

# きゃんせ長浜

発行／長浜市役所  
編集／企画調整課  
No.35 平成21年 1月15日発行  
長浜市高田町12-34  
TEL 0749-62-4111 FAX 0749-63-4111  
http://www.city.nagahama.shiga.jp/



## 催し

### スキー&スノーボードスクール

【とき】2月20日(金)～22日(日)  
\*20日の20時出発予定

【ところ】  
梶池高原  
(長野県)  
【定員】  
40人  
(先着順)



【参加費】大人(中学生以上)28,000円  
小人(小学生以下)24,000円  
【募集期間】1月19日(月)～2月10日(火)  
【主催】長浜市体育指導委員会  
甲生涯学習スポーツ課  
(☎8787)

### 長浜環境塾「冬の水鳥観察会」

【とき】2月1日(日)※小雨決行  
9時～12時  
【ところ】早崎内湖ビオトープ、西池  
【定員】45人(先着順)  
【参加費】無料  
【締切り】1月29日(木)  
甲環境保全課(☎6513)



## 講演・講座

### 子ども体験活動支援ボランティア研修会

【とき】1月28日(水)・2月4日(水)  
2月6日(金)  
19時～20時30分 \*全3回  
【ところ】長浜公民館

【内容】▶1回目「特別な支援が必要な子どもへの関わり方」▶2回目「子どもに起きやすい事故の予防と手当」▶3回目「今、学校で求められること」

【定員】60人  
【受講料】無料  
【締切り】1月23日(金)  
甲生涯学習スポーツ課  
(☎6552)

### 市民交流センターふれあい講座

ー老化ストップ にとっておきの話ー

【とき】2月5日(木)13時30分から  
【ところ】長浜市民交流センター  
【講師】下坂幸正氏  
(下坂クリニック理事長)  
【対象】市内在住、在勤の人  
【定員】150人(先着順)  
【参加費】無料  
【締切り】1月30日(金)  
甲市民交流センター(☎3366)

### 食育・料理講習会

ー幼児食を作りましょう! Vol.2ー

【とき】2月8日(日)10時～13時  
【ところ】六荘公民館  
【対象】就学前のお子さんと保護者  
【定員】20組(先着順)  
【参加費】1人200円(3歳以下無料)  
【持ち物】エプロン、三角巾  
【締切り】2月4日(水)  
甲ひよこ乳児保育園(☎8892)

### らくらく介護講座

ー赤十字家庭看護講習ー

【とき】1月29日(木)・30日(金)  
2月2日(月)・3日(火)  
10時～16時 \*全4回  
【ところ】長浜赤十字病院

【内容】日常生活における介護の実際、認知症高齢者の理解他

【対象】15歳以上の人  
【定員】20人  
【教材費】1,000円  
甲日本赤十字社滋賀県支部  
(☎077-522-6758)



## 募集

### THANK YOUアメニティに推薦を

ながはまアメニティ会議では、快適な環境づくりに貢献されている人や団体を「THANK YOUアメニティ」として表彰しています。ふさわしい人や団体が身近にあられたら推薦してください。

【推薦方法】葉書か封書で、推薦する人または団体の名前、住所、活動内容と、推薦者の名前、住所、電話番号を明記して、下記まで送付してください。

【締切り】2月12日(木)  
甲〒526-8501高田町12番34号(環境保全課内)ながはまアメニティ会議事務局(☎6513)

### 自衛官募集

防衛省では自衛官を募集しています。募集種目により、応募資格や受付期間などが変わりますので、詳しくは下記までお問合せください。



【募集種目】予備自衛官補、自衛隊幹部候補生

甲自衛隊彦根地域事務所  
(☎0749-26-0587)

## 市公共施設の 指定管理者 を募集します

市は、次の施設について、平成21年4月から指定管理者\*による管理運営(更新含む)を行います。予定期間、指定管理者となって施設の管理運営をしていただける団体を募集しますので応募ください。

※指定管理者制度

民間の企業やNPOなどを含め、法人や団体(個人は不可)であれば、市に代わって公共施設の管理運営を行うことができる制度で、民間の専門性やノウハウを施設の管理運営に活かすことにより、市民サービスの向上や経費の削減などを図るものです。

▶募集要項配付期間：1月8日(木)～29日(木) ▶申請書類受付期間：1月30日(金)～2月12日(木)

| 募集施設                  | 指定管理予定期間 | 募集要項配付場所     |
|-----------------------|----------|--------------|
| 長浜駅西駐車場および田村駅東駐車場・駐輪場 | 3年       | 市民協働課(☎8722) |
| 長浜市中央駐車場(大宮町)         | 3年       | 商工振興課(☎8766) |

(財)長浜文化スポーツ振興事業団からのお知らせ

# ぶんスポちゃんねる!

【ぶんスポちゃんねる】は文化・スポーツの生きた情報をお届けします!

## 人形劇 「14ひきのかぼちゃ」

### 3月14日(土) \*13時開演(12時30分開場)

【ところ】長浜文化芸術会館  
 【料 金】親子ペア 2,000円  
 大人 1,500円  
 こども(中学生以下) 1,000円  
 \*全席指定席、好評発売中!

**大人気公演**  
 チケットは  
 お早めにご購入  
 ください!



おはなしの  
 原作を  
 知ろう!

人形劇「14ひきのかぼちゃ」  
 プレイベント

※プレイベントの入場整理券は、長浜文化芸術会館とリュートプラザで取扱い中。

▶と き: 2月15日(日) 10時30分から  
 ▶と ころ: 長浜文化芸術会館(2階第2展示室)  
 ▶定 員: 150人(先着順)  
 ▶料 金: 500円(「14ひきのかぼちゃ」の  
 チケット購入者は無料)

## BIWAロックフェスティバル

### 3月22日(日) \*16時開演(予定)

【ところ】長浜文化芸術会館  
 【料 金】前売り一般2,000円(当日2,500円)  
 ※1月17日(土)チケット販売開始



▲ダイナマイトしゃかりきサ〜カス



▲うたまろ



▲F a m i l y (おかだ兄弟)

## ながはま寄席

### 「楽太郎・昇太」東京落語の会



3月26日(木)  
 \*19時開演(18時30分開場)  
 【ところ】長浜文化芸術会館  
 【入場料】前売り一般3,500円  
 (当日4,000円)  
 \*全席指定席、好評発売中!

▶出演: 三遊亭楽太郎  
 春風亭昇太  
 三増れ紋(江戸曲独楽廻し)  
 三遊亭楽大

上記3つの公演のプレイガイド: 長浜文化芸術会館、リュートプラザ、浅井文化ホールほか

▶ お問合せは、長浜文化芸術会館(☎07400)へ。http://www.biwa.ne.jp/~bunspo

## 第3回B&G財団会長杯フットサル大会 参加チーム募集!



▶小学1から3年生の部 2月28日(土)  
 ▶小学4から6年生の部 3月 1日(日)

【ところ】浅井体育館(内保町2685)  
 【定 員】各部10チーム(先着順)  
 【参加費】3,000円/1チーム  
 【その他】・7~12人(GK含む)で構成されたチームであること。  
 ・同一チームで複数申し込む場合は、各部2チームまでのエントリーとします。  
 ・予選はリーグ戦を行い、上位チームで決勝トーナメントを行います。

▶ お問合せは、浅井B&G海洋センター(☎03355)へ。

1/17  
 (土)  
 受付開始

## ながはまシニアアンサンブル

### 「銀の櫓」第3回定期演奏会

3月8日(日) \*13時30分開演(13時開場)  
 【ところ】長浜文化芸術会館  
 【料 金】無料



### ただいまメンバー募集中!

音楽の大好きな50歳以上の方、  
 一緒に音楽を楽しんでみませんか

▶ お問合せ: 長浜文化芸術会館(☎07400)

—中高齢者向き—

簡単ウォーキングエアロビと  
 筋力アップストレッチ

## 第3期健康エクササイズ教室

【と き】2月18日~3月25日  
 毎週水曜日  
 10時~11時30分

【ところ】市民体育館  
 (1階多目的室)

【講 師】藤本朋子氏  
 (AFAA認定インストラクター)

【定 員】25人(先着順)  
 \*定員に満たない場合は中止します。

【受講料】3,000円(全6回)

▶ お申込み: 長浜市民体育館(☎09806)



10月1日~11月30日に実施した  
 レジ袋減量キャンペーンでは  
 884件の応募があり

8,840枚  
 のレジ袋減量に成功しました!

1枚のレジ袋作成に17mlの原油が必要だとすると、牛乳びん約750本分の原油を節約したことになります。ご協力ありがとうございました。



▶ お問合せ: クリーンながはま推進協議会事務局  
 (環境保全課内☎06513)

## コミュニティ活動の推進に一役!

(財)自治総合センターの助成を受けて、狸々丸船町組保存会が奴振りに関する衣装を新調されました。この助成は、宝くじの収益を地域に還元するために実施されています。





## 乳幼児健診 (受付時間 13:10～14:00) ※12:00から受付名簿を出し、13:10から順にお呼びします。

| 健 診 名    | 対象児の生まれ                          | と こ ろ ・ と き     |                 | 持 ち も の                   |
|----------|----------------------------------|-----------------|-----------------|---------------------------|
|          |                                  | 1 月             | 2 月             |                           |
| 4か月児健診   | 平成20年9月                          | 長27日(火) び30日(金) | 浅25日(水)         | 母子健康手帳、質問票                |
|          | 平成20年10月                         |                 | 長18日(水) 浅25日(水) |                           |
|          | 平成20年10月生まれのびわ地区の健診は、3月27日(金)です。 |                 |                 |                           |
| 10か月児健診  | 平成20年3月                          | 長21日(水) 浅29日(木) | び20日(金)         | 母子健康手帳、質問票                |
|          | 平成20年4月                          |                 | 長19日(木) び20日(金) |                           |
|          | 平成20年4月生まれの浅井地区の健診は、3月18日(水)です。  |                 |                 |                           |
| 1歳8か月児健診 | 平成19年6月1～15日                     |                 | 長16日(月)         | 母子健康手帳、質問票、<br>歯ブラシ、コップ   |
|          | 平成19年6月16～30日                    |                 | 長17日(火)         |                           |
| 2歳8か月児健診 | 平成18年6月1～15日                     |                 | 長9日(月)          |                           |
|          | 平成18年6月16～30日                    |                 | 長10日(火)         |                           |
| 3歳8か月児健診 | 平成17年6月1～15日                     |                 | 長3日(火)          | 母子健康手帳、質問票、<br>歯ブラシ、コップ、尿 |
|          | 平成17年6月16～30日                    |                 | 長4日(水)          |                           |

※4か月児健診・10か月児健診は、居住地域別に会場を指定して実施していますが、指定会場以外の保健センターで受けられる場合は、2日前までに居住地域の保健センターまでご連絡ください。

※平成20年10月生まれ対象の4か月健診の日程(会場：長浜)が、当初予定していた2月24日(火)から2月18日(水)に変更になりましたので、ご注意ください。

## 妊婦・乳幼児相談 (受付時間 9:30～11:00)

| と こ ろ     | と き      | 相 談 員                   |
|-----------|----------|-------------------------|
| 長浜市保健センター | 1月26日(月) | 保健師、看護師、栄養士、<br>歯科衛生士など |
|           | 2月26日(木) |                         |
| 浅井保健センター  | 2月12日(木) | 保健師、栄養士                 |
| びわ保健センター  | 2月6日(金)  | 保健師                     |

※2日前までに健康推進課へお申込みください。

## 各種乳幼児教室 (受付時間 9:30～11:00)

※各種乳幼児教室は、すべてびわ保健センターで開催します。

| 事業名・時間                                                   | 対象など                                             | と き                  |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------|
| もぐもぐひろば<br>(離乳食教室)                                       | 〔初期～中期〕2回コース<br>平成20年7月1日～<br>8月31日生まれ           | 2月18日(水)<br>3月18日(水) |
| パクパクひろば<br>(幼児食教室)                                       | 1回コース<br>平成19年2月1日～<br>8月31日生まれ                  | 2月27日(金)             |
| お子さんの月齢にあわせた離乳食・幼児食の調理実習をします。<br>2月6日までに健康推進課へお申し込みください。 |                                                  |                      |
| ちびっこひろば<br>(子どもの遊び場)                                     | 0歳～就学前までの<br>お子さんと保護者<br>身体測定もできます。気軽に遊びに来てください。 | 2月13日(金)<br>2月26日(木) |

電話でも相談を受付けています！

### すくすく赤ちゃん電話

☎65-0800 ※市民の方対象

平日：8時30分から17時15分



## インフルエンザを予防しましょう

- ◆外出後のうがいや手洗いを日常的に行いましょう。
- ◆人ごみや繁華街への外出は控えましょう。外出されるときは、マスクを着用するようにしましょう。
- ◆室内の湿度を50～60%に保ちましょう。
- ◆バランスのよい食事と十分な休養をとり、疲労をさけましょう。

### ～ひろげよう咳エチケット～

- マスクをせずに咳やくしゃみをする、ウイルスが2～3m飛ぶと言われています。そこで必要なことが「咳エチケット」です。
1. 咳・くしゃみの際にはティッシュなどで口と鼻をおさえ、周りの人から顔をそむけて1m以上離れましょう
  2. 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨てましょう。
  3. 症状のある人はマスクを着用し、感染防止に努めましょう。

## 集団予防接種 (受付時間 13:10～14:30) ※12:00から受付名簿を出し、13:10から順にお呼びします。

| 予防接種名       | 対象・接種方法                                             | とき・ところ                 |
|-------------|-----------------------------------------------------|------------------------|
| BCG<br>(結核) | 生後3か月から6か月未満<br>※接種期間が短いので、三種混合やポリオの予防接種より先に受けましょう。 | 長1月28日(水)<br>長2月27日(金) |

※母子健康手帳、体温計、予診票(すこやか手帳内の予診票をお使いください。)をお持ちください。

## 個別予防接種 母子健康手帳、保険証をお持ちください

| 予防接種名                          | 対 象                                                                                            | 接 種 方 法                                                                                 |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 三種混合<br>(ジフテリア<br>百日せき<br>破傷風) | 1期(初回、追加)：生後3か月～90か月(7歳6か月)未満                                                                  | ジフテリア・百日せき・破傷風の三種混合ワクチンを1期初回：20日から56日までの間隔で3回接種(接種間隔を守りましょう。)1期追加：1期初回の3回目終了後、約1年後に1回接種 |
| 二種混合<br>(ジフテリア<br>破傷風)         | 2期：11歳以上13歳未満(小学6年生の間に受けましょう。)                                                                 | ジフテリア・破傷風の二種混合ワクチンを1回接種(三種混合1期を3回以上受けていない場合は、受け方について医療機関にご相談ください。)                      |
| 麻しん<br>風しん                     | 1期：満1歳～2歳未満<br>2期：平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ<br>3期：平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれ<br>4期：平成2年4月2日～平成3年4月1日生まれ | 混合ワクチンで、1期～4期 各1回接種<br>2、3、4期の接種期間は平成21年3月31日までです。できるだけ早めに受けましょう。                       |

※予約が必要です。直接医療機関にご予約ください。※料金無料(年齢が対象外の人は実費)

※実施医療機関等詳しくは、『長浜市健康づくり日程表』をご覧ください。

## 感染性胃腸炎にご注意を!

秋口から春にかけて発生者が多くなる「冬の胃腸炎・食中毒」の原因として、ノロウイルスが知られています。主な感染経路は経口感染ですが、感染しないためには日頃からの予防が大切です。



1. 石鹸を使用し、指先・爪の間・指の間等をこすり合わせるように洗いましょう。
2. 食品は十分に加熱しましょう。
3. 使用する調理器具(まな板・包丁・たわし・ふきん等)は、使用する前後に熱湯または次亜塩素酸ナトリウム(台所用漂白除菌洗剤等)で消毒しましょう。
4. 下痢などの症状がある時は、早めに医療機関を受診し、食品の調理などに従事しないようにしましょう。
5. 家族に感染者が出た場合、排泄物や嘔吐物を処理する時はゴム手袋やマスクを着用し、洗濯は分けて行うなど注意をしましょう。

## めざせ! 健康日本一 ながはま

### 『歯つらつと生きる』

これは、“健康ながはま21” 歯科分野の目標です。

「ただのゴロ合わせ」…ではありません。物をおいしく食べる、会話を楽しむなど、豊かな生活を送るために歯の健康が大きく影響していることを示しています。

むし歯や歯周病は、進行すると歯が抜けたり抜かざるを得なくなってしまう怖い病気です。

『8020』(80歳で20本以上の歯を残すという運動)をめざすべく、まずは60歳で24本以上の歯が残せるよう家族みんなで日頃から次のことを実践してはいかがでしょうか。

- ・食後の歯磨きを習慣にする。
- ・定期的に検診を受ける。
- ・間食を控える。
- ・喫煙、過度の飲食を控える。

60歳で24本以上の歯がある人の割合  
**53.0%**  
(滋賀県H16データ)



## お知らせ 4月から、長浜赤十字病院の眼科外来は休診されます。



新しく入った本のなかから・・・



## 旬菜膳語

著／林望  
岩波書店

イギリスは、おいしい。日本は、もっとおいしい。食通で知られるリンボウ先生が、文献学、国文学の知識を総動員して、旬の食材と料理について縦横に語った食物文化史。食の危機が叫ばれる今、ぜひ読んでおきたい一冊。



## おはなしのもうふ

文／メイダ・カフ M江サ・メイ・サ イツ  
絵／エナ・ホ・リガウ 訳／さくまゆみこ  
光村教育図書

ゆきにおおわれた、やまのおくのちいさなむら。このむらの、サラおばあちゃんのおはなしかいは、とってもすてき。あるとしのふゆ、くつした マフラー ぼうし てぶくろ・・・むらのひとたちにつぎつぎと、とどけられたすてきなけいとこのプレゼント。いったいだれが？



## 珍問難問宇宙100の謎

監修／福井康雄  
東京新聞出版局

小さな子どもから熟年世代まで、様々な人から寄せられた宇宙の謎。「宇宙ってどうして『宇宙』っていうの？」といった素朴なものから「銀河系の回転方向はどうして決まったのか？」といった難しいものまで、たくさんの宇宙の謎に答えている本です。あなたの宇宙の謎も解決できるかも？！

## 折り紙教室 in びわ図書館 「ひな人形を折ろう」



- ▶ と き：2月21日(土) 10時30分～12時
- ▶ と ころ：びわ図書館(集会室)
- ▶ 講 師：折り紙ボランティア「おりづる」のみなさん
- ▶ 対 象：3歳以上の子どもと保護者
- ▶ 定 員：20組
- ▶ 材料費：1組300円
- ▶ 申込み：1月31日10時から各図書館または電話で受付

1/30(金)～  
2/22(日)

「おりづる」さん  
の作品を  
びわ図書館で  
展示します。

※各図書館では、様々な月例行事を行っています。詳しくは各館へお問合せください。(市のホームページにも掲載中)

## 蔵書点検を行います

図書館では、所蔵資料の総点検を行うため、右記の期間は休館させていただきます。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。期間中の本の返却は、ブックポストへお願いします。

## ▶ 蔵書点検期間(各館休館日)

長浜図書館：2月2日(月)～6日(金)  
浅井図書館：2月16日(月)～20日(金)  
びわ図書館：2月23日(月)～27日(金)

◆休館日 ■は休館日です。

開館時間：10時～19時

|   |   | 1月 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 2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  | 祝  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  |  |
| 長 | 浜 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 浅 | 井 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| び | わ |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |

◆お問合せ先：長浜図書館 (☎032 1 2 2) 浅井図書館 (☎74 3 3 1 1) びわ図書館 (☎74 3 0 5)