

地域の身近な相談役として、必要な支援をしてくれる民生児童委員。今年、民生委員の制度は創設 100 周年を迎えました。今回は民生委員として活動する森さんにお話をうかがいました。

桜ヶ丘民生児童委員協議会 会長 森よう子さん

民生児童委員になって多くの人と関わる機会ができました。誠意を持っていつも笑顔で接することで、確かな信頼関係ができていくと感じています。

ある寒い朝、スリッパのまま路上でうずくまっている高齢者がいました。家までの帰り道が分からず困っている様子で、民生児童委員同士で連絡を取り合い、地域の人とも連携して、無事に家まで送り届けることができました。人と人とのつながりが薄れ、民生児童委員の活動も多様化していますが、誰かの役に立てたり、地域の皆さんから相談を受けた時にはとてもやりがいを感じます。

民生児童委員は一人暮らしの高齢者などを毎月訪問していますが、その際に「森さんと話すと、もやもやが吹き飛ばすから、これからも民生委員を続けてね」と声を掛けられました。この一言が私の活動の支えになっています。



高齢者の自宅を訪問する森さん（左）

問合せ先 福祉課



いじめを防止

わたしたちが子どもたちを見守ります

● KYB 株式会社 岐阜南工場



従業員の皆さん

当社は 1935 年の創立以来、地域の皆さまに支えられながら事業を展開し、グローバル企業として成長してきました。

従業員の多くの子どもの市内の学校に通っていることもあり、当社も「子ども 110 番の家」として登録を受けています。特に岐阜南工場は周囲が児童生徒の通学路となっているため、声掛けを行い、登下校時にけががあれば応急処置をするなど、見守りをしています。

いじめについては「安全あいさつ運動」での見守りに加え、スポーツや芸術のクラブで指導者をしている従業員を通じて、友達との助け合いの大切さやいじめの重大さを伝えています。

毎朝子どもたちの元気な笑顔とあいさつに、我々も活力をもらっています。この活動を続けることで子どもたちの笑顔を応援したいと思います。

いじめ防止協力事業所・団体は随時募集中です。

問合せ先 子育て支援課

このコーナーでは、子どもへの声かけや見守りなど、いじめ防止につながる取り組みをしていただいている事業所や団体を紹介しています。

生き生き健康コラム

筋力トレーニングで燃えやすい体づくり

年末年始はごちそうを食べる機会も多く、体重が増えてしまった人も多いかもしれません。運動をしたいけれど、外は寒いし…。そんな皆さん、家の中で筋力トレーニングをしてみませんか。筋肉量が減ると、次のような問題が生じます。今回は室内でも手軽に行うことができるスクワットを紹介するので、ぜひチャレンジしてみてください。

筋肉量が減ると…

- ・基礎代謝量が減り、太りやすい体になります
- ・腰痛や膝痛を起こしやすくなります
- ・すり足や O 脚になり転倒しやすくなります
- ・姿勢が悪くなり、実年齢より老けて見えてまいります

スクワット

下半身を中心とした広範囲の筋肉を鍛えるトレーニングです。



問合せ先 健康推進課

筋肉量は 20 歳をピークに減少しますが、筋力トレーニングをすることで、80 歳以上の人でも筋肉量を増やせます。



岐阜県広報

岐阜県からのお知らせ

点字版・音声版をご希望の方は、県庁広報課へご連絡ください
音声版には、CD（デイジー編集）での提供と音声用のテキストデータの配信もあります
この情報は平成29年11月22日現在のものです。
この紙面に関するお問い合わせは、県庁広報課まで ☎058(272)1111(代) FAX058(278)2506

情報ボックス

案内 事業主の皆さま、個人住民税は特別徴収で納めましょう

個人住民税の特別徴収とは、所得税の源泉徴収と同じように、事業主が従業員の毎月の給与から個人住民税を天引きして納入する制度です。事業主は特別徴収により個人住民税を納める義務があります。

<特別徴収の主な特長>

- ・事業主は、税額を計算したり年末調整をする手間がかかりません。
- ・従業員は、金融機関に向かう手間がなくなり、納め忘れが生じません。

●問/県庁税務課または
県内市町村の住民税担当課
岐阜県 特別徴収

案内 県博物館企画展「命輝く清流長良川」を開催中

県博物館企画展「命輝く清流長良川～清流とともに移りゆく植物～」を開催しています。

- とき/2月25日(日)まで
- ところ/県博物館(関市)
- 料金/一般330円、大学生110円、高校生以下無料
- 問/県博物館 ☎0575(28)3111

岐阜県博物館

注意喚起 弾道ミサイル発射時の行動について

弾道ミサイルは10分程度で到達する可能性があります。Jアラートやエリアメールなどで、ミサイル発射の情報を受け取ったら、立ち着いてただちに次の行動をとりましょう。

<屋外にいる場合>

近くの建物の中や地下に避難する

<建物が近くにない場合>

物陰に身を隠し、その場に伏せて頭を守る

<屋内にいる場合>

窓から離れるか、窓のない部屋に移動する

●問/県庁危機管理政策課
☎058(272)1121 FAX 058(278)2524
岐阜県 ミサイル

案内 紺野美沙子名誉館長トークショーを開催します

紺野美沙子氏と尾木直樹氏(教育評論家)による教育・子育てに関するトークショーを開催します。

- とき/2月3日(土)14:00～
- ところ/県図書館(岐阜市)
- 定員/300人(先着順)
- 料金/無料
- 申込方法/専用メールフォーム、県図書館 第一カウンター
- 申込開始/1月10日(水)
- 申込先・問/県図書館 ☎058(275)5111

岐阜県図書館

案内 東海三県一市グリーン購入キャンペーンを開催します

東海三県一市(岐阜県、愛知県、三重県、名古屋市)は、グリーン購入キャンペーン協賛企業などと協働し、詰め替え商品や環境ラベルの付いた商品、地産地消商品を購入して応募すると、エコ商品などが抽選で当たるキャンペーンを開催します。

- とき/1月12日(金)～2月11日(日)
- ところ/東海三県一市内のキャンペーン協力店舗
- 申込方法/店舗に備え付けの応募用紙、ウェブサイト
- 申込期限/2月11日(日)
- 応募用紙は、当日消印有効
- 申込先・問/県庁廃棄物対策課内「東海三県一市グリーン購入キャンペーン」実行委員会事務局
☎058(272)8214

東海 グリーン購入 活動

案内 「第4回キッチンカーグランプリ in花フェスタ」を開催します

東海地域で活躍するキッチンカーが花フェスタに大集合!お気に入りのキッチンカーに投票する冬の人気イベントです。全メニューを制覇して、BIGなプレゼントをゲットしましょう。

- とき/1月13日(土)、14日(日)、20日(土)、21日(日)の4日間 ※4日間は入園料無料
- ところ/花フェスタ記念公園(可児市)
- 問/花フェスタ記念公園 ☎0574(63)7373

花フェスタ記念公園