

あ な た と の 絆



春日井

平成 27 年 9 月 1 日
2015 年 No.1570
Kasugai Public Relation

特集

はじめよう

続けよう

健康づくり



だから、歩いて帰ろう



はじめよう 続けよう 健康づくり

問い合わせ：
健康増進課（☎85-6167）



健康長寿の愛知県、

愛知県は、健康長寿な県であることを知っていましたか。平成22年の調査で、健康寿命は男性全国1位、女性全国3位でした。つまり、生涯にわたって健康な期間が長いということです。しかし、平成24年度に市が実施したアンケート調査の結果から、市内の40代女性と50代男性は、運動と睡眠が不足気味であることが分かりました。

40代女性、50代男性の健康に注意信号!?

平成24年度に市が実施した「健康・食育に関するアンケート調査」によると、日常的に運動をしている人の割合は、40代女性が56.3%、50代男性が59.5%にとどまり、前後の世代に比べて低くなっています（全体平均は74.1%）。また、50代男性は、肥満（BMI25.0以上）の人の割合も35.7%と高くなっています。さらに、同調査によると、睡眠が十分取れている人の割合も、40代女性が57.5%、50代男性が59.5%と性・年齢別でも最も低くなっています（全体平均は71.3%）。

ロコモもメタボも早くから対策を

運動不足で肥満気味のままだと、ロコモティブシンドローム^{※1}やメタボリックシンドローム^{※2}の危険性が高まります。将来、介護が必要な状態にならないよう、若いうちから予防のための健康づくりに取り組みましょう。

- ※1 運動器症候群（略称：ロコモ）。筋肉・骨・関節などの運動器の障がいのために、自立度が低下し、介護が必要となる危険性の高い状態のこと。
- ※2 内臓脂肪症候群（略称：メタボ）。内臓脂肪型肥満に加え、高血糖、高血圧、脂質異常のいずれか2つ以上を併せ持った状態のこと。

でも、ある世代は…

昨年3月に策定した「かすがい健康計画2023」では、ロコモティブシンドロームの予防と職場で支える健康づくりの推進を市の最重点取り組みとしています。

そこで、今回の特集は、毎日仕事や家庭のことに追われて、なかなか自分の時間が取れない40代、50代の皆さんが始めやすく、継続しやすい健康づくりについて考えます。

都道府県別健康寿命【上位5位】(平成22年)

(健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間)

順位	男性	女性
1位	愛知県 71.74年	静岡県 75.32年
2位	静岡県 71.68年	群馬県 75.27年
3位	千葉県 71.62年	愛知県 74.93年
4位	茨城県 71.32年	沖縄県 74.86年
5位	山梨県 71.20年	栃木県 74.86年
	全 国 70.42年	全 国 73.62年

平成24年度厚生労働科学研究費補助金による「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

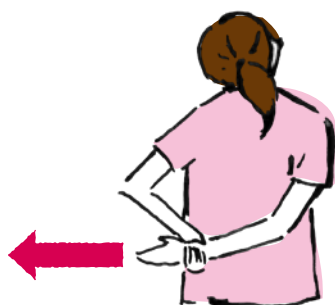
気軽にはじめる健康づくり

自宅で、職場で、空いた時間にストレッチ

体の緊張をほぐし、日々のストレスを減らすのに、ストレッチは効果的です。
空き時間で手軽にできるストレッチを紹介します。

1 首と肩のストレッチ

腕を引き、同じ方向に首を倒す



2 腰のストレッチ

椅子に浅く掛け、脚を開き体を前に倒す



できる人は手の平をつけてみましょう

3 脚の後ろ、 肩、腰の ストレッチ

脚を広げ、手を水平にして
反対側の足先につけ、
体をひねる



4 背中 のストレッチ

膝を立てて座り、膝の下で手を組み、
背中を丸め、体を後ろに引く

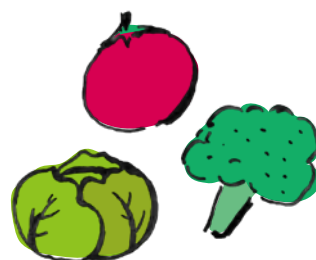


DVD「自宅で簡単!ストレッチ体操」(市スポーツ・ふれあい財団)より作成

地産地消で野菜不足を解消、目指せ1日350g

肥満の原因の一つに、栄養バランスが取れていない食生活が挙げられます。健康のために、成人は1日350g以上の野菜を食べることが必要だと考えられています。しかし、県の野菜摂取量は全国最下位で約240g[※]でした。一方、生産量で見ると全国1位のキャベツをはじめ、トマト、ブロッコリー、レンコンなどもトップ5に入ります。地元産野菜を食べて、あと110gを補いましょう。

※平成24年 国民健康・栄養調査



継続的に運動するため

+10
(プラステン)を

運動が体に良いことは分かっているけど、なかなかまとまった時間も取れなくて、諦めてしまっている人も多いのではないのでしょうか。改めて運動する時間をつくらなくても、日々の生活に少し工夫することで体を動かす機会をつくれます。厚生労働省は、健康寿命を延ばすため今より10分多く体を動かす、+10(プラステン)を推奨しています。「いつもよりプラス10分」の運動習慣を始めてみませんか。

一つ前の駅、停留所で降りる

通勤や買い物で使う電車やバス。一つ前で降りて、自転車や徒歩にすると約10分の運動になります。

家から徒歩10分圏内を歩く

近場への用事は車を使わず、気分転換も兼ねて、歩いてみませんか。車では気付かなかった季節の変化を楽しめるかもしれません。

ラジオ体操をする

ラジオ体操第一は、誰でもできることにポイントを、第二は体を鍛え、筋力を強化することにポイントを置いた体操になっています。毎朝の運動習慣にしてみませんか。



3つのポイント

1. 体を動かす時間は少しずつ増やしていく
2. 体調が悪い時は無理をしない
3. 病気や痛みのある場合は、医師などの専門家に相談する

生活のリズムを整える

睡眠は、体の疲れを回復するだけでなく、心の健康を保つためにも重要です。不要な夜更かしを控え、規則正しい睡眠で、生活のリズムを整えるようにしましょう。

6月から始まった「かすがい健康マイレージ」のチャレンジシートを使って、日々の健康づくりを記録しましょう。



チャレンジシートは市の主な公共施設に設置しているほか、9月6日(日)に総合体育館で行われる健康救急フェスティバルでも配布します。

あなたの一步を周りもサポート

従業員が健康になることで企業もプラス

健康づくりの取り組みは、企業にとっても重要な課題となっています。従来の健康保険制度などの福利厚生だけでなく、社員の健康づくりに積極的に取り組むことで、企業の力に変えている企業があります。

▶ 私たち企業はこんなことを実施しています！

▶ 社員食堂で元気に

(パナソニック エコシステムズ株式会社)

社員の血圧が全国の平均値より高いという結果が出たことを受けて、社員のほとんどが昼食を取る食堂での減塩に取り組むことになりました。全てのメニューに塩分表示をし、2年前の9月に、塩分を2g台に抑えたメニューを提供する「かるしお」を半年間限定で実施したところ、好評だったため、再度実施することになり、現在も提供しています。

また、1日に野菜350gを摂れるように、管理栄養士が考えたメニュー「バジ食べる350」を提供するイベントを実施するなど食を通じた健康づくりを進めています。

取り組みを始めてから、高血圧の社員が減少しており、メタボリックシンドロームの改善に向けてさらに期待が高まっています。



▶ ウォーキングで運動不足を解消(CKD株式会社)



社内の安全衛生委員会で「もっと体を動かそう」との意見が出たことをきっかけに、3年前から、昼休みにリフレッシュを目的とした「ウォーキングキャンペーン」を始めました。気候の良い春と秋に期間を設け、スタンプラリー形式で指定のコースを歩くという方法です。

最初は、構内だけのコースでしたが、現在は、構外に出て、内津川堤防沿いの遊歩道を10～15分かけて歩いています。これをきっかけに、運動器具を設置したりフレッシュルームで体を動かしたり、キャンペーンの期間外でも歩いたり、社員の中に体を動かす意識が定着してきているようです。

かかりつけ医を持ち、健診やがん検診を受診することは、自分の健康を守るだけでなく、家族を守ること、そして、明るく活力ある社会を築くことにつながります。

「けんしん」は 年に1度受けましょう

定期的に「健診」を受けていますか。人間ドックや特定健診、職場での健康診断は全て「健診」です。健診を受けることで、病気につながる危険因子がないか確認できるだけでなく、たとえ健康であっても自分の体の状態が把握できます。

また、市では、がん検診を実施し、対象年齢の人に毎年受診券を発送していますが、受診率は目標としている50%に達していません。がん検診を受けることで早期のがんを発見し、早期治療ができれば、それだけ完治の可能性が高くなります。

どちらの「けんしん」も年に1度は受診して、常に自分の健康状態を知っておきましょう。



かかりつけ医を持とう

乳幼児の保護者の93%が、子どものかかりつけ医を決めています。しかし、成人になると64.2%の人しか、かかりつけ医を決めていません。

かかりつけ医は、あなたの健康状態を把握し、病気の早期発見や適切な専門医の紹介などをしてくれる存在です。家族で同じかかりつけ医を持つと、さらに家族の健康状態も把握した適切な治療や指導にもつながります。まだ、かかりつけ医を決めていない人は検診などの機会に自分が信頼できる医師を見つけましょう。

また、診療所だけでなく「かかりつけ歯科医」や「かかりつけ薬局」も日頃から意識しておきましょう。



インタビュー

健康であり続けるために

市健康施策等推進協議会会長・中部大学応用生物学部教授 森山龍一



私は40代でがんを患ったのですが、早期に発見できたのは、かかりつけ医で診察を受けたことがきっかけでした。早期治療により、完治することができ、身をもってその重要性を実感しました。

また、戦後の食糧難を経験している今の高齢者は頑健ですが、生活スタイルが異なる40代、50代の皆さんは、現在のような長寿を保っていただけるかは分かりません。さらに、この世代は仕事も厳しく、ストレスをためている人が多くいます。健康の鍵は、毎日の食事、体重などを記録する習慣を付けて自分の体を知っておくことと、ストレス解消となる趣味を持つことです。体や心のバランスを崩して退職する人が増えると、業務の停滞や悪化につながることから、従業員の健康づくりにも気を配る企業も増えています。市や勤務先などの取り組みも活用して、自分に合った健康づくりを続けてほしいと思います。

市を思うあつい気持ちを寄せてください

問い合わせ 寄附に関すること：管財契約課(☎85-6335)
 税の手続きに関すること：市民税課(☎85-6093)

市は、9月1日から、市に愛着を持ち、市勢の発展に寄与したいと思う篤志による寄附をされた人への、お礼品贈呈または顕彰を行います。

● ふるさと納税促進事業

市政全般への寄附を募集します

ふるさと納税は、「生まれ育ったふるさとに貢献できる制度」「自分の意思で応援したい自治体を選ぶことができる制度」として創設された制度です。

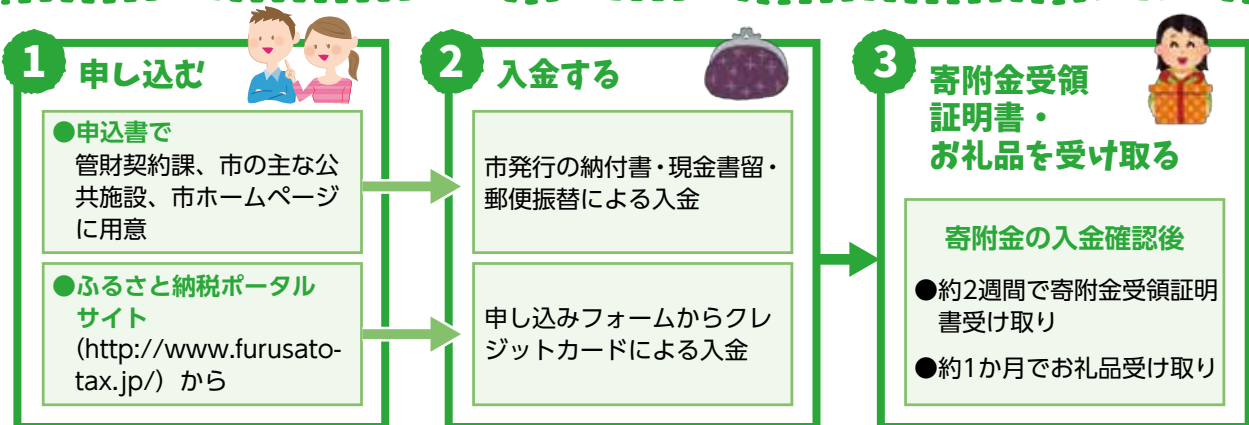
市内に住んでいる人をはじめ、春日井市を応援してくださる全国の皆さんの思いを、元気なまちづくりに役立てますので、協力をお願いします。寄附金額に応じて魅力ある品を多数用意しています。

特定の施設整備への寄附を募集します

現在建設中の新藤山台小学校整備に対しての寄附を募集します。新藤山台小学校は、児童、教職員、保護者など学校に直接関わる人だけではなく、この地域に暮らす人たちみんなの学校として、平成28年4月に新たにスタートする予定です。子どもたちの健やかな成長を願うとともに、新しい学校を応援したいというあつい気持ちを広く受け付けます。寄附金額によって、寄附した人の氏名を記した銘板を校内に掲示し、永く顕彰します。



● どうやって寄附するの？



※申告により税控除されます。

個人については、自己負担額の2000円を除いた金額(一定の上限あり)が控除の対象となります。

詳しくは市ホームページで確認してください。

10月12日(祝)
体育の日

かすがい！ スポーツフェスティバル

問い合わせ 総合体育館(☎84-7101)、サンフロッグ春日井(☎56-2277)
幅広い年齢層の人がいろいろなスポーツを楽しめる、体育の日にふさわしいスポーツ体感イベントを開催します。※①～⑧は、事前申し込みが必要



総合体育館

■スポーツチャレンジ

時 午前10時40分～午後3時

種目：バスケットボール(シュート、ジグザグドリブル)、バドミントン、ハンドボール



■ニンジャマックス

時 午前10時30分～午後3時

■スラックライン体験

時 午前10時～正午

①親子で上達！運動脳力と走り方！～3つのポイントで足が速くなる～

時 午前9時20分～10時20分

講 棒高跳びアジア大会銅メダリスト・鈴木秀司

対 年少～小学6年生と保護者

定 100組(抽選)



②幼児体操体験

時 年中：午前9時30分～10時15分

年少：午前10時30分～11時15分

年長：午前11時30分～午後0時15分

定 各30人(抽選)



③ノルディックウォーキング講習会

時 午前10時～11時30分

対 高校生以上の人 定 30人(抽選)

④アルティメット教室

時 午前10時～正午

講 U-23日本代表ウィメン部門監督・遠津絵理

対 小学生以上の人 定 30人(抽選)



落合公園体育館

⑤卓球教室

時 午前10時～正午

対 小学生(保護者も参加可)

定 30人(抽選)



⑥名古屋グランパス親子サッカー教室

時 午後1時15分～3時

対 年長～小学3年生と保護者

定 60組(抽選)



市民球場

⑦親子野球教室

時 午前10時～正午

講 春日井広報大使・鹿島忠ほか

対 小学生と保護者

定 30組(抽選)



申し込み

⑧は9月4日(金)午前9時から、電話でサンフロッグ春日井へ、①～⑦は9月15日(火)〈必着〉までに、往復はがき(1教室1枚)に教室名と申し込み番号①～⑦(幼児体操体験は区分も)、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号、①⑤⑥⑦は保護者名も書いて、〒486-0804鷹来町4196-3、総合体育館へ ※インターネット(<http://www.sporfure-kasugai.or.jp/gymnasium/>)でも申し込み可

サンフロッグ春日井

⑧カヌー体験

時 午後1時～3時(15分
間隔で8回実施)

対 小学4年生以上の人

定 各6人(先着順)



他に、体力測定、エアロやヨガ、アーチェリー、心肺蘇生法などの体験、施設の無料開放、健康チェックコーナーなどもあります。詳しくは総合体育館ホームページをご覧ください。



高蔵寺ニュータウンの未来について考えよう

(ニュータウン創生課 ☎ 85 - 6048)

旧藤山台東小学校施設の改修設計に係るワークショップ

- 時** ①9月26日(土)②10月31日(土)③11月22日(日)〈3回〉①②午前9時～正午③午前9時30分～正午
- 内** 旧藤山台東小学校の改修設計を行う上で、より使いやすい施設計画などを検討する
- 場** ①②藤山台小学校(旧藤山台東小学校)③東部市民センター

高蔵寺ニュータウン未来プラン策定に係るワークショップ

- 時** ①9月19日(土)②9月26日(土)〈2回〉①午前9時30分～午後3時②午後1時～4時
- 内** 高蔵寺ニュータウンの課題について、解決方法を検討する
- 場** 東部市民センター
- 定** 各24人(抽選)
- 申** いずれも9月10日(木)までに、電話で



グリーンピア春日井が全国都市緑化あいちフェアのサテライト会場に

(グリーンピア春日井 ☎ 92 - 8711)

愛知万博(愛・地球博)開催から10周年に当たる本年、「全国都市緑化あいちフェア」が開かれます。フェア期間中、グリーンピア春日井では、サテライト会場としてスタンプラリーを実施し、秋の里山フェアを開催します。

秋の里山フェア 期間：9月19日(土)～27日(日)午前10時～午後4時

◆植替え説明会

- 時** 19日(土)午後1時30分から
- 内** リニューアルした緑の休憩所のガイドツアーを実施

◆ものづくり体験

- 時** ①19日(土)～23日(祝)②22日(休)・23日(祝)・26日(土)・27日(日)③24日(木)・25日(金)④26日(土)⑤26日(土)・27日(日)
- 内** ①てづくりクラフト体験②秋の恵みでピザ作り③森の恵みでクラフト④リボンレイワークショップ⑤寄せ植え体験



◆グリーンピアコンサート

- 時** ①19日(土)午前11時30分から、午後1時30分から②20日(日)午前11時から、午後1時30分から③26日(土)午前11時～午後4時④27日(日)午前11時30分から、午後1時30分から
- 内** ①KCジャズオーケストラ オータムコンサート②琉球國祭り太鼓演舞③ハワイアンステージ④春日井広報大使・飯田みち代がうたう秋の歌



※その他のイベントなど詳細については市ホームページをご覧ください。

全国都市緑化あいちフェア 問い合わせ：同実行委員会(☎052-954-6635)

期間：9月12日(土)～11月8日(日)

場 モリコロパーク(長久手市)

- 内** 花卉(かき)産出額が昭和37年以来連続で全国一を誇る「花の王国あいち」を生かした展示、スタジオジブリとタイアップした特別企画「ジブリの大博覧会」など

◆春日井市のPRステージ◆

時 9月23日(祝)午前11時から

- 内** 春日井広報大使・田中大貴の春日井に関するイリュージョンショーや植物園ボランティアによる春日井の魅力発信

※ 9月22日(休)・23日(祝)午前10時～午後4時は「市町村デー」として、市のPRブースも出店

お知らせ

9月1日～10日は屋外広告物適正化旬間
都市政策課(☎85-6265)

屋外広告物は、条例により表示の仕方や場所などにルールが定められています。そこで、ルールを順守した屋外広告物の適正な表示を推進するため、全国で「屋外広告物適正化旬間」が実施されます。屋外に広告を出す際は、窓口にご相談し、規制の内容などを相談してください。

非常災害時井戸水提供の家
市民安全課(☎85-6072)

地震などの災害時に上水道が止まった場合、復旧までの一時的な生活用水を確保するため、「非常災害時井戸水提供の家」の指定を行っています。市内に井戸があり、協力できる人は9月30日(水)までに連絡してください。

休日法律相談を実施します
市民相談コーナー(☎85-6620)

民事などに関する法律問題について、弁護士が相談を受けます(予約制、25分以内)。

時 9月13日(日)午後1時～4時

9月10日～16日は自殺予防週間
健康増進課(☎85-6172)

見逃さないで、心のサイン

あなたの周りに、長引く不眠や食欲不振などを訴えている人はいませんか。あなた自身、悩みを抱えていませんか。一人で悩まず、相談してください。



メンタルヘルス相談(予約制)

時 毎月第3火・第4水曜日(祝休日のときは翌日以降の平日)午後2時～4時

場 総合保健医療センター



愛知県美術館サテライト展示「藤井達吉展」

(かすがい市民文化財団 ☎85-6868)

藤井達吉(1881～1964年)は碧南出身の美術工芸家で、工芸のみならず図案、絵画に至る幅広いジャンルの作品を制作しました。今回は、県美術館所蔵の藤井達吉コレクションの一部を展示します。

時 9月5日(土)～23日(祝)午前10時～午後5時(入場は4時30分まで。7日(月)・14日(月)は休館)

場 文化フォーラム春日井

●主な出品作品●

“書のまち春日井”にちなみ、絵画・工芸などの作品の中に書が書かれた作品を多く展示します。



「継色紙 柳」 紙本着色・漉込、昭和13年頃



「刺繍銀杏図壁掛」 綿布・麻布・皮・刺繍、大正2～12年

関連イベント

特別講演会「藤井達吉の芸術」

時 9月5日(土)午後3時から

場 文化フォーラム春日井

講 碧南市藤井達吉現代美術館館長・木本文平

定 40人(当日先着順)

9月10日は「下水道の日」です 企画経営課(☎85-6406)

「忘れない 暮らしの下に 下水道」を標語に掲げて、下水道の整備と普及促進を目指し、全国一斉に啓発活動が展開されます。

公共下水道のパネル展示

時 9月7日(月)～11日(金)午前8時30分～午後5時15分(最終日は午後4時まで)
場 市役所市民ホール

教育委員会定例会の公開 教育総務課(☎85-6436)

時 9月16日(水)午後1時30分から
場 市役所教育委員会室 **定** 10人(先着順)
申 当日午後1時から、教育総務課へ

節目年齢の人に敬老金を贈呈します 高齢福祉課(☎85-6176)

敬老金交付対象者に、地域の民生委員(数え100歳は健康福祉部職員)が9月11日(金)から17日(木)までの間に自宅を訪問して敬老金を渡します。

節目年齢(対象者)	贈呈金額
満80歳(昭和10年1月1日～12月31日に生まれた人)	5000円
米寿(数え88歳)〈昭和3年1月1日～12月31日に生まれた人〉	1万円
数え100歳(大正5年1月1日～12月31日に生まれた人)	1万円

9月27日(日)は臨時休館 エコメッセ春日井(☎88-5006)

施設保安点検のため休みます。

グラウンドゴルフ場などの利用中止 福祉の里レインボープラザ(☎88-7007)

グラウンドゴルフ場などの改修工事のため、次の施設の利用を中止します。

時 12月1日(火)～平成28年3月31日(木)
場 福祉の里レインボープラザグラウンドゴルフ場・ゲートボール場・第3駐車場

警察の相談ダイヤル #9110

～9月11日は「警察相談の日」～

警察本部と警察署の「住民コーナー」では、警察官や警察官OBの専門の相談員が、各種相談に応じています。



催し



市民健康づくり講座 健康増進課(☎85-6166)

眠れていますか?～健康は毎日の睡眠から～

時 10月4日(日)午後2時～4時

場 総合保健医療センター

内 睡眠の効果・影響を知り、体と心の健康づくりを考える。睡眠の質を改善する方法や睡眠障がいの治療法を紹介する

講 藤田保健衛生大学医学部精神神経科学講座准教授・北島剛司

対 市内在住か在勤、在学の人

定 150人(先着順)

申 9月4日(金)から、電話かEメールに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、市外在住の人は勤務先か通学先の住所も書いて、Eメール kenko@city.kasugai.lg.jpへ



吉田正記念オーケストラコンサート かすがい市民文化財団(☎85-6868)

時 11月28日(土)

場 市民会館

内 「有楽町で逢いましょう」「いつでも夢を」などの吉田メロディーがオーケストラでよみがえる(公募による市民合唱団の共演もあり)

曲 目: 「吉田正交響組曲7番より(東京午前三時、潮来笠ほか)」「フランク永井ヒット曲」など

入場料: 2500円(全席指定、未就学児入場不可)

先行予約: 9月9日(水)午前10時～11日(金)午後5時に、かすがい市民文化財団ホームページ (<http://www.kasugai-bunka.jp>)へ

入場券: 9月12日(土)から、文化フォーラム春日井、チケットぴあ、名鉄ホールチケットセンターで販売 ※電話・インターネット予約もあり



募集

市営駐車場の指定管理者
経済振興課(☎85-6636)

市が設置している市営駐車場の管理を行う法人などの団体(指定管理者)を募集します。

施設名称：勝川駅前地下駐車場、勝川駅南口立体駐車場

施設概要：○駐車台数…勝川駅前地下駐車場135台(自走式)、勝川駅南口立体駐車場73台(自走式)
○入出庫時間…いずれも午前6時～午後12時

指定期間：平成28年4月1日～33年3月31日

業務概要：駐車料金の徴収、設備などの運転監視・保守点検、清掃などに関する業務 ※管理業務の範囲や基準などについての詳細は、条例および規則に規定

募集要項：経済振興課、市ホームページに用意

申 9月30日(水)までに、経済振興課へ

スポーツ・ふれあい財団職員
スポーツ・ふれあい財団庶務課(☎85-4320)

採用：平成28年4月1日

職種：事務職(トレーニング指導員)

対 平成元年4月2日以降に生まれ、大学の体育系学科(保健体育教員養成課程含む)を卒業か平成28年3月までに卒業見込みの人または健康運動指導士の資格を有する人

人員：1人程度

給与：財団の規定により決定 ※各種手当あり

申 郵送の場合は9月18日(金)〈消印有効〉までに、直接の場合は9月24日(木)まで(土・日曜日、祝休日可)の午前8時30分～午後5時に、受験申込書〈グリーンパレス春日井内庶務課、ホームページ(<http://www.spofure-kasugai.or.jp/>)に用意〉に記入して、〒486-0817東野町字落合池1-2へ

緑の審議会の委員
公園緑地課(☎85-6283)

任期：委嘱の日から2年間

内 都市の緑化の推進と緑の保全に関する事項を審議する

対 市内在住か在勤、在学の20歳以上で、市の附属機関などの委員になっていない人

定 2人

申 9月4日(金)～18日(金)〈必着〉に、所定の用紙(公園緑地課、市役所情報コーナー、坂下出張所、東部市民センター、各ふれあいセンター、各公民館などに用意)に記入して、直接か郵送で、〒486-8686春日井市公園緑地課へ

市障がい者施策推進協議会の委員
障がい福祉課(☎85-6186)

任期：委嘱の日から3年

内 市障がい者総合福祉計画の策定や円滑な推進を図るため、年2～5回程度開催される協議会で意見を述べる

対 市内在住か在勤、在学の20歳以上で、市の附属機関などの委員になっていない人

定 3人

申 9月15日(火)〈必着〉までに、直接か郵送、ファクス、Eメールで、所定の用紙(障がい福祉課、市ホームページ、市役所情報コーナー、坂下出張所、東部市民センター、各ふれあいセンターなどに用意)に記入して、〒486-8686春日井市障がい福祉課(FAX84-5764、Eメールshogaifk@city.kasugai.lg.jp)へ ※書類と面接により審査・選考。選考結果は後日文書で通知

市民意見(パブリックコメント)
障がい福祉課(☎85-6186)

障がい者を支援する事業の見直しについて

市では、障がいのある人の社会参加の促進と生活支援に重点を置いた新しい事業の創設に当たり、皆さんの意見を募集します。

資料の配布・閲覧場所：障がい福祉課、市ホームページ、市役所情報コーナー、坂下出張所、東部市民センター、各ふれあいセンターなど

提出方法：9月1日(火)～10月1日(木)〈必着〉に、直接か郵送、ファクス、Eメールに意見、住所、氏名を書いて、〒486-8686春日井市障がい福祉課(FAX84-5764、Eメールshogaifk@city.kasugai.lg.jp)へ ※意見に対する個別の回答はしません。また、内容については、個人が特定されない形で原則として公表します。

その他



永住者の皆さんへ(特別永住者は除く)

永住者の「外国人登録証明書」は平成27年7月8日をもって全て有効期間が満了しています。まだ「在留カード」を持っていない永住者は、至急在留カードの交付の申請を行ってください。

なお、在留カードの交付を受けていないことをもって在留資格が失われることはありませんが、「みなし再入国許可」の適用がありませんので、注意してください。

詳しくはホームページ(<http://www.immi-moj.go.jp/keiziban/pdf/150331.pdf>)を見てください。
申請場所：名古屋入国管理局(名古屋市港区)〈空港支局や空港(港)出張所を除く〉

写真で見る かすがい

7/20(祝) 7年ぶりの4強
~28(火) (東京ドーム)

都市対抗野球大会に春日井市代表として王子硬式野球部が出場しました。選手一丸となって勝ち上がり、ベスト4と健闘しました。応援団として駆け付けた市民の皆さんも、選手たちの白熱したプレーに大歓声を送っていました。



7/25(土)

今年も春日井に
夏がやって来た!
(落合公園)

毎年恒例となっている夏のイベント、市民納涼まつりが開催され、夕映えの空の下、盆踊り大会やボーイ・ガールスカウトのトーチサービスなどさまざまな催しが行われました。

そして花火大会では、約3500発の花火が春日井の夏の夜空を鮮やかに彩りました。



ごみの出し方のルールとマナーを守りましょう!

ごみステーションを見ると、いつもきれいに全てのごみが収集されている場所がある一方、常に「収集できません」と書かれたシールが貼られたごみが残っている場所もあります。また前日に出される方や春日井市の指定袋でないごみもあります。この傾向はほぼ一定しているように思われます。

環境カレンダーには、資源・ごみの収集日が、字も大きく分別の種類ごとに色分けされて案内されています。そして分別の一覧も記載されています。例えば蛍光灯やガラス、陶器類は燃やせないごみであり、扇風機などの小型家電や傘、スプレー缶などは金属類です。広報号外「創旬」でもお願いしましたが、スプレー缶は中身を空にしてから穴を開けて出してくださいなど、きめ細かく書かれています。

ごみステーションの乱れは、環境面でも景観上も決して良いものではありません。また通行の妨げになることもあります。

間違っ出してしまうことが無いとは言いませんが、少し注意すれば確実にきれいな環境づくりができると思います。

ご近所でお互いに管理しているごみステーションです。管理する人にも、出す人にも、収集する人にも、優しいごみステーションにしたいものです。

創 春日井

2015 想



市長 伊藤 太

休日・平日夜間急病診療所

場所	総合保健医療センター(鷹来町1)	☎84-3060
----	------------------	----------

診療科目	診療時間		
	平日夜間	土曜日	日・祝休日
内科・小児科	21:00～23:30	18:00～21:00	9:00～12:00、 13:00～17:00、 18:00～21:00
外科	—	—	18:00～21:00
歯科	—	—	9:00～12:00

○受け付けは、いずれも終了30分前までで、保険証、受給者証、現金などが必要です。
○薬は原則1日分しか出ませんので、翌日以降にかかりつけ医か専門医を受診してください。
○夜間の子どもの急病時、受診を迷った場合は、県小児救急電話相談(毎日19:00～翌8:00、☎#8000(短縮番号)か052-962-9900)へ
○かかりつけ医や休日・平日夜間急病診療所などで受診できない場合や受診先が分からない場合は、県救急医療情報センター(☎81-1133)へ

日曜日・平日時間外の市役所業務

業務を行っている課	業務内容	月日	時間
市民課 ☎85-6136	戸籍届、住民異動届、印鑑登録、住民票などの証明書の発行	9/6、 13、27	8:30～12:00、 13:00～17:00
市民税課 ☎85-6093	所得、課税、非課税、扶養、事業所の各証明書の発行		
保険医療年金課 ☎85-6156	国民健康保険加入・喪失の届け出	9/27	9:00～12:00、 13:00～16:00
収納課 ☎85-6111	納付・納税相談		

毎週水曜日(祝休日、年末年始を除く)は、収納課19時まで、市民課19時30分まで上記の業務を行っています。取り扱い業務など詳しくは問い合わせてください。

市税等の納期限

- ・国民健康保険税4期
- ・介護保険料3期
- ・後期高齢者医療保険料2期

納期限▶9月30日(水)

最寄りの金融機関やコンビニエンスストア、インターネットの「Yahoo! 公金支払い」で納付してください。

火災情報 ☎0180-995-999

まちの動き

人口	31万1230人	(+829)
世帯数	13万1491世帯	(+1505)
平成27年8月1日現在()内は前年同日比		
救急件数	1165件	(7743件)
火災発生件数	4件	(58件)
交通事故死亡者数	0人	(7人)
平成27年7月()内は1月からの累計		

水道修繕

公道

平日 8:30～17:15

水道工務課 ☎85-6420

土・日曜日、祝休日、夜間

市役所守衛室 ☎81-5111

宅地内(有料)

管工事業協同組合(☎83-8288)
か市指定給水装置工事事業者
※アパート、マンションなどは、事前に管理者へ

市内最大の古墳は味美二子山古墳で、かつての所在地名は味美花長町字二子でしたが、昭和四十四年に土地区画整理に伴う町名変更で、字名から二子町になりました。
この古墳は、全長94m、高さ8mの前方後円墳で、周囲は盾形の堀で囲まれています。円と台形がくっついた形をしており、小山が二つ並んでいるように見えることから「二子山」と言われてきました。かつての字名や現在の町名は、これに由来すると考えられます。
全国的にも、前方後円墳を「二子山」「二子塚」「双子塚」と呼ぶ例はたくさんありますが、もっと庶民的な「ひょうたん山」もあります。近くでは、名古屋守山区に守山瓢箪(ひょうたん)山古墳、中区に大須二子山古墳、江南市に曾本二子山古墳があります。

二子(ふたご)

春日井の地名物語

