



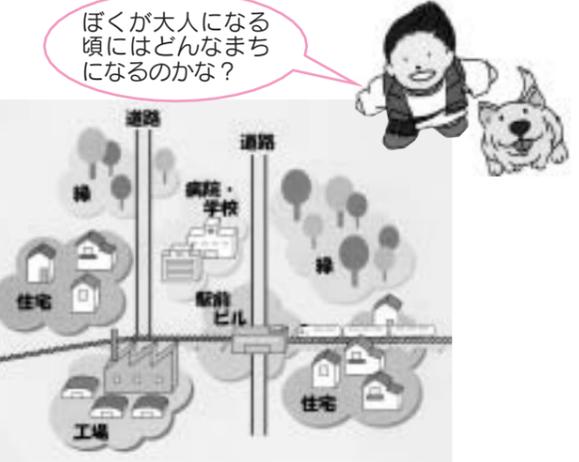
年末年始の窓口のご案内

年末年始(12月27日～1月4日)期間中の市役所や行政機関の窓口の休みなどについて、お知らせします。

窓口	日	27 (土)	28 (日)	29 (月)	30 (火)	31 (水)	1 (祝)	2 (金)	3 (土)	4 (日)	備 考
市 役 所		27 (土)	→							4 (日)	この期間は、戸籍、住民票、印鑑登録証明などが交付できません。 本庁の玄関ホールにある自動交付機は、27日(土)・28日(日)・1月4日(日)の3日間は稼働します。(時間8:30～17:15 注：ご利用いただくには住民基本台帳カードが必要です。) * 戸籍の届出(出生、婚姻、死亡届など)は休み中でも毎日受け付けます。 問 市役所代表 (☎074111)
ごみ 収 集		27 (土)	28 (日)			31 (水)	→			4 (日)	この期間は、可燃・不燃・粗大・資源ごみ、プラスチック製容器包装の収集を休みます。 問 湖北広域行政事務センター(☎07143) 環境保全課(☎6513)
ごみ持ち込み		27 (土)	28 (日)			31 (水)	→			4 (日)	この期間は、クリスタルプラザやクリーンプラントへのごみ持ち込みの受け付けを休みます。年末は混み合いますので持込みはお早めに。 【受付時間】8時30分～12時、13時～16時30分 ○クリスタルプラザ(八幡中山町、☎7141) 可燃ごみ、ガラスびん、紙パック、古布(古着) 発泡スチロール、使用済み乾電池類 使用済み蛍光管、プラスチック製容器包装 ○クリーンプラント(大依町、☎3377) 不燃ごみ、粗大ごみ、使用済み乾電池類 使用済み蛍光管
し 尿		27 (土)	→							4 (日)	この期間は、し尿の収集を休みます。年末は混み合いますので、申し込みはお早めに。 問 長浜地域：(株)ライフリリーフ(☎1356) 橋本クリーン産業(☎4095) 浅井・びわ地域：虎姫衛生企業組合(☎8444)
こもれび苑							1 (祝)				1月1日は予約の受付(8時30分～17時15分)のみを行います。 問 こもれび苑 (☎2203)
上 水 道		27 (土)	→							4 (日)	この期間は、窓口業務を休みます。長浜地域については、使用の開始・中止の電話受付および緊急修繕業務のみを行います。 問 長浜地域：長浜水道企業団(☎4101) 浅井・びわ地域：上下水道課(☎1600)
下 水 道		27 (土)	→							4 (日)	この期間は、窓口業務を休みます。 問 上下水道課(☎1600)へ。
市営駐 車場	お 旅						1/1～3まで 無料開放				1月1日(祝)～1月3日(土)まで無料開放します。
	中 浜 央 長 田 村 駅 西 田 村 駅 東										通常どおりご利用いただけます。
長浜駅東駐輪場						31 (水)	→			3 (土)	この期間は、管理人は不在ですがご利用いただけます。
小児救急医療		市 民 赤	日 赤	市 民 赤	日 赤	市 民 赤	日 赤	日 赤	市 民 赤	日 赤	12月27日(土)～1月4日(日)の小児救急は当番病院で診察します。 ※市民：市立長浜病院(☎2300) 日赤：長浜赤十字病院(☎2111)

都市計画マスタープランとは、土地利用、道路、公園、下水道などの都市基盤施設の整備方針を明らかにし、具体的な都市計画を定める際の指針となるものです。

市では、概ね10年後の平成32年を目標年度とした「長浜市都市計画マスタープラン(案)」を作成しました。よりよい計画にするために、みなさまのご意見をお聞かせください。



マスタープラン(案)の構成

- ①長浜市の概況
- ②都市づくりの全体構想
- ③地域別まちづくり構想
- ④実現に向けて

▼募集期間
平成21年1月20日(火)まで

▼資料の閲覧場所

都市計画課(本館2階)、浅井・びわ支所地域調整課、市政情報コーナー、市ホームページ

▼意見の提出方法

氏名、住所を記入していただき、直接窓口を持参・郵送・FAXまたはEメールでご提出ください。

▼ご意見の提出先・お問合せ

〒526-8501 高田町12番34号
長浜市都市計画課 ☎6562、FAX ☎6540
Eメール tshikei@city.nagahama.lg.jp

しょうがいのある方を対象とした手当をご存知ですか?

しょうがいのある人やその養育者に対し、各種手当を支給しています。対象となる人で手当を受給していない人はお問合せください。

【対象者】*(内は手当月額)

- ▼特別児童扶養手当
心身に中度以上のしょうがいがある20歳未満の人を在宅で養育している人(1級50,750円、2級33,800円)
- ▼特別障害者手当
心身に著しく重度のしょうがいがあるために常時介護が必要な20歳以上の在宅の人(26,440円)

▼障害児福祉手当
心身に重度のしょうがいがあるために常時介護が必要な20歳未満の在宅の人(14,380円)

*身体障害者手帳や療育手帳の交付を受けておられない人も、しょうがいの程度により支給の対象となる場合がありますので、ご相談ください。

*本人および配偶者・扶養義務者の所得が一定額以上あるときは支給されません。

【お問合せ・申請窓口】

福祉課 ☎6518
浅井支所市民福祉課 ☎44352
びわ支所市民福祉課 ☎75253

市民農園を開設してみませんか

市民農園とは、自家用野菜・花の栽培などの目的で、小面積の農地を利用して野菜や花を育てるための農園のことです。最近、こうした農地の



需要が高まっていることもあり、農家(農地所有者)などが、市民農園を開設できるようになっています。特に「農園利用方式」で開設する場合は、法手続が必要ないため、簡易に開設することができます。農地を有効活用するために、遊休農地等で市民農園を開設してみませんか。

農林水産課 ☎6522

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!

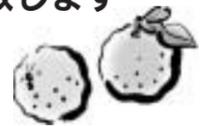
第2期 幼児フロアリズム運動教室 参加者募集(12月20日受付開始)



平成21年
1月17日(土)
2月14日(土)
*毎週土曜日(全5回)
10時30分~11時30分

楽しい音楽にあわせて、元気いっぱい体を動かしてみませんか?
【ところ】浅井B&G海洋センター(体育館)
【対象】市内在住の5・6歳の未就学児
【内容】音楽体操、リズムあそび、鉄棒、跳び箱マットなど
【定員】20人(先着順)
【参加費】2,000円(全5回分)
お申込みは、浅井B&G海洋センター ☎43355へ。

長浜サイクリングターミナルのゆず湯を無料で開放します



▶無料開放期間
12月19日(金)・20日(土)・21日(日)
*13時~16時

お問合せは、サイクリングターミナル ☎9285へ。

ゆず湯には、冷え性、神経痛、腰痛、血行促進、美肌効果、皮膚の活性化などの効果があります。どなたでも無料でご利用いただけますのでぜひお試しください。

- *タオル、バスタオルは各自でご持参ください。
- *おいしいお蕎麦を一杯100円で販売します。湯上りにいかがですか。



ながはまウォークらぶの2009年の年間ウォーキングテーマがついに決定! 2009年は「滋賀の祭り」の里を歩いて巡ります!



「祭り」…。その言葉を聞いただけで人は心が弾み、接するだけで血が騒ぐものです。

みなさんは、地元滋賀の「祭り」をどれだけご存知ですか? テレビ等で聞きはしても、実際にその場所を訪れたことのある人は少ないのではないのでしょうか。

2009年は、「滋賀の祭り」を体感しながらウォーキングでの健康づくりを目指します。

お問合せは、市民体育館 ☎9806へ。

2009年第1弾は

第124歩 近江神宮かるた祭ウォーク(13.0km)

▶とき: 1月11日(日)※小雨決行 ▶集合: JR大津駅に9時15分 ▶コース: JR大津駅→三井寺→近江神宮→皇子山公園→なぎさ公園→JR石山駅 ▶参加料: 会員(無料)、一般(300円)、小中学生(無料) ▶持ち物: 弁当、水筒、雨具、保険証等 ▶アクセス: JR長浜駅8時4分発→JR大津駅9時3分着



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
		12月	平成21年1月	
4か月児健診	平成20年8月	☎17日(水) ☎18日(木)	☎30日(金)	母子健康手帳、質問票
	平成20年9月		☎27日(火) ☎30日(金)	
	*平成20年9月生まれの浅井地区の健診は、平成21年2月25日(水)です。			
10か月児健診	平成20年2月	☎19日(金)	☎29日(木)	母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ
	平成20年3月		☎21日(水) ☎29日(木)	
	*平成20年3月生まれのびわ地区の健診は、平成21年2月20日(金)です。			
1歳8か月児健診	平成19年5月1~15日		☎19日(月)	母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ
	平成19年5月16~31日		☎20日(火)	
2歳8か月児健診	平成18年5月1~15日		☎14日(水)	母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ、尿
	平成18年5月16~31日		☎15日(木)	
3歳8か月児健診	平成17年5月1~15日		☎8日(木)	母子健康手帳、質問票、 歯ブラシ、コップ、尿
	平成17年5月16~31日		☎9日(金)	

※4か月児健診・10か月児健診は、住居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日前までに住居地域の保健センターまでご連絡ください。

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	12月25日(木)	保健師、看護師、栄養士、 歯科衛生士など
	1月26日(月)	
浅井保健センター	1月14日(水)	保健師
びわ保健センター	1月7日(水)	保健師、栄養士

※2日前までに健康推進課へお申込みください。

ちびっこひろば

【対象】0歳~就学前までのお子さんと保護者
【とき】12月25日(木) 1月6日(火)・16日(金)
【時間】9:30~11:30
【ところ】びわ保健センター
*身体測定もできます。気軽に遊びに来てください。



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 (結核)	生後3か月から6か月未満 ※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。	☎12月24日(水)・ 1月28日(水)

※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 (ジフテリア 破傷風 百日せき)	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 (ジフテリア 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。)
麻疹 風疹	1期: 満1歳~2歳未満 2期: 平成14年4月2日~平成15年4月1日生まれ 3期: 平成7年4月2日~平成8年4月1日生まれ 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 2、3、4期の接種期間は平成21年3月31日までです。できるだけ早めにうけましょう。

※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、『平成19年度長浜市健康づくり日程表』をご覧ください。

年末年始 歯科救急診療の実施について

年末年始の歯科の救急診療を、12月29日~平成21年1月3日の6日間、実施いたします。実施医院は下記のとおりで、受付時間は、いずれも午前10時~午後4時となります。

診療日	診療医院	住所	電話番号
12月29日(月)	中村歯科	高月町高月592-4	85-4858
	かが井歯科	長浜市祇園町704-2	68-0767
12月30日(火)	横井歯科医院	木之本町木之本1710-1	82-3553
	瀧上歯科医院	米原市小田19	55-4182
12月31日(水)	さわ歯科医院	長浜市加納町918	65-5454
	にのみや歯科医院	米原市春照1911-1	58-0245
1月1日(祝)	本康歯科クリニック	長浜市曾根町767	72-5222
1月2日(金)	松原歯科医院	米原市下多良1丁目16	52-4555
1月3日(土)	中瀬歯科医院	長浜市八幡中山町1297-1	65-0010

めざせ!健康日本一 ながはま ~「笑い」はストレス発散の第一歩!の巻~

私たちは、さまざまなストレスを受けながら社会生活を送っています。次の表は、青年期のストレスで体を壊してしまう人の割合(健康ながはま21アンケート調査H18)を示しています。

性別	割合
男性	23.1%
女性	46.0%

適度なストレスはやる気や高揚感を生み出しますが、溜まりすぎると体に害が起こります。

「笑い」は、自律神経のバランスを整えリラックス効果を与えるだけでなく、体の抵抗力である免疫機能を向上させる効果もあります。



友人とのおしゃべりやお笑い番組を見るなど楽しい時間を過ごし、「笑い」を生活に取り入れて、ストレスを上手に発散させましょう。

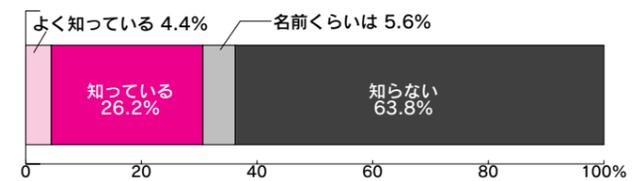
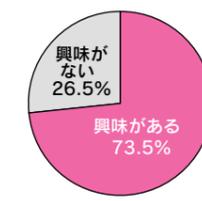
読み聞かせボランティア活動「ジーバーぼこぼこ」に関するアンケートの実施結果(一部抜粋)

市では、認知症予防や生きがいづくりのためにシニア世代のボランティア活動を推奨しています。

今回、シニア世代がボランティア活動にどのくらい関心を持ってもらえるのかを把握するために、市内小学校で活動中の読み聞かせボランティア「ジーバーぼこぼこ」を例に挙げて、アンケート調査を実施しました。(回答者数55~79歳の市民2,371人中611人)

健康や福祉のボランティアに対する興味

健康や福祉のボランティアに対する興味については、全体の73.5%の人が「興味がある」と回答されました。シニア世代の多くの方がボランティアに興味を持たれていることがわかります。



次に「ジーバーぼこぼこ」をご存知の方は、全体の36.2%でした。現在、このグループでは約70人が活動されていますが、学校の要望に応じていくには、まだまだ仲間が足りないようです。

市内では、様々なボランティア活動が行われていますが、仲間不足に悩んでおられるグループもあります。興味のある人は、ボランティア実行に向けて1歩ふみ出してみませんか。

こんにやくゼリーを食べる際は注意を!

ミニカップタイプのこんにやくゼリーを食べて窒息死する事故が起こっています。特に、しゃく力の弱いお子さんやお年寄りの方はどに詰まるおそれがありますので注意してください。

湖北献血ルーム年末年始の成分献血予約のお願い

12月23日(祝)・26日(金)・27日(土)・30日(火)、1月3日(土)の成分献血にご協力いただける人を募集します。年末年始は血小板が大変不足します。みなさまのご協力をお願いします。

▶成分献血予約専用電話 ☎0120-890-689

