

暮らしの情報

催し物、講座・教室のご案内など生涯学習情報がいっぱい!



知立市は、Pitch FMと
災害時の放送に関する
協定を結んでいます。

催し

図書館 おはなし会

- ▼とき 1月7日(木) 午前11時から
- ▼ところ 図書館 おはなしコーナー
- ▼行う人 読み聞かせグループ ぼちぼちの会
- ▼内容 「もちづきくん」「あぶく たった」(絵本)、「グリーンマントのピーマンマン」(パネルシアター)
- ▼問合せ 図書館 (☎)831131

図書館 ストーリーテリング

- ▼ストーリーテリングとは、絵本も紙芝居も人形も使わないで、おはなしだけを聞いて、楽しむことです。ぜひ、聞きに来てください。
- ▼とき 12月26日(土) 午前11時~11時30分
- ▼ところ 図書館 視聴覚室(2階)
- ▼対象 幼児・小学生から大人まで (小さい子は、保護者のひざで)
- ▼行う人 おはなしの会ホットケーキ
- ▼内容 「やさいのおふる」「かさじぞう」(日本の昔話)、「おいしいおかゆ」「こびととくつや」(グリムの昔話)
- ▼問合せ 図書館 (☎)831131

おやこDEパティオ

- ▼「あかちゃんひろば」
- ▼とき 1月13日(水) 午前10時~11時30分
- ▼ところ 文化会館 和室
- ▼対象 1歳6か月までのお子さんと保護者
- ▼内容 遊び場の提供、わらべうた、読み聞かせ、育児相談など
- ▼申込み 不要
- ▼問合せ 文化会館(パティオ池鯉鮒) (☎)831100

文化協会市民教室 年忘れマジックショー

- ▼あつ!と驚く不思議な世界をお楽しみください。参加者の飛び入り出演も歓迎します。
- ▼とき 12月26日(土) 午後2時~3時
- ▼ところ 中央公民館 控室
- ▼対象 市内在住の人
- ▼講師 宮村誠之氏
- ▼問合せ 文化協会事務局(文化会館内) (☎)830151 火~金曜日の午前10時~午後4時

講座

文化広場講座・猿渡公民館講座

講座名	とき・ところ	定員	内容	講師 (敬称略)	受付場所
		教材費			
すっきりと暮らす収納術	1/20、2/3、2/17、3/2、3/16 (いずれも水曜日) 10:00~11:30 文化広場第1研修室	30人	片付けたい…。リビング、衣類、冷蔵庫などを簡単に片付けるコツを学びすっきり居心地のいい空間にしましょう。	暮らしの研究者 平野敬子	文化広場
		1,000円 (5回分)			
身近な食材で免疫力UP! 心も体もぽっかぽか冷えとり薬膳料理作り	1/28、2/25、3/10 (いずれも木曜日) 10:00~12:30 猿渡公民館実習室	18人	食べ物1つ1つには、効能があります。効能を知って、自分や家族の健康のために役立てましょう!	国際中医薬膳師 正看護師 森田恵理歌	猿渡公民館
		4,000円 (3回分)			

▼講座名・とき等 左表のとおり

- ▼対象 市内に在住在勤の人
- ▼申込み 12月19日(土)~1月10日(日)の午前9時~午後5時までに、講座を開催する会場で申込書を記入のうえ教材費を添えてお申込みください。(定員になり次第締切ります。)
- ▼問合せ 生涯学習スポーツ課(中央公民館内) (☎)831165 月曜休館

弁護士法人 心 (広告)

相談料 0円
(交通事故被害・後遺障害・過払い金・借金・相続・遺言以外は初回30分程度)

夜間・土日相談可 (要予約)

企業法務・交通事故・後遺障害・過払い金・借金・相続・遺言・刑事他

弁護士・スタッフ丸となってサポートいたします!

所属弁護士
26名!!

過払い金 無料診断
サービス実施中

交通事故 損害額 後遺障害
無料診断サービス実施中

※主たる事務所は愛知県弁護士会所属。< >内は弁護士会名です
平日9時~22時・土日9時~18時受付
※祝日、国民の休日、12/31~1/4は除く

名古屋駅法律事務所
(愛知県弁護士会)

名古屋駅 **0.5分**

イオンモール名古屋みなと内
(愛知県弁護士会)

伊勢川公園駅 **5分**

0120-41-2403

詳細は ⇒ <http://kokoro.la>

借金(債務整理・破産)・離婚・相続・交通事故 (広告)

労働問題・企業法務・刑事事件など

知立法律事務所

弁護士/石原大輔(愛知県弁護士会所属)

知立駅南へ徒歩4分

お気軽にお問い合わせ下さい

0566(91)1677

知立市堀切3-1-2杉原ビル2A
www.chiryu-law.jp

至 三河八橋駅
至 新栄橋駅
至 知立駅
至 知立南駅
至 知立西駅
至 知立東駅
至 知立南駅
至 知立西駅
至 知立東駅

有料広告

※「広報ちりゅう」発行経費の一部に充てるため、有料広告を掲載しています。内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

スポーツ

第2回 みんなのソフト ミニバレーボール大会

- ▼とき 平成28年2月13日(土) 午前8時30分受付、午前9時開会
 - ▼ところ 福祉体育館 主競技場
 - ▼対象 18歳以上の市内在住・在勤・在学の人(初心者も大歓迎)
 - ▼部門
 - ①混成 男性1人以上女性4人以上
 - ②レディース 女性5人以上
 - ▼参加費 1チーム2千円
 - ※参加費は抽選会の時徴収します。
 - ▼組合せ抽選会 平成28年1月23日(土)午後1時30分から猿渡小学校体育館で行います。
 - ▼申込み 1月16日(土)までに申込書に記入のうえ、福祉体育館窓口へ。
 - ▼問合せ 猿渡小学校ミニバレー 神戸義博(☎090-6095-3963)へ。
- ※電話に出られない事がありますので、留守電に所属チーム名・お名前・用件を残してください。

健康

「自分でできる認知症予防体操」参加者募集

- ▼とき 1月12・26日、2月9・23日、3月8・22日 いずれも火曜日の午前10時～11時30分(計6回)
- ▼ところ 福祉の里八ツ田 さくら・うめの間
- ▼対象 市内在住のおおむね65歳以上で認知症予防に関心の高い人(積極的に参加し、意欲的に取り組み、全6回出席可能な人)
- ※高血圧や運動に制限のある人は事前に医師にご相談ください。
- ▼内容 認知症予防に効果があると言われている運動を行います。
- ▼講師 理学療法士 朝倉将之氏
- ▼定員 30人(抽選)
- ▼参加費 500円(保険料として)
- ▼持ち物 動きやすい服装・運動靴・タオル・飲み物
- ▼申込み・問合せ 12月16日(水)～25日(金)までに知立市地域包括支援センター(福祉の里八ツ田内) ☎(82)8855)へ。電話申込み可。

寄付

ご寄付ありがとうございました。
(敬称略)

社会福祉協議会へ

(現金の寄付)

- ・ 児童デイサービスみどり 9千円
- ・ 後藤料理教室 1万4千円
- ・ 谷田町寺前お地蔵様 9千円
- ・ 谷田町東長根お地蔵様 8千7百円
- ・ 宮下陽里 5千円

平成28年度 知立市ふるさと応援寄附金 パートナー事業者を募集します!

市では「ふるさと納税制度」の促進と地域産業の活性化を図ることを目的に、寄附者へお贈りする返礼品を提供いただける、ふるさと応援寄附金パートナー事業者を募集します。

▶ふるさと納税を通じ、自社、商品のPRをすることができます

ふるさと納税を扱うポータルサイトなどに商品の画像、商品名、事業者名が掲載されます。寄附者への返礼品発送時におけるパンフレットの同封により、PRが可能です(パンフレットの同封は、返礼品発送時の同封のみに限ります)

① 応募要件について (一部抜粋)

- ① 市内に事業所等がある法人または個人事業者等であること
- ② 市税に滞納がないこと
- ③ 代表者等が暴力団等の構成員等でないこと

② 返礼品の条件について

市内で生産、製造、加工される商品又は市内でサービスが提供されるもの
もしくは、知立市にゆかりのある品と認められるもの

提供期間は平成28年4月1日～平成29年3月31日までとしますが、季節限定の品でも可能です!

- ① 返礼品の区分は1商品あたり上限を3,500円、7,000円、10,500円…と3,500円刻みで設定します。(税、商品梱包、送料等、諸経費を含む)
- ② 返礼品の認定は知立市が行い、後日結果をお知らせします
- ③ 返礼品として認定された場合は、商品エントリー料として1商品あたり5,000円のご負担をお願いします。

③ 申込み方法について

平成27年12月16日(水)～平成28年1月29日(金)までに「平成28年度知立市ふるさと応援寄附金パートナー事業者申込書」を財務課財政係(市役所4階24番窓口)まで提出してください。

申込みは平成28年1月29日(金)までとありますが、商品内容によっては登録に時間を要し、4月1日の掲載開始に間に合わないことがありますので、1月15日までの早期のご提出にご協力ください。

応募には所定の要件を満たす必要があります。詳しくは、市ホームページ内の「知立市ふるさと応援寄附金パートナー事業者募集要項」でご確認ください。

▶問合せ 財務課 財政係(☎95-0146)



ふるさと納税返礼品

知立市産季節野菜の詰め合わせ
当店自慢のスイーツセット
物品・食品・サービスなんでも結構です!
自由にご提案ください!

TEL 0566-83-1111 (代表)
 ※問合せは知立市役所 FAX 0566-83-1141
 E-mail : info@city.chiryu.lg.jp



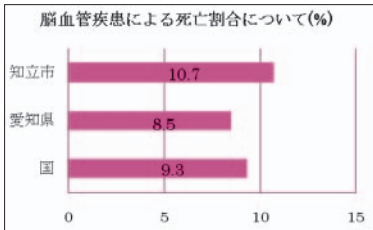
★かっきーの健康づくり 応援コーナー★

シリーズ10. 循環器

市では、市民の皆さんが健やかで心豊かに生活できる環境整備を目指した「第2次健康知立ともだち21計画」を策定しました。各分野別に具体的な取り組みを掲載していきます！

▶問合せ 保健センター (☎82-8211)

脳血管疾患などの循環器疾患は、主要な死亡原因になるだけでなく、「要介護状態」の主要な要因となっているため、介護予防の観点からも発症および重症化予防を図っていくことが重要です。循環器疾患には、誘因となる危険因子がいくつもわかっていますが、なかでも、高血圧、脂質異常、喫煙、肥満は最大の危険因子とされています。これらの生活習慣の改善に向け周知・啓発していく必要があります。各種健康診査で発見された循環器疾患や糖尿病の発症リスクの高い人を対象に重点的に保健指導を行い、要治療者に対しては、適切な治療に導くことが必要です。



愛知県衛生年報 (平成25年度)

循環器疾患(脳血管疾患、心疾患)は死亡原因の2位、3位となっており、合わせると総死者数の4分の1程度になります。

脳血管疾患について、知立市は愛知県や全国と比較して高い割合を示しています。

健診を受けて早期発見、早期治療と生活習慣の見直しが大切だっぴ!



市民自らの取り組み

- ・1年に1回、特定健診等を受診し、自分自身の健康状態を確認します。
- ・健康診査等の結果を確認し、必要に応じ治療や検査、保健指導を受けます。
- ・治療が必要な疾病がある場合、かかりつけ医による定期的な治療を受け、疾病の状態を把握し、重症化や合併症を予防します。
- ・各種健康教育や健康講座に積極的に参加し、疾病および疾病予防の知識を身に付けます。

指標	対象者	現状値 (H25年度)	目標値 (H36年度)
脂質異常症の減少 中性脂肪 160mg/dl以上の者の割合の減少	男性 40-74歳 脂質異常者含む	26.2%	19.7%
	女性 40-74歳 脂質異常者含む	15.1%	11.3%
脂質異常症の減少 LDLコレステロール 160mg/dl以上の者の割合の減少	男性 40-74歳 脂質異常者含む	10.2%	7.7%
	女性 40-74歳 脂質異常者含む	19.4%	14.6%
高血圧の改善 I度高血圧異常(脈血圧140以上または脈圧血圧90以上)の者の割合の減少	男性 40-74歳 脂質異常者含む	28.2%	21.2%
	女性 40-74歳 脂質異常者含む	26.9%	20.2%
メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍の割合の減少	40-74歳	28.8%	21.6%

(83) 6789

▼問合せ 文化課 市史編さん係 (☎6789)

「新編知立市史編さん」のホームページもご覧ください。



調査した成果は『新編知立市史』として刊行していきますので、ぜひご期待ください。

また、「知立まつり」をはじめとする祭礼や年中行事も民俗部会の調査対象です。「知立まつり」「秋葉まつり」では宿開きや山車の組み立てなど、祭礼の準備段階から調査に行きますが、町同士で日程が重なるため、各町を駆け足で移動してその様子を調査します。

「知立まつり」をはじめとする祭礼や年中行事も民俗部会の調査対象です。「知立まつり」「秋葉まつり」では宿開きや山車の組み立てなど、祭礼の準備段階から調査に行きますが、町同士で日程が重なるため、各町を駆け足で移動してその様子を調査します。

また、「知立まつり」をはじめとする祭礼や年中行事も民俗部会の調査対象です。「知立まつり」「秋葉まつり」では宿開きや山車の組み立てなど、祭礼の準備段階から調査に行きますが、町同士で日程が重なるため、各町を駆け足で移動してその様子を調査します。

市教委だより——学——

次回定例会 1月14日(木)
 午前9時30分から
 市役所 第4会議室

「子どもの心を理解する」

人を理解することは、対人関係を円滑に維持するためには必須の営みであり、その理解によって自分の関わりが決定されます。理解のズレによって相互の間に大きな溝が生じたり、自ら苦悩やトラブルの原因にまで発展することがあります。

人を理解するということは、相手の「心」を理解することです。そのの外に表れている心は一部であり、目で見るだけでは十分ではありません。外から得られた手掛りの上に、相手の気持ちを自分で推論することが必要です。その推論に私たちはどのような枠組を用いているのでしょうか。

多くの人はこれまでの自分の経験から引き出された理解の枠組を用いて推論していることが多いでしょう。人の顔が異なるように、経験もそれぞれ異なるでしょう。また、自分が経験したことのないようなものもあるでしょう。そこで大切なことは、自分の経験からの枠組で理解しようとするのではなく、相手の思っていることとされる枠組から理解しようとする構えが大切です。私たちの子ども時代は遠くにいつています。子どもの心の理解には、子ども側に自分を置き、心をその子になって感じ取ろうとすることが大切です。



教育委員 蔭山英順