

たかおか 市民と市政

無料アプリ
カタログポケット
でも配信中！

・動画や写真も楽しめる
・読み上げや翻訳機能付き



ダウンロード

広報紙へ
ご意見・ご感想を
お待ちしております



アンケート

No.217

11

2023

福岡町つくりもんまつり

優勝「コイ泡」
あわ

高岡の秋の風物詩！



中田かかし祭

グランプリ

「求む！国際平和く
泰平の礎家康」

「求む！国際平和く
泰平の礎家康」

各種SNSで最新の情報を
発信中！



市公式LINE



その他SNS

|P2~P3| みんなで育児を支える社会に |P4| 藤子・F・不二雄先生のふるさと高岡 など

※今月号の内容は、10月12日時点の情報です。最新情報は市HPなどでご確認をお願いします。

11月は児童虐待防止推進月間です

みんなで育児を支える社会に

問合せ 子ども・子育て課 TEL 20-1379 FAX 20-1665

こどもが虐待で命を落とす事件があとを絶ちません。児童相談所の相談対応件数は年々増加しており、富山県では、令和4年度の虐待対応件数は、1,044件（令和3年度：894件）となっています。（虐待と認められなかったものも含む）

社会全体でこどもを守り、子育て家庭を支えるために一人一人が意識を持ち、何ができるか考えてみませんか。

体罰によらない子育てを広げよう！

こどもが思ったとおり行動せず、イライラして「しつけのためだから仕方ない」とか「痛みを伴ったほうが理解する」と、次のようなことを行ってはいませんか。

- 何度注意しても言うことを聞かないので、頬をたたいた
- 宿題をしなかったので、夕食を抜きにした
- いたずらをしたので、長時間正座をさせた

しつけと称しての行いであっても、これらは全て体罰に当たります。体罰は、行動や感情をコントロールする脳の「前頭前野」にダメージを与えることが分かっています。また、うつ病の一種の気分障害や、非行を繰り返す素行障害につながる場合もあります。

「死ね」「バカ」「産まなければよかった」などの暴言も、たとえ冗談だとしてもこどもの心を傷つけ、過度の不安感、おびえなどの情緒障害、うつ症状や学校に適應できないといった影響がでることもあります。

体罰によらない子育てのための工夫のポイント

ポイント①

こどもの気持ちや考えに
耳を傾けましょう

相手に自分の気持ちや考えを受け止めてもらえたという体験によって、こどもは気持ちが落ち着いたり、大切にされていると感じたりします。



ポイント②

こどもの成長・発達によっても
異なることもあります

こどもの年齢や成長・発達の状況によって、できることとできないことがあります。それぞれのこどもによって成長・発達の状況にも差があることを理解しましょう。



ポイント③

肯定文でわかりやすく、
時には一緒に、お手本に

子どもに伝えるときは、「ここでは歩いてね」など、肯定文で何をすべきかを具体的に、また、落ち着いた声で伝えると、こどもに伝わりやすくなります。



ポイント④

良いこと、できていることを
具体的に褒めましょう

こどもの良い態度や行動を褒めることは、こどもにとって嬉しいだけでなく、自己肯定感を育むことにもなります。



ヤングケアラーを知っていますか？

「ヤングケアラー」とは、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っているこどものことです。

例えば・・・

- 障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・洗濯など家事をしている。
- 家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。
- 障がいや病気のある家族の入浴やトイレなどの介助をしている。



ヤングケアラーは、本当なら享受できたはずの、勉強に励む時間、部活に打ち込む時間、友人との他愛ない時間など「こどもとしての時間」と引き換えに、家事や家族の世話などをしています。「もしかしたらヤングケアラーかもしれない」というこどもが周囲にいる場合は相談窓口にご連絡してください。

地域のみなさんへ

～こどもまんなか社会の実現に向けて～

こども虐待の防止は、児童相談所や市町村などの公的機関だけ行えるものではありません。わたしたち一人一人が「子育てにやさしい社会」を作ることが、こども虐待の防止につながります。虐待に至ってしまうケースは、子育てへの不安・知識不足、夫婦関係の不仲、働きたいのに働けないなどの生活の不安定さ、親の介護など、さまざまな不安やストレスの爆発によって引き起こされることが考えられます。子育て家庭への周囲からの寄り添いをお願いします。子育てにやさしい社会を作るために、社会全体で取り組んでいきましょう。



相談窓口

子育ての悩みや、つらさを感じたときはご相談ください



- | | |
|----------------------|-------------|
| ■ 子ども家庭相談専用電話 | TEL 20-1329 |
| ■ 健康増進課 | TEL 20-1344 |
| ■ 高岡子育て支援センター | TEL 28-4114 |
| ■ 福岡子育て支援センター | TEL 64-2090 |
| ■ 万葉なかよし保育園子育て支援センター | TEL 22-1881 |

ヤングケアラーを知ろう！

◇人権啓発の集い

ヤングケアラー
「家族を背負う」子どもたちの
現状と課題

【講師】 石川 結貴氏
(作家・ジャーナリスト)

■ 時 11月24日(金)
午後2時～午後3時30分
(開場は午後1時30分)

■ 所 高岡文化ホール

■ ￥ 無料

■ 問 市民生活課 TEL 20-1327

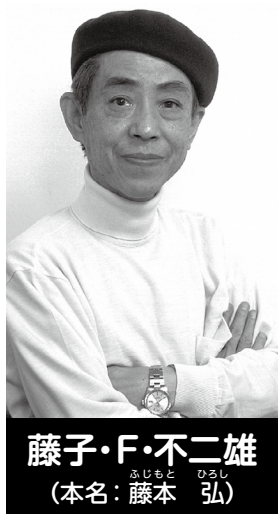
虐待かもと
思ったら **189**へ
お近くの児童相談所へつながります

ヤングケアラーに関する相談

- | | |
|------------|-------------|
| ■ 子ども・子育て課 | TEL 20-1329 |
| ■ 高岡児童相談所 | TEL 21-2124 |

祝！ 生誕90周年

藤子・F・不二雄先生のふるさと高岡



「ドラえもん」や「キテレツ大百科」の作者である藤子・F・不二雄先生は、高岡市に生まれ、20歳で上京するまで高岡で過ごしました。藤子・F・不二雄先生は、2023年12月1日に、生誕90周年を迎えます。市内の先生ゆかりのスポットを巡り、先生の作品や世界観に触れてみませんか。

【プロフィール】

- 1933年 12月1日 富山県高岡市に生まれる
- 1954年 本格的にまんが家を目指し安孫子氏と上京
- 1963年 『てぶくろてっちゃん』、『すすめロボケット』で、小学館漫画賞受賞
- 1970年 『ドラえもん』連載スタート
- 1982年 『ドラえもん』で、2度目の小学館漫画賞受賞
- 1994年 『ドラえもん』で、第23回日本漫画家協会文部大臣賞受賞
- 1997年 『ドラえもん』で、手塚治虫文化賞第1回マンガ大賞受賞

高岡市 藤子・F・不二雄ふるさとギャラリー

先生の足跡をたどりながら、たくさんの原画を通して、先生の「まんが」の原点や作品の楽しさ、おもしろさに触れることができるギャラリーです。高岡時代に描いた作品や愛用品を展示しているほか、原画展「ピンチ・トラブル・ハプニング!!」を開催中です。(11月26日(日)まで)

- 開館時間 9:30～17:00 (入館は16:30まで)
- 休館日 月曜日(月曜日が祝・休日の場合は開館し、翌平日に休館)、年末年始(12月29日～1月3日)
- 観覧料 一般・大学生 500円、高校生・中学生 300円
小学生・幼児(4歳以上) 200円、3歳以下無料
- 問合せ先 TEL 20-1170



ふるさと
ギャラリーHP



市内にはキャラクターたちに会えるスポットがたくさん！

万葉線ドラえもんトラム

どこでもドアから乗車すると、車内の壁や天井にキャラクターたちやみつ道具がいっぱいいます。



ドラえもんの空き地(おとぎの森公園)

花と緑があふれる公園の中に、『ドラえもん』に出てくる空き地が再現されており、キャラクターたちが手を振って出迎えてくれます。



ドラえもんの散歩道

(ウイング・ウイング高岡広場)
おなじみのキャラクターたちの銅像が出迎えてくれます。先生からの心温まるメッセージを見ることができます。



ドラえもんポスト

(クルン高岡1F)

先生の生誕80周年を記念して、高岡銅器で制作されました。投函された郵便物には、ドラえもんの記念消印が押印されます。

問合せ先 文化振興課 TEL 20-1255 FAX 20-1666

©Fujiko-Pro

11月8日は「いい歯の日」 健康の秘訣は歯と口の健康から

オーラルフレイルを 予防しよう

問合せ先

健康増進課

TEL 20-1345 FAX 20-1347



オーラルフレイルとは？

オーラルフレイルは将来の介護リスクを高める“お口のささいな衰え”が積み重なった状態です。放置すると、お口の機能の低下、食べる機能の障害、心身機能の低下などにつながる可能性があります。

オーラルフレイルをセルフチェックしよう！

質問事項	はい	いいえ
■半年前と比べて、堅い物が食べにくくなった	2	
■お茶や汁物でむせることがある	2	
■義歯を入れている*	2	
■口の乾きが気になる	1	
■半年前と比べて、外出が少なくなった	1	
■さきイカ・たくあんくらいの堅さの食べ物を噛むことができる		1
■1日に2回以上、歯を磨く		1
■1年に1回以上、歯医者に行く		1



※歯を失ってしまった場合は、義歯等を適切に使って堅いものをしっかり食べることができるよう治療することが大切です。

合計の
点数が

- 0～2点 オーラルフレイルの危険性は低い
- 3点 オーラルフレイルの危険性あり
- 4点以上 オーラルフレイルの危険性が高い

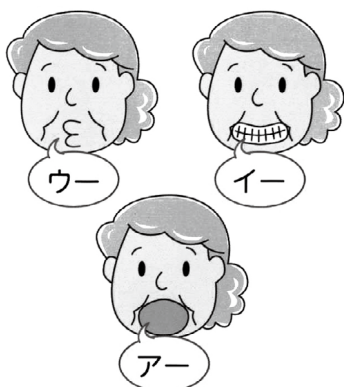
合計点数が3点以上の人、
歯科医療機関を受診しましょう！



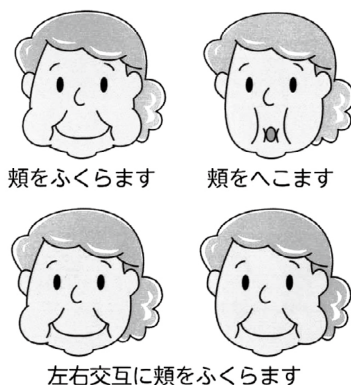
出典：東京大学高齢社会総合研究機構 田中 友規、飯島 勝矢

かんで飲み込むパワーをつける お口の体操で元気・長生き！

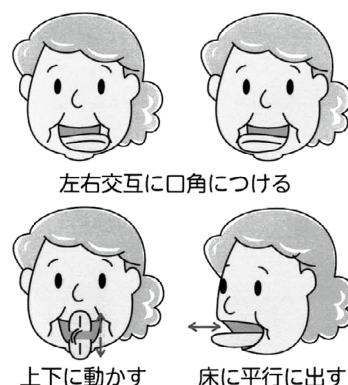
唇の体操



頬の体操



舌の体操



※家庭でできるトレーニングの一例です。

在宅歯科医療連携室をご存知ですか？

TEL 24-0303 (高岡市歯科医師会内)

平日 午前10時～午後4時(水曜日は正午まで)

在宅訪問歯科診療・口腔ケアの相談ができます。訪問診療を担当する歯科医療機関の紹介もしています。

監修：高岡市歯科医師会



©Fujiko-Pro



もっとホット高岡ニュース 🔍 検索

このページで紹介できなかった出来事も
随時掲載しています。



大きなおも掘れるかな～

10月3日

障害者支援施設「新生苑」で、高岡志貴野ライオンズクラブのメンバーと石堤保育園の園児、施設利用者らが、5月に苗植えをしたさつまいもの収穫を行いました。秋晴れの下、みんなで協力し、大きなさつまいもをたくさん掘り出しました。参加した中川凱惺くんは「いっぱいといれて楽しかった」と笑顔で話しました。

高岡の町で乾杯～♪

9月16日

御旅屋セリオで、高岡青年会議所による「最も長い乾杯リレー」のギネス世界記録に挑戦する「町おこし日本in高岡 乾杯リレー」が開催され、子どもから大人まで多くの人が参加しました。市内から参加した女性は「自分で挑戦を止めてしまわないかドキドキしたけれど、楽しかった」と笑顔で話しました。

故郷の人物を知ろう

たかおか

おん こ ち しん
温故知新

国泰寺を開いた高僧／慈雲妙意(1274～1345)

慈雲妙意は南朝・北朝の天皇をはじめ多くの人々から尊敬を集めた高僧です。現長野県出身の慈雲は1285年、現新潟県ごちいんの五智院で出家します。関東各地を経て、1296年、北陸の曹洞禅への行脚の途中、幽玄な二上山に惹かれて山中に草庵を構えます。ここを訪れた孤峰覚明こほうかくみょう（三光国師）の誘いにより、現和歌山県の由良興国寺の無本覚心むほんかくしん（法灯国師）のもとで修行して悟りを開きます。無本の死後は孤峰の弟子となり、1299年に二上山に戻り、摩頂山東松寺を開いたとされます（現弘源寺（氷見市）付近）。慈雲の名は全国に広まり、1327年には朝廷で後醍醐天皇に法話をし、清泉禅師せいせんぜんしの号を賜ります。さらに翌

年、「勅額（天皇直筆の額字）」を賜り、以後国泰寺と称し、京都南禅寺と同格の勅願所となったとされます。慈雲が72歳で死去すると北朝の光明天皇より「慧日聖光国師」の諡号が贈られました。写真の木造慈雲坐像は、2017年東京国立博物館の調査によって、作者が仏師・運慶の子孫で1532～55年に活躍した康運と判明しました。国泰寺では、この坐像を祀り、毎年6月に慈雲禅師を偲んで開山忌が盛大に行われています。（仁ヶ竹主幹）



慈雲坐像(博物館蔵絵葉書)

問合先 博物館 ☎20-1572

■右のアイコンがついているものは、無料アプリ・カタログ
ポケットで、動画やスライドショーを視聴できます。
※アプリは表紙のQRコードからインストールできます。



動画



スライドショー



市場街 2023



ミラレ金屋町

高岡のものづくりに触れる 9月16日～18日

ものづくりのまち高岡が誇るクラフトの祭典「工芸都市 高岡の秋。2023（市場街2023、ミラレ金屋町）」が山町筋や金屋町などで開催され、市内外から訪れた多くの人で賑わいました。鋳物タンブラーの刻印に挑戦した小学5年生の増岡楓くんは「力加減が難しかったけど、うまくできた」と満足げに話しました。

皆で繋ぐ、歌い継ぐ 10月6日～8日

古城公園で高岡万葉まつりが開催され、主要イベントである「万葉集全20巻朗唱の会」や、夜の古城公園をキャンドルで灯す「燈火の路」などに市内外から多くの人が訪れました。朗唱に参加した「富山大学芸術文化学部有志」の長柄毅一さんは「広い会場で気持ちよく歌いつなぐことができた」と話しました。



さあ、新高岡駅から。VOL.104

観光交流都市(飯山市・七尾市)へおでかけしませんか

◇道の駅「花の駅千曲川」 グランドオープン(飯山市)

地元で採れた新鮮な野菜やお米を販売する農産物直売所や、それらを使ったメニューを提供するカフェレストラン「Cafe 里わ」などが集う道の駅です。11月からは新たに、アウトドアショップ「モンベル」やビジターセンターを備えたアクティビティ拠点施設がオープンしました。

北陸新幹線で、新高岡駅から飯山駅までは約1時間です。日帰り旅行などをしてみてはいかがでしょうか。

問合先

飯山市商工観光課 TEL 0269-67-0731



道の駅 HP

◇能登和倉万葉の里マラソン 2024 ランナー募集中(七尾市)

能登の風光明媚な景色と匂真っ只中の能登牡蠣を楽しみながら走りませんか。特急バス「わくライナー」で新高岡駅から和倉温泉までは約1時間30分で到着します。

と き 令和6年3月10日(日)

ところ 和倉温泉周辺ほか

参加費 フルマラソン 8,000円

10キロメートル 4,000円

申し込み 11月30日(休)まで、ランネットから

※詳細は七尾市ホームページをご覧ください。

問合先

七尾市交流推進課 TEL 0767-53-8424



七尾市 HP