行政 information

市内の公共交通を利用しよう！

問 都市計画課交通対策室（☎65-6562）

電車や路線バスなどの公共交通は、エコ社会の推進や地域の高齢化対策に重要な役割を果たしています。

市では、路線バスの運行補助のほか、鉄道ダイヤの改善に向けたJRへの要望活動などを行い、利用しやすい公共交通への改善に努めています。

市民の皆さんの定期的な利用が公共交通を支えます。ご協力をお願いします。

『わたしたちのまちの鉄道・駅』絵画展 ～作品を募集しています～

鉄道を活かした湖北地域振興協議会では、子どもたちに鉄道への親しみを深めてもらうため、今年も湖北地域の小学生を対象に「鉄道や駅に関する絵画」を募集しています。（市内小学校へは事前に募集の協力をお願いしています）

入賞作品は、10月中旬から12月にかけて、地元駅や公共施設で展示する予定です。

※募集内容など、詳しくは都市計画課まで問合せください。

乗って増やそう　湖北のダイヤ

鉄道お得情報

JR全線の普通電車が１日乗り放題の「青春18きっぷ」を発売中です。８月31日（土）まで。

【価　　格】11,500円（５回利用分）
【利用期間】７月20日（土）～９月10日（火）
【販 売 駅】 長浜、高月、木ノ本

※詳しくは、上記３駅窓口、またはＪＲおでかけネット（HP）をご覧ください。

路線バスお得情報

湖国バス㈱では、便利でお得な「高校生限定定期券」を発売中です。

- 長浜・米原両市の湖国バス全路線で乗り降り自由です。
- 1か月定期（10,000円）で、1日何回でも利用できます。

※詳しくは、湖国バス長浜営業所（☎62－3201）まで。

～夏休みのおでかけは鉄道で！～

皆さん、夏休みの予定はお決まりですか。のんびりとしたローカル線や個性あふれる車両、美味しい駅弁など、非日常がいっぱいの鉄道の旅。夏休みの旅行にも、ぜひ鉄道を利用いただき、地元駅の利用促進にご協力ください。

行政 information

認知症サポーターのマスコット（オレンジロバ）作品募集

問 地域包括支援課（☎65-7841）

認知症を正しく理解し、認知症の人とその家族を温かく見守る認知症サポーターのマスコット「オレンジ色のロバ」の作品を募集します。

認知症の人とその家族に寄り添う、やさしい思いが伝わる作品の応募をお待ちしています。

【応募資格】

市内在住または通勤または通学している小学生以上の人

【募集作品】

①ぬいぐるみ（中に綿等を入れ、４本足で立つもの）
②ストラップ（ひも付きで、中に綿等を入れたものまたは布２枚を張り合わせたもの）

※いずれもオレンジ色を基調にした布（フェルト可）を必ず使用。大きさは自由です。

【応募点数】 １人２点まで

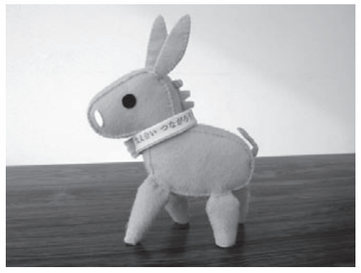
【応募締切】 ９月27日（金）※消印有効

【記載事項】

任意の様式に①氏名②住所③連絡先（電話番号）④年齢⑤作品に対する思い（60字以内）を明記ください。※小中学生は④年齢の代わりに校名、学年を記載ください。

【その他】

- 応募費用（材料費、郵送費等）は個人負担となります。
- 応募作品はお返しできません。（市内で展示、啓発事業等に活用します）
- 作品展示の際には、氏名、住所（町名）、学校名および学年を公表します。
- 型紙が必要な人は、問合せください。
- ぬいぐるみの写真など詳しくは市ホームページをご覧ください。



応募先

地域包括支援課
○長浜地域包括支援センター〈東別館１階〉
〒526-0031
八幡東町632番地
○北部地域包括支援センター〈高月支所１階〉
〒529-0233
高月町渡岸寺160番地
＊郵送または直接お持ちください。

市立病院通信 -㉘-

お元気ですか

このコーナーでは、市立長浜病院のスタッフの紹介を兼ねて、「普段の生活での予防法」など生活に役立つ“健康豆知識”を紹介します。

市立長浜病院 産婦人科
桂　大輔 先生

子宮頸がん、子宮体がんについて

子宮頸がんは30～40代に多いですが、最近は10～20代で急増しています。発がん性のHPV（ヒトパピローマウイルス）感染によって起こるとされ、性交経験のある女性の80％が一度は感染するといわれています。ほとんどは免疫力で排除されますが、一部持続感染を起こした場合、将来がんになる可能性があります。定期的に検診を受けていただくことで早期発見が可能です。がんになる前やがんの極初期の段階で発見できれば、妊娠前の大切な子宮を手術で失うこともありません。

子宮体がんは50～60代に多いとされています。何らかの原因で女性ホルモンが長期・持続的に産生され、子宮内膜が刺激を受け続けることでがんになりやすくなります。

危険因子として肥満、高血圧、糖尿病、生理不順、タモキシフェン（抗がん剤の一種）やエストロゲン（女性ホルモン）の含まれたお薬等があります。ホルモンと関係なく、突然変異で発症するものもあります。初期症状として、生理とは違う不正な性器出血が一番多くみられます。特に閉経後は要注意です。症状がでてから見つかった場合でも病変が一部に限定していることが多いとされていますので、早めに受診してください。

がんを発症した場合、精神的、身体的、経済的負担を抱えることになります。そうした負担を最小限に抑えるためには、生活習慣の改善、禁煙等の一次予防はもちろん、定期的にがん検診を受け、不正な性器出血等の異常があれば早めに受診するといった二次予防が重要となってきます。

問 市立長浜病院（☎68-2300〈代表〉）

行政 information

「ゲートキーパー」養成のためのセミナーを開催します

問 申 健康推進課（☎65-7779）

自殺に傾く人の多くが発する何らかの「サイン」。そのサインに気づき、話を聞き、必要な機関につなげ、見守る人を「ゲートキーパー」といいます。

あなたの周りにいる人の大切な命を守るために、ゲートキーパーになりませんか？

うつと自殺予防セミナー

【とき・ところ】

①８月29日（木）14時～16時
市役所高月支所（高月町渡岸寺）
②９月９日（月）14時～16時
市民交流センター（地福寺町）
③９月13日（金）10時～12時
市民交流センター（地福寺町）

※開場は30分前です。

【講　師】 松田美枝氏（京都文教大学臨床心理学部）

【申込み】 各回前日までに電話で右記まで。先着150人まで受付けます。

行政 information

「夏休み献血」キャンペーン

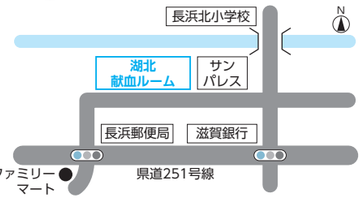
問 健康推進課（☎65-7779）

夏季は献血者が少なくなる時期ですが、輸血用血液は年間を通じて安定的に確保する必要があります。夏休みを利用してぜひ一度、献血ルームにお越しください。

献血してくださった人には、ガチャガチャ抽選で素敵なプレゼントが当たります♪

湖北献血ルーム（列見町）

【開設日】 火・金・土曜日

【献血の種類と受付時間】

- 成分献血
  10時～11時・13時～16時
- 全血献血200ml・400ml
  10時～12時・13時～17時