

# しあわせヘルスだより

## 照会先

関市保健センター ☎ 24-0111	洞戸保健センター 板取保健センター ☎ (0581)58-2204	武芸川保健センター ☎ 46-2899	武儀保健センター 上之保保健センター ☎ 40-0020
-----------------------	-----------------------------------------	------------------------	------------------------------------

## 「平成 27 年度せき\*ミリオンウォーキング」参加者募集

### ～めざそう 100 万歩！～

ウォーキングは、誰もが手軽に、自分の生活リズムで取り組むことができ、脂肪燃焼や心肺機能の強化など、健康になる要素がいっぱいです。「せき\*ミリオンウォーキング」は、100万歩をめざして歩く健康づくりを応援します。毎日 8,400 歩のウォーキングなら 4 カ月、約 6,700 歩なら 5 カ月で達成可能です。歩いて健康づくりの一步を踏み出しませんか。

- ◆参加できる人 市内在住、在勤または在学の方。年齢不問。
- ◆参加方法
  - ①「せき\*ミリオンウォーキング手帳」を配布場所で受け取ります。
  - ②手帳の「登録はがき」に必要事項を記入して投かんしてください。  
※いつからでも参加登録可能。
  - ③歩数計で毎日の歩数を手帳に記録してください。
  - ④100万歩に達成したら、手帳の「報告はがき」に必要事項を記入して投かんしてください。
  - ⑤100万歩を達成された方には、認定証をお送りします。  
※申し込み・報告は、FAXまたはメールでも受付します。
- ◆ウォーキング手帳配布場所 各保健センター、市庁舎総合案内、国保年金課、高齢福祉課、わかくさ・プラザ（学習情報館、総合体育館、総合福祉会館）、関市文化会館、中池公園事務所、各地域事務所、西部支所、ふれあいセンター
- ◆照会先 保健センター（☎ 24-0111 ㊟ 23-6757 ㊠ hoken-c@city.seki.lg.jp）

## 関市武芸川健康プール 2015 年度第 1 期水中運動教室

- ◆開催期間 4月8日（水）～6月27日（土）
- ◆対象 18歳以上（高校生不可）
- ◆内容と参加費
  - ▷アクアピクス、インチャク教室、インチャク流水ウォーキング＝3100円
  - ▷らくらく超音波流水、流水ウォーキング、ウォーキングピクス、はじめてスイム、チャレンジスイム＝2100円 ※いずれも施設利用料が別途必要。
- ◆施設利用料 1回につき▷一般（65歳未満）＝400円 ▷身体障がい者、65歳以上＝100円
- ◆申込・照会先 武芸川健康プール（☎ 45-0133）※電話申込不可  
※教室の詳細は、武芸川健康プール指定管理者ハマダスポーツ企画(株)のホームページをご覧ください。（www.hamada-sports.com）

### 高齢者のための 『まめかな塾』 in むげがわ

「まめ」に過ごすための丈夫な体と心をつくりませんか！おしゃべりあり笑いありの楽しい塾です。

- ◆日時 4月8日（水）・22日（水）  
午後1時30分～3時  
※毎月第2・4水曜日に開催。
- ◆場所 武芸川保健センター
- ◆内容
  - ▷8日「まめな体と心」の話・脳力アップレクリエーション
  - ▷22日 リズム体操（専門指導員による体操指導）
- ◆対象 市内在住の概ね 65 歳以上の方
- ◆定員 25 人（申し込み順）
- ◆持ち物 タオル、飲み物、運動のできる服装
- ◆申込・照会先 前日までに武芸川保健センター（☎ 46-2899）

### 『ヘルスアップ 教室』 in むげがわ

【セルフ☆ボディケア&ほぐし講座で、きれいな体と姿勢に改善！】

- ◆日時 4月17日（金）毎月1回  
午後1時30分～3時30分  
※年間スケジュールは市ホームページをご覧ください。
- ◆場所 武芸川保健センター
- ◆内容 専門指導員による、からだの部位別トレーニングの実践と栄養を学び、きれいな体と姿勢をつくります。
- ◆対象 市内在住の 30 ～ 74 歳の方
- ◆定員 25 人（申し込み順）
- ◆持ち物 タオル、飲み物、運動のできる服装
- ◆申込・照会先 前日までに武芸川保健センター（☎ 46-2899）

## 4月の妊婦教室・乳幼児相談

種別	場所(対象地域)	日	受付時間	内容など
母子手帳の交付 & プレママ教室	関市保健センター(関)	毎週(火)	10:30～11:15	母子健康手帳の交付・妊婦健診受診券の交付 妊娠中の健康についてのお話
	その他保健センター	予約制		
すこやか相談	関市保健センター(全地域)	16日(木)	13:00～	医師による発育・発達相談(予約が必要)
子どもの心の相談	関市保健センター(全地域)	15日(水)	9:00～	心理相談員によることばやこころの相談(予約が必要)
乳幼児健康相談	武芸川保健センター(武芸川)	10日(金)	10:30～11:30 13:30～14:30	身体計測 保健師、栄養士による育児相談(予約不要)
	板取保健センター(板取)	10日(金)	9:30～11:00	
	洞戸ふれあいセンター(洞戸)	16日(木)	9:30～11:00	
	関市保健センター(関)	23日(木)	9:00～10:00	

▶母子健康手帳をお持ちください。▶乳幼児健診の日程は対象の方へ個別に案内しています。

### 成人健康相談

- 日時 4月30日(木)  
午前9時30分～11時00分
- 内容 血圧測定、尿検査、身長・体重・体脂肪測定、保健師・栄養士による相談(栄養士の食生活相談は予約が必要です。)
- 場所 関市保健センター
- 照会先 関市保健センター  
(☎24-0111)

### 心の健康相談

- 日時・場所 4月14日(火) 関市保健センター  
午後1時20分～3時30分
  - 相談員 専門医師、保健師
  - 予約先 関市保健センター  
(☎24-0111)、  
関保健所(☎33-4011)
- うつ病、アルコール依存症、引きこもりなどでお悩みの方で相談ください。

### 献血にご協力を

— 献血は 命と笑顔をつなぐ愛 —



**4月16日(木)**  
株サクラフト(池尻)  
13:30～16:00



**★5月1日(金)**  
バロー関緑ヶ丘店(緑ヶ丘)  
9:30～12:00

※3日以内に注射、服薬、抜歯、歯石除去などされた方は採血できません。  
ご注意ください。★400ml 限定会場

### 4月の休日診療当番

日	病院・医院(診療時間/午前9時～午後4時)	歯科医(診療時間/午前9時～午後3時)
4/5	石木クリニック(西本郷通6丁目 ☎21-2233)	まるみ歯科(西田原 ☎25-0233)
12	林医院(平和通6丁目 ☎22-5531)	かとう歯科(富之保 ☎49-3009)
19	やまとう内科クリニック(北仙房 ☎25-0505)	加藤歯科医院(本町6丁目 ☎22-0940)
26	乾医院(武芸川町高野 ☎46-2017)	稲口歯科医院(清水町 ☎24-5722)
29	平岡医院(武芸川町谷口 ☎46-3027)	亀山歯科医院(小屋名 ☎28-2122)

※夜間など救急の場合(歯科を除く)=救急医療情報センター(☎23-3799)岐阜県広域災害救急医療情報システム(<http://www.qq.pref.gifu.lg.jp/>)

## 4月の主な行事

※行事・日時など一部変更されることがあります。

日	会場	催し物	開演(会)時
4日(土)	市民ロビー	アフタヌーンコンサート 樋口健司/ピアノ独奏	午前11時
5日(日)	大ホール	岐阜医療科学大学入学式	午前10時30分
7日(火) ~ 12日(日)	第1個展室	関市甲冑制作同好会 甲冑展示会	午前10時
9日(木) ~ 12日(日)	第4・5個展室	光と風の油絵 ミチオアートセミナー パレットの会	午前10時
11日(土)	小ホール	さろん・こんさーと・せき 心に響く歌とピアノのしらべ <b>有料</b> スプリングコンサート	午後2時
11日(土) ~ 12日(日)	ホワイエ	春の山野草展	午前9時
24日(金) ~ 26日(日)	第1・2・3個展室	彩日本画グループ展	午前10時

## 文化会館友の会

### 平成27年度会員募集中

会員期間 4月1日～平成28年3月31日  
会費 年額1,000円(郵送料など)  
特典 ①毎月25日発行の「会館だより」を郵送。  
②文化会館主催の催し物(市民の劇場)の入場券を指定日に電話予約可。  
③②で電話予約の方は入場券を割引価格で購入できます。  
**その他、出演者からのお楽しみプレゼントに応募できます。**  
申込先 文化会館事務所(☎24-2525)

## さろん・こんさーと・せき

### 平成27年度会員募集中

文化会館小ホールコンサート  
クラシック、生の演奏会を年5回予定  
年会費 6,000円  
チケットは公演ごとに郵送します。  
申込先 文化会館事務所(☎24-2525)  
または、郵便振替で下記へ  
(00890-2-46341  
さろん・こんさーと・せき)  
照会先 事務局・岸(☎22-9667)

## 図書館イベント参加者募集

図書館イベントは“参加費無料”です。図書館カウンターまたは電話、FAX、E-mailでお申し込みください。☎24-2529 FAX 23-7780 lib@city.seki.gifu.jp

### 関の職人シリーズ1 〈缺職人と語る〉

**日時** 4月12日(日)  
午後1時30分～3時  
**場所** わかくさ・プラザ  
学習情報館2階「ギャラリー」  
**講師** 尾上卓生さん  
(図書館協議会会長)、  
安田英明さん(缺職人)  
**対象** 一般  
**定員** 30人

**内容** 関の職人シリーズ第1弾は、  
缺職人の安田さんと刃物に詳しい尾上さんが対談形式で缺  
についてお話しします。

### 相続・遺言と税

**日時** 4月25日(土)午後1時30分～4時30分  
**場所** わかくさ・プラザ  
学習情報館2階「ギャラリー」  
**講師** 西尾有司さん  
(弁護士法人心 代表弁護士)  
西尾清さん  
(税理法人心 代表税理士)  
陶山智洋さん  
(弁護士法人心 弁護士)  
岡直人さん  
(第一法規株式会社東海営業第一部)  
**対象** 一般 **定員** 30人

**内容** 相続の手続きの概要、遺言書作成の注  
意点、相続税改正のポイントなどにつ  
いて、わかりやすくお伝えします。  
そのあと、法令・判例データベースの  
操作の方法をお話しします。

### チューリップを探そう!

**日時** 4月23日(木)～  
5月10日(日)の  
開館時間中  
**場所** 図書館内  
**対象** 子ども(小学生まで)  
**内容** 図書館の中にチューリップ  
はいくつ咲いているか  
な?全部つけてプレゼントを貰おう!  
※ゲームに参加できるの  
は、ひとり一回です。



**場所** 図書館内「おはなしコーナー」

**日時** 土曜日、日曜日: 午後2時～2時30分 / 4日・5日・11日・12日・18日(読書の日)・19日・25日・26日  
木曜日: 午前10時30分～11時 / 9日(2～3歳児対象)、16日(0～1歳児対象)、23日(2～3歳児対象)  
読み手: かみふうせん、おはなし広場「どんぐり」、てくてく、図書館職員



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、県広報課へご連絡ください  
音声版には、CD（デジター編集）もあります  
県広報「岐阜県からのお知らせ」は次号から、  
関・美濃地域みっちゃん誌@『きらら』に掲載されます

## 清流の国ぎふ

県政広報テレビ番組  
「ぎふ県政ほっとライン」放送中  
(放送日)木曜 18:53~18:57  
(再放送)日曜 20:56~21:00

県の人口 / 2,039,886人(761人減)  
男 / 986,362人(304人減)  
女 / 1,053,524人(457人減)  
※平成27年1月1日現在 ※( )内は前月との比較  
最新の情報は、県統計課Webサイトでご確認ください

ミナモも  
出てるよ。  
見てね!



## 今月のピックアップイベント

### ぎふスポーツフェア2015

岐阜の春を彩る一大イベント「ぎふスポーツフェア」。27回目となる今回は、国際・プロ、全国・県レベルの大会から、どなたでも気軽に参加できる体験イベントまで、56イベントを開催します。ぜひご参加ください。



ぎふスポーツフェア2014の様子

- ◆開催期間 / 4月19日(日)~5月17日(日)
- ◆場所 / 岐阜メモリアルセンター  
(岐阜市長良福光大野2675-28)
- ◆料金 / 無料(一部有料イベントがあります)
- ◆問 / ぎふスポーツフェア実行委員会事務局  
☎ 058(233)8583

### ● 岐阜県現代陶芸美術館

#### やきものって何ダ? — 陶芸美術館8館の名品に学ぶ —

やきものがどのように作られ使われたのか、何を表現したのかなどのテーマごとに、やきもの専門館8館の名品を組み合わせ、各館自慢の逸品により、それぞれの産地の歴史的背景や各館のコレクションの特徴を紹介します。



富本憲吉  
《色絵金銀彩四弁花模様蓋付飾壺》  
1956年 兵庫陶芸美術館蔵

- ◆開催期間 / 4月18日(土)~5月31日(日)
- ◆休館日 / 月曜日(祝日の場合は翌平日)
- ◆問 / 岐阜県現代陶芸美術館  
(多治見市東町4-2-5 セラミックパークMINO内)  
☎ 0572(28)3100

## 情報ボックス

### 案内 「岐阜県からのお知らせ」は岐阜放送(8ch)データ放送で

県からのお知らせやイベント情報などを地デジのデータ放送で発信しています。毎週木曜更新・24時間放送なので、タイムリーな情報をいつでもご覧いただけます。※メンテナンスによる放送休止あり。

- 視聴方法 /  
《1》デジタル放送の岐阜放送(8ch)にチャンネルを合わせ、リモコンの「dボタン」を押します。  
《2》データ放送のトップ画面で「岐阜県からのお知らせ」を矢印キーで選択し、「決定」ボタンを押します。  
《3》見たい項目を矢印キーで選択し、「決定」ボタンを押すと、詳細情報をご覧いただけます。
- 問 / 県広報課 ☎058(272)1116

### 募集 平成27年度県政モニター募集

県民の皆様のご意見を県の政策・事業に活用するため、県政に関するアンケート(年5回程度)に協力いただける方を募集します。

- 参加(回答)方法 / インターネットまたは郵送

- 任期 / 5月下旬から平成28年5月末まで
- 資格 / 県内在住で20歳以上の方
- 募集人数 / 250人程度
- 応募方法 / Webサイトから応募、または問い合わせ先へ電話
- 募集期間 / 3月23日(月)~4月30日(木)
- 問 / 県広報課 ☎058(272)1118

### 相談 弁護士による無料法律相談

法律専門家が相談(面接・電話)に応じます。  
※無料・面接は要申込

- とき・ところ / 4月1日(水)、15日(水)、5月13日(水)、27日(水)いずれも13:00~15:50・県民生活相談センター(岐阜市)
- 定員 / 各日8人(先着順)
- ※開催日の2日前までに申込先に電話
- 申込先・問 / 県民生活相談センター  
☎058(277)1001

### 試験 平成27年度保育士試験

- 試験日 / 筆記: 8月8日(土)・9日(日) 実技: 10月18日(日)
- 試験場所 / 大垣女子短期大学(予定)
- 申請書 / (一社)全国保育士養成協議会 保育士試験事務センター ☎0120(4194)82 にて配布・申請書受付
- 受付 / 4月1日(水)~5月7日(木)
- 問 / 県子育て支援課 ☎058(272)8336

### 案内 4~6月は狂犬病予防注射月間

狂犬病は人にも感染し、発症すると命を落とす恐ろしい病気です。法律により、飼い主には、飼い犬への年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。予防注射は動物病院で受けられますが、4~6月には各市町村で集合予防注射が実施されます。会場や日程、料金など詳しくは、お住まいの市町村にお問い合わせください。

- 問 / 県生活衛生課 ☎058(272)1986

### 案内 岐阜県奨学金(貸付金)

- 内容 / (下表のとおり)
- 申請書 / 各学校で配布
- 募集期間 / 4月上旬~5月中旬  
※卒業後に返還が必要です。
- 問 / [公立高等学校等、高等専門学校、短大、大学] 県教育財務課 ☎058(272)8734、[私立高等学校等、専修学校高等課程] 県私学振興・青少年課 ☎058(272)8240

岐阜県選奨奨学金	高等学校等、高等専門学校、短大、大学 ※所得要件及び成績要件あり
岐阜県高等学校奨学金	高等学校等、高等専門学校 ※所得要件あり
岐阜県子育て支援奨学金	高等学校等、高等専門学校 ※第3子以降の方が対象

## 4月の 各種無料 相談案内

- 法律相談（弁護士）☎23-6706 前日に電話予約（午前8時30分～市民課・先着8人）
  - ▶ 9日（木）・16日（木）・23日（木）午後1時30分～3時30分 総合福祉会館1階「1-1相談室」
- 行政相談 ☎23-6706
  - ▶ 2日（木）午後1時30分～3時30分 総合福祉会館1階「1-1相談室」
- 不動産に関する相談 ☎23-6706
  - ▶ 14日（火）午後1時～4時 総合福祉会館1階「1-1相談室」
- 行政書士による許認可手続相談（岐阜県行政書士会 ☎058-263-6580）
  - ▶ 21日（火）午後1時～4時 総合福祉会館1階「1-1相談室」

### ●教育相談

（関市ふれあい教室☎23-7773、まなびセンター☎23-7760）  
月～金曜日 午前9時～午後4時 関市ふれあい教室（栄町3）  
火～日曜日 午前9時～午後5時 まなびセンター（学習情報館）

### ●婚活サポートセンター ☎23-7776

中央公民館（わかくさ・プラザ内）  
▶ 3日（金）・17日（金）午後1時～3時30分  
▶ 11日（土）・26日（日）午前9時～11時30分  
洞戸ふれあいセンター（ほろどキウイプラザ内）および  
武儀生涯学習センター  
▶ 3日（金）午後1時～3時30分  
▶ 26日（日）午前9時～11時30分

### ●高齢者相談

（中央第1☎23-0660、中央第2☎23-5320、中央第3☎28-2208、  
中央第4☎24-8580、東☎40-1237、西☎45-1007）  
月～土曜日 午前9時～午後5時  
中央第1～第4・東・西の各地域包括支援センター

### ●内職就業相談 ☎24-6767

毎週木曜日 午前10時～午後3時 アピセ・関（平和通7）

### ●就職相談（キャリアカウンセリング）☎058-278-1149

▶ 15日（水）午前9時～午後4時  
市役所1階アトリウム 相談コーナー

### ●消費生活相談 ☎23-6752

月・火・木・金曜日（祝日を除く）午前9時～午後4時 商工課

### ●法律相談 ☎22-2266

▶ 20日（月）午後1時～午後4時 関商工会議所（予約が必要）

### ●DV電話相談 ☎25-1489

毎週木曜日 午後0時30分～4時 手をつなぐ女たちの会

### ●福祉総合相談 ☎22-0372

各日とも午後1時30分～3時30分  
関 毎週土・日曜日 総合福祉会館1階「1-1相談室」  
板取 2日（木） 洞戸 10日（金） } 各老人福祉センター  
武儀 17日（金） 武芸川 21日（火） } 相談室  
上之保 28日（火）

### ●人権（悩みごと）相談 ☎23-9349

▶ 7日（火）午後1時～4時  
総合福祉会館1階「1-1相談室」

### ●心の健康相談 ☎21-5566 ※事前予約が必要

▶ 13日（月）午後2時、3時10分、4時20分（1日3人まで）  
かざぐるまサポートセンター（稲口774-1）

### ●心身障がい者（児）総合相談 ☎23-9032

▶ 19日（日）午前10時～正午  
総合福祉会館1階「生活訓練室」

### ●家庭児童相談 ☎23-2296

月～金曜日（祝日を除く）午前9時～午後4時  
総合福祉会館1階「家庭児童相談室」

### ●母子・女性相談 ☎23-2296

月～金曜日（祝日を除く）午前9時～午後4時  
総合福祉会館1階「児童母子福祉センター」

### ●まちの保健室 ☎24-0111

26日（日）午前11時～午後1時  
総合福祉会館1階「生活訓練室」

## 4月の水道当番

日	関地区	武芸川地区
4/4	三和住宅設備（倉知 ☎24-0885）	伊縫建設（武芸川町八幡 ☎46-2189）
5	兼松工業（本郷町 ☎22-7065）	井藤商事（武芸川町高野 ☎46-2414）
11	マエノ設備（池尻 ☎22-8230）	井上管工（武芸川町平 ☎46-3163）
12	小沢設備工業（上白金 ☎28-2080）	武藤管工（武芸川町跡部 ☎46-2135）
18	兼松管工（小野 ☎29-0090）	セイシヨウ（武芸川町高野 ☎46-2798）
19	オザキ（小瀬 ☎23-1372）	伊縫建設（武芸川町八幡 ☎46-2189）
25	波多野設備（東町1丁目 ☎22-6765）	井藤商事（武芸川町高野 ☎46-2414）
26	丸長設備工業（上白金 ☎28-3243）	井上管工（武芸川町平 ☎46-3163）
29	山田設備工業（下白金 ☎28-5975）	武藤管工（武芸川町跡部 ☎46-2135）
日	武儀・上之保地区	洞戸・板取地区
4/4	三和水道（下之保 ☎49-3192）	ナガヤ設備（板取 ☎0581-57-2727）
5	マサヤ設備工業（中之保 ☎49-3026）	吉田水道（山県市 ☎0581-36-3847）
11	西部設備（中之保 ☎090-2187-6787）	ハヤシ設備（洞戸 ☎0581-58-8228）
12	漆畑商店（富之保 ☎49-3125）	ニッシン（板取 ☎0581-57-2725）
18	加納水道（上之保 ☎47-3208）	松波水道ポンプ工業所（岐阜市 ☎058-232-3171）
19	加藤設備工業（上之保 ☎47-2519）	協栄設備工業（岐阜市 ☎058-271-2579）
25	石原設備（上之保 ☎47-2051）	吉田住設（山県市 ☎0581-52-2038）
26	三和水道（下之保 ☎49-3192）	後藤水道（美濃市 ☎0575-34-0586）
29	マサヤ設備工業（中之保 ☎49-3026）	水専（岐阜市 ☎058-229-3725）

## 広報せき No.1650 2015.4

発行／岐阜県関市 編集／秘書広報課 〒501-3894 関市若草通3丁目1番地 ☎0575-22-3131 ㊚0575-23-7744

E-mail hishokoho@city.seki.lg.jp ホームページ <http://www.city.seki.lg.jp/>

「広報せき」は、ボランティア団体のご協力で、視覚障がいのある方に音訳（朗読）テープと点字による広報をお届けしています。

「市長への伝言」「市民の声」については秘書広報課までお寄せください。 電話・ファックス 共通番号 ㊚0120-874042