	予防接種名	標準回数	標準接種時期(望ましい時期)	対象年齢	
	B C G (結核)	1 🗆	生後5~7か月	生後 11 か月まで	
	四種混合 (ジフテリア・百日咳・ 破傷風・ポリオ)	1期初回1回目 1期初回2回目 1期初回3回目 1期追加	生後3~11か月 初回終了後12~17か月後	生後 3~89か月 まで	
	二種混合 (ジフテリア・破傷風)	2期	11 歳	11~12歳	
	麻しん風しん	1期	生後 12 ~ 23 か月	 - 同左	
	混合	2期	小学校就学前の1年間		
	日本脳炎	1期初回1回目 1期初回2回目 1期追加	3歳初回終了後1年後	生後 6~89か月 まで	
	※注1	2期	9歳	9~12歳	
	Hib 感染症 ※注2	初回1回目 初回2回目 初回3回目	生後2か月から7か月に至るまでに 開始。間隔は27日~56日まで。 初回接種(3回)終了後、7月から	生後 2~59か月 まで	
		追加	13月までの間隔をおく		
	小児の 肺炎球菌	初回1回目 初回2回目 初回3回目	生後2か月から7か月に至るまでに 開始。間隔は27日以上おく。(生 後12か月に至るまでに行う)	生後 2~59か月	
	感染症 ※注2	追加	初回接種(3回)終了後、60 日以 上の間隔をおき、生後 12 か月以降	まで	
	ヒトパピローマ	1 🗆 🗎		小学6年生	
	ウイルス感染症 (子宮頸がん予防) ※注3	2 🗆 🗏	中学 1 年生相当(女子のみ)	相当~高校 1年生相当 (女子のみ)	
		3 □目			
	すいとう -レッニ	1 🗆 🗏	1回目は1歳以上1歳3か月未満	. 1歳以上	
	水痘 ※注4	2 □目	1回目の接種後 6か月以上 12 か月未満	3歳未満	

- 注1)【日本脳炎】日本脳炎予防接種の差し控えにより、接種を受けられなかった平成7年4 月2日から平成19年4月1日生まれの方(特例対象者)は、接種年齢が緩和され4歳 以上 20 歳未満までは、無料で接種することができます。
- 注2)【Hib 感染症】【小児の肺炎球菌感染症】接種開始月齢により、接種回数が変わります。
- 注3)【ヒトパピローマウイルス感染症】現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種については、 積極的にお勧めしていません。接種にあたっては、有効性とリスクを理解したうえで受 けてください。
- 注4)【水痘】平成26年度に限り3歳以上5歳未満の方で、今までに水痘にかかったことが なく、また1度も水痘の予防接種を受けたことのない方は経過措置として1回の接種が 受けられます。

日程	会 場	時間
3月6日益	マキノ保健センター	10 時~ 11 時 30 分
	マキノ病院	13 時 30 分~ 15 時 30 分

予 受けましょう! 種 を

未接種の場合は計画的に接種しましょう。 す。お子さんの母子健康手帳を今一度確認し. く定期の予防接種を無料で受けることができま 対象年齢の範囲であれば、予防接種法に基づ

詳しくはお問い合わせください

7日は子ども予防!

しましょう!

禁煙治療を始めて3か月のAさんにお話を聞いてみ ました。Aさんは50歳。今までに何度も禁煙に挫折 しています。

とが大事。 ると思う。 にきまっている」という気持ちがあ められるものならやめたいけど無理

「きっかけ」を作るこ 僕の場合は50歳という

近は息切れしなくなって**爽快感が出てき**いらないし。少し前から始めた運動も最ける時にタバコを持ったかどうかの確認も識しないようになったのが楽でした。出か1か月ほど経った頃からタバコを全く意 は3か月間です。

象でした。

んは、

自信が回復しさわやかな印

た感じです。

的楽に」「より確実に」禁煙でき

う方法はいかがですか?

「比較

した方も、

次は

「禁煙治療」

ح (ر)

何度も禁煙に失敗し自信をなく

今の気持ちは?

状況を確認して薬が処方されます。薬 でした。問診は2週間に1回、 本が原因でしたが、酒の席でも大丈夫 禁煙の

●禁煙をためらっている人へ のメッセージ

していますか?

どんなことを

止められて驚き。僕みたいに意何の禁断症状もなくタバコが のがイヤだったので禁煙外来へ のにまた吸ってしまうの繰り返今まで、数日間タバコをやめた 今回は無理をして禁煙する

おいしくなくなりました。前回のさせない薬で、**だんだんタバコが**

挫折は、酒の席ではずみでもらった1

どいという方は、

薬の力を借り

る方が自然にやめられます。

志が弱くて根性で止めるのがしん

ピタッと禁煙。ニコチンを体内に定着

みながらタバコもOK。

1週間後から

個の薬を飲

初診から1週間は1日1

Aさん (50歳) ※イメージ

●今回の禁煙のきっ

かけは?

煙草を吸っている人の多くは、「や

【市内で禁煙治療が受けられる医療機関】

このように話してくださるAさ

※ 受診回数や費用については個人差がありま すが、基本的な受診回数は5回程度(12週間) で、全て受診した場合の費用は12,000円~ 20,000円程度(3割負担の場合)です。 ※ 診察結果によっては、保険適用にならない場 合もあります。

高島市民病院 今津病院

マキノ駅前診療所

けいこピュアクリニック 片岡クリニック

2 (28) 8088 **2** (24) 7000 **☎** (25) 6373

まつだ内科歯科クリニック☎(25)5050

1 (22)

●対象 16歳~69歳の方(初めての方は64歳まで)

ご協力をお願いします。

献血にご協力ください

全血献血が実施されます。短時間でできる献

血で予約は必要ありません。皆さんのご理解と

☎ (36) 8077

2238

返せば、

新聞紙を折って

きた軟化丈夫

然やせるごみ」の量

てみます。

一のほど重ねて打る。

③線まで

1回折る

第三者委員会による

取終報告書まとまる

発防止策等について検討されてき 昨年12月 <u>\\ \</u>

までに7回の委員会が開催され、 三者調査委員会」においては、 その中ではダイオキシン類濃度の 成26年6月27日発足後、 シン類濃度の基準超過に関する第 **基準超過に至った原因の究明や再** 「高島市環境センターダイオキ

ることにより基準値を超過するこ 今後も適正な管理・運営を継続す 均値で0・38 m-TEQ/gと とはないとのことでありました。 が確認されました。このことから、 基準値内で安定していることなど

次号でお知らせいたします。 報告書の詳しい内容については

ました。

また、その後に市が行っ

た対策工事や組織体制の見直しに

ごみの資源化と減量化のため 公共施設に生ごみ処理機を導入します

ご協力をお願いします 事業系生ごみの処理に

取りまとめられました。

市が毎週測定して

み処理機の導入を進めています。 みの資源化と減量化を目的に生ご

導入する施設は、

介護施設、

までに計14回測定)の結果が、平 るダイオキシン類濃度(2月5日 いる対策工事後のばいじんにおけ

施設での取り組みなどを広報誌等

病院の22施設です。今後、各

学校給食センター、

観光施

委員会が開催され、これまでの調

2月20日に第8回目の

市では、

環境センターの安定稼

査結果等を総括した最終報告書が

め

公共施設から排出される生ご

働対策および環境負荷の低減のた

審議が重ねられました。 ついての検証など、

型社会の形成にご協力をお願い 源化のため、 機の導入補助金制度をぜひご活用 いただき、地域における資源循環 事業系の生ごみの排出抑制や資 事業所用生ごみ処理



2月17日までの

献金申請受付状況

○電気式生ごみ処理機……… 768件

○事業所用(大型)生ごみ処理機……6件

その他古紙の 出し方

「燃**やせるごみ袋」**に 入れていませんか?

その他古紙」を

「その他古紙」は 本や雑誌、パンフレットなどです。

「その他古紙」は、ひ もで結ぶか紙袋に入れ て、ごみカレンダーの 新聞のマークがついて いる日に出してください。

(紙袋がない時は、左のマンガを参考に チャレンジごみ袋を作ってみてくださ

▼出す場所

区・自治会で定められている場所、 または市役所本庁および各支所の 回収場所

なお、匂いや汚れのついた紙(線香や 洗剤の紙箱、紙おむつなどのリサイクル できないもの) は「燃やせるごみ」とし て出してください。

これからも紙ごみ減量にご協力をよろ しくお願いします。

市役所本庁、各支所等に 設置していましたチャレンジご み袋は現在あるもので終了と なります。

作成方法は、ホームページ にも掲載していますので各自 作成くださいますようご協力を お願いします。



高島市未来へ誇れる 環境づくり推進委員会委員 を募集します

(5)

け度

シごみ袋の

入れて、

の収削に出してれ

(S) (V)

地域の環境保全活動を推進していただくとともに、市 公共施設における環境負荷についての監査をしていただ くなど、良好な生活環境を確保するために必要な基本的 事項についてのご意見や提言をいただく委員を募集しま す。

2年(平成27年4月~平成29年3月) 5人以内(書類選考により決定します)

3月13日(金) ▶申込方法 応募用紙に必要事項を記入のうえ、

> 環境政策課、各支所、新旭振興室 へ提出してください。

詳しくは、環境政策課、各支所、新旭振興室で 配布している応募用紙をご覧ください。

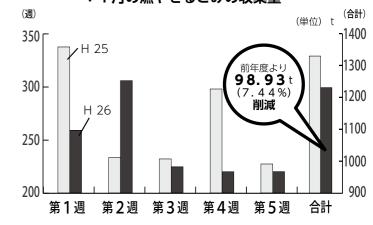
15 でかしま 2015. 3月号

2015. 3月号 じかしま 14

やせるごみの収集

市民の皆さんのご理解とご協力により、環境センター に収集される「燃やせるごみ」が前年度同月に対して **98.93 t 減少**しました。引き続き、ごみの分別や 減量にご協力くださいますようよろしくお願いします。

▼1月の燃やせるごみの収集量



H 25 | 338.04t | 233.37t | 232.19t | 298.32t | 227.43t | 1329.35t H 26 | 259.25t | 306.17t | 224.72t | 220.10t | 220.18t | 1230.42t

でくだより

あ

の職場で

うせです。セクハラヒュ らせです。セクハラヒュ ことを言われたり、されたり、t もクシャル・ハラスメント(A

(セクハラ) は、

職場などで性的な

いじめや嫌が

閉校を迎えます

る時には、子ども時代の豊か

く上で時に疲れや諦

めを感じ

な時間や慣れ親しんだふるさ

歴史に幕を閉じ

ふるさとを未来

少子高齢化や

人口減少の影響

ですか?

させられたりする、

同性同士などさまざまなパターンがあります。

セクハラは男性から女性だけでなく、

女性から男性

により、

子どもたちに十分な教

との情景が

必ず活力を呼び

育環境を提供できなくなったこ

4月からはそ

でほしいと思います。

ここに暮らす私たちは、

戻してくれることを忘れな

市内高校生インターハイ出場

9人が予選勝ち抜く

2月6日(金)~10日(火)に行われた全 国高等学校総合体育大会第64回全国高等学校 スキー大会に、滋賀県予選を勝ち抜いた次の9 人が出場されました。 (市民スポーツ課)



古谷 俊也 高島高校 男子ジャイアント・スラローム 女子ジャイアント・スラローム 江黒 凪沙 高島高校 女子スラローム 女子ジャイアント・スラローム 高島高校 坂口 未祐 女子スラローム 男子クロスカントリー 10 k mクラシカル 河原田政吾 高島高校 2 男子クロスカントリー 10 k mフリー 男子クロスカントリー 10 k mクラシカル 2 白井 優希 安曇川高校 _____ 男子クロスカントリー 10 k mフリー 男子クロスカントリー 10 kmクラシカル 颯 高島高校 齊藤 男子クロスカントリー 10 kmフリー 男子クロスカントリー 10 kmクラシカル 福田 樹 高島高校 男子クロスカントリー 10 k mフリー 女子クロスカントリー 5 k mクラシカル 中原さくら 2 安曇川高校 女子クロスカントリー 5 kmフリー 女子クロスカントリー 5 k mクラシカル 山田 瑞季 高島高校 女子クロスカントリー 5 kmフリー

韓国・ブラジルを学習

1月27日(火)、高島市国際協会の国際交流講 座として、今津東小学校の6年生が韓国とブラジル について学びました。韓国については坂口直美さん、 ブラジルについてはホドリゴさんが講師となって、 それぞれの国の文化、くらしについてのお話をされ ました。子どもたちは、日本との違いを知って関心 を持ち、「行ってみたい」「もっと知りたい」と感じ たようです。協会では、今後もこのような機会を持

(市民協働課)





(韓国) お椀を持ち上げてはいけないという食事の 作法、「とうがらし」は日本から伝わった?!

(ブラジル) 真夏のクリスマス、12時間の時差 「てんぷら」がポルトガル語 またまた

ちたいと思います。



興味津々! 子どもたちの声

ぴっ(1)!!

※敬称略

高島市国際協会 国際交流講座@今津東小

湖西中で深溝饗信社が雅楽の授業 伝統音楽に親しむ



罷笛の吹き方を教わる生徒ら深溝饗信社のメンバーから

1月29日(木)、湖西中学校の1年生 100人を対象に雅楽の授業が行われました。地元 の雅楽保存会 深溝饗信社の石田哲楽長らメンバー 7人が講師となり、生徒たちに雅楽の演奏を披露し たり、楽器の指導をしたりしました。

深溝饗信社は、明治時代に深溝の楽人として創立 し、その後、後継者不足から昭和58年に途切れま したが、平成9年に復活。雅楽の演奏や保存活動を され、湖西中学校での雅楽授業は15年前から続け

られています。 生徒たちは、龍笛、笙、篳篥などの楽器 を体験し、「難しいけれど、吹けると おもしろい」などの声も聞こえ、伝 統音楽を楽しんだ様子でした。 (秘書広報課)

たり、読んだりする。 真・記事をわざと見せる 異な写

(電話 077-523-1190)

に

そうした変化に対応するしなや

高島の子どもたちには、

かな強さを身につけ

い将来を切り拓いてほ

いてほし自らの力

県労働局

「雇用均等室」

も相談窓口があります

(25) 8526

方をする

と**人格を認めない**ような呼び「おじさん」「おばさん」など

きりと拒絶し、

セクハラを受けたときは、

はっ

会社の窓口に相談

も経験-

したこともない変化の波

緒になって高島の魅力を再開

からの時代に合う

この地に魅かれた人が

将来さらされるかも.

しれ

その3

「お坊ちゃん」「お嬢ちゃ

その 1

セクハラ

問題解決を!

その**5**

誘う。

トにしつこく

統合されることになります。

過

に不便さも感じ、

ふるさと高

れぞれマキノ東小、 とがその理由で、

今津東小に

その**6**

り、メールを送る。 **性的な内容**の電話をかけた

||大リーサイズなど見

サイズなど**身体的**

その 2

「女には仕事を任せられな「男のくせに根性がない」、

 Γ

その8

酒席で、

お酌を強要する。

ぶ多くの機会があることでしょ 相手や自分を尊重することを学 互いに切磋琢磨し合いながら、

どちらも大切な経験です。

ため、この地に生まれ育ったるさと高島を未来に引き継ぐ

全国的な人口減少時代、

ιζι

から社会に巣立つ子ども

私たちがまだ見たこと

しっかり点検し、

要する。

その7

女性にお茶くみ、

掃除を強

多くの子どもたちが通う学校に

多様な刺激や個性の中で、

込むきっ 力と映り、

かけにもなってい

#

この地に人を呼び

間と温かさがあり、

また一方、

ることがないかもしれませ 島の価値を日常生活で意識す

しかしその価値は、

高島

を外から見る方には大きな魅

成長を見守る、

小規模校には、

地域で子どもの 家族のような時

などと発言す

17 でかしま 2015.3月号

いければと思います

ふるさと」

の形

を考

2015. 3月号 でかしま 16

本格実施から一年、

新たな展開に向けて

高島市

ф

買教育

月 30 日

金

第2回高島市小中一貫教育

ーラムを開催しました。

★起こし重い障がいを残したり、死の起この重にはいいです。 部にダメージを引き起こすことです。 揺さぶることによって、 Q すぶんには全く問題ありません。 に至ることもあり Q (4) 誰かが見ていたら「赤ちゃんが危 『乳幼児揺さぶられ症候群』 頭や首をしっかり支えて普通にあや あるの? どのようなダメ-『乳幼児揺さぶられ症候群』 ってなに? と思うほど、赤ちゃ 子ども虐待のひとつです・ 摇 さぶら 赤ちゃんの頭 んを激しく は 揺さぶられ症候群になりやす 症状がでたらすぐに医療機関に受診 Q 査をしてもらってください Q クを飲まない、 **A** 新生児~ 揺さぶりの心当たりがあって、 で んする、長時間眠り続けるなどの 症状は?

心を落ち着かせたり、 $oldsymbol{A}$ 赤ちゃんは泣くのが仕事です。

焦らないで、どうして泣いているの 時は、無理に泣き止ませようとせず、 か原因を探りお世話しましょう。 それでも泣きやまずイライラした

揺さぶったことを正直に話して検 育児のヒント

- ・抱っこしてみる おむつ交換をする
- 授乳してみる
- ・室温、湿度のチェックをする
- ・病気ではないか全身の様子を確認する ・服のしわを伸ばしたり、整える
- (着心地が悪くて泣くこともあります) 話しかけてみる
- リズムをとりながらゆっくり動く (子守歌を歌いながら歩く)
- マッサージをしたり優しくタッチする
- ・音の出るおもちゃであやす
- 環境を変えてみる

通告・相談先

|候群になりやすいです。| |生後6か月未満の乳児が

嘔吐する、

笑わない

ミル

- ◆子ども家庭相談課 ☎(25)8517 または市内各保健センター
- ◆虐待ホットライン (24 時間対応) **☎**077 (562) 8996 中央子ども家庭相談センター内にあります。
- ◆子ども・子育て応援センター (こころんだいやる) **2**077 (524) 2030 **☎0570 (078) 310** (24時間対応)

ディングプラン」について発表しま

徒や教職員がつながり、 校間や小中学校間の児童生

高

「つなぐ教育」

小学生による合唱発表

の成果を、 島市がめざす



阿部先生は、「学びのつながりから 確かな学力の向上」をテーマに講演。

推進している高島市 「学びのつながり」 「人のつなが 「探究型」

学びのつながりから、 Ⅱ部では、 「小中学校における 確かな学力の 秋田大学

きま. \mathcal{O} みから多くのヒントを得ることがで 授業や教職員の共同研究等の取り組 て 上をめざし、 の阿部昇教授にご講演をいただきま 育成をめざす」と題して、 した。子どもたちの確かな学力の向 小中一貫教育の新たな展開に向け 秋田県で行われている

生全員が

合唱からは、 一つになり、

中学校音楽教 合唱を発表し の報告のあと、4つの小学校の6年

「中学校部活動体験・文化祭参観」

今後は、今までの

れま-

また、

高島学園の第7学

同学習での一斉指導の成果が感じら 諭による各小学校での教科指導や合

年の生徒が、

として取り組んだ「My City 高島」の生徒が、第2ステージのリーダ

ります。 中一貫教育を通して学力の向上を図 と「指導のつながり」に着目し、 を基盤として、

高島市スポーツ推進計画の紹介⑤

~ 「だれもが・いつでも・気軽に」

した。

小中一貫教育を通し

中学校区における小学

小中学校までをつなぐ「ソフトラン

の児童生徒が、

幼稚園・保育園から

の取り組みについて、

湖西中学校区

スポーツに親しみ楽しむことができる 生涯スポーツ社会の実現をめざして ~

6項目のうち、今回は

「スポーツイベントの振興」について紹介します。

スポーツイベントの振興

【基本方針とその方向性】

○多くの市民がスポーツイベントに参 加していただけるように努めます。

○スポーツ団体が主体となってイベン トを実施できるように働きかけや 支援を行います。

【推進の方策】

誘致します。

○ウォーキングを実施し、市民の健康 増進を図ります。

○マラソン大会やトライアスロン大会 の充実を図ります。

○宿泊を伴ったスポーツ大会などを

○障がい者のスポーツ・レクリエーシ ョン活動を推進し、障がい者スポー ツ大会への参加を支援します。

【 現在の主な取り組み 】

○高島市スポーツ推進委員会や各地域 体育振興会でウォーキングを実施 しています。

○マラソン大会の募集定員を増やし、 大会の充実を図りました。

○宿泊を伴うイベントとして、世界 各地で同日同時間に走るワールド ランが開催される予定です。 (25ページ参照)

第1回定例会報告 1月22日開催

○議案

中学校区の児童生徒が小中一貫教育

高島、

湖西

の取り組みを報告しました。

安曇川中学校区は、

「合同学習」

高島市立学校の通学区域に 関する規則の一部を改正す る規則案

・高島市立学校職員の自家用 自動車等の公務使用規定の 一部を改正する告示案

○協議・報告事項

改正する法律」について

・平成 26 年度卒業証書授与

市内中学校生徒の転落事案

・ 「地方教育行政の組織及び 運営に関する法律の一部を

式について

に係る対応について

このコーナーに対するご意見等は、高島市教育委員会事務局教育総務課 № (32) 1132 までお気軽にお問い合わせください

利用しやすく なりました!

「生後6か月から小学校3年生までの児童」に拡大

これまで、「幼稚園、保育園に通園されていること」としていましたが、通園されていないお子さ んでも、仕事等の理由により家庭での保育が困難な方はご利用いただけるようになりました。

対象児童と症状を変更しました

利用方法など詳しくは お問い合わせください

インフルエンザでもご利用いただけるようになりました

★ただし、解熱した翌日以降のみ

闘病児保育室「おひさま」(高島市民病院)健診棟1階) ☎ 080 (5706) 9555

ようしんた。より

行家が症 に注意しましょう

花粉症の季節がやってきました。花粉症の正体は花 粉に対して人間の体が起こすアレルギー反応です。

体の免疫反応が、花粉に過剰に反応して花粉症の症 状がでるのです。花粉症によるアレルギーは、ある日 突然にやってきます。花粉症の症状は、くしゃみ・鼻 水・鼻づまり・目のかゆみですが、人によっては、頭 痛・体のだるさ・イライラ感など、さまざまな症状が でることもあり、意欲が低下して日常生活にまで支障 をきたすことがあります。また、簡単には治らないの も困ったものです。

そんな厄介な花粉症でも、できるだけ快適に過ごせ るように対策を立てていきましょう。

マスクをつけましょう

マスクは、花粉の飛散の多いときには吸い込む花 粉をおよそ3分の1から6分の1に減らし、鼻 の症状を少なくさせる効果が期待されています。

うがいをしましょう

鼻の粘膜には線毛があり、粘膜の上の異物を輸送 します。うがいは、のどに流れた花粉を除去する のに効果があります。かぜの予防にもなりますの で、外出から帰ってきたらうがいをしましょう。

洗顔しましょう

花粉が人間に付着しやすいのは表面に出ている頭 と顔です。外出から帰ってきたら洗顔して花粉を 落とすと良いでしょう。

玄関で上着を脱ぐようにしましょう

外からの花粉を家に持ち込まないため、玄関で上 着を脱ぐようにしましょう。

洗濯ものは家の中に干しましょう。

花粉の飛んでいない日は外でもいいですが、しっ かり花粉を払うことが大切です。

他にも効果があるといわれていることがあります が、自分に合った方法を吟味して対応しましょう。ま た、無理をせず医療機関へ受診することも大切です。

問高島市民病院 중(36)0220(代表)

10 相談窓Oから 10 日日日日 日 ニッコリ

初めてのひとり暮らし… 悪質な勧誘に注意!

春は進学や就職などにより、親元を離れてひ とり暮らしを始める人が多い時期です。若者を ターゲットにした悪質商法の被害は後を絶ちま せん。いったん契約すると法的な拘束力が生じ ますので、契約は慎重にしましょう。



繁華街でのキャッチセールスにより、

エステ、化粧品を契約した。



SNSで知り合った異性からの誘いで

宝石の展示会へ連れて行かれ、 高額なアクセサリーを契約した。



友人から「もうかる話」を勧められて、

まさか

消費者金融からお金を借りて投資用D VDソフトや健康食品を 購入した。



訪問してきた販売員に 居座られて、

浄水器や布団を契約した。

ひとこと助言

- 声をかけられても付いていかない。
- SNSで親しくなっても、会おうと誘わ れたら慎重に考える。
- ・もうけ話を勧められても、借金してまで 契約しない。返済できないと多重債務や 自己破産につながる。
- ・インターホンを利用して、簡単にドアを 開けない。
- ・いらないものは「いりません! | とはっ きり断る。
- ・その日その場で契約せず、家族や友人な ど信頼できる人に相談する。
- ・販売状況によって異なるが、一定期間内 ならクーリング・オフにより契約解除が できる場合がある。
- ・ 「おかしいな」 「困ったな」 と思ったとき は、すぐに最寄りの消費生活センターに 相談する。

間生活相談課 (25) 8125

あんしん。元気生活

ることとして、 合いがもたれるようになってきまし 協議会、専門職などが集まり、 な方に対して、毎晩電気がついているか、 地域ケア会議の現場から地域の知恵と力を総動員 その中で、 近隣の住民や地域ででき 安否確認が必要

区長、民生委員や社会福祉

どんなことがあるのでしょうか。

れることや、

地域でできることには

とができるよう、隣人として気を付けら 認知症の方が安心して日常生活を送るこ

独居の方や、

外出が困難な方、

安心 認知 支援 0 7

自分事として支援の環を広げよう!!動き出した地域 認知症になっても地域で見守れるよう 認知症の症状や認知症の方の思いを

新聞がたまっていないかといった見守り

買い物に行けない人に必要な

ます。 ができそうなことを考え、 ものがないか声をかけるなど、自分たち 実践されてい

症 0 方 が きるよう つ 7

ます

ター い 知いり 保護訓練も開催されています。 養成講座や認知症一人歩き かを実践的に学ぶ これらの取り組みを通して、 どのように声かけや対応をしたら 認知症サポ (徘徊) 誰も

暮らしの安心を創出する

に地域の方々や社会福祉協議会、 高島市で生活できるように、 一緒に考えていきます るこの時代、 認知症になっても安心して ご家族と共

乃歳以上の10人に1 人が認知症で

北部健康いきいき応援センター

認知症 みんなの笑顔で 支えよう!

認知症サポーター

養成講座

認知症の方やそのご家族が、安心して

その地域で、その人らしくいきいきと暮

らすことができるまちづくりを進めてい

ます。そこで、認知症についての正しい

知識や付き合い方について学ぶ「認知症

サポーター養成講座」を開催しています。

今年度は小中学校、商業施設、介護保

険事業所、老人会や地域サロンで開催し、

1,054名(平成26年12月末現在)の

認知症サポーターが誕生しました。また、

のべ7,913名(平成26年12月末現在)

が認知症サポーターとなり認知症に対す

○関わり方次第で認知症の症状が良くも

悪くもなるということを知りました。

○何度か受講していますが、受講のたび

に対応の仕方などを再認識します。

○環境を整備すること、その人の身に

なって接していくことが大切だと感じ

○認知症の方を持つ家族の思いにも寄り

認知症サポーター養成講座を何度か受

講してくださることで、対応の仕方につ

いて再認識していただく機会になってい

るようです。1度だけではなく、認知症

について理解を深めていただくために

も、地域で開催されるときには、ぜひご

添うことが大切だと感じました。

【講座を受講してください!!】

る理解者が地域の中に増えています。

へみんなで理解

【増える理解者】

【受講者の感想】

ました。

参加ください!

◎ (22) 5101… 今津保健センター ⑥(22) 0193 · · · 地域包括支援センター 南部健康いきいき応援センター

心となって進められています

クづくりを地域住民が中

安心して暮らしてい

けるため

 \mathcal{O}

(32) 4413···安曇川保健センター(32) 2520···地域包括支援センター

21 きかしま 2015. 3月号

こんなときには 届出が必要です!

国民年金は、日本に住む 20 歳以上 60 歳 未満のすべての人が加入しなければなりませ ん。届出は加入するときだけでなく、被保険 者の種別が変わったときにも必要です。

届出されなかった場合、もしもの時に障害 年金が受け取れなくなったり、老後の年金額 が少なくなったり、受け取れない場合もあり ますので、必ず届出をしましょう。

届出が必要なときは以下のとおりです。



20 歳になったとき (厚生年金や共済年金加入者を除く)

●異動の内容

第1号被保険者に なります。

●持参するもの

• 臼繿

退職したとき (厚生年金や共済年金加入者の場合)

●異動の内容

第2号被保険者から 第1号被保険者になります。 (第3号被保険者に該当する 場合を除く)

●持参するもの

· 印鑑 ・年金手帳



配偶者に扶養されていたが、 配偶者が厚生年金、共済年金 を辞めたとき

●異動の内容

第3号被保険者から 第1号被保険者になります。

●持参するもの

· 印鑑 · 年金手帳

※印鑑は、本人自ら署名する場合は不要です。

届出先・問い合わせ先はこちら

間保険年金課 (25) 8137 大津年金事務所 7077 (521) 1789

国保年金あらかると

国民健康保険証の 切り替えは4月1日です

国民健康保険の新しい被保険者証(カード)を3 月末に世帯主へ郵送します。紛失などに注意し、**大** 切に保管してください。

古い被保険者証は4月以降、各自で廃棄していただく か、保険年金課または各支所窓口へご返却ください。

有効期限をご確認ください

新しい被保険者証の有効期限は平成28年3月 31日です。ただし、次の方は有効期限が年度途中 となっていますのでご確認ください。

① 退 の被保険者証をお持ちの方で 65歳になられる方

有効期限は65歳の誕生月の月末までとなります。

② 75 歳になられる方

有効期限は75歳の誕生日の前日までとなります。 75歳からは後期高齢者医療制度に変わります。

※①・②とも、新しい保険証は郵送しますので手続き は不要です。

の被保険者証を交付しています

国民健康保険は、住民登録されている市町村でご加入 いただくことが原則ですが、高島市の国民健康保険被保 険者証をお持ちの方が、大学や高校などに就学のために 転出される場合に、特例として学の国民健康保険被保険 者証を交付することができます。

交付を希望される方は、保険年金課または各支所窓口 で手続きをお願いします。学の被保険者証の交付は毎年 申請が必要です。

●手続きに必要なもの

- ・お持ちの被保険者証・学生証、在学証明書等
- 印鑑

社会保険に加入されていませんか?

就職などで会社等の健康保険に加入された方で、高島 市の国保の被保険者証をお持ちの方は、資格喪失手続き が必要です。新しい健康保険に加入されても、国保の資 ので、必ず保険年金課または各支所窓口で手続きをして ください。

喪失手続きをされずに国民健康保険被保険者証を使用 された場合、会社の健康保険の資格が発生した時点にさ かのぼって医療費を返還していただくことになりますの で、ご注意ください。

●手続きに必要なもの

- ・現在お持ちの国保の被保険者証・印鑑
- ・新しく加入された社会保険等の保険証 (家族全員分)

転ばぬ先の杖

その時どうする別

今年で阪神淡路大震災から20年、東 日本大震災から4年が経ちます。これら の震災により多くの犠牲者が出ました が、生死の境を分けるのは、いかにすば やく自分の身を守れるかがポイントとな ります。大地震が発生したとき、冷静に 判断するのはなかなか難しいものです。 高島市にも「琵琶湖西岸断層帯」や「花 折断層帯 | が存在し、地震の発生が予想 されますが、いざという時にあわてず、 落ち着いて行動するために、行動パター ンを覚えておきましょう。

圖総合防災局 ☎(25)8133



避難所生活

公助

- ●市や自主防災組織などの 指示に従う。
- ●避難生活者が**運営組織をつくる**。
- ●集団生活のルールを決める。
- ●助け合いの心を忘れずに。

共 助

- ●隣近所の安否を確認する。
- ●近隣住民と協力して消火や 救出活動を行う。
- ●負傷者の**応急手当**を行う。
- ●家屋倒壊の**危険性があれば、ただちに避難**する。
- ●揺れがおさまったら、火の始末をする。
- ●家族の身の安全を確認する。
- ●非常持ち出し品を用意する。
- ●靴を履く。
- ●余震に注意する。

交通事故発生状況

問高島警察署 ☎(22)0110

(亚武 27 年 1 日土田大)

(干)以 2/ 午 1 万 木 坑 江 /		
件数	前年比	
6件	-6件	
0人	0人	
8人	_10人	
	件 数 6件 0人	

発生場所		件数	
マキ	/	0件	
今	津	1件	
朽	木	0件	
安曇	JII	0件	
高	島	3件	
新	旭	2件	

【お詫びと訂正】

平成 26 年 11 月にお配りしました「高島 市豪雨災害の記録」において、次の誤りがあ りましたので、お詫びして訂正いたします。

▼ 46 ページ 表のタイトルの期間の表示 (正) 平成 25 年 9 月 18 日 (水) (誤) 平成 23 年 9 月 18 日 (水)

火災・救急・救助件数

自助

問消防総務課 ☎(22)5401

自分上家族の命を守る行

1分~3分

●机の下に隠れるなどして、

まずは身を守る行動をとる。

(平成27年1月末現在) 件 数 累計 (1月~) 災 建 物 2件 2件 車 両 0件 0件 林 野 0件 0件 その他 0件 累計 (1月~) 救 急 件数 13件 交通事故 13件 一般負傷 44件 44件 急 病 195件 195件 その他 21件 21件 救 助 件 数 累計 (1月~) 火 災 0件 0件 交通事故 1件 1件 水難事故 0件 0件 その他 0件

環境放射線測定結果

間原子力防災対策室 ☎(25)8133

1月平均値(平日測定)

マキノ(マキノ支所前駐車場)

 $0.069 \mu \text{ Sv/h}$

今津(今津支所玄関北側)

0.059 μ Sv/h

朽 木(朽木支所前駐車場)

0.073 μ Sv/h

安曇川(安曇川支所裏駐車場)

 $0.040 \mu \text{ Sv/h}$

高島(高島支所裏駐車場)

0.058 μ Sv/h

新 旭(市役所北側玄関前)

0.073 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。 ●一人あたりの自然放射線量(日本)

0.24 μS v/h ※世界平均 0.27 μS v/h 年間平均値から 8.760 (24 時間× 365 日) で割り戻した値です。

2015. 3月号 でかしま 22