

## 4月から市税などの納付にスマートフォン決済アプリ PayB (ペイビー) が利用できます

☎ 会計課 ☎ (25) 8118

### PayB 払込票決済とは

スマートフォン決済アプリ「PayB」を使って、市税等の納付書に印刷されているバーコードをスマートフォンのカメラ機能で読み取ることで、事前に登録した銀行口座からいつでもどこでも簡単に納付ができるものです。



### PayBの特徴

**バーコードで簡単にお支払い**  
バーコードをスマホのカメラで読み込むだけで簡単にお支払い

**お持ちの預金口座からリアルタイムにお支払い**  
インターネットバンキングなどの難しい登録はいりません

**コンビニ支払用のバーコードがある払込票に対応**  
税金から公共料金などのお支払いまで色々なお支払いにご利用できます

### 利用方法



「いつでも」「どこでも」スマートフォンで簡単にお支払い



#### 利用できる税金・料金

- ▶市県民税（普通徴収）、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料、市営住宅使用料、市営住宅駐車場使用料、水道料金、公共下水道使用料、農林業集落排水使用料、育英資金、高島屋奨学金育英資金、清水安三育英資金

#### 利用できる金融機関

- ▶滋賀銀行、関西みらい銀行、ゆうちょ銀行など PayB 取扱金融機関

#### 利用できる方

- ▶PayB 取扱金融機関でキャッシュカード発行済の普通預貯金口座を持っている個人

#### 注意事項

- ▶領収書は、発行されません。
- ▶1枚あたりの金額が30万円を超えている納付書やバーコードが印字されていない納付書、納付期限が過ぎている納付書は利用できません。
- ▶アプリの利用は無料ですが、通信にかかるパケット代などは別途利用者負担となります。

## 今津総合運動公園 新グラウンド利用予約開始

現在、新たに整備中の多目的グラウンド(第4グラウンド)は7月1日から利用開始する予定です。それに先立ち、4月1日から利用予約の受け付けを開始します。このグラウンドは、サッカー、野球などのスポーツに利用することができ、ぜひご利用ください。

### ◎利用可能コート数

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。



園市民スポーツ課 ☎ (25) 8560

### ◎予約受付先

今津総合運動公園管理事務所 ☎ (22) 5555  
※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。



## 軽自動車税の減免制度

☎ 税務課 ☎ (25) 8116

心身に障がいのある方が所有または使用される軽自動車について、申請によって軽自動車税を減免する制度があります。

減免が受けられるのは、車両の状況と障がいの程度が右の表に該当する場合です。(4月1日基準)

#### ●減免の対象となる車両の状況

対象者	所有者	運転者	
身体障がい者	18歳以上	本人	本人・同一生計の方
知的障がい者・精神障がい者	18歳未満	同一生計の方	同一生計の方
		本人・同一生計の方	本人・同一生計の方

#### ●減免の対象となる障がいの範囲

障がいの区分	運転する人が身体障がい者本人	運転する人が同一生計の方
視覚障害	1級～4級	
聴覚障害	2級・3級	
平衡機能障害	3級	
音声機能障害	3級 (喉頭摘出者のみ)	
身体障がい者		
上肢不自由	1級・2級	
下肢不自由	1級～6級	1級～3級
体幹不自由	1級～3級・5級	1級～3級
乳幼児期以前の非進行性脳病変による運動機能障害	上肢機能	1級・2級
	移動機能	1級～6級
心臓、呼吸器、じん臓、ぼうこう、直腸、小腸の機能障害	1級・3級	
ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害	1級～3級	
肝臓機能障害	1級～3級	
知的障がい者	療育手帳に記載された障がいの程度が「A1・A2」の方	
精神障がい者	精神障害者保健福祉手帳に記載された障害等級が1級の方	

※戦傷病者の方は、お問い合わせください。

#### ●申請期間 4月1日(水)～6月1日(月)

#### ●申請方法

次の書類等を税務課または支所へ持ってきてください。

- 減免申請書(税務課・各支所にあります) ※前回減免を受けていた方には現況報告書を送付します。
- 身体障害者手帳(または、戦傷病者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳)
- 運転免許証(本人が運転しない場合は、同一生計の方の運転免許証)
- 自動車検査証
- 印鑑(認印可)
- 本人の個人番号(マイナンバー) 通知カード



## 東京2020オリンピック 聖火リレー情報!

岡市民スポーツ課 ☎ (25) 8560

東京2020オリンピック聖火リレーが5月28日(木)に高島市で行われます。

これに先立ち、東京2020オリンピック聖火リレートーチを4月1日(水)、2日(木)の2日間、マキノピックランドのセンターハウス内で展示します。皆さんもぜひマキノピックランドまでお立ち寄りください。

## 聖火ランナーの 声が届きました!

高島市公式 Instagram  
イメージキャラクター  
「たかP」

高島市を走行するオリンピック聖火ランナー(滋賀県実行委員会枠)に、マキノ町の森永 ののかさん、安曇川町の松宮 喜子さんが選ばれました。お二人は、さまざまな熱い想いを胸に聖火を繋げられます。

### 森永 ののかさん



オリンピック聖火ランナーに選ばれたことを大変嬉しく思っています。私は幼い頃からアルペンスキーをしています。地域の方々はいつも「頑張ってるね」、「おめでとう」と声をかけてくださり、その言葉は私の心の支えとなっています。日頃、応援してくださっている地域の方々に感謝の気持ちを伝えたいです。

聖火ランナーとして、滋賀県の魅力を多くの人に伝えると共に、各地の聖火ランナーだけでなく、すべての地域の人々の思いを乗せて、1歩1歩を大切に走ります。

## Hope Lights Our Way

希望の道を、つなごう。



画像提供: Tokyo 2020

### 松宮 喜子さん



人生の中で嬉しかった、幸せだった事は、いっぱいありましたが、今回の事は、どう言葉で表現したらいいのか分かりません。たくさんの方からお祝いの連絡があり、こんなに幸せでいいのかと日々感じています。

当日は、今までに出会って支えてくださった方、巡り会えた大切な方に、感謝の気持ちが少しでも伝わり、障がいに関係なく元気な私の姿を感じていただけたら幸いです。その日にむけ体調を整えるのはもちろんですが、少しは痩せて走りたい…かな…。

## NET119緊急通報 システムの運用を開始!

岡消防本部通信指令課 ☎ (22) 1234



### 【NET119緊急通報システムとは】

インターネットに接続できる携帯電話やスマートフォンを利用して、簡単な操作で素早く緊急通報(119番通報)をするものです。

通報時に、チャット機能による文字のやりとりで、消防とコミュニケーションをとることができます。



### ▼利用対象者

聴覚や発語に障がいのある方や言語発声による通報が困難な方

### ▼システム登録方法等

※ご利用には事前登録が必要です。

届出書類: 各消防署および分遣所、通信指令課(市のホームページからもダウンロードできます。)

提出先: 消防本部2階通信指令課

受付時間: 平日8時30分~17時15分  
(提出時に登録と動作確認を実施します)

### ▼利用料について

登録料・利用料は無料ですが、インターネットに接続して通報を行いますので通信料(パケット代)は別途必要です。

※音声による119番通報が可能な方は、電話での119番通報をご利用ください。

## 春の全国交通安全運動が 実施されます

岡「セーフティたかしま」交通安全推進協議会 ☎ (25) 8571

【運動期間】

4月6日(月)~15日(水)

県民総ぐるみで交通事故防止の徹底を図ることを目的に交通安全運動が実施されます。

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、起こさないよう心がけましょう。

### 1. 子どもをはじめとする 歩行者の安全確保



ドライバーの方は、歩行者にやさしい運転をこころがけましょう!

### 2. 高齢運転者等の安全運転の励行

交通ルールを守り、思いやりを持って運転しましょう!



### 3. 自転車の安全利用の推進

スマートフォンやイヤホンを使用しながらの運転は禁止です!



### 4. 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譲りましょう!





## 後期高齢者医療制度の被保険者の皆さんへ

### 令和2・3年度の

# 後期高齢者医療制度の保険料率を改定します

医療費に見合う保険料収入を確保し、制度の健全な運営を維持するため、4月1日から保険料率を改定します。ご理解いただきますようお願いいたします。

### ●令和2・3年度の保険料率（年額）

区分	保険料率	
	改定前（平成30・令和元年度）	改定後（令和2・3年度）
被保険者均等割額	43,727円	<b>45,512円</b>
所得割率 ※	8.26%	<b>8.70%</b>
年間保険料上限額	62万円	<b>64万円</b>

※「所得割額」の計算方法…総所得金額等から基礎控除の33万円を差し引いた金額×上記の割合

### 均等割額が軽減される場合および変更点

世帯主と被保険者全員の所得が一定以下の方は、世帯の所得水準に合わせて、均等割額が軽減されます。

※65歳以上の方の公的年金等に係る所得については、15万円を引いた額で判定します。

### 均等割額の軽減割合が見直されます

対象者の所得要件 (世帯主および世帯の被保険者全員の 軽減判定所得の合計額)	均等割の軽減割合		
	令和元年度	令和2年度	令和3年度
33万円以下	8.5割	<b>7.75割</b>	7割
うち、世帯の被保険者全員の年金収入の控除額を 80万円とした場合で、所得が0円になるとき	8割	<b>7割</b>	

### 均等割額の軽減範囲が拡大されます

#### ○均等割額が5割軽減される方

被保険者とその世帯の世帯主の総所得金額等が、次の計算式を超えない方  
「基礎控除額(33万円)」+「**28.5万円**(改正前28万円)×世帯の被保険者数」

#### ○均等割額が2割軽減される方

被保険者とその世帯の世帯主の総所得金額等が、次の計算式を超えない方  
「基礎控除額(33万円)」+「**52万円**(改正前51万円)×世帯の被保険者数」

### 8月1日から使用する被保険者証は、7月中に簡易書留でお届けします

制度についての詳しい内容は、被保険者証と一緒に送りする「しおり」をご覧ください。

### お一人ごとの新しい保険料の額は、7月に郵便でお知らせします

☎ 保険年金課 ☎ (25) 8137 滋賀県後期高齢者医療広域連合 ☎ 077(522)3013

## 介護用品の助成券を交付しています

寝たきりや認知症、心身の障がいなどのため、常時在宅で介護用品を使用している方に、介護用品の購入に使える助成券を交付しています。

### 助成券交付額

- ① 市民税非課税世帯で要介護4、5相当の方 …… 月額5,000円
- ② 3歳以上20歳未満で障害者手帳の交付を受けている方 …… 月額5,000円
- ③ 市民税非課税世帯で要支援1～要介護3相当の方および②以外の障害者手帳の交付を受けている方 …… 月額3,000円



### 助成券で購入できる介護用品

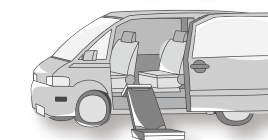
介護用紙おむつ、尿とりパット、清拭剤、ドライシャンプー、おしり拭き、介護シーツ、使い捨て手袋、リハビリパンツ  
※助成券は、市内の協力店でのみ使用できます。

### 申請の方法

民生委員や市保健師、居宅介護支援事業所などで確認を受けて、長寿介護課、障がい福祉課、各支所で申請してください。

## タクシー・バス、ガソリンの助成券を交付しています

介護保険要介護・要支援認定を受けている方や75歳以上で一人暮らしの方、障害者手帳の交付を受けている方などの外出を支援するため、タクシー・バス利用助成券やガソリン助成券を交付しています。



### 助成額など

《タクシー・バス利用助成券》  
 ①、②、③、④、⑤の方…月額1,000円分  
 《ガソリン助成券》  
 ⑥の方 …… 月額1,000円分  
 ⑦の方 …… 月額750円分  
 ※⑥、⑦の方は「タクシー・バス利用助成券」または「ガソリン助成券」のどちらかを選択できます。

### 申請の方法

▼対象になる方は印鑑を持って、長寿介護課、障がい福祉課、各支所で申請してください。  
 ▼障害者手帳を持っている方は、手帳の提示をお願いします。

### その他

年度途中での助成券、助成額の変更はできません。

市民税課税状況は、4月～6月の申請は令和元年度、7月以降は令和2年度の世帯課税状況で判断します。申請のあった月分から交付します。

☎①③・④⑤に該当する方… 長寿介護課 ☎(25)8029  
 ②③・⑥⑦に該当する方… 障がい福祉課 ☎(25)8516



### 高島出身の廣瀬さん スキーワールドカップ出場！

3月10日（火）に、高島出身の廣瀬 航平さん（朽木じゃっぴーSC）が、テレマークスキーワールドカップ出場の報告のため市役所を訪問されました。廣瀬選手は、アルペン競技ではインターハイや国体にも出場されました。大学生になってからテレマークスキーを始められ、ワールドカップ出場を目標に本格的に練習された結果、4年連続のワールドカップに出場される予定でしたが、残念ながら今回の大会は中止になりました。（市民スポーツ課）



廣瀬選手

### 安曇川高校の新宅さん 滋賀県民スポーツ大賞受賞！

2月10日（月）に、滋賀県庁で令和元年度滋賀県民スポーツ顕彰・滋賀県民スポーツ大賞の表彰式が行われ、安曇川高校の新宅 陽大さんが滋賀県民スポーツ表彰を受賞されました。また、2月16日（日）に羽曳野市立総合スポーツセンターはびきのコロセアムで行われた、JOCジュニアオリンピックカップ令和元年度第40回全日本ジュニアウエイトリフティング選手権大会の109kg級で優勝されました。（市民スポーツ課）



市長に報告に来られた新宅選手（左から2人目）

### 高島小学校が受賞！ 滋賀県インクルーシブ教育賞

2月10日（月）に、高島小学校が「滋賀県インクルーシブ教育賞」を受賞し、6年生児童が代表して県教育長から表彰を受けました。この賞は、県内の小中高校生を対象に、障がいのあるなしに関わらず共に学び、生きる活動に取り組んだ児童生徒を表彰するものです。自分にできることは何かを自然に考え、認め合い、支え合う子どもたちの姿に、高島市の明るい未来が期待されます。（学校教育課）



### 元高島町議会議員の白井さん 旭日単光章受章！

元高島町議会議員 白井 甚一郎さん（88）が、地方自治功勞により旭日単光章を受章され、2月3日（月）に伝達されました。白井さんは、昭和54年から通算12年間、高島町議会議員として町の発展に貢献されました。今後のますますのご健勝とご多幸をお祈りします。（総務課）



### 高島市の選手たち とやま・なんと国体に出場！

2月16日（日）から19日（水）にかけて富山県で開催された第75回国民体育大会に、市から次の選手、監督が出場され、健闘されました。（市民スポーツ課）



○ジャイアントスラローム (敬称略)

種別	氏名	勤務先・学校名・所属
成年男子B	廣瀬 航平	京都市役所
成年男子B	夏目 雄大	宗教法人 妙楽寺

○監督 (敬称略)

種別	氏名	勤務先・学校名・所属
全種別	野崎 吉雄	社会福祉法人湖北会 湖北まこも

○クロスカントリー (敬称略)

種別	氏名	勤務先・学校名・所属
成年男子A	小林 大晋	京都産業大学（2年）
成年男子A	齊藤 楓	関西大学（3年）
成年男子B	和田 健吾	高島市役所
成年男子C	伊藤 朋一	高島市役所
少年男子	筑波 友斗	高島高等学校（3年）
少年男子	野崎 豪	高島高等学校（1年）
少年男子	岸 侃弥	高島高等学校（2年）

(敬称略)

種別	氏名	勤務先・学校名・所属
少年男子	松井 星涼	高島高等学校（2年）
少年男子	早藤 圭希	高島高等学校（1年）
少年男子	大藤 有真	比叡山高等学校（1年）
少年女子	青谷 夏凜	比叡山高等学校（2年）
少年女子	中村 朱里	安曇川高等学校（1年）
少年女子	小多 沙奈	長浜北高等学校（2年）

### 農地利用の最適化推進を目指して 高島市農業委員会農政研修会

2月14日（金）に、農業委員会委員としての見識を深めるため、（一財）滋賀県農業会議から講師をお招きし、「人・農地プラン推進に係る農業委員および農地利用最適化推進委員の役割」について研修会を開催しました。また、研修会の最後には、「高島市農業施策等に関する意見書」を会長から福井市長に手交しました。（農業委員会事務局）



### 文化活動の発展のため 高島ライオンズクラブから寄付

2月9日（日）に、ガリバーホールで「高島市立中学校吹奏楽部 プラスコンサート」が開催され、高島ライオンズクラブが活動経費として50,000円をご寄付くださいました。今後も市内中学校吹奏楽部員が一堂に会する機会を設けることで、相互の親睦を深め、技術の切磋琢磨を図るとともに、中学校の文化活動の発展に努めていきます。（学事施設課）





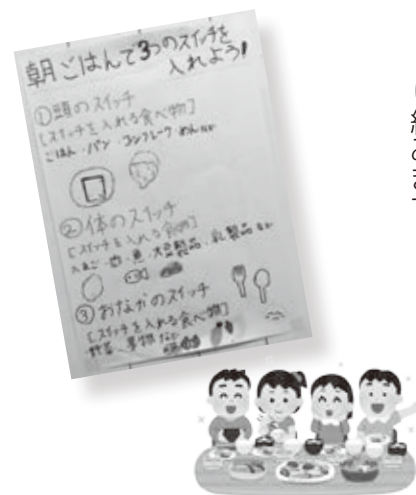


地域の特色を生かした優れた食育の実践校を表彰する「湖っ子食育大賞」(滋賀県教育委員会主催)を、今津東小学校が受賞しました。今津中学校区では、食育を小中一貫教育の取り組みの一つとし、今津東小学校は『よりよい朝ごはんを食べよう』をテーマに取り組んでいます。

今津東小学校「2019湖っ子食育大賞」受賞!

教育委員会広報

図 学校給食課 ☎ (32) 1716



子どもたちは、「頭」「体」「おなか」の3つのスイッチを入れるためには、朝食をバランスよく食べることが大切であることを学んでいます。

また、10月には「今津食育週間」を設け、中学校区の食育キャラクタ「スウィッチーズ」を活用して、啓発を行いました。

その効果として、バランスのよい朝食をとる子どもたちの割合が3割から4割に増加するとともに、「スウィッチ」という言葉を意識する子どもたちが増え、食材にも関心を持つようになりました。

今後も、家庭や地域との連携を大切にしながら、食育の推進に取り組めます。



よえもん道場 閑谷学校で背筋ピン!

2月15日(土)に、岡山県備前市にある閑谷学校を、よえもん道場に参加する高島市内の小学生(4~6年生)が訪れ、中江藤樹学習を行いました。日本最古の庶民のための閑谷学校で背筋がピンと伸びる思いで論語について学びました。子どもたちにとっては、改めて藤樹先生の偉大さを学ぶことのできる貴重な体験学習となりました。(青少年育成市民会議)



高島市の春を告げる風物詩 ヨシの火入れを行いました!

2月24日(月)に、新旭町針江の湖岸で、ボランティアの皆さんの協力のもと、高島市の春の風物詩であるヨシの火入れを行いました。この火入れ作業はヨシ群落を健全に維持・管理するために毎年行う行事で、雑草や雑菌を除去し、新芽の成長を促す重要な取り組みです。早春の訪れを告げる炎を見に、多くの方々を訪れていました。(環境政策課)



図 環境政策課 ☎ (25) 8123  
環境センター ☎ (24) 0031

身近な環境広場

安全安心

交通事故発生状況

図 高島警察署 ☎ (22) 0110

(令和2年2月末現在)

内容	件数	前年比
人身事故発生件数	5件	-5件
死者数	0人	0人
傷者数	8人	-7人

発生場所 件数

マキノ	1件
今津	0件
朽木	0件
安曇川	2件
高島	1件
新旭	1件

※概数



火災・救急・救助件数

図 消防総務課 ☎ (22) 5401

(令和2年2月末現在)

火災	件数	累計(1月~)
建物	3件	4件
車両	1件	1件
林野	0件	0件
その他	1件	3件

救急	件数	累計(1月~)
交通事故	10件	16件
一般負傷	31件	60件
急病	145件	282件
その他	21件	51件

救助	件数	累計(1月~)
火災	0件	0件
交通事故	2件	2件
水難事故	0件	0件
その他	0件	0件

環境放射線測定結果

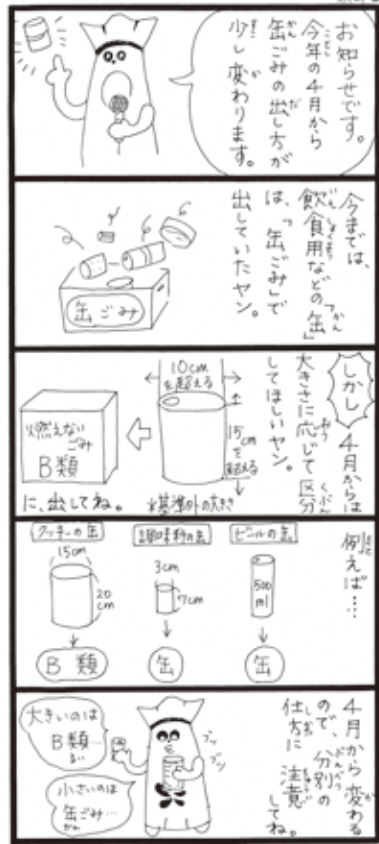
図 原子力防災対策室 ☎ (25) 8133

2月平均値(平日測定) 前月平均値

マキノ(マキノ支所前駐車場)	0.060 μSv/h	0.062 μSv/h
今津(今津支所前駐車場)	0.039 μSv/h	0.038 μSv/h
朽木(朽木支所前駐車場)	0.065 μSv/h	0.065 μSv/h
安曇川(安曇川支所南側駐車場)	0.051 μSv/h	0.050 μSv/h
高島(高島支所東駐車場)	0.057 μSv/h	0.060 μSv/h
新旭(高島市役所本館北側駐車場)	0.053 μSv/h	0.054 μSv/h

※測定地点は他に24か所あります。測定結果は、市のホームページをご覧ください。  
※日本での自然放射線による時間線量の通常値はおおむね0.2μSv/h以下です

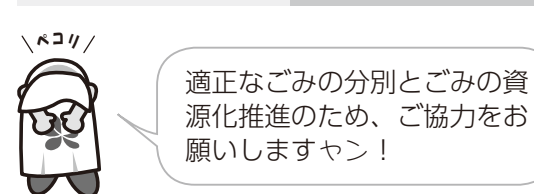
缶の出し、変わります!



飲食用カンの出し方

飲食用カンの対象の大きさか確認する。

開口部の直径が 10cm以下  
かつ  
高さが 15cm以下である



適正なごみの分別とごみの資源化推進のため、ご協力をお願いします!

今までは飲食用の缶はすべて「飲食用カン」として分別収集していましたが、環境センターでの円滑な処理を行うため、「飲食用カン」の対象物に大きさの制限を設けることになりました。

飲食用缶の出し方が変わります!

令和2年4月から

可燃ごみ搬出量

現在、三重県の民間ごみ処理業者へ委託して焼却処分しています。ごみの量に応じてごみ処理費用を負担することになりますので、ごみの分別や減量にご協力ください。

測定月	収集量
平成31年2月分	911t
令和2年2月分	956t (前年比45t増)



## がん患者サロン「ほっと湖西」

誰に聞いたらいいのかわからない、どうしたらいいのかわからない。身近な人だからこそ言えない思い…。  
 がんと診断されて一人で悩んでいませんか。どうぞ一度がん患者サロンをご利用ください。  
 ご本人とご家族であればどなたでも無料で参加できます。



- ▶ 日程 毎月第2火曜日 13時30分～15時30分(途中参加・退室できます)
- ▶ 場所 高島市民病院 健診センター3階 図書室または小会議室
- ▶ 内容 語り合い ※話を聞くだけでも参加できます

### 開催日カレンダー

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
14日	12日	9日	14日	11日	8日	13日	未定	8日	12日	9日	9日

○カレンダーの色が濃い日には「がん教室」を開催します。  
 教室の詳細内容は、患者相談支援室までお問い合わせください。

がん患者サロンは、体験した人しか分からないつらさ、疑問や悩み、工夫していることなど、  
 がん患者さんやご家族同士で語り合える【場】です。事前予約は必要ありません。どうぞご利用  
 ください。

## 国保年金あらかると

国民年金課 ☎ (25) 8137  
 大津年金事務所 ☎ 077 (521) 1789

### 令和2年度 国民年金保険料が変わります！

令和2年度 国民年金保険料額		月額 16,540円 (令和元年度 16,410円から130円引上げ)	
	前納期間	口座振替の場合	現金納付の場合
6か月前納	令和2年4月～9月分(現金納付のみ)、 令和2年10月～令和3年3月分	98,110円 <b>1,130円の割引</b>	98,430円 <b>810円の割引</b>
1年前納	令和2年4月～令和3年3月分	194,320円 <b>受付終了</b>	194,960円 <b>3,520円の割引</b>
2年前納	令和2年4月～令和4年3月分	381,960円 <b>受付終了</b>	383,210円 <b>14,590円の割引</b>

※クレジットカード納付の前納の保険料額は現金納付と同じ金額になります。

#### <前納のお申し込みについて>

口座振替およびクレジットカードによる6か月(4月～9月分)、1年および2年前納のお申し込みは、  
 2月末日で受け付けを終了しました。現金納付については、4月中であれば手続き可能です。  
 詳しくは、保険年金課または大津年金事務所までお問い合わせください。

## 4月20日～8日は 発達障がい啓発週間だよー

発達障がいの特性がある人には、一見して分かりにくい、生活のしづらさがあります。  
 いろんなことで困っているのか、どのようにすれば生活しやすくなるのか、周囲はどう配慮したらいいのかという、知識や関わり方を世界中で共有しようという機会がこの発達障がい啓発週間です。

癒しや希望などを表す青は自閉症や発達障がいの理解促進のためのシンボルカラーとされています。

4月20日に東京タワーが青くライトアップされるなど、さまざまなイベントが行われます。この期間、身の回りで青色のものを探してみてください。

例：刺激による不快感を少なくして、安心できる環境をつくる必要があります。

多くの人が平気だと感じる音や光、温度やにおいなどが苦痛に感じる。

発達特性の例とその対応

### 令和2年度健康推進員養成講座を開催します！

健康に関する知識を学び、自分が健康になり、家族、身近な人へ健康づくりを広げていく。そんな活動をしてみませんか？

▼開催時期  
7月～令和3年1月(予定) ※8回程度

▼対象者  
健康づくりに関心があり、受講修了後に健康推進員としてボランティア活動ができる人

▼内容  
健康推進員として、活動に参加する時に必要な知識やノウハウを学びます。(生活習慣病予防のための食事や運動についての講話や実習など)

興味のある方は、お問い合わせください 健康推進課 ☎ (25) 8078

### 新型コロナウイルス感染症 感染予防のポイント

- ▶ 一人一人が手洗いや咳エチケットを行いましょう。
- ▶ 不要不急の外出は避け、室内ではこまめに換気を行いましょう。
- ▶ 風邪症状があったら外出を避け、やむを得ない場合はマスクを着用しましょう。

厚生労働省

滋賀県

高島市

滋賀県庁「一般電話相談」  
 (平日・土日 8時30分～17時15分)  
 ☎ 077 (528) 3637  
 高島保健所「一般電話相談」  
 (平日 8時30分～17時15分)  
 ☎ 0740 (22) 2526  
 新型コロナウイルス感染症に関する情報は、以下のホームページをご覧ください。