

あ な た と の 絆



春日井

令和元年9月1日

2019年 No.1666

Kasugai Public Relations

BEING HEALTHY IS THE BEST!

特集

健康って、最高!





BEING HEALTHY IS THE BEST!

特集 健康って、最高！

毎日を楽しむ過ごすためには、健康であることが必要不可欠です。今回の特集では、日々の生活を健やかに送るために、簡単に取り組むことができる健康づくりのポイントや、市民の健康づくりに関わる人たちを紹介します。

問い合わせ 健康増進課 (☎85-6164)

9月は「健康増進普及月間」・9月の第1日曜日は「春日井市健康の日」です

9月は、厚生労働省が定めた「健康増進普及月間」です。「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～健康寿命の延伸～」を標語として、生活習慣の改善についての理解を深める取り組みを進め、「健康寿命」の延伸を図っています。

また、市では9月の第1日曜日を「健康の日」と定め、毎年この日に「健康救急フェスティバル」を開催し、健康づくりへの意識を高めてもらう機会としています。

皆さんもこの機会に、自分や家族の健康について考えてみましょう。

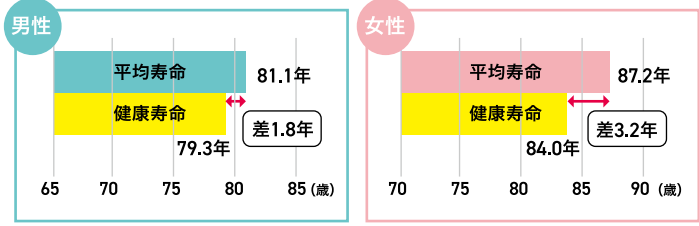


健康救急フェスティバルの様子

「健康寿命」を延ばそう！

「健康寿命」とは、「健康上の理由で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のこと。長生きだけではなく、生涯にわたって元気で健康に毎日を楽しむ過ごすためには、この「健康寿命」を長くすることが必要です。

市の平均寿命と健康寿命の差(平成27年)

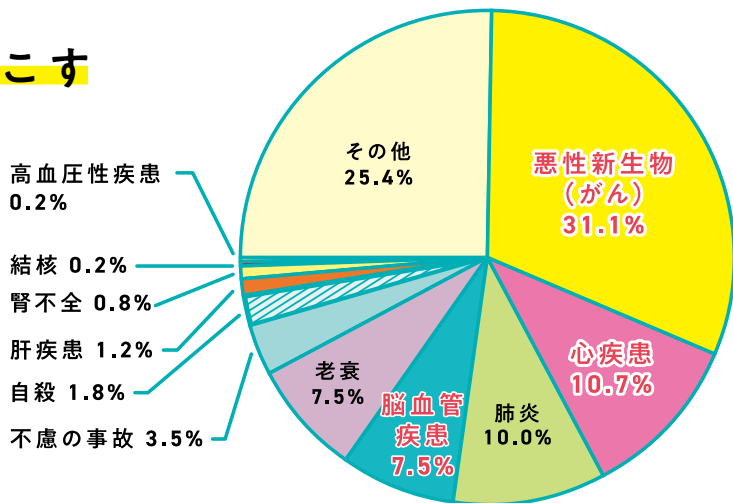


※ 市の健康寿命の算定方法は、介護保険の要介護度の要介護2～5を要介護な状態とした算定プログラムに基づき算出。

生活習慣の乱れが引き起こす 恐ろしい「生活習慣病」

生活習慣病は、運動不足や偏った食生活、ストレスの積み重ねなどが原因となって発症する悪性新生物(がん)や心疾患、脳血管疾患といったさまざまな病気を指します。生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、気付いた時には取り返しのつかない深刻な結果を招いてしまうことがあります。

当市でも死因の多くを生活習慣病が占めており、発症する前の予防がとても大切です。



主要死因構成比(平成28年 春日井市)

※ 数値は小数点第2位を四捨五入しているため、合計しても100%になりません。

キーワードは “運動と食事”!

生活習慣病を予防するには、運動習慣の定着や食生活の改善など、健康的な生活習慣を身に付ける必要があります。

こんな生活を送っていませんか?

- エスカレーター・エレベーターをよく利用する
- 休日は運動しないで家でゴロゴロ過ごしている

- 車での移動が多い
- 朝食を食べない
- 食事は外食ばかり

健康的に過ごすために…

運動習慣の定着



食生活の改善



健康で楽しい生活



市保健師
堺恵里奈



小さなことから始めて、それを続けていくことが大切です!

生活習慣病は、生活習慣を見直すことで発症を防いだり、進行を遅らせたりすることができます。とはいえ、長年続けた習慣を変えるのは本当に難しいですよ。家から10分以内の場所には歩いて行く、いつもの食事に野菜を1品取り入れるなど、「これくらいならできるかな、できそうかな」という小さなことから始めて、それをコツコツ積み重ねていくことが大切です。

EXERCISE

「運動」で健康

運動は消費エネルギーを増やし、心臓や肺の活動を高めて身体機能を活性化させ、高血糖、高血圧、脂質異常などを改善します。若いうちから適度な運動習慣を身に付けることで、高齢になっても骨や筋肉を丈夫に維持することができ、ロコモティブシンドロームの予防につながります。



運動のポイント

① 目標を立てる

自分なりの目標を立て、結果を記録すると、運動を続ける励みになります。目標達成の「ご褒美」を用意するのも良いかもしれません。頑張り過ぎず、自分のペースで続けられることを目標にしましょう。

- 体重を〇キロ減らす
- 毎日5000歩歩く
- 毎朝ラジオ体操をする
- 筋トレをする



② 日常生活に取り入れる

運動は続けることが大切です。そのためには、日常生活の中に楽しみながらできる運動を取り入れ、習慣にすることが効果的です。

- 空いた時間に散歩をする
- 徒歩や自転車で通勤する
- できるだけ階段を使う
- テレビを見ながら筋トレやストレッチをする



③ 仲間を見つける

自分の目標や取り組んでいることを家族や友人に話してみましょう。周りの共感や励ましが継続する力になります。一緒に活動する仲間を見つけると、さらに効果が高まります。



毎日の健康管理が手軽にでき、ポイントをためると特典サービスが受けられる「かすがい健康マイレージアプリ」の活用もおすすめです。



アプリのダウンロードはこちらから！



運動は楽しんで行うことが一番です！

ウォーキングなどのちょっとした運動でも、毎日続けながら少しずつ量を増やしていけば、十分効果があります。また、運動はストレスの解消や睡眠の質を高める効果もあります。「運動しなければ！」と一大決心をしなくても、日々の生活の中でできることを少しずつ試してみるだけでも、それが大きな一歩になります。楽しみながら運動を継続して、毎日を元気に、生き生きと過ごしましょう。

(公財)
市健康管理事業団
健康運動指導士
前津牧子



「運動」から健康づくりを支える人たち

地域の健康づくりのボランティア「健康マイスターボランティアの会」の皆さんに、活動などについて話を聞きました。



健康マイスターQ&A

Q

「健康マイスターボランティアの会」ってどんな団体？

「健康マイスター」とは、市の養成講座を修了し、自身や地域の健康のために楽しく活動するボランティアのこと。現在、71人が登録しています。その中で私たちは「ボランティアの会」を作り、今は32人で活動しています。

A



福重さん

どんな活動をしているの？

Q



野沢さん

地域の高齢者サロンなどで認知症予防を目的とした運動「コグニサイズ」を皆さんと一緒に取り組んだり、総合保健医療センターや保健センターで開催している「お気軽運動教室」で運営のサポートをしたりしています。

Q

健康マイスターの魅力・やりがいは？

自分の健康のためにと始めた健康マイスターでしたが、活動の中でたくさんの仲間ができました。こうしたつながりができることは、健康と同じくかけがえない魅力です。また、お気軽運動教室の参加者が、通い続けるうちに元気に体を動かせるようになった姿を見た時はとてもうれしく、やりがいを感じました。

A



伊藤さん

これからの目標は？

Q



柴田さん

なかなか市の施設まで来られない人もいます。今後も高齢者サロンに出向くなど地域での活動を通して、自分も周りの皆さんも元気でいられるようにしたいですし、もっと多くの人に運動の楽しさを広めていきたいです。



高齢者サロンでの運動の様子。みんなで頭と体を同時に使って歩く「コグニラダー」などを体験。サロンは笑顔があふれていました。

「歩こうマップ」ウォーキング

～マップを持ってみんなで歩こう！～
健康マイスターの皆さんと一緒に、秋の自然の中を歩きませんか。

とき	コース	集合場所/所要時間
10/16(水)	少年自然の家⇨岩船神社 春日井三山を一望できるコース	グリーンピア春日井ログハウス前 約2時間(4.6km)
10/24(木)	落合公園⇨朝宮公園 紅葉のふれあい緑道を歩くコース	落合公園 フォリー・水の塔 約3時間(7.6km)
11/7(木)	グリーンピア春日井⇨弥勒山 春日井三山の弥勒山を登るコース	グリーンピア春日井ログハウス前 約3時間

集合時間 午前9時30分 ※雨天中止 申し込み 当日、会場で
※天候に関わらず、雨具を持参してください。

MEAL

「食事」で健康

生活習慣病の予防には、バランスの取れた食生活を送ることが大切です。健康的な生活を楽しむために、毎日の食生活を振り返ってみましょう。



食事のポイント

① 1日3食、バランスの良い食事を取る

多種類の栄養素が取れるように、基本は毎食 **主食 + 主菜 + 副菜** です。

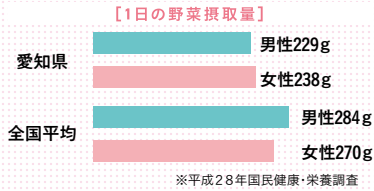


主食	主菜	副菜
ご飯、パン、 麺類などの エネルギー源	魚、肉、卵、 大豆製品など のたんぱく質	野菜、海藻、 キノコなどの ビタミン源

② 野菜を多く取る

野菜にはビタミンやミネラル、食物繊維が豊富に含まれています。毎日しっかり野菜を取ることが、がんや循環器疾患、糖尿病の予防のために大切です。

愛知県は野菜の摂取量が少なく、特に男性は全国最下位



目標量は1日350g

生なら両手で3杯 ゆでたら片手で3杯



③ 塩分は控えめにする

塩分を取り過ぎると、血圧が上がって循環器疾患や胃がんを発症するリスクが高まります。目標量は男性8g未満/日・女性7g未満/日。栄養成分表示も気にして見てみましょう。

① むやみに調味料を使わない

② 麺類の汁は残す

③ 香辛料、香味野菜や果物の酸味を利用する

④ 漬物は控える

減塩のこつ



味付けを確かめて使う



全部残せば2~3g減塩できる



コショウ・七味・ショウガ・かんぎつ類の酸味を組み合わせる



浅漬けにして、できれば少量に

野菜は少しの工夫で手軽にたくさん食べられます

野菜が体に良いと分かっていても、すぐにたくさん取ることは大変ですね。野菜は炒めたり、ゆでたりして熱を加えると、かさが減り食べやすくなります。県内の栄養士などが提案した、簡単に作れる野菜レシピがホームページに掲載されているので、ぜひ作ってみてください。外食や弁当を買って食べる際には、定食メニューを選ぶか、野菜のメニューを1品追加すると良いでしょう。料理をする時間がないときでも、できる方法で少しでも野菜を取ることが大切です。

簡単野菜
レシピはこちら！



市管理栄養士
深谷紗希



「食」から健康づくりを支える人たち

食を通じた健康づくりのボランティアであるヘルスマイト(食生活改善推進員)の皆さんに話を聞きました。



特集
健康って、最高!

幅広い世代の皆さんに、食の大切さを伝えたい

「私達の健康は、私達の手で」をスローガンに、料理教室やイベントへの参加などを通して、子どもから高齢者まで幅広い世代の皆さんに食の大切さを伝えています。皆さんに正しい食の知識を身に付けてもらうため、定期的に講師を招く講習会や、グループでの勉強会を開いてスキルアップに努めています。また、料理教室を行う際にはアイデアを持

ち寄って、身近な食材で栄養バランスの取れたメニューや、テーマに沿ったミニ講座を一生懸命考えます。ですから、たくさんの方が教室に参加してくれたり、参加者から感謝の言葉を掛けてもらえたりするととても励みになります。

食は大切な「生きる力」。これからも活動を通して、皆さんの健康づくりの手伝いができたらと思います。



親子の料理教室でたくさんの笑顔が見られました!

7月に開催された「ファミリークッキング『お父さんと作ろう セタピザ』」では、参加したパパと子どもが協力してセタピザや簡単野菜スープ、バナナラッシー作りに挑戦。ヘルスマイトの指導の下、ピザ生地をこねたり、野菜を切ったり、楽しみながら親子で食の大切さを学びました。

親子で一緒に料理を作る機会がなかなかないので楽しかったですし、ヘルスマイトさんの指導は丁寧で分かりやすかったです。家でも一緒に料理をしたいと思います。

北中心結ちゃん(7歳)・宏尚さん



ヘルスマイトが開催する料理教室の情報は、広報や「春ポケ」、市ホームページなどをご覧ください。

ヘルスマイト養成講座

あなたもヘルスマイトになって、食の大切さを広めませんか。

①	10/23(水)	開講式 市の健康の現状と目指すところ
②	11/6(水)	家庭でできる食中毒予防について ヘルスマイト活動の実際(会長講話)
③	11/20(水)	バランスのよい食事について
④	12/4(水)	年代別食生活のポイント 調理実習(骨粗しょう症予防の料理)

⑤	12/18(水)	生活習慣病とその予防について 運動実習(ウォーキング・ストレッチなど)
⑥	1/8(水)	生活習慣病予防のための食生活 調理実習(高血圧予防の料理)
⑦	1/22(水)	献立の立て方について 調理実習(肥満予防の料理)
⑧	2/5(水)	閉講式(修了証書授与) 今後の活動について

時 午前9時30分～正午(④⑥⑦は午後1時30分まで) 場 レディヤンかすがい(①⑧は市役所) 定 20人(抽選) 費 食材料費1500円
申 10月4日(金)までに、電話で ※市ホームページや「春ポケ」からも申し込み可

時 時間 場 場所 定 定員 費 費用 申 申し込み

大切な、夏の思い出。



市民納涼まつり

春日井の夏の風物詩として親しまれている市民納涼まつり。43回目を迎えた今年は、台風の影響で順延となりましたが、無事7月28日(日)に開催され、約15万人が来場しました。

盆踊り会場では、「春日井よいとこ」などの定番曲から「ダンシング・ヒーロー」など流行の曲までさまざまな曲に合わせて小さな子どもや中高生、大人も一緒になって踊り、大盛り上がりとなりました。また、前日とは打って変わり蒸し暑い1日となった当日は、暑さを和らげる氷の彫刻や風鈴コーナーなどで涼をとる多くの来場者の姿も。

そして、約4000発の花火が打ち上がる納涼まつりのメイン、花火大会。色鮮やかなスターメインや音楽に合わせて打ち上がるミュージック花火などが次々と夜空を彩り、会場は拍手と歓声に包まれました。



体育の日

10月14日(祝)

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)

幼児から高齢者まで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デーとして開催します。 ※①～⑦は、事前申し込みが必要

総合体育館

①親子かけっこ教室

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～小学生とその保護者

定 130組(抽選)



②幼児体操体験

時 ①年中：午前9時30分～10時15分

②年少：午前10時30分～11時15分

③年長：午前11時30分～午後0時15分

定 各35人(抽選)

③ウォーキング教室

時 午前10時30分～11時15分

内 ポールを使ったウォーキング

対 50歳以上の人 定 10人(抽選)

④ニンジャマックス

時 ①午前9時30分～正午

②午後0時30分～3時

※整理券配布①開会式

終了後②午前11時から

対 5歳～中学生(未就学児は保護者同伴)



落合公園体育館

④小学生卓球教室

時 午前9時30分～11時30分

講 愛知工業大学卓球部男子監督・森本耕平

対 小学生 定 30人(抽選)

⑤名古屋グランパス親子サッカー教室

時 ①午後1時～2時②午後2時30分～3時30分

講 名古屋グランパススクールコーチ

対 年長～小学3年生とその保護者

定 各30組(抽選)



市民球場

⑥親子野球教室

時 午前10時～正午

講 春日井広報大使・鹿島忠、井上一樹

対 小学生とその保護者 定 30組(抽選)

朝宮公園

⑦テニス教室

時 午前10時～正午

講 市硬式庭球連盟

対 小学生以上の人

定 60人(抽選)

サンフロッグ春日井

飛び込みできます！

時 午前10時～午後5時

対 100m以上泳力のある小学生以上の人(小学生は保護者同伴)

健康チェックコーナー

時 午前10時～午後3時

講 中部大学教授・宮下浩二

内 股関節のインナーマッスル測定その他、血管年齢測定、下肢バランス筋力測定など



事前申し込み(①～⑦)について

いずれも9月14日(土)〈必着〉までに、往復はがき(1人1枚)に申し込み番号①～⑦(②は①～③、⑤は①②の別も)と教室名、住所、氏名(ふりがな)、学年(小学生のみ)、電話番号、④は経験の有無、①⑤⑥は保護者(1人につき子ども1人)名も書いて、〒486-0804鷹来町4196-3、総合体育館へ ※市スポーツ・ふれあい財団ホームページからも申し込み可

他にも体力測定やスラックライン・エアロ・ヨガ・アーチェリー・心肺蘇生法などの体験、施設の無料開放などもあります。詳しくは、市スポーツ・ふれあい財団ホームページをご覧ください。



ふれあい農業公園の愛称が決定

(農政課 ☎ 85 - 6238)

いよいよ11月から開園するふれあい農業公園。その愛称が決定し、9月1日から一部の利用申し込みを開始します。



815点の応募から決定 /

「あい農パーク春日井」



◎9月1日(日)午前9時からの利用申し込み

収穫体験農園	農園で育った野菜の収穫ができます。(有料) 収穫可能な野菜 ：サツマイモ、ブロッコリーなど ※収穫物の生育状況により、随時、ホームページで募集
バーベキュースペース	時 午前9時～午後4時 場 9区画 (1区画8人まで利用可) 費 1人50円/時間 ※有料のレンタル用品や食材は別途、申し込み
多目的室	時 【4月～9月】午前8時30分～午後7時 【10月～3月】午前8時30分～午後6時 席数 ：54席 費 600円/30分

◎その他の利用申し込み

貸し農園…12月1日(日)から
農業体験農園(栽培指導を受けながら野菜を栽培する)…令和2年2月1日(土)から

申し込みなど詳しくは、「あい農パーク春日井」で検索してください。9月1日(日)からの問い合わせは、T・I・Tふれあい農園共同体(☎37-1831)へ



秋の里山フェア

(グリーンピア春日井 ☎ 92 - 8711)

緑と花の休憩所が秋の装いにリニューアルしました。皆さんに見てもらうため「秋の里山フェア」を開催します。

時 9月14日(土)～16日(祝)午前10時～午後4時

◆グリーンピアコンサート

時 ①14日(土)午前11時30分から、午後1時30分から②15日(日)午前11時45分から、午後2時30分から③16日(祝)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②Jazz Train Sax Quartet③名城大学アカペラサークル「はもりね」

◆写生コンクール表彰式

時 15日(日)午後1時30分から

内 4月29日～6月30日に募集した野外教育センター内で写生された作品のうち、低・高学年の各部の入選作品の表彰を行う



◆植替えガイドツアー

時 14日(土)・16日(祝)午後0時30分から

内 今回の植え替えのデザインコンセプトや使用した植物の名前、自宅での植え方、光量、水やりなどの育て方を説明する ※参加者に草花苗の配布あり

定 30人(先着順)

申 当日、会場で



◆体験コーナー

内 森の恵みで工作体験

※この他にも、マルシェブースやぼかし作り講座、フードコート、縁日ゲームなどもあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

お知らせ



節目年齢の人に敬老金を贈呈 地域福祉課(☎85-6176)

敬老金贈呈対象者に、地域の民生委員(数え100歳は健康福祉部職員)が9月3日(火)～17日(火)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14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7年1月1日～12月31日に生まれた人〉	1万円
数え100歳(大正9年1月1日～12月31日に生まれた人)	1万円

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

あなたやあなたの周りの人は、長引く不眠や依存症(アルコール・薬物・ギャンブルなど)、ストレスによる健康障がいなどの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。

精神科医師・臨床心理士による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

保健師・栄養士などによる総合健康相談(予約制)

時 ①毎月第2・4月曜日(祝休日を除く)午前9時～午後5時②毎月第1・3水曜日(祝休日を除く)午前9時30分～正午

場 ①総合保健医療センター②保健センター

こころの体温計 ストレスや落ち込み度チェック

パソコン、携帯電話などから、簡単な質問に答えることで、心の状態をチェックすることができます。市ホームページやスマートフォン向けアプリからも利用できます。 ※通信料は自己負担

市の保有地を売却します 用地対策室(☎85-6047)

物件番号	所在地番	地目	地積(m ²)	最低売却価格(円)
31-J	玉野町字北山 1604-10	雑種地	993	1192万
31-K	玉野町字宮ノ 越1491-11	宅地	267.20	749万

時 11月19日(火) **場** 市役所入札室

申 10月15日(火)～23日(水)に、直接、用地対策室へ ※最低売却価格以上で、最も高い価格で入札した人に売却。詳しくは、案内書(用地対策室に用意)か市ホームページをご覧ください。なお、この入札において落札者がいなかった場合、令和2年3月10日(火)まで、先着順で随時受け付けます。



31-J



31-K

9月10日は下水道の日 上下水道経営課(☎85-6347)

「下水道 見えないしごとに 金メダル」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4日(水)～10日(火)〈閉庁日は除く。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18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



10月1日(火)からかすがいシティバスのバス停を追加 (都市政策課 ☎85-6051)

新規バス停：○東環状線…「高蔵寺高校」のバス停を追加
○西環状線…「宮町」のバス停を追加

ダイヤや詳しい路線については、9月15日号広報と併せて配布するバスマップをご覧ください。



日曜日に子宮がん検診が受診できます 健康増進課(☎85-6166)

医療機関名	所在地	電話番号	実施日
明子ウェルネス・クリニック	八光町3	31-4358	10/6(午後)
かすがいマタニティクリニック	前並町	36-0301	9/1・8・15・22・29、10/6・13・20・27(いずれも午前)
産婦人科かたのクリニック	出川町5	51-1448	9/1(午後)
はるレディースクリニック	南下原町4	81-7100	9/8(午前)
まのウィメンズクリニック	松新町2	36-0303	9/1(午前)
森永産婦人科	八事町3	81-1303	9/8(午前)

対 20歳以上の女性

費 内診、頸部(けいぶ)細胞診1300円、医師の判断で体部細胞診を実施した場合は2300円
※一定の要件を満たしている人は無料。詳しくは、4月～5月に市が発送したがん検診受診券を見てください。

持 受診券か無料クーポン券(無料クーポン券対象者：平成10年4月2日～11年4月1日生まれの人)、健康保険被保険者証

申 医療機関に直接予約

9月22日はマイナンバーカードに関する手続きができません 市民課(☎85-6138)

システムメンテナンスのため、9月22日の日曜日役所はマイナンバーカードに関する手続きができません。

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に、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27日(金)までに連絡してください。

催し

アトリウム音楽祭一秋一 かすがい市民文化財団(☎85-6868)

時 9月7日(土)・8日(日)午前10時から

場 文化フォーラム春日井

内 合唱やオカリナ演奏など、市内外で活動するグループが日々の練習の成果を発表

昼コン「ま・ぼ・ろ・し」 かすがい市民文化財団(☎85-6868)

時 9月21日(土)午後2時～3時

場 文化フォーラム春日井

出演：NewTones (松本一策、中川香(バイオリン)、伊藤玉木(ベース)、ささはらなおみ(ピアノ))

曲目：ヴォーン・ウィリアムズ「グリーンズリープス幻想曲」、フォーレ「夢のあとに」、ホルスト「ジュピター」など

日本舞踊鑑賞会 かすがい市民文化財団(☎85-6868)

時 11月4日(休)午後1時から

場 市民会館

内 市日本舞踊協会会員と特別ゲストによる日本舞踊公演

出演：市日本舞踊協会、特別ゲスト 日本舞踊家集団「弧の会」より市山松扇、猿若清三郎、藤間仁鳳、若柳吉優、若柳里次朗、邦楽囃子集団・若獅子会

入場料：一般3000円、学生(小中高生)500円
※ 全席自由、当日券同額、未就学児入場不可、一般のみ10枚以上同時購入の場合1割引

入場券：9月7日(土)から、文化フォーラム春日井、東部市民センター、チケットぴあで販売

募集



市民意見(パブリックコメント) 総務課(☎85-6129)

特定個人情報保護評価書(全項目評価書)案

マイナンバーを利用する事務ごとにプライバシーへの影響を評価する特定個人情報保護評価書について、評価の再実施を行うに当たり、皆さんの意見を募集します。

名称：住民基本台帳に関する事務、市民税(個人)事務

資料の配布・閲覧場所：市民課、市民税課、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、市ホームページ

提出方法：9月4日(水)～10月4日(金)〈必着〉に、直接か郵送、ファクス、Eメールに住所、氏名意見を書いて、〒486-8686春日井市総務課(FAX83-9988、Eメールsomu@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。

「市長を囲んでわくわくトーク」が開催されました

毎年、市内の各小学校の代表児童が、テーマに沿って市政などについて市長と対話をする「市長を囲んでわくわくトーク」。今年は、8月2日(金)にグリーンパレス春日井で開催され、37人の代表児童が参加しました。

今回のテーマは「魅力発信」

今回のわくわくトークは、現在市が力を入れているシティプロモーションの視点を踏まえ、子どもたちが感じる身近な地域の魅力(自慢できるところ、好きなどころ)を写真を交えながら発表。市長も各地域の魅力を子どもたちに語るなど、活発な意見交換が行われました。



意見交換後、市長は参加した子どもたちへ期待を込めて「春日井キッズ広報大使」に任命しました。任期は小学校卒業までとし、活動内容は春日井の魅力を探し、発信していくこと。

任命を受けた子どもたちは「春日井の好きなところをもっと伝えていきたい」と活動に意欲を見せていました。

市長の感想



皆さんの発表でそれぞれの地域の魅力を再確認することができました。地域のために活動している人への感謝を忘れず、これからも地域を大切に、地域のことを考えてもらえるとうれしく思います。

今回のわくわくトークの様子は、「YouTube(市政だより)」から見ることができます。



児童から発表された地域の魅力(一部)



伊勢湾台風の記事

60年前の昭和34年9月26日、伊勢湾台風が来襲し、全国的に、特に愛知県南部地域に未曾有の被害をもたらしました。春日井市でも人的被害が発生し、家屋の被害は全壊835戸、半壊1851戸という記録があります。

私は当時小学4年生でした。まだテレビも普及していない時代ですので、各地の状況を知る由もありませんが、その日のことは今でも鮮明に覚えております。

夕方から夜にかけ、徐々に雨・風ともに強くなってきました。雨戸が軋み、雨漏りにより天井から滝のように雨が降ってきました。わが家は8畳4間の昔ながらの農家の造りで、北側は土塀で囲われ、その一部が板塀でした。家族が力を合わせて、南側にあった家財道具や畳を北側の2間に移し、必死に雨戸を押さえ床の板を剥がして雨水を床下に流し続けました。

屋根瓦が飛び、雨漏り以外の大きな被害はありませんでしたが、台風の怖さとともに、明治生まれの祖父の「雨戸が破られたら、風は板塀を壊して突き抜ける。みんなは腹ばいになれ」というその時の言葉が今も忘れられません。

大きな自然災害が毎年のように発生する今日、気象予報の精度が向上し、河川や堤防などの備えも徐々に行われ、建築技術も発達していますが、住んでいる地域のハザードマップを確認し、家族で「自分の身は自分で守る」という基本的な防災の話をしたいと改めて思っております。



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、いずれも診療開始30分前から終了30分前まで

- 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

火災情報 ☎0180-995-999

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	日曜日市役所		水曜時間外	
		月日	時間	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	9/1、8、 22、29	8:30～12:00、 13:00～17:00	9/4、11、 18、25	～19:30
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	9/29	9:00～12:00、 13:00～16:00	9/4、11、 18、25	～19:00
収納課 ☎85-6111	市税等の納付、納税に関する相談、証明書の発行			—	—

市税等の納期限

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

納期限▶9月30日(月)

納付書裏面に記載の納付場所や納付方法で納付してください。
なお、納付書紛失の際は収納課(☎85-6111)まで連絡してください。

まちの動き

人口	31万1674人	(-314)
世帯数	13万7195世帯	(+1411)
令和元年8月1日現在()内は前年同月比		
救急件数	1223件	(8455件)
火災発生件数	6件	(40件)
交通事故死亡者数	1人	(3人)
令和元年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業者
※アパート、マンションなどは、事前に管理者へ

美濃町は昭和四十五年にできた町で、江戸時代の地名は「味鏡原新田」でした。
江戸時代始めに「入鹿用水」や「新木津用水」が完成し耕地が増える、他の地域からの移住者も増え、美濃国(現岐阜県)の可児や各務原から移住した人たちは、この地を「美濃」と呼びました。
明治時代始めに「新木津用水」の大改修が行われ、木曾川の豊富な水を利用して多くの水田ができ、それまでの地名「味鏡原新田」の「味」と、美しい田という意味の「美」ととって「味美村」に地名が改称されました。
昭和二十三年の町名改称により「味美美濃町」となり、その後、区画整理が進み人口も増え、昭和四十五年に県道六十二号(春日井稲沢線)を境にして「美濃町」と「味美町」に分かれ現在に至っています。

美濃町(みのまち)

春日井郷土史研究会 須藤

春日井の地名物語

