

あい

こうか

3/15

No. 234



CONTENTS

忍者の魅力を国内外に発信

「忍者の日」キャンペーンを実施 ..... P2

●甲賀市指定有形文化財を新たに指定 ..... P3

●早期発見のために—がん検診の定期的な受診を— ..... P4 ~ 5

●元気なまちかど ..... P 8~ 9

●情報のまど ..... P 12

●ものづくりこうか ..... P 16

[写真：特産品を活かした新メニューを開発した甲南高校生 (関連記事は9ページ)]

# 甲賀市指定有形文化財を新たに指定

市教育委員会は、平成27年2月18日付けで、4件の文化遺産を新たに甲賀市指定有形文化財に指定をしました。

これからもまちの歴史を物語るうえで貴重な遺産として保護し、歴史文化を活かしたまちづくりへの活用を図ります。

今回の指定により甲賀市指定文化財の総数は143件となりました。

## 木造十一面観音立像 (土山町平子・佛性寺蔵)

引き締まった目鼻立ちに、抑揚のある衣の彫り方、像の大半を丸彫りした一木造りの技法に平安時代中期の特徴がよく表われています。野洲川上流域では屈指の古像です。



木造十一面観音立像▶



## 木造地藏菩薩立像 (信楽町中野・来迎寺蔵)

浅く彫られた衣、穏やかな表情、端正な造りに平安時代末期の特徴が表れた、等身大の地藏菩薩像です。信楽地域の仏像のあり様を知る上で大切なお像です。

◀木造地藏菩薩立像

## 水口藩大庄屋山村家諸事書留 (甲賀市蔵)

水口藩の大庄屋を勤めた山村家三代の日記で、山村日記とも呼ばれています。文化元年(1804)から72年間にわたり記された61冊が残り、水口地域の政治、経済、文化を知る貴重な史料です。

水口藩大庄屋山村家諸事書留▶



## 史跡紫香楽宮跡(宮町地区)歌木簡と歌墨書土器(甲賀市蔵)

紫香楽宮跡から出土した遺物で、いずれも和歌についての内容が記されています。特に歌木簡の両面には「難波津」と「安積山」の歌が書かれ、万葉集成立の過程を知る重要な資料です。

史跡紫香楽宮跡歌木簡と歌墨書土器▶



歴史文化財課  
☎86-8026 / ☎86-8216



▲忍者衣装で執務を行う市職員。海外を含め多くのメディアで紹介されました。



▲甲賀市くすり学習館で行われた忍者の携帯食「兵糧丸」作り体験。忍者になりきり参加した大阪のグループなど約30人が楽しみました。



▲「忍者音頭」で川原さんを歓迎する水口西保育園の園児



▲忍者に扮した三重、滋賀両県両市の4首長と応援に駆け付けたテレビキャラクター、ちびっこ忍者たち

制定を記念し、「忍者の日」の2月22日、三重、滋賀県の両知事と伊賀、甲賀市の両市長によるセレモニーが甲賀の里忍術村で開かれました。イベントの中では、4首長による手裏剣対決も行われ、滋賀県勢が勝利を収めました。

中嶋市長は「これからも忍者を通じて両市、両県の交流を深め、国内だけでなく海外の方にも親しまれるようにPRしていきたい」と意気込みを話しました。



▲手裏剣対決の勝利の証「陣羽織」は現在市民窓口センターに展示中 (3月中)

## 甲賀の里忍術村で「忍者の日」制定記念セレモニー

甲賀市観光協会と伊賀上野観光協会が幹事となり、2月22日を「忍者の日」として記念日に登録。2月2日から22日までの「忍者月間」には全国で様々なキャンペーンが展開され、忍者の魅力を国内外に発信しました。市内では、甲賀市くすり学習館や甲賀流忍術屋敷をはじめ27施設で、それぞれ趣向を凝らした企画を実施。市役所でも観光企画推進室の職員が忍者衣装で執務するなどPRを行いました。

## 「忍者の日」キャンペーンを実施

## 「忍力車」をお出迎え

「忍者の日」を全国にPRしようと、忍者姿で東京から京都まで人力車を引いて歩く旅をしている川原辰也さんが2月20日、市役所や甲賀市ひと・まち街道交流館へ立ち寄り、ムードを盛り上げました。

皆さんの応援はもちろん、昔の忍者が見て、応援してくれているのではないかと思うと、一歩一歩足が出ます。



# 忍者の魅力と国内外発信

2015.2.22



「平成27年度  
健診(検診)カレンダー」発行



平成27年度の乳幼児健診、がん検診の日程等について掲載しています。ぜひご活用ください。

- 配布時期／3月中旬から下旬
- 配布方法／区・自治会を通じて世帯ごとに配布  
※区・自治会に加入されていない方は、市役所各地域市民センター・保健センターに置いてありますので、ご利用ください。

健康推進課 健康政策係  
☎65-0703 / ☎63-4591

市が実施するがん検診

- ①がんの種類 ②対象年齢と適切な受診間隔
- ③がん検診の方法 ④自己負担費用(※70歳以上無料)

<p>①胃がん検診 ②40歳以上・1年に1回 ③胃X線撮影(バリウム使用) ④900円</p>	<p>①肺がん検診 ②40歳以上・1年に1回 ③胸部X線撮影と喀痰検査(一定以上の喫煙者) ④200円(喀痰検査追加500円)</p>
<p>①子宮頸がん ②20歳以上の女性・2年に1回 ③内診・細胞診 ④集団検診(30歳以上)1,000円 医療機関1,700円</p>	<p>①大腸がん検診 ②40歳以上・1年に1回 ③便潜血検査(2日法) ④500円</p>
<p>●受診場所 【集団検診】保健センターなど 【医療機関】市の指定医療機関</p> <p>(※1) 肝臓がんは、生活習慣病や肝炎ウイルスとの関連があるとわかっています。市が実施する肝炎ウイルス検診は、市の指定医療機関で簡単な血液検査によって受けられる検査です。</p>	<p>①乳がん検診 ②40歳以上の女性・2年に1回 ③医師視触診とマンモグラフィ(乳房X線撮影) ④1,500円</p>

健康推進課 健康増進係  
☎65-0737 / ☎63-4591

早期発見のために  
がん検診の定期的な受診を

がんは、国の統計で2人に1人がかかる可能性があると言われており、現在、死因の1位を占めています。市内でも同様で、誰にとっても深刻な問題となっています。

「自身の健康を守るため、定期的な受診でがんの早期発見に繋がります。」

■検診の対象は「健康」な人

がん検診は、一般に自分は「健康」だと思われる人に行うべき検査です。早期のがんでは症状はまず出ないため、何も症状がないうちに検査を受けることが大切です。

■大切なのは定期的な受診と精密検査

定期的な受診されている方から発見されるのは、ほとんどが「早期がん」であり、その後の治療が早くできるため、治療後の経過も良好なことが多いのです。一方、定期的な受診が受けられない方からは「進行がん」が見つかることがあります。がんが進行すると治療による負担も大きくなり、仕事や家事、育児といった生活上に大きな支障となります。また、精密検査が必要な場合は、必ず検査を受けることが早期発見・治療のために何よりも重要です。

■市の検診をご利用ください

市では、国による研究・分析で早期発見に繋がることが明らかになっている、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がんのがん検診を実施しています。費用の一部を市が助成し、少ない自己負担で受診いただけます。健康保険組合などで検診を受ける機会がない場合は、ぜひ市の検診をご利用ください。

病院で受ける胃・肺・大腸がんの検診を初めて受診しました。私の場合は、朝食は軽く食べることができ、昼食前に受付をするので、30分程度で検査を終えられました。仕事をしながら、自分の都合に合わせて、短時間で受けられる検診は手軽で便利です。(40代・女性)

市の死亡原因を見ると、がん検診で発見できるがんが多いことがわかります。また、男性の3位を占める肝臓がんについては、肝炎ウイルス検診を実施しています。(※1)

1位	男性	肺・気管支
2位	女性	肺・気管支
3位	男性	胃
3位	女性	腸・直腸

▶甲賀市の死因がんの種類順位(平成25年)

後期高齢者医療制度の被保険者の皆さんへ

平成27年4月1日から  
後期高齢者医療保険料(均等割額)の軽減範囲が拡大されます

●均等割額が5割軽減される方  
被保険者ごその世帯の世帯主の総所得金額等が、次の計算式を超えない方

【改正前(平成26年度保険料まで)】  
「基礎控除額(33万円)」+  
「24.5万円×世帯の被保険者数」

【改正後(平成27年度保険料から)】  
「基礎控除額(33万円)」+  
「26万円×世帯の被保険者数」

●均等割額が2割軽減される方  
被保険者ごその世帯の世帯主の総所得金額等が、次の計算式を超えない方

【改正前(平成26年度保険料まで)】  
「基礎控除額(33万円)」+  
「45万円×世帯の被保険者数」

【改正後(平成27年度保険料から)】  
「基礎控除額(33万円)」+  
「47万円×世帯の被保険者数」

◎平成27年度の保険料から適用されます。  
◎均等割額9割軽減、8.5割軽減に該当される方は、変更ありません。  
◎おひとりごとの保険料の額は、平成27年6月中旬に算出・決定し、7月に郵便でお知らせします。

問い合わせ  
保険年金課 後期高齢者医療係  
☎65-0688 / ☎63-4618

市内公共施設などにAED159台を配備

心臓の心室がけいれんする「心室細動」という非常に危険な不整脈は、心停止を引き起こし、毎年、多くの方が尊い命を落とされています。しかし、心停止が発生してから救急車が到着するまでに適切な処置を周囲の方が施せば、多くの命が助かります。そのため、市では心臓を正常な状態に戻す機能を持つAED(自動体外式除細動器)の整備を進め、平成26年度には新たに6台のAEDを設置し、現在、市の公共施設などの設置台数は159台となりました。AEDの使用については特別な資格は不要で、音声ガイダンスの指示により簡単に使用していただけます。

【AEDを新たに設置した施設】

地域	施設
水口	水口城資料館
土山	東海道伝馬館
甲賀	にんくる児童館、油日地域市民センター、くすり学習館
信楽	紫香楽宮関連遺跡群調査事務所(宮町事務所)

AEDを設置している市内公共施設などの一覧は市ホームページに掲載しています。

危機管理課  
☎65-0665 / ☎63-4619



# 滋賀県議会議員一般選挙

あなたの一票が、今後のまちづくりを進める一票になります。安易に棄権することなく貴重な一票を活かしましょう。

◆告示日／4月3日(金)  
◆投票日／4月12日(日) 7時～20時  
(大河原、鮎河、畑の投票所は19時まで)

## 投票できる方は

【年齢】 投票日現在、年齢20歳以上の日本国民(平成7年4月13日以前に生まれた方)  
【住所】 平成27年1月2日までに甲賀市への転入届出をされ、4月2日まで引き続き住民登録されている方

## 住所を移された方は

・平成27年1月2日までに転出し、県内の新しい住所で転入届をされた方  
↓県内の新しい住所での投票  
・甲賀市から平成27年1月3日以降に滋賀県内の他市町に転出された方  
↓引き続き滋賀県内の転出先に居住している場合のみ甲賀市で投票  
★市役所等の住民登録窓口で発行する「引き続き滋賀県の区域内に住所を有する旨の証明書」(無料)が必要です。

## 当日投票に行けない方は期日前投票を

【期間】 4月4日(土)～11日(土)  
【時間】 8時30分～20時

## 【場所】

- ・水口庁舎3階 第2・3会議室
  - ・甲南庁舎1階
  - ・ミーティングスペース
  - ・土山地域市民センター1階 玄関横スペース
  - ・甲賀大原地域市民センター1階 住民サロン
  - ・信楽地域市民センター1階 事務室
- ※宣誓書をご記入いただきます。  
※いずれの期日前投票所でも投票することが出来ます。入場整理券は棄権防止や投票所での整理のためのものですので、ご持参いただかなくても投票できますが、お手元に届いていればご持参ください。

## 不在者投票制度のご利用を

・仕事や勉強のため、市外に滞在されている方は、投票用紙を甲賀市選挙管理委員会へご請求ください。  
・指定病院や施設に入院・入所されている方は、その施設内で不在者投票できます。詳細は、指定病院や施設にご確認ください。  
・身体に重度の障がいがある方で、事前に登録をされている方は、郵便による不在者投票をすることが出来ます。詳細は、早めにお問い合わせください。



問い合わせ  
選挙管理委員会事務局  
☎65-0667 / ☎63-4561

## 地域振興券「モリ券」発行で地域活性化 —甲賀木の駅プロジェクト—

昨年6月にスタートした、森林の環境保全と地域振興を目的とした事業「甲賀木の駅プロジェクト」が本格的に動きだしました。この事業は、林業研究グループ「甲賀愛林クラブ」と大原自治振興会の有志による運営委員会が進めているものです。間伐材の買い取り額に対して同会が一定額を上乗せし、地域振興券「モリ券」として出荷者に発行する仕組みで、現在、出荷者は28人が登録し、昨年6月からの出荷量は約100トンに上ります。このほど、モリ券の発行が始まり、甲賀町内の15店舗で利用できるようになりました。同会では、モリ券を通じて商店の利用が増え、地域の活性化に繋がればと期待を膨らませています。



▲地域振興券「モリ券」を紹介する運営委員長の竹中島さん(右)と同商店街事業部担当の増田さん(左)

甲賀木の駅運営委員会(竹中島) ☎88-4312

## 一足早く春を満喫 盆梅列車

### ●信楽地域市民センター

信楽高原鉄道では、2月14日から3月8日にかけて盆梅列車が運行されました。

梅のほのかな香りが漂う鉢植えが並んだ車内には、鶯の鳴き声が流れ、乗車された方は、「ほっとできる雰囲気です、春がもうそこまで来ている感じがします」と鉄道の旅を楽しまれました。



▲梅の鉢植えが並ぶ車内

## みんなで支え合うために

### ●土山地域市民センター



▲熱心に耳を傾ける参加者

全ての人のためと暮らしやすい社会づくりを目指し、「防災とやさしい」と題して研修会が2月19日、フィナンソ土山で開催されました。全国の被災地で支援経験のある高島市の井岡仁志さんを講師に招き、災害時に配慮が必要な方たちの視点に立った防災とまちづくりのあり方について講演が行われました。また、地元の自主防災会や自治振興会、障がい者団体各代表の方を交えて、防災や福祉のまちづくりをめざす活発な意見交換が行われました。

## 研修会は信楽高原鉄道に乗って

### ●貴生川地域市民センター

貴生川地区福祉協議会では研修会の一環として、2月7日、信楽町の県立陶芸の森で行われた信楽地域で取り組まれている見守りネットワーク活動の実践報告会に参加しました。

## 地域の方とふれあい 交流でじゃが餅作り

### ●甲南第三地域市民センター



▲じゃが餅作りを楽しむ子どもたち

甲南第三小学校の子どもたちが2月12日、宮地区のおじいさん、おばあさんとじゃが餅作りで交流を深めました。この日は、下野川延寿会の皆さんが、子どもたちにじゃが餅の作り方を丁寧に教えてくださいました。子どもたちは、「お餅のようにもちっとしておいしかった。家族に作ってあげようと思う」と笑顔で話してくれました。最後に子どもたちから下野川延寿会の皆さんへ感謝の気持ちを込めて肩たたき。地域の方とふれあう良い機会となりました。

# 東 西 南 北

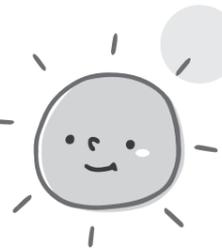
## 地域市民センター



▲信楽高原鉄道で会場へ出発する委員の皆さん

会場までは、信楽高原鉄道とシャトルバスを利用し、「再運行された信楽高原鉄道に乗る機会ができて良かったわ」と、つかの間の鉄道の旅を楽しみました。報告会では、先進的な取り組みを今後の地域の福祉活動に生かそうと熱心に聞き入り、有意義な一日となりました。

# 元気なまちかど



【提供される新メニュー】  
 スイーツ部門/吉川玲奈さん「ブルーベリームースとさといもクリームチーズのタルト」(写真下)、林美萌さん「ベリ菜っ茶ムース」(右)  
 グルメ部門/西口寛人さん「鹿深ソースの甘辛唐揚げ丼」(左)、伴紘弥さん「甲南風つくねバーグ」(上)、熱海愛栄華さん「みそキッシュ」

甲南高校「食と健康」系列では、地元の特産品を活かしたメニューを開発し、レストラン運営会社と連携して商品化する取り組みを進めています。  
 3年生26人が、昨年5月から土山茶や鹿深みそをテーマに取り組み、試作を重ねて工夫を凝らした新メニューを完成させました。  
 2月27日にはグランプリが発表され、選ばれた5作品が、3月2日から新名神高速道路の土山SAや甲南PAで提供されます。

地域のいちを呼び上げ

甲南高校新メニュー開発

## あらゆる災害に備えて

### 甲賀市総合防災訓練

総合防災訓練を2月15日、小原小学校を主会場に実施し、地域の方々や消防団員など、総勢約600人の皆さんが参加しました。

あらゆる災害に対する地域防災力の強化を図るため、大雨の被害を想定した災害図上訓練や避難所運営ゲーム、火災防ぎょ訓練など、実際の災害現場を想定した多様な訓練が行われたほか、防災対策の参考となる情報提供が行われました。

参加者の皆さんは、熱心に取り組み、防災意識を高める機会となりました。



▲災害図上訓練に取り組む参加者

## 季節のお菓子づくりに親子が挑戦

### 甲南公民館親子講座

親子17人が2月28日、甲南公民館で地域の食材を使った季節のお菓子作りを楽しみました。

この催しは、子どもの豊かな育ちとふるさと意識を育むことを目的に開催された同館の講座の一つで、今回は、ひな祭りにちなんで桜もちとよもぎもちを作りました。

甲南町のふるさとグループの皆さんの指導のもと、親子の息の合った作業で次々と餡子をおもちで包み、試食会では、春を感じる和菓子の彩りや味に目を細めていました。



▲桜もち作りを楽しむ親子

甲賀市少年補導委員会のメンバーが2月19日、柏木保育園児童や保護者約200人を前に、着ぐるみで誘拐防止劇を演じ、自分の身を守る方法を分かりやすく伝えました。  
 劇では、誘拐の場面を再現し、「知らない人には、ついて行かない」など誘拐に遭わないための5つ約束「いかのおすし」を守るよう呼びかけました。  
 子どもたちは、逃げる犯人を警察官役に教えるなど劇に参加したり、約束を大きな声で繰り返したりして楽しみながら学んでいました。

柏木保育園・誘拐防止教室



▲着ぐるみで分かりやすく伝える誘拐防止劇

## 6年間の思い出を切り絵に込めて

### 大野小学校卒業制作

大野小学校6年生32人が、卒業制作として初めて切り絵に挑戦しました。

水口在住の切り絵師中村学さんの指導を受けながら、約1カ月かけて制作。ランドセルや運動会、修学旅行の一場面など6年間の思い出を作品に仕上げました。

子どもたちは、失敗できないとあって集中して取り組み、細かい部分まで丁寧に切り取りました。背景には、色紙をちぎって鮮やかに表現したものや、テストの回答用紙を敷くなど工夫が凝らされ、思いがこもった作品が完成しました。



▲講師の中村さんにアドバイスを受ける児童

信楽高校生の支援に感謝

信楽高原鉄道無料乗車券発行

信楽高原鉄道(SKR)は、滋賀県立高校の卒業式が行われた3月1日、信楽高校生の列車利用を終日無料にし、卒業生を送り出しました。  
 全校生徒の約7割がSKRを利用する同校では、平成25年9月の台風18号による被害を受けて連休していた間、早期復旧を求めて募金や署名活動などに取り組みました。  
 こうした協力で運行再開を支援してくれた生徒に恩返しを、と実施されたもので、式典終了後には、SKR社員が卒業生に仙川橋梁をデザインしたクリアファイルなどを手渡し、改めて感謝を伝えました。



▲卒業生に感謝の気持ちを込めてクリアファイルを手渡すSKR社員

# 子育て情報

4月

「甲賀子育て支援メール」配信  
登録していただいたメールアドレスに子育て支援情報を週1回程度配信しています。  
配信登録は、kokaksdt@star7.jpへ空メールを送信。  
または、QRコードから。(http://www.star7.jp/kokaksdt/qr\_form.php)

## 問い合わせ先一覧

場所	電話	FAX	利用時間
水口子育て支援センター	65-5511	65-5522	月～土 9:00～17:00
土山子育て支援センター	66-0375	-	月～金 9:00～17:00
甲賀子育て支援センター	88-8115	88-8145	火～土 9:00～17:00
甲南子育て支援センター	86-0949	-	月～金 9:00～17:00
信楽子育て支援センター	82-2799	-	火～土 9:00～17:00

市内在住の未就園児とその保護者の方が対象です。  
どの地域の事業にも参加していただけます。詳しくは、  
各担当にお問い合わせください。

## 問い合わせ先

家庭教育支援事業→子ども未来課  
児童館事業→各児童館

## <あかちゃんひろば>

対象) 0～1歳の未就園児とその保護者

場所	日	時間	内容・対象・持ち物・その他
水口	21日(火)	10:00 11:30	対)①6カ月まで ②7カ月～1歳
土山	9日(木)		
甲賀	10日(金)		
甲南	①8日(水) ②17日(金)		
信楽	9日(木)		

## <ぴよんぴよんひろば>

対象) 1～2歳5カ月の未就園児とその保護者

場所	日	時間	内容・対象・持ち物・その他
水口	14日(火)	10:00 11:30	内)自由あそび
土山	22日(水)		
甲賀	14日(火)		
甲南	①15日(水) ②22日(水)		対)①1歳～1歳8カ月 ②1歳9カ月～2歳5カ月
信楽	7日(火)		内)自由あそび

## <キッズランド>

対象) 2歳6か月以上の未就園児とその保護者

場所	日	時間	内容・対象・持ち物・その他
水口	7日(火)	10:00 11:30	内)さんぽ 持)親子とも動きやすい服装・靴・ベビーカー(弟妹同伴の場合)場)土山あいの丘文化公園 他)雨天の場合は室内あそび
土山	16日(木)		
甲賀	21日(火)		内)こいのぼり作り 持)はさみ、のり
甲南	10日(金)		
信楽	15日(水)		内)こいのぼり作り

**(略字説明)**  
場:場所(場所の記載がないものは各支援センターで行います)  
日時:開催日・時間  
対:対象(年齢などの記載がないものは未就園児とその保護者です)  
持:持ち物(記載がないものは特別に準備するものではありません)  
※お茶、バスタオル、タオル、着替え、帽子、おむつ、手ふきなどは必要に応じてお持ちください  
他:申込・定員(記載がないものは申し込みは不要です)その他  
内:内容

## <各子育て支援センター事業>

事業名	日	時間	対象・内容・持ち物・その他
水口	あかちゃんルーム	6・13・20日(月)	対)6日:H26年11月生、13日:H26年12月生、20日:H27年1月生
	子育て講習「すくすくトーク1」	16日(木)	対)H26年3月～H26年6月生まれの未就園児とその保護者 他)要申込・先着10組 内)こいのぼりを作ろう・離乳食、幼児食など子どもの食事について
	子育て講習「親子でヨガ」	23日(木)	対)H26年6月～H26年10月生まれの未就園児とその保護者 他)抽選15組・締切 3月25日(水)
土山	出前ひろば	10日(金)	場)大野公民館
	あかちゃんルーム	21日(火)	対)0～1歳の未就園児とその保護者
	おはなし会～おひさまポケット～	28日(火)	内)手遊び・歌遊び・おはなしなど 9:30～11:30のオープンルーム内で
甲賀	あかちゃんルーム	3・17日(金)	対)0～1歳まで
	おはなし会	24日(金)	対)未就園児と保護者 内)おはなしサークル紙ふうせんさんからのおはなし
甲南	あかちゃんルーム	14・28日(火)	対)H.26年12月生～H.27年2月生の未就園児とその保護者 持)バスタオル
	おはなし会	20日(月)	9:30～11:30のオープンルーム内で 13:00～16:00のオープンルーム内で
	子育て講習「アロマタイム」	21日(火)	対)未就園児の保護者 他)要申込・抽選4組(未経験者優先)・託児有・締切3月26日(木)
	出前ひろば	24日(金)	場)みちくさ館(ニューポリスA)
信楽	おはなし会～絵本を楽しもう～	17日(金)	対)1歳6カ月未満の未就園児と保護者
	子育て講習『出会おう・ふれあおう・つながろうひろば』	22日(水)	対)未就園児と保護者 他)要申込・先着50組 場)信楽中央公民館

## <家庭教育支援事業>

子ども未来課 問・申☎86-8171/☎86-8380

★乳幼児おはなし広場(土山)(申込不要)  
日時/9日(木) 10:30～11:00  
場所/土山図書館  
対象/0・1・2歳児とその保護者  
★乳幼児おはなし広場(水口)(申込不要)  
日時/28日(火)10:30～10:50/11:00～11:20  
※同じ内容で2回開催  
場所/水口図書館 対象/0・1・2歳児とその保護者

年間を通じて、親子対象の講座を各種開催します。

- 親子ふれあい運動広場
  - ベビーマッサージ講座
  - はじめまして親子講座 ほか
- 開催時期・対象年齢・内容などは、講座によって異なります。  
また、その他にも様々な講座を開催する予定です。  
詳しくは、広報毎月15日号または毎月発行ちらし「らっこだっこぎゅっと」をご覧ください。

## <児童館事業>

☆たけのこ子育て広場「のびっこ」

「おりがみあそび」  
問・申☎82-2361/☎82-3616  
日時/20日(月) 10:30～11:30  
場所/たけのこ児童館(西教育集会所)  
定員/8組(要申込)

☆かえで子育て広場  
「楽しいおりがみ」  
問・申☎86-4363/☎86-4958  
日時/16日(木) 10:30～11:30  
場所/かえで会館 定員/15組(要申込)  
持ち物/おりがみ10枚、のり、はさみ

## 信楽子育て支援センターを移転します

平成27年4月1日から、信楽地域市民センター横(旧情報管理棟)に移転します。



住所/信楽町長野1207番地2  
連絡先/TEL82-2799

子ども応援課 児童家庭支援係  
☎65-0705/☎63-4085

# 家庭教育

## 第42回 子育て・親育ち講座

～教育の出発点は家庭教育から～

## 10歳になった君たちへ ～うまれてくれてありがとう～

市では、主に小学4年生児童を対象に、命の大切さを伝え、家族への感謝の気持ちをもてるように、学校と協力して家庭教育支援事業「命の授業」を行っています。平成26年度は市内の3校で、助産師の市岡恵子さんを講師に招いて実施しました。

授業では、マタニティスーツを着用して、物を拾う、靴下をはくなど、妊婦の身体の重さを実感する体験をします。また、授乳やおむつ替えなど、世話をしないと泣きやまない赤ちゃん人形の育児体験もしますが、授業が終わる頃には、やさしく抱っこし、好きな名前をつけて呼びかける様子に、教室に温かな空気が流れます。

体験の後には、保護者に事前に書いていただいた「生まれた時のこと」の手紙を黙読し、返事の手紙を書きます。自分の名前の由来や、出生時のできごと、見守っていた家族の思いにふれ、驚いたり、感動したりする子どもたちです。普段、なかなか言葉で表せない気持ちを手紙に託すことで、保護者は自分の子育てを振り返り、子どもたちには、自分の身体と心を見つめる機会となっています。



▲甲南第三小学校

▲多羅尾小学校



▲山内小学校

子ども未来課 指導振興係  
☎86-8171/☎86-8380

催し

event

来て魅て甲賀  
くこうかなお宝大発見

- \*日時/3月22日(日)10時〜16時30分
- \*雨天代行警報発令時中止
- \*場所/新名神高速道路 土山S.A
- \*一般道からも土山サービスエリアをご利用できます。
- \*内容/甲賀ブランド認定事業者の紹介ブース、甲賀市PRステーション、滋賀県住みます芸人 ファミリーレストラントークショー、ご当地ビンゴ大会など)
- \*主催/甲賀観光未来会議
- 問/事務局 観光企画推進室
- ☎65-0708 063-4087

募集

recruitment

サントピア 勤労青少年ホーム  
春の教室・短期教室

- \*対象者/市内に在住または勤務の平成27年4月1日現在で15歳以上35歳未満の勤労青少年(中学生は除く)
- \*申込期間/3月16日(月)〜4月10日(金)祝日を除く 9時〜21時(※月曜は17時15分まで)
- \*申込場所/サントピア水口 勤労青少年ホーム窓口(電話・代理での申し込み不可)
- ◎パワースタディオ教室(定員)30人/4月21日〜6月16日(火)全8回19時〜20時30分
- ◎英会話教室(定員)10人/4月15日

- 〜6月17日(水)全8回19時〜21時
- ◎脂肪燃焼・キレイな姿勢で疲労回復教室(定員)30人/4月15日〜6月17日(水)または木(全8回19時30分〜21時)
- ◎料理教室(定員)20人/5月29日〜7月3日(金)全6回19時〜21時
- ◎パン・お菓子教室(定員)6人/4月21日〜6月23日(火)全6回18時30分〜21時
- ◎絵手紙・字手紙にチャレンジ教室(定員)10人/4月23日〜6月11日(木)全4回19時〜21時
- ◎初級ゴルフ教室(定員)15人/4月24日〜6月5日(金)全6回19時〜20時30分
- ◎初級テニス教室(定員)8人/5月12日〜6月9日(毎週火)全5回18時45分〜20時45分
- ◎和食の料理教室(定員)20人/7月9日・16日(木)全2回19時〜21時
- ◎フラワーアレンジメント教室(定員)8人/6月11日・18日(木)全2回19時〜21時
- ◎季節の保存食教室(定員)20人/6月16日(火)19時〜21時

相談

talk

結婚相談

- 結婚相談員が相談に応じます。
- ※申込不要
- \*開催日/4月4日(土)・18日(土)
- \*場所/水口庁舎南別館1階
- \*時間/13時〜16時
- \*持ち物/顔または全身の写真1枚
- 問/農業振興課
- ☎65-0711 063-4592

育ちと学びの相談

- 発達や教育、こころの悩みなどの相談
- \*対象/おおむね4歳以上の在園幼児、小・中・高校生、青年期の方(25歳ごろまで)
- ※おおむね4歳までのお子さんの相談は保健センター(☎65-0736)にお問い合わせください。
- \*場所/園や学校、市役所甲南庁舎、適応指導教室など
- ※電話FAXで相談の予約をしてください。
- \*問・申/発達支援課(9時〜17時)
- ☎86-8100 86-8380

行政相談

- 国の仕事や特殊法人の業務について相談に応じます。※申込不要
- \*対応者/行政相談委員(総務省委嘱)
- \*開催日/場所
- 4月6日(月)/水口社会福祉センター
- 4月6日(月)/土山開発センター
- 4月9日(木)/かふか生涯学習館(甲賀)
- 4月15日(水)/信楽開発センター
- 4月17日(金)/甲賀市市民福祉活動センター(甲南)
- \*時間/全会場13時30分〜16時
- 問/生活環境課
- ☎65-0686 063-4582

就労相談

- 就職・転職のための情報提供や公共職業安定所への取り次ぎを行います。
- ※申込不要
- ※4月から就労相談日および場所が変更しておりますので、ご注意ください。
- \*午前(9時30分〜11時30分)開催日/場所
- 4月2・16日(木)/宇川会館
- 4月7・14・21・28日(火)/土山地域市民センター
- 4月3・10・17・24日(金)/上野教育集会所
- 4月7・14・21・28日(火)/かえで会館
- 4月9・23日(木)/甲南第一地域市民センター
- 4月1・8・15・22日(水)/西教育集会所
- \*午後(13時30分〜15時30分)開催日/場所
- 4月2・9・16・23・30日(木)/清和会館
- 4月1・8・15・22日(水)/かふか生涯学習館

- 4月3・10・17・24日(金)/信楽開発センター
- 問/商工政策課
- ☎65-0710 063-4087

心配ごと相談

- 開催日/当日受付、先着順 ※予約不要
- \*相談員/民生委員児童委員社会福祉協議会相談員
- \*開催日/場所
- 4月3・6・10・13・17・20・24・27日、5月1・8・11・15・18・22・25・29日 毎週月・金曜日(祝日を除く)/水口社会福祉センター
- 4月14日(火)、5月12日(火)/老人福祉センター
- 4月9日(木)、5月14日(木)/かふか生涯学習館(甲賀)
- 4月17日(金)、5月15日(金)/甲賀市市民福祉活動センター(甲南)
- 4月15日(水)、5月20日(水)/信楽地域市民センター
- \*時間/13時30分〜16時

人権なんでも相談

- 家庭や地域・職場等の日常生活での悩みや心配、差別などの相談に応じます。
- ※申込不要
- \*対応者/人権擁護委員(法務大臣委嘱)
- \*開催日/場所
- 4月1日(水)/かふか生涯学習館1階活動室
- 4月6日(月)/土山開発センター2階談話室
- 4月9日(木)/水口社会福祉センター2階身障研修室
- 4月10日(金)/信楽開発センター1階会議室
- 4月21日(火)/市役所甲南庁舎3階和室
- \*時間/13時30分〜16時
- 問/人権推進課 人権政策係
- ☎65-0694 063-4582

男女の悩みごと相談

- 家庭や職場等での男女間の様々な悩みごとに応じます。
- \*開催日/4月1日(水)・3日(金)・6日(日)・8日(水)・10日(金)・13日(日)・15日(水)・17日(金)・20日(月)・22日(水)・24日(金)・27日(月)
- \*場所/水口庁舎1階人権推進課相談室
- \*時間/9時〜16時
- \*相談方法/電話または面接相談(面接相談は事前予約が必要)
- 相談窓口/☎65-0751
- 問/人権推進課 人権政策係
- ☎65-0694 063-4582

法律相談

- 開催日の2週間前から受付、先着6人(一人30分) ※要予約
- \*相談員/滋賀弁護士会所属の弁護士

法律相談(新設)

- 先着10人(一人30分) ※要予約
- \*相談員/おつみ法律事務所 竹内弁護士
- \*開催日/3月25日(水)、4月8日(水)・22日(水)、5月13日(水)・27日(水)
- \*場所/あいちこが市民ホール
- \*時間/14時〜19時
- 問・申/おつみ法律事務所
- ☎077-1524-6981

自衛官募集(幹部候補生)

- 資格/【一般大卒程度試験】22歳以上26歳未満の者(20歳以上22歳未満の者は大卒、修士課程修了者等は28歳未満)【一般院卒者試験】修士課程修了者等で、20歳以上28歳未満の者【歯科・薬剤科】専門の大卒20歳以上30歳未満の者(薬剤は20歳以上28歳未満の者)(大卒、修士課程修了者は見込みを含む)
- 受付期間/3月1日(日)〜5月1日(金)
- 第1次試験期日/5月16日(土)・17日(日)
- ※草津地域事務所まで平日毎日(10時〜18時)受験説明会を実施しています。
- ※詳しくは、お問い合わせいただくか、ホームページ(http://www.mod.go.jp/pco/shiga/)をご覧ください。
- 自衛隊滋賀地方協力本部 草津地域事務所
- ☎077-563-8205

第1回 滋賀県警察官採用試験

- 【第1次試験】
- 日時/5月10日(日)
- 試験会場/滋賀大学 教育学部(大津キャンパス)
- 採用予定人員/【男性A】70人程度 【女性A】9人程度
- 対象/昭和60年4月2日以降に生まれた男女で、4年制大学を卒業または平成28年3月31日までに卒業見込みの方
- 受付期間/3月16日(月)〜4月24日(金)
- ※詳しくは、滋賀県警察のホームページ(http://www.pref.shiga.lg.jp/police/)をご確認ください。
- 滋賀県警察本部 警務課
- 0120-204-314(フレッシュ・サイヨー)

4月1日 甲賀市コミュニティバスダイヤを改正

- 市内を運行するコミュニティバスについて、利用実態や周辺交通の現状に合わせた効率的なダイヤ設定とするため、平成27年4月1日から一部ダイヤ改正や便数の調整等を行います。
- 各路線の詳細なダイヤにつきましては、区・自治会を通じて各戸に配布される公共交通連携時刻表や市ホームページでご確認ください。
- 公共交通推進室
- ☎65-0672/☎63-4554

# 図書館だより 4月

図書館	開館時間	電話	FAX
水口図書館		63-7400	63-4737
土山図書館	10:00~18:00	66-1056	66-1067
甲賀図書情報館	(甲南図書交流館: 金曜日は21:00まで)	88-7246	88-7005
甲南図書交流館		86-1504	86-1505
信楽図書館		82-0320	82-3921

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

## 甲賀市図書館カレンダー

4月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
水口図書館	休	休	話						休	休					閉	休	休	話					休	休						休
土山図書館						休	休	話			休	休							休	休			閉	話		休	休			
甲賀図書情報館	休	休							休	休	話							休	休				閉	休	休	話				休
甲南図書交流館						休	休			話		休	休						休	休	閉			話	話		休	休		
信楽図書館			話			休	休				話		休	休						休	休		閉		話		休	休		

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

## 行事予定

	日	時	内容・備考	場所
映画会	19	日	11:00~11:15 ふるるえいがかい「花いっぱいになあれ」	甲南図書交流館
	19	日	14:00~16:00 ふるる日曜名画座「グッドモーニング・パピロン」	甲南図書交流館
	26	日	14:00~14:30 日曜映画会「ぐるんぱのようちえん」	甲賀図書情報館
対面朗読	3	金	13:30~15:30 対面朗読 *事前予約要	甲南図書交流館
	17	金	13:30~15:30 対面朗読 *事前予約要	甲南図書交流館
その他	18	土	15:00~16:00 となりにおいで(絵本読み聞かせ)	信楽図書館

\*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か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。

## 甲賀市の花・木・鳥



花 ササユリ 木 スギ 鳥 カワセミ

**編集後記**  
甲南高校生が開発した新メニューが今月から店頭に並びます。土山茶や鹿深みそをテーマに地元の特産品を活かしたグルメとスイーツで、ほかに県内で生産された食材がふんだんに使われています。試食をしたのですが、どれも高校生ならではのアイデアが盛り込まれており、中でも土山茶と宮へり、日の菜漬を使った「ベリ菜う茶ムース」は、漬物の塩味がマッチし、食感が楽しい一品でした。皆さんもおしゃれに変身した地域の恵みを味わってみてはいかがでしょうか。



## 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)



# ヘルスアップ通信



## 「おやつ(間食)の上手なとり方」

おやつ(間食)は、息抜きや楽しみの時間ですね。今回は、上手なおやつのとりのポイントをお話します。

### ●上手にとりたいおやつ

おやつには、気分をリフレッシュさせる効果と「補食」としての重要な役割があります。しかし、糖分や脂肪分が多い和菓子や洋菓子、スナック菓子は、取りすぎると肥満やメタボリックシンドロームなどにつながる可能性があります。特に糖分は体への吸収が早いため、血糖が上昇しやすくなるので食べる量に注意しましょう。

### ●おやつ(間食)の適量

おやつ(間食)の適量は、1日の食事の10%程度(約200kcal)です。おやつ(間食)の時間に、朝、昼、夕の3食で摂取できない栄養分(ビタミン、ミネラル等)を補えるとより体調を整えることができます。

### ●おやつ(間食)の時間

身体を動かす機会が多い日中に食べるようにしましょう。夜遅くにおやつを食べると脂肪の蓄積を促し、肥満を招く可能性があります。

### ついつい食べすぎてしまう方には…

#### おやつ(間食)のとりすぎを防ぐためのポイント

- ・栄養成分表示でカロリーをチェックしましょう
- ・1回に食べる分だけ準備しましょう
- ・おやつ(間食)の買い置きや、目につく場所に置くのをやめましょう

#### おすすめのおやつ

<b>果物</b>	ビタミンや食物繊維を補えます	<b>乳製品</b>	日本人に不足しがちなカルシウムを補えます
りんご	バナナ	みかん	ヨーグルト
			チーズ
			牛乳

健康的な食生活を送るため、おやつをとるときは、量や内容を上手に工夫しましょう。

健康推進課 健康政策係  
☎65-0703 / ☎63-4591

## スポーツ推進委員のコーナー

# Sports with everyone みんなでスポーツ

## あなたももしかしてロコモ?

### 要介護の原因となる運動器の衰え

皆さんは「ロコモ」という言葉を耳にされたことはありますか。「ロコモ」とは「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」の略称です。年齢と共に運動機能が低下し、自立度が低下することで、介護が必要となる可能性が高い状態のことをいいます。人が自分の身体を自由に動かすことができるのは、骨、関節、筋肉や神経で構成される「運動器」の働きによるものですが、この運動器の衰えが要介護となる主要原因のひとつであるといわれています。

### 運動習慣を身につけて衰えを予防

骨や筋肉の量のピークは20~30代だといわれ、骨や筋肉は適度な運動で刺激を与え、適切な栄養を摂ることで、強く丈夫に維持されます。弱った骨や筋肉では、40代・50代で身体の衰えを感じやすくなり、60代以降、思うように動けない身体になってしまう可能性があります。こうした予防には、運動習慣を身につけることが大切です。自転車や徒歩で通勤する、歩幅を広くして速く歩く、地域のスポーツイベントに参加するなど、できることから少しずつ始めてみましょう。

次の7項目は骨や関節、筋肉などの運動器が衰えているサインです。当てはまるものがないかチェックしてみましょう。  
※1つでも当てはまればロコモの心配があります。

### ロコモチェック【7項目】

- 片脚立ちで靴下がはけない
- 家の中でつまずいたり滑ったりする
- 階段を上がるのに手すりが必要である
- 家のやや重い仕事(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)が困難である
- 2kg程度の買い物(1Lの牛乳パック2個程度)をして持ち帰るのが困難である
- 15分くらい続けて歩くことができない
- 横断歩道を青信号で渡りきれない

文化スポーツ振興課  
☎86-8023 / ☎86-8380

No.71

このコーナーでは、甲賀市工業会に加盟されている、ものづくり企業を紹介していきます。



確かな技術で健康を支える  
**日新薬品工業株式会社**  
<http://www.nissin-yk.co.jp>

DATA	
創業	大正15年
従業員数	132人
所在地	甲賀町田堵野80-1
☎	88-4156 / 88-4155



お話を伺った鳥原さん

当社は、一般用医薬品を中心に健康食品、清涼飲料水などを製造し、国内はもちろんのこと、最近では海外市場にも販売しています。また創業以来配置薬用の薬を製造し、二百年の歴史ある甲賀の配置販売業を継承し、現在は自分の健康を自身を守るセルフメディケーション時代にマッチした事業として、全国の各ご家庭の皆様の健康づくりをサポートしています。

当社が製造する多くの薬の中で主力製品は、45年以上愛飲されている「滋養強壮剤」チオタミンドと、国内トップシェアの生産量を誇る「ローチ剤」で、味や口当たりを追求した製品の飲みやすさには定評があります。

今後、消費者に直結した配置販売の強みや他社にはない技術を生かし「おいしい薬で未来の健康を創る」をモットーに皆さんの健やかな生活に貢献していきます。

**■安定した品質の製品を真心こめてお届け**



▲製品の一列

私は、昨年4月に入社し、生産部で製剤業務や包装作業などを行っています。中でも製剤業務では、決められた工程を守り、ミスなく行うことを心がけています。ものづくりのおもしろさは、条件や動きを見て判断し、臨機応変に対応しなければなりません。

製剤工程は、多くの工程を経て製品ができています。各工程は機械化されていますが、工程間は、逐一、人の手でチェックし、工程管理を行っています。このデータをもとに確かな技術が支え、真心のこもった製品づくりにつながっていると感じています。

製造に関わる技術をしっかり身に付けて、これからも安定した品質の製品を皆さんにお届けしたいと思っています。

(生産部 鳥原侑美氏談)

問い合わせ：甲賀市工業会事務局(商工政策課) ☎65-0709 / ☎63-4087

甲賀ポン蔵  
© 2008 甲賀市工業会

## 私の「であい・こうか八景」

「であい・こうか八景」をテーマとしたフォトコンテストにご応募いただいた作品を紹介します。



甲賀の車窓から  
「桜の散歩道」  
鎌田富士子さん  
(甲南町希望ヶ丘)  
【撮影場所・甲南町深川】



甲賀のにぎわい  
「信楽の春」  
丸山夕起子さん(信楽町長野)  
【撮影場所・燕元散策路】



びわ湖の源流  
「無心に遊ぶ子供達」  
八木孝一さん  
(甲南町希望ヶ丘)  
【撮影場所・青々ムムマーバレイ】



甲賀の車窓から  
「薄紅色に包まれて」  
長谷川 悟さん  
(滋賀県栗東市)  
【撮影場所・MIHOMUSEUM】

問い合わせ：広報課 ☎65-0675 / ☎63-4619

## 今月の納税等

- 国民健康保険税(12期)
- 保育料・幼稚園使用料
- 介護保険料(12期)
- 後期高齢者医療保険料
- 公共下水道使用料・農業集落排水施設使用料・処理施設使用料

納期限は  
**3月31日(火)**です  
市税等の納付には、便利な「口座振替」をご利用ください。

「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.jp/>

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



行政情報番組「きらめきこうか」市政情報や地域の催しなどを放映していきますので、ぜひご覧ください。(※あいこうか光テレビの有料契約が必要となります)

