

第35回 三河湾健康マラソン大会

蒲郡を駆け抜ける



2019

3月

No.1199

おまかせ

広報



広報紙をスマートフォンへ配信します

ぼくとわたしの 写真館



山本 理叶^{りと}くん
(水竹町)
平成30年3月生まれ

家族から一言 

ニコニコ笑顔で元気に育ってね!



高橋 蒼汰^{そうた}くん
(三谷町)
平成30年5月生まれ

家族から一言 

待望の長男くん!少し泣き虫だけれど、優しいお姉ちゃんと仲良くすくすく大きくなってね!



郡元 貫太郎^{かんたろう}くん
(竹谷町)
平成30年2月生まれ

家族から一言 

初めて寝返りをしたときの写真。これからたくさん「できた!」を増やしていこうね。成長が楽しみです。

.....  **募 集** 

このコーナーに登場するお子さん(対象：おおむね2歳児以下)を募集します。掲載を希望する方は、秘書広報課(☎66-1145)または市ホームページ「広報がまごおり」からお申し込みください。

目次 Contents

ぼくとわたしの写真館	2
特集	
蒲郡のみかん	3
保健センターに新施設オープン!	4-5
県議会議員一般選挙	6-7
スポーツをしよう!	8-9
高齢者うつをご存知ですか?	10
市民病院もっと耳寄り情報	11
シニアのしんか 生命の海から	12
読む水族館 図書館めくるくん通信	13
保健センターだより	14-15
児童館であそぼう	16
行ってみよう!やってみよう!	17
市民相談	18
お知らせ	19-27
クイズまちがいさがし	28
ふれあい宅配便	29

今月の表紙 三河湾健康マラソン



空気の冷え切った青空の下、三河湾健康マラソンのスタートが切られました。記録を目指す者、完走を目指す者など3,385人のランナーがそれぞれの思いを胸に蒲郡のまちに走り出してきました。ゴールを目指してベストを尽す姿を間近に見て、見習わないといけないと思いました。(ひ)



住宅再生

もう一度、我が家に恋をする。

残すべき面影は丁寧に残し、直すべきところは住みよく変える。
愛着ある我が家をもっと好きになれる、そんなリフォームを目指しています。

小林住建

KOBAYASHI JU-KEN

『木の家専門店』

〒443-0013 蒲郡市大塚町仲野46-1
TEL 0533-59-8085
FAX 0533-59-8084
ホームページは
「蒲郡 小林住建」で検索。

蒲郡の みかん

みかんの栽培が盛んな蒲郡では、露地みかん、温室みかんなどさまざまな品種を組み合わせ、1年通じてみかんを出荷しています。今号では、旬のみかんを中心にみかんの魅力をお届けします。

旬のみかんは？

この時期旬のみかんは、中晩柑のせとかです。農園では、木に大きなせとかがたわわに実っていました。1つずつ大切に育てられたせとかは太陽の光を浴びると、まるで宝石のようにキラキラと輝きます。

皮をむくと、周りには爽やかな香りが広がります。味はとても甘く口に入れるとあっという間にとろけることから、みかんの大口とも呼ばれます。



せとか
清見とアンコールを
交配し、マーコット
を掛け合わせた品種。



みかんの皮アート みかん運びマンに挑戦！

用意するもの

カッター つまようじ

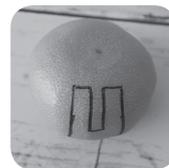


みかん

ペン



みかんに人型の線を描く
(足を短めに書いた方が立ちやすい)



カッターで薄く
切れ込みをいれる



できあがり！

僕たちが
作ったよ



吉見くん 梶浦くん



つまようじを刺して
立てる



人型の上半身が
残るように皮をむく

★みかんの皮を使って、いろいろなみかんの皮アートにチャレンジしてみよう！



新施設オープン!

子育て世代包括支援センターうみのこ

妊娠中や子育て中に「どこに相談したらいいかわからないから相談できなかった」という経験はありませんか? 子育ては荒波のように大変なときもあれば、穏やかな海のようにゆったりとした気分を楽しめるようなときもあります。うみのこは、穏やかな海のような子育てができるよう子育てを応援する総合相談窓口です。



うーみんママ、
のこのこ

誰が・どんな相談ができるの?



妊産婦さん

母子健康手帳交付時に、個別でゆっくり話を聞き、妊娠中の不安や困りごとの相談に応じます。必要なサービスを紹介するなど妊娠中からサポートします。また、妊娠期の乳房ケアや出産後の母乳に関する相談などにも応じます。



子育て中のパパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃん

子育てに関する不安や悩みの相談ができます。「話を聞いてほしい」でも大丈夫です。子育てが大変な時や困った時に話することで、気持ちが楽になります。また、子育てに関する情報も提供します。転入してきて蒲郡のことがわからない方も、気軽に連絡してください。



18歳未満の子ども

友人関係や家族のことなど、自分自身のことについても相談できます。



誰が・どんな対応してくれるの?



相談員 保健師、子育てコンシェルジュ、家庭相談員、助産師、心理相談員
相談方法 窓口での相談のほか、来館することができない場合には、電話・メール・訪問相談も行います。



施設概要

と き 3月26日(火) 午前10時30分～正午
ところ 児童発達支援センターにこりん・
子育て世代包括支援センターうみのこ

ところ 保健医療センター1階
利用日 月～金曜日
(祝・休日、年末年始を除く)
利用時間 午前8時30分～午後5時
電話番号 ☎ 56♦2305



4月1日

保健センターに

児童発達支援センターにこりん



にこちゃん りんくん

児童発達支援センターにこりんは、「友達と関わるのが苦手みたい…」「言葉やからだの発達が気になる…」など成長や発達に少し気かりさがある子どもたちや保護者の方を対象としています。一人ひとりの子どもたちがライフステージに沿って、いきいきと地域で暮らせるように3つの事業を行い、継続的な支援を行います。

受けられる支援

児童発達支援

センターに通園しながら日常生活における基本動作の獲得、人と関わる力や考える力の育成に向けて療育を行います。
対 象 未就学の子ども



保育所等訪問支援

保育園や学校などへ支援員が訪問し、子どもたちの生活のさまざまな場面での困りごとや課題への対応を考え、集団生活への適応のための協力・支援を行います。
対 象 市内在住の18歳未満の子ども



※児童発達支援・保育所等訪問支援の利用には、児童福祉法に基づく受給者証（福祉課で手続きしてください）が必要です。

相談支援

こども相談支援室として、子どもの成長・発達に関する相談や、福祉サービスの利用案内などを行います。必要に応じて、最適な支援を受けられる機関や専門相談につなぎます。また、福祉サービスを利用する際は利用計画を作成し、モニタリング（評価・見直し）を行います。
対 象 市内在住または蒲郡市に転入予定の18歳未満の子どもとその家族 など

施設概要

ところ 保健医療センター3階
利用日 月～金曜日
(祝・休日、年末年始を除く)
利用時間 午前8時30分～午後5時
(児童発達支援は午後4時30分まで)
電話番号 ☎ 56♦2519



施設見学会を
開催します！



県議会議員一般選挙

4月7日(日) 午前7時～午後8時

豊かなまちづくりに、あなたの大切な一票が必要です。
必ず投票に出かけましょう。

選挙管理委員会 ☎ 66♦1155

投票できる方

次に該当し、市の選挙人名簿に登録されている方。
年齢 平成13年4月8日以前に生まれた方（4月7日現在、満18歳以上の方）
住所 平成30年12月28日までに転入届などにより蒲郡市の住民票が作成され、引き続き市内に住所を有している方。
市内で住所変更した方
 3月11日までに市役所に届け出た方は新住所地の投票所、3月12日以降に届け出た方は前住所地の投票所で投票してください。
県内市町村で住所変更した方
 県内市町村から30年12月29日以降に転入届を出した方は転入前住所地で投票します。また、30年12月7日以降に転出届を出し、県内他市町村の選挙人名簿に登録のない方は蒲郡市で投票します。
引き続き県内に住所を有する旨の証明書が必要です。証明書は、県内市町村住民情報担当課で発行できます。また、選挙人名簿に登録のある市町村で引き続き県内に住所を有する旨の確認を受けた上で投票することも可能です。※確認は、選挙人名簿に登録のある市町村で行うことができます。

入場券・選挙公報・投票所

入場券は、告示後（3月29日以降）速やかに各世帯へ郵送します。
 選挙公報は、地区を通じて4月上旬に各世帯へ配布します。※入場券が届かない場合は、選挙管理委員会にお問い合わせください。

投票区	投票所	投票区	投票所
大塚第1	東大塚いこい会館	蒲郡東西北部第4	西部公民館
大塚第2	西大塚区民会館	塩津第1	王子公民館
三谷第1	三谷東保育園	塩津第2	塩津公民館
三谷第2	上区会館	塩津第3	拾石町会館
三谷第3	三谷小学校図工室	塩津第4	鹿島町集会所
三谷第4	三谷水産高校武道場	形原第1	形原八区集会所
蒲郡町部第1	府相保育園	形原第2	中部公民館
蒲郡町部第2	勤労福祉会館	形原第3	形原公民館
蒲郡町部第3	市役所北棟集会室	形原第4	形原小学校体育館
蒲郡町部第4	蒲郡高校東棟普通教室	形原第5	形原南保育園
蒲郡東西北部第1	東部公民館	西浦第1	西浦公民館
蒲郡東西北部第2	ソフィア看護専門学校	西浦第2	知柄会館
蒲郡東西北部第3	北部公民館		

未来をつくる
あなたの一票大切に



その他の投票方法

期日前投票

投票日に次の理由などで投票所に行けない方は、期日前投票ができます。

- ・ 仕事に従事または冠婚葬祭(主宰者およびその親族に限る)の予定がある
- ・ レジャー・旅行などで投票区の区域外に行く予定がある
- ・ 病気・出産などで投票所へ行けない

代理・点字投票

心身の故障などにより自分で投票用紙に記入ができない方は代理投票が、目が不自由なため点字による投票を行いたい方は点字投票ができます。投票所で申し出てください。

郵便などによる不在者投票

身体障害者手帳・戦傷病者手帳・介護保険の被保険者証をお持ちで左表に該当する方は、郵便などによる不在者投票ができます。希望する方は、郵便等投票証明書の交付を受け、4月3日(水)までに行ってください。郵便等投票証明書の交付、投票用紙

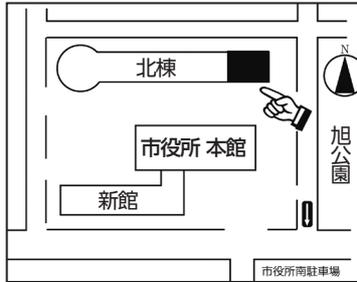
期日前投票

とき 3月30日(土)～4月6日(土)
午前8時30分～午後8時

ところ 市役所北棟集会室

持ち物 入場券(入場券がなくても投票できます。投票所で申し出てください。)

※県内に転出された方は、引き続き県内に住所を有する旨の証明書が必要です。なお、選挙人名簿に登録のある市町村で投票時に申請し確認できる場合、証明書は不要です。



郵便などによる不在者投票対象者

手帳など	区分	等級など
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能の障害	1級または2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害	1級または3級
	免疫機能、肝臓の障害	1級～3級
戦傷病者手帳	両下肢、体幹の障害	特別項症～第2項症
	内臓機能の障害	特別項症～第3項症
介護保険被保険者証	介護状態区分	要介護5

※候補者などの氏名を自分で書くことができる方に限ります。書くことができない方には代理記載制度もあります。

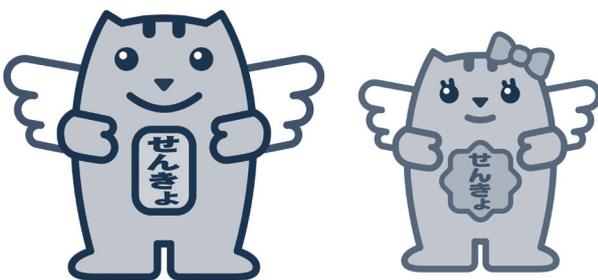
開票

とき 4月7日(日) 午後9時15分～
ところ 市民体育センター 競技場
※投・開票速報は、市ホームページに掲載します。

などの交付請求は選挙管理委員会へご連絡ください。

施設などで行う不在者投票

県選挙管理委員会の指定施設(病院など)に入院・入所の方は、その施設内で不在者投票ができます。施設長に申し出てください。



スポーツをしよう!

学校体育施設開放

体育課 ☎ 66・1222

利用方法

市民体育センターで毎年度団体登録をして、利用日の1カ月前～7日前までに利用したい開放校(高校は市民体育センター)へ直接お申し込みください。現在登録受付中です。

開放開始 4月5日金

利用説明会

団体登録をする方は、利用説明会に出席してください。

とき 3月7日(日)・15日(金)・23日(日)のうちいずれか1日

ところ 市民体育センター会議室 ☎ 69・3241

バレーボール	綱引き	バスケットボール
バドミントン	ビーチボールバレー	ハンドボール
器械体操	卓球	剣道
ソフトバレーボール	軽スポーツ	ユニホック
ソフトボール	サッカー	少年野球
グラウンドゴルフ	ダンス	合気道

開放時間

1団体3時間程度

■体育館・卓球場・武道場

平日 午後6時～9時

土・日曜日、祝休日 午前8時30分～11時30分、午後1時～5時、午後6時～9時

※中学校は午後6時～9時のみ

※三谷水産高校は火・木曜日のいずれか1回(午後7時～9時)

■運動場

平日 午後6時～9時

土・日曜日、祝休日 午前8時30分～11時30分、午後1時～4時(高校のみ)、午後6時～9時

※夜間は、北部小・中央小・大塚中・塩津中・蒲郡高校で、4～10月のみ。

※高校の開放日は、体育センターで確認してください。

開放校	施設	照明料金など	開放種目	開放校	施設	照明料金など	開放種目
南部小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、器械体操、ソフトバレーボール	中央小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、バスケットボール、ソフトバレーボール
	運動場	—	ソフトボール、サッカー、少年野球		運動場	1,500円	—
東部小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道	三谷東小	体育館	500円	バレーボール、バスケットボール、卓球、剣道
	運動場	—	ソフトボール(子ども・女性のみ)、サッカー		運動場	—	—
北部小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道、空手、柔道	竹島小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、バスケットボール、ソフトバレーボール
	運動場	1,500円	ソフトボール、少年野球		運動場	—	—
西部小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道、空手、柔道	大塚中	卓球場	500円	卓球
	運動場	—	ソフトボール(子ども・女性のみ)、少年野球		体育館	800円	—
三谷小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道、空手、柔道	蒲郡中	運動場	1,500円	ソフトボール(夜間のみ)
	運動場	—	ソフトボール		体育館	800円	—
塩津小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道	中部中	体育館	800円	バレーボール、バスケットボール、卓球、剣道
	運動場	—	ソフトボール、少年野球		体育館	800円	—
大塚小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道、空手、柔道	塩津中	運動場	1,500円	ソフトボール(夜間のみ)
	運動場	—	ソフトボール		体育館	800円	—
形原小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道、空手、柔道	形原中	体育館	800円	バレーボール、バスケットボール、卓球、剣道、空手、柔道
	運動場	—	ソフトボール		武道場	500円	—
西浦小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道、空手、柔道	三谷中	体育館	800円	バレーボール、バスケットボール
	運動場	—	ソフトボール、サッカー		運動場	—	—
形原北小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、剣道、空手、柔道	蒲郡高	運動場	—	ソフトボール、少年野球、昼間・夜間5回ずつ(夜間は4月～10月)
	運動場	—	ソフトボール		三谷水産高	体育館	要確認
				武道場		—	—

スポーツ少年団 団員募集

申し込み・問い合わせは、練習日に会場へお越しいただくか、各団の責任者へ。

種 目	名 称	練習日時	練習場所・申し込み	対象・人数	責任者
剣 道	蒲郡剣道	月 日 日 田 午後7時～8時45分	武道館剣道場 年2回受付(4月、9月)	小学1年～大学生 30人(一般可)	稻吉 悟 ☎57・6061
	形原剣道	日 日 午後7時～8時45分	形原中体育館 随時受付		壁谷隆義 ☎57・2516
	三谷剣道	月 日 日 午後7時～8時30分	三谷小体育館 随時受付		柴田季之 ☎090・1236・8908
柔 道	蒲郡柔道	日 日 日 田 午後7時～9時	武道館柔道場 随時受付	小・中学生(高校生・ 一般可) 20人	足立京司 ☎67・2594
空 手 道	蒲郡空手道	月 日 日 日 田 午後7時～8時45分	月: 武道館柔道場 日: 武道館剣道場	小・中学生(高校生・ 一般可) 30人	大石義喜 ☎0566・21・8919
バスケット ボ ー ル	蒲郡ミニ バスケットボール	日 日 日 田 午後6時30分～ 8時30分	市民体育センター競技場、文 化広場、北部小体育館 ほか (入団説明会) 3月24日 日 午前 10時～市民体育センター会議室	小学2～5年生 40人	小林正充 ☎090・8957・2557
バレーボール	蒲郡JVC	日 日 日 日 田 午後6時30分～9時 日 日 午前9時～午後5時	三谷東小体育館 随時受付	小学1～4年生 女子	山田直子 ☎090・9179・3674
		日 午後1時～5時		中学1・2年生	鈴木弘美 ☎080・3670・2410
卓 球	形原ジュニア 卓球	月 日 日 日 田 午後7時～9時	形原小体育館 随時受付	小学1年～中学2年生 30人	水野一二 ☎57・6665
バドミントン	ドロップス	日 (他1日) 午後5時30分～7時 午後7時30分～9時	市民体育センター競技場、 文化広場 年2回受付(4月、5月)	年長、小学1・2年生 各5人	武内 昭 ☎090・1726・3162
サ ッ カ ー	マリナーズ ジュニア	週1～2回 2時間程度	市内グラウンド (入団説明会) 3月17日 日 午後5時～ 市民体育センター会議室	小学生 30人	鈴木寿明 ☎090・3153・9751
	マリナーズ ジュニアユース	週2～3回 2時間程度	市内グラウンド 申込期限: 3月17日 日	中学生 30人	鈴木孝典 ☎69・7423
	オーシャンブルー	日 日 午後7時～8時30分 日 日 午後1時～4時	大塚中運動場 随時受付	幼児～小学生	藤田 了 ☎080・5135・6897
	アトラス	小学1・2年生 日 日 午前9時～正午 小学3～6年生 日 日 午後7時～8時30分 日 日 午前9時～正午	公園グラウンド、 西浦小運動場 ほか 随時受付	小学1～5年生	尾崎時弘 ☎090・1822・7951
軟 式 野 球	蒲郡東部ツインズ	日 日 日 日 田 午前8時～正午	大塚小運動場、三谷東小運 動場 随時受付	小学1～5年生	長田康弘 ☎090・8380・8345
	三谷ヤンキース	日 日 日 日 田 午前8時30分～正午ま たは午後0時30分～4時	三谷小運動場 随時受付	小学1～5年生	藤代正孝 ☎69・6607
	蒲郡ファイヤーズ	日 日 午前8時30分～正午	竹島小運動場 随時受付	小学3～5年生 各15人	中川達也 ☎67・3808
	蒲郡中部サニーボーイズ	日 日 午前8時30分～正午	北部小運動場 随時受付	小学1～5年生 10人	青山年廣 ☎69・6988
	塩津フレンズ	日 日 午前8時30分～正午	塩津小運動場 随時受付	小学1～5年生 15人	杉浦勝元 ☎67・5988
	形原アトムズ	日 日 午前9時～午後3時 日 日 午前8時～正午	文化広場 随時受付	小学1～5年生 20人	佐々木達也 ☎090・6577・1496
	形北ファイターズ	日 日 午前9時～正午	形原北小運動場 随時受付	小学2～4年生 10人	杉澤祥允 ☎57・8617
	西浦ガッツボーイ	日 日 午前8時～正午	西浦小運動場 随時受付	小学1～4年生	水野順也 ☎57・2734

※学年は新学年

高齢者うつをご存知ですか？

福祉課 ☎ 66♦1106
長寿課 ☎ 66♦1105

高齢になると環境の変化・加齢に伴う衰え・病気などが原因で、うつ病になりやすいといわれています。あなた自身やご家族が「最近元気がない」「ボーっとしていることが多くなった」など、いつもと様子が違うと感じたら、もしかしたら高齢者うつかもしれません。

高齢者うつって？

高齢者のうつ病は、若い人のうつ病と違い、気分の落ち込みなどの症状があまり現れません。また、認知症と間違えられることも多く、受診が遅れ症状が悪化してしまうと、最悪の場合自ら命を絶ってしまうこともあるので、注意が必要です。また、定年退職、引越、子どもの結婚・独立といった**環境的要因**や、配偶者やペットが亡くなった、病気、肉体的・精神的な衰えといった**心理的要因**など、孤独感や喪失感がうつ病の引き金になりやすいといわれています。

高齢者うつと認知症の違い

	高齢者うつ	認知症
症状の進行	短期間で複数の症状が表れる	徐々に進行するが多い
物忘れ	突然思い出せなくなる 本人に自覚がある	軽度から徐々に進行する 本人に自覚がない
気分の落ち込み	自責の念が強く、悲観的になる	自責の念は少ない
症状の変動	朝方調子が悪く、夕方になるにつれて良くなる	変動は少ない

あなたは大丈夫？ ～高齢者うつチェック～

過去2週間のあなた(家族)の様子について、当てはまるものをチェックしてみてください。2つ以上の項目に当てはまり、ほとんど毎日続いているような場合は、うつ病の可能性あります。

- 毎日の生活に充実感がない
- これまで楽しめていたことが楽しめなくなった
- 以前は楽にできていたことが、面倒に感じる
- 自分が役に立つ人間だとは思えない
- 訳もなく疲れたような感じがする

うつ病は治る病気です

うつ病は誰にでも起こる可能性があります。医療機関を受診し適切な治療を受けることで改善します。早めの受診につなげるためにも、うつ病のサインにいち早く気づくことが大切です。

65歳以上の高齢者で希望される方は「基本チェックリスト」を受けることができます。簡単な設問に回答することで心身の状態が確認でき、必要に応じて支援の相談も受けられます。自分や家族の状態で気になることがあれば、長寿課または住んでいる地区の地域包括支援センターにご相談ください。

3月は自殺対策強化月間です

「不安や悩みでいっぱい」「生きるのがつらい」「誰かに気持ちを聞いて欲しい」など、ひとりで困っていませんか。また、自分のまわりに悩みを抱えている人がいる時に、どのように関わればよいか悩んでいませんか。つらい思いは自分だけで抱え込まず、誰かに話してみることも大切です。

- ・あいちこころほっとライン 365 (☎ 052♦951♦2881)
午前9時～午後4時30分
- ・名古屋いのちの電話 (☎ 052♦931♦4343) 24時間
- ・よりそいホットライン (☎ 0120♦279♦338) 24時間

簡単にできる「こころの体温計」で、ストレスや落ち込み度をチェックしてみましょう。
市ホームページ [こころの体温計](#) [検索](#)

市民病院

ももごとく耳寄り情報



市民病院
☎ 66・2200

物忘れ外来 (心理検査)

市民病院では、かかりつけ医から紹介された認知症の疑いのある患者さんを対象に、もの忘れ外来の診療を行っています。物忘れ外来は、神経内科医師により診察が行われ、状態に合わせて医師の指示のもとMRIなどの画像検査や心理検査などが行われます。MRIなどの画像検査は、実際に行った事がある方や見たり聞いたりしてどんな事を行うかイメージができる方も多いかと思えます。しかし、「心理検査を行います」と言われると何をやるのだろうか？とイメージができず不安になるかもしれません。

ここで、簡単に心理検査について説明します。まず、認知症になると主に認知機能が低下し、日常生活や社会復帰が困難になってきます。認知機能状態を細かく測るための検査を、心理検査といいますが、心理検査には、いろいろな種類の検査がありますが、ほとんどの検査では机をはさんで向き合い、

検査の手順に従って質問に答えたり、何かを書いたり、道具を操作したりといった事を行います。検査の種類によって、かかる時間はまちまちですが、数分のもので十分かかる検査まであります。当院では、数種類の検査を1時間程度で行います。検査を行う時は、不安になる事もありますが、精神状態は検査に大きく影響するため雑談をしたりして極力落ち着いた状態で検査を行えるように配慮しています。

心理検査は、試験ではなく、認知機能のうち、うまく働かなくなっている機能と保たれている機能を知るものです。その結果は、暮らしの中で必要な支援や生活の工夫を考えていく鍵となります。また、認知機能は変化します。定期的に心理検査を行う事で、より詳しく認知機能のありようを把握する事ができます。心理検査を行う時は、気楽にのぞんでいただければと思います。

先生に聞いてみた!



インタビューバトン

第23回 消化器科 医師 中西和久



Q 先生が消化器科医を志した理由は?

A 胃や大腸などの早期がんを内視鏡で治療したいと思ったため、志しました。

Q 大腸内視鏡検査は苦しくないですか?

どのくらい時間がかかりますか?

A 個人差もありますが、多少の痛みや苦しみは伴います。鎮痛剤を使用して痛みを和らげる処置もあります。検査時間は20～40分程度です。

Q 大腸内視鏡検査中に大腸ポリープが見つかったら?

A 5ミリ以下程度の小さいポリープであれば、その場で取ることが出来る場合もあります。大きいポリープが見つかったら、後日入院(1泊2日)でポリープを切る処置を行います。

Q 大腸ポリープや大腸がんは予防できますか?

A 大腸がんのリスク因子は、主に食生活習慣の欧米化など環境因子の寄与が大きいと考えられています。予防のためには、動物性脂肪などの大量摂取を控え、野菜など食物繊維を多めにとり、適度な運動を行うことが大切です。

Q 患者さんや地域の方々にひとこと

A がんの早期発見・治療のために、積極的に検診を受けてください。消化器のことで気になることがありましたら、ご相談ください。

次回は小児科の先生です

まもなくコールで待ち時間を有効に

予約のない受診の場合、「病院の待合室で長時間待ちたくない」「待ち時間に用事を済ませたい」という声を聞くことがしばしばあります。そのような時、まもなくコールを利用するのはいかがでしょうか。待ち時間の有効活用に、ぜひ一度お試しください!

使い方

- ①受付端末で受付票の右上にあるバーコードをスキャンする
- ②呼び出しを行う電話番号を入力する
- ③受付票(A4サイズ)を受け取り内容を確認し、外来受付に出す



順番が近づくと
電話でお呼びします



医療機関の使い分け

かかりつけ医を持ちましょう





知っていますか？

地域で支え合いの話し合い

高齢化率が21%を超えると超高齢社会と言われますが、蒲郡市でこれを超えたのは今から10年以上前の平成17年です。昨年10月には、29%を超えてしまいました。今後、ますます地域の高齢者割合が増えていく中、10年後、20年後の皆さんの地域がどのようなようになっていくか想像してみてください。住み慣れた地域で暮らし続けるために、お互い様の地域づくりがその助けになるのではないのでしょうか。

今年度から皆さんお住まいの地域で「支え合いの話し合い」が始まっています。話し合いのテーマはいろいろ。地域で、どこにどんな集まりや活動があるか地図に落とししてみよう

- ・〇〇地区では高齢者が集まって週に1回買物に行っている
- ・〇〇地区で高齢者が集まる教室

を作りたいがどうしたらよいかなど、それぞれの地域で支え合いに関する話し合いが行われています。

この話し合いの場は、居場所づくりや助け合い活動自体を担うわけではありません。担っていけないということはありませんが、目指すイメージは茶話会です。例えば、皆さんも喫茶店で会議をすることはありませんよね。司会や必ずこれを決めないと終われないなんてこともありません。まずは自由に自分の地域の支え合いに関する情報交換から始めています。

取り組み始めとして、自治会の役員や民生委員、老人クラブの方々に呼びかけた有志が集まっています。今後、そこからいろんな立場の方が参加して、地域全体に輪が広がればと思います。興味のある方は、長寿課または社会福祉協議会生活支援コーデイネーター（☎69♦3911）にお問い合わせください。



アナタの知らない月世界

「地球の出」と名付けられた写真をご存知でしょうか？アポロ8号に搭乗した宇宙飛行士が撮影したもので、月の地平線の向こうの暗い宇宙に、小さな青い地球が浮かんでいる写真です。アメリカの有名な雑誌「ライフ」の2011年の特集「世界を変えた100枚の写真」にも選ばれた、有名な一枚です。

持ち帰った石、飛んで来た石

規則正しく満ち欠けし、東から西へ夜空を通り過ぎていく月を見上げながら、人類は神話を作り、暦をささみ、別世界を想像してきました。しかし実際に月面を踏み、月世界をその目で見る事ができたのは、たった50年前のこと。アメリカ合衆国によるアポロ計画で、人類は300キロを超える石や砂を地球に持ち帰ることに成功しましたが、その研究は今も進行中で、月は未だに謎に満ちた隣人です。

生命の海科学館で開催中の企画展「アナタの知らない月世界」では貴重な「月隕石」を展示公開しています。これもアポロが持ち帰った月の石の研究成果の一つと言えるでしょう。月隕石とは、隕石としてははるばる地球に飛んで来

た月の石のことで、月から持ち帰った石の研究により新たに発見されたものです。月の裏側から来たものもあると推測されていて、近年注目されています。

2030年頃に日本初の有人月面着陸を実現するとの構想を、昨年8月にJAXA（日本航空宇宙研究開発機構）が発表しました。50年前は写真でしたが、10年後であればきっと月面での光景が、そしてそこから見た地球の姿が、高解像度のVRで届くことではないでしょうか！その日が来ることを待ちながら、今はスポットライトの下で輝く月のかげらをお楽しみください。



アポロ8号に登場した宇宙飛行士が月軌道上から撮影した「地球の出」

生命の海から

館長 山中敦子

生命の海科学館

☎ 66♦1717



図書館 めくるくん通信

図書館 ☎ 69・3706

不思議世界への“穴”～ミニ企画展～

『不思議の国のアリス』は今でも世界中で愛されている児童文学の金字塔です。作者ルイス・キャロル(1832-1898年)没後120年にちなみ『ルイス・キャロルのワンダーランド～アリスとドードーをめぐる～』と題し著者や作品を紹介しました。

■物語の世界へ!

展示は1月で終了しましたが、ぜひ本を手にとって、アリス物語のワンダーランドをのぞいてみませんか?



図書館に入った本

毎月たくさんの本やCDが入るよ!
一部を紹介するね♪



『私が食べた本』

村田 沙耶香/著
朝日新聞出版

『コンビニ人間』で芥川賞を受賞した作家による初の書評集。デビューから15年、本にまつわるエッセイが一冊に。



小説



『平成くん、さようなら』

古市 憲寿/著 文藝春秋

歴史



『逆境だらけの人類史』

ビル・プライス/著
日経ナショナルジオグラフィック社

社会



『アンダークラス 新たな下層階級の出現』

橋本 健二/著 筑摩書房

自然



『ナチュラリスト 生命を愛でる人』

福岡 伸一/著 新潮社

生活



『良い間取り悪い間取り』

ザ・ハウス/著 エクスナレッジ

報道



『安倍官邸 vs. NHK』

相澤 冬樹/著 文藝春秋

ダイジェスト



『つしま丸のそなん』

金沢嘉市/編著

当館製作。ダイジェスト図書は、本を読むのが困難な方のための録音図書です。

貸出中の場合もありますので、本が見当たらない時は
お気軽に職員にお尋ねください。

ミナミアメリカオットセイ

■少しホームシックかな

11月に南米ウルグアイの海岸から竹島水族館にやってきたミナミアメリカオットセイ(オス、メスの2頭)はすんなりと当館の環境に慣れて経過は良好。広報2月号の誌面でも大きく紹介されました。野生の海で捕獲されてからの初めての長旅、初めての飛行機、初めての生まれた場所以外の環境と初めてづくしの試練でした。にも関わらず、人間不信にならず、極めてお行儀が良く飼育員にかみ

■順調すぎる経過

つかない。ただ、まだ1歳半でホームシックや寂しさがある様子で、飼育員が部屋から離れると、かん高い超獣ギャオスの奇声をあげ連続して鳴いています。2頭ともアシカショーの最中でも関係なしに激しく鳴くので困る。

トレーニングは3人の飼育員が担当し、うち2人は若い新人です。この2人の教育や経験を兼ねて担当に就かせたのですが、かまらずに、おりこうさんに言う事を聞いていないので、残念というか面白くないというか。かまれて苦労して、悩

んで頭を使つて工夫して少しずつ人も動物も成長するのを期待していたのに。それでも野生児か。そんなことでもいいのか。恥ずかしくないのか。と言いたくなる。一方で若い担当者はこれが野生から来たケモノの普通だと思つてしまふ、チョロイもんだなと思つてしまふとぜんぜん勉強や経験にならない。お休みのところすみませんね、と私もたまに獣舎へのぞきに行くのだいたいオスは何か自分なりに目的があるのかプールをグルグルと休みなく泳いでおり、メスはプールのフチに上陸して大した意味も無く周りの風景を眺めており、私の顔を見ても、担当者ではない、エサをくれないとすぐに判断して、いくら声をかけても寄つてはこず、迷惑そうな顔をして時折折首をねじ

■早くもお披露目
1月中旬からお客さんの前でのお披露目が始まりました。通常のペースと比べると異例の早さです。しかし、いざお披露目してみるとお客さんの動きにビックリして部屋に戻ってしまったたり、プールに逃げて戻つてこなかったりや散々な失敗状態で、やはり野生の危機感や警戒心がそれなりにあるのだなと感心すると同時に、気を抜いたり、調子が良い時の勝手な憶測などが失敗につながるんだなあと、苦戦する担当者をほんやりと見ながら思いました。いぞいぞ。もつと困らせて苦戦させるんだ。がんばれオットセイ。

読む



水族館



館長 小林龍二

竹島水族館
☎ 68・2059

保健センターだより

保健センター ☎ 67♦1151

運動で心も体もスッキリとー！

私たちの生活は便利になるにつれ、体を動かす機会がどんどん減っています。生活に運動を取り入れることで積極的に体を動かして、健康を維持しましょう。

運動の効果

運動には、体や心にさまざまな効果があります。

○体の効果

- ・メタボの予防・解消
- ・体力、筋力の維持・向上
- ・腰や膝の痛みの軽減

○心の効果

- ・気分転換やストレスの解消
- ・認知症の軽減 など

運動とは、スポーツだけでなく日常生活の活動を含めた身体活動のことをいいます。身体活動を今より10分、歩数にして干渉多くするだけで健康を維持し、健康寿命を伸ばすことができます。といわれています。まずは、いつもより10分多く体を動かすこと（プラス10）を意識してみましょう。

プラス10のヒント

家

- ・掃除や洗濯で積極的に動く
- ・歩いて買い物、調理の合間にながら体操
- ・テレビを見ながら筋トレやストレッチ

仕事

- ・徒歩、自転車通勤、一駅多く歩いてみる
- ・階段を使う
- ・小まめに動く

自身の生活に合った方法で、生活の中に体を動かす機会をつくり、心も体もスッキリしましょう。



脱メタボのための / 筋トレ体操実践教室

- とき 3月9日(土) 開場：午前9時
 ①午前9時30分～午後1時30分
 (体操：午前9時30分～11時30分、測定：午前11時30分～午後1時30分)
 ②午後1時30分～5時(体操：午後1時30分～3時30分、測定：午後3時30分～5時)
 ※①、②ともに同一内容、途中参加可。
- ところ 市民体育センター競技場 持ち物 タオル、室内用靴、体操のしやすい服装
 ※申し込み不要、参加費無料。



体を動かすと気持ちいいよ

メタボ体操

市民病院の専門スタッフによるオリジナルの創作筋トレ体操を分かりやすく紹介します。音楽に合わせてみんなで一緒に楽しくからだを動かしましょう。



肺年齢測定

メタボ測定

各種測定で自分の体の状態をチェックしましょう。
 測定項目 身長・体重・血圧・骨密度・肺年齢・血管年齢・脳年齢・物忘れ診断 ほか



3月の健康カレンダー

ところ：保健センター

名称	とき	受付時間	対象、持ち物など(※母子手帳)
母子手帳の交付と妊婦相談	4・11・18・25日㊦	午後1時30分～3時	妊娠届出書を交付された方
パパママ教室〈予約制〉	2日㊥	午前9時20分～30分	妊婦さんとその夫、体操のできる服装(※)
子育て相談	7日㊦	午前9時30分～11時30分	栄養、歯科相談もできます(※)
もぐもぐ教室(離乳食前期)	14日㊦	午前9時50分～10時	5～6カ月児(※)
カミカミ教室(離乳食後期)	13日㊦		9～10カ月児(※)
2歳児教室	8日㊦	午前9時45分～10時	2歳の誕生日児(※)

○4カ月・1歳8カ月・3歳児健康診査、1歳児教室、はじめての歯科・2歳児歯科検診は、対象の方に個別通知します。

名称	とき	対象(持ち物)	ところ
健診結果活用セミナー〈予約制〉	17日㊦	午前10時～正午	どなたでも(筆記用具・健診結果)
健康相談・栄養相談・歯科相談〈予約制〉	22日㊦	午前9時～正午	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談を希望する方

名称	とき	集合時間	集合場所(雨天中止)
蒲南コースを歩こう会 (ノルディックウォーキング体験)	4日㊦	午前9時30分	商工会議所
みんなで楽しく無理なく三谷歩こう会 (ノルディックウォーキング体験)	11日㊦	午前9時	若宮公園時計塔前
形原西浦の名所をめぐるウォーキング会	30日㊥	午前9時30分	こどもの国駅

知っ得講座！健康情報

市民いきいきウォーキング

春のお花見コース



蒲郡の風景を楽しみながら、一緒にウォーキングしてみませんか？

とき 4月2日(火) 午前9時30分～午後2時頃
(受付：9時10分～)

※雨天中止(中止の際は安心ひろめーるで連絡します)

集合場所 JR三河塩津駅・名鉄蒲郡競艇場駅前ロータリー

コース JR三河塩津駅・名鉄蒲郡競艇場駅前ロータリー
～全保寺～竹谷神社～赤日子神社～上ノ郷城跡～安楽寺～
中央公園(昼食)～天桂院～長存寺～蒲郡駅(約10キロ)

持ち物 弁当、飲み物 など

※申し込み不要、参加費無料



慢性腎臓病を知っていますか

慢性腎臓病(CKD)は、腎臓の障害、または腎機能の低下が続いた状態をいい、日本の患者数は1330万人(成人の1/8)と推計されることから、新たな国民病とも呼ばれています。

CKDの予防には、生活習慣を改善し血圧・脂質・糖代謝などを総合的にコントロールすることが大切です。また、CKDの早期発見は早期治療にもつながるので、ぜひ特定健診を受診してください。



3月第2木曜日は
世界腎臓デー

健診結果で血圧・血清脂質・血糖値が高い方へ **初回予約制**
運動サポートセンターを使って健康になろう

初回オリエンテーション 月・火・水・金・土(祝日を除く)

①午前9時～②10時15分～③午後1時30分～④3時～

在宅医などへのお問い合わせ

在宅当番医(テレホンガイド) ☎ 67♦2828

休日急病診療所 ☎ 67♦2555

休日歯科・障がい者歯科診療所 ☎ 69♦8020



3 がつ

児童館であそぼう



りようじかん

午前9時～午後5時

おやすみ

3・10・17・24・31日(日)、21日(祝)

絵本の読み聞かせ

- 幼 乳幼児向け
- 小 小学生向け

体操・リズム親子遊び

小中学生の遊び

こどもと家庭相談日

みや児童館 ☎67・0077	幼 5・12・19日(日) 10時30分～ ● 12日(日)10時45分～うた遊び 小 5・19日(日)16時～	● 1・8・15日(金) 10時30分～ ● 13日(日)10時30分～赤ちゃんサロン(計測)	● 2・16日(土) 9時30分～ 将棋教室 ● 9・23日(土) 14時～ みんなで遊ぼう ● 26日(日) 13時30分～ 人形劇わわわ ● 28日(日) 14時30分～ 卓球大会	● 12日(日) 14時30分～16時30分 ● 26日(日) 10時～正午
ちゅうぶ児童館 ☎68・0066	幼 1日(金)10時30分～お話玉手箱 ● 8日(金)10時30分～絵本のじかん ● 15日(金)10時30分～	● 6・13日(日) 10時30分～ ● 5・19日(日) 10時30分～赤ちゃんサロン	● 12日(日) 15時45分～ みんなで遊ぼう ● 25日(日) 13時～ スプーンおばさん	● 7日(日) 14時30分～16時30分 ● 15日(金) 10時～正午
にしうら児童館 ☎56・0450	幼 8日(金)10時30分～ ● 22日(金)11時～ 小 1日(金)15時45分～ ● 13日(日)16時～紙芝居	● 5・19日(日)、6・13日(日) 10時30分～ ● 7日(日)10時30分～赤ちゃんサロン(計測)	● 2日(土) 13時30分～ 卓球教室 ● 14日(日) 16時～ 科学あそび ● 28日(日) 15時30分～ みんなで遊ぼう	● 13日(日) 10時～正午 ● 27日(日) 14時30分～16時30分



りようじかん

午前9時～午後5時

おやすみ

4・11・18・25日(月)、21日(祝)

おおつか児童館 ☎59・6671	幼 8・22日(金) 11時30分～ ● 15日(金)11時～おはなし宅急便	● 5・19日(日) 10時30分～ ● 12日(日)10時30分～ママヨガ ● 7・14日(日)10時30分～ ● 6日(日)10時30分～赤ちゃんサロン	● 2日(土) 10時30分～ 将棋で遊ぼう ● 7日(日) 15時30分～ かがくで遊ぼう ● 9日(土) 14時30分～ 卓球で遊ぼう ● 14日(日) 15時30分～ おたのしみ会 ● 26日(日) 10時～ 大塚中マンドリン演奏 ● 29日(金) 13時30分～ 人形劇わわわ	● 12日(日) 14時30分～16時30分 ● 26日(日) 10時～正午
しおつ児童館 ☎68・8515	幼 1・8・15日(金) 10時30分～ 小 26日(日)15時30分～	● 6・13日(日) 10時30分～ ● 19日(日) 10時30分～赤ちゃんサロン	● 7日(日) 15時30分～ 楽歌声コーラス ● 12日(日) 15時30分～ みんなで遊ぼう ● 16日(土) 13時15分～ 作ろう遊ぼう ● 19日(日) 15時30分～ おたのしみ会 ● 29日(金) 10時30分～ 人形劇わわわ	● 6日(日) 14時30分～16時30分 ● 20日(日) 10時～正午
かたはら児童館 ☎57・1422	幼 1日(金)11時～ 小 12日(日)16時～紙芝居 ● 19日(日)16時～とび出せお話	● 6・13日(日) 10時30分～ ● 8日(金)10時15分～赤ちゃんサロン(計測)	● 22日(金) 14時30分～ お茶会 ● 28日(日) 15時～ みんなで遊ぼう	● 14日(日)10時～正午 ● 28日(日) 14時30分～16時30分



りようじかん

午前9時～午後5時

おやすみ

5・12・19・26日(火)、21日(祝)

がまごおり児童館 ☎67・8515	幼 6・20・27日(日) 10時30分～ 小 27日(日)10時45分～	● 7・14日(日) 10時30分～ ● 17日(日)10時30分～パパとあそぼう ● 13日(日)10時30分～赤ちゃんサロン	● 9日(土) 14時～ 工作あそび ● 22日(金) 13時30分～ 卓球大会 ● 25日(日) 13時30分～ バンパー大会 ● 28日(日) 14時～ 音の和コンサート	● 7日(日) 14時30分～16時30分
-----------------------------	--	--	--	-----------------------

行ってみよう！ やってみよう！

ところ ユトリーナ蒲郡 申し込み ユトリーナ蒲郡へ。 ※バーデゾーン利用料金(500円)別途必要。

問合せ先	講座名		定員	とき		参加費など
ユトリーナ蒲郡 ☎57・0123	水中教室	アクアフィットネス	12	3月2・16日Ⓟ	14時～15時	無料※
		ホットDEダンス教室(65歳未満)		4月4・11・18日Ⓟ	19時～20時	1カ月2,000円 3カ月5,000円
	ヨガ	美スタイルヨガ教室	18	4月9・16・23日Ⓧ	19時30分～20時30分	
		身体のバランスヨガ教室		4月3・10・17日Ⓧ	10時30分～11時30分	
		夜ヨガ教室		4月4・11・18日Ⓟ	19時～20時	
		ちょっとおそヨガ教室		4月5・12・19日Ⓧ	19時30分～20時30分	
	キッズダンス チーム・ジ・ハピ	リトル(4歳～)	20	4月5・12・19日Ⓧ	16時30分～17時20分	
		ジュニア(小学2年生～)	20		17時30分～18時20分	
		ブラッシュアップ(経験者)	15		18時30分～19時20分	
		汗かきエアロビクス教室	15	4月6・13・20日Ⓟ	19時～20時	
		子連れOKヨガ教室 (2カ月～就学前)	10	4月5・19日Ⓧ	10時30分～11時30分	
		シルバージュエリー教室	8	3月5日Ⓧ	15時15分～16時15分	2,000円(材料別)
		簡単な生け花	10	3月12日Ⓧ	13時30分～14時30分	1,400円(材料込)
		インテリア書道(かな、漢字)	10	3月21日Ⓧ	14時～16時	1,000円
		和布で季節の飾り物教室	8	3月16日Ⓟ	13時15分～15時15分	1,000円(材料別)
	せっけんで作る香りのインテリア	6	3月5日Ⓧ	13時15分～15時15分	1,000円(材料別)	
	楽しんで脳トレ教室	9	3月14・28日Ⓟ	13時15分～14時15分	1回500円	

★ 水中教室・スポーツ教室には、スポーツ傷害保険料が含まれます。

ところ 市民体育センター 申し込み 申込書を持って市民体育センターへ。

問合せ先	講座名			とき		参加費(初回徴収)
市民体育センター ☎69・3241	クラシックバレエ	年少～年長	4月1・8・15・22日Ⓟ	17時～17時45分	4回4,000円 (1回参加の場合1,200円)	
		小学生		18時～18時45分		
		中学生以上		初心者		19時～19時45分
				経験者		20時～20時45分
	ストレッチ&エアロビクス	高校生以上	4月1・8・15・22日Ⓟ	13時45分～14時45分	4回2,000円	
	ヨガ	初級	4月1・8・15・22日Ⓟ	9時30分～10時30分		
				11時50分～12時50分		
		4月3・10・17・24日Ⓧ	11時55分～12時55分			
		中級	4月4・11・18・25日Ⓟ	13時30分～14時30分		
		ママヨガ (子ども同伴可)	4月1・8・15・22日Ⓟ	10時40分～11時40分		
	産後ヨガ(1～8カ月児の母)	4月3・10・17・24日Ⓧ	9時30分～10時30分	4回2,400円		
		夜ヨガ	4月2・9・16・23日Ⓧ	10時45分～11時45分	4回2,400円 (1回参加の場合800円)	
	ヒップホップダンス	小学生	4月10・17・24日Ⓧ	18時30分～19時30分	1回600円	
	太極拳	入門	4月2・9・16・23・30日Ⓧ	9時30分～10時30分	5回2,500円	
		初級		10時40分～11時40分		
	ピラティス	初級	4月2・9・16・23日Ⓧ	15時～16時	4回2,000円	
		中級		13時45分～14時45分		
実用着付け教室		4月10・24日Ⓧ	13時30分～15時30分	2回1,700円		
骨盤・体幹スタイルアップストレッチ		4月3・10・17・24日Ⓧ	19時30分～20時30分	4回3,200円		
笑いヨガ		4月11日Ⓟ	10時15分～11時45分	500円		
		4月25日Ⓟ	15時～16時30分			
ルーシーダットン (自己全体の体操)		4月5・12・19日Ⓧ	9時30分～10時30分	3回1,500円		
			10時45分～11時45分			
硬式テニス体験教室	小学1～3年生	4月14日Ⓟ	9時～10時10分	無料		
	小学4～6年生		10時20分～11時30分			
	初心者18～64歳		19時30分～21時			



市民相談 3月

お気軽にご相談ください。
相談は無料。秘密厳守です。
※各日とも正午～午後1時は除く

名 称		と き 相 談 員	と ころ 問 合 先
よろず相談 ・人権 ・行政 ・困りごと ・いじめ など	3月6日(木)	岩瀬雅史、内田桂子	市民相談室 市民課 ☎66♦1110
	3月13日(木)	新美和彦、石黒貴美代	
	3月20日(木)	榎本保、森厚子	
	3月27日(木)	村瀬法晃、金澤佳子	
	午前10時～午後4時		
法律相談〈予約制〉 ()内は予約開始日 予約受付は午前8時30分～	3月20日(木) (3月11日(月))	午後1時～4時 弁護士	勤労福祉会館相談室 ☎69♦3911
	3月27日(木) (3月18日(月))		
	4月3日(木) (3月25日(月))		
	4月10日(木) (4月1日(日))		
	3月22日(金) (3月11日(月))		
4月12日(金) (4月1日(日))	午後1時～4時 弁護士		
家庭・児童の養育相談	月～金 午前9時30分～午後5時 家庭児童相談員	家庭児童相談室 ☎66♦1213	
年金相談〈予約制〉	3月7・14・28日(木)、22日(金) 午前9時30分～午後3時 社会保険労務士 TEL 0532-33-4111 自動音声1→2	商工会議所 保険年金課 ☎66♦1101	
消費生活相談 ・悪質商法 ・消費者契約トラブル ・多重債務	月～金 午前9時～午後4時30分(休憩なし) 消費生活相談員	東三河消費生活蒲郡センター ☎66♦1204 観光商工課 ☎66♦1119	
労働相談〈予約制〉 職場でのハラスメントなど悩み事	3月13日(木) 午後1時～4時 予約は12日(水)の正午まで 労働相談員	産業環境部会議室 観光商工課 ☎66♦1119	
創業者相談〈予約制〉	3月14・28日(木) 午後2時～4時 予約は2日前まで 商工会議所中小企業相談所職員、金融機関職員	産業環境部会議室または商工会議所 観光商工課 ☎66♦1118	
若者就労相談(15～39歳)	木～土 午前11時～午後7時 ステーション職員	がまごおり若者サポートステーション ☎67♦3201	
子ども・若者相談 (おおむね40歳まで)	月・木・金・土 午前9時～午後4時 子ども若者相談員	青少年センター ☎95♦3100	
測量・土地境界相談〈予約制〉	3月8日(金) 午後1時～4時 予約は7日(木)の午前まで 土地家屋調査士	市民相談室 財務課 ☎66♦1158	
悩みごと相談	母子家庭など	月～金 午前9時15分～午後5時 母子父子自立支援員	子育て支援課 ☎66♦1108
	母子家庭就業〈予約制〉	金 午前10時～午後4時 キャリアカウンセラー	
	子育て相談	月～金 午前8時30分～午後5時 子育てコンシェルジュ 子育て支援センター職員	

虐待の通報 虐待などに関する相談や通報は…

対 象	通 報 先
18歳未満の子ども(障がい児を含む)	子育て支援課 ☎66♦1108 家庭児童相談室 ☎66♦1213 児童相談所全国共通ダイヤル 189(24時間対応)
18歳以上65歳未満の障がい者	福祉課 ☎66♦1106 FAX66♦3130 障がい者虐待防止センター ☎68♦3612 (夜間・休日) ☎66♦1111 FAX66♦1207
65歳以上の高齢者	長寿課 ☎66♦1105 FAX66♦3130 地域包括支援センター 塩津 ☎56♦7125 東部 ☎59♦6790 中央 ☎69♦6674 みらいあ ☎66♦0800 西部 ☎58♦1136

※生命の危険など、緊急性が高い場合は警察(110番)または救急(119番)へ通報してください。

お知らせ



講座・教室

御朱印帳手作り講座

博物館 ☎ 68・1881

三河木綿を使ってオリジナルの御朱印帳を作ります。
 とき 3月21日(祝) 午後2時～3時30分
 ところ 博物館 2階研修室
 対象 小学生以上の方
 定員 10人(定員を超えた場合は抽選)
 参加費 千円
 ※三河木綿の生地を用意します。持参の布・紙を使うこともできます。
 申し込み 3月10日(日)までに直接、電話、メールで参加者の住所・氏名・電話番号を博物館(☒museum@city.gamagori.lg.jp)へ。

市民パソコン教室 ウィンドウズ10を体験しよう

生涯学習課 ☎ 66・1167

とき 4月6日～20日
 毎週土曜日 全3回
 午前9時30分～午後0時30分
 受講料 4千円
 ところ 生命の海科学館 情報研修室
 対象 パソコンの基本操作を習得している市内在住・在勤の方
 定員 17人
 申し込み 3月20日(水)までに電話、ファクス、はがき、インターネットで住所・氏名・年齢・電話番号・希望の講座名を生涯学習課「市民パソコン教室係」(〒443-0003 4港町17-17 FAX 66・1199)へ。

大塚公民館生涯学習講座 子ども料理教室

生涯学習課 ☎ 66・1167

とき 3月23日(出) 午前10時～午後0時30分
 ところ 大塚公民館
 メニュー ひき肉と野菜のカラーライス、コールスローサラダ、野菜&フルーツジュースゼリー
 対象 市内在住の小学4～6年生の親子

東日本大震災義援金 北海道胆振東部地震災害義援金ほか 市役所玄関案内で受け付けています。

定員 12人
 参加費 300円(材料費)
 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん3枚、飲み物
 申し込み 3月8日(金)までに直接または電話で大塚公民館(☎59・8820)へ。



中央公園 桜ライトアップ

中央公園で桜のライトアップをします。期間中、運動場を臨時駐車場として開放します。
 とき 3月29日(金)～4月14日(日)
 午後6時～8時30分(開花状況により前後します)



※ゴミは各自で持ち帰りましょう。

都市計画課 ☎ 66・1141



BOAT RACE 蒲郡

ボートレースの収益金は市の財政に貢献しています。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日				
本場																		福岡																	
マクール杯争奪戦																		浦商工会議所会頭杯争奪第48回 浦郡大賞典																	
GI周年・津																		住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター	住之江ナイター
マクール杯争奪戦																		桐生・ナイター	大村ナイター	浦商工会議所会頭杯争奪第48回 浦郡大賞典	若松・ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター	下関ナイター
唐津・徳山																		唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山	唐津・徳山
モニング																		モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング	モニング
浜名湖・薄暮																		浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮	浜名湖・薄暮
GI周年・津																		常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑	常滑
福岡																		宮島	津	三国	尼崎	ルネッサ常滑	男女W・三国	児島	平和島										
江戸川																		多摩川	福岡	宮島	児島	尼崎	多摩川	尼崎											
GI企業杯 大村・ナイター																		住之江ナイター	ルネッサ丸亀・ナイター	住之江ナイター	GIオールレディース 大村・ナイター	GI企業杯 丸亀・ナイター	GI周年 大村・ナイター												

ミニ統計 (H31.2.1現在)

1月中の異動

人口	80,508人(-23)	出生	48人
男	39,782人(-2)	死亡	103人
女	40,726人(-21)	転入	228人
世帯	32,506(+53)	転出	179人

()は前月との比較



催し

消防団観閲式

消防本部総務課 ☎68・0936

市内の消防団員が一堂に会し、市長からの観閲をうけます。

とき 3月10日(日) 午前10時30分～11時30分

ところ 竹島ふ頭緑地

駐車場 竹島ふ頭

その他 蒲郡南部小学校4年生51人が期間限定の消防団員として参加します。



竹島水族館 魚に学ぶライフスタイル展

竹島水族館 ☎68・2059
観光商工課

夜型、昼型、変わった食事スタイルなどさまざまな生態の生き物を展示します。

とき 3月2日(土)～4月1日(月)

開館50周年記念プレ企画展示 華やかに土びな

図書館 ☎69・3706

色鮮やかで表情豊かな土人形を展示します。

とき 3月16日(土)～4月7日(日) 午前9時～午後7時

ところ 図書館 展示室



切り絵展

図書館 ☎69・3706

蒲郡切り絵同好会による作品展です。

とき 3月1日(金)～10日(日) 午前9時～午後7時 ※最終日は午後4時まで

ところ 図書館 展示室

さくらフェスティバル&蒲っこフェス

市民会館 ☎67・5151
生涯学習課

とき 3月17日(日) 午前9時30分～午後4時

ところ 市民会館
内容 大ホール キッズダンス・サイエンスショー・打楽器フアミリーコンサート
中ホール ミュージックステージ・ダンスステージ
その他 ふれあい移動動物園・ちびっ子警察撮影会・飲食コーナー ほか
※入場無料

手織り三河木綿工房 手織場展

観光商工課 ☎66・1119

手織り三河木綿工房「手織場」では、昔ながらの製法、器具



体験! 海を観る・地球を知る2019 海洋研究最前線 in 蒲郡

海流の実験やプランクトンの観察などを通して、海洋研究の最前線を体験します。

とき 3月31日(日) 午前10時～午後3時 ※時間中の出入り自由

ところ 生命の海科学館サイエンスショールーム
講師 名古屋大学宇宙地球環境研究所

講演会 海の中の雪(マリンスノウ)

海中を雪のように降るマリンスノウについての講演です。

とき 3月31日(日) 午前11時～正午
ところ 生命の海科学館メディアホール
講師 東京海洋大学特任助教 鋤柄千穂
定員 60人
※申し込み不要、参加費無料。

生命の海科学館 ☎66・1717

3月の休館日

図書館	4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)・29日(金)	市民会館	5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)
博物館	4日(月)・11日(月)・18日(月)・19日(火)・25日(月)	竹島水族館	5日(火)・12日(火)・19日(火)
生命の海科学館	5日(火)・12日(火)・19日(火)	ユトリーナ蒲郡	4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)
		海辺の文学記念館	5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)

ご家族でどうぞ 糖尿病教室 3月

ところ ●市民病院 2階講義室 ㊟は2階会議室

とき	講義内容
11日(月)	糖尿病とは・合併症
12日(火)	歯周病関連 検査(歯ブラシ持参)
13日(水)	食事の話
14日(木)	薬・運動
15日(金)	日常生活運動

※申込不要。各日ともに午後2時～3時。テキストは当日お渡しします。糖尿病でない方でもかまいません。



乗って残そう！ 赤い電車 にしがましーサイドウォーク

名鉄西尾・蒲郡線の新たな魅力を探しに出かけよう！各所で桜が楽しめるポイントがあり、沿線の海と山の景色を同時に楽しむことができます。

とき 3月31日(日) 受付:午前9時~11時
コース 名鉄形原駅→春日山→愛知こどもの国→知柄漁港→西浦園地→パームビーチ→名鉄西浦駅(約13.8キロ)
※申し込み不要、参加費無料。

交通防犯課 ☎ 66♦1156

蒲郡市・西尾市老人クラブ合同健康ウォーキング

浜町・蒲郡海岸・竹島の約7キロを歩きます。
とき 3月19日(火) 午前9時10分集合(蒲郡駅南)
※雨天翌日延期
対象 どなたでも
定員 50人 参加費 無料
申し込み 3月12日(火)までに電話で寿楽荘へ。



寿楽荘 ☎ 59♦7411 長寿課

防災セミナー 南海トラフ地震から住ま いと暮らしを守るために

防災課 ☎ 66♦1208
とき 3月30日(土) 午後1時30分~3時
ところ 市民会館 大会議室
講師 豊橋技術科学大学建築・都市システム学科教授 齊藤大樹
定員 120人
※申し込み不要、参加費無料。

地域の担い手づくりシ ンポジウム「これから の福祉の課題と期待」

子育て支援課 ☎ 66♦1208
とき 3月17日(日) 午後1時15分~
ところ 蒲郡信用金庫本店 コミュニティホール
第一部「これからの福祉の課題と期待」
講師 毎日新聞論説委員 野澤和弘

ケアラーズカフェ

長寿課 ☎ 66♦1105
ケアラーズカフェは、認知症の方や介護者の息抜きの場、地域の皆さんの交流の場です。コーヒー、紅茶を楽しみながらリラックスしませんか？認知症介護相談コーナーも併設します。
とき 3月8日(金) 午前10時30分~午後3時
ところ 市役所 北棟集会所
対象 どなたでも
※申し込み不要、参加費200円。

老人クラブ映画鑑賞会

長寿課 ☎ 59♦7411
とき 3月8日(金)・11日(月)・15日(金) 午前10時30分~午後2時30分
ところ 寿楽荘

スポーツ

対象 市内在住の60歳以上の方
内容 青い山脈、人生とんぼ返り ほか
定員 各50人
参加費 無料
申し込み 3月7日(木)までに電話で寿楽荘へ。



健康シヨギング教室

体育課 ☎ 66♦1222
市民体育センター ☎ 69♦3241
とき 4月7日~2020年3月29日 毎週日曜日 午前7時~11時
ところ 中央公園周辺
対象 市内在住・在勤の初心者
参加費 千円
申し込み 各練習日に中央公園西駐車場へ。



手当を振り込みます

受給者指定の金融機関に振り込みます。確認してお受け取りください。

◆市遺児手当(10~3月分)

振込日 3月29日(金)

納税

国民健康保険税(9期分)
後期高齢者医療保険料(9期分)

納期限 4月1日(月)

◎口座振替払の方は、預金残高の確認をお願いします。

火災・救急件数

種別	1月件数	累計 (前年同月比)
火災	1件	1件(-2)
救急	370件	370件(-19)

※累計期間は1月

陸上競技教室

とき 4月7日〜2020年3月21日

○小学1〜3年生…第2・4土曜日

○小学4年〜中学生…第1・3日曜日 午前9時〜11時
ところ 公園グラウンド陸上競技場

対象 市内・近隣市町の小学生
年会費 小学1〜3年生・中学生 3千円

○小学4〜6年生 4千円
※別途Tシャツ代(千500円)
申し込み 練習日に公園グラウンド陸上競技場本部へ。

説明会・開校式

とき 4月7日(日) 午前9時〜

ところ 公園グラウンド

★陸上教室スタッフ募集

子どもたちと一緒に体を動かしてみませんか(経験不問)。

申し込み 練習日に直接、教室スタッフへ。

問合せ 手嶋 ☎090◆9933
1◆84733

青少年団体等互助会 にご加入を

加入した団体の活動中に傷害事故が起きた時、見舞金を支給します。少ない加入金で、団体の活動を応援するのが青少年団体等互助会です。

加入資格 市内在住・在勤・在学者で構成する10人以上のスポーツ団体・生涯学習団体など

年会費 高校生以下50円、大人200円
加入期間 4月1日以降に会費を納入した日〜2020年3月31日

※前年度加入団体は4月中の手續きで4月1日から有効
傷害見舞金 活動中の傷害事故に対して給付(給付対象は通院3日以上。給付額は治療日数による。)

申し込み・問合せ 4月1日(月)〜直接、青少年団体等互助会事務局(市民体育センター内)へ。



募集

空家等対策計画案 パブリックコメント募集

建築住宅課 ☎66◆1132

市民の生活環境の保全を図るため、空家等対策を総合的に推進する計画です。

とき 3月12日(火)〜4月10日(水)

ところ 建築住宅課 情報公開コーナー(市役所新館4階)、公民館、市ホームページ
提出方法 直接、ファクス、メールで意見・住所・氏名・電話番号を建築住宅課(FAX ☎11008)kanchiku@city.sanagorib.jp)へ。

自立相談支援員募集

福祉課 ☎66◆1104

生活相談や就労機会の確保に向けた支援を行う自立相談支援員を募集します。

募集人員 1人

試験日 3月16日(出)

応募方法 3月8日(金)までに直接または郵送で申込書(福

祉課・市ホームページにあります)を福祉課(〒443-8601)へ。

蒲郡まつり イベント実施者募集

観光商工課 ☎66◆1120

蒲郡まつりをより一層盛り上げるため、関連イベントを実施する個人・団体を募集します。実施者は審査会の選定により決定します。募集要項(観光商工課・市ホームページ)にあります)をご覧ください。

※実施費用の一部を助成します。
申し込み 3月15日(金)(必着)までに直接または郵送で企画提案書(観光商工課、市ホームページ)にあり)を観光商工課(〒443-8601)へ。



3月 イベントカレンダー

生命の海科学館 ☎66◆1717

2(土) なるほど ザ・サイエンス! No.12

3(日) 宝石をさがそう!

9(土) 結晶キラキラ花作り
朗読ファンタジー
〜音楽とともに〜

10(日) 展示解説
「へんてこなエビ? アノマロカリス」

16(土) 世界最小のハット「ミジッコ」を飼おう!

17(日) ゲームをするならGEO!

21(祝) 小学校中学生対象かがく教室
ペリスコープ(せん望鏡)をつくらう

23(土) 感じるあたまからだのぞき
一般科学講座 第2部
大人の理科授業「ユリカ」
【一般科学講座会員限定】

23(土) おはなしライブ

24(日) 展示解説「アッコの知らない月世界」
くぎちでキーフックをつくらう

30(土) 算数で手品 パート2

31(日) 小学校低学年対象かがく工作室
五月人形くがぶとをつくらう

講演会
「海の中の雪(マリンスノウ)」
木工工作 3月2日・3日開催

各イベントの時間・定員・参加方法などは科学館ホームページでご確認ください。
* ショーウィック おはなし

自衛官募集

問合先
自衛隊愛知地方協力本
部豊川地域事務所
☎85♦2411

防災課 ☎66♦1208

種目	対象	受付期間	試験日
一般曹候補生	18～32歳の方	3月1日(金)～ 5月1日(水) (一般曹候補生は 5月15日(水)まで)	5月25日(土)
幹部候補生(一般)	22～32歳の方※修士 課程修了の方(見込含 む)は28歳未満。		5月11日(土) 12日(日)
幹部候補生 (歯科・薬剤科)	専門の大学を卒業した 方(見込含む) 歯科は 30歳未満、薬剤科は 28歳未満。		5月11日(土)

とき 4月1日(月)～毎週月
曜日※休館日除く
時刻表
三河三谷駅北口 午前11時
30分発
寿楽荘 午後2時発
試験運行期間 9月30日まで

長寿課 ☎59♦7411
**寿楽荘～三河三谷駅間
無料送迎バス試験運行**



その他の
情報

申し込み・問合先 電話でさ
がらの森もりクラブ会長
原田(☎090♦4233♦60
53)へ。

草刈機による除草作業など
を行います。
とき 毎月第1・3土曜日
午前中
ところ さがらの森

体育課 ☎66♦1222

さがらの森
作業ボランティア募集

国民健康保険の加入・脱退の手続き

～異動があった日から14日以内に届出を～

保険年金課 ☎66♦1103

国民健康保険(国保)は加入、脱退ともに届出が必要になります。新年度を迎え、就職・転職・退職などにより、健康保険に加入、脱退した場合には忘れずに届出をしましょう。

- 共通持ち物 ・世帯主のマイナンバーが分かるもの
・来庁する方の身分証明書(顔写真付き1点または顔写真なし2点)

	理由	持ち物	届出先
国保に加入	・職場の健康保険をやめた ・被扶養者から外れた※	健康保険資格喪失証明書(会社で作成)	市民課、保険年金課
	市外から転入してきた	転出証明書	
	子どもが生まれた	親の保険証、母子手帳、	市民課
国保を脱退	職場の健康保険に加入した※	保険証(国保)、職場の保険証	市民課、保険年金課
その他	・死亡した ・市外へ転出する	保険証	市民課
	・市内転居 ・世帯や世帯主が変わった	世帯全員の保険証	市民課、保険年金課
	就学などのため市外へ転出する	保険証、在学証明書など	保険年金課

※国保への加入・脱退の届出が遅れた場合は、保険年金課で届出を行ってください。

市内の犯罪発生状況(平成30年)

総数	520件(-17)
侵入盗	37件(-17)
自動車盗	2件(-2)
特殊詐欺	5件(+1)
自転車盗	72件(-20)

市内の交通事故発生状況(平成30年)

死亡事故	2件(-1)
人身事故	344件(-80)

()内は前年比

地域ぐるみで
有害な環境をなくしましょう
性や暴力を扱った図書、DVD、
ゲームソフトなどが街に氾濫し、
インターネットの世界では有害な
情報があふれ、少年たちを飲み込
もうとしています。
次のことを心がけ、少年にとつ
て有害な環境をなくしましょう
・少年指導委員、少年補導委員、
PTA役員と協力してパトロール
を強化しましょう。
・有害な図書類の販売、少年に有
害と思われる事柄を発見したとき
は警察に通報しましょう。
・少年たちがたむろしやすい場所
の営業者に非行防止のための協力
を求めましょう。

警察署 便り

蒲郡警察署 ☎68♦01110

どうして?

おばあちゃん、昨日フリンセンターにテレビを持っていったんだけど、引き取ってくれなかったんだ!

テレビ、エアコン、冷蔵庫、洗濯機の4品目を処分するときは、リサイクル料金がかかるからフリンセンターでは処分できないのよ。処分方法を教えてあげるわ。

おやおや

①買い替える店や購入した店に引き取りを依頼する
②一般廃棄物収集運搬業者に収集運搬を依頼する
③郵便局で家電リサイクル券を購入し、指定取引場所に持ち込む
④まだ使えるものはリユース店やオークションなどで売り渡す

わかったわ

リサイクル料金や一般廃棄物収集運搬業者、指定取り引き場所などは市ホームページ「検索」で見てください。

環境清掃課 ☎57・4100

ごみ減量4コマ その45 処分する前に確認 リサイクル家電

中部土地区画整理の土地を販売しています

販売保留地

申し込み 3月29日(金)までに申込書(区画整理課・市ホームページにあります)を直接、区画整理課へ。
※詳しくは広報がまごおり12月号P3参照

区画整理課 ☎66・1175

所在地	72街区仮17 (水竹町東千丸)	77街区仮3 (新井形町徳正寺)
面積	264.30㎡	153.68㎡
用途地域	準工業地域	
㎡単価	84,000円	75,000円
売却価格	22,201,200円	11,526,000円

認可外保育施設の保育料を補助します

子育て支援課 ☎66・1107

認可外保育施設に入所している第3子以降の3歳未満児の平成30年度分の保育料を補助します。

対象施設 おひさまキッズ、光の園 その他事業所内託児施設など

対象 次のすべてに該当している保護者

- ①保護者、児童とともに蒲郡市に住居票がある
 - ②18歳未満の児童を3人以上養育している
 - ③第3子以降の3歳未満児を施設に入所させている
- (15日以上)の月極め利用をし

ていること。一時保育の利用は不可)

④市の保育園入所基準を満たしている

補助金額 保護者が対象施設に支払った平成30年度分の保育料

※月額5万3千円以内
提出期限 4月5日(金)

証明書自動交付機を停止します

市民課 ☎66・1110

証明書自動交付機は次の時間利用できません。ご協力をお願いします。

とき 3月28日(木) 午後6時~9時
ところ 市役所 新館西出入口

平成31年度ユトリーナ蒲郡高齢者料金利用証明書を発行します

長寿課 ☎66・1105

シニア料金でユトリーナ蒲郡を利用する際に提示する高齢者料金利用証明書の発行を開始します。

とき 3月1日(金)~
ところ 長寿課・ユトリーナ蒲郡・クリーンセンター

対象 蒲郡市に住居票がある65歳以上の方(昭和30年4月1日以前生まれの方)
持ち物 身分証明書(運転免許証、健康保険証、マイナンバーカード、住基カードなど)※発行費用は無料

地元企業合同会社説明会

観光商工課 ☎66・1119

とき 3月23日(土) 午前10時~午後3時
ところ 商工会議所 コンベンションホール

対象 2020年春卒業予定の大学・短大・高专・専門学校生

※申し込み不要、参加費無料。
問合せ先 商工会議所学生就職情報センター ☎68・7171

丸七住宅は、お客様の『ありがとう』を頂くために、お客様のこれから始まる新生活をサポートさせて頂いております。

売買・賃貸 まずはお気軽にご相談下さい!

不動産のことなら丸七住宅へ

丸七住宅株式会社 丸七住宅 検索

住手Lの 情報館

幸田店 ☎0120-07-1644
蒲郡店 ☎0120-07-1645

mini mini ミニミニFC蒲郡店

☎0120-07-1642 蒲郡 賃貸 検索

公共下水道供用開始 区域の縦覧

下水道課 ☎66・1140

供用開始日 3月31日

供用開始区域 西浦町赤浜・

大知柄・五郎蔵屋敷・三反

田・堂サ松・堀切・丸落・

南ヶ坪・宮地・宮東・明柄・

女松山の各一部、丸山町の

一部

とき 3月18日(月)～29日(金)

ところ 下水道課

土地・家屋価格等縦 覧簿縦覧

税務課 ☎66・1114

とき 4月1日(月)～5月31

日(金)

ところ 税務課

縦覧できる人

○土地・家屋の固定資産税納

税者および同世帯の親族

○納税管理人

○代理人

持ち物

運転免許証・マイナンバー

(個人番号)カード・パスポ

ートなどの本人確認できる

もの、委任状(代理人)、代

表者印(法人)

指定管理者が決まりました

行政課 ☎66・1155

3月末に指定期間が満了する施設では、引き続き指定管理者による管理運営を行います。昨年7月～8月にかけて指定管理者を募集し、次のとおり決定しました。今後も、市では民間の能力を活用し、市民サービスの向上と経費節減に努めます。

施設名	指定管理者	指定期間(4月1日～)
蒲郡市南部市民センター	蒲郡市南部市民センター管理委員会	1年間
蒲郡市民会館	ピーアンドピーグループ 蒲郡市民会館運営共同体	3年間
蒲郡市民体育センター・三谷グラウンド・形原テニスコート・明柄グラウンド・犬口グラウンド・南明柄グラウンド・浜町テニスコート・金平テニスコート	株式会社河合楽器製作所※新規	3年間
蒲郡文化広場	蒲郡文化広場運営協議会	5年間

4月1日～2020年3月31日に利用できる タクシーチケットを交付します

◆ 福祉タクシー料金助成利用券

とき 3月25日(月)～

ところ 福祉課

対象 自動車税・軽自動車税の減免を受けていない、次の条件に該当する市民

・身体障がい者 下肢・体幹・視覚・内部障害…1～3級

※重複障害の場合はそれぞれの部位別の等級で判定

・知的障がい者…A・B判定

・精神障がい者…1・2級

持ち物 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、印鑑

福祉課 ☎66・1106

◆ 高齢者割引タクシーチケット

とき 3月25日(月)～

ところ 市民課前ロビー

対象 満70歳以上の市民

持ち物 次のいずれか1つ

・マイナンバー(個人番号)カード

・顔写真付きの住民基本台帳カード

・健康保険証

・運転免許証

・運転経歴証明書

※代理の場合、利用者本人の上記いずれかの証明書



交通防犯課 ☎66・1156

相続 遺言 贈与

～お気軽にご相談ください～
初回のご相談は、無料です。
◆ 預貯金・株式・不動産などの資産承継 ◆



太田哲也司法書士事務所

愛知県司法書士会所属・愛知県行政書士会所属

電話相談・出張相談
土日もお受けしています!

TEL.0533-67-8190

蒲郡市三谷町八舗120 《三谷水産高校から東へ約300m》

ota-samurai.com

◆◆◆ 蒲郡市地域防災リーダー登録者募集 ◆◆◆

災害は、時間や場所を選びません。地域の防災力を高めるため、適切な判断力を兼ね備えた地域防災リーダーの登録者を募集しています。この制度は、地域の実情に合わせた自主防災組織などの活動を支援するため、防災士として十分な意識・知識・技能を持っている方が、地域の防災コミュニティに関わり、災害に対する備えを強化するもので、災害に強い地域社会づくりを支えるものです。

対象 防災士資格などをお持ちの方

登録期間 4月1日～2020年3月31日※毎年の更新手続きが必要です。

災害に強いまち蒲郡へ！
その第一歩は、
あなたの『守りたい』気持ちから
スタートします。



防災課 ☎ 66◆1208

がまごおり協働まちづくり会議 市民委員募集

市の協働に関する施策について調査・審議を行うまちづくり会議の委員を募集します。

対象 市内在住・在勤の方

募集人数 5人(任期2年)

選考方法 書類審査、面接審査

応募方法 3月20日(水)までに郵送

またはメールで、「協働のまちづくり」

についての自分の考え(800字以内)・

住所・氏名・電話番号を協働まちづくり

課(〒443-8601 ☒ kyodo@city.

gamagori.lg.jp)へ。

※会議は平日開催



協働まちづくり課 ☎ 66◆1179

日本赤十字社の活動資金への協力をお願いします

日本赤十字社の活動

日本赤十字社は、特殊法人の救護団体で、災害救護・血液事業・国際活動などの事業を行っています。

日赤蒲郡市地区の活動

- ・火災などの被災者支援のために救援物資を配布し、弔慰金を支給しています。
- ・けがや事故に備えるために緊急時の手当などの知識・技術の講習会を実施しています。
- ・各種災害義援金の受付、送金を行っています。
- ・献血事業に補助金を交付しています。
- ・市赤十字奉仕団(現在235人)は、地域ボランティア団員の育成、子どもの健全育成活動や地域見守り活動など、地域に根ざした活動を行っています。
- ・小学生の登下校時の自主パトロール
- ・保育園児との「昔あそび」を使った交流会の開催など
- ・福祉避難所へ救護資材の配備を進めています。



日本赤十字社
公式マスコットキャラクター
ハートラちゃん

毎年5月に各総代区・常会を通して寄付(日本赤十字社の活動資金)の協力をいただいています。
皆様のご協力をお願いします。

福祉課 ☎ 66◆1106

相続・贈与

争族にならないための
生前対策にも応じます

初回相談無料

加藤智税理士事務所



お気軽にご相談下さい

TEL.0533-68-7160

加藤智税理士

検索

東三河勤労者福祉サービスセンター
ターナー勤労・生活・金融無料相談

観光商工課 ☎ 66・1119

とき 平日 午前10時～正午、午後1時～4時(予約者のみ第2・4日曜日)

対象 東三河に在住または在勤の勤労者

※専門家に実務依頼する場合

は有料
相談電話 県労働者福祉協議会
東三河支部相談専用ダイヤル
(☎) 0532・6477



全国一斉 春の火災予防運動

3月1日(金)～7日(木)

忘れてない?
サイフにスマホに火の確認
平成30年度全国統一防火標語

空気の乾燥や強風により、火災の発生しやすい気候が続いています。また、火災はちょっとした油断や過信、不注意などから発生します。気をつけましょう。



平成30年中の主な出火原因
総出火件数17件(前年比-6件)



設置していますか? 住宅用火災報知器

1. 定期的にお手入れをしましょう
2. 定期的に作動確認し、音を聞きましょう
3. 電池の交換時期を確認しましょう(電池寿命はおおむね10年です)



消防本部予防課 ☎ 68・0937



子育てコンシェルジュ通信

子育て支援課 ☎ 66・1107

子育て相談 Q&A サクランボさん(女性・33歳)

Q: 4月から息子(3歳児)が保育園に入園します。入園までにどんなことができればいいのかしら?
A: 早寝・早起き・朝ごはん・朝うんちなど、園生活に合わせた生活リズムで過ごすようにするといいですね。また着替えや排泄、所持品の扱いなど自分でできることを増やしておく、園生活がスムーズに送れます。できた事を少し大げさにほめてあげると、自信が付き就園への期待につながります。

3月

『街角コンシェルジュ』
～出張相談会～
※予約不要

3日(日) 午前10時～午後2時30分
市民会館
7日(木) 午後2時～4時
パロー蒲郡店

電車で行こう! 名鉄電車応援企画

名鉄電車に乗って パークゴルフに行こう!

春休み期間中、パークゴルフの利用料金(18ホール/800円)が無料になります。

とき 3月23日(土)～4月4日(木)

午前9時～午後5時

対象 名鉄電車を利用して来場する小学生とその保護者

※小学生1人につき保護者1人のみ

ところ 吉良パークゴルフ場(西尾市吉良町白浜南切 ☎ 0563・77・6200)

名鉄吉良吉田駅から徒歩25分

利用方法 名鉄電車の帰りの乗車券を受付で提示してください。

その他 レンタルクラブ・ボールセットは100円です。

問合先 西尾市名鉄西尾・蒲郡線応援団事務局(西尾市地域支援協働課内 ☎ 0563・65・2107)



この企画は、名鉄西尾蒲郡線利用促進のため、沿線のイベント情報を掲載しています。

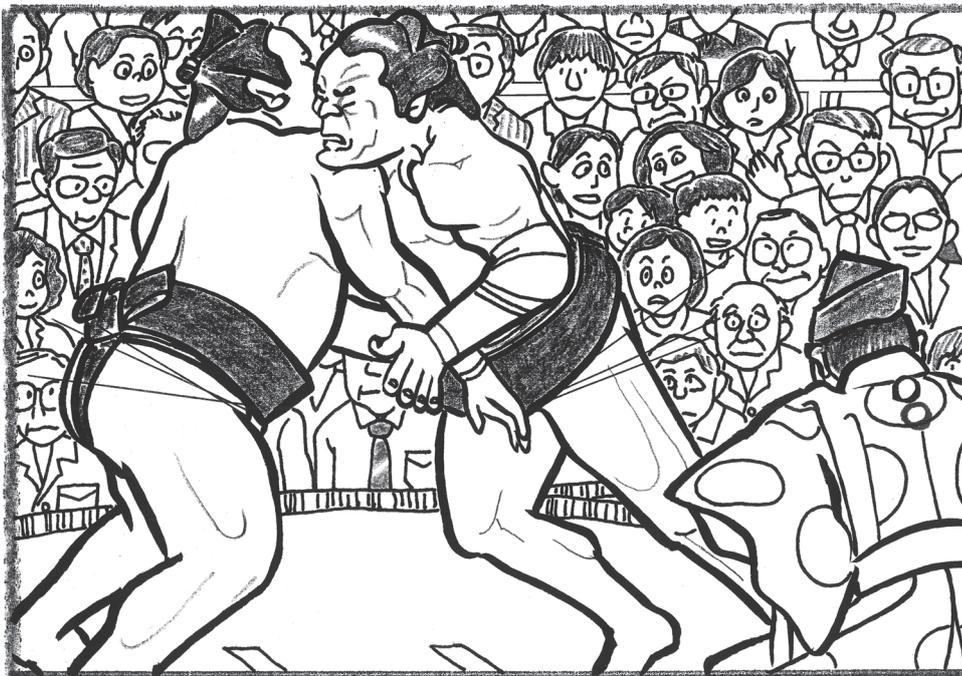
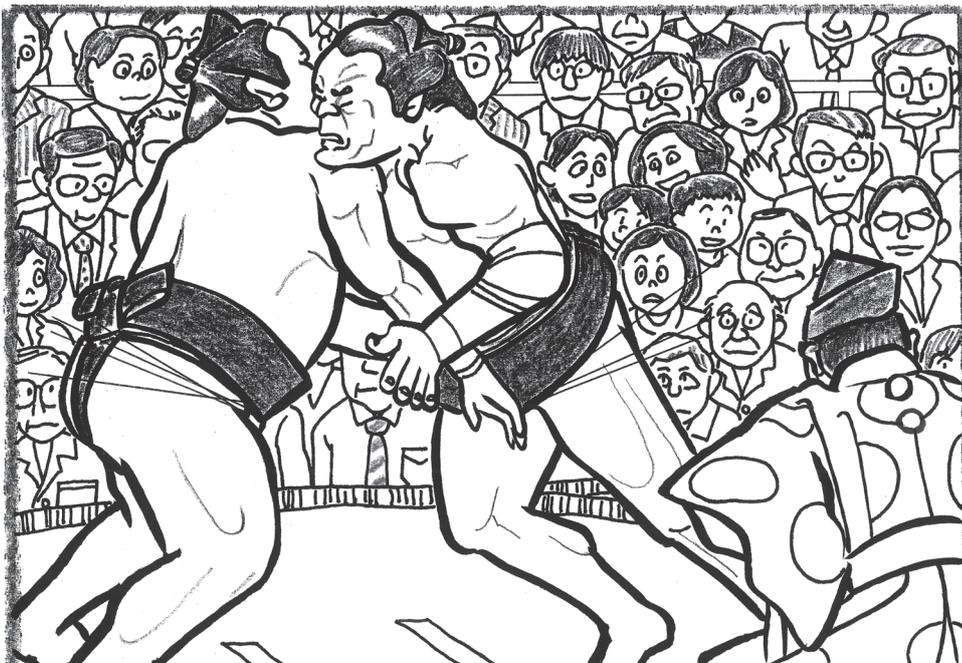
クイズまじがいながし

左の絵を見て、まちがいを10カ所見つけてね。正解された方のうち、抽選で5人の方に図書カードをプレゼントします。

秘書広報課 ☎ 66・1145

応募方法

はがきまたはファクスに①答え(左の絵に○をつける)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥広報紙の感想、ご意見などを書いて秘書広報課(〒443・8601 FAX 66・1195)へ。当選者と答えは、広報がまじがいの5月号に掲載します。



画:とうふねこ座 市川雅子

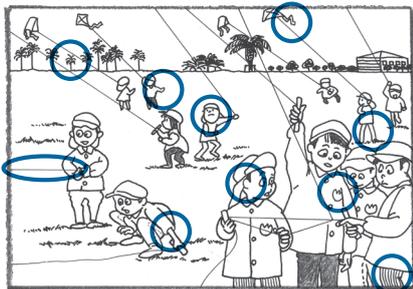
応募締切

3月15日(金)



1月号の答え

新春たこ揚げ



昭和の大横綱 玉の海正洋

玉の海(本名:谷口正夫)は、昭和19年大阪に生まれ、小学4年生から蒲郡で育ちました。中学時代より相撲の才能を見込まれ、34年二所ノ関部屋所属、しこ名は玉ノ島。37年玉乃海親方の片男波部屋へ移籍。39年横綱大鵬と勝負し、内掛けで破る。45年初場所、北の富士との大一番で、同点決勝の末、優勝決定戦で敗れる。番付編成会議満場一致で横綱昇進が決定。玉乃島改め『玉の海』。46年10月虫垂炎手術後、血栓症による急性冠不全で世界、27歳。

勝負師三代『玉の海』(相撲甚句)

作詞:三高春秀(作詞一部変更) 甚句:宮本勝英

「東・玉の海 玉の海 西・北の富士 北の富士」ハァーアァーエー

花は散っても実はこのる 命限りを誰が知る ホイ

血潮のにじんだ 土俵上 今も輝く紅顔に ホイ

勝負師三代 玉の海

三谷の港を出る船に 出世夢見た勇み肌 ホイ

相撲一筋意地をかけ かけてつらぬく 技のされ ホイ

勝負師三代 玉の海

燃えて火を吐く不知火の 土俵姿が 忘れぬ ホイ

心の叫びを涙して 別れおしんだ皆様に ホイ

勝負師三代 ヨー ハァー玉の海 ヨー ハードスコイ ドスコイ



1月号当選者 応募総数61通 正解者59人(50音順・敬称略)

伊藤 継代(竹谷町) 金田 州一郎(松原町) 鈴木 治子(三谷町) 山崎 慎(竹谷町) 山本 想太(本町)



▲ 市長表彰：海陽中等教育学校（1月28日）

海陽中等教育学校2年生6人が、第6回科学の甲子園ジュニア全国大会で総合優勝しました。生徒たちは「全寮制という強みを活かし、チームワークで総合優勝を勝ち取ることができました」と、嬉しそうに語ってくれました。



▲ カいっばい「よいしょ！」（1月30日）

がまごおり花フル会が季節の花を育てる竹島ベイパークの体験学習ガーデンで、大根収穫体験が行われました。土から少し青い頭を出した大根を、カいっばい引っっこ抜きました。



▲ チョコレート・サイエンス～物理でおいしく！（2月11日）

生命の海科学館で、チョコレートのワークショップがKEK物質構造科学研究所の宇佐美さんを講師に開かれました。チョコレートの冷やし方によって風味・光沢・固さが違ってくことを楽しく体験し、結晶の成長過程が違くと味までが変わってくることを実感していました。

まちの話題や
出来事を
写真で紹介

ふれあい 

宅配便

Instagramで魅力発信

いいじゃんがまごおり

e.jan_gamagori 立春 咲き始め
梅の花に惹かれ春と一緒にメジロもやって来た

#立春 #暖かい #梅の花 #咲いている #メジロ #双天山公園 #いいじゃんがまごおり #いいじゃん #蒲郡 #愛知 #gamagori#aichi #instagram #instagramjapan #springhascome #spring #ume #flower #whiteeye #bird

29
いいね 367件

あなたも #いいじゃんがまごおりのハッシュタグをつけて投稿しよう！

ここからみてね




▲ 手縫いタオル帽子を寄贈（2月14日）

国際ソロプチミスト豊橋の会員と豊橋東高校、時習館高校のボランティアクラブの生徒が手縫いタオル帽子を市民病院に寄贈しました。抗がん剤の副作用に悩む患者さんのために、株式会社イチオリ（鹿島町）から寄贈された柔らかな三河木綿のタオル生地を使い、一針一針丁寧に心を込めて縫った帽子です。



三河湾ネットワーク株式会社 お問い合わせ ☎ 0120-794934 (受付時間 AM9:00~PM6:00)

●は三河湾ネットワーク制作の番組です。●が付いている番組は土曜日が初回放送です。

	1日金	2日土~8日金	9日土~15日金	16日土~22日金	23日土~29日金	30日土~31日回
5	00 QVC (テレビショッピング)					
6	00 ショップチャンネル					
7	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	24日回29日回 7:00~8:30 幸田シフォニックバンド第19回定期演奏会 00 ショップチャンネル	31日回7:00~8:30 蒲郡市ジュニア吹奏楽団第20回演奏会 00 ショップチャンネル
8	00 鉄ぶら● 30 Cちゃんのグルメポケット● 45 見ドコロガイド● 55 ピカットくんの番組ガイド●	00 恋舞妓の京都暮情143● 30 夜な夜なヨルグルメ● 45 見ドコロガイド● 55 ピカットくんの番組ガイド●	00 鉄ぶら● 30 KONにちは!● 45 見ドコロガイド● 55 ピカットくんの番組ガイド●	00 恋舞妓の京都暮情144● 30 ぐるぐるめらんど● 45 見ドコロガイド● 55 ピカットくんの番組ガイド●	00 鉄ぶら● 30 Cちゃんのグルメポケット● 45 見ドコロガイド● 55 ピカットくんの番組ガイド●	00 鉄ぶら● 30 Cちゃんのグルメポケット● 45 見ドコロガイド● 55 ピカットくんの番組ガイド●
9	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ビュービル〜鹿島こども園〜● 30 幸田イチオシみつけ● 45 スローテレビ●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 刻の遺産● 30 遊・YOU・東海道●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 町の風景● 30 マイHomeTown●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 店ばな工房● 30 検索・ステキ企業● 45 時代を超えたクルマたち●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ビュービル〜鹿島こども園〜● 30 幸田発!ハツラツさん紀行● 45 スローテレビ●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 防災特番2019とびら〜未来へつなげる● 45 熱血ラーメン伝●
10	00 けーぶるにっぽん Beauty Of Japan #20● 30 いいじゃん三河湾● 45 時代を超えたクルマたち	00 東海の肖像● 30 幸田イチオシみつけ● 45 スローテレビ	00 けーぶるにっぽん Beauty Of Japan #21● 30 食遊彩タ	00 特別番組 土地区画整理事業〜魅力あふれる町づくり〜● 30 マイHomeTown	25日回10:00~11:30 幸田シフォニックバンド第19回定期演奏会 00 けーぶるにっぽん Beauty Of Japan #22● 30 検索・ステキ企業● 45 時代を超えたクルマたち	30日回10:00~11:30 幸田シフォニックバンド第19回定期演奏会 00 のんびり岡崎歩き● 30 幸田発!ハツラツさん紀行● 45 スローテレビ
11	00 QVC (テレビショッピング)					
12	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 店ばな工房● 30 ビュービル〜こどものかたち〜● 45 ピカットくんの番組ガイド● 50 見ドコロガイド●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ビュービル〜こどものかたち〜● 30 刻の遺産● 45 ピカットくんの番組ガイド● 50 見ドコロガイド●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 何事じゃ!● 30 町の風景● 45 ピカットくんの番組ガイド● 50 見ドコロガイド●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 町の風景● 30 店ばな工房● 45 ピカットくんの番組ガイド● 50 見ドコロガイド●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 店ばな工房● 30 ビュービル〜鹿島こども園〜● 45 ピカットくんの番組ガイド● 50 見ドコロガイド●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 店ばな工房● 30 ビュービル〜鹿島こども園〜● 45 ピカットくんの番組ガイド● 50 見ドコロガイド●
13	00 文字放送	00 文字放送 ※国回13:00~14:00 テレビ回覧板WEEKLY総集編				00 ショップチャンネル
14	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	26日回14:00~15:30 幸田シフォニックバンド第19回定期演奏会 00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
15	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 いいじゃん三河湾● 45 時代を超えたクルマたち	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 幸田イチオシみつけ● 45 スローテレビ●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 食遊彩タ	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 マイHomeTown	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 検索・ステキ企業● 45 時代を超えたクルマたち	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 幸田発!ハツラツさん紀行● 45 スローテレビ●
16	00 もっと!水の惑星紀行 満天!ゆるりと下呂 スーパーマン・ポパイ	※土曜日のみ00フロントライン● 00 鉄ぶら● 30 トムとジェリー●	※土曜日のみ00フロントライン● 00 いい伊豆みつけた● 30 パックスパニー●	※土曜日のみ00フロントライン● 00 ハレソラ● 15 THE MAKING● 30 ウッディー・ウッドペッカー●	※土曜日のみ00フロントライン● 27日回16:00~17:30 幸田シフォニックバンド第19回定期演奏会 00 もっと!水の惑星紀行● 15 満天!ゆるりと下呂● 30 スーパーマン・ポパイ●	※土曜日のみ00フロントライン● 00 のんびり岡崎歩き● 30 トムとジェリー●
17	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 けーぶるにっぽん Beauty Of Japan #20	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 東海の肖像●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 けーぶるにっぽん Beauty Of Japan #21	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 特別番組 土地区画整理事業〜魅力あふれる町づくり〜	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 けーぶるにっぽん Beauty Of Japan #22	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ピカットくんの番組ガイド● 20 見ドコロガイド● 30 大人旅行#8リゾートの旅●
18	00 店ばな工房● 15 Cちゃんのグルメポケット● 30 鉄ぶら●	00 ビュービル〜こどものかたち〜● 15 夜な夜なヨルグルメ● 30 恋舞妓の京都暮情143●	00 何事じゃ!● 15 KONにちは!● 30 鉄ぶら●	00 町の風景● 15 ぐるぐるめらんど● 30 恋舞妓の京都暮情144●	00 店ばな工房● 15 Cちゃんのグルメポケット● 30 鉄ぶら●	00 ビュービル〜鹿島こども園〜● 15 ヘルシー料理大作戦● 30 わくわく!電流野球教室●
19	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ビュービル〜こどものかたち〜● 30 幸田イチオシみつけ● 45 スローテレビ●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 刻の遺産● 30 遊・YOU・東海道●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 町の風景● 30 マイHomeTown●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 店ばな工房● 30 検索・ステキ企業● 45 時代を超えたクルマたち●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ビュービル〜鹿島こども園〜● 30 幸田発!ハツラツさん紀行● 45 スローテレビ●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 防災特番2019とびら〜未来へつなげる● 45 熱血ラーメン伝●
20	00 いいじゃん三河湾● 15 時代を超えたクルマたち● 30 もっと!水の惑星紀行 満天!ゆるりと下呂● 45	00 幸田イチオシみつけ● 15 スローテレビ● 30 鉄ぶら●	00 食遊彩タ● 30 いい伊豆みつけた●	00 マイHomeTown● 30 フロントライン●	23日回28日回 20:00~21:30 幸田シフォニックバンド第19回定期演奏会 00 検索・ステキ企業● 15 時代を超えたクルマたち● 30 もっと!水の惑星紀行 満天!ゆるりと下呂● 45	30日回20:00~21:30 蒲郡市ジュニア吹奏楽団第20回演奏会 00 幸田発!ハツラツさん紀行● 15 スローテレビ● 30 SPACE SHOWER TV MUSIC VIDEO SELECTION●
21	00 グランバス STADIUM!● 30 ハイスクール スポラッシュ● 45 文字放送	00 ディズニーチャンネル● 30 ハイスクール スポラッシュ● 45 文字放送	00 グランバス STADIUM!● 30 ハイスクール スポラッシュ● 45 文字放送	00 特別番組 土地区画整理事業〜魅力あふれる町づくり〜● 30 ハイスクール スポラッシュ● 45 ハレソラ●	00 グランバス STADIUM!● 30 ハイスクール スポラッシュ● 45 文字放送	00 ディズニーチャンネル● 30 ハイスクール スポラッシュ● 45 「私」と団地●
22	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 店ばな工房● 30 幸田イチオシみつけ● 45 スローテレビ●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ビュービル〜こどものかたち〜● 30 遊・YOU・東海道●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 何事じゃ!● 30 マイHomeTown●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 町の風景● 30 検索・ステキ企業● 45 時代を超えたクルマたち●	00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 店ばな工房● 30 幸田発!ハツラツさん紀行● 45 スローテレビ●	31日回22:00~23:30 幸田シフォニックバンド第19回定期演奏会 00 テレビ回覧板 WEEKLY● 15 ビュービル〜鹿島こども園〜● 30 わくわく!電流野球教室●
23	00 QVC (テレビショッピング) ※国回23:00~ ファッションチャンネル					
24-29	00 QVC (テレビショッピング)					

『蒲郡市ジュニア吹奏楽団 第20回演奏会』(90分)

収録放送 3月24日(日)に蒲郡市民会館で行われた演奏会の様子を収録放送。音楽の町蒲郡の未来を担うジュニア吹奏楽団の若さ溢れる演奏をお楽しみください。

3月30日(日)	午後 8:00~	4月 4日(日)	午後 8:00~
3月31日(月)	午前 7:00~	4月 5日(月)	午前 7:00~
4月 1日(火)	午前 10:00~	4月 6日(火)	午前 10:00~
4月 2日(水)	午後 2:00~	4月 7日(水)	午後 10:00~
4月 3日(木)	午後 4:00~		



『ビュービル〜鹿島こども園〜』(15分)

放送日時: 3月23日(土)~4月5日(金)
蒲郡市内の保育園、こども園に通う、元気いっぱいなこどもたちをピカットくんが紹介。1年の成長の集大成をみせる3月。4月とは違う、よりたくましくなった子どもたちの姿がそこにあります。季節の行事もお楽しみに♪

第1週目	9:15 ~ 12:30 ~ 19:15
第2週目	12:15 ~ 18:00 ~ 22:15



取材依頼はこちらまで! オモシロネタなど大募集! ☎ 0120-794934

蒲郡ポータルレス中継 1R スタート展示時間はポータルレス蒲郡のHPをご覧ください

ご加入希望の方はお気軽にお問い合わせ下さい。身近な情報もお待ちしています。

3/1・2・3・4・5 マクール杯争奪戦
3/12・13・14・15・16・17 蒲郡商工会議所会頭杯争奪第48回蒲郡大賞典
3/23・24・25・26・27・28 ヴィーナズシリーズ第12戦蒲郡夜桜プリンセス決定戦

三河湾ネットワーク株式会社

〒443-0041 蒲郡市宮成町3番10 TEL(0533)69-7767 HP <http://www.sky-1.co.jp>

*番組内容は変更することがございます。詳しくはHPをご覧ください。

財源確保のための有料広告掲載のお願いです。広告掲載には市が推奨するものをお願いいたします。内容については直接広告センターへお問い合わせください。

編集・発行 蒲郡市 秘書広報課 ☎ 0533-66-1145 FAX 0533-66-1192

〒443-8601 愛知県蒲郡市旭町17番1号 ☎ 0533-66-1111 <http://www.city.gamagori.lg.jp>