

生活習慣病からあなたを守るために

40歳に
なったら

特定健診

特定保健指導を受けよう



岐阜県の特定健診結果 (令和4年度)

特定保健指導の基準値を
上回った方の割合

- 血圧…約4割
- 血糖…約5割
- 脂質…約2割

(出典) 厚生労働省「NDBオープンデータ」



後悔と不安がない
未来を送ろう

75歳以上の皆様および65歳から74歳の方で一定の障がいがあり、後期高齢者医療広域連合の認定を受けている皆様は「ぎふ・すこやか健診」を受診いただけます。
お住まいの市町村にお問い合わせください。

特定健診 とは…



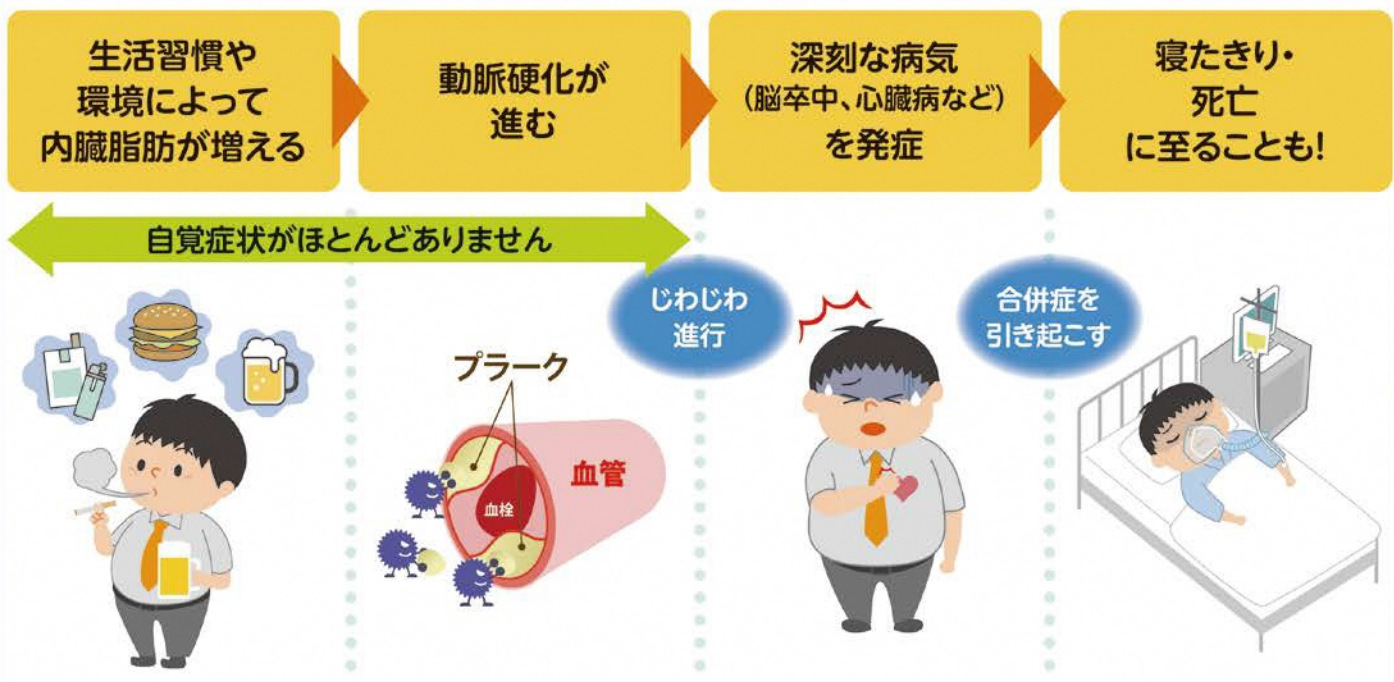
高血圧や糖尿病などの生活習慣病になりやすいかどうかを調べる健診で、**40歳～74歳**までの方が対象です。

主な検査項目：問診、診察、身長・体重・BMI・腹囲測定、
血圧測定、検尿、血液検査

※医療保険者により検査項目が異なります。



生活習慣病は気がつかないうちに進行します!



生活習慣病の前兆に気づけないまま重い病気を発症する人が増えると、医療費が家計を圧迫するだけでなく、医療費全体が増加し、保険料(税)の値上げにもつながりかねません。あなたの未来だけでなく、医療保険制度を守るためにも、特定健診を毎年必ず受けましょう。

健診結果は放置することなく、 振り返って生活習慣の改善に役立てましょう

特定保健指導を受けましょう

健診結果から特定保健指導の対象となった場合は、特定保健指導の案内が届きます。健康増進のスペシャリスト(医師、保健師、管理栄養士等)が皆さんの生活習慣改善をサポートします!

未来の医療を守るために



～安定した医療保険制度を維持しよう～

病気やけがをした場合でも安心して受診できる一方、医療費は年々増加しており、限られた財源を有効活用するためにも、皆様のご理解とご協力が必要です。

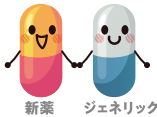
いま、私たちができること

その1 後発医薬品(ジェネリック医薬品)を活用しましょう

体調の変化や気になることなどがあれば、必ず主治医に相談してください

ジェネリック医薬品の利用促進にご協力をお願いします。

同じ成分・同等の効き目で安い薬です



医療費にも家計にもやさしい

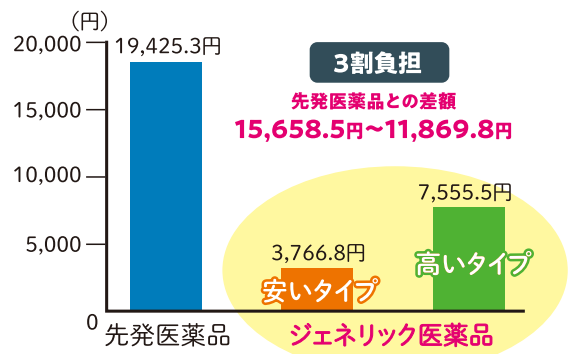
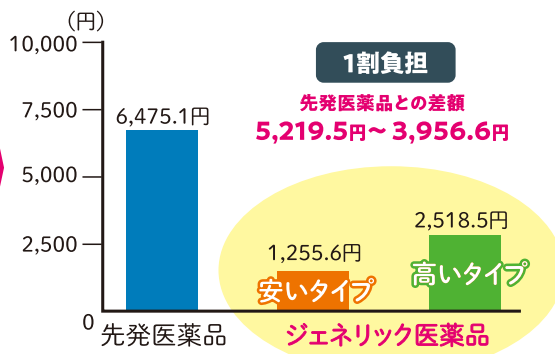


もちろん、安全性は保障されています



お薬代が安くなることにより、医療費の抑制につながります

高血圧薬を1日1錠365日服用したと仮定



令和6年10月から後発医薬品(ジェネリック医薬品)があるお薬で、先発医薬品の処方希望された場合、「特別の料金」として、先発医薬品と後発医薬品の薬価の差額の4分の1相当を医療保険の患者負担とあわせてお支払いいただくことになりました。



その2 病院を受診するときは

同じ病気ではひとつの医療機関を受診しましょう

複数の医療機関の受診は、検査や薬が重複し、体への負担も考えられます。
※診断や治療方針に疑問・不安がある場合はセカンドオピニオンを求めることが可能です。

かかりつけ薬剤師(薬局)を持ちましょう

お薬手帳を持参し、お薬の不安・疑問を相談しましょう。

休日や夜間の受診を見直しましょう

休日や夜間に医療機関に支払われる医療費は高く設定されています。平日の時間内に受診することができないか考えてみましょう。判断に迷ったときは電話相談ができます。



裏面をチェック

救急電話相談

救急安心センターぎふ

救急車を呼んだ方がいいか、
すぐに病院に行った方がいいか
迷ったら

携帯電話・プッシュ回線からは

#7119



その他の電話からは

058-216-0119

24時間365日対応

子ども医療電話相談

休日・夜間の
子どもの症状に困ったら

携帯電話・プッシュ回線からは

#8000



その他の電話からは

058-240-4199

相談
時間

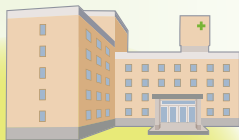
- 月曜日～金曜日 18時～翌朝8時
- 土曜日・休日・年末年始
(12月29日～1月3日) 8時～翌朝8時

マイナ保険証を利用しましょう!



マイナポータルHP

いいこと
1



より良い医療が 可能に!

本人が同意をすれば、初めての
医療機関等でも、特定健
診情報や今までに使った薬剤
情報が医師等と共有できる!



いいこと
2

自身の 健康管理に 役立つ!

マイナポータルで自身の特定
健診情報や薬剤情報・医療費
通知情報が閲覧できる!



いいこと
3

手続きなしで 限度額を超える 一時的な支払いが不要に!

限度額適用認定証がなくても
高額療養費制度における限度
額を超える支払が免除される!



年に一度、特定健診を受けましょう

生活習慣病を早期に発見することが大切です



～『青パト』から見たこと～

スケボーがしたい

ある日のことです。可児駅前のベンチに少年が座っていました。

足元を見るとスケートボードがあります。あいさつをした後、「ここはスケートボード、禁止だよ」と声をかけると意外な言葉が返ってきました。「スケボーをやれる場所がない。『うるさい』と、どこへ行っても追い出される」。

騒音は確かに近所迷惑ですが、少年のことが少し気の毒にもなりました。「日特の公園（日特スパークテックwksパーク）なんかはどうなの」と聞くと、「あそこは子どもが多くて危ない」。ちゃんと考えてるんだと感心しました。

少年から教えられることは他にもありました。スケートボードに向いている地面はコンクリートだそうです。可児駅前の地面は、石のタイル状の物で、碁盤の目のような小さな溝があります。本来はここも向いていない。「でも、ここはそれなりに広いし、まだマシ」。

もちろん、だから駅前でスケートボードをしてもいいということにはなりません、スケボーくらい思い切りやらせてあげられないものかという気持ちになります。

子どもたちに思い切り、やりたいことをやらせてあげたい。そう思う大人は少なくありません。それは単にわがままを聞くということではなく、子どもの可能性を広げ、その成長につながるからです。何より、子どもたちの頑張る姿と笑顔は、それを見る大人の喜びになるからです。

可児のどこかに、スケートボードが出来るところはないでしょうか。

☆「どうしていいかわからない」。そんなあなた、ひとりで悩まず、相談してみてください。

☆「子どもが非行に走った」「問題行動を起こした」等、保護者のご相談も承ります。遠慮なく、ご連絡ください。

かにししょうねんせんたーそうだんまどぐち
 ≪可児市少年センター相談窓口≫

TEL62-1111 (内線2116) 受付：平日9:00～16:00

メール：seisyonensoudan@city.kani.lg.jp

秘密は厳守します。相談は無料です。

<第143号>

令和8年7月1日発行

少年センターだより

可児市役所 地域協働課内 可児市少年センター ☎ 62-1111(内線 2116)

市民補導員による巡回補導が今年度も6月から本格的にスタート



市民補導員の内訳は、可児市青少年育成推進員（市推進員）23人と各地区青少年育成推進委員会補導部員50人の合計73人の皆さんです。この中には、何年も補導員を引き受けてくださっている方もい

らっしゃいますが、半分以上は初めて補導員をされる方々です。

巡回は『青パト』を使用。時間帯は昼間・薄暮・夜間

補導員は、基本3～4人が一組となり、青色回転灯搭載車両（通称：『青パト』）に乗って市内全地域を対象に巡回します。時間帯は、昼間（15:00～17:00）・薄暮（17:30～19:30）・夜間（20:00～22:00）。これに加え少年センター事務局が主に14:00～16:00で行います。

他にも市内小中PTA会長・各地区青少年育成推進委員会補導部長・市推進員が合同で行う「夏休み特別補導」。可児夏まつり終了後に市推進員・保護司会・警察少年補導員が合同で会場周辺を見廻る「可児夏まつり補導」もあります。

これらを合わせると年間に約200日。可児市では、二日に一度以上の巡回が行われています（他にも、土田・帷子・桜ヶ丘地区では、独自に『青パト』を運行されています）。

巡回の際の重点は、子どもたちの見守りと声掛けです。声かけは、主にあいさつ。多くの子どもが元気なあいさつを返してくれるので、こちらが元気をもらえます。一目で補導員と分かるベストを着用しているため、子どもたちも安心するのでしょうか。

補導員の皆さん、1年間どうぞよろしくお願いいたします。

令和7年度 可児署管内の少年非行

少年非行の総数 40 人 (前年比、9 人減少)

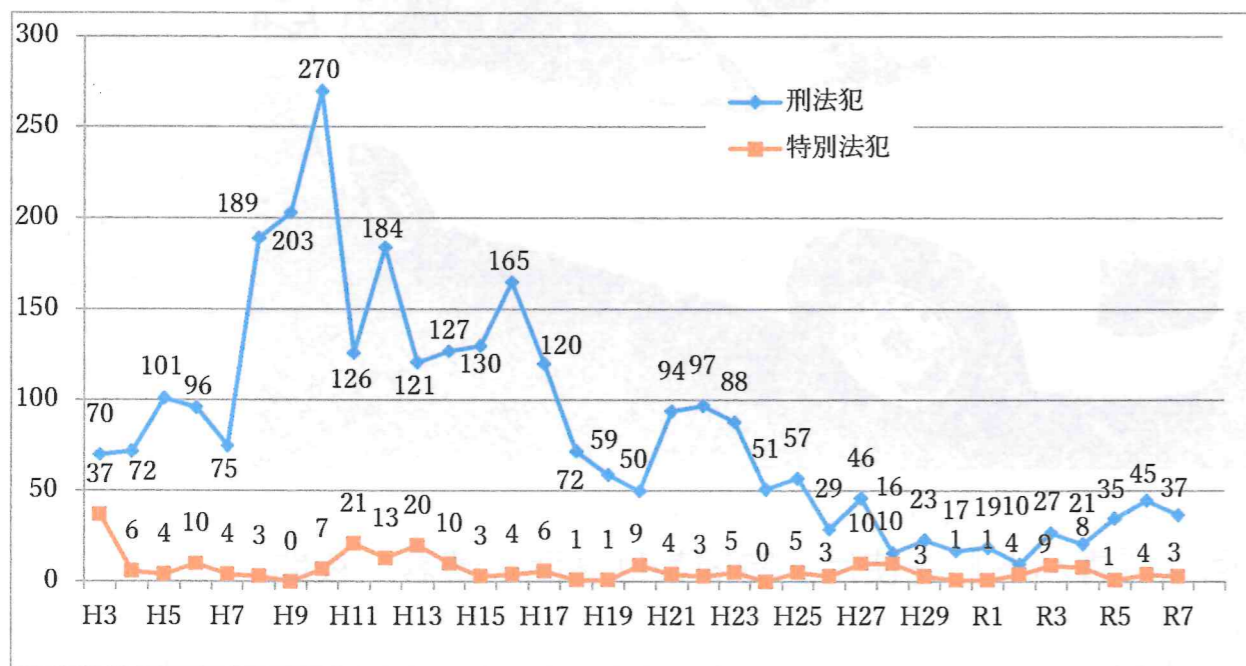
令和7年度の可児署管内の少年非行(20歳未満の刑法犯・特別法犯、ぐ犯少年)の総数は40人(刑法犯37人・特別法犯3人)。令和6年に比べ9人減少しました。

成人を含めた全刑法犯検挙数165人のうち、少年の占める割合は22.4%(37人)と岐阜県下の13.9%に対し、高くなっています。

特別法犯少年の検挙数は3人で、前年より1人減少しました。

不良行為として補導した少年の総数は453人。行為別に、喫煙が194人(42.8%)、深夜はいかいが194人(42.8%)、飲酒が18人(4.0%)、暴走行為・家出・無断外泊がそれぞれ4人(各0.9%)と続きます。これは県内とほぼ同じ傾向です。

平成から令和年間における可児署管内の非行少年の推移



【刑法犯】窃盗犯・粗暴犯等

【特別法犯】軽犯罪法違反・迷惑防止条例違反・銃刀法違反等

今後、特に心配される SNS を介した犯罪・薬物

令和7年度、少年非行が減少したのは岐阜県内全体も同じです。しかし、今年度に入ってから増加傾向にあり、注意を要すると岐阜県警少年課は言われます。

中でも危惧されるのが、『闇バイト』をはじめとする SNS を媒介とした犯罪、そして薬物です。いずれも SNS が大きく関わっており、今まで以上に子どもたちへの注意喚起が必要です。そのためにも子ども任せにせず、周りの大人が子どもと一緒に、その危険性を知ることが求められているような気がします。

ご紹介 働くことに踏み出したい若者を支える『ぎふサポ』

「力がないのではなく、自分が持っている力に気づいていないだけ」

『ぎふサポ(岐阜県若者サポートステーション)』には、働くことについて一歩前に踏み出したいと思っている若者たちが訪れます。しかし、一概に働くことに一歩前へ踏み出したといっても、「働きたいけど、どうしたらいいのかわからない」「就活がうまくいかない」「自分に合う仕事が見つからない」など、その動機はさまざまのようです。

一方で、『ぎふサポ』の相談担当の方は、訪れる人たちのほとんどに共通していることがあると言われます。それは、彼らは自分には何の力もないと思っていることだと。これに対し、相談担当の方はきっぱりと言われます、「彼らは力がないではありません。自分が持っている力に気づいていないだけです」。

働くことに一歩を踏み出しても、その歩みを続けなければなりません。その源の一つとなるのは自信です。「力がないのではなく、気づいていないだけ」という言葉は、これから歩みを進めようとする相談者にとって、この上ない支えとなるのではないのでしょうか。

働くことに一歩踏み出したいと悩んでいらっしゃる方には、一度『ぎふサポ』の扉をたたいてみることをお勧めします。『ぎふサポ』で、まだ知らない自分の力に、ぜひ気づいてください。

《『ぎふサポ(岐阜県若者サポートステーション)』とは》

働くことに踏み出したい若者たちとじっくりと向き合い、本人やご家族の方々だけでは解決が難しい「働き出す」力を引き出し、「職場定着するまで」を全面的にバックアップする厚生労働省委託の支援機関です。

15歳～49歳までの無業状態の方の社会的・職業的自立を目指し、働くことについてさまざまな悩みを抱えている方が就労に向かえるよう、多様な支援プログラムでサポートします。相談はすべて無料です。

『ぎふサポ』へのお問い合わせ・ご予約はこちらへ

岐阜県若者サポートステーション本所 (JR 岐阜駅)

〒500-8856 岐阜市橋本町1-10-1 アクティブG2階

TEL:058-216-0125 MAIL: gifusapo@sus-sup.org

※サテライト&出張相談 毎週水曜日 10:00~17:00 可児市総合会館

7月



土田地域包括支援センターだより

地域包括支援センターは介護や支援が必要な方・心配がある方の暮らしを支援する総合相談窓口です。

ふれフレ教室 開催します!

R8年7月28日(火)

10:00~10:45

土田地区センター

第一会議室

参加無料
要予約
(定員15名)

知れば安心!
介護施設の基礎知識

可見とうのう病院老健施設の職員さんから介護施設について学べます。

詳細は土田包括
66-7171まで



認知症予防プログラムの実施もあります!

認知症カフェのご案内

とうのうカフェ

R8年7月8日(水)

13:30~15:00

可見とうのう病院

1階旧水治療室

- ・「権利擁護について」
- ・座談会

参加無料
申込不要



教室のご案内

骨コツカラダ健康隊

R8年7月29日(水)

14:00~15:00

可見川苑 ホール

参加無料
申込不要

「理学療法士
による講話」



もの忘れ・困りごと相談会

もの忘れや介護などの相談をお受けしています。

相談無料
予約不要

● 可見とうのう病院
(みどりの窓口横)

7月2日(木)

10:30~11:30個別相談

介護のこと等お困り
でしたら気軽に相談
ください。



・お問い合わせ・ご相談は・・・

可見市土田地域包括支援センター

(可見とうのう病院内)

☎66-7171

認知症サポーター養成講座を受講しませんか？

可児市では認知症の方や家族の支えになる認知症サポーターの養成を行っています。
『認知症サポーター』とは、認知症の人やその家族を見守る身近な『応援者』です。

令和8年度の認知症サポーター養成講座の予定

(注)天候不良等により中止となる場合があります。

開催日	会場	時間
令和8年 8月3日(月)	中恵土地区センター	13:30~15:00
10月8日(木)	春里地区センター	13:30~15:00
11月9日(月)	川合地区センター	13:30~15:00



費用 ▶ 無料

対象 ▶ 認知症に関心のある方ならどなたでも

内容 ▶ 「認知症とは」「診断・治療・予防について」
「認知症の人と接する時の心構え」

認知症サポーター養成講座のテキストに沿ってお伝えします。

申込 ▶ インターネットまたは電話
TEL:0574-62-1111
可児市高齢福祉課高齢者支援係



↑ 申込はこちら

上記の定期講座のほかに、地域包括支援センターによる出張講座も行っています。
お申し込みは、お近くの地域包括支援センター又は高齢福祉課までご連絡ください。



かたびら児童センターだより

回 覧

令和8年6月15日刊行 TEL65-7111 FAX65-7134

《開館時間》8:30~17:00 《休館日》日曜日、祝日、第1・3月曜日

NO.515

《子育て相談日》毎週火、木、金曜日 10:00~15:00 指定管理者：シダックス大新東ヒューマンサービス(株)

日	月	火	水	木	金	土
 《母親クラブたんぼほの会》 第2、4水曜日 10:00~ 子どもたちのために一緒に活動しませんか？会員募集中です。7月8日はプールあそびです。プール用紙パンツを持ってきてね！			1 七夕かざりデー おともだちとあそぼう 10:00	2 七夕かざりデー ミニリトミック & おはなしタイム 11:00 子育て相談日	3 七夕かざりデー 産後ママ 10:30 子育て相談日休み	4 七夕かざりデー 将棋クラブ 10:00 七夕会 13:30
5 おやすみ	6 おやすみ	7 七夕かざりデー おはなしタイム 11:00 子育て相談日 13:00~16:00	8 たんぼほタイム 10:30	9 ママとあそぼう 1部 10:00 2部 11:00 子育て相談日	10 すくすくひろば 1部 10:00 2部 11:00 子育て相談日 13~16	11 茶道クラブ 9:30 手芸クラブ B 13:30
12 おやすみ	13 かたびラッコ サロン 10:00	14 大きくなったかなデー 10:00 栄養相談 10:00 子育て相談日	15 おともだちとあそぼう 10:00	16 おはなしタイム 11:00 子育て相談日	17 ひよこ・こっこ タイム 10:30 子育て相談日	18 夏休み~ 卓球クラブ 10:00 うちわ作り 13:30
19 おやすみ	20 海の日 おやすみ	21 夏休み映画会 10:30 子育て相談日	22 夏休み工作 プラ板 10:00	23 夏休み大型絵本 読み聞かせ 10:30 子育て相談日	24 交通安全教室 13:00 子育て相談日	25 絵手紙クラブ 10:00 夏休みお楽しみ会 13:30
26 おやすみ	27 7月生まれ おたんじょうび おめでとうデー 11:00	28 幼児プール 10:00 子育て相談日	29 幼児プール 10:00 夏休み母ク工作 10:00	30 幼児プール 10:00 子育て相談日	31 幼児プール 10:00 子育て相談日	

《七夕かざりデー》 1日(水)~7日(火) 9:00~17:00 (自由参加)

「たんざくにねがいごとを書いたり、七夕かざりを作ったりして笹にかざろう!!」
対象：乳幼児親子、小学生、中学生 定員：申込み：なし



暑いので帽子とお茶と
タオルを持ってきてね!
忘れないでね!



《季節の行事 七夕会》 (受付開始) 13:15~

4日(土) 13:30~14:15

「七夕の合奏とピンゴ大会!!」

★七夕のうたをみんなで楽器で合奏しよう!

★ピンゴ大会で盛り上がりよう!!!

対象：乳幼児親子、小学生、中学生 定員：50名
申込み：6月13日(土)~

※本人か保護者が児童センターにて直接申込みに来てください。



《かたびラッコサロン》

13日(月) ミニ夏まつり

時間：10:00~11:30 持ち物：お茶

定員：幼児親子 15組 申込み：6月8日(月)~

「夏の会」による歌あそびや絵本の読み聞かせと
音楽療法士さんが来てリトミックもするよ♪♪

主催：帷子民生児童委員連絡協議会



《遊びの教室 うちわ作り》

18日(土) 13:30~

自分だけのオリジナルうちわを作ろう★

対象：小学生 15名 申込み：6月13日(土)~

※本人か保護者が児童センターにて直接申込みに来てください。



《夏休み母ク工作》

29日(水) 10:00~

きれいなキラキラドームを作って飾ってみよう。

対象：小学生 15名

申込み：6月10日(水)~

主催：母親クラブたんぼほの会

※本人か保護者が児童センターにて直接申込みに来てください。



《夏休み映画会》 21日(火) 10:30~

「アニメを見て楽しもう!」 対象：幼児親子・小学生・中学生
事前申込みはいりません。みんな観に来てね!!

《夏休み工作プラ板》 22日(水) 10:00~

対象：小学生 15名 ※当日先着申込み

《交通安全教室》 24日(金) 13:00~

交通安全指導員さんが夏休みの交通安全について楽しく教えてくれるよ!

対象：幼児親子・小学生・中学生 ※申込みはいりません





～幼児クラブ～



お電話での申込みは、申込み日の13時以降受け付けております。
お休みのときは行事の時間を避けて、早めにご連絡ください。



《すくすくひろば》

(R7年4月2日生まれ～現在)
10日(金)「水あそび」
(雨天ボールプール)
時間：1部 10:00～
2部 11:00～
定員：各 10組
申込み：6月26日(金)～



《ママとあそぼう》

(R6年4月2日～
R7年4月1日生まれ)
9日(木)「プールあそび」
(雨天ボールプール)
時間：1部 10:00～ 2部 11:00～
定員：各 10組
申込み：6月25日(木)～



《おともだちとあそぼう》

(R5年4月2日～
R6年4月1日生まれ)
1日(水)「七夕会」
15日(水)「プールあそび」
(雨天ボールプール)
時間：10:00～ 定員：15組
申込み：いつでも受付中
※1年間会員制クラブです



《ひよこ・こっこタイム》

17日(金) 10:30～
「は・は・歯の話!!」
歯のみがき方やうまくみがかせるコツを
歯科衛生士さんに聞いてみましょう!!
定員：10組 対象：未就園児親子
申込み：6月16日(火)～



《産後ママ》

3日(金) 10:30～11:15
「ママと赤ちゃんのためのミュージックセラピー
&ティタイム」
音楽の持つ癒しの効果でリラックスタイムしてみませんか?
対象：生後7カ月頃までの乳児親子
定員：10組 申込み：6月2日(火)～ ※電話受付OK
講師：音楽療法インストラクター草野恭子先生



《夏休みお楽しみ会 スタンプラリー》

25日(土) 13:30～
対象：幼児親子・小学生とその家族
定員：ありません 申込み：6月13日(土)～
夏休みに家族や友だちと一緒にスタンプラリーで
楽しみましょう! お菓子ももらえるよ!!
※直接児童センターにて申込みに来てください。



《大島先生の栄養相談やっています!》

14日(火) 10:00～11:30
「おいしい!たのしい!をたいせつに☆」
お子さんの食(栄養)に関してご相談ください!



《幼児プール》

7月28日(火)～31日(金) 10:00～11:00
※4日間幼児限定でプールに入れます。当日申込みです。

新企画 《おたんじょうびおめでとデー》

毎月第4月曜日にその月のお誕生日を迎えた乳幼児さん
を対象に児童センターにてお祝いをしています。
7月のお誕生会は27日(月)11時～ 事前予約です。
詳しいことはセンターの先生に聞いてください☆



季節の行事 母の日のプレゼント

～5月の行事のようす～



『だからボックス&
ありがとうカード』
感謝の気持ちを
こめて
♥ありがとう
おかあさん♥

今年も地区センターまつりに参加しました★
「木育あそびで」で経木の手形アートを楽しみました★
中学生ボランティアさんお手伝いありがとうございました。



移動児童
センター

《ボランティア活動》小学生こどもボランティアで
さつまいもの苗植えと花壇の花の苗植えを手伝って
くれました。秋のさつまいもほりが楽しみです♥



《X・Instagram》
行事・イベント等
チェックしてみてね!





7月号 交番 広報紙

土田交番 DOTA KOBAN

回 覧

【発行】令和8年7月1日
可児警察署 土田交番
0574-26-0591



警察官・警察事務職員 採用募集中！

《採用試験日程について》

警察官

- ・警察官AⅡ（SPI方式／教養試験方式(2回目)）
- ・警察官B（高卒等・2回目）
- ・警察官B（情報技術）

- 申込受付期間 令和8年6月26日(金)～7月31日(金)
- 第一次試験日 AⅡ(SPI方式) 令和8年8月10日(月)～9月18日(金)
AⅡ(教養試験方式(2回目))・B 令和8年9月20日(日)

警察事務職員

- 申込受付期間 令和8年7月10日(金)～8月5日(水)
- 第一次試験日 令和8年9月27日(日)

警察官を志す方はぜひ相談ください！
たくさんの方の応募をお待ちしています！



試験はインターネットから申し込みいただけます。
採用案内が可児警察署・各交番に用意してありますので、お立ち寄りください。

空き家に対する窃盗事件が多発！！

～地域の目が犯罪を防ぐ～

可児市内において、空き家に対する窃盗事件が多発しています。

空き家を管理している方は、空き家には貴重品を置かない、マメに空き家の確認を行う等の対策をお願いします。

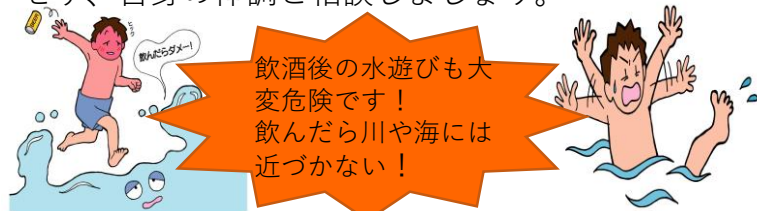
また、近所に空き家がある方は、空き家に近づく不審な人物を目撃した時は、自身に危険が及ばない程度で、110番をする等の協力をお願いします。



夏季の水難事故に注意してください！

川や海で遊ぶ際には、以下の事に注意しましょう。

- ① 単独行動はしない！
遊ぶ際には複数人での行動を心掛けましょう。また万一の場合に備え、家族や友達に行先や帰宅時間を伝えておきましょう。
- ② 立ち入り禁止場所には近づかない！
海や川などの水辺には一目見ただけでは分からない危険が潜んでいます。立ち入りが禁止されている場所には絶対に近づかないようにしましょう。
- ③ 体調が悪いときは無理をしない！
疲労や睡眠不足を感じる場合などは、決して無理をせず、自身の体調と相談しましょう。



飲酒後の水遊びも大変危険です！
飲んだら川や海には近づかない！





ライフガード

可児地区防犯協会 可児警察署 TEL 61-0110 FAX 62-5757

213号

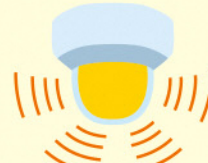



留守宅・空き家の

盗難被害が多発しています

犯人は「目・光・音・時間」を嫌がります

目 家屋、周囲を見通し良く
録画機能付きインターフォン

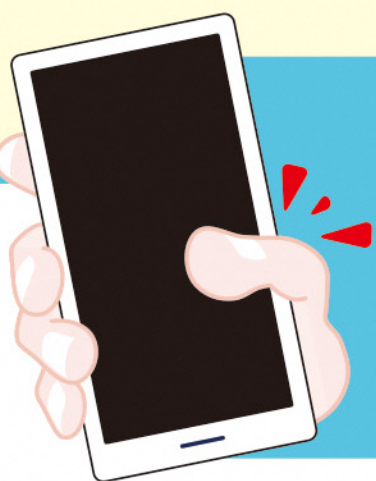
光 センサーライト 

音 防犯砂利
人感センサーチャイム 

時間 ドアや窓の施錠
雨戸、補助錠
ガラス防犯フィルム



二重・三重の防犯対策をしましょう



不審者・不審車両を見かけたら 110番通報をお願いします！

- 自宅付近に見慣れない人がうろついている。
- 見慣れない車が長時間駐車されている。
- 「訪問販売」や「アンケート調査」などと称して、家族構成等を尋ねる。

可児警察署 (61-0110)



ニセ警察詐欺被害が多発!!

最近の詐欺被害は、誰でも

被害に逢う可能性があります



ニセ警察詐欺とは、携帯電話に警察官を名乗る者から「あなたが犯罪に関与している」等と電話がかかり、その後LINEに誘導され、携帯電話の画面上でニセモノの逮捕状や警察手帳を見せられて信用させ、お金を要求される手口です。

また、LINE通話などを利用して、このようなニセモノの警察官の姿や逮捕状を見せて不安をあおり、お金を要求してきます!

警察は

- SNSでやりとりしません
- 逮捕状や警察手帳を画像送信しません
- 捜査名目で金銭を要求しません

お金を振り込む前に
まずは相談を!!



#9110 または 可児警察署へ (61-0110)

主な防犯ボランティア活動

4月 5月



ときわ幼稚園・不審者対応訓練
(R8.4.9)



可児地区少年補導員協議会
(中恵土地区センター)
(R8.4.17)



可児地区地域安全指導員・委嘱式・研修会
(中恵土地区センター) (R8.4.23)



連れ去り防止教育「ひまわり班」
東明小学校 (R8.4.24)



可児高校にて (情報モラル講座)
(R8.5.1)



連れ去り防止教育「ひまわり班」
旭小学校 (R8.5.11)



令和8年度 可児地区防犯協会総会
(広見地区センター) (R8.5.15)



連れ去り防止教育「ひまわり班」
帷子小学校 (R8.5.18)



連れ去り防止教育「ひまわり班」
伏見小学校 (R8.5.19)

可児警察署・可児地区防犯協会は、地域の皆さん・自治体・関係機関等と連携して地域安全活動を実施しています。



生活道路^{*}における自動車の法定速度が引き下げられます!!

令和8年9月1日
改正道路交通法施行令施行

60km/h →

30
km/h

※ ここでいう「生活道路」とは、主に地域住民の日常生活に利用されるような、中央線などが無い道路のことです。

交通遺児激励金へのご寄附のお願い

岐阜県では、皆様からの善意のご寄附をもとに、毎年5月5日のこどもの日に合わせ、県内にお住いの交通遺児の方々に対して激励金を支給しています。趣旨に賛同いただき、ご寄附を検討していただける方は、

岐阜県環境エネルギー生活部
県民生活課
(TEL 058-272-8205)

までご連絡ください。



ご寄附いただきました皆様、誠にありがとうございました。

- (一社)岐阜県自動車会議所
- 全国共済農業協同組合連合会岐阜県本部
- (一社)岐阜県道路交通安全施設業協会
- 岐阜県民共済生活協同組合
- (株)MSKマネージメントプロダクション
- 清水建設株式会社名古屋支店
- 中濃消防組合交通安全青年部会
- 岐阜県中古自動車販売商工組合
- Dream Power 実行委員会
- 池田町交通安全協議会各支部
- 脇若 保雄
- 田中 英次 他2名

(令和7年度:順不同、敬称略)



令和7年度 JA共済小中学生交通安全ホスター「コンクール」岐阜県知事賞
大垣市立豊保小学校2年(受賞当時)西垣 佑星さんの作品

令和8年 夏の交通安全県民運動

7月11日(土)～7月20日(月)

運動の重点

- ・子どもと高齢者の交通事故防止
- ・飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶
- ・横断歩道における歩行者最優先の徹底
- ・自転車等の安全利用とヘルメット着用の促進



運動の重点

1 こどもと高齢者の交通事故防止

推進項目1 交通安全教育の推進

こどもと高齢者に対しては、道路における危険を予測し、回避する意識と能力を高めることができるように指導しましょう。安全な交通行動を身につけるため、参加・体験・実践型の交通安全教育を活用し、高齢者には、加齢に伴う身体機能の変化を啓発しましょう。

推進項目2 交通安全意識の啓発

家庭、老人クラブなど、家庭や地域ぐるみで交通安全意識の向上を図りましょう。道路の安全な横断方法や反射材用品の着用など、交通ルールやマナーに関する啓発を推進しましょう。

推進項目3 保護誘導活動の推進

通学路やこどもが日常的によく利用する道路などでは、見守り活動を実施しましょう。こどもや高齢者、障がいのある人が道路を横断しようとしている場合には、声掛け、誘導するなど、地域一体となった交通安全活動を推進しましょう。



地域ぐるみの見守り活動



など、時間と場所を工夫して、何かをしながら登下校のこどもたちを見守りましょう。

運動の重点

2 横断歩道における歩行者最優先の徹底

推進項目1 運転者の交通ルール遵守の徹底

横断歩道を横断している歩行者や、横断しようとしている歩行者がいる場合、運転者は一時停止し、歩行者の通行を妨げないようにしましょう。

推進項目2 歩行者の正しい横断方法の実践

道路を横断するときは、横断歩道を渡る、信号に従うなど、交通ルールを守りましょう。横断するときには、手を上げるなど、運転者に横断する意思を伝え、横断中も周囲の安全を確認しましょう。



推進項目3 広報啓発活動の推進

地域や職場では、「横断歩道における歩行者最優先の徹底」に向けた各種啓発活動を実施しましょう。

運動の重点

3 飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶

推進項目1 飲酒運転を許さない環境づくり

家庭・地域・職場などが一体となり、「飲酒運転をしない、させない、許さない」環境をつくりましょう。家庭では二日酔い、職場では飲酒後の帰宅手段、飲酒先ではハンドルキーパーを確認しましょう。

推進項目2 妨害運転の根絶に向けた啓発の推進

思いやり、ゆずり合いの気持ちを持った運転をしましょう。被害防止のため、ドライブレコーダを搭載し、あおり運転を受けた場合は、安全な方法で110番をしましょう。

推進項目3 交通安全教育の推進

飲酒運転の悪質性・危険性、飲酒運転による交通事故の悲惨さや道路交通法上の罰則、行政処分等の周知を図り、飲酒運転根絶に向けた交通安全教育を推進しましょう。



運動の重点

4 自転車等の安全利用とヘルメット着用の促進

推進項目1 自転車利用時の交通ルール遵守の徹底

「自転車安全利用五則」を守り、自転車利用中の交通事故防止に努めましょう。自転車は原則として車道通行、車道は左側通行、歩道は歩行者優先など、通行方法を守りましょう。

自転車安全
利用五則



推進項目2 乗車用ヘルメット着用等の促進

交通事故の被害防止・軽減のため、自転車利用時は、乗車用ヘルメットを着用しましょう。自転車の両側面に反射器材を備え、定期的な点検・整備を行い、交通事故防止に努めましょう。



ヘルメット着用

推進項目3 自転車損害賠償責任保険等への加入義務の周知

自転車事故での被害者の保護と自転車利用者の経済的負担軽減を図るため、自転車損害賠償責任保険等に加入しましょう。

推進項目4 特定小型原動機付自転車に関する安全対策の推進

法律で定める基準を満たさないものは、車両区分に応じた交通ルールが適用されます。交通事故の被害軽減のため、ヘルメットを着用しましょう。



か も しょう ぼう

可茂消防

第160号
令和8年7月1日
発行

可茂消防事務組合公式ホームページ <https://kamo-fire.jp/>



夏が来る前に!ホースを延ばして 暑熱順化トレーニング



熱中症に負けない体づくり

可茂消防事務組合公式SNS



公式
Instagram



公式
X(旧Twitter)



公式
ホームページ

暑さに負けず、笑顔の夏を!

～熱中症対策～

本格的な夏を迎え、熱中症による救急要請が増加する時季に入っています。

熱中症の正しい知識と対策を確認し、楽しい夏をお過ごしください。



・熱中症はなぜ起こる?

気温・湿度が高い環境下で、体内の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れ、体温調節機能が働かなくなることで発症します。屋外だけでなく、室内でも発生するため油断は禁物です。

特に次のような方は重症化しやすいため、周囲の見守りが大切です。

- 高齢者の方(体温調節機能の低下、のどの渇きを感じにくい)
- 乳幼児(体温調節が未発達、地面からの照り返しを受けやすい)
- 屋外で作業・運動をされる方
- 持病をお持ちの方・服薬中の方

熱中症予防の3原則と危険サイン

1. こまめな水分・塩分補給



- 喉が渇く前に少量ずつ補給
- 汗を多くかく場合はスポーツドリンクや塩分タブレットを摂取

2. 暑さを避ける



- エアコン・扇風機を適切に活用
- 外出時は帽子、日傘を持参
- 遮光カーテン・すだれ・打ち水
- 夏場の車内は短時間でも厳禁

3. 体力づくり



- 無理なく徐々に暑さに慣れる(暑熱順化)
- 十分な睡眠とバランスの取れた栄養
- 体調不良時は無理な運動・作業を避ける

危険サインを見逃さない(重症度分類)

軽度(Ⅰ度)

- めまい・立ちくらみ
- 筋肉のこむら返り
- 拭いても止まらない大量の発汗

中等度(Ⅱ度)

- 頭痛・吐き気・嘔吐
- 体がだるい(倦怠感)
- 集中力・判断力の低下

重度(Ⅲ度)直ちに119番

- 高体温(触ると熱い)
- 意識障害(反応がおかしい)
- けいれん
- 発汗が止まる・皮膚が乾く

しよ ねつ じゅん か 暑熱順化!



「暑熱順化」とは、体を徐々に暑さに慣らし、汗をかきやすい体・効率よく熱を逃がせる体をつくることです。順化が進むと、

- 汗をかき始めるのが早くなる(体温上昇を防げる)
- 汗に含まれる塩分(ナトリウムなど)が減る(脱水・塩分喪失を抑えられる)
- 心拍数・体温の上昇が穏やかになる(体への負担が軽減)

といった変化が起こり、同じ気温でも熱中症になりにくい体へと変わります。

～今日から始める暑熱順化メニュー～

無理のない範囲で!汗を軽くかく程度の活動を継続することがポイントです。



ウォーキング

30分程度

週5日
(やや汗ばむ速さで)



サイクリング

(軽い運動)

15～30分程度

週3日
(息が弾む程度)



筋トレ・ストレッチ

30分程度

週5日
(室内で換気をして)



入浴

(シャワー以外)

15分程度

2日に1回
(38～40°Cのお湯に)

応急処置の手順：涼しく・冷やす・飲む・119番

1. 涼しい場所へ移動

日陰や冷房の効いた室内へ移動。衣服をゆるめ、体熱の放散を助けます。

2. 体を冷やす

首、わきの下、足の付け根(太い血管が通る場所)を集中的に冷却。保冷剤・氷嚢や、濡れタオルを当てて扇ぐ。流水をかけるのも有効です。

3. 水分・電解質補給

自力で飲める場合のみ、経口補水液やスポーツドリンクを少量ずつ摂取。
※意識がない、嘔吐している場合は気道に入る危険があるため無理強いしない

4. 観察と休息

症状が完全に治まるまで安静にします。回復しない場合はすぐに医療機関へ。

119番通報の目安(一つでも該当)

- 意識がはっきりしない・反応が鈍い
- 全身のけいれんがある
- 嘔吐などで水分が飲めない・すぐ吐く
- 高体温(目安39°C以上)
乳幼児・高齢者・持病がある方は特に注意!

通報時に伝えてほしい情報

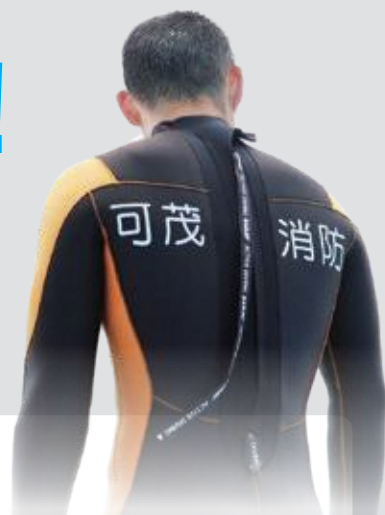
- 正確な場所と目標物
- 年齢、性別、現在の症状
- 実施した応急処置(冷却・水分補給)
- 発生時の環境(屋外/屋内、作業内容)

迷った時は、ためらわずに「119番」へ!

河川の事故を防ごう!

今年も夏がやってきました。これからの季節は河川でのレジャーやキャンプなどで過ごす機会が多くなります。

楽しく心安らぐ憩いの場ですが、毎年、岐阜県の河川で水難事故が発生しています。安全に楽しんでいただくためにも河川の特性和事故防止のポイントを確認しましょう!



河川に潜む危険



急な深みと流れ

川底は平坦ではなく、急に深くなっている場所があります。一見穏やかに見えても流れは速く、一度足を取られると大人でも簡単に流されてしまいます。



冷たい水温

真夏で気温が高くても、川の水は想像以上に冷たいことがあります。準備運動なしに入ると、心臓への負担や筋肉のけいれんを引き起こし、溺れる原因となります。



急激な増水

自分がいる場所は晴れていても、山間部や上流で大雨が降っていると、あっという間に水位が上昇し、濁流に飲み込まれる危険があります。

「事故を防ぐ、命を守る」ためにできること

01



ライフジャケットを正しく着用する

万が一落水した場合でも、助かる確率が高くなります。

02



天候と川の情報をこまめにチェックする

お出かけ前だけでなく、現地でも常に天気予報を確認しましょう。危険サインを見逃さないことが重要です。

03



子供から絶対に目を離さない

水難事故は、大人が少し目を離れた「ほんの一瞬」に発生します。「浅瀬だから」と油断せず、手の届く範囲で見守りましょう。

04



体調不良時や飲酒後の遊泳は厳禁!

体調が優れない時や、お酒を飲んだ後に川へ入ることは絶対にやめてください。判断力や運動能力が著しく低下し、溺れるリスクが高まります。



もし、溺れた人を見つけたときは

01

大声で助けを呼ぶ

02

119番通報をする又は周りの人に依頼する

03

水に浮くもの(ペットボトルや浮き輪など)を投げる・渡す



ルールを守り、安全で楽しい時間をお過ごしください!

予防課からのお知らせ



感震ブレーカーをつけよう!

地震による火災の過半数は電気が原因です。過去の大地震では建物の倒壊だけではなく、火災の被害が多く発生しています。東日本大震災による火災では、原因の特定された火災のうち過半数は電気に起因したものでした。

どうして火災が発生するのか

- 地震の揺れで電気ストーブが転倒したり、ストーブに落ちた洗濯物から出火
- 家具が転倒し、その下敷きで損傷した電気コードがショートして出火
- 水槽が転倒し、水槽用のヒーターが燃えやすいものに触れて出火



地震による電気火災の防止に感震ブレーカーが効果的!

- 感震ブレーカーは震度5強相当以上の地震を感知して、電気を自動的に止めます。
- 感震ブレーカーには分電盤タイプ(内蔵型と後付型)、コンセントタイプ、簡易タイプがあります。

電気が止まっても困らないための対策が必要です。

- 感震ブレーカーが作動すると停電になります。
- 生命の維持に直結するような医療用機器を設置している場合、停電に対処できるバッテリー等を備えてください。
- 夜間の照明確保のため、停電時に作動する足元灯などの照明器具を常備しましょう。

感震ブレーカーの種類



分電盤タイプ(内蔵型)



分電盤タイプ(後付型)



コンセントタイプ



簡易タイプ

電気を再開する際の注意点

- 揺れが収まった後に電気の使用を再開する際には、ガス漏れ等が発生していないことを十分に確認しましょう。
- 電気機器の周囲に可燃物がないか、機器やコンセントに水がかかっていないかなど、建物内の電気製品の安全確認を行い、万一の出火に備えて消火器等を準備した上で復電しましょう。
- 復電後は、焦げたにおい等の火災の兆候がないか十分に注意し、異常を感じた場合は電気の使用を中止してください。



問い合わせ先:可茂消防事務組合消防本部 予防課 電話:0574-26-0515

消防職員募集

令和8年度第2回職員採用試験

採用区分／消防吏員

採用予定／2名程度

受験資格／学校教育法に基づく高等学校を

令和9年3月31日までに卒業する見込みの人

試験日時・場所

●第1次試験

9月20日(日)(8時50分～12時10分)

□職務能力試験、適性検査 可茂消防事務組合消防本部

9月21日(月)(9時00分～12時30分)

□体力測定 美濃加茂市中央体育館

●第2次試験

10月中旬から下旬

□集団討論、個別面接 可茂消防事務組合消防本部

※受験手続(オンライン)

7月27日(月)から8月14日(金)まで

受験の申込みは、オンラインによる電子申請で行います。

可茂消防事務組合公式ホームページ内の職員採用情報をご確認ください。



可茂消防事務組合
ホームページ

個人で参加できる

救命講習受講者募集

あなたの「その一歩」が、命をつなぐ。

突然のけがや病気は、いつ起こるか分かりません。

目の前で人が倒れた時、その場にいるあなたの行動が、救命につながります。

救急車が到着するまでの数分間。

心肺蘇生やAEDによる応急手当が、大切な命を救う力になります。

”もしも”に備えて、あなたも勇気ある一歩を踏み出してみませんか。

内 容 心肺蘇生法/AED操作方法/異物除去/止血法

開催場所 各消防署・分署・出張所

受講料 無料

対 象 中学生以上の方

定 員 各回10～20名程度

服 装 動きやすい服装

各種団体での受付は、随時各署所で行っています。詳細は、ホームページをご確認ください。

問合せ先

可茂消防事務組合消防本部救急課



病院へ行く？ 救急車を呼ぶ？ 迷った時の電話相談窓口

#7119 (救急安心センターぎふ)

※ダイヤル式・つながらないときは 058-216-0119

☎ 広報紙掲載記事について、ご意見・ご要望等ございましたら下記の連絡先までお問い合わせください。

■発行／可茂消防事務組合消防本部 〒505-0044 岐阜県美濃加茂市加茂川町三丁目7番7号

■編集／総務課企画広報係 TEL 0574-26-0144 FAX 0574-25-4899

(電話受付は土・日曜日・祝日を除く午前8時30分から午後5時15分まで)



この広報は再生紙を使用して、地球に優しい大豆油を使用したインキで印刷されています。

本センターの機関紙、『ぬくもり』91号をR8.7/1付けで発行致しました。機関紙ぬくもりは以下の二次元コード(URL:~【機関紙ぬくもり】)からご覧いただけます。

また、各刊行物の紙面につきましては、地区センターにて配布しております。

《可児市人権啓発センター》



第1部 お笑いオンステージ 漫談・漫才・落語 笑いの名人が大集結!!



トータルテンボス 村上ショージ



桂三度

宝くじふるさとワクワク劇場 in 可児



インポッシブル

爆笑 オンステージ



きつね

2026年 8月29日(土) 会場：可児市文化創造センターala 主劇場

開場：13:00 開演：14:00 終演予定：16:30

入場料金 2,000円 全席指定 消費税込

宝くじ助成 による 特別料金です!

※3才以上有料 (3才未満のお子様は観覧無料)

第2部 ほのぼのこメディ劇場

地元出演者を オーディションで決定!

2026年7月26日(日) 14:00 から 場所：可児市文化創造センターala 申込締切：2026年7月19日(日) 17:00 申込方法：WEB フォームまたは窓口



こちらから 応募ください

僕たちが皆様をインタビューして 吉本新喜劇メンバーと共演する ためのお手伝いをします。 どうぞお気軽にご応募ください!



オーディション進行/当日司会 スカイサキット

・年齢、性別などの制限は一切ございません。応募時にご提供いただいた個人情報は本イベントに伴う連絡および台本への氏名記載以外に利用することはありません。

吉本新喜劇メンバー と地元のみなさんが 夢の共演!! 吉田ヒロほか続々登場!

チケット 販売所

可児市文化創造センターala インフォメーション 0574-60-3050 9:00~19:00(火曜休館)

お問合せ 可児市文化創造センターala 0574-60-3311

前売り開始日 6月20日(土) 9:00から(窓口のみ)

WEB・電話は 6月24日(水) 9:00から

※購入後の変更、払い戻しは一切できません。※前売り券が完売の場合は、当日券の販売はありません。※託児サービスあり 1名500円(申込8/15まで)



公演詳細はこちら



あなたに夢を。宝くじ 街に元気を。



クーちゃん

宝くじの収益金は
学校、図書館等の教育施設の
整備をはじめ、公園、
社会福祉等の建設改修など、
皆様の日常生活に役立つように
使われています。

このイベントは、宝くじ社会貢献広報事業の一環として実施しています。

一般財団法人 自治総合センター