

ただいまの震度

5.1

特

集

自分のこと、守れますか？

～災害に「災害後」はない、
いつも「災害前」～

CONTENTS

- 6 湖南市長選挙・湖南市議会議員補欠選挙
- 8 荒川橋の架け替え工事を行います
- 10 10月22日(土)は雨山文化運動公園へ行こう
- 16 まちのわだい

今月の表紙

下田保育園の園児が起震車体験をしました。阪神淡路大震災などの揺れを体験し、地震の怖さを身を持って学びました。

特集

自分のこと、守れますか？

～災害に「災害後」はない、いつも「災害前」～

災害時、被害を最小限に抑えるためには「自助」「共助」「公助」が重要です。

自助 … 自分や家族の命を自分たちで守るための行動や備え

共助 … 地域を自分たちで守るための行動や備え

公助 … 市が行う防災・減災対策や応急対策

市では、「公助」の強化を図り、日頃から防災体制の整備や備蓄の確保などに努めています。しかし、災害時は「自助7割、共助2割、公助1割」といわれ、減災には「自助」と「共助」がとても重要です。

湖南市は災害の少ない地域ではありますが、いつ起こるかわからない万一の時に備えて、避難や備蓄品について確認しておきましょう。

☎危機管理・防災課(東庁舎)

☎71・2311 ☎72・2000

(平成25年台風18号による被害(三雲地先))

地域防災力を高める

石部南学区まちづくり協議会

災害時に大切なのが地域でのつながりです。平成7年の阪神・淡路大震災では地震によって倒壊した建物から救出された人の約8割が家族・友人・隣人などに救出されたという調査結果もあり、共助の重要性が見直されるようになりました。

今回は、地域防災力の向上について先進的な取り組みを行っている石部南学区まちづくり協議会の大島会長にお話を伺いました。

石部南学区まちづくり協議会の取り組み

石部南学区まちづくり協議会では「学区内5つの区(地域)」が共同で何かできることはなにか」と議論した結果、「防災に取り組もう」ということになりました。「防災運動会」や「ふれあい防災ウォーク」など子どもから大人まで楽しみながら防災について考えられるイベントを企画しました。▼



石部南学区まちづくり協議会
大島 正秀 会長

「防災」は地域が一番まとまりやすい取り組みだと思うので、「防災」への取り組みを軸にして、秋の「ふれあい祭り」や冬の「ふれあい健康ウォーク&駅伝」など様々な行事にもつなげていきます。



▲防災運動会

災害時に大切なのは、普段からのコミュニケーション

災害の時だけ地域がまとまるというのは難しい。普段の清掃活動や行事で一緒に活動

正しく知っていますか？

避難に関する

3つの情報

市からは、災害の状況に応じて3つの情報を発令します。市民の皆さんは各状況に応じて避難行動をとってください。

①避難準備情報

避難勧告や避難指示を行うことが予想される場合に発令。避難に時間がかかる高齢者や障がい者などいわゆる災害弱者（要援護者）とその支援者に早めの避難を促します。

②避難勧告

災害による被害が予想され、人的被害が発生する可能性が高まった場合に発令。発令された地域の全ての人は指定された避難場所に避難してください。

③避難指示

状況がさらに悪化し、災害による人的被害の危険性が非常に高まった場合や人的被害が発生した場合に発令。避難勧告よりさらに強い強制力を持ちます。

※避難するよりも自宅に留まっているほうが安全な場合は、無理に外に出る必要はありません。かえって危険を伴う場合があります。

市からの情報発信

- 市内に87か所ある防災行政無線
- 携帯電話（NTTドコモ・au・ソフトバンク）に避難情報が強制的に送信できる緊急速報メール（エリアメール）
- 湖南タウンメールの緊急情報（登録者のみ）
- 消防団車両や市の広報車による呼びかけ
- 区（自治会）への緊急連絡網による直接連絡
- 滋賀県メール配信サービス（しらしがメール登録者のみ）
- 災害情報共有システム（NHKデータ放送、ヤフーなど）

湖南タウンメールの

登録はお済みですか？

災害時、市からの緊急情報を湖南タウンメールで配信しています。登録がまだの人はぜひ登録してください。

インターネットで湖南タウンメールのトップページ（<http://www.konan.town-n-mail.com>）に接続し会員登録をしてください。

携帯・スマホでの登録はこちらから



し、みんなが顔見知りになっていることで、いざという時もスムーズに連携ができると思います。

私たちは住民だけでなく石部南エリアに勤務する人たちも巻き込んで活動していますし、若者たちも自主的に取り組んでくれています。地域内にも温度差があるなか、全体をまとめることが大事かと思っています。

災害は忘れたころにやってくる

平成25年の台風18号の際には阿星山で大きな被害がありました。「災害は忘れたころにやってくる」。その思いから、淡路市や佐用町、宇治市など、災害を体験したところへの研修を毎年行っています。

湖南市は災害の少ない地域ですが、過去の被害を忘れず、学区内の危険箇所や自分の避難先はどこか、台風や地震が

起こった時

に何に頼っ

たらよいの

か、を知っ

ておくこと



▲台風18号で被害のあった阿星山

避難場所については普段から口酸っぱく言っています。

大切なのは、自分の命を守るための「判断力」

住民アンケートを行った際に、災害時に「どこに逃げたらいいのかわからない」「防災について勉強したい」という声が多くありました。また調査の結果、独居老人や、高齢者世帯の多いことも分かり驚きました。実際「発災時どこに逃げたらいいのかわからない」という人は市内にたくさんいるはずです。

最初は「自助」、次に「共助」、最後に「公助」。これは当たり前ですが、災害が起こった直後に自分の命を守るのは、自分自身です。市民一人ひとりが発災時の「判断力」を身に付けておかなければならないと考えています。

もしもの時は市と地域が連携して対応しなければならなので、市内全学区が集まる合同防災訓練をやる必要があると思います。

避難訓練は、「自分の命を守るための訓練」です。固く考えすぎず、楽しく「防災」に取り組んでいきたいです。

市の防災対策

●緊急時は防災行政無線のサイレンを吹鳴します

避難勧告・避難指示の緊急情報を発令する場合には、防災行政無線のサイレンを吹鳴し、お知らせします。

また、武力攻撃時の避難指示などについて国から配信・放送される場合は、防災行政無線の電子サイレン・音声で情報を発信します。

サイレンパターン

サイレン(30秒)と休止(5秒)を3回繰り返す

サイレン	休	サイレン	休	サイレン	休
(30秒)	(5秒)	(30秒)	(5秒)	(30秒)	(5秒)

●防災士の養成

平成24年度から防災士の養成を行い、5年間で約230人が防災士資格を取得しました。今後は、防災士の育成や支援を進め地域の防災リーダーとして活躍いただくためのサポートをしていきます。

●ドローンの活用

熊本地震では、土砂災害発生場所や熊本城の被害状況調査などでドローンが用いられ、人が立ち入ることが困難な場所で活躍しました。



▲ドローンによる空撮写真

市でも災害時の被害状況調査で用いるため、ドローンを2機導入しています。平常時には地域の防災マップづくりの資料提供に協力したり、訓練の様子を空撮するなどの運用をしています。

今後さらに有効活用の範囲を広げるために検討を進め、航空法の適用範囲で安全な運用をしていきます。

●防災倉庫の設置

市内の小中学校やまちづくりセンターなどに防災倉庫を設置しています。災害時の初動対応に必要な資機材や、避難所開設時に必要な毛布や備蓄食料を保管しています。

また、小中学校の防災倉庫は「災害時トイレタイプ」という仕様で、収納品を全て出すとトイレスペースとして使用できる倉庫です。今年度は石部小学校、平成29年度には甲西中学校に設置予定で、市内小中学校全13校への設置が完了します。



ありがとうございます
「防災力強化につながる
用品を寄贈いただきました」

●お手伝いバンダナ

LLP(有限責任事業組合)ユニバーサルデザイン企画様からお手伝いバンダナ300枚を寄贈いただきました。

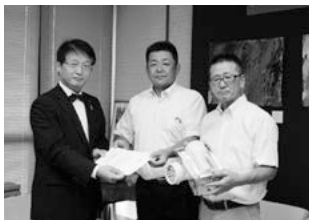
大勢が出入りする避難所で「援護する側」と「援護される側」を明確

にアピールすることができ
ます。有効
に活用さ
せていた
できます。



●LED強力ライト

滋賀県
電気工事
工業組合
様からLED
強力
ライト50
個を寄贈
いただき
ました。



避難所や災害対策本部、消防団活動などに活用させていただきます。

10月9日は

『湖南市防災の日』

湖南市では宝暦6(1756)年10月9日に「妙感寺流れ」と呼ばれる大災害が発生しました。この大規模災害を風化させることなく後世の市民に継承し、安全で安心なまちづくりを推進するため「湖南市防災の日」を条例で定めています。

災害はいつ私たちが襲ってくるかわかりません。

4月に発生した熊本地震は、30年以内に大きな地震が起きる確率は1%未満とされていた地域での発生となり、日本中に衝撃を与えました。

災害発生時に被害を最小限に抑えるためには、日頃から防災意識を高め、災害に対する備えが必要です。

市としても自助(自分)、共助(地域)、公助(市・県・国)の役割を明確にし、減災への体制を整えていきます。

私たちの意思を市政に反映させる身近な選挙です。
棄権のないよう、あなたの大切な一票を投票しましょう。

告示日 10月9日⑤
投票日 10月16日⑤
投票時間 午前7時～午後8時

湖南市長選挙 湖南市議会議員補欠選挙

投票できる人

平成10年10月17日以前に生まれた人で、平成28年7月8日以前から引き続き湖南市の住民基本台帳に登録され、投票日当日まで引き続き湖南市に住んでいる人。

なお、平成28年10月15日までに湖南市から転出した人は、投票できません。

投票所には投票所入場券をお忘れなく

選挙人の確認と投票事務がスムーズに進むよう、必ず投票所入場券を持参し、入場券に記載されている投票所で投票してください。

●入場券は10月11日(火)から郵送が始まりますが、市内全域に配達するのに、3日程度かかります。なお、投票日当日に入場券を持参しなくても、本人が投票所の受付に申し出ることで投票することができます。

期日前投票所を設置します

投票日当日に投票所に行けない人は利用してください。

■場所

・東庁舎3階第2会議室(エレベーターあり)
・西庁舎1階ロビー

■期間 10月10日(月・祝)～10月15日(土)

午前8時30分～午後8時

■持ち物 投票所入場券

※選挙権を有する人でも、投票しようとする日に18歳未満の人は、期日前投票ができません。その場合は、不在者投票制度を利用して投票できますので、**図**へお越しください。

不在者投票制度

次のいずれかに該当する人は、不在者投票を利用して投票できます。いずれも手続きなどに日数がかかりますので、早めに問い合わせてください。

●旅行や出張などで、投票日当日の投票や期日前投票が

できない人

↓滞在先の選挙管理委員会での不在者投票

●不在者投票施設として指定された病院や施設などに入院・入所中の入

↓当該施設内での不在者投票

●身体障害者手帳などを持っていて、法令の定める要件に当てはまる人

↓郵便による自宅などでの不在者投票

即日開票します

一般参観できますが、場内では係員の指示に従ってください。

■日時 10月16日(日)
午後9時15分

■場所 共同福祉施設(サンライフ甲西)

選挙公報の配布

市の条例に基づき選挙公報を発行します。選挙公報は、郵便局により全戸配布します。

選挙運動のルール

※飲食物の提供の禁止

飲食物の提供が禁止されるのは、全ての人に対してです。

選挙運動に関して候補者が選挙運動員や第三者を慰労する目的で飲食物を提供する場合や、第三者が候補者や選挙運動員を激励するために、陣中見舞などの形で提供する場合なども禁止されています。

※ただし、一般常識の範囲内の茶・茶菓子の提供や、候補者が選挙運動員や選挙活動に使用する労務者に対し、選挙期間中の制限に従って提供するものに限り、許されています。

※戸別訪問の禁止

選挙運動の目的で有権者の家などを訪問することとは禁止されています。

湖南市選挙管理委員会

(総務課) 東庁舎

☎ 71・2357

☎ 72・3390

土砂災害防止法による危険箇所の指定を行いました

台風や大雨、地震などで、土砂災害が発生した場合に被害を受けるおそれのある区域を土砂災害警戒区域などとして示し、市民の皆さんが避難するときに適切な行動をとれるよう、危険箇所を指定しています。

被害を最小限にとどめるためには、日頃から災害に対する知識を身につけ、しっかりと備えておくことが重要です。

土砂災害とは？

突発的な集中豪雨や長雨、地震などで、山が崩れて発生する地滑りやがけ崩れ、土や石が川から流れ出たりする土石流などの災害のこと。

問土木建設課(東庁舎)

TEL 71-2333

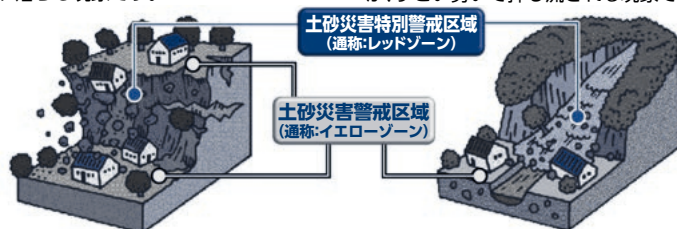
FAX 72-7964

がけ崩れ

急な斜面が大雨等によって緩み、突然崩れ落ちる現象です。

土石流

谷や溪流から土砂や石・木を含んだ濁流が、すごい勢いで押し流される現象です。



土砂災害警戒区域(イエローゾーン)…土砂災害のおそれがある区域

土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)…建物が崩壊し、住民に大きな被害が生じるおそれがある区域



荒川橋架け替え工事のため、 車両通行止めを行います

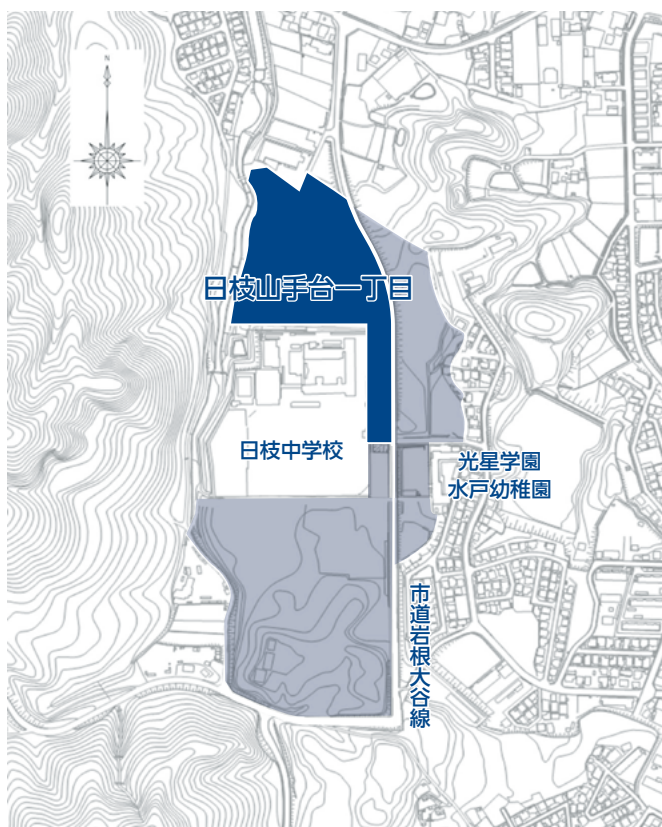
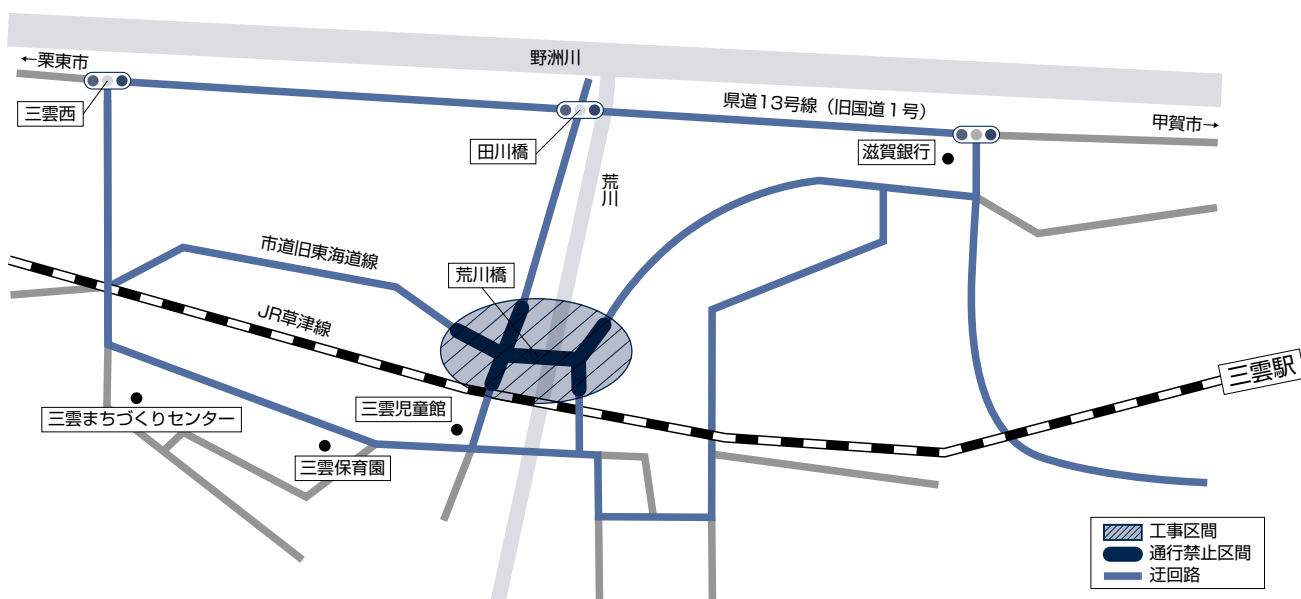
工事期間中、終日自動車などの車両の通行止めを行います(自転車と歩行者は歩道橋などにより通行できます)。
長期間ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

■工事期間 平成28年11月初旬～平成29年12月下旬。

■場所 三雲地先(市道旧東海道線ほか3路線)

問 土木建設課(東庁舎)

☎71・2334 ☎72・7964



問 都市政策課(東庁舎)

☎71・2336

☎72・7964

組合を設立し施行されている日枝土地区画整理事業の換地処分に伴い10月1日(土)から岩根字ワンワン山の一部(日枝中学校北側街区)が日枝山手台一丁目に変わります。
また、現在整備を進めている南側街区と東側街区も、今後事業の進捗状況により字名の変更を行う予定です。

岩根字ワンワン山の一部が
「日枝山手台一丁目」に
変わります

市民の皆さんからの意見 (パブリックコメント) を募集します

■**応募資格** ・市内在住か在勤・在学の人 ・市内に事務所や事業所を有する人 など

■**応募方法** 閲覧場所に備え付けの意見書に記入し、その場で提出するか、郵送・FAX・メールで送る。

※意見書は市ホームページからダウンロードできます。

第10次 湖南省交通安全計画(案)

交通事故のない湖南省をめざして、第10次交通安全計画を策定します。

■**計画(案)の公表日** 10月3日(月)

■**募集期間** 公表日～11月4日(金)(当日消印有効)

■**閲覧場所** 生活環境課、情報公開室(東庁舎)、市民課分室(西庁舎)、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)、各会館、みくも地域人権福祉市民交流センター、各図書館
※市ホームページでも閲覧できます。

☎生活環境課(東庁舎)

(〒520-3288住所記載不要)

☎71・2325 ☎72・2201

✉seikan@city.shiga-konan.lg.jp

湖南省立地適正化計画 骨子(案)

人口減少や少子高齢化の進展を踏まえ、都市再生特別措置法に基づく「立地適正化計画」の骨子案を公表します。

■**計画骨子(案)の公表日** 10月12日(水)

■**募集期間** 公表日～11月9日(水)(当日消印有効)

■**閲覧場所** 都市政策課、情報公開室(東庁舎)、市民課分室(西庁舎)、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)、各会館、みくも地域人権福祉市民交流センター、各図書館
※市ホームページでも閲覧できます。

☎都市政策課(東庁舎)

(〒520-3288住所記載不要)

☎71・2336 ☎72・7964

✉toshisei@city.shiga-konan.lg.jp

野洲川親水公園のエントランスを花いっぱい飾ろう!

野洲川親水公園魅力向上プロジェクト 参加者募集

市では、湖南省らしい“ほっ”と和めるふるさと「こなん」の実現に向けた景観まちづくりを進めています。

野洲川親水公園を市民みんなの手で魅力ある公園に育てるため、お手伝いいただける人を募集します。当日は、エントランスの大型プランターや花壇に球根や花の苗を植え、冬を迎える準備をします。

■**日時** 10月23日(日)

午前9時30分～

※汚れても良い服装でお越しください。

■**申込方法** 電話で送る。

☎都市政策課(東庁舎)

☎71・2348 ☎72・7964

(公財)湖南省文化体育振興事業団(総合体育館)

☎72・4990



◀ 前回もたくさんの方に協力いただきました。

▶ 甲西高校美術部が作成した看板でプロジェクトのPRをしています。



10月22日(土)は 雨山文化運動公園へ行こう



第11回湖南省東海道石部宿まつり ～宿場町に見る交流と伝承～

時間 午前10時～午後4時

問 湖南省三大まつり実行委員会((一社)湖南省観光協会)
☎71・2157 FAX72・9622

■イベント

- 石部高校吹奏楽部
- 石部太鼓
- 民謡継承の会
- 大道芸
- 湖南省観光交流大使 藤本たからミニコンサート
- おちかライブ
- 戦国武将、忍者衣装体験コーナー
- 伝統工芸品パネル展示と近江下田焼絵付け体験
- ちびっこ駕籠かきレース

■その他

- 東海道五十三次ウォーク in 臥龍の森
- 楽市楽座模擬店
- フリーマーケット
- 宿場スタンプラリー
(いしべえどんストラッププレゼント(先着300人))

※当日は、東海道石部宿歴史民俗資料館も無料開放しています。



▲藤本たから
ミニコンサート

▶ちびっこ
レース
駕籠かき



同時開催

辛いものの好きの皆さんへ 弥平激辛サミット2016

時間 午前10時～午後4時

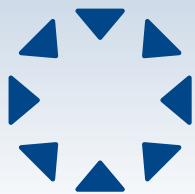
湖南省の伝統野菜「弥平とうがらし」を使った
激カラ・激ウマグルメが集合します。

問 (一社)湖南省観光協会
☎71・2157
FAX72・9622

サミットマスコット
弥平キャット
(キャラクターデザイン:ファミ
リーレストランのハラダさん)



四川風! 弥平激辛麻婆豆腐
(弥平激辛サミット2015優勝メニュー)



ここぴあ

(市民産業交流促進施設)

11月5日(土)オープン!

市民産業交流促進施設の愛称ロゴデザインが決まりました。「ここぴあ」の「ぴあ(peer)」には、「仲間」という意味があり、仲間が集まることのエネルギーの方向を示す矢印をモチーフにしています。ここに集まるエネルギーは輝き、やさしく地域を照らす太陽のようになって欲しいという思いが込められています。

☎産業立地企画室(共同福祉施設)

☎71・2353 ☎72・4820

湖南省発信スマイルプロジェクト企画 「ここぴあ」オープン記念イベント

■日時 10月30日(日) 午前10時～午後4時

■場所 イオンタウン湖南イベント広場

■内容

- ・佐助プロジェクトが開発中の新商品試食会
- ・お餅つき大会(午前10時～、午後2時～)
- ・湖國十二坊太鼓の演奏 など

☎湖南省発信スマイルプロジェクト

☎090・6236・5970

農業に関心のある人、農業に携わっていない人もぜひお越しください!

第3回

湖南省市民農業塾

世界的な種苗メーカーのタキイ種苗(株)の研究農場で、農場見学や最先端の野菜づくりについて学びます。

■日時 10月27日(木)

午後1時30分～3時30分

■場所 タキイ種苗(株)研究農場(針1360)

■定員 40人(先着順)

■内容 ・研究農場内の野菜生産現場の見学

・野菜づくりについて学ぶ講義

・こだわり野菜の試食会

■申込方法 10月21日(金)までに☎へ。

☎産業立地企画室(共同福祉施設)

☎71・2353 ☎72・4820

平成24年に消費者教育推進法が整い、幼児期から高齢期まで各段階に応じた消費者教育を提供することになりました。市では4年前から学童保育所や障がい者施設で消費者講座を開催しています。今月は「食」について学習した学童保育所での講座を紹介し、講座では、ハンバーグやちくわ、ソーセージ、プリンなどの加工食品の写真を見て、その原料である動物の命をいただいていることを知り、食べ物を残してはもったいないことを学びます。また、まだ食べられるのに捨てられた食べ物に着目し、食玩(おもちゃ付き菓子)や大袋で食べきれなかったポテトチップス、冷蔵庫の片隅に忘れられたプリンなどから、「もったいない」と「食べ物を無駄にしない工夫」について、歌やダンスを交え楽しく学びました。ほかにも、賞味期限ギリギリの商品などがお店で廃棄される理由を考えました。

消費者
悩みの相談室

食育「命をいただく」「もったいない」

消費者講座

工場見学参加者募集

食品廃棄について、店・消費者の事情を考えたり、暮らしに困っている人たちへ食糧支援するフードバンクについての学習を通して「命をいただく」「もったいない」を学びました。

カルビー(株)湖南工場で生産工程を見学し、原材料や環境対策について説明を受けたあと、自分仕様のポテトチップスを作って試食します。お土産もあります。

■日時 11月10日(木)

午後1時30分(市役所東庁舎集合)～4時

■定員 28人

■申込方法

電話で☎へ。



☎消費生活センター(東庁舎)

☎71・2360

☎72・3788

予約不要、参加無料！市内企業・事業所約25社が参加

新卒生・若年者・障がい者・UIJターン者 合同就職面接会

湖南省での就職を目的に開催します。市内での就職を考えている人は、ぜひお越しください。

※参加する企業・事業所、募集職種などは市ホームページに掲載します。

■日時 11月1日(火)

午後2時～4時30分(受付は午後3時30分まで)

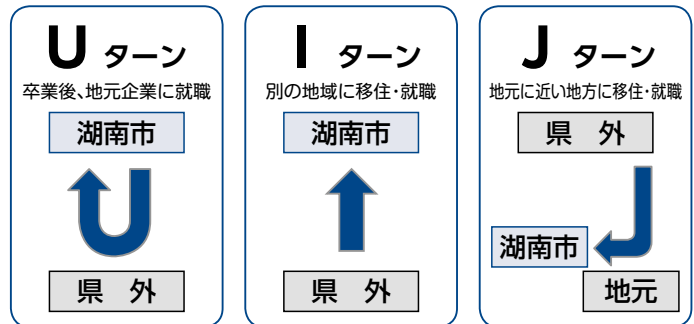
※午後1時～3時に求職者向けセミナーを行います。

■場所 共同福祉施設(サンライフ甲西)

■対象

- ・平成29年3月に大学(院)、短期大学、高等専門学校などを卒業予定の学生
- ・若年求職者(おおむね40歳代前半)
- ・市内で就職を希望する障がい者

UIJターンとは



問 商工観光労政課(共同福祉施設)

☎71・2332 FAX72・4820

10月17日(月)～23日(日) 薬と健康の週間

薬に対する不安を解消し、正しく使用することで、薬はその効果を最大限に発揮することができます。量や使い方を医師や薬剤師などの専門家に相談してから使用するようにしましょう。

また、薬について何でも相談できる「かかりつけ薬剤師」や「かかりつけ薬局」を決めておくことも大切です。薬が重複していないか、薬同士の相互作用がないかチェックしてもらったり、正しい服用方法や使用時の注意点を教えてもらいましょう。

薬の正しい使い方

- ①必ず添付文書(注意書)などを読んでから使う。
- ②定められた用法・用量を守る。
- ③食前、食後、食間など指示された服用時間を守る。
- ④薬の効果を十分に発揮させるため、むやみにかんだり、潰したりしない。
- ⑤病院や診療所、処方箋など薬局で調剤された薬を他の人に譲ったり、量を減らして子どもに使用することは絶対にしない。



薬の正しい保管方法

- ①湿気、直射日光、高温を避けて、涼しい場所に保管する。
- ②子どもが誤って飲み込むことがないよう、手の届かないところに保管する。
- ③有効期限や使用期限を表示している薬は、期限を過ぎたものは使用しない。

「後発医薬品(ジェネリック医薬品)」を知っていますか？

後発医薬品(ジェネリック医薬品)とは、先発医薬品(新薬)の特許が切れた後に発売される、先発医薬品と同じ有効成分・効能・効果をもつ医薬品のことです。

- 先発医薬品より安く、経済的です。自己負担の軽減、医療保険財政の改善につながります。
- 効き目や安全性は、先発医薬品と同じです。国では、後発医薬品が先発医薬品と同じレベルの品質・有効性・安全性を有するかどうかを欧米と同じ基準で審査を行っています(薬の形、色や味は、先発医薬品と異なる場合があります)。

※後発医薬品(ジェネリック医薬品)を希望する場合は医師・薬剤師に相談してください。

問 健康政策課(保健センター)

☎72・4008 FAX72・1481



自然エネルギーは 地域のもの

No. 46

コナン市民
共同発電所



地域新電力会社「こなんウルトラパワー株式会社」のロゴデザインが決定しました

☎地域エネルギー課〔東庁舎〕
☎71・2302 ☎72・2201

全国からご応募をいただきました。審査の結果、最優秀賞(採用作品)には居関孝男さん(京都市)、優秀賞は工藤和久さん(青森県弘前市)と駒井瞭さん(大阪府東大阪市)が決定しました。



採用作品は、「K」の文字を用いて、左側の8つの四角形で出資の8者を意味し、右側の曲線で循環を、中央部の右向きの矢印で力強い「ウルトラパワー」を表現しています。



地域新電力会社による市公共施設への電力供給を開始します

湖南省と市内事業所など7者の出資により設立した「こなんウルトラパワー株式会社」は、10月から市内一部公共施設に電力供給を開始します。

対象施設は、電力料金削減が見込まれる市庁舎や小中学校などです。



コナン市民共同発電所 7月の発電結果

・初号機(バンバン発電所/設備容量20.8kW)

発電量 **2,636**kWh (一般家庭約8軒分)
売電額 **113,875**円

・式号機(甲陸発電所/設備容量105.6kW)

発電量 **13,060**kWh (一般家庭約43軒分)
売電額 **564,192**円

・参号機(十二坊温泉ゆらら発電所/設備容量16.3kW)

発電量 **1,452**kWh (一般家庭約4軒分)
売電額 **50,181**円

・四号機(柑子袋まちづくりセンター発電所/設備容量23.6kW)

発電量 **3,029**kWh (一般家庭約10軒分)
売電額 **104,682**円

※1軒あたり月間電力使用量=300kWhで換算

日本では急速に高齢化が進んでいます。総務省の統計によると、平成28年3月1日現在の65歳以上の人口は342万73千人で、総人口に占める割合は27.0%となっています。現在の湖南省の高齢化率は県下でも低いほうですが、今後急速に高齢化が進むことが予想されます。また、それに伴い自宅で介護をする人も増えると考えられます。

高齢化が進むなか、認知症の問題も他人事ではありません。介護に対する負担が積み重なると、家族が高齢者に危害を加えたり、言葉や態度で精神的に苦痛を与えたりするなど高齢者への虐待につながる場合があります。

また、最近のニュースでは認知症が原因で行方不明となり、警察に届け出のあった人は昨年だけで述べ1万2千人を超えるという報道もあります。

人権シリーズ 高齢者の人権

した。このことから、介護をしている人の負担の重さが分かります。

介護について、悩んでいませんか？一人で悩まず相談してみてください。市では定期的に「介護者のつどい(25ページに掲載)」を開催しています。また、市民の皆さんに認知症や介護について関心を高め、正しく理解してもらうため、各種団体(自治会、老人クラブ、サークルなど)の要請に応じて、講座などを開催しています。気軽に問い合わせてください。

☎地域包括支援センター(高齢福祉課(保健センター))
☎71・4652
☎72・1481

△今月は、高齢福祉課が担当しました▽





予防接種を受けましょう

問健康政策課〔保健センター〕 ☎72・4008 ☎72・1481



12月28日※まで

高齢者インフルエンザ予防接種

※接種開始と終了日は、各医療機関によって異なります。事前に各医療機関へ問い合わせてください。

■対象

- ①市内に住所を有する満65歳以上（接種日時点）の人
- ②市内に住所を有する満60歳以上65歳未満（接種日時点）で心臓・じん臓・呼吸器・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

※②に当てはまる人は申請が必要です。身体障害者手帳のコピーか医師の診断書（有料）、印鑑を持って、接種希望日の2週間前までに問で申請してください。郵送での申請を希望する人は問い合わせてください。

■実施場所 市指定医療機関

■持ち物 ①自己負担金（2,000円）②健康保険証など（本人確認ができるもの）③予診票

※市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は、自己負担金免除の制度があります。必ず接種希望日の2週間前までに印鑑を持って、問で申請してください。郵送での申請を希望する人は、問から申請用紙を取り寄せるか市ホームページからダウンロードしてください。なお、接種後の申請は認められません。

※予診票は保健センター、総合案内〔東庁舎〕、市民課分室〔西庁舎〕、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）、各会館、みくも地域人権福祉市民交流センター、市指定医療機関に備え付けています。



10月1日から定期予防接種（無料）になります

B型肝炎予防接種

B型肝炎は、B型肝炎ウイルスの感染によりおこる肝臓の病気です。ワクチンを接種することで、体の中にB型肝炎ウイルスへの抵抗力（免疫）ができます。

■対象 平成28年4月1日以降に生まれた、生後1歳まで（1歳の誕生日の前日まで）の人

■接種回数（合計3回） B型肝炎ワクチンを27日以上の間隔で2回、1回目の接種から139日以上間隔をあけてもう1回接種

※標準的な接種期間は、生後2か月になった時から生後9か月になるまで。

■実施場所 市指定医療機関

■持ち物 ①母子健康手帳②健康保険証など（本人確認ができるもの）③予診票

※予診票は保健センター、市指定医療機関に備え付けています。

※健康保険でB型肝炎ワクチンを接種した人は、対象になりません。任意接種で受けたことがある人は、すでに接種した回数を差し引いた回数を接種してください。

市指定医療機関（五十音順） ※市指定医療機関以外での接種を希望する人は、事前に問い合わせてください。

医療機関	電話	高齢インフル	B型肝炎
荒川クリニック	☎75・1477	○	—
あらまき内科クリニック	☎60・1306	○	—
生田病院	☎74・8577	○	—
石部医療センター	☎77・4100	○	○
岩根診療所	☎72・0039	○	○
梅村こどもクリニック	☎72・8606	—	○
小川診療所	☎77・8082	○	—
こうせい駅前診療所	☎71・3222	○	○
甲西中央クリニック	☎71・3150	○	—
甲西リハビリ病院	☎72・2881	○	—
公立甲賀病院	☎62・0234	○	○
湖南労働衛生センター	☎75・0180	○	—

医療機関	電話	高齢インフル	B型肝炎
佐野医院	☎77・8280	○	—
たに耳鼻咽喉科クリニック	☎60・6301	○	—
中村医院	☎75・0025	○	—
なごみ内科クリニック	☎69・6753	○	—
夏見診療所	☎72・0015	○	○
野村産婦人科	☎72・6633	○	○
のむら小児科	☎77・8228	—	○
深野内科医院	☎72・9595	○	—
ふじた医院	☎72・8777	○	—
ほしやま内科医院	☎74・8618	○	○
菩提寺診療所	☎74・1121	○	—
三雲クリニック	☎71・3220	○	—

湖南省役所JK課プロジェクト始動

「湖南省役所JK課プロジェクト」って？ これまでまちづくりに関わることの少なかった女子高校生によるまちづくりチームを結成し、自らがまちづくり活動を企画し、市役所や市民団体と連携して実践するプロジェクトです。
※「JK課」は条例などで規定されている正式な湖南省の課ではなく、市民主体のチーム名であり、プロジェクト名です。

市では、これまでから市民主体のまちづくりを進めてきましたが、核家族化や少子高齢化が進み、地域で次世代を担って活躍すべき若者の姿をみることが少なくなってきました。また、人口減少や、若い世代（特に若い女性）の転出超過が大きな課題で、若い女性が湖南省に愛着を持てるまちづくりを進める必要があります。

このような状況から、女子高校生による新しい視点のまちづくりプロジェクトを始動しました。



JK課の活動にご協力をお願いします

今後、市との協働で女子高校生が企画するまちづくりに取り組んでいきます。課題である高校生のまちづくりへの参加促進と、特に若い女性の定住に向けて、大人の常識や価値観に捉われない女子高校生ならではの感性や、新しい視点で活動を展開していきます。

【活動イメージ】

- ・湖南省オリジナル商品開発
- ・地域イベントの企画や参加
- ・SNSで市内の情報を発信
- ・市内のお店マップを作成

市民の皆さんをはじめ、地域や企業の皆さんのご支援やご協力をお願いします。

☎地域創生推進課（東庁舎） ☎71・2316 ☎72・2000

メンバー随時募集中



市内在住または市内の高校に通学している女子高校生なら誰でもメンバーになります。詳しくは☎へ。

10月29日（土）～30日（日） 会場 石部文化ホール、石部まちづくりセンター

第46回滋賀県
芸術文化祭参加

第13回湖南省文化祭

～広げよう文化の輪
高めようこのまちを！～

秋の訪れとともに、美術や音楽、舞踊など様々な分野の文化・芸術が大集合します。

あなたの心を豊かにしてくれる芸術作品にきっと出会えます。秋の一日をお楽しみください。

	午前	午後
	9 10 11	0 1 2 3 4 5 6
29日（土）		公演の部 展示の部 体験コーナー（油絵）
30日（日）		公演の部 展示の部 お茶席（有料） 体験コーナー（クレアート）

無料シャトルバス

甲西文化ホール前→甲西駅北口→会場
（約1時間間隔で運行）午前8時35分～午後5時30分
※各特設バス停に時刻表があります。

※会場では必ず指定された駐車場を利用してください。周辺の路上には絶対に駐車しないでください。

☎湖南省文化協会事務局
（生涯学習課）（西庁舎）
☎77・6250
☎77・6253

体験コーナー



公演



お疲れ様でした

リオデジャネイロパラリンピック出場 宮路満英選手

9月7日～18日まで行われたリオデジャネイロパラリンピックの馬術競技に、宮路満英選手(宝来坂)が出場しました。順位は惜しくも11位でしたが、試合後「皆さんのご協力と応援でリオパラリンピックに無事に出場できました。ありがとうございました。自分が馬の能力に追いついておらず、成績が伸びなかったことは、馬には申し訳ないです。今後、もっと練習して2018世界選手権、2020東京パラリンピックに向けて頑張ります」と抱負を語りました。



ありがとうございます

8月27日、甲西建築組合様から市内旧甲西町地域の小学校を対象に小規模修繕をボランティアとして行っていました。



8月24日、湖南省管工事業協同組合様から市内幼稚園、保育園、こども園、小学校、中学校を対象に上下水道設備の修繕工事をボランティアとして行っていました。



柔道で全国大会出場

大迫力也さん

大迫力也さん(甲西北中3年)が、県の中学校夏季総体柔道男子73kg級で優勝し、8月17日～20日に新潟県で行われた全国中学校柔道大会に出場しました。

全国大会では惜しくも初戦敗退となってしまいましたが、大迫さんは大会後「近畿、全国大会に出場してくる選手を見て、もっと努力が必要だと感じることができました。さらに努力を続け、笑顔で大会に出場できるよう頑張りたいです」と抱負を語りました。



平成28年度

宝くじコミュニティ助成事業で 鼓笛隊セットを寄贈

甲賀広域幼少年女性防火委員会(事務局:甲賀広域行政組合消防本部)は、(一財)自治総合センターが行う「コミュニティ助成事業」による宝くじの助成金を受け、学校法人光星学園水戸幼稚園に幼年消防用鼓笛隊セットを寄贈しました。

今後、水戸幼稚園では幼年消防クラブの活動をはじめとした各種園行事でこれらの楽器を活用し、幼少期の防火意識の普及に努めます。



▲園児と湖南中央消防署署員(寄贈式にて)

「悩みを抱え込まないで」 じんけんオープンスクール

8月28日、石部中学校で「じんけんオープンスクール With 滋賀レイクスターズ」が開催され、中学生約100人が参加しました。

人権教室では、身近な出来事を劇にして「悩みを一人で抱え込まないで」「周りに応援してくれる人がいることに気づいて」と人権擁護委員が呼びかけました。また、レイクスターズのプロバスケットボール選手による人権トークでは、バスケットボールが育む人とのつながりや、お互いの個性を認め合うことの大切さなどの熱いメッセージが送られました。





日本歴代2位に並ぶ11度目の防衛成功 山中慎介選手



試合後山中選手は「倒し倒されで、今回も苦しい戦いではありましたが、7回KOで勝ててホッとしています。これからも皆さんに元気を与えられるような試合をしていきますので、応援よろしくお願いします」と話しました。

9月16日、WBC世界バンタム級タイトルマッチがエディオンアリーナ大阪(大阪府立体育館)で行われ、湖南省出身の王者山中慎介選手(帝拳)が11度目の防衛に成功しました。

序盤から激しい打ち合いで、1ラウンドに山中選手がダウンを奪いますが、4ラウンドは逆にモレノ選手の右フックを浴びダウン。しかし、ここでペースを相手に持っていかれることなく、「神の左」で6、7ラウンド続けてダウンを奪い7ラウンド1分9秒でのTKO勝ちとなりました。

また、同じく湖南省出身の安達陸仁選手(井岡ジム)のプロ3戦目も行われ、3-0の判定勝ちをおさめました。安達選手の今後の活躍に期待しましょう。

安達選手▶



あげものNo.1 決定！ 全国の揚げ物が集結

9月3日～4日「あげあげサミット2016」が総合体育館で行われました。全国から選りすぐりの30店舗が集結し、鳥の唐揚げやコロケなどの揚げ物に来場者は舌鼓を打ち、会場内はたくさんの長蛇の列ができていました。



また、メインステージでは、自分の得意技を披露するMr.サスケコンテストや、湖南省ときめき応援団による婚活PR&スペシャルライブなどが会場を盛り上げました。

甲賀市から家族で訪れた男性は「全国のおいしい揚げ物を食べることができ、大満足です。来年も訪れたいです」と話していました。

投票結果

- 1位 池口精肉店(広島県)
- 2位 バームクーヘン豚ひろめ隊(滋賀県)
- 3位 伊勢甘タレからあげ協会パセプション(三重県)

たちまち!おこし隊

湖南省地域おこし協力隊の活動をたちまちご紹介!

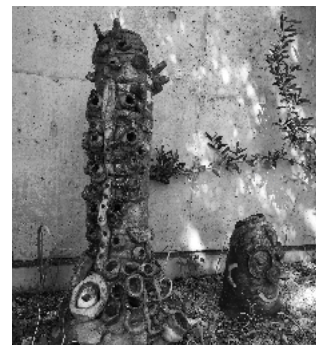


湖南省の魅力为全国へ!

湖南省の皆さんはじめまして。湖南省の「アール・ブリュット」と「伝統工芸(藍染、一閑張りなど)」を世に広める活動をさせていただくため、兵庫県より移住してまいりました、新隊員の藤田 剛史(ふじた たかし)と申します。

アール・ブリュットについては、Webサイトでの情報発信や作家さん達のサポート、ものづくり体験ワークショップの開催などもしていきたいと思っています。また、伝統工芸の持つ魅力を活かした商品を開発し、製造～販売まで手がけていきたいと考えています。たちまちよろしくお願いします。

※写真左:橋本 智樹さんの作品「青い車」/2012年 木パネルに油彩
右:伊藤 喜彦さんの作品「鬼」/1990年頃 粘土
提供/オープンスペースれがーと



これらの作品はオープンスペースれがーとの敷地内でご覧いただけます。

湖南省地域おこし協力隊 で検索! TEL/FAX: 0748-69-6707 EMail: konan.okoshi@gmail.com

みんな
おいでよ!

秋のまちづくりセンターまつり

10月

第16回ゆめまつり

- 日時 10月23日(日)
午前9時30分～午後3時
- 内容
- ・展示(絵画、手芸、園児の作品など)
 - ・発表(コーラス、ダンス、大正琴など)
 - ・模擬店(午前10時～)
 - ・子どもひろば(午前10時～)
(昔遊び、プラバン作り、ロッククライミングなど)

問 柑子袋まちづくりセンター
☎71・2560 FAX71・2561

菩提寺まちづくりフェスタ2016

- 日時 10月30日(日)
午前9時～午後3時
- 内容
- ・展示(絵画、書、手芸など)
 - ・発表(サークル活動、地域の保育園・幼稚園児)
 - ・模擬店
 - ・その他 ゲーム、体験コーナーなど

問 菩提寺まちづくりセンター
☎74・3471 FAX74・4005

第10回岩根まちづくりフェア

- 日時 10月30日(日)
午前9時30分～午後3時
- 内容
- ・展示(書、手芸、子どもの作品など)
 - ・発表(サークル活動、甲西北中・岩根小・岩根保育園児)
 - ・模擬店(午前10時～午後2時)
 - ・その他 囲碁、健康麻将、子ども体験広場、健康推進員、フリーマーケット、子どもお茶席(午前10時～正午)など

問 岩根まちづくりセンター
☎72・7871 FAX72・7872

11月

石部南区ふれあい祭り&ふれあいフェスティバル

- 日時 11月6日(日)
午前9時～午後2時
(グラウンドゴルフ受付:午前8時30分)
- 内容
- ・作品展示
 - ・サークル発表
 - ・フリーマーケット
 - ・グラウンドゴルフ
 - ・模擬店(午前10時～)
- ※グラウンドゴルフは野洲川運動公園で行います。
※グラウンドゴルフ、フリーマーケットの申込締切は10月14日(金)です。詳しくは問へ。

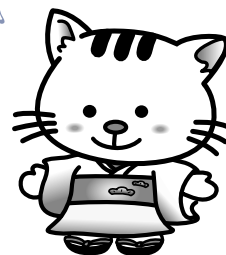
問 石部南まちづくりセンター
☎FAX77・2535

第26回下田学区ふれあいまつり

- 日時 11月6日(日)
午前9時30分～午後3時
- 内容
- ・展示(保育園・小学生作品、手芸、工芸など)
 - ・発表(日本舞踊、大正琴、コーラスなど)
 - ・模擬店
 - ・その他(青少年育成コーナー、健康推進員コーナー)

問 下田まちづくりセンター
☎75・0011 FAX75・4491

家族や友達と
遊びに来てニャ♩



※各会場の駐車場に限りがあるので、できるだけ乗り合わせでお越しください。

問 湖南市ファミリー・サポート・センター
☎71・4647
FAX71・4662

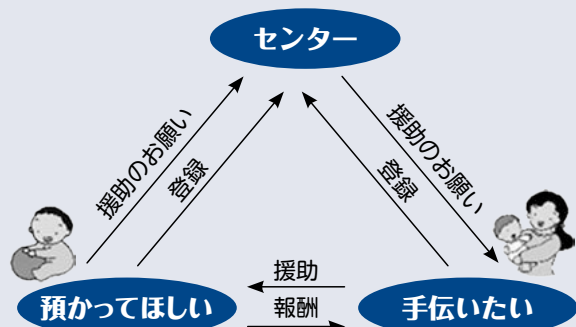
■開所日時 平日の午前10時～午後5時30分

■対象 市内在住・在勤で子どもを預かってほしい人、市内在住で子どもを預かることができる人

■申込方法 印鑑を持って問へ。

「子育ての手助けをして欲しい」「子どもが大好き!子育てのお手伝いをしてほしい」そんな気持ちを持っている人が会員となって、育児の相互援助を地域で一緒に行う会員組織です。入会に関する説明・登録は、随時行っています。

現在、子育て中から子育てを終えた人まで、幅広い年代の会員が登録しています。ぜひ気軽に問い合わせてください。



■日時 11月12日(土)
午前10時～午後3時

■場所 湖南市ファミリー・サポート・センター(平和堂甲西中央店3階)

平日来ることができない人のためにセンターの仕組みの説明や、今後の利用のための入会申込の受付を行います。

説明会(土曜日開所)のお知らせ

ファミリー・サポート・センター
会員募集

今月の納税など

口座振替日・納期限
10月31日(月)

- 市県民税(第3期)
- 国民健康保険税(第6期)
- 後期高齢者医療保険料
- 介護保険料
- 保育料
- 住宅使用料
- 水道料金
- 下水道使用料

今月の「時間外・休日」納税相談日

15日(土)午前8時30分～正午 18日(火)午後5時15分～7時

閩収納課(東庁舎) ☎71・2320 FAX72・2460

交換銀行

閩生活環境課(東庁舎) ☎71・2358 FAX72・2201

◎譲ります

- スーツ(男性用)
- 革靴(男性用)
- ベビーベッド
- 和テーブル

◎譲ってください

- 大人用自転車
- 子ども用自転車
- ガス台
- 電子レンジ
- 洗濯機

※交換の交渉は、譲りたい人と譲ってほしい人の間で直接行います。その際、連絡先の電話番号を相手にお伝えすることになりますのでご了承ください。

リサイクルプラザ

☎75・3933 FAX75・3904

リサイクルプラザは、燃えないごみ、粗大ごみを処理する施設です。燃えるごみ、家電リサイクル品など持ち込めないものがあります。[「く保存版」]ごみの分け方出し方マニュアル]で必ず確認してください。

日	月	火	水	木	金	土
						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	11/1				

■…休所日 □…「粗大ごみ」戸別収集日

☆…休日開所日 ○…「粗大ごみ」戸別収集申込締切日

※「粗大ごみ」戸別収集は、必ず戸別収集申込締切日の午前中までに、電話かFAXでリサイクルプラザへ申し込んでください。

※搬入(持ち込み)の受付は、開所日の午前9時～午後4時です。開所日に搬入できない人は10月16日(日)の「休日開所日」を利用してください。

**10月17日(月)～23日(日)は
行政相談週間です**
行政相談員による通常の相談日のほかに、特別巡回相談を実施します。

閩湖南労働衛生センター
☎75・0180
FAX75・0240

**湖南労働衛生センター
臨時休診のお知らせ**
10月14日(金)の診察は医師の都合により、臨時休診します。

献血にご協力ください
■日時 10月6日(木)
・午前9時30分～11時30分
・午後0時30分～3時30分
■場所 市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)
■対象 400ml献血(男性17歳～69歳、女性18歳～69歳)

■日時 10月20日(木)
午後1時30分～4時
■場所 社会福祉センター
■滋賀行政評価事務所
☎077・523・1926
FAX077・525・1149

※渡航歴などでお断りする場合があります。
※65歳以上の人は、60歳～64歳までに献血経験のある人。
■持ち物 献血カードまたは献血手帳、身分証明書(運転免許証 健康保険証など)
※当日は骨髓バンク登録会を行います。骨髓バンクの説明や登録を希望する人は受付で申し出てください。
閩健康政策課(保健センター)
☎72・4008
FAX72・1481



**赤い羽根共同募金に
ご協力ください**
10月1日から全国一斉に赤い羽根共同募金が展開されます。じぶんのまちをよくするしくみであるこの募金は、皆さんの身近なところで活用され、地域福祉を担う大切な財源となります。ご協力をお願いします。
閩湖南市共同募金委員会(社会福祉協議会内)(社会福祉センター)
☎72・4102
FAX72・8898

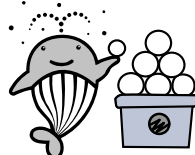
この宝くじの収益金は明るい住み良い街づくりに使われます。

オ・タムジャンボ 5億円

1等・前後賞合わせて(1等3億円・前後賞各1億円)

1枚300円 10月14日(金)まで発売中

抽選日 10/21(金)



公益財団法人 滋賀県市町村振興協会
<http://ss-sinko.jp/>
<http://ss-sinko.jp/i/>

国民健康保険運営協議 会委員募集

・ 湖南市国民健康保険運営協議会は、主に市が国民健康保険事業の運営に関する重要事項を定める場合に、その案件について審議する機関です。

・ 国民健康保険事業の公正な運営と透明性の向上、また広く市民の皆さんから意見をいただくため、委員を募集します。

■募集人数 2人

■応募資格 次の全てに該当する人

① 湖南市国民健康保険被保険者（任期中に後期高齢者医療制度に移行が見込まれる人を除く）

② 市内在住で、平成28年12月1日現在20歳以上の

③ 世帯に国民健康保険税・市税などの滞納者がいない

④ 市の他の審議会などの委員でない人

⑤ 年2～3回程度の運営協議会に出席できる人（平日の昼間）

■任期 平成28年12月1日～平成30年11月30日

■提出書類

・ 湖南市国民健康保険運営協議会委員応募申込書

・ 「国民健康保険事業や健康づくり、医療保険についての考えや思い」を400字程度にまとめたレポート

※推進運動期間中（10月～12月）は500円

■会費（月） 一人600円

■甲賀広域勤労者互助会

☎ 63・1809
☎ 63・4005

記帳説明会・

決算説明会

事業所得などがある個人の白色申告者を対象に、「記帳説明会」を開催し、記帳・帳簿の保存制度の概要や具体的な記帳の仕方などを説明します。

また、決算時期には「決算説明会」を開催し、棚卸の仕方、減価償却の方法などを説明します。

■記帳説明会

○10月27日（木）：水口納税協会（水口税務署の隣）

○10月28日（金）：湖南市商工会（サンライフ甲西）

■決算説明会

○12月2日（金）：水口納税協会

※時間は全て午前10時～正午

■対象 個人の白色申告者のうち、事業所得・不動産所得または山林所得を生ずべき業務を行う全ての人（所得税および復興特別所得税の申告の必要ない人も含む）。

■講師 税理士

※記帳・帳簿などの保存制度や記帳の内容の詳細は、国税庁ホームページを見るか、水口税務署に問い合わせてください。

■水口税務署個人課税第一部門

☎ 62・0314

10月は臓器移植普及 推進月間

日本で臓器提供を待つ人は約1万3千人ですが、実際に移植を受けられる人は、年間約300人です。

自分がもしものとき、臓器を提供することで誰かの命を救うことができるかもしれません。臓器を提供するかの意思は、「臓器提供意思表示カード」で「運転免許証」「健康保険証」に記入しておくことで伝えることができます。

ただし、提供の際には、家族の承諾も必要ですので、よく話し合っておきましょう。



■健康政策課（保健センター）

☎ 72・4008
☎ 72・1481

10月1日は

浄化槽の日です

年に1回は法定検査を

浄化槽は、適正に管理されていないと、悪臭が発生したり、川を汚したりして、近所や下流の住民に迷惑をかけるおそれがあります。浄化槽が正しく機能しているかを確認するため、年に1回法定検査を受けることが義務付けられています。また、毎年の保守点検や清掃も忘れずに行ってください。

■検査手数料

5000円程度（浄化槽の大きさなどで異なります）

■11条法定検査申込先

・（株）映日野
☎ 0748・53・3941
・（株）ヒロセ
☎ 0748・52・0943

・ 滋賀県知事指定検査機関（公社）滋賀県生活環境事業協会
☎ 077・554・9271

■県循環社会推進課
☎ 077・528・3471

■生活環境課（東庁舎）
☎ 71・2326

☎ 72・2201

甲賀・湖南ひきこもり支援
「奏一かなで」家族向け学習会

ひきこもりがちな人やその家族に、現行の福祉サービスでは届けられない支援を届けることを目的に活動しています。

ひきこもりの背景にあるものや、家族にとってヒントになるような家族向けの学習会です。

■日時 10月14日(金)

午後2時～4時

■場所 中央まちづくりセンター

■問(福)さわらび福祉会 甲賀・湖南ひきこもり支援「奏一かなで」

☎75・0242
☎75・2723

10月は滋賀県いさな企業応援月間です

中小企業は、地域の経済や社会の担い手として重要な役割を果たしており、滋賀の経済や社会の発展には、いさな企業への活性化が重要です。期間中は様々な関係機関が連携して、情報発信や支援策、諸活動などを行います。

いきいき滋賀モノづくりセミナー in 米原

■日時 10月5日(水)

午後1時～

■場所 県立文化産業交流会館(米原市)

■問 滋賀県いさな企業元気セミナー

■日時 10月14日(金)

午後1時30分～

■場所 県立男女共同参画センター

■問 近江八幡市
中小企業支援課

☎077・528・3733
☎077・528・4871

銃砲刀剣類の登録審査

未登録の銃砲刀剣類を所有している人は、警察署に持参して刀剣類発見届出済証の交付を受け、審査を受けてください。

■日時 10月13日(木)

午前10時～午後3時

■審査場所 県立文化産業交流会館第2会議室(米原市)

■持ち物 銃砲刀剣類(現物)、警察署発行の刀剣類発見届出済証、審査手数料(1件6300円)、再交付手数料(1件3500円)

■問 県文化財保護課

☎077・528・4672

最低賃金が変わります

滋賀県の最低賃金は、10月6日から1時間788円となります。雇用形態を問わず、県内の事業所に雇用される全ての労働者に適用されます。

※特定の産業には特定(産業別)最低賃金が定められています。詳しくは問へ。

■問 滋賀労働局賃金室

☎077・522・6654

東近江労働基準監督署

☎0748・22・0394

「i広報紙」が「マチイロ」に変わりました

広報こなんを配信しているスマートフォン向け無料アプリ「i広報紙」は、アプリのリニューアルに伴い、名称が「マチイロ」に変わりました。

※すでにi広報紙を利用中の場合は、アップデートで「マチイロ」に切り替わるので、新たにダウンロードする必要はありません。

■問 秘書広報課(東庁舎)

☎71・2300
☎72・1467



マチイロ

広報こなんに加えて湖南市議会だよりも配信しています。市からの情報を得る手段の一つとして活用ください。←携帯・スマホはこちらから

松竹新喜劇俳優陣出演
劇団こなんヒストリア
特別公演 第三弾

やすのながれ

～棹をさす石部の人々の思い～

市内の歴史を感じながらお楽しみください。

■日時 10月23日(日)

午後3時開演(午後2時30分開場)

■場所 石部文化ホール

■入場料【全席自由】 2,500円

■チケット販売場所 石部まちづくりセンター(石部文化ホール2階)



▲松竹新喜劇俳優
胡蝶英治さん

■問 石部学区まちづくり協議会
(石部まちづくりセンター内)
☎77・0003 ☎77・0015

伝芳大学

■日時・内容【全5回】

①10月17日(月)…秋の寄せ植え

講師:カワシマ種苗グリーンアドバイザー

②10月31日(月)…館外研修(福井県武生菊人形見学)

※参加費5,000円が必要です。

③12月12日(月)…ヨガ教室

講師:竹内キヌさん

④1月16日(月)…ペーパーナプキンを使った作品作り

講師:梅田恵さん

(デコパージュ教室)

⑤2月13日(月)…絵手紙

講師:坂早百合さん

※時間は全て午前10時～正午

※材料代などが別途必要です。

※日程・内容は変更することがあります。

■対象 市内在住か在勤で、全日程参加できる人

■定員 10人(先着順)

※申込者が少ない場合は中止します。

■申込方法 10月7日(金)までに住所、氏名、電話番号を電話かFAXで問へ。

■問 三雲まちづくりセンター
☎72・4532 ☎71・2636

おむつケーキ作り

おむつをケーキ風にデコレーションし、ラッピングします。

- 日時 10月18日(火)
午前10時～11時30分
(受付:午前9時30分)
- 対象 子育て中の人
- 定員 10人
- 講師 バルーンさくらさん
- 参加費 800円(材料費)
- 持ち物 紙おむつ15枚、持ち帰り用袋
- 申込方法 10月7日(金)までに☎へ。
※託児を希望する人は申し込み時にお知らせください。



☎石部南まちづくりセンター
☎77・2535

ふっくら・ふっくらの会

わらべうたなどを通して、ほんわかした気持ちで子育てができるようお手伝いします。同じ年齢の子どもをもつ保護者同士の交流もできます。

- 日時[全6回] 10月26日、11月16日、12月21日、1月18日、2月22日、3月15日
(全て水曜日)
- ※時間は全て午前10時～11時30分
- ※うち1回は離乳食のお話です。
- 対象 10月26日現在で6か月未満の子どもと保護者、今後出産予定の人
- 定員 10組(先着順)
- 講師 河野由子さん、福井香保里さん
- 申込方法 10月14日(金)までに☎へ。

☎柑子袋会館
☎72・2993

10月のスポーツデー

いきいきスポーツデー、エンジョイススポーツデーでは卓球、バドミントン、月替わりニュースポーツなどを楽しみます。

- 参加費 100円
- 持ち物 体育館シューズ
- いきいきスポーツデー
- 日時 10月21日(金)
午後7時～9時
- 場所 石部中学校体育館
- エンジョイススポーツデー
- 日時 10月22日(土)
午後7時～9時
- 場所 総合体育館



☎生涯学習課(西庁舎)
☎77・7045 ☎77・6253

水戸人権コンサート ～愛と優しさで人は育つ～

秋の夜長に心地よいハーブの音色と楽しいトークに耳を傾けてみませんか。

- 日時 10月8日(土)
午後6時～8時
- 場所 市民学習交流センター
(サンヒルズ甲西)
- 講師 永山友美子さん
(ハーブ奏者)



サンヒルズばそこん塾

パソコンの基本操作、ワード・エクセル基礎から実践応用まで自分のペースで学べます。個別学習のサポートもします。

- 日時 毎週土曜日
午前10時～正午
- 受講料 1回700円
- 講師 NPO法人湖南ネットしが
※初めての人は事前に申し込んでください。

IT使いこなし講座 かんたん年賀状講座

パソコンを使ってそろそろ年賀状の準備をしませんか。初心者歓迎です。

- 日時 10月29日(土)
午後1時30分～3時30分
- 定員 10人
- 受講料 1,000円(材料費など)
- 講師 NPO法人湖南ネットしが
- 申込方法 10月26日(水)までに☎へ。

かわいい小物作り

来年の干支「酉」にちなんだ飾り小物を作りませんか？



※写真はイメージです。

- 日時 11月10日(木)
午前10時～正午
- 定員 15人
- 講師 田口真璃子さん
- 参加費 1,500円(材料費)
- 申込方法 11月2日(水)までに住所、氏名、電話番号を電話かFAXで☎へ。

☎市民学習交流センター
(サンヒルズ甲西)
☎75・8190 ☎75・8192

第4回歴史講座

菩提寺地域を治めてきた人たちと、菩提寺にあった城との関わりについてのお話です。

- 日時 11月12日(土)
午後1時30分～3時
- 内容 戦国期における湖南市の城館
～地政的環境と城館分布～
- 講師:藤岡英礼さん
(栗東市教育委員会)



☎菩提寺まちづくり協議会
〔菩提寺まちづくりセンター内〕
☎74・3471 ☎74・4005

ホール開館30周年記念 JAZZ CONCERT

～第2回青い鳥はあなたのそばに～

スタンダードから童謡まで、ジャズサウンドをお楽しみください。

- 日時 11月6日(日)
午後2時開演
- 出演 井上政廣さん(エレクトーン)、
望月基行さん(ドラム)
- 入場料【全席自由】
前売り…1,000円、当日…1,200円
- 前売券販売所 甲西文化ホール

ホール開館30周年記念 甲西吹奏楽団 きらめき☆コンサート2016

客演指揮者にオリタ・ノボッタさん、ゲスト奏者に小倉清澄さん(クラリネット)を迎えます。1部クラシック、2部ポップスステージで今年も魅せます！聴かせます！

- 日時 12月11日(日)
午後2時開演
- 前売り券【全席自由】 一般900円、中高生500円、小学生以下無料
※小学生以下は整理券が必要です。
※当日券は販売しません。
- 前売券販売所 甲西文化ホール

8月6日に開催したチャリティ音楽祭での募金額は41,624円でした。お預かりした募金は、日本赤十字社を通じて熊本地震被災地へ届けます。ご協力ありがとうございました。

☎(公財)湖南市文化体育振興事業団
〔甲西文化ホール〕(月曜休館)
☎72・2133 ☎72・7305

第11回湖南省青少年美術展

市内保育園・幼稚園・こども園児、小・中学生や高校生、特別支援学校生の平面、立体、書写の作品を展示します。

■日時 10月29日(土)・30日(日)

午前9時～午後4時30分

■場所 市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)

問 教育研究所(西庁舎)

☎77・7052 ㊟77・4101

出会い・気づき・発見講座

看取り 幸せな人生の最終章とは
～住みなれた地域で「幸せ」に暮らし続けるために～

全ての人が住み慣れた地域で心豊かに人生の最後を迎えるために、今、何を考え、何をしなければならないのか。皆さんと一緒に見つけていきたいと思ひます。

■日時 10月19日(水)

午後7時～

■場所 石部まちづくりセンター

■講師 花戸貴司さん(永源寺診療所所長、永源寺地域包括ケア推進会代表)

問 人権擁護課(西庁舎)

☎77・7036 ㊟77・4101

KIAハロウィン・パーティ

ハロウィンを体験できる楽しい企画がいっぱい。外国人のゲストと一緒に、楽しく学びながら交流しましょう。当日は簡単な仮装をしてきてください。

■日時 10月29日(土)

午後1時～3時

■場所 共同福祉施設(サンライフ甲西)

■対象 小学生

■定員 50人(先着順)

■参加費 会員の家族300円、一般500円

■持ち物 ハンカチ、ティッシュ、飲み物、色鉛筆

■申込締切 10月25日(火)

問 湖南省国際協会

〔中央まちづくりセンター〕

☎㊟71・4332

善水寺千灯会

10月の本尊お薬師様の縁日にあわせて、所願成就の祈願が行われます。善水寺の回廊に1,000の灯明が点灯し、その灯りで国宝の本堂が浮かび上がります。

■日時 10月8日(土)

午後5時～8時30分

■場所 善水寺



問 善水寺

☎72・3730 ㊟72・3847

特集展示 石部宿と町並み展

石部宿と街道沿いにある文化財を関係資料や写真などで紹介。また、会期中は三重関から京都三条までのガイドマップ『近江東海道絵巻』を配布します。

■期間 11月6日(日)まで

午前9時～午後4時30分(入館は午後4時まで)

■場所 東海道石部宿歴史民俗資料館

■休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

■入館料 大人350円(300円)、児童生徒150円(100円)

※()内は20人以上の団体料金

問 生涯学習課(西庁舎)

☎77・6250 ㊟77・6253

いきいき健康ウォーキング

湖南省の自然や文化に触れながら、日頃の運動不足を解消しましょう。

■日時 10月22日(土) ※小雨決行

午前9時～正午(受付:午前8時30分～)

■集合場所 雨山第二体育館横公園

■コース 雨山運動公園→旧東海道→雨山運動公園

■参加費 50円(保険料など)

■持ち物 飲み物、帽子、タオル、防寒具、雨具、健康保険証 など

※当日、集合場所にお越しください。

問 生涯学習課(西庁舎)

☎77・7045 ㊟77・6253

親子で一緒に音楽遊びを楽しもう

■日時 10月29日(土)

午前10時～11時30分

■対象 乳幼児とその保護者

■公演 わくわくクラブ「だるまん」親子体操、パペット、ペープサート など

■申込方法 電話で㊟へ。

問 三雲児童館

☎㊟72・2089(休館日:月・火・祝日)

市民生涯学習講座

自作の器(信楽焼)に湖南省特産スイーツを盛り美食を味わう

■日程・内容

①11月5日(土)または13日(日)

・講座「湖南省特産スイーツとは」

・焼締め“器”の制作

※5日か13日どちらかに参加してください(定員各15人)

②12月23日(金・祝)

・信楽穴窯で窯詰め体験

③12月29日(木)

・信楽穴窯で焼成体験

④2月18日(土)

・“器”に湖南省特産スイーツを盛って味わう

・湖南省美術展見学

※①と④のみの参加も可

■時間 ①④は午前10時～午後3時

②③は昼間予定

■講師 牛原龍一さん(日展作家、日本現代工芸会員)、岡美里さん(湖南省地域おこし協力隊)

■場所 ①市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)、②③鈴木窯(信楽町小川)、④水戸まちづくりセンター

■対象 市内在住が在勤・在学で小学生以上

■定員 30人(先着順)

■参加費 1,000円(昼食は各自で用意)

■申込方法 住所、氏名、電話番号、年齢をFAXで㊟へ。

問 アートクラブ・牛原

☎㊟75・0556

子育て支援・ 親子ふれあいの集い2016

家族みんなで遊びに来てください。

■日時 10月22日(土)

午前10時～正午

■場所 総合体育館

■持ち物 上靴、飲み物

■あそびのコーナー 手作りおもちゃ、
バルーンランド、折り紙 など

※他にもファミリーサポートコーナーや
子育て相談、パン販売などがあります。

問 湖南省民生委員児童委員協議会
事務局(社会福祉協議会)
☎72・4102 FAX72・8898

上達ボールペン字講座

美文字を身につけ、家庭や仕事でのス
テップアップをめざしましょう。

■日時[全2回] 11月11日(金)・25日(金)
午後7時～9時

■対象 市内在住か在勤の女性

■定員 20人(先着順)

■受講料 1,300円(資料代含む)

■申込方法 10月3日(月)～25日(火)に
電話かFAXで問へ。

※託児サービスあり。子ども1人につき
600円(全2回分、要事前申込)。

子育てリフレッシュタイム

毎日の子育てに追われているあなた。
子どもを預けて、自由な時間を過ごして
みませんか。

■日時 11月15日(火)

午前9時30分～正午

■対象 市内在住か在勤で、生後4か月
以上の未就学の子どもがいる保護者

■定員 子ども10人(先着順)

■参加費 子ども一人につき400円(保
険料含む)

■持ち物 飲み物、着替え、バスタオル、
ビニール袋 など

■申込方法 電話で問へ。

問 女性センター
☎FAX72・8588(休館日:日・祝日)

初めての水中運動体験教室

■日時 10月5日(水)・12日(水)

午後6時30分～7時30分

■場所 甲西イトマンスイミングスクール

第12回湖南省地区対抗 ゲートボール大会

■期日 10月29日(土)

■場所 菩提寺運動広場

※参加申込など、詳しくは問へ。

問 湖南省体育協会
〔石部文化総合センター〕
☎77・3356 FAX77・3227

庭木の剪定講座

自分でできる庭木剪定にチャレンジし
ませんか。

■日時[全2回]

①10月19日(水)…講義(剪定の目的と方法)

②10月26日(水)…実技演習

※時間は全て午前10時～正午

※剪定道具を持っている人は持参してく
ださい。

■場所 社会福祉センター

■定員 15人程度

■参加費 500円(資料代)

■講師 レイカ湖南剪定会

■申込方法 10月12日(水)までに電話か
FAXで問へ。

問 ボランティアセンター
〔社会福祉センター〕
☎FAX72・1523

青少年自然道場30周年祭

野外活動体験施設として親しまれてき
た自然道場が誕生30歳を迎えました。

■日時 10月23日(日)

午前10時～午後3時

■内容 十二坊太鼓、子どもたちによる
模擬店、手作りクラフト体験 など

問 青少年自然道場
☎72・2790 FAX72・3802

中央まちづくりセンター ミニ文化祭(ふれあいイベント)

サークル・各種団体紹介、発表、作品展
示などを行います。

■日時 11月3日(木・祝)

午前10時～午後2時30分

※当日はボランティアまつり会場の一部
にもなります。

問 中央まちづくりセンター
☎72・3762 FAX72・6551

みんなおいでよ!

第28回ボランティアまつり

■日時 11月3日(木・祝)

午前10時～午後2時30分

■場所 社会福祉センター

■内容

- ・体験(手話、点訳、折り紙)
 - ・子ども遊び(おもちゃ図書館、昔遊び、
おはなし会など)
 - ・展示(福祉用具、写真、シルバー教室作品)
 - ・バザー(日用品・手作り作品など)
 - ・模擬店
 - ・グループ発表
 - ・アルミ缶、ペットボトルのふた回収
- ※バザーの収益金は熊本地震支援などに寄
付します。

問 ボランティアセンター
〔社会福祉センター〕
☎FAX72・1523
湖南省「ふれあいの館」
☎77・6001 FAX77・6006

もみじ・あざみ文化祭

～秋の風 出合いをちからに～

利用者の作品展示・販売や模擬店のほ
か、甲西高校吹奏楽部の演奏(午後2時
～)などがあります。

■日時 10月23日(日)

午前10時30分～午後3時30分

■場所 もみじ・あざみ
(石部が丘2-1-1)

問(福)大木会 もみじ・あざみ
☎77・2532 FAX77・4437

つどいの広場おおぞら

乳幼児を持つ親子が気軽に集い、交流できる場所として開放しています。

■開放日 火～土曜日(祝日は除く)

午前9時～午後2時

■対象 未就園児と保護者

※10月21日(金)は近くの公園で遊んだあとお弁当を食べる出張広場があります(申込不要)。

今月のイベント

人権まつりの作品作り

■日時 10月14日(金)

午前10時30分～(受付:午前10時～)

■場所 つどいの広場おおぞら
(三雲2030-67(西山団地内))

■定員 15組(先着順)

■参加費 100円

■申込締切 10月11日(火)

問NPO法人ふれあいセンター
「そよ風」

☎72・6153

パソフレ講座

「ITサロン」(パソコン相談)

パソコン初心者も大歓迎です!

◆10月6日(木)

三雲まちづくりセンター

◆10月14日(金)、11月11日(金)

ふれあいの館(石部東)

◆10月21日(金)、11月18日(金)

鳩の街市民交流スペース(平和堂石部店2階)

◆10月28日(金)、11月25日(金)

市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)

※時間は全て午後1時30分～3時

※年間登録料100円が必要です。

※パソコンを持参してください。

※ほかにも困り事や希望などがあれば気軽に連絡してください。

問NPO法人パソフレ

谷 ☎75・0063

☎090・8125・2721

鈴木☎75・5466

☎http://www.pasofure.org/

若年認知症交流会～たこ焼きの会～

若年認知症の人とその家族の交流会です。仲間と交流し、一緒に楽しい時間を過ごしませんか。

■日時 10月16日(日)

午前11時～午後2時

■場所 中央デイサービスセンターしんあい(中央4丁目93番地)

問中央デイサービスセンターしんあい(担当:芦田)

☎72・6889

介護者のつどい

介護者のためのメンタルヘルスについてお話していただきます。食事をしながらみんなで語り合い、毎日の介護からホッと一息つきませんか。

■日時 10月31日(月)

午前11時～午後1時30分

■場所 ダイニングがむしゃら

■対象 在宅で高齢者を介護している市内在住の人

■講師 古谷絵美(市保健師)

■参加費 600円(食事代)

■持ち物 印鑑

■申込締切 10月24日(月)

問高齢者支援センターひえ

☎75・2323 ☎75・7183

湖南ロータリークラブロータリーデー特別企画

紙ふうせん

チャリティーコンサート

「翼をください」や「冬が来る前に」などのヒットソングをお聴きください。

■日時 10月23日(日)

午後2時15分開演

■場所 甲西文化ホール

■入場券【全席自由】

前売り:2,500円、当日券:3,000円

■前売り券販売所 甲西・石部文化ホール、平和堂甲西中央店、ダイナミックレコード(草津市)、ろーぐす本店、TSUTAYA甲西店・水口店

問湖南ロータリークラブ

☎72・5577 ☎72・5588

親の婚活＝‘親活’セミナー

結婚を考えている子を持つ親を対象としたセミナーです。現代の恋愛や結婚事情、流行りの婚活などを学びます。希望者には個別相談なども実施予定です。

■日時 10月28日(金)

午後6時～8時(受付:午後5時45分～)

■場所 共同福祉施設(サンライフ甲西)

■申込方法 電話か、市ホームページ掲載の「しがドキッ湖南市ときめき応援団」のお申込みフォームから。

問しがドキッ～湖南市ときめき応援団～事務局(びわ湖放送(株)内)

☎077・524・0153

(平日午前10時～午後5時)

県立三雲養護学校学習発表会

児童生徒たちが日頃の学習成果を発表します。

■日時 11月1日(火)・2日(水)・3日(木・祝)・4日(金)

時間は午前10時～(3日は午前9時45分～)

■内容 ステージ発表、作品展示

問県立三雲養護学校

☎72・4011 ☎72・5547

モラロジー生涯学習セミナー

～心新たに生きる～

心豊かな人生を送るために、心づかいについて考えてみませんか。豊かな人生を送るヒントが見つかるはずです。

■日時 10月19日(水)・20日(木)

午後7時～9時

■場所 共同福祉施設(サンライフ甲西)

■受講料 1,500円

※別途テキスト代が必要です。

■主催 (公財)モラロジー研究所

問湖南モラロジー事務所

☎74・1122 ☎74・1894





開館・休館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						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					

●: 甲西図書館のみ休館 ■: 石部図書館のみ休館
●●: 両館とも休館



石部図書館

行事予定

石部中央1-2-3 ☎77・6252 FAX 77・6232

9日(日) きじっこおはなし会(グループ「ピッコロロ」)
午前11時～正午(幼児から小学生向け)

21日(金) よっといでたいむ
午前11時～11時20分(乳幼児と保護者向けのおはなし会)

22日(土) よっといでたいむ
午後4時～4時30分(幼児から小学生向けのおはなし会)

石部図書館展示

中学生による本の帯展

10月9日(日)まで

市内中学校の生徒が自分の好きな本や紹介したい本の帯を作りました。その中から約30点を展示します。

中央5-50 ☎72・5550 FAX 72・5554

本のリサイクル

古くなった図書館資料のうち、再利用が可能な本(小説、旅行ガイド、実用書、教養書)を、無料で譲ります。

■日時 10月22日(土)・23日(日)・26日(水)
午前10時～午後6時

■場所 甲西図書館
※雑誌はありません。
※一人20冊まで。



行事予定

7日(金) ちっちゃんかぜおはなし会
午前11時～11時30分(乳幼児と保護者向け)

15日(土) ちっちゃんかぜおはなし会
午後2時～2時20分(4歳以上の幼児向け)
午後2時30分～3時(小学生向け)

23日(日) おはなしの森
午後3時～3時30分(幼児から小学生向け)

29日(土) 大人のためのおはなし会
午前10時30分～正午

甲西図書館展示

防災展～湖南省の取り組み～

10月23日(日)まで

10月9日の湖南省防災の日に合わせて、地震・台風などに対する湖南省の取り組み、防災グッズやドローンなどを展示します。

第7回知的書評合戦ビブリオバトル in KONAN

あなたのオススメの本を5分で紹介してください。どの本が読みたくなったか投票しましょう。紹介者としての出場、観客としての参加どちらもできます。

■日時 11月5日(土) 午後1時30分～3時
■場所 甲西図書館
■申込方法 両図書館へ(電話可)。

おにぎり村の人形劇

■日時 10月16日(日) 午後2時～3時
■場所 甲西図書館
■定員 100人(当日先着順)

図書館ポイントラリー開催中

図書館で本を借りたり、おはなし会に参加すると、ポイントがもらえます。ポイントがたまるとくじ引きで素敵な景品がもらえます。

■開催期間 11月13日(日)まで
■くじ引き期間 10月22日(土)～11月13日(日)
■対象 中学生以下

移動図書館車 マツゾウくん 10月の巡回スケジュール

場 所	日 時
三雲ふれあいセンター駐車場	14金 14:30～15:00
妙感寺多目的集会所前	13木 14:00～14:30
岩根東農業集落センター前	19水 14:00～14:30
北山台自治会館前	12水 15:30～16:00
フレンドマート第2駐車場	21金 15:00～15:30
下田まちづくりセンター前	7金 14:00～14:30
中山生協集会所予定地	7金 15:00～15:30
サンヒルズ甲西駐車場	5水 14:00～14:30
三雲東小学校	13木 12:55～13:25
三雲小学校	14金 13:00～13:30
石部小学校	6木 13:05～13:30

場 所	日 時
石部南小学校	20木 13:15～13:45
岩根小学校	19水 12:55～13:25
菩提寺小学校	21金 13:05～13:35
菩提寺北小学校	12水 13:00～13:40
下田小学校	7金 13:05～13:30
水戸小学校	5水 12:55～13:35
三雲保育園	14金 14:00～14:30
阿星保育園	12水 14:10～14:30
平松こども園	20木 14:10～14:40
石部南幼稚園	6木 14:00～14:30
菩提寺こども園南園舎	21金 14:00～14:30

※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(午前8時30分～午後5時15分)でも返却できます。
なお、借りた本についての問い合わせは、甲西図書館へお願いします。
※悪天候などで運休になる場合もあります。

母子健康手帳の交付

(受付:午前8時30分～午後5時 場所:保健センター)

持ち物 印鑑、妊娠届出書(保健センターにもあります)、マイナンバーカード(持っていない人は通知カードと本人確認書類(運転免許証、パスポートなど))

※妊娠届出書を持っていない場合は、出産予定日を主治医に確認してからお越しください。

※代理人が来所の場合、妊婦本人が記入した委任状、代理人の印鑑と本人確認書類も必要です。

乳幼児健診

(受付:午後1時～2時15分 場所:保健センター)

多少時間がかかります。

	対 象	日
4か月児健診	平成28年6月生	10月25日(火)
10か月児健診	平成27年12月生	10月26日(水)
1歳6か月児健診	平成27年3月生	10月21日(金)
2歳6か月児相談・ 歯科健診	平成26年3月生	10月7日(金)
3歳6か月児健診	平成25年3月生	10月6日(木)

当日の午前10時に気象警報が発令されている場合は健診を中止します。

持ち物 母子健康手帳、質問票、バスタオル(4か月児)、歯ブラシ(10か月児・1歳6か月児・2歳6か月児・3歳6か月児)

※3歳6か月児健診では尿検査・視力検査を行います。

40歳以上の皆さんへ

大腸がん検診は お済みですか？

今年度まだ受診していない人を対象に、容器配付の追加日程を設けます。

■日時 10月12日(水)

午前9時30分～11時30分、午後1時30分～4時

※容器の回収日は配付の際にお知らせします。

■場所 保健センター

■対象 40歳以上の人

※腸の病気の治療や経過観察を受けている人、現在便に血液が混じっている人は、医療受診をしてください。

■受診料 500円

※70歳以上の人は無料

※69歳以下で市民税非課税世帯などに該当する人は、受診料免除の制度があります。容器配付日の1週間前までに申請してください(印鑑が必要です)。

胃がん検診・乳がん検診・骨粗しょう症検診の申し込み忘れはありませんか？

定員に若干の空きがあります。詳しくは問い合わせてください。

スタイルアップ教室



35歳～40歳代のプレ更年期の生活習慣は、更年期を楽に過ごすために大事な時期です。子育て、仕事などの合間に、若い今から自分自身の健康づくりをしませんか。

■日時〔全8回〕

10月24日～12月12日の毎週月曜日

午前9時～11時15分

■内容 血圧・体重・体脂肪測定、健康についての講話、運動

■講師 岡真美さん(健康運動指導士)

■対象 30歳～40歳代で、日頃運動する機会がなく、できるだけ全日程参加可能な人

※平成22年度～27年度のスタイルアップ教室に参加した人はご遠慮ください。

■定員 30人(先着順)

■持ち物 タオル、飲み物、健康手帳(持っている人)

■申込方法 10月11日(火)までに電話か直接問へ。

※参加者本人が申し込んでください。

※おおむね1歳6か月以上の子どもの別室保育もあります。

もう受けましたか？

**医療機関での受診期限は
10月31日(月)までです**

○特定健診(40歳～74歳)

○健康診査(75歳以上)

○結核(胸部レントゲン)検診

○肝炎ウイルス検診

※受診できる医療機関など詳しくは保健センターだよりをご覧ください。

集団健診(成人・特定健診) 託児のお知らせ

9か月～就学前の子どもを対象に各日15人(先着順)で申し込みを受け付けます。

■日程 11月8日(火)・9日(水)

各日午前中のみ

※時間は要相談。詳しくは問い合わせてください。



湖南市子育て支援センター

湖南市子育て支援サイト

 をご利用ください。

◎休館日 土・日曜日、祝日、年末年始 ◎申し込み受付時間 午前9時～午後5時

✉kosodate-s@city.shiga-konan.lg.jp

開放日(誕生月の子どもの手形・足形がとれます) みつばち開放日(移動支援センター)

時間 午前9時30分～11時45分

時間 午前10時～11時30分

午後1時15分～3時45分

※開放日、みつばち開放日の場所は左ページのカレンダーで確認してください。

※市内在住の未就園児と保護者が対象です。

※午前7時の時点で気象警報が発令されている場合はセンターを臨時閉所します。



市ホームページからバナーをクリック

携帯・スマホは
こちらから



石部子育て支援センター

たんぽぽはうす

(石部保育園隣接) ☎77・8570 ☎77・8572

子育て支援利用相談日

子育てコンシェルジュが利用相談に応じます。

日時 10月26日(水) 午前10時～11時15分

イベント開放日

日時 10月27日(木) 午前11時～11時30分

内容 フルート演奏(銀の笛)

ベビーマッサージ

日時 10月3日(月) 午前10時～11時30分

対象 首がすわる～8か月の子どもと保護者

※子ども一人につき1回の参加です。

内容 助産師による育児相談、ベビーマッサージ

持ち物 バスタオル、母子健康手帳

にこにこ広場

ひよこグループ～栄養士さんとお話しよう～

日時 10月14日(金) 午前10時～11時

対象 8か月までの子どもと保護者

くまグループ～小麦粉粘土で遊ぼう～

日時 10月18日(火) 午前10時～11時30分

対象 2歳6か月以上の子どもと保護者

定員 20組(先着順)

申込期間 10月6日(木)・7日(金)

元気に遊ぼう！～遊戯室で体を動かそう～

日時 10月20日(木) 午前10時～11時20分

対象 2歳以上の子どもと保護者

持ち物 上靴(はだし可)

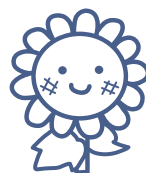
うさぎグループ～新聞で遊ぼう～

日時 10月31日(月) 午前10時～11時

対象 1歳6か月～2歳5か月の子どもと保護者

定員 20組(先着順)

申込期間 10月12日(水)・13日(木)



子育て支援センター

ひまわり

(岩根保育園2階) ☎72・7089

子育て相談日

保健師と栄養士が子育て相談に応じます。

日時 10月11日(火) 受付:午前10時～11時

子育て支援利用相談日

子育てコンシェルジュが利用相談に応じます。

日時 10月3日(月) 午前10時～11時15分

にこにこ広場

ともだちいっぱい！～遊戯室で思いっきり遊ぼう～

日時 10月12日(水) 午前10時～11時20分

対象 2歳以上の子どもと保護者

定員 20組(先着順)

持ち物 上靴(はだし可)

申込期間 10月3日(月)・4日(火)

はいはいキッズ～親子ふれあいタイム～

日時 10月18日(火) 午前10時～11時

対象 9か月～伝い歩きのできる子どもと保護者

内容 親子ふれあい遊び、おかあさんのおしゃべりタイム

子育て支援広場

おにぎり村の人形劇をみよう！

日時 10月13日(木) 午前10時30分～11時

場所 岩根保育園遊戯室

対象 9か月以上の子どもと保護者

音楽と遊ぼう！

日時 11月11日(金) 午前10時～11時

対象 1歳の子どもと保護者

定員 20組(先着順)

講師 宇野保子さん(日本ミュージックケア協会)

申込期間 10月19日(水)・20日(木)

さくらんぼ広場(支援センター合同企画)

運動会遊びをしよう

日時 10月28日(金) 午前10時～11時30分

場所 雨山第二体育館

対象 2歳以上の子どもと保護者

定員 30組(先着順)

申込方法 10月11日(火)・12日(水)にたんぽぽはうすへ。

栄養士さんと話そう！～幼児食を作ろう～

日時 11月4日(金) 午前9時45分～11時30分

場所 保健センター

対象 1歳以上の子どもと保護者

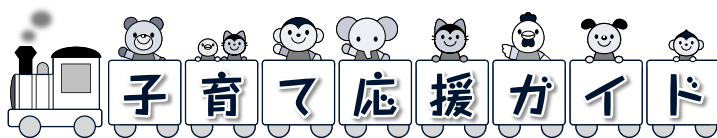
定員 20人(先着順)

講師 服部淳子(市管理栄養士)

参加費 300円程度(材料費)

申込方法 10月18日(火)・19日(水)にひまわりへ。

※弟・妹の託児は申し込み時に尋ねてください。



1 ㊦	親子プレイステーション	甲西図書館
2 ㊦		
3 月	ひまわり開放日(午前・午後) ベビーマッサージ 親子プレイステーション いしべおもちゃライブラリー「赤とんぼ」	子育て支援センター 石部子育て支援センター 柑子袋まちづくりセンター 石部保健センター
4 火	みつばち開放日 ひまわり開放日(午後)	下田まちづくりセンター 子育て支援センター
5 水	おもちゃの図書館「とまと」	社会福祉センター
6 木	みつばち開放日 ひまわり開放日(午後) たんぼぼはうす開放日(午後)	菩提寺まちづくりセンター 子育て支援センター 石部子育て支援センター
7 金	ひまわり開放日(午後) たんぼぼはうす開放日(午前・午後) くまさんとクラブ(英語教室) ちっちゃんなぜおはなし会	子育て支援センター 石部子育て支援センター 菩提寺優愛保育園モンチ 甲西図書館
8 土		
9 日	きじっこおはなし会	石部図書館
10 祝		
11 火	子育て相談日・ひまわり開放日(午前・午後) たんぼぼはうす開放日(午前・午後) こあらっこ子育て開放日	子育て支援センター 石部子育て支援センター 石部南まちづくりセンター
12 水	ひまわり開放日(午後) たんぼぼはうす開放日(午後)	子育て支援センター 石部子育て支援センター
13 木	たんぼぼはうす開放日(午前・午後)	石部子育て支援センター
14 金	ひまわり開放日(午前・午後) にこにこ広場・たんぼぼはうす開放日(午後) くまさんとクラブ(芋ほり遠足)	子育て支援センター 石部子育て支援センター 菩提寺優愛保育園モンチ
15 土	ちっちゃんなぜおはなし会	甲西図書館
16 日	おにぎり村の人形劇 ひまわり開放日(午前)	甲西図書館 子育て支援センター
17 月	親子プレイステーション いしべおもちゃライブラリー「赤とんぼ」	岩根まちづくりセンター 石部保健センター
18 火	にこにこ広場 たんぼぼはうす開放日(午後) ようちえんであそぼう	子育て支援センター 石部子育て支援センター 水戸幼稚園
19 水	みつばち開放日 たんぼぼはうす開放日(午後) おもちゃの図書館「とまと」 あひるクラブ ようちえんであそぼう	平松こども園 石部子育て支援センター 社会福祉センター 甲西あかつき保育園 三雲幼稚園
20 木	ひまわり開放日(午前・午後) にこにこ広場・たんぼぼはうす開放日(午後) ようちえんであそぼう	子育て支援センター 石部子育て支援センター ひかり幼稚園
21 金	ひまわり開放日(午前・午後) くまさんとクラブ(英語教室) よっといでたいむ	子育て支援センター 菩提寺優愛保育園モンチ 石部図書館
22 土	よっといでたいむ	石部図書館
23 日	おはなしの森	甲西図書館
24 月	みつばち開放日 たんぼぼはうす開放日(午後) 親子プレイステーション	三雲まちづくりセンター 石部子育て支援センター 市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)
25 火	ひまわり開放日(午前) たんぼぼはうす開放日(午前) こあらっこ子育て開放日	子育て支援センター 石部子育て支援センター 石部南まちづくりセンター
26 水	ひまわり開放日(午前) たんぼぼはうす開放日(午前)	子育て支援センター 石部子育て支援センター
27 木	ひまわり開放日(午前・午後) たんぼぼはうす開放日(午前・午後) 子育て相談	子育て支援センター 石部子育て支援センター つどいの広場つばめ(平和堂石路店2階)
28 金	くまさんとクラブ(ハロウィン制作・絵本の読み聞かせ)	菩提寺優愛保育園モンチ
29 土		
30 日		
31 月	ひまわり開放日(午前・午後) 親子プレイステーション	子育て支援センター 石部南まちづくりセンター

親子プレイステーション

木のおもちゃで遊ぶ親子の時間。サポーターもいます。

時間 午前10時～11時30分

㊦子育て支援課(東庁舎) ☎71・2328 ㊦72・3788

おもちゃの図書館「とまと」

楽しい遊び場です。おもちゃも貸し出しています。

時間 午前10時～正午

㊦ボランティアセンター ☎㊦72・1523

いしべおもちゃライブラリー「赤とんぼ」

楽しい遊び場です。おもちゃも貸し出しています。

時間 午前10時～11時30分

㊦湖南省「ふれあいの館」 ☎77・6001 ㊦77・6006

あひるクラブ

時間 午前10時～11時30分

対象 0歳～3歳の幼児と保護者

内容 19日(水)…おいもほり(要事前申込)

㊦甲西あかつき保育園 ☎72・4960 ㊦72・4965

つどいの広場 くまさんとクラブ

○英語教室

時間 2・3歳児…午前10時15分～10時45分

3～5歳児…午前11時～11時30分

対象 就学前の子どもと保護者

定員 各回10組

○芋ほり遠足

時間 午前10時～正午

対象 未就園児と保護者

定員 6組

持ち物 手拭きタオル、帽子、軍手、お茶

○ハロウィン制作・絵本の読み聞かせ

時間 午前10時～正午

対象 未就園児と保護者

定員 6組

持ち物 手拭きタオル、お茶

※平日午前10時～正午、午後1時～3時は自由に遊べる広場として開放しています。

㊦菩提寺優愛保育園モンチ ☎㊦74・3220

(平日午前10時～午後3時)

つどいの広場つばめ 子育て相談

保健センターの保健師による子育て相談です。

時間 午前10時30分～11時30分

㊦NPO法人鳩の街 ☎77・5546 ㊦77・5549

こあらっこ 子育て開放日

楽しい遊び場です。地域の子育て仲間をつくりましょう。

時間 午前10時～正午

㊦石部南まちづくりセンター ☎㊦77・2535

ようちえんであそぼう

時間 午前10時～11時30分

対象 2・3歳児(平成24年4月2日～平成26年4月1日生まれ)と保護者

定員 20組(先着順)

内容 作ってあそびましょう

持ち物 上靴、下靴を入れる袋、お茶、着替えなど

㊦学校法人光星学園

三雲幼稚園 ☎72・0077 ㊦72・8747

ひかり幼稚園 ☎74・3011 ㊦74・3461

水戸幼稚園 ☎75・3350 ㊦75・4425

※要事前申込。申込受付は各園で行っています。

図書館の事業について詳しくは26ページをご覧ください。

信楽町(甲賀市)・湖南市・竜王町を繋ぐ

“こにゃん街道”スタンプラリー2016

にゃんパス(こにゃん街道パスポート)を信楽町・湖南市・竜王町にある対象のお店や施設に提示し、スタンプを集めて豪華賞品をゲット! お得に観光を楽しもう♪

■実施期間 10月1日(土)~11月30日(水)

■応募方法 スタンプを集めたにゃんパスに切手を貼り、12月16日(金)まで(当日消印有効)に郵送で^問へ。

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

【主催】こにゃん街道観光振興協議会
 <信楽町観光協会・湖南市観光協会・竜王町観光協会>

^問(一社)湖南市観光協会(〒520-3252 岩根678-28) ☎71・2157



にゃんパスは
各市町の観光協会や
市役所・町役場で手
に入れてにゃ!



らぶリーこにゃん

松原愛	アキト	パッチェ	関口頼仁	岡村綾乃	小川叶な	黒木心遥	村瀬あみ	松井仁杜	仙波優希	黄瀬傑	矢部紬葵	山中咲	神山琉飛	木邑滯	木邑心音
岩根東	岩根東	岩根東	石部西	石部中央	柑子袋	平松	平松	平松	平松	中央	吉永	三雲	三雲	三雲	

お誕生おめでとう
 赤ちゃん
 行政区

糸井謹三	氏名	八木ソフィア	吉川航汰	饗場蓮	片岡優仁	山根琉煌	坂上真斗	上西菜夏	上西海斗	浅井菜那	早川惺渚	中桐智明	岡田琉煌	加納悠輝	藤谷宏斗
88歳	年齢														
三雲	行政区	湖南団地南	湖南団地中	堂の城	桐松	大谷	大谷	下田北	下田東	イオンランド	イオンランド	三上台	三上台	北山台	岩根西

おくやみ申し上げます

齋藤由布子	宮崎正吉	陳誠一	谷繁之	谷敬之	森孝司	仲西一郎	森茂郎	園綾子	北本博正	綾川雪枝	宮島登枝	松井雪登	山元小まつ	阿見禎三	駒井善春	野村初枝
73歳	78歳	45歳	86歳	82歳	73歳	86歳	81歳	93歳	86歳	66歳	92歳	68歳	97歳	75歳	76歳	85歳
湖南団地南	湖南団地中	湖南団地中	下田西	下田東	イオンランド	菩提寺	岩根花園	岩根東	岡出西	石部子	柑子	平松	夏見	夏見	吉永	妙感寺

平成28年8月1日(31日掲載申込分)(敬称略)

湖南市市民憲章

わたしたちは、悠久の野洲川の
流れに沿った美しい郷土を愛し、
先人が築いてきた文化や歴史に
感謝して、活気と希望に満ちた、
ゆたかで創造的なまちをつくる
ために、この憲章を定めます。

- 一、美しい水と緑を大切に
し、自然と調和したまちを
つくります。
- 一、たがいの人権を認めあい、
思いやりのあるまちを
つくります。
- 一、子どもが健やかに育ち、
障がい者や老人をはじめ、
誰もが安心して暮らせる
まちをつくります。
- 一、ゆたかな歴史を重んじ、
香り高い文化のまちを
つくります。
- 一、社会の規律を守り、安全で
住みよいまちをつくります。

災害時の情報収集

●湖南タウンメール

あらかじめ登録し
た携帯電話などの
メールアドレスに
災害時の緊急情報
などを配信しています。



●「防災行政無線」を聞きもらしたときは…

防災行政無線の放送内容を電
話で確認することができます。

☎72・5040

くらし

住民生活相談(東庁舎)

☎71・2370 ㊟72・3788

弁護士無料法律相談

(要事前予約)

◇日時 10月12日(水)

午後1時～4時(一人30分)

◇場所 住民生活相談室(東庁舎)

◇定員 6人(先着順)

※予約は電話か直接㊟へ。

㊟住民生活相談室(東庁舎)

☎71・2370 ㊟72・3788

消費生活相談

◇日時 月～金曜日(祝日を除く)

午前9時～午後4時30分

㊟消費生活センター(東庁舎)

☎71・2360 ㊟72・3788

行政相談

(国や行政の仕事に関する困り事や相談に応じます)

◇日時 10月27日(木)

午後1時30分～4時

◇場所 社会福祉センター

㊟滋賀行政評価事務所

☎077・523・1926

介護

介護や高齢者の生活相談

高齢者の暮らしや介護について、気になることなど気軽に相談してください。

地域包括支援センター(保健センター)

☎71・4652 ㊟72・1481

高齢者支援センターいしべ ☎77・5243

高齢者支援センターみくも ☎72・7302

高齢者支援センターぼだいじ ☎74・4093

高齢者支援センターひ え ☎75・2323

※高齢者支援センターは、市が委託し中学校区ごとに相談窓口を設置しています。

しごと

就労相談

求職活動やハローワークでの手続きの仕方など、就労に関する相談に相談員が応じます(就職のあっせんはできません)。

◇時間

午前9時～11時30分

㊟商工観光労政課

(共同福祉施設)

☎71・2332 ㊟72・4820

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
松籟会館	みくも地域人権福祉 市民交流センター		柑子袋会館	岩根会館
10	11	12	13	14
	菩提寺まちづくり センター	サンヒルズ 甲西	下田まちづくり センター	夏見会館
17	18	19	20	21
松籟会館	みくも地域人権福祉 市民交流センター	石部南まちづくり センター	柑子袋会館	岩根会館
24	25	26	27	28
				夏見会館
31(※)				
女性センター (女性のみのみ)				

※31日(月)は、女性の就労相談員が相談に応じる女性のための就労相談です。

健康

こころと身体^{からだ}の健康相談

保健センター ☎72・4008 ㊟72・1481

保健師・管理栄養士・臨床心理士などが相談に応じます。

◇日時 月～金曜日(祝日を除く)

午前8時30分～午後5時15分

もの忘れについての相談

「歳のせいでのもの忘れ」と「病気によるもの忘れ」は家族だけでは判断できません。もしかして…と少しでも思ったら相談してください。

地域包括支援センター(保健センター)

☎71・4652 ㊟72・1481

◇日時 月～金曜日(祝日を除く)

午前8時30分～午後5時15分

※専門医によるもの忘れ相談(予約制)の紹介も行います

税金

税務相談(要事前予約)

税理士による税金に関する無料相談です。秘密は厳守されます。

◇日時 10月12日(水)

午後1時30分～4時30分

(一人30分)

◇場所 水口納税協会

◇定員 6人

㊟水口納税協会

☎62・1151 ㊟63・0173

人権

人権なんでも相談

人権擁護委員が、日常生活での悩みごとや心配ごとのほか、地域や職場でのトラブルや差別など様々な相談に応じます。

○石部老人福祉センター 10月7日(金)

○社会福祉センター 10月13日(木)

◇時間 午後1時30分～4時

㊟人権擁護課(西庁舎)

☎77・8512 ㊟77・4101

育児・教育

育児相談

保健センター ☎72・4008 ㊟72・1481

◇内容 離乳食や子どもの発達など子育てに関する悩みや心配なこと
※発達相談員による発達相談(予約制)の紹介も行います。

赤ちゃんホットライン(専用ダイヤル)

保健センター ☎71・4150

◇日時 月～金曜日(祝日を除く)

午前8時30分～午後5時15分

◇内容 妊娠・出産・育児など

少年センター悩み事相談

少年センター・あすくる湖南

(西庁舎別棟2階)

☎77・7053 ㊟77・7059

学校や家庭での生活、非行問題など、悩みを抱える中高生やその保護者の相談、就学・就労に関する相談を受け付けています。

◇日時 月～金曜日(祝日を除く)

午前9時～午後4時

教育電話相談

ふれあい教育相談室

(勤労青少年ホーム) ☎㊟72・4810

いじめや不登校などで悩みを抱える小中学生や、子どもの教育に悩んでいる保護者の相談を受け付けています。電話相談のほか、面談による相談も行います。

◇日時 月～金曜日(祝日を除く)

午前9時～午後4時

女性の悩み相談(要事前予約)

◇日時 10月6日(木)・20日(木)

11月10日(木)・17日(木)

午後2時30分～4時30分

(一人1時間程度)

◇場所 女性センター

◇対象 市内在住の女性

㊟人権擁護課(西庁舎)

☎77・8512 ㊟77・4101

地域総合センター

みくも地域人権福祉市民交流センター

☎72・3166 ㊟72・3301

夏見会館 ☎㊟72・3083

柑子袋会館 ☎㊟72・2993

松籟会館 ☎㊟77・2972

岩根会館 ☎㊟72・2292

人権相談をはじめとした各種相談窓口を開設しています。

◇日時 月～金曜日(祝日を除く)

午前8時30分～午後5時15分



広報

こなん

KONAN

No.145

平成28年10月1日

編集・発行 湖南市 秘書広報課

市役所 開庁日時：平日 午前8時30分～午後5時15分

東庁舎 〒520-3288 滋賀県湖南市中央一丁目1番地
西庁舎 〒520-3195 滋賀県湖南市石部中央一丁目1番1号
☎0748・72・1290(代) ☎0748・72・3390

えんじのつぶやき

保育園や幼稚園での子どもたちのとおきの会話を紹介するコーナー。

今月は

阿星保育園 です。

色えんぴつで、色をぬっていたAちゃん。使おうとした色えんぴつの先が減っているのを見て、Aちゃん「色えんぴつが、かくれてる」とってもかわいらしい表現で、みんながにっこり♥優しい気持ちになりました。

2歳児



わが家の
愛ドル



西原

かい せい
快晟
しゅん 舜

ちゃん 3歳

ちゃん 1歳
(石部中央)



地域に育てられていることを実感します。感謝です。元気に成長してね。

愛ドル大募集中! どしどしご応募ください。

秘書広報課 ☎71・2300 FAX 72・1467



食育推進キャラクター
湖なすちゃん



さつまいもごはん

材料(6人分)

さつまいも……………300g
米……………2合
酒……………大さじ2
塩……………小さじ1/2
黒いりごま……………適量

10月の旬レシピ

秋の味覚の代表、新米とさつまいもで作る炊き込みご飯です。さつまいもの代わりに栗を使って、栗ご飯にも挑戦してください。

栄養価
(1人当たり)

エネルギー：245kcal
たんぱく質：3.7g
脂 質：0.6g

カルシウム：23mg
カリウム：280mg
塩 分：0.5g

作り方

- 1 さつまいもは皮付きのまま1.5cm角のさいの目に切る。海水くらいの塩水(塩分濃度3%程度)に5～10分つけて、あくを抜く。
- 2 米を洗って炊飯器の内釜に入れる。2合分の水を入れ、30分以上吸水させる。
- 3 ②に酒と塩を加えてサッと混ぜ、水気を切ったさつまいもをのせて表面を平らにしてから炊く。
- 4 炊きあがったら全体をしゃもじでさっくりと混ぜあわせて器に盛り、黒いりごまを振る。

健康
レシピ

No.100

湖南市公式 Facebook

湖南市役所Facebook 検索



無料アプリ

広報こなんがスマホで見られます
App Store、Playストア
で「広報紙」と検索。



広報こなん
アンケート受付中
市ホームページから回答をお願いします。

総人口●55,022人(+69) 男●28,514人(+25) 女●26,508人(+44) 世帯数●22,888世帯(+44) 平成28年9月1日現在 ※()は前月比