

たかしま

Takashima City
Public Relations

広報

2020
令和2年
9
月号
No. 248



避難所運営実地研修 兼訓練を実施！

新型コロナウイルス感染症がまん延している中、避難所を開設した場合の感染症対策を踏まえた避難所運営の実践経験を積み、対応力の向上を目的に訓練を実施しました。

主な内容

- 特集1 今こそ防災～9月1日は防災の日～ …… ②
- 特集2 身近な病気の“がん”を正しく知りましょう …… ④
- ・#みんなの国勢調査 令和2年国勢調査にご協力ください！ …… ⑦
- ・コロナ対策～学校での取り組み～ …… ⑩

無料アプリ「マチイロ」で広報たかしまが読めます！

「広報たかしま」はスマートフォンアプリ「マチイロ」でも配信しています。スマートフォン等から当アプリをダウンロードしてお使いください。

マチイロ

検索

※アプリのダウンロードは無料ですが、通信費は利用者のご負担になります。

高島市公式

フェイスブック
Facebook

インスタグラム
Instagram

で情報発信中！

こちらの名前でそれぞれ検索してご登録をお願いします。
・Facebook「あっと高島」 ・Instagram「takashima city #たかP写真館」



イメージキャラクター
「たかP」

ラゴそ防災

9月1日は防災の日

周防災課 ☎(25) 8133



9月1日は「防災の日」です。地震や台風などの災害について理解を深め、被害を防ぎ、少なくとも死傷にはどうすればよいかを考え、災害に備える日とされています。
災害はいつどこで起こるか分かりません。災害について「正しく知り、正しく恐れ、正しく備えること」が防災の第一歩です。「当事者意識」を持ち、それぞれの立場でできることを考え、日ごろから備えておくことが大切です。
この機会に、ご家庭や地域での防災対策の確認をお願いします。

新型コロナウイルス感染症禍での避難所運営訓練を実施しました

7月28日(火)に、新型コロナウイルス感染症対策を踏まえた適切な避難所の運営ができるよう訓練を実施しました。

訓練では、避難所で使用する資機材の組み立てや、専門家の指導のもと、避難されてきた方の体調確認と検温の手順や感染が疑われる方の誘導方法などを確認しました。

避難をする時には、新型コロナウイルス感染症をはじめ、さまざまな感染症を予防するため、マスクの着用やこまめな手洗いなど基本的な感染症対策をお願いします。

十分な換気の実施や人との距離を確保して3つの密(密閉・密集・密接)を避ける工夫に心掛けましょう。

避難時の非常持ち出し品としてマスク、体温計、アルコール消毒液、ビニール袋などを準備しておきましょう。



家の安全性は大丈夫ですか?

大地震の際には、家の倒壊や家具などの転倒により、命を落とすことがあります。ベッド周りや出入口付近には倒れやすい家具を置かないよう配置を見直したり、つっぱり棒などを使って家具を固定したりしましょう。

食料、飲料水、生活必需品の備蓄は大丈夫ですか?

大規模災害時には、電気・水道などライフラインが長期間止まることもあります。最低3日間は、自らが生活できるよう準備しておきましょう。

また、備蓄している食料や飲料水の消費期限なども確認し、定期的に更新しておきましょう。

台風や大雨に備えましょう

「総合防災マップ」などを活用し、事前に自宅周辺の危険箇所や避難場所・経路・方法について確認しておきましょう。また、防災関連情報に注意し、増水した河川や田んぼの水路などには絶対に近づかないでください。

事前に、周囲に風で飛ばされる

ものがないか点検したり、農業用水路などを掃除し水の流れをスムーズにしておくほか、農業用せき板を水路から外したり、ビニールハウスのビニールをはがすなど被害を最小限に抑える準備をしておきましょう。

避難の時に注意しましょう

ヘルメットなどで頭を保護し、ひもでしめられる運動靴をはくなど、動きやすく安全な服装で避難してください。また、マンホールや道路脇の水路など足元に注意し、複数で避難するようにしましょう。

避難は、安全の確保が第一です。事態が切迫している場合は、指定された避難場所への移動だけでなく、命を守る最善の行動が必要な場合もあります。自宅の前を濁流が流れているときなど、家の外へ避難することが危険なときは、2階など家の中でより安全な場所へ避難してください。

ご自身が危険を感じたとき、不安を感じたときが避難のタイミングです。市からの指示を待たずに、早めの避難行動を心掛けてください。

身近な病気の

がん

を正しく
知りましょう

現在、日本人の2人に1人は何らかのがんにかかる時代です。誰もがかかる可能性があり、私たちにとって身近な病気です。

日本人の死因の第1位はがんです。その割合は約3割を占めており、高島市の死因の1位もがんとなっています。

高島市がん部位別年齢調整死亡率*
(平成23年～平成27年)

*年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるように年齢構成を調整した死亡率のこと

	男性	女性
1位	肺がん	乳がん
2位	胃がん	大腸がん
3位	大腸がん	肺がん

出典：統計でみる滋賀県のがん

▼「感染」も、がんの原因

正しい生活習慣を心掛けていても防げないがんもあります。その中でも感染は、がんの原因の2割を占めると推計されます。日本人で多いのは、B型やC型の肝炎ウイルスによる肝がん、ヘリコバクター・ピロリによる胃がん、ヒトパピローマウイルス（HPV）による子宮頸がんなどがあります。感染が分かった場合には、専門医に相談して必要な治療を受けましょう。

▼子宮頸がんはワクチン接種で予防できる

子宮頸がんは、年間1万人の女性がかかり、近年20～40歳代前半の女性で特に増加しています。子宮頸がんの原因の多くはHPVであることが分かっていますが、このウイルスは広くまん延しているウイルスです。

HPVに感染しても多くの場合は自然に排除されますが、感染が続くと、その一部が前がん病変（がんになる一歩手前の状態）になり、さらにその一部が子宮頸がんになります。

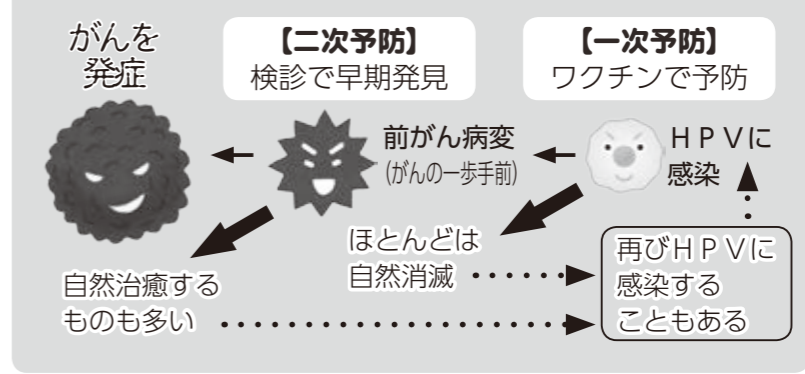
HPVの感染を予防する効果のあるHPVワクチンが開発されています。海外の疫学調査では、HPVワクチンの導入によりHPV感染率や子宮頸部の前がん病変が減少したとの報告があります。

日本では、平成25年4月から予防接種法に基づいて定期接種化されました。しかし、予防接種による副反応（免疫をつける以外に体に現れる症状のこと）の報告を受け、現在は市から対象者に対して接種時期をお知らせするような積極的勧奨は中断していますが、定期接種としての位置づけに変わりはありません。

HPVワクチンを接種することで子宮頸がんを予防するという意義と効果、接種時の痛みや腫れな

どの起こりえる症状を理解したうえで、子宮頸がん予防のためにHPVワクチンの接種を検討しましょう。

子宮頸がんの進行と2つの予防法



【定期接種対象】
小学校6年生から高校1年生に相当する女子（12歳となる日に属する年度当初から16歳となる日の属する年度末の間にある女子）

※詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。



がんを予防する
5つの健康習慣

禁 煙する
たばこは吸わない、他人のたばこの煙を避ける。

節 酒する
適量*にとどめる、休肝日を作る。
※適量の目安：ビールは大瓶1本、日本酒は1合、ワインはグラス2杯程度

食 生活を見直す
減塩する、野菜は1日350gとる、熱い物は冷まして飲食する。

喫煙や食生活の乱れ、運動不足やストレスなどの生活習慣と、がんとの関連性が分かってきました。がんを予防する、かかりにくくするためにできる5つの健康習慣を心掛けましょう。がんだけでなく、その他の生活習慣病の予防のためにも心掛けたい取り組みです。

適 正体重を保つ
BMI = 18.5～24.9
※BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

身 体を動かす
日ごろから、ラジオ体操やウォーキングなど、適度な運動を実践する

参考：「国立がん研究センター（日本人のためのがん予防法）」

市で実施している《がん検診》の種類

種類	検査方法	対象年齢	受ける場所
子宮頸がん検診	内診・子宮頸部細胞診	20歳～	自分の予定に合わせて医療機関での検診と集団検診を選べます
乳がん検診	マンモグラフィ検査	40歳～	
大腸がん検診	便潜血反応検査		集団検診 (市内各保健センター)
胃がん検診	バリウム検査		
肺がん検診	胸部レントゲン検査		



▼大切ながん検診

子宮頸がんは検診を定期的に受けることで、がんになる過程の異常やごく早期のがんを発見することができ、市では、各種がん検診を実施していますが、受診率はとても低い状況です。

死亡率上位のがんは、継続して検診を受けることで早期発見することができ、自分自身のために、大切な人のために、必ずがん検診を継続して受けましょう。



#みんなの国勢調査 令和2年国勢調査にご協力ください!

問企画広報課 ☎(25)8130

10月1日を基準日として、国勢調査が実施されます。国勢調査は、調査員が9月中旬から順次各世帯を訪問し、世帯主などを確認して調査書類を配布する調査方法で行います。回答方法は次の3つがあります。

なお、今回の国勢調査では、新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえてインターネット回答や郵送回答をおすすめしています。この場合、調査員は調査票回収のために訪問することはありません。皆様のご協力をお願いします。

①インターネット回答

調査員がインターネット回答に必要なID・パスワードや操作手順などが記載された「インターネット回答の利用案内」をお配りします。

パソコンやスマートフォンをお持ちの方は、インターネットでの回答をお願いします。

【回答受付期間】

9月14日(月)～10月7日(水)

②郵送回答

インターネットでの回答が困難な方は、「郵送提出用封筒」に調査票を入れて郵便ポストへ投函してください。

【回答受付期間】

10月1日(木)～7日(水)

③調査員への提出

調査員が調査書類の配布に訪問した際に、10月1日(木)～7日(水)の間で、調査票の回収を希望する日時を調査員と決めてください。



▼国勢調査コールセンター

☎0570(07)2020

IP電話からの場合

☎03(6636)9607

○開設期間 9月7日(月)～10月31日(土)

○受付時間 8時～21時



【新型コロナウイルス感染症の防止を踏まえた国勢調査の実施について】

今回の国勢調査では、新型コロナウイルス感染症を防止し、皆さんと調査員の安全を確保するため、次の方法で調査を実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。

【調査方法について】

- 調査員は必ずマスクを着用して調査を行います。
- 国勢調査の趣旨などの説明はできるだけインターホン越しに行い、調査書類は郵便受け・ドアポストなどに入れて配布する方法で行います。
- 対面で話す際は、一定の距離を保ちながら行います。

ふるさと納税で 高島市を元気に!

地方を元気にする仕組みのふるさと納税。全国からたくさんの方の応援をいただいています。

令和2年4月1日から7月末までで本市に寄せられたふるさと納税寄付金の実績とその寄付者からのあたたかい応援メッセージをご紹介します。

今後も全国の皆さんから本市を「応援したい」と思ってもらえるよう、本市の魅力を発信していきます。

問総合戦略課 ☎(25)8114

ふるさと納税1億円突破!!
 件数 3,556件
 寄付金額 104,978,000円
 (7月末時点)



- 応援メッセージ(一部を抜粋)
- 自然いっぱいの高島市をいつも応援しています。
 - 新型コロナウイルスへの市民や経済への対応が本当にスムーズでわが街も見習ってほしいと思う反面、応援したくなります。これからも高島らしさを期待しています。
 - 母のふるさとです。応援しています!
 - いつまでも自然豊かな「日本のふるさと」であってほしいです。
 - 素晴らしい耐ずしが毎年楽しみます。
 - ニゴロブナのため、お米のため、自然環境保全に微かながら役立てていただきたいと思います。

※市内在住の方は返礼品のお受け取りができませんのでご注意ください。

今津総合運動公園 第4グラウンドが オープンしました

7月1日(水)に「今津総合運動公園 第4グラウンド」がオープンしました。

このグラウンドは、サッカー大人用コートの場合1面、サッカージュニア用コートの場合3面、野球学童用グラウンドの場合2面の利用ができます。

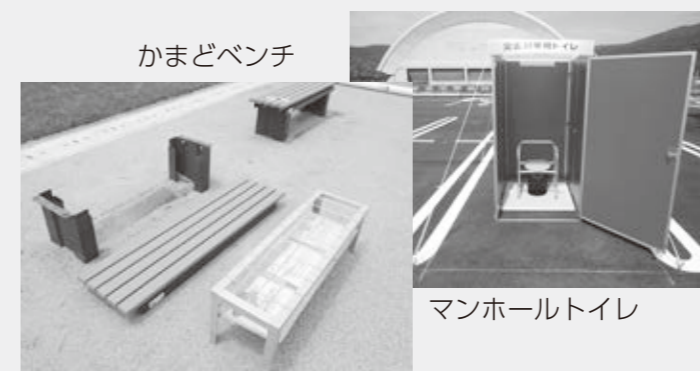
また、今津総合運動公園は、災害時の広域避難所や物資の集積拠点になっており、原子力災害における避難中継所(スクリーニングポイント)としても指定されていることから、「マンホールトイレ設備」や「かまどベンチ」などの防災設備も整備しました。

利用料金など、詳しくは市のホームページをご覧ください。

◎利用申込先

今津総合運動公園管理事務所
☎(22)5555(9時～17時)

問市民スポーツ課
☎(25)8560



トレッキング教室を開催します



古代から日本海側と太平洋側を結ぶ物資の運搬に使われ、今もその石畳が残る古道、栗柄越から、琵琶湖と日本海を眼下に眺めながら、石灰岩の大地に草稜の続く中央分水嶺を歩きます。ブナの森を抜けると目の前に琵琶湖とマキノの町並みが広がる寒風に到着します。下山は、気持ちの良いブナの森を通ってマキノ高原にあります。

- ▼日時 9月13日(日) 9時出発
- ▼場所 マキノ高原・登山者駐車場 (8時50分集合)
- ▼対象者 高島市民 (山登りの可能な方)
- ▼定員 15人
- ▼ルート マキノ高原→栗柄越→赤坂山→寒風→マキノ高原
標高差 約650m、歩行距離 約10km、歩行時間 約6時間
- ▼参加費 1,000円 (税込)
- ▼申込締切 9月9日(水)
- ▼申込方法 電話・FAX・メールで住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、年齢をお知らせください。
- ▼持ち物 弁当、飲み物、雨具、(ストックなど)
- ▼その他 マスクの着用など各自で新型コロナウイルス感染予防対策をお願いします。
- ▼申込先 高島トレイル連携協議会 (事務局:びわ湖高島観光協会)
☎ (33) 7101 FAX (33) 7105
✉ biwako@takashima-kanko.jp

観光振興課 (25) 8040

令和3年度 保育園・幼稚園・認定こども園 施設利用申込受付開始

子育て支援課 ☎ (25) 8136

対象者

- ・入園希望月の1日現在で生後6か月以上の児童
- ・令和2年度の申し込みをしたが、利用施設が決定していない児童
- ・育児休業の期間満了などにより年度途中の利用を必要とする児童
- ・令和3年4月から認定の変更および転園を希望する在園児童
- ・満3歳以上で、教育を希望する児童



9月7日(月) から次の場所で、「入園のしおり」などの申込関係書類を配布をします

- 保育園 ○幼稚園 ○認定こども園 ○子育て支援課 ○マキノ児童館
- 各支所 ○カンガルー教室 (児童発達支援センター「エール」内)

保育園・認定こども園 (保育園部)

●教育・保育給付認定

- 2号認定子ども…満3～5歳で、保育が必要な児童
- 3号認定子ども…満3歳未満で、保育が必要な児童

●利用申込受付日

10月16日(金)～30日(金)

※それぞれの施設で受け付けますので、詳しくは入園のしおりでご確認ください。

●利用申込に関する注意事項

- ▽施設で受け付けている期間は、子育て支援課での受け付けは行いません。
- ▽申込時に申込児童の面接を行いますので、申込児童と一緒にお願いします。
- ▽利用申込に関する詳細は、入園のしおりでご確認ください。
- ▽令和3年度の利用申込は認定申請と同時に行います。
- ▽勤務先の都合等により市外の保育園に入園を希望される場合は、子育て支援課までご相談ください。

●対象施設

- 【私立認定こども園 (保育園部)】
愛隣こども園、なないろこども園、安曇川はこぶね保育園、しろふじ保育園、中央ユニバーサルこども園、藤波こども園
- 【公立認定こども園 (保育園部)】
マキノ東こども園、マキノ西こども園、朽木こども園、高島こども園
- 【公立保育園】
今津東保育園、古賀保育園、さくら保育園、なのはな保育園
- 【私立小規模保育事業所】
はこぶね保育園ひかりの

幼稚園・認定こども園 (幼稚園部)

●教育・保育給付認定

- 1号認定子ども…満3～5歳で、教育を希望される児童

●利用申込受付日

【公立】10月26日(月)～30日(金)

※施設ごとに受付日が異なりますので、詳しくは入園のしおりでご確認ください。

【私立】希望施設へお問い合わせください。

●利用申込に関する注意事項

- ▽施設で受け付けている期間は、子育て支援課での受け付けは行いません。
- ▽公立園の場合は、1号認定子どもの申し込みは必要書類の確認のみで面接はありません。
- ▽公立園の場合は、2号、3号認定子どもの申込受付と同時に行うため、混雑時にはお待ちいただく場合があります。あらかじめご了承ください。

●対象施設

- 【私立認定こども園 (幼稚園部)】
愛隣こども園、なないろこども園、安曇川はこぶね保育園、しろふじ保育園、中央ユニバーサルこども園、藤波こども園
- 【公立認定こども園 (幼稚園部)】
マキノ東こども園、マキノ西こども園、朽木こども園、高島こども園
- 【私立幼稚園】
今津幼稚園
- 【公立幼稚園】
さくら幼稚園、なのはな幼稚園



交通安全推進協議会(都市政策課内) ☎ (25) 8571

9月21日(月)～30日(水)

秋の全国交通安全運動

秋は、日没時間が急激に早まり、夕暮れ時や夜間に交通事故が多くなる季節です。交通事故は、一人一人がちょっとした事に注意し、実践することにより防げることも多くあります。運動の重点項目は次の4つです。みんなで事故に遭わない、起こさないよう心掛けましょう。

子どもを始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保



ドライバーは、歩行者にやさしい運転を心掛けましょう!

夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転等の危険運転の防止



歩行中や自転車に乗る際はライトの点灯や反射材を着用しましょう!

高齢運転者等の安全運転の励行

交通ルールを守り、「思いやり・ゆずり合い」の気持ちをもち、運転しましょう!

横断歩道利用者ファースト運動の推進



ドライバーは横断歩道利用者に道をゆずりましょう!

訪問看護サービスって、なに？

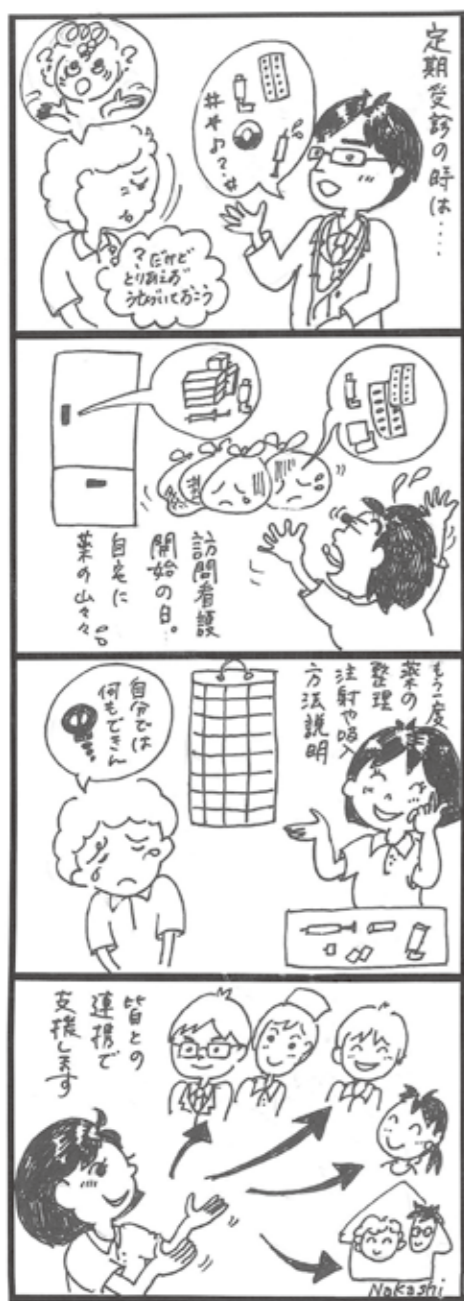
お薬の管理は
正しくできていますか？

訪問看護ステーションは、病気や障がいのある方の在宅療養生活を支援します。

訪問看護サービスをご利用いただくには、契約が必要となります。

また、利用料金は介護保険・医療保険の適用が受けられます。まずは、お気軽にお電話ください。

☎高島市訪問看護ステーション
☎(36) 8111



たとえば、処方されたお薬の管理をどうしたらいいのか困っているとき…

9月は同和問題啓発 強調月間です！

☎ 人権施策課 ☎ (25) 8524

県および市町では県民一人一人が、同和問題についての理解と認識を深め、部落差別をはじめとするあらゆる差別の解消に向けて、主体的に行動していただけるよう、啓発活動に取り組んでいます。

平成28年12月に「部落差別の解消の推進に関する法律」が施行されましたが、依然として差別事象が発生し、更なる人権意識の高揚、差別意識の解消といった啓発活動の推進が求められています。

こうしたことから、県および市町では、9月を「同和問題啓発強調月間」と定めています。

この機会に、同和問題について正しい理解と認識を深め、不当な差別のない明るい幸せな社会を作るために、同和問題について考えてみましょう。

【人権相談】

毎日の生活の中で、差別やいじめなど、人権に関わる問題で悩んでいませんか？

ひとりで悩まずに人権擁護委員にご相談ください。

相談は無料、予約は不要、秘密は厳守されます。

▼日時 **9月9日(水)**
13時30分～16時

▼会場 市役所新館



大切な命を守るために

※国の定める自殺予防週間(9月10日から1週間)を含む下記の期間を「高島市自殺予防週間」としています。「高島のちのサポートプラン」より

～9月1日から16日は高島市自殺予防週間です～

令和元年に国内では20,381の方が自殺で亡くなりました。

あなた自身、そして大切な人の命を守るために…

☎ 健康推進課 ☎ (25) 8078

◆ちゃんと眠れていますか？

「なかなか寝つけない」「夜中に何度も目が覚めてしまう」などの睡眠障害は、うつ病の代表的な症状のひとつです。

また、睡眠障害がうつ病の原因になることもあり、不眠とこころの病気は表裏一体です。双方の症状を合わせて持つと、自殺のリスクが高くなることも分かっています。



次のような症状のうち、いくつかは2週間以上続くことはありませんか？

- 憂うつ、気分が重い
- 何をしても楽しくない、興味がわかない
- 疲れているのに眠れない、一日中眠い、いつもよりかなり早く目が覚める
- イライラして、落ち着かない
- 悪いことをしたように感じて自分を責める、自分には価値がないと感じる
- 思考力が落ちる

◆大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら…

声をかけてみてください

話を聴いて、具体的な相談機関があることを伝え、適切な支援につなぐためのサポートをお願いします。



周りから見て分かるサインもあります

- 表情が暗い
- 涙もろくなった
- 反応が遅い
- 落ち着かない
- 飲酒量が増える
- 人付き合いを避けるようになった

こころの悩みに困ったときの相談窓口

(面談・電話相談)	
高島保健所	☎(22) 2419
市役所健康推進課	☎(25) 8078
(電話相談)	
高島こころのつえ相談室 第2・4水曜 13～17時(祝日・年末年始を除く)	☎0120(874) 756
滋賀県自殺対策推進センター(自殺予防電話相談) 毎日9時～21時(年末年始を除く)	☎077(566) 4326
滋賀いのちの電話 金・土・日 10～22時	☎077(553) 7387
自殺予防いのちの電話 毎月10日8時～11日8時	☎0120(783) 556