

2018

3月

No.1187

わがまごおり

広報

食べるって 
楽しい!



今月の特集

◆スポーツをしよう!



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







**あおま
杉浦葵真くん**
(鹿島町)
平成28年1月生まれ

家族から一言 

食べるの大好きあおくん！モリモリ食べて大きくなーれ！



**はると
中神陽翔くん**
(形原町)
平成28年3月生まれ

家族から一言 

わが家のアイドル「はるくん」です。



**りいた
稲垣利伊太くん**
(清田町)
平成29年2月生まれ

家族から一言 

食べるのが大好きなりーた。いつも笑顔でニコニコしてるところに癒されています。



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。



がまごおりたろうくん
(〇〇町)
〇〇年〇月生まれ

家族から一言 

感謝の気持ちや成長を期待する言葉など、自由に書いてください。

たくさんのご応募お待ちしております

目次 Contents

ぼくとわたしの写真館	2
特集 スポーツをしよう!	3-4
市民病院もっと耳寄り情報	5
みんなで考える防災 生命の海から	6
読む水族館 図書館めくるくん通信	7
保健センター便り	8-9
遊びにおいでよ児童館へ	10
行ってみよう!やってみよう!	11
市民相談	12
お知らせ	13-23
クイズまちがいさがし	24
ふれあい宅配便	25

今月の表紙 小学校食育出前授業



リゾートトラスト株式会社による食育出前授業が東部小学校6年生を対象に行われました。講師はイタリアで10年修行した野口将義シェフ。地元食材を使ったイタリア料理と野口シェフの体験談を通して食を五感で楽しむことや、夢や目標を持つことの大切さを学びました。(ひ)

広報がまごおりがわら版

冬芝種まきを通じて 天然芝維持を学びました!

市では、海陽多目的広場を使用するスポーツ少年団などを対象に、天然芝の生育・管理方法などを指導しています。芝生広場をより良い状態で使用できるよう、今後も市と利用者が一体となり、スポーツのできる環境に感謝する心を育む取り組みを行ってまいります。



スポーツくじ



この事業は日本スポーツ振興事業団(JSC)のスポーツ振興くじの助成を受けています。

スポーツをしよう!

学校施設を開放します

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6日

団体登録場所

市民体育センター ☎ 69・3241

※30年度から利用説明会を実施します。説明会で団体登録証を配布します。

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	

開放時間

1団体3時間程度

※高校の開放詳細は体育センターへ

■体育館・卓球場・武道場

平日 午後6時～9時

土・日・祝日 午前9時～正午
午後1時～5時
午後6時～9時

※中学校は午後6時～9時のみ

■運動場

平日 午後6時～9時

土・日・祝日 午前8時～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

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、ソフトボール	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	—	サッカー、少年野球		運動場	1,500円	ソフトボール、少年野球、合気道
東部小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、ソフトバレーボール	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、ビーチボールバレー
	運動場	—	ソフトボール(子ども・女性のみ)、サッカー		運動場	—	ソフトボール、少年野球
北部小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、ソフトバレーボール、ソフトボール	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	少年野球		運動場	—	ソフトボール、少年野球
西部小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、ソフトバレーボール	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	バレーボール、バスケットボール、ハンドボール、ソフトバレーボール
三谷小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、バスケットボール	蒲郡中	運動場	1,500円	ソフトボール(夜間のみ)
	運動場	—	少年野球		体育館	800円	バレーボール、バスケットボール、卓球、少年野球
塩津小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、ソフトバレーボール	中部中	体育館	800円	バレーボール、バスケットボール、卓球、少年野球
	運動場	—	ソフトボール、少年野球		体育館	800円	バレーボール、バスケットボール、バドミントン、ソフトバレーボール
大塚小	体育館	500円	バドミントン、卓球、バスケットボール、ソフトバレーボール	塩津中	運動場	1,500円	ソフトボール(夜間のみ)
	運動場	—	少年野球		体育館	800円	バレーボール、バスケットボール、バドミントン、ソフトバレーボール
形原小	体育館	500円	バレーボール、少年野球、卓球、バスケットボール	形原中	体育館	800円	バレーボール、バスケットボール、バドミントン、ソフトバレーボール
	運動場	—	少年野球		武道場	500円	剣道、空手
西浦小	体育館	500円	バレーボール、バドミントン、卓球、少年野球、綱引き、バスケットボール	三谷中	体育館	800円	バレーボール、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、少年野球、サッカー		蒲郡高	運動場	1,500円
形原北小	体育館	500円	バドミントン、バスケットボール、ソフトバレーボール、ダンス	三谷水産高	体育館	500円	バレーボール、バスケットボール
	運動場	—	少年野球		武道場	500円	剣道、空手、柔道
					運動場	—	ソフトボール、サッカー、少年野球

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。なお、学年は新学年です。

種 目	名 称	練習日時	練習場所・申し込み	募集対象・人数	責任者
剣 道	蒲郡剣道	月 日 日 日 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 男女30人(一般可)	稲吉 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 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 午後7時～9時	武道館柔道場 随時受付	小学1年～中学3年生 男女20人(高校生・一般可)	足立京司 ☎67♦2594
空 手 道	蒲郡空手道	月 日 午後7時～8時45分	月曜：武道館柔道場 金曜：武道館剣道場	小学1年～中学3年生 男女30人(高校生・一般可)	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 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、北部小ほか (入団説明会)3月25日回 午前9時30分～市民体育センター	小学2～5年生 男女40人	小林正充 ☎090♦8957♦2557
バレーボール	蒲郡JVC	日 日 午後6時30分～9時 日 日 午前9時～午後5時 1～4年生は日 日のみでも可	三谷東小体育館 随時受付	小学生 男女	足立沙織 ☎080♦3656♦2062
		調整中	調整中	中学生	鈴木弘美 ☎080♦3670♦2410
卓 球	形原ジュニア 卓球クラブ	月 日 日 日 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 男女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18日(日)午後5時～ 市民体育センター 会議室	小学生 男女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18日	中学生 男女30人	鈴木孝典 ☎69♦7423
	オーシャンブルー	日 午後1時～4時 日 午後7時～8時30分	大塚中運動場 随時受付	幼児～小学6年生 男女	藤田 了 ☎080♦5135♦6897
	アトラス	1・2年生 日 午前9時～正午 3～6年生 日 日 午前9時～正午 日 午後7時～8時30分	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 男女20人	尾崎時弘 ☎090♦1822♦7951
軟 式 野 球	蒲郡東部ツインズ	日 日 日 午前8時～正午	大塚小、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 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 午前8時30分～正午	竹島小運動場 随時受付	小学3～5年生 各男女15人	中川達也 ☎67♦3803
	蒲郡中部サニーボーイズ	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 男女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 男女15人	杉浦勝元 ☎67♦5988
	形原アトムズ	日 午前9時～午後3時 日 午前8時～正午	文化広場多目的運動場 随時受付	小学1～5年生 男女20人	小林忠久 ☎57♦2983
	形北ファイターズ	日 午前9時～正午	形原北小運動場 随時受付	小学2～4年生 男女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 男女	水野順也 ☎57♦2734

市民病院

ももごとく耳寄り情報



市民病院
☎ 66・2200

顎関節症ってご存知ですか？

顎関節は、どこにあるかご存知ですか？耳の穴の前に指をあてると、グリグリと触れるのが顎関節です。

顎関節症は、物をかんだり口の閉鎖時に咀嚼筋に痛みや違和感がある咀嚼筋群の機能障害と、口を十分に大きく開けられない、口の閉鎖時に顎関節に音がするという症状のある疾患です。

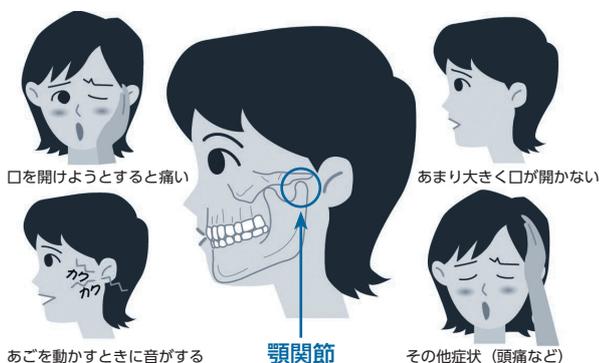
診断には、顎関節の確認のためのX線撮影や、顎関節症と同じような症状を示す疾患もあるため、必要によりCTやMRI検査を行う場合があります。MRI検査は関節円板（顎が動く時にクッションの役目をするもの）のずれを明確に診断することに対して有用です。

治療法には、消炎鎮痛剤や筋弛緩薬により顎関節の痛みを緩和する薬物療法、歯にカバーをするスプリントを装着して噛み合わせを調整し顎関節の安静を図るスプリント治療、難治症例には関節を開放したり内視鏡を用いて手術をする場合もあります。ほとんどの場

合は、薬物療法とスプリント治療で改善します。

うつぶせ寝、頬づえ、片方で食べ物をかむ癖、極端に硬いものばかり食べているなどの習慣をやめることも大切です。

顎が痛い、口が開かない、カクカク音がして痛い、このような症状がある方は歯科口腔外科を受診してください。重症になる前に早期の治療をおすすめします。



市民病院公開講座を開催します！

地域医療において自治体病院が果たすべき役割はどんなものなのか。地域包括ケアシステムの目指すべき方向性についてのお話です。

テーマ

「生命（いのち）輝かそう蒲郡市民
～惑星直列の大変革を乗り越えて～」

とき 3月28日（水）
午後3時30分～5時

ところ 市民会館東ホール

講師 公益社団法人
全国自治体病院協議会
会長 邊見公雄



※ 申し込み不要、参加費無料。



医療機関の使い分け

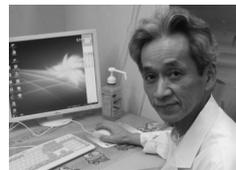
かかりつけ医を持ちましょう

先生に聞いてみた！



インタビューバトン

第12回 歯科口腔外科 部長 竹本 隆



Q 先生のご出身は？ A 大阪市です。

Q 市民病院歯科口腔外科の特色は？

A 患者さんの約半数は、近隣歯科医院からの紹介です。なかでも、親知らずの抜歯が最も多いですが、口腔がんまで対応しています。

Q 親知らずはなぜ痛くなるのですか？

A 最も後方に生えてくる親知らずは、完全に生えず、歯肉が歯冠を部分的に覆ったままとなるため、不潔で、歯肉に炎症を起こすため痛くなります。

Q 親知らずは抜いたほうがいいですか？

A 通常は抜かなくてもいいですが、傾斜している親知らずは虫歯になったりしばしば炎症を起こすため、このような症状が出た場合は抜歯の対象となります。

Q 親知らずを抜くにはどれくらいの期間がかかりますか？

A 親知らずの抜歯は、通常の抜歯とは違い、多くは歯肉切開などが必要です。人によっては抜歯後に腫れが出たり、口が開きにくくなったりすることがあります。約1週間後には、痛みや腫れは軽減していることがほとんどです。

Q 患者さんや地域の方々にひとこと

A 口の中は、歯以外に頬粘膜や舌などもあります。また、虫歯以外にも良性から悪性まで色々な病気があります。気になることがある方は、ご相談ください。

次回は麻酔科の先生です



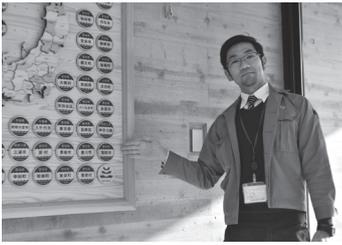
蒲郡市は東三河災害支援隊として、宮城県南三陸町に職員の派遣を行っています。今回は、今年度派遣された職員からのおたよりをお届けします。

【被災地からのおたより】

～南三陸町より～

南三陸町は、宮城県の北東部に位置し、平成23年3月11日、あの東日本大震災により甚大な被害を受けました。

その後平成28年度に防災集団移転促進団地、災害公営住宅の整備が完了し、29年度には南三陸町役場新庁舎の完成など着実に復興への道を歩み続けています。



一方で、海岸付近など、いまだ造成中で土のままの部分が目につき、道路や橋など建設中の部分

も多くみられ、やはりまだ道半ばなんだということが感じられます。

あれから7年。風化という言葉をよく耳にします。未曾有の大災害である東日本大震災が完全に忘れ去られることはないと思います。どうしても関心は薄れていつてしまいます。しかし、東北地方で何が起き、どうなったのか、そこから学んだ教訓と対策、そしてそこから立ち上がり奮闘し続けている人たちがいる事を私たちは決して忘れない、忘れてはいけないと思います。これこそが、簡潔で継続的にできる防災対策なのではないかと考えます。

一年間こちらで働かせていただき、学ぶことばかりでした。応援しているつもりが、実は応援されていたように感じます。この経験を生かしつつ、今後あの日以来被災地で闘い続ける人々を応援し続けたいと思います。(足立)

みんなで考える防災コラムは今回が最終号になります。皆さんいかがでしたか？

もしものとき、一つの知識、道具、言葉があなたをきつと助けてくれます。そして、これはいつか現実になる話かもしれません。たくさんさんの小さな備えを大切に。そして：災害に強いまち蒲郡をみんなでつくりましょう。

春を告げる深海の「桜」

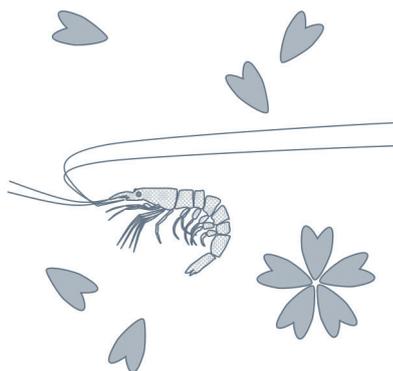
草木芽吹き地虫出づる3月。生きものの大好きな私にとって、ワクワクする季節の到来です。(…が、花粉にはおびえています)あちこちに生きものの気配を感じて目が回りそうになる…のは私だけかもしれないませんが、日ごとに加わる花の色に心が踊る方は多いのではないのでしょうか。モモにスマイレにタンポポ、そして満開の薄紅色・サクラが春の訪れを私たちに教えてくれますね。

桜といえbaumうひとつ、3月に旬を迎えるサクラエビがいます。透き通った桜色の体を指して、この名がつけました。サクラエビは深海のエビとしても知られ、水深200〜300メートルのところが群れで泳いでいます。冬の間はずっと深海にいますが、春になると、夜間に水深20〜50メートルまで浮上するようになります。これは、暖かい季節には浅い海でプランクトンが多くなり、豊富に餌が得られるためと言われます。

小さく柔らかい体で天敵の多いサクラエビは、海の中で身を守るため、体の腹側に160個ほどの発光器官を備えています。水面の光にまぎれることで、海底側にいる敵から隠れていると考えられています。彼らにとっては生き残るため

の必死の発光ですが、天敵であるヒトの私は、深海で光るサクラエビの群れに囲まれない…とのん気に夢見てしまいます。

生命の海科学館では、遠い昔のサクラエビの親戚に出会うことができます。約5億4千万年前に始まったカンブリア紀の海には、「現在のエビ・カニなどが含まれる「節足動物」の仲間が繁栄していました。鎧のような殻をもつ三葉虫やアノマロカリスにぜひ会いに来てください！



生命の海から

学芸員 松本万尋

生命の海科学館 ☎ 66♦1717



図書館 めくるくん通信

図書館 ☎ 69・3706

図書館へ行こう

◆特別コレクション 金沢ヒューマン文庫

金沢ヒューマン文庫は「人間にくずはない」、「だれにもピカリと光る何かがある」、「それを見つけだし、磨きをかけ伸ばすのが教育だ」という教育信条のもと、子どもの人権を尊重し教育実践した金沢嘉市の著書、蔵書、各種資料約2,500点が、郷里の蒲郡市に寄贈され開設されたものです。各種資料の利用は図書館受付へどうぞ♪

★金沢嘉市 (かなざわかいち)

明治41年現平田町生まれ。東部小学校、蒲郡農学校(現蒲郡高校)出身。元小学校教師。現役引退後も教育評論家として幅広く活躍した。



図書館に入った本

毎月1,000冊以上の本が入ります。
一部をご紹介します♪

- 小説・エッセイ**
『花嫁をガードせよ!』 赤川 次郎/著 実業之日本社
『私の漂流記』 曾野 綾子/著 河出書房新社
- ビジネス**
『「残業しないチーム」と「残業だらけチーム」の習慣』 石川 和男/著 明日香出版社
- 健康・美容**
『医師がすすめる「おふとんヨガ」』 橋本 和哉/著 マキノ出版
『美髪はよみがえる』 山田 佳弘/著 光文社
- 料理**
『食材3つで簡単ごちそう小鍋』 ワタナベ マキ/著 宝島社
『ぜんぶもやしレシピ』 きじま りゅうた/著 世界文化社
- 音楽**
『安室奈美恵超歌姫伝説』 アムラーウォッチャー編集部/著 辰巳出版

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。

読む 水族館



館長 小林龍二

竹島水族館
☎ 68・2059

水槽を作るヒント

■ダイビングの経験

初めてダイビングをしたのは小笠原の海だった。そこが初めてだったので自分ではよく分からなかったが、大体の人は練習プールか伊豆か沖縄、よくてバリ島などが初ダイビングらしく、海中ではシマシマ魚や蛍光ブルーの小魚がおなじみの風景で出迎えてくれる。小笠原は特殊な海域でそこにはやはり特殊で独特な魚がいてアキレスタンとかユウゼンだとかいう魚があまり歓迎的態度ではなく、困るんだ

よね、という目をして私から一定の距離を置いて肅々と泳いでいた。それが初心者のくせにゼータクな環境らしい。初心者だからシマシマとかキラキラの子魚のところで感激しないとダメらしい。例えるなら名古屋駅前と蒲郡駅前のくわからん例えかな。
2回目は石垣島で潜った。この時はなぜか「魚たちの水中世界にロボットの装備で入っていく陸上のオロカモノ」という自虐的感覚に襲われ、若干パニックになりかけた。水中というのはお魚さんたちが天

下の場所で普段風呂ぐらいでしか水につからない生き物が図々しく入ってはならんのだな、ということをやや感じた。
そのあと場所移動をして、おもちゃ箱をひっくり返したようなカラフルなサンゴとおびただしい蛍光色の魚の群れの中でブカブカ浮く、というコースも体験してこちらは単純に楽しかった。
■自然が先生
元旦にリニューアルした竹島水族館の水槽は深海の水槽が主ですがサンゴの水槽もいくつもリニューアルして、水槽内の装飾はすべて私が担当しました。小笠原と石垣島で見て目に焼き付いた水中風景を参考に設計しました。

以前から私は水槽内装飾は自然をそのまま切り取って再現してもうまくいかない、自然には勝てない、ということをして他の立派な水族館を多く視察して自慢される日々の中で冷静に見破っておったのだ。見て来た自然の風景を凝縮して想像を膨らませた中で表現化して世界観を出すのがポイントとなる。エラそうに難しいことを述べておりますがこれができれば苦労ない。
今回作った水槽では上からでも横からでも見て楽しめる水槽や、水槽内でうまく魚が上と下に種類別に分かれて暮らしていたり、光と影や色を使った錯覚を取り入れたりして工夫や仕組みを盛り込んで結構うまく魚たちの世界を表現できました。大本のお手本は実際の自然。自然に出て自分で自然を見ないと魚たちもお客さんも楽しめ水槽は作れません。



筋トレを取り入れよう！

筋トレと聞くと面倒くさい、続かないと思いがちですが、家庭でも手軽に短時間でできるものもあります。いつまでも健康でいきいきとした生活を送るためにも自分の体力に合わせて筋トレを生活の中に取り入れましょう。

★筋トレの効果

肥満予防

年齢を重ねると筋肉量が減って代謝が下がり、若い頃とおなじように食べていても太りやすくなります。筋トレにより安静時のエネルギー代謝が上がり、太りにくい体をつくることができます。また、生活習慣病予防にも効果があります。

若返り

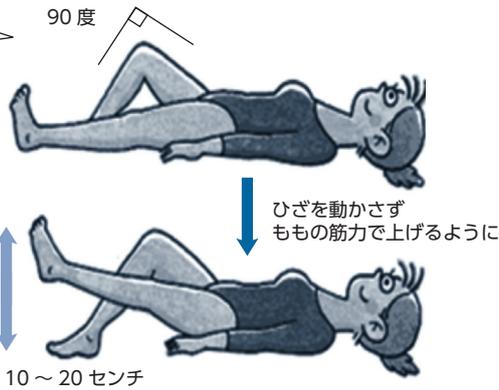
成長ホルモン、別名若返りホルモンの分泌が促され、肌や髪につやが出て実年齢より若く見える効果があるといわれています。また、筋肉が強化されることで姿勢がよくなります。

腰痛・膝痛予防

骨を支える周囲の筋肉を鍛えることによって、関節にかかる負担を小さくすることができ、筋肉が天然のサポーターになり予防につながります。

★簡単膝痛予防筋トレ

- ①横になって片足の膝を立てる
- ②伸ばしている方の足を10〜20センチ上げてゆっくり5秒数える
- ③両足交互に10回繰り返す



初めは膝を曲げたまま、数センチ、数秒からでもいいので無理のない範囲で始めましょう。

10〜20センチ

脱メタボのための 筋トレ体操実践教室

申し込み不要
参加費無料



とき 3月10日(土) 開場 午前9時30分
午前の部 午前10時〜午後1時30分
午後の部 午後1時30分〜5時
(午前、午後の部とも同内容)
ところ 市民体育センター競技場

持ち物
タオル、上靴
運動しやすい服装



音楽に合わせて
体を動かすと
楽しいよ！

内容 筋トレ体操実践教室「メタボ体操」

- ①午前10時〜11時30分
- ②午後1時30分〜3時

市民病院の専門スタッフの創意工夫により誕生した脱メタボのための筋トレ体操、通称「メタボ体操」。水戸黄門など皆さんご存知の音楽に合わせて簡単な動きで体を動かすのでどなたでも楽しくできます。



メタボ測定

自分の体の状態を把握しておくことがとても大切です。

- ①午前11時30分〜午後1時30分
- ②午後3時〜5時

身長、体重、血圧、心拍数、体成分、骨密度、足型視力、血糖、足指力、肺年齢、血管年齢、脳年齢
物忘れ診断など



骨密度測定



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	5・12・19・26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)	3日㊤	午前9時20分～9時30分	妊婦さんとその夫、体操のできる服装(※)
子育て相談	1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)	15日㊤	午前9時45分～10時	5～6カ月児(※)
カミカミ教室(離乳食後期)	14日㊤		9～10カ月児(※)
1歳児教室☆	19日㊤	午前9時45分～10時45分	1歳の誕生月児(※)
2歳児教室	9日㊤	午前9時45分～10時	2歳の誕生月児(※)
はじめての歯科健診 ☆	2日㊤	午後1時～1時45分	1歳2～3カ月児
2歳児歯科健診 ☆	16日㊤	午後0時50分～1時45分	2歳～2歳3カ月児 フッ素塗布(無料)、 歯ブラシ(※)

◎4カ月・1歳8カ月・3歳児健康診査は対象の方に個別通知します。 ☆ 個別通知します

名称	とき	対象(持ち物)	ところ
健康相談・栄養相談・歯科相談 <予約制>	23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	保健センター
健診結果活用セミナー <予約制>	18日㊤	午前10時～正午 どなたでも(筆記用具・タオル・健診結果)	西部公民館

名称	とき	集合時間	集合場所など(雨天中止)
蒲南コースを歩こう会	5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	12日㊤	午前9時	若宮公園時計塔前 ノルディックウォーキング
形原西浦の名所をめぐる ウォーキング会	31日㊤	午前9時30分	名鉄こどもの国駅

知っ得講座！健康情報

適正体重を保ちましょう！

肥満が問題にされがちですが、やせも健康を考えたとき問題になります。特に女性のやせは、骨粗しょう症、妊娠・出産などに悪影響を与えるとされており、適正体重を保つことが大切になってきます。

①やせ型女性は増えているの？

平成28年国民健康・栄養調査によると、20歳代女性の約5人に1人がやせているという結果が出ています。蒲郡市のヤングエイジ健診の所見でも、やせが1位となっています。

②あなたは適正体重？

BMI(体格指数)は、体重と身長を用いて肥満度を出すことができます。



BMIで体格をチェック！

体重(キログラム) ÷ [身長(メートル) × 身長(メートル)]

BMI判定基準	
～18.4	やせ
18.5～24.9	標準
25～	肥満

③規則正しい生活改善を！

健康な体をつくるには、1日3食の食事をしっかりとることです。間違ったダイエットは危険です。自分の体型を知り、正しい体重コントロールを心がけましょう。また、短い時間でも運動習慣を身につけることで代謝がよくなり、健康づくりにつながります。

3月1日～8日は、
女性の健康週間！



がん検診、ヤングエイジ健診を受けましょう。
受診票をご希望の方はご連絡ください。

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

遊びにおいでよ
児童館へ

りょう
じかん 午前9時～午後5時

おやすみ 4・11・18・25日(日)、21日(祝)

行事	絵本の読み聞かせ	体操・リズム親子遊び	小中生の遊び	こどもと家庭相談日
児童館名	幼 乳幼児向け 小 小学生向け			
みや児童館 ☎67・0077	幼 6・13日(日) 10時30分～ 小 6・20日(日) 16時～	● 2・9・16日(金) 10時30分～ ● 13日(日) 10時30分～ うた遊び ● 14日(日) 10時30分～ 赤ちゃんサロン(計測)	● 3・17日(土) 9時30分～ 将棋教室 ● 10・24日(土) 14時～ みんなで遊ぼう ● 15日(日) 15時30分～ 手芸教室 ● 22日(日) 14時30分～ 卓球大会 ● 27日(日) 13時30分～ 人形劇わ・わ・わ	● 13日(日) 14時30分～ 16時30分 ● 27日(日) 10時～正午
ちゅうぶ児童館 ☎68・0066	幼 15日(日) 10時30分～ ● 13日(日) 10時30分～ お話玉手箱 ● 20日(日) 10時30分～ 絵本のじかん	● 1日(日) 10時30分～ 人形劇とうふねこ座 ● 7日(日) 10時30分～ どリーむちやいむ ● 14日(日) 10時30分～ ● 6日(日) 10時30分～ 赤ちゃんサロン	● 13日(日) 16時～ みんなで遊ぼう ● 15日(日) 16時～ 防犯教室	● 1日(日) 14時30分～ 16時30分 ● 16日(日) 10時～正午
にしうら児童館 ☎56・0450	幼 9日(金) 10時30分～ 23日(金) 11時～ 小 2日(金) 15時45分～	● 2・16日(金) 10時30分～ ● 7日(日) 10時30分～ ● 14日(日) 10時30分～ 3B体操 ● 1日(日) 10時30分～ 赤ちゃんサロン(計測)	● 3日(土) 13時30分～ 卓球教室 ● 8・22日(日) 15時45分～ 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

りょう
じかん 午前9時～午後5時

おやすみ 5・12・19・26日(月)、21日(祝)

おおつか児童館 ☎59・6671	幼 14日(日) 11時～ ● 16日(金) 11時～ おはなし宅急便	● 1・8・15日(日) 10時30分～ ● 6・13日(日) 10時30分～ ● 9日(日) 10時30分～ 赤ちゃんサロン	● 1日(日) 15時30分～ お茶会 ● 3日(土) 10時30分～ 将棋で遊ぼう ● 10日(日) 14時～ 卓球で遊ぼう ● 15日(日) 15時30分～ かがくで遊ぼう ● 20日(日) 15時30分～ お琴とフルーツの会 ● 27日(日) 13時30分～ 人形劇わ・わ・わ	● 13日(日) 14時30分～ 16時30分 ● 27日(日) 10時～正午
しおつ児童館 ☎68・8515	幼 2・9・16・23日(金) 10時30分～ 小 27日(日) 15時30分～	● 7・14日(日) 10時30分～ ● 13日(日) 10時30分～ 赤ちゃんサロン	● 13日(日) 15時30分～ みんなで遊ぼう ● 17日(土) 13時15分～ 作ろう遊ぼう ● 20日(日) 15時30分～ おたのしみの会 ● 22日(日) 15時15分～ 防犯教室 ● 30日(金) 10時30分～ 人形劇わ・わ・わ	● 7日(日) 14時30分～ 16時30分
かたはら児童館 ☎57・1422	幼 2日(金) 11時～ ● 13日(日) 10時30分～ ● 22日(日) 11時～ おはなし宅急便 小 13日(日) 16時～ 紙芝居おじさん ● 27日(日) 16時～ とびだせお話	● 7・14日(日) 10時30分～ ● 16日(金) 11時～ 絵本とふれあい遊び ● 9日(日) 10時15分～ 赤ちゃんサロン(計測)	● 8日(日) 16時～ 科学あそび ● 20日(日) 13時30分～ お茶会 ● 22日(日) 16時～ みんなで遊ぼう ● 27日(日) 11時～ 手品	● 8日(日) 10時～正午 ● 22日(日) 14時30分～ 16時30分

りょう
じかん 午前9時～午後5時

おやすみ 6・13・20・27日(火)、21日(祝)

がまごおり児童館 ☎67・8515	幼 7・28日(日) 10時30分～ 小 28日(日) 10時45分～	● 1・8・15・22日(日) 10時30分～ ● 11日(日) 10時30分～ パパとあそぼう ● 14日(日) 10時30分～ 赤ちゃんサロン	● 10日(土) 14時～ 工作あそび ● 15日(日) 15時30分～ みんなで遊ぼう ● 23日(金) 14時～ ひろこばあばの影絵あそび	● 1日(日) 14時30分～ 16時30分 ● 15日(日) 10時～正午
----------------------	--	---	---	--

行ってみよう！ やってみよう！

ところ ユトリナー蒲郡 申し込み ユトリナー蒲郡へ。 ※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
ユトリナー蒲郡 ☎570123	水中教室	アクアフィットネス	12	3月3・17日㊥	14時～15時	無料※
		ワンポイント(1人10分程度)	9	毎週㊤	14時～16時	無料※
	ヨガ	ほっとでボディーケア教室	12	4月5・12・19日㊤	10時30分～11時30分	1回700円 1カ月2,000円 3カ月5,000円
		ホットDEダンシング教室(65歳未満)			19時～20時	
		美スタイルヨガ教室	18	4月3・10・17日㊤	19時30分～20時30分	
		身体のバランスヨガ教室			10時30分～11時30分	
		夜ヨガ教室			19時～20時	
	ちよっとおそヨガ教室	10	4月6・13・20日㊤	19時30分～20時30分		
	『介護予防』初めての椅子ヨガ教室	10	4月5・12・19日㊤	10時30分～11時45分		
	バランスボール運動教室	15	4月3・10・17日㊤	10時30分～11時30分		
	キッズダンス チーム・ジ・ハピ	リトル(4歳～)	20	4月6・13・20日㊤	16時30分～17時20分	
		ジュニア(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	
	ベビーとママのヨガ教室(3カ月～1歳程度)	10	4月20日㊤	10時30分～11時30分	700円	
	自分で作るシルバージュエリー教室	8	3月6日㊤	15時15分～16時15分	2,000円(材料別)	
	簡単な生け花	10	3月13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15日㊤	14時～16時	1,000円	
	和布で季節の飾り物教室	8	3月17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6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8・22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 参加費を添えて市民体育センターへ。

問合せ先	講座名		定員	とき		参加費など
市民体育センター ☎693241	クラシックバレエ	幼児科 年少～年長	4月2・9・16・23日㊤	17時～17時45分	4回4,000円 (1回参加の場合1,200円)	
		児童科 小学生		18時～18時45分		
		初心者 大人		19時～19時45分		
		経験者 大人		20時～20時45分		
	ストレッチ&エアロビ	一般	4月2・9・16・23日㊤	13時45分～14時45分	4回2,000円	
	親子でリトミック (わらべうたあそび)	1歳6カ月～入園前	4月3・17日㊤	9時45分～10時30分	2回1,000円	
		3カ月～1歳5カ月		10時45分～11時30分		
		1歳6カ月～入園前	4月10・24日㊤	9時45分～10時30分		
	ヨガ	初級	月曜	4月9・16・23日㊤	9時30分～10時30分 11時50分～12時50分	3回1,500円
			水曜	4月11・18・25日㊤	11時55分～12時55分	
		中級	4月12・19・26日㊤	13時30分～14時30分		
		ママヨガ (子ども同伴可)	①	4月9・16・23日㊤	10時40分～11時40分	
		②	4月11・18・25日㊤	9時30分～10時30分		
		産後ヨガ(1～8カ月児の母)	4月11・18・25日㊤	10時45分～11時45分		
	夜ヨガ～ソフトヨガ～ アクティブヨガ・体験コース	4月3・10・17・24日㊤	20時10分～21時 19時10分～20時	3回1,800円		
	ヒップホップダンス	初心者クラス	4月11・25日㊤	18時30分～19時30分	1回600円	
		初級・中級クラス		19時30分～20時20分	2回1,200円	
	太極拳 入門	入門クラス	4月3・10・17・24日㊤	9時30分～10時30分	4回2,000円	
		初級クラス		10時40分～11時40分		
	ピラティス (からだの歪みの改善)	初級	4月3・10・17・24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11・25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4・11・18・25日㊤	19時30分～20時30分	4回3,200円		
笑いヨガ～笑って健康増進!～		4月12日㊤	10時15分～11時45分	1回500円		
		4月26日㊤	15時～16時30分			
ルーシーダットン (自己全体の体操)	前半	4月6・13・20・27日㊤	9時30分～10時30分	4回2,000円		
	後半		10時45分～11時45分			
硬式テニス無料体験教室	小学1～3年生	4月8日㊤	9時30分～10時10分	無料		
	小学4～6年生		10時20分～11時30分			
	初心者大人18～64歳		18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7日(日)	山本佳樹、佐伯ひな子	市民相談室 市民課 ☎66♦1110
	3月14日(日)	村瀬法晃、石黒貴美代	
	3月28日(日)	岩瀬雅史、森厚子 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28日(日) (3月19日(日))	午後1時～4時 弁護士	勤労福祉会館相談室 ☎69♦3911
	4月4日(日) (3月26日(日))		
	4月11日(日) (4月2日(日))	午後1時～4時 弁護士	
	3月23日(土) (3月12日(日)) 4月13日(土) (4月2日(日))		
家庭・児童の養育相談	月～金曜日 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	3月2・16日(土) 午前10時～午後4時 社会保険労務士	保険年金課 ☎66♦1101	
	3月1・8・15・22日(日) 受付 午前9時30分～午後3時 社会保険労務士 〈予約制〉 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～金曜日 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〉 職場での悩みごと・困りごと	3月14日(日) 午後1時～4時 予約は前日の午前まで 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8・22日(日) 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 観光商工課 ☎66♦1118	
若者就労相談(15～39歳)	火～土曜日 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・水・金曜日 午前9時～午後4時 子ども若者相談員	青少年センター 生命の海科学館 ☎95♦3100	
測量・土地境界相談〈予約制〉	3月9日(土) 午後1時～4時 予約は前日の午前まで 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～金曜日 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〉	金曜日 午前10時～午後4時 キャリアカウンセラー	
	子育て相談	月～金曜日 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	子育て支援センター 東部 ☎67♦0022 ★中央 ☎69♦3511 ★西部 ☎57♦8066 ★子育て支援課 ☎66♦1107 (★コンシェルジュ常駐)

虐待の通報 虐待などに関する相談や通報は…

対象者	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 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

東日本大震災義援金
平成28年熊本地震災害義援金
市役所玄関内で受け付けています。



講座・教室

クラフトバンド講座

市民会館 ☎67・5151
生涯学習課

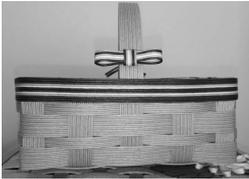
クラフトバンドでカゴやバックを作ってみよう。

とき 3月19日・26日 各月曜日 全2回 午後1時〜3時

ところ 市民会館 談話室
定員 10人

対象 市内在住・在勤の方
材料費 2回千600円

申し込み・問合せ 3月7日(水)〜直接または電話で市民会館へ。



音訳ボランティア養成講座

図書館 ☎69・3706

とき 5月8日〜平成31年4月23日 第2・4火曜日

うち22回 午前10時〜正午

ところ 蒲郡公民館

対象 図書館で音訳ボランティアとして活動できる方

定員 10人

参加費 無料※テキスト代千500円(初回徴収)

申し込み 4月15日(日)までに直接または電話で図書館へ。

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24日(出) 午前10時〜午後0時30分

ところ 大塚公民館

内容 カップちらし寿司、豚汁、カルピス寒天

対象 市内在住の小学4〜

6年生とその親

定員 12人

参加費 一人300円(材料費含む)

持ち物 エプロン、三角巾、布巾3枚、飲み物

申し込み 3月9日(金)までに直接または電話で大塚公民館(☎59・8820)へ。

暮らしの教室得ダネ講座 口の中の病気を学ぼう

寿楽荘 ☎59・7411
長寿課

とき 3月23日(金) 午後1時30分〜2時30分

ところ 寿楽荘 集会室

対象 市内在住の60歳以上の方

定員 20人(定員を超えた場合は抽選)

参加費 無料

申し込み 3月16日(金)までに電話またはファクスで住所・氏名・年齢・電話番号を寿楽荘へ。

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7日〜21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 18人
申し込み 3月19日(月)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)へ。

申し込み 3月19日(月)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)へ。

BOAT RACE 請郡

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		
本	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	月	火	水	木	金	土	
本場	GIII																															
3月																																
外																																
同																																
発																																
売																																

ミニ統計 (H30.2.1現在)

1月中の異動

人口	80,465人(-18)	出生	37人
男	39,728人(+1)	死亡	105人
女	40,737人(-19)	転入	209人
世帯	31,998(+53)	転出	157人

()は前月との比較



催し

手織り三河木綿工房手織場展

観光工商課 ☎66・1119

手織り三河木綿工房「手織場」では、昔ながらの製法、器具にこだわり、蒲郡の織維のルーツでもある三河木綿を復元、製作しています。工房スタッフや受講生のぬくもりある作品をぜひご覧ください。
とき 3月16日(金)～18日(日)
午前10時～午後4時30分
※最終日は午後3時30分まで
ところ 博物館 ギャラリー
内容 作品や器具の展示、作業工程の実演・体験など。
※入場無料。綿の種プレゼンともあります。



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(木)～4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

懐かしの漫画展

図書館 ☎69・3706

昭和期に愛された漫画を展示します。

とき 3月15日(木)～25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

中央公園 桜ライトアップ

都市計画課 ☎66・1141

約500本のソメイヨシノが咲く中央公園でライトアップを行います。昼とは違った表情の桜を満喫しませんか。期間中は運動場を臨時駐車場として開放します。

とき 3月30日(金)～4月15日(日)
午後6時～8時30分
※開花状況によっては期間を

変更する場合があります。

ゴミは各自で持ち帰りましょう。



人権作品展

市民課 ☎66・1110

市内幼稚園・保育園、小・中学校に通う子どもたちによる人権に関する絵画・書道などの作品を展示します。

とき 3月8日(木)～14日(水)
午前10時～午後5時
※初日午後1時～、最終日午後4時まで
その他 ぬりえしたじぎ作成(無料) 10日(土)午前10時～午後4時、11日(日)午前10時～午後3時
ところ 博物館ギャラリー

月例茶会

文化協会 ☎68・5509
生涯学習課

とき 4月22日(日) 午前10時～午後3時

席主 中野宗恵(表千家)
ところ 市民会館 三興庵
茶券 1席500円
※当日券のみ三興庵で販売

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18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 蒲っこフェス・吹奏楽演奏
中ホール バレエ・カラオケ大会
その他 ふれあい移動動物園、ちびっ子警察撮影会、手形プレート作成、飲食出店など
入場料 無料
大抽選会 午後3時40分～大ホール(抽選券は午前11時30分～午後3時(先着千500人)に配布)

広報がまごおり保存用ファイルの配布終了について

毎年、広報がまごおり4月号と同時に配布していた「広報がまごおり保存用ファイル」と綴じひもの配布は昨年をもって終了させていただきます。長年のご利用ありがとうございました。

秘書広報課 ☎66・1145

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

とき	講義内容
12日(月)	糖尿病とは・合併症
13日(火)	歯周病関連 検査(歯ブラシ持参)
14日(水)	食事の話
15日(木)	薬・運動
16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。

3月の休館日

図書館	5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・30日(金)	市民会館	6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)
博物館	5日(月)・12日(月)・19日(月)・20日(火)・26日(月)	竹島水族館	6日(火)・13日(火)
生命の海科学館	6日(火)・13日(火)・20日(火)	ユトリーナ蒲郡	5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)
		海辺の文学記念館	6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)



ぱしふいっくびいなす 再寄港!

またまたクルーズ船「ぱしふいっくびいなす」が蒲郡にやってくるよ! 入出港の歓迎行事を行いますので、ぜひご参加ください。



とき 3月9日(金) 入港 午前8時~
出港 午後7時~

ところ 蒲郡ふ頭9号岸壁

内容 入港…当日配布する手旗を振って歓迎します。(天候により入港時間が変更になる場合あり)

出港…和太鼓「海燕」による演奏と手筒花火

アクセス 午前7時から蒲郡駅より臨時無料シャトルバスを運行します。駐車場600台あり。

土木港湾課 ☎ 66♦1152



乗って残そう! 赤い電車 にしがま シーサイドウォーク

名鉄西尾・蒲郡線の新たな魅力を探しに出かけよう! 西浦駅をスタートし、潮風が心地良い海沿いのコースを西幡豆駅まで歩くウォーキングを開催します。途中で電車に乗り、車窓からの風景も楽しめます。赤い電車を利用してぜひご参加ください。



とき 3月25日(日) 受付 午前9時~11時

コース スタート: 西浦駅
ゴール: 西幡豆駅
距離: 約12.5キロ

※申し込み不要



交通防犯課 ☎ 66♦1156

企画展

へいさかかいどう 平坂街道をたどる

えっ! あの道が!?
当時のルートを細かく再現!

平坂街道は、小坂井(豊川市) - 蒲郡 - 深溝(幸田町) - 平坂(西尾市)を結ぶかつての主要道路です。約40キロの街道をたどりながら、町の新旧を比べ、地域の歴史や文化財について紹介します。



明治時代の地図(太い線が平坂街道)



県指定文化財「古面」
(小坂井・寛足神社蔵)

学芸員による展示説明

3月11日(日) 午後2時~30分程度



本町銀座通り
(昭和20年代末頃)

3月2日(金)~25日(日)

博物館 1階 特別展示室

休館日: 月曜日、第3火曜日

午前10時~午後5時(入館は午後4時30分まで)

入場無料

博物館 ☎ 68♦1881

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30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2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	3件	3件(+2)
救急	389件	389件(+57)

※累計期間は平成30年1月

消防団観閲式

消防本部総務課 ☎68・0936

市内の消防団員が一同に会し、市長からの観閲をうけます。市内9分団の勇姿をご覧ください。

とき 3月11日(日) 午前10時30分～11時30分

ところ とよおか湖公園
駐車場 とよおか湖西側臨時駐車場

※とよおか湖公園北側一部が利用できなくなります。ご協力をお願いします。

地元企業合同会社説明会

観光商工課 ☎66・1119

とき 3月17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 平成31年春卒業予定の大学・短大・高専・専門学校生

問合せ 商工会議所学生就職情報センター (☎68・7171)

ホームページ 蒲郡商工会議所検索

※申し込み不要、参加費無料。



スポーツ

体育課 ☎66・1222

陸上競技教室

とき 4月7日～平成31年3月31日 午前9時～11時

ところ 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

参加費 公園グラウンド陸上競技場

※別途Tシャツ代(千500円)申し込み

説明会・開校式 公園グラウンド

同時募集 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。練習日に教室スタッフへ。

問合せ 手嶋 (☎090・993318473)

健康シヨギング教室

とき 4月1日～平成31年3月31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。



募集

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、関連するイベントを実施していただける個人・団体を募集します。対象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(木)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)

ーシ)にあります)を観光商工課(〒443-8601)へ。

さがらの森

作業ボランティア募集

体育課 ☎66・1222

草刈機による除草(草刈り、片付け)作業などを行います。とき 毎月第3土曜日 午前中

ところ さがらの森

申し込み 4月6日(金)までに直接、市民体育センターへ。

問合せ さがらの森モリクラブ 鈴木彦巨 (☎090・17500312) 酒井昭吉 (☎090・994001099) へ。

学校教育ビジョン(改定版)パブリックコメント募集

概要 次期学習指導要領の全面実施に向けて改定するものです。

募集期間 3月1日(木)～30日(金)

閲覧場所 学校教育課、情報公開コーナー(市役所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・電話番号を学校教育課(FAX66・1184E メール gakko@city.gamagori.lg.jp) へ。

学校教育課 ☎66・1165

生命の科学館 ☎66・1717

3月イベントカレンダー

★ミニ企画展 「色彩×宇宙から見た地球の姿」 3月21日(祝)から開催

3(土) 身のまわりのふしぎ No.12 今年度最後の「あいうえおも」!

4(日) 平出さん・中村さんとそのなかまたちのマジックショー

10(土) アンモナイトをさがそう! 朗読ファンタジー音楽とともに

11(日) おしやべり☆かがくかん 「せいめいのれきし」

17(土) レザークラフト 小学校中学年対象「かがく教室」

18(日) 風が飛ぶ種の秘密を知ろう 海を観る・地球を知る

21(祝) 体験!海洋研究最前線 in 蒲郡 講演会 「宇宙から海洋プラントンを観る」

24(土) おはなしライブ

25(日) おしやべり☆かがくかん 「水晶」

31(土) マイコンプログラミング教室

木工作业 3月10日・11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 ワーク ショップ 講演会 おはなし

自衛官募集

防災課 ☎66・1208

一般曹候補生、幹部候補生を募集します。

種目	応募資格	受付期間	試験日
一般曹候補生	18歳以上 27歳未満の方	3月1日(木)～ 5月1日(火)	5月26日(土)
幹部候補生(一般)	22歳以上 26歳未満の方(修士課程修了・修了見込みの場合は28歳未満の方)		5月12日(土) 13日(日)
幹部候補生(歯科・薬剤科)	専門の大学を卒業した・卒業見込みの方 ※ 歯科は30歳未満、薬剤科は28歳未満の方		5月12日(土)

問合せ先 自衛隊愛知地方協力本部豊川地域事務所(☎852411)



その他の情報

青少年団体等互助会 にご加入を

体育課 ☎66・1222

加入した団体の活動中に傷害事故が起きた時、見舞金を給付します。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 会費を納入した日～平成31年3月31日
※前年度加入団体は4月中の手続きで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・問合せ先 4月1日(日)～直接、青少年団体等互助会事務局(市民体育センター内 ☎69・3241)へ。

体験！海洋研究最前線 in 蒲郡

海を観る・地球を知る

名古屋大学・宇宙地球環境研究所の研究者に、海の色彩のヒミツ、気候変動・地球温暖化のことを聞いてみよう！

とき 3月21日(祝) 午前10時～午後3時
ところ 生命の海科学館
内容 海流の実験、プランクトンの観察など
※申し込み不要、参加費無料。

講演会 宇宙から海洋プランクトンを観る

人工衛星を活用した地球規模での海洋研究の最前線についての講演会です。

とき 3月21日(祝) 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 名古屋大学宇宙地球環境研究所副所長 石坂丞二
対象 中学生以上の方
定員 60人(当日整理券配布)
※申し込み不要、参加費無料。

生命の海科学館 ☎66・1717



認可外保育施設の保育料を補助します

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29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・児童とも蒲郡市に住民票があること
- ②世帯で18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就労しているなど、市の保育園入所基準の保育標準時間認定を満たしている

補助金額 保護者が対象施設に支払った平成29年度分の保育料 ※月額53,000円以内

提出期限 4月6日(金)



子育て支援課 ☎66・1107

警察署便り

蒲郡警察署 ☎68・01110

非行の芽 はやめにつもう

みな我が子

ツイッター、ラインなどのSNSは名前などを隠したままで、多人数と交流できることから、犯罪者にとって便利なシステムとなっています。子どもたちが、興味本位でSNSを利用した結果、凶悪犯罪や性的被害を受けるケースが後を絶ちません。

犯罪被害から、子どもたちを守るために

○スマートフォンやSNSのリスクについて話し合い、ルールを決める。

○保護者が子どものスマートフォン契約時にフィルタリングを積極的に利用する。

市内の犯罪発生状況(平成29年中)

総数	537件(-132)
侵入盗	54件(-38)
自動車盗	4件(-6)
特殊詐欺	4件(-4)
自転車盗	92件(+2)

市内の交通事故発生状況(平成29年中)

死亡事故	3件(-1)
人身事故	424件(+19)

()内は前年比

3月から国民年金の手続きにマイナンバー(個人番号)が必要になります

保険年金課 ☎66・1101

対象

- 国民年金加入中の方
- 国民年金に加入する20～59歳の方
- 国民年金に任意で加入する60歳以上の方

持ち物 窓口に来る方の身分証明書(運転免許証など)、年金手帳、印鑑、マイナンバー(個人番号)カードまたは通知カード
※代理人が手続きする場合は委任状が必要。

問合先 保険年金課、豊橋年金事務所(☎0532・4111)

Jアラート
全国一斉情報伝達訓練

防災課 ☎66・1208

いざというときに備え、防災行政無線(屋外拡声器)・防災ラジオによるJアラート伝達訓練を行います。ご協力をお願いします。

とき 3月14日(水) 午前11時

ところ 市内全域

- 上り4音チャイム
- これは、Jアラートのテストです。「×3回
- こちらは蒲郡市です。」
- 下り4音チャイム

東三河勤労者福祉サービスセンター 無料相談

観光商工課 ☎66・1119

勤労、生活、金融に関する悩み事などの無料相談受付中。気軽にご利用ください。相談内容によっては必要に応じて面談も行います。

対象 東三河在住・在勤の勤労者

相談日 平日、第2・4日曜日(事前予約者に限る)
午前10時～正午、午後1時～4時

費用 無料※専門家に実務依頼する場合は別途有料
問合先 県労働者福祉協議会東三河支部(東海労働金豊橋支店内 ☎0532・64777)

ごみ減量4コマ その34 リサイクル みんなで参加 オリンピック

環境清掃課 ☎57・4100

聞いたことあるよな。
小型家電が東京オリンピックのメダルになるって話知ってるかい?



みんなのメダルプロジェクトトって言うてね。東京オリンピックで使う全メダルを、日本中から集めた小型家電でリサイクル率100%のものにしようっていう取り組みなのよ。



市内ではアピタ蒲郡店、イオン蒲郡店、大塚公民館、三谷公民館、市役所の5カ所に小型家電ボックスが設置してあるわよ。ただし、30センチ×15センチ以内のものしか入らないから、気をつけてね。



くわしくは↓

みんなのメダプロジェクト 検索

東京オリンピックに参加してるみたいで嬉しいわね。

Vol.7

介護保険広域連合情報

新しい介護保険の被保険者証を3月中旬に郵送します

4月の介護保険東三河広域連合への統合に向け、介護保険の被保険者証などは新しいものが発行されます。65歳以上の方、40～64歳の方で要介護(要支援)認定を受けている方には、3月中旬に郵送します。

3月末までに届かない場合は東三河広域連合介護保険準備室(☎0532・26・8460)にご連絡ください。

長寿課 ☎66・1176

寿楽荘ふれあい入浴 日程変更

長寿課 寿楽荘 ☎59・7411

3月のふれあい入浴は、施設館のため実施日を変更します。

3月の実施日 3月21日(祝)
↓3月22日(休)

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
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

次の区域は3月31日から下水道を利用できます。

【単独公共下水道】

西浦町赤穴、赤浜、池田、大知柄、折敷田、蟹沢、神田ヶ入、北知柄、北馬相、五郎蔵屋敷、三反田、空ヶ谷、藤九郎山、前浜、丸落、丸山、南ヶ坪、南知柄、南馬相、宮地宮東、女松山の各一部、平田町下五反田、八百富町、竹谷町江尻、鹿島町深田の各一部

【豊川流域下水道】

海陽町一丁目の一部
とき 3月19日(月)～28日(水)
ところ 下水道課



土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

税務課 ☎66・1114

とき 4月2日(月)～5月31日(木)

ところ 税務課
縦覧できる方

○土地・家屋の固定資産税納税者、同居の親族

○納税管理人

○代理人(委任状が必要。法人の場合は代表者印)
縦覧に必要なもの 身分証明書(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)



建築基準法の改正に伴う 地区計画の変更について

都市計画課 ☎66・1142

都市緑地法等の一部を改正する法律で、4月1日に建築基準法の一部改正が施行されます。それに伴い建築基準法の引用箇所について、地区計画を変更します。

変更する地区計画 柏原工業用地地区計画

変更内容 建築基準法別表第2から引用する条項の修正

修正

保険年金課 ☎66・1103

国民健康保険の加入・脱退の手続き

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。

下記の持ち物のほか、世帯主のマイナンバーが分かるものと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)も必要です。

～異動があった日から14日以内に届出を～

	異動理由	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 ※	印鑑、職場の健康保険資格喪失証明書	市民課、保険年金課
	市外から転入してきた	印鑑、転出証明書	市民課
	子どもが生まれた	印鑑、親の保険証、母子健康手帳	市民課
国保を脱退	職場の健康保険に加入した ※	印鑑、保険証(国保)、職場の健康保険証	市民課、保険年金課
その他	・死亡した ・市外へ転出する	印鑑、保険証	市民課
	・市内転居 ・世帯や世帯主が変わった	印鑑、世帯全員の保険証	市民課
	就学などのため市外へ転出する	印鑑、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。

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

タクシーチケットを交付します

4月1日～平成31年3月31日に利用できるチケットを交付します。

現在のタクシーチケットの有効期限は3月31日(土)まで

◆福祉タクシー料金助成利用券

※自動車税・軽自動車税の減免を受けている方には交付できません。

とき 3月26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・視覚障害…1～3級 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します。

- 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26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 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、健康保険の被保険者証、運転免許証、運転経歴証明書のうちいずれか一つ。

※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

全国一斉

春の火災予防運動

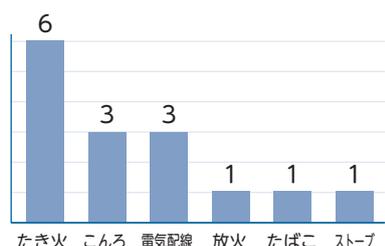
3月1日(木)～7日(水)

火の用心 ことばを形に 習慣に

平成29年度全国統一防火標語

平成29年中の市内出火原因

総出火件数23件(前年比+3件)



たき火 こんろ 電気配線 放火 たばこ ストブ

消防本部予防課 ☎ 68♦0937

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ています。お気をつけください。



設置されていますか？ 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)



高齢者運転免許証 自主返納記念品の 種類が増えます

4月から、70歳以上の方が運転免許証を自主返納した際の記念品にバス回数券を追加します。

記念品(いずれか1点)

- ①名鉄バス東部回数券 2,000円分
- ②あじさいくるりんバス回数券 2,000円分
- ③三河木綿グッズ

対象 満70歳以上の市民

手続き 警察署などで運転免許証の自主返納手続きを行い、発行された「申請による運転免許の取消通知書」を持って交通防犯課へ。

交通防犯課 ☎ 66♦1156

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



〒443-0057 蒲郡市中央本町4-27(2F)

加藤智税理士

検索

指定管理者が決まりました

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。このため、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	指定管理者団体名	指定期間(平成30年4月1日～)
南部市民センター	蒲郡市南部市民センター管理委員会	平成31年3月31日まで
養護老人ホーム	社会福祉法人不二福祉事業会	平成35年3月31日まで
中央公園、若宮公園、北浜公園、双太山公園、春日浦公園、とよおか湖公園	蒲郡造園業協同組合	

行政課 ☎ 66♦1155

平成29年度ダイオキシン類などの測定結果をお知らせします

クリーンセンターからの排出ガス

主な測定項目	単位	1号焼却炉	2号焼却炉	法律上の規制値
ダイオキシン類	ng-TEQ/Nm ³	0.00012	0.0001	5以下
窒素酸化物	p p m	94	100	250以下
ばいじん	g /Nm ³	0.001未満	0.001未満	0.08以下

埋立処分場浸出液処理施設からの放流水

主な測定項目	単位	一般廃棄物最終処分場(大塚)	一色不燃物最終処分場	法律上の規制値
ダイオキシン類	pg-TEQ/L	0.00014	平成19年4月から蒲郡市幸田町衛生組合清幸園衛生処理場で浸出液の処理をしています。	10以下
pH(水素イオン濃度)	-	6.8～8.1		5.8以上8.6以下
BOD(生物化学的酸素要求量)	mg/L	4.8		60以下
SS(浮遊物質質量)	mg/L	1未満		60以下

※ダイオキシン類・pHを除く項目の数値は平成29年4月～11月の最大値 ※pHは最小値および最大値

環境清掃課 ☎ 57♦4100



子育てコンシェルジュ通信

科学の研究や進歩により考え方が変わってきている昨今ですが、子育てにも同じことが起こっています。おばあちゃん世代とお母さん世代の情報を共有し合って楽しい子育てをしましょう。



子育ての常識 いま むかし



	むかし	いま
寝る姿勢	頭の形がよくなるから、うつ伏せで寝かせましょう	乳幼児突然死症候群(SIDS)から赤ちゃんを守るため必ず仰向けで寝かせましょう
日光浴	日光浴をしないとビタミンD欠乏症になっちゃうよ	紫外線が増加しており、皮膚がんのリスクがあるため日光浴の必要はありません
抱っこ	抱き癖がつくから、なるべく抱っこしない。子どもが泣いてすぐに抱っこすると、「甘やかしている」と言われたことも…	人への信頼関係や、心の成長も促すので、いっぱい抱っこしてあげましょう
授乳	3時間ごとにきちんと時間を決めてするのが良い	赤ちゃんによって個人差があるので無理に飲ませないようにしましょう。欲しがった時に好きなだけあげていいですよ

3月『街角コンシェルジュ』～出張相談会～ ※予約不要。気軽にお越しください。
と き・ところ 4日(日) 午前10時～午後2時30分 福祉まつり 市民会館

子育て支援課 ☎ 66♦1107

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時に提示する4月1日から利用できる高齢者料金利用証明書を発行します。

発行開始 3月1日(木)より
 ところ 長寿課、ユトリーナ蒲郡、クリーンセンター
 対象 蒲郡市に住民票がある65歳以上の方(昭和29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(個人番号)カード、住基カードなど)
 ※発行費用は無料
 その他 平成29年度の利用証明書の有効期限は3月31日(土)です。



皆さんの寄付(日赤社資)が日本赤十字社の活動を支えています!

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す。「人道・公平・中立・独立・奉仕・単一・世界性」の7つの基本原則のもと災害救護・血液事業・国際活動などさまざまな事業を行っています。

日赤蒲郡市地区では

- 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。
- 献血事業に補助金を交付しています。
- 各種災害義援金の受付、送金を行っています。
- 蒲郡市赤十字奉仕団(現在245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。

29年度実績

- ・オレンジホーム：簡易トイレ1台、携帯トイレ2セット
- ・わくわくワーク大塚：保管庫 など



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・常会を通して寄付のご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

**“新生ドラりん丸”が竹島ふ頭にやってくる!
 『キャプテン ドラえもん号』を
 見に行こう!**

「映画ドラえもん のび太の宝島」3月3日(土)公開を記念してキャプテン ドラえもん号が竹島ふ頭にやってくる!キミもイベントに参加して、優雅で迫力なキャプテンドラえもん号を目撃しよう!!



宝島
3月3日(土)
大公開!

■とき/3月17日(土) 午前9時~午後4時 ■ところ/竹島ふ頭

だれでも
参加できるよ!

- ドラえもん ハイタッチ会
- キャプテンドラえもん号 乗船体験

抽選で当たる!
(20組40名)

- 親子セイルドリル体験 ※小学生限定(保護者同伴)

プレゼント

キャプテン ドラえもん号&ラグナシア・ドラえもんイベント両方利用で
ドラえもんリストバンドプレゼント!



【詳細・抽選申し込み】「映画ドラえもん のび太の宝島」公式サイト <http://doraeiga.com> © Fujiiko Pro,Shogakukan,TV-Asahi,Shin-ei, and ADK 2018

土木港湾課 ☎ 66・1152

三河港蒲郡地区の活性化のため、イベント情報を掲載しています。

その悩みひとりで抱え込まず話してみませんか

福祉課 ☎66♦1106

3月は自殺対策強化月間

悩みを抱えていたら、ぜひご相談ください。

悩みを抱えていることに気がついたら、

声をかけてみてください。

安易に励ましたりせず、じっくりと話を聴いて、

相談窓口を紹介してあげてください。

●**こころの体温計**…いつでも・どこでも
ストレスや落ち込み度を簡単にチェック
できます。ぜひ、こころの健康状態のチ
ェックをしてみてください。
市ホームページ

●こころの相談窓口(365日)

・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



電車で行こう! 名鉄電車応援企画

こんな本があった! 岩瀬文庫平成悉皆調査中間報告展15

今年度の調査で出会った珍しい本や新発見を書簡資料を中心に紹介します。

とき 4月8日(日)まで 午前9時～午後5時

休館日: 月曜日、3月15日(木)

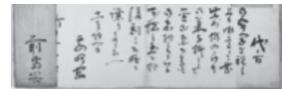
ところ 岩瀬文庫2階企画展示室 ※名鉄西尾駅から徒歩約20分。

六万石くるりんバス市街地線「図書館・岩瀬文庫西」から
徒歩約3分。

展示図録 1冊500円

※申し込み不要、入館無料。

問合先 岩瀬文庫 (☎0563♦56♦2459)



郵便の父・前島密の手紙

関連
講座

今年度の調査からわかったこと vol.15

とき 3月11日(日) 午後1時30分

ところ 岩瀬文庫研修ホール(地階)

定員 70人

講師 名古屋大学大学院教授 塩村耕

※申し込み不要、聴講無料。

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。

♪NHK「新・BS日本のうた」公開録画 観覧者を募集します♪

市民会館開館45周年を記念して、NHK「新・BS日本のうた」の公開録画を実施します。多彩な歌手たちの競演や豪華なステージで、歌の魅力を存分にお楽しみください。

とき 4月26日(木)開演:午後6時40分 終演:午後8時40分(予定) 開場:午後6時

ところ 市民会館大ホール

出演 大石まどか、大江裕、鳥羽一郎、長山洋子、三山ひろし、村木弾 ほか(五十音順)

申し込み 郵便往復はがきで必要事項を記入の上、ご応募ください。

往信おもて

返信うら

〒461-8725
NHK名古屋放送局
「新・BS日本のうた」係

何も書かない
でください。
抽選結果を印
刷して返送し
ます。

3月29日(木) 必着



鳥羽一郎



三山ひろし

注意事項

- ・郵便往復はがき以外での応募、記入もれは抽選の対象外
- ・応募多数の場合は抽選の上、入場整理券(1枚で2人まで入場可)を4月6日(金)頃送付します。
- ・1歳以上のお子さんから入場整理券が必要です。
- ・当選は1人1枚
- ・インターネットオークションなどでの転売目的の申し込みと判明した場合、抽選対象外とします。

問合先 NHKプラネット中部

(☎052♦952♦7381 平日 午前10時～午後6時)

※ご応募いただいた個人情報は抽選結果の連絡のほか、受信料のお願いに使用する場合があります。

返信おもて

返信うら

郵便番号
住所
名前

- ①郵便番号
- ②住所
- ③名前
- ④電話番号

生涯学習課 ☎66♦1167



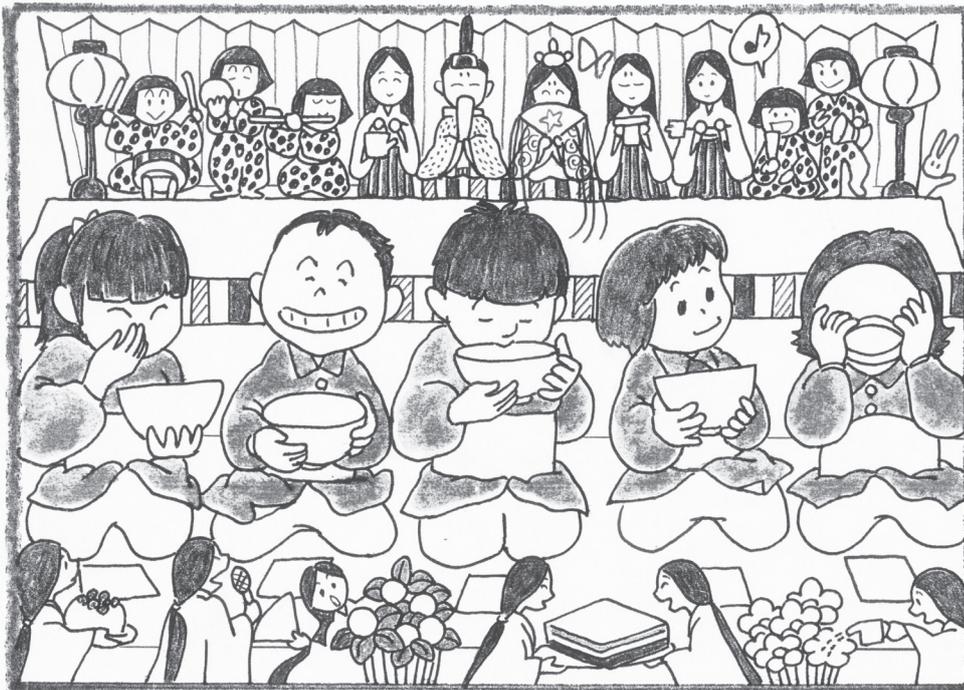
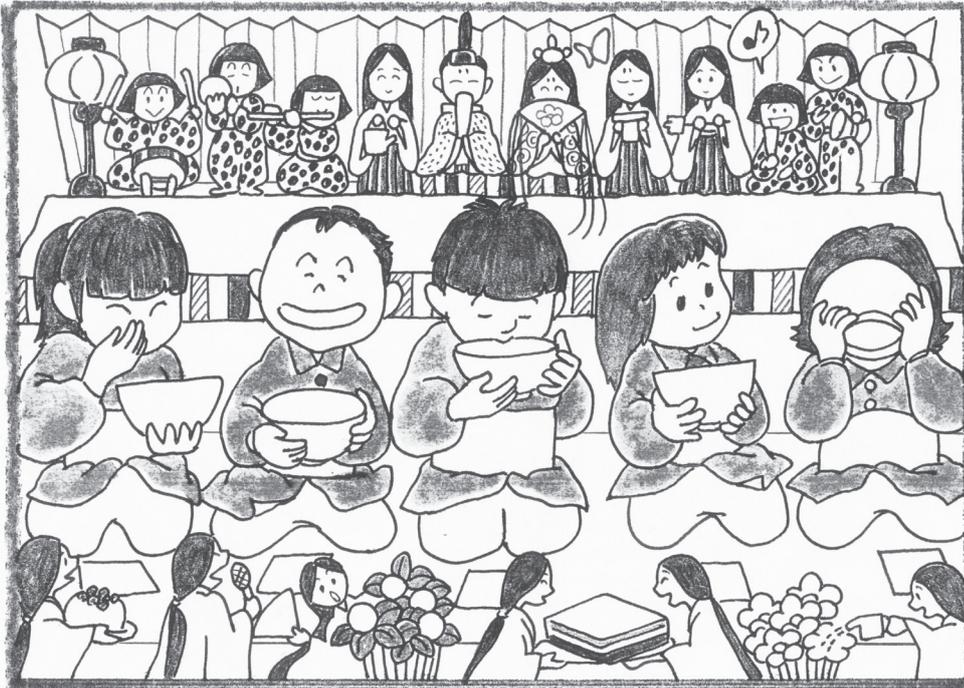
クイズまちがいざがし

2枚の絵を見くらべて、まちがいを15カ所見つけてね。全問正解された方のうち、抽選で10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◆1190)へ。当選者と答えは、広報がまごおり5月号に掲載します。



◆1月号の答え「犬たちの初詣」

今日は楽しいひな祭り

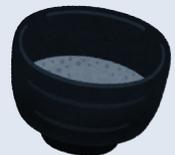
子どもたちが横一列にかしこまって毛氈もうせんに座っています。おじぎをして、お茶菓子を静かにいただく、シャカシャカシャカ…お抹茶がふんわり立ちました。おじぎをして、運ばれたお抹茶(ちょっと薄めだけど本物です)を、どの子も飲み干しました。

「苦かったあ〜」って顔で黙って座っている子どもたちがいじらしく、りりしいですね♥

朝、地元の方のお琴にうっとりして、午後はお点前をいただく、いつもとは違った和の世界。今日は楽しい三谷西保育園のひな祭りでした。

毛氈って？

厚手のフェルト状に作られた敷物。ひな祭りのときには、緋色(赤)に染められたものをひな人形の下に敷く。緋色には生命力の意味があることから、魔除けの効果を期待したいわけがある。



1月号当選者 応募総数 85通 正解者62人(五十音順・敬称略)

石川 ゆかり(形原町) 尾崎 はるよ(金平町) 小田 和美(清田町) 梶間 和夫(竹谷町) 川中 雅恵(大塚町)
坂田 吉廣(清田町) 竹内 恵子(三谷町) 中野 亮介(三谷町) 伴 由美子(本町) 森 公男(三谷町)



▲AUT+会う(2月2日)

愛知工科大学で地元企業と大学生の交流の場とする「あうカフェ」が初開催されました。愛知工科大学の略称「AUT」と企業と学生が「会う」ことを掛けて誕生した「あうカフェ」。これから始まる就職活動封切りを前に、学生たちにとってたくさんのごとを学ぶ機会となりました。



▲地元の味を堪能(1月27日・28日)

ボートレース蒲郡で農林水産まつり&食育フェスタが行われました。イベントでは、みかんをはじめ地元の食材を味わえるブースが多数出店し、2日間で43,000人が訪れました。一日回って、あーおなかいっぱい!



▲伝えたい誇り(2月4日)

キッテ名古屋で開催された「山車文化魅力発信イベント」に三谷祭西区が参加し、お囃子・神子舞・神楽舞を披露し魅力をPRしました。笛や太鼓の音に合わせて行われる神楽舞は、迫力満点。これらは4月に行われる春祭りで見ることができますよ。

▼がまGO!り(2月11日)

第34回三河湾健康マラソンが行われ、3,064人が参加しました。温かい日差しに背中を押され、強い風にも負けず、大勢のランナーたちが駆け抜けました。

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

今月のピックアップ

e.jan_gamagori

e.jan_gamagori 誰だって
地元も人も
観光に来てくれた人も
鳥だって
愛でる
それが
我らが愛すべき竹島!!!
**
暖かい休日お家にいたらもったいない
こんな日はスニーカーを履いて出掛けよう!!

#いいじゃんがまごおり #いいじゃん #愛知 #がまごおり
ライブ
#竹島 #快晴 #週末 #いい天気 #お出かけ日和
#gamagori #aichi
Instagram #instagram japan #takeshima #sunny #weekend #haveen
iceday

いいね 1283件

QRコード

ここからみてね

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!





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(木)・2日(金)	3日(土)~9日(金)	10日(土)~16日(金)	17日(土)~23日(金)	24日(土)~30日(金)	31日(土)
5	00 QVC (テレビショッピング)					
6	00 QVC (テレビショッピング)					
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	25日(土)・30日(金) 7:00~8:30 浦っこフェス 00 ショップチャンネル	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 ピカっくん番組ガイド	00 恋舞妓の京都慕情119 30 夜な夜なヨルグルメ 45 見ドコロガイド 55 ピカっくん番組ガイド	00 鉄ぶら 30 ヘルシー料理大作戦 45 見ドコロガイド 55 ピカっくん番組ガイド	00 恋舞妓の京都慕情120 30 ぐるぐるめらんど 45 見ドコロガイド 55 ピカっくん番組ガイド	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 ピカっくん番組ガイド	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 ピカっくん番組ガイド
9	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ビュービル~蒲郡市立南部保育園~ 30 幸せのめくみ 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 幸せのめくみ 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~こどものかたち~ 30 産業フォーカス 45 スローテレビ	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ちたまるある記 30 ハレソラ 45 熱血ラーメン伝
10	00 けーぶるにっぽん祭・JAPAN#10 30 検索・ステキ企業 45 時代を超えたクルマたち	00 第38回全国高等学校ゴルフ選手権春季大会中部地区予選生中継直前スペシャル 30 幸せのめくみ 45 スローテレビ	00 けーぶるにっぽん祭・JAPAN#11 30 食遊彩タ	00 フロントライン 30 マイ HomeTown	26日(土) 10:00~11:30 浦っこフェス 00 けーぶるにっぽん祭・JAPAN#12 30 幸せのめくみ 45 時代を超えたクルマたち	31日(土) 10:00~11:30 浦っこフェス 00 NHK 小さな旅 30 産業フォーカス 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~蒲郡市立南部保育園~ 45 ピカっくん番組ガイド 50 見ドコロガイド	00 赤ちゃんいっしょ! マンドリル 15 ビュービル~蒲郡市立南部保育園~ 30 刻の遺産 45 ピカっくん番組ガイド 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 ピカっくん番組ガイド 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 ピカっくん番組ガイド 50 見ドコロガイド	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 店ばな工房 15 ビュービル~こどものかたち~ 45 ピカっくん番組ガイド 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 ちたまるある記 45 ピカっくん番組ガイド 50 見ドコロガイド
13	00 文字放送 ※国13:00~14:00テレビ回覧板WEEKLY総集編					
14	00 燃えドラ!スタジアム	00 燃えドラ!スタジアム	生中継14日(土) 14:00~17:00 第38回全国高等学校ゴルフ選手権春季大会中部地区予選 00 燃えドラ!スタジアム	00 燃えドラ!スタジアム	27日(土) 14:00~15:30 浦っこフェス 00 燃えドラ!スタジアム	00 燃えドラ!スタジアム
15	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 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 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 幸せのめくみ 50 スローテレビ	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 食遊彩タ	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 マイ HomeTown	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 幸せのめくみ 45 時代を超えたクルマたち	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 産業フォーカス 45 スローテレビ
16	00 もっと!水の惑星紀行 15 満天!ゆるりと下呂 30 忍たま乱太郎 生物委員会の恥の段 他	※土曜日のみ 00 フロントライン 00 鉄道の旅 30 忍たま乱太郎 美しいドケチの段 他	※土曜日のみ 00 フロントライン 00 いい伊豆みつけた 30 忍たま乱太郎 南蛮密航留学の段 他	※土曜日のみ 00 フロントライン 00 ハナタカ 30 忍たま乱太郎 危険な文化祭の段 他	※土曜日のみ 00 フロントライン 28日(土) 16:00~17:30 浦っこフェス 00 もっと!水の惑星紀行 15 満天!ゆるりと下呂 30 忍たま乱太郎	00 フロントライン 30 忍たま乱太郎 学園長のワナの段 他
17	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 けーぶるにっぽん祭・JAPAN#10	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 第38回全国高等学校ゴルフ選手権春季大会中部地区予選生中継直前スペシャル	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 けーぶるにっぽん祭・JAPAN#11	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 フロントライン	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 けーぶるにっぽん祭・JAPAN#12	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ピカっくん番組ガイド 20 見ドコロガイド 30 NHK 小さな旅
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 夜な夜なヨルグルメ 恋舞妓の京都慕情119	00 何事じゃ! 15 ヘルシー料理大作戦 30 鉄ぶら	00 町の風景 15 ぐるぐるめらんど 恋舞妓の京都慕情120	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 技の彩り 30 東海の肖像
19	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ビュービル~蒲郡市立南部保育園~ 30 幸せのめくみ 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 幸せのめくみ 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~こどものかたち~ 30 産業フォーカス 45 スローテレビ	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ちたまるある記 30 ハレソラ 45 熱血ラーメン伝
20	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 45 満天!ゆるりと下呂	00 幸せのめくみ 15 スローテレビ 30 鉄道の旅	00 食遊彩タ ※土曜日のみ 30 ハナタカ 30 いい伊豆みつけた	00 マイ HomeTown 30 ハナタカ	24日(土)・29日(金) 20:00~21:30 浦っこフェス 00 幸せのめくみ 15 時代を超えたクルマたち ※土曜日のみ 30 ハナタカ 30 もっと!水の惑星紀行 45 満天!ゆるりと下呂	31日(土) 20:00~21:30 蒲郡市民会館まつり さくらフェスティバル
21	00 潜入!ロイヤル・ネビー	00 ディズニーチャンネル	00 SPACE SHOWER TV MUSIC VIDEO SELECTION 30 文字放送	00 片山右京の車談8 30 文字放送	00 大好き!野天湯 満願寺温泉 30 文字放送	30 文字放送
22	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 店ばな工房 30 幸せのめくみ 45 スローテレビ	00 テレビ回覧板 WEEKLY 15 ビュービル~蒲郡市立南部保育園~ 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 幸せのめくみ 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 産業フォーカス 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 ハレソラ 45 熱血ラーメン伝
23	00 QVC (テレビショッピング) ※国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)					

財源確保のため有料広告掲載しております。広告については市が推奨するものではありません。内容によっては直接広告主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 0533-66-1190

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

『蒲っこフェス』(90分) 放送期間:3月24日(土)~4月1日(日)
3月18日(日)蒲郡市民会館まつりと同時開催。子ども達による子ども達のためのステージイベント!4回目の開催となる今回、子ども達はどんなステキなパフォーマンスを披露してくれるのでしょうか。放送をお楽しみに!

放送時間 24日 20:00~ 27日 14:00~ 30日 7:00~
25日 7:00~ 28日 16:00~ 31日 10:00~
26日 10:00~ 29日 20:00~ 4/1日 22:00~

『蒲郡市民会館まつりさくらフェスティバル』(90分)
放送期間:3月31日(土)~4月8日(日)
3月18日(日)に蒲郡市民会館で行なわれたステージ発表の様子を収録してお届けします。みんなが心をつなげた合唱や演奏、その他ステージ発表をお楽しみに!!

放送時間 31日 20:00~ 2月 10:00~ 4日 16:00~ 6日 7:00~ 8日 22:00~
4/1日 7:00~ 3日 14:00~ 5日 20:00~ 7日 10:00~

『産業フォーカス』(15分) 放送期間:3月24日(土)~3月9日(金)

蒲郡には古くから自動車の部品をはじめ様々な金属の加工や部品の製造を行う鉄工業があります。今、その担い手たちは、業界の更なる発展を目的に互いに学び合い、新たな可能性を切り開こうとしています。今回は、鉄工業の現場とその新たな取り組みにフォーカスします。

放送時間 ・第1週目 9:30~, 19:30~, 22:30~
・第2週目 10:30~, 15:30~, 20:00~

取材依頼はこちらまで! オモシロネタなど大募集! ☎ 0120-794934 蒲郡ボートレース中継 1R スタート展示時間はボートレース蒲郡の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。 3/8・9・10・11・12 マンスリー BOATRACE 杯争奪 第10回 弥生特別 3/15・16・17・18・19・20 日刊スポーツ杯争奪 第47回 蒲郡大賞典 3/25・26・27・28・29・30 G1 オールジャパン竹島特別 開設62周年記念競争