



ひちそ

HICHISO

No.642

9

2026 令和8年

特集

P2 華ある里再生プロジェクト
「森の発電所」作戦協定

未来につなぐ、 わたしたちの森のチカラ。

～森の資源が町のエネルギーに～

①木材(伐採・搬出)



伐採した木材をチップにし、
運び出す

②バイオマス発電



木質チップを燃料にして
発電する

③電気として供給



つくられた電気は、
町の暮らしを支えるエネルギーに

七宗町情報発信中!!



公式 LINE

Instagram

X

YouTube

Locipo

すぐメール

森の恵みを、地域のエネルギーに

「森の発電所」作戦協定を 締結しました

七宗町は、株式会社佐合木材と「華ある里再生プロジェクト『森の発電所』作戦協定」を締結しました。
町有林の森林整備から、木材の搬出、木質バイオマス発電、そして電気の地域利用までを一体的に進め、
森林資源を無駄なく循環させ、豊かな森を次の世代へつないでいきます。

七宗町の森林を「育てる」から「活かす」へ

① 森を育てる 町有林の整備



豊かな森林を守り、
健全な森を育てます。

② 木材を活かす 伐採・搬出



森林整備によって生じた
間伐材などの木材を
伐採・搬出します。

③ エネルギーにする 木質バイオマス発電



搬出した木材を燃料として
利用し、電気をつくります。

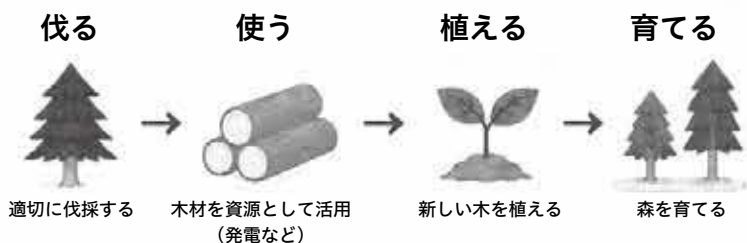
④ 地域へ届ける 電気として供給



つくられた電気を
地域で活用します。

「伐る・使う・植える」森林資源を未来へつなぐ循環

森林は、ただ「伐らずに守る」だけではありません。
適切に伐採し、木材を資源として活用し、
その後に新しい木を植えて育てる。
この循環をつくることで、森林を健全な状態に
保ちながら、地域の資源を有効に活用していきます。



七宗町の豊かな森林を、地域の資源・地域のエネルギーとして未来につなげる。
「森の発電所」は、そのための新しい取り組みです。

七宗町が所有している山林約490ha
のうち、今回の取り組みでは52.05ha
を対象とします。

今後、町と株式会社佐合木材が連携し、
町有林の整備と木材エネルギー利用を
一体的に進めていきます。



(左) 株式会社佐合木材 代表取締役社長 佐合 茂樹
(右) 七宗町 町長 堀部 勝広

問い合わせ

七宗町役場

産業建設課

TEL 48-1101 (直通)

令和8年度

健康クラブ

健康福祉課では、今秋から“良いネタ”盛りだくさんの健康教室を開講します。
気持ちよく運動して楽しい時間を共有しましょう♪

保健師・管理栄養士・健康運動指導士による講義と実技を5回コースで行います。
(お好きな回のみ参加もOKです)

第4回、第5回の講座では、明治安田生命保険相互会社による測定会を実施します。
手のひらで「野菜の摂取レベル・推定野菜摂取量」を測定できるベジチェックや
骨密度など様々な健康状態の測定を体験することができます。

大好評の
よくばり教室
今年も開催決定!

教室名：健康クラブ

対象者：40歳以上の七宗町住民

場 所：木の国七宗コミュニティセンター

服 装：運動しやすい服装

持ち物：筆記用具・飲み物・汗拭きタオル・室内用のくつ

申込先：各教室の2週間前までに生きがい健康センターへ電話でお申し込みください。

健康福祉課 健康係（生きがい健康センター） ☎ 48-2046

プログラム

回数	開催日／時間／場所	内 容
第1回	10月14日(水) 13:30～15:30 木の国七宗 コミュニティセンター	血圧測定 講 師：健康運動指導士：金子真美先生 【ストレッチによる血流改善】 血管が健康であることの重要性和運動による改善方法を学びます。
第2回	11月25日(水) 13:30～15:30 木の国七宗 コミュニティセンター	血圧測定 講 師：健康運動指導士：金子真美先生 【自律神経の重要性和安定】 動くことが苦痛にならないよう、筋トレ方法を学び、呼吸で睡眠の改善をはかります。
第3回	12月23日(水) 13:30～15:30 木の国七宗 コミュニティセンター	血圧測定 講 師：健康運動指導士：金子真美先生 【運動・ストレッチ・自律神経の確認】 毎日続けられる簡単な体操（有酸素運動＋筋トレ）を学び今後の目標を立てます。
第4回	令和9年1月19日(火) 9:30～11:30 木の国七宗 コミュニティセンター	血圧測定 実 技： 【やってみよう！健康ストレッチ】 講 義： 【腎臓は肝腎要の臓器】 ／保健師 講 義： 【慢性腎臓病予防・腎臓を守る食事】 ／管理栄養士 CKD（慢性腎臓病）予防・高血圧予防について学びます。 ◎明治安田生命保険相互会社による骨密度測定・血管年齢測定実施
第5回	令和9年2月16日(火) 9:30～11:30 木の国七宗 コミュニティセンター	血圧測定 実 技： 【やってみよう！健康ストレッチ】 講 義： 【糖尿病予防！血糖値のコントロールのために】 ／保健師 講 義： 【糖尿病予防・膵臓を守る食事】 ／管理栄養士 血糖値が上昇しにくい食べ物や食べ方を学びます。 ◎明治安田生命保険相互会社による肌チェック・ベジチェック実施

国民健康保険からのお知らせ

国保加入・脱退の際は 原則14日以内に届出が必要です！

職場の社会保険を脱退し国保に加入するときに必要な書類

- ① 社会保険資格喪失証明書もしくは離職票（お勤め先に請求してください）
- ② マイナンバーカード ※マイナンバーカードをお作りでない方は①のみ提出してください。

職場の社会保険を脱退後に、医療機関を受診する予定があるが、受診予定の日までに国保加入手続きできなかった場合どうすればいいの？



いったんは医療費を全額自己負担していただきますが、医療機関によっては、国保加入手続き後、診療日と同月のうちに、マイナ保険証もしくは資格確認書を提示すれば、自己負担分を除いた額が返金となる場合があります。

診療日と同月を過ぎてしまった場合でも、役場窓口で申請していただき、審査決定後に療養費として自己負担分を除いた額が払い戻されます。

申請には、添付資料として診療内容の明細書と領収書が必要となります。

職場の社会保険に加入し国保を脱退するときに必要な書類

下記の①～③のいずれかを提出してください。

- ① お勤め先からもらった資格情報のお知らせもしくは資格確認書
- ② マイナンバーカード（マイナンバーカードと健康保険証が連携している場合）
- ③ 社会保険資格取得証明書（①もしくは②が無い場合にお勤め先に請求してください）

国保の脱退手続きをしないとどんな影響がでるの？

国民健康保険喪失の届出をしていないと、社会保険と国民健康保険の保険料が二重に請求されてしまいます。

また、社会保険加入後に、国民健康保険の資格確認書で医療機関を受診してしまうと、医療費のうち七宗町負担分を後日請求する場合があります。



※マイナンバーカードと保険証を連携させている方も、
加入・脱退の届出は必要です！

柔道整復、はり・きゅう、マッサージの施術について

柔道整復、はり・きゅう、マッサージの施術には、国保が使える施術と国保が使えない施術があります。国保が使えるのは、外傷性の明らかな負傷の場合だけです。

単なる肩こりや疲れなどの慢性的な症状では、国保は使えません。

施術内容に疑義がある場合、町から調査票を送付することがあります。

国保が使える場合

- ねんざ ●挫傷（肉離れ）
- 打撲 ●骨折や脱臼の応急手当

医師の同意がある場合だけ国保が使えるもの

- 骨折 ●脱臼

適正受診・適正服薬を心がけましょう！

重複受診していませんか？

「多くの医師に診てもらわないと安心できない」「症状がよくなりえない」等の理由から、同じ病気で複数の病院を受診していると、医療費の負担が大きくなるだけでなく、重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響を与えてしまう心配もあります。

信頼できる「かかりつけ医」を決めておくと、継続的なデータを基に適切で素早い対応が期待でき、必要に応じて専門医を紹介してもらえます。

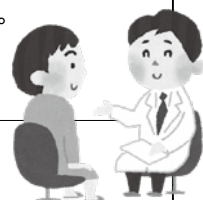
ポリファーマシーに注意しましょう

ポリファーマシーとは、複数の薬を服用することで副作用が起きたり、きちんと薬が飲めなくなったりしている状態をいいます。薬を飲んでいて食欲低下やめまい、ふらつき等「いつもと違う」ことがあったら、必ずかかりつけ医やかかりつけ薬局に相談してみましょう。

人間ドック健診費用補助金のご案内

七宗町国民健康保険では、加入者みなさんの健康増進及び生活習慣病の早期発見を目的として、人間ドックにかかる健診費用の補助を行っています。

補 助 額	健診に要した費用の2分の1（1,000円未満切り捨て）ただし、最高限度額を <u>15,000円</u> とします。
補 助 条 件	① 人間ドックの受診に要した費用であること。（脳ドックは対象外） ② 健診の検査項目が特定健康診査の項目の全てを含んでいること。 ③ 健診料が8,000円以上であること。 ※補助が受けられるのは一人につき年1回です（年度単位）
対象となる方	① 国民健康保険に加入している満40歳以上75歳未満の方 ② 国民健康保険税を納期到来分まで完納している世帯の方
必 要 書 類	① 七宗町人間ドック健診費用補助金申請書（役場住民課・神淵支所にあります） ② 健診費用の領収書の写し ③ 健診結果の写し ※提出していただいた健診結果は、町が行う保険事業に活用させていただきます。



【問い合わせ先】 七宗町役場 住民課 TEL：48－1144

消費生活相談員 になるための講座



受講料
無料



オンライン
中心の学習



初心者
歓迎

基礎から実務、そして実践へ。

段階的に学びながら、相談員として必要な力を身につけられる講座です。資格取得に向けた学習もサポートし、オンラインを中心とした学習環境により、地域差のない学びを提供し、担い手の育成を進めます。

消費生活相談員とは

専門知識を活かして消費者に寄り添い、
安心で豊かな暮らしを支える
社会貢献性の高い公的な仕事です



詳細は以下消費者庁のウェブサイトへ
https://www.caa.go.jp/policies/policy/local_cooperation/system_improvement/consumer_affairs_consultants.html

申込方法

【6月下旬より申込受付中】

次のURL又は右記QRコードのリンク先にある申込フォームよりお申込みください。

【URL】 <https://questant.jp/q/2026program-atod>



受講対象

消費生活相談員に関心のある方
(資格の有無は不問)

定員

2,000名程度
(先着順)

プログラムDはグループワーク形式のため、対面・生配信での受講は300名に限定し（アーカイブ配信は視聴人数の制限なし）、本講座の受講者の中から、後日（9月頃を予定）希望者を募ります。

本講座の受講に係る説明については、こちらの動画を御覧ください

(動画配信リンク先) <https://jca-home.jp/2026-ninaite>



4つのプログラムでステップアップ！

STEP1

プログラムA
(10講座)
試験支援

STEP2

プログラムB
(15講座)
基礎知識の習得

STEP3

プログラムC
(8講座)
実務知識の習得

STEP4

プログラムD
(3講座)
実践力を高める



講座概要	内 容	形 式	時 期
プログラムA	「消費生活相談員資格試験（裏面参照）」の傾向と対策（過去問・補足解説等）	オンデマンド配信	7月中旬から順次スタート
プログラムB	消費生活相談員に求められる消費者関連法規を中心に、基礎知識を体系的に学ぶ（試験対策としても役立つ内容）	オンデマンド配信	7月中旬から順次スタート
プログラムC	事例を用いながら、法制度や相談対応の着眼点など、相談員に必要な実務的な知識を習得	生配信 (アーカイブ配信あり)	10月中旬～ 11月上旬 予定
プログラムD	事例検討とロールプレイを通じて実践力を高めるグループワーク形式 ※アーカイブ配信は視聴のみ	対面又は生配信 (アーカイブ配信あり)	11月中旬～ 2月上旬 予定

講座の内容

※講座の内容・時間は変更となる場合があります。

プログラムA

オンデマンド

試験概要及び出題傾向／過去問解説／試験内容補足説明／消費者問題と消費者政策／社会保障制度／経済一般／企業経営／論文の基本

<7月中旬より順次動画公開（全10講座）>

論文 添削

消費生活相談員資格試験の申込者に限定し、希望制とする。
（最大50名程度）

プログラムB

オンデマンド

消費者政策の基本法制と消費者行政／民法／消費者契約法／特定商取引法／割賦販売法と資金決済法／金融商品と関連法の基礎知識／貸金業法と多重債務の救済／情報通信／表示と広告に関する法律／製品安全／不動産の知識／食生活

<7月中旬より順次動画公開（全15講座）>

プログラムC

生配信（アーカイブあり）

消費生活相談員の心得・見守り啓発活動／民法・消費者契約法／訪問販売・電話勧誘販売・訪問購入関連／美容医療・エステ関連／情報通信／SNSを発端とする消費者トラブル／賃貸住宅関連／ネットトラブル関連

①10/18 ②10/25 ③11/1 ④11/8（日曜日開催）

1日2コマ 前半13:30-15:00 後半15:20-16:50

プログラムD

対面&生配信（アーカイブあり）

▶ 事例検討 2講座（対面講座 or 生配信）

【対面開催】

- | | |
|----------------|-------------------------|
| ①仙台市 11/23(月) | ⑥高松市 11/15(日) |
| ②東京都 12/6(日) | ⑦福岡市 11/28(土) |
| ③名古屋市 11/22(日) | 時間 13:00-16:30 |
| ④大阪市 11/23(月) | (途中休憩あり) |
| ⑤広島市 11/29(日) | ※消費生活コンサルタント筆記試験は午前中に実施 |

【生配信】

- | |
|----------------|
| ①11/15(日)午前 |
| ②11/15(日)午後 |
| ③11/21(土)午前 |
| 午前 9:00-12:15 |
| 午後 13:30-16:45 |

▶ ロールプレイング 1講座（生配信）

12/13～2/7の間に15組に分かれて実施(土日の日中開催/120分)

※本講座は消費生活相談員資格試験の合格や消費生活センター等への就職を約束するものではありません。

※本講座は国の事業であり、受講者には本講座及び消費生活相談員試験の受験状況等に関するアンケートにご協力いただきます。

※本講座の受講料は無料ですが、通信料、交通費、国家試験の試験受験料は自己負担となります。
また、レジュメは各自でダウンロードしてご用意いただきます。

※受講にはパソコンやスマートフォン及びネット環境が必須となりますので、ご自身でご用意ください。

消費生活相談員に関する資格について

消費生活相談員は、「消費生活相談員資格試験」に合格した者又はこれと同等以上の専門的な知識及び技術を有すると都道府県知事若しくは市町村長が認めた者のうちから任用されます。

国民生活センターが実施する「消費生活専門相談員資格認定試験」と日本産業協会が実施する「消費生活アドバイザー資格試験」は、それぞれ、消費生活相談員資格試験を兼ねるものとして実施されます。各試験の合格者は「消費生活相談員資格試験の合格者」とすると同時に「各登録試験機関独自の資格試験の合格者」にもなります。

本講座のプログラムA～D※1を受講し、一定条件をクリアした方に限り、ガイドライン※2により国家資格合格者と同等と認められる者の想定として明記される「消費生活コンサルタント（日本消費者協会認定）」の資格を取得する機会を設定。ただし、申込時点で「消費生活相談員資格」「消費生活専門相談員」「消費生活アドバイザー」のいずれの資格も保有していない方に限る。

※1 消費生活コンサルタントの資格取得を目指す場合は、プログラムDにおいて事例検討は対面参加、ロールプレイングは生配信で受講する必要があります。

※2 改正消費者安全法の実施に係る地方消費者行政ガイドライン（平成27年消費者庁）

問合せ先（受託事業者）

一般財団法人日本消費者協会 〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-18-1 千石ビル3階

【専用ヘルプデスク】メール：2026soudanin@ai-spt.jp 電話：0120-121-009 ※10時～18時

※原則メールでお問合せいただきますようお願いいたします。

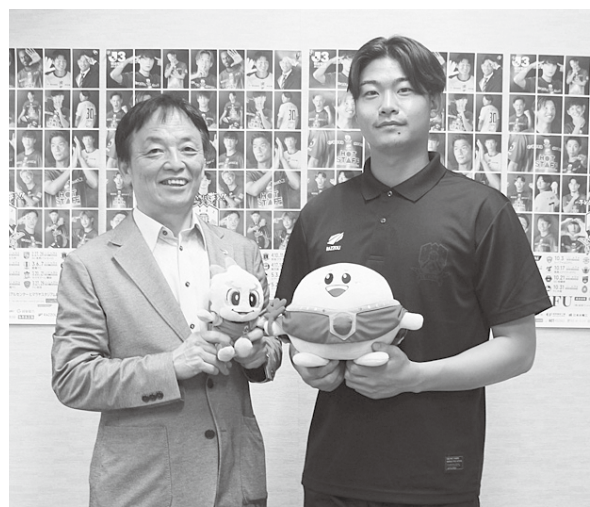
本事業は、消費者庁より委託を受けた一般財団法人日本消費者協会が実施します。

7 /
31

FC岐阜 選手表敬訪問

七宗町ホームタウン応援大使を務めるFC岐阜のゴールキーパー・春名竜聖選手が七宗町役場を訪れ、町長への表敬訪問を行いました。

訪問では、今シーズンの抱負を語ったほか、町長から激励の言葉が贈られました。また、町内のおすすめスポットや飲食店など七宗町の魅力について歓談し、その後は庁舎内を巡りながら職員と交流をしていただきました。



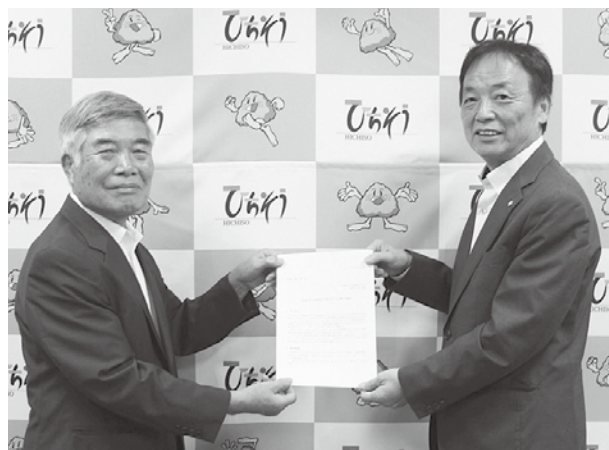
8 /
4

日本最古の石博物館 検討委員会から提言書の提出

本年2月から、各種団体の役員をはじめとする関係者により構成された日本最古の石博物館検討委員会において、博物館の今後のあり方等について検討が行われてきました。

このたび委員長により、博物館の運営を早期に終了し、取り壊しも念頭に置いた上で、近隣施設と相乗効果を図ることができる最善策を検討してほしい。また、当町の象徴である20億年前の片麻岩については残す方向で検討してほしいと、町長へ提言書が提出されました。

町長は、提言内容を踏まえ、今後の方針を検討していきますと述べました。



8 /
17

岐阜県知事から感謝状が授与されました

8月8日(土)に山県市で開催された、第66回岐阜県身体障がい者相談員研究大会において、長年相談員としてご尽力された功績をたたえ、岐阜県知事から長島和子さん(榎原)に感謝状が授与されました。長島さんは、平成28年7月から身体障がい者相談員として町から委嘱を受け活動されており、「これまでいろいろな人に助けてもらいました。身体が動くうちは活動を続けたいと思います」と今後の活動への意欲を元気に語っていただきました。





100歳お祝い

100歳を迎えられた平岡あき子さん（大正15年8月23日生まれ）のもとへ町長が訪問し、長寿をお祝いしました。

平岡さんは、「お話することが好きで毎日楽しく元気に過ごしています」と話してくださいました。



副町長挨拶

副町長 森島 嘉人



先ずもって、このたびの令和8年熊本地震、千葉豪雨により被害に遭われた方々に心よりお見舞い申し上げます。

議会の同意をいただき、4月1日に副町長に就任してから早いもので5か月が過ぎました。浅学非才の身ではありますが、堀部町長を精一杯支え町政運営を進めてまいりますので、改めてよろしくお願いいたします。

七宗町と同じ加茂エリア美濃加茂市の出身とはいえ、最初から町内くまなく知っているわけでもなく、就任当初は一日でも早く町内の地理情勢を、また、職員の皆様の顔と名前を覚えるため、機会を見つけて町内各地を見て回り、町内地図とにらめっこし、庁舎内は配席図を手元に歩いていたことを思い出しています。すでに数々の行事に参加して町民の皆様にお会いさせていただき、町の風土や文化をわずかながらも感じております。

町民の皆様、町職員の皆様との出会いはもちろんのこと、今まで県内各地の県機関勤務でお世話になりました皆様との出会いも一期一会と大切にし、現場主義を重んじ、引き続き職務に邁進してまいりますのでよろしくお願いいたします。

副町長を迎えて

町長 堀部 勝広

本年4月より、本町はこれまでの参事制から副町長制へと移行し、新たな体制で町政運営に取り組んでいます。副町長には、県行政で培われた豊富な経験と幅広い知識を生かし、これまでの町の仕事や行政運営を改めて見つめ直していただくことを期待しています。就任から5か月が経ち、町の現状や課題にも理解を深め、職員とともに積極的に取り組んでいただいております。副町長制への移行は、これまで行ってきた仕事を県での行政経験という新たな視点から再点検し、行政の活性化とさらなる充実を図るためです。町民の皆様に安心していただける、より信頼される行政を築き、七宗町の未来につながる町政を進めてまいります。



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
9月13日	日	中部国際医療センター	美濃加茂市	66-1100
9月20日	日	岐阜健康管理センター すこやかクリニック	美濃加茂市	28-8425
9月21日	月・祝	小林クリニック	坂 祝 町	25-8077
9月22日	火・祝	みのかも西クリニック	美濃加茂市	28-5310
9月23日	水・祝	林クリニック	美濃加茂市	28-8899
9月27日	日	太田メディカルクリニック	美濃加茂市	26-2220
10月 4日	日	森本こどもクリニック	美濃加茂市	66-2522
10月11日	日	さぐち内科	美濃加茂市	27-7314
10月12日	月・祝	濃飛ファミリークリニック	川 辺 町	53-3111

【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13日	日	みやもと歯科	美濃加茂市	24-7070
9月20日	日	ヒロ歯科医院	美濃加茂市	25-2097
9月21日	月・祝	アスナロ歯科クリニック	美濃加茂市	28-0050
9月22日	火・祝	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
9月23日	水・祝	カモ歯科クリニック	美濃加茂市	24-4181
9月27日	日	ごとう歯科	坂 祝 町	25-0252
10月 4日	日	ふくろう歯科クリニック	美濃加茂市	66-2960
10月11日	日	しまデンタルクリニック	美濃加茂市	66-5900
10月12日	月・祝	おおともデンタルクリニック	美濃加茂市	28-0418
10月18日	日	加藤歯科医院	美濃加茂市	25-2641

【診療受付時間】 午前9時～午後1時

※都合により、変更する場合があります。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

献血協力をお願い

～ 献血で 誰かに届く あなたの勇気 ～

皆さまからいただいた血液は輸血用血液製剤となり、病気の治療や手術などで輸血を必要とする患者さまのもとへ届けられます。皆様のご協力をお願いします。

- 日時及び場所 令和8年10月15日(木) ・午前9時45分～正午まで……七宗町役場西側駐車場
・午後2時～4時まで……神淵コミュニティセンター前
- 持ち物 献血カードまたは、本人確認のできる物（運転免許証、マイナンバーカード）
- 献血の基準 ・年齢が16歳以上、69歳以下（65～69歳までの方は、60～64歳までの間に献血経験のある方）で健康な方
・体重が男性45kg以上 / 女性40kg以上の方

献血に際しての注意事項

- ①3日間以内に服薬された方や出血を伴う歯科治療（歯石除去含む）をされた方はできません。
ただし、降圧剤や花粉症などの薬については、献血可能なものが多数ありますので服薬された方は「薬品名」を教えてください。（事前に問い合わせいただいても結構です）
- ②海外旅行から帰国（入国）されて4週間以内の方はできません。
- ③その他、口内炎や擦り傷、空腹や睡眠不足等、問診時の医師の判断によりできない場合があります。

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

令和8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

下記のとおり、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。お手元到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。

●対象者（年齢基準日：令和9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 …………… 500円

●検診日程

日 程	受付時間	会 場
10月20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
10月28日(水)	午前9時～10時30分	木の国七宗コミュニティセンター
10月28日(水)	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） TEL.48-2046

令和8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9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ただければ受診できます）

月日	時 間	実施場所
10月8日(木)	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
	10:00～10:15	葛屋公民館
	10:35～10:45	葉津公民館
	10:55～11:10	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	檜原公民館

月日	時 間	実施場所
10月9日(金)	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(役場職員駐車場)
	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） TEL.48-2046

令和8年度 中濃地域障がい者就職合同面接会 開催

ハローワークでは、「中濃地域障がい者就職合同面接会」を開催します。参加は無料ですが、事前に予約が必要です。詳しくはお近くのハローワークへお問い合わせください。

- 日 時 令和8年11月12日(木) 午後1時～6時(受付は12時30分から)
- 場 所 関市文化会館 小ホール、ホワイエ(岐阜県関市桜本町2丁目30番1)
- 対 象 者
 - ・ハローワークに障がい者として仕事探しの申し込みをされている方、または申し込みを予定されている方
 - ・来春に学校卒業予定の就職を希望される方で、障がい者手帳をお持ちの方、または取得予定の方
- 参 加 費 無料
- 参加企業 中濃地域にある企業20社程度(予定)
- 申込方法 所定の申込書を事前にハローワークへご提出いただく必要がございます。詳しくは、お近くのハローワークへお問い合わせください。
- 主 催 ハローワーク関・岐阜八幡・美濃加茂・多治見
- 共 催 中濃圏域障がい者総合支援推進会議 / 岐阜障害者職業センター

申込み・問い合わせ

ハローワーク関 (TEL0575-22-3223) ハローワーク岐阜八幡(TEL0575-65-3108)
ハローワーク美濃加茂(TEL0574-25-2178) ハローワーク多治見 (TEL0572-22-3384)

こころの健康相談のお知らせ

ご自身やご家族のことなど、こころの健康について悩んでいませんか？

下記日程でこころの健康相談を行います。相談は、精神科専門医師と保健師が対応し、秘密は厳守します。相談は、ご本人または家族の方でも結構です。お気軽にご相談ください。

予約制ですので、10月16日(金)までにお申し込みください。

- 相 談 日 令和8年10月23日(金) 午後 ※詳しい時間は申し込み後に連絡します。
- 場 所 七宗町生きがい健康センター

なお、上記以外でも、原則毎月第3火曜日午後1時に可茂保健所で相談会が開設されています。予約をしてご利用ください。(可茂保健所 TEL25-3111)

申込み・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

「さわやかデイサービスセンター七宗」 施設見学会のお知らせ

日時：9月27日(日)
9時～14時

ご予約は不要です。お気軽にお越しください。

- お問合せ先(管理者：石原)

TEL 0574-47-1070

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

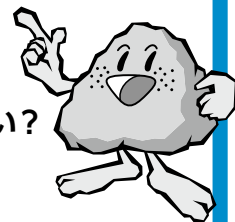
救急安心センターぎふ

#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



地域包括支援センターからのお知らせ

「忘れても 笑顔で暮らせる 街づくり」

9月21日は世界アルツハイマーデーと制定されていることから、9月は「認知症月間」とされています。

2025年 認知症患者数 471万人（高齢者の12.9%）
軽度認知障害(MCI) 564万人（高齢者の15.4%）

⇒予測では、2060年には認知症高齢者数 645万人（高齢者の17.7%）・軽度認知障害 632万人（高齢者の17.4%）と推計されています。

七宗町の高齢化率※は50.88%（令和8年4月1日時点）であるため、身近な病気といえます。「誰もが認知症になり得る」と考えて、認知症になっても生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、認知症に感心を持ち、考える機会にしてみませんか？

※ 65歳以上人口が総人口に占める割合



家族や配偶者が認知症になった時
「どこに」「誰に」相談したら良いのか？
 認知症の人に対して
どのように声をかけたら良いのか？手助けすると良いのか？

認知症とは？

脳の病気（アルツハイマー型認知症、脳梗塞・脳出血、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症など）により、記憶や言語、知覚、思考などに関する脳の機能低下が起こり、日常生活に支障を来すようになった状態を指します。

主な症状

「記憶障害」
 新しいことを覚えられない。何度も同じ事を聞く・話す。
 「見当識障害」
 「今が○月か？」「ここはどこか？」など時間・場所・人が理解出来ない。

認知症の人への関わり方のポイント

- ① さりげなく様子を見守る
- ② 落ち着いて対応する
- ③ 複数で取り囲まない
- ④ 相手の視界に入って声をかける
- ⑤ 目線を合わせる
- ⑥ 穏やかに、はっきりと話す
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾ける



地域包括支援センターでは、次のようなことに取り組んでいます

★認知症サポーター養成講座 認知症の基礎知識・対応方法に関する講座（約1時間）

★出張!!ほっとセブカフェ 認知症に関する話（認知症の基礎知識、予防など）

福寿会、地区サロン、小・中学校等に出張します

認知症の介護で頑張りすぎは禁物です！
介護者の方は、一人で抱え込まずにご相談ください。



問い合わせ 地域包括支援センター TEL.48-1112

一般競争入札（令和8年度 第3回）

入札年月日 令和8年8月7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 水工第3号	加茂郡七宗町 神洲大塚地内	大塚地内⑦-1,2,3,4工区 水道管布設替工事	60,500,000	令和8年 8月7日	令和9年 1月29日	㈱長尾土建	64,240,000	94.18%
工事計 1件			60,500,000		—	—	64,240,000	94.18%
合 計 1件			60,500,000		—	—	64,240,000	94.18%

ちゃんとチェック！最低賃金

「岐阜県最低賃金」が改正されます

時間額：1,121円(56円UP!) 令和8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Tel058-245-8104又はお近くの労働基準監督署までお尋ねください。

岐阜地方法務局からのお知らせ

■不動産を相続したら必ず相続登記を！

相続によって不動産を取得した相続人は、相続したことを知った日から3年以内に相続登記をする必要があります。相続登記の義務化が開始された令和6年4月1日より前に相続したことを知った不動産は、**令和9年3月31日**までに登記をする必要があります。

正当な理由なく義務に違反した場合、10万円以下の過料が科される可能性があります。

なお、不動産の価額が100万円以下の土地は、令和9年3月末日まで登録免許税が課されません。



詳しくは
コチラ

■住所・名前の変更登記が義務化されました！

令和8年4月1日から不動産の所有者の住所や氏名・名称の変更登記が義務化されました。(令和8年4月1日より前の変更も義務化の対象です)

個人も法人も、変更の日から2年以内に登記をする必要があります。正当な理由なく義務に違反した場合、5万円以下の過料が科される可能性があります。

なお、かんたん・無料の「スマート変更登記」の手続きを行えば、その後は法務局が職権で住所や氏名・名称の変更登記を行います。



詳しくは
コチラ

「一般曹候補生」とは

陸上・海上・航空自衛隊の曹となる自衛官を養成する制度です。一般曹候補生は、入隊後2年9月以降選考により3曹へ昇任します。自分の能力に合わせて、知識と技能を高めてゆくことが可能です。



〈一般曹候補生〉

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）

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



[自由研究][工作][絵画] 七宗町 小・中学生作品展

町内の小・中学生が制作した作品を集め、作品展を開催します。力作揃いの作品展に、どうぞお越しください。

●期 間 令和8年9月12日(土)～10月12日(月) ※休館日 水・木曜日

●会 場 日本最古の石博物館

●時 間 午前9時～午後4時30分（最終入館受付 午後4時）



法の日・公証週間 合同無料相談会開催

10月1日「法の日」、10月1日～7日「公証週間」にちなみ、美濃加茂公証役場・岐阜県司法書士会中濃支部・岐阜県土地家屋調査士会中濃支部・岐阜県行政書士会可茂支部の共同で合同無料相談会を開催します。

遺言や相続、不動産、各種手続きなどについて、各分野の専門家が相談に応じます。お気軽にご利用ください。

- **日 時** 令和8年10月11日(日) 午前10時～午後4時
- **場 所** 可児市文化創造センター a la 美術ロフト (可児市下恵土3433番地139 TEL0574-60-3311)
- **内 容**
 - 遺言・任意後見契約・各種契約などの公証手続
 - 不動産登記・商業登記・法人登記
 - 相続・債務整理・成年後見
 - 土地境界相談・測量
 - 農地転用など官公庁提出手続き

予約不要

電話相談
不可

問い合わせ 岐阜県司法書士会中濃支部 (担当 藤田) TEL.0574-62-9710

9月1日(火)～10月31日(土)は「行政相談月間」です

「困ったら 一人で悩まず 行政相談」

行政相談とは…

あなたの暮らしの中で、役所の仕事について不満を感じたり、よく分からないということはありませんか？そんなあなたの声を総務大臣が委嘱した行政相談委員がお聴きします。相談は無料で、秘密は固く守られます。



例えば

- 道路の危険な箇所を直してほしい
- 河川の清掃・管理をしっかりしてほしい
- 役所の説明に納得できない
- 特殊法人（NTT、年金事務所、郵便局など）や独立行政法人（国立病院など）の対応に不満がある
- 介護等福祉のサービスが受けられなくて困っている
- 役所への手続きが分からない
- どこの役所に相談してよいかよく分からない

相談日時・場所のお知らせ

- **と き** 9月20日(日) 午前10時～正午まで
- **と ころ** 木の国七宗コミュニティセンター
- **行政相談委員** 林 幸利 さん

問い合わせ 総務省 岐阜行政相談センター 愛称は「まぐみみ岐阜」です！
 住 所：〒500-8114 岐阜市金竜町5-13 岐阜合同庁舎
おこまりならまる まるくじょーひやくとおぼん
 電 話：0570-090110 FAX：(058) 248-6755
 ホームページ：https://www.soumu.go.jp/kanku/chubu/gifu.html



行政相談のマスコット
「キクーン」

家屋を取り壊された方へお知らせ

家屋（住宅・倉庫など）を取り壊された場合は、翌年度の固定資産税の課税内容に影響しますので、七宗町役場住民課税務担当までご連絡をお願いします。適正な課税のため、ご協力をお願いします。

問い合わせ 七宗町役場 住民課 TEL.48-1144

健康カレンダー

健康相談

▼乳幼児・成人健康相談

10月 2日(金) 午前9時30分～11時

11月 6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。

▼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

③妊婦本人名義の口座がわかるもの

健康診査

▼乳幼児内科健康診査

11月13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. 4.22～R8. 7.13生

7～8か月児：R8. 1.22～R8. 4.13生

1歳6か月児：R7. 2.22～R7. 4.13生

3歳児：R5. 8.22～R5.11.13生

▼5歳児健康診査

10月15日(木) 午後0時45分～4時

木の国七宗コミュニティセンター

《対象者》R3. 4. 1～R3.10.31生

★対象の方に個別通知をします。

教室

▼子どもの救命教室

10月 7日(水) 午前10時～11時45分

生きがい健康センター

《対象者》乳幼児

▼あそびの教室

10月21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(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

健診結果をふり返ろう

メタボという言葉も聞き慣れたかと思いますが、今回は患者にされる内臓脂肪についてと、代表的な検査項目との関連が考えられる生活習慣の例についてご説明します。

「内臓脂肪はなぜ、悪い？」

脂肪細胞には本来、中性脂肪をため、エネルギーを貯蔵する役割があり、通常、動脈硬化を予防したりインスリンの効きを良くしたりする良いホルモンを分泌しています。ところが、不健康な生活習慣でおなかの中の腸の周りにある内臓脂肪がたまると、良い働きは抑えられ、一転して糖尿病や高血圧症、脂質異常症などを招く悪い働きをするホルモンを分泌することが分かっています。

<通常の脂肪細胞が分泌しているホルモンとその働き>

●**アディポネクチン**…動脈硬化を抑えたりインスリンの効きを良くしたりする。

●**レプチン**…食欲を調節したり、体温を高めてエネルギー消費量を増やしたりする。

★ところが、内臓脂肪が過剰にたまってしまうと…

●**TNF-α**…インスリンの効きを低下させ、高血糖を起こす。

●**アンジオテンシノーゲン**…血圧をあげる。

●**PAI-1**…血栓を作りやすくする。

このほかにも、内臓脂肪の分解過程でできる「遊離脂肪酸」は増えると中性脂肪値やHDLコレステロール値を悪化させ、脂質異常や脂肪肝を招きます。

生活習慣は健康状態と密接に関わっています。ご自身の検査項目が悪化したのは、現在の生活習慣の影響かもしれません。

悪化している検査項目	関連が考えられる生活習慣の例
BMI・腹囲	食べ過ぎ(身体活動量より食事量が多い)
血圧	食塩の取り過ぎ、喫煙、アルコールの取り過ぎ、身体活動不足
中性脂肪	食べ過ぎ(身体活動量より食事量が多い)、糖分の取り過ぎ、アルコールの取り過ぎ、脂質の取り過ぎ
中性脂肪とγ-GTP	アルコールの取り過ぎ、食べ過ぎ
HDLコレステロール	喫煙、身体活動不足(中性脂肪値が高い人)
ALT(GPT)	食べ過ぎ(身体活動量より食事量が多い)、アルコールの取り過ぎ

ご自身の悪化している検査項目があれば、
心当たりのある生活習慣がないか振り返ってみましょう。

ピア

まちを
つなぐもの

参加費**無料**

各回
先着 **25名**
まで

最期の願いは、
僕たちが支える。

細田善彦

松本若菜 川床明日香 竹井亮介 三津谷亮 金子なな子
田山由起 桜まゆみ 枝元 萌 村上和成 中野マサアキ 大迫一平 加藤虎ノ介
戸塚純貴 尾美としのり 水野真紀 升 毅

監督:綾部真弥 企画・原作・プロデュース:山国秀幸
脚本:藤村磨実也・山国秀幸 主題歌:橋 和徳「この街で」(ユニバーサル ミュージック)
撮影:伊藤麻樹 照明:尾下栄治 録音:滝澤 修 美術:横守 剛 編集:岩切裕一 音楽:遠藤浩二
製作:映画「ピア」製作委員会(ワンダーラボトリール/フリービーアイ/ユナイテッドエンタテインメント/JR西日本コミュニケーションズ/エイチエムプラス)
配給:ユナイテッドエンタテインメント 制作:UE 協力:プロダクション:スタジオブルー
2019年/日本/カラー/5.1ch/99分 ©2019映画「ピア」製作委員会
www.peer-movie.com

2026年**10月28日(水)**

① 9:30~11:30 ② 13:30~15:30

神測コミュニティセンター 2階

2026年**10月30日(金)**

① 9:30~11:30 ② 13:30~15:30

木の国七宗コミュニティセンター 2階

問合せ
・
申込み

七宗町役場 健康福祉課 介護係
(地域包括支援センター)
電話: **0574-48-1112**



申込締切: **10月20日(火)** まで

——— お申込みは二次元コードまたは上記へお電話ください ———

注意 お申し込みのない方は、いかなる場合でも当日の上映会にはご参加いただけません。あらかじめご了承ください。

在宅医療に懸命に取り組む、若き医師と仲間たち——命と希望の物語



推薦:厚生労働省 特別協力:日本医師会/日本歯科医師会/日本薬剤師会/日本看護協会/日本在宅ケアアライアンス/全国在宅医療医歯薬連合会/日本介護支援専門員協会
特別協賛:医療法人社団清風会 平野医院/日本介護クラフトユニオン/グッドライフケア/在宅支援総合ケアサービス/ソラスト/カナミックネットワーク/介護のツクイ
学校法人 兵庫医科大学/ミアヘルサ/レパレージュズメディカルケア/メディカル・コンシェルジュ

七宗町の人口

人口 ▶ 2,982 人 (－ 5)
 男 ▶ 1,420 人 (－ 4)
 女 ▶ 1,562 人 (－ 1)
 世帯数 ▶ 1,365 世帯 (－ 2)

内 訳 出 生 0 人 死 亡 5 人
 転 入 2 人 転 出 2 人

【令和 8 年 8 月 1 日 現在】
 ※外国人を含めた数となっています

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

納期限 令和 8 年 11 月 2 日

納付は口座振替が便利です

お悔やみ

地区名	死亡者	年 齢	親 族
檜 原	井戸 わかづ	95歳	井戸 由彦
寺 洞	杉山 ひさる	97歳	杉山 稔
戸 刈	吉村 隆	81歳	吉村 貴美
勝	加藤 往廣	78歳	加藤 利行

無料相談

法律相談

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

人権相談

期 日 ▶ 10月6日(火)
 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

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

文芸七宗

◆ 国守る少年少女でありし日も

思えば遙か終戦の日

長谷川 美登里

◆ 沖縄や遠くて近し人柄が

マンゴ濃密冷凍美味し

◆ みどりごに葉月会えるや健やかに
 酷暑の中を共に乗りこえ

後藤 ひさ

◆ 遠雷や待てども雨の降らぬ日々

◆ 草も木も静なる時ぞ炎天下

◆ 木槿咲く高まる鼓動計報聞き

長谷川 美登里

青少年育成町民会議主催

ちょボラ（ちょっとしたボランティア）

7月25日(土)祭場においてちょっとしたボランティアを行いました。

ちょっとだけ、【みんなのためにやってみよう！】【人の役に立てた！】という思いを少しでも、もってもらうことを目的としています。

参加した子どもたちは、来場者が気持ちよく祭りを楽しめるよう、会場内を歩きながら落ちているごみを一つ一つ丁寧に拾い集めました。暑い中でも笑顔で取り組む姿は頼もしく、地域の皆さんからも温かい声が寄せられました。

子どもたちの協力により、会場は最後まできれいな環境が保たれ、多くの来場者が気持ちよく祭りを楽しむことができました。

今回の活動を通して、地域を大切にする気持ちやボランティアの大切さを学ぶ貴重な機会となりました。



学びのとびら 夏休み親子パン教室

7月31日(金)学びのとびらにおいて『夏休み親子パン教室』を行いました。

参加者は、夏野菜をたっぷり使った彩り豊かなピザ、ふんわり甘いメロンパン、栄養満点のトマトミルクスープ作りに挑戦しました。

親子で協力しながら生地をこねたり、ピザに思い思いの具材を並べたりと、楽しそうな笑顔が会場いっぱいに広がりました。

焼きたてのパンが完成すると、「おいしい！」という声があふれ、自分たちで作った料理を味わいながら、夏休みの思い出に残る楽しいひとときを過ごしました。



児童クラブ 琴教室と民生委員児童委員との交流会

7月31日(金)地域の方の好意で琴教室、8月5日(水)民生委員児童委員との交流会を行いました。

琴教室では、普段なかなか触れる機会のない琴に興味津々。琴の音色に耳を傾けながら、演奏を聴いたり、実際に琴に触れたりして、楽しい時間を過ごしました。

交流会では、みんなでかるたや缶つみ、オセロなどに挑戦。読み札が読まれるたびに子どもたちは一斉に札を探し、素早く札をとる姿に「お見事！」と声上がる場面もありました。



普段とは少し違う相手との対戦に、子どもたちも新鮮な気持ちで楽しんでいる様子でした。遊びを通して自然に会話が生まれ、笑顔や笑い声があふれる交流会となりました。

観劇会

8月19日(水)第1・第2保育園合同で人形劇団『あっけらかん』による人形劇「かっくれんぼーん」「ぼくはかいぞくキャプテンブチャブチャ」の観劇会が行われました。

舞台が始まると、園児たちは目を輝かせながら登場人物の動きや表情に注目し、物語の世界に引き込まれていました。おもしろい場面では声を上げて笑ったり、登場人物のやり取りに驚いたり、子どもたちはそれぞれに劇を楽しんでいました。

普段とは違う本格的な舞台を間近で見ることで、子どもたちは想像力を膨らませ、豊かな感性を育む貴重な体験となりました。



親子で元気いっぱい！運動あそびを楽しみました

8月21日（金）第2保育園において地域の同年齢の子どもたちや保護者との交流を兼ねた「親子運動教室」が行われました。

年中児と年長児が参加し、保護者と一緒にマットを使った運動あそびに挑戦。転がったり、体を動かしたりしながら、普段とは少し違った親子でのふれあいを楽しみました。

運動のあとは、子どもたち同士で自由あそびをしたり、保護者の皆さんも一緒に交流したりと、笑顔いっぱいの時間となりました。親子で体を動かす楽しさを感じるとともに、友だちや保護者同士の交流を深める機会にもなりました。

暑い日が続く中でしたが、子どもたちは元気いっぱい！「もっとやりたい」という気持ちが伝わってくるほど、最後まで楽しそうに体を動かしていました。



コミュニティー図書室よりお知らせ

9月にはいり、少し涼しくなりました。秋の夜長に読書はいかがでしょう。コミュニティーセンター図書室では、話題の本を定期的に取り揃えています。読みたい本を探しにきてください。お待ちしております。

バナナでんわででんわをしたら



ギデオン・ステラー/文、エミリー・ヒューズ/絵
ふしみさを/訳
〈ひさかたチャイルド〉

バナナを耳にあてて、電話をすると…なんとジャングルに住むゴリラにつながった！想像の世界を信じる子どもたちへ贈りたい一冊です。

木の国

子どもを描く 林明子の世界



読みつがれる作品を多く描いてきた林明子さん。「子どもの心に物語を届けたい」と願続けた作者の思いを感じることできる一冊です。

福音館書店編集部/編 〈福音館書店〉

神渚

スポーツ推進委員会に加入しませんか？

住民に対するスポーツ活動の推進を目的に、軽スポーツ等の実技指導を行うため、講習会や研修会に積極的に参加したり、毎月定例会を開催し意見交換や検討会を行って事業を計画するなど、地域のスポーツ振興のために活動しています。定員10名のところ、現在7名で活動しており、人数が不足しているのが現状です。



このような背景から、この度七宗町スポーツ推進委員として一緒に活動していただける方を募集します。興味のある方は七宗町教育委員会生涯学習係までお問い合わせください。

令和8年度 事業計画（町内）

事業名	開催日	会場
定例会	毎月	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
ウォーキング大会	6月13日(土) 11月 8日(日)	神淵葉津地内 上麻生地内
カローリング大会	7月12日(日)	木の国七宗コミュニティセンター

令和8年度 研修会日程

研修名	開催日	会場
地区研修会（前期）	6月20日(土)	川辺町
郡研修会	9月 6日(日)	木の国七宗CC
地区研修会（後期）	9月26日(土)	可児市
東海四県研修会	2月19日(金) 20日(土)	愛知県蒲郡市
地区軽スポーツ研修会	2月13日(土)	美濃加茂市

問い合わせ：七宗町教育委員会 生涯学習係 TEL 48-1114

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



— 第48回少年の主張 ～わたしの主張2026～

私の「音」

七宗中学校3年 長尾 歩音



私の名前は、「あのに」と言います。歩む音と書いて、「歩音」です。この名前には、人とのめぐり合わせや音楽、言葉との出会いを大切にしながら成長してほしいという両親の願いが込められています。

そんな私は、小さい頃から名前の通り、歌ったり、踊ったりすることが大好きでした。中学1年生になって、もっと音楽に親しみたい。もっといろんな場所で歌ってみたいと思っていたところ、音楽の先生に合唱団のコンサートに行くことを提案されました。今でも当時受けた衝撃を鮮明に覚えています。合唱団の方の美しい歌声に心を奪われ、私もここで合唱団の一員として歌ってみたいという気持ちになりました。

早速、帰って母に思いを伝えると、母は、「あなたがやりたいことだったらいいよ。」と了承してくれました。しかし、同時に心配事もあることを話してくれました。それは、私の「知らない人たちと関わる経験が足りない」ということです。私は、七宗町という小さな町で育ちました。学校も小規模で、小学校に入学してから、ずっと同じクラスメイトと生活していました。そのため、母は、自分がいきなり知らない人たちの中で上手にやっていけるのかとても心配だと私に話してくれました。

そして私自身にも、対人関係において悩み事がありました。私は昔から、頭の中で考えてから言葉を発するのが苦手で、思ったことをすぐに言葉に出してしまうことがあります。私が原因で、クラスの空気が少し悪くなってしまうのを感じ、その度に、自分の発言を後悔し、今でも、友達から相談事をされても、自分の発言に自信がもてず、本当に今言ったことは正しかったのかと不安になります。そんな不安がありながらも、合唱団のあの時の衝撃を忘れられず、自分を変えるためにも入団を決意しました。

合唱団には、小学生から大学生までの幅広い年齢の人がいます。最初は、とても緊張しましたが、みんながとても優しく、温かい雰囲気ですぐに馴染むことができました。異なる年齢層だからこそ、普段の学校では、できない話もできて、音楽以外にも合唱団には楽しいことがたくさんありました。

練習では、表情や発声、身体を使ってリズムを感じることを意識しながらたくさん歌うことで、以前より

も高い声を出すことができるようになるなど、日を増すごとに自分の成長を実感することができました。

そんな充実した合唱団での活動ですが、一つだけ悩み事がありました。それは、周りの仲間との技術の差です。頭の中では「まだ入団したばかりだから仕方ない。」と分かっていたのですが、いつも美しい声で歌っている仲間を見ると、余計なことまで考えてしまい焦りはどんどん大きくなっていきました。そんな自分が嫌になりましたが、その自分を変えるために合唱団に入ったことを思い出し、勇気をだして先輩に悩みを打ち明けました。

するとその先輩は、「今、上手に歌えなくても大丈夫。その時自分ができることを精一杯やっていれば、いつか上手に歌えるようになるよ。」

と言ってくれました。その言葉は、私の胸のつかえをとってくれて、今でも私の心の支えです。

先輩に言葉をもらってから、今まで以上に練習に熱量を注ぐようになりました。学校生活との両立は大変ですが、仲間と同じ目標に向かって頑張る時間はとても充実していて、コンサートでその成果を発揮できたときの達成感は忘れられません。舞台の上でみんなの歌声が一つになった瞬間は、合唱団に入って本当に良かったと感じる最高の瞬間です。

合唱団での経験は私自身を大きく成長させてくれました。

合唱は一人で作り上げることは絶対にできません。ただ周りの音に合わせるだけではなく、仲間の心の音にも耳を傾けることが大切だと学びました。また、合唱を通して表現する私は、普段よりも自分に対して自信をもつことができます。

そして、学校の友達がコンサートに来てくれたときは、学校とは違う自分を応援してくれて本当にうれしかったし、改めてたくさんの人に支えてもらっていることに気づくことができました。

まだまだ、自分に自信をもつことはできないし、クラスメイトにも合唱団の仲間にも迷惑をかけてしまいます。先輩があの時言ってくれたように、焦らなくても良い。少しずつ、周りの音を大切にしながら、自分だけの音を歩んで行こうと思います。



点字版・音声版をご希望の方は、県秘書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

クマに注意!

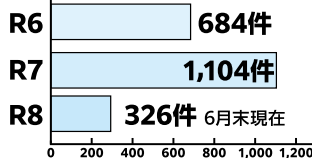


近年、ツキノワグマの人里近くへの出没や目撃情報が増加しています。クマは本来臆病な性格ですが、不意に遭遇すると驚いて襲いかかる恐れがあり大変危険です。県内の多くが生息域となっており、決して他人事ではありません。尊い命を守るため、正しい知識と備えを身につけましょう。

問／県自然環境課 ☎058(272)8231

急増するクマの出没・目撃件数

県内のクマ目撃件数は急増しており、令和7年度には1,100件を突破しました。今年度も、初夏の段階（6月末まで）で既に326件もの目撃情報が寄せられています。



最新の出没情報を手に入れよう

岐阜県クママップの活用 岐阜県内におけるリアルタイムのクマ目撃情報は、県域統合型GIS「岐阜県クママップ」で常時公開しています。山へ出かける前に、目的地の出没状況をチェックする習慣を身につけましょう。



特に、登山やキャンプなどアウトドアで山に入る機会が増える季節は、一人ひとりの適切な対策が事故を防ぎます。



人身被害にあわないために

山林に入る際のルール

音でアピール

鈴などで存在をアピールし、複数人で行動してクマに人の存在を知らせます。

注意

藪の深い場所や沢沿いなど、音の届きにくい・視界の悪い場所は特に警戒してください。

お願い

ゴミの放置はクマを引きつける原因になるので、絶対に山へ捨てないでください。

万が一、遭遇した場合は

背を向けずにゆっくり後退

走って逃げるとクマの「追いかける本能」を刺激します。目を離さず静かに後退します。

子グマには近づかない

母グマが子を守るうと攻撃してくる可能性があります。見かけても絶対に近づかないでください。

攻撃されそうになったら頭と首を守る

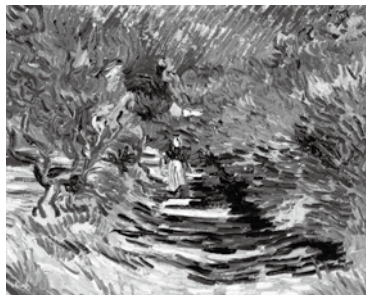
突進された場合は、うつ伏せになって地面に伏せ、両手で首の後ろをカバーして急所を守ります。

TOPICS

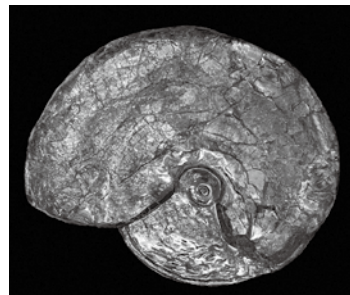
01 「芸術の秋」到来。岐阜県にある美術館や博物館に足を運んでみませんか。

岐阜県美術館では9月26日から12月13日まで、企画展「フランス近代絵画の祝宴」を開催します。モネ、ルノワール、ゴッホからシャガール、ピカソまで、巨匠達の作品を一度に鑑賞できる特別な機会です。岐阜県博物館では9月18日から11月29日まで、魅力的な鉱物の美しさを紹介する「開館50周年記念特別展Minerals-永遠の美-」を開催します。最大級のアンモライトや希少鉱物であるトパーズ等、約420点が勢ぞろいします。各施設のイベント等詳細はHPでご確認ください。

● 問／県文化伝承課
☎058(272)8242



▲フィンセント・ファン・ゴッホ「サン＝レミの道」
1889-90年頃 笠間日動美術館蔵



▲アンモライト

02 世界の舞台が、すぐそこに
第20回アジア競技大会開幕!!

アジア最大級のスポーツの祭典、第20回アジア競技大会が岐阜県でも開催されます。県内ではホッケー、サッカー、ローイングの3競技が行われ、国内外のトップ選手が熱戦を繰り広げます。アジア最高峰の舞台で戦う選手たちを、地元で間近に応援できる貴重な機会です。ぜひスポーツの素晴らしさを体感していただくとともに、岐阜県ゆかりの選手たちへ熱い声援を送りましょう。

- 大会期間／9月19日(土)～10月4日(日)
- 場所・入場料／大会公式HPをご確認ください。
- 問／県地域スポーツ課 ☎058(272)1836



Q 第20回アジア競技大会

ホノホノ
HONOHONO

03 オクトーバー・ラン&ウォーク 岐阜県大会
～1ヶ月ウォーキングチャレンジ～の開催!

アプリ・記録シートを活用して、「オクトーバー・ラン&ウォーク2026 岐阜県大会 ～1ヶ月ウォーキングチャレンジ～」を開催します。期間内に一定歩数以上歩いた方の中から、抽選で景品が当たります。また、開催期間中にログインしていただくとアプリオリジナルキャラクターを進呈します。

- 開催期間／10月1日(木)～10月31日(土)
- 場所／県内全域
- 料金／無料
- 問／県地域スポーツ課 ☎058(272)8799
県健康推進課 ☎058(272)8497



Q オクトーバー・ラン&ウォーク2026 岐阜県大会

この情報は令和8年7月30日現在のものです。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。県秘書広報課☎058(272)1111(代)

イベントカレンダー▶



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
9/11	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～ 交通安全協会上麻生分会役員会 18:30～	手編同好会 13:00～ 飛水太鼓 19:00～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
12	土		少年剣道 13:00～	
13	日	心配ごと相談 13:30～	町長杯ソフトバレー大会 8:30～	
14	月	休館日	休館日	
15	火	給食サービス 8:30～ サロンどひちそう 9:00～ 写真クラブ 13:00～ 学びのとびら FULFILLING英会話 14:00～ 剣道加茂支部 19:30～	ミニバレー同好会 19:00～ ゴールドクラブ 19:20～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
16	水	給食サービス 8:30～ パッチワーク (A) 10:00～ あそびの教室 10:00～ パッチワーク (B) 13:00～ 七宗パソコンサークル 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～	
17	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ 学びのとびら 季節のアロマヨガ 10:00～ まめな会 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～	
18	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～
19	土	スポーツスクール卓球 19:30～	少年剣道 13:00～	SWS 8:30～
20	日	行政相談 10:00～		SWS 8:30～
21	月	休館日	休館日	
22	火		ミニバレー同好会 19:00～ ゴールドクラブ 19:20～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
23	水		少年剣道 19:00～	
24	木	ダンベル・エアロビ同好会 9:30～ 学びのとびら ひとり社交ダンス体操 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 19:30～		
25	金	いきいきキラキラ教室 9:00～ 保育園家庭教育学級 12:00～ 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～ 飛水太鼓 19:00～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
26	土		少年剣道 13:00～	
27	日			A級ソフトボール大会 8:30～
28	月	休館日	休館日	
29	火	サロンどひちそう 9:00～ 鏡会 13:30～ 健康ダンス 14:00～ 学びのとびら FULFILLING英会話 14:00～	ミニバレー同好会 19:00～ ゴールドクラブ 19:20～	上麻生グラウンドゴルフ同好会 8:30～
30	水	七宗パソコンサークル 13:00～ いきいきセミナー 14:15～ ヨガサークル 19:00～	少年剣道 19:00～	
10/1	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 レッキー教室 14:00～ 青少年育成町民会議指導員会定例会 19:00～ 康ちゃん卓球部 19:30～	墨の友 18:30～ 消防会議 19:00～	
2	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～
3	土	スポーツスクール卓球 19:30～		
4	日		七山味グループ 8:30～	
5	月	休館日	休館日	
6	火	人権相談 9:00～ りんごくらぶ・乳幼児期家庭教育学級 9:00～ 健康ダンス 14:00～ 学びのとびら FULFILLING英会話 14:00～	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～
7	水	商工会健康診断 8:30～ 七宗パソコンサークル 13:00～ 学びのとびら 気功教室 13:30～	はつらつ貯筋教室 9:00～ 商工会健康診断 13:00～	
8	木	乳幼児期家庭教育学級 9:00～ とんちんかん 13:30～ 学びのとびら ひとり社交ダンス体操 13:30～ 真向法体操七宗サークル レッキー教室 14:00～ 康ちゃん卓球部 19:30～	墨の友 18:30～	福寿会グラウンドゴルフ大会 準備 13:00～
9	金	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～	飛水太鼓 19:00～	福寿会グラウンドゴルフ大会 8:30～
10	土			

※8月25日受付分まで



わくわく体験館の

ガラス工芸講座

■トンボ玉 基礎講座③

【締切】10月17日(土)

- 期 日 日曜午後コース…10/25から4回(1時～4時)
水曜午前コース…10/28から4回(9時～正午)

●対 象 大人

●参加費 15,000円(材料費・消費税込)



■〔クリスマス講座〕 サンドブラストのクリスマスツリー [90分]

【締切】10月30日(金)

- 期 日 ①11/14(土) 午後1時～2時30分、②11/22(日) 午前10時～11時30分

●対 象 大人(小学3年生以上)

●参加費 3,000円(材料費・消費税込)

■〔クリスマス講座〕 吹きガラスのクリスマスツリーをつくろう [90分]

【締切】10月30日(金)

- 期 日 11/15(日)、11/19(木)、11/21(土)

●時 間 午前9時～10時30分、午前10時30分～正午

●対 象 大人(小学5年生以上)

●参加費 4,800円(材料費・消費税込)



※詳しくはお問い合わせください。

申込み・問い合わせ

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



ハロウィンジャンボ4億円

(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ4,000万円

(1等2千万円・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16日(水)

2種類同時発売!

発売期間 9/16(水)～10/16(金)
抽せん日 10/26(日)

各1枚 300円

公益財団法人岐阜県市町村振興協会



料理教室で大好評! 管理栄養士のおすすめレシピ



たんぱく質・カルシウム強化

- 材料(4人分)
- Ca入りベビーチーズ 5個
 - 豚ひき肉 200g
 - 小松菜 100g
 - 長ねぎ 1本
 - 生姜チューブ 2cm
 - ★顆粒中華だし 小さじ1
 - ★酒 大さじ2
 - ★塩 小さじ1/4
 - ★こしょう 少々
 - 餃子の皮 20枚
 - ごま油 大さじ1

小松菜とチーズの焼き餃子

いつもの餃子を栄養アップ! キャベツの代わりにカルシウムが豊富な小松菜を使い、さらにカルシウム入りチーズを加えました。カルシウムとたんぱく質を手軽に補えるので、育ち盛りのお子さんから高齢者までおすすめの一品です。

作り方

- ① チーズは4等分に切る。小松菜は5mm幅に切って塩(分量外)をふり、しんなりとしたら水気をしぼる。長ねぎはみじん切りにする。
- ② ボウルに豚ひき肉と★を入れてよく混ぜる。粘りが出たら小松菜、長ねぎ、生姜チューブを加えて混ぜ、20等分にする。
- ③ ②とチーズを餃子の皮の中央にのせ、皮のふちに水をつけて包む。同様に20個作る。
- ④ フライパンにごま油を熱して③を並べる。餃子の高さの半分になるまでお湯※(分量外)を注ぎ、蓋をして中火で蒸し焼きにする。水分がなくなったら蓋を取り、焼き色がついたら、その面を上にして盛り付ける。
※お湯を入れるとフライパンの温度が下がらず、すぐに水分が蒸発するので水っぽくならずパリッと焼きあがります。

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
271Kcal	16.8g	16.8g	272mg	3.9mg	13mg	1.2g
(2,650kcal)	(65g)	(74g)	(600mg)	(6.0mg)	(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。