

知っていますか歯周病！一歯周病を予防しよう

歯周病とは、歯を支える歯周組織が破壊される病気です。成人の約7～8割の方が罹患していますが、本人の自覚なく進行してしまいます。

下の表を確認してみましょう。1つでも当てはまると歯周病かもしれません。



チェック!

こんな症状はないですか？

- 歯磨きのときに出血する
- 調子が悪いとき歯茎が腫れる
- 浮いた感じがする
- 歯がグラグラする
- 最近歯が長くなった
- 歯茎を押すと膿が出る
- 起床時の口の中がネバネバする
- 口臭が強いと言われる

歯周病は、さまざまな病気と関連するとされています。

▼歯周病予防をしましょう

- ①プロケア・・・歯科医院で定期的に歯のクリーニング
- ②セルフケア・・・家で歯ブラシ、歯間ブラシ、フロスを使用して歯の汚れをしっかりと落とす。

2つとも重要な予防方法です。お口の中の状況を把握するにも、一度歯科医院を受診していつまでも健康な歯を保っていきましょう。



▼歯周病検診を受けましょう

本年度からの歯周病検診は、40、50歳に加えて妊婦の方も推奨対象です。妊娠中は唾液がねばねばしてきて食べかすが残りやすくなったり、女性ホルモンが増えて歯周病菌が増えやすくなったり、つわりによる歯みがき不足が起こりやすくなるなど歯周病のリスクが高くなるためです。



「高島市文化財保存活用地域計画」が文化庁長官認定を受けました

教育委員会広報

文化財課 (25) 8559

市に伝わる数多くの文化財を守り、次の世代へ伝えていくため、令和2年度に作成した「高島市文化財保存活用地域計画」が、文化庁長官の認定を受けました。ここでは、計画に掲げた

方針と、予定している主な措置(事業)を紹介します。今後は計画に基づき、市民の皆さんと共に、地域の宝である文化財を守り、生かしていくことを目指します。

○文化財の保存と活用に関する方針

- ▼文化財の状況把握と調査を進める
- ▼文化財の保存と継承を進める
- ▼文化財の魅力の発信・活用を進める



○予定している措置(事業)

🔍 状況把握と調査

- 指定文化財確認調査
- 未指定および未調査文化財状況把握
- 未整理文献資料整理調査

🤝 保存と継承

- 朽木池の沢庭園の保存整備事業
- 旧秀隣寺庭園の保存整備事業
- 文化財収蔵庫環境整備事業

📢 発信と活用

- 「たかしま歴史楽」開催事業
- 文化財案内看板の設置
- SNSを活用した情報の発信

👤 関連文化財群*

- 古代王権関連資産維持管理事業
- 高島の知恵と技・発見復活事業
- 清水山城館跡の保存管理事業

*関連のある複数の文化財をつないで設定した「継体大王出生の地」、「都とつながる山・川・道」、「高島七頭と城館跡」、「中江藤樹の教え」、「湖辺の祈りと暮らし」の5つのストーリー(文化財群)。

これからの高島を担う人づくり

先日、高島高校の創立100周年記念式典が開催され、出席をさせていただきました。式典中、何十年ぶりかで校歌を斉唱し、自分自身の高校生活の思い出にひたるとともに、創立100周年の重みと生徒数の著しい減少を改めて実感するひと時もありました。

少子高齢化で加速する人口減少に歯止めをかけるためには、若い世代の人たちに「将来、高島市に住みたい・住み続けたい」と感じてもらうことが重要です。地域をつくるのはそこに暮らす人々です。地域を愛する人材を育てるためには、私たち大人がさまざまな形で子どもたちの成長に関わり、その関わりをとおして高島市で暮らすことの魅力をしっかりと伝えていくことが大切だと考えています。

そのため市では、若い高校生の皆さんが、それぞれに自分の

将来の職業や働き方について少しでもイメージを膨らませていただくことができるよう、安曇川高校、高島高校の1年生の皆さん全員を対象に、市内の事業所で実際に働かれていますの方々と対話できる機会を設けています。

この事業には毎年、多くの事業所からさまざまな職種の方々にご参加いただいております。高校生の皆さんに市内にはどのような就職先があり、どのような働き方ができるのかを紹介する機会にするとともに、そこで働く人々がどのような思いや熱意をもって働き、社会に貢献しているのか知ってもらうことで、自分が生まれ育った地域への愛着を深めていただけるものと期待しています。

福井正明

市長雑記



骨髄移植等にかかる費用の一部を助成します

骨髄等の移植およびドナー登録の推進を図るため、骨髄・末梢血管細胞の提供にかかる費用の一部を助成します。

ドナーに対する助成

▼対象 次のすべてを満たす方

- ①日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業にドナー登録を行い、骨髄等の提供を完了し、これを証明する書類の交付を受けている方
- ②骨髄等の提供を行った日において、高島市に住所がある方
- ③他の地方公共団体および企業・団体が実施する同種同類の奨励金、助成金等を受けていない方

▼助成額

骨髄等の提供にかかる通院、入院および面談等に要した日数に対し、7日間を限度に1日2万円を助成します。

事業所に対する助成

▼対象

助成対象ドナーが就業する国内の事業所(国、地方公共団体、独立行政法人、国立大学法人および公立大学法人を除く。)

▼助成額

助成対象ドナーが骨髄等の提供のための特別休暇(ドナー休暇)を利用して骨髄等の提供にかかる通院等に要した日数に対し、7日間を限度に1日1万円を助成します。

申請期間

骨髄等提供日から1年以内

申請場所

健康推進課



◎申請に必要なものについて、詳しくはお問い合わせください。

院内感染対策についてご協力ください

高島市民病院では、来院の方に、感染対策のため次のご協力をお願いしています。

○熱・咳・鼻汁などの症状がある方は、来院前に当院へ電話でお問い合わせください。(症状によって発熱外来や救急外来をご案内します。)

○病院建物内・部屋内ではマスクを着用してください。

○建物に入る時に、自動体温測定器で体温を測定してください。

○建物や部屋へ入る時には、備え付けの手指消毒液で手指を消毒してください。

○院内では、他の方と距離を置いて座ってください。



●入院患者さんへのご面会について

現在、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策として、面会を制限しています。

入院患者さんをご家族とのコミュニケーションのために、パソコンやタブレット端末を利用したオンライン面会を行っています。完全予約制で制限がありますが、ご希望の方は病棟スタッフまでお申し出ください。

＜オンライン面会＞
利用時間 平日 15時から16時まで



第2回 学生による「たかしま空き家 Life Design コンペ」の最終審査会を開催します!

▼題材空き家



マキノ町知内



今津町桂



安曇川町南古賀

市内の空き家を題材に、市の魅力を盛り込んだリフォームデザインを募集したところ、24団体からエントリーがありました。最終審査会では、1次審査を通過した団体がプレゼンテーションを行います。学生が考えたさまざまなリフォームデザインを見ることができます。皆様のご来場をお待ちしています。

▼日時 11月14日(日) 13時30分～16時30分

▼場所 市役所 新館3階

ご来場を希望される方は、事前に連絡をお願いします。



国保年金あらかると

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

海外在住中の国民年金任意加入制度

国民年金には、海外に在住する20歳以上65歳未満の日本国籍を有する方の「国民年金任意加入制度」があります。

海外在住期間に国民年金に任意加入したうえで保険料を納めることで年金が受給できます。



国内に住民登録(転入)した場合

海外に居住し国民年金に任意加入されていた方が日本国内に住民登録した場合は、一時帰国などの短期間であっても国民年金の手続きが必要です。

この手続きをしないと、任意加入期間中に納付した保険料のうち日本国内に住民登録した以降の保険料は、払い戻されます。



- ◆任意加入するためには手続きが必要です。
- ◆任意加入の資格は、資格取得申出書を提出された日から取得します。
- ◆保険料の納付方法はお問い合わせください。

◆詳しくは、市役所保険年金課または、大津年金事務所にお問い合わせください。

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

あんしん 元気生活

- 買い物に行き、荷物を持ち帰る
- 食事を準備し、片付ける
- 髪を切り、整えに行く
- 庭の草をきれいにする

移動手段に困っている地域
移動支援を行っている社会福祉法人のサービスが利用できるようにしました。



地域で助け合いの仕組みが必要とされています

地域で活動しています 生活支援コーディネーター

▼生活支援コーディネーター
市内で7人のコーディネーターが地域活動の活性化や困りごとを解決するために新たなサービスやしくみを作り出すなど活動しています。

▼たかしまお役立ち情報
皆さんからよく聞かれています。この表紙が目印!



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。

脳トレと 孫から宿題 頼まれる
時くれば 咲き誇りける 彼岸花
服選び 白寿の母が 地味という
高架下 響く歌声 ひとり舞台
接種して 効いてほしいな 神だより
窓に漏れる 破れ簾の 月明かり
夏すぎて せみとこおろぎ 交代だ
1軒家 コロナも来ない 山の奥
コンパイン 新米収穫 秋の音
風雷神に 新神コロナ 絵になるか
紅葉の 野山が映える 縹雲
彼岸花 季節を知らせる 田んぼ道
雲の間に 月の出で待つ 花芒
新総理 コロナと経済 タスキがけ
「えーとホレ」 思い出さへん 二人とも
木枯らしに 耐えた一葉に 拍手する
カレンダ― 残り少なく 早や瀬かな
双子ちゃん どっちがどっちか わからんワ
消しゴムと アイロンの要る 顔となり
柚風呂の 包む香りに 亡母偲ぶ

平野 義久(今・角川)
大辻 須恵(高・音羽)
上原すみ江(新・太田)
頃常 芳子(今・今津)
河野弥寿男(高・鶴川)
前川 安正(新・太田)
寺井きみえ(マ・蛭川)
梅村 保次(安・四津川)
霜降 里子(新・藁園)
宮本正太郎(今・上弘部)
円水正之佑(マ・山中)
谷本まさ子(今・日置前)
吉川 明(安・北船木)
林 澄江(高・鴨)
八木 若水(高・鴨)
寺田 義輝(マ・西浜)
円水 静枝(マ・山中)
桂田 和子(今・今津)
丸岡亜希子(新・藁園)
山本喜代治(安・長尾)

作中の人物は
必ずしも登場人物とは
限りません



申し込み先はこちら

【郵便】〒520-1592
高島市新旭町北畑565番地
高島市企画広報課まで

【メール】
kikaku@city.takashima.lg.jp
①住所②氏名③電話番号④コー
ナー名⑤作品または意見・感想
を記載してください

【留意事項】
▶応募は一人一点▶投稿物は返
却不可▶添削有▶市民の方対象
▶著作権など第三者の権利やプ
ライバシーを侵害していないもの

▼次回締切 **11月25日**(木) 必着
▼掲載月 **1月号**

●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。

今回は、安曇川町の本庄小学校5年生のみんなから素敵な秋の575が届いたので紹介するよ! みんな、ありがとう!



静じゃくの 夜空に流れる 虫の声
甘い匂い お店に並ぶ モンブラン
秋大会 優勝すれば 甲子園
芒見て 吾の心ゆらす 十五の夜
流れ星 自分の夢を 星にのせ
もみじの葉 ひらひらおちて 赤じゅうたん
まんじゅしゃげ 林に灯す 赤い光
夕焼けで 赤く染まる 我が湖よ

梅村 彩音
梅村 杏
梅村 海龍
梅村 奏多
清水 亮太
田井中萌々
橋本真汰郎
三上 沙月

11月

催し物のお知らせ

今津図書館

○エントランス展示
「ハーモニー作品展」
出展：社会福祉法人虹の会 ハーモニー
期間：1日(日)～30日(火) 開館時間中



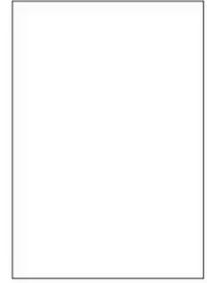
※今後の状況により図書館の行事を中止する場合があります。

中止のお知らせ
毎年全館で開催しています「雑誌のリユース」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。

	開館時間	電話番号	11月の休館日	11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	14日(日)
安曇川図書館	10時～19時(土は21時)	(32) 4711	月・火曜日	7日(日)、21日(日)
マキノ図書館		(27) 0350	月・火曜日	20日(土)
朽木図書サロン	10時～18時	(38) 2324	(23日除く)	20日(土)
新旭図書室		(25) 2811		11日(木)
高島図書室		(36) 2160		20日(土)
			4日(木)・24日(木)	

今月のおすすめ

『清少納言を求めて、フィンランドから京都へ』
(草思社)



ミア・カンキマキ/著
仕事にも人生にも嫌気がさしたアラフォーシングルのフィンランド女性が、長期休暇を使って日本へやってきた。目的は、彼女が『枕草子』を読んで以来、十年以上思いを交わす「セイ」(清少納言)を研究するため!!

この他にも新しく入った本がありますので、新着・新刊案内は、各図書館での掲示、チラシやホームページをご覧ください。ご感想は各図書館までお気軽にお問い合わせください。

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

消費生活センター
☎(25)8106

困ったときはひとりで悩まず、
ご相談ください

ネット通販で注文した商品が届かない!



事例

通販サイトで商品
を注文し代金を振り
込んだが商品が届か
ない。返金を求めるメールを送
ったが返事が来ない。販売会社の住
所を調べたら架空の住所だった。



悪質な通販サイトを見抜くポイント

- ☑ 連絡先が不明確である
- ☑ 商品価格が極端に安い
- ☑ 日本語として不自然な表現がある
- ☑ 振込先口座が会社名でなく個人名義になっている



..... ひとこと助言

- 注文する前に通販サイト内の「特定商取引法に基づく表記」欄を確認しましょう。販売会社の住所・電話番号・責任者名などが記載されています。実在する会社かどうかチェックしましょう。
- 「前払い」はお金を取り戻すことが難しいため、少しでも不審な点があれば購入を止めましょう。

