



宏報

湖南省

平成21年

2
February

No.53

こども



CONTENTS

- 2 **特集** 生活習慣の見直しがあなたの命を救う
- 10 準備はお済みですか？ 確定申告
- 14 市職員の給与・職員数などを公表します
- 17 まちのわだい・きらり湖南人

湖南省の人口 平成21年1月1日現在

総人口 56,405人(-32) 男 29,220人(-34) 女 27,185人(+2) 世帯数 21,863世帯(-8)

() は前月比

生活習慣の見直しがあなたの命を救う

心筋梗塞による死亡率が

県下最悪

だれもがいつまでも健康で元気に充実した日々を過ごし、満足できる人生を送りたいと願っています。しかし、そんな人々の願いを打ち砕くものの一つが病気です。

日本人の死亡原因は、1位のがんに続いて狭心症や心筋梗塞などの心疾患が第2位となっています。湖南省では3ページ上の図のように、標準化死亡比では男女とも急性心筋梗塞が滋賀県全体の平均と比べ突出しており、残念ながら県下ではワースト1となっています。

なぜ、湖南省は心筋梗塞で亡くなる人の比率が高いのでしょうか。心筋梗塞は生活習慣病といわれることから、この結果が湖南省民の健康課題をくっきりとあらわにしていると言えるでしょう。

病気は日ごろの生活の仕方によって防ぐことができます。今一度、自分の生活を点検、振り返ってみましょう。

標準化死亡比とは…

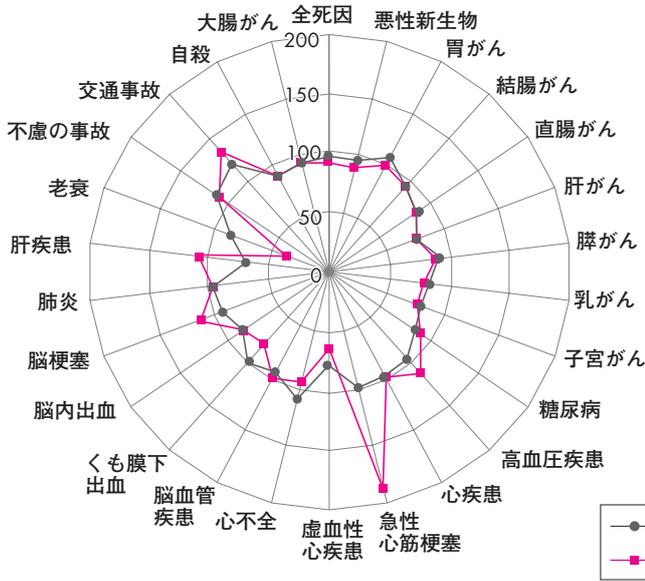
死亡率は通常、年齢によって大きな違いがあり、異なった年齢構成を持つ地域別の死亡率をそのまま単純には比較できません。比較を可能にするためには、標準的な年齢構成に合わせて、地域別の年齢階級別の死亡率を算出する必要があります。

全国平均を100とし、1000以上の場合は全国平均より死亡率が高いと判断され、100以下の場合は死亡率が低いと判断されます。



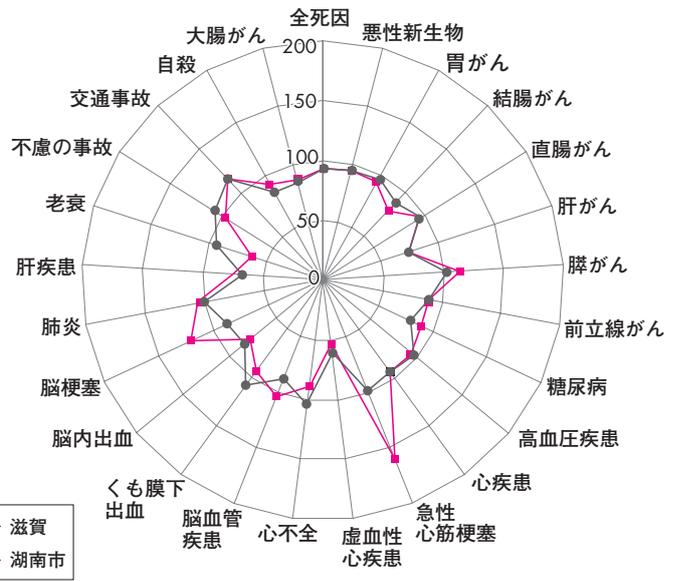
女性の死亡状況

標準化死亡率 (EBSMR)



男性の死亡状況

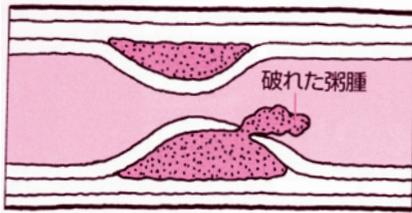
標準化死亡率 (EBSMR)



出展：滋賀県健康づくり支援資料集（平成18年度版）

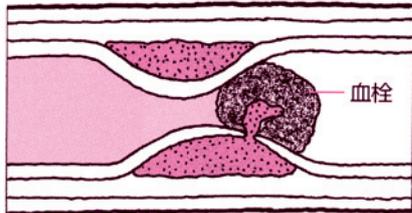
心筋梗塞はこうして起きる

1 粥腫が破れる



冠動脈にできた粥腫が破れる

2 血栓ができる



粥腫の破れた部分に血栓ができて詰まる



血栓ができ、冠動脈が完全に詰まると、胸が激しく痛む、締めつけられるような不快感がある、など心筋梗塞の症状が起きる。

心筋梗塞はどこうして起ころう？

「梗塞」とは、血管のある部分に血液が流れなくなると、その場所の細胞に酸素や成分が届かなくなり、組織が壊死してしまう状態のことをいいます。心筋梗塞は、心臓の冠動脈の血流が途絶え、心臓の筋肉である心筋が壊死したものです。

心筋梗塞が起こる直接の原因は、血管の中に血栓という血液のかたまりができて、血管を詰まらせることです。血栓ができたところから先には、血液がまったく流れなくなってしまうので、血液には本来、けがをして出血したときなどに固まろうとする性質がありますが、健康な血管の中を流れているときには、血液が

固まることはありません。

しかし、動脈硬化が進んで、血管の内部が狭くなったり、血管の内壁に凹凸ができていたりして血液がスムーズに流れなくなっていると、血液は固まりやすくなり、血栓ができやすくなってしまいます。

血液中には酸素やさまざまな成分が含まれていますが、その中にはコレステロールや中性脂肪などの脂質もあります。血液中にこの脂質が増えすぎた状態を脂質異常といい、なかでも悪玉といわれるLDLコレステロールが増えすぎると、血液中に長くどどまるうちに変性して血管壁に沈着し、血管の弾力性がなくなると動脈硬化を引き起こします。

変性したLDLは、高血圧などで傷ついた動脈の内壁に沈着しやす

く、やがて粥腫じゅしゅになります。それが徐々に大きくなつて血流をさえぎる場合もありますが、粥腫の表面を覆っている皮膜が何かの拍子に破れ、粥腫の中身が血液に直接ふれて、そこに血小板が集まり、血栓が作られて血管が詰まると心筋梗塞の引き金になるのです。

下図で、コレステロールと心臓病の関連を見てみましょう。

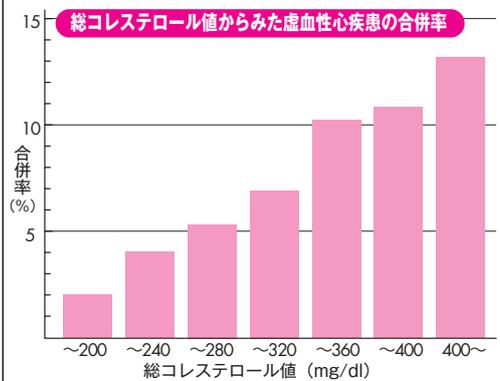
総コレステロール値や悪玉（LDL）コレステロール値が高くなるほど心臓病との合併率も高くなっており、脂質異常症（高脂血症）を回避することが大きな鍵であることが分かります。

アンケート調査から見える市民の健康課題

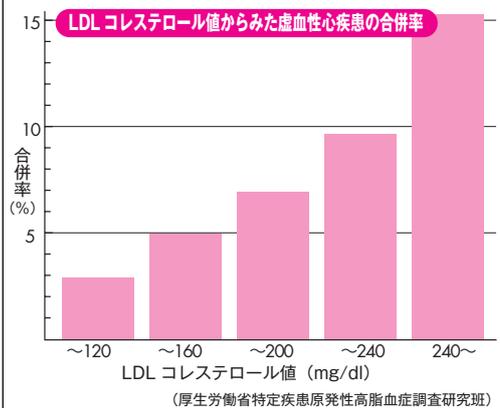
さて市では、すべての市民が生涯にわたり健康を維持増進し、豊かな生活を営むための具体的な方策として「健康こなん21・食育推進計画」を策定しましたが、その策定に際し、平成18年に20歳以上の市民に健康状態についてのアンケート調査を行いました。

寄せられた4,369人の回答から、心筋梗塞との関係性が認められる市民の健康状態などについていくつか紹介します。

コレステロール値が高いと心臓病になる確率が高い



総コレステロール値でみた場合、狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患の合併率は、コレステロール値が高くなるのに比例して上がっていきます。これは、高コレステロールが、虚血性心疾患の大きな原因となる動脈硬化を促していることと深い関係があります。高コレステロールが、いかに心臓病との合併症に影響を及ぼしているかが分かります。



LDLコレステロールは悪玉といわれるだけあり、数値が高いほどその合併率も高くなっています。総コレステロール値が高くなっても、LDLコレステロール値が高い人が心疾患に気をつけなければいけないのは、こうした理由からです。

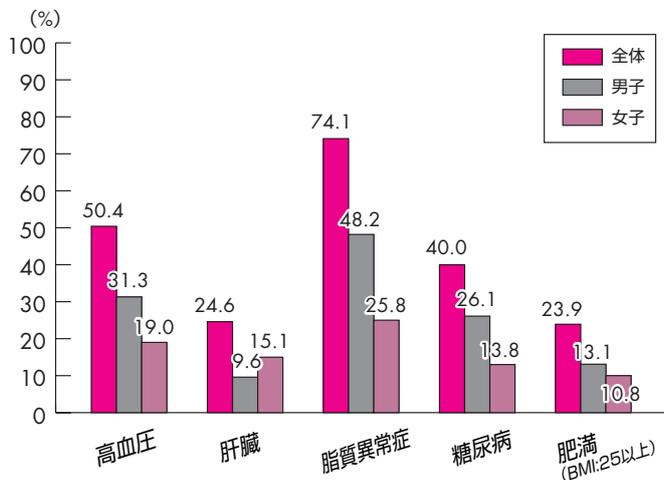
1 健康状態については、「自分は現在健康だと思う」人が53・4%と半数を超え、「何となく自信がない」人は37・3%でした。

年代別では、青年期や壮年期の20歳から44歳の年齢層で「自分は現在健康だと思う」人の比率が高くなっており、45歳以上になると自信がないと感じる人が増加傾向にあることも分かりました。

2 「これまでに指摘された病気や治療中の病気がありますか」という問いでは、高血圧が21・2%、高脂血症が17・3%と多く、

次いで糖尿病、心臓病の順となりました。高血圧、高脂血症は45歳以上の中年層から急に増え、65歳以上では約3人に1人が高血圧であると答えています。

国民健康保険特定健診（40~64歳）疾患別割合

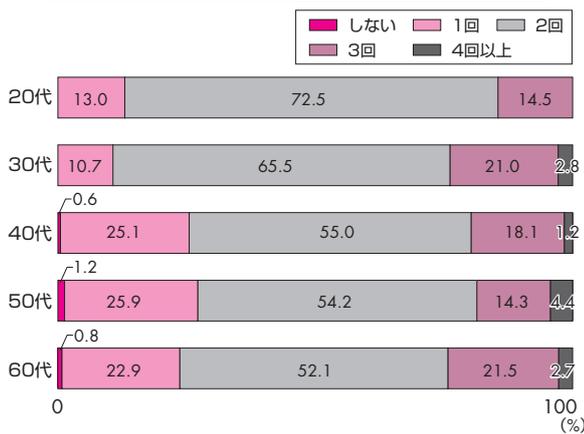


また、本年度に行った国民健康保険の特定健診では、上のグラフのように、脂質異常症や高血圧を抱えている人が多いことが裏付けられました。

3 運動については、40歳以上の男女とも「継続的に実行している」と答えた人が約30%しかなく、健康日本21計画の2010年度目標値の63%に遠く及ばない状況となっています。健康づくりに対する意識の低さが伺えると言えるでしょう。

4 睡眠による休養がとれていないがとれている」が50・4%、「十分とれている」が29・3%で、休養がとれていないとする人が2割近くもいることが分かりました。さら

年代別 歯磨きの回数



6 歯については、過去1年間に虫歯の治療以外に歯科検診を受けたかという質問に関しては、

7%と低く、たばこの健康への影響についての知識が十分でないことが分かりました。

5 たばこを吸っている」のは25歳から64歳の年齢層でほぼ4人に一人の割合となっています。また、たばこを吸うとかなりやすくなる病気を尋ねた質問に対する回答では、「肺がん」が90・6%と最も高く、一方、心臓病は64・1%、胃潰瘍は49・

受けていないと答えた人が56%ありましたが、年齢が高くなるにつれて受けた人は増えていきました。45歳以上から「自分の歯が全部ある」と答えた人が急激に減っています。

また、今年の集団健診で歯に関する質問に回答した人の集計では、歯磨きをしていない人が0・7%、1日1回が20・5%、2回が57・1%と、毎食後に磨かない人が8割近くに達していることが分かりました。

7

食事の内容については、「野菜を多く食べるようにしている」と答えた人が、男性では71・4%、女性では84・8%、また、「油ものを控えるようにしている」と答えた人では、男性が52・2%、女性が64・4%と女性のほうが高くなっています。この2つの質問については、青年期での割合が最も低く、「特に何も気をつけていない」と答えた人では、男性が27・8%、女性が16・2%であり、年代別では青年期の割合が最も高くなっていました。

では次に、前述の調査結果を踏まえ急性心筋梗塞とその要因となる脂質異常との関係に着目し、ポイントを確認しましょう。

心筋梗塞にならないためのポイント

Point 1 高血圧を防ぐ

Point 1

高血圧を防ぐ

血圧とは、血液が心臓から送り出されるときに血管にかかる圧力のことをいいます。本来、動脈の血管はしなやかな弾力がありますが、強い圧力を受け続けると、その圧力に耐えようとして血管壁が厚くなって弾力性がなくなったり、少しずつ内壁が傷つき、ゴムホースが古くなったときのように硬くなったりしてしまいます。

また、強い圧力(高血圧)で血液が流れると、血液の成分が動脈壁に入り込みやすくなります。さらに、血管に傷があると、成分がひっかかりやすくなるので、コレステロールがたまり、粥腫ができてやすくなります。つまり、動脈硬化になりやすくなり、ひいては心筋梗塞につながるようになるのです。

このように、心筋梗塞と高血圧は大いに関係があり、血圧が高いほど心筋梗塞になりやすいのです。

また、血圧が高くなる環境的な原因としては、気候や食事、飲酒や喫煙、ストレスなどさまざま指摘されていますが、最も大きく影響しているのが食事の塩分です。塩分の多い食事をしていくと、加齢と共に高血圧になる人が増えることが分かっています。塩分控えめの食事を心がけることが大切です。

Point 2

運動しよう

寒い季節はどうしても運動不足になりがちです。家事をしながら、テレビを見ながら、家でも簡単にできるストレッチ体操が有効です。

運動すると血液の流れがよくなります。さらに、筋肉の酸素消費とエネルギーの発散が起これば、そのエネルギー源として脂肪が燃やされ、体内の脂肪が減少していきます。また、汗をかくことで、腎臓の血流も良くなるので、老廃物の排せつが円滑になります。肺への循環を高め、肺の酸素交換も促進します。

運動をするときは、有酸素運動をすると脂肪がよく燃えます。暖かい日はできるだけ戸外で体を動かしましょう。



Point 3

野菜をたくさん食べよう

海藻類を含め野菜をたくさん食べると、食物繊維を多く摂取することになります。食物繊維は腸内でコレステロールをからめ、いっしょに排泄させられます。つまり、血液中のコレステロールが減り、脂質異常が改善することになります。

7の調査結果では、野菜を多く食べるように心がけていると答えた人が多かったのですが、どのぐらいの量をイメージしていましたか。

大人で一日350g以上は取りたいものです。さらにきのこ類も毎日取るとよいでしょう。左の写真を参考にしてください。

野菜や海藻は太りにくい食べ物で低エネルギーのため、多く食べることで、満腹感も与えてくれます。しかし、体に貯蔵することはできないので毎食欠かさず取る必要があります。



▲1日に取りたい野菜の量

です。また、生野菜や生果物に含まれるカリウムは血圧を下げるといわれます。野菜や海藻を毎食取るよう心がけましょう。

Point 4

水分を十分にとろう

寒い時期はトイレが近くなるからと、水分の摂取不足になりがちです。水分摂取が少ないと血液がドロドロになりやすく、脳卒中や心筋梗塞などを起こす危険性が高まります。

一日に必要な水分は一般的に1・5リットルから2リットルといわれます。乳児は体重の8割が水分ですが、年齢を重ねるごとに体の水分含有量は減り、5割以下まで減ってきます。また、それと共に水分不足が起きてものどの渴きを感じにくくなります。のどが乾いたと思う前に水分補給を心がけましょう。

なお、心臓や腎臓が悪い人など水分制限がある人は、医師と相談しながら水分を摂りましょう。また、運動時や外での作業時には脱水状態とならぬよう、十分注意して水分補給をすることが必要です。

Point 5

自分の歯を守ろう

歯は「見える臓器」ともいわれるように、口の中の清潔が保たれていないと、さまざまな病気を引き起

します。歯を失う原因として、主にむし歯と歯周病がありますが、よくかんで食べるためには、普段の丁寧な歯磨きや歯科医院などで定期的なチェックや指導を受けることが大切です。自分自身の歯を保つことが大切です。

歯は脂質異常と関係があります。かむ回数と脂質異常を調べた研究では、かむ回数が増えるほど脂質異常が減るというデータもあります。かむとその刺激が脳に伝わり、神経伝達物質のヒスタミンが脳で放出されます。脳内ヒスタミンは、覚醒レベルや集中力・注意力の上昇の作用を担い、食欲の抑制にも効果があります。このため、かめばかむほど食べ過ぎを防ぐことができます。かむことでエネルギー代謝が促進され、体脂肪の減少にもつながると考えられます。

歯を失った場合も口の中の清潔に心がけ、口腔機能の維持に努めましょう。

Point 6

分煙をすすめよう

喫煙は吸っている人が吸う煙を主流煙といい、たばこから出ている煙のことを副流煙といいます。副流煙は主流煙の7倍もの有害物質を含むため、たばこを吸わない家族や周囲の人へも影響を与えます。これを受

知って得する

豆知識

血圧

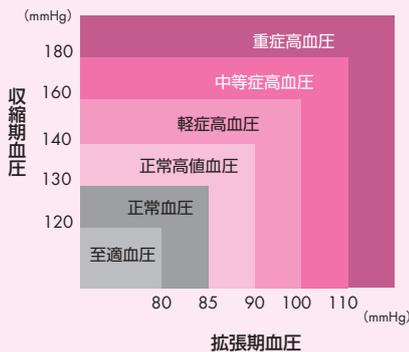
血圧とは、心臓から送り出された血液が血管（動脈）の壁に与える圧力のことをいいます。収縮期血圧（最大血圧）とは、心臓が収縮して大動脈に血液を押し出しているときの最大値をいいます。いわゆる「上の血圧」です。拡張期血圧（最小血圧）とは、心臓が弁を閉じ、拡張して大静脈から入ってくる血液をためているときの最小値をいいます。いわゆる「下の血圧」です。

正常な血圧の値は、最大血圧が130mmHg未満かつ最小血圧が85mmHg未満とされています。

血圧は高くなっても自覚症状がありません。しかし、長く放置しておくさまざまな病気を引き起こす原因になります。家庭でも、毎日一定の時間に計ってみましょう。

血圧の分類

(日本高血圧学会)



動喫煙といえます。

たばこの煙には、ニコチン、タール、一酸化炭素など200種類以上の有害物質が含まれ、がんや心臓病、ぜんそく、歯周病などにつながる危険を高めます。例えば、血液中の脂質に悪影響を与え、吸っていない人と比べると善玉(HDL)コレステロールが低くなり、悪玉(LDL)コレステロールと中性脂肪が高くなつて動脈硬化を促進し、脳梗塞や心筋梗塞を起こしやすくなつてきます。

また、ニコチンはアドレナリン(興奮すると出るホルモン)の分泌に作用し、心拍数を上げて心臓に負担をかけることもあります。

このような影響を、たばこを吸っている人だけでなく副流煙を吸い込む人も受けることから、平成14年(2002年)に施行された健康増進法では受動喫煙の防止が定められ、分煙が強く求められています。

Point 7 **しっかりと睡眠をとろう**

動脈硬化を進行させたり、心筋梗塞の発作が起こる危険性は、血圧が高い状態が続くことでも高くなります。逆に、血圧が低い状態の時間を多くすれば、高血圧が改善され、危険性を小さくすることができます。1日の中で、いちばん血圧が低い

状態で安定しているのは睡眠中です。ストレスなどで血圧が上がったとき、血管はダメージを受けますが、そのダメージは睡眠中に修復されます。

血圧の低い状態が長ければ長いほど血管の修復は進みます。高血圧で血管が傷つきやすくなっている人は、睡眠時間を多めにとることが発作の予防につながります。夜の睡眠時間は最低でも6時間は確保しましょう。

なお、睡眠補助剤を使う場合は専門医との相談が必要です。また、お酒は少量であれば睡眠を促進する効果があるため、寝る前に飲んで寝つきを良くする人もいますが、適量を

超えると睡眠リズムを狂わせるほか、脂質異常にもつながりかねません。

今回は、湖南省市民の死亡原因の特徴となつている心筋梗塞に焦点を当て、アンケート調査結果を踏まえてその防止方法について考えてみました。

年に1度、健(検)診の機会を持ち、病気の早期発見だけでなく、生活習慣病から身を守るきっかけとして利用することをお勧めします。

お金も手間もあまりかけずにできるあなた自身の健康投資として、今一度、生活習慣について見直してみたいかがですか。

保健センターで実施している事業を紹介します!
健康づくりにぜひご利用ください。

- ◆国民健康保険特定健診と39歳以下の成人健診 6月に実施予定。
- ◆電話相談 く月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
保健師・管理栄養士などが相談に応じます。
- ◆「健康」に関する学習会
保健師・管理栄養士が地域に出向き、健康づくりに関するいろいろなテーマについて皆さんと一緒に学習します。
- ◆禁煙相談
随時、電話での相談に応じます。
- ◆運動教室
最近の健診結果で脂質異常があった人を対象に、日常生活の中でできる運動や、歯、栄養について8回シリーズで学習します。運動は健康運動指導士が講師となります。



- ◆健康貯金教室(国民健康保険者の事業)
特定健診の結果で生活習慣の見直しが必要と認められる人を対象に、栄養面の個別面接を行ったり、運動療法の継続について教室で話したりしています。体力測定も行います。
- ◆食育推進事業
市健康推進員が各地域で、夏季・冬季伝達料理を健康メニューとして年2回紹介しています。
- ◆健康レシピ
毎月「広報こなん」で管理栄養士が紹介しています。

いろいろある有酸素運動

100kcal消費する時間の目安(体重60kgの人の場合)

- ・ウォーキング 40分
- ・ジョギング 11分
- ・水泳(クロール) 6分
- ・サイクリング 27分
- ・エアロビクス 20分

有酸素運動 体内に十分な酸素を送り込む運動のことです。体脂肪は酸素がなければ燃えません。運動によって呼吸は速く大きくなり、肺が取り込む酸素の量が増えます。脈拍が速くなつて体内を循環する血液の量も増えます。肺から取り込まれた酸素は血液中に溶け込み、全身に送られる酸素の量が増えて脂肪が燃えていきます。

積極的ながん検診の受診を

昭和56年から日本人の死亡原因の第1位になっているがん。しかし、がんの研究や治療は進歩しており、今ではがんは治せる病気になりつつあります。そして、そのためには早期発見・早期治療が大切で、早期発見のためには定期的な検診が重要です。

「保健センターだより」や「広報こなん」で日程や場所を確認し、定期的に検診を受けるようにしましょう。

	方法	対象
胃がん	胃X線検査（バリウムを使い、二重造影法により撮影します）	40歳以上の男女
大腸がん	便潜血検査	40歳以上の男女
乳がん	視触診+マンモグラフィ撮影	40歳以上の女性
子宮がん	視触診+細胞診（膣内の細胞を取ります）	20歳以上の女性

※該当部分に疾患がある人や自覚症状のある人は検診は受けず、医師へ直接相談しましょう。また、妊娠中・妊娠の疑いのある人は胃がん・乳がん検診を受けることはできません。

がん検診を受けた後は…

一か月後を目安に結果を郵送します。

精密検査が必要という判定は、「がんの疑いを含め異常（病気）がありそう」と判断されたということとです。精密検査が必要と判断された人すべてががんではありません。

市の検診でも、精密検査が必要と判断された人ががんが見付かっているのはそれぞれのがんで数人です。しかも、もしがんが発見されても、早期治療ができれば治る可能性もあるのです、必要以上に怖がることはありません。

		受診者	受診率	精検者	がん発見者
平成18年度	胃がん	1,561人	10.2%	64人	0人
	大腸がん	1,491人	9.8%	134人	1人
	乳がん	687人	6.7%	71人	1人
	子宮がん	1,604人	10.2%	13人	1人
平成19年度	胃がん	1,357人	8.8%	54人	0人
	大腸がん	1,557人	10.1%	102人	4人
	乳がん	463人	9.0%	52人	0人
	子宮がん	735人	9.0%	5人	1人

体のサインは見逃さない

異常なしと判断された人でも、次の症状がある場合は医療機関で受診するようにしてください。

胃 ↓ 胃が痛い。胸やけがする。黒い便が出る。

大腸 ↓ 便に血が混じる。便が細くなった。

乳房 ↓ 乳房やわきの下にしこりがある。

子宮 ↓ 不正出血がある。

せき・くしゃみをしている皆さんへ

せきエチケットにご協力を！

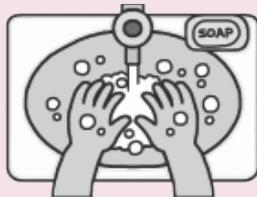
風邪・インフルエンザ・結核を人にうつさないために

「せきエチケット」とは・・・

「せき」や「くしゃみ」の症状のある人は、

- * マスクは正しく口と鼻を覆うようにつけましょう！
- * ティッシュなどで口と鼻を覆いましょう！
- * 周りの人から顔を背けましょう！

使用したティッシュは「ごみ箱」へ。その後はよく手を洗いましょう。手洗い場がない場合は、ウェットティッシュで手を拭きましょう。



てをあらおう

1回のせきやくしゃみで体外に出る病原体は、1万～10万個。くしゃみなら周辺2メートル程度に飛び散るといわれています。インフルエンザなど呼吸器感染症をほかの人にうつさないために、せきなどの症状がある人は「せきエチケット」にご協力ください。





まち全体で子どもを育てる 環境づくりをめざして

市社会教育委員会が審議中

市教育委員会では、昨年3月に市社会教育委員会から出された審議報告書「就学前の子どもの育ちと親のかかわり」を受けて、まち全体で子どもを育てることに視点を置いて、「就学期の子どもの成長と家庭・学校・地域住民の関わり」について市社会教育委員会に諮問しました。

現在、市社会教育委員会は来年3月の提言に向けて審議を進めています。

社会教育委員

(敬称略・順不動)

河野 由子	関口 博一	廣井 美子	井上 多賀子
川本 幸一	桑原 敏美	妹背 醇	佐々木 理信
竹内 利光	塚本 恵啓	小島 るり子	浮田 啓子
松浦 龍一	加藤 吉治		

社会教育委員とは…

◆どんな人が委嘱されているの？

学校教育および社会教育の関係者、家庭教育の向上に資する活動を行う者ならびに学識経験のある者の中から、教育委員会が委嘱します。

◆どんなことをしているの？

社会教育に関し教育長を経て教育委員会へ助言するために、社会教育に関する諸計画を立案したり、教育委員会の諮問に応じ意見を述べたりします。また、教育委員会の会議に出席して、社会教育に関し意見を述べることできます。

☎生涯学習課〔西庁舎〕 ☎77●6250 ☎77●6253

環境影響評価 実施計画書の 公告・縦覧

滋賀県土地開発公社では、竜王町大字岡屋地先において（仮称）竜王岡屋工業団地造成事業を計画しています。今回、滋賀県環境影響評価条例に基づき、事業内容や環境影響評価に関する調査方法などを記載した環境影響実施計画書を作成しました。

ついでに3月2日(月)までの間、環境課（市役所東庁舎）で当該計画書の縦覧を行います。環境保全の見地から意見のある人は、縦覧場所に備え付けの用紙に記入のうえ、3月16日(月)までに提出してください。

☎滋賀県土地開発公社

〔〒520-0807大津市松本一丁目2番1号〕

☎077●524●5580



先月は日高敏隆先生、議長との座談会がありましたのでレポートはお休みしました。今年もよろしくお願ひします。

さて、年末から年始にかけて、社会経済が極めて厳しい状況となってきました。世界中どこを見てもうまく回っていないところはないというありさまで、それは湖南市にとっても例外ではありません。

来年度の税収は企業収益の落ち込みや消費の低迷、所得の減少などからかなりひどい減収が予想されるだけでなく、国や県から渡される地方交付税や補助金も大幅に削減される見込みです。

激減した収入の見込額を見た担当職員たちは一様に青ざめた顔をしていました。一方で、支出はどんどん増

えています。今、動いている事業は急に止められませんが、国の制度変更などで後期高齢者医療制度や介護保険制度など社会保障にかかる市の負担は増える一方です。

現在、予算編成作業中ですが、極めて厳しい予算を組まなければならない見通しで、市民の皆さんにも一定のご無理をお願いしなければなりません。ならないところも出てくることとなります。

こうした経済悪化への緊急対策として、プレミアム商品券の発行による市内経済の活性化や緊急の臨時職員の雇用、増える住宅困窮者に対応するための市営住宅の修繕などを進めることとしました。また、外国籍市民に対する支援については、先月14日に嘉田知事や市内の産業界にお願いをしています。

先月20日、オバマ米大統領は「狭い利益を守り、不快な決断を先延ばしにする時代は過ぎ去った」と就任演説をしました。まさにそのとおりで、本市でもこの危機を捉えて、過去からの変革のチャンスとしなければなりません。ご協力をお願いいたします。



準備はお済みですか？

確定申告

2月16日(月)から、平成20年分所得税の確定申告と平成21年度住民税の申告が始まります。

毎年、申告期限が近づくと、税務署はもちろん市役所の申告相談会場も大変混雑します。できるだけ自分で申告書を作成し、提出するようにしてください。また、申告相談を利用する人は、提出する添付書類や提示する書類をあらかじめ確認してからお越しください。

問 税務課（東庁舎） ☎ 71-2319 FAX 72-2460

所得税の確定申告が必要な人

- ・収入が2千万円を超える給与所得者
- ・年末調整を受けた給与所得・退職所得以外に株式配当金、地代、家賃収入、農業所得などがあった場合で、給与所得以外の所得の合計が20万円を超える人（20万円以下の場合には住民税の申告が必要）
- ・給与を2か所以上からもらっている人で主たる給与以外の収入が20万円以上の人
- ・年の途中で退職や転職をし、年末調整を受けていない人
- ・営業所得、農業所得、不動産所得（土地・家屋の貸付など）、譲渡所得（土地・家屋の売却代など）、雑所得（年金、恩給など）などがあった人
- ・生命保険などの満期保険金を受け取った人で収入から必要経費（掛け金）を差し引いた金額が90万円以上の人
- ・医療費控除、住宅借入金等特別控除など、各種控除を受けようとする人

申告相談日程

期間中、次のとおり申告相談を行います。受付から相談までに時間がかかることがあります。あらかじめご了承ください。なお、相談内容が複雑な場合は、水口税務署で申告していただくことがあります。

☆受付時間：午前9時～午後4時

- 税務課（東庁舎）・市民生活課（西庁舎）の窓口での申告相談は行っていません。
- 平成19年分以前の申告や青色申告、市外在住の人の申告相談は受け付けできません。
- 完成している申告書の受理のみもを行います（平成19年分以前の申告書、青色申告書も受理しますが、内容は確認しません）。
- 農業所得を申告する人は、収支内訳書（農業所得用）を完成させてからお越しください。
- 2月24日(火)・26日(木)、3月12日(木)・13日(金)は、ポルトガル語の通訳を配置しています（対象は市全域）。

月 日	会 場	対 象 地 域 (対象地域以外の人を受け付けます)
2月16日(月)	菩提寺公民館	菩提寺、北山台
2月17日(火)		みどりの村、三上台
2月18日(水)		イワタニランド、近江台、ハイウェイサイドタウン
2月19日(木)	柑子袋公民館	針、平松、柑子袋
2月20日(金)		
2月23日(月)	西庁舎（旧石部町役場）	石部南
2月24日(火)		石部中央、東寺
2月25日(水)		石部東、西寺・丸山
2月26日(木)		宝来坂、岡出
2月27日(金)		石部西、宮の森
3月2日(月)		三雲公民館
3月3日(火)		
3月4日(水)	岩根公民館	朝国、岩根東口、岩根東
3月5日(木)		岩根西、岩根花園、正福寺
3月6日(金)	下田公民館	下田（東・西・南・北）
3月9日(月)	市民学習交流センター（サンヒルズ甲西）本館	中山、緑ヶ丘、大谷、松風苑桐山、堂の城
3月10日(火)		湖南団地（北・中・南）
3月11日(水)	共同福祉施設（サンライフ甲西）	夏見、中央、ルモン甲西
3月12日(木)		市全域
3月13日(金)		
3月16日(月)		

申告に必要な書類など

●一般的なもの●

- ・収入が分かるもの（給与・公的年金などの源泉徴収票、不動産・利子・配当などの支払調書など）
- ・税務署から確定申告書が送付されている人はその書類一式
- ・印鑑（スタンプ印は不可）
- ・銀行などの口座番号（本人名義のもの）

●各控除に必要なもの●

医療費控除

- ・前年中に支払った医療費の領収書（合計がおおむね10万円超）

※支払った金額の合計を患者・病院ごとに集計し、保険給付などで補てんされた金額があれば差し引いてください。

※領収書原本の提出が必要です。返却を希望する場合は切手を貼った返信用封筒をご用意ください。

※介護サービスの費用を申告する人は医療費控除対象額が記載されている領収書を用意してください。

住宅借入金等特別控除

- ・住民票
- ・登記事項証明書（土地・建物）
- ・借入金の年末残高等証明書
- ・売買契約書または工事請負契約書の写しなど（契約書には収入印紙が貼付されていること）
- ・建築確認申請書など床面積の分かる書類（増改築の場合のみ）

※連帯債務でローンを借りている場合は税務署で申告してください。

社会保険料控除

- ・国民年金保険料：社会保険料（国民年金保険料）控除証明書

※国民健康保険税・介護保険料および後期高齢者医療保険料については証明書などの添付義務はありません。ただし、退職後も社会保険

を継続している人は領収書を提示してください。

生命保険料・地震保険料控除

- ・平成20年中に支払った保険料の控除証明書

収支内訳書が必要な人

事業所得・農業所得・不動産所得・山林所得のある人は収支内訳書が必要です。収支内訳書がない場合は、受け付けることができませんのでご注意ください。

初めて事業所得などを申告する人で記入方法が分からない場合は、税理士や税務署職員など所得税の専門家に相談し収支内訳書を完成させておいてください。

譲渡所得（土地・家屋などの売買）・雑損控除のある人は税務署で申告してください

住宅借入金等特別税額控除申告書の提出は3月16日(月)までに

＜税源委譲に伴う特例措置＞

平成18年12月31日までに入居し住宅借入金等特別控除を受けている人で、住宅借入金等特別控除より所得税が少なかった場合、住宅借入金等特別税額控除申告書を提出することで、翌年度の市県民税が減額される場合があります。

申告書を提出しないと控除を受けることはできません。忘れずに提出しましょう。

平成20年分

水口税務署 申告相談会場

水口税務署

☎62-0314（代表）

■場所 水口社会福祉センター

■期間 2月16日(月)～3月16日(月)〔土・日曜日を除く〕
午前9時～午後5時

※期間中、税務署では作成済みの申告書の受付、納税、納税証明の発行、用紙の交付などを行い、相談は行いません。



贈与税の申告書が事前送付されなくなりました

納税者利便の向上を図るため、国税庁ではホームページの充実に取り組んでいます。各種の様式や手引きなどを提供しているほか、「確定申告書等作成コーナー」では所得税・消費税に加えて、贈与税の申告書も作成できます。

そこで、パソコンの普及などの社会環境の変化に合わせ、事務処理の効率化を図る観点から、平成20年分から贈与税の申告書の事前送付を取りやめることにしました。なお水口税務署では、贈与税申告書の事前送付に代えて、可能な範囲で贈与税の申告期限などのお知らせ文書を送付します。

水口税務署 ☎62-0314

国民年金からのお知らせ

草津社会保険事務所

国民年金保険料の納付は口座振替の1年前納がお得です

申し込みは2月末までに

国民年金保険料の納付は、口座振替で前納（将来分をまとめて納付）すると、保険料の割引があり大変お得です。

平成21年4月分からの国民年金保険料の1年前納（1年分まとめて納付）または6か月前納（半年分まとめて納付）を希望する場合は、**2月末までに**金融機関または草津社会保険事務所で手続きをしてください。手数料は不要です。

現在、月々払いの口座振替を利用していている人が前納を希

月前納の割引率は、納付書に

望する場合など、振替方法の変更をするときも手続きが必要ですのでご注意ください。
※平成21年度の保険料は、今月中に告示の予定です。

クレジットカードによる納付方法もあります

社会保険庁では、昨年度からクレジットカードによる国民年金保険料の納付を開始しました。納付方法は、毎月納付（割引なし）、1年前納、6か月前納の3種類です。

なお、1年前納および6か月前納の割引率は、納付書に

参考

口座振替を利用した場合の保険料額

(平成20年度)

- ① 1年前納…4月分から翌年3月分までの保険料を4月末に振替
【保険料額】169,300円
割引額 3,620円
- ② 6か月前納…4月分から10月分までの保険料を4月末に振替、または10月分から翌年3月分までの保険料を10月末に振替
【保険料額】85,480円
割引額 960円
- ③ 早割制度…毎月の保険料を当月末に振替
【保険料額】14,360円
割引額 50円
- ④ 翌月振替…毎月の保険料を翌月末に振替
納付期限日に振替のため、割引なし
【保険料額】14,410円

よる現金納付の場合と同様です。また、一部納付（多段階免除）が承認された期間は利用できません。

クレジットカードによる納付は、登録以降継続的にクレジットカード会社から被保険者に代わって立替納付し、カード会員に請求する方法です。直接金融機関などの窓口でクレジットカードを提示し納付する方法ではありません。草津社会保険事務所の手続きをお願いします。

クレジットカードを利用した場合の納付方法

- ① 1年前納：4月分から翌年3月分までの保険料を引落
- ② 6か月前納：4月分から10月分までの保険料を4月末に、または10月分から翌年3月分までの保険料を10月末に引落
- ③ 毎月納付：毎月の保険料を翌月末に引落（納付期間内に引落のため割引はありません）

問 草津社会保険事務所

国民年金業務課

☎ 077-567-2220
☎ 077-562-9638

消費者 悩みの相談室

再勧誘行為は

法律違反です

5年前に宅地建物取引主任者の資格を取りたいと思い、通信教育を受講していましたが、仕事が忙しくなり放置していました。先日、ほかの業者から電話があり「受講継続しないのなら書面で退会処理をしなければなりません。書類を送付するので返送するように」と言われ、届いた書面に記名押印し返送しました。翌日確かめてみると届いていた書面は退会書類ではなく、行書士の教材の契約書面とクレジットカードの申込書でした。

これは電話勧誘販売による資格商法の被害です。この場合、退会処理をするというのはいずれ、他の高額商品の契約をさせるのが真の目的の詐欺と考えられます。相談者は退会を申し込んだつもりで新たな契約をする意思はなく、クーリング・オフによる契約解除通知を出しました。電話勧誘販売のクーリング・オフ期間は契約書面を受け取ってから8日間です。

このケースは過去の契約のときの情報が名簿屋を通して悪質業者に流れたものと考えられます。こういった場合にはその名簿を使つてまた違う勧誘がある可能性があります。同じ業者が別の善良な業者を装いさらに契約させるケースもあります。

届いた書面を確認することは大切ですが、うっかり契約してしまつても期限内に解約を通知すれば被害は免れません。また不要な勧誘にはあまいな返事をせずきっぱりと断つてください。本人が電話に出ないと何度でも電話をかけてくる場合があります。特定商取引法では断つた人に対してのその後の再勧誘を禁止しています。「再勧誘行為は法律違反です」と断つてください。

問 安心安全課消費生活相談窓

☎ 71-2360
☎ 72-2000

地域で認知症の人を支えるように

◆認知症ってどんな病気？

「認知症」とは、さまざまな原因で脳の機能が悪くなり、物事を覚えたり判断したりする働きに障害が起る状態で、「年相応の物忘れ」とは違います。

情報を分析し、体をコントロールする司令塔である脳の細胞が壊れていくため、①新しい情報を記憶できない、②時間や場所の感覚が不確かになる、③理解力や判断力が低下する、④計画を立てたり、物事を順序だてて実行できないなどの症状が現れてきます。

原因は、最も多いアルツハイマー型のほか脳血管性、前頭側頭型などがあり、それぞれ進行や症状の出方などに違いがあります。生活での注意点や治療の方法も違ってくるため、早期に医師の診断を受け、適切な対応をする必要があります。

◆湖南省では

認知症という病気への理解を深め、地域で見守り応援していくサポーターを養成しています。サポーターの養成にあたって各地域で講師

役を務めるのが認知症キャラバンメイトです。

現在、34人いるキャラバンメイトは、今年度も市内で講師として活動しています。

◆出前講座に伺います

地域の集まりで「認知症のことを知りたい」という希望があれば、気軽にご相談ください。



▲出前講座のようす

問 高齢福祉介護課〔東庁舎〕

☎ 71 ● 4 6 5 2
FAX 72 ● 3 7 8 8

宝くじコミュニティ助成事業

地域安心安全 ステーション整備 モデル事業

(財)自治総合センターは、宝くじの普及・広報を目的として、宝くじの収益金を財源とするコミュニティ活動への助成を行っています。

このたび、岩根まちづくり協議会がこの助成を受け、防災訓練の実施やAED講習会の開催、防災備品の購入などを行いました。今後、万一に備え、岩根学区の課題や問題点をさらに洗い出して自主防災マップを作成するとともに、住民の危機意識の向上を図っていきます。



問 まちづくり推進課〔岩根公民館〕

☎ 72 ● 7871 FAX 72 ● 7872

滞納整理強調月間報告

市では昨年の11月、12月を滞納整理強調月間とし、連絡や相談もなく納税の意思が見られない滞納者に対して、事前に財産の調査を行い、給与や預貯金を中心とした差押処分を強力に実施しました。

差押件数

・ 預貯金	51件
・ 給与	7件
・ その他	1件

また、滞納税額を来年度に繰り越さないためにも、平成20年度新規滞納者1,600人を対象に一斉に滞納整理を実施しました。

郵便物をご確認ください

税務課から郵便物が届いたら、必

ず開封し書類の内容を確認してください。市税滞納に関する内容であれば、至急納付してください。経済状況の悪化などにより、一時的に納税できない、もしくは分割納付したい場合は、すぐ税務課へ納税相談にお越しください。

市では、これからも関係機関(県滞納整理特別対策室など)と連携し、差押処分を中心とした強い姿勢で税の徴収に取り組み、税の公平性と財源の確保に努めていきます。

問 税務課〔東庁舎〕

☎ 71 ● 2 3 2 0
FAX 72 ● 2 4 6 0

(2) 競争試験および選考の状況

①競争試験の状況 (平成19年度) (単位:人)

試験区分	受験者数			合格者数			合格率
	計	男	女	計	男	女	
行政	19	13	6	3	2	1	15.8%
土木	8	8	0	1	1	0	12.5%
保健師	7	1	6	2	0	2	28.6%
保育士・幼稚園教諭	30	6	24	2	0	2	6.7%
国際	4	1	3	2	1	1	50.0%
合計	68	29	39	10	4	6	14.7%

②選考の状況 (平成19年度) (単位:人)

職種区分	採用者数		
	計	男	女
一般事務	9	8	1
合計	9	8	1

(3) 職員の給与の状況

①人件費の状況 (平成19年度普通会計決算)

人口 (年度末)	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費率 (B/A)	18年度 人件費率
52,914人	17,118,780千円	324,527千円	3,311,033千円	19.3%	21.3%

(注) 人件費には、特別職に支給される給料、報酬などを含みます。

②職員給与費の状況 (平成20年度普通会計予算)

職員数 (A)	給与費				一人当たり 給与費 (B/A)
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
430人	1,601,368千円	293,007千円	642,866千円	2,537,241千円	5,901千円

(注) 1 職員手当には退職手当を含みません。
2 給与費は当初予算に計上された額です。
3 対象者は一般会計に属する職員です。

③職員の平均給料月額および平均年齢の状況 (平成20年4月1日現在)

区分	一般行政職		技能労務職	
	平均給料月額	平均年齢	平均給料月額	平均年齢
湖南省	317,769円	40歳7月	277,590円	51歳3月

④職員の初任給の状況 (平成20年4月1日現在)

区分	湖南省		国(Ⅱ種)		
	決定 初任給	採用2年経過日 給料月額	決定 初任給	採用2年経過日 給料月額	
一般 行政職	大学卒	178,800円	190,300円	172,200円	184,200円
	高校卒	144,500円	157,200円	140,100円	148,500円

⑤職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況 (平成20年4月1日現在)

区分	経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年	
一般 行政職	大学卒	251,600円	302,222円	375,267円
	高校卒	—	273,900円	309,800円

⑥国との給料月額の水準比較(ラスパイレス指数)の状況

区分	平成19年度	国家公務員の給料月額を 100と見なした場合の指数
一般行政職	96.1	

市職員の給与・職員数などを公表します

「湖南省人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、人事行政運営の状況を公表しましたので、その中から市職員の給与、職員数などの状況を公表します。

全体の公表内容は市ホームページに掲載しています。

☎総務課〔東庁舎〕 ☎71・2312 ☎72・3390

(1) 職員の任免および職員数に関する状況

①採用の状況 (平成19年度) (単位:人)

職種区分	採用者数
一般行政職	1
保育士・幼稚園教諭	7
医療職	3
派遣・人事交流職員	5
合計	16

※派遣・人事交流職員とは国・県などからの派遣や、交流人事による職員(県の職員、教員、医師など)のことです。

②退職の状況 (平成19年度)

任命権者	会計	定年	希望	死亡	懲戒免職	普通	計
市長	一般	2	5			12	19
	水道						0
教育長	一般	3	1			8	12
計		5	6	0	0	20	31

③部門別職員数の増減とその主な理由 (各年4月1日現在) (単位:人)

部門	平成19年	平成20年	増減	主な増減理由	
一般行政	議会	3	3	0	
	総務企画	89	81	△8	組織再編および部門間異動
	税務	16	16	0	
	民生	139	133	△6	部門間異動
	衛生	33	40	7	業務の増加および部門間異動
	労働	3	2	△1	部門間異動
	農林水産	11	9	△2	業務の減少
	商工	3	4	1	部門間異動
	土木	21	24	3	権限移譲
	小計	318	312	△6	
特別行政	教育	116	113	△3	退職者不補充
	消防			0	
	小計	116	113	△3	
公営企業等会計	水道	8	8	0	
	下水道	9	9	0	
	その他	37	34	△3	業務の減少および退職者不補充
	小計	54	51	△3	
合計	488	476	△12		

⑦一般行政職の級別職員数の状況（平成20年4月1日現在）

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	計
標準的な職務の名称	主事	主任主事	主査	主幹	参事 課長補佐	政策監 課長	部長 次長	
職員数	20人	30人	69人	43人	55人	29人	14人	260人
構成比	7.7%	11.5%	26.5%	16.5%	21.2%	11.2%	5.4%	100.0%

(注) 1 湖南省の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。
2 標準的な職務の名称とは、それぞれの級に該当する代表的な職名です。

⑧職員手当の状況（平成20年4月1日現在）

区分	湖南省	国																														
期末・ 勤勉 手当	(支給割合) <table border="1"> <tr> <td></td> <td>期末</td> <td>勤勉</td> <td>計</td> </tr> <tr> <td>6月期</td> <td>1.40月分</td> <td>0.750月分</td> <td>2.150月分</td> </tr> <tr> <td>12月期</td> <td>1.60月分</td> <td>0.750月分</td> <td>2.350月分</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>3.00月分</td> <td>1.50月分</td> <td>4.50月分</td> </tr> </table>		期末	勤勉	計	6月期	1.40月分	0.750月分	2.150月分	12月期	1.60月分	0.750月分	2.350月分	計	3.00月分	1.50月分	4.50月分	湖南省の制度 と同じ														
		期末	勤勉	計																												
6月期	1.40月分	0.750月分	2.150月分																													
12月期	1.60月分	0.750月分	2.350月分																													
計	3.00月分	1.50月分	4.50月分																													
※職制上の段階、職務の級などによる加算措置があります。																																
退職 手当	(支給率) <table border="1"> <tr> <td></td> <td>自己都合</td> <td>希望・定年</td> </tr> <tr> <td>勤続20年</td> <td>23.50月分</td> <td>30.55月分</td> </tr> <tr> <td>勤続25年</td> <td>33.50月分</td> <td>41.34月分</td> </tr> <tr> <td>勤続35年</td> <td>47.50月分</td> <td>59.28月分</td> </tr> <tr> <td>最高限度額</td> <td>59.28月分</td> <td>59.28月分</td> </tr> </table>		自己都合	希望・定年	勤続20年	23.50月分	30.55月分	勤続25年	33.50月分	41.34月分	勤続35年	47.50月分	59.28月分	最高限度額	59.28月分	59.28月分	湖南省の制度 と同じ															
		自己都合	希望・定年																													
	勤続20年	23.50月分	30.55月分																													
	勤続25年	33.50月分	41.34月分																													
	勤続35年	47.50月分	59.28月分																													
最高限度額	59.28月分	59.28月分																														
※定年前早期退職特例措置（2～20%加算）があります。																																
扶養 手当	(支給額) <table border="1"> <tr> <td>配偶者</td> <td>13,000円</td> </tr> <tr> <td>配偶者以外</td> <td>6,500円</td> </tr> <tr> <td>満16歳になる年度から満22歳になる年度末までの子</td> <td>加算 5,000円</td> </tr> </table>	配偶者	13,000円	配偶者以外	6,500円	満16歳になる年度から満22歳になる年度末までの子	加算 5,000円	湖南省の制度 と同じ																								
	配偶者	13,000円																														
	配偶者以外	6,500円																														
満16歳になる年度から満22歳になる年度末までの子	加算 5,000円																															
住居 手当	(支給額) (月額) <table border="1"> <tr> <td>借家・借間（最高限度）</td> <td>27,000円</td> </tr> <tr> <td>持ち家</td> <td>3,300円</td> </tr> </table>	借家・借間（最高限度）	27,000円	持ち家	3,300円	湖南省の制度 と一部異なります（持ち家の場合、新築・購入から5年間のみ月額2,500円を支給）。																										
	借家・借間（最高限度）	27,000円																														
持ち家	3,300円																															
通勤 手当	(支給額) (月額) 交通機関利用(最高限度) 55,000円 交通用具(自動車・バイク・自転車など)使用 <table border="1"> <tr> <td>距離</td> <td>金額</td> </tr> <tr> <td>2km未満</td> <td>0円</td> </tr> <tr> <td>2km以上5km未満</td> <td>2,000円</td> </tr> <tr> <td>5km以上10km未満</td> <td>4,100円</td> </tr> <tr> <td>10km以上15km未満</td> <td>6,500円</td> </tr> <tr> <td>15km以上20km未満</td> <td>8,900円</td> </tr> <tr> <td>20km以上25km未満</td> <td>11,300円</td> </tr> <tr> <td>25km以上30km未満</td> <td>13,700円</td> </tr> <tr> <td>30km以上35km未満</td> <td>16,100円</td> </tr> <tr> <td>35km以上40km未満</td> <td>18,500円</td> </tr> <tr> <td>40km以上45km未満</td> <td>20,900円</td> </tr> <tr> <td>45km以上50km未満</td> <td>21,800円</td> </tr> <tr> <td>50km以上55km未満</td> <td>22,700円</td> </tr> <tr> <td>55km以上60km未満</td> <td>23,600円</td> </tr> <tr> <td>60km以上</td> <td>24,500円</td> </tr> </table>	距離	金額	2km未満	0円	2km以上5km未満	2,000円	5km以上10km未満	4,100円	10km以上15km未満	6,500円	15km以上20km未満	8,900円	20km以上25km未満	11,300円	25km以上30km未満	13,700円	30km以上35km未満	16,100円	35km以上40km未満	18,500円	40km以上45km未満	20,900円	45km以上50km未満	21,800円	50km以上55km未満	22,700円	55km以上60km未満	23,600円	60km以上	24,500円	湖南省の制度 と同じ
	距離	金額																														
	2km未満	0円																														
	2km以上5km未満	2,000円																														
	5km以上10km未満	4,100円																														
	10km以上15km未満	6,500円																														
	15km以上20km未満	8,900円																														
	20km以上25km未満	11,300円																														
	25km以上30km未満	13,700円																														
	30km以上35km未満	16,100円																														
	35km以上40km未満	18,500円																														
	40km以上45km未満	20,900円																														
	45km以上50km未満	21,800円																														
	50km以上55km未満	22,700円																														
55km以上60km未満	23,600円																															
60km以上	24,500円																															

管理職手当	支給対象職員	支給額
	部長級	65,900円
	次長級	57,100円
	課長級	49,400円
	参事・課長補佐級	38,700円

※経過措置として、平成19年3月末の管理職手当との差額を平成19年度は100%、平成20年度は75%、平成21年度は50%、平成22年度は25%支給します。

地域手当	支給対象地域	全域
	支給率	1%
	支給対象職員	全職員
	国の制度	—

特殊勤務手当 (平成19年度 普通会計決算)	区分	全職種
	職員全体に占める手当 支給職員の割合	22.7%
	支給職員1人当たり平均 支給月額	18,801円
	手当の種類(手当数)	21

時間外勤務手当 (平成19年度 普通会計決算)	19年度	支給総額	132,361千円
		職員1人当たり 平均支給月額	38千円
	18年度	支給総額	134,969千円
		職員1人当たり 平均支給月額	37千円

⑨特別職の報酬などの状況

(平成20年4月1日現在)

区分	給料月額等	
給 料	市長	760,000円
	副市長	650,000円
	収入役	620,000円
	教育長	620,000円
報 酬	議長	410,000円
	副議長	325,000円
	議員	280,000円



市民のくらしを守るために！

平成21年

湖南省消防出初式

1月11日、多数の来賓を迎え恒例の湖南省消防出初式を甲西文化ホールで盛大に行いました。



式では、長年にわたって活躍した退団者へ感謝状を贈り、輝かしい功績を上げた団員を表彰しました。感謝状が贈られた退団者と表彰を受けた団員は次のとおりです（敬称略）。

滋賀県消防協会会長感謝状／退職者

○15～30年勤続感謝状

元副団長 内貴 和彦
元分団長 望月 和也
元班長 武田 康伸
元団員 岡田 正彦

○5～15年勤続感謝状

元分団長 花田 太郎
元副分団長

北村 清信
西谷 健
小島 昭宏
上西 由輝
喜多 彰
千代 徹
元班長 吉田 正朋

元班長

吉田 正朋

○園 健史

○富田 文博

○山本 幸隆

○菅田 伝弘

○白井 徳典

○薦田 康弘

○伊藤 幸造

○沢井 克也

○早川 誠

○元団員

○園 健史

○富田 文博

○山本 幸隆

○菅田 伝弘

○白井 徳典

○薦田 康弘

○伊藤 幸造

○沢井 克也

○早川 誠

○元団員

○園 健史

日本消防協会会長表彰

○精績章

副団長

吉田 眞二

武田 義浩

伊藤 浩一

竹内 弘道

功績章

武田 義浩

伊藤 浩一

竹内 弘道

自治体消防制度60周年記念永年勤続団員表彰

副団長

小林 修

青木 次郎

坂田 庄司

三吉 隆男

武田 一男

青木 眞一

瀨川 眞一

功績章

武田 義浩

伊藤 浩一

○20年勤続表彰

副分団長

今村 成生

北村 雅之

園 常和

香川 祐司

伊藤 浩一

青木 浩一

小嶋 清一

青木 浩一

三雲 洋平

若江 浩二

今村 久雄

石本 広明

奥村 裕

林 謙滋

福島 康和

園 善弘

廣嶋 浩之

吉川 尚幸

青木 正晴

山本 康広

山本 康一

橋本 安孝

下村 良夫

蘆田 英幸

並河 和宏

宮島 繁

園田 敦史

下村 裕彦

伊地智大輔

喜多 一朗

谷口 安彦

中岡 弘

服部 紀彦

栗田 昌茂

山中 篤

○功績章

副分団長

今村 成生

北村 雅之

園 常和

香川 祐司

伊藤 浩一

青木 浩一

小嶋 清一

青木 浩一

三雲 洋平

若江 浩二

今村 久雄

石本 広明

奥村 裕

林 謙滋

福島 康和

園 善弘

廣嶋 浩之

吉川 尚幸

青木 正晴

山本 康広

山本 康一

橋本 安孝

下村 良夫

蘆田 英幸

並河 和宏

宮島 繁

園田 敦史

下村 裕彦

伊地智大輔

喜多 一朗

谷口 安彦

中岡 弘

服部 紀彦

栗田 昌茂

山中 篤

○3年勤続表彰

副分団長

今村 成生

北村 雅之

園 常和

香川 祐司

伊藤 浩一

青木 浩一

小嶋 清一

青木 浩一

三雲 洋平

若江 浩二

今村 久雄

石本 広明

奥村 裕

林 謙滋

福島 康和

園 善弘

廣嶋 浩之

吉川 尚幸

青木 正晴

山本 康広

山本 康一

橋本 安孝

下村 良夫

蘆田 英幸

並河 和宏

宮島 繁

園田 敦史

下村 裕彦

伊地智大輔

喜多 一朗

谷口 安彦

中岡 弘

服部 紀彦

栗田 昌茂

山中 篤

○市長特別表彰（滋賀県消防操法訓練大会出場）

副分団長

青木 信行

青木 健次

青木 学

里見 正義

小峯 昌茂

栗田 昌茂

川合 康友

児嶋 克彦

北村 二郎

服部 紀彦

鶴飼 孝行

山下 賢二

畑山 公司

吉岡 正人

上西 敏生

伊地智大輔

青木 政志

野崎 大作

高畑 学

中森 隆行

富田 和也

丸岡 正孝

宮島 繁

西岡 直樹

千代 隆裕

浅野 健一

藤川 和樹

谷 智幸

下村 良夫

亀井 教志

由良 昌史

児嶋 克彦

吉里 徹

下村 良夫

紀平 正人

大人への一歩を踏み出して

◎平成21年湖南省市成人式

1月11日、20歳の門出を祝う成人式がサンヒルズ甲西で行われ、新成人565人が出席しました。

当日は朝からの曇り空も次第に晴れ、新成人を祝うかのような快晴の空の下、久しぶ

りに再会した旧友たちと談笑する姿が会場のあちろちらで見受けられました。

式典の前には、中学生のときの先生からのビデオレターが流されたり、携帯電話を使ったクイズ大会などで盛り

上がりました。

これらのイベントは本年も実行委員会形式で行われ、13人の委員が11月から企画会議を積み重ねて本番を迎えました。実行委員の一人星里佳さんは「うまくいくか不安もあつたけど、みんなの協力で成功してよかったです」と感想を述べていました。



クイズの賞品を受け取る正解者(左)。懐かしい友達との会話も弾む(右)。



里山しょうらい公園に チューリップの花畑

12月9日、里山しょうらい公園の片隅に大きな花壇ができました。これは、公園の利用者に心とむ場をと、石部西区の皆さんが整備し、石部保育園の園児らとともにチューリップの球根を植えたつたもの。

参加者は子どもたちの明るい笑顔と歓声に囲まれ、ひとときのふれあいを楽しみなが

ら作業に汗を流しました。子どもたちからは、「花が咲くころはもう1年生かなあ」、「学校の帰りに見えないといけないなあ」と花咲く春を楽しみにする声が聞こえていました。また、園児の保護者からは「子どもと公園に行く楽しみができました」と嬉しい声も届きました。



まちのわだい



あなたの周りの身近な出来事や話題をお待ちしています。

秘書広報課 ☎71・2300 FAX 72・1467

新校舎を飾る壁面アート

12月22日、下田小で耐震工事完成記念式典が行われ、約1年に渡る工事の完成を全校生徒で祝いました。式典では児童を代表し、6年生の岡田大地さんが「小学校最後の年に、こんなにきれいで安全な校舎で過ごせてよかったです」と感謝の言葉を述べました。



▲完成した壁面アート

が設置されています。名産の下田なすとお田植えまつりで早乙女がつける笠を中央に配し、それらを囲む下田焼と藍染めをイメージした青と白の陶板は昨年の卒業生が記念に製作したものです。下田小の前を通る昨年の卒業生たちは、自分の描いた陶板を目にするたび、小学校を懐かしく思い出しているでしょう。



▲昨年度卒業生製作のようす

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です。今月はひかり幼稚園です。



5歳児

わくわくえいごの時間で…

先生 「今日は一人ずつ名前を聞いていくので答えてね。What's your name?」

Aちゃん 「My name is ○○○」

先生 「Oh! very good! What your name?」

Bちゃん 「マヨネーズ is △△△」

先生 「Oh! wonderful!! very good!!!」

とてもがんばって真剣な顔で答えてくれたBちゃんに思わずgoodが出ました。



わが家の愛ドル



田中 悠時ちゃん 5歳

けいと 経時ちゃん 2歳

笑顔を絶やさず、優しい、人の気持ちの分かる大人になってください。

立貴さん・加織さん (中山)

愛ドル大募集 どしどしご応募ください。

秘書広報課 ☎71・2300 FAX 72・1467

Jリーガーめざし、 ボールを追う

野洲高校サッカー部
坂本一輝さん



いまや全国にも名を知られる屈指の強豪となった野洲高校サッカー部。関西プリンスリーグ、高校総体、高円宮杯、そして冬の選手権などで全国の強豪校やJリーグのユースチームとも互角以上の戦いを繰り広げるチームの中心には、いつも背番号10の坂本一輝さんの姿がありました。

坂本さんは石部南小・石部中の卒業生。2歳上の兄の影響で小2のときにサッカーを始め、中学ではストライカーとしてチームを引っ張りますが、お世辞にも強いとはいえずトップレベルでの経験はありませんでした。

そして、高校選手権で全国制覇した野洲のサッカーに魅せられ野洲高校へ進みますが、同じように入部した一年生は40人以上。うまい選手ばかりで入学当初はサッカーを止めようと思ったこともあったそうです。その後、ポジショニングやボールを受ける前の動き出し、シュートのうまさなどが認められ、1年生の秋ごろから徐々に試合に出場するように。2年時からは背番号10をつけ、絶対的なエースストライカーとして活躍しました。

ベンチ入りメンバーのほとんどをクラブチーム出身者が占めるなか、中学の部活動出身の坂本さんは、監督いわく“中体連の星”。本人も「自分の活躍が中学で部活をがんばっている子の励みになれば」と言います。

今回の全国高校サッカー選手権でも、県予選から全国大会まで毎試合得点を積み重ねる驚異的な得点力で、3年ぶりの全国制覇をめざすチームを牽引。2回戦で惜しくも敗退しましたが、大会優秀選手に選出されました。

卒業後は大学へ進学する坂本さんですが、「目標はプロ」ときっぱり。「フィジカル面・メンタル面を鍛え、大学でも試合に出て結果を出せるようにがんばっていき」と話していました。



火の用心を家庭から

地域防災に取り組んできた中央区では、自治会設立30周年記念として、防災・防火意識の高揚を願い、12月28日に区加入全世帯(350戸)に消火器を配布しました。



人権擁護委員が「出前人権教室」を実施

12月9日、人権擁護委員が水戸小学校の3年生を訪問し、出前人権教室を実施しました。

いじめをテーマにした人権啓発ビデオを見た後、人権擁護委員と、思ったことや感じたことを一緒に話し合い、相手を思いやることの大切さを確認しました。

子どもたちは、「見てみぬふりをしなければ、いじめられている子は、たちなおれるんだ」と振り返っていました。

また、人権擁護委員の話聞いて、「いじめはしません」、「あいさつをします」と約束していました。



人権ポスター・標語展

人権週間(12月4日~10日)に合わせ、市内の小・中学校、三雲養護学校などの児童生徒の作品(人権ポスターと標語)を展示しました。



▲市役所東庁舎1階ロビー 12月1日~24日

スポーツ結果

敬称略

市民室内硬式テニス大会

(ダブルス)

● 1月11日 総合体育館

〈優勝〉 田中・田村
〈準優勝〉 中田・佐藤

体育協会新年度

チーム・部員募集

■ 団体種目 軟式野球、サッカー、バレーボール、ソフトボール、バスケットボール、ビーチボール
■ 個人種目 テニス(硬式・ソフト)、卓球、ゴルフ

バドミントン、陸上、剣道、柔道、グラウンドゴルフ、ボウリング、水泳、パターゴルフ

■ 資格 市内に在住、在勤する高校生以上の人

※種目により異なる場合があります。

■ 申込方法 登録用紙を 問へ。

※登録用紙は体育協会事務局に備え付けています。

問 湖南省体育協会〔石部文化総合センター〕

☎ 77 ● 3 3 5 6
77 ● 3 2 2 7

ちょいスポ大会

ちょいスポクラブの一年を締めくくる“ちょいスポ大会”！みんなで汗を流して、笑って楽しくエンジョイしましょう。

- 2月26日(木)
午前9時45分～11時45分
ビーチボール、バドミントンほか
- 2月28日(土)
午後6時45分～8時45分
卓球、パドルテニスほか

- 場所 総合体育館
- 資格 ちょいスポクラブ会員、市内に在住・在勤する人
- 参加料 100円(ちょいスポ会員は無料)
- 問 湖南省ちょいスポクラブ事務局〔総合体育館内〕 ☎ 72 ● 0306
✉ konan-tyoisupokurabu@cameo.plala.or.jp

キンボールをやってみよう!

大人から子どもまで楽しめるスポーツ“キンボール”。カナダ生まれのこのスポーツをまだやったことのない人のためにちょっとご紹介。

【競技概略】

キンボールは15～21メートル四方のコート内で直径122cm・重さ約1kgのボールを巡って、ピンク・グレー・ブラックの3チームがサーブとレシーブを繰り返すスポーツ。サーブするチームは3人が腰をかかめてボールを頭上に掲げ、残りの1人が「オムニキン×××(ピンク・グレーなどレシーブチームの色)」の掛け声でボールをサーブ!呼ばれた色のチームが床にボールが着く前にレシーブできなければ得点となります。

【ルール】 ※コナンルール

- 競技時間は10分。
- 1チーム4人。3チーム計12人で行います。
- レシーブするチームは身体の中の部分を使ってボールをキャッチしてもOK。
- レシーブ後、サーブするチームは3人目がボールに触れてから10秒以内にサーブを行います。

【楽しみ方】

サーブチームは頭を使ってプレイ!時間差攻撃や変化球サーブで得点をねらおう。

レシーブチームは全身を使ってボールを拾おう。上手く拾えたらサーブ権が手に入ります。



第8回 キンボールinコナン

- 日時 2月22日(日)
午前9時30分～
- 会場 総合体育館
- 競技部門

- 一般の部(中学生以上男女不問)
- ファミリーの部(男女不問・小学生のみも可)

問 生涯学習課〔西庁舎〕

☎ 77 ● 7045 ☎ 77 ● 6253



納税などは、口座振替で！

預金口座から自動的に引き落とされる口座振替は、毎月の納め忘れがなく、手間も省けます。

取扱金融機関（滋賀銀行・甲賀郡農業協同組合・びわこ銀行・滋賀県信用組合・湖東信用金庫・近畿労働金庫・ゆうちょ銀行）の窓口で手続きを行うと、翌月以降から口座振替になります（手続きには通帳と届出印が必要です）。

問 税務課〔東庁舎〕

☎ 71・2320
☎ 72・2460

嘱託職員募集

■ 募集職種・人数

○ 家庭児童相談員 1人

○ 就労情報コーディネーター 1人

■ 応募資格 平成21年4月1日現在64歳以下の人

■ 応募要件 家庭児童相談員

家庭児童福祉の増進に熱意

のある人

○ 就労情報コーディネーター
生活支援や就労支援の経験がある人

■ 勤務条件

・ 雇用期間 1年間（4月1日～平成22年3月31日）

・ 社会保険・雇用保険に加入していただきます。

・ 通勤手当は「湖南市臨時職員及び嘱託職員の任用等に関する要綱」の規定により支給します。

■ 採用試験
方法 面接試験

・ 日時 2月下旬（応募時にお伝えします）

・ 会場 市役所東庁舎

■ 応募方法 2月13日（金）までに問へ（電話可）。

※履歴書は試験日にお持ちください。

問 総務課〔東庁舎〕

☎ 71・2312
☎ 72・3390

ゆらら休館のお知らせ

十二坊温泉ゆららは設備の修繕工事のため、2月9日

（月）から24日（火）まで休館します。なお、プールは2月1日（日）から28日（土）まで利用できません。

問 十二坊温泉ゆらら

☎ 72・8211



今月の納税など

納期限 3月2日（月）

- 固定資産税（第4期）
- 国民健康保険税（第10期）
- 後期高齢者医療保険料（第8期）
- 介護保険料
- 保育料
- 住宅使用料
- 上水道使用料
- 下水道使用料

今月の休日納税相談日

21日（土）午前8時30分～午後5時15分

税務課〔東庁舎〕 ☎ 71・2320 ☎ 72・2460

交換銀行

環境課〔東庁舎〕 ☎ 71・2358 ☎ 72・2201

◎譲ります

- テレビ（14インチ）
- 男子服（160cm）
- 洗面化粧台
- ソファベッド（シングル）
- IHクッキングヒーター（2口・200V用）
- 電動介護ベッド（シングル）
- ワープロ
- スキーウェア（上下女子用）

◎譲ってください

- ベビーカー
- 洗濯機
- 腹話術の人形
- 光星学園体操服・制服（男女共）

※交換銀行の交渉は譲りたい人と、譲ってほしい人の間で直接行っていただけます。その際、連絡先の電話番号などを相手方にお伝えすることになりますのでご了承ください。

湖南市リサイクルプラザ

☎ 75・3933 ☎ 75・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。

「粗大ごみ」などの受付は、平日の午前9時～午後4時です。この時間帯に搬入できない人は「休日開所日」を利用してください。

今月の休日開所日	
15日（日）	午前9時～午後4時まで受付

「粗大ごみ」を直接搬入できない人は、戸別収集を利用してください。

今月の「粗大ごみ」戸別収集日	
申込期限	収集日
6日（金）午前中	10日（火）
13日（金）午前中	17日（火）
20日（金）午前中	24日（火）

※「粗大ごみ」戸別収集の申し込みは、期限までの平日（執務時間内）に電話かFAXでリサイクルプラザへ。

お知らせ

図書館協議会委員募集

図書館では、図書館の奉仕活動に意見を述べる機関として図書館協議会を設置しています。このたび、広く市民の皆さんの意見を反映させるため委員を募集します。

■**応募資格** 図書館の活動に関心があり、広い視野で見や提案していただける市内在住の20歳以上の人

※現在、この公募委員として活動している人は除きません。また、応募多数の場合は、現在すでに市の審議会などの委員になっている人は意向に添えない場合があります。

■**募集人員** 2人

■**任期** 4月から2年間(年4回程度の会議を行います)

■**応募方法**

「これからの図書館についての考えや思い」を400字程度にまとめたレポートに住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、2月5日(木)から21日(土)まで(必着)に持参または郵送、FAX、Eメールで☎へ。レポートの様式は問いません。

※レポートは返却しません。
※選考結果は3月下旬に応募者全員に通知します。

☎甲西図書館

☎72 ● 55550

☎72 ● 55554

✉osyokan@city.konan.lg.jp

広告を掲載しませんか

市では自主財源確保のため、「広報こなん」「湖南市ホームページ」「湖南市コミュニティバス時刻表」に広告枠を設けています。会社やお店のPRにぜひご利用ください。なお、掲載できる広告は市の公共物としての公共性や公益性を妨げないものに限りま

■**申込方法** 各申込期限までに広告掲載申込書と広告案を☎へ。

※申込書はそれぞれ担当課に備え付けているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■**掲載料(1枠)**

20,000円

※ホームページは1か月間は年度内に4枠以上掲載すると割引があります。

広報こなん

○発行部数 22,000部(年12回発行)

○規格(1枠)

縦45mm×横88mm

※同一ページ内2枠の連結も可

○枠数 毎号8枠

○応募期限 2月27日(金)

☎秘書広報課(東庁舎)

☎71 ● 23000

☎72 ● 14667

湖南市ホームページ

○月間アクセス数

約15,000件

○規格 縦50ピクセル×横150ピクセル

※4キロバイト以内

○枠数 5枠

○応募期限 2月27日(金)

☎秘書広報課(東庁舎)

☎71 ● 23000

☎72 ● 14667

湖南市コミュニティバス時刻表

○発行部数 8,500部

(年1回、3月下旬発行)

○規格 縦45mm×横88mm

※黒色一色

○枠数 6枠

○応募期限 2月16日(月)

☎安心安全課(東庁舎)

☎71 ● 2311

☎72 ● 2000

市営住宅入居者募集

■募集する住宅

・茶釜団地(3DK)(岩根363番地)：3戸

・田代ヶ池団地(3DK)(岩根499番地131)：2戸

■入居予定日 4月1日(水)

■家賃月額 団地および収入によって変わります。

■敷金 家賃の3倍

■申込資格

①現在同居しているか、今後同居しようとする親族があること

②入居予定者全員の収入月額合計が15万8千円(所定控除後の金額)以下であること

③市内に3か月以上在住、または6か月以上(同一職場に3か月以上)在勤していること

④現在住宅に困窮していることが明らかであること

⑤市税などを滞納していないこと

※ほかにも要件があります。

※申し込みは1世帯一戸に限ります。

■申込書配布・受付期間

2月4日(水)～13日(金)の午前9時～午後5時

※土・日曜日、祝日は除く

■入居決定方法 書類審査

※申込者多数の場合は、3月上旬に公開抽選を行います。

☎住宅課(東庁舎)

☎71 ● 2349

☎72 ● 7964

学校給食材料指定業者の登録申請受付

平成21年度に学校給食用材料の納入を希望する業者の申請を受け付けます。

■受付期間

2月16日(月)～25日(水)

※郵送では受け付けません。

※申請書は学校給食センターに備え付けています。

☎学校給食センター

☎72 ● 3185

☎72 ● 1180

ボーイスカウト・ガールスカウト隊員募集

ボーイスカウト・ガールスカウトは、野外での活動を通じて、自立心・豊かな心・耐える力が身につくよう一貫した教育方針のもとに活動しています。

☎ 生涯学習課〔西庁舎〕
☎ 77 ● 6250

＜旧甲西町域在住の人＞

ボーイスカウト甲賀第4団

■募集対象（4月からの学年齢）
小学1年生から。リーダー（18歳以上）やシニアリーダー（60歳以上・経験不問）もあり何歳でも入団できます。女性も入団できます。

●ボーイスカウト活動体験・説明会
楽しい遊びを用意しています。友だちと一緒に遊びましょう。遊びながら学ぶ教育方針です。あわせて入団説明会を開催します。ボーイスカウト運動・活動の説明もします。

・日時 2月21日（土）
午前10時～11時30分
・場所 中央公民館

・対象 小学校低学年の子どもとその保護者、ボーイスカウト活動に関心のある人
・申込方法 2月20日（金）までに中央公民館（☎72 ● 3762）へ。
甲賀第4団ホームページ
<http://www.ex.bivane.jp/~sajikou4/>

ガールスカウト滋賀県第36団

■募集対象（4月からの学年齢）
就学1年前から。リーダーやスカップ（18歳以上）もあり何歳でも入団できます。

●ガールスカウト入団説明会

・日時 2月14日（土）
午後2時～
・場所 中央公民館
・申込方法 2月13日（金）までに中央公民館（☎72 ● 3762）へ。
※入団体験は随時できます。

＜旧石部町域の人＞

ボーイスカウト甲賀第5団

ガールスカウト滋賀県第35団
随時募集中です。詳しくは事務局（三浦 ☎77 ● 8108）へお問い合わせください。
●ボーイスカウト甲賀第5

団、ガールスカウト滋賀県第35団合同1日体験

・日時 2月21日（土）
午前11時～午後2時
・場所 柑子袋公民館
・対象 就学1年前の幼児から高校生までとその保護者

交通災害共済に加入しましょう

交通災害共済制度は、一人ひとりがわずかな掛金を出し合い、不幸にして交通事故にあった人へ見舞金を贈り救済しようと、県下全市町で構成している共済制度です。
2月2日（月）から平成21年度の交通災害共済加入申込の受付が始まります。家族、職場でそろって加入しましょう。

■加入できる人
・市内に住民登録・外国人登録をしている人
・市内にある事業所や学校などに通勤・通学している人

■掛金 1人500円
■共済期間 平成21年4月1日～平成22年3月31日の1年間
※4月1日以降に申し込んだ場合は申込日の翌日から平成22年3月31日まで。この場合も掛金は1人500円です。
■見舞金の対象となる事故
国内の一般道路上で、自動車・バイク・自転車・身体障がい者用の車いすなどの車両運行中に発生した事故（自損行為を含む）または、これらの車両にひかれたりした事故による死傷

■加入方法

○平成17年度以降に加入したことがある世帯
1月下旬に郵送した黄色の加入申込書と掛金（加入人数×500円）を左記金融機関窓口または安心安全課、市民生活課、各出張所へ。

取扱金融機関

滋賀銀行・びわこ銀行・滋賀県信用組合・湖東信用金庫・近畿労働金庫・甲賀郡農業協同組合

○平成17年度以降に加入したことのない世帯や湖南市に転入した世帯など
掛金を持って安心安全課、市民生活課、各出張所へ。
※区・組（班）長を通じての申し込みはできません。

☎ 安心安全課〔東庁舎〕
☎ 71 ● 2325

☎ 72 ● 2000
滋賀県市町村交通災害共済組合ホームページ
<http://www.shiga-sksk.jp/>

総合体育館の開館時間を延長します

4月から平成22年3月まで開館時間の延長を試行します。

【現行】

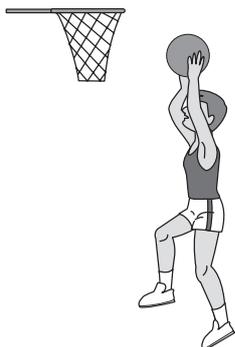
・6月～9月
午前8時30分～午後10時
・10月～5月
午前8時30分～午後9時

【試行期間中】

・通年
午前8時30分～午後10時
※火・日曜日は現行通り午後5時まで。

☎ 総合体育館

☎ 72 ● 4990
☎ 72 ● 7117



市民学習交流センター (サンヒルズ甲西)

☎75・8190 ☎75・8192

サンヒルズばそこん塾 マイクロソフト認定ICTスクール

はじめてのパソコン操作から応用まで、
ゆっくりと自分のペースで学べます。

- 日時 毎週木曜日
午前10時～正午
- 受講料 1時間500円(割引回数券も
あります)
- 講師 NPO法人湖南ネットしが
※初めての人は申し込んでください。

IT使いこなし講座 はじめのパソコン講座

電源の入れ方からパソコン操作の基本
を実習します。

- 日時 2月19日(木)・26日(木)
午後1時30分～4時30分
- 定員 15人(先着順)
- 講師 NPO法人湖南ネットしが
- 申込方法 電話かFAXで。

四季を楽しむ寄せ植え教室

- 日時 2月27日(金)
午後1時30分～3時
- 定員 25人
- 講師 かわしま種苗グリーンアドバイザー
- 受講料 2,500円(材料費込)
- 持ち物 ゴム手袋、移植ごて、エプロン、
作品を持ち帰る箱か袋
- 申込方法 2月13日(金)までに住所、
氏名、電話番号を電話かFAXで。

石部公民館

☎77・0003 ☎77・0015

石部パソコン塾 はじめてのワード入門(1)

パソコン初心者を対象にやさしいワー
ドの使い方を実習します。

- 日時 2月18日・25日(すべて水曜
日)[全2回] 午後7時～9時
- テキスト代 1,000～1,200円
- 定員 15人(先着順)
- 申込方法 2月10日(火)までに電話か
FAXで。※パソコン持込可

石部南公民館

☎77・2535

パソコン初心者向け相談 (パソコンよろず工房)

基礎からシステムの相談まで^{AI・AI}
ラドめーる編集スタッフが指導します。

- 日時 毎週月曜日
午前9時30分～11時30分
- ※事前に相談内容をお知らせください。

滋賀県労働相談所を 利用ください

夕方や土・日曜日にも相談で
きます。

県では、労働者や事業主が、
労働に関する悩みごとについ
て相談できるよう、労働相談
所を設置しています。

平日の昼間はもちろん、夕
方や土・日曜日にも相談を受け
付ける体制をとっているほ
か、より気軽に相談できるよ
う、通話料無料の労働相談ダ
イアルも設置しています。

■面談相談

- 月～金曜日
午前10時～午後8時
- ※祝日の場合は午後5時～午
後8時

○土・日曜日
午前10時～午後4時

☎滋賀県労働相談所(草津市)

大路一丁目1-1エルティ
932(くさつ)3階
☎077・564・2030

労働相談ダイヤル

0120・967164
○月～金曜日

- 午前10時～午後8時
- ※祝日の場合は午後5時～午
後8時
- 土・日曜日
午前10時～午後4時

3月議会の開催は2月 23日(月)から

議会は傍聴できますので、
ぜひお越しください。

なお、開会初日は提案説明
のみで、審議は3月初旬から
始まります。詳しくは2月下
旬に議会事務局へお問い合わせ
ください。

■開議時刻

午前9時30分
☎71・2347
FAX72・2495

☎議会事務局(東庁舎)



自衛官募集

防衛省・自衛隊では、次の募集を行います。

募集種目	受付期間	応募資格 (平成22年4月1日現在)	試験日
幹部 候補生	4月1日(水) 5月12日(火)	20歳以上26歳未満の人 (22歳未満は大卒見込 み含む)	1次試験：5月16日 (土)・17日(日)(17 日はパイロット要員 のみ)
		大学院修士課程修了者 (見込み含む)は28歳 未満の人	2次試験：6月16日 (火)～18日(木)
予備 自衛官補	4月13日(月) まで	一般：18歳以上34歳未 満の人 技能：18歳以上で保有 する技能に応じ53歳～ 55歳未満の人	4月18日(土)～20日 (月)のいずれか1日

☎自衛隊滋賀地方協力本部草津地域事務所

☎077・563・8205

<http://www.mod.go.jp/pco/shiga/>

第2回子育て支援特別講演会

子どもと楽しくコミュニケーション ～0歳から思春期の子育てのこつ～

子育てに奮闘中の皆さんへの熱いメッセージです。

- 日時 2月11日(祝)
午前10時～正午
- 場所 共同福祉施設(サンライフ甲西)
- 講師 岩城敏之さん(キッズいわき代表)
- 申込方法 申込書を☎へ。
※申込書は人権教育課に備え付けているほか、市内保育園・幼稚園・小中学校で配布します。
※託児あり(要申込・先着15人)

☎人権教育課(西庁舎) ☎77・7036

男性の料理教室

台所に立つことに慣れていない男性が料理への関心を持ち、仲間づくりや今後の生活に役立てることを目的としています。これまでの参加者の動機はさまざまですが、料理を通していろいろなことを学び、感じ、いきいき活動しています。男性の皆さん、大いに厨房に入りましょう。

- 日時 4月から平成22年3月まで毎月1回(詳しい日程は、申し込み後にお伝えします)
午前10時～午後2時
- 場所 保健センター
- 対象 おおむね60歳以上で料理経験がほとんどない男性



- 定員 12人(先着順)
- 申込期限 2月13日(金)

☎高齢福祉介護課(東庁舎)
☎71・4652 ☎72・3788

明るい社会づくり運動

ごみ、リサイクル工場見学

環境意識の高まりを背景に分別収集などリサイクルの取り組みが活発になってきています。リサイクルに取り組んでいる企業の見学に出かけてみませんか。

- 日時 2月17日(火)
午前9時～正午
- 集合場所 社会福祉センター
- 行き先 水口テクノス、甲賀広域行政組合衛生センター
- 申込方法 電話で☎へ。

☎NPO法人明るい社会づくり運動滋賀県協議会(湖南支部事務局:梅原)
☎74・1612

特集展示

妙感寺区の歴史と文化展

妙感寺本堂(観音堂)・木造千手観音坐像・木造微妙大師坐像(妙感寺)、木造阿弥陀如来坐像(常照寺)などの指定文化財のほか、「妙感寺流れ」や民俗行事の「オコナイ」などを写真などで紹介します。

- 期間 2月6日(金)～3月29日(日)
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(ただし、祝日の翌日は開館、翌火曜日が休館)
- 入館料 大人320円(260円)、児童生徒160円(110円)

※()内は20人以上の団体料金

☎生涯学習課(西庁舎) ☎77・6250

日本語指導者養成講座

外国のかたへ日本語を教える方法を学ぶ講座です。

- 日時 2月28日(土)、3月15日(日)・29日(日)
午後2時～5時
- 場所 共同福祉施設(サンライフ甲西)
- 受講料 協会会員無料、一般3,000円
※受講日までに国際協会に入会すれば、会員価格で受講できます(年会費2,000円)。
- 定員 30人
- 講師 乾文雄さん
- 申込方法 2月20日(金)までに氏名、住所、電話番号、協会会員の有無を電話またはFAX、Eメールで。

☎湖南省国際協会 ☎75・3226
✉kia@gaia.eonet.ne.jp

特別支援教育部会シンポジウム

～一人ひとりに応じた「継続した支援の充実」を目指すために～

- 日時 2月15日(日)
午後1時30分～4時30分
- 場所 市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)
- ・基調講演「支援の継続性～当事者・保護者の視点から考える～」
講師 藤井茂樹さん(独立行政法人国立特別支援教育総合研究所)
- ・シンポジウム
「それぞれの立場から『ここあひパスポート』を考える～一人ひとりに応じた支援のために～」



☎甲賀県事務所地域健康福祉部
☎63・6148 ☎63・6142

岩根公民館

☎72・7871 ☎72・7872

はじめてのブログ開設講座

ブログに挑戦!パソコンの基本操作ができる人なら、簡単にブログを開設できます。

- 日時 2月25日(水)・3月11日(水)
[全2回] 午前9時30分～11時30分
- 対象 市内在住または在勤で、二日とも受講できる人
- 定員 15人(先着順)
- 受講料 1,000円(テキスト代)
- 持ち物 筆記用具
- 申込方法 2月20日(金)までに電話かFAXで。

第5回湖南省早春コンサート

- 日時 2月15日(日)
午後0時55分～5時
- 場所 甲西文化ホール
- 出演団体
甲西弦楽アンサンブル、コール石鐘、ハーモニーマーム、コールグランツ、トライアングル、菩っこ混声合唱団、コールレインボー北山台、コール美松、グリーンコール菩提寺、ティータム、水戸小学校プラスバンド、三雲小学校プラスバンド、日枝中学校吹奏楽部、石部中学校吹奏楽部、甲西北中学校吹奏楽部、甲西中学校吹奏楽部、甲西吹奏楽団ジュニアバンド、甲西吹奏楽団



子どもの姿をみつめよう!! 石部中学校区人権フェスタ

- 日時 2月22日(日)
午前10時～11時30分
- 場所 石部中学校
- 演題 ケータイ・ネットと子どもの人権
- 講師 黒田恵裕さん(奈良県立磯城野高等学校教諭)
- 主催 石部中学校区人権教育ネット推進協議会、保護者地域連携部会

☎人権教育課(西庁舎)
☎77・7036 ☎77・4101

光星学園音楽リズム発表会

歌や合奏、鍵盤ハーモニカ奏など楽しい発表をぜひお聴きください。

- 日時
2月4日(水) ひかり幼稚園
2月5日(木) 三雲幼稚園
2月6日(金) 水戸幼稚園
時間はいずれも午前9時45分～11時30分
- 場所 甲西文化ホール

☎光星学園事務局 ☎75・5901

介護者のつどい

介護保険認定者を在宅で介護している人ならどなたでも参加できます。季節の料理を味わいながら、喜びや悩みを語り合いませんか。フルートとキーボードの演奏も予定しています。今月は2回開催します。どちらかを選んでお申し込みください。

- 日時 ①2月9日(月)
②2月25日(水)
午前11時～午後2時
- 場所 レストラン潮(夏見)
- 参加費 500円(食事代含む)
※当日徴収します。
- 申込期限 ①2月6日(金)
②2月20日(金)

※送迎希望者は申込時にお知らせください。

問地域包括支援センター(高齢福祉介護内)〔東庁舎〕
☎71●4652 ☎72●3788
高齢者支援センターひえ
☎75●2323 ☎75●8902

野洲川を身近に！
第6回野洲川ウォーク

「まちの中心を流れる野洲川を身近に感じよう」を合い言葉に、野洲川の堤防(体育館～横田橋～天保義民の碑～体育館)を歩きながらごみ拾いをします。

- 日時 2月7日(土) 午前9時～正午
- 集合場所 総合体育館入り口前
- 持ち物 飲み物、防寒着、手袋、運動靴など



問野洲川に親しむ会ウォーク部会(事務局：市岡) ☎72●1194

講演会 野洲川周辺の歴史

講師に金井愚道さん(妙感寺住職)を迎え、妙感寺地域の歴史を学びます。

- 日時 2月14日(土) 午前10時～正午
- 場所 三雲公民館
- 申込方法 2月13日(金)までに電話で問へ。

問野洲川に親しむ会歴史部会(事務局：木本) ☎74●0918

文化財講座

足跡化石あれから20年

足跡化石の最初の発見者田村幹夫さん(日本地質学会会員)から、発見当時の状況をお話しいたします。

- 日時 2月14日(土)
午後2時～3時30分
- 場所 石部公民館
- 対象 市内在住または在勤の人
- 定員 30人
- 申込方法 2月9日(月)までに電話か直接問へ。

問生涯学習課〔西庁舎〕 ☎77●6250

心の生涯学習セミナー
～心がつくる人生～

“明日が変わる！願いがかんう”

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。

- 日時 2月26日(木)・27日(金)
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
- 後援 文部科学省、滋賀県、滋賀県教育委員会、湖南市、湖南市教育委員会

問(財)モラロジー研究所湖南モラロジー事務所
☎74●1122 ☎74●1894

ITサロン

気軽に分からないことを尋ね、教え合う楽しい市民交流の場として開催します。

- 日時 2月20日(金)
午後1時30分～3時
- 場所 鳩の街市民交流スペース(平和堂石部店内)



- 日時 2月27日(金)、3月27日(金)
午後1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)本館

※申込不要 ※パソコン持込可

問NPO法人パソフレ
谷☎75●0063 鈴木☎75●5466
http://www.pasofure.org/

まなびすと講座

生涯学習ボランティアの会「湖南まなびすと」が、生涯学習有志指導者「きりりスト」を講師に迎えて講座をプロデュースします。

絵てがみ講座

日本の四季をあなたの感性にのせてお便りにしてみませんか。

- 日時 2月13日(金)
午前10時～正午
- 場所 柑子袋公民館
- 対象 市内在住または在勤の人
- 定員 30人
- 持ち物 顔彩(水彩絵具でも可)、筆、パレット、水入れ
- 費用 150円(はがき代ほか)
- 講師 上野雅代さん
- 申込方法 2月9日(月)までに電話で。材料準備のため申し込んだ人は必ず出席してください。

羊の原毛を使ったフェルトワーク講座

針や糸を使わず、羊の原毛でかわいい小物を作ります。

- 日時 ①2月16日(月)
②2月24日(火)
いずれも午前10時～正午
- 場所 菩提寺公民館
- 対象 市内在住または在勤の人
- 定員 15人(1回だけの参加可)
- 参加費 (材料代)
①キャンドルスタンド 1,560円
②ペットボトルホルダー 1,860円
- 持ち物 エプロン、筆記用具、はさみ、タオル2枚、固形せっけん、持ち帰り用ビニール袋
- 講師 高岸敏さん
- 申込方法 2月10日(火)までに電話で。材料準備のため申し込んだ人は必ず出席してください。



問生涯学習課〔西庁舎〕
☎77●6250 ☎77●6253



☆一人、両館・移動図書館合わせて図書等15点・CD5点・ビデオ（石部図書館のみ）2点まで3週間（移動図書館は次の巡回日まで）借りられます。
返却は両館・移動図書館どこでもできます。返却期限はお守りください。期限を過ぎた本の再貸出はできませんので、ご了承ください。

2月 (開館時間 午前10時～午後6時)						
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

- ：甲西図書館のみ休館（月・火曜日）
- ：石部図書館のみ休館（水曜日）
- ：両館とも休館（祝日・月末木曜日）



石部図書館

行事予定 石部中央1-2-3 ☎77●6252 FAX77●6232

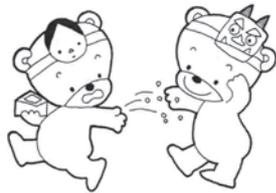
- 8日(日) 午前11時～正午（幼児から小学校低学年向け）
午後2時30分～3時30分（小学生以上向け）
きじっこおはなし会（グループ「ピッコロロ」）
- 20日(金) 午前11時～11時20分
よっといでたいむ（乳幼児と保護者向けのおはなし会）
- 28日(土) 午後4時～4時30分
よっといでたいむ（幼児から小学生向けのおはなし会）



甲西図書館

行事予定 中央5-50 ☎72●5550 FAX72●5554

- 6日(金) 午前11時～11時30分
ちっちなかぜおはなし会
（乳幼児と保護者向け）
- 15日(日) 午後2時～2時30分
おはなしの森
（幼児から小学生向けのおはなし会）
- 21日(土) 午後2時30分～2時50分
（4歳以上の幼児向け）
午後3時～3時30分
（小学生向け）
ちっちなかぜおはなし会



展示コーナー

東光会滋賀グループ油絵展

2月7日(土)～22日(日) ※最終日は午後5時まで
東光会滋賀グループの皆さんによる人物や風景などの作品展です。

オコナイー湖国の祭りのかたち

2月28日(土)～3月15日(日)
村内の豊作と安全を祈願し行われる祭り、オコナイ。神様へのお供え物と周辺の装飾や道具などに焦点をあてて紹介します。

関連行事 講演会

3月8日(日) 午後2時～4時
（講師） 中島誠一さん（長浜城歴史博物館長）
（定員） 70人（先着順）
（申込み） 甲西図書館カウンターまたは電話で。

移動図書館車



2月の巡回スケジュール

場所	日時	日時
岩根東農業集落センター前	25水 14:00～14:30	
市立三雲公民館前	13金 14:00～14:30	
菩提寺幼稚園前	4水 14:00～14:30	
フレンドマート第2駐車場	4水 15:00～15:30	
下田公民館前	20金 14:00～14:30	
中山生協集会所予定地	20金 15:00～15:30	
北山台自治会館前	18水 15:00～15:30	
妙感寺多目的集会所前	12水 14:00～14:30	
サンヒルズ甲西本館駐車場	6金 14:00～14:30	27金 14:00～14:30

場所	日時	日時
岩根小学校	25水 12:55～13:35	
石部南小学校	19水 13:15～13:55	
阿星保育園	19水 14:20～14:40	
三雲小学校	13金 12:55～13:35	
三雲保育園	13金 14:30～14:50	
菩提寺小学校	4水 12:55～13:35	
石部小学校	5水 12:55～13:35	26水 12:55～13:35
下田小学校	20金 12:55～13:35	
菩提寺北小学校	18水 12:55～13:35	
菩提寺保育園	18水 14:00～14:30	
三雲東小学校	12水 12:55～13:35	
水戸小学校	6金 12:55～13:35	27金 12:55～13:35

※移動図書館車でも予約することができます。希望の本が見つからない場合は気軽にお申し付けください。
※積雪などの道路事情により連休する場合があります。ご了承ください。

湖南省立図書館
ホームページで、
両図書館のお知らせや蔵書を見ることができます。



- パソコンから（暗号化あり）
<http://lib.edu-konan.jp>
- 携帯電話から（暗号化あり）
<http://lib.edu-konan.jp/opw/IMD/IMDMAN.CSP>
- 携帯電話から（暗号化なし）
<http://lib.edu-konan.jp/imd/IMD/IMDMAN.CSP>



暗号化あり



暗号化なし

インターネットや携帯電話から両図書館で貸出中の本と雑誌の最新号を予約できます（図書館で発行するパスワードが必要）。

子育て支援センター

ひまわり

(岩根保育園2階) ☎ 72・7089

◎休館日 土・日曜日、祝日、年末年始

◎開館時間 午前9時～午後4時



開放日

時間 午前10時～正午

手形・足形の日

身長・体重をはかって手形・足形をとりましょう。

日時 2月3日(火) 午前10時30分～11時30分

持ち物 おしぼりかウェットティッシュ

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 2月17日(火) 受付：午前10時～11時

にこにこの日

オペレッタ(音楽劇)

日時 2月5日(木) 午前10時30分～11時

場所 岩根保育園遊戯室

演目 うたうたうたうたかえるくん

出演 市内主任児童委員

※オペレッタ終了後、園児によるお遊戯などの発表もあります。

このゆびと・ま・れ!～遊戯室で思いっきり遊ぼう～

日時 2月18日(水) 午前10時～11時30分

場所 岩根保育園遊戯室

対象 2歳6か月以上の子ども

おひなさまをつくろう!

日時 2月26日(木) 午前10時30分～11時30分

申込期間 2月12日(木)～13日(金)

※当日参加も可能ですが、材料の準備の都合上できるだけ申し込みをお願いします。

このゆびと・ま・れ!～手形や写真を使っでの記念制作～

日時 3月5日(木) 午前10時15分～11時45分

対象 2歳6か月以上の子ども 材料費 実費徴収

申込期間 2月23日(月)～25日(水)

下田焼絵付け体験～オリジナルのお皿をつくりましょう!～

日時 3月10日(火) 午前10時30分～11時30分

材料費 1,000円

申込期間 2月16日(月)～18日(水)

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 3月9日(月) 午前9時30分～正午

場所 女性センター

対象 市内に在住または在勤で生後4か月以上の未就学の子どもがいる女性

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 お茶、着替え、バスタオル、ビニール袋など

保育者 保育サービス「ぽっぽ」

申込方法 月～土曜日の午前8時30分～午後5時15分に電話で女性センターへ。

☎女性センター ☎72・8588

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

◎休館日 土・日曜日、祝日、年末年始

◎開館時間 午前8時30分～午後5時15分

開放日

日時 2月9日(月)・18日(水)・26日(木)

午前10時～11時30分

午後から開放日

日時 2月3日(火) 午後1時30分～3時

ひよこ広場

日時 2月3日(火) 午前10時～11時30分

(受付：午前9時40分～50分)

対象 8か月までの子どもと保護者

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(りすグループ)

日時 3月10日(火) 午前10時～11時

対象 平成20年1月～6月生まれの子どもと保護者

定員 18組(先着順)

内容 親子ふれあい遊び、看護師との話

申込期間 2月9日(月)～13日(金)(電話可)

おひさまらんど(子育て支援講座)

子育て不安の解消や、親子ふれあい遊びなどいろいろな講座を企画しています。

お母さんリフレッシュ フラワーアレンジメント

日時 2月24日(火) 午前10時30分～11時30分

場所 柑子袋公民館 対象 子育て中の保護者

定員 20人(先着順) 講師 フローリストエンゼル

持ち物 花切りばさみ、持ち帰り用袋、材料費(1,300円)

申込期間 2月2日(月)～6日(金)(電話可)

※託児あり(定員：先着15人)

音楽と遊ぼう②

音楽に合わせて親子で体を動かしたり、楽器を鳴らしたりして楽しみましょう。

日時 3月9日(月) 午前10時30分～11時30分

対象 平成18年4月1日までに生まれた子どもと保護者

定員 15組(先着順) 講師 建部光恵さん

申込期間 2月17日(火)～20日(金)(電話可)

※2月16日開催の音楽と遊ぼう①に参加した親子は参加できません。

※弟妹(3か月～1歳未満)の託児有り(定員：先着5人)

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。

日時 3月5日(木) 午前10時～

対象 未就園児と保護者

内容 おやつ作り

材料費 子ども一人100円

申込期限 2月20日(金)

☎NPO法人ふれあいセンター「そよ風」〔三雲2030-67(西山団地内)〕 ☎72・6153

1 日		
2 月	ひまわり開放日	子育て支援センター
	親子プレイステーション	柑子袋公民館
	いしべおもちゃライブラリー「赤とんぼ」	石部保健センター
3 火	ひまわり開放日(手形・足形の日)	子育て支援センター
	ひよこ広場	石部子育て支援センター
	たんぼぼはうす午後開放日	石部子育て支援センター
	きじっこひろば	石部南公民館
4 水	きじっこひろば	石部南公民館
	おもちゃの図書館「とまと」	社会福祉センター
5 木	にこにこの日	子育て支援センター
6 金	ひまわり開放日	子育て支援センター
7 土		
8 日		
9 月	たんぼぼはうす開放日	石部子育て支援センター
	親子プレイステーション	菩提寺公民館
10 火	ひまわり開放日	子育て支援センター
	きじっこひろば	石部南公民館
	ようちえんであそぼう	三雲幼稚園・ひかり幼稚園 園・水戸幼稚園
11 祝		
12 木	子育てサロン	三雲保育園・平松保育園 ・石部保育園・石部南保 育園・岩根保育園・菩提 寺保育園・下田保育園・ 水戸保育園
	ひまわり開放日	子育て支援センター
13 金	ひまわり開放日	子育て支援センター
14 土		
15 日		
16 月	ひまわり開放日	子育て支援センター
	親子プレイステーション	市民学習交流センター (サンヒルズ甲西) 本館
17 火	いしべおもちゃライブラリー「赤とんぼ」	石部保健センター
	ひまわり開放日(子育て相談日)	子育て支援センター
18 水	きじっこひろば	石部南公民館
	にこにこの日	子育て支援センター
	たんぼぼはうす開放日	石部子育て支援センター
	あひるクラブ(終了パーティー)	甲西あかつき保育園
19 木	きじっこひろば	石部南公民館
	おもちゃの図書館「とまと」	社会福祉センター
20 金	ひまわり開放日	子育て支援センター
21 土	ひまわり開放日	子育て支援センター
	とんとんとんでおいで	三雲幼稚園
22 日		
23 月	ひまわり開放日	子育て支援センター
	親子プレイステーション	石部南公民館
24 火	とんとんとんでおいで	水戸幼稚園
	ひまわり開放日	子育て支援センター
	きじっこひろば	石部南公民館
25 水	とんとんとんでおいで	ひかり幼稚園
	きじっこひろば	石部南公民館
26 木	にこにこの日	子育て支援センター
	たんぼぼはうす開放日	石部子育て支援センター
27 金		
28 土		

子育てサロン

“みんなあつまれ よっといで!”

時間 午前10時～11時30分

対象 未就園の幼児と保護者

三雲保育園 ☎72●1385 平松保育園 ☎72●0390
 石部保育園 ☎77●2073 阿星保育園 ☎77●2950
 岩根保育園 ☎72●1389 菩提寺保育園 ☎74●1373
 下田保育園 ☎75●2420 水戸保育園 ☎75●0630

あひるクラブ

時間 午前10時～11時30分

対象 1歳～3歳の幼児と保護者

甲西あかつき保育園

☎72●4960 ☎72●4965

親子プレイステーション

特別なメニューはありません。子育ての先輩であるサポーターと一緒に、楽しい時間を過ごしましょう。

時間 午前10時～正午

生涯学習課〔西庁舎〕

☎77●6250 ☎77●6253

きじっこひろば

おもちゃを通して親子でふれあいませんか。

時間 午前10時～正午

石部南公民館 ☎77●2535

おもちゃの図書館「とまと」

楽しい遊び場です。おもちゃの貸し出しもします。

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。おもちゃの貸し出しもします。

時間 午前10時～正午

ボランティアセンターふれあい

☎77●6001 ☎77●6006

とんとんとんでおいで

対象 未就園児と保護者

内容 親子ふれあい体操をしましょう
(タオルを用意してください)

ようちえんであそぼう

対象 2・3歳児(平成16年4月2日～平成18年4月1日生まれ)と保護者

内容 3歳児と一緒に遊びましょう

時間 午前10時30分～11時45分

持ち物 上靴、水筒(お茶)、着替え、タオル

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

※申込受付は各園で行っています。

必ず申し込みが要るものはカレンダーに掲載していません。

(とんとんとんでおいで・ようちえんであそぼうはなるべく事前に各園に申し込んでください)



母子健康手帳の交付

(受付：午前8時30分～正午)

保健センター	毎週火・水・木曜日
石部保健センター	毎週月・金曜日

持ち物 印鑑、妊娠届出書（各保健センターにも備え付けています）

※上記の日時で都合のつかない人は事前にお知らせください。

ママ・パパ教室 I

(受付：午後1時15分～1時30分 場所：保健センター)

2月28日(土) 午後1時30分～3時30分	親になるってどういうこと？ パパの妊婦・沐浴体験
---------------------------	-----------------------------

対象 妊婦・夫および家族

持ち物 母子健康手帳・テキスト（持っている場合のみ）

※上の子どもの保育が必要な人は事前にお知らせください。

もぐもぐ教室

(受付：午後1時15分～1時30分 場所：保健センター)

2月24日(火) 午後1時30分～3時30分	離乳食の進め方(調理実習を含む)
---------------------------	------------------

対象 平成20年9月生まれの乳児と保護者

持ち物 母子健康手帳、エプロン、バスタオル、そのほか乳児に必要なもの（おむつやミルク・お湯・お茶・おもちゃなど）

乳幼児健診

(受付：午後1時～2時15分 場所：保健センター)

	対象	日
4か月児健診	平成20年10月生	2月26日(木)
10か月児健診	平成20年4月生	2月23日(月)
1歳6か月児健診	平成19年7月生	2月10日(火)
2歳6か月児相談・歯科健診	平成18年7月生	2月6日(金)
3歳6か月児健診	平成17年7月生	2月5日(木)

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。

子ども予防接種週間

2月28日(土)～3月8日(日)



甲賀湖南医師会では、通常の診療時間内に予防接種を受けにくい人に対し、平日夜間や土・日曜日に予防接種を実施します。

■**予防接種の種類** 麻しん・風しん混合ワクチンなど

■**対象** 市が実施している予防接種の対象で市の実施日に接種が受けられない子ども

■**実施日時** 3月7日(土) 午後1時～3時

☎岩根診療所 ☎72-0039
直接予約してください。

生活リズムはなぜ大事？



子育て中の皆さんは、生活リズムという言葉をお聞きになったことがあると思います。乳幼児健診で保健師が必ずこう言います。『生活リズムを整えてくださいね。早寝早起きですよ』。

この生活リズムですが、実は体のリズムと密接な関係があります。

睡眠のリズム

生後4か月ごろから睡眠と覚醒の区別がつき始めます。

体温のリズム

ずっと安静にしている状態の一番低い体温を基礎体温といいます。動き出すと上がってきて、昼過ぎくらいが一番高く、そこから下がってきて夜寝る前には低くなり眠くなります。

ホルモンのリズム

成長ホルモン

体を大きくしたり、新陳代謝を活発にする働きがあるととても大事なホルモン。出生直後はたくさん出ますが、生後4か月ごろには、夜寝ているときにまとまって出るようになります。「寝る子は育つ」は本当なんです。

メラトニン

抗酸化作用、情緒安定作用があり、睡眠サイクルを調節する働きがあります。夜、暗い所で出てきます。

コルチゾール

明け方にたくさん出て、快適な目覚めを促します。

ポイントアドバイス

子どもに早く寝てほしいければ、早く起こしてください。目標は「夜9時ごろ眠り朝7時ごろ起きる」。起こすときに太陽の光を浴びさせると、脳が目覚めます。

そして朝ご飯を食べ、晴れた日は外で体を使った活動を。昼寝は1～2時間で起こしてください。

夜寝る前には、電気を消していくとか、添い寝をしてトントンするとかお決まりのことをするのもいいでしょう。子どものお気に入りの眠り方を探してみてください。

このようにわたしたち、特に子どもたちにとって重要な生活リズムを整えて、人間が本来持っている力を最大限発揮できるよう、生活を見直してみませんか。

各種相談

心配ごと

相談窓口

○まちづくり推進課住民総合相談担当〔東庁舎〕
☎71●2360 ㊟72●3788

○地域総合センター

- 三雲会館 ☎・㊟72●3166
- 三雲教育集会所 ☎・㊟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

法律相談

相談は無料、秘密は厳守されます。事前に予約が必要です。一人30分、定員6人。

◇日時 2月20日（金）

午後1時30分～4時30分

◇場所 共同福祉施設（サンライフ甲西）

◇対象 市内在住または在勤の人
㊟湖南市商工会 ☎72●0038

消費生活相談

安心安全課消費生活相談窓口〔東庁舎〕☎71●2360 ㊟72●2000

消費生活に関する相談に専門の資格を持った相談員が応じます。

◇日時 月～金曜日（祝日を除く）
午前9時15分～午後4時

よろず相談・行政相談・なんでも相談

場所	日	9日(月)	10日(火)	12日(木)	24日(火)
社会福祉センター ☎72●4102		—	よろず相談 行政相談	なんでも相談	よろず相談 行政相談
石部老人福祉センター ☎77●5045		なんでも相談 行政相談	—	—	—



◇時間 午後1時～4時

㊟よろず相談（民生委員による相談） 社会福祉協議会 ☎72●4102 ㊟72●8898
行政相談（行政相談委員による相談） まちづくり推進課〔東庁舎〕☎71●2360 ㊟72●3788
なんでも相談（人権擁護委員による相談） 人権政策課〔東庁舎〕☎71●2354 ㊟72●2201

なんでも相談は、大津地方務局甲賀支局（☎62●0259）でも実施しています。

◇日時 月～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時

女性の悩み相談

事前に予約が必要です。

◇日時 2月19日（木）
午後2時30分～4時30分
（一人1時間程度）

◇場所 社会福祉センター

◇対象 市内在住の女性

㊟人権政策課〔東庁舎〕
☎71●2354 ㊟72●2201

健康相談

保健センター

☎72●4008 ㊟72●1481

保健師・管理栄養士などが健康についての相談に応じます。

◇日時 月～金曜日（祝日を除く）

午前8時30分～午後5時15分

※FAXでの相談は、Eメールか訪問指導での回答となります。

育児・教育

育児相談

保健センター ☎72●4008 ㊟72●1481
石部保健センター☎77●7008 ㊟77●7019

◇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。
※FAXでの相談は、Eメールか訪問指導での回答となります。

赤ちゃんホットライン

（電話相談）

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20歳未満の青少年の相談を受け付けています。面接相談のほか、電話による相談も行います。

◇日時 月～金曜日
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

✉k-fureai@vesta.ocn.ne.jp

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
午前9時～午後5時

高齢者

もの忘れについての相談

地域包括支援センター〔東庁舎〕

☎71●4652 ㊟72●3788

◇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。

介護についての相談・高齢者の生活相談・福祉用具や住宅改修の相談

地域包括支援センター〔東庁舎〕

☎71●4652 ㊟72●3788

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●8100

高齢者支援センターほだいじ ☎74●4093

高齢者支援センターひえ ☎75●2323

しごと

2月就労相談

求職活動やハローワークでの手続きのしかたなど就労に関する相談や職場でのトラブルに相談員が応じます。

◇時間 午前9時～11時30分

㊟産業振興課〔東庁舎〕

☎71●2332

㊟72●7964

月	火	水	木	金
2 松籟会館	3 三雲会館	4 サンヒルズ甲西	5 菩提寺公民館	6 夏見会館
9 三雲教育集会所	10 下田公民館	11	12 柑子袋会館	13 岩根会館
16 松籟会館	17 三雲会館	18 サンヒルズ甲西	19 菩提寺公民館	20 夏見会館
23 三雲教育集会所	24 下田公民館	25 石部南公民館	26 柑子袋会館	27 岩根会館

ほうれんそうと豚肉の中華風炒め



材料(4人分)

ほうれんそう… 300g (1束)
豚肉こま切れ… 160g
緑豆春雨… 10g
炒りごま… 小さじ2
(A) しょうゆ… 小さじ4
砂糖… 小さじ2
ごま油… 小さじ2
塩… 少々
こしょう… 少々

栄養価

エネルギー：143Kcal
たんぱく質：10.9g
脂質：5.3g
カルシウム：58mg
塩分：1.0g

作り方

- ほうれんそうは洗って根元を切り、長さ4センチに切る。緑豆春雨は熱湯で3分ほどゆでた後ざるに上げ、水気を切って5センチくらいに切る。
- 豚肉は(A)の調味料を加えて、手でもみこんでおく。
- フライパンにごま油を中火で熱し、ほうれんそうを入れて炒める。しんなりしたら塩、こしょうをして取り出す。
- そのままフライパンを熱し、豚肉を入れて炒める。肉の色が変わったら、春雨を加え炒め合わせ、火を止める。3のほうれんそうを加えて混ぜ合わせ、器に盛って炒りごまをかける。

湖南省市民憲章

わたしたちは、悠久の野洲川の流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、自然と調和したまちをつくりまします。
- 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します。
- 一、子どもが健やかに育ち、障がい者や老人をはじめ、だれもが安心して暮らせるまちをつくりまします。
- 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します。
- 一、社会の規律を守り、安全で住みよいまちをつくりまします。

編集・発行 湖南省役所 秘書広報課
URL http://www.city.konan.shiga.jp
発行所 西庁舎

赤ちゃん	辻井 愛い	井上 咲き	小野 琥と	山田 愛と	盛上 智も	湯川 ひな	新垣 琉お	山脇 譲ず	天野 将ま	中野 雄う	近藤 十そ	森岡 稜ゆ	倉岡 乃の	緩利 亜あ	廣嶋 凌し	竹村 優う
行政区	三雲	妙寺	妙寺	吉永	中永	中永	中袋	柑子	柑子	石部	石部	岡出	岡出	宮森	宮森	石部
	イワタニランド															

赤ちゃん	原田 侑奈	藤江 彦し	福本 真央	西溜 陽あ	森脇 静し	大脇 えり	片岡 眺た	中西 美み	村岡 怜れ	山崎 昂あ
行政区	イワタニランド									
	イワタニランド									

氏名	稲森 ゆり子	松本 徳男	北島 和江	前田 千代子	吉田 秀夫	奥村 小照	青木 千夫	井上 一夫	吉川 一夫	小川 一夫	山元 一夫	坂元 一夫	久保 一夫	園田 一夫	野村 一夫	下村 一夫	日高 一夫	太田 一夫	谷田 一夫	河合 一夫	宮治 一夫	篠原 一夫												
年齢	84	85	64	92	86	91	89	72	72	85	96	85	86	91	84	74	78	85	79	86	93	59	83	80	72	85	96	85	86	91	92	64	85	84
行政区	三雲	吉永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永	中永

今月の表紙



お正月恒例の獅子舞が保育園にやってきました。舞の後、厄除けに頭をかんでもらうときには、初めて見る大きな顔が怖くて泣き出す子も。今年も一年みんなが元気で過ごせるといいですね。
(1月9日/石部保育園)

おぐやみ申し上げます