

2007.

9/1
vol.48

まいばら

ひととまちをつなぐ市政情報誌



まいばら

vol.48
2007. 9/1

9月の時間外窓口のご案内

実施日▶9月13日(木)・27日(木) 19時まで延長
 実施窓口▶市役所各庁舎窓口
 ※毎月第2・第4木曜日(祝日の場合は前日の水曜日)に延長窓口を開設しています。
 《取り扱い業務》

- ・住民票・戸籍に関する証明書の発行
- ・印鑑登録申請・印鑑登録証明書の発行
- ・外国人登録に関する証明書の発行
- ・税に関する証明書の発行
- ・税金の納付
- ・125cc未満のバイクの登録
- ・米原市ナンバー(旧町ナンバー含む)の廃車申告
- ・臨時運行許可業務

問 市民窓口課 ☎ 52-6927 FAX 52-4539

納付のお知らせ 9月分

- ▶固定資産税 第3期
 - ▶国民健康保険税 第4期
 - ▶保育園保育料 9月分
 - ▶介護保険料 第4期
 - ▶水道料金 9月分
(7-8月使用量を1/2したもの)
 - ▶下水道使用料 9月分
・山東・伊吹・米原地域(7-8月汚水量を1/2したもの)
・近江地域(6-7月汚水量を1/2したもの)
- ※口座振替日・納期限10月1日(月)

納税は便利な
口座振替で

問 市民部 収納課(近江庁舎)
☎ 52-3189 FAX 52-6930

もくじ

キラリ☆米原人 田中 茂さん(顔戸) 山に感謝、水に感謝 自然は本当にありがたい	3
大きな揺れが来る前に! この秋スタート 緊急地震速報	4
まなびとまちづくりの交流点 ルッチ大学 第4期生募集	6
市政トピックス ・バス交通を見直し・近江地域全域で10月1日から「まいちゃん号」運行開始 ・平和の折り鶴26,700羽に ・市政モニターを募集中	8
地域包括支援センター通信② 食べることで介護予防	10
みんなで考えませんか? 暮らしと人権・同和問題23 差別を許す「同調」と「傍観」	12
まいばら暦-maibara koyomi-	13
10月の健康カレンダー	14
フレーフレー子育て	16
わたしのゆるり時間に ・図書館だより ・遠山ひろしの3分ストレッチ	18
米原歴史街道③「地蔵盆」の文化財	19
まいばら・まんすりー・れぼーと	20
いっしょに住みよいまちづくり NPOのひろば⑬	
おうみ地域人権・文化・スポーツ振興会	22
第2回市長とまちかどト〜ク [米原市赤十字奉仕団]	23
国民年金のお知らせ/人間ドック助成制度/敬老祝金等の対象者について/ 県民手帳の予約受付中/統計調査にご協力を	24
くらしのガイド	26
9月の催しなど	28

米原市公式サイト(ホームページ)

<http://www.city.maibara.shiga.jp/>

市役所へのお問い合わせなどは公式サイトの
☑ お問い合わせ をクリックしてください。

今回の広報まいばら発行日は・・・

9月15日号(お知らせ号) 9月14日(金)

今月の表紙

いちばん大きな魚(体長19センチ)を釣ったよ!

8月19日、琵琶湖にまつわる文化や自然を学ぼうと、初めての「ブルーツーリズム・漁業体験」が行われました。参加者はいぶき子どもアカデミーの受講者と磯区の子どもたち25人。公民館で磯の歴史やお祭り、琵琶湖の漁法や外来魚の問題について学んだあと、磯漁港で釣りを体験しました。わずか1時間の間におよそ200匹のブルーギルが釣れ、外来魚の問題の深刻さを改めて感じました。



人口42,108人(-31) 男20,658人(-22) 女21,450人(-9) 世帯数13,404世帯(+8)

人のうごき 65歳以上の人口 9,953人 高齢化率 23.64% ※ () 内は前月との比較【平成19年8月1日現在】

山に感謝、水に感謝

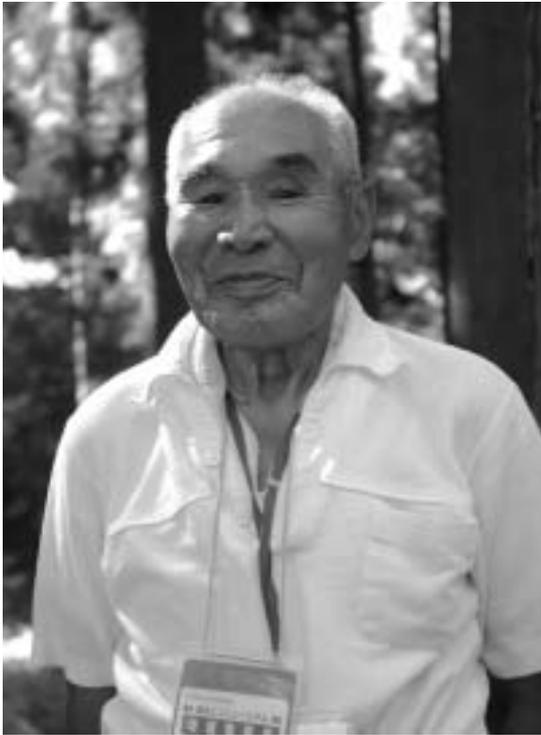
自然は本当にありがたい

今日も元気に山歩き

田中 茂さん（顔戸）

朝食前の犬の散歩や畑の水やりが毎日の日課。自然をこよなく愛し、86歳になった今も山歩きが趣味という田中茂さん。

今月は、自然観察指導員や地域学芸員、里山ボランティアとして30年の経験を持ち、「田中さんとの山歩きはおもしろい！」と評判の田中さんにお話を伺いました。



山は気持ちがいい

とにかく山にいると気が晴れます。高いところから見える景色は格別ですし、眼下一面に広がる雲海に出会えた時などは最高の気分を味わいます。

長い間、山の仕事に携わっているうちに、いつの間にか仕事を超えて本当の山好きになっていました。伊吹山はもちろんです、穂高や乗鞍などの高い山にも登りますが、近所の里山も興味深いところですよ。

里山を散策するときも、四方八方に目を配ります。すると地面にセミの抜け穴を見ついたり、植物に新しい芽が吹いていたり、小さな発見の連続に心が躍ります。

しかし、うつそうと木が生い茂り、暗く荒廃した山の姿は痛々しく、本来の自然の力が損なわれているのを見て残念に思うこともあります。

私が幼い頃の山は、

どの山も手入れが行き届き、人々の暮らしは山の恩恵に支えられていました。

自然と人びとの暮らしの調和

昔は毎年12月初旬に「山（カマ）の口が開く」日があり、村中が家族総出で二斉に山に入り、一年分の燃料（風呂焚きやかまどで使う）や畑の肥料にするための落ち葉や芝を集めました。後になってわかったことですが、これが山の掃除になり、今では貴重品となった松茸の生育を促しました。しかも落ち葉などは、燃料として燃やしても石油のように地球温暖化につながる大量の二酸化炭素を発生することもなければ、肥料として畑に撒いても収穫した野菜は安心して口にする事ができました。

人びとは常に山に感謝して暮らしていましたし、山もまた人びとの営みのおかげで健全な状態を保っていました。

効率性を追い求める人間の都合だけで無謀な行為をすることなど考えもつかず、特にだれかが取り締まったりしなくても、

「自然」と「人間の暮らし」との関係を保つ「適度な加減」をだれもがわきまえていました。

一人でも多くの人に 森林の大切さを伝えたい

森林は本当に大切な役目を果たしています。森がなくなれば私たちは生きていくことができません。

森林を守るための活動には多くの人の理解と協力が不可欠です。そのため人の輪が広がることを願いながら、自然保護や里山保全を目的とした活動には喜んで参加させてもらっています。日光寺の「やまんばの森」などを中心に子どもたちの里山体験の一助として、環境のお話や、森や水の大切さ、昔の暮らしについて語れることは私の生きがいです。

子どもたちが目を輝かせ、森での遊びを満喫し、私の話に耳を傾け、森を大切にしようという気持ちを持ってくれたら、そしてこれから先もずっとその気持ちを大切にしてくれたらと、今日も張り切って山歩きしています。

あつ!! 地震だ!
大きな揺れが来る前に!!

この秋
スタート

気象庁

緊急地震速報



このような会話をできる日が近づいています。

気象庁が実施する「緊急地震速報」は、震源に近い観測点で地震を検知したら、ただちに震源や地震の規模（マグニチュード）などを推定し、大きな揺れが迫っていることを知らせる情報です。この情報を見聞きして、大きな揺れが始まる前に防災行動をとることにより、地震による被害の軽減が期待されます。

しかし、情報の提供から大きな揺れが始まるまでは、長い場合でも数十秒程度であり、震源に近いところでは、情報の提供が大きな揺れの到達までに間に合わない場合があるなど緊急地震速報には技術的な限界もあります。

昨年8月1日から、列車の制御や工事現場などで先行的な情報提供が開始されており、いくつかの事業者

ではすでに緊急地震速報を用いた防災対応マニュアルを作成するなど、情報の利活用がなされています。

いよいよ本年10月1日からは、テレビ・ラジオなどによる放送を含め、広くみなさんへの提供が開始される予定ですが、緊急地震速報を被害の防止や軽減に有効に活用するには、住宅の耐震化や家具の固定など日ごろの耐震対策はもちろん、左ページの「利用の心得」を理解することが重要です。

緊急地震速報のしくみや利用の心得など詳しくは、気象庁ホームページをご覧ください。

<http://www.seisvol.kishou.go.jp/eq/EEW/kaisetsu/index.html>

気象庁ホームページ

(市民部 防災安全課)

米原市
防災訓練
を実施します

とき

10月14日(日)

ところ

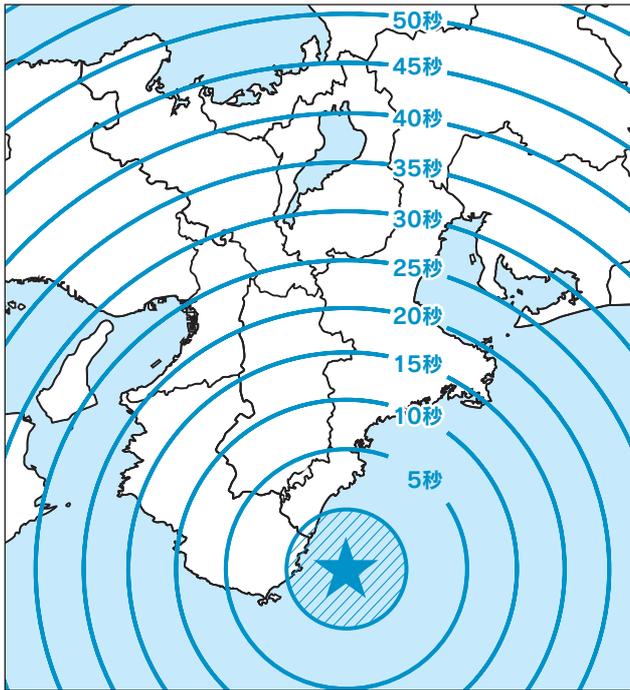
伊吹第1グラウンド

問い合わせ

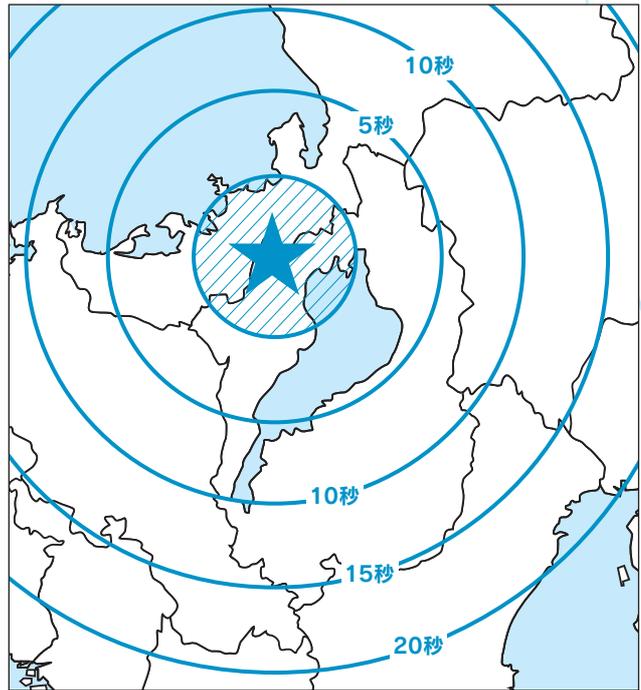
市民部防災安全課(近江庁舎)
☎52-6630
☎52-6930

緊急地震速報の発表から大きな揺れがくるまでの猶予時間

▼ 東南海地震(M8.1)が発生したら…



▼ 琵琶湖西岸断層帯で地震(M7.1)が発生したら…



* 地震波を観測した4秒後に緊急地震速報を発表すると想定。
* 図中★は震央地、●内は緊急地震速報が間に合わない。

[資料：彦根地方気象台]

緊急地震速報 利用の心得 周囲の状況に応じて、あわてずに、まず身の安全を確保しましょう

●家庭では



頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れる
あわてて外へ飛び出さない

●人がおおぜいいる施設などでは



係員の指示に従い、あわてて出口・階段
などに殺到しない

●エレベーターでは



最寄りの階で停止させ、すぐに降りる

●屋外(街)では



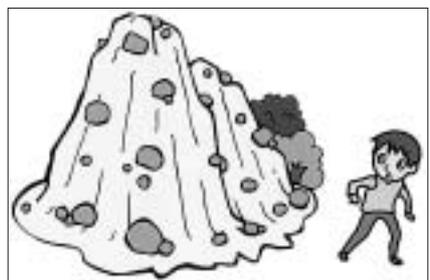
ブロック塀の倒壊などに注意

●自動車運転中は



あわててブレーキをかけない。
ハザードランプを点灯し、揺れを感じたらゆっくり停止

●山やがけ近くでは



落石やがけ崩れに注意



まなびとまちづくりの交流点 ルッチ大学第4期生募集！

ルッチ大学は、楽しく学びながら人を育てるまちづくり大学です。
この大学での出会いとまなびが、
あなたの人生や地域の可能性をさらに豊かなものへと導きます。

■ルッチ大学とは

地方の時代の到来とともに、市民や事業者、行政など、多様な主体が、それぞれの役割分担のもとに協働のまちづくりを推進することが求められている今、地域全体の意識向上と人材の育成が重要視されています。

このような中、ルッチ大学は「学習の成果をまちづくりに生かす」をコンセプトに、明日の地域を担う人材（まちづくりリーダー）を育てる市民カレッジとして市が開校しているものです。

特に10月からスタートする第4期のカリキュラムには「地域の課題共有」協働へのアプローチ」というシリーズを加え、各テーマに関係する行政職員や専門家等とともに、まちの課題整理と協働のポイントを探っていきます。

■ルッチ大学の特徴

― 多彩な講師陣と学習形態 ―

まちづくりの実践につなげるためのカリキュラム構成が大きな特徴です。全国からまちづくりのエキスパートを講師として迎えるほか、座学だけでなく、ワークショップや視察等、多彩な学習形態で展開します。

― 2年間の学習過程 ―

短期間の講座とは違い、ルッチ大学では2年間でゆっくりじっくり学びます。

1年目は現代的な課題やまちづくり実践事例を中心に学び、2年目では、風土を生かした企画立案やまち

3つのジャンルで総合的に学習 多彩な講師陣が魅力です！

ひとづくり

地域改革の仕掛け人の取り組み事例を学び、まちづくりへのモチベーションを高めるとともに、実践力をつけるための事例研究を行います。

* 地域改革の仕掛け人

「葉っぱをビジネスに」 横石 知二氏 (株)いろどり代表取締役副社長

「式年遷宮と地域づくり」 松山 泰久氏 (伊勢神宮式年遷宮プロデューサー)

「夕日のまちづくり」 若松 進一氏 (愛媛大学講師)

* 事例研究 コーディネーター 中奥 良則氏 (総務省地域再生マネージャー)

まちづくり

まちづくりの具体的手法を学ぶほか、現代的課題への理解を深めます。

* 「まちづくりと情報発信」 佐々木 英和氏 (宇都宮大学生涯学習教育研究センター准教授)

* 「市民参加の教育づくり」 毛受 芳高氏 (NPO法人 アスクネット代表理事)

* 「防災と地域力」 栗田 暢之氏 (NPO法人 レスキューストックヤード代表理事)

* 「団塊世代と地域づくり」 興梠 寛氏 ((財)世田谷ボランティア協会理事長)

* 「キラリ地元企業」 (株)たねや、油藤商事(株)

風土に学ぶ

地域の宝や地域課題について再認識し、それらをいかにまちづくりに取り入れるかを考えます。

* 「地元学のすすめ」 吉本 哲郎氏 (地元学ネットワーク主宰)

※その他にも、多数の実践者を講師として迎えます。

※学習内容や講師は変更することがあります。

の課題解決について、グループ事例研究等を行います。

「人材」とは「人材」をもとにした造語で、「人は財産である」という意味を込めてこの言葉を使用しています。

入試はありません
それぞれのアプローチから
チャレンジしてください

例えば…

自治会や地域のグループ

次代のリーダー候補を送り込んでみてはいかがでしょう。後継者育成の観点のみならず、大学で築き上げられた人脈等の「つながり」が、地域のまちづくりの貴重な財産になるはずです。

企業や行政機関

従業員(職員)研修の一環として、職員の方を派遣してみませんか。また、講師派遣や調査研究等、ルッチ大学の運営へのご協力をお願いします。

団塊の世代の方

定年を機に、地域での生きがいを探しておられる方は、迷わずルッチ大学へ。あなたの知識や経験を生かすチャンスです。

学生の声

● グループ研究で地域にたくさん
の知り合いができたことは、
これからの人生を歩むうえで、
貴重な機会となった。

● 最初は戸惑いもあったが、自
分自身の意識の向上や視野の
広がりにつながり、大学に入
って本当に良かったと思う。

● 人材育成の場として、きつ
けづくりの場として、今後も
ルッチ大学を続けてほしい。



座学だけではなく、地域に出向いてフィールドワーク。人との出会いやネットワークの広がりが、大学で培える財産のひとつ。

ルッチ大学第4期生 募集概要

- 学習期間 平成19年10月～平成21年9月の2年間（全40講義）
- 開講日 毎月第2・第4火曜日 19時30分～21時30分に開講
- 学舎 ルッチプラザ（長岡）
開講日程および場所については、講義内容や講師の都合等により、変更することもあります。
- 募集定員 40人
- 学生資格 まちづくりに関心がある18歳以上の方で、継続して学習ができる方。市内外を問いません。
- 授業料等 1年次10,000円／2年次10,000円
現地研修にかかる費用は、別に実費負担となります。
- 申込期限 平成19年10月19日（金）
- その他 詳細の募集要項は、米原市公式ウェブサイトに掲載するほか、市内の公民館および市庁舎に設置します。

【お申し込み・お問い合わせ先】 ルッチ大学事務局（教育委員会まなび推進課）
☎55-8106 ☎55-4040 Eメール manabi@city.maibara.shiga.jp

市内バス交通の見直しに着手しました！

近江地域全域で10月1日から「まいちゃん号」の運行を開始

市では、今年度「米原市地域公共交通会議」を新たに設置し、市内公共交通の協議をおこないました。毎年膨れ上がるバス運行経費の抑制策として定めた「中期的な見直し方針」に基づき、市内公共交通の具体的な再編対策を開始します。

市内バス路線に関する 中期的な見直し方針(抜粋)

バス路線の利用者が極端に少なく、通勤客・観光客の利用が今後も見込めない路線（多和田線・カモンバス・藤川線）については、現行の路線バスの廃止と、新たな公共交通の必要性や転換方策について検討を実施します。

5月に開催された「米原市地域公共交通会議」では、多和田線の廃止と新たな公共交通への転換方策について協議をおこないました。その結果、多和田線を廃止し、その代わりに多和田線沿線以外の公共交通空白地帯もカバーできる方策として、近江地域全域にデマンド型乗合タクシー（らくらくタクシー「まいちゃん号」）を試験的に導入する案で各委員の方々から合意をいただきました。その他、米原市から木之本町までを結ぶ広域バス路線（木之本米原線の一部路線変更（JR坂田駅への新規乗り入れ等））についての協議も併せて行い、合意をいただきました。

10月からの見直し内容

▼多和田線（路線バス）を廃止

JR米原駅東口から近江地域多和田集落まで運行している多和田線は、9月末日で営業を終え、路線の廃止をおこないます。

▼近江地域全域で「まいちゃん号」の運行を開始

10月1日から近江地域全域でデマンド型乗合タクシー（まいちゃん号）の平日運行を開始します。ご利用方法等くわしくは、広報まいばら10月1日号でお知らせします。

▼木之本米原線の一部路線を変更

10月1日からJR坂田駅の利用促進と公共交通の利便性向上を目的として、一部の便でJR坂田駅へ乗り入れをおこなう運行ダイヤを変更します。また、長浜方面行き朝7時台の便を中多良経由から岩脇経由へルート変更することにより、さくらが丘児童の通学バスとして一部利用します。

ダイヤ等の詳細は、広報まいばら10月1日号でお知らせします。

▼舟崎口バス停留所が廃止されます

長浜市が運行している長浜市内南回り線の見直しに伴い、10月1日から「舟崎口バス停」が廃止されます。利用者の方はご注意ください。



米原市地域公共交通会議

この会議は道路運送法の規定に基づいて設置する機関であり、地域の実情に即した輸送サービスの実現に必要な事項を、各関係機関や市民の代表等と一緒に協賛をおこなう場です。

らくらくタクシー「まいちゃん号」(デマンド型乗合タクシー)とは?

「まいちゃん号」とは、米原地域のJR米原駅周辺で平成16年10月から運行している完全予約制の乗り合いタクシーのことです。

一般のタクシー車両を使用していますが、路線バスと同様に予め運行区域(停留所)や運行時刻が定められており、予約があった時にだけ運行する、言わば『小型のバス』です。そのため、同じ時刻に複数の人から予約があった場合は、乗り合わせでご利用いただけます。



お問い合わせ 政策推進部 総合政策課(米原庁舎) ☎52-6626 ☎52-5195

平成19・20年度 米原市政モニター を募集中!

市では、市政に対するご意見やご提案をお聞かせいただくための市政モニターを募集しています。みなさんのご応募をお待ちしています。

1. 応募資格

市内に在住の方で、年齢・性別を問わず、市政について関心をお持ちの方。(ただし、国や地方公共団体の議会議員や公務員の方は除きます)

2. 募集人数

40人(伊吹地域6人以内、山東地域13人以内、米原地域12人以内、近江地域9人以内)

3. 委嘱期間

平成19年10月(委嘱の日)から平成21年3月31日まで

4. 主な活動内容

- ・アンケートへの回答(年2回程度)
- ・市政への提案や意見の提出(随時)
- ・市長との意見交換会に出席(任意)

5. 応募の締切り 9月7日(金)(必着)

6. 応募方法

市役所各庁舎情報プラザ、市立図書館、各公民館などに備え付けの応募用紙、もしくは米原市公式サイトからダウンロードし、必要事項を記入のうえ郵送、FAX、またはE-mailで下記までご提出ください。(※メールのタイトルは「米原市政モニター応募」としてください)

応募・お問い合わせ先

政策推進部 情報政策課(米原庁舎)
☎52-6627 ☎52-5195
Eメール jouhou@city.maibara.shiga.jp
<http://www.city.maibara.shiga.jp/>

平和の折り鶴

～広島・長崎・核保有5か国へ～

6月に平和への願いを込めた『平和の折り鶴』を募集したところ、26,700羽余りの折り鶴が集まりました。

みなさんの想いが込められた『平和の折り鶴』は、8月4日に開催された米原市平和祈念式典で披露した後、翌5日に市民代表の中学生4人[久米ひかりさん(米原中)、大橋佳代さん(大東中)、中川卓哉さん(伊吹山中)、北村洋明さん(双葉中)]の手によって、広島「原爆の子の像」に捧げられました。また6日には、市職員が長崎の原爆資料館に『平和の折り鶴』を届け、その館内に折り鶴を展示していただきました。さらに7日、市長と教育長がアメリカ、イギリス、フランス、ロシア、中国の各国大使館を訪問し、『平和の折り鶴』を届けるとともに、核の放棄を訴えました。

広島、長崎、核保有5か国大使館へお届けした『平和の折り鶴』には、それぞれに米原市の『非核・平和都市宣言』

を添えています。折り鶴に込められた平和への願いが世界各国に届き、次代を担う若者に非戦非核の願いが継承されるよう願うとともに、ご協力いただいた市民のみなさんにお礼を申し上げます。ありがとうございました。



▲「原爆の子の像」の前で
(広島・平和祈念公園)

(総務部総務課)

食べることで介護予防

「もう年だから」は黄色信号

「年をとって心身の機能が低下するのは仕方ないこと」と考えてはいませんか？



高齢者が心身の機能を低下させてしまう最大の原因は「もう年だから」「おっくうだから」と、身の回りのことや外出をしなくなることにあります。体や頭を使わない生活は筋力や意欲を低下させ、やがて要介護状態や認知症を招くことにもつながります。

日常生活のちょっとした工夫で、心身の過度の老化を防ぎ、自分でできることの範囲を広げていくことができます——これが「介護予防」です。介護予防とは、元気な高齢者になるべく要介護状態にならないように、そして介護が必要な人もそれ以上悪化させないようにする取り組みです。

「自分はまだ元気だから介護予防なんて必要ない」と思っていないですか。元気なうちから介護予防に取り組む必要があるのは、生活習慣病などの病気予防と同じです。地域包括支援センターでは、生涯を通じて自立した暮らしが送れるよう、皆さんの暮らしをサポートし、介護予防に関する情報を発信しています。

今回は高齢者の食事についてご紹介します。

老化を防ぎ活力ある生活を送るためには、体の主要な構成成分であり、生命の維持に欠かせない「たんぱく質」と、体を動かすエネルギー源となる「エネルギー」を、毎日の食事から十分にとる必要があります。

「食べること」によって、毎日、必要なエネルギーとたんぱく質が十分摂取できていると、筋肉や内臓のたんぱく質が保たれて、身体機能や生活機能が維持されるときにも、感染症などの病気にもかかりにくくなります。仮に病気やけがをした場合も、回復が早くなります。

また、朝・昼・夕の3食を規則正しく食べることで、ホルモンの分泌や神経、臓器の働きが正常に保たれ、規則的な生体リズムが作られます。高齢者が悩まされがちな、睡眠や便通のリズムもおおのずと整ってきます。

高齢期になるとかむ力や飲み込む力が低下する、身体機能の衰えから買い物や食事づくりが困難になる、脳梗塞・がんなど病気があって食欲が低下しやすい、など様々な理由で

介護予防の基本は「食べること」

食事の摂取量が落ちる場合があります。「高齢者は食が細くてあたりまえ」などと考えず、あらゆる食品をたくさん食べ、バランスのよい食生活を心がけることが大切です。

このように、「食べること」は健康で自立した生活を続けるための基本。まさに介護予防は「食べること」から始まるといっても過言ではありません。

また、最近の研究で食生活を工夫することで、認知症予防や下肢筋力低下を予防することが可能になることが分かってきました。これらのことも取り入れながら、いくつになっても元気な高齢者を目指していきましょう。



介護予防ができる食生活のポイント

① 食事は1日3回、欠食は絶対に避ける

食事を抜いてしまうと、1日に必要なエネルギーやたんぱく質を補うことが難しくなります。食が進まないときは、1回の食事の量を減らし、1日4〜5回に分けて食べましょう。

② 食事の時間を規則正しく

食事を規則正しくすることは、睡眠と覚醒のリズムなど、身体と心の1日のリズムをつくるうえで大切です。そのリズムが胃腸の働きを整え、食欲を高めることにもつながります。

③ 家族や仲間とワイワイと

おしゃべりをしながらの会食は食事の楽しみを5倍にも10倍にもしてくれま
す。できるだけ、1日1回は家族や友人と30分以上かけて食事をとりましょう。

④ 主食を忘れずに

ごはん、パン、めん類などの主食は1日を活動的に過ごすためのエネルギー源です。

⑤ おかずもしっかりと

肉、魚、卵、大豆製品などのたんぱく質を含むおかずをいろいろ組み合わせ
て食べましょう。すぐれた動物性タンパク質食品である肉と魚を1対1の割合
でとるようにしましょう。

⑥ 野菜もしっかり

野菜は緑黄色野菜や根菜類など、たくさんの種類を食べ、火を通して調理し、
摂取量を増やしましょう。

⑦ 牛乳・乳製品を毎日

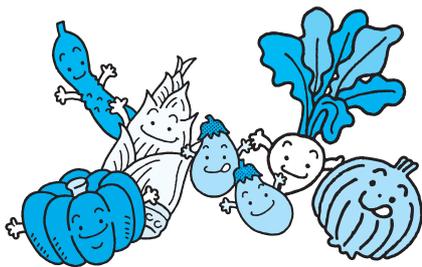
寝たきりになりず、元気な高齢者は牛乳、ヨーグルトなどを毎日とっています。

⑧ 咀嚼・嚥下機能にあった食べ方を

咀嚼（噛む）や嚥下（飲み込む）の機能低下がある場合は、ご飯をお粥にし
たり、おかずを一口で食べられる刻み食にするなど、食べやすくする工夫をし
ましょう。お茶や汁物にむせるときは、市販のろみ調整食品を利用するの
方法です。

⑩ 食欲がない時は、おかずを先に食べる

ご飯に加え、おかずで様々な栄養素を確保しましょう。どうしても食欲がない時
は、おかずを先に食べ、少量でも食べて必要な栄養素を確保するようにしましょう。



高齢者に関する 総合相談窓口

地域包括支援センター
(山東庁舎 高齢福祉課内)
☎55-8103 ☎55-8130

「地域包括支援センター」では、主に次のような業務を行っています。お気軽にご利用・ご相談ください。

- ・介護保険の利用についての相談や高齢者に関する心配ごとの相談など
- ・要支援認定者の介護予防ケアプランの作成など
- ・成年後見制度の活用促進や虐待の早期発見・防止を進めます。
- ・地域のケアマネジャーの支援など

認知症が気になる人には…

野菜、果物に含まれるビタミンC、ビタミンE、ベータカロチンには抗酸化作用があり、認知症の予防に効果的だということがわかっています。

ビタミンCが多く含まれる食べ物	アセロラ、レモン、いちご、グレープフルーツ、レバー、じゃがいも、さつまいも、れんこん、キャベツ、チンゲン菜、小松菜、ピーマン、春菊、カリフラワーなど
ビタミンEが多く含まれる食べ物	アボガド、かぼちゃ、玄米、さつまいも、春菊、たけのこ、にら、ピーナッツ、ほうれん草、うなぎ、さば、サンマなど <βカロチンが多く含まれる食物> 青ねぎ、アスパラガス、オクラ、かぼちゃ、小松菜、しし唐辛子、春菊、ピーマン、だいご菜、チンゲン菜、にら、人参、パセリ、ほうれん草、トマトなど

魚を食べている人は認知症になりにくいことが分かっています。特に、サバなどの青魚に含まれているDHAやEPA（不飽和脂肪酸）は脳の神経伝達をよくしたり、脳の血行をよくする働きがあります。

DHAやEPAが多く含まれる魚	イワシ、サバ、サンマ、マグロ、ハマチなど
-----------------	----------------------

骨粗しょう症が気になる人には…

骨を強くするには、骨の材料となるカルシウムが欠かせません。カルシウムの多い食品をとることが大切です。また、腸からのカルシウムの吸収を助け、体内のカルシウムの調節を行うビタミンD、カルシウムと同様に骨を作る役割をするマグネシウム、骨へのカルシウム沈着を助けるビタミンKを併せて取るようにすると良いでしょう。

カルシウムの多い食品	生揚げ、いわし丸干し、小松菜、煮干し、牛乳、かぶの葉、木綿豆腐など
ビタミンDの多い食品	魚介類（いわし、かつお、まぐろ等）、干しいちげ、きくらげなど ※日光に当たることでビタミンDは増幅されます。
ビタミンKの多い食品	納豆、ブロッコリー、チーズ、レバーなど

また、これらに加えて、**軽い運動**も必要です。運動により適度に骨に力（負荷）がかかると、骨を作る細胞が活性化し、カルシウムが骨につきやすくなります。加えて、筋力やバランス力などを養うことができます。高齢期になると筋力の低下やバランス力の低下などから転倒しやすくなるので、軽い運動は転倒を防ぐことにもつながります。軽い運動には気軽にできる**ウォーキングがおすすめ**です。まずはいつもより多く歩くことから始めましょう。

みんなで考えませんか？ 暮らしと人権・同和問題



みなさんの身の回りで、人権に関する問題や悩みごとはありませんか？

『人権』は私たちの生活において、なくてはならないものであり、最も尊重され守られるべきものです。

まずは私たちの身の回りにおける人権問題を考え、それに気づくことが必要ではないでしょうか。

さまざまな人権問題を考えよう

差別を許す「同調」と「傍観」

あなたならどうですか

連日のようにテレビや新聞報道で伝えられる女性や子ども・高齢者への暴行事件・・現代社会の歪みともいえる人権を侵害した事件が多発しています。

残念な事実として、これらの事件の中には周囲にたくさんの方がいる中（公共の場）で起こった事件も少なくありません。その場に居合わせたり、事件を知ったりしながらも、このような行為を阻止できないのはどうしてでしょうか？ また、差別や人権侵害に気づいたときに「それはおかしいと思うよ」などと指摘したり注意したりすることができているのでしょうか？

自分を安全な場所に

自分の意思に反しているのに、相手の考えや行動に合わせてしまうといった行為を「同調」といいます。また、自分の周りで対立が起こったときなどにそれを指摘して気まずい雰囲気になったら嫌だからと見て見ぬふりをしたり、無関係を装って離れたところに身を置いたりする行為を「傍観」といいます。

「同調」と「傍観」は自分を安全な場所におきたいという意識の表れであり、その根底には「自分は関わりたいくない、他人事だから見て見ぬふりをすればいい」という考えがあります。

いじめにも通じる

子どもたちのいじめの問題にもこのことが大きく働いています。

いじめはよくないと思っているのに、同じ行動をとらないと自分がいじめられるからと一緒になっていじめたり、自分はいじめに加担こそしないが、無関係だからといじめを見て見ぬふりをしたりするケースがあります。

これが「同調」と「傍観」であり、よくないこととわかっていても何も行動には移さず、見て見ぬふりをしてしまう…その行為がいじめをさらに深刻な問題にさせているのです。

人権侵害をなくすために

「同調」や「傍観」は、結果的に差別や人権侵害を許し、再生産していきます。

「同調」や「傍観」をなくしていくには、自分自身を見つめてみることで、そして、自分の気持ちや考えを正直に表現し、人権侵害の加害者に対して気づかせ、反省を促す力（コミュニケーションの方法）を身につけること、人権尊重という意識と行動を共有する仲間をつくることです。

あなたの一歩が、人権侵害をなくすための大きな一歩につながります。気づきから行動へ、一歩踏み出す勇氣を持ちたいものです。

お問い合わせ 総務部 人権推進課（米原庁舎） ☎52-6629 📠52-4539



地元駅利用促進統一キャンペーン

地元駅で定期券等を買ってスタンプを3個集めると、
抽選でICOCAまたはオレンジカードが当たる!!

キャンペーン対象駅：米原駅、長浜駅、醒ヶ井駅、近江長岡駅、柏原駅 ほか

キャンペーン期間中に対象駅で定期券や回数券、ICOCAなどを購入された方に駅員がスタンプを押印します。スタンプが3つたまったら「住所・氏名・電話番号」を記入の上、希望する賞品を選んで、各駅内に設置した回収箱に投函してください。

📞 鉄道を活かした湖北地域振興協議会 ☎65-6603

当たる!!

ICOCAまたはオレンジカード		
1等	10,000円分	5本
2等	5,000円分	10本
3等	2,000円分	100本

実施期間

9/15(土) ▶ 11/11(日)

近江地域に伝わる奉納角力はこの地ならではの

全国各地で数多く行われている奉納相撲は、神様を崇める日本古来の慣わしです。神前で「一人相撲」をとるのが一般的で、神様を相手に相撲をとり投げ飛ばされてしまう様子を表現するなどして、神の威厳や存在の偉大さを表現します。

市内に伝わる山津照神社と日撫神社の奉納角力は、本当に組み合う相撲を奉納する米原流。すもうを「角力」と書くのも珍しいのだそうです。



▲日撫神社の奉納角力



1 土	チケット発売日(10時～)【日野皓正ジャズライブ・島田洋七講演会】[ジョイいぶぎ]	16 日	子ども茶道教室[山東公民館](13時30分～) おはなし会[山東図書館](14時～)
2 日	子ども茶道教室[山東公民館](13時30分～) おはなし会[ジョイいぶぎ](10時～) おはなし会[山東図書館](14時～)	17 月	敬老の日 日撫神社奉納角力・角力踊り(13時～)
3 月		18 火	心配ごと総合相談[ゆめホール(三吉)](10時～12時)
4 火	心配ごと総合相談[近江やすらぎハウス](10時～12時) 一色悦二 描くよるこび展[近江はにわ館](～30日)	19 水	
5 水	薬草ボランティア[ジョイいぶぎ](8時30分～)	20 木	すくすく広場[山東公民館](10時～11時30分) 子育てふれあいサロン[ジョイいぶぎ](9時30分～) おはなし会[近江図書館](11時～)
6 木	すくすく広場[山東公民館](10時～11時30分) 宮川透園水墨・墨彩画展[醒井水の宿駅](～24日)	21 金	秋の全国交通安全運動(～30日)
7 金		22 土	コンサート「サニサイツミvol.3 in 滋賀」[ルッチプラザ](17時30分～) 子ども将棋教室[山東公民館](9時30分～)
8 土	企画展「米原を通ったユダヤ難民～杉原千畝と命のビザ～」 [伊吹山文化資料館](～10月14日) 子ども将棋教室[山東公民館](9時30分～)	23 日	秋分の日
9 日	講演会「乳がんの薬物療法・再発治療について」[米原公民館](13時～) 子ども将棋教室[山東公民館](9時30分～)	24 月	ルッチ大学 第3期生卒業式[ルッチプラザ](13時30分～)
10 月		25 火	心配ごと総合相談[伊吹健康プラザ愛らんど](10時～12時)
11 火	山津照神社奉納角力(11時～) 心配ごと総合相談[三島荘(池下)](10時～12時)	26 水	薬草を楽しむ会[ジョイいぶぎ](9時30分～) こころの相談室[S・Cプラザ](13時30分～)
12 水	親子でフィットネス[山麓体育館](10時～)◎ジョイいぶぎ こころの相談室[S・Cプラザ](13時30分～)	27 木	結婚相談[米原公民館](13時30分～16時) おはなし会[米原公民館](10時～)
13 木	男だっけ料理[ジョイいぶぎ](9時30分～) 結婚相談[米原公民館](13時30分～16時)	28 金	太極拳に挑戦[ジョイいぶぎ](13時30分～)
14 金	太極拳に挑戦[ジョイいぶぎ](13時30分～) 協働セミナー『こうきょう(公共)』って何だろう！？ [米原公民館](19時～)	29 土	甲津原農業体験ツアー(～30日) ◎甲津原農業体験事務局 ☎59-0322
15 土		30 日	おはなし会[米原公民館](14時～)

※こころの教育相談の日程は「フレーフレー子育て(17ページ)」に掲載しています。



予防接種

※BCGは月1回、集団接種を米原げんきステーションで実施します。 ※診察前の体温は会場で測定してください。
 ※予防接種を受ける前には「予防接種と子どもの健康（冊子）」を読み、必要性や副反応について理解したうえで接種してください。
 ※薬を使用している方は、服薬手帳や薬の説明書など、服薬内容のわかるものを持参してください。

予防接種	対象	実施日	受付時間	場所	持ちもの
BCG	3か月～6か月未満児	10月5日(金)	13:00～13:15	米原げんきステーション	◇母子健康手帳
ポリオ	(3か月～7歳6か月未満児で、まだ2回接種を受けていない児。1回目と2回目の間は、6週間以上あけてください。)	10月10日(水)	13:00～ 14:20	山東健康福祉センター	◇体温計
		10月23日(火)		米原げんきステーション	◇予診票(赤ちゃん手帳内)を記入しご持参ください

10月のヘルスアップ 栄養相談



相談を希望される方は
前日までに電話でお申込ください

実施日	時間	会場	持ちもの
10月1日(月)	9:00～	伊吹健康プラザ愛らんど	・健診結果通知書 ・筆記用具 ・眼鏡等
10月9日(火)		米原保健センター	
10月18日(木)	11:00	近江保健センター	
10月24日(水)		米原げんきステーション	
10月26日(金)		山東健康福祉センター	

高齢者インフルエンザ 予防接種について

下記のとおり、高齢者を対象としたインフルエンザ予防接種を実施します。

実施期間：10月中旬～12月下旬
 対象：65歳以上の高齢者
 自己負担金：2,000円
 持ちもの：保険証
 実施医療機関：市が指定した医療機関

※接種の際には、必ず事前に各医療機関へ予約をしてください。くわしくは、広報まいばら10月1日号でお知らせします。

ドンドン健診！ドンドン健康！



～10月の健診は米原・近江地域で実施します～

すでにお届けしています受診票と各種健康診査問診票に必要な事項をご記入の上、当日持参してください。新たに受診を希望される方は健康づくり課までお問い合わせください。

日程表は広報まいばら7月15日号をご覧ください。(日程表は健康づくり課または、各庁舎窓口にもあります。)

生活習慣病健診

山東・伊吹地域は9・10月に結果説明会を実施します。

健診は受けるだけでなく、気づいていない日頃の生活習慣の問題に気づき、改善する事が重要です。結果説明会には必ず参加しましょう。

健康教室のお知らせ

参加は自由です。直接会場にお越しください！

「小児の感染症と予防接種」

麻疹・風しん・おたふく風邪・水痘・りんご病などの感染症について、写真を用いて解説します。

日時：9月13日(木) 13時30分から
 場所：湖北医師会館 2階ホール
 講師：おくのこどもクリニック
 理事長 奥野 昌彦 先生

※駐車スペースが少ないため、乗り合わせておこしください。

食中毒予防の三原則

1. 菌をつけない(清潔・洗浄)
2. 菌を増やさない(迅速・冷却)
3. 菌を殺す(加熱・殺菌)

まだまだ食中毒が発生しやすい季節です。食事や調理の前にはしっかりと手を洗い、食品の保存方法に注意してください。また、調理の際にはしっかりと火を通すようにしましょう。

《会場について》 場所がわからないときは、健康づくり課までお気軽にお問い合わせください。

●健康づくり課	山東庁舎内(長岡)	●近江保健センター	近江庁舎に併設(顔戸)
●山東健康福祉センター	ルッチプラザ内(長岡)	●米原保健センター	米原診療所に併設(三吉)
●伊吹保健センター	伊吹健康プラザ愛らんど内(春照)	●米原げんきステーション	米原庁舎 南隣(下多良)

お問い合わせ 健康福祉部 健康づくり課(山東庁舎) ☎55-8105 ☎55-8130



母子健康手帳の交付 妊婦相談

健康づくり課・山東健康福祉センター・近江保健センター・米原保健センター・米原げんきステーション・伊吹保健センターで交付しています。妊娠中の心配ごとや、わからないことなどお気軽にご相談ください。

すくすく ホットライン

☎55-8105 (内線164/受付8:30~17:15)

妊娠・出産・育児などに関するご相談、お問い合わせなど、お気軽にお電話ください。



乳幼児健康診査

※いずれも全市域を対象に毎月1回実施します。 ※4か月児健診はBCG接種も実施します。
※赤ちゃん手帳の中の問診票(対象月)を子どもさんの様子をみながら記入して当日ご持参ください。

健診名(対象のお子さん)	実施日	受付時間	健診会場	持ちもの
4か月児健診 (平成19年5月生まれ)	10月5日(金)	13:30~14:00 (BCGは13:00~13:15)	米原げんき ステーション	◇母子健康手帳 ◇赤ちゃん手帳・バスタオル
10か月児健診 (平成18年12月生まれ)	10月26日(金)	13:00~13:30	米原げんき ステーション	◇母子健康手帳・赤ちゃん手帳 ◇子どもの歯ブラシ・バスタオル
1歳6か月児健診 (平成18年2月生まれ)	10月16日(火)	13:00~14:00	山東健康 福祉センター	◇母子健康手帳 ◇赤ちゃん手帳 ◇子どもの歯ブラシとコップ
2歳6か月児歯科健診 (平成17年3月生まれ)	10月18日(木)	9:30~10:30		
3歳6か月児健診 (平成16年3月生まれ)	10月11日(木)	13:00~14:00		◇母子健康手帳・赤ちゃん手帳 ◇子どもの歯ブラシとコップ ◇子どもの尿(朝一番の尿を容器に入れてお持ちください)



育児相談

※時間はいずれも10:00~11:30です。

実施日	会場	内容
10月3日(水)	伊吹保健センター	◇育児不安、ストレス等の悩みや、子どもの成長・発達など、育児についての相談をお受けします。 ◇食事・離乳食についての相談は、栄養士がお受けします。 ◇身体計測も行います。
10月19日(金)	近江保健センター	
10月26日(金)		



子育てサロン

※プレイルームを開放します。 ※時間はいずれも9:30~12:00です。

広場	実施日	場所	対象
赤ちゃん広場	10月3日(水)	伊吹保健センター	おもに1歳未満のお子さんとその保護者
	10月26日(金)	近江保健センター	
ちびっ子広場	10月10日(水)	伊吹保健センター	お子さんと子育て中の保護者
	10月17日(水)		



歯に関すること

母と子の強い歯をつくろう運動 -主催：湖北歯科医師会-

※1歳から6歳までのお子さんの誕生日に、
歯科健診と歯科指導が母子ともに無料で受けられます。

事業名	実施日	受付時間	場所	持ちもの
1歳児歯科健診	10月25日(木)	14:00~15:30	長浜市保健センター	◇母子健康手帳
2歳~6歳児歯科健診	誕生日を迎えた月に、湖北歯科医師会会員の歯科医院にお申し込みください。			

未就園児家庭を対象にした「地域子育て支援センター」や「子ども家庭サポートセンター」などでは、さまざまな子育て支援活動を展開しています。子どもたちのすこやかな成長と、楽しい育児を応援していますので、みなさん、ぜひ遊びにきてくださいね！



地域子育て支援センターだより

米原市子育て支援センター合同活動

三島池に行こう!!

- 日 時**
- ① 10月2日(火) 10時～11時30分 (受付 9時45分～)
 ☂ 5日(金) に変更
 - ② 10月9日(火) 10時～11時30分 (受付 9時45分～)
 ☂ 12日(金) に変更

集合場所 グリーンパーク山東内「すぱーく山東」横の「ふれあい広場」(芝生)

駐 車 場 すぱーく山東横の駐車場 (スタッフ誘導有)

持ちもの 水筒、必要に応じて着替え

内 容 グリーンパーク山東を散策しながら、ポイントコースでカモにえさをやったり、木の実などを使って製作したり、天狗の丘で遊んだりします。詳しくは当日説明します。お楽しみに！



参加を希望される方は…

9月21日(金)までに
 いずれかの子育て支援センターにご連絡ください。

子育て支援センターはなばたけ ☎ 58-2001
 子育て支援センター寺子屋 ☎ 55-0061
 子育て支援センターあゆっこ ☎ 52-1114

子育て支援センター あゆっこ

〒521-0016 米原市下多良146-1 米原市立米原中保育園内
 ☎ 52-1114 ☎ 52-5131

あゆっこ開放

毎週月・水・木曜日
 10時～11時30分
 おもちゃや絵本があります。
 気軽に遊びに来ていただけるお部屋です。

園庭開放

月曜日～金曜日 10時～17時
 土曜日 10時～11時30分
 園庭にある遊具や砂場で遊びませんか？

育児電話相談

☎ 52-1114
 毎週月曜日 13時～16時30分
 相談員が応じます。
 一人で悩まず、まずだれかに話してみよう。

子育て支援センター 寺子屋

〒521-0242 米原市長岡1167-4 長岡保育園内
 ☎ 55-0061 ☎ 55-8222 <http://www.nagaokahoikuen.com>

10月の寺子屋ひろば 楽しい行事にいっしょに参加してね。

実施日時	活動内容	時 間
10月20日(土)	やりたいこと、話したいこと ワイワイ ガヤガヤ みんなで遊ぼう！	10時～
10月27日(土)		11時30分

園庭開放

毎週月～土曜日
 10時～11時30分
 遊具がたくさんあります。
 おうちのひとと遊びに来てね。

育児電話相談

☎ 55-0061
 毎週月～金曜日 10時～17時
 一人で悩まないで！
 保育士が相談に応じます。

子育て支援センター はなばたけ

〒521-0314 米原市春照1950 いぶき認定こども園内
 ☎ 58-2001 ☎ 58-2001

保育室開放

毎週月・水・金曜日
 10時～11時30分
 おもちゃや絵本があります。
 気軽に遊びに来ていただけるお部屋です。

園庭開放

毎週月～金曜日
 10時～15時
 園庭にある遊具や砂場などで
 のびのび遊みましょう。

育児電話相談

☎ 58-2001
 毎週月曜日～金曜日 10時～15時
 一人で悩まないで！
 保育者が相談に応じます。

会場変更のお知らせ 9月のプチランド(親子活動)の会場が変更になりました。ご注意ください。

9月18日(火) 変更前 いぶき認定こども園 → 変更後 伊吹山麓体育館

フレフレ

子

育

て

子どもの「いのち」と「そだち」を守る

米原市子ども家庭サポートセンター

市役所山東庁舎2階 〒521-0242 米原市長岡1206
☎ 55-8112 ㊟ 55-4040

子ども家庭サポートセンターには、次のような相談・支援の窓口があります。
お気軽にご相談ください。

◆「こども家庭相談室」☎55-8123（直通・相談専用）

家庭相談員や保健師が、子育ての悩みや発達障がい等についての相談を受けます。相談員や保健師が直接ご家庭へ伺ったり、専門機関や各種サービスを紹介したりします。

◆「教育相談」☎55-8112

不登校やいじめ、学習や進路等、高校生までの学齢期の子どもに関わる相談を受けます。専門の心理カウンセラーによる「心の教育相談」や、学校に行きたくても行けない子どもたちのふれ合いと体験の場：「適応指導教室・みのり」を実施しています。また市内各小中学校へ、教室へ入れない（入りにくい）子ども等への個別支援スタッフとして、計15名のケア・サポーターを派遣しています。

◆「青少年・若者相談」☎54-5000（若者自立ルーム「あおぞら」）

非行や思春期の悩み、ひきこもりやニート等の若者やその家族の相談を受けます。
非行や問題行動からの立ち直りやひきこもり等の状態にある若者の自立と就職等の支援を行います。総合人権センターにて米原市少年センターと一緒に活動します。

◆「米原市子ども家庭支援ネットワーク」☎55-8112 または ☎55-8123

子どもたちが家庭や地域で安心して生活し成長できるよう、保育園や学校などの機関や地域の皆さんが手をつなぎ、子どもたちやご家庭へのサポートを実施します。

おやこサロン

子育て中のみなさん！一緒におもちゃ遊びやお絵かき遊びを楽しみましょう。
お申込みは不要です。

実施日時	会場	活動内容	時間
10月24日(水)	柏原生涯学習センター	部屋いっぱいお絵かきコーナー	10時～
10月30日(火)	勤労青少年ホーム(志賀谷)	※ 絵手紙「はじめの一步コーナー」を設けます。	11時30分
持ちもの	お茶(水筒)、着替えなど必要に応じてご用意ください。 ※ 絵手紙を体験される方は、細筆(毛筆、絵筆)があればお持ちください。 ※ はがき代(100円)が必要です。		

子育て講座④

参加無料

紙ひこうきをとぼそう！

駄菓子屋のおっちゃん、紙ひこうきづくりの名人・北村さんに紙ひこうきの醍醐味を教わります。紙ひこうきのおもしろさを親子で楽しみましょう。

日時 10月20日(土) 10時～11時30分(受付は9時40分～)
会場 すばーく米原【免許センター南側(入江)】
対象 3歳くらい～小学校3年生までの子と保護者
持ちもの はさみ、ホッチキス、写真や切手のついてない古葉書2～3枚、水筒(お茶)、タオル

★お申し込みは……10月12日(金)までに
子ども家庭サポートセンターへ【参加無料】

こころの教育相談

専門のカウンセラーが、子どもやその家族が抱える心の問題についてご相談に応じます。
相談時間はひとり約45分で、予約制です。お申込みは子ども家庭サポートセンターへ。

日時	会場	日時	会場
9月 4日(火) 9時～12時	旧いぶき保育園	9月19日(水) 9時～12時	近江公民館
9月 5日(水) 9時～12時	近江公民館	9月19日(水) 14時～17時	旧米原小学校(米原)
9月 5日(水) 14時～17時	旧米原小学校(米原)	9月20日(木) 9時～12時	勤労青少年ホーム(志賀谷)
9月 6日(木) 9時～12時	勤労青少年ホーム(志賀谷)	9月26日(水) 9時～12時	近江公民館
9月12日(水) 10時～13時	旧米原小学校(米原)	9月27日(木) 9時～12時	勤労青少年ホーム(志賀谷)
9月18日(火) 9時～12時	旧いぶき保育園	9月27日(木) 14時～17時	近江公民館

図書館より

今月の新刊図書

小美代姐さん 愛縁奇縁

群ようこ／著 集英社

売れっ子芸者だった美代子は終戦直後に結婚。愛児が誕生し、姑の嫁いびりや夫の浮気も乗り越えるが、夫の病死でお座敷に復帰する。涙を笑顔に取り替えて子連れで東奔西走する人気芸者・小美代の愛とご縁の物語。



しんかんくん うちにくる

のぶみ／作 あかね書房
新幹線のしんかんくんは、人間の男の子かんとらうのことが大好き。どうしても会いたくなかったので、かんとらうの家をめざして町へ飛び出したから、さあたいへん。「あったらいいな」の乗りものファンタジー絵本。



抱っこして読んで!



手作り 地球にやさしい ECOバッグ

ブティック社

簡単に作れてコンパクトになる環境にやさしいECOバッグの作り方を紹介。レジ袋タイプ、トート型、スーパーのカゴサイズなどバリエーション豊富で機能性に優れたバッグが満載。



9月のおはなし会

- 9/2(日)10:00- ジョイいぶき 研修室
- 9/2(日)14:00- 山東図書館 おはなし室
- 9/16(日)14:00- 山東図書館 おはなし室
- 9/20(木)11:00- 近江図書館 おはなしのへや
- 9/27(木)10:00- 米原公民館 図書室
- 9/30(日)14:00- 米原公民館 図書室

※おはなし会は、いずれも予約不要、入場無料です。お気軽にお越しください。

※ここに掲載の本は、市内の全ての図書館(図書室)で借りることができます。

休 9月の休館日 3日(月)、10日(月)、18日(火)、25日(火)、27日(木)
毎週月曜日と第4木曜日、月曜日が祝日の場合は翌火曜日
(9月27日(木)の米原公民館図書室は利用できません)。

問 山東図書館 ☎55-4554
近江図書館 ☎52-5246

スポーツアドバイザー 遠山ひろしの

3分ストレッチ



腰痛予防3

◆回数◆

間を空けてゆっくりと3~4回を基本として下さい。
(連続して行わないで下さい。)



① 肩幅より少し広く足を開き両手を頭の上で合わせます。

② 息を吸いながら背中を後ろに反らせます。

③ 息を吐きながら上半身を前に倒します。(脱力)

ポイント 膝を曲げないように注意しましょう。

安全な方法
イスに座って行うと体が安定します。



こんな**効果**があります 腰の周りの筋肉を柔軟にする効果があります。

■お問い合わせ/教育委員会 まなび推進課 (山東庁舎) ☎55-8106 ☎55-4040

※個人の体力に合わせて無理せず実施しましょう。体調の悪い時などはやめるなど自己管理のもとで実施してください。効果には個人差がございます。

米原歴史文化街道

米原市の歴史・文化財を歩く ③1

「地藏盆」の文化財

県内唯一の大形地藏仏

夏休み最後の盛大な行事といえは「地藏盆」ではないでしょうか。お地藏さんはもともと民間信仰の神様でしたが、仏教の「地藏菩薩」と結びついたことよって、人間界のみならず、地獄・餓鬼・修羅・畜生・天という六道すべてにおもむいて人々

を救済する仏様として崇められるようになりましした。地藏盆は八月二三・二四日の地藏菩薩縁日を中心に、子どもたちが主役となつて行われます。近畿地方では古くから行われている地藏盆ですが、東海や関東ではほとんど行われていないそうです。

お地藏さんは「子どもの守り神」。地藏盆には美しく飾られ、子どもたちが喜ぶお菓子供えられます。子どもたちは村のあちこちのお地藏さんを巡り、夏の一夜を楽しみます。市内でもつとにもぎやかなのは醒井の地藏盆でしょう。涼やかな清流沿いにたくさん作り物が飾られます。清流はその名も「地藏川」。梅花藻とともに、醒井の夏は地藏盆でクライマックスを迎えます。



▲地藏菩薩半跏像

醒井のお地藏さんにお参りされたことがある方はお堂の中を覗かれたことがありますか？ 高さが二七〇センチもあるとても大きな石のお地藏さんです。正式名称は「石造地藏菩薩半跏像」といい、市の文化財に指定されています。

花崗岩を丸彫りした全国的にも数少ない大形石造仏で、大形石造仏としては県内唯一のもので、背後の光背にレリーフされた一〇弁の蓮の模様美しく、鎌倉時代の写実彫刻の特徴をよく現しているといわれています。

宿場町の高い技術

造られた当初、このお地藏さんは地藏川の中にあつて「尻冷し地藏」と呼ばれていました。これは、地藏川を仲立ちとして地藏尊と琵琶湖に棲む魚たちとの結縁を行おうとした



▲地藏川での万灯流し（醒井地藏盆）

ため、開眼供養には禅爾という高僧があたつています。すでに鎌倉時代に、地域の代表的な清流を通じて湖の恵みに感謝し、琵琶湖の環境の尊さを考えているのです。文化財として貴重なことはもちろん、環境保全の願いが込められた仏さまともいえます。明治九年に火災に遭い、お顔の一部がコンクリートで補修されているのが惜しまれます。

また、醒井の法善寺にはもう一つの文化財があります。「延命地藏縁起及び三水四石并泡児墓由来記版木」です。長い名前ですが、これは醒井の名所として伝承されているお地藏さまと三水四石、泡児墓のいわれを摺り写して本にするための版木です。江戸時代の後期以降、各地の寺社・旧跡・名勝地などをわかりやすく案内・解説した『名所図会』が盛んに刊行されますが、これもその一つです。

宿場町は情報が集まり、発信される場です。この版木の存在から宿場町醒井には、高い印刷技術とそれを読めるほどの文化があつたことをうかがい知ることができます。そして、むかしもいまもお地藏さまとの結縁を願つて多くの人が醒井を訪れます。

(まなび推進課)



環境フォーラム開催～まったなし！ そのまんまではイカンキョウ～（7/16）

ルッチプラザで、環境にやさしい地域づくりと「環境熱心のまち・まいばら」の実現に向けた『環境フォーラム』が開催されました。フォーラムでは龍谷大学教授の笹文彦氏による「ドイツと日本の環境対策」と題した基調講演や、市内で環境問題に取り組む団体の代表者によるパネルディスカッションが行われたほか、「ソリューションfor夢／あん・あん・あん藤川」の皆さんが啓発資料として作成された紙芝居「まいちゃんとたけるくんのごみのふしぎなお話」を披露されました。

地球温暖化をはじめとする環境問題は、地球規模で取り組む課題であるとともに、私たち一人ひとりが配慮すべき問題です。会場は満席で、参加者にとって、環境にやさしいライフスタイルについて今一度考える機会となりました。

姉川アマゴ・イワナ大物釣り大会(7/22)

姉川ダムの上流にある漁区を会場に、姉川上流漁業協同組合主催の「姉川アマゴ・イワナ大物釣り大会」が開催されました。

今回で第11回目の開催となったこの大会に、今年も大物をねらって早朝から集まった参加者は63人。一般と子どもの部のそれぞれで釣った魚の大きさを競い合います。今年一番の大物は岐阜県土岐市から参加された梅村さんが釣った体長40センチのアマゴで、大会結果は次のとおりでした。

一般の部	子どもの部
優勝 <small>うめむら</small> 梅村 <small>やすみち</small> 泰道 (土岐市)	優勝 <small>いけの</small> 池野 <small>あきひろ</small> 祥弘
準優勝 <small>わたなべ</small> 渡辺 <small>かずみ</small> 和美 (土岐市)	準優勝 <small>くさの</small> 草野 <small>けいすけ</small> 圭佑
第3位 <small>なかがわ</small> 中川 <small>みのる</small> 実 (長浜市)	第3位 <small>もとけい</small> 本池 <small>えいすけ</small> 英祐



梅花藻ライトアップ開催 コンサートに真依子さん (7/29)



醒井の梅花藻が見ごろを迎え、今年も7月20日から29日にかけて、夜の「梅花藻ライトアップ」が実施されました。台風の影響で水かさが増し、期間が予定より短くなりましたが、暑い夏に涼を呼ぶ梅花藻人気は年々高まり、今年も多くの観光客でにぎわいました。

28日には米原市出身で、kotoを奏でるシンガーソングライターとして全国各地で活躍中の真依子さんによるコンサートが行われ、醒井宿の夜がしっとりと更けました。

中山道柏原宿で 「第12回やいと祭」(7/29)

「よってみやんせ、やいとの里へ」のキャッチフレーズでおなじみの“中山道柏原宿やいと祭”が今年も行われ、マーチングバンドの演奏や、子どもたちの合唱で元気よく開会。街道沿いには足湯コーナーやもぐさ体験コーナーなどが設けられ、宿場町はゆかた姿の人などでにぎわいました。日が暮れるとあちこちに行燈の火が灯され、“ヤイトナリエ”がスタート。夜空に高く打ち上げられた花火とともにやいと祭を彩りました。





天の川ふれあい川まつり (8/5)

地域住民のふれあいや絆を深めようと、毎年夏に開催されている「天の川ふれあい川まつり」が天野川・一色橋周辺を会場に今年も開催されました。会場では鱧の塩焼きやあらい、あら汁など川の恵みを並べた模擬店や流しそうめんのコーナーが設けられ、多くの人でにぎわいました。

また川に設けられた囲いの中では魚つかみが行われ、子どもたちは水の中を思う存分走りまわり、ずぶぬれになりながらも、うなぎや鱧を追いかけて大はしゃぎ！ 夏休みの素敵な思い出となりました。

第42回滋賀県消防操法訓練大会 (8/5)

いざという時に備えて、消防ポンプなどの操作方法を訓練し、その技術を競い合う「消防操法訓練大会」が滋賀県消防学校（東近江市）で開催されました。



米原市を代表してポンプ車の部に山東中隊・志賀谷班が、小型ポンプ車の部に伊吹中隊・大久保小泉班の皆さんが出演され、日ごろの訓練の成果を発揮されました。

災害発生時は、迅速な消防・救急・救命活動が私たちの暮らしの安心・安全は、消防団員の皆さんの訓練活動に支えられています。選手の皆さん、暑い中、お疲れ様でした。



祝☆全国大会準優勝！！ 春照ホッケースポーツ少年団 (8/9~12)

岩手県岩手町ホッケー場で行われた「第29回全国スポーツ少年団ホッケー交流大会」で、春照ホッケースポーツ少年団女子チームが見ごと準優勝しました。予選を1位で通過し、決勝では前半0対0で引き分けたものの、久保ホッケースポーツ少年団（岩手県）に後半3分に先制され、そのまま試合終了。惜しくも日本一を逃しましたが、選手たちは練習の成果を出しきり、全国にその実力を示してくれました。

夏の全国大会で市内の中学生が大活躍

8月16日から20日にかけて、静岡県清水町で開かれた「全国中学生ホッケー選手権大会」に伊吹山中学校の男女ホッケー部が今年もアベック出場を果たしました。男子は惜しくも予選敗退、順調に予選を勝ち進んだ女子は準決勝で延長戦に突入、結果は3位入賞となりました。

また20日、宮城県利府町で「全日本中学校陸上競技選手権大会」が行われ、4×100mリレーの部で滋賀県大会第1位に輝いた大東中学校陸上部の6名が出演。予選3位で準決勝まで進み、惜しくも決勝進出は果たせませんでした。自己ベストを更新する44"18の記録を残しました。

3年生部員にとっては残り少ない中学生生活での大きな舞台。チーム一丸となって戦った汗と涙の夏の大会は大きな感動を呼びました。(写真は8月13日に山東庁舎で行われた出場激励会)



まいばら

まんすり

れぼり

て

こころをこころに NPOのこころはこころ

地域の人々に愛される

公民館をめざして

地域住民の

熱い思いにより設立

NPO法人「おうみ地域人権・文化・スポーツ振興会（以下「振興会」という。）」は、平成18年7月にNPO法人の認証を取得しました。

振興会が誕生したきっかけは、旧近江町で開催してきた「おうみ元気・文化・人権フェスタ」で、このフェスタを企画運営してきた市民の「地域住民の中に自発的に生まれ育ってきた文化を大切にしていきたい」という思いが集まって法人化することとなりました。



▲ 1,057人の応募があったサマースクール。市内在住の小学生を対象にさまざまな体験活動を行い、子どもたちの交流と規則正しい夏休みの生活をサポート。

た。振興会の名称はフェスタの名称から生まれたものです。振興会では、地域住民が「学ぶ喜び」「活かす喜び」を得られるよう、またひとつづくり・まちづくりに貢献しようとする5つの分野において事業を展開しています。

- ① 子ども支援事業
 - ② ボランティア推進事業
 - ③ 青少年・成人・高齢者向け講座の開催
 - ④ 文化・スポーツ関連イベントの実施
 - ⑤ まちづくりイベントの開催
- 活動を続ける中で、米原市において近江公民館への指定管理者制度の導入が決定され、公民館という施設の設置目的と、振興会の目指す地域づくりが同じであることから、指定管理者に応募し、平成18年4月から近江公民館を拠点に活動することとなりました。



子どもたちがすこやかに育つ地域社会をめざして

核家族化や少子化、家庭や地域の連帯感の希薄化、自然との隔離などの影響を受け、今の子どもたちには体験機会が少ないといわれています。

そこで近江公民館では、子どもたちの「生きる力」をはぐくむことを目的とした「わんぱく笑学公（子ども教室）」を毎月6回開講し、漁業体験（大敷網）や里山自然体験、和太鼓教室、家庭料理・おやつづくり教室など子どもたちの「やってみたい」を応援しています。

最近では、希薄化している異年齢・異世代交流や異学区交流を図るため、公民館で集

NPOとは、民間非営利組織（団体）のことです。本来は、財団法人などの公益法人や社会福祉法人、さらには学校のPTAなどの任意団体も含む幅広い概念のものです。一般には市民活動を中心とした団体としてとらえられることが多く、目的達成に重点を置いた事業体であるといえます。現在、NPOには行政や企業とともにこれからの社会を支えるものとして大きな期待が寄せられています。

団生活を送る「民泊体験」や、ものづくりなどの体験教室「サマースクール」を実施しました。サマースクールには1千人を超える応募があるなど、多くの利用者から好評をいただいています。

公民館施設をつるに活かした特色ある事業を展開し、ひとつのりから地域をつくりへ

近江公民館では、公民館事業をサポートしてくださる多くのボランティアさんとともに、小さな子どもから高齢者までだれもが利用しやすい施設を目指して、その機能をフルに活用しながら、どこにも例のない特色ある事業を展開しています。

昨年は「功名が辻」のゆかりの地として関連イベントを実施しました。その成果を活かし、今年も「米原市の古き良き文化の再発見」と称したイベントの開催を11月に予定しています。

振興会が大切にしていることは「地域に誇りを持ち地域を愛すること」と「人とのつながり」です。活動を通して講座の受講

生から講師が誕生したり、ボランティアの輪が拡大したりするなど、今、公民館を拠点に交流の輪が大きく広がっています。今後とも地域の皆さんとともに、生涯学習の拠点施設としての役割を最大限に発揮しながら、より魅力的な公民館を目指していきますので、利用者の皆さんからのご提案などありましたらぜひお寄せください。皆さんのご来館をお待ちしています。

おうみ地域
人権・文化・スポーツ振興会

NPO DATA File.0013

- 事業内容
 - ・子ども・ボランティア支援
 - ・文化・スポーツ・まちづくり活動支援
 - ・近江公民館の管理運営 ほか
- 活動の拠点
 - 近江公民館
 - 米原市顔戸1,513番地
- 問い合わせ
 - 近江公民館
 - ☎ 52-3483 ☎ 52-3895



世界につながる活動 大きな使命感

赤十字奉仕団の皆さんからは「赤十字奉仕団の活動を始め、自分たちの日々の活動が世界につながっていることがよく分かった」という話や「災害の救済金や義援金、活動資金に活用させていただいている一円募金の活動が、国内のみならず世界中の人々の助けの一端となっているかと思うとやりがいや喜びを感じる」といった日頃の活動を通じて感じられている熱い思いが述べられました。

団員が高齢化・減少…

しかし一方で、「団員が高齢化しどんどん減っていつている。男性や、若い方にも活動に加わっていただきたい」と近年、団員の高齢化や減少が進みつつある現状が述べられると、平尾市長は「何かをやりたいと思っている市民はいるが、地域デビューのきっかけがなく活動をしていない人がたくさんいる。赤十字奉仕団の活動を市と一緒にPRすることで役割を果たせるのでは」と述べ、団塊の世代を含めた男性の積極的な参加の重要性があげられました。

また市長は「この先、人口が



平尾市長と、市民のみなさんが地域の様々な情報や課題について語り合い、よりよいまちづくりを目指す「市長とまちがどト〜ク」の第2回目、7月18日（水）米原地域福祉センターゆめホールで開催されました。今回は、赤十字ボランティア活動を通じて、住みよい地域社会を築こうと、災害時の救済活動や地域の環境美化活動、献血のお手伝いなど幅広く活動されている米原市赤十字奉仕団の委員の方など11人の皆さんと、「これからの赤十字奉仕団活動とまちづくり」をテーマに話し合いました。

減っていくことは間違いない。団員の減少は課題だが、組織が小さくなったからこそ、きめ細やかに質のいい活動ができる時代に入ったともいえるのでは。」と、時代の変化に応じた活動の必要性について触れました。

市防災行政との連携を

さらに奉仕団の皆さんから「赤十字奉仕団は民間のボランティアなので、進んで様々な活動ができる。行政も私たちのような団体をうまく活用していただければ」との意見が出され、市長からは「災害時には行政は道路や通信、医療などのインフラ（社会資本）を立ち上げるのに時間がかかる。そのときに力になるのが地域民間ボランティア。赤十字奉仕団は医療も救護もできる組織であり、地域の事情を細かく把握されているので、日頃の活動はもとより災害時にも大いに活躍頂きたい」と述べ、市防災行政との連携の重要性を述べました。

次の時代を担う人の 心をどう育てるか

平尾市長は最後に「今の時代に生きている私達は、次の時代

を担う子ども達にどういう人間に育ってほしいかについて、責任を果たさなければならぬ。

優しさを受けた子どもは優しい人になる。愛情をいっぱい受けて育った子どもは愛情を注げる人になる。このまちに優しい人がいる。このまちを好きだという人、このまちや人のために頑張る人がいる。これを見せること以外に「人」を育てる方法はないと思う。助け合いの心、優しい心を持ち、ボランティアスピリットのもと活動を続けていただいている赤十字奉仕団の皆さんは、次の世代を担う世代、子ども達に、もっとその活動や振る舞いを見せてあげて欲しい。」と述べ、赤十字奉仕団の今後一層の積極的な活動展開に期待を寄せました。



年金時効特例法が施行されました

7月6日、「年金時効特例法」が公布・施行されました。

これまで年金記録に訂正があり、その結果年金が増額した場合でも、時効消滅によって直近5年間の年金しか支給されませんでした。しかし、このたびの法の施行により、年金記録の訂正による年金増額分（時効消滅した分を含む）が、ご本人または遺族の方へ全額支給されることになりました。

支給対象となる方

I 法律施行前に年金記録が訂正されている方

- ①年金記録の訂正により、年金額が増えた方
年金（老齢・障害・遺族）の時効消滅分が全期間さかのぼって支給されます
 - ②年金記録の訂正により、年金受給資格が確認され、新たに年金をお支払いすることとなった方
年金（老齢・障害・遺族）の時効消滅分が全期間さかのぼって支給されます
 - ③ ①②に該当する方が死亡の場合には、そのご遺族の方
未支給年金の時効の消滅分が支給されます
- * ご遺族の範囲は、死亡当時、生計を同じくされていた方に限り、配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹の順となります。
* 未支給年金とは、年金を受けられる方が死亡したときに、まだその方への支給が済んでいなかった年金のことです。

II 法律施行後、年金記録が訂正される方

- ①年金記録が訂正された結果、I ①～③と同様に年金額が増える方
増額された年金や未支給年金が全期間分支給されます



記録訂正の手続き以外に手続きの必要はありません。年金記録の訂正に合わせて自動的に事務処理がなされ、5年を経過した分の年金額も支給されます。

法律施行後、年金記録が訂正される方

簡単に手続きしていただけるよう、あらかじめ必要な記載事項を印字した用紙が社会保険業務センターから順次発送されます。ご不明な点があればお問い合わせください。

法律施行前において、年金受給開始後に年金記録が訂正された受給者の方

●必要な手続き

年金記録訂正について

●お持ちいただくもの

年金受給者の場合

- ・基礎年金番号と年金コードが確認できるもの（年金証書、振込通知書など）

未支給年金を受けたことがあるご遺族が手続きされる場合

- ・亡くなられた方の基礎年金番号
- ・年金コードが確認できるもの（年金証書、振込通知書など）
- ・手続きをされる方の本人確認ができるもの（運転免許証など）
- ・振込を希望される金融機関の預金通帳

未支給年金を受けたことがないご遺族が手続きされる場合

- ・必要な書類等は左記にお問い合わせください。

*代理の方が手続きされる場合は委任状（任意様式で可）、代理の方の本人確認ができるもの（運転免許証など）もお持ちください。

お問い合わせ

ねんきんダイヤル
平日8時30分～17時15分
☎057010511165
滋賀社会保険事務局彦根事務所 年金給付課
☎07491231116

国保加入の皆さんへ 人間ドック助成制度のお知らせ

米原市国民健康保険では、加入者の皆さんの疾病の早期発見・予防のため、人間ドックにかかる費用の半額を助成しています。

●対象・条件

国民健康保険に加入している方で、国民健康保険税を完納されている方

※ 今年度、既に助成を受けられた方、国民健康保険税に未納のある方は、助成の対象となりませんのでご注意ください。

●助成を受けるには・・・

- ① 下記契約検査機関へご自身で直接、お申し込みください。
- ② 申込みの後、受診される前に「国民健康保険人間ドック助成申請書」を提出してください。申請書様式は、米原市役所の各庁舎窓口、各行政サービスセンターにありますので、国民健康保険被保険者証と印鑑をお持ちの上、申請にお越しください。

人間ドックのご予約・お問い合わせ先は・・・

市立長浜病院 ☎68-2335・長浜赤十字病院 ☎68-3305・友仁山崎病院 ☎0749-23-1929

☎ 市民部 医療保険課 国保担当 (近江庁舎) ☎ 52-6922 ☎ 52-8730

JAレーク伊吹農協(JA滋賀厚生連)が実施するドック健診も助成対象に!

JAの組合員でない方も受診できます。

健診日時 (いずれも9時～11時)

①9月11日(火)・12日(水)・13日(木)

②11月30日(金)

健診場所 (検診車でいきます)

①JAレーク伊吹六荘支所 (市立長浜病院の北側)

②JAレーク伊吹本所 (宇賀野)

助成の対象となる健診

JAドック (健診料17,850円のうち半額を助成)

予約問合せ先

JAレーク伊吹営農課 (☎52-6532)

平成19年度 米原市敬老祝金等の対象者について

高齢者の方に敬意を表するとともに、長寿をお祝いするため、市では次の給付事業を行っています。

今年度の敬老祝金・米寿記念写真助成券等の贈呈対象者は、平成19年9月1日現在において市内に居住されている、満年齢で85歳・88歳・90歳・95歳・99歳・100歳を迎えられた方で、住民基本台帳に記載のある方または外国人登録原票に登録のある方となっています。

※ なお、基準日(9月1日)以降に対象年齢に到達される方は、次年度の対象となります。

☎ 健康福祉部 高齢福祉課 (山東庁舎) ☎ 55-8103 ☎ 55-8130

●敬老祝金贈呈対象者(生年月日)

85歳 大正10年(1921年)9月2日から
大正11年(1922年)9月1日まで

88歳 大正7年(1918年)9月2日から
大正8年(1919年)9月1日まで

90歳 大正5年(1916年)9月2日から
大正6年(1917年)9月1日まで

95歳 明治44年(1911年)9月2日から
大正元年(1912年)9月1日まで

99歳 明治40年(1907年)9月2日から
明治41年(1908年)9月1日まで

100歳 明治40年(1907年)4月1日から
明治41年(1908年)3月31日まで

●米寿記念写真助成券贈呈対象者(生年月日)

88歳 大正7年(1918年)9月2日から
大正8年(1919年)9月1日まで

2008年版 県民手帳など予約受付中!

●県民手帳

500円/滋賀県統計協会 編集・発行

●新農家暦

480円/ (財) 農林統計協会 発行

●農業日誌

予約特価1,400円(定価1,540円)/
(社) 全国農林統計協会連合会 編集・発行

●ファミリー日誌

予約特価1,400円(定価1,540円)/
(社) 全国農林統計協会連合会 編集・発行

ただいまチラシを回覧中です。お申込みは回覧チラシのお申込欄に記入いただくか、最寄りの庁舎窓口へお申込みください。

※ 申込締切は9月28日(金)です。

※ 配本予定は11月下旬です。

☎ 政策推進部 情報政策課 (米原庁舎)

☎ 52-6627 ☎ 52-5195

働く未来を考えると

就業構造基本調査にご協力を

就業構造基本調査とは

この調査は、全国の実態を明らかにすることを目的に、本年10月1日現在で全国一斉に実施されます。

米原市では国から指定のあった下記の地区において、統計的手法により選定した世帯の15歳以上の世帯員を対象に調査を実施いたします。9月中旬から、統計調査員*が調査の対象となった世帯を訪問しますので、対象となられた世帯の方のご協力をお願いいたします。

調査地域	長岡、本郷、井之口、池下、柏原、梓河内、間田、藤川、米原、番場、醒井、枝折、顔戸、世継、新庄の一部
調査対象	調査の対象となった世帯の15歳以上の方

調査内容を説明の上、調査票の記入依頼をお願いし、後日、約束させていただいた日時に調査員が再度、対象世帯を訪問して調査票を回収させていただきます。

* 統計調査員は知事からの委嘱を受けた者であり、身分を証明する「調査員証」を携帯しています。

提出された調査票の秘密は厳重に守られます。調査内容は統計以外の目的には絶対に使用されません。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

☎ 政策推進部 情報政策課(米原庁舎) ☎ 52-6627 ☎ 52-5195

2008年成人式実行委員募集

一生に一度の思い出に残る成人式を
実行委員の仲間たちと一緒に企画・運
営してみませんか？

対象▶市内在住で昭和62年4月2日～
昭和63年4月1日生まれの方

募集人数▶10人程度
申込締切▶9月28日(金)

☎・問 市教委 まなび推進課(山東庁舎)
☎ 55-8106 ☎ 55-4040

✉ manabi@city.maibara.shiga.jp



講座

第2回福祉のまちづくり講座 「地域で生きる～地域で支える 介護をめざして～」

日時▶9月29日(土)
13時30分～16時30分

会場▶長浜市民交流センター

定員▶150人(先着順)

受講料▶無料

申込方法▶氏名と住所を郵送・電話・
またはFAX等で下記まで

※ 締切は9月25日(火)

☎・問 長浜米原東浅井介護保険運営協議会

☎ 65-1145 ☎ 68-0263

会話を増やし、
家族の絆を深めましょう。

少年に関する悩み事は・・・
米原市少年センターへどうぞ

☎ 54-5000

広告

内科・消化器科 <http://www.myclinic.ne.jp/tonaikain/>

伊藤内科医院

診療時間 月 火 水 木 金 土

9:00-12:00	●	●	●	●	●	●
16:00-19:00	●	●	●	●	●	●

胃カメラ 腹部エコー
レントゲン 心電図

米原市入江1673番地 ☎ 0749-52-3534 住医可

9月11日は警察相談の日

警察員民センター
077-525-0110

米原警察署相談窓口
52-0110

催し

『しがコミュニティビジネス フォーラム』開催

コミュニティビジネスの仕組みや成
功の秘訣を、講演や展示などを通じて
さまざまな角度から考えます。

日時▶9月13日(木)・14日(金)10時～
(講演会は13日13時30分～)

※『滋賀ビジネスパートナー2007』も
同時開催

会場▶県立文化産業交流会館

参加費▶無料

定員▶100人(要申込・先着順)

☎・問 (財)滋賀県産業支援プラザ

☎ 077-511-1413

☎ 077-511-1418

ときをこえてつなぐもの 長浜養護学校作品展開催

日時▶9月21日(金)～23日(日)10時～21時
(23日は19時まで)

会場▶アル・プラザ長浜

展示内容▶絵画、造形など135点を展示

☎ 滋賀県立長浜養護学校

☎ 63-9721 ☎ 65-1345

講演会～乳がんの薬物療法・ 再発治療について～

日時▶9月9日(日) 13時～16時

会場▶米原公民館 2階研修室

参加費▶1,000円

☎ 乳がん患者会・あけぼの滋賀(竹林)

☎ 52-1173 ☎ 52-9165

相談

心配ごとと総合相談

人権・行政・心配ごと等、市民のみ
なさんのさまざまな相談に応じます。
相談は無料で、秘密は厳守されます。
時間はいずれも午前10時から正午まで。

相談日	会場
9月11日(火)	三島荘(池下)
9月18日(火)	ゆめホール(三吉)
9月25日(火)	愛らんど(春照)
10月2日(火)	やすらぎハウス(顔戸)

☎ 市 社会福祉課(山東庁舎)

☎ 55-8102 ☎ 55-2406

法律相談

毎月第2木曜に「法律相談」を実施
しています。相談員は弁護士で、解決
の糸口となるよう、初回相談に应运
じています。秘密厳守・要申込。

日時▶9月13日(木) 10時～12時

場所▶ゆめホール(三吉)

料金▶1,500円 ※1回30分以内

☎・問 社会福祉協議会本所

☎ 54-3105 ☎ 54-3106

男女共同参画「こころの相談室」

毎月第2・第4水曜に開設していま
す。DVやセクハラなど、暮らしの中
での「女性問題・男性問題」につい
て、女性相談員が相談に応じます。

日時▶9月12日(水)・26日(水)

13時30分～15時30分

場所▶S・Cプラザ

※前日までにご予約ください

※相談は無料、秘密厳守、男女を問
わず受け付けています。

☎・問 S・Cプラザ内 男女共同参画センター

☎ 54-2444 ☎ 54-3033

結婚相談

市では、結婚相談所を「毎月第2・
第4木曜日」に開設しています。お気
軽にご相談ください。相談は無料です。

日時▶9月13日(木)・27日(木)

13時30分～16時

場所▶米原公民館

☎ 市 農林振興課(伊吹庁舎)

☎ 58-2228 ☎ 58-1719

セット割引

セット登場。

一緒に入れば、ぐーんとオトク。

デジタルコース + インターネット

株式会社 **ZTV** ☎ 0120-222-505
フリーコール

(受付時間/9:00～17:30)

イクダ光音堂の会員制安心保育所

キッズパーク

2007年10月1日
グランドOPEN★

新入園児募集!!
今なら
入会金無料!

保育士も募集中

キッズパーク携帯サイト

(株)イクダ光音堂 **キッズパーク** ながはま

〒526-0021 長浜市八幡中山町477 風の街ビル2F
tel. 0749-63-1894 fax. 0749-65-0332
URL <http://kids-park2007.com> E-mail: info@kids-park2007.com



お知らせ

パスポートセンター（米原）
休業日のお知らせ

9月18日（火）、9月25日（火）は、県立文化産業交流会館が休館日のため、休業させていただきます。なお、大津の窓口は通常どおり開設します。

滋賀県パスポートセンター

☎ 077-527-3323

☎ 077-527-3329



募集

循環型生活始めませんか？
～大型生ごみ処理施設の運営自治会を募集～

市では、ごみの減量と資源の有効活用を図る住民活動の育成を目的に、大型生ごみ処理施設を運営する自治会を募集します。（生ごみ処理施設及び建屋は貸与します）

内容

- ・協力世帯が50世帯以上の自治会が対象
- ・5年以上の運営継続が前提
- ・設置費用は自治会負担
- ・耐用年数内（平成24年度まで）は維持管理費を補助
- ※既存施設のある、伊吹地域、柏原区・長岡区・梓区・池下区の自治会は対象外
- ※選者により採用は1自治会
- ※申込締切は9月30日（日）
- ☎ 市 環境保全課（伊吹庁舎）
☎ 58-2230 ☎ 58-1630

カモンカンパニー「2008演劇ワークショップ」参加者募集

カモンカンパニーは表現を楽しみながら演劇を作っていくグループです。3月にルッチプラザでおこなう成果発表会に向け、参加者を募集しています。どなたでもお気軽にご参加ください。ワークショップ▶10月からのスタート（約15回）

発表公演日▶3月16日（日）

参加費▶3,000円

☎・☎ カモンカンパニー（中村）

☎ 090-3849-5078

✉ kamokan310@hotmail.com

http://www.geocities.co.jp/kamokan310/

聖泉大学学園祭「万聖祭」
フリーマーケット出店者募集

フリーマーケットを通して、学生や地域の皆さんとの交流を深めませんか？

日時▶10月6日（土）・7日（日）

10時～16時

募集区画▶全24区画で先着順

（1区画…2m×2m）

出店料▶1区画 500円（2日間使用でも同額）

応募方法▶往復はがきに「①氏名②住所③携帯番号④人数⑤出店物の内容（調理販売不可、野菜・果物の販売は可）⑥出店希望日（7日・8日・両日）⑦希望区画数（2区画まで）を記入の上、下記まで

※締切は9月14日（金） 必着

※電話での申込不可

☎・☎ 聖泉大学万聖祭実行委員

〒521-1123 彦根市肥田町720番地

☎ 0749-43-7512

☎ 0749-43-5201

米原市シルバー人材センター
会員募集

シルバー人材センターは健康づくりや仲間づくり、少々の小遣いづくりなど「高齢者の生きがいづくり」を応援します。市内在住の60歳以上の方で、健康で働く意欲のある方ならどなたでも入会できます。入会説明会を行っていますので、一度下記までお問い合わせ下さい。

《シルバー人材センターで請負っている仕事の例》

剪定・除草・掃除・施設管理・家屋の修繕・筆耕（宛名書き）・福祉家事援助サービス

☎・☎（社）米原市シルバー人材センター

☎ 55-0495 ☎ 55-0911

第2回米原市芸術展覧会作品募集
～米原の風景と子どもたち～

会期▶10月10日（水）～14日（日）

出展資格▶高校生以上

部門▶絵画・彫刻・工芸・書・写真

※作品はすべて未発表のもので、絵画と写真は米原をモチーフにしたものに限り

搬入日時▶9月21日（金）9時30分～20時・22日（土）9時30分～12時

搬入先▶山東公民館

出品料▶1点 500円

※申込書の配布場所は、各公民館・各庁舎・ルッチプラザ・ジョイいぶき・山東B&G海洋センター 他

☎ 市教委 まなび推進課（山東庁舎）

☎ 55-8106 ☎ 55-4040

広告

週休制導入にともない

新聞配達員さん募集中

アカホリ新聞
職場です



(有)あかほり新聞舗

フリーダイヤル



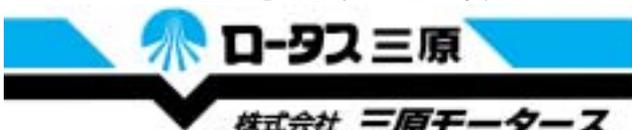
0120-523-171

〒521-0012 滋賀県米原市米原611

http://www.akahori-sinbun.com

車のことなら

全てお任せください



〒521-0314 滋賀県米原市春照658-6 TEL.0749-58-0250(代)
FAX.0749-58-0556

大切なのは、おもてなしの心ですよね

フタバヤのオリジナル弁当・オードブル・お寿司・お刺身盛り合せがあなたの、お気持ちをサポート。

フタバヤでは、お祝事・法事・葬儀・町内会・子供さん向けなどご予算、用途に応じてご提案ご相談させていただきます。

各店惣菜部・鮮魚部までお気軽にお尋ねくださいませ。

商品一例ホームページにて掲載中!

http://288.jp



食文化の夢をクリエイトする

☎ (0749) 63-8821(代)

☎ (0749) 52-0467(代)

☎ (0749) 24-8128(代)

「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 情報政策課 ☎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）



山津照神社奉納角力
9月11日(火)

日撫神社角力おどり
9月17日(月)

一色悦二
描くよろこび展

9月4日(土) ▶ 9月30日(日)
問 近江はにわ館 ☎52-5246

ルッチプラザ
コンサート

こじまいづみ
PICTOGRAPH

サニサイズミ
vol.3 in 滋賀

宮川透園
水墨・墨彩画展

9月6日(土) ▶ 9月24日(日)
問 醒井水の宿駅 ☎54-8222

伊吹山
文化資料館
第65回企画展



こじまいづみ

ボランティア・
NPOファースト
ステップセミナー
2007

米原を
通った
ユダヤ難民



SANISAI

9月22日(土)
時 17:30開演

料 前売3,000円
[全席指定]

問 ルッチプラザ ☎55-4550

プレ座談会
普段着でどうぞ

『こうきょう
(公共)』って
何だろう?!

ちうね
-杉原千敏と
命のビザ-



写真/アウシュビッツへの鉄路

9月14日(金)
時 19:00 - 21:00

ハ イ ☆ チ - ズ



康貴君の笑顔は皆を和ませてください。
元気に育ってほしいなあ。

こつき
畑中 康貴ちゃん[1歳1ヶ月]
(柏原)

元気なまいばらっ子の写真を募集中です。
掲載をご希望の方は、情報政策課☎52-6627まで。

9月8日(土)

10月14日(日)

料 一般100円
[市内小中学生は無料]

問 伊吹山文化資料館 ☎58-0252

雨森芳洲庵
館長
平井茂彦氏



京都橘大学
教授
織田直文氏



料 無料
場 米原公民館大ホール
[下多良]
問 米原市総合政策課
☎52-6626

編集・発行/米原市役所 政策推進部 情報政策課
〒521-8501 滋賀県米原市下多良三丁目三番地
☎0749(52)6627/FAX0749(52)5195
Eメール johou@city.maibara.shiga.jp
公式サイト http://www.city.maibara.shiga.jp

