

あいこうか

平成27年
(2015年)

9/15

No.246



- ▶ 70年目の夏 平和への思いを新たに……………2-3
- ▶ セーフコミュニティこうか「高齢者の安全」……………6-7
- ▶ 元気なまちかど……………10-11

- ▶ 情報のまど……………15-17
- ▶ ボランティアこうか……………20

[写真:えのぐで遊ぶ子どもたち(関連記事は10ページ)]

西田貞夫さん (甲賀町)



歴史を学び、今の暮らしへ

父は私が二歳の時に戦死しました。当時の大原村では戦禍がなく、私は戦争の怖さを体験していませんが、家族を亡くした当時の祖父母や母の気持ちを思うと今も心が痛みます。戦後、父がいなくて我が家は大変苦勞し、母が一生懸命働いて一家を支えてくれたことが今も記憶に残っています。戦中や戦後の苦勞話は折りに触れ

て家族に話します。特に子や孫には、「英霊を守って欲しい」ということを切に伝えたいと思います。それは、犠牲となった尊い命が礎となって平和と繁栄、そして我が家の幸せがあることを知ってほしいからです。戦後70年、私たちは戦争のない豊かな社会で暮らしていますが、それは多くの人の支え合いによって築かれてきたことを忘れてはなりません。

鹿兒島の知覧特攻平和記念館へ行ったとき、二十歳に満たない特攻兵の遺品が今を生きる私たちに平和の意味を伝えてくれました。歴史の事実を正しく学び、戦争の悲惨さ愚かさ、命の尊さや尊厳を伝えていくこと、それが今を生きる私たちの使命かもしれません。笑顔で健康に過ごせる平和な社会が永久に継承されてほしいものです。

甲賀市戦没者追悼式を8月26日、あいづつか市民ホールで開催しました。遺族や関係者など263人が列席し、亡くなられた方々に追悼の誠を捧げるとともに恒久平和への誓いを新たにしました。式典では中嶋市長が追悼のことばを述べ、参加者は平和への祈りを込めて戦没者の御霊に献花を行いました。

戦後70年の節目に、遺族会の方に戦争や平和についてお話を伺いました。

70年目の夏 平和への思いを新たに



▲追悼式で追悼のことばを述べる中嶋市長

先の大戦においては、戦場に倒れ、あるいは空襲や原爆投下などにより310万余人の命が奪われました。今、私たちが享受している平和は、これらの貴い犠牲の上に築かれたものであり、平和への祈りと不戦への誓いとともに、戦後70年という歳月におけるたゆみない歩みが、平和国家の実現に結び付いたものと確信しています。そして今日までの歴史を顧みるとき、戦中・戦後を生き抜いてこられた人々の一途な苦勞が、豊かな国を築いたのだということも忘れてはなりません。

本市は、合併10年を経過し、市民の皆様の努力により県下に誇りうる

住みやすい街として発展を遂げてまいりました。しかし、戦争を知らない世代が8割を超え戦争の記憶も風化しつつあります。私たちは、過去の戦争の歴史に謙虚に向き合いながら、祖先や家族を想い、郷土に誇りを持ち、今日を生きる喜びを伝えていくことを使命としなければなりません。ご英霊のご冥福を心よりお祈りし、戦争とは無益なものであり、過ちを繰り返さない強い決意とともに、本市に住む全ての人々が、安心して幸せに満ちあふれた「理想郷・甲賀」を築き上げていくことをお誓い申し上げます。

(中嶋市長の追悼のことばより)

甲賀市遺族会 伴資男会長



伝えることの使命

市遺族会事業に、心温まる対応をしていただき感謝しています。しかし、配偶者や遺児の高齢化と戦争に対する意識が薄れてきていることを背景に、追悼式への参列者は年を重ねるごとに少なくなっており、遺族会にとって大きな課題となっています。

遺族は戦争の悲惨さや平和の大切さを後世に伝えていく使命をもっています。私たちのような遺児をつくらないためにも、私たちの記憶や体験を風化させることなく、平和への思いを次世代に継承していかねればなりません。そのためには、英霊の孫やひ孫のような若い世代にも、遺族会に参加していただけるような取り組みを進めることが大切だと思います。恒久平和のために遺族会としてできることは何かを、しっかりと考えていきたいと思っています。

遺族会員

松本秀一さん (甲南町)



戦前から、戦中戦後を生き

私は昭和7年に生まれ、祖父母と父母、4人の妹、住み込みの店員さんたちと暮らしていました。昭和16年7月に突然父が陸軍に召集されました。開戦直前で諜報活動が活発だったため、父の出征は大勢の人に万歳で見送られる派手なものではなく、内々でひっそりと行われ、子どもながらに納得がいかず悔しい思い

をしたのを覚えています。

やがて店員さんも次々と出征され、間もなく祖父母が他界し、母子だけの大変厳しい生活が始まりました。戦局が次第に悪化する中、店員さんが相次いで戦死され、最後に私の父も戦死したとの公報が届き、残された私たちは絶望の淵に立たされました。その後家族は一生懸命努力し、何とか幸せを掴むことができましたが、母が84歳で亡くなった

時、夫と別れたままの人生は一体何であったのかと、どこへもやり場のない怒りや悲しみを覚えました。

戦後70年は年月の区切りですが、家族を戦争で亡くして大変な思いをした遺族の悲しみや口惜しさは何年経っても変わることはありません。戦争を繰り返してはならないということに次代にしっかりと引き継ぐことが大事だと考えています。

始まります

マイナンバー

平成27年10月からマイナンバーが一人ひとりに通知されます。

「個人番号カード」は、就職、転職、出産育児、病気、年金受給、災害等の個人を確認する場面で利用や、電子証明書による民間部門を含めた電子申請・取引等に利用していただけるようになります。

将来、利便性の幅が大きく広がると期待できるカードです。ぜひ交付申請してください。マイナちゃん



Q&A

Q どのように通知されるの？

A マイナンバーの通知は、住民票の住所に世帯単位の簡易書留で届きます。

Q どんなものが届くの？

A 12桁のマイナンバーが書かれた通知カードと、個人番号カード交付申請書、申請書送付用封筒、簡単な説明書が届きます。



▲通知カード（紙のカード）

Q 個人番号カードってなあに？

A 交付申請をすることで、顔写真つきの個人番号カードに変更することができます。



▲個人番号カード(ICカード)

Q 個人番号カードのメリットは？

- A ・ 本人確認の際の身分証明書としてご利用いただけます。
- ・ 住民票や印鑑登録証明書等を発行する自動交付機をご利用いただけます。
- ・ 所得税の申告e-タックスをご利用いただけます。

Q 住民基本台帳カードは使えなくなるの？

A 現在お持ちの住民基本台帳カードは、交付された日から10年間は有効です。公的個人認証は次の更新までご利用いただけます。しかし、個人番号カードを申請された場合には、住民基本台帳カードは返却いただきます。

問い合わせ

市民課 ☎62-4272 / ☎65-6338
マイナンバー制度のお問い合わせはコールセンター(全国共通ナビダイヤル) ☎0570-20-0178

初回交付は無料!

個人番号カードの申請方法

1. 10月5日以降通知カードが届きます

2. 申請書を書いて投函します

同封されている個人番号カード交付申請書を記入のうえ、顔写真を貼って返信用封筒に入れて、ポストに投函してください。



3. 交付通知が届きます

平成28年1月以降、個人番号カードの交付通知が届いたら、運転免許証などの本人確認書類、マイナンバーの通知カードをお持ちになり、市民課または旧支所の地域市民センターにお越しください。

4. 個人番号カードを受け取ります

市役所の窓口にて本人確認させていただき、ご本人にて暗証番号を設定いただいた後に、個人番号カードが交付されます。



※上記の他に、申請と本人確認を市役所窓口で行い個人番号カードは郵送させていただく方法や、代理人申請の方法もあります。詳しくは市民課までお問い合わせください。

※外国語に対応したマイナンバー制度の案内もありますので、ご活用ください。
(<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/otherlanguages.html>)



永遠の平和を願って

広島平和記念式典に小学生28人が参加

8月5日、6日の両日、市内小学6年生28人が市主催の広島平和記念事業に参加しました。同事業は、次代を担う若い人たちに平和の尊さを学んでもらうために毎年行われるもので、児童らは広島平和記念式典への参列や、平和学習などに取り組みました。参加した児童が感じた「平和への思い」は、文集にして市内の小学校や図書館に配られます。ここでは、感想文の一部を抜粋して紹介します。

「平和について考えたこと」

平和って何だろう。

私は、小学六年生です。毎日学校が楽しく、友達もたくさんいます。でも時には、小さなことから友達を大きく傷つけるような言葉やできごとを目にします。こういうことが平和からはなれていく一歩なのかと考えました。

それは、広島で語り部さんの言葉が印象的だったからです。「おたがいがゆずりあい、許し合い、相手を受け入れること、それが平和につながる」私の心にすこくびびりました。

「僕の願い」

平和とは、身の回りの小さなことから始まるのだと思います。少しのやさしさ、少しの思いやりが平和への第一歩だと思います。まずは、ぼくの通っている学校を、いじめのないみんなが楽しく過ごせる平和な学校にしていきたいです。僕達が問題を「力」ではなく、「話し合い」や「お互いを思いやる気持ち」で解決する方法を身につけ、そんな僕達が大人になった時、本当に平和な世の中になっていくのだと思います。



学習支援事業

学んでいコウカ はじまる!

支援の必要な家庭の小中学生を対象とした「学習支援事業」が始まりました。この事業は、生活支援課が生活相談などを受けている家庭の小中学生の子どもたちに、進路指導や生活習慣の確立、居場所づくり、学力の向上を目的に開催するもので、週1回退職教職員や大学生などのボランティアの協力により宿題や自主学習の支援を行っていきます。

また、地域の方を講師に招き、さまざまな話を聞いたり、地域の食堂やボランティアの協力により食事の提供をする「子ども食堂」では、みんなで食事をとる楽しさも味わってもらえる場とします。

生活支援課では、この「学んでいコウカ」の運営を支えていただけるボランティアや地域の方を募集しています。

詳しくは生活支援課までお問い合わせください。

問い合わせ

生活支援課 生活支援係 ☎ 65-0735 / ☎ 63-4085
✉ koka10253025@city.koka.lg.jp



▲開校式でのスタッフ紹介

高齢者の安全

5つのテーマ

自殺の予防

交通安全

高齢者の安全

子どもの安全

災害被害の防止

まちぐるみで 高齢者の安全を築こう

甲賀市では、65歳以上の方の占める高齢化率が年々増加しており、現在は約25%で4人に1人という状況です。

セーフコミュニティでは、高齢者の安全をテーマに「高齢者の安全対策委員会」を設置し、対策に取り組んでいます。

取組①

交通事故防止の意識啓発

高齢者の交通事故を防止するため、反射材の作成や配布を行いました。

市内の交通事故者は高齢者が多く、中でも薄暮時や夜間の歩行中に事故に遭うケースが増加しています。しかし、ゆうゆう甲賀クラブが実施したアンケートによると、着けるのが面倒などの理由から反射材を持っていない人が多く見つかりました。

そこで、反射材の啓発と併せて、簡単に靴に貼れるシールタイプの反射材を作成して配布したり、高齢者施設の利用者

に自分で反射材を作って着けてもらったりと、反射材の着用の推進に取り組みました。今後は反射材の啓発をより進め、着用率の向上をめざしていきます。



▲思い思いの反射材を作る利用者

取組② 自治会など地域での注意広報

高齢者の交通事故を減らすには、高齢者だけでなく運転者や住民の方々にも地域の危険な場所を知っていただく必要があります。そのため、危険箇所を知らせる目印として「おもいやりタヌキ」を設置しました。

「おもいやりタヌキ」とは、たぬきの置物に交通安全啓発のメッセージを装着したものです。高齢化率の高い信楽町をモデル地区として設定し、国道307号線沿線を中心に、信楽陶器卸商業協同組合の加盟店

18店舗に設置しました。設置した店舗の協力もあって多くの方にアピールすることができ、地域の交通安全意識の向上につながりました。今後は他の地区にも取り組みを広げていきたいと考えています。



▲「おもいやりタヌキ」を設置する対策委員

セーフコミュニティ こうか みんなでつくる安心安全なまち



チェックリストを受け取った 北村恵津子さん



家の中で転びそうになったことがあるので日頃から対策はしていますが、チェックリストで危ないところを再確認できました。目に付くところに貼って常に気を付けようと思います。

高齢者だけでなくいろんな人に見てもらい、どのような危険があるのか知ってもらいたいです。

取組③ 転倒予防の意識啓発 (高齢者向け)

転倒予防の意識啓発として、転倒予防のチェックリストを作成し、地域包括支援センターなど各種団体が持っている高齢者宅の訪問と併せて配布しています。高齢者の事故やけがで最も多いのが転倒・転落によるもので、特に寝室や自室で多く発生していることから、家の中にある危険箇所についてのチェックリストを作成しました。イラストは、高齢者のことを考



▲転倒予防のチェックリスト

えてもらうきっかけになればとの思いから、信楽高等学校の生徒に描いてもらいました。今後は、訪問時にチェックリストによって気づいた危険箇所の改善に取り組んでいきます。

取組④

転倒予防の意識啓発 (若年層向け)

若年層向けの転倒予防の意識啓発として、高齢者疑似体験を行っています。これは、若い世代が疑似体験を通じて高齢者の身体特性を理解し、支援してくれることで転倒予防につながるようとする取り組みです。

参加者には耳栓や特殊眼鏡、手足の重りなどを身につけて日常生活動作を疑似的に体験してもらい、加齢による視力や筋力の低下などの身体的変化に気づき、高齢者とのコミュニケーションの取り方を学んでもらいます。



▲装具を着けて疑似体験をする生徒

高齢者疑似体験を修了した 城山中学校 2年生 井上美波さん



お年寄りには私たちの何倍も大変な思いをされているのがわかり、思いやりを持って地域の人々で支えていかないといけないと感じました。

今後、お年寄りが困っていたら疑似体験を思い出して、高齢者の気持ちになって手助けをしていきたいと思っています。

問い合わせ
危機管理課 セーフコミュニティ推進室
☎62118005 / ☎63-446619

キラキラ輝く地域の輪 No.02

自治振興会の活動内容を紹介しています



大原自治振興会シンボルマーク

大原自治振興会

住民一人ひとりが強い結びつきのなかで、だれもがこれからも住み続けたいと願う、元気で力強い地域社会の実現をめざして活動しています。



▲勉強会で人口シミュレーションを熱心に聴く参加者

人口減少社会を迎えて

学区内の区長、自治会長を含め44人が出席した5月30日の研修会では、市の甲賀の國づくりプロジェクト推進室職員を招き、「わが街の人口減の現状と対策」と題して勉強会を開催しました。

大原自治振興会では、近年の少子高齢化を背景とする地域社会の変化を深刻に考え、今年度「空王さま」「若者」「見守り」「防災」などをテーマにメンバーを募り、新たなプロジェクトを立ち上げました。行政とも連携を図り、人口減少社会に立ち向かっていきたいと考えています。



▲ノルディックウォークを体験する参加者

健康なカラダづくり、65人が参加

健康福祉部会では、百万歩ウォークや講習会を通して健康な体づくりに取り組んでいます。

7月4日、市スポーツ推進委員の指導のもと、ウォーキングアップ体操、ロコモ（運動器症候群）トレーニング、ウォーキングの3メニューを実践しました。

ロコモチェックでは、ステップテストや開眼・閉眼片足立ちテストで運動器の機能度をチェックし、予防対策を学びました。ウォーキングでは、ポールを使って膝の負担を軽減するノルディックを体験し、早速ポールを購入したいとの声もありました。

問い合わせ
大原自治振興会
(甲賀大原地域市民センター内)
☎・☎8833111



▲「ふるさと再発見 大原」

大原の魅力が満載

教育文化部会が「まちの文化遺産の調査PR事業」として取り組んできた、ふるさと再発見の冊子が間もなく完成します。先人が遺してくれた大原の有形・無形財産を古老への聞き取りも取り入れ、カラー版冊子にまとめました。

大原歴史探訪の道しるべや地元再発見の手がかりとして、今後のまちづくりに役立てていきたいと考えています。

学ぼう、考えよう、交流しよう

日時 10月10日(土)10時～15時30分

会場 甲南情報交流センター
(忍の里プララ)

まなびの体験広場 2015 ひとみの輝く甲賀っこまつり

～わくわくがいっぱい！
いっしょに学んで体験しよう～

皆様のご来場をお待ちしています。
(午前の部：10時30分～／午後の部：13時～)

- 体験対象者／市内の小学生
- 体験講師／市内の高校生・専門学校生、シルバー人材センター、工業会、建築組合の皆さん 他
- 体験コーナー／・陶芸体験 ・化学実験 ・プラネタリウム ・妊婦さん体験 ・輪ゴム銃づくり 他

※コーナーによっては当日受付等が必要な場合があります。詳細は対象者に配付するチラシをご覧ください。

問い合わせ
社会教育課 生涯学習係 ☎86-8021 / ☎86-8380

甲賀市 エコフェスタ 2015

～知って得するエコなこと。
楽しく知って、楽しくはじめよう～

●環境コーナー

- ・市内企業のエコな取り組み（最新製品等の展示など）
- ・家庭でできる節電情報コーナー
- ・エコな買い物（グリーン購入）情報コーナー
- ・最新地球温暖化対策
- ・市内のエコな特産品



問い合わせ
生活環境課 環境政策係 ☎65-0691 / ☎63-4582

子どもの個性に合わせた子育てのための連続講座 ～自分を知り、大切にできる子ども時代を築くために～

落ち着きがない、友達とのトラブルが多い、集団行動が苦手、気に入らないとすぐ切れる、気持ちや行動の切り替えが苦手、忘れ物が多い、マイペースすぎる、叱っても叱っても同じことを繰り返す etc...

発達障がいなど、大人から見ると育てにくかったり、心配なことが多かったりする子どもの子育てに悩む保護者の皆さん、「気になる行動」の背景にある発達の特徴やこころの動きを知り、子どもとの付き合い方を一緒に学んでみませんか？

幼児期編 発達支援課のスタッフがお話します。

日時／いずれも 9時30分～12時
第一回 10月21日(水) 「子どもの発達の特徴を知ろう」
第二回 11月 4日(水) 「子どもとの付き合い方」
第三回 11月18日(水) 「家庭での取り組み」
第四回 12月 9日(水) 「ふりかえりとまとめ」
対象／4～5歳児(園の年中、年長児)の保護者
場所／市役所 甲南庁舎2階 大会議室

問い合わせ・申し込み
発達支援課 ☎86-8422 / ☎86-8380

小中学生編 甲賀市発達障がい児等を持つ親の会「こころはなまる」と市の市民協働事業です。

講師／井深允子先生(元滋賀県発達障害者支援センターいぶきセンター長)
日時／いずれも 9時45分～12時
第一回 10月16日(金) 「子どもの行動の背景を知ろう」
第二回 10月30日(金) 「子どもとの付き合い方」
第三回 11月13日(金) 「思春期のこと～自分を知る」
対象／小中学生の保護者
場所／市役所 甲南庁舎2階 大会議室

元氣なまちかど

5 news 学校図書館リニューアル

図書室を学習に活用

学校図書館活用支援事業を利用した図書室のリニューアル作業が、8月18日、水口中学校で行われました。

同事業は、本を読むだけになりがちな学校の図書室を、本を使った学習の場としても活用できるようにするのが目的です。

ボランティア部や科学部、生徒会、保護者、学校職員などおよそ70人が作業を行い、1万2千冊もの本をラベルの分類に並べ直し、図書室は使いやすく生まれ変わりました。

二学期から多様な学習ができるようになった図書室の活用に、参加した生徒は期待を膨らませていました。



▲本を廊下へ運び出す生徒



▲恐る恐る魚に触る子どもたち

6 news 大野のこのこクラブ「野洲川で遊ぼう」

鮎のつかみどりに挑戦

子どもたちが休日にレクリエーションなどを楽しむ大野のこのこクラブと野洲川を愛する会が主催の、「野洲川で遊ぼう」が8月22日行われ、地元の小学生16人が参加しました。

この活動は野洲川を愛する会が大野のこのこクラブに河原のごみ拾いを依頼したことから始まり、今ではごみ拾いの他に魚の観察や鮎のつかみどりも行っています。獲った鮎はその場で塩焼きにしてみんなで美味しくいただきました。

子どもたちは「川の水が気持ちよかった」、「魚は苦手だけど、自分で獲った鮎はおいしく食べられた」と、川遊びを満喫した様子でした。

4 news

甲賀流おしるし道場に
にぎり寿司体験

小学生が地域の事業所でお仕事体験に挑む「甲賀流おしごと道場」が、8月17日から20日にかけて甲賀町の14カ所の事業所で開かれました。

未来を担う子どもたちと地域で頑張っている事業所を「お仕事体験」でつながることを目的として、商工会が今回初めて企画しました。

寿司屋でお仕事体験をした5人の子どもたちは、手にご飯がくっついたり海苔が破けたりと苦戦しながらも、地域で働く寿司職人の技を見習い、仕事の難しさや楽しさを学びました。



▲初めてにぎり寿司に挑戦する子どもたち

1 news ミュージカル「青い目の人形」

平和の願いを込めて

ミュージカル青い目の人形が、8月8日と9日の2日間、忍の里プラザで上演されました。

このミュージカルは、昭和初期に日米友好の証として贈られた「青い目の人形」が今も市内の小学校に残されていることを題材にし、戦中、戦後の人々の暮らしや心の葛藤を描いた創作劇です。

3度目となるこの公演では、今年が戦後70年の節目の年であることから、甲南中学校の生徒が招待され、「平和学習」の一環としてステージを鑑賞しました。

出演者の水口中学3年生の宇留野花さんは「平和の願いを「戦争は嫌や」という台詞をとおして訴えたい」と舞台上に臨みました。



▲人形を巡って言い争う場面



▲手形や足形をつける子どもたち

たけのこ子育て広場の「手形で遊ぼう」が8月17日、たけのこ児童館で行われました。

この日は4組の親子が参加し、筆や道具を使わず手足に直接えのぐをつけて、絵を描いたり手形をつけたりして遊びました。

えのぐは口に入っても安全なように、小麦粉と食紅を混ぜ合わせたものを使っています。子どもたちはプニプニしたえのぐの感触も楽しみながら、手や足を使って大きな紙いっしょに思い思いの絵を描きました。

3 news

手形で遊ぼう
手足を使って楽しく自由に

2 news 全国中学校体育大会出場激励会

全国の舞台へ挑む

全国中学校体育大会出場激励会が8月13日、甲南庁舎で行われました。

同大会には、男子走り高跳びに甲南中学校3年生のきたなかゆうや北中裕也さん、男子棒高跳びに土山中学校3年生のかなおかこうだい金岡功大さんが出場されます。

激励会では山本教育長が「高い目標をもって挑戦してきてほしい」と激励のこたばを贈りました。それを受けて北中さんは「自分らしい飛び方でよい記録をめざしたい」、金岡さんは「最高の舞台でベストを尽くしたい」と意気込みを語りました。



▲全国大会に出場する北中さん(左)と金岡さん(右)

子育て情報 10月

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。

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	20日(火)	10:00	内)自由あそび
土山	1日(木)		
甲賀	9日(金)	11:30	対)①6カ月まで 対)②7カ月～1歳
甲南	①7日(水) ②21日(水)		
信楽	1日(木)		

キッズランド

対象) 2歳6カ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	6日(火)	10:00	内)散歩 ※雨天の場合は自由あそび
土山	15日(木)		
甲賀	6日(火)	11:30	内)運動あそび 他)運動しやすい服装
甲南	1日(木)		
信楽	21日(水)		内)運動あそび 場)甲南青少年研修センター 持)動きやすい服装(親子共)

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	5・19・26日(月)	5日:H27年5月生、19日:H27年6月生 26日:H27年7月生 持)バスタオル
	子育て講習「ボールで遊ぼう」	19日(月)・27日(火)	対)3歳以上の未就園児と保護者 他)要申込・先着20組
	子育て講習 「子どもの心をのぞいてみよう ～発達にあわせた子育てのヒント～」	30日(金)	対)1歳6カ月以上の未就園児と保護者 他)要申込・先着10組、託児有
土山	出前ひろば	2日(金)・7日(水)	所)2日:大野公民館 7日:六友館
	チャチャっ子うんどう会	8日(木)	対)1歳6カ月以上の未就園児と保護者 所)土山森林文化ホール 他)要申込・先着30人
	あかちゃんルーム	20日(火)	対)0～1歳の未就園児と保護者
	おはなし会「おひさまポケット」	23日(金)	9:30～11:30のオープンルーム内で 持)材料代:300円 他)要申込・12組(多数の場合は抽選)、託児有 締切9月30日(水)
甲賀	子育て講習「オリジナルペイントポット」	29日(木)	対)未就園児と保護者 他)要申込・先着15組、託児無
	子育て講習「おしゃべりしよう子どもの食事」	2日(金)	対)未就園児と保護者 他)要申込・先着15組、託児無
	おじいちゃんおばあちゃんデー	14日(水)	対)未就園児と祖父母
	子育て講習「わらべうた」	16日(金)	対)1歳までの未就園児と保護者 他)要申込・先着15組
	おとうさんとあそぼうひろば	17日(土)	対)未就園児と父 内)自由あそび 他)要申込・先着10組
	かふかの里との交流	20日(火)	対)未就園児と保護者 内)うたを歌ったりパネルシアター等を 楽しみます 他)要申込・先着10組
甲南	あかちゃんルーム	23・30日(金)	対)0～1歳の未就園児と保護者
	出前ひろば	27日(火)	対)未就園児と保護者 所)油日コミュニティセンター 他)要申込・先着15組
	あかちゃんルーム	2日(金)・28日(水)	対)H27年6月生～H27年8月生の未就園児と保護者 持)バスタオル
	すくすくまるっこフェスタ	16日(金)	所)甲南青少年研修センター 他)要申込・先着50組、つどいの広場との共催 内)リサイクルおもちゃ作りコーナー、ふれあいあそび、歌やお話、など
信楽	おはなし会	22日(木)	13:00～16:00のオープンルーム内で
	出前ひろば	30日(金)	9:30～11:30のオープンルーム内で
	子育て講習「おしゃべりしよう子どもの食事」	7日(水)	所)池田コミュニティセンター 対)未就園児と保護者 他)要申込・先着10組、託児無
	おじいちゃん・おばあちゃんとおしゃべりひろば	15日(木)	対)未就園児と祖父母 内)ペープサートを楽しもう
信楽	あかちゃんルーム	15日(木)	対)0～1歳の未就園児と保護者
	おはなし会 ～絵本を楽しもう～	16日(金)	対)1歳6カ月未満の未就園児と保護者

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

「甲賀子育て応援メール」配信中

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
家庭教育支援事業→子ども未来課
児童館事業→各児童館

<家庭教育支援事業>

子ども未来課 問・申 ☎86-8171 / ☎86-8380

- ★親子ふれあい運動広場
日時/21日(水) 10:30～11:30
場所/岩上体育館(水口)
対象/1歳6カ月以上で3歳未満の未就園児と保護者
定員/25組(要申込)
持ち物/体育館シューズ、お茶 など
参加費/1組200円
- ★ふれあいベビー講座
日時/9日(金) 10:30～11:30
場所/水口子育て支援センター
対象/生後3カ月～7カ月児と保護者
定員/15組(要申込)
- ★乳幼児おはなし広場(土山)
日時/8日(木) 10:30～11:00
場所/土山図書館
対象/0・1・2歳児と保護者
- ★乳幼児おはなし広場(水口)
日時/27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歳児と保護者

<児童館事業>

- ☆たけのこ子育て広場「のびっこ」
「体を動かして遊ぼう」
問・申/たけのこ児童館 ☎82-2361 / ☎82-3616
日時/19日(月) 10:30～11:30
場所/たけのこ児童館(信楽)
対象/市内の未就学児と保護者
持ち物/お茶・タオル・上靴
定員/10組(先着順)
申込受付日時/10月1日(木) 9時～
- ☆かえで子育て広場
「人形劇」
問・申/かえで会館 ☎86-4363 / ☎86-4958
日時/28日(水) 11:00～11:45
場所/かえで会館(甲南)
内容/「おはなし こんにちは」さんの人形劇を甲南
北保育園の園児と共に観劇する
対象/市内の未就園児と保護者
定員/先着40組
参加費/無料
申込方法/かえで会館に電話で
申込受付日時/9月15日(火) 9時～

～教育の出発点は家庭教育から～

家庭教育

第45回 子育て・親育ち講座

「噛むことに始まる“食”の大切さ」

赤ちゃんが本能的におっぱいを「吸う」とこと違い、食べ物を「噛む」動作は、毎日の生活習慣で身につくといわれています。

現代人の「噛む」回数は食生活の変化とともに減少していますが、食材の切り方や組み合わせ、調理方法などを少し工夫するだけで、増やすことができます。よく噛んでゆっくり食事をすることで、親子がふれあう時間も生まれます。

「親子ふれあい食育講座」(9月、11月開催※内容は同じです)では、よく「噛む」ための食事の姿勢や、口の大きさや動きに合うスプーン選びなど身近な話とともに、食体験を通して「噛む」仕組みや大切さをお伝えします。



■親子ふれあい食育講座■

～噛む力を育てるヒント～

日時:11月16日(月)10時30分～11時30分
場所:甲賀創健館(甲賀町)
講師:田中美智子さん(管理栄養士・健康咀嚼指導士)
対象:おむね5カ月～2歳までの未就園児と保護者
実習費:1組100円
※要予約、先着15組 受付10月15日(木)～

■いきいき孫育て講座■ 10月～12月開催予定

最近の子育て事情を紹介しながら、孫育てや家族の関わりについて考えます。全3回。
日程など詳細は10月1日号に掲載します。



問い合わせ・申し込み

子ども未来課 指導振興係
☎86-8171 / ☎86-8380

相談コーナー10月

相談は無料ですので、お気軽にお越しください

相談内容／問合せ先	開催日	時間	場所／備考
人権なんでも相談 人権擁護委員が、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 問 大津地方事務局 甲賀支局総務係 ☎62-1828 / ☎62-1748	5日(月)	13時30分～16時	土山開発センター2階談話室
	7日(水)		かふか生涯学習館1階活動室
	8日(木)		水口社会福祉センター2階身障研修室
	9日(金)		信楽開発センター1階会議室F
	20日(火)		市役所甲南庁舎3階和室
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。電話または面接相談（面接相談は要予約） 相談窓口／☎65-0751 問 人権推進課 人権政策係 ☎65-0694 / ☎63-4582	2・9・16・23・30日(金)	9時～16時	水口庁舎1階人権推進課相談室
	5・19・26日(月)		
	7・14・21・28日(水)		
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） 問 生活環境課 ☎65-0686 / ☎63-4582	5日(月)	13時30分～16時	水口社会福祉センター
	5日(月)		土山開発センター
	8日(木)		かふか生涯学習館(甲賀)
	16日(金)		甲賀市市民福祉活動センター(甲南)
	21日(水)		信楽開発センター
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 ※祝日の場合は、お休みとさせていただきます。	毎週火曜日	9時30分 ～ 11時30分	土山地域市民センター
	毎週火曜日		かえで会館
	毎週水曜日		西教育集会所
	1・15日(木)		宇川会館
	8・22日(木)		甲南第一地域市民センター
	毎週金曜日		上野教育集会所
	毎週水曜日		かふか生涯学習館
毎週木曜日	清和会館		
毎週金曜日	信楽開発センター		
結婚相談 結婚相談員が相談に応じます。※申込不要 持ち物／顔または全身の写真1枚 問 農業振興課 ☎65-0711 / ☎63-4592	3・17日(土)	13時～16時	水口庁舎南別館
	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(水口のみ) 対象／市内在住の方 問 甲賀市社会福祉協議会 ☎62-8085 / ☎63-2021	10月・2・5・9・16・19・23・26・30日、11月2・6・9・13・16・20・27・30日 毎週月・金曜日(祝日を除く)	13時30分～16時
10月13日、11月10日(火)		老人福祉センター フィランソ土山	
10月8日、11月12日(木)		かふか生涯学習館(甲賀)	
10月16日、11月20日(金)		甲賀市市民福祉活動センター(甲南)	
10月21日、11月18日(水)		信楽地域市民センター	
育ちと学びの相談 発達や教育、こころの悩みなどの相談 ※電話・FAXで相談の予約をしてください。 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。 問 発達支援課 ☎86-8100 / ☎86-8380 (受付時間 午前9時～午後5時)			園や学校、市役所甲南庁舎、適応指導教室など

国民健康保険にご加入の40歳～64歳の方へ

集団健診(特定健診)のご案内

下記のとおり集団健診を実施します。特定健診は、生活習慣病の予防や早期発見のためには欠かせません。4月以降に特定健診を受けていない方はこの機会にぜひ受診してください。特定健診は無料です。

- 実施日／場所
 9月30日(水)／碧水ホール
 10月6日(火)／甲南保健センター
 10月14日(水)／土山開発センター
 10月20日(火)／甲賀保健センター
 10月27日(火)／水口保健センター
 10月28日(水)、29日(木)／水口社会福祉センター
 11月5日(木)／信楽開発センター
- 受付時間／9時～11時
 ※10月27日(火)は9時～10時
- 対象／国民健康保険にご加入で昭和26年4月1日～昭和51年3月31日に生まれた方
 ※すでに人間ドックの助成を申請された方は除く
- 持ち物／受診券(桃色)、保険証、質問票、健康手帳(お持ちの方のみ)

問い合わせ
 保険年金課 国保年金係
 ☎65-0745 / ☎63-4618

女性のための

お仕事セミナー&カウンセリング開催

参加無料

再就職を考えている方や、仕事と子育ての両立で悩んでいる女性の方等を対象にセミナーとカウンセリングを開催します。セミナー・カウンセリング・託児はいずれも事前に申し込みが必要です。

日時…10月13日(火)10時～12時
 場所…サントピア水口(共同福祉施設)
 セミナー…定員 20人

「100万円と130万円の違い」配偶者控除がなくなるかも…これからの働き方を考えよう」

カウンセリング…定員 4人
 専門のカウンセラーによるキャリアカウンセリング

申込方法…電話にて左記までお申し込みください。
 滋賀マザーズジョブステーション・草津駅前
 ☎077-598-1480
 受付時間(平日)9時～16時30分

受付開始日…9月15日(火)
 託児について…定員 7人
 ※幼児等の体調不良の場合はお預かりできません。

問い合わせ
 滋賀県女性活躍推進課
 ☎077-5283771 / ☎077-5584809
 商工政策課 労政係
 ☎65-0710 / ☎63-40887

あいこうかうたプロジェクト2015 短歌募集

地域の魅力発見の契機として、本年度もあいこうかうたプロジェクト短歌作品を募集します。

- 締切／10月18日(日)
- テーマ／①であい・こうか八景 ②大切な人への思い
- 出品点数／一人2首まで
- 部門／小学生、中学生、一般
 ※高校生は一般の部となります。
- 賞／各部門で
 ・最優秀賞1首(副賞／一般:3万円、小中学生:図書カード3千円分)
 ・優秀賞1首(副賞／一般:2万円、小中学生:図書カード2千円分)
 ・特選8首
- 出品料／無料
- 作品について／
 ・自作未発表に限りです。
 ・作品到着後の訂正はできません。
- ・応募原稿は返却しません。
 ・入賞作品の著作権は主催者に帰属します。
 ・入賞作品の中から、市のPR、まちづくり等に使用させていただく場合があります。
- 発表・表彰／結果および表彰式の案内は入賞者のみに通知します。

歌詠みウォーク参加者募集

- 日時／9月26日(土) 土山地域市民センター 9時50分集合
- 内容／古くから東海道五十三次の49番目の宿場として栄えた「土山宿」を散策します。
- 定員／先着15人(要申込)
 ※詳細は、市ホームページに掲載する作品募集要項もしくはチラシをご覧ください。

問い合わせ・申し込み
 あいこうか市民ホール(月曜休館) ☎62-2626 / ☎62-2625 ✉ koka30107000@city.koka.lg.jp

催し

あいの土山宿場まつり

時 10月4日(日)10時~15時(少雨決行)
所 東海道伝馬館前広場(主会場)、旧東海道土山宿場

内 ■主会場ステージイベント: 東海道わらじ飛ばし大会、ゆるキャラ大集合、お楽しみ抽選会など

■旧東海道一帯: まちかど博物館、スタンプラリー、街道仮装大会など

■東海道伝馬館内イベント: あいの土山宿場かるた大会、旅姿変身写真など

問 東海道伝馬館(月・火曜休館) ☎66-2770

第17回ござれ GO-SHU!

過去最多の約50チームが秋のまちを舞い踊ります。

時 10月4日(日) 10時~20時
所 メイン会場: アヤハプラザ第1駐車場
特別会場: 水口センチュリーホテル
サブ会場: メイン会場を中心に数カ所設置予定

※9月1日号でお知らせした会場・日時から変更されていますのでご注意ください。

問 ござれGO-SHU!組織委員会事務局(甲賀市観光協会)

☎60-2690 / ☎60-2362

わくわく☆チャレンジクラブ 『入浴剤作り』

時 10月10日(土)10時~11時30分
所 かえで会館(甲南)

内 重曹を使って、身体と地球に優しい入浴剤を作る

対 市内の小学生 **定** 先着15人
持 材料費100円、直径30cmのボウル(重曹などを混ぜる入れ物)、ハンドタオル、お茶

方 かえで会館に電話で
受 9月15日(火)9時~

問 申 かえで会館 ☎86-4363 / ☎86-4958

JR ふれあいハイキング 『飯道山と紫香楽宮跡ハイキング』

時 10月10日(土)9時10分~15時30分
他 集合: 貴生川駅

行程: 飯道寺 - 岩壺不動尊休憩所 - 杖の権現休憩所 - 飯道山山頂 - 飯道寺遺跡 - 飯道神社 - 修験行場体験 - 史跡・紫香楽宮跡 - 紫香楽宮跡駅(約12km・健脚向)

料 200円 昼食、飲み物等は各自で
ご用意ください。 ※雨天中止

問 申 甲賀市観光協会 ☎60-2690 / ☎60-2362

平成27年度市民協働事業 『TUNAGARU会2015』

第4回『写真が楽しくなるコツとスクラップブックのワークショップ』

時 10月16日(金)11時30分~13時30分
所 甲南中部小学校 **料** 1,000円

講 ficaさん(写真家、スクラップブック講師)

対 小学生のお子さんを持つ親

内 内閣総理大臣賞受賞の甲南中部小の花壇で写真を楽しむコツを学ぶ。その後はスクラップブック作り。軽食付き。

定 15人 ※定員になり次第受付を終了

持 デジタルカメラまたは一眼レフ、はさみ、写真L版1枚、スティックのり
問 申 こども応援課 子育て支援係 ☎86-8423 / ☎86-8029

募集

市営住宅入居者募集

受 9月15日(火)~9月25日(金)

他 募集案内や申込書等は、住宅建築課で配付します。市ホームページでもご覧いただけます。

問 住宅建築課 公営住宅係 ☎65-0609 / ☎63-4601

ナチュラルヨーガ (10月~開催分) 受講生募集

心と体を癒してみませんか。
時 10月2日(金)から毎週金曜日

《シニアヨガ》
対 60歳以上 **時** 14時~15時

料 月3,000円 **定** 先着3人
《リラックスヨガ》

対 一般(16歳以上) **時** 19時~20時
料 月4,000円 **定** 先着5人

《スローフローヨガ》
対 一般(16歳以上)

時 20時10分~21時10分
料 月4,000円 **定** 先着5人

所 あいの土山文化ホール会議室

講 MIZUE先生【全米ヨガアライアンス200RYT・シニアヨガ20TT修了】

受 随時受付(各教室定員になり次第受付終了)

問 申 あいの土山文化ホール ☎66-1602 / ☎66-1603

お知らせ

みなくち診療所 臨時外来診療のご案内

みなくち診療所では、9月19日(土)から23日(水・祝)まで土日を含め5連休となることから、一般疾病の患者さまの診療のため、臨時に外来診療を行います。

なお、受診可能な科は、内科および整形外科のみです。

時 9月21日(月・祝) ※午前のみ 8時30分~12時(診察は9時~)

問 みなくち診療所 ☎62-3346 / ☎63-1728

自動交付機稼働停止のお知らせ

システム改修にかかる作業のため、市内すべての自動交付機の稼働を停止します。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

時 10月11日(日)~12日(月・祝)終日
問 市民課 戸籍住民係 ☎65-0683 / ☎65-6338

相談

法律相談(新設)

定 先着10人(一人30分) ※要予約
他 相談員 / おうみ法律事務所 竹内弁護士

時 9月24日(木)、10月14日(水)、11月4日(水)・25日(水) 14時~19時

所 あいこうか市民ホール

対 市内在住の方
問 申 おうみ法律事務所 ☎077-524-6981

法律相談

定 先着6人(一人30分) ※要予約
開催日の2週間前から受付

他 相談員 / 滋賀弁護士会所属の弁護士

時 / **所**
10月 1日(木) / 水口社会福祉センター
10月15日(木) / 信楽地域市民センター
11月 5日(木) / 水口社会福祉センター
11月19日(木) / 甲賀市市民福祉活動センター(甲南)

時 13時~16時 **対** 市内在住の方

問 申 甲賀市社会福祉協議会 ☎62-8085 / ☎63-2021

甲賀警察署城南交番が移転します

城南交番は、下図のとおり移転することになりました。建設工事は今年度中に完了する予定です。ご理解とご協力をお願いします。

移転先住所: 水口町八光1番1号

問い合わせ
公有財産管理室 ☎65-0677 / ☎63-4561

平成27年国勢調査 インターネットでの回答はお済みですか?

回答期限は9月20日(日)です

インターネットでの回答は、すでにお配りしている「インターネット回答の利用者情報」および「インターネット回答の操作ガイド」をご用意いただき、9月20日までに回答をお願いします。

※インターネットで回答されなかった世帯には、後日、紙の調査票をお配りします。

問い合わせ
国勢調査コールセンター ☎570-07-2015 IP電話の場合 ☎03-4330-2015
国勢調査甲賀市実施本部(総務課) ☎66-1370

学習情報番組 とひだせ!わくわく学習室

小学生を対象にした学習情報番組を、あいコムこうか11チャンネルで放送しています。各学年・教科のポイントを、わかりやすくまとめています。ぜひご覧ください。

【時間】 17時30分~18時(30分間)
(再放送 19時30分~20時)

問い合わせ 学校教育課 ☎86-8020 / ☎86-8380

放送日	9月14日~9月20日	9月21日~9月27日	9月28日~10月4日
①10分	5年生・国語① グラフや表を引用して書こう	6年生・国語① 意見文を書こう!	1年生・国語① わたしのはっけん しらせたいな
②10分	1年生・算数① たしざんとひきざん	2年生・算数① 100より大きい数	5年生・社会① 米作りのさかんな地域
③10分	4年生・社会① 水はどこから	1年生・生活① わたしがっこう どんなところ	5年生・英語① What's this?

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ます。ぜひご覧ください。
(※あいコムこうか光テレビ11チャンネルの有料契約が必要となります)

【平日/1日10回放送】 10時・13時・15時30分・17時・18時30分・20時30分・22時・23時30分
【休日/1日9回放送】 10時・13時・15時30分・17時・20時・22時・23時30分

問い合わせ 広報課 ☎65-0675 / ☎63-4619

放映日	9月19日~26日	9月26日~10月3日
コーナー名	きらめき情報局	高齢者福祉サービス
	子育て応援	筋力維持の体操
	秋の全国交通安全運動	大野保育園
	エンディング	大野保育園

※番組は、毎週土・水曜日18時30分に更新しています。都合により番組内容が変更する場合があります。

図書館だより10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
18日	11:00~11:20	ふるるえいがい「ごんぎつね」 *子ども向け	甲南図書館
	14:00~16:30	ふるる日曜名画座「コンタクト」	甲南図書館
25日	14:00~14:30	日曜映画会「どんぐりと森のおはなし」*子ども向け	甲賀図書館
	13:30~15:30	対面朗読 *事前予約要	甲南図書館
26日	13:30~15:30	対面朗読 *事前予約要	甲南図書館
	15:00~16:00	となりにおいで(絵本読み聞かせ)	信楽図書館
31日	10:00~18:00	図書館まつり	甲南図書館
	10月19日(月)~10月25日(日)	蔵書点検のため休館	水口図書館
10月31日(土)~11月15日(日)		エコプロジェクト~雑誌・本をお譲りします	甲南図書館
	9月2日(水)~10月4日(日)	女のクラブ作品展	甲南図書館
9月30日(水)~10月18日(日)		ぼてチョコさおりん「かわいい小物たち」展	信楽図書館
	10月7日(水)~10月16日(金)	一筆彩画サークル展	甲南図書館
10月18日(日)~11月14日(土)		村木祐美子 油絵展示	甲賀図書館
	10月21日(水)~11月4日(水)	ワークセンター紫香楽「紫香楽和紙絵はがき展」	信楽図書館
10月21日(水)~11月19日(木)		着物から洋服に変身!!	甲南図書館

*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が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。

甲賀市図書館 カレンダー

10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	木	休	休		
2	金	休	休		話
3	土	話			
4	日				
5	月		休	休	休
6	火		休	休	休
7	水				
8	木	休	話	休	
9	金	休		休	
10	土		話	話	話
11	日				
12	月		休	休	休
13	火		休	休	休
14	水				
15	木	休		休	
16	金	休		休	
17	土	話			
18	日				
19	月	休	休	休	休
20	火	休	休	休	休
21	水	休			
22	木	休		休	閉
23	金	休	閉	休	話
24	土	休	話	話	話
25	日	休			
26	月		休	話	休
27	火	話	休	休	休
28	水			閉	閉
29	木	休		休	
30	金	休		休	
31	土				

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

らいぶらりん

「国立国会図書館デジタル化資料送信サービス」

4月1日から市内の図書館で「国立国会図書館デジタル化資料送信サービス」が利用できるようになりました。このサービスは国立国会図書館でデジタル化されている資料のうち、インターネット公開されておらず、絶版等の理由で入手困難な資料約137万点を図書館内のパソコンから閲覧することができるサービスです。より多くの貴重な資料をご覧いただける機会ですので、ぜひご利用ください。(市内の図書館では複写はできませんのでご了承ください。)



(表示画面: 国立国会図書館デジタルコレクションウェブサイト)

なお、ご利用には図書館の利用カードが必要になります。詳しいことは図書館までお問い合わせください。

「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.lg.jp/>

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



問い合わせ
 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
192人	3人	151件	本年
235人	7人	194件	前年
-43人	-4人	-43件	増減数

(平成27年1月1日から8月25日現在の暫定数)

**甲賀警察署からの
おしらせ**

秋の全国交通安全運動が9月21日から9月30日まで展開されます。秋は日没時間が急激に早まるので、反射材を活用して夕暮れ時と夜間の交通事故を防ぎましょう。シートベルト非着用者が亡くなる死亡事故が後を絶ちません。全席シートベルト着用とチャイルドシートの正しい利用を徹底しましょう。

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)

健康寿命を延ばしましょう!

今月のテーマ

「いきいき100歳体操」を「紹介」します。

市民の皆さんにいつまでも元気に暮らしていただくために、今回は「いきいき100歳体操」をご紹介します。いきいき100歳体操は、集会所や公民館などに週一回集まり、みんなと一緒に筋力づくりの体操です。この体操はビデオを見ながら椅子に座って行うもので、高齢者でも無理なくできます。準備運動、筋力づくり運動、ストレッチの3種類の体操を、参加者全員が号令をかけながら約40分間ゆっくりと行います。これ続けることで、高齢になっても、元気に生活するために必要な足腰の筋力を鍛え、維持することができます。



参加者の声
 「足腰の痛みが楽になって畑に行く日が増えました」
 「体操の日は皆と話せるので楽しみにしています」



代表 甲南病院 リハビリ室
 作業療法士 玉木 義規

問い合わせ
 長寿福祉課 地域支援係
 ☎65-0699 / ☎63-4085



運動は毎日の方が良いと思われるかもしれませんが、やればやるほど良いわけではありません。また、高齢者は週一回の運動で筋力を維持できることもわかっています。この取り組みに対して、地域包括支援センターの保健師や病院の理学療法士、作業療法士が、体操の確認や体力測定など、活動のお手伝いをしています。※詳しく話を聞きたい、一度体操を試してみたいなどご希望の団体の方は、地域包括支援センターまでご連絡ください。

健康推進員だより

糖尿病を予防するために

水口町柏木地区で「糖尿病予防講座」を開きました。今や国民病といわれている糖尿病は、偏った食事や運動不足といった生活習慣の乱れが要因で、自己管理と食事によって予防ができる病気でもあることを学びました。自己管理をするために、まず定期健診を受けて自分の身体の状態を知ることから始めましょう。また、食事は次のことに気をつけましょう。

食事のポイント

- 腹八分目
- ゆっくりよく噛んで食べる
- 主食・主菜・副菜のそろったバランスの良い食事
- 1日3食食べる
- 間食は控えめに



▲区民で学んだ糖尿病予防

問い合わせ
 健康推進課 健康政策係
 ☎65-0703 / ☎63-4591

ボランティア

こうか

No.01

このコーナーは市内で活躍するボランティア団体を紹介しています。

朗読ボランティア

うさぎのミミ

目の不自由な方の暮らしに少しでもお役に立てばと、音訳テープの作成を行っています。また、子どもたちに読書の楽しさや大切さを伝えようと読み聞かせを行ったり、高齢の方々にお話をしたりして楽しんでもらっています。

20年前から活動を始めて、現在は16人が活動をしています。



お話を伺った
代表の山田すみ子さん



▲お話会での紙しばい

●音訳テープの作成

旧水口町の頃から行政機関が発行する広報紙の音訳活動を続けており、現在も広報「あいこうか」や「社協こうか」の音訳をしています。また、うさぎのミミの「オリジナルテープ」を作成しています。

音訳は市役所や社会福祉協議会の方々との協働で、今年から音訳テープがCDに変わるため、市から新しい録音機器を準備していただき、講習も受けました。

いろいろな戸惑いもありますが、「うさぎのミミさんのテープを待つてるよ」というお声を励みに今後も取り組んでいきます。

●読み聞かせ

毎月第一土曜日に水口図書館で、主に子どもを対象にした絵本の読み聞かせを10年以上続けています。また、毎年水口小学校を訪問し、こちらで選んだ各学年に合った図書で、全校生徒に読み聞かせを行っています。

毎回子どもたちが嬉しそうな笑顔を見せてくれることが、私たちの活動の糧になっています。



東海道の道しるべ
「『かいどうばし』は三文なり」

やまだつとむ
山田力さん
(滋賀県野洲市)

撮影場所：田村橋



陶都の山容
「みまもる」

おがわたじ
小川又治さん
(信楽町長野)

撮影場所：信楽町長野

陶都の山容「一人咲 (1)」

こうちやすまさ
河内保正さん(滋賀県湖南市)

撮影場所：信楽町畑



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。

問い合わせ：広報課 ☎65-0675 / ☎63-4619

陶都の山容「一人咲 (2)」

こうちやすまさ
河内保正さん(滋賀県湖南市)

撮影場所：信楽町畑



広報 あいこうか

広報 あいこうか
9月15日号 [No.246]
2015.9.15 発行



自然保護のため、この広報紙は再生紙および石油系成分の少ない植物油性インキを使用しています。

今月の納税等

納期限は
9月30日(水)です

- 国民健康保険税 (6期)
- 保育料・幼稚園使用料
- 介護保険料 (6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

市税等の納付には、便利な「口座振替」をご利用ください

甲賀市の花・木・鳥



花 ササユリ



木 スギ



鳥 カワセミ