

こうほう



こなん

にほんご ばん
やさしい 日本語 版

ねん
2024年

がっこう

3月号



特集

フレイル予防で

いつまでも健康に!

こんげつ ひょうし
今月の表紙

よほう けんこう
フレイル 予防 で いつまでも 健康 に!



こなんし
湖南省 ホームページ も みて ください : <https://www.city.shiga-konan.lg.jp/>

こうほう にほんご ばん と あ さき こなんし やくしょ じんけん ようご か ひがし ちょうしゃ
広報 こなん やさしい 日本語 版 の 問い合わせ 先 : 湖南省 役所 人権 擁護 課 [東 庁舎]

TEL: 0748-71-2354 FAX: 0748-72-3788 〒520-3288 湖南省 中央 1-1

こなんし じょうほう はっしん
湖南省の 情報 発信

こなんし じょうほう はっしん
湖南省の 情報 を 発信 しています。

みぎ の QRコード から 読み取り、ぜひ 使って ください。

こなんし こうしき
湖南省 公式 ホーム ページ

URL <https://www.city.shiga-konan.lg.jp/>



しみん の ライフシーン に 合わせた じょうほう の 情報を 載せています。



こなんし こうしき
湖南省 公式 アプリ「こなんいろ」

し の バス・ごみ・子育て など、役立つ じょうほう の 情報を 見る ことが
できます。「広報 こなん」も 「こなんいろ」の トップ 画面 の
「市 の 情報」から 見る ことが できます。



ios



Android

こなんし はいしん
湖南省 メール 配信 サービス



とうろく けいたい でんわ などの メールアドレス に さいがい の とき
登録 した 携帯 電話 などの メールアドレス に 災害 の 時 の

きんきゆう じょうほう おく
緊急 情報 など を 送ります。



新型 コロナウイルス ワクチン 接種 の 無料 接種 は 2024年 3月 末 まで、

(終了日は病院によって違います)

ワクチン を 打ちたい 人は 病院 で できるだけ 早く 予約 してください。

ワクチン が 打てる 病院 は 右 の QR コード から 確認 してください。



■ワクチン が 打てる 人：生後 6か月 以上 の 全ての 人。

※初回 接種 の 無料 期間 は 2024年 3月 末 で 終わります。

市 ホームページ

■初回 接種 の 接種 回数：生後 6か月 から 4歳 は 3回、5歳 以上 の 人は 2回 です。

※追加 接種 の 人は 2023年 9月 20日 以降 に 一度 も ワクチン を 打って いない 人が 対象 です。

2024年 度 の 新型 コロナウイルス ワクチン の 予防 接種 について

無料 接種 (特例 臨時 接種) を 2024年 3月 末 で 終わります。

2024年 度 から は 「B類 疾病 の 定期 接種」として 行われます。

■受けられる 人：高齢者 インフルエンザ ワクチン と 同じ 下 の 人

① 65歳 以上 の 人

② 60歳 から 64歳 で 心臓・腎臓・呼吸器・ヒト 免疫 不全 ウイルス よる 免疫 の 機能 に

障がい がある 人

■接種 時期：秋 冬 に 1回 (詳しい ことは 決まっています)

■必要 な お金：まだ 決まっています

詳しい こと が 決まったら、市 ホームページ・広報 など で お知らせ します。

問い合わせ 先：地域 医療 推進 課 予防 接種 推進 室 [保健 センター内]

TEL : 0748-76-4771 FAX : 0748-72-1481

ねん ど せいじん よう はいえん きゅうきん よぼう せつしゅ ねん がつ にち どようび
2023年 度 成人 用 肺炎 球菌 の 予防 接種 は 2024年 3月 30日 (土曜日) まで

しゅうりょうび びょういん ちが
(終了日は病院によって違います)

う ひと ねん がつ にち ねん がつ にち あいだ
■受けられる人：2023年 4月 2日 から 2024年 4月 1日 の 間 に、65、70、75、80、85、
90、95、100歳 になる 人と 60歳 から 64歳 で、心臓・じん臓・呼吸器 の 機能 または ヒ
ト免疫 不全 ウイルス による 免疫 機能 の 障がい がある 人で、過去に一度も接種
したことがない人。

しみん ぜい ひかぜい せたい せいかつ ほご せたい ひと じこ ふたんきん めんじょ しんせい さい
※市民 税 が 非課税 の 世帯、生活 保護 の 世帯 の 人の 自己 負担金 免除 の 申請 や、60歳
から 64歳 の 機能 障がい の ある 人の 接種 の ための 申請 は、2024年 3月 15日
(金曜日) まで に して ください。

※70、75、80、85、90、95、100歳 が 対象 の 取扱 は 2024年 3月 末 で 終わります。

ねん がつ にち せいじん よう はいえん きゅうきん よぼう せつしゅ う ひと よてい
■2024年 4月 1日 からの 成人 用 肺炎 球菌 予防 接種 を 受けられる 人 (予定)：
接種 する 日 に 65歳 の 人と 60歳 から 64歳 で、心臓・じん臓・呼吸器 の 機能 または ヒ
ト免疫 不全 ウイルス による 免疫 機能 の 障がい がある 人で、過去に一度も接種
したことがない人。

くわ こうほう がつごう し
詳しく は 広報 こなん 4月号 など で お知らせ します。

と あ さき ちいき いりょう すいしん か よぼう せつしゅ すいしん しつ ほけん ない
問い合わせ 先：地域 医療 推進 課 予防 接種 推進 室 [保健 センター内]

TEL : 0748-76-4771 FAX : 0748-72-1481

3月 から 4月 は 窓口 が とても 混みます

証明書 の 申請、転出 の 手続き には マイナンバー カード を 使って ください

3月 から 4月 は 市民課 の 窓口 が とても 混む の で、手続き に 時間 が かかります。



証明書 は コンビニ で とりましょう

マイナンバー カード で、「住民票・印鑑 登録 証明書・所得 課税 証明書」を コンビニ の コピー 機 で とる こと が できます。窓口 で 待たず に、手数料 も 100円 安い の で、ぜひ 使って ください。



市 ホームページ

ご注意ください

利用者 証明用 電子 証明書 (数字 4桁 の 暗証 番号) が 必要です。

引越 ワンストップ サービス での 転出 届 について

マイナンバー カード で、「マイナポータル サイト」から オンライン で 転出 届 を 出す こと が できます の で、ぜひ 使って ください。



ご注意ください

- ① 転入 の 手続き を、転入 先 の 市役所 の 窓口 で して ください。
② 次の 場合 は できません。窓口 で 手続き を して ください。



市 ホームページ

- ・マイナンバー カード の 情報 を 更新 して いない 人
・マイナンバー カード を 誰 も 持っ て いない 場合。
・海外 に 転出 する 人。
・世帯 主 が ちがう 人 を 申請 する 場合。

- ・利用者 証明用 電子 証明書 (数字 4桁 の 暗証 番号) が 分らない 場合

・署名用 電子 証明書 (英 数字 6桁 から16桁 の 暗証 番号) が 分からない 場合

・電子 証明書 の 有効 期限 が 切れて いる 場合 など

土曜日 に マイナンバー カード 申請 の お手伝い、交付 を 行います

■いつ 2024年 3月 16日 (土曜日) 9:00 から 12:00

■どこで ひがしちょうしゃ かい しみん か
東庁舎 1階 市民課



市 ホームページ

必要 書類 など 詳しく は、5月号 広報 または 市 ホームページ を
見て ください。

※前日 までに 市民課 で 予約 を して ください。

問い合わせ 先 : 市民課 [東 庁舎]

TEL : 0748-71-2323 FAX : 0748-72-2460

石部 診療所 からの お知らせ

石部 診療所 の 整形外科 の 診療 は 2024年 3月 を もって 終わります。

長い 間 ありがとう ございました。

2024年 3月 から 石部 診療所 の 日曜 診療 が 始まります

■診療 日 : 2024年 3月 17日 (日曜日)

■時間 : 8:30 から 12:00 (最終 受付 は 11:30 まで)

■お薬 : 院外 処方 (処方箋 を 出します)

※2024年 4月 からの 日曜日 の 診療日 は 市 ホーム ページ で お知らせ します。

問い合わせ 先 : 石部 診療所

TEL : 0748-77-4100 FAX : 0748-77-4768

こんげつ のうぜい
今月の納税など

ねん がつ にち げつようび はら こうざ ひ ひ
 2024年 4月 1日 (月曜日)まで に 払って ください。(口座 から 引かれる 日)

- ・ 国民健康保険税
- ・ 住宅使用料
- ・ 後期高齢者医療保険料
- ・ 水道料金
- ・ 介護保険料
- ・ 下水道使用料
- ・ 保育料

リサイクル プラザ

出す こと が できない ごみ が ある の で、 必ず ごみ カレンダー を 見て ください。

が づ
3月 の カレンダー

じ かん
 ■ 時間 9 : 00 から 16 : 00

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

- ... 休み です
- ☆ ... 開いて いる 日
- ... 粗大 ごみ 申込 締め切りの 日
- ... 粗大 ごみ を 取り に いける 日

でんわ 電話 か FAX で もう こ 申し込んで ください。

と あ さき
 問い合わせ 先: リサイクル プラザ

TEL: 0748-75-3933 FAX: 0748-75-3904

こうれいしゃ しょうしゃ むりょう ほうりつ そうだん
高齢者・障がい者のための無料法律相談

べんごし むりょう そうだん
●**弁護士 無料 相談**

■いつ 2024年 3月 14日 (木曜日)

13:00 から 16:00



しほう しょし むりょう そうだん
●**司法 書士 無料 相談**

■いつ 2024年 3月 21日 (木曜日)

13:00 から 16:00

■**どこで** しやくしょ ひがし ちょうしゃ
市役所 東 庁舎

■**定員** ていいん かく そうだん くみ まで (1組 1時間、必ず 予約 してください)
各 相談 とも 3組 まで (1組 1時間、必ず 予約 してください)

※予約 は 「ぱんじー」へ 直接 電話 を してください。

予約 の 時 に 相談 内容 を 聞きます。

と あ さき ほうじん こうなん ちいき しみん
問い合わせ 先 : NPO 法人 ぱんじー (甲南 地域 市民 センター)

TEL: 0748-86-6161 FAX: 0748-86-6199

じゅうみん せいかつ そうだん
住民生活 相談



せいかつ なか こま そうだん
生活 の 中 で 困った こと が あれば 相談 して ください。

と あ さき ふくし せいさく か ひがし ちょうしゃ
問い合わせ 先 : 福祉 政策 課 [東 庁舎]

TEL: 0748-71-2370 FAX: 0748-72-3788

しょうひ せいかつ そうだん
消費生活相談



けいやく の トラブル や かりた お金 の 返し かた で 悩んでいる 人は 相談 してください。

- いつ げつようび から きんようび (しゅくじつ を 除く)
9:00 から 15:30

と あ さき しょうひ せいかつ ひがし ちょうしゃ
問い合わせ先：消費生活センター〔東庁舎〕
TEL:0748-71-2360 FAX:0748-72-3788

ぎょうせい そうだん
行政相談



くに しごと についての こま ごと や そうだん を う 受けます。

- いつ ねん がつ にち もくようび
2024年 3月 21日 (木曜日)
13:30 から 15:30
■どこで しゃかい ふくし
社会福祉センター

がいこくご の つうやく
※外国語の通訳はできません。

と あ さき し が ぎょうせい そうだん そうむしょう
問い合わせ先：滋賀行政相談センター〔総務省〕
TEL: 077-523-1100 FAX:077-525-1149

じよせい なや そうだん
女性 の 悩み 相談



じよせい そうだんいん なや き よやく
女性 の 相談員 が いろいろ な 悩み を 聴きます。予約 を して ください。

■いつ・どこで

ねん がつ にち もくようび にち もくようび しゃかい ふくし
○2024年 3月 7日 (木曜日)、2024年 3月 21日 (木曜日)・社会 福祉 センター

ねん がつ にち もくようび きょうどう ふくし しせつ こうせい
○2024年 4月 4日 (木曜日)・共同 福祉 施設 (サンライフ 甲西)

じかん じかん
■時間 14:30 から 16:30 (ひとり 1時間 まで)

そうだん ひと こなんし す じよせい こなんし かいしゃ はたら じよせい
■相談 できる 人: 湖南省 に 住んで いる 女性、湖南省 の 会社 で 働いて いる 女性

がいこくご つうやく
※外国語 の 通訳 は できません。

と あ さき じんけん ようご か ひがし ちょうしゃ
問い合わせ 先: 人権 擁護 課 [東 庁舎]

TEL : 0748-71-2354 FAX : 0748-72-3788

じんけん そうだん
人権 なんでも 相談



じんけん ようご いいん そうだん き せいかつ なや しんぱい ちいき
人権 擁護 委員 が 相談 を 聴きます。生活 の なか で の 悩み ごと や 心配 ごと、地域 や
しよくば さべつ そうだん よやく
職場 で の トラブル や 差別 など さまざま な 相談 が できます。予約 は ありません。

■いつ・どこで

ねん がつ にち きんようび いしべ ろうじん ふくし
○2024年 3月 8日 (金曜日)・石部 老人 福祉 センター

ねん がつ にち もくようび しゃかい ふくし
○2024年 3月 14日 (木曜日)・社会 福祉 センター

じかん
■時間 13:30 から 16:00

がいこくご つうやく
※外国語 の 通訳 は できません。

と あ さき じんけん ようご か ひがし ちょうしゃ
問い合わせ 先: 人権 擁護 課 [東 庁舎]

TEL : 0748-71-2322 FAX : 0748-72-3788

しゅうろう そうだん ねん がつ
就労 相談 (2024年 3月)



しごと さが ひと の た め の そうだん
仕事 を 探している 人 の た め の 相談 です。

いつ		どこで
にち もくようび 7日 (木曜日)	9:30 から	なつみ かいかん 夏見 会館
にち げつようび 11日 (月曜日)		しもだ 下田 まちづくり センター
にち かようび 12日 (火曜日)		しみん がくしゅう こうりゅう 市民 学習 交流 センター (サンヒルズ 甲西)
にち もくようび 14日 (木曜日)		こうじぶくろ 柑子袋 まちづくり センター
にち げつようび 18日 (月曜日)		いわね 岩根 まちづくり センター
にち かようび 19日 (火曜日)		ちいき じんけん ふくし しみん こうりゅう みくも 地域 人権 福祉 市民 交流 センター
にち もくようび 21日 (木曜日)		なつみ かいかん 夏見 会館
にち げつようび 25日 (月曜日)		こうじぶくろ 柑子袋 まちづくり センター
にち かようび 26日 (火曜日)		いしべ みなみ 石部 南 まちづくり センター
がつ にち もくようび 4月4日 (木曜日)		なつみ かいかん 夏見 会館
にち もくようび 7日 (木曜日)	14:00	いしべ こうりゅう いしべ 交流 センター
にち げつようび 18日 (月曜日)	から	ほだいじ 菩提寺 まちづくり センター
にち かようび 19日 (火曜日)	16:00	きょうどう ふくし しせつ 共同 福祉 施設 (サンライフ 甲西)
にち もくようび 21日 (木曜日)		いしべ こうりゅう いしべ 交流 センター

と あ さき しょうこう かんこう ろうせい か きょうどう ふくし しせつ
問い合わせ 先：商工 観光 労政 課 [共同 福祉 施設]

TEL : 0748-71-2332 FAX : 0748-72-4820

ねん がつ としよかん し
2024年 3月 の 図書館 から の お知らせ



としよかん
図書館 ホームページ



としよかん
図書館 カレンダー (石部) いしべ

あ じかん
開いている 時間 10:00 から 18:00

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

いしべ としよかん やす ひ
□石部 図書館 の 休みの 日



としよかん
図書館 カレンダー (甲西) こうせい

あ じかん
開いている 時間 10:00 から 18:00

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

こうせい としよかん やす ひ
○甲西 図書館 の 休みの 日

もり
おはなしの 森

としよかん ひと えほん
図書館 の 人 が、絵本 を よみます。

■いつ 2024年 3月 22日 (金曜日)

10:30 から 10:45

■どこで こうせい としよかん
甲西 図書館

■だれ あか とう
赤ちゃん と お父さん や

かあ
お母さん など

よっといで たいむ

としよかん ひと えほん
図書館 の 人 が、絵本 を よみます。

■いつ 2024年 3月 3日 (日曜日)

11:00 から 11:20

■どこで いしべ としよかん
石部 図書館

■だれ あか とう
赤ちゃん と お父さん や

かあ
お母さん など

と あ さき こうせい としよかん
問い合わせ 先 : 甲西 図書館 TEL: 0748-72-5550 FAX: 0748-72-5554

いしべ としよかん
石部 図書館 TEL: 0748-77-6252 FAX: 0748-77-6232



にち きんようび 1日 (金曜日)	いわね ひがし のうぎょう しゅうらく 岩根 東 農業 集落 センター	11:30 から 12:00
	ひらまつ えん 平松 こども園	13:30 から 14:00
にち すいようび 6日 (水曜日)	にんてい えん みと ようちえん 認定 こども園 水戸 幼稚園	13:00 から 13:30
	しおん えん しおん 園	13:45 から 14:15
	きたやまだい じち かいかん 北山台 自治 会館	14:45 から 15:15
にち もくようび 7日 (木曜日)	あほし ほいく えん 阿星 あかつき 保育園	13:00 から 13:30
にち きんようび 8日 (金曜日)	しもだ しょうがっこう 下田 小学校	12:55 から 13:15
	しもだ 下田 まちづくり センター	13:45 から 14:15
にち すいようび 13日 (水曜日)	きょうしん ほだいじ にし 京進 の ほいくえん HOPPA 菩提寺 西	11:00 から 11:30
	みくも ほいく えん 三雲 くじら 保育園	13:30 から 14:00
	みくも 三雲 ふれあい センター	14:30 から 15:00
にち もくようび 14日 (木曜日)	みと しょうがっこう 水戸 小学校	12:55 から 13:20
	しみん がくしゅう こうりゅう 市民 学習 交流 センター (サンヒルズ 甲西)	14:00 から 14:30
にち きんようび 15日 (金曜日)	こうじぶくろ 柑子袋 まちづくり センター	11:00 から 11:30
	しもだ えん 下田 こども園	13:00 から 13:30
	いしべ ほいくえん 石部 保育園	14:00 から 14:30
にち もくようび 21日 (木曜日)	ほだいじ えん 菩提寺 くじら こども園	13:45 から 14:15
	ほだいじ 菩提寺 まちづくり センター	14:30 から 15:00
にち とうようび 30日 (土曜日)	いしべ みなみ 石部 南 まちづくり センター	12:00 から 13:00

※ 移動 図書館車 で 借りた 本 は、石部 図書館・甲西 図書館・各 まちづくり センター・市民 学習 交流 センター (サンヒルズ 甲西) でも 返せます。

※ 悪い 天気 など で 休む こと も あります。

と あ さき こうせい としょかん
問い合わせ 先 : 甲西 図書館 TEL: 0748-72-5550 FAX: 0748-72-5554

いしべ としょかん
石部 図書館 TEL: 0748-77-6252 FAX: 0748-77-6232

健康 だより

母子健康手帳をもらうには



平日の9:00から11:30、13:00から16:30に石部保健センターでもらえます。

先に電話で予約してから来てください。

■持ち物は、はんこ、妊娠届出書<妊娠がわかったら出す紙>(石部保健センターにもあります)、マイナンバーカード

※マイナンバーカードがないときは、通知カードと本人が確認できるもの(運転免許証、在留カードやパスポートなど)

※妊娠届出書を持っていないときは、子どもが生まれる予定の日を病院の先生に聞いてから来てください。

※代替わりの方が石部保健センターに来るときは、委任状<妊娠している人が書いたもの>代替わりの方のはんこ、運転免許証やパスポートも必要です。

ぴよぴよ教室

■いつ 2024年3月4日(月曜日)10:00から11:00

■どこで 保健センター

■だれ 1歳より小さい子どもとその保護者

■内容 子どもの成長発達や子育ての悩みを相談、ミニ講座(10:00から)

■持ち物 母子健康手帳、おむつなど

ねん がつ こ けんしん
2024年 3月 の 子どもの 健診

ないよう	だれ	いつ
げつじ けんしん 4か月児 健診	ねん がつ う こ 2023年 の 11月 に 生まれた 子ども	ねん がつ にち かようび 2024年 3月 19日(火曜日)
げつじ けんしん 10か月児 健診	ねん がつ う こ 2023年 の 5月 に 生まれた 子ども	ねん がつ にち げつようび 2024年 3月 18日(月曜日)
さい げつじ けんしん 1歳 6か月児 健診	ねん がつ う こ 2022年 の 8月 に 生まれた 子ども	ねん がつ にち もくようび 2024年 3月 14日(木曜日)
さい げつじ けんしん 3歳 6か月児 健診	ねん がつ う こ 2020年 の 8月 に 生まれた 子ども	ねん がつ にち もくようび 2024年 3月 7日(木曜日)

■どこで ほけん センター

うけつけ ごろ こべつ し
(受付:13:00 頃 から です が 個別 に お知らせ します。)

■持ち物 もの こべつ し
個別 に お知らせ します。

または いしべ ほけん と あ
または 石部 保健 センター に 問い合わせ てください。

と あ さき こそだ おうえん か いしべ ほけん
問い合わせ 先 : ともども 子育て 応援 課 [石部 保健 センター]

TEL: 0748-76-4710 FAX: 0748-77-7019