

ひとり ひとりに とどく つながる

2020

1

15日号
No.1351

広報

こまき

夢・チャレンジ始まりの地 小牧

FRIENDSHIP AND MUTUAL COOPERATION BETWEEN KOMAKI CITY AND GRANVILLE COUNTY



表紙の写真：友好の覚書締結式で握手を交わす山下乡長とカーター長官

特集
新成人
新春
対談

情報PICK UP
 ▶新図書館開館に向けて着々と進んでいます
 ▶新たな友好都市「米国ワシントン州グラント郡」

えもんみっけ!
 ~市民レポーターのページ~

知ればお得! こまき健康いきいきポイント
 保健センター
 何でも来い! 修理が大好きな楽器店
 シンフォニア楽器

まま友♡ランド
 親子でチャチャチャ♪

ブックレビューボタン
 尾張小牧の地名・逸話ものがたり



キミと一緒に、育っていきたい。
Komaki



- 03 | **情報 PICK UP**
新図書館開館に向けて着々と進んでいます
新たな友好都市「米国ワシントン州 Grant 郡」
- 06 | **特集**
新春市長対談
- 10 | **市からのお知らせ**
- 13 | **健康通信**
- 14 | **え～もんみつけ!**
保健センター
シンフォニア楽器
- 16 | **フォトニュース**
絆
- 17 | **まま友ランド**
ブックレビューボタン
- 18 | **一子先生のカラダに効く! 体操教室**
小牧警察署通信
- 19 | **こまスポガイド**
- 20 | **くらしの掲示板**

防災メモ

地震への備え⑥

家具の固定の例

食器棚

棚板にはすべりにくい材質のシートやふきんなどを敷きましょう。

冷蔵庫

キャスターをロックし、冷蔵庫の上部をベルトなどで背面の壁と連結しましょう。



～新図書館開館に向けて着々と進んでいます～

問合せ 新図書館建設推進室 (☎ 76 - 1662)



1階エントランスホール

	新図書館	現図書館
建設地	中央 1 - 234 ほか	小牧 5 - 89
建築面積	2,711.34 ㎡	約 900 ㎡
延床面積	図書館 6,198.24 ㎡、 駐車場 2,413.86 ㎡、 テラス等 50.04 ㎡	約 2,224 ㎡
階数	地上 4 階、地下 1 階	地上 3 階
最大収容 可能冊数	約 50 万点 (開架：約 18 万点、閉架：約 32 万点)	蔵書数約 23 万点 (開架：約 12 万点、閉架：約 11 万点)
座席数	約 700 席 (テラス席除く)	164 席

現在、小牧駅西側に図書館の建設を進めています。

今後のスケジュールとしては、令和 2 年 12 月末に建設工事を終え、その後、引越しや開館準備に 3 カ月程度をかけ、令和 3 年 3 月末に開館する予定です。

何度も来なくなる滞在型の図書館となるよう準備を進めていますので、新しい図書館にご期待ください。

◀新図書館と現図書館の主な比較

新図書館と現図書館を 比べてみました★

約 3 倍の建物面積

・ 広く開放的なフロアに低い書棚を中心に配置し、図書や資料などを見やすく配架

約 2 倍の収容冊数

・ 図書や CD 等を充実
・ 郷土資料をはじめとした貴重な資料を収集・保管する書庫の充実

約 4 倍の座席数

・ 多種・多様な座席を配置
・ 静かに読書や学習をしたい方のためのサイレントルームを設置

カフェスペースの設置

・ 市民の方からの要望が多いカフェスペースを設置

※カフェ事業者は、公募を行った結果、スターバックス コーヒー ジャパンに決定



工事現場の様子

工事着工から 6 カ月が経過した現在は、図書館の地下部分にあたる建物基礎工事を行っています。工事期間中は、ご迷惑をおかけしますが、ご理解と協力をお願いします。



完成イメージ



令和元年 11 月 20 日現在



本市とグラント郡は、12月18日に『友好の覚書』(MOU) を結びました。

※MOUとは Memorandum of Understandingの略。了解覚書。行政機関等の組織間の合意事項を記した文書のこと。

交流のきっかけ



2016年、県営名古屋空港とグラントカウンティ国際空港が『姉妹空港提携』、そして愛知県とグラント郡が属しているワシントン州とで『友好の覚書』を締結したご縁から、愛知県による紹介のもと、今回、小牧市とグラント郡との『友好の覚書』を結ぶこととなりました。

市では、海外進出している企業や外国人市民が

多く、また、学校でもグローバルな人材育成が求められる中、子どもたちや市内企業等の未来への発展に向け、新たな海外交流を望んでいました。今後グラント郡と市は、経済・教育・文化・人材育成など様々な分野において交流し、よいパートナーとして絆を強いものとしていくこととなりました。



グラント郡ってどんなところ?

Grant County
グラント郡

人口 **95,360人**

面積 **7,228.7 km²**

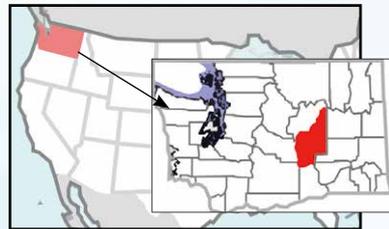
※愛知県 5,172.9 km²
小牧市 62.8 km²

気候

夏は暑く、ほぼ晴れ。最高気温 33℃ 最低気温 10℃

冬は凍えそうに寒く、一部曇り。最高気温 4℃ 最低気温 -7℃

年間を通じて
乾燥状態



▲グラント郡の位置を示した地図

米国ワシントン州シアトルから車で約3時間～3時間半、東に約280kmに位置します。アメリカにおける郡とは、州と市町村の間にあたる行政区分で、グラント郡は13の市町を有しています。

グラント郡庁の所在地はEphrata (エフラタ)。人口最大の都市はモーゼスレイク市(約2万人)。

農業が盛んで、ジャガイモの生産量が多く、日本にも大手チェーンのファストフードのポテトフライとして輸入されています。

また、コロンビア川の水力発電により電気料金が安く、1kwhあたり約3円と、日本に比べ10分の1程度であるため、近年、工場を構える企業が増え、日本の企業も進出しています。



▲グラント郡庁舎

FRIENDSHIP AND MUTUAL COOPERATION
BETWEEN KOMAKI CITY AND GRANT



友好覚書締結式

山下市長とシンディー・カーター・グラント郡長官が署名し、友好の覚書が締結されました。

「グラント郡と小牧市の友好関係を深め、郡と市との絆を未来に向けて強いものとしていきたい」と市長があいさつしました。



記念レセプション

市議会や商工会議所をはじめ、市内から区長、校長、企業や農業関係者、そして愛知県空港長や三菱航空機代表者らを招いて行いました。



市内の視察

グラント郡からの代表団は、小牧中学校を訪問し授業を見学しました。生徒との会話や英語での質問を通じて、直接生徒と触れ合ったカーター長官は、「子どもたちは宝物だから小牧の生徒と触れ合えて本当にうれしい」と終始笑顔でした。



新たな友好都市「米国ワ

新規
友好都市
募集

グラント郡派遣事業参加生徒募集

グラント郡との友好の覚書締結を記念して、グラント郡へ派遣を行います！

募集人員 中学1年生5人 中学2年生5人 計10人

派遣日程 令和2年4月28日(火)～5月4日(月・祝) 5泊7日(ホームステイ3泊、ホテル2泊、機内1泊)
※上記日程のうちの平日については、学校は欠席扱いとなります。

費用 個人負担金10万円程度を予定

申込み他 1月31日(金)までに、所定の申込書(市内中学校から生徒に配布、シティプロモーション課、市ホームページに用意)と作文を直接シティプロモーション課、または各市内中学校へ提出
※詳しくは募集申込書をご確認ください。

- ・抽選会 2月17日(月)午後6時30分～
- ・結団式 4月24日(金)午後5時30分～(予定)

事前の説明会・研修会は、抽選日以降の土曜日に3回程度を予定

隔年
姉妹都市
募集

ワイアンドット派遣事業参加生徒募集

姉妹都市である「ワイアンドット市」でのホームステイを通じて、ワイアンドットの学生と交流してみませんか？

募集人員 中学1年生3人 中学2年生3人 計6人

派遣日程 令和2年4月28日(火)～5月4日(月・祝)5泊7日(ホームステイ5泊、機内1泊)

費用 個人負担金9万円程度を予定

申込み他については、グラント郡派遣事業と同じです。



新春市長対談

これからの社会を担っていく若い世代の中から、新成人の皆さん4人を迎え、山下市長と「小牧の将来」について語っていただきました。(敬称略)



新成人×市長

市長 小牧市長の山下史守朗しずおです。皆さんをお迎えできて嬉しく思います。今日はリラックスしてお話してもらえればと思います。よろしくお願いします。

豊かな自然を生かした小牧の発展

平島 小牧市には小牧山や四季の森のように、自然豊かな場所がたくさんあると思います。最近小牧山の麓に新しい建物ができたと思うのですが、他にも環境を生かした施設をつくる予定はありますか。

市長 小牧市は工業都市ですが、市内、特に東部の方に自然が残っているのが特徴です。今、「食育と環境」をテーマにした農業公園の整備を計画しており、農作業を通して身近な農業に触れることができる「市民菜園ゾーン」や農業と食べ物のつながりを収穫体験等を通して伝える場とな



る「体験農園ゾーン」、里山の散策をしながら自然環境とふれあう場である「里山ゾーン」、管理棟や農業用具置場などを設置する「施設管理ゾーン」などを計画しています。



市民菜園ゾーン (イメージ)



FUNAHASHI Kazuki
舟橋 一輝

三重大学人文学部。応援団に所属しており、他大学の応援方法を研究している。食に関する仕事に携わり、飲食店の経営またはその助けになる仕事をするのが夢。(岩崎中学校卒)



SAWAHIRA Karin
澤平 果林

名古屋学院大学スポーツ健康学部。大学では女子サッカー部に所属し、小学生のころから始めたサッカーを現在も続けている。カラオケが趣味。(小牧中学校卒)



HASEGAWA Masashi
長谷川 匡

株式会社 TOKYO BASE 名古屋店勤務。休日は、中学生から現在まで続けているバレーボールをして過ごしている。将来の夢は、自身でセレクトショップを経営すること。(応時中学校卒)



HIRASHIMA Sachi
平島 さち

中部大学人文学部。国語教師・日本語教師を目指して勉強中。休日は友人と過ごしたりアルバイトをする一方で、語学の勉強にも精を出している。(小牧中学校卒)

そして市のシンボルとしては、小牧山があり、先ほど言われた小牧山にできた**小牧山城史跡情報館「れきしるこまき」**には行ったことがありませんか。

平島 まだ行っていません。テレビで観たことはあります。

市長 れきしるこまきは、昨年(平成31年)の4月にオープンしたばかりで、**小牧山の歴史や自然を、模型や最新のデジタル映像を多く使って分かりやすく紹介しています。**このあと皆さんをご案内する予定ですので、楽しみにしてください。

小牧が大切にしている ブランドイメージ

長谷川 私は、アパレルショップのスタッフとして働いていて、お客様に服を提案するときは、イメージに合うものを提案させていただくのですが、**市長が考える小牧市のイメージはどのようなものでしょうか。**

市長 私が市長に就任してから、小牧市のブランド戦略に取り組んでいます。小牧に住む人たちのイメージの一つとして、「**子育てしやすいまち**」というのはいくらも出てきます。このイメージを強固にしていきたいと思っています。小牧を良いまち、住み続けたいまちだと思ってもらえること、これが**市長としての究極の目**

標だと思っています。

平成27年に**こども夢・チャレンジNo.1都市宣言**をしています。これは、すべての子どもに夢をもって、健やかに成長してもらいたいという思いが込められています。世代を越えてつながりのある地域をつくることで、**みんなで支え合える温かいまち**になっていくと考えています。



長谷川 私の周りでも小牧市は子育てしやすいまちだとよく耳にします。これまで私は育てられる側だったのであまり実感はなかったのですが、**将来自分が家庭を持ち、子どもを持つことになったときにも、子育てしやすいまちであり続けていただけたらと思います。**

市長 まさに、私もそれを目指しています。



小牧で出かけるなら

「ド」に行く？

澤平 私は、パークアリーナをランニングしているときに見える夕暮れの風景が小牧の好きなどころなので、友人が小牧に遊びに来たときには、小牧のどこを案内しようか悩んでしまいます。**市長**でしたらどこを案内しますか。



市長 まず、**小牧山**に連れていきますね。織田信長が初めて自ら築いた城が小牧山城で、近世城郭のルーツと言われています。また、小牧・長久手の戦いの際には、信長の次男・信雄と徳川家康の連合軍が本陣とした場所です。できれば晴れた日に行つて景色を眺めてもらいたいかな。あとは麓の**れきしるこまき**と、美術に興味があれば**メナード美術館**。食事であれば**名古屋コーチン**。ちなみに、小牧駅前にある名古屋コーチン像の題字は私が書きました。他には、**田縣神社**とか。海外の方にも好評ですね。豊年祭には10万人ほどの方が訪れます。お祭りだと、小牧神明社の**秋葉祭**や昨年から始まった**こまき令和夏まつり**。小牧オリジナルの総踊りを踊ったり、露店もたくさん出店したりと、小牧駅前に多くの人が集まり、盛り上がりました。**澤平** 名古屋コーチンですが、市内で食べられるところはありますか。**市長** もちろんありますよ。ぜひ食べてみてください。こまき応援寄附金（ふるさと納税）でもお礼の品として名古屋コーチンを扱っていますので、多くの方に召し上がっていただきたいです。（市内在住の方からの寄附については、お礼の品は送付できなくなりました）

チン像の題字は私が書きました。他には、**田縣神社**とか。海外の方にも好評ですね。豊年祭には10万人ほどの方が訪れます。

お祭りだと、小牧神明社の**秋葉祭**や昨年から始まった**こまき令和夏まつり**。小牧オリジナルの総踊りを踊ったり、露店もたくさん出店したりと、小牧駅前に多くの人が集まり、盛り上がりました。

澤平 名古屋コーチンですが、市内で食べられるところはありますか。**市長** もちろんありますよ。ぜひ食べてみてください。こまき応援寄附金（ふるさと納税）でもお礼の品として名古屋コーチンを扱っていますので、多くの方に召し上がっていただきたいです。（市内在住の方からの寄附については、お礼の品は送付できなくなりました）

お祭りだと、小牧神明社の**秋葉祭**や昨年から始まった**こまき令和夏まつり**。小牧オリジナルの総踊りを踊ったり、露店もたくさん出店したりと、小牧駅前に多くの人が集まり、盛り上がりました。

来年3月開館予定

小牧の新しい図書館

舟橋 小中高と読書や自学のために図



新図書館イメージパース

書館に通っていました。今でも大学の図書館を利用して、図書館の雰囲気が好きなのですが、**小牧の図書館が新しくなると聞いています。どのような図書館になるのですか。**

市長 昔の図書館は貸し出しがメインの図書館でしたが、今の時代の図書館は、リラックスして本が読めたり、DVDを観ることができる**滞在型の図書館**、いろんな席があって**居心地が良く、自分のお気に入りの場所が選べる図書館**、**何度も来たくなくなる図書館**を目指しています。今まで図書館を利用したことない人にも、一度行ってみたいと思うような図書館をつくりたいと思っています。完成したらぜひ来てほしいと思います。

舟橋 絶対行きます。**市長（仮称）** **こども未来館**も、**こども夢・チャレンジNo.1都市**を目指す

小牧市に、多くの人来てもらった核となる魅力ある施設にしていきたいと思っています。

新成人にとつての

夢・チャレンジ

平島 市長はなぜ市長になろうと思ったのですか。

市長 将来に明るい希望や夢を持てる社会にしたいという思いが強くなって、そのために小牧でできることはないかと考えて市長になりました。持続可能な社会を目指して、今展開していることは、**子ども子育て**のことが一つ。もう一つは、**高齢化への対応**。これは、健康な高齢者を増やし、地域で困っている人を地域で



れきしるこまきにて

支える、みんなで少しずつ助け合える地域をつくっていききたいと思っています。私はこれを「活力ある高齢社会」と呼んでいます。元氣と支え合いが循環するまちにしていきたいです。新成人の皆さんは夢を持っていますか。

舟橋 今までは自分のことに必死になっただけでしたが、これからは周りの人の気持ちを考えたり、広い視野を持てるようになりたいと思います。

澤平 これまで積み重ねてきた経験を生かして、具体的な方法はまだ決めています。人を導く指導者になりたいと思います。

長谷川 やりたいことはまだ決まっています。周りの人が驚くほど大きなことを言いながらも、有言実行できるかっこいい人になりたいです。

平島 日本語の教師を目指しているので、将来は日本語の教師になりたいと思います。日本語学校のようなコミュニティを作って、日本語が好きなになれるような雰囲気をつくりたいです。

市長 ぜひそれぞれの夢に向かって頑張ってください。私も皆さんと同じく夢へのチャレンジを続けていきます。今日はありがとうございました。

新成人一同 ありがとうございます。

対談後記と成人としての抱負

対談後記

市長とお話をする中で、市長との距離がだんだん近く感じられるようになっていきました。

市長と話す機会はなかなかないため、貴重な経験ができました。

抱負

自分のことだけに必死になり過ぎず、周囲に気を配れる人間になりたいと思います。

舟橋 一輝



対談後記

対談を通して、市長が小牧市のためになることを常に考えているということを感じました。

市長の小牧市への熱のこもった話に聞き入ってしまいました。

抱負

意思の強い人間になりたいです。やるべきことはしっかりやり、責任感と強い意志を持った大人になります。

澤平 果林



対談後記

当たり前かもしれませんが、市長はとても小牧市のことを知っていて、小牧市のことを考えていることが、今回の対談でとても伝わってきました。

抱負

今までは、さまざまな方々に助けられてきましたが、これからはたくさんの人を助けていけるような人になりたいです。

長谷川 匡



対談後記

将来の自分のためになるお話も聞けて、とても良い経験になりました。あっという間に時間が過ぎてしまいました。

抱負

ボランティアなどを通して、社会貢献ができる人になりたいです。夢を持ち、努力し続けられるよう頑張ります。

平島 さち



就学援助制度

学校教育課 (☎ 76 - 1165)

市では、学校の学習に必要な費用の支払いが困難なご家庭の保護者に対して、経済的負担を軽減するために、学用品費・給食費・修学旅行費などの援助を行う制度を設けています。詳しくは、学校教育課または各小中学校にお尋ねください。

市からの お知らせ

マイナンバーカード出張申請受付

市民課 (☎ 76 - 1122)

期間限定 市民病院の特設スペースでマイナンバーカードの申請をお手伝いします！

3月から市民病院でマイナンバーカードが診察券として利用できるようになります。(詳細は後日広報掲載) この機会にマイナンバーカードを申請しましょう！

※カードの作成には1カ月ほど時間がかかります。

とき 2月4日(火)~6日(木)午前10時~午後3時

ところ 市民病院2階総合受付前の特設スペース

対象 市内に住居登録のある方

持ち物

- ・ 本人確認書類 (顔写真あり…1点/顔写真なし…2点)
- ・ 通知カード
- ・ 住民基本台帳カード (お持ちの方)
- ・ 個人番号カード交付申請書



通知カード
個人番号カード交付申請書



マイナンバーカード申請サポート

市民課 (☎ 76 - 1122)、篠岡支所 (☎ 79 - 8008)
味噌支所 (☎ 76 - 2821)、北里支所 (☎ 76 - 2822)

市役所市民課・各支所では常時マイナンバーカードの申請を受け付けています。平日午前9時~午後4時30分 (正午から午後1時までを除く)

上記の持ち物を持参の上、ご来庁ください。

各支所での申請および市民課の日曜窓口での申請は予約制です。

1月分修理再生品

プラザハウス (☎ 78 - 5016)

ご希望の方に有料でお渡しします。当選の際は防犯登録料 600 円と自転車代金 4,400 円が必要となります。

申込者多数の場合は、2月2日(日)午前 10 時からプラザハウスで公開抽選を行います。

当選者へのみ郵送でお知らせしますが、当選後の辞退はご遠慮願います。

修理再生品 自転車3台

対象 18 歳以上で市内在住の方 (1世帯1品)

申込み 1月 31 日(金)までに、所定の用紙でプラザハウス、ごみ政策課、東部・味噌・北里の各市民センターから申し込んでください。また必要事項をご記入の上、メールで申し込むこともできます。詳しくは市ホームページ (QR コード) をご覧ください。



農用地利用計画変更申出 (農振除外申出) の受付を再開します

農政課 (☎ 76 - 1132)

農業振興地域整備計画の見直しに伴い、農用地利用計画変更申出 (農振除外申出) の受付を停止していましたが、下記のとおり再開します。

分家住宅等で農振除外申出を希望される方は手続きをしてください。

農用地利用計画変更申出
(農振除外)

2月分受付期間
2月 10 日(月)まで

なお、受付は2月、5月、8月、11月の年4回です。
(随時事前相談を行っています。)

小牧市男女共同参画普及員配置のお願い

まなび創造館 (☎ 71 - 9848)

市では、各行政区に「小牧市男女共同参画普及員」の配置にご協力をお願いしています。

普及員は、地域や家庭における男女共同参画社会を推進するための活動をします。

研修会への参加や、男女共同参画に関する講座の企画・実施が主な活動内容です。

▶ 活動事例

- ・男女共同参画に関する紙芝居とかかるた取りの出前講座を開催。
- ・男性が料理をするきっかけ作りとして、料理教室を開催。
- ・男女共同参画のチラシを回覧。

人数 各行政区に男性1人・女性1人

任期 1年(4月1日～令和3年3月31日)

申込み 区長が推薦状に必要事項を記入し、郵送または直接まなび創造館

謝礼 活動1回につき500円。(年間5回まで)

こまき市民文化財団事務局・こまなびサロン移転のお知らせ

こまき市民文化財団 (☎ 71 - 9711)

現在、市民会館内の1階こまき市民文化財団事務局と4階こまなびサロンが、1月28日(火)から3階に移転し、新しくなります。

皆さんのお越しを心よりお待ちしております。

償却資産の申告はお済みですか？

資産税課 (☎ 76 - 1115)

償却資産の申告がまだお済みでない方は、期限までに申告をお願いします。

申告期限 1月31日(金)

申告受付 資産税課(市役所本庁舎2階)

国民年金保険料の控除証明書

名古屋北年金事務所 (☎ 052 - 912 - 1246)

保険年金課 (☎ 76 - 1124)

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・住民税の社会保険料控除の対象になります。所得の申告をする際には、平成31年1月1日から令和元年12月31日までの間に納付した国民年金保険料を証明する書類の添付が必要です。平成31年1月1日から9月30日に納付された方には、令和元年11月上旬に「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が日本年金機構から送付されています。

なお、令和元年10月1日以降に初めて納付された場合の「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」は、2月上旬に送付されます。

確定申告の手続きの際は必ずこの証明書または領収書が必要となりますので、申告を行うまで大切に保管してください。

※2年前納分の保険料を分割して控除することを希望される場合は、日本年金機構ホームページをご覧ください。また、年金事務所にお問い合わせください。

2月は、「相続登記はお済みですか月間」司法書士による無料相談会

愛知県司法書士会 (☎ 052 - 683 - 6683)

土地や建物の相続に関すること。

相談員 愛知県司法書士会 会員

とき 2月1日(土)午前10時から午後3時まで

ところ ふうとみなみ2階 小会議室

消費者トラブル情報



消費者庁 消費者ホットライン 188
イメージキャラクター イヤヤン

小牧市消費生活センター
(☎ 76 - 1119) 月～金曜日 ※閉庁日を除く
午前10時～正午、午後1時～4時30分

「詐欺の電話」に注意!

最近、市役所職員を名乗り「還付金手続き」や「給付金手続き」のために必要があると言い、キャッシュカードを自宅まで取りに来て、暗証番号を聞き出そうとする不審な電話があったとの相談が寄せられています。また、実際に現金を引き出される被害も発生しています。

市役所職員・銀行職員などが、キャッシュカードを受け取りに行くことはありません。暗証番号は絶対に教えないようにしましょう!

アドバイス

・「消費税率引き上げ」に便乗した詐欺手口が発生しています。社会的に話題になっている出来事を悪用し、言葉巧みに近づく詐欺手口には注意しましょう!

・金融機関や行政が消費税増税を理由に個人に電話をかけてくることはありません。「お金が戻ってくる」と言われても信用してはいけません。

もし、不審な電話や少しでも不安を感じたら、すぐに家族や警察、消費生活センターまたは188(いやや) (消費者ホットライン) にご相談ください。

パブリックコメント（意見募集）

第2次健康日本21こまき計画 健康こまきいきいきプラン 後期計画(案)

■ 意見募集の趣旨

「第2次健康日本21こまき計画 健康こまきいきいきプラン」は、健康増進法に基づく市町村健康増進計画として、平成27年度から推進しています。策定から5年目に当たる今年度に取り組みの効果を確認する中間評価を行い、その結果を踏まえ、令和2年度から令和6年度までを計画期間とする「第2次健康日本21こまき計画 健康こまきいきいきプラン後期計画」の策定を進めています。この後期計画(案)について、市民の皆さんからの意見を募集します。

保健センター

(〒485-0044 常普請1-318 ☎75-6471
FAX 75-8545 mail hokensen@city.komaki.lg.jp)

■ 提出方法

1月15日(水)から2月13日(木)（必着）までに、所定の用紙（閲覧場所または市ホームページに用意）に住所、氏名、意見を記入し、郵送、FAX、メールまたは直接保健センター

■ 閲覧場所

市ホームページ、保健センター、情報公開コーナー（本庁舎1階）、東部・味岡・北里の各市民センター
※閉庁日・閉所日は市ホームページのみの閲覧となります。

第2期小牧市子ども・子育て支援事業計画(案)

こども政策課

(〒485-8650 住所不要 ☎76-1129
FAX 76-4595 mail kodomo@city.komaki.lg.jp)

■ 意見募集の趣旨

本市では、より一層の子育て支援施策の充実に向け、平成27年度から平成31年度の5年間を期間とする「小牧市子ども・子育て支援事業計画」を策定し計画を実施しています。現行計画が本年度で期間満了となることから、令和2年度から令和6年度までを計画期間とする第2期計画の策定を進めています。この第2期計画(案)について、市民の皆さんからの意見を募集します。

■ 提出方法

1月15日(水)から2月13日(木)（必着）までに、所定の用紙（閲覧場所または市ホームページに用意）に住所、氏名、意見を記入し、郵送、FAX、メールまたは直接こども政策課

■ 閲覧場所

市ホームページ、こども政策課（本庁舎1階）、情報公開コーナー（本庁舎1階）、東部・味岡・北里の各市民センター、子育て世代包括支援センター、各児童館
※閉庁日・閉所日・閉館日は市ホームページのみの閲覧となります。

小牧市水道事業ビジョン・経営戦略(案)

上下水道経営課

(〒485-0814 古雅4-117 ☎79-1305
FAX 79-1239 mail suikeiei@city.komaki.lg.jp)

■ 意見募集の趣旨

近年、人口減少社会の到来や東日本大震災の経験、水道施設の老朽化など、水道事業を取り巻く環境の大きな変化に対応することが求められるようになりました。このような変化に対応し、今後も持続可能な水道とするため、小牧市水道事業では、目指す将来像や基本目標、実現方策を定めるとともに、今後10年間の投資や財政の見通しなどをまとめた「小牧市水道事業ビジョン・経営戦略」の策定を進めています。この計画(案)について、市民の皆さんからの意見を募集します。

■ 提出方法

1月15日(水)から2月13日(木)（必着）までに、所定の用紙（閲覧場所または市ホームページに用意）に住所、氏名、意見を記入し、郵送、FAX、メールまたは直接上下水道経営課

■ 閲覧場所

市ホームページ、上下水道経営課（上水道管理センター2階）、情報公開コーナー（本庁舎1階）、東部・味岡・北里の各市民センター
※閉庁日・閉所日は市ホームページのみの閲覧となります。

知ってる？在宅医療

第5回

「かかりつけ薬剤師を持ちましょう」

「かかりつけ薬剤師」とは、病院で出してもらったお薬や市販されているお薬、または、健康について相談できる身近な薬剤師さんです。

薬の量や種類が多くなることで、薬の管理が難しくなることがあります。そんなときは、いつも同じ薬局でかかりつけ薬剤師に相談しましょう。



かかりつけ薬剤師

連絡・問い合わせ



薬はいつも同じ
薬剤師・薬局で！

- 飲み方が分からない
- 飲み忘れがたくさんある
- 飲み合わせが気になる

など分からないことは、
かかりつけ薬剤師に相談を

「在宅医療・介護連携サポートセンター」は、市医師会・小牧第一病院の協力のもと、小牧第一病院内に市が設置する相談窓口です。詳しくは、地域包括ケア推進課（☎76-1188）までお問い合わせください。

健康通信

全身性エリテマトーデスを知っていますか？



腎臓内科部長医師

浦濱 善倫

膠原病とは、共通する特徴を持つた病気の総称で、関節リウマチ

など20ほどの病気が含まれます。原因や病気の成り立ちについてはまだ十分に解明されていない病気が、いわゆる難病と言われています。感染などの外敵を攻撃して身を守るための免疫システムの異常によって、自分自身を攻撃対象と認識してしまい、さまざまな臓器に炎症を起こす病気——自己免疫疾患——の代表格です。

全身性エリテマトーデスとは

膠原病の1つ「全身性エリテマトーデス」は比較的患者数の多い病気で、他の膠原病とは違い20〜30歳代の若い女性に発症しやすいのが特徴です。発症のきっかけとして日光（紫外線）を浴びたことやストレス、妊娠出産、薬の使用、ウイルスや細菌感染などが知られています。

どんな症状が出るか

典型的な症状は、鼻から両頬にかけて現れる「蝶のような形の赤い発疹（蝶形紅斑）」で、かゆみなどはありません。他に「多関節痛」や「39℃程度の発熱」、寒冷刺激などにより指先が白くなる「レイノ現象」がよくみられます。

全身性という病名のとおり、全身のさまざまな臓器に障害を起しやすいと、特に「腎炎」から「腎不全」をしばしば起こします。他にも「胸膜炎」「心膜炎」「出血しやすい」といった症状も起こります。脳の血管の炎症から「意識障害」などの神経症状を起こすこともあります。

治療法は？

早期のうちに医療機関を受診して、臓器の病変が進行する前に治療を始めることが大切です。全身

性エリテマトーデスの治療では、特にステロイドの飲み薬の効果が高いことが多く、この薬が使われるようになって、50%以下だった5年生存率は90%以上と大きく改善しています。免疫抑制剤は、ステロイドだけでは効果が十分でない場合に併用されます。ステロイドは長期的に使用すると骨を悪くするなど副作用があります。そのため近年では複数の薬を組み合わせるステロイドを減量する治療法が広まっています。当院でも、新しく保険適用になった免疫抑制剤や免疫調整剤、生物学的製剤と言われる注射剤などを使用する治療をすすめています。



えもんみっけ!

～市民レポーターのページ～

市民レポーターの皆さんが、市内のさまざまな場所に出かけて、市民ならではの視点から小牧の魅力や身近な話題について取材した様子を、毎月15日号で紹介していくコーナーです!

REPORT 144



「まいか」を利用すれば、本間パンの店「アヴァンセ」なら、毎回10%オフとか、マクドナルドやスポーツクラブなどいろいろな割引が受けられます。

こまき健康いきいきポイントとは、健康づくりに取り組むことでポイントが貯まり、貯まったポイントが、市内協賛店で割引など

のサービスが受けられるカード「まいか」や、小牧プレミアム商品券がもらえるというシステムです!このポイントを使って「健康」と「お得」をゲットしちゃいましょう!

どうすれば?

まず、保健センター、市役所総合受付、東部・味岡・北里の各市民センター、パークアリーナ、まなび創造館や市ホームページで台紙をもらいます。参加方法を確認し、

- ① 自主目標チャレンジ、
- ② ウォーキングチャレンジ、
- ③ 健診・検診チャレンジ、
- ④ 参加チャレンジの4つに挑戦です。

①②をクリアすると「まいか」を、①②に加えて③④でもらえるポイントの合計が基準を達すると千円分の商品券をもらうことができます。

この取り組みは、自分の健康を可視化することと続けることを目的としています。難しいことを

する必要はありません。

手軽な気持ちで

①の自主目標は、健康のため自分が続けてできると思う内容でOK。例えば間食を控える、歯磨きを毎日する、あいさつをするというような気楽にできることで構いません。

②のウォーキングも気負って歩く必要はありません。今日は何歩だったと自分で確認するために毎日の歩数もしくは、時間を記入します。

健康のために

「まいか」取得時のアンケートでは「体を動かすよう意識するようになった」、「知らないうちの健康づくりが習慣化していた」などの回答が多く見

られます。目標を書いて頑張ること、歩数を知り歩く意欲が生まれること、検診を受け健康状態を知ること、イベントや講座に参加して意識を高めること、そんな小さな一歩が健康へとつながります。今の自分を知るところから今年1年の健康づくりを始めてみませんか。

そして、健康とお得の両方を得ましょう!



保健センターの森さん(写真左)と森下さん

編集後記



ヤンマイ

思ったよりもハードルが低く、簡単に「まいか」を貰うことができるのでやる気があります。

お友達や家族とちょっと頑張ってみるか商品券を貰えたら、一緒においしい思いができて楽しそう!

今回の取材先

保健センター

住所 常盤 1-3-18
TEL 75-647-1

知ればお得!

こまき健康いきいきポイント

「こまき健康いきいきポイント」を知っていますか。忙しい中でもより元気になる仕組み、やりがいがあって楽しく健康づくりができる仕組みを目指して、保健センターが2016年秋から進めてきました。保健センターの森里加さんと森下大輝さんに話を聞いてきました。



何でも来い!

修理が大好きな楽器店

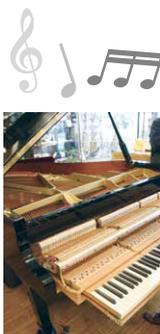
普通の楽器屋さんでしょう。なんて侮るな
れ。シンフォニア楽器は、奏者の実力が十分に
発揮されるよう、鍵盤楽器はもちろん、管・弦・
打楽器と、あらゆる楽器の修理調整を、外注せ
ずに自店でする、とても珍しい店なのです。

店に金銀輝く管楽器や
高級そうなバイオリンの
数々。棚には楽譜がズバリ。
楽器販売はもちろん、音楽
教室や貸しスタジオも備え
る。ここまでは普通の楽器
店。店の奥へ目をやると、
作業台に向かい、細かな作
業をしています。楽器の修
理です。



スタッフの皆さんといろいろな楽器

創業は昭和62年。現在、
顧問の大森さんが、江南の
楽器店から独立して店をス
タートさせました。当初ピ
アノの調律を専門としてい
ましたが、いろいろな楽器
が持ち込まれると、「外注
に出すよりこの場で直して
あげたい」と思うように。
修理ができるスタッフを
育てると共に自身も職人の
元へ通い、レベルの高い修
理にも対応できるスキルを
手に入れました。ヤマハリ
ペアグレード検定に合格し
た技術者もいます。



左上はトランペット、右下はフルートのリペア作業の様子。
左下はコントラバス。右上のグランドピアノのリペア作業で
は、こんなにバラバラになってしまいます。

意とします。

技術師に聞きました

「フルートですよ」と、
言われなければわからない
ほどばらけた楽器。磨き、
組立、部品交換、調整、へ
こみ直しなど状態により必
要な処置を施し、蘇らせま
す。修理の依頼を受ける時
は、直接、話をして預かる
そうです。修理の後、心の
こもった「ありがとう」の



創業者で顧問の大森英司さん。修理中の弦楽器で説明し
てくれました。現社長の淳也さんは上の写真の一番右。

言葉にいつも喜びを感じ
るそうです。

楽器を通して 皆の音楽を支えたい

「売るより、修理に重き
を置く、うちは、変な楽器
店なんです」と大森さんは
話します。

市内の小中学校の部活
動での楽器の修理も担当
します。驚いたことに、部
活であの大きなコントラ
バスを使うそうで、その依
頼品がドーンと店に。コン
トラバスを扱える店は珍し
く、自慢のポイントです。
家で眠っている楽器や
楽器のことで困っている
ことなど、相談してみると
よいかもしれませんね。



店内の様子。サクセス、トランペット、
トロンボーン、ユーフォonium、バイオ
リン、チェロ、ピアノと楽器がずらりと
並んでいます。珍しい楽器もありますよ。

編集後記



くうちゃん

グランドピアノを解体
して見せてくれたり、バ
イオリンの弓に張る馬の
尻尾に触らせてもらっ
たり。これをこう…と説
明を受け、マニュアルだ
けではない、技術がなせ
る仕事と理解が深まりま
した。気が付けばお店の
スタッフ総出の取材協力。
感激しました。

今回の取材先



シンフォニア楽器

住所 若草町219
☎ 73-0587
営業時間：午前10時～午後8時
(日、祝日は午後7時まで)
定休日 火曜日
e-mail symphonia@syd.odn.ne.jp
HP <http://symphoniamusic.web.fc2.com/>



12/17 みんなで仲良く、楽しく



12月4日から10日までの「人権週間」にあわせて、第二保育園で人権教室が行われました。この日は市の人権擁護委員らが年長クラスの園児を対象に、人権についての話や紙芝居、歌を通じて、人権の大切さを伝えました。

12/16 誰でも気軽に介護予防



西部コミュニティセンターにて、「小牧市版介護予防体操（こまき山体操）」の体験会が行われました。この体操は、市マスコットキャラクター「こまき山」をモチーフとし、相撲の型や四股の動きを取り入れた本市独自の体操となっています。

Photo News



12/17 素敵な音色をプレゼント！



中部フィルハーモニー交響楽団員およびキリスト協会クリスチャンウェイによるクリスマスコンサートが市民病院で開催され、入院中の患者さんやご家族の方が演奏を楽しみました。コンサートでは、クリスマスソングを中心とした演奏が行われ、目をつぶって曲に聴き入っている患者さんやリズムに合わせて体を動かす患者さんも見られ、クリスマス気分を味わいました。

地域協議会の取り組みを、毎月リー形式でお伝えするコーナー

問合せ先 協働推進課 (☎ 76 - 1149)

絆

-KIZUNA-

桃ヶ丘小学校区地域協議会

桃ヶ丘小学校区地域協議会は令和元年6月に設立された、市内9番目の地域協議会です。

これからも支え合い・助け合いの住み良い地域を築くため、積極的に活動を進めてまいりますので、皆様のご理解・ご協力をお願いします。



第33回 桃花台まつり

設立初年度である今年は、地域の方々に桃ヶ丘小学校区地域協議会を知っていただくために「桃花台まつり」にスーパーボールすくいブースを出展し、多くの方にお越しいただきました。



第36回 桃ヶ丘小学校区レクリエーション運動会

桃ヶ丘小学校区スポーツ振興会と共催した第36回桃ヶ丘小学校区レクリエーション運動会では、時折、小雨が降る天気となりましたが、子どもからお年寄りまで多くの方が、パン食い競争やビンゴゲームを楽しみました。



サロンボランティア・スタッフ交流&情報交換会



学区内にあるサロンの代表者の方にお集まりいただきサロンボランティア・スタッフ交流&情報交換会を開催し、お互いのサロンの取組や課題について、情報共有し、今後のサロンの活性化について話し合いを行いました。

今後の予定



第3回 桃ヶ丘小学校学区防災訓練

日時：2月16日(日)

午前9時～正午

場所：桃ヶ丘小学校 体育館

皆様のご参加をお待ちしています。

親子でチャチャチャ♪



この日はクリスマスの季節。みんなでクリスマスソングを歌いました♪

音楽が鳴ったらおしりとおしりをくっつけよう!



音楽が止まったらフラフラの中にもジャンプ!



親子で楽しくリトミック

今回は、年少〜年長までのお子さんを持つパパ・ママを対象に、児童センター(ラピオ4階)で開催されている「親子でチャチャチャ♪」をご紹介します。

この講座には、パパ・ママがお子さんと心も身体も触れ合える仕組みが盛りだくさん。音楽に合わせてお互いの手と手や足と足をくっつけたり、フラフープを使って遊んだりした後にはお子さんとの距離がぐっと近く感じるはず。

参加したママは、「音楽に合わせて一緒に気兼ねなく遊べる機会はなかなかないのでとてもありがたいです」と満面の笑顔。

担当の職員は「音やリズムを身体で感じ、感じたことを表現するリトミックを親子で楽しんでいた

だきたいです」とパパ。ママの参加を心待ちにしていました。皆さんもお子さんと「親子でチャチャチャ♪」しちゃい

ませんか。

親子でチャチャチャ♪

場所：児童センター(ラピオ4階)
 対象：年少〜年長までのお子さん
 日時：毎月第3水曜日(要申込) 午後4時〜(約30分間)
 申込み：直接または電話で児童センター(☎ 75 - 3817)

ブックレビューボタン vol.47 ~私のおすすめの本を紹介~



図書館 (☎ 73 - 9951)

図書館映画デー

とき：2月2日(日) 午後2時〜
 ところ：図書館1階 視聴覚室
 内容：トムとジェリー③ ~パーティ荒し~他9編(70分)
 対象：どなたでも
 定員：50人(当日先着順)
 料金：無料

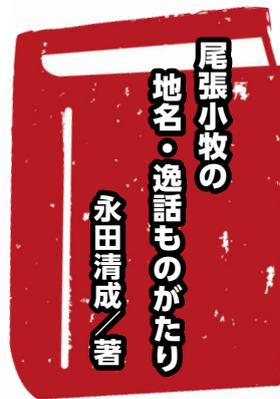
今回のレビューア



▲浦田 尚弘さん

旅行やドライブが好きでいるんなところへお出かけしています。仕事はバスの運転士、毎日安全運転に心掛けています。

「小牧をあじわう」



毎日過ごしている小牧市がどのようにしてできあがったのか。そんなことを教えてくれそうな予感がするものがたり。

小牧市についてよく耳にしてなぜかは知らない『駒来』の由来について書いてありました。また江戸時代は小牧山に登れなかったようで馴染みの場所がそうであったのかと驚きから始まりました。

読み進めていくと小牧市のそれぞれの地区の名前の由来などもあり、転職によって小牧市に住み始めた自分には、子どものような新たな発見が多数ありました。今、自分の住んでいる地区は何回も読み返しながら一つ一つの場所について思い浮かべながら自問自答していました。

小牧市内のすべての地域について書いてあるので、市内を散策しながら確認したい衝動にかきたてられます。

小牧市を知らない人には小牧をよく知る、小牧市を昔から知っている人はより小牧市に愛着がわく本です。





一子先生の カラダに効く体操教室

監修：菅原一子先生
(健康運動指導士)

このコーナーでは、いつまでも元気な身体でいたい！そんな皆さんの声にお応えして、筋肉を効果的に鍛える方法を紹介しています。



今回はココ！

足の指を鍛えると…

- ・体のバランスが良くなる
- ・転倒を予防する
- ・扁平足を予防する
- ・しっかり歩ける、走れるなどの効果があります。

第40回 足の指のトレーニング

足の指の筋肉には、土踏まずのアーチを作るなどの役割があります。

- ① 足の指を使ってグー・チョキ・パーをしてみましょう。
チョキは④親指を上げる、⑤親指を下げる、の両方の動きにチャレンジしてみましょう。



▲グー



▲チョキ④



▲チョキ⑤



▲パー

・力を入れすぎると足の指が
つりやすくなります。リラック
スして行いましょう。

めざせ10歳若返り

手軽にできる冷え対策になります。
ぜひ、生活の中に取り入れて寒い冬を乗り切りましょう！

- ② タオルや靴下などを両足の親指と人差し指の間に挟みます。
左右の指で引っ張りましょう。



- ③ 人と引っ張り合ってみましょう。



今回は2月15日号です。お楽しみに！

問合せ先：保健センター (☎75-6471)

腰痛・膝痛があっても参加できる体験教室があります。詳しくはP31をご覧ください。



保健師のアドバイス



小牧警察署通信

110

みんなでつくろう！安心安全のまち



小牧警察署 (☎72-0110)

みんなの思い
明るい社会

こまき山ポリス



事件・事故 緊急事案は 110番
～警察の相談ダイヤル #9110～

小牧警察署の免許更新等の 窓口についてのご案内

免許更新・車庫証明等の受付は、本館では行っておりません。駐車場西側の別館に直接お越しください。

なお、月曜日や連休明けは、免許更新等の手続きが大変混み合います。

ご理解・ご協力をお願いします。

110番は、緊急通話のための専用電話です

事件解決のキーワードは、「すばやい通報」にあります。
次のようなときは、迷わず、落ち着いて、すぐに110番をしてください。

強盗などの被害にあったり、目撃した。

ドロボウに入られたり、ドロボウが逃げるのを目撃した。

ひったくり被害にあった、ひったくりを目撃した。

見かけない人が、家の中をのぞいている。

指名手配犯人によく似た人を見かけた。

ひき逃げ事故に遭った、ひき逃げ事故を目撃した。



警察相談専用電話は「#9110」です！！

ご家庭の電話（プッシュ回線のみ）や公衆電話、携帯電話で「#9110」をプッシュすれば、愛知県警察本部の住民コーナー（ただし、愛知県内で発信の場合）につながります。ご家庭の電話がダイヤル回線である場合は☎052-953-9110におかけください。



旬なスポーツ情報お届けします！

こまスポガイド

問合せ 体育協会 (☎ 73 - 3330)



第38回小牧市民駅伝競走大会

12月8日、パークアリーナ小牧を発着点とした「第38回小牧市民駅伝競走大会」を開催しました。
 今大会は一般の部をはじめ、4部門99チームのエントリーがありました。大会当日は、沿道から多くの声援を受けながら、市内21・8km（一般・高校は5区間、中学は8区間）のコースを力いっぱい駆け抜け、懸命にタスキをつなぐ白熱したレースが繰り広げられました。コース周辺の皆さんにご協力いただき、ありがとうございました。

(結果表)

部門	第1位	第2位	第3位
一般の部	名誘陸上部	中森家 (ガチ)	ONE
高校の部	小牧南高校 陸上部男子	小牧工業高校 A	小牧工業高校 B
中学男子の部	小牧中学校 A	応時中学校 A	北里中学校 A
中学女子の部	岩崎中学校	味噌中学校	小牧中学校

▼ 1月26日(日)に行われる第30回小牧シティマラソン大会は交通規制が行われますのでご注意ください。

第30回小牧シティマラソン大会交通規制図

※選手通過時には、接続する道路も通行止になります
 ※規制時間は目安であり、当日の競技状況によって変わる場合があります。

交差点名	規制開始時間	規制解除時間

- 一車線規制 (東方面)
- 片側通行止
- 通行止
- 通行止 (必要者は通行可)



1月26日(日)開催





※料金の記載がないものは無料
 申込みの記載がないものは事前申込不要
 ※都合により、内容などが変更になる場合があります



こども



児童館の催し

行事名	とき		対象・定員・申込みなど	料金・持ち物	児童館名
おもしろクラフト 「チョコポケット」	2月2日(日)	13:30～14:30	小学生以上 10人 申込受付:1/19(日)～(TEL可) ※市外の方:1/26(日)～	無料	児童センター (☎75-3817)
ちびっこひなまつり	2月28日(金)	10:30～11:10	1歳以上の未就園児 80人 当日9:30～受付		
ワールドミュージック	2月8日(土)	11:00～11:30	幼児と保護者、小学生 15組 申込受付:1/25(土)～(TEL可)	無料	味噌児童館 (☎75-4999)
えいごであそぼ	2月24日(月・休)	10:00～10:30 11:00～11:30	幼児と保護者 各15組 申込受付:2/9(日)～(TEL可)		
リトミック ～リズムを感じて表現してみよう♪～	2月3日(月)	11:00～11:40	2～3歳児と保護者 15組 申込受付:1/20(月)～(TEL可)	無料(水筒・ ハンドタオル持参)	篠岡児童館 (☎79-0690)
赤ちゃんと一緒に 産後ヨガ	2月20日(木)	13:30～15:00	2～6カ月までの乳児親子 10組 申込受付:2/6(木)～(TEL可)	無料(バスタオル2枚、 フェイスタオル1枚持参)	
0、1、2歳のための人形劇 ～人形劇団むすび座～	2月10日(月)	11:00～11:30	0～2歳児の親子 30組 1/27(月)～チケット配布	無料	小牧児童館 (☎77-0906)
あつまれ!年中組 「スポーツクラブの先生と一緒に 思いっきり体を動かそう!」	2月19日(水)	16:00～16:45	年中児 20人 申込受付:2/5(水)～(TEL可)		
こどもクッキング	2月9日(日)	13:30～15:30	小学生以上 12人 申込受付:1/26(日)～(TEL不可) ※市外の方:2/6(木)～	200円	
卓球であそぼう	2月22日(土)	14:00～15:00	小学生以上 16人 申込受付:2/8(土)～(TEL可) ※市外の方:2/19(水)～	無料	小牧南児童館 (☎77-0454)
リトミック	2月24日(月・休)	11:00～11:45	2～3歳児とその保護者 申込受付:2/10(月)～(TEL可) ※市外の方は2/21(金)～		
みんなで遊ぶプログラム	2月1日(土)	13:30～15:30	小学生以上 定員25人(先着) 申込受付:1/18(土)～(TEL可)	無料	
ベビーマッサージ ※11時頃に授乳をしておいてください。	2月10日(月)	13:00～14:30	2～6カ月児親子 10組 申込受付:1/27(月)～(TEL可)	無料((母子)健康手帳、 バスタオル持参)	北里児童館 (☎71-1183)
お楽しみ映画会	2月22日(土)	13:30～15:00 (13:00開場、13:30開演)	定員100人(先着) 申込受付:2/1(土)～(TEL可)	無料	
節分ドキドキ豆まき	2月2日(日)	11:00～12:00	自由参加	無料	西部児童館 (☎42-0205)
パパにちょっぴりプレゼント	2月7日(金)	10:30～11:30	未就園児と保護者 50組 当日受付(先着)		
インターナショナルあそび 「えいごでワンダーランド」	2月8日(土)	10:00～10:45	年少以上と保護者、小学生低学年 15組 申込受付:1/22(水)～(TEL可)	無料	
ベビーマッサージ教室	2月20日(木)	10:00～11:45	2～6カ月児と保護者 6組 申込受付:2/5(水)～(TEL可)		大城児童館 (☎78-0046)
楽器であそぼスペシャル	2月24日(月・休)	11:00～11:40	2～3歳児と保護者 20組 申込受付:2/6(木)～(TEL可)	無料(水筒・ ハンドタオル持参)	

※申込みは各個人でしてください。 ※幼児は必ず保護者同伴で利用してください。

こども政策課 (☎71-8613)



こども



東部市民センター短期市民講座 第4期「親子料理講座 ネコの日のネコ型飾り巻き寿司」

令和2年2月22日は、「にゃん」が4つでネコの日！ネコの日になんで、ネコの形のかわいい料理をつくりませんか？

レシピ ネコ型飾り巻き寿司、肉球蒸しパン、汁物 ほか

とき 2月22日(土)午前10時～午後1時

ところ 東部市民センター2階料理教室

講師 大野順子氏

対象 小学生とその保護者

定員 8組 16人程度

※応募者多数の場合抽選

料金 1,650円(受講料1組650円、材料費2人分1,000円)

持ち物

各自持参 筆記用具、エプロン、三角巾(バンダナ可)、布巾2枚

1組ごとに持参 巻き簾1枚(できれば2枚)

申込み 1月31日(金)(消印有効)までに、①講座名、②申込者全員の氏名(ふりがな)・年齢・性別、③電話番号を記入し、郵送・FAX・電話または直接東部市民センター、もしくは市ホームページよりお申込みください。

※食物アレルギーがある場合は、申込時にご相談ください。



▲申込フォーム

東部市民センター
(〒485-0815 篠岡2-23)
☎ 79-0011 ☎ 79-0013

歯科衛生士による「元気なお口を育てよう！」

子どもの健口づくりのために、丈夫な歯育て、元気なお育てについての話が聞けます。個別に相談できる時間もあります。

とき 2月6日(木)午後1時30分～2時15分

ところ ラピオ3階子育て世代包括支援センタークラブ室

対象 市内在住で、生後2カ月～就学前のお子さんと保護者

※保護者のみも可

定員 15組

講師 中村和子氏(歯科衛生士)

申込み 1月20日(月)午前9時30分から、電話または直接子育て世代包括支援センターすくすくパオーンルーム(子育て支援室)

子育て世代包括支援センターすくすくパオーンルーム(子育て支援室) ☎ 41-3223 ※第3火曜日休館

新入学を祝うよい子のつどい

来春小学1年生になる子どもと保護者を招待してのお祝いのイベントです。ドラえもんによる学校生活の紹介(映像)、県警音楽隊による演奏、抽選会などを行います。

とき 2月4日(火)午前10時～

ところ 市民会館ホール

対象 来春小学1年生になる子どもおよび保護者

申込み 市内保育園、幼稚園の各園を通じて入場券を配布します。市外の幼稚園等に通われている方は幼児教育・保育課で入場券を配布します。

幼児教育・保育課 ☎ 76-1130

イクメン応援講座「おとうさんを楽しもう！」

お子さんとのスキンシップを楽しみましょう。

とき 2月8日(土)

①午前10時30分～11時15分

②午後1時30分～2時15分

ところ ラピオ3階子育て世代包括支援センタークラブ室

対象 ①1歳頃～3歳(年少前)のお子さんとパパ ②4カ月～11カ月頃のお子さんとパパ

定員 各10組(申込先着順)

持ち物 バスタオル、お気に入りのおもちゃ

申込み 1月20日(月)午前9時30分から、電話または直接子育て世代包括支援センターすくすくパオーンルーム(子育て支援室)

子育て支援講座(生活の知恵編第3回目)

忙しい毎日の食事作りは大変ですか?頑張らなくてもパッと用意ができる食事の工夫を考えます。

託児もあります。調理実習と試食があります。

※子育て支援講座は、市と市民団体「名古屋友の会小牧最寄」との協働で開催します

とき 2月14日(金)午前10時30分～正午頃

ところ 料理教室(ラピオ5階)、サークル活動室(託児)(ラピオ4階)

対象 子育て中の方

定員 15組程度(先着順)

料金 300円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル

申込み 1月15日(水)午前9時から、電話・FAXまたはメールで名古屋友の会小牧最寄 高力

※FAX・メールで申し込む場合は、参加者氏名、連絡先、託児希望の有無(有の場合は子の氏名、年齢)について記載してください。

※託児は1歳以上から

名古屋友の会小牧最寄 高力
(☎ 78-1914 ☎ 78-1914)
mail seijotomo@yahoo.co.jp



スポーツ



ウインター・スイム・フェスタ '20

内容 水泳大会

実施種目 ①100mメドレーリレー、②25m自由形、③25m平泳ぎ、④レクリエーションリレー、⑤男女混合メドレーリレー、⑥25m背泳ぎ、⑦25mバタフライ(ビギナーはなし)、⑧100mフリーリレー、⑨宝探し

とき 2月23日(日・祝)午前9時～

ところ 温水プール

対象 小学生以上の水泳愛好者

料金 一人500円(参加賞、保険等) ※当日徴収します。

申込み 2月12日(水)までに、直接温水プール、もしくはFAXまたは郵送で小牧水泳連盟ウインター・スイム・フェスタ大会事務局

小牧水泳連盟事務局 山田順子 (〒484-0894 犬山市羽黒南金屋 48-2 3-304 ☎ 090-8670-8156 ☎ 68-1729)





予防接種

令和元年度中（令和2年3月末日）が定期予防接種の接種期間です。体調の良いときに早めに接種しましょう。

※市外での接種希望の方へ：事前手続きが必要です。保健センターへご連絡ください。

■麻しん風しん混合ワクチン第2期の定期接種

対象 平成 25 年4月2日生まれ～平成 26 年4月1日生まれ

※予診票が手元がない方は保健センターにご連絡ください。

■高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種

対象 下記の年齢になる方で、今までに肺炎球菌ワクチンを一度も接種したことがない方（自費接種も含む）

年齢	対象	備考
65 歳	昭和 29 年4月2日生～昭和 30 年4月1日生の方	※1
70 歳	昭和 24 年4月2日生～昭和 25 年4月1日生の方	※2
75 歳	昭和 19 年4月2日生～昭和 20 年4月1日生の方	
80 歳	昭和 14 年4月2日生～昭和 15 年4月1日生の方	
85 歳	昭和 9 年4月2日生～昭和 10 年4月1日生の方	
90 歳	昭和 4 年4月2日生～昭和 5 年4月1日生の方	
95 歳	大正 13 年4月2日生～大正 14 年4月1日生の方	
100 歳	大正 8 年4月2日生～大正 9 年4月1日生の方	

※1 65 歳になる方

「接種券」（はがき）を4月に送付しましたが、過去にこの予防接種を受けたことがある方は定期接種対象外です。

※2 70 歳・75 歳・80 歳・85 歳・90 歳・95 歳・100 歳になる方

今までに市の助成を受けたことがなく、一度もこのワクチンを接種したことがない方は保健センターまでご連絡ください。「接種券」を送付します。

▶生活保護受給者の方

上記対象の方で生活保護受給者の方は、福祉総務課で受給証明書を受理して接種券と一緒に医療機関へ提出してください。

■愛知県広域予防接種

子どもの定期予防接種および高齢者の肺炎球菌ワクチンの定期予防接種が愛知県全域で接種可能です。連絡票を持参しないと接種はできませんので、必ず保健センターで事前に手続きをしてください。

ただし、愛知県広域予防接種に登録されていない医療機関は接種できませんので、実施医療機関についてはお問い合わせください。

■風しん抗体検査および予防接種

抗体保有率が他の世代に比べて低い年代の方が対象です。風しんに感染すると公共交通機関や職場など人が集まる場所で、多くの人に感染させる可能性があります。また、妊娠初期に風しんに感染すると、胎児に感染して先天性風しん症候群（難聴、心疾患、白内障および網膜症等）をもって生まれてくる可能性が高くなります。感染を拡大させないために抗体検査を受け、風しんに対する抵抗力（抗体）がなかった場合は、予防接種を受けましょう。

今年度の無料クーポンの送付対象者は、昭和 47 年4月2日から昭和 54 年4月1日生まれの方で、令和元年5月31日に送付しています。

昭和 37 年4月2日から昭和 47 年4月1日生まれの方で希望があれば個別に送付します。クーポン券の使用期限は3月31日(火)までです。

【料金】抗体検査、予防接種（抗体検査の結果基準値に満たない方）とも無料

保健センター（☎ 75 - 6471）



市公認スポーツ指導員 レベルアップ講座

内容

- ①スポーツマッサージ
- ②子どもの発達とコミュニケーション
- ③トレーニング論
- ④スポーツにおけるハラスメント・体罰等の防止

※簡単な実技が入ることがあります。

とき 2月 29 日(土)午前9時～午後4時30分

ところ 市役所東庁舎5階大会議室

対象 市内在住または在勤で以下のいずれかに該当する方

- ・市公認スポーツ指導員
- ・市スポーツ推進委員
- ・ジュニア育成・ジュニアクラブ指導員
- ・市立小中学校運動部活動民間指導者
- ・スポーツリーダーとして活躍中または目指している方

定員 40 人程度

申込み 2月4日(火)までに、所定の用紙（スポーツ推進課、市ホームページに用意）に必要事項を記入し、郵送または直接スポーツ推進課



スポーツ推進課（〒485-8650
住所不要 ☎ 76 - 1167）

節分イベント 鬼と遊ぼう

節分にちなんだ楽しいゲームを行います。内容は当日のお楽しみ！

とき 2月2日(日)午後 2 時～（受付 午前 10 時～）

ところ 温水プール

定員 20 人（当日先着順）

対象 小学生

持ち物 水着

料金 施設使用料：大人 530 円、
小人 220 円

温水プール（☎ 78 - 0102）

f 市公式 Facebook

ほぼ毎日更新してます



<https://www.facebook.com/city.komaki>

ページにいいね!して欲しいコマ





募集



体育協会（施設管理員・事務員）臨時職員

雇用期間 4月1日～令和3年3月31日
※勤務状況等に応じて継続雇用する場合があります（施設管理員）。

申込み 2月5日(水)（郵送は2月4日(火)必着）までに、所定の申込用紙（パークアリーナ小牧に用意）に写真を貼付の上、郵送または直接体育協会（パークアリーナ小牧内）
※受付時間：午前8時30分～午後5時15分（土・日も受付します）
※提出された書類は、可否に関わらず返却しません。

面接試験日 2月8日(土)

■施設管理員

対象 簡単なパソコン操作ができ、普通運転免許所有者

職務内容 体育施設の整備作業等

定員 5人程度

勤務地 市内で体育協会が管理する公共スポーツ施設（パークアリーナ小牧ほか）

時給 989円

※別途距離に応じて通勤手当・期末手当を支給
※健康保険・雇用保険加入

■事務員

対象 簡単なパソコン操作ができる方

職務内容 体育協会における事務等

定員 1人

勤務地 体育協会事務局（パークアリーナ小牧内）

時給 975円

※別途距離に応じて通勤手当・期末手当を支給
※健康保険・雇用保険加入

体育協会（〒485-0016 間々原新田 737 ☎73-3330）

※第4木曜日休み

令和2年度 生産緑地地区の追加指定の受付

令和2年度の実産緑地地区の追加指定について、下記のとおり希望を受け付けます。

■生産緑地地区とは 市街化区域内で良好な生活環境の確保に相当の効果がある農地等を計画的に保全するため、都市計画により定める地区のことです。生産緑地地区に追加指定されるためには、市街化区域内にある農地で、生産緑地法の指定要件、市の指定基準に該当する必要があります。市では、条例により生産緑地地区の指定面積要件を300平方メートル以上に引き下げるとともに、指定基準の緩和を行っています。

■生産緑地地区に指定されると 固定資産税などの税制面で優遇措置

を受けることができますが、法律により宅地造成や建物の建築などの行為が制限され、原則として30年間は農地等として管理することが義務付けられます。

書類受付期間 2月3日(月)～3月16日(月)
※土・日、祝日は除きます。

必要な書類

- ・生産緑地地区指定同意書1部（市ホームページ、都市計画課に用意）
- ・印鑑登録証明書1通（関係権利者全員、発行後3カ月以内のもの）
- ・登記事項証明書（全部事項証明書）1通

※指定には要件がありますので、希望される方は上記書類の取得前に、必ず都市計画課までご相談ください。

都市計画課（〒485-8650 住所不要 ☎76-1155）

公共施設内広告取扱者

内容 広告主の募集と広告媒体の作成、広告の設置および撤去、その他広告の掲出に係る業務

掲出期間 4月1日～令和5年3月31日

場所 温水プール、スポーツ公園総合体育館

掲載箇所・枚数

▶**温水プール** 玄関壁面 2枠

※1枠の大きさは縦1.11m×横1.6m程度

▶**スポーツ公園総合体育館** 正面玄関風除室内壁面 2枠

※1枠の大きさは縦1.11m×横0.8m程度

申込み 1月31日(金)までに、所定の用紙（市ホームページに用意）に必要事項を記入し、直接スポーツ推進課（土・日を除く）

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

スポーツ推進課（☎76-1167）

令和2年度 後期市民企画講座講師

11月から令和3年3月の間に市内の公民館・市民センターで市民企画講座を行う講師を募集しています。

※詳しくはこまき市民文化財団ホームページ「生涯学習情報サイトこまなび」または公民館・市民センターにある募集要項をご覧ください。

対象 こまき市民文化財団生涯学習市民講師登録されている方

※登録は随時こまなびサロン（市公民館3階）で受け付けています。

申込み 2月1日(土)から29日(土)までに、規定の企画書を直接こまなびサロン※企画書はこまき市民文化財団ホームページまたは公民館・市民センターにあります。

※提出の際、簡単な面接を行います。来室の折には事前に電話でご連絡ください。

※講座内容はジャンルを問いません。

※講座1回につき5,000円の講師謝礼をお支払いします。



こまき市民文化財団
こまなびサロン（☎77-8269）

心の教室相談員

職種 心の教室相談員（ボランティア）

職務内容 小中学校において、児童生徒の悩み相談や話し相手などの教育支援活動を行うボランティア

応募要件 特になし（教員免許不要）

募集人員 4人程度

活動場所 学校教育課が指定する市内各小中学校

活動時間 月～金曜日（年間700時間以内）

※時間帯は、学校ごとに異なります。

時給 1,000円

採用日 4月1日(水)

面接予定日 2月中旬頃

申込み 1月31日(金)（必着）までに、応募職種を明記した履歴書（写真貼付）と外国籍の方は在留カードの写しを郵送または直接学校教育課

学校教育課（〒485-8650 住所不要 ☎76-1165）





募集



会計年度任用職員 (社会福祉士等および一般事務登録者)

募集職種	人員	応募資格
①社会福祉士または精神保健福祉士	1人程度	社会福祉士の資格をお持ちの方
②一般事務	5人程度	簡単なパソコン(ワード・エクセル)操作ができる方

採用時期 4月1日～令和3年3月31日

※勤務成績により再度の任用となります。

報酬 ①1,263円～ ②938円～
(給与改定により変更の場合あり)

※期末手当:6月および12月

※原則社会保険・雇用保険に加入

勤務場所 ①本庁舎4階行政経営課

②市役所および市内公共施設

勤務時間 週5日勤務(土・日・祝日は除く)午前9時～午後4時30分の間で実働6時間30分

申込み 1月31日(金)(郵送の場合は1月29日(水)消印有効)までに、

①所定の用紙および資格の写し

②所定の用紙を、郵送または直接

行政経営課

※申込書兼履歴書(所定様式)の請求

および申し込みは、郵送でもできます。

請求の場合は、封筒に職種と「小牧市

会計年度任用職員申込書兼履歴書請求」と朱記、申し込みの場合も、職種

と「申込」と朱書き、いずれも切手を

貼付した返信用封筒(郵便番号・住所・

氏名を明記)を必ず同封してください。

※窓口受付時間:午前8時30分～午後

5時15分(土・日を除く)

※詳しくは、実施要綱(行政経営課、各

市民センター、市役所受付、市ホーム

ページに用意)をご覧ください。

行政経営課 (〒485-8650 住所不要 ☎76-1108)

公園緑地協会(管理作業員・施設管理員)臨時職員

■管理作業員

内容 市内の公園・児童遊園の植栽、施設・緑地・街路樹・花壇などの維持管理作業

応募資格 準中型自動車運転免許(AT限定不可)以上を有する者

募集人数 10人程度

勤務開始日 4月1日(水)

勤務場所 間々原新田事務所または

市民四季の森管理事務所(異動あり)

勤務時間 午前8時30分～午後5時

(休日は原則土・日、祝日、年末年始)

時給 1,240円(通勤手当等を条件

に応じ支給)

■施設管理員

内容 市民四季の森における施設管

理、案内・誘導業務など

応募資格 普通自動車運転免許を有する者

募集人数 1人程度

勤務開始日 4月1日(水)

勤務場所 市民四季の森

勤務時間 午前8時30分～午後5時

(閉園時間に応じて時間外勤務あり)、

週4日程度(土・日、祝日勤務あり)

時給 990円(通勤手当等を条件に

に応じ支給)

申込み 2月14日(金)までに、履歴書(写真貼付)を直接公園緑地協会

面接日 2月20日(木)、21日(金)

面接会場 協会間々原新田事務所

※受付・問合せ時間:午前9時～午後

4時30分

公園緑地協会 (〒485-0016 間々原新田1-4 ☎68-7551)

休日緊急医

休日急病診療所 (常普請一丁目318 保健センター隣)

☎75-2070 ☎75-2097 ※労災保険指定医療機関ではありません。

診療日		日曜、祝日、12月31日～1月3日
受付時間	内科、外科、小児科	午前8時30分～11時30分
	小児科	午後1時～4時30分
	歯科	午前8時30分～11時30分

愛知県救急医療情報センター (☎81-1133)

24時間年中無休で、今診療している医療機関を電話で案内しています。

小児救急電話相談事業 (☎#8000 もしくは052-962-9900)

毎日午後7時から翌朝8時まで、保護者向けの電話相談事業を行っています。

愛知県消費生活モニター

県では、消費者を取り巻くさまざまな問題に対応するため、消費生活モニターとして消費者行政の推進にご協力いただける方を募集します。

内容

①日常生活の中で危険と思われる商品、

不当な表示、悪質商法、生活必需品の価格動向などの観察・情報提供

②消費生活に関するアンケートへの回答(年1回程度)

③生活必需品などの需給・価格調査(県が特に必要とした場合)

④消費者行政に関する意見・要望の提出

⑤地域・周囲などへの消費生活に関する情報の提供

⑥研修会(年1回の予定)への出席(交通費は自己負担)

任期 県が依頼した日～令和3年3月31日

対象 満20歳以上で県内在住の方

※公務員、公職選挙法による公職者は除く

謝礼 年額1,500円以内(予定)

申込み 1月10日(金)から2月21日(金)

(消印有効)までに、所定の用紙(市

役所市民安全課、各県民事務所、

県ホームページに用意)に必要な事

項を記入し、愛知県県民生活課

愛知県県民生活課 (☎052-954-6163 ☎052-972-6001)

撮影にご協力ください

イベント会場などで、市の広報職員が撮影のためにお声掛けする場合があります。

目印は、**オレンジ色の腕章**です。

撮影した写真は、広報の紙面やSNSなどで使用させていただく場合があります。

掲載された写真がご入り用の方は、広報広聴課(☎76-1101)へご連絡ください。





催し



ふれあい音楽広場 懐かしのメロディー

～昔なつかしいあの歌この歌～

お昼のひとときをポルタメント小牧の演奏でお楽しみください。

曲目 スリラー、真赤な太陽、ラストダンスは私に、君の瞳に恋してる、恋のバカンス、情熱大陸 with Piano-jaC、上を向いて歩こう

とき 2月2日(日)午後0時15分～(35分間)

ところ 味噌市民センターロビー

出演 萩原いづみ(ボーカル)、加藤晶子(ピアノ)、水野タカ子(キーボード・電子オルガン)、丸山真弓(キーボード・電子オルガン)

定員 60人程度

※椅子席には限りがありますのでご了承ください。



こまき市民文化財団
(☎ 71 - 9700)

創作和紙作成教室

内容 ダルマ雑作り

とき 2月8日(土)午前10時～正午、22日(土)午後1時30分～3時30分

ところ 小針の郷創作室

講師 柳原護氏、柳原和代氏(創作和紙人形紙楽)

対象 老人福祉センターの利用証をお持ちの方

定員 各18人(申込先着順)

料金 300円(当日徴収)

持ち物 ハサミ、木工用ボンド、持ち帰り用の袋

申込み 2月3日(月)から、所定の用紙(小針の郷に用意)に必要事項を記入し、直接小針の郷
※申込みは本人に限ります。



小針の郷 (☎ 71 - 2370)



募集



農業委員の候補者および 農地利用最適化推進委員の 候補者の推薦または応募

農業委員会の農業委員、農地利用最適化推進委員の任期満了に伴い、次期委員の推薦の受付および募集を行います。なお、必ずしもこれらの委員の候補者に確定するものではありませんのでご了承ください。

推薦または応募の資格要件 次のいずれにも該当する方

- ①破産手続きの開始の決定を受けて復権を得ない者でない方
- ②禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの者でない方

任期 3年間

人員

▶農業委員(候補者) 14人

▶農地利用最適化推進委員(候補者) 12人

報酬 小牧市特別職の職員で非常勤のもの報酬および費用弁償に関する条例によります。

推薦または応募の方法 1月21日(火)～

2月19日(水)(必着)までに、市ホームページ掲載の推薦書または応募申込書に所要事項を記入の上、署名押印し、郵送または直接農政課

※提出された推薦書または応募申込書は返却しませんのでご了承ください。

※法律等の規定により推薦書または応募申込書に記載された事項は、住所事項を除き、全て公表となりますのでご承知ください。

※農業委員と農地利用最適化推進委員の兼任はできません。

※詳細は、市ホームページの募集要領をご覧ください。

農政課 (〒485 - 8650
住所不要 ☎ 76 - 1132)

シルバー人材センター 嘱託職員

■老人福祉作業所等指導員

勤務内容 室内(温室含む)軽作業の受注と開拓、シルバー会員の作業指導、取引先訪問、書類作成事務 など

勤務条件 月～金曜日午前9時～午後4時30分(6.5時間勤務、休憩1時間)

※土、日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)休み

勤務場所 高齢者生きがい活動施設「第1みどりの里」・老人福祉作業所(東田中1235-1)

対象

- 健康で働く意欲のある方
- 高校卒業程度の学識のある方
- パソコン操作(Excel、Word)ができる方
- 普通自動車運転免許取得者

人員 若干名

賃金 月給159,900円(社会保険、厚生年金、雇用保険、通勤手当あり)

※賞与あり:6月および12月(年2回、年1.69月分)

採用日 4月1日以降

※3月中に事前研修期間を設けることがあります。

※雇用期間は令和3年3月31日まで、更新する場合あり

申込み 履歴書(写真貼付)、応募の動機を原稿用紙(400字)1枚にまとめ、郵送または直接シルバー人材センター

選考 作文と面接(簡単なパソコン操作実技を含む)

※面接日時は、応募者ごとに定めます。

※応募者ごとに随時面接を実施し、採用内定者確定日をもって締切日とします。

シルバー人材センター (〒485 - 0012
小牧原新田423 ☎ 76 - 4710)

小牧市消費生活改善推進員

消費者の安全で安心な環境づくりに向けてご協力いただける方を募集します。

内容

- ①市民の消費生活の安定および向上を目指し各方面への情報発信・啓発活動
- ②定例会・研修会などへの出席(毎月1～3回程度)
- ③「小牧市みんなの生活展」への参加
- ④市主催事業などへの参加
- ⑤量目検査の実施(年2回)

対象 市内在住で20歳以上の方

定員 10人程度

任期 4月～令和4年3月末日(2年間で再任可)

謝礼 年額23,000円(予定)

※活動参加状況に応じて支払います。

申込み 2月7日(金)(必着)までに、所定の用紙(市民安全課、市ホームページに用意)に必要事項を記入し、郵送または直接市民安全課

市民安全課 (〒485 - 8650 住所不要 ☎ 76 - 1120)





催し



プラネタリウムイベント

■土曜の夜のプラネタリウム

東日本大震災の日の星空と被災者との繋がりを描いた仙台市天文台制作によるプラネタリウム版ドキュメンタリー番組です。

内容 「星よりも、遠くへ」

とき 2月1日(土)午後7時～(約45分間)

ところ 中部公民館プラネタリウム

定員 80人(先着順)



©仙台市天文台

こまき市民文化財団
中部公民館 ☎75-1861

美術企画展「共振の術 —やさしい美術の取り組み—」

アートによる社会への取り組みとして、名古屋造形大学の学生有志や卒業生達によって発足した医療とアートの協働プロジェクト「やさしい美術」。市民病院新病棟の完成を機に、これまでの作品の数々を広く展示・紹介すると共に、病院のみならず、障がいのある子どもたちが通園する施設や老人福祉施設、ハンセン病療養所など、全国での活動の取り組みを紹介し、美術表現の新たな可能性を提案します。

とき 2月3日(月)～9日(日)午前10時～午後6時

ところ まなび創造館市民ギャラリー(ラピオ4階)

■トークイベント 講演テーマ「やさしい美術」とは何か?

とき 2月9日(日)午後3時～5時

ところ まなび創造館多目的室(ラピオ4階)

定員 70人(当日先着順)

講師 高橋伸行氏(名古屋造形大学教授)



こまき市民文化財団
(☎71-9700)

パソコン講座

とき

▶午前の部 9時30分～11時30分

▶午後の部 1時30分～3時30分

ところ 市公民館4階

対象 18歳以上の方(お子さんの入室はご遠慮ください)

申込み 講座開始日の2週間前(消印有効)までに、往復はがきに(1枚1講座、1人複数講座可)希望コース、講座名、郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、FAX、メールアドレス(ある方のみ)を記入し、郵送または返信用はがきを持参し、直接こまきe-コミュニ

ティーネットワーク。ホームページからも申込可

※申込用紙は、こまきe-コミュニティーネットワークに用意

※申込者多数の場合は抽選

※申込者が少ない場合は中止になることがあります。

※OSはWindows10、Microsoft Office365を使用します。



コース	講座名	とき	時間	内容	回数	料金	定員
43	エクセル中級チャレンジ編	3/4～4/8の毎週水曜日	午前	エクセルのスキルアップを図り、サークル活動等に役立つ便利な表を作成	6	8,600円	16
44	シニアのためのパソコンはじめの一歩	3/4～4/8の毎週水曜日	午後	電源の入れ方からマウスの触り方や文字入力の基本を学習、初めてパソコンに触れる方のためのゆっくり講座	6	8,280円	16
45	パワーポイントって? 基礎から活用まで	3/5～4/9の毎週木曜日	午前	便利なソフトパワーポイントの基礎から活用方法まで楽しく学ぶ講座	6	8,700円	16
46	初めてのワード(初心者)	3/10～4/14の毎週火曜日		ワードで文書作成の基礎をゆっくり学ぶ講座	6	8,500円	16

こまきe-コミュニティーネットワーク (<http://www.komaki-e.net/>)
(〒485-0041 小牧2-107 市公民館4階 ☎090-6805-1216)

在宅医療・介護市民講演会 ～医療・ケアチームと話し合う ACP(人生会議)～

あなたは どう考えますか? 最高の人生の終わり方

こまき山劇団による劇を通して、「わた史ノート」から始まる終末期の迎え方をお伝えします。

とき 2月8日(土)午後2時～4時

ところ まなび創造館あさひホール

定員 300人(当日先着順)



在宅医療・介護連携サポートセンター
(☎77-0333)

青年の家こども講座 「ちびっこデイキャンプ」

小牧山を散策しながら集めた薪で火をおこして、芋ご飯などを作ります。

とき 2月15日(土)午前10時～午後3時

ところ 青年の家および小牧山

対象 市内在住の小学3～6年生

定員 15人(申込先着順)

料金 530円(当日徴収)

講師 日本ボーイスカウト愛知連盟小牧第1団

申込み 1月15日(水)午前9時から、電話で青年の家

こまき市民文化財団
青年の家 (☎76-3718)

糖尿病とともに(糖尿病教室)

内容

①節分と糖尿病(糖尿病・内分泌内科医師 落合啓史)

②糖尿病のフットケア(看護師)

③薬物療法～インクレチン製剤～(薬剤師)

とき 2月12日(水)午後2時～4時

ところ 市民病院管理棟1階講堂

市民病院内科 (☎76-4131)



催し



防災講演会

■演題「できることからはじめよう!～一人ひとりの命と暮らしを守れる地域づくりのために～」

特定非営利活動法人レスキューズトラックヤード常務理事の浦野愛氏による防災講演会を開催します。

とき 2月1日(土)午前10時～11時30分(9時30分開場)

ところ 市民会館

対象 市民

定員 600人

危機管理課 (☎76-1171)

伝わるチカラを身につけよう～心を動かすプレゼンテーション～

共感するプレゼンテーションとは何かを学ぶと同時に自分たちが活動している内容をどのようにすれば伝えることができるかについても学ぶことができる講座です。

とき 2月8日(土)午後1時30分～3時30分

ところ 市公民館4階視聴覚室

講師 戸成司朗氏(一般社団法人中部SDGs推進センター代表理事)

対象 市民活動団体、ボランティア団体または興味がある方

定員 40人(申込先着順)

申込み 1月31日(金)までに、所定の用紙(協働推進課、東部・味岡・北里の各市民センター、市民活動センター、市・市民活動センターホームページに用意)に必要事項を記入し、郵送、FAX、メールまたは直接市民活動センター



市民活動センター(市公民館4階)
〒485-0041 小牧2-107
☎74-4011 ☎74-4070
✉komaki.npo-c@me.ccnw.ne.jp)、協働推進課(☎76-1629)

こまなびカルチャー講座「安田文吉先生と廻る地芝居舞台」

長年に渡り南山大学にて教鞭を執り、県内各地の生涯学習講座にて数多く講師を務められている安田教授を講師にお招きして、専門家の見地から中部地区に伝わる地芝居の魅力を学びます。更にはフィールドワークとして岐阜県に現存する芝居小屋を見学して見分を広めます。

■第1回：地芝居の魅力とたのしみ

とき 3月14日(土)午後2時～3時30分

ところ 市公民館4階視聴覚室

内容 歌舞伎の基礎用語や舞台の仕組みなど資料を見ながら学びます。

■第2回：舞台機構の謎解き

とき 3月21日(土)午前8時30分～午後5時30分(予定)

内容 岐阜県内の地芝居小屋の舞台機構を安田先生の解説で探検します。

※フィールドワーク予定：白雲座(岐阜県下呂市)、相生座(岐阜県瑞浪市)、村国座(岐阜県各務原市)

※バスツアー形式でフィールドワークを実施します。

※歌舞伎鑑賞はありません。

講師 安田文吉氏(東海学園大学客員教授・南山大学名誉教授)

対象 18歳以上の方

定員 40人

※申し込み多数の場合は、市内在住・在勤・在学を優先して抽選

受講料 1,000円

※フィールドワーク費2,500円(昼食費・入場料等)

申込み 2月15日(土)(必着)までに、①講座名「安田先生と廻る地芝居舞台」②郵便番号・住所③氏名・フリガナ④年齢・性別⑤電話番号を記入し、往復はがきで郵送、または返信用はがきを持参して、直接こまなびサロン

※こまき市民文化財団ホームページの「生涯学習情報サイトこまなび」からもWEB申込できます。

※はがき1枚で2人まで申し込みます。WEB申込は備考欄に記入してください。(抽選は2人1組として行います)



こまき市民文化財団 こまなびサロン
(〒485-0041 小牧2-107 ☎77-8269)

喜楽喜楽エアロビクス体操教室

気持ちよく体を動かしてみませんか?気軽に無理なく楽しみながらできる体操です。

とき 2月以降の第2・4水曜日 午前10時30分～11時30分

ところ 小針の郷機能回復訓練室

講師 川原友希江氏(3B体操協会公認指導者)

対象 老人福祉センターの利用証をお持ちの方

定員 30人程度

※教室日に直接小針の郷へお越しください。



小針の郷(☎71-2370)

空き家対策セミナー

とき 2月2日(日)午後0時30分開場

ところ 東部市民センター講堂

定員 50人(申込先着順)

申込み 1月31日(金)までに、電話で都市計画課

■第1部【講演会】「空き家で困らないためにやっておくべき5つのポイント」

時間 午後1時～2時

講師 吉田貴彦氏(株)住宅相談センター代表取締役)

■第2部【相談会】「空き家に関する様々なご相談に専門家がお応えします」

時間 午後2時～3時

相談員 3人:(公社)愛知県宅地建物取引業協会

都市計画課(☎39-6534)

※料金の記載がないものは無料 申込みの記載がないものは事前申込不要





催し



東部市民センター協働講座 「ステキなコサージュ作りましょ!」

布を染めてさまざまなアートフラワーを作るサークル「手作りアートフラワー」と東部市民センターとの協働講座です!手染めの布から、自分だけのすてきなコサージュを作りませんか?

とき 3月5日(木)午前10時~正午

ところ 東部市民センター2階学習室

定員 10人 ※応募者多数の場合抽選

料金 材料費 800円

持ち物 はさみ、おしぼり、糸と針

講師 手作りアートフラワー

申込み 2月14日(金)(消印有効)

までに、①講座名、②氏名(ふりがな)・年齢・性別、③電話番号を記入し、郵送・FAX・電話または直接東部市民センター

※市ホームページから申込みできます。



▲申込フォーム



東部市民センター
(〒485-0815 篠岡2-23
☎79-0011 FAX 79-0013)

北里市民センター協働講座 花粉症対策に使えるアロマとハーブ

花粉症の諸症状に合わせて、アロマオイルの效能をご紹介します。効果が期待できるハーブを自分で調合し、オリジナルハーブティーを作りましょう。

とき 2月19日(水)午前10時~11時30分

ところ 北里市民センター2階視聴覚室

対象 18歳以上の方

定員 15人(申込先着順)

講師 リンデンハウス

申込み 2月12日(水)までに、講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入し、FAX、郵送、メール、電話または直接北里市民センター

※市ホームページから申込みできます。



▲申込フォーム

北里市民センター(〒485-0051 下小針中島2-130
☎71-1197 FAX 71-3551
✉ kishiminkouza@city.komaki.lg.jp)

市の施設の展示会

とき	名称	内容
まなび創造館5階センターモール (☎71-9848) ※第3火曜日休館		
1月22日(水)~26日(日)	小牧市書道連盟 第70回記念書き初め大会 作品展示 ※初日は正午から、最終日は午後1時まで	書道作品約1,000点を 展示します。
1月27日(月)~2月5日(水)	写光クラブ 写真展 ※初日は午前11時から、最終日は午後4時まで	写真45点を展示します。
2月8日(土)~16日(日)	中日写協 秋の撮影会及び全紙展 ※初日は午前11時から、最終日は午後4時まで	写真50点を展示します。
まなび創造館4階市民ギャラリー (☎71-9848) ※第3火曜日休館		
1月15日(水)~20日(月) 午前10時~午後4時	愛知県退職公務員連盟 小牧支部 第8回 趣味の交流「作品展」 ※初日は正午から、最終日は午後2時まで	絵画・書・写真・伊勢型紙・キルト・ 手芸等約50点を展示します。
中部公民館1階ロビー (☎75-1861)		
2月6日(水)~20日(水)	彩の会 水彩画 ロビー展	水彩画20点を展示します。
味噌市民センター (☎76-7000)		
1月17日(金)~30日(水)	水彩画 「藍の会」 ※初日は午前10時から、最終日は午後4時まで	水彩画22点を展示します。
2月5日(水)~12日(水)	「尚美会」作品展 ※初日は正午から、最終日は午後2時まで	日本画約20点を展示します。
北里市民センター (☎71-1197)		
1月23日(水)~2月5日(水)	ナデシコ会水彩画展 ※初日は午前11時30分から	水彩画約40点を展示します。
2月8日(土)~14日(金)	「家庭の日」並びに「非行防止」 の絵画・ポスター展 ※最終日は午後1時まで	絵画・ポスター計24点を 展示します。
東部市民センター (☎79-0011)		
2月13日(水)~27日(水)	ニットサークルピーチ 心あたたまるウェア・小物 ※初日は午前10時から、最終日は正午まで	ニット作品(プルオーバー5点、 小物3点)を展示します。

文化協会 文化講演会 小牧を掘る ~考古学から見てきた 小牧の歴史と文化~

市の原始時代から古代、中世、そして織田信長の小牧城下町までの時代をおって、考古学から見てきた小牧の歴史を紹介します。

とき 2月6日(水)午後1時30分~(開場1時)

ところ まなび創造館あさひホール(ラピオ5階)

講師 中嶋隆氏(愛知文教大学非常勤講師、小牧市文化財保護審議会委員)

定員 300人(先着順)

※未就学児の入場はご遠慮ください



文化協会事務局(こまき市民文化財団) (☎71-9700)



催し



モモ栽培サポーター養成講座

内容 モモ栽培の基礎的知識を習得するための座学と、技術習得のための実習（摘らい、摘果・袋かけ、新梢管理、せん定、収穫など）

とき 3月～11月のうち月1～3回程度（原則水曜日）

※8月、10月は予定なし。5月はさらに水曜日以外で2回実施予定

※天候、モモの生育状況により変更あり

ところ JA尾張中央本店会議室（高根2-7-1）および実習ほ場（本店横）、生産者ほ場

対象 桃の栽培基礎技術の習得を希望し、受講後は小牧市および春日井市の桃農家の栽培作業支援ができる方

定員 20人

※申込者多数の場合は選考

※現地までの交通費、保険料、教材費等の実費は受講者負担

申込み 2月14日（金）（必着）までに、はがきに「モモ栽培サポーター養成講座」と明記のうえ①住所②氏名③年齢④電話（FAX）番号⑤職業⑥農業経験⑦農業に思うことを記入し、郵送でJA尾張中央（春日井市・小牧市）地域担い手育成総合支援協議会事務局
※後日郵送で応募に対する結果とスケジュールの詳細を連絡します。



JA 尾張中央（春日井市・小牧市）
地域担い手育成総合支援協議会事務局
〒486-0849 春日井市八田町
1-16-3 ☎ 44-2058

市制65周年記念事業 歴史館企画展 「歴史館から見えるあの山この山」開催期間延長

開催期間を延長します。ただし、3月19日（木）まで歴史館の外装工事予定のため、4階展望室は利用できません。

とき 3月31日（火）まで 午前9時～午後4時30分（館内観覧の場合は、午後4時15分入館締切）

※休館日：1月16日（木）、2月20日（木）、3月19日（木）

ところ 歴史館展示無料スペース

料金 無料

※歴史館内観覧の場合、大人（れきしるこまき共通入場券）100円、中学生以下無料



こまき市民文化財団 歴史館 ☎ 72-0712

こまき地域づくりフォーラム ～地域の特色ある取組み発表会～

■市内で行われている支え合い・助け合いの地域づくりの取組みを学びませんか？

8回目の今回は、第1部で、市内で地域活動をされている団体の方が、活動内容や創意工夫した点などを発表します。

第2部は、参加者同士が交流し、発表事例や地域活動について意見交換・情報交換を行います。

※手話通訳あり

とき 2月15日（土）午後1時～4時（0時30分開場）

ところ 勤労センター多目的ホール
コーディネーター 加藤武志氏（まち楽房有限会社 代表取締役、中京大学現代社会学部 講師）

発表団体

おたすけ隊（竹林区）
安否確認訓練（小牧原南区）
防災訓練（本庄小学校区地域協議会）
包括サロン（サロン交流会）・オレンジカフェ（陶小学校区地域協議会）



協働推進課 ☎ 76-1629

冬の星をみる会 「月（ダイアナ）と金星（ビーナス）～同じ姿の二人の女神～」

冬の星座解説の後、星座を眺めたり、天体望遠鏡を使って月と金星を見ます。

とき 2月2日（日）午後6時30分～7時30分

ところ 市民会館駐車場

※中学生以下は保護者同伴でご参加ください。

※参加者が自由に操作できる天体望遠鏡を用意します。

※曇天の場合は、会場で天文クイズを行います。

※雨天の場合は中止（午後5時30分に決定します）



こまき市民文化財団 中部公民館 ☎ 75-1861

※料金の記載がないものは無料 申込みの記載がないものは事前申込不要



親と子ども

保健センター (☎ 75 - 6471)

種類	とき	対象	種類	とき	対象
4カ月児健診	2月4日(火)	R1年10月1日～8日生	2歳3カ月児 歯科健診	2月6日(木) 午前9時～10時10分	H29年11月1日～15日生
	2月18日(火)	R1年10月9日～16日生		2月20日(木) 午後1時5分～2時15分	H29年11月16日～末日生
母親歯科健診	2月25日(火)	R1年10月17日～23日生	3歳児健診	2月5日(水) 午後1時5分～2時15分	H29年2月1日～10日生
	3月3日(火)	R1年10月24日～末日生		2月12日(水)	H29年2月11日～20日生
1歳6カ月児 健診	1月24日(金)	H30年8月1日～10日生	BCG接種	2月26日(水)	H29年2月21日～末日生
	2月7日(金)	H30年8月11日～20日生		1月20日(月) 午後1時45分～2時30分	生後5カ月～1歳未満 (標準的接種期間は 生後5～8カ月未満)
	2月14日(金)	H30年8月21日～末日生		1月29日(水)	
			2月13日(木)		

※対象の方には事前に書類を送りますので、受付時間の詳細はそちらで確認してください。場所は保健センターです。
※健診は必ず受けましょう。都合が悪い場合は、保健センターへ相談してください。

種類	とき	ところ	内容・対象・申込みなど
親子健康手帳 (母子健康手帳) 交付	月～金曜日 (毎月第3火曜日、 祝日、年末年始除く)	子育て世代包括 支援センター (ラピオ3階)	内容 保健師・助産師が親子健康手帳を交付します。妊娠中の不安や 心配事など気軽に相談してください。 持ち物 妊娠届出書または医師の診断書、個人番号カード (個人番号カードがない場合は通知カードおよび身分証が必要)
母乳相談	2月4日(火)、 12日(水)、19日(水)、 25日(火)	子育て世代包括 支援センター (ラピオ3階)	申込み 子育て世代包括支援センター (ラピオ3階) (☎ 71 - 8611)
育児相談・妊婦・ 産婦健康相談	2月7日(金)	小牧児童館 北里児童館	内容 育児についての不安や心配ごとの相談、 身体計測、血圧測定、尿検査(希望者のみ)
低体重児届	出生体重が2,500g未満の赤ちゃんは、子育て世代包括支援センターまたは保険年金課へ低体重児届出書を出しましょう。		
1stアンバーサリー事業	生後10カ月ごろアンケートが届きます。アンケートを出してプレゼントをもらいましょう。 お渡し場所 子育て世代包括支援センター(ラピオ3階) または市内児童館		
移動子育て 支援センター	2月5日(水) 2月19日(水)	岩崎団地 ふれあい会館 藤島会館	内容 エプロンシアター・しかけ絵本など、お楽しみがあります。 問合先 子育て世代包括支援センター ※岩崎団地ふれあい会館の駐車 場には限りがあります。藤島会館に駐車場はありません。 すくすくパオーンルーム(子育て支援室) (☎ 41 - 3223)
離乳食教室 (初期ごっくん教室)	2月5日(水) 3月4日(水)	保健センター	対象・定員 4カ月児以降の保護者27人 持ち物 親子(母子)健康手帳、バスタオル、抱っこひもなど 申込み 保健センター ※赤ちゃん参加可
離乳食教室 (後期かみかみ教室)	1月24日(金) 2月21日(金)		対象・定員 9カ月児以降の親子21組 持ち物 親子(母子)健康手帳、バスタオル、お手ふきなど 申込み 保健センター
パパママ教室	3月1日(日)	午前10時 ～正午	対象・定員 市内在住の妊婦とその夫(妊婦のみの参加も可)30組 持ち物 親子(母子)健康手帳、筆記用具、塩分濃度測定のための汁物 (30cc程度)、飲み物 申込み 保健センター
にこにこ むし歯予防相談	1月28日(火) 2月7日(金)	味岡児童館 小牧児童館	内容 歯みがき、歯ならび、食べ方や飲み方などに関する相談 対象 乳幼児(1歳前後で歯が生え始めたお子さんにおすすめです) 持ち物 親子(母子)健康手帳、歯ブラシ
歯っぴー 子育て講座	3月19日(木)	子育て世代包括 支援センター (ラピオ3階)	内容 月齢に合わせた遊びや健康なお口育てのポイントをお伝えします。 対象 1歳までのお子さん 持ち物 歯ブラシ 申込み 保健センター
赤ちゃん訪問	保健連絡員と保健連絡員OBが生後1～3カ月ごろの赤ちゃんのご自宅に出産祝い品を持って訪問します。(事前に電話でご都合を伺います)		

健康相談

※祝日は除きます。年齢は問いません。お気軽にご相談ください。

保健センター (☎ 75 - 6471)

区分	内容	とき	ところ	申込み
一般健康相談	健康相談、尿検査、血圧測定	毎週月曜日 午前9時～11時45分	保健センター	不要
		毎月第3火曜日 午前9時30分～11時15分	味岡市民センター	
		毎月第3水曜日 午前9時30分～11時15分	東部市民センター	
医師健康相談	健康相談	毎週月曜日 午前9時～11時45分、午後1時～2時15分 毎週水曜日 午前9時～11時15分(第3水曜日を除く)	保健センター	不要
		毎月第3水曜日 午前9時30分～11時15分	東部市民センター	
生活習慣病 予防相談	健康相談、栄養相談、尿検査、血圧測定	毎週月曜日 午前8時40分～正午、午後1時～4時	保健センター	保健センター (予約制)
歯の健康相談	歯科健康相談	毎週月曜日 午前9時～正午、午後1時～4時		

保険年金課 (☎ 76 - 1123)

種類	とき	ところ	対象・料金・申込みなど
特定健康診査	受診期間 2月14日(金)まで	市内の指定 医療機関	対象 昭和55年3月31日以前に生まれた方で、市国民健康保険または 後期高齢者医療制度に加入している方 ※対象者には市から受診券、医療 機関一覧表を送付済みです。(4月2日以降の加入者は申し出により受診券を送付) 申込み 市内指定医療機関 問合先 保険年金課
特定保健指導	受診期間 5月31日(日)まで(特定健康診査 の受診日によって異なります)	市内の指定 医療機関	対象 特定健康診査の結果、生活習慣の改善が必要と思われる方(後期高齢者医療制度の方を除く) ※対象者には特定健康診査を受けた医療機関から案内、または市から利用券を送付します。 申込み 市内指定医療機関 問合先 保険年金課

成人の検診

※対象の生年は和暦です。

保健センター (☎ 75 - 6471)

内容	とき	ところ	対象・料金・申込みなど
大腸がん検診 (便潜血反応検査)	※検体容器回収日の年間予定は、検体容器 発送時に通知します。		対象 30歳以上で市内に住民登録がある方 料金 500円 申込み 保健センター
子宮がん検診 (頸部のみ)	1月31日(金) 午前9時 ※今年度最後の検診 ~10時30分	保健センター	対象 20歳以上で市内に住民登録があり①~③のいずれかの方 ①奇数年生まれの方 ②偶数年生まれの方で平成30年度未受診の方 ③無料クーポン券が届いた方 定員 90人/回 料金 1,000円(70歳以上は500円) 申込み 保健センター
乳がん検診 (マンモグラフィ)	1月31日(金) 2月10日(月) 午前9時 ※今年度最後の検診 ~午後3時10分		対象 40歳以上で市内に住民登録があり①~③のいずれかの方 ①奇数年生まれの方 ②偶数年生まれの方で平成30年度未受診の方 ③無料クーポン券が届いた方 定員 120人/回 料金 1,000円(70歳以上は500円) 申込み 保健センター
乳がん検診 (超音波)	2月26日(水) 午前9時 ~10時10分		対象 30歳から39歳で市内に住民登録がある方 定員 60人/回 料金 1,000円 申込み 保健センター
肺がん検診 (喀痰検査)	受診期間 2月28日(金)まで ※詳細は、検体容器発送時に通知します。	容器に3日分の痰を とり、保健センター等 へ提出か各自で郵送	対象 50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)600以上の市内 に住民登録がある方 定員 なし 料金 500円 申込み 2月14日(金)までに保健センター
人間ドック	受診期間 2月14日(金)まで	市内の指定 医療機関	内容 身体計測・血圧・尿検査・血液検査・胃、大腸、胸部X線のがん検診 対象 40歳以上の市内に住民登録のある、国民健康保険被保険者・ 後期高齢者医療被保険者・協会けんぽ被扶養者 料金 国民健康保険被保険者・後期高齢者医療被保険者4,900円(70歳以上 1,900円) 協会けんぽ被扶養者6,780円(70歳以上3,780円) ※人間ドックを受診する際は各保険者から送付された受診券が必要です。 申込み 市内指定医療機関
子宮がん個別検診 (内診、視診、細胞診)	受診期間 3月31日(火)まで	市内産婦人科	対象 20歳以上で市内に住民登録があり①~③のいずれかの方 ①奇数年生まれの方 ②偶数年生まれの方で平成30年度未受診の方 ③無料クーポン券が届いた方 料金 頸部がん検診1,000円 頸部・体部がん検診2,000円 (70歳以上は500円)(体部がん検診は医師が必要と認めた方のみ) 申込み ①③の方:直接医療機関へ申込み ②の方:事前に保健センターに問い合わせください。 ※保健センターで平成30年度の受診の有無を確認し、検診票を郵送します。
乳がん個別検診 (マンモグラフィ)		みわレディース クリニック	対象 40歳以上で市内に住民登録があり①~③のいずれかの方 ①奇数年生まれの方 ②偶数年生まれの方で平成30年度未受診の方 ③無料クーポン券が届いた方 料金 1,500円(70歳以上は500円) 申込み ①③の方:直接みわレディースクリニック(☎76-2603)へ申込み ②の方:事前に保健センターに問い合わせください。 ※保健センターで平成30年度の受診の有無を確認し、検診票を郵送します。
いきいき世代個別 歯科健診	受診期間 3月31日(火)まで	市内実施歯科 医療機関	対象 40歳(昭和53年4月2日~昭和54年4月1日)、45歳(昭和48年4月2日~昭和49年4月1日) 50歳(昭和43年4月2日~昭和44年4月1日)、55歳(昭和38年4月2日~昭和39年4月1日) 60歳(昭和33年4月2日~昭和34年4月1日)、65歳(昭和28年4月2日~昭和29年4月1日) 70歳(昭和23年4月2日~昭和24年4月1日)、75歳(昭和18年4月2日~昭和19年4月1日) 申込み 直接実施歯科医療機関 ※対象者には案内はがきをお送りしています。
35歳 無料歯科健診	受診期間 3月31日(火)まで	市内実施歯科 医療機関	対象 今年度中に35歳の誕生日を迎える方(昭和59年4月2日~昭和60年4月1日 生まれの方) ※対象者には案内はがきをお送りしています。 申込み 直接実施歯科医療機関

健康づくり

保健センター (☎ 75 - 6471)

内容	とき	ところ	対象・料金・申込みなど
いきいき元気塾 【運動編】膝腰痛 があっても安心 “腰かけ元気体操”	①2月3日(月) 午前10時 ②2月17日(月) ~11時 ③2月14日(金) ④2月28日(金)	野口の郷 味岡市民 センター	内容 椅子に座ってできる簡単体操(筋トレ、ストレッチ) 対象 60歳以上 定員 野口の郷20人程度、小針の郷20人程度、味岡市民センター30人程度 申込み ①②1月15日~どちらか1日のみ選んで野口の郷(☎79-1188) ③④1月15日~どちらか1日のみ選んで保健センター(☎75-6471) ⑤1月15日~小針の郷(☎71-2370)
いきいき元気塾 【お口編】“認知 症予防は歯が命”	2月4日(火) 午前10時 ~11時	小針の郷	内容 オーラルフレイルに関する講話、口腔機能を高めるお口の体操など 対象 60歳以上 申込み 不要
笑いの泉 わっはっは講座	2月26日(水) 午前10時 ~11時	野口の郷	内容 笑いの効用に関する講話や脳トレ、わっはっは体操など 対象 60歳以上 申込み 不要
筋力アップのた めのトレーニング マシン講習会	2月7日(金) 午後1時30分 2月10日(月) ~3時30分 2月19日(水) 午前9時30分 ~11時30分 2月5日(水) 午後1時30分 2月18日(火) ~3時30分 2月13日(木) 午前9時30分 ~11時30分	野口の郷 小針の郷	野口の郷・小針の郷にあるトレーニングマシンは高齢者にも簡単に安全に 利用できます。健康運動指導士が安全かつ効果的なマシンの使い方をお伝え します。効果的に使うことでさらに筋力アップができます。 対象 60歳以上 ※時間内自由参加、午前10時30分~11時および午後1時30分~2時は柔 軟体操の指導を行います。
カラダによく 効く体操教室	2月6日(水) 午前10時 ~11時	西部コミュニ ティセンター	内容 カラダによく効く体操、ラジオ体操、ストレッチなど 対象 市内在住60歳以上 定員 15人 申込み 不要
牧連体操ズンドコ	2月12日(水) 午後2時~3時 2月27日(木)	保健センター	内容 「きよしのズンドコ節(氷川きよし)」の曲に合わせて、立ってでも座 ってでもできる、子どもから高齢者の方まで楽しめる元気になる体操です。 対象 どなたでも可 申込み 不要



市観光協会推奨品に新たに7品を追加。
生産者自慢の一品をぜひご賞味ください。
小牧のお土産としてもオススメです。



カリッとした食感と、
かりんとうのような
風味が特徴です。



あびす屋商店 (池之内☎79 - 8106)
かりんとうまんじゅう

田縣神社の五穀豊穡
等の由緒にちなんで
「おへそ」を模した
焼き菓子です。



御菓子所 武野屋 (久保一色☎76 - 2714)
子宝まんじゅう 太郎と花子

食物繊維たっぷりの
ごんぼです。一度食
べるとやみつぎに
なります。



デリカ食品工業 (入鹿出新田☎77 - 3166)
ごぼうのから揚げ

名古屋コーチンの
肉を使ったおいしい
ふんわり柔らかな
シュウマイです。
(冷凍食品)



デリカ食品工業 (入鹿出新田☎77 - 3166)
名古屋コーチンシュウマイ

黒ビールとシードルは
「こまき山」を、
信長麦酒は「信長」
をデザインした
ラベルです。



小牧小売酒販組合小牧支部 (中央☎77 - 4871)
こまき山シードル
小牧城信長麦酒
どす濃いこまき山黒ビール

推奨品一覧はこちら→



小牧市観光協会推奨品とは…

市内で製造または販売されている土産品の中の郷土色
に優れた物で、2年に1回開催される「小牧市観光協会
推奨品選定会」で認定されたものです。

