

全国銃剣道大会で準優勝！ 安曇川高等学校



宮内 英至さん 宮内 駿さん 平田 悠朗さん

6月13日（日）に石川県能美市寺井体育館で開催された「第54回 全国銃剣道能美大会・学生団体の部」で、安曇川高等学校が見事準優勝に輝きました。（市民スポーツ課）

【学生団体の部】（敬称略）

準優勝 安曇川高等学校

先鋒	初段	宮内	英至
中堅	初段	宮内	駿
大将	初段	平田	悠朗
監督		福井	敏男

欲しい情報がメールで届く！

メール配信サービス 
リアルタイム高島
登録
方法

下のアドレスに空メールを送信してください。その後送られてくるメールの指示で登録手続きを行ってください。



防 災 情 報

real.bousai@mpme.jp



火 災 情 報

real.kasai@mpme.jp



不 審 者 情 報

real.husinsya@mpme.jp



熊 目 撃 情 報

real.kuma@mpme.jp



畑の棚田 情 報

real.tanada@mpme.jp



献 血 情 報

real.kenketu@mpme.jp



健康 管理 情 報

real.kenko@mpme.jp



乳幼児健診 情 報

real.nyuyouji@mpme.jp



文化ホール 情 報

real.hall@mpme.jp

詳しくは、高島市ホームページをご覧ください。企画広報課までお問合せください。

高島の夏まつり

宴JOYあどがわ

- ▼日時 7月24日(土) 17時～21時30分
▼場所 健康の森梅の子運動公園
▼内容 園児創作みこし、和太鼓演奏、参加型ゲームなど
岡あど川夏まつり実行委員会
(安曇川支所内)
☎(32) 1131

マキノサマーカーニバル 2010

- ▼日時 8月7日(土) 15時～21時20分
▼場所 マキノサマービーチ高木浜特設会場
▼内容 ステージショー、体験イベント、ビンゴ大会、模擬店、大花火大会(21時～)など
岡四季遊園マキノ交流促進協議会事務局
☎(28) 8002

近江今津ふるさと夏まつり
やっちゃん今津!!2010

- ▼日時 8月1日(日) 13時～21時30分
▼場所 高島市民会館駐車場、中浜湖畔
▼内容 高島音頭総おどり、創作灯ろう、花火大会(21時～)、ちびっ子広場、ふれあい交流市、野外ステージなど
岡近江今津ふるさと夏まつり実行委員会
(琵琶湖周航の歌資料館内)
☎(22) 2108



2010たかしま夏まつり

- ▼日時 8月7日(土) 17時～21時
▼場所 高島保健センター周辺特設会場
(雨天時 アイリッシュパーク)
▼内容 納涼屋台、天装戦隊ゴセイジャーショー、マジック&ダンス、福祉バザー、大抽選会など
岡2010たかしま夏まつり実行委員会事務局(高島支所内)
☎(36) 1121

朽木ふる里まつり

- ▼日時 8月14日(土)
▼場所 朽木保健センター前
※詳しくは8月1日号でお知らせします。
岡朽木・群・ひとネットワーク事務局
(朽木支所内)
☎(38) 2331



第4回たかしま市民まつり

- ▼日時 8月28日(土) 正午～21時
▼場所 道の駅しんあさひ風車村
▼内容 日本一の高島ランチ選手権など
※詳しくは8月1日号でお知らせします。
岡たかしま市民まつり実行委員会事務局
(高島市商工会内)
☎(32) 15800

たかしま市民まつりと合同開催
しんあさひ子ども
セタまつり 子ども村

- 新旭の子どもたちが企画・運営する、子どもによる子どもたちのための子ども村!
▼日時 8月28日(土) 13時～15時
▼場所 道の駅しんあさひ風車村
岡しんあさひ子どもセタまつり実行委員会事務局(新旭振興室内)
☎(25) 8100

落書きは消せても、
心の傷は消せません!

落書きは、施設等の損傷だけでなく、人権の実現を目指す地域社会づくりに反する行為です。更に、心ない中傷落書きや、個人的な情報を書き込むことは、大きな人権侵害です。

また、インターネットを悪用して、特定の個人を誹謗中傷したり、個人情報勝手に流すなど、他人の人権を侵害する事件も後を絶ちません。

人の心を傷つける落書きは許されるものではありません。明日が希望に満ちたものに見えるそんな地域社会をめざして、私たち一人ひとりの努力が必要です。

※誹謗中傷・・・他人のことを悪くいうこと。あるいは根拠のない嫌がらせや悪口などを言うこと。



落書きは犯罪です

- ★ 他人の所有物を損壊することとなり、場合によっては軽犯罪法や刑法の器物損壊罪により、罰せられます。

- ★ 特定の個人を侮辱したり、名誉を傷つけたりするような内容のものであれば刑法の侮辱罪や名誉毀損罪で訴えられることもあります。



人権イメージキャラクター
人KENまもる君・人KENあゆみちゃん

岡人権施策課 ☎(25) 8524

市民劇「琵琶湖治水の物語」ポスター作品募集!

11月に公演する市民劇「琵琶湖治水の物語」の公演ポスター作品を募集します! 最優秀作品は、実際に公演ポスター・ちらしとして印刷して使用します。あなたの力作が全国に!? どしどしご応募ください!



道の駅しんあさひ風車村前に
たたずむ藤本太郎兵衛像

- ▼対象 (1) 小中学生部門
(2) 一般部門(16歳以上)
※グループでの出品可
▼規格 A3縦・カラー(デザイン上の単色は可)
ただし下帯16cmあり
▼応募締切 8月15日(日) 17時まで
▼展示 【日時】8月18日(水)～22日(日) 9時～17時
【場所】藤樹の里文化芸術会館(月曜休館)
▼賞 《最優秀賞》両部門通じて1点
★公演のポスター・ちらしとして使用します
《優秀賞》各部門5点
★公演のペア招待券をプレゼント
《審査員特別賞》上記以外の中から審査員の目にとまった作品に贈られます

詳しくは、文化ホール・公民館に備え付けの募集要項をご覧ください。

岡藤樹の里文化芸術会館 ☎(32) 2461

お知らせ

肺炎球菌ワクチンの
接種費用を助成します

日本人の死因は、1位「がん」、2位「心疾患」、3位「脳血管疾患」、4位が「肺炎」となっています。特に高齢者が肺炎にかかると重症化しやすくなります。

肺炎球菌ワクチンは、肺炎の中で最も多い原因となる「肺炎球菌」の感染を防ぐワクチンで、免疫効果は接種後5年程度続くといわれています。

市では、高齢者の肺炎に対する不安が少しでも軽減され、よりよい生活を送れるように、肺炎球菌ワクチンの接種費用を一部助成します。

※特に糖尿病、慢性呼吸器疾患、腎不全、狭心症、肝機能障害で受診されている方に、肺炎球菌ワクチンの接種をお勧めします。

▼助成額

一人あたり5,000円
(接種費用8,000円のうち)

▼対象

次の条件を全て満たす方
・市内にお住まいの75歳以上の後期高齢者医療保険証をお持ちの方

・今までに肺炎球菌ワクチンを接種したことがない方
・接種後、簡単なアンケート調査、医療費追跡調査に同意・ご協力いただける方

▼受付期間

7月20日(火)～9月21日(火)
(土日・祝日を除く)

▼定員

300人
(定員になり次第締め切り)

▼申込方法

保険証と印鑑を持って各保健センター(朽木は朽木支所)までお越しください。

健康推進課 ☎(25) 8078

公立高島総合病院の
駐車場が変わります

公立高島総合病院では、7月から病院本棟の建築工事を開始することに伴い、病院南側の現在の駐車場を図のとおり変更します。

ご利用の皆さんには、長期間大変ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。



▼期間

平成22年7月中旬～
平成25年3月(予定)

公立高島総合病院 病院建設部

☎(36) 8089

「緑の募金」へのご協力
ありがとうございました！

春期「緑の募金」にご協力いただき、ありがとうございました。

市民の皆様のおかげで、257万9,727円の募金が寄せられました。

緑の募金は、財団法人滋賀県緑化推進会により、苗木の配布など地域の緑化活動に役立てさせていただきます。

自動車税を納めましたか？

ます。
今後ともご支援、ご協力いただきますようお願いします。

高島市緑化推進委員会

(森林水産課内)

☎(25) 8512

滋賀県では、平成22年度に課税した自動車税が未納の方に対して、7月21日付けで督促状を発送します。未納のまま放置されると、地方税法第167条の規定(自動車税に係る滞納処分)に基づき預金・給与・自動車税の差押えを受けることとなりますので、通知書に記載の金融機関、県税事務所などで早急に納付してください。

なお、やむを得ずに納付できない事情がありましたら県税事務所まで必ずご連絡ください。

滋賀県西部県税事務所 高島納税課

☎(22) 6017

滋賀県自動車税事務所

☎077(585)7288

竹生島クルーズ料金割引

もっと身近に竹生島クルーズを楽しんでいたけよう、高島市在住の方を対象に夏休み期間特別価格で提供します。ぜひご利用ください。

▼期間

7月24日(土)～8月31日(火)
(ただし、7月24日、8月1日・5日・6日・10日の14時20分発便は除く)

▼往復料金(今津～竹生島)

大人 1,600円
小人 800円

(通常料金) 大人 2,920円
小人 1,560円

▼横断料金(今津～竹生島～長浜)

大人 1,700円
小人 850円

(通常料金) 大人 3,150円
小人 1,680円

※料金は拝観料込みの金額

時間等詳しくはお問合せください。

琵琶湖汽船 今津営業所

☎(22) 1747

募集

市消防本部封筒の
有料広告掲載募集

市では、消防本部で使用する封筒の有料広告を募集します。

▼募集する有料広告の概要

- ①共用封筒の種類は長形3号封筒の1種類。4000部。
- ②広告の寸法は縦55mm×横100mm。
- ③広告の枠数は2枠。
- ④広告掲載料は1枠5,000円

▼共用封筒の使用期間

現在使用している封筒がなくなった日から今回作成する封筒がなくなるまで

▼応募資格

市税の滞納がない方

▼申込期限

7月23日(金) 必着

※応募方法など詳しくは消防総務課まで

消防総務課

☎(22) 5401

子どもサバイバル訓練

災害で電気等が寸断されたと想定した中での生活を疑似体験し、災害時に役に立つ知識・技能を学習します。

子ども全員に参加者プレゼント(クワガタ等)もあります。ぜひご参加ください。

▼日時

8月8日(日) 10時～16時

▼場所

マキノ土に学び研修センター

▼内容

サバイバル・クッキング、タンプボコーヒーの試飲、
地震車による地震体験、応急救護訓練、ロープワークなど

▼対象

小学生(保護者同伴)

▼定員

同伴者含め80人

※定員を超えた場合は抽選

▼参加費

無料

▼募集期間

7月12日(月)～23日(金)

▼申込方法

所定の申込用紙に必要事項を記入の上、総合防災課まで

総合防災課

☎(25) 8133

地産地消！

日本一の「高島ランチ」選手権
出場者募集

たかしま市民まつりで行う料理コンテスト「高島ランチ選手権」の出場者を募集しています。コンテストでは、高島市内で生産された食材を使ってランチを作っていたとき、審査員による審査を行い、日本一の「高島ランチ」を決定します。

▼定員

5組(グループ、単独問わない)
※応募者多数の場合は、事前に書類選考を行います。

▼参加費

無料

▼募集期間

8月1日(日)まで

▼申込方法

高島市商工会にある応募用紙に必要事項を記入し、たかしま市民まつり実行委員会事務局(高島市商工会内)まで提出してください。

《たかしま市民まつり「高島ランチ選手権」》

▼場所

道の駅しんあさひ風車村

▼日時

8月28日(土) 13時～14時

高島市商工会内

☎(22) 15880

平成22年度 自衛官等募集

平成22年度自衛官等募集				
募集項目	資格等	受付期間	試験期日	入隊・入校時期
陸・海・空 自衛官候補生	18歳以上27歳未満 高卒（見込含む）	8月1日 ～ 9月10日	(男性) 9月25日 9月27日	平成23年 3月下旬 ～ 4月上旬
			(女性) 9月26日 9月18日	
一般曹候補生			9月18日	
航空学生 (パイロット)	18歳以上21歳未満 高卒（見込含む）		9月23日	

国防衛省・自衛隊高島地域事務所
(高島市今津町名小路1-1-8)
☎(22) 19399

高島市エコライフ推進協議会
会員募集中

高島市エコライフ推進協議会では、日常生活を送る中で何気なく消費している資源(水・ガス・電気など)

ます。

今回はその第1回目「国旗を作ってみよう!」です。

世界には色々な国旗があります。でも、そもそも「国旗」って何だろう?

国旗づくりに挑戦してその答えを見つけませんか?

▼日時

8月21日(土) 10時～正午

▼場所

安曇川ふれあいセンター
カルチャールーム

▼講師

大槻 一彦さん
(理科数教師・青年海外協力隊
ボランティア経験者)

▼対象者

小学生
※親子での参加、大歓迎。小学
生以下のお子さん連れの方も
どうぞ

▼募集人数

25人(先着順)

▼参加費

無料

▼持ち物

クレヨン・色鉛筆

▼申込方法

電話・ファックス・メール

☎・☎ 高島市国際協会事務局
(今津東「ミニティセンター」内)
☎(22) 11800
☎(22) 11800
✉ tifa822@ares.eonet.ne.jp

を使いすぎないようにする工夫や、使える物を捨てたり、いらぬ物を買ってゴミを増やさないなど、身近にできる事を勉強しあったり、広報活動や啓発活動を行ったりしています。

入会希望の方、興味のある方は高島市エコライフ推進協議会事務局へご連絡ください。

たくさんの方の入会をお待ちしています。

☎・☎ 高島市エコライフ推進協議会事務局(環境政策課)
☎(25) 81263

マキノ児童館

〈夏祭り〉〈陶芸教室〉参加者募集

《児童館夏祭り》

楽しい夏ならではの体験や遊びのコーナーがいっぱい

・日時

7月24日(土)

・場所

マキノ児童館

・内容

バルーンアート・ヨーヨー
つりなど

・対象

乳幼児～小学生
・申込締切 7月16日(金)

《作って遊ぼう! 子ども陶芸教室》

土の感触を楽しみながら素敵な作品を作ってみませんか?

ゆめぱれっと会講座

参加者募集

働く女性の会では、市民会員で構成する「ゆめぱれっと会」が主催で、会員の持っている知識や技術を活かした講座を開催しています。

《メイクアップ4dayレッスン》

1日ではなかなか覚えられないメイクを4回のレッスンに分け、基本から修得します。キレイになる時間を楽しくてみませんか?

▼日程

①眉メイク……8月20日(金)
②ベースメイク……9月17日(金)
③アイメイク……10月15日(金)
④リップ&チーク……11月19日(金)

▼時間

9時30分～11時30分

▼場所

働く女性の会 研修室

▼講師

風間美香子さん

▼定員

各回10人

※1回のみでの参加も可能ですが、継続して受講されることをお勧めします。

▼受講料

各回1,000円

▼持ち物

鏡、髪ゴム、筆記用具、いつもお使いのメイク用具

・日時

8月4日(水)
10時～11時30分

・場所

マキノ土に学び里研修センター

・対象

小学生(定員15人)

・費用

600円

・申込締切

7月24日(土)

▼申込方法

電話・ファックス

☎・☎ マキノ児童館 ☎(27) 8187
☎(27) 8178

《巡回児童館》
体を動かして遊ぼう

マキノ児童館では、あなたのお住まいの地域に楽しい遊びをもってお邪魔する《巡回児童館》を開催します。今回は、楽しいレクリエーションあそびを開催。夏休み、体を使ってお友達と楽しく遊びませんか?

▼日時

7月29日(木)

・場所

10時30分～11時30分
働く女性の会(今津町)

▼対象

小学生

▼申込締切

7月24日(土)

▼申込方法

電話・ファックス

☎・☎ マキノ児童館
☎(27) 8187
☎(27) 8178

《あなたと私の「お互いさま」で支えあう! まかせてサポーター養成講座》

暮らしの中でのちょっとした困りごとをみんなの支えあいで解決できるよう、「困っている人」と「応援できる人」を結びつける仕組みづくりに取り組んでいます。今回は、お困りの方々に応援できる「まかせてサポーター養成講座」を開催します。あなたと私のお互いさまの気持ちで、地域を元気にしていきませんか?

▼日時

7月28日(水)、8月4日(水)、
11日(水)、18日(水)
19時～21時
※8月11日は19時から22時

▼場所

働く女性の会 研修室

▼定員

20人

▼受講料

無料

▼内容

お困りのお宅に訪問するための基礎知識
第1回 子どもの心と体の発達・社会性と生活習慣
第2回 高齢者の病気と事故・対応と予備知識
第3回 救命救急について
第4回 高齢者や子どもの人権・サポーターとしての心得

こども読書クラブ

参加者募集

扉を開ければ楽しい本の世界へ、さあ出発! 主人公と一緒にわくわく、ドキドキ。この1冊を読み終えたときみの何かが変わる……。優れた作品を読み合って、読書の楽しさを共有しましょう。

▼活動日時

(1回目) 8月2日(月)
15時～15時50分
(夏休み中は、8月16日を除く毎週月曜日、それ以降は参加者の都合による。)

▼活動場所

新旭公民館

▼対象者

小学校5年生～中学生

▼定員

10人

▼内容

指定図書「ホビットの冒険」を読みあつ。

▼募集期間

7月15日(木)～30日(金)

▼申込方法

電話

☎・☎ 新旭図書室 ☎(25) 28011

「世界と出会う玉手箱
―国旗を作ってみよう!―
参加者募集!」

小学生向けの国際理解教育ワークショップを、全3回の日程で開催し

▼申込方法 電話・ファックス
▼受付時間
9時から21時(火～土曜日)
日・月曜日は休館日のため
ファックスのみ

☎・☎ 働く女性の会
☎・☎(22) 5775

山村でめぐりあひむくがわ
イベント in 棕川

今津町棕川地区の茅葺き家屋のおつきん棕川交流館を拠点に、山村暮らし体験を通じて、田舎暮らしや文化に興味のある人、趣味や価値観を共有できる人と出会える機会です! 昔懐かしい山村集落で婚活しませんか?

▼日時

8月21日(土)
9時30分～16時30分

▼場所

今津町棕川
おつきん棕川交流館

▼対象者

18歳以上(未婚者に限る)

▼定員

男女各10人程度 計20人
(応募者多数の場合は抽選)

▼内容

山村での暮らしに必要な山仕事体験



地元産の食材を使った調理体験
笹餅作り
▼参加費
4,800円
(昼食・体験料・傷害保険代込)
▼募集期間
8月6日(金) 17時まで
▼申込方法
電話・ファックス・メールで住所、氏名、年齢、性別、連絡先を高島森林体験学校まで

※JR安曇川駅から送迎が必要の方はご相談ください。

☎ NPO法人麻生里山センター
高島森林体験学校
☎・㊟ (38) 25091
㊟ info@takashimanomori.com

くつきの森 森の子キャンプ

夏休みに子どもたちだけのキャンプをします。いろんなことにチャレンジしてみよう！

▼日時
8月4日(水) 13時集合～
5日(木) 15時解散
▼場所
森林公園「くつきの森」

▼対象者
小学4年生から6年生
▼参加費
6,000円
▼募集期間
7月21日(水) まで
▼申込方法
ファックスまたはメールで、氏名、年齢、住所、電話番号を記入のうえ、くつきの森 麻生里山センターまで

☎・㊟ 森林公園くつきの森
麻生里山センター
☎ (38) 80099
㊟ (38) 80012
㊟ asosatoyamana@zb.ztb.ne.jp

放送大学10月 入学生募集

放送大学では平成22年度第2学期(10月入学)の学生を募集中です。
放送大学は、テレビ等の放送を利用して授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。
資料は無料です。お気軽にお問い合わせください。
市では、市立図書館に授業のビデオ等を置いて受講生に貸し出すなど、CS放送が受信できなくてもビデオ等で授業が受けられます。
この機会に、放送大学で生涯学習を始めてみませんか。

▼募集期間
8月31日(火) まで
☎ 放送大学滋賀学習センター
☎ 077(545)0362

「たかしま歴史楽」 参加者募集

安曇川地域を対象に、藤樹書院や、田中氏の居城であると考えられている上寺城遺跡(田中城跡)、継体天皇に関連する遺跡などを見学します。地域の宝として埋蔵文化財の価値を再発見するとともに、埋蔵文化財を活かした地域づくりについて一緒に考えてみませんか。たくさんのご参加をお待ちしています。

▼内容・日時(予定)
第1回
「安曇川地域の歴史(仮題)」
8月29日(日)
13時30分～15時30分
第2回
「継体天皇関連遺跡の現地学習」
9月19日(日)
13時30分～17時

竹のイベント

新竹取物語

▼日時
7月25日(日)
10時～14時(小雨決行)
▼場所
安曇川町川島地先の安曇川河川敷(現地集合)
※またはJR安曇川駅東口
9時30分集合(バス送迎)
▼内容
竹伐採作業、笑湖(エ)カレイライス作り、竹工作、竹遊び、こだわり食体験(流しそめんなど)、スイカ割り大会、ヨシ笛教室、自然観察
▼参加費
大人 1,000円
小人 500円
(資料代・体験料・環境整備費など)
▼募集期間
7月23日(金) まで
▼申込方法
往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号、「新竹取物語」と記入のうえ、次へお申込みください。(当日参加可です)

☎・㊟ T52001221
高島市安曇川町青柳99212
あどがわエコソークラブ
☎ 090(4687)7589

第3回
「国史跡藤樹書院周辺の現地学習」
10月10日(日)
13時30分～16時

第4回
「上寺城遺跡周辺の現地学習」
11月23日(火)
8時30分～14時30分
第5回
「埋蔵文化財を活かした地域づくり(仮題)」
12月19日(日)
13時30分～15時30分

▼場所
安曇川公民館(第1回・第5回)
※第2～4回は、現地学習
▼対象
高島市内在住の方
(定員50人程度)
▼参加費
300円(資料代込)
▼募集期間
7月14日(水) から
▼申込方法
電話・ファックス
☎ 文化財課 ☎ (32) 4467

高島市美術協会 公開講座

芸術に親しむ環境と次世代の人材を育成するため、公開講座を開催します。
初めの方はもちろん、経験のあ

不登校・ひきこもり講演会

ひきこもり家庭にみられるコミュニケーションの欠如や家庭内暴力にどう対処したらよいのか、親はいつまで見守ったらよいのか、相談や治療を始めるタイミングはいつなのか、そもそもひきこもっている本人にどう関わったらよいのか、など家族の苦悩は尽きません。
不登校・ひきこもりの息子と向き合い、「家族の苦悩」を自ら経験した講師から、ひきこもりに対する家族の基本的な心構えを学びます。

▼日時
7月24日(土)
13時30分～16時30分
▼場所
ひこね燦ばれす 多目的ホール
▼内容
講演会「お父さん許してやるよ! ～不登校・ひきこもり・家庭内暴力を乗り越えて～」
(講師) カウンセリングルーム ひだまり 伊藤恵造さん
▼参加費
500円(資料代)

☎ 滋賀県精神保健福祉センター
(滋賀県ひきこもり支援センター)
☎ 077(567)5058

催し



活かそう水辺、つながう流れ 近畿水環境交流会in高島

毎年、近畿各地から水環境保全に関心と関わりを持つ市民が集い、流域の自然・文化を学ぶとともに、各地の水環境保全活動を紹介する近畿水環境交流会が、今年は高島市で開催されます。

▼日時・場所・内容
○7月31日(土) 14時～17時
憩いの里湖西
講演「望ましい流域連携のあり方」など
○8月1日(日) 9時～15時30分
針江浜
湖岸清掃・水辺利用の実践・Eポート(3M製ポート)レース

▼申込方法
参加希望の方は次へお申し込みください。(当日参加可)
☎・㊟ 近畿水環境交流会実行委員会
(摂南大学澤井ゼミ内)
☎・㊟ 072(839)9124

扇の里の「扇子まつり」

▼日時

7月24日(土)・25日(日)
10時～17時

▼場所

道の駅藤樹の里あどがわ「扇子体験工房」

▼内容

- ・近江たかしま扇子の展示即売
- ・レーザー加工機による扇子のネーム彫り加工
- ・オリジナル扇子を作ろう(扇子の絵付)
- ・扇子づくりの実演

岡滋賀県扇子工業協同組合

☎(32) 15800

相談



ティーンズ(青少年)

相談・あすくる支援

7月は、青少年の非行・被害防止滋賀県強調月間です

高島市少年センターでは、青少年の学校生活・家庭生活での悩みや問題、中学校卒業後、または高校中退・卒業後、就職や進学準備をしていな

い 青少年の就労・就学に関する相談を受けています。また必要に応じて「あすくる高島」で支援を行っています。

《ティーンズ(青少年) 相談》

学校生活での不安や悩み

友だち関係・学校に行きにくい・高校休学や中退・通信制高校の学習など

家庭生活での問題

子どもの生活態度・家庭内暴力・自傷行為・深夜徘徊・喫煙など

※相談は無料です。個人の秘密は守られますので安心してご相談ください。

※落ち着いて相談ができる場所に向いて面接することもできます。

※相談内容により他機関を紹介する場合があります。

《あすくる支援》

あすくる高島では、悩みや課題を抱えている青少年が自分自身を見つめなおし、健やかに成長していくための支援を行っています。

■生活改善

生活指導、通所支援等

■自分探し支援

自然体験、スポーツ、文化活動、カウンセリング等

■就学支援

学習支援、進路相談、復学・進学支援

■就労支援

就職相談、職場見学・実習、面接練習等

■家庭支援

ふれあい活動、交流会、カウンセリング等

▼相談日時

月～金曜日 9時～17時

※土日や時間外の相談を希望される方は、事前にご連絡ください。

▼場所

高島市少年センター・あすくる高島(高島市教育委員会事務局内)

▼対象

おおむね中学生から20歳までの青少年、保護者、関係者

岡高島市少年センター・

あすくる高島

☎・☎(32) 3824

「高島の木」で家づくり相談窓口を設置

木の家を建てたいけれど、まず何をしたらいいの？

予算はどれくらい必要なの？

高島の木を使ってリフォームがしたいけれど・

「高島の木の家」の魅力をもっと知りたい！

など、「高島の木の家」づくりのことならどんなことでもご相談ください。

高島の木の家づくりネットワークでは、相談窓口を設置し、「高島の木の家」づくりに関するご相談に応じています。公式ホームページもご覧ください。お気軽にご相談ください。

▼場所

今津町今津175番地

今津ヴォーリズ資料館内

▼開館日

火～土曜日 10時～17時

(休館日：日曜日・月曜日)

岡「高島の木の家」づくり相談窓口

☎・☎(20) 1179

高島の木の家づくりネットワーク事務局(森林水産課)

☎(25) 8512

http://www.takashima-

kinoie.jp



ストレスとその対処方法を知ろう



ストレスを引き起こす

『刺激』になるもの

いい出来事と思えるものでも『刺激』になる可能性もあるもので、注意しましょう。

例

- ・人間関係
- ・死別や離別
- ・仕事関係
- ・周りの環境(騒音や悪臭)
- ・事故
- ・火災や天災
- ・結婚、妊娠、出産
- ・環境の変化
- ・長年の夢の達成
- ・そのほか人生の転機となるような出来事

例

- ・友人とのおしゃべりを楽しむ
- ・コース、カラオケで歌う
- ・お風呂にゆっくり入る
- ・休息、睡眠をとる
- ・自分をほめる
- ・深呼吸をする
- ・体を動かす

が軽減することもあります。言葉に出すことは恥ではありません。どんな対処方法があるかわかり、自分にあつたものを見つけてみましょう。

これらの対処方法はダメ！

- ・暴飲暴食・ギャンブルなど
- ・収入を超える衝動的な買い物
- ・大量のアルコール摂取

ストレスとは

ストレスとは「刺激に対する心身の反応」です。例えば「苦手な人を前にすると、何となくお腹が痛くなってくる」というような経験はありませんか？この場合、『苦手な人』という気持ち自身がとつての『刺激』になり、『お腹が痛くなってくる』というのが『心身の反応』です。

ストレスの感じやすさと対処方法

ストレスの感じやすさは個人差があります。大切なのは「自分がどのような『刺激』に反応しやすいのかを知り、対処方法を見つけること」です。ストレスにひたすら耐え、我慢強くいることではありません。自分のこころの声を聞き、つらいときはつらい、しんどいときはしんどいと、正直に言葉に出してみましよう。それだけでストレス

ストレスチェック表

最近2週間のあなたの状態で、当てはまる項目をチェックしてください。

- ☐ 毎日の生活に充実感がない
- ☐ 楽しんできたことが楽しめない
- ☐ 案にできていたことがおっくうになった
- ☐ 自分が役に立つ人間だと思えない
- ☐ わけもなく疲れた感じがする

2つ以上の項目がほとんど毎日続いている場合、あなたは大きなストレスを抱えているかもしれません。周囲の人や専門機関に早めに相談しましょう。(出典：厚生労働省「うつ対策推進方策マニュアル」)

こころの悩みに困ったときの相談窓口

相談内容の秘密は厳守します。
あなたは決して一人ではありません。

こころやからだの不調の相談

- 高島保健所 ☎(22) 2419
- 精神保健福祉センター ☎077(567) 5010

○高島市役所

- ・マキノ保健センター ☎(27) 1128
- ・今津保健センター ☎(22) 5101
- ・新旭保健センター ☎(25) 8110
- ・安曇川保健センター ☎(32) 4413
- ・高島保健センター ☎(36) 8008
- ・朽木支所 ☎(38) 2331
- ・健康推進課 ☎(25) 8078
- ・障害福祉課 ☎(25) 8516

こころの悩みの相談

○滋賀いのちの電話

☎077(553) 7387
受付時間：金曜日、土曜日 18時～22時、
日曜日 14時～22時

○こころの電話相談

☎077(567) 5560
受付時間：月～金曜日 10時～12時
13時～21時
(土・日・祝日・年末年始を除く)

多重債務(借金)に関する相談

- 高島市役所生活相談課 ☎(25) 8125



文化情報を紹介するコーナーです。
皆さんの情報などを藤樹の里文化芸術会館（☎32-2461）までお寄せください。
締め切りは毎月15日です。

映画「おとうと」上映会

吉永小百合、笑福亭鶴瓶主演！ 山田洋次監督 10年ぶりの現代劇の集大成、映画「おとうと」を上映します。



7月17日（土） ガリバーホール
18日（日） 高島市民会館
※時間はいずれも（1）10時30分
（2）14時

料金 ・前売 1,000円、中学生以下 800円
・当日 200円増

全席自由席、各回入れ替え制。前売り券が完売した場合、当日券の販売はありません。

岡 藤樹の里文化芸術会館 ☎(32) 2461

高島市民会館

8/8日

15時 開演

1階指定席
2階自由席

1 - 一般 3,000円
高校生以下 2,000円
2 - 一般 2,500円
高校生以下 2,000円

（当日 500円増）
★友の会割引有

関西フィルハーモニー管弦楽団 リラックスコンサート in 高島

迫力満点！ 本物のフルオーケストラの演奏を聴こう。今年は「のだめカンタービレ」でおなじみ、ブラームス交響曲第1番をメインに演奏します。



岡 高島市民会館 ☎(22) 1764

藤樹の里文化芸術会館

7/27日

8/8日

9時～17時
（最終日 15時まで）

入場無料

第2回たかしま子ども美術展 & 藤樹の里キッズアート2010

幼稚園・保育園から中学生までの美術作品約700点を展示します。またキッズアートで製作した作品もあわせて展示しています。子どもたちの力作をぜひご覧ください。

岡 藤樹の里文化芸術会館 ☎(32) 2461

朽木資料館

常設展示

月・火 入場無料

「朽木の生活文化を伝える」

【コーナー展示】 轆轤展

岡 朽木資料館 ☎(38) 2339

マキノ資料館

常設展示

月・火 入場無料

「山と湖の生活文化を伝える」

【コーナー展示】 瓦展

岡 マキノ資料館 ☎(27) 1484

藤樹の里文化芸術会館

8/21日

13時30分 開場
14時 開演

全席自由

一般 1,000円
中学生以下 500円

（当日 200円増）

びわこ全国青少年演劇祭

今年で5回目を迎える青少年による演劇祭。舞台で輝く子どもたちを応援してください！



岡 藤樹の里文化芸術会館 ☎(32) 2461

高島歴史民俗資料館

常設展示

月・火 入場無料

「鴨稻荷山古墳 ・鴨遺跡・大溝城を調べる」

【コーナー展示】 硯展

岡 高島歴史民俗資料館 ☎(36) 1553



湖西地域の文化情報

ギャラリー 藤乃井

7/19日～25日

10時～17時

鑑賞無料

～想いあるうちに～

二人の水彩画展

長谷川利男・悠紀子

岡 安曇川町田中 426 ☎(32) 0150

ギャラリー Cafe Cozy

8/1日～30日

10時～22時

火・休 鑑賞無料

～光と風と遊～

ガラスとキルトのポシャギ展

若山久男&若山佳代子

※最終日 17時まで

岡 今津町舟橋 2-8-10 ☎(22) 1414

今津サンブリッジ
ホテルギャラリー

8/1日～31日

鑑賞無料

押し花展

富士野幸

岡 今津町今津 1689-2

☎(22) 6666

今津図書館

7/18日

～8/31日

10時～19時

木・休 鑑賞無料

フェルトスイーツ展

▼期 間 7月18日～8月31日

昆虫「標本と切り紙」展

▼期 間 8月1日～31日

岡 今津図書館 ☎(22) 3827

ギャラリー 散歩路

8/1日～27日

10時～17時30分

火・休 鑑賞無料

涼を誘う水彩画の域

あけぼの墨絵クラブ作品展

岡 今津町今津 1589-1

☎080 (6182) 1516

ギャラリー RIPL

8/1日～31日

9時30分～20時30分

鑑賞無料

フズキリコ イラスト展

岡 今津ショッピングセンター

☎(22) 6500

ばんぶー亭

8/8日

15時15分開演

料金 1,800円

第16回 生で上方落語を聴く会

出演 桂あさ吉 桂ひろば 桂咲之輔

座布団をご持参ください。

※要予約 ※開場 14時45分

岡 朽木荒川 150-24 ☎(38) 3858