

広報 **ながはま** 6

2026

特集

介護予防で 自分らしくいきいきと

今月の
主な内容

- ・令和8年度の国民健康保険の保険料率を決定しました
- ・「ながはま割」デジタルクーポン事業第2弾
- ・あなたの住まい地震対策できていますか

- ・・・ P4~5
- ・・・ P6~7
- ・・・ P8~9

撮影地：與志漏神社（木之本町吉橋）



介護予防で 自分らしくいきいきと

年代に関係なく多くの方が「将来、介護が必要になること」に不安を感じていると言われています。でも、日々のちょっとした習慣が介護が必要な状態を予防する大きな力になります。今回は、介護予防の大切さやコツ、困ったときに利用できる支援を中心にご紹介。さらに、支援団体をされている方のお声もいただきました！

〈撮影協力〉
写真A,B,C：イケダ光音堂「どれみケア長浜」 写真D：長浜健康麻雀倶楽部

【問】長寿推進課 ☎ 65-7841

必要な重要な問題です。わゆる現役世代においても考えておく必要のある重要な問題です。維持するためには、介護予防は大切であり、シニア世代だけでなく、い

また、介護保険制度は、自治体が保険者となって運営していますが、制度を支えている加入者は40歳以上の市民の皆さんです。つまり、市民全体で支え合っている制度と言えます。この制度を介護が必要になったときに利用できる体制をこれから

「介護予防が大切な理由」つまり、「いま元気な人が、病気になるいは介護が必要な状態にならないことを長く続ける」ということと、「介護が必要になってからも、自分で出来ることを増やして、これを行うことと【やりがい】【や】いきいきとした暮らしを実現する」という2つの大切な意味をもっています。

「そもそも介護予防って？」

介護予防とは「要介護状態の発生をできる限り防いだり遅らせたりすること、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと、さらには軽減を目指すこと」と定義されています。

栄養：しっかりと食べる

- ✓ 1日3食
- ✓ 毎食たんぱく質をとる

なんといっても食べることは大切！肉・魚・卵・大豆製品などたんぱく質は筋肉をつくるのに重要ですし、根菜類はからだを温め代謝を上げてくれます。でも、食べ過ぎには注意してくださいね。

みんなと一緒に行動すると効果アップ！

家族や知り合いと散歩したり、友人との会食や会話は、楽しさが増して意欲も湧いてきます。周りの人と交流することで社会参加にもつながります。

また、いろんな団体が趣向を凝らして提供する「よりあいどころ」もあるので、ぜひ参加してみてください ☺



運動：生活のなかで

身体を動かす時間を増やす

- ✓ 体操をする
- ✓ 散歩する
- ✓ 立って動く時間を増やす

筋肉や足腰の衰えは大敵です！テレビを見るときも、腕を上げたり・足を浮かすなど心がけてみてください。また、散歩は気分転換にもなりますよ！

お口(歯)：お口の清潔を保つ

- ✓ 歯磨きをする
- ✓ お口の体操をする

食べる・飲む・話す機能を維持するためには、やっぱり口や歯が健康でないといけません。毎日しっかりと歯磨きをして、大きな口を開けて顎を動かすなどしてみてください。

まずは自分で身近なことからさらに家族や周りの人から



詳しくはこちら ☺

支援団体などの 情報を掲載中!

生活上のちょっとしたことにお困りの人に支援サービスを提供する団体等の情報が掲載されたパンフレット「ながはまお助け帳」は、ホームページや市役所窓口で入手できます。



詳しくは
☎こちら

例えば **宅配**
お弁当や食材、
灯油、おむつ など

例えば **日常的な支援**
電球交換、
ごみ出し など

例えば **軽作業**
粗大ごみ出し、
簡単な掃除 など

少し困ったな 助けてほしいな そんなときは こんな支援があります

まだまだヘルパーさんを頼むほどでもないけれど、でもほんの少し誰かの助けがほしい、手伝ってほしい、そんなちょっとした生活の中での困りごとを支援してくれる団体や店舗があるんです。

例えば **お買い物**
材料の買出し、
同行 など

例えば **庭のお手入れ**
草むしり、
除草剤まき など

虎姫地域で生活支援の

活動に取り組む

虎姫福祉の会 たすけあい隊

こうさか みつる
上阪 満 隊長



■ 助け合うそれが「最高の介護予防」

「介護保険制度の二ユースを見ると将来の不安は尽きない」と語る上阪隊長。だからこそ、自分自身が介護のお世話にならないよう、普段から健康意識を高く持っています。そして、その秘訣として挙げたのが「人とのつながり」です。

たすけあい隊は、庭の草むしりや電球交換など、日常生活のちょっとした困りごとをサポートするボランティア団体(有償)です。依頼者から『ありがとう』と言われることはもちろん嬉しいですが、実は活動する私たち自身も、外に出て誰かと関わることで頭や体を動かし、認知症やフレイルの予防になっているんです。(フレイル・加齢とともに心身の活力が低下しているが、適切な支援等により、生活機能の維持向上が可能な状態)

■ 「お互いさま」の心で 地域に開かれた関係を

活動で大切にしているのは「杓子定規にならないこと」。相手の状況に合わせ、臨機応変に対応する「コミュニケーションこそが信頼を生んでいます。また、もし介護が必要になっても「隠すのではなく、地域でオープンに話せる関係を作っておくことが大切」。

「何でも屋ではないけれど、困った時はお互いさま」。この言葉通り、メンバーは地域のニーズを把握し、助け合いの輪を広げています。無理のない範囲で継続し、活動を通じて自分自身も輝く。そんな「支える側と受ける側が対等である関係性」が、地域全体を健やかに保つ鍵となっています。

■ あなたも今日から「地域とのつながり」を

何か特別なことを始める必要はありません。身近な人と挨拶を交わす、地域の行事に参加する、あるいは地域の活動に関心を持つ。人との関わりを持ち続けることそのものが、介護予防の第一歩です。

「たすけあい隊」の活動は、地域の小さな困りごとを解決するだけでなく、高齢者が外に出るきっかけを作り、孤独を防ぐ役割も担っています。一人で抱え込まず、地域のみんなで支え合う。そんな「顔の見える関係」が、長浜市の未来を明るく照らします。

困ったことがあれば 地域包括支援センターへ相談を

高齢者の保健・福祉・介護などに関する「総合相談窓口」です。保健師や社会福祉士、主任介護支援専門員を配置し、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるように支援しています。在宅生活における心配事などがありましたら、お気軽にご相談ください。



各センターの連絡先
など詳しくは
☎こちら

令和8年度の国民健康保険の保険料率を決定しました

問 保険年金課 ☎ 65・6512

国民健康保険(国保)は、ケガや病気のときに安心して医療サービスが受けられるよう、保険料を出し合い、みんなで助け合う制度です。

国保の運営は県単位です。滋賀県が1年間に必要な県全体の医療費を計算し、各市町の所得水準等に応じて、標準保険料率を示します。被用者保険の加入要件が緩和され、国保の加入者数が減少している中、医療費や後期高齢者支援金、介護納付金の増加が続き、国保の財政は非常に厳しい状況です。

今年度、県が示した標準保険料率は、令和7年度に比べ平均世帯で4.8%の引上げを要するものとなりました。そこで、上昇幅が大きいことを考慮し、負担の緩和を図るため国保の基金を投入し、上昇率を3.4%に抑えました。

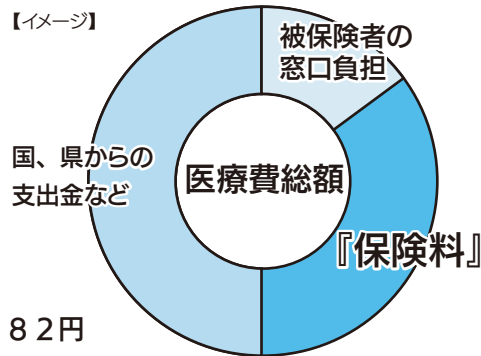
令和9年度には県内保険料率が統一されますが、本市は3年間の移行期間を利用し、財政調整基金の範囲内で保険料率の変動を抑え、令和12年度を目処に統一保険料に移行していきます。

保険料率の決め方

滋賀県が県全体の医療費などの総額を推計し、その結果に基づいて市町ごとに標準保険料率を提示します。

それを参考に、市町が保険料率を決定します。

【イメージ】



保険料額(年額)の参考例

- ① 年金収入110万円
70歳代 1人世帯(7割軽減) 保険料：20,682円
- ② 給与収入約212万円
夫65歳、妻65歳の2人世帯(軽減なし) 保険料：203,072円
- ③ 給与収入約400万円
夫55歳、妻52歳の2人世帯(軽減なし) 保険料：417,410円

1世帯あたりの保険料額(年額)

所得割額と均等割額、平等割額をすべて加算したものが、世帯の保険料額となります。

令和8年度保険料率	医療分 ※1	支援分 ※2	介護分 ※3	子ども・子育て支援分 ※4
所得割額 (前年所得-43万円)×率	6.70%	2.61%	2.34%	0.25%
均等割額(1人あたり)	28,500円	11,700円	12,000円	1,200円
平等割額(1世帯あたり)	19,300円	7,500円	5,900円	740円
賦課限度額	670,000円	260,000円	170,000円	30,000円

- ※1 医療分・・・医療給付費(医療に係る費用の7割相当分)に充てるためのもので、被保険者の皆さんに負担していただきます。
- ※2 支援分・・・後期高齢者(75歳以上の人)の医療費の一部を支援するもので、被保険者の皆さんに負担していただきます。
- ※3 介護分・・・介護保険に要する費用に充てるためのもので、40歳以上64歳までの人(介護保険の第2号被保険者)に負担していただきます。
- ※4 子ども・子育て支援分・・・子育て施策の拡充に充てるためのもので、子ども(18歳に達する日以後の最初の3月31日以前である人)以外の皆さんに負担していただきます。



令和8年度からの改正

国民健康保険料のうち、医療分の賦課限度額を66万円から67万円に引き上げます。また、5割軽減・2割軽減の判定にかかる算定基準額を改正し、軽減対象の幅を広げるよう配慮しました。

令和8年度から、子育て世帯を支える新しい仕組みとして子ども・子育て支援金制度が始まりました。これに伴い、国民健康保険料の医療分、支援分、介護分とあわせて新たに子ども・子育て支援分を納付していただきます。

国民健康保険料を軽減します

一定の所得以下の世帯に対して均等割額と平等割額を軽減(7割・5割・2割軽減)します。

軽減は、前年の所得をもとに判定しています。所得のある人もない人も必ず申告をお願いします。

非自発的失業者の保険料を軽減

リストラなど会社都合で離職し、国民健康保険に加入している人のうち、「雇用保険受給資格者証」に記載された離職理由が「11、12、21、22、23、31、32、33、34」のいずれかで、離職日時点で65歳未満の人は、届出により保険料が軽減されます。

国民健康保険料の納付は10回です

国民健康保険料は、年度単位(4月～翌年3月)で計算し、1年間の保険料を6月～翌年3月の10回に分けて納付していただきます。また、一定の要件に当てはまる人は、公的年金からの納付となります。納付方法は6月中旬に発送する納付通知書に記載します。

納付書は世帯主に送付します

国民健康保険料は世帯ごとに計算し、納付義務者は世帯主になります。ただし、保険料の計算対象となるのは国保加入者のみです。

令和8年度中に後期高齢者医療制度へ移行される世帯の納付方法について

世帯主が75歳となり、後期高齢者医療制度へ移行する年度の保険料については、年金からの天引きは中止し、納付書または口座振替による納付となります。

保険料の期限内納付にご協力ください

納期を過ぎると督促手数料や延滞金がかかります。また、未納があると限度額適用認定証※の交付や人間ドックの助成は受けられません。

安心して国民健康保険制度をご利用いただけるよう、保険料は期限内に納付しましょう。

※「限度額適用認定証」とは、入院時、医療機関の窓口で支払う自己負担額が高額療養費の限度額までとなる証明書です。

〈保険料はキャッシュレスで払えます〉

クレジットカード・インターネットバンキング・PayPay(ペイペイ)

後期高齢者健康診査を実施します

問 保険年金課 ☎65・6527

後期高齢者の健康診査(以下「健診」)は、糖尿病等の生活習慣病を早期に見し、重症化を予防することを目的に実施しています。

自身の健康状態を把握し、健康づくりに役立てるためにも、1年に1回健診を受診しましょう。健診は、滋賀県後期高齢者医療広域連合から委託を受けて、市が実施します。

【対象者】

- 後期高齢者医療制度の被保険者
- ※ただし、次の人は**対象となりません**。
 1. 病院や老人ホーム等に入院(6か月以上)入所している人
 2. 今年度、既に他の健診(特定健診・0次健診等)を受診した人

【実施場所】

- 受診券に同封する案内文書に記載の医療機関
- ※医療機関にご予約のうえ受診ください。

【費用】無料

【実施期間】受診券が届いてから翌年2月28日まで

【受診券の送付時期】

6月下旬頃(予定)

※ただし、今年度、75歳の誕生日を迎え、後期高齢者医療保険に加入された人は、受診券が發送されません。受診券を希望される場合は、保険年金課へ申し出てください。



長浜市事業者応援

ながはま割

最大 **40%** 割引

デジタルクーポン事業

第2弾

▼ながはま割
公式ホームページ



〒116-0001 東京都荒川区西日暮里1-1-1 日暮里センタービル101号 050-5799-2919

※問合せ対応時間：平日9時～17時（クーポン利用期間中は土日祝含む9時～17時）※9月30日（水）まで

市内の対象店舗（食料品、日用品、生活サービス、飲食サービス等）で利用できるデジタルクーポン（各クール2,000円（400円×5枚））を市公式LINEで配信します。

★★第1弾からの変更点★★ 全期間（第1クール～第6クール）を通して、同じ利用者が同じ店舗でクーポンを利用できる回数は、金額に関わらず1回限りとなります

▶クーポン利用期間

▶6月1日（月）～8月23日（日）

※期間の途中でも全体予算の上限に達し次第終了します。

- **第1クール** 6月1日（月）10:00～6月14日（日）
- 第2クール** 6月15日（月）～6月28日（日）
- 第3クール** 6月29日（月）～7月12日（日）
- 第4クール** 7月13日（月）～7月26日（日）
- 第5クール** 7月27日（月）～8月9日（日）
- 第6クール** 8月10日（月）～8月23日（日）23:59

▶利用条件

※以下の条件で示す会計額は、すべて税込みです。
※1回あたり1,000円以上の支払いが対象です。

- ▶1,000円～1,999円の会計
・・・400円分（クーポン1枚）利用可能
- ▶2,000円～2,999円の会計
・・・800円分（クーポン2枚）利用可能
- ▶3,000円～3,999円の会計
・・・1,200円分（クーポン3枚）利用可能
- ▶4,000円～4,999円の会計
・・・1,600円分（クーポン4枚）利用可能
- ▶5,000円以上の会計
・・・2,000円分（クーポン5枚）利用可能

長浜市のお店を応援しよう!

市内における消費喚起と購買意欲の向上を図るとともに、物価高騰の影響を受ける市内事業者を支援し、地域経済の活性化と好循環につなげていきます。

長浜観光
PRキャラクター
ひでよしくん



▶対象店舗

- ▶市内の小売業、飲食業、サービス業の参加店（公式ホームページで確認可能）
- ※大手企業、大手フランチャイズチェーンのほか、一部業種などで対象外店舗あり
- ※対象店舗にはキャンペーンポスターを掲示

▶利用方法

利用前の準備 友だち追加・利用登録



LINEで市公式アカウントを友だち追加→
※すでに友だち追加している人も、以降の操作が必要です



市公式アカウントのトーク画面下部にあるメニュー（「長浜市情報」側）から受信設定を選択。配信希望情報等を選び「回答」を押し、次画面で「送信」を押し
※ながはま割の利用状況等は、受信項目「お得な情報」で配信します
[詳しくは左記のページをご確認ください]

【5月25日（月） 10:00～】
トーク画面下部にあるメニュー（「ピックアップ情報」側）に表示される「ながはま割」を選択
必要な情報を入力して準備完了

STEP 1 会計時に、クーポンの枚数を選択

店舗に掲示されているQRコードを読み取り、支払い金額を入力し、利用するクーポンの枚数を選択



STEP 2 店員に画面を提示する

店員にクーポン利用枚数と利用完了画面を見せて利用完了



LINEの友だち追加?受信設定?

掲載している画面の表示内容はイメージです。実際とは異なる場合があります。

大丈夫です! これを読めば簡単にできます!

長浜市LINE公式アカウントの 友だち追加 について

【方法①】

スマートフォンのカメラアプリ等で
右のQRコードを読み取る



【方法②】

LINEアプリのホームの検索欄に
【@nagahamashi】と入力して検索



「LINE ID検索: @nagahamashi」
をタップ



友だち追加のアイコンをタップ
※2つ表示されると思いますが、
どちらでも構いません。

長浜市LINE公式アカウントの 受信設定 について

【方法①】

初めて友だち追加した場合、
受信設定に関するメッセージ
が届くので、リンクをタップ



【方法②】

メニューの「長浜市情報」を
タップして、「受信設定」を
タップ

配信希望情報が新しくなっていますので、
ぜひ設定をお願いします!

【長浜市 受信設定】の画面が
開くので、「性別」「生年月」「お
住まいの地域」「配信希望情
報」を選択して、一番下にある
「回答」をタップ

次の画面が開くので、内容を確認して
一番下にある「送信」をタップ

「回答」の次は「送信」をタップ!
忘れずをお願いします。



お得な情報やイベント、子育て、健康などに関するお知らせのほかにも、
災害情報やクマの出没など、緊急性が高い重要なお知らせをいち早くお届けするために、
公式LINEの受信設定をしていただく必要があります。
ぜひこの機会に、日ごろの安全を守る一歩として、受信設定をお願いします。



岡建築課建築指導室 ☎65・6543

あなたの住まい地震対策できていますか 耐震診断や耐震のための工事費用等を補助します

①大地震はいつどこで発生してもおかしくありません

市に深刻な被害をもたらすと考えられている「柳ヶ瀬・関ヶ原断層地震」では、最大震度7が予想されています。また、南海トラフ巨大地震も大きな被害をもたらすと想定されており、近い将来必ず起こるといわれています。

②まずは耐震診断を受けましょう

地震の発生は止められませんが、「耐震化」によって、被害を大幅に減らすことはできます。昭和56年5月以前に建てられた建築物は、現在の基準に比べて低い耐震基準により建築されているため、大きな被害を受けるおそれがあります。まずは、耐震診断を受け、自らの住まいの耐震性をチェックしましょう。

③地震の被害を減らすために

耐震診断の結果、倒壊する可能性が高いことが確認された場合、耐震改修などの対策が必要です。地震による被害から人命を守るため、できるだけ早く耐震化を進めましょう。

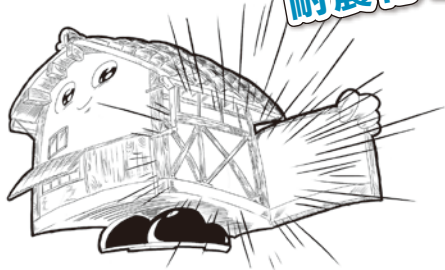
③ブロック塀の点検

地震によるブロック塀の倒壊により犠牲者がでています。ブロック塀の維持管理は、所有者・管理者の責任です。日頃から点検・診断し、適切な維持管理をしてください。

点検の結果、危険性が確認された場合には、付近を通行する方への注意表示等を行っていただくとともに、速やかに補修または撤去していただくようお願いします。

※各項目に対する補助メニューは、次のとおりです。

もしもの前に耐震化を!



①木造住宅の

無料耐震診断



【対象住宅】

次のすべての要件を満たす市内の住宅

- 昭和56年5月31日以前に着工し、完成しているもの
- 延べ面積の用途の2分の1以上が住宅であるもの
- 階数が2階以下かつ延べ面積300平方メートル以下のもの
- 木造軸組工法のもの(枠組壁工法、丸太組工法等でないもの)

【診断内容】

県に登録している耐震診断員が、主に目視で耐震診断を行います。耐震診断の結果、上部構造評点が0.7未満の場合には、耐震改修の概算費用の算出を行います。

【申込期間】

6月1日(月)～6月30日(火)

※申込み多数の場合は抽選

【申込方法】

窓口または電子申請フォームでお申し込みください。

②木造住宅の耐震

改修等工事費の補助



【対象住宅】

次のすべての要件を満たす市内の木造住宅

- 前年度以前に、耐震診断の結果、総合評点が0.7未満とされたもの
- 市が行う「無料耐震診断」の対象となるもの

【対象者】

対象となる住宅を所有し、次の要件を満たす人

- 市税等の滞納がない人
- 対象工事について、国・県・市の他の制度による補助を受けていない人

【申込期間】

6月1日(月)～6月30日(火)

※申込み多数の場合は抽選

※事業の着工前に申し込みください。

【申込方法】

申込み時に必要な設計図・見積書等の書類について説明しますので、必ず事前に担当課に相談ください。

※補助を受けるには、滋賀県講習会修了者名簿に登録されている設計者・施工者に依頼する必要があります。

お知らせ

③避難路等に面した
ブロック塀等の安全確保
のための工事費の補助



【対象となるブロック塀等】

市内にあるブロック塀で、次の要件を満たすもの。

○通学路の避難路等に面するもの

○補強コンクリートブロック造または組積造の塀で、道路面からの高さが60センチメートル以上のもの

○耐震診断の結果、倒壊する危険性があると判断されたもの（建築基準法に違反していないものに限る）

【対象者】

ブロック塀等の所有者またはブロック塀がある自治会の代表者で、次の要件をすべて満たす人

○市税等の滞納が無い人

○対象となる工事について、国、県、市その他の制度による補助を受けていない人

【対象となる工事】

○ブロック塀等の高さを道路面から60センチメートル未満にする撤去工事

○ブロック塀等の耐震補強工事（安全性が確認できるものに限る）

○ブロック塀等の撤去後の新設工事
※工事については、一定の要件あり。

※補助金交付決定までに着手（工業者との契約を含む）した場合は、この事業の対象外となります。ご注意ください。

【補助金額】

工事費の3分の2（限度額10万円）

【申込受付期間】

6月1日（月）～6月30日（火）

※申込み多数の場合は抽選

【申込方法】

申込み時に必要な図面・見積書等の書類について説明しますので、必ず事前に担当課にご相談ください。

アスベストの含有 分析調査費用の補助



アスベストを含有する民間建築物の把握とその除去を促進し、市民の生活環境の保全を図るため、市内の既存建築物のアスベスト含有分析調査の費用を補助します。

【申込期間】

6月1日（月）～6月30日（火）

※申込み多数の場合は抽選

※詳しくは、担当課までお問い合わせください。

避難支援・見守り支えあい制度

☎ 社会福祉課 65・65336
☎ 長寿推進課 65・7789

「いつも」のつきあいが

「もっも」に生きている！

高齢者やしょうがいのある人の避難支援では、日ごろからの声掛けや、協力して行動する「支えあいの体制」が重要です。

市では「避難支援・見守り支えあい制度」により、身近な自治会組織が主体となった避難支援体制づくりを支援しています。この制度は、登録対象者から申し出を受け、自治会や防災組織、民生委員・児童委員の皆さんによる支援体制をつくるとともに、市と社会福祉協議会が必要な情報を共有するものです。

【登録方法】

申請書類を下記まで提出してください。申請書類は下記窓口、ホームページでダウンロードできます。

※登録はいつでも受け付けています。自治会長や民生委員・児童委員、市社会福祉協議会などにご相談ください。

【登録対象者】

ひとり暮らしの高齢者や重いしょうがいのある人など、日常生活に手助けが必要な人や避難時に支援が必要な人

【提出先】

・長寿推進課（本庁舎1階）
☎ 65・7789
・しょうがい福祉課（本庁舎1階）
☎ 65・6518

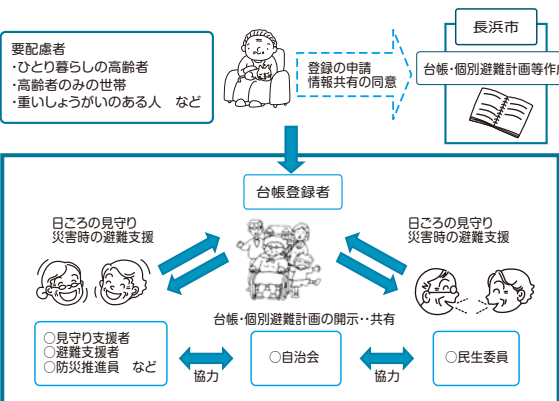
・社会福祉協議会（さざなみタウン内3階、高田町）
☎ 62・1804

【その他】

制度の内容や登録手続きの方法について説明する出前講座もあります。下記フォームにて受け付けています。



「長浜市避難支援・見守り支えあい制度」の概要



結婚された世帯や東京圏からの 移住者を支援します

問 未来こども若者課 ☎65・6371
✉ mirai-kodomo@city.nagahama.lg.jp



結婚新生活支援



移住就業支援

結婚等新生活支援事業

新婚世帯やパートナーシップ宣誓を行った世帯の新生活を支援するため、新居の住宅費(家賃等)および引っ越し費用の一部を助成します。要件など、詳しくは市のホームページをご覧ください。

移住就業支援事業

市内への移住定住の促進、中小企業等の人材不足の解消のため、東京圏から市内に移住し、対象の中小企業等に就業した人を支援します。要件など、詳しくは市と県のホームページをご覧ください。

在宅しようがい者の社会参加を支援します

問 しようがい福祉課 ☎65・6372
〒526・8501 八幡東町632番地



在宅で生活するしようがいのある人の社会参加を支援するため、援助券を交付します。

【対象者】

令和8年4月1日現在、市民税非課税世帯に属する7歳未満の在宅で生活している人で、次のいずれかの手帳を持っている人

- ①身体障害者手帳 1級、2級
- ②療育手帳 A1、A2、B1、B2
- ③精神障害者保健福祉手帳 1級、2級

【交付額】

1人につき年額1万2千円
※昨年度までの現金給付に代わり、援助券(ギフトカード)を交付します。

【申請方法】

対象者には6月下旬に案内文書を送付します。郵送、窓口、又は電子申請フォームから申請してください。

※市民税の修正申告等をした人は対象となる場合があります。詳しくは市ホームページをご確認ください。

【申請期間】

7月10日(金)まで

※申請期間終了後も随時受け付けます。

【受付窓口】

しようがい福祉課(本庁舎1階)
くらし窓口課(北部合同庁舎)

令和9年「長浜市20歳のつどい」 実行委員募集のお知らせ

問 生涯学習課 ☎65・6552
教育指導課 ☎65・8605



市では20歳の人を対象に、あらためて大人としての責任を自覚し、地域社会との関わりを深める機会として、「長浜市20歳(はたち)のつどい」を開催します。

これに伴い、企画・運営に関わっていただける実行委員を会場ごとに募集します。皆さんのアイデアを活かした、心に残る式を仲間と一緒につくりませんか。

【応募資格】

令和9年「長浜市20歳のつどい」対象者

【募集人数】

各学校区2〜3人程度

【内容】

20歳のつどいのイベントの企画、当日進行等の運営

【募集締切】

7月24日(金)

【問合せ・申込先】

教育指導課(☎65・8605)
※開催日時・会場については下記をご確認ください。

令和9年「長浜市20歳のつどい」

【開催日】

令和9年1月10日(日)

【会場・時間】

○長浜文化芸術会館(大島町)

- 1部 11時30分(学校区:西中・南中・びわ中・虎姫学園)
- 2部 15時00分(学校区:北中・東中・浅井中)

○木之本スティックホール(木之本町木之本)

13時30分(学校区:湖北中・高月中・木之本中・余呉小中・西浅井中)

【対象者】

平成18年4月2日〜平成19年4月1日生まれで市内在住または出身の人

※本市に住民票がある対象者には11月中旬頃に案内はがきを送付します。

市外に住民票がある人で、本市のつどいに参加を希望する場合は、生涯学習課までお知らせください。

お知らせ

国の事務(原:市に委任している事務なども一部含まれます。)としては、例えば、**国道、一級河川、年金、健康保険、雇用保険、労災保険、戸籍、登記**など、意外に身近な分野があります。

このようなことについて困ったときは、お気軽に行政相談委員までご相談



行政相談委員は、皆さんの身近な相談相手として、国の事務に関する苦情などの相談を受け付け、助言や関係行政機関に対する通知などを行ってまいります。

行政相談委員は、行政相談委員法に基づき、総務大臣が委嘱した民間有識者であり、ご相談は無料・予約不要・秘密厳守です。

市内の行政相談所の開設場所・日時については下記をご覧ください。

ご利用ください「行政相談」

問 総務課 ☎ 65・6503



市職員を募集します

問 人事課 ☎ 65・6502
✉ jinji@city.nagahama.lg.jp

【募集職種・人数】

- ・一般事務職(上級) 18人
- ・土木技術職(上級) 若干名
- ・建築技術職(上級) 若干名
- ・電気技術職(上級) 若干名
- ・保健師(上級) 1人
- ・社会福祉士(上級) 1人
- ・心理判定員(上級) 1人
- ・療育専門員(上級) 1人
- ・幼児教育職 15人
- ・キャリアアチャレンジ(社会人経験者枠・第1期募集分) 3人

・育児休業等代替任期付職員(中級) 3人

【応募方法等】

市ホームページまたは募集専用ページ(パブリックコネクト)をご覧ください。

【申込受付期限】6月19日(金)

【その他】

一般事務職(初級・しようがいのある人対象)やキャリアアチャレンジ(社会人経験者枠・第2期募集分)の採用試験は、秋に実施する予定です。

▼市ホームページ



▼パブリックコネクト長浜市ページ



各種無料相談 ★印は予約が必要です。

相談名	日時	場所	問合せ・申込先
行政相談・人権相談	6月1日(金)、5日(金)、7月3日(金) ※6月1日(金)は人権相談のみ 10時～12時	浅井分庁舎(内保町)	行政相談 滋賀行政監視行政相談センター (☎077-523-1100) ※受付は終了時刻の30分前まで
	6月1日(月)、7月6日(月) 10時～12時	虎姫まちづくりセンター(田町)	
	6月2日(火)、9日(火)、7月7日(火) ※6月9日(火)は人権相談のみ 10時～12時	社協びわセンター(難波町)	
	6月2日(火)、9日(火)、7月7日(火) ※6月2日(火)は人権相談のみ 13時～15時	西浅井まちづくりセンター(西浅井町大浦)	
	6月2日(火)、24日(水) ※6月2日(火)は人権相談のみ 10時～12時	社協湖北センター(湖北町速水)	
	6月2日(火) ※人権相談のみ 10時～16時	神照まちづくりセンター(神照町)	
	6月3日(水)、10日(水)、7月8日(水) ※6月3日(水)は人権相談のみ 13時～15時	高月まちづくりセンター(高月町渡岸寺)	
	6月3日(水)、18日(木) ※6月3日(水)は人権相談のみ 10時～12時	木之本まちづくりセンター(木之本町木之本)	
	6月4日(木)、11日(木)、18日(木) 25日(木)、7月2日(木) 10時～12時 ※6月11日(木)、25日(木)は人権相談のみ	長浜地域福祉センター (さざなみタウン内、高田町)	
	6月5日(金)、7月3日(金) 13時～15時	余呉まちづくりセンター(余呉町中之郷)	
6月25日(木) ※人権相談のみ 10時～12時	社協木之本福祉ステーション(木之本町千田)		
女性の悩み相談★	6月4日(木)、7月2日(木) 10時～13時 6月20日(土) 13時～16時	長浜市民交流センター(地福寺町)	平日：人権施策推進課 (☎65-6556 専用ダイヤル) 土日祝：長浜市民交流センター (☎65-3366) 予約受付時間：9時～16時45分 こちらからでも予約可です。▶



滋賀県知事選挙

選挙管理委員会事務局 (☎65・6503) FAX 63・4111
✉ senkan@city.nagahama.lg.jp



【投票日】7月5日(日)

【投票時間】7時～20時

投票日当日は、市内37か所のいずれの投票所でも投票することができます。また、当日投票に行けない人は、期日前投票をすることができます。

期日前投票所
○本庁・北部合同庁舎

【期間】6月19日(金)～7月4日(土)

【時間】8時30分～20時

○浅井・湖北・高月分庁舎、びわ文化学習センター・虎姫生きがいセンター

【期間】6月29日(月)～7月4日(土)

【時間】9時～18時

○余呉やまなみセンター・西浅井分庁舎

【期間】7月1日(水)～7月4日(土)

【時間】9時～18時

○イオン長浜店

【期間】6月27日(土)～7月4日(土)

【時間】10時～20時

※長浜市議会議員一般選挙は7月19日(日)。詳しくは7月号でお知らせします。

日本語教室のボランティア講師を募集しています

問 長浜ユネスコ協会事務局(生涯学習課内)
☎65・6552 ✉ unesco@city.nagahama.lg.jp



長浜ユネスコ協会では、市内に暮らす外国人の生活を支援するため、日本語教室を開講しています。

日本語教育に関心のある人や国際交流に携わりたい人はご連絡ください。

※授業は日本語で行います。

※資格は不要です。

【開講日】週2回(水・土曜日)

19時～20時30分

※どちらかの曜日だけでも可

【会場】長浜市多文化共生・国際文化交流ハウスGEO(神照町)

【申込み】電話またはメールで担当課まで

「ながはま農業塾」を開催します

問 農政課 ☎65・6522



農業を楽しみたい方・野菜の栽培や販売を始めたい方に、基礎的な知識や技術を正しく身に付けていただくため、「ながはま農業塾」を開催します。

【場所】長浜市早崎町地先

(長浜駅から車で15分程度、駐車場有)

【対象者】市内で農業を行いたい方

【申込期間】

6月1日(月)～6月30日(火)

【募集区画】

15区画(定数を超えた場合は抽選)

【費用】5,000円

【その他】申し込み方法等、詳細はホームページに掲載しています。ご確認のうえ、左記まで申込書をご提出ください。

【申込先】

湖北地域農業センター

(☎62・4143)

【研修期間】

令和8年8月から12月まで(計8回)

【時間】午前10時から12時

(座学・実習各1時間)

障害基礎年金の窓口相談の予約について

問 保険年金課 ☎65・6516



障害の原因となった病気やけがの初診日(初めて医師の診療を受けた日)が、「20歳になる前」または「国民年金加入期間」であれば、障害基礎年金を受けられる場合があります。

長浜市役所での障害基礎年金の相談は、事前予約制です。

予約は、受付日の7日後から1ヶ月

以内で、毎週火曜日～金曜日(祝日除く)の9時30分～14時30分のいずれかの枠でお取りいただけます。※予約がない場合、相談・受付はできません。

※障害厚生年金を請求される(初診日に厚生年金に加入していた)方や、お急ぎの方は、彦根年金事務所へお問い合わせください。

起業・地域活動セミナー受講者募集

問 人権施策推進課 ☎65・65660
✉linken@city.nagahama.lg.jp

起業・地域活動、想いをカタチにしませんか。「自分の好きなことや特技を活かして仕事をしたい」「すでに事業をスタートしているけれど、改めて学びたい」。そんな女性を対象に、学びを提供します。参加は無料です。



【Class(クラス)】

○起業・地域活動はじまりの準備 class (全7回)

【対象】好きや得意を活かして起業や地域活動をした女性

①事業・活動の未来マップをつくらう!!

【日時】6月16日(火)10時～12時

②想いをカタチにする準備の秘訣

【日時】6月23日(火)10時～12時

【Step(ステップ)】

○起業・活動のステップアップ(1回)
次のステージを考える交流&相談 Day1

【対象】事業や活動を広げたい女性

【日時】6月30日(火)10時～12時

【共通事項】

【講師】合同会社 LOCO 代表社員

宮本 麻里 氏

【会場】えきまちテラス長浜

LOCO Living(北船町)

【定員】15人

【持ち物】筆記用具、メモ

【問合せ・申込み】

合同会社 LOCO(☎53・4480)

公式LINEID: @346hnxis



働く人を応援する企業による

合同企業説明会『Job+choiceフェスタ』開催

問 商工振興課 ☎65・8766

就職を考えている子育て期の方、子どもの成長と共に働き方を見直したい方などを対象に、企業との出会いの場となる合同企業説明会「Job+choiceフェスタ」を開催します。説明会に先立ち、就職やキャリアアップに向けたセミナーも開催。自分らしく働く一歩を応援します。参加は無料です。

※主催者：湖北地域雇用創造協議会

○Job+choiceフェスタ

(合同企業説明会)

【日時】6月26日(金)

9時30分～12時30分

【会場】米原市役所1階コンベンションホール(米原市米原)

【託児】先着10名(9ヶ月以上)

【参加企業】約10社(多様な働き方に配慮した企業)

【対象】湖北地域での就職を希望する子育て期の方(乳幼児～大学生の保護者)、働き方を見直したい方

○セミナー

変化に対応！税と社会保障制度基礎

【日時】6月8日(月)10時～12時

【会場】えきまちテラス長浜

LOCO Living(北船町)

【託児】先着5名(9ヶ月以上)

※その他、就職・キャリアアップに向けたセミナーの詳細はホームページへ。

【問合せ・申込み】

合同会社 LOCO(☎53・4480)

公式LINEID: @346hnxis



6月23日～29日は「男女共同参画週間」です

問 人権施策推進課 ☎65・65660

「あなたらしさが、社会のチカラ」

(令和8年度「男女共同参画週間」キックオフフレーズ)

性別に関わらず、誰もが、色々な場所で、それぞれの個性と能力を發揮できる「男女共同参画社会」の実現のために、一人ひとりができることをこの機会に考えてみませんか。



下水道排水設備工事責任技術者試験

問 下水道施設課 ☎65・16001

(公財)滋賀県建設技術センター

☎077・5655・0216

【試験日】

11月10日(火)14時～16時

【試験会場】

コフロしが21(大津市打出浜2-1)

【受付期間】

8月17日(月)～8月31日(月)

各日9時～16時※平日のみ

【申込書配布】

8月3日(月)から窓口で。

【申込先】

○下水道施設課(本庁舎2階)

○(公財)滋賀県建設技術センター(草津市野路)



「健康推進員」活動体験講座を開催します

問 健康医療政策課 ☎ 65・7779 FAX 65・1711
 ✉ kenkoiry@city.nagahama.lg.jp



「疲れが取れにくい」「運動不足」そんな身体の不調が気になりつつも、忙しさに追われ、やり方がわからずほったらかしにいませんか。日々の食事と運動をテーマに、気軽に健康づくりを体験できる講座を開催します。

健康づくりはひとりできず、家族や友人と一緒に続けやすくなります。「健康推進員」は身近な人に健康づくりを勧めるボランティアです。講座ではその活動も紹介します。資格は不要です。まずは「体験」から始めてみませんか。

①「だし」で身体がよるこが美味しい減塩・だし飲み比べ体験

【日時】6月24日(水)13時30分

【会場】北部健康推進センター
 (高月分庁舎西側)

【定員】30人

②運動苦手さんでも大丈夫！ふだんの生活にちよいとし運動体験

【日時】6月27日(土)10時

【会場】神照まちづくりセンター

【定員】40人

【申込】下記フォームから

①②共通



健康づくりの役立つ測定会を行います

問 健康医療政策課 ☎ 65・7779 FAX 65・1711
 ✉ kenkoiry@city.nagahama.lg.jp



普段の野菜摂取量、骨強度などの簡単測定会を実施します。当日は、健康運動指導士による、気軽にできるミニ体操・店舗内ウォーキングも行います。買い物ついでに、運動や食生活について振り返りましょう。

【日時】6月27日(土)

11時～12時30分／13時～15時30分

※体操・ウォーキングは11時集合、集まり次第開始します。



▲見学会の様子

【場所】アル・プラザ長浜1階

おとなのスペース

【内容】野菜摂取量測定(推定)、骨強度測定、血管年齢測定等

パソコン入門講座のお知らせ

問 生涯学習課 ☎ 65・6552



初心者向けのパソコン講座を開催します。六荘まちづくりセンターでは、無料パソコンサポート・スマートフォンサポートも実施しています。(毎週土曜日9時～12時)

詳しくは、各まちづくりセンターに設置している「パソコン講座スケジュール」をご覧いただくか、各講座の会場までお問い合わせください。

【費用】

下表受講料と別途で、回数に応じて次のテキスト代が必要です。

2回…1,000円
 4回…1,500円

【申込】

6月4日(木)以降、電話で左記まで。

・長浜市民交流センター(地福寺町)

☎ 65・3366

・六荘まちづくりセンター(勝町)

☎ 62・0198

・湖北まちづくりセンター(湖北町)

速水 ☎ 78・1287

※先着順です。開講時間をご確認の上、お申し込みください。

【問合せ(講座内容等について)】

NPO法人一丁育成会あすな

☎ 63・8319

【講座のスケジュール(一部)】

会場	講座名	受講料	開講日時	回数
長浜市民交流センター	Googleサイトでホームページ	2,000円	7月6日(月) 10時～	2回
	ワード初級講座	4,000円	8月3日(月) 10時～	4回
	ホームページ作成基礎講座	4,000円	7月6日(月) 19時～	4回
湖北まちづくりセンター	エクセル初級講座	4,000円	7月6日(月) 10時～	4回
	パワーポイント基礎講座	4,000円	7月2日(木) 13時30分～	4回
六荘まちづくりセンター	パワーポイント基礎講座	4,000円	7月8日(水) 10時～	4回
	Googleサイトでホームページ	2,000円	9月2日(水) 10時～	2回
	Googleサイトでホームページ	2,000円	7月3日(金) 10時～	2回
	エクセル初級講座	4,000円	7月3日(金) 19時～	4回
	Googleサイトでホームページ	2,000円	9月4日(金) 19時～	2回

長浜市総合計画基本構想案への 意見を募集します

問 政策デザイン課 ☎65・6505
✉sougou@city.nagahama.lg.jp
☎65・4006



市では、まちづくりを進めるうえで、長期的な展望に立った「めざすまちの姿」を明らかにし、本市に関わるすべての人々と共有することが重要と考えています。

そのため、市政を総合的かつ計画的に運営する指針として、「長浜市総合計画」の策定を進めています。

今般、長浜改革会議における議論・審議に加え、さまざまな市民参画の仕組み（いいね！長浜会議）、市民意識調査、市内保育園・認定こども園・小中学校ワークショップ、高校生・大学生トーク、七夕イベント、長浜まち未来イベント、市民活動団体や地域住民との意見交換等）を活用し、幅広い世代の多くの方からご意見をいただきました。

これらを踏まえ、「長浜市総合計画基本構想案」を策定しましたので、本案について市民の皆さんからの意見を募集します。

【提出方法】

次のいずれかの方法で。

- ・意見提出フォームによる提出
- ・任意様式に、①意見、②住所、③氏名、④メールアドレス（または電話番号）を明記し、電子メール、持参、郵送またはFAXにより提出

【提出期限】

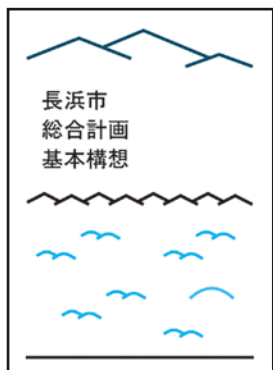
7月1日（水）※必着

【本案の閲覧場所】

- ・市ホームページ
- ・政策デザイン課窓口（本庁舎）
- ・市政情報コーナー（本庁舎・北部合同庁舎）



▲意見提出フォーム



▲総合計画基本構想

滋賀県レイカディア大学 第48期学生を募集します

問 長寿推進課 ☎65・7789



滋賀県社会福祉協議会では、高齢者が新しい知識と教養を身につけ、地域の担い手として活躍できるよう支援するため、「滋賀県レイカディア大学」を開設しています。

【出願手続き】

入学願書を申込先に郵送してください。（持参可）

※募集要項および入学願書は、長寿推進課、社会福祉協議会、まちづくりセンター、図書館などで配布しています。また、びわこシニアネットからダウンロードもできます。

びわこシニアネット
ホームページ



【入学願書受付期間】

6月1日（月）～7月31日（金）

【入学資格】

県内に居住し、令和8年10月1日現在で60歳以上の方。

【授業料】

各学年、前期・後期ともに2万5千円（2年間で10万円）です。

※教材費、傷害保険料、見学・研修の経費および自主活動等に要する経費などは、別途自己負担となります。

【問合せ・申込先】

○滋賀県レイカディア大学

- ・草津キャンパス（〒525・0072 草津市笠山7・8・138）（県立長寿社会福祉センター内）☎077・567・3901
- ・彦根キャンパス（〒522・0074 彦根市大東町2・28）（COZY TOWN アル・プラザ彦根4階）☎0749・21・6333

給食センターの一般開放と試食会の開催



6月は「食育月間」です。月間にあわせて給食センターの一般開放と給食の試食会を実施します。

日 ①6月15日(月)

一般開放…9時30分～13時
試食会…11時30分～13時

②6月19日(金)

一般開放…10時～13時
試食会…11時～13時

場 ①南部学校給食センター(南田附町)

②北部学校給食センター(高月町高月)

試食会について

定 ①30人 ②16人

費 1食あたり290円

申 左記申込フォームから



▲①の申込



▼②の申込

締 5月29日(金)～6月4日(木)

※申込多数の場合は抽選を実施

他 献立・①ポークカレーほか

②うどん、あげパンほか

※献立の詳細はホームページへ。

問 長浜南部学校給食センター

(☎63・5818)

問 長浜北部学校給食センター

(☎85・2001)

ながはま涼みどころをご利用ください



熱中症による健康被害の発生を防止するため、空調が稼働している涼しい公共施設やご協力いただける商業施設等を「ながはま涼みどころ」として開放します。

ながはま涼みどころを休憩所として利用することで、一時的に暑さをしのぎ、熱中症の防止につながります。

日 6月1日(月)～9月30日(水)

場 開放施設は市ホームページで。

問 環境保全課(☎65・6513)

史跡下坂氏館跡の開館日時が変わります



7月1日(水)から、下坂氏館跡の開館日時を変更します。

【変更後の開館日】

毎週日曜日

※12月第3日曜日から翌年3月第2

日曜日までは休館

【変更後の開館時間】

・4月～10月…午前9時～17時

・11月～3月…午前10時～16時

※入館受付は閉館30分前まで。

問 文化観光課歴史まちづくり室

(☎65・9376)

長浜市美術展覧会 出展作品の募集



対 長浜・米原市に在住、通勤、通学する人および両市出身の学生(高校生以上)が制作した、未発表の創作作品かつオリジナル作品。

費 1点につき500円

※出品点数は1人につき、(洋画・書)

1点、(日本画)2点、(彫刻・工芸・写真)3点まで

申 8月14日(金)または15日(土)に申込

書と出品料を添えて作品を長浜文化芸術会館まで搬入してください。

※開催要項、出品申込書等は展示会場

や市内の市民まちづくりセンター等

公共施設にあります。

展示期間・会場について

展示期間

日 展示期間

○第1期(日本画・洋画)

9月4日(金)～12日(土)

○第2期(彫刻・工芸・書・写真)

9月18日(金)～26日(土)

場 長浜文化芸術会館(大島町)

問 長浜市美術展覧会委員会事務局(長

浜文化芸術会館内)(☎63・7400)

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。

☎0749(68)3833

夜間・休日の相談にも対応 (要予約)

- ・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

ケーブルテレビ ZTV



びわ 虎姫 湖北 高月 地域へ

サービス提供エリア拡大中!

ながはまテレビはZTVコミュニティチャンネルにて18時半より放送!

ZTV長浜支局

長浜市神照町30-4

(国道8号線口分田口交差点)

☎0120-222-505

大相撲長浜場所

問 文化スポーツ課 ☎ 65・8787 05・6571

✉ bunsपो@city.nagahama.lg.jp

27年ぶりに長浜に大相撲がやって来ます！
大迫力の取組はもちろん、「初切」「相撲甚句」「太鼓打分」など、巡業ならではの楽しみも満載です。ぜひ会場で、本物の迫力と熱気を「」体感ください。

日 10月15日(木) 9時開場

場 国民共済ドーム長浜(長浜ドーム)

費 タマリS席 17, 500円/人

タマリA席 16, 500円/人

ペアマス席 30, 000円/2人

アリーナイスS席 13, 500円/人

アリーナ車イス席 29, 000円/2人

スタンド大人席 7, 500円/人

スタンド子ども席 2, 500円/人

※タマリ席:「記念座布団」付き

※ペアマス席:「巡業座布団」付き

※その他、お土産・お弁当の予約販売あり

【チケット販売】

6月7日(日)から

○初日のみ特電販売(10時~17時)

☎ 0570・06・5566

○店頭販売(全て1階サービスセンター)

アル・プラザ長浜(10時~21時)

アル・プラザ彦根(9時30分~20時)

ビバシティ平和堂(10時~21時)

○プレイガイド

チケットぴあ(Pコード:8661
63)セブンイレブン、ローソン
チケット(Lコード:58015)ロ
ソン/ミニストップ、イープラス・
ファミリーマート

※車イス席は、6月8日以降、大相撲
巡業チケット事務局へ予約してくださ
い。

問 大相撲巡業チケット事務局

☎ 0570・05・3366

(10時~17時)



長浜米原休日急患診療所

6・7月の診療日のお知らせ

受診の際は必ず電話のうえ、
マスクを着用してください。

※インフルエンザ、新型コロナウイルス
ウィルス等の感染症検査は行
っておりません。

☎ 65・1525

※電話はおかけ間違いのない
ようにご注意ください。

【診療日】

6月7日、14日、21日、28日
7月5日、12日、19日、20日、
26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】

湖北医療サポートセンター

「メディアサポ」内

(宮司町1-181-2)

※受診時はマイナ保険証または
加入医療保険の確認ができる
書類・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。

問 健康医療政策課

☎ 65・6301

有料広告欄

庭木1本から承ります!

お客様へのお約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します
営業時間 9:00~17:00

広報ながはまをご利用の方に
生垣の剪定 長さ1m
高さ2m
通常2,200円を
初回限定先着10名様
1,100円! (税込)

ガーデンエクスプレス 滋賀東店
カクワ(東証スタンダード上場会社)グループ 守山市権田町30
☎ 0120-61-4128

仏壇を継ぐ人がいない... お寺への相談先がわからない...
家を整理する前に仏壇をなんとかしたい...

最後まで丁寧に。長年大切にしてきた
仏壇買取ります。

☎ 0120-265-152

古物許可証 第521140011096号
[兵庫営業所] 兵庫県丹波篠山市遠方 669-1

ひとことぬし
一言生

浅見 宣義



未来の安心につなぐ、
湖北の医療を考える

1 湖北の医療を支えてきた現場の力
長浜市を含む湖北圏域では、市立長浜病院、長浜市立湖北病院、長浜赤十字病院、セフィロト病棟の4病院を中心に、各医療機関が連携し、市民の命と暮らしを支える医療体制が医療従事者の皆さんの献身によって築かれてきました。救急、入院、専門医療を身近な地域で受けられることは、市民の安心であり、誇りです。

2 将来世代にも関わる厳しい課題
一方で、人口減少やコロナ後の受療動向の変化により患者数は減少傾向にあり、物価高騰や人件費・医療材料費の増加も重なって、市立2病院の経営は厳しい局面を迎えています。このまま赤字が続けば、将来的には100億円を超える規模の財政支援が必要となり、市の基金、つまり将来世代への蓄えにも深刻な影響を及ぼしかねません。これは病院だけでなく、福祉、教育、子育て、道路や公共施設の維持など、市民生活

全般に関わる課題です。国でも2040年を見据え、救急、在宅医療、介護連携、医師確保を含めた新たな地域医療構想の検討が進んでおり、これまでの湖北の医療の見直しはその方向性とも合致するものです。

3 未来の医療を守るための対話へ
この認識のもと、市では「長浜市病院再建・再編推進本部」を設置し、将来の地域医療を守るため、市立病院の再建と再編について検討を始めました。

新たな財政支援を具体的に考えていきますが、単なる赤字補填ではなく、10年、15年先の医療体制を守るための支援としていくことが大切であり、一体的に検討します。今後は、市民の皆さんをはじめ、議会、病院現場、関係機関と課題を共有しながら、必要な医療機能、役割分担、支援のあり方を議論し、結論を出してまいります。限られた時間の中で未来の市民への責任を果たせる答えをともに見出し、安心して暮らせる長浜の医療を地域全体で支えていきます。



▲長浜市病院再建・再編推進本部

お元気ですか



市立長浜病院
摂食嚥下障害看護認定看護師
山科 雄一

最近むせやすくなっていますか？

3つのポイント

「年齢のせいかな」と見過ごされがちですが、むせは食べ物や飲み物が気管に入りそうになったときに起こる大切な体のサインです。むせが起こる背景には、加齢による飲み込む力の低下や、脳の病気、体の衰えなどが関係しています。以前は問題なく食べられていた人でも、少しずつ機能が低下し、気づかないうちにむせやすくなる場合があります。また、体調が悪いときや疲れているときも、むせやすくなる

ことがあるため注意が必要です。これが続くと、誤嚥性肺炎などが

の原因になることもあります。むせを防ぐためには、日常のちょっとした工夫が大切です。まず1つ目は「姿勢」です。食事の際は軽くあごを引き、背筋を伸ばしてすわることで、食べ物が入りやすい方向へ流れやすくなります。足の裏をしっかりと床につけ、安定した姿勢で食べることが大切です。テレビを見ながらや、横を向いたままの食事はむせやすくなるため注意が必要です。

2つ目は「一口量」です。一度にたくさん口に入れると、うまく飲み込みきれず、むせの原因になります。「少しずつ」を意識することで、安全に食べることが出来ます。

3つ目は「ゆっくり食べる」とです。急いで食べると、飲み込むタイミングが乱れやすくなります。水分と食事を交互にとりながら、自分のペースで食べるのが大切です。

当院の摂食嚥下チームでは、みなさまがおいしく、安全に食事を食べ続けられるように支援させていただきます。

問 市立長浜病院
☎ 68・2300(代表)

このコーナーでは、病院施設や事業のほか、生活に役立つ“健康豆知識”などを紹介します。

毎年6月は食育月間 ～図書館で食育について学びませんか～

農林水産省は、毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」と定めています。食育は子どもから大人まで心と身体を育てる基本となります。食に関する知識を身につけることは「^{ちい}知育」、食べ物や作る人への感謝の気持ちを育てることは「^{とく}徳育」、そして望ましい食習慣を身につけることは「^{たい}体育」につながります。さまざまな経験を通じて「食」への理解を深め、健全な食生活を実践する力を育みましょう。

●図書館で「食」に関する展示を行います

図書館で、野菜や減塩についてパネル展示等のイベントを行います。ぜひ来てください。

【期間】5月30日(土)～6月29日(月)午前中

※休館日は図書館のホームページでご確認ください。

【場所】市内6図書館

(長浜・浅井・びわ・虎姫・湖北・高月)

【内容】パネル展示、関連図書コーナー、減塩の工夫について、クイズ等

※各図書館で内容は異なります。

●図書館で野菜の「おはなし会」を開催(乳幼児向け)

6月中、市内6図書館のはぐはぐおはなし会では“野菜”にまつわる絵本や紙芝居の読み聞かせをおこないます。下記の日程では栄養士のおはなしも聞けますよ。どんな野菜が出てくるか楽しみにして、参加してみませんか。

【日時】6月15日(月)10:30～11:00

【場所】長浜図書館



長浜市立図書館
ホームページ



●図書館で「食」に関する展示を行います

長浜市の食育に関するホームページ「食でつながる!長浜市の食育」を作成したのでぜひご確認ください。



6月の食育月間期間中、図書館で行っている食育の啓発については、こちらをご覧ください。



乳幼児健診

●受付時間 偶数日生まれ…13時～13時35分 / 奇数日生まれ…13時35分～14時15分
※高月分室会場の4か月、10か月健診の受付時間は下表のとおり

乳幼児健診
年間日程表



健診	長浜市保健センター 長浜・浅井・びわ・虎姫地区		保健センター高月分室 湖北・高月・木之本・余呉・西浅井地区		持ち物 【共通】母子健康手帳、質問票、バスタオル	
	対象児	健診日程	対象児	健診日程		
4か月	R8年2月21日～3月10日生	7月17日(金)	R8年3月生	7月24日(金) 4か月健診の受付時間 (13時～13時35分) 10か月健診の受付時間 (13時35分～14時15分)	歯ブラシ、 コップ	
	R8年3月11日～3月31日生	7月28日(火)				
10か月	R7年8月21日～9月4日生	7月16日(木)	R7年9月生			
	R7年9月5日～9月30日生	7月23日(木)				
1歳8か月	R6年11月13日～11月30日生	7月9日(木)	R6年10月・ R6年11月生	7月14日(火)		歯ブラシ、 コップ ささやき声 検査結果票
2歳8か月	R5年11月12日～11月30日生	7月13日(月)	R5年12月・ R6年1月生	8月20日(木)		
3歳8か月	R4年10月29日～11月18日生	7月6日(月)	R4年10月・ R4年11月生	7月2日(木)	歯ブラシ、 コップ 尿(清潔な容器に入れて)	
	R4年11月19日～12月10日生	7月7日(火)				

○お住まいの地区以外の会場で受診される場合は、2日前までに連絡してください。

さざなみタウンは『やってみたい』ができる場所。
あなたのいろんな『やってみたい』を応援します。

さざなみタウンの情報を随時発信中



▲HP



▲X (旧Twitter)



▲Instagram

●活動や思いを伝えよう!“みんなが定例記者発表”に出てみませんか?

“みんなが定例記者発表”は、地域活動や市民活動に取り組む人たちが、日ごろの活動内容や思いを、新聞などのメディアに向けて、共同で発表する場です。

市内の団体・個人の活動、または長浜市内で行われる公益的な活動を発表できます。1回につき、4～5団体が発表しています。



記者発表に向けて、ながはま市民協働センターが相談や準備などでサポートします。発表してみたい団体・個人を募集していますので、紹介したい内容がありましたら、ぜひエントリーください。

■記者発表予定日

令和8年8月6日(木)
10月1日(木)
各14時から15時頃(1時間程度)
以降も隔月開催予定です。

■会場

長浜まちづくりセンター
詳しくはHPへ



みんなの「やってみたい」を応援!

●定期相談会「相談と雑談の間ワークスペース」を利用してみませんか?

市民活動や地域づくりについての定期相談会を、月に2回実施しています。ちょっとした相談や、コワーキングスペースとしてもお気軽にご活用ください。

■開設日時

【毎月第2木曜日 10時～17時】
6月11日、7月9日、8月13日

【毎月第4土曜日等 13時～17時】
6月27日(※)、7月25日

■会場

長浜まちづくりセンター 会議室1AB
※6月27日はきのもと交遊館で実施

■問合せ

ながはま市民協働センター(ながはま文化福祉プラザ内)
☎65-6525 ☒katsudou@city.nagahama.lg.jp



相談ほどでもないけど
ちょっとだけ聞いて
ほしい時もOK!

協働センターHP▼



図書館が「フリ」 お買い物のついでに、本を返せます。

令和8年4月から、生活協同組合コープしが・(株)平和堂のご協力のもと、市内の各店舗に「図書返却ポスト」を設置しています(令和8年9月末までの実証実験中)。これまでの移動販売車に加え、身近なお店でも図書館の本を返却できるようになりました。

ここが便利!



- 毎日のお買い物のついでに返却できます
- 利用料無料、事前申込不要
- 紙袋やビニール袋に入れたまま投函できます

※長浜市内の図書館の本のみ返却可能です。
※利用可能時間：各店舗の営業時間内
※返却処理は本の回収後に行います。返却ポストへの投函から反映まで、少々お時間をいただきます。
詳しくは、長浜図書館(☎63-2122)へお問い合わせください。

▶図書館ホームページ



みんなの掲示板

市民の皆さんのサークル・団体が行う催しを掲載します。

お知らせ

◆「国民年金基金」で、将来受け取る年金を増やせます

国民年金基金は、老齢基礎年金に上乗せする公的な年金です。国民年金の定額保険料を納付している第1号被保険者(自営業者・農林漁業者とその配偶者・学生等)が任意に加入できます。掛金は、加入時の年齢、性別、口数などにより決まります。なお、掛金の全額が社会保険料控除の対象となるため、所得税や住民税が軽減されます。また、国民年金基金の給付は、「終身年金」となりますので、一生受け取ることができます。詳しくは、ホームページまたは左記までお問い合わせください。問 全国国民年金基金京滋支部(☎0120・65・4192)



▲国民年金基金
ホームページ

◆2026年度国家公務員採用一般職試験(高卒者試験)

日 9月6日(日) ※第一次試験日
場 京都市、大阪市、神戸市、奈良市、和歌山市 締 6月12日(金) 6月24日(水) 申 ホームページ から 問 人事院近畿事務局 試験第二係(☎06・4796・2191)



▲人事院
ホームページ

◆令和8年度の労働保険年度更新手続は、6月1日〜7月10日まで

保険料の申告・納付は、電子申請または最寄りの金融機関等でできます。また、市内では申告書の受付や作成方法の相談会を次の日程で開催します。

日 6月8日(月)、19日(金) 9時30分〜15時30分 場 長浜商工会議所(高田町) ※中止の場合は、滋賀労働局ホームページでお知らせ 問 滋賀労働局労働保険徴収室(☎077・522・6520)

催し

◆第24回「セリん館コンサート」

日 6月6日(土) 14時 場 セリん館(大依町) 内 懐かしい曲を透明感のある歌声にのせてたっぷりお届けします 講 票(ポカールとギター)のユニット(費)1,000円 申 問 浅井歴史民俗資料館(☎74・0101)

◆第4回 認知症のある方と家族のための交流会「ひときかふえ」

日 6月13日(土) 14時〜15時30分 対 認知症のある方を介護する家族(認知症のある方)ご本人も参加いただけます 場 長浜西部福祉ステーション(朝日町) 申 問 長浜長寿デイサービスセンター(☎63・5999)

◆風のおひらき

日 毎月第3土曜日 14時〜16時(13時30分受付) 場 滋賀県婦人会館(近江八幡市鷹飼町) 内 大切な人を自死で亡くした遺族が思いを語り合う(1分かち合い)の会を開催します。費 300円 問 風のおひらき(☎ naginokai.umi@gmail.com)

◆「シードー生命の糧」《アニメ》ルーボくたちと動物のこと《》

宮前シネマ上映会

日 《シード》6月19日(金) 10時・19時、6月20日(土) 13時・19時、6月21日(日) 10時・16時 《アニメ》6月19日(金) 13時・21時、6月20日(土) 10時・16時、6月21日(日) 13時・19時 場 宮前舎(宮前町) 内 宮前シネマはドキュメンタリー専門のマイクロシネマ。観て、知って、考える。そんなきっかけを届けます。6月はリクエスト一回(今を生きる全ての人に届けたい(食や)生命)の物語。(字幕上映/予告編は宮前舎のサイトよりご覧いただけます) 費 大人1,200円、中学生500円、小学生以下無料 申 2冊かメールにて、日時、氏名、人数を送信。当日飛び込み可(予約優先) 問 宮前シネマ(☎090・7102・2301) guzensha@gmail.com



▲宮前舎
公式LINE

◆長浜北星高等養護学校

夏の販売会

日 6月20日(土) 10時〜12時 荒天中止 場 長浜北星高等養護学校

校(地福寺町) 内 夏の花苗(パンジー、ビオラ)、木製フラワースタンド、鉢カバー、さき織りバッグ等の販売 持 商品持ち帰り用の袋や箱 他 詳細はホームページで。問 長浜北星高等養護学校(☎62・0920)



▲長浜北星高等養護学校ホームページ

◆滋賀県新人演奏会

第3回木之本公演

日 6月21日(土) 15時30分開演(15時開場) 場 木之本ステイックホール(木之本町木之本) 内 第25回滋賀県新人演奏会(6月6日開催予定) 出演者の有志による公演。上田歩阿さん(長浜市・フルート)ほかが出演予定。ゲストに脇阪法子さん(ソプラノ)・榎山さやかさん(ピアノ)を迎える。費 一般1,000円、中学生以下500円、障がいのある方と付添の方各200円 申 木之本ステイックホール(☎82・2411)、またはチケットストアから。↓



問 エンモ・コンサーツ(☎090・7061・7169) emmo-concerts@outlook.jp



◆滋賀県・長浜市手をつなぐ育成会共催ボウリング大会

日 6月20日(土) 10時※9時45分
受付場 長浜スプリングレーン(八幡中山町) 対 市内在住の知的障がい者、発達障がい者との家族費会員400円、非会員1,000円※当日入会された方は参加費400円・年会費100円※非会員の参加は10名まで 締 6月10日(水) 申・問 長浜市社会福祉協議会 担当：中村(☎62・18004) 他手をつなぐ育成会は、知的障がい、発達障がいのある方とその家族、支援者が集い、障がいのあるご本人や保護者の方が、地域で安心安全に暮らせる社会をめざして活動を行っています。

◆びわ湖ミュージックフォレスト

日 6月28日(日) 14時 場 滋賀県立文化産業交流会館 新江州シアター(小劇場)(米原市下多良) 内 彦根市出身の中嶋暉と大槻夏子身の大槻夏子が演奏。2人が奏で紡ぎだすピアノの世界をご堪能ください 費 一般：2,000円、24歳以下：1,000円、自由席※6歳以上入場可 申・問 滋賀県立文化産業交流会館(☎52・5111)

◆長浜ギター・マンドリンアンサンブル第33回定期演奏会

日 6月28日(日) 14時開演(13時30分開場) 場 浅井文化ホール(内保町) 内 演奏曲目「ケセラセラ」(Mrs. GREEN APPLE)、「君をのせて」(久石譲)、劇楽「細川ガラシャ夫人」(鈴木静一)ほか 問 長浜ギター・マンドリンアンサンブル(☎74・1768)

◆第2回びわこカブミーティング

日 6月28日(日) 10時～15時※荒天中止 場 奥びわ湖つづら尾崎展望台(西浅井町) 問 西浅井地区地域づくり協議会(☎89・1125)



▲びわこカブミーティング
インスタグラム

◆長浜北高等学校演劇部「長浜公演35年目のラブレター」

日 7月5日(日) 14時開演(13時30分開場) 場 長浜文化芸術会館大ホール(大島町) 内 読み書きができないまま大人になった男性が、愛する妻へ感謝を伝えるために夜間中学へ：大ヒット映画の舞台化に高校生が挑戦。 問 長浜北高等学校(☎62・0238)



▲長浜北高等学校ホームページ

◆第74回滋賀県青年大会

日 8月29日(土)、30日(日) 場 長浜市、米原市内各施設 内 18歳から30代までの青年(学生、社会人問わず)の体育祭と文化祭。①実行委員会・大会の企画・運営協力者②大会出場者・体育(軟式野球ほか)、文化(舞台発表、作品展ほか)出場者。 費 ①なし②1,500円 問 滋賀県青年団体連合会(☎080・67967939)



▲要項・申込書はこちら

tuburin@mx71.tiki.ne.jp

講座・教室

◆子どもお茶教室

日 6月21日(日) 13時30分～15時 場 五先賢の館(北野町) 内 お菓子、お茶のいただき方やお行儀を基本から楽しく学ぶ(年間6回開催) 対 小中高生。親子も可 費 500円/1回 持 白い靴下 申 受講予約フォームが電話またはメールで左記まで 問 五先賢の館(☎74・0560) gosenken@zd.ztv.ne.jp



▲申込フォーム

◆ふな寿しの漬け方教室

日 7月4日(土) 14時～15時30分 場 長浜地方卸売市場(田村町) 対 長浜市または米原市在住の方 定 10人初めでの人優先、定員を超えた場合は抽選 費 2,500円/1人 申 電話またはメールで左記まで 締 6月1日(月)～11日(木) 17時まで※水・日曜は休場日 問 長浜地方卸売市場株式会社(☎63・4000) nagasjo@mx.bw.dream.jp



▲教室の様子

◆心の休日～はんこ遊びで自由にオリジナルかばんを手作りしませんか？～

日 ①6月7日(日)②7月5日(日) ①一部：10時30分～12時30分 ②一部：13時30分～15時30分 場 ささなみタウン(高田町) 内 ステッ シルでポンポンと、素敵な工

募集

◆市民ソフトボール大会

参加チーム募集
日 6月21日(日) 8時30分～※雨天の場合は6月28日(日) 場 神照運動公園ソフトボール場 神照町 対 市内在住・在勤の社会人で編成したチーム 費 1チーム6,000円 締 6月13日(土) 申・問 長浜市ソフトボール協会(☎62・4181) 62・4184

6月の税・料

- 市県民税
- 国民健康保険料
- 介護保険料
- 市税・料の納め方は、市ホームページで。▼



ながはま 見聞録

Nagahama Hotnews

今月の表紙

「びわ湖長浜ツーデーマーチ」2日目、木之本ステイクスホールから豊公園までの30kmコースの一幕。木漏れ日の降りそそぐ神社で、ウォーカーの皆さんが歩を進める爽やかなワンションをお届けします。(木之本町古橋、5月10日撮影)

4月25日(土) 未来へつなぐ一本



全国から柔道・全日本女子ジュニアの強化選手が集結する「スポーツ合宿inながはま」の初日、子どもたちを対象とした柔道教室が湖北THGツインアリーナで開催されました。講師には、オリンピックでも活躍^{たかいらみく}した全日本女子ジュニアコーチを務める高市未来氏らを迎え、参加者たちは仲間と交流を深めながら技の習得に励み、会場は活気に包まれていました。

4月25日(土) 服からはじめる資源循環



“まだ着られる服を次に大切にしてくれる人へつなぐ”。市民から集まった服の交換イベントが、さざなみタウンで開催されました。会場には衣類のほか、かばんやぬいぐるみなども並び、訪れた人は思い思いにお気に入りを探していました。家族や友人、さらに新しい持ち主と会話を楽しみ、身近なリコースを通して資源の有効活用について考える機会となりました。

4月26日(日) 春風感じる乱舞



晴天のもと、第18回よさこい春まつり「賤岳春乱舞」が開催されました。県内を中心に活動する18組のよさこいチームが迫力ある演舞を披露し、色鮮やかな衣装や大旗が青空によく映えていました。踊り子たちが楽しそうに踊る姿に、観客も自然と笑顔になり、春爛漫の陽気をいっそう感じる一日となりました。

5月6日(水・振替休日) 最高速度でサーブ!



長浜城テニスガーデンのリニューアル1周年を記念し、「ふれあいカップテニス大会」が開催されました。親子ペアでの試合のほか、サーブ速度測定や初心者向けレッスンなども行われ、多くの参加者でにぎわいました。子どもたちはラケットを手にテニスの楽しさを体験し、世代を超えて交流しながらスポーツに親しむ機会となりました。

5月9日(土)・10日(日) 新緑の長浜で歩を進め



県内最大級のウォーキングイベント「びわ湖長浜ツーデーマーチ」が34回目を迎え、全国から多くのウォーカーが参加しました。参加者はそれぞれのペースで景色などを楽しみながら、爽やかな表情でゴールを目指していました。コースには姉川古戦場など豊臣兄弟ゆかりの地も含まれ、大河ドラマで注目される近江長浜の歴史も味わえる2日間となりました。

ながおし!

長浜で推してる人たち

⑥地域の資源をつなぐ・活かす
つじもと かほ
辻本 果歩さん
のむら さり
野村 紗里さん

長浜で推したい! 長浜でこの活動を推している! そんな人々を紹介するコーナーです。随時更新中の「ながおし!」の記事本文はこちらから。

人口と世帯数

令和8年5月1日現在

人口	110,538人 (-133)
男	54,063人 (-44)
女	56,475人 (-89)
世帯数	48,114世帯 (+24)

()は前月との比較

長浜市の情報をスマホでチェック

長浜市 ホームページ	X(旧Twitter) 長浜市広報	X(旧Twitter) 長浜市教育委員会	Instagram #長浜ちびつく	YouTube はま〜るtb.	広報紙をスマホで マチイロ	防災情報等を配信 LINE



環境に配慮した植物油インキを使用しています。

「広報ながはま」は、各自治会を通じてお届けしているほか、長浜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、診療所などにも置いています。また、市ホームページ、スマホからもご覧いただけます。声の広報も作成していますので、ご希望の場合は広報室まで。

令和8年6月1日発行/編集・発行 長浜市広報室
〒526-8501 滋賀県長浜市八幡東町632番地 TEL 0749-62-4111 FAX 0749-63-4111
https://www.city.nagahama.lg.jp e-mail:kouhou@city.nagahama.lg.jp

「Q」コーナーは株式会社デンソーワークスの登録商標です。