

2011.

8/15
vol.143

まいばら

ひととまちをつなぐ! 市政情報誌



主な内容

- | | |
|----------------------|-----|
| 「大切にしたい米原市の景観」を募集します | 2 |
| 「庁舎の在り方」の検討が始まりました | 6 |
| まいばら自慢をさがしてみよう! | 中とじ |

次回の広報まいばら発行日 9月1日号 8月25日(木)

景観

まちづくり

「住んでよかった」「訪れてよかった」と思ってもらえる米原市の景観をつくりあげていくためには、市民・事業者・行政が連携して行う「景観まちづくり」が重要となります。市では、市民や事業者で組織する「米原市景観まちづくり会議」を設置し、良好な景観の形成に関する方針などを定めた「米原市景観計画」の策定を行います。

なぜ、今「景観」なのか？

景観は、まちの個性や魅力の特徴づけるものです。自分たちのまちの魅力を楽しみ、貴重な資産として次代に残せるように、わがまちの景観を維持・継承・改善するための取り組みが行われています。それが景観まちづくりです。



わたしたちのまち米原市には大切な景観がたくさんあります

市内には、伊吹山や琵琶湖に代表される地形や自然環境、人々の生活が作り出してきた景勝地である旧街道沿いのまち並みなど、自慢できる景観がたくさんあります。

また、日常生活の中にある何気ない風景であっても、人それぞれに好きな景観があると思います。しかし、市民一人ひとりが景観に対する意識を高めなければ、徐々に良好な景観は失われてしまいます。

これからの取り組み

市では、市民や事業者で組織する「米原市景観まちづくり会議」を設置し、良好な景観の形成に関する方針などを定めた「米原市景観計画」の策定を行います。

これらの取り組みを進めるうえで重要になってくる、みなさんのご意見を把握するため、10月頃にアンケートを実施する予定です。次のページに掲載している「大切にしたい米原市の景観」の応募とあわせて、ご協力をお願いします。

*1 平成16年に制定された、わが国で初めての景観に関する総合的な法律です。都市、農山漁村等における良好な景観の形成を図るため、良好な景観形成の理念および住民、事業者、行政の責務を明確化しています。



伝統的な家屋の再現・維持、無電柱化や石畳化を実施
出所：国土交通省ウェブサイト
(<http://www.mlit.go.jp/>)

修景



伊勢市の事例

《景観まちづくりの意義》

- ◆ 良好な景観は、まちの個性と魅力を高め、観光・交流人口の増加を生んでいます。
- ◆ 身の回りの心地よさを創り出す
- ◆ まちの個性を育む
- ◆ 地域の課題改善に役立つ
- ◆ まちと暮らしに愛着や誇りが持てる

全国的に「景観」に関する取り組みが活発になっていきます

美しいまちに対する国民的意識の高まりに促されるため、平成16年に景観に関する総合的な法律として「景観法*」が制定されました。近年では、景観法が制定されたこともあって、全国各地で景観まちづくりが積極的に進められています。



「大切にしたい米原市の景観」を募集します

市民一人ひとりが景観に対する意識を高め、良好な景観をより良くするための取り組みのひとつとして、市では、市民のみなさんが大切にしたい、米原市ならではの景観を募集します。

自然と歴史に恵まれた米原市には、自慢できる景観がたくさんあります。またふだん何気なく暮らしている身近なところにもいろいろな景観があります。知名度の高い名所や壮大な風景でなくても結構ですので、みなさんが大切にしたい身近な風景をぜひお寄せください。

応募いただいた景観を参考に、特に重要な景観を「(仮称)米原八景」として選定し、広くPRします。

(仮称)米原八景とは

米原市の持つ雄大な自然と共生し歩んできた中で育まれた、特に素晴らしいと思われる景色について、全国的に有名な近江八景、金沢八景などの名前にならない、米原市を代表する景観を指定する取り組みです。

「(仮称)米原八景」として選定された際には、市民のみなさんと相談しながら、良好な景観の保全・活用を通じて、まちづくりに活かしていきます。

お問い合わせ

土木部 都市計画課(近江庁舎)
TEL 521-9026 FAX 521-8790

応募内容(例)

①応募内容

伊吹山を三島池から眺めた景色

「○○山の景色」や「△△川の紅葉」のように、景観の対象物を記入してください。できれば、どこから見たらその景観が良好に見えるのかも記入してください。

②お勧めの季節

伊吹山が雪に覆われる冬

「○○の花が咲く季節」など、お勧めの季節があれば記入してください。

③応募する理由

観測史上世界一の豪雪地である伊吹山が逆さになっているから

歴史的な背景や景観の特徴・魅力など、補足説明することがあれば記入してください。

④住所・氏名・連絡先

下多良00番地 米原太郎 ☎00-0000



写真の代わりに位置図など、応募内容が特定できるものでも結構です。

応募方法

必要事項を記入した用紙(様式は自由)とカラー写真を添えて、持参・郵送・FAX・電子メールのいずれかで応募してください。

どなたでも、何点でも、応募できます。

ご応募いただいた方には

オリジナル ケイタイクリーナーを
プレゼントします!
(おひとり様ひとつ限り)

【必要事項】

- ①応募内容 ②お勧めの季節
- ③応募する理由 ④住所・氏名・連絡先

【募集期間】8月15日(月)～11月30日(水)

【提出先】土木部 都市計画課(近江庁舎)

〒521-8601 米原市顔戸488番地3

☎52-6926 ☎52-8790

✉toshi@city.maibara.lg.jp

市公式ウェブサイト <http://www.city.maibara.lg.jp/>

【注意事項】

- ・市内で誰でも立ち入ることができる場所から見る事ができる景観に限ります。
- ・提出された写真は、原則として返却しません。また、市公式ウェブサイトなど、景観の紹介に使用させていただくことがあります。
- ・持参の場合は各庁舎の担当窓口(自治振興課)に提出できます。
- ・市役所各庁舎の窓口で応募用紙を配布しています。また、市の公式ウェブサイトからもダウンロードできます。

となりの地域はどうしてる？

ノウハウ共有のための 防災ウォッチング



お問い合わせ 市民部 市民安全課 (近江庁舎)
☎52-6630 ☎52-6930

リーダー不足や活動のマンネリ化など自主防災組織の「形がい化」については、全国的にも課題となっています。このような中、地域防災のてこ入れに奮闘されているのが世継区です。

世継にはすでに策定されている独自の防災計画があるのですが、この計画を見直すために防災委員会を設置されました。

「役員が頻繁に替わっていている計画の精度が高まらないため、5年の任期にしています。4年目を迎える今年には防災アンケートを実施して、区

区民の絆で再確認
実践重視の防災訓練 **世継区**
(188世帯・人口653人)

民意見を計画に取り入れていく予定です」と、区長の世森増信さん。

一方で、今年恒例の防災訓練もひと工夫されました。

まずは、ライフラインが停止しても食事を作ることができるように、あえて不慣れた状況を想定した炊き出し訓練を実施。ドラム缶をくり抜いたかまどに薪をくべ、火加減に悪戦苦闘しながら豚汁づくりと炊飯に挑戦されました。

また、世継では、独居老人世帯や要介護者世帯など、各世帯の状況がまとめられた「絆マップ安心地図」が各組長さんに配布されています。避難参加訓練は、支援が必要な世帯に逃げ遅れがないかの声かけなど、地図の活用を意識した実践的な方法で進められました。

その他にも、屋外スピーカーを使った避難連絡や、防災用機材の使い方などの訓練など、機材の点検を兼ねるかたちで合理的に訓練メニューが構成されていました。

「訓練という特別な機会はもちろんだ大切ですが、日々の生活の中にも防災につながるようなしかけを取り込んでいきたいと考えています。例えば、防災用機材を老人会や子ども会の活動で使ってもらったり、区の総会などで会館に集まるときに避難訓練を兼ねたりするなど、ちよつとし

た工夫の積み重ねが実践力を高めると思っています。それに、今回の訓練はイベントにあわせて実施しましたが、日頃から区民のコミュニケーションを図ることも大切にしたいですね。

こういった取り組みを地道に進めることで、紙に書いた計画書が手元になくとも、いざという時にみんなが自分の役割をしっかりと認識しながら、助け合って行動できる。そんな地域にしていきたいです」と、防災委員会委員の佐竹吉雄さんは語っておられました。

例年以上の参加者があった今年の防災訓練。震災の影響で防災意識が高まっていることもさることながら、役員さんの熱意が伝わっている証ではないでしょうか。



▲世継区は男女共同参画社会のモデル地域にも指定されています。防災についても、男女を問わず様々な目線で意見を出し合うことが必要ですね。



※写真はイメージです。

グラっとくる前に 家の点検と対策を！

— 助成制度のご案内 —

市では、市民のみなさんの大切な生命や財産を守るため、耐震基準が強化される以前に建築された木造住宅について、無料耐震診断や耐震改修工事への助成を行っています。いざという時の備えとして、まずはご自宅の安全性を確認することから始めませんか。

制度の種類

1 木造住宅

耐震診断員 派遣事業（無料）

滋賀県が実施する講習を修了した耐震診断員による簡易耐震診断を、無料で受けることができます。

2

木造住宅耐震・ バリアフリー等 改修補助事業

耐震診断による構造評点が0・7未満の木造住宅を耐震改修される場合、改修に係る費用の一部を助成します。

また、今年度に限り滋賀県から30万円の上乗せ補助があります。（県内で先着50戸）

3

木造住宅の 耐震シェルター等 普及事業

耐震診断による構造評点が0・7未満の木造住宅に耐震シェルターや防災ベッドを設置される場合、設置に係る費用の一部を助成します。（申込1戸当たり20万円が限度額で、県内で先着15戸）



防災ベッド
(30万円前後～)

1および2の制度について申込多数となった場合は、次年度以降の対応になることがあります。



耐震シェルター
(30万円前後～)

ベッドの上部を金属製のフレームなどでおおうことで、寝ている人を保護します。

寝室など、部屋の中を鉄骨やパネルを使って補強し、安全な空間を確保します。

制度の要件

助成等を受けるためには、次の要件を満たしている必要があります。

- ① 昭和56年5月31日以前に着工され、完成しているもの
- ② 延べ面積の過半の部分が住宅の用に供されているもの
- ③ 階数が2階以下かつ延べ面積300㎡以下のもの
- ④ 木造軸組工法のもので、枠組壁工法、丸太組工法の住宅ではないもの
- ⑤ 大臣等の特別な認定を得た工法による住宅ではないもの

詳しくは、担当まで
お気軽にお問い合わせ
ください。



お申込み・お問い合わせ
土木部 都市計画課
住宅対策室（近江庁舎）
☎52-69926 ☎52-8790

「庁舎の在り方」 を考える

庁舎等の在り方検討市民委員会

第1回 会議報告



8月2日に市役所米原庁舎で、第1回「米原市庁舎等の在り方検討市民委員会」を開催しました。

今後、本格的に議論が進められていく庁舎や行政サービスの在り方について、その議論の様子を継続的に市民のみなさんにお伝えしていきます。

▼庁舎の在り方検討と 市民委員会の役割

市では旧4町の役場を活用し、本庁機能を分担する「分庁舎方式」を採用するとともに、各庁舎に市民自治センターを設置して窓口サービスを実施してきました。

そして、合併後約6年が経過し、分庁舎方式の検証や、各庁舎の老朽化や耐震など危機管理面を含めた検討が必要になっていきます。

このため、市では、庁舎についての現状の調査研究、市民目線による総合的な観点から今後の庁舎の在り方の検討を行う組織として、「米原市庁舎等の在り方検討市民委員会」を設置しました。

最終的には、市民委員会での意見をまとめ、市長に提言することになります。

▼第1回委員会の概要

委員長・副委員長の選出

市民委員会の構成メンバーは、次ページのとおりです。

委員長には岩崎恭典さん、副委員長には大橋松行さんに就任いただくことになりました。有識者として広い見地から、また、地域にとられない視点で、今後の委員会の議論を整理していただきます。

現状報告と今後の流れ

各庁舎と行政サービスセンターについて、耐震性能やバリアフリー化の状況、また、来庁舎の状況や取扱業務の内訳など、ハードとソフトの両面の視点で事務局が説明を行いました。

また、今年度は6回の会議を経たうえで、市長への意見提言を予定していますが、その間には市民1000人を対象とした意向調査などを実施して、市民のみなさんからも広く意見を求める予定であることの説明も行いました。

そのうえで、今回の委員会では、委員自身が市役所庁舎を利用して感じてきた意見等を出し合いました。

天野川 カムバック ビワサーモン!

「天野川ビワマス遡上プロジェクト会議」発足



写真提供 滋賀県水産課

みなさんは、ビワマスという魚をご存じですか。この魚は、琵琶湖の固有種で、鮭などと同じように、生まれた川に戻って産卵するという習性があります。

しかし、河川構造の問題などにより、現在ではビワマスが琵琶湖から川に戻れなくなってしまうのが実情です。

そこで、生物多様性の保全を進めるためのモデル事業として、天野川にビワマスが遡上できる環境をつくり、まちづくりや水産振興、環境学習などを進めることを目的に、「米原市天野川ビワマス遡上プロジェクト会議」を設置しました。構成委員は、県や市のほか、滋賀県漁業

米原市庁舎等の在り方検討市民委員会 委員名簿

(敬称略)

氏名	選出団体等
岩崎 恭典	米原市行財政改革市民会議 (四日市大学総合政策学部) ◎委員長
大橋 松行	滋賀県立大学人間文化学部 ○副委員長
相宗 久夫	公募委員
竹内 健二	公募委員
大木 康司	山東地区区長会
吉川 正資	伊吹地区区長会
竹林 達夫	米原地区区長会
堀 正基	近江地区区長会
辻 智子	山東地域創造会議
鹿取 豊治	伊吹地域創造会議
角田 吾一	米原地域創造会議
小竹 一男	近江地域創造会議
岸場 啓	米原市行財政改革市民会議
中川庄太郎	米原市商工会
日向 寛	米原市民生委員児童委員協議会連合会
松本 顯穰	米原市老人クラブ連合会
川口 幸雄	米原市障害者福祉協会
橋本 啓子	米原市女性の会

▼委員からの意見(抜粋)

* 証明書の発行などは身近な庁舎で対応できるので負担は感じない。しかし、自治会役員の仕事の関係で、内容に応じて各庁舎を回らなければならず負担を感じている。

* 全国的にも人口が増える見込みがない中、自治体のさらなる広域化の可能性があると思う。米原市の将来の動向を見据えて庁舎の在り方を検討する必要があるのではないか。

* 高齢化が進展する中、交通手段をもたない市民への配慮も必要ではないか。

* 情報インフラが発達している時代なので、在宅でも受けられる市民サービスを充実させることも有効ではないか。

* 各庁舎の維持費や効率性の課題など、現状の分庁舎方式に関するデータを明らかにしてほしい。

* ほとんどの庁舎ではバリアフリー化がされ、車椅子などに対応しているが、庁舎が分散しているため1か所で手続きができるようにしてほしい。

次回の市民委員会のご案内



第2回 8月23日(火)13時30分～ 庁舎・行政サービスセンター視察

第3回 9月13日(火)19時～ 市役所山東庁舎

会議は公開ですので、自由に傍聴できます。また、会議資料や会議録を市の公式ウェブサイトに掲載するほか、市政情報プラザで閲覧することができます。

☎ 政策調整課(米原庁舎)

☎ 52-6626 FAX 52-5195



▲8月2日 第1回委員会の様子(市役所米原庁舎) 初回の会議から、熱心な議論が繰り広げられました。

お問い合わせ
経済環境部 環境保全課(伊吹庁舎)
0581-2230 0581-1630

ビワマスについて

- ◆ 河川でふ化し、ある程度まで成長すると琵琶湖へ下ってさらに成長。(3~5年)
- ◆ 産卵時期になると生まれた河川を遡上して、産卵する。
- ◆ 醒井養鱒場では、養殖品種の開発が進んでいるほか、商工会では調理方法のコンテスト「ビワマスグランプリ」を10月に開催予定。



あなたの「ビワマスの思い出」を募集!

「昔はビワマスが〇〇まで遡上していた」など、みなさんのビワマスの思い出をお寄せください。電話やファックスなどで左記まで。

協同組合連合会などにご協力をいただいています。

今後この会議で、遡上状況の調査や、河川状況に応じた魚道等の検討を行い、次世代の子ども達に天野川を悠然と泳ぐビワマスの姿を見せることができるよう、プロジェクトを進めていきます。

市長レポート

原子力発電所の安全対策について 市長会で申し入れを行いました

7月6日、滋賀県市長会で、福井県の関西電力「美浜原子力発電所」と日本原子力研究開発機構「高速増殖炉もんじゅ」を視察するとともに、各事業者に対して、安全確保の申し入れを行いました。

原子力の安全強化等については、4月にも長浜・高島・彦根の3市長とともに緊急申し入れを行っていますが、今回はさらに「電力の安定供給の確保」の視点を加えて要望を行いました。これらの要望事項に対し関西電力からは、「要望を真摯に受け止め、信頼関係の構築に全力で取り組みたい」とのコメントがありました。

また、今回の福井県の訪問の折に、越前市長と懇談することができました。越前市は原発からの距離が30km圏内であり、原発に対する知識や情報について学ぶことが多く、「地域防災計画」の見直し作業の中でこれらのノウハウを反映していきたいと考えています。

(7月6日記)



▲「もんじゅ」のしくみについて説明を受けました。
(敦賀市のエムシースクエアにて)

原子力発電所の 安全対策等に関する要望

- ① 原子力施設のより一層の安全確保について
- ② 監視体制の強化について
- ③ 情報の提供と連携の強化につて
- ④ 原子力災害対策にかかる法律等の見直しについて
- ⑤ 安全協定の締結に向けた検討について
- ⑥ 自然エネルギー導入への積極的な取り組みについて
- ⑦ 電力の安定供給の確保について

伊吹山と言えばかつては夜間登山の人気スポットで、夏の夜には遠くからも頂上を目指す登山者の明かりが道の道筋となって見えたものです。

この再興に向け、一昨年から上野区主催で行われている伊吹山夜間登山「幻の伊吹堂に出逢う旅」に、今年も無事参加することができました。

参加者には「山ガール」と呼ばれる若い女性や子ども連れの家族が大変多く、また翌朝の下山時にも、立て続けに頂上を目指す登山客の方にすれ違い、最近の登山ブームを象徴するようにながわいでした。

今年は、前日に梅雨が明けたこともあって好天に恵まれ、さらに幸運にも幻と言われるヒメボタルにも出逢うことができ、天空での光のショーを満喫することができたことを大変喜んでるところです。

この日に備えて1か月程前から早朝ウォーキングを始めていましたが、私も還暦を過ぎたせいなのか、さすがに1合目からの登り下りには、疲れが足にきました。

今後健康づくりと来年の伊吹山登山を目標に、自分のペースで無理をせず早朝ウォーキングを続けていきたいと思っています。

米原市長 泉峰一

(8月1日記)



米原歴史街道

米原市の歴史・文化財を歩く ⑦⑦

守護大名の菩提寺発見

— 能仁寺遺跡(清滝)の発掘調査① —

能仁寺遺跡は、京極氏の歴代当主の墓所がある清瀧寺徳源院の南にある寺院跡です。滋賀県教育委員会による発掘調査で、京極氏の信仰と文化を知るうえで貴重な成果が得られましたので、二回に分けて紹介します。

遺跡の上部では、中世のお墓が2基発見され、古瀬戸焼の壺を用いた骨壺が出土しました。下段で見つかった仏堂背後にも石で囲った高まり

に五輪塔が五基据えられ、その部品

が付近に散乱していました。このほかにも、墓地を厚くおおう土砂からは二〇〇点以上の墓石の部品が出土しています。なかには「貞治(三年七月)日」(二二六三三)の記年銘があり、南北朝時代から墓地として使用されていたことがうかがえます。

発掘で出土した能仁寺の中心部と考えられる仏堂の基壇(建物が建つ高まり)は、南北約一二・五メートル、東西は不明瞭ですが約一四メートルの規模で、南辺は自然石による化粧積み、北辺は石組み溝で区画されています。北辺の溝にそって四つの柱の基礎石とこれらをつなぐ地覆石が残されていて、仏堂の跡と考えられます。

さらに、基壇の東辺を区画する段差の東側約三メートルに山門跡らしい遺構がみつけられました。小石を長さ一・五メートル、幅〇・五メートル

ルほどの帯状に積み上げたもので、南北二カ所に分かれており、土塀の残骸と考えられます。このうち南側のものには礎石とみられる石が設置されています。礎石は参道に付設された石垣の延長上にあることや、基壇と参道が接する場所にあることから、山門の遺構と思われる。門の間口は三メートル程度で、二本の門柱を土塀で支えていたようです。

山門跡から東方へはゆるい傾斜で降つていきます。ここには山門の間口とほぼ同じ幅で、一七メートルにわたって砂混じり粘土が貼られており、この南側には長さ一四メートル以上、高さ一・五メートルの大規模な石垣が築かれています。参道は中心的仏堂があったと考えられる基壇と方位が一致し、山門跡を介してつながることから、本堂へ通じる参道と考えられます。

寺院の中心的仏堂は保存状態が良くありませんでしたが、方形基壇とこれにつながる山門跡や参道が方位をそろえて配置されていること、出土遺物にすり鉢などの日常雑器が少なく、良質な焼き物がめだつこと、背後に墓地があることなど、ここが寺院であることを示しています。伝えられる地名「能仁寺」の遺構と考ええていいようです。能仁寺の名は、



▲ 参道と石垣 (右上が仏堂跡)

寺伝の第七代京極高詮の戒名「能仁寺殿乾嶺浄高大居士」に見ることができません。高詮は、応永八年(一四〇一)に亡くなっており、菩提寺の能仁寺がこの前後に創建されたとすると、遺跡から出土した土器類の年代とも矛盾しません。

中世の守護大名の墓所のようなのは、近世に整備・移築したものを除いてほとんど知られていません。能仁寺遺跡でも墓地の遺構は明確ではありませんが、守護大名の菩提寺に関連する遺構を明らかにした点で貴重な発見となりました。

(歴史・文化財保護室)



▲ 能仁寺イメージ図

出典：(財)滋賀県文化財保護協会

健康きらり

自分の体は自分で守る

※米原市在住 丁さん(70歳)

健康づくりに積極的に取り組んでいる人を紹介します。

健診結果(H22.7.26)	
身長 172.5cm	体重 74.5kg
腹囲 87.7cm	
HbA1c 5.7%	
LDLコレステロール 137mg/dl	
中性脂肪 161mg/dl	

生活改善後の健診結果(H23.6.14)	
身長 171.6cm	体重 70.9kg(-3.6)
腹囲 84.4cm(-3.3)	
HbA1c 5.4%(-0.3)	
LDLコレステロール 125mg/dl(-12)	
中性脂肪 63mg/dl(-98)	

<担当保健師よりひとこと>

平成22年度の健診後、メタボ解消を目標に生活習慣の改善のため、ご自分で計画を立て実行されています。今年度の健診でメタボ脱出となる良い結果となりました。日々の努力が明らかになったことは、今後の継続にもつながりますね。

※HbA1cとは…過去2~3か月の血糖の状態をみる指標です。基準値は5.2%未満です。

昨年、健康診査受診結果で「LDLコレステロールの数値がかなり高値で、他にも中性脂肪の数値が高いので、医療機関を受診してください」との通知をいただきました。今まで、特に体の不調を感じたことがなく、医療機関を受診することになるとは思ってもいなかったのでビックリしました。

市の保健師さんの指導を受け、運動や食生活など、生活習慣の改善に取り組みました。初めに、メタボの対策として1週間に4回、毎回1時間を目

標にウォーキングを始め、ご飯・果物・菓子類を控えるなどの努力をしました。先日、市の健康診断を受診し、結果が出ました。体重・腹囲が減っており、メタボは改善できたかなと思っています。今まではけなかつたスボンもはけるようになりました。

「私はいじょうぶ」と過信しているは大変です。健康診断は必ず受診し、いつも自分の体は自分で気をつけていきたいと思っています。

お問い合わせ 健康福祉部 健康づくり課 (山東庁舎) ☎55-8105 ㊟55-2406

地域包括支援センターがらり



全9回

認知症に強い脳をつくろう

第2回 認知症と予防の可能性

アルツハイマー型認知症の原因として有力とされているのがアミロイド仮説です。

「βアミロイド斑」とは、脳の神経細胞で作られるたんぱく質が切断され、糸状になったもので、「老人斑」ともよばれています。

「βアミロイド斑」は誰の脳でも作られ、若いうちには分解されていきますが、加齢とともに脳にたまり、糸くずの塊のようになっていきます。これが引き金となり、10~20年の経過を経て、脳の神経細胞が壊れていきます。脳で記憶を担当する「海馬」という部分の神経が壊れると、記憶の障がいが出てきます。

アルツハイマー病には、個人の努力では予防できないものと、生活の工夫で予防できるものがあります。アルツハイマー病になりにくい生活を習慣化することで、脳細胞を守り、認知症になる可能性を少なくすることにつながります。

脳を守る生活習慣

生活習慣の改善

食習慣



運動習慣



脳を積極的に使う習慣

対人接触



知的活動習慣



次回は認知症と生活習慣について掲載します。

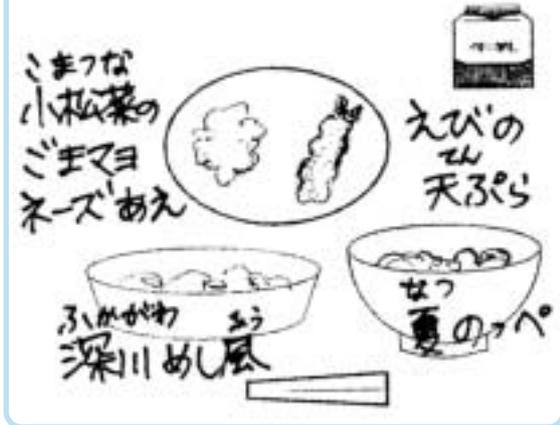
お問い合わせ 健康福祉部 福祉支援局 (山東庁舎) ☎55-8110 ㊟55-8130

まいばらんす 給食レシピ



バランスのとれた食生活を送れていますか？給食の献立を参考に、ご家庭での食事を見直してみてください。

7月14日(木)の給食



夏野菜のとうがんやおくらなどが入った、具たくさんでとろみのある汁物です。「のっぺ」の名前の由来は、のっぺりとしたとろみのある料理からきています。夏野菜には、体を冷やす働きがあります。また水分がたくさん含まれているので、汗をたくさんかいた後の水分補給に役立ちます。



お試しメニュー



夏のっぺ

材料 (4人分)

油あげ	20g	おくら	15g
こんにゃく	40g	薄口醤油	小さじ2
にんじん	35g	塩	少々
ごぼう	35g	酒	小さじ1弱
とうがん	60g	こんぶ	5cm角
じゃがいも	80g	花かつお	小袋2パック
ねぎ	15g	水	500cc

作り方

- ① こんぶを水に30分漬けた後、火にかけ、沸騰したらこんぶを取り除き、花かつおを加えてだし汁をとります。
- ② 油あげは短冊切り、こんにゃくは1cm角切り、にんじんはいちょう切り、ごぼうは乱切りにします。とうがん、じゃがいもはさいの目切り、ねぎは小口切り、おくらは5ミリに切ります。
- ③ ①に煮えにくい食材から順に入れ、煮ます。
- ④ 材料がやわらかくなったら、調味料を加え、味を調べ、ねぎを加えて仕上げます。

スポーツアドバイザー
遠山 汎



おしりの まろごと 引き締め体 若く美しく変化しよう

くびれをつくり体! その3(全4回)

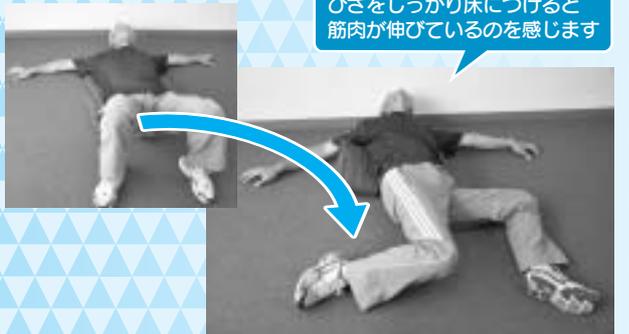
くびれシリーズも残すところあと2回になりました。みなさんの腰回りは2か月前を比べて変化していますか。後半に突入した3回目の今回は、腰まわりにある4つの筋肉をいっきに引き締めるトレーニングです!!

「ワイパー」トレーニング

おしりにある大殿筋だいでんきんなどを中心にした4つの筋肉を、車のワイパーのような動きで鍛えます。

【トレーニングの方法】

- ① 腰に2つ折りにした座布団をしき、ひざを立てて仰向きになる。
- ② 両ひざを床につけるイメージで両ひざを倒す。これを左右交互に1日20~30回繰り返してください。



ひざをしっかりと床につけると筋肉が伸びているのを感じます

【ポイント】

- 上半身はリラックスして下半身に集中すること
- 倒した時、お尻が浮きすぎないようにすること
- 慣れてきたら…
できるだけ早く動くようにしていく
倒した時のひざとかかとの間を広くしていく
過去のトレーニングも一緒に実施して、美しい体を目指しましょう!

お問い合わせ
スポーツ振興室 (ルッチプラザ内)
☎55-8020 ☎55-4556



「多文化共生協会」を設立

平成20年度に実施した「外国籍市民インタビュー調査」から始めて、3年の調査・検討期間を経て、「米原市多文化共生協会」が設立しました。

協会は市民有志のメンバーで構成されており、外国籍市民も同じ地域の住民として互いに認め合いながら暮らせる地域づくりを進めるために、今後、語学教室や国際交流などの事業を展開していきます。

7月24日には、協会の設立記念として、食文化の交流イベントを近江公民館で開催しました。当日

は、4か国39人の参加者が、中国料理の杏仁豆腐と水餃子、ブラジルのチヨコレート菓子ブリガデーロとサンドイッチのバウルづくりにも挑戦。言葉は十分通じなくても、お互いに身振り手振りで教えあひながら、交流の輪が広がっていました。

「様々な国の人が集まることは地域に新たな文化が生まれるチャンス。米原市が活力ある住みよい地域であるために、お互いに理解しあつて協会の活動を盛り上げていきましょう」と、協会長の福井節男さんは参加者に声をかけました。

協会では、趣旨に賛同いただいた、会の運営をサポートしていただける会員を募集しています。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

米原市多文化共生協会 会員募集中！

	(年会費)
個人会員	1,200円
自治会・団体会員	3,000円
法人会員	10,000円
家族会員	1,800円
学生会員	600円

事務局 総務部人権政策課
☎52-6629 ☎52-4539



「イクメン養成講座」を開催

「父親であることを楽しもう」という理念のもと、育児の環境づくりやセミナー開催に取り組みされている「NPO法人ファザーリング・ジャパン」の代表理事 安藤哲也さんを講師に迎えて、7月24日に近江公民館でイクメン養成講座を開催しました。

今回の講座は、「イクメンが、家庭・地域・社会を変える」がテーマ。仕事が多忙で育児時間が確保できないことなど、現代のパパが抱える子育ての悩みや課題を分析したうえで、父親が育児に関わることのメリットについて、安藤

さんの育児体験を交えながらお話しいただきました。

「育児を手伝うという考え方でなく、主体的に関わることが大切。そして、育児や家事を楽しみながら、地域のあり方にも目を向けていきましょう」と安藤さん。また「妻への思いやりを忘れずに、夫婦の絆を深めていくことは、ひいては子どもたちの健やかな成長につながります」と、夫婦関係が子育てに及ぼす影響についても示唆されました。

そして、講演の後には絵本ライブも行われ、お父さんのお膝の上でおとなしく抱っこされていた子どもたちも、抑揚のある楽しい読み聞かせに大はしゃぎ。

「ただ読むだけではなくて、子どもとの言葉のキャッチボールを楽しみながら読むと効果的です」との安藤さんのアドバイスを、参加されたみなさんは熱心に聞き入っていました。

来年の2月には、「ファザーリング全国フォーラムinしが」が開催される予定です。ぜひご参加ください。

お問い合わせ

総務部 人権政策課（米原庁舎）
☎52-6629 ☎52-4539

米原市暴力団排除条例（案）に対する 市民意見（パブリックコメント）を募集します

条例制定の背景

暴力団は、薬物密売による資金調達や暴力による民事介入などに加え、姿を隠しながら建設・不動産業へ進出を図るなど、企業活動をよそおった資金獲得活動を活発化させています。また、県内で暴力団関係者によるけん銃発砲を伴う事件も発生しています。

このような経緯から、滋賀県で「滋賀県暴力団排除条例」が平成23年8月1日に施行されたことに伴い、米原市でも、暴力団の排除を推進し、市民生活の安全と平穏を確保するために条例を制定します。



条例のポイント

【市民等の役割】

- ◆ 暴力団の排除のための活動に努める
- ◆ 市や警察に情報提供するように努める
- ◆ 債権の回収や紛争の解決等に、暴力団の威力を利用しない
- ◆ 暴力団に対して、金品などの利益を与えない
- ◆ 事業者は、事業活動で暴力団に利益を与えることがないようにする

【市の役割】

- ◆ 市の建設工事や市の事務事業で、暴力団に利益を与えることがないようにする
- ◆ 市民等に対して情報提供や必要な支援を行い、警察と連携して安全確保に配慮する
- ◆ 公の施設の使用が、暴力団に利益をもたらすような場合は、その使用を認めない
- ◆ 中学校で暴力団排除教育などを行う

- **案の閲覧方法** 市役所各庁舎・行政サービスセンター、市立図書館の市政情報プラザ
または、市公式ウェブサイト
- **意見の募集期間** 8月15日(月)～9月14日(水)
- **意見の提出方法** 閲覧場所で直接提出、または郵送・ファックス・Eメールにて下記まで

☎ 市民部 市民安全課（近江庁舎） ☎ 521-8601 米原市顔戸488-3
☎ 52-6630 ☎ 52-6930 ✉ bouan@city.maibara.lg.jp

「ふるさと応援寄付金」に新しい特典がスタート ～ありがとうの心を特産品でお返しします～

「ふるさと応援寄付金」で寄付をしていただいた方への特典に、新しいメニューがスタートしました！

「伊吹旬彩の森」「醒井水の宿駅」「近江母の郷」からお勧めの特産品をセットにしてお送りします。1万円以上の寄付をいただいた方に、5つのメニューからお好きなセットを1つ特典としてお送りします。（3万円以上は2セット）



特産品セットメニュー

- A 伊吹大根ドレッシングセット
- B 伊吹の薬草セット
- C 伊吹のお米セット
- D 梅花藻セット
- E フルフルラーメンと淡海のめぐみセット

ふるさと応援寄付金とは

「ふるさとを応援したい」、「このまちを応援したい」という思いをかたちにするために、税の一部を応援したい自治体へ寄付することができる制度です。

米原市の寄付メニュー

1. 鉄道の薫り漂うまちづくりへ
（特産品と別に、「レール文鎮」プレゼント）
2. 思い出あふれる学校づくりを応援しよう！
3. 伊吹に息吹を、ホテルに輝きを！

☎ 政策調整課(米原庁舎) ☎ 52-6626 ☎ 52-5195

こほくふれあいパーティー2011

婚活パーティーで、素敵な出逢いを見つけませんか。ぜひ、ご参加ください。

日時▶9月17日(土)

10時30分～14時30分

会場▶北近江リゾート ダイニングラ・ピラミッド(長浜市高月町唐川189)

対象▶50才以下の未婚の男女、各30人。男性は湖北地域在住、女性は地域不問。

参加費▶男性5,000円 女性4,000円

申込締切▶8月25日(木)

※定員になり次第終了

申込方法▶参加費を持参し下記へ直接お申し込みください。

問 湖北地域農業センター(長浜市公園町9-23)

☎ 62-4143 FAX 62-4144

第15回 長浜養護学校作品展

養護学校の児童・生徒が学習で制作した焼き物や絵画を展示します。ぜひ、ご来場ください。

期間▶8月26日(金)

～28日(日)

10時～21時

(最終日は19時まで)

会場▶アル・プラザ長浜1階

問 滋賀県立長浜養護学校

☎ 63-9721



「親子マリンスポーツの集い」参加者募集!

カヌー体験やライフジャケットの浮遊体験などを通じて、親子の絆を深めてみませんか。

日時▶9月11日(日)9時～12時

場所▶琵琶湖

(近江母の郷文化センター付近)

定員▶20名(親子10組)

参加費▶500円(保険料込)

申込締切▶8月31日(水)

※定員になり次第終了

申込方法▶電話で下記へ直接お申し込みください。

問 市生涯学習課スポーツ振興室(ルッチプラザ内)

☎ 55-8020 FAX 55-4556

全国一斉「高齢者・障がい者の人権安心相談」強化週間

高齢者や障がい者をめぐる人権問題について、人権擁護委員や法務局職員が相談に応じます。



実施期間▼

9月5日(月)～9月11日(日)

8時30分～17時

*土曜・日曜は10時～17時

相談電話▼

全国统一 0570-003-110

問 大津地方法務局人権擁護課

☎ 077-522-4673

加藤登紀子コンサート 詩と歌の世界



加藤登紀子
コンサート

日時▶10月2日(日)15時30分～

会場▶ルッチプラザベルホール310

チケット▶全席指定5,000円

・友の会会員は1割引

・未就学児の入場はご遠慮ください。

問 ルッチプラザ

☎ 55-4550 FAX 55-4556

「広報まいばら」お詫びと訂正

8月1日号「まいばらカレンダー」の掲載内容に誤りがありました。

・12ページ 8月13日・14日の欄(誤) 山東、近江図書館は臨時休館

(正) 山東公民館は臨時休館

・9ページ 8月15日の欄

(誤) 井之口豊年太鼓踊り14時

(正) 井之口豊年太鼓踊り10時30分

上記のとおり、訂正してお詫びします。

問 広報秘書課(米原庁舎) ☎52-6627

毎月19日は「食育の日」

ほたるんの食育通信

第10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 食を通じた夏バテ予防

暑い毎日が続きます。そろそろ夏の疲れが出る頃です。長期休暇などで、生活リズムが崩れ、食欲がない人も多いのではないのでしょうか。

夏バテ気味の人にはビタミンB1が疲れたからだを元気にしてくれます。ビタミンB1には、豚肉、大豆に多く含まれていますので、積極的にとりましょう。その他にも汗とともに失われがちなビタミン・ミネラル補給のために、野菜やタンパク質、海藻類などバランスの良い食生活を心がけましょう。

太陽の陽ざしをたっぷり浴びた夏野菜は他の時期より栄養分が多く、安く購入することができます。真っ赤に熟したトマトは丸かじり、とりたてのきゅうりはそのままポリポリ、とうもろこしは茹でたてのアツアツをフーフーとかじりつく。夏野菜の味と香り、歯ざわりをぜひ味わってください。旬のものは旬においしく食べて、暑い夏を元気に過ごしましょう。また、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(山東庁舎) ☎ 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7月30日現在) ※カッコ内は前年比

件数 95件(-20件)、死者 3人(+1人)、傷者 119人(-34件)



お知らせ

インターネット公売のご案内

Yahoo!JAPANが提供するインターネットオークションシステムを利用して、市税の滞納により差押された財産の公売を実施します。

この公売には参加申込が必要となりますので、Yahoo!JAPANのインターネット公売(官公庁オークション)で手続きをしてください。

手続きは8月15日13時以降から可能です。詳しくは担当までお問い合わせください。

公売の日程

公売財産▶ 動産(額付アートポスター・コピー機など)
 公売方法▶ せり売り方式
 公売場所▶ ヤフー(株)が提供する官公庁オークションシステム上
 申込期間▶ 8月15日(月)13時～
 8月26日(金)23時
 入札期間▶ 9月2日(金)13時～
 9月4日(日)23時
 買受代金納付期限▶ 9月12日(月)14時30分

下見会の日程

日時▶ 8月21日(日)13時～15時
 会場▶ 旧坂田診療所(宇賀野)
 市 収納対策課(近江庁舎)
 ☎ 52-3189 FAX 52-6930

農用地利用計画の変更(農振除外)の受付について

申請を希望される方は、事前に農林振興課へご相談ください。

受付期間▼

8月15日(月)～9月14日(水)
 土・日・祝日を除く *期限厳守
 8時30分から17時15分まで

受付場所▶ 農林振興課

*上記期間を過ぎた場合は、次回受付(12月中旬～1月中旬頃)となります。

農用地区域からの除外(農振除外)の要件

次の①から⑥までの要件をすべて満たす必要があります。

- ①必要性および緊急性があり、除外したい農用地以外に代替すべき土地がないこと。
- ②周辺農用地の集団性が保たれていること。
- ③農業用施設等の機能に支障がないこと。
- ④土地改良事業等の工事が完了した年度の翌年度から起算し、8年を経過した土地であること。
- ⑤効率的かつ安定的な農業経営を営む者(認定農業者や集落営農組織等)に対して農用地の利用や集積に支障を及ぼす恐れがないこと。
- ⑥他の法令(都市計画法、農地法等)の許可見込みがあること。

市 農林振興課(伊吹庁舎)

☎ 58-2228 FAX 58-1719

交通安全標語募集!

「人と人(親子・地域・家庭など)のつながりのある交通安全作品」をテーマに、交通安全標語を募集します。

応募締切▶ 9月13日(火)

応募資格▶ 市内在住・在勤・在学の方

応募方法等▼

- ・自作で原則1人5点まで。
- ・様式は自由で、氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記
- ・郵送、ファックス、メールなどで下記事務局へ、または各庁舎・行政サービスセンター窓口へ直接提出してください。
- ・著作権は協議会事務局に帰属
- ・選考結果は表彰者のみ通知

米原市交通対策協議会事務局

市民安全課(近江庁舎)内

☎ 52-6630 FAX 52-6930

✉ bouan@city.maibara.lg.jp

愛犬のフンを始末してきれいなまちに!



道路や公園などが犬のフンで汚され、多くの方が迷惑されています。フンの始末は飼い主の義務です。飼い主が責任をもって始末してください。

愛犬の散歩のときには・・・

- フンの始末が出来る用意を忘れずに(シャベル、ビニール袋など)
- 必ず引綱をつけましょう

環境保全課

今月の表紙

第46回滋賀県消防操法訓練大会が行われました

7月31日、東近江市の消防学校で第46回滋賀県消防操法訓練大会が開催され、米原市からは高番班と市場班が出場されました。当日は、消防車などから送られてくる高圧・大量の水をうまくコントロールする競技が行われ、本番のために両班とも度重なる練習を行われてきたそうです。消防団の方々の日々の努力がまちの安全を支えているのだと改めて感じることができる一日でした。



エコスタイル

一人が変われば、世界も変わる!! ④

節電、そしてSave the earth!!

震災の影響により、この夏は日本各地で節電の取り組みがなされ、市役所庁舎でも冷房時間の短縮や照明の減灯、ノー残業デーの徹底など節電対策を行っています。節電は停電を回避するためだけでなく、地球環境を守ることにともなわれます。これを機に、私たち人間と自然とのつながりを見つめ直してみませんか。

《身近な実践例》

- ◆冷房設定温度27℃→28℃ 30.24kwh(CO₂ 10.6kg)
- ◆エアコンフィルターのこまめなお掃除 31.95kwh(CO₂ 11.2kg)
- ◆54W白熱電球→12W電球形蛍光灯 84.00kwh(CO₂ 29.5kg)
- ◆冷蔵庫設定温度「強」→「中」 61.72kwh(CO₂ 21.7kg)
- ◆冷蔵庫の中身を詰め込み過ぎ→半分 43.84kwh(CO₂ 15.4kg)

年間合計約252kwh、CO₂約88kgの削減に!!



人口41,117人(+16) 男20,154人(+10) 女20,963人(+6) 世帯数13,706世帯(+22)

人のうごき

65歳以上の人口 10,185人 高齢化率 24.77% ※ () 内は前月との比較【平成23年8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)

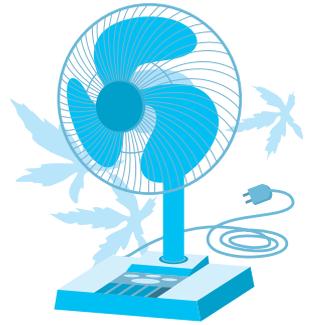
困ったときは
米原市消費生活相談窓口へ
(米原庁舎1階)
相談専用 ☎52-8088
受付 平日 9時30分～16時

電気製品の安全な使用について ～うちの扇風機は大丈夫ですか～

節電のために、扇風機を使う家庭が増加しています。

なかには、押し入れの奥にしまい込んでいた古い扇風機を使われる方も多いのではないのでしょうか。古い製品を使う際は、コードやプラグにガタつきがないか、熱くなっていないか、異音がないかなど確かめてください。また、20、30年前の古い製品は、部品が経年劣化して発火の恐れもあります。購入店やメーカーに相談し、場合によっては使用を中止してください。まだ動くともったいない気もしますが、製品は年月とともに見えないうところが劣化しています。思わぬ大事故に遭わないように、安全に使用しましょう。

また、新しく購入される場合には、PSEマーク[㊦](電気用品の安全マーク。国が定めた技術上の基準に適合していることを示しています)が付いていることを確認してください。



こんなことも要注意!

コードやプラグなどの配線器具の事故も多発しています。コードを束ねたまま使用する、たこ足配線する、コードをひっぱってプラグを抜くなど、誤った使い方をすると大変危険です。ご注意ください。～8月は電気使用安全月間です～

商品回収・無償修理情報

新聞広告欄には、商品の回収や無償修理の情報が掲載されています。ご家庭の製品に影響がないか、各社の窓口へ確認するようにしましょう。

6月に掲載された情報(抜粋)

- ◆三洋電機(テレビの無償点検・修理)
2011年6月14日 ☎0120-34-0136
- ◆三洋電機(扇風機の古い製品の使用中止)
2011年6月14日 ☎0120-34-0979

国民生活センターのホームページでも
情報を確認することができます。
<http://www.kokusen.go.jp/>



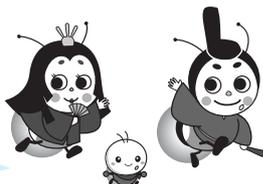
- ◆スターリング(ラジオ付き懐中電灯の無償交換)
2011年6月10日 ☎0120-633-220
- ◆パナソニック(食器洗い乾燥機の長期使用時の注意)
2011年6月2日 ☎0120-870-662

統計調査員として 登録しませんか?

国勢調査や工業統計調査など、各種統計調査は私たちの身近なところで実施されています。

市では今年度から統計調査員として新たに登録していただける方を募集します。各種統計調査員として活動したいという熱意のある方からの応募をお待ちしております。

調査員さんひとりひとりの努力が、政策の重要な資料になっていきます。



統計調査員の役割

国や県からの任命を受けて、世帯や事業所などを訪問し、調査票の記入依頼や回収を行っていただきます。

登録していただける方

- ①20歳以上の方
- ②統計に関し、責任を持って調査事務を遂行できる方
- ③秘密の保護に関して責任の持てる方
- ④警察・税務・徴税・徴収などの業務に従事していない方、および選挙活動に直接関係ない方
- ⑤暴力団員ではない方、または暴力団員と密接な関わりがない方

申し込み方法

申込書に必要事項をご記入の上、各庁舎の自治振興課または広報秘書課へ提出してください。申込書は市の公式ウェブサイトからダウンロードできるほか、8月末までは各庁舎の自治振興課に用意しています。

申込締切

締切はありません。随時募集しています。

市 広報秘書課(米原庁舎)
☎ 52-6627 ㊦ 52-5195