

3月後半の予定

収集地区

- 16月 高田、大針、笠原町上原156～1263番地
- 17月 小名田、大針、笠原町上原156～1263番地
- 18月 虎溪山、平井、滝呂1.4～7.10.11.15.16、笠原町上原1264～2455番地
- 19月 根本、西山、旭ヶ丘3～5、旭ヶ丘5市営、笠原町上原1264～2455番地
- 23月 北丘、旭ヶ丘5市営、旭ヶ丘10、笠原町向島
- 24月 小泉、旭ヶ丘10
- 25月 幸、音羽、宝、若松
- 26月 大原、市之倉7～13、北小木
- 27月 滝呂2.3.8.9、京、元、赤坂、笠原町音羽
- 30月 松坂、明和、赤坂、笠原町音羽
- 31月 上野、平和、美坂、前畑、宮前、大日、虎溪、昭栄、生田、山吹、東、光ヶ丘、笠原町栄

4月前半の予定

収集地区

- 1月 滝呂12～14.17、田代、緑ヶ丘、大正、平野、星ヶ台、上山、大畑、坂上、小田、笠原町西ヶ平、笠原町平園
- 2月 大畑、姫2.3、下沢、本、上、金山、中、新、御幸、広小路、栄、新富、山下、笠原町平園
- 3月 姫4～7、十九田、喜多、弁天、精華、白山、住吉、笠原町富士、笠原町釜
- 6月 市之倉1.2、姫2市営、笠原町富士、笠原町釜
- 7月 市之倉3.4、姫1市営、笠原町神戸
- 8月 市之倉5.6、金岡、長瀬、高根、姫1、笠原町神戸
- 9月 高根、旭ヶ丘1.2.6～9、姫1
- 10月 廿原、諏訪、月見、富士見、三の倉、脇之島、池田、東栄、大藪、笠原町草口
- 13月 東栄、大藪、笠原町上原156～1263番地
- 14月 高田、大藪、笠原町上原156～1263番地

●汲み取り依頼など

笠原町以外…多治見市衛生公社 ☎22-6306 笠原町…笠原環境クリーン ☎43-4455

●転居、転入出など異動が生じた場合…上下水道総務課 ☎22-1230

●収集日は事情により変更になる場合があります

※下水道法第10条、第11条の3に基づき、汲み取り式トイレは、公共下水道が使用できるようになった日から3年以内に水洗化し、下水道へ接続する義務があります。早急な下水道切り替えをお願いします

お子様の結婚が心配な方

★完全予約制★

※定員不足の場合、開催なし

親同士のお見合い交流会

会場：じゅうろくプラザ 小会議室2

3月22日(日)14:00～

費用 3,000円(税込) ※おひとりでもご夫婦でも同額

お問い合わせ
参加申込はこちら

主催：結婚相談所ムスベル岐阜



0120-324-003

岐阜市金町8-1 フロンティア丸杉ビル4階 営業時間：10時～19時 定休日：第2・第4水曜日

広告

おりべ合同事務所

相続手続き・生前贈与・遺言書作成

各種測量・境界確定

(要予約)

☎ 0572-26-8515

受付時間 平日9時～17時

〒507-0035

岐阜県多治見市栄町1丁目54番地の1 コアラビル3階

司法書士 伊藤 正樹・水野 聡
土地家屋調査士 宮川 啓

広告

介護

のことならご相談ください

☆25年の実績

主任ケアマネ
井澤



住み慣れた自宅
での生活をお手
伝いします



デイ・ヘルパー
塚本

ピアンカ居宅介護支援事業所
ピアンカデイサービスセンター
ピアンカヘルパーステーション

多治見市上山町 1-97-2 TEL 0572-21-2150

広告

無料法律相談

◆相続遺言◆
親が亡くなり、財産を分けようとしただけで話し合いがスムーズにいきません!

◆離婚◆
離婚したいけど養育費や財産分与はどうなるの?

◆その悩み、弁護士に相談してみませんか?◆

◆借金問題◆
いつまでたっても借金が返済できない...

◆労働問題◆
残業代がもらえませんか! 不当に解雇されました!

◆交通事故◆
交通事故に遭いました。どう請求ができるの?

弁護士法人 愛知総合法律事務所
高蔵寺事務所 所長弁護士 服部 文哉
春日井市中央台一丁目2番地2 サンマルシェ南館1階 三蔵UFJ銀行高蔵寺支店右隣
☎050-1780-5290 (電話受付) 9:30～17:30 日曜日営業・駐車場完備
(定休日) 金・土・祝日
https://www.aichisogo.or.jp/office/kozoji/ 愛知総合高蔵寺 検索

広告

4 月の相談窓口 無料相談

☎ は電話相談也可

相 談	時 間	場 所	問 合 せ (市 は市役所)
法律相談	3日、10日、17日の金曜日 13:00～16:00 ※予約3月2日(月) 8:30～	本庁舎	市 くらし人権課 ☎22-1134
行政相談	20日(月) 13:00～15:00 ※事前予約制	本庁舎	
高齢者就業相談	10日(金) 13:30～15:00	総合福祉センター	社会福祉協議会 ☎25-1131
福祉相談 ☎	月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15		
身体障がい者更生相談 ☎	6日(月) 13:00～16:00		市 福祉課 ☎23-5806
知的障がい者 なやみごと相談 ☎	2日(木) 13:00～15:00		
介護保険制度苦情相談	月～金曜日(祝日除く) 9:00～16:00 ※前日までに予約を	駅北庁舎 2階	市 高齢福祉課 ☎23-5821
乳幼児心配ごと相談 ☎	月～金曜日(祝日除く) 9:00～16:00	双葉保育園	同左 ☎23-8771
育児相談 ☎	月～金曜日(祝日除く) 8:30～16:30	地域子育て支援センター (共栄・池田保育園内)	共栄 ☎23-2199 池田 ☎24-7117
	月～金曜日(祝日除く) 9:30～16:30	駅北親子ひろば	同左 ☎23-5551
教育相談 ☎	月～金曜日(祝日除く) 9:00～15:30	駅北庁舎 3階	市 教育相談室 ☎23-5942
		さわらび	同左 ☎23-7867
心の悩み相談室	9日、16日、23日、30日の木曜日 8:30～11:30 ※前日までに予約を	駅北庁舎、さわらび	市 教育相談室 ☎23-5942
ひとり親家庭相談 ☎	月～金曜日(祝日除く) 9:00～16:00	駅北庁舎 3階	市 こども家庭課 ☎23-5609
女性相談 ☎			
家庭児童相談 ☎			
子どもの権利相談 ☎	火～金曜日 13:00～19:00 土曜日 12:00～18:00	子どもの権利相談室 (ヤマカまなびパーク 4階)	子どもの権利相談室 ☎23-8666 または ☎0120-967-866
人権こまりごと相談 ☎	15日(水) 13:00～15:00	本庁舎	市 くらし人権課 ☎22-1128
常設人権相談 ☎	月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15	法務局多治見支局	同左 ☎0570-003-110
交通事故相談 ☎	2日(木) 10:00～12:00、13:00～15:00 ※前日までに予約を	本庁舎	県民生活相談センター ☎058-277-1001
犯罪被害者相談 ☎	8日(水) 11:00～15:00	本庁舎	ぎふ犯罪被害者支援センター ☎0120-968-783
NPO専門相談	16日(木) 14:00～16:00 ※前日16:00までに予約を	市民活動交流支援センター (ヤマカまなびパーク 6階)	同左 ☎22-0320
消費生活相談 ☎	月～金曜日(祝日除く) 10:00～12:00、13:00～16:00 ※前日までに予約を	本庁舎	市 くらし人権課 ☎22-1134
結婚相談※	15日(水) 18:00～21:00 12日(日)、26日(日) 10:00～12:00、13:00～15:00 ※相談日2日前の正午までに予約を ※予約がない場合、水曜日はお休みです	(水曜日) 駅北庁舎 4階 (日曜日) 産業文化センター 3階	市 企画政策課 ☎22-1376
就労相談	火曜日(祝日除く) 10:00～17:00 ※前日までに予約を	産業文化センター 3階	岐阜県若者サポートステーション ☎058-216-0125
自治会こまりごと相談	月～金曜日(祝日除く) 9:00～12:00、13:00～16:00	本庁舎	市 くらし人権課 ☎22-1134
若者相談	月～金曜日(祝日除く) 9:00～12:00、13:00～16:00	本庁舎	
外国人相談	月～金曜日(祝日除く) 9:00～12:00、13:00～16:00	本庁舎	

※結婚相談へは、身分証明書(運転免許証など写真付きのもの)を持参してください

LINE
相談窓口

※ ※ 子ども LINE 相談 ※ ※
保護者の方も相談できます
問 子どもの権利相談室
☎0120-967-866



※ ※ 母子保健 LINE ※ ※
母子保健、各種予約や問い合わせができます
問 保健センター母子保健グループ
☎23-6187



保健センター健診相談日程

※場所の記載のないものは駅北庁舎 3 階で実施
●咳、発熱など、体調の悪い方は見合わせてください。

申込先・問合せ先 母子保健 ☎23-6187
保健センター 健康づくり ☎23-5960
(駅北庁舎3階) 地域医療 ☎23-5025



保健センター母子保健アカウント【LINE ID:@138dbbdi】

健診・相談	期日・時間	対 象	内容・申込方法など
母子健康手帳 交付	毎週火曜日 (祝日除く) 受付 13:00~13:15	妊婦	妊娠中の手続きや生活の話 持ち物 妊娠届出書、マイナンバーカード(個人番号カード) または通知カードと免許証などの本人確認書類、ボールペン
乳幼児 健康相談	毎週月曜日 (祝日除く) 受付 9:00~11:00 ※予約時に時間を指定	乳幼児と家族	発達、育児、育児、母乳育児、栄養、歯に関すること(染め出し 検査、ブラッシング指導)など。詳細はお問合せください。 相談員 保健師、栄養士、助産師、歯科衛生士、理学療法士 (※理学療法士は第1月曜日) 持ち物 母子健康手帳、バスタオル 申込方法 電話またはLINEで ☎23-6187
発達相談	申し込み時に説明	就学前の子どもの言葉や発達・ 育児について心配のある方	相談員 発達相談員 申込方法 電話で ☎23-6187
マタニティセミナー (母乳マタニティ ヨガコース)	3月23日(月) 13:30~15:00	妊婦	マタニティヨガ、お産に必要な呼吸法やリラックス法、母 乳育児についての話。 持ち物 母子手帳、ママパパ読本、水分、タオル、動きやす い服装 申込方法 電話またはLINEで ☎23-6187
マタニティセミナー (お料理紹介コース)	3月10日(火) 10:00~11:30	妊婦 パパ・ご家族の参加も可	妊娠時に必要な栄養のお話とオススメの栄養が簡単にと れるクッキングをします。 持ち物 母子健康手帳、ママパパ読本、マタニティ 食事 レッスン、エプロン、ふきん、1人300円 申込方法 電話またはLINEで ☎23-6187
【産後】心と体の ケアクラス	3月16日(月) 13:30~15:00	2~6カ月児とそのママ	産後のママの心と体を整えるリラックスヨガ、赤ちゃんとの 絆を深めるタッチケアなど。詳細はお問合せください。 持ち物 母子健康手帳、動きやすい服装 申込方法 電話またはLINEで ☎23-6187
離乳食教室 (はじめてクラス)	3月12日(木) ①9:30~10:30 ②10:30~11:30 ※いずれか1回	4~6カ月児の家族	離乳食(5~6カ月頃)の話。 申込方法 電話またはLINEで ☎23-5025 ※月齢に応じた食事の形態や硬さを確かめます。
離乳食教室 (モグモグクラス)	3月18日(水) ①9:30~10:30 ②10:30~11:30 ※いずれか1回	7~8カ月児の家族	離乳食(7~8カ月頃)の話。 申込方法 電話またはLINEで ☎23-5025 ※月齢に応じた食事の形態や硬さを確かめます。
骨密度測定	3月23日(月) 13:30~15:00 (予約時に時間を指定) 4月14日(火) 13:30~15:00 (予約時に時間を指定)	20歳以上の方	超音波骨密度測定(かかとで測定) 所要時間30分程度 申込方法 電話またはQRコードから ☎23-5960
健康相談	3月27日(金) 13:30~15:00	健康診断などの結果で相談のある 方、血圧、血糖、コレステロール、肥 満などが気になる方	相談員 医師、保健師、栄養士 体内成分測定(内臓脂肪・筋肉量など)が できます 医師の相談は予約制(受付は14:15まで) 申込方法 電話またはQRコードから ☎23-5960
こころの相談	3月18日(水) 9:30~11:00 東濃保健所 4月10日(金) 13:00~14:30 保健センター	うつ、イライラ、認知症、 アルコール依存、眠れないなど	相談員 精神科医、保健師 申込方法 電話で ☎23-1111(東濃保健所) 定員 4人 相談員 精神科医、保健師 申込方法 電話で ☎23-5960(保健センター) 定員 4人



3月バス献血のお知らせ(400mL限定)

問 岐阜県赤十字血液センター ☎058-272-6927

日時 3月17日(火) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00 **場所** ①東濃西部総合庁舎 ②市民病院

対象 体重50kg以上

※薬を飲んでいる方は薬品名必要。海外渡航歴のある方は帰国(入国)後4週間(場合により4週間以上)あけてください

※天候などにより中止となる場合があります。最新の状況はホームページをご確認ください



これから始める山登り

登山は健康づくりにも仲間づくりにもつながる、魅力いっぱいの運動です。この機会に一緒に始めてみませんか。

■講義

日時 3月22日(日) 9:30～16:00※45分の昼食時間有

場所 感謝と挑戦のTYK体育館 研修棟

内容 山登りとは、事前の準備、計画の立て方、地図の見方など

持ち物 筆記用具、昼食

■実技

日時 4月5日(日)、19日(日)、5月10日(日)

いずれも朝～14:00前後

内容 多治見近郊の里山を登ります

対象 70歳までで、これから山登りを始めようとする初心者の方(車で現地集合が可能な方)

定員 10人 **参加費** 1,000円(資料代ほか)

講師 多治見市山岳連盟

申込期間 3月8日(日)7:00～3月15日(日)

申込方法 QRコードから

申 問 笠原体育館 ☎43-6285



トレーニング室利用者講習 4月 ※要事前申込

場 申 問	日 時		定員
TYK体育館 ☎22-4111	毎日実施 ※状況により休講日あり	随時受付	2人/回
笠原体育館 ☎43-6285		14:00～15:00	2人/回
		19:00～20:00	

受講料 500円(初回登録・カード代含む)

対象 高校生以上

持ち物 運動できる服(ジーンズ、スカート不可)、室内用シューズ

申込方法 希望日の前日までに電話または窓口へ
※開始10分前には着替え、受付を済ませてください

令和7年3月31日までに購入された
トレーニング室利用回数券は、
令和8年3月31日が有効期限です。
お早めにご利用ください。



3月のTYKスポーツパークは
イベントがたくさん!

かけっこ教室

正しい動きでグングン速くなる! 体力テスト、運動会が楽しみに!

日時 3月14日(土) ※雨天中止

【1部】 9:30～10:30

【2部】 11:00～12:00

場所 TYK競技場(星ヶ台競技場)

対象 小学3～4年生 ※他学年の参加も可

定員 10人/回

参加費 300円

指導 名古屋学院大学 陸上部

持ち物 運動のできる服装、運動靴、飲み物、タオルなど

申込方法 QRコードまたはURLから

<https://forms.gle/ye1Q9b6BtHK9EiS9>

申 問 名古屋学院大学 瀬戸キャンパス

☎0561-42-0350

E-Mail setosous@ngu.ac.jp



市民広場(昼の部、夜の部)

日時 3月14日(土)

【昼の部】軽スポーツ体験 9:30～11:45

【夜の部】ランニング利用 17:00～19:45

※雨天中止

※前日の天候により中止の場合有。当日9:00または16:00以降に電話で問い合わせ

場所 TYK競技場(星ヶ台競技場)※投てき、スパイク使用不可

申込方法 夜の部のみ競技場事務所前で受付記入

問 星ヶ台管理棟 ☎22-2564

スケートボードパーク開場周年記念!

スケートボード教室 無料特別体験会

スケートボード愛好会の指導で楽しく体験ができます。

日時 3月29日(日) 10:00～11:00 ※雨天中止

場所 TYKスケートボードパーク

対象 スケートボード未体験の小学生(初心者)

定員 10人 **申込方法** 電話で

申 問 星ヶ台管理棟 ☎22-2564

第24回ping pong たじみ卓球大会

卓球好きの方! 大会に参加してみたい方! 初心者も歓迎!

日時 3月29日(日) 9:00～17:00(受付開始8:30) **場所** 感謝と挑戦のTYK体育館 第1競技場

対象 小学生以上 **参加料** 高校生以下 1,000円/人 大人 1,200円/人

参加資格 団体戦/1チーム5人以上(男女不問)

部門 ①一般の部(小学生以上) ②シニアの部(男性50歳以上、女性40歳以上)※シニアの方は一般にエントリーも可能

申込方法 申込用紙(ホームページからダウンロードまたは窓口で配布)を記入し、参加費を添えて3月8日(日)までに窓口へ

申 問 感謝と挑戦のTYK体育館 ☎22-4111

全19教室参加者募集中

キッズチア・ヨガ・キックボクシングなど、こどもから大人まで教室開催中!!

また、月曜日には爽快体操、木曜日にはズンバ・コアトレーニングなど、都度参加可能な教室も開催中!

◆教室の一部をご紹介します◆

教室:ズンバ

ラテン音楽など世界の音楽に合わせて楽しく踊ります! 楽しみながら脂肪燃焼やカロリー消費、ストレス解消効果が得られます。

日時 木曜日 12:30~13:00 **対象** 高校生以上 **参加費** 500円/回

場 申 問 感謝と挑戦のTYK体育館 ☎22-4111

健康情報

みんなで楽しいウォーキング

① 春の陽気に癒される潮見の森コース (約6.0km 約2時間30分) 難易度:中級

日時 3月28日(土) 10:00集合 **場所** かさはら潮見の森管理棟

持ち物 飲み物、帽子、タオル、お弁当(希望者のみ)

② 5つの公園をめぐるコース (約3.0Km 約1時間30分) 難易度:初級

日時 4月18日(土) 9:30集合 **場所** TYKスポーツパーク多治見 第6駐車場

持ち物 飲み物、帽子、タオル

※できるだけ公共交通機関を利用してください ※ペット同伴はご遠慮ください

※雨天中止(中止についての問い合わせは当日8:30以降)

問 保健センター ☎23-5960 当日 ☎22-1111



楽しく学ぼう! 親子で食育教室

楽しく子どもの食事について学ぶ教室です。

親子で人参クッキーを作ります。

日時 3月25日(水) 10:00~11:30

場所 保健センター親子研修教室

対象 2~3歳のお子さんとその保護者

定員 8組(先着順)

持ち物 筆記用具、エプロン(お子さん用)

申込方法 3月16日(月)までに電話で

申 問 保健センター ☎23-5025

春の健康ウォーキング

春の風を感じながら土岐川周辺をウォーキングします。

日時 3月26日(木) 11:30~14:30

場所 市民病院7階講堂 **講師** 理学療法士、管理栄養士

定員 15人 **参加料** 1,000円(お弁当代含む)

持ち物 動きやすい服装、歩きやすい靴、筆記用具、飲み物

申込方法 申し込みフォームから

※雨天の場合は運動メニューが変更になります

※医師から運動を制限されている方は参加をご遠慮下さい

申 問 市民病院栄養課 ☎22-5211(代表)



8020表彰

申 問 保健センター ☎23-6187

8020(はちまるにいまる)運動は「80歳になっても自分の歯を20本以上残し、健康的な生活を維持してもらおう」と日本歯科医師会などが取り組んでいる活動です。そこで、80歳以上で自分の歯が20本以上ある方を募集し表彰します。

対象 昭和21年4月1日以前に生まれた方

申込方法 4月24日(金)までに氏名、生年月日、住所、電話番号を電話または窓口へ

こども誰でも通園制度が始まります

問 保育幼稚園課 ☎23-5947

令和8年4月から新たに「こども誰でも通園制度」が始まります。現在、保育所などに通っていない0歳半から満3歳未満のこどもを対象に、理由を問わず、月10時間の範囲内で保育所などに預けることができる制度です。すべての保育所が対象ではなく、乳児等通園支援事業の認可を受けた私立保育所や小規模保育事業所などで利用することができます。

申込方法 ①「こども誰でも通園制度総合支援システム」により市へ「乳児等支援給付認定申請」を提出

②認定後、利用を希望する園と面談の予約

③園と面談後、システムにより利用申込み

④予約日時に利用、園へ利用料を支払う

利用可能な園や手続方法など、
詳細はホームページから



土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

問 税務課 資産税グループ ☎23-5832

① 土地価格等縦覧帳簿と家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

ご自分の土地や家屋の評価額を他の土地や家屋の評価額と比較できます。

期間 4月1日(水)～4月30日(木) 8:30～17:15 ※土・日曜、祝日を除く

対象 市内の土地または家屋の固定資産税の納税者
※土地の納税者は土地価格等縦覧帳簿、家屋の納税者は家屋価格等縦覧帳簿を縦覧可
※手数料無料(写しの交付不可)

場所 駅北庁舎2階税務課 26番窓口

② 固定資産課税台帳(名寄帳)の閲覧と交付

ご自分の固定資産税と都市計画税の課税の基礎となる価格などを閲覧、交付できます。

期間 4月1日(水)～4月30日(木) 8:30～17:15 ※土・日曜、祝日を除く

対象 所有者、借地人や借家人(対価が支払われている場合に限る。借地人は自己の借りている土地、借家人は該当土地および家屋のみ閲覧可)

手数料 所有者は閲覧無料、写しの交付(令和8年度分で原本証明しないもの)無料
借地人や借家人は閲覧有料(1年度分1回につき300円)

場所 駅北庁舎2階税務課 25番窓口

持ち物 ● 本人…本人確認書類原本(運転免許証、マイナンバーカード、パスポートなど)
● 借地人、借家人…本人確認書類原本、権利関係と対価の支払いを確認できる書類の原本
● 代理人…委任状、代理人の本人確認書類原本
(借地人、借家人の代理は、権利関係と対価の支払いを確認できる書類の原本も必要)

市税の減免制度があります

軽自動車税または固定資産税の減免申請時には、必ずマイナンバーカードをご持参ください。代理人申請など詳細は問い合わせください。

軽自動車税の減免制度

対象 次のいずれかに該当する軽自動車など

- ①障がい者が所有(納税義務者となる)し、障がい者本人または生計同一者が運転するもの。ただし、精神障がい者、知的障がい者、18歳未満の身体障がい者については、生計同一者が所有する車両も対象
- ②障がい者が所有(納税義務者となる)し、常時介護者が障がい者のために運転するもの(介護者確認書類が必要)
- ③自動車検査証の「車体の形状」欄に「車いす移動車」などの記載がある特殊用途自動車(8ナンバー)
- ④公益のために使用するもの
- ⑤生活保護を受けている方が所有するもの

申請方法

5月25日(月)までに減免申請書と減免理由を証明する書類を税務課25番窓口または地区事務所へ(高田、市之倉郵便局は除く)

※持ち物の例(①の場合)…各種手帳(身体障害者手帳など)(原本)、自動車検査証(写し可)、自動車検査証記録事項(電子車検査の場合、写し可)運転する方の運転免許証(写し可)、マイナンバーカード(代理人申請の場合写し可)、以上全て4月1日時点で有効なもの。代理人の本人確認書類(運転免許証など)

※減免対象となる等級など、詳細は問い合わせ

※普通自動車などの自動車税の減免については岐阜県東濃県事務所(☎23-1111)へ問い合わせ

申 問 税務課 税政グループ ☎23-5842

固定資産税の減免制度

対象 次のいずれかに該当する固定資産

- ①生活保護を受けている方が所有する固定資産
- ②公益のため直接占有する固定資産(有料で使用するものを除く)
- ③障がい者、未成年者、寡婦・ひとり親、または65歳以上の方で構成する世帯で、該当世帯全員の前年の所得がそれぞれ58万円(基礎控除額)以下で、税法上の扶養に入っていない場合、所有する固定資産のうち、専ら自己の居住の用に供する家屋
- ④令和8年1月1日以降の災害などにより、著しく価値を減じる損害を受けた固定資産(被害の程度による)

※申請日以降の納期にかかる納付額が対象になります
※詳細は問い合わせください

申請期限 令和8年度の第1期から減免を受けるには3月6日(金)まで

申請方法 減免申請書と減免理由を証明する書類を窓口または地区事務所へ(高田、市之倉郵便局は除く)

申 問 税務課 資産税グループ ☎23-5832

身近にある 消費生活のお話

不正アクセス被害を防ごう

不正アクセスされた場合の被害は、金銭のみならず、個人情報漏洩、なりすましなど多岐にわたります。一度流出した情報をなかったことにすることはできません。不正アクセスできないような対策をすることが特に大切です。

【対策方法】

- ①パスワードをできるだけ【長く】【複雑に】する
- ②同じパスワードを複数のサービスで使いまわさない
- ③パスワード以外に、ワンタイムパスワードを利用するなど、複数の認証方法を設定する

実在する事業者を騙るメールなどから偽サイトに誘導し、パスワードを入力させ盗み取るフィッシングという手口には、③が有効ですが、最近は、③の対策を破る「リアルタイムフィッシング」という手口も発生しています。フィッシングメールを見破ることはできません。メールに書かれたURLは決してクリックしないでください。

不正アクセス、不正ログインの手口は
巧妙化しています。
最新の情報を収集し、対策方法を
アップデートし続けましょう。

問 くらし人権課 ☎22-1134

まちづくりナビ

多治見市まちづくり活動補助金の
公開審査を聴いてみませんか？

ぽると多治見では「多治見市まちづくり活動補助金」を活用し、まちづくり活動を企画する団体を応援しています。市内にお住まいのみなさんも一度、補助金を活用される方々のお話を聴きに行かれてみてはいかがでしょうか？ 3月15日(日)13:00～開催される公開審査会では、多治見市を「元気で楽しいまちにしたい」「多治見市の活性化を目指す」と意気込みのある団体による熱いプレゼンテーションが繰り広げられます。多様性あふれる楽しいイベントや環境を整備する事業、地域の活性化に対する取り組みなど、令和8年度に開催予定のイベント情報などが、盛りだくさんあり、ワクワクする企画を一緒に応援しませんか？

問 市民活動交流支援センター(ぽると多治見)
☎/FAX 22-0320
豊岡町1-55 ヤマカまなびパーク6階

夜間在宅当番医・休日急病診療

★ 3月の夜間在宅当番医

診療時間 19:00～21:30(受付21:00 まで)

日曜	当番病・医院名	住所	TEL
2 月	根本外科医院	高根町2	27-2821
3 火	中央クリニック	日ノ出町1	22-3530
4 水	かとうだいきクリニック	平和町4	26-8200
5 木	多治見スマートクリニック	住吉町7	21-1770
6 金	たかだアレルギーと こどものクリニック	白山町5	28-1101
7 土	多治見市民病院	前畑町3	22-5211
9 月	安藤クリニック	豊岡町3	22-9388
10 火	精華医院	白山町1	22-3623
11 水	浜田・浅井医院	太平町1	22-0522
12 木	太田医院	明治町1	22-0037
13 金	多治見眼科院	十九田町2	24-2225
14 土	多治見市民病院	前畑町3	22-5211
16 月	田代町整形外科	田代町2	22-6717
17 火	仲西クリニック	明和町6	29-1181
18 水	多治見よこた耳鼻咽喉科	太平町4	21-2133
19 木	森本耳鼻咽喉科	明和町5	27-9333
21 土	多治見市民病院	前畑町3	22-5211
23 月	いちほらこどもクリニック	小田町5	24-3411
24 火	伊藤内科	太平町3	23-6578
25 水	タジミ第一病院	小名田町西ヶ洞1	22-5131
26 木	西尾クリニック	金岡町1	24-0689
27 金	おざき整形外科	太平町6	25-6101
28 土	多治見市民病院	前畑町3	22-5211
30 月	多治見クリニック	音羽町2	22-5566
31 火	林かつひこ内科・循環器科	明和町4	20-2002

※気象状況、諸般の事情により、急きょ休診となる場合があります。受診する場合は、当番医にあらかじめ電話で連絡してください

※夜間診療料が加算されます

診療時間外はこちらへお問い合わせください

救急安心センターぎふ

☎#7119 ☎058-216-0119

問 保健センター ☎23-5025

日曜日、祝日の休日急病診療

時間 日曜・祝日…13:00～17:00(受付16:30まで)

診療場所 多治見市民病院 救急外来 診療室

●事前の電話連絡必要 ☎22-5211

なんだかこころが疲れたときは、 ちょっとひと息つきませんか？

問 保健センター
☎23-5960

3月は自殺対策強化月間です

3月は、就職や進学など生活環境が大きく変動し、ストレスを受けやすい時期です。
こころの不調は自分では気づきにくく、「疲れているだけ」「私は大丈夫」などという思い込みから、
対処が遅れて症状を悪化させてしまう場合もあります。こころの病気は誰でもかかる可能性があります。
日ごろから自分のこころの状態に目を向け、こころが疲れたときは、誰かに相談してみてください。
また、周りの人の「最近元気がない」「体調不良や不眠を訴える」「遅刻や欠席が増えた」など
いつもと違う様子に気づいたら、優しく声をかけ、話を聴いてあげましょう。

スマホで
簡単！

「こころの体温計」で こころの健康状態をチェック！

スマートフォンやパソコンを使って、自分や大切な人の
こころの状態を客観的に見ることができます。結果とともに
相談窓口も紹介しています。お気軽にご利用ください。

詳細はQRコードを確認、または
「こころの体温計 多治見」
で検索。



猫 社会的な
ストレス

黒金魚
対人関係の
ストレス

水の透明度
落ち込み度



結果画面(例)

水槽のヒビ
住環境の
ストレス

赤金魚
自分自身の
ストレス

石 その他の
ストレス

※利用料は無料です。通信料は自己負担です ※個人情報の入力は一切不要です
※医学的診断をするものではありません。結果にかかわらず、心配なことが続く場
合は専門家に相談することをおすすめします

こころのサインに 気づきましょう

当てはまる項目が多い方は、ま
ずはゆっくり休養をとり、医療機
関などに早めに相談しましょう

- ☐ ぐっすり眠れない
- ☐ 食欲がない
- ☐ 飲酒量が増えた
- ☐ 集中できない
- ☐ イライラする
- ☐ 何をしても楽しくない
- ☐ 不安で落ち着かない
- ☐ 気分が落ち込む
- ☐ 人に会いたくない など

こころの相談窓口 電話相談だけでなくメールやチャットなどの相談窓口もあります

岐阜県精神保健福祉センター ☎058-231-9724 月～金 9:00～17:00 (祝日、年末年始除く)	東濃保健所 ☎23-1111 月～金 9:00～17:00 (祝日、年末年始除く)	多治見市保健センター ☎23-5960 月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始除く)
--	---	--

精神科医によるこころの相談 (要予約)	こころのダイヤル119番
東濃保健所 ☎23-1111 毎月原則第4水曜	☎058-233-0119 月～金 10:00～12:00、13:00～16:00 (祝日、年末年始除く)
多治見市保健センター ☎23-5960 毎月原則第2金曜	

岐阜いのちの電話 電話相談 ☎058-277-4343 毎日19:00～22:00 第1、3土曜8:00～19:00	メール相談 原則3回まで	「ほっと ぎふ」 LINE相談
--	-----------------	--------------------

#いのちSOS ☎0120-061-338(24時間フリーダイヤル) メール相談可	こころの耳(厚生労働省) 働く人のメンタルヘルス・ ポータルサイト	SNS相談(厚生労働省) SNS相談などを 行っている団体一覧
---	---	---------------------------------------

24時間子供SOSダイヤル(文部科学省) ☎0120-0-78310(24時間フリーダイヤル)	チャイルドライン ☎0120-99-7777(フリーダイヤル) 毎日16:00～21:00 (年末年始除く)
--	---