

まずはカラダを知ることから ～ 健診日程と結果説明会 ～

8月の健診日程（伊吹・米原地域） 対象地域以外でも受診ができます。事前にお問い合わせください。



「健康づくりガイド」もご参照ください

実施日	会 場	受付時間	基本健康 診査	胃 がん	大腸 がん	肺 がん	乳 がん	子宮 がん	骨粗 鬆症	基本健康診査のみ 受診する場合の対象地域
8月 4日(木)	伊吹健康プラザ 愛らんど	9時～10時45分	○	○	○		○	○		春照
8月 5日(金)		9時～10時45分	○	○	○	○	○	○		高番・伊吹
8月 6日(土)	米原げんき ステーション	9時～10時45分	○	○	○		○	○	○	米原
		13時～14時	○		○		○	○		米原西
8月 7日(日)		9時～10時45分	○	○	○	○	○	○		下多良
8月 8日(月)		9時～10時45分	○	○	○	○	○	○		梅ヶ原・多良・上多良
8月 9日(火)		9時～10時45分	○	○	○		○	○		賀目山・中多良・入江
8月10日(水)		西部デイ サービスセンター	9時～10時45分	○	○	○				
8月11日(木)	人権総合センター S・Cプラザ	9時～10時45分	○	○	○					一色・醒井
8月22日(月)	米原 保健センター	9時～10時45分	○	○	○		○	○		南三吉・三吉・西坂 東番場・西番場
8月23日(火)		9時～10時45分	○	○	○	○	○	○		河南・樋口・枝折
		13時～14時	○		○		○			上丹生・下丹生

※ 基本健康診査とは、特定健康診査、後期高齢者健康診査、39歳以下健診のことです。

健診結果説明会 健診は受けた後が大切です。説明会に参加して、身体の状態について確認しましょう。

地 域	健診実施日	説明会開催日	受付時間	会場
山 東	6月14日(火)・6月15日(水)	7月27日(水)	9時～9時15分	山東B&G 海洋センター
	6月17日(金)	7月29日(金)		
近 江	6月18日(土)	7月30日(土)		近 江 保健センター
	6月19日(日)	8月1日(月)		
	6月30日(木)・7月4日(月)	8月18日(木)		
	7月2日(土)	8月19日(金)		
	7月3日(日)	8月20日(土)		

問 市 健康づくり課（山東庁舎） ☎ 55-8105 FAX 55-2406

息郷地域総合センター 指定管理者募集のお知らせ

平成24年度から次の施設の事業運営および施設管理にあたっていただく指定管理者を募集します。

- 対象施設 息郷地域総合センター（三吉会館・息郷老人憩の家・米原市息郷児童館）
- 応募期限 8月26日(金) 17時15分まで
- 選定委員会 9月に開催（申請書類、プレゼンテーション選定委員によるヒアリングにより選定）
- 申込方法 応募用紙は人権政策課と各庁舎自治振興課または米原市公式ウェブサイトで配布。下記まで提出。

公の施設における指定管理者の 候補者選定委員(総務部門)を募集

左記施設などの指定管理者を選定するにあたり、候補者選定委員を募集します。

- 応募資格 市内在住・在勤の満20歳以上の方（平成23年9月1日現在）。ただし、国・県・地方公共団体の議員および常勤の公務員の方や、候補者と利害関係のある方は応募できません。
- 募集人員 2人（応募多数の場合は選考）
- 申込方法 応募用紙は人権政策課と各庁舎自治振興課または米原市公式ウェブサイトで配布。下記まで提出。
- 申込期限 8月19日(金)17時15分まで

問 市 人権政策課（米原庁舎） ☎ 52-6629 FAX 52-4539



夏の交通安全県民運動

実施期間 7月15日～7月24日

夏のレジャー交通の増加や、夏休みにともなう子どもたちの行動の活発化により、交通事故の増加が心配されます。

一人ひとりが交通安全意識を高め、事故防止に努めましょう。

運動の重点

- ①子どもと高齢者の交通事故防止
- ②全席シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ③飲酒運転の根絶
- ④自転車の安全利用の促進

問 市 市民安全課（近江庁舎）

☎ 52-6630 FAX 52-6930

滋賀県次世代創造発信事業

伝統と創造シリーズⅡ「流れゆくもの」

明治時代、長浜市に建てられていた芝居小屋「長栄座」を復活し、湖北文化の発信基地としてにぎわった街並みと芝居情緒を再現します。

日時と料金▼

8月6日(土) 15時～

升席(4人まで) 24,000円

一等席 4,000円 二等席 3,000円

8月7日(日) 15時～

升席(4人まで) 20,000円

一等席 3,000円 二等席 2,000円

問 滋賀県立文化産業交流会館

☎ 52-5111

要約筆記者養成講座（前期）

「要約筆記」とは、発言内容をキーボードに入力し即座に伝える社会福祉サービスのひとつで、聴覚障がい者の社会参加や自立を支援する福祉活動です。

この講座では、県や市が実施する要約筆記者派遣事業の協力者になっていただく人を養成します。

日程▶9月9日(金)～1月27日(金)

午後3時～全16回

会場▶彦根市障害者福祉センター

受講条件▶18歳以上の方で次年度後期も受講できる人。また、キーボードで80字/分以上でタッチタイピングができる人

受講料▶無料（教材費1,500円）

申込締切▶8月12日（金）まで

申込書は下記へご請求ください。

田・問 県立聴覚障害者センター

☎ 077-561-6111

自衛官募集

次のとおり自衛官を募集します。

職種と受験資格▼

自衛官候補生

・平成24年4月1日現在、18歳以上27歳未満の人

・学歴不問

自衛隊一般曹候補生(第2回)

・平成24年4月1日現在、18歳以上27歳未満の人・学歴不問

海上・航空自衛隊航空学生

・平成24年4月1日現在、18歳以上21歳未満の人

・高校卒業（見込含む）以上の学歴

受付期間▶8月1日から9月9日まで（ただし、自衛官候補生の男子は9月16日まで。来春高校卒業予定者は8月1日から受付）

問 自衛隊滋賀地方協力本部

彦根地域事務所（彦根市旭町）

☎ 0749-26-0587

限度額適用(・標準負担額減額)認定証の更新時期です

国保加入の方で、入院したときの医療費の自己負担額等が減額になる「限度額適用認定証」をお持ちの方は、7月31日で有効期限が切れます。8月以降も認定証が必要な方は、更新手続きをしてください。また、今後入院の予定があるなど、新たに認定証が必要な方についても申請をお願いします。

●申請方法 最寄りの市役所窓口で手続きできます（保険証と印鑑）

●注意事項 ・70歳以上の高齢受給者で、市・県民税課税世帯の方は、この認定証は不要です。

・国保税に未納のある方は交付できません。

問 市 保険課(近江庁舎) ☎ 52-6922 FAX 52-8730

毎月19日は「食育の日」

ほたるんの食育通信

第9号



食育の基本は家庭にあります。家庭でおいしく楽しい食育に取り組みましょう。



なるほど食育コラム 学齢期の食育

学齢期は、心身の発達とともに体力・運動能力が定着し始め、食習慣や食べ物の好き嫌いがはっきりする時期です。また、食事の選択などを自らが行えるようになるにつれて、朝食の欠食やおやつを食べ過ぎなどで肥満やむし歯が増え、生活リズムや食習慣の乱れる時期でもあります。

朝食の役割

朝食は、一日のパワーの源。朝食を食べずにいると、体温や脳の温度が上がらないので、ボーっとしたり、あくびが出たりします。

人間の脳が働くエネルギーとなるのは、ごはんやパンなどに含まれるブドウ糖だけです。これらを食べないと、脳にエネルギーが足りなくなり、イライラしたり、集中力がなくなったりすることが考えられます。

また、頭や体がぼんやりしたまま午前中が過ぎ、昼食を食べた後に元気が出てきて午後から夜間にかけてようやく体調が整い、夜更かしをする傾向にもつながります。

早寝、早起きをして、毎日しっかり朝ごはんを食べ、生活リズムを整えましょう。

問 市 健康づくり課（山梨庁舎）☎ 55-8105 FAX 55-2406



「事故0」を
滋賀の道から
あなたから

米原市内の交通事故（平成23年6月30日現在）※カッコ内は前年比

件数 90件（-10件）、死者 3人（+1人）、傷者 113人（-23件）



お知らせ

米原市職員採用試験

申込方法などについては、総務課までお問い合わせください。

行政職(初級) 1人程度

・平成2年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人

行政職(初級)障がい者対象 1人程度

・昭和51年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人
・身体障害者手帳の交付を受け、障がいの程度が1級から6級までの人
・自力による通勤ができ、介護者なしに職務遂行が可能な人
・活字印刷文による試験に対応できる人
・介護・介助者なしに受験可能な人

保育士・幼稚園教諭 3人程度

・昭和54年4月2日以降に生まれた人
・保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有する人、または平成24年3月31日までに取得見込みの人

試験日程▶第1次試験 9月18日(日)

受付期間▶8月4日(木)~8月19日(金)

採用予定日▶平成24年4月1日

問 市 総務課(米原庁舎)

☎ 52-1552 FAX 52-4447

6月15日号掲載 心象絵図完成披露会 時間変更のお知らせ

8月7日(日) 上丹生公民館

変更前 13時から→変更後 9時から
上丹生プロジェクトK ☎ 54-1928

米原市平和祈念式典を開催します

平和への願いを広く市民・国内・世界に訴え、戦没者の慰霊とともに恒久平和のまちづくりを願い開催します。ぜひご来場ください。

日時▶8月6日(土) 10時~

会場▶ルッチプラザ

問 市 社会福祉課(山東庁舎)

☎ 55-8102 FAX 55-8130

作る! 食べる! 楽しむ! 男性料理倶楽部(全6回)

住み慣れた地域で人生をいつまでも健康に楽しむために、にぎやかに調理を学びながらあなたの「食」を見直してみませんか。

詳しくは社協までお問い合わせください。

日程▶8月30日(火)を初回に10月にかけて全6回

9時30分から14時頃まで

会場▶米原公民館

対象▶60歳以上の男性で原則6回とも参加できる人(20人程度)

参加費▶1回500円

申込締切▶8月19日(金)

問 米原市社会福祉協議会 本部

☎ 54-3105 FAX 54-3115

公開ケース研究会

第61回「社会を明るくする運動」の強調月間にあたって、犯罪・非行の防止と更生援助についての理解を深めることを目的に研究会を開催します。ぜひご来場ください。

日時▶7月22日(金)19時~21時30分

会場▶人権総合センターS・Cプラザ
内容と講師▼

「インターネットの危険性

(携帯電話)とその対策」

滋賀県警察本部 生活環境課

サイバー犯罪対策室員

問 市 社会福祉課(山東庁舎)

☎ 55-8102 FAX 55-8130

第2回きらめき人権講座

今回の講座では、私たち市民が外国人労働者の権利を認め、共生していける社会を築くにはどうしたらよいのかを考えていきます。

お誘いあわせのうえご来場ください。(無料・申込不要)

日時▶8月4日(木)19時~21時

会場▶近江公民館

内容と講師▼

「外国人労働者問題から

多民族共生社会を考える」

草加道常さん(RINKすべての外国人労働者とその家族の人権を守る関西ネットワーク所属)

問 米原市人権教育推進協議会

☎ 54-2220

今月の表紙

水中ウォーキングで健康的な体づくりを手軽に実践!

個々の健康意識の向上と地域ぐるみの健康づくり運動の推進を目的に、市では「まいばら健康カレッジ」を昨年度に引き続き開催しています。6月27日に今年度の第一回目の講座として、山東B&G海洋センターで水中ウォーキング体験講座が開催されました。当日は非常に暑く感じる気温でしたが、8人の参加者はプールの中で涼しげに運動されていました。

エ コ ス タ イ ル

一人が変われば、
世界も変わる!!

7月23日は「まいばらライトダウンデー」

地球温暖化問題について考えていくことを目的に、環境省の呼びかけで実施されているライトダウン。今年は東日本大震災による節電の必要性などから、6月22日~8月31日の期間で「昼も夜もライトダウン2011」が実施されています。

市では、米原市環境フォーラム2011の開催日である7月23日を特に「まいばらライトダウンデー」として位置づけ取り組んでいます。

毎日当たり前のように使っている電気をオフにして、日本のこと、地球環境のことを考えてみませんか。環境を考えることは、結局は本当の豊かさにつながっていくのではないのでしょうか。



人口41,101人 (-7)

男20,144人 (+3)

女20,957人 (-10)

世帯数13,684世帯 (+9)

人のうごき

65歳以上の人口 10,169人 高齢化率 24.74% ※ () 内は前月との比較【平成23年7月1日現在】

「広報まいばら」「市公式サイト」への広告掲載に関するお問い合わせは市 広報秘書課 ☎52-6627へ...

◎広報まいばら 広告掲載料金: 1枠 15,000円 (13,300部発行・市内全戸配布)

◎市公式サイト 広告掲載料金: 1枠・1月 10,000円 (月平均アクセス数 18,000件)