

県児童生徒科学研究発表会 小学生2人が最優秀賞！

滋賀県児童生徒科学研究発表会で、市内の小学生在発表の部と展示作品の部それぞれで最優秀賞を受賞しました。

市内から全部で15の自由研究の作品が出品され、最優秀賞の他にも7作品が入賞（優秀賞1、

佳作6）しました。
最優秀賞の2作品は、滋賀県推薦作品として全国児童才能開発コンテストへ出品されます。（学校教育課）

発表の部 最優秀賞
「色のかくれんぼ かくれた色をみつけた!! ~葉の変色の巻~」
安曇小学校4年 青木 咲らゝさん

展示作品の部 最優秀賞
「だんごむし〜めいろのくにへようこそ〜」
新旭北小学校2年 中村 千和さん

地域振興賞を受賞 絵本による街づくりの会

NPO法人絵本による街づくりの会が、公益財団法人ハン六文化振興財団の「ハン六地域振興賞」を受賞されました。今回の受賞は、青少年の健全育成や新しい街づくりに寄与された功績が評価されたものです。

11月1日（金）に受賞報告のため訪問された代表者の平松 成美さんは「会の設立15年目となる節目にこのような栄えあるご褒美をいただけて光栄です。仲間がいたからこそ続けられたので、見守り応援くださった方々に感謝しています」と受賞の喜びを話されました。（社会教育課）



青少年育成大会 青少年が思いを語る

11月9日（土）に、近江八幡市の安土町文芸の郷文芸セミナリヨで滋賀県青少年育成県民大会が、11月24日（日）に藤樹の里文化芸術会館で高島市青少年育成大会が行われました。

滋賀県青少年育成県民大会では、今津北小学校3年 河原 奏羽くんの作文『小川さんと仲よし』が、「豊かな心をはぐくむ家庭づくり」に関する作文小学校中学年の部において最優秀賞を受賞されました。

高島市青少年育成大会では、市内6中学校の



今津北小学校3年 河原 奏羽くん

代表者による意見発表があり、自分の経験を通して感じたことや考えを熱く語りました。参加者からは、中学生の素直な思いを知ることができて良かった、頼もしい姿に感動したという声が聞かれました。（社会教育課地域教育連携室）

市内統計調査員の皆さんと毎月勤労統計調査 調査対象事業所 第14回滋賀県統計大会で表彰

11月22日（金）に滋賀県庁で行われた、第14回滋賀県統計大会で統計功績者への表彰および感謝状の贈呈が行われました。受賞された皆さんは、統計調査員として各種統計調査で活躍していただいています。また、平成30年度の毎月勤

労統計調査の実施にあたり特に協力が良好だった事業所に、厚生労働大臣表彰の伝達が行われました。市内の受賞者および受賞事業所は次の通りです。（企画広報課）

<p><滋賀県統計大会会長(知事)表彰> 荻野 晴代 桑原 智子</p> <p><滋賀県統計大会会長(知事)感謝状> 落合万貴子 中谷 恵子 國定 光緑 中谷 宗吉 近藤 和子 中村 麻美 近藤 喜造 西田 義明 澤井 経子 三田村喜芳</p>	<p><厚生労働大臣表彰> 株式会社 桑原組</p> <p><滋賀県統計協会会長感謝状> 赤崎 巳好 白井 善幸 桂田 禎子 白崎 和子 河原田千絵 角川 正将 北川紀美江 吉村 和子 齊藤眞治郎 和田 政子</p>	<p>(順不同・敬称略)</p>
--	--	------------------

あいさつで 犯罪追い出し 地域の輪 防犯標語で地域の安全安心

高島市防犯自治会と高島警察署が合同で募集した防犯標語に合計501作品の応募があり、下記のとおり優秀作品が選ばれました。

11月15日（金）にはマキノ南小学校の全校集会で、金賞を受賞された兵藤 叶望さんへ高島警察署長から賞状と副賞が授与されました。（市民課）



<p>金賞 あいさつで 犯罪追い出し 地域の輪</p> <p>銀賞 オレオレに たいこうするのは ダレダレだ ちょっと待て「あなたは本当に うちの子かい？」</p> <p>銅賞 かぎかけて まどドアくるま じてんしゃも 声かけは 無料でできる 防犯だ 「ちょっと待て」 振り込む前に まず確認</p>	<p>兵藤 叶望 (マキノ南小学校6年)</p> <p>廣井 凱星 (マキノ西小学校4年)</p> <p>川越 拓哉 (安曇川)</p> <p>加藤 和輝 (新旭北小学校4年)</p> <p>土屋 祥愛 (今津東小学校2年)</p> <p>野崎 諭子 (マキノ)</p> <p>(順不同・敬称略)</p>
--	--

安曇川町の平井さん 全国防犯栄誉金章受賞！

9月26日（木）に東京・明治記念館で行われた全国地域安全運動中央大会で、安曇川町の平井 美佐子さんが全国防犯栄誉金章（警察庁長官・全国防犯協会連合会長連名表彰）を受賞されました。

平井さんは長年にわたりガールスカウトのリーダーとして青少年の健全育成に、また、スクールガードとして地域の安全を守るため活動していただいています。（市民課）



マキノ町出身の伊藤さん 全日本学生選手権出場！

11月1日(金)から4日(月)に行われた、第84回全日本学生ヨット選手権大会に、マキノ中学校出身の伊藤 茶宥さん(三重大学)が出場され、健闘されました。

伊藤さんは、9月14日(土)と15日(日)に豊田自動織機海洋ヨットハーバーで行われた、「2019年度秋季中部学生ヨット選手権大会」で見事スナイプクラスで1位を獲得され、全日本学生選手権に出場されました。

(市民スポーツ課)



伊藤 茶宥さん



ねんりんピック紀の国わかやま 2019 高島市から4人が参加！

11月9日(土)から12日(火)まで和歌山県で行われた、第32回全国健康福祉祭和歌山大会(ねんりんピック紀の国わかやま2019)に、市内から4人の選手が出場されました。

高齢者が主役となって、交流を深めながらスポーツや文化を楽しむ健康と福祉の祭典で、それぞれの種目で力を発揮されました。(長寿介護課)



剣道 北村 義則さん 卓球 山田 利和さん
ゴルフ 浅井 睦夫さん 西川 とよ子さん

今津中学出身の前川さん 全国高校サッカー出場！

10月19日(土)から11月16日(土)に行われた、第98回全国高校サッカー選手権滋賀大会で、今津中学校出身の前川 慶輔さんが所属する草津東高校が見事優勝に輝き、12月30日(月)から開催される、第98回全国高校サッカー選手権大会に出場されます。

初戦は12月31日(火)に味の素フィールド西が丘で行われ、活躍が期待されます。(市民スポーツ課)



第15回高島市グラウンド・ゴルフチャンピオン 結果発表！！

11月8日(金)に、萩の浜グラウンド・ゴルフ芝特設会場で行われた、第15回高島市グラウンド・ゴルフチャンピオン大会において次の方々が優秀な成績を収められました。(市民スポーツ課)



優勝 竹若 進さん(マキノ)
準優勝 青谷 重興さん(マキノ)
第3位 藤本 新次さん(今津)

生命や財産を守るために！ 次世代型消防車の導入！

北部消防署に配備している水槽付消防ポンプ自動車を更新しました。

この車両は、4輪駆動車で消火用水900ℓの水槽を装備し、少量の水でも高い消火効果があるCAFS装置※を備えています。

また、13mのブーム装置が搭載された車両で、高所の消防、救助活動も迅速に行えるようになり、消防力の向上が図れます。(警防課)



※CAFS装置…水と消火薬剤を合わせた溶液に圧縮した空気を注入し泡を発生させる装置で、泡を付着させることで効率よく消火することができます。

高島経済会から ご惠贈いただきました

11月24日(日)に、朽木ゴルフ倶楽部で「第11回高島市民チャリティーゴルフコンペ」が開催され、高島経済会から市への寄付金475,640円をいただきました。

寄付金は、スポーツを通じた市民の健康増進や子どもたちの健やかな成長の支援に大切に活用していきます。(総合戦略課)



高島市消防団 全国女性消防操法大会に出場！

11月13日(水)に、神奈川県横浜市で行われた、第24回全国女性消防操法大会に滋賀県代表として高島市消防団の女性団員が出場しました。

大会当日は練習の成果を発揮して「敢闘賞」を受賞されました。(消防総務課)



高島市消防団 からメッセージ

女性団員は現在15人で活動しています。主な活動内容は、火災予防の啓発活動をはじめ、火災現場での支援活動などを行っています。

誰かの役に立つ事をしてみたいとお考えのあなた！女性団員にしかできないことがたくさんあります。消防団に興味がある方は消防総務課まで連絡をください。

あなたの力をお貸しください。よろしくお願ひします。 消防総務課 ☎(22)5401

発達障害について学習しました いるか学習会

11月13日(水)に、安曇川公民館で発達障害について関心のある保護者や支援者・関係機関の方を対象に「いるか学習会」を開催しました。保護者の方からは、「細かく話してもらい色々納得することができた」「もっと子どもと一緒に楽しく過ごしたいと思った」などの感想がありました。(健康推進課)



ゆぱり フードドライブ



1月9日(木)～12日(日)

- ・ふぁみーゆ (安曇川町四津川 642) ▷ 10時～19時
- ・喫茶 古良慕 (新旭町旭 460) ▷ 9時～21時
- ・カフェコーズィ (今津町舟橋2丁目 8-10) ▷ 10時～22時

▼ご提供いただけるもの
お米、乾麺、お菓子、粉ミルク、離乳食、飲み物、レトルト・缶詰・ビン詰め・インスタント食品、野菜・芋類 ※未開封で、賞味期限が1か月以上のもの

目指せ!
食品ロス削減ヤン!



食品ロスを地域の資源へ!
家庭に眠っている食品を必要な人に届ける活動「フードドライブ」を3か所で同時開催します。皆様のご協力をお願いします。

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30年11月分	1,025t
令和元年11月分	1,039t (前年比14t増)

安全安心

交通事故発生状況

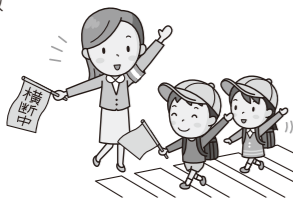
☎ 高島警察署 ☎(22)0110

(令和元年11月末現在)

内容	件数	前年比
人身事故発生件数	104件	+17件
死者数	5人	+4人
傷者数	132人	+17人

発生場所	件数
マキノ	12件
今津	21件
朽木	7件
安曇川	27件
高島	16件
新旭	21件

※概数



火災・救急・救助件数

☎ 消防総務課 ☎(22)5401

(令和元年11月末現在)

火災	件数	累計(1月～)
建物	0件	11件
車両	0件	0件
林野	0件	1件
その他	1件	8件

救急	件数	累計(1月～)
交通事故	16件	173件
一般負傷	42件	380件
急病	135件	1,641件
その他	31件	354件

救助	件数	累計(1月～)
火災	0件	0件
交通事故	4件	21件
水難事故	0件	1件
その他	1件	11件

環境放射線測定結果

☎ 原子力防災対策室 ☎(25)8133

11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)	0.065 μ Sv/h	0.067 μ Sv/h
今津(今津支所車庫付近)	0.037 μ Sv/h	0.036 μ Sv/h
朽木(朽木支所前駐車場)	0.061 μ Sv/h	0.060 μ Sv/h
安曇川(安曇川支所南側駐車場)	0.052 μ Sv/h	0.053 μ Sv/h
高島(高島支所東側駐車場)	0.052 μ Sv/h	0.054 μ Sv/h
新旭(高島市役所本館北側玄関前)	0.056 μ Sv/h	0.049 μ Sv/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。
※日本での自然放射による時間線量の通常値はおおむね0.2 μ Sv/h以下です

～意見交換会～



本年度、高島産野菜16品目の使用率向上を目指し、地元農家の皆さんと給食を囲みながら意見交換会を4回開催し、延べ50人の方々に参加していただきました。

今後も、地産地消を推進し、新鮮で安全な食材の安定的な確保に努め、地元食材を使用した学校給食の提供に取り組んでいきます。

高島産野菜16品目のなかで、学校給食の食材としての使用にご協力いただける方の連絡をお待ちしています。

☎ 学校給食課 ☎(32)1716

市内4つの学校給食センターでは、1日平均約4,000食の学校給食を提供しています。日常生活の中で、野菜は特に不足傾向にあります。このため、学校給食では、健康維持に必要とされる1日分のカルシウムなどのミネラルやビタミンの半分を摂取できるように、献立を工夫しています。さらに、現在、安全で安心な高島産野菜の使用率向上の取り組みを進めています。

高島産使用率100%の食材

米(環境こだわり米)、大豆、鶏卵、生しいたけ、もち米

高島産使用率の向上を目指している野菜16品目

なす、大根、小松菜、白菜、玉ねぎ、キャベツ、葉ねぎ、じゃがいも、人参、ほうれん草、かぼちゃ、さつまいも、ごぼう(生)、きゅうり、青ピーマン、ブロッコリー

☎ 地域包括支援課 ☎(25)8150
(地域包括支援センター) ☎(25)8054

あんしん 元気生活

「せっしょく えんげ」
《摂食・嚥下のチェックリスト》



- 半年以内に2～3kg以上やせてきましたか?
- 物が飲み込みにくいと感じることがありますか?
- 食事中やお茶を飲む時にせき込むことがありますか?
- 食べるのが遅くなりましたか?
- 食べ物を刻まないと食べにくくなりましたか?
- 口から食べ物がこぼれることがありますか?
- 口の中が乾いていますか?

(「口からおいしく食べる」を支えるために～高島市版抜粋～)

このような症状はありませんか?
該当する項目があれば、体調の変化や口の働きが低下してきている可能性があります。

また、しっかり嚥んで飲み込むためには食事の時の姿勢も非常に大切です。

市内には、食べることを支援する歯科やリハビリなどの専門職がいます。食べることで心配なことがでてきた時には、いつでもご相談ください。

「いつまでも好きな物をおいしく食べたい」というのは私たちの願いです。そのためには、お口の健康管理を行うことは大切です。おいしく食べるためには、しっかり噛めること、飲み込めることが必要です。□腔機能を健康に保つことは、全身の健康や健康長寿につながります。

ワンポイントアドバイス
～食事の時の姿勢～



背もたれは肩まである方が安定して疲れにくいです。

クッションなどを入れて姿勢が崩れないようにしましょう。

膝を曲げてしっかりと足をつくようにしましょう。

いつまでもおいしく食べるために

公開講座を開催します

専門の医師や高島市民病院の医師によるがん講座を行います。がんを患ったことがある方だけでなく、元気な方にも知ってほしい内容です。ぜひご参加ください。



高島市民病院 公開講座

男性と女性の特有のがんを知ろう 「前立腺がん」・「婦人科のがん」

講師 滋賀医科大学医学部附属病院
泌尿器科 講師 影山 進
高島市民病院
産婦人科 医長 桂 大輔

日時 1月25日(土)
13時30分～15時30分
受付は13時から

場所 安曇川公民館

定員 120人 **参加費** 無料

【申込方法】



① F A X での申し込み
名前・住所・年齢・電話番号を明記して送信してください。
☎ (36) 1341



② 電話での申し込み
名前・住所・年齢・電話番号を伝えてください。
☎ (36) 0220

※お問い合わせは、地域医療連携室まで

今年も1年皆さんが元気に過ごせますように！
保健師からのワンポイントアドバイス

健康な毎日を過ごすためには日々の積み重ね、生活習慣がとても大切です。

好ましくない生活習慣は生活習慣病につながります。

今年も1年元気に過ごせるように、1日の過ごし方を見直してみましよう。



【昼の運動編】

ダイエットや健康づくりには運動が欠かせないものですが、より効果を出すには「タイミング」が大切です。

食事とったエネルギー（糖分）を使わずにいると、中性脂肪になり体内にため込んでしまいます。そうならないよう、食時の約1時間後に運動をしてエネルギーを消費しましょう。



【夜の睡眠編】

睡眠不足は体や脳が休息をとれないだけでなく、肥満になる原因にもなります。睡眠不足からホルモンバランスが崩れ、空腹感が強くなり、体が糖分を欲しがるようになります。

また、就寝前の飲食は、エネルギーとして消費されることなく中性脂肪として体内に蓄積されてしまうので、就寝2時間前からは飲食を控えましょう。

みんなで健康になろう！



国保年金あらかると

問保険年金課 ☎ (25) 8137
大津年金事務所 ☎ 077 (521) 1789

国民年金保険料の納付は口座振替が便利です



◆口座振替をご利用いただくと

自動引き落としになりますので、納め忘れの心配がありません。

金融機関へ保険料を納めに行く手間と時間が省けます。

保険料が割引される前払い(前納)もご利用いただけます。



口座振替方法	対象保険料月	引き落とし日
①翌月末振替	当月分	翌月末
②6か月前納	4月分～9月分	4月末
	10月分～翌年3月分	10月末
③1年前納	4月分～翌年3月分	4月末
④当月末振替(早割)	毎月分	当月末
⑤2年前納	4月分～翌々年3月分	4月末

②③④⑤の振替方法は、保険料額が割引引きとなり、お得です。割引額が多いのは次の順になります。
⑤2年前納 > ③1年前納 > ②6か月前納 > ④当月末振替(早割)

◆お申し込みの手続きは

「国民年金保険料口座振替申出書」に必要な事項を記入・押印(金融機関へのお届け印)し、口座振替を行う口座のある金融機関または年金事務所に提出してください。

4月末の前納(②③⑤の振替方法)を希望される場合の口座振替申出書の提出期限は【2月末】です。詳しくは、保険年金課または大津年金事務所にお問い合わせください。

楽しく健康ポイントをためて、おトクに、健康になりませんか？

BIWA-TEKU(健康推進公式アプリ)とは
各市町村が実施するモバイルスタンプラリーや、バーチャルラリーへの参加、また各種健診の受診や健康に関する目標を達成すること、体重・血圧等の身体情報登録で健康ポイントをためることができ、素敵な賞品に抽選応募ができるアプリケーションです。



BIWA-TEKU

詳細はこちらの
BIWA-TEKU
公式サイトへ



けん診を受けよう

健康手帳に登録しよう

歩こう！

健康イベントに行こう



①健康促進に関するアクションで健康ポイントをためよう！

▼ポイント蓄積期間
毎年1月1日
～12月31日

②ためた健康ポイントで賞品をもらおう！

みんなのページ!

●みんなで575コーナー

応募された作品の中から、編集部で季節感やユーモアなどを基準に選考し、20 作品を掲載します。

作品や氏名には必ずふりがなをふってね!

朱の鳥居	マニアが競う	初日の出	令和の光に	幸祈る	初春や	道行く人も	えびす顔	新春に	皆勢揃い	祝う餅	年明け	孫は背伸び	て	我縮む	除夜の鐘	繋ぐ次世代	平穩に	手を合	わす	堅い決意	に	弱い意志	年おん	な	今年も元	気	575	お正月	日本の文化	下駄は	きて	浜被う	青、白、黒の	鴨集い	本年も	チュウチュウ感謝	し	生きていく	霜踏んで	急ぐ野道	の	心地良	さ	山茶花	の	咲きほ	こりし	や	心な	ごむ	母さん	の	ちよつ	とそ	こ迄	い	つ帰	る	葉牡丹	を	目出	度	く	生	け	し	手	焙	り	に	冬夜	空	身	を	切	る	よ	う	な	流	れ	星	食	つ	て	寝	て	夢	見	て	三	ヶ	日	過	ぎ	ぬ	初詣	天	災	少	な	神	だ	の	み	苦も	楽	も	共	に	背	お	い	て	二	人	坂	妻	老	い	て	御	節	手	抜	き	の	店	屋	物	久保	俊	明	(高・	桂	戸)	上原	す	み	江	(新・	太	田)	松本	せ	つ	子	(マ・	海	津)	坂口	そ	の	江	(マ・	知	内)	大	辻	ト	ミ	子	(朽・	岩	瀬)	円	水	正	之	佑	(マ・	山	中)	西	村	忠	員	(高・	掛	戸)	早	川	さ	ち	え	(今・	上	弘	部)	清	水	展	子	(安・	中	野)	吉	川	明	(安・	北	船	木)	水	野	み	つ	子	(マ・	知	内)	円	水	静	枝	(マ・	山	中)	霜	降	里	子	(新・	藁	園)	早	田	弘	子	(今・	今	津)	上	原	秀	雄	(新・	深	溝)	上	杉	美	稚	代	(安・	南	古	賀)	丸	岡	亜	希	子	(新・	藁	園)	梅	村	保	次	(安・	四	津	川)	杉	本	喜	美	子	(今・	弘	川)	山	本	喜	代	治	(安・	長	尾)
------	--------	------	-------	-----	-----	-------	------	-----	------	-----	-----	-------	---	-----	------	-------	-----	-----	----	------	---	------	-----	---	------	---	-----	-----	-------	-----	----	-----	--------	-----	-----	----------	---	-------	------	------	---	-----	---	-----	---	-----	-----	---	----	----	-----	---	-----	----	----	---	----	---	-----	---	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---	---	-----	---	----	----	---	---	---	-----	---	----	----	---	---	---	-----	---	----	----	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	---	-----	---	---	----	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	-----	---	---	----	---	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	---	-----	---	---	----	---	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	-----	---	---	----	---	---	---	---	---	-----	---	----	---	---	---	---	---	-----	---	----



1月

催し物のお知らせ

今津図書館

○かけし「金午後大人のための朗読会」
 日時：10日(金) 14時～15時
 「くじけないで」柴田トヨ / 著
 「清水課長の二十線」朝井リョウ / 著
 「20」川上弘美 / 著



○エントランス展示
 作陶展「細う 永ごうに」
 出展：川邊 一平さん
 期間：4日(土)～31日(金)開館時間中



※12月29日から1月3日は年末年始のため、全館休館します。

	開館時間	電話番号	1月の休館日	1月のおはなし会
今津図書館	10時～19時(土は21時)	☎(22)3827	水・木曜日	12日(土)、28日(火)
安曇川図書館	10時～19時(土は21時)	☎(32)4711	月・火曜日	5日(土)、19日(土)
マキノ図書館		☎(27)0350		18日(土)
朽木図書サロン	10時～18時	☎(38)2324	月曜日(13日除く)	18日(土)
新旭図書室		☎(25)2811	火曜日・15日(水)	9日(土)、18日(土)
高島図書室		☎(36)2160		18日(土)

催し物の詳しい内容は各図書館のチラシやホームページをご覧ください。



相談窓口から はい!ニッコリ

関消費生活センター ☎(25)8106

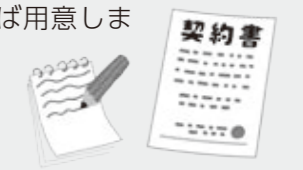
ひとりで悩まず、気軽に相談を!

1 どのような内容を相談できるの?

「商品やサービスの契約でトラブルになった」「クーリングオフの方法を知りたい」など、消費者と事業者間のトラブルについて相談ができます。消費生活相談員が事業者との交渉方法や解決策などについて助言します。ケースによっては交渉のお手伝いをすることもあります。

2 相談に必要なものは?

契約に関する書類、トラブルに至った状況についてのメモがあれば用意しましょう。



3 消費者ホットライン☎188とは?

消費生活センターの電話番号を知らない方に案内するものです。開所している身近な消費生活センターにつながります。つながった時点から通話料金がかかります。



4 知人が消費者トラブルにあってる!

声をかけて消費生活センターへの相談を勧めてください。本人が相談をすることが困難な場合は、本人の承諾を得てご相談ください。



●写真/イラスト/感想コーナー

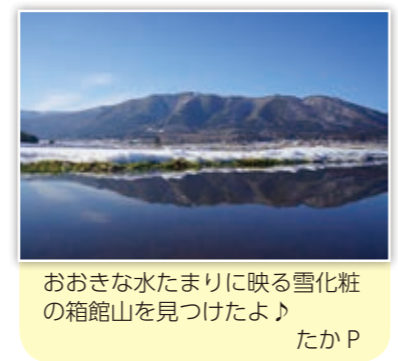
広報誌に写真・イラストを掲載しませんか? 広報誌への感想をお聞かせください。



スマートフォンや携帯電話などからの応募も大歓迎!また、市ホームページではカラーで掲載!



みんながハッピーな1年になるといいなあ♪ たかP



おおきな水たまりに映る雪化粧の箱館山を見つけたよ! たかP