



減塩



茂住青邨さんが揮毫された「減塩」の書

美味しく・楽しく・お得に『減塩』



もくじ

- 特集「美味しく・楽しく・お得に減塩」 (2～5)
- 情報の広場 (6～13)
- 連載の庭 (14～15)
- 戸籍の窓 (16)
- まちの話題いろいろ (17～19)
- まちづくりレシピ (20)



飛騨市の情報をいち早くお届けします



「コロナ感染状況」「ワクチン接種情報」等を市公式ホームページ、LINE、メールなどで配信しています。携帯電話でQRコードを読み取り、登録閲覧画面にお進みください。

飛騨市公式
ホームページ



ほっと知る
メールひだ



飛騨市公式LINE



美味しく 楽しく お得に減塩

市では、皆さんの食生活での減塩を進めていただくためにさまざまな取り組みを進めており、減塩フォーラムで啓発を行ったり、ご協力いただける店舗さんを募ったり、減塩をするとお得になるキャンペーンも行っています。

ではなぜ、積極的に減塩を勧めているのでしょうか。

高血圧Ⅱ度以上の人の割合が 県内でワースト1位に

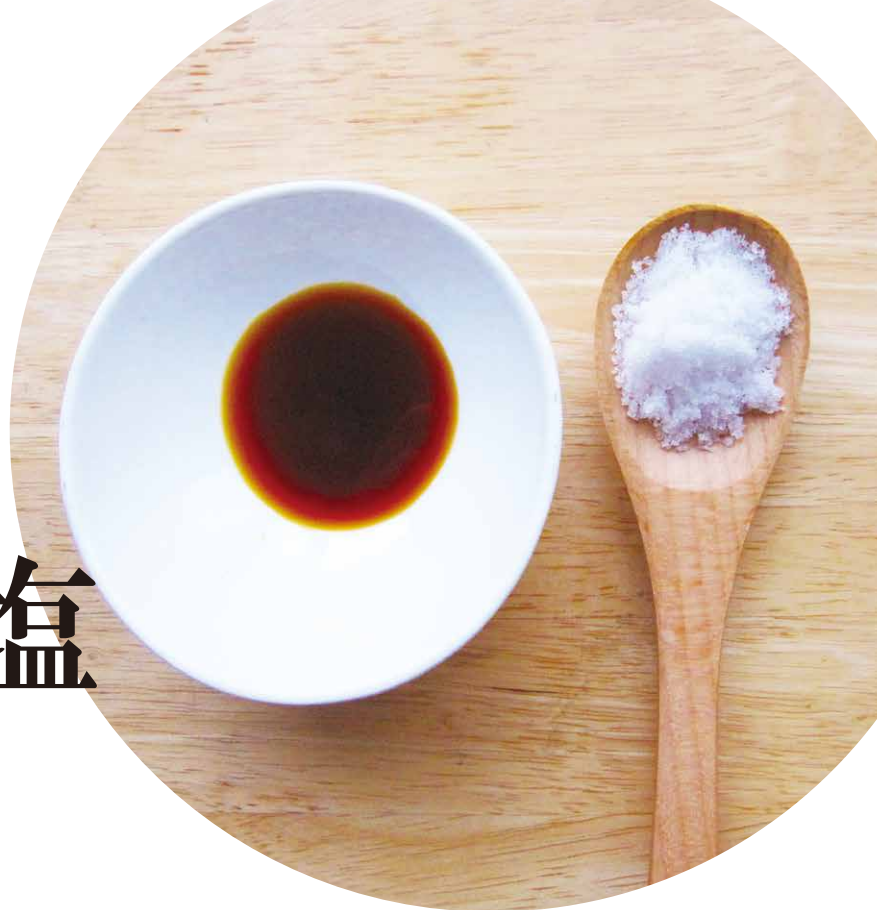
そのきっかけは、平成30年度の国保特定健診の受診者のうち、高血圧Ⅱ度以上（収縮期160以上または拡張期100以上）の人の割合が9.2%と、県内でワースト1位と判明したことです。

高血圧にはさまざまな要因が考えられますが、よく知られているのは塩分を摂りすぎることです。

もともと飛騨地域は、冬期は積雪で農作業が難しく、野菜が手に入りづらいため塩で漬物にして保存する食文化が根付いていました。また、海から遠く離れていることもあり、塩イカや塩ブリなど腐敗しやすい海産物は塩蔵して運ばれていました。他地域よりも塩分を摂取する条件がそろっていたのです。

塩辛いものを食べると、血圧が上がる働きが私たちの体には備わっています。血圧が上がり過ぎれば心臓への負担が増えますし、血管を傷つけることにもつながり、心臓や腎臓の機能低下も招くことが分かっています。

そして、平成30年度の国保加入者の一人あたりの医療費も県内4位の高さであり、要介護認定者の中でも脳血管疾患や心疾患などの病気のある人が多いことも分かっていました。こうした病気と高血圧との関連性は非常に高いと考えられます。健康で長生きするためにも、まずは減塩から取り組むことが市民の健康増進に最も効果が上がるのではと考え、さまざまな取り組みを行っています。

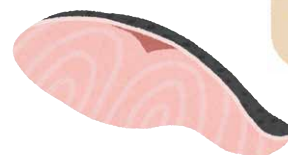
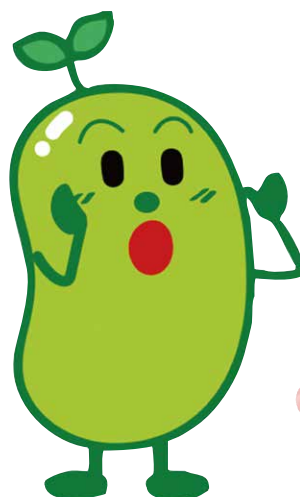


■平成30年度の高血圧の状況

	飛騨市	下呂市	高山市	岐阜県平均
高血圧Ⅱ度以上の割合	9.2%	3.4%	3.6%	4.9%
県内順位	1位	35位	33位	

■平成30年度の食塩を摂りすぎている人の割合

	男	女
3歳児健診	69%	
保育園児	72%	
中3健診	45%	68%
フレッシュ健診（16—19歳）	69%	78%
若者健診（20—39歳）	56%	70%
特定健診（40—74歳）	76%	85%



取り組みが進み、高血圧Ⅱ度以上の割合が減少傾向に

平成30年度の健診結果では県下ワースト1位だったことを受け、さっそく「減塩フォーラム」を開くなどして減塩の重要性の啓発や、皆さんに手軽に減塩に取り組んでいただけるようサポートする活動を始めました。

実は翌年の令和元年度の同様の結果では、ほぼ全ての年代で改善が見られ、高血圧Ⅱ度以上の割合も5.1%まで下がっています。

しかし、同じ飛騨地域でも高山市や下呂市と比較すると飛騨市の高血圧の割合は高く、県平均の4.7%を上回っており、楽観できる状況ではありません。

塩分の摂りすぎかどうかは、健康診断の際などに尿中塩分濃度を測定することで分かります。

令和元年度の健診結果では、ごく一部の年代と男女差をのぞき、約6～9割以上が塩分を摂りすぎているとの結果が出ています。

■令和元年度の高血圧の状況

	飛騨市	下呂市	高山市	岐阜県平均
高血圧Ⅱ度以上の割合	5.1%	2.7%	4.2%	4.7%
県内順位	16位	40位	27位	

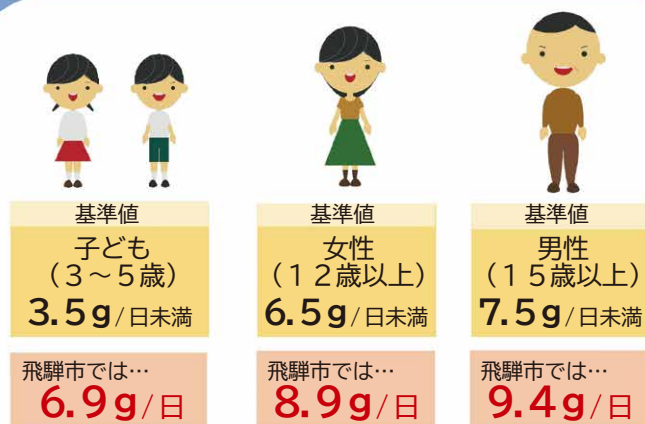
■令和元年度の食塩摂取量目標値を超えている人の割合

	男	女
3歳児健診	66%	
保育園児	72%	
中3健診	36%	58%
フレッシュ健診（16～19歳）	40%	61%
若者健診（20～39歳）	50%	66%
特定健診（40～74歳）	66%	76%



塩は人間の体に必須の栄養素

1日に摂っていい塩の量はどれくらい？



H30年度 飛騨市尿中塩分調査結果より

飛騨市では基準値より
約3g以上多くの
食塩を摂っています。

= 3g
食塩3gは味噌汁
約2杯分の塩分量
に相当します！



日本人の食事摂取基準2020より

塩分は食文化と密接に関係していますので、塩気の多い家庭の味に慣れてしまうと、そこで暮らす家族全員が塩分過多になりかねません。それは子どもの塩分過多にもつながります。実際、市内の3歳児の7割近くが塩を摂りすぎているという結果になっています。

塩は人間の体にとって必須のものです。1日3gで十分と言われています。もちろん、おいしく食べるためにも塩は必要です。

1日に摂っていい塩の量は、15歳以上の男性は1日7.5g未満、同じく女性は1日6.5g未満、高血圧の人は6g未満が目標値です。

しかし、塩には依存性もあるので、一度濃い味付けに慣れてしまうと、なかなか減らすことができないようです。慣れ親しんできた「家庭の味」を変えることへの抵抗も大きそうです。

では、どのように減塩と向き合っていけばいいのでしょうか。

**美味しく・楽しく・お得に
減塩に取り組みましょう➡**

美味しく減塩

「減塩」と聞くと、どんなイメージでしょう。減塩＝「味がうすい」「美味しくない」という印象を持つ人の方が多いのではないのでしょうか。

かつての減塩はとにかく塩分を摂らないことが主眼に置かれ、「漬物は食べない」「味をうすくする」といった引き算の減塩になりがちでした。

しかし、それでは減塩＝「我慢する」ことにつながり、あまり良い印象が持たれず、取り組む意欲がそがれるものでした。

そうした中、近年はさまざまな工夫を施され美味しくなった減塩食品や減塩調味料、減塩のための調理法が開発され、美味しく食べながら減塩に取り組めるようになってきています。

減塩食品、減塩調味料を身近なものに

しかし、先にあげたように、人にはそれぞれ慣れ親しんできた家庭の味があります。塩への依存性も重なり、減塩調味料などで一気に味を変えてしまうと違和感や物足りなさが先に立ち、抵抗感も生まれるため、あまりおすすめできません。

また、減塩という言葉へのマイナスイメージからか、減塩調味料や減塩食品の売れ行きはそれほど順調というわけではなく、店頭での扱いも少ないのが現状です。手軽に手に入らないと利用する機会が減り、なかなか使ってみようという気にはならないものです。

そのため市では市内の店舗に呼びかけ、減塩商品を置いている店舗を「まめとく減塩協力店」に認定しています。現在、賛同いただいた15店を地図で紹介しています。

また、減塩と同時に栄養バランスも整えられた健康な食事であると認証された「スマートミール」を提供される飲食店さんも現在、3店舗あります。

皆さんが無理なく減塩に取り組める環境づくりをさらに進めていきますので、賛同いただける店舗さんを増やせるよう呼びかけを続けていきます。



「減塩の日」のぼり

減塩協力店
関連ツール

「まめとく減塩」ステッカー
「まめとく減塩」フラグ



「スマートミール」とは、「健康な食事・食環境」コンソーシアムが

審査・認証を行う、健康づくりに役立つ栄養バランスの取れた食事のことです。1食の中で主食、主菜、副菜が揃い、野菜がたっぷり、食塩の摂りすぎにも配慮されています。

こうした食事に加え、適度な運動や、禁煙・節酒などを心がけることで、健康寿命の延伸につながることが期待されています。

★まぐろほうば味噌定食

河合町
ゆうわくはうす

【メニュー】

マグロ朴葉（ほうば）焼
季節の野菜（小鉢）
野菜たっぷり具だくさんの味噌汁
ミニサラダ
ごはん



★エネルギー 838kcal ★たんぱく質 38.4g ★脂質 23.0g
★炭水化物 112.8g ★食塩相当量 2.9g ★野菜量 265g

★減塩天丼

神岡町
ひだ小僧

【メニュー】

減塩天丼
味噌汁
季節の野菜サラダ
酢のもの



★エネルギー 807kcal ★たんぱく質 27.2g ★脂質 23.9g
★炭水化物 114.2g ★食塩相当量 3.2g ★野菜量 156g ★飽和脂肪酸 3.8g

★お魚のホイル焼き定食

神岡町
茶屋丸

【メニュー】

ごろっとお芋とお魚のホイル焼き
こも豆腐のお味噌汁
季節の野菜（小鉢）
ごはん



★エネルギー 547kcal ★たんぱく質 25.0g ★脂質 15.3g
★炭水化物 75.5g ★食塩相当量 2.0g ★野菜等量 165g ★飽和脂肪酸 4.8g

まめとく減塩協力店

施設名	所在地
数下商店	河合町角川614-4
ママショップうえの	古川町栄2丁目8-2
駿河屋古川店	古川町幸栄町8-18
前田 本店	神岡町船津1170-7
北平 酒店	古川町栄2丁目6-5
(有)川辺食料品店	古川町杉崎392
(有)後藤酒店	古川町壺之町8-10
(有)フードセンター丸正	神岡町東町564-4
ゆうき房	神岡町殿867-1
(有)渡辺 草酒店	古川町向町1丁目8-23
飛騨まんが王国	宮川町杉原116
ぬくもりの湯 すば一ふる	古川町黒内1407
ゆうわくはうす	河合町角川350-1
飛騨かわいやまさち工房	河合町角川311
嶋商店	宮川町巢之内97-2

楽しくお得に減塩

▼令和元年度飛騨市
減塩フォーラムの様子

市では、楽しみながら減塩に取り組んでいただけるよう、さまざまな取り組みを進めています。

減塩について分かりやすく知っていただく「減塩フォーラム」を開催し、市の現状をご説明したり、減塩商品の紹介や試食、減塩の大切さをお伝えしています。

また、減塩をテーマにした研修で学んだことを生活に取り入れたり、家族や近所の方に働きかけてくださる方を「減塩がんばりすと」に認定し、古川町出身の書作家である茂住菁邨さんが揮毫された「減塩」の文字の入った缶バッジをプレゼントしています。

また、「まめとく健康ポイントカード」の中に、減塩に取り組むとポイントがもらえる項目を設けています。減塩に取り組むことで、よりお得に、より楽しくなるような仕組みをつくっています。

減塩を通じて健康寿命を延ばすことで人生をより楽しく過ごせるだけでなく、大きな病気を予防し、医療費を増やさないことにもつながります。

これからもより多くの皆さんに減塩に取り組んでいただけるような取り組みを続けていきますので、ご理解とご協力をよろしくお願いします。



▲茂住菁邨さんが揮毫された「減塩」の缶バッジ

減塩のポイント

□新鮮な食材を用いる

食材の持ち味で薄味の調理をしましょう！

□香辛料、香味野菜や果物の酸味を利用する

コショウ・七味・生姜やかんきつ類の酸味を組み合わせると減塩になります！

□低塩の調味料や減塩食品を使う

酢・ケチャップ・マヨネーズや減塩食品もうまく活用しましょう！

□具だくさんの味噌汁にする

同じ味付けでも具がたくさん入ることにより減塩できます！

□麺類の汁を残す

汁だけで2～3gの塩分があります！

□だしの旨味を活用する

鰹節、昆布、しいたけなどの天然だしのおいしい味を楽しむことが減塩につながります！ 顆粒だし、濃縮だしには食塩が含まれていることが多いので、注意しましょう！

□野菜を食べる

野菜のカリウムにはナトリウムの排泄を促し血圧を下げる働きがあります！



減塩のコツは「少しずつ」「こっそり」です。

例えば、減塩しょうゆを使う場合にも、最初は慣れ親しんだしょうゆと半々に混ぜて使うなど、少し工夫をすることで家族に気づかれずに塩分量を減らすことができます。地道に使い続けているうちに、減塩調味料の味に舌が慣れてくるので、少しずつ割合を増やしていくという方法があります。また、香辛料を用いたり下味を工夫してうま味などを増すことで、塩気を少なくしても満足できる味に仕上げられます。

広報ひだの連載でも、減塩調味料やレシピを紹介していますので、ぜひ参考にしてください。



Hida City information

市役所からのお知らせ

募
集

令和4年度4月1日採用 会計年度任用職員を募集

■募集職種

番号	職種	勤務場所	資格要件	勤務日など
1	保育士	市内保育園	保育士	8:00~16:30(月~金) ※勤務時間相談可(週4日程度)
2	保育士	やまびこ教室	保育士	8:30~17:15(月~金)
3	就労支援員	ハートピア古川	資格不問	8:30~17:15(月~金)
4	介護支援専門員	飛騨市地域包括支援センター	介護支援専門員	8:30~17:15(月~金) ※勤務時間相談可 ※保健師または社会福祉士資格所有者も応募可
5	衛生施設作業員	飛騨市クリーンセンター	資格不問	5:15~21:45のうち7.75時間(シフトにより週5日) ※建設機械系の運転技能講習修了者、クレーン特別教育修了者等が望ましい
6	児童生徒支援員 兼児童クラブ指導員	市内小学校	資格不問	学校指定時間のうち7.75時間(月~金) または、5時間程度勤務(授業日は支援員業務、長期休暇中は必要に応じて児童クラブ指導員) ※放課後児童支援員資格の有無により時間給決定
7	教育相談員	市内中学校	資格不問	8:00~16:45(月~金) ※長期休暇中は勤務なし
8	非常勤講師	市内小中学校	教員免許(英語)	8:30~15:00(月~金)
9	校務員		資格不問	7:30~16:15(月~金)
10	児童生徒支援員		資格不問	学校指定時間のうち5時間程度(月~金) ※長期休暇中は勤務なし
11	学校図書司書		資格不問	学校指定時間のうち4~5時間程度(月~金) ※長期休暇中は勤務なし
12	公民館管理人	古川町公民館 神岡町公民館	資格不問	8:15~17:00(月~金) また、古川のみ17:00~22:00(水~日)
13	図書館事務員	飛騨市図書館 神岡町図書館	資格不問	8:30~17:15または11:30~20:15(シフトにより週5日)
14	司書		司書	8:30~17:15または11:30~20:15(シフトにより週5日)
15	美術館事務員	飛騨市美術館	資格不問	8:30~17:15(シフトにより週5日)
16	医療事務	飛騨市民病院	医療事務	8:30~17:15(月~金)
17	病院用務員		普通自動車 運転免許	7:30~16:15(月~金)、7:30~11:30(土・日) 一週間交代制
18	宿直員兼用務員	神岡振興事務所	普通自動車 運転免許	8:30~17:15または17:15~8:30(シフトにより週5日) 1日7.75時間勤務

※業務内容、勤務条件や給与(報酬等)など詳しくは、飛騨市ホームページ(右QRコード)
または総務課人事給与係までお問合せください



- 任 期 令和4年4月1日より1年間(次年度必要とする職種で成績良好な場合、2回まで更新可)
- 申込方法 市販の履歴書に希望する職種番号および名称を記載の上、持参または郵送にてご応募ください。
資格が必要な職は資格者証の写しも同封してください。
- 申込期限 1月5日(水)(必着)
- 選考方法 書類選考の上、応募人数により面接試験(1月下旬予定)を行います。

問 総務課 ☎ 0577-73-7461

お知らせ

年末・年始における公共施設等営業日について

■市役所・各振興事務所



窓口業務は、12月29日(水)～1月3日(月)まで休みとなります。

戸籍謄抄本や住民票等、各種証明が必要な方は、12月28日(火)までに市役所・各振興事務所窓口で手続きをしてください。※住民票・印鑑登録証明書の休日発行はありません

なお、出生届や死亡届等の届出は、市役所および各振興事務所の宿日直室で受け付けます。

■診療



【休診】飛騨市民病院、河合・宮川・杉原・袖川・山之村診療所

12月29日(水)～1月3日(月)※期間中、飛騨市民病院では宿日直医師が急患に対応します
こどものこころクリニック 12月29日(水)～1月5日(水)

【開所】休日診療所(高山市役所 保健センター内) ☎0577-35-3175

12月31日(金)8:30～11:30

1月2日(日)・3日(月)9:30～11:30、13:00～14:30

【救急病院案内】飛騨市地域救急医療情報センター ☎0577-74-3799

■温泉・入浴施設



	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3	1/4
飛騨古川桃源郷温泉ぬくもりの湯すば～ふる	○	休	休	○	○	○	○	○	休
河合健康増進施設ゆうわ～くはうす	休	○	○	休	休	休	○	○	○
飛騨まんが王国宮川温泉おんり～湯	○	○	○	○	○	○	○	○	○
流葉温泉Mプラザ	○	○	○	○	○	○	○	○	○
老人福祉センター割石温泉	○	○	○	休	休	休	休	休	○

■図書館



	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3	1/4
飛騨市図書館・神岡図書館	休	休	休	休	休	休	休	休	○

■環境施設



	12/28	12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3	1/4
飛騨市クリーンセンター	○	休	○	休	休	休	休	○
飛騨市リサイクルセンター	○	休	休	休	休	休	休	○

募集

市営住宅入居者の募集

公募住宅	諏訪田団地A棟	諏訪田団地A棟	諏訪田団地B棟	新栄町団地	サン・アルプ旭A棟	サン・アルプ旭B棟	山之村団地	西忍団地
種類	特公賃	特公賃	公営	特公賃	特公賃	公営	公営	公営
募集戸数	(世帯用)1戸	(単身用)1戸	(世帯用)1戸	(単身用)1戸	(世帯用)1戸	(世帯用)1戸	(世帯用)2戸	(世帯用)1戸
所在地	古川町杉崎	古川町杉崎	古川町杉崎	古川町新栄町	神岡町殿	神岡町殿	神岡町森茂	宮川町西忍
構造・規模	RC造5階建	RC造5階建	RC造5階建	S造3階建	RC造6階建	RC造6階建	木造2階建	木造2階建
間取り	2LDK	1DK	3LDK	1K	3LDK	3DK	2LDK	3LDK
家賃	入居者の所得に応じて決定							
	駐車場使用料、共益費別途	駐車場使用料、共益費別途	駐車場使用料、共益費別途	駐車場使用料、共益費別途	駐車場使用料、共益費別途	駐車場使用料、共益費別途	共益費別途	共益費別途

■敷金 家賃の3カ月分 ■申込期間 12月21日(火)～12月28日(火) ■入居予定日 2月1日(火)

※RC造…鉄筋コンクリート造 S造…鉄骨造

- ・入居資格について、所得等の条件がありますので、詳しくはお問い合わせください
- ・個人番号の記載箇所があるため郵送での受付ができません。都市整備課または各振興事務所まで直接ご提出ください

問 都市整備課 ☎0577-73-0153 (古川・河合・宮川) 神岡振興事務所 建設農林課 基盤係 ☎0578-82-2254 (神岡)

お知らせ

水道管の凍結防止について ～冬は凍結から水道管を守りましょう～

■特に凍結しやすい場所

・風当たりの強い屋外にある水道管 ・北向きで、日影にある水道管 ・むき出しになっている水道管

■凍結防止の方法

- ・凍結防止ヒーターの電源が入っているかどうか、ヒーターや保温材が破損していないかなどをご確認ください。
- ・冬期間使用しない給水栓の水抜きや積雪防護などの対策を行ってください。
- ・長期間、家を留守にする場合は、水抜きなど十分な凍結防止策を行ってください。
- ・定期的に凍結防止装置及び給水管状況を確認してください。
- ・メーターボックス内に保温材(発砲スチロールなど)を入れるなどの対策を行ってください。

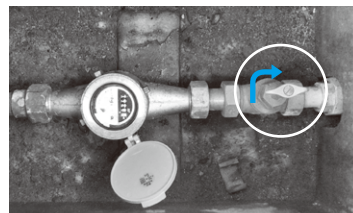
■水道管が凍ってしまったら

凍った部分にタオルや布などをかぶせ、その上からゆっくりと「ぬるま湯」をかけてください。なお、蛇口を開けてもすぐに水が出ない場合がありますが、その場合でも蛇口は必ず閉めて、自然に溶けるのを待ってください。

※熱湯を急にかけると、水道管や蛇口が破裂することがありますので、ご注意ください

■水道管が破裂したら

宅地内にあるメーターボックス内のメーターバルブを右回しに閉めて水を止め、破裂した部分に布やテープをしっかり巻き付け、応急処置をしてから速やかに飛騨市指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。



■水道修理当番

年末年始の水道管の破損など緊急の場合は、下記の会社に連絡してください。

■古川町・河合町・宮川町

12月29日(水)	(有)古川住設管工事	0577-73-6196
12月30日(木)	坂上建設(株)	0577-75-2226
12月31日(金)	(有)愛進建設	0577-75-2557
1月 1日(土)	(有)土洞設備工事	0577-73-5036
1月 2日(日)	モリシゲ設備	0577-73-2378
1月 3日(月)	橋本工業(株)	0577-73-5464

■神岡町

12月29日(水)	(有)瀬川鉛鉄	0578-82-5115
12月30日(木)	(有)谷口水道	0578-82-1651
12月31日(金)	橋本工業(株)	0578-82-1000
1月 1日(土)	(有)瀬川鉛鉄	0578-82-5115
1月 2日(日)	(株)神岡衛生社	0578-82-0337
1月 3日(月)	東洋建設資材(株)	0578-82-0871

問 水道課 ☎ 0577-73-7484

問 各振興事務所(水道担当係) 河合 ☎ 0577-65-2383 宮川 ☎ 0577-63-2315 神岡 ☎ 0578-82-2254

お知らせ

飛騨市ニューイヤー花火を開催

飛騨市観光協会から市民および市内事業者の皆さんに向けて「2022年はコロナが明け活気が戻り、素晴らしい一年になりますように(仮)」という思いを込めて4町同時にニューイヤー花火を打ち上げます。

■日時

1月1日(土) 19:00打ち上げ
※雨天の場合は、2日(日)に順延

■場所

- ・古川 千代の松原公園
- ・神岡 高原川河畔
- ・河合 角川神明神社付近
- ・宮川 三川原集落センター付近

※立ち入り禁止となる場所があります



問 飛騨市観光協会

☎ 0577-74-1192

お知らせ

図書館の開館時間が変わります(冬時間)

下記の期間、開館時間を変更します。ご理解とご協力をお願いします。

実施期間 12月1日(水)～
3月31日(木)

開館時間

平日 9:00～19:00
(1時間の短縮)

※土曜・日曜・祝日の開館時間の変更はありません

問 飛騨市図書館 ☎ 0577-73-5600

お知らせ

「まめとく健康ポイント事業」の交換日は1月です

「まめとく健康ポイント事業」の交換日は1月です。交換される方は、ポイントカードを持って、お近くの会場にご来場ください。(ポイントカードがあれば、ご本人でなくても交換できます)

交換日	受付時間	交換場所
1月20日(木)	10:00~12:00	宮川振興事務所
	13:30~16:00	河合振興事務所
1月21日(金)	9:00~16:00	神岡町保健センター
1月22日(土)	9:00~17:00	ハートピア古川
1月23日(日)	9:00~16:00	



なお、上記の交換日に来場できない方は、次の日程で、河合・宮川振興事務所、神岡保健センター、ハートピア古川で交換できますが、できるだけ上記日程で交換をお願いします。

■日時 1月24日(月)~31日(月) 8:30~17:15まで

■注意点

- 交換する前に、次のことをご確認ください。
- ・ポイントカードに「氏名」「住所」「電話番号」が記入してありますか。
 - ・必須項目について記入してありますか。
 - ・総合ポイントは合計50ポイント以上ありますか。

■交換賞品 各1,000円分

- ①商品券(古川町商工会)
- ②商品券(神岡町商工会議所)
- ③さるぼぼコイン1000P
- ④市内障がい者施設授産品
- ⑤市内の社会福祉施設に①または②を寄付

※さらに後日、抽選で商品券1万円分をプレゼント!

企業・事業所を通じてエントリーをされた方は、賞品との交換も企業・事業所を通じて行ってください。

問 古川町保健センター ☎0577-73-2948

お知らせ

令和4年度 飛騨市児童生徒就学奨励金の申請を受付

お子さんが小中学校へ就学するにあたり、経済的理由で、学校での学習に必要な費用の支払い等にお困りのご家庭に対し、その一部を援助します。

■対象となるご家庭 市内に住所を持ち、市立小中学校に在学する児童または生徒の保護者で、以下条件のいずれかに該当する方。

- | | |
|-------------------------|----------------------------------|
| A. 生活保護を受給している | F. 国民健康保険の減免または徴収猶予を受けている |
| B. 生活保護が停止または廃止された | G. 児童扶養手当を受給している |
| C. 市民税が非課税または減免を受けている | H. 生活福祉資金による貸付を受けている |
| D. 事業税または固定資産税の減免を受けている | I. A~Hの理由に該当せず、著しく生活が不安定と認められる場合 |
| E. 国民年金の掛金の減免を受けている | |



■援助対象 学用品費・通学用品費・体育実技用具費・新入学用品費・クラブ活動費・学校給食費・修学旅行費・校外活動費・生徒会費・PTA会費・卒業アルバム代等

■申請の手続き 新規申請の受付は12月から行います。申請を希望される場合は、学校または学校教育課へご相談ください。

問 学校教育課 ☎0577-73-7494

お知らせ 固定資産税（償却資産）の 申告期限は1月31日（月）

■申告期限

令和4年1月31日（月）です。
早めの提出にご協力をお願いします。

■償却資産とは

個人事業者または企業等が事業のために所有している機械・構築物などの資産です。その減価償却額が、法人税法または所得税法の規定による所得の計算上、損金もしくは必要経費に算入されるものに関しては、市へ申告が必要です。該当事業所・個人事業者へは申告書を送付していますが、新たに該当すると思われる場合は税務課までお申し出ください。

問 税務課 ☎ 0577-73-3742

お知らせ 給与支払報告書の提出期限は 1月31日（月）

令和3年中に給与等を支払われた場合は、提出が必要です。
該当事業所・個人事業主へは書類を送付していますが、用紙不足や新たに該当する場合は、税務課または各振興事務所税務窓口へお申し出ください。

■提出期限 1月31日（月）

早めの提出にご協力ください。

- ・給与所得者および被扶養者のマイナンバーの記入漏れがないよう、事前確認等をお願いします。
- ・昨年の用紙を使用しないようご注意ください。
- ・給与支払報告書中「16歳未満の扶養親族」は住民税の算定に必要なため、必ずご記入ください。

問 税務課 ☎ 0577-73-3742

お知らせ 固定資産税第4期分の 納期限は1月4日（火）

■口座振替の方

納期限前日までに残高の確認をお願いします。

■納付書の方

納付書に記載の金融機関、コンビニ、スマートフォン決済アプリ等で納付してください。

※納税通知書の記載事項を必ずご確認ください

問 税務課 ☎ 0577-73-3742

お知らせ

【事業主の方へ】特別徴収にご協力を

地方税法第321条の4において、所得税の源泉徴収義務がある事業主は、個人住民税を特別徴収することが義務付けられています。県と県内全市町村では、平成27年度から一定の条件を満たす事業主に対し、個人住民税の特別徴収を実施していただく取り組みを行っています。

また、退職・休職者の徴収方法として、給与や退職金等から一括して特別徴収もできます。

翌年1月1日から4月30日までに退職等をした場合は法令（地方税法第321条の5第2項）により、一括して特別徴収により納入していただく必要がありますのでご協力をお願いします。

問 税務課 ☎ 0577-73-3742

お知らせ

岐阜県最低賃金が改正

岐阜県最低賃金は、年齢に関係なく、パートや学生アルバイトなどを含め、県内で働くすべての労働者に適用されます。ただし、以下の産業に従事する労働者（一部適用除外あり）は、該当する特定（産業別）最低賃金も適用されます。使用者も、労働者も、1時間当たりの賃金額が最低賃金額以上となっているかどうか、必ず確認しましょう。

■岐阜県最低賃金 時間額880円 10月1日から

■岐阜県の特定（産業別）最低賃金

- ・電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業…時間額907円
 - ・自動車・同附属品製造業…時間額951円
 - ・航空機・同附属品製造業…時間額971円
- いずれも12月21日から

問 岐阜労働局賃金室 ☎ 058-245-8104

お知らせ 確定申告の説明会を開催

住宅ローン等を利用して住宅を新築、購入又は増改築等を行った方で住宅借入金等特別控除の申告をされる方や、土地、建物または株式等の譲渡所得のある方を対象に説明会を開きます。

■日時 令和4年1月31日（月）

10:00～16:00

■場所 飛騨市役所大会議室

問 高山税務署 ☎ 0577-32-8126



お知らせ 「みんなのテレワークスペース」を整備

まちづくり拠点node（ノード）の2階にテレワークや会議ができるスペースを整備し、11月1日から供用を始めました。動画配信拠点としても使用でき、施設内の利用に限り機材の貸し出しも行っています。

まちづくり拠点node（古川町殿町8-17） ☎0577-62-9797

■営業日

平日10:00～19:00
（定休日：水・木）

土日10:00～17:00

■その他

使用無料、貸し切りは要事前相談



問 地域振興課 ☎0577-62-8904

お知らせ タンクからの油流出事故に注意

事業場や一般家庭のタンクから灯油などの油類が漏れ、水路や河川に流出する事故が増えています。水質事故の予防対策・事故発生時の的確な対応をとりましょう。

- ・ 貯油施設などの設置者は、事故などで油が流出・地下浸透した場合、応急処置と事故の届出（連絡）を行う義務があります。
- ・ 事故を起こしてしまった場合には、流出防止措置、オイルフェンスやオイルマットの設置など、被害の拡大を防ぎましょう。

水質汚濁防止法に基づく通報を行う義務があります。ただちに岐阜県飛騨県事務所環境課または環境課に連絡してください。

問 環境課 ☎0577-73-7482

お知らせ 第1回飛騨市空撮コンテストの動画を公開中

10月23・24日に市のPR動画をドローンの空撮により作成し、その出来栄を競うイベントを開催しました。全国から9組の参加者が集まり、市内の名所を空撮した美しい動画が完成しました。

成果品は今後も市のPR活動に活用していきます。市のPR目的であれば誰でも利用できますので、担当までお問い合わせください。



動画は市公式
YouTubeで公開中



問 地域振興課 ☎0577-62-8904

お知らせ 第50回 飛騨市ふるかわ元旦マラソンを開催

今回で第50回目となる飛騨市ふるかわ元旦マラソン。1年の始まりはみんなで気持ち良い汗をかきましょう！参加者には先着1,000人に50周年仕様の記念品をプレゼントします。

■日時 1月1日（土・祝） ※荒天中止
受付・スタート9:00～10:00

■集合 ハートピア古川 正面玄関

■参加料 無料

■コース Aコース（約1.7km）
Bコース（約2.4km）
Cコース（約4.2km）



※感染症対策のため、受付をされた方から順次スタートしていただきます（分散スタート）

※開会式（パフォーマンス・ファミリー賞贈呈含む）は行いません

問 ふるかわ元旦マラソン実行委員会
☎0577-62-8030

募集 映画「弱虫日記（仮）」の撮影に使用する昭和後期から平成中期の家具などを募集

市では、青春小説「弱虫日記（仮）」の撮影を令和4年3月中旬頃を予定しています。当作品の時代設定は昭和後期から平成中期となっており、当時使用していたロケ地に飾る装飾品が必要となるため募集します。一緒に最高の映画を作りあげませんか。皆さんのご協力をお待ちしています。

写真確認後、あらためてご連絡を差し上げます。



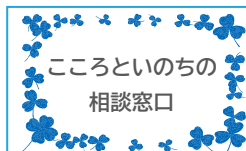
例：自転車、ランドセル、アップライトピアノなど
募集に関するお問い合わせ

問 the ROOM
担当／太田

問 観光課
☎0577-73-7463

ご提供いただける方は
こちらから





相談窓口情報を悩み別に検索できるサイト(QRコード)です。
電話でのご相談も受け付けています。

こころの健康相談統一ダイヤル Tel.0570-064-556



お知らせ

令和4年1月から「電子図書館」を開始

飛騨市図書館では、24時間いつでもどこでも電子書籍が楽しめる「電子図書館」サービスを開始します。

■サービス開始日

令和4年1月5日(水)9:00～

■利用対象者

・市内在住、在勤、在学の方または飛騨市図書館図書利用カードをお持ちの方
※カードをお持ちでない方、有効期限が切れている方は利用できません。
図書館で登録手続きをしてください(無料)

■ご利用方法(1月5日から)

- ①飛騨市図書館ホームページから、「電子図書館」のページへ
- ②図書利用カードの番号と、生年月日(※初期パスワード)を入力してログイン
※電子図書館の利用登録は不要です
- ③ご覧になりたい電子書籍をお選びください



飛騨市図書館
ホームページ

【電子図書館とは】

お手持ちのパソコン、タブレット、スマートフォンで、24時間いつでもどこでも電子書籍を読むことができるサービスです。電子書籍とは、オンライン上で読むことができる電子版の書籍のことです。時間や場所を気にせずに調べものや読書が楽しめます。

実際の図書館と同じように無料で借りられますが、期限がくると自動で返却されるため、来館する手間がありません。貸出中の本は予約して借りることもできます。

【文字の大きさを変えたり、声で読み上げたりすることができます】

読みやすい文字の大きさや色に変えたり、作業中でも聞き流せたりするような自動音声での朗読機能、図や写真などを拡大して見ることもできます。英語で読み聞かせをしてくれる絵本もあります。

※一部コンテンツに限ります

※利用は無料ですが、インターネット通信料は利用者負担となります

※1コンテンツにつき、1人が利用できます。2人目以降は試し読みや貸出予約をすることができます(一部コンテンツを除く)

申 問 飛騨市図書館 ☎0577-73-5600

相談コーナー

相談名・相談内容	要予約	実施日	時間	場所	問い合わせ
若者就労相談 (若者を対象とした就労相談)	○	1/5(水)、12(水) 19(水)、26(水)	13:00～16:00	古川町公民館	県若者サポートステーション ☎058-216-0125
ビジネスサポート相談 (売上拡大、経営改善など経営上の相談)	○	1/6(木)、7(金) 17(月)、18(火)	10:00～17:00	古川町商工会	古川町商工会 ☎0577-73-2624
消費生活相談員による無料相談 (専門の消費生活相談員が消費生活にかかる相談)	○	1/5(水)	10:00～15:00	飛騨市役所	総務課 ☎0577-73-7461
ハローワーク出張相談 (職業相談、シルバー人材入会説明)	-	1/19(水)	11:00～15:00	古川町公民館	ハローワーク高山 ☎0577-32-1144
こころの相談室 (精神保健福祉士によるこころの相談)	○	1/13(木)	13:30～15:30	ハートピア古川	古川町保健センター ☎0577-73-2948
もの忘れ相談 (もの忘れ・認知症の相談)	○	1/13(木) 1/20(木)	9:30～11:30 9:00～12:00	神岡町公民館 オレンジの森 古川町新栄町11-5 ツタビル2階 (1階にコインランドリーあり)	地域包括支援センター神岡窓口 ☎0578-82-1456 認知症地域支援推進員 ☎090-1408-1017(月～金)
認知機能チェック および 脳トレ	○	1/27(木)	9:00～12:00		

募集

子ども服などのリユース（再利用）品譲渡会を開催

市では、ごみの減量化を図るため3R（リユース、リデュース、リサイクル）を推進しています。昨年度に続き、リユース品の譲渡会「こどものモノ リユースひろば #2」を開催します。今年は、古川町、神岡町の2会場で同時に開催します。当日は、皆さんからご提供いただいた、子ども向けの衣料品、おもちゃ、子育て用品のリユース品を無償で譲渡します。ぜひご来場ください。

■日時 1月23日(日) 9:00～15:00(古川会場、神岡会場)

■場所 古川会場 古川町公民館 大会議室
神岡会場 神岡町公民館 大会議室



譲渡会で出品するリユース品を募集しています

募集するリユース品は次のとおりです。それぞれ、受付方法が異なりますので、市公式ホームページの注意事項をよく読み、ご提供をお願いします。

① 子ども服・帽子・カバンなどの衣料品

→市内の専用回収ボックスに入れてください

② おもちゃ、子育て用品

→市役所環境課、神岡振興事務所建設農林課および飛騨市リサイクルセンターへ事前連絡のうえお持ちください。

※次に使われる方が「もらってうれしいモノ」のご提供をお願いします。

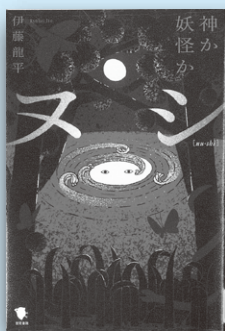
リユース品の募集についての詳細、注意事項は右のQRコードからご覧いただけます

問 環境課 ☎ 0577-73-7482



図書館においでよ 新着図書ピックアップ

大人向けのオススメ



『ヌシー 神か妖怪か』
伊藤龍平／著 笠間書院

日本各地の伝承から、人知では測れない巨大生物ヌシー（主）についてまとめた本格的ヌシー論。恐ろしくも興味深い話に沈んでみませんか。

子ども向けのオススメ



『ポップコーン』
たまむらさちこ／著 白泉社

こどもたちの今日のおやつはポップコーン！変幻自在なポップコーンとそれを楽しむこどもたちは見ていてとても癒されます。

問 飛騨市図書館 ☎ 0577-73-5600 魚 <https://hida-lib.jp>



飛騨警察署からのお知らせ

「ご存じですか？ 安全運転相談窓口」

警察では、加齢に伴う身体機能の低下などのため自動車などの安全な運転に不安がある高齢ドライバーやご家族、また、身体の障がいや一定の病気による症状のため、自動車などの運転に支障のある方などが相談できる窓口を設けています。

安全運転相談ダイヤル

#8080
(シャープ ハレバレ)

※受付時間は原則として平日の執務時間内となります

身体機能が低下すると運転操作のミスなどに繋がり、重大な交通事故を引き起こす可能性が高まります。

高齢や病気などで自動車などの運転に不安を感じたら、ご相談ください。



問 飛騨警察署 ☎ 0577-73-0110

飛騨市学園構想

SUPER COMMUNITY SCHOOL

「多様な交流学習の推進」



飛騨市学園構想が推進するプロジェクトの3つ目は、「多様な交流学習の推進」です。

◆高校生と「つながる」体験活動

先日「図書館ギャラリー」で宮川小学校の子どもたちの「私の好きなふるさとの風景」写真展が開催されました。この写真撮影のために全校児童8人が、6月に吉城高校を訪問し写真部員から写真の撮り方を学びました。

高校生と小学生にとって、この交流は写真技術を教える・教えてもら

うだけではなく、憧れや思いやりを抱くと共に、次の活動へとつながる交流学習となりました。

11月には神岡中学校で飛騨神岡高校ロボット部による「出前講座」も行われ、高校生の知識や技能を活かした交流が今後も進められます。

◆異学年と「つながる」意味

子どもたちにとって異学年と活動することは、自分と違う考え方や行動にふれることで「自分のよさ見つけ」につながり、「人間関係づくり」を学ぶ大切な機会となります。下級生は上級生の言葉や振る舞いに憧れ、上級生はかつての自分を振り返り、見本となる姿勢や思いやりの心が大きく育ちます。学園構想では、「一緒に活動できて楽しかった」だけではなく、下級生・上級生がこうした思いやり力をつける意味ある交流を進めていきます。

◆ICT機器の活用で「つながる」

小中学校では、市で順次整備している「タブレットPC」や「電子黒板」を活用して、市内外の学校間の交流を進めていきます。Web会議システムで学校間をつなぎ、合同授業や意見交流会等、計画・実施し、子どもたちの表現力等を高めていきます。さらに、古川小学校や神岡小学校で行われている「台湾新港郷」の学校との交流のように、海外の学校との交流もすすめ、広い視野をもったグローバルな人材の育成にも取り組んでいきます。



問 学校教育課 ☎ 0577-73-7494

飛騨の 薬草を学ぶ 教養講座

みんなで活かして
楽しい毎日！



サフラン

小さい頃の記憶はふとした時に鮮明に呼び起こされます。その一つに保育園の頃、母親がサフランを入れた綺麗な黄色のお茶を飲んでおり、私も花からメシベを取る作業を手伝っていたことがサフランを見るたびに思い出されます。

サフランは世界的に見ると古代からエジプトやギリシャで香辛料や染料、薬として使われていましたが、日本での栽培は明治以降と、とても新しい薬草です。

サフランライスの色付けなどにも

使われていますが、一つの花から取れるメシベは本当に少なく、1キロのメシベを取るのに17万個の花がいると言われます。

そんなサフランの効果としては、健胃、強壮、通経、鎮静、生理痛などの婦人病、神経痛、頭痛、めまい、喘息、冷え症、貧血と、まさに女性のためにあると言えるくらい多岐にわたります。

メシベを乾燥させたものを0.3から0.5g、湯飲み茶碗に入れて湯を注ぎ、色も出て良い加減になったらお茶のようにして飲むのがいいでしょう。また、砂糖と一緒に酒につけると食欲増進に効果があるので食前酒としていいですね。

サフランは体を温め、発汗を促す成分があるので、これからの季節には嬉しいところです。

そしてサフランは記憶障害の改善にも効果があるとされており、その

希少性と相まって高額であることも納得できます。ネットで簡単に調べてもサフラン1gで1000円といった商品が普通に出てきました。それなら庭先や畑などで育ててみるというかもしれませんね。

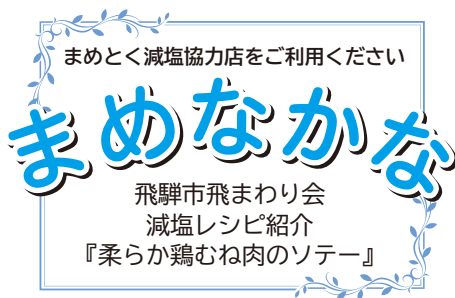
女性特有の症状に悩まされてきた方はぜひ試してみてください。



参考：村上光太郎 薬草を食べる

効 能	健胃、強壮、通経、鎮静、生理痛などの婦人病、神経痛、頭痛、めまい、喘息、冷え症、貧血
採取先	畑、漢方薬局など

問 地域振興課
☎ 0577-62-8904



まめとく減塩協力店をご利用ください

■作り方

- ①鶏むね肉は、食べやすい大きさにそぎ切りにする。
- ②ポリ袋に①と減塩白だし、酢、かたくり粉を入れ、袋の上からよくもんでおく。
- ③フライパンにごま油を熱し、②を入れて、最初はふたをして蒸

し焼きにし、中まで火が通ったらふたを外し、両面こんがり焼き付ける。

- ④キャベツはせん切りに、大葉は半分に切り③と器に盛り付ける。

■材料（4人分）

- ・鶏むね肉 1枚（約300g）
- ・【減塩】減塩白だし 1/2袋（4g）
- ・かたくり粉 大さじ1
- ・酢 大さじ1
- ・ごま油 大さじ1
- ・キャベツ 150g
- ・大葉 2枚

■栄養成分（1人前）

- ・カロリー211Kcal
- ・タンパク質14.8g
- ・脂質15.9g
- ・炭水化物2.6g
- ・塩分0.4g

■使用した減塩食品

- （JSH減塩食品 日本高血圧学会減塩・栄養委員会）
- ・減塩白だし 小袋8g×6袋入り



問 古川町保健センター
☎ 0577-73-2948



<その21>

はじめませんか？

いざという時に
慌てないために

ひと昔前まで、生前から葬儀の備えをすることは不謹慎だという風潮がありました。しかし近年、お葬式で苦労した経験がある人や、自分のお葬式は自分で決めて準備しておきたいと考える人が増えてきました。

故人が亡くなった大きな悲しみの中で、遺族にとって葬儀は大きな負担です。その負担を和らげるためにも、自らの希望を残して準備することは意義あることです。しかし希望を残すといっても、細かいことまで指定する必要はなく「規模をどれく

らいにするのか」「どこで行うのか」「喪主は誰にするのか」程度でよいでしょう。

その他に準備できることは、自分が亡くなった場合に、誰に連絡するのか決めておくことです。どの程度まで連絡するかでおおよその参列者数から規模も想定できます。

それから、意外と忘れがちなのが遺影となる写真です。慌ててアルバムやパソコンのデータなどをひっくり返して探すはめになりかねません。近年は、終活の一環として元気な時に自らお気に入りの一枚を撮影する人も増えてきました。

生前に決めておきたいことは多岐に渡り、選択肢も数多いですが、こうしてある程度のことを決めておくと、その費用も準備しておけます。

生前準備は、家族と話しながらかめておくことがベストですが、もしそれが出来ないのなら自らの希望を

エンディングノートなどに書いておくことをおすすめします。

お葬式のスタイルは先祖代々受け継がれてきたものであり、子どもの頃から先人のお葬式に接しながら、伝えられてきました。しかし昨今は『効率化』の時代となり、家族葬などの小規模の式を望まれる方も少なくありません。お葬式は人と人との故人を介して結ぶ場であり、最後のお別れの場でもあります。自分だったらどんなお葬式にしたいかを今一度よく考えてみたいものです。

終活巡回相談日（要予約）

■ 1月28日（金）

河合振興事務所 9:00～正午

宮川町公民館 13:00～16:00

問 予 飛騨市終活支援センター
（飛騨市社会福祉協議会内）

☎ 0577-73-3214



2021年11月30日現在（敬称略）

ご結婚

お名前	住所
坪根 和真 坂口 真央	古川町上気多 高山市
種村 義樹 井之口 文菜	古川町上野 古川町沼町
西谷 謙 西野 亜美佳	古川町金森町 古川町栄二丁目

お誕生

お名前	住所	保護者
【古川町】		
吉野 碧純	太江	善寿・舞華
中村 瑛太	高野	皐太郎・薫乃
吉本 珠愛	沼町	源暉・愛香
北條 蒼	上町	誠・歩美

【宮川町】		
後藤 詠万	大無雁	聖士・景子

【神岡町】		
白木 芽依	船津（千歳1）	大輔・碧
清水 結斗	東雲（西野町2）	裕貴・麻衣
原田 連杜	江馬町（沖野鉄筋社宅）	兼肖・琴美
土洞 奏翔・惟翔	下之本	翔輝・智香
下坂 かがり	山田（上山田3）	尚吾・智代

お悔み

お名前	住所	年齢
【古川町】		
橋本 喜十二	向町三丁目	(97)
川上 節男	朝開町	(96)
岡村 正昭	増島町	(90)
關 重子	向町二丁目	(96)
坂上 巖	谷	(94)
栗本 源代	上町	(85)
鎌宮 健一	末広町	(80)
山下 重子	上気多	(93)
【宮川町】		
中舎 ミヤ子	種蔵	(88)

お名前	住所	年齢
嶋 徳美	巣之内	(83)

【神岡町】		
田中 孝子	横山	(83)
茂利 民男	船津（堀川1）	(87)
鞍田 壽美子	殿	(79)
大家 玉江	横山	(88)
新井 幸雄	中山	(78)
水口 君子	緑ヶ丘（緑ヶ丘2）	(95)
牛丸 美千代	殿（殿本町下5）	(64)
奥野 うら子	船津（上今2）	(85)
鈴木 民子	麻生野（下麻生野）	(97)
山崎 輝男	野首	(78)
三坂 光一	小萱（下小萱）	(74)
間狭 幸雄	西（西3）	(83)

ご寄付

次の方から温かいご寄付をいただきました。

【一般寄付金】
行政書士佐藤克成事務所（古川町）様
金5,000円

【映像制作活用プロジェクトへ】
M's PLANNING OFFICE（株）様
金100万円

【飛騨市教育委員会へ】
匿名
金300万円

【飛騨市図書館へ】
故 天木 久市郎 様（古川町）
金100万円

【市内各保育園・小中学校へ】
（株）ジェイウィン 様
ポータブル拡声器 100台
平和メディック（株） 様
絵本全17冊

【市内保育園・小学校へ】
希夢千家けいちゃん 様
英語教材 1式

【市内各小中学校へ】
（有）渡辺酒造店 様
書籍 全9冊
匿名
絵本 全9冊

【飛騨市民病院へ】
匿名（可児郡御嵩町）
匿名（神岡町）
奥野 直樹 様（富山市）
金10万円
金10万円
金3万円

【医療事業へ】
工藤医院 院長 工藤 学而 様（神岡町）
金100万円

人口の動き （12月1日現在 住民登録人口）

男	女	計	世帯数
11,181	11,882	23,063	8,877
出生 11	転入 32		
死亡 38	転出 40		
高齢化率 39.7%			

町別人口内訳

古川町	14,013
河合町	870
宮川町	585
神岡町	7,595

消防の状況 （12月1日現在）

	火災	救急
飛騨市	5	955
その他 （管外出動）	0	0
前月比	1	98

交通事故の状況 （11月30日現在）

	人身交通事故			物 損 交通事故
	件数	死者	傷者	
本年累計	19	1	25	359
昨年同期	13	3	14	340
増減	+6	-2	+11	+19



飛驒市

Facebook 公式アカウント

飛驒市役所



まちの話題に掲載しきれないイベントや写真は市の公式 Facebook で配信中。

まちの話題
いろいろ

11/1

足 奥田利さん100歳！万歳！ 賞状やお祝いの花束などを贈呈 腰丈夫で、痛いところなし！ 元気な100歳

カメラ 特レポ

今回100歳になられたのは、大正10年11月1日生まれの奥田利さん。神岡町山田で生まれ、学校卒業後は滋賀県の紡績工場へ働きに行かれました。「大変だったけど、楽しかったよ！」と笑顔で淡々と話されているのが印象的です。

縁あって、現在の東町に嫁がれ、旦那さんは亡くなられて35年が経ち、今は娘さんと2人で暮らしてみえます。

奥田さんは手先が器用で、今も週1回のデイサービスに通いながら、家では刺繍を楽しんでみえます。雑巾や布巾を綺麗に縫ってみえ、「針に糸を通すのも眼鏡無しでできるんですよ！」と、一緒に暮らす娘さんもびっくり。

足腰も丈夫で、杖なども使用せず歩き、正座もしっかりできます。膝も痛くない、痛いところはないというのも長生きの秘訣です。



11/3

飛 街なかポケットミュージアム」がオープン 驒市の歴史や民俗を伝える小さな博物館

カメラ 特レポ

飛驒古川さくら物産館蔵ホールに「街なかポケットミュージアム」がオープンしました。市の歴史や文化、民俗などを市民や観光客に発信しようと、市が街歩き拠点となる同館の蔵ホールを借用して開設しました。

初回は「飛驒の糸引き工女」がテーマ。飛驒から信州の製糸工場へ出稼ぎに出た女性たちの暮らしや市内の製糸業などに関する史料を展示しています。

オープニングセレモニーで都竹市長は「観光の動線にあたる場所で市と町の歴史や文化を観光客に伝えることができ、旅の印象も上がるのでは」と挨拶しました。昭和20年代に古川町や愛知県の製糸工場に糸を引いたことがある保木和子さん（古川町）は「いろいろな写真を目にできて懐かしかった。若い人にもぜひ、工女のことを知ってほしい」と話していました。



11/4

8 宮川町の道下利九郎さんが全国公平委員会連合会から表彰 年間にわたり市職員の利益を守る

平成25年6月から飛驒市公平委員を務めてみえる宮川町の道下利九郎さんが、人事公平制度の確立に貢献されたとして全国公平委員会連合会から表彰され、都竹市長から表彰状が伝達されました。

公平委員会とは、市役所に勤務する職員の利益の保護と公平な人事権の行使を保障することを目的に置かれており、市の職員が納得できない処分を受けた時に行う不服申立て等について審査を行う合議制の機関のことです。市内では道下さんの他に2人の委員が選任されています。

道下さんは、8年以上にわたって活動され、その功績が顕著であるということから今回の受賞となりました。都竹市長は「市政にご尽力をいただき、感謝しております」と謝辞を述べ、労をねぎらいました。



11/5

困「ヒダスケ」がグッドデザイン賞を受賞 りごとを地域資源に取り組み評価

市が運営する関係人口創出事業「ヒダスケ! - 飛騨市の関係案内所 -」が、今年度のグッドデザイン賞を受賞しました。

ヒダスケは、さまざまな市民の困りごとをネット上に公開して、解決のための協力者を市内外から募集する仕組みで、参加者には野菜や電子地域通貨などの「お礼」が渡されます。

グッドデザイン賞審査員は「人口減少で顕著になった地域課題に対して、『市民の『困りごと』』を起点に、『支え合う』という新たな関係価値を生み出すことだった」と指摘。実績などを踏まえて「関係人口を拡大させるヒントが詰まった、素晴らしい事業モデルと言える」と評価されました。

受賞を受け都竹市長は「地域の困りごとが、ヒダスケを通すと地域資源になる。市に心を寄せてくれる人がいるのは、街の元気に繋がる。過疎地のデザイン構築のモデルになれば」と話しました。



11/6

地河合小学校で『河合っ子座公演』 域の方に感謝を込めて児童ら演技

カメラ 特レポ

河合小学校の学習発表会「河合っ子座公演～伝統文化を引き継ごう～」が同校体育館で開かれました。児童の郷土愛を育もうと1・2年生が民話劇、3・4年生は飛騨かわい匠太鼓、5・6年生は地歌舞伎を演じました。

出演したのは全校37人。児童たちは保護者ら約100人が見守る中、練習の成果を堂々と披露し、会場を沸かせました。

5・6年生(18人)は毎年恒例の地歌舞伎を約1時間にわたって熱演しました。演目は鎌倉時代の実話を基に描かれた、曾我兄弟による父親の仇討ちを題材にした「寿曾我対面～工藤館の場～」です。児童たちが見えを切るたびに会場から大きな拍手が送られていました。ステージを終えて、朝比奈三郎役を演じた土田結夢さん(6年)は「ミスもなく、今までで一番上手にできたと思います。歌舞伎は大好き」と笑顔を見せていました。



11/13

地山之村小中学校の統合から40周年を記念し式典を開催 域で守り続けた伝統と歴史を後世へ

旧森茂小中学校と旧下之本小中学校が統合されて昭和57年に開校した神岡町森茂の山之村小中学校が、統合から40周年を迎えたことを受け、記念式典が行われました。

これまでの卒業生を代表して登壇した下林史弥さんは在校生に向け、「ここで過ごした9年間は、これから先の人生に必ず生きてきます。一日一日の生活を大切にして過ごし、これまで築いてきた校風や伝統をさらに発展させていってください」とエールを送りました。

また、在校生を代表して児童生徒会長である中学3年生の中井鈴太さんが登壇し、同校で過ごした9年を振り返りました。「地域の皆さんとのつながりは、いつでもどこにいても私たちの心の支えになります。来年、自分は他の地域に行きますが、山之村を誇りに思い、生活していきます」とメッセージを述べました。





飛驒市

Facebook 公式アカウント

飛驒市役所



まちの話題に掲載しきれないイベントや写真は市の公式 Facebook で配信中。

まちの話題
いろいろ

11/16 教育 古川町の中村幸二さんが瑞宝双光章を受章 教育振興に多大な貢献をされたことを称える

令和3年の高齢者叙勲において、古川町三之町の中村幸二さんが瑞宝双光章を受章されました。

永きにわたって教育業務に従事され、教育振興に多大な貢献をされたことに対して贈られたもので、市役所で伝達表彰があり、都竹市長から中村さんへ勲章などが手渡されました。

中村さんは昭和8年生まれの88歳。昭和31年から教員として勤務され、平成6年3月に当時の清見村立清見小学校の校長を最後に退職されました。

都竹市長は「人生でずっと長く教え子から慕われる『先生』という仕事はうやましい。今後もさらなるご活躍を」とお祝いを述べました。中村さんは「この世に生まれ、こうして生きてこられたのは親のおかげ」「地域の皆さんや先輩後輩、家族など多くの方々に支えていただいたおかげで今があります」と、何度も感謝の言葉を述べておられました。



11/28 研究 スーパーカミオカンデ観測25周年記念講演会 研究の展望などを語る

神岡町にあるニュートリノ観測施設「スーパーカミオカンデ」の観測25周年を記念し、同施設での観測成果で2015年にノーベル物理学賞を受賞した東京大学宇宙線研究所所長の梶田隆章卓越教授らの特別講演会が飛驒市文化交流センターで開かれました。

あいさつで梶田先生は「スーパーカミオカンデが長きにわたり研究を続けてこれたのは、支援してくれた飛驒市や市民の皆さんのおかげです。感謝しています」と述べられました。

その後、同研究所の中畑雅行教授が、観測施設の設立経過や目的などについて語り、「ニュートリノの観測によって、素粒子や宇宙の謎が解き明かされていく」と結びました。続いて行われた座談会では、両氏に加え、横山広美先生も参加され、施設設立時の裏話などを披露し、研究の展望などについても語り合われました。



11/30 子 市内の1団体3個人が「岐阜県地域子ども支援賞」を受賞 子どもたちの活動を一所懸命に支援した方々へ

令和3年度の「岐阜県地域子ども支援賞」の伝達表彰が市役所でありました。市内で受賞されたのは古川小学校PTAの皆さん、菅沼明彦さん、大下勝久さん、田近純子さんの1団体、3個人です。

この賞は、子どもたちが地域で行うさまざまな活動を一所懸命に支え、地域の皆さんから高い評価を受けている個人や団体の功績を讃えることで、地域の教育力の向上や地域全体で子どもを育てる環境整備を図ろうと、県が平成15年度から設けています。沖畑教育長は古田知事からの表彰状を手渡し、「地域の皆さんのお声かけや見守りに子どもたちは気づいて感謝し、『大事にされているな』と思って育っています。そうした基盤が、心の栄養として子どもを育ててくれます。本当に感謝しています」と話し、今後も継続した活動をお願いしました。



飛騨市まちづくりレシピ

まちづくりって特別なことじゃなく、みんなの暮らしがちょっと豊かになる活動。
飛騨市内で活動されているまちづくり団体を紹介していきます。
気になる活動があれば、気軽に参加してみませんか？

ひだプラス
HIDAPLUS

**繋がり。全部に意味がある。
なるようになる！**

クラフトビール醸造所
「ヒダノオクブルワリー」

霜出 悦生さん



▲試作！頑張って作っています！



▲ヒダスケで田おこし♪



▲水しぶきが気持ちいい!!

「『妄想でもいいから、やってみたいことはある?』と聞かれて。『ビール造りがしたい!』と答えたのが始まりでした。」
笑顔でそんなきっかけを語ってくれたのは、古川町にクラフトビール醸造所「ヒダノオクブルワリー」を立ち上げ中の霜出悦生さんです。

霜出さんは神岡町生まれ。中学卒業後から親元を離れ寮生活をしていました。卒業後は名古屋で社会人生活をスタートさせますが、飛騨を離れたことで自然が恋しくなり、オフには川下りをしたり、大好きなビールを飲む為にイベントに参加したりとアクティブな生活をしていたそうです。

探求心も旺盛な霜出さん。仕事をしながら勉強し、2級建築士、カラーコーディネーター、古民家鑑定士、ビール検定と興味のある資格を次々に取得。そんな中、さらなる刺激を求めて仕事を退職。フィジーに語学留学し、ワーキングホリデー制度を使ってニュージーランドにも滞在しました。

日本に戻って来てからは、大好きなビールを飲む為に新しい仕事を頑張りました。そんな時に職場で聞かれたのが冒頭の質問。その後タイミングよく郡上でクラフトビールを作っている会社と出会い、2年間ビール醸造の勉強をしました。

「やるなら地元でお店をやりたい」と、2021年春に飛騨に帰ってきた霜出さん。当初は知り合いがあまりおらず、人脈作りに困っていたそうですが、飛騨市のお助けサービス「ヒダスケ」を知ると、早速参加。持ち前の明るさと好奇心で沢山のプ

ログラムに参加しました。その縁で、醸造所開設のサポートをしてくれた方も。物件も知人の紹介で出会い、店舗と自宅として改装。2級建築士の知識も生かし、自分の好きを詰め込んだ、カラフルで可愛い内装に仕上げました。

飛騨を出ていた時の人脈も大事に、店舗立ち上げは他地域の業者にも関わってもらっています。そういった繋がりから地域外の人にも知ってもらったり、足を運んでもらい、ビールを通じた関係人口を増やしていく狙いもあるそう。

現在は、無事に酒造免許も取得し、年内にはプレオープン、冬の間は作り溜めながら来年の古川祭に向けて本格オープンを目指しています。

「ヒダノオクブルワリー」では、霜出さんの好きな、甘くないフルーツビールや、酸味のあるサワーエールなど、さっぱりとしたゴクゴク飲めるビールを定番に、常時6種類、月替わりでいろいろなテイストを提供していくそうで、一期一会の味もあるかも。店舗では瓶や量り売りでの販売はもちろん、その場で飲めるスペースも。すでに飛騨のりんごや、薬草などを使ったビールの相談もあり、地元の素材を活かしたビールも作ってみたいと語っていただきました。

「地元の人に気軽に寄ってもらえたり、地域外の繋がりの人に来てもらったり。数年後には飛騨市に大学も出来るので、二十歳になり始めてお酒を飲む場所になったら」と語ってくれた霜出さん。オープンが待ち遠しいですね。

基本情報

開業時期：2022年4月予定
営業内容：クラフトビール製造・販売
瓶製品販売、量り売り可能
住所：飛騨市古川町殿町 6-16

最新情報は
Facebookを
ご確認ください▶



<https://facebook.com/hida.no.oku/>

▼交流会には沢山の方が参加♪



▲ビールを求めてフェスに!

飛騨市のまちづくり最新情報はこちら▶

<https://www.city.hida.gifu.jp/site/hidaplus/>

