

長浜2

Kouhou Nagahama 2020



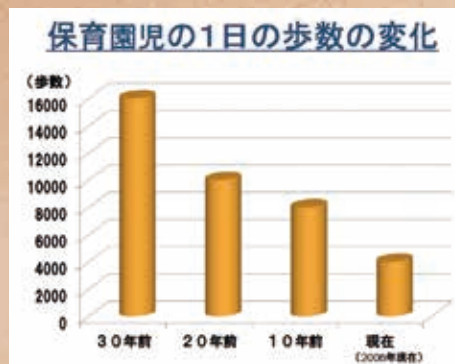
第69回長浜盆梅展 慶雲館
令和2年1月10日(金)～3月10日(火)

環境の変化がもたらした子どもたちの変化

ライフスタイルや家族構成など、子どもたちを取り巻く社会環境が大きく変化するなか、様々なデータから子どもたちの運動不足が指摘されています。

子どもたちの運動量の目安となる1日の歩数は、左のグラフのように、この30年間で劇的に減少しています。これには、次のような環境の変化が原因に含まれると考えられます。

- 少子化により、一緒に遊ぶ友達が少ない。
- ゲームなど、運動を伴わない遊びが増えてきている。
- 交通量や犯罪の増加により、屋外で安全に遊べる場所が少なくなっている。



データ提供：柳澤 秋孝 氏(松本短期大学名誉教授)

以前なら、子どもたちは日常生活の中で自然と体力を身につけていたが、今では意図的に運動を取り入れることが大切になってきています。

そして、そうした環境の変化がもたらした運動不足や体力低下は、思わぬところにも影響しています。

実は、子どもたちの心や内面の成長、人間性の生育に「運動」が大きく貢献していることが注目されているのです。

特集 「運動大好き！」で育てる「体」と「心」

なぜ乳幼児期に「運動」が大切なのか

この時期に育みたい3つの「力」

乳幼児期(0～5歳)は、人として生きるための「根っこ」(人間形成の基礎)が培われる極めて重要な時期といわれています。様々な体験を通じて豊かな心情、意欲、態度、基本的な生活習慣などを身に付けていきます。この時期に、温かい養育環境のもと、身近な大人によって守られ愛されることで、人への愛情や信頼感が育まれます。自分が愛されていると感じると、人への関心が広がり、人とのかわりが生まれることで、自身の主体性も育ちます。

そこで、市では「就学前教育目標」と「めざす子ども像」を掲げ、幼稚園・保育所・認定こども園で教育・保育に取り組んでいます。

確かな学力につながる「まなびの力」と豊かな人間性につながる「かかわりの力」、そして全ての力の土台である健康・体力につながる「からだの力」を様々な体験を通して一体的に育んでいます。

0～5歳での学びや経験の積み重ねは、小学校教育以降生涯にわたる「生きる力」の育成につながります。



▲運動あそびに取り組む子どもたち

運動は「一石三鳥」?!

人間の脳は、前頭葉、頭頂葉、後頭葉、側頭葉の大きく4つに分かれており、知性や理性など「人間らしさ」を司るのが前頭葉です。

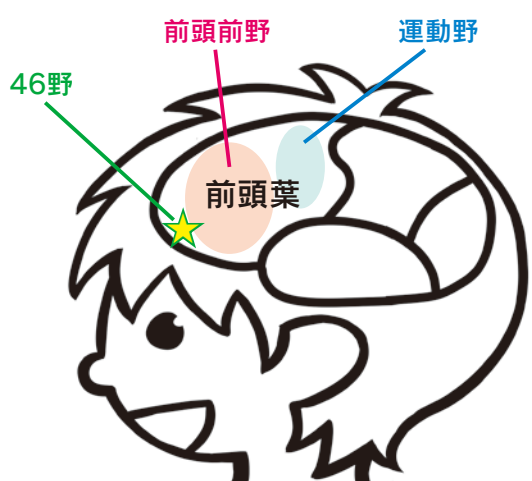
前頭葉は、神経を通じて筋肉に体を動かす指令を出す「運動野」と、感情をコントロールする場所で、人間が人間らしく生きていくために最も大切な「前頭前野」という部分があります。

体を動かすと、前頭葉の中の運動野が活性化します。その効果で前頭葉全体

に血流が促され、前頭前野も同時に活性化し、抑制力・判断力・注意力などの感情をコントロールする力がよりうまく働くようになります。

また、前頭葉の前方にある46野は「我慢の中枢」と呼ばれ、行動にブレーキをかけるなど自分の行動を統制する働きをしています。運動野を刺激することで46野も活性化され、人間らしい脳形成が行われるといわれています。

乳幼児期に全身運動をすることは、体を丈夫にすることはもちろん、物事に集中する力や、自分で判断する力がつくなど、心の発達にもつながる、つまり、「運動は体も脳も育つ!」「一石三鳥」なのです。



～参考文献～
 「子どもの心と頭をきたえる親子あそび」柳澤秋孝
 「からだ力がつく運動遊び」柳澤秋孝
 「鉄棒・とび箱・なわとび・マットができるようになる運動遊び」柳澤秋孝
 「生きる力を育む 幼児のための柳沢運動プログラム」柳澤秋孝
 「0～5歳児の発達に合った楽しい運動あそび」柳澤秋孝・柳澤友希
 「2歳～5歳児の脳を育てる子ども体操」篠原菊紀 監修

※この特集は、16ページの「市民からのメッセージ」の対象です。

毎日続けて「運動大好き！」

市では、「運動あそびを通して意欲と自信を高める中で、体を動かすことが大好きになり、動ける『体』をつくるとともに、人とうまくかわれる『心』を育成する」ことを目的とし、保育に運動あそびを取り入れています。

発達段階にあわせて無理なく楽しく継続的に取り組めるようなプログラムを組み、いろいろな動物に変身して動いたり、遊具を使ったりして遊びながら、体を十分に動かせるようにしています。

子どもたちが楽しみながら取り組めて、家庭でも手軽にできる運動あそびを紹介します。

運動あそびの根っこ 親子ふれあいあそび

親子でふれあって遊ぶ中で、子どもが幸せを感じるとき、「幸せ物質」と呼ばれる「セロトニン」という脳内物質が出ます。セロトニンは、安心感をもち、感情の過度な興奮を抑制してくれます。

乳幼児期に、この幸せ物質を出す経験をたくさんしておく、感情をうまくコントロールできるようになるといわれています。

上半身を育てよう

支持力・背筋力・腹筋力・懸垂力など

4～6歳は、腕や胸郭など上半身が発達する時期です。遊びの中に体を支えたり、ぶら下がったりする上半身を使う動きを入れていきましょう。上半身の力が育ち動けるようになると、どんどん新たな遊びや運動を楽しむようになります。



【ひこうき】

子どもを前向きに抱っこして、大人の両手のひらで子どものお腹あたりを支えます。子どもの両足を大人の両脇にはさんだ状態で立ち、歩いたり走ったりしてみましょう。

【体一周まわり】

大人は、子どもをおんぶし前かがみになります。子どもは大人の背中からお腹へ移ります。大人は子どもを支え、お腹まで来たら抱っこしてあげ、もう一度おんぶの体勢に移りましょう。



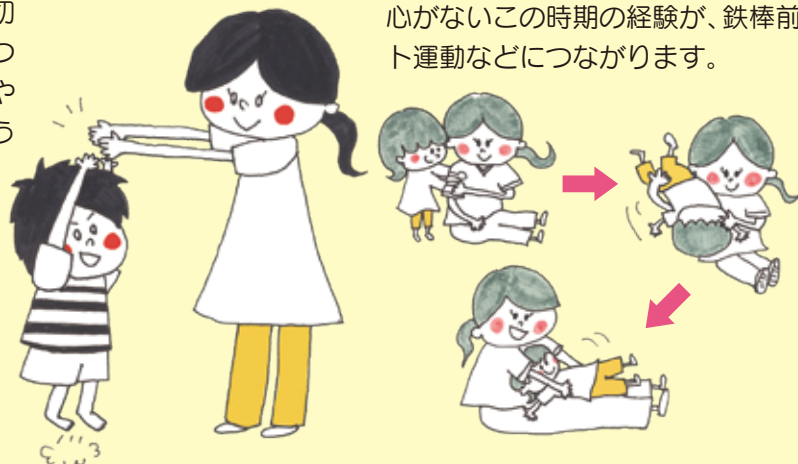
下半身を育てよう

跳躍力・脚力など

3歳になると、ジャンプができるようになります。歩く時と違う筋肉を使うので、日頃の遊びの中でジャンプの動作を入れていくことが大切です。ジャンプ力がついてきたら、とび箱やなわとびができるようになっていきます。

【ジャンプタッチ】

子どもの様子を見てタッチできそうな高さに手を上げ、徐々に高くしていきます。高さを変えたり左右に動かしたりして遊びます。



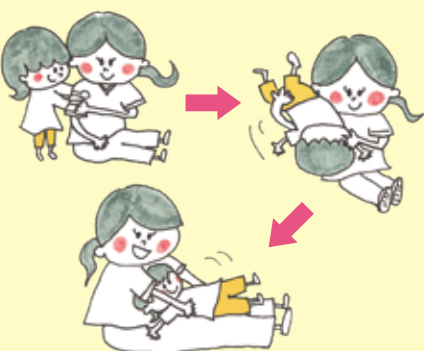
様々な感覚を育てよう

回転感覚・逆さ感覚・バランス感覚・高所感覚など

これらの感覚は、普段の生活ではあまり経験できないため、意図的に取り入れたい運動です。この感覚に恐怖心がないこの時期の経験が、鉄棒前回りや逆上がり、マット運動などにつながります。

【肩からごろん】

大人は膝を伸ばして座り、子どもは後ろに立ちます。子どもは大人の片方の肩から両手を差し出し、大人は子どもの首とお尻を支えながら上半身を曲げます。そのまま子どもを前回しさせます。



園ではこんな遊びをしています

乳幼児期の子どもたちに体を動かすことを好きになってもらいたいと考えられたのが、「柳沢運動プログラム」です。各園では毎日継続して5～10分間、「柳沢運動プログラム」に基づいた運動あそびに取り組んでいます。

わにさん歩きで這ってみよう



【わに歩き】ぶら下がる力(懸垂力)

ジャングルジムやのぼり棒をよじ登るのに必要な力(懸垂力)を身に付けるために、わにさんに変身して床を這って進みます。

“ぶら～ん”とぶら下がり

【ぶたの丸焼き】ぶら下がる力(懸垂力)

ぎゅっと鉄棒を握り、ぶら下がります。鉄棒を握ることで握力も身につきます。



カンガルーさんに変身!



【カンガルージャンプ】ジャンプする力(跳躍力)

「両脚がのりでくっついた」というイメージで、膝をくっつけることを意識しながら両足ジャンプをします。

くまさんみたいにのっしのっし!



【くま歩き】体を支える力(支持力)

赤ちゃんのハイハイの格好から膝とお尻をぐつと上げて、大きくくまさんのように歩きます。



プロフィール やなぎさわ あきたか

昭和28年新潟県生まれ。専門は幼児運動学。40年間継続研究を行い、2万人以上の子どもたちに運動遊びを直接指導する。大脳活動、特に前頭葉の研究にも着手し、「運動が子どもの精神的発育に大きな影響を及ぼす」との仮説から保育現場における運動保育援助の効果を調査・研究中。

運動あそびの必要性和その効果

松本短期大学監事・名誉教授 柳澤 秋孝氏

長浜市で、私が提唱している運動プログラムを導入して7年目になりました。私は大学の研究者として、40年間一貫して「すべての子どもたちを運動好きにしたい」との思いで幼児運動学と脳科学研究を重ねてきました。長年の研究から幼児運動学で分かったことは、運動好きにするためには、精神面から運動に対する好き嫌いの判断が決定する6歳までに、「誰がみてもできるか・できないか、に分かれる、逆上がり・短縄の連続跳び・開脚跳越しをできるようにする」ことです。この種目ができないままだと、「他者にみられて恥ずかしい」という心に負の感情を

抱き運動嫌いになってしまいます。また、脳科学研究から分かったことは、「運動神経は遺伝ではない」ということで、3%のDNA遺伝的要素と、97%の後天的要素であり、出生後から10歳の間にこの97%を成長させます。それも6歳で80%まで成長し8歳で90%に達し、10歳で成長を終了します。このことから、小学生になってから運動しても神経回路の成長は残りの17%しか成長できない、ということになります。

これらの研究から、すべての子どもを運動好きにするためには就学前の6歳頃までに「できるか・できないか、に分かれる運動をできるように支援してあげる」ことです。また、最新の脳科学からも、外遊びや運動量の減少が発達しようがいやコミュニケーションしようがいの若者を増やしており、乳幼児期から運動を促進することが心身の健全な発育・発達に不可欠であると提言しています。長浜市のすべての子どもが運動好きになる支援を、ぜひご家庭から行ってみてください。就学までが勝負です。

3市役所合同公務員フォーラムを開催します

問 人事課(☎6516502)

市役所の仕事に興味がある学生等の皆さんを対象に、長浜市・彦根市・高島市の3つの市役所が合同で、仕事のやりがいや魅力などをブース形式で説明します。

【とき】

2月24日(月・振休)
14時～16時30分(受付13時30分～)

【ところ】

滋賀県立文化産業交流会館(米原市下多良)

【内容】

市役所PRタイム、3つの市役所ブースで説明会

【対象】

長浜市・彦根市・高島市の仕事に興味がある短大生、大学生および社会人

【内容】

180人(先着順)

【申込み】

2月19日(水)までに市ホームページ申込フォームからお申し込みください。

※参加費無料、服装自由

※このフォーラムは、職員の採用・選考に一切関係ありません。

問合せ

人事課(本庁舎4階)

☎6516502



▲申込フォーム

市公共施設の指定管理者を募集します

問 行政経営改革課(☎6516702)

指定管理者として、令和2年9月から施設の管理をしていただける法人や団体を募集します。

【募集する施設】

湖北みずどりステーション(湖北町尾上)

【募集要項の配布】

2月10日(月)～3月10日(火)に担当課で配布します。

※平日8時30分～17時15分

※2月10日(月)より市ホームページからダウンロードすることもできます。

【申請書類の提出】

3月4日(水)～10日(火)に直接担当課まで提出してください。

問合せ・提出先

農業振興課(本庁舎2階)

☎6516522

職員採用試験を実施します

問 長浜水道企業団総務課(☎6214101)

【職 種】 技術員

【試験区分】 高校卒業

【人 数】 若干人

【第1次試験】 3月1日(日)

【申込期間】 2月1日(土)～18日(火)

【受験資格】

平成7年4月2日～平成14年4月1日に生まれた人で学校教育法に基づく高等学校を卒業した人または令和2年3月31日までに高等学校を卒業する見込みの人。

【申込書配布・受付窓口】

申込書は左記にあります。水道企業団ホームページからダウンロードすることもできます。受験申込書を郵送で請求する場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、返信用封筒(角2号・120円切手貼付・宛先・郵便番号明記)を同封してください。

問合せ・申込先

長浜水道企業団総務課

〒52610047 下坂浜町248122

☎6214101



▲市ホームページ



▲長浜水道企業団ホームページ

プレミアム付商品券を2月28日まで販売します

問 プレミアム付商品券事務室(☎6516528)

「長浜市プレミアム付商品券」の販売期間を延長し、2月28日(金)まで販売します。

1人当たり最大2万5千円分の商品券を2万円で購入できます。

「購入引換券」をまだお持ちで、購入を希望する人は、販売窓口でお買い求めください。

【販売延長期間】

2月3日(月)～28日(金)

※土日祝日は除く

【販売窓口】

プレミアム付商品券事務室
(本庁舎1階)

【販売時間】

8時30分～17時15分

【持ち物】

購入引換券、本人確認書類
※本人が購入することが難しい場合は、代理でも購入できます。

※「購入引換券」がないと商品券を購入できません。また「購入引換券」の再発行は行っていません。



商品券の使用期限

2月29日(土)

※使用期限を過ぎた商品券は無効となります。払戻しは行いません。

【購入できる人】

① 3歳半までの子がいる世帯の世帯主

平成28年4月2日～令和元年9月30日に生まれた子がいる世帯の世帯主

② 住民税非課税者

平成31年1月1日時点の住民のうち、令和元年度の住民税が非課税の人で購入希望申請をした人
※住民税課税者の扶養親族、生活保護受給者等は対象外です。
※申請がまだの人も受け付けますので、販売窓口へ申請書をお持ちください。

問合せ

プレミアム付商品券事務室
(本庁舎1階)

☎6516528



▲市ホームページ

農振除外等の申出手続きを受け付けます

問 農業振興課(☎6516522)

長浜農業振興地域整備計画(農用地利用計画)について、除外等の申出を受け付けます。

農振変更を伴う土地の利用計画を検討している人は、必ず期限内に事前協議を行ったうえで必要書類を提出してください。

受付区分

- 農振除外申出(青地→白地)
- 農振編入申出(白地→青地)
- 軽微変更申出(農業用施設を建てる場合など)

申出手続き(土日祝日は除く)

- ① 事前協議
3月2日(月)～31日(火)
8時30分～17時15分
- ② 受付期間
4月1日(水)～20日(月)
8時30分～17時15分

※事前協議の結果、要件を満たす見込みのあるものが対象です。また、すべての添付書類が揃った申出書のみ受け付けます。

※農業用施設用地への用途区分の変更(軽微変更)は、随時受け付けます。

③ 申出書の様式等
担当課にあります。また、市ホームページからダウンロードすることもできます。
※制度の概要や除外要件など詳しくは、市ホームページでご確認ください。

その他

計画の変更には県の同意が必要で、受付期間終了から農振除外まで概ね6か月程度かかります(内容によっては、それ以上かかる場合もあります)。

計画の変更は個人の申出でも市全体の計画に係るため、すべての申出が認められるとは限りません。また、関係機関との協議の結果、農振除外できない場合があります。

問合せ・提出先

農業振興課(本庁舎2階)

☎6516522



▲市ホームページ

国民年金保険料は前納がお得です

問 彦根年金事務所 国民年金課
☎0749-23-1114

国民年金には保険料を前払いすると割引がある「前納」という制度があります。口座振替・現金・クレジットカードで支払うことができ、割引額が最も高いのは口座振替での前納です。

4月からの口座振替またはクレジットカードによる「6か月前納」「1年前納」「2年前納」を希望する場合は、2月末日までに手続きしてください。すでに前納している人でも、振替方法を変更する場合1年前納から2年前納への変更などは改めて手続きが必要です。

【手続き場所】

彦根年金事務所または引き落としを希望する金融機関

【必要なもの】

預金通帳、銀行届出印、年金手帳

問合せ・申込先

彦根年金事務所 国民年金課
(彦根市外町)
☎0749-23-1114

おくやみガイドブックを作成しました

問 市民課 ☎65-6511

身近な人が亡くなった後、ご遺族などによる医療保険や介護保険、市税などの各種手続きは、亡くなった人によって異なります。

こうしたことから各種手続きがよりスムーズに、また少しでも負担を軽減していただけるよう、「おくやみガイドブック」を作成しました。ぜひご利用ください。

「ガイドブックの特徴」

チェックリストから必要な手続きがわかり、そこから各手続きの内容や必要な持ち物、受付窓口等を確認することができます。



【配布窓口】

市民課、北部振興局福祉生活課、各支所

問合せ

市民課(本庁舎1階)
☎65-6511

鉄道を利用しましょう

問 都市計画課 ☎65-6562

電車は時間に正確でエコな移動手段です。通勤、通学、おでかけに、鉄道をご利用ください。

きつぷ・定期券の購入およびICOCAのチャージは市内の駅でしましょう

市内の駅で、鉄道きつぷ・定期券を購入、ICOCAのチャージで、北陸本線・湖西線の利用促進とダイヤ改善につながります。

利用者ニーズに合ったダイヤを実現し、身近に利用できる鉄道を維持するには、皆さんのご理解とご協力が必要です。

また、市内の駅(長浜駅、木ノ本駅除く)では、きつぷ販売額やICOCAチャージ額に応じて、JRから手数料が支払われ、駅の管理運営に活用されます。

一人でも多くの人に電車をご利用いただくことが、鉄道の運行改善につながります。積極的に市内の駅を利用しましょう。

市ホームページからJRのお得なきつぷ情報や駅駐車場などの情報をご覧ください。



▲市ホームページ

コミュニティ活動の推進に一役

問 市民活躍課 ☎65-8711

宝くじの助成を受けて、池原自治会がコミュニティ活動に必要な備品を整備されました。

この助成は、(二財)自治総合センターが、宝くじの収益を地域に還元するために実施しているもので、今後、さらに地域コミュニティ活動が推進されることが期待されます。



▲除雪機の整備(池原自治会)



▲宝くじ社会貢献広報ロゴマーク

就学に必要な経費を援助します

問 すこやか教育推進課 ☎65-8606

【関係書類】

小・中学生のお子さんがいる家庭で、経済的にお困りの保護者を対象に、令和2年度分の学校で必要な学用品費の一部や学校給食費などを援助します。

【対象】

市内在住で、県内国公立の小・中学校または義務教育学校に在学する児童・生徒の保護者のうち、次のいずれかに該当する場合

- ①生活保護を受けている(申請不要)。
- ②世帯全員の市民税が非課税である。
- ③令和元年中の所得が、市教育委員会の定める基準額以下である。
- ④失業などの事情により、所得が著しく減った。

【申込み】

就学援助費受給申請書に必要事項を記入し、関係書類を添えて、年長のお子さんが在学する学校または担当課まで直接提出してください。

※申請書は学校および担当課にあります。

※令和元年度に就学援助および入学前応援金を受給している人も、申込みが必要です。

市民活動団体支援事業応募団体を募集しています

問 市民活躍課 ☎65-8722

【選定方法】

書類審査・プレゼンテーション(事業の概要説明やPR)
※プレゼンテーションは3月4日(水)に実施します。詳細は応募者に通知します。

【応募方法】

申込書と必要書類を直接左記まで提出してください。
※募集要項は、市民活躍課・北部振興局地域振興課・各支所、各まちづくりセンターにあります。また、市ホームページからダウンロードすることもできます。

【応募締切】

2月14日(金)

問合せ・提出先

市民活躍課 協働推進グループ
(さざなみタウン文化福祉プラザ1階)
☎65-8722



▲市ホームページ

「BIWA-TEKU」に市内コースとイベント情報を公開しました

問 健康企画課 ☎65-7779

スマートフォンアプリ「BIWA-TEKU」に、1月から市内の名所などを巡るウォーキングコースとイベントの公開を開始しました。コースを歩き、イベントに参加することでまちの新しい魅力を発見しながら、楽しく健康ポイントをためることができます。

また、今年は利用促進イベントとして初回のアプリ起動(ログイン)時に500ポイントがプレゼントされ、大変お得です。

この機会に「BIWA-TEKU」を始めて健康と賞品をダブルでゲットしましょう。

【参加方法】

- ①コース…「スタンプラリー」をメニューから選択し、長浜市を選んで歩きたいコースに参加しましょう。チェックポイントについていたらアプリでボタンを押すとポイントが得られます。
- ②イベント…「ポイントをためる」をメニューから選択し、長浜市を選んで対象となるイベントを確認。イベントに参加して電子スタンプもしくはQRコードでポイントが得られます。



▲BIWA-TEKU画面



▲ダウンロードはこちらから
今年は初回ログインで
500ポイントプレゼント

問合せ

健康企画課

〈ながはまウェルセンター1階〉

☎65-7779

交通事故などで保険診療を受ける場合は30日以内に届出が必要です

問 保険医療課 ☎65-6512

交通事故など第三者(加害者)の行為によって受けたケガや病気の治療費医療費は、本来、加害者が負担すべきものです。

この場合、医療保険や福祉医療が一時的に医療費を立て替え、後日、加害者に請求します。

第三者行為により治療を受けた場合、現在加入の国民健康保険や後期高齢者医療、福祉医療の窓口(保険医療課)まで受傷から30日以内に届出をしてください。

【届出に必要なもの】

担当課までお問い合わせください。

【次の場合も第三者行為です】

- 自転車事故(自損は除く)
- 暴行行為によるケガ
- 他人の飼犬にかまれた など



【注意点】

- 加害者から治療費を受け取ったり、示談で済ませたりすると、保険診療による治療を受けられなくなる場合があります。
- 加害者に請求する分について、当事者双方で請求しない旨の示談を行うと、医療保険や福祉医療が加害者に請求できなくなり、被害者自身に負担いただく場合があります。

【次のような場合は、医療保険や福祉医療が使用できません】

- 勤務中や通勤途中での事故
- 労災保険の対象
- 違法行為による事故
- 飲酒運転など

問合せ

保険医療課(本庁舎1階)

☎65-6512

ながはま・ファミリー・サポート・センター「まかせて会員」を募集します

ファミリー・サポート・センターは、子育て等の援助を受けた人「おねがい会員」と子育て等の援助を行いたい人「まかせて会員」が会員となり、地域で互いに助け合い、子育てをとおして地域に『子育ての安心』と『人と人との温かな関係』を育てていく活動を行っています。

子どもが好きで子どもや保護者に関わりたい人、子育てが終わり時間に余裕がある人、子育て中で自分の子どもと一緒に育児して助け合いたい人、ぜひ「まかせて会員」になってみませんか。登録は無料です。活動に対し、会員間で報酬の支払いがあります。

【登録条件】

- 市内在住の20歳以上の人
- 自宅で子どもを預かることができる人、または自家用車で子どもの送迎ができる人
- ※資格、経験、性別は問いません。ただし、センター主催の講習会、救命講習会の受講が必須です。
- 【登録方法】
- 印鑑と本人確認書類(免許証・保険証等)を持って下記までお越しください。
- 会員証に貼る顔写真の撮影を行います。

※「おねがい会員」も随時受付しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問合せ・申込先

ながはま・ファミリー・サポート・センター(サンサンランド内・地福寺町) ☎64-3900

○受付時間9時～17時
水曜、祝日、第1・第3日曜休館



▲市ホームページ



2月23日(日・祝)はごみの持込みが可能です

問 環境保全課 ☎65-6513

クリスタルプラザ、クリーンプラントおよび伊香クリーンプラザでごみの持込みを受け付けていますので、ご利用ください。

- 受付時間
8時30分～12時、13時～16時30分
- 次回持込み受付予定日
3月22日(日)

湖北就活ナビ 業界研究会「経営者と語ろう」を開催します

問 商工振興課 ☎65-8766

長浜市・米原市の企業の経営者が就活中の学生等に対し、事業の魅力等を伝える業界研究会「経営者と語ろう」を開催します。

普段の就職活動では接することができない、経営者から直接事業の話を聞ける業界研究会のほか、就職活動に役立つセミナー、企業担当者と本番ながらに行う模擬面接と3つのプログラムを通じて、就職活動に対して考えを深めることができます。

湖北で働くよさ、楽しさに気軽に触れることができますので、就活中の皆さんの参加をお待ちしています。

「湖北就活ナビ」は、湖北地域の将来を担う若い世代の地元企業への就職を応援することを目的として開催しています。

【と き】 2月17日(月)13時～17時

【ところ】 長浜バイオ大学(田村町)

【参加事業所】 長浜市・米原市の事業所 16社

【対象】 大学、短期大学、高等専門学校、専門学校等の学生、卒業後3年以内の求職者

【申込み】 事前に市ホームページからお申し込みください。

※履歴書不要、服装自由、当日参加可能です。

問合せ

商工振興課(本庁舎2階)

☎65-8766



▲市ホームページ

2月の長浜市民献血デーにご協力ください

問 健康企画課 ☎65-7779

毎月第2土曜日は市民献血デーです。献血へのご協力をお願いします。

2月8日(土) 西友長浜楽市店

【受付時間】 10時～11時45分、13時～15時30分

※400ml献血をお願いします。詳しくは、滋賀県赤十字血液センターホームページまで
(<https://www.bs.jrc.or.jp/kk/shiga/>)

ながはま 見聞録

Nagahama Hotnews

このコーナーは、長浜の見どころ、市民の皆さんの活動の様子やまちで見かけたほっとな話題を紹介し、あなたが知っている旬の話題などがあれば、市民広報課(☎65-6504)までお知らせください。

長浜市公式 SNS

- 長浜の催しや風景など、自慢の一枚をInstagramに投稿してください。長浜市公式Instagramアカウント「# みんなのちょぴつく」で紹介し、詳しくは市ホームページをご覧ください。
- 見聞録のイベントは市公式 Facebook ページでもさらに詳しくみることができます。



▲市ホームページ



▲ほっとにゆ〜す

12月8日(日)

多くの作品の中から選ばれました

第61回長浜文学祭・第7回長浜こども文学賞の表彰式が開催されました。

こども文学賞の応募者数は、市内の小中学生の約6割にあたる5,925人で、過去最多の作品の中から選ばれた優秀作品45点が表彰されました。市長は「皆さんの活動は、湖北の文芸の底上げにつながる。長浜が文化が薫るまちとなるよう、先頭に立って頑張してほしい」と祝いの言葉を述べました。



12月14日(土)

湖北の夜を彩るイルミネーションが点灯

湖北町速水の湖北支所西公園で、イルミネーションの点灯式が行われました。今年は「令和」をテーマとし、約12万球のLED電球を使ったモニュメントが設置されました。湖北の冬の風物詩となった「こほくイルミの広場」の始まりを、多くの人がカウントダウンとともに迎えました。

イルミネーションが点灯されると集まった家族連れから大きな歓声があがりました。

12月21日(土)

市内の高校生たちが WEB で地域の魅力を発信

市民や大学・企業などに関わりながら地域に新たな価値を見出す事を目的とした「高校生Challenge&Creationプロジェクト」の成果発表会が長浜バイオ大学で行われました。

地域の店舗や企業を高校生自らが取材し、動画とWEBデザインを作成したこのプロジェクト。下記をご覧ください。



高校生プロジェクトホームページ▶



12月28日(土)

駅前に響いた華やかな歌声

えきまちテラス長浜で地元の有志が集まり、ベートーベンの「第九」を合唱しました。

音楽を楽しみながら、地元を活性化することを目的として参加者を募り、8月から練習を重ねてきました。小学生から大学生、主婦やオペラ合唱団の代表まで、多彩なメンバーが参加し、ソプラノやアルトなどのパートに分かれて表現力豊かな歌声を披露。会場は大きな拍手で包まれました。

1月5日(日)

災害・火災のない一年を願って

浅井支所駐車場で「消防出初式」が行われました。

浅井中学校吹奏楽部の演奏の中、分列行進が行われ、市内の各分団の団員や、企業の自衛消防団ら520人と車両17台が参加しました。

式では、各分団員による人員報告の後、山崎重男団長による訓示、服装・車両点検に続き、消防車両7台による一斉放水が行われました。



1月10日(金)~

豊かな香りと鮮やかな花々

今年で69回目を迎える「長浜盆梅展」が開幕しました。

紅白の鮮やかな花、枝ぶり、華やかな香りで毎年、多くの人を魅了する盆梅。推定樹齢250年の「瑞光」を始めとする約90鉢が展示されています。

また、昨年に引き続き、京都造形芸術大学の学生が新館の展示をプロデュース。シルエットを利用した幻想的な展示をぜひ一度体感してみてください。(3月10日(火)まで開催)

1月12日(日)

未来に向け誓い新たに

市内の2会場で「新成人を祝うつどい」が開かれ、1,049人が参加しました。

長浜会場では西川葵さんと安達万結さん、伊香会場では山根早紀さんと高橋朋花さんが新成人を代表して誓いの言葉を述べ、「社会を担う一員として、自分の行動に責任と自覚を持ち、地域社会に貢献していきたい」と決意を新たにしました。

式典後の「交歓のつどい」では、久しぶりに会った同級生と楽しい一時を過ごしました。



5268790

長浜市八幡東町632

長浜市役所 市民広報課 行

市民からのメッセージ

料金受取人払郵便



差出有効期間
2020年5月31日
まで



市民の皆さんの声をお聞かせください 「市民からのメッセージ」

市民の皆さんの声を市政に反映し、暮らしやすいまちをつくるため、「市民からのメッセージ」を募集します。「広報ながはま」や市政に関する意見や提案をお聞かせください。

お寄せいただいたメッセージは、市民の皆さんと共有するため、今後、市ホームページで掲載する場合があります。

ご利用ください 長浜市の広聴制度

●飛び出す市長室「座ぶとん会議」

市長が地域へ出向き、市民の皆さんと直接意見交換をします。テーマは申込者が自由に設定できます。詳しくは下記までお問い合わせください。

●ご意見箱

市役所1階市民交流ロビーに、「ご意見箱」を設置しています。

●市ホームページ

トップページの「市へのご意見」から、手軽に意見や提案を送ることができます。



【問合せ】長浜市役所市民広報課 （ ☎65-6504 / FAX 65-4006 ）

のりしろ

のりしろ

《記入方法等について》

- ①複数の設問がありますが、いずれかの設問への記入だけでも受け付けます。
- ②郵便切手は不要です。FAXでの受付もできます。
- ③担当課からの返事をご希望の場合は、住所・氏名・連絡先をご記入ください。メールアドレスのみ、番地や氏名の記載がないなどの場合は匿名扱いとなり、お返事ができません。

市政の動き (12月12日～1月9日)

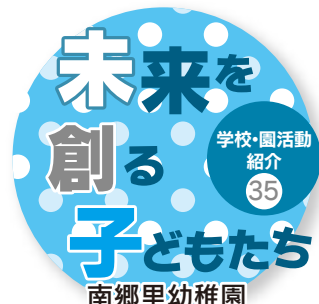
市役所内で行われた会議について、その内容を概略でお知らせします。詳しくはホームページまで。

会議名など	内 容
12月12日(木) 第1回長浜市都市計画審議会 担当課:都市計画課(☎65-6562)	長浜市景観まちづくり計画の変更について事務局から説明を受け、同意することを決議しました。また、長浜北部都市計画特定用途制限地域の変更および田村駅周辺整備事業の進捗状況について事務局から説明を受けました。
12月19日(木) 第4回長浜市図書館協議会 担当課:生涯学習文化課(☎65-6552)	令和元年6月～7月に実施した利用動向調査の中間報告について事務局から説明を受けました。また、さぎなみタウンながはま文化福祉プラザに移転開館した新長浜図書館の利用状況について事務局から説明を受け、館内の視察を行いました。
12月20日(金) 第2回長浜市環境審議会 担当課:環境保全課(☎65-6513)	会長、会長職務代理者の選任を行いました。また第2次長浜市地球温暖化対策実行計画(区域施策編)の策定について事務局から説明を受け、意見交換しました。
1月9日(木) 第2回長浜市道路整備アクションプログラム策定懇話会 担当課:道路河川課(☎65-6531)	長浜市道路整備アクションプログラム策定に係る評価指標に係るアンケート結果、長浜市道路整備アクションプログラム対象路線の判定基準および対象路線の1次評価結果などについて事務局より説明を受け、質疑応答を行いました。



▲寒い日でも歩いて登園

子どもたちの健やかな心と体の成長を願って
南郷里幼稚園では、体を動かすことで心も体も育つことを願い、様々な取組を行っています。そのひとつとして毎週水・木・金曜日を「歩くデー」と位置づけ、親子で徒歩通園に取り組んでいます。園区は田畑が多く、田んぼの中の道が通園路になっていることもあり、子どもたちは冬には寒風をまともに受け顔を赤く染め、白い息を吐きながら登園します。元気に歩いて登園する親子



南郷里幼稚園

めざす子ども像

- 一、夢や目標をもち、それに向かって努力する子
- 一、思いやりのある心のやさしい子
- 一、ふるさとを愛し、誇りをもって生きる子

長浜子どものちかい

～わたしたちはちかいます～

- 一、元気にあいさつをします
- 一、名前を呼ばれたら「はい」と返事をします
- 一、「ありがとう」「ごめんなさい」をすなおに言います
- 一、困っている人がいたら言葉をかけます
- 一、人の話をしっかり聞きます

長浜子育て憲章

～おとなが実践します～

- 一、子どもに誠実に生きる姿を見せます
- 一、見守るまなざし、叱る勇気を大事にします
- 一、ルールとマナーを教え、奉仕の心を育みます
- 一、自然や人々に感謝の心でふれあう子どもを育てます
- 一、長浜に誇りをもち、地域に貢献する子どもを育てます



学校・教育関係の情報が満載
市教育委員会フェイスブック



▲今日は5歳児が体操の先生に

が徐々に増えており、徒歩通園の大切さが浸透してきていると感謝しています。この取組を継続することで体力や注意力、交通マナーなどを育むことができると考えています。また、保育のなかでも体を動かすことに重点をおいています。朝の体操では、季節に応じた曲に合わせて元気いっぱい体を動かしており、運動会後からは、4・5歳児が先生役になって、みんなの前に出て体操をする姿も見られます。体操に続いて、市として取り組んでいる「運動あそびプログラム」を行っています。鉄棒に取り組みむ5歳児は自分なりのめあてを持っていて、真剣な表情で何度も挑戦したり、友だちと励ましあったりしています。また、保育のなかでも体を動かすことに重点をおいています。朝の体操では、季節に応じた曲に合わせて元気いっぱい体を動かしており、運動会後からは、4・5歳児が先生役になって、みんなの前に出て体操をする姿も見られます。体操に続いて、市として取り組んでいる「運動あそびプログラム」を行っています。鉄棒に取り組みむ5歳児は自分なりのめあてを持っていて、真剣な表情で何度も挑戦したり、友だちと励ましあったりしています。また、保育のなかでも体を動かすことに重点をおいています。朝の体操では、季節に応じた曲に合わせて元気いっぱい体を動かしており、運動会後からは、4・5歳児が先生役になって、みんなの前に出て体操をする姿も見られます。体操に続いて、市として取り組んでいる「運動あそびプログラム」を行っています。鉄棒に取り組みむ5歳児は自分なりのめあてを持っていて、真剣な表情で何度も挑戦したり、友だちと励ましあったりしています。

「広報ながはま」は4月からリニューアルし、**月1回**の発行になります。

より充実した広報紙と、市ホームページやアプリから、タイムリーな情報をお届けします。

今後も、市民の皆さんに市の情報をわかりやすくお伝えするよう努めていきます。広報ながはまをよろしくお願いします。

〇ポイント1 見やすく読みやすい「優しい」広報紙

年齢やしょうがいの有無に関わらず読みやすいフォント(書体)を使用し、あらゆる人が快適に読める紙面と正確な情報伝達に努めます。また、見やすい色調を採用し、読みやすく目に優しい広報紙をめざします。

〇ポイント2 分かりやすさと探しやすさが向上

コーナーインデックスの採用、記事に関連するウェブページのQRコードを掲載するなど、必要な情報にアクセスしやすくなる仕組みを積極的に取り入れます。

〇ポイント3 より親しみやすい紙面構成

市民活動や交流の拠点である「まちづくりセンター」、「市民協働センター」、「図書館」等からの情報を掲載する「さざなみタウンニュース」や、子育て世代に必要な健診等の情報をまとめた新しい「ほけんだより」など、皆さんに親しまれるコーナーを充実します。

〇ポイント4 コンパクトな紙面と情報量

レイアウトを見直し、省スペース化を図りながら、従来(月2回)の広報紙と同程度の情報量を確保します。

市民の皆さんがより市の情報を入手できるよう、広報ながはまを下記場所に設置しています。

あわせて、広報ながはまを設置いただける店舗・事業所を募集しています。担当課までお問い合わせください。

こちらにも「広報ながはま」を置いています

※順不同、敬称略

(令和2年1月1日現在)

【商業施設】

平和堂木之本店、フレンドマート長浜平方店、アル・プラザ長浜店、フレンドマート湖北店、フレンドマート長浜祇園店、フレンドマート浅井店、モンデクール長浜、えきまちテラス長浜、イオン長浜店、ザ・ビッグ高月店、パワーズ高月店、スーパーマーケットバロー長浜店、フタバヤ長浜店

【公共施設等】

市役所本庁舎案内・各支所、各図書館、各まちづくりセンター、長浜市民交流センター、長浜文化芸術会館、市立長浜病院、長浜市立湖北病院

市ホームページでも広報誌が見られます。市ホームページ▶



マイロで、広報ながはまをもっとお手軽に！

- ◆広報紙がスマートフォンやタブレット端末でいつでもどこでも読める
- ◆広報紙のバックナンバーも読める ◆地域のお好み情報をお届け

※QRコードを読み取ってアプリをダウンロードしてください



問 市民広報課(☎65-6504)

「広報ながはま」が4月からリニューアルします

FAXでも受け付けます。

FAX65-4006

市民からのメッセージ

性別

男・女

年齢

歳

今月号の特集に関するご意見

Area for writing comments on this month's feature.

今後、特集を希望するテーマ

Area for writing future feature themes.

広報ながはまに関するご意見

Area for writing general comments on the newsletter.

(電話・メール・FAX)で返事を希望

※○をつけてください。

担当課からの返事をご希望の場合は、連絡先をご記入ください。

住 所	長浜市
氏 名	
電 話 F A X	
メール	

東京2020オリンピック聖火リレー 長浜市サポートランナーを募集します

聖火リレーに一人でも多くの人に参加してもらい、みんなで聖火リレーを盛り上げるため、聖火ランナーの後方を並走するサポートランナーを募集します。一生の思い出として、一足先にオリンピックを肌で感じてみませんか。

【選考方法】応募者の中から抽選で決定します。
※3月29日(日)長浜伊香ツインアリーナ竣工式典終了後に、公開抽選を予定しています。

【応募方法】応募用紙に必要事項を記入のうえ、各学校または担当課まで提出してください。

【応募用紙】市内各小学校から配布します。市ホームページからダウンロードすることもできます。

市ホームページ▶



問合せ

スポーツ振興課(本庁舎3階)

☎65-8787

✉sposhin@city.nagahama.lg.jp

【と き】5月29日(金) 19時30分頃

※時間に変更になる場合があります。

【と ころ】長浜市聖火リレーゴール地点
(豊公園内)

【対 象】市内在住の小学校1年生～5年生

※保護者による送迎、付き添い等が可能な人

【募集人数】20人(各学年4人)

【募集期間】2月3日(月)～28日(金)

長浜市スポーツ交流会&体力測定会を開催します

スポーツを楽しみながら健康になりましょう。

自分の体力を知ることが健康への第一歩です。長浜市スポーツ推進委員会では、体力測定会とニュースポーツとして話題沸騰のユニカールやボッチャの体験会を開催します。仲間と一緒に楽しく体を動かして自分の体力を知り、健康な毎日を過ごしましょう。

○ボッチャ パラリンピックの正式種目であり、投げたり他のボールに当てたりし、目標にいかに近づけるかを競います。

○ストラックアウト他

※個人でも複数でも参加できます。体験会でのチーム分けはスポーツ推進委員会で行います。

【持ち物】

体育館シューズ

【申込み】

電話で下記までお申し込みください。

問合せ・申込み先

長浜市スポーツ推進委員会事務局(長浜市民体育館内)

☎63-9806

スポーツ振興課(本庁舎3階)

☎65-8787



【と き】

2月29日(土) 12時30分～16時

※開催時間中であれば、途中参加いただけます。

【ところ】

湖北体育館(湖北町速水)

【内 容】

体力測定

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、開眼片足立ち

※年齢によって測定内容が異なります。

ニュースポーツ体験

○ユニカール 氷上のスポーツ・カーリングのように、専用のカーペット上でストーンを滑らせて点数を競います。

至誠通天

藤井 勇治



※至誠通天
誠を尽くせば天が
味方してくれること

令和初の盆梅展

長浜の春を告げる風物詩「長浜盆梅展」が開幕しています。夏の暑さや風雨などに耐え、この時期だけに咲く可憐な花は、見るものを惹きつけ、昭和、平成、令和と時代を超え、今年69回目を数えました。

樹齢400年を超える「不老」、高さ3メートル近くになる「さざれ岩」など個性あふれる90鉢の盆梅はもちろん、明治の迎賓館「慶雲館」の佇まい、平安神宮神苑をはじめ日本有数の名園を手掛けた小川治兵衛の庭園など見どころはいっぱいです。

また、これまで小泉純一郎元総理や声優の山口勝平さんら多くの著名人も来場いただいております。昨年は駐日アメリカ大使も家族で来場されました。大使は「盆梅を見て「ワンダフル」と声をあげられ、この盆梅展に日本文化の神髄を感じた」と話されていました。東京五輪・パラリンピックを契機に今後ますます海外とのつながりが



▲長浜盆梅展開場式

第69回長浜盆梅展ホームページ▶



市立病院通信(106)

お元気ですか



臨床工学技術科
臨床工学技師次長兼呼吸
ケアサポートチーム(RST)
副部長
草野 信悟

睡眠時の呼吸障害について

睡眠時の呼吸障害で馴染みがあるのが、いびきを伴う閉塞性睡眠時無呼吸症候群(閉塞型)だと思います。しかし、これは睡眠時の呼吸障害の一部であり、実は17種類もあります。

最近では、高齢化に伴い、心不全・脳卒中・腎不全および慢性閉塞性肺疾患(COPD)の増加も顕著になり、閉塞性睡眠時無呼吸症候群では呼吸が徐々に増大と減少を繰り返し、呼吸が最も弱くなつたときにしばらく停止しているような呼吸(チェーリン・ストークス呼吸)を伴う中枢性睡眠時無呼吸が多く、後者の重症COPDでは、レム睡眠時において特に顕著となる睡眠時の低換気(低換気型)に注意しなければなりません。このため、重症COPDに限らず、覚醒時に高二氧化碳血症を伴う神経筋疾患等に注意が必要なか、低肺機能者の人は、レム睡眠期の顕著な肺泡低換気や高二氧化碳血症の悪化に注意が必要であり、不眠のため睡眠導入薬を服用している人は、低換気がさらに顕著になる

との認識が重要です。

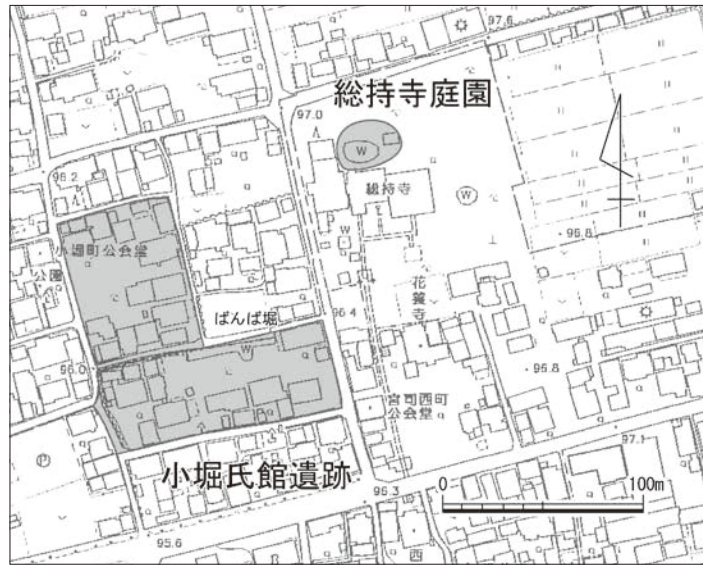
睡眠時の呼吸障害が体に及ぼす影響としては、閉塞型では低酸素・高二氧化碳血症・胸腔内圧の過度の変動による循環動態への影響や短期覚醒の症状があります。また、低換気型では低酸素・高二氧化碳血症・中途覚醒の症状があり、特に睡眠中の動脈血二酸化炭素分圧が異常に上昇することがあります。

これらの睡眠時の呼吸障害では、呼吸不全や心不全の原因または悪化因子となりますので、持続陽圧呼吸療法(CPAP)、非侵襲的陽圧換気療法(NPPV)などにより悪循環に歯止めをかける必要があります。

また、睡眠時の呼吸障害があっても覚醒時には酸素の値や二酸化炭素の値が正常値の場合がほとんどのため、睡眠時に連続測定して変化を見なければなりません。在宅酸素療法(HOT)中の人や神経筋疾患等の人で起床時の頭痛・睡眠中の呼吸困難・イライラしやすい(性格の変化)・日中の眠気などの症状がありましたら、かかりつけ医または訪問看護の人にご相談のうえ、当院呼吸ケアサポートチーム(RST)に気軽に相談ください。

市立長浜病院

☎68-2300(代表)



▲総持寺庭園位置図

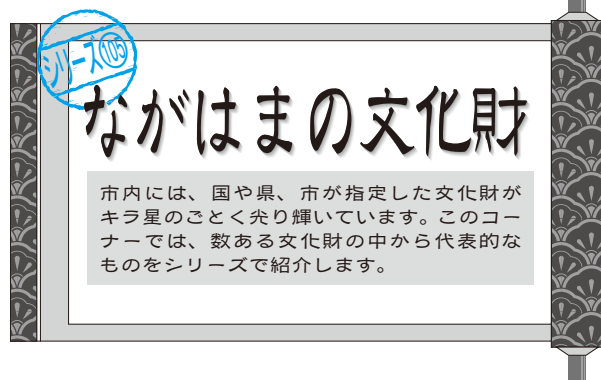
市内には、国や県、市が指定した文化財がキラ星のごとく穴り輝いています。このコーナーでは、数ある文化財の中から代表的なものをシリーズで紹介しします。

力し、以後代々寺を支えてきたといわれています。小堀新介正次(遠州の父)の屋敷、すなわち遠州の生家(小堀氏館遺跡)はすぐ近くにあり、館跡の付近には、城館を囲っていたと思われる、堀(ばんば堀)が現存しています。総持寺文書(総持寺に伝わる文書・市指定文化財)には、土地の売買や寄進の記録にたびたび小堀氏の名前が見られます。

戦国大名の浅井氏も代々庇護を加えてきましたが、織田信長の兵火にかかり堂塔の大多数を焼失してしまいました。寛永元年(1624)に本堂、大門などが建立され、現在の寺観となりました。

また、総持寺は牡丹の寺としても有名で、県指定文化財の仁王門をくぐると、境内に植えられたおおよそ1,000株の牡丹が出迎えます。見ごろは例年4月下旬から5月上旬で、多くの参拝者で賑わいます。牡丹が終わるころには芍薬が花を咲かせ、初夏の境内を彩ります。堂内には国指定文化財の木造聖観音立像、本尊の薬師如来像をはじめ、たくさんさんの仏像が祀られています。

庭園は池の周りを回遊して鑑賞する池泉回遊式で、客殿の北に位置し、東側の本堂の裏まで延びています。中央に東西に長く広い池を配し、池の北側を築山とします。築山の中央部には大きな立石を置き、これを庭の要とし、ここ



県指定名勝 総持寺庭園(宮司町) 指定日：昭和60年3月29日指定

総持寺は、近世初期の実務官僚で多方面に芸術的才能を発揮した、小堀遠州の生家ゆかりのある寺です。

本寺は天平年間(729〜749)行基によって創建されたといわれ、神照寺(新庄寺町)の学頭(僧侶の教育等を行う学務の長実済が、荒廃していた薬師堂を永享2年(1430)將軍足利義政の御教書を得て復興したと伝えられており、この時、小堀氏が堂塔の建立に尽力し、以後代々寺を支えてきたといわれています。小堀新介正次(遠州の父)の屋敷、すなわち遠州の生家(小堀氏館遺跡)はすぐ近くにあり、館跡の付近には、城館を囲っていたと思われる、堀(ばんば堀)が現存しています。総持寺文書(総持寺に伝わる文書・市指定文化財)には、土地の売買や寄進の記録にたびたび小堀氏の名前が見られます。

戦国大名の浅井氏も代々庇護を加えてきましたが、織田信長の兵火にかかり堂塔の大多数を焼失してしまいました。寛永元年(1624)に本堂、大門などが建立され、現在の寺観となりました。

また、総持寺は牡丹の寺としても有名で、県指定文化財の仁王門をくぐると、境内に植えられたおおよそ1,000株の牡丹が出迎えます。見ごろは例年4月下旬から5月上旬で、多くの参拝者で賑わいます。牡丹が終わるころには芍薬が花を咲かせ、初夏の境内を彩ります。堂内には国指定文化財の木造聖観音立像、本尊の薬師如来像をはじめ、たくさんさんの仏像が祀られています。

庭園は池の周りを回遊して鑑賞する池泉回遊式で、客殿の北に位置し、東側の本堂の裏まで延びています。中央に東西に長く広い池を配し、池の北側を築山とします。築山の中央部には大きな立石を置き、これを庭の要とし、ここ



▲総持寺庭園

問 歴史遺産課
(☎65-6510)

長浜曳山まつり

◆支援ボランティア募集

曳山の曳き手ボランティアと渡り(役者行列)の祭礼用具の運搬ボランティアを募集します。

【応募資格】18歳以上の男性(高校生不可)

【日時】4月14日(火)、15日(水)

〔登り山〕14日(火)11時〜17時

〔夕渡り〕14日(火)17時30分〜21時30分

〔太刀渡り〕15日(水)6時〜11時

〔朝渡り〕15日(水)6時〜9時

〔本日山曳〕15日(水)8時30分〜21時

〔戻り山〕15日(水)21時〜24時

※上記時間はおおよその時間です。また、くじ順により時間が前後します。

【服装】

動きやすい服装(はつぴ、装束、軍手は貸与)

【応募方法】

2月28日(金)までに申込用紙に①氏名②年齢③住所④電話番号⑤ボランティア希望内容を記入し、直接または郵送、FAXで下記までお申し込みください。

または、曳山博物館ホームページの申込フォームからも応募できます。

※3月にボランティアの説明会を開催する予定です。

問・申 曳山博物館(元浜町14-8)

(☎65-3300 FAX65-3440)

◆「三番叟」役者募集

子ども歌舞伎の開演を祝う舞、「三番叟」の子ども役者を募集します。

【応募資格】

市内小学校に通う3〜5年生の男子

【出演】

4月13日(月)〜16日(木)

壱番山の曳山舞台および朝

渡り、夕渡り等の行列参加

【募集人数】

1人(応募多数の場合は抽選)

※出演経験のない人優先

【その他】

衣装代等の個人負担なし

【応募方法】

2月16日(日)までに①住所②氏名③学校名④学年⑤保護者名⑥電話番号を郵送またはFAXで下記までお申し込みください。

※祭典期間および三番叟稽古の送迎は各自でお願いします。

問・申 曳山博物館(元浜町14-8)

(☎65-3300 FAX65-3440)



曳山まつり「観覧桟敷席」予約受付中

4月15日(水)に長濱八幡宮に設ける桟敷席の予約を、下記のとおり受け付けます。

【料金】イス席：一人 4,500円

ござ席：一人 3,500円

【受付期間】2月3日(月)〜17日(月)

※電話で下記まで。申込み多数の場合と場所は抽選。

問・申 (公社)長浜観光協会(☎65-6521)

長浜盆梅展ライトアップをお楽しみください

2月1日(土)〜3月8日(日)の土日祝日

17時〜20時30分(入館は20時まで)

長浜に春を呼ぶ風物詩「長浜盆梅展」が始まりました(3月10日(火)まで)。今年もライトアップを行います。昼間とは一味違った幻想的な盆梅をご覧ください。今年も、京都造形芸術大学がプロデュースする新館の展示や、庭園での盆梅の展示など、インスタ映えするスポットがたくさん登場します。同時開催のフォトコンテストへの参加もお待ちしています。

【会場】慶雲館(港町)

【観覧料金】大人 800円

小中学生 400円



◆行政相談をご利用ください

- ①2月10日(月) 13時～16時
地域福祉センター(高田町)
行政相談委員 三浦 正司 氏
- ②2月12日(水) 13時～15時
高月支所(高月町渡岸寺)
行政相談委員 高山 平一郎 氏
- ③2月12日(水) 13時～15時
西浅井まちづくりセンター(西浅井町大浦)
行政相談委員 坂井 富子 氏
- ④2月20日(木) 9時～12時
木之本まちづくりセンター(木之本町木之本)
行政相談委員 谷口 慶祐 氏
- ⑤2月26日(水) 9時～12時
湖北デイサービスセンター(湖北町速水)
行政相談委員 竹本 久隆 氏
- ⑥2月28日(金) 13時～16時
地域福祉センター(高田町)
行政相談委員 小林 喜八郎 氏
- ※相談無料、予約不要、秘密厳守します。
☎ 滋賀行政監視行政相談センター
(☎077-523-1100)

結婚相談

- 市民交流センター(地福寺町)
2月18日(火)、27日(木)18時～20時
- 湯田まちづくりセンター(内保町)
2月28日(金) 17時～19時
- 湖北まちづくりセンター(湖北町速水)
2月20日(木) 18時～20時
- 高月支所(高月町渡岸寺)
2月12日(水) 13時～15時
- 木之本まちづくりセンター(北部振興局内)
2月20日(木) 15時～17時
- 余呉まちづくりセンター(余呉町中之郷)
2月22日(土) 10時～12時
- 西浅井まちづくりセンター(西浅井支所内)
2月19日(水) 17時～19時
- ☎ 社会福祉課(☎65-6536)
市ホームページ「結婚支援」で検索または右記QRコードから。
- ※いずれの会場も提供できる情報は同じです。
※登録の有効期限は3年です。再登録を希望する人は、各会場で申請をお願いします。



長浜米原休日急患診療所
2・3月の診療日のお知らせ

- 【診療日】 2月2日、9日、11日、16日、23日、24日、3月1日、8日、15日、20日、22日、29日
- 【受付時間】 8時30分～11時30分
12時30分～17時30分
- 【診療時間】 9時～18時
- 【診療科】 内科・小児科
- 【場 所】 宮司町1181-2
湖北医療サポートセンター
「メディサポ」内
- 【電話番号】 65-1525
※電話はおかけ間違いのないようにご注意ください。
※受診時は健康保険証・福祉医療券・お薬手帳・母子健康手帳(乳幼児の場合)をお忘れなく。
※診療日は日曜・祝日・年末年始(12月30日～1月3日)です。
☎ 地域医療課(☎65-6301)

2月の税・料

- 国民健康保険料 9期
介護保険料 9期
後期高齢者医療保険料 8期
安心して安全な口座振替を始めませんか。

◆春の語学スクール生徒募集 長浜市国際交流ハウスGEO◆

ただいま申込受付中 (☎63-4400)

【申込み方法】

長浜市国際交流ハウスGEOにある申込用紙に記入のうえ、お申し込みください
(電話で仮予約できます)。
※定員になり次第、締切になります。
※最少開講人数に達しない場合は、開講しない場合もあります。
※お支払いただいた受講料は原則としてお返しできません。(テキスト代は別途必要)



令和2年度前期 春の語学スクール 新規生徒募集								
講座名	対象	開講日	曜日	時 間	回数	受講料(円)	定員	
幼児英会話 (ネイティブ講師)	3～5歳未就学児	4月 5日	日	10時～10時30分	16回	14,100	15人	
英語初級 (ネイティブ講師)	中学生英語レベル	4月 5日	日	11時～12時	16回	17,400	15人	
英語中級 (ネイティブ講師)	中学生英語レベル	4月 5日	日	13時～14時	16回	17,400	15人	
Art in English (ネイティブ講師)	小学生1～3年生	5月13日	水	16時～17時	8回	11,200 教材費込み	10人	
中国語初級 (ネイティブ講師)	大人	4月 4日	土	15時～16時30分	16回	17,400	15人	
中国語中級 (ネイティブ講師)	大人	4月 4日	土	13時～14時30分	16回	17,400	15人	
中国語上級 (ネイティブ講師)	大人	4月 4日	土	10時30分～12時	16回	17,400	15人	
スペイン語初級 (日本人講師)	大人	4月 5日	日	13時30分～15時	16回	17,400	15人	
スペイン語中級 (日本人講師)	大人	4月 5日	日	15時30分～17時	16回	17,400	15人	
ポルトガル語初級 (ネイティブ講師)	大人	4月17日	金	19時～20時30分	16回	17,400	15人	
ポルトガル語初級～中級(ネイティブ講師)	大人	4月13日	月	19時～20時30分	16回	17,400	15人	
ポルトガル語中級 (ネイティブ講師)	大人	4月14日	火	19時～20時30分	16回	17,400	15人	
韓国語入門～初級 (ネイティブ講師)	大人	4月13日	月	14時～15時30分	16回	17,400	15人	
韓国語初級 (ネイティブ講師)	大人	4月11日	土	15時30分～17時	16回	17,400	15人	
韓国語初級～中級 (ネイティブ講師)	大人	4月12日	日	15時～16時30分	16回	17,400	15人	
韓国語中級～上級 (ネイティブ講師)	大人	4月12日	日	13時～14時30分	16回	17,400	15人	
韓国語上級 (ネイティブ講師)	大人	4月12日	日	10時30分～12時	16回	17,400	15人	
たのしい日本語グループ(日本人講師)	外国籍市民	随時	火	19時～20時30分	10回	2,100	—	
	外国籍市民	随時	土	10時～11時30分	1回	300	—	
たのしい日本語個別 (日本人講師)	外国籍市民	随時	チケット制(日時は講師と相談)		5回	2,100	—	

(消費税改正に伴い、料金を改定しています。)

※場合により、講師がレベルを確認してクラスを移動していただく場合があります。
※Art in Englishは、英語を使いながらゲームやクラフト工作を楽しむ子ども向けのクラスです。
※中国語は、講師の一時帰国に伴い、5月のレッスン3回分は、代替の講師となります。
※おためし講座を3月に開講します(幼児英会話、Art in English、ポルトガル語は除く)。
詳細は下記までお問い合わせください。

◆どんな教室かな? 見学してみよう!! ◆(1回のみ、見学無料)

※見学を希望する場合は、事前にご連絡をいただきますようお願いいたします。

◆日本語サポーターさんを募集◆

外国籍市民の、子どもや大人の日本語や学習をサポートできる人を募集しています。

※ こどもの日本語教室(土)・小学生・中学生の学習支援(土)・大人の外国籍市民へのほんご教室

☎ 長浜市民国際交流協会 ☎63-4400 (木曜/祝日の翌日定休日・お問合せは定休日以外の10時～19時)

長浜市・アウグスブルク市姉妹都市提携 60 周年記念コンサート

OsakaShion
Wind
Orchestra

オオサカ・シオン・ウインド・オーケストラ

『日本で最も長い歴史と伝統を誇る交響吹奏楽団』

演奏曲目

楽劇「ニュールンベルクのマイスタージンガー」から第1幕の前奏曲
歌劇「ローエングリン」からエルザの大型堂への行列
吹奏楽のための交響詩「ぐるりよざ」
君の瞳に恋してる
映画「ボディ・ガード」から オールウェイズ・ラブ・ユー
QUEEN×ドレー他
※演奏曲は変更になる場合がございます。

日時 3月8日(日) 15 時 00 分開演(14 時 30 分 開場)

会場 浅井文化ホール

内保町 2500 番地

料金 一般《前売り》3,500 円(当日 4,000 円)
高校生以下《前売り》1,500 円(当日 2,000 円)

主催 / 長浜市・長浜市民芸術文化創造協議会
主管 / 浅井文化ホール (指定管理者 株式会社ロハス長浜)
後援 / 長浜市教育委員会、滋賀県吹奏楽連盟、
一般財団法人山岡記念財団、中日新聞社

シルエット・ファンタジー
はらぺこプンタ

チケット
発売中!

小さなお子様から大人まで楽しめるほのぼのとした
影絵作品です。ラストは子育て真っただ中のお母さん
も思わず涙。



《出演》
かげえけきだん
影絵劇団 かしの樹

日時 3月1日(日)
13 時 30 分 開演 (13 時開場)
★公演時間 60 分

会場 木之本スティックホール
木之本町木之本 1757-6

料金 大人《前売り》500 円
小中学生《前売り》300 円
※当日 200 円増し
※未就学児童 無料 (保護者の引率が必要
です。座席が必要な場合は有料)

主催 / 長浜市・長浜市民芸術文化創造協議会
主管 / 長浜文化芸術会館 (指定管理者 株式会社ロハス長浜)
後援 / 長浜市教育委員会
協力 / 株式会社ふるさと夢公社きのもと

お問合せ 長浜文化芸術会館

〒526-0066
長浜市大島町 37

TEL.0749-63-7400

●市民の皆さんのサークル・団体が行う催しを掲載します。
掲載希望の場合は下記の締切までにメールで原稿をお寄せください。✉kouhoushi@city.nagahama.lg.jp
3月15日号：2月10日(月) 4月1日号：2月27日(木)
●営利目的など掲載できない催しもあります。詳しくは市民広報課 (☎65-6504) までお問い合わせください。

お知らせ

◆旧優生保護法による優生手術などを受けた人へ

昭和23年9月11日～平成8年9月25日の間に優生手術などを受けた人に国から一時金320万円が支給されます。支給は本人による請求が必要です。詳しくは下記までお問い合わせください。

問 旧優生保護法一時金受付・相談窓口
(滋賀県健康寿命推進課内)
(☎077-528-3653)
✉eg0002@pref.shiga.lg.jp

催し

◆Englishカフェ参加者募集

気軽に英語で交流しませんか。英語を使ってフリートークを楽しみましょう。
【と き】2月15日(土)13時～15時
【ところ】多文化共生・国際文化交流ハウスGEO(神照町)

【定 員】15人(先着順)
【参加費】500円(お菓子・ドリンク付)
【申込み】2月14日(金)までに電話で下記まで。

問・申 長浜市民国際交流協会
(☎63-4400)

◆第15回奥びわ湖書き初め展覧会

県内外から集まった作品400点を展示します。初日には大田在享先生の作品批評会や伊吹高等学校書道部の書道パフォーマンスを披露します。

【と き】2月15日(土)～23日(日・祝)
9時～17時(最終日は15時まで)

【ところ】西浅井運動広場体育館
(西浅井町大浦)

※入場無料

問 書を活かした地域づくり実行委員会
(西浅井まちづくりセンター内)
(☎89-1125)

◆国際親善交流音楽会

ドイツ東部の街ハレより、マティアス・エルベン(ヴァイオリン奏者)とマルティーン・ダンディーヴェル(チェロ奏者)を招き、滋賀文教短期大学と滋賀大学オーケストラの有志が共演します。

【と き】2月22日(土)14時～16時
【ところ】長浜文化芸術会館(大島町)
※申込不要、入場無料
ホームページ▶ 

問 滋賀文教短期大学(☎63-5815)

◆HSC(Highly Sensitive Child)・HSP(Highly Sensitive Person)お茶会

人一倍敏感な子ども(HSC)の保護者やご自身がHSPの人が集う場です。一緒に話したり考えたりしませんか。興味がある人も参加できます。

【と き】2月25日(火)10時～
【ところ】びわ高齢者福祉センター
(難波町)

【申込み】電話またはメールで下記まで。
※参加無料

問・申 ぞうさんのはな 藤田
(☎090-5132-8405)
✉chirp.0815.chirp@gmail.com

◆「風の会おうみ」サテライト

大切な人を自死で亡くした遺族が思いを語りあう「わかちあいの会」を開催します。

【と き】3月1日(日)14時～16時
(受付13時30分～)

【ところ】くすのきセンター
(彦根市八坂町)

【参加費】300円(茶菓代)
※申込不要
問 滋賀県精神保健福祉センター
(☎077-567-5010)

講座・教室

◆HeartTrain講座 ヨガ教室

【と き】2月13日(木)
10時30分～11時30分
【ところ】六荘まちづくりセンター
(勝町)
【講 師】小宮山 和子 氏
【定 員】15人(先着順)
【参加料】500円
【申込み】電話またはメールで下記まで。
問・申 Heart Train dai ~ dai ~ 村山
(☎090-4038-8899)
✉daidai.risa@gmail.com

◆「ちぎり絵」を楽しもう

和紙をちぎって、張り合わせながら絵を仕上げます。指先を使うことにより脳の活性化にもつながります。

【と き】2月21日(金)、3月20日(金・祝)、
4月17日(金) 各日9時30分～
【ところ】神照まちづくりセンター
(神照町)

【定 員】15人(先着順)
【参加費】1,000円(全3回)
※別途材料費が必要。
【持ち物】平ふで、のり、ボールペン、はさみ
【申込み】2月10日(月)までに電話で下記まで。
問・申 一休会 金澤 (☎62-4857)

◆いきいき健康講座

誰もが迎える高齢期を元気に過ごすため、高齢期を支える家族や地域の人を支援する方法を学びます。

【と き】3月2日(月)～4日(水)
各日10時～15時
(最終日のみ16時まで)

【ところ】長浜赤十字病院(宮前町)
【定 員】20人(先着順)
【参加費】900円
【申込み】2月3日(月)10時から電話で下記まで。

※すべて受講した人には受講証、検定の合格者には認定証を交付します。

問・申 日本赤十字社滋賀県支部
(☎077-522-6758)

◆オーガニックコットンで作る花のモチーフ編み体験

オーガニックコットンを使って花のモチーフをかき編みます。コースター等に使える、素材をかえればエコたわしになります。

【と き】3月5日(木)10時～12時
【ところ】浅井文化ホール(内保町)
【講 師】山岡 陽子 氏
【受講料】1,500円(材料費込)
【申込み】3月1日(日)までに電話で下記まで。

問・申 浅井文化ホール(☎74-4000)

◆マタニティ講座

【と き】3月7日(土)
10時～11時30分
【ところ】六荘まちづくりセンター
(勝町)

【内 容】助産師の指導による人形を使っただっこやおむつ交換などの体験。ヴァイオリンとピアノの生演奏。

【対 象】市内在住、在勤で初めて出産する妊婦とその家族

【定 員】20人(先着順)
【参加費】100円
【申込み】2月4日(火)から電話で下記まで。

問・申 子育て広場スキップ
(☎62-1212)

募 集

◆令和2年度県政モニター募集

滋賀県がお届けする情報で、県政への理解を深めていただきながら、インターネットでアンケートにお答えいただく県政モニターを募集しています。

【募集人数】400人
※申込多数の場合は、性別、地域、年齢等のバランスを考慮し抽選となります。

【応募資格】令和2年4月1日(水)現在で次のすべてを満たす人①県内在住で15歳以上の人②県政に関心がありモニター活動ができる人③インターネットを利用し、サイトの閲覧、メールの送受信およびアンケートへの回答ができる人

※ただし、国または地方公共団体の議員や常勤の公務員の人は応募できません。

【応募締切】2月10日(月)17時
【応募方法】滋賀県ホームページ「しがネット受付サービス」からお申し込みください。

問・申 滋賀県広報課県民の声係
(☎077-528-3046)
✉ab0001@pref.shiga.lg.jp

◆第11期滋賀県地球温暖化防止活動推進員募集

滋賀県では、地球温暖化防止活動の推進に熱意と識見をもち、各地域で地球温暖化防止に向けた活動を行っていただけの人を募集しています。

【募集人数】100人程度
【応募資格】令和2年4月1日(水)現在で満18歳以上の人

【応募締切】2月17日(月)
【応募方法】滋賀県ホームページ「しがネット受付サービス」または所定の応募用紙に必要事項記入し、郵送、FAX、持参またはメールで下記まで。

問・申 滋賀県温暖化対策課
〒520-8577
大津市京町4-1-1
(☎077-528-3494)
(☎077-528-4844)
✉ondan@pref.shiga.lg.jp

相 談

◆介護・福祉のお仕事「ミニ就職説明会」「出張相談」

【と き】2月18日(火)15時～16時
※ハローワークによる介護・福祉の職場ガイダンスに引き続き実施します。

【ところ】滋賀県湖北合同庁舎(平方町)
【申込み】「ミニ就職説明会」入退場自由・申込不要。「出張相談」完全予約制。前日17時までに電話で下記まで。

問・申 湖北介護・福祉人材センター
(☎64-5125)

◆介護・福祉のお仕事出張相談

介護の仕事探しについて相談をお受けします。お気軽にお申し込みください。

【と き】2月14日(金)
13時30分～16時30分
【ところ】木之本まちづくりセンター
(木之本町木之本)

【申込み】前日17時までに電話で下記まで。
※完全予約制

問・申 湖北介護・福祉人材センター
(☎64-5125)

女性の悩み相談(要予約)

【と き】2月15日(土)12時～16時
3月5日(木)10時～14時

【ところ】市民交流センター(地福寺町)
【相談員】下地 久美子 氏(臨床心理士)
【料 金】無料

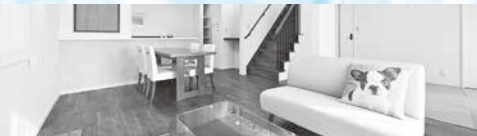
※託児あり(要予約)、秘密厳守。
申 平日:人権施策推進課
(☎65-6556専用ダイヤル)
土日祝:市民交流センター(☎65-3366)

有料広告欄

相続・離婚・交通事故・不動産・金銭トラブル…
弁護士に気軽に相談できます。夜間・休日の相談にも対応 (要予約)
☎0749(68)3833
・法律相談料は1時間まで5,000円(税込)
・法テラスの無料相談も利用可(条件有)
長浜市役所前法律事務所
長浜市八幡東町432-10-2階(長浜市役所東口玄関前)
弁護士 中村 明宏(滋賀弁護士会所属)
駐車場有

屋根補修 漆喰塗り直し
(雨漏れ補修) 屋根・外壁塗装
総合住宅リフォーム ローンOK!
住まいのことなら何でもおまかせ!! 月々5,000円～
(株)三共 [本社]
彦根市和田町41-11
☎0120-272-852

離婚・相続・交通事故・借金などのお悩みを
専門家の弁護士と一緒に解決しませんか?
相談料 1時間5000円(税込)
(交通事故(被害者の方)・借金問題は無料(初回))
弁護士法人おうみ法律事務所(滋賀弁護士会所属)
滋賀県長浜市八幡東町225
所属弁護士 代表弁護士 竹内 寛 弁護士 小財 竜司
相談予約受付 0749-68-1530
(相談受付時間 平日:9時～18時 土曜日:9時～15時 その他の時間帯も応相談)

自然と家族が集まり、団らんが生まれる家。
その秘訣は、暖かいリビングにあり。ぽかぽか無垢床暖房の住まい。

ユニバーサルホーム 長浜店
☎0749-65-8415
▲店舗詳細はこちら
長浜市八幡東町14 ハウスセクション長浜内
営/9:30-17:30 休/毎週火曜日・水曜日

球団の顔となるような選手に

阪神タイガース

ふじた けん と
藤田 健斗さん (高月町森本)

撮影場所：高月グラウンド (高月町東柳野)

「阪神の正捕手になってみせる」と力強く語る藤田さん。昨年12月に阪神タイガースに入団し、プロの道を歩み始めました。

小学2年生の時に地元の「高月野球スポーツ少年団」に入団し、野球を始めた藤田さん。小さい頃は自分にあったポジションを見つけるため、いろいろな所を守ることが一般的ですが、藤田さんは野球を始めた時から一貫して捕手。「肩が強かったから、すぐに捕手として指名された」と当時を振り返ります。

野球を始めてからは、まさに練習の虫。「継続は力なり」という言葉を胸に、チームの厳しい練習の他、毎日少しでも時間が空けば自主トレに励みました。「野球が楽しくて、練習を苦に思ったことがない」と目を輝かせて語ります。

自分をより厳しい環境に置くため、高校は岐阜県にある中京学院大学附属中京高校に進学。進学当初は、慣れ親しんだ地元を離れての生活に対する不安、また軟式から硬式へのボールの変化などから、調子を崩したそうです。「監督やコーチ、チームメイトのアドバイスで立ちなおれた」と藤田さん。苦しい時期から抜け出した後、練習の他にもコミュニケーションを大切にし、チームメイトからの信頼を得て、1年生の秋から「4番捕手」の定位置を勝ち取り、2年生の秋には主将に任命されました。

昨夏の甲子園では、「思ったより緊張せずに、冷静に状況を見ることができた」と大舞台でチームを牽引。同校の最高成績であるベスト4、個人でも好成績を残しました。「今年の甲子園は、他の学校にも

いい捕手がたくさんいた。負けたくないという気持ちが常にあり、いい成績につながった」と熱い闘志を燃やしました。

ドラフト会議の日は、チームメイトと待機。「名前が呼ばれた直後は、実感がわきませんでした。周りがすごく喜んでくれた。それを見て、プロになるという自覚ができた」と仲間とともに喜びを噛みしめました。「今までサポートしてくれた両親をはじめ全ての人に、プロの世界で頑張り、恩返しをしたい」という気持ちを原動力にしたいと語ります。

「地元出身のスポーツ選手が活躍すれば、子どもたちの希望にもなる。長浜は豊かな自然や観音文化など素晴らしい地域。大好きな地元に貢献したい」。野球と地元長浜に対する真つすぐな想いをもち、プロ野球選手としての挑戦が始まります。

Smile Smile

このコーナーでは、市内在住のお子さんたちの写真を掲載します。



いつも元気いっぱいの結翔♡

結翔の笑顔に、パパもママも元気をもらってるよ♡ありがとう♡

野上の
結翔
ちゃん (平成30年9月生まれ)
(小堀町)

嶋津
瑛太
ちゃん (平成27年2月生まれ)
(高月町高月)



SL大好きでいつも陽気なえーちゃん。

家族をいっぱい笑わせてくれてありがとう。いつまでも弟と仲良くな。

まちの人口

令和2年 1月1日現在	人口 117,892人	男 57,837人	女 60,055人	世帯数 46,308世帯
令和元年 12月中の異動	転入 219人	転出 278人	出生 73人	死亡 94人 婚姻 34件



植物油インキで印刷しています。再生紙を使用しています。

「広報ながはま」は、各自治会を通じてお届けすることを原則としていますが、市民交流センターや図書館、まちづくりセンターなど市の公共施設やスーパーなどにも置いています。市ホームページ、スマホからもご覧いただけます。点字広報、声の広報を作成していますので、ご希望の人は市民広報課まで。