よみきかせボランティアひだまり」さんが、神淵コミュニティセンターは「なないろ」さんが読んでくれます。

手遊びやリズム遊びなどもいれて、笑顔いっぱいの時間を過ごしています。楽しい絵本をそろえてお待ちしております。

木の国七宗コミュニティセンター ▶ 毎月 第2土曜日10時より
神淵コミュニティセンター ▶ 偶数月第4土曜日10時より



令和8年度読書感想文課題図書もはいました！ぜひご利用ください。

こちらでチェック➡

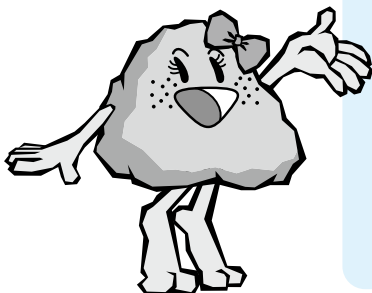


七宗町子ども会育成会主催 映画会

地域の子どもたちに楽しい思い出を作ってもらうことを目的に映画会を開催します。

大きなスクリーンでの映画鑑賞は、普段の生活とは一味違った体験になります。友達と一緒に心に残る楽しい時間を過ごしましょう。たくさんの参加を待っています。

申込につきましては、学校より配布したチラシまたは下記まで連絡ください。



開催日／令和8年8月25日(火)

受付／18時30分 (ビンゴカード配布)

ビンゴ大会／18時45分

映画上映／19時30分 『ロラックスおじさんの秘密の種』

会場／木の国七宗コミュニティセンター

【問い合わせ先】 七宗町教育委員会 48-1114

月日	曜	木の国七宗コミュニティセンター	神測コミュニティセンター	町民運動場
7/11	土	学びのとびら 己書 10:00～	少年剣道 13:00～	グラウンドゴルフ大会 (予備日) 8:30～
12	日	カロリンク大会 9:00～	心配事相談 13:30～	
13	月	休館日	休館日	
14	火	サロンドひちそう 9:00～ 学びのとびら FULFILLING英会話 14:00～ 教職員卓球 18:30～	ミニバレー同好会 19:00～ ゴールドクラブ 19:20～ ラウラ 19:30～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
15	水	あそびの教室 10:00～ 七宗パソコンサークル 13:00～ GIANT STEPS 13:00～ 学びのとびら 気功教室 13:30～ ヨガサークル 19:00～	はつらつ貯筋教室 9:00～ 少年剣道 19:00～	
16	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ 学びのとびら 季節アロマヨガ 10:00～ 真向法体操七宗サークル レッキー教室 14:00～ 康ちゃん卓球 19:30～	墨の友 18:30～	
17	金	はつらつ貯筋教室 9:00～ 学びのとびら 発酵調味料 10:00～ 真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	飛水太鼓 19:00～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
18	土	スポーツスクール卓球 19:30～	チャレンジクラブ 9:00～ 七宗オカリナクラブ 9:30～ 竹の子サークル 13:30～ 少年剣道 19:00～	
19	日			
20	月	休館日	休館日	
21	火	給食サービス 8:30～ サロンドひちそう 9:00～ 写真クラブ 13:00～ 鏡会 13:30～ 剣道加茂支部 19:30～	行政相談 10:00～ ミニバレー同好会 19:00～ ゴールドクラブ 19:20～ ラウラ 19:30～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
22	水	給食サービス 8:30～ パッチワーク (A) 10:00～ 七宗パソコンサークル 13:00～ パッチワーク (B) 13:00～	少年剣道 19:00～	
23	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ GIANT STEPS 13:00～ 真向法体操七宗サークル レッキー教室 14:00～ 康ちゃん卓球 18:30～		
24	金	読書感想相談会 9:00～ いきいきキラキラ教室 9:00～ 真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	手編同好会 13:00～ トールペイント 13:30～ 飛水太鼓 19:00～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
25	土		少年剣道 13:00～	
26	日	健診 8:45～		
27	月	休館日	休館日	
28	火	サロンドひちそう 9:00～ 読書感想相談会 9:00～ 健康ダンス 14:00～	ミニバレー同好会 19:00～ ゴールドクラブ 19:20～ ラウラ 19:30～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
29	水	健診 8:30～ 読書感想相談会 9:00～ GIANT STEPS 13:00～ ヨガサークル 19:00～	少年剣道 19:00～	
30	木	健診 8:30～ 真向法体操七宗サークル レッキー教室 14:00～ 康ちゃん卓球 18:30～	結果相談会 8:30～	
31	金	学びのとびら 夏休み親子パン教室 9:30～ 真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	結果相談会 8:30～ 飛水太鼓 19:00～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
8/1	土	スポーツスクール卓球 19:30～		
2	日			
3	月	休館日	休館日	
4	火	サロンドひちそう 9:00～ 剣道加茂支部 19:30～	給食サービス 8:30～ 人権相談 10:00～ ミニバレー同好会 19:00～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
5	水	民生委員児童委員協議会 8:30～ 七宗パソコンサークル 13:00～	給食サービス 8:30～ はつらつ貯筋教室 9:00～	
6	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ 法律相談 13:00～ 学びのとびら モルックを楽しもう 13:30～ 真向法体操七宗サークル レッキー教室 14:00～ 康ちゃん卓球 18:30～	結果相談会 8:30～ 墨の友 18:30～	
7	金	はつらつ貯筋教室 9:00～ 真向法体操七宗サークル 上麻生教室 13:00～	飛水太鼓 19:00～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
8	土			
9	日	飛水太鼓 9:00～		
10	月	休館日	休館日	

※ 6月26日受付分まで

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)

①吹きガラス体験 ※作品は後日のお渡しとなります

- 60分コース (2,500円) 対 象：小学5年生以上
- 90分コース (5,500円) 対 象：小学5年生以上
- ペーパーウエイト60分コース (2,000円)
対 象：小学3年生以上

②トンボ玉体験

- 60分コース (1,800円) 対 象：小学3年生以上
- 120分コース (3,000円) 対 象：小学5年生以上

③スタンドグラス体験

- 鏡や小箱、おやすみランプの内1個 120分
(3,600円) 対 象：小学5年生以上

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)、夏限定の風鈴の絵付け(1,000円4歳以上) などがあります。

講座名 スタンドグラス基礎講座③【4回講座】

期 日 木曜コース…午前9時～正午 9/3、9/10、9/17、9/24
金曜コース…午後1時～4時 9/4、9/11、9/18、9/25
土曜コース…午前9時～正午 9/5、9/12、9/19、9/26

内 容 スタンドグラスの基礎を学びながら、作品作りを楽しんでいただけます。

対 象 大人

参加費 置き型ランプ 24,400円、ペンダントランプ27,500円 (材料費・消費税込)



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

＼ 詳細はお問い合わせください /

令和8年度
広報
健康レシピ



たんぱく質強化!

材料 (4人分)

- ・絹ごし豆腐 300g (1丁)
- ・片栗粉 大さじ4
- ・砂糖 大さじ2
- ・きな粉 適量
- ・黒蜜 適量

豆腐できなこ餅

水切り不要! 測り不要! 材料を混ぜて、レンジで加熱するだけの簡単スイーツです。
豆腐入りなのでヘルシーな上、豆腐ときな粉でたんぱく質の補給にもなります。

作り方

- ①耐熱容器に絹ごし豆腐を入れ、なめらかになるまで泡立て器でよく混ぜる。
- ②片栗粉、砂糖を加えてよく混ぜる。
- ③ふんわりとラップをし、600wのレンジで1分30秒加熱する。
- ④一度取り出して、ダマがなくなるまでゴムベラでしっかりと練り混ぜる。
再度ふんわりとラップをし、600wのレンジでさらに1分30秒加熱する。
※加熱ムラがある場合は、生地の状態が均一になるまで10秒ずつ再加熱する。
- ⑤豆腐もちを冷水に入れ、一口大にちぎる。
- ⑥きな粉をまぶして器に盛り、黒蜜をかける。

上段：一人分の栄養価 下段：50～64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
122Kcal	5.6g	3.6g	72mg	1.4mg	0mg	0.0g
(2,650kcal)	(65g)	(74g)	(600mg)	(6mg)	(80mg)	★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。

