

特集 | 健康なからだをつくろう！ 2～5P

全国和牛能力共進会が開催されました！ 6P

新型コロナワクチン接種関連情報 21P

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金 24P

3年ぶりに屋台の曳き揃えやからくり奉納が行われ、多くの人を魅了した「秋の高山祭」



特集 Special feature

健康なからだをつくること
生活習慣を振り返り、
健康寿命を延ばすことが大切



健康なからだをつくること！

生活習慣を振り返り、健康寿命を延ばすことが大切！

毎日楽しく過ごすために、「健康であること」はとても大切なことです。ね。
「健康であるため」のポイントはいろいろありますが、健康寿命を延ばす
秘訣でもある「血管を若々しく保つこと」は重要なポイントの一つです。
今回の特集では、「血管が若返る」ポイントや、健康づくりのために市が
実施している事業などを紹介します。
また、自分の生活習慣を確認できるチェックリストもありますので、
おうち時間が増えたこの時期に、普段の生活を振り返り、
健康なからだづくりを始めませんか？

【問合せ】
健康推進課
☎35-3160

健康なからだを作るために大切なこと

健康なからだを作るためには、血管を若々しく保つことが大切です。
そのためには次の4つがポイントです。

1 食事



人は、食べ物から栄養を摂ることで日常の活動を行うだけでなく、日々、体をつくり、修復しています。

高山市民は、野菜の総摂取量は多いが、ビタミンの摂取が少ない

血管修復効果の高いビタミンA・C・Eは野菜から必要量の多くを摂取することが出来ます。飛騨圏域の野菜摂取量は、全国と比較して多いですがビタミンAとCが少ないです（表1）。

2 運動



普段の生活の中で、身体を動かす機会を増やすと、体力が向上し、疲れにくく太りにくい身体づくりにつながります。また、「運動」は汗を流すことによりフレッシュ効果も期待できます。

高山市民は運動習慣のある人が少ない

令和3年度国保特定健診を受診した市民のうち、「1日30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上継続実施している」人は、男性44.0% 女性36.6%でした。この数

4 自分の血管の

状態を予測する

（健康診断）



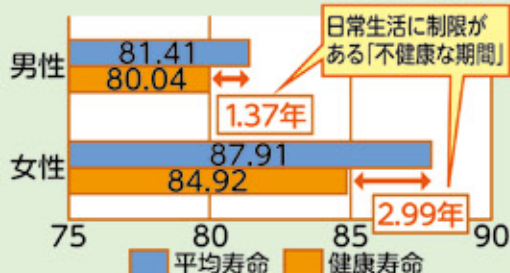
血管を若々しく保つために、まずは自分の身体の状態を知ることから始めましょう。「健康診断」を受けることで、今、自分の血管がどんな状態なのか予測でき、どんなことに気をつけたら良いのかが分かります。身体の状態は、日々、変化するので、毎年1回は健康診断で自分の身体のことを確認しましょう。

市国保の特定健診受診率

健康寿命って何？

健康寿命とは、日常生活に制限がなく元気に生活できる期間のことです。長い人生、いつまでも元気に過ごすためには「健康寿命」を延ばすことが必要です。右のグラフにある平均寿命と健康寿命の差を少しでも減らすため、若いうちから毎日の生活習慣を大切にしましょう。

高山市の平均寿命と健康寿命(平成31年度)



(岐阜県飛騨保健所提供データを基に作成)

私の健康方法を紹介します





表2 普段よく使う野菜の栄養素量

	ビタミンA(μg)	ビタミンC(mg)	ビタミンE(mg)
1 人参	680	ブロッコリー 120	ブロッコリー 2.4
2 ほうれんそう	350	ピーマン 76	ほうれんそう 2.1
3 小松菜	260	キャベツ* 41	小松菜 0.9
4 ミニトマト	80	小松菜 39	ミニトマト 0.9
5 ブロッコリー	67	ほうれんそう 35	ミニトマト 0.9
6 トマト*	45	ミニトマト 32	ピーマン 0.8
7 ピーマン	33	白菜* 19	人参 0.5
8 きゅうり*	28	トマト* 15	きゅうり* 0.3
9 なす*	8	きゅうり* 14	なす* 0.3
10 白菜*	8	たまねぎ 8	白菜* 0.2
11 キャベツ*	4	人参 4	キャベツ* 0.1
12 たまねぎ	0	なす* 4	たまねぎ 0.1

野菜100g中の栄養素量
:緑黄色野菜 * :市民がよく食べる野菜

表1 国民・県民栄養調査

栄養素	国民健康 栄養調査	岐阜県民 栄養調査
基準量 (男/女)	全国	岐阜県 飛騨
ビタミンA 900/700(μg)	529	489 390
ビタミンC 100(mg)	94.0	85.3 84.2
野菜摂取量(g)	277	267 314

参考:平成28年度国民健康栄養調査・岐阜県民栄養調査

これは飛騨の人がよく食べる野菜はキャベツや白菜、なす、きゅうり、トマトで、淡色野菜が多く、ビタミンA・C・Eが豊富な緑黄色野菜が少ないためです(表2)。

普段から、意識的に緑黄色野菜を摂取するようにしましょう。



令和3年度国保特定健診を受診した市民のうち、たばこを吸っている人は15・6%。10年前の平成23年度は15・8%と、たばこを吸っている人の割合は減っています。県民健康実態調査(令和元年)では、県全体と比べ高山市は男女ともたばこを吸う人が多いという結果があります。

たばこを吸う人が多い高山市

たばこの煙には、多くの化学物質が含まれ、これが血管を傷める原因です。自分ではたばこを吸わない人が、他人のたばこの煙を吸うだけでも喫煙者と同じように血管を傷めることになるため、たばこを吸う人は周囲への配慮も必要です。

③ 禁煙



値から運動習慣のある市民が少なく、ことが分かります。

特に、冬は積雪などで足元が悪くなるため、外での運動がなかなかできませんが、自宅やスポーツ施設などをうまく利用し、身体を動かす機会を増やしましょう。



健康状態を確認するために毎年受けています。受診後に保健師さんに結果を説明してもらるので分かりやすいです。生活習慣を振り返る機会にもなっています。結果が良いと安心しますね。異常を早く発見するためにも毎年受診することが大事だと思います。

50代男性

健康状態を確認するために毎年受けています。受診後に保健師さんに結果を説明してもらるので分かりやすいです。生活習慣を振り返る機会にもなっています。結果が良いと安心しますね。異常を早く発見するためにも毎年受診することが大事だと思います。

40代男性



健康診断体験者の声

令和3年度の市国民健康保険に加入している40〜74歳の特定健診受診率は51・9%で、県下42市町村のなかで5位と高順位!しかし、国の目標受診率60%の達成には、あと約1000人の受診が必要です。



昨年4月に脳梗塞を発症し入院しました。退院3カ月後に、趣味の大好きなゴルフをしたところ、下半身の衰えを感じました。そこで、市が実施している「水中歩行運動」に参加し、少しずつ体力が戻り、大好きなゴルフもできるようになりました。体が健康だと、いろいろなことができ、毎日の生活が楽しいです。また、気の合う友人の存在も健康であるためのポイントだと思います。いつまでも、大好きなゴルフを続けられるように健康なからだづくりを継続していきます。

体が健康だと、
毎日の生活が楽しい

鶴森 武さん(上三之町・80歳)



りの主役はあなた チェックしてみましょう

チェック表

「はい」が1つでも多くなると
良いですね。



6 タバコは吸わない、受動喫煙を避けるために気をつけている。 ☐ はい ☐ いいえ

7 寝る前は、パソコンや携帯電話を操作しないよう気をつけている。 ☐ はい ☐ いいえ

8 毎日の起きる時間と寝る時間は、だいたい同じ時間にしている。 ☐ はい ☐ いいえ

9 心配事や悩みを話せる人や場所がある。 ☐ はい ☐ いいえ

10 年に1度、健康診断を受けている。 ☐ はい ☐ いいえ



市も応援します

●市では、医療機関で禁煙治療する場合の費用を一部助成する「禁煙外来受診助成事業」を行っています。

※禁煙補助薬の流通停止により、医療機関では禁煙外来を停止している場合があります



ワンポイントアドバイス

一人で悩まず、相談しましょう。

市も応援します

●こころの健康相談
精神科医師や臨床心理士などの専門家などに相談することができます。

●こころの体温計
簡単にストレスチェックを行うことができ、現状を確認できます。



健康なからだをつくるために生活習慣を確認することは大切なことです。
健康セルフチェックを行い、できていないものがあれば、
早速、改善に向けて取り組みましょう。
市でも、それぞれの課題が解決できるような取り組みを行っていますので、
ぜひご利用ください。不明な点はお気軽に相談ください。

年齢別健康診断フローチャート

あなたが受けられる健康診断は？

自分は、どの健康診断を受けられるか、
左記の表で確認してみましょう。

※年齢基準は、健康診断を受ける年度の
年度末時点の年齢です。

（令和4年度は、令和5年3月31日現在）





健康なからだづく 自分の生活習慣をチ

健康セルフ

123ワンポイントアドバイス

血管の材料となるたんぱく質と一緒に、血管修復効果の高いビタミンA・C・Eを摂取しましょう。ビタミンのエース(ACE)と覚えて、野菜は、一日に350g以上、特にほうれん草や人参などの緑黄色野菜は150gを目標に意識的に摂取しましょう。

市も応援します

- 糖尿病やバランス食などについて学ぶ健康教室を開催しています。



45ワンポイントアドバイス

血管を若返らせるためには、息が切れない程度で行うウォーキングなどの「有酸素運動」と、筋トレなどの「無酸素運動」を組み合わせると効果がアップします。5分間の筋トレ&15分間の有酸素運動でも効果がでます。

市も応援します

●水中歩行運動

プール内で歩行運動を行う教室です。参加対象に制限があります(令和4年度の受付は終了しました)。



●健康ポイント事業

健康診断や各種検診、健康イベントなどへ参加するなどの自主的な健康づくりを応援します。ポイントを貯めて景品と交換しましょう。



☒ はい ☐ いいえ はい・いいえにチェックを入れて確認してください

1 野菜をたっぷり食べるようにしている。

☐ はい ☐ いいえ

2 食事のエネルギー量・塩分量・脂肪量に気を付けている。だしや素材の風味を生かして、蒸す・焼く・ゆでるなどの料理方法に気を付けている。

☐ はい ☐ いいえ

3 寝る前2~3時間前までに食事を済ませるよう気をつけている。

☐ はい ☐ いいえ

4 習慣的に、ジョギング・ウォーキングなど運動をするように心がけている。

☐ はい ☐ いいえ

5 歩ける距離は歩く、エスカレーターやエレベーターより階段を使うようにしている。

☐ はい ☐ いいえ

健康づくりの主役はあなたです
普段の生活を振り返り、できることから見直してみませんか。
健康寿命を延ばすためには、大切な自分の身体を知ることから!

健康づくりの主役はあなたです



自己負担520円
(初回受診料は無料)です

25歳以下は無料です

【問合せ】
健康推進課
☎35-3160
詳細はこちら→



4月中旬より対象者には、健診受診券・問診票などを送付します。年度途中加入の場合は、随時送付します。



加入されている健康保険からの案内に従って受診してください。



【問合せ】
市民課 ☎35-3003
詳細はこちら→



全国和牛能力共進会が開催されました!

問合せ 畜産課 ☎35-3142



10月6日(休)～10日(月・祝)に鹿児島県で開催された「第12回全国和牛能力共進会」では、全国の優秀な和牛が集まり、改良の成果や肉質・脂質などを競いました。この大会で優秀な成績を収めることは、和牛ブランド力の向上につながることから、最も重要な大会とされています。

市内からは21頭の牛が出品され、これまでの努力の結果を披露しました。

大会中の動画は県出品対策委員会の公式インスタグラムからご覧いただけます。



結果

部門	出品区とその説明	出品者	岐阜県代表結果
種牛の部	第1区(若雄) 地域の特色ある系統を目指して造成された種雄牛候補を評価します。	清 見 県畜産研究所	優等賞 15席
	第2区(若雌の1) 月齢14～17カ月未満の最も若い雌牛を評価します。	朝 日 橋本 俊介	優等賞 5席
	第3区(若雌の2) 月齢17～20カ月未満の若い雌牛を評価します。	荘 川 松木 新一	優等賞 6席
	第4区(繁殖雌牛群) 地域の雌牛集団づくりを目的とし、3代以上自県内で生産され、地域の特色を備えたものを評価します。	江名子 (有)小林農園 高 根 下田 広司 清 見 藤瀬肉牛農場(有)	優等賞 11席
	第5区(高等登録群) 母牛と娘牛および孫娘牛の直系3代にわたる3頭を一群として評価します。	丹生川 桑山 和男(2頭) 中谷 久治	1等賞 3席
	第6区(総合評価群) 同じ父牛から生まれた雌牛の一群(種牛の部と肉牛の部)を総合評価します。岐阜県では「広茂清」を種雄牛とします。	江名子 (有)小林農園 丹生川 荒川 大悟 高 根 下田 広司 大 洞 (有)山武ファーム	(種牛群) 10位 総合評価 優等賞 7席
肉牛の部	第7区(脂肪の質評価群)※新設 脂肪の質の改良につなげることを目的とします。県の改良方針に基づき計画的に造成された父牛とします。	国 府 (株)わたなべ 清 見 (有)牛丸畜産 (有)大洞畜産	(肉牛群) 3位
	第8区(去勢肥育牛) 現在、地域で主力となっている雄牛を父とする肉牛を評価します。	清 見 藤瀬肉牛農場(有)(3頭)	優等賞 4席
	特別区(高校及び農業大学校) 農業教育と学習活動を通じ、和牛への理解と担い手育成を目的とします。	山 田 飛驒高山高等学校	優等賞 6席
			優等賞 3席 購買者賞 優秀枝肉賞 3位

～5年後に向け、新たな挑戦へ～

10月11日、鹿児島県から戻った代表者を出迎える帰着式が行われました。岐阜県の代表として全国へ「飛驒牛」の名をとどかせた代表者へ、清水副市長などから感謝の言葉が述べられました。

全国和牛能力共進会は5年に一度。次の大会に向けて今から新たな挑戦が始まります。



令和4年市表彰式

11月1日の市制記念日に、市制の発展に貢献された67人・2団体を表彰します。

自治顕功章 1人

國島芳明

自治功労章 9人

鍋島正子、立道忠則、黒木甚右衛門、栗原藤義、嶋田敏彦、堤幸浩、奥原康夫、磐下昭二、伊藤正巳

地方自治功労 1人

川上実

社会福祉功労 12人

安川保、北村千壽子、島田正善、伊藤文子、川上文子、野尻映一、林歌子、田尻成子、平田肇、黒田久美子、打保千穂、川上実

公共事務功労 32人

畑中良宏、神田英樹、清水万壽巳、牛丸勲、山崎美智代、下野圭介、古畑優介、成畑佳和、島田直樹、野中崇、上西智春、高田洋平、高尾信太郎、松崎圭佑、小島博司、舟本英二、直井真樹、宮田雅晴、大下正紀、木戸康人

栄誉功労 13人・2団体

新井真季子、稲原匠、横谷辰也、森本大地、岡崎幸聖、高原杏香、谷本忠之、平塚昭匡、荒井優真、野尻夕珠、堤大智、宮本侑信、田中純、有限会社吉野ジッピーファーム、株式会社わたなべ

問合せ 広報公聴課 ☎ 35-3134



高山市は市制86周年を迎えました！

第67回市美術展覧会を開催します

入賞・入選作品を展示しますのでぜひご覧ください（入場無料）。

期間 11月3日（木・祝）～6日（日）
時間 午前9時～午後5時

※4日（金）は午後8時、6日（日）は午後4時まで

場所 市民文化会館（昭和町1）

応募総数 271点

入選数 178点

入賞数 80点

問合せ 生涯学習課 ☎ 35-3155

広報ID 1007692

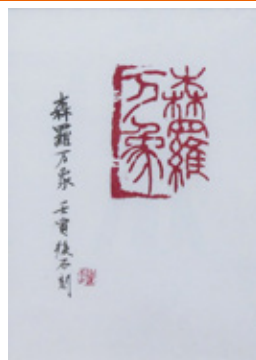
一般の部 市展賞



デザイン 『隠し絵 白鵬』
境 栄子さん



工芸 『実 り』
清水 長子さん



書 『森羅万象』
鈴口 富彦さん



写真 『ステンドグラスの世界』
坪内 義彦さん



彫刻 『クロちゃん』
上田 猛久さん

決算認定や副市長の選任など

市議会定例会が閉会

9月2日に開会した市議会定例会は、9月30日に閉会しました。主な案件は、令和3年度一般会計などの決算、副市長の選任、原油価格、物価高騰に関する補正予算など市長から提案された議案は原案のとおり報告、可決、同意されました。

主な案件

報告案件(4件)

▽損害賠償の専決処分ほか

認定案件(9件)

▽令和3年度一般会計歳入歳出決算ほか

条例案件(3件)

▽市副市長定数条例の一部改正
▽市職員の育児休業等に関する条例の一部改正ほか

事件案件(3件)

▽ペレットストーブの購入
▽ごみ処理施設建設敷地造成工事請負契約の締結ほか

予算案件(7件)

▽令和4年度一般会計補正予算ほか

人事案件(19件)

▽副市長に西倉良介さん(宗猷寺町)ならびに清水雅博さん(上岡本町7)を選任することへの同意
▽教育委員会委員に野崎加世子さん(片野町3)を任命することへの同意

副市長が2人に



しみず まさひろ
清水 雅博



にしくら りょうすけ
西倉 良介

問合せ
議会事務局
☎35-3152
FAX 35-3170
広報ID
1016948



▽固定資産評価審査委員に佛坂尚子さん(下岡本町)を選任することへの同意
▽人権擁護委員候補者15人を推薦することへの同意



無料可燃ごみ処理券を追加配布します

紙おむつが必要な高齢者や、障がい者を介護したり紙おむつを使用している子どもを養育する世帯、またはストマ用装具を使用している方がいる世帯に「可燃ごみ処理券」を追加配布しています。希望する場合は各窓口で手続きをしてください。

支援区分 内容	高齢者	障がい者	子ども
対象世帯	紙おむつを常時使用している高齢者がいる世帯	紙おむつを使用して65歳未満の障がい者がいる世帯	紙おむつを使用している子どもがいる世帯
配布条件	年度初めに配布された一般家庭用の可燃ごみ処理券を使いきっていること		
配布回数 ※紙おむつ使用者1人につき	年間2回を限度 ※2回目の追加配布には、1回目の追加配布のごみ処理券を使いきっていることが条件		年間1回
配布数量	1回につき20枚(2シート) ※年間2回で40枚が上限		20枚(2シート)
必要書類	申請書 (※おむつを使用していることの証明が必要)	申請書、 身体障害者手帳	申請書
※申請書は下記の窓口にあります			
手続き	申請書におむつを使用していることの証明(民生児童委員、ケアマネジャーまたは、地域包括支援センター職員の署名)のほか、必要事項を記入のうえ提出	申請書におむつを使用していることの証明(市職員、関係機関の署名)のほか、必要事項を記入のうえ提出	申請書に必要事項を記入のうえ提出
問合せ 申込み	高年介護課 ☎57-5200	福祉課 ☎35-3356	子育て支援課 ☎35-3140
※各支所地域振興課でも申請できます			



旭日単光章(地方自治功労)
木戸 脇 進さん(88)(国府町令)

受章おめでとうございます

問合せ 広報公聴課 ☎35-3134

10月1日現在の人口

問合せ 市民課 ☎35-3496

地 域	総人口		男		女		世帯数	
高 山	59,890	(△676)	28,453	(△309)	31,437	(△367)	26,641	(79)
丹生川	4,067	(△35)	2,016	(△6)	2,051	(△29)	1,440	(20)
清 見	2,201	(△19)	1,098	(△17)	1,103	(△2)	852	(9)
荘 川	1,008	(△36)	481	(△21)	527	(△15)	399	(△11)
一之宮	2,397	(△55)	1,132	(△35)	1,265	(△20)	846	(△10)
久々野	3,234	(△48)	1,515	(△22)	1,719	(△26)	1,183	(10)
朝 日	1,479	(△31)	703	(△5)	776	(△26)	589	(1)
高 根	281	(△3)	139	(△3)	142	(0)	160	(△3)
国 府	7,343	(△78)	3,594	(△47)	3,749	(△31)	2,676	(19)
上 宝	1,498	(△34)	724	(△16)	774	(△18)	614	(3)
奥飛驒	1,228	(△8)	622	(9)	606	(△17)	607	(20)
計	84,626	(△1,023)	40,477	(△472)	44,149	(△551)	36,007	(137)

()内は前年同月比

市長室へようこそ



●市民と市長の面談日

11月21日(月) 13:30~16:10

11月29日(火) 16:30~19:30

QRからお申し込みください。

申込み多数の場合は抽選となります。

申込期限:11月7日(月)

抽選結果は10日(木)までにお知らせします。



市長室直通FAXもご利用ください

FAX 36-2060

問合せ 秘書課 ☎35-3130

委員会・審議会を公開しています

開催日	会議名ほか	時 間	場 所	担当課
7日(月)	幹部会議(市長、副市長、教育長、部長級)	8:30~	本庁4階 特別会議室	企画課 ☎35-3131
17日(木)	協働のまちづくり 推進会議	13:30~	本庁地下 市民ホール	協働推進課 ☎35-3412
21日(月)	幹部会議(市長、副市長、教育長、部長級)	8:30~	本庁4階 特別会議室	企画課 ☎35-3131
24日(木)	農業委員会	13:30~	本庁地下 市民ホール	農業委員会事務局 ☎35-3141
	要保護児童等対策地域 協議会代表者会議	13:30~	本庁3階 行政委員会室	子育て支援課 ☎35-3140
29日(火)	教育委員会	9:00~		教育総務課 ☎35-3153

※傍聴は先着順となります

※議題等詳細については、担当課へお問い合わせください

義援金・救援金募金箱を設置しています

市では、災害などで支援を必要とする人のために、インフォメーション(本庁1階)と各支所地域振興課に募金箱を設置しています。

集まった義援金・救援金は、日本赤十字社岐阜県支部を通じて被災者支援に役立てられます。

義援金名称	募金箱設置期間
ウクライナ人道危機救援金	令和5年3月31日(金)まで
8月3日からの大雨災害義援金	

問合せ 日本赤十字社高山市地区事務局(福祉課内) ☎ 35-3356

生涯学習のページ



まなびば

市民文化芸術鑑賞事業

問合せ 文化協会 ☎ 34-6550

◎詳細は、文化協会HP(QR)をい確認
ください。

●林家正蔵・三平&流れ星
爆笑寄席

日時 11月13日(日) 午後3時開演

場所 丹生川文化ホール

(丹生川町町方)

●ワンコインシネマ「ミナリ」

農業での成功を目指し、韓国からアメリカに移住してきたジエイコブとその家族の絆の物語です。



日時 11月5日(土) ①10時②14時

場所 市民文化会館(昭和町1)

図書館からのお知らせ

問合せ 市図書館「煥章館」 ☎ 32-3006

✉ library@library.takayama.gifu.jp

FAX 32-3008



◎第8回上映会

上映作品：『神様の思ひ召』
2015年 イタリア

日時 11月5日(土)

午後2時③3時30分

場所 市図書館「煥章館」(馬場町2)

申込み 事前に来館、TEL

◎みんなの健康シリーズ第7回

薬が皆さんの手に渡るまでに薬局でやっていることを動画を見ながらご紹介します。

勤労青少年ホーム・女性青少年会館講座

問合せ 女性青少年会館・勤労青少年ホーム

☎ 32-0364 FAX 35-2364 ✉ info@takayama-home.jp



◎女性青少年会館講座

対象 市内在住・在勤者

場所 女性青少年会館(花里町1)

申込み 申込期限までに講座名、氏名、住所、電話番号をTEL・FAX・MAIL

※定員を超えた場合は抽選

【ピラティス(申込期限11月22日(火))】

期間 12月15日(土)令和5年3月9日までの毎週(土)全10回(12月29日、令和5年1月5日は除く)

時間 ①午前11時②正午、③午後1時④2時

参加料 4,200円 定員 18人

※オンラインで受講可です。詳しく

講師 前田 達朗さん
(ひだ薬局岡本店管理薬剤師、市薬剤師会理事)

日時 11月16日(水) 午後7時③8時

場所 市図書館「煥章館」(馬場町2)

申込み 事前に来館、TEL

◎ブックスタート in 市図書館

分館・なかよしランド

1歳6カ月児対象のブックスタート絵本の引き換えを行います。ブックスタート絵本を使ったおはなし

はお問い合わせてください。

【シュートレーン(申込期限11月16日(水))】

日時 12月6日(火)午前9時30分③11時30分

参加料 2,500円 定員 12人

◎勤労青少年ホーム講座

対象 35歳までの市内在住・在勤者

場所 勤労青少年ホーム(花里町1)

申込み 11月16日(水)までに、講座名、登録番号、氏名、住所、電話

番号、生年月日をTEL・FAX・MAIL

※材料費のほかに今年度の傷害保険

料未納者は1,850円が必要です。

会にはどなたでも参加できますので、ぜひご参加ください。

〈上宝分館(上宝支所)〉

日時 11月19日(土)

午前10時30分③11時

〈虹流館くぐりの「なかよしランド」〉

日時 11月24日(水)

午前10時30分③11時

※絵本の引き換えには、引換券と母子手帳が必要です。

◎11月特集展示

一般 日本の手しごと

伝統的工芸品

児童 もみじいろの絵本



※定員を超えた場合は抽選
※オンラインで受講できる講座もあります。詳しくはお問い合わせてください。

	講座	定員	材料費	開始時間	受講日
火	映える写真撮り	10	-	19:30	12/ 6
	シュートレーン	12	1,700円	19:00	12/13
水	料理(蕎麦)	16	800円	19:30	12/14
金	リース	12	2,700円	19:00	12/ 2
日	花もち	15	1,500円	10:00	12/11
	シュートレーン	12	1,700円	10:00	

「女性に対する暴力をなくす運動」期間に合わせ、男女共同参画パネル展を開催します

期間 11月4日(金)～12月5日(月) 場所 市図書館「煥章館」(馬場町2) 問合せ 生涯学習課 ☎ 35-3155

ストップ！ 虐待・暴力

誰もが
笑顔で暮らせるまちを目指して

子育てのページ



たかやまっこ

問合せ 子育て支援課 ☎ 35-3140

ストップ！DV



11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」週間

・DV（ドメスティックバイオレンス）とは

配偶者や恋人など親密な関係がある人から振るわれる暴力で、身体的暴力や性的暴力、精神的暴力、経済的暴力などがあります。

毎年11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」週間です。

パープルリボンは女性に対する暴力のない世界を望む気持ちを表し、この運動のシンボルとなっています。

・児童虐待とDVの関係

DVがある家庭では、子どもに対する暴力も同時に行われている場合があります。子ども自身が直接暴力を受けていなくても、子どもの目の前で暴力を振るうこと（面前DV）は子どもへの心理的虐待になります。他にも、加害者が被害者の悪口を子どもに言い続けることも、子どもの心や体に様々な影響を与えます。

DVと虐待は、どちらも家庭内で行われる暴力です。DVを防止することは、児童虐待の防止にもつながります。

子どもの笑顔を守る！

11月は「児童虐待防止推進月間」



児童虐待の防止は、児童相談所や市など公的機関だけで行うものではありません。一人ひとりが、地域に住む子どもや保護者などを気にかける、意識することで子どもを虐待から守る社会をつくることができます。

11月は「児童虐待防止月間」です。オレンジリボンには「児童虐待防止」というメッセージが込められています。

子どもや保護者のこんなサインを見落としていませんか？

【親のサイン】

- 小さい子どもを家に置いたまま外出
- 地域などと交流が少なく孤立
- 子育てに関して拒否的・無関心
- 子どものケガについて不自然な説明

【子どものサイン】

- いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がある
- 不自然な傷や打撲のあとがある
- 衣類や体がいつも汚れている
- 夜遅くまで一人で家の外にいる



一人で悩まず相談してみてください！

児童虐待に関する連絡先・相談窓口

- 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189
- 子ども発達支援センター ☎35-3179
(休日・夜間は市役所 ☎32-3333)

DVなどの女性相談に関する連絡先・相談窓口

- 配偶者暴力相談支援センター ☎36-2531 (飛騨県事務所)
- DV相談全国共通短縮ダイヤル ☎#8008
- 子ども発達支援センター ☎35-3179
(休日・夜間は市役所 ☎32-3333)

申し込み
問合せ
事前に
子育て支援課
☎35-3140



児童虐待防止機構オレンジCAPO
代表 島田 妙子さん

講師
場所 市民ホール(本庁地下)

時間 午後1時30分～3時30分

期日 11月13日(日)

参加ください。(託児有)

「大人が元気で子どもも元気」
「イライラするよりイキイキ」
日々の生活や子育てをする中でストレスを感じる方、ぜひご参加ください。



オレンジリボン・キャンペーン

こころの体温計でストレス度を簡単チェック！

QRコードからアクセス▶



11月11日は、介護の日です 介護について理解を深めましょう！

～いい日、いい日、
毎日、あったか介護ありがとう～



問合せ 高年介護課 ☎ 57-5200



【介護マーク】

- 配布対象** 介護をしている家族
(1人1枚・無料)
- 配布場所** 地域包括支援センター
(本庁1階)・各支所

◎**介護マークを配布しています**
11月11日は、介護について理解を深め、介護をする人に優しい社会となるよう「いい日、いい日、いい日、あったか介護ありがとう」という思いを込めて、介護の日と定められています。
認知症や障がいのある人の介護は、他人から見ると介護をしていることが分かりづらく誤解をされることがあります。介護をする人が介護中であることを周囲に理解していただくため、介護マークを配布しています。介護マークを見かけたら温かい見守りをお願いします。

高齢化の進展に伴い、介護を必要とする人が増え、介護は身近なものとなっています。11月11日の介護の日をきっかけに介護について理解を深めましょう。今回は介護に関するさまざまな事業について紹介します。

◎地域包括支援センターを ご利用ください

地域包括支援センター(本庁1階)では、介護に関する相談や心配ごと、健康や福祉、医療に関することなどの相談を受け付けています。

問合せ 地域包括支援センター

☎ 35-2940 FAX 35-3165

(月)～(金)の午前8時30分～午後5時15分(祝日、年末年始を除く)各支所でも相談に対応します。

◎介護に関する相談 「ほっとする談話室」

家族の介護に関するさまざまな悩みについて相談できます。電話相談も随時、受け付けます。

期日 11月10日(木)、20日(日)

時間 午前10時～午後3時

場所 まちスポ飛騨高山(天満町・フレスポ飛騨高山内)

問合せ NPO法人

まちづくりスポット

☎ 62-8550

認知症介護者教室

「認知症の介護について」

対象 認知症の人を介護している方

期日 11月15日(火)

時間 午後2時～3時30分

場所 市図書館「煥章館」(馬場町2)

講師 市認知症サポート医 垣内 無一さん



定員 30人(超えた場合は抽選)

申込み 11月9日(水)までにTEL

問合せ 高年介護課

☎ 57-5200

認知症に関する相談会 ほのぼの広場

認知症に関するさまざまな悩み、専門的な知識・経験を持つ相談員が寄り添います。相談無料、申込不要です。お気軽にご利用ください。

期日 11月11日(金)

時間 午前10時～午後3時

場所 市図書館「煥章館」(馬場町2)

問合せ ほのぼの朝日

ネットワーク

☎ 62-9482

介護に関する展示 11月30日(水)まで、介護に関する図書や資料の展示を行っています。

場所 市図書館「煥章館」(馬場町2) 問合せ 高年介護課 ☎ 57-5200

健康
ポイント
対象

脳力アップ教室

頭と体を使う脳トレーニングや
体操の体験、認知症予防に関す
る学習をします。
対象 市内在住の65歳以上で認知
症の診断や治療を受けてい
ない方



健康
ポイント
対象

あたまの健康チェック®

脳の働きが年齢相当かどうかを
簡易的に知ることができます。自
分の脳の働きを知り、認知症予防
の取り組みを始めましょう。

対象 ①②③の全てを満たす方

- ①市内在住の65〜79歳
- ②認知症の診断や治療を受
けていない
- ③介護保険の要支援・要介
護に該当しない

申込み 前日までにTEL

※認知症の診断や検査
をするものではありません



場 所	よって館宙 (七日町1)	市役所 (花岡町2)	総合福祉センター (昭和町2)
期 日	11月9日(水)	11月21日(月) 11月22日(火)	11月25日(金)
時 間	13:30~ 16:00	9:00~ 12:00	13:30~ 16:00
申込み	前日までにTEL		
問合せ	よって館宙 ☎32-2411	高年介護課 ☎57-5200	

場 所	山王福祉センター (森下町1)	総合福祉センター (昭和町2)
期 日	11月17日(休)	11月25日(金)
時 間	13:30~15:00	
内 容	脳の健康 (認知症の予防)	認知症を 予防する食事
定 員	15人	20人
申込み	前日までにTEL	
問合せ	福祉サービス公社 ☎36-2940	社会福祉協議会 ☎35-0294

健康
ポイント
対象

ひざ腰元気教室

高齢者を元気に過ごす
ために、健康についての
学習や体操を行い、健康
寿命を伸ばしましょう。



対象 市内在住の65歳以上(過去にひ
ざ腰元気教室の受講経験がな
い方)

期間 11月29日〜令和5年5月9日の
毎週(火)

時間 午前9時30分〜11時

場所 総合福祉センター(昭和町2)

定員 5人

申込み 11月21日(月)までにTEL

問合せ 社会福祉協議会
☎35-0294

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症を
理解し、認知症の方やその家族を温
かく見守る人です。

受講者には認知症サポーターの証
のオレンジリングをお渡しします。

対象 市民

期 日 11月19日(土)

時間 午後1時30分〜3時

場所 201・202会議室(本庁2階)

定員 30人(超えた場合は抽選)

申込み 前日までにTEL

問合せ 地域包括支援センター
☎35-2940

後期高齢者医療制度にご加 入の皆さんへ

健診期間が残りわずか

さわやか口腔健診の実施期間が残り
わずかです。未受診の方は、実施医
療機関に予約のうえ、受診をしてくだ
さい。

対象 ①後期高齢者医療制度の被保
険者全員

②すでに受診券を送付している
S22.8月生まれまでの方

受診期限

◆さわやか口腔健診(口の健診)
12月27日(火)

◆すこやか健診(からだの健診)
10月末で終了しました※

※S22.9月・10月生まれの方には、
この健診日程とは別で案内をお
送りしています。

人生100年時代、健康で長生
きるために健康診査を受診しま
しょう。

問合せ 市民課 ☎35-3003

受付終了 バリアフリー改修助成補助金

今年度で終了する高齢者住宅バリア
フリー改修助成補助金は、予算額に到
達しましたので、受付を終了しました。
なお、既に決定通知を受けている方
は、令和5年3月31日までに完了届の
提出をお願いします。

問合せ 高年介護課 ☎35-3178

11月 こころの健康相談

予約が必要です。
(相談は無料で、秘密は厳守します)

内容	相談日	場所	時間	問合せ
精神科医師による相談	9日(木)	市保健センター (花岡町2)	13:30 ～ 15:30	飛騨保健所 ☎33-1111 (内311)
	30日(木)			
精神保健福祉士による相談	22日(木)			健康推進課 ☎35-3160(*)

*11月18日(金)までにご予約ください。

精神保健福祉士の相談では、こころの健康を目的とした、家庭や職場、学校での人間関係の悩みも伺います。話すだけでも気持ちは軽くなります。[病院に行くのは気がひける]「話を聴いてほしい」という方、また家族の方による相談、電話による相談も可能です。お気軽にご相談ください。

健康・医療のページ



問合せ 健康推進課 ☎35-3160

健康の教室と相談	相談名	対象者	期日	受付時間	持ち物	場所
	母子健康交付 母子健康手帳	母子健康手帳の交付を受けていない妊婦	7日(月)	13:15～13:30	妊娠証明書(妊娠届出書) 上のお子さんの母子健康手帳 個人番号確認書類※	市保健センター (☎35-3160)
			21日(月)			
	助産師相談	相談ごとのある妊婦・産婦	7日(月)	9:00～11:35 事前予約必要(前日または前週の金までに市保健センターへ電話予約)	母子健康手帳 産婦の方はバスタオル	
			21日(月)			
	4カ月児健診	令和4年6月15日～7月1日生まれ	1日(火)	13:00～14:00 (10分単位でご案内しています)	母子健康手帳 問診票(お子さんの成長の記録) 子どもノート バスタオル	
		令和4年7月2日～7月14日生まれ	17日(木)			
	1歳6カ月児健診	令和3年3月26日～4月17日生まれ	11日(金)	12:30～13:50 (時間を指定してご案内しています)	母子健康手帳 問診票(お子さんの成長の記録) 子どもノート バスタオル	
		令和3年4月18日～4月30日生まれ	22日(火)			
	2歳児相談	令和2年10月1日～10月11日生まれ	11日(金)	9:10～10:00 (10分単位でご案内しています)	母子健康手帳 問診票(お子さんの成長の記録) 子どもノート	
		令和2年10月12日～10月21日生まれ	18日(金)			
		令和2年10月22日～10月31日生まれ	25日(金)			
	3歳児健診	令和元年8月16日～8月29日生まれ	4日(金)	12:50～14:20 (10分単位でご案内しています)	母子健康手帳 問診票(お子さんの成長の記録) 子どもノート 目と耳の問診票・尿バスタオル	
		令和元年8月30日～9月9日生まれ	16日(水)			
	市民健康相談	育児、食生活、生活習慣病などについての悩みや相談ごとのある方	毎週(月)～(金) (祝日を除く)	9:00～12:00	乳幼児の相談の方は母子健康手帳・バスタオル	
毎週(木) (祝日を除く)						

※①から③のいずれかの書類

①マイナンバーカード ②個人番号通知カード(氏名と住所が住民票の情報と一致しているもの) ③個人番号が記載された住民票

*②と③の場合は、顔写真付き本人確認書類(運転免許証など)または顔写真のない公的書類(健康保険証、年金手帳など) 2つ以上

【乳幼児健診・相談利用にあたってのお願い】

- 保護者以外のご家族(祖父母・きょうだいなど)の来所はご遠慮ください。
- 健診を受けるお子さんや保護者、同居の家族に発熱や咳などの風邪のような症状があるときは、健診の受診をお控えください。
- 保護者のマスク着用をお願いします。

11月 休日診療のお知らせ

問合せ 医療課 ☎35-3177

診療名	対象となる方	期日	受付時間	持ち物	場所
医科診療	休日に急病になった方	3日(木祝)・6日(日)・13日(日)・20日(日)・23日(水祝)・27日(日)	8:30～11:30 13:00～14:30	①マイナンバーカードまたは健康保険証 ②医療受給者証(受給者のみ) ③お薬手帳(お持ちの方)	休日診療所 (保健センター内) ☎35-3175
歯科診療	日曜日に歯が痛くなった方 小児のフッ素塗布希望の方	6日(日)・13日(日)・20日(日)・27日(日)	8:30～11:30		

- 休日・夜間などの急病の場合、受診できる医療機関を知りたいときは高山地域救急医療情報センターまで電話してください(☎34-3799)
- 市民は、看護師や医師などに24時間365日、電話で医療相談ができます(通話料・相談料無料、携帯電話使用可)(☎0120-54-7830)

毎月19日は食育の日です
家族や仲間と楽しく食卓を囲みましょう

2022.11



「血糖値が高い」と言われた方へ 糖尿病学習会を開催します！

成人の約5人に1人は糖尿病もしくは予備群と言われています。発症の原因を知り、深刻な合併症が起る前に早めに予防することが大切です。

対象 健診などで、「糖尿病の可能性がある」「糖尿病予備群」など、糖に関する指摘を受けたことがある市内在住者

日時 ①11月16日(水) 午後6時30分～8時30分
②11月17日(木) 午前9時30分～11時30分

場所 保健センター(花岡町2)

定員 15人

申込み 11月11日(金)までにTEL

問合せ 健康推進課 ☎35-3160

11月14日(月)は「世界糖尿病デー」です。市役所を糖尿病予防運動のシンボルカラーである青色でライトアップしています。



風しん抗体検査を受けましょう

生まれてくる赤ちゃんを社会全体で守るため、風しんの抗体検査を受けましょう。検査の結果、十分な量の風しん抗体がない方は、無料で風しん予防接種を受けることができます。

対象 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性

※平成31年(令和元年)以降に抗体検査や予防接種を受けた方は再度受ける必要はありません。

申込み 職場などでの健康診断時や登録医療機関へ申し出

持ち物

①市から送付しているクーポン券
②運転免許証などの本人確認書類

問合せ 健康推進課 ☎35-3160



残りわずかです！ がん検診(集団検診)

今年度のがん検診は12月中旬までの予定です。今年度の未受診者には、日程の案内をしますのでご連絡ください。

問合せ 健康推進課 ☎35-3160

喀痰細胞診検査 (痰による肺がんの検査)

喀痰検査は肺がんの早期発見のため胸部レントゲン検査とともに有効な検査です。

対象 50歳以上で次のいずれかに該当する市民

①喫煙指数(1日本数×年数)が600以上

②6カ月以内に咳や痰が増えた

検査内容 起床時の痰を3日間容器に採取します。

※痰の出ない方は検査ができません。

容器受渡日 11月21日(月)、25日(金)の午前9時～10時

容器受渡日 12月6日(火)、7日(水)、8日(木)の午前9時～正午

場所 市保健センター(花岡町2)

料金 520円(70歳以上は310円、生活保護世帯は無料)

申込み 11月11日(金)までにTEL

問合せ 健康推進課 ☎35-3160

犬の飼い主の皆さん 狂犬病予防注射はお済みですか

狂犬病は、人と動物に共有する感染症で、発症するとほぼ100%死に至る恐ろしい病気です。狂犬病の発症を予防し、まん延を予防・撲滅

するため、毎年1回狂犬病予防注射を受けましょう。

なお、愛犬が病気などで狂犬病予防注射の実施が困難な場合は、動物病院にご相談ください。

また、愛犬の死亡、飼い主や住所などに変更がある場合は、連絡をお願いします。

◎愛犬はマナーを守って飼いましょう。

◎フンの後始末を必ずしましょう。

問合せ 健康推進課 ☎35-3160

かかりつけ医をもちましょう

厚生労働省では、「初期の治療は身近なかかりつけ医(医院・診療所)で、高度・専門医療は病院で」という医療機関の正しい利用を呼びかけています。

「かかりつけ医」とは、日常的な診療のほか、健康管理などの相談ができる身近な医師です。

かかりつけ医の紹介状なしで200床以上の病院を受診した場合などに、医療費とは別に「選定療養費」を徴収(種類や金額は、病院によって異なります)されることがあります。

かかりつけ医をもち、自分自身の健康と地域の医療を守っていきましょう。

問合せ 医療課 ☎35-3177



環境問題を自分事として捉えて 実行してみませんか？ ～グリーンライフin飛驒～

グリーンライフin飛驒加盟店一覧(10月18日現在)

事業者	環境配慮行動
ウシマル電器・活エネ ギアカデミー	生ごみ堆肥化装置購入
お食事処「みかど」・ Café&Rest Room335・ 銀風・銀風亭	マイ箸持参、持参容 器でのテイクアウト など
斐太ザーゼ(有)	環境配慮商品の購入、 修理の発注
あいいるパン工房・ 八光苑	容器持参
ソフトランドリー白馬館 各店舗	ハンガーの返却・環境配 慮クリーニングの注文
表具師 坂上加麗堂	飛驒河合産の山中和紙 使用の障子張り替え
パックパックス	紙製水切り袋、100% 再生紙の紙袋を購入
市職員互助会購買部	消費期限間近の食品 購入、割り箸の辞退

※発行ポイント数は加盟店によって異な
ります。詳細はグリーンライフin飛驒
HP(QR)をご覧ください。



② 集団資源回収の実施

対象 イベント参加者

↓1人100ポイント

① 市などが主催のSDGs関連
イベントへの参加(クリーン
作戦やフードドライブなど)

↓1団体あたり資源回収奨
励金の約20%のポイント

SDGsの目標達成につな
がる環境配慮行動を行った市
民などに対して次のポイント
を提供します(1ポイント＝
1円)

対象

資源回収団体(小・中学
校PTA、保育園・幼
稚園保護者会など)

※現在、市以外でグリーン
ライフin飛驒に参加して
いる事業者は左表のと
おりです

問合せ

生活環境課

☎35-33138

市では、環境省のグリーンライフ・ポイント事業「グリー
ンライフin飛驒(主催・飛驒信用組合)」に参加し、皆さん
が行う環境配慮行動に対して、地域通貨ポイントを提供し
ます。これは、ごみ減量化や温室効果ガス削減の意識向上
につなげるとともに、環境配慮行動を自分事
として実践する市民などを増やし、SDGs
の目標達成や市内経済の活性化に資すること
を目的に実施するものです。



シリーズ Q 消防

火の用心！ あなたの大切な命や財産を守るために

高山消防署では、音声によ
る緊急通報が困難な方が、ス
マートフォンなどから簡単に
通報できる「Net119緊急
通報システム」を導入して
います。

利用には、登録が
必要ですので、希望
者は、市HP(QR)から登録を
お願いします。
なお、登録方法などに不安
がある方は、お気軽にお問
合わせください。

☎32-0119

問合せ 指令課



緊急通報システム「Net119緊急通報システム」 をご利用ください

④ コンセントはほこりを清掃

問合せ 予防課 ☎32-3027

③ コンロを使うときは、火の
そばを離れない

⑥ 防火防災訓練などの参加に
より地域ぐるみの防火対策
を実施

② ストープの周りに燃えやす
いものを置かない

⑤ 事前に避難経路や避難方法
を確認・検討

① 寝たばこは絶対にさせな
い、しない

④ 消火器などの設置を検討

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② 住宅用火災警報器は10年を
目安に交換

② ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① 寝たばこは絶対にさせな
い、しない

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② ストープの周りに燃えやす
いものを置かない

⑤ 事前に避難経路や避難方法
を確認・検討

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② 住宅用火災警報器は10年を
目安に交換

② ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① 寝たばこは絶対にさせな
い、しない

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② ストープの周りに燃えやす
いものを置かない

⑤ 事前に避難経路や避難方法
を確認・検討

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② 住宅用火災警報器は10年を
目安に交換

② ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① 寝たばこは絶対にさせな
い、しない

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② ストープの周りに燃えやす
いものを置かない

⑤ 事前に避難経路や避難方法
を確認・検討

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② 住宅用火災警報器は10年を
目安に交換

② ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① 寝たばこは絶対にさせな
い、しない

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② ストープの周りに燃えやす
いものを置かない

⑤ 事前に避難経路や避難方法
を確認・検討

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② 住宅用火災警報器は10年を
目安に交換

② ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① 寝たばこは絶対にさせな
い、しない

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② ストープの周りに燃えやす
いものを置かない

⑤ 事前に避難経路や避難方法
を確認・検討

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

② 住宅用火災警報器は10年を
目安に交換

② ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

① ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

シリーズごみ・消防

秋の全国火災予防運動 全国統一標語 お出かけはマスク戸締り火の用心

実施期間 11月9日(水)～15日(火)

し、不必要なプラグは抜く

いのちを守る6つの対策

① ストープやコンロなどは安
全装置の付いた機器を使用

② 住宅用火災警報器は10年を
目安に交換

③ 寝具やカーテンなどは防災
品を使用

④ 消火器などの設置を検討

⑤ 事前に避難経路や避難方法
を確認・検討

⑥ 防火防災訓練などの参加に
より地域ぐるみの防火対策
を実施



ごみ分別アプリ「さんあ〜る」をご利用ください。



イベント・講座

荒城農業体験交流館体験教室

対象 市内在住・在勤者
場所 荒城農業体験交流館(国府町八日町)

申込み 各教室の期限までにTEL・FAX
 (定員を超えた場合は抽選)

期限 11月11日(金)
問合せ 荒城農業体験交流館
 ☎72-1066 FAX72-1067

◆**シルエットアート教室**
 切り絵に着色するクラフトアートです。

期日 11月17日(木)
時間 ①午後1時～3時
 ②午後7時～9時
定員 各9人 **参加料** 1,100円

◆**お菓子づくり教室**
 アップルパイを作ります。

期日 11月24日(木)
時間 午後1時～3時30分
定員 6人 **参加料** 1,800円

◆**筆ペン文字アート教室(己書幸座)**
 筆ペンで絵を描くように文字を描く書です。

期日 11月18日(金)
時間 午前10時～11時30分
定員 8人 **参加料** 300円

飛驒の里11月の行事

場所 飛驒の里(上岡本町1)

入場料 市民は無料

問合せ 飛驒の里 ☎34-4711

◆**合掌家屋の放水訓練**
 合掌家屋を水のベールで覆うドレンチャーや放水銃による延焼防止訓練などを行います。

※新型コロナウイルス感染防止のため、規模を縮小して行います

期日 11月5日(土)
時間 午後1時30分より約30分

◆**菜洗い・つけもの漬けの実演**
 飛驒の里内の畑で採れた赤かぶや白菜などの野菜を、里内に流れる谷水で洗い、漬物を漬けます。

期日 11月20日(日)
時間 ①菜洗い 午前10時～11時
 ②西岡家横の小川にて

「つけもの漬け」
 午前10時～正午 前田家にて

第39回家族スナップ写真展

第31回家庭の日図画・ポスター展

青少年の健全な育成と明るい家庭づくりを題材とした、写真・図画・ポスターを展示します。

◆展示会

期日 12月2日(金)～4日(日)
時間 午前9時～午後5時

場所 市民文化会館(昭和町1)
 最終日は午後3時まで

※表彰式は12月4日(日)午後3時

◆巡回展示

丹生川支所

12月7日(水)～20日(火)

莊川支所

12月22日(木)～令和5年1月12日(木)

朝日支所

令和5年1月16日(月)～26日(木)

問合せ 生涯学習課 ☎35-3155

企業向けセミナー「従業員にとって魅力ある事業所を目指して」

「子育てへの配慮」「働きやすい職場環境」をテーマにしたセミナーです。「従業員のモチベーションアップ」や「働きがい」につながるような内容です。

講師 県よろず支援拠点コーディネーター・大塚晋平さん(特定社会保険労務士)

対象 市内中小企業の経営者・人事担当者など

期日 11月18日(金)
時間 午後1時30分～3時

定員 20人

場所 201・202会議室(本庁2階)

参加料 無料

申込み 11月17日(木)までにHP・QR

問合せ 雇用・産業創出課
 広報ID・1017247
 ☎35-3182



子ども大学たかやま

ウィンターワーク2022冬

参加体験型ワークショップを通して、自然環境などについて学びます。

内容 ①葉っぱを使ったオリジナルのカラフルしおり作り ②古代の楽器、「土笛を作ろう」

③薪割り、炭焼き体験と炭火団子焼き ④こども食堂のカラー ⑤葉っぱのフレディ読み聞かせ&食育クイズ

期日 12月3日(土)
時間 午前9時～午後3時

定員 45人(先着順)

場所 活エネルギーアカデミー事務局木の駅・風土記の丘学習センター(赤保木町)

参加料 500円(材料費。薪割り、炭焼き体験のお礼として500円エネポ贈呈)

申込み 11月11日(金)～17日(木)にQR

問合せ NPO法人活エネルギーアカデミー事務局
 ☎info@enepo-takayama.com



MAIL メール HP ホームページ FAX ファクス TEL 電話 **ハガキ** **ハガキ** ハガキ・往復ハガキ 郵送 郵送QR QRコード MAIL FAX **ハガキ** **ハガキ** で申し込む場合は、講座名・住所・氏名・電話番号を明記
広報ID・・・市HPにある「広報ID検索」欄に入力すると、該当のページを表示します県プロフェッショナル人材
戦略セミナー

DX化を進める一つの手段として、社内人材の見直しがあります。戦略人事を実現させるための方法を解りやすく解説します。

講師 パールホールディングス(株)

地方創生担当部長・市野喜久さん

対象 県内の経営者・人事担当者

期日 11月29日(火)

時間 午後1時30分～4時30分

定員 50人

場所 市民ホール(本庁地下)

参加料 無料

申込み 11月7日(月)までにTEL

問合せ

県プロフェッショナル人材戦略拠点
058-278-11096県若者サポートステーション
保護者勉強会

サポートステーションの支援内容や、就職までの流れを、事例を交えてお話しします。

講師 県若者サポートステーション

国家資格キャリアコンサルタント

澤谷 美津枝さん

期日 12月3日(土)

時間 午後1時30分～5時

定員 セミナー20人、個別面談2組

場所 201・202会議室(本庁2階)

参加料 無料

申込み 11月30日(水)午後5時までにTEL

問合せ 県若者サポートステーション

飛騨高山サテライト
35-4770繋がるキャンパス
第4回飛騨高山学会

飛騨地域で調査研究を行った大学関係者などが、その成果の発表を行います。

期日 12月10日(土)、11日(日)

時間 両日午後1時30分～5時30分(予定)

参加料 無料

場所 世界生活文化センター(千島町)

申込み 12月9日(金)までにTEL・FAX・MAIL

問合せ 飛騨高山大学連携センター

57-53366 FAX 57-53377

hidatakayama@renkei-center.jp

詳細はQRコードからご覧ください。

PTA連合会研修大会「不登校」から考える学びの多様性

不登校のお子さんのための居場所と学び場として「そら風スクール」を開設した片野晶子さんを講師に迎え、事前収録した講演会をオンラインで限定配信します。

内容 ①講演会「子どもも大人も幸せに生きる」/講師・片野晶子さん(NPO法人「風の時代」の学校理事長)

②PTA功労者表彰式

配信期間 11月20日(日)～30日(水)

申込み 不要(QRからご視聴ください)

問合せ PTA連合会事務局

34-7108

34-7108

34-7108

34-7108

防災スタンプリー
「楽しく学ぶ!防災楽集会」

災害時に必要な「スキル」や「知恵」を、楽しく学びながら身につけてもらうための防災訓練を行います。

対象 市民

内容 ①「防災レスキューゲーム」

②災害をテーマにした「大型紙芝居」「人形劇」

③「防災食を食べてみよう」

④「アレルギーと防災」講演会

*防災に役立つ参加賞があります

期日 11月20日(日)

時間 午前9時30分～午後2時

※申込み不要

場所 江名子小学校(江名子町)

江名子校区まちづくり協議会

34-7253

みなみふれあい文化祭

対象 市民

内容 ①芸能公演 ②リサイクルバザー ③高山工業高校生による

工作教室 ④中学校の活動紹介

⑤グラウンドにキッチンカー来

場 ⑥お楽しみ抽選会 ⑦ス

ポーツ交流会 ⑧作品展示

*駐車場あり

期日 11月6日(日)

時間 午前11時～午後3時

※申込み不要

場所 南小学校(岡本町1)

みなみまちづくり協議会

34-0114

応急手当講習会

新型コロナウイルス感染症に対応した心肺蘇生法やAED使用方法の講習会です。

*事前にeラーニングの受講が必要です。

対象 中学生以上

期日 11月18日(金)

時間 午後7時～9時

定員 20人程度(先着順)

場所 消防署(桐生町3)

申込み 11月16日(水)までにTEL・QR

問合せ 丹生川出張所 78-3119

ツナガルCafe

ひきこもりなどの悩みを抱える人や家族などが、気軽に交流できる場です(参加無料)。

期日 11月13日(日)

時間 午前10時～正午

申込み 11月11日(金)までにTEL・MAIL

場所 総合福祉センター(昭和町2)

ツナガルCafe実行委員会

32-8736

prism@hida-jikoukai.or.jp



合同会社説明会

シルバー人材センター連合会では、就職希望者のために約10社の企業を集め、会社説明会を開催します。お気軽にご参加ください。

対象 市内在住の55歳以上の就職希望者

期日 11月16日(水)

時間 午後1時30分～3時30分

場所 市民文化会館(昭和町1)

定員 100人

申込み 11月15日(火)までにTEL

問合せ 生涯現役事務局

☎0581215151



まちの博物館常設展

「嶺派の流れⅡ 近代飛騨画壇の萌芽―右嶺と雲嶺―」

郷土の画家である垣内右嶺と、その息子の雲嶺を取り上げ、美術作品や関係資料を展示します。

期間 11月3日(木・祝)～

時間 午前9時～午後7時

場所 まちの博物館(上二之町)

入館料 無料

問合せ まちの博物館 ☎321205

無料スマホ教室

やさしいオンライン申請
スマートフォン講習会

「行かなくてもよい市役所」の実現「人にやさしいデジタル化」に向けた取り組みを進めています。その一環として、各地域での無料講習会を開催します。端末をお持ちでない方には貸し出しできます。

日時・場所 下記表のとおり

定員 各回15人

申込み 事前にTEL・QR

(応募者多数の場合は抽選)

次の2店舗でもマイナポ
イント申請などをサポート
します。



◆auショップ高山(上岡本町3)

日時 11月の毎週(火)・(木)

時間 午前11時～正午

定員 各回5人

申込み 事前にTEL・QR

問合せ auショップ高山

☎08007000306

◆ドコモショップリバーサイド高山店

(国府町広瀬町)

日時 11月1日(火)、5日(土)、12日(土)、22日(火)、27日(日)

時間 いずれも午前10時30分～11時30分

定員 各回4人

申込み 事前にTEL・QR

問合せ ドコモショップリバーサイド高山店

☎01207661272

日付	時間	会場	概要	申込期限	問合せ・申込先	TEL
11/8(火)	10:00～11:30	上宝支所 大会議室	「入門編」 スマホを楽しく安全に 利用していくための 正しい使い方や 知識を身につけます	11/2(水) 17時	上宝支所 地域振興課	0578-86-2111
	15:00～16:30	奥飛騨総合文化センター			行政経営課	35-3040
11/10(木)	10:00～11:30	本庁 3階 行政委員会室		11/7(月) 17時	国府支所 地域振興課	72-3111
	15:00～16:30	国府支所 多目的室A			清見支所 地域振興課	68-2211
11/15(火)	10:00～11:30	清見支所 1-1		11/10(木) 17時	一之宮支所 地域振興課	53-2211
	15:00～16:30	一之宮支所 大会議室			丹生川支所 地域振興課	78-1111
11/16(水)	10:00～11:30	丹生川支所 3-3	「基本編」 ネット検索、音声検 索などを学びます	11/11(金) 17時	行政経営課	35-3040
	15:00～16:30	本庁 3階 行政委員会室				

※ 荘川、久々野、朝日、高根支所、および本庁3回目「応用編」は令和5年2月中旬に開催予定のため、改めてお知らせします

飛騨ブランド物産展

「メイド・バイ飛騨高山認証」をはじめ、飛騨市、下呂市、白川村のそれぞれの認証を受けた地場産品などの展示と販売をします。

また、飛騨の家具® アウトレット市も開催します。

期日 11月19日(土)、20日(日)

時間 午前10時～午後4時

場所 飛騨・世界生活文化センター

問合せ 飛騨・世界生活文化センター (千島町)

☎3716111

太極拳教室

日時 11月4日(金) 午後1時30分～

場所 総合福祉センター(昭和町2)

日時 11月7日(月) 午後7時30分～

場所 北小学校第二体育館 桐生町2

持ち物 運動できる服装、底の低い靴、飲み物

※ 申込不要、参加無料

問合せ 太極拳協会 ☎3319196

11月のこよみ

1日(火)	市表彰式
5日(土)	資源リサイクル回収(花里小PTA、丹生川中PTA)
12日(土)	資源リサイクル回収(宮小中PTA合同、清見小中PTA合同、久々野リサイクル)

《12月の予定》

27日(火)	市内小中学校冬休み開始
28日(水)	官公庁事務納め



information

MAIL メール HP ホームページ FAX ファクス TEL 電話 ハガキ 往復ハガキ 郵便 郵送

QR QRコード MAIL FAX ハガキ 往復ハガキ で申し込み場合は、講座名・住所・氏名・電話番号を明記
広報ID・・・市HPにある「広報ID検索」欄に入力すると、該当のページを表示します

「女らしくなく、男らしくなく、自分らしく生きる」講演会

落語家であり、僧侶でもある露の団姫さんが、楽しく軽快な語り口で自分らしくなる秘訣を伝授します。

日時 11月28日(月)

午後7時～8時30分

場所 市民文化会館(昭和町1)

定員 400人

申込み 事前にQR、TEL、HP

問合せ 生涯学習課

☎35-31155



募集

自衛官募集

応募資格・受付期間・試験日などの詳細は、HPをご覧ください。

募集種目

①陸上自衛隊高等工科学
校生徒(推薦・一般)

②自衛官候補生

問合せ 自衛隊高山出張所

(合同庁舎)
☎32-30028



市営墓地使用者募集

◆募集する墓地

*宗猷寺墓地(12区画) *法華寺
墓地(3区画) *素玄寺墓地(13区画)

*大雄寺墓地(3区画) *雲龍寺墓地
(1区画) *大隆寺墓地(1区画) *

城山墓地(1区画) *北ヶ洞墓地(9
区画) *宇津江墓地(88区画)

※申込みは1世帯につき1区画

永代使用料 3万円/㎡

※宇津江墓地のみ維持管理費が1
区画あたり年470円必要

申込み

11月18日(金)までに、申請書、
誓約書、住民票を契約管財
課(本庁4階)または国府支
所に提出

抽選会

11月24日(木)午前10時～
中会議室(本庁4階)

問合せ

契約管財課 ☎35-3135

リフォーム製品フェア

「100円均一」「300円均一」そ
の他の3分類ごとに、リフォーム製
品の抽選販売をします。

また、「おもちゃ病院」提供のおも
ちゃは無償です。

応募資格

市民(1人各分類1点まで)

期間

11月14日(月)～20日(日)

時間

午前8時30分～午後4時

抽選

※最終日は正午まで
資源リサイクルセンター(三福寺)

場所

資源リサイクルセンター(三福寺)

11月20日(日) 午後1時

当選者には電話連絡するほか、
市HPに当選者の整理番号を掲載。

問合せ

資源リサイクルセンター
☎35-1244

11月の献血

400ml献血限定です。ご協力を
お願いします。

◆11月10日(木)

*高山警察署(大新町5)
午前9時～11時30分

◆11月11日(金)

*日進木工株式会社(桐生町7)
午前9時～11時30分

*ルビットタウン高山(岡本町3)
午後1時30分～4時

◆11月17日(木)

*飛騨総合庁舎(上岡本町7)
午前9時～正午

*飛騨信用組合 本店(花岡町1)
午後2時～4時30分

◆11月18日(金)

*市役所(花岡町2)
午前9時～正午、午後1時30分～4時

お知らせ

全国一斉情報伝達試験

消防庁による『全国一斉情報伝達試
験』の実施により、11月16日(水)に防
災行政無線や受信機(防災ラジオな
ど)から試験放送が流れます。

災害に備えた情報伝達試験の実施
に、ご理解とご協力をお願いします。

日時

11月16日(水) 午前11時

内容

「これはJアラートのテストです」
「こちらは広報たかやまです」

問合せ

危機管理課 ☎35-3345

大規模開発構想届の縦覧

高山市美しい景観と潤いのあるま
ちづくり条例に基づき、大規模開発
事業の構想届出書の縦覧を行います。

縦覧期間

11月15日(火)まで

縦覧場所

建築住宅課(本庁3階)

意見書提出期限

11月22日(火)

◆(仮称)ホンダカーズ飛騨高山昭和
店新築工事

開発事業者

河上車輛(株)

代表取締役 河上 正彦

内容

店舗および工場の新築

場所

昭和町三丁目72外22筆

延べ床面積

1,501.83㎡

県最低賃金が改正

10月1日から、県の最低賃金が1
時間あたり910円になりました
(30円UP)。年齢に関係なく、パ
ートや学生アルバイトなどすべての
労働者に適用されます。雇用主も労働
者も、賃金額が適正か必ず確認しま
しょう。

問合せ

労働局賃金室
☎058-245-8104

ねんきんネットを ご活用ください

『ねんきんネット』で自身の年金
記録を確認して、将来の生活設計に
ついて考えてみませんか。詳細は、
日本年金機構HPをご覧ください。

利用機能

①将来の年金見込み額の試
算 ②電子版「ねんきん定期
便」の閲覧 ③受給に関する
各種通知書の確認など

利用方法

①マイナポータルからログ
イン ②日本年金機構HPか
らログイン

問合せ

ねんきん定期便・ねんきん
ネット等専用ダイヤル

☎0570-0588-555

https://www.nenkin.go.jp/n_net/

2022.11

全国一斉『女性の権利ホットライン』強化週間

夫・パートナーからの暴力や、職場でのセクシュアルハラスメント・ストーカー行為など、女性をめぐる人権問題について電話相談を受け付けます。相談は無料、秘密は厳守します。

期間 11月18日(金)～24日(木)

平日 午前8時30分～午後7時
 土日 午前10時～午後5時

相談担当 人権擁護委員・法務局職員

問合せ 地方法務局人権擁護課

☎058-245-6644

* ☎でも人権相談を受け付けています。



土地家屋調査士無料相談会

土地の境界、土地・建物登記に関するお悩みを、専門家に無料で相談できます。

期日 11月26日(土)

時間 午後1時～4時

場所 行政委員会室(本庁3階)

定員 6組(1組30分)

申込み 事前に☎

問合せ 県土地家屋調査士会事務局

☎058-242-0033

不正軽油110番窓口について

「不正軽油」とは、主に灯油や重油を混ぜて軽油と称して流通しているものです。不正軽油は悪質な脱税行為です。次のような情報があれば「不正軽油110番」までお知らせください。

* トロフクの燃料に灯油や重油を使用
 * 安い軽油を売り込みに来た
 * 不審なタンクローリーが出入りする
 飛騨県税事務所
 ☎33-11111

☎c21308@pref.gifu.lg.jp

歳末たすけあい義援金を配分

在宅生活者で所得が少ない世帯を対象とし、義援金を配分します。

対象 ①障がい児・者(を含む)世帯
 ②ひとり親世帯
 ③高齢者のみの世帯ほか

* 生活保護世帯は対象外

* それぞれの区分で要件があります

申込み 11月30日(水)までに窓口

問合せ 社会福祉協議会

☎35-0294

事業主の皆さんへ：

一人でも雇ったら労働保険加入手続きが必要です

労働保険とは、労災保険と雇用保険の総称です。

臨時・アルバイトであっても、雇用した労働者はすべて労災保険の対象です。また、一週間の所定労働時間が20時間以上で、かつ雇用見込みが31日以上ある場合は、雇用保険に加入しなければなりません。

加入手続きを行っていない事業主の方は、すぐに手続きをお願いします。

問合せ 岐阜労働局 労働保険徴収室
 ☎058-245-8115

新型コロナワクチン接種関連情報

問合せ 健康推進課 ☎37-5300

■ オミクロン株対応ワクチンによる追加接種

【対象者と接種間隔】 1・2回目接種を完了しており、最終接種日から3ヵ月が経過した12歳以上の方(接種回数は1人1回)※最終接種日からの間隔が3ヵ月に短縮されました(10月21日現在)

【使用ワクチン】 オミクロン株対応2価ワクチン(ファイザー社、武田/モデルナ社)
 ※12～17歳の方はファイザー社ワクチンのみ接種可能です

【接種券の送付】 接種可能な時期に郵送します。

※3・4回目の接種券をお持ちで未接種の方はお持ちの接種券をご利用ください

※最終の接種をした後に転入した場合や、海外で接種した場合は申請が必要ですので、健康推進課(☎37-5300)へお問い合わせください

【接種方法・予約】 接種券に同封する案内チラシをご確認ください。

■ 1・2回目の接種がお済みでない方へ

市保健センター(花岡町2)で集団接種を実施します。

12歳以上

使用ワクチン：ファイザー社(従来型)

予約受付：コールセンター(☎57-8886)

接種日の2日前の17：00までに申し込みください

小児(5～11歳)

使用ワクチン：ファイザー社(小児用)

予約受付：オンライン、コールセンター(☎57-8886)

接種日の2日前の17：00までに申し込みください。

1回目	2回目 (自動予約)	受付時間	受付枠
11月5日(土)	11月26日(土)	1回目 15:45 2回目 14:45	25
12月3日(土)	12月24日(土)	14:30	25

1回目	2回目 (自動予約)	受付時間	受付枠
11月5日(土)	11月26日(土)	13:30～14:30	75
12月3日(土)	12月24日(土)	13:30～14:00	25

新型コロナワクチン接種に関する情報は、市HPで確認できます



麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動(～11月30日)
 「ダメ。ゼッタイ。」は薬物乱用防止の合言葉

11月の無料相談カレンダー



相談の種類	内 容	相談の種類	内 容
① なんでも	不動産問題や相続、税金、労働問題などについて弁護士や税理士、司法書士に相談	⑦ 空 き 家	空き家の相続や売買、解体、活用などに関する悩み事について専門家に相談
② 福 祉	介護や福祉に関することについての相談	⑧ 不 動 産	不動産に関する悩み事について宅地建物取引士に相談
③ 弁 護 士	弁護士による法律相談	⑨ 行 政	行政機関に対するご意見や要望を相談
④ 司 法 書 士	司法書士による法律相談	⑩ 働 き 方 改 革	事業者向けの働き方改革に関する各種相談
⑤ 犯 罪 被 害	犯罪や交通事故の被害者やそのご家族を対象とした相談	⑪ 創 業 ・ 事業承継	商工会議所や商工会の経営支援員に相談
⑥ 人 権	人権について、人権擁護委員に相談	⑫ 仕 事	就職について、ハローワーク高山の相談員に相談
		⑬ 結 婚	結婚について、専門の結婚相談員に相談

※一部の相談については、12月初旬の日時を掲載しています

	相談内容	予約	地 区	日	時	場 所	問合・その他
①	なんでも	要※	—	19日(土)	9:00～12:00	飛驒地区労働者福祉会館(名田町5)	県労働者福祉協議会飛驒支部 ☎57-7211 ※申込みは14日(月)9:00から
②	福 祉	不要	—	平日常設	8:30～17:15	市役所(花岡町2)	福祉サービス総合相談支援センター ☎35-3002
③	弁 護 士	要※	—	15日(火)	13:00～16:00	市役所(花岡町2)	福祉課 ☎ 35-3139 ※申込みは4日(金)まで
④	司法書士	要※	—	19日(土)	13:00～16:00	市民文化会館(昭和町1)	県事務局 ☎058-248-1715 ※申込みは17日(木)まで 13:00～16:00
⑤	犯罪被害	不要	—	24日(木)	11:00～15:00	市役所(花岡町2)	ぎふ犯罪被害者支援センター ☎0120-968-783
⑥	人 権	不要	荘川	12月1日(木)	10:00～12:00	荘川福祉センター(荘川町新淵)	生涯学習課 ☎35-3155
			一之宮		13:00～16:00	飛驒位山文化交流館(一之宮町)	
			朝日		15:30～17:30	燦燦朝日館(朝日町万石)	
			丹生川	12月2日(金)	13:00～16:00	丹生川支所(丹生川町坊方)	
⑦	空 き 家	要	—	29日(火)	10:00～16:00	市役所(花岡町2)	建築住宅課 ☎35-3176
⑧	不 動 産	要	—	8日(火)	13:00～15:00	宅建協会飛驒支部事務所(昭和町2)	県宅地建物取引業協会飛驒支部 ☎36-1396
⑨	行 政	不要	高山	2日(水)、16日(水)	13:00～16:00	総合福祉センター(昭和町2)	総務課 ☎35-3133
			朝日	12月1日(木)	15:30～17:30	燦燦朝日館(朝日町万石)	
⑩	働 き 方 改 革	要※	高山	10日(木)	13:30～16:00	ハローワーク高山(昭和町2)	ぎふ働き方改革推進支援センター ☎0120-226-311 ※申込みは高山は3日(木・祝)、 一之宮は8日(火)まで
			一之宮	15日(火)		一之宮支所(一之宮町)	
⑪	創 業 ・ 事業承継	要※	—	14日(月)	14:00～17:00	市役所(花岡町2)	雇用・産業創出課 ☎35-3182 ※申込みは7日(月)まで
⑫	仕 事	不要	高山	平日常設	8:30～17:15	市役所ワークサロンたかやま (本庁2階)	ハローワーク高山 ☎32-1144 高根地域予約先 高根支所 ☎ 59-2211 ※申込みは16日(火)まで
			国府	2日(水)、16日(水)	13:00～15:00	こくふ交流センター(国府町広瀬町)	
			清見	4日(金)		きよみ館(清見町三日町)	
			丹生川	7日(月)		丹生川支所(丹生川町坊方)	
			一之宮	10日(木)		一之宮支所(一之宮町)	
			久々野	11日(金)		虹流館くぐの(久々野町無数河)	
			朝日	17日(木)		燦燦朝日館(朝日町万石)	
		要※	高根	18日(金)		高根支所(高根町上ヶ洞)	
		不要	上宝・ 奥飛驒温泉郷	24日(木)	上宝支所(上宝町本郷)		
			荘川	25日(金)	荘川総合センター(荘川町新淵)		
⑬	結 婚		不要	高山	1日(火)	12:30～15:30	総合福祉センター(昭和町2) リチェネット結婚サポートセンター (市結婚相談所委託先) ☎0576-52-2022 ※予約は開催日の一週間前まで ※受付時間などの詳細は、HP (QR)をご覧ください。
		8日(火)、15日(火)、 22日(火)、29日(火)			17:00～20:00	こくふ交流センター(国府町広瀬町)	
		要※	国府・上宝・ 丹生川	8日(火)		荘川総合センター(荘川町新淵)	
			荘川・一之宮・ 清見	15日(火)		燦燦朝日館(朝日町万石)	
			朝日・高根・ 久々野	22日(火)			



今号でお知らせしている各種催しなどについては、新型コロナウイルス感染症予防のため、中止・延期または内容が変更となる場合があります。



カメラレポート



10/2 高山市総合防災訓練

震度7の地震が発生した想定で、防災訓練が行われました。消防による崩壊した建物からの被災者救出訓練や、体育館での避難所運営訓練など、災害への備えについて再確認しました。



10/2 地域を守る砂防施設を見学

奥飛驒の砂防や地域振興施設を巡る「飛驒の砂守ツアー(ジオコース)」が開催されました。普段は行けない砂防施設などを視察し、土砂災害から地域を守る砂防事業について理解を深めました。



10/9 越前市・友好都市提携40周年記念式典

福井県越前市との友好都市提携40周年を記念して、山田賢一越前市長を始めとする関係者が来高し、記念式典を開催しました。越前市から、記念品として「組子のランプ」が贈呈されました。



10/10 平塚市・友好都市提携40周年記念式典

神奈川県平塚市との友好都市提携40周年を記念して、落合克宏平塚市長を始めとする関係者が来高し、記念式典を開催しました。平塚市から、記念品として両市の観光名所などを描いた絵が贈呈されました。



10/11 地域活性化を目指した協定を締結

市は、地域の活性化と産業の振興を図るため相互に協力し地域社会の発展に寄与することを目的に「よい仕事おこしフェア実行委員会(城南信用金庫・高山信用金庫)」と包括的連携協定を締結しました。



10/18 姉妹都市・デンバー市から訪問団が来高

デンバー市から12名が高山を訪れ、市長面談を行いました。
3年ぶりに高山を訪れた訪問団は市内観光や着物着付体験、茶道体験などを楽しみました。



電力・ガス・食料品等価格高騰 緊急支援給付金



— 住民税非課税世帯などに1世帯あたり5万円 —

【対象世帯】

住民税非課税世帯や、予期せず家計が急変した世帯に対し、1世帯あたり5万円を助成します。

①基準日(令和4年9月30日)に、世帯全員の令和4

年度分の住民税均等割が非課税である世帯(市民税非課税世帯)

②予期せず家計が急変し、①の世帯と同様の事情にあると認められる家計急変世帯(下記参照)

※①・②ともに住民税が課税されている親族などの扶養になっている方のみの世帯は除く

【給付額】

1世帯あたり5万円

【申請方法】

①市民税非課税世帯対象世帯に送付する確認書(11月中旬頃発送予定)に必要事項を記入し郵送

※窓口の混雑を避けるため、郵送による手続きをお願いします

②家計急変世帯

申請書および必要書類を福祉課(本庁1階)、各支所窓

※家計急変世帯には市から案内が送付されないため、ご自身で申請する必要があります

【提出期限】

令和5年1月31日(火)

問合せ

福祉課 ☎35-31139

問合せ

子育て支援課 ☎35-31140

DV被害により避難している方は、早めにご相談ください。



家計急変世帯って?

予期せず令和4年1月～12月までの世帯全員の収入が市民税非課税相当になった世帯を指します

※ 農業など季節性のある事業活動や定年退職など収入の減少があらかじめ明らかであるものは対象になりません

【考え方】

①令和4年1月以降で、収入が減少した任意の1カ月の収入から、年間の収入状況を推定します。

* 収入は、給与、不動産、事業、年金収入を合わせたものです。

任意の1カ月
(令和4年1月以降)の収入

× 12カ月 = 年間収入

②年間の収入状況を右の表にあてはめ、それぞれの基準額を下回る場合は対象になります。

不明な点は福祉課(本庁1階)へご相談ください。

* 障がい者、寡婦、ひとり親世帯で、扶養人数が2人以下の場合は、年間収入額204.3万円、年間所得額135.0万円が基準額になります。

扶養人数	年間収入額	年間所得額
0人	93.0万円	38.0万円
1人	137.8万円	82.8万円
2人	168.0万円	110.8万円
3人	209.7万円	138.8万円
4人	249.7万円	166.8万円