

# 図書館だより 7月

水口図書館 ☎63-7400 ☎63-4737  
 土山図書館 ☎66-1056 ☎66-1067  
 甲賀図書館 ☎88-7246 ☎88-7005  
 甲南図書館 ☎86-1504 ☎86-1505  
 信楽図書館 ☎82-0320 ☎82-3921

時間 10:00~18:00  
 (甲南図書館：金曜日は21:00まで)

甲賀市図書館ホームページ  
<http://lib.city.koka.lg.jp/>



## 行事予定

	日	時	内容・備考	場所
映画会	19 日	11:00~11:50	ふるるえいかい「森は生きている」	甲南図書館
	19 日	14:00~16:15	ふるる日曜名画座「メッセージニアポトル」	甲南図書館
	26 日	14:00~15:45	日曜映画会「ガラスのうさぎ 東京大空襲」	甲賀図書館
対面朗読	3 金	13:30~15:30	対面朗読 *事前予約要	甲南図書館
	17 金	13:30~15:30	対面朗読 *事前予約要	甲南図書館
その他	18 土	15:00~16:00	となりにおいて(絵本読み聞かせ)	信楽図書館
コンサート	26 日	15:00~16:00	ティータム・ピアノコンサート	信楽図書館
	7月12日(日)~8月1日(土)		hiro式イラスト展	信楽図書館
ギャラリー	7月12日(日)~8月2日(日)		つゆ草会 俳画展	甲賀図書館

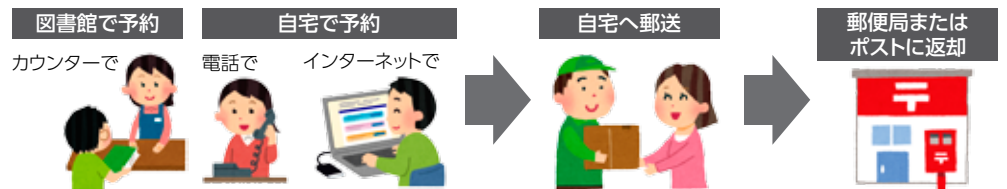
\*おはなし会の時間や内容、移動図書館の情報については、お問い合わせいただく甲賀市図書館ホームページ (<http://lib.city.koka.lg.jp/>) をご覧ください。

## らびらりん

### 「心身障がい者用郵送貸出サービス」

郵送貸出サービスとは、心身の障がい等の理由により図書館へ行くことが難しい方へ、郵送による貸出・返却を無料で行うサービスです。

5月1日(金)から心身に障がいがある方を対象に、図書を含めた図書館資料の郵送貸出を始めました。対象や利用方法などは最寄の市内図書館へお問い合わせください。ご本人が図書館まで行けなくても、委任状があれば代理の方が手続きできます。



「広報あいこうか」がホームページでもご覧いただけます

甲賀市ホームページ  
<http://www.city.koka.lg.jp/>

甲賀市facebook ページ  
<http://www.facebook.com/city.koka>



生活環境課 生活交通係  
 ☎65-0686 / ☎63-4582

市内における交通(人身)事故発生状況			
負傷者数	死者数	発生件数	本年
113人	2人	95件	本年
150人	5人	129件	前年
-37人	-3人	-34件	増減数

(平成27年1月1日から5月25日現在の暫定数)

甲賀警察署からの  
**おしらせ**  
 甲賀署管内で5月26日、軽自動車と自転車が出会い頭に衝突し、自転車に乗車中の高齢者が亡くなる死亡事故が発生しました。自転車は手軽で便利な乗り物ですが、交通ルールを守らないと、あなたが事故にあっただけでなく、相手にケガをさせるかもしれません。自転車の安全利用を心がけましょう。



編集・発行 甲賀市役所 〒528-8502 甲賀市水口町水口6053番地 ☎0748-65-0650 / ☎0748-63-4554  
 業務時間 / 8時30分~17時15分(窓口延長日を除く)

## 甲賀市図書館 カレンダー

7月	水口図書館	土山図書館	甲賀図書館	甲南図書館	信楽図書館
1 水					
2 木	休		休		話
3 金	休		休		
4 土	話				
5 日					
6 月		休		休	休
7 火		休		休	休
8 水					
9 木	休	話	休		
10 金	休		休		話
11 土		話	話	話	話
12 日					
13 月		休		休	休
14 火		休		休	休
15 水					
16 木	休		休		
17 金	休		休		
18 土	話				
19 日					
20 月		休		休	休
21 火	話	休		休	休
22 水			閉	閉	
23 木	休	閉	休	閉	
24 金	休	閉	休	話	話
25 土		話	話	話	話
26 日					
27 月		休	話	休	休
28 火		休		休	休
29 水	閉				
30 木	休		休		
31 金	休		休		

休 休館日 閉 整理のための閉館日  
 話 おはなし会 話 乳幼児向けおはなし会

※滋賀びわこ総文開催のため、水口図書館の整理のための閉館日は7月29日水になります。

## 地域生活住民等緊急支援助交付金事業

# 甲賀市プレミアム商品券 & 地域特産品カタログギフト 販売のお知らせ

地域経済の活性化を図るため、国からの交付金を活用し、甲賀市商工会を通じて、プレミアム商品券&地域特産品カタログギフトの販売を予定しております。

### 「愛♡こうかカード」

甲賀市内の商品券利用登録店舗にてご利用いただけるプレミアム商品券(額面1,000円の商品券12,000円分を10,000円)を事前申込制で販売予定。  
 事前申込期間：7月1日(水)~7月15日(水)  
 販売予定枚数：14,000セット  
 (お1人様2セットまで)  
 事前申込方法：往復はがきによる申込  
 使用可能期間：平成27年8月1日(土)~平成28年1月31日(日)



### 地域特産品カタログ

### 「愛♡こうかカタログギフト」

市内の農産品・特産品・工芸品など、甲賀市の魅力を詰め込んだカタログギフト(5,000円相当額を3,000円)の販売を8月上旬より予定しております。

※詳細は、7月1日発行の広報紙や同日の新聞折り込みチラシ、市および商工会のホームページでお知らせします。

甲賀市商工会 ☎622-1676 ☎63-1052  
 商工政策課 商工業振興係 ☎650-709 ☎63-4087

## スポーツ推進委員のコーナー

Sports with everyone

# みんなでスポーツ



### 自宅で簡単にできる股関節のストレッチ方法

今回は、正しい姿勢を保ったり、怪我の予防や骨盤の矯正に効果がある股関節のストレッチ方法についてご紹介します。

まず、座って両足の裏を合わせて、自分の方へ引き寄せます。このとき膝が浮いている状態でも問題はありません。次にその浮いた両膝を手で地面の方向へ押さえていきます。このとき、「股関節あたりに意識を向ける」ことを忘れてはいけません。



▲両足の裏を合わせて自分の方へ

そのまま押さえていき、自分が気持ち良いと感じるところまできたら、息を止めずにそのまま5秒キープします。この動作を5回2セット行うようにします。たったこれだけで股関節のストレッチは完了です。

今回ご紹介した股関節のストレッチは毎日継続して続けなければ意味はありません。また、お風呂上りに行うとさらに効果が期待できます。1日のほんのちょっとした時間を股関節のストレッチに充ててみてはいかがでしょうか。



▲両膝を手で地面の方向へ

問い合わせ 文化スポーツ振興課 スポーツ振興係 ☎86-8023 / ☎86-8380