

こぐた

夢のある
心のかよう
活力あるまち

2003
No.744

6

見て見て 上手に歯磨きできました！



大草保育園：ピカピカ歯科教室
6月4日～10日は「歯の衛生週間」です

CONTENTS

共に学ぶ	8	情報あらかると	16
みんなの広場	10	Monthly News	20
まちかどフォトニュース	12	まちの便利帖	24
健康あらかると	14		

特集

自分で守る 自分の健康



健康診断結果の活用

自分で守る 自分の健康!



健康な笑顔が 楽しい家庭を作り出す

一年に一度は
健康診断を!

「自分だけは大丈夫」と思っている、または思いたいのが自分の健康です。しかし、がんなどの生活習慣病は40代から増加し始めます。現在では死亡者の3分の2がこの生活習慣病だといわれています。生活習慣病はその名の通り、日ごろの生活が病気の原因に深く結びつくものです。このため、若い人も自分の健康を過信せず若いうちから健康診断や人間ドックなどを受け自分の健康状態を把握するように努めましょう。

健康診断は職場や学校、病院などで受けることができませんが、こうした機会がない場合は、町が実施する住民健診を活用しましょう。



(社)岡崎市医師会
診療部長 山岸美和子さん

岡崎市医師会では、健康診断や人間ドックなどを行っていますが、最近健康診断などで発見される病気の傾向としては、糖尿病が驚くほど増えています。この糖尿病の原因の一つに肥満がありますが、肥満は多くの病気の元になりますので肥満を重視して、減量に真剣に取り組むという姿勢が必要です。

健康診断や人間ドックでは検査も重要ですが、問診も、治療中かどうか、前回要精密検査の人が再検査をしたかを確認する重要なものです。また、検査結果では心電図に異常がなくても問診により「胸がきゅっとする」ことがわかり再検査をし、病気を発見したというような例もあり、医師としても問診を重視しています。

生活習慣病は40歳代から増え始めますが、40歳を過ぎたら1年に1回は健康診断や人間ドックを受けるようにしてください。そして、異常がある場合は放置しないで必ず再検査を受けましょう。

健康診断の 上手な受けかた

一般的な健康診断では、正確な結果を出すために、健診前日や当日に注意することがあります。

前日には、アルコールや夜9時以降の飲食を控えたり、薬の服用も良いか確かめておく必要があります。当日も、朝食を食べないような指示

があった場合は指示に従うことが必要となります。(町で実施する住民健診では前記にあるような指示はありません。ただし、人間ドックを受けられるかたは、事前のお知らせにしたがい受診してください)

また、問診は、検査結果について判断する上で大変重要な事項となりますので、気になつていれることをすべて伝える必要があります。



住民健診を受けよう!

町では、19歳以上で職場などで健康診断を受ける機会のないかたを対象に、住民健診を実施しています。受診票が届かないかたも受診可能ですので、お問い合わせください。ただし、町に住所のあるかたで、町実施の人間ドック受診者を除いたかたに限りません。

住民健診では胸部レントゲン撮影や、検尿、身体測定、血圧測定、血液検査、問診などが行われます。

また、平成15年4月1日現在で40歳・45歳・50歳・55歳・60

歳・65歳・70歳のかたを対象に、肝炎検査を実施しています。

健診日 5月号広報、今月号広報「暮らしのカレンダー」、町ホームページで確認してください。

地区の住民健診を受診できなかったかたは、または都合が悪いかたは6月14日(土)、21日(土)、24日(火)、28日(土)に保健センターにおいて午前9時～11時30分、午後1時30分～3時30分の間に受診することができます。24日(火)は午後のみとなります。

結果説明会を開催します

住民健診受診後、結果指導が必要と思われるかたを対象に、結果説明会を開催します。対象者には、結果報告書郵送時に結果説明会の案内文を同封しますので、ご参加ください。問合せ 保健環境課健康係 (内線183)





健康診断結果と生かしかた



一般的な健康診断の主な検査項目、基準値と関連する症状などは左の表のとおりです。

健康診断結果で「要再検」「要精検」と判定される場合がありますが、これは、疑わしいところがあるので、もう少し詳しく調べましょう」ということですので迷わずに再受診しましょう。

また、健康診断では発見できなかったり発見するのがむずかしい場合もありますので結果の過信は禁物です。自覚症状がある場合は「異常な

し」と結果が出てても積極的に医療機関で受診しましょう。

健診は、受けっぱなしでは意味がありません。検査結果に一喜一憂するのではなくその結果をじっくり分析してみましょう。あなたの健康の弱点がどこにあるのか、病気としては現れていなくても、太りすぎやコレステロール・中性脂肪の数値が高い、血圧が高いというような項目に当てはまるときは、生活習慣病の危険サインです。食事や運動など、日々の生活習慣を見直し、改善していく必要があります。

自分の適正体重を知っていますか？



自分の肥満度をチェックしてみましょう。ここでは身長と体重のバランスから求めるBMI（体格指数）と標準体重を調べてみましょう。

チェック1
自分の体格指数と標準体重は？

BMIと標準体重の求め方

あなたのBMI.....体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

BMIが25を超えた人 ▶ 肥満
減量に取り組む前に、医師に相談。健康状態をチェックして、きちんと指導を受けながら減量することをお勧めします。

BMIが18.5以上25.0未満の人 ▶ 普通体重
栄養バランスのよい食生活と適度な運動で、適正体重をキープしましょう。

BMIが18.5未満の人 ▶ やせ過ぎ
極度のやせは貧血や月経異常、骨粗鬆症などにつながります。栄養バランスを考えて食べ、運動もして、適正体重を目指しましょう。

あなたの標準体重(kg).....身長(m)×身長(m)×22

肥満とは、単に体重が重いということではありません。それは体の中に脂肪が過剰に蓄積された状態のことです。骨や、血液、筋肉など体全体の組織の中で、脂肪が占める割合（体脂肪率）の高い状態を「肥満」といいます。

なぜ、肥満は体に良くないのでしようか。それは、体の中の脂肪が過剰になると、血液中の脂質が増加し、高血圧や高脂血症、糖尿病、動脈硬化など、さまざまな生活習慣病を引き起こしやすくなるからです。また、これらの生活習慣病が合併して、心筋梗塞や脳卒中などを引き起こす危険度も高くなります。

自分の標準体重を知ることにより、健康に気をつけるようにしていきます。

× 特集 自分で守る、自分の健康

チェック2

健康診断項目を
見てみよう！

一般的な健康診断の主な項目と基準値です。

住民健診や人間ドックの検査項目、基準値とは若干異なります。また、会社などの健康診断などでは各健診の結果報告書の基準値を参考にして下さい。

	検査項目	基準値 (要監視域)	単位	解説	ワンポイント
脂質	総コレステロール	140~256 (220未満)	mg/dl	血液中に脂質が多くなりすぎる(高脂血症)と血管の動脈硬化を引き起こして心筋梗塞や脳卒中の原因の一つになります。	高脂血症の治療の基本は 適度な運動と正しい食事療法 です。アルコールや糖質を取りすぎると中性脂肪が増えます。また、夜食の取りすぎにも注意しましょう。
	中性脂肪	44~193 (150未満)	mg/dl		
	HDL-コレステロール	男 34.0~79.0 (40以上) 女 41.0~92.0 (40以上)	mg/dl		
血糖	空腹時血糖	71~108	mg/dl	糖尿病かどうか判断する指標です。また、血糖値の異常は肝臓や膵臓の病気でも見られることもあります。	糖尿病予防チェック 当てはまる数が多いほど糖尿病になる危険があります。注意しましょう。 ①血縁に糖尿病の人がいる。②運動不足で太っている。③食事の摂りすぎや不規則な食事で太っている。④ストレスの多い生活である。
	HbA1c (HbA1c)	4.3~5.8	%		
肝臓・すい臓	AST (GOT)	12~32	IU/l	主に肝臓の働きや病気を調べます。肝機能に障害が生じると値が高くなります。自覚症状がでにくい病気を早期発見するには検査値が何よりの手がかりとなります。	お酒は適量を守って飲みましょう！ 普通の健康な人の 一日の適量 は、ビールなら中びん1本、日本酒なら1合、焼酎なら70ml (ぐいのみ1杯)、ウイスキーなら60ml (ダブル1杯)、ワインならグラス2杯です。 週に2日は休肝日 をもうけ飲みすぎに注意しましょう。
	ALT (GPT)	7~33	IU/l		
	γ-GTP	男 11~70 女 8~35	IU/l		
	アミラーゼ	60~160	単位		
痛風	尿酸	男 3.6~8.3 (7未満) 女 2.9~6.4 (7未満)	mg/dl	血液中の尿酸が高い状態(高尿酸血症)が続くと痛風発作や痛風腎を引き起こします。	肥満やアルコールのとりすぎに注意しましょう。
腎機能	尿素窒素	8.0~21.0	mg/dl	腎臓病は慢性に進行するものが多く、かなり進行しないと自覚症状が出ません。腎機能が悪化し慢性腎不全になると、人工透析が必要になる場合もあります。	夜更かし、疲労は腎臓に負担がかかりますので、 睡眠をしっかり とって規則正しい生活をしましょう。腎臓に悪影響がある高血圧や糖尿病のある人は定期的な健診をしましょう。
	クレアチニン	男 0.59~1.00 女 0.44~0.81	mg/dl		
血算	赤血球	男 415~563 女 373~503	$\times 10^4 / \mu l$	血液中のヘモグロビンが一定量より少なくなっている状態を貧血といいます。ヘモグロビンは鉄を原料として作られる物質で、女性の貧血の多くはこの鉄分不足でおこります(鉄欠乏性貧血)。	鉄分を多く含む食品は？ レバー類、貝類、マグロなどの赤身魚、ひじきなどの海藻類、納豆など大豆製品、ほうれん草などの緑黄色野菜、干しプルーンなどの乾燥果物などに多く含まれています。肉、魚、卵などの良質なたんぱく質と一緒に取るとより効果的です。
	白血球	33~96	$\times 10^2 / \mu l$		
	血色素量 (HbA1c)	男 13.3~17.4 女 10.7~15.1	g/dl		
	Htクリット値	男 40.0~51.1 女 32.8~45.1	%		
	血小板	15.7~38.4	$\times 10^4 / \mu l$		
血圧	収縮期血圧 (最大血圧)	130未満	mmHg	高血圧は血管の老化を早め、心臓病、脳卒中などの病気を招きます。	運動と減塩 で生活改善を！ 食塩の取りすぎは、高血圧の大きな要因となります。食塩は一日10g未満を目標にしましょう。また、軽い高血圧なら運動も効果的です。
	拡張期血圧 (最小血圧)	85未満	mmHg		

() 内は要監視域です。この範囲内に入るように努力しましょう



歩け歩け運動

食事・運動・休養が健康づくりの三本柱

生活習慣病などの病気を予防し、人生80年を健康で豊かに生きるためには、体力・健康を維持していくことが必要になります。

そのためには、「栄養のバランスが取れた食事をする」「適度な運動をする」「心身を休養させる」という三つの観点から生活を改善していくことが重要です。

毎日体を動かそう！

運動には、健康・体力づくりだけでなく、生活習慣病予防にも大きな効果があるといわれています。

特に、酸素をたっぷり取り込んで体の動きを活性化する有酸素運動を、20分以上かけて行うのが効果的です。いちばん簡単でだれにでもできるのは、歩くことです。外を歩けば気晴らしにもなり、精神的ストレスを解消するのにも役立ちます。特別な時間を作らなくても、生活の中で無理なく続けられます。

チェック4 食生活チェック

チェック4

間食や夜食が多い
毎日お酒を飲む

食生活を改善しよう

食事は、生活習慣病を予防して健康を支える基本です。必要な栄養素をバランスよくとりましょう。

まとめ食い、どか食いをするおかずが揚げ物や肉食に偏る加工食品の利用や外食が多いあまり野菜を食べない
いも類、海藻、きのこ類をあまり食べない
お菓子やジュースなどの甘いものを毎日とる

皆さんはいくつ当てはまったでしょう。数が多いほど「食生活が危ない」ことになります。

チェック3

正しいウォーキング

正しい姿勢でウォーキングをしているかチェックしよう！

ウォーキングの正しい姿勢



*ウォーキング前後にはストレッチを



一日30品目の食品を目標に!

食品は たんぱく質 カルシウム

緑黄色野菜 淡色野菜や果物 穀物類 油脂の六つの食品群に分かれます。このグループの中から、少なくともそれぞれ2〜3種類以上食べて、1日30品目食べることを目指しましょう。

また、食事内容が高エネルギー、高脂肪に偏ると肥満につながります。主食（ご飯、パン、めん類）に、

チェック5

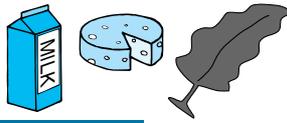
今すぐチェック
30品目

6つの基礎食品表

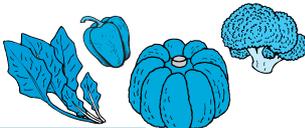
6つの基礎食品



第1群 良質たんぱく質
魚、肉、大豆、卵



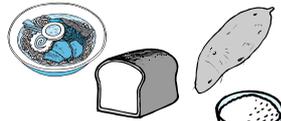
第2群 カルシウム
牛乳、乳製品、海藻骨ごと食べられる魚



第3群 カロチン
緑黄色野菜



第4群 ビタミンC
その他の野菜、果物



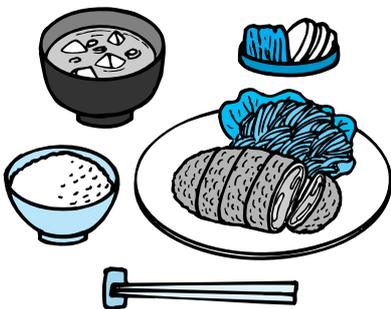
第5群 糖質
米、パン、めん、イモ



第6群 脂肪
油脂

食品の数え方 米など1日に何度も食べるものは、何度食べても一つと数えます。肉、魚などは、牛肉、豚肉、アジ、イワシのように、種類ごとに一つと数えます。塩、こしょう、醤油、酢、ソースなどの調味料は数えない。外食をしたときや、既製の調理食品などの場合は、素材として使われている食品の品目を分かるだけ数えましょう。素材として使われている食品の内容がわからないときは、全体で一つと数えましょう。

とんかつ定食を例に数えてみましょう



- 第1群(4つ)...豚肉、卵、豆腐、味噌
- 第2群(1つ)...ワカメ
- 第3群(0)
- 第4群(4つ)...レタス、キャベツ、ネギ、大根
- 第5群(3つ)...ごはん、パン粉、小麦粉
- 第6群(1つ)...油、マヨネーズ

以上のようにとんかつ定食は第1群から6群まで合計14品目となり、ほかの食事でも不足しがちな2、3群を食べるように心がけることが必要となります。

**生活の中に
オアシスを持つとう!**

主菜（魚、肉、卵、大豆製品など）、副菜（野菜、海藻など）を基本にいろいろな食品を組み合わせて取りましよう。これが、健康を維持する食生活の秘訣です。

心身の疲れを解消するためには、睡眠を十分に取ったり、スポーツや

芸術鑑賞、旅行など、普段と違った場所で気分転換をしたり、読書やアロマテラピー（注）などくつろぎの時間を作ることも効果的です。また、毎日の生活で欠かすことのできない

入浴も、工夫次第で心身の疲れの解消に大変役立ちます。疲労回復に最も効果的な入浴方法は、体温に近い36〜39度くらいのぬるめのお湯に30分くらいかけてゆっくり入ることです。そうすることで体を芯から温め、血行も良くなりま

す。このほか、ハーブ湯やぬるめのお湯にお酒を5合ほど入れる酒風呂、お風呂にひとつかみの塩を入れる塩湯なども効果があります。平均寿命が80歳を超える時代を迎え、長い人生を健康に過ごしたいものです。自分の健康を自分で管理するために、定期的に健康診断を受診し、自分の健康状態を把握し、自分にあつた健康方法を実践していきましょう。

（注）花や薬草に含まれる芳香物質を用いて健康づくりや治療をするもの

共に学ぶ



学校へ行こう

荻谷小

校長 山本春雄
 全校児童数 375人
 男子:167人 女子:208人
 問合せ ☎62-0117

みどりのチームで 遠望峰山に登ろう

荻谷小学校には、全校児童を学年をまたぐ縦割りの24グループに分けた「みどりのチーム」があります。一年ごとにメンバーが変わるこのチームは、サツマイモ作りや芝生の世話などに取り組みますが、まず最初に取り組むのが「春の遠足」です。

ここ数年、春の遠足では遠望峰山山頂（1・2年生は不動ヶ滝）を目指し、山頂までの各ポイントでクイズやゲームをしながら歩いていきます。今年も、5・6年生にアイデアを出してもらい、それをもとに計画を立てました。

五月晴れの中、いざ出発

遠足当日は、五月晴れの絶好の遠足びよりで、グループごとにまとま

って学校を出発しました。1年生の子の中には、初めての体験に少々緊張気味の様子もありましたが、グループの子たちと歩いたり、ポイントでゲームをやったりするうちに仲良くなれました。



貴嶺宮で、1・2年生と3年生以上に分かれ、3年生以上の子は頂上を目指し、ポイントのクイズに答えながら、急な坂道を登っていきました。さすがに汗びっしょりで、背中のリュックも重く感じられますが、6年生の子たちが声をかけ、グループで協力しながら全員山頂へ到着できました。さわやかな風を感じながら見下ろす幸田町の眺めは最高でした。

山頂で「クリーン大作戦」

山頂についた後、グループで最後に取り組むのが「クリーン大作戦」。大きなビニール袋にどれだけごみを集められるかを競うゲームです。登りきった疲れも何のその。グループで広場に散らばって、たくさんのごみを集めました。



きれいになった広場で、みなでお弁当タイム。今年の遠足も、みどりのチームのスタートとして良い学校行事となりました。



画伯登場 坂崎小学校



なやむぼく
【一版多色版画】



5年 太田寛士くん

先生から 体を傾けながら、どこかを見ているような目と、への字口で表情豊かです。考え事に夢中で思いは別の所にあるのかなという感じが出ています。



虫たちと花の上でお話会
【掘り進み版画】

先生から チョウや TENTU 虫に囲まれて大きな花の上で楽しそうにしているのは、きっと自分自身なのでしょう。大きな花が明るい様子里に良くあっています。



6年 高口ひかるさん

まちの先生

せんせい



深溝小
「ホタル」



石川 敏朗さん
(里区)

ホタルが成虫になるさまは 生きるエネルギーを感じるね

石川さんは、深溝小学校の子どもたちにホタルのことを教えたり、学校が開催した「ホタルを見る会」に参加して子どもたちと一緒にホタルを観察したり、質問に答えたりしています。石川さんがホタルとかかわるようになったきっかけは、昔仲が良かった新聞記者からホタルの幼虫をもらったことから始まりなす。ホタルがあまり見られなくなった拾石川に、地元のかたがホタルの幼虫を放流している話を聞き、石川さんもホタルの幼虫を研究しながら育て、拾石川に放流す

るようになりまして。

「実際にホタルになるのは300匹の幼虫を放流して30匹ぐらい、約1割でした。何年か続けたある年、ホタルが大発生して、そのホタルが光り、飛び交う姿は、乱舞と表現したらしいのでしようか、そのすばらしさは今だに忘れられません。その風景がもう一度見たくて、より一層力が入るようになりました。最近では下水が普及し拾石川の水もきれいになってきて、放流しなくても自然とホタルが発生するようになりました」

こうしてホタルがまた見られるようになった拾石川で「ホタルを見る会」が開かれます。この会で「わー!!」と声を出してホタルが作り出す景色を楽しんでくれている子どもたちの姿を見ていると、子どもたちに教えていて良かった、これから



ホタルの幼虫の説明

「ホタルの幼虫が生死をかけて水から陸へあがり、土にもぐり、やがてさなぎになってホタルの成虫になるさまは、生きるエネルギーを感じるね。この様子を子どもたちに知ってもらい、力強く生きていくことを学んでほしいね」

も続けていこうと思つてます。石川さんはホタルの一生を子どもたちに教えていますが、ホタルの一生を通して学ぶこともあると話します。「ホタルの幼虫が生死をかけて水から陸へあがり、土にもぐり、やがてさなぎになってホタルの成虫になるさまは、生きるエネルギーを感じるね。この様子を子どもたちに知ってもらい、力強く生きていくことを学んでほしいね」この言葉が、石川さんから未来を担う子どもたちへのメッセージです。



ピオトープを作った学習

児童からのメッセージ

ホタルの会やネイチャーウォークでは、いろいろお世話になりました。ホタルのオスとメスの見分けかたなど、ていねいに教えてくれてありがとございました。

町民会館・図書館・町民プール ハッピーネス情報

ハッピーネス・ヒル・幸田
ホームページ

<http://www.happiness.kota.aichi.jp>

平成14年度の利用者数報告

利用状況から皆さんの文化・健康などへの関心の高さがうかがえます。新しい発見があると思いますので、初めてのかたもぜひお越しください。これからも皆さんの憩いの場としてハッピーネスをご利用ください。

町民会館	
利用者数	151,682人
全利用回数	4,915回
図書館	
貸出者数	100,102人
貸出冊数	378,651冊
町民プール	
利用者数	142,101人
トレーニング室利用者数	16,543人

この本読みました

ハムスターの研究レポート

大雪師 著 偕成社



中央小3年
あまちょうちほ
尼丁千穂さん

わたしはハムスターが大好きです。家でかったこともあります。だからこの本を読んで、作者と同じ気持ちになってわったり、ハラハラしたりしました。とくに気に入ったのは、赤ちゃんの様子が気になって、作者が会社を休んじゃうところです。

今月の
休館日
(6/16-7/15)

町民会館(☎63-1111) 6/16(月) 6/23(月) 6/30(月) 7/7(月) 7/14(月)
図書館(☎63-0001) 6/16(月) 6/23(月) 6/27(金) 6/30(月) 7/7(月) 7/14(月)
町民プール(☎56-8111) 6/16(月) 6/23(月) 6/30(月) 7/7(月) 7/14(月)



♥役場にバラのプレゼントがありました。このバラは、須美区の朝岡浅次郎さんからいただいたもので、受付やカウスターなどに飾られ、来庁されたかたの目を楽しませていました。

おたよりがタロウ

**みんなの
PRAMA
広場**

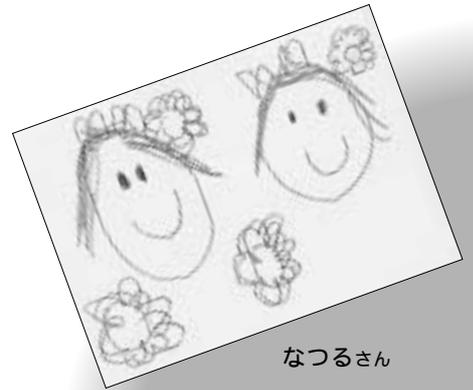
皆さんからのお便りをお待ちしています
444・0192 菱池字元林1・1 幸田町役場 広報こうた係



サークル
紹介

この指
こーまれ

76



なつるさん

温かい音楽を！ 「幸田シンフォニックバンド」

幸田シンフォニックバンド（K S B）を結成してから13年が経ちました。

毎年3月に行う定期演奏会は、幸田町に春の訪れを知らせる風物詩としてすっかり定着し、多くのかたがたにお越しいただいています。今回もフォルクローレ（民族音楽）との合同ステージや、団員によるショートコントなどを交えて、楽しくて肩のこらない、K S Bならではの温かい音楽を味わっていただきました。

団員は、学生、社会人、主婦など

20代から30代で50人ほどいますが、仕事や家庭で忙しい日々の中「吹奏楽が好き。楽器を吹きたい」という熱い志をもちながら、のんびりと楽しく活動しています。

久しぶりに楽器を吹いてみたくなったかたがいましたら、ぜひ遊びにきてください。

子ども連れでも大丈夫ですよ



連絡先

事務局 ☎090 - 8472 - 9394

mail : ksb@jp-c.ne.jp

はがき
伝言BAN



長谷友里さん

この欄に掲載希望のサークルは、はがきにサークル名と連絡先、活動内容を簡潔に書いて企画情報課へ。おってご連絡します。

西三河の方言

「とつたかみたか」

今度の週末は、家族みんなが新緑の山へ。でも、雨だったら？

「ほんなん、急に言っても、とつたかみたかにやー答えれんわ」

「そんなことを急に言われても、すぐには答えられないよ」という意味です。

「とつたかみたか」とは、「手に取って見るか見ないかのうちに」ということだと方言集にはあります。しかし、これには釈然とせず、調べていくうち、ある辞書に「取りたるか、見たるばかりか。でたとこ勝負。いちかばちか」とあるのを見つけました。本来は、「勝ちを取るか、相手に取られるのをただ見ているだけか」ということなのでしょう。だから、この地方の「とつたかみたか」は、もとの「いちかばちか」の意味から転じて、熟慮せず即座に結論を出すことをいうようになったと考えます。

とはいっても、小欄が「とつたかみたか」に書いたとは、とても言えませんが…

(文・つるる)

青春トークリレー

第123走者



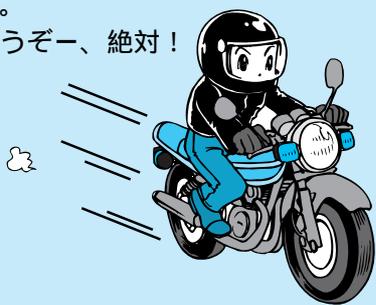
しが たかし
志賀 崇司さん

岩堀区在住 22歳 学生
身長 173^{センチ} A型
好きなタイプ オールOK
好きな芸能人 小泉今日子

僕はスノーボードが大好きです。最近暖かくなってきたので、そろそろ伊良湖へサーフィンに行こうと思っています。去年はあまり行けなかったのですが、今年はたくさん行ってうまくなれるように頑張ろうと思っています。伊良湖は土曜・日曜日は混んでいるので、平日に行けたらいいなと思っています。

今、大型バイクがほしいと思っていますが、お金がないので買えません。早く働いて、バイクを買いたいなー。

買うぞー、絶対！



はろーキッズ



生きがい センターだよ

「某月某日」

第二作業場は 女性の館

シルバー人材センターの第2作業場では、花も恥じらう女性ばかり30人ほどが、にぎやかに作業に励んでいます。会話は無邪気で飾り気がなく、三河の標準語で大変面白い。



「おえ」
「なんだえ」
「明日は知立の弘法さんだぜ」
「ほうだかえ。おまえようしつとるのう」
「ああ、来月は花の塔だ」
「ほだかえ、いくだかえ」
「ほーやーいくだぜ」
「むかしやー土呂の蓮如さんによういったのー」
「ほだほだ。田楽なんか買つてのう」
そこへ隣りの会員さんが口をはさむ。
「おらあ、なあや、晩に電話がかかってきても出やへんぞ。気持ちが悪いでなあ」
「ほだてのう。ほんとに用があればまた電話してくるのう」



他人の話の中に突然平気で割り込む。それでも会話はスムーズに続き、みんな楽しく今日も元気に働いている会員さんでした。

おまじ 編集者のひまわり

下の娘が小学校に入学し、これで少しは心配ごとが少なくなるかと思っていたが、やっぱり心配事は尽きる様子がない。そういうえば、ある人が出かけようとすると、いつも母親が口うるさく「気をつけていきな」と心配するので、その人は「俺は子どもじゃなくて、じじいだ」と70歳を超える息子が、90歳を超えるおかあさんに向かって言う。という話を聞いた。私は、90歳まで生きることができるとはわからないが、きっと娘が大人になっても心配しつづけるのだらう。(U)

はじめまして、4月から情報係に配属されましたMです。先日、高校時代の友人の結婚式に出席し、成人式以来？年ぶりに振り袖を着ました。祖母に買ったもらったピンクの振り袖ですが、数年の歳月を経て再び袖を通すと…。なんと、とてもよく似合うではありませんか！そして洋服にはない華やかさの着物と帯。流行に左右されず、脈々と受け継がれてきた日本文化の奥の深さにしばし感動しながら、少し苦しいのもすっかり忘れて、足取りの軽い一日をすごしました。(M)

まちかど



世界凧揚げ大会優勝 三州須美区凧の会

第15回世界の凧の祭典2003 5/4

石川県で行われた国内最大級の凧揚げイベント、国際凧揚げ大会で、三州須美区凧の会が高い評価を得て優勝しました。



みんなで Let'sウォーキング

ふれあい歩け歩け運動 4/19

町民会館から遠望峰山を登り、不動ヶ滝を経由し町民会館へ戻るふれあい歩け歩け運動が行われました。参加者は山頂でお弁当を食べ、約13^{キロ}の道のりを約5時間かけて歩きました。

みんなで食べて うれしいよ

ふれあいお花見会 4/15

JAあいち三河ふれあいサークルのかたちによるふれあいお花見会が開催されました。当日はあいにくの雨で、室内でのお食事会になりましたが「雨だけど、団子もあるし、みんなもいるし、きょうは楽しいです」と話していました。



街はわたしの美術館

山添まちづくり協議会 5/13

幸田小学校4年生がユーストア幸田店駐車場南壁面に楽しい絵を描きました。これはすみよい地域づくりを目指し活動している山添まちづくり協議会企画したもので、今後、北部中学校、幸田高校、地域の子もたちも描く予定だそうです。

僕たち、私たちの お米を作ろう

坂崎小学校田植え 5/1

坂崎小学校5年生の41人が田植えを行いました。この田植えは昔ながらの手植えで、泥だらけになりながら、なれない手つきで苗を植え付けていました。



みんな楽しく ホールインワン

西三河地区身体障害者
グランドゴルフ大会 5/11

幸田中央公園で、西三河の障害者のかた、約120人が集まりグランドゴルフを楽しみました。この日はあいにく途中から雨が降り出しましたが、終了まで笑顔と笑い声に包まれていました。



町内のスカウト 集まれ!

スカウトカーニバルin幸田
5/11

町内のボーイスカウト、ガールスカウトが深溝小学校に集まり「スカウトカーニバルin幸田」が開催されました。当日は豚汁などを食べたり、モンキーブリッジなどを行い、楽しい一日を過ごしました。

緑の町を作ろう

緑化木無料配布 4/28

町内の緑を増やそうと緑化木の無料配布が役場で行われました。この日配布されたのはブルーベリー、オリーブ合わせて300本で、多くの人が集まりました。



フ
オ
ト
ニ
ュ
ー
ス

身近な情報を広報へ

広報直通ダイヤル(03)51332

E-mail:koho@town.kota.aichi.jp

2種混合予防接種は 指定医療機関で

対象者 平成3年4月2日から平成4年4月1日までの出生者(小学6年生)および12歳以下の未接種者で、いずれも乳幼児期に3種混合または2種混合の1期を完了しているかた。

接種期間 7月1日～平成15年2月28日

接種方法 通知書に同封の指定医療機関に予約して受けてください。

*接種の際は必ず保護者同伴でお出かけください。

通知 6月末までに郵送します。

問合せ 保健環境課健康係(内線183)



新生児訪問指導・相談

新生児(生後28日ごろまで)をお育てのかたで、育児などについて心配や困っていることのあるかたに、保健師または助産師が家庭に出向いて相談を受けます。詳しいことは、電話でお問い合わせください。

問合せ 保健環境課健康係(内線183)

6月の神経芽細胞腫検査

平成14年12月生まれの子どもを対象に、神経芽細胞腫検査を行います。4か月児健診で配布した「ろ紙」に尿を湿らせて、愛知県健康づくり振興事業団へ郵送してください。

問合せ 西尾保健所 ☎0563-56-5241

老人健康相談

とき 毎週火・水・金曜日 午前10時～11時

ところ 老人福祉センター

内容 検尿、血圧測定、保健指導
そのほか 相談を受けるかたは健康手帳をお持ちください/曜日は都合により変更することもあります。

問合せ 保健環境課健康係(内線183)

7月の保健センター行事

☎62 - 1111 内線183

☎62 - 8158(直通)

行事

	日/曜	受付時間	備 考
離乳食講習会	8(火)	午後1時～1時30分	対象：生後2～4か月児の母 内容：離乳食の作り方・試食
すくすく赤ちゃん教室	25(金)	午前9時30分～10時	対象：1歳未満児とその保護者 内容：赤ちゃん体操・話し合い
エアロビクス	毎月曜(祝日除く)	午前10時～11時30分	年齢を問わず参加できるウォーキング中心の体操です。老若男女参加は自由、無料。

健 診

4か月児健診 (15年4月生)	24(木)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時15分)	内容：身体測定、内科健診、集団の話、個別相談 神経芽細胞腫検査用紙の配布
10か月児健診 (14年8月16日生～9月15日生)	17(木)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時15分)	内容：身体測定、内科健診、集団の話、個別相談
1歳6か月児健診 (13年12月生)	3(木)	午後1時～2時 (集団の話 1時～1時15分)	内容：身体測定、歯科・内科健診、集団の話、個別相談 フッ素塗布
2歳児歯科健診 (13年6月生の幼児 および、その保護者)	1(火)	午後1時～2時 (集団の話 1時15分～1時30分)	内容：歯科健診、歯みがき指導、フッ素塗布、身体測定
3歳児健診 (12年6月生)	11(金)	午後1時～2時	内容：尿検査、身体測定、歯科・内科健診、個別相談

相 談

母乳相談	10(木)	午前9時30分～11時	対象：妊婦、生後2か月までの母子 内容：妊娠中の母乳の自己管理の方法、乳房マッサージ、個別相談
育児相談	9(水) 23(水)	午前9時30分～11時	対象：乳幼児 内容：保健師、栄養士による健康相談・身体測定
物忘れ相談	22(火)	午前10時～11時30分	対象：忘れっぽくなったことを心配しているかた 内容：痴ほう予防相談(予約制)
成人健康相談	22(火)	午前9時30分～11時	健康に関すること全般 (栄養相談も含む)
母子健康手帳交付	毎週月・木曜(祝日除く)	午前9時30分～11時30分	内容：母子保健に関する相談 妊娠届出書をお持ちください。

*各種相談は、電話でも随時受け付けしています。必要時には、家庭訪問指導も行います。
*離乳食講習会の当日、赤ちゃんを家族などに預けられないかたは保健センターへ事前にご連絡下さい。

*乳幼児健診、母乳相談、育児相談、離乳食講習会、すくすく赤ちゃん教室、歯科健診には、必ず母子健康手帳をお持ちください。



健康あらかると

痴ほうを予防し楽しい老後をすごそう



痴ほうは年寄りのものだと思いませんか。痴ほうは若いときからの生活が大きく影響します。私たち誰もがこの病気になる可能性があります。そして家族がなるかもしれません。講演会に参加し、痴ほうを予防しましょう。

とき 7月6日(日) 午前10時～11時30分

ところ 中央公民館中ホール

演題 「楽しい老後をすごすために」

講師 浜松医療センター顧問 金子満雄氏

定員 100人

そのほか 講演前に劇団彦左による劇「痴ほうってなんだろう」を上演します。

問合せ 保健環境課健康係(内線183)

歯の節目検診を受けましょう

歯の健康をチェックする機会として、満40歳・50歳・60歳・70歳のかたを対象に、歯科節目検診を行います。

期間 6月1日～9月30日

ところ 幸田町・岡崎市・額田町の歯科医院

対象者 本年度に満40歳・50歳・60歳・70歳になるかた

検診料 無料 *治療費用は本人負担です

申込み 対象者に受診券を5月中に送付しますので、受診希望歯科医院に電話予約をしてください。町外の歯科医院を希望のかたは、住民児童課国保年金係で歯科健康審査票をお渡しします。

そのほか 検診の際は、健康保険証と受診券をお持ちください。

問合せ 住民児童課国保年金係(内線114)



麻しん予防接種は指定医療機関で

対象者 平成14年5月1日から同年6月30日までの出生者およびそれ以前の7歳6か月未満の未接種者

接種期間 7月1日～平成16年2月28日

接種方法 通知書に同封の指定医療機関に予約して受けてください。

通知 6月末までに郵送します。

問合せ 保健環境課健康係(内線183)

ツベルクリン反応検査・BCG予防接種は保健センターで

対象者 平成14年10月1日から平成15年3月31日までの出生者/平成14年9月30日以前の出生者で4歳未満の未接種者

日程

ツベルクリン	判定・BCG
6月30日(月)	7月2日(水)
7月7日(月)	7月9日(水)
7月14日(月)	7月16日(水)
7月23日(水)	7月25日(金)
7月29日(火)	7月31日(木)
8月6日(水)	8月8日(金)
8月25日(月)	8月27日(水)

受付時間 午後1時15分～2時15分
*番号札は午前8時30分からお配りします。

ところ 保健センター

接種方法 ツベルクリンの判定は2日後に行います 判定が陰性(9^{以下})の場合は、BCG接種を行います 体調不良などでBCG接種ができなかった場合は、判定の日から2週間以内であればBCG接種ができます 判定が陽性(10^{以上})の場合は再検査を行います。

通知 6月中旬までに郵送します。

問合せ 保健環境課健康係(内線183)

80歳以上で20本以上歯のあるかた募集

はちまるにいまる

- 8020運動(80歳で20本の歯を保とう)展開中! -

日本人の平均寿命は80歳を越え、高齢社会を迎えました。しかし、健康を支える歯の80歳平均残数は8本となっています。このため健康日本21計画では「80歳で20本の歯を保とう」という目標を掲げ、8020運動を展開しています。

町では運動の一環として、80歳以上で機能している歯が20本以上あるかたを募集しています。

対象者 平成元年から14年度の表彰者を除く、大正13年3月31日以前生まれの町内在住者 平成16年3月31日時点で80歳になっているかたが対象です。

申込み 町内の歯科医療機関で受診し、お申し込み下さい。応募に関わる健診料は無料ですが治療費は有料となります。

そのほか 要件を満たしたかたは11月9日(日)に開催する幸田町福祉健康まつりで表彰します。

問合せ 保健環境課健康係(内線183)

幸田町役場 ☎62 - 1111(代)

・介護分の税率が、地方税の改正や介護納付金の増加に伴い下記のように変わりました。

区分	改正前	改正後
所得割	0.60%	0.80%
資産割	3.90%	3.90%
均等割	5,500円	7,200円
平等割	3,400円	3,400円
賦課限度額	7万円	8万円

問合せ 住民児童課国保年金係（内線114・115）

消防署に福祉ファックスを設置しました



福祉ファックスは、聴覚や言語に障害のあるかたに火事や救急など緊急事態や災害などが発生したときにご利用いただけます。

FAX番号 63-2119

そのほか 専用の「119ファックスによる緊急通報用紙」は消防署及び福祉介護課で配布しています。

問合せ 消防署通信係 ☎62 - 3821

福祉介護課福祉係（内線124）・FAX56 - 6218

介護保険被保険者証交付説明会を行います

満65歳になられると介護保険の第1号被保険者となりますので、被保険者証を交付し、介護保険制度の説明を行います。

とき 6月27日(金) 午前10時～11時
ところ 保健センター 視聴覚室
対象者 昭和13年7月2日から同年8月1日生まれのかた

持ち物 筆記用具 *介護保険料の口座振替を希望される場合は、預金通帳と届出印をご持参ください。

問合せ 福祉介護課介護保険係（内線126）

矢作川流域下水道都市計画変更案を縦覧します

県では矢作川流域下水道の都市計画変更を行うため、その案の縦覧を

します。なお、幸田町の住民及び利害関係人は、縦覧期間終了までに当該都市計画案について県に意見書を提出することができます。

縦覧期間 6月10日(火)～24日(火)

執務時間中に限ります。

縦覧場所 県建設部下水道課及び役場下水道課

都市計画の種類及び名称 豊田都市計画、衣浦東部都市計画、岡崎都市計画、西尾幡豆都市計画下水道及び藤岡都市計画下水道矢作川流域下水道

問合せ 下水道課公共下水道係（内線281）

来日外国人を雇う場合はご確認を

外国人を雇う場合には許可が必要です。許可がない場合は国内で働くことが禁止されており、雇った人も処罰されます。雇う場合は次の書類をご確認ください。

確認書類 旅券（パスポート）

外国人登録証明書 就労資格証明書（就労を希望する外国人に交付されています）

そのほか これらの書類について、書かれていることや、雇ってよいかどうか分からない場合はお問い合わせください。

問合せ 岡崎警察署警務課 ☎58 - 0110

道路公社の有料道路が半額に！

次の4つの有料道路のうちの1つの有料道路を通常料金（回数券を除く）で利用すると、その料金所で4つの有料道路が半額になる割引通行券を発行します。

対象路線 三ヶ根山スカイライン、三河湾スカイライン、鳳来寺パークウェイ、本宮山スカイライン

割引実施期間 11月30日(日)まで

割引対象車種 軽自動車、小型自動車および普通自動車

ダブルチャンス 実施期間中に上記4つの有料道路のうち2路線以上利用すると、抽選で毎月5人に1万円のギフト券などが当たります。

問合せ 東三河有料道路事務所 ☎0532 - 31 - 2351

人口動態【H15.5.1現在】

総人口 34,275人（前月比 +125人）

内 男 17,242人 女 17,033人

世帯数 10,945戸（前月比 +98戸）

4月中の異動

出生 32人（男 19人 女 13人）

死亡 17人（男 11人 女 6人）

転入 241人（男 114人 女 127人）

転出 131人（男 68人 女 63人）

戸籍異動 4月届出分 (順不同・敬称略)

おめでとうございます

出生児	保護者	区
内田 颯生	義廣	荻
稲吉 涼真	伊代巳	荻
門林 春樹	長守	久保田
岩瀬 史沙	有裕	里
久保田 舞桜	守	鷺田
足立 桜海	和重	六栗
山本 眞七歩	公大	市場
白木 祐多	幹也	横落
山田 大翔	和弘	幸田
小野 由理	政幸	荻
平良 恵一朗	頼一	坂崎
村田 亜咲美	誠司	鷺田
工門 実夢	真二郎	大草
松本 拓土	昇	六栗
宇藤 康太	治夫	芦谷
池田 塑良	浩貴	横落
牧原 雄大	正泰	大草
枝次 美優	雄一	大草
山田 海介	伸吾	上六栗
小野 温菜	和仁	横落
青山 琢斗	義太郎	芦谷
都築 沙綾	道義	鷺田
小林 龍紀	浩伸	市場
忠内 拓磨	宏	坂崎

おくやみ申し上げます

死亡者	年齢	世帯主	区
小玉 宣靖	59	小玉 達生	岩堀
太田 源四郎	89	太田 源四郎	大草
金澤 シキ子	79	金澤 シキ子	坂崎
近藤 富一	90	近藤 照夫	野場
稲吉 和夫	84	稲吉 満利	上六栗
小田 とし子	63	小田 虎義	岩堀
鈴木 順一	91	鈴木 林	鷺田
加藤 市	80	加藤 好行	須美

プライバシー保護のため、希望者のみ掲載しています。掲載希望のかたは、届け出時に住民児童課にお申し出下さい。

募集

高齢者交通安全推進員を募集！

募集人員 4人
 雇用期間 7月10日～12月26日
 勤務時間 週5日（月～金曜日）で
 午前9時～午後5時15分
 勤務内容 高齢者およびその家族に
 対する交通安全指導、夜間反射材
 着用の啓発など
 応募資格 60歳～64歳の普通運転
 免許を保有するかた
 応募期間 6月9日～27日
 応募方法 シルバー人材センターへ
 の登録が必要となります。登録方
 法など詳細はお問い合わせくだ
 さい。
 問合せ 社団法人幸田町シルバー人
 材センター ☎63-0011



夏休み親子教室に 参加しませんか

岡崎女子短期大学では夏休みに親
 子を対象としたオープンカレッジを
 開催します。内容、日時、受講料は
 講座によって異なりますので、興味
 のあるかたは詳細をお問い合わせく
 ださい。

なお、申込期間が6月23日(月)から
 7月3日(休)までとなりますので早め
 にご連絡ください。

開催教室名 親子でつくろうホー
 ムページ 親子科学教室 親
 子でたのしむ運動あそび 親子
 でたのしむ造形あそび 親子で
 たのしむ音楽あそび 障害のある
 子のサマー・スクール
 問合せ 岡崎女子短期大学生涯学習
 研究センター ☎28-3346

税務職員を募集します

人事院・国税庁では税務職員を募
 集しています。試験日程など詳細は
 お問い合わせください。

試験種別 国家公務員採用 種試験
 （税務）
 受験資格 昭和58年4月2日から昭
 和61年4月1日生まれのかた
 申込み 7月1日(火)～7月8日(火)ま
 でに人事院中部事務局へ願書提出
 問合せ 名古屋国税局人事第二課試
 験係 ☎052-951-3511（内線
 3450）

そのほか

私立幼稚園就園奨励費 補助金をご存知ですか

幸田町では私立幼稚園に就園して
 いる園児の保護者に対して、補助金
 制度があります。

対象者 生活保護を受けている世
 帯、または、本年度町民税が非課
 税の世帯 本年度町民税の所得
 割が非課税の世帯 本年度町民
 税の所得割額が8,800円以下の世
 帯 本年度町民税所得割が10万
 2,100円以下の世帯
 *就園している園児の人数により
 金額は異なります。

問合せ 学校教育課学校教育係（内
 線422）

平成15年度の国民健康保険 税率が変わりました

・国民健康保険医療分の税率が、地方
 税の改正や老人医療費の増加に伴う影
 響から下記のように変わりました。

区分	改正前	改正後
所得割	4.2%	4.85%
資産割	16.0%	16.0%
均等割	2万4,000円	2万5,800円
平等割	2万3,000円	2万3,000円
賦課限度額	53万円	53万円

安心水道

水は限りある資源であり私たちの生
 活に欠かすことのできない重要なライ
 フラインの一つです。

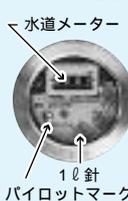
水道事業では、水道の理解を深める
 ため6月1日から7日までを「水道週間」
 とし、本年度は「届けます 未来に安
 心 水道水」を合言葉に安全で良質な
 水を供給することを目指します。

安全な水とは

安全な水の供給は、水道の最も重要
 な条件のうちの一つです。直接人の健
 康にかかわるため、常に安全でなけれ
 ばなりません。そのため町では46項
 目の水質基準の検査と、毎日町内各地

点の水質検査を実施しています。 水道水が漏水していませんか？

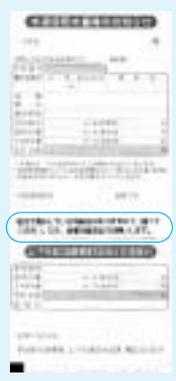
普段と同じように水道を利用して
 いるのに水道使用量が多いときは漏水し
 ている可能性があります。そのようなときは、
 宅内すべての蛇口を止めて水道メーターを
 のぞいてみてください。パイロットマーク（）が回転してい
 たら漏水の疑いがあります。



「水道使用水量等のお知らせ」 で漏水の可能性をお知らせし ます

水道メーターの検針員が漏水の可能

性があると判断
 したときは、「水
 道使用量等のお
 知らせ」で「宅
 内で漏水してい
 る可能性がありますので調べて
 ください。なお、
 修理は指定店
 をお願いします。」
 と表記しますので
 ご確認ください。



もし漏水していると思われるときは、最寄の町指定給水装置工事事業者
 へ連絡してください。

問合せ 水道課業務係（内線273）

スポーツ

めざせチャンピオン ユニバーサルホッケー大会

とき 7月12日(土)：小学生高学年
/7月13日(日)：小学生低学年・中
学生・一般

*いずれも午前8時30分～

ところ 豊坂小学校体育館、勤労者
体育センター

参加資格 町内在住・在勤者

競技部門 小学生低学年(1～3年生)

の部 / 同高学年(4～6年生)男子
の部 / 同女子の部 / 同高学年混合
の部 / 中学生の部 / 一般の部

チーム編成 1チーム6～8人(出場
選手は6人)。小学生高学年混合
および中学生、一般の部では、
出場選手の中に女性2人以上を含
むこと。

申込み 6月27日(金)までに、生涯学
習課スポーツ係(内線411)へ申
込書を提出してください(期限
厳守)。

そのほか 組み合わせ抽選は生涯学
習課が行います / 小学生高学年
混合の部については、参加チ
ーム数により実施方法などを決定
します。

レディースバドミントン大会 優勝は三浦・平岩組

5月11日(日)に、中央小学校で行っ
た第20回レディースバドミントン大
会は、18人9組が参加し、白熱した
試合が繰り広げられました。結果は
次のとおりです(敬称略)。

優勝 三浦純江、平岩恵美
準優勝 成瀬咲子、安部圭子

3位 越山延子、成瀬道子

問合せ 生涯学習課スポーツ係(内
線411)

レディースカップ ソフトボール大会に参加しよう

とき 7月12日(土) 午後5時30分～
(ナイトゲーム) 雨天の場合：7
月19日(土)

ところ とぼね運動場

参加資格 町内在住・在勤者

ルール ファーストピッチ

申込み 7月4日(金)までに、生涯学
習課スポーツ係(内線411)へお
申し込みください。

募集

「愛知県史を語る会」 に参加しませんか

とき 6月29日(日) 午後1時～4 時

ところ 西尾市文化会館小ホール

定員 250人 先着順

演題 近世矢作川河口地域の人びと
のいとなみ

講師 青木美智雄(専修大学教授)
神谷智(名古屋大学助手) 曲田浩
和(日本福祉大学講師)

問合せ 県総務部総務課県史編さ
ん室 ☎052 - 972 - 9171

こうた夏まつり屋外ステージ 参加者募集

こうた夏まつりのステージプログ
ラム参加者を募集します。バンド、
ダンス、コントなど、ジャンルは問
いません。出演希望者は、こうた夏
まつり実行委員会事務局までご連絡
ください。

とき 8月16日(土)

ところ ハッピーネス・ヒル・幸田
屋外ステージ

申込み 6月27日(金)・午後5時まで
に、こうた夏まつり実行委員会
(生涯学習課生涯学習係内・内線
413)へお申し込みください。

そのほか 出演料はありません。

みんなおいでん！親子写生大会

とき 6月14日(土) 午前9時～正午
雨天の場合翌日に順延

ところ 幸田中央公園

参加資格 町内の小学生とその親

定員 50組の親子 親子で一組と
なります

申込み 6月11日(水)までに、生涯学
習課生涯学習係(内線413)へお
申込みください。

毎月の相談

行政相談(電話相談可)

とき 6月18日(水) 午前9時～正午

ところ 福祉サービスセンター

問合せ 総務課行政係(内線335)

*電話相談の場合は、安藤茂氏
(☎62-4674)へ。

法律相談(予約制)

とき 6月12日(木) 午後1時～3時

ところ 役場3階301会議室

問合せ 住民児童課戸籍住民係(内線112)

心配ごとお気軽相談

とき 毎週水曜日 午前9時～正午

ところ 福祉サービスセンター

問合せ 社会福祉協議会 ☎62-7171

教育相談(FAX・Eメール相談可)

とき 青少年に関する悩み：毎週火・
水・金曜日 / 小中学生の生活な
どの悩み 毎週火～金曜日

*ともに午前10時～午後6時

ところ 中央公民館内少年相談室

問合せ 青少年に関する悩み：TEL・FAX
63 - 1188 / 小中学生の生活な
どの悩み：TEL・FAX62 - 5502

Eメール soudan@sun-inet.or.jp

身障者・知的障害者相談

とき 身障者相談 毎月第1・3火曜日
/ 知的障害者相談：毎月第2・4
火曜日 *ともに午前10時～
午後3時

ところ つどいの家相談室

問合せ つどいの家 ☎63-2941

女性相談

とき 毎月第1・4水曜日
午前10時～午後4時

ところ 福祉サービスセンター

問合せ 福祉介護課福祉係(内線124)

母子家庭相談

とき 毎月第1・2・3月曜日
午前10時～午後4時30分

ところ 福祉サービスセンター

問合せ 福祉介護課福祉係(内線124)

子育て相談(訪問相談可)

とき 月～金曜日 午前8時30分～
午後5時 / 土曜日 午前8時30
分～正午

ところ 子育て支援センター

問合せ 子育て支援センター ☎62-8333

子育て出張相談

とき 毎月第2・4水曜日
午前10時～11時30分

ところ 横落児童館

問合せ 子育て支援センター ☎62-8333

こどもの相談

とき 毎月第2水曜日
午前10時～午後4時

ところ 福祉サービスセンター

問合せ 福祉介護課福祉係(内線124)

情報 あがる

今月の税金と料金納付

町県民税	第1期分
介護保険料	第2期分
保育料	6月分

* 納入期限 6月30日(月)

便利な口座振替の利用を！
(申請は税務課または町内金融機関で)

4月の事故・犯罪状況

事故

	件数(人数)	累計【1~4月】
死亡	2(2)	4(4)
重傷	1(1)	6(6)
軽傷	23(36)	83(116)
物損	83	353

犯罪

	件数	累計【1~4月】
侵入盗	6	42
車両盗	9	34
その他	28	111
合計	43	187

4月の火災・救急件数

火災

	件数	累計【1~4月】
建物	0	2
林野	1	1
その他	0	8
合計	1	11

救急

	件数	累計【1~4月】
急病	61	254
交通	29	76
その他	20	90
合計	110	420

イベント

親子でリフレッシュ！ Let'sエアロビ

Aコース
とき 6月26日(木) 午前10時～11時30分

対象者 平成12・13年生まれの子どもとその親

定員 50組 先着順

Bコース
とき 6月27日(金) 午前10時～11時30分

対象者 平成13・14年生まれの子どもとその親

定員 40組 先着順

ところ 町民会館あじさいホール
講師 健康運動実践指導者 松崎幸子さん

参加費 無料
そのほか 運動できる服装で参加ください
申込み 子育て支援センター(☎62-8333)へ6月16日(月)から23日(月)までにお申し込みください。
執務時間中に限ります

わくわくあそびランドで 楽しい時間を

とき	ところ
7月1日(火)	わしだ保育園
7月8日(火)	菱池保育園
7月9日(水)	幸田保育園
7月15日(火)	上六栗保育園
時間：午前10時～11時	

お近くの会場へお越しください。
内容 作ってあそぼう
対象者 入園前の乳幼児とその親
参加費 無料
申込み 当日会場へお越しください。
問合せ 子育て支援センター
☎62-8333

今月の老人福祉センター行事

日程 6月6日(金) 民踊さざ波会 / 11日(水) せん茶の会 / 17日(火) 民踊つばき会 / 18日(水) やよいショー / 20日(金) 日舞 翠禮会 / 25日(水) 日舞ぐりんぴ～す / 7月2日(水) 日舞寿栄路会
時間 芸能は午後1時～2時、せん茶は午前10時～正午
問合せ 老人福祉センター
☎62-7224

「安全」「親切」「楽しさ」 屋外プール6月28日(土) OPEN!

開館から6年目を迎える町民プールの屋外プールは、6月28日(土)からオープンします。

屋外プール開場期間 6月28日(土)～9月7日(日)

屋外プール利用時間 平日：午後1時～6時 土・日・祝・夏休み期間：午前10時～午後6時

休館日 毎週月曜日*夏休み期間中は無休

屋外プールの種類 流水プール、造波プール、キッズプール、ウォータースライダー2基

問合せ 町民プール ☎56-8111



人権擁護委員制度をご存じですか

人権は、人間が幸福な人生を送る上で最も大切な権利です。自分だけでなく、すべての人の人権が尊重されなければなりません。

町には町長から推薦され法務大臣により委嘱された6人の人権擁護委員があり、人権に関する相談をお受けします。相談は無料で、秘密は守られますのでお気軽にご相談ください。

問合せ 住民児童課戸籍住民係（内線112）

氏名	学区	電話
渡邊 一雄	深溝	62 - 1630
塩山 泰道	坂崎	62 - 1601
左右田 富美江	豊坂	62 - 0659
平野 郁孝	幸田	62 - 6976
原 陽子	中央	62 - 2128
八田 百合子	荻谷	62 - 7497

2003

Vol.14



岡崎市・幸田町・額田町の広域情報

岡崎市

三河湾を一望「桑谷山荘」

桑谷山荘あじさい祭り

とき 6月7日(土)～29日(日)

内容 特別限定メニュー「あじさいランチ」1,000円(税別) 新メニュー「田舎定食(五平もち付き)」600円(税別) 昼食利用者は展望風呂入浴無料 売店商品千円お買い上げごとにペア宿泊券が当たるスピードくじ 平日は名鉄本宿駅から山荘まで無料送迎(本宿駅発=午前10時10分、11時10分 山荘発=午後2時、3時)の2便 29日(日)には先着200人にアジサイの切り花贈呈。

朝市

とき 6月29日(日) 午前8時～正午ごろ

内容 新鮮な農産物、花、漬物、五平もち、だんごほか多種販売、買い物をしたかたに抽選でアジサイの苗などをプレゼント。

問合せ 岡崎市営国民宿舎桑谷山荘

☎48 - 2855



額田町



川面に銀鱗が輝く季節になりました 男川やな開き

夏の到来を告げる男川やながやな開きしました。10月下旬までアユのつかみ取りやバーベキューなどが楽しめます。

美しく澄んだ川、光る水しぶき、跳ねるアユ。初夏の1日を家族や仲間とゆっくり過してみませんか。

期間 10月下旬まで

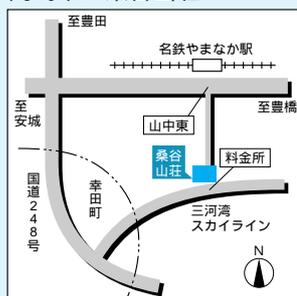
ところ 男川やな(額田町淡淵地内)

料金 アユつかみ捕り(3匹 1,500円)

バーベキュー(1人 2,300円)

問合せ先 男川やな ☎82 - 2089

岡崎市▶桑谷山荘



額田町▶男川やな



地球にやさしい暮らしを！6月は環境月間です

問合せ 保健環境課管理係（内線181）

進む地球の温暖化

地球規模で進む環境問題の中に地球の温暖化があります。この地球の温暖化は、大気中の温室効果ガス濃度の上昇によって大気のバランスが崩れることにより地球全体が暖くなることをいいます。

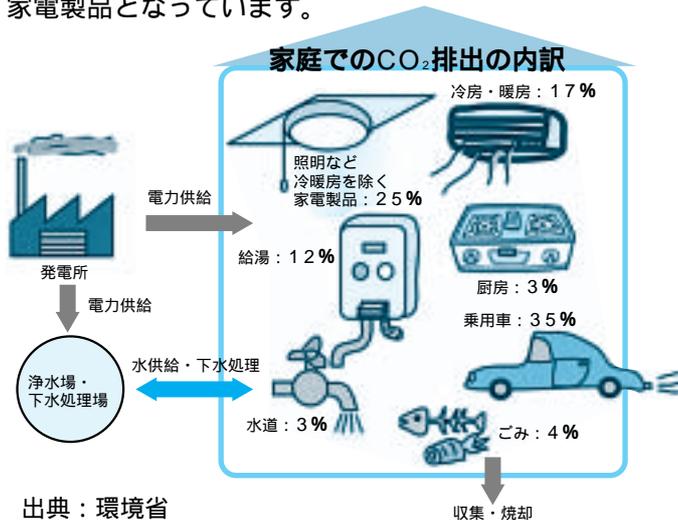
原因の温室効果ガスとは

温室効果ガスとは、地表から放射される赤外線を吸収する気体で、この気体には、二酸化炭素（CO₂）やメタン（CH₄）、フロンなどがあります。最も排出量が多い二酸化炭素は石油や石炭などの燃焼によって排出され、私たちの生活とも大きく関わっています。

家庭から発生する二酸化炭素

家庭生活から排出される二酸化炭素は、日本全体の排出量の23%を占め、地球温暖化に大きな影響を与えています。

家庭の中で最も二酸化炭素の排出量が多いのは乗用車の使用によるもので、次いで照明など冷暖房を除く家電製品となっています。



家庭でできる省エネ・省資源行動

地球温暖化の元である二酸化炭素を含む温室効果ガスの排出量を減らす行動に、どれだけ当てはまるか確認してみましょう。

省エネ・省資源行動		現在実行している行動
冷暖房	暖房は20、冷房は28を目安に温度設定する	
	冷暖房機器は設定温度をこまめに調節する	
	冷暖房機器は不必要なつけっぱなしをしない	
	冷暖房効果を高めるため、カーテンなどを上手に利用する	
テレビ・照明	人のいない部屋の照明は消す	
	誰も見ていないテレビは主電源を切る	
台所	鍋・やかんなどを火にかける時は事前に水気を切る	
	給湯器の設定温度はできるだけ低くする	
	冷蔵庫の中は整理整頓し、ものを詰め込みすぎない	
	冷蔵庫の扉の開閉回数を少なく、開閉時間を短くする	
洗面所・お風呂	電気ポットを長時間使わない時は電源を切る	
	洗濯する時はまとめて洗う	
	お風呂は間隔をあけずに入り、追い焚きを減らす	
交通	シャワーはお湯を流しっぱなしにしない	
	車を運転する時は急発進、急加速をしない	
	人を待つ時、荷物の積み降ろし時はエンジンを切る	
	余計な荷物を積んだまま車を使用しない	
省資源	遠くへ外出する時は電車・バスなどを利用する	
	近くに買物へ行く時は自転車・徒歩で行く	
	自分のバッグを持参し、不要なレジ袋はもらわない	
	使い捨てでなく、詰め替えできる商品を購入する	
	不要な物はバザーに出すなど再利用に協力する	

あなたのご家庭では はいくつありましたか

が18個以上 ズバリ省エネ派	が17～11個 まあまあ省エネ派	が10～4個 もう少し頑張ろう	が3個以下 もっと頑張ろう
-------------------	---------------------	--------------------	------------------

皆様のご家庭ではどこに当てはまったでしょうか。これからも、上記の事項に気をつけて地球にやさしい暮らしを心がけましょう。

省エネ・省資源に関する補助制度

次のような制度がありますのでご活用下さい

制度名	概要と補助率	申込・問合せ先
住宅用太陽光発電導入促進業	一定の条件を満たす太陽光発電設備を住宅に導入する場合に費用の一部を補助します。補助額は発電量1kw辺り9万円、上限10kw未満です（平成15年9月30日までの平成15年度上期募集分）。	(財)新エネルギー財団 ☎03-5275-3046
生ごみ処理容器等設置費補助事業	家庭の生ごみを処理する容器・機器を設置したかたに対し購入金額の2分の1の補助をします（100円未満端数切捨て、上限は処理機3万円、処理容器は6,000円です）。	保健環境課環境衛生係 （内線181）

在宅福祉サービスをご利用ください

入浴をお手伝いします

対象者 自力またはご家族では入浴させることが困難な身体障害者

内容 専門業者による移動入浴車での入浴 * 月4回まで

利用料 1回1、250円

寝具の洗淨乾燥を行います

対象者 要介護度が3から5のかた / 重度身体障害者（児）で常時寝たきり状態のかた、または、これに準ずる状態にあるかた

内容 専門業者による寝具の洗淨乾燥を年4回（6・9・12・3月）行います。* 1回の洗淨乾燥は、掛け布団・敷布団・毛布各1枚の3枚以内です。

利用料 無料

緊急な事情のときはショートステイを

対象者 介護保険サービスで対応できない場合において、介護者の事故・病気など緊急な事情により、在宅での介護が不可能なかた

内容 町と契約した特別養護老人ホームを、原則として1回につき6泊7日まで利用できます。

利用料 1日2,250円

要介護状態への進行を防ぐ 生きがい型デイサービス

対象者 原則として、要介護認定で自立と判定された高齢者などで、生きがいづくり健康づくりに積極的なかた

内容 日常動作訓練や創作活動などを行い、介護予防を図ります。

利用料 自己負担（1日500円）が必要です。

いざというときのための 緊急通報装置をお貸しします

対象者 一人暮らしの高齢者で、継続して安否確認が必要なかた

内容 対象者の自宅の電話に、緊急通報装置を取り付けます。

利用料 無料 * 民生委員の確認が必要となります。

手作り弁当をお届けする ふれあい給食サービス

対象者 一人暮らし高齢者、高齢者・身体障害者のみの世帯

内容 毎週火・金曜日の夕食の提供により、健康維持と安否の確認を図ります。

利用料 1食250円 * 民生委員の確認が必要となります。

紙おむつ券をお渡しします

対象者 常に紙おむつを必要とする要介護度3以上の在宅の高齢者及び重度身体障害者

内容 月額2,000円分の紙おむつ券を支給します。ただし、町民税非課税世帯のかたは、月額が4,000円分になります。

利用料 無料

徘徊高齢者を探す受信端末機をお貸しします

対象者 徘徊が見られる痴ほう性高齢者、知的障害者及びその介護者

内容 専用の受信端末機をお貸しします。

利用料 基本使用料（525円 / 月）および探索にかかる費用（105～315円 / 回）

軽度生活支援事業を実施します

対象者 概ね65歳以上の高齢者のみの世帯および一人暮らし高齢者 / 心身に障害を持つかたのみの世帯および一人暮らしのかた

内容 庭の手入れや大掃除など、一時的に大きな労力を必要とする場合や朗読や、代筆の援助を行います。

利用料 事業にかかる費用の約1割

訪問理容サービスをご利用ください

対象者 寝たきり状態およびこれに準ずる高齢者 / 重度身体障害者（児）

内容 理容業者が対象者の自宅へ出張して散髪を行います。

利用料 散髪にかかる費用3,000円

ご利用を希望されるかたは、いずれのサービスも申請が必要となります。

問合せ 福祉介護課福祉係

☎62-1111（内線123）

【今月のお知らせ】

Monthly News

監査委員が新体制になりました



内田俊彦氏
(高力)



山口文雄氏
(久保田)

3月定例議会において識見を有する監査委員に内田俊彦氏が再任されました。また、5月臨時議会において、議会選出監査委員に新たに山口文雄氏を選任することに同意を得ました。

昨今、自治体の財務処理や監査体制・監査機能に対する関心が高まっています。お二人には、行財政の公正と効率を確保し、町の健全な発展に貢献するという立場で職務にあたっていただきます。

なお、前任の山田元氏（芦谷）には、監査業務の充実に、大変なご尽力をいただきました。

町議会議員一般選挙結果

候補者別得票結果

当	成瀬 克己	1,725.000
当	水野 千代子	1,469.307
当	清水 正幸	1,066.000
当	夏目 一成	898.000
当	鈴木 三津男	895.671
当	伊藤 宗次	888.000
当	黒柳 廣治	867.000
当	鈴木 博司	821.532
当	笹野 康男	799.000
当	長谷 奥弘	794.000
当	丸山 千代子	778.692
当	大須賀 好夫	761.000
当	足立 嘉之	751.000
当	杉浦 務	743.508
当	村越 茂之	729.000
当	羽根淵 保博	728.000
当	山口 文雄	722.000
当	山本 勉	718.491
当	内田 等	707.000
当	鈴木 修一	682.272
当	草次 孝一	596.000
当	内藤 茂雄	560.000
	近藤 博見	518.000
	鈴木 義憲	280.523

無効投票234票

4月22日に告示された幸田町議会議員一般選挙は、27日に投票が行われ、22人の新議員が誕生しました。

選挙管理委員会から投・開票結果をお知らせします。

問合せ 幸田町選挙管理委員会

(総務課行政係・内線334)

投票所別投票状況

投票区 (投票場所)	当日の 有権者数	投票者数	投票率 (%)	前回投票率 (%)
第1投票区 (坂崎小学校)	2,525	1,975	78.22	82.12
第2投票区 (幸田小学校)	3,807	2,978	78.22	81.54
第3投票区 (わしだ保育園)	2,111	1,656	78.45	81.77
第4投票区 (中央小学校)	5,263	3,820	72.58	78.65
第5投票区 (荻谷小学校)	4,076	3,042	74.63	76.53
第6投票区 (深溝小学校)	4,130	3,111	75.33	78.08
第7投票区 (高齢者ふれあいプラザ)	1,926	1,566	81.31	82.32
第8投票区 (豊坂小学校)	1,906	1,585	83.16	89.32
合計	25,744	19,733	76.65	80.37

前回：平成11年4月25日執行

幸田町議会議員一般選挙

当直医

▶ 診療時間 午前9時～正午
午後2時～6時

▶ 6月15日
(日)

内科または小児科 小出クリニック 牧御堂 ☎54-5601
外科 むらかみ整形外科 幸田・高力 ☎63-2366
産婦人科 救急医療情報センターへ問い合わせ ☎21-1133
皮膚科 小出クリニック 牧御堂 ☎54-5601
耳鼻咽喉科 むつみ耳鼻咽喉科 井内 ☎72-2320
眼科 桐漕アイクリニック 羽根 ☎51-1279

▶ 6月22日
(日)

内科または小児科 柱百々小林医院 柱百々 ☎51-4076
外科 長野整形形成外科医院 明大寺 ☎25-3888
産婦人科 救急医療情報センターへ問い合わせ ☎21-1133
皮膚科 さいとう皮膚科 柱 ☎54-6300
耳鼻咽喉科 いたや耳鼻咽喉科 明大寺 ☎87-3387
眼科 小島眼科クリニック 十王1 ☎25-5155

▶ 6月29日
(日)

内科または小児科 山崎内科胃腸科 幸田・菱池 ☎62-5225
外科 岸本外科医院 八幡3 ☎22-0926
産婦人科 救急医療情報センターへ問い合わせ ☎21-1133
皮膚科 中西泌尿器科皮膚科医院 六名本 ☎58-6711
耳鼻咽喉科 水上眼科耳鼻咽喉科 暮戸 ☎33-2111
眼科 水上眼科耳鼻咽喉科 暮戸 ☎33-2111

▶ 7月6日
(日)

内科または小児科 岩瀬医院 福岡 ☎51-9036
外科 野田整形外科クリニック 大和 ☎31-8808
産婦人科 救急医療情報センターへ問い合わせ ☎21-1133
皮膚科 酒井皮ふ科 矢作 ☎32-9929
耳鼻咽喉科 大橋耳鼻咽喉科 上六名1 ☎52-0684
眼科 足立眼科 井田 ☎22-0219

▶ 7月13日
(日)

内科または小児科 志貴医院 上六名 ☎53-1485
外科 山本整形外科 国正 ☎57-5080
産婦人科 救急医療情報センターへ問い合わせ ☎21-1133
皮膚科 須田クリニック 鴨田本 ☎23-8011
耳鼻咽喉科 康生医院 康生南 ☎21-1340
眼科 みやした眼科 明大寺 ☎57-8166

保険証をお持ちください。
都合により当直医を変更することもありますので、下記の救急医療情報センターでご確認ください。

救急医療情報センター

どうしても医療機関が見つからないときは、愛知県救急医療情報センターにお電話ください。オペレーターが24時間体制でお知らせします。

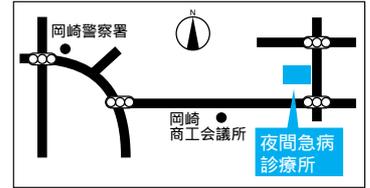
当直医をお探しの地域	救急医療情報センター
幸田町、岡崎市、額田町	☎0564-21-1133
蒲都市ほか東三河地域	☎0532-63-1133
西尾市、吉良町、幡豆町	☎0563-54-1133



夜間緊急診療

岡崎市医師会公衆衛生センター
夜間急病診療所

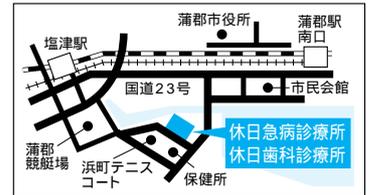
診療科目 内科・小児科・外科
診療日 毎日 *夜間のみ
受付時間 午後7時30分～10時30分
診療時間 午後8時～11時
問合せ ☎52-1906



休日緊急診療

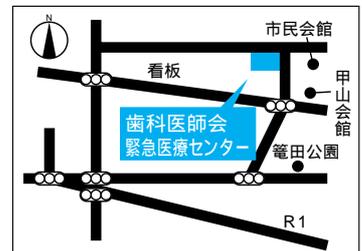
蒲都市保健センター

診療科目 内科・小児科
診療日 日曜日・祝日および12月30日～1月3日
受付時間 午前9時～正午、午後1時～5時
問合せ ☎0533-67-2555



歯科の休日・夜間緊急診療

岡崎歯科医師会緊急医療センター
診療日 日曜日・祝日：午前9時～11時30分、午後1時～3時30分 / 平日
夜間(月～土)：午後7時30分～10時30分
問合せ ☎21-8000



蒲都市保健センター
(休日緊急診療と同じ)

診療日 日曜日・祝日および12月30日～1月3日
診療時間 午前9時～午後0時30分
問合せ ☎0533-69-8020

まちの便利帖

ユニバーサルサッカー 2003/6/16 - 2003/7/15

6月 June

16 月	住民健診（芦谷公民館 9:00、13:30） レディースソフトテニス大会 （文化広場テニスコート 9:00）
17 火	住民健診 （永野老人憩の家 9:00、上六栗老人憩の家 13:30） わくわくあそびランド（上六栗保育園 10:00）
18 水	住民健診 （桐山老人憩の家 9:00、須美公民館13:30）
19 木	10か月児健診（保健センター 13:00）
20 金	住民健診（市場公民館 9:00、13:30）
21 土	住民健診（保健センター 9:00、13:30） ふれあいディスクゴルフ大会 幸田中央公園 9:00）
22 日	ソフトバレーボール大会 （フタバ産業体育館8:30）
23 月	住民健診 （逆川農村センター 9:00、海谷公民館 13:30）
24 火	住民健診 （萩農村センター 9:00、保健センター 13:30） 町長対話サロン（役場1階サロン 10:00）
25 水	住民健診 （新田老人憩の家 9:00、六栗公民館13:30）
26 木	育児講座 親子でリフレッシュ！Let'sエアロビ （町民会館あじさいホール 10:00）
27 金	育児講座 親子でリフレッシュ！Let'sエアロビ （町民会館あじさいホール 10:00） 介護保険被保険者証交付説明会 （保健センター 10:00） 4か月児健診（保健センター 13:00）
28 土	住民健診（保健センター 9:00、13:30）
29 日	
30 月	



7月 July

1 火	わくわくあそびランド（わしだ保育園 10:00） 2歳児歯科健診（保健センター 13:00）
2 水	
3 木	1歳6か月児健診（保健センター 13:00）
4 金	
5 土	
6 日	痴ほう予防講演会 （中央公民館ホール 10:00）
7 月	
8 火	わくわくあそびランド（菱池保育園 10:00） 町長対話サロン（役場1階サロン 10:00）
9 水	わくわくあそびランド （幸田保育園 10:00）
10 木	
11 金	3歳児健診（保健センター 13:00）
12 土	レディースカップソフトボール大会 （とぼね運動場 18:30） ユニバーサルホッケー大会（～13日 豊坂 小学校体育館・勤労者体育センター 8:30）
13 日	
14 月	
15 火	わくわくあそびランド（上六栗保育園 10:00）



▶毎月第2・4火曜日（午前10時～正午）に町長対話サロンを開催。町長と直接話ができます。



粗大ごみ収集日

受付期間

平日 / 午前9時～正午 土日 / 午前9時～午後3時
正午から午後1時までには昼休憩です。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



問合せ 保健環境課衛生係
☎62-1111（内線182）

● 委託搬入電話受付日 □ 粗大ごみ収集日 ▲ 資源拠点収集日



Public Information



毎月1日発行

〒444-0192 愛知県額田郡幸田町大字菱池字元林1番地1
 ☎(0564)62-1111
 幸田町ホームページ☑<http://www.town.kota.aichi.jp>
 Eメール☑kota@town.kota.aichi.jp

発行☑幸田町 編集☑総務部企画情報課

『ハッピートライアスロンKOTA』開催! 参加選手募集中!



超人的な体力と精神力を必要とする競技で「鉄人レース」と呼ばれているトライアスロン。この「鉄人レース」キッズ版をハピネス・ヒル・幸田周辺を会場に開催します。この大会ではトライアスロンの競技経験者はもちろん、はじめてのかたでも参加できますので、ご参加ください。

部門 募集人数 距離

競技部門	募集人数	SWIM 水泳	BIKE 自転車	RUN 走る
小学1～2年	60人	50 ^分	2 ^分	0.5 ^分
小学3～4年	60人	80 ^分	3 ^分	0.8 ^分
小学5～6年チャレンジ	60人	125 ^分	5 ^分	1.5 ^分
小学5～6年エキスパート	20人	200 ^分	7 ^分	2.0 ^分
中学1～3年チャレンジ	90人	200 ^分	7 ^分	2.0 ^分
中学1～3年エキスパート	30人	250 ^分	9 ^分	3.0 ^分
小学生リレーの部	30組	125 ^分	3 ^分	0.8 ^分



日時 9月7日(日)スタート午前8時
(雨天決行)

主催 幸田町商工会青年部

会場 「ハピネス・ヒル・幸田」

参加資格 小学1年から中学3年までの十分健康な男女で50m以上泳げるかた 町内町外は問いません。

参加費 各部3,500円/人 リレーの部4,500円/組(昼食・参加賞品付き)

参加者が用意する物 バイク、バイクヘルメット、水着、ゴーグル

申込み 7月22日(火)までに電話で幸田町商工会(☎62-0120)へお申し込みください。

そのほか 個人&リレー部門のかけもち出場が可能です。/リレーは1チーム2～3人で構成して下さい。(1人2種目も可)/エキスパート部門にはロードレーサーまたはマウンテンバイクでご出場ください。/泳ぎに自信がない人はビート板を使ってもかまいません。/エキスパート以外の部門は普段の自転車でご参加いただけます。

問合せ 幸田町商工会 ☎62-0120