12月 今月の募集とお知らせ

献血にご協力をお願いします

▼12月27日（火）【八幡】
9：30～12：00/13：15～16：00
市役所本庁舎

▼1月27日（金）【美並】
9：30～11：00
㈱ミノグループ本社
12：00～13：00
大同メタル工業㈱
14：30～16：00
慈恵中央病院

平成29年郡上市成人式開催のお知らせ

来年1月8日（日）に南部・北部地域の会場において郡上市成人式を開催します。

現在、新成人で構成する実行委員会によって開催準備が進められています。委員のみなさんからは、様々な意見が出され、楽しい企画が盛りだくさんです。

日 平成29年1月8日（日）

場 **▼南部地域（八幡・美並・明宝・和良）**…郡上市総合文化センター
▼北部地域（大和・白鳥・高鷲）…白鳥文化ホール

内 出身地域により会場が異なります。案内状をご覧ください。

※11月中に案内状をお送りしています。お手元に届いていない場合は、お問い合わせください。

対 ▼平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれで郡上市に住民票のある人
▼平成24年3月に郡上市内の中学校を卒業した人

問 教育委員会社会教育課
☎67・1128

平成28年度臨時福祉給付金及び障害・遺族年金受給者向け給付金の申請期限が迫っています

消費税率引き上げによる影響を緩和するため、所得の少ない人に対し、暫定的・臨時的な措置として臨時福祉給付金を支給しています。

また、賃金引上げの恩恵がおよびにくい所得の少ない年金受給者を支援するため障害・遺族年金受給者向け給付金を支給しています。

内 平成28年1月1日現在で郡上市に住所を有し、平成28年度市民税が非課税の人で、一人当たり3千円を支給します。

また対象者の内、障害・遺族基礎年金を受給している人（高齢者向け給付金を受給した人は除く）には3万円を支給します。

期 平成29年1月31日（火）
※申請期限後の申請は原則として受け付けられませんのでご注意ください。

申 対象になると思われる人には申請書をお届けしています。必要事項を記入し、必要書類を添付のうえ、窓口へご提出いただくか、郵送してください。

問 健康福祉部社会福祉課
☎67・1811

今月の納税

▼固定資産税　4期
▼国民健康保険税　7期

※口座振替をご利用の方は、残高不足にならないようお願いします。
【納期限は12月26日(月)です】

社会保険労務士による 無料年金相談のお知らせ 予約制

12月の相談日

1日・8日・15日・22日
（いずれも木曜日）

時 午前10時～午後4時（お一人45分程度）
場 市役所大和庁舎

問 健康福祉部保険年金課　☎67－1822
または各振興事務所振興課

公的年金等の「源泉徴収票」が交付されます

日本年金機構では、国民年金・厚生年金の老齢年金等の受給者に平成28年分の源泉徴収票を作成し、1月末までに順次送付されます。

源泉徴収票に記載されている事項は、1年間に支払われた年金の総額、社会保険料（介護保険、国民健康保険、後期高齢者医療保険）の金額、源泉徴収税額および控除内容となっています。

なお、65歳未満で年金支払額が108万円未満、65歳以上で158万円未満の人については、所得税が源泉徴収されません。

ねんきんダイヤル　☎0570－05－1165（市内通話料金）

郡上市連絡先

郡上市役所（代表）	TEL 67-1121
市長公室	TEL 67-1831
総務部	TEL 67-1832
健康福祉部	TEL 67-1834
農林水産部	TEL 67-1835
商工観光部	TEL 67-1808
建設部	TEL 67-1836
環境水道部	TEL 67-1129
総務部税務課	TEL 67-1837
郡上市教育委員会	TEL 67-1123
郡上市消防本部	TEL 67-0119
郡上警察署	TEL 67-0110
郡上ケーブルテレビ	TEL 67-2787
郡上市民病院	TEL 67-1611
国保白鳥病院	TEL 82-3131
国保和良診療所	TEL 77-2311
国保高鷲診療所	TEL 72-5072
国保和良歯科診療所	TEL 77-4008
国保小那比診療所	TEL 69-2011

「食育フォーラム2016」を開催します

「食」は、人が生きていく上で欠かすことのできない大切なものであり、正しい食生活を実現することは、生涯にわたって生き生きと豊かに暮らすための基礎となる重要なものです。特に、次世代を担う子どもたちは「食」を通してこころと体を育みます。

そんな食育の大切さを啓発することを目的として、市内で活躍する市民団体の活動発表と、食事をおいしく楽しく食べるためのヒントとなる講演会を開催します。

この機会に、ご自身や家族の食事を振り返り「食育」について考えてみませんか。

日 12月11日（日）午後1時15分～午後4時（受付は午後0時45分から）

場 市総合文化センター

費 無料

内 ▼**第1部**…食に関わる市民団体の活動報告会

▼**第2部**…講演会「おいしく楽しく食べるための食育～子どもを伸ばす食育のヒント～」

●講師＝名古屋短期大学保育科教授　小川雄二（おがわゆうじ）先生

託児あり…事前に予約が必要です。

問 健康福祉部健康課やまつつじ

☎ 88・4511

「聞こえのサポートフェア」が開催されます

様々な補聴器具や補聴援助機器の正しい知識と上手な装用法、重度難聴や人工内耳の知識など難聴・失聴者についてのフェアが開催されます。

当日は障害者差別解消法の講習、補聴器の展示もあります。ぜひご来場ください。

日 12月11日（日）午前10時～午後3時【参加無料】

場 明宝保健センター

問 健康福祉部社会福祉課

☎ 67・1811

【郡上市民病院】糖尿病教室を開催

日 12月16日（金）午後2時～午後3時【参加無料】

場 郡上市民病院6階会議室

内 「私の検査結果は?」と題し、検査技師による糖尿病教室を開催します。

問 郡上市民病院総務課

☎ 65・4140

新規学卒者等を雇用する事業者を支援します

市では「市外からの転入者、新規学卒者の正規従業員を雇用した事業者」「障がい者雇用を継続する事業者」に対し、奨励金を交付します。

郡上市雇用拡大支援奨励金

要件…新たに市外からの転入者、新規学卒者の正規従業員を雇用した場合

奨励金の額…正規雇用者1人につき20万円

郡上市障害者雇用奨励金

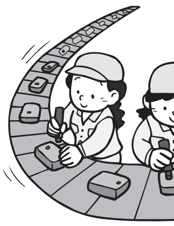
要件…国の特定就職困難者雇用開発助成金の支給期間終了後も、助成金対象障がい者を同条件で引き続き雇用する事業所

奨励金の額…1人につき1ヵ月2万円（12ヵ月を上限）

※奨励金の交付は、いくつかの要件を満たす必要がありますので、詳細はお問い合わせください。

問 商工観光部商工課

☎ 67・1808



日＝日時　対＝対象　定＝定員　時＝時間　試＝試験日時　内＝内容　期＝期限（申し込み等）・期間
場＝場所　資＝資格　費＝参加費・受講料　申＝申込方法　他＝その他　問＝問い合わせ先（申し込み先）

郡上市工場等設置奨励金制度のご案内

※問い合わせ…商工観光部商工課　℡67－1808

郡上市では産業の振興と雇用の拡大を図るため、市内に工場・事業所等を設置される方を対象に、「奨励金」を交付します。なお、対象となる業種などは次のとおりで期間や人数要件が緩和されています。

対象業種	▼**製造業**…日本標準産業分類・大分類Eの製造業 ▼**卸売・小売業**…日本標準産業分類・大分類Iの卸売・小売業 ▼**飲食店・宿泊業**…日本標準産業分類・大分類Mの飲食店・宿泊業 ※ただし、遊興飲食店を除く ▼**サービス業**…日本標準産業分類・大分類Rのサービス業　※公共的団体等は交付対象とはなりませんので、ご注意ください。
対象事業所	① **新設**…●事業用設備の固定資産税評価額の合計が　3,000万円　以上 ●常時雇用する従業員が　3人　以上（平成30年3月31日まで） ② **増設または改築**…●増設または改築する事業用設備の固定資産税評価額の合計が　1,500万円　以上 ●新たに雇用する従業員が　1人　以上（平成30年3月31日まで） ※従業員とは個人事業主および家族従業員を除き、社会保険に加入し市内に住所を有する人をいいます。 ※新たに雇用する従業員1人以上とは、増設または改築前の従業員総数に対する増員数をいいます。
設置形態	▼**工場等の設置とは、事業を行うための工場・事業所・従業員寮（4戸以上の集合住宅）（償却資産、家屋、土地）の新設、増設、改築をいいます。** 「新　設」　●市内に工場等を持たない方が、新たに市内に工場等を設置することです。 ●市内に工場等を持つ方が、現在の事業とは異なる業種の工場等を市内に設置することです。 「増　設」　●市内に工場等を持つ方が、同じ業種の工場等を市内に設置することです。 ●市内に工場等を持つ方が、現在の敷地内の工場等を拡充することです。 「改　築」　●市内に工場等を持つ方が、既設の工場等を取り壊し新たにつくりかえることです。
奨励金の内容	▼**工場等設置奨励金…操業開始後、新設等の事業用設備の固定資産税が賦課された年度から3年間交付します。** ※事業用設備とは、事業を行うための 償却資産、家屋、土地をいいます。 ※奨励金は固定資産税（対象物件分）に相当する額とします。

ぎふ・さわやか口腔健診のご案内

岐阜県後期高齢者医療広域連合では、後期高齢者医療制度加入者を対象に「ぎふ・さわやか口腔健診」を実施しています。

この健診では、かむ、飲み込むといったお口の働き全体をチェックします。また必要に応じて、その場で歯科医師や歯科衛生士による指導も受けられます。料金は200円でお気軽に受診していただけます。よくかんで、おいしく食べるために、まずは自分のお口の働きを一度チェックしてみてはいかがですか？

実施期間は12月末までとなっていますので、受診を希望される人は、お早めにお近くの歯科医院へ電話で予約をしてください。

問 健康福祉部健康課やまつじ ☎88・4511

除雪作業にご協力をお願いします

市では、みなさんの生活に必要な道路を積雪時に確保するため、万全の体制で除雪に取り組みます。

除雪作業が円滑に行えるよう次のことにご理解ご協力をお願いします。

①間口の雪処理にご協力をお願いします。

②道路除雪の妨げとなる路上駐車はしないようお願いします。

③除雪の妨げとなる障害物は除雪前に撤去をお願いします。

④早朝深夜の除雪作業にご理解ご協力をお願いします。

⑤除雪作業車が近づいた時は十分注意してください。

⑥除雪前にゴミを出さないようお願いします。

⑦通行の妨げとなりますので、車道への雪出しをしないようお願いします。

※大雪時には道路除雪が遅れる場合があります。また1業者で広範囲を分担している地区もありますのでご理解ご協力をお願いします。

問 【国道】岐阜国道事務所八幡維持出張所☎65・3938【県道】岐阜県郡上土木事務所道路維持課☎67・1111【市道】市役所建設部建設総務課☎67・1836または各振興事務所振興課

政治家の寄附は禁止、有権者が求めることも禁止されています

年末年始は何かと贈り物やお祝い事をする機会の多いシーズンですが、公職選挙法では、選挙区内での政治家による寄附の禁止を定めています。有権者が寄附を求めることもできません。

①**政治家の寄附の禁止**…政治家が自身の選挙区内にある者に対して寄附をすること（政治団体や親族に対するもの及び政治教育集会に関する必要やむを得ない実費の補償は除かれます）は、その時期や名義がどのような場合であっても禁止されており、違反すると処罰されます。また、政治家名義の寄附をすることも禁止されており、違反すると処罰されます。

次のものは処罰の対象となります。

▼病気見舞、祭りへの寄附や差入、地域の運動会やスポーツ大会への飲食物の差入、秘書が代理で出席する場合の結婚祝や葬儀の香典、葬式の花輪・供花、落成式・開店祝等の花輪、町内会の集会や旅行等の催物

“郡上から広がれ！「母乳育児」”

～おっぱいで いっぱい 元気な子～ 郡上市民病院

✿おっぱいのふしぎ!?①

今回は ≪母乳育児をすすめる理由≫です✿

私たち人間はお母さんのおっぱいで育てることが最も自然であり、お母さんと赤ちゃんの絆をより深めます。正期産（通常出産する時期）で出産されたお母さんの母乳にはその時期に見合った栄養が含まれています。

また早産で出産されたお母さんの母乳には、リン脂質やコレステロールが豊富に含まれており、良質でカロリーの高い栄養を赤ちゃんに与えることができます。

そして、そのおっぱいで少なくとも6ヵ月間は育てることが、赤ちゃん・お母さんにとって、とても大切で安心安全なことであり、母乳育児を2年以上続けることをユニセフ／WHOも勧めています。

次回は≪母乳の良いところ～赤ちゃん編～≫を掲載します。

▼問い合わせ先…郡上市民病院　☎65－4140

～年末の交通安全県民運動が実施されます～

12月11日（日）～20日（火）

《無事故で年末 笑顔で年始》

年末は、師走特有の慌ただしさに加え、日没時刻が早くなるため、夕暮れ時から夜間にかけて交通事故が多発しており、特に高齢者を中心に歩行者・自転車利用者の被害が増加する傾向にあります。

車を運転される人や自転車に乗られる人は早めのライト点灯を、歩行者は反射材を身につけるなど交通事故予防に努めましょう。

また、忘年会などお酒を飲む機会が増える時期ですが、飲酒運転は絶対にしないよう家族みんなで注意し合いましょう。

への寸志や飲物の差入、入学祝、卒業祝、お中元・お歳暮、お年賀

②政治家の関係団体の寄附の禁止…政治家が役職員や構成員である団体や会社が、選挙区内にある者に対して、政治家の氏名を表示したり、氏名が推測されるような方法で寄附をすることは禁止されており、選挙に関して寄附をすると処罰されます。

※政党その他政治団体またはその支部に対するものは除かれます。

③後援団体の寄附の禁止…後援団体（いわゆる後援会）が、選挙区内にある者に対して、花輪、供花、香典、祝儀やこれらに類するものを出したり、後援団体の設立目的により行う行事や事業に関する寄附以外の寄附をすると、その時期や名義に関わらず処罰されます。

④年賀状等のあいさつ状の禁止…政治家は、選挙区内にある者に対し、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状、暑中見舞状などの時候のあいさつ状（電報なども含む）を出すことは禁止されています。

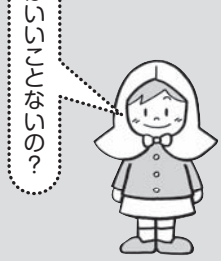
問 総務部総務課 ☎67・1832

水柱 郡上市消防本部

冬の水分補給について

職場や家庭で何かと慌ただしい師走。みなさん最近、水分補給していますか？

人は体の60％が水分で、毎日食べ物や飲み物などから約2リットルの水分を摂取し、尿や便、汗などで同じくらいの量の水分を体から排出しています。熱中症の危険は去りましたが水分補給の重要性は夏場と変わらないのです。



風邪対策の王道である「うがい」、「手洗い」に加えて「水分補給」も大事な予防策のひとつです。風邪やインフルエンザの原因となるウイルスは乾燥した状態で活発に活動します。反対に湿度が高いと活動が急激に低下します。水分補給は喉や鼻の粘膜を潤してウイルスの侵入を防ぐと同時に、侵入したウイルスを痰や鼻水によって体外に排出する作用を助けます。

冬場多い脳卒中や心筋梗塞の予防になります。寒くなって血圧が上昇することも一因ですが、水分補給も大きく関わっています。寒くなって、喉の渇きを自覚しにくくなると水分補給が少なくなります。水分が少なくなるといわゆるドロドロ血液によって血管が詰まりやすくなり、脳卒中や心筋梗塞のリスクが高くなります。予防のためにも冬の水分補給は大事です。

うちのお父さんは忘年会でお酒をいっぱい飲んでくるから大丈夫だね。

お酒には利尿作用があるため逆に体から水分がなくなってしまいます。飲み会の合間や飲んだ後には意識的に水分補給をしましょう。

◆適度な水分補給で健康を維持しましょう。

問 消防本部 ☎67・0119

～輝く未来に向かって～ 郡上未来通信 （郡上市雇用対策協議会）

◇社会人になる準備をしよう！

高校を卒業して就職する人も進学する人もいずれは社会に出ます。社会に出るとこれまでの学生時代とは、全く違う環境になります。その時に戸惑わないように、今から「社会に出る準備」を進めましょう。

①決められた時間を守ろう!

社会人になると「時間を守る」ことがとても大切です。社会では、時間にルーズな人は信用されません。「5分前行動」と「遅れる場合は連絡」の2つを必ず守りましょう。

②あいさつ、返事をしっかり身につけよう!

あいさつや返事は社会人にとって基本的なマナーです。学生のうちに身につけ、大きな声で自分からあいさつをするよう心掛けましょう。

③オトナの言葉遣いを身につけよう!

社会人になってから多くの人が大変な思いをするのは「言葉遣い」だと言われています。言葉遣いでつまづかないよう、早いうちからきちんとした言葉遣いや敬語を身につけましょう。

④カラダの準備をしよう!

仕事によっては、不規則な就労時間や遅くまで残業があります。また職種によっては立ち仕事もあります。「働き続けられる体力づくり」「健康管理」「生活管理」を心掛けましょう。

⑤学ぶ姿勢を身につけよう!

仕事に必要な技術や技能を身につけるためには、日々の勉強は欠かせません。学校のように待っていれば教えてくれる環境ではないので、積極的に学ぼうとする姿勢が大切です。

⑥目標（目的）を持って行動しよう!

社会人になると様々な目標が与えられます。この目標を達成していくことが仕事とも言えます。どんな目標を立て、どう取り組んだか社会では評価されます。まずは身近にある目標を見つけ達成に向けて取り組んでみましょう。

問 ハローワーク岐阜八幡 ☎65-3108