

2008.

7/1
vol.68

まいばら

ひととまちをつなぐ市政情報誌



まいばら

vol.68 2008. 7/1

7月の時間外窓口のご案内

実施日▶7月10日(木)・24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

7月の税等料金・納付のお知らせ

- ▶固定資産税 第2期
- ▶国民健康保険税 第2期
- ▶後期高齢者医療保険料 第1期
- ▶保育園保育料 7月分
- ▶介護保険料 第2期
- ▶水道料金 7月分
(5~6月使用量を1/2したもの)
- ▶下水道使用料 7月分
・山東・伊吹・米原地域 (5~6月汚水量を1/2したもの)
・近江地域 (4~5月汚水量を1/2したもの)
- ▶下水道事業 受益者負担金
- ※口座振替日・納期限 平成20年7月31日(木)

問 市民部 収納課(近江庁舎)

☎ 52-3189 FAX 52-6930



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は公式サイトの
をクリックしてください。

米原市各自治センター連絡先

- | | | |
|----------|-----------|-------------|
| 山東自治センター | ☎ 55-8101 | FAX 55-2406 |
| 伊吹自治センター | ☎ 58-2221 | FAX 58-1630 |
| 米原自治センター | ☎ 52-6623 | FAX 52-4539 |
| 近江自治センター | ☎ 52-6920 | FAX 52-8730 |

もくじ

特集

平成の名水百選に 『居醒の清水』が選定されました

3

市政トピックス

| | |
|------------------------|----|
| 長寿医療制度(後期高齢者医療制度)のお知らせ | 4 |
| 介護保険事業の実施状況 vol.2 | 5 |
| 市県民税の経過措置があります | 6 |
| 国民年金からのお知らせ | 8 |
| 考え方!くらしと人権④ | 10 |
| まいばら暦—maibara koyomi— | 11 |
| 8月の健康カレンダー | 12 |
| フレーフレー子育て | 14 |
| わたしのゆるり時間に | 16 |
| 米原歴史街道⑩ | 17 |
| 市長とまちかどト~ク | 18 |
| まんすりー・れぽーと | 20 |
| くらしのガイド | 21 |

今月の表紙 ホタルをまもう

6月7日(土)山東東小学校の児童らと毎年恒例のほたるっ子パレードが行われました。児童たちは手作り神輿を担ぎ、鼓笛隊の軽快なリズムに乗りながら近江長岡駅からルッヂプラザまでの間を行進しました。今回は10月18日から開催される「スポレク滋賀2008」のマスコットキャラクター“キャッフィー”も参加して行なわれ、児童たちはホタルの飼育や保護活動を通じて学んだ環境保護の大切さを見物に訪れた人たちにうたえました。

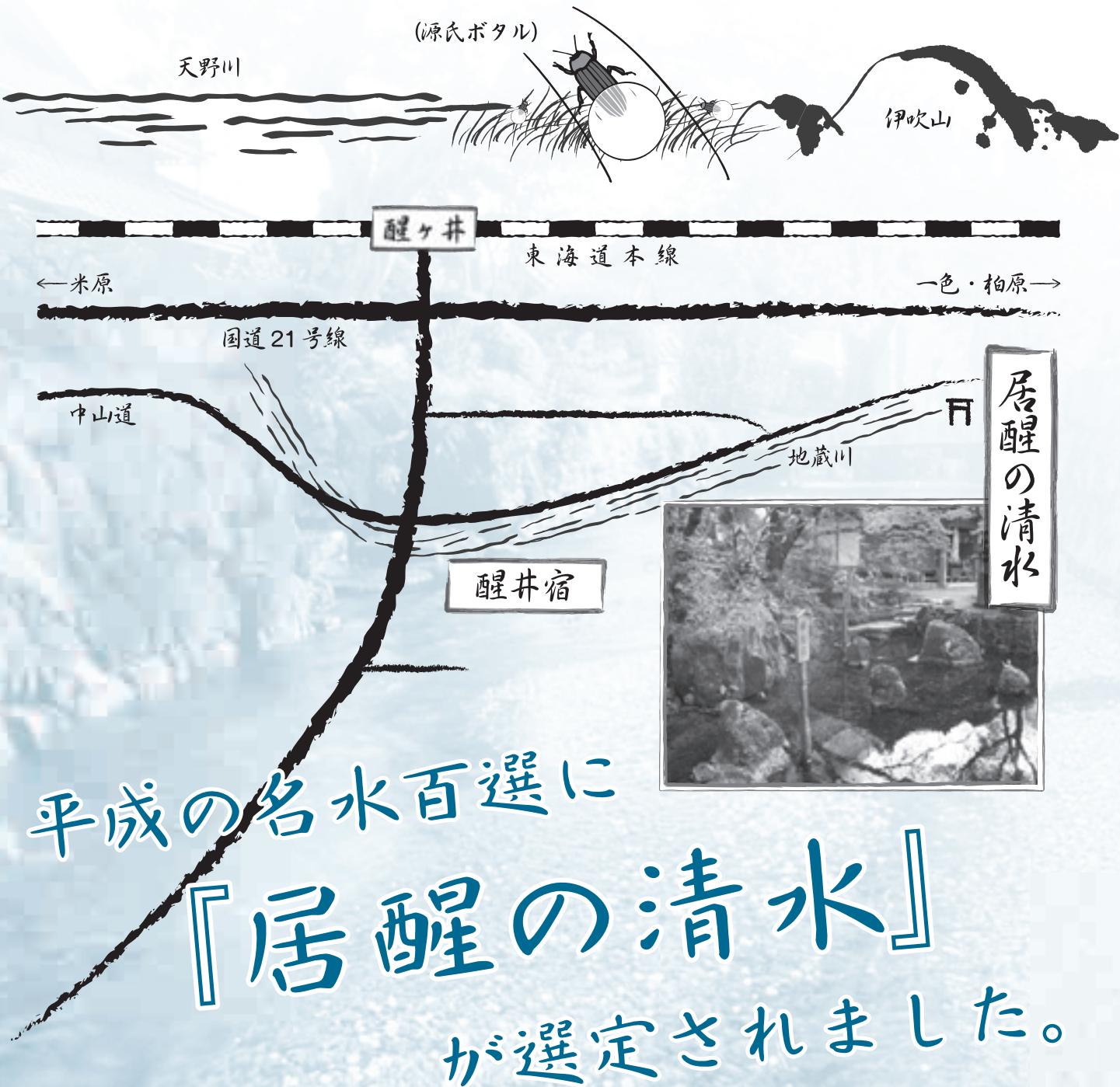
次回の広報まいばら発行日は . . .

7月15日号(お知らせ号) 7月11日(金)



人口 41,924 人 (-38) 男 20,548 人 (-21) 女 21,376 人 (-17) 世帯数 13,535 世帯 (-7)

65歳以上の人口 10,093 人 高齢化率 24.07% ※()内は前月との比較 【平成20年6月1日現在】



平成の名水百選に 『居醒の清水』 が選定されました。

この鈴鹿山系霊仙からもたらされた名水は、古来より宿場町として栄えた醒井を行き交う旅人を癒し続け、地元の人々の暮らしを支え続けてきました。昭和37年に水道が完備されたあとも、自然の冷蔵庫として親しまれています。名水への恩恵の念は、地元醒井の皆さんの中でも川を汚さない、水を汚さないという気持ちに変わり、積極的な保全活動が行われてきました。

今回選定された「平成の名水百選」は、環境問題が主要議題となる七月の洞爺湖サミットに向けて、水の大切さを再認識してもらうことを目的に選ばれたもので、

6 その他故事来歴などのPR

などの6項目を評価し、特に地域のみなさんにによる持続的な水環境の保全活動が行われているものが選ばれました。

夏には梅花藻（キンポウゲ科の水生多年草の藻）が梅の花そっくりの白い可憐な花を咲かせ河床に広がります。今月7月26日～8月10日（19時30分～21時）にかけてはライトアップもされ清流の中で揺られる梅花藻の花を楽しむことができます。この夏ぜひ訪れてみてはいかがでしょうか。

この鈴鹿山系霊仙からもたらされた名水は、古来より宿場町として栄えた醒井を行き交う旅人を癒し続け、地元の人々の暮らしを支え続けてきました。昭和37年に水道が完備されたあとも、自然の冷蔵庫として親しまれています。名水への恩恵の念は、地元醒井の皆さんの中でも川を汚さない、水を汚さないという気持ちに変わり、積極的な保全活動が行われてきました。

今回選定された「平成の名水百選」は、環境問題が主要議題となる七月の洞爺湖サミットに向けて、水の大切さを再認識してもらうことを目的に選ばれたもので、

1 水質・水量

2 周辺環境の状況

3 水への近づきやすさや安全性

4 水利用等の状況

5 保全活動

醒井の街道筋を流れる地蔵川の源流である居醒の清水。「日本書紀」によるとその昔、日本武尊が伊吹山の大蛇の毒気に当たった時、その高熱をこの清水でいやしたところ熱がひいたといふ。

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)のお知らせ

○平成20年度の保険料の通知について

4月1日から始まりました長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の平成20年度の保険料は、平成19年中の所得に基づいて算定し、7月中旬頃に被保険者の方に保険料を通知します。

なお、既に4月支給分の年金から徴収をさせていただいた方は、平成18年中の所得額に基づき保険料を仮に算出していますので、保険料額が変更となることがあります。

また、長寿医療制度に加入する前に、政管健保、健康保険組合、共済組合等の被用者保険の被扶養者であった方は、保険者からの通知により保険料の軽減を行いますので、保険料の通知をお確かめください。

長寿医療制度はみんなで支え合う制度です。
保険料は大切な財源ですので、必ず納めてください。



○医療機関での一部負担金の割合(負担区分)判定を行います

平成19年中の所得をもとに8月1日からの医療機関で一部負担金の割合の判定を行います。

負担金の割合が変更となる方は、市から新たに保険証（被保険者証）をお送りしますので、医療機関等の窓口で提示してください。

一部負担金の割合が「3割」の方でも、市へ申請をしていただくことにより、「1割」となる場合があります。

対象となる方には「後期高齢者医療基準収入額適用申請書」をお送りしますので、最寄の市民窓口課、各行政サービスセンターまで申請してください。



○『限度額適用・標準負担額減額認定証』の申請について

被保険者の方で、平成20年度の住民税が世帯全員非課税の方は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示すると、入院時の自己負担限度額や食事代が減額されます。（通院時には提示する必要はありません。）

「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を申請される方は、市医療保険課後期高齢者医療担当まで申請してください。

なお、現在、「限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちの方は7月31日で有効期限が切れますので、8月以降も引き続き要件に該当されると思われる方には、市から6月下旬に「限度額適用標準負担額減額認定申請書」を送付いたしました。7月中に最寄の市民窓口課、各行政サービスセンターまで申請をお願いします。

【申請に必要なもの】

保険証（被保険者証）と印鑑（認印で可）が必要です。

また、現在、「限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちの方で平成19年8月1日から90日を超える入院をされた場合は、領収書（写し）などの入院日数が証明できる書類を添付してください。



詳しい内容については、市民部 医療保険課（近江庁舎）（☎ 52-6922）または、滋賀県後期高齢者医療広域連合（☎ 077-522-3013）までお問い合わせください。

今後制度改正等により内容等が変更になる場合があります。

介護保険事業の実施状況 vol.2

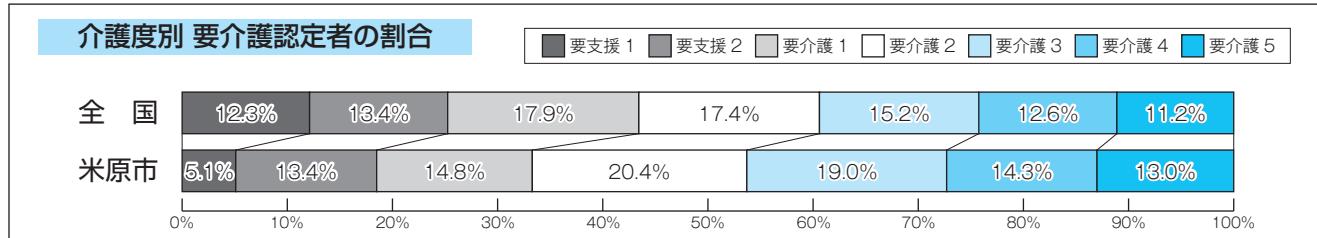
平成20年1月に『いきいき高齢者プランまいばら』を市民のみなさんの実態にあわせて見直すことを目的とし、下記の調査を実施しました。今回は居宅要支援・要介護認定者調査についてお知らせします。

| 区分 | 調査対象者 | 配布数 | 有効回答数 | 有効回答率 |
|----------------|--------------------------|-------|-------|-------|
| 居宅要支援・要介護認定者調査 | 平成20年1月1日現在の居宅の要支援・要介護認定 | 1,331 | 845 | 63.5% |

■要介護者等の状況

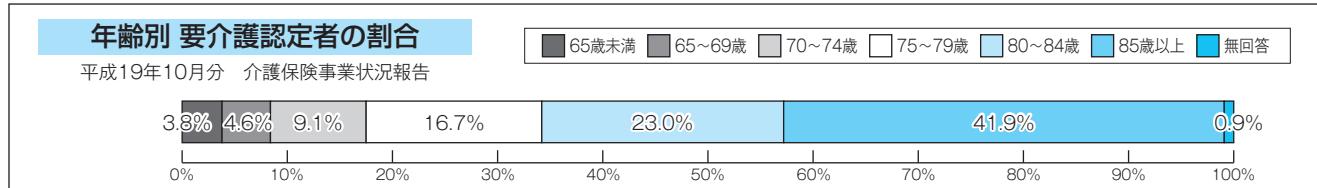
(1)要介護度

要介護2の20.4%が最も高く、次いで要介護3の19.0%、要介護1の14.8%の順となっていて、全国平均と比較してみても、要介護1～3までの割合が高くなっています。



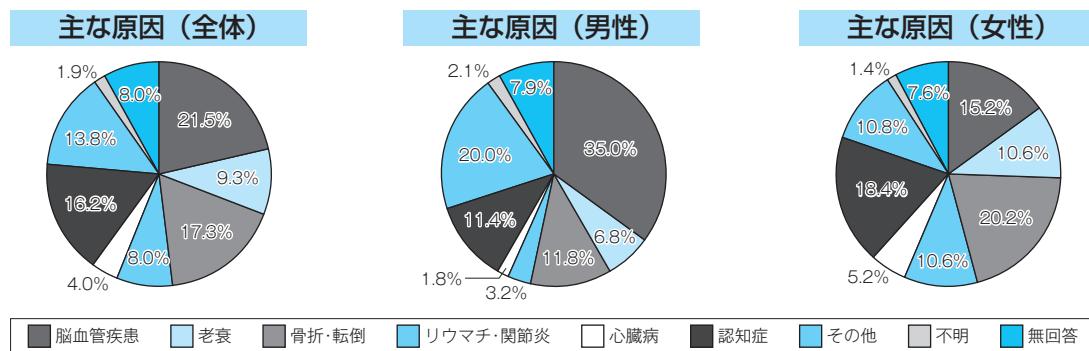
(2)年齢構成

85歳以上の方が41.9%と最も多く、75歳以上の後期高齢者が81.6%を占めています。



(3)介護が必要になった主な原因

介護が必要になった主な原因をたずねたところ、「脳血管疾患」が21.5%と最も高く、次いで「骨折・転倒」が17.3%、「認知症」が16.2%となっています。性別にみると、「脳血管疾患」は男性が非常に高く、「骨折・転倒」「認知症」などは女性が若干高くなっています。



高齢者が元気で安心して暮らせる地域社会を実現させるためには、介護が必要な状態にならないよう予防していくことが大切です。要介護認定者は75歳以上になると急激に増加しており、高齢者でも比較的若い年代から介護予防に取り組む必要があります。特に、認定者の原因疾患で最も多い「脳血管疾患」の背景にはメタボリックシンドロームがあり、40～50代のうちから生活習慣病予防に取り組むことが介護予防につながるといえます。また、「骨折・転倒」「認知症」は75歳以上で増加しており、元気なうちから下肢筋力低下予防や認知症予防に取り組むことが効果です。米原市においても、このような介護予防事業を推進していきます。

お問い合わせ 健康福祉部 高齢福祉課（山東庁舎） ☎ 55-8103 FAX 55-8130

市県民税と所得税の人的控除額の差

| 人的控除の種類 | | 市県民税 | 所得税 | 控除額の差 | 人的控除の種類 | | 市県民税 | 所得税 | 控除額の差 |
|---------|-------------|------|------|-------|------------|----|------|------|-------|
| 配偶者控除 | 一般 | 33万円 | 38万円 | 5万円 | 障がい者控除 | 普通 | 26万円 | 27万円 | 1万円 |
| | 老人 | 38万円 | 48万円 | 10万円 | | 特別 | 30万円 | 40万円 | 10万円 |
| 配偶者特別控除 | 40万円未満 | 33万円 | 38万円 | 5万円 | 同居特別障がい者加算 | | 23万円 | 35万円 | 12万円 |
| | 40万円超45万円未満 | 33万円 | 36万円 | 3万円 | 寡婦控除 | 一般 | 26万円 | 27万円 | 1万円 |
| 扶養控除 | 一般 | 33万円 | 38万円 | 5万円 | | 特定 | 30万円 | 35万円 | 5万円 |
| | 特定 | 45万円 | 63万円 | 18万円 | 寡夫控除 | | 26万円 | 27万円 | 1万円 |
| | 老人 | 38万円 | 48万円 | 10万円 | 勤労学生控除 | | 26万円 | 27万円 | 1万円 |
| | 同居老親 | 45万円 | 58万円 | 13万円 | 基礎控除 | | 33万円 | 38万円 | 5万円 |

※市県民税の課税所得額とは、所得から社会保険料控除など市県民税の所得控除額を差し引いた金額です。

※平成19年度市県民税とは、平成18年中所得で税額を計算したもので。

減額(還付)になる金額の計算方法

$$\text{減額(還付)になる金額} = (\text{平成19年度市県民税の課税所得額}) \times (\text{税源移譲後の税率}) - (\text{平成19年度市県民税の課税所得額}) \times (\text{税源移譲前の税率})$$

【減額(還付)になる税額計算例】

■平成18年中の給与収入：450万円（所得税：16万2千円）

■平成19年中の給与収入：0円（所得税：0円）で③～⑤の所得控除がある場合

| | |
|--|------------|
| ①給与収入（平成18年分） | 4,500,000円 |
| ②給与所得 | 3,060,000円 |
| ③基礎控除 | 330,000円 |
| ④配偶者控除 | 330,000円 |
| ⑤社会保険料控除 | 500,000円 |
| ⑥控除合計 | 1,160,000円 |
| ⑦市県民税の合計課税所得（②-⑥）※千円未満の端数切り捨て | 1,900,000円 |
| ⑧税源移譲前市県民税所得割額（⑦×5%〔税率〕） | 95,000円 |
| ⑨税源移譲後市県民税所得割額（⑦×10%〔税率〕-5,000円〔調整控除〕） | 185,000円 |
| ⑩市県民税減額（還付）分（⑨-⑧） | 90,000円 |

※⑧の税率、⑨の調整控除額は課税所得などにより異なります。

申告方法

対象者は、平成20年7月1日から平成20年7月31までの間に、平成19年1月1日現在お住まいの市区町村に減額申告書を提出する必要があります。

減額申告書は米原市役所各庁舎の窓口に備え付けております。また市の公式Webサイトからダウンロードも可能です。

※この経過措置は平成19年度分の市県民税についてのみ適用されます。

※平成19年中に亡くなられた方や、海外へ転出されて平成20年1月1日現在国内に居住されていない方には、この経過措置は適用されません。

※住宅ローン控除によって所得税が課税されなくなった方には、この経過措置は適用されません。

※実際に減額の経過措置を受けた後に所得の変動などが発生し、さきの適用要件に該当しなくなったときは、すでに決定した適用を取り消すことになります。

お問い合わせ 市民部 税務課（近江庁舎） ☎ 52-1556 FAX 52-8730

犯罪や非行の予防、さらに犯罪を犯してしまった人たちの立ち直りを助けることは地域社会全体の課題です。この機会を通じて明るく住みよい地域社会、青少年の健全育成について考え、取り組みを進めましょう。

“社会を明るくする運動”の活動内容

- 7月1日（火）街頭啓発（市内の駅）
市長へのメッセージ伝達（市役所近江庁舎）
- 7月中 広報車による広報・啓発活動（市内）
- 7月25日（金）公開ケース研究会（山東公民館 19時～）

お問い合わせ 健康福祉部 社会福祉課 ☎ 55-8102 教育部 まなび推進課 ☎ 55-8106

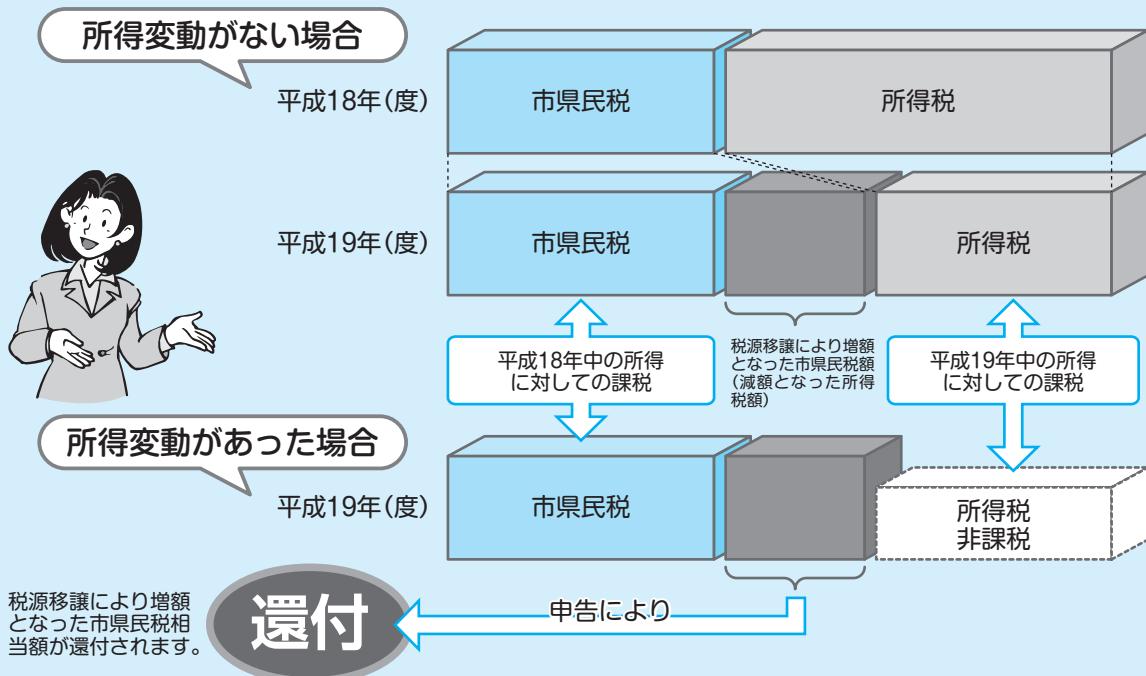
平成19年中の所得が減少し、所得税がかからなくなったときは

税源移譲時の年度間の所得変動にかかる 市県民税の経過措置があります

国から地方への税源移譲により多くの人は平成19年度市県民税が増額となり、その分平成19年分所得税が減額となっています。しかし、退職などの理由によって平成19年中の所得が大幅に減少し、平成19年分の所得税が課税されなくなった人などは、市県民税が増えた影響のみを受けています。このため、経過措置として平成19年度市県民税を税源移譲前の税額まで減額し、納付済との差額分を還付いたします。この経過措置を受けるためには、減額申告書の提出が必要となります。

なお、経過措置の要件に該当する方には、市税務課より6月中に手続きの方法などについて、個別に通知をしています。(減額申告書同封)

所得変動にかかる経過措置のイメージ



対象者▶①と②両方の要件を満たす方

- | | | | |
|---|-------------------------------|---|----------------------------|
| ① | 平成19年度市県民税の課税所得金額(申告分離課税分を除く) | > | 平成18年分所得との 人的控除額の差の合計額 |
| ② | 平成20年度市県民税の課税所得金額(申告分離課税分を含む) | ≤ | 平成19年分所得税との 人的控除額の差の合計額 |

人的控除：配偶者控除、扶養者控除、基礎控除など

7月は「社会を明るくする運動」および 「青少年の非行問題に取り組む滋賀県強調月間」です

犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力をあわせ犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的運動「社会を明るくする運動」が実施されます。あわせて7月は「青少年の非行問題に取り組む滋賀県強調月間」です。

犯罪や非行の無い明るい社会は全ての人の願いです。しかし現実には家庭教育力の低下や地域社会の犯罪抑制力の低下、社会的モラルの弱体化などにより、犯罪の悪質化、低年齢化が進んでいます。また再犯者人口や再犯率も上昇しています。

保険料の免除・納付猶予制度について

国民年金には、収入の減少や失業などの経済的な理由で国民年金保険料を納められない場合、申請により保険料の納付が免除または猶予される制度があります。

①申請免除

本人・配偶者・世帯主の前年所得が一定基準以下の場合、申請して承認されると保険料の全額または一部が免除されます。承認期間は、原則7月から翌年6月まで、免除承認期間は受給資格期間に算入されます。

| 免除の種類 | 一部納付額 (平成20年度月額) | 免除される額 (平成20年度月額) | この期間は受給資格期間に算入される? | この期間の老齢基礎年金額は? (全額納付した場合との比較) |
|-------|---------------------|----------------------|--------------------|----------------------------------|
| 全額免除 | 0円 | 14,410円 | 算入される | 1/3 |
| 3/4免除 | 3,600円 | 10,810円 | 算入される | 1/2 |
| 半額納付 | 7,210円 | 7,200円 | 算入される | 2/3 |
| 1/4免除 | 10,810円 | 3,600円 | 算入される | 5/6 |



③学生納付特例

学生の方で、本人の前年所得が一定基準以下の場合、保険料が猶予されます。

承認期間は、原則4月から翌年3月までです。承認された期間は受給資格期間としては算入されますが、老齢基礎年金の額には反映されません。

- ・年金手帳
- ・課税証明書（住所変更などで米原市において所得確認ができない場合）

申請窓口

近江府舎医療保険課、各府舎窓口、各行政サービスセンター、滋賀県社会保険事務局彦根事務所



②若年者納付猶予
30歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定基準以下の場合は、原則7月から翌年6月までです。承認された期間は受給資格期間としては算入されますが、老齢基礎年金の額には反映されません。

- ・雇用保険被保険者離職票などの写し（退職した方が申請する場合）
- ・在学証明書または学生証の写し（学生納付特例を申請する場合）
- ・委任状（同居していない親族が申請する場合）
- ・印鑑（本人自署の場合は不要）

平成19年度に保険料の全額免除または若年者納付猶予が承認された方で、申請時に平成20年度以降も引き続き同じ全額免除または若年者納付猶予を希望された方は、申請手続きが不要です。

*退職や被災などの特別の事情により承認された場合を除きます。
*世帯構成などに変更があつた場合は改めて申請手続きが必要です。

追納制度について



国民年金保険料は、納付期限から2年を過ぎると納めることができませんが、免除を承認された期間や若年者納付猶予期間、学生納付特例期間については、10年以内であればさかのぼって納めることができます。できる「追納制度」があります。

将来、受け取る老齢基礎年金を増やすためにも保険料を追納することをおすすめします。

平成20年度に追納する場合の金額(月額)

| | 全額免除 | 3/4免除 | 半額免除 | 1/4免除 |
|--------|---------|---------|--------|--------|
| 平成10年度 | 16,590円 | — | — | — |
| 平成11年度 | 15,950円 | — | — | — |
| 平成12年度 | 15,320円 | — | — | — |
| 平成13年度 | 14,740円 | — | — | — |
| 平成14年度 | 14,180円 | — | 7,090円 | — |
| 平成15年度 | 13,970円 | — | 6,980円 | — |
| 平成16年度 | 13,770円 | — | 6,880円 | — |
| 平成17年度 | 13,810円 | — | 6,910円 | — |
| 平成18年度 | 13,860円 | 10,390円 | 6,930円 | 3,460円 |
| 平成19年度 | 14,100円 | 10,570円 | 7,050円 | 3,520円 |

* 2年以上経過した期間を追納する場合、当時の保険料に加算金がつきます。

* 保険料の追納には納付書が必要ですので、電話などで下記まで申し込みください。

お問い合わせ先 市民部 医療保険課（近江庁舎） ☎ 52-6922 FAX 52-8730
滋賀県社会保険事務局彦根事務所 国民年金業務課 ☎ 0749-23-1114

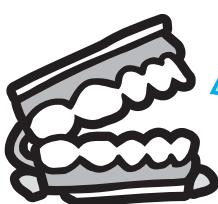
使わなくなつた入れ歯をリサイクル

7月1日から不要となつた入れ歯をリサイクルするための「入れ歯回収ボックス」が市内7箇所（社協各支所および市役所各庁舎）に設置されます。

新しい入れ歯を作ると、今まで使つていた入れ歯は不要となつてゴミとして捨ててしまつことが大半ですが、入れ歯には金、銀、パラジウムなどの貴金属が使われています。少量では分析料のほうが高くなつてしまつことがあります。このことによって大切な資源となります。この不要となつた入れ歯の回収により得た収益金は地域福祉活動やユニセフを通じて世界の子どもたちのために役立てられます。

みなさんのご協力をよろしくお願いします。

お問い合わせ
米原市社会福祉協議会
☎ 54-3105



人の値うち

江口 いと

何時かもんべはいて
バスに乗つたら
隣座席の人は私を
おばはんと呼んだ

戦時中よくはいたこの活動的なものを
どうやらこの人は年寄りの
着物と思っているらしい

よそ行きの着物に羽織を着て
汽車に乗つたら
人は私を奥さんと呼んだ
どうやら人の値うちは
着物で決まるらしい

講演がある
何々大学の先生だと言えば
内容が悪くとも
人々は耳をすませて聞き

良かつたと言つ
どうやら人の値うちは
肩書きで決まるらしい

名も無い人の講演には
人々はそわそわとして帰りを急ぐ
どうやら人の値うちは
学歴で決まるらしい

立派な家の娘さんが
部落にお嫁に来る
部落の子だと言われる
どうやら人の値うちは
生まれた所によつて決まるらしい

人々はいつの日
このあやまりに気付くであろうか

人権読本 じんけんの詩より (明石書店)

日本国憲法第十四条では、「すべて国民は、法の下に平等であつて、人種、信条、性別、社会的身分又は門地により、政治的、経済的又は社会的関係において、差別されない」と規定しています。

しかし、人は、この詩にあるように、時として、人を外見や肩書き、学歴、出身地などだけで、人の価値（値うち）を決めつけてしまうことがあります。

もし、自分が他人から外見や肩書き、学歴などだけで値うちを決められていたら、どう感じるでしょうか。きっと腹立たしく思い、憤りを感じることでしょう。

あなたも、この「怒り」や「憤り」を感じたのであれば、きっとその行為の誤りに気付くはずです。

そして、こうした気付きの輪が広がれば、日本国憲法でうたわれる「差別がなく平等な社会」の具現化が図れるのではないでしょうか。

人権推進課 ☎ 52-6629

7月は

企業内同和問題啓発強調月間です

「ひとが、いきいき、輝く職場」

就職は一人ひとりの人間にとって、生活の安定や生きがいを求めるうえで、きわめて重要な意義をもっています。その採用時や入社後に、家庭の状況や出身地などで差別することは許されないことです。

企業の経営者や従業員などが同和問題に対する正しい理解と認識を深め、差別のない明るい職場づくりを推進するため、滋賀県では、企業内の同和問題研修が効果的になされるよう啓発に努めています。

近年、就職差別の事象は減少しているものの、採用選考時の面接において不適正な質問が見られた事例、採用内定後において不適正な書類の提出が求められたりする事例がみられるなどこれらの事象の解決のために、人権尊重の理念に基づいた取り組みの充実が一層求められています。

採用選考においては、応募者の適性と能力に基づき、人権尊重の精神を根底にした差別のない公正な採用選考システムの確立が必要です。こうしたことから、同和問題の解決と就職差別の撤廃に向けた企業内の研修が、県内で統一的に実施されます。

お問い合わせ

経済環境部 商工観光課(伊吹庁舎) ☎ 58-2227

平成 20 年度

第1回きらめき人権講座開催のご案内

誰しも夢と希望に満ち自分の可能性を高め広げるために人生を歩んでいくことを願っています。そのためには全ての人の人権が尊重されるとともに、擁護される社会の実現が求められます。今年度も社会に現存する差別の問題について考えていただくとともに、人権文化のまちづくりに実践していただく市民の皆様の研修の機会として4回にわたり、「きらめき人権講座」を開催します。

みなさんのご参加をお待ちしています。

平成20年7月18日(金) 午後7時~9時
山東公民館 2階大ホール

●講 師 李 美葉 (い みよぶ) 氏

●内 容 外国人の人権問題について

※入場料は無料です。事前の申し込みも不要です。

主 催 米原市人権教育推進協議会

(☎ 0749-55-8106)

共 催 米原市教育委員会



名水百選「泉神社湧水」

6月4日に「平成の名水百選」として居醒の清水が選定されましたが、今からさかのぼること23年前の昭和60年に旧環境庁（現：環境省）が選んだ「名水百選」に大清水の「泉神社湧水」が認定されています。伊吹山麓の石灰岩の岩間を抜け神社境内に湧出したもので、ミネラル分を含み、年中水温12.5度の冷水、1日の湧水量は4,500 t もの豊かな水です。



| | | | |
|------|---|------|---|
| 1 火 | 心配ごと総合相談[近江やすらぎハウス](10時～12時) | 17 木 | おはなし会[近江図書館](11時～) すぐすぐカモン[山東公民館](10時～11時30分) |
| 2 水 | オカリナ教室(初回)[山東公民館](13時～15時) | 18 金 | キッズ初めてのバレエレッスン[ジョイいぶき](17時～18時) |
| 3 木 | すぐすぐカモン[山東公民館](10時～11時30分) | 19 土 | 男性専科講座[ジョイいぶき](10時～14時) レッスン・ウォーキング[ジョイいぶき](10時～14時) 和紙ちぎり絵教室[近江公民館](10時～12時) エコミュージアム文化編[米原公民館](10時～12時) |
| 4 金 | キッズ初めてのバレエレッスン[ジョイいぶき](17時～18時) | 20 日 | 姉川アマゴ・イワナ大物釣り大会[姉川上流](6時～11時) 問:商工観光課 おはなし会[山東図書館](14時～) |
| 5 土 | キッズにっぽんの伝統行事クッキング[ジョイいぶき](9時30分～12時) 防災サバイバルキャンプ[近江公民館](～6日) | 21 月 | ひろみちお兄さんの親子体操教室[近江公民館](11時～13時～) |
| 6 日 | 百名山伊吹登山2008・安全祈願祭(9時～17時) 問:商工観光課 ひこね第九オーケストラコンサート[ルッチプラザ](14時～) おはなし会[山東図書館](14時～) あじさいミュージックJAM[米原公民館](13時～) | 22 火 | 心配ごと総合相談[伊吹健康プラザ愛らんど](10時～12時) |
| 7 月 | | 23 水 | こころの相談室[S・C プラザ](13時30分～) わんぱく笑学公のサマースクール[近江公民館](8時～18時) |
| 8 火 | 心配ごと総合相談[三島荘(池下)](10時～12時) 親子書き方教室[米原公民館](18時～19時) | 24 木 | 結婚相談[ジョイいぶき](13時30分～16時) おはなし会[米原公民館](10時～) ご縁の人間学「十講」[ジョイいぶき](19時30分～21時) わんぱく笑学公のサマースクール[近江公民館](8時～18時) |
| 9 水 | こころの相談室[和ふれあいセンター](13時30分～) | 25 金 | キッズ初めてのバレエレッスン[ジョイいぶき](17時～18時) |
| 10 木 | 結婚相談[ジョイいぶき](13時30分～16時) 絵画ヒト工二人展～阿波連永子&渡辺徹大作品展[醒井水の宿駅](～27日) エコミュージアム歴史編[米原公民館](13時30分～15時30分) | 26 土 | 伊吹山お花畠観察会[伊吹山山頂付近](9時～13時) 梅花藻ライトアップ[地蔵川](19時30分～21時、～8月10日) 中山道柏原宿やいと祭[柏原宿一帯](～27日) 子ども将棋教室[山東公民館](13時30分～) 子ども茶道教室[山東公民館](13時30分～) 雑誌のリサイクル[山東図書館](10時～20時、～27日) |
| 11 金 | 親子でフィットネス[伊吹山麓総合体育館](10時～11時) キッズ初めてのバレエレッスン[ジョイいぶき](17時～18時) | 27 日 | すばーく朝市[米原公民館](9時～10時) 折紙飛行機講座[米原公民館](10時～16時) 子ども囲碁教室[米原公民館](13時～15時) |
| 12 土 | 子ども将棋教室[山東公民館](13時30分～) 子ども茶道教室[山東公民館](13時30分～) 男性専科講座[ジョイいぶき](10時～12時) | 28 月 | |
| 13 日 | おはなし会[ジョイいぶき](10時～) すばーく朝市[すばーく米原](9時～10時) | 29 火 | わんぱく笑学公のサマースクール[近江公民館](8時～18時) 親子書き方教室[米原公民館](18時～19時) |
| 14 月 | | 30 水 | 薬草講座[ジョイいぶき](10時～15時) わんぱく笑学公のサマースクール[近江公民館](8時～18時) |
| 15 火 | 心配ごと総合相談[ゆめホール(三吉)](10時～12時) | 31 木 | わんぱく笑学公のサマースクール[近江公民館](8時～18時) |
| 16 水 | 子育てふれあいサロン[ジョイいぶき](9時30分～11時15分) ニットカフェ[米原公民館](9時～12時) | | |

※こころの教育相談の日程は「フレーフレー子育て（15ページ）」に掲載しています。



歯に関するここと

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 | 開催時間 | 場所 | 持ちもの |
|------------|-------------------------------------|-------------|----------------|---------|
| 1歳児歯科健診 | 8月21日(木) | 14:00~15:30 | 湖北医師会館(長浜市宮司町) | △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。 | | | |

40歳から74歳の被用者保険被扶養者の方 ~特定健診の受診についてご相談ください~

本年4月からはじまった特定健診については加入する医療保険ごとに健診を実施することになります。

「特定健診のしくみは?」
「どこで受診できるの?」
「受診するにはどうしたらいいの?」

など特定健診の受診に関して疑問点やご相談がありましたら下記までご連絡ください。

〈お問い合わせ・ご相談窓口〉

健康福祉部 健康づくり課 ☎55-8105

運動相談

| 実施日 | 受付時間 | 会場 | 持ち物 |
|------------------|-------------|-------------|---------|
| 8月 1日(金) | 13:30~15:00 | 山東健康福祉センター | 健診結果通知書 |
| 8月 5日(火) | 13:30~15:00 | 米原げんきステーション | 運動シユーズ |
| 8月18日(月) | 13:30~15:00 | 伊吹保健センター | タオル |
| 8月26日(火) | 13:30~15:00 | 近江保健センター | 飲み物 |
| 運動しやすい服装でお越し下さい。 | | | |

参加を希望される方は、前日までに電話でお申込下さい。

◆運動自主グループ活動・参加者募集中!!

栄養相談

| 実施日 | 受付時間 | 会場 | 持ち物 |
|----------|-------------|-------------|---------|
| 8月 6日(水) | 13:30~15:30 | 伊吹保健センター | 健診結果通知書 |
| 8月21日(木) | 9:00~11:00 | 近江保健センター | 筆記用具 |
| 8月27日(水) | 13:30~15:30 | 山東健康福祉センター | 眼鏡等 |
| 8月29日(金) | 9:00~11:00 | 米原げんきステーション | |

参加を希望される方は、前日までに電話でお申込下さい。

総合健診をご受診ください!!

〈実施期間:6月1日(日)~8月24日(日)〉

詳細は広報5月15日号でご確認ください。

地域の会館等では、結核レントゲンのみ実施します。

受診する前に
もう一度確認!



熱中症にご注意!!

〈熱中症予防のために〉

- ・暑さを避けましょう
- ・吸水性・通気性のよい服装を選びましょう
- ・こまめに水分補給をしましょう
- ・日々の体調管理に注意しましょう



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!

「ひょっとして更年期?

~高齢化社会を快適に過ごすため~」

講師:市立長浜病院

婦人科副医長 辻 俊一郎先生

内容:高齢化社会を迎へ、閉経後30年以上も生きることができますようになりました。

今回は女性特有の病気である更年期障害、尿失禁と性器脱・骨粗しょう症についてお話しします。

日時:平成20年7月10日(木)

午後1時30分から

場所:長浜市六荘公民館(六角館)

長浜市勝町490

※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。

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 FAX55-8130

8月の健康カレンダー



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。

すぐすぐ 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。
※体調やご都合が悪い場合は、次回おこしください。

| 事業名(対象) | 実施日 | 受付時間 | 会場 | 持ちもの |
|----------------------------|-----------|----------------------------------|--|--|
| 4か月児健診 (平成20年3月生まれ) | 8月 1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 ◇バスタオル |
| 10か月児健診 (平成19年10月生まれ) | 8月 8日(金) | 13:00~13:30 | | ◇母子健康手帳 ◇バスタオル ◇子どもの歯ブラシ |
| 1歳6か月児健診 (平成18年12月生まれ) | 8月19日(火) | 13:00~14:00 | 山東健康福祉 センター (歯科健診がありますので、はみがきをしてから、お越しください。) | ◇母子健康手帳 |
| 2歳6か月児歯科健診 (平成18年1月生まれ) | 8月 21日(木) | 9:30~10:30 | | ◇子どもの歯ブラシとコップ |
| 3歳6か月児健診 (平成17年1月生まれ) | 8月 7日(木) | 13:00~14:00 | | ◇母子健康手帳 ◇子どもの歯ブラシとコップ ◇子どもの尿(朝一番の尿を空容器に入れてご持参ください) |



育児相談

※時間はいずれも9:30~11:30です。

| 実施日 | 場所 | 内 容 |
|----------|----------|---|
| 8月 6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。 |
| 8月28日(木) | | ◇妊婦の健康相談も行っています。 |
| 8月22日(金) | 近江保健センター | ◇食事・離乳食についての相談は、栄養士がお受けします。 |
| 8月29日(金) | | ◇身体計測 ◇8月28日(木)は、心理判定員がお子さんの発達の相談に応じます。 |



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9:30~11:30です。

| 事業名 | 実施日 | 場 所 | 対 象 |
|--------|----------|----------|------------------|
| 赤ちゃん広場 | 8月 6日(水) | 伊吹保健センター | おもに1歳未満のお子さんと保護者 |
| | 8月22日(金) | 近江保健センター | |



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冊子「予防接種と子どもの健康」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。

| 事業名(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) | 8月 1日(金) | 13:00~13:15 | 米原げんきステーション | ◇予診票 ◇母子健康手帳 |



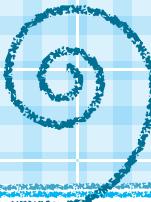
精神保健福祉相談

※相談希望者は事前に健康づくり課または長浜保健所(☎65-6610)までご連絡ください。
※実施日は、医師の都合で変更になることがあります。

| 事業名 | 実施日 | 受付時間 | 場 所 | 担 当 医 |
|---------|----------|-------------|-------|-----------------|
| アルコール相談 | 8月 4日(月) | 13:30~16:00 | 長浜保健所 | 長浜赤十字病院 精神科医 |
| 精神保健相談 | 8月 7日(木) | 13:30~15:00 | | 県立精神医療センター 精神科医 |



- 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

・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

8月のめばえ活動
(親子活動)

感触あそびを楽しもう！
～水あそび、小麦粉粘土、スライムなど～

| 実施日 | 会 場 | 時 間 |
|----------|----------|-------------|
| 8月 1日(金) | 磯公民館※浜遊び | |
| 8月 5日(火) | 下丹生公民館 | |
| 8月 8日(金) | 西番場公民館 | |
| 8月12日(火) | 能登瀬会館 | 10時～11時30分 |
| 8月19日(火) | 米原西区公民館 | (受付 9時45分～) |
| 8月22日(金) | 上丹生公民館 | |
| 8月26日(火) | 河南公民館 | |
| 8月29日(金) | 顔戸会館 | |

★活動しやすい服装（濡れてもいい服装）で参加してくださいね。

● 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のお部屋です。

※8月14日(木)の開放は、お休みします。

● 園庭開放

月曜日～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？

・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

8月の寺子屋ひろば

楽しい活動にいっしょに参加してね。

| 実施日 | 活動内容 | 時 間 |
|----------|---|----------------|
| 8月 9日(土) | 夏のあそびを楽しもう！ プール・色水あそび・シャボン玉など 【持ち物】タオル、水着があれば持ってきてください。 | 10時～ 11時30分 |
| 8月28日(木) | | |
| 8月23日(土) | 保育園の地蔵盆に来てね！ お店屋さんやたのしいことがいっぱい。 ☆土曜日の寺子屋ひろばはファミリーデー！！ パパの参加も大歓迎！ | 17時～ (雨天決行) |

● 寺子屋保育室開放

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のお部屋です。

※8月15日(金)の開放は、お休みします。

● 園庭開放

毎週月～土曜日 10時～11時30分

園庭の遊具や砂場で体を動かしてあそびましょう。

★11時以降、小プールでの水あそびが楽しめます。

・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

8月の親子活動

“プチランド”

| 実施日 | 会 場 | 活動内容 | 時 間 |
|----------|--------------------|----------------------------|----------------|
| 8月 5日(火) | 春照 (伊吹保健センター分室) | 感触あそびをしよう！ スライム等で遊ぼう。 | |
| 8月12日(火) | いぶき認定こども園 | 夏のあそびを楽しもう！ プールで遊ぼう。 | 10時～ 11時30分 |
| 8月19日(火) | 藤川集会所 | 感触あそびをしよう！ スライム等で遊ぼう。 | |
| 8月26日(火) | いぶき認定こども園 | 夏のあそびを楽しもう！ シャボン玉等で遊ぼう。 | |

★親子とも、汚れてもいい服装(必要に応じ、水着)でご参加ください。 ★必要に応じて、着替えやお茶等をご持参ください。

● 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のお部屋です。

※8月15日(金)の開放は、お休みします。

● 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びましょう。

一人で悩まず、まず誰かに話してみて…。

子育て支援センターでは子育て相談を行っています。

誰かに自分の気持ちを聴いてもらうことは勇気がいることかもしれないですね。私たち担当者は、みなさんとお話ししながら一緒に考えていくたらと思っています。どんな小さなことでもご相談ください。秘密厳守です。まず、話せる人に話してみてください。

電話相談

来所相談

| | | |
|--------|------------------|-----------|
| ●あゆっこ | 毎週月曜日 13時～16時30分 | ☎ 52-1114 |
| ●寺子屋 | 毎週月～金曜日 10時～17時 | ☎ 55-0061 |
| ●はなばたけ | 毎週月～金曜日 10時～15時 | ☎ 58-2001 |
| ●あゆっこ | 毎週月～金曜日 10時～16時 | |
| ●寺子屋 | 毎週月～金曜日 10時～17時 | |
| ●はなばたけ | 毎週月～金曜日 | 随時 |

★来所相談は
相談日の予約
が可能です。



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

一人で悩まず「こころの教育相談」を

新学期がスタートし、子どもたちも緊張と期待で胸をふくらませて学校に通い始めましたが、5月頃から体の不調を訴えたり、学校に行き渋ったりする子も増えてきます。子どもたちの変化に、しっかり目を向け、その思いを聴いてあげることが大切です。ちょっとした親の一言が、励みになって元気になる子もいれば、傷ついて落ち込んでしまう子もいます。深刻な状態になる前に担任の先生に相談したり、専門家に相談することも大切です。

複雑化する社会の中で、様々な不安や悩みを抱える子どもたち。そして、そうした子どもたちを戸惑いながら見守る家族。悩みの内容も、学校のこと、友だちのこと、家族のこと、将来のことなどいろいろです。最近は携帯電話の問題も増えています。メールでの交信は便利ですが、言葉がきつく伝わったり、誤解を生んだりして、深刻化することもあります。

どんな問題も、一番苦しんでいるのは、子ども自身であることを、周りのみんなが自覚し、見守っていかなければなりません。一人で悩んだり、家族で問題を抱え込んでしまうと、悩みの再生産になりかねません。深みにはまり込みそうになつたら、だれかの助けを借りるのが最善の方策です。そんな時は、気軽に「こころの教育相談」をご利用ください。専門家の指導を受けて、とても気持ちがすっきりして明るく帰ってくださる方もいます。

学校に行きにくい子や、心に荷物を背負いながら通学している子どもたち。まったく学校に行けなくなってしまった子どもたち。そんな子どもたちや家族の皆さんのが悩みを少しでも軽くし、ともに解決の方策を考えていきたいと思います。子どもたちや家族の皆さんのが生き生きと生活できることを願って、「こころの教育相談」を行っています。子どもや家庭の問題で、困つたり迷つたりしたときは、ぜひご利用ください。心理の専門家が、子どもやその家族が抱える心の問題について、ていねいにお話をうかがいご相談に応じます。

「こころの教育相談」

*対象者は、米原市内の保育園、幼稚園、小、中、高等学校の園児、児童、生徒とその保護者、家族です。

*申し込み手続きは、各園、各校の教育相談担当の先生を通じて申し込むか、直接子ども家庭サポートセンターに電話でお申し込みください。

おやこサロン

子育て中のみなさん、一度のぞいてみてください。
お母さんがほっこりできる楽しい時間を一緒につくりませんか。

| 実施日 | 会 場 | 活 動 内 容 | 時 間 |
|-----------|---|----------------------------|------------|
| 8月 1日 (金) | 勤労青少年ホーム | 水あそびやおもちゃ遊び | 10時～11時30分 |
| 8月 7日 (木) | きやんせの森 (米原市夫馬9番地伊吹高校の南) (雨天: 大原生涯学習センター) | 森の散策、シャボン玉遊び (雨のときは室内で) | |
| 8月27日 (水) | 柏原生涯学習センター | | |

★持ち物：お茶(水筒)、帽子、着替え ★お申し込み不要

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 |
|-------------------|---------------|-------------------|---------------|
| 7月 8日 (火) 9時～12時 | 旧いぶき保育園 | 7月16日 (水) 9時～17時 | 近江公民館 |
| 7月 9日 (水) 9時～12時 | 近江公民館 | 7月17日 (木) 9時～12時 | 勤労青少年ホーム(志賀谷) |
| 7月10日 (木) 9時～12時 | 勤労青少年ホーム(志賀谷) | 7月22日 (火) 9時～12時 | 旧いぶき保育園 |
| 7月14日 (月) 14時～17時 | 旧米原小学校(米原) | 7月24日 (木) 9時～17時 | 勤労青少年ホーム(志賀谷) |
| 7月15日 (火) 9時～12時 | 旧いぶき保育園 | 7月28日 (月) 14時～17時 | 旧米原小学校(米原) |

図書館より 今月の新刊図書



オオカミグーのはずかしいひみつ

きむらゆういち・作
みやにしたつや・絵 童心社
オオカミのグーは、おかあさんが嫌いでした。それは、おかあさんがイタチだからです。そのことで、何度友だちからいじめられたことでしょう。でも、おかあさんはグーのことが心配で…。おかあさんの大きな愛を描いた絵本。

アレルギーっ子の たのしいかわいいお弁当

MCプレス

卵、牛乳(乳製品)、小麦、大豆、ナッツ、ごま類を除去し、油分を配慮したお弁当のおかずレシピをたくさん収録。素材ごとにおかずを紹介し、巻末には素材からおかずを探せるインデックスを掲載。



※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。

◎ 雑誌のリサイクル 7月26日(土)、27日(日)10:00~20:00- ルッチプラザ スタジオ310

休 7月の休館日 7日(月)、14日(月)、22日(火)、24日(木)、28日(月)
毎週月曜日と第4木曜日(祝日にあたる場合はその翌日)

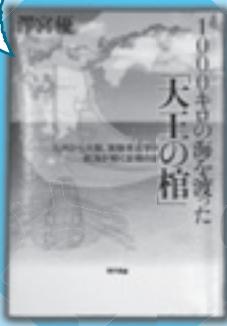
※24日(木):米原公民館図書室・ジョイフル図書室は開館。

問 山東図書館 ☎55-4554 近江図書館 ☎52-5246

1,000キロの海を渡った 『大王の棺』

澤宮優/著 現代書館

約1,500年前、九州、熊本から繼体天皇の墓と言われる大阪府今城塚古墳まで巨大な石棺が海を渡った。古代史の謎を解明すべく、石棺と古代舟を復元し、古代の運行方法そのまで海を渡るという壮大な実験航海を成功させた考古学者たちの熱い日々を完全追跡。



わたしの
ゆるり
の時間
に

7月のおはなし会
7/6 (日) 14:00- 山東図書館 おはなし室
7/13 (日) 10:00- ジョイフル図書室
7/17 (木) 11:00- 近江図書館 おはなしのへや
7/20 (日) 14:00- 山東図書館 おはなし室
7/24 (木) 10:00- 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。
お気軽にご来館ください。

健康診断の数値が
よくわからない。



健診の結果どう見る? どう活用する?

結果をもらったら、
もうそのまま…

みなさん、健診結果が返ってきたらまずどこを見ますか?

健診結果を見ると、体質や生活習慣が正直に現れていて、体が出している生活習慣病のサインがわかります。そのサインを見逃さないよう、まずは、健診結果説明会に参加。結果を知るだけでなく、どう生かすかが大切!! 体にいいこと見つけましょう。

結果の見方は

- ・健診結果説明会
(米原市集団健診を受診された方対象)
*健診受信日にあわせた『健診結果説明会のご案内』をご確認ください。
- ・保健師による個別相談
(集団健診以外の健診を受診された方も対象)

結果の活用は

- ・栄養士による栄養相談
- ・運動指導士による運動相談

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

木原歴史街道

米原市の歴史・文化財を歩く(40)

国指定史跡鎌刀城跡 —里山に眠る遺跡を知り、活かす—

国境の村、番場

番場区では、集落の背後の里山にあ
る鎌刃城跡の歴史を学び、区民自らの
手で発掘調査に取り組まれてきまし
た。その結果、城跡は日本の戦国期城
郭として重要な位置を占めるとして、
平成一七年に国の史跡に指定されまし
た。

郡でした。このため国境警備を目的とした山城^{やまじろ}が数多く構えられました。番場も国境の村として背後に山城が構えられました。それが鎌刃城です。鎌刃城は境目の城として築かれた一方で、坂田南郡を支配する拠点的城郭でもありました。

鎌刀城の創設は詳らかではありませんが、『今井軍記』によると文明四年（一四七二）に今井秀遠が堀次郎左衛門尉の立て籠もる鎌刀城を攻めており、この頃にはすでに堀氏の城として機能していましたがわかります。

▲現地見学会の様子

戦国時代の近江国は守護佐々木六角氏が湖南を支配し、京極氏や浅井氏が湖北を支配するという分国^{さかひめ}の状況でした。その両国の境目となつたのが坂田た。

天文七年（一五三八）には六角定頼が湖北に侵攻し、鎌刃城は落城します。このときの合戦では太尾山城（米原）、磯山城（磯）、佐和山城（彦根市）もことごとく落城し、六角氏の属城となってしまいます。『嶋記録』によると当時の鎌刃城主堀右見は京極高広方に属していたことが知られ、当時の坂田南郡は六角氏と浅井氏の抗争に

戦国武将、堀氏

元亀元年（一五七〇）、浅井長政が織田信長に叛旗をひるがえしますが、鎌刃城主堀秀村は木下藤吉郎の説得によつて織田方に付きます。信長は戦時 下の湖北支配を堀氏に任せ、一説には坂田郡で六万石を賜つたといわれています。秀村が出した文書は坂田郡に止まらず、浅井郡内の竹生島や菅浦にま

しかし、天正二年（一五七四）に堀氏は突然改易され、秀村の重臣樋口三郎兵衛も甲賀で討ち取られました。その後、堀氏の居城として湖北支配の拠点となりました。



▲第2回鎌刃城まつり

加え、湖北の守護京極氏政権も維持されているという、複雑に錯綜した地域だったようです。

鎌刃城跡は標高三八四メートルの山頂に築かれた典型的な戦国時代の山城です。その構造は主郭しゅくわくと副郭ふくわくを山頂に配し、主郭から北西に延びる尾根上、および副郭の西に伸びる尾根上には、それぞれ七ヶ所の曲輪くるわ（建物のあつた平坦地）を連ね、その先端は巨大な堀ほりきりで防御しています。

発掘調査では、主郭の周囲が石垣によつて築かれていることが明らかとなり、礎石建物や虎口（入口）とそれによつて伴う門の礎石、その前面には虎口に至る石段の城道などが検出されました。北の端の曲輪では、半地下式構造の穴蔵をもつ、後の天主の祖形となる重層の大櫓があつたと考えられます。鎌刀城は戦国時代にいち早く石垣を導入するなど、先駆的な城郭であつたことが明らかとなりました。

今年も、城跡を活かし、区民の交流をはかることを目的に「第二回鎌刃城まつり」が開催されました。里山に眠る遺跡は、ムラの誇りであり、まちづくりの素材であることを番場区の活動が物語っています。

(まなび推進課)

魅力ある農業

市長とまちかどト~ク 第8回

市民の皆さんと平尾市長が地域のさまざまな情報や課題について語り合ひ、よりよいまちづくりを目指す「市長とまちかどト~ク」。今回は「魅力ある農業にかける思い」をテーマに、市内で活躍される若い農業者の皆さんとお話をさせていただきました。



父の姿を見て

農業をしている父が元気だった。毎日笑って、トラクターに乗って、威勢よく飛び出している姿を見ていると自然と僕も家業の農業を継がないといけないなあという気持ちになつた。父に言わされたからどうこうではなく、自分から父の姿を見て農業をやつてみようと思つた。



安全で安心な農作物

子どもが生まれたことをきっかけに、極力農薬を使わず、安心で安全な農作物を作る、環境にこだわった農業を進めている。手間やコストがかかる為、価格が高く、こんな価格で売れるのかと思っていたが、需要はあつた。地元で取れた安全で安心な農作物を子どもたちや地元の皆さんに是非食べて欲しい。

「よかつた」それだけでいいんです

いちご農園に取り組んでいるが、特に小さいお子さん連れのお客様から「農園の付近にジヤムを作つたり、お茶を飲める施設があれば……」という話を聞く。しかし、行政の方と相談しても、現状では法令等の規制があり無理といわれ、次のステップになかなか進めない。農業をきっかけにお客さんが、米原市内の農家が、いろんな人が集まつて、「よかつた」と言つていただけたら。それだけでいいんです。今回のよかつたト~クをきっかけに、行政ともっと歩み寄ればと思う。

農地を守ること それが私の使命

父や母の思いを受け継ぎ、家業である農業、地域の農地を守つていくことが私の使命。たくさんの方に農園に来てもらつて、農業の素晴らしさを伝えていきたい。農園中をお客様の笑顔で埋め尽くしたい。作つている自分たちも笑顔で仕事をしていきたいと思う。

中山間地域での農業

高齢化が進み、農業の担い手がいなくなつてきている。私は農業が好き。地域の農地を守らねばとの使命感を持つて、農業に取り組んでいる。しかし特に中山間地での耕作はコストもかかり、水利の確保も難しいといつた課題に直面し、耕作者が減つて、地域の農業にかける思いがある。特に条件が不利な中で農地を守るためにも市からの支援をお願いしたい。

地の人の力を借りて

若手だけでは人手が足りない。高齢者や会社等を退職された方、優れたノウハウを持つ地の人の力を借りて、地域の活性化につながるような農業、新しいことをやつていきたい。



農業に かけける思 い

対談を終えて

今日、社会は大きな転換期を迎え、多くの問題や課題があります。市民の皆さんに身近な物価が高騰する中、地域の農業者の皆さんからは、「農業はもう限界。私の代で終わり」等といった声もお聞きます。

一方で、今日、連日のように報道される悲惨な事件。かつて農業が支えてきた地域の絆は崩壊し、かつて当たり前だった、親の姿を見て、その仕事をやってみようと思う子ども達、若い世代が非常に少なくなっている現実があります。

今回のトークでは、農業が地域社会に果たす可能性、本来あるべき家族の絆などを改めて感じることが出来ました。

今の日本は、多くの食品を海外からの輸入に頼っていますが、先に発覚した様々な食品の偽装や、中国製餃子の問題もあり、値段よりも安全性、味、質の高さを求める消費者が増えています。

「食べ物はお互いの顔が見える、地元で採れたものが一番安心で、おいしい」そのことを是非子どもたちに学ばせたい。学校給食でも出来る限り、地元の食材を提供していきたいと思っています。



すが、まだまだその魅力を活かしきれていない状況です。

今こそ「これだけの苦労や努力を重ねないところのお米や野菜等を作ることはできない。この作物には、これだけの値打ちがあるんだ」ということをPRする、新たな取組みを進めいかなければなりません。ホタルが飛び交う美しいまちで作った米は、都市部等に暮らす方にとつて大いに魅力があるのです。

米原市は「田舎都市」というキーワードを使い、まちづくりを始めています。田舎の要素を持ちながらも、新幹線等に乗れば1時間足らずで都市部に行くことができる。米原の農業は決して悲観すべきものではなく、このメリットを活かして、都市から人を受け入れができる、ビジネスを展開できる可能性に溢れています。行政としてはどのような仕掛けができるのかということを皆さんとともに考えたいと思います。

そして、いかにして都市の皆さんを巻き込んで活力あるまちづくりを進めることができるか。社会全体の課題です。

米原市にはホタルや伊吹山、美しい湧き水等、様々な作物をブランド化することができる素晴らしいロケーション、可能性が溢れています。市では関係機関とも力を合わせ、野菜や米など、米原ブランドの創生に向か、様々な取り組みを進めていま

元気に米原市の農業の担い手となつて頑張っておられる様子を伺う事ができました。

今後も、生産者の皆さんには米原ならではのこだわりをもつて農業を進めていただきたい。そして私たち行政は生産者の皆さん、関係機関の皆さんとともに農業の大切さを考え、力を合わせ、全国に向けて情報発信をしていきたいと思います。

（市長）





地域創造会議がスタートしました (6/1)

市民と市がともに考え、地域の個性を活かしたまちづくりを推進しようと「地域創造会議」の委嘱状交付式と合同研修会がルッチプラザ・スタジオ310で開かれました。

平尾市長から山東、伊吹、米原、近江各地域の市民委員のみなさんに委嘱状が手渡されたあと、四日市大学総合政策学部教授の岩崎恭典氏を迎えて合同研修会が行われ、委員のみなさんは熱心にメモを取りながら話に聞き入っておられました。今後は、市民委員のみなさんと市民自治センターが協働し、地域の特色を活かしたまちづくりの検討・協議が行われます。

IBUKI CUP HOCKEY TOURNAMENT 2008 開催 (6/7・8)



美しく住みよい まちづくりのために (5/25)

米原市内の自治体（72自治会）や事業所（20事業所）から約4,500名が参加して米原市環境美化清掃が行われました。これは、平成18年7月に制定された環境基本条例、平成20年3月に策定された環境基本計画の基本理念などに基づき環境美化活動に取り組み、私たちの良好な生活環境を創り維持していくこうと毎年行われているもので、参加者らは、沿道や河川などのごみを拾い集めさわやかな汗を流しました。

雄大な伊吹山のふもと滋賀県立伊吹運動場で、「IBUKI CUP HOCKEY TOURNAMENT 2008」が盛大に開催されました。大会は小学生・中学生それぞれ男子の部と女子の部にわかれ、県内外から合計80チームが参加しその頂点を目指しました。

選手たちはチームメイトや応援に駆けつけた人たちから大きな声援を受けながら白球を追いかけ、ホッケーを通じて交流を深めました。

●試合結果●

小 学 生

| | | |
|------|-----|-----------------|
| 男子の部 | 優 勝 | 朝日ホッkeesスポーツ少年団 |
| | 準優勝 | 糸生ホッkeesスポーツ少年団 |
| | 第3位 | 春照ホッkeesスポーツ少年団 |
| | 第4位 | 山東ホッkeesスポーツ少年団 |

中 学 生

| | | |
|------|-----|--------|
| 男子の部 | 優 勝 | 朝日中学校 |
| | 準優勝 | 伊吹山中学校 |
| | 第3位 | 石動中学校 |
| | 第4位 | 鯖江中学校 |

| | | |
|------|-----|--------------------|
| 女子の部 | 優 勝 | 各務原市ホッkeesスポーツ少年団 |
| | 準優勝 | 大谷ホッkeesスポーツ少年団 |
| | 第3位 | 石動・東部ホッkeesスポーツ少年団 |
| | 第4位 | 糸生ホッkeesスポーツ少年団 |

| | | |
|------|-----|--------|
| 女子の部 | 優 勝 | 大谷中学校 |
| | 準優勝 | 蟹谷中学校 |
| | 第3位 | 蒲生野中学校 |
| | 第4位 | 立命館中学校 |

環境保護の第一歩 環境フォーラム開催 (6/15)



6月15日ルッチプラザで「ホタルに学ぶスローライフ」をテーマに『米原市環境フォーラム』が開催されました。ヨシの風 TUGUMI のみなさんによる「よし笛ミニコンサート」が行われた後、嘉田由紀子・滋賀県知事から届いたビデオメッセージが紹介されました。知事からは米原市のホタルの美しさに感動したことや、市民の地道なホタル保護活動に対するエールが送られ、水筒やお箸の持参など、身近なことからできるエコライフを紹介されました。

また、環境カウンセラーの川手光春さんをコーディネーターに迎え、市内で環境活動をされている4人の市民パネラーとのディスカッションが行われ、環境にやさしい暮らしや、今日からできるスローライフについての提案などが行われました。フォーラムの参加者らは、環境保護のために自分ができる「何か」を見つけました。



心配ごと総合相談

人権・行政・心配ごと等、市民のみなさんのあらゆる相談に応じます。相談は無料で、秘密は厳守されます。時間はいずれも10時から正午まで。

| 相談日 | 会場 |
|----------|-----------------|
| 7月1日(火) | やすらぎハウス (顔戸) |
| 7月8日(火) | 三島荘(池下) |
| 7月15日(火) | ゆめホール(三吉) |
| 7月22日(火) | 愛らんど(春照) |

問 市 社会福祉課(山東庁舎)
☎ 55-8102 FAX 55-2406

男女共同参画「こころの相談室」 結婚相談

家庭や地域、職場などでの性別に関わる差別的な扱いやパートナーからの暴力など、暮らしの中でのさまざまな悩みについてご相談ください。女性相談員が問題解決に向けて一緒に考えます。時間はいずれも13時30分～15時30分まで。

| 相談日 | 会場 |
|----------|-----------------------|
| 7月9日(水) | 和ふれあいセンター(多良) |
| 7月23日(水) | S・Cプラザ内男女共同参画センター(一色) |

※電話またはセンターでの直接相談です。
※相談日の前日までにご予約ください。
※相談は無料、秘密厳守、男女問わず受け付けます。

問 市 人権推進課(米原庁舎)
☎ 52-6629 FAX 52-4539

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▶7月10日(木)・24日(木)
13時30分～16時
場所▶伊吹薬草の里文化センター(ジョイいぶき)
問 市 農林振興課(伊吹庁舎)
☎ 58-2228 FAX 58-1719

子ども(20歳まで)の飲酒・喫煙を許さない。大人が止めましょう。

少年に関する悩み事は
電話 54-5000
米原市少年センターへ
お気軽にどうぞ



ルッチ大学院“またたび六人衆”企画

「水の恵み」体験＆体感ウォーキング

夏のつどい～水のみなもとを訪ねて～

ひんやりした水辺の空気、心地よい沢の音、草花が織りなす豊かな色彩…伊吹の秘境“五色の滝”で、自然の恵みをカラダで感じてみませんか。地域の食文化や生活文化の体験メニューも用意しています。

かけがえのない潤いのある夏の一日を過ごしましょう

▶日 時：平成20年7月31日(木) ※小雨決行
8時30分 ルッチプラザ集合
15時 ルッチプラザ解散 ※予定

▶場 所：五色の滝・大持広場(伊吹地区曲谷)

▶対 象：小学生以上ならどなたでも(定員40名)
※低学年の児童は保護者同伴で

▶参加料：ひとり1,000円(保険料・昼食代含む)

▶その他：紅葉がきれいな季節には、「秋のつどい～水とともにめぐる旅～」も実施予定

7/15
参加締切

お申込・お問い合わせ

ルッチ大学事務局(まなび推進課) ☎ 55-8106

～夏季JRふれあいハイキング開催!～

[天野川・七夕伝説の里を巡る] 7月7日(月) 小雨決行

◇コース／坂田駅～坂田神明宮～法秀院の墓～道の駅「近江母の郷文化センター」～蛭子神社(七夕伝説)～若宮家～坂田駅
◇集合駅・解散駅／琵琶湖線坂田駅
◇集合時刻／10:10
(出発時刻／10:20
解散時刻／15:00頃)
◇歩程／約9km
◇参加費用／300円(資料代等)

[伊吹山麓・薬草の里を巡る] 7月9日(水) 小雨決行

◇コース／近江長岡駅～伊吹せんろみち～伊吹薬草の里文化センター(ジョイいぶき)～伊吹山文化資料館～伊吹せんろみち～近江長岡駅
◇集合駅・解散駅／東海道本線近江長岡駅
◇集合時刻／10:10
(出発時刻／10:20
解散時刻／15:00頃)
◇歩程／約9km
◇参加費用／300円(資料代等)
※別途、伊吹山文化資料館入館料(希望者)200円自己負担

米原観光ボランティアガイド協会員がコースを案内します。参加希望の方は、必ず電話またはFAXでお申ください。先着80名様までとなっています。

主催・問合せ・予約申込／米原観光ボランティアガイド協会
☎・FAX 050-7000-8008

大相撲米原場所 開催!

このたび、(財)日本相撲協会の地方巡業が米原市で開催されることになりました。これにともない、実行委員会ではスポンサーおよび、開催をお手伝いいただけるボランティアを募集しています。開催にご協力いただける方は、下記事務局までご連絡ください。お待ちしています。

日時：平成20年10月17日(金)8:00～15:00 会場：グリーンパーク山東 特設会場

①会場周辺に立てる「幟(のぼり)」のスポンサー

「幟」には、力士ならびに相撲部屋等の名前とスポンサーの名前が入ります。終了後、幟はスポンサーにお渡しします。
幟サイズ：900mm×5400m 協賛費：35,000円

②観覧者に当日配布するパンフレットのスポンサー

横綱から十両力士までの写真が入ったプログラムの下欄に広告を掲載します。なお、掲載欄には限りがありますので、ご了承ください。
掲載サイズ：全サイズ60mm×200mm(横綱～十両) 半サイズ60mm×99mm(前頭～十両)

掲載料金：横綱8万円(全サイズのみ)・大関～小結6万円(全サイズのみ)・前頭～十両5万円(全サイズ)・2.5万円(半サイズ)

詳しくは下記までお問い合わせください。

お問い合わせ

○チケット・販売について 米原市商工会 山東支所 ☎ 55-2688

○ボランティア・スポンサーについて 大相撲米原場所実行委員会事務局(米原市商工観光課 ☎ 58-2227)



催し



第2回きんせい寄席 ～米朝一門若手～

日時▶7月19日（土）15時～（開場は30分前）

出演▶桂 吉の丞・桂 まんが
入場料▶前売券 1,000円

※全席自由、当日券は200円増し
チケット販売所▶勤労青少年ホーム、
市内各公民館、ジョイしいぶき、ルツ
チプラザ

問 米原市勤労青少年ホーム
☎ 55-3029

第8回あじさいミュージック JAM 公演

湖北地域の音楽サークルやアマチュアグループが集まる音楽イベント。合唱・ピアノ・バンド・合奏などの様々なジャンルの音楽が楽しめる音楽祭です。入場無料ですので、気軽にご越しください。

日時▶7月6日（日）13時30分開演（開場は30分前です）

場所▶米原公民館 大ホール

問 米原公民館運営委員会

☎ 52-2240 FAX 52-2242

第3回米原市芸術展覧会 作品募集！

～米原の風景と子どもたち～

募集部門

☆絵画（米原を描く）・彫刻・工芸・書・
写真（米原を撮る）

○搬入

日時：9月19日（金）9:30～20:00
9月20日（土）9:30～12:00

場所：山東公民館 2階ホール

☆作詞作曲

○締切

期日：9月5日（金）
場所：まなび推進課（山東庁舎2階）
※未発表の作品に限ります。
※絵画と写真部門につきましては米原をモチーフにした作品に限ります

出品資格

高校生以上（ただし、作詞作曲部門に
関しては小学生以上が出品可能です）

問 まなび推進課（山東庁舎）☎ 55-8106

県立文化産業交流会館の催し

①「魔女に会いに行こうよ」

～『魔女の宅急便』の原作者、
角野栄子の世界展～

原作本の挿絵や世界の魔女人形の展示のほか、「魔女」に関するイベントが盛りだくさん！あなたも魔女の世界へ迷いこんで見ませんか？

会期▶8月2日（土）～17日（日）

9時30分～17時（入場は16時30分まで）

※月曜休館

入場料▶一般350円 小・中学生
150円（6歳未満は無料）

※前売り券は50円引き

②「ウルトラマンファイティングス

テージ 2008 in ぶんさん」

ウルトラヒーローが米原にやってくる！親子三代で楽しめるステージ。2部構成でお楽しみ下さい。

日時▶8月24日（日）

11時～14時30分～（2回公演）※開場は30分前

入場料▶1,500円（全席指定）

県立文化産業交流会館

☎ 52-5111 FAX 52-5119

[http://www.shiga-bunshin.or.jp/
bunsan/](http://www.shiga-bunshin.or.jp/bunsan/)

親子で楽しい時間を～ 「母と子のいこいの家」

母子家庭のお母さんとお子さんとで参加いただけるイベントです。日頃なかなか親子の時間がとれないお母さん、ぜひご参加ください。

日時▶7月20日（日）

場所▶県立琵琶湖博物館

参加費▶無料

定員▶35名

申込締切▶7月15日（火）

申・問 米原市母子福祉のぞみ会（福原）

☎ 54-2521 または
市 こども家庭課（山東庁舎）

☎ 55-8104 FAX 55-4040



法律相談



毎月第2木曜に「法律相談」を開設しています。弁護士が相談に応じます。秘密は厳守されます。事前のお申込み・ご予約が必要です。

日時▶7月10日（木）10時～12時

場所▶やすらぎハウス（顔戸）

費用▶1,500円

申・問 米原市社会福祉協議会

☎ 54-3105 FAX 54-3106

うたづくりワークショップ（作詞・作曲教室）

～ふるさとの歌を作って米原市芸術展覧会作詞作曲部門に応募しよう～

曲作りを通して音楽に対する興味を高め、豊かな情操を育むことを目的に開催します。4回のワークショップで、歌の作り方を講師の先生、ボランティア・スタッフが丁寧に指導します。難しくはありませんので、気軽にご参加ください。

日時・場所

■第1回 作詞教室

日 時：平成20年7月12日（土）

9:30～15:00（9:15受付）

場 所：グリーンパーク山東 鴨池荘 研修室

■第3回 作曲教室（その2）

日 時：平成20年8月2日（土）

13:30～16:00（13:15受付）

場 所：醒井小学校 音楽室

■第2回 作曲教室（その1）

日 時：平成20年7月23日（水）

13:30～16:00（13:15受付）

場 所：大原小学校 音楽室

■第4回 ステージ発表

日 時：平成21年1月11日（日）時間未定

午前中リハーサル、午後本番

場 所：ルツチプラザ ベルホール310

募集人員

30人

参加費

小・中・高校生：1,000円 一般：1,500円（全4回分）

申・問 まなび推進課（山東庁舎）

☎ 55-8106 FAX 55-4040

安心・納得のこみこみ価格 自由設計で快適な暮らしを



| 建物本体価格 | |
|-----------------|---------------------|
| 夢 | ¥ 9,639,000 *30坪の場合 |
| オール電化・自由設計・フル装備 | |
| こみこみに含まれるもの | |
| 地盤調査費用 | 付帯工事費用 |
| 給排水工事費用 | 設計・申請費用 |
| | 保証料・保険料 |
| | 消費税 |

| 設備機器価格 | |
|------------------------------|-------------|
| スタンダードセット | ¥ 1,110,000 |
| ユニットバス 洗面化粧台 キッチン トイレ 水温器 | |
| Takara standard | |

| 最終価格 30坪の場合 | |
|----------------------|----|
| 本体 | 設備 |
| 夢 +スタンダード | |
| ¥ 10,749,000 | |
| もちろんすべて こみこみ料金です。 | |

TEL.0749-26-8777
FAX.0749-26-8778
<http://www.shukubuild.com>



お知らせ

パスポートセンター(米原)休業日のお知らせ

7月22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。

問 滋賀県パスポートセンター
☎ 077-527-3323
Fax 077-527-3329

近江診療所休診のお知らせ

7月5日(土)午前は、臨時休診させていただきます。

問 近江診療所
☎ 54-2127 Fax 54-2139

釣りをされる皆様へ

滋賀県では、外来魚の再放流を禁止しています。釣り上げたブラックバス・ブルーギルについては、外来魚回収ボックス・回収いきすへ投入をお願いします。なお、平成19年度まで実施しました「びわこルルひろめよう券事業」について、今年度は実施いたしませんのでご注意ください。

問 滋賀県琵琶湖環境部 琵琶湖再生課
琵琶湖レジャー対策室
☎ 077-528-3485

<http://www.pref.shiga.jp/d/leisure/>



募集



米原 SOHO ビジネスオフィスの入居者募集

自宅や小規模な事業所で IT を活用したビジネスをされている SOHO 事業者の方で、各種支援を受けながら、事業の本格的な展開を図ろうとする方の入居を受け付けています。募集締切▶7月31日(木)

入居資格▶SOHO 事業者として活動する方で、入居時に事業を創業して5年未満の方

申・問 滋賀県庁商業観光振興課

☎ 077-528-3731

Fax 077-528-4871

<http://www.soho-shiga.jp/>

車のことなら

全てお任せください

ロータス三原

株式会社 三原モータース

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

「広報まいばら」「市公式サイト」への広告掲載に関するお申込み・お問い合わせは情報政策課 電話 52-6627 へ…

◎広報まいばら 広告掲載料金：1枠 15,000円 (13,400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)



講座



シニアのための

介護員養成講習会

内容▶介護員養成講習 (ヘルパー 2級課程)

対象▶県内在住のシニアの方で、介護員として就業・就職を希望される方
日 時▶8月4日(月)～12月19日(金)(実習日4日を加えた全26日)
会場▶滋賀文化短期大学(東近江市布施町29番地)

定員▶50名(超過の時は抽選)

受講料▶無料 教材は支給

申込方法▶往復はがきに、①介護員養成講習(滋賀文化短期大学)②受講の動機③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢(生年月日)⑥電話番号を記入し、7月24日(木)〈必着〉までに下記まで

申・問 (社) 滋賀県シルバー人材センター連合会

〒520-0051 大津市梅林1丁目3番10号

☎ 077-525-4128

Fax 077-527-9490

—滋賀県立盲学校—

開放講座「点字の世界」

初級・中級・応用と3つのコースを用意し、みなさんを点字の世界へご案内します。

日時▶9月6日～10月18日(10月11日は除く)の毎週土曜日(全6回) 14時～17時

募集定員▶30名程度(先着順)

受付期間▶7月14日(月)～8月8日(金) 9時～17時

※土日祝日は除く

受講料▶3,500円

※初級コースのみ教材費 1,200円別途必要

申・問 滋賀県立盲学校

「点字の世界」運営委員会

☎ 0749-22-2321

Fax 0749-26-3688

<http://www.nionet.jp/>

ケアハウスさかた入所者待機者募集

ご利用いただける方

60歳以上で、自炊ができる程度の身体能力の低下があつても自活能力のある方。(入浴・食事・トイレ・などに介助を必要とされない方)

※入所には申込者の実態調査を実施し、空室が出来た時点で入所検討委員に諮り、優先順位と入所の可否を決定します。

施設見学や費用等の詳細については下記までお電話ください。

社会福祉法人青祥会 ケアハウスさかた

米原市野一色 10136 TEL55-3603

ケアハウス…老人福祉法20条の6に定める軽費老人ホームに該当する施設です。

かみかみあえ

エネルギー

39kcal

● 材料 4人分

| | |
|----------|--------|
| キヤベツ | 120g |
| にんじん | 60g |
| さきいか | 20g |
| こいくちしょうゆ | 大さじ1/2 |
| 穀物酢 | 大さじ1 |
| さとう | 大さじ1 |
| 塩 | 少々 |
| いりごま | 小さじ1 |

● ワンポイントアドバイス

さきいかに塩があるので、塩の量を加減してください。人気の野菜料理です。さきいかが入るのでカミカミ献立になり、歯やあごを丈夫してくれます。



● つくりかた

- キヤベツ、にんじんは細いせん切りにする。
- ①をさっとゆで、ザルにあける。
- 水気を切ってボールに入れ、調味料、さきいか、ごまを入れる。

カリカリ揚げ（ナッツ入り）

エネルギー 100kcal

● 材料 4人分

| | |
|----------|------|
| 乾燥わかめ | 1.5g |
| アーモンドライス | 9g |
| カシューナッツ | 5g |
| ちりめんじやこ | 32g |
| てんぷら粉 | 大さじ2 |
| 水 | 小さじ1 |
| 揚げ油 | 適量 |

● ワンポイントアドバイス

わかめは、戻さずサッと洗う程度にするとカリカリでおいしくいただけます。



● つくりかた

- わかめをザルに入れ、簡単に水洗いする。
- カシューナッツをくだけてあく。
- ①・②とアーモンド、ちりめんじやこを合わせ、てんぷら粉と水を混ぜる。
- ③をスプーンで取り手のひらにのせ、平らに押さえて170℃の油で揚げて、できあがり！

煮干しの香味揚げ

エネルギー 43kcal

● 材料 4人分

| | |
|--------|------|
| かえりじやこ | 25g |
| 薄力粉 | 大さじ1 |
| 卵 | 1/4個 |
| 脱脂粉乳 | 2g |
| 牛乳 | 小さじ2 |
| 青のり | 適量 |
| いりごま | 適量 |
| にんじん | 8g |
| 揚げ油 | 適量 |

● ワンポイントアドバイス

衣にピーマンやにんじんなどの野菜を細かく切つ入れると彩りもよく、野菜も食べられます。



● つくりかた

- にんじんはすりおろしてあく。
- 卵を割り入れ、牛乳、脱脂粉乳を入れ混ぜ合わせる。
- ①に薄力粉を入れて混ぜ、なじんだら青のり、いりごま、にんじんを入れて衣を作る。
- かえりじやこに③の衣をつけて175℃の油で揚げる。

KASHIWABARA SHUKUBA FESTA

第13回 中山道柏原宿

やいと祭

7月26日(土)
27日(日)

場所 柏原中山道一帯
柏原生涯学習センター
☎57-0256



ハイ★すーず

歩くのだいすき!!
パパママ一緒に
お散歩行こうね。

吉田結菜ちゃん
【1歳1ヶ月】
(万願寺)

再生紙を使用しています。

大豆油インキで印刷しています。

この市政情報誌「まいばら」は13,400部作成し、1部あたりの単価は22円(1円未満切り捨て)です。※職員の手数料は含まれていません。

味付けは各ご家庭で
調節してね。

