

お知らせ版

平成23年
9/22
No.30



発行/福井県勝山市 編集/総務部秘書・広報課

〒911-8501 勝山市元町1丁目1-1
TEL0779-88-1114 FAX0779-88-0222

＜E-mail＞ kouhou@city.katsuyama.lg.jp
＜HP＞ http://www.city.katsuyama.fukui.jp/

お知らせ

Information

市営温水プールに新設！ 「トレーニングルーム」

トレーニングルームを利用するためには、講習を受ける必要があります。講習の日程等、詳しくは折り込みチラシをご覧ください。

設置機器▼ランニングマシン3台
エアロバイク3台

費用▼市内の方 1000円

市外の方 2000円

(高校生以下は半額)

※小学生以下は利用できません

健康長寿課 (☎87-0888)

児童インフルエンザ 予防接種費の補助

対象期間▼平成24年3月31日までに接種したもの

対象▼市内在住の中学生以下

助成回数▼小学生以下 年2回

中学生 年1回

助成額▼1回当たり1000円

市内で接種……医療機関での支払い時に、助成額を差し引いて精算

市外で接種……別途申請が必要。申請方法については、左記までお問い合わせください

福祉・児童課 (☎87-0777)

秋季消防総合訓練

とき▼10月13日(木)

午前8時～11時30分

ところ▼野向町竜谷区一帯

参加機関▼消防署、勝山市消防団、県防災航空事務所、地元住民等

消防署 (☎88-0400)

ビュークリーンからのお知らせ 10月のごみ特別受入日

とき▼10月10日(月・祝)

23日(日)

※正午～午後1時までの間は休止

午前8時30分～午後4時30分
ビュークリーンおくえつ (☎66-6660)

リサイクル自転車抽選会

搬入された粗大ごみの中から再利用ができそうな自転車を展示し、希望者に譲ります。(台数限定。補修なし)

展示・応募期間▼10月17日(月)～21日(金)の正午まで

展示会場▼ビュークリーンおくえつ 1階 ロビー

抽選発表▼10月21日(金) 午後1時30分

※取得後は、必ず防犯登録を行ってください

ビュークリーンおくえつ (☎66-6660)

市民課・税務課 窓口を時間外延長 しています

毎週火曜日 午後7時まで
詳しくは下記までお問い合わせください。

市民課 (☎88-8102)
税務課 (☎88-8101)

10月1日から 福祉健康センター 「すこやか」は 敷地内禁煙 となります。

皆さまのご理解とご協力を
よろしく願います。

子ども手当の支給額が変わります

10月からの子ども手当の支給額変更に伴い、全ての受給対象者は、新たに手続きが必要となります。手続きの方法は、郵送でご案内します。
※10月中に転出予定の方は、認定請求が必要です
平成24年3月分までの支給額(月額)

3歳未満……………15,000円
3歳～小学生(第1、2子)……10,000円
……………(第3子以上)……15,000円
中学生以上……………10,000円

福祉・児童課 (☎87-0777)

図書館行事案内

◆絵本の森 -よみきかせ会-
10月 1日(土)・22日(土)・
29日(土) 14:00～14:30

◆絵本と手品のつどい -K&Pエロー-
10月 2日(日) 14:00～14:30

◆おはなしでてこい
10月 8日(土) 14:00～14:45

◆アニメ上映会「ヨウカイとむらまつり」
10月 9日(日) 10:30～11:15、
14:00～14:45

◆絵本の森 (Voice) -よみきかせ会-
10月15日(土) 14:00～14:30

◆赤ちゃんとえほんの日
-赤ちゃん絵本の紹介とよみきかせ-
10月28日(金) 10:30～11:00

勝山市立図書館 (☎88-6000)

恐竜博物館催し案内

10/9 (日) 博物館講演会
「大地に刻まれた地震痕跡」
午後2時～3時30分
講師▶産業技術総合研究所 招聘研究員 寒川 旭氏

10/10 (月・祝) 特別展ツアー
「特別展の展示解説 第4回」
午後1時～2時
対象▶20人
申込▶電話、FAX、E-mail

10/16 (日) 博物館セミナー
「生命の歴史をひもとく⑦
クジラの後ろ足の行方」
午後1時～2時30分
申込▶電話、FAX、E-mail

10/23 (日) 博物館自然教室
「石をしらべよう
-岩石プレパラートを作ろう-」
午後1時～3時30分
対象▶小学生以上15人
申込▶往復八ガキ、E-mail

10月の休館日
10月12日(水)、26日(水)

〒911-8601 勝山市村岡町寺尾51-11
福井県立恐竜博物館 ☎88-0001 FAX88-8700
E-mail=info@dinosaur.pref.fukui.jp

休日・祝日在宅当番医

診療時間▶午前9時～午後5時

10/2 (日) 石川 医院
☎89-1008

10/9 (日) 福井 社会保険病院
☎88-0350

10/10 (月・祝) 福井 社会保険病院
☎88-0350

10/16 (日) 福井 社会保険病院
☎88-0350

10/23 (日) 福井 社会保険病院
☎88-0350

10/30 (日) わかばやしこども内科クリニック
☎88-2415

○休日に体調が悪くなったときは、ご連絡ください。

子どもの急な病気の相談は
☎#8000
☎0776-25-9955
相談時間 午後7時～11時

火災発生

☎88-5100(テープ吹き込み)

求人情報

9月13日現在

職種・雇用形態	求人数	年齢	賃金(円)	事業所・勤務地	勤務時間	休日	免許・資格
1 看護師(正・准) 正社員	1	61以下	175,000～250,000	介護老人保健施設 鷲巣苑 北郷町	8:30～17:30 16:00～9:00	他(ローテーション)	看護師(正・准)
2 介護福祉士 正社員	2	不問	160,000～220,000	(南) イー マ ル ケ ン 荒土町、昭和町	6:00～14:45 13:15～21:00 21:00～6:00	日・他(週休2日制)	介護福祉士 普通免許
3 調理師 正社員以外	1	不問	132,000～158,400	(南) Y ア ン ド Y 村岡町	8:00～17:00 10:30～19:30	水・他(ローテーション)	調理師 普通免許
4 自動車検・整備・販売 正社員	1	30以下	120,000～170,000	協和自動車商会 芳野町	8:00～17:30	日・祝・他(月1～2回土曜)	普通免許(AT限定不可)
5 縫製工員 正社員	3	59以下	127,000～158,400	(株) ラ コ ー ム 滝波町	8:00～16:54	日・祝・他(会社カレンダー)	
6 薬剤師 パート	1	不問	1,300～1,500	福井社会保険病院 長山町	8:30～16:30	土・日・祝	薬剤師
7 看護師 パート	2	不問	1,400	医療法人たけとう病院 野向町	8:30～13:00 13:00～17:30 または8:30～17:30 の間の4時間以上	他(ローテーション)	看護師
8 調剤薬局業務一般 パート	1	不問	800	コ ト ブ キ 薬 局 元町	10:00～15:00 13:00～18:00	土・日	普通免許
9 販売 パート	1	不問	700～780	シューズ&バック サクライ 上高島	9:00～12:45	日・祝・他(月1回日曜あり)	
10 油揚げ選別作業 パート	3	不問	700～800	山 一 食 品 (株) 猪野	12:00～17:30	日・他(会社指定日)	

*面接を希望される場合は、事前に必ず勝山市地域職業相談室または、ハローワーク大野で紹介を受けてください。
*すでに採用済みや求人条件が変更になる場合があります。その際はあしからずご了承ください。

「マイワークかつやま」(勝山市地域職業相談室)のご案内

*「マイワークかつやま」では、就職を希望されている方に、下記のことを行っています。お気軽にご利用ください。
◆仕事さがしの相談、紹介 ◆求人情報の提供 ◆求人情報検索機の利用 ◆インターネット求人情報の利用 等
と き：平日8:30～17:00 ※土・日・祝日、12/29～1/3は休館 ところ：奥越地域地場産業振興センター2階

勝山市地域職業相談室(地場産センター内)「マイワークかつやま」(☎88-1286) ハローワーク大野(☎66-2408)

リサイクル情報

(9月15日現在)

●ゆずります●

座卓(くめぎ製)、スキー板(170cm)、スキー靴用リュック、スキーセット(2)(女子用、靴26~27cm)、学習机(3台)、学習机(椅子付、木製、小~高校生使用可)、浄水器カートリッジ(東レ製トレビーノ、品番K3Y12)、ミニスキー(90cm)、PCディスプレイ(17型、ブラウン管、富士通)、電気掃除機、粉乾燥機(12使用)、もみすり(中型)、田植機(4条植え)

●ゆずってください●

一輪車(幼児用、児童用)、スノーシュー、大工道具、チェーンソー、テレビ(21型以上、液晶、BS対応)、電子レンジ、ノートパソコン、ベースギター、ベビーカー、ポータブルミシン(2台)、本棚、まきわり機、木琴、鉄琴、コンボ、冷凍冷蔵庫、ロックミシン、ベビーチェア(食卓用)、製粉機、中学校制服(女子用)、耕運機、笏谷石、キーボード、原付バイク、ドラムセット、2連はしご(アルミ製)、子供用自転車(小学低学年、男子用)、子供用自転車(18インチ、補助輪有だとよい男児用)、お茶道具、コンバイン用モミ袋(ネット製)、着物(小紋)、大人用自転車、ガスレンジ

- ◆商品は個人で保管し、当人同士で連絡を取り合います
- ◆商品は全て無料です

📞 勝山市消費者センター(☎88-8103)



消費者相談Q&A 39

Q 大手証券会社を名乗り「投資をしないか」と電話がかかってきた。断っているのに何度も勧誘してきてしつこい。どうしたらいいか。
(80代、男性)



A センターから事業者へ電話をし、強引な勧誘であることを注意しましたが、「会社名は絶対に教えない。」と言います。大手証券会社に問い合わせたところ、「最近、会社名を勝手に使って営業している別の会社があると聞いているので、警察や顧問弁護士に相談して対処している。」と返事がありました。センターから情報提供したところ、今後も引き続き警戒するとのことでした。

断っているのにしつこく勧誘をしたり、会社名を名乗らない行為は「特定商取引に関する法律」に違反しています。このようなしつこい電話勧誘があった場合は、すぐに消費者センターに相談することで、被害の未然防止を図ることができますので、ご連絡ください。

※最近の悪質商法の出前講座を行いますので、お気軽にお申し込みください(無料)
※啓発用DVDやパネルの貸し出しをしています

暮らし・借金のご相談は……

📞 勝山市消費者センター(☎88-8103)

第7回コスモまつり
とき▼10月9日(日)
午前10時~午後2時
📍 野向町薬師神社周辺

とき▼10月9日(日)
午後1時~6時
📍 シシ垣サミット勝山実行委員会(史蹟整備課内)
(☎88-8113)

ジオパーク市民講演会
とき▼10月19日(水) 午後7時~
📍 かつやま多目的ホール
演題▼「ジオパークを楽しむ」

📍 (社) 勝山観光協会
(☎87-1245)

第3回村岡山史跡健康ウォーキング
とき▼10月9日(日)
午前9時~(雨天中止)
集合▼寺尾ふれあい会館
内容▼村岡山登山道のウォーキング(木チップ敷き)、そばのふるまいなど
申込締切▼9月30日(金)
📍 村岡公民館(☎88-0366)

第4回シシ垣サミット勝山
内容▼コスモスを用いた押し花・フラワーアレンジメント教室、郷土芸能、地場野菜・お惣菜バザー、地場野菜のあったか汁のふるまいなど
📍 野向公民館 (☎88-0266)
全国の「シシ垣」(猪垣・鹿垣・猪鹿垣。現代の獣害防止柵等)の調査研究・保存・活用を図るための講演会を開催します。

自転車の長距離走イベント「グランフوند福井2011」
とき▼10月16日(日)
午前7時スタート
コース▼勝山・大野一円
クラス▼メガグラ(160km)、マジグラ(110km)、チョイイグラ(55km)、町グラ(20km)
📍 生涯学習・スポーツ課 (☎88-8114)

秋の勝山うまいもん祭 2011
とき▼10月22日(土)・23日(日)
午前10時~午後4時
📍 かつやま恐竜の森芝生広場
内容▼勝山うまいもん市(まつたけご飯、手打ちそば、地元特産品等)、各種アトラクション、アンケート抽選等
※イベントのボランティアスタッフを募集しています
📍 (社) 勝山観光協会 (☎87-1245)

運転者講習会

10月 5日(水)	浄願寺
10月 7日(金)	北谷公民館
10月12日(水)	平泉寺公民館
10月13日(木)	北郷小学校
10月14日(金)	猪野瀬公民館
10月17日(月)	野向公民館
10月18日(火)	荒土公民館
10月19日(水)	村岡公民館
10月20日(木)	旭町2丁目区民会館
10月24日(月)	遅羽公民館
10月25日(火)	教育会館
10月27日(木)	成器南幼稚園
10月28日(金)	福祉健康センター「すこやか」※
10月31日(月)	鹿谷児童センター

講習時間 午後7時~8時30分
※28日(金)は2回開催(午前10時~、午後1時30分~)
📍 勝山交通安全協会 (☎87-0968)

消費者力検定
「生活上手」か「こい消費者」を目指して、消費者力を磨きましょう。
とき▼11月13日(日)
基本コース 午前9時~
一般コース 午前10時~
📍 教育会館 第4研修室
費用▼基本コース 19000円
一般コース 28000円
両コース 45000円
申込締切▼10月14日(金)
※合格者には、級認定証を送付します
※関連テキストとワークブックを貸し出しています
📍 勝山市消費者センター (☎88-8103)

若年無業者ひきこもりの若者のための出前相談会
とき▼10月20日(木)
午後1時~5時
📍 すこやか 録音室ほか
対象▼概ね15歳~40歳までの無業者、ひきこもりの若者およびその家族
費用▼無料(要予約)
📍 ふくい若者サポートステーション(☎0776-21-0311)
社会保険労務士による「ねんきん特別便」相談
とき▼10月5日(水)・19日(水)
午前10時~午後4時
📍 市役所1階 相談室
📍 市民課 (☎88-8102)

行事案内 Event

かじやまの音楽家のたまごたち「コンサート2011」
平成23年度わかまち魅力醸成事業として、市内在住の音楽を勉強中の子どもたちによるコンサートを開催。(兼来年3月開催の室内楽コンサートオーディション)また、審査員の先生による演奏も行われます。(入場無料)
とき▼10月1日(土)
午後6時30分(開場は午後6時)
📍 市民会館 大ホール
※コンサートのボランティアスタッフを募集しています
📍 かつやまの音楽家のたまごたち コンサート実行委員会 (☎090-8093-7794(金巻))

勝山ニューモラルセミナー
とき▼10月3日(月)・4日(火)
午後7時~9時
📍 教育会館 第1研修室
演題▼「大人の忘れ物」
講師▼北村 庄五氏(公益財団法人モラロジー研究所 社会教育講師)
費用▼1000円
📍 福井大野モラロジー事務所 勝山連絡先(☎88-0698)

やじまいも掘り体験
とき▼10月2日(日) 午前9時~
📍 旭毛屋町の農園
費用▼300円(5株分)
📍 市シルバー人材センター (☎88-1881)

ゆめおーれ勝山行事案内
まちづくり講演会・はたやフォーラム「織物のまち、桐生と勝山」
明治時代の桐生と勝山が挑戦した新しい織物の技術開発と、織物のまちの今・未来を考えます。
とき 10月2日(日) 13:00~
📍 教育会館 ホール
講師・コーディネーター 橋野 知子氏(神戸大学大学院准教授)
パネラー 後藤 隆造氏(桐生織物協同組合理事長) 荒井 由泰氏(ケイター株式会社社長) 山岸 正裕 市長
アフリカ体験!
ジェンベをたたいて元気になろう
とき 10月21日(金) 19:00~
内容 アフリカの楽器ジェンベ(太鼓)やマリンバ(木琴)の演奏体験
講師 ジョセフ・ンコシ氏(南アフリカのジェンベ奏者)
対象 小学3年生以上(50人)
📍 (☎87-1200)

地域子育て支援センター「カンガルーのお部屋」行事案内

場所 カンガルーのお部屋 (奥越地域地場産業振興センター2階)

10/3 (月) 親子でYOGA
時間▶午前10時30分～11時30分

10/14 (金) 絵本の読み聞かせ(くまの子文庫)
時間▶午前10時30分～11時

10/19 (水) 福大医学部学生による健康講座
時間▶午後2時30分～3時30分
内容▶「子どもの事故防止について」

10/25 (火) お誕生会(10月生まれ)
時間▶午前10時30分～10時45分

10/26 (水) お日さま広場 (臨床心理士による育児不安解消サポート教室・個人相談可)
時間▶午後1時30分～3時30分

10/18 (火) とびだせカンガルー(要申込)
場所▶奥越高原六呂師 (ハックルベリーの森)
時間▶午前10時～正午

10/21 (金) 母子クリニック (子育てマイスター+「めだかの会」による子育て講座)
場所▶すこやか
時間▶午後2時10分～2時50分

10月の保育園体験
直接、園の方へお出かけください。
5日(水)北保育園(☎88-1557)
11日(火)野向保育園(☎87-3888)
19日(水)上野保育園(☎89-2022)
20日(木)南保育園(☎88-0850)
時間▶午前9時30分～11時

☎・☎ 地域子育て支援センター (☎87-3830)

自然薯掘り体験

とき▶11月12日(土) 午前10時～
ところ▶荒土町境の圃場
費用▶1本1500円
※クレバーパイプ2本掘り、どちらか1本をお持ち帰りできます
申込締切▶11月4日(金)

☎・☎ 市地域包括支援センター (☎87-0600)

①花教室(無料)
とき▶10月6日(木)

「シルバーさん」参加者募集

65歳以上の方なら、どなたでも参加できます。
①花教室(無料)
とき▶10月6日(木)

☎・☎ 市シルバー人材センター (☎88-1881)

②パソコン教室(無料)
とき▶11月9日～12月7日の
毎週水曜日(全4回)
午後1時30分～
ところ▶村岡公民館
定員▶20人
申込締切▶10月31日(月)

11月の自然観察会

～秋の谷のブナ林～

とき▶11月6日(日) (小雨決行)
午後1時～4時
集合▶市役所
定員▶20人(先着順)
費用▶100円(資料代)
準備物▶筆記用具、飲み物
☎・☎ 生涯学習・スポーツ課 (☎88-8114)

募集案内 Recruitment

健康長寿！ 一番体操教室参加者募集

とき▶10月3日～12月19日の
毎週月曜日(全11回)
午後1時～2時
ところ▶平泉寺荘
対象▶65歳以上の方
準備物▶タオル、飲み物、鉛筆
その他▶毎回、平泉寺荘の入館料が必要
要です(教室の費用は無料)
☎・☎ 市地域包括支援センター (☎87-0600)

アーチエリー初心者教室 参加者募集

とき▶10月15日～29日の
毎週土曜日(全3回)
午後1時30分～3時30分
ところ▶雁が原スキー場駐車場
対象▶どなたでも(小学生以下の方は保護者同伴でお願いします)
費用▶無料
申込締切▶10月7日(金)
☎・☎ 生涯学習・スポーツ課 (☎88-8114)

☎・☎ 市シルバー人材センター (☎88-1881)

③カラオケ教室(無料)
とき▶11月9日～12月7日の
毎週水曜日(全4回)
午後1時30分～
ところ▶シルバー人材センター
定員▶20人
申込締切▶10月25日(火)

親子りんどう野鳥観察会 in 奥越

とき▶10月23日(日) (雨天中止)
午前8時30分～午後4時
集合▶かつやま恐竜の森
講師▶蛭沢 克仁氏(長野・ソルトレイクシティ・トリノ五輪選手)
定員▶50人(先着順)
費用▶中学生以下 100円
高校生以上 300円
申込締切▶10月21日(金) 正午
☎・☎ セつきコミュニティスポーツクラブ (☎87-1011)

その他▶新そばの会食があります
☎・☎ J A テラル越前富農政策課 (☎65-1251)

②パソコン教室(無料)
とき▶11月1日～22日の
毎週火曜日(全4回)
午後1時30分～
ところ▶シルバー人材センター
定員▶20人
申込締切▶9月30日(金)

☎・☎ 未来創造課 (☎88-1115)

自然農法
ふれあい市民の集い
お気軽にご参加ください。
とき▶10月30日(日)
午前10時30分～
ところ▶ゆめおれ勝山
内容▶無化学肥料・無農薬栽培による農作物の展示・試食・即売会など
☎ とんぼ農薬舎 (☎88-5673)

里芋掘り体験

とき▶10月23日(日)
午前9時30分～
ところ▶野向町北野津又の圃場
費用▶1株300円(1人5株以上)
申込締切▶10月12日(水)
その他▶おにぎり、里芋の田楽付き
☎・☎ J A テラル越前富農政策課 (☎65-1251)

集まれ！カンガルー、 支援センターまつり

とき▶10月29日(土)
午前10時～正午
ところ▶地域子育て支援センター
内容▶紙芝居、各種コーナー(おやつ・バルーン・リサイクル)等
※リサイクル用品を募集しています
☎ 地域子育て支援センター「カンガルーのお部屋」(☎88-3830)

自然農法 ふれあい市民の集い

お気軽にご参加ください。
とき▶10月30日(日)
午前10時30分～
ところ▶ゆめおれ勝山
内容▶無化学肥料・無農薬栽培による農作物の展示・試食・即売会など
☎ とんぼ農薬舎 (☎88-5673)

①花教室(無料)
とき▶10月6日(木)

ノルディック・ウォーク教室

とき▶10月23日(日)
午前8時～11時30分
集合▶かつやま恐竜の森
講師▶蛭沢 克仁氏(長野・ソルトレイクシティ・トリノ五輪選手)
定員▶50人(先着順)
費用▶中学生以下 100円
高校生以上 300円
申込締切▶10月21日(金) 正午
☎・☎ セつきコミュニティスポーツクラブ (☎87-1011)

さわやか大学 オープンカレッジ

とき▶10月25日(火) 午前9時～
ところ▶教育会館 ホール
演題▶「これからの1年
～政治も経済も正念場～」
講師▶ジャーナリスト 坪川 常春氏
☎・☎ 生涯学習・スポーツ課 (☎88-8114)

国際交流サロン 「ハロウィンパーティー」

とき▶10月29日(土)
午後1時～4時30分
ところ▶村岡公民館
対象▶小学生50人(先着順)
参加料▶200円(菓子代など)
申込締切▶10月21日(金)
※申し込みがないと参加できません
☎ 未来創造課 (☎88-1115)

②パソコン教室(無料)
とき▶11月1日～22日の
毎週火曜日(全4回)
午後1時30分～
ところ▶シルバー人材センター
定員▶20人
申込締切▶9月30日(金)

公民館からのお知らせ

勝山・猪野瀬・平泉寺・遅羽公民館合同学級
マウンテンバイクを楽しもう!
とき▶10月22日(土) 午前9時～11時30分
※雨天の場合、翌日に延期
集合▶ゆめおれ勝山
講師▶スキージャンプ勝山のインストラクター
定員▶30人
費用▶1,000円
申込先▶勝山公民館 (☎88-0800)

芸術の秋！おもしろおかしく落語会

とき▶10月22日(土) 午後1時30分～2時30分
ところ▶荒土公民館
講師▶アマチュア女性落語家 都の亭小みちさん・ぼうしさん
定員▶30人

玉木憲治さんの大礼服展

「つわものたちの晴れ着」と題し、明治初頭より導入された華族・文官の礼服・大礼服を展示します。時代を感じる貴重な晴れ着をお楽しみください。
展示期間 10月17日(月)～27日(木)

③カラオケ教室(無料)
とき▶11月9日～12月7日の
毎週水曜日(全4回)
午後1時30分～
ところ▶村岡公民館
定員▶20人
申込締切▶10月31日(月)

公民館からのお知らせ

勝山・猪野瀬・平泉寺・遅羽公民館合同学級
マウンテンバイクを楽しもう!
とき▶10月22日(土) 午前9時～11時30分
※雨天の場合、翌日に延期
集合▶ゆめおれ勝山
講師▶スキージャンプ勝山のインストラクター
定員▶30人
費用▶1,000円
申込先▶勝山公民館 (☎88-0800)

芸術の秋！おもしろおかしく落語会

とき▶10月22日(土) 午後1時30分～2時30分
ところ▶荒土公民館
講師▶アマチュア女性落語家 都の亭小みちさん・ぼうしさん
定員▶30人

勝山公民館展示コーナー

西村登さんご夫婦の手づくりバッグと腰掛け展
ご主人は大工の経験を活かし気軽なサイズの腰掛けを作り、それに奥さんが座布団を添える二人三脚。すてきなバッグや鍋つかみなどの作品もお楽しみください。
展示期間 10月3日(月)～15日(土)

国際交流サロン 「ハロウィンパーティー」

とき▶10月29日(土)
午後1時～4時30分
ところ▶村岡公民館
対象▶小学生50人(先着順)
参加料▶200円(菓子代など)
申込締切▶10月21日(金)
※申し込みがないと参加できません
☎ 未来創造課 (☎88-1115)

すこやか健康ガイド

お申し込み・お問い合わせ
 福祉健康センター「すこやか」内
 健康長寿課健康増進グループ ①番入口
 勝山市郡町1丁目1-50 直通電話 ☎87-0888

福祉健康センター「すこやか」では、母子や成人を対象に各種事業を実施しています。お気軽にご参加・ご利用ください。



1歳6か月児健康診査
 (平成22年3月生まれ)
 とき 10月7日(金)
 13:00～13:40

**もぐもぐごっこ教室
 (離乳食教室)**
 簡単な調理実習があります。
 とき 10月11日(火)
 10:00～11:30

1～2か月児子育て教室
 とき 10月11日(火)
 13:30～15:00
 内容 身体測定、母乳相談(要予約)、グループワーク、発達・発育の話等

3歳児健康診査
 (平成20年9月生まれ)
 とき 10月14日(金)
 13:00～13:40

母子クリニック
 とき 10月21日(金)
 13:00～13:40
 対象 生後3か月からおおむね2歳未満の乳幼児
 内容 身体測定、小児科医師および保健師、栄養士による育児相談(乳幼児)
 ※医師による相談は要予約

**子育て講座
 「ふれあいコーナー」**
 とき 10月21日(金)
 14:10～14:50
 講師 勝山市子育て支援センター職員
 対象 生後3か月からおおむね2歳未満の乳幼児

すこやか育児相談
 とき 毎週水曜日
 9:00～11:30
 内容 身体測定、保健師、栄養士による育児相談

**9月25日(日)
 健康フェスティバル開催!!**
 勝山市営温水プールにて
 楽しい企画がいっぱいです!

すこやか健康相談
 とき 毎週水曜日
 9:30～11:30
 健診結果の相談、体や心の心配、食事や運動、生活習慣病、ストレスなど、個別に相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。
 ※B型・C型肝炎や禁煙に関するご相談も受け付けています

すこやか健康講座
 とき 10月19日(水)
 13:30～14:30
 ところ すこやか 第1会議室
 演題 「目の病気
 (白内障・緑内障)」
 講師 福井大学医学部附属病院
 眼科 松田 憲明 先生

健康診査	場所	月日	受付時間	特定健診					対象地区
				一般健診	肺がん	大腸がん	乳がん	子宮がん	
鹿谷公民館	すこやか	10月6日(木)	8:30～10:30	●	●	●		●	鹿谷
			8:30～10:30	●	●	●		●	
遅羽公民館	すこやか	10月25日(火)	8:30～10:00	●	●	●	●	●	遅羽
			13:30～14:20			○大腸のみ	●		

※一般健診・がん検診の申込みは随時受け付けています。乳がん・子宮がんは予約制です

秋季ポリオ(急性灰白髄炎)予防接種(無料)
 今までにポリオ予防接種を2回接種していない方は、ぜひ接種してください。
 なお、対象者には郵送でご案内します。
 ところ すこやか 集団健診室
 対象 平成16年4月1日～平成23年6月30日生まれの方
 準備物 母子健康手帳、予診票

日	時	対象地区
10月18日(火)	13:00～14:30	勝山地区以外
10月26日(水)	13:00～14:30	勝山地区
10月28日(金)	13:00～14:00	未接種者

健康チャレンジウォーキング大会
 とき 10月9日(日)
 (受付 午前8時45分～)
 集合 ゆめお～れ勝山
 コース かつやま恐竜の森
 (片道約5km)

インフルエンザ予防接種
 期間 10月1日(土)～12月31日(土)
 ※医療機関の診療日に限ります
 ところ 市内医療機関
 対象 ①満65歳以上の方
 ②満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方
 費用 1500円
 その他 次に該当する場合は無料で接種できます
 ①被保護世帯の方 ②市民税非課税世帯の方
 ※施設入所等による市外での接種も、支給の対象となります(ただし、事前の手続きが必要)

ヘルシ～ランチ講座
 「骨を強くする食事とは?」
 とき 10月14日(金) 午前9時30分～正午
 ところ すこやか 栄養指導実習室
 定員 1講座20人 費用 500円
 ※要予約(講座前日の午前中まで)

年金・労務相談
 10/5(水)
 9:00～13:00
 福祉健康センター「すこやか」
 相談員：乾 滋
 ☎ 社会福祉協議会
 ☎88-1177

年金保険相談
 10/13(木)
 10:00～15:30
 勝山商工会議所 ☎88-0463
 相談員：福井年金事務所職員
 ☎ 福井年金事務所
 ☎0776-23-4518

**外国人のための
 無料行政書士相談**
 11/26(土)9:00～12:00
 教育会館 教養室
 相談員：福井県行政書士会行政書士(外国人)牧野浩之・朝井輝夫(一般)齋藤富雄・松村治門
 ☎ 牧野浩之 ☎88-0549

法律相談(要予約)
 10/12(水)13:30～16:30
 10/26(水)9:30～13:00
 福祉健康センター「すこやか」
 相談員：弁護士
 ☎ 社会福祉協議会
 ☎88-1177

人権相談
 10/5(水)・10/19(水)
 9:00～12:00
 教育会館 蘭・桜の間
 相談員：人権擁護委員
 ☎ 福井地方法務局人権擁護課内
 福井人権擁護委員協議会
 ☎0776-22-4212

行政相談
 10/19(水)
 9:00～12:00
 教育会館 蘭・桜の間
 相談員：深谷久枝・仲谷則雄
 ☎ 福井行政評価事務所
 ☎0776-24-0403

女性相談
 両会場とも9:00～17:00
 毎週木曜日、第1・3・5月曜日
 奥越健康福祉センター
 ☎ ☎66-2076
 毎週月～金曜日
 福祉健康センター「すこやか」
 ☎ ☎87-0777

児童相談
 毎週月～金曜日
 8:30～17:00
 福祉健康センター「すこやか」
 ☎ 家庭児童相談室(直通)
 ☎87-0777

消費生活相談
 毎週月～金曜日
 8:30～17:30
 弁護士同席
 10/20(木)13:30～15:30
 市役所相談室
 ※市消費生活相談は随時行っています
 ☎ 消費者センター ☎88-8103

結婚相談
 毎週木曜日
 第1・3木曜日13:00～15:30
 第2・4木曜日18:00～20:30
 福祉健康センター「すこやか」
 ☎ 結婚相談室(直通)
 ☎87-6150

心配ごと相談
 毎週月～金曜日
 9:00～13:00
 夜間相談＝毎週水曜日(要予約)
 18:00～20:00
 福祉健康センター「すこやか」
 ☎ 社会福祉協議会
 ☎88-1177

心の相談(要予約)
 第1・3水曜日
 14:00～15:00
 奥越健康福祉センター
 ☎ 奥越健康福祉センター
 ☎66-2076

**エイズ相談検査
 B型・C型肝炎相談検査**
 第1・3火曜日
 9:00～11:00
 奥越健康福祉センター
 ※相談は月～金曜日
 8:30～17:15
 ☎ 奥越健康福祉センター
 ☎66-2076

小・中・高校生と親の悩みごと相談
 毎週月～木曜日
 9:00～16:00
 青少年室(青少年センター
 (旧シルバー人材センター))
 ☎ 青少年室 ☎87-0101
 ヤングテレホン ☎88-1004

育児不安解消サポート教室
 『お日さま広場』
 第4水曜日
 13:30～15:00
 奥越健康福祉センターなど
 ☎ 奥越健康福祉センター
 ☎66-2076

高齢者相談
 毎週月～金曜日
 9:00～17:00
 福祉健康センター「すこやか」
 ☎ 地域包括支援センター「やすらぎ」
 ☎87-0900

定例相談 (無料相談) 相談員 敬称略

食育 COLUMN 39



最近気になる食のキーワード 「しっかりと噛んで歯ッピーになろう! ② ～噛むヒント集～」

今回は、噛む回数をアップさせるヒントをご紹介します。皆さんもぜひ実践してみてください。

- 1. 水で流し込まない**
 食事に水分を多く摂ると、流し込みながら食べることになり、噛む回数が減ります。また、食事の時間が短く、量も食べ過ぎてしまうことで肥満につながります。
 - 2. 食材のサイズを大きくする**
 食材を不揃いな形や大きめに切ること、自然に噛む回数が増えます。
 - 3. 素材を組み合わせる**
 複数の素材を組み合わせることで、口当たりや味の違いを脳が感じ取ろうとし、噛む回数が増えます。
 - 4. 加熱する**
 食材は、加熱することで噛みごたえが変わります。野菜は加熱するほど柔らかく、魚や肉は加熱時間が短いと硬く、じっくり煮込むと柔らかくなります。
 - 5. 味付けは薄味に**
 薄味の場合、素材をよく味わおうと噛む回数が増えます。唾液と素材が十分に混ざり合うと、味を強く感じることができます。
- 食材の選び方や調理法を少し変えるだけで、噛む回数が自然に増え、無理なく噛めるようになりますよ!