本 図書館だより Library

information お知らせ

※今月の「新しく入った本から」はお休みします。

平成28年度　つなごう！子どもと本～「けやきっ子プロジェクト」～

「けやきっ子読書カード」を始めます。

子どもが読書をより楽しめるように、「けやきっ子読書カード」を作りました。

カードには借りた本のタイトルなどが印刷されるほか、「おもしろかった度チェック」や「ひとことメモ欄」などがあり、集めると自分だけの読書の記録ができあがります。

表紙とカードは、希望する小学生に配付します。

【配布開始】 12月24日(土)
【受付場所】 市内各図書館のカウンター
【対　　象】 市内の小学生

※A6サイズです。サンプルのため 実際と一部異なる場合があります。

ブックスタートボランティアをしてみませんか。
～養成講座を開講します～

赤ちゃんの毎日が、絵本を使った優しい語りかけで満たされ、健やかなものになるよう願っておこなうブックスタート。そのメッセージと絵本を手渡す活動のための講座です。

図書館職員やボランティアの人と一緒に活動しませんか?

【申込み】 12月24日(土) 10時から電話か直接各図書館まで。

と　き	ところ	内　容
1月20日(金) 13時～15時30分	長浜 図書館	・ブックスタートって何? ・乳幼児の発達と乳幼児健診
1月23日(月) 13時～15時		・ボランティア活動について ・赤ちゃんと楽しむ絵本
1月26日(木) 13時～15時	保健 センター	・ブックスタート見学 ・先輩ボランティアとの交流会

毎月第3日曜日は「けやきっ子読書の日」
今回は 1月15日(日)

各館の開館カレンダー

※年末は12月27日まで、年始は１月５日から開館します。(休館日の館を除く)　●は休館日

	12月																		1月																				
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
長浜	●							●						●	●	●	●	●	●	●	●	●							●								●	
浅井						●	●						●	●	●	●	●	●	●	●	●						●	●						●	●			
びわ						●							●	●	●	●	●	●	●	●	●						●							●				
虎姫	●						●	●	●					●	●	●	●	●	●	●	●	●				●		●	●						●	●	
湖北						●	●		●				●	●	●	●	●	●	●	●	●					●	●	●						●	●			
高月	●							●						●	●	●	●	●	●	●	●	●							●								●	

【開館時間】
長浜図書館　☎63－2122【平日:10時～19時　土日祝:9時～18時】
びわ図書館　☎72－4305【10時～18時　金曜のみ:10時～20時】
湖北図書館　☎78－1687【10時～18時】
長浜市立図書館メールアドレス：tosyokan@city.nagahama.lg.jp

◆図書館サイトへは… 長浜市立図書館 検索

浅井図書館　☎74－3311【10時～18時】
虎姫図書館　☎73－2335【10時～18時】
高月図書館　☎85－4600【10時～18時】

ほけんだより

長浜市保健センター（健康推進課）
小堀町32番地3（ながはまウェルセンター1階）
☎65－7751（母子保健について）
☎65－7759（成人保健について）
☎65－7779（その他）

保健センター高月分室（北部健康推進センター）
高月町渡岸寺160（高月支所西側）
☎85－6420

乳がんの早期発見には「乳がん検診」と「乳房自己触診」を！

乳がんの早期発見のためには２年に１回の検診と月に１回の自己触診が有効です。

乳がんは自己触診で異変に気付くことができるがんです。自己触診の合言葉は「さしみ」。つまり「さわってみる」「しぼってみる」「みてみる」ことが大切です。市では40歳以上の女性を対象に医療機関での乳がん検診を実施しています。

ご予約は健康推進課(☎６５－７７５９)まで。

検診啓発マスコットキャラクター「しがのハグ&クミ」

さわってみる
指を3本そろえ、指の腹で乳房を軽く押さえるように触れ、しこりがないか確認する。

しぼってみる
乳首を軽くつまみ、異常な分泌物(血液が混ざったようなもの) が出ないか確認する。

みてみる
鏡の前で、両腕を上げたり下げたりして、乳房にくぼみやひきつれ、変色などがないか観察する。

ノロウイルスによる感染症を予防しましょう！

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。(県からノロウイルス食中毒注意報が発令された場合は、ホームページでお知らせします)

ノロウイルスは手や食べ物を通して、口から感染し、腸の中で増え、下痢やおう吐などの症状を起こします。症状がある時は早めに医療機関を受診しましょう。

手洗いをしっかりしましょう。
消毒用アルコールはノロウイルスには効果がありません。石鹸で30秒以上かけて丁寧に手を洗いましょう。

食品の加熱は、中心部までしっかりと行いましょう。(85度で1分以上)

調理器具は使用後に洗浄・殺菌しましょう。

下痢の便やおう吐等の処理は、換気を十分に行い、手袋・マスク着用で行いましょう。

福祉医療費についてのお知らせ

問 保険医療課（☎65－6527）

子ども医療費を助成しています

小中学生の保険診療分入院費（部屋代・食事代等をのぞく）を助成しています。

【対象者】 市内在住の小中学生（保護者も市内在住）
【持ち物】 領収書原本、印鑑、保護者の振込先口座を確認できるもの、健康保険証

福祉医療費の償還払い（払い戻し）について

福祉医療費助成対象者について、左記に当てはまるときは、支払われた医療費の払い戻し申請を受け付けます。

【対象となる場合】
①県外で受診されたとき、もしくは受給券を提示せずに受診し、保険診療分を自己負担したとき
②住民税非課税世帯の65歳～74歳の人に発行している福祉医療券をお持ちの人について、1か月の医療費が一定の限度額を超えるとき
※詳しくはお問い合せください。

【持ち物】 領収書原本、印鑑、振込先口座（未成年の場合は保護者の口座）を確認できるもの、健康保険証、福祉医療費受給券

※加入している社会保険等から高額療養費・附加給付金等が支給される場合は、支給決定後に申請を受け付けます。手続きの際には支給された額のわかるものをお持ちください。
※申請期限は支払後5年間です。

申請先
保険医療課〈東館1階〉
北部振興局福祉生活課・各支所