

広報 おおの

11

2025 No.965

もっと大野が 好きになる



この秋、命を守る火災予防を

消防署予防課 (064・4899)

寒さが増すこれからの季節は、ストーブやこんろなど火を使う機会が多くなり、火災の危険も高まります。火災は、日頃の生活習慣や家庭での備えを見直すことで、未然に防ぎ、被害を大きく減らすことができます。家庭の防火対策をいま一度見直しましょう。

住宅火災 命を守る 10のポイント

4つの習慣

①寝たばこは絶対にしない、させない



②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない



③こんろを使うときは火のそばを離れない



④コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く



6つの対策

①ストーブやこんろは安全装置の付いた機器を使用する



②住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する



③部屋を整理整頓し、寝具と衣類、カーテンは、防災品を使用する



④消火器を設置し、使い方を確認しておく



⑤高齢者や体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく



⑥防火防災訓練へ参加するなどし、地域ぐるみで防火意識を高める



地震火災対策 できていますか？

大規模地震で起こる火災の主な原因は、停電の復旧時に発生する「電気火災」です。いつ起きるか分からない地震に備え、平常時から安全対策を進めておきましょう。

◆地震火災対策の例

・家具や家電を固定し、転倒を防ぐ



・揺れを感知して電気を遮断する「感震ブレーカー」を設置する



・停電時は電気器具のスイッチを切り、電源プラグを抜く。避難時にはブレーカーを落とす



消防団員募集中

大切な家族や地域を災害から守るために、あなたの力を発揮してみませんか。市内在住または市内に勤務している18歳以上の人なら、誰でも入団できます。詳しくは問い合わせてください。

消防署予防課

(064・48998)





市防火ポスターコンクール入賞者発表

市消防本部では、市民の防火意識向上のため「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」をテーマに市内の小中学生から防火ポスターを募集しました。

審査の結果、最優秀賞7点、優秀賞14点、秀作50点が選ばれました。最優秀賞と優秀賞の作品は、市内で順次展示します。

◆最優秀賞(敬称略)

- ・辻智優(有終西小1年)
- ・西崎佐亮(上庄小2年)



▲辻智優さんの作品



▲西崎佐亮さんの作品

◆優秀賞(敬称略)

- ・田中麻莉奈(有終西小1年)
- ・杉本奏翔(有終東小1年)
- ・川島徹士(下庄小2年)
- ・斉藤千晃(小山小2年)
- ・辻愛花(有終東小3年)
- ・村中美乃里(上庄小3年)
- ・藤原紗季(下庄小4年)
- ・鵜山晃希(下庄小4年)



▲佐々木瑛麻さんの作品



▲竹田季歩さんの作品

- ・松田耀平(富田小4年)
- ・小林心晴(有終南小5年)
- ・山岸愛奈(有終東小6年)
- ・水谷羽衣(和泉小6年)
- ・廣瀬結梨(陽明中1年)
- ・大谷優樹奈(開成中2年)

消防署予防課
(64・4899)

▲川島寛大さんの作品



▲安岡奏空さんの作品



▲久保春稀さんの作品

冬場の風呂に潜む危険

ヒートショックにご用心

11月から4月にかけての寒い季節は、入浴中に気を失い、浴槽で溺れる事故が多く発生します。原因の一つが、急激な温度変化によって血圧が大きく変動し、脳梗塞や心筋梗塞などを引き起こす「ヒートショック」です。

◆ヒートショックの予防

・入浴前に脱衣所や浴室を暖める
・湯温は41℃以下、入浴時間は10分程度を目安にする
・浴槽から急に立ち上がらない
・食後すぐや飲酒後、薬を服用した後の入浴は避ける
・入浴前に家族へ一声掛ける
・家族は高齢者の入浴時に気を配る

消防署予防課
(64・4899)

暖かい部屋から寒いトイレに行くときは上着を羽織る



雪下ろしで 助け合い

みんなの力で大野の冬を乗り切ろう！

高齢者世帯の雪下ろしを支援

雪下ろしが困難な高齢者世帯などを対象に、雪下ろしの支払いに利用できる助成券を交付します。

対象世帯 市民税非課税世帯で、雪下ろしなどの作業を依頼できる親族がいない次のいずれかの要件に当てはまる世帯

① 65歳以上のみの世帯

② 障がい者のみの世帯

③ 65歳以上と障がい者のみの世帯

※その他にも他世帯の扶養親族でない、市税や保険料を滞納していないなどの要件があります

助成内容 1世帯当たり1万5000円(5000円券×3枚)



申請から助成券
交付までの流れ

① 対象世帯へ申請書を郵送(11月下旬)

※対象世帯②、③の世帯は申請書が届かない場合がありますので問い合わせてください

② 申請書を市へ返送

返信用封筒で郵送または健康長寿課(結とぴあ1階③番窓口)に持参

③ 申請した世帯へ助成券と雪下ろし作業者名簿を郵送

利用条件など

- ・居住する住宅の雪下ろしなどに利用すること(車庫や倉庫は対象外)
- ・本市の雪下ろし作業者名簿登録者への支払いに利用すること

※依頼する作業者が登録事業者であるかを事前に確認してください

・1回に1万5000円分(助成券3枚)の利用も可能

・請求金額が助成券分の金額を超えた額は自己負担

健康長寿課

(65・7333)



▲詳しくはこちら

屋根雪下ろし作業者を募集

住宅の雪下ろしなどを行うことが困難な世帯に出向き、雪下ろしなどができる作業者を募集しています。

作業者を取りまとめた名簿を市が公開し、雪下ろしなどをしてほしい人が名簿から作業者を選び、作業を依頼します。

大雪になると作業者が不足することがあります。作業ができる人や団体は登録をお願いします。

登録方法 防災防犯課(市役所2階②番窓口)か専用フォームで申し込み

登録内容 ・建坪23坪(約76平方メートル)の総2階建て住宅で、積雪1メートルの雪下ろしを行った場合の標準的費用

・損害賠償保険の加入状況

申請締切 11月21日(金)

※申請締切以降も随時受け付けますが、名簿への掲載が遅れることがあります

その他 ・作業者名簿はホームページや紙媒体で公開します(紙媒体のみ公開も可)

・上記助成券の申請世帯には、作業者名簿を郵送します

・助成券の支払いを市から受けるには、作業者名簿に登録しておく必要があります

防災防犯課

(64・4800)



▲申し込みはこちら

あなたの力が、
地域の安心を
つくります！



越美北線開業65周年

乗って残そう 越美北線



図 越美北線と乗合バスに乗る
運動を進める会 (☎64・4815)



ミニ北陸新幹線・越美北線車両見学会 子鉄集まれ！ふれあいパーク

昨年初開催し好評だったミニ北陸新幹線乗車体験や越美北線デynosター号の車両見学会を行います。
全国のおいしい駅弁の販売会やJR制服制帽記念フォトの撮影会など、子どもから大人まで楽しめる内容です。当日は臨時列車も運行します。ぜひ来場してください。

- 日時** 11月9日(日)午前10時～午後3時
- ◆体験メニュー実施時間
- ミニ北陸新幹線乗車体験
- ・第1部 午前10時～正午
 - ・第2部 午後1時～3時
- 車両見学会
- ・第1部 午前11時45分～午後0時35分
 - ・第2部 午後0時40分～1時30分
- ※各部先着50人まで
- 場所** 越前大野駅
- 参加料** 無料



▲詳しくはこちら

まちなか循環バスが無料！ 公共交通に乗って「新そばまつり」に行こう

「越前おおの新そばまつり」の開催日に合わせて、まちなか循環バスの全便が無料で利用できる無料デーを実施します。また、越美北線や京福バスに乗って新そばまつりに来場する人へ、会場で使えるそば1杯分の引換券を進呈します。

ぜひお得なこの機会に公共交通機関を利用してください。

対象日 11月15日(土)、16日(日)

対象者

- ◆まちなか循環バス無料デー
- ・まちなか循環バスを利用する全ての人の人

越美北線の未来を考える講演会

新幹線や地域鉄道研究の第一人者である青森大学教授の櫛引素夫さん(くしひきもとお)を招き、講演会を開催します。この機会に越美北線の大切さや未来について真剣に考え、自分たちに何ができるか、意見交換をしてみませんか。

日時 11月22日(土)

- 第1部** (午後2時～3時15分) 講演会「JR津軽線、津軽鉄道の事例紹介」
 - 第2部** (午後3時30分～5時) 座談会「3乗でつなぐ、越美北線の未来！」
- 場所** 木こころ文化ホール(福井市美山町2-18)



▲申し込みはこちら

定員 100人(先着)

参加料 無料

申込方法 電話か専用フォーム、公民館の窓口で申し込む

申込締切 11月14日(金)



▲詳しくはこちら

◆そば1杯引換券プレゼント

- ・越美北線を利用し、越前大野駅で降車した人
- ・京福バス大野線、京福バス勝山大野線を利用し、大野六間停留所で降車した人

※対象となる時間など、詳しくはホームページで確認してください

配布場所 越前大野駅、京福バス大野六間停留所

配布枚数 100枚(先着)

STOP! 体罰・DV

子どもと女性の安心を守ろう

11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」月間、11月12日(火)～25日(火)は「女性に対する暴力をなくす運動期間」です。暴力を許さない社会を、市民みんなでつくっていきましょう。

子どもへの体罰や

暴言は虐待です

子育ての中で思わず手を出してしまったり、口を悪くすることがあるかもしれませんが、それは虐待です。子どもへの暴言や体罰は、子どもの心を深く傷つけます。

また、怒鳴ることや脅すこと、無視することは心理的虐待です。子どもへの暴言や体罰は、子どもの心を深く傷つけます。

「かも」で大丈夫。

気付いたらすぐ相談を

虐待や暴力の相談・通告は匿名ででき、秘密は必ず守られます。「気のせいかも」「おせっかいかも」と思ったときも、勇気ある一歩が助けになります。

◆相談・通告窓口

- ・児童相談所虐待対応ダイヤル (189.. 通話無料)
- ・県児童相談所24時間ダイヤル (0776・35・1781)
- ・市子ども家庭センター (子ども支援課内) 64・5533



・大野警察署 (65・0110)

※緊急時は110番通報

・親子のための相談LINE

子育てや親子関係について悩んだときに、子どもとその保護者などが相談できる窓口です。匿名でも相談ができます



▲親子のための相談LINE

DVで悩んでいませんか

「これってDVかも」「どこに相談すればいいかわからない」。そんな不安を感じたときは、一人で悩まず相談してください。

被害を受けた人だけではなく、相談を受けた人や被害に気付いた人も、年齢や性別を問わず相談できます。相談内容の秘密は必ず守られます。

◆相談窓口

- ・配偶者暴力被害者支援センター (奥越健康福祉センター内) 66・2076
- ・大野警察署 (65・0110)
- ・子ども支援課 (64・5533)

今年度で助成終了

お得に節水シャワーヘッドへ交換しませんか？

詳しくはこちら▶



節水効果の高い節水器具の購入費の一部を助成します。

助成対象機器 浴室用の節水シャワーヘッド、節水・節湯水栓 ※交換の場合のみ

申請できる人 市税に滞納がない市民や市内に事業所のある法人で、他の購入助成を受けていない人

助成額 購入額の2分の1 (1個当たりの上限3000円)

申請期限 令和8年3月31日(火)

その他 申請方法や必要書類など詳しくはホームページを確認してください

☎ 環境・水循環課 (64・4828)



あなたの思いを聞かせてください！

パブリックコメント

パブリックコメントとは、市の計画や方針などを策定するときに、その原案を事前に公表して皆さんの意見を募集し、その内容を踏まえて市の意思決定を行うことです。

市では、以下の計画案に対する皆さんの意見を募集します。



▲詳しくはこちら

◆計画案名と概要

第六次大野市総合計画後期基本計画(案)

第六次大野市総合計画は、まちづくりの目標と方向性を示す市の最上位計画で、令和3年度～12年度を計画期間としています。計画は「基本構想」と「基本計画」で構成され、期間は「基本構想」は10年間、「基本計画」は5年間とし、前期と後期に分けて策定します。

今回、令和8年度～12年度の「第六次大野市総合計画後期基本計画」を策定します。

◆募集期間

11月7日(金)～30日(日)

◆計画案の閲覧場所

市役所市民ホール、結とぴあ、和泉地域交流センター、各公民館、図書館

※ホームページにも掲載します

◆意見を提出できる人

- ・市内に住所がある人
- ・市内に事務所や事業所がある人や法人、団体
- ・市内の事務所や事業所に勤務する人
- ・市内の学校に在学する人
- ・市に納税義務がある人や法人、団体
- ・本案件に利害関係がある人や法人、団体

◆意見の提出方法

住所、氏名、連絡先、市外在住の場合は勤務先か学校名を記載し、閲覧場所へ直接持参か郵送、ファクス、電子メールで提出

※窓口や電話など口頭による提出は不可

☎ 政策推進課 (☎64・4824 F A X 65・8371)

〒912-8666(住所は書かなくても届く)

電子メール seisaku@city.fukui-ono.lg.jp



あなたの経験を大野の力に 大野市職員を募集

市では、技術(土木)職員を随時募集しています。民間企業などでこれまで培った土木に関する経験や専門知識を、大野のまちづくりに生かしてみませんか。

募集職種・要件など

職種 技術(土木)

採用人数 若干名

年齢要件 昭和55年4月2日～平成19年4月1日生

業務内容 土木に関する専門的業務と一般行政事務

資格など 民間企業や公的機関での正規社員など(非正規の場合は週30時間以上勤務)としての職務経験が3年以上ある人

採用予定日 令和7年度中または令和8年4月1日

※採用日は受験者と相談の上、決定します



試験内容 1次試験 ウェブ試験(基礎能力検査、性格検査)▶2次試験 面接試験

※試験日は日程調整の上、受験者に連絡します

申込方法 専用フォームで申し込む

申込締切 令和8年2月10日(日)

その他 詳しくはホームページで募集要項を確認してください

☎ 総務課 (☎64・4820)



▲詳しくはこちら

人事行政の運営状況（職員数や給与）

総務課（64・4820）

令和6年度の「大野市人事行政の運営状況」の一部を公表します。

全ての項目（大野市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例第6条に規定）は、市役所掲示板と、ホームページで公表しています。



▲詳しくはこちら

職員の分限と懲戒処分の状況

【分限処分の状況】

分限処分とは、勤務状態が良くなかったり、心身の故障のため職務に支障があったりする場合などに行う処分のことです。昨年度は4人の休職処分（心身の故障）がありました。

【懲戒処分の状況】

懲戒処分とは、職務上の義務違反など公務員としてふさわしくない行為がある場合に行う処分のことです。昨年度行った懲戒処分はありませんでした。

職員の任免と職員数の状況

昨年度採用した職員数は、一般職9人、消防職3人でした。退職者は、一般職20人、現業職1人、消防職4人でした。

職種	令和6年度		令和5年度		令和4年度	
	採用者数	退職者数	採用者数	退職者数	採用者数	退職者数
一般職	9人	20人	12人	4人	9人	9人
現業職	0人	1人	0人	1人	0人	1人
消防職	3人	4人	1人	3人	2人	1人
医療職	0人	0人	0人	0人	0人	0人
計	12人	25人	13人	8人	11人	11人

職員の給与の状況

（令和7年4月1日現在）

【平均給与と平均年齢の状況】

【一般行政職 219人】

平均給料月額 32万9300円
平均給与月額 39万9068円
平均年齢 42.2歳

※一般行政職とは、税務職、医師、保健師、保育士、企業職、現業職、消防職を除いた職のことです

※給料とは、給料表に基づき毎月支給される基本給を指し、その給料に扶養手当や通勤手当などの諸手当を含んだものを給与といたします

【現業職 20人】

平均給料月額 31万6800円
平均給与月額 33万8035円
平均年齢 52.7歳

【消防職 54人】

平均給料月額 31万2400円
平均給与月額 39万286円
平均年齢 38.4歳

【一般行政職の学歴別の初任給】

【大学卒】 22万円（国と同額）

【高校卒】 18万8000円（国と同額）

【人件費の状況（令和6年度・普通会計決算）】

昨年度、普通会計決算で人件費が占める割合（B/A）は14.7%でした（令和5年度は15.7%）。人件費には市長や市議会議員などの特別職に支給される給料、報酬などが含まれています。

歳出決算額 (A)	人件費 (B)
239億2888万 1000円	35億2901万 1000円

【職員給与費の状況（令和7年度・普通会計当初予算）】

令和7年度普通会計当初予算に計上されている職員数は337人（特別職を除く）で、職員給与費は下表のとおりです。

職員1人当たりの給与費は、約616万円となります。

給料	職員手当	期末・ 勤勉手当
12億8766万 2000円	2億 4962万 9000円	5億 3823万 8000円
給与費合計 20億7552万9000円		

【職員手当の状況】

◆期末・勤勉手当

区分	期末 手当	勤勉 手当	計
6月期	1.25月	1.05月	2.30月
12月期	1.25月	1.05月	2.30月
合 計	2.50月	2.10月	4.60月

※職制上の段階や職務の級などによる加算措置があります

※勤勉手当の月数は、支給総額の上限であり、実際の支給率は人事評価により異なります

【特別職の給料と報酬などの状況】

区 分	給料・報酬 (月額)	期末手当
市 長	84万 3000円	6月期： 1.725月
副市長	71万円	
教育長	60万 5000円	12月期： 1.725月
議 長	44万 8000円	
副議長	37万 7000円	計： 3.45月
議 員	35万 7000円	

市の財政の健全性を示す「健全化判断比率」と、公営企業の経営状態を示す「資金不足比率」を公表します。

◆健全化判断比率は基準内

「健全化判断比率」とは、市の財政を評価するための四つの指標の総称です。①実質赤字比率、②連結実質赤字比率、③実質公債費比率、④将来負担比率のいずれも、基準を下回り健全な状態です。

◆公営企業の資金不足はなし

「資金不足比率」とは、公営企業（水道、簡易水道、下水道）の経営状態を示す指標です。令和6年度は資金不足がなく、基準を下回り健全な状態です。

※この指標が「経営健全化基準（20割）」を超えると、経営に問題があると判断されます。

◆今後も健全な財政運営を

令和6年度決算では、いずれの指標も基準を下回りました。今後も引き続き健全な財政運営に努めていきます。

図 財政経営課

（☎64・4823）

指標の名称		解 説	大野市	早期健全化基準	財政再生基準
①	実質赤字比率	一般会計などの実質的な赤字の程度	赤字額なし	13.24%	20%
②	連結実質赤字比率	全ての会計の赤字や黒字を合算した、市全体としての実質的な赤字の程度	赤字額なし	18.24%	30%
③	実質公債費比率	市の標準的な収入に対する借入返済額やこれに準じる額の大きさ（過去3年間の平均値）	5.3%	25%	35%
④	将来負担比率	市の将来負担（借入金残高や今後支払う可能性のある負担額）の大きさ	12.6%	350%	

土地お売りします

【物件①】

春日二丁目 435.83平方[㎡]
（大野市101字25番1）

最低売却価格490万円

★有終南小学校まで徒歩2分。周辺にスーパーや商店街がある生活利便性の高いエリアです



【物件②】

城町 238.01平方[㎡]
（大野市228字10番1、11番1）

最低売却価格221万円

★有終西小学校やおおの天空パークOSORAなど教育・子育て関連の施設が多いエリアです



売却方式 一般競争入札（期間入札）

入札の流れ

①入札参加申込書などの配布（11月4日^{（火）}～28日^{（金）}）

公共施設再編推進室（市役所2階③番窓口）で配布するほか、ホームページからダウンロードできます。

②質問の受け付け（11月10日^{（月）}～25日^{（火）}）

③入札参加申し込み（12月1日^{（月）}～12日^{（金）}）

④入札の実施（令和8年1月13日^{（火）}～19日^{（月）}）

⑤開札・落札者決定（令和8年1月20日^{（火）}）

受付時間 日祝を除く午前8時30分～午後5時15分

その他 本物件以外にも売却可能な市有地があります。詳しくはホームページを確認してください

☎ 公共施設再編推進室（☎64・4845）

売地



詳しくはこちら▶

育てよう 大野っ子

～ 調査結果からみた 大野っ子のすがた ～

問 教育総務課
(☎64・4827)

今年4月に行われた、全国学力・学習状況調査の結果の概要をお知らせします。調査の対象は、小学6年生と中学3年生です。

教科に関する調査結果

本市の平均正答率が全国平均や県平均と比べて

◎…2ポイント以上高い ○…±2ポイント未満 △…2ポイント以上低い

	比較対象	国語	算数	理科
小学生	全国平均	○	○	◎
	県平均	○	○	○

	比較対象	国語	数学	理科
中学生	全国平均	○	◎	※
	県平均	○	◎	※

※中学生理科は、他教科と調査方法が異なるため、ポイントでの正答率比較ができませんでしたが、市の平均値は、全国・県平均とともに上回っていました

		良好だった点	課題△・改善策💡
小学生	国語	・漢字を文中で正しく使える ・目的に応じて、簡潔にまたは詳しく書き分け、自分の考えを伝えられる	△事実と意見の関係を踏まえて要旨をとらえる読解に課題がある 💡読む目的を意識し、必要な情報を整理しながら読む習慣をつける
	算数	・資料から必要な情報を選び、式に表して正しく計算できる ・条件に合わせて、グラフや表を正しく読み取れる	△解き方や理由を式や言葉で説明する力に課題がある 💡自分の考えをまとめる際、対話を通じて表現を確かめる
	理科	・実験で変える条件を説明できる ・結果から次の実験を予想し、その理由を考えられる	△知識を応用して実験方法を考えたり、新しい問題を見つけて説明する力に課題がある 💡方法や結果を話し合い、確認できたこと・できないことを整理する
中学生	国語	・論理の展開に注意し、構成を工夫して話せる ・物語の表現効果を根拠を示して考え、登場人物の性格をとらえられる	△資料やＩＣＴ※を効果的に使って話すこと、文章を根拠をもって読むことに課題がある 💡スライドの役割を意識して内容を工夫し、構成の効果を考えながら読む力を育てる
	数学	・条件下での確率や起こりやすさを求め、理由を説明できる ・グラフから必要な情報を読み取れる	△異なる式の意味を読み取り、数学的に説明する力に課題がある 💡複数の式の意味を比較し、適切に説明する力を養う
	理科	・学びの中で生じた疑問や考えの変化、生活との関わりに着目して振り返りを書ける	△知識や技能を生かして結果を予想・説明する力に課題がある 💡実験前に根拠を明確にし、説明が適切かどうか振り返る習慣をつける

※コンピューターやタブレット端末、インターネットなど情報と通信に関する技術の総称

生活や学習に関する調査結果(本市の傾向)

- ・「学校に行くのは楽しい」「普段の生活の中で幸せな気持ちになっている」「友達関係に満足している」と回答した割合が高く、学校生活の充実度が高かった
- ・授業でのＩＣＴ機器の使用頻度、ＩＣＴ機器を活用できると答えた割合が全国や県よりも高く、ＩＣＴの活用が進んでいる
- ・全国や県と同様に、平日、休日ともに学校の授業時間以外に勉強している時間が少ないこと、普段読書をする時間が少ないこと、新聞を読む頻度が低いことなど、学習習慣に課題がある

空き家の悩み解決しませんか

空き家相談会

空き家の利活用、相続、契約などの悩みや不安に、宅地建物取引士や司法書士、市の担当者が応じます。空き家の利活用や、空き家が周囲に悪影響を及ぼさないようにするには、所有者の早期決断が重要です。

今後空き家の所有や相続が見込まれる人も申し込み可能です。ぜひ参加してください。

日程・場所

① 11月10日 市役所1階市民ホールまたはオンライン

② 11月11日 上庄公民館

時間 午前9時～正午、午後1時～4時40分

対象者 市内にある空き家の所有者、管理者、土地所有者、今後市内に空き家を所有することが見込まれる人

相談内容(例)

- ・ 空き家の利活用に関すること
- ・ 住宅のリフォーム、耐震診断、住宅診断
- ・ 空き家情報バンク制度の利用と登録
- ・ 相続や契約の手続き
- ・ 市の助成制度

参加料 無料

申込方法

専用フォームで申し込むか、防災防犯課(市役所2階20番窓口)またはホームページにある申込



▲詳しくはこちら

用紙に必要事項を記入し、持参か郵送、ファクス、メールで申し込む

その他

相談当日は、建物の外観写真や図面、登記簿、賃貸借契約書、相続関係説明図などの参考資料をできるだけ持参してください

図 防災防犯課(☎64・4800)

FAX 66・7708)

〒912-8666(住所は書かなくても届く)

電子メール bosai@city.fukui-ono.jp

大切な思いを元気づちに

「人生会議」始めませんか

11月30日は人生会議の日です。「人生会議」とは、人生の最終段階で望んでいる医療やケアについて、本人が家族や周囲の人と繰り返し話し合う取り組みのことです。

誰でも、いつ命に関わる大病やけがをするかわかりません。万が一のとき、約70代の人が治療やケアについて意思決定ができないといわれています。元気なうちから、次の手順で人生会議を実践しましょう。

- ① 自分の目標や希望、大切なものは何か考える
- ② 医療や介護をどこで、どのように受けて暮らしたいか学び、考える
- ③ 予期せぬ事態になった場合に代弁してくれる人を選ぶ
- ④ 家族や医療・介護関係者に、治療や介護への思いを伝える
- ⑤ 自分の考えをエンディングノートや引き継ぎ書に記入する



福井県版エンディングノート「つぐみ」を無料配布

家族などに伝えたいことを書き留めておけるエンディングノートを活用して、あなたも人生会議を始めませんか。

健康長寿課窓口(結とびあ1階20番窓口)で、無料配布しています。



人生会議に関する市民講座を開催しました

「人生会議」を広めるため、8月2日に市医師会と協力して、『看取り期における食支援』～人生最期のごはんを考える～というテーマで市民公開講座を開催しました。

講座の要旨はホームページに公開しています。ぜひ見てください。

健康長寿課

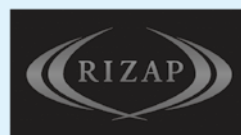
(☎65・5046)



▲詳しくはこちら

健康なカラダに欠かせない！

正しい姿勢をキープする



RIZAP
トレーナーが伝授



男性、女性を問わず、姿勢のいい人は素敵ですよ。姿勢は外見だけではなく、健康なカラダのためにも重要なファクター。正しい姿勢をキープするために大切なことは？RIZAPトレーナーが伝授します。

正しい姿勢のためのストレッチ 「キャット & ドッグ」



STEP1

肩の真下に両手、骨盤の真下に膝が来るように四つんばいになります。目線は斜め前方に

STEP2

「キャット」目線をおへそに向けながら、骨盤を持ち上げ、背中を上げて丸みを持たせるように伸ばします

STEP3

「ドッグ」目線を上げて、肩甲骨を寄せながら骨盤の位置を元に戻し、背中を反らせて腹部を伸ばします



◀解説付き
ワンポイント
レッスン



◀一緒に
チャレンジ！

※本動画の視聴期限は令和9年3月末です。二次元コードを読み取って視聴してください

STEP4

自然な呼吸で②③を10回繰り返しましょう

体の中から美しくなる ピラティス体験教室

ピラティスの基礎を学び、体幹の強化、姿勢の改善を目指します。

日時 11月26日 15時～17時

場所 エキサイト広場

講師 森下 巧人さん

対象 高校生以上

定員 30人(先着)

参加料 500円(保険料含む) ※当日集金

持ち物 ヨガマット(貸し出し可能)、飲み物、タオル

服装 動きやすい服装

申込方法 エキサイト広場窓口か電話、専用フォームで申し込み

申込締切 11月19日 15時

その他 おおのヘルスウオーキングプログラム参加者には50ポイント進呈します

問 スポーツ推進課 (65・5592)



◀申し込みはこちら

第2回インドア雪合戦大会 参加チーム募集

屋内で子どもも大人も楽しめるインドア雪合戦大会を開催します。

友だちや家族でぜひ参加してください。

日時 11月30日 午前9時30分～正午ごろ(午前8時30分受け付け開始)

場所 学びの里「めいりん」

対象 小学3年生以上の市民で構成するチーム(1チーム5～7人)

定員 12チーム(先着)

参加料 1人500円(保険料含む) ※当日集金

持ち物 内履き、タオル

申込方法 専用フォームで申し込み

申込締切 11月21日 15時

その他 上位チームに賞品、参加者全員に参加賞を進呈します

問 スポーツ推進課 (65・5592)



◀申し込みはこちら