

ひとり ひとりに とどく つながる

広報

こまき

2022

11

15日号
No.1418

夢・チャレンジ 始まりの地 小牧



表紙の写真：小牧市民まつりの信長行列(10/16)

情報PICK UP

- ▶小牧市長選挙・小牧市議会議員補欠選挙・愛知県知事選挙
- ▶こまくる(こまき巡回バス)の車体に児童・生徒のポスターをラッピングします
- ▶高校生の皆さんとまちづくりスクールミーティングを開催しました!
- ▶市ホームページバナー広告募集中!

なるほど

- 令和4年度上半期の予算執行状況をお知らせします

えもんみっけ!

- 小牧の『ふるさと納税』を深掘り!

市公式LINEを
ご利用ください!

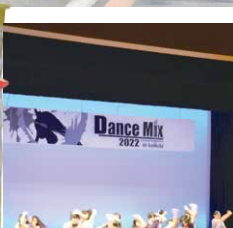
一人ひとりの
ニーズに合わ
せた情報をお
届けする「セグ
メント配信」を
開始!欲しい情報だけを受け
取れます!



SDGs 未来都市
こまき



まつり





第43回 小牧市民まつり



10/15 - 16 の 2 日間で
第 43 回小牧市民まつりを開催しました。

今年は 3 年ぶりの開催となり、「小牧山会場」「市民会館会場」「駅前会場」の 3 カ所で行われ、多くの来場者で賑いました。

当日は晴天となり、ステージイベントやパレードなどで大盛り上がりでした。



防災メモ 地震への備え①



普段くつろぐ居間や 寝室は安全ですか？

いつもいる場所に「落ちてくるもの」「倒れてくるもの」「割れてくるもの」「通路をふさぐもの」がないよう安全な空間づくりに努めましょう。詳しくは防災ガイドブック12ページをご覧ください。

【室内を安全にするポイント】

- ・重いものを棚や家具の上段に置かない。
- ・ガラス飛散防止フィルムを貼る。
- ・家具を固定しておく。など



市ホームページ▶

掲載している各種イベント等は、新型コロナウイルス感染症対策のため、急きょ中止・延期となる場合があります。

05 情報ピックアップ

小牧市長選挙・小牧市議会議員補欠選挙・愛知県知事選挙こまくる(こまき巡回バス)の車体に児童・生徒のポスターをラッピングします
高校生の皆さんとまちづくりスクールミーティングを開催しました！
市ホームページバナー広告募集中！
マイナンバーカード申請受付中！

09 なるほど

令和4年度上半期の予算執行状況をお知らせします

10 市からのお知らせ

11 健康通信

12 え〜もんみつけ！

14 絆

小牧警察署通信

15 フォトニュース

16 暮らしの掲示板

こまぶんだより

19 検診など



新型コロナワクチン接種に関するお知らせ

10月28日時点の情報をもとに作成しています。

■ オミクロン株対応ワクチン接種の接種可能な間隔が3カ月になりました

オミクロン株対応ワクチンは初回接種（1・2回目接種）を完了した12歳以上の全ての方が対象で、1人1回接種できます。

初回接種を完了した12歳以上で最終接種から3カ月以上経過している方は、接種可能です。

※10/30よりファイザー社ワクチンは、従来株とオミクロン株（BA.4・5対応型）に対応したワクチンでの接種を開始しています。

■ 小牧市に転入された方等への接種券発行について

初回接種、3回目接種、4回目接種を市外で接種された後、小牧市に転入された方や海外、製薬メーカーの治療で接種を受けた方は、専用フォームから接種券の発行申込みが必要です。

詳しくは市ホームページをご確認ください。



▲市ホームページ

問合先 新型コロナウイルスワクチン接種推進室 ☎ 39 - 6596

小牧市長選挙・小牧市議会議員補欠選挙・愛知県知事選挙

問合せ 選挙管理委員会 (☎ 76 - 1104)

小牧市長の任期満了 (R5/2/25(土)) に伴う小牧市長選挙および小牧市議会議員補欠選挙の期日を決定しました。

告示日

R5/1/29 (日)

立候補受付

R5/1/29 (日)

8:30 ~ 17:00

投票日

R5/2/5 (日) (県知事選挙と同時)

●小牧市長選挙 立候補予定者説明会

時 12/22(木)
13:00~

所 大会議室 (東庁舎5階)

●小牧市議会議員補欠選挙 立候補予定者説明会

時 12/22(木)
15:30~

所 大会議室 (東庁舎5階)

※説明会は1人の立候補予定者につき、3人(立候補予定者を含みます)までの入場とさせていただきます。

投票に
出かけましょう



小牧市の過去の投票率

選挙名	過去に選挙が行われた年		
	平成23年	平成27年	平成31年 (令和元年)
小牧市長選挙	52.13%	41.94%	41.92%
愛知県知事選挙	52.15%	42.06%	41.90%
愛知県議会議員一般選挙	35.06%	33.91%	無投票
小牧市議会議員一般選挙	47.11%	50.42%	41.44%

近年、投票率が低下している選挙も少なくありません。投票日の投票はもちろん、投票日に予定のある方は**期日前投票**を利用しましょう。投票することで、あなたのより良い未来を選びましょう。

令和5年には、市で **市長選挙 市議会議員補欠選挙 県知事選挙 県議会議員一般選挙 市議会議員一般選挙** と多くの選挙が予定されています。

政治家の禁止行為

みんなで徹底しよう
三ない運動

贈らない!
求めない!
受け取らない!

これらのものも、政治家の寄附禁止の対象となります。

秘書等が代理で出席する場合の結婚祝

地域の運動会・スポーツ大会への飲食物等の差入

お祭りへの寄附・差入

町内会の集会・旅行等の催物への寸志・飲食物の差入

落成式・開店祝等の花輪

病気見舞

お歳暮・お年賀

入学祝・卒業祝

葬儀の花輪・供花

秘書等が代理で出席する場合の葬儀の香典

上図の政治家の寄附禁止以外でも、選挙ではいけないことが法律で定められています。

- ・選挙人にお金や物を渡して投票を依頼する(投票買収)
- ・候補者のポスターにいたずらをしたり破ったりする(選挙の自由妨害)
- ・候補者が知人などの家を訪ねて投票依頼をする(戸別訪問の禁止)
- ・区長や民生委員などがその地位を利用した選挙運動をする(地位利用の禁止)

こまくる（こまき巡回バス）の車体に 児童・生徒のポスターをラッピングします



問合せ 都市整備課 (☎ 76 - 1138)、市民安全課 (☎ 76 - 1137)

小中学生が作成した「公共交通利用促進ポスター」、「交通安全・防犯ポスター」の中から、公共交通利用促進協議会、小牧市交通安全防犯対策協議会が選定した優秀作品（特別賞）を、こまくるの車体にラッピング（11月中旬から1年間）します。

また、「公共交通利用促進ポスター」のうち、特別賞、入選作品を除く31点をこまくるの車内で展示（11月～12月）、「交通安全・防犯標語」の特別賞作品をこまくるの車内のデジタルサイネージで展示（12月～1月、以降随時1年間）します。

【特別賞】公共交通利用促進ポスター



たかの ふるか (本庄小4年)



そが あかね (村中小6年)



いながき かずと (応時中1年)



つちや りゅうた (応時中3年)



みなみ めいな (桃陵中3年)

入 選

おくだ ふるか (味岡小1年)	あだち ゆうき (北里小5年)
あだち のぞみ (北里小2年)	さとう 有紗 (応時中1年)
かたの りんか (本庄小2年)	ひがしぞの 日和 (応時中2年)
みずの れいと (小木小2年)	ひさだ な 菜柚 (応時中3年)
ひろせ あきと (小木小4年)	よしだ 有佑 (応時中3年)
あきと 晃都 (小木小4年)	吉田 有佑 (応時中3年)

公共交通利用促進ポスター展

(特別賞、入選作品を展示します)

■中央図書館 1階イベントスペース
11/22 (火)～27 (日)

■まなび創造館 (ラピオ5階)
センターモール
12/17 (土)～26 (月)

【特別賞】交通安全・防犯ポスター



あさい かなほ (本庄小5年)



おがた こたろう (小牧南小6年)



まぜ けんた (応時中1年)



こにし いちろ (北里小2年)



みずた ゆい (北里中3年)

交通安全・防犯ポスター・標語展

(特別賞、入選作品を展示します)

■まなび創造館 (ラピオ4階) ギャラリー
11/19 (土)～20 (日)

※ギャラリーの開場時間は 10:00～15:00

■中央図書館 1階イベントスペース
11/22 (火)～27 (日)

【特別賞】交通安全・防犯標語

「オレオレ」を受けたらまずは 名を聞こう
鍵かけて 家族を守る 思いやり
かけましょう 自転車も家も ツーロック
いけるでしょ そんな気持ちが 事故の元
かぶるだけ 命を守る ヘルメット

しみず りん (小牧中2年)
清水 璃桜
こめたに りせ (本庄小5年)
米谷 梨世
しみず そう (小牧小6年)
清水 壮
はたじり りゅうが (小木小4年)
畑尻 琉雅
かとう りひと (小牧南小6年)
加藤 理人



高校生の皆さんと まちづくりスクールミーティングを開催しました！

問合先 広報広聴課 (☎76-1101)

10/18
開催

テーマ

「住みたい・住み続けたい『まち』
ってどんな『まち』？」

@ 小牧南高等学校

若い世代のアイデアを集めるだけではなく、これからの小牧を担う高校生の皆さんにまちづくりについて関心を高めるとともに、「自分たちにできることは何か」という視点を持ち、主体的にまちづくりに関わろうという意識を育んでいただくため、スクールミーティングを開催しました。

まちづくりスクールミーティングは、小牧市地域ブランド戦略アクションプランのコマキッズドリームプロジェクト「まちづくりチャレンジ」の一環として実施しています。



「駅のようなバス停を作る」

「伝統街とブランド街を作る」

「心と体を鍛えて、セカンドライフを楽しむ」

などのアイデアを山下市長に発表し、市長からも生徒に質問するなど、大変活発なスクールミーティングになりました。



小牧南高校の生徒、13人が参加しました！
たくさんのユニークなご意見、ありがとうございました！



市長のコメント



おもしろい意見がたくさんありました。まちづくりは行政だけではできません。皆さんも今日をきっかけに、まちづくりに関心を持ちつづけてくれると嬉しいです。
本日出た意見は、持ち帰って、市役所内でも共有します。皆さんも頑張ってください！



▲市ホームページで、当日出た意見や参加者の感想などを確認できます。

市ホームページバナー広告募集中!

情報Pick Up

市が所有する資産を広告媒体として活用し、自主財源を確保するため、市ホームページ(トップページ)に掲載する有料広告を募集します。トップページは年間数十万件のアクセスがありますので、広告効果が期待できます。

問合せ先 広報広聴課
〒485-8650 住所不要
☎ 76-1107

- 1 掲載場所** 市ホームページトップページの下部
※掲載位置の指定は不可
(順番はランダムで変更)
- 2 掲載期間** R5/1/16(月)～R6/1/15(月)
※1カ月単位で連続した複数月の申込み可
- 3 規 格** 縦45ピクセル×横175ピクセル(GIFまたはJPG形式の画像 ※7KB以下)
- 4 料 金** 10,480円/1枠(月額)
- 5 募集枠数** 20枠(上限に達し次第受付終了)



■選考方法 広告掲載基準に基づいて審査・決定

■提出書類

申込書(広報広聴課、市ホームページに用意)、
広告原稿および広告原稿のデータ、会社案内、納
税証明書など

■申込み

12/16(金)(必着)までに、提出書類を郵送ま
たは直接広報広聴課
※データはUSBメモリ等で直接お持ちいただくか、
Eメール等でお送りください。

※提出書類など、詳しくは市ホームページをご覧
いただくか、広報広聴課までご連絡ください。

小牧市 ホームページバナー広告



マイナンバー
カード



の取得でマイナポイントが
最大 **20,000**円分!!

マイナポイントの受け取りができる
マイナンバーカードの申請期間を
12月末まで延長!!

<マイナンバーカードの作成・交付に関する問い合わせ>

市民窓口課 ☎ 76-1122

マイナンバーカードについて▶



マイナポイントについて▶



<マイナポイントに関する問い合わせ>

☎ 0120-95-0178(音声ガイダンスに従って、「5番」を選択してください)



令和 4 年度上半期の予算執行状況 をお知らせします



問合先 財政課 (☎ 76 - 1190)

市では、市民の皆さんの市政に対する理解を深めるため、年 2 回各会計の財政状況を公表しています。

一般会計

予算現額	収入済額	収入率(%)	支出済額	執行率(%)
633 億 5,647 万円	302 億 1,403 万円	47.7	235 億 494 万円	37.1

特別会計

会計名	予算現額	収入済額	収入率(%)	支出済額	執行率(%)
土地取得	28 万円	22 万円	78.6	6 万円	21.4
国民健康保険事業	125 億 2,549 万円	46 億 6,261 万円	37.2	54 億 9,430 万円	43.9
文津土地区画整理事業	5 億 1,865 万円	2 億 4,303 万円	46.9	2 億 905 万円	40.3
岩崎山前土地区画整理事業	4 億 6,448 万円	1 億 660 万円	23.0	6,769 万円	14.6
小牧南土地区画整理事業	4 億 2,671 万円	1 億 9,266 万円	45.2	1 億 5,350 万円	36.0
本庄土地区画整理事業	8,968 万円	1,097 万円	12.2	593 万円	6.6
介護保険事業	91 億 6,223 万円	39 億 678 万円	42.6	36 億 222 万円	39.3
後期高齢者医療	39 億 3,265 万円	15 億 3,898 万円	39.1	11 億 5,168 万円	29.3

企業会計

企業会計名		予算現額		収入金額	収入率(%)	予算現額	支出金額	執行率(%)
	病院事業	収益の収支	235 億 766 万円	111 億 8,485 万円	47.6	260 億 1,816 万円	130 億 1,829 万円	50.0
		資本の収支	9 億 1,835 万円	4 億 6,660 万円	50.8	21 億 1,455 万円	12 億 5,660 万円	59.4
	水道事業	収益の収支	29 億 6,556 万円	14 億 740 万円	47.5	28 億 1,319 万円	12 億 1,314 万円	43.1
		資本の収支	5 億 483 万円	6,307 万円	12.5	46 億 7,289 万円	3 億 6,537 万円	7.8
	下水道事業	収益の収支	31 億 17 万円	15 億 6,387 万円	50.4	30 億 4,547 万円	13 億 8,662 万円	45.5
		資本の収支	15 億 9,825 万円	4 億 268 万円	25.2	22 億 5,091 万円	8 億 468 万円	35.7

市債 施設整備などの資金として借り入れているお金です。

目的	現在高
病院事業債	160 億 4,276 万円
下水道事業債	78 億 3,077 万円
教育債	42 億 6,335 万円
土木債	15 億 2,051 万円
民生債	13 億 1,671 万円
水道事業債	10 億 2,736 万円
区画整理事業債	9 億 4,692 万円
消防債	2 億 6,801 万円
その他	4 億 9,404 万円

財産 市の土地・建物・貯金・出資金です。

土地	3,356,422 ㎡
建物	440,633 ㎡
基金(貯金)	273 億 5,267 万円
出資金	9 億 9,045 万円

経費の節減合理化と予算の適切かつ効率的な執行に努めています。



電力・ガス・食料品等価格高騰 緊急支援給付金

緊急支援給付金コールセンター (☎ 54-1517)

物価高騰による負担増を踏まえ、生活・暮らしへの支援のため給付金を支給します。

＜住民税非課税世帯＞ 9/30 時点で市内に住民登録がある世帯で、その世帯に属する方全員が以下の2つの要件のいずれも満たしている世帯

- (1) 令和4年度市民税（均等割）が課税されていない
- (2) 市民税が課税されている方の扶養親族のみの世帯でない

支給額 1世帯あたり 50,000円

手続方法 ①支給対象と見込まれる世帯に、11月中旬から順次、確認書などを郵送します。②確認書が届きましたら内容を確認のうえ必要事項を記入して市へ返送してください。

※ R5/1/31 (火) (当日消印有効) までに確認書が市へ返送がされていない場合、支給できません。

受付期間 R5/1/31 (火)まで

＜家計急変世帯＞

上記に該当しない世帯のうち、予期せず令和4年1月～12月までの家計が急変（収入が減少）し、その世帯に属する方全員が、住民税非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯

支給額 1世帯あたり 50,000円

手続方法 コールセンターへご相談いただき、緊急支援給付金受付窓口へ申請してください。（給与明細等収入が確認できる書類等が必要）

申請期間 11/21 (月)～ R5/1/31 (火)

歴史館の休館

文化財課 (☎ 76-1189)

展示改修に伴い、12/1 (木)～ R5/3/31 (金)は休館します。



詳しくはこちら▶

消費者トラブル情報

消費生活センター (☎ 76-1119)



実在する会社をかたるフィッシングメールに注意!!

★トラブル事例

大手販売サイトからクレジットカード番号を登録し直すようにとのメールが来たので、記載されていたURLをクリックし、名前やカード番号を入力した。その後、約2万円分のカード利用がされていたことが判明した。

★消費者へのアドバイス

- ◎実在する会社をかたり、パスワードやアカウントID、暗証番号、クレジットカード番号などの情報を詐取するフィッシング詐欺の手口が多く発生しています。
- ◎メールに記載されたURLには安易にアクセスせず、事業者の正規のホームページでフィッシング詐欺に関する情報がないか確認しましょう。
- ◎不安に思った場合やトラブルになった場合は、すぐに消費生活センター、または☎「188 (いやや)」(消費者ホットライン) に相談しましょう。

市からの お知らせ

施設予約システムの更新に係る 利用者登録申請について

文化・スポーツ課 (☎ 76-1167)
パークアリーナ小牧 (☎ 77-7712)

市施設予約システムを更新することに伴い、施設の利用予約・抽選方法がオンラインに変わります。R5/1/4 (水)以降に下記公共施設を予約するには、事前に施設予約システムへの登録が必要になります。なお、現在の施設予約システムで登録済の方も、改めて申請が必要になります。

対象施設 スポーツ施設・文化施設・勤労センター・コミュニティセンター・市民センター・まなび創造館・青年の家、創垂館・公園（グラウンド・テニスコート）

申込み 11/30 (火)までに、市ホームページの申込フォームまたは申請書をダウンロードして各登録窓口へ（12/1 (木)以降は登録に時間がかかりR5/1/4 (水)以降に利用予約ができなくなる可能性があるため、11/30 (火)までの申請にご協力をお願いします）

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ▶

第4回定例会（12月議会）

議会事務局 (☎ 76-1168、76-1169)

第4回定例会（12月議会）は、11/30 (水)に開会予定です。議事日程は変更となる場合がありますので、詳細は市議会ホームページでお知らせします。小牧市議会公式YouTubeチャンネルでライブ中継をします。

※本会議のみケーブルテレビでもライブ中継をします。

市議会ホームページ▶



防災公園の認可に伴う関係図書の 縦覧について

防災危機管理課 (☎ 76-1171)

愛知県が豊山町と隣接する下小針天神二丁目、多気東町の一部の地域に計画する防災公園の認可がされたので、関係図書を縦覧しています。

健康通信

大動脈弁狭窄症



循環器内科 部長医師

加納 直明

心臓には4つの弁が存在し、血液の流れを一方方向に維持する役割を果たしています。この心臓弁の機能が悪くなる病気を「心臓弁膜症」といいます。「大動脈弁狭窄症」はこの心臓弁膜症のうちの一つの種類です。

大動脈弁狭窄症は、心臓の左心室と大動脈の間にある、心臓の出口の扉の役割をする「大動脈弁」が何らかの原因により固くなり開放が悪くなった結果、全身に血液を送りにくくなる状態になります。常に心臓に負担がかかるため、息切れ、胸の痛み、足のむくみ、動悸、倦怠感、意識消失などの症状がみられるようになります。しかしながら、この大動脈弁狭窄症は長い年月

をかけてゆっくり進行するため初期には自覚症状として気づきにくく、また加齢に伴う体の変化と似ていることから、「年のせい」と考えて見落としがちな病気の一つです。大動脈弁狭窄症の診断は主に聴診で心雑音を聴取することで診断に至ることが多いため、定期的な聴診や検査を行うことで早めに気づくことが可能です。

この大動脈弁狭窄症は自然治癒することはなく、一方的に進行していく病気です。重症の大動脈弁狭窄症まで進行した場合、従来の治療は開胸手術で心臓の弁の交換を行う外科的治療が行われてきました。しかしながら高齢の患者さんの場合、手術のリスクが高

いたためにその決断が出来ず、治療を諦めるということが少なくありませんでした。

カテーテルを用いて大動脈弁置換術を行う治療を経カテーテル的大動脈弁置換術（TAVI）と言います。

2002年にヨーロッパでTAVI治療が始まり、日本では2013年に保険適用の対象となりました。TAVIは開胸することなく、また心臓を止めることなく大動脈弁の治療をすることが可能であり、患者さんへの身体的負担が少ないことや入院期間が短いことが特徴です。多くの場合は太ももの付け根にある血管から弁を装着したカテーテルを挿入し、大動脈を経由して人工の大動脈弁を留置する「経大動脈アプローチ」で行われます。弁は留置した直後から機能しており、TAVI翌日にはお食事をつたり歩くことが可能になります。その後、概ね1週間程度で退院となります。

このように近年大動脈弁狭窄症に対して治療の選択肢が増えています。年齢、身体機能、併存している病状、血管の状態、大動脈弁の解剖学的要因などを評価して、手術治療、TAVI

のいずれが適切であるかのご説明をさせていただきます。高齢だからと諦めずにそれぞれの治療法を理解したうえで、ご自身の価値観やご希望に沿って最適な治療を受けることが可能な時代となっています。

近年の循環器治療は目覚ましい進歩を遂げており、当院としましては常に最新で最適な治療を提供出来るように今後も努力して参ります。聴診で雑音を指摘されたり、息切れの自覚が出てきた際にはいつでもご来院頂ければと思います。



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 204



1位

一番人気はおせち料理!



2位

小牧市のふるさと納税を担当しているのは、市役所3階にある商工振興課新産業創出係です。

ふるさと納税のこと、ご存じですか。テレビCMやSNSで見ただけでなく、利用されたことがある方も多いのではないのでしょうか。現在、小牧市もふるさと納税に取り組んでおり、寄附金ランキングは、県内54市町村の中で、第6位です。市外の人にとって、小牧が魅力ある市なのか、返礼品が魅力的なのか。市としてもふるさと納税に力を入れていると聞きつけ、商工振興課・上前奈菜子さんに詳しい話を聞いてきました。

小牧の『ふるさと納税』を深掘り!

総務省(国)が管轄するふるさと納税は、生まれ故郷や応援したい自治体に寄附をすることができるといって、寄附金のうち2,000円を超える分は所得税の還付や住民税の控除が受けられます。たくさんあるメリットの中でも一番の魅力は、寄附をした地域の名産品などを返礼品としてもらうことができることです。

ふるさと納税では、寄附金の使い道を指定でき、小牧市では8つの選択肢があります。令和3年度に最も多く選ばれたのは「こども夢・チャレンジ、教育応援コース」で、寄附金全体の38.1%を占めています。その次が「市長におまかせコース」で、全体の33.2%を占めています。



3位

人気の返礼品はなに?

小牧市のふるさと納税返礼品は、10月12日現在、ふるさとチョイス・楽天など8つのポータルサイトで見ることができ、322品の返礼品が登録されています。

その中で人気がある返礼品第1位はおせち料理、第2位はおしりふきシート、第3位は名古屋コーチン鍋セット、第4位は大麦若葉100%青汁、第5位はコモンパン長持ちセレーションです(令和3年度実績)。特に消耗品や食べ物、季節商品などが人気とのことでした。

4位





300品以上ある返礼品の中には、犬用のお散歩ソックスやキャンプ・アウトドア用品、ブローチ、ネックレス、イヤリング、武将の花押印セッ トなど、小牧をぎゅっと詰め込んだような多彩な品が揃い、見ているだけでも楽しめます。



5位

市の名産である桃やぶどうも、シーズン限定で出されています。

返礼品がもらえないから興味がない、なんて言わないで、小牧の返礼品も見てください。『物づくり小牧』を象徴する工芸品や、こんなユニークな物も小牧で作っているの？など、小牧って面白い！と思える品々が満載です。

返礼品に 登録するには

市のふるさと納税の返礼品として商品を登録することとは、どの事業者でもできます。登録方法は、登録したい商品を商工振興課に申請、その後、総務省が提示している規定に合っているかどうかの審査があります。審査を通ると、市の返礼品として登録されます（詳しくは、商工振興課まで問い合わせください）。
返礼品には品目の規制はありませんが、「市内で作っているもの」「市税を滞納していないこと」が必須の条件になっています。1事業者で、複数の商品を登録することも可能です。

市民レポーターが注目した返礼品



わしょく亭秀瑠さんの「黒糖 LOVE 最中」に注目！可愛らしいピンクの皮に黒糖のアイスです。

返礼品の中に卵・小麦粉不使用のアイスがあるのは、アレルギーの子がいる親としてはとても嬉しかったです！ネット販売もありますよ。



返礼品の中で目に留まったのが惑星けん玉。水金地火木土天海の8個セット。遊ぶのはもちろんのこと、見た目がとても綺麗でインテリアとして飾るのにもよさそうだし、惑星の順番も覚えられそう！

しかも養蜂業の愛光園さんの商品というのがまた面白い！

本社が小牧市にあっても、生産している工場が市外にある場合、小牧の返礼品には登録できません。ほかに賞味期限が短いものはダメだそうです。個人、法人は問わないので、個人事業主でも登録できます。

市では、返礼品の数を増やしたいと考えており、商品の申請は大歓迎のことでした。実際にふるさと納税に商品

を登録したお店や会社からは、「商品のイメージアップにつながった」「お客様の信頼度が上がった」という喜びの声が届いています。

市の担当・上前さんは「ふるさと納税という制度を利用して頂いて、小牧市にあるお店の商品、小牧市の名産品、工業製品などを全国の皆さんにPRできると良いと思います。また、市の商工業が発展

していければと思っています」と語ってくれました。ふるさと納税が盛り上がることで、地域活性化へとつながっていきま す。市のさらなる発展が楽しみです！

編集後記



ヤンメイ

尾張地区で一番選ばれているのが小牧市だとは知りませんでした。小牧市民として誇らしい気持ちです。早速、市外に在住の親戚や知人に「ふるさと納税をするなら小牧市にね」と声をかけたいと思います。



つつき

私自身もふるさと納税をやっていますが、小牧市のことについては全く知りませんでした。ここまでふるさと納税に力を入れていけることにも驚きでしたし、返礼品も魅力的な商品ばかりで目移りしてしまいました。

今回の取材先

地域活性化営業部
商工振興課

住所…堀の内3-1
電話…76-11112

写真はイメージで、寄附金により内容が変わるものがあります。詳しくは、SNS サイト等でご確認ください。



絆

-KIZUNA-

光ヶ丘小学校区地域協議会 ミュージックフェスティバル

10/10、光ヶ丘小学校体育館で「ミュージックフェスティバル」が開催されました。

このイベントは、コロナ禍において地域のさまざまなつながりの機会が減少する中、誰もが楽しめる「音楽」を通じて、地域のつながりの機会を提供したいという想いから、地元の光ヶ丘中学校吹奏楽部や地域で音楽活動をされている個人や団体などを招き、地域に密着したミニコンサートを光ヶ丘小学校区地域協議会が企画したものです。

当日は、子どもから高齢者まで170人以上の地域住民が参加し、大いに盛り上がりしました。

出演した「野口区こども太鼓」の野村真冴也さんは、「地域の秋祭りなど、今年からようやく発表の場が増えてきた。練習は大変だけど、大勢の人の前で太鼓を演奏するのはやっぱり楽しい」とうれしそうに話しました。



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**

こまき山ボリス

みんなでつくろう安心の街！
～「犯罪にあわない」「犯罪を起こさない」「犯罪を見逃さない」～

夕方の5-7(ゴーナナ)は“魔の時間”
おでかけの際は、明るい服装と
反射材の活用を!!

☆歩行者の皆さんへ
反射材は、とても目立ちます！

☆運転手の皆さんへ
夕暮れ時の前照灯の早めの点灯をお願いします！(11・12月の点灯時刻の目安は、午後4時です)

広げよう支援の輪
～あなたの思いやりと理解が犯罪被害者等の支えになります～

◎ **11月25日(金)から12月1日(木)は、「犯罪被害者週間」です。**

犯罪被害者等(犯罪被害者やその家族またはその遺族をいう)は、生命、身体、財産上の直接的な被害だけではなく、眠れないなどの心身の不調に悩まされることがあります。また、多くの方が、いわゆる二次的被害と呼ばれるさまざまな問題に苦しんでいます。犯罪被害は、いつ誰の身に起こるかわかりません。犯罪被害者等が、被害から少しでも早く立ち直り、平穏な生活を取り戻すことができるように、社会全体で支えていきましょう。

あなたからの情報で犯人逮捕！
～皆さんからの情報が犯人逮捕につながります。捜査にご協力を～

事件を解決するために、あなたが見たこと、聞いたこと、気づいたことを警察に知らせてください。あなたの勇気ある一言が、犯人を検挙に追い込み、事件を解決し、新たな被害を防ぐことにもつながります。

◎ **犯罪について知っていることは積極的に通報を！**

過去の例を見ると、事件現場付近にあった不審な車のナンバーをメモし、それを警察に通報していただいたなど、皆さんからの情報提供によって事件が解決したケースは数多くあります。

◎ **聞き込み捜査にご協力を！**

聞き込み捜査とは、事件が発生したとき、捜査員が皆さんのご自宅などを訪問して、犯人や事件の手がかりとなるさまざまな情報をお聞きする捜査活動のことです。

あなたの目で見たと、耳で聞いたことを捜査員にそっと話してください。あなたが提供してくださったその一言が事件を解決する重要なカギとなります。情報を提供してくださった皆さんの個人情報を知られることはありません。



10/13

緊密な相互連携と協働による活動を推進します



市役所にて花王グループカスタマーマーケティング(株)との包括連携協定締結式が行われました。

これは、緊密な相互連携と協働による活動を推進し、地域のニーズに迅速かつ適切に対応し、市民サービスの向上および地域の活性化を図ることを目的として締結したものです。

10/13

実りの秋に笑顔で収穫♪



三ツ渚小学校で、6/9に植えた稲の刈り入れが行われました。

この日は、地域のボランティア、PTAの指導・協力の下、児童らは、田んぼに実った稲の刈り取りを一株一株手作業で行いました。

地面はぬかるみ、足が泥にはまってしまう児童もいましたが、普段なかなかできない経験に、児童は笑顔で取り組みました。

10/14

特殊詐欺にお気を付けください！



中日信用金庫藤島支店、小牧藤島郵便局、西友藤島店のATM付近で、年金支給日に合わせ特殊詐欺防止啓発キャンペーンを行いました。

市内では特殊詐欺の認知件数が急増しており、小牧警察署と連携し、被害防止対策を推進しています。

この日は小牧警察署や尾張県民事務所、地域の防犯パトロール団体とともに、金融機関・ATMの利用者や買い物客などに啓発品を渡しなが、特殊詐欺防止を呼び掛けました。

10/18

「光ヶ丘小学校区における移動販売の試験実施」が行われています



この取組は、高齢等の理由で、買い物に不便を感じている住民への支援策として、光ヶ丘小学校区地域協議会（健康・交流部会）が企画したものです。本年7月頃から区（自治会）を通じて、ニーズや販売候補地を調査し、社会福祉協議会、ローソンストア100との協働で、主に食料品の移動販売をこの10月から試験的にスタートしました。

今後は事業を継続しながら、更なるニーズ把握に努めるとのことです。



移動子育て 12月日程

- 時** 12/7、14(水) 10:00～13:00
所 12/7: 岩崎団地ふれあい会館
 12/14: 上未会館
対 市内在住で、0～3歳(年少前)のお子さんと保護者
他 駐車場に限りがあります。
問 すくすくパオーンルーム(子育て支援室) ☎ 41-3223

多胎家族応援講座 ツインプルファミリー

- 内** 多胎妊婦や多胎育児家族の交流、情報交換ができます。安心して、過ごしていただけるように、職員がお手伝いします。
時 12/11(日) 11:00～正午
所 ラピオ3階 クラブ室
対 多胎妊婦と0～3歳(年少前)の多胎育児家族
 ※ 兄弟(未就学児)、保護者のみの参加可
定 10組
申 申込フォームにて常時受付
他 オンラインツインプルファミリーと並行して参加可
問 すくすくパオーンルーム(子育て支援室) ☎ 41-3223

申込フォーム▶



こまきクリップ おたより募集中!

おたより方法: メールまたは封書で、メッセージやエピソードとあわせて、氏名(ペンネーム可)と連絡先を記入。メールの場合は題名に「こまきクリップ」と記載してください。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

送付先

【メール】 koho@city.komaki.aichi.jp

【封書】 〒485-8650 住所不要
広報広聴課まで

詳しくはこちら▶



くらしの掲示板

掲示板では要点のみを掲載しています。
 詳しい内容は、各施設・各担当課・ホームページなどでご確認ください。

※費用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

内 容	時 日	時 間	所 場	講 師	講 義	講 師	講 義	講 師	講 義	講 師	講 義	講 師	講 義
定 員	持 持	持 持	申 申	申 申	他 他	他 他	他 他	他 他	他 他	他 他	他 他	他 他	他 他

産前ヨガ

- 内** 妊娠中の運動不足を解消しながら、心も体もリフレッシュしましょう。
時 12/8(木) 13:30～15:00
所 ラピオ3階 クラブ室
対 市内在住で、妊娠安定期16～36週未満の主治医の許可がある健康な妊婦(初回の方優先)
定 20人《託児5人3歳まで(年少前)(要予約)》
持 親子健康手帳、バスタオル1枚、フェイスタオル1枚、水分、動きやすい服装、脱げる靴下
申 11/21(月)～12/7(木)に申込フォーム
問 すくすくパオーンルーム(子育て支援室) ☎ 41-3223

▲申込フォーム



ステップアップ講座 「親子の片づけアドバイス」

- 内** 大切な子どものために、未来のために、ママも家族も笑顔になれる片付け術
時 12/6(火) 10:00～11:15
所 ラピオ4階 多目的室1.2
対 0～3歳(年少前)までのお子さんをお持ちの市内在住の保護者
 ※ 保護者のみの参加
定 10人《託児10人 開催日に生後6カ月～年少前 ※要予約》
申 11/21(月)～12/5(月)に、申込フォーム
問 すくすくパオーンルーム(子育て支援室) ☎ 41-3223

申込フォーム▶



こども

子育てサロン ～はじめまして～

- 内** 子育てについての情報交換やママ友作りをしましょう。
時 12/2、16(金) 13:30～14:30
所 ラピオ3階 クラブ室
対 市内在住で生後4～7カ月のお子さんと母親で、2回とも参加可能な方
定 8組程度(先着)
持 バスタオル1枚、お気に入りのおもちゃ
申 11/21(月)～12/1(木)に申込フォーム
問 すくすくパオーンルーム(子育て支援室) ☎ 41-3223

▲申込フォーム



妊婦さんとその家族の応援講座 「あつまれ!! たまごファミリー」

- 内** 講師の先生から、赤ちゃんとの関わり方を聞いたり、リフレッシュできるお楽しみもあります。
時 12/18(日) 10:00～11:45
所 ラピオ3階 クラブ室
対 市内在住の妊婦とその家族
 ※ 妊婦のみまたはその妊婦を支える家族の方との参加も可能
定 25組程度(先着)
持 親子健康手帳
申 申込フォームより随時受付
問 すくすくパオーンルーム(子育て支援室) ☎ 41-3223

▲申込フォーム



※新型コロナウイルス感染症対策のため、内容などが変更になる場合があります。

生涯現役就労サポート センター無料出張相談

- 内** 就労に関する相談（例：定年退職準備、再就職の不安や疑問等）
時 12/6（火）11:00～、13:00～、14:00～（各回 50 分）
所 本庁舎 3 階 301 会議室
対 55 歳以上の求職者（雇用保険受給者の方は求職活動の実績になります）
定 3 人（先着）
申 電話で商工振興課

【必要事項】

- ①希望時間②住所③氏名④年齢
 ⑤日中の連絡先⑦雇用保険求職活動認定事業受講証明書の要不要

問 商工振興課 ☎ 76-1134

シニア向けスマホ教室 「はじめての LINE 講座」

- 内** シニア向けに LINE について、わかりやすく説明します。家族や友人とのコミュニケーションに大変便利な LINE について学び、スマホをさらに活用しましょう。
時 12/12（月）10:30～12:00
所 ワクティブこまき 多目的室
定 20 人（抽選）
申 11/30（水）までに、申込フォームまたは電話で健康生きがい推進課
問 健康生きがい推進課 ☎ 39-6568

申込フォーム▶



「現役労働者向けセミナー」 ～その人らしい生きがいづくり～

- 内** セカンドライフを健康に過ごすためには「生きがい」と「学び」を持つことが大切です。これからのライフプランを一緒に考えてみましょう。
時 12/18（日）10:30～11:15
所 ワクティブこまき 多目的室
定 30 人（先着）
申 12/12（月）までに、申込フォームまたは電話で市社会福祉協議会ボランティアセンター（☎ 77-0636）
問 健康生きがい推進課 ☎ 39-6568

申込フォーム▶



会計年度任用職員 求人情報

- スクールサポーター**
 期間：R5/1/6（金）～
 申込：12/2（金）（消印有効）まで
 ■**支援センター保健師
 一時預かり補助指導員
 支援センター指導員**
 期間：勤務できる日～R5/3/31（金）
 申込：随時募集
 ■**市民病院（一般事務）**
 期間：R5/1/4（水）～3/31（金）
 申込：11/30（水）（必着）まで

詳細は、
ホームページを
ご確認ください。



市

市民病院

催 し

こまき e- コミュニティー ネットワーク 【スマホ・パソコン講座】

- 内** ① Excel マクロ 基礎②パソコンで
 もっともっと遊ぼう part 1③スマホ
 入門 活用編④遊び感覚でプログラ
 ミング⑤初めてのワード（初心者）
所 市公民館 4 階
対 18 歳以上の方
申 講座開始日の 2 週間前（必着）ま
 でに、①往復はがきに必要事項を
 記入し、郵送または返信用はがきを
 直接窓口②Webから申込み
他 内容により受講料が異なります。詳しくは下記 QR コードからご覧ください。
問 こまき e- コミュニティーネットワーク
 〒485-0041 小牧 2-107 市公民館
 4 階 ☎ 090-6805-1216

詳しくはこちら▶



福祉・健康

こまき山体操入門 ～手軽にかたん介護予防～

- 内** 介護予防に効果のある市独自の介護予防体操（こまき山体操）を定期的に行う教室を開催します。こまき山体操は、相撲の型や四股の動きを取り入れた体操で、「誰もがどこでも気軽に出来る」ものです。

開催日	申し込み開始日 ※前月の 15 日（土・日、祝日除く）から開始
12/5、19（月）	11/15（火）
R5/1/16（月）	12/15（木）

時 教室の開催時間は全て 10:00～11:00

所 ふれあいセンター 3 階 大会議室

定 20 人（先着）

持 空のペットボトル（500ml）2 本、飲み物（水分補給用）

申 電話で地域包括ケア推進課

問 地域包括ケア推進課

☎ 76-1188

募 集

こまき市民文化財団（臨時職員）

- 内** 経理等の総務全般
時 R5/1/4（水）～3/31（金）
所 市民会館3階 財団事務局
対 簡単なパソコン操作ができる方
定 1 人
申 11/15（火）～30（水）17:00（必着）
 履歴書を「臨時職員応募書類在中」と朱書きした封筒で郵送または直接こまき市民文化財団
他 詳細は財団ホームページをご確認ください。
問 こまき市民文化財団 〒485-0041
 小牧 2-107 ☎ 71-9711

詳しくはこちら▶



休日緊急医

休日急病診療所（常普請 1-318 保健センター隣）

☎ 75-2070 FAX 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	午前 8 時 30 分～11 時 30 分 午後 1 時～4 時 30 分
診療科目	内科、外科、小児科 歯科

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。



美と健康のための姿勢と歩き方講座

- 内** 普段の姿勢を美しく保ち、健康的に過ごすためのポイントを、美姿勢と健康管理の観点から学びます。
- 時** 12/5 (月) 10:00 ~ 正午
- 所** ふらっとみなみ 講堂
- 対** 18 歳以上の女性
- 定** 15 人 (抽選)
- ¥** 500 円
- 持** フェイスタオル、スマートフォンまたはカメラ付ケータイ、ヨガマット (ない場合はバスタオル)、水分補給用の飲み物、上履き (バレエシューズなど靴底の柔らかいもの) または 5 本指ソックス、動きやすい服装 (デニムジーンズは不可)
- 申** 11/18 (金) ~ 25 (金) に、申込フォームまたは電話でふらっとみなみ
- 問** ふらっとみなみ ☎ 77 - 1375



申込フォーム▶

第 54 回小牧市社会福祉大会

- 内** 市内社会福祉の第一線で活躍する関係者が一堂に集まり、多年にわたり社会福祉に尽力された功労者を顕彰します。
- 顕彰者表彰 ●福祉体験学習感想文発表 ●市内福祉施設製品の販売
- 時** 11/22 (火) 14:00 ~
- 所** 市民会館ホール
- 定** 400 人 (先着)
- 問** 福祉総務課 ☎ 76 - 1196

創作和紙作成教室

- 内** 軽量粘土と和紙で作るうさぎ
- 時** 12/10 (土) 10:00 ~ 正午
12/24 (土) 13:00 ~ 15:00
- 所** 小針の郷 創作室
- ¥** 300 円 (参加当日徴収)
- 対** 老人福祉センターの利用証をお持ちの方 (当日作成可、60 歳未満の方も可)
- 定** 各回 8 人 (先着)
- 持** はさみ、木工用ボンド、ピンセット、お手ふき、持ち帰り袋
- 申** 12/1 (木) から、直接小針の郷
- ※ 申込みは本人に限ります。
- 問** 小針の郷 ☎ 71 - 2370

災害ボランティアコーディネーター養成講座

- 内** 災害時の市民ニーズと、災害ボランティアの支援活動をマッチングするコーディネーターを養成します。
- 1日目: 講義「小牧市の防災体制」、「災害ボランティアコーディネーターとは」「心肺蘇生法・AED 取り扱い」
- 2日目: 講義「テント・仮設トイレ設営・ロープワーク」「災害ボランティア支援センターについて」
- フォローアップ: 「災害ボランティア支援センター開設・運営訓練」
- 時** 1日目: R5/1/21 (土) 8:45 ~ 16:00
2日目: R5/1/28 (土) 10:00 ~ 16:00
フォローアップ: R5/1/29 (日) 8:30 ~ 12:30
- 所** ふれあいセンター3階 大会議室
- 対** 災害ボランティア活動に関心がある方
- 定** 15 人 (先着)
- 持** 筆記用具
- 申** 12/1 (木) ~ R5/1/6 (金) に直接社会福祉協議会
- 問** 社会福祉協議会 ☎ 77 - 0636



詳しくはこちら▶

※新型コロナウイルス感染症対策のため、内容などが変更になる場合があります。

こまき市民文化財団

こまぶんだより



各イベントの詳細は文化財団ホームページをご覧ください▲

イベントスケジュール

11/26 (土)	おやこ de 楽しむプラネタリウム	中部公民館
12/3 (土)	コズミックタイム	中部公民館
12/4 (日)	ふれあい音楽広場 ~ピアノで奏でる名曲~	味岡市民センター
12/4 (日)	小牧民謡連盟 第 45 回小牧民謡まつり	市民会館ホール
12/26 (月) ~ 12/28 (水)	青年の家「冬の寺子屋」	青年の家

プラネタリウム星空コンサート

マノズ・ママと楽しむファミリーコンサート

- 内** 冬の星座解説と、フルートとピアノの演奏をお楽しみください。
- 時** 12/18 (日) 13:00 ~ (約1時間)
- 所** 中部公民館 プラネタリウム
- ¥** 100 円 (中学生以下無料)
- 定** 80 人 (先着)
- 申** 11/27 (日) 9:00 ~ 電話または直接中部公民館
- 問** 中部公民館 ☎ 75 - 1861



問合せ 小まき市民文化財団 (☎ 71 - 9700)

詳しくはこちら▼



れきしるこまき 小牧山城茶会

- 内** 自然豊かな小牧山の中でおいしい抹茶が楽しめます。
- 時** 12/3 (土) 10:00 ~ 15:00 (雨天決行)
- 所** れきしるこまき 屋外スペース
- ¥** 一服300円 (お茶菓子付き)
- 定** 150 人
- 問** れきしるこまき ☎ 48 - 4646



詳しくはこちら▼



創垂館 こども体験講座

「華道に挑戦! 冬を彩る花を生けてみよう」

- 内** 講師に小牧市華道連盟の方をお招きして、花器と剣山をつかった本格的な華道を学びます!
- 時** R5/1/21 (土) 10:00 ~ 11:30
- 所** 創垂館
- ¥** 830 円 **対** 小学生
- 定** 20 人 (先着)
- 申** 12/3 (土) 9:00 ~ 12/18 (日) 17:00 に、電話でれきしるこまき
- 問** れきしるこまき ☎ 48 - 4646



親と子ども

種 類	と き		と ころ	内 容 ・ 対 象 ・ 申 込 み な ど
離 乳 食 教 室 (初期ごっくん教室)	12/ 7 (水)	10:00 ～ 11:00	保 健 セ ン タ ー	対 象 4 カ月児以降の親子 持 ち 物 親子（母子）健康手帳、バスタオル等 申 込 み 保健センター（☎ 75 - 6471） ※付き添い不可
離 乳 食 教 室 (後期かみかみ教室)	12/23 (金)			対 象 9 カ月児以降の親子 持 ち 物 親子（母子）健康手帳、バスタオル等 申 込 み 保健センター（☎ 75 - 6471） ※付き添い不可
パ パ マ マ 教 室	R5/1/15 (日)	10:00 ～ 11:30		内 容 赤ちゃんの暮らし、お父さんの役割、妊娠中の食事について、 赤ちゃん人形抱っこ体験、おうちの味を知ろう（塩分濃度測定） 対 象 出産予定日がR5/4 ～ 7 月の市内在住の妊婦とその夫 申 込 み 11/15 (火)～電話で保健センター（☎ 75 - 6471）
に こ に こ む し 歯 予 防 相 談	12/ 5 (月)	10:00 ～ 11:15	味 岡 児 童 館	内 容 歯みがき、歯ならび、食べ方などに関する相談 対 象 乳幼児（1 歳前後の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、バスタオル 申 込 み 味岡児童館（☎ 75 - 4999）
母 乳 相 談	12/ 6 (火)	10:00 ～ 12:00	子 育 て 世 代 包 括 支 援 セ ン タ ー	申 込 み 子育て世代包括支援センター（☎ 71 - 8611）
	12/12 (月)	13:00 ～ 16:00		
	12/13 (火)	10:00 ～ 12:00		
	12/20 (火)			
	12/27 (火)			
育 児 相 談 ・ 妊 婦 ・ 産 婦 健 康 相 談	12/ 5 (月)	10:00 ～ 11:15	味 岡 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） 申 込 み 味岡児童館（☎ 75 - 4999）、小牧児童館（☎ 77 - 0906）
	12/16 (金)		小 牧 児 童 館	

健康づくり・検診

がん検診等
申込フォーム▶



がん検診等
実施医療機関一覧▶



保健センター (☎ 75 - 6471)

内 容	と き		と ころ	対 象 ・ 料 金 ・ 申 込 み な ど
胃 がん 検 診 (胃部 X 線間接撮影)	12/22 (木) R5/1/30 (月)	9:00 ~ 11:05	保健センター	対象・定員 30 歳以上で市内に住民登録がある方 45 人/回 料金 1,000 円 (70 歳以上は 500 円) 申込み R5 年 1 月分は 11/21 (月) 8:30 から申込フォームまたは保健センター
乳 がん 検 診 (マンモグラフィ)	12/19 (月)	9:00 ~ 15:00	保健センター	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和暦で偶数年生まれの方 ②和暦で奇数年生まれで令和 3 年度未受診の方 ③無料クーポンが届いた方 定員 110 人/回 料金 1,000 円 (70 歳以上は 500 円) 申込み R5 年 1 月分は 11/21 (月) 8:30 から申込フォームまたは保健センター
	R5/1/23 (月)	9:30 ~ 15:00	勤労センター	
骨粗しょう症検診 (超 音 波)	R5/1/12 (木)	9:00 ~ 11:00	保健センター	対象・定員 30 歳以上の小牧市に住民登録のある方 75 人/回 料金 500 円 申込み 11/21 (月) 8:30 から申込フォームまたは保健センター
知って得する フ レ イ ル 予 防 講 座	【運動編】 ① 12/ 8 (木)	10:00 ~ 11:00	ラピオ 5 階 研 修 室	【運動編】 ★ご自宅でする「介護予防ポスター」をプレゼントします! ①②運動器機能を高められるような椅子に座ってできる簡単な体操を音楽 に合わせて行います。 【口腔編】 ③④口腔機能を高められるような「あいうべ体操」や早口 言葉、10 回クイズ、脳トレなど、お口の機能アップと頭の体操 対象 市内在住 定員 ①③ 30 人 ② 7 人 ④ 15 人 ※先着 申込み 11/15 (火) ~ 保健センター ※1 サンビレッジ (岩崎) の住所: 大字岩崎字山浦 1432 - 10
	② 12/15 (木)		サンビレッジ (岩崎) ※ 1	
	【口腔編】 ③ 12/ 2 (金)		ラピオ 5 階 研 修 室	
	④ 12/ 5 (月)		保健センター	
筋力アップ のためのト レーニングマ シン講習会	12/12 (月)	9:30 ~ 11:30	小 針 の 郷	内容 トレーニングマシンを利用して筋力アップトレーニングを行うこと ができます。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 えます。また、運動に関する指導を受けることができます。 対象 60 歳以上 申込み 11/15 (火) ~ 野口の郷 (☎ 79 - 1188)、小針の郷 (☎ 71 - 2370)
		13:30 ~ 15:30	野 口 の 郷	
牧 連 体 操 コ	12/14 (水)	14:00 ~ 15:00	保健センター	対象 どなたでも可



糖尿病の自覚症状は進行してからあらわれます！

ノドが
渇く



体が
だるい



国保に加入している

0円！

40歳以上の方は

特定健康診査で検査できます



期間 令和5年2月14日(火)まで

検査内容 身体測定、血液検査、尿検査

場所 市内約50カ所の医療機関で受診可能
→詳しくは市ホームページ

受診方法 ①医療機関へ電話などで予約
②当日は専用の受診券(※)を持って医療機関へ
※再発行は市ホームページまたは電話

問合せ先 保険医療課 ☎76-1123

携帯カメラで読み取れます



市ホームページ



血糖値高めかも…
大丈夫なのかなあ…



糖尿病のことをもっと
知りたいなあ…

保健センターの無料生活習慣病予防相談をご利用ください

〇日時：毎週月曜日(9:00～12:00/13:00～16:00)

〇場所：保健センター

〇内容：管理栄養士や保健師が食事や運動の生活改善をご提案いたします。

〇申込：完全予約制(保健センター ☎75-6471)



小牧市の人口【令和4年10月1日現在()は前月比】
総人口：150,819人(－66人)／男76,202人 女74,617人
世帯数：69,444世帯(－29世帯)

小牧市は5年連続で
「ごみのリサイクル率」が
県内No.1



大豆インクを使用しています 再生紙を使用しています



市公式
ホームページ