



児童館・子育て支援センターで遊ぼう!



詳しくはこちら▶



問合せ こども未来課 (Tel.23-7622)

施設名	内容	日時
城北子育て支援センター (Tel.23-0355)	講座「木のおもちゃであそぼう」	3日 (水)10:30~11:00
	広場「ペープサートを見よう」	10日 (水)10:30~11:00
	ミニミニ広場	17日 (水)10:30~10:45
	講座「琴の音色を聞いてみよう」	24日 (水)10:30~11:00
作手子育て支援センター (Tel.38-1351)	講座「人形劇」	9日 (火)10:30~11:30
	講座「感染症について」	23日 (火)10:00~10:30
長篠子育て支援センター 児童館たんぼぼ (Tel.32-3221)	広場「絵本読み聞かせ、手遊び」	月~金 11:00~11:30
	講座「やさしいピラテス」(要予約・定員10組)	10日 (水)10:30~11:30
	講座「親子遊び」	17日 (水)10:00~11:00
	講座「元気なお口を育てよう」(要予約・定員10組)	24日 (水)10:30~11:30
鳥原児童館 (Tel.23-7001)	パピークラブ「しゃぼんだま」	11日 (木)10:30~11:00
	すくすくクラブ「七夕飾りを作ろう!」	25日 (木)10:30~11:30

6月 緊急当番医

ホームページID 165170741

診療受付時間

土曜日 ▶ 17:00~20:30

専門科 ▶ 19:00~22:30

※日曜日は9:30~16:30

診療日

6月1日(月)

さくら眼科(上平井) Tel.22-4100

6月6日(土)

茶臼山厚生病院(富沢) Tel.22-2266

6月7日(日)

皮フ科新栄クリニック(平井) Tel.24-6022

6月10日(水)

春日眼科(杉山) Tel.24-3222

6月14日(日)

さくら眼科(上平井) Tel.22-4100

6月16日(火)

皮フ科新栄クリニック(平井) Tel.24-6022

6月20日(土)

星野病院(大野) Tel.32-1515

電話で症状を連絡の上、「マイナ保険証など・各種受給者証・お薬手帳」を持参してご来院ください。医師の都合により、変更することがあります。

夜間診療所

ホームページID 744449602

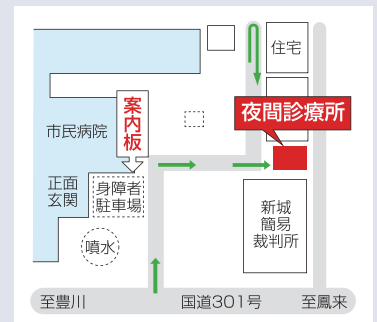
電話で症状を連絡の上、ご来院ください。

受付 ▶ 毎日19:30~22:30

科目 ▶ 内科、小児科

場所 ▶ 夜間診療所(字北畑54-1)

電話 ▶ 24-1161



休日診療所

ホームページID 728708613

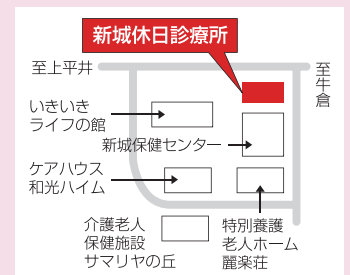
9:00以降に電話で症状を連絡の上、ご来院ください。

診療日 ▶ 日曜、祝日、8月15日、12月30日~1月3日

受付 ▶ 医科 9:30~11:30
13:00~16:00
歯科 9:00~11:30

場所 ▶ 休日診療所
(矢部字上ノ川1-8)

電話 ▶ 23-3665





ホームページID 751376216 (ほのか診察室) 問合せ 市民病院(代表) (Tel.22-2171)

災害時の口腔ケア この用品入っていますか？

監修
市民病院
外来診療課
歯科衛生士

非常用持ち出し袋に入れておく

口腔ケア用品

- ☑ 歯ブラシ
- ☑ コップ
- ☑ ウエットシート
- ☑ 洗口剤(マウスウォッシュ)
- ☑ 液体歯磨き(デンタルリンス)
- ☑ 入れ歯ケース



避難所などでも口腔内を清潔に保つため、非常用持ち出し袋の中に口腔ケア用品を入れておきましょう。避難するときは入れ歯を忘れないようにしましよ。

災害が起き、避難することができても、避難所生活をしていて口腔内の細菌が増え虫歯や歯周病、また、誤嚥性肺炎(※)

になる方がいます。1995年の阪神淡路大震災では、災害関連死の原因として肺炎が多く、その中でも誤嚥性肺炎が多くを占めていました。

※誤嚥性肺炎：食べ物や唾液が誤って肺に流れ込むことで、口の中の細菌が肺に達しておこる肺炎。

災害時に口腔内の環境が悪くなる理由

災害時は断水となることがあり、水不足で口腔内を清潔に保つことが難しくなります。

支援物資に菓子パンや甘い物が含まれることがあり、子どもは、歯磨きができない事で虫歯になりやすくなります。

大人は、歯周病が進行しやすくなり、高齢者は誤嚥性肺炎の危険性が高まります。

災害時は、避難所生活での栄養不足や睡眠不足、ストレスなどさまざまな要因から口腔機能が低下します。そのため口腔内の清潔を保つことが命を守ることに繋がります。

歯ブラシがないときの口腔ケア

タオルやハンカチを指に巻き付けて歯の汚れを拭き取りましょ。お茶ですすげば力テキスが細菌やウイルスの働きを抑制する効果も期待できます。



口頃からできる予防

口腔内の機能を低下させないためにも、口頃から口の体操や口腔乾燥の対処法として唾液腺マッサージをしましょ。

お口の体操(口のまわりや舌の筋力アップ) 「パンダのたからもの」

【発声練習】

- 「パ、パ、パ、パ、パ」(3回+速く3回)
- 「タ、タ、タ、タ、タ」(3回+速く3回)
- 「カ、カ、カ、カ、カ」(3回+速く3回)
- 「ラ、ラ、ラ、ラ、ラ」(3回+速く3回)
- 「パタカラ、パタカラ、パタカラ、パタカラ、パタカラ」(3回+速く3回)
- 「パンダのたからもの」(3回+速く3回)



唾液腺マッサージ

耳下腺

上の奥歯あたりに4本の指をあてて、後から前に向かって円を描くようにマッサージ



顎下腺

親指をあごの骨の内側の柔らかい部分に食い込ませて、耳の下からあごまで順番に真上に押ししていく



舌下腺

両手の親指を揃えて、あご先の骨の内側から舌を押し上げるように真上にぐいと押しす





地域に火を灯すオトコ達の物語 ～地域おこし協力隊～

問合せ 産業政策課 (Tel.23-7634)

「なないろばなな」って知ってる?

「なないろばなな」をご存知ですか? 幻のフルーツ…ではありません(笑)。熱い思いを持つ企業さんと「働きたい人」のご縁を繋ぐ新城市雇用創造協議会と私たちを通称「なないろばなな」と言います。

なないろばななが毎月開催している「おしごと相談室」では、キャリアのお悩みや、私が推進する「アプレンティスシップ(見習い制度)」の相談を随時受け付けています。開催日時は広報紙の相談ページで毎月お知らせしています(今月号は27ページ)。

「今の仕事でいいのかな?」「新城で何か始めたい」。そんな一歩踏み出すあなたの心に、そっと火を焚べたい。ぜひ気軽にご連絡ください。まずは気軽に(いまい)お話し(まお)しましょう!(今井真央)

一息ついて、また灯そう

新年度のバタバタが過ぎ、ピカピカの1年生や新社会人の皆さんも、少しずつ新生活に慣れてきた頃でしょうか。

でも、慣れてきた頃に疲れはどっとやってくるもの。環境の変化って、自分が思う以上に負荷がかかるものです。私も移住と仕事の変化が重なった時は大変でした。疲れた時は自分をしっかり癒してあげてください。疲れたらサウナへ。整う時間で心をリセットしましょう。

もしモヤモヤしたら、一人で抱え込まないでください。家族や友人に話すだけで楽になります。

それでもダメなら、地域キャリアコーディネーターの私を頼ってください。「おしごと相談室」で、ゆっくりお話を聴きますよ。
(山本颯太)

洞窟の下盤は風化したデイサイト、上盤は硬い凝灰岩から構成されます。どちらも鳳来寺山の火山活動により形成された岩石ですが、形成には時間差があります。先に形成された下盤のデイサイトはガラス質で風化に弱く、粘土化して厚い土壌を形成しました。そして、上にフタをするような形で上盤となる凝灰岩が堆積したのです。その後その土壌は流出し、洞窟が形成されました。上盤の微かな凹凸は当時の地表面です。



崩落前の鬼の味噌蔵・酒蔵

そんな伝説が残る鳳来寺山には、鬼の名が付く洞窟「鬼の味噌蔵・酒蔵」があります(現在は崩落しています)。

鳳来寺山はその昔、三匹の鬼が住んでいたと言われていました。そして、後に鳳来寺山を開山する利修(りしゅう)仙人に従わされ、利修仙人が入寂(りしゅう)する際に三鬼には、鳳来寺を守護するように引導を渡されました。三鬼の首は鳳来寺本堂の地下に封じ込められたと言い伝えられています。

鬼の味噌蔵・酒蔵



問合せ 鳳来寺山自然科学博物館 (Tel.35-10001)

わがまちの文化財・施設紹介

名古屋大学と市は、医療、健康、ライフスタイルの包括連携協定により協働しています



奥三河ミライバレープロジェクト

vol 36

文責/名古屋大学
大学院医学系研究科
人間拡張・手の外科学

教授
やまもと みちろう
山本 美知郎

問合せ 政策企画課 (TEL23-7620)

健康のために運動を続ける工夫

テレビなどで見るスポーツ選手は、とても若々しく見えます。その一方で「自分には無理」「運動は大変そう」と感じることはありませんか？

実は、健康のための運動に激しさや根性は必要ありません。大切なのは、その人に合った強さで気持ちよく体を動かすことです。

動かすことで体は元気になろうとします。血流がよくなり、筋肉や関節も生き生きするのです。この動きは、年齢に関係なく起こります。ただし、同じ

場所ばかりを使いすぎたり、痛みを我慢して続けたりすると、体が疲れて負担になることがあります。「少し物足りないかな」くらいが長く続けるコツです。

「動くとなんだか気分がいい」と感じられる運動こそが、体と心の若々しさを保つ秘訣です。音楽を聴きながら、景色を楽しみながら、誰かと一緒に行くと、さらに健康にプラスの効果があります。「楽しさ」が加わると、自然と続きます。つまり、健康のための運動は、頑張るものではなく、自分の生活を整えるための習慣なのです。



新城図書館だより

6月の休館日 15日(月)、30日(火)

開館時間 9:00~20:00

新城図書館
ホームページ▶



〈今月のチュウモク本〉

一般書

「マリコは国宝を観た!!」

はやし まりこ
林 真理子 / 著

背ラベル 914.6/125



72歳となり、日本大学理事長最後の年を迎えた著者の、忙しい日々を綴った人気エッセイ。昨年の直木賞該当作なしをめぐる、選考委員の浅田次郎氏との特別対談も掲載しています。

問合せ 新城図書館 (TEL.23-2333 FAX.24-3415)

その他の新刊エッセイを紹介します。

「おひとりシニア、1年生」

きしもと ようこ
岸本 葉子 / 著

914.6キ26

「アンソロジー引っ越し つめて、はこんで、ほどいて暮らす」

たなべ せいこ
田辺 聖子ほか / 著

914.6タ26

「三谷幸喜のありふれた生活19 幕を下ろすな」

みたに こうき
三谷 幸喜 / 著

914.6ミ25



～常設の特集展示コーナーを紹介します。一度ご覧ください。～

■話題本コーナー (カウンター前)

長く人気のある本、今人気のある本など。(朝ドラ関連本はここにありません)

■映像化コーナー (カウンター横)

放映中の映画、放送中のテレビドラマの原作本やノベライズ本。



■絵本作家コーナー (ドリームサロン)

24人の人気絵本作家さんごとに、絵本が集めてあります。「大ピンチずかん」が話題の鈴木りたけさんや、「パンどろぼう」シリーズの柴田ケイコさんらの絵本があります。





Mayor Column

vol 11

市長コラム

(常) 働き方の「新城識」

市役所の組織文化をアップデートし、市民の信頼に応えられ、若手職員の意欲が向上する市役所づくりを進めていきます。30歳未満の若手職員5人で構成される特命チーム「Z世代課」から、3月末日に、組織文化の変革に関する提言をいただきました。部下による上司の評価、職員のキャリア形成、他部署の業務応援、段階的な職場復帰、PCの定時自動シャットダウンなどです。これらの具体的な提言内容について精査し、XYZ世代がそれぞれの価値観を共有し市役所がワンチームになるため、制度導入に向けて準備を進めてまいります。



リユースの広場

問合せ 生活環境課(Tel.23-7629)

ホームページID 974249512

譲りたいもの

- ・ベビーベッド(マット付き)
- ・2段ベッド(木製)
- ・ひな人形の毛氈(7段用/130cm×3m)
- ・三菱UNIカラーペンシル72色
- ・東郷中学校体操服(冬上下LL/夏上LL/夏下L)
- ・東郷中学校黒Tシャツ
- ・東郷中学校ウィンドブレーカーM
- ・東郷中学校夏ポロシャツ紺LL
- ・東郷中学校学ラン165B

譲ってほしいもの

- ・ラジカセ
- ・新城こども園園服(MかL)
- ・豊川特別支援学校体操服(130~140cm)
- ・押切
- ・鳳来中学校体操服(夏・上/150~160cm)
- ・東郷西小学校体操服(夏冬上下/120~140cm)



掲載申請はこちら▶

(電話、メールでも受付可)

※譲りたいもの・譲ってほしいものは無償提供に限ります。



考えよう!

ごみの減量

vol 26

問合せ 生活環境課(Tel.23-7629)

資源の分別・出し方～金属類編～

適切な分別はごみの減量につながり、資源として循環させることができます。今回は金属類の説明をします。

①金属類の分別

金属類は6種類に分別します。缶類やフライパンなどのほかに、小型家電も金属資源として循環させることができます。

<p>①アルミ缶</p> <p>●中身を空にして、中をきれいにすく。 ●【資源物】に出す。</p>	<p>②スチール缶</p> <p>●アルミとスチールに分けない。</p>	<p>③スプレー缶</p> <p>●中身を空にして、中をきれいにすく。 ●【資源物】に出す。</p>	<p>④その他金属</p> <p>※、プラスチックなどの異物は、可能な限り取り除く。</p> <p>細かい金属は金属の入れ物に入れて出す</p> <p>30cm</p> <p>30cm</p> <p>100cm</p> <p>直径5cm以下のものは最長辺が100cm以下</p>
<p>⑤小型家電</p> <p>●電池や電源コードで動くもの。 ●分解しない。コードは切らない。</p> <p>電子体温計</p> <p>※水銀体温計は【有害なもの】</p> <p>電池・LED電球</p> <p>【埋めるもの】</p> <p>取り外しができる電池や電球は取り外して出す。</p>			

②金属類を出すときの注意点

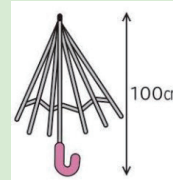
アルミ缶やスチール缶はつぶさずに出してください。つぶさずに出す方が、その後の圧縮処理がしやすくなります。



スプレー缶はガス抜きのための穴開けは不要です。危険なので穴は開けないようにしてください。



傘は布やビニールを外してください。最近では金属ではなくグラスファイバーなどを使用した傘骨もあります。金属以外の傘骨は埋立ごみなので、ご注意ください。





新城市厚生保護だより
ぬくもり

県外参観研修

宮川医療少年院

令和8年2月2日、三重県伊勢市の宮川医療少年院に伺い参観研修を行いました。参加者は29人。

午後1時過ぎに施設に到着、すぐに事務棟の集客室で研修開始です。

ここは、家庭裁判所で少年院送致とされた12〜19歳の少年のうち、知的・情緒・発達に課題を持ち処遇に配慮が必要な少年に治療的教育を行う施設です。

①生活習慣を体得し社会への適応力を向上させる教育。②認知



第23話

県外参観研修

保護司会・更生保護女性会

機能向上を図り自己理解と長所を伸ばす治療的教育。③再犯再非行を防ぐ健全な生活習慣を身に付ける指導、を教育の特色としています。

講師のお話は、資料にも枠にも収まらない体験に基づく実に印象深いものでした。

「ここに来る少年は、もともと見る、聞く、想像するなど認知力が弱い。自覚のない行動が社会に合わず非行や犯罪とされる。認知機能強化トレーニングを行う理由だ」、「少年には更生する希望があるが、大人になってからでは更生の望みはほばない」、「少年を立ち直らす最大の術は『愛』だ」など。

ハンディを抱え社会の中での生き辛さから非行や犯罪に走ってしまった少年たちの更生と社会復帰を願い、私たちもそのお手伝いをするかもしれないかと思いを馳せながら施設を後にしました。

この度の研修では、更生保護には多様な考えや対応があり、表面の事象でなくその人の内なる環境にも思いを届かせた対応の必要性を学びました。

問合せ

福祉課(TEL237624)

「はなまるくん」をプレゼント

「はなまるくん」は、えんぴつを正しい持ち方にするために使う固定型グリップです。これを使うことで、自然と三本の指が正しい位置に固定され、筆圧が安定し、字を上手に書くことができます。

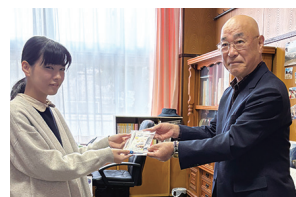
「えんぴつの持ち方は学校で教えてもらったり、自然に覚えたりするんじゃないの?」と思われる方がいるかも知れません。



▲黄柳川小学校



▲作手小学校



▲舟着小学校



▲東郷西小学校 はなまるくん



もちろん、学校である程度は指導しますが、先生の目がすべて行き届くとは限りませんし、学校に上がる前に癖がついてしまっている場合もあります。

一度癖がついてしまうと、注意してもなかなか直りません。そんな時には「はなまるくん」を使い、子どもが字を書いた時に、「上手に書けたね」と、保護者や先生が一言を添えていただければ嬉しいです。

しみんのトビラ

「Race for Peace (レース・フォー・ピース)」開催

南アフリカやイギリスなどのニューキャッスル・アライアンス加盟都市では、6月16日(火)にランニング&ウォーキングイベント「レース・フォー・ピース」を開催します。南アフリカでは6月16日を「ユースデー(若者の日)」として、若者の権利や教育の大切さを考える日としており、昨年ラトビアで行われたアライアンス会議でイベントの開催を決定し、新城市でも同日に開催します。自分のペースで楽しみながら参加できます。ニューキャッスル・アライアンス加盟都市からのビデオメッセージ、リアルタイム交流も予定しています。

日時▶6月16日(火)18:30~20:30雨天決行
(受付18:15~)

集合・解散▶新城小学校体育館(約3kmのコース)

申込▶6月8日(月)までに申込フォームから申込み

問合せ▶新城市国際交流協会

(TEL23-1940、メールsiea@tees.jp、

ホームページ<https://siea-nc.org/>)



▲申込フォーム



多文化おやこふれあいひろばピーカブー 「からだをうごかしてあそぼう会」

満1歳以上~未就学児と家族のためのイベントです。市内在住の日本・外国籍家族が、リズム遊びや玉入れなど、いっしょに体を動かして楽しめます。

ポルトガル語の通訳がいます。

日時▶6月20日(土)10:00~11:30

場所▶西部公民館(ちさと館)

参加費▶無料(定員15組程度・先着順)

申込▶6月10日(木)までに申込フォームから申込み

問合せ▶新城市国際交流協会

(TEL23-1940、メールsiea@tees.jp)



▲申込フォーム



玉ねぎとそら豆の かき揚げ



●材料(4人分)

玉ねぎ	中1個
そら豆(さやから出したもの)	80g
冷凍むきえび(小)	100g
片栗粉	大さじ2
卵	1個
天ぷら粉	50g
冷水	80~100cc
揚げ油	適量
塩	適量

●作り方

- 1 玉ねぎは皮を剥いてスライス、そら豆は黒い筋の部分に包丁を入れて薄皮を剥く。冷凍むきえびは解凍して半分の厚さに切る。
- 2 ボウルに①を入れて片栗粉を全体にまぶす。
- 3 別のボウルに卵を割りほぐし、②を加え、天ぷら粉と冷水を加えて混ぜ合わせる。水は緩くなりすぎないように様子を見ながら増量する。
- 4 フライパンに揚げ油を2cm位入れ170℃に熱する。木ベラなどで③を適量すくって静かに入れ、途中で返しながら3~4分揚げてペーパータオルに取り出す。
- 5 揚げたてを皿に盛り、塩を適量振りかける。

まちの話題

ゲートボールで全国大会出場

3月30日(月)



新城クラブの皆さんは3月に開催された県予選で優勝し、「第41回全国選抜ゲートボール大会」に出場することを市長に報告しました。新城クラブは3回目の全国大会出場となりますが、「全員が自分の力の100%以上を発揮して、全国大会に臨む」と力強く抱負を語りました。

仏アヌシー国際映画祭に選出

4月13日(月)



6月にフランスで開催される「アヌシー国際映画祭」で富岡出身の田中孝弥たなか たかや(作家名ヤカタカナタ)さんが手掛けたアニメ作品がパースペクティブ部門短編作品に選出され、市長に報告しました。「まさか選出されるとは思いもしなかったが率直に嬉しかった」と語りました。

新城市内小学校の入学式

4月8日(水)



市内の小学校で4月8日(水)に入学式が行われ、新城小学校では49人の新入生が入学しました。快晴の青空の下、赤や黒の定番色のほかに、パープルやピンクなどのカラフルなランドセルを背負った1年生の姿がありました。「入学おめでとう!」と祝福されながら下校していました。

鳳来山東照宮 春の大祭

4月17日(金)



4月17日は徳川家康の命日です。家康は戦国の世を平和に導いたことで、死後に「東照大権現」として、東照宮のご祭神となりました。鳳来山東照宮でも、毎年4月17日に大祭が開催されており、今年も大勢の方が参拝しました。この4月に着任した新宮司のもとで、厳かに神事が執り行われました。