

広報

こなん KANAN

AUGUST
2015

8

No.131



今月の表紙

岩根小学校の5年生が野洲川であゆの放流体験をしました。「元気に育てね」と声をかけながら約2,000匹のあゆをゆっくりと川に放しました。

CONTENTS

- 2 第11回湖南省夏まつり
- 4 8月12日(水)～14日(金)市役所の業務を休みます
- 8 コミュニティ・スクールを紹介します
- 14 まちのわだい



星と光の饗宴 ～ふるさとに全員集合～

8月1日(土)

午後1時～9時 野洲川親水公園

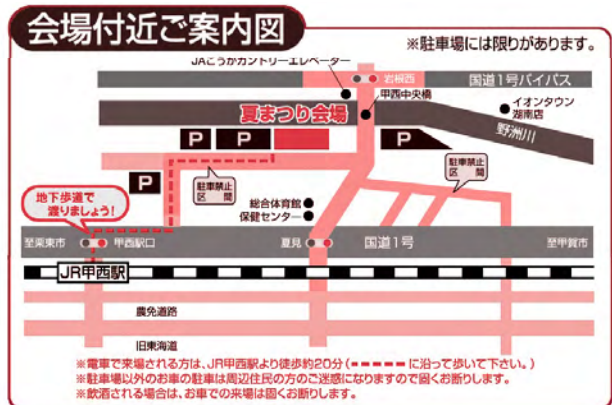
※荒天の場合は、花火のみ8月2日(日)に延期します。



ステージイベント

- ★午後1時 フリーチャレンジステージ
- ★午後2時35分 オープニング～琉琵遊友会～
- ★午後3時 式典・開会宣言
- ★午後3時20分 大栄スイカの早食い競争(予選)
- ★午後3時45分 こにゃん・いしべえどんと踊ろう
～アノンライブ～「おちか」と「LOYAL」
- ★午後4時20分 山陰の歌姫ミニコンサート～藤本たから～
- ★午後5時10分 漫才～ファミリーレストラン～
- ★午後5時30分 イナズマロックレディオ公開録音
- ★午後6時30分 モビィがおじゃましバス
大栄スイカの早食い競争(決勝)
- ★午後7時35分 江州音頭総踊り大会
- ★午後8時 和太鼓の勇姿～湖國十二坊太鼓保存会～
- ★午後8時30分 大花火大会

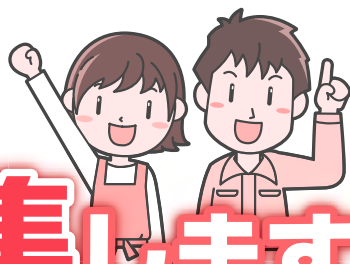
※ステージイベントは一部変更する場合があります。
※模擬店の営業時間は午後3時～8時30分です。



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 ☎72・9622

平成28年4月1日採用

湖南省職員を募集します



問 人事課〔東庁舎〕（〒520-3288 住所記載不要）
☎ 71 ● 2312 ☎ 72 ● 1146

試験区分	看護師	発達相談員	技術職(土木)
採用予定人数	1人	1人	1人
受験資格	年齢要件	昭和56年4月2日以降に生まれた人	昭和62年4月2日～平成6年4月1日に生まれた人
	資格要件	臨床心理士または臨床発達心理士の資格を有する人	学校教育法に規定する学校 ^(※) で土木に関する課程を専攻した人
平成28年3月31日までに取得(技術職は卒業)見込みを含む。			
第一次試験	日時:9月20日(日) 午前9時～午後4時10分 場所:共同福祉施設(サンライフ甲西)		
第二次試験以降の詳細については、第一次試験合格者に通知します。			
受験申込書	人事課で配布するほか市ホームページからダウンロードできます。郵送を希望する人は、表に「職員採用試験(試験区分)申込書請求」と朱書きした封筒で、返信用封筒(サイズは33cm×24cm。140円切手を貼り、宛先を明記したもの)を送付してください。		
受付期間	8月28日(金)までの午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、8月12日～14日を除く) ※郵送は締切日必着		

※学校教育法に規定する学校は、大学(短期大学を含む)、高等専門学校、高等学校および専修学校その他の学校を指します。



わが国は平成20年に人口減少社会「元年」を迎えましたが、昨年は日本創生会議が「消滅可能性都市」というショッキングな用語とともに、これからの人口減少に対する警鐘を鳴らしました。

これは、湖南省においても例外ではありません。ちょうど日本全体が人口減少元年だったところ、湖南省ではリーマンショックに伴う外国籍市民の相次ぐ帰国により、一時的に大きく人口を減じました。その後、出生数が死亡数を上回る自然増の状況であるものの社会的な流出が多く、結果的に微減傾向が続いてきました。その一方で、全国的にも早いスピードで高齢者割合が増加するのに対し、生産年齢人口は減少していきます。すなわち、社会保障を必要とする人口が増える一方で、

税収を支える人口が減るということになります。しかも、合併時にも問題になりましたが、高度成長期にたくさん建てたり造ったりした公共施設が老朽化し、これから一斉に更新時期を迎えてきます。

人口減少時代にこれまでも全く同じものが必要なのか、これから利用者も財政負担をする世代もともに減っていくなかで、真剣に考えていかなければならない問題です。いつまでも誰かがどこかで負担してくれるというような甘い考えではまちが成り立っていきません。

市ではこれまでも阿星児童館の廃止や各まちづくりセンターのまちづくり協議会への指定管理、証明書のコンビニ交付などを進めてきました。図書館や文化ホール、体育館、教育保育施設などほかの様々な公共施設についても、現在の利用者だけでなく次の世代も視野に入れ、市民全体に対するサービス提供や税金でのコスト負担の程度なども勘案しながら、一つひとつの施設についてそのあり方を検討する必要があります。市民の皆さんにもぜひお考えいただければと思います。

8月12日(水)～14日(金)

市役所の業務を休みます

市では、昨年に引き続き、節電・省エネルギーの推進と職員の地域行事などへの積極的な参加を図るため、一部の業務を除いて休みます。ご不便をおかけしますが、取り組みの趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

また、家庭においても夏季の節電・省エネルギーへのご協力をお願いします。

問 人事課(東庁舎)

☎71●2312 ☎72●1146

市役所東庁舎

4階	休業	議会事務局	監査委員事務局	
3階	休業	秘書広報課	総務課 財政課	
2階	休業	地域創生推進課	人事課	危機管理・防災課
		人権擁護課	生活環境課	地域エネルギー課
		土木建設課	都市政策課	住宅課
		農林振興課	農業委員会事務局	
1階	通常業務	市民課 ☎71●2323	保険年金課 ☎71●2324	税務課 ☎71●2319 ☎71●2321
		収納課 ☎71●2320	社会福祉課 ☎71●2327 ☎71●2364	子育て支援課 ☎71●2328
		会計課 ☎71●2339	総合受付 ☎72●1290	
	休業	住民生活相談室	障がい者就労情報センター(チャンスワークこなん)	
別棟	一部業務	上下水道部 (施設課 ☎71●2338 業務課 ☎71●2337)	※受付・収納などの一部	

市役所西庁舎 閉庁 ※市民課分室も含め、西庁舎は閉庁します。

2階	休業	教育総務課	学校教育課	人権教育課
1階	休業	市民課分室	生涯学習課	
別棟 2階	休業	少年センター		

※転校の手続きについては、学校教育課(☎77●7011)に問い合わせてください。

※ごみの収集はごみカレンダーの通り実施します。リサイクルプラザは8月14日(金)のみ休所日です。

休館

※現在の予定です。ここに掲載されていない施設については、直接施設へ問い合わせてください。

- ・保健センター(健康政策課、高齢福祉課)
- ・共同福祉施設(サンライフ甲西)(商工観光労政課、産業立地企画室)
- ・みくも地域人権福祉市民交流センター
- ・シルバーワークプラザ
- ・子育て支援センター
- ・女性センター
- ・伝統工芸会館
- ・各まちづくりセンター
- ・石部コミュニティセンター
- ・石部保健センター(発達支援室)
- ・社会福祉センター
- ・各会館(夏見・柑子袋・松籟・岩根)
- ・学校給食センター
- ・勤労青少年ホーム
- ・いしべ宿駅
- ・田楽茶屋
- ・三雲児童館
- ・石部子育て支援センター
- ・ふれあいの館
- ・じゅらくの里もりの駅
- ・市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)
- ・石部文化ホール(図書館は通常通り開館)

夏季臨時休診

石部医療センター

湖南労働衛生センター

8月12日～14日の連絡先は、上記ダイヤルインの番号
または☎72●1290(代表)へ

夏季休業のお知らせ

家電リサイクル品処理とし尿くみ取りは次のとおり夏季休業します。

◎家電リサイクル品処理業務

■対象家電 テレビ・冷蔵庫・エアコン・洗濯機・衣類乾燥機

- 石部運輸倉庫 (☎77●3123)
8月8日(土)～16日(日)
- しが山急 (☎77●2331)
8月12日(水)～17日(月)
- 松田商事 (☎71●4800)
8月13日(木)～16日(日)

☎リサイクルプラザ

☎75●3933 ☎75●3904

◎し尿くみ取り業務

8月13日(木)・14日(金)

■臨時くみ取り申込期限

8月7日(金)

- (株)日映日野 (☎0748●53●3941)
- (株)ヒロセ (☎0748●52●0943)

※休業前に臨時のくみ取りを希望する場合は、期限までに各業者へ申し込んでください。なお、休業日前後は大変混み合うため、希望に添えない場合があります。できるだけ早めに申し込んでください。

☎生活環境課〔東庁舎〕 ☎71●2326 ☎72●2201

国民年金からのお知らせ

半年分をまとめて口座振替にすると1060円お得です！

10月分から翌年3月分までの6か月分の国民年金保険料を口座振替でまとめて納付(6か月前納)すると、保険料が9万2480円となり、毎月1万5590円を納付するよりも1060円お得です。

手続きは、口座振替を希望する金融機関か草津年金事務所で8月末までに行ってください。引き落とし日は11月2日(月)です。

現在、口座振替で毎月納付している人が、口座振替による6か月前納を希望する場合は、振替方法の変更手続きが必要です。

一部免除の承認を受けた人へ

国民年金保険料の一部免除(4分の1免除、半額免除、4分の3免除)の承認を受けた人が、残りの保険料を納めなかった場合は未納期間と同じ扱いとなり、将来支給される老齢基礎年金を受給するために必要な期間に算入されません。

また、けがや病気で万が一のことがあっても、障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できない場合があります。

納付期限から2年を経過すると時効となり納めることができなくなりますので注意してください。

納付書が手元にない場合は草津年金事務所国民年金課まで連絡してください。

不明な点があれば、国民年金保険料専用ダイヤル(☎0570011●050)に電話するか近くの年金事務所に問い合わせてください。

☎草津年金事務所

●国民年金保険料に関すること
国民年金課

☎077●567●2220

●年金給付、年金相談に関すること

お客様相談室

☎077●567●1311

臨時福祉給付金が支給されます

消費税率が8%に引き上げられたことに伴い、暫定的・臨時的な措置として臨時福祉給付金が支給されます。

■対象者 平成27年度市民税(均等割)が非課税の人。ただし、次にはまる人は対象外です。

●市民税が課税されている親族などに扶養されている人

●生活保護を受給している人など

■給付額 1人につき6千円

■申請手続き 平成27年1月1日現在、住民登録のある市町村で手続きしてください。湖南市に住民登録がある人で、臨時福祉給付金の対象になると思われる人には今月中旬に案内チラシや申請書類を送付する予定です。

※湖南市以外で申請をする人は、当該市町村に確認してください。

☎社会福祉課〔東庁舎〕

☎71●2359

☎72●3788

今年10月から マイナンバー(個人番号)が 通知されます



マイナンバー制度ってなに？

住民票を持つ全ての人に配られる、一人ひとつのマイナンバー(12桁)を活用して、国の機関や市役所などが持つ個人の情報を「同じ人の情報である」と認識できるようにする制度です。社会保障・税制度の効率性を高め、市民の皆さんにとって利便性の高い、公平・公正な社会を実現するための社会基盤となります。



マイナンバーは一生使うものです

マイナンバーは、番号が漏えいし、不正に使われるおそれがある場合を除き、変更されません。大切に管理してください。



民間事業者もマイナンバーを取り扱います

法人などに対して一法人にひとつの法人番号(13桁)を指定し、書面で通知されます。法人番号は、法人税の申告などで必要となり、原則として商号などと一緒に公表されます。

民間事業者は従業員のマイナンバーを取得します

平成28年1月以降の源泉徴収などの提出書類には、マイナンバーを記載する必要があります。民間事業所は個人に代わり書類を作成するため、パートやアルバイトを含む全従業員とその扶養家族のマイナンバーを取り扱います。

個人情報の安全管理措置

マイナンバーを含む個人情報の安全管理措置の検討が必要となります。なお、マイナンバーは法律で認められた場合以外で書き写すなどはできません。

制度についての問い合わせは コールセンターへ

☎0570●20●0178(全国共通ナビダイヤル)

※土日祝日・年末年始を除く午前9時30分～午後5時30分

※ナビダイヤルは通話料がかかります。

※英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルト

ガル語対応は☎0570●20●0291

📄内閣官房のホームページ

<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/>

bangoseido



《制度実施の流れ》

平成27年
10月～

マイナンバーの
通知を住民票の
住所へ送付します

通知カード、個人番号カードの申請書、返信用封筒、マイナンバー説明書類を簡易書留で送付します

平成28年
1月～

社会保障・税・災害
対策の手続きで
マイナンバーの利用を開始します

希望者には、個人番号カードを交付します

平成29年
1月～

国の行政機関の間で情報連携を開始します

平成29年
7月～

地方公共団体なども含めた情報連携を開始します

問 地域創生推進課(東庁舎) ☎71●2316 ☎72●2000

湖南省文化祭(10月31日土~11月1日日開催)

出演者・出品者募集

市民の皆さんが日頃取り組んでいる文化・芸能活動の成果を発表する祭典です。公演と展示、体験コーナーを中心に多彩な催しを石部文化ホールと石部まちづくりセンターで行います。

応募資格

- 市内に在住か在勤・在学する人(中学生以下は保護者が申込み)
 - 市内で活動する文化団体に所属する人
- ※出品・出演する団体と個人は、文化協会会員、一般参加に関わらずオープニングへの出席・準備・後片付けも含めて実行委員として運営に関わっていただきます。



■出演料(公演の部) 1人当たり500円

■出品料(展示の部) 1人当たり200円

※部門や規格、申込日など詳しくは、各まちづくりセンターに8月中旬に設置する募集要項(申込書)をご覧ください。

☎生涯学習課(西庁舎)

☎77●6250 ☎77●6253



平成28年度

学校法人光星学園

水戸・三雲・ひかり幼稚園園児募集

光星学園では、「瞳輝き、心豊かでひとり立ちできる子どもに育てる」を教育目標に掲げ、一人ひとりを大切にする幼児教育に取り組んでいます。幼児期の発達を重視し、専門講師と担任による音楽リズム・体育・わくわく英語・造形あそびなどの特色ある指導も行い、保育から教育を合言葉に楽しみいっぱい充実感みなぎる幼稚園です。詳しくは光星学園のホームページをご覧ください。

■教育時間 午前8時30分~午後2時

預かり保育

早朝…午前7時30分~8時30分

午後…午後2時~6時30分

(春・夏・冬休み中も実施)

■通園バス運行 通園バス5台で希望する園児の送迎をしています。

☎水戸幼稚園 ☎75●3350

三雲幼稚園 ☎72●0077

ひかり幼稚園 ☎74●3011

光星学園事務局 ☎75●5901

募集年齢	3歳児~5歳児(平成22年4月2日~平成25年4月1日生まれ)
説明会と施設見学	8月29日(土) 午後1時30分~2時30分 (受付:午後1時~1時20分) ※三二体験もあります。 ※上履きを持ってきてください。
入園願書配布日時	8月29日(土) 午後1時~3時 8月31日(月)~9月4日(金)・7日(月)・8日(火) 午前8時~午後6時
入園願書受付日時	9月9日(水)・10日(木) 午前8時~午後6時
面接日	10月14日(水)水戸幼稚園 10月15日(木)三雲幼稚園 10月16日(金)ひかり幼稚園

※説明会と入園願書配布・受付は各園で行います。

紹介します



コミュニティ・スクールとは…

「学校運営協議会」を設置し、学校、保護者、地域の皆さんがともに知恵を出し合い、学校運営に意見を反映させることで、一緒に協働しながら子どもたちの豊かな成長を支え「地域とともにある学校づくり」を進める仕組みです。

問教育センター(学校教育課) [西庁舎]
☎77●7052 ㊚77●4101

子どもと地域が ひびきあう！ ～石部南小学校～

石部南まちづくり協議会と連携し、地域と子どもが一体となって様々な体験活動を行っています。石部南小学校では地域防災教育が活発です。学区内には福祉施設が多く、昨年は地域の人や障がいのある人も一緒に学校の避難訓練に参加しました。子どもと保護者、地域住民が一体となって防災教育を行っています。

↑
つくる
つなぐ
▶「防災訓練」避難所を



地域の未来を 切り拓く力を！ ～石部小学校～

保護者・地域の代表者である11人の理事と学校代表者、地域コーディネーターで構成する「理事会」を中心として、「学習支援委員会」、「体験的活動支援委員会」、「校外生活支援委員会」の3つの運営委員会がコミュニティ・スクールを推進しています。

各運営委員会を随時開催し、活発な取組を行っています。



◀【土曜教室】郷土資料博士になるう



新たに指定を受けた

コミュニティ・スクールを

平成19年4月に岩根小学校が滋賀県で初めてのコミュニティ・スクールとなり、現在9年目を迎えています。平成27年4月から新たに石部小学校、石部南小学校、菩提寺小学校、菩提寺北小学校がコミュニティ・スクールの指定を受けました。市内5校が「地域とともにある学校づくり」に取り組み、地域、家庭と協働で地域の担い手となる子ども育てに取り組んでいます。今回は、新しくコミュニティ・スクールとなった4校を紹介します。

あいさつにはじまり 夢をつくる学校 ～菩提寺北小学校～

教職員と保護者と地域がチームとなり子どもを育てます。経営重点目標は「あいさつにはじまり夢をつくる学校」です。教育課程の全てであいさつと夢をキーワードに「むねをはる子ども」を育てます。

「未来」、「安全安心」、「ボランティア」の3つの委員会に分かれて、確かな学びと豊かな育ちのためにそれぞれの立場で何ができるのか検討しています。運営協議会を「あすなる学校



運営協議会」と名付け、“チーム菩北”で取組を進めています。



あいさつ・きらめき・ 菩提寺学 ～菩提寺小学校～

「菩っこを育てる会」を核に、学校運営協議会を設置しました。めざす子ども像は次の2点です。

- ・はつらつとしたあいさつ
- ・ふるさとへの誇り

菩提寺小学校は、あいさつの飛び交う学校をめざしています。また、子どもの活躍の場を仕組んだきらめき活動（全校縦割り活動）や、自然にふれ、歴史にふれ、地域の人とふれあう菩提寺学（生活科・社会科・総合的学習など）で、価値ある学びを求めていきます。

学校運営協議会では、めざす子ども像に向かって、学校運営に参画し、学校・地域・家庭それぞれの課題を出し合い、共有しながら取組を進めています。



▲6月の運動会では甲西北中学校吹奏楽部が出張演奏

多文化共生をめざして

韓国ってどんな国？

湖南市には、ブラジル、ペルーに次いで韓国人が多く暮らしています。

今回は韓国での暮らしなどについて、市内在住の鄭熙善さんに話を聴きました。**（鄭さん）** 私は、18年前に家族の仕事の都合で来日しました。

韓国の夏は日本よりも湿度が低く、過ごしやすいと思います。夏のレジャーはテーマパークやプールなど日本でも定番のものが人気です。

私の育った地域は日本の夏の祭りのような季節行事がなかったのです。日本では四季折々の行事がたくさんあるなあと感じました。

日本人は気づかないからか時々本音が見えにくくて困るけれど、モラルや礼儀正しさ、相手の気持ちを考える態度など学ぶことは多いです。

韓国人は負けず嫌いなところがあって「あの人にできたなら、自分だってできる！」

というパワーがあります。そのパワーが子育てになると、ほかの子との比較につながるので、日本で「うちがうち」と余裕を持って子育てできたのはよかったです。

家での食事については、韓国料理のほかにも、煮物やカレーなど日本食も作りますが、キムチは子どもたちが食べないので、あまり漬けません。

韓国のおやつを作ってみませんか



韓国の定番のおやつ、ホットツクのミックスを使った作り方を教えてもらいました。



①イーストを40〜50度のお湯で溶いて、ホットツクミックスに入れ、お箸で混ぜます。

②まとまってきたら、手に油をつけてこね、具（黒砂糖とナッツ類）を包みます。
③多めの油を入れたフライパンで揚げ焼きにします。

最近ホットツクミックスを始め韓国食材がインターネットで簡単に手に入るようになったので、ぜひ一度試してみてください。

消費者 悩みの相談室

屋根工事のトラブルが増えています！

「無料で屋根を点検します」と訪問してきた業者に、撮影したという写真を見せられ、ひどい状態の屋根の画像にショックを受けた。このままでは雨漏りすると言われ塗装工事を契約した。料金は後日払うと言いつつ、「今から金融機関まで送迎する」と言われ不審に思う。
(70歳代女性)

「近所で工事をしている」と業者が訪問してきて「お宅の屋根の鬼瓦が傾いている。今なら千円で直してあげる」と言われ依頼した。作業終了後「瓦が浮いている。このままだと雨漏りするので屋根全体を工事したほうがいい」と言われ、約20万円の工事の契約をしたが、冷静になってみると契約を急ぎすぎたような気がする。
(60歳代女性)

突然自宅を訪問し、「修理しないと大変なことになる」などと不安をあおり、その場

で契約を結ばせる屋根工事に関する相談が増えています。

他にも、「今なら通常料金の●割引き」などと契約をせかしたり、長時間居座って勧誘するなどのケースもあります。見せられた写真や「瓦が浮いている」などの説明が事実ではない場合もあります。決してその場では契約せず、相手の言うことが事実なのか、必要な工事かどうかなどを、家族や周囲の人に相談しましょう。工事を頼む際には、複数業者から見積もりを取ることでも大切です。

訪問販売の場合、工事が終わっていてもクーリング・オフできることもあります。昼間の訪問販売の対象は高齢者になりがちです。日頃から家族や身近な人の注視や、地域の見守りが大切です。

問 住民生活相談室 消費生活相談窓口(東庁舎)

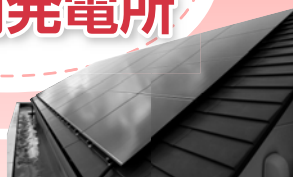
TEL 71-2360
FAX 72-3788



自然エネルギーは 地域のもの

No. 32

コナン市民
共同発電所



エネルギーの学習会を開催しました

☎地域エネルギー課〔東庁舎〕

☎71●2302 ☎72●2000

🍷芋発電エネルギー教室

7月6日(月)、三雲小学校と下田小学校で芋発電エネルギー教室の授業を行いました。近畿大学の鈴木先生から芋の空中栽培を通じた作物の育つしくみを学び、サツマイモを使ったガス発電実験を見学しました。



🍷地域活性化フォーラム

6月27日(土)、エネルギーを活用した地域活性化フォーラムを開催しました。約50人が参加し、地域でエネルギーに関する活動をしている人の報告や龍谷大学の白石先生の講演を聞きました。



コナン市民共同発電所の 発電結果

初号機(バンバン発電所)		2号機(甲陸発電所)	
期間	5月13日 ～6月9日	期間	5月8日 ～6月2日
設備容量	20.8kW	設備容量	105.6kW
発電量	2,401kWh	発電量	15,618kWh
売電額	103,723円	売電額	674,697円

“家庭のエコ”を提案する 「節電・省エネ提案会」を企画しませんか

地球温暖化防止活動推進員が自治会や地域に出向き、家庭での節電・省エネ対策の相談に応じます。

実験器具を使った子ども向けのエネルギー体験やパネル展示もあります。自治会や団体などで開催を希望する人は連絡してください。

☎滋賀県地球温暖化防止活動センター

☎077●569●5301 ☎077●569●5304

《今月は、人権教育課が担当しました》

暴力による被害を受けた人の恨み・つらみは、なかなか消えるものではなく、さらなる怒りや憎しみを生み出し、悪循環の連鎖を引き起こすことがあります。

世界の各地では、いまだに戦争やテロなど平和な社会の実現を妨げる悲惨な事態が後を絶ちません。

私たちも犯してしまった過去の過ちを忘れず、同じ惨劇を二度と繰り返さないためにも、平和の大切さを改めて考え、命の尊さを後世に伝えていきたいと思います。

終戦から70年……

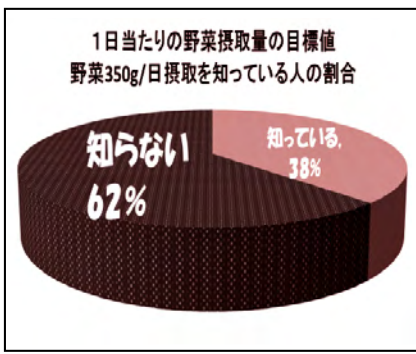
人権シリーズ

一日に必要な野菜350g以上とれていませんか？

野菜をたっぷりとって生活習慣病予防！

市では、平成26年度春の成人健診(19～39歳)結果返し相談会で、野菜摂取に関するアンケートを実施しました。その結果、一日の野菜の摂取目標が350gであることを知らない人が多いことが分かりました。

そこで今回は、昨年報告した「健康こなん21計画中間報告書」の中間評価でD評価(悪化)が目立った「栄養・食生活」と「生活習慣病」に関連した市の取り組み状況と結果を報告します。



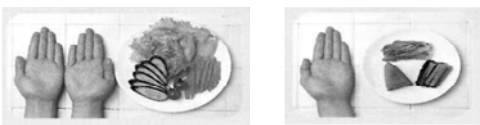
成人1人1日当たりの摂取目標350g



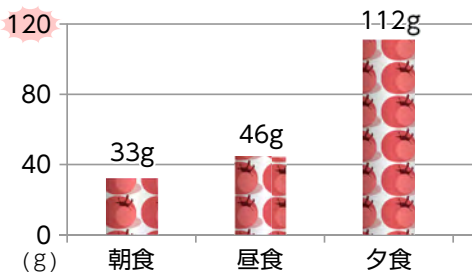
※350gのうち120gはビタミンやミネラルが豊富な緑黄色野菜をとりましょう。

摂取目標を1食あたりに換算すると、1食約120gになります。

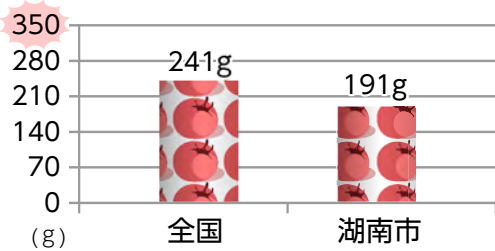
◎生野菜なら、両手いっぱい ◎加熱した野菜なら、片手分



1食あたりの野菜摂取量(湖南省)



1日の野菜摂取量



朝食・昼食に

野菜をプラス

厚生労働省「平成25年国民栄養調査」と湖南省「平成26年度成人健診結果相談会アンケート」結果から、全国でも湖南省でも成人一人一日当たりの野菜の摂取目標を下回っていることが分かりました。湖南省では159g不足しています。

一食当たりの摂取量を見てみると、特に**朝食と昼食は野菜が不足している**ことが分かります。

朝食と昼食時に、直径13cmのお皿で一皿分(約70g)の野菜をプラスしましょう。まずは、野菜が不足しがちな朝食から、野菜を取り入れてみませんか。



野菜を手軽に

食べる工夫

- ・手間のかかる煮物は時間があるときに材料を下ゆでなどして、冷凍保存しておく。下ゆでは電子レンジを使えば簡単です。
- ・いつでも野菜がとれるよう、常にストックしておく。
- ・外食時は、意識して一皿は野菜料理を付けるようにしましょう。
- ・夏野菜のサラダや具たくさんスープがおすすめです。

朝御飯
しっかり食べて
今日も元気



健康政策課「保健センター」

TEL 72-4008
FAX 72-1481

知って得する

健康 知識

夏は食中毒に注意！

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒を防ぐためには、細菌などを食べ物に「**つけない**」、食べ物に付着した細菌を「**増やさない**」、食べ物や調理器具に付着した細菌やウイルスを「**やっつける**」という3原則が重要になります。

食べ物は低温で保存しましょう

細菌の多くは、10℃以下で増殖がゆっくりとなり、-15℃以下で増殖が停止します。

ほとんどの細菌やウイルスは加熱すると死滅します

肉や魚はもちろん野菜なども加熱すると安心です。特に肉料理は中心部を75℃で1分以上を目安によく加熱しましょう。

また、食材だけでなく布巾やまな板、包丁などの調理器具にも細菌やウイルスは付着します。特に肉や魚、卵などを使った後の調理器具は洗剤でよく洗ってから熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。

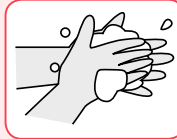
できていますか？正しい手洗い

手には様々な雑菌が付着しています。食中毒菌やウイルスを食べ物に付けないように、次のときは、必ず指の間や爪の中までしっかり洗いましょう。

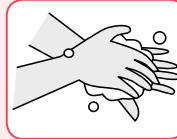
- 調理を始める前
- 生の肉や魚、卵などを取り扱う前後
- 調理の途中で、トイレに行ったり、鼻をかんだ後
- おむつ交換、動物に触れた後
- 食卓につく前
- 残った食品を扱う前

【手洗いの前に】

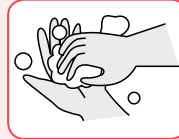
- 爪は短く切っておきましょう
- 時計や指輪は外しておきましょう



①手のひらを洗う



②手の甲を洗う



③指の先を洗う



④指の間を洗う



⑤親指を洗う



⑥手首を洗う

問健康政策課〔保健センター〕

☎72●4008 ☎72●1481

平和祈念のつどい

先の大戦が終結して、今年で70年を迎えます。恒久平和は人類の共通した願いです。いま一度、戦争と平和について考えてみましょう。当日は平服でお越しください。

■日時 8月1日(土)

午前10時～(受付:午前9時30分～)

■場所 市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)

■内容

- 戦没者追悼式
- 平和祈念講演会 講師:樋爪修さん
演題:青い目の人形が見た滋賀県の戦争と平和
- 平和学習展示(市内中学生)

※甲西図書館でも、平和祈念事業展を開催しています。

問社会福祉課〔東庁舎〕

☎71●2327 ☎72●3788

表彰します！優秀選手賞

市のスポーツ振興に係る功績が顕著であると認められる人、スポーツ振興の模範となる人を表彰します。

次の条件に当てはまる人は、8月31日(月)までに問へ連絡してください。

■対象

- 昨年8月1日から今年7月31日までの間に、県大会などで優勝か近畿大会で上位入賞(3位まで)、または全国・国際大会に出場した人
- 県民体育大会に通算5回目、または10回目の出場になる人



問湖南省体育協会〔石部文化総合センター〕

☎77●3356 ☎77●3227

湖南省から2人の隊員が南米へ!

6月24日、青年海外協力隊としてボリビアに派遣される松浦義博さん(石部南)と、日系社会青年ボランティアとしてブラジルに派遣される西堀恵子さん(水戸小学校教諭)が市長を表敬訪問しました。

過去にネパールに派遣されていたこともある松浦さん。今回は、ボリビアの職業訓練学校で就業支援を行います。「まずは言葉と生活に慣れて、ハローワークで働いていた経験を生かし、就職支援に積極的に取り組んでいきたい」と抱負を語りました。

西堀さんは、ブラジルの学校に派遣され、日本の学校教育システムの定着支援などを行います。「私の勤務する水戸小学校は外国籍の子どもが多く通っています。彼らの生まれ育った国の文化などを肌で触れて学び、戻ってきたときに支えになれるよう、頑張りたいです」と話していました。

2人が元気に帰ってきて、経験を生かし活躍してほしいですね。



▲写真中央が松浦さん、右が西堀さん

おうみ自治体クラウドの協定を締結しました



市は草津、守山、栗東、野洲の4市と住民記録や税などの事務情報を外部のデータセンターで一括管理する「自治体クラウド」の共同利用に向けた協定を締結し、7月3日に草津市役所で調印式を行いました。

5市がシステムを共同利用することで、経費削減や事務の共通化を図る狙いがあり、維持管理費でも現在と比べて各市とも4割程度の経費が削減できると見込んでいます。平成31年10月までに5市全てが新システムへの移行を完了する予定です。

ネパール救援募金に取り組みました 甲西北中学校

甲西北中学校の生徒が、ネパール・ヒマラヤ大震災の救援募金に取り組み、集めた募金が7月6日、市国際協会に届けられました。

募金活動は、生徒会が中心となって開始。約1か月間、校内や市内のスーパー、小学校の運動会などで呼びかけ、計15万3905円を集めました。生徒会長の北村凌瑛さんは「震災の被害に遭われた人を少しでも助けてください」と募金箱を国際協会の甲斐切穂会長に手渡しました。

集められた募金は、協会を通じてアルピニストの野口健さんが立ち上げた「ヒマラヤ大震災基金」に送られます。





ありがとうございます

7月13日、電機連合滋賀地方協議会第四区地区連絡会議様から、市の子育て支援に対して、キルディブロックセットなどを寄贈いただきました。有効に活用させていただきます。



おめでとうございます 全国ラージボール卓球大会で入賞

6月18日～21日に愛知県豊田市で行われた第28回全国ラージボール卓球大会の混合ダブルス100(2人の合計年齢が100～119歳)Aの部に山下秀文さん(菩提寺)が片山久子さん(栗東市)と出場し、3位入賞しました。

ラージボール卓球では、硬式より4mm大きい直径44mmのボールを使います。ボールが大きいためスピードが遅くなってラリーが続くので、初心者や高齢者でもすぐに楽しめます。

来年還暦を迎える山下さん。大会後「全国の強豪の中での銅メダルは組んでいただいたペアのおかげです。中高齢のかたもまだまだやれるという希望になればと思います」と話しました。

左が山下さん▶



ど・ローカル通信 No.14

「こなんまちめぐり」

今回は『石部』を探索!!

以前、協力隊の拠点があった石部。久しぶりにぶらぶら散歩してきました。しばらく歩いていると、見慣れた風景に何やらふさふさしたものが…!!

気になって仕方がなくなったので、近くのお店の方に聞いてみると…



カーブミラーを掃除するための道具だそうです!

でも、お話を伺ったかたによると、いつ誰が掃除をしているのかわからないそうです。

こんな感じで使うのでしょうか??



引き続き、石部をぶらぶら…



あれ?旧道沿ってやたらとイルミネーションが飾ってある家が多い?

クリスマスシーズンの旧東海道は、キラキラピカピカしているのでしょうか??

拠点があったころには気づかなかったけれど、改めてゆっくり歩いてみると、いろいろなるものを発見できました。

次回は… **三雲** を探索してきます!

お知らせ

7月より新メンバーが入りました!



兵庫県から来た、岡 美里と申します。お菓子作りに興味があるので、スイーツ開発を中心に地域おこしに取り組んでいきます。

5人で一生懸命活動していきますので、皆さん、よろしくお願ひします!

●お問合せ

湖南省地域おこし協力隊

TEL/FAX 69-6707

Email konan.okoshi@gmail.com



9月議会は 9月1日(火)から開催

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の予定です。詳しくは問い合わせてください。本会議は湖南市議会のホームページでインターネット中継を行っています。

- **開議時刻** 午前9時30分
- **議事課(東庁舎)**
- 71 ● 2347
- ☎ 72 ● 2495

2016年版 県民手帳予約受付中

日記欄、最新の統計資料、県内市町別紹介、便利な生活情報などが、コンパクトなサイズにまとめられています。

■ **定価** 600円(税込)
(11月上旬の配本時に支払い)

- ※定価を変更しています。
- **申込締切** 9月1日(火)
- **地域創生推進課(東庁舎)**
- 71 ● 2316
- ☎ 72 ● 2000

水仙の球根を 集めています

市では、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、花いっぱいプロジェクトを実施します。市民の皆さんから集めた水仙の球根を、子どもたちの手で公園に植えます。

- **募集期間** 10月上旬まで
 - **収集場所** 総合体育館
 - **問** 都市政策課(東庁舎)
 - 71 ● 2336
 - ☎ 72 ● 7964
- 湖南市文化体育振興事業団

(総合体育館)
→ 72 ● 4990

使用済み小型家電を 回収します

市では使用済み小型家電の回収体制について検討しています。その一環で実験的に回収ボックスを設置しています。

- **設置期間** 平成28年2月29日(月)まで
- **設置場所** 市役所東庁舎・西庁舎・リサイクルプラザ
- **投入時間** 執務時間中
- **対象** ゲーム機・カメラ・携帯ラジオなど使用済みの小



型家電で、投入口に入る大きさ(縦17.5cm×横28cm以内)のもの。
※個人情報情報は消去し、電池やバッテリーは取り外してください。
※投入されたものは、返却できません。

- **問** リサイクルプラザ
- 75 ● 3933
- ☎ 75 ● 3904

今月の納税など

8月31日(月)

- 市県民税(第2期)
- 国民健康保険税(第4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
問収納課〔東庁舎〕 → 71 ● 2320 ☎ 72 ● 2460

交換銀行

問生活環境課〔東庁舎〕 → 71 ● 2358 ☎ 72 ● 2201

◎譲ります

- 犬用ケージ
- 小型犬用フェンス
- スタッドレスタイヤ
- ベビーベッド(組立式)
- 小型犬キャリーバッグ
- パソコンラック
- 子ども用自転車
- クリスマスツリー

◎譲ってください

- パワーヘルス
- ホームベーカリー
- 甲西北中学校制服・体操服(女性用)
- 光星学園制服・体操服(男児用・女児用)
- 男児用夏服
- ベビーベッド用のかや
- 子ども用自転車
- ピアノ
- 日枝中学校制服(女性用)
- ベビーサークル
- ベビー用の体重計
- グランドピアノ

※交換の交渉は、譲りたい人と譲ってほしい人之间で直接行います。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 ☎ 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。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。「〈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	9/1				

■ …休所日 □ …「粗大ごみ」戸別収集日

○ …「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9月13日(日)の「休日開所日」を利用してください。



区・自治会に

加入しましょう

区・自治会では、自分たちの住む地域を良くしていくため、環境美化や防犯パトロールなどの活動を行っています。

また、地震・降雨災害などの災害発生時には、近所の人たちの協力や助け合いが被害を最小限にすると言われています。そのため、日頃から住民同士のふれあいを大切にし、親睦・交流を深めるイベントも開催しています。しかし、現状では役員になることや活動に参加することを負担に感じ、加入をためらう人も少なくありません。

そこで区長会では、「加入促進プラン」を作成するなど、誰もが加入しやすい魅力ある組織づくりをめざして、日々取

り組んでいます。また、地域の活動を知ってもらうため、市役所などに各区・自治会が発行した広報紙を設置しています。

区・自治会に加入するには

近くの区役員、自治会役員に申し出てください。もし、所属する区・自治会が分からない場合は問い合わせください。

☎ 地域創生推進課〔東庁舎〕

☎ 71・2315

☎ 72・2000

児童扶養手当現況届・特別児童扶養手当所得状況届

児童扶養手当の受給者は現況届を、特別児童扶養手当の受給者は所得状況届を毎年提出しなければなりません。提出が遅れたり、手続きを行わなかったりすると手当の支給が遅れたり、停止されたりします。忘れずに提出してください。

提出期間

○児童扶養手当現況届

8月31日(月)まで

※8月11日(火)・18日(火)は

午後7時まで時間を延長して受け付けます。詳しくは問い合わせてください。

○特別児童扶養手当所得状況届

8月11日(火)～9月10日(木)

☎ 子育て支援課〔東庁舎〕

☎ 71・2328

☎ 72・3788

甲賀広域行政組合

職員募集

平成28年4月1日採用の職員を募集します。詳しくは甲賀広域行政組合のホームページに掲載しています。

採用職種・人数

○一般行政(衛生センター) 1人程度

○消防吏員 3人程度

○対象 平成2年4月2日～平成10年4月1日までに生まれた人

■第1次試験 9月20日(日)

■申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、8月12日(水)まで(必着)に直接か郵送で☎へ。

☎ 甲賀広域行政組合総務課
(〒528-10005 甲賀市水口町水口6218番地)

☎ 62・0056

視覚障がい者同行援護従事者養成研修(一般課程)講習会

■日程〔全5回〕

	①	②	③(※)	④(※)	⑤
日時	9月1日(火) 午前10時10分～ 午後4時50分	9月4日(金) 午前10時～ 午後4時50分	9月14日(月) →	9月15日(火)	11月6日(金) 午後1時～ 5時30分
			9月28日(月) →	9月29日(火)	
場所	障害者福祉センター(草津市)		視覚障害者センター(彦根市)	JR長浜駅周辺	視覚障害者センターほか

※③で9月14日受講する人は④で15日に、③で9月28日に受講する人は④で29日に受講してください。

■対象 同行援護業務への従事を強く希望する市内在住か在勤の人

■定員 2人

■受講料 5,000円(テキスト代ほか)

■申込締切 8月5日(水)

※申込者多数の場合、8月6日(木)正午に☎で公開抽選を行います。

☎ 社会福祉課〔東庁舎〕 ☎ 71・2364 ☎ 72・3788

工作して遊ぼう

牛乳パックや割り箸などを利用して、こまやけん玉を作ります。

- 日時 8月21日(金)
午前9時30分～11時30分
- 定員 20人(先着順)
- ※小学3年生以下は要保護者同伴。
- 申込締切 8月10日(月)

天体観望会

- 日時 8月22日(土)
午後7時30分～9時
- 場所 石部南運動場
(石部南まちづくりセンター東側)
- ※天候不良時は中止します。
- ※中学生以下は要保護者同伴。

問 石部南まちづくりセンター
☎77・2535

特集展示 館所蔵品展

鈴木靖将原画「近江伝説色紙」や戦争関係資料、市指定文化財の「石部焼花皿」、「奥村志宇襖絵」などの名品を展示します。

- 期間 8月30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

広報番組「きらめき湖南」をご覧ください

湖南市をPRする番組がびわ湖放送で放送されます。

- 放送日時 8月23日(日)
(再放送は8月30日(日))
午後6時10分～(約4分)
- 内容 健康いきいき湖南市
～保健センター事業～



問 秘書広報課(東庁舎)
☎71・2300 ☎72・1467

ポーセラーツ教室

白磁陶器に転写シールを貼り、オリジナルの食器を作ります。

- 日時 8月20日(木)
午前9時～11時30分
- 定員 20人(先着順)
- 参加費 実費
- 持ち物 手拭きタオル、はさみ
- 講師 豊田みぎわさん(ポーセラーツインストラクター)
- 申込方法 8月7日(金)までに、☎に備え付けの申込書を提出。

おとこの料理教室～ヘルシーランチ～

- 日時 8月29日(土)
午前9時～正午
- 場所 三雲まちづくりセンター
- 対象 小学生以上で、料理に興味のある男性
- 定員 15人(先着順)
- 講師 中島かおるさん
- 参加費 300円
- 持ち物 エプロン、布巾、手拭きタオル、台拭き、飲み物
- 申込方法 8月20日(木)までに電話で☎へ。

問 三雲児童館
☎72・2089(休館日:月・火、祝日)

Osaka Shion Wind Orchestra ファミリーコンサート☆2015

赤ちゃんから大人まで家族全員で楽しめる音楽を目的とした"体感型吹奏楽コンサート"です。



小学生以下の子どもにはポーネルトのタマゴ型マラカスをプレゼントします。

- 日時 8月29日(土)
- ①午後1時開演(乳幼児向け)
- ②午後3時30分開演(小・中学生向け)
- ※②では甲西吹奏楽団ジュニアバンドとの共演もあります。
- 場所 甲西文化ホール
- 入場料【全席指定】
- ①前売り一般1,500円、中学生以下800円
- ②前売り一般2,000円、中学生以下1,000円
- 前売券販売所 甲西文化ホール、アルプラザ水口店、ローソンチケット
(☎0570・084・005、Lコード①59809、②59823)

問 (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

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。

親子体操教室

楽しみながらダンスや平均台、フラフープなどにチャレンジしてみませんか。



- 日時(全8回) 9月3日・10日・17日・24日、10月1日・8日・15日・19日
午前10時～正午
- 対象 2～3歳の未就園児と保護者で、市内在住か在勤の人
- 定員 20組(先着順)
- 講師 東香里さん
- 参加費 1,000円
- 申込方法 8月19日(水)までに電話で☎へ。

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

青少年夏休みコンサートvo1.11

青少年のすがすがしい音楽をお楽しみください。

- 日時 8月30日(日)
午後1時30分
- 場所 石部文化ホール

秋を彩る音楽家たちの夢のコンサート

～青い鳥はあなたのそばに～

滋賀県を代表する音楽家たちの夢のコンサート。幸せは遠くに出掛けなくても身近なところにある。心つながるまちで、素晴らしい音楽家たちと心地よいひとときを過ごしませんか。

- 出演 井上政廣(シンセサイザー)、松山克子(フルート)、生田邦(バイオリン)、立木良介(作曲家)
- 日時 10月4日(日)
午後2時開演
- 場所 甲西文化ホール
- 入場料【全席自由】 500円
- 前売券販売所 甲西文化ホール、石部文化ホール

学校給食試食会

皆さんに学校給食への理解と給食メニューの魅力を気軽に楽しんでいただくために開催します。栄養満点の給食を味わい、懐かしい子ども時代に戻ってみませんか。無料で試食できます。

■日時 8月22日(土)

- ①午前11時～ ②午前11時40分～
- ③午後0時20分～ ④午後1時～

※各回30分です。

■場所 学校給食センター

■対象 市内在住の人

■定員 各回75人

(先着順、時間帯は選べません)

■当日の献立 ごはん、下田なすの味噌汁、アジフライ、赤こんにゃくの金平、牛乳

■申込方法 8月18日(火)までに氏名・住所・連絡先・参加人数を電話かFAXで問へ。

※駐車場に限りがありますので、できるだけ乗り合わせてお越しください。



問 学校給食センター

☎72・3185 ☎72・1180

草津線に乗って行こう!

夏休み親子で学べるハイキング

～トイレ工場を見学しよう～

TOTO(株)滋賀工場を訪ね、トイレがどのように作られているのか実際に見て学べます。

■日時 8月26日(水)

午後1時30分集合
(午後4時45分頃解散)

■集合場所 JR三雲駅

■対象 小学3年生以上(要保護者同伴)

■定員 50人(先着順)

■ハイキングコース JR三雲駅～TOTO(株)滋賀工場～JR三雲駅(歩程約3km)

■申込方法 8月20日(木)までに問へ。

問 (一社) 湖南省観光協会

☎71・2157 ☎72・9622

ぶどう・梨栽培技術研修会

直売所への出荷をめざした果樹の栽培研修です。

■日時・場所(全2回)

- ・1回目 8月18日(火)
午後1時30分～
JAこうか本所(甲賀市)
- ・2回目 9月中旬予定
農業技術振興センター(栗東市)

■申込方法 問へ。

問 JAこうか営農指導課

☎62・0588

農林振興課(東庁舎)

☎71・2330 ☎72・7964

滋賀県子育て支援活動推進事業

健やか子育て講演会

「ことばの力～美しいことばは美しい心をつくる～」をテーマにお話します。

■日時 9月3日(木)

午後1時～2時30分

■場所 水戸幼稚園

■講師 野呂昶さん(詩人)

■申込方法 8月27日(木)までに電話かFAXで問へ。

※託児サービスがあります。

問 光星学園水戸幼稚園

☎75・3350 ☎75・4425

ポルトガル語クラブ

楽しく基礎会話を学びませんか。

■日時 8月3日・10日・17日・24日・31日、
9月28日、10月26日、11月30日(全て月曜日)

午後7時～8時30分

■場所 共同福祉施設(サンライフ甲西)

■定員 15人(先着順)

■講師 中村ジルベルトさん

■参加費 会員1回500円、一般1回750円

■申込方法 電話かFAXで問へ。

問 湖南省国際協会

〔中央まちづくりセンター〕

☎・☎71・4332

夏休み子ども風景画教室

身近な風景を見つめ直し、その風景のもつ美しさや良さを再発見しよう。

■日時 8月25日(火)

午前9時～午後4時

■場所 野洲川親水公園

※実習は総合体育館で行います。

■対象 市内の小学4～6年生

■定員 30人

※応募者多数の場合は抽選

■講師 河野幸男さん(市内在住画家)

アシスタント 甲西高校美術部

■参加費 600円(昼食代と保険代)

■申込方法 8月11日(火)

まで(必着)に氏名・年齢・

住所・連絡先をFAXか郵送

または、メールで問へ。



問 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

ウォーターエクササイズ体験教室

水中でのウォーキングとエクササイズを組み合わせた教室です。運動不足の人はもちろん、膝や腰に痛みのある人も安心して取り組みます。

■日時

○9月コース〔全4回〕 9月2日・9日・16日・30日(全て水曜日)

○10月コース〔全4回〕 10月7日・14日・21日・28日(全て水曜日)

時間は全て午後2時～3時

■場所 甲西イトマンスイミングスクール

■対象 おおむね65歳以上の人

※水中運動初心者優先

■定員 各コース10人

■参加費 各コース1,000円

■申込締切 8月21日(金)

問 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

カキラ講座

呼吸法でろっ骨を中心に体中の関節を動かし、背骨や骨盤周りのゆがみを整えて、肩こり・腰痛・冷え性などの機能改善を図ります。ご自身の動きで整体し、体をスッキリとラクにしましょう。

- 日時(全5回) 9月5日・12日・19日・26日、10月3日(全て土曜日)
午後7時～8時30分
- 場所 女性センター
- 対象 市内在住か在勤の女性
- 定員 15人(先着順)
- 参加費 1,500円
- 持ち物 タオル、飲み物、ヨガマット(バスタオルでも可)
- 申込方法 8月5日(水)～20日(木)に電話で問へ(日曜日は除く)。
※託児サービスは、子ども一人につき1,500円(全5回分)。

問 女性センター ☎72 8588

子育てサポーター養成講座

保育の心や子育てを取り巻く環境などについて学びます。

- 日時・内容(全5回)
- ①9月10日…子どものけがと手当
- ②9月24日…救命救急
- ③10月8日…心の発達
- ④10月22日…子どもの世話
- ⑤11月5日…子育てをめぐる環境(全て木曜日)
午前10時～午後0時30分
- 場所 平和堂甲西中央店3階
- 対象 市内在住で、20歳以上の人
- 定員 20人(先着順)
- 参加費 2,500円(テキスト代ほか)
- 申込方法 平日(平和堂定休日を除く)の午前10時～午後5時30分に問へ(電話可)。
※託児サービスがあります。申し込み時にお知らせください。

問 湖南省ファミリー・サポート・センター(平和堂甲西中央店3階)
☎71●4647 ☎71●4662

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 9月14日(月)
午前9時30分～正午
- 場所 女性センター
- 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
- 保育者 保育サービス「ぼっぼ」
- 申込方法 月～土曜日に電話で問へ。
※一時保育もしています。午前9時～正午の間に問い合わせてください。

市民生涯学習講座

「地域」「家庭」「職場」での 気持ちの良い関係づくりセミナー

対話のポイントや対人関係のノウハウを身に付ける講座です。

- 日時 9月17日(木)
午前10時～正午
- 場所 市民学習交流センター(サンヒルズ甲西)
- 対象 市内在住か在勤の人
- 定員 30人(先着順)
- テーマ 「寄り添う力と伝える力～傾聴と自己表現～」
- 講師 畑信好さん
(コーチングカウンセラー)
- 申込方法 問へ。



問 スマイルプロジェクト(藤川)
☎090 6236●5970

スポーツ大会

第21回日本シニアソフトボール滋賀・ 湖南大会・第20回日本ハイシニアソフト ボール滋賀・湖南大会

- 高齢者の生きがいと健康な生活を願い、ソフトボール競技を通じて全国の高齢者の交流と連携の輪を広げるため開催されるものです。応援よろしくお祈りします。
- 期日 8月29日(土)～31日(月)
- 場所 野洲川親水公園ほか

市民硬式テニス秋季大会

- 期日 9月6日(日)
- 場所 雨山テニスコート

市長杯及びペアーゴルフ大会 (震災復興チャリティ)

- 期日 9月7日(月)
- 場所 近江カントリー倶楽部

第11回秋季市民ソフトボール大会

- 期日 9月13日(日)
- 場所 野洲川親水公園

第2回スポーツチャンバラ 少年少女大会兼健心塾杯

- 期日 9月13日(日)
- 場所 総合体育館

湖南省秋季バドミントン大会

- 期日 9月20日(日)
- 場所 総合体育館

湖南・甲賀市民水泳大会

- 期日 9月23日(水・祝)
- 場所 甲賀B&G海洋センター

※各大会への参加申込みなど、詳しくは問い合わせてください。

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

28歳からのハッピーキャリアcafe

結婚・出産後も仕事を続けたい女性のための講座です。

- 日時 9月12日(土)
午後1時30分～4時30分
 - 場所 カフェ+バル フィオーレ(草津市)
 - 定員 30人(先着順)
 - テーマ 仕事も子育てもあきらめない!
～自分らしいハッピーキャリアを見つけよう～
 - 講師 堀江敦子さん
- ※参加費は無料ですが、交流会に参加する人は500円が必要です。
- 申込方法 9月4日(金)までに電話かFAX、またはEメールで☎へ。

問 県女性活躍推進課

☎077・528・3770
☎077・528・4807
✉fg00@pref.shiga.lg.jp

パンフレ講座

「ITサロン」(パソコン相談)

詐欺まがいソフトで困っている人、パソコンの調子が悪いけど修理は高そうだから…と悩んでいる人、相談にのります。

- ◆8月6日(木)、9月3日(木)
三雲まちづくりセンター
 - ◆9月11日(金)
ふれあいの館(石部東)
 - ◆8月21日(金)、9月18日(金)
鳩の街市民交流スペース(平和堂石部店2階)
 - ◆8月28日(金)、9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
※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/

シニア対象 再就職・就業支援講習会

- 対象 県内在住で55歳以上の人
 - 定員 各講習20人
 - 申込方法 ハローワークかシルバー人材センターに備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、FAXか郵送で☎へ。
- ※申込み後、受講者選考面接にお越しください。
※申込用紙は連合会ホームページにも掲載しています。

● 公的事務補助技能講習

- 期間 9月7日(月)～18日(金)
午後1時～5時
- ※土・日曜を除く
- 場所 県シルバー人材センター連合会事務所(大津市)
- 申込締切 8月27日(木)必着
- 受講者選考面接 8月31日(月)
午前10時～連合会事務所にて

● 福祉有償運送運転者講習

- 期間 9月15日(火)～17日(木)
午前9時20分～午後4時
- 場所 草津市シルバー人材センター(草津市)
- 申込締切 8月31日(月)必着
- 受講者選考面接 9月3日(木)
午前10時～連合会事務所にて

● ふるさと産品技能講習

- 期間 9月28日(月)～10月9日(金)
午後1時～5時
- ※土・日曜を除く
- 場所 県シルバー人材センター連合会事務所(大津市)
- ※各作業所にて作業実習あり。
- 申込締切 9月10日(木)必着
- 受講者選考面接 9月14日(月)
午前10時～ブエルタ大津にて

問 公益社団法人滋賀県 シルバー人材センター連合会

(〒520-0054大津市逢坂一丁目1-1)
☎077・525・4128
☎077・527・9490

普通救命講習

- 心肺蘇生法やAEDの使い方を学びます。
- 日時 9月13日(日)
午前9時30分～午後0時30分
(受付:午前9時～)
 - 場所 中央まちづくりセンター
 - 対象 市内在住・在勤の人
 - 定員 20人(先着順)
 - 申込締切 8月31日(月)

問 甲賀広域行政組合湖南中央消防署

☎72・0119 ☎72・7737

公立甲賀病院講演会

- 日時 8月29日(土)
午後2時30分～4時
 - 場所 公立甲賀病院2階講堂
 - 定員 120人
 - 内容
- 第1部「緩和ケア病棟と在宅における看取りの現状について」
講師:沖野孝(公立甲賀病院院長代行)
 - 第2部「在宅におけるターミナルケアと家族支援」
講師:畑野秀樹(地域包括ケアセンターいぶきセンター長)
- 申込方法 電話かFAXで☎へ。

問 公立甲賀病院がん相談支援センター

☎・☎65・1641

グラウンドゴルフ大会

- 日時 10月3日(土)
午後1時30分～3時30分(受付:午後1時～)
- 場所 県立精神医療センターグラウンド(草津市)
- ※雨天時は☎のアリーナで行います。
- 定員 48人(先着順)
- ※障がいのない人は15人まで
- 申込期間 8月14日(金)～9月11日(金)

問 県立障害者福祉センター

☎077・564・7327
☎077・564・7641

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



行事予定

石部中央1-2-3 ☎77 6252 FAX77 6232

- 9日(日) **きじっこおはなし会**(グループ「ピッコロロ」)
午後6時～6時30分(幼児から小学生向けのこわいおはなし会)
- 21日(金) **よっといでたいむ**(乳幼児と保護者向けのおはなし会)
午前11時～11時20分
- 22日(土) **よっといでたいむ**(幼児から小学生向けのおはなし会)
午後4時～4時30分

中央5-50 ☎72 5550 FAX72 5554



行事予定

甲西図書館

- 7日(金) **ちっちゃなかぜおはなし会**(乳幼児と保護者向け)
午前11時～11時30分
- 15日(土) **ちっちゃなかぜおはなし会**
午後3時～3時20分(4歳以上の幼児向け)
午後3時30分～4時(小学生向け)
- 22日(土) **おはなしの森**
(幼児から小学生向けのこわいおはなし会)
午後6時～6時30分

甲西図書館展示

平和祈念事業 **新聞で振り返る戦争**
—山名隆三コレクションより—
8月30日(日)まで
戦後70年を迎える今年は、当時の新聞を展示します。

おにぎり村の人形劇

- 日時 8月29日(土) 午後2時～
- 場所 甲西図書館
- 定員 100人(当日先着順)
- 演目 「ジャックと豆の木」ほか

図書館ポイントラリー開催中

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、くじ引きですてきな景品がもらえます。

- ポイントがもらえる期間 11月8日(日)まで
- くじ引き期間 10月24日(土)～11月8日(日)
- 対象 中学生以下

本のリサイクル

古くなった図書館資料のうち、再利用が可能な図書約2,000冊を無料でお譲りします。

- 日時 8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
- ※一人20冊まで。 ※雑誌はありません。

移動図書館車 マツソウくん 8月の巡回スケジュール

場所	日時	日時
三雲ふれあいセンター駐車場	14☎ 16:00～16:30	
妙感寺多目的集会所前	20☎ 16:00～16:30	
岩根東農業集落センター前	5☎ 16:00～16:30	26☎ 16:00～16:30
北山台自治会館前	19☎ 16:00～16:30	
フレンドマート第2駐車場	21☎ 16:00～16:30	
下田まちづくりセンター前	7☎ 16:00～16:30	28☎ 16:00～16:30
中山生協集会所予定地	7☎ 16:50～17:20	28☎ 16:50～17:20
サンヒルズ甲西駐車場	12☎ 16:00～16:30	

※8月は夏休み期間につき小学校、幼稚園、保育園は運休します。また、この期間は夏の暑い時間を避け、いつもと時間を変更して巡回します。
※移動図書館車で借りた本は、石部図書館・甲西図書館でも返却できます。

湖南省立図書館 雑誌スポンサーを紹介します

- 天野エンザイム(株) 『日経サイエンス』(甲西)
 - トヨタ紡織滋賀(株) 『モーターマガジン』(石部)
『月刊自家用車』(甲西)
 - 美松電気(株) 『Number』(甲西)
- ほかにも3人の市民のかたに、スポンサーになっていただいています。ご支援、ありがとうございます。

湖南省立図書館ホームページで、両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/IMDMAIN.CSP>
 - ◎携帯電話から(暗号化なし) <http://lib.edu-konan.jp/imd/IMD/IMDMAIN.CSP>
- インターネットや携帯電話から両館で貸出中の本と雑誌の最新号を予約できます。予約した資料が用意できたときは、メールで連絡を受け取ることができます(図書館で発行するパスワードが必要)。

暗号化あり 暗号化なし



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)

※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。

ママ・パパ教室

(受付: 午後1時15分～1時30分 場所: 保健センター)

8月29日(土) 午後1時30分～3時30分	わくわくドキドキ沐浴体験 ママって大変! パパの妊婦体験 目からうろこ! 聞いて得するお話
---------------------------	---

対象 妊娠中期～後期頃の妊婦・夫および家族

持ち物 母子健康手帳

※要事前申込。

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)

8月27日(木) 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27年3月生まれの乳児の保護者

持ち物 母子健康手帳、エプロン、バスタオル、おむつ、お茶など

※要事前申込。保育が必要な人は申し込んでください。

ベースマイル

(受付: 午前10時～11時 場所: 保健センター)

8月10日(月) 午前10時～11時30分	子どもの成長発達や育児に関する悩みを相談
--------------------------	----------------------

対象 乳児とその保護者

持ち物 母子健康手帳、おむつなど

乳 幼児健診

(受付: 午後1時～2時15分 場所: 保健センター)

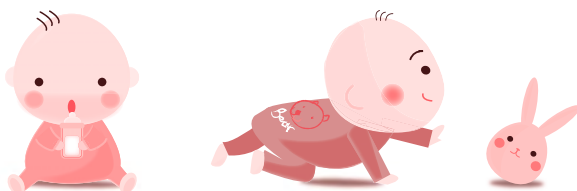
多少時間がかかります。

	対象	日
4か月児健診	平成27年4月生	8月20日(木)
10か月児健診	平成26年10月生	8月26日(水)
1歳6か月児健診	平成26年1月生	8月28日(金)
2歳6か月児相談・歯科健診	平成25年1月生	8月7日(金)
3歳6か月児健診	平成24年1月生	8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。



家族みんなで参加しよう!

無料 生活習慣病 予防教室

生活習慣病を予防して健康寿命をのばしましょう。

	日程	時間	対象
糖尿病教室	8月27日(木)	午後2時～4時	HbA1c5.6%以上の人
	9月7日(月)	午前10時～正午	
	10月2日(金)		
高血圧教室	11月18日(水)	午後2時～4時	収縮期血圧130mmHg以上、 拡張期血圧85mmHg以上の人
	12月10日(木)	午前10時～正午	

※対象となる人の家族も参加できます。

※両教室とも保健センターで行います。詳しくは問い合わせてください。

暑い夏に気をつけましょう

おやつを食べ過ぎ・ジュースの飲み過ぎ

砂糖をたっぷり含むおやつやジュースは、歯を溶かす酸がたくさん含まれています。おやつをだらだらと1日に何度も食べていると、酸に歯が何度も触れて歯を溶かす回数が増えますので、やめましょう。また、ジュースをお茶代わりに飲むことも酸が歯に何度も触れていることになります。おやつを食べた後は、お茶や水を飲むようにしましょう。



滋賀県「親子でいい歯コンクール」が実施されました

7月12日(日)、滋賀県歯科医師会口腔衛生センターで滋賀県「親子でいい歯コンクール」が開催されました。湖南市代表として山元久美さん、碧樹くん親子(ハイウェイサイドタウン)が参加し、奨励賞を受賞しました。おめでとうございます。

湖南省子育て応援サイト
(ココフレ) をご利用ください。



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

湖南省子育て支援センター

◎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(申し込みの受付は午前9時から)
✉ kosodate-s@city.shiga-konan.lg.jp

みつばち開放日(移動支援センター)
時間 午前10時～11時30分
場所 左ページのカレンダーで確認してください。

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

開放日

時間 午前10時～正午 午後1時30分～3時30分
※8月生まれの子どもの手形・足形をとれます。

ベビーマッサージ

日時 8月3日(月) 午前10時～11時
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～ふれあい遊びとおしゃべりタイム～

日時 8月18日(火) 午前10時～11時
対象 8か月までの子どもと保護者

りすグループ～ふれあい遊びとおしゃべりタイム～

日時 8月20日(木) 午前10時～11時
対象 9か月～1歳5か月の子どもと保護者
申込期間 8月4日(火)・5日(水)

子育て応援広場

昔あそびを楽しもう

日時 9月14日(月) 午前10時～11時30分
対象 未就園児と保護者
定員 15組(先着順)
講師 ボランティアグループ「いしべっこ」
申込期間 8月25日(火)・26日(水)

台風の子供の季節になりました

午前7時の時点で暴風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。



子育て支援センター

ひまわり

(岩根保育園2階) ☎・☎72・7089

開放日

時間 午前10時～正午 午後1時15分～3時15分
※イベント開放日(25日)は「ハーモニ」～ハーモニカ演奏～です。

子育て相談日

臨床心理士と栄養士が子育て相談に応じます(相談員は変更する場合があります)。
日時 8月4日(火) 受付:午前10時～11時

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 8月3日(月) 午前10時30分～11時30分
対象 6～9月生まれの子ども
持ち物 おしぼりかウェットティッシュ

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 8月5日(水) 午前10時～11時20分
対象 2歳以上の子どもと保護者

はいはいキッズ～親子ふれあいタイム～

日時 8月21日(金) 午前10時30分～11時30分
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

このゆびと・ま・れ!～スライムあそび～

日時 9月4日(金) 午前10時30分～11時45分
対象 2歳6か月以上の子どもと保護者
定員 20人(先着順)
申込期間 8月26日(水)・27日(木)

子育て応援広場

リズムにのってあ・そ・ぼ・う!

日時 8月28日(金) 午前10時30分～11時
対象 2歳以上の子どもと保護者
定員 20組(先着順)
講師 歌あそびグループ「ポレポレ遊ぎ舎」
申込期間 8月5日(水)・6日(木)

アロマクラフト作り～虫よけスプレー～

日時 9月11日(金) 午前10時30分～11時30分
場所 岩根まちづくりセンター
対象 未就園児の保護者
定員 15人(先着順)
参加費 500円
講師 東森靖子さん(アロマセラピスト)
申込期間 8月26日(水)・27日(木)

☆支援センター事業での活動の写真を広報こなんやホームページ、Facebookなどで紹介する場合があります。不都合の生じる人は、事前にお知らせください。

※弟・妹の託児は申し込み時に尋ねてください。

1 土		
2 日		
3 日	手形・足形の日	子育て支援センター
	ベビーマッサージ・たんぼぼはうす開放日(午後)	石部子育て支援センター
	親子プレイステーション	三雲まちづくりセンター
	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
4 火	ひまわり開放日(午前)・子育て相談	子育て支援センター
	みつばち開放日	下田まちづくりセンター
5 水	にこにこ広場	子育て支援センター
	たんぼぼはうす水遊び開放日(午前)	石部子育て支援センター
6 木	みつばち開放日	菩提寺まちづくりセンター
7 金	ちっちゃなかぜおはなし会	甲西図書館
8 土		
9 日	きじっこおはなし会	石部図書館
10 日	ひまわり開放日(午前)	子育て支援センター
	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
	親子プレイステーション	岩根まちづくりセンター
11 火	たんぼぼはうす開放日(午前)	石部子育て支援センター
12 水		
13 木		
14 金		
15 土	ちっちゃなかぜおはなし会	甲西図書館
16 日		
17 日	ひまわり開放日(午後)	子育て支援センター
	みつばち開放日	柑子袋まちづくりセンター
	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)
	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
18 火	にこにこ広場・たんぼぼはうす開放日(午後)	石部子育て支援センター
19 水	みつばち開放日	平松保育園
20 木	ひまわり開放日(午前)	子育て支援センター
21 金	にこにこ広場	子育て支援センター
	たんぼぼはうす水遊び開放日(午前)	石部子育て支援センター
	よっといでたいむ	石部図書館
22 土	よっといでたいむ	石部図書館
	おはなしの森	甲西図書館
23 日		
24 日	みつばち開放日	三雲まちづくりセンター
	親子プレイステーション	石部まちづくりセンター
25 火	ひまわりイベント開放日(午前)	子育て支援センター
	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
	とんとんとんでおいで	三雲幼稚園
26 水	ひまわり開放日(午後)	子育て支援センター
	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
	とんとんとんでおいで	ひかり幼稚園
27 木	ひまわり開放日(午後)	子育て支援センター
	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
	とんとんとんでおいで	水戸幼稚園
28 金	たんぼぼはうす開放日(午前)	石部子育て支援センター
	くまさんとクラブ(水遊び・絵本の読み聞かせ)	菩提寺優愛保育園モンチ
29 土	おにぎり村の人形劇	甲西図書館
30 日		
31 日	ひまわり開放日(午前)	子育て支援センター
	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

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

☎生涯学習課(西庁舎) ☎77●6250 ☎77●6253

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

つどいの広場 くまさんとクラブ

対象 未就園児と保護者

定員 6組

○水遊び

時間 午前10時～11時30分

持ち物 水着、タオル、着替え、お茶

○絵本の読み聞かせ

時間 午前11時30分～正午

持ち物 手拭きタオル、お茶

☎菩提寺優愛保育園モンチ ☎74●3220

(平日午前10時～午後3時)

とんとんとんでおいで

時間 午前10時～11時30分

対象 1歳6か月以上の未就園児と保護者

定員 45組(先着順)

内容 保育室でコーナーあそびをしましょう

持ち物 上靴、下靴を入れる袋、水筒(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。

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

今月のイベント 水遊び

■日時 8月21日(金)

午前10時30分～(受付:午前10時～)

※雨天中止

■場所 三雲2030-67(西山団地内)

■定員 15組(先着順)

■申込締切 8月11日(火)

☎NPO法人ふれあいセンター「そよ風」

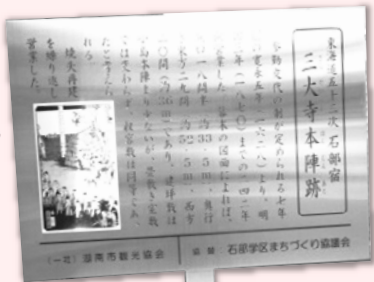
☎72●6153

どや
りーてや
ん



旧東海道観光案内看板設置スポンサーを募集しています!

湖南省を訪れた人が旧東海道を歩くことで、湖南省の歴史に触れ、街の良さを知り、人々との交流が始まることを期待して、毎年5か所を目標に旧東海道観光案内看板を整備しています。あなた(企業・団体・個人)のお名前を末永く後世に残しませんか。詳しくは、問い合わせてください☺



看板1本 10万円

10月17日開催
弥平激辛サミット2015
出店者募集中!
詳しくは問い合わせください

お問合せ (一社) 湖南省観光協会
☎ 71●2157

小川	井口	鳥本	立入	上刺	片山	卯田	石田	藤原	坂井	大熊	糸井
結貴哉	和奏	和花	蒼真	燈希	陽葵	葉夏	結風	涼羽	湊	佑弦	遥香
岡出	石部	柑子	柑子	柑子	平松	平松	吉永	三雲	三雲	三雲	三雲

お誕生おめでとう
赤ちゃん
行政区



福田	菅井	奥村	中野	平岡	福永	西原	泉	村井
優芽	梓実	龍成	歩斗	宗典	晃大	舜	海斗	愛琉
湖南団地中	湖南団地北	湖南団地北	堂の城	下の西	分(フナサト)	北山台	岩根東	岩根東口

平成27年6月1日〜30日掲載申込分(敬称略)

中川	谷	谷	内	中	塚	村	北	丹	羽	田	寺
美智子	一枝	全	秀幸	の	恵	宗一	な美	登	喜太雄	貞三	留男
82歳	97歳	83歳	62歳	92歳	73歳	89歳	97歳	83歳	91歳	82歳	71歳
大谷	下田	下田	イタマシ	菩提寺	岩根東	岩根東口	東寺	宝来坂	石部東	柑子袋	中央

おくやみ申し上げます

湖南省市民憲章

わたしたちは、悠久の野洲川の流り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。

防災行政無線を聞きもらしたときに…

市内各地に設置されている防災行政無線スピーカーからの放送内容を、自動電話応答サービスで確認できます。

☎72●5040

各種相談

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

- ◇日時 8月11日(火)
午後1時～4時(一人30分)
- ◇場所 市役所東庁舎住民生活相談室
- ◇定員 6人(先着順)
- ※要事前予約(電話受付不可)
- ㊟住民生活相談室(東庁舎)
☎71●2370 ㊟72●3788

消費生活相談 (東庁舎)

- ◇日時 月～金曜日(祝日を除く)
午前9時～午後4時30分
- ☎71●2360 ㊟72●3788

行政相談

(国や行政の仕事に関する困りごとや相談に応じます)

- ◇日時 8月20日(木)
午後1時～4時
- ◇場所 社会福祉センター
- ㊟滋賀行政評価事務所
☎077●523●1926
㊟077●525●1149

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しかたなど、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
	三雲ふれあいセンター	サンヒルズ 甲西	柑子袋会館	夏見公民館 岩根会館
10	11	12	13	14
松籟会館				
17	18	19	20	21
	三雲ふれあいセンター	石部南まちづくりセンター	柑子袋会館	夏見公民館
24	25	26	27	28
松籟会館	菩提寺まちづくりセンター		下田まちづくりセンター	岩根会館

健康

からだ 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

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。事前に予約が必要です。一人30分、定員6人。

- ◇日時 8月5日(水)
午後1時30分～4時30分
- ◇場所 水口納税協会
- ㊟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、人権に関わる様々な相談に応じます。

- 中央まちづくりセンター8月6日(木)
- 石部老人福祉センター8月7日(金)
- ※今月は相談場所を変更しています。ご注意ください。
- ◇時間 午後1時30分～4時
- ㊟人権擁護課(東庁舎)
☎71●2354 ㊟72●2201

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 8月6日(木)・20日(木)
9月3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(東庁舎)
☎71●2354 ㊟72●2201

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

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**光星学園三雲幼稚園**です。



5歳児

先生「年少のお友だちに、ザリガニの赤ちゃんもらったよ」

みんな「育てたい!!」

Aちゃん「名前どうする？」

Bちゃん「りぼんちゃん」

Cちゃん「ハリーポッター」

Aちゃん「男の子か女の子かわからんやん」

そこからオス・メスの見分け方をみんなで探し始めました。



わが家の愛ドル



畑岡 ^{そうた} 聡太 ちゃん 1歳

毎日元気で笑顔いっぱいの聡太は、わが家の宝物です！

友和さん・愉子さん（湖南団地中）



8月の旬野菜を使ったレシピ

夏大根は辛味がありますが、半干し（1晩くらい陰干し）にすると甘味が出ておいしくなります。豆腐の代わりに半干しした大根を使った麻婆大根を紹介します。

栄養価（1人当たり）

エネルギー	101.8kcal
たんぱく質	6.1g
脂質	5.2g
カルシウム	44.8mg
カリウム	323.4mg
塩分	0.9g

麻婆大根

材料（4人分）

大根	150g	水	200ml
チンゲン菜	100g	しょうゆ	大さじ1/2
しめじ	50g	砂糖	大さじ1/2
にんにく	8g	みそ	大さじ1/2
土生姜	10g	豆板醤	小さじ1
青ねぎ	30g	鶏ガラスープ	小さじ1/2
酒	大さじ1	片栗粉	小さじ2
豚ひき肉	100g	水	小さじ2

作り方

- ① 大根は皮をむいて1~1.5cmの角切りにして竹ざるか干し野菜用のネットに入れて1晩陰干しにする。
- ② チンゲン菜は1.5cm長さに切る。しめじは石づきを取ってほぐしておく。にんにくと土生姜はみじん切りにする。青ねぎは小口切りにする。
- ③ フライパンに酒とにんにくみじん切りと土生姜みじん切りを入れて炒め、そこに豚ひき肉を入れてほぐしながら炒める。
- ④ チンゲン菜と大根、しめじ、水を加え材料に火が通るまで煮る。
- ⑤ ④に青ねぎとAを加えて味を整え、Bを加えてとろみをつける。

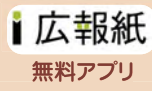
健康レシピ No.86

湖南省公式Facebook

URL <https://www.facebook.com/konanshi>



広報こなんがスマホで見られます



App Store、Playストアで「i広報紙」と検索。

