

令和4年9月号

# ひがしうら

広報

No.1374

## 今月のイチオシ!

- 「う・ら・ら」回数券が  
民間バス・タクシーで金券として利用可能に! ……(14)~(15)
- 保育園・認定こども園の入園案内……………(18)~(19)
- 東浦マラソン……………裏表紙



いつでも 何時でも  
何歳から 何歳から  
でも 簡単に

特集

# 人生をプロデュース

# ユース

いつ  
何時でも

何歳から  
でも

簡単に



編集/  
住民自治課

\ 突然ですが /  
あなたの将来の夢は  
何ですか？



想像して書いてみよう!

特集

# 人生をプロデ

自分の足で  
世界のおいしいご飯  
を食べに行きたい!!♡

85才まで  
元気に歩く。

いつまでも  
自分の事は自分で  
でき旅行に行け  
る体力でいたい。

まちの皆さんにも聞いてみました！

コロナおさまったら  
もう1度海外旅行  
にアレンジしたい。  
旅行でなにか  
たいさある。

フランスに行って  
食事を楽しむ！

身近な人を  
笑顔にする

夢をかなえるためには健康であることが大切！

でも  
ちょっと待って！



いつまでも**健康**でいられる  
自信はありますか？

# もしかしたら あなたも健康リスクを 抱えているかも？

日本人の死因の上位を占める、がんや心臓病、脳血管疾患。

これらは「生活習慣病」に含まれる病気です。

生活習慣病の発症には「食生活の乱れ」「運動不足」「ストレス」などの生活習慣が深く関係しているといわれています。

健康を維持するためには、生活習慣を整えることが大切です。

下のグラフは、生活習慣などの状況を性別、年齢別に表したものです。

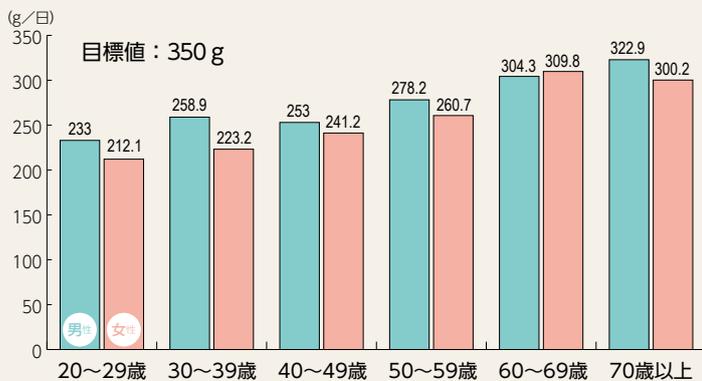
自分の生活習慣と照らし合わせて、健康リスクについて考えてみましょう。

## 健康とは…

「肉体的、精神的、社会的にすべて満たされた状態であり、単に病気ではない、弱っていないということではない」との旨が世界保健機関(WHO)憲章で定義されています。



### 野菜摂取量の平均値



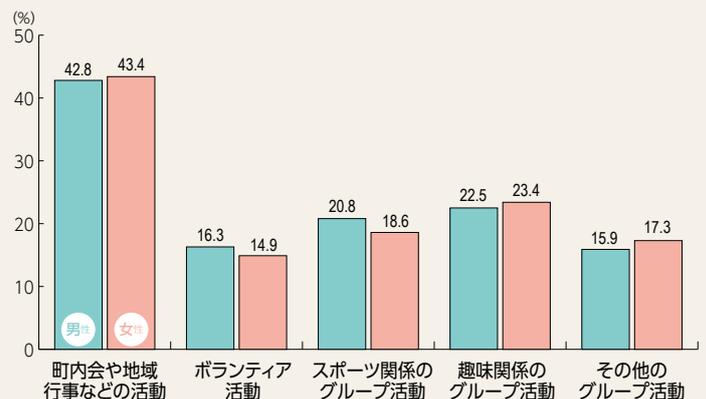
### 運動習慣がある人の割合



### 肥満者(BMI25以上)の割合



### 社会活動に参加している人(20歳以上)の割合



※出典 厚生労働省 令和元年国民健康・栄養調査結果の概要をもとに作成

# 年をとって衰えたと感じるあなた！ もしかして…「フレイル」かも？

フレイルとは？



早めに対策すればフレイルの進行を防ぎ  
元の健康な状態に戻れるかも…

年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指し、そのまま放置すると要介護状態になる可能性も。大事なのは、早めに気づいて適切に対策することです。そうすれば、フレイルの進行を防ぎ、元の健康な状態に戻る可能性があります。

※参考 厚生労働省 「食べて元気にフレイル予防」  
羊土社 「フレイル高齢者、これからどう診る？そもそも考え方から現場対応まで、最新フレイル健診にも対応！」

こんな傾向は  
フレイルかも！



## フレイル予防の3つのポイント

ポイント1	ポイント2	ポイント3
栄 養	身体活動	社会参加
バランスのとれた 食事が大切	運動は筋肉の発達 だけでなく、食欲 や心の健康にもつ ながる	趣味やボランティア など、自分に合った 活動を見つけよう

## この特集でみなさんに伝えたいこと

若者にこそ  
伝えたい！

### 「健康リスク」と聞いて、 ドキリと感じた方はいらっしゃいますか？

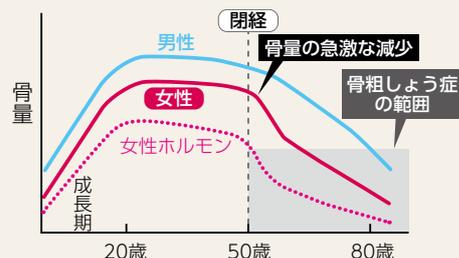
一般的に若者といわれる10～30代の方には、ピンとこない言葉かもしれません。

しかし、すべての年代にとって、「健康リスク」を考えることは他人事ではないのです。

この特集では「人生をプロデュース」をキーワードに、健康を保つためのヒントや誰でも簡単にできる取り組みなどを紹介します。ぜひ、自分自身の健康について考え、人生をプロデュースしてみてください。

骨の成長のピークは20歳前後といわれています。年齢を重ねてもイキイキと過ごすためには、成長期から健康な骨づくりを心がけることが大切です。

骨量の変化



※資料 骨粗鬆症 検診・保健指導マニュアル第2版(ライフサイエンス出版2014年)  
「年齢と閉経に伴う骨量の変化(概念図)」

# フレイル研究者 佐竹昭介先生に 聞いてみた！

健康維持の大切さはわかったけれど「いつからどんな風に取り組めばいいの?」「正直に言うとやる気が起きない」など、疑問や課題はいっぱい。そこで、佐竹先生に健康維持のポイントや、手軽にできる運動を教わりました！



## 佐竹 昭介先生

国立長寿医療研究センターの老年内科部長／フレイル研究部部长を務める。老年医学一般、フレイル、サルコペニアなどを専門領域とする。

Q

フレイル予防など、  
健康維持に向けた取組みは  
何歳から始めるべきですか？

A

大きさに聞こえるかもしれませんが、子どものころから対策してもらいたいです。私たちの体は骨に支えられていますが、骨が発達するのは成長期です。成長期に丈夫な骨をつくるのが、老後の健康状態を左右する可能性があるのです。無理なダイエットは、骨がもろくなったり筋肉を落とし過ぎたりと、骨粗しょう症などのリスクが高まる場合があります。

Q

対策が大事だと  
わかっても…  
なかなか続けられません。

A

例えば、年をとっても他人とコミュニケーションをとり、社会性を維持することは健康につながります。人付き合いを億劫おっくうに感じるがあっても、「誘われたら断らない」などのマイルールを作ってみてはどうでしょう。他にも、前向きに取り組めるよう「楽しめる何か」を見つけることも効果的です。

Q

健康を維持するため、  
どんなことに  
気を付けるとよいですか？

A

高齢期の健康状態を知る大事なバロメーターの1つが、体重です。体重は増え過ぎてはいけないし、落とし過ぎてはいけない。健康を保つために、適正な体重の管理を意識してみてください。20歳頃の体重から、10kg以上増減することがないようにコントロールできるとよいですね。

Q

最後に、  
東浦町の皆さんに  
メッセージを！

A

若いうちからの対策と継続が大切であることを伝えてきました。では、年をとってからでは遅いのかといえば、そんなことはありません。気づいたときに、なるべく早く始めてみましょう。

また、これは私から皆さんへのお願いです。「高齢になっても、こんなにも人生を楽しめるよ!」という姿を若い人たちに見せてほしいのです。そんな姿は、若い人たちへの大事なメッセージになります。

# 佐竹先生が教える！ 超簡単におうちでトレーニング！

片足立ち 左右1分間ずつ1日3回が目安

バランス感覚、骨を鍛える！



1 床につかない程度に、  
左足を上げる。



2 右足を上げる。



3 壁などに両手や片手をついて行っても大丈夫です。

ハーフスクワット 深呼吸をするペースで5~6回繰り返す。1日3セットが目安

足腰を鍛える！



1 肩幅より少し広めに  
足を広げて立つ。



2 つま先は  
30度くらいに開く。



3 ゆっくりとおしりを後ろに  
引くように体をしずめる。



イスを使うと体をしずめるイメージが湧きやすいです。



地道に毎日コツコツ続けることが大切！

ただし、膝や腰に痛みがある方や不安を感じる方は、かかりつけ医に相談を。  
若い方も、年配の方も一緒にがんばりましょう！

「東浦町の人って、90歳になってもいい表情で元気に歩いているね！」  
となったら最高ですよ！

# 1週間チャレンジ してみよう！

健康維持やフレイル予防は、習慣にすることが大切！まずは1週間、続けてみましょう。

毎日続けていれば「将来の夢」を確実に実現する可能性が高まるかも！

5名の先生に「何時でも・何歳からでも・簡単に」できる健康維持の方法を教わりました！

## 1週間チャレンジ のやり方と約束

- 毎日1ミッション、月～金曜日続けること
- 毎日1ミッションできたら、日付を入れる
- 痛みがあるときは、無理しない

ミッション1

月曜日



### 知らないうちに、体はかたまっていく!? 体全体で背伸びをしよう！

**効果** 体の循環(血流など)をよくする・体をまんべんなく動かす・気持ちを前向きにする

健康運動指導士 伊藤 敦子さん

年齢とともに、気づかないうちに体はかたまっています。背伸びをして、体の循環(血流など)をよくしていきましょう！



1

足を肩幅に開き、両手をおもいっきり上げて、体全体で背伸びをする。



2

後ろに反らず、まっすぐ伸びること。



3

背伸びをした状態で「もっとのびろー」と言いながら、さらに背伸び。

さらに!

軽く指を曲げて、クマが威嚇するよう手の形にすると効果大！



ミッション2

火曜日



### 食べる・話す楽しみを維持しよう 舌まわし体操に挑戦！

**効果** 唾液がしっかり出る・誤嚥防止・フェイスラインのひきしめ・滑舌がよくなる

健康課 歯科衛生士 鶴島 陽子さん

鏡を見て、ゆっくり動かさせているかなどを確認しながら挑戦してみてください。おすすめのタイミングは食前です！



1

舌を「べー」と下に突き出して5秒キープ。



2

舌先を「べー」と上に突き出して5秒キープ。



3

舌先で上唇の外側をゆっくり10秒かけてなめる。同じく下唇の外側を10秒かけてなめる。



ミッション3

水曜日



テレビを見ながらでもできる！  
イスを使った **三日月のポーズ**

**効果** 転倒予防の筋肉のストレッチ  
姿勢改善、腰痛予防、ポッコリお腹の解消

健康運動指導士 尾関 明美さん  
ポーズをとるときは呼吸を続けるのがポイント。ポーズに専念して呼吸を忘れてしまうことも。自然な呼吸を心掛けて！



1

イスに浅く、背すじを伸ばして座る。



2

右を向き、右足を90度に曲げて、左足を後ろに伸ばす。  
左ももの付け根の前側に伸びを感じるくらい、足を広げる。



3

左手を上げる。  
3呼吸したら1～3を反対の手・足で行う。



ミッション4

木曜日



筋トレが苦手な方にもオススメ！  
大きい筋肉 **大腿四頭筋**を鍛えよう！  
だいたいしとうきん

**効果** 足の筋力維持・向上、膝痛予防など

あい健康プラザ 運動指導員  
池田 達哉さん

筋トレはムリなく続けることが大切です！呼吸を止めず数えながら行ってみてください。



1

足を腰幅に開き、背もたれを使わず、イスの真ん中に座る。



2

片足をひざの高さまで上げて4秒かけて伸ばす。  
つま先は天井方向に向ける。



3

4秒かけて戻す。  
1～3を10～15回繰り返す。反対側も同様に行う。



ミッション5

金曜日



食事が体をつくる！  
毎日の**食事**で意識する3つのポイント

**効果** 生活リズムが整う。1日のエネルギーになり、骨や筋肉をつくり、体の調子を整える

健康課 管理栄養士 青山 侑未さん  
フレイル予防に大切な栄養素は肉や魚に含まれるたんぱく質。3食の食事からしっかり摂るように心掛けましょう！



1 3食しっかり食べる。



2 1食の中で必ず摂りたい栄養素は、炭水化物+たんぱく質+ビタミン



**例** トースト(炭水化物)を食べるとしたら、足りない栄養素はタンパク質とビタミン。チーズ(たんぱく質)をのせて、トマト(ビタミン)を食べてみよう！

3 1週間の食生活を振り返る。

「不規則な食生活をしているな…」と感じたら、1、2を達成できるように意識してみましょう！



# あなたの健康を 町がサポートします!

1人で続けられる自信がない…  
教室や講座にも参加してみたい…  
仲間と一緒に頑張りたい…  
そんなあなたには、

保健センターやあいち健康プラザなどで  
開催されている講座や教室がおススメです。

9月号に掲載  
今から申込み可能!



40～74歳で  
血糖値が  
基準値より  
少し高めの方…

## ちょっと気になる 血糖コントロール講座

9月号 P.24へ

検査結果に基づいて、あいち健康プラザのスタッフ  
から今のあなたに必要な生活習慣のアドバイス  
を受けることができます!



骨折予防が  
気になる方…

## 食×骨折予防～内から外から美しく

9月号 P.12へ

骨折予防プロジェクトでおなじみの、ひがしうら  
健康守り人であるDr. うらっシュと各メディア  
で活躍中の料理研究家 浜内千波さんから、「食」  
のできる骨折予防を学びます。



30・40代の  
女性の方…

## 女性のための若返り&美講座

9月号 P.12へ

女性の骨粗しょう症予防には「女性ホルモン」が  
大きく関係しています。整顔(顔のマッサージ)  
にチャレンジして、女性ホルモンを活性化させ  
ましょう!



40～74歳で  
お腹回りや  
体重が  
気になる方…

## メタボ予防体操教室

9月号 P.31へ

「運動不足が続いている」「ひとりでは運動が  
長続きしない」「家でできる体操を学びたい」と  
いう方におすすめです。食生活や運動習慣を  
見直すきっかけにしてみませんか?

※写真はイメージです

講座に  
参加した方の感想



女性のための若返り  
&美講座 第1弾  
「女性らしさを磨くヨガ、  
ストレッチ」に参加

吉田 律子さん



講師のお話や問いかけも心地よく、まるで別世界に連れていってもらっているようで、とてもリラックスできました。

P10以外にも  
参加できる講座は？



町はあいち健康プラザとも  
連携して、講座を行っています！

- ・体力チェックをしたい
- ・自分に合った健康づくりの方法を知りたい
- ・食事や運動など健康について総合的に学びたい など

こんな方に  
おすすめ

●問い合わせ

あいち健康プラザ ☎82-0211



写真提供:あいち健康プラザ

講座に  
参加した方の感想

ゆっくりゆったり  
(ウォーキング・健康体操)  
教室に参加

高木 きみ子さん



昔から運動が苦手。でも、体を動かさなければと「ゆっくりゆったり」という言葉に惹かれて参加しました。ストレッチをすると、気になっていた足首の痛みが緩和され、ストレッチの効果はこんなにあるのかと驚いています。

健康課に  
インタビュー！

健康課 成人保健係の皆さん



伊藤 恵さん 岩井 知実さん 青山 侑未さん 鶴島 陽子さん 伊藤 大輔さん

骨折予防や介護予防などに取り組むことも大切ですが、もう1つ大切なのは、定期的に検診を受けることです。

例えば「がん検診」。がんの初期は自覚症状がないことが多く、症状が出て病院を受診したときには、すでに進行していることも多い病気です。検診を受けたことで早期発見できれば、治る確率は高くなります。また、病気の早期発見だけでなく、自分の体の状態を知り、見つめなおすきっかけにもなります。

まずは、興味があることから大丈夫です。検診や講座への参加はもちろん、健康で気になることがあれば、保健センターへ気軽に相談してください。また、広報紙でも、保健センターだよりをはじめ、健康に関する情報をお届けしています。チェックしてみてくださいね！

健康維持をして、将来の夢を叶えましょう！



# 30代と40代の女性のための 若返り&美講座!

第2弾

骨を守り、美しさを維持するために

## 骨を守るための3つのポイント



第2弾では、骨粗しょう症対策に重要な「女性ホルモン」に着目して講座を行います。1週間をいきいきと乗り切るために、女性ホルモンとの上手なつきあい方を知り、自分のからだを整える時間を作りませんか？

今回のテーマは <sup>せいがん</sup> 整体ならぬ「整顔」？

—マスクたるみを改善—  
マスクの下！若返らせます！

顔面骨にも骨粗しょう症の影響は現れ、将来的にシワやたるみとして出現します。

顔の老化のもととなる顔のコリや老廃物を流し、筋肉にアプローチをして、筋肉の本来あるべき位置へと引きあげるマッサージ方法を、化粧品メーカーの講師がお伝えします。マッサージによるリラクゼーション効果は、女性ホルモンの活性化につながります。

- とき 9月28日(水) 午後7時～8時
- ところ 保健センター
- 講師 かがやくコスメ 三塚 聡子氏 (生活協同組合コープあいち)
- 対象 町内在住、在勤の30代・40代の女性
- 定員 15名程度(先着順)
- 料金 無料
- 申込み 9月7日(水)午前9時からあいち電子申請・届出システムまたは電話で問い合わせ先へ
- 問い合わせ 保健センター ☎83-9677



## 講演会

## 「食」から骨折予防

Dr. うらっシュと

料理研究家 浜内 千波さんに

教えてもらおう！



# 食×骨折予防



## 内から外から美しく

### 浜内 千波さん

徳島県海陽町出身。大学卒業後、会社員を経て岡松料理研究所へ入所。その後、ファミリーッキングスクールを開校。雑誌や書籍をはじめ、テレビ、ラジオ、講演会、料理イベントで活躍。食材の味を生かした料理、野菜料理は特に定評がある。

### 水野 正明さん

Dr. うらっシュ 

名古屋大学医学部附属病院 先端医療開発部 部長 緒川在任。全世代を対象にした健康づくりを推し進め、国の政策のひとつである健康寿命の延伸に取り組む。専門は脳神経外科。

- とき 10月1日(土) 午後2時～3時30分  
受付 午後1時30分～
- ところ イオンモール東浦2階 イオンホール
- 対象 会場は町内在住の方、オンラインはどなたでも
- 定員
  - ・会場 65名(先着順)
  - ・オンライン(Cisco Webex Meetings) 100名(先着順)
- 参加費 無料 ※通信費は自己負担
- 共催 町、イオンモール東浦
- 申込期間 9月7日(水)～20日(火)
- 申込み
  - ・会場の場合…電話または申込書を問い合わせ先へ ※申込書はふくし課または町ホームページからダウンロード
  - ・オンラインの場合…あいち電子申請・届出システムから申込み
- 問い合わせ ふくし課 内線129

オンラインでも同時開催!



9月

# 認知症にやさしいまち ひがしうら おれんじ月間



「認知症にやさしいまち」  
ってどんなまち？

地域に認知症への理解者が  
増え、認知症の人やその  
家族等が安心して地域社会  
の一員として日常生活を営  
むことができるまちが「認知  
症にやさしいまち」です。

町では、認知症サポーターの目印であるオレンジリングの色から、9月を「認知症にやさしいまち ひがしうら おれんじ月間」としました。認知症に対する理解を広めるため、認知症に対する知識を学ぶ講座やイベントを実施します。



## ひだまりカフェ(認知症カフェ)体験キャンペーン

認知症の方やその家族、地域の方や医療・福祉の専門職、誰もが集える場所が、ひだまりカフェです。お茶しながら、脳トレや回想法に挑戦します。

### 【森岡】

- とき 9月29日(木) 午前9時30分～11時30分
- ところ 森岡台自治会集会所
- 定員 30名程度
- 参加費 100円
- 協力 森岡台ふれあいサロン、オレンジパラソル
- 申込み 9月22日(木)までに問い合わせ先へ
- 問い合わせ ふくし課 内線129

### 【緒川新田①】

- とき 9月26日(月) 午前9時30分～11時30分
- ところ 東ヶ丘交流館
- 定員 30名程度
- 参加費 100円
- 協力 ふれあいサロン東ヶ丘、オレンジパラソル
- 申込み 9月22日(木)までに問い合わせ先へ
- 問い合わせ ふくし課 内線129

### 【緒川新田②】

- とき 9月15日(木) 午前9時30分～11時30分
- ところ 卵ノ里コミュニティセンター
- 定員 40名程度
- 参加費 100円

- 協力 新田ふれあいサロン、みんなのサロン卯の里、オレンジパラソル
- 申込み 9月12日(月)までに問い合わせ先へ
- 問い合わせ ふくし課 内線129

### 【石浜】 当日参加可能

- とき 10月15日(土) 午後2時～3時
- ところ リハビリデイセンターもみじ  
【石浜八ツ針1-54】
- 参加費 100円
- 協力 あやめサロンくるみ
- 申込み・問い合わせ (医)あやめ会 大岩 ☎57-2227

### 【生路】 当日参加可能

- とき 9月25日(日) 午前9時30分～正午
- ところ パーソナルケアセンターフィロス  
【生路門田96-2】
- 参加費 300円
- 協力 オレンジカフェこころ屋
- 申込み・問い合わせ 町社会福祉協議会 ☎84-3741

### 【藤江】 当日参加可能

- とき 9月30日(金) 午前9時30分～11時30分
- ところ 大蔵屋(さんかくや)【藤江松本7-2】
- 参加費 無料
- 協力 ひだまりカフェ
- 申込み・問い合わせ 町社会福祉協議会 ☎84-3741

おれんじ月間中  
常設イベントも開催中！  
9月1日(木)～30日(金)

### 認知症関連書籍コーナー

- ところ
- ・中央図書館
  - ・イオンモール東浦 未来屋書店
  - ・にじいろひろば(福祉センター1階)

### パネル展示

- ところ
- ・役場ロビー
  - ・イオンモール東浦

【共通事項】 ●共催 町、町社会福祉協議会、イオンモール東浦 ●問い合わせ ふくし課 内線129

「う・ら・ら」の  
時刻が合わないとき

「う・ら・ら」では  
行けない場所に行くとき

ちょっと  
お得に

# 民間バス・タクシーでお出かけしよう!

10月1日から

町運行バス

## 「う・ら・ら」の回数券が 民間バス・タクシーで 金券として利用可能になります。



- 対象路線 知多バス「大府線・大府循環線」  
知多バス「東ヶ丘団地線」
- 利用方法  
①乗車時に整理券を受け取ってください。  
②降車時に整理券を運賃箱に投入し、回数券・現金など  
でお支払いください。
- 問い合わせ 知多乗合(株) 半田営業所 ☎0569-21-5234



- 対象事業者(50音順)・問い合わせ  
安全タクシー(株) ☎0569-21-0685  
鯨第一交通(株) ☎052-912-3456  
大興タクシー(株) ☎0562-46-2361  
(株)知多つばめタクシー ☎052-604-3322  
名鉄知多タクシー(株) ☎0569-37-1500
- 利用方法  
①乗車時に回数券が支払いに使えるかを確認してください。  
②降車時に回数券・現金などで乗務員に支払ってください。

「う・ら・ら」回数券

1,000円で  
「う・ら・ら」回数券を購入

1,100円分の金券として  
民間バス・タクシーで利用可能



タクシーの利用条件

乗車地・降車地の  
いずれかが**東浦町内**で  
あること

1 乗車上限20枚まで

## 回数券の 利用ルール

1  
回数券1枚につき  
料金から100円  
控除します  
 控除額  
= 100円

2  
利用できる  
回数券の枚数は  
控除額が料金を  
上回らない範囲

3  
1乗車につき  
利用できる  
回数券の枚数は  
タクシーは  
上限20枚まで

4  
残額は、現金や  
交通系ICカード  
など事業者が  
受取可能な方法  
でお支払いください

# 回数券の 入手方法

役場、「う・ら・ら」車内、行政サービスコーナーなどで販売

回数券1セット(11回分の乗車券)を1,000円で販売しています。

●問い合わせ  
まちづくり課  
内線275

運転免許証  
自主返納をする

町高齢者運転免許自主返納支援事業で、回数券6セット(66回分の乗車券)などを配付しています。

●問い合わせ  
住民自治課 内線295

いきいきマイレージを貯める

いきいきマイレージ事業で、各種健診の受診などに取り組んで獲得したマイレージは回数券1セット(11回分の乗車券)と交換できます。

●問い合わせ  
健康課 ☎83-9677



## 民間バス

## 回数券の 利用例

例1

知多バス「東ヶ丘団地線」で  
「高根中央公園前」から「巽ヶ丘駅前」に行く場合  
料金は180円



+



回数券1枚  
(100円分)

現金(80円分)



回数券2枚  
(200円分)

! 料金<控除額のため利用不可



## タクシー

乗車地・降車地のいずれかが東浦町内であること 上限20枚まで

例2

タクシーで「緒川駅東口」から  
「刈谷市美術館」に行く場合  
料金は1,860円程度



回数券18枚  
(1,800円分)

+

現金や  
電子マネーなど  
(60円分)



回数券20枚  
(2,000円分)

+

現金や  
電子マネーなど  
(310円分)



回数券10枚  
(1,000円分)

+

現金や  
電子マネーなど  
(860円分)



回数券18枚  
(1,800円分)

+

タクシー  
助成券  
(500円分) + 現金や  
電子マネーなど  
(10円分)



回数券19枚  
(1,900円分)

! 料金<控除額のため利用不可



回数券21枚  
(2,100円分)

+

現金や  
電子マネーなど  
(210円分)

! 回数券の上限は20枚!



回数券24枚  
(2,400円分)

! 回数券の上限は20枚!  
料金<控除額のため利用不可

■問い合わせ

まちづくり課 内線275



# 参加者募集

「う・ら・ら」に乗ってひと足のばしてみよう！



「まるごと馬場のぼる展」開催中の  
刈谷市美術館

東浦町と刈谷市のバス・電車を乗り継いで、  
「刈谷市美術館」に行ってみよう！

とき **9月25日** 日 集合／午前9時  
解散／正午

集合場所 **緒川駅東口**

- 内容 ・学芸員による見どころ紹介(10分程度)  
・自由観覧
- 定員 15名(先着順)
- 参加費 無料
- 運賃 往復310円(行き:100円、帰り:210円)
- 入場料 ・一般 800円(通常料金1,000円)  
・学生 600円(通常料金800円)  
・中学生以下 無料
- 主催 東浦町、刈谷市

### ●その他

- ・小学3年生以下は保護者同伴
- ・集合場所までバスで行きたい方は問い合わせ先へ

●申込み 9月5日(月)から参加者の氏名、住所、電話番号、年齢、乗車するバス停をFAX、メールまたは直接問い合わせ先へ

●問い合わせ まちづくり課 内線275  
☎83-9756

✉machi@town.aichi-higashiura.lg.jp

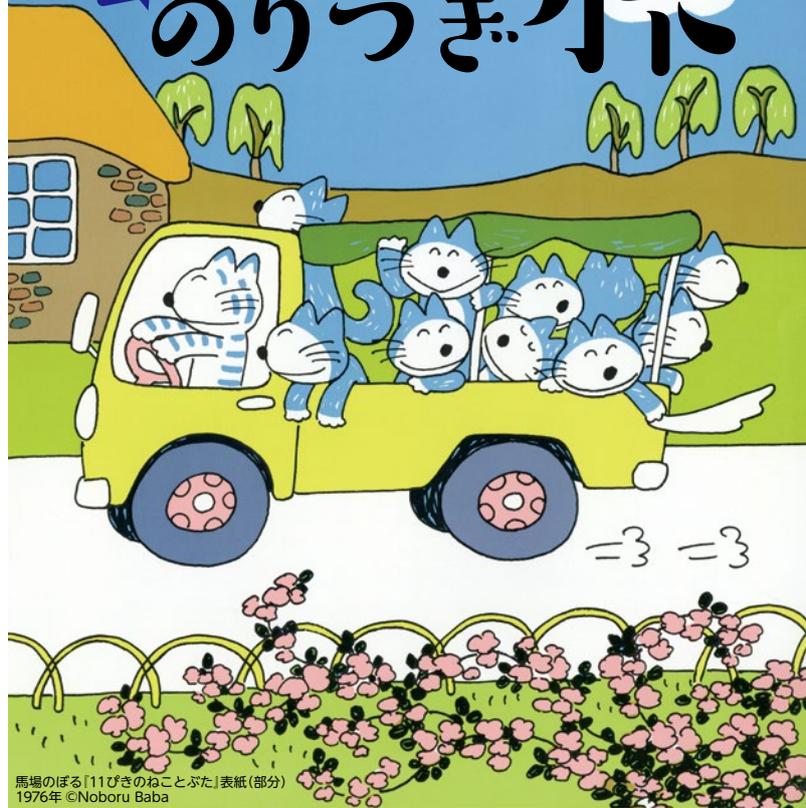


路線

今回は電車も

# バス、旅のりつき展

第2弾



馬場のぼる「11びきのねことぶた」表紙(部分)  
1976年 ©Noboru Baba

## まるごと馬場のぼる展

描いたつくった楽しんだニャゴ！

代表的な漫画や絵本の原画類に加え、スケッチ、少年時代やデビュー前の作品なども紹介します。

- 会期 9月17日(土)～11月6日(日)
- 休館日 月曜日、9月20日(火)、10月11日(火)  
※ただし9月19日、10月10日は開館
- 入場料 一般1,000円、学生800円、中学生以下無料
- 会場・問い合わせ 刈谷市美術館 ☎0566-23-1636



## おでかけプラン

### 【行き】

東浦町運行バス「う・ら・ら」  
刈谷線(刈谷駅南口行)2-11便  
「緒川駅東口」9:15発  
→「刈谷豊田総合病院」9:25着

刈谷市公共施設連絡バス「かりまる」  
小垣江・依佐美線(小垣江駅西口行)2便  
「刈谷豊田総合病院」9:33発  
→「刈谷市美術館」9:34着

### 【滞在】

刈谷市美術館  
(9:35～11:00 約90分)



### 【帰り】

刈谷市公共施設連絡バス「かりまる」  
東境線(洲原温水プール行)3便  
「刈谷市美術館」11:06発  
→「刈谷駅北口」11:18着

JR東海道本線(岐阜行)  
「刈谷駅」11:39発→「大府駅」11:45着  
JR武豊線(武豊行)  
「大府駅」11:51発→「緒川駅」11:55着

開催日以外も  
同時刻で運行  
しています！

# よむらび コンサート



## アイリッシュ・ ミュージックに親しむ フィドルとアイリッシュハープの音色

フィドル（バイオリン）とアイリッシュハープの演奏による、アイルランド地方の民俗音楽に親しむひとときを…

とき

**10月8日** ±  
午後6時～6時45分

入場  
無料

ところ

中央図書館  
ゆめらびコーナー

事前  
申込制

●演奏者 小松 大(フィドル) &  
大橋 志麻(アイリッシュハープ)デュオ

●定員 50名 ※応募多数の場合は抽選

●その他

- ・電話申込不可
- ・代表者1名につき4名分まで
- ・3歳以下の子どもは申込不要(整理券を持つ保護者の膝の上で着席)

●申込み

9月10日(土)～25日(日)に直接中央図書館カウンターへ

●問い合わせ 中央図書館 ☎84-2800



小松 大  
(フィドル)



大橋 志麻  
(アイリッシュハープ)

参加者  
大募集!

## 第4回 親子ふれあいイベント in 生路・藤江 ひがしうら探検隊

- 1 どのルートが高ポイント  
を狙えるか考える **知力!**
- 2 より多く歩く  
ことができる **体力!**
- 3 ボーナスポイント  
をゲットできる **チームワーク!**

3つを駆使し、制限時間内に、歩いて探すチェックポイントとゲームの成績に応じてもらえるボーナスポイントの合計を競うゲーム!

とき

**10月30日** 受付 午前9時～

開始 午前9時30分 / 終了 午後3時予定  
※雨天中止の場合は午前8時までに連絡



集合・  
解散

藤江コミュニティセンター

どんなゲームがある  
かはお楽しみに!



力を合わせて、ひがしうらを探検しよう!

- 対象 町内在学の小学1年生～中学3年生とその保護者で構成された2～6名のチーム  
※必ず1組以上、親子を含むこと  
※保護者の責任のもと、未就学児の方も参加可
- 定員 40チーム(先着順)
- 参加費(当日徴収) 300円×人数 ※未就学児は無料
- 持ち物 カメラ(撮った写真を確認できるもの)、筆記用具、水筒、お弁当、タオル
- 服装 動きやすい服装
- 申込み 9月12日(月)～10月7日(金)に申込書を問い合わせ先へ  
※申込書は文化センター、各地区コミュニティセンターで配布または町ホームページからダウンロード
- 問い合わせ 文化センター ☎83-9567



# 保育園・認定こども園の入園案内

問い合わせ

- ・児童課 内線143
- ・各保育園



入園を希望される方は、申込書などを提出してください。

●**募集児童** 保育の必要性が高い児童を優先

**保育認定児**…保護者の就労、疾病、出産などで家庭保育ができない生後6か月以上の児童

※就業日数や時間数などの詳しい基準は、申込書と同時に配布する説明書で確認すること

※65歳未満の親族と同居している場合も申込可。ただし、優先度を調整

**教育認定児**…満3歳以上（令和5年4月1日時点）の保育認定児以外の児童

※東ヶ丘幼稚園の教育認定児(1号)の申込みは、P.39を確認してください。



- ・入園先は**選考により決定**するため、配布順や受付順とは関係ありません。
- ・**申込書配布初日**は例年**混み合**います。2日目以降の来園、来庁にご協力ください。
- ・配布日、受付日ともに保育園の駐車場の混雑が予想されるため、徒歩圏内の世帯は**できる限り徒歩**でお越しください。

園名	新入園申込書の配布日時	新入園申込受付日時	入園対象児童				保育時間						
			0歳児 (6か月以上)	1歳児	2歳児	3歳児以上	平日保育			土曜日保育	祝日保育		
							通常	早朝	延長				
森岡保育園 ☎83-2463		10月25日(火) 14:00~16:00				●	●						
森岡西保育園 ☎83-7733		10月26日(水) 【3歳以上児】9:00~11:00 【3歳未満児】13:30~15:30		●	●	●	●	●	●	●			
緒川保育園 ☎83-2325	●各保育園 9月29日(木)~10月3日(月) 9:00~17:00 ※土曜日を除く	10月31日(月) 【3歳以上児】9:00~11:00 【3歳未満児】13:30~15:30	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
緒川新田保育園 ☎34-2563		10月24日(月) 【3歳以上児】9:00~11:00 【3歳未満児】13:30~15:30	●	●	●	●	●	●	●	●			
石浜保育園 ☎83-1100	●児童課 10月4日(火)~6日(木) 8:30~17:15 ※5日(水)は19:15まで	10月28日(金) 【3歳以上児】9:00~11:00 【3歳未満児】13:30~15:30	●	●	●	●	●	●	●	●	●		
石浜西保育園 ☎83-6612		10月27日(木) 【3歳以上児】9:00~11:00 【3歳未満児】13:30~15:30		●	●	●	●	●	●	●			
生路保育園 ☎83-2367		10月25日(火) 9:00~11:00				●	●	●					
藤江保育園 ☎83-2464		10月21日(金) 【3歳以上児】9:00~11:00 【3歳未満児】13:30~15:30		●	●	●	●	●	●	●			
夢ハウスメどっこ保育園 ☎85-1660	●児童課 10月4日(火)~6日(木) 令和5年4月から石浜地区に開所予定の認可保育所		●★	●	●	●	●	●	●	●	●★		
あしたがすき保育園 ☎0569-89-8998		●児童課 11月8日(火)~9日(水) 8:30~17:15 ※9日(水)は19:15まで	●▲	●	●	●	●	●	●	●	●		
幼保連携型認定こども園 東ヶ丘幼稚園 ☎83-6465			●	●	●	●	●◆	●	●◆		●◆		

※3歳未満児と3歳以上児の兄弟姉妹で入所の場合は、3歳以上児の時間帯で受付

★夢ハウスメどっこ保育園は生後57日目から受入可。土曜日は8:00~19:00の開園

▲あしたがすき保育園は生後57日目から受入可

◆東ヶ丘幼稚園は平日の通常保育は8:30~16:30の開園、延長保育は18:30まで。土曜日は7:30~16:30の開園

## 困ったときの一時的保育

断続的に家庭保育が困難な場合、未就園児を対象に保育園で「一時的保育」を実施しています。

### ■非定型保育(保護者の就労形態などの理由の場合)

週1～3日、6か月を限度、月15日以内

### ■緊急保育(保護者の傷病、入院などの理由の場合)

月14日以内

### ■リフレッシュ保育

(保護者のリフレッシュや私的な理由の場合)

月4日以内

### ●定員 各保育園6名

※各保育園で実施している年齢に応じて受入れ

※令和4年度の非定型保育は森岡西保育園、緒川保育園、緒川新田保育園、石浜西保育園、藤江保育園で実施。  
緊急保育・リフレッシュ保育は石浜保育園で実施

### ●費用(日額)

区分	3歳児未満	3歳児以上
8:00～16:00	2,000円	1,000円
8:00～18:00	2,500円	1,500円
8:00～19:00	2,800円	1,700円

※同一世帯で、同一日に2人以上の児童が一時的保育を利用する場合は、2人目以降の児童にかかる費用は半額

### ●利用申請 事前に希望保育園へ申請

## 遊びにきてね! 園庭開放

未就園児の遊びの場、保護者の方の情報交換の場として、保育園の一部を開放しています。子育ての悩みやちょっと聞いてみたいことなど、保育士に気軽に声をかけてください。

### ●園庭開放の日程

保育園	開催日時
森岡保育園・森岡西保育園 にこにこデー	9:30～10:30
緒川保育園 フレンズデー	9:00～10:30
緒川新田保育園 一緒に遊ぼう会	9:30～11:00
石浜保育園 わいわい広場	10:00～11:00
石浜西保育園 なかよし広場	9:30～11:00
生路保育園 どろんこの日	9:30～11:00
藤江保育園 すくすくデー	9:30～11:00

※保育園行事と重なる場合、雨天の場合はお休み

### ●公立保育園入園希望の方…申込み手続きのお願い

入園予定人数を把握するため、できるだけ第1希望の保育園で手続きをしてください。都合の悪い方は、各保育園または児童課で配布・受付をします。また在園児は在籍している保育園・幼稚園で配布・受け付けます。

#### ・児童課での入園申込み受付

11月8日(火)、9日(水)

午前8時30分～午後5時15分

※9日は午後7時15分まで

### ●公立保育園入園希望で質問がある方…入園出張相談

次の日程で児童課職員が出張し、入園に関する質問にお答えします。

とき 9月29日(木)

午前9時～正午/午後1時～4時

ところ 森岡西保育園、緒川保育園、石浜保育園、藤江保育園

### ●産休・育児休業中の方へ

令和5年4月1日～令和6年3月31日に入園を希望する方も受け付けます。なお、出生前の児童の申込みも受け付けます。

※育児休業復帰予定の方に限る

### ●求職活動中の方の受付

令和5年4月1日から求職活動を行うため、3歳未満児の入園を希望する方は令和5年2月の時点で入所定員に空きがあった場合のみ受け付けます。入園を検討している方は2月以降、児童課へ問い合わせてください。

## 注意事項

- ・入園対象児童の年齢は、令和5年4月1日時点
- ・公立保育園は原則、小学校区または中学校区の保育園の中から年齢や保育時間などに応じて選択。定員を上回った場合は、第2希望または第3希望の園などへ入園。なお、教育認定児および求職活動での保育認定児は、定員を上回った場合、抽選を行う場合あり
- ・希望する保育園が土曜日・祝日保育を行っていない場合は、実施園(緒川、石浜保育園)へ通園
- ・夢ハウスめどっこ保育園、あしたのすき保育園、東ヶ丘幼稚園を利用する児童は公立保育園の祝日保育の利用はできません。
- ・祝日保育(振替日含む)は、ゴールデンウィーク(4月29日～30日、5月3日～5日)と年末年始(12月29日～1月3日)は実施しません。
- ・祝日保育は弁当持参
- ・延長保育・祝日保育を利用する「保育認定児」の希望者は、利用申請と使用料負担が必要



「ところ」が書かれていないものは、総合子育て支援センター(うららん)で実施するよ!



## うららんクッキング「おからと白玉粉の鬼まんじゅう」

- **と き** 10月27日(木) 午前10時～11時30分
- **対 象** 町内在住の方
- **定 員** 8名(先着順)  
※4名に満たない場合は中止
- **講 師** ひがしうら食改会員
- **材料費** 300円
- **託 児** 6か月～未就園児  
・定員 10名(先着順)  
・託児料 300円/人
- **申込み** 10月3日(月)午前10時から材料費を問い合わせ先へ  
※電話申込不可



## 育児講座「ハロウィン飾り作り」

- **と き** 10月6日(木) 午前10時30分～11時30分
- **対 象** 町内在住の方
- **定 員** 12名(先着順)
- **講 師** 笠松 千枝子氏
- **材料費** 300円
- **託 児** 6か月～未就園児  
・定員 14名(先着順)  
・託児料 300円/人  
※当日徴収
- **申込み** 9月9日(金)午前10時から問い合わせ先へ  
※電話申込の場合は材料費を9月29日(木)までに問い合わせ先へ



子育てなんでも相談		※予約は町内在住の方が対象	
	日にち	時間	内容
子ども・子育て相談室	毎週月～金曜日	9:30～16:00	子育てコーディネーターによる面接、電話、FAX相談
発育相談(予約制)	10月4日、25日(火)	①9:30～ ②10:30～	公認心理師、臨床心理士による乳幼児の発育相談
授乳・卒乳相談	10月4日(火)	13:30～15:00	助産師による授乳(母乳・ミルク)や卒乳の個別相談(予約可)
	10月31日(月)	10:00～11:30	
すくすく相談	10月19日(水)	10:00～11:00	保健師・栄養士・歯科衛生士による母子の健康面で普段気になっていることを気軽に個別相談(予約可)
発達相談(予約制)	10月14日(金)、31日(月)	①9:30～ ②10:30～	公認心理師・臨床心理士による学習面や行動に心配のある小学生以上の個別相談
言葉相談(予約制)	10月5日(水)、28日(金)	①9:30～ ②10:30～	言語聴覚士による言葉の個別相談

うららん10月の予定		日にち	時間	内容
工作の日	毎週水・金曜日	10:30～11:30 14:00～15:00	季節の工作「旗を作ろう」	
パパ広場	10月22日(土)	10:30～11:30	パパ&ベビーふれあいダンス(要申込)	
赤ちゃんタイム	毎週火曜日	14:00～(15分程度)	ふれあい遊びと絵本や季節の歌	
双子三つ子の会	10月3日(月)	10:00～11:30	ママ同士でお話ししましょう。	
絵本の読み聞かせ	毎週水・金曜日	11:15～11:30	ボランティアや広場スタッフによる絵本の読み聞かせ	
こあらの日	10月3日、24日、31日(月)	10:00～11:00	3日ハロウィン工作、24日ミニ運動会、31日新聞紙遊び	

**おもちゃのお医者さん** 10月22日(土) 13:00～15:00 壊れたおもちゃの無料修理(部品代を除く)



## マイプロデュース講座

# ママと赤ちゃんのための ベビーマッサージ& バランスボール講座

はじめよう産後ケア！赤ちゃんと触れ、ママの体と心を整え、子育てを一緒にもっと楽しみませんか。

### ●とき

10月14日、21日、  
11月4日、18日、25日  
(各金曜日 全5回)  
午前10時～正午

### ●ところ

文化センター

### ●対象

町内在住、在勤で、  
生後2か月～1歳の子ども  
とその母親

※令和4年10月14日時点

### ●定員

8名(先着順)  
※半数に満たない場合中止

### ●講師

鈴木 真子氏

### ●受講料(初回徴収)

1,900円

### ●材料費(各回徴収)

500円

### ●服装・持ち物

動きやすい服装、飲み物、  
汗拭きタオル、ベビーマッ  
サージ用バスタオル、替えの  
オムツ、子どものお世話に  
必要なもの

### ●申込み

9月5日(月)～30  
日(金)に申込書を問いわ  
せ先へ

※申込書は文化センターで  
配布または町ホームペー  
ジからダウンロード

### ●問い合わせ

文化センター

☎83-9567



## 子育てサロン はいはいコース

### ●とき

10月7日～28日  
(毎週金曜日 全4回)  
午前10時～11時30分

### ●内容

親子ふれあい遊び、赤  
ちゃんダンス、子育てトークなど

### ●対象

町内在住で令和3年12月  
～令和4年1月生まれの子どもとそ

の保護者

### ●定員

14組(先着順)

### ●参加費

300円

※徴収日は申込時にお知らせ

### ●その他

上の子は参加不可

### ●申込み

9月8日(木)午前10時  
から電話で問い合わせ先へ



## パパ広場「パパ&ベビー ふれあいダンス」

### ●とき

10月22日(土)  
午前10時30分～11時30分

### ●対象

町内在住で、首が座って  
いる子ども～抱っこひもで抱っこ  
が可能な子どもとその父親

### ●持ち物

バスタオル、抱っこひ  
も、水分補給できるもの

### ●定員

12組(先着順)

### ●講師

小仲 賀世子氏

### ●参加費

無料

### ●その他

裸足で行います。運動  
できる服装で来てください。

### ●申込み

9月26日(月)午前10時  
から問い合わせ先へ

## ファミリー・サポート・センター講習

### ●とき

9月29日(木)  
・受付 午後1時15分～  
・講習会  
午後1時30分～3時30分

### ●内容

システム説明と質疑応  
答、乳幼児の発達と事故予防、  
急病・ケガへの対応と応急処置

### ●対象

援助会員の登録を希望  
する方、ファミリー・サポート・  
センターの活動に興味があり、

説明だけでも聞いてみたい方、  
余暇の時間を利用したい方

### ●申込み

9月28日(水)までに問  
い合わせ先へ

※当日都合が悪い方や詳しく知  
りたい方は問い合わせ先へ

※依頼会員の登録は随時受付

### ●問い合わせ

ファミリー・サポート・センター  
☎84-0181

### 登録はお済みですか？

## 病児・病後児保育室 うららんケアルーム

保護者の就労、傷病、事故、出  
産、冠婚葬祭、その他社会的にや  
むを得ない事由により、家庭での  
保育が困難な子どもの、病児・病  
後児保育を行っています。



現在登録者数が  
300名を超えました！

### ●対象

町内在住または保護者  
が町内在勤で、生後6か月～小  
学校3年生の病気または病気回  
復期の子ども

### ●利用するには…？

事前登録が  
必要です。職場復帰などで今後  
利用を検討される方は、開館時

間内に直接問い合わせ先へ

### ●持ち物

母子健康手帳(登録時に  
必要)

### ●問い合わせ・事前登録・予約

総合子育て支援センター  
(うららん) 病児保育専用携帯  
☎080-7305-9629

展示

期間 9月25日(日)まで

# 「いただきます！おいしいおはなし」

秋は食べ物がおいしい季節！食べ物が出てくる絵本や読み物、子ども向けの料理本を集めました。(貸出可)



## 「認知症への理解を深めよう」

9月21日(水)は世界アルツハイマーデーです。認知症に関する本を特集します。(貸出可)



第167回

## 芥川賞・直木賞受賞作品

芥川賞

高瀬 隼子  
「おいしいごはんが食べられますように」



直木賞

窪 美澄  
「夜に星を放つ」



## 芥川賞・直木賞とは

昭和10年、文藝春秋社が芥川龍之介と直木三十五の名を記念して創設した文学賞。無名作家や新進作家などの登竜門として、最も権威ある賞。芥川賞は純文学作品、直木賞は大衆文学作品が対象。応募ではなく、新聞・雑誌などに発表された小説・戯曲から選ばれる。

## よむらび電子図書館通信

今月のおすすめ

### 読書の秋、「聞く読書」のすすめ

「聞く読書」をしてみませんか？パソコンやスマホの自動読み上げ機能に対応した本を集めました。通勤・通学の時間や睡眠時のBGM代わりに「聞く読書」がおすすめです。



## 今月のオススメ

図書館スタッフのオススメポイント！

一般向き

「街道今昔三河の街道をゆく」  
堀江 登志実／編著 風媒社  
交通のみならず信仰や交易など多様な機能を果たしてきた街道。三河の13の街道の今と昔を、旅人の気分になって訪ねてみませんか。



## 9月の休館日

印は休館日

日	月	火	水	木	金	土
*	*	*	*	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	*

## 9月のおはなし会

.....とき.....  
毎週水・土曜日 午前11時～  
.....ところ.....  
おはなしコーナー  
.....話し手.....  
ボランティアグループ  
「ハイジ」・「こもれび」  
.....定員.....  
10名程度(先着順)



## 「貝のふしぎ発見記」

子ども向き

武田 晋一／写真・文  
阿部 浩志／編集・文協力  
福田 宏／監修 少年写真新聞社  
貝ってどんな生きものなのでしょう？アサリやマテガイから、これも貝なの？と言いたくなる貝の仲間まで、軟体動物である貝のふしぎな姿や生態を紹介します。

## よむらびカフェ 移動販売事業者募集

中央図書館玄関前スペースで、コーヒーなどの飲み物を販売する「移動販売事業者」を募集します。

### ●営業日

次の日から選択。ただし、応募が複数あった場合は抽選

- ・10月8日(土)
- ・11月12日(土)
- ・12月17日(土)

令和5年

- ・1月14日(土)
- ・2月26日(日)
- ・3月5日(日)

※時間はいずれの日も、午前9時～午後5時。来客状況により午後7時まで延長可

### ●営業場所

中央図書館 玄関前スペース

### ●資格

東浦町を含む地域で、自動車による移動販売の食品営業許可証を有する事業者

### ●その他

中央図書館のコンセントを使用する場合は、延長コードを持参すること

### ●申込み

9月7日(水)～20日(火)に申込書と食品営業許可証のコピーを問い合わせ先へ

※申込書は中央図書館、文化センターで配布または町ホームページからダウンロード

### ●問い合わせ

文化センター  
☎83-9567



## 中央図書館 「有料壁面ポスター広告」募集！

図書館に広告を出してみませんか。

### ●掲出期間

10月1日(土)～令和5年3月31日(金)

※毎月1日から1か月単位として、最長12か月まで掲出可能

### ●掲出場所

1階おはなしコーナー付近の壁の指定枠

### ●掲載料(税別)

1枠 2,500円/月

### ●サイズ

A1サイズ以内(縦84.1cm×横59.4cm)の縦長枠に貼れるもの

※広告の製作に要する費用は、全て広告主の負担

### ●募集数

3枠

※同率順位の場合は抽選

※応募者多数の場合は、町内事業者を優先

### ●申込み

9月5日(月)～15日(木)に広告掲載等申込書と①～③を直接問い合わせ先へ

①会社案内など

※会社の概要が分かるパンフレットなど

②町外事業者は住所を有する市町村の法人または個人の市町村民税の納税証明書

※町内の事業所などは、町が納税などの滞納状況調査を行うことに同意すること

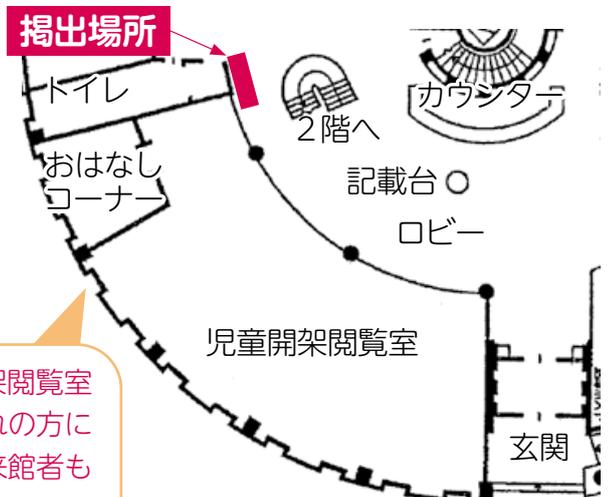
③広告素案(手書き可)

※広告の内容およびデザインは町有料広告掲載要綱、町有料広告掲載基準を満たすもの

### ●問い合わせ

文化センター

☎83-9567



1階の児童開架閲覧室は、子ども連れの方に人気が高く、来館者も多いです。

ポイントマークがあるものを受診したり参加したりすると「東浦町いきいきマイレージ」のポイントが貯められます！



毎月19日は  
食育の日

保健  
センター  
だより



## ちょっと気になる血糖コントロール講座

健診の結果で気になる項目がある方、特に血糖値が基準値より少し高めの結果だった方、今が生活習慣を見直すチャンスです。血糖値が上がりにくい食事や運動を学びませんか？

### ●とき

12月1日～令和5年2月16日(各木曜日 全8回)  
午後1時～3時30分(内容により時間変更あり)  
※休講日 12月29日、令和5年1月12日、26日、2月9日

### ●健康度評価

- ・とき 11月17日(木)または24日(木)のいずれか
- ・時間 午前11時30分～午後3時

### ●ところ あいち健康プラザ

### ●内容

- ・健康度評価メディカルチェック、食習慣チェック、体力チェック、簡易血糖検査
- ・健康に関する講話

- ・運動実技(ウォーキング、筋力トレーニング、ストレッチなど)
- ・効果測定(身体計測、血圧、血液検査、体力チェック、食習慣チェック)

●対象 町内在住の40歳～74歳の方で、ヘモグロビンA1c(HbA1c) 6.0%以上(NGSP値)の方

●定員 15名(先着順)

●講師 あいち健康プラザスタッフ

●受講料 1万円

※東浦町国民健康保険加入者の受講料は5,000円

※バランス弁当代 実費1,250円(税込)

●その他 健康度評価の結果や健康状態によっては医師の判断により、運動内容の制限、教室への参加をご遠慮いただく場合があります。治療中の方は、主治医の許可を得て参加してください。

●申込み 9月8日(木)～29日(木)に保健センターへ



## 成人健康検査(完全予約制)

●とき ※検査は15分ごと

10月17日(月) 午後1時30分～3時30分 ★

10月19日(水) 午後4時～6時

10月20日(木) 午前9時～11時 ★

10月21日(金) 午前9時～11時 ★

★…子宮頸がん検診あり

●対象 昭和58年4月1日～平成16年4月1日生まれの方

●内容 血圧測定、身体計測(身長・体重)、尿検査、血液検査(脂質・肝機能・腎機能・血糖・貧血)

※31～39歳の方は糖尿病検査(ヘモグロビンA1c)も実施

●料金 無料

### ●その他

- ・託児が必要な場合は、予約時にお伝えください。
- ・過去に受診希望をした方へのみ、案内を送付
- ・職場で健診がお済みの方、妊娠中・治療中の方は受ける必要はありません。

★子宮頸がん検診(完全予約制)

●対象 20歳以上の女性

●料金 1,200円(町国民健康保険加入者は無料)

●その他 出産後1年未満の方は受診不可

●申込み 電話で保健センターへ



## 肝炎ウイルス検査(完全予約制)

肝炎ウイルスを発見するため、一生に1度は必ず検査をしましょう。

●とき ※検査は15分ごと

10月17日(月) 午後1時30分～3時30分

10月19日(水) 午後4時～6時

10月20日(木) 午前9時～11時

10月29日(土) 午前9時～11時

### ●対象

①令和4年度中に40歳になる方(昭和57年4月2日

～昭和58年4月1日生まれの方)

②41歳以上で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方

※①の方のみ案内を送付

※職場などで検診がお済みの方、妊娠中・治療中の方は受ける必要はありません。

●内容 問診、血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査)

●料金 無料

●申込み 電話で保健センターへ

# 10月の予定

保健センター ☎ 83-9677 (Fax) 83-9678

個別通知する案内は掲載していません。町ホームページをご覧ください。  
「ところ」の表記がないものは「保健センター」で実施します。



## 母子健康手帳交付 (記帳あり 事前予約制) 乳幼児健診・相談

とき 11日(火)・24日(月)9:30~9:40  
内容 妊娠中の話、マタニティキーホルダーも交付  
持ち物 妊娠届出書、マイナンバーの確認できるもの、健康保険証、顔写真付きの身分証明書

名称	対象	日にち	内容(計測・個別相談は共通)
4か月児健診	R 4. 6月生	28日(金)	診察・産婦歯科健診
7か月児健診	R 4. 3月生	26日(水)	診察
歯っぴー相談(1歳児計測)	R 3. 9月生	4日(火)	ブラッシング指導 ☆
1歳6か月児健診	R 3. 4月生	14日(金)	診察・歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆
2歳2か月児歯科健診	R 2. 8月生	11日(火)	歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆
3歳0か月児健診	R 1. 10月生	7日(金)	尿検査・屈折検査・診察・歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆

●受付時間 13:00~14:00  
●持ち物 母子健康手帳 ☆印:歯ブラシ、コップ、タオル  
※体調不良などで来所できない場合は連絡してください。  
※11:00の時点で暴風警報などが発令中の場合は中止

## 乳幼児予防接種 (町内医療機関で実施中)

予防接種の種類や年齢によって医療機関が異なります。対象月齢・接種間隔を確認して接種してください。予診票がない方、接種間隔など不明点は保健センターへ  
※かかりつけ医が町外の場合など、県内協力医療機関でも接種可(接種1週間前に手続きが必要)

## 赤ちゃん和妈妈のホットスペース (予約不要) ※母乳相談(予約制)も随時行っています。ご希望の方は保健センターへ

とき	ところ	内容	対象	持ち物	
3日(月) 13:30~15:00	保健センター	赤ちゃんを連れて、悩みを相談したり、おしゃべりしに来てください。午後2時頃からタッチケアやふれあい遊びもあります。	入退室自由	生後6か月までの赤ちゃんとその保護者1名	母子健康手帳、バスタオル、赤ちゃんに必要なもの
17日(月) 13:30~15:00					

## 赤ちゃん和妈妈のホット広場 (予約制(先着6組)) 問い合わせ みか助産院 ☎080-6970-1049

予約はこちらから

とき	ところ	内容	対象	持ち物	
11日(火) 10:00~11:30	みか助産院	赤ちゃんを連れて、おしゃべりしに来てください。赤ちゃん和妈妈がホットと安らげる場所です。	入退室自由	生後6か月までの赤ちゃんとその保護者1名	母子健康手帳、バスタオル、必要な育児用品
26日(水) 10:00~11:30					



## がん検診 (完全予約制) ※個別胃がん検診…町内指定医療機関で実施(料金:4,000円)

検診名	日にち	ところ	受付時間	年齢別					受診料…子宮頸1,200円、 乳腺1,400円、胃1,400円、大腸500円、 前立腺600円 受診料無料の方…東浦町国民健康保険加入者、満70歳以上の方、生活保護受給者、町民税非課税世帯者、65~69歳の後期高齢者医療加入者、がん検診無料クーポン券対象者 ★…20歳~30歳代の方は、子宮頸がん検診と成人健康検査(P24)を同時に受診することが可能です。
				20歳以上 子宮頸	40歳以上 乳腺	50歳以上 胃	50歳以上 大腸	50歳以上 前立腺	
女性検診	4日(火)	保健センター	9:00~11:00	●	●	●	●		健康ポイント 必須ポイント 40ポイント
男性検診	6日(木)		9:00~11:00			●	●	●	
子宮頸がん検診	17日(月)		13:30~15:30	★					
子宮頸がん検診	20日(木)		9:00~11:00	★					
子宮頸がん検診	21日(金)		9:00~11:00	★					
女性検診	25日(火)		9:00~11:00	●	●	●	●		
休日男性検診	29日(土)		9:00~11:00			●	●	●	
休日女性検診			9:00~11:00	●	●	●	●		

※定員に達している場合があるため、申込み前に問い合わせてください。

## 10月の休日急病診療 受付 9:00~12:00

日にち	診療所名	電話番号
2日(日)	まつおか整形外科(整・内・脳外・リウ・リハ)	82-1222
9日(日)	於大クリニック(内)	82-1911
10日(月・祝)	ゆりクリニック(内・消・リハ)	82-3337
16日(日)	やまもとクリニック(内・循・小児・消内)	82-0600
23日(日)	みたに整形外科(整・リハ・リウ・内)	82-0114
30日(日)	あべ内科クリニック(内・呼・アレ)	84-1155

## こころの保健室(心の健康など)

臨床心理士	26日(水)	13:30~ (40分程度 予約制)
保健師	5・12・19日(水)	

## 成人歯科健診・相談

日にち	受付時間	内容
24日(月)	13:30~14:00	歯科医師による歯科健診・相談、歯科衛生士によるブラッシング指導

①インフルエンザ・新型コロナウイルスの検査は原則行いません。  
②発熱などがある方は事前に連絡してください。

### 急病で困ったときは…

- 愛知県救急医療情報センター(24時間) ☎33-1133
- 小児救急電話相談(毎日19:00~翌朝8:00)  
☎「#8000」(短縮番号が使えない場合は ☎052-962-9900)
- 半田歯科医療センター(診療時間 9:00~13:00)  
☎0569-23-2636 ※身体障がい者(児)などは毎週木曜日
- あいちこころほっとライン365(毎日9:00~20:30)  
☎052-951-2881
- 名古屋いのちの電話(24時間)  
☎052-931-4343
- 全国版救急受診アプリ「Q助」
- あいち救急医療ガイド

Q助アプリ



あいち救急医療ガイド



※4歳以上の未就園児の身体測定や歯科健診も実施(予約制)  
※希望者には、身長・体重・体脂肪測定・保健師の相談も実施



**秋の星空☆  
天体観測**

星座などの話を聞いて、みんなで星空を観測しましょう。子どもから大人まで興味のある方大集合！

●とき 10月1日(土)

午後6時30分～8時30分

※予備日 10月2日(日)

●ところ 文化センター、東浦中学校グラウンド

●対象

町内在住、在勤、在学の方  
※小学生以下は保護者同伴

●講師 ふくろうの会

●参加料 無料

●定員 20名(先着順)

●その他

・雨天中止。天候などによ

**!** 9月号に掲載している記事内容は、8月16日(火)時点の情報です。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載イベントなどが中止または延期する場合があります。  
詳しくは町ホームページまたは問い合わせ先へ

り開催しない場合は当日午後4時30分に決定  
・観測は野外で行います。暖かい服装で参加してください。

●申込み 9月5日(月)～21日(木)までに問い合わせ先へ

●文化センター  
☎(83)9567

**芸能祭を  
開催!**

日頃の練習の成果を発表します。

●とき 10月2日(日)

午前10時～

●ところ 文化センター

●種目 日舞、詩吟、詩舞、民謡、民謡、太鼓、邦楽など

●入場料 無料

●主催 町文化協会

●後援 町、町教育委員会、

**7月末日の人口**

世帯	21,324世帯(+219)		
人口	50,404人(-39)		
男	25,336人	女	25,068人
出生	28人	転入	169人
死亡	32人	転出	150人

※( )内は、前年同期の増減

中日新聞社  
町文化協会事務局  
(文化センター内)  
☎(83)9567

**フードドライブにご協力を!**

「たくさん余っている」「賞味期限までに消費できない」など、家庭で眠っている食品はありませんか? 食の支援を必要としている方や団体に届けます。

■役場で受付

●とき 9月1日(日)～16日(金)の平日午前8時30分～午後5時15分(水曜日は午後7時15分まで)

●ところ 役場環境課

●対象 受付日から賞味期限が1か月以上ある食品

■イオンモール東浦で受付

**¥ 9月の税など**

納期限	9月30日(金)
国民健康保険税 (第3期分)	
後期高齢者医療保険料 (第3期分)	

**みんなの掲示板**

**相続の生前対策全般相談会**  
死後事務委任・終活・空き家対策について行政書士・税理士・FP・司法書士が一度に相談に応じます。

●とき 9月26日(月) 午前9時～午後5時

●ところ あいち健康プラザ 会議室4

●定員 計14組 ※1時間ごとに入替え

●料金 無料

●申込み 電話で問い合わせ先へ

●問い合わせ ななつぼし事務所 久野 ☎74-2598

**7月の事故災害状況**

交通事故	12件 (88件,+19)
死亡	0人 (0人,-2)
救急出場	210件(1,269件,+98)
火災出場	1件 (11件,-5)
うち建物	1件 (3件,-3)

※( )内は1月からの累計と前年同期の増減

●とき 9月24日(土)、25日(日) 午前10時～午後5時

●ところ イオンモール東浦1階 インフォメーション横

●対象 賞味期限が2022年11月1日以降の食品

○受付可能な食品  
お米、缶詰、瓶詰、飲料、インスタント食品、レトルト食品、乾麺、調味料、お

**@higashiura\_town**  
イベント情報・町政情報・災害情報をいち早くお届けします!  
**今すぐフォロー!**

問い合わせ 住民自治課 内線287

菓子、ベビーフード、粉ミルク、災害備蓄食品

×受付できない食品

・賞味期限が明記されていないもの

・開封済のもの

・冷凍・冷蔵・生鮮食品

・アルコール類

・医療用医薬品

■常時受付けている場所

福祉センター、総合ポラ

ンティアセンター(なないろ)

では、常時フードドライブを実施しています。

■環境課

内線284



### 子どものための吹奏楽教室

金管楽器に触れ、基本的な曲の練習を通して、みんなで演奏する楽しさを体感しましょう。

●とき 9月25日、10月9日、

16日、23日、11月20日、27日

(各日曜日 全6回)

午前9時30分～11時30分

### ところ

・9月、10月：文化センター

・11月：勤労福祉会館

●対象 町内在住の小学4

～6年生

※対象外でも希望があれば

応相談

●定員 20名(先着順)

※半数に満たない場合中止

●講師 東浦吹奏楽団

●受講料(初回徴収)

1800円

●楽器の用意方法

①楽器を持っている方

自分の楽器を使用してください。

②楽器を持っていない方

学校の楽器を使用します。

※児童から学校への許可申請は不要。学校には生涯

学習課から依頼します。

●申込み 9月5日(月)から

申込書を問い合わせ先へ

※申込書は文化センターで

配布または町ホームページ

からダウンロード

ロード

■文化センター

☎(83)9567



相談は無料で、秘密は厳守します。

## 相談

予約の記載がないものは、予約不要

	とき	ところ	相談窓口・問い合わせ
<b>弁護士による法律相談</b> <b>予約制</b> 法律に関すること ※定員 6名	9月16日(金)13:00～16:00 (予約開始9月8日8:30～) 10月14日(金)13:00～16:00 (予約開始9月22日8:30～)	役場2階 相談室2	住民課 内線157 ※町内在住、本人のみ 1人年1回、30分
<b>心配ごと相談</b> 人権問題・家庭での悩み・行政相談	9月20日(火) 10:00～12:00 13:00～15:00	役場2階 第1会議室	住民課 内線157
<b>休日納税相談</b> <b>予約可</b> 町税を滞納して納付方法を相談したい方 ※生活状況がわかる資料をお持ちください。	10月1日(土) 9:00～12:00	役場 西会議室棟 1階 西会議室	税務課 内線111
<b>不動産相談</b> <b>予約制</b> 契約・建築・空き家・税	10月11日(火) 13:30～16:30	役場2階 相談室2	町商工会 ☎83-6123
<b>建築士相談</b> <b>予約制</b> 空き家に関するリフォーム、耐震など	10月20日(木)10:00～12:00 (予約締切10月19日12:00まで)	役場2階 相談室2	都市計画課 内線266
<b>司法書士相談</b> <b>予約制</b> 空き家に関する相続・登記	10月19日(水)13:00～15:00 (予約締切10月14日12:00まで)	役場2階 相談室2	都市計画課 内線266
<b>若者就職相談</b> <b>予約制</b> 15歳～49歳の無業状態の若者やその保護者の相談	10月19日(水) 14:00～16:00	勤労福祉会館 2階 研修室1	ちた地域若者 サポートステーション ☎0569-89-7947
<b>成年後見制度巡回相談</b> <b>予約制</b> 成年後見制度利用の仕方・申立の手続きに関する相談	10月20日(木) 13:30～16:30	役場1階 相談室1	知多地域権利擁護 支援センター ☎39-3770
<b>おたずねします課長さん</b> <b>予約制</b> 町政に関すること	原則 毎週月曜日 8:30～17:00	役場内	住民自治課 内線287
<b>こどもと親のほっとライン</b> いじめ・不登校など学校生活に関すること ※就学前、中学校卒業後の方も可	毎週月～金曜日 9:00～17:00	学校教育課	学校教育課 ☎0120-783-430 (ナヤミヨ サレ)

### 託児つき かんたんおやつ

手軽に手に入る材料で、  
おうちでも作れるシフォン  
ケーキ、オムレットなど簡  
単スイーツを作ります。

●とき 10月3日、11月7  
日、令和5年1月16日、2  
月6日、3月6日  
(各月曜日 全5回)  
午前10時～正午

●ところ はなのき会館  
●対象 町内在住、在勤で  
託児が必要な方

●定員 6名(先着順)  
※半数に満たない場合中止  
●講師 宮内 美佳氏  
●受講料(初回徴収)  
3000円

●材料費(初回徴収)  
7000円  
●持ち物 筆記用具、エプ  
ロン、三角巾、ハンドタオ  
ル、持ち帰る容器  
●託児 1歳～未就園児  
※令和4年10月3日時点  
・定員 6名程度

●申込み 9月5日(月)午前  
10時～20日(火)に申込書を問  
い合わせ先へ  
※申込書は文化センターで

配布または町ホームペー  
ジからダウン  
ロード  
文化センター

☎(83)9567



### 初心者向け 秋のハーブテイー 作り講座

薬草園の薬草や身近な  
ハーブを学び、10種類ほど  
試飲して、自分の好みのオ  
リジナルのブレンド茶を  
作っていただきます。

●とき  
①9月23日(金)・祝  
②10月10日(月)・祝  
③11月3日(木)・祝  
各回午後1時30分～3時

●ところ あいち健康の森  
薬草園  
●講師 薬剤師 石川 奈  
美(薬草園スタッフ)  
●定員 各回10名(先着順)  
●参加費 500円  
※別途材料費がかかる場合  
あり

●持ち物 筆記用具  
●申込み 参加希望回(①  
③)の申込み開始日午前  
9時30分から電話で問い合

10月 資源ごみ収集			
ステーションに出された資源ごみは持ち去り禁止			
地区	プラスチック 容器包装	紙・布類	金属・びん・ ペットボトル
森岡	金曜日	11・25日(火)	4・18日(火)
森岡台	金曜日	4・18日(火)	11・25日(火)
緒川	火曜日	12・26日(水)	5・19日(水)
緒川新田	水曜日	7・21日(金)	14・28日(金)
東ヶ丘	火曜日	14・28日(金)	7・21日(金)
石浜東	木曜日	3・17日(月)	10・24日(月)
石浜中	木曜日	5・19日(水)	12・26日(水)
石浜西	木曜日	10・24日(月)	3・17日(月)
生路	水曜日	6・20日(木)	13・27日(木)
藤江	水曜日	13・27日(木)	6・20日(木)

し尿収集 ※土日の収集は休み					
地区	収集日	地区	収集日	地区	収集日
森岡	3～5日	緒川新田	11～14日	生路	19～26日
緒川	4～12日	石浜	13～20日	藤江	25～31日

**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21日(水)2種類同時発売!  
発売期間 9/21(水)～10/21(金)  
公益財団法人愛知県市町村振興協会

### 「ひがしうら おすそわけ隊」 養成講座

ひがしうらおすそわけ隊  
活動メンバー大募集！  
分けてください、あなた  
の「できること」

わせ先へ  
申込み開始日  
①9月6日(火)～  
②9月19日(月)・祝～  
③10月12日(木)～  
あいち健康の森  
薬草園  
☎(43)0021



●ひがしうら  
おすそわけ隊とは  
買い物、ごみ出し、掃除、  
話し相手など、ふだんの暮ら  
しの「ちょっと困った」を個人  
のできる範囲でお手伝いを  
する地域のサポーターです。

●とき 9月29日(木)  
午後1時30分～3時

●ところ 福祉センター

●内容 おすそわけ隊の  
すゝめ☆、おすそわけ活動  
の事例を聞いてみようなど

●対象 町内在住の方

●定員 15名(先着順)

●受講料 無料

●主催 町、町社会福祉協

●その他 講座修了者には、  
修了証とおすそわけ隊の証  
「H.O.T.(ほっと)リング」を  
お渡しします。

議会、総合ボランティアセ  
ンター(なないろ)

## 家庭教育講演会

テーマ

落語から学ぶ コミュニケーション術  
～PTAを楽しい場所にする方法～

講師は、三遊亭 あら馬さん!落語家・フリーアナウンサー・女優として活躍するほか、PTA会長(3期)や各種審議会委員なども経験しています。今回は、自身の体験談を交えた楽しいお話の中に、PTA活動の新しい視点や親と子のコミュニケーションのポイントをお伝えします。



- とき 10月7日(金) 午後1時～2時
- ところ 文化センター
- 対象 町内在住の小中学生の保護者、教育関係者
- 定員 100名(先着順)
- 参加費 無料
- 申込み 9月6日(火)午前9時から問い合わせ先へ
- 問い合わせ 文化センター ☎83-9567



全戸配布します!

## 発行しました 「東浦町暮らしの便利帳2022」

役場での各種手続きや地域情報を掲載する「東浦町暮らしの便利帳2022」を、株式会社サイネックスとの官民協働事業により発行しました。この便利帳は、地域の団体や事業者の皆さんのご協力により、製作・配布の費用を賄っています。ご協力ありがとうございました。



- 配布 株式会社サイネックス
- 暮らしの便利帳が届かないとき  
9月30日(金)までに配布されなかった場合は、問い合わせ先へ
- 問い合わせ 住民自治課 内線287



### 防災リーダー・災害ボランティアコーディネーター養成講座

地域防災の実践的な指導者として、災害に対する正しい知識や防災活動の技術を身につけてみませんか。  
●とき(各土曜日 全4回) 10月22日、11月26日、

●申込み 9月5日(月)～22日(日)に問い合わせ先へ  
●問い合わせ先  
閩総合ボランティアセンター  
(なないろ)  
☎(51)7697



「手話奉仕員養成講座」入門編 受講者募集  
手話を学んでみませんか? 手話をはじめて学ぶ方におすすめの講座です。

### 「手話奉仕員養成講座」入門編 受講者募集



●日時 9月9日(金)～26日(日)に問い合わせ先へ  
●申込み 9月9日(金)～26日(日)に問い合わせ先へ  
●その他 昼食は各自持参  
●講師 知多地区聴覚障害者支援センター  
●その他 8割以上出席の方には修了証書を発行します。  
令和5年4月開講予定の基礎編講座(毎週金曜日全23回)へ引き続き受講ができます。

●日時 12月17日 午前9時15分～午後3時  
●申込み 9月9日(金)～26日(日)に問い合わせ先へ  
●その他 昼食は各自持参  
●講師 知多地区聴覚障害者支援センター  
●その他 8割以上出席の方には修了証書を発行します。  
令和5年4月開講予定の基礎編講座(毎週金曜日全23回)へ引き続き受講ができます。

●日時 10月14日～令和5年3月3日(毎週金曜日 20回) 午前10時～正午  
※12月30日は休講  
●場所 藤江コミュニティセンター  
●対象 手話を学びたい方、手話ボランティア活動をした方、手話の学習経験のない方  
※町内在住、在勤の方を優先  
●定員 15名(先着順)  
※半数に満たない場合中止  
●受講料 無料  
※テキスト3300円(税込)が別途必要  
●講師 知多地区聴覚障害者支援センター  
●その他 8割以上出席の方には修了証書を発行します。  
令和5年4月開講予定の基礎編講座(毎週金曜日全23回)へ引き続き受講ができます。





マイプロデュース講座  
ソフトテニスを  
はじめよう♪  
(初心者向け)

ラケットの握り方から教えます！友達同士、親子、ひとりでの参加も大歓迎です。

●とき

10月23日～11月20日

(毎週日曜日 全5回)

午後3時15分～5時

(コート整備含む)

受付 午後3時

※雨天中止

●ところ

岡田川テニスコート

●対象 小学4年生以上で

町内在住、在勤、在学の方

●定員 10名(先着順)

※半数に満たない場合中止

●講師 工藤 静香氏

●受講料(初回徴収)

・小中学生 1000円

・一般 1500円

●持ち物 飲み物、運動靴、動きやすい格好

※ラケットは無料貸出しあり

●その他

小学生は親子で受講すること

●申込み 9月5日(月)～30日(金)に申込書を問い合わせ先へ

先へ

※申込書は文化センターで配布または町ホームページからダウンロード

●問い合わせ先

文化センター

〒(83)9567

〒(83)9567

〒(83)9567



スポーツイベント

今の自分の体力を測ってみませんか？

●とき 10月8日(土)

午前9時～正午

●ところ 町体育館

●内容 運動能力テスト(握力、上体起し、長座体前屈、反復横とび、立ち幅跳びなど)

●対象 町内在住、在学で小学生以上の方

●定員 100名(先着順)

●参加費 無料

●服装・持ち物 運動できる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

●主催 町スポーツ推進委員会、町教育委員会

町所有の土地を売却します

●対象物件

区画番号	所在地	登記簿面積(m <sup>2</sup> )	最低落札予定価格
1	石浜字三本松1-103	356.26	19,772,430円
2	石浜字三本松1-104	413.04	22,923,720円
3	石浜字三本松1-105	308.92	17,145,060円

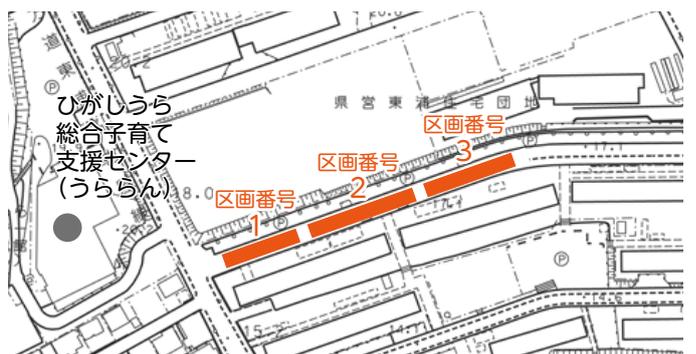
※詳細は町ホームページで確認または直接お問い合わせ先へ



●申込み 令和4年9月30日(金)までに財政課へ。入札までに入札保証金を納付してください。

●公開入札 10月6日(木) 役場2階 第1会議室で行います。

●問い合わせ 財政課 内線233



●申込み 9月29日(木)までに申込書を問い合わせ先へ

※申込書は町体育館で配布または町ホームページからダウンロード

●ところ 町体育館

●内容 運動能力テスト(握力、上体起し、長座体前屈、反復横とび、立ち幅跳びなど)

●対象 町内在住、在学で小学生以上の方

●定員 100名(先着順)

●参加費 無料

●服装・持ち物 運動できる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

●主催 町スポーツ推進委員会、町教育委員会



愛知駅伝代表  
候補選手募集

第15回愛知県市町村対抗

●申込み 9月29日(木)までに申込書を問い合わせ先へ

※申込書は町体育館で配布または町ホームページからダウンロード

●ところ 町体育館

●内容 運動能力テスト(握力、上体起し、長座体前屈、反復横とび、立ち幅跳びなど)

●対象 町内在住、在学で小学生以上の方

●定員 100名(先着順)

●参加費 無料

●服装・持ち物 運動できる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

●主催 町スポーツ推進委員会、町教育委員会

●募集選手 小学生(男・女)、中学生(男・女)、ジュニア(男・女)、一般(男・女)、40歳以上(男女不問)

●資格年齢

・ジュニア：平成16年4月2日～平成19年4月1日

・一般：平成16年4月1日以前に生まれた方

・40歳以上：昭和58年1月14日以前に生まれた方

●選考方法

・選考会の記録と各種大会の成績をもとに、各区間2名を町の代表候補選手とする

・選出された方は、11月～令和5年1月の合同練習

・選考会の記録と各種大会の成績をもとに、各区間2名を町の代表候補選手とする

・選出された方は、11月～令和5年1月の合同練習

・選考会の記録と各種大会の成績をもとに、各区間2名を町の代表候補選手とする

・選出された方は、11月～令和5年1月の合同練習

・選考会の記録と各種大会の成績をもとに、各区間2名を町の代表候補選手とする

・選出された方は、11月～令和5年1月の合同練習

・選考会の記録と各種大会の成績をもとに、各区間2名を町の代表候補選手とする



# 参加者募集!

## メタボ予防体操教室

「お腹回りや体重が気になる」「運動不足が続いている」「ひとりでは運動が長続きしない」「家でできる体操を学びたい」という方におすすめです。生活習慣改善の一步を踏み出しましょう。

### ●と き

11月2日、16日、30日、12月14日、28日、令和5年1月11日、25日、2月8日(事前測定を除く各水曜日 全8回) 午前9時30分～11時30分

### ●事前測定(身体測定・血圧測定)

10月19日(水)

### ●ところ 保健センター

### ●内 容

運動実技(ストレッチや体操)、健康講話

### ●対 象 町内在住の40～74歳の方で、①

②どちらかに当てはまる方

### ①腹囲(おへそ周り)

男性：83cm以上 女性：85cm以上

### ②BMI(体格指数)が23以上

BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

### ●定 員 20名(先着順)

※初めての方優先

### ●受講料 無料

### ●申込み

9月22日(木)までに保健センターへ

### ●問い合わせ

保健センター ☎83-9677



### 講師

健康運動指導士 増谷 博史氏

●対象 町内在住、在勤、在学の方または町スポーツ

※一般の部は中学生以上、50歳以上の部は大会当日に50歳以上であること

●種目 文化広場テニスコート

●とき 10月2日(日)

●ところ 午前9時～

※予備日 10月9日(日)

●申し込み 町スポーツ協会

●参加費 中学生、高校生 500円/人

町外の方 1000円/人

主催 町スポーツ協会

申込み 9月22日(木)までに申込書と参加費を問い合わせ先へ

※申込書は町体育館で配布

町(町体育館内) ☎(83)8333

## MIIXダブルス テニス大会

※電話申込不可

町スポーツ課(町内体育館) ☎(83)8333

※練習会の詳細は選考会後連絡

●申込み 各申込み締切日までに申込書をFAXまたは直接問い合わせ先へ

●第2回：9月15日(日)まで

●第3回：9月30日(金)まで

※申込書は町体育館、町内小中学校で配布または町ホームページからダウンロード

QRコード

協会登録者

●参加費

▼町内在住、在学、在勤の方

・中学生、高校生 500円/人

・一般 1000円/人

▼町スポーツ協会登録者で町外の方

・中学生、高校生 1000円/人

・一般 1500円/人

## 登録しましたか?

# ちたまる 安全安心メルマガ

メルマガにご登録された方へ地震や風水害に関する情報や東浦町の防災・防犯情報などを配信するサービスです。

登録すると、次のようなメールが届きます。

- ・緊急地震速報
- ・災害情報(知多地域の警報)
- ・防災情報(避難指示など)
- ・半田警察署からの防犯情報



## 東浦町役場 LINE 公式アカウント

友だちになろう!

町 住民自治課 内線287

町に関するお知らせや生活に役立つ情報、緊急情報などを発信します。ぜひ、友だちになってください!



友だち追加はコチラから



## ペタンク月例大会

- とき 9月24日(土)  
午前8時30分～
- ※雨天決行
- ところ

- 町営北部グラウンド
- 種目 トリプルス
- ※組み合わせは当日決定
- 対象 ペタンクをやってみたい方、愛好者
- 参加費(当日徴収) 500円/人
- その他

- ・飲み物、昼食持参
- ・マスク着用
- ・ボールの貸出し、賞品あり
- 申込み 不要、直接会場へ
- 町営スポーツ協会事務局  
(町体育館内)
- ☎(83)8333

## 秋季グラウンド・ゴルフ大会

- とき 10月2日(日)  
午前9時～午後1時
  - ※小雨決行
  - ※雨天予備日 11月6日(日)
  - ところ
- 町営北部グラウンド

- 対象 小学4年生以上で町内在住、在勤、在学の方
- 参加費 300円/人
- ※小中学生は無料
- 主催 町スポーツ協会
- その他

- 無料で用具の貸出しあり
- 申込み 9月17日(土)までに申込書と参加費を問い合わせ先へ
- ※申込書は町体育館で配布
- 町営スポーツ協会事務局  
(町体育館内)
- ☎(83)8333

## 秋季バドミントン大会

- とき 10月9日(日)  
午前9時～

- ところ 町体育館
- 対象 高校生以上で町内在住、在勤、在学および町スポーツ協会登録者
- ※組み合わせは主催者側で決定
- 種目

- ・男子ダブルス
- ・女子ダブルス
- 参加費 1500円/人
- 主催 町スポーツ協会
- 申込み 9月28日(木)まで

8月16日(火)現在

## 秋の伝統行事

### ■おまんと(駆け馬)

- 生路地区 9月18日(日) 伊久智神社
- 森岡地区 9月25日(日) 村木神社
- 緒川地区 10月9日(日) 入海神社
- 藤江、石浜地区 中止



### ■伊久智神社神楽【町指定無形民俗文化財】

- 江戸時代に始まった神楽
- とき 9月18日(日)
- ところ 伊久智神社



提供：伊久智神社神楽保存会

### ■東浦五ヶ村虫供養【県指定無形民俗文化財】

- 約400年の歴史をもつ、田畑の農事などで犠牲となった虫を供養する行事。
- とき 9月23日(金・祝)  
午前9時30分～11時30分(予定)
- ところ 石浜コミュニティセンター



### ■藤江のだんつく獅子舞【県指定無形民俗文化財】

- 8頭の獅子が乱舞する雨ごい祈願の獅子舞
- とき 10月9日(日) 午前10時～11時
- ところ 藤江神社



### ■問い合わせ

各地区コミュニティセンターへ

## 秋季剣道大会

- とき 11月3日(木)・祝  
午前9時～

- に申込書と参加費を問い合わせ先へ
- ※申込書は町体育館で配布
- 町営スポーツ協会事務局  
(町体育館内)
- ☎(83)8333

## うのはな館 ミニ企画展

入館料  
無料

## だんつく獅子舞

### — 龍頭面と祭礼 —

- とき 9月17日(土)～10月2日(日)(月曜休館)  
午前9時～午後5時
- ところ 郷土資料館(うのはな館)

地元に残る「龍頭面」が江戸時代に修理されてから、令和4年に300年を迎えたことを受け、だんつく獅子舞について紹介します。



町郷土資料館(うのはな館)

☎82-1188



ソフトバンクイオンモール東浦連携事業

スマートフォンのプロが教える！  
スマホ体験教室&  
マイナンバーカード  
申請補助サービス



「スマートフォン(スマホ)の使い方に自信がないな…」とスマホの操作に不安がある方必見！スマホの基本操作をスマホのプロが教えるとともに、マイナンバーカードの申請サポートも行います。



- とき 9月25日(日)
  - ①午前10時30分～午後0時30分
  - ②午後2時～4時
- ところ イオンモール東浦2階 イオンホール
- 定員 各回20名(先着順)
- 受講料 無料
- 持ち物
  - ▶共通 スマホ(お持ちの方のみ)
  - ▶マイナンバーカード申請サポートを受ける方
    - ・本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)
    - ・マイナンバー通知カード
    - (2次元コード付きの交付申請書)
- 共催 町、ソフトバンクイオンモール東浦、イオンモール東浦
- その他 マイナンバーカード申請補助サービスのみのお受けも可能。申込みの際に伝えてください。
- 申込み 9月5日(月) 午前10時30分から、電話でソフトバンク イオンモール東浦(☎82-5530)へ
- 問い合わせ
  - ・スマホ教室について DX推進課 内線237
  - ・マイナンバーカードについて 住民課 内線151

●ところ 町体育館

●種目

- ・小学1～2年、3～4年、5～6年の部
- ・中学男子、中学女子の部
- ・高校一般男子、一般女子の部

●対象 町内在住、在勤、在学の方、町スポーツ協会登録者または剣道スポーツ少年団加入者

●参加費(当日徴収)

- ・小学生 無料
- ・中学生 100円/人
- ・高校生、一般

200円/人

●主催 町スポーツ協会

●申込み 10月15日(日)までに申込書を問い合わせ先へ

※申込書は町体育館で配布  
町スポーツ協会事務局  
(町体育館内)

☎(83)8333

第3回  
モルック体験会

●とき 10月15日(日)

- 午前9時10分～11時30分
- 受付 9時～

●ところ

町営第1グラウンド

●対象 小学生以上で町内在住、在勤、在学の方

※小学1～2年生は保護者同伴

●定員 60名(先着順)

●参加費 無料

●服装持ち物 運動ができる服装、帽子、タオル、飲み物

●主催 町スポーツ推進委員会

- 申込み 9月6日(火)～29日(日)に申込書を問い合わせ先へ

※申込書は町体育館で配布、または町ホームページからダウンロード

☎(83)8333



美術展作品募集

●とき

- 10月27日(日)～30日(日)

●ところ 文化センター

●対象 町内在住、在勤、在学で中学生以上の方

●部門 洋画、日本画、水彩画、版画、彫塑、水墨画、工芸

※彫塑、工芸以外の作品は10号以上、100号以内で額装(仮枠可)のこと

●出品数 ひとり1点

●出品料

- ・中学生 300円
- ・高校生以上の学生 500円
- ・一般 2000円

●搬入 10月23日(日)午前9時～午後5時

●搬出

10月30日(日)午後4時～

●主催 町文化協会

●後援 町、町教育委員会、町商工会、中日新聞社

●申込み 9月14日(日)～28日(日)の平日午後5時までに

出品料を問い合わせ先へ

町文化協会事務局

(文化センター)  
☎(83)9567



9月10日～16日は  
**自殺予防週間**

自分1人で悩まないで、まずは相談を

自らの命を絶つ人は、日本で年間およそ2万人います。その多くが、悩みやさまざまな問題に追い詰められ「死」という道を選んでいきます。元気がないなど、身近な人が「いつもと違う」ことに気づいたら声をかけてみましょう。解決が難しく思える悩みや問題でも、解決の糸口があるものです。保健センターだよりには、相談窓口先を毎月掲載しています。まずは相談してみましょう。

●問い合わせ

保健センター ☎83-9677

- とき 10月6日(困)  
午後1時30分～4時30分
- ところ 知多市役所
- 内容 介護サービスの利用上で生じたサービス事業者とのトラブルに関する相談で、法律問題を含むもの  
※同一案件3回まで
- 対象 知多北部広域連合から要介護または要支援の

**介護サービス利用  
に関する法律相談  
(無料、予約制)**



お知らせ

認定を受けた被保険者としての介護者

●定員 6名(先着順)

●応対者

熊田法律事務所弁護士

●その他

相談したい内容を具体的に整理しておくこと

●申込み

9月8日(困)～22日(困)の平日午前8時30分～午後5時に電話で問い合わせ先へ

●問い合わせ

知多北部広域連合 総務課

☎052(689)1651



ご寄付をいただきありがとうございました(敬称略)

■東浦県営住宅自治会

石浜西児童館へ

シルバニア人形セット、ドラえもんボードゲームほか玩具2点、折脚集成材テーブル  
計5万円相当

■東浦県営住宅自治会

石浜西保育園へ

乳児室マット、ワイヤレスマイク、デジタルカメラ  
計10万円相当

■あいち知多農業協同組合

町の災害用備蓄品として

農協の飲めるごはん  
30缶入り8ケース



ウェルネスバレー 通信 No.21

問い合わせ

企画政策課 内線290

ウェルネスバレー イベント情報→



第16回 ウェルネスバレーめぐり

ウェルネスバレー関連施設を歩いてめぐるスタンプラリーイベント

あいち健康の森公園、あいち健康プラザなど9施設のスタンプを集めると、ゴール(げんきの郷)で参加賞をプレゼント！さらに、ゴールでアンケートに答えると、抽選で豪華景品が当たるかも！？

●開催期間 9月17日(土)～10月30日(日) 午前10時～午後4時

※10月3日(月)はゴールであるげんきの郷は休業日

●スタンプシート配布場所

あいち健康の森公園とその周辺施設、役場

●その他 緊急事態宣言中・荒天の場合は中止

ゴールは  
げんきの郷  
(総合案内所)



観光資源  
発掘

Instagram・フェイスブック  
動画・写真コンテスト

やっぱココ好き  
東浦

  SNSキャンペーン

東浦町のグルメ・行事・スポット・人などの  
動画や写真をSNSに投稿しよう！

- 募集期間 9月1日(木)～12月31日(土)
- 部 門
  - 【動画部門】 15秒以内の動画を投稿
  - 【写真部門】 写真とその写真を選んだ理由や感想のコメントをつけて投稿

- 参加方法
  - ①町内で動画または写真を撮影
  - ②町観光協会のInstagramまたはフェイスブック公式アカウント@kanko\_higashiuraをフォロー
  - ③動画または写真にハッシュタグ(#やっぱココ好き東浦)をつけて、Instagramまたはフェイスブックに投稿

- 賞 品
  - 【動画部門】
    - ・町長賞、観光協会会長賞…各1名(町の逸品 3万円相当)
    - ・審査員特別賞…1名(町の逸品 1万円相当)
    - ・その他賞…20名程度(町の逸品 3,000円相当)
  - 【写真部門】
    - ・町長賞、観光協会会長賞…各1名(町の逸品 1万円相当)
    - ・審査員特別賞…1名(町の逸品 5,000円相当)
    - ・その他賞…30名程度(町の逸品 2,000円相当)

※審査の結果、該当がない場合あり

- 共 催 町、町観光協会
- その他 東浦町景観コンテストに応募した作品の投稿可
- 問い合わせ 町観光協会(勤労福祉会館内) ☎83-6118

詳細は必ず  
2次元コードから  
確認して応募  
(投稿)すること



素敵な出会いを応援

滑走路  
バスツアー&  
機内食堪能  
イベント

3つのポイントを押さえた婚活イベントです。素敵な出会いを応援します！

- ①空港の制限エリアである滑走路を貸切バスで走行
- ②飛行機を間近で楽しむ
- ③空港の滑走路が一望できるスポットで機内食を堪能

- と き 10月10日(月・祝)  
午前11時30分～午後2時30分
- と ころ 中部国際空港 セントレア
- 資 格 知多半島5市5町に在住、在勤で、28歳～39歳の独身の方  
※友達同士などグループで参加も可能

- 参加費 1,000円
- 定 員 40名(男女各20名)

- 協 力 株式会社IBJ、名古屋エアケータリング株式会社

- 申込み 9月30日(金)までに2次元コードから申込み→ 
- その他 申込多数の場合は抽選。結果は登録されたメールアドレスに送付

- 問い合わせ 中部国際空港を核とした知多地域振興協議会事務局(常滑市役所 企画課) ☎0569-47-6111



## 令和4年就業構造基本調査

「安心して働ける明日へ。」



就業構造基本調査は「統計法」に基づく基幹統計調査として実施します。基幹統計調査には報告義務と守秘義務があります。

### ●調査の期日

令和4年10月1日

### ●調査の目的

日本の就業・不就業の実態を明らかにすること

### ●調査対象

統計理論に基づき無作為に選ばれた全国の約54万世帯で、その世帯に普段住んでいる15歳以上の世帯員約108万人です。町では、

105世帯が選ばれます。

### ●調査の方法

調査をお願いする世帯には9月中に調査員が伺い、調査書類を配付します。

### ●回答方法

パソコンやスマートフォンを使って、簡単にインターネットで回答  
紙の調査票に記入し、郵送で回答  
■住民自治課 内線287

## 9月は障害者雇用支援月間



障がい者の自立を支援するため、障がい者雇用の理解と協力の推進を目指しています。

### ■就職や雇用、生活支援の相談をしたいときは？

知多地域障害者就業・生活支援センター「ワーク」を利用しましょう！  
就業やそれに伴う日常生活、社会生活上の相談・支援を行う機関です。事業主の障がい者雇用の検討や雇い入れ後の相談にも応じています。

※仕事や就職のあつせんは

行っていません。

●対象 就業面の支援と生活面の支援を必要とする障がいのある方

### ●相談日時

月～金曜日  
午前8時30分～午後5時30分

### ●相談方法

電話、FAX、来所(要予約)  
☎(34)6669  
FAX(34)6618  
✉work@aikouen.jp  
〒緒川字寿久茂129

※来所できない場合は、自宅近くの公共施設などで

相談を受けています。また、役場障がい支援課、相談支援事業所などを通じての相談も受けています。

### ■その他支援機関

ハローワーク(公共職業安定所)や愛知障害者就業センターなどがあります。詳細は、知多地域障害者就業・生活支援センター「ワーク」やひがしうら相談支援センターへ相談してください。

### ■障がい支援課

内線163

ひがしうら相談支援センター



## 活用してください！行政相談

10月17日(月)～23日(日)は行政相談週間

国や特殊法人などが行う業務に苦情や意見・要望がある方は、行政相談窓口へ相談してください。

町でも「特設行政相談所」を開設します。年金、保険、税金、登記、環境衛生、消費

者保護、交通安全、道路、窓口サービスなどに関する苦情や意見・要望がある方は、気軽に相談してください。

相談は無料で、秘密は守られます。

### ■特設行政相談所

●とき 10月7日(金)

午前10時～正午

### ●ところ

役場2階 相談室2

### ●相談担当者

行政相談委員

・小林 久枝氏(藤江)

・中村建志郎氏(緒川新田)

※行政相談委員：総務大臣から委嘱されている民間の

ボランティアで、皆さんの身近な相談相手です。

■住民民課 内線351

■その他の相談

### ●心配ごと相談

●とき 毎月第3火曜日

(9月は20日(火))

午前10時～午後3時

■住民民課 内線351

■総務省

中部管区行政評価局  
☎052(972)7415

### ●一日合同行政相談所(要予約)

行政・法律なんでも相談所

●とき 10月26日(火)

午前10時～午後3時

### ●ところ

ナディアパーク(名古屋屋市)

・申込み 10月12日(火)から

問い合わせ先へ

■総務省

中部管区行政評価局  
☎052(972)7415

## 司法書士・行政書士無料相談会 弁護士会「法の日」記念事業

10月1日は「法の日」

法の日は、法の役割や重要性を考えるきっかけになるように設けられました。

### ■司法書士無料相談会

●とき 10月3日(月)

午後1時～4時

●ところ 役場2階

第2会議室、相談室2

●内容 相続・遺言、土地・建物の相続、売買、贈与など、会社の設立、増資

などの登記相談、簡易裁判所での民事訴訟に関する法律相談、多重債務、自己破産、裁判所への申立書類の作成、成年後見制度に関する相談

●相談員 県司法書士会半田支部会員

●申込み 不要、直接会場へ

●問い合わせ 0569(32)8895

### ■行政書士無料相談会

●とき 10月3日(月)

午後1時～4時

●ところ

役場1階 相談室1

●内容

・相続について聞きたい

・法的に有効な遺言を書きたい

・飲食店を開業したい

・外国人研修生を雇用したい

・農地に家を建てたい

・個人売買の車を名義変更したい

・建設業許可を申請したい

・法人を設立したい

などの官公署への提出書類の作成に関する相談

●相談員 県行政書士会知多支部会員

●申込み 不要、直接会場へ

●問い合わせ 0569(26)4114

### ■弁護士会「法の日」記念事業(無料)

●とき 10月8日(土)

●ところ アイプラザ半田

●内容

▼午前の部(午前10時～正午、受付：午前9時45分～11時30分)

弁護士による無料法律相談

▼午後の部

・第一部

午後1時30分～2時

寸劇「ギョギョとびつくり法律クイズ」

・第二部

午後2時30分～4時

「さかなクンのギョギョとびつくりおさかなの話」

※午後の部は入場券が必要。

詳細は問い合わせ先へ

●主催・問い合わせ

県弁護士会半田支部

●問い合わせ 0569(26)1611

9月1日～10日は

## 「屋外広告物適正化旬間」

屋外広告物法と愛知県屋外広告物条例では、看板・はり紙などの屋外広告物に設置や管理・点検のルールを設けています。

●**広告物を設置したいとき**

事前に役場に相談し、必要に応じて設置の許可を受けてください。

●**看板のオーナーの方へ**

この機会に日常点検を行

い、必要に応じて専門業者に点検・補修を依頼し、看板の安全を確保してください。2次元コードに安全点検のリーフレットを掲載していますので、点検の参考にしてください。

●**閩県公園緑地課**

☎052(954)6612

●**閩役場都市計画課**

内線334



## 道路にはみ出した樹木はせん定を



●**道路にはみ出した樹木などは危険**

道路に隣接する私有地から庭木や樹木または雑草や竹などが車道や歩道にはみ出していると、道幅が狭く、車両や歩行者などが通りづらくなり、思わぬ事故を引き起こす可能性があります。

道路を安全・安心して利用するために、定期的な

せん定や草刈りをしましょう。

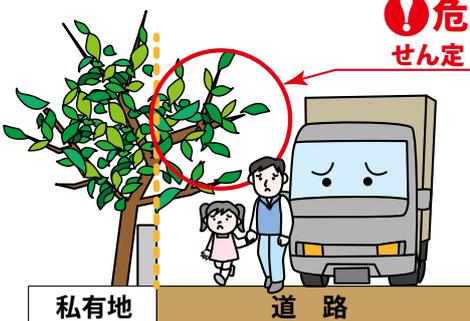
●**風雨などで道路交通に危険が迫ったとき**

やむを得ず緊急措置として道路管理者がせん定または伐採し、道路の安全確保を行います。ご理解をお願いします。

●**閩土木維持管理課**

内線272

⚠️**危険**  
せん定してください



## 年金生活者支援給付金制度



### ■年金生活者支援給付金

公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せして支給されるものです。

### ■受取り

請求書の提出が必要です。案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。ただし、現在支給されている方の手続き

は不要です。

### ●対象

① 老齢基礎年金を受給し、次の要件をすべて満たしている方

- ・ 65歳以上
- ・ 前年の公的年金等の収入金額(※1)とその他の所得との合計額が88万1200円以下
- ・ 同一世帯の全員が市町村

住民非課税

※1: 遺族年金等の非課税収入は含まれません。

② 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給し、次の要件を満たしている方

- 前年の所得(※2)が472万1000円(※3)以下
- ※2: 障害年金等の非課税収入は、判定に用いる所得に含まない。
- ※3: 扶養親族等の数に応じて増額

### ●請求手続き

① 新たに年金生活者支援給付金を受け取られる方

9月上旬以降、順次対象者に日本年金機構からお知らせが送付されます。同封のがき「年金生活者支援給付金請求書」を提出してください。令和5年1月4日までに請求手続きが完了すると令和4年10月分からさかのぼって受け取ることができます。

### ② 年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて請求手続きをしてください。

● 日本年金機構や厚生労働省などを装った不審な電話や案内にご注意ください。

ださい。  
日本年金機構や厚生労働省が電話で皆さんの家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号を聞いたり、手数料の金銭を求めたりすることはありません。

### ■年金生活者給付金

専用ダイヤル

☎ 0570(05)4092

(ナビダイヤル)

■ 岡半田年金事務所

☎ 0569(21)2375

■ 岡役場保険医療課

内線 155

## 就学時健康診断日程のお知らせ

令和5年度に小学校へ入学する子ども(平成28年4月2日〜平成29年4月1日生まれ)を対象に、健康診断を行いますので受診してください。実施場所、受付時間などの案内は9月中旬に送付します。

※都合の悪い方は日程変更もできますので、問い合わせ先へ

■ 岡学校教育課 内線 176

学校名	実施日
森岡小学校	10月4日(火)
緒川小学校	10月5日(水)
卯ノ里小学校	10月25日(火)
片葩小学校	10月28日(金)
石浜西小学校	10月19日(水)
生路小学校	10月18日(火)
藤江小学校	10月26日(水)

## 9月10日は下水道の日

下水道に接続すると、悪臭などを防ぎ、清潔で快適な生活環境を確保して、川や海などの水質を保全します。

### ●下水道の整備された区域に住んでいる方へ

すみやかに下水道へ接続してください。下水道への接続は「東浦町排水設備指定工事店」に相談して

ください。

※指定工事店の一覧は町ホームページへ



### ●下水道に流さないでほしいもの

- ・ 台所の生ごみや油
- ・ 水洗トイレでは、トイレットペーパー以外の紙
- ・ アルコール、灯油、シンナー



↓ 下水道管内でガス化して爆発する恐れがあります。  
■ 岡上下水道課 内線 134

## 令和4年7月1日以降 教員免許状の取扱いが変わりました

- 不明な点は問い合わせ先へ。
- 旧免許状(平成21年3月31日以前に教員免許状を取得されたもの)をお持ちの方へ
    - ①現職教師として働いておらず、休眠扱いの方  
手続き不要で有効期限の満了後、再授与申請手続きを行うことで、有効期限のない免許状の授与が可能です。
    - ②①以外の方で講習を受けない免許状となります。
    - ③①以外の方で講習を受けない免許状とならず、有効期限のない免許状の授与が可能です。
- 愛知県教育委員会に再授与申請手続きを行うことで、有効期限のない免許状の授与が可能です。
- 園学校教育課 内線173

## 小中学校の常勤・非常勤講師登録のお願い

- 知多教育事務所では随時、知多管内の小中学校の産休・育休・療休補充などの講師登録を受けています。
- 資格 小学校または中学校の教員免許状をお持ちの方および取得見込みの方
  - 勤務内容 常勤講師または非常勤講師として児童・生徒の指導
  - 勤務条件
    - ▼場所 知多半島5市5町の小中学校
    - ▼勤務時間・賃金
- 【非常勤講師】
- ・時間 7時間45分
  - ・賃金 経験に応じて支給
  - ・時間 週10〜20時間程度
  - ・賃金 時給2820円
- ※勤務時間数により社会保険、雇用保険に加入
- 登録方法 4cm×3cmの顔写真を持参し、平日午前9時〜午後5時に問い合わせ先へ
- 園知多教育事務所  
〒半田市出口町1-36  
☎0569(21)8111  
内線274

## 長寿と健康をお祝い！ 敬老金をお渡しします

- 多年にわたる社会貢献に敬意を表するとともに、今後の益々のご健康とご多幸をお祈りします。
- 対象・金額
    - ・米寿の方 3000円
    - ・白寿の方 5000円
  - 支給方法
    - ・対象の方に直接連絡します。
    - ・大正13年1月1日〜12月31日生まれ
- 園ふくし課 内線127

## 東ヶ丘幼稚園 園児募集

- 募集人数(1号認定※) 3年保育(3歳児) 42名
  - 申込み(1号認定)
    - ・とき 10月1日(土)
    - ・提出方法 午前10時〜11時30分
  - 願書配布場所・問い合わせ
    - ・園舎を直接東ヶ丘幼稚園
    - ・学校法人東ヶ丘学園
    - ・幼保連携型認定こども園
    - ・東ヶ丘幼稚園
- ※願書は9月1日(木)から、東ヶ丘幼稚園で随時配布
- 注意
- ・受付は先着順です。
  - ・在園児の弟妹を優先的に受け付けます。
  - ・説明会は行いません。
  - ・質問などは東ヶ丘幼稚園へ
- ☎(83)6465



## 受益地域と 水源地域の 交流イベント

- 「愛知用水と水源の森」  
愛知用水の歴史や恩恵、水源地域である長野県木曾郡木曾町・王滝村との関わりや水源涵養林すいげんかんようりんの重要性を知っていただくためのイベントです。

- とき 10月1日(土)
- ところ 午前10時〜午後2時
- 内容 「げんきの郷」ふれあい広場

- 主催・問い合わせ 水士里ネット愛知用水(愛知用水土地改良区)
- ☎(44)4800

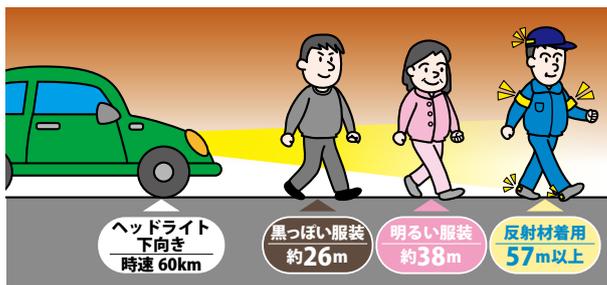


9月21日(水)～30日(金)  
秋の全国交通安全運動

車からの見え方

夜間の場合、車両の運転手からは歩行者はどのように見えているのでしょうか？

夜間、車が時速60kmでヘッドライトを下向きで走行している場合、黒っぽい服装の人は、車から約26mの距離まで近寄らないと発見できません。明るい色の服装の人は、車から約38m、反射材を身に付けていれば、約57m以上距離が離れていても、運転手から見つけることができます。



- ・歩行中の子ども、高齢者や高齢ドライバーの交通事故を防止しよう。
- ・夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故をなくそう。
- ・すべての座席でシートベルトとチャイルドシートを正しく着用しよう。
- ・飲酒運転を根絶しよう。

■知多半島オールファミリー大監視(雨天中止)

半田警察署管内1市5町が一齐に、ドライバーや歩

行者など、通行する方向に安全運転の啓発を行います。

●とき 9月27日(日)

午前7時30分～8時15分

●ところ

町内主要幹線道路

●啓発場所 後日、回覧でお知らせします。最寄りの

場所に参加してください。

※密にならないよう距離を保って啓発をお願いします。

保つて啓発をお願いします。

町内自治課 内線295

避難行動要支援者名簿に登録しませんか



避難の支援を必要とする方や、対象となる方を事前に把握するため、避難行動要支援者名簿を整備しています。

災害時に自分で避難することが難しく、避難誘導、安否確認、避難所などでの生活支援を迅速かつ的確に行うための名簿です。

この名簿は、避難支援などを行う関係者に提供し、災害時の安否確認や避難支援などに役立てます。名簿への登録を希望する方は、

問い合わせ先へ

●対象

要介護認定を受けている方、障がい者手帳を持っている方 など

●その他

原則年に1度、避難行動要支援者名簿登録者の自宅へ民生委員が訪問し、登録内容の確認を行います。

災害発生時に必ず支援が受けられることを保証するものではありません。

町内自治課 内線124

環境衛生週間ポスターの展示

9月24日「清掃の日」から10月1日「浄化槽の日」までは「環境衛生週間」です。その一環として、東部知多衛生組合管内(大府市、豊明市、東浦町、阿久比町)の小学4年生が描いたポスター(優秀作品)を展示します。

●展示期間 9月22日(日)～令和5年8月31日(日)の平日

午前9時～午後5時

●ところ

東部知多クリーンセンター

町内自治課

東部知多クリーンセンター

町内自治課

電話(46)8855

野焼き禁止！  
ごみは焼却しないで！

●野焼きってなに？

自宅敷地、畑や空き地などで家庭ごみ、せん定枝、廃棄物などをそのまま積み上げて燃やしたり、穴を掘って燃やしたりするほか、ドラム缶・ブロック積などを使用し焼却することをい

います。

●野焼きは法律で禁止されています。

違反すると懲役または罰金などの罰則があります。

※一部例外あり

●適切な方法でごみ処理を

野焼きを行うと、有害物質の発生、煙・悪臭などによる近所迷惑、火災の原因になります。ごみは町のごみ出しルール「東浦町ごみの分け方・出し方」を守って、適切な方法で処理をしてください。

町内自治課

内線282

町内自治課



期間 令和4年10月～令和5年3月

# 休日急病診療予定表

医科  
歯科

町内各医師のご協力により、休日急病患者のために輪番制で診察を行っていただいています。

月日	曜日	診療所名	地区
10月	2日 日	まつおか整形外科	緒川
	9日 日	於大クリニック	緒川
	10日 月(祝)	ゆりクリニック	森岡
	16日 日	やまもとクリニック	石浜
	23日 日	みたに整形外科	生路
	30日 日	あべ内科クリニック	森岡
11月	3日 木(祝)	耳鼻咽喉科みやこクリニック	石浜
	6日 日	ひだかこどもクリニック	緒川
	13日 日	東浦医院	藤江
	20日 日	おがわ耳鼻咽喉科クリニック	緒川
	23日 水(祝)	藤沢医院	石浜
	27日 日	巽ヶ丘クリニック	緒川新田
12月	4日 日	前田クリニック	藤江
	11日 日	小林クリニック	藤江
	18日 日	さとう内科クリニック	緒川
	25日 日	まつおか整形外科	緒川
	29日 木	ひだかこどもクリニック	緒川
	30日 金	耳鼻咽喉科みやこクリニック	石浜
	31日 土	あべ内科クリニック	森岡

月日	曜日	診療所名	地区
1月	1日 日(祝)	巽ヶ丘クリニック	緒川新田
	2日 月	前田クリニック	藤江
	3日 火	おがわ耳鼻咽喉科クリニック	緒川
	8日 日	於大クリニック	緒川
	9日 月(祝)	ゆりクリニック	森岡
	15日 日	やまもとクリニック	石浜
	22日 日	みたに整形外科	生路
	29日 日	あべ内科クリニック	森岡
	2月	5日 日	耳鼻咽喉科みやこクリニック
11日 土(祝)		ひだかこどもクリニック	緒川
12日 日		東浦医院	藤江
19日 日		おがわ耳鼻咽喉科クリニック	緒川
23日 木(祝)		藤沢医院	石浜
26日 日		巽ヶ丘クリニック	緒川新田
3月	5日 日	前田クリニック	藤江
	12日 日	さとう内科クリニック	緒川
	19日 日	小林クリニック	藤江
	21日 火(祝)	まつおか整形外科	緒川
	26日 日	於大クリニック	緒川

※長期間の予定のため、急に変更することがあります。

## 各診療所 問い合わせ一覧

①	森岡	あべ内科クリニック(内・呼・アレ)	☎ 84-1155
②	森岡	ゆりクリニック(内・消・リハ)	☎ 82-3337
③	緒川	さとう内科クリニック(内・胃・小児・呼・循)	☎ 83-5166
④	緒川	おがわ耳鼻咽喉科クリニック(耳鼻咽喉)	☎ 82-5200
⑤	緒川	於大クリニック(内)	☎ 82-1911
⑥	緒川	まつおか整形外科(整・内・脳外・リウ・リハ)	☎ 82-1222
⑦	緒川	ひだかこどもクリニック(小児・アレ)	☎ 82-0700
⑧	緒川 新田	巽ヶ丘クリニック(内・循・小児)	☎ 35-1111
⑨	石浜	耳鼻咽喉科みやこクリニック(耳鼻咽喉・アレ)	☎ 82-3859
⑩	石浜	藤沢医院(内・外・消・乳外・肛)	☎ 83-8111
⑪	石浜	やまもとクリニック(内・循・小児・消内)	☎ 82-0600
⑫	生路	みたに整形外科(整・リハ・リウ・内)	☎ 82-0114
⑬	藤江	前田クリニック(内・胃・眼・皮)	☎ 84-6618
⑭	藤江	東浦医院(内・小児・循)	☎ 83-2270
⑮	藤江	小林クリニック(泌・内・外)	☎ 84-5858

## 診療受付時間 午前9時～正午



次のことにご理解をいただき、診療所に支障をきたさないようご協力をお願いします。

- ① 急病患者に限ります。
- ② 時間内に必ず受診してください。  
乳幼児は、早めに受診するようにしてください。
- ③ 往診はできません。
- ④ 病状などによっては、他の医療機関を紹介する場合があります。
- ⑤ 新型コロナウイルスの検査は原則行いません。
- ⑥ 発熱などがある方は事前に連絡してください。

時間外に  
急病で  
お困りの  
とき

### あいち救急医療ガイド

📄 <https://www.qq.pref.aichi.jp/>

愛知県救急医療情報センター(24時間体制)

☎ 33-1133

小児救急電話相談(毎日午後7時～翌日午前8時)

☎ [#8000番] (短縮番号が使えない場合は

☎ 052-962-9900)

全国版  
救急受診アプリ「Q助」

Q助アプリ



### 半田歯科医療センター

☎ 0569-23-2636

診療時間 午前9時～午後1時

身体障がい者(児)などで

一般の診療所での治療が困難な方は毎週木曜日です。

歯科  
(日・祝)

# 休日急病診療所 MAP

**1 あべ内科クリニック**  
森岡字下今池34-5

**2 ゆりクリニック**  
森岡字前田16-1

**3 さとう内科クリニック**  
緒川字家下15

町ホームページ

**4 おがわ耳鼻咽喉科クリニック**  
緒川字旭10-3

**7 ひだか子どもクリニック**  
緒川字大門一区3-2

**10 藤沢医院**  
石浜字白山1-100

**13 前田クリニック**  
藤江字山敷139-5

**5 於大クリニック**  
緒川字大門二区2

**8 巽ヶ丘クリニック**  
緒川字丸山2-1

**11 やまもとクリニック**  
石浜字西平地17-2

**14 東浦医院**  
藤江字下廻間36-17

**6 まつおか整形外科**  
緒川字大門二区34-1

**9 耳鼻咽喉科 みやこクリニック**  
石浜字なかね12-7

**12 みに整形外科**  
生路字門田93

**15 小林クリニック**  
藤江字前田47

# NOW HIGASHIURA

最近、町ではこんなことがありました

広報紙に掲載された写真を差し上げています。本人が写っている場合に限ります。



町HPでは最新トピックスを公開中！

# TOWN TOPICS

まちの話題トピックス



第2弾は P.16へ

## 7月27日(水) 路線バスのりつき旅 第1弾

東浦町を出発し、路線バスを乗り継いで町外の目的地に行って帰って来ようという初のバスのりつき旅が開催されました。第1弾の目的地は「おおぶ文化交流の杜」。参加した親子は「路線バスを乗り継いでいくのは少し遠出をするみたいで楽しかったです」と話していました。



## 8月2日(火) 子ども科学教室

小学5・6年生を対象に「子ども科学教室」が開催されました。講師は町内小中学校の理科の先生。児童は空気の船、偏光板でブラックウォール、テンセグリティ構造、万華鏡、紙コップ変声器を真剣に作成して、身近にある理科を体感しているようでした。

## スーパーキッズ

メールで簡単応募！

町ホームページ「広報ひがしうらスーパーキッズ募集」から応募できます。



おかいりとお  
**岡井 律翔**くん  
(0歳)

可愛い大好き癒し！

いとうむつか  
**伊藤 睦月花**ちゃん  
(2歳)

2歳になりました。  
これからも心身共に  
健康に育ててね！



## 編集後記

私はヨガの簡単なポーズすらとれないほど体が硬いです。特集の取材で驚いたのは、65歳以上の皆さんのほうが、私よりも柔軟性があり、体が動くこと。正直ショックでした(笑)。加えて、皆さん実年齢より若々しい。自分が65歳になったときは…？と想像したらゾッとしたので、私もおうちでトレーニングと1週間チャレンジを始めます！(H)



第48回

# 東浦マラソン

## 12月18日(日) 雨天決行

とき

受付／午前7時30分～8時30分  
競技開始／午前9時10分

ところ

あいち健康の森公園  
中央エントランス  
(メイン会場)

### ●種目

#### マラソンの部

- 2km 男子：小学3～4年生、小学5～6年生  
女子：小学3～4年生、小学5～6年生
- 3km 男性：39歳以下(高校生以上)、40歳以上  
女性：一般(高校生以上)  
男子：中学1年生、中学2～3年生  
女子：中学1年生、中学2～3年生
- 10km 男性：29歳以下(高校生以上)、30歳代、40歳代、50歳代、60歳以上  
女性：39歳以下(高校生以上)、40歳代、50歳以上

#### ジョギングの部

- 2km 一般、中学生以下(未就学児は親子で参加)  
※年齢は令和4年12月18日時点の満年齢

### ●参加資格

- 健康に自信があり、10kmコースは1時間10分以内、3kmコースは25分以内、2kmコースは20分以内に完走できる方
- ジョギングの部は、車イスでの参加可
- 未就学児がジョギングへ参加する場合、未就学児と保護者の参加申込みが必要
- マラソンの部への参加は1人1種目まで。ただし、ジョギングの部には参加可

### ●参加費

- マラソン 高校生以上 2,500円
- ジョギング 高校生以上 700円
- ※中学生以下はいずれも無料

- 申込み 9月7日(水)～10月6日(木)に申込書と参加費を問い合わせ先へ  
※その他の申込方法は2次元コードから確認  
※申込書は1人1種目につき1枚必要。9月7日(水)から公共施設などで配布

### マラソンコース 10km



●共催 町、町教育委員会、町スポーツ協会、(公財)愛知県都市整備協会 ●主管 東浦マラソン実行委員会  
●後援 愛知県、中日新聞社、(株)トヨタエンタプライズ

