

広報 あんじょう

2023
November

11

No.1993

ANJO

中学生剣士、未来へ打て

～土日の部活動、地域移行始まる～

特集 ④ 11月8日は、いい歯の日

- ② ～安城市LINE公式アカウント～リニューアルしました
- ③ 簡単！便利！電動アシスト自転車シェアサイクルはじまる！
- ⑥ 「人生会議」を知っていますか？
- ⑦ 消防団員を募集しています!!

～安城市LINE公式アカウント～ リニューアルしました

メニューを一新！
必要な情報にアクセスがし
やすくなるほか、使える機
能が増えていきます！



友だち追加は
こちらから

Q @anjo_city



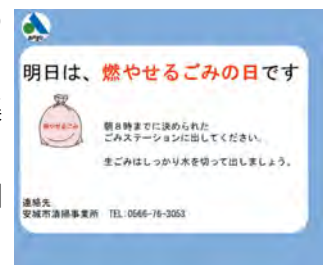
新着・注目情報を
随時発信します！

受信設定で欲しい情報を選択すると、必
要な情報が受信できるようになります！
※リニューアルに伴い、既に設定してい
る場合でも再度登録の必要があります。
※受信設定はいつでも変更できます。



ごみ収集日をLINEでお知らせ可能に！

お住まいの地区の
ごみ収集日通知を
設定すると、収集
日前日にLINEメ
ッセージにてお知
らせします。



2000円分
が当たる！

リニューアル記念キャンペーン

抽選で100人にAmazonギフトカード2000円分を配布します！

- 対象 来年2月10日(土)までに安城市LINE公式アカウントを友だちに追加し、受信設定をした市内在住者

※既に友だち登録している場合も対象(受信設定は再度必要)。

- 当選者数 100人(抽選)

- 配布時期 来年3月中

※当選者にLINEメッセージでAmazonギフトカードを送信します。

問▶秘書課広報広聴係
(☎71)2202)

本キャンペーンは安城市による提供です。本キャンペーンについての問合せはAmazonではお受けしておりません。市秘書課広報広聴係までお願いします。AmazonはAmazon.com, Inc.又はその関連会社の商標です。

簡単!

便利!

電動アシスト自転車で シェアサイクル はじまる!

➡ シェアサイクルとは?

借りた場所とは違う場所にも返すことができる
自転車のシェアサービスです。

市内9施設に、電動アシスト自転車を借りたり返したりできる、「サイクルポート(専用駐輪場)」を設置しています! 24時間利用可能です。新たな交通手段の1つとして、ぜひ活用してください。シェアサイクル利用時にもヘルメットを着用しましょう。

利用料金 15分 50円 / 12時間 1000円

市内サイクルポート設置場所

- ① JR安城駅
- ② JR三河安城駅
- ③ 名鉄新安城駅
- ④ 名鉄南安城駅
- ⑤ 名鉄桜井駅
- ⑥ 安城市役所
- ⑦ 総合運動公園
- ⑧ 作野公民館
- ⑨ デンパーク



利用方法

① スマホで簡単に利用! ➡ ② 検索・予約! ➡ ③ どこでも返せる!

専用アプリ(HELLO CYCLING—シェアサイクル)をインストール。会員登録をし、決済方法を選択。



※PayPay、LINEからも利用可。その場合は専用アプリ・会員登録不要です。

※ICカードの登録で、次回から予約不要、ワンタッチで貸出可能。



アプリのマップ上で、最寄りのポートや、目的地に近いポートの貸し出し、駐輪可能台数を確認できます。アプリの案内で簡単に予約ができます。



※地図はイメージです

借りたポートだけではなく、提携ポートなら、どこでも返却可能です。



利用方法の詳細は、HELLO CYCLINGのHPを参照。



11月8日は、いい歯の日

「いい歯の日」にちなんで、「歯」についてお伝えします。

健康な歯でいること、歳を重ねても自分の歯で食べられることは、食事がおいしく会話も楽しく、表情も豊かになります。また、近年の研究で、お口の健康が全身の健康に影響していることがわかってきました。



❤️ 歯周病が及ぼす悪影響

歯周病菌が出す毒素は、歯ぐきの血管を通して全身へ運ばれ、心筋梗塞や脳梗塞等、様々な病気と関連しています。

❤️ 歯を失ったままの悪影響

歯を失っても入れ歯を使用していない人は、認知症の発症リスクや、転倒リスクが高まります。

日本歯科医師会作成動画
「いい歯ちゃんと
悪い歯ちゃん」

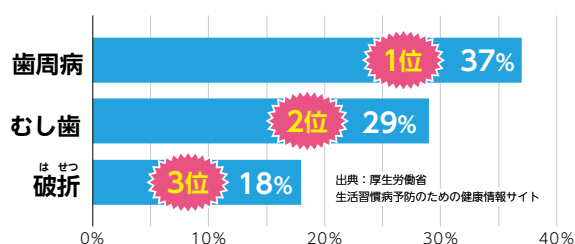


歯周病とは??

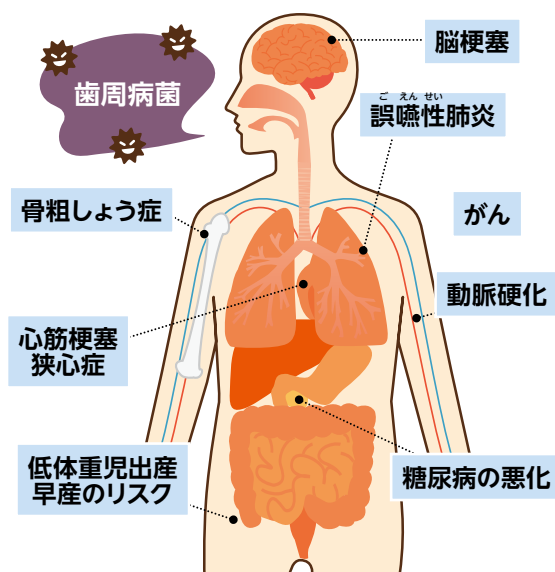
歯を失う原因の**1位**。痛み等の症状がほとんどないため、気付かないうちに進行してしまいます。

20歳でおよそ**6割**、**70歳**ではおよそ**8割**の人が歯周病と診断されています(令和4年度安城市歯周病検診結果)。

《歯を失う原因》 第1位が歯周病!!



《歯周病が体に与える影響》



❤️ 歯周病を予防するためには

原因となる歯周病菌を減らすことが重要なため、毎日の歯みがきや定期的な歯石除去が有効です。歯ブラシのみで落とせる汚れは、6割程度。歯ブラシだけでなく、デンタルフロスや歯間ブラシを併用しましょう。正しい使い方は日本医師会及び厚生労働省の情報サイトを参照してください。

代表的な
ブラッシング法



デンタルフロス
の使い方



歯間ブラシ
の使い方



🪥 歯みがき剤の使い方アドバイス

歯みがき剤には歯を強くする等、むし歯予防に有効なフッ化物が配合されています。歯みがき剤を正しく使うことは、健康な歯を保つためにとても大切です。

- ①使用量** 年齢によって変わります
歯が生えてから2歳⇒米粒程度(1～2mm程度)
3歳～5歳⇒グリーンピース程度(5mm程度)
6歳～成人⇒歯ブラシ全体(1.5cm～2cm程度)
- ②うがい** 軽くはき出し、少量の水で1回のみ(フッ化物がお口の中に留まるため効果が高まります)
- ③使用回数** 就寝前を含め1日2回

大切な歯を守るために…

「歯の健康づくり得点」でチェックしてみましょう!

	はい	いいえ
① 歯ぐきが腫れることがありますか。	0	4
② 歯がしみることがありますか。	0	3
③ 間食をよくしますか。	0	3
④ 趣味がありますか。	3	0
⑤ かかりつけの歯医者さんはいますか。	2	0
⑥ 歯の治療は早めに受けるようにしていますか。	1	0
⑦ 歯ぐきから血が出ることがありますか。	0	1
⑧ 歯みがきを1日2回以上していますか。	1	0
⑨ 自分の歯ブラシがありますか。	1	0
⑩ たばこを吸いますか。	0	1

合計得点が高いほど、
歯や歯ぐきの健康状態
は良好!



合計得点は何点
でしたか? (20点満点)

合計 _____ 点

合計得点が

15点以下

の人… 歯を失うリスクが高いです。
歯医者さんへ行きましょう。



歯科健診も、年に1度は必要です。今日から、「0点」の項目を1つでも減らすことができるように心がけましょう。

「①歯ぐきが腫れる」「②歯がしみる」「⑦歯ぐきから血が出る」等の症状は、
歯周病やむし歯の大切なサインです。また、「③間食の習慣」や「⑩たばこ」
等の生活習慣やストレスが、歯周病やむし歯と密接に関わっています。

16点以上

の人… 歯や歯ぐきの健康状態もよく、
歯を失わないための生活ができています。

さらに向上を目指し、0点の項目をなくすようにしましょう。

※歯の磨き方等は4ページ左下のQRコードを参照してください。

～「いい歯」を保つためには～

毎日のお手入れ(セルフケア)と
定期健診(チェックとプロフェッショナルケア)が大切です。

歯周病検診を受診しましょう!

本市では、「歯周病検診」を無料で受けられるサービスがあり、
4月下旬頃その年の対象者へ受診券を送付しています。対象
年齢の人はぜひ利用してください。

(対象: 20・30・40・45・50・55・60・65・70歳)

かかりつけ医院がない人は、右記QRコードで
市内の歯科医院を確認してください。



「人生会議」を知っていますか？



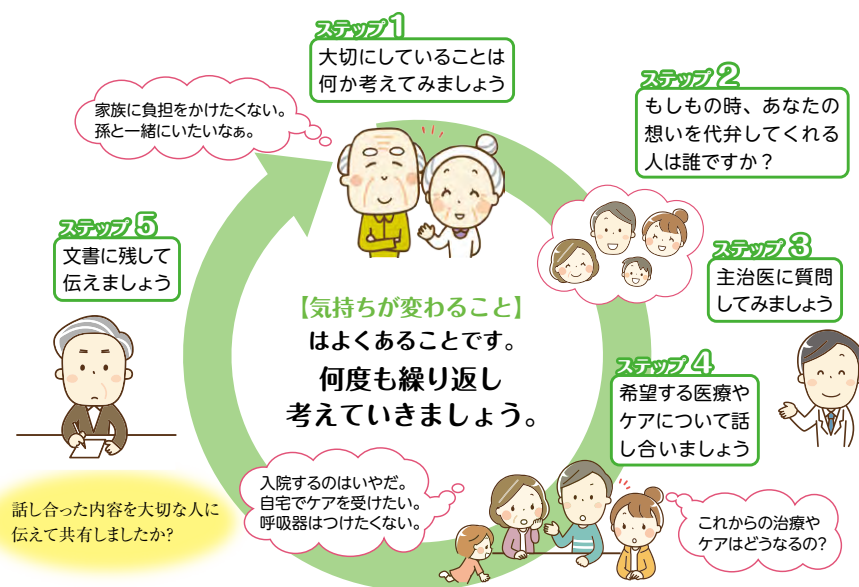
人生会議とは

もしもの時のために、本人が望む医療やケアについて前もって考え、家族や信頼できる人、かかりつけの医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組みのことです。

あなたは人生会議をしたことがありますか？

令和5年3月の安城市高齢者介護に関するアンケート調査では、人生の最終段階については、「全く話し合ったことがない」と回答した人が5割を超えている状況です。

人生会議の進め方



特別養護老人ホームひまわり・安城施設看護師 大田博美さん

ためらわず、繰り返し話し合うことは大切

特別養護老人ホームは入居者様にとっては終の住み処です。多くの方は「家に帰りたい」「奥さんの手料理が食べたい」等様々な想いを口にされます。それを叶えるために多職種で話し合い、一時帰宅の実施等様々な具体策を検討しています。ご家族からの「嬉しそうな顔が見れて良かった」等のお声掛けは、ケアに対する達成感を感じると共に、今後の励みになっています。

「わたしノート」をご利用ください

本市は、自分の人生を振り返り、大切な人と共有する「わたしノート」を作成し、無料で配布しています。

●配布場所

高齢福祉課窓口、各地域包括支援センター、各福祉センター、各地区公民館等



愛知県消防操法大会に出場した
福釜分団のみなさん



優勝目指せ! 安城市消防団
～乗り越えられない壁はない～



かじなしくん

消防団員を募集しています!!



いちじゅーちゃん

消防団とは?

消防団は、消防署と同様に消防組織法に基づき、市町村に設置される消防機関です。日頃はそれぞれの職業に従事しながら、地域における消防防災の要として、その地域に密着し、火災や災害への対応や予防啓発活動等を行い、地域の安全安心を守っています。

どんな活動をするの?

- 消防団の行事に参加します
入団宣誓式(4月)、消防活動競練会(6月)、消防出初式(1月)
- 災害、地震、風水害等の災害発生時に出動します
- 町内会の様々な活動に協力します

消防団に入りませんか?

消防団では、新しい仲間を随時募集しています。女性や学生也大歓迎です!

●入団要件

①基本団員

18歳以上の市内在住・在勤者

②機能別団員

18歳以上の市内在住・在勤者で、消防団員の経験のある人又は、消防団員の経験はないが、特殊な技能を有していると団長が認めた人

※特殊な技能を有する人とは、福祉・医療関係の仕事をしている人、広報活動が得意な人、重機等の操作ができる人。

●年額報酬

①➡3万7600円

②➡1万8800円

●出動報酬

4時間超の出動➡8000円

4時間以内の出動➡4000円

安城市全体としての訓練➡日額4000円

分団単位や町内会単位の訓練➡日額2000円

福利厚生がこんなに充実!!

- 1 安城市消防団応援事業所(46店舗)において、利用証を提示すると様々なサービスが受けられます。
- 2 デンパークの年間パスポート又は商品券やマーメイドパレスの利用券等が貰えます。
- 3 公務中に負傷した場合は、公務災害補償制度に準じて補償されます。
- 4 退職時、一定の条件を満たせば安城市から慰労金として退職報奨金が支給されます。

入団の申込み・問合せ

市危機管理課 安城消防署消防団係
(☎<71>2220) (☎<75>2001)

知っ得！身近な消費生活相談20

< 数年先の新聞契約を結んでしまった！の巻 >

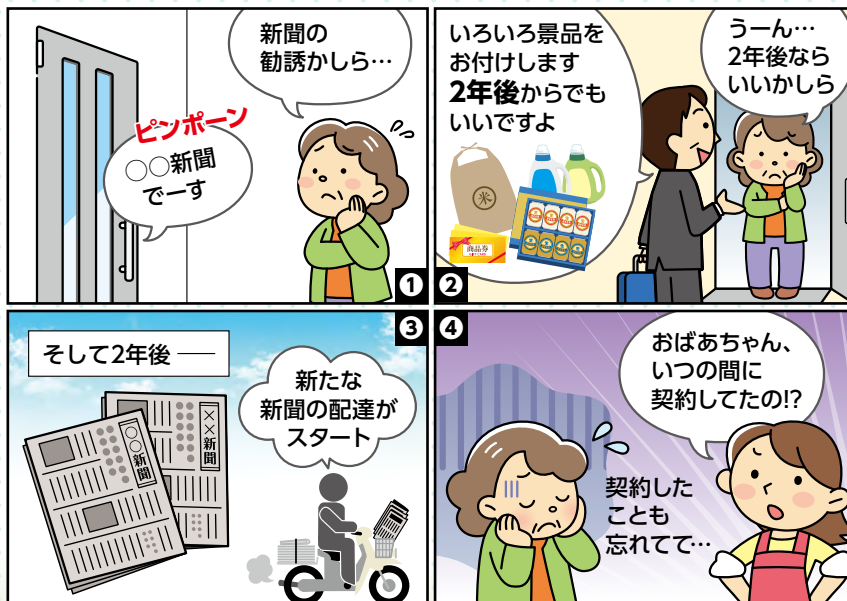


訪問販売で高齢の親が
数年先の契約をしてい
たが解約したい、とい
う相談があります。



ワンポイントアドバイス

- 訪問販売ではすぐに契約せず、
家族と相談しましょう
- クーリング・オフ期間(契約書
面を受け取ってから8日間以内)
を過ぎても、解約できる場合が
あります。まずは消費生活セン
ターにご相談ください



安城市消費生活センターでは、「消費生活」にまつわる様々な相談をお受けします

一人で悩まず、まずはお電話を！安城市消費生活センター(☎<76>7749)

(月)・(火)・(木)・(金)午前9時30分～午後4時(受付は午後3時30分まで) ※祝・年末年始を除く。

※同センター閉所時は**消費者ホットライン(☎188)**へ。開所している相談窓口につながります。



防犯用具購入費補助金がスタート！

☎市民安全課(☎<71>2219)

自家用の防犯用具購入費の一部を補助します。
住宅対象侵入盗及び自動車盗の対策を図りましょう。

- 対象 申請日において市内在住の個人
- 内容 補助対象となる防犯用具⇒10月1日以降に購入・設置した新品の防犯用具(以下に例示)

区分	主な品目
住宅	門灯、屋外用センサーライト、カメラ付きインターホン、防犯砂利、防犯対策効果のある錠、補助錠、サムターンカバー、ガードプレート、防犯ガラス、ガラス用防犯フィルム、ガラス破壊センサー、窓用格子
自動車	ハンドルロックバー、タイヤロック、シフトロック、ブレーキペダルロック、警報装置

※補助対象外となる品目もありますので、詳細は事前に問い合わせてください。

補助対象外の例⇒防犯カメラの購入・設置、護身用具、ホームセキュリティ等のサービス契約、門扉・フェンス等防犯対策以外の目的を有するもの等

- 補助額 防犯用具購入・設置費用(税込)の半額(上限1万6000円(1000円未満切捨て))
※複数品の合算可。
※ポイント・割引等の使用分を差し引いた金額。
※申請は1世帯1回限り。

●必要書類

- ①補助金交付申請書兼実績報告書
- ②領収証等
※購入者(申請者又は世帯員)の氏名、購入金額(購入品それぞれの金額と数量がわかるもの)、購入日、購入品名(規格・品番等)、購入店舗名を確認できる書類。
- ③カタログ等購入したものが防犯用具であることを確認できるもの
- ④自動車検査証の写し(自動車用の防犯用具購入の場合のみ)
- ⑤補助金交付請求書(申請者名義の口座番号が必要)

●申請の流れ

- ①補助対象の防犯用具の購入
- ②必要書類等を持参か郵送(必着)で市民安全課(〒446-8501住所不要)へ
- ③補助金の交付

●申請期限 来年3月31日(日)

- ※詳細は市HPを確認してください。



市民伝言板

サークル会員の募集や
イベント情報をお知らせします

◆第36回祥霞会の書作品展

漢字・かな・近代詩文を観て、日本文化を楽しみませんか。

時 11月3日(祝)～5日(日)午前9時～午後5時(5日は午後4時まで)

場 へきしんギャラクシープラザ

問 山下祥石さん(☎97)9958)

◆笑って元気！笑いヨガ無料体験会

笑いヨガは笑いの体操とヨガの腹式呼吸を合わせた健康法。心地よい時間を一緒に体験しませんか。

時 11月18日(土)午前10時～11時

場 安祥公民館

持 バスタオル・飲み物

申 11月15日(水)までに木下さん(☎090(9184)4918/naomikino@ezweb.ne.jp)へ

◆第17回 夕照会書展

横山夕葉主宰の書道展。『木簡・木とあそぶ』をテーマに臨書や現代文を短冊状の木片に自由に書いた作品と、古典の形から思いのまま表現した作品を一人一点ずつ発表。

時 11月22日(水)～26日(日)午前9時～午後5時(26日は午後4時まで)

場 市民ギャラリー

問 黒柳景光さん(☎78)5088)

◆犬の運動会&マルシェ開催

愛犬との思い出作りをしませんか。マルシェ、キッチンカーもいっぱい。家族で一日遊べるイベントです。

時 11月26日(日)午前9時30分～午後3時30分

場 油ヶ淵水辺公園自然ふれあい生態園

¥ 1500円(運動会参加の場合)

問 アニマルレスキューMikiJapan・北村さん(☎070(2233)0011)

◆元気っ子フェスタ2023

警察・消防・自衛隊体験コーナー、クラフトコーナー、高棚太鼓の演奏、スタンプラリー、キッチンカーや地元飲食店のミニマルシェも開催します。

時 11月26日(日)午前10時～午後3時

場 アンフォーレ

問 安城商工会議所女性会・深田さん(☎76)5175)

◆かな書クラブ 会員募集

日本の文化である硬筆・毛筆(かな・漢字)を勉強しませんか。丁寧な指導がモットーです。

時 毎月第2・4(火)午前9時～正午

場 安祥公民館

¥ 月額2200円(別途テキスト代400円)

他 年1回、公民館まつりで作品発表会を行います
問 中川昊志郎さん(☎090(1627)8661)

【掲載希望者へ】

掲載月の3カ月前の1日(土)(日)(祝)の場合は、その翌開庁日)午前8時30分から電話で秘書課広報広聴係(☎71)2202)へ。

- 掲載は過去に掲載していない団体等を優先の上先着順
 - 政治・宗教・営利活動・教室又はそれに準じる活動ではないこと
- その他の掲載基準については同係まで問い合わせてください。

3月号掲載分は12月1日(金)から受け付けます。

時 期間・日時 **場** 場所 **内** 内容
講 講師 **対** 対象 **定** 定員・募集人数
¥ 会費・入場料等 **持** 持ち物
他 その他 **申** 申込方法等 **問** 問合せ先



元気っ子アルバム

あんじょうの元気な子どもたち



永谷澪蘭ちゃん(5カ月)

産まれた時から髪の毛フサフサで夜泣きもせず親思いな子♡
(石井町)



坂本蓮くん(1歳)

毎日たくさん遊んで、たくさん食べて、元気に成長してくれている蓮君、ありがとう！
(三河安城東町)



高浜楓雅くん(5歳)
結翔くん(3カ月)

これからも兄弟仲良く元気に育ってね！
(里町)



神谷優月ちゃん(4歳・左)
優翔くん(2歳・右)
優乃ちゃん(3カ月)

3きょうだい、仲良く元気に楽しく過ごそうね♡毎日笑顔と幸せをありがとう♪
(桜井町)



今月の
いいね!



ふれあい田んぼアート2023稲刈り

日 9月16日 場 和泉町七ツ田の田んぼ

5月に植えた苗が立派に成長し、収穫の時期となりました。鎧をつけたサルビーが「どうする防犯」と呼びかける絵柄の色別に、一般参加者・スタッフの総勢255人が鎌を使って稲を刈り取りました。田植えと稲刈りの両方に参加した人は「大きく育ってくれてうれしい」と話していました。



敬老訪問

日 9月13日 場 介護付有料老人ホームみどりの家(北山崎町)
長寿を祝い、市内最高齢の加藤キンさん(107歳)のもとを市長が訪問し、祝品を届けました。加藤さんは、現在も書に親しんでいるとか。これからもお元気で。



消費生活展

日 9月24日 場 中部公民館
「ひろげよう、SDGsの輪」と題した消費生活学校の取組紹介では、来場者がシールを貼って生活に関するアンケートに答え、学びを深めていました。



福祉まつり

日 10月1日 場 総合福祉センター 他
笑顔と元気いっぱいのダンスで開幕。福祉関係団体による作品・団体紹介や体験コーナー、自主製品の販売等があり、楽しみながら福祉に親しみました。

インターンシップの大学生が取材しました



交通事故なし(梨)キャンペーン

日 9月21日 場 桜町交差点
秋の交通安全市民運動に合わせて、本市特産の梨を配布しながら交通安全を呼びかけました。梨を持って車に近づくと、笑顔で受け取ってもらえました。(三野さん)