

広報ひだ

9月
2025年 No.260



プロフェッショナル特集

療養中でも、子どもがホッと楽しめる場を。プロフェッショナルな看護師・保育士

特集

いつまでも自分らしく暮らせる体づくり

7月31日シルバーリハビリ体操を指導した「指導士」の皆さん



療養中でも、子どもがホッと楽しめる場を。 プロフェッショナルな看護師・保育士

子どもが病気のときくらい、そばにいてあげたい。でも、仕事に穴をあけるわけにもいかない。そんなお母さん・お父さんの葛藤にそっと寄り添ってくれるのが「病児保育」です。この言葉を聞くと、熱でぐったりした子どもがベッドで静かに寝ている——そんなイメージを抱く人もいるかもしれません。しかし、実際にはそうしたシーンばかりではないようです。病児保育「たんぽぽキッズ」で働く看護師歴20年超の平山智美(写真左)さん、保育士歴9年の森田遥(写真右)さんに現場のリアルを伺いました。

万全の体制で、病後児も受け入れ

——病児保育「たんぽぽキッズ」とはどんな場所ですか？



平山さん

乳幼児から小学校6年生までの、療養を必要とするお子さんをお預かりする施設です。お子さんの体調が優れないときも、親御さんが安心して働けるサポートをしています。

——我が家には年少児がいるのですが、なんとなく利用のハードルが高くて……。どの程度の体調不良で預けてよいものなのでしょう？



平山さん

インフルエンザ(※1)などで高熱が出た状態でも受け入れ可能ですし、熱が下がった後の様子見期間や、熱はなくて元気なものの鼻水や咳が多いときにもよく利用されます。

※1 新型コロナウイルスに限り、感染したお子さんの受け入れは行っていません(2025年9月時点)



隔離室で遊ぶ様子。陰圧換気により空気が外に漏れにくく、さらに医療現場でも使われる空気清浄機を各部屋に常設。感染症対策を徹底した環境で子どもたちを受け入れています。

——何日も仕事を休み、見た目には元気そうな子どもを終日みるのは大変なので、病後も預けられるのはありがたいですね。

年々利用は増え、2024年度の利用回数はリピーターを含め約450件とか。それほどの件数をどのような体制で支えているのでしょうか？



平山さん

看護師は月曜日から金曜日まで私が常駐し、保育士の担当は日替わりです。病児保育は毎日利用があるわけではありませんが、当日の利用に備えて保育士も出勤し、朝10時までは待機します。

さらに小児科医の診察もあり、必要に応じて薬の処方や検査を行います。体調に異変があればすぐに医師と連携できる体制も、安心してお預けいただける理由の一つです。

——体制が整っているとはいえ、例えば感染症が流行したときは大変なのは？



森田さん

以前インフルエンザが流行した時期にお子さんを預かったときは、応援が来たとはいえ息つく間もありませんでした。感染者とそれ以外で部屋を分けて対応しましたが、それでも感染を広げないよう神経をすり減らしたことを覚えています。

報告にも手を抜かない。保護者への思い

——保育園だと先生が連絡帳や口頭で子どもの様子を知らせてくれますが、病児保育ではいかがでしょう？ そのように利用が集中する日は特に、メモを取る時間もなさそうです。



森田さん

体調の変化はもちろん、1日の中でどのようなコミュニケーションを取ったかも細かく記録します。どれほど忙しくても**絶対に手を抜きたくない**という思いで向き合っています。お子さんの体質や性格を他の担当者と共有する目的もありますが、何より親御さんにきちんと報告して安心してもらいたいからです。「大丈夫でした」とひと言で済ませることもできますが、細かく様子をお伝えすることが安心につながると信じています。



平山さん

体調不良の子どもを1日預ける親御さんの心中を思うと……現場の様子は可能な限り詳細に届けたいですね。

——保育園と病児保育の仕事で異なる難しさは何ですか？



平山さん

病児保育では、より医療の知識が求められることです。本から得る学びに加え、実際の現場では小児科経験が豊富な平山さんの対応を日々見て学んでいます。例えば、熱の上がり具合を見ながら、その子にとって**最適なタイミングで坐薬を使用する判断**。坐薬や吸入(※2)を嫌がる子もありますが、工夫を凝らして向き合う姿は勉強になります。

※2 霧状にした薬を吸い込む治療法



森田さんが保育園に勤めていた頃、育児と仕事の両立に悩む保護者の姿を見てきたからこそ「親御さんの味方でいたい」という気持ちが強いのだそう。



子どもたちにお土産として渡している作品。森田さんは保護者との会話やお子さんの持ち物から好きな遊び・キャラクターを把握し、ときにはその場でおもちゃをサッと自作。初対面でも子どもの心をつかむ保育士さんの手腕には、小児科勤務の長い平山さんも感心するばかりとか。



森田さん

「また来てね」は言えないけれど

医療の面で学びを重ねつつ、保育士として気持ちの面でお子さんと信頼関係が築けるように心がけています。病児保育は養護の考えを中心に、お子さんのペースや性格に合わせてゆったり関われるのが特徴です。お子さんがお家の延長線上で安心して甘えられるような家庭的な環境を目指しています。



平山さん

体調が悪くて辛い子どもたちの気持ちに寄り添い、安心して過ごせるような雰囲気づくりに努めています。病気で来る場所なので「また来てね」とは言えませんが、それでもお子さんが「また来たい」、親御さんが「また預けたい」と思えるような**素敵な1日を提供できる場でありたい**——そんな思いに根ざしたこの場所の良さが、この機会に少しでも伝われば嬉しいです。

自分の幼少期を振り返ると、風邪をひいて幼稚園や学校を休んだ日は、いつもより母が甘やかしてくれた記憶があります。だから自分が親になってからも自然と自宅保育をしてきましたが、在宅ワークをする私の隣で一人遊びをする時間が、息子にとって本当に楽しいものなのか疑問は拭いきれません。安静に過ごしながらも、子どもが楽しめる場所があるのなら——療養の場として、病児保育は前向きな選択肢になり得る。そう思えたインタビューでした。



市民ライター
三代知香

いつまでも自分らしく暮らせる体づくり



シルバーリハビリ体操で 自分らしく暮らせる体づくりを目指しましょう！

元気に働き、健康寿命を延ばすことが市の支えに

担い手不足や後継者不足、農地や山林の荒廃、空き家の増加、介護費や医療費の増加など、市が抱えるさまざまな課題は、人口減少と高齢化が主な原因です。

こうした社会を生きる私たちは、一人ひとりが長く元気に働いたり、健康で自分らしく生活することが、市を支えることにつながります。そのためには、元気なうちからの健康の維持や介護予防が大切です。

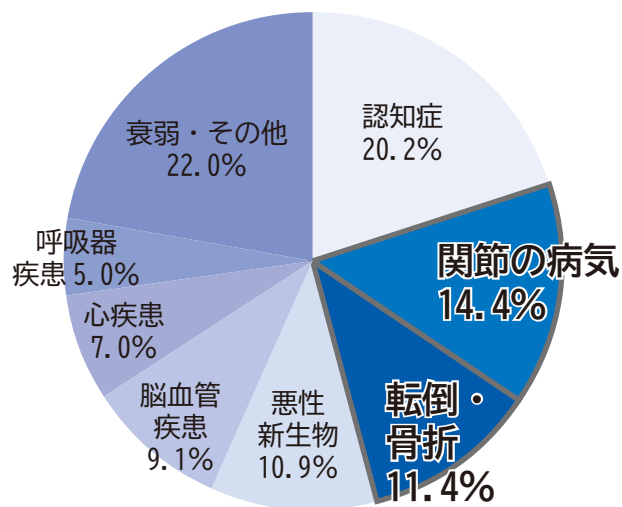
自宅でも気軽に取り組める体づくりをオススメ！

新規の介護保険申請に至る要因(令和5年度)は、「関節の病気」や「転倒や骨折」など、運動機能の低下によるものが25.8%を占めています。

市では、市民の皆さんがいつまでも元気に生活していただけるような体づくりの取り組みとして、各公民館での体操教室の開催などを支援してきました。

しかし、一方で公民館などになかなか集まらない皆さんもみえる現状もあり、気軽に自宅でもできるような体づくりを求める声がありました。現在、市は「高齢者元気リハビリプロジェクト」と題し、日常生活に必要な筋力やバランス力の維持などを図る「シルバーリハビリ体操」の普及に力を入れています。

■新規の介護保険申請の要因（令和5年度）



いつでもどこでも無理なくできる体操を始めてみませんか？



体操から広がる健康とつながり

飛騨市民病院
リハビリテーション科
理学療法士
岐阜県シルバーリハビリ認定講師
すのうち だいすけ
巢之内 大輔さん



臨床の現場から見たシルバーリハビリ体操の良さ・意義とは

シルバーリハビリ体操は、高齢者の心と体、そして地域とのつながりを支える、多面的な効果を持つ体操です。身体面では、関節や筋肉を無理なく動かすことで、立つ・歩くといった日常生活の動作をスムーズに保ち、活動的な毎日をサポートします。

また、体操をやり遂げる達成感、自信ややる気につながり、気持ちを前向きにしてくれます。社会面では、仲間と一緒にやることで会話や交流が生まれ、孤立の予防にも役立ちます。

さらに、退院後やリハビリ終了後も自宅で続けやすいため、地域の健康づくりや介護予防に貢献し、医療と地域をつなぐ大切な架け橋となっています。

指導士さんの今後の活動に期待することは

指導士さんには、体操の正しい方法を伝えるだけでなく、参加者が無理なく・安心して・楽しく体を動かせる場づくりができると期待しています。参加者一人ひとりの体調やペースに寄り添い、長く続けられることで運動習慣の定着をめざします。

また、地域での交流や仲間づくりを促し、孤立予防や介護予防にもつながられる存在です。私たちと一緒に地域を元気にしていきましょう。

理学療法の要素が詰まった自宅でもできる体操

シルバーリハビリ体操は、道具を使わず、いつでもどこでも一人でも、無理なく行えるよう医師が考案した体操です。リハビリテーションの要素が組み込まれており、立ったり座ったり歩いたりする筋力を維持・増強させたり、関節の可動域を広げることで転びにくく元気に歩いて暮らせる体づくりを目指すものです。

受講して正しいやり方を覚えれば、一人でも自宅で自分のペースでできるのが特徴です。立ち座りに不安がある方、体に障がいのある方もそれぞれに合ったやり方で行えるように考案されています。

市民の方が指導士として活躍しています

市では、岐阜県理学療法士会が行う指導士養成講座を開催し、専業主婦や元教員、助産師、ヨガインストラクターなどさまざまな指導士が活躍しています。現在は、市内2カ所ですべて自主的に活動し、シルバーリハビリ体操の普及に取り組んでいます。市は体操の普及と合わせ、「指導士」の養成にも力を入れています。



体験者の声

- ・だれでもできる無理のない体操で家でも続けられている
- ・いろんな方とおしゃべりも楽しみながら体操できる
- ・海外旅行に行って山に最後まで登れたのは、体操を続けてきたおかげだと思う
- ・3年前から参加している。夜、足のつりを感じることはあったが、体操を始めて痛みが和らいだように感じている
- ・友人知人と誘い合って参加している。新たな知人も増えて楽しい



体操に参加してみたい方は…！

古川町コミュニティセンター（旧古川町公民館）

第2火曜日 9:30～11:00

第3土曜日 14:00～15:30

神岡町コミュニティセンター（旧神岡町公民館）

第2・4土曜日 14:00～15:00

問 古川 ☎ 0577-73-6233

問 神岡 ☎ 0578-82-1456

地域で活躍する「指導士」の方にかがいました



おおくぼ まり
大久保 真理さん
(古川町・看護師)

若いうちから始めて 自分らしい暮らしを

最初に興味を持ったきっかけは

機能訓練指導員をやっていた時、理学療法士の先生から専門性のある助言をいただいていた。広報誌で理学療法士の先生から体の使い方などを学べる機会だと知って興味を持ち、一期生として受講しました。

シルバーリハビリ体操の良さは

物とかを使わず、自分の体ひとつで動きを覚えて、日々少しずつ体を動かすことで筋肉に作用し、それ以上は体が硬くならず、スムーズに動けることで怪我や転倒の予防にもつながることだと思います。特に転倒は寝たきりにもつながることが少なくありません。

今後どのような取り組みをしたいですか

皆さんがどれだけでも長く自分らしい暮らしが続けられるような取組みに関わっていけたら。体が動く若いうちからやっていただくのがいいかなあと考えています。

指導士をめざす方に

どこの筋肉をどう鍛えようと体がどう動くかなど、楽しみながら考えてもらえたら。若い方もぜひ学んでもらって一緒に活動しましょう。



いなだ ひとみさん
稲田 ひとみさん
(神岡町・介護士)

気負わず楽しく 自分の体のために

最初に興味を持ったきっかけは

最初は自分自身で体操をやるつもりだったんですが、いざ受講したら指導士養成の講座でびっくり（笑）。医学的な話もあったんですが、なんとか無事に修了しました。

どんな活動をしていますか

仲間の指導士さんに「地域に恩返ししましょうよ」と誘われ、地域のサロンで講座をしたのが初めて。まだ試行錯誤しながらですが、受講者の皆さんに喜んでいただけるので、「恩返しができているかな」と楽しんでいます。

今後どのような取り組みをしたいですか

地域の方にもっと声をかけて、気軽に出てもらいたいですね。普及がなかなか難しいのですが、私たちくらいの年代で体が動くうちに始めてほしいなあと考えています。

指導士をめざす方に

私でも皆さんのおかげで体操を教えたり一緒にできるようになりました。自分の体に自信が持てたり、今の状態を維持できるような指導士を目指してほしいです。気負わず楽しんで、まずは自分の体づくりのためにやってみると良いと思います。

募集!

あなたもシルバーリハビリ体操指導士になりませんか？

資格取得の支援や資格取得後に「指導士」として活動する際にも、先輩指導士や理学療法士のサポートがあり、未経験の方も安心です。

「指導士養成講座」(全6回)を修了すると「シルバーリハビリ体操指導士3級」の認定を受けられます。市では、令和7年10月から養成講座を開催します。受講は無料です。

■対象

40代～70代で、市内で一緒に活動してくださる方

■申込方法(申込期限：9月30日(火) 17:15まで)

- ①申込フォームから必要事項を入力してください
- ②電話 飛騨市地域包括支援センター(受付時間 8:30～17:15)
☎ 0577-73-6233(古川) ☎ 0578-82-1456(神岡)



申込フォーム



イベント

ねんりんピック岐阜2025 飛騨市サッカー交流大会

第37回全国健康福祉祭ぎふ大会(通称:ねんりんピック岐阜2025)が、県内42市町村を舞台に開催されます。本大会は、60歳以上の方々を中心とした健康と福祉の総合的な祭典であり、各種スポーツや文化活動を通じた交流が行われます。市ではサッカー交流大会を担当し、全国から元気なシニア選手60チーム、約1,100名が市内4会場に集い、2日間にわたり熱戦を繰り広げます。岐阜県代表チームとして、飛騨地域を拠点に活動する「飛騨F C 0-60」と「岐阜サッカーOB会」の2チームが出場します。ぜひ会場で地元チームはもちろん、全国から集まる選手たちに温かい声援をお送りください。

日時

10月19日(日) 9:30~15:45

10月20日(月) 9:30~14:50

会場

古川ふれあい広場〔4コート(メイン会場)〕

杉崎公園グラウンド〔1コート〕

古川ラグビー場(数河地区)〔1コート〕

流葉交流広場〔1コート〕



その他

各会場には健康づくりコーナーやおもてなしコーナー(メイン会場ではキッチンカーや特産品物販ブース)があります。また、19日(日)は飛騨古川駅東駐車場と古川ふれあい広場とを結ぶ往復シャトルバスを運行します。最新情報は市ホームページをご確認ください。

問 スポーツ振興課 ☎ 0577-62-8030

イベント

全国薬草フェスティバルinひだ

昨年に続き、全国から関係団体が集まる薬草フェスティバルを開催します。「健康生活」をテーマに薬草や森、健康などに関係する商品の販売、ワークショップ、展示、講座、事例紹介、森歩きなど盛り沢山の内容です。今回は前回を超える100団体以上が参加し、開催日程は2日間にわたります。ぜひご来場いただき、薬草を楽しみ、学び、関係者との交流を深めてください。

日時

10月11日(土) 10:00~17:00 ・ 12日(日) 10:00~15:00

会場

【メイン会場】

古川町コミュニティーセンター、飛騨市文化交流センター

【サテライト会場】

市内各所(各店舗、朝霧の森など)

その他

12日(日)は有機農業イベント同時開催。飛騨市文化交流センターで、菌ちゃん先生こと吉田俊道氏の講演会が行われます。



問 まちづくり観光課 ☎ 0577-73-7463

イベント

第21回飛騨市美術展

第21回飛騨市美術展を開催します。たくさんの方々のご来館をお待ちしています。

■期間

9月21日(日)～10月5日(日) 9:00～17:00

※初日は10:00開館 最終日は16:00閉館

※9月22日(月)、9月29日(月)は休館日

■場所

飛騨市美術館(入館無料)

■展示作品

- ・日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真の6部門の市展賞、市長賞、優秀賞、奨励賞、佳作作品、及び入選作品を展示します。

※一般の部、青年の部あり

※審査員、招待作家等の作品も展示

■展覧会後、来館者の投票による

飛騨市民賞を発表予定



問 飛騨市美術館 ☎0577-73-3288

お知らせ

令和7年国勢調査

総務省・岐阜県・飛騨市では、10月1日を基準日として、国内に暮らすすべての人と世帯を対象とした最も基本的かつ重要な統計調査である「令和7年国勢調査」を実施します。

9月中旬以降、調査員が各世帯を訪問し調査票等を配布します。調査へのご理解とご協力をお願いします。

国勢調査は、お手元のスマートフォンから24時間いつでも回答可能で簡単・便利なインターネット回答がおすすめです！ぜひインターネット回答にご協力をお願いします。



問 総合政策課 ☎0577-73-6558

お知らせ

マイナ救急を行います もしもの時に備えてマイナンバーカードを持ち歩きましょう

市消防本部では、マイナ保険証を活用して過去の受診歴や薬剤情報などを把握し、より円滑に医療機関へ搬送するための実証事業を行います。

■マイナ保険証を活用するメリット

病歴、お薬の処方歴、病院の受診歴を救急隊が正確に把握することが可能となり、より適切な処置や円滑な救急搬送、病院選定へとつながることになります。



■実証期間

令和7年10月～令和8年3月(前後する可能性あり)

※本実証は総務省消防庁が全国全ての消防本部と連携して実施するもの

■もしもの時に備えて

いつ、どこで救急車を呼ぶことになるか分かりません。ご自身の命を守るためにも、マイナ保険証の携行をお願いします。健康保険証としての利用登録が完了している必要があります。

問 飛騨市消防本部

☎0577-73-0119



詳細ページ

お知らせ

10月1日から業務時間外の 電話応答が変わります

10月1日(水)から市役所本庁舎・西庁舎並びにハートピアへの業務時間外や土日祝日の電話応答を自動音声による応答に切り替えます。

ご理解いただきますようお願いいたします。

■対象時間帯

・平日 17:15～翌8:30

・土日祝日 終日



問 総務課

☎0577-73-7461

インフルエンザ予防接種費の助成

市では、①小児および妊婦、②高齢者、③国民健康保険加入者の方を対象に、インフルエンザ予防接種費を助成します。
 ※①と③は、ご本人や保護者が予防接種について理解し、希望によって行う任意接種となります
 ※②は予防接種法に基づく定期接種ですが、義務ではなく自らの意思と責任で接種を希望する方が対象となります
 指定医療機関等の詳細は、市ホームページや9月中旬すぎの各回覧チラシでご確認ください。

①小児および妊婦(任意接種)

対象者	・小児(生後6か月～18歳(高校3年生相当まで)) ・妊婦 いずれも接種日現在	※1 13歳以上の基礎疾患を有する方で、著しく免疫反応が抑制されており、医師の判断により2回接種が必要となる場合は助成回数が2回になります ※2 年齢別電子申請フォーム <妊婦及び13歳～18歳> <生後6か月以上13歳未満>   https://logoform.jp/f/yvnZZ https://logoform.jp/f/9o0Q1 電子申請にて申請をされた方は、助成券を郵送しますが、助成券到着までに1週間程度かかります。お急ぎの方は、窓口申請をご利用ください ※3 助成対象となる方の母子健康手帳やマイナンバーカード等接種者本人が確認できるものをお持ちください
助成金額	1回につき2,200円(接種費用との差額は自己負担)	
助成回数	<不活化ワクチン> ・妊婦および13歳～18歳は1回 ※1 ・生後6か月以上13歳未満は2回 <経鼻生ワクチン> ・1回(但し、接種が受けられる年齢は2歳～です)	
助成期間	令和7年10月1日(水)～令和8年1月31日(土)	
申請及び助成券使用方法	(1)いずれかの方法で申請してください ①電子申請 ※2 もしくは ②窓口申請(古川町もしくは神岡町保健センター) ※3 (2)助成券を郵送(窓口申請の場合は手渡し)します (3)接種当日、助成券を医療機関に提出してください	
申請期間	令和7年9月24日(水)～令和8年1月31日(土)	

問 古川町保健センター ☎ 0577-73-2948 ・ 神岡町保健センター ☎ 0578-82-2233

②高齢者(定期接種)

対象者	・満65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいにより日常生活活動が極度に制限される程度の障がい(障害者手帳1級程度)を有する人 いずれも接種日現在
助成期間	令和7年10月1日(水)～令和8年1月31日(土)
実施方法	市の指定医療機関における個別接種接種を希望される方は、事前に市指定医療機関に予約の上接種してください。 ※飛騨市民病院は予約不要
個人負担	1,630円(医療機関窓口で支払う額) ※指定医療機関以外で予防接種を受けられた場合は、全額自己負担となる場合があります

問 古川町保健センター ☎ 0577-73-2948

③国民健康保険加入者(任意接種)

対象者	以下の条件全てに該当する方 ・飛騨市国民健康保険加入者 ・50歳以上65歳未満(接種日現在) ・左記の「②高齢者」に該当しない
助成期間	令和7年10月1日(水)～令和8年1月31日(土)
実施方法	市内の指定医療機関における個別接種
助成金額	1回のみ2,200円(差額は自己負担)
申請及び助成券使用方法	(1)市内の指定医療機関に予約をしてください ※飛騨市民病院のみ予約不要 (2)予約後、下記の申請窓口で助成対象となる方の資格確認書、マイナ保険証等を持参し、助成券の交付を受けるか、電子申請をしてください。電子申請の場合、助成券の郵送に1週間程度かかりますのでご注意ください <電子申請フォーム> https://logoform.jp/form/zBph/1131603  (3)接種当日、助成券を医療機関に提出してください
申請窓口	市民保険課、各振興事務所
申請期間	令和7年9月24日(水)～令和8年1月31日(土)

問 市民保険課 ☎ 0577-73-7464
 および各振興事務所(国保担当係)

お知らせ

高齢者に対する新型コロナ感染症定期接種費の助成

市では、高齢者を対象に、新型コロナ感染症予防接種費を助成します。
高齢者に対する新型コロナ感染症予防接種は予防接種法に基づく定期接種ですが、義務ではなく自らの意思と責任で接種を希望する方が対象となります。
指定医療機関等の詳細は、市のホームページや9月中旬すぎの回覧チラシでご確認ください。

対象者	(接種日現在) ・満65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいにより日常生活活動が極度に制限される程度の障がい(障害者手帳1級程度)を有する方
助成期間	令和7年10月1日(水)～令和8年1月31日(土)
実施方法	市指定医療機関における個別接種 接種を希望する方は、事前に市指定医療機関に予約の上、市指定の予診票を使用して接種してください ※市指定の予診票は、市指定医療機関のほか、古川町保健センターもしくは神岡町保健センターにあります ※飛騨市民病院は予約不要
個人負担	5,100円(医療機関窓口で支払う額) ※指定医療機関以外で予防接種を受けられた場合は、全額自己負担となる場合があります

問 古川町保健センター ☎0577-73-2948

お知らせ

福祉医療費受給者証のご案内

下記制度の福祉医療費受給者証は有効期限があります。対象者には案内を発送しましたので、お手続きをお願いします。

- ・昨年度に続き、郵送で手続きを行います。申請書を返送していただき後日受給者証を送付します
- ・案内文書が届いていない場合はお問い合わせください
- ・母子家庭等・父子家庭の案内は9月末に発送します

助成制度の種類	有効期限	対象者
重度等の障がい者	9月30日(火)	・身体障害者手帳1級～3級所持者、同4級で戦傷病者手帳所持者 ・療育手帳A1～B1 ・精神福祉手帳1級～2級所持者 ・身体障害者手帳4級所持者(非課税世帯に限る) ・療育手帳B2所持者(非課税世帯に限る) ・精神福祉手帳3級所持者(非課税世帯に限る)
母子家庭等	10月31日(金)	・母子家庭等の母および児童、父母のいない児童 (ただし、児童が18歳到達後最初の3月31日まで)
父子家庭	10月31日(金)	・父子家庭の父および児童 (ただし、児童が18歳到達後最初の3月31日まで)

問 市民保険課 ☎0577-73-7464

お知らせ バロー神岡店が減塩協力店に加わりました！

神岡町東町のバロー神岡店が新たに「減塩協力店」として、皆さんの健康を応援して下さることになりました。

減塩醤油、減塩しお、減塩味噌、減塩めんつゆ、減塩だしの素等の商品を取り扱っています。

血圧が気になる方やお近くの方は、ぜひご利用ください。



問 保健センター

TEL 0577-73-2948

お知らせ 献血バス（10月）

あなたの献血が、病気やけがで輸血を必要とする患者さんの命を救うかもしれません。輸血に使用する血液は、人工的に造ることができず、長期保存することもできません。

ぜひこの機会に多くの方々のご協力をお願いします。

日 時	場 所
10月15日（水） 9:30～11:00	神岡振興事務所 （神岡町東町378）
10月16日（木） 9:30～11:30 13:00～15:45	（一社）吉城建設 業協会 （古川町上野682）

問 保健センター

TEL 0577-73-2948

お知らせ 検診の予約をお忘れではないですか？忘れず受診をしましょう。

今年度の各種がん検診の申し込みをし案内が届いている方で、まだ予約をされていない方は、早めに予約をお願いします。

検診日程は案内をご覧ください。

予約方法は、案内用紙・葉書に記載のある予約システムでのWEB予約または保健センターへお電話ください。

今年度の健診（検診）の申し込みは7月末で終了しました。

新たな健診受診の申し込みは受け付けておりませんので、ご了承ください。

問 保健センター

TEL 0577-73-2948

お知らせ 9月は食生活改善普及運動月間

9月は「まずは毎日、あと一皿ずつ野菜と果物プラス」をテーマとし、食生活改善に向けた取組みを強化する「食生活改善普及運動」を全国一斉に展開します。

■毎日プラス1皿の野菜

野菜にはビタミンやミネラル、食物繊維が含まれ、成人が1日に目標とする野菜の摂取量は350g以上です。飛騨圏域では、令和4年度の県民栄養調査によると約300g摂取しています。今より、あと1皿分増やしましょう。

■美味しく減塩、1日マイナス2g

飛騨圏域では男性11.1g、女性9.7gの塩分を1日にとっています。塩分の目標は男性7.5g未満、女性6.5g未満です。まずは-2gを目指して、だしや香辛料、柑橘類、減塩調味料などを使っておいしく減塩。また栄養表示を見て、かしこく減塩しましょう。



問 保健センター

TEL 0577-73-2948

お知らせ 9月は健康増進普及月間

『1に運動 2に食事 しっかり禁煙
良い睡眠 ～健康寿命の延伸～』

食事や運動、喫煙、睡眠などの生活習慣を改善することは、がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病の発症や進行の予防につながります。自分の生活習慣を見直し、周りの人も誘って、健康づくりに取り組みましょう。

厚生労働省スマートライフプロジェクトのホームページに健康に関する情報が掲載されています。ご覧ください。



問 保健センター

TEL 0577-73-2948

厚生労働省
ホームページ

お知らせ

9月認知症月間 2025 in 図書館 ～あなたの地域で認知症とともにいきいきと暮らす～

9月は「認知症月間」、9月21日は「認知症の日」です。飛騨市図書館、神岡図書館では今年9月より認知症関連の図書やパンフレット等を集めた「オレンジブックコーナー」を常設します。認知症月間中は特集コーナーもあります。ぜひこの機会に、図書館へお立ち寄りください。

■場所

飛騨市図書館、神岡図書館

■オレンジブックコーナー(主な取扱図書)

- ・『認知症の私が、今を楽しく生きる理由』 丹野智文(著)
- ・『なぜ、認知症の人は家に帰りたいのか:脳科学でわかる、ご本人の思いと接し方』 恩蔵絢子(著)
- ・『認知症世界の歩き方』 寛裕介(著)
- ・『マンガでわかる! 認知症の人が見ている世界』 川畑智(著) ※その他多数の図書がラインナップ中

■推薦図書のPOP

著者である認知症ご本人が書いたPOPを掲示し、本を手取る方へメッセージを贈ります。

■認知症月間特集

- ・ 認知症に関するパネル展示 提供: 須田病院認知症疾患医療センター
- ・ キバナコスモスしおり無料配布(※数量限定) 制作: 神岡中学校文化部生徒

■誰もがいつまでも利用しやすい図書館へ

大活字本、郷土史などシニア世代がよく借りられる本の本棚を、オレンジブックコーナーの近くに配置しています。誰もがいつまでも利用しやすい図書館に向けて、さまざまな機関と連携し前向きに取り組んでいきます。



問 飛騨市図書館 ☎ 0577-73-5600 ・ 地域包括ケア課 ☎ 0577-73-6233

お知らせ

9月24日～30日は結核・呼吸器感染症予防週間

結核は呼吸器感染症のひとつで、昔のものと思われがちです。しかし毎年世界で100万人以上が命を落としています。

定期的な健診(胸部レントゲン検診)を受けること、抵抗力の弱い赤ちゃんではBCG接種が有効です。

また、呼吸器感染症は新型コロナウイルス・インフルエンザ・百日咳等様々な感染症があります。これから流行のピークを迎えます。かからない・ひろげないように毎日・毎年の予防を続けることが大切です。

問 保健センター

☎ 0577-73-2948

お知らせ

市ホームページのイベントカレンダーをご活用ください

市ホームページでは市が開催するイベントの一覧をご覧いただけるイベントカレンダーを掲載しています。これから秋になりイベントが増える季節になりますので、ぜひご活用ください。

The screenshot shows the Toyooka City homepage with a focus on the '行事カレンダー' (Event Calendar) section. It displays the calendar for March 2025, with a search bar and filters for keywords, advance booking, and event days. A QR code is provided for more details.

問 総合政策課

☎ 0577-62-8880



詳細ページ

お知らせ

固定資産税第3期分の納期限は9月30日（火）です

納付忘れがないようご注意ください。

■口座振替の場合

納期限前日までに残高の確認をお願いします。

■納付書の場合

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

TEL 0577-73-3742

募集

高齢者向け「整理収納アドバイザー2級講習」

就業を希望する方がシルバー人材センターの会員となり、新たな分野で活躍できるように知識・技能を身につける講習です。受講を希望の方や詳細はお問い合わせください。（事前予約制・定員10名・無料）

■日時

10月30日（木）9:15～16:30

■場所

古川町コミュニティセンター
2階 視聴覚室

■対象者

シルバー人材センターに入会を希望する60歳以上の方
シルバー人材センターの会員

問 予 飛騨市シルバー人材センター

TEL 0577-73-7386



飛騨警察署からのお知らせ

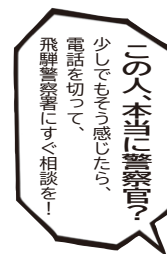
STOP! 詐欺被害

～ますます巧妙に！より悪質に！～

警察官を名乗る者がSNS等で逮捕状を呈示して、不安をあおり、捜査や解決金等の名目で金銭の振り込みを要求する特殊詐欺の手口が全国的に多く発生していますので、注意してください。

◎被害に遭わないためのポイント

警察官がSNSやビデオ通話で連絡を取ることはありません。



問 飛騨警察署

TEL 0577-73-0110

イベント

特殊詐欺等防止飛騨市民大会～だちかんよ！甘い誘いにワナがある！～

近年、急速に拡大し、飛騨市内でも被害が発生している特殊詐欺等を防止するために開催します。ぜひご来場ください。（入場無料・出入り自由）

■日時

9月26日（金） 15:00～16:30

■場所

古川町コミュニティセンター 2階 大会議室

■講師等

市民団体【シンデレラ】・飛騨警察署生活安全課長・飛騨警察署員

■大会次第 プログラム

- 15:00 開会
- 15:00～15:05 主催者挨拶 飛騨市長兼飛騨市防犯協会会長、飛騨警察署長
- 15:05～15:30 【特殊詐欺（オレオレ詐欺）】寸劇 市民団体シンデレラ
【SNS型投資ロマンス詐欺】寸劇 飛騨警察署員
- 15:30～15:50 特殊詐欺等防止講話
- 15:50～16:10 市民巻き込み企画
- 16:10～16:28 質疑応答
- 16:28～16:30 特殊詐欺等防止飛騨市民大会宣言読み上げ
- 16:30 閉会

問 危機管理課

TEL 0577-62-8902 ・ 飛騨警察署生活安全課

TEL 0577-73-0110



ロマンス詐欺



架空料金請求詐欺



SNS型投資詐欺

イベント 図書館でハロウィンを楽しもう！

ハロウィンの飾りつけのほか、記念撮影コーナー、魔女のおはなし会などお楽しみが盛りだくさん！ぜひ仮装して遊びに来てください。

暗がりライブラリー 2025 ハロウィンパーティー

- 日時 10月17日(金)
17:00 ~ 20:00
- 場所 飛騨市図書館
※館内が暗くなります

HAPPY☆HALLOWEEN

- 日時 10月18日(土)
14:00 ~ 17:00
- 場所 神岡図書館

問 飛騨市図書館 ☎ 0577-73-5600
神岡図書館 ☎ 0578-82-1764

図書館においてよ 新着図書ピックアップ

大人向けのオススメ



『もしも恐竜と遭遇したら』
ジョシュア・パイビン、デビッド・ポーグニクト/著
梅澤乃奈/訳 文響社

確かにいつか使えそう！というものから、いつ使うんだよと思わずツツコミを入れてしまう対処法まで、いろんなサバイバルシーンに幅広く対応した1冊です。

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

子ども向けのオススメ



『ぼくへのレファレンス』
岩崎まさえ/作 黒須高嶺/絵
国土社

図書館で調べ物のお手伝いや手助けをすることをレファレンスサービスといいます。この本はそのレファレンスと図書館での出会いを通して成長していくお話です。

お知らせ 弁護士・税理士・司法書士による無料なんでも相談会

不動産・相続・離婚・税金・交通事故・労働問題等の相談を受け付けます。ご利用ください。

- 日時 10月4日(土) 9:00 ~ 12:00
- 場所 古川町コミュニティセンター 2階
- 申込方法 事前に電話予約が必要です。
※弁護士による「なんでも法律相談」は先着6名まで
- 予約受付時間等 9月29日(月)から開始
9:00 ~ 12:00、13:00 ~ 15:00

問 予 岐阜県労働者福祉協議会
飛騨支部
☎ 0577-57-7211

お知らせ 指定金融機関が交替します

令和7年10月1日から市の公金の収納及び支払の事務を取り扱う指定金融機関が交替します。

- 9月30日まで 株式会社十六銀行
- 10月1日から 高山信用金庫



問 会計事務局
☎ 0577-62-8900

お知らせ 『市民掲示板』をご活用ください

市内における個人やサークル、地域団体等が主催するイベントやメンバー募集、地域の行事等の情報を発信する場として、市ホームページ上に『市民掲示板』を開設しています。市ホームページに掲載している利用規約を確認の上、ご活用ください。

■掲載できる内容

イベント告知、会員募集、まちの話題など営利目的でないもの

■掲載方法

市ホームページのフォームよりお知らせください。詳細は市ホームページをご覧ください。

問 総合政策課
☎ 0577-62-8880



詳細ページ

相談コーナー

相談名・相談内容	実施日	時間	場所	問い合わせ	
もの忘れ相談 ・もの忘れや認知症の相談 ・受診や介護の相談など 脳体力測定「コグエボ」 ・タブレットを使用した脳トレ ・生活の工夫をアドバイス カフェ ・認知症カフェ、脳トレカフェなど 認知症サポーター養成講座	【要予約】 【利用無料】 月曜日～ 金曜日	9:00～ 15:00	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、駐車場あり)	オレンジの森 ☎090-1408-1017(月～金) ※詳細日時はお問い合わせください	相談や脳トレは会場に来場できない方には、相談員が訪問します。 予約時に訪問希望と伝えてください。
	【要予約】 【利用無料】 火曜日・水曜日 金曜日	9:00～ 15:00	オレンジ相談なないろ 神岡町殿789-4 旧工藤医院 (駐車場あり)	オレンジ相談なないろ ☎080-7095-6575(月～金) ※詳細日時はお問い合わせください	
こころの相談室【要予約】 (精神保健福祉士によるこころの相談)	10/2(木)	13:30～ 15:30	ハートピア古川	保健センター ☎0577-73-2948	
こころの健康相談【要予約】 (精神科医師によるこころの相談)	10/8(水)	13:30～ 15:30	宮川町保健センター	飛驒保健所 ☎0577-33-1111	
若者就労相談【要予約】 (若者を対象とした就労相談)	10/1(水)、8(水) 15(水)、22(水) 29(水)	13:00～ 16:00	古川町コミュニティセンター	岐阜県若者サポートステーション ☎0577-35-4772	
ビジネスサポート相談【要予約】 (売上拡大、経営改善など経営上の相談)	10/1(水)、20(月) 21(火)	10:00～ 17:00	古川町商工会	古川町商工会 ☎0577-73-2624	
	10/16(木)	13:00～ 17:00	神岡商工会議所	商工課 ☎0577-62-8901	
ハローワーク出張相談【予約不要】 (職業相談、シルバー人材入会説明)	10/28(火)	11:00～ 15:00	古川町コミュニティセンター	ハローワーク高山 ☎0577-32-1144	
	10/6(月)	13:00～ 15:00	神岡商工会議所	ハローワーク高山 ☎0577-32-1144	
消費生活相談員による無料相談 (専門の消費生活相談員による消費生活相談)	10/1(水)	10:00～ 15:00	飛驒市役所	総務課 ☎0577-73-7461	



こころといのちの
相談窓口

相談窓口情報を悩み別に検索できるサイトです。
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 TEL0570-064-556



募集

市営住宅入居者の募集

公募住宅	諏訪田団地A棟	新栄町団地	新栄町団地	山之村団地	森茂住宅	宮川団地	西忍団地	打保住宅
種類	特公賃	特公賃	特公賃	公営	特定	特公賃	公営	特定
募集戸数	(世帯用) 1戸	(世帯用) 1戸	(単身用) 1戸	(世帯用) 1戸	(単身用) 3戸	(世帯用) 1戸	(世帯用) 1戸	(単身用) 1戸
所在地	古川町杉崎	古川町新栄町	古川町新栄町	神岡町森茂	神岡町森茂	宮川町林	宮川町西忍	宮川町打保
構造・規模	R C造5階建	S造3階建	S造3階建	木造2階建	木造2階建	木造2階建	木造2階建	木造2階建
間取り	2LDK	3DK	1K	2LDK	1K	2LDK	3LDK	2DK
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	共益費別途	共益費別途	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 9月22日(月)～9月30日(火) ■入居予定日 11月1日(土)

※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
- ・申込書は、本人または同居予定者の方が建築住宅課または各振興事務所まで直接ご提出ください

問 建築住宅課 ☎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

市の人事行政の運営等の状況について公表します

市の人事行政について、人事行政の運営等の状況の公表に関する条例に基づき、公表します。
※公表内容の一部抜粋

①職員の任免および職員数に関する状況
(会計年度任用職員(フルタイム)を()に外数で記載)

(1)職員数に関する状況

令和6年4月1日 現在の職員数 A	令和6年度中の異動			令和7年4月1日 現在の職員数 (A-B-C+D)
	退職 B	派遣増減 C	採用 D	
487(99)	34(16)	0	29(15)	482(98)

※算出期間 退職:令和6年4月1日~令和7年3月31日
採用:令和6年4月2日~令和7年4月1日

(2)職員採用の状況

区 分		試験の程度	令和6年度	令和7年度	増減
正規の 試験	一般行政職	大卒・高卒程度	14	17	3
	消防職	高卒程度	3	3	0
	任期付職	大卒程度	0	0	0
	医療職	大卒・短大卒程度	10	6	－4
その他(※)			1(5)	3(15)	2(10)
合 計			28(5)	29(15)	1(10)

※派遣職員を含む

(3)正職員の退職者の状況(令和6年度)

区 分	退職者数	備 考
定年退職	7	
応募認定退職	0	
自己都合等	14	
退職手当を支給されない者	13	在職期間6カ月未満 等
合 計	34	

②職員の給与の状況 (2)~(3)は正職員のみの数値

(1)人件費の状況(令和6年度普通会計決算見込額)

歳出額(A)	人件費(B)	人件費構成比 (B/A)	令和5年度 人件費構成比
228億3,928万7千円	33億1,726万4千円	14.5%	13.1%

※人件費には特別職に支給される給料・報酬等を含む

(2)職員の平均年齢、平均給料及び平均給与月額の状況(令和7年4月1日現在)

区分	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
一般行政職	321,200円	378,100円	43.5歳

(3)職員の初任給の状況(令和7年4月1日現在)

区 分		飛騨市	国
		決定初任給	決定初任給
一般 行政職	大 卒	220,000円	220,000円
	短大卒	204,400円	204,400円
	高 卒	188,000円	188,000円

※会計年度任用職員の初任給は、正職員の初任給を基礎に職種・職歴等に応じ決定

③職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1)勤務時間・休憩時間・週休日の状況(令和7年4月1日現在)
1日の勤務時間7時間45分、1週間の勤務時間38時間45分

勤務時間	休憩時間	週休日
8:30~17:15	12:00~13:00	土曜日・日曜日

④職員の分限及び懲戒処分状況

(1)分限処分(令和6年度) 18件
(2)懲戒処分(令和6年度) 減給3件

⑤職員の研修の状況

(1)職員研修の実施状況(令和6年度の主なもの)

名 称	回数	参加者	対象者
ハラスメント防止研修	—	100人	管理職(動画視聴)
EBPM研修	1	52人	管理職
公務員倫理・業務改善研修	3	363人	全職員
階層別研修	42	延べ240人	管理職~新規採用職員
専門研修	73	延べ90人	希望職員
新規採用職員初期集中研修	5	100人	新採用職員及び希望職員
DX意識醸成研修	3	116人	希望職員
脱炭素推進研修	1	22人	希望職員
人材育成研修	1	37人	希望職員

⑥その他

(1)特別職の報酬等の状況(令和7年4月1日現在)

区分	給料(報酬)月額
市長	830,000円
副市長	680,000円
教育長	550,000円

(2)公平委員会に係る業務の状況(令和6年度)

区分	件数
勤務条件に関する措置要求	0件
不利益処分に関する不服申立	0件

すべての内容を閲覧したい場合は、市ホームページに掲載しています。



市ホームページ

お知らせ

ハロウィンジャンボ宝くじが発売されます

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」が、9月19日(金)から全国で2種類同時発売されます。

■今年のハロウィンジャンボは、1等・前後賞合わせて5億円！

- 1等 3億円 × 12本
- 1等の前後賞各 1億円 × 24本
- ※当せん本数は発売総額360億円・12ユニットの場合

■同時発売のハロウィンジャンボミニは、1等・前後賞合わせて5,000万円！

- 1等 3,000万円 × 50本
- 1等の前後賞各 1,000万円 × 100本
- ※当せん本数は発売総額150億円・5ユニットの場合

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

9月19日(金) 2種類同時発売!

発売期間 9/19(金)～10/19(日)

公益財団法人岐阜県市町村振興協会



※宝くじはぜひ県内の売り場か、宝くじ公式サイトでご購入ください

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

問 財政課 ☎0577-62-8903



飛騨市防災士会には、「防災普及部」、「研修企画部」、「地域支援部」の3つの事業部があり、それぞれ防災意識を高めたり、防災について学ぶために日々取り組んでいます。

各事業部への参加は個人の自由で、中には3つすべての事業部に所属している方もいます。

今回は、その3つの事業部のうちの1つ「研修企画部」について詳しく紹介をしていきます。

研修企画部

防災士会活動の中の事業部の1つである研修企画部は、主に会員のスキルアップ、能力向上における研修等の企画運営等を行っています。

昨年は、富山市四季防災館への視察研修にも行き実際の体験で学び、自主勉強会では、地域の皆さんへの防災について伝え方をみんなで学びあい、プレゼンまで行いました。

防災士を取得しただけで終わらず、さまざまな活動の中で一緒に学び合うことでお互いに知識や意欲の向上等できる場となっています。

今後も防災士会としての活動に協力しながらいろんな研修会等を企画していきたいと思っています。



防災タウンウォッチング

- 日時 9月28日(日)
9:00～12:00
- 対象 小学1年生～高校3年生
- 場所 谷総合研修センター
古川西小学校エリア

私たちと一緒に防災ミッションに挑戦しましょう！
申込は、9月初旬に学校に配布したチラシをご覧ください。

飛騒市学園構想 SUPER COMMUNITY SCHOOL



53

みんなが育て みんなが育つ 魅力あるまち

ぜひ、皆さんの声をお聞かせください！

今年度、「飛騒市学園構想」は第2章の最終年を迎え、来年度からはいよいよ次の歩みを進めます。その準備として、春に発足したコアメンバーによる会議を軸に、関係者対

話を重ねながら、新たなビジョンづくりに取り組んでいます。

現在、より多くの皆さんと目指す姿を共有するための一歩として、アンケートを実施しています。あなたが思う「飛騒市の子どもたちにこんなふう育てほしい」「子どもたちがよりよく育つために、こういうまちになってほしい」といった声を、今後のリーフレット作成と取組みの参考にさせていただきます。

右コードからアンケートにアクセスできます。ぜひ、ご協力をお願いします！



アンケート
フォーム

飛騒市学園構想事務局

第2章のリーフレットに掲載の4つの領域と13の目標。今後に向けて、皆さんの意見をもとにこれらの見直しを行います。

問 学校教育課 ☎ 0577-73-7494



中学生と学ぶ「脱炭素」 ～太陽光発電の現場から～



7月3日(木)、古川中学校で地球温暖化や再生可能エネルギーについて学ぶ勉強会が行われました。

この取組は、3年生が総合的な学習の時間に行っている「マイプロジェクト」の一環で、「脱炭素社会の実現に向けた行動」をテーマに、市の環境課や専門家と連携して行われました。

当日は、地域の太陽光発電所を見学し、発電量やCO₂の削減量などを実際に確認。生徒たちは、電気の作られ方が地球環境にどんな影響を与えるのかといったことや、再生可能エネルギーについて学びました。



問 環境課 ☎ 0577-73-7482

こんにちは 市民病院です

「まさか、自分には関係ない」は禁物！
膵臓・胆道ドックで安心を手に入れよう

飛騨市民病院では、早期発見を目指し、今年4月から「膵臓・胆道ドック」を開始しました。

膵臓がんは自覚症状がほとんどなく、早期発見が難しい病気です。症状が現れて病院を受診した患者さんの多くは進行がんと診断されています。がん治療が発達した今日においても、5年生存率は全がんの中で最も低いがんとして知られています。

しかし、発見された時のがんの進行の程度を示すステージによって5年生存率は大きく異なります。膵臓

がん患者全体の5年生存率はおよそ9%ですが、ステージⅠで発見された場合は約30～40%と大幅に上昇します。

早期発見が非常に大切であることから、市民病院では「膵臓・胆道ドック」を導入しました。膵臓は体の中心部にあり、長さは15cm程、厚さ2cm程の消化器臓器の中では比較的小さな臓器です。特徴的な初期症状が少ないため、いつもの採血検査や超音波検査では発見は難しいとされています。

当院の「膵臓・胆道ドック」では、以下のような検査を行い、早期発見を目指します。

- ・採血検査：通常の健診項目に加え、膵臓がんにも有用とされる腫瘍マーカーを測定します
- ・超音波検査：膵臓並びに腹部臓器に異常がないかを確認します

・MRI検査：膵臓周辺の臓器に特化した7種類のMRI撮影を行い、1cm以下の小さな病変も発見できます。MRI画像は当院の消化器内科医と外部の読影専門医で読影を行っています

年齢が50歳以上、血縁者が膵臓がんになった、慢性膵炎、糖尿病、肥満、多飲・喫煙など、膵臓がんのリスクが高い方は、ぜひ「膵臓・胆道ドック」をご検討ください。

単独で受けるより費用負担が少なく済みますので、健診のオプションとして受けられることをお勧めします。少しでも気になる方は、飛騨市民病院の健診係までお気軽にご相談ください。

問 飛騨市民病院
☎ 0578-82-1150



そろそろ 終活

<その66> はじめませんか？

人生の総決算

「終活」という言葉で、多くの人がイメージするのは「相続や葬儀などについて希望を示しておくこと」、「まわりの人に迷惑をかけないように準備すること」といったものでしょう。自分が亡くなった時のための活動と捉えれば、どうしても寂しくなってしまう。

さて、日本では戦後、医療や衛生環境の向上により平均寿命が急速に伸びてきました。今や長生きは特別なものではなくなりました。例えば65歳の定年を機に終活を始めたとし

て、もう数十年、元気で生きられる可能性がある中で「こんなに早くから終活をしなくてもいいんじゃないかな」と考える人もいるかもしれません。しかし、元気なうちだからこそ、第二の人生を始めるために終活が必要なのです。終活によって、これまでの自分の人生を総決算することが、新しく歩みを進めるための契機となるのです。

終活の本質は「自分自身をよく知り、自分のこれからの人生に活かすこと」ではないかと思います。

もし今、自分がこれからどうしたいのかわからないまま毎日を過ごしているのなら、また漠然とした不安を抱えたまま生活しているのなら、どうぞ終活支援センターをご利用ください。終活相談と聞くと、何か特別な問題がなければ相談できないと思われるようですが、終活支援センターでは、人生の終わりに関するこ

とであれば、どんなお話でもお伺いします。

この世に生まれた全ての人が必ず行うべき終活をそろそろあなたも、はじめてみませんか。



10月の終活セミナー

共に創る心地いい空間
楽しい断捨離しませんか

10月4日(土) 13:30～15:00

古川町コミュニティセンター

お申し込みは下記まで

問 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

2025年 8 月31日現在

ご 結 婚

櫻井 孝太郎 神岡町釜崎
宮腰 結衣 神岡町船津（幸土町）

佐藤 陽一 古川町下気多
今井 美希 加茂郡白川町

お 誕 生

【古川町】
平野 暖來 上町 高明・仁美
青木 結土 宮城町 純二・結樹
田上 希光 末真 昌広・愛

お 悔 み

【古川町】
橋本 洋子 若宮二丁目 (75)
山本 國藏 栄二丁目 (95)
鎌手 紀美代 増島町 (84)
野道 すみ子 栄一丁目 (88)
砂洞 清子 下気多 (85)
後藤 義次 殿町 (89)
中塚 勲 信包 (80)
永井 順子 上野 (84)
水上 きよ子 谷 (85)
岡田 久三 殿町 (87)

【宮川町】
高ノ山 纒つ 大無雁 (102)

【神岡町】
林 恵子 船津（幸土2） (82)
井上 鈴枝 東雲（西野町3） (93)
白木 久子 船津（仲町） (80)
八崎 三枝子 谷 (91)
中村 惇夫 東町（中園） (80)

ご 寄 附

【ウクライナ人道危機救援金】
味処古川協会 様（古川町） 金1万円

【令和6年9月能登半島大雨災害義援金】
味処古川協会 様（古川町） 金5千円
飛騨市映像サポートクラブ 山田 育夫 様（古川町） 金24,229円

【飛騨市民病院へ】
匿名（神岡町） 金額非公表

【飛騨市福祉事業へ】
杉崎農業改良組合 組合長 蒲 久彦 様（古川町） 金34,106円

【飛騨市子育て支援事業へ】
ヒミスケ 代表 氷見 大輔 様（古川町） 金5千円

【飛騨市健康増進事業へ】
幅 節子 様（高山市）
食育 SAT システム（センサーボックス・フードモデル131種） 1セット



【飛騨市がんばれ応援寄附金（ふるさと納税）】
全国の方からたくさんのご寄附をいただきました
2025年8月分 3,753件 金7,290万円

人口 の 動き
（9月1日現在 住民登録人口）

男	女	計	世帯数
10,376	11,012	21,388	8,840
出生 4	転入 38		
死亡 24	転出 53		
高齢化率 40.59%			

町別人口内訳	
古川町	13,262
河合町	758
宮川町	517
神岡町	6,851

消防 の 状況 （8月31日現在）		
本年累計	火災	救急
飛騨市	4	861
その他 （管外出勤）	0	0
前月比	+1	+134

交通事故 の 状況 （8月31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	14	0	18	393
昨年同期	7	1	14	349
増減	+7	-1	+4	+44



＼ 市民ライターがまちの話題をお届け!! /
広報ひだまち特派員レポート
(特派員：水樹 華)



8/2

宮川町種蔵で myみょうが畑プロジェクト

宮川町種蔵の特産品であるミョウガの畑を「関係人口」や市民の皆さんの力を借りて維持管理しています。今年の酷暑で、この日は収穫がほとんどできなかったため、草取り等に汗を流しました。



8/7・8

吉城高生が小学生を招き 「寺子屋」を開きました

吉城高校の地域課題解決型キャリア教育「YCK課外活動プログラム」の一環で、生徒6人が地元の小学生の夏休み学習をサポートしようと、2日間にわたり古川町の林昌寺で「寺子屋」を開きました。



8/8

中学生と防災士がタッグ組み 「避難所運営訓練」を企画

11月15日(土)に古川中学校で300人規模の大規模な避難所運営訓練が行われることを受け、防災士や中学生らが協働して訓練の内容を企画することになり、当日に行う具体的な内容などを話し合いました。



8/6

西濃運輸野球部による 子ども野球教室が開催されました

トップアスリートと交流して野球の技術向上につなげたり、競技に取り組む意欲を高めてもらおうと、飛騨地域の園児および小中学生を対象に、西濃運輸野球部の皆さんによる野球教室が開かれました。



8/8

地域の環境保全について 意見を交換しました

委嘱された委員らが地域の環境保全等に関する基本的な事項について審議を行う令和7年度第1回飛騨市環境審議会が開かれました。委員らはそれぞれ意見を述べ、市内の現状や課題などを共有しました。



8/8

吉城電友会、瀬戸川で初の 景観保全ボランティア

古川町内の電気工事業者でつくる吉城電友会が、瀬戸川沿いの柳の剪定や草取りのボランティア活動を行いました。参加者は強い日差しの中、瀬戸川の弁財天堂から円光寺前までの区間で作業に励みました。



8/9~9/30 カミオカラボで KAGRA企画展を開催中

東京大学宇宙線研究所の大型低温重力波望遠鏡 KAGRAの研究施設や重力波について分かりやすく解説する「KAGRA企画展～震災を越えて、再び宇宙を聴く～」がカミオカラボで開催されています。



8/10 「杉崎廃寺跡」をテーマに現地見学会 や講演会などが開かれました

約1300年前に建てられた寺院の遺跡である県指定史跡の「杉崎廃寺跡」をテーマにした現地見学会や講演会、同遺跡から発掘された仏具などの展示、木簡を作るワークショップなどが行われました。



8月 市内各地で花火大会が開催！

恒例の「飛騨古川花火大会」、「ひだ神岡夏まつり」、「こいこい花火」が開かれ、多くの市民らが浴衣姿で飲食を楽しみ、迫力ある花火を眺めていました。会場によってはステージなどもあり、楽しんでいました。



8/15 名古屋音大が創立60周年を記念し 特別公演を開催しました

市内で毎年、音楽合宿やコンサートなどを行っている名古屋音学大学が創立60周年を記念し、日本を代表する若手トランペット奏者の児玉隼人さんを迎えて「吹奏楽特別コンサート」を開催しました。



8/16 高校生有志が“ボンフェス”立ち上げ、 さまざまな出し物で盛り上げました

河合町で「地域を盛り上げ、活気づけよう」と、町内の有志高校生8人が立ち上がり「飛騨河合お盆フェスティバル(ボンフェス)」を企画。香愛ローズガーデンで多くの市民らが盆踊りやゲームなどを楽しみました。



8/19 飛騨地域の医療課題へ飛騨地域3市1村・医療による協議会設立へ

飛騨3市1村共同により、「飛騨圏域地域医療協議会（仮称）」の設立を発表しました。将来のあるべき医療提供体制の役割分担や人材の確保などを協議していく予定です。



8/24 脳科学者の中野信子さんを招いた講演会が開催されました

生涯学習の場である「飛騨市民カレッジ」の特別講座として、数多くのメディアへの出演や著書などで知られる脳科学者の中野信子さんの講演会が開かれ、約650人が聴講しました。



8/29・30 21自治体が集結！「地域ファンづくりサミット」を初開催

「関係人口」の増加を目指す各地の取組みを学びあう催しが行われ、自治体やNP0など21団体が参加しました。飛騨市ファンクラブ会員やヒダスケ！参加者も参加し、参加者らと交流を楽しんでいました。



8/22 神岡中学校3年生がレク企画、デイサービスで世代間交流

生徒それぞれが興味のあるテーマを設定して学びを深める「探Q学習」の一環で、神岡中学校の3年生4人が、まごの手デイサービスを訪問し、「共に楽しく過ごす」をテーマに高齢者の皆さんと交流しました。



8/26 飛騨神岡高校で自殺予防の啓発活動を行いました

市保健センターの保健師らが「自殺予防キャンペーン」として飛騨神岡高校で啓発活動を行い、登校する生徒に声をかけながら、相談窓口の電話番号やメッセージの入ったティッシュを手渡しました。



8/29 夜の江馬館で戦国ヨガ

史跡江馬氏館跡公園で「戦国ヨガ」が開催され、市内外から26人が参加しました。会所入り口前の芝生スペースで、ヨガインストラクターの梅本朋佳さん指導のもと、ゆったりとヨガを体験しました。

全国初 なぜ学校現場に作業療法？

飛騨市学校作業療法室

専門家が学校で子どもたちの“できるようになりたい”に寄り添う！

学校作業療法室は、生活全般に関する支援を行う作業療法士が、月2回、各校を訪問するものです。専用の部屋で日中滞在し、子どもが目標を設定し、解決策を発見し行動できるスキルを習得し、子どもたちの「できるようになった！」を増やすためにサポートをしています。このサポートは全児童・生徒、教員、保護者を対象に行われています。

学校生活でよくあるお悩みをサポート

- (例)・友達と喧嘩した
・学校に行きたがらない
・宿題をやりたいがらない

さらに学校作業療法を充実させるために

学校現場で活動する作業療法士はまだまだ少なく、作業療法士の育成・確保に課題があります。今年度4月から地域おこし協力隊の制度を活用して学校作業療法士の育成を行っています。

全児童を対象にした授業



心を落ち着かせるための瞑想の時間

それぞれの子どもの個性に
寄り添ってサポート



昇降口には子どもから作業療法士への
質問箱・通称「さくせんポスト」を設置



地域おこし協力隊
みやけ さき
三宅沙希 さん



出身地
大阪府堺市

委嘱日
令和7年4月1日

**着任から3カ月経ちましたが
飛騨での暮らしはいかがですか？**

困っていたら優しく声をかけてくれるいい人ばかりで、魚や野菜も美味しいですし、気候も涼しくて、飛騨市が大好きになりました。

着任してから感じたことは？

飛騨市の学校作業療法の取り組みを知り、関心を持ち、地域おこし協力隊に応募しました。学校作業療法は福祉と教育と行政の連携が必要不可欠ということ。そして、学校現場に作業療法が馴染んでいることを実感しています。

**現在取り組んでいることを教えてください
学校作業療法の人材育成のマニュアルやツールを作成**

困りごとのある子どもや保護者の役に立ちたい！

学習や生活での困りごとやつまづきを解決するために、子どもたちに寄り添いながら、一人ひとりの個性を可視化し、対応事例を集約しています。これにより、これから学校現場で作業療法を行う方が、スムーズに子どもたちをサポートできるようなツールの作成に取り組んでいます。

もっと詳しく知りたい方は動画をぜひご覧ください。▶

皆さんへのメッセージ

地域おこし協力隊の活動を通して学校作業療法をもっと充実させることで、困っている子どもや保護者、先生の役に立っていきたいです。お気軽にご相談ください。

