

広報 敦賀

6月

つるが 平成21年5月12日発行

きらめき友学舎 スタート！

(関連 10 ページ)

No.808

2 | 介護予防教室参加者募集
4 | 実践！エコ生活



問合せ・申込みは
地域包括支援センター「長寿」(敦賀市役所介護保険課内)
☎ 22-8181 までお願いします

65 歳以上の
皆さんへ

昨年度「元気はつらつ倶楽部」に参加した

宮本ふさゑ さん
(山在住 80 歳)



最初は緊張しましたが、徐々に友達
もでき、楽しく通うことができました。
教室に通ったおかげで、以前に比べ体
も調子がよくなり、家族からも「おば
あちゃん、姿勢がよくなって、歩く姿
が楽に見えるよ」と言われています。
今日より明日が少しでもよくなるよ
う、これからも教室で習った運動を続
けていきたいですね。

教室の対象者は、六十五歳以上の方で、
生活機能評価の結果「介護予防事業の利用
が望ましい」と判定された方です。
生活機能評価とは、問診、身体計測、血
液検査などを行うもので、健診と併せて実
施しています。
対象者には、健診後、市から生活機能評
価の結果通知と、教室の案内が届きます。
※要支援・要介護認定を受けている方は対象外です。

教室の対象者は？

教室ではどんなことをするの？

皆さんの能力や体調に合わせて、簡単
な運動を行います。道具を使ったり、ス
トレッチ体操をしたり、みんなで和気あ
いあいと体を動かします。時間は二時間
程度で、週一〜二回、
三カ月間行います。
その他、介護予防のお
話や、自宅でできる運動
の紹介など、介護予防へ
の知識も深めていきます。



みんなで動いて笑って
元気はつらつ！

「体を動かしたいけれど、やり方がわからない・・・」
「運動したくても一人では続けられない・・・」
そんなあなたにおすすめなのが、市の介護予防教室。
みんなで動いて、話して、笑って、学んで。
いつまでも若く元気に過ごしましょう。

介護予防教室
参加者募集

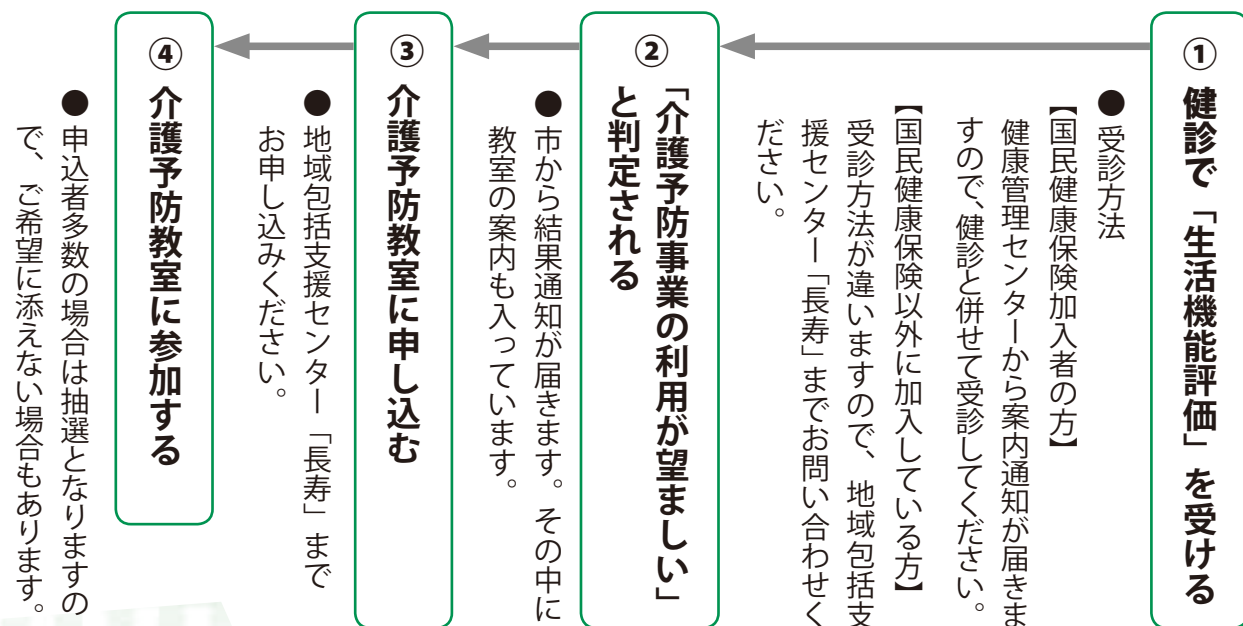


今年度の教室は、
「元気はつらつ倶楽部」
「よくばり貯筋教室」
の二教室です。いずれも受講料は無料で、
送迎も付いています。
※教室の詳しい内容については、対象者
の方に届く通知をご覧ください。

送迎付き！
無料！



教室参加までの流れ



体の調子がよくなりました！

教室で習った運動を
家でもしています！

元気はつらつ倶楽部に
参加している皆さん

友達と一緒に
毎回楽しく体を
動かしています！

クリーンアップふくい大作戦

- ▶開催日 5月31日(日)
- ▶集合場所 気比の松原(花城海岸)
- ▶集合時間 9:00(小雨決行)

6月の環境月間に先立ち、環境美化運動を実施します。多くの市民の皆さんの参加をお願いします。

※中止の場合は、テレホンサービスでお知らせします(☎21-9991、当日7時30分～)

かんきょうコンクール作品募集

今年も、地球温暖化やゴミ問題等の環境問題に対する意識を高めるため、環境に関する作品を募集します。

- ▶募集区分 かべ新聞、ポスター、標語
- ▶応募資格 市内在住・在学・在勤の方
- ▶応募方法 送付または持参
- ▶表彰 各区分ごとに最優秀賞1人、優秀賞5人ほか
- ▶副賞 最優秀賞 図書券5,000円分
優秀賞 図書券3,000円分
- ▶応募締切 9月8日(火)
- ▶その他 応募作品の著作権は敦賀市に帰属します。

※詳細は敦賀市ホームページまたはお問い合わせください。

光化学スモッグに注意

春から夏にかけて光化学スモッグが発生しやすくなります。市では光化学スモッグ注意報が発令された場合、RCN 9チャンネル、市の広報車などを通じて、市民の皆さんに情報をお知らせします。

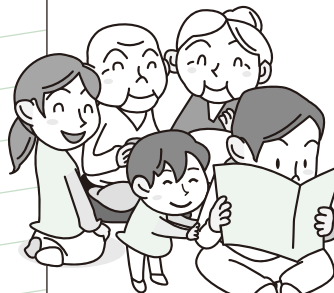
- 注意報が発令されたら・・・
- ・屋外での運動や作業を避ける。
- ・目やのどに痛みを感じたらすぐに室内に入る。
- こんな症状が出たら・・・
- ・目がチカチカするときは目を洗う
- ・のどの痛みを感じたらうがいをする
- ・洗眼やうがいをしても良くならないとき、医師の診断を受ける。



CO₂減 年間約 **34 kg**
節約 年間約 **1,900 円**

⑤ ジャーの保温をやめる

ジャーやポットの保温は、多くの電気を使います。ごはんは電子レンジで温め直す方が、電力の消費が少なくなります。



CO₂減 年間約 **238 kg**
節約 年間約 **10,400 円**

⑥ 同じ部屋で家族団らん

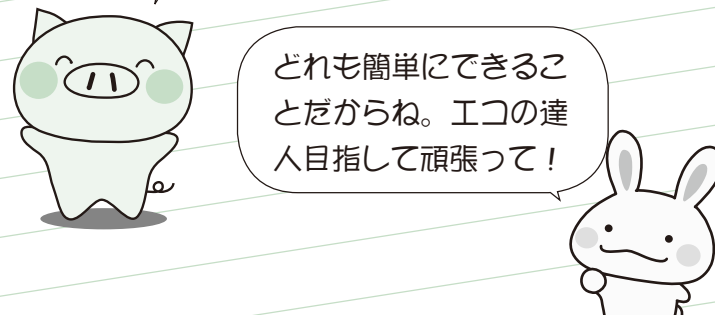
家族が別々の部屋で過ごす、暖房も照明も余計に使います。エコ生活をきっかけに家族の団らんを楽しんでみては？



CO₂減 年間約 **7 kg**
節約 年間約 **4,200 円**

⑦ 残り湯は再利用

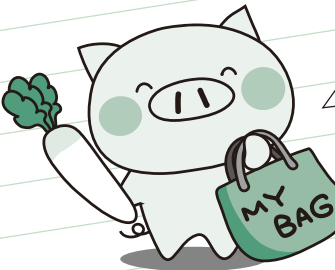
お風呂の残り湯、捨てていませんか？エコ生活の上級者は洗濯はもちろん、花の水やり、トイレの水にも使っています。市販されている残り湯利用のポンプを使うと便利です。



お家に戻って早速やってみるよ！

どれも簡単にできることだからね。エコの達人目指して頑張って！

問合せ 環境課 ☎22-8121



最近マイバッグを持ち始めたの。そうしたら、無駄な包装紙とガリサイクルとが、他のことも気になってきたんだ。

6月は「環境月間」

とんちゃん、エコへの興味が増えてきたんじゃない？エコには他にもいろいろあるから、一回やってみたら？

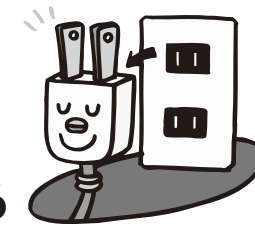
実践！エコ生活

エコ生活は、地球にもお財布にもやさしいスマートな暮らし方。実践することで、環境のことを考えるきっかけにもなります。身近なところから、エコ生活に取り組んでみましょう！

★すべて実行すれば
年間約 **625 kg CO₂ 減！**
年間約 **38,000 円 節約！**

待機電力 50%削減で

CO₂減 年間約 **60 kg**
節約 年間約 **3,400 円**



③ 主電源を切る

待機電力には要注意。長時間使わないときは、コンセントを抜くことを忘れずに。家電製品の買い替えのときも、待機電力を見て選ぶことをおすすめします。きっとあなたのお財布も喜ぶますよ。

CO₂減 年間約 **33 kg**
節約 年間約 **1,800 円**



① 冷房は1℃高く、暖房は1℃低く

クールビズ、ウォームビズは当たり前。徐々にそんな時代になってきました。今年の夏は冷房に頼らず、季節を存分に味わってみては？

お風呂で1日1分シャワーを減らせば

CO₂減 年間約 **69 kg**
節約 年間約 **7,100 円**



④ シャワーをこまめに止める

お湯を作るには多くの燃料消費を必要とします。何回もシャワーを止めるのは面倒ですが、その行動が環境と家計を助けます。

週2日8kmの運転をやめれば

CO₂減 年間約 **184 kg**
節約 年間約 **9,200 円**



② 自転車通勤

人力で走る自転車は、とってもエコで経済的。風を感じて走ると気持ちいいですよ。新しいお店も発見できるかもしれません。カロリーも消費でき、気になるお腹周りも引き締められます！



悪質商法にご用心！

マルチ商法、ネズミ講、キャッチセールス、開運商法・・・さまざまな悪質商法が、あなたの周りにひそんでいます。被害に遭わないためにも、必要な知識を身に付け、悪質商法から自分と家族を守りましょう。

！悪質商法で、もしも契約してしまったら・・・

まずは クーリング・オフ

訪問販売などで契約してしまった場合、一定要件のもとであれば、契約を一方的に解約できる制度です。期間は、契約書面を受け取ってから8日間です。
解約する旨を必ず書面に書き、販売会社と信販会社（クレジット契約した場合）へ、簡易書留郵便または内容証明郵便で送付してください。

＊販売購入形態によって異なる場合あり

！クーリング・オフ期間を過ぎても

このような契約は取り消すことができます

① 販売時の説明がウソだった！（不実告知）

【重要な項目について事実と違うことを言うこと】

「事故車ではない」と説明され中古車を購入したが、実際は事故車であったことがわかった。

② 絶対にもうかるって聞いたのに！（断定的判断）

【将来の変動が不確実なことを断定的に言うこと】

営業マンに電話で「絶対もうかる」と言われて金融商品を契約したが、元本割れして大損した。

③ 都合の悪いことは教えてくれなかった

（不利益事実の不告知）【利益になることだけを言って重要な項目について不利益になることを故意に言わないこと】

南側への高層ビル建設を知っていた業者から「眺望・日当たり良し」と言われ、マンションを買ってしまった。

④ 契約しないと帰らせてもらえない！（不退去・監禁）

【帰ってほしいと言ったのに帰らない（不退去）】

【帰りたと言ったのに帰してくれない（監禁）】

絵の展覧会で長時間勧められ「帰りた」と言ったのに帰らせてもらえず、しかたなく契約した。

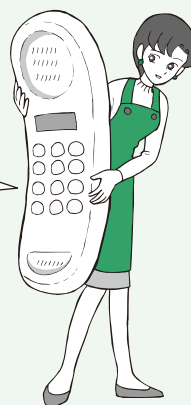
！取り消しができるのは、上記のような行為があった時、または誤認に気が付いた時から**6カ月以内**です。ただし、契約日から5年経過してしまうと、取り消しができません。

困ったときは
なるべく早く相談を

クーリング・オフの書き方例 (はがき)

契約の解除通知
契約年月日 平成〇年〇月〇日
商品名 〇〇〇〇〇
契約金額 〇〇〇〇〇円
販売会社名 ×××××
右契約を解除しますので通知します。
なお、支払済みの〇〇〇〇〇円を返却し、
商品を貴社の費用で引き取ってください。
平成〇年〇月〇日
住所 △△△△△ 氏名 □□□□□

はがきはコピー
しておきましょう



もうすぐ梅雨の時期

食中毒には要注意

これからの季節は、ジメジメと蒸し暑く、食中毒の原因の菌も発生しやすい時期。家庭での食事はもちろん、作ってから食べるまでの時間がある「お弁当」は特に注意が必要です。

次のようなことを心掛け、安全でおいしい食事を楽しみましょう。

おかずの汁気に注意

水分が多いおかずは腐りやすいので、なるべく調理の過程で水分を飛ばしましょう。

おにぎりはラップにくるんで握る

手には意外と細菌が付着しています。食べるまでの時間を考えると、直接手で握らず、ラップで握る方が安心です。

おかずは完全に火を通す

ウィンナーや卵焼きは中心まで十分に加熱しましょう

おかずは完全に冷ましてから

熱いうちにおかずを詰め、ふたを閉めると弁当箱の中が、細菌の繁殖に最も適した温度となってしまいます。

生野菜を仕切りに使わない

時間がたつと野菜の水分が出て傷む原因になります。仕切りにアルミカップなどを使いましょう。

保管場所は涼しい所で

風通しのよい涼しい所や冷房のきいた所に置きましょう。暑い時期や長時間置く場合は、保冷剤やクーラーボックスを使いましょう。

いつも心掛けよう！食中毒予防の三原則

菌をつけない

手洗いの徹底
食器や器具は清潔に

菌を増やさない

調理後は早く食べる
保存の際は冷蔵庫・冷凍庫を活用

菌をやっつける

食品は中心まで十分に加熱
まな板、ふきんなどの消毒

掛け声をかける競り人と大勢の仲買人



新魚市場で威勢よく

4月22日 敦賀水産卸売市場 初競り

新しく完成した「敦賀水産卸売市場」（蓬萊町）で初競りが行われました。市場内は、7時の競り開始とともに競り人の威勢のよい掛け声が響き渡り、大勢の仲買人らが新鮮な魚介類を次々と競り落としていきました。また、市場向かいに同時オープンした直売所「つるが大漁市場」にも早速市民らが訪れ、市場で競り落とされたばかりの生きのよい魚を買い求めていました。

京都府立大学宗田好史准教授による講演



「舟溜り地区」を活用

4月26日 敦賀市中心市街地活性化
市民シンポジウム

貴重な歴史的建築物や町並みが現存する「舟溜り地区」を、敦賀の賑わいの核としてまちづくりを考えていこうと、敦賀市中心市街地活性化協議会がシンポジウムを開催しました。まず市民ら約60人が参加して、市立博物館や敦賀酒造など舟溜り地区をめぐるまち歩きが行われた後、きらめきみなと館で講演やパネルディスカッションなどが行われました。

山形キャプテン（右）と大田副キャプテン



劇的勝利で県大会制覇

4月17日 オール敦賀ボーイズが優勝報告

少年野球第24回中日本大会の県予選で優勝した「オール敦賀ボーイズ」の選手、監督らが市役所を訪れ、河瀬市長へ報告をしました。大会では接戦を勝ち抜き、特に福井中学ボーイズとの決勝では、3点差を最終回2死から同点に追いつき、延長で逆転する劇的勝利を収めました。松陵中3年の山形陸キャプテンと大田祐哉副キャプテンは「県大会同様、本大会でもたくさん打って優勝したい」と力強く話しました。

新しい水引幕が披露された御所辻子山車



豪華な幕がお披露目

4月12日 山車水引幕新調完成披露会

長年の使用で傷んでいた「御所辻子山車」の水引幕が新調され、山車会館で完成披露会が行われました。今回新調されたのは、前後2面の水引幕。大きさは縦約90cm、横約2.5mで、全国でも数少ない全面手縫い刺しゅうの豪華な幕です。これで、昨年の左右の幕と合わせ4面すべてが完成しました。

この日は、新調された水引幕が披露された後、元町区より市に寄贈された旧水引幕の寄付贈呈式も行われました。なお、新しい幕を付けた山車は、9月の敦賀まつりで市内を練り歩きます。

ピチピチの稚鮎を放流



解禁をお楽しみに

4月22日 稚鮎の放流

鮎釣りシーズンを前に、敦賀河川漁業協同組合が、道口区の笹の川で稚鮎を放流しました。放流したのは、県内水面総合センターから運ばれてきた体長約8～10cmの稚鮎約52,000匹。今年は雪が少なかったため、川の水が例年より少ないということですが、放流されると元気よく川を泳いでいきました。今後、5月下旬までに木ノ井川や黒河川にも放流され、解禁を迎える頃には15～20cmまで成長するそうです。

福娘と桜の小枝を交換する来場者



想いを小枝に込めて

4月11日 花換まつり

4月1日から15日まで、金崎宮で恒例の「花換まつり」が開催され、桜の小枝の交換や花換神事、レトロカーの展示や花換時代村など、多彩なイベントが行われました。この日は、週末・青空・満開の桜と、絶好のお花見日和で、大勢の家族連れやカップルで終日賑わいました。来場者らは「花換えましょう」の言葉とともに福娘と桜の小枝を交換し、幸せを願っていました。

好みの品を買い求めるお客さん



駅前から元気を発信！

4月5日 駅前ふれあい市

今年度第1回目の「駅前ふれあい市」が開催されました。この市は、敦賀駅前商店街振興組合によって平成19年5月から始められ、今年で3年目を迎えます。この日も、朝10時のスタートと同時に大勢のお客さんが訪れ、商店街の各店舗の商品や、アーケードに並ぶ地魚や野菜などさまざまな品を買い求めていました。また駅前広場特設ステージでは、沖縄太鼓やバンドの演奏なども行われ、終日たくさんの人で賑わいました。



敦賀港開港110周年記念

豪華客船ぱしふいっくびいなす 敦賀湾クルーズ



8月2日⑩
10:00~14:00

日本有数の豪華クルーズ客船「ぱしふいっくびいなす」による体験航海を開催します。昼食はメインダイニングで洋食コース料理をお楽しみいただきます。絶景の越前海岸を眺めるもよし、船内でのエンターテイメントを楽しむもよし、ラウンジで語らうもよし。夏の思い出として、ひとときの優雅なクルーズをご満喫ください。

●募集人数・料金

敦賀市民 100人 10,000円
敦賀市民以外 500人 15,000円
(大人・子ども同料金、先着順)

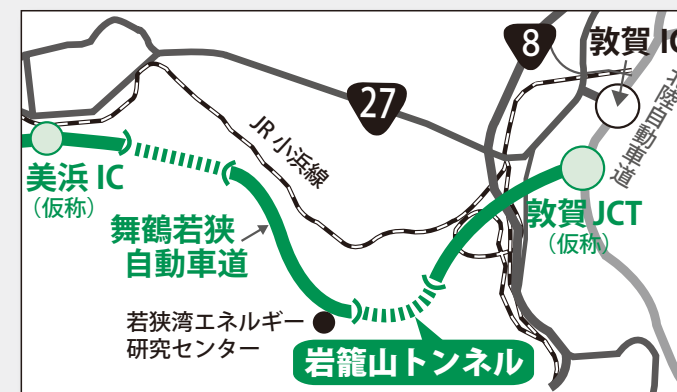
●集合場所 敦賀港新日本海フェリーターミナル

●申込締切 6月30日(火)

●問合せ・申込先

読売旅行 福井営業所 ☎20-1200

●問合せ 国際交流貿易課 ☎22-8129



トンネル入口(山区側)



貫通を祝うたるみこし

「舞鶴若狭自動車道」完成へ着々 岩籠山トンネルが貫通

舞鶴若狭自動車道の山～山泉間にある「岩籠山トンネル」(延長約1.7km)の貫通が4月10日に現地で行われました。

同自動車道では現在、小浜西IC※～敦賀JCT※(仮称)の工事が進められており、全線開通は、小浜西IC～小浜IC(仮称)が平成23年度、小浜IC～敦賀JCTが平成26年度を予定しています。

貫通式では、発破スイッチを押し貫通させた後、たるみこしや鏡開きが行われ工事の節目を祝いました。

※IC…インターチェンジ JCT…ジャンクション

6月は「市民提案月間」です

市長への提案メール募集

市では、市民の皆さんの声をまちづくりに生かそうと、6月を市民提案月間とし、毎年多くの貴重なご意見、ご提案をいただいています。

今回の提案メールも、市長が直接目を通し、担当の部局に適切に伝え、今後の市政運営に役立てていきます。「こんなまちにしたい」「こんな施策があったらいいのに」など、皆さんからの建設的なご意見、ご提案をお待ちしています。

●●● 応募方法 ●●●

「広報つるが6月号」に折り込みの応募用紙を使って、6月30日(火)までに送付してください。(切手不要)

また、市役所、図書館、市民福祉会館、総合運動公園、各公民館に設置してある市民提案箱「アクセス21」、FAX、電子メールでも受け付けます。(その場合は、「市長への提案メール」と明記してください)



昨年の提案メール開封の様子

※寄せられたご提案は、市長自ら目を通し、建設的なご意見などは「広報つるが」「行政チャンネル」でご紹介します。

※ご本人の承諾のもと、公表可能なご提案については、市役所1階市政情報コーナーに1カ月程掲示します。(住所、氏名など個人情報 は伏せて掲示します。また公序良俗に反するものや誹謗、中傷は除きます)

〈問合せ・応募用紙以外での応募先〉

広報広聴課

☎22-8172 FAX 22-8174

✉kouhou@ton21.ne.jp

～出あい・語りあい・学びあい～ 「つるがきらめき友学舎」 がスタート

愛称 きらガク

市と市内の6つのNPO法人が協働で進める新規事業「つるがきらめき友学舎」が4月から始まり、27人が入学しました。友学舎は、60歳以上の市民を対象にした体験活動中心の学習の場で、男女共同参画センターを中心に週1回のペースで1年間、パソコン学習や体操、料理教室、ハイキングなどを行い、生きがい・仲間づくりを進めていきます。

友学舎は、市とNPO法人が協力し、ともに企画・運営を行っていく事業です。設立にあたっては、両方で「つるがきらめき友学舎協働推進会」を立ち上げ、開学の準備を進めてきました。

友学舎の学習内容は、それぞれのNPO法人の専門分野を生かした内容になっており、講義を通し知識や交流を深めていくとともに、学生の地域参加も応援していきます。

★友学舎は、市とNPO法人の協働事業です！

【つるがきらめき友学舎協働推進会 参加団体】

- ・そうほうセンターさんさん
- ・ウェットランド中池見
- ・子育てサポートセンターきらきくらぶ
- ・THAP
- ・日本住宅基礎工事業協会
- ・Jelly Beans
- ・敦賀市市民協働課



入学式(4/16)



初授業
(4/23)

パソコンに
挑戦！

体操で
体力アップ！



緊急地震速報の
配信を開始します



5月22日(金)の正午から、緊急地震速報の配信を開始します。受信端末機設置の公共施設や、敦賀FM放送(77・9MHz)をお聴きの場合、市内で震度3以上の地震が発生するときに、警報音の後、「緊急地震速報です。まもなく地震が来ます。身の安全を確保してください」との音声が入りますので、落ち着いて行動してください。

問合せ 市民防災課
☎22・8166

狩猟免許試験

～農業者の方は補助制度があります～

わなや猟銃による狩猟には免許が必要です。本年度の試験は次の通り実施されます。

とき 8月2日(日)
ところ 三方青年の家(若狭町)
申請期限 7月17日(金)

※鳥獣被害でお困りの市内の農業者には、取得試験前に開催される講習会の費用を補助します(諸要件あり)。希望される方はお問い合わせください。

問合せ 農務課 ☎22・8130

女性相談窓口
毎週金曜日に夜間受付開始

「配偶者などからの暴力(DV)で悩んでいる」「職場や地域での人間関係、セクハラで悩んでいる」など、性差に関する相談を受け付けています。

相談時間

▼毎週火・水・木・土曜日
9時～17時
▼毎週金曜日 13時～20時

相談方法

電話、面接、メール、FAX
※相談無料。秘密は厳守します。
※相談ごと欄(19ページ)もご覧ください。

問合せ・相談先

市民協働課男女共同参画室
☎23・5411
FAX 23・5662
✉danjo@ton21.ne.jp

設置しています!
不法投棄
監視カメラ

不法投棄が多発する箇所に、不法投棄監視カメラを設置しています。このカメラは不審車両などを自動的に感知・撮影することができ、夜間の撮影も可能です。

今後は市内の不法投棄の現状を見ながら、増設や移設の検討、投棄者の特定など監視体制を強化していきますので、市民の皆さんのご協力をお願いします。

【問合せ】
廃棄物対策課
☎22-8185
✉haikibutu@ton21.ne.jp



催し

財務行政懇話会

とき 5月22日(金)

14時～15時30分

ところ プラザ萬象

演題

「お話しします日本の財政」

講師 北陸財務局長

大森 通伸 氏

問合せ・申込先

北陸財務局財務広報相談官
☎076・292・7866

県外優秀校招待野球試合
(高校の部)

招待校 徳島県立小松島高等学校

とき

▼5月23日(土)

14時～小松島高vs敦賀気比高

▼5月24日(日)

9時30分～小松島高vs敦賀工業高

13時30分～小松島高vs敦賀高

ところ 総合運動公園野球場

※入場無料、雨天中止(小雨の場合)



合、グラウンドコンディションが良ければ行います)

問合せ スポーツ振興課

☎22・8155

中池見

田んぼの生きものたんけん隊

田んぼと、そこをすみかにする生き物にふれあい、顕微鏡やデジタルカメラなどで探検記録を作ります。

①水中編

とき 5月30日(土) 10時～12時

内容

ため池の掃除をしながら魚類

などを探します。

②地上編

とき 6月20日(土) 10時～12時

内容

田んぼの草取りをしながら昆虫などを探します。

定員 各回20人(先着順)

持ち物

帽子、タオル、水筒、着替え

※前日までにお申し込みください。

い。小学生以下は、保護者同伴にてお願いします。

問合せ・申込先

中池見人と自然のふれあいの里

☎20・1110

文協創立50周年記念
第28回文化展

とき 6月5日(金)～7日(日)

9時～18時

(最終日は16時まで)

ところ プラザ萬象

展示 山野草、さつき、盆栽、ちぎり絵、編物

※展示団体ごとに体験教室を実施します。(材料代が必要。さつき苗教室は無料)

問合せ 敦賀市文化協会

☎21・2229

市美展

文協創立50周年記念
6月21日(日)～28日(日)

(22日(月)休館)
プラザ萬象



作品募集

第29回敦賀市総合美術展の開催にあたり、広く市民の皆さんから作品を募集します。出展申込用紙は市内の各公民館にあります。

応募資格 敦賀市、美浜町、若狭町に在住、または通勤・通学されている方(小・中学生は除く)

応募作品 日本画、絵画・造形、デザイン・版画、彫刻、工芸、書道、写真

出品料 無料

審査 各部門ごとに審査委員が審査を行い入賞・入選を決定し発表します。

表彰 6月28日(日) 市立図書館

搬入 6月20日(土) 10時30分～12時30分
プラザ萬象にて出品者が受付をして搬入

搬出 6月28日(日) 16時～17時

問合せ 敦賀市文化協会 ☎21-2229



市民
ギャラリー

6月1日(月)～30日(火)
市役所市民ホール

【日本画】敦賀墨彩会

なかむら みよこ ぎがん たき
中村 美代子 「奇岩の滝」
「湖畔の梅」
すぎたに さえこ やまみち
杉谷 小枝子 「山路」
「神木」

健康・福祉



歯ッピーフェア



県民の歯を守る週間
(6月4日～10日)に合

わせて「歯ッピーフェア」を開催します。この機会に、家族みんなでお口の健康状態をチェックしましょう。

とき 5月31日(日) 11時～15時
ところ ポー・トン1階

内容 歯科医師による歯科検

診と相談、歯みがき指導、風船や歯ブラシの配布など

※小学生による「歯みがき名人コンテスト」も開催(12時～)

問合せ 健康管理センター

☎25・5311

いっいの相談日

「不安で眠れない」「人とうまく付き合えない」「仕事や学校に行きたくない」など、こころの悩みを抱えている方は、お気軽にご相談ください。臨床心理士と保健師が応じます。

とき 6月5日(金)

9時30分～16時

おしらせ

※完全予約制です。希望の方は事前にお申し込みください。

問合せ・申込先

健康管理センター

☎25・5311

健康レベルアップ教室

年齢とともに不安になりがちな心肺機能や筋力、バランス感覚などを、無理なく自分のペースで身につける教室です。

とき 6月18日～7月16日の

毎週木曜日 計5回

10時～11時30分

ところ 総合運動公園 研修室

対象 50歳以上の方 40人

参加料 1,500円(保険料、施設使用料含む)

申込み 6月5日(金) 9時～

スポーツ振興課窓口で

受付(先着順)

問合せ スポーツ振興課

☎22・8155

補聴器・車いす等の相談

とき 6月23日(火)

受付 13時～14時

ところ あいあいプラザ

内容 補聴器・車いす交付判定等の相談および業者

10月からし尿収集運搬手数料が変わります

10月1日から、12年間据え置いていました「し尿収集運搬手数料」を改定します。

このように変わります (4人世帯での例)

《現行料金》 月平均 1,800円
《10月から》 約200円アップ

市民の皆さんのご理解を得られるよう、収集事業者に対しサービス向上について指導していきますので、よろしくをお願いします。

問合せ 廃棄物対策課
☎22-8185
衛生処理場
☎25-1888

持ち物 印鑑、保険証(身体障害者手帳および現在使用している補聴器があればお持ちください)

※車いす判定希望の方は、6月19日(金)までに地域福祉課へお申し込みください。

※車いすについては、介護保険の認定を受けている方は福祉用具貸与の利用が優先となります。

問合せ 地域福祉課 障害福祉係

☎22・8176



敦賀市手話奉仕員養成講習会(入門課程)

とき

7月7日～12月22日の毎週火曜日 19時～21時

ところ あいあいプラザ

対象

18歳以上の市内在住または在勤の方で、手話を学習しようとする意欲のある方

定員 30人(先着順)

受講料 1,200円(テキスト代)

申込締切 6月22日(月)

問合せ・申込先

地域福祉課 障害福祉係

☎22・8176

介護保険運営協議会委員募集

安心安全のまちづくりを目指し、介護保険の円滑な運営を図るため、介護保険運営協議会の委員を募集します。

募集人員 2人

※応募多数の場合は選考

対象 市内在住の40歳以上の方で、年3回程度の会議に出席できる方

任期 平成24年3月31日まで

会議内容

介護保険に関する実施状況の検討と評価

申込み

介護保険課備え付けの応募用紙に必要事項を記入の上、お申し込みください。

申込締切 5月29日(金)

問合せ・申込先

介護保険課 ☎22・8180

食生活改善推進員(ヘルスメイト)になりませんか

食生活改善推進員(ヘルスメイト)養成講習会の受講生を募集しています。

対象 食生活改善推進員としてボランティア活動をし

する熱意のある方
健康づくりのための食生活について講義・実習(年7回)

募集人数 15人

申込方法 電話で受付

申込締切 6月12日(金)

問合せ・申込先

健康管理センター

☎25・5311

旧日本赤十字社救護看護婦、旧陸海軍従軍看護婦の皆さんへ内閣総理大臣名の書状を贈呈しています

先の大戦において戦地等に派遣され、「旧日本赤十字社救護看護婦」「旧陸海軍従軍看護婦」として従事された方(慰労給付金受給者を除く)に、内閣総理大臣名の書状を贈呈しています。

請求期限 平成23年3月31日

請求方法

地域福祉課に用意してある請求書類でご請求ください。

問合せ

総務省大臣官房総務課管理室
☎03・5253・5182
地域福祉課 ☎22・8118

国民健康保険 人間ドック 受診者募集

●対象 国民健康保険に加入している35歳から74歳までで保険税完納の方
※平成21年度中に長寿医療(後期高齢者医療)に加入する方は対象となりません。

●定員 【1日ドック】(男)50人、(女)50人
【2日ドック】60人
【脳ドック(単独)】20人
【脳ドック(他のドックと併用)】60人

●期間 7月～翌年2月

●診療機関 市立敦賀病院、福井県済生会病院

●負担金(全費用のおよそ4割)
※受診日当日に受診機関へ直接お支払いください。
【1日ドック】(男)17,000円(女)18,000円
【2日ドック】市立敦賀病院:(男女共)26,000円
済生会病院:(男)27,000円(女)28,000円
【脳ドック】市立敦賀病院:17,500円(他のドックと併用:12,500円)
済生会病院:16,500円(他のドックと併用:14,500円)

問合せ
申込先

〒914-8501 敦賀市中央町2丁目1-1
敦賀市役所 国保年金課
「人間ドック受診」係 ☎22-8119

●検査内容

【1日ドック】肝機能・心電図・胃カメラ・胸部X線など
【2日ドック】1日ドックのほかに糖負荷検査など

●申込み

6月2日(火)(当日消印有効)までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・性別・電話番号・希望病院・希望ドック(脳ドック希望の有無)を記入の上、お申し込みください。

※応募多数の場合は、前年度受診されていない方を優先に抽選となります。

※必要事項が記入されていない場合、申し込みが無効となりますのでご注意ください。

●抽選日 6月5日(金)

●抽選結果 はがきでお知らせします。

●受診申込

6月23日(火)に市役所で、抽選結果番号順に受け付けます。抽選結果のはがき・印鑑(シャチハタ不可)・国民健康保険証を持参してください。

※当選して受診される方は、特定健康診査は受診できませんのでご注意ください。[脳ドック(単独)を除く]

すくすく健康相談

身長・体重の計測
を行うほか、子育て
に関する心配ごとなどについて
相談に応じます。また、栄養士
による栄養相談も行います。



とき 6月9日(火)・23日(火)
9時～12時、13時～16時
※栄養相談は
6月23日(火) 13時30分～15時
のみとなります。

ところ 子育て総合支援センター
※相談を希望される方は、母子
健康手帳を持参してください。
問合せ 子育て総合支援センター
☎22・0147

パパと遊ぼう

お父さんと一緒に好きな遊び
や触れ合い遊びを楽しみます。
とき 6月6日(土) 午前中随時
ところ 子育て総合支援センター
対象 未就園児の親子
問合せ 子育て総合支援センター
☎22・0147

育児サポート教室

とき 6月24日(水)
10時30分～11時30分
ところ 子育て総合支援センター
内容 乳幼児のアレルギーに
ついての講演会
演題 「こどものアレルギー・
正しい知識、間違った
知識」
講師 もり耳鼻咽喉科・アレルギー
科クリニック 院長
森 繁人 氏
対象 未就園児の保護者



図書館 だより



6月の行事案内

- 4日(木) 10:15～ みんなで作ろう 大人の朗読会
- 6日(土) 14:00～ アニメ世界昔ばなし
- 13日(土) 14:00～ おはなしポンポン
- 19日(金) 16:00～ ママのおひざ (ところ：栗野公民館)
- 20日(土) 14:00～ おはなしと かみしばいの会
- 24日(水) 10:30～ おはなしわたげ
- 27日(土) 14:00～ おはなしポケット

問合せ 市立図書館 ☎22-1868

6月の休館日

- ◆毎週月曜日
- ◆18日(第3木曜日・資料整理日)
- ◆21日(第3日曜日)

開館時間

火～金曜日 10:00～19:00
土・日曜日 10:00～18:00

4月

人気ベスト



◆一般書

順位	書名	著者名
1位	告白	みなと 湊 かなえ
2位	欲情の作法	わたなべ 渡辺 淳一
3位	ダブル・ファンタジー	むらやま 村山 ゆか 由佳

◆児童書

1位	ハリー・ポッターと 死の秘宝 下	J.K.ローリング
2位	ハリー・ポッターと 死の秘宝 上	J.K.ローリング
3位	つみきのいえ	かとう 加藤 くに お 久仁生

子育て情報

お子さんと楽しく遊んだり、子育てについて一緒に
話をしてみませんか。各園では季節に合わせた内容
を用意して、皆さんのお越しをお待ちしています。一緒
に子育てを楽しみましょう。



保育園

育児教室

※対象は未就園児の親子に限ります。

とき	ところ	内容	対象
6/16(火) 10:30～11:30	沓見保育園 ☎25-4762	・子育てを楽しもう	15組
6/24(水) 10:00～11:30	松原保育園 ☎22-0854	・作ってみませんか? 『ひと工夫で簡単おやつ!』	15組

一日体験保育

とき	ところ	内容	対象
6/2(火) 10:00～11:15	黒河保育園 ☎22-1147	・園庭で遊んだり、園の周 辺を散歩したりする	10組
6/11(木) 10:00～11:00	気比保育園 ☎22-1312	・ふれあい遊び(歌や手遊び) ・園庭で遊ぶ(砂や遊具) 持 水筒	10組 (12歳児のみ)
6/11(木) 9:30～11:00	藤ヶ丘保育園 ☎25-8854	・親子で手作り楽器を作り リズム遊びを楽しむ	10組
6/12(金) 10:00～11:00	さみどり保育園 ☎22-1000	・体を動かして遊ぶ ・お話(梅雨の過ごし方、 流行の病気) 持 水筒	15組 (2歳児のみ)
6/15(月) 10:00～11:00	つるが保育園 ☎23-5510	・体を使って遊ぶ(サーキッ ト遊び) 持 水筒、タオル	10組 (2歳児のみ)
6/16(火) 10:00～11:00	櫛林保育園 ☎25-7540	・園庭の遊具や砂を使っ て遊ぶ	10組
6/18(木) 10:00～11:15	金山保育園 ☎22-2191	・手遊び、体操、おはなし ・新聞紙を使って遊ぶ	12組 (2歳児のみ)
6/23(火) 10:00～11:00	木崎保育園 ☎23-3710	・七夕飾り作り	15組 (2歳児のみ)
6/24(水) 10:00～11:15	和久野保育園 ☎23-2458	・七夕飾り作り	15組 (12歳児のみ)
6/30(火) 10:00～11:00	東郷保育園 ☎25-4761	・簡単七夕飾りを作る 持 水筒	10組 (2歳児のみ)

★電話での申し込みが必要です。
★持ち物など詳しいことは、各保育園にお問い合わせください。
★開放日の変更等がありますので、事前に各保育園にお問い合わせください。

母子のリラクシク

親子でリズムに合わせて楽し
く体を動かしましょう。
とき 6月26日(金) 10時30分～
ところ 子育て総合支援センター
対象 未就園児(1歳児)の

申込み 6月10日(水) 9時～
電話で受付
※託児を行います。申込み時に
お伝えください。(30人)
問合せ・申込先
子育て総合支援センター
☎22・0147

七夕まつり

みんなで七夕の笹
かざり作りを楽しみませんか。
とき 6月28日(日)
9時30分～11時30分
(受付9時～)
ところ こどもの国



内容 プラネタリウムで「七夕
物語」観覧後、笹かざ
り作り

対象 市内在住の幼児、小学生
(幼児は保護者同伴)
定員 80人(先着順)
参加費 150円(材料費)
申込み 6月9日(火) 9時～電話
またはこどもの国窓口
で受付
問合せ・申込先
こどもの国 ☎25・7879

納税と納付

●市県民税 (第1期)	6/30(火)
●軽自動車税 (市税)	6/1(月)
●自動車税(県税)	納期限

江戸時代に活躍した敦賀の画師を
はじめ、彼らが多大な影響を受けた京
都画壇の画師による作品も併せて紹
介します。初出展となる作品もありま
すので、ぜひご来館ください。

常設展

「敦賀の画師と京都画壇」

市立博物館
展示のお知らせ

5月27日(火)～7月5日(日)



受けて守ろう！
あなたの健康

6月

健診・がん検診

事前に申込みが
必要です

問合せ・申込先
健康管理センター ☎25-5311

健診名		健 診			検 診						
実施日	会 場	フレッシュ	特定	後期 高齢者	歯ッピー	胃がん	肺がん	子宮 がん	乳がん	大腸 がん	
2 火	色浜ふれあい会館	13:00～13:20					13:00～13:20			4/6～7/31、 9/1～12/18	
	縄間ふれあい会館	14:10～14:30					14:10～14:30				
3 水	中郷体育館	9:00～10:30				9:00～10:30		13:00～14:00			
14 日	栗野公民館					9:00～10:30			9:00～10:30		
22 月	きらめきみなと館	9:00～10:30 13:00～14:30(女性のみ)				9:00～10:30	9:00～10:30、 13:00～14:30 (女性のみ)	13:00～14:00			
25 木	杓見公会堂	13:00～13:30					13:00～13:30				
	櫛川会館	14:15～14:45					14:15～14:45				
29 月	健康管理センター	13:00～14:30			13:00～14:30			13:00～14:00			
受付時間											
●70歳以上の方は、がん検診は無料です。 ●非課税世帯の方は、すべての健診、がん検診が無料になります。(事前に申請が必要)											
		対象:19～39歳の職場で受診の機会がない方 料金:800円	対象:40～74歳の国民健康保険加入者 料金:(40～69歳)1,300円、(70～74歳)500円 ●同時に前立腺がんとB型・C型肝炎ウィルスを検査	対象:75歳以上 料金:無料	対象:19歳以上 定員:当日先着60人 料金:無料	対象:40歳以上 定員:50人(6/14のみ80人) 料金:900円	対象:40歳以上 定員:90人 料金:200円 ●希望者は喀痰検査+500円	対象:20歳以上の女性 定員:70人 料金:600円 ●頸部の検診は市内指定医療機関でも受診可	対象:40歳以上の女性で昨年受診していない方 定員:40人 料金:1,300円 ●市立敦賀病院でも受診可	対象:40歳以上 料金:500円 ●健康管理センター、各会場で容器を配布・回収	

講座・教室

パソコンフチ講習
はじめてのパソコン

パソコンの起動、マウスやキーボードなどの基本操作を学びます。

とき・内容
6月12日(金)、19日(金) (全2回)
①午前コース 9時30分～12時
②午後コース 13時30分～16時
ところ 男女共同参画センター
定員 3～10人
受講料 1コース 5,000円
申込締切 5月29日(金)
問合せ・申込先
(特活) そうほうセンターさん
☎090・5683・3163
市民協働課 市民活動支援室
☎23・5490

生涯学習講座
「ふるさとの自然」
第2回 気比の松原のすべて
史跡や動植物をガイドつきで観察します。
とき 6月13日(土) 9時～12時
ところ 気比の松原
(集合場所 敦賀短期大学)

街頭献血

5/29(金)
9時30分～11時
県合同庁舎(中央1)

問合せ 地域福祉課 市民福祉係
☎22・8118

講師 ナチュラリスト
しばた りょうしん
柴田 亮俊 氏
定員 20人
受講料 1,000円(高校生半額、中学生以下無料)
申込締切 6月10日(水)
※雨天の場合は教室学習
問合せ・申込先
敦賀短期大学 地域交流センター
☎24・2130

敦賀市民歴史講座
「開設25周年企画」解体新書「敦賀の歴史」
第1講「原始の敦賀」
とき 6月27日(土) 14時～16時
ところ 敦賀市立図書館
講師 敦賀短期大学教授
あみだに かつひこ
網谷 克彦 氏
定員 100人(先着順)
受講料 200円(協力金)
問合せ 気比史学会(清水)
☎22・3871

敬吊塔

謹んでお悔やみ申し上げます。
4月1日～4月27日(敬称略)

長 沢 大矢 實(73)	山 泉 竹越竹一郎(84)
追 分 萩山 ゆき(89)	本町2 薬真寺孝功(79)
追 分 橋本 政一(80)	訪生野 谷本 和子(66)
若葉1 菊崎 外一(86)	市野々1 野瀬 昭一(81)
松栄町 平野 タツ(91)	疋 田 田中 喜一(67)
川崎町 野波 康男(81)	中央1 野崎 廣之(72)
松島町 平口 昇(68)	昭和2 大坊 文治(79)
松葉町 南 富子(97)	木 崎 大道 夏子(78)
御 名 井口 彰(78)	神楽1 小堀 清子(87)
二 村 山田 莊衛(62)	清水1 滝澤 武路(66)
川崎町 伊登 恵子(67)	市野々2 今井さく子(82)
泉ヶ丘 橋本 ちエ(93)	堂 坂井キクエ(98)
昭和2 井野 雄吉(78)	長 沢 岡田正次郎(89)
深山寺 竹口きぬ枝(68)	曙 町 野瀬貞一郎(92)
市 橋 岸本 民彌(74)	布田町 齋藤二三男(61)
松島2 福地二三枝(80)	港 町 山岸 廣夫(87)
三島3 清水 勲(53)	手 山下 俊一(52)
岡山2 中谷 勝(47)	白木1 畠 幸作(87)
葉 原 坂口 芳子(80)	横 浜 寺野いちゑ(92)
清水1 水上みつゑ(97)	藤ヶ丘 松葉 利雄(83)
疋 田 上田 房枝(59)	松島町 立花美智子(77)
大比田 中村 行雄(73)	川 北 納谷 政雄(91)
松栄町 高畑 繁治(85)	市野々1 松山 清(66)
神楽2 稲葉 巳代(91)	山 泉 楠 好子(85)

相談ごと

※の相談は、国民の祝日・振替休日は休みとなります。

項 目	月 日	時 間	場 所
消費生活	6月4・18日(水)	13時30分～15時30分	アル・プラザ敦賀(白銀)
行 政	6月10・24日(水)	10時～14時	福祉総合センター「あいあいプラザ」(東洋町・☎22-3133)
心配ごと	6月3・10・17・24日(水)		
法 律	6月3・17日(水)		
人 権	6月3・17日(水)		
年 金	6月24日(水)	13時30分～15時30分	福祉総合センター「あいあいプラザ」(婦人児童福祉協議会 ☎22-4135)
介護・介護保険	毎日(第1・3土曜日は休み)	8時30分～19時	
結婚問題	6月9・16・23日(火)	13時30分～15時30分	福祉総合センター「あいあいプラザ」(東洋町・☎0120-090523)
家庭教育	毎週火～日曜日(第3日曜日は休み)	※ 9時～16時	少年愛護センター(東洋町・☎0120-090523)
学校教育	毎週月～金曜日	※ 9時～17時	ハートフル・スクール(錦物師町・☎22-7072)
いじめ110番	毎週月～金曜日	※ 9時～17時	☎22-8151 ☎0120-96-8104 (ハートフル・スクール)
育児電話	毎週月～金曜日	※ 8時30分～15時	☎22-1460 (晴明保育園)
	毎週月～金曜日(土曜日は午前中)	※ 8時30分～17時15分	☎21-1151 (子育て総合支援センター)
女性相談窓口	女性相談員が相談を受けます	毎週火・水・木・土曜日 ※ 9時～17時	市民協働課(三島2・☎23-5411)
		毎週金曜日 ※ 13時～20時	

休日急患診療

内科・小児科・歯科

休日急患センター (中央2 ☎25-5311)

外科系医

5月17日 はぎはら整形外科(木 崎 ☎20-0811)

5月24日 神 谷 医 院(清水2 ☎22-4874)

5月31日 せきクリニック(御 名 ☎21-2000)

6月 7日 はぎはら整形外科(木 崎 ☎20-0811)

6月14日 いちはし整形外科(櫛 林 ☎20-1825)

6月21日 和 久 野 医 院(和久野 ☎22-3080)

6月28日 泉ヶ丘病院(泉ヶ丘 ☎22-7700)

*いずれも診療時間は9時～12時、13時～17時です。
受診の際は必ず健康保険証、および内服中の薬がある場合は内服薬または薬剤名を書いた紙等を持参してください。
*外科系医は都合により変更する場合がありますので、あらかじめ電話で確認してください。

民生委員・児童委員さん

をご存じですか？

地域住民の立場に立って見守りや支援活動をしている、皆さんの身近な相談相手です。

どんなことをしてるの？

- 高齢者、障害のある方、子ども、ひとり親世帯、生活保護受給世帯、いじめなどの生活相談支援活動
- 相談内容に応じて様々な支援サービスを紹介し、関係機関につなぐなど、行政と住民とのパイプ役

中には「主任児童委員」という児童に関わる相談や支援を担当する委員もいます。

どれくらいいるの？

全国に約23万人、敦賀市には総勢143人います。

困ったことや気になることが
ありましたら、お近くの委員へ
お気軽にご相談ください！
(個人情報や秘密は厳守します)

問合せ 地域福祉課 ☎22-8118

6月

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2 特定健康診査 肺がん検診	3 心配ごと相談 法律相談 人権相談 総合健診	4 消費生活相談 みんなで作ろう 大人の朗読会 (P16)	5 第28回文化展 ～7日 (P13) こころの相談日 (P14)	6 パパと遊ぼう (P16) アニメ世界昔ばなし (P16)	
7 はぎはら整形外科 ☎20-0811	8	9 結婚・婦人相談 1歳6か月児健診★ 受付 13:00～13:30 すくすく健康相談 (P16)	10 心配ごと相談 行政相談 3歳児健診★ 受付 13:00～13:45	11	12 パソコン プチ講習 (P18)	13 おはなしポンポン (P16) 生涯学習講座 (P18)	
14 1日がん検診 いちはし整形外科 ☎20-1825	15 ママパパセミナー★ (マタニティライフコース) 13:30～16:00	16 結婚・婦人相談	17 心配ごと相談 法律相談 人権相談 3歳児健診★ 受付 13:00～13:45	18 消費生活相談 2歳の歯の 健康セミナー★ 10:30～12:00 1歳の親子 歯ッピーセミナー★ 13:00～14:30	19 ママのおひざ (P16) パソコン プチ講習 (P18)	20 中池見 田んぼの 生きものたんけん隊 (P13) おはなしとかみ しばいの会 (P16)	
21 第29回市総合美術展 ～28日 (P13) 和久野医院 ☎22-3080	22 総合健診	23 結婚・婦人相談 補聴器・車いす等の 相談 (P14) すくすく健康相談 (P16)	24 心配ごと相談 行政相談 年金相談 1歳6か月児健診★ 受付 13:00～13:30 おはなしわたげ (P16)	25 特定健康診査 肺がん検診	26 母と子のリトミック (P17)	27 おはなしポケット (P16) 市民歴史講座 (P18)	
28 七夕まつり (P17) 泉ヶ丘病院 ☎22-7700	29 フレッシュ健診 子宮がん検診 歯ッピー検診	30 7か月児すくすく相談★ 受付 9:30～10:00 13:15～13:45			休日急患診療 詳しくは 18ページへ	健康 ★マークは 会場・問合せ 健康管理センター ☎25-5311 ＊母子健康手帳 を持参	相談 詳しくは 19ページへ 行事 詳しくは ()のページへ

上記カレンダーは4月30日現在のものです。今後の行事などは行政チャンネルでお知らせします。

今月の表紙

友学舎がスタート！

60歳以上の市民を対象にした体験活動中心の学習の場「つるがきらめき友学舎」が4月から始まりました。4月23日には第1回目の授業が行われ、パソコン学習では、講師の方に指導を受けながら、電源の入れ方やマウスの使い方などを1つ1つ学んでいきました。(関連 10 ページ)

人口 68,840人(前月比+57人) 世帯数 27,589世帯
男 33,729人 女 35,111人 (平成21年4月27日現在)

▶P6の記事にお弁当の写りが載っていますが、これ、実は私がつくりました。勝ったほうが紙面を飾るといふ、(赤)さんとの勝負だったんです。これで負けたら女として情けない！と、いつもより3倍はがんばって作った渾身の一品。普段しない顔つきおにぎりまで作りましたが、こんなに大変だとは…。きっともう当分しないと思います。(み)



▶(み)さんと弁当対決をしました。どうやったら勝てるだろう…と考え、思いついたのが4色弁当。ふりかけを使って、それなりに作ってみました。空いたスペースには、可愛い(?)キャラも入れました。結果は残念でしたが、大満足の出来でした。▶最近「弁当男子」が流行っていますが、これからの季節、男性の方も食中毒に気をつけましょう。(赤)