

うみ 自然歴史。

☆広報たかはま

vol.316
2013年
12月号



□特集 新しく一体となる庁舎と高浜公民館をご紹介!●P2～3

新庁舎、公民館ってどんなところかな?

2025年問題って何?

□地域に医いこと●P4

民生委員改選を迎えて

□民生委員・児童委員活動を知ろう●P7

古代米を作ってます!!

□きな～れいたかはまびと●P8

若狭富士(青葉山)を背に、若狭和田の美しい海を眺めながら走り抜けるランナー達
第17回若狭高気はまなすマラソン大会より【10月27日開催】

新しく一体となる庁舎と 高浜公民館をご紹介します！

小さな
お子さまを持つ、
ママさん達7人に
要望・意見を
聞いてみました！

完成予想図
(国道側より)

平成28年完成予定

コミュニティゾーン

「役場と住民、様々な活動をつなぐ憩いの場」
役場と公民館の縁側のような空間となり、人と人のつながりを誘発する場

目的に応じた部屋

「各室用途の多用途化」
住民の方々の様々な活動に応じて、用途を広く想定した諸室

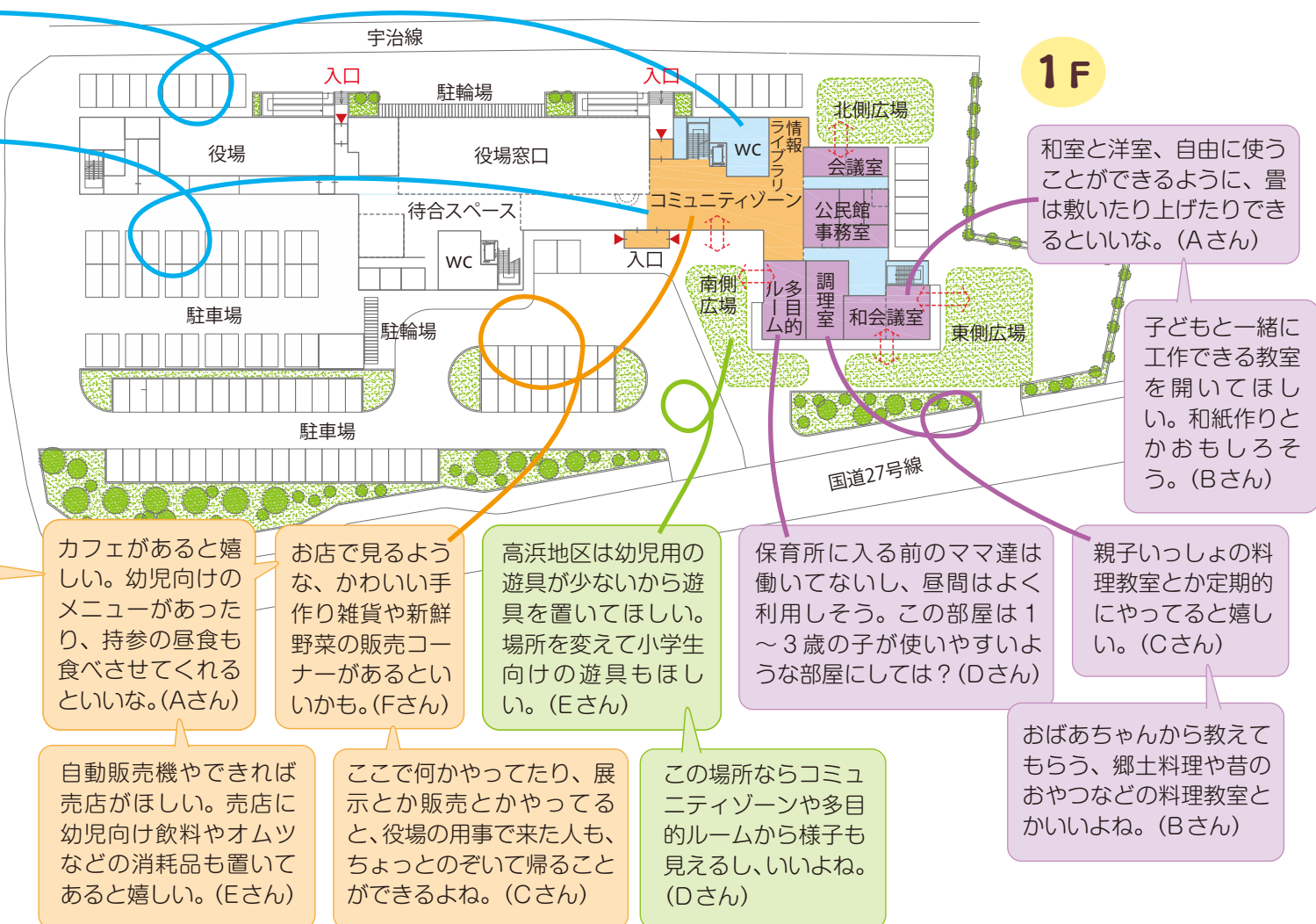
広場

「人が気持ちよく歩ける空間、人と緑が関われる緑地」
屋内と屋外をつなげ、活動を広げる場

その他

「子どもからお年寄りまで使いやすい設備」
誰もが利用しやすいユニバーサルデザインによるトイレやエレベーターなどの設置

それぞれの
ゾーンで
意見を
聞きました

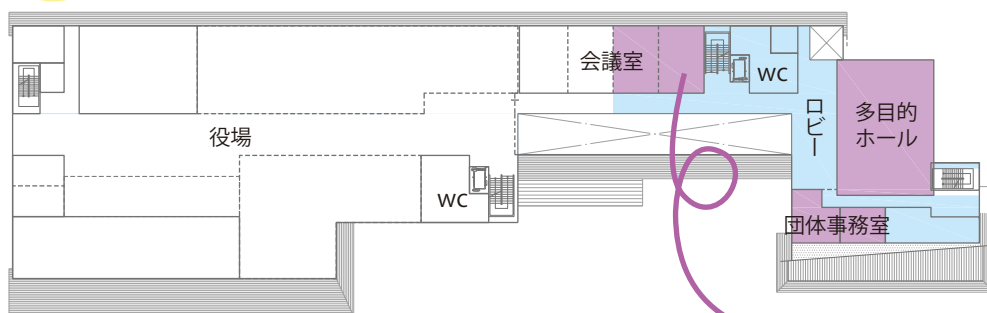


高浜町の町屋をイメージした外観で、屋根の勾配は高浜のシンボル、青葉山りょうせんの稜線の角度に近づけているそうです。



完成予想図(鳥瞰)

2F



いろんな用途で使えるように備品を備えた会議室にしてほしい。例えばハンドメイドで使う道具とか。それで、保育所入所前のママ向けバッグの作り方とか、趣味の方から作り方を講義をしてもらうのもアリよね。(Fさん)

書道とか水彩画とか、パワーヨガ、フィットネスなどの教室をやってほしい。子どもの手が離れたら習いたい。鏡の部屋があるといいな。(Cさん)

こうなったらいいよね！

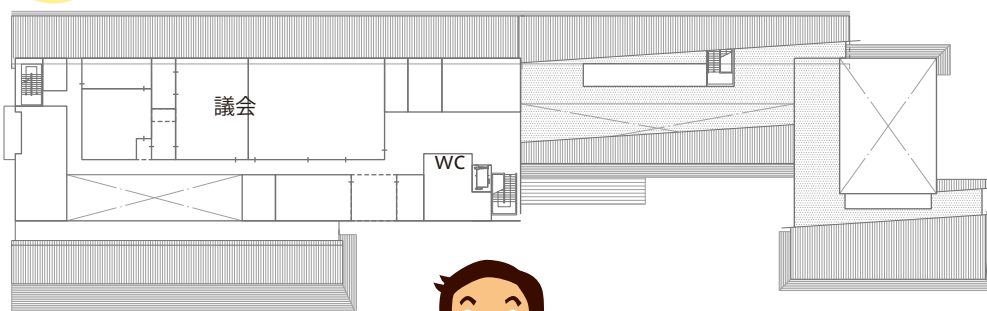


幼児用のトイレと授乳室、オムツベッドがほしい。(Gさん)

役場と公民館の間に壁がないと、子どもがうるさいのを気にして行きづらくなりそう。(Fさん)

気にしないような雰囲気になってくれるといいね。(Gさん)

3F



子ども達が、おじいちゃんやおばあちゃんから昔の遊びを教えしてもらったり、おもちゃの作り方を習ったり、お年寄りと触れ合う機会があるといいな。(Dさん)

あなたも意見を出してみませんか？

今後、詳しく設計を進める中で、ご要望や使い方について議論を進めていきます。

◇問い合わせ／庁舎公民館建設事務局 ☎(72)7702



地域に医いこと

みんなが守る、 みんなで育てる高浜の医療

高浜町寄附講座日より

第57回 「2025年問題って何？」

進む高齢化

最近マスコミから「2025年問題」という言葉が発せられることが増えてきています。皆さんも一度は聞かれたことがあるのではないのでしょうか。日本全体で近年中に切実な問題となる2025年問題について考えてみます。

2025年に何が起る？

2025年問題とは、800万人と言われる団塊の世代が、後期高齢者である75歳以上となることから、医療費や社会保障費の急増が懸念されている問題のことを言います。2005年には、65歳未満の人口3人で65歳以上1人を支える「騎馬戦型」でしたが、2025年には2人で1人を支える「担架型」になり、自ずと死者数も増加します(図1)。そこで自ずと出てくるのが、「どこで死をむかえるか?」という問題です。

現在、約9割の人が自宅以外の病院や施設で亡くなっています。しかし、増え続ける死者数を、同じ病床数でカバーできないのでは?と危惧されています。そこで国は、積極的に在宅医療(看取り)を推進していますが、介護力や風潮の壁に阻まれ、なかなか思い通りに増やせてないのが現状です。

増える認知症

高齢化が進むことで起こるもう一つの問題が、認知症の増加です。現在日本には300万人以上の認知症患者がいると言われていますが、それが2025年には1.5倍の470万人になるとも言

図1. 死亡者数の推移(千人)

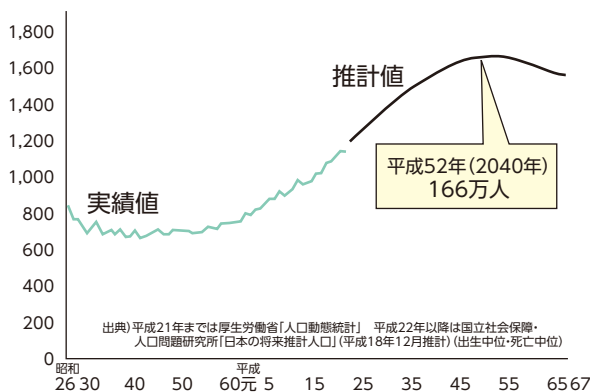
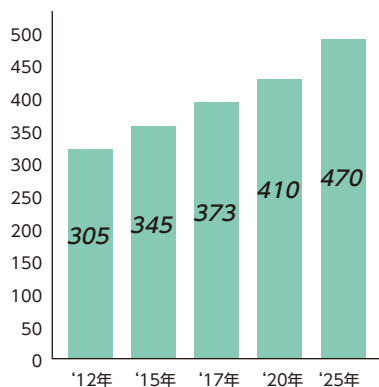


図2. 認知症患者の推移(万人)



今月の「あなたにできる、 地域に医いこと」

◆75歳以上になったときの過ごし方を、予め自分で、家族で、地域で考える。

われています(図2)。認知症は、住み慣れた地域で生活することを脅かす病気です。家族内はもちろん、地域ぐるみでどのように認知症の方を支えていくかを考えていかなければなりません。

高齢化や死亡者・認知症患者の増加は止めることはできませんし、あまりに急激な変化に受け皿の準備が整わないかもしれません。しかし、看取りそうない人がないから、認知症の者がいないからといって、このような問題と向き合わずに過ごしていると、いざという時に満足のいく対応ができません。一概に在宅医療を推進するわけではございませんが、「自分がそうなたらどうしたいか?どうしてほしいか?」を、家族ぐるみで、地域ぐるみで考えておくことが、2025年に向けて誰でもできる一番重要なことであるに違いありません。

(文責: 福井大学医学部地域プライマリケア講座/和田診療所 井階友貴)

地域ふれあいサロン

パート3

◇問い合わせ
地域包括支援センター
☎(72)6120

各地区での地域ふれあいサロンを4回シリーズでご紹介します。

昨年11月に開催しました合同サロンで、各サロンごとに、サロンに関する川柳を作ってもらいました。

地域
ふれあいサロン
とは？

高齢者の方を中心に、近くの集会所に集まり、参加者同士で“楽しく気軽に”健康づくりをしています。

いつまでも地域で元気に生活するために、情報交換をしたり、憩いの場として人と交流したり(おしゃべり会)、筋力低下予防・認知症予防のための体操やゲームをしています。

興味のある方は、気軽に参加してください。お待ちしております。

くわしい日程については、広報たかはま イベントカレンダーや福井新聞、またはチャンネルOをご覧ください。



大西ほのぼのサロン



大西ほのぼの会館
大広間にて

参加者からのメッセージ

月に1度会館で、ラジオ体操を主とし、歌ったり、踊ったり、楽しい1日を過ごしています。若い仲間が増え、パワーが溢れた雰囲気になっています。

場所・開催日

大西ほのぼの会館
【第2月曜日】

時間

午後1時30分～3時30分



年の功

サロン仲間の 智恵ぶくら

サロン
川柳

東三松区サロン



東三松生活改善センター
大広間にて

参加者からのメッセージ

近所誘い合わせて、和やかに楽しく体操をしたり、脳の活性をはかっていきます。

場所・開催日

東三松生活改善センター
【第2木曜日】

時間

午後1時30分～3時30分

サロン
川柳

脳トレの

成果何時しか ご長寿に

湯谷区サロン



湯谷会館の大広間にて

参加者からのメッセージ

少人数ですが和気あいあいの仲良しメンバーです。とても楽しいです。皆さん参加してくださいね。

場所・開催日

湯谷会館
【毎月20日】

時間

午前10時～12時

サロン
川柳

サロン会

はじける笑い 若がえり

音海サロン



音海生活改善センター
大広間にて

参加者からのメッセージ

月に1度の水曜日 楽しいサロンでリフレッシュ

場所・開催日

音海生活改善センター
【第4水曜日】

時間

午後1時30分～3時30分

サロン
川柳

サロンの日

笑って汗して 若返り

■ 地域包括支援センターより ■ 申込・問い合わせ／☎(72)6120

もの忘れ相談

2ヵ月に1回開催・参加費無料

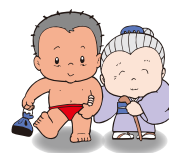
要予約

- 日時／12月19日(木) 午後2時～4時
- 場所／保健福祉センター
- 内容／専門医師による認知症の出張相談

介護家族の会 (かたつむりの会)

要予約

- 日時／12月17日(火) 午前11時30分～2時
- 場所／老人憩いの家 瑞祥苑
- 内容／クリスマス会 ●参加費／弁当代500円



冬も引き続き!

健康チャレンジ!!

◇問い合わせ／保健課 ☎(72)2493

年末年始に向けて!

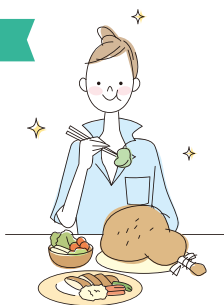


宴会・イベント時の
体いたわりポイント!

ごちそうを食べる時は

①野菜もたっぷり食べる

焼肉などはレタスなどの葉物野菜で巻くと、食べごたえがあり、野菜も自然とたっぷり食べられます。また「お箸を持ったらず野菜から食べる」も忘れずに! 食後の血糖値がゆるやかに上がり、脂肪がつきにくなります。



②特別な日!という意識でその日は楽しむ

翌日にはリセットし、増えた体重は3日でもどそう! そのために体重は毎日計ることが大切です。

12月も健康のための様々な講座を開催しています! 詳しくはお知らせ13ページをチェックしてください!

「できることから始めてみよう!」と始まった健康チャレンジ期間(9月から11月)。みなさんの生活のなかにも「にぎりこぶし1つ分野菜を増やす」「野菜から先に食べる」「朝食にも野菜」「野菜を好きになる」のうち、1つでも習慣になりましたか?

いつもより飲んだり食べたりする機会が増えるこの時期。冬も引き続き、体にいいことにチャレンジしましょう!

二日酔い防止に

①食事をしながら飲む

肝臓の働きを助けるのは、低脂肪・高たんぱく・高ビタミン・ミネラル食。野菜や海藻サラダ・もずく酢・冷奴や枝豆などが、おつまみにはおススメ。



②水と一緒に飲む

肝臓でのアルコール分解には大量の水分が必要です。お酒は水の代わりにはなりません。

除雪作業にご理解とご協力を!

今年も雪の季節がやってきます。高浜町では、冬季積雪期には「主要な町道」の通行を確保するため、道路除雪計画を策定し、国・県と連携しながら除雪作業に取り組んでいます。

- 除雪期間／平成26年3月20日まで
- 出動基準／積雪が概ね10cmに達した時
- 除雪対象／主要な町道(幹線道路等)



今年1月の除雪作業の様子

安全で円滑な除雪作業を実施するためにご協力をお願いします!



● 路上駐車は避けて下さい

除雪作業の妨げになる恐れがあるほか、事故の原因にもなりますので、路上駐車は避けて下さい。

● 自宅の前などの除雪をお願いします

除雪作業は、交通量の多い道路を優先し、限られた時間で実施しなければならないため、全ての道路を除雪することはできません。また、除雪車が通過した後に、玄関前や路肩に雪が残ってしまう場合がありますが、ご理解下さいますようお願いいたします。

緊急車両の出入りに備えるためにも、自宅の前や店舗の除雪は皆さんで行っていただきますよう、ご協力をお願いします。

● 道路へ雪を出さないで下さい

道路に出された雪は、車等に踏み固められて通行の支障になったり、路面が凍結したりして、交通事故の原因にもなります。道路には雪を出さず、道路脇などに寄せておいて下さい。

◇問い合わせ／建設整備課 ☎(72)7702

民生委員。児童委員活動を知ろう

■民生委員の改選期を迎えて、今、おもったこと

民生委員を取り巻く現状

民生委員の会長を務め早や3年、色々な経験をさせていただいたことを心より御礼申し上げます。つきまして、今年12月1日に民生委員の一斉改選が全国的に行われます。当然のことながら高浜町も一斉改選を迎えますが、なかなか民生委員のなり手がありません。

この民生委員という言葉は重過ぎるのだろうか？こちらが次の担い手としてこの人という思いはあっても、快く引き受けていただける方ばかりではありません。こればかりは、実際に体験しないと良し悪しはわからないのが現状だと思います。そんな中での経験談ではありますが、私自身大変だけれど良い勉強になったと思いました。

民生委員を経験するということとは、気付ける事に気付くことである

地域では、日々の状況がそこにいる人の人生の数だけ多種多様に化変する。なぜなら、それに関わる様々な人と人との成り立ちで地域が存在するか

らであり、知らず知らずに支え合っているからである。

民生委員体験から学んだこととしては、任期中に自分の地域の中が荒廃していくのをまざまざと実感したことでした。荒廃という表現は正しいとは言えないかもしれないが、地域地域で常に問題は見え隠れしているのは事実であり、地域のつなぎ役の民生委員だけでは対応できないということもまた事実である。だからこそ、その地域で各々が各々の立場で連携しなければ、地域そのものを支えられなくなる。そうになったら悲しいことではありませんか？

問題と向き合う

地域の問題は、児童から高齢者まで幅広い。民生委員の見守りの範囲は子どもからお年寄りまでとされているので、そこに取り巻く問題について向き合うとするならば、高齢者の孤独死と児童問題は避けては通れないように思う。前者は今までの人生の中で様々な困難や苦労をされた方の最後が、孤独死という形で終えるのは非常に心苦しい

ものです。それについて少しでもお力になり、色々な政策・方針などが実施されていることを皆さんに知っていただき、少しでも快適な余生を送れるように努力したいと思う。

また後者については、子ども達も今大変な時期に入っています。いじめ問題や虐待、これなど普通は一般住民であればほとんど見逃してしまいが、民生委員に席をおくと今まで気が付かなかったことに気付くようになります。その地域の財産である子ども達を、1人でもそういう境遇の中から救い出してあげたいと思います。なおのこと、民生委員以外の関係者との連携を密にする必要は、今より明らかであると言えます。

民生委員は1人じゃない

また民生委員という仕事は大変ですが、民生委員同士お互いにコミュニケーションを取りながら、また1人では出来ないことはお互いに協力して補いながら取り組むチームワークの大切さを痛感しました。

本当は、民生委員という仕事はやり甲斐のある仕事だと思っています。もっともっとたくさんの方々に、民生委員というものを体験していただきたいと思っています。

最後に

民生委員は、高浜町内の各地域の代表として選出されています。だからこそ、自分の住む地域に愛着を持って活動して欲しいと思います。民生委員同士でしかわからないこと、実際に民生委員経験を積んだからこそその学びがあり、やり甲斐を感じております。

退任するには悲しい。けれど、この民生委員体験は今後地域で活かしていることばかりなので、微力ながら貢献できる自分でありたいと思います。

地域に貢献したいと思う方は、大いに力を振るっていただき、共に良い高浜町を築いていければと思います。

高浜町民生委員児童委員協議会

会長 大角 一馬





古代米づくり、楽しんでます!

常畑一夫さん(62歳) 岩神区

10月初旬、まだ収穫されていない、色の違う稲穂が目立ちます。古代米を栽培されている常畑さんの田んぼです。

古代米は一口に赤米・黒米・緑米といわれますが、うるち米、

もち米を含めて分けると何百種類とあるそうです。栄養素豊富な色素が含まれており、普通の米に比べ、収穫時期が遅く、害虫にも強いのが特徴。

古代米の栽培を始めて20年近く経つ常畑さん。古代米の種を分けてほしいと東北から沖縄まで問い合わせがあるそうです。「何種類も栽培するのは手もかかりますが、収穫がいつまでも待てるので楽しみです。子どもみたいなものですね。また、古代米を通じて、全国の人と情報交換したり、つながりができて楽しいです。」

美味しい食べ方は、白米に1割2割入れて炊く他に、リゾットやカレーがおすすめだそうです。子どもみたいな感覚で古代米を愛しんで、楽しんで栽培されている常畑さんでした。



今年は10種類の古代米を栽培されたそうです



左から黒米、緑米、赤米のおにぎり。古代米を入れたパンやクッキーもおいしいそうです



左から緑米、赤米、黒米

農地・水保全管理支払交付金事業

～農地の環境保全や向上を

図るための活動を応援します!～

「農地・水保全管理支払交付金事業」は、農地や農村環境の資源保全、景観形成を目的とした事業です。地域の農業者を中心に多様な団体から構成された組織で活動しており、町内では現在7組織が活動しています。



横津海区「かじか会」によって植樹されたシバザクラ

地域で取り組んでみたいという組織がありましたら、お問い合わせください。

◇問い合わせ

まちづくり課 ☎(72)7705



研修会も開催しています

中央図書館より お知らせ

◇問い合わせ
中央図書館 ☎(72)2649

大西ひとみの詩と人生

高浜に生きた詩人の会を開催します

●日時／12月7日(土)午後1時～4時

●場所／文化会館 小ホール

若狭で詩作活動をされていた大西ひとみさんについてのお話と詩の朗読会、思い出対談を行います。「言葉の魅力」をぜひ味わってください。



おはなし会

【毎月最終土曜日開催】

●時間／午後2時～

2時30分

中央図書館児童コー

ナーにて図書館ボランティアさんによる読み聞かせの会「おはなし会」を開催しています。自分で読むのとはまた違った楽しみ方があり、子どもはもちろん、大人の方にも楽しんでいただけます!

週末は家族でお散歩がてら「ぶらりと図書館」もおすすめです!みなさまのお越しをお待ちしています☆





伝統建築の奥深さに触れる

10月11日(金) 高浜小学校

子どもたちに住文化に関心を持ってもらおうと、福井県が取り組んでいる「住教育」の一環として、宮大工を講師に招いた体験講座が開かれ、高浜小学校の5年生の児童48名が参加しました。児童たちは宮大工さんから、釘などを使わずケヤキを合わせた「木組み」や、大工道具の説明を受けたり、実際に槍カンナ掛けの体験などをしながら伝統文化に触れました。



ミディトマト「越のルビー」の収穫が始まりました！

10月18日(金) オールシーズン大規模園芸施設

環境に配慮し、周年出荷型の園芸農業を目的とするオールシーズン大規模園芸施設で、ミディトマト「越のルビー」の初出荷が行われました。

この日の作業では、従業員らが真っ赤に実った越のルビーを一粒ずつ丁寧に摘み、へたをはさみで切った後、大きさに別を選別を行いました。収穫されたトマトはJAを通じて関西圏の生協や百貨店に販売される予定です。



「きさらぎ会」内閣府より表彰!!

社会活動に積極的に取り組む高齢者団体をたたえる「エイジレスライフ社会参加活動事例」に東三松の「きさらぎ会」が選ばれ、国から「社会参加章」を贈られました。

「きさらぎ会」は、地域の文化祭や敬老会で寸劇や舞踊・唄などを披露し、永年に亘り活動を続けてこられた女性団体。代表の一瀬早苗さんら3名が役場を訪れ、国からの授章について野瀬町長に報告されました。「皆さんの喜ばれる顔を拝見するたび、私達は楽しんで活動を続けてこられました。多くの人に喜んでもらえるようにこれからも頑張っていきたいです。」

内閣府のホームページでは、きさらぎ会の活動内容が紹介さ



左から一瀬早苗さん、野瀬町長、一瀬睦子さん、西本美枝子さん

れています。「きさらぎ会」の皆さん、おめでとうございます。



国際交流

●高浜町中学生海外派遣

7月28日(日)～8月10日(土)

高浜町の中学生14名がオーストラリア・ブリスベン市を訪問しました。



●韓国青少年ホームステイ受入

8月16日(金)～8月19日(月)

韓国保寧市より中高生9名が高浜町を訪れました。



●高浜小学校姉妹校交流

8月22日(木)～8月25日(日)

高浜小学校の5、6年生の児童が姉妹校の韓国保寧市、鳴川小学校を訪問しました。



第17回若狭高浜はまなすマラソンに
ご協力、ご声援ありがとうございました！

10月27日(日)

今年も多くの方々の協力により、若狭高浜はまなすマラソン大会が無事、終了いたしました。

ランナー泣かせの強風の中、4コース14部門に県内外から714人が参加、健脚を競い合いました。一般ランナーに交じり、役場保健課が検診をPRする姿がみられたり、沿道では高吹奏楽部の生演奏によりランナーを励ましていただきました。

参加いただいた選手の皆さん、スタッフ、ボランティアとして多大なる



高浜町スポーツ推進委員 井上聡美さんが
福井県スポーツ推進委員功労者表彰受賞

10月27日(日)



越前市で開催された福井県スポーツ推進委員研修会において、

高浜町スポーツ推進委員・井上聡美さん(和田六区)が「福井県スポーツ推進委員功労者表彰」を受賞されました。

井上さんは高浜町で平成14年度から11年間にわたりスポーツ推進委員とし

て活動され、広報記事のチャレンジスポーツを通じて自らキンボールといったニースポーツを積極的に学び町民への普及に貢献される他、北陸地区スポーツ推進委員研修会にて、「人と人の、顔の見えるつながりを大切に」というテーマで事例発表されるなど、推進委員として積極的に携わってこられたことを評価されての受賞となりました。

ご協力をいただいた皆さん、沿道から温かい声援を送ってくださった皆さん、交通規制にご協力いただきました皆さんに心より感謝申し上げます。

また来年、「第18回若狭高浜はまなすマラソン」でお会いできることを心より祈念いたします。

(若狭高浜はまなすマラソン)

実行委員会

町内のランナーで、次の方が6位以内に入賞されました。

● 1.5 km【小学1年～3年生女子】

・ 3位 堀尾 侑来さん(中央)

● 3 km【小学4年～6年生女子】

・ 4位 水田ひよりさん(西三松)

・ 5位 清常優衣さん

(坂田グリーンタウン)

● 3 km【小学4年～6年生男子】

・ 3位 江川風太さん(青戸)

・ 6位 中川陽介さん(中山)

● 3 km【一般女子】

・ 3位 澤田杏奈さん(宇治)

・ 4位 金岡未来さん(出合)

● 5 km【29歳以下男子】

・ 3位 岡田知也さん(安土)

● 5 km【一般女子】

・ 2位 丸尾美和さん(東三松)

・ 4位 一瀬育代さん(東三松)

● 10 km【一般男子】

・ 5位 平山勉さん(園部)



いま考えよう

エネルギーと原子力

国に対しエネルギー政策の明確化等を強く要請

10月11日(金)野瀬豊高浜町長が会長をつとめる「福井県原子力発電所所在市町協議会」(以下、「立地協」)が原子力発電の必要性を明確にしたエネルギー政策を早急に示すことなどを国などに対し強く要請しました。

「立地協」は県内の原子力発電所が立地する敦賀市、美浜町、おおい町、高浜町の1市3町でつくられ、今回は野瀬町長、河瀬一治敦賀市長、時岡忍おおい町長、山口治太郎美浜町長と各市町会議長ら8名が参加しました。

今回は首相官邸をはじめ経済産業省、文部科学省、防衛省、環境省、内閣府などで、「エネルギー(原子力)政策」「安全規制・プラント審査」「原子力防災対策」「立地地域対策」の4項目について要請しました。



菅官房長官に要請書を手渡しました



防衛省 若宮政務官に対し自衛隊が迅速に対応できる体制などについて要請しました

今回の要請内容

エネルギー(原子力)政策について

- 原子力発電の必要性を明確にした新たなエネルギー政策を早急に示すこと。
- 現実的なエネルギー政策との整合性を図り、一定量の新増設やリプレースの方向性を明確にすること。
- 核燃料サイクルの明確な方針を早急に示すこと。
- 放射線生物学の正しい知識が国民に伝わるよう学校教育や地域教育の充実を図ること。

原子力防災対策について

- 災害制圧道路の整備計画について、早期完成が図れるよう必要な財源措置に取り組むこと。また、国道、県道等においても脆弱な箇所が多い国道、これら道路交通網の強化についても早急に取り組むこと。
- 有事の際の交通量などの広域的データやシミュレーション結果について自治体への情報提供を行うとともに、自治体間の調整を図ること。
- 安定ヨウ素剤の事前配布について、その実効性を再検討することも含め、現場となる自治体の状況に合わせた弾力的なガイドラインに改定すること。
- 自衛隊が迅速に対応できる法整備や体制の強化を早急に行うこと。

安全規制・プラント審査について

- 世界標準の知見を反映した合理的かつ実効性のある規制基準を設定し、かつ規制当局が孤立した存在とならないよう、指導・監督を行うこと。
- 規制当局の陣容を充実させ、遅滞なく審査が進む体制を早期に構築すること。
- 原子力が国家戦略上必要な電源であることと、一元的責任を負うことを明確に示し、再稼働の判断を遅滞なく行うこと。

立地地域対策について

- 立地自治体が行う中小企業への金融支援や雇用維持、人材育成対策について、地域の実態に即した機動的な財政支援を行うこと。
- 電源三法交付金の使途を自由裁量とすること。交付期間は、施設解体撤去完了までとすること。
- 立地自治体の新産業の形成に対する財政支援のため、新たな交付金制度等を創設すること
- 産業団地整備や企業誘致に対する支援制度(F補助金等)の充実・強化を行うこと。

赤ちゃん

スマイルベビー

要申込

●日時／12月3日(火)

午前10時～11時30分

●場所／保健福祉センター

●対象／妊婦さん・満1歳までの

赤ちゃんのご家族

◎妊婦ミニ講座「体重のコントロール」

◎子育てミニ講座

「産後の体のメンテナンス」

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

あかちゃん広場

申込不要

●日時／12月12日(木)午前10時～11時

●場所／保健福祉センター

●対象／生後6カ月～1歳2カ月の

お子さんご家族

●内容／親子ふれあいあそび

◇問い合わせ

保健課 ☎(72)2493



子ども

あそびの広場&
児童センターであそぼ

申込不要

●時間／午前10時30分～11時30分

●対象／保育所入所までの

お子さんご家族

●内容／クリスマス製作

あそびの広場

●日程／12月4日(水)

●場所／保健福祉センター

児童センターであそぼ

●日程／12月6日(金)

●場所／高浜児童センター

●日程／12月11日(水)

●場所／青郷児童センター

●日程／12月13日(金)

●場所／内浦公民館

◇問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

わんぱくキッズ

要申込

●日時／12月17日(火)

午前10時30分～11時30分

●場所／保健福祉センター

●対象／1歳～保育所入所までの

お子さんご家族

●内容／親子で楽しくフラダンス

- 講師／正木千賀子先生
- 申込／前日までに申込が必要です。
- ◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

わくわく☆ちびっこ
食体験クラブ

要申込

高浜の美味しいお魚と友達になろう！
魚でクッキング！

●日時／12月11日(水)

午前10時～午後1時

●場所／保健福祉センター

●対象／1歳～3歳までの

お子さんご家族

※1歳未満のごきょうだいを連れての
参加を希望される方は、申込の際お
知らせください。●準備／エプロン等調理のできる準
備・手拭きタオル等

●協力／高浜漁協婦人部

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493



お子さんの予防接種はお済みですか？

以下の予防接種の接種期限は 3月は予約が混み合います。
平成26年3月31日です 今のうちに受けておきましょう。

- MR(麻しん風しん混合)2期…対象／保育所、幼稚園の年長児
(平成19年4月2日から平成20年4月1日生まれ)
- 3種混合2期…対象／小学校6年生
(平成13年4月2日から平成14年4月1日生まれ)

※予診票がない場合、ご不明な点がある場合は保健課までお問
い合わせください。 ◇問い合わせ／保健課 ☎(72)2493

町民さんの保健室

- 場所／役場玄関横プレハブ
- 12月の開室日／2日(月)、
10日(火)、11日(水)、13日(金)、
18日(水)、25日(水)、27日(金)
- 時間／午前9時～正午

ちょっとお喋りしたい、介護のことを話した
い、子どものことが相談したい等々、お
気軽にお越しください。お待ちしております。
◇担当／保健師 河島義枝 ☎(72)0468



すこやか広場

申込不要

●日時／場所／12月19日(木)

午前10時～11時 町内各保育所
※行事等の関係で変更となる場合があります。
ります。事前に各保育所または保健課までお尋ねください。

●対象／保育所に未入所の

お子さんとご家族

●内容／保育所を開放しお子さんと一緒に遊んでいただける場を提供しています。育児の悩みや保育所についてのご質問等もお聞きします。

◇問い合わせ

高浜保育所 ☎(72)0142
和田保育所 ☎(72)0256
青郷保育所 ☎(72)0887
内浦保育所 ☎(76)1130
保健課 ☎(72)2493

健康づくり

カンタン運動講座

●場所／保健福祉センター

●準備／動きやすい服装で、タオル・飲み物を必ず持参してください。

●体力測定&第1回誰でもカンタン体幹運動～お腹まわりすっきり～

●日時／12月10日(火)午後1時～3時

●講師／三木剛 運動指導士

●申込／前日までに申込が必要です。

さあきつとスリムトレーニング

&体幹運動

●日時／12月24日(火)午後2時～3時

●申込／不要

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

こころの相談

(無料カウンセリング)

要申込

●日時／12月17日(火)

午後1時～5時(1人1時間程度)

●場所／保健福祉センター

●カウンセラー／臨床心理士

大槻まどか氏

※相談内容の秘密は固く守られます。

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

リラクゼーション教室

要申込

●日時／12月5日(木)

午後7時～8時30分

●場所／保健福祉センター

●内容／心と体の疲れをほぐす軽い体操や、アロマハンドマッサージなど。

●講師／徳庄博美氏(鍼灸師)

浜瀬佳子氏(看護師)

吉岡紀恵氏(アロマセラピスト)

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

野菜博士になろう

要申込

野菜をもっと好きになれる講座

●日時／12月4日(水)

午前9時30分～正午

●場所／保健福祉センター

●対象／内容／野菜好きな方も苦手な方も、親子での参加もOK。おいしい野菜の見分け方など紹介します。

●主催／たかチャレ推進委員

(太田さん・森川さん)

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

食生活改善委員による

要申込

野菜たっぷりバイキング

●日時／12月5日(木)

午前11時30分～午後2時

●場所／保健福祉センター

●内容／食生活改善推進員がお勧めする高浜のおいしい旬の食材を使った料理のバイキングを実施します。

●参加費／300円(小学生未満無料)

●定員／20名

●主催／食生活改善推進員

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

平成25年度 おとなの無料歯科健診 はじまりました！

●対象／18歳以上の

●受診方法 すべての方

受診できる歯科医院は県ホームページに掲載しています

①事前に健診を希望される歯科医院に「おとなの歯科健診の予約です」と申込。

②歯科医院で健康保険証・運転免許証などをご提出ください。

※妊産婦の方は母子健康手帳もご提出ください。

●実施期間 平成26年3月31日まで

◇問い合わせ／◎福井県健康福祉部健康増進課 ☎0776(20)0350
HP: <http://www.pref.fukui.jp/doc/kenkou/shika/sikakenshin.html>

◎福井県歯科医師会 ☎0776(21)5511



人権

第65回人権週間

法務省・全国人権擁護委員連合会

法務省および全国人権擁護委員連合会は、本年も、次の期間を「第65回人権週間」として、各種啓発活動を実施します。ご理解・協力をお願いいたします。

●期間／12月4日(水)～10日(火)

※12月10日は「世界人権デー」です。

【啓発活動重点目標】

「みんなで築こう 人権の世紀

～考えよう 相手の気持ち

育てよう 思いやりの心～

平成25年度北朝鮮人権侵害問題啓発週間

福井県法務局人権擁護課

拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題についての関心と認識を深めるため、次の期間を「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」としています。

●期間／12月10日(火)～16日(月)

この問題に対するご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

税金

家屋を取り壊された場合はご連絡ください

固定資産税は、毎年1月1日現在に所有している固定資産に課税される税金です。既に家屋を取り壊されても、ご連絡がなければ誤って課税される場合がありますので、お忘れなくご連絡ください。

◇問い合わせ／税務課

☎(72)7707

その他

「分離ます」の清掃をしましょう

下水道を使用されているご家庭には、台所や風呂からの排水管に分離ますを取り付けられています。この分離ますの蓋を開けるとカゴが取り付けられており、油や髪の毛など下水処理に支障をきたすものをあらかじめ取り除く働きをしています。



分離ます

分離ますの清掃をせずに放置しておくと排水管が詰まってしまい、宅内に汚水が溢れ出る恐れがありますので、定期的に清掃していただきますようお願いいたします。

●清掃方法

①分離ますの中にあるカゴを取り出して、カゴにたまっている髪の毛、野菜くず、油等を取り除いてください。
②分離ますの中に残っている油カス、ゴミ等を「しゃく」、「おたま」等で取り除いてください。※分離ますの中に残っている水は、そのままにしておいてください。

③取り除いた油カスやゴミ等は、燃えるゴミの袋(緑色)に入れて処分してください。※絶対に側溝等には捨てないでください。

◇問い合わせ／上下水道課

☎(72)3611

教育委員会よりお知らせ

10月の教育委員会臨時会で、教育委員長に松浦幸夫委員が、教育委員長職務代理者に福田敏弘委員がそれぞれ再任されました。

『教育委員会』を点検評価！

「平成24年度教育委員会の事務の管理及び執行の状況」について内容の評価及び点検を行い、学識経験者の意見

を付して報告書にまとめています。点検・評価報告書を公表していますので、高浜町ホームページをご覧ください。
http://www.town.takahama.fukui.jp/page/kyouiku/jinkai/jikohyoku_a23.html

◇問い合わせ／教育委員会事務局
☎(72)2888

国の教育ローンのご案内

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子様をお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

●ご融資額／お子さま1人につき

300万円以内

●利率／年2・55%

※母子家庭または世帯収入(所得)200万円(122万円)以内の方は

年2・15%

(平成25年8月9日現在)

◇申込・問い合わせ

教育ローンコールセンター

☎0570-0008656

(ナビダイヤル)

☎03(53321)8656

東京の大学に進学する皆さんへ 講正学舎の新入寮生募集

講正学舎は東京の大学に進学する福井県出身者のための男子学生寮で、ワンルームマンション形式です。平成26年4月からの新入寮生を募集します。

●募集人数／8名

◇問い合わせ

公益財団法人雲浜奨学会・講正学舎
東京都世田谷区松原2-34-6

ホームページ ☎03(3327)7800
http://www5.ocn.ne.jp/~unpin

10月1日～31日届出分(敬称略・届出順)

♡ ご結婚おめでとうございます

亀川 豊親♡森永 真衣 (畑区)

★ お誕生おめでとうございます

赤ちゃん(性別) 両 親 (住所)

竹内 碧(男) 翔・渚 (和田三区)

永野 壮真(男) 英幸・理香 (鎌倉区)

✿ お悔やみ申し上げます

牧田 比呂志(80歳) (和田四区)

大石 フミ子(88歳) (塩土区)

川端 たき枝(90歳) (今寺区)

山本 敏子(88歳) (赤尾町区)

谷山 千鶴枝(93歳) (赤尾町区)

山根 みな子(64歳) (畑区)

牧 清子(93歳) (赤尾町区)

一瀬 悦子(83歳) (和田六区)

吉田 喜代治(75歳) (今在家区)

濱中 隆(77歳) (宇治区)

松岡 久旺(88歳) (菌部区)

人々のうごき (10月31日現在)

		前月比
【人 口】	11,014人	(-17人)
【 男 】	5,495人	(-8人)
【 女 】	5,519人	(-9人)
【世帯数】	4,187世帯	(-6世帯)

編集担当の つぶやき

▶今月号から広報担当になりました。まだまだ慣れませんが、まちネットさんと一緒に、皆さんに楽しんでもらえる広報誌にしていけるようがんばります。(山)



食育ミニコーナー「毎月19日は“食育の日”」です！

第16回 今月は…「保育所運動会での食育プログラム」

(高浜・青郷編)

◆家族みんなで「19日は“食育の日”」

今月と来月は、9月下旬に各保育所で行われた運動会での「食育プログラム」の様子をご紹介します。食育に関わる競技に加え、「19」(毎月19日は食育の日)をご家族にも覚えてもらえるよう各保育所で工夫し、パネルや横断幕、そしてアナウンスでPRしました。

今月は、高浜保育所と青郷保育所です！

青郷保育所
9/28実施



高浜保育所
9/21実施

3種類の野菜・くだものになって踊り、最後に「毎月19日は食育の日」の横断幕でPR！



野菜のオセロをひっくり返し、最後に「毎月19日は食育の日」を並べて見せます。綺麗に並ぶことができました！

毎月、食育に関わるお話や情報を

「食育ミニコーナー」に掲載していきます。次回もお楽しみに♪

◇問い合わせ／高浜町食育推進会議(まちづくり課内) ☎(72)7705

…町施設への瓦持ち込みについて

平成26年1月6日から個人、事業者を問わず町施設(不燃物処分地)で瓦の処分ができなくなりますのでご注意ください。なお処分方法などについてはお問い合わせください。◇問い合わせ／住民課 ☎(72)7703

法律ミニコラム

Q 「法テラス」という言葉をよく聞きますが、どのようなところですか。

A 「法テラス」(日本司法支援センター)とは、無料法律相談や裁判費用の立て替えなどを行っている、国が設立した機関です。福井県では、福井市に事務所があり、相談業務などをおこなっていますが、福井市まで行かなくても、法テラスと契約している法律事務所であれば、法テラスの制度を利用して、無料法律相談や裁判費用の立て替えを利用することができます。法テラスの制度を利用するには、一定の収入の基準があり、1人暮らしの場合手取りの収入が18万2千円以下、2人暮らしの場合手取りの収入が25万1千円以下、3人暮らしの場合手取りの収入が27万2千円以下の方が対象です。対象者は、法律相談料が3回まで無料となり(法テラスが負担)、弁護士が代理人となる場合にも、月1万円ほどの分割払いができる(法テラスが立替)こととなります。自分が利用できるか不明な場合やこの制度を使いたい場合、まずはお近くの法律事務所までお尋ねください。

小浜ひまわり基金法律事務所 (所長・上原 千可子)

相談するにはまずはお電話でご予約ください。 ☎(53)2018

1 日		医 常藤内科医院
2 月	◆立石区はまなすサロン 13:30~15:30 (立石区生活改善センター)	郷 図 文 和 青 内
3 火	◆スマイルベビー 10:00~11:30 (保健福祉センター) ◆若宮区サロン 13:30~15:30 (若宮区集会所)	
4 水	◆野菜博士になろう【要申込】 9:30~12:00 (保健福祉センター) ◆あそびの広場 10:30~11:30 (保健福祉センター)	
5 木	◆野菜たっぷりバイキング【要申込】 11:30~14:00 (保健福祉センター) ◆リラクゼーション教室【要申込】 19:00~20:30 (保健福祉センター)	
6 金	◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (高浜児童センター) ◆園部区サロン 13:30~15:30 (園部区生活改善センター)	
7 土		
8 日		医 高浜病院
9 月	◆大西ほのぼのサロン 13:30~15:30 (大西ほのぼの会館) ◆人権相談日 13:00~15:00 (瑞祥苑) ◆ヒューマンライツたかはま2013 19:00~21:00 (文化会館) 郷 図 文 和 青 内	
10 火	◆カンタン運動講座 13:00~15:00 (保健福祉センター) ◆和田ココアサロン 13:30~15:30 (和田二区ふれあい会館)	
11 水	◆わくわく☆ちびっこ食体験クラブ【要申込】 10:00~13:00 (保健福祉センター) ◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (青郷児童センター) ◆和田ほがらかサロン 13:30~15:30 (和田公民館)	
12 木	◆あかちゃん広場 10:00~11:00 (保健福祉センター) ◆東三松区サロン 13:30~15:30 (東三松生活改善センター) ◆本町サロン 13:30~15:00 (大神宮会館)	
13 金	◆横町にここサロン 10:00~12:00 (横町区生活改善センター) ◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (内浦公民館) ◆事代区サロン 13:30~15:30 (事代区生活改善センター)	
14 土		
15 日		和 青 内 医 堀口医院

■ 休館日 郷 郷土資料館 図 中央図書館 文 文化会館 和 和田公民館
青 青郷公民館 内 内浦公民館

医 休日当番医…休日に診療可能な病院。

16 月	◆おひさま広場【要申込】 9:45~10:00 (保健福祉センター) ◆和田四区サロン 13:30~15:30 (和田四区集会所)	郷 図 文 和 青 内
17 火	◆わんぱくキッズ 10:30~11:30 (保健福祉センター) ◆介護家族の会 11:30~14:00 (瑞祥苑) ◆宇治区あすなろサロン 13:30~15:30 (宇治区生活改善センター)	
18 水	◆行政相談 13:00~15:00 (高浜町役場) ◆南区さくらサロン 13:30~15:30 (南区公民館) ◆サロン郷 13:30~15:30 (青郷公民館)	
19 木	◆すこやか広場 10:00~11:00 (町内各保育所) ◆浦和田サロン 13:30~15:30 (和田六区ふれあいセンター) ◆もの忘れ相談 14:00~16:00 (保健福祉センター)	
20 金	◆湯谷区サロン 10:00~12:00 (湯谷会館)	
21 土		
22 日		医 高浜病院
23 月	天皇誕生日	和 青 内 医 なごみ診療所
24 火	◆カンタン運動講座 14:00~15:00 (保健福祉センター)	図 文
25 水	◆音海サロン 13:30~15:30 (音海生活改善センター)	
26 木		
27 金	◆西三松区サロンえびす 13:30~15:30 (西三松区ふれあい会館)	
28 土		郷 図 文 和 青 内
29 日		郷 図 文 和 青 内 医 和田診療所
30 月		郷 図 文 和 青 内 医 高浜病院
31 火		郷 図 文 和 青 内 医 なごみ診療所

舞鶴市
からの
お知らせ

光のアートでメリーX'mas

赤れんがイルミネーションアート

11月30日(土)▶12月25日(水)
舞鶴赤れんがパーク

プロジェクションマッピング

●18:30～、●19:15～、●20:00～

この冬、赤れんが倉庫がイルミネーションアートに彩られます。5号棟ではプロジェクションマッピングも行われ、倉庫の中の大空間で映像アートの醍醐味を体験できます。

問い合わせ

舞鶴市文化振興課

☎0773(66)1019