

ゆぱり フードドライブ



1月9日(木)～12日(日)

- ・ふあみーゆ (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



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いたします。

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)

～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

学校給食で
高島産野菜の使用率向上に取り組んでいます!

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

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

☎ 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