



広報

清須

水・歴史・人
織りなす都市



2020
No.181
8月号

《主な内容》

元気におはよう!

ウルフドッグス名古屋の永露選手と高梨選手、
チームマスコットのウルドくんによるあいさつ運動
「清洲東小学校(7月2日撮影)」
(写真右から、高梨選手、永露選手、ウルドくん)



特別定額給付金(一人一律10万円)の申請は8月28日(金)までにお願ひします/清須市家庭学習応援金支給事業は9月30日(水)までに申請が必要です

P.2

新型コロナウイルス感染症対策、清須げんき商品券販売事業のお知らせ/ひとり親世帯臨時特別給付金のお知らせ

P.3

平和への取組み、戦争の悲惨さ・平和の尊さを伝えよう

P.4

「清洲城・清洲ふるさと」のよかたに関するお知らせ/国勢調査にご協力ください

P.5

今月号掲載のイベント等について

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載のイベント等を中止・延期する場合があります。最新情報は、市ホームページ又は問合せ先でご確認ください。
市ホームページ: [注目情報] → [新型コロナウイルス感染症における対応]



清須市の人口【総人口】69,415人(-25人) 【世帯数】29,815世帯(-16世帯)
【男】34,797人(-26人) 【女】34,618人(+1人)

※()内は前月比
(令和2年7月1日現在)

行政ニュース

夢広場はるひ

保健だより

教室講座

児童・子育てだより

フォトダイアリー

インフォメーション



特別定額給付金(1人一律10万円)の申請は 8月28日(金)までをお願いします

特別定額給付金の申請受付期限は、郵送申請、オンライン申請ともに**8月28日(金)**です(郵送申請の場合は、当日消印有効)。

期限を越えての申請は、受け付けることができませんのでご注意ください。

また、清須市の支給対象者(※)で、申請書がお手元に届いていない場合や、紛失した場合などは、再発行しますので、下記コールセンターまでお問い合わせください。

※基準日(令和2年4月27日)時点で、清須市の住民基本台帳に記録されている方となります。

■問合せ 清須市特別定額給付金コールセンター ☎052-400-5670
(対応時間:平日の午前8時30分~午後5時15分)

清須市家庭学習応援金支給事業 9月30日(水)までに申請が必要です

緊急事態宣言に基づく学校の臨時休業措置に伴い、在宅での学習を余儀なくされた小中学校、高等学校等に在籍している児童及び生徒(※)の方に対し、家庭学習応援金(1人につき1万円)を支給しています。

申請手続きがお済みでない**高等学校等に通う児童生徒の保護者の方は、市役所への申請手続きが必要**です。**9月30日(水)まで**をお願いします。

※対象となるのは、令和2年5月22日時点で清須市の住民基本台帳に記録されており、平成14年4月2日~平成26年4月1日に生まれた方です。

■問合せ 学校教育課(南館1階)

イベント等の中止・規模縮小のお知らせ

次の日程で開催を予定していましたイベント等は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、市民及び関係者の皆さまの安全を考慮し、**中止及び開催規模縮小**することを決定しました。(広報清須7月号と重複掲載のイベント等有り。)

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

※予定していた日程順に掲載しています。

イベント等名	日程	担当課	イベント等名	日程	担当課
市納涼盆踊り	8月1日(土) 中止	生涯学習課 (南館1階)	市男女共同参画講演会	9月26日(土) 中止	生涯学習課 (南館1階)
平和祈念式 ※1	8月19日(水) 中止	社会福祉課 (北館1階)	みずとびあ観月の夕べ		都市計画課 (南館2階)
市総合防災訓練 ※2	9月5日(土) 規模縮小	防災行政課 (北館3階)	新川やると祭	10月3日(土) 中止	産業課 (南館3階)
河川環境美化活動 ※3	9月6日(日) 中止	生活環境課 (北館2階)	にしび体育祭・ 春日体育祭	10月4日(日) 中止	スポーツ課 (南館1階)
側溝一斉清掃活動		土木課 (南館2階)	清洲城信長まつり・ 清須産業まつり	10月11日(日) 中止	産業課 (南館3階)
市文化協会 カラオケ発表会	9月13日(日) 中止	生涯学習課 (南館1階)	りばーぴあ 土岐川・庄内川	10月18日(日) 中止	都市計画課 (南館2階)
市敬老会 ※4	9月15日(火) 中止	高齢福祉課 (北館1階)	清洲体育祭・ 新川体育祭	10月25日(日) 中止	スポーツ課 (南館1階)

※1 「平和を願うあなたの記」記帳所は設置します。詳しくは、4ページをご覧ください。

※2 職員のみで実施します。

※3 町内清掃(環境美化)活動については、生活環境課へお問い合わせください。

※4 金婚式の祝賀行事のみ実施します。



新型コロナウイルス感染症対策 清須げんき商品券販売事業のお知らせ

コロナ禍における市内消費拡大と活性化に向けて、市では初めてとなる、**30%のプレミアム分を上乗せした商品券販売**を行います。

各世帯がご購入いただけるよう、商品券は十分に用意しています。3密（密集・密接・密閉）を避けていただく上でも、期間中は慌てずに購入手続きを行ってください。

事業概要	プレミアム分(30%)を上乗せした商品券を販売し、市内における消費拡大及び地域経済活性化を図ります。
対象者	市内にお住まいの方
商品券	1冊6,500円(500円券×13枚綴り)分の商品券を5,000円で購入できます。 【使用期間】9月1日(火)～令和3年2月28日(日)
販売方法	① 第1次販売 広報清須9月号に購入引換券(1世帯2冊まで購入可)を折込として同封します。引換券を持参の上、9月30日(水)までに市内郵便局8カ所(平日のみ)で商品券を購入してください。 ※休日2日間[9月6日(日)・12日(土)午前9時～午後5時]に市役所南館1階ロビーにて、臨時販売を行います。 ② 第2次販売 第1次販売の残数を、購入希望の方に対して、再度、販売することを予定しています。 ※詳しい購入方法は、広報清須9月号でお知らせします。
取扱店舗	7月から、未就学児及び65歳以上の高齢者の皆さまに配付しています「きよす生活応援券」の取扱店舗で引き続きご利用いただけるよう準備を進めています。事業所や店舗の方で、 新規登録を希望される方は、市商工会☎052-400-3008 までご連絡ください。 なお、商品券に合わせて発行する店舗一覧表への掲載は、 8月7日(金) 締切り となります。

■問合せ 産業課(南館3階)

「ひとり親世帯臨時特別給付金」のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響により、子育てと仕事を一人で担う「ひとり親世帯」の方については、子育てに対する負担の増加や収入の減少などにより特に大きな困難が心身等に生じていることを踏まえ、こうしたひとり親世帯の方を支援するため、給付金を支給します。

基本給付	対象者 ①令和2年6月分の児童扶養手当が支給されるひとり親世帯の方(養育者の方も対象) ②公的年金等を受給しており、児童扶養手当が支給されていない方(養育者の方も対象) ③新型コロナウイルス感染症の影響により家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方 給付額 1世帯5万円 第2子以降1人につき3万円 申請について ①の方は、市から直接お知らせしますので申請不要です。 ②③の方は、申請が必要です。
追加給付	対象者 基本給付の上記①又は②に該当する方のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少している方 給付額 1世帯5万円 申請について 申請が必要です。

詳細は、市ホームページ又は子育て支援課までお問い合わせください。

■問合せ 子育て支援課(北館2階)



高齢者叙勲 〈旭日単光章〉

長年にわたり、議員として地方自治の推進に尽力された功績によるものです。
(敬称略)

加納 實(廻間一丁目)



環境保全推進 功労表彰

長年にわたり、地域環境保全委員として環境保全活動に寄与された功績によるものです。(敬称略)

伊藤 健司

(西枇杷島町養和)

寄附をいただきました

有効に使わせていただきます。ご厚意に感謝し、厚くお礼申し上げます。

※寄附日の順に掲載しています。(7月14日現在)

○匿名	手作り布マスク	50枚
○富永敏博 様	絵画作品	2点
○株式会社明電舎 名古屋事業所 様	マウスシールド	1,000枚



平和への取組み ~戦争の悲惨さ・平和の尊さを伝えよう~

「平和を願うあなたの記」

過去の戦争によって亡くなられた方々を追悼し、平和で安心して暮らせる社会の実現を願い、次のとおり記帳所を開設します。「平和を願うあなたの記」への署名をお願いします。

と き 8月1日(土)~31日(月)

ところ 市役所北館1階ロビー／にしびさわやかプラザ1階ロビー／清洲市民センター1階ロビー／市立図書館1階ギャラリー

■問合せ 社会福祉課(北館1階)

パネル展「ヒロシマ・ナガサキ原爆と人間」



被爆の惨禍、核兵器の恐ろしさを広く知っていただくため、平和月間にあわせ、日本原水爆被害者団体協議会によって製作された「ヒロシマ・ナガサキ原爆と人間」のパネルを展示します。

と き 8月1日(土)~30日(日)

ところ 市立図書館

■問合せ 生涯学習課(南館1階)

原爆投下時刻には黙とうを

今からさかのぼること75年、世界ではじめて原子爆弾が広島に投下されました。8月6日午前8時15分(広島)と、8月9日午前11時2分(長崎)には、原爆死没者の冥福と世界恒久平和の実現を祈り、1分間の黙とうをささげましょう。

■問合せ 人事秘書課(北館3階)

「清洲城」・「清洲ふるさとのやかた」に関するお知らせ

開館情報	「清洲城」・「清洲ふるさとのやかた」は、毎週月曜日（月曜日が祝日又は振替休日の場合は翌平日）が定休日となりますが、お盆の 8月11日（火） は、 休まず営業 します。どうぞお越してください。
休館情報	「清洲城」は、昨年度から本年度までの2カ年計画で長寿命化工事を実施しています。本年度Ⅱ期工事では、 外壁・内装改修 や 自家用発電機等の電気設備改修 のため、 次の期間を休館 とさせていただきます。 【休館予定期間】8月31日（月）～9月14日（月） また、工事期間中は仮囲いや現場事務所を設置するため、来場者の皆さまには何かとご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。 なお、「清洲ふるさとのやかた」は 通常営業 します。

■問合せ 産業課（南館3階）

国勢調査 2020

国勢調査にご協力ください

令和2年国勢調査（10月1日現在）を実施します。

国勢調査は、人口・世帯の構造を明らかにする調査で、全ての人と世帯が対象です。

9月上旬～10月にかけて調査員がお伺いしますので、ご協力をお願いします。

調査票に記入していただいた内容につきましては、統計法に基づき秘密が厳守されますので、正確にご記入ください。

調査員は、身分証明書（調査員証）を携帯しています。万が一、不審に思われるようなことがあった場合は、企画政策課までご連絡ください。

パソコン・スマートフォン・タブレットでのオンライン回答も可能だよ！



■問合せ 企画政策課（北館3階）

防災行政無線を用いた全国一斉情報伝達訓練を実施します

8月5日（水）午前11時ごろ 実施します。

市では、地震・津波や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム「J-ALERT（ジェイ・アラート）」から送られてくる国からの緊急情報を、防災行政無線を用いて確実に皆さまへお伝えするため、市内で緊急情報伝達訓練を行います。

市が当日実施する試験は、次のとおりです。



情報伝達手段	内 容
防災行政無線の放送	市内110カ所に設置してある防災行政無線から、次の放送内容が一斉に放送されます。 【放送内容】 「これは、Jアラートのテストです。」×3+防災行政無線チャイム

注）清須市以外の地域でも、全国的にさまざまな情報伝達手段で試験が実施されます。

J-ALERT（ジェイ・アラート）とは、地震・津波や武力攻撃などの災害時に国から送られてくる緊急情報を、人工衛星などを活用して瞬時に情報伝達するシステムです。

■問合せ 防災行政課（北館3階）



後期高齢者医療についての お知らせ

窓口で支払う一部負担金は？

現役並み所得の方(※1)	3割
一般の方(※2)	
低所得Ⅱの方(※3)	
低所得Ⅰの方(※4)	1割

後期高齢者医療被保険者証を忘れずに

病院にかかるときは、保険証を窓口
に提出します。保険証には、「1割」
又は「3割」の自己負担割合が記載さ
れています。

自己負担割合とは

●(※1)現役並み所得の方

後期高齢者医療を受ける方のうち、
お一人でも一定の所得(市民税の課
税所得が145万円)以上の方が同
一世帯にいる方

◎ただし、世帯の後期高齢者医療を
受ける方の収入の合計額が次の基
準額に満たない場合には、申請さ
れますと負担割合が1割に変更さ
れます。

①世帯に本人以外の後期高齢者医療
の被保険者の方がいる場合

520万円

②世帯に本人以外の後期高齢者医療
の被保険者の方がいない場合

アイのいづれかの額

ア被保険者本人の収入額

383万円

イ世帯の70～74歳の方(後期高齢者
医療の被保険者の方を除く。)を含
めた収入額

520万円

●(※2)一般の方

現役並み所得者の方、低所得Ⅰ・
Ⅱのいづれにもあてはまらない方

●(※3)低所得Ⅱの方

同一世帯の世帯主及び世帯員全員
が住民税非課税の方

●(※4)低所得Ⅰの方

同一世帯の世帯主及び世帯員全員
が住民税非課税で、その世帯の各所
得が必要経費・控除(年金の所得は控
除額を80万円として計算)を差し引い
たときに0円となる方

医療費が高額になったときは？

1カ月の医療費が限度額を超えた
ときは、超えた分が後から支給され
ます。

診療月を含め過去12カ月に3回以
上、世帯(外来+入院)の支給対象と
なっている場合は、4回目以降の世帯
(外来+入院)の自己負担限度額は下
表の「1」内の金額となります。

※該当した場合は、広域連合からお
知らせ及び振込みがあります。(数
月かかります。)

詳しくは、お送りしております後
期高齢者医療被保険者証に同封され
ている冊子「後期高齢者医療制度の
ご案内」をご覧ください。

◎これまで、「限度額適用・標準負担

額減額認定証」や「限度額適用認定
証」をお持ちの方で8月1日以降も
該当する場合は、新たな有効期間
の証を7月下旬に郵送しています
のでご確認ください。

問合せ 保険年金課(北館1階)

負担区分	負担割合	個人の限度額 (外来のみ)	世帯の限度額 (外来+入院)
現役並み所得の方(※1)	3割	課税所得 690万円以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1% [140,100円]
		課税所得 380万円以上	167,400円+(医療費-558,000円)×1% [93,000円]
		課税所得 145万円以上	80,100円+(医療費-267,000円)×1% [44,400円]
一般の方(※2)	1割	18,000円 年間(8月～翌年7月)144,000円が上限	57,600円 [44,400円]
低所得Ⅱの方(※3)		8,000円	24,600円
低所得Ⅰの方(※4)			15,000円

国民健康保険被保険者証を 発送します

国民健康保険被保険者証は、2年
ごとに一斉更新を行います。

現在お持ちの被保険者証の有効期
限は、平成32年8月31日(月)又は令和
2年8月31日(月)となっているため、
令和2年9月1日(火)からご使用い
ただく加入者全員分の被保険者証を、
住民登録されている住所の世帯主宛
てに簡易書留郵便で8月中旬に送付
します。

郵便局の方が配達に伺った際、ご不
在の場合は、不在票が投函されます
ので、不在票に記載されている期間内
に、郵便局へ再配達依頼をするか、
名古屋西郵便局でご自身にて受領し
てください。

なお、現在お持ちの被保険者証に
ついては、9月1日以降に保険年金
課へご返却いただくか、ご自身で細断
し破棄してください。

問合せ 保険年金課(北館1階)

母子・父子家庭医療費受給者証 更新手続きのお知らせ

母子・父子家庭医療費受給者証の
有効期限は10月31日(土)です。
対象者へは、9月上旬に更新申請
書を送付します。

問合せ 保険年金課(北館1階)



6月議会定例会

■問合せ 議事調査課(南館4階)

税条例の一部を改正する条例案等19議案を可決

定例会は、6月5日から24日の20日間の会期で開き、初日に市長提出議案の上程・説明があり、諮問案件である人権擁護委員候補者の推薦3件については、同日、適任と決しました。

また、市長提出案件の内、工事請負契約(校舎長寿命化等改修工事(その8)(その9)(その10))の締結については、即日、採決され全員賛成で可決しました。その他の議案については、9日に各所管の常任委員会に付託しました。

最終日には、それぞれの常任委員会の審査結果が委員長から報告があり、採決の結果、全議案が原案どおり可決しました。

可決された主な議案

- ◇税条例の一部を改正する条例案
- ◇国民健康保険税条例及び介護保険条例の一部を改正する条例案
- ◇工事請負契約(校舎長寿命化等改修工事(その8))の締結について
- ◇工事請負契約(校舎長寿命化等改修工事(その9))の締結について
- ◇工事請負契約(校舎長寿命化等改修工事(その10))の締結について
- ◇令和2年度一般会計補正予算(第4号)案 ◇令和2年度一般会計補正予算(第5号)案

報告案件

- ◇令和元年度一般会計繰越明許費繰越計算書について
 - ◇令和元年度下水道事業会計予算繰越計算書について
 - ◇尾張土地開発公社令和2年度事業計画及び予算に関する書類について
- ※その他の議案については、広報清須今月号の折込「市議会だより第58号」及び市ホームページをご覧ください。

9月議会定例会の日程

本会議・委員会は傍聴できます。ただし、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用など十分な配慮をお願いします。

開会時間 ■問合せ	24日(木)	16日(水)	14日(月)	10日(木)	9日(水)	8日(火)	7日(月)	3日(木)	1日(火)	9月31日(月)	8月27日(木)	開会日
午前9時30分から 議事調査課(南館4階)	本会議(委員長報告、 討論、採決)	総務常任委員会	総務常任委員会	建設文教常任委員会	建設文教常任委員会	福祉常任委員会	福祉常任委員会	本会議(議案質疑)	本会議(一般質問)	本会議(一般質問)	本会議(行政報告、 質疑、監査報告、 議案提案・説明)	会議等

税の公平性と延滞金

■問合せ 収納課(北館2階)

税の公平性 市税は、市のさまざまな事業を行うための費用を所得や資産の状況に応じて、皆さまに公平に負担していただいているものです。各税には納期ごとに納期限が定められており、納期限内に納付がなかった方には納期限内に納付された方との不公平をなくすため、延滞金が加算されます。

延滞金の計算方法 納期ごとの税が納期限までに完納されない場合、納期限の翌日から完納されるまでの日数に応じて計算された延滞金を本税に加算して納付することになります。

平成26年1月1日以降の期間は、「年14.6%」と「特例基準割合(※)+7.3%」の低い方の割合で計算され、令和2年は年利8.9%で計算されます。ただし、納期限の翌日から1か月を経過する日までの期間は、「年7.3%」と「特例基準割合(※)+1.0%」の低い方の割合となり、令和2年は年利2.6%で計算されます。

(※)特例基準割合とは、財務大臣が前年の12月15日までに告示する割合(国内銀行の新規の短期貸出約定平均金利の前々年の10月から前年9月までの各月における年平均)に1%を加算した割合です。

税金を納期限までに納税できない場合は、そのまま放置しておかず、早めに収納課へご相談ください。また、税金は、最寄りの金融機関、コンビニエンスストア又は市役所会計課(北館1階)で納めることができます。なお、納税・納付には、納め忘れが無い便利な口座振替をご利用ください。



台風接近時の「ごみの回収」について

台風の接近に伴い、「暴風警報」が発令される場合がありますが、回収作業に影響を伴わない状況の場合は、**通常どおり**回収を行います。

ただし、風雨が強く、回収作業継続に危険が伴う場合については、一旦作業を中断し、天候の回復を待つて回収作業を再開します。

通常、ごみ(可燃、不燃、プラスチック及び粗大)は、指定日の午前8時までに排出していただいておりますが、風雨が強い時は、一旦、排出を見合わせていただき、天候の回復を待つて排出してください。

なお、資源回収は、前日に回収容器の配布、準備をするため、台風の接近状況により**前日に回収中止の判断**を行います。ご理解とご協力をお願いします。

■問合せ 生活環境課(北館2階)



事業所から排出されるごみについて **事業活動に伴うごみ(事業系ごみ)は、市では回収しません**

事業活動によって排出されるごみは、**事業系廃棄物収集運搬業者と別途契約**し、専用袋に入れ、引き渡さなければなりません。**事業所から排出されるごみは、すべて「事業系廃棄物」となります。**

家庭ごみとして排出されている事業系廃棄物の例	伝票のような紙類／文房具／食品残渣等の生ごみ／ダンボール／古紙／布／空き缶／ビン／金物／金属くず／ゴム類／ビニール類／弁当の空き容器／食品の包装紙／ペットボトル など
------------------------	---

生活環境課では、近隣からの通報やパトロールをもとに、内容物の調査を行い、適切に排出されていないごみ袋を**法律違反**と判断し、「警告シール」を貼付し、回収せずに放置します。**(ただし、悪質な事業所に対しては、警察との連携による摘発を実施しています。)**ご理解とご協力をお願いします。

事業系廃棄物収集のご依頼は、以下の市許可業者へお願いします。

※許可業者は以下の**12社のみ**です。(50音順)

許可業者名	電話番号	許可業者名	電話番号
株式会社海部清掃	052-441-5353	東海装備株式会社	052-432-5130
オオブユニティ株式会社	052-501-4811	永井産業株式会社	052-400-8211
株式会社オールサービス	052-441-0585	丸真株式会社	0587-23-5181
有限会社岡田商店	052-433-0386	丸二衛生有限会社	0567-96-4402
有限会社ケーアイ	0568-24-0279	株式会社宮崎	052-409-2285
株式会社三清社	052-584-7272	宮澤紙業株式会社	052-441-5308

■問合せ 生活環境課(北館2階)

ごみ分別アプリ「さんあ〜る」をぜひご利用ください!

本市では、スマートフォン・タブレット用**ごみ分別アプリ「さんあ〜る」**を配信しています。

このアプリでは、分別方法を検索したり、資源・ごみ収集日の確認や市からのお知らせを受信することができます。

また、**英語にも対応**しており、ご利用端末の言語設定を変更していただければ英語版をご利用いただけます。



【ダウンロード方法】

App Store(アップルストア)、Google Play(グーグルプレイ)から「さんあ〜る」で検索し、**ごみ分別アプリ「さんあ〜る」**をタップすることで入手できます。また、右の二次元コードでも読み取りできます。(アプリ利用料は無料ですが、通信料はご負担となります。)



App Store Google Play

■問合せ 生活環境課(北館2階)



熱中症になったときには

■問合せ 健康推進課(北館2階)

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら…。落ち着いて状況を確認してから対処しましょう。最初の処置が肝心です。

●環境省熱中症予防情報サイト(<https://www.wbgt.env.go.jp/>)

各種普及啓発資料や、熱中症のかかりやすさを示す「暑さ指数(WBGT)」を公表しています。



携帯電話用



スマートフォン用

熱中症の応急処置 (出典) 環境省リーフレット「熱中症～ご存じですか? 予防・対処法～」

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか?(めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温)

はい

チェック2 呼びかけに応えますか?

いいえ

はい 涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす。

チェック3 水分を自力で摂取できますか?

はい 大量に汗をかいている場合は、塩分の入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水がよいでしょう。

チェック4 症状がよくなりましたか?

はい

そのまま安静にして十分に休息をとり、回復したら帰宅しましょう。

救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に応急処置を始めましょう。呼びかけへの反応が悪い場合には無理に水を飲ませてはいけません。

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

氷のう等があれば、首、脇の下、大腿のつけ根を集中的に冷やしましょう。

医療機関へ

本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう。

職員の方からは「もう少しベッドの高さがあると介助しやすい。」「トイレは小さくて不安定。」「手すりがある方が立ちやすい。」「など、いろいろな意見が出ていました。

どのような経緯で訓練を実施することとなったのかをお聞きしたところ、「実物を見て触れて体験してみたかった。体験できて良かった。」「と仰られ、利用者の方々も終始「ニコニコ」されて楽しんでました。

6月半ばに、清須市阿原にある福祉発信基地友の家「ほしのみや」へ、ボランティア団体「防災カフェ」はるあき」の皆さんと伺いました。

この日、ほしのみやでは、避難所訓練を実施するというところで、職員の皆さんとダンボールベッドを作成し、利用者の方にベッドで寝てもらったり、ダンボールで作成したトイレに座ったりと、いろいろな体験をしました。



ダンボールベッドを体験する参加者

職員の中には、「利用者の方々が避難所に受け入れてもらえるかが心配です。」と不安を漏らされる方もみえました。

障がいのある方が安心して過ごせる避難所の環境づくりは大きな課題だと思いました。

災害の有無に関わらず、普段から地域の方々との強いつながりを持つことで、災害にも強いまちづくりができるのではないかと思います。誰もが安心して共生できるインクルーシブな社会になることを願っています。

市民記者がゆく! まちなかWatch 60
インクルーシブな社会
市民記者 蘭田幸子



夢広場はるひ

【所在地】〒452-0961 清須市春日夢の森1番地
※清須市の市有施設である夢広場はるひ(清須市はるひ美術館・清須市立図書館・はるひ夢の森公園)は、指定管理者により管理・運営をしています。

清須市立図書館8月の行事予定

【電話】052-400-1044 【開館時間】午前10時～午後7時
【休館日】8/3(月)・17(月)・24(月)・28(金)・31(月)
8/11(火)は臨時開館となります。

きみの「しらべたい」を、
図書館がお手伝い!

1階児童企画

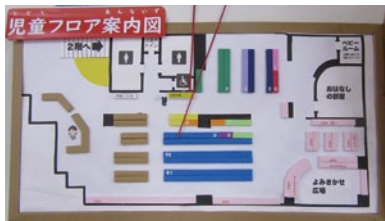


しらべてみよう! かいてみよう!

しらべて
みよう!

図書館の中に現れた「小さな図書館」で、
図書館のしくみを学んじゃおう!

図書館の本の並べ方には決まりがあり、10の
グループに仲間わけされています。どんなグル
ープがあり、どこに置いてあるのか…図書館の
しくみがわかると、調べ物が楽しくなるよ。



おめあての本はフロアのどこにあるのかを
案内図で確かめたら…



案内図の番号と色をてがかりに、
実際の本棚で探してみよう。

企画コーナーには、10の
グループの代表的な本があるよ!
まるで「小さな図書館」に
なっているんだ♪



かいて
みよう!

「読書通帳」を使ってみよう!



読書通帳を知っていますか?
読んだ本を書きとめておくと、
もう一度読みたくなったときにとっても便利!

※「読書通帳」は清須市立図書館のホームページからダウンロードできるよ!

2階一般企画

+4.8℃の未来

このままでは2100年には地球の平均気温が
4.8℃上昇すると言われています。そこで、
地球温暖化に関する本を集めました。これを
機会に、この星の未来を考えましょう。

清須市はるひ美術館8月の行事予定

【電話】052-401-3881
【開館時間】午前10時～午後7時(入館は午後6時30分まで)
【休館日】8/3(月)・11(火)・17(月)・24(月)・31(月)～9/18(金)

はら だ おさむ

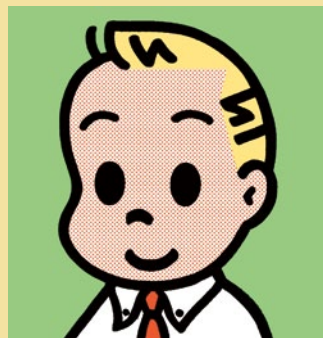
原田治 展 「かわいい」の発見

8月30日(日)まで

1970年代後半から90年代にかけて、女子中高生を中心に
爆発的な人気を博した「OSAMU GOODS」の生みの親、
原田治(1946-2016)。没後初の全国巡回展となる本展では、
広告・出版・各種グッズなど他分野にわたる作品を中心に、
時代を越えて愛される原田治の全貌に迫ります。

観覧料

一般700円(600円)、高大生500円(400円)、中学生以下無料
※()内は20名以上の団体料金
※インターネット割、チラシ割、清須市立図書館貸出利用カード
提示で正規料金から50円引
※各種障がい者手帳提示者及び付添人1名は無料



《JACK》



《JILL》

© OSAMU HARADA/KOJI HONPO

館長アートトーク

華やかな色彩、明瞭な光に満ちた絵画、
ナビ派ピエール・ボナールのやさしさ。
とき: 8月22日(土) 午後4時～5時
申込: ☎052-401-3881

いろいろなグッズも売っています!

「かわいい」を見つけよう!

市民割500円
切り取って
お持ちください。
原田治展

「この機会に禁煙を」

たばこを吸う人は感染症が重症化しやすい

日本禁煙学会は新型コロナウイルス感染症が重症化しやすいのは①60歳以上 ②喫煙者 ③喘息や慢性閉塞性肺疾患のある人 ④糖尿病や肝疾患など慢性疾患のある人 だとしています。過去に流行した重症急性呼吸器症候群(SARS)、中東呼吸器症候群(MERS)についても同様に、喫煙者は感染しやすく、感染すると重症化しやすいことが知られています。たばこにより肺の血流が悪くなり、肺を損傷させ、傷ついた細胞を修復する作用も阻害します。喫煙者の方は、この機会に禁煙に踏み切ることをお勧めします。

清須市の喫煙率は、市国保特定健診受診者の中では年々減少傾向にあります。健康推進課では、禁煙サポート相談を行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

行政ニュース

夢広場はるひ

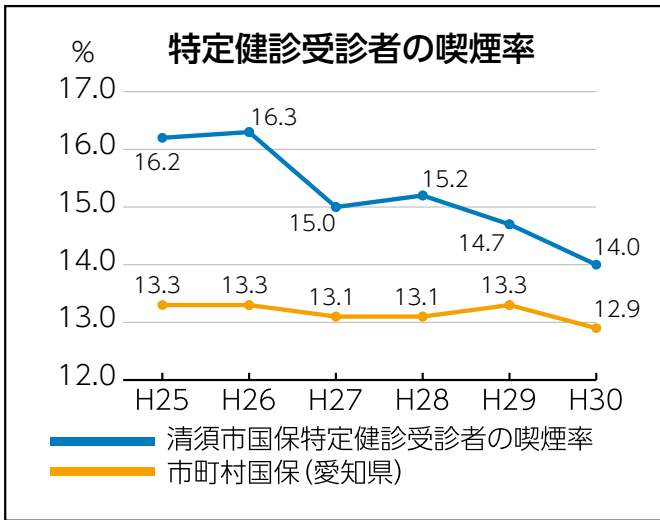
保健だより

教室・講座

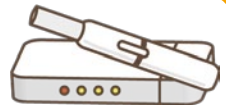
児童・子育てだより

フォトダイアリー

インフォメーション



「加熱式たばこなら、大丈夫?」



加熱式たばこは、喫煙者本人及び周囲への健康影響やにおいなどが、紙巻きたばこより少ないという期待から、使い始めている人が多くいます。

しかし、販売開始からの年月が浅いため、長期使用に伴う健康影響は明らかになっていません。カリフォルニア大学のたばこコントロール研究・教育センターによると、「電子たばこの使用者では、生来持っている免疫システムの能力が損なわれ肺炎リスクが高まりやすい。」と述べています。

予防接種のお知らせ～小学校4年生、6年生の保護者の方へ～

猛暑が続いておりますが、体調はいかがでしょう。

小学校の4年生と6年生の時期に受けていただく予防接種についてお知らせします。6月ごろに、小学校等を通じ、以下の対象年齢の方へ『予防接種のお知らせ』を配付しました。まだ接種を受けていない方は、早めに接種を受けてください。

ご不明な点がありましたら、健康推進課の母子保健係へお問い合わせください。



種類	接種年齢
日本脳炎 2期	小学校4年生(平成22年4月2日生～平成23年4月1日生)
2種混合(ジフテリア破傷風)	小学校6年生(平成20年4月2日生～平成21年4月1日生)

〈日本脳炎について〉

下記対象の方は、母子健康手帳を確認の上、不足している場合は、健康推進課へご相談ください。定期として、1期及び2期の接種が可能です。

対象 ①平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満の方

②平成19年4月2日～平成21年10月1日の間に生まれた、9歳以上13歳未満の方

かかりつけ医が指定医療機関以外の方は、かかりつけ医に愛知県広域予防接種協力医療機関であることを確認し、事前に健康推進課にて申請をお願いします。

※新川保健センターは、新川福祉センター内にあります。西枇杷島保健センターは、にしびさわやかプラザ内にあります。
春日保健センターは、春日老人福祉センター内にあります。

下記保健事業にお越しの際は、ご自宅で**体温の測定**をお願いします。**37.5度以上の場合には参加できません**ので、ご理解とご協力をお願いします。
なお、新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては、事業を中止・変更する場合があります。市ホームページ又はキヨスマでご確認いただくか、担当課までお問い合わせください。

《母子保健事業》☎は申込が必要です。詳細は、「令和2年度母子保健事業日程表」でご確認ください。担当課は健康推進課となります。

◎母子健康手帳は**すべての事業に必要**です。乳幼児健診には問診票を記入しご持参ください。**健診の所要時間は約2時間**です。

◎対象月にご都合のわるい方は、他の日程でお受けください。準備の都合がありますので、事前にご連絡ください。



名称	実施日	会場	受付時間	対象・詳細	
母子健康手帳交付	随時 (平日開庁時間)	市役所北館2階	午前8時30分～午後4時45分	妊婦 持ち物:妊娠届出書、マイナンバー(個人番号)カードか通知カード及び身分証明できるもの【所要時間】30分程度	
☎助産師相談	8月 3日(月) 9月 8日(火)	新川保健センター 西枇杷島保健センター	午前9時30分～10時30分	個別相談(妊娠期・母乳・卒乳など) 8/3は申込受付中、9/8は9月1日から申込開始	
☎妊産婦こころの相談	≪成人保健事業≫の「心の健康相談」をご参照ください。				
☎パパママ教室	8月26日(水)	清洲保健センター	午後1時15分～1時30分	妊婦とその夫 【終了予定】午後3時30分 テーマ「歯・栄養・妊婦体験」	
☎乳幼児健康相談	8月 3日(月) 9月 8日(火)	新川保健センター 西枇杷島保健センター	申込の際お伝えします。	乳幼児と保護者 内容:身体計測、発育等の育児相談 8/3は申込受付中、9/8は9月1日から申込開始	
ふたごの会	8月 3日(月) 9月 8日(火)	新川保健センター 西枇杷島保健センター	午前9時30分～10時	多胎児をもつ保護者とその児、多胎の妊婦 【終了予定】午前11時	
☎離乳食講習会	ごっくん編	8月26日(水)	清洲保健センター	午前9時45分～10時	主に生後5,6か月の食事の話 【終了予定】午前10時30分 申込受付中
	もぐもぐ編	8月 3日(月)	新川保健センター	午前9時15分～9時30分	主に生後7,8か月の食事の話 【終了時間】午前10時 申込受付中
乳幼児健診	4か月児	8月20日(木) 8月27日(木) 9月 3日(木)	西枇杷島保健センター 春日保健センター 西枇杷島保健センター	①午前9時15分～9時30分 ②午前9時30分～9時45分	8/20①はR2年4月1日～8日生、②は4月9日～15日生 8/27①はR2年4月16日～24日生、②は4月25日～末日生 9/3①はR2年5月1日～8日生、②は5月9日～15日生 持ち物:母子健康手帳・問診票・バスタオル
	10か月児	8月20日(木)	西枇杷島保健センター	午後1時15分～1時45分	R1年9月生 持ち物:母子健康手帳・問診票・バスタオル 当日受けられない方は1歳の前日まで医療機関で受診できます。受診票を発行しますので、健康推進課へ母子健康手帳と印章(はんこ)をご持参し、申請してください。
	1歳6か月児	8月27日(木) 9月 3日(木) 9月17日(木)	春日保健センター 西枇杷島保健センター 春日保健センター	午後1時15分～1時45分	8/27はH30年12月1日～21日生 9/3はH30年12月22日～H31年1月11日生 9/17はH31年1月12日～31日生 持ち物:母子健康手帳・問診票・歯ブラシ・バスタオル
3歳児	8月 4日(火) 8月25日(火)	西枇杷島保健センター 春日保健センター	午後1時15分～1時45分	8/4はH29年7月1日～12日生 8/25はH29年7月13日～31日生 持ち物:母子健康手帳・問診票・歯ブラシ・バスタオル ※目と耳の検査を事前に実施してください。 ※当日会場で尿検査をします。	
2歳児相談歯つばい健診	8月 6日(木)	西枇杷島保健センター	午後1時15分～1時45分	H30年7月生まれ 持ち物:母子健康手帳・問診票	
2歳6か月児歯なまる健診			午前9時15分～9時45分	H30年1月生まれ 歯ブラシ・タオル	
予防接種	★清須市・北名古屋・豊山町の指定医療機関以外(愛知県内に限る)でも予防接種ができます。 【対象】かかりつけ医が指定医療機関以外の方、里帰り出産等のため指定医療機関で接種ができない方。 【方法】協力医療機関であるかかかりつけ医に確認し、健康推進課へ申請後接種してください。				

《成人保健事業》☎は申込が必要です。

課	名称	実施日	会場	実施時間	対象・詳細
健康推進課	☎個別がん検診	12月まで	指定医療機関	医療機関に直接予約してください。	胃がん、胸部・肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん検診 広報清須6月号18ページ又は市ホームページをご覧ください。
	☎市国民健康保険特定健診				市国民健康保険の被保険者の方で今年度40歳を迎える方から健診当日74歳の方 対象者には受診券を送付します。
	☎後期高齢者健診				後期高齢者医療制度の被保険者の方 詳細は7月中旬に送付しました後期高齢者健診受診券同封案内又は市ホームページをご覧ください。
	☎節目年齢歯科健診	通 年	市内指定医療機関	診療時間内	令和2年4月1日に満40・45・50・55・60・65・70・75・80歳の方 医療機関に要予約 健康保険証持参 自己負担金1,000円(70歳以上は無料) 自己負担金免除制度もあります。
	☎市民健康相談 管理栄養士による ☎食事なんでも相談室 ☎禁煙サポート相談	8月18日(火)	西枇杷島保健センター	午後1時30分～2時 午後2時～2時30分 午後2時30分～3時	血圧測定、尿検査、健康に関する個別相談 離乳食、介護食などの食事に関する個別相談 禁煙をしたい方、ご家族の禁煙についての相談など 担当:保健師、管理栄養士
	☎心の健康相談	8月31日(月)	市役所北館2階	午後1時30分～2時20分 午後2時30分～3時20分 午後3時30分～4時20分	心の健康に関する個別相談 【秘密厳守】 ご本人以外からの相談も可 担当:臨床心理士
	風しん抗体検査・第5期定期接種	転入された方は健康推進課窓口で本人確認できるものと印章(はんこ)、転入前の市区町村発行のクーポン券を持参しお越しください。			
高齢福祉課	やるまいか教室 「いっぺん体操やるまいか!」 (状況により中止する場合あり)	8月7日(金) 21日(金)・28日(金) 8月4日(火) 18日(火)・25日(火)	アルコ清洲体育棟 2階メインホール 西枇杷島会館 2階	午後1時30分～2時30分	内容:体操 費用:無料 申込不要 対象:おおむね65歳以上の市内在住者 講師:スポーツクラブインストラクター 持ち物:タオル・室内用運動くつ・水分補給のための飲み物・マスク ※自宅で検温、発熱時参加不可

●不燃ごみ収集■坂町、東町、中河原、下河原…第1・3水曜日■横町、西町、旗本、下堀江、西堀江(名鉄津島線より南側)…第1・3土曜日■外町、寺野(花園・元町・郷前)、鍋片、助七(一丁目・二丁目)…第2・4水曜日■豊町、西堀江(名鉄津島線より北側)…第2・4水曜日■寺野(花笠・美鈴・池端)、助七(五反田・東山中・芳花・美里)、阿原…第1・3土曜日

行政ニュース

夢広場はるひ

保健だより

教室・講座

児童子育てだより

フォトダイアリー

インフォメーション

清洲市民センター	清洲弁天96番地1	052-409-6471
春日公民館	春日東出8番地2	052-400-2700



行政ニュース

夢広場はるひ

保健だより

教室・講座

児童・子育てだより

フォトダイアリー

インフォメーション

生涯学習講座

★市内にお住まい又はお勤めの方が対象です。
★申込及び問合せは、生涯学習課へお願いします。

★新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定が変更となる場合があります。
★マスク着用にご協力をお願いします。

生涯学習課(南館1階)
☎052-400-2911

天文開放

とき 8月21日(金)
午後7時～8時30分
ところ にしび創造センター

※中学生以下は保護者の送迎が必要です。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、入替制にて行います。

テーマ 「夏の星座と木星、土星」
講師 川村吉弘氏

※雨天の場合は中止です。くもりの場合は、その時の天候により判断しますので、生涯学習課に午後4時以降にお問い合わせください。

高齢者のための教室・講座

★申込は各センターへお願いします。
★60歳以上の方が対象です。

西枇杷島福祉センター
☎052455027530

映画を楽しもう

題名 「男はつらいよ 知床慕情」
主演 渥美清・竹下景子



とき 8月18日(火)
午前9時30分～11時20分
定員 25名
申込 8月5日(水)
参加費 無料

西枇杷島生きがいセンター
(にしび創造センター2階)
☎05245046361

おしゃべり横丁(映画鑑賞)

題名 「いつでも夢を」
出演 吉永小百合
浜田光夫

とき 8月14日(金)
午前9時30分～11時
ところ にしび創造センター

定員 20名
申込 8月5日(水)
参加費 無料

わくわく教室

題名 「風呂敷でエコバッグ」
ところ にしび創造センター

とき 8月21日(金)
午前9時30分から
定員 20名
持ち物 針・糸はさみ
材料費 300円(風呂敷持参の方は無料)

申込 8月5日(水)
参加費 無料



エリのCafé Españaへスペインカフェへ



「Hola! ¿Todo bien? こんにちは! 元気ですか? 今回のカフェは、ヘレス市で生産されるシェリー酒が保管される「bodega」(=酒蔵)について書きたいと思います。

シェリー酒を造るには、適切な環境づくりが必要です。その環境づくりにはbodegaの建築が大切な役目を果たしています。一般的に、bodegaは地下に造られます。しかし、ヘレス市はグアダルキビル川とグアダレテ川に囲まれ、大西洋から近いいため、地上に建てられています。

そのため、19世紀から、ヘレス市の街並みはbodegaの建築の影響を受けています。ヘレス市のbodegaは、形は四角形に切妻屋根で、海風を受けるように海の近く又は高い土地に建てられています。地上にあるため、さまざまな保湿対策がなされています。まず、アンダルシアの強い日照を避け、北西・南東向きに建てられています。厚さ60センチ、高さ14メートルぐらいの高い壁の真上に、横長な窓があります。その窓は海風が通るようにガラスの代わりに木材の「ceñosia」(=格子)が使われています。bodegaは土床になっていて、必要な時に水まきをすることによって、夏にでも湿度と室温を保つことができとても便利です。



高い壁などの工夫で湿度を保つことができる「bodega」(=酒蔵)

bodegaは美しい見た目だけでなく、さまざまな工夫のおかげで、優れたシェリー酒を作ることができる建築です。

ヘレス市ではbodegaの見学ができます。ヘレス市へ行った際、行ってください。

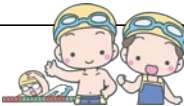
西枇杷島福祉センター	西枇杷島町大野37番地1	052 - 502 - 7530
にしび創造センター	西枇杷島町小田井一丁目12番地1	052 - 504 - 6361



生涯学習講座・サタデーキッズクラブを受講しませんか？

会場や時間、申込方法等は広報清須今月号の折込「生涯学習講座のご案内」をご覧ください。

生涯学習講座(後期) 応募締切:8月31日(月)	
【家庭】「似合う」がわかるオシャレ入門	10月23日(金)から全3回
【家庭】買う前に知りたいスマートフォン体験講座	11月10日(火)から全2回
【家庭】自分の声を好きになるボイストレーニング	11月11日(水)から全2回
【教養】くらしの英会話	10月15日(木)から全5回
【教養】絵手紙の魅力	11月5日(木)から全2回
【教養】メディカルアロマを学ぶ	11月7日(土)から全2回
【趣味】コーヒーを楽しむ 	10月18日(日)全1回
【趣味】集まれ旅好き!座学旅行	10月24日(土)から全2回
【趣味】リボンレイで編み込み小物	11月28日(土)から全2回
【趣味】癒しのハーバリウム	12月13日(日)から全2回
【親子】和菓子をつくってみよう 	11月8日(日)全1回
【親子】親子で挑戦!さぬきうどん	11月29日(日)全1回

サタデーキッズクラブ(後期) 応募締切:9月9日(水)	
バスケットで学ぶプログラミング	10月31日(土)全1回
わくわくサイエンス	11月21日(土)全1回
紙ヒコーキづくり教室	11月28日(土)全1回
ビバ!カーニバル	2月13日(土)全1回
朝日遺跡探検隊	2月20日(土)全1回
ミニサッカー	2月27日(土)から全3回
エンジョイスイミング 	【A】12月5日(土)から全3回 【B】1月23日(土)から全3回

■問合せ 生涯学習課(南館1階)

市民公開講座「認知症サポーター養成講座」受講者募集

認知症についての知識を深め、認知症の方とその家族を温かく見守ってくださる認知症サポーターを養成する勉強会です。受講された方には、認知症サポーターの証であるオレンジリングをお渡します。

また、パトロールDOGS(広報清須6月号の8ページ掲載)の申請をご検討されている方は、ぜひお申し込みください。

と き 9月3日(木) 午前9時~10時30分(受付は8時45分から)

と ころ 愛知医療学院短期大学(清須市一場519番地)

内 容 認知症についての講話

費 用 無料

定 員 20名

申 込 8月3日(月)から

※高齢福祉課へお申し込みください。



■問合せ 高齢福祉課(北館1階)

西枇杷島児童センター	052-504-2656
小田井児童館(にしび創造センター内)	052-504-6392
清洲児童館	052-409-6102
清洲児童センター・ウイング	052-401-2727
新川児童センター	052-409-5751
星の宮児童センター	052-400-5932
桃栄児童館	052-401-1234
春日児童館	052-409-8358

8月に開催を予定していましたが「児童館」、「児童センター」及び「子育て支援センター」の行事は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、皆さまの健康と安全を考慮し、中止とさせていただきます。

ご理解とご協力をお願いします。

行事の再開については、キヨスマ及び市ホームページでお知らせします。

■問合せ 子育て支援課(北館2階)

“虐待かもしれない?” と感じたら迷わず連絡してください



児童虐待はあなたの身近で起こっているかもしれません。「虐待かもしれない?」と感じたら、迷わず次の窓口までご一報ください。

相談内容や情報源の秘密は守られます。たとえ調査の結果、虐待でなかったとしても、情報提供者の責任が問われることはありません。

オレンジリボンには
子ども虐待を防止するという
メッセージが込められています。

■児童虐待関係機関

通告受付窓口	電話番号	受付時間
児童相談所 全国共通ダイヤル	189(いちはやく)	24時間・365日
愛知県中央児童・ 障害者相談センター	052-961-7250	月～金曜日 午前8時45分～午後5時30分
西枇杷島警察署	052-501-0110	24時間・365日 ※生命の危機がある場合は、すぐに110番へ
清須市役所 子育て支援課(北館2階)	052-400-2911	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

ファミリー・サポート・センター

仕事や通院、用事などで、「ほんの少しの間、子どもを見てもらえないかしら。」など、困った時はファミリー・サポート・センターにご相談ください。

小学校6年生までのお子さまをお持ちの保護者が対象です。

利用には、会員登録が必要となりますので、まずはセンターにお問い合わせください。



利用時間	利用料金
月～金曜日の午前7時～午後7時	30分350円
土・日曜日、祝日、年末年始及び上記時間外	30分400円

■問合せ 清須ファミリー・サポート・センター[子育て支援課(北館2階)内]

☎052-409-0755 受付時間は、平日午前8時30分～午後5時

子育て支援センター	西枇杷島子育て支援センター(芳野保育園内)	052-502-7013
	清洲子育て支援センター(本町保育園内)	052-401-2460
	新川子育て支援センター(須ヶ口保育園内)	052-400-2200
	春日子育て支援センター(中之切保育園内)	052-408-0771

※西枇杷島子育て支援センターには、駐車場がありませんので、公共交通機関又は徒歩等でのご利用をお願いします。



清須で子育てつなぐスマイル
子育てに役立つアプリ **キヨスマ** で
あなたを応援します!

キヨスマ は、妊娠期から子育て中の行政サービスや地域の子育て情報を確認することができるアプリです。

健診・予防接種の通知機能があり、「子育て日記」でお子さまの成長を写真付きで残すこともできます。

最新の情報を、便利なアプリで簡単に手に入れることができますので、ぜひご利用ください。



こちらからダウンロードできます



■問合せ 子育て支援課(北館2階)



子育て世代包括支援センター

～これからお母さんになる方や、子育て中のご家族を応援します～

妊娠前から出産・子育てまで、お母さんやお子さんの成長に合わせて、母子保健コーディネーター(保健師・助産師)や子育てコンシェルジュ(保育士)が連携し、さまざまな相談支援を行っています。電話での相談も受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

利用時間 月～金曜日(祝日、年末年始を除く。) 午前8時30分～午後5時

ところ 市役所北館2階 子育て世代包括支援センター

[健康推進課・子育て支援課内]

☎052-400-2911(代)

※不在の場合もあります。来所での相談を希望される方は、お電話でご確認ください。

親子ふれあい広場 ～ゆっくり手づくり楽しい子育て～

企画・運営:清須市子育てネットワークer ふわふわ

「親子ふれあい広場」では、手遊び・手作りおもちゃの作成などを行い、「ヨガ」では、ストレッチを行いながら親子のスキンシップを図ります。親子で楽しく遊びましょう!!

- とき**
- ①親子ふれあい広場 9月11日(金)午前10時～11時30分ごろ
 - ②親子ふれあい広場 10月 2日(金)午前10時～11時30分ごろ
 - ③ヨガ 11月 9日(月)午前10時～11時30分ごろ

受付開始時間は午前9時50分からです。保護者の方はマスクを着用して参加してください。親子ふれあい広場は、6月・7月に行われたものと同じ内容です。

ところ ①にしびさわやかプラザ ②③清洲総合福祉センター **対象** ①②③未就園児親子

定員 ①15組 ②15組 ③20組(先着順) **参加費** ①②③1組100円

申込 8月5日(水)から生涯学習課窓口又は電話 ※平日の午前8時30分～午後5時15分

持ち物 ③のみヨガマット又はバスタオル

■問合せ 生涯学習課(南館1階)





会計年度任用職員募集

会計年度任用職員を募集しています。詳細につきましては、各課等にお問い合わせください。

- 職種** ①保育士 ②保育園園務員 ③児童厚生員 ④調理員

- 募集人員** ①7名 ②③3名 ④若干名

- 資格等** ①保育士 ②なし ③保育士、幼稚園教諭又は学校教諭 ④特に無し(ただし、調理師免許取得者は報酬優遇あり)

- 勤務場所** ①②保育園 ③児童館・児童センター ④市学校給食センター

- 勤務時間** ①②③月・土曜日 ④月・金曜日の午前8時30分～午後0時30分

- 報酬単価(時給)** ①③1139円～1335円 ②969円 ④999円～1069円

62円

- 問** ①②③子育て支援課(北館2階)内線2011
④市学校給食センター管理事務所
052140017925

**新型コロナウイルス感染症対策「就労支援対策事業」
会計年度任用職員募集中**

申込要件は、市内在住で、新型コロナウイルスの影響により、企業等の採用内定が取消しとなった方又は雇用主側の事情で解雇された方となります。詳しくは、人事秘書課へお問い合わせください。

- 問** 人事秘書課(北館3階)

教育・子育て

**ロタウイルスワクチン
定期予防接種化の
お知らせ**

ロタウイルスによる胃腸炎の予防を図るため、ロタウイルスワクチンが10月1日(木)から定期予防接種になります。

対 清須市に住民登録のある令和2年8月1日以降生まれの方
健康推進課(北館2階)

**児童扶養手当現況届、県遺児手当
及び市遺児手当所得状況届の
提出をお忘れなく**

児童扶養手当・県遺児手当及び市遺児手当を受給している方は、毎年8月中に現況届(県遺児手当及び市遺児手当は所得状況届)を提出することとなります。

届出用紙は、各ご家庭に郵送していただきますので、必要事項を記入の上、必要書類とともに子育て支援課窓口まで提出してください。提出されない場合、手当を受けられなくなります。

- 提出期間** 8月3日(月)～31日(月)

- 提出場所** 子育て支援課
問 子育て支援課(北館2階)

**特別児童扶養手当を
受給されている方へ**

【手続のご案内】

障害のある児童を養育している方に支給されている特別児童扶養手当について、8月11日(火)ごろに令和2年4月～7月分をご指定の金融機関に振り込みますので、預金通帳等でご確認ください。

【所得状況届について】

特別児童扶養手当を受給されている方は、毎年、所得状況届を提出することとなります。

届出用紙は各ご家庭に郵送しますので、必要事項を記入の上、必要書類とともに子育て支援課まで提出してください。

提出されない場合、手当を受けられなくなります。

- 提出期間** 8月12日(水)～9月11日(金)

- 提出場所** 子育て支援課
問 子育て支援課(北館2階)

**母子家庭等のキャリア
カウンセリングのお知らせ**

県では、母子家庭及び寡婦家庭の母が、職歴や適性・希望に応じて職業・生活設計を行い、計画的にスキルアップしていけるように、専任のキャリアアカウンセラ(厚生労働省公認資格)による「キャリアアカウンセリング事業」を実施しています。

就職についての相談に応じ、仕事探しの悩みなどにも具体的なアドバイスを行いますのでお気軽にご相談ください。

なお、キャリアアカウンセリングは予約制となりますので事前に子育て支援課までご連絡ください。

- 問** 子育て支援課(北館2階)

**全国一斉「子どもの人権
110番」強化週間を
実施します**

いじめ、虐待など、子どもの人権に関わる悩みごと、心配ごとなどの相談に応じます。相談内容の秘密は固く守られますので、一人で悩まず気軽に相談してください。

- 時** 8月28日(金)～9月3日(木)午前8時30分～午後7時
「8月29日(土)・30日(日)」は午前10時～午後5時

【相談専用電話】

- 子どもの人権110番
012010071110
(フリーダイヤル)

【LINEで相談】

- LINEじんけん相談@kensoudan
名古屋法務局(1D:@snsji)



- 問** 名古屋法務局人権擁護部
052195218111
(内線1483)





行政ニュース

夢広場はるひ

保健だより

教室・講座

児童・子育てだより

フォトダイアリー

インフォメーション

ください。

時 8月21日(金)午後2時
〜3時

場 清須保健所(春日老人
福祉センター3階)

対 清須市、北名古屋市又
は豊山町にお住まいで相談を
希望するご本人、ご家族等

料 無料

申問 清須保健所健康支援課
こころの健康推進グループ
☎052-401-2100



暮らし・環境

**令和2年度
市無料耐震診断・耐震改修費
補助(除却費補助) 申請受付中**

市では、昭和56年5月31日
以前に着工された木造住宅
(旧基準木造住宅)を対象に、
無料で耐震診断を行っていま
す。診断の結果、評点が低い
建物に対し、耐震改修工事業
費の補助や除却費の補助も行っ
ています。その他、耐震シエ
ルター等の設置費補助制度も

実施しています。

〔残り申請戸数(先着順)〕
耐震診断 32戸

耐震改修補助 8戸

除却費補助 7戸

**耐震シエルター設置費補助
5戸**

補助額や補助対象等の詳
細は、市ホームページの「防
災・安心」→「災害情報」→「災
害への備え」→「清須市無料耐
震診断・耐震改修費補助・除
却費補助制度のお知らせ」を
ご覧いただくか、防災行政課
へお問い合わせください。

問 防災行政課(北館3階)

**令和2年度
市空家解体促進費補助
申請受付中**

市では、1年以上使用され
ていない危険な木造空家を対
象に、解体の補助を行ってい
ます。

〔残り申請戸数(先着順)〕

空家解体促進費補助 5戸

補助額や補助対象等の詳
細は、市ホームページの「防
災・安心」→「災害情報」→「災
害への備え」→「空家解体促進
費補助制度のお知らせ」をご
覧いただくか、防災行政課へ
お問い合わせください。

問 防災行政課(北館3階)

市公共下水道事業計画 変更案縦覧のお知らせ



本市では、汚水処理・雨水
排水を目的として下水道を
整備しています。事業をさら
に推進するため、新川流域関
連清須市公共下水道事業計
画の変更を今年度予定してい
ます。

そこで、変更案の縦覧を次
のとおり行います。

また、市民の方・利害関係
人は、縦覧期間終了の日まで
に、この案について清須市長
に対し意見書を提出するこ
とができます。

時 8月25日(火)〜9月7
日(月)(土・日曜日、祝日は除
く。午前8時30分〜午後5
時)

場 上下水道課窓口

内 【変更理由】予定処理区
域の拡大、処理分区域の見直
し、雨水ポンプ編成の見直し、
事業期間の延伸

問 上下水道課(南館2階)

住宅用火災警報器 取付け支援のお知らせ

消防職員が住宅用火災警
報器の取付けをお手伝いし
ます。

住宅用火災警報器を購入
したものの、取り付けること
が困難な高齢者や障がい者
世帯を対象として、消防職員
が直接住民の皆さまのお宅に
訪問し、設置のお手伝いをし
ます。

支援内容 申込者が保有
する住宅用火災警報器の取
付けや取替えを行います。

対象世帯 65歳以上の方
のみの世帯で、自ら住宅用火
災警報器を設置することが
困難である世帯、身体障がい
者手帳の交付を受けている方
のみで構成されている世帯。

受付・取付時間 平日午前
9時〜午後4時

申問 西春日井広域事務組
合消防本部予防課
☎0568-22-4924

「船杓橋」開通のお知らせ

平成29年度から、築堤等の河川改修事業とともに
に実施してきた「船杓橋」(清洲地内)の架替え工
事が完了し、7月7日(火)に開通しました。
ご協力ありがとうございました。

問 土木課(南館2階)



開通した船杓橋

清洲地区 ●可燃ごみ収集 ■丸の内、下本町、中本町、竹屋町、上本町、田中町(JRより南側)…毎週月・木曜日 ■朝日、伊勢町(JRより北側)、一場…毎週月・木曜日 ■田中町(JRより北側)、西田中・弁天…毎週火・金曜日 ■伊勢町(JRより南側)、西市場一〜五丁目、永安寺、神明町、西市場住宅、廻間、西清洲、土田、土田住宅、上条、新清洲一〜六丁目…毎週火・金曜日

時 とき **場** ところ **対** 対象・資格 **定** 定員・募集数 **内** 内容 **申** 申込・応募
費 費用・受講料 **講** 講師 **持** 持ち物 **問** 問合せ **他** その他



行政ニュース

夢広場はるひ

保健だより

教室・講座

児童子育てだより

フォトダイアリー

インフォメーション

「野焼き」は法律で禁止されています



「野焼き」とは、屋外で廃棄物の燃焼を行うことです。煙や悪臭で周辺住民に迷惑を掛けるため、一部の例外を除き、法律で固く禁止されています。

ごみを焼却できるのは、法律で例外とされた一部の行為と燃焼方法が法律で定める一定基準に適合した施設のみです。ドラム缶やブロック積み、穴を掘っての焼却は、違法な「野焼き」になります。

家庭から出るごみは燃やさずに、市の分別収集に出しましょう。回収できないごみ、事業所から出るごみについては、処理業者に処分を委託するなど適正に処理してください。

【農地における野焼き】

農地(田畑)で行う草木などの焼却は、害虫の発生を防ぐ効果や、焼却灰を肥料とし

て使うために行われている作業です。このように、農業を営むためにやむを得ないものとして行われる野焼きは、例外として認められています。ご理解とご協力をお願いします。

農地で野焼きする際は以下のことに十分配慮しましょう。

- ① 燃やすものをよく乾燥させ、風向きや強さ、時間帯を考慮する。
- ② 煙の量や臭い等が近所の迷惑にならない程度の少量にする。(あくまで例外行為です。燃やすことを推奨しているわけではありません。)
- ③ 燃やす前に近所の方に一声かけ、迷惑にならないようにする。(洗濯物に臭いがつく、煙と臭いで目やのどが痛いなどの苦情が入った場合は、消火をお願いします。)

【野外焼却に対する問合せ】

例外扱いできないと思われる焼却により困っている場合には、次の点を了承していただき生活環境課へお問い合わせください。

野外焼却の状況等(焼却している場所、焼却している物、

焼却している人の氏名、特徴等)及び連絡者の氏名、住所、電話番号についてお聞きします。(焼却している者に対し、連絡者の氏名等を教えることはありません。)

また、火災の危険性がある場合は、消防署へも連絡してください。

なお、産業廃棄物(事業活動に伴って生じた廃棄物のこと。)の焼却や常習性(複数回の行政指導にも従わず焼却を繰り返すこと。)がある等の悪質な場合には、警察へ連絡してください。

問 生活環境課(北館2階)

配偶者からの暴力(DV)でお悩みの方はご相談ください

DVとは、配偶者や恋人など親密な関係にある人からの身体に対する暴力又はこれに準ずる心身に有害な影響を及ぼす言動を指します。

パートナーとの関係に悩んでいる方は、一人で悩まず、専門機関へご相談ください。

●愛知県女性相談センター

●女性悩みごと相談専用ダイヤル

☎052-962-2527

午前9時～午後9時(平日)
午前9時～午後4時(祝日)

外の土・日曜日

●DV専門相談専用ダイヤル

☎052-962-2528

午後2時～3時30分(祝日以外の月曜日)

※弁護士がアドバイスします。(第1、3、5月曜日は女性弁護士)

●西枇杷島警察署

☎052-501-0110

庄内川の河川愛護モニターに委嘱されました(7月1日)



庄内川の「河川愛護モニター」に岡田みき子さん(桃栄三丁目)が委嘱されました。

岡田さんは、日頃から、「清須・あま・大治かわまちづくり協議会」の構成団体である「清須美化ボランティア」として活動されており、昨年に引き続き河川愛護モニターと

して活躍していただきます。
問 都市計画課(南館2階)

「消費者トラブル注意報」インターネット広告での消費トラブルに注意!



スマートフォンなどの利用増加に伴い、ネット関連のトラブルが増加傾向にあります。

●「お試し」「無料」の広告を見て「1回だけ」のつもりが定期購入だった。

●「簡単に儲かる」との広告を見てクリックしたら、情報商材などの高額契約をされた。

●副業の広告に「相談にのるだけで報酬がもらえる」とあり利用しようとしたところ、サイトの登録料やポイント購入など次々に支払った。など

さまざまトラブルが発生しています。このようなトラ

●資源収集 ●丸の内、下本町、中本町、竹屋町、上本町、田中町全域、朝日、伊勢町全域、西市場一丁目、永安寺、神明町…毎月第1水曜日 ●一場…毎月第2水曜日 ●西市場二・三丁目、西市場四・五丁目、西市場住宅、廻間、西清洲、土田、土田住宅…毎月第3水曜日 ●上条、新清洲一～六丁目…毎月第4水曜日 ●西田中・弁天…毎月第1土曜日



行政ニュース

夢広場はるび

保健だより

教室・講座

児童・子育てだより

フォトダイアリー

インフォメーション

ブルに遭わないためには、表示をうのみにせず広告内の規約を読むなど慎重に判断しましょう。

また、インターネットなど通信販売では、クーリング・オフ制度(理由の如何を問わず契約を解除できる制度)が適用されないことにも注意しましょう。

お困りの時は、清須市消費生活センター又は消費者ホットライン ☎1888までご相談ください。

催し・講座

食育親子料理教室



「免疫力を高める食物繊維とたんぱく質がたっぷりなハヤシライスを作ってみよう!」
【献立】トマトたっぷりハヤシライス・絶品コールスロー・フルーツ白玉

時 8月29日(土)午前10時

午後1時

場 清洲総合福祉センター調理実習室

対定 市内小学生親子6組(先着順)

申 8月5日(水)〜14日(金)の間に産業課へ(電話申込可)

講 親子1組500円

持 エプロン、マスク、三角巾、手拭き用タオル、お茶

問 産業課(南館3階)

「日本語ひろば」に参加しませんか?

市国際交流協会では、ボランティアの方々と、かんたんな会話・ひらがな・漢字を学ぶ「日本語ひろば」をひろっています。見学はいつでも大歓迎です。市内の幼児、小学生、中学生、高校生、大学、専門学校生も来てください。

「清須市国際交流協会日本語ひろば」のフェイスブックからも問合せや申込ができます。

※ボランティアの方も募集し

ています。

時 9月6日・13日・27日、10月4日・25日、11月1日・8日・29日、12月6日・13日・20日

場 清洲市民センター

対 清須市とその近くに住んでいる外国人

料 900円(18歳以下は無料)

問 市国際交流協会(いけやま)

☎090-6463-0131



※この記事は、外国人の方が読みやすい表記にしています。

令和2年度市民チャリティゴルフ大会中止のお知らせ

【主催】清須市市民チャリティゴルフ大会実行委員会

新型コロナウイルス感染症拡大を防止するため、今年秋期に開催予定していました「清須市民チャリティゴルフ大会」は中止となりました。

市民・関係者の皆さま方には、多大なるご迷惑をお掛けすることになりましたが、ご理解とご協力をお願いします。

なお、来年度は開催を予定していますので、多数ご参加いただけますようお願いいたします。

清須市民チャリティゴルフ大会実行委員会(清洲総合福祉センター内)

☎052-401-0031

その他

個人事業税第1期分の納税をお忘れなく

個人事業税の第1期分の納期限は8月31日(月)です。8月中旬に県から納税通知書をお送りしますので、納期限までに納付をしてください。

納税通知書には第1期分

と第2期分の納付書が同封されますので、納付書をお間違えないようにご注意ください。納付場所、納税方法は次のとおりです。

- 金融機関・県税事務所の窓口
- Payback(ペイジー)に対応したインターネットバンキング又はATM
- インターネットでのクレジットカードによる納付
- コンビニエンスストア、M&K設置店、スマートフォンアプリ(PayB)による納付(納付書の納付金額が30万円以下のものに限りです。)

なお、領収証書が必要な方は、金融機関(ゆうちょ銀行を除く。)の窓口、県税事務所の窓口又はコンビニエンスストア、M&K設置店で納付してください。

口座振替をご利用ください

納税には便利で安全な口座振替の制度もあります。ご希望の方は口座を開設している金融機関の窓口で手続きをしてください。

問 県名古屋北部県税事務所 課税第一課 県民税事業税第二グループ

☎052253116304 (ダイヤルイン)



- 時** とき **場** ところ **対** 対象・資格 **定** 定員・募集数 **内** 内容 **申** 申込・応募
費 費用・受講料 **講** 講師 **持** 持ち物 **問** 問合せ **他** その他

正しく使おう「救急車」

急な病気やケガは、いつどこで起こるかわかりません。突然の激しい頭痛や締め付けられるような胸の痛み、呼びかけても反応がないなどの緊急性が高い命に関わるような症状が出たら、迷わず救急車を呼んでください。救急隊員は地域の皆さんのため最善を尽くします。

しかし、最近では、救急車で運ばれた人の半数以上が入院を必要としない軽症患者であるのが現状です。また、安易な救急要請の後、本当に緊急を要する患者さんからの救急要請があったらどうなるでしょう。近くの救急車が足りなく遠くの消防署から現場に向かうことで救急車の到着が遅れます。

緊急性の高い出動は時間との戦い。時間と命は直結しています。救急車の適正利用にご協力をお願いします。

「病气やケガで迷ったときは相談しよう！」

- **大人の場合**
愛知県救急医療情報センター（お近くの医療機関を案内）
☎052-263-1133
- **子どもの場合**

小児救急電話相談（看護師等からアドバイス）#8000（年中無休・午後7時～午前8時）

● **あいち救急医療ガイド（救急医療機関検索サイト）**



問 西春日井広域事務組合
消防本部
☎0568-22-2511

西枇杷島警察署からのお知らせ
「警察官・警察職員募集」



あなたの力を必要としています。あなたも平和をつなぐ人になりませんか。

警察は「県民の安全と安心を守る」仕事をしています。警察の業務は、誇りと使命感に裏打ちされた非常にやりがいのあるものです。また、幅広い職種があり、あなたの能力を発揮できる場所が必ず見つかります。

① **警察官(A)**
「大学卒業程度」

② **警察官(B)**
「高等学校卒業程度」

■ **受付期間** 8月11日(火)～31日(月)

■ **第1次試験** 9月20日(日)

※合格発表 9月29日(火)

■ **第2次試験** 10月10日(土)

※合格発表 10月9日(金)

■ **第2次試験** 10月20日(火)

※最終合格発表 11月20日(金)

問 県警察本部警務課採用センター(代表) ☎052-951-1611(直通) ☎052-961-1479

※午前8時45分～午後5時30分(土・日曜日、祝日を除く)

自衛官採用案内

① **防衛大学校学生(一般採用試験)**

■ **受付期限** 10月22日(木)

※締切日必着
■ **第1次試験** 11月7日(土)・8日(日)

② **防衛医科大学校医学教育部医学科学生**

■ **受付期限** 10月7日(水)

※締切日必着
■ **第1次試験** 10月24日(土)・25日(日)

③ **防衛医科大学校医学教育部看護学科学科学生(自衛官候補看護学生)**

■ **受付期限** 10月1日(木)

※締切日必着
■ **第1次試験** 10月17日(土)

■ **応募資格** ①②③の全て
高等学校等卒業生(見込み含む)18歳以上21歳未満の者

【**採用期日**】①②③の全て
令和3年4月上旬

■ **申問** 自衛隊愛知地方協力本部小牧分駐所
☎0568-73-2190

県営名古屋空港からのお知らせ

空港をご利用の際は、航空機やバスの運行状況、旅客ターミナルビルの開館時間、店舗や施設の営業時間等の最新の情報を各社ホームページ等でご確認の上、お越しください。

新しい生活様式等のマナーを守ったご利用にご協力をお願いします。

問 名古屋空港総合案内所
☎0568-28-5633

新型コロナウイルス感染症対策 きよす生活応援券の配付に関するお知らせ

未就学児子育て世帯と65歳以上の高齢者の皆さまを対象に1万円分の商品券を給付する「きよす生活応援券」の郵便局からの配達は7月末日をもって終了しました。

未配付分の商品券は、市役所産業課で保管となりますので、未だ受け取られていない方は、**8月3日(月)以降に事前連絡の上、印章(はんこ)と身分証等を持参し、11月30日(月)までに産業課へ受領にお越しください。**

■ **問合せ** 産業課(南館3階)



行政ニュース

夢広場はるひ

保健だより

教室・講座

児童・子育てだより

フォトダイアリー

インフォメーション

市民相談 8月相談日のお知らせ

相談名	相談日	時間	会場	問合せ
子育て世代包括支援センター	平日随時	午前8時30分～午後5時	健康推進課(北館2階)	健康推進課(北館2階)
女性相談	平日随時	午前9時～午後3時45分	子育て支援課(北館2階)	子育て支援課(北館2階)
家庭児童相談				
母子・父子家庭相談				
消費生活相談員による消費生活相談	毎週月・火・木・金曜日	午後1時30分～4時30分(受付は午後4時まで)	南館1階消費生活センター	産業課(南館3階)
市人権擁護委員による人権よろず相談	次の相談日は、9月9日(水)です。 みんなの人権110番 ☎0570-003-110(平日午前8時30分～午後5時15分)			社会福祉課(北館1階)
司法書士による消費生活相談(多重債務を含む。)	8日(土)・22日(土)	午後1時30分～4時	北館1階 相談室5	産業課(南館3階)
不動産に関する相談	18日(火)	午後1時～4時	北館2階 相談室1	企画政策課(北館3階)
行政相談	20日(木)	午後1時30分～3時30分	北館1階 相談室5	防災行政課(北館3階)
障害者のための出張就業相談	20日(木)	午後1時～午後2時※事前予約が必要です。(相談日以外も調整します。)	北館1階 相談室6	社会福祉課(北館1階)
女性の会による結婚相談	1日(土)・8日(土)・22日(土)	午後1時30分～4時	清洲市民センター3階	生涯学習課(南館1階)
弁護士による市民無料法律相談	11日(火)・12日(水)・13日(木)	午後1時～4時※事前予約が必要です。(お1人様年2回まで。)	清洲総合福祉センター1階 相談室	市社会福祉協議会総務地域課 ☎052-401-0031

し尿汲み取り・浄化槽の清掃業者

清洲・新川地区	西枇杷島地区	春日地区
(株)サンキョークリエイト ☎0587-32-2541	三協商事(株) ☎052-442-3091	(株)サンキョークリエイト ☎0587-32-2541
丸新商事(株) ☎052-400-3688		

8月の納税・納付

- 市県民税(2期)
- 国民健康保険税(3期)
- 介護保険料(3期)
- 後期高齢者医療保険料(2期)

納期限 8月31日(月)

税金・保険料は最寄りの金融機関で納めることができます。
※納期限後の納付には延滞金が課されます。

新型コロナウイルス感染症の影響により市税の納付が困難な方について、徴収猶予の「特例制度」が制度化されました。

日曜・祝日に急病人が出たときは

西春日井西部・東部休日診療所、外科輪番の診療休止について

「新型コロナウイルス感染症」の、この地域内での更なる感染拡大を回避するために、充分とはいえない設備の下での、西春日井西部休日診療所(清須市西枇杷島町花咲84)・同東部休日診療所(北名古屋市九之坪白山39)、並びに外科輪番での診療はしばらくの間、休止しています。

休止期間の診療は、下記の医療機関となります。

受付時間 午前9時30分～11時30分／午後1時～4時30分

◆発熱、咳など、呼吸器症状がある方の診療
はるひ呼吸器病院(清須市春日流8-1)
☎052-400-7111

◆外科や一般的な救急診療
済衆館病院(北名古屋市鹿田西村前111)
☎0568-21-0811

※診療再開については、再開が決まり次第、清須市、西名古屋医師会及び西春日井広域事務組合ホームページでお知らせします。

日付	歯科	受付時間	午前9時30分～11時30分
8月 2日(日)	鈴木歯科医院	(北名古屋市 ☎0568-23-9903)	●西春日井歯科医師会 http://nisident.com/
8月 9日(日)	西春歯科	(北名古屋市 ☎0568-23-9511)	
8月10日(祝)	フカオ歯科医院	(清須市 ☎052-400-8762)	
8月16日(日)	ばんだ歯科	(北名古屋市 ☎0568-26-3388)	
8月23日(日)	かぐらデンタルクリニック	(清須市 ☎052-401-7018)	
8月30日(日)	水野歯科医院	(北名古屋市 ☎0568-23-2345)	
9月 6日(日)	加藤歯科医院	(清須市 ☎052-504-0118)	

日曜日に開院しているクリニック

はなさきクリニック (清須市西枇杷島町古城1-2-17 ☎052-503-4159)
受付時間 午前8時45分から(電話予約可)
診療時間 午前9時～午後0時30分

24時間対応

救急医療情報センター (症状に見合った診療機関をご紹介します。)
☎052-263-1133

健康のためのワンポイントアドバイス



病気にならない秘訣は、自律神経にあり

テレビや新聞などでよく聞く「自律神経」とは、一体何なのでしょう。

自律神経とは脳や脊髄と内臓、血管などをつなげる神経です。脳からの命令を臓器などに伝え、臓器からの情報を脳に伝えます。自律神経は血圧の調節など、無意識な身体調節に関わります。身体の中で自動的に起こることのほとんどに、自律神経が関わっています。

自律神経の状態は、病気の発症や進行にも影響します。自律神経の活動が悪くなると、心臓病をはじめ、うつ病、認知症に至るまでさまざまな病気になりやすくなるのです。

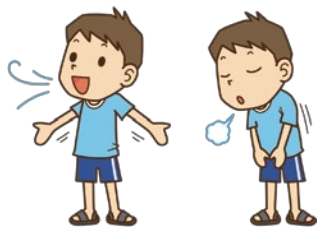
日々の体調には、自律神経の状態を知るヒントがあります。例えば、最近汗をかかなくなった、立ちくらみが増えた・などは自律神経の状態が悪い兆候かもしれません。身近な症状を無視せず、早めに医療機関に相談しましょう。

さて、自律神経は無意識に働くと言いましたが、実は自分で自律神経に働きかける機能があります。

それは「呼吸」です。普段は呼吸も自律神経の活動で無意識に行います。しかし、自分の呼吸を止められる様に、実は意識的にも調節できます。自分で呼吸を調節することで、間接的に自律神経の活動も変化するので。

自律神経は、活動的な時と休む時のメリハリが大事です。座っているのにそわそわするような時は、ゆっくりと呼吸をすることで自律神経の活動も落ち着きます。自律神経が働きすぎかと思ったら、大きくゆっくりと呼吸をしてみても自律神経を休ませましょう。そうすることで、自律神経の活動にメリハリがつき、結果的に自律神経の状態は良くなります。

「動くときは動く。休むときにははっきり休む」。それが病気の予防には大切です。



〈文 愛知医療学院短期大学准教授 白井晴信(理学療法士)〉

しょっかいさんおすすめ!

健康レシピ



蒸しなすと枝豆の和風ジユレ

【材料 2人分】

- なす 120g(小2本)
- 枝豆(ゆでて豆を出す) 15g
- しょうが(すりおろす) 小さじ1
- 粉寒天 1g
- だし汁 200cc
- しょうゆ 小さじ1
- みりん 小さじ1

【作り方】

- ①なすは、フライパンに水を少々入れ、ふたをして蒸し焼きにし、皮をむいてほぐす。
- ②粉寒天に冷めただし汁、しょうゆ、みりんを入れ、煮詰め、寒天を溶かす。
- ③寒天がしっかり溶けたら、②に①のなす、枝豆、すりおろしたしょうがを混ぜ、器に盛り、冷ます。

献立名(1人分)	エネルギー	たんぱく質	塩分
蒸しなすと枝豆の和風ジユレ	73kcal	4.2g	1.1g

(レシピ提供：市食生活改善推進協議会)

◆管理栄養士のコメント◆

暑い季節ですが、食欲は落ちていませんか?暑い時期、体力を落とさないためにも、おいしい野菜料理を作ってみましょう。

今回の料理は手が込んでいそうですが、作ってみると簡単です。寒天を使うときのポイントは「しっかり加熱して寒天を溶かす!」です。しっかり寒天を溶かすことができれば、あとは常温でも固まり始めます。ただし、暑い時期なので粗熱が取れたら冷蔵庫で保存して、早めにお召し上りください。

広告



医療法人 清須呼吸器疾患研究会

はるひ呼吸器病院

東海地区で唯一、
呼吸器疾患専門病院



二次救急指定

24時間 救急外来対応

内科・呼吸器内科・呼吸器外科・アレルギー科
消化器内科・循環器内科・病理診断科
清須市春日流8番地1 ☎052-400-7111
<http://www.kiyosu-kokuyuki.jp/>



広告



「セレモ友の会」
会員募集中

入会金のみ、
月々の掛金・年会費一切不要

セレモニー鳳凰 ☎0120-09-8128

お問合せ・ご相談 24時間年中無休 ☎052-409-4430 清須市一場福島1244-1

清須市・あま市の セレモニー美和 セレモニー朱雀殿
ご舞儀はお任せ下さい。 あま市花正七反地 40-1 あま市七宝町川部出屋敷73