子育て広場

子育て支援課からのお知らせ

子育て支援課
金ケ崎町西根鑓水 53
☎ 44-4611　FAX 47-3413

11 月は　秋のこどもまんなか月間
「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」

児童虐待は、こどもの心身を傷つけ、すこやかな成長・発達を損なう行為です。虐待の種類は、身体的虐待、性的虐待、ネグレクト、心理的虐待の４つに分類されます。家庭や学校、地域などの社会全体で関心と理解を深め、こどもを守りましょう。

シンボルマークの「オレンジリボン」には、こどもの虐待を防止するというメッセージが込められています。町では期間中、役場庁舎１階エントランスホールにオレンジリボンツリーを設置するほか、メモリアルタワーをオレンジ色にライトアップします。

虐待かな？と思ったら、いちはやく連絡を！

匿名で秘密は守られます。

▶児童相談所全国共通ダイヤル（☎ 189（いちはやく））※最寄りの児童相談所につながります。

▶子育て支援課（☎ 44-4611）

親子のための相談 LINE

子育てや親子関係に悩んだ時に、こどもと保護者などが相談できる窓口です。

『環境にやさしい行動』のススメ vol.51

問　生活環境課（☎ 42-2111）

STOP！不法投棄
知らなかったでは許されません
不法投棄は犯罪です！



■無くならない不法投棄

町内での、山あいや河川敷、道路脇、ごみ集積所などへの不法投棄が後を絶ちません。不法投棄は、法律により５年以下の懲役または1,000万円以下の罰金に処され、または同時に両方の刑を科せられる犯罪行為です。法人の場合には、3億円以下の罰金が科せられます。また、不法投棄は未遂行為でも処罰され、不法投棄をしようとしている時点で、不法投棄を行った時と同じ罰則が適用されます。町内でも、警察の捜査により書類送検された事例がありました。

■どんなものが不法投棄になるか

テレビや冷蔵庫のような大きな家電だけでなく、タバコの吸い殻一つを山や道路に捨てることも、すべて不法投棄になります。

ごみは、必ず決められた場所や方法で捨てなければいけません。「ルールを守って正しくごみを捨てること」がとても大切です。

■土地管理者は自己防衛を

不法投棄をした人が分からない場合は、法律（廃棄物処理法第5条）により土地の所有者や土地を管理している人が廃棄物の処理をしなければなりません。フェンスやチェーンを設置したり、こまめに清掃（草刈り等）をするなど、日ごろから十分な管理をお願いします。

■地域の力で自然を守りましょう

町は、不法投棄を未然に防ぐため、巡回パトロールを行っていますが、不法投棄を根絶するためには地域の皆さんの厳しい監視の目が欠かせません。町の自然や景観を守るため、不法投棄を見かけたら警察へ通報してください。

図書館だより

図書館からのお知らせ

町立図書館
金ケ崎町西根西地蔵野５
☎ 41-1900　FAX 44-5661
開館時間：10：00～18：00
※開館日・時間変更の場合あり

児童特設コーナー

「おはなしのくに」へようこそ

児童コーナー「おはなしのくに」では季節に応じた４つのテーマで絵本の展示をしています。各テーマ約 15 冊、展示の本は１か月ごとに入れ替わるので、ご来館の度に新しいお気に入りに出会えます。ぜひ、親子で児童コーナーへ遊びに来てください。



information

■こどもおはなし会



テーマ「わんわん」

▶**開催日**　11 月 28 日㈯

▶**時間**　午前 10 時 30 分～

▶**場所**　おはなしコーナー

■企画展開催中　11 月 26 日㈭まで

一般：「今日からのばそう健康寿命
～いつまでも元気でいるために～」

▶**場所**　展示コーナー

児童：「知ってた？からだのふしぎ」

▶**場所**　児童列車コーナー

■ 11 月移動図書館車「まなびぃ号」

18 日㈫新田小沢商店前▶阿部農園前▶百岡公民館

19 日㈬一の台▶瘤木公民館▶東町公民館

■ 11 月の休館日

毎週月曜日、３日㈫、24 日㈫、27 日㈭

健幸ポイント通信

問　保健福祉センター元気 100 歳健康支援係（☎ 44-4560）

バーチャルウオーキングラリー 第２弾！沖縄編

今回のコースは日本屈指のリゾート地沖縄です。南国の豊かな歴史と美しい自然に彩られた町並みを楽しみながらゴール達成を目指しましょう。



■期間　11 月 1 日㈰～ 29 日㈰　29 日間
■総歩数　175,429 歩（1 日あたり 6,050 歩）
■ポイント　ゴール達成で 500 ポイント付与

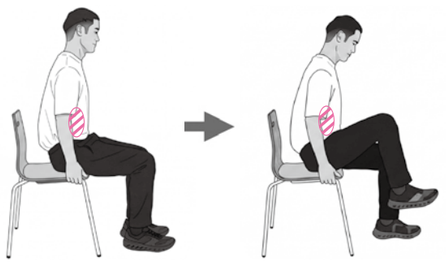
「腸腰筋」のヒミツ

最近歩くスピードが落ちたと感じていませんか。歩行速度が下がると転びやすくなったり、お口の健康などの全身に影響することがわかっています。元気に歩くカギを握るのが、ももの付け根の筋肉「腸腰筋」です。この腸腰筋を鍛えるトレーニングを紹介します。

もも上げ　鍛える筋肉：ももの付け根（腸腰筋）

①背筋を伸ばしておなかに力を入れる

②片方のひざを３秒かけて上に上げ、３秒で戻す。



腸腰筋がしっかりすると自然に歩幅が広がります。
↓
歩くスピードがキープでき、元気で転びにくい体につながります！

片足 10 回×１～２セット
痛みのない範囲で行いましょう。

出典：つくばウエルネスリサーチ