

情報を
おもとメ
やすく！

暮らしに
役立つ情報を
お届けするも！

登録手順



11/1 スタート！
本巢市メール配信サービス

もと
メール

をぜひ登録ください！

メール

LINE

メールの場合

1 QRコードを読み取る
スマートフォン
フィーチャーフォン
(ガラケー)
または t-motsu@sg-p.jp
にメールを送る

2 空メール（何も書かない
メール）を送信

3 届いたメールのURL
を選択

4 利用規約を確認し、「同意する」を選択

5 配信を希望する項目や性別等を入力、「確認画面へ」を選択

6 「登録」を選択

LINE の場合

1 QRコードを読み取り
LINE を開く

2 友達に追加

3 届いたURLを選択

4 利用規約を確認し、「同意する」を選択

5 配信を希望する項目や性別等を入力、「確認画面へ」を選択

6 「登録」を選択

配信される情報

気象	象災	気象庁が発表した本巢市の警報・特別警報・地震情報
防災	関連	災害発生時の避難情報、防災に役立つ情報
コロナ	関連	感染症対策、ワクチン接種、各種支援・助成
暮らし	市税	詐欺防止情報、マイナンバー、コンビニ交付、市道、林道、水道に関するお知らせ、ペット・動物の案内、ゴミ・環境保全の案内、市営バスのお知らせ
福祉	福祉	市税の案内
子育て	福祉	福祉（高齢・児童・障がい・社会）の申請・手続き・行事予定
健康・保健	子育て	地域子育て支援センター・子どもセンターイベント案内、家庭教育学級案内
観光・イベント	健康・保健	健康に関する緊急情報（食中毒・熱中症・感染症・大気汚染）、講座、献血、健診、予防接種
スポーツ	観光・イベント	観光・イベント情報、淡墨桜開花情報
教育・文化	スポーツ	スポーツイベント情報、体育施設案内
文化ホール公演	教育・文化	教育・文化イベント情報
	文化ホール公演	公演案内、チケット情報等

※「@sg-p.jp」ドメイン又は「motsu@sg-p.jp」アドレスからのメール受信許可設定を行ってください。 ※利用料は無料ですが、データ通信料は利用者負担となります。

金さんに聞くウォーキングの魅力

ウォーキングの魅力はいつでも、どこでも、誰とでも（一人でも）、特別な道具なしに手軽にできる健康づくりの運動です。気分転換にもなりますし、移動手段でもあるので、近くのコンビニやスーパーに行くときでもすぐに始められます。靴は普段履いているものでも大丈夫ですが、ウォーキングシューズがあると疲れにくくなります。服装

カラダだけでなく
ココロも変わりますよ！

は動きやすいものがいいですね。日差しが強いときは帽子をかぶり、日焼けしないよう薄手の服がいいでしょう。寒いときは防寒できて、脚と腕の動きを妨げない伸縮性のあるものを選びましょう。距離は特に気にしなくてもOK。できれば30分以上連続して歩くようにしましょう。楽しく続けるコツは、歩数を記録する、友人や家族と話しながら歩く、景色がいい場所を選ぶことです。

普段は車や自転車で移動する機会が多いと思いますが、仕事帰りや休日などに一息ついたら、少しだけ時間を作って歩いてみませんか？何度か続けるうちに、ウォーキングによる健康がカラダだけでなく、ココロの変化をもたらしてくれることに気づくはずですよ。

市ウォーキング・ランニングのまちづくりアドバイザー
金 哲彦 さん

ウォーキングのメリット

- ①体脂肪を燃焼し、健康的に痩せることができる。
- ②新陳代謝が上がり、肌の状態がよくなる。
- ③背中や足腰の筋肉が鍛えられ、ケガをしにくくなる。
- ④姿勢がよくなり、バランスのいい体形になる。
- ⑤エネルギー消費量が増え、太りにくい体を作ることができる。
- ⑥血流が良くなり、セロトニンが活性化して、ストレス解消になる。



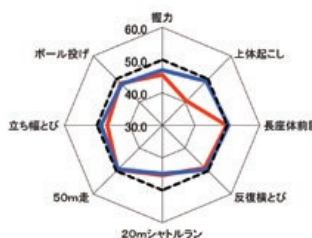
でも正しい姿勢で歩かないと、そのメリットは半減…

正しい歩き方

＼体幹を意識して効率アップ！／



全国体力運動能力等調査 (2016)



黒：全国
青：岐阜県
赤：本巣市

※数字は偏差値

特集

歩いて走って楽しんで

最近、歩いていますか？

近距離でも車で移動、階段を使わずにエレベーターやエスカレーターで上り下り。一日中デスクワークで座りっぱなし。新型コロナウイルス感染症の影響でリモートワークも急速に進み、家から出なくなった人もいるのではないだろうか。

ドキッとしたそのあなた、体の調子はどうでしょうか。「最近お腹が出てきた」「階段を上るだけで息切れがする」「なんか体がだるい」…それは普段歩いていないからかもしれません。

過去の市内の児童生徒の運動能力調査では、筋力や投力、持久力の値が県平均値よりも低い結果となっていました。現在は運動能力向上プログラムにより全国平均に近づいています。ですが、40歳以上の健康データでは、高血圧症や糖質異常症が県平均値よりも高く、健康面での不安が高まっています。こうした現状を背景に、市ではより多くの市民に運動習慣を身につけてもらえるよう、ウォーキング・ランニングのまちづくりに取り組んでいます。とはいえ、急に走るのはハードルが高いもの。まずはウォーキングから挑戦してみませんか。



RUN



決まっているのはゴールする時間と場所、10kmという距離だけ。スタート地点や時間、コースは各自で決め、走つても歩いてでもOK。初心者でも気軽に参加できるイベントです。ゴール後は、参加者の交流会「gather」で楽しく情報交換。金さんとのじゃんけんに勝ち抜くと…?

紅葉に染まる根尾を舞台にしたランニング大会。スタート地点までは車窓からの景色を楽しみながら樽見鉄道の車内でエクササイズ。樽見駅に着いたら、3つのコースに分かれて淡墨公園まで走ります。ウォーキングでの参加も大歓迎！運動の秋にぴったりのイベントです。

／ 人にオススメ
／ 自分ペースで歩いたり走ったりしたい
／ 他の参加者と交流したい

MOTOSU・FREE 10
6月開催

市ウォーキング・ランニングのまちづくりアドバイザー
金哲彦さんとコラボ・監修イベント

／ 人にオススメ
／ 秋を感じながらのんびり走りたい
／ 樽見からの景色も楽しみたい

もとす遊RUN
樽見鉄道でGO！
10月開催



WALK



モレラ歩こうプロジェクト
随時開催

／ 人にオススメ
／ 買い物ついでに体づくりをしたい
／ 気軽に取り組みたい

モレラ岐阜の館内と屋外にウォーキングコースを設定しています。館内は雨でもOK。いつものお買い物を楽しみながら、自然とウォーキングに取り組みます。少しでも意識しながら歩いてみる、毎日がちょっと楽しくなる習慣を始めませんか。

早春淡墨桜浪漫ウォーク
3月開催

／ 人にオススメ
／ 春を感じて歩きたい
／ 自分の体力の限界に挑戦したい

継体天皇が根尾を去る時、お手植えされたという淡墨桜。言い伝えにちなみ、かつて継体天皇が歩かれたであろう一宮から淡墨桜までの60kmコースなど、いくつかのコースに分かれて歩きます。大会当日には淡墨桜はまだ開花していませんが、参加をお待ちしています。

こんなイベントもあります
算数ウォークラリー
10月開催

市内小学校と義務教育学校の児童を対象に、一色小学校周辺の高木貞治博士ゆかりの地をウォークラリーで回ります。コース上のチェックポイントでは算数の問題を解き、その得点に応じて表彰されます。頭と体の両方を使うウォークラリーで算数への興味関心を高めるとともに、体力の向上も図ります。「数学のまちづくり」を進める本巢市らしい企画です。

主催者の声



本巢市教育委員会
川治 秀輝 教育長

「歩く」はすごい！自分のウォーキングスタイルで健康寿命を延ばしましょう

7年前に教育長に着任したとき、子どもの体力・運動能力の低さが気になり調査したところ、全国平均を下回る県平均よりも劣っていることが判明しました。また、成人の運動量も県平均より少なく、危機感を覚えました。これからの時代は、「未来を切り拓き、たくましく生き抜く力」が必要です。その基盤は、心と体の健康と体力です。そこで、まず幼児園・小学校で岐阜大学春日晃章教授の協力を得て、体力向上プログラムを実施してきました。市民の皆さんにも運動するきっかけをと、「ウォーキング・ランニングのまちづくり」と銘打ち、年間を通じてイベントを企画しています。また、買い物ついでに運動できるよう、モレラ岐阜にウォーキングコースも整備しました。歩く時間、スピード、距離、仲間など、自分のスタイルを見つけて、ぜひ一歩を踏み出してください。「自分の健康は自分で作る」という意識で健康寿命を延ばしましょう。私も毎朝10,000歩のウォーキングを続けて、心身の健康を維持しています。

90歳を超えてなお歩き続ける

長い間公務員として働いてきましたが、定年が近くなると老後のことを考えるようになりました。知り合いと熊野古道を回ったりして歩くのは好きでしたから、50代後半からウォーキングやマラソンに挑戦するようになりました。本巢市のイベントにもいつも参加しています。

88歳までは浪漫ウォークで60kmコースを完歩していましたし、コロナで中止になる前までは30kmコースを歩いていました。先日のFREE10にも参加しましたよ。70歳で車の免許を返納してからは、さらに歩く機会が増えました。歩くのは楽しいです。おかげさまで病院にもほとんど行ったことがありません。病院に行っても病気をを見つけようとは思いませんが(笑)。最近は少し足を痛めてしまいましたが、治ったらまた歩きたいですね。

参加者の声



みず いち さん (95)
=上真桑=

数学のまちもとす Vol.20

市では、学校以外でも算数・数学に親しんでもらおうと「数学のまちづくり」に取り組んでいます。このコーナーでは、事業の紹介や数学の面白いトピックスなどをお届けします。

算数・数学甲子園と数学のまちづくり

12月24日(土)に会場の岐阜工業高等専門学校で、第25回算数・数学甲子園を実施します。この事業は、本巣市数屋出身の世界的数学者高木貞治博士(1875年～1960年)にちなんで、平成10年に旧糸貫町で始まりました。世界で賞賛された高木博士の「類体論」という研究は、着手から10年以上、最後の4年間は一人で考え続ける*という粘り強い努力で完成しました。算数・数学甲子園は、このような高木博士の姿勢が子どもたちに受け継がれるこ

とを願い、じっくりと粘り強く考える機会として実施しています。小学5年生から中学3年生までが、ユニークで思考力が必要な問題10問に90分かけてチャレンジします。平成30年からは、小学校3～4年生が参加するジュニアの部も始めました。

現在、「数学のまちづくり」として更に多くの数学関連の事業を行っています。(財)日本数学検定協会の算数検定・数学検定に挑戦する「算数・数学検定楽校」では、本巣松陽高校・岐阜第一高校・岐阜高専の生徒たちが講師となり、合格を目指して勉強会を行っています。学校からのチラシやホームページなどで確認し、算数・数学甲子園や数学のまちづくり事業にぜひ参加してみてください。



応募の詳細は22ページをご覧ください。

*第1次世界大戦で外国からの情報が途絶え、また当時の日本には、高木博士の研究を理解できる数学者がいなかったため。

私は、土貴野小で主に算数の時間に学習支援に入っています。1年生のクラスの給食配膳の手伝いなどもしています。子どもたちはとても慣れ親しんでくれ、楽しく過ごしています。毎年夏休み期間中は、糸貫中での学習支援会のサポーターとして活動しています。初めは質問してくれなかった生徒も、2回3回と回数を重ねるうちに頼ってくれるようになりました。少人数での学習支援を通して、関係を築きながら進めることで

本巣市学力向上サポート事業 学校支援から地域づくりへ

地域で育む もとすっ子 Vol.20

人や地域とのつながりが、子どもの健やかな成長の手助けとなります。このコーナーでは、子どもに関わる地域の大人の活動を紹介します。

生徒の学習の進捗を把握しています。遅れている生徒には遅れを取り戻させることもできています。子どもたちの笑顔が、私の一番の原動力です。

私は、教育と地域をより結びつけたいと考えています。地域では、登下校時間に旗を持って横断歩道で安全を確保するボランティアの人が大勢います。子どもたちをサポートする活動にいろいろな形があることに気付かされました。

地域の人のだけでなく、私のような大学生も指導に入るなど、あらゆる年齢の人々が交流できれば、子どもだけでなく、大人にとっても良い学びになると思います。

(本巣市学力向上サポーター
中川魁斗)



北方警察署の窓 ~まど~ Vol.37

本巣市、瑞穂市、北方町を管轄し、約10万人の暮らしを支える北方警察署。このコーナーでは、日々の警察業務の紹介や、事件、事故に関するお知らせなど、幅広く情報提供します。

農作物の大量盗難に注意

北方警察署管内は「富有柿」の名産地であり、毎年11月は収穫最盛期を迎えます。県内では柿などの農作物の盗難が相次いでいたため、9月からドローンを利用したパトロールを実施するなど、農作物盗難被害防止に努めています。大切な農作物を守るために、農家の皆さんには防犯対策への協力を願っています。

【防犯対策】
▽防犯カメラ、センサーライト、警報ブザー、柵などの設置



ドローンによる上空警戒

▽ハウスや保管庫などの施錠の徹底
▽のぼり旗などを設置し、防犯意識の高さをアピール
▽地域での情報共有
▽不審者・車を見かけたら警察へ110番通報
防犯対策は、防犯設備の設置などハード面だけでなく、住民との情報共有も重要な防犯対策となります。わずかなことでも、気になったら警察に相談してください。
犯罪や事故のない安心・安全に暮らせる地域社会を実現するため、ご理解・ご協力をお願いします。

まちと公共交通 Vol.56

環境負荷を軽減し、暮らしやすくにぎわいのあるまちづくりに重要な役割を担う公共交通。このコーナーでは、公共交通を身近に感じていただくため、バスや鉄道の情報を提供します!

岐阜バス「昼得きつぷ」が販売されています

岐阜バスでは、平日昼間の時間帯に利用可能な、1日乗り放題の「昼得きつぷ」を、期間限定で販売しています。切符には、紙媒体のスクラッチ式乗車券と、スマートフォン専用アプリで購入できるモバイルチケットの2種類があります。モバイルチケットは、窓口へ行かなくても自宅や外出先などで購入できるので、ぜひこの機会にお試ください。

内容 降車時間が平日の午前10時～午後4時(バス停到着予定時刻)である場合に限り、対象路線が1日乗り放題
対象路線 岐阜バス全路線、岐阜線、岐阜板取線
有効期間 令和5年3月31日(金)午後4時まで
販売金額 1枚500円
販売窓口 (スクラッチ式乗車券) 岐阜バスターミナル▽JR岐阜駅案内所▽岐阜バス各営業所など

利用方法

▽スクラッチ式乗車券

利用月日を1カ所ずつコインで削り、降車時に乗務員へ渡してください。確認後、返却します。

▽モバイルチケット

アプリ内のガイドに沿って、必要人数分のチケットを購入。「チケットを使う」を押して乗車し、降車時に乗務員へ提示してください。

岐阜バスターミナル

☎058(266)8822



岐阜連携 Vol.29 都市圏を知ろう！

市は岐阜市と連携協約を締結しています。このコーナーでは、圏域間(岐阜市・羽島市・山県市・瑞穂市・岐南町・笠松町・北方町)の交流人口の増加を狙い、各市町のいちおし情報をお届けします。

未来タウン北方ふれあいまつりを開催

北方町の恒例イベントである「未来タウン北方ふれあいまつり」を3年ぶりに開催します。町を代表する秋祭りで、毎年多くの人でにぎわいます。会場には町の農業・商業・工業などの産業が集結し、新鮮な野菜や特産品など各種バザーのテントが立ち並ぶほか、さまざまなステージイベントや毎年恒例の餅まきなどが行われます。北方町と友好交流協定を結んでいる高知県宿毛市のブースもあり、特産品がお店に並ぶ予定です。海のない岐阜県ではなかなか味わえない商品もある

北方町



りますので、ぜひ足を運んでみてください。

日時 11月13日(日)

場所 北方町防災公園(北方町庁舎北)

〒508-8501 岐阜県北方町 電話 058(322)9936

NEOTOYAMA LIFE

ねおとやまらいふ

- 新しい山の暮らし -
Vol.18

根尾、外山地域では、都市部から移住した地域おこし協力隊が活躍中!このコーナーでは、隊員が活動を通して感じた地域の魅力などをお届けします。

農業って難しいけど面白い。残暑もまだまだ厳しい季節ですが、アスパラガスは順調に育っています。

しかし、9月中ごろにはとうとう恐れていた「茎枯病」が発生してしまいました。無農薬での農業を目指して、除草剤などを使用しないように努力してきましたが、これ以上まん延する場合はダコニールなどの消毒剤を散布しなければならいかもしれません。

さて、話は少し変わりますが、現在私はアスパラガス以外にも、ベランダでプチヴェールや芽キャベツなどの野菜を育てて



枯れてしまったプチヴェール

います。俗にいう「ベランダ栽培」です。8月下旬から植え始めたのですが、プチヴェールという野菜は非常に日光を好み、水もたっぷり与えなければなりません。水の与え方が悪かったのか、日光が足りなかったのか、はたまた病気ににかかってしまったのか、原因はよくわかりませんが、2週間のうちに3本ともすべて枯れてしまいました。

しっかりと育て方などについて調べていても、思ったように成長してくれない。植物という生物を育てることは「非常に難しいなあ」と感じる出来事でした。(青山昇永)

GO AROUND 本巣市 VOL.18 さかだちブックス

本巣市と「シティプロモーション事業推進に関する連携協定」を結ぶ株式会社リトルクリエイティブセンターが運営するローカルメディア「さかだちブックス」の編集部が、本巣市の魅力的なスポットを訪れます。



本巣市役所近く、本巣縦貫道沿いにある『和食処 乙姫』さん。店主の谷口徳三(のりみ)さんと妻のみどりさんが営みまします。落ち着いた和風の店内では、刺身や鮎の塩焼き、天ぷらなど、徳三さんたちが腕を振るう定食や丼物がいただけます。

名物の「海老フライ定食」は、驚くほど大きなお頭付きの海老フライ3匹に、店主のご実家道沿いにある『和食処 乙姫』さん。店主の谷口徳三(のりみ)さんと妻のみどりさんが営みまします。落ち着いた和風の店内では、刺身や鮎の塩焼き、天ぷらなど、徳三さんたちが腕を振るう定食や丼物がいただけます。

一度は味わいたい名物の海老フライ定食(1,530円)はインパクトも味も大満足!



〔和食処 乙姫〕

本巣市曾井中島1504-1

午前11時30分～午後2時、

午後5時30分～午後8時30分

火曜夜・水曜定休

TEL. 0581-34-8055

HP: neogawa.jp/otohimehp.htm

※「和食処 乙姫」さんの詳しい取材記事は「さかだちブックス」のウェブサイトでご覧いただけます

sakadachibooks.com



カウンターやテーブル席のほか、座敷や掘りごたつの個室もあり、さまざまな用途で利用できます

よろこび フォト SHOT

日常のささやかな喜びが感じられる写真を募集します。風景や人物、動植物、出来事など、何でもOK! 選考のうえ、広報紙や市公式 SNSなどに掲載します。気軽にご応募ください。

問秘書広報課
☎0581(34)5040



◀ 詳細は
コチラ



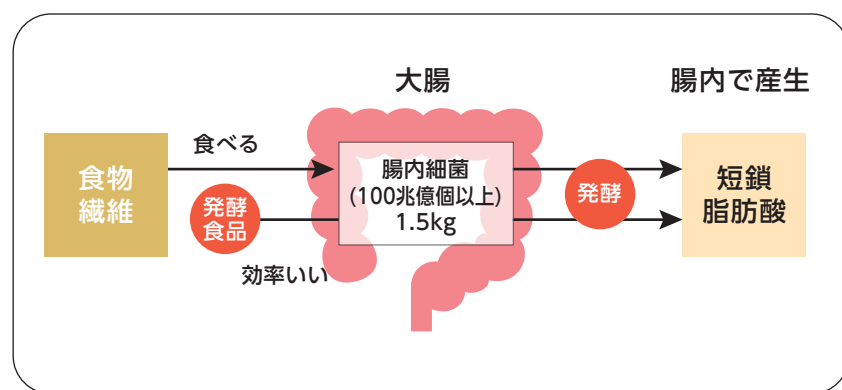
秋桜(PN…秋バテなう)

神海駅の裏手に鮮やかなピンク色のコスモスが。秋の到来ですね。



綺麗な夕焼けだよ(PN…蘭ママ)

いつもお散歩している公園で、綺麗な夕焼けに見とれています。毎日変わる風景が楽しみです。



皆さんは大腸の働きについて知っていますか。その働きは、主に小腸から送られてきた食べ物から水分を吸収して便を作ることでです。大腸に届いた食べ物は、大腸の蠕動運動によって移動しながら、腸内細菌による腐敗と発酵、水分吸収を経て、便が作られます。作られた便が直腸に移動すると、排便反射で便が排出されます。

腸内細菌(善玉菌)とは

「腸内細菌(善玉菌)」を聞いたことはありますか。食べ物は全て胃と、腸で消化・吸収され、残り物の食物繊維だけが腸へ届きます。大腸内の善玉菌は、食物繊維をエサにして「短鎖脂肪酸」という物質を作っています。実は、この短鎖脂肪酸が体の中でも大事な働きをしています。

大腸では

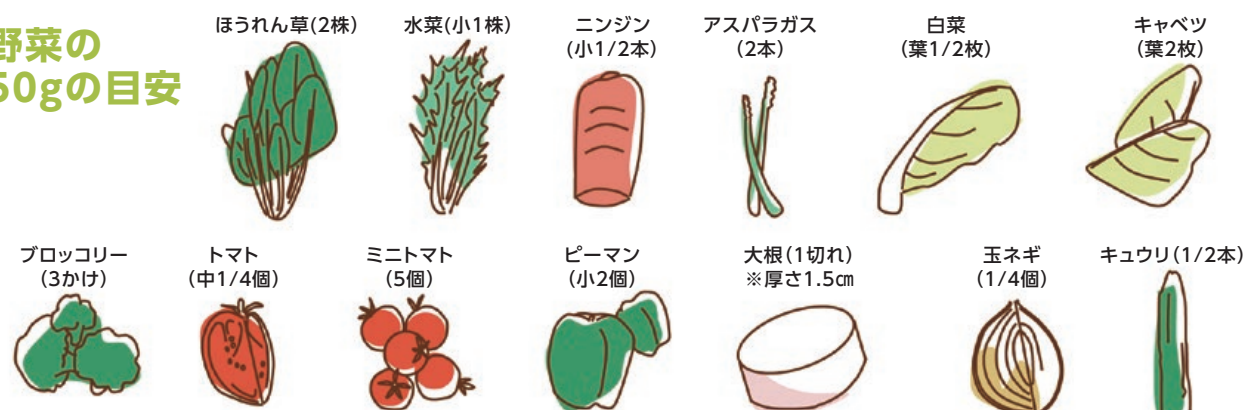
- ① 細菌の繁殖を抑える
- ② 善玉菌を増やす
- ③ 粘膜が丈夫になる
- ④ 発がん性物質をできにくくし、大腸がんを減らす
- ⑤ 免疫機能を正常に保つ
- ⑥ 大腸の蠕動運動のエネルギーになる

全身では

- ① 脂肪の蓄積を抑える
- ② 食欲を抑える
- ③ 炎症・アレルギーを抑える

右記のような働きは、普段の食習慣によって作られます。主に1日に野菜を350g摂取すると、食物繊維の必要量の約6割をとることができます。この機会に食習慣を見直してみませんか。

野菜の50gの目安



受診者へのお願い

新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクの着用・手指消毒など感染対策を十分に行ったうえで医療機関を受診してください。

対象者 本県市に住民登録のある昭和58年3月31日以前に生まれた40歳以上の人
※新たに希望する場合は、真正保健センターまでご連絡ください。

実施期間 10月3日(月)～11月30日(水)

受診場所 本県市内委託医療機関

持ち物 大腸がん検診受診票、大腸がん検査キット、自己負担金7000円

検査結果について 1カ月～1カ月半後をめどに郵送でお知らせします。検査結果が「陽性」で「要精密検査」と判定された場合は、必ず精密検査を受けましょう。

令和4年度 大腸がん検診

問▷本県保健センター ☎0581(34)5028 ▷糸貫保健センター ☎058(320)0500 ▷真正保健センター ☎058(320)0153
▷根尾保健センター ☎0581(38)9038

みんなのページ

第19回本県市バウンドテニス大会開催

お気軽にお問い合わせください。

日時 12月18日(日)午前9時受け付け、9時20分開始

場所 糸貫体育センター

参加資格 本県市在住、在勤、在学ほか本協会が認める人

申込締切日 12月8日(木)

新規会員募集中

10m×3mのコートで行うミニテニス。初心者にも始めやすいスポーツです。2024年佐賀国体では公開競技として開催されます。若い人の参加大歓迎。参加をお待ちしています。

練習予定日

▷毎週火曜日 午後8～10時

▷毎週木曜日 午後1～3時

場所 糸貫体育センター

團バウンドテニス協会 会長 山口 勝志

☎058(324)7113

✉ky-ky0806@live.jp



全日本バウンドテニス選手権大会の動画が見られます。

YouTube バウンドテニス 検索

もったいない!食品ロスを減らそう

食品ロスとは

食べ残し、売れ残りや期限が近いなどの理由で、食べられるのに捨てられてしまう食品を「食品ロス」といいます。食品ロスの量は、1人1日当たり約茶碗1杯分のご飯の量に相当します。買いすぎない、作りすぎない、注文しすぎない、そして食べることが重要です。一人一人が意識して食品ロスを減らしましょう。

☎058(323)7751
團生活環境課



▲皆さんにいただいた食品

家庭で使い切れない食品をお持ちください

皆さんからいただいた食品は、生活に困っている人にお渡ししています。「食料をいただいて助かりました」と喜びの声が多く寄せられ、支援が広がっています。「もったいない」から「ありがたい」に繋がっていきましょう。

家庭に眠っている余剰食品がある場合、ぜひお持ちください。ご協力よろしくお願い致します。

受付できる食品

▽賞味期限が2カ月以上のも
の▽常温保存が可能なもの▽未開封のもの

受付できない食品

▽生鮮、冷蔵、冷凍食品▽アルコール類(みりんや調理酒を除く)▽賞味期限などの記載がないもの▽手作り品、お弁当、食べ残したもの

問本県市社会福祉協議会
地域福祉課 生活支援係
☎058(320)0531

各センターでは、自由遊びや育児相談ができるほか、さまざまな行事を開催しています。
 詳細は各センター発行の通信をご確認ください。通信は「もといくネット」にも掲載しています。
 もといくネット(<https://moto-iku-net.com/>):トップページ▶支援・サポート▶子どもセンター/子育て支援センター



子どもセンター

開館時間 午前9時～午後5時(午後4時45分より片付け) **休館日** 月曜日(祝日の場合は翌日) **連絡先** ☎058(324)2017

11月の予定 ※要予約

期 日	事 業	指導者・サークル	時 間	対 象 者	内 容
2日(木)	お話タイム	子どもセンター指導員	午前10～11時	乳幼児親子申込制10人	絵本「さんかくならんで」、エプロンシアター、トンネル遊びを楽しみましょう。
5日(土)	わくわく広場	子どもセンター指導員	午後2～3時	幼児親子・小学生申込制10人	「フェルトのバック」何を入れるか楽しみなバックを作りましょう。
6日(日)	なかよし「親子遊び」	コーディネーショントレーニングトレーナー 藤野 よし子先生	午前10～11時30分	乳幼児親子・小学生申込制10人	体を動かすのが大好きな人集まれ～! コーディネーショントレーニングを通して親子で遊びましょう。
10日(木)	赤ちゃん広場「はじめて絵本」	講師 天野 知子先生	午前10～11時	0歳児と保護者(初めて利用する親子も大歓迎!)申込制10人	赤ちゃんが初めて出会うべき絵本の選び方・紹介や楽しい読み聞かせもあります。
13日(日)	ふれあい広場『ものづくり理科教室②』	ボランティア 国立岐阜高専 羽瀬 仁恵先生	午前10～11時30分	小学生(1・2年生は保護者同伴。パパも挑戦!)申込制10人	今年度初年間シリーズの2回目です。LEDや太陽電池を使って工作しましょう。
15日(火)	親子のつどい	お話の会	午前10～11時	乳幼児親子申込制10人	絵本・パネルシアター・制作
20日(日)	ふれあい広場 カロムで遊ぼう	子どもセンター指導員	午前10～11時	乳幼児親子・小学生申込制15人	カロムで遊びます。ルールを簡単にしています。気軽に参加してください。夢中になります。
23日(水祝)	おもちゃ病院	おもちゃ病院「もとす」	午前10時～正午	どなたでも	壊れたおもちゃがあったら直してもらいましょう。事前申込み可
25日(金)	ふれあいタイム	子どもセンター指導員	午前10～11時	乳幼児親子申込制10人	手遊び・ふれあい遊び・どんぐり拾いをして遊ぼう。
26日(土)	なかよし	こどものへや	午前10～11時	乳幼児親子・小学生申込制15人	絵本・パネルシアター

12月初めの予定 → 1日(木)お話タイム 3日(土)絵本作り 8日(木)赤ちゃん広場 10日(土)わくわく広場 15日(木)七色くれよん

◎《カロム大会のカロムって何?》

カロムのルーツは、一説によると12～13世紀頃のエジプト地域と言われています。明治時代に日本へ伝わり、彦根地域に伝承され子ども達の間でも盛んに遊ばれてきたようです。この機会に一緒に遊んでみませんか?おはじきのように駒を指ではじきながら、ビリヤードのように4隅のコーナーに駒を落とす楽しいゲームです。複数で遊べるのも魅力的ですね。

★子どもセンター利用について

- ・子どもセンターは、市在住の0～18歳までの乳幼児(保護者同伴)や子どもが利用できます。
- ・土曜日や日曜日、祝日も開いています。利用時間は午前9時～午後5時(午後4時45分より片付け)です。

★ボランティア募集について

- ・いろいろな特技のある人は、子どもセンターで披露してみませんか?例えば、昔の遊び(囲碁・チェス・将棋など)を教えることができる人いませんか?負担にならない程度で結構です。お待ちしております。

子育て支援センター

開館時間 午前9時～正午、午後1～3時 **休館日** 土日祝日
 ▶本巣・根尾子育て支援センター(本巣幼稚園内) ☎0581(34)5011
 ▶真正子育て支援センター(弾正幼稚園内) ☎058(324)5518 ▶糸貫子育て支援センター(糸貫西幼稚園内) ☎058(322)0015

子育て講座

0～3歳の乳幼児とその保護者を対象に、毎月開催しています。参加希望の場合は、子育て支援センターへお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症拡大などにより、中止となる可能性があります。
 イベントなどの開催状況に変更が生じた場合は、随時もといくネットでお知らせします。

11月11日(金)「木切れでつくろう」本巣体育センター

講師 鶏飼えり子 定員 20組

12月2日(金)「クリスマス会」ぬくもりの里

講師 寺井久美子 定員 30組

図書館だより

しんせい ほんの森
 ☎058(323)5757
<https://www.library-city-motosu.jp/>



知っ得!! 図書館キャラクターの名前 決定!

5月号掲載の、図書館キャラクターの名前が決定しました。名前の応募総数は548、投票総数は1,332でした。キャラクターは、今後イベントをはじめ、図書館・図書室のさまざまな場所に登場予定です。



いのまる

ししまる

お知らせ・イベント ◇もりのあきまつり 開催中(イベントの一部を紹介!)

○「おはなしひろばスペシャルウィーク～秋の部～」

期日 10月30日(日)、11月6日(日)

時間 午後2時～2時30分

※事前申込み不要

普段は見られない特別なおはなし会です。

参加者へのシールが2倍になります。

◇蔵書点検のため休館します

蔵書点検のため、図書館・図書室は下記のとおり休館します。ご不便をおかけしますが、よろしくお願いします。

しんせい ほんの森 11月15日(火)～18日(金)

本巣・糸貫図書室 11月15日(火)～17日(木)

※14日(月)は通常の休館日

しんせい ほんの森 11月のおはなし会

おはなしひろば

日 時 6・13・20・27日(日) 午後2時～

※6日はスペシャル

対 象 幼児・小学校低学年

おはなしムクムク

工作教室「楽器をつくろう」

日 時 5日(土)午前10時30分～

事前申込不要、読書室にて

えいごのおはなし会

日 時 26日(土)午前10時30分～

対 象 子どもから大人までどなたでも

図書紹介 新着一覧は、ホームページで閲覧できます。真正分庁舎入口でも配布しています。

新着本ピックアップ



発酵食品でつくるシンプル養生レシピ
 車 浮代／著、東京書籍／刊
 江戸時代の料理本に掲載された、発酵食品を使って手軽にできるレシピを89品紹介。江戸の食卓や、昔ながらの調味料の豆知識も掲載。「映える」料理に疲れた時に。

ジュニア司書おすすめ《糸貫中1年、井納 晴那》



仮面病棟
 知念 実希人／著、実業之日本社／刊
 病院に強盗犯が立てこもったことで起きる究極の心理戦。脱出しようとするうちに、病院に隠された秘密が分かっけいき、ドキドキします。

新着本

- ・社会人のための文系大学院の学び方(齋藤 早苗)
- ・よくわかる土中環境(高田 宏臣)
- ・感覚過敏の僕が感じる世界(加藤 路瑛)
- ・日本の水族館五十三次(宮沢 洋)
- ・らくご植物園(相羽 秋夫)
- ・そして誰もゆとらなくなった(朝井 リョウ)
- ・嫌いなら呼ぶなよ(綿矢 りさ)
- ・彼女の思い出/逆さまの森(J.D.サリンジャー)
- ・⑧地球がもし100cmの球だったら(永井 智哉)
- ・⑧アニマルランド(オームラ トモコ)
- ・⑧10ぴきねこちゃん(エミリー グラヴェット)

⑧…児童向けの図書

しんせい ほんの森

開館時間 午前10時～午後6時

休 館 日 11月 毎週月曜日、1日(火)、4日(金)、15日(火)～18日(金)【蔵書点検】、24日(木)、30日(水)
 12月 毎週月曜日、29日(木)～31日(土)

公民館図書室(根尾・本巣・糸貫)

開館時間 午前9時～午後5時

休 館 日 11月 毎週月曜日、15日(火)～17日(木)※
 【※根尾図書室は開館】
 12月 毎週月曜日、29日(木)～31日(土)

給食の献立から



サケの紅葉焼き

材料(4人分)

サケ切身 …………… 4切れ
 塩・こしょう …………… 少々
 酒 …………… 小さじ1
 ニンジン …………… 1/4本
 マヨネーズ …………… 大さじ2

作り方

- ①サケに、塩・こしょう・酒で下味をつける。
- ②ニンジン皮をむき、すりおろして水気を軽く切った後、マヨネーズと和える。
- ③サケに②を塗りのばし、アルミホイルにのせて、オーブントースターできれいな焦げ目がつくまで焼く。

本巢市のかたち

史跡船来山古墳群

わたしの推し古墳「264号墳」

264号墳は、^オ支群の中でも見晴らしの良い高い場所に位置する6世紀築造の円墳です。全長16mと船来山最大の円墳58号墳に匹敵する大きさです。副葬品も、多数の馬具、鉄鏃、大刀、鹿角装刀子、滑石白玉や銀製空玉、土師器や須恵器が豊富に出土しています。この中で僕が注目しているのが、馬具と武具です。これはこの古墳に埋葬されている人物が馬に乗ることができ、武具を使っていたということを示しています。船来山古墳群は、周辺の野古墳群などと比べると馬具や武具が出土しています。本巢の豪族は当時、大陸から入ってきた貴重な馬に乗ることができる階級だったことが分かります。また、264号墳周辺の古墳からも乗馬習慣のあった痕跡が見られる人骨や武具が出土しています。僕は264号墳と周辺の古墳は同じ一族だと考えています。代が変わっても馬に乗り、武具を備えることができた古代の本巢の豪族を僕は誇りに思います。

支群…船来山の中央にあたる八幡山周辺



こども学芸員 菊地政吾さん(真正中1年)と264号墳

※毎月一五日メ切
 投稿は一人一首まで
 ☎058(323)7764
 ☎058(323)2964
 ✉shakai-kyouiku@city.motosu.lg.jp
 本巢市下真桑1000番地

里芋はよろこびてゐむ続きある
 暑さの中の急なる雨に
 小森 鈴子

何故増える新型コロナワクチン接種
 受けた人多く何時止まるのか
 國井 薫

理不尽のきわみのいくさメンツとか
 国益とかのナンボのもんじやい
 織田 め以

試歩の道木蔭に休めば草むらに
 コオロギ鳴きて夏は遠のく
 奥田 としゑ

安倍さんが手製の銃で亡くなった
 なんでも作れる社会のこわさ
 伊神 ふさえ

ぬか床に埋もれ色良いナスキユウリ
 タベの善に御飯がすすむ
 吉田 早苗

炊き込みご飯と旬を食べんか
 富田 恵子

歌会に米を持ち来て零余子飯
 炊きし貴女を不意に思いぬ
 玉置 恭子

おう!なんと!細い目をした月が出た
 うんうんそうそう月との会話
 河村 加代子

短歌の部

釣人の所作なき一日梅雨出水
 塩谷 憲

元氣見るひまわり畑に千の顔
 田井中 正信

高齡者のスマホ操作の夏期講座
 山田 たかを

手に余る母の形見の単衣帯
 早川 とし子

遠雷や焦点合はねバズル文字
 青木 恵子

俳句の部

文芸欄

学びの窓

市内の各幼稚園、小・中学校の取り組みをリレー方式で紹介します。

糸貫東幼稚園

「園の教育目標」
 具現に向けて

私たちは、日々の保育・教育活動で、「健康で明るく美しい心の子の育成」を目指しています。

子ども自身がさまざまな遊びを通して試行錯誤しながらじっくり考えることで、考える力が育ちます。数字や文字をただ記憶するのではなく、興味を持つて必要だと思うことが学びの基本です。

また、人と直接関わって力を合わせることで、よい関係をつくるためにルールを守るなど、対人関係の基本を学ぶことも大切です。そして、体をうまく使うことや手先が器用になるなど、さまざまな技術を覚えていくこと、五感で感じると感性、運動にとどまらず、自然や生命を感じること



上)ドミノを積み木がわりに遊ぶ年中児
 右)席田小2年生との交流ミニミニスポーツに参加する年長児



真正中学校

自分の命は
 自分で守る
 安全防災教育の
 推進

濃尾震災から130年が過ぎた本巢市において、真正地域は長年にわたり、土砂災害や洪水などに被災することがありませんでした。そのため、防災に対する意識が高いとは言えません。そこで、安全防災教育を通して「たくましさ」を身に付けた生徒の育成を目指し、昨年度から「真正中防災リーダー(SDL)」を発足し活動を始めています。

今年度は、5月に火災発生時の危険箇所や、避難経路の危険箇所チェック、消火器の設置個所の確認などを行いました。また、7月には、不審者侵入への対応を確認しました。さらに「本巢市ジュニア防災士養成講座」に参加して見



上)市のハザードマップから危険箇所を確認
 右)消火栓や消火器の点検をする生徒



識を深めたり、防災士の資格取得を目指すなど、活動の充実を図っています。今後は、地震発生・河川氾濫などにも視野を広げて活動を進め、この学びを全校生徒・家庭・地域へ広げていきます。



藤原市長から感謝状を受け取った西村さん(中央)

父の故郷で努力する若い人のために 奨学基金の設立に感謝状を贈呈

9月22日、本巢市奨学金の原資となる吉村尚奨学基金設立のため、多額の寄附をいただいた西村^{よしむら なお}擴子^{ひろこ}さんに感謝状を贈呈しました。生前、10代の頃に高みを目指し勉学に励んだ故郷の真桑村を懐かしみ、自身と同じように目標に向かって努力している若者の手助けをしたいと願った父・吉村尚さん。その意志は娘の擴子さんに引き継がれ、将来の本巢市を担う若い人たちに届けられます。



FC岐阜の選手(左)に対し藤原勉市長から記念品を進呈

熱い応援で見事白星を飾る FC岐阜ホームタウンデー開催

県民サポーターと感動を分かち合い試合を盛り上げるイベント、FC岐阜「本巢市ホームタウンデー」が9月3日、長良川競技場で開催されました。スタジアムでは多くの観客が見守る中、Y.S.C.C.横浜との熱戦が繰り広げられました。

もとまるや市内のジュニアダンスチーム「スマイルエンジェルズ」も応援に駆けつけ、見事勝利を収めました。

試合結果 = FC岐阜 3-0 Y.S.C.C.横浜



身近な材料を使って数学の楽しさを伝える秋山さん

算数・数学を楽しく学んで考える 数学のまちづくり講演会

算数・数学への興味関心を高め、楽しみながら考える力を育てるため、本巢市民文化ホールで2週にわたり市数学のまちづくりアドバイザーの講演会が開催されました。

【9月23日】世界を目指せ!算数・数学ワールドツアー

東京理科大学名誉教授の秋山^{あきやま}仁^にさんが鏡でサッカーボールを作ったり、封筒でタイルを作ったりして算数・数学の楽しさや魅力を紹介。予想とは全く違う結果が出ると、参加者から驚きの声が上がりました。後半は高木貞治博士の業績を紹介しながら「世界を目指し、大きな夢を持ってほしい」と語りました。

【10月1日】数学×音楽×アート×TECH

～数学や技術が拓く五感のアートで遊ぼう～

ジャズピアニストで数学者の中島^{なかじま}さち子^{さちこ}さんが、オリジナル曲を演奏し、スクリーン上に独創的なアートとして表現するなど、音楽に潜む数学の魅力を紹介。また、糸貫中2年生も登壇し、昨年度コラボしたSTEAMプロジェクトの発表会の様子を紹介しました。中島さんは「作り出すことの喜びを感じて未来を切り拓いてほしい」と呼びかけました。



音楽で数学の魅力を紹介する中島さん

河畔に広がる赤いじゅうたん やすらぎの林でヒガンバナが見頃

9月中旬、本巢市民文化ホール西側の犀川のほとりにある「やすらぎの林」でヒガンバナが見頃となりました。色鮮やかな赤と緑のコントラストが特徴的で、林の中にあることから、木漏れ日によってさまざまな表情を楽しむことができます。ヒガンバナを見るために多くの人が訪れ、散策をしたり写真に撮ったりと、思い思いに秋の訪れを告げる風物詩を楽しんでいました。



真っ赤に咲き誇るヒガンバナ

ひと夏の努力に栄誉を 夏休み自由研究の表彰式

9月11日、本巢すこやかセンターで夏休み自由研究(科学作品、社会科研究作品、算数・数学研究作品)の表彰式が行われました。最優秀賞を受賞した13人の児童生徒が保護者と共に表彰式に参加。川治秀輝教育長から賞状を受け取り、会場から拍手が送られると笑顔がこぼれました。教育長からは夏休み中の努力の結晶について賞賛の言葉が贈られ、児童生徒は受賞への喜びと誇りを感じていました。



川治教育長(左)から賞状を受け取る児童

淡墨桜に送る親子の和太鼓 魂の和太鼓演奏会開催

飛騨・美濃観光大使で和太鼓演奏者の加藤拓三さんによる和太鼓演奏会が9月10日、淡墨公園で開催されました。「根尾谷淡墨ザクラ」として国指定天然記念物に指定されてから、今年で百周年を迎えることを記念して開催されたものです。加藤さんの子どもたちも演奏に加わり、力強い太鼓の音が根尾の山にこだますると、訪れた聴衆からは温かい拍手が送られました。



淡墨桜の前で太鼓を演奏する加藤さん(中央)

全国大会への意気込み語る 2022J.D.B.A全日本選手権U15の部出場報告

ドッジボールのJ.D.B.Aシニアチャンピオンシップin東海U-15の部でクラブチーム「Feujon^{フェュジョン}.Jr^{ジュニア}」が優勝し、選手の小林^{こばやし}亮介^{りやうすけ}さん(本巢中2年)と棚橋^{たけはし}拓洋^{たくみ}さん(糸貫中1年)が福岡県で行われるJ.D.B.A全日本選手権U15の部への出場報告をしました。小林さんは「最後まで全力を出し切りたい」と、棚橋さんは「優勝を勝ち取りたい」と意気込みを語りました。



藤原市長に出場を報告した小林さん(左)と棚橋さん(中央)

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載内容は変更となる場合があります。最新情報は市ホームページへ。



お知らせ

令和5年度 本巣市奨学金制度

市内中学・義務教育学校に在籍し、経済的理由などにより高等学校、高等専門学校、特別支援学校高等部に修学が困難な生徒に奨学金を交付します。※詳しくは、1月下旬に中学・義務教育学校を通じて3年生（9年生）に案内

申請要件 ▽保護者が市内に住所を有する人▽経済的理由により修学が困難な人▽学力優秀者▽素行善良で修学に意欲がある人

奨学金 月額1万円（償還の

必要はありません）
図学校教育課
☎058(323)7763

社会保険料（国民年金保険料控除証明書、要保管）

国民年金保険料は、所得税と住民税の申告において、全額を社会保険料として控除できます。その年の1月1日～12月31日に納付した保険料が対象です。

納付日で、日本年金機構からの「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の送付時期が異なります。

▽1月1日～9月30日に納付：10月下旬から11月上旬
▽10月1日～12月31日に本年初めて納付：令和5年2月上旬

年末調整や確定申告の際に、この証明書を添付してください。

☎0570(003)004

受付時間 ①月～金曜日：午前8時30分～午後7時②第2土曜日：午前9時30分～午後4時（祝日、年末年始除く）

国民健康保険の 医療費通知書、要保管

医療費通知書には、受診者名・医療機関などの名称・医療費の額・患者負担額などが記載されています。確定申告の際、医療費通知書を添付すると「医療費控除の明細書」の明細部分の記載を省略できます。

令和4年11月～12月診療分の医療費通知書の到着前に確定申告を行う場合は、医療機関などが発行した領収書に基づき「医療費控除の明細書」の明細部分の記載が必要です。

※この場合、領収書は確定申告期限から5年間保存する必要があります。

図市民課
☎058(323)7750

11月9～15日は 秋季全国火災予防運動

火災はちよつとした不注意から発生しています。空気が乾燥し、火災が発生しやすい時季を迎えます。

この機会にいま一度、火災

留守家庭教室 令和5年度利用申し込み

継続利用も申請が必要です

留守家庭教室は、授業終了後に保護者が就労などにより不在で、家庭で保護を受けられない児童に生活の場を提供し、健全な育成を図ることを目的とした社会福祉施設です。

利用対象児童

次の全ての条件を満たす児童
▷市内小学校に就学
▷同一敷地内に居住する保護者全員が仕事などのため、月15日以上かつ3カ月以上家庭で保護を受けられない

利用方法

開設時間

平日…授業終了後～午後6時
（延長利用は午後6時～6時30分）
長期学休期間など…午前8時～午後6時
（延長利用は午前7時30分～8時、午後6時～6時30分）

利用料 月額4,000円（8月のみ9,000円）

延長利用料 月額1,500円（30分単位）

申込受付期間 11月1日（火）～30日（水）

留守家庭教室所在地 市内各小学校内

※申し込み人数により設置できない場合があります。

申込方法

利用申込書に必要事項を記入のうえ、就労証明書などを添付し、下記窓口または各留守家庭教室に提出してください。

※根尾留守家庭教室を希望する場合、総務産業課または幼児教育課に提出してください。

継続利用 現在、利用している1～5年生の児童も令和5年度の利用を希望する場合は、改めて申し込みが必要です。

※夏季休業日のみの利用は、令和6年5月ごろに利用申し込みを受け付け予定です。

※開設時間や利用料などは変更する場合があります。変更した場合は、市ホームページや留守家庭教室に提示してお知らせします。

図幼児教育課

☎058(323)7753

🌐<https://www.city.motosu.lg.jp/0000000435.html>

lg.jp/0000000435.html



◀市ホームページ



原動機付自転車・小型特殊 自動車も申告が必要です

原動機付自転車（125CC以下）や小型特殊自動車（乗用トラクターやコンバインなど）を販売店で購入したとき、他人から譲り受けたときは、新規登録の申告が必要です。公道走行の有無・中古・新車にかかわらず標識（ナンバープレート）の交付を受けてください。

また、廃棄や譲渡したときは、廃車の申告が必要です。市外から転入したとき、市外に転出したときも申告が必要です。

申告に必要なものは、市ホームページをご覧ください。

図税務課

☎0581(34)5022

🌐<https://www.city.motosu.lg.jp/000000375.html>

▼市ホームページ



11月11日～17日は 税を考える週間

テーマ これからの社会に向かって

国税庁（税務署）では、租税の意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めてもらうため、「税を考える週間」として、国税庁ホームページなどでさまざまな情報を提供しています。また、「税を考える週間」の一環として、税に関する作品展を実施します。

日程・場所

▽11月4日（金）～7日（月）＝みんなの森ぎふメディアアコスモス／県立岐阜商業高等学校書道部による「税に関する書道作品」
「税に関する作品展」習字・作文・絵はがき・標語の展示
▽11月8日（火）～20日（日）＝マーサ21／「税に関する作品展」習字・作文・標語の展示
図岐阜北税務署

☎058(262)6131

🌐<https://www.nta.go.jp>

▼国税庁
ホームページ



第5回市議会定例会の予定

会期23日間（11月28日～12月20日）

日程	内容	場所
11月28日（月）	本会議（提案説明など）	本庁舎
11月30日（水）	本会議（質疑・委員会付託など）	本庁舎
12月 8日（木）	本会議（一般質問）	本庁舎
12月 9日（金）	本会議（一般質問）	本庁舎
12月13日（火）	総務企画委員会	本庁舎
12月14日（水）	文教福祉委員会	真正庁舎
12月15日（木）	産業建設委員会	糸貫庁舎
12月20日（火）	本会議（採決など）	本庁舎

※会期日程は変更になることがあります。市ホームページまたは電話などでご確認ください。（一般質問が質問者数により1日間になるなど）

図議会事務局総務課 ☎0581(34)5027

お知らせ



自賠責保険・共済なしでの 運行は法令違反です

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車を含む全ての自動車に加入が義務付けられています。

☎ <https://www.sonpo.or.jp/insurance/jidai/keinatsu.html>

中小企業の退職金 国の制度がサポートします

「中退共」は、中小企業のための国の退職金制度です。掛金助成や税法上の優遇が受けられるほか、外部積立型のため管理が簡単。パートタイマーや家族従業員も加入できます。詳しくは「中退共」で検索してください。

☎ 〇独（勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
〇〇三（6907）1234

水道料金（基本料金）を 6カ月間軽減します

コロナ禍で原油価格や物価高騰に直面する市民や事業者の皆さんの負担を軽減するため、水道料金（基本料金）を減額します。（手続き不要）

対象者 本果市水道事業と給水契約し、水道を使用している人・事業所（官公庁を除く）
減額金額 700円（1カ月1250円が550円（税抜）になります）

対象期間 11月、令和5年1月、3月請求分（6カ月間）

※9月、令和5年2月使用分
その他 ▽下水道・農業集落排水処理施設使用料は、減額の対象外です。

▽検針にて発行する「水道下水道使用水量と料金のお知らせ」は、減額後の金額を記載します。

▽今回の減額について、市から電話や訪問をすることはありません。

☎ 〇独（勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
〇〇三（6907）1234

重度障がい者のタクシー 利用助成を申請受付中

内容 500円の助成が受けられるタクシー乗車券を1カ月5枚交付（乗車1回につき3枚まで利用可）

対象 身体障害者手帳1、2級・療育手帳A、A1、A2・精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかを所持し、次の①、④全てに該当する市内在住の人

①入所・入院をしていない
②本人が自動車運転免許証を所持していない

③本人と同居の親族の所得が一定以下である

④同一年度内に本果市高齢者タクシー利用助成事業による助成を受けていない

持ち物 身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれか
申請場所 福祉敬愛課、各地域調整課、総務産業課
☎ 〇独（勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
〇〇三（6907）1234



11月は「子供・若者 育成支援推進週間」

ほっとできる「居場所」がどこにもない…そんな子ども・若者が増えています。未来を担う子ども・若者たちのために、何ができるか考え、行動に移してみませんか。

市青少年育成市民会議では、「地域で育てよう」とすの子、自分の子も となりの子も

よその子ども」をスローガンに、ながら見守り活動を実施しています。

☎ 〇独（勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
〇〇三（6907）1234



介護予防・日常生活圏域 ニーズ調査にご協力を

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査とは、地域の高齢者の生活状況や健康状態、ニーズを的確に把握するための調査です。第9期（令和6、8年度）介護保険事業計画や老人福祉計画の策定に活用します。

11月初旬に調査票が届き

市営住宅への入居者募集

住宅名	所在地	戸数※	間取り	月額家賃
①天神前住宅	政田717番地	2戸	2LDK	収入に応じ、 21,500～42,200円
②南原住宅	曾井中島 867番地3	4戸	3DK	収入に応じ、 22,900～47,300円
③コーポねお	根尾樽見 35番地1	1戸	3DK	収入に応じ、 26,000～36,000円
④水鳥住宅 （一戸建）	根尾水鳥 310番地	2戸	4LDK	43,000円

※前月の応募状況により、戸数が異なる場合があります。

募集期間 （①のみ）11月8日（火）～11月16日（水）午前8時30分～午後5時15分（土日を除く）※申込書などは11月1日（火）より都市計画課でお渡しします。※②～④は随時募集。

入居資格 ▽自ら居住するために住宅を必要としていること（①、②は現に住宅に困窮していることが明らかな人）▽現に同居し、または同居しようとする親族があること▽所定の収入基準に該当すること（①～③のみ（①、②は低所得者向け））▽市町村税を滞納していないこと▽暴力団員でないこと（同居者を含む）▽そのほか、条件に該当する連帯保証人が2人必要

敷金・共益費など ▽敷金は月額家賃の3カ月分▽共益費などについてはお問い合わせください。

☎ 〇独（勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
〇〇三（6907）1234

※③、④は根尾分庁舎 都市計画課根尾駐在員（☎0581（38）2513）にて受付。

▼市ホームページ



会計年度任用職員募集

任用期間 12月1日～令和5年3月31日 ※一般事務員は令和5年1月1日～3月31日

申込書類 任用申込書（市HPでダウンロード可）注：その他書類が必要な職種もあり

試験 申し込み後、面接試験を実施

申込期限 11月8日（火）

業務内容など詳細は、市ホームページをご覧ください。

☎ <https://www.city.motosu.lg.jp/0000001158.html>

募集職種	定員	勤務日数	勤務形態	勤務時間	報酬	お問い合わせ
一般事務員※	1人	週5日	午前8時30分～午後4時30分または午前9時15分～午後5時15分（休憩あり）	1日7時間	時間額932円	市民課 ☎058（323）7750
看護師または准看護師	1人	週5日	午前8時30分～午後4時30分（休憩あり）※シフトにより時間変更、土曜日勤務あり	1日7時間	看護師時間額1,033円～ 准看護師時間額960円～	根尾診療所 ☎0581（38）2571
環境監視員	若干人	年間60日程度	真正・本巣 ▷環境監視パトロール 午後1～5時（休憩なし） ▷ストックヤード勤務 午前8時15分～午後0時15分（休憩なし） 根尾 ▷環境監視パトロール 午前8時30分～午後0時30分（休憩なし）	1日4時間	時間額916円	生活環境課 ☎058（323）7751
子育て支援センターサポーター（早朝・薄暮保育補助）	8人	週5日	午後2～6時	1日4時間	時間額932円	幼児教育課 ☎058（323）7753
保育士	若干人					
留守家庭教室指導員						
留守家庭教室補助員						

募集内容が複数あるため、右記へお問合せください。

募集



水道検針員を募集します

内容 担当区域で水道メーターを検針し、お知らせ票をポストに投函

区域 ①真正地域：約430件（溝口・下福島・温井・天神前住宅・真正団地）②本巢地域：約440件（東川原・辻屋・中島・川西）

委託料 1件74円

対象者 継続して業務を遂行できる見込みの人

定員 各地域1人

期間 12月、令和5年3月（1年ごとに更新）

※検針は、偶数月の15日から月

末までの間に実施（年6回）

※検針員が決まり次第、募集終了

☎ 〇独（勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
〇〇三（6907）1234

船来山古墳群を学び守り 伝えるボランティア募集

船来山古墳群現地で清掃活動と勉強会を行います。継続して参加し、ふるさと学習ロマンプロジェクトでこども芸員と一緒に学んだボランティアは、1年ごとに昇段します。

史跡現地では、タケノコの除伐体験も行います。採れた山菜・木の実を持ち帰ることができます。

集合場所 富有柿の里古墳と柿の館

※ボランティアに登録し、ボランティア保険への加入が必要です。

☎ 〇独（勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
〇〇三（6907）1234

☎ 〇独（勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
〇〇三（6907）1234

募集



令和5年度市民活動 助成金事業の募集

市民活動助成金は、市民団体が主体的に取り組む事業で、地域が抱えるさまざまな課題の解決を図り、皆さんの福祉向上につながるようなモデル的な事業に対して市が財政支援を行い、団体活動の活性化や市民活動の拡充を図っていく制度です。

今回は、令和5年度の助成事業（3コース）を次のとおり募集します。皆さんの応募をお待ちしています。

応募コース

- ①市民活動ステップアップコース
- ②市民活動フォローアップコース
- ③市民提案イベント実施コース

応募方法 事業概要・計画、予算などが記載されたものを持参するか左記窓口まで郵送

応募締切 12月23日(金)

手続きの詳細などは、市ホームページをご覧ください。

本果市市民活動助成金 **検索**
企画画財政課

☎0581(34)5024

催し



健康な体づくりを いきいき健康教室

最近つまづくことが増えていませんか。楽しく体を動かして元気な体づくりを目指しましょう。

対象 65歳以上の市内在住者
持ち物 タオル、飲み物、屋内靴

日程 12月1日～令和5年2月9日(毎週木曜日)

※12月29日を除く

場所／時間

▽糸貫公民館／午前10～11時30分

▽真正すこやかセンター／午後1時30分～3時

定員 各会場30人(先着)

申込方法 左記問い合わせ先へ電話で氏名、住所、電話番号を連絡

受付期間 11月1日(火)～25日(金)

閩福祉敬愛課高齢福祉係
☎058(323)7754

ユニークな問題に挑戦 算数・数学甲子園2022

市は、論理的に考える力を身に付けた子どもたちを育てたいと「数学のまちづくり」を進めています。

算数・数学の本質に迫るユニークで解きごたえのある問題に挑戦してみませんか。

日時 12月24日(土)午前9時40分～11時40分

対象 小学3年～中学3年
▽ジュニア 小学3～4年生

▽一般小学生 小学5～6年生

▽一般中学生 中学生

会場 岐阜工業高等専門学校

参加費 200円

詳細は、市ホームページをご確認ください。

閩社会教育課

☎058(323)7764

🌐<https://www.city.motosu.lg.jp/000001095.html>



市ホームページ

乳幼児期家庭教育学級 ママのためのピラティス

ピラティスで産後の体のバランスを整えて、心も体もスッキリしませんか。

託児もあるので、安心してご参加ください。

日時 11月25日(金)午前10～11時30分

場所 本果すこやかセンター2階小会議室・ボランティア室

対象 平成31年4月2日以降生まれのお子さんの保護者

申込方法 QRコードからメールで申し込み

申込期限 11月18日(金)

閩社会教育課

☎058(323)7764



申し込みはこちら

新たな交流と趣味を 男性のいきいきライフ事業

交流を深めながら、新たな趣味や繋がりを見つけてませんか。

11月の介護予防教室

対象 65歳以上の市内在住者
持ち物 タオル、飲み物など
参加方法 直接会場へ
※中止する場合がありますため参加前にお問い合わせください。

○転倒予防教室

時間 午後1時30分～3時

場所／日程

▽真正地域 真正すこやかセンター／14日(月)、22日(火)

対象 市内在住60歳以上の男性

日程 12月16日(金)午前10時～

場所 糸貫ぬくもりの里2階調理室

内容 お弁当作り

参加費 250円

持ち物 エプロン、マスク、三角巾

定員 8人

申込 左記へ電話
※受け付けは11月7日(月)午前8時30分～

閩市社会福祉協議会地域福祉課
☎058(320)0531

▽糸貫地域

本果老人福祉センター／8日(火)、25日(金)

▽本果地域 本果老人福祉センター／10日(木)、17日(木)

▽根尾地域 根尾文化センター／10日(木)、24日(木)

閩市在宅介護支援センター
☎0581(34)2944

脳を元気にする教室
時間 午前10時～正午

場所／日程
▽真正すこやかセンター／2日(水)、16日(水)

▽富有柿の里／10日(木)、24日(木)

▽本果老人福祉センター／2日(水)、16日(水)※時間は午後1時30分～3時30分

体を元気にする教室
時間 午前10時～正午

場所／日程
▽真正すこやかセンター／11日(金)、25日(金)

▽本果公民館／8日(火)、22日(火)

閩福祉敬愛課高齢福祉係
☎058(323)7754

うれしさと懐かしさいっぱい 令和5年 本果市20歳を祝う会

新20歳を迎える皆さんの栄えある前途を祝福して、20歳を祝う会を行います。本年度は、式典時間の短縮や会場を3カ所に分けるなど、新型コロナウイルス感染防止対策を行ったうえで開催します。

日程 令和5年1月8日(日)

時間 午前11時～式典(午前10時30分～受付)

会場 ▷根尾・本果中学校出身＝本果体育センターアリーナ▷糸貫中学校出身＝糸貫ぬくもりの里▷真正中学校出身＝本果市民文化ホール

対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ

※対象となる市内在住者には、11月中旬に案内状を発送予定です。市外中学校出身の人や、出身中学校以外の会場での参加を希望する人は、出欠はがき(11月に案内状と併せて送付)にてお知らせください。



※平成30年3月に市内中学校を卒業した市外在住の人で、出席を希望する場合は、下記へご連絡ください。

閩社会教育課

☎058(323)7764

12/4(日) 人権教育講演会 言葉の責任「ネットの被害者・加害者にならないために」 ～命の大切さ、人生の大切さ、あきらめない心～

開場…午後1時30分 **開演**…午後2時

場所 本果市民文化ホール

入場料 無料、全席指定200席

スマイリーキクチ氏が、10年間におよぶインターネットの誹謗中傷による風評被害を受けた経験をもとに、ネット犯罪の被害者・加害者にならないための対策や、ネットに潜む「わな」にかからないためにはどうするかなどを話します。また、ネット・携帯依存症が身体におよぼす影響やいじめ問題について講演。この機会に、人権侵害問題、命・人生の大切さ、あきらめない心について考えてみましょう。

入場整理券配布日 11月7日(月)～

入場整理券配布場所・時間

▶社会教育課 平日 午前8時30分～午後5時15分

▶本果市民文化ホール 火～日曜日 午前9時～午後4時(月・祝日翌日は休館)

閩社会教育課 ☎058(323)7764



講師
タレント
スマイリーキクチ 氏

寄付・寄贈

Donation

本巣ライオンズクラブ

本巣ライオンズクラブ結成40周年を記念して、中・義務教育学校の各教室に二酸化炭素測定器が、各学校にワイヤレスアンプ1台が寄贈されました。学校の環境衛生管理などに活用させていただきます。

明治安田生命保険相互株式会社 岐阜支社

地域の健康づくり対策のためにと、516,000円の寄附がありました。市の保健事業に活用させていただきます。

長良化学工業株式会社

新型コロナウイルス感染防止対策と防災備蓄のためにと、アルコールジェル60ml 1万本の寄附がありました。市内学校施設に配布し、残りを防災備蓄として活用させていただきます。

株式会社ワールドカップ

105万1,000円の寄附がありました。市の安心・安全なまちづくりに役立てます。

編集後記

Editor's note

何を隠そう、特集冒頭の文章でドキッとしたのは他ならぬ私。たまに近所を走るのですが、「今日は寒いから」「今日は暑いから」と何かと理由をつけてサボりがち。サボらないのは晩酌のみ…まずは30分正しい姿勢を意識して歩いてみようと思います。(健)

食欲の秋、読書の秋…いろんな秋がありますね。今回の特集は運動の秋に通ずる内容です。私は月に1～2回、バトミントンに取り組んでいます。これが結構いい運動になります。もちろん読書も大好き(ホラーが中心)。栗きんとん食べたいなあ…。(知)

人のうごき

※令和4年9月1日～30日の掲載申請分です。(敬称略)

Movement of people

●出生おめでとう

北村	璃乃(光規)	文殊団地
成瀬	瑠珂(弘樹)	長屋
中尾	律(奏)	北屋井
菅原	渚采葉(政志)	南屋井
原	秋凜(大貴)	小弾正
小森	心和(生馬)	石原
齋藤	陽向(宏太)	三橋
上野	唯愛(良樹)	三橋
森	剣心(和樹)	高砂町
汲田	滯空(樹生)	溝口
竹中	凜花(大登)	下福島
森	茉凜(ルプレゾン・ルック)	浅木北町

●おくやみ申し上げます

小澤	巖(78)	根尾高尾
島田	つぎ枝(99)	根尾門脇
青山	菊男(90)	西川原
長谷川	千恵子(93)	法林寺
金子	道子(81)	宝珠
郷	初枝(93)	上新町
面垣	幹雄(92)	上保
尾崎	みすゑ(91)	旦内北
翠	幸雄(80)	東町
有木	千恵(97)	大門
高田	幸子(92)	清水

●お詫びと訂正

広報もとす10月号の掲載内容に誤りがありましたので、お詫びし、訂正します。

▷ニュース&コラム「さかだちブックス」(11ページ)

誤 TEL.058-324-8549

正 TEL.058-324-4524

●まちの人口(10月1日現在)

人口	33,199(－6)
男	16,208(－18)
女	16,991(+12)
世帯	12,846(+28) ()は前月比

●国民健康保険税(第5期)
●後期高齢者医療保険料(第5期)
●放課後児童施設利用料(11月分)
●水道・下水道料金(9・10月分)
●学校給食費(11月分)

●保育園・幼稚園利用料(11月分)

日程 11月20日(日)
時間 午前9時30分
場所 真正スポーツセンター
受講料 無料
利用時間 火・金曜日午前10時30分～午後8時(最終受付午前10時30分～午後7時30分)
〒058(320)4540 図スポーツクラブもとす事務局

トレーニングマシン 利用講習会(要予約)

申込期限 12月14日(水)
〒058(323)4511 図富有柿センター(月曜休館)
〒058(323)4500

催し ★
野菜作りを学びます
いきいき農業塾

期間 11月12日～25日
岐阜県女性相談センター
▽電話相談 午前9時～正午
▽面接相談 月・金曜日午前9時～午後5時
〒058(213)2131 県警察ストーカー相談110番
電話相談 月・金曜日(祝日除く)午前9時～午後4時
〒0120(794)310 福祉敬愛課児童福祉係

相談



早めに相談、女性に対する暴力をなくす運動

日時 12月4日(日)午前9時～
会場 真桑小学校体育館
申込 各公民館、各庁舎にある申込用紙を左記まで提出(市ホームページにも掲載)
※3～5人の1チームで申込
図社会教育課
〒058(323)7764

電話・来所相談 月・金曜日(祝日除く)午前8時30分～午後5時15分
〒058(323)7752
専門家が相談に応じます
弁護士無料相談
受付 午前8時30分～先着順。電話予約不可。
相談 午後1～3時(1人約15分)※相談者多数の時は相談できない場合があります。
場所／日程
▽真正地域
真正老人福祉センター／11月2日(水)、12月7日(水)
▽糸貫地域
糸貫ぬくもりの里／11月9日(水)、12月14日(水)
▽本巣地域
本巣老人福祉センター／11月30日(水)、12月28日(水)
▽根尾地域
根尾分庁舎／11月16日(水)、12月21日(水)
図福祉敬愛課高齢福祉係
〒058(323)7754
図市社会福祉協議会地域福祉課
〒058(320)0531

苦情やトラブルに悩んだら
不動産無料相談会

苦情やトラブル、その他不動産に関する悩みごとの相談に応じます。

日時 11月15日(火)午後1～4時
場所 糸貫分庁舎1階相談室
図(公社)岐阜県宅地建物取引業協会岐阜北支部(相談会)
〒058(295)1982
図企画財政課(空き家バンク)
〒0581(34)5024

精神保健福祉相談会

心の病気によるひきこもりや不安、困りごとなど、さまざまに相談に専門の相談員が応じます。

日時 11月16日(水)、12月21日(水)
①午後1時30分～2時20分
②午後2時30分～3時20分
場所 真正分庁舎
※前日までに要予約(各日先着2人)
図福祉敬愛課障がい福祉係
〒058(323)7752

離婚、職場のセクハラ、DV問題などに人権相談所

人権擁護委員が相談に応じます。

日時 11月8日(火)
時間 午後1時30分～3時30分
場所 本巣市役所糸貫分庁舎2階第1会議室
図総務課
〒0581(34)5020

行政相談 定例相談所を開設します(無料)

役所の仕事について、「よく分からない」と感じたことはありませんか。そんな声を行政相談委員がお聴きします。秘密は固く守られます。

開設日／場所
▽11月10日(水)／本巣公民館2階第4会議室
▽11月16日(水)／根尾文化センター2階小会議室
▽11月21日(月)／糸貫分庁舎2階第2会議室
時間 午前10時～11時30分
図総務課
〒0581(34)5020

