

広報ながくて

# Nagakute

特集 Think Nagakute キャラバン開催…P4



2017

8

August

No.653

📷 お父さんとっしょ／6月24日(福祉の家)

# より身近で使いやすい “みんなの家”を目指して

劣化した施設や機器を新しくするため、今年の2月から大規模改修工事を行ってきた文化の家が、7月1日にリニューアルオープンしました。市民のみなさんのご意見を取り入れ、使いやすくなった部分をご紹介します。



手すりの設置 (森のホール)

芝生駐車場には区画割りのためのプレートを設置



北テラスの開放



移動式反響板の導入

## リニューアル記念公演を開催

長久手出身のピアニスト川上ミネさんとお笑いコンビのサンドウィッチマンによる奇跡のコラボ! 市長も巻き込んで、大盛り上がりの公演となりました。



小音楽室の新設 (旧シャワー室)



多目的室の新設 (旧生活工房)



カウンターテーブルの設置 (情報ラウンジ)



光のホールの舞台を拡張



車いす席の増設 (森のホール・風のホール)

# 知って、話して、考える Think

長久手市では、現在、今後の長久手市のまちづくりに大きくかかわる「計画」と「条例」づくりを進めています。一つは、今後のまちづくりの指針となる「総合計画」(愛称:ながくて未来図)。もう一つは、まちづくりを進めていく上でのルールを定めた「自治基本条例」。

この度、この2つについて、知ってもらい、話して、考えるワークショップを開催することとなりました！この夏、キャラバンのように各小学校区を回りますので、ぜひ参加してください！

## 総合計画策定に係るこれまでの取り組み

今後のまちづくりの指針となる次期総合計画を、「みんな」でつくっていくため、様々な取り組みが始まっています！

### ■ 愛称総選挙開催！

「総合計画に愛称をつけてみんなに愛着を持ってもらおう！」という想いで実施しました。

《決まった愛称》  
**ながくて未来図**



### ■ 総合計画策定キックオフパーティーの開催！

まずは、みんなでお会い、知り合い、交流しました。

#### 第1回 5/28

「未来の長久手〇〇だったらいいネ！」をテーマに未来川柳を作成！「みどり」、「笑顔」などのキーワードが出ました。



#### 第2回 7/9

小学校区対抗で「どうすれば多くの人がかかわってもらえるか？」のアイデア出しをしました。



**総合計画とは** 目指すべき未来に向かっていくための指針であり、その目指すべき未来を長久手に関わるみんなが共有するためのツールです。長久手市では、現在、第5次総合計画に基づきまちづくりを行っています。第5次総合計画が平成30年度で終期を迎えるため、平成31年度から10年間の新たな総合計画をつくっています。

## 自治基本条例制定に係るこれまでの取り組み

新しいまちづくりのルールをつくるため、平成28年度に、市民と職員による自治KEN(検討委員会の愛称)を開催し、条例に盛り込みたい内容を考えました。それを踏まえて(仮称)自治基本条例素案ができました。これから、この案をみなさんに知って、考えて、意見をいただき、よりよい条例案にしていきたいと考えています！



**(仮称)自治基本条例とは** まちづくりを担う「みんな=市民、行政、議会」がどのような役割等を果たし、長久手のまちづくりを進めていくのかを定めたルールです。

～これまでの取り組みは市ホームページに掲載しています～

# Nagakute キャラバンを開催します!!

HPを見る 問 経営企画課 ☎56-0600 (記事ID 10318) Ⓜ スマイルポイント対象事業

## キャラバンの概要

### 内容

- ・知ろう!(総合計画のこと・自治基本条例のこと)
- ・話そう!考えよう!(まちの、みんなの、困り事)

### 《西小学校区》

時 8月25日(金) 19:00~21:00

場 西小校区共生ステーション

### 《北小学校区》

時 8月27日(日) 10:00~12:00

場 北小学校 多目的室

### 《南小学校区》

時 8月30日(水) 19:00~21:00

場 まちづくりセンター2階 集会室1

### 《東小学校区》

時 9月2日(土) 10:00~12:00

場 福祉の家2階 集会室

### 《市が洞小学校区》

時 9月3日(日) 10:00~12:00

場 市が洞小学校 多目的室

### 《長久手小学校区》

時 9月6日(水) 19:00~21:00

場 西庁舎3階 研修室

※お住まいの小学校区以外の回でも参加可能です!ご都合のよい日にぜひご参加ください!

### 申込方法

#### ①経営企画課への申し込み

電話、FAX、メールにて、「名前」「電話番号」「住所」「参加を希望する小学校区」を経営企画課までお知らせください。

#### ②市HPによる申し込み

市ホームページの応募フォームから必要事項をご記入の上、お申し込みください。

### 申込締切

#### 各開催日の2日前

※事前申込のない当日参加も大歓迎です!



## 今後の予定

キャラバンなどでいただいたみんなの意見をもとに、10月以降に、今後の長久手市のまちづくりの方向性について、テーマごとに話し合う場を設ける予定です。ぜひ引き続きご参加ください!

### 「みんなでつくろう!ながくて未来図 (長久手市総合計画)」 Facebookページ オープン!!



次期総合計画(愛称:ながくて未来図)の策定に向けた取り組みを積極的に発信するため、Facebookページをオープンしました!

今後の予定等は、Facebookでもお知らせしていきますので、ぜひご覧ください。

## 学生まちづくり甲子園 出場チーム募集 ~次世代を担う若者のアイデアをまちづくりに!~

《内容》若者ならではのまちづくりアイデアの提案、発表

HPを見る (記事ID 10423)

《甲子園開催日》平成30年2月10日(土)

《甲子園に向けた準備》平成29年10月から平成30年1月にかけて4回程度、準備を行います。



《応募資格》市内在住または在学の高中生・大学生のチーム

※1チーム2~5名程度とし、チームごとに応募申込をしてください。

《申込方法》①応募用紙に必要事項をご記入の上、9月15日(金)までに経営企画課窓口、郵送またはFAXにてご提出ください。応募用紙は市ホームページからダウンロードできます。

②市ホームページの応募フォームから必要事項をご記入の上、お申し込みください。



# みんなで作ろう!リリモテラス公益施設

HPを見る 問 たつせがある課 ☎56-0641 記事ID 7144

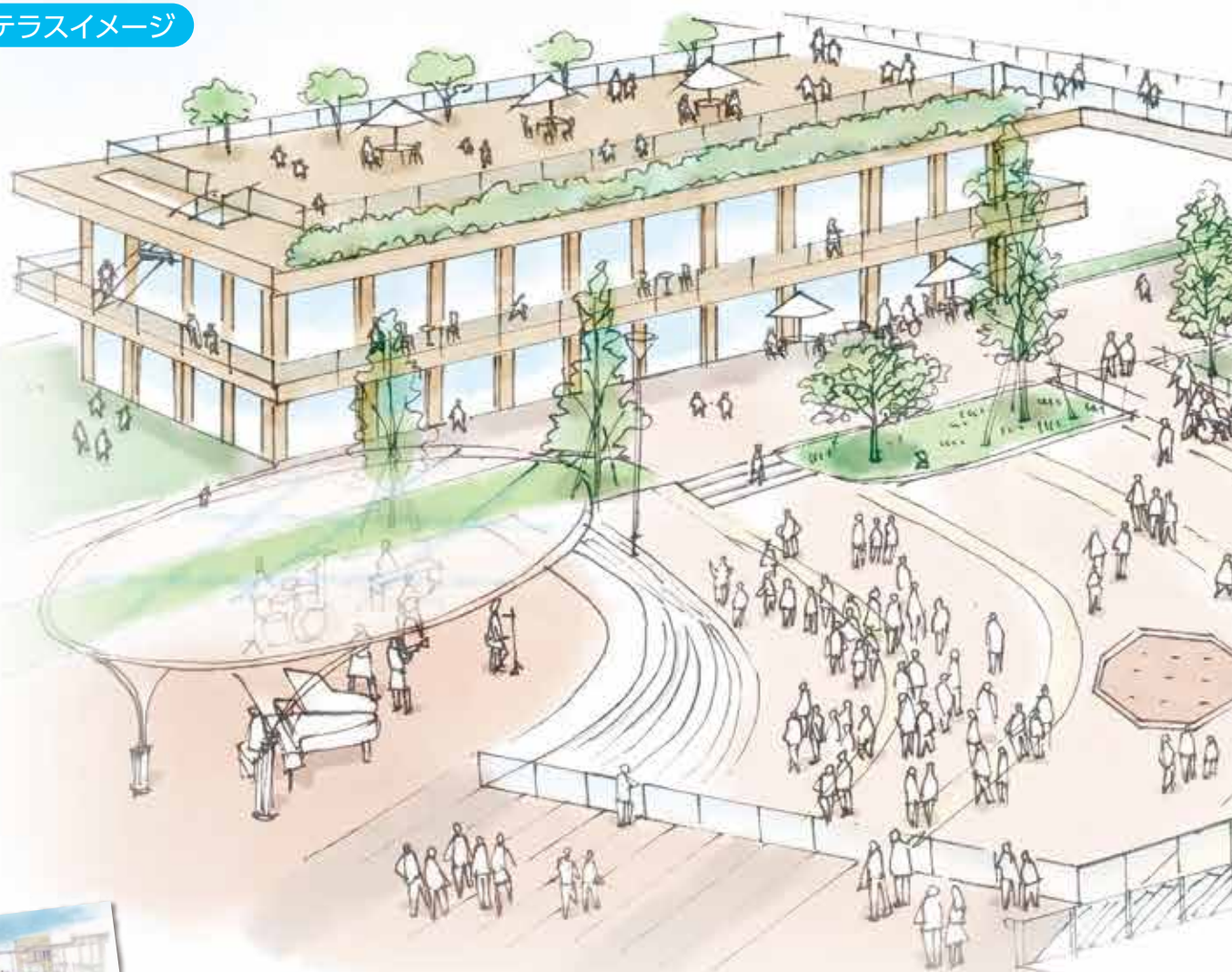
リリモテラスとは、リリモ長久手古戦場駅の北側に広がる駅前広場、長久手中央2号公園、大型商業施設の一部にリリモテラス公益施設(仮称)を含んだ空間のことです。ここをまちの新たな顔として整備し、訪れる人をもてなす空間を創出します。

しかし、この公益施設の具体的な整備内容、運営方法などはまだ決まっていません。

今年度から実施している100プロジェクトで、整備後の運用方法を検証しながら、楽しさ、面白さをみなさんと共有しつつ、平成30年度以降に施設の具体的なプランをみなさんと考えていきたいと思えます。

まずは、100プロジェクトに参加して、この大きな可能性を秘めた施設のことを、みなさんも一緒に考えてみませんか?

## リリモテラスイメージ



リリモテラスをけん引する施設、リリモテラス公益施設(仮称)は、「リリモテラス公益施設(仮称)整備基本計画」を策定し、施設整備の基本的な方向性が決まりました。

## リリモテラス公益施設(仮称)整備基本計画

施設コンセプトを「新たなつながりをデザインする場」とし、長久手市を特徴づける4つのテーマ、「大学連携」「観光交流」「多文化共生」「子育て支援」を軸にして、さまざまな分野とのつながりのデザインが可能なプラットフォームとして整備します。



## 癒やしのフレンズ in Nagakute

時 9月10日(日) 10:00~16:00

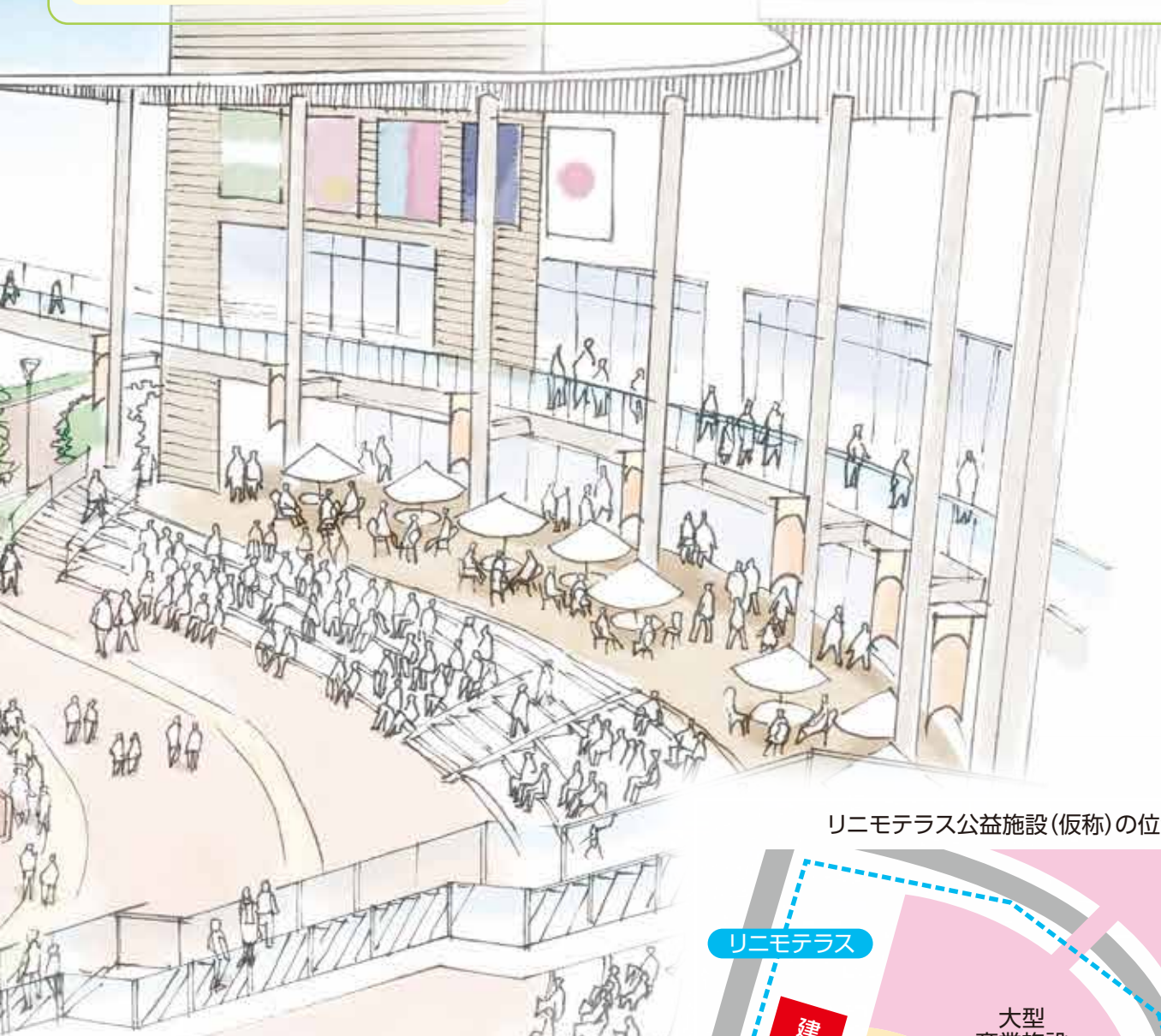
場 長久手中央2号公園

食、手作り品の販売やモノづくり、古い体験など、どの世代にも楽しめるお店が30以上集結した青空マルシェ。ほかの100プロジェクトで収穫した長久手産野菜やプロジェクトPRブースも出店します！

## 100プロジェクト実施中!!

100プロジェクトとは、リリモテラス公益施設(仮称)の使い方のモデルを実践する取り組みです。より多くの市民のみなさんに参加してもらうことで、リリモテラス公益施設(仮称)のことを知ってもらい、活動を通じて新しい仲間とのつながりをつくることを大切にしています。また、このプロジェクトは、施設整備後に市民主体で実施していく様々な取り組みの実証実験的な位置づけでもあります。

まだまだ、様々なプロジェクトがあります。興味のある人はつつせがある課までお問い合わせください。



リリモテラス公益施設(仮称)の位置



大学  
連携

観光  
交流

各種施設  
(文化・福祉等)

リリモテラス  
公益施設

地域の力  
(市民・団体等)

多文化  
共生

子育て  
支援

新たなつながりをデザインする場

# 国保税はどうやって決まるの？

国民健康保険（以下、「国保」という）税の計算方式について、詳細にご説明します。国保加入世帯へ郵送にてお届けした国保税の納税通知書中の②ページをご覧ください。

## 国保加入者の所得や固定資産税（都市計画税を除く）によって変わる部分

A

## ④所得割額

世帯の国保加入者の平成28年中の所得に応じて決まります。

【算出方法】

(平成28年中の所得金額-33万円)  
× 所得割率



## ⑤資産割額

世帯の被保険者の平成29年度の固定資産税に応じて決まります。

【算出方法】

平成29年度固定資産税額 × 資産割率

## 国保加入者や世帯に一定の金額がかかる部分

B

## ⑥均等割額

国保加入者1人につき一定の金額がかかります。

【算出方法】

均等割額 × 国保加入者数



## ⑦平等割額

1世帯につき一定の金額がかかります。

【算出方法】

1世帯平等割額

## 世帯主と国保加入者の平成28年中の合計所得が基準金額以下の場合に軽減される部分

C

## ⑧均等割軽減額

⑥均等割額が軽減されます。

7割軽減：33万円以下

5割軽減：33万円+(27万円×国保加入者数)以下

2割軽減：33万円+(49万円×国保加入者数)以下



## ⑨平等割軽減額

⑦平等割額が軽減されます。

該当者には軽減額が記載されています。

$$\text{A} + \text{B} - \text{C} = \text{年間国保税額}$$

## ⑩限度超過額

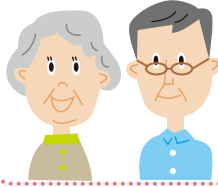
国保税が賦課限度額を超える場合は、その超過額が記載されます。年間保険税額は賦課限度額となります。

平成29年度賦課限度額 (医療分) 54万円 (支援分) 19万円 (介護分) 16万円

★事業又は業務の休廃業や長期療養や失業・休業などにより収入が減少し、納付が困難な場合、申請により減免が受けられる場合があります。ご相談ください。



# 国保税の計算例



**加入者** ※固定資産税は都市計画税を除いた金額

**【世帯主 (68歳)】**

年金所得 100万円 固定資産税 10万円

**【妻 (66歳)】**

年金所得 50万円 固定資産税 0円

## ステップ1

各項目の計算を行います。

※介護分は、40歳を迎えた月から65歳を迎える月の前月まで加算

### ④所得割額

【世帯主】100万円-33万円=67万円

【妻】50万円-33万円=17万円

計 84万円

(医療分)84万円×4.3% (支援分)84万円×1.2%

(医療分)36,120円 (支援分)10,080円

### ⑤資産割額

(医療分)10万円×12.0% (支援分)10万円×3.0%

(医療分)12,000円 (支援分)3,000円



### ⑥均等割額

(医療分)18,000円×2人 (支援分)5,000円×2人

(医療分)36,000円 (支援分)10,000円

### ⑦平等割額

(医療分)18,800円 (支援分)5,200円

## ステップ2

軽減判定を行います。

※軽減判定では、65歳以上で年金所得のある場合、年金所得を最大15万円控除

【世帯主】100万円-15万円=85万円

【妻】50万円-15万円=35万円

計 120万円

### ⑧均等割軽減額

(医療分) 7,200円  
(支援分) 2,000円

### ⑨平等割軽減額

(医療分) 3,760円  
(支援分) 1,040円

2人世帯の場合

7割軽減	5割軽減	2割軽減	軽減なし
0円	33万円	87万円	131万円

## ステップ3

年間国保税を計算します。

平成29年度国保税率等

	(医療分)	(支援分)
④所得割額	36,120円	10,080円
⑤資産割額	12,000円	3,000円
⑥均等割額	36,000円	10,000円
⑦平等割額	18,800円	5,200円
⑧均等割軽減額	7,200円	2,000円
⑨平等割軽減額	3,760円	1,040円

計 (A + B - C) 91,960円 25,240円  
100円未満切捨 91,900円 25,200円

(医療分)+(支援分)=117,100円 **年間国保税額**

税率等欄	医療分 ※1	支援分 ※2	介護分 ※3
所得割率 (%)	4.3	1.2	0.8
資産割率 (%)	12.0	3.0	1.0
均等割額 (円)	18,000	5,000	5,000
平等割額 (円)	18,800	5,200	4,500
賦課限度額 (円)	540,000	190,000	160,000

※1 国保加入者の医療費に充てられます。全ての被保険者が対象。

※2 後期高齢者医療制度に充てられます。全ての被保険者が対象。

※3 介護保険事業に充てられます。40歳以上65歳未満の被保険者が対象。

# 市内の団体・企業等対象 マイナンバーカードを作りますか？



問 市マイナンバーコールセンター ☎63-0178 市民課 ☎56-0607

HPを見る 記事ID 10244

本市では、市内の団体や企業等に所属されている方の利便性を図るため、市民課職員がお伺いし、本人確認等を行い、一括してマイナンバーカードの申請を受け付けます。団体・企業等でまとめて申請することで、市役所まで出向く手間が省けますので、ぜひご利用ください。

## 対象

市内に住民登録がある人で、おおむね20人以上の申請希望者がいる市内の団体・企業等  
 ※団体には各種サークル・グループ等も含まれます。 ※申請人数が少ない場合はご相談ください。  
 ※申込者側で会場、机・椅子をご準備ください。

## 申請から交付までの流れ

### 事前準備

- 1 一括申請を希望する市内の団体・企業等は、一括申請申込書によりお申し込みください。電話申込可。
- 2 後日、市民課職員から日程調整の連絡をします。
- 3 団体・企業等から市民課へ、申請予定者リストを提出してください。
- 4 本人確認書類の原本及びコピーを申請者で用意してください。
- 5 **顔写真については、当日無料で撮影をします。**ご自分で用意される場合は、パスポート用(縦4.5cm×横3.5cm、最近6か月以内、正面・無帽・無背景)の写真が必要となりますのでご注意ください。

### 当日(会場にて)

- 1 市職員が団体・企業等の指定する受付場所へ出向き、本人確認と同時に通知カード及び住民基本台帳カードの回収を行います。
- 2 **個人番号カード交付申請書**(申請予定者リストをもとに市役所であらかじめ申請書を準備し、お持ちします)、**暗証番号設定依頼書**に必要事項を記入してください。
- 3 発行されたカードを住民登録地へ本人限定郵便で送付します。(1~2か月後)  
 ※申請者本人が申請会場に来ていただく必要があります。代理申請はできません。  
 ※実施は平日10:00から16:00までの間です。1人10分程度です。

## 当日の持ち物

- 本人確認書類(原本)及びコピー1部
- 通知カード
- 印鑑
- 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)

※本人確認書類について

- |            |  |
|------------|--|
| いずれか<br>1点 | 住民基本台帳カード(写真付)、運転免許証、パスポート など                  |
| いずれか<br>2点 | 「氏名・生年月日」または「氏名・住所」が記載された健康保険証、年金手帳、社員証、学生証 など |

※申請時に通知カードを回収するため、マイナンバーカードがお手元に届くまでの間、マイナンバーを確認できる書類がなくなります。あらかじめ、ご自分の通知カードをコピーしておくことをおすすめします。

## マイナンバーカード・通知カードの休日窓口の開設

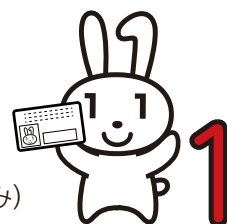
問 市マイナンバーコールセンター ☎63-0178 市民課 ☎56-0607

平日にマイナンバーカード・通知カードを受け取れない人のために、休日窓口を開設します。マイナンバーカードの受け取りは予約制です。また、マイナンバーカードの申請を市役所でお手伝いすることもできます。

**時** 8月27日(日)9:00~12:40 **場** 本庁舎1階 市民課

**持** 【共通】通知カード、運転免許証などの本人確認書類、住民基本台帳カード(持っている場合のみ)  
 【受け取りの場合】個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書(はがき)  
 【申請の場合】個人番号カード交付申請書、認印(ゴム印等不可)

※顔写真の撮影も無料で行います。





**時** 8月27日(日) 15:00~19:30

**問** 市国際交流協会 ☎56-0641

**場** 文化の家1階 アトリウム、北テラス

**HPを見る** 記事ID 10317

**内** 姉妹都市訪問団OBのお話、ベルギークイズコーナー、サクソフォンコンサート、ベルギービール講座 他

**他** 参加無料・事前申込不要、ただし飲食等は各自負担



文化の家リニューアルを機に新たに開放した屋外テラス(北テラス)にて、ベルギービールで乾杯!長久手市の姉妹都市ワテルロー市のある国、ベルギーにどっぷり浸ろう!ベルギーの文化・食・音楽を体感し、魅力を再発見しませんか?

**マンホールカードを配布します** 問 下水道課 ☎56-0624 記事ID 10347

**HPを見る**

マンホールカードは、下水道のPR団体である下水道広報プラットフォーム(GKP)が企画するマンホールのふたを紹介するカードです。マンホールのふたには、さまざまなデザインがあり、全国的に関心が高まっています。最近では、新聞などのメディアでも取り上げられており、コレクションカードとして集める人も増えています。

本市も、楽しみながら下水道に対して興味を持っていただけるよう、カードを制作しましたので、配布を行います。



8/1(火)より  
配布開始

**配布場所** 文化の家1階 窓口

**配布日時** 火曜日から日曜日の9:00~21:00

※休館日(月曜日・祝日の場合は翌平日及び年末年始)を除く

**配布方法** 配布窓口で、「マンホールカードください」とお申し出ください。

1人1枚お渡しします(無料)。予約や郵送での取り扱いは行いません。

本市のマンホールカードは、市の花と木である「サツキ」と「カエデ」が描かれています。

**『行政評価』外部評価を公開します**



記事ID 10161

**HPを見る**

**問** 行政課 ☎56-0605

行政評価とは、行政が行う事業が「費用に見合った効果があるか」、「無駄や重複はないか」、「コスト削減の余地はないか」などの視点で評価・検証を行い、その結果を次の事業や予算に生かしていくためのものです。

事業担当課による自己評価(内部評価)が適切かどうか、有識者や市民で構成する行政改革推進委員が評価します。これを外部評価といいます。

①8月1日(火)

14:00~16:30

- ・成人式事業
- ・時間外勤務の削減

②8月2日(水)

14:00~16:30

- ・放課後児童クラブ事業
- ・公共物の管理と移行

③8月3日(木)

9:30~12:00

- ・高齢者福祉事業
- ・リノモテラス構想

④8月5日(土)

9:30~12:00

- ・包括的支援事業(生活支援体制整備等)
- ・5S運動

**場** 市役所西庁舎2階 第7・8会議室



# 原爆写真ポスター展

## 語り部による戦争体験を聞く集い

記事ID 7928 [HPを見る](#)  
問 行政課 ☎56-0605



イベント

お知らせ

### 原爆写真ポスター展

広島・長崎の原爆被害の実相や現在の核兵器の状況等について、写真や図表を用いて分かりやすく説明した原爆写真ポスター展を開催します。

広島平和記念資料館からお借りしたものを展示します。

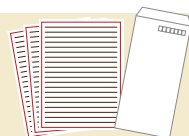
時 8月8日(火)から13日(日)まで9:00~17:00

場 文化の家1階 展示室



### 戦争時の資料の借用について

自宅に保管されている戦時中の資料がありましたら、ポスター展にて展示をします。行政課までご連絡ください。



### 語り部による戦争体験を聞く集い

戦時中、長久手で人々はどのような生活を送っていたのか。

また、夜間に一般民家を狙って焼夷弾を落としてきたアメリカ軍の爆撃機B-29が、長久手に墜落したときの様子は？

戦争の悲惨さや平和の大切さを後世に伝えるために、戦争を体験した市民による講和会を開催します。

戦争のない平和な社会を築いていくために、この集いで聞いた話を歴史の授業でしか戦争を知らない子ども達にぜひ聞かせてあげてください。

時 8月11日(金・祝) 13:00~ 場 文化の家1階 光のホール

内 語り部：近藤貞子さん、與語時久さん、永田宏さん、與語守彦さん、松原永吉さん

### 関連企画

ガレリアコンサート『祈りのピアノ』

時 8月11日(金・祝) 12:00~  
(詳細は23ページをご覧ください)

## 公園西駅周辺土地区画整理事業 保留地分譲の公開抽選 (12街区)

[HPを見る](#)  
記事ID 10240

名古屋都市計画事業公園西駅周辺土地区画整理事業(長久手市施行)の保留地分譲を公開抽選にて行います。詳細は市HPをご確認ください。

問 区画整理課 ☎56-0635

保留地番号	地積(m <sup>2</sup> )	分譲価格(円)
1	248.12	33,744,320
2	248.51	33,797,360
3	243.48	33,113,280
4	200.00	28,200,000

申 8月1日(火)から15日(火)までの8:30~17:00の間に区画整理課窓口にて世帯全員の住民票の写し及び抽選参加申込書を提出。郵送・FAX・メール不可。申込みは1世帯または1法人あたり1画地。申込完了後、指定された方法により期日までに保証金10万円を納付。

### 公開抽選日

時 9月3日(日) 10:00~

場 西庁舎3階 研修室



今回分譲箇所  
(12街区)



# 子育ての広場

## 2017ながくてサイエンスフェスティバル

記事ID 10281

[HPを見る](#)

問 生涯学習課 ☎56-0627

実験や工作、サイエンスショーがいっぱい。身近な材料を使って、わくわくドキドキするような実験など、サイエンスに楽しくふれあえるよ。友達、家族みんなで参加しよう!

時 8月26日(土) 10:00 ~ 15:00

場 文化の家 全フロア

対 小中学生(保護者も参加可)

※小学1~3年生はなるべく保護者同伴で



## 児童館の行事

記事ID 10288

[HPを見る](#)

行事名・対象時間 対象・定員	青少年児童センター ☎62-1712	下山児童館 ☎62-5680	上郷児童館 ☎62-0801	西児童館 ☎61-1500	南児童館 ☎63-5666	市が洞児童館 ☎64-5621
花火教室 11:00~11:30 自由参加	1日(火)	2日(水)	3日(木)	7日(月)	8日(火)	14日(月)
どーべらくんといっしょに花火の安全な遊び方を楽しく学びましょう!花火の配布もあります!(数量限定)						
口演童話 10:30~11:30 自由参加	18日(金)	24日(木)	22日(火)	25日(金)	17日(木)	23日(水)
Art of Life 14:00~15:00 自由参加	25日(金)	25日(金)	24日(木)	21日(月)	21日(月)	24日(木)

## 子育て支援センターの行事

記事ID 1463

[HPを見る](#)

問 子育て支援センター ☎56-0638

行事名	とき	ところ	対象	申込方法
みんなあつまれ!! あそびのひろば 「てくてくクラス」 <small>記事ID 8212</small> <a href="#">HPを見る</a>	9月12日(火) 10:30~11:30	子育て支援センター 多目的ルーム	市内在住の2歳0か月~ 就園前まで(9月12日現在) の幼児と保護者	8月14日(月) 10:00から申込。 電話申込可。先着12組。
<p><b>内</b> 親子で一緒にふれあい遊びや感触遊びを楽しみます。</p> <p><b>持</b> おしぼり1本、フェイスタオル1枚、着替え(上下の服+下着)1組 ※親子共に汚れても良い服装で参加してください。</p>				
育児講座 「子どもの心身の 健康と食生活 ~おいしい朝ごはん、 しっかり食べて 元気で機嫌な 1日に!~」 <small>記事ID 7063</small> <a href="#">HPを見る</a>	9月8日(金) 10:00~11:30	文化の家 講義室2	市内在住の就園前までの 幼児をもつ保護者及び妊婦	8月7日(月) 10:00から申込。 電話申込可。先着20人。
<p>講師：小金澤衣里(管理栄養士・食育インストラクター) ※託児希望の場合は、8月25日(金)までに申込。託児の対象は10か月以上、就園前までの子、定員12人。</p>				

## 幼児安全法講習会

記事ID 9906

HPを見る

問 福祉課 ☎56-0614

時 9月6日(水) 10:00~12:00

場 西庁舎3階 研修室

対 小さな子どもがいる保護者など 定員20人

内 病気に対する対処法・異物除去

申 8月1日(火)から31日(木)までに福祉課窓口または電話で。  
託児6人まで(要事前申込、紙おむつ・飲み物などを持参)。

## 認可外保育施設通所助成

記事ID 1521

HPを見る

問 子育て支援課 ☎56-0615

認可外保育施設に通う児童を養育している保護者に助成金を支給しています。詳しくは市HPをご覧ください。

対 市内在住で、認可外保育施設に通っている、保育が必要な満6か月経過後から3歳未満児(認可保育所入所基準を満たしていること)

申 助成金交付申請書及び各種添付書類を提出。

## 中央図書館 おはなし会

記事ID 10278

HPを見る

問 中央図書館 ☎63-8006

場 中央図書館2階 AVルーム

行事名	日時	対象
乳幼児向けおはなし会	3日(木) 11:00~11:30 ★ブックスタート事業併用日	乳幼児とその保護者
	17日(木) 11:00~11:30	
おはなし会	19日(土) 15:00~15:30 ★ブックスタート事業日	市内在住の満2歳1か月までの子とその保護者
	12日(土) 10:30~11:30 19日(土) 14:00~14:30	幼児から低学年とその保護者
英語のおはなし会	26日(土) 10:30~11:00	子どもから大人まで
大人のおはなし会(読書会)	1日(火) 10:30~11:30	18歳以上の人

★ブックスタート事業とは、絵本を介して親子が心ふれあうきっかけを作る活動です。絵本などの入った布バッグ(ブックスタートパック)をプレゼントします。対 市内在住の2歳1か月になるまでの子※1人1回限り 持 親子(母子)健康手帳

## 平成こども塾9月の一般プログラム

記事ID 4554

HPを見る

問 平成こども塾 ☎64-0045

対 小・中学生(小学1~3年生については、保護者のサポートをお願いします。)

申 8月1日(火)9:00から電話または窓口で申込。先着順。グループ・代理申込不可。  
受付初日に限り、申し込むことができるプログラムは1つまで。

タイトル	とき	費用	定員	内容
レインスティック作り	9月3日(日) 9:45~受付 10:00~12:30	300円	15人	アフリカの楽器レインスティックを作って、雨のような音を鳴らしてみよう。 企画:平成こども塾サポート隊創作班 持 動きやすい長袖・長ズボン
トンボを知ろう	9月16日(土) 9:45~受付 10:00~12:00	100円	20人	里山の小川に生きる昆虫などを採取し、その生態や環境を学びます。小雨決行。 講師:愛知県希少動植物調査員 高崎保朗先生 企画:平成こども塾サポート隊自然班 持 筆記用具、長袖・長ズボン、長靴、帽子、虫除け対策、(あれば)昆虫網・虫取りカゴ
竹トンボ作り	9月17日(日) 9:45~受付 10:00~12:00	300円	25人	日本古来の竹トンボを作って、親子で空高く飛ばそう。 企画:平成こども塾サポート隊創作班 持 特になし

## 平成こども塾9月の抽選プログラム

記事ID 4554

問 平成こども塾 ☎64-0045

HPを見る

**対** 小・中学生(小学1～3年生については、保護者のサポートをお願いします。)

**申** 124円の往復はがきでこども塾あてに申込。8月7日(月)までの消印有効。抽選結果は8月19日(土)までに返信はがきで連絡します。

**【あて先】** 〒480-1311長久手市福井1590-50 平成こども塾

**【記入項目】** ①プログラム名 ②参加されるお子さんの氏名・学校名・学年 ③連絡先(携帯番号)

④情報は何かから得たか(学校・たより・広報・メール・その他) ⑤参加される大人の人数

※返信欄に住所・氏名をお書きください。

タイトル	とき	費用	定員	内容
栗拾い	9月24日(日) 9:45～受付 10:00～12:00	200円	40人 (保護者を含む)	こども塾周辺で栗拾いをし、栗の試食体験を通して、里山の秋を楽しみます。小雨決行。 ※当日は体験が主体です。拾った栗の実は、参加者全員で分けます。 ※栗の状況によっては、中止することもあります。 企画:平成こども塾サポート隊自然班 <b>持</b> 白っぽい長袖・長ズボン(けが防止・ハチや蛇対策のため)、長靴、帽子、軍手、虫除け対策、(雨天の場合)レインウェア

※どのプログラムも水筒(お茶)・タオルを持って来ててください。※キャンセルの連絡は、2日前までをお願いします。

## 子宮検診、乳腺検診

HPを見る

問 健康推進課 ☎ 63-3300

記事ID 1101

がんは、早期発見し、早く治療することが大切です。2年に1度は検診を受けましょう。

まだ予約の申し込みをしていない人は、電話または窓口で申し込んでください。集団検診の日程は広報9月号以降の保健ガイドまたは市HPから確認できます。

検診名	対象	場所	時期
子宮	20歳以上の女性で以下の条件に該当する人 ・西暦奇数年生まれ ・昨年受診していない西暦偶数年生まれ	保健センター	9月～2月の指定日
		市内指定医療機関	8月～2月
乳腺	40歳以上の女性で以下の条件に該当する人 ・西暦奇数年生まれ ・昨年受診していない西暦偶数年生まれ	保健センター	9月～2月の指定日

## 歯の健康を大切に

HPを見る

問 健康推進課 ☎ 63-3300

記事ID 1180

### 【歯周病とは】

歯周病は、歯垢や歯石が原因で、歯肉が痩せ、歯が動いたり抜けたりする生活習慣病です。歯を失う原因の8割を占め、若いころに発症した歯周病が重症化した結果、歯を失います。歯周病は初期のうちには自覚症状がないため早期に発見することが大切です。

### 【半年に一度は検診を受けましょう】

「痛くなったから歯医者に行く」のではなく、半年に1度は歯科検診を受けて悪くならないように管理することが大切です。

### 【歯周病検診】

歯周病についての検診を市内委託歯科医院で行います。対象者には受診票をお送りしていますが、届いていない人はお問い合わせください。

**対** 20・30・35・40・45・50・55・60・65・70・75歳の人(平成30年3月末現在の年齢)

**場** 市内委託歯科医院(詳しくは市HP)

**時** 8月～1月

**¥** 820円

# 8月イベントカレンダー

・広報紙に掲載の情報を一覧にしたもの  
 ・子供・親子向けイベントをピンク色、シ  
 ・行事名後の丸囲みの数字は広報紙の  
 四角囲みの数字は過去の広報紙に掲載

日	月	火	水
 <p>8:30 第23回東郷町民レガッタ<sup>60</sup> 7月                  9:00 夏季バドミントン大会<sup>23</sup> 7月                  9:30 夏季市民弓道大会<sup>23</sup> 7月                  10:00 古式水鉄砲作り<sup>12</sup> 7月                  10:00 文化マスタープラン策定                  キックオフミーティング<sup>20</sup> 7月                  10:00 夏休み子ども向け                  映像鑑賞会<sup>21</sup> 7月</p>	 <p>9:30 リリモツアーズ 2017                  13:30<sup>8</sup> 7月                  10:00 エコハウス感謝祭☆～親子で                  Let'sリユース～<sup>7</sup> 7月                  10:00 いきいき倶楽部                  (楓老人憩の家)<sup>18</sup>                  11:00 花火教室(西児童館)<sup>15</sup></p>	<p>9:00 長久手小学校・南小学校プール                  開放【8/31まで】<sup>8</sup> 7月                  10:00 きいてみよう! 健診結果のみかた<sup>24</sup> 7月                  10:00 いきいき倶楽部                  (先達集会所)<sup>18</sup>                  10:00 リリモ夏休み親子教室                  13:30<sup>8</sup> 7月                  10:30 大人のおはなし会(読書会)<sup>14</sup>                  11:00 花火教室(青少年児童センター)<sup>15</sup>                  14:00 「行政評価」外部評価公開<sup>11</sup></p>	<p>10:00 やさしいワード入門【初回】<sup>27</sup> 7月                  10:00 いきいき倶楽部                  (茜老人憩の家)<sup>18</sup>                  10:00 リリモ夏休み親子教室                  13:30<sup>8</sup> 7月                  11:00 花火教室(下山児童館)<sup>13</sup>                  14:00 瀬戸保健所ひきこもり                  家族セミナー【初回】<sup>27</sup> 7月                  14:00 「行政評価」外部評価公開<sup>11</sup></p>
<p>10:00 夏休み子ども向け                  映像鑑賞会<sup>21</sup> 7月</p>	<p>9:30 リリモツアーズ 2017                  13:30<sup>8</sup> 7月                  10:00 エコハウス感謝祭☆～親子で                  Let'sリユース～<sup>7</sup> 7月                  10:00 いきいき倶楽部                  (楓老人憩の家)<sup>18</sup>                  11:00 花火教室(西児童館)<sup>15</sup></p>	<p>9:00 原爆写真ポスター展                  【13日まで】<sup>12</sup>                  10:00 いきいき倶楽部                  (下山集会所)<sup>18</sup>                  11:00 花火教室(南児童館)<sup>13</sup></p>	<p>8:30 夏の南木曾で川遊び!<sup>13</sup> 7月                  13:00 リリモツアーズ 2017<sup>8</sup> 7月                  13:30 いきいき倶楽部                  (上川原集会所)<sup>18</sup></p>
<p>10:00 夏休み子ども向け                  映像鑑賞会<sup>21</sup> 7月</p>	<p>10:00 いきいき倶楽部                  (老人憩の家「椿荘」                  岩7地区)<sup>18</sup>                  11:00 花火教室                  (市が洞児童館)<sup>13</sup></p>	<p>10:00 リリモ夏休み親子教室                  13:30<sup>8</sup> 7月</p>	<p>10:00 リリモ夏休み親子教室                  13:30<sup>8</sup> 7月                  10:00 ホールを楽しむための舞台見学ツアー                  14:00<sup>20</sup> 7月                  14:30 いきいき倶楽部                  (三ヶ峯集会所)<sup>18</sup>                  18:00 グラウンドゴルフ夏の大会<sup>25</sup></p>
<p>7:00 第493回歩けあるげ運動<sup>25</sup>                  9:00 応急手当講習会<sup>19</sup>                  9:00 第1回市民卓球                  レクリエーション大会<sup>25</sup>                  9:30 工房2利用講習会<sup>26</sup>                  10:00 モビール作り～金魚～<sup>12</sup> 7月                  10:00 子どもワークショップ                  13:30 「染織」<sup>21</sup> 7月                  13:00 夏休み親子木工教室<sup>10</sup> 7月                  13:30 香流川ワークショップ<sup>7</sup> 7月</p>	<p>9:30 リリモツアーズ 2017                  14:00<sup>8</sup> 7月                  14:00 Art of Life                  (西・南児童館)<sup>13</sup></p>	<p>10:00 生物多様性セミナー<sup>10</sup> 7月                  10:30 口演童話(上郷児童館)<sup>13</sup>                  10:30 夏休み親子血液教室                  14:30<sup>8</sup> 7月                  12:30 リリモツアーズ 2017                  8 7月</p>	<p>Nピア休館日<sup>28</sup>                  10:00 いきいき倶楽部                  (色金老人憩の家)<sup>18</sup>                  10:30 口演童話(市が洞児童館)<sup>13</sup>                  10:30 夏休み親子血液教室<sup>8</sup> 7月                  14:30</p>
<p>9:00 マイナンバーカード・通知カード                  の休日窓口の開設<sup>10</sup>                  10:00 Think Nagakute キャラバン                  [北小学校区]<sup>5</sup>                  10:00 子どもワークショップ                  13:30 「漆芸」<sup>21</sup> 7月                  13:30 子ども科学教室<sup>10</sup> 7月                  15:00 ベルギー・ナイト<sup>11</sup></p>	<p>10:00 いきいき倶楽部                  (老人憩の家「永和荘」)<sup>18</sup></p>		<p>17:00 駅活イベント 駅前夜カフェ                  【9/1まで】<sup>30</sup>                  19:00 Think Nagakute キャラバン                  [南小学校区]<sup>5</sup></p>

## 統計情報

総人口	56,969	+2
男性	28,308	+7
女性	28,661	-5
世帯数	23,146	+3

## 月間異動数(6月)

転入	216
転出	239
出生	52
死亡	27
うち孤独死・孤立死※	0

※消防に通報があったが、既に死亡した状態であった単身者の方や死亡後に発見された方などで、生活状況を把握できた場合の総数です。

## 救急・火災 発生状況(件)

	6月	29年累計	前年同期
救急	152	985	896
火災	1	9	8

## 交通事故(人)

	6月	29年累計	前年同期
死亡	0	0	0
重傷	0	7	4
軽傷	31	209	168

## 犯罪 発生状況(件)

	6月	29年累計	前年同期
刑法犯	44	297	274
うち入盗	2	20	36

## 8月 各種相談 (相談日以外もお気軽にお問い合わせください。)

内容(予は要予約)	とき	ところ
行政	8日(火) 13:30-16:30	本庁舎2階 打合せ室1
司法書士相談	3日(木),17日(木) 13:30-17:00	西庁舎2階 悩みごと相談室
法律	10日(木),24日(木) 13:00-16:00	
行政書士相談	17日(木) 9:00-12:00	
交通事故・相続等相談 (3日前までに予約)	7日(月),28日(月) 10:00-15:00 (12:00-13:00除く)	
消費生活相談	毎週月・火・水・金曜日 ※ [月]9:00-12:00 [火、水、金] 10:00-16:00 (12:00-13:00除く)	福祉の家1階 相談室 電話相談も可
人権	17日(木) 13:30-16:30	
生活困窮者相談	火～土※ 9:00-16:00	
年金	18日(金) 10:00-16:00 (12:00-13:00除く)	本庁舎1階 相談室
ボランティア	5日(土) 10:00-11:30 毎週水曜日(30日を除く)	福祉の家1階 ボランティアプラザ



です。ただし、相談など一部に掲載を省略しています。  
 ボランティアイベントは緑色で表記しています。  
 該当ページを表しています。(例：①は1ページの意味)さらにその後の  
 載していることを表しています。(例：②回は2月号の意味)

9月の主なイベント

木	金	土
9:30 「行政評価」外部評価公開 ① 10:00 いきいき倶楽部 (段ノ上集会場) ⑮ 10:00 夏休み図書館見学ツアー 15:00 ① ⑦月 11:00 花火教室(上郷児童館) ⑬ 11:00 乳幼児向けおはなし会 ⑭ 13:30 こども科学教室 ⑩ ⑦月	10:00 いきいき倶楽部 (老人憩の家「椿荘」 岩6地区) ⑮ 10:00 色粘土で焼き物の吊るし 13:30 飾りをつくろう ⑫ ⑦月 12:30 リモモツアーズ 2017 ⑧ ⑦月	8:30 県消防操法大会【碧南市】 ② ⑥月 9:00 リモモツアーズ 2017 13:00 ⑧ ⑦月 9:30 「行政評価」外部評価公開 ① 10:00 出張発明クラブ ⑩ ⑦月 13:30 ⑩ ⑦月 11:00 チュール君と影 ⑭ ⑥月 14:00 ⑭ ⑥月 16:00 豊明夏まつり【6日まで】 ③⑩ ⑦月 17:30 ツバメの大群観察 ⑫ ⑦月
3	4	5
10:00 映像鑑賞会 ⑮ 14:00 ⑮ 12:30 リモモツアーズ 2017 ⑧ ⑦月 13:30 いきいき ライフパーティー ⑮	12:00 ガレリアコンサート ⑮ 13:00 語り部による戦争体験を 聞く集い ⑫	9:00 特別展「村の生活と衣服」 【10/1まで】 ⑩ 9:30 リモモツアーズ 2017 14:00 ⑧ ⑦月 10:30 おはなし会 ⑭
10	山の日 ⑪	12
9:30 骨密度測定会 ⑮ 10:30 □演童話(南児童館) ⑬ 11:00 乳幼児向けおはなし会 ⑭ 13:00 リモモツアーズ 2017 ⑧ ⑦月	10:30 □演童話 (青少年児童センター) ⑬ 13:30 こども科学教室 ⑩ ⑦月 13:30 クーテシガーナキッズ ダンス隊1期生発表会 ⑮	10:00 まちセンカフェ ⑮ 13:00 「愛知県史」に関する催し ⑭ ⑦月 13:00 棉花から布へ【初回】 ⑮ 13:30 川でガサガサ生きものしらべ ⑫ ⑦月 14:00 おはなし会 ⑭ 15:00 乳幼児向けおはなし会 ⑭ 15:00 第39回東郷町民納涼まつり ⑩ 17:00 第25回三好いいじゃんまつり ⑩
17	18	19
10:30 □演童話(下山児童館) ⑬ 13:30 いきいき ライフパーティー ⑮ 14:00 正しいラジオ体操第一講座 ⑭ ⑦月 14:00 Art of Life (上郷・市が洞児童館) ⑬ 14:30 I型糖尿病について語ろう ⑮	10:30 □演童話(西児童館) ⑬ 12:30 リモモツアーズ 2017 ⑧ ⑦月 13:30 シルバー人材センター 入会説明会 ⑮ ⑦月 13:30 認知症家族交流会 ⑮ 14:00 Art of Life (青少年児童センター、下山 児童館) ⑬ 19:00 Think Nagakute キャラバン 【西小学校区】 ⑤	10:00 2017 ながくてサイエンス フェスティバル ⑮ 10:30 英語のおはなし会 ⑭ 13:00 第1回公共施設のあり方検討 市民ワーキング ⑮ 14:00 文化マスタープラン策定 第2回 文カフェ ⑮
24	25	26
14:00 うつ病家族教室【初回】 ⑮		
31		

2日(土) 土曜日に英語で遊ぼう【初回】 ⑫ ⑦月 10:00 Think Nagakute キャラバン 【東小学校区】 ⑤ 10:00 愛知医科大学公開講座【初回】 ⑮ 13:00 創業支援セミナー ⑭
3日(日) 10:00 Think Nagakute キャラバン 【市が洞小学校区】 ⑤ 10:00 レインスティック作り ⑭ 10:00 畑の妖精を作ろう ⑮ 14:30 輝け！長久手フレッシュ コンサート ⑭ ⑥月
6日(水) 10:00 幼児安全法講習会 ⑭ 19:00 Think Nagakute キャラバン 【長久手小学校区】 ⑤
8日(金) 10:00 育児講座 ⑮
9日(土) 9:00 愛知駅伝 長久手市代表選手 選考記録会 ⑮
10日(日) 9:00 市長杯ソフトボール大会 【男子】 ⑭ ⑥月 9:00 創業支援セミナー 2017 【初回】 ⑭ 10:00 茶会 ⑮ ④月 10:00 癒やしのフレンズ in Nagakute ⑦
12日(火) 9:00 食生活改善推進員養成講座【初回】 ⑮ 10:30 あそびのひろば ⑮ 14:00 食の安全・安心 タウンミーティング ⑮
15日(金) 19:00 劇王 XI～アジア大会～ 【17日まで】 ⑮ ⑦月
16日(土) 10:00 トンボを知ろう ⑭
17日(日) 10:00 竹トンボ作り ⑭
22日(金) 13:30 シルバー人材センター 入会説明会 ⑮ ⑦月
23日(土・祝) 14:00 木下春菜ソプラノリサイタル ⑮
24日(日) 10:00 栗拾い ⑮ 16:00 室内楽の楽しみ ⑮ ⑦月

※…11日(金・祝)を除きます。

問合先	内容(☑は要予約)	とき	ところ	問合先	
悩みごと相談室(56-0551)	☑成年後見	24日(木)	13:30-16:30	本庁舎1階 相談室	尾張東部成年後見センター (75-5008)
	☑女性相談 ※男性も相談可	4日(金) 25日(金)	10:00-15:30	北庁舎2階 第5会議室 西庁舎2階 第7会議室	子育て支援課(56-0633)
	☑発達相談 家庭児童相談室 虐待等相談・通告	24日(木) 月～金※	11:00-16:00 9:00-17:00	西庁舎1階 子育て支援センター	子育て支援課(56-0633) 家庭児童相談室専用ダイヤル (63-9500)
消費生活相談窓口 (64-6503)	☑ひとり親家庭	毎週月・水・金※	10:00-15:30	本庁舎1階 相談室	子育て支援課(56-0616)
	☑子育て相談(就学前児童)	16日(水)、17日(木)	予約時調整	保健センター	健康推進課(63-3300)
	☑こころの相談室	平日 8:30-17:15	要予約※		
社会福祉協議会(62-4700)	☑こころの健康相談	16日(水)	14:00-16:00	瀬戸旭医師会館	瀬戸地域産業保健センター (84-1139)
保険医療課(56-0618)	税務相談(事業者対象)	15日(火)	10:00-16:00	商工会館	商工会(62-7111)
	金融相談(事業用資金)	15日(火)	10:00-12:00		
ボランティアセンター (61-3434)					



# シニアの広場

## いきいきライフパーティー

問 長寿課 ☎ 56-0639 [HPを見る](#) 記事ID 10108

健康づくりに関心のあるみなさんが集まって楽しく運動をし、交流しています。身体を動かすことの楽しさを実感して、みんなで運動を始めるきっかけとしませんか。

時 8月10日(木)

13:30~15:30

場 西庁舎3階  
研修室

時 8月24日(木)

13:30~15:30

場 福祉の家2階  
集会室

対 前日までに(株)長久手温泉に申込  
(☎ 64-3511、FAX 64-2647)。



## 福祉の家の施設情報

問 福祉の家 ☎ 64-6500 [HPを見る](#) 記事ID 3403

● 歩行浴インストラクターの来所日時

8月18日(金) 10:00~12:00

● 歩行浴室・福祉浴室ともに利用中止

8月10日、24日(木) 10:00~11:30

● 歩行浴室のみ利用中止

8月1日、8日、22日、29日(火) 13:30~14:30

● 温泉スタンドの休止日

8月7日(月)

## 認知症家族交流会

問 長寿課 ☎ 56-0639 [HPを見る](#) 記事ID 3391

時 8月25日(金) 13:30~15:30

場 福祉の家2階 会議室

対 認知症の人を介護している家族

申 事前申込不要

ほっと一息  
家族同士で集まって  
介護の悩みを話したり  
情報交換してみま  
せんか?

## いきいき倶楽部

問 長寿課 ☎ 56-0639 [HPを見る](#) 記事ID 4740

65歳以上の人を対象に、老人憩の家や地域の集会所  
で健康チェック、創作活動(8月は型抜きアート、●の日)、  
運動(□の日)などを行います。

日にち	時間	場所
8月1日(火) ●	10:00~12:00	先達集会所
8月2日(水) ●	10:00~12:00	茜老人憩の家
8月3日(木) □	10:00~12:00	段ノ上集会場
8月4日(金) ●	10:00~12:00	老人憩の家「椿荘」 岩6地区
8月7日(月) ●	10:00~12:00	楓老人憩の家
8月8日(火) ●	10:00~12:00	下山集会所
8月9日(水) □	13:30~15:30	上川原集会所
8月14日(月) ●	10:00~12:00	老人憩の家「椿荘」 岩7地区
8月16日(水) ●	14:30~16:30	三ヶ峯集会所
8月23日(水) □	10:00~12:00	色金老人憩の家
8月28日(月) ●	10:00~12:00	老人憩の家「永和荘」

## 第1回公共施設のあり方検討市民ワーキング

ス スマイルポイント対象事業 [HPを見る](#)

問 財政課 ☎ 56-0606 (記事ID 9549)

平成28年度に策定した公共施設等総合管理計画に基づき、人口変動の著しい本市における将来を見据えた公共施設等のあり方などについて、市民のみなさんと検討を進めていきます。

時 8月26日(土) 13:00~16:00

場 西庁舎3階 研修室

内 公共施設等の現状と課題

公共施設等の現状などについて市から説明するほか、名古屋大学大学院工学研究科准教授恒川和久氏による講演や、グループワークなどを行います。



# 《「限度額適用認定証」・「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付》 ～外来、入院ともに窓口での支払いが限度額までとなります～

国民健康保険 問 保険医療課 ☎56-0618 (記事ID 8936) [HPを見る](#)

## 対象者

### ・70歳未満の人

申請により「限度額適用認定証」を交付しています。  
入院または高額な外来診療を受ける場合に、認定証を医療機関に提示することにより、1か月ごとの医療費が高額になった場合でも、支払金額が世帯ごとの自己負担限度額までになります。

### ・70歳以上75歳未満の人で、平成29年度市民税非課税世帯の人

申請により「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付します。認定証を医療機関に提示することにより、入院時の食事代・居住費の自己負担額が減額されます。

## 更新手続きのお願い

保険証と印鑑を持って、保険医療課で申請してください。

現在、交付されている「認定証」の有効期限は、7月31日です。現在交付中の人には申請書を送付しています。必要な人は更新手続きを行ってください。

※国民健康保険税の滞納がある人や平成28年中の税の申告をしていない人は、「認定証」が発行できないことがあります。

※「認定証」を持たずに入院または高額な外来診療を受け、高額な医療費を支払った場合は、後日申請により自己負担限度額を超えた分を支給します(対象者には受診月の約2か月後に申請手続きの案内文を送付します)。

後期高齢者医療制度 問 保険医療課 ☎56-0617 (記事ID 472) [HPを見る](#)

後期高齢者医療制度加入者で、平成29年度市民税非課税世帯の人に「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付します。事前に保険医療課窓口で申請することにより、入院時の食事代・居住費の自己負担額が減額されます。

※現在、交付されている「認定証」の有効期限は7月31日ですので、8月以降も該当となる方には、7月中旬に郵送します。更新手続きは不要です。

[HPを見る](#)

「健康診査」を受診しましたか 問 健康推進課 ☎63-3300 問 保険医療課 ☎56-0618 (記事ID 7147)

あなたの健康はあなただけのものではありません。健診は自分を見つめ直す絶好のチャンスです。年1回、健康チェックのために健診を受診しましょう。

●加入している健康保険の種類や年齢により、受診できる健康診査が異なります



【応急手当講習会】もしものときのために応急手当や止血処置の知識を身につけましょう。

時 8月20日(日)9:00～12:00 場 消防本部3階 講堂 対 市内在住・在勤の人 申 電話で申込 問 消防署 62-0119 記事ID9853

[HPを見る](#)

**場** 西庁舎3階 公民館

**対** 市内在住・在勤・在学の18歳以上の人

**申** 8月1日(火)～18日(金)に、生涯学習課窓口(本人に限る)で申込。郵送の場合は8月20日消印有効。1人で2つ以上の講座に申込可能ですが、はがき1枚につき1講座のみ有効です。お申し込み後のキャンセルはできません。

【あて先】〒480-1196(住所不要)生涯学習課「ながくて・学び・アイ講座」

【裏面】①講座番号と講座名 ②氏名、年齢 ③郵便番号、住所 ④電話番号 ⑤FAX番号 ⑥在勤・在学者はその旨 ⑦子ども連れの場合は子どもの年齢

**他** 講座番号22は10人、その他の講座は7人の受講生がいないと開講しません。詳しくは市HPや市役所、福祉の家、中央図書館、Nピアなどに設置してあるチラシをご覧ください。

※本講座は、講師も受講生もお互いに学びあうという趣旨のもとに企画・運営しています。当日の受付や教室のセッティング、後片付けなど円滑な運営がされるように受講生のみなさんのご協力をお願いします。

すべて初心者向け

※19、21、23、24番の講座は、子ども連れでの参加が可能です。※費用は、受講料+資料・材料費の合計です。

番号	講座名	講師	日時	定員	費用	場所
19	骨盤底筋トレーニング『ひめトレ®』	鍼師ひめトレインストラクター 酒井 あゆみ	10月12、26日、11月9、30日(木) 10:00～11:30	10人	1,700円	学習室1
女性の要とも言える骨盤底筋。楽しくトレーニングして美姿勢を取り戻し、ぽっこりお腹を解消しましょう。 持 飲み物、バスタオル 動きやすい服装でお越しください。						
20	暮らしに役立つ法律知識	弁護士 金谷 勇佑	10月7、14、21、28日(土) 13:30～15:00	15人	2,300円	学習室2
交通事故、相続、離婚等、日々の暮らしの中で問題となるものについて、基礎的な知識を学びます。 持 筆記用具						
21	心を磨き、強くして子ミュカUPママに!	黒田 忠晃	10月10、24日、11月7、21日(火) 10:00～11:30	15人	1,200円	講義室
ママの心の状態がいいと、子どもにもいい循環が生まれます。自分の心と上手につきあうコツを学びませんか? 持 筆記用具、不要になった雑誌(3回目)						
22	楽しく歌おうジャズスタンダード	大倉 尚士 パークリー音大卒	10月12、26日、11月9、23日(木) 14:00～15:30	50人	2,400円	研修室
ムーンリバー、我が心のジョージアなどジャズの名曲を楽しく歌いましょう。英語や譜面が苦手でも大丈夫です。 持 筆記用具						
23	バランスボール☆弾んで楽しく運動不足解消	Kayo (バランスボールインストラクター)	10月17、31日、11月14、28日(火) 10:00～11:30	10人	2,400円	和風会議室
バランスボールにのって弾みながら手足を動かしてエクササイズします。老若男女どなたでも楽しめます。 持 水分(500ml程)、タオル、動きやすい服装						
24	ゆったり楽しくハッピーベビーマッサージ♡	ロイヤルセラピスト協会認定講師 若杉 裕子	10月30日、11月6、20、27日(月) 10:00～11:30	12人	3,000円	和風会議室
赤ちゃんの心身の発達を促すマッサージを触れ合い遊びを交え楽しくお伝えします。ママ友交流にもぜひ。 持 バスタオル、赤ちゃんの水分						

6/11  
(日)



## ↑↑まちの話題

ながくてフォトギャラリー

### 公共交通に親しみを

公共交通応援隊キッズイベントグループが企画した「親子でEnjoy! 公共交通」が開催されました。訪れた家族連れは、自分で描いたりニモで電車ごっこをするなど、公共交通に関する様々な企画を体験し、楽しみながら公共交通について理解を深めていました。

# 創業支援セミナー ～あなたの夢を実現しよう～

問 東郷町産業振興課 ☎ 38-3111

記事ID 8088

HPを見る

時 9月2日(土) 13:00～17:00

場 東郷町商工会館2階 会議室

対 創業を予定している人、創業・経営に興味のある人、創業して間もない人

内 第1部 創業の基礎知識とビジネスプランの立て方

第2部 創業者に聞く 創業体験談

第3部 創業保証制度の紹介 等

申 8月1日(火)から25日(金)までに東郷町産業振興課へ電話・FAX(38-0066)・Eメール(tgo-sangyo@town.aichi-togo.lg.jp)で ①住所 ②氏名 ③電話番号を記入し、申込。

# “成功するための” 創業支援セミナー2017

問 長久手市商工会 ☎ 62-7111

記事ID 9073

HPを見る

創業に興味がある人、創業予定の人、創業間もない人を応援します。

受講者は、市町村より特定創業者としての証明を受けることができ、会社設立時の登録免許税減免や創業関連保証枠の拡大等の優遇措置の対象になります。

※証明の要件として、必要なカリキュラムを全て受講する必要があります

時 9月10日(日)、10月1日(日)・22日(日)、11月5日(日)、  
12月3日(日) 9:00～12:30

※創業に関する個別相談会も開催(予約制・受講者以外も相談可)

セミナー同日 各 13:30～16:00(1回50分)

場 東郷町商工会館

対 全5日間全てに参加できる、創業に興味がある人または創業後5年未満の人

内 創業や事業経営に必要なカリキュラム【経営】【財務】【販路拡大】【人材育成】のグループワーク、参加者の交流や情報交換

¥ 3,000円(全5回)

申 8月31日(木)までに長久手市商工会へ必要書類を提出。必要書類は長久手市商工会またはたつせがある課に設置。定員50人。



よこうただし  
講師：余合正司氏

ライト経営相談事務所代表  
中小企業診断士

6/27  
(火)



## 喜んでもらえるような相撲を

大相撲名古屋場所の際に、市内にある大雄院<sup>だいゆういん</sup>に宿舎を構える「田子ノ浦部屋」の田子ノ浦伸一親方と、大雄院の水谷昌釋<sup>しみんいち</sup>院主が、表敬訪問をされました。田子ノ浦伸一親方は、「みなさんに喜んでもらえるような相撲を取りたい」と抱負を語られました。

## 災害時の物資輸送について協定

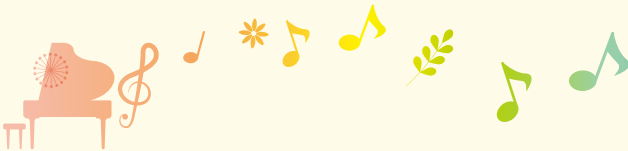
災害時の物資の緊急輸送等に関する協定を佐川急便(株)と結びました。この協定には、防災備蓄品や災害支援物資などを、物資拠点から避難所に配送してもらうことなどが定められています。佐川急便(株) 外山智中京支店長は、「もしものときは、日頃のノウハウを発揮し、地域のために貢献していきたい」と語られました。



7/11  
(火)

時 8月18日(金) 10:00～16:00 場 市役所本庁舎1階相談スペース(保険医療課横) 問 保険医療課 56-0618 記事ID9927

HP  
を見る



**文化の家 施設利用抽選会**

- ◆ 2日(水) ホール【森、風】 平成30年 8月分
  - ◆ 9日(水) その他の施設 平成30年 2月分
- 時** 受付時間9:30~10:00 抽選会10:00~  
**場** 光のホール

チケット  
取り扱い

**問** 文化の家 ☎61-2888  
**問** N ピ ア ☎63-9200(窓口販売のみ)  
**問** チケットぴあ ☎0570-02-9999

チケット  
販売日

**フレンズ会員** 8月 5日(土)  
**一般** 8月12日(土)  
前売完売の場合、当日券の販売はありません。  
文化の家の電話予約は発売日の翌日から受付

**問** 文化の家 ☎61-3411

**タンブッコ** [HPを見る](#) (記事ID 10308)  
**パーカッションアンサンブルコンサート**

世界屈指の打楽器アンサンブル。世界初演曲をひっさげて、奴らが再びやってくる!!

**時** 11月3日(金・祝) 14:30開場15:00開演  
**場** 森のホール

**内** [出演] タンブッコ、スカルサクラ(ガムランジェゴッググループ)、吉村七重(箏)、三橋貴風(尺八)、名古屋音楽大学合唱団  
[曲目] Bamboo Song(初演)、007、Sound sound 4 ほか

**¥** [前売・当日]フレンズ会員 2,500円(前売のみ)、一般3,000円、学生1,500円  
※全席自由  
※未就学児の入場不可



**長久手フィルハーモニー管弦楽団** (記事ID 10394)  
**第5回ファミリーコンサート** [HPを見る](#)  
~オーケストラと旅に出よう!~

どこかで耳にしたような親しみある曲がたくさん登場します。  
指揮水戸博之氏のお話とオーケストラの演奏を聴きながら、世界を旅をしているような気分をお楽しみください!

**時** 11月19日(日) 14:00開場14:30開演  
**場** 森のホール

**内** [曲目] ムソルグスキー : はげ山の一夜、  
チャイコフスキー : 1812年 ほか  
[指揮] 水戸博之

**¥** [前売]フレンズ会員700円、一般800円  
[当日]1,000円  
※全席自由 ※未就学児の入場不可

**NAF関連企画 / 平日マチネ事業**  
**午後の佇み** [HPを見る](#) (記事ID 10395)

平日のお昼に、ワンコインで楽しめるコンサート。愛知県立芸術大学から輩出された地元アーティストによる、アート of 地産地消!

**時** 10月18日(水) 13:30開場14:00開演  
**場** 風のホール

**内** [出演] 平光真彌(ヴァイオリン)、丸尾祐嗣(ピアノ)

**¥** [前売・当日]500円  
※全席自由  
※未就学児の入場不可



**平成28年度文化芸術振興に関する** (記事ID 10307)  
**長久手市長賞受賞記念** [HPを見る](#)  
**木下春菜ソプラノリサイタル**

長久手市長賞を受賞した愛知県立芸術大学院生によるリサイタルです。

**時** 9月23日(土・祝) 13:30開場14:00開演  
**場** 風のホール

**内** [出演] 木下春菜(ソプラノ)、田邊安紀恵(ピアノ)  
**¥** 入場無料(要整理券)

**申** 8月5日(土)から文化の家受付にて整理券を配布。  
先着順。  
※全席自由 ※未就学児の入場不可

**文化の家発売中の公演**

- 8/5(土) 2017ながくてキッズプログラム①  
「チュール君と影」
- 9/15(金),16(土),17(日)  
劇王XI~アジア大会~
- 9/24(日) MUSIC WEEKEND2017  
「室内楽の楽しみ」

## クーテシガーナキッズダンス隊 1期生発表会

[HPを見る](#) (記事ID 10332)

長久手応援ソングひろめ隊の活動の一環で、キッズたちが5か月間練習してきたダンスの成果発表会です。かっこよくてかわいい姿を披露します！

**時** 8月18日(金) 13:00開場13:30開演

**場** 風のホール

**内** クーテシガーナ、イロトリドリほか

**¥** 無料



## クーテシガーナキッズダンス隊 2期生募集

[HPを見る](#) (記事ID 10332)

ダンス大好き！クーテシガーナ大好き！な元気キッズ集合！長久手応援ソング「クーテシガーナ」のダンスをマスターして、イベントで披露しよう！

**時** 【練習】初回9月23日(土) 毎月第2・第4土曜日  
10:00～11:30(全12回)

【イベント】随時ご連絡します。

**場** 福祉の家ほか

**対** 小学生(ダンス初心者でも大丈夫です)

**¥** 6,000円(講座初回に支払い)

**申** 8月2日(水)から以下の内容をメール(bunka@nagakute.aichi.jp)で申込。先着15人。  
①氏名(フリガナ)、②年齢・性別、③郵便番号・住所、④電話番号、⑤メールアドレス、⑥応募動機・抱負

## 文化マスタープラン策定 第2回文カフェ

[HPを見る](#) (記事ID 10331)

長久手市文化マスタープラン策定にあたり、8月6日のキックオフミーティングに続き、2回目の文カフェを開催します。今回からの参加も大歓迎！一緒に考えていきましょう！

**時** 8月26日(土) 14:00～

**場** 森のホール

**申** 8月2日(水)から文化の家受付・電話にて申込。

## ガレリアコンサートvol.163 《特別企画》祈りのピアノ

[HPを見る](#)

(記事ID 7935)

展示室で行われる「原爆写真ポスター展」の関連企画(12ページ参照)です。平和への祈りを込めて、ピアノの調べがアトリウムを包みます。

**時** 8月11日(金・祝)  
12:00開演

**場** アトリウム

**内** 【出演】丸尾祐嗣(ピアノ)



## 映像鑑賞会

[HPを見る](#) (記事ID 10322)

**時** 8月10日(木) 10:00～、14:00～  
(上映の30分前から受付開始)

**場** 光のホール

**内** 《午前の部》

「楽しい！面白い！ミュージカルコメディ」シリーズ

「ロッキーの春風」(1942年・91分)

《午後の部》「美人女優」シリーズ

「昼下がりの情事」(1957年・91分)

**¥** 無料(先着80人)

**他** 【解説】都築義高(音楽・映画評論家)

## NAFファーム2017 チャリティーワークショップ

[HPを見る](#)

**「棉花から布へ…」参加者募集** (記事ID 10311)

昨年好評だったワークショップです。今年は、とてもめずらしい茶色と緑の棉花を使用して、色とりどりの織りを体験(全3回)。

**時** ①8月19日(土) ②9月2日(土)

③9月16日(土) 13:00～

(作業時間は2～3時間で個人差あり)

**場** 和室1・2

**内** ①種取り&棉打ち作業②糸紡ぎ作業③織りの作業

**対** 親子(4歳以上)または一般(小学5年生以上は、ひとりでの申込可)、10組

**¥** 3講座セットで1,200円(初回に支払い)  
1講座のみの場合は500円

**申** 8月3日(木)から文化の家受付・電話にて申込。

**他** 小さなお子どもは、参加できない工程もあります。

[HPを見る](#)

**「畑の妖精を作ろう」参加者募集** (記事ID 10310)

幅10cmくらいの丸太を斜めに切ったものに絵付けして、人形を作ります。完成した作品は、ながくてアートフェスティバル(NAF)の期間中、文化の家横のNAFファームに展示します。

**時** 9月3日(日) 10:00～12:00

**場** 美術室

**対** 親子(3歳以上)または一般(4歳以上は、ひとりでの申込可)、先着10組

**¥** 500円(当日支払い)

**申** 8月3日(木)から文化の家受付・電話で申込。

**他** 絵の具を使用するので、汚れてもよい服装で参加してください。





**対** 市内在住・在勤・在学の人(申込時にそのことがわかるものを持参)※受講者本人以外は、受講不可・教室への入室不可。  
**申** 次の申込期間に、対象者であることがわかるものを持参し、申込。電話申込不可。代理申込可(受講者本人の証明を持参)。  
 仮申込は、定員を超えた場合抽選。抽選会は、8月11日(金・祝)10:00～(抽選会への参加は任意)。  
 抽選会実施後、18日(金)20:30までに本申込及び受講料支払(結果についてはお問い合わせください)。  
 ※期日までに本申込がない場合、当選を取り消します。繰り上げがあった場合のみ、補欠の人に連絡します。  
 ※同じ募集月の同一競技への申込は1つまで。※受講料の返金不可。※一般とは、中学生を除く15歳以上の人  
**【☆の教室】**がんばらっせ長久手スポーツクラブ教室  
 このクラブは、「いつでも、どこでも、誰でも」を合い言葉に子どもから高齢者まで様々なスポーツを気軽に楽しむことができるように実施しています。受講料のほかに「がんばらっせ長久手スポーツクラブ」年会費が必要です(中学生以下500円、大人1,000円)。

	教室	期間(予備日を含む)・時間	曜日	回数	会場	受講料	対象	定員	申込
①	卓球2期	9/22～12/1 19:00～20:30 (休11/3)	金	8	杵ヶ池体育館 アリーナ	2,000円	一般	20人	先着 8/4～
②	エアロビクス 1期	9/28～11/30 10:00～11:30 (休10/19)	木	8	杵ヶ池体育館 柔剣道場	2,000円	一般	30人	先着 8/3～
③	☆小学生 バレーボール2期	9/9～H30/1/13 15:00～17:00 (休9/23、10/7、21、11/25)	土	12	杵ヶ池体育館 アリーナ	3,600円	小学3～6年生	50人	先着 8/5～
④	☆ピラティス 2期	9/12～12/26 9:30～10:30 (休9/19、10/10)	火	12	杵ヶ池体育館 柔剣道場	6,000円	一般	30人	先着 8/2～
⑤	☆ボールボクササイズ 2期	9/12～12/26 10:45～11:45 (休9/19、10/10)	火	12	杵ヶ池体育館 柔剣道場	6,000円	一般	30人	先着 8/2～
⑥	☆幼児体操4歳 金曜日2期	9/22～12/1 15:30～16:30 (休11/3)	金	8	杵ヶ池体育館 柔剣道場	2,400円	H24.4.2～ H25.4.1生	30人	仮申込 8/2～9
⑦	☆幼児体操5歳 金曜日2期	9/22～12/1 16:45～17:45 (休11/3)	金	8	杵ヶ池体育館 柔剣道場	2,400円	H23.4.2～ H24.4.1生	30人	仮申込 8/2～9
⑧	☆幼児体操4歳 土曜日2期	9/23～12/2 9:30～10:30 (休10/21)	土	8	杵ヶ池体育館 柔剣道場	2,400円	H24.4.2～ H25.4.1生	30人	仮申込 8/2～9
⑨	☆幼児体操5歳 土曜日2期	9/23～12/2 10:45～11:45 (休10/21)	土	8	杵ヶ池体育館 柔剣道場	2,400円	H23.4.2～ H24.4.1生	30人	仮申込 8/2～9
⑩ ※	☆幼児球技 年長1期	9/10～11/26 9:30～10:30 (休10/1、11/19)	日	8	東小学校	4,000円	H24.4.2～ H25.4.1生	12人	先着 8/6～
⑪	☆ボウリング	9/13、27、10/11、25 13:00～15:00	水	4	東名ボール	各日940円 (2ゲーム分) ※貸靴代別	一般	50人	先着 8/2

※⑩新規の教室。ボールを蹴る、投げるなど、色々な球技に繋がる基礎を楽しみながら学びます。



■ **初めてトレーニングルームを利用する場合**

トレーニング講習会を受ける必要があります。

トレーニング講習会 (定員50人)

時 8月27日(日) 10:00~12:00

8月30日(水) 19:00~21:00

申 8月1日(火)~前日までに申込 ¥ 500円

対 中学生以下を除く市内在住、在勤、在学者

持 対象であることが確認できるもの、室内履き

※ただし、他施設等でトレーニング機器の利用経験がある人は、トレーナー在館時間を確認のうえ来館し、説明を受ければ、利用できます。

¥ トレーニングルーム (利用料1回110円)

■ **愛知医科大学 運動療育センター プール開放**

愛知医科大学のご厚意で開放されています。マナーやルールを守って利用してください。

時 8月6、13、20、27日(日) 10:00~16:30

対 市内在住の15歳以上の人 (中学生を除く)

持 市民であることを証明できるもの、スイミングキャップ

他 医師などから運動を禁止されている人および

妊娠中の人は利用不可

■ **校区体育委員主催スポーツイベント  
小学校体育館開放**

どの学校でも気軽に参加できます。室内履き、運動のできる服装でお越しください。小学生以下は、保護者同伴をお願いします。

※いずれの日も、土曜日の19:00~21:00

ところ	とき	主な内容
長久手小学校	12、19日	ファミリーバドミントン
西小学校	19日	ビーチボールバレー
東小学校	5、19、26日	ビーチボールバレー
北小学校	12、26日	ショートテニス、バドミントン
南小学校	26日	ファミリーバドミントン、ミニテニス
市が洞小学校	26日	ビーチボールバレー、夢ボール

■ **スポーツ推進委員主催スポーツイベント  
第493回 歩けあるけ運動**

スポーツ推進委員と市役所周辺を1時間程度かけて歩きます。

時 8月20日(日) 7:00集合

※雨天の場合は27日(日)

場 長久手市役所正面駐車場

コースの見どころ：朝霧の立石池



体育協会主催 **スポーツイベント**

HPを見る 問 杵ヶ池体育館 ☎63-1000

記事ID 10314

	グラウンドゴルフ夏の大会	第1回市民卓球レクリエーション大会
とき	8月16日(水) 18:00~ 予備日:8月23日(水)	8月20日(日) 9:00~
ところ	スポーツの杜 野球場	杵ヶ池体育館 アリーナ
参加資格	市内在住・在勤の20歳以上	市内在住・在勤・在学の小学生以上
参加費	1人200円(当日集金)	個人1人300円、団体1団体400円(当日集金)
申込方法	当日現地で申込	8月10日(木) 17:00までに杵ヶ池体育館へ申込

第12回愛知駅伝 **長久手市代表選手選考記録会**

HPを見る 問 杵ヶ池体育館 ☎63-1000

記事ID 4492

12月2日に行われる愛知駅伝の長久手市代表チームの選手選考記録会を開催します。詳細は選考記録会要項をご確認ください。

時 9月9日(土) 小雨決行 ※予備日①10日(日)、②17日(日)

○小学生(男子・女子)、中学生(男子・女子)、一般(女子)、ジュニア(女子)

受付1部 9:00~ 【9:30から順次スタート】

○ジュニア(男子)、一般(男子)、40歳以上

受付2部 9:30~ 【10:45から順次スタート】

場 愛知医科大学 寅山グラウンド

対 次の条件を満たす人

- 12月2日(土)の駅伝大会に出場できる人
- 9月1日現在、市内在住・在勤の人  
(小・中・高校生は、保護者の居住地が本市であること、外国籍留学生で、市内の学校に在籍する人も可)
- 他県・他市町村に在住で、市内の中学校出身である人  
(区域外就学により隣接市町の中学だった場合は、中学卒業時に保護者が市内に在住していた人)

申 9月2日(土) 20:30までに参加申込書を杵ヶ池体育館窓口へ提出。



昨年の愛知駅伝の様子

より詳細な情報は、市ホームページで見ることができます。[\[長久手市\]](#) [\[検索\]](#)  
http://www.city.nagakute.lg.jp



## イベント

### 暮らし環境

#### まちセンカフェ 「科学大好き!サイエンスショー」

問 たつせがある課 ☎ 56-0602  
[HPを見る](#) 記事ID 10126

時 8月19日(土) 10:00~11:30  
場 まちづくりセンター1階 交流スペース  
内 身近な材料を使って、わくわくドキドキする実験や工作等、サイエンスに楽しくふれあいます。  
ゲスト:伊東久範氏(元南小学校校長)  
申 不要 ¥ 無料

#### 工房2利用講習会

問 福祉の家 ☎ 64-6500  
[HPを見る](#) 記事ID 3394

福祉の家の工房2には糸ノコなどの工作機器が備えられています。初めて借りる場合は、安全のため事前に利用講習会を受講していただきます。

時 8月20日(日) 9:30~11:30  
場 福祉の家 工房2  
申 8月2日(水)から9日(水)までに福祉の家窓口または電話で申込。先着3人。中学生以下は保護者同伴。

### 健康・福祉

#### 食生活改善推進員 養成講座

問 健康推進課 ☎ 63-3300  
[HPを見る](#) 記事ID 8803

「食」を通じた健康づくりや食育を自分たちの生活から地域へと広める活動を行う「食生活改善推進員」を養成する受講者の募集をしています。全3回の講座で食事のことを学んでみませんか?

時 9月12日(火)、10月20日(金)、  
11月17日(金) 9:00~13:00

場 保健センター3階 会議室及び調理実習室

内 食事に関する講義と調理実習  
対 市内在住で健康づくりに関心があり、養成講座後は自ら進んで地域活動を実践する意欲のある人 定員30人  
※調理実習にて火を利用するためこどもの同伴は不可。  
申 8月1日(火)から9月1日(金)まで健康推進課窓口または電話で申込。

#### 骨密度測定会

問 健康推進課 ☎ 63-3300  
[HPを見る](#) 記事ID 10246

骨密度を把握し、自身の生活を振り返りましょう。

時 8月17日(木) 9:30~15:00  
(受付時間は30分ごと)  
場 保健センター3階 会議室  
対 市内在住の人 先着120人  
内 骨密度測定、個別相談  
申 8月2日(水) 9:00から健康推進課窓口または電話で申込。  
他 素足で測定しますので、軽装でお越しください。体成分分析装置測定会も同日に開催します。

#### 愛知医科大学公開講座 「〇〇と診断されたら」

問 愛知医科大学公開講座4係  
☎ 61-5224  
[HPを見る](#) 記事ID 10302

時 9月2日、9日、16日、23日  
(土曜日) 10:00~12:00  
場 愛知医科大学たちばなホール  
内 全4講座。詳細はお問い合わせください。  
申 8月1日(火)から20日(日)までに往復はがき(1葉につき1人)に、①住所②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤職業⑥電話番号を記入し、愛知医科大学へ郵送(〒480-1195 住所不要)。同大学ホームページからも申し込み可。定員を超えた場合は抽選。

#### I型糖尿病について語ろう

問 瀬戸保健所健康支援課  
☎ 82-2157  
[HPを見る](#) 記事ID 9616

I型糖尿病のお子さんやその家族を対象に交流会を開催します。

時 8月24日(木) 14:30~16:30  
場 日進市中央福祉センター 多機能室北  
内 「I型糖尿病児の自立支援に向けて(仮)」  
講師:木村 那智氏  
(ソレイユ千種クリニック)  
申 8月18日(金)までに瀬戸保健所健康支援課に電話で申込。

#### うつ病家族教室

問 瀬戸保健所健康支援課  
☎ 82-2158  
[HPを見る](#) 記事ID 6135

時 8月31日、9月7日、14日  
(木曜日) 14:00~16:00  
場 瀬戸保健所豊明保健分室  
(豊明市沓掛町石畑142-20)  
内 うつ病やその療法、制度に関する講演や家族交流会  
対 瀬戸保健所管内(瀬戸市・尾張旭市・豊明市・日進市・長久手市・東郷町)に在住で、うつ病と診断された方の家族 約20名  
申 8月7日(月)から25日(金)までに瀬戸保健所に電話で申込。

#### 食の安全・安心 タウンミーティング

問 瀬戸保健所環境・食品安全課  
☎ 82-2198  
[HPを見る](#) 記事ID 8815

「食品表示をもっと知ろう!」をテーマに、関係する法律の解説や食品メーカーの取組み紹介の他、一般市民、食品関係事業者、保健所が意見交換する「食の安全・安心タウンミーティング」を開催します。

時 9月12日(火) 14:00~17:00

場 名古屋学芸大学5号館 521教室

(日進市岩崎町竹ノ山57番地)

※リニモ長久手古戦場駅から発車している同大学シャトルバス(有料)または公共交通機関を利用してお越しください。

申 8月1日(火)から17日(木)までに瀬戸保健所へ電話・FAX(82-9188)で申込。申込時に、①住所、②氏名、③年齢、④性別、⑤電話番号、⑥食品衛生に関する疑問・質問をお伝えください。先着100人。

## 愛知県障害者職業訓練 受講生募集

問 福祉課 ☎ 56-0614

問 愛知障害者職業能力開発校  
☎ 0533-93-2505

HPを見る 記事ID 10320

愛知障害者職業能力開発校では、障害者の態様に応じた多様な委託訓練を様々な委託先を活用して実施しています。

時 10月10日(火)から27日(金)  
まで毎週月曜日から金曜日  
9:30~16:30

場 マジオワークライセンススクール  
春日井校  
(春日井市明知町230-1)

対 身体障害者(車椅子、視覚障害の方は不可、聴覚障害の方は問合せが必要)、知的障害者、精神障害者

内 フォークリフト運転技能講習修了証を取得する

¥ 2500円(テキスト代、写真代として)

申 9月12日(火)までに公共職業安定所(ハローワーク)にて手続き。

## 募 集

### 社会福祉協議会 法人会員募集

問 社会福祉協議会 ☎ 62-4700

市内企業・事業所を対象に法人会員の募集を行います。会費は市内の地域福祉

推進のための貴重な財源となります。ご理解、ご協力よろしくお願ひします。  
法人会員 一口 3,000円(年額)

### ながくて市民まっりのブース 出店者・ステージ出演者募集

問 市民まつり実行委員会事務局

(たつせがある課内) ☎ 56-0641

HPを見る 記事ID 7383

11月12日(日)に2017ながくて市民まつりを開催します。

今年も、ブース出店者及びステージ出演者を募集します。昨年は、40を超えるブース出店者やステージ出演者が集まりました。今年も様々なステージやブースの申込をお待ちしています。

申 8月1日(火)から31日(木)までに応募用紙をたつせがある課窓口または郵送(31日必着)で提出(FAX・Eメール不可)。誓約書への押印を忘れないでください。申込用紙は、市HPまたはたつせがある課窓口で配布。

※募集要項をよく読んでから申し込んでください。



### 愛知中部水道企業団 職員募集

問 愛知中部水道企業団総務課

☎ 38-0030

HPを見る 記事ID 10335

事務職または技術職を若干名募集します。詳しくは愛知中部水道企業団HP(<http://www.suidou-aichichubu.or.jp>)からご確認ください。

申 8月18日(金)までに必要書類を愛知中部水道企業団へ提出。

## お知らせ

### くらし環境

### 公園はルールを守って利用しよう

問 みどりの推進課 ☎ 56-0552

HPを見る 記事ID 559

公園の利用による騒音や花火などで、他の利用者や近隣住民の迷惑にならないように、ルールを守って公園を利用してください。

- 夜間にバスケットボールをする、騒ぐなどの行為はしない
- 古戦場公園、色金山歴史公園及び杵ヶ池公園については花火は禁止です
- それ以外の公園でも、夜8時以降は花火をしない
- 民家の近くではロケット花火などの高く上がる花火はしない
- 花火のごみは必ず持ち帰り、火の始末をする

※花火や夜間のバスケットボール等の迷惑行為については、警察に通報をお願いします。

### 8/1~10 夏の安全なまちづくり県民運動

問 安心安全課 ☎ 56-0611

HPを見る 記事ID 10290

#### 《運動の重点》

- 住宅を対象とした侵入盗の防止(年間取組事項)
- 子どもと女性の犯罪被害防止
- 特殊詐欺の被害防止
- 自動車盗の防止



#### 《夏の防犯対策 自転車盗》

本市では昨年8月に自転車盗が急増しました。自転車盗に関しては鍵かけを徹底し、自宅の駐輪場でもツーロックなどをしましょう。

## Nピア休館日

問 市民課 ☎ 56-0607

HPを見る 記事ID 1352

アピタ長久手店1階にある長久手市サービスコーナー(Nピア)が、以下のとおり休館します。

時 8月23日(水)終日

## 特定外来生物「ヒアリ」

問 環境課 ☎ 56-0612

HPを見る 記事ID 10444

平成29年7月6日に、春日井市内において、特定外来生物である「ヒアリ」の生息が確認されました。

ヒアリは強い毒性をもつことから、ヒアリと疑われる個体を発見した場合、決して触らないように注意していただくともに、環境課までご連絡ください。



全体は赤茶色で腹部が黒っぽい赤色

## 健康・福祉

### 現況届を提出してください

【児童扶養手当、愛知県遺児手当】  
 …問 子育て支援課 ☎ 56-0616  
 【特別児童扶養手当、特別障害者手当等、愛知県在宅重度障害者手当】  
 …問 福祉課 ☎ 56-0614

記事ID 1491,1493,4121,4125,4126,4128

HPを見る HPを見る HPを見る HPを見る HPを見る HPを見る

上記手当を受給している人は、毎年現況届を提出する必要があります。

本市から送付する現況届と添付書類を提出してください。この現況届の提出がない場合は、手当を受給できなくなります。

### 薬剤師会からのお知らせ

問 薬剤師会代表 キョーワ調剤薬局  
 長久手店 ☎ 63-3996

HPを見る 記事ID 10298

普段から利用する薬局=かかりつけ薬局を一つ持つようにしましょう。薬や健康に関する情報を一つの薬局で管理するこ

とで以下のメリットがあります。

- 薬の重複を防ぎます
  - 薬の飲み合わせをチェックします
  - 薬の効果や副作用について確認します
  - 薬の飲み残り(残薬)を整理、飲みやすいようサポートします
  - 医師をはじめ他職種と連携します
- その他にも、普段の健康相談から介護用品の相談・支援、健康食品や風邪薬など市販薬、衛生材料に対して薬剤師の観点から適切なアドバイスができます。

### 年金請求書の手続きをお忘れなく

問 ねんきんダイヤル

☎ 0570-05-1165

(050で始まる電話からかける場合は)

☎ 03-6700-1165

HPを見る 記事ID 9777

日本年金機構からの黄色の封筒(A4サイズ)が届いた人は年金を受け取れます。ねんきんダイヤルで予約の上、瀬戸年金事務所まで手続きを行ってください。

## 市民記者の記事をぜひご覧ください!

HPを見る

問 情報課 ☎ 56-0601 (記事ID 3936)

市民記者：ファーストサーブさんの記事



### 「草掛防犯ガード隊」便り(第27号)

「草掛防犯ガード隊」とは、北小校区の長一自治会地区100世帯を中心に「交通安全・防犯・防災」を主に、子供や高齢者等の安心安全な暮らしを守ることが出来るまちづくりを目指した活動に取り組んでいるボランティア団体です。



市民記者ホームページ

<http://nagakute0.seesaa.net>

長久手市 市民記者 検索 で検索

いつもまちのために  
 ありがとうございます!

市民記者：ファーストサーブさんの記事

きれいな  
 アジサイだな~

市民記者：ファーストサーブさんの記事

### 今年も咲いた紫陽花(アジサイ)



梅雨の季節に入り、自宅の紫陽花が今年も綺麗に咲いてくれました。

周囲の大きな花は萼で中央の細かな花が真花です。

### 第7回 草掛公園花壇の花植えボランティアに参加(北小校区)



公園内の花壇に夏の花5種類600苗を参加者35名で植え込みを行い、地域のコミュニケーションを深め参加者との交流の場にもなりました。

# 8月みんなの掲示板

【市内で行う催し等をご紹介!詳しくは各団体までお問い合わせください。】

9月号への掲載は、8月4日(金)までに申請書を提出してください。

広報紙への掲載可能件数は最大17件(先着順)です。詳しくは市HPをご覧ください。

※各お問い合わせ先への営業目的等でのお問い合わせはご遠慮ください。

情報課 ☎ 56-0601 記事ID 3963 **HPを見る**

## いきいきロコモヨガ～健康寿命をのばそう～

簡単な動きで足腰を鍛え、健康寿命をのばしましょう。

時 9月5日、19日(火) 10:15～11:45

場 長久手公民館

対 10人程 持 バスタオル・フェイスタオル持参  
内 ゆったりとした呼吸で体に無理のない動き。タオルを使い楽々。

申 前日までに電話かSMSで

問 高橋(090-6598-4127)

## 親子ふれあいミュージック

1歳～3歳の音楽大好きっ子集まれ!!

講師 廣岡美和、奥田陽子

時 9月14日(木)、21日(木) 10:30～11:30

場 モリコロパーク 地球市民交流センター

対 各回、親子17組

内 歌、リズム、工作等を音楽を使って楽しみます。

¥ 100円

申 8月22日(火) 14:00～ 予約開始

問 地球市民交流センターTEL0561-64-1190

## 夏休み親子・孫で楽しむ藍染め体験

涼しい藍色と柄を楽しみませんか。夏休みの自由研究にもなります。お1人でも参加できますよ。

時 8月8日(火) 10:00～12:00、13:00～15:00

場 福祉の家工房1

対 各回先着10人

¥ 300円～2000円(材料費実費のみ)布の持ち込みの場合10g100円

申 電話で申込 問 坂下(090-8155-0066)

## ミニセミナー「いのちをつなぐ」

臓器提供された命は、移植を受けた方の中で生き続けます。臓器提供の大切さについてお話しします。

時 8月3日(木) 14:30～15:30

場 愛知医科大学病院 2階健康情報室

対 先着30名

内 講師：院内コーディネーター 石橋ひろ子

他 10月5日と11月9日にも開催します。

申 電話か来室 問 0561-62-3311(内線39050)

## 初歩の社交ダンス教室

社交ダンスの経験者も初心者も大歓迎です。

時 開始日9月6日(水) 13:30～15:30

場 城屋敷114番地

¥ 受講料無料

他 受講の際は身軽な服装と上履きをご用意ください。

申 8月18日締切

問 なないろカフェバンバン 0561-57-7604(飯田)

## 親子クラシックコンサート～動物の謝肉祭～

夏休み最終日! 10人の奏者による贅沢な音楽会。無料造形ワークショップで自由研究にもまだ間に合う!

時 8月31日(木) ①13:00～②15:00～

場 文化の家 風のホール

¥ 2歳以下無料 中学生以下500円 大人1200円

申 要予約

問 090-5873-5082 spica.tnc@gmail.com プロジェクトSPICA

## 子どもミュージカル「大きな夢の木の下で」

プロの生オーケストラによる贅沢で豪華な子どもミュージカル公演

時 9月9日(土) 18:30～ 公開ゲネ15:00～ 場 文化の家 森のホール

内 未就園児の為に公開ゲネ(有料)も! お問い合わせ下さい。

¥ 大人1000円 高校生以下700円 申 要予約

問 090-5873-5082 spica.tnc@gmail.com プロジェクトSPICA

## 本の感じかた文章教室

本を読むのが楽しくなり、自分らしさを表現する秘訣をプロ編集者がこっそり教えます。

時 8月1日(火) 10:00～、13:30～ 場 文化の家 美術室

内 本の一部を抜粋してワークを行います。読書感想文の添削もします!!

対 小学3年以上、各20名 ¥ 2000円

他 http://miracolla.jp 申 メール 問 ミラコラ事務局info@miracolla.jp

## 親子お魚料理教室

小3キッズ料理長りゅうとプロのシェフのコラボ企画! 親子で楽しめる食育イベント! いただきますの大切さを学びます。

時 8月4日(金) 13:00～16:00 場 文化の家 食文化室

内 シェフの考えた簡単&絶品! 金目鯛の料理をつくります

対 小学1年～ ¥ 1家族2000円 他 http://miracolla.jp

申 メール 問 ミラコラ事務局info@miracolla.jp

## プールで歩いてみよう!

泳げなくても大丈夫! 水中ウォーキングで足・腰・体幹鍛えて健康ボディ!

時 8月1、3、8、17日 13:00～14:00 場 ビートスイミングクラブ長久手

内 水中での基本的な歩き方と、バリエーションをつけた動きなど約1時間行います。対 定員各5名(大人) ¥ 500円

申 お電話にて、先着順 問 川本090-4409-8093

### 市民記者：少年記者Fさんの記事

#### ながくて未来図観察

☆第2弾☆

こんにちは。今回は、5月の28日(日)に行われた第1回の「総合計画策定キックオフパーティー」の様子と第2回のキックオフパーティーの概要をお伝えする。(遅くなりました～)

参加者のみなさんに考えてもらった川柳も紹介しているよ。どれも素敵な川柳だね★

### 市民記者：少年記者Fさんの記事

#### ながくて未来図観察

☆第3弾☆

こんにちは。今回は、ながくて未来図キックオフパーティー②を見ていこう。

小学校区ごとのキャッチコピーはどれも味があって、面白いな～

## 知ってる？西小学校区

私たちの暮らすまち“西小学校区”。意外に知らないことが多くあります。新しい人や建物も増えてきましたが、昔この地区はどんな所だったのでしょうか。

右の地図は、1890年頃のもので、その上に現在の地名を重ねてみました。地図の中央部は■になっていますが、その周りは**田んぼ**や**池**になっていることが分かります。その様子は、地名からも読み取れますね。近所のおじいちゃんやおばあちゃんにどんな様子だったか聞いてみてください。新しい発見があるかもしれません。このまちのことをもっと知り、愛着を持って暮らしたいですね。

右の地図を詳しくご覧になりたい方は、[「今昔マップ on the web」](#)で検索。



出典「今昔マップ on the web」※一部加工しています。

ご意見やご相談事などございましたら、お気軽に西小学校区**共生ステーション**まで

☎0561-64-5331

お知らせ

イベント



## びさん 尾三だより

日進市・みよし市・東郷町・豊明市・長久手市による尾三地区自治体間連携事業として、各市町の情報を相互掲載しています。掲載記事の詳細については、各市町へお問い合わせください。

### 【日進市】特別展「村の生活と衣服」

☎ 岩崎城歴史記念館 ☎0561-73-8825

江戸時代から現代に至るまでの間に生活様式は大きく変わり、服装もまた様々な場面で洋服が取り入れられていき、現在では日常生活で和服を着ることはほとんど無くなりました。本展では日進市が所蔵する近代の着物や軍服などをもとに、昔の服装について紹介します。

時 8月12日(土)～10月1日(日)9:00～17:00

※月曜休館(9月18日(月・祝)は開館)

場 岩崎城歴史記念館(日進市岩崎町市場67番地)

¥ 参加費 無料

申 不要。直接会場へ



### 【みよし市】第25回三好いいじゃんまつり

☎ みよし市観光協会 ☎0561-34-6000

今年も、みよし市が一年で一番盛り上がり、にぎやかになる日がやってきます。およそ2,300人が、36グループの個性的なグループに分かれ、色とりどりの衣装を身にまとって踊ります。今年の夏の思い出作りに、みなさんお誘い合わせの上、ぜひお越しください。

時 8月19日(土)17:00～21:00 (雨天決行・荒天時中止。みよし市HPでお知らせします。)

場 三好稲荷閣(みよし市三好町蜂ヶ池5)周辺道路 ※交通規制あり

他 サンライブ(みよし市三好町湯ノ前114) 西側向かいの駐車場でナイトマーケットも開催します。



### 【東郷町】第39回東郷町民納涼まつり

☎ 東郷町生涯学習課 ☎0561-38-6411

ちょうちんに照らされたやぐらを中心に、盆踊りの輪が幾重にも広がります。東郷の夏の夜を彩る一大イベントに、ぜひお越しください。

時 8月19日(土)15:00～21:00(雨天の場合は翌日)

場 イーストプラザいこまい館芝生広場周辺(東郷町大字春木字西羽根穴2225-4)

内 舞myフェスタ(鳴子踊りやヒップホップダンスの発表)、囃子太鼓・和太鼓演奏、盆踊り、手筒花火、屋台※詳しくは、東郷町ホームページをご覧ください。

他 周辺は駐車場が少ないため混雑します。納涼まつり臨時バスをご利用ください。



### 【豊明市】駅活イベント 駅前夜カフェ

☎ 豊明市産業振興課 ☎0562-92-8312

いつもと違った名鉄前後駅前に足を運んでみませんか。おしゃれな雰囲気の中、夜風の心地いいテラスで素敵なお過ごしいただけます。ご家族、ご友人をお誘い合わせの上、ぜひお越しください。

時 8月30日(水)、31日(木)、9月1日(金)17:00～21:00

場 名鉄前後駅前広場周辺(豊明市前後町善江1634-2)

他 飲食ブースでの飲食販売、JAZZ生演奏



内容(予は要予約)	と き	対象(対は対象)	
母子保健 (記事ID 1100) HPを見る	親子健康手帳交付	8日(火) 13:30集合 29日(火) 9:45集合	妊婦
	パパママ教室(1回目)	29日(火) 10:30~11:30終了	主に妊娠6か月ごろまでの初妊婦とその夫
	予 パパママ教室(2回目) ※予約は土日のみ	6日(日) 9:15受付~11:30終了 19日(土)	主に妊娠7か月以降の初妊婦とその夫
	予 妊婦訪問	希望者は健康推進課 (保健センター)へ連絡してください	妊婦(訪問は妊娠中1回)
	こんにちは 赤ちゃん訪問	3~4か月児健診受診前	すべての赤ちゃんとその保護者 (里帰り出産で市内滞在中の人も対象となります)
	転入者予防接種等 説明会	22日(火) 10:00集合	主に7歳未満の子がいる転入世帯 (健康推進課窓口等で転入手続きした人を除く。)
	予 のびのび計測日*1 (予約なしでも計測できます)	22日(火) 10:15~10:45受付	未就園児 ※1医師の診察はありません。 持 親子(母子)健康手帳・乳児の場合はバスタオル
	予 離乳食教室	7日(月) 10:00~11:30	主に第1子(4~5か月)をもつ保護者(乳児同伴可)
	予 妊産婦歯科健康診査	予約してから、市内委託医療機関で受診してください。	妊婦と産後1年未満の産婦
	5歳児すこやか発達相談	7月末にアンケートを送付しましたので返却してください。	H24年4月2日~H25年4月1日生
予防接種 (記事ID 1192) HPを見る	BCG接種	8日(火) 9:15~10:15受付 25日(金)	H29年2月16日~H29年2月28日生 H29年3月1日~H29年3月15日生
	予 B型肝炎	対 生後1歳未満	
	予 ヒブ、小児用肺炎球菌	対 生後2~60月に至るまで	
	予 4種混合、不活化単独ポリオ	対 生後3~90月未満	
	予 麻しん・風しん混合、麻しん単独・風しん単独	対 第1期:生後12~24月未満 第2期:小学校入学前の1年間	
	予 水痘	対 生後12~36月未満	
	予 日本脳炎	対 1期:生後6~90月未満、2期:9~13歳未満 救済制度により対象以外で接種可能な場合あり	厚生労働省の勧告を受け、積極的な接種の勧奨を一時的に差し控えています。
	予 二種混合	対 小学6年生	
	予 子宮頸がんワクチン	対 小学6年生~高校1年生	
	予 特定健康診査 がん検診 (胸部・胃・大腸・前立腺)	2日(水)、3日(木)、4日(金)、5日(土)	市国民健康保険加入者で40~74歳の人 (検診によって対象制限あり)
予 集団がん検診 (胸部・胃・大腸・前立腺)	31日(木)	市国民健康保険加入者以外の方で40~74歳の人 (検診によって対象制限あり)	
予 個別特定健康診査	10月31日までに市内委託医療機関で 受診してください。	市国民健康保険加入者で40~74歳の人	
予 後期高齢者医療健康診査	※2胃内視鏡検診のみ、一部医療機関 で12月まで受診可。	後期高齢者医療制度加入者 (H30年3月31日までに75歳になる人を含む)	
予 個別がん検診*2 (胸部・胃・大腸・前立腺)		40歳以上の人 (検診によって対象制限あり)	
予 集団大腸・喀痰検診	9日(水)	40歳以上の人	
予 個別子宮検診	2月28日までに市内委託医療機関で 受診してください。	20歳以上の西暦奇数年生まれの女性 (昨年度受診していない西暦偶数年生まれの方も可)	
予 39歳以下健診	23日(水)、24日(木)	16歳から39歳の人	
予 歯周病検診	1月31日までに 市内委託歯科医院で受診してください。	20歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、 55歳、60歳、65歳、70歳、75歳の人	
予 体成分分析装置測定会	随時(時間は応相談)	市内在住の人	

納期限(8月31日)までに納めてください

税目	納期	問合先
市県民税	第2期	収納課
国民健康保険税	第4期	☎56-0610
介護保険料	第3期	長寿課 ☎56-0613
後期高齢者医療保険料	第2期	保険医療課 ☎56-0617

口座振替の人は、納期限の日に引落しますので残高を確認してください。  
納付は便利な口座振替を利用してください。

休日夜間診療案内

日進市休日急病診療所  
☎73-7555 (記事ID 1197)

診療時間	9:00~16:30 (昼休憩1時間あり)	HPを見る
診療科目	内科・小児科	
所在地	日進市蟹甲町中島22 (中央福祉センター内)	

夜間の急病・ケガは下記に問い合わせを救急医療情報センター ☎82-1133

愛知医科大学病院 時間外診療  
救急でかかりつけ医が開いていない場合、診療を受けることができます。  
まず、電話で相談してください。  
☎62-3311(代表)  
なお、時間内、時間外問わず、紹介状なしで受診する等の場合、選定療養費(5,400円)が必要になることがあります。詳しくは愛知医科大学へお問い合わせください。

まちの保健師 (記事ID 8750)

保健師が様々な場所に  
出向き、健康相談を  
お受けします。  
気軽にご相談ください。  
詳しくは市ホームページ  
にてご確認ください。



ドクターからあなたへ

精神科や心療内科を受診する前に自分でできる工夫

筆者:長久手メンタルクリニック 久世明帆医師

以前より身近な存在になったとはいえ、まだまだ精神科や心療内科の受診に抵抗のある方は少なくないと思います。また、受診の意思はあっても仕事や家庭の都合から、時間的な問題で受診できないという方も多いと思います。そこで、受診してお薬を飲む前にできる工夫について書かせていただきます。

①寝不足と感じるならば睡眠時間を7時間は確保してください。寝不足の状態のまま、活動的で朗らかな日中を過ごすことはできません。特に、心身の負担が増えている時ほど、睡眠を大切に脳を疲れをとるべきです。

②毎晩湯船につかっていますか。特に暑い季節や単身の方に多いと思いますが、入浴をシャワーで済ませないで

ください。夜入浴せず、朝のシャワーのみというのも感心できません。湯船の中で、1日の心と体の疲れをほぐし、睡眠の準備をしましょう。

③1日3回の食事をとっていますか。元気がない時ほど朝食をとりにくいものですが、パンにハムやチーズ1枚でも構いませんので、炭水化物とタンパク質をとってください。確実に日中の精神状態は違ってきます。

④緊張や不安が強い状態になって困っているにも関わらず、リラックスしようと逆に1日に何杯もカフェインの入った飲み物をとっていませんか。カフェインは交感神経を活発にすることで緊張や不安を悪化させます。不調時は1日1杯までに。

# いっぺいといっぱく Vol.48



市長は長久手をどんなまちにしたいか、そのために何に取り組もうとしているのか。その想いを市長の語り口でお伝えします。みなさんと語り合うように、一緒に未来の長久手のことを考えてみましょう。また、市HP【[によぜがもん](#)】もぜひご覧ください。  
[市HPのトップページから「[によぜがもん](#)」をクリック。]



## 皆さんの力を貸していただけませんか

行政は施策や事業を進めていく際、基本的な方針や内容をまとめた「基本計画」を策定しています。こうした計画には、これまでも「市民参加で策定、見直しを行っていく」といったことが書かれているのですが、公募等で市民を審議会の委員として加えたり、アンケートを実施したり、パブリックコメントで広く意見をくみ上げたりすることで市民参加は実現できても、これを更に進めた、市民が計画づくりに直接関わり、計画を作った後に市民自らが行動する「市民主体による計画づくり」までは実現できていません。

先月号のいっぺいといっぱくでも取り上げましたが、今、本市では次期総合計画「ながくて未来図」の策定に取り組んでいます。「ながくて未来図」は、長久手の未来を決める重要なまちづくりの指針となるため、市民主体による計画づくりに挑戦したいと考えています。そのため、一人でも多くの市民に参加していただき、意見を寄せてもらおうとしているのですが、多くの人に周知し、集まってもらうことはなかなか難しいものです。これまでにない規模の人数を集めるという新しいチャレンジに、どうしたら実現できるのか職員も頭を悩ませています。

本市は、土地区画整理事業等により人口増加が進む一方、地域のつながりが薄れてしまい、市民同士の支え合いが希薄な状態になってしまいました。今後、人口や税収が減少し、増える高齢者や地域の問題を行政だけでは支えきれなくなります。そうなる前に、市民同士が助け合う、地域が市民を支えるまちにしていく必要があります。今のままでは、市民がお互いを支え合うことはできません。30年、50年先を考えると、今から市民同士のつながりを作っていく努力を始めることが必要です。その手段の一つとして、大勢の方に計画づくりに参加していただき、互いに知り合い、市民同士でまちの将来について話し合う「ながくて未来図」の策定の取り組みは、絶好の機会と言えるでしょう。

また、「ながくて未来図」の策定のほか、まちづくりを進めていく上でのルールとなる、(仮称)自治基本条例の制定も進めています。これらについて皆さんに知っていただくため、各小学校区でワークショップを開催します(4・5ページ参照)。ぜひ皆さんに参加していただき、知り合い、語り合ってくださいと思います。未来の長久手のために、皆さんの力を貸していただけませんか。



※近所で「いつもと違う」と気づいたときはお電話ください

**長久手市地域見守り安心ほっとライン**

**0561-63-5556**

24時間  
365日受付



### 表紙の写真もう一枚

育児講座「お父さんと一緒に遊ぼう!!」が行われました。当日は、お父さんとその子どもが講師の指導のもと、ふれ合い遊びなどを楽しみました。お父さんならではの迫力ある関わり方に子どもも笑顔、お父さんもニコニコと楽しいひと時を過ごしました。



スマートフォンで広報ながくてを持ち歩こう!

- App Store
- Google Play
- 「マチイロ」で検索
- ダウンロード

