

広報 敦賀

10月

つるが 平成26年9月9日発行



今月のすまいる😊
笑顔で元気に

介護予防
(関連記事 4P)

No.872

2 | 「けんしん」を受けてみんな「あんしん」!!
4 | 元気なうちから介護予防

いよいよ後半がスタート!

【健診・がん検診 日程表】 予約制

● 実施日 ● 早朝検診 ☞ 骨粗しょう症検診

平成 26 年 10 月～11 月分

実施日	ところ	受付時間	健診	がん検診					肝炎 ウイルス 検診	歯ッピー 検診
				肺・結核	胃	子宮	乳	前立腺		
1 (水)	健康管理センター	☀ 8:00～ 9:30		●	●					
		13:00～14:00				●	●			
3 (金)	西公民館	9:00～10:30	●					●	●	
	南公民館	13:30～15:00	●					●	●	
6 (月)	きらめきみなと館	9:00～10:30	●	●	●			●	●	
		13:00～14:00	●☞ 女性限定	●☞ 女性限定		●	●		● 女性限定	
10 (金)	愛発公民館	9:00～10:00	●	●	●			●	●	
	色浜ふれあい会館	13:30～14:30	●	●				●	●	
11 (土)	プラザ萬象	9:00～10:30	●	●	●			●	●	
		13:00～14:00			●	●				
14 (火)	黒河農村ふれあい会館	9:00～10:00	●	●	●			●	●	
	野坂公民館	13:00～14:00	●	●				●	●	
15 (水)	東浦公民館	9:00～10:00	●	●	●			●	●	
	大比田集会場	13:00～14:00	●	●				●	●	
20 (月)	健康管理センター	13:00～14:00	●		●				●	
※健診・子宮頸がん検診は 39 歳以下限定。託児あり…定員 30 人										
23 (木)	山泉区会館	9:00～10:00	●	●	●			●	●	
24 (金)	健康管理センター	☀ 8:00～ 9:30		●	●					
		13:00～14:00			●	●				
27 (月)	健康管理センター	☀ 8:00～ 9:30		●	●					
		13:00～14:00			●	●				
29 (水)	粟野公民館	9:00～10:30	●☞	●	●			●	●	
		13:00～14:00	● 女性限定	● 女性限定		●	●		● 女性限定	
5 (水)	赤崎区民センター	9:00～10:00	●	●	●			●	●	
	健康管理センター	13:00～14:00	●	●				●	●	
7 (金)	健康管理センター	☀ 8:00～ 9:30		●	●					
		13:00～14:00			●	●				
10 (月)	健康管理センター	13:00～14:00	●	●				●	●	
14 (金)	プラザ萬象	9:00～10:30	●	●	●			●	●	
		13:00～14:00	●☞ 女性限定	●☞ 女性限定		●	●		● 女性限定	
15 (土)	健康管理センター	☀ 8:00～ 9:30		●	●					
		13:00～14:00			●	●				
20 (木)	粟野公民館	9:00～10:30	●	●	●			●	●	
		13:00～14:00			●	●				
21 (金)	きらめきみなと館	9:00～10:30	●	●	●			●	●	
		13:00～14:00			●	●				
25 (火)	健康管理センター	13:00～14:00	●	●				●	●	
27 (木)	健康管理センター	☀ 8:00～ 9:30		●	●					
		13:00～14:00			●	●				

* 歯ッピー検診：歯周疾患検診と歯科保健指導、18歳以上、無料、予約不要、検診時間は13:10～14:30

● 非課税世帯の方は、事前の申請により、全ての健診・がん検診が無料となります。
(申請時に印鑑と受診券が必要です。健康管理センターで申請してください)



～正しく知ってほしいがん検診～

「けんしん」を受けてみんな「あんしん」!

「自分はがんにならない」「具合が悪くなったらすぐ病院にかかると大丈夫」と思っていますか?
がんの初期段階では自覚症状は、ほとんどありません。しかし、初期段階で発見すると治る可能性が高くなります。がんを早期に発見するにはがん検診が有効です。がん検診のことを正しく知り、定期的に受診しましょう。

がん検診は、**自覚症状がない健康な人**に受けてもらう検査で、身体にがんがあるかどうかを調べます。
何か気になる症状がある人は、検診ではなく、医療機関を受診することをおすすめします。

症状がないからこそ受けよう

がん検診で、がんが見つかった場合は、早期がんである可能性が高いです。一方、症状があつて受診した場合、進行したがんが見つかるケースが少なくありません。早期であれば治せる可能性は非常に高くなり、身体的・経済的負担なども一般的に少なくて済みます。

早期発見できる

がん検診で、がんが見つかった場合は、早期がんである可能性が高いです。一方、症状があつて受診した場合、進行したがんが見つかるケースが少なくありません。

さらに

がんになる前段階のポリープや潰瘍などが見つかることもあります。経過を観察して、必要に応じて治療することで、がんになることを防ぐことができます。

でも

がん検診技術は、目ざましく進歩していますが、がんの場所や種類によっては見つけにくいことがあります。また検診を受診後に非常に進行が早いがんが発見される場合もあります。

がん検診は定期的に受けること、**何か症状があればすぐに医療機関を受診**することが大切です。

要精密検査の結果が来たけど、がんということですか?



ここが聞きたい!



健康管理センター 笹山保健師

要精密検査と判定されても、実際にがんと診断される人は少数です。

平成 24 年度大腸がん検診受診者
その内、要精密検査は、3,326 人
その内、精検受診者は、1,966 人
その内、がん発見者は、1,438 人

本当にがんかどうかを確かめるために、**精密検査は必ず受けましょう。**

対象者には、5月下旬に案内通知と受診券を送りしています。左の日程表から都合のよい日を選んで健康管理センターまでお申し込みください。また、指定医療機関でも受診できます!

元気なうちから介護予防

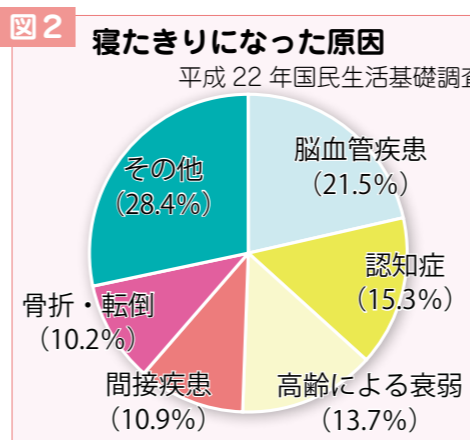
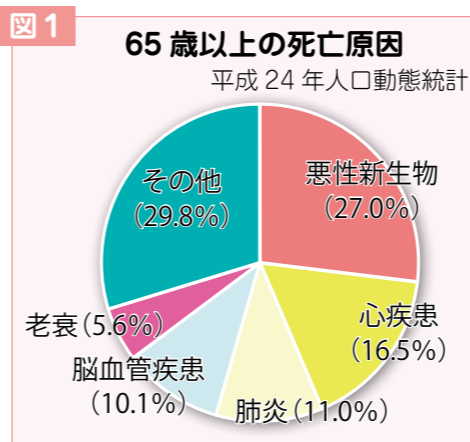
高齢社会が進む中、元気に長生きするためには介護予防が大切です。介護予防とは、元気な高齢者が介護を必要とする状態にならないように予防すること、介護が必要な方が心身の状態の改善・悪化の予防をすることです。

今回、紹介する「介護予防6つのポイント」は、日常生活で気軽に取り組めることばかりですので、ぜひ実践してみてください。

介護が必要となる原因

左の図1が示すように、日本人の死亡の原因で多いのはがんや心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病です。

しかし、図2でも分かるように



介護が必要となる原因は、脳血管疾患などの生活習慣病だけでなく、認知症や高齢による衰弱、骨折・転倒など加齢による心身機能・生活機能の低下によるものも多くなっています。

「年をとって体を動かさなくなっ

た」「外へ出るのがおっくうになり閉じこもりがちになった」など不活発・不健康な生活がきっかけとなり介護が必要となってしまいました。

介護を必要としないために

年をとっても元気で長生きするためには、生活習慣病を予防すること、積極的に心身機能や生活機能の低下を予防することが必要です。いつまでもハツラツと暮らすためにも、心身の老化のサインを早期発見し、早期に対応していくことが大切です。次のページの6つのポイントから介護予防を始めてみましょう！

介護予防6つのポイント ~健康長寿を目指して~

運動（転倒しにくい体づくり）

- 筋力アップをしましょう。
つま先立ち、膝の曲げ伸ばしも筋力トレーニングになります
- よく歩きましょう。
歩幅を広げる、速度を速くすることで運動になります。



バランスの良い食事

- 10食品群からまんべんなく食べるよう心がけましょう。



口の健康

- よくかんで食べましょう。
- 正しい歯みがき、入れ歯のお手入れで口の中を清潔に保ちましょう。



外出

- 週3～4回は外出するようにしましょう。
- 地域の教室や行事、ボランティア活動、趣味の集まり等に積極的に参加し人との交流をもちましょう。

うつ病の予防

- ストレスをためないようにしましょう。
- 生活リズムを整え、規則正しい生活を送りましょう。
- うつのサインを感じたら、かかりつけ医に相談しましょう。

認知症の予防

- 深酒と喫煙はやめましょう。
- 健康診断や通院等で生活習慣病の予防・悪化予防をしましょう。
- 日記をつける、新聞を読むなどの知的活動を増やしましょう。
- 趣味をもちましょう。

平成25年度に実施した

中郷からだ元気アップ教室

の1報告

市では、介護予防の取組みの一環で介護予防教室に取り組んでいます。昨年度は、4月から10月にかけて、中郷公民館で「中郷からだ元気アップ教室」を実施しました。

ここでは、参加していただいた皆さんの教室の効果をお伝えします。

体力測定の結果比較

(教室参加者28人中、比較可能者18人) 体力測定を実施した4月と10月の比較

種目	向上	維持	低下
片足立ち	6人	10人	2人
5m最大歩行テスト	4人	11人	3人
握力	3人	11人	4人

3つの測定結果全てにおいて、約80%から90%の方が、半年後の結果において向上または維持できている事が分かります。

教室では、自宅でもできる運動や栄養の話、お口の健康の話について学びました。その学びをもとに、各自で目標を立てて、教室終了後も自宅で行っていただいています。

東浦公民館で脳とからだのいきいき教室を開催します

11月から12月に4回シリーズで「脳とからだのいきいき教室」を東浦公民館で実施します。

内容は、理学療法士による自宅でもできる運動と保健師による認知症予防のお話です。興味のある方は、ぜひご連絡ください。



問合せ先
敦賀市地域包括支援センター「長寿」

☎22・8181

NEW SPORTS

ニュースポーツ

▶誰でも気軽に始められる
スポーツを行います。

お手軽！ニュースポーツ教室

福井発祥のニュースポーツ、スティックリングと屋内でカーリングの楽しさを味わえるフロッカーを行います。気軽にニュースポーツの醍醐味を味わいましょう。

- 日 10/23～11/13 毎週木曜日
19:00～21:00 (4回)
- 対 18歳以上の方 20人
- 場 総合運動公園 体育館 会議室
- 料 400円 (保険料)
- 申 9/25 (木) 9:00～窓口受付



アクアエクササイズ

AQUA EXERCISE

▶水の特性を利用し、身体に無理なく効率的な有酸素運動を行います。

大人の水泳教室 (初級～)

思いっきり全身を使う水泳の時間です。これから水泳を始めたいと思っている人、苦手なところを克服したい人、それぞれのレベルに合わせてゆっくりと始めましょう！

- 日 10/21～12/2 毎週火曜日
10:00～11:30 (5回)
※11/4、11/25は休み
- 対 18歳以上の方 30人
- 場 総合運動公園 プール
- 料 500円 (保険料)
※施設使用料(市内一般300円が別途必要)
- 申 10/7 (火) 9:00～窓口受付

簡単アクア教室

アクアエクササイズの初心者向け教室です。水の特性を利用した基本的な動きを中心にやさしい内容になっています。水の中に入ってみると思ったより動きにくくて驚きの連続かも！

- 日 11/8～12/6 毎週土曜日
10:00～11:30 (5回)
- 対 18歳以上の方 40人
- 場 総合運動公園 プール
- 料 500円 (保険料)
※施設使用料(市内一般300円が別途必要)
- 申 10/24 (金) 9:00～窓口受付

アクア 30 + α 教室

水の特性(浮力・抵抗・水圧・水温)を受けながら、全身を使って30分の有酸素運動を行います。年齢とともに衰える心肺持久力の強化を目指しましょう。その後、水中ウォーキングと水泳練習に分かれます。

- 日 2/14～2/28 毎週土曜日
10:00～11:30 (3回)
- 対 18歳以上の方 30人
- 場 総合運動公園 プール
- 料 300円 (保険料)
※施設使用料(市内一般300円が別途必要)
- 申 1/30 (金) 9:00～窓口受付

注意事項

- ▶教室は、市内在住・在勤の方を対象に**先着順**で受け付けます。(エクササイズ・アクアエクササイズの対象人数には、会員枠が含まれています。一般の方のみの募集人数ではありませんのでご了承ください)
- ▶内容は都合により変更となる事があります。
- ▶その他注意事項はお問い合わせください。

問合せ・申込先 スポーツ振興課 ☎ 22 - 8155

冬には、スキー教室等も予定しています。



～スポーツの秋 到来～

H26.10～H27.3

後期
開催

スポーツ教室に 参加してみませんか？

秋は、「スポーツの秋」といわれるように、体を動かすには一番いい季節です。今まで運動が苦手だった人、運動は好きだけど何をしたらいいのか分からない人など、運動を習慣化するチャンスです！

市のスポーツ教室は、手軽に始められるニュースポーツやエクササイズ・アクアエクササイズなどの教室を行っています。さわやかな汗を流して心身ともにリフレッシュしましょう！

日 日時 対 対象 場 場所 料 料金 申 申込み

エクササイズ

EXERCISE

▶陸上で手軽にできる、さまざまな有酸素運動を行います。

アクティブ貯筋 運動教室

いくつになっても元気に、はつらつと生活するため、今からできることを始めてみませんか？持久力・筋力・バランス力・柔軟まで幅広く組み合わせ、トレーニングを行います。

- 日 10/22～11/5 毎週水曜日
10:00～11:30 (3回)
- 対 18歳以上の方 30人
- 場 総合運動公園体育館 研修室ほか
- 料 900円 (保険料・施設使用料含む)
- 申 10/2 (木) 9:00～窓口受付

stepで健康 body エクササイズ教室 (バラエティコース)

ステップ台を使ったエクササイズで、余分な脂肪を燃焼し、日常生活に必要な身体づくりを行いましょう。身体の軸を整えて、心も姿勢もシェイプアップ！

- 日 11/6～12/11 毎週木曜日
10:00～11:30 (5回)
※11/13日は休み
- 対 18歳以上の方 40人
- 場 総合運動公園体育館 研修室
- 料 1,500円 (保険料・施設使用料含む)
- 申 10/23 (木) 9:00～窓口受付

挑戦！脂肪燃焼 エクササイズ教室

年末・年始、運動不足になりがちな毎日に喝！カラテピクスやバランスボールなどのエクササイズで、心と身体を鍛えましょう。

- 日 1/22～2/26 毎週木曜日
10:00～11:30 (5回)
※2/12は休み
- 対 18歳以上の方 40人
- 場 総合運動公園体育館 研修室
- 料 1,500円 (保険料・施設使用料含む)
- 申 1/8 (木) 9:00～窓口受付

エクササイズ・アクアエクササイズ 便利でお得な会員になりませんか！

後期会員 (10月～3月) 募集！

- ★会費 1,000円 (保険料含む)
- ★対象 18歳以上の方
- ★申込み スポーツ振興課窓口で随時受付中
- ★各教室の申込み方法
各教室の定員の中に会員枠が設けられており、先着順の申込みとなります。

※会費の返金はできませんのでご了承ください。

会員特典

- ★電話・FAXで申込みができる！
※定員制のため先着順
- ★料金がお得！
各教室の参加料が必要ありません。
※教室によって施設使用料が別途必要
- ★来年度前期の教室を優先的にお知らせ！



総合ステージ ※時間は予定です。

能楽・音楽・舞踊・郷土芸能部門のステージ

芸能の祭典

市民文化センター

10月25日(土)
18時～20時40分

- 18:00～ 郷土太鼓伝承会
- 20～ 琴名教室
- 40～ 二代目西崎緑舞踊研究所 敦賀支部
- 50～ 民謡みずじ会
- 19:00～ 真美フレッシュ体操
- 20～ 気比民謡会
- 40～ つるが都山流尺八
- 20:00～ 二代目西崎緑舞踊研究所 敦賀支部
- 10～ 民謡みずじ会
- 20～ ホアロハ フラストアジオ

11月1日(土)
18時～20時40分

- 18:00～ 琴名流大正琴 すみれ教室
- 20～ 岳心流 つるが岳心会
- 40～ 民族舞踊 敦賀民舞会
- 19:00～ ギターサークルつるが
- 20～ FUNK TEAMS
- 40～ 藤間流舞踊若ふじ会
- 20:00～ アンサンブル・プレーリヒ 「弦楽合奏団」
- 20～ 氣比太鼓保存会

11月2日(日) 13時～16時

- 13:00～ 沢井箏曲院 久韻の会
- 20～ 坪田バレエ団 附属 坪田バレエスクール
- 45～ オカリナサークル「アニモ」
- 14:05～ クレール・バレエスタジオ
- 30～ 三代舞踊団 敦賀支部
- 55～ エトワールバレエ学園
- 15:20～ 琉球國祭り太鼓 福井支部
- 40～ マハロ フラストアジオ

能楽・芸能の祭典

プラザ萬象

10月26日(日)
13時～15時40分

- 13:00～ 青嶂会 (能楽)
- 20～ 白百合会 (能楽)
- 40～ 青陽会・能楽囃子研究会 (能楽)
- 14:00～ 生田流宮城社 土筆会
- 20～ 青陽会・能楽囃子研究会 (能楽)
- 50～ スズキ・メソッド
- 15:10～ 月謡会 (能楽)

総合展示 プラザ萬象

美術・文学・趣芸・生活文化部門の展示

10月16日(木)～19日(日)
9時～18時 (最終日16時まで)

公募ポスター表彰式
10月18日(土) 13時～14時
市立図書館

花とお茶 プラザ萬象

教養部門

花展 呈茶は1席 300円

10月25日(土)～26日(日)
10時～18時 (最終日17時まで)
呈茶 10月25日(土) 10時～16時

茶会 1席 300円

茶席 10月26日(日) 10時～16時
◆表千家 映和会 ◆裏千家 雪和会

問合せ先 敦賀市文化協会 ☎ 21-2229

第54回

市民文化祭

～新たな文化の絆をめざして～



～港とフェリーにふれあおう～

市民の皆さんにもっと港を訪れて親しんでもらおうと「敦賀みなとフェア」を行います。近年、就航したばかりのフェリー「すいせん」や「すずらん」の船内見学や敦賀港コンテナターミナルの見学なども行います。海上保安庁のマスコットキャラクター「うみまる」「うーみん」との記念撮影もできます！

10月13日(月)・祝
12時～17時
敦賀港フェリーターミナル

フェリーターミナル内

- ※港湾関係団体および観光団体によるPRコーナー (パネル展示、パンフレット配布など)
- ※敦賀港のはてな？クイズラリー
- ※ペーパークラフトなどの体験コーナー
- ※海の制服コスプレコーナー
- ※マスコットキャラクター等との記念撮影会
- ※クルーズ客船ポスター展示コーナー
- ※港の写真展コーナー



うーみんとうみまる

新日本海フェリー「寄港地フェア」同時開催！

北海道・秋田・新潟の特産品を販売します。

停泊中のフェリー内

- ※新日本海フェリー船内一般公開 (12時～16時)
- ※人道の港のパネル展示

敦賀港国際ターミナル

- ※敦賀港コンテナターミナル見学会 (要予約) 13時、15時開催 (各40人)
- 申込み 9月22日(月)9時～ (先着順)
- ※当日、身分証明書をご提示いただく必要があります。



来場者に抽選で豪華景品をプレゼント！
北海道行きフェリー乗船券 5名様



ご家族・ご友人とぜひ一緒に

敦賀海洋少年団の皆さん

問合せ・見学会申込先 国際交流貿易課 ☎ 22-8129

2014 広報敦賀 10月号 8

募集!

剪定枝リサイクル堆肥 利用団体募集

街路樹等の剪定枝リサイクル堆肥を、花壇づくり等に活用していただける団体を募集しています。

配布物
自然発酵堆肥エコリよく(剪定枝を2・3年自然発酵し、堆肥化したもの)
費用 無料
申込期間 9月30日(火)17時まで
申込方法
申込書に必要事項を記入のうえ、市役所へ持参・郵送
※申込書は環境・廃棄物対策課、または市ホームページにて配布
問合せ・申込先
環境・廃棄物対策課
☎22・8185

記念樹を植えよう

市内在住で平成25年10月1日から平成26年9月30日までの間に、家の新築・改築、結婚、出生、入学などをされた方を対象

講座・教室

防災セミナー

「原子力防災と放射線」

原子力や放射線についての知識を深め、防災力を高めましょう。
とき 9月26日(金)
13時30分～15時30分

ところ 福井大学附属
国際原子力工学研究所
内容 防災講座・研究所見学
講師
福井大学附属
国際原子力工学研究所 教授
安田 伸宏 氏

▼敦賀市危機管理対策課職員
対象 一般市民
定員 40人(要申込・先着順)
参加費 無料
※駐車場がないため、公共交通機関をご利用ください。
問合せ・申込先(市民協働課内)
つるが男女共同参画ネットワーク
☎23・5411

ヨガ教室(初級)

とき(全3回)
10月11日(土)・11月8日(土)・29日(土)の19時～20時30分

おしらせ

に、記念樹として1,500円相当の苗木をあっせんします。

樹種
ヤマボウシ、モクレン、ライラック、ドウダンツツジ、モミジ、キンモクセイ、ゲッケイジュ、シマトネリコ
計100本

※1人1件につき2本以内
あっせん価格 1本750円
受付期間 10月1日(水)～17日(金)
申込方法
農林水産振興課窓口にて受付
(先着順)

市内事業者向け 第2回 新商品チャレンジ事業補助金

敦賀をPRするための新商品開発を行う事業者を支援します。

内容	「舞鶴若狭自動車道開通」「鉄道」「港」「中池見」「市公認キャラクター※」などを使用、または連想させ、敦賀をイメージする商品の開発および広報宣伝経費の補助 ※「ツヌガ君」「バショさん」「よっしー」
対象者	① 市内に本社事務所を有する中小企業者または組合 ② 中小企業者およびその代表者が市税を完納していること
対象経費 ※人件費・旅費は除く	①パッケージデザイン事業 ▶企画開発にかかる経費 イラスト制作費 など ▶印刷費 印刷費・包装資材費 ▶事務費 消耗品費・手数料 など ▶広告宣伝費 チラシ制作費・広告掲載料 など ②新商品開発事業 ▶研究開発に必要な材料等に係る経費 原材料費 など ▶専門家の指導を受ける経費 専門家謝金 など ▶事務費 消耗品費・印刷製本費 など ▶広告宣伝費 チラシ制作費・広告掲載料 など
補助率	① パッケージと商品開発を両方行う場合 1/2 ② パッケージまたは商品開発のいずれか一方のみ行う場合 1/3 ③ 原材料に市の伝統果実野菜(「東浦みかん」「黒河マナ」「杉箸アカカンバ」「古田刈かぶら」)を使用する場合、または舞鶴若狭自動車道開通をPRする商品開発もしくはパッケージ開発の場合 2/3 ◇補助限度額 30万円
申請方法	▶指定の様式により申請書を提出してください。 ▶「市公認キャラクター」などを使用した商品開発を行う場合は、著作権者が使用を承諾したことを証明する書類を申請書に添付してください。(使用許可書など) ◇申込締切 10月10日(金)まで
その他	▶申請締切後、審査会を行い、補助金交付事業者を決定します。

問合せ・申込先 商工政策課 ☎22-8122

受渡日

11月8日(土)、9日(日)予定

問合せ先 農林水産振興課
☎22・8131

敦賀の伝統野菜 杉箸アカカンバ 農作業ボランティア募集

とき 10月9日(木)9時～14時
(小雨実施)
ところ 杉箸アカカンバ
生産組合圃場
作業内容
杉箸アカカンバの間引き

定員 20人(先着順)

申込締切
9月30日(火)まで(電話可)

① 会場までバスで送迎
② 昼食はおにぎり等を生産者で用意
③ ボランティア保険に加入
問合せ先 農林水産振興課
☎22・8130



からだが変わる60歳だから 筋肉と骨と心を磨きましょう!

60歳からをよりすばらしいものにするため、最初の一歩を踏み出してみませんか?

コース	ところ	定員	申込締切
B 9/25(木)・ 10/2(木)・9(木) 10:00～11:00	南公民館		9/20(土)
C 9/26(金)・ 10/10(金)・24(金) 10:00～11:00	東浦公民館	各30人	9/21(日)
D 10/1(水)・ 15(水)・29(水) 13:00～14:00	武道館		9/26(金)

内容: 各コース「フェルデンクライス・メソッド」「プチフラダンス」「ズンパゴールド」の3講座
対象: 55歳以上の方
参加費: 600円(保険代・3回受講分)
申込方法: 希望のコース、氏名、年齢、住所、電話番号を明記の上、電話・FAX・メールで申込み
問合せ・申込先: NPO法人Jelly Beans
☎FAX 47-5688
info@jelly-b.net

※これらの事業は「敦賀市市民協働事業補助金交付事業」の一部です。

秋のアート講座 工房祭

物づくり講座を通じた世代間交流。気軽に手作り講座を楽しみましょう!

とき: 9月27日(土)10時～16時
ところ: 福地ガラス工房
講座: 吹きガラス、アロマ、チョークアート、レザークラフト、プリザーブドフラワー、切り紙
参加料: 1講座500円～2,000円(申込不要)
問合せ先: プチHand ☎22-9106(福地)

親教育セミナー

「叩かず 甘やかさず 子育てする方法」

怒らずに子育てできる実践的な方法を楽しく学びませんか?

とき: 10月25日(土)13時30分～16時15分
ところ: 中郷公民館
講師: NPO法人女性と子どものエンパワメント関西 井山 里美 氏
対象: 未就学児の保護者
定員: 30人(先着順)
参加料: 500円
※託児希望の方は、別途500円(要申込・先着20人)
問合せ・申込先: プロセス☆
☎090-7752-7249(三國)



講座・教室

2014エコトンプロジェクト ラムサール条約湿地 「中池見」連続講座

ラムサール条約に登録され、国際的に重要な湿地と評価された中池見湿地の価値を、生物編・地形編を通して解説します。

とき 10月5日(日)・11月2日(日) 10時～16時

ところ 中池見人と自然のふれあいの里

講師 ネットワーク日本
花輪 伸一 氏
平井 規央 氏

【第1回】大阪府立大学准教授
【第2回】金沢大学准教授
青木 賢人 氏

定員 30人(要申込・先着順)
参加費 初回時に1,000円
主催 ラムサール・ネットワーク日本、NPO法人中池見ねっと

問合せ先 NPO法人中池見ねっと
☎090・8269・9801

おしらせ

秋の地域運転者講習会

交通安全意識向上のため、運転免許をお持ちの方は必ず受講をお願いします。

【日程】	とき	ところ	とき	ところ
10/14(火)	10:30~12:00	あいあいプラザ	10/22(水)	10:00~11:30
15(水)		東浦公民館	23(木)	
16(木)		あいあいプラザ	24(金)	
17(金)	19:00~20:30	西公民館	27(月)	19:00~20:30
20(月)		松原小学校	28(火)	
21(火)		栗野公民館	29(水)	

主催 敦賀警察署・敦賀交通安全協会・敦賀市

持ち物 福井県交通安全協会会員証
(平成25年4月以降に発行されたもの)

問合せ先 敦賀交通安全協会
☎25・6386

2014 聖祭×海凧祭 (看護専門学校学校祭×看護大学大学祭)

テーマ 『新・心・親』
繋ぐ手・踏み出す一歩
今年は2校合同で学祭を実施します。

とき 10月4日(土)
10時～15時30分

ところ 市立看護大学

内容 フリーマーケット、キッズルーム、模擬店、福祉施設による展示・販売、手浴・足浴、献血、工作体験、学生による出し物、お笑い芸人によるステージ など

※各コーナーで時間が異なるため、詳しくはお問い合わせください。

※駐車場数に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください。(コミュニティバス「運動公園東口」下車)

問合せ先
看護専門学校 ☎22・7771
看護大学 ☎20・5540

第11回 萩ウォーキング 2014

萩の咲く季節に、気比の松原と西福寺へウォーキング!

とき 10月4日(土) 10時～
※受付9時30分(申込不要)
※雨天中止(小雨決行)

ところ 櫛川河川公園

参加費 300円(保険料含む)
持ち物 帽子、水筒、雨具など

問合せ先 つるがまちづくり萩の会
☎23・2081

青年座公演 フナナよ、木からおりてこい

初演より30年以上も上演されている、若狭出身の水上勉不朽の名作。

とき 10月11日(土)
開演13時30分
(開場13時)

ところ 市民文化センター

入場料(全席自由)
大人 2,000円
高校生以下 1,000円

※当日券大人のみ500円増しチケット販売
ぽーとあい敦賀市文芸協会、

催し

秋の交通安全市民大会


とき 9月26日(金) 13時30分
ところ プラザ萬象

内容
▼1部 式典
▼2部 アトラクション
・県警音楽隊による発表
▼その他
・交通安全標語コンクール・交通安全ポスターコンクールの受賞作品の展示、反射材・交通安全教育機材の展示 など

問合せ先 生活安全課 ☎22・8115

自転車ロックの励行を!

駅や量販店などの駐輪場において、自転車が盗まれるといった被害が増加しています。自転車から離れるときには、必ず2つ鍵をかける(Wロック)ように心掛けましょう。



問合せ先 敦賀警察署 ☎25-0110

田代時計修理工房、オーディオ渡辺
問合せ・申込先 ぽーとあい敦賀市文芸協会
☎20・1311

いづくも木ノ芽茶屋 秋の収穫祭

とき 10月12日(日) 9時～13時
ところ 旧葉原小学校

内容 東郷地区の農家等の採れたて農産物の販売、木ノ芽汁の振る舞い(なくなり次第終了)、わた菓子、そば打ち体験、木工教室

問合せ先 教育政策課 ☎22・8149

中池見自然観察会 「水の中」の生き物に会おう

水路の中の生き物たちを網ですくって観察します。泥んこ覚悟でご参加ください。

とき 10月12日(日) 10時～12時
ところ 中池見人と自然のふれあいの里

講師 近畿大学大学院生 北川 哲郎 氏

若狭さとうみハイウェイ開通記念 つるがグルメマーケット 2014 秋

新鮮な野菜やフルーツ、嶺南エリアの美味しいグルメなど、多様な商品満載!敦賀の秋の味覚を満喫してください。子供向けイベントもあります。

とき 9月28日(日) 8時～13時
ところ 公設地方卸売市場内

問合せ先 つるがグルメマーケット 実行委員会
☎23・1100

10月9日は「トラックの日」
見る・遊ぶ・体験する
トラックフェスタ in 敦賀

とき 9月28日(日) 10時～15時
ところ きらめきみなと館

入場料 無料

内容 はたらく車の展示・乗車体験・屋内でのステージショー・など

問合せ先 (一社) 福井県トラック協会
☎0776・34・1713

参加費 200円
(小学生以下無料)

準備物 長靴・帽子・タオル

問合せ先 中池見人と自然のふれあいの里
☎20・1110

2014 マナビ・フェスティバル in 若狭

子どもから大人まで、みんなで楽しめる生涯学習の祭典!

とき 10月18日(土) 9時～18時
19日(日) 9時～17時

ところ 福井県立若狭図書学習センター(小浜市)

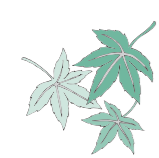
内容 ライフ・アカデミー講座、ステージ発表、展示、体験コーナー、子ども映画会、おいしいもの市など

対象 どなたでも(申込不要)

※ライフ・アカデミー講座は事前申込者優先

※体験コーナーは、材料費がかかるものもある

問合せ・申込先 福井県立若狭図書学習センター
☎52・2705



催し

「フレンドリーアート号」で 美術館・博物館へ行こう!

県では、嶺北の文化施設行き
の無料送迎バスを運行します。
とき 10月25日(土)
行き先

- ▼県立美術館 「真宗の美」
 - ▼一乗谷朝倉氏遺跡資料館
- 「戦国時代の金とガラス」
乗車地 県敦賀合同庁舎または
JR敦賀駅前

対象 嶺南地域在住の方
定員 先着45人(嶺南全域)
申込方法 はがきまたはFAX
※住所・氏名・年齢(学年)・
電話(FAX)番号・バス乗
車日・乗車地を明記
※文化施設観覧料は別途必要
問合せ・申込先

福井県観光営業部文化振興課
☎0776・20・0580
FAX 0776・20・0661



市民活動

市民活動団体パネル展

様々な分野で活動している市
内の市民活動団体を紹介しま
す。
とき 10月20日(月)～
25日(土) 16時まで
ところ オルパーク

問合せ先 市民協働課 ☎23・5411

くらし

敦賀きらめき温泉 リラ・ポート

臨時休館日のご案内

施設改修工事および館内総合
メンテナンス点検のため、臨時
休館いたします。例年よりも長
期間の休館となりますが、ご理
解とご協力をお願いします。
臨時休館日

9月29日(月)～10月8日(水)
問合せ先 敦賀きらめき温泉リラ・ポート
☎24・1126

看護職就職相談会

看護職の資格をお持ちの方は
ぜひお越しください。専門相談
員が看護職の就職、研修等に
関する相談に応じます。
とき 9月25日(木) 13時～15時
ところ ハローワーク敦賀

対象 看護職の資格をお持ち
の方(無料・申込不要)
問合せ先 福井県看護協会・
福井県ナースセンター
☎0776・52・1857

サポステふくい 出前相談会

就職に関して悩みを抱えてい
る若者や、その家族からの相談
に専門のカウンセラーが無料で
応じます。
とき 10月7日(火) 12時～16時
ところ プラザ萬象

対象 就職を希望する無職の若
者およびその家族など
問合せ先 ふくい若者サポート
ステーション
☎0776・21・0311

不動産なんでも相談会

不動産に関するさまざまな事
柄について、専門の相談員が無
料で相談に応じます。
とき 10月5日(日) 10時～16時
ところ アピタ敦賀店

問合せ先 (公社) 福井県宅地
建物取引業協会
☎0776・24・0680



全国一斉! 法務局休日相談所

とき 10月5日(日) 10時～16時30分
ところ プラザ萬象

- 内容
- ▼土地・建物、会社・法人など
の登記手続き
 - ▼土地の境界問題・筆界^{ひっかい}特定に
関する手続き
 - ▼遺言・相続に関するもの
 - ▼成年後見制度の利用に関する
もの
 - ▼いじめ、DV、差別、虐待等
の人権問題

雇用・年金

▼供託に関するもの
▼戸籍や国籍の取得等に関する
もの

※相談は、法務局職員、司法書
士、土地家屋調査士、人権擁
護委員がお受けします。
※相談無料・秘密厳守
問合せ先 福井地方法務局総務課
☎0776・22・5174

なんでも無料相談会

社会保険労務士が相談に応じ
ます。

野焼きは法律で 禁止されています!

とき 10月3日(金) 10時～16時
ところ アピタ敦賀店 1階

相談内容(申込不要)
健康保険・年金制度・雇用保
険・労災保険・労働問題等に
ついて
問合せ先 福井県社会保険
労務士会嶺南支部
☎22・3885



臭いがつくため洗濯物が干せ
ない
▼煙たくて窓が開けられない
▼煙が部屋の中まで入ってくる
▼子供のぜんそくが再発する
などの苦情が寄せられていま
す。例外として認められている
野焼きでも、生活環境上支障が
ある場合は、改善命令や行政指
導の対象となります。
問合せ先 環境・廃棄物対策課
☎22・8121

中小企業退職金共済制度とは

中退共済制度は、中小企業が加入しやすい国の退職金制
度です。退職金は、国がサポートする中退共済制度をご活
用ください。

- ▶国の制度だから安心
掛金の一部を国が補助します
- ▶社外積立でラクラク管理
社外積立型なので管理が簡単です
- ▶掛金は全額非課税で有利
掛金は全額非課税・手数料も不要

問合せ先 中小企業退職金共済事業本部
☎03-6907-1234

敦賀市も掛金の
一部を補助して
います!
商工政策課
☎22-8122

福井県労働委員会からのお知らせ

<職場での悩みごと無料相談会>

解雇・賃金など、労使関係の悩みや困りごとに、労
働問題の専門家が応じます。(秘密厳守・予約不要)

【丹南会場】
とき: 10月5日(日) 13時30分～16時30分
ところ: 越前市福祉健康センター(アルプラザ武生)
※その他日程は下記へお問い合わせください。

<定例労働相談会>

直接相談に応じる「定例労働相談会」を10月より開
始します。

とき: (第1回) 10月28日(火) 18時30分～20時
(第2回) 11月25日(火) 18時30分～20時
※その他日程は下記へお問い合わせください。
ところ: 福井県庁
対象: 事業主・労働者(雇用形態不問)
申込み: 前日までに下記へ電話・メールにて予約
※先着3人、相談時間は30分程度

<労使間トラブルで悩んでいませんか?>

解雇・賃金など、職場でのトラブルについて迅速・円
満な解決をお手伝いするため「あっせん」を行っています。
お気軽にご相談ください。(秘密厳守・予約不要)

<問合せ・申込先> 福井県労働委員会(福井県庁)
☎0776-20-0597
✉roui@pref.fukui.lg.jp

9月20日～26日は「動物愛護週間」です

ペットを飼っている・ これから飼う予定の皆さんへ

ペットは、家庭に心の安らぎや触れ合いをもた
らす人生の良きパートナーです。

飼い始める前に、その命を預かり、最後まで愛
情と責任をもって飼育されるか、次の事をよく
考えましょう。

- ▶ペットと一緒に暮らせる住環境が
- ▶食事・排泄・しつけ等は毎日できるか
- ▶近隣の方に迷惑をかけないようにマナーを守
って飼育することができるか
- ▶飼養に必要な用具や、病気の予防・治療、去勢・
不妊治療手術の費用を負担できるか



問合せ先 環境・廃棄物対策課 ☎22-8121

臨時給付金の申請はお済みですか？

11月4日まで「臨時福祉給付金」「子育て世帯臨時特例給付金」の申請を受け付けています。対象の方は必ず手続きを行ってください。

問合せ先
臨時福祉給付金 ☎22・5080
子育て世帯臨時特例給付金 ☎20・1560

健康・福祉

ふくい健康長寿祭 2014

とき 9月20日(土)
9時30分～16時

ところ ふくい健康の森、県民健康センター 他

内容
▼講演会
「生涯現役！目からうろこの生活改善法～運動と食事の実践～」

【講師】 京都大学大学院 人間・環境学研究所教授 森谷 敏夫 氏

国民健康保険の被保険者証が10月1日から新しくなります

現在使われている国民健康保険被保険者証は、9月30日をもって有効期限(1年更新)が満了となります。新しい被保険者証は、9月中に簡易書留郵便で送付します。

※現在使用している被保険者証は回収しません。10月1日以降各自で処分してください。
問合せ先
国保年金課 ☎22・8119

がん検診受診勧奨のお知らせ

がん検診受診率の向上とがんによる死亡率を減らすため、県と市が協力し、電話でがん検診の受診をおすすめる事業です。対象の方には、福井県がん検診受診勧奨センターから「がん検診受診のお願い」の電話があります。

【期間】10月1日(水)～平成27年1月30日(金) 8時30分～19時30分

【対象】市が実施する大腸がん検診の対象となる50歳代男女のうち、今年度未受診の方

【勧奨者】福井県がん検診受診勧奨センター
☎0776-98-8015、☎0776-98-8016、☎0776-98-8017

【問合せ先】
健康管理センター 健康増進係 ☎25-5311

高齢者の肺炎球菌感染症 予防接種費用の一部を助成します

10月1日より、対象の方の予防接種費用の一部を助成します。対象となる方には、個人通知をします。

【助成対象となる接種期間】
10月1日～平成27年3月31日

【対象者】
平成26年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方、および101歳以上の方など
※すでに肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことのある方は接種できません。

【問合せ先】
健康管理センター 予防接種係 ☎25-5311

▼各種講習等
高齢者向け機能回復訓練、体験ヨガ講座、特定健診・後期高齢者健診、骨密度測定
※対象・定員はお問い合わせください。

▼工作体験(材料費別途)
タイルクラフト、ちぎり絵、和紙工芸、押し花、ガラスペイント など
※ふくい健康の森では、先着400人に飲食コーナー等割引券、先着1,000人に粗品をプレゼント。

問合せ先
福井県社会福祉協議会 ☎0776・24・2433

第22回 地域公開講座 「がん」と向き合おう

とき 9月27日(土)
ところ あいあいプラザ

内容(無料・申込不要)
▼相談等 13時30分～14時
薬・看護・栄養の相談、パネル展示、血管年齢測定など

▼講演会 14時～16時
「乳がんの診断と治療について」
～10年後もお元気に生活するために～

子ども

ママ・パパぽけっと (育児不安解消サポート事業)

心理の先生や精神科医、保健師などを交えてのフリートーク。(個別相談有)

とき 10月6日(月)
13時30分～15時
ところ 二州健康福祉センター
対象 妊娠中・子育て中の方
参加費 無料(要予約)
問合せ・申込先
二州健康福祉センター ☎22・3747

【講師】 福井大学医学部付属病院 乳腺・内分泌外科 科長 前田 浩幸 氏
「がん緩和ケアと終活について」
～大切な今をどう生きるか～

【講師】 国立病院機構 福井病院 呼吸器外科部長 加藤 泰史 氏
問合せ先
国立病院機構福井病院 ☎25・1600

敦賀すくすく療育会 第14回講演会

とき 10月19日(日)
13時30分～15時30分
ところ あいあいプラザ

テーマ
「障がいや難病をもつ子どもを育てるということ～子どもと家族の関係発達の視点から～」

講師
鈴鹿医療科学大学保健衛生学部 医療福祉学科臨床心理コース 准教授 渡部 千世子 氏
申込締切 10月12日(日)
問合せ先
NPO法人発達支援センター 敦賀すくすく療育会 ☎23・8701

離乳食セミナー

栄養士による離乳食の進め方や簡単な調理法のお話。(試食有)

とき 10月17日(金)
13時30分～15時30分
ところ 健康管理センター

対象 4～5カ月児の親子持ち物
母子健康手帳、バスタオル
定員 30人(要申込・無料)
問合せ・申込先
健康管理センター ☎25・5311

プレママあつまれ

【産後の心と体】
助産師さんと、デリケートな心と体の変化について学びましょう。

とき 10月2日(木)
13時30分～14時30分
ところ およこさりんひろば

※要申込
ふたば【多胎児のサークル】
双子の育児は喜びも二倍。双子を持つ家族だから分かる情報を交換します。妊娠中のママ大歓迎!

11月の相談日

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。

とき 10月1日(水)・16日(木)
9時30分～16時15分
ところ 健康管理センター
対象 市民の方(無料)
定員 各5人(先着順・要申込)
問合せ・申込先
健康管理センター ☎25・5311

「障害者110番」地区相談会

障がいのある方の財産・年金・年金・人権問題などに対し、弁護士・社会保険労務士や障害者相談員による無料相談会。

とき 10月5日(日) 13時～15時
ところ あいあいプラザ
対象 身体・知的・精神に障がいのある方や家族、関係者
問合せ先
(一社) 福井県 身体障害者福祉連合会 ☎0776・27・1632

とき 10月24日(金)
10時30分～12時
ところ およこさりんひろば

※申込不要
問合せ・申込先
NPO法人子育てサポートセンター
およこさりんひろば ☎24・7517

ギャラリー・ホワイエ 10月

市民文化センター2階 ホワイエ

【写真】
敦賀写真友会
の作品を展示

市民ギャラリー 10月

市役所1階 市民ホール

【日本画】 敦賀墨雲会
かわかつ のりお
川勝 紀男 氏
「黒河清流」「修行」
「白木の門ヶ崎」

保育園新入園児を受け付けます



必ず確認
ください!

保育園は、就労などのため家庭で保育のできない保護者に代わって保育する施設です。「〇歳になったから」「集団生活に慣れてほしい」という理由では入園できませんので、注意してください。

受付日	受付時間	施設名	所在地	電話番号	募集人数	入園可能年齢
10/14(火)	13:30~15:00	公立 つるが保育園	舞崎2	23-5510	10	6カ月~
10/15(水)	9:30~11:00	私立 晴明保育園	相生町	22-1460	15	8週間~
	13:30~15:00	私立 金山保育園	桜ヶ丘	22-2191	20	8週間~
10/16(木)	9:30~11:00	公立 東浦保育園	大比田	28-1611	15	6カ月~
	13:30~15:00	公立 黒河保育園	御名	22-1147	25	6カ月~
10/17(金)	9:30~11:00	私立 さみどり保育園	本町1	22-1000	30	8週間~
10/20(月)	13:30~15:00	私立 藤ヶ丘保育園	藤ヶ丘	25-8854	10	8週間~
10/21(火)	9:30~11:00	私立 つくしんぼ保育園	公文名	25-8547	25	8週間~
	13:30~15:00	公立 沓見保育園	沓見	25-4762	15	2歳~
10/22(水)	9:30~11:00	私立 中郷西保育園	古田川	24-5270	20	8週間~
	13:30~15:00	私立 松乃栄保育園	松栄町	23-0320	10	6カ月~
10/23(木)	9:30~11:00	私立 松原保育園	松原町	22-0854	30	8週間~
	13:30~15:00	私立 新和さみどり保育園	新和1	20-0200	45	8週間~
10/27(月)	9:30~11:00	公立 中郷保育園	道口	25-7900	35	6カ月~
	13:30~15:00	公立 榊林保育園	榊林	25-7540	35	6カ月~
10/28(火)	9:30~11:00	公立 気比保育園	蓬萊町	22-1312	10	6カ月~
	13:30~15:00	公立 三島保育園	三島3	25-4813	35	8週間~
10/29(水)	13:30~15:00	公立 榊川保育園	榊川	25-1210	35	6カ月~
10/30(木)	13:30~15:00	私立 木崎保育園	木崎	23-3710	25	6カ月~
	9:30~11:00	公立 栗野保育園	筋生野	25-0320	25	6カ月~
10/31(金)	9:30~11:00	公立 東郷保育園	谷口	25-4761	10	6カ月~

▶募集人数は、今後の申込状況によって変更する場合があります。
▶延長保育や休日保育などについては、ホームページを参照いただくか問い合わせください。

申込方法

- 10月1日(火)から児童家庭課で配布する申込書類を受け取る。
- 書類に必要事項を記入し、添付書類等を用意する。
- 上表の受付日時に、第一希望の保育園へお子さんを連れて申し込む。
※ 指定された日時に申込みができない方は、11月4日(火)~7日(金)に児童家庭課で受け付けます。

平成 27 年度途中からの入園を希望される方へ

育児休暇が明けるなどの理由で年度の途中での入園を希望される方も、今回の申込期間中に必ず申し込みしてください。

平成 27 年度から転園を希望される方へ

10月~11月中旬に次年度の更新手続きを行いますので、現在通っている園に「転園希望」と申し出てください。

継続児のお子さんの来年度以降の入園について

10月~11月に現在通っている園から、来年度の申込書類が配られます。必要事項を記入し、各園に提出してください。

子ども・子育て支援新制度の案内

◎ 入園には支給認定が必要になります。

認定区分	区分詳細	年齢
1号	教育を希望する場合	満3歳以上
2号	「保育を必要とする事由」に該当し、保育を希望する場合	
3号		満3歳未満

※ 1号：幼稚園、2・3号：保育園

◎ 働き方で保育園に預けられる時間が変わります。支給認定では、どちらに当てはまるかを審査し、認定します。

- ① 「保育標準時間」利用 → フルタイム就労を想定した時間 (1日最長11時間)
- ② 「保育短時間」利用 → パートタイム就労を想定した時間 (1日最長8時間)

◎ 「保育を必要とする事由」は以下のよう条件です。

- ① 就労 (夜間などすべての就労を含む。)
- ② 妊娠や出産
- ③ 保護者の疾病や障がい
- ④ 同居・長期入院中等の親族の介護や看護
- ⑤ 災害復旧
- ⑥ 求職活動 (起業準備を含む。)
- ⑦ 就学 (職業訓練校等を含む。)
- ⑧ 虐待やDVのおそれがある。
- ⑨ 育児休暇取得中に、すでに保育を利用している子どもがいて、継続利用が必要であること。
- ⑩ その他、上記に類する状態として市が認める場合

※ ひとり親家庭、生活保護世帯、生計中心者の失業、お子さんの障がいなどには、保育の優先的な利用が必要と判断される場合があります。
※ 同居中の親族が保育可能な場合、利用の優先度を調整する場合があります。
※ 詳しくは児童家庭課へ問い合わせください。

保育園新入園スケジュール

- ① 10月~11月上旬 申込
- ② 12月 (予定) 支給認定証送付
- ③ 2月上旬 入園保育園決定
- ④ 2月中旬 新入園児健康診断
- ⑤ 4月 入園

※ 幼稚園新入園児の受付については、広報つるが11月号を参照してください。

問合せ先
児童家庭課 ☎ 22 - 8126

子育て情報

一日体験保育 ※対象は未就園児の親子に限ります。

《私立保育園》※初めての方が優先となります。

とき	ところ	内容	定員
10/ 1(水) 10:00~10:45	藤ヶ丘保育園	園児と一緒に親子で散歩を楽しむ 持 水筒	10組
10/ 3(金) 10:00~11:00	中郷西保育園	移動動物園 ~親子で動物とふれあおう~ (雨)リズム運動を楽しもう 持 着替え	5組
10/16(木) 10:00~11:00	さみどり保育園	小麦粉ねんどを作って遊ぼう ※アレルギーの方は相談ください。	10組 (2歳児)
10/17(金) 10:00~11:00	新和さみどり保育園	体を動かして遊ぼう (運動遊び、運動会ごっこなど) 持 水筒・親子とも動きやすい服装	10組
10/21(火) 9:45~10:45	松乃栄保育園	鼓隊演奏を楽しむ・リズム遊び ※人数・年齢により内容変更有	10組
10/22(水) 10:00~11:30	松原保育園	園庭で遊ぼう 持 水筒	10組
10/29(水) 10:00~11:30	木崎保育園	身近なものを使って体を動かそう ・同年齢の友達と園庭で遊ぼう (雨)ホールで運動遊び 持 水筒・帽子	10組

《公立保育園》※初めての方が優先となります。

とき	ところ	内容	定員
10/ 2(木) 10:00~11:00	気比保育園	園児と一緒に運動会ごっこを楽しむ 持 水筒・帽子・タオル・上履き	10組 (1,2歳児)
10/ 7(火) 10:00~11:00	東郷保育園	晴:散歩(身近な自然物にふれて遊ぼう) 持 帽子・タオル・水筒・着替え	10組
10/ 7(火) 10:00~11:00	榊川保育園	運動会ごっこを楽しもう 持 水筒・タオル・上履き	10組
10/ 7(火) 10:00~11:00	栗野保育園	親子で運動会ごっこを楽しむ 持 水筒・着替え	10組 (2歳児)
10/15(水) 10:00~11:00	榊林保育園	体を動かして遊ぶ 持 水筒・上履き	10組
10/20(月) 10:00~11:00	黒河保育園	・元気に体を動かして遊ぼう! ・お母さんと一緒に簡単な制作遊び ・ハロウィングッズを作ろう!	10組 (2歳児)

【問合せ・申込先】 子育て総合支援センター ☎ 22 - 0147

子育て総合支援センター&栗野子育て支援センター 情報

子育て 子育て総合支援センター
栗野 栗野子育て支援センター
持 持ち物

イベント名	とき	内容	定員・対象	申込み
子育て総合支援センター すくすく健康相談	10/9(木)・23(木) 9:00~11:30 13:30~15:30	▶身長、体重の計測 ▶育児や健康に関する相談 ※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。	-	不要
子育て総合支援センター ベビーすこやかセミナー	10/9(木)・23(木) 13:30~15:30	▶ベビーマッサージ ▶ママ同士の情報交換 ▶育児や母乳に関する相談 持 母子健康手帳、バスタオル	平成26年7.8月生まれの赤ちゃんとママ 20組	前日まで電話または窓口で受付
子育て総合支援センター 子育て基本講座"with ママ" ~こどもの急病時の対処法について~	10/21(火) 10:00~11:00	急な発熱やけがなどについて、自宅でできる対処法を救急病院の救急看護認定看護師さんにお聞きします。	未就園児の親子 20組	10/7(火)~17(金)まで電話または窓口で受付
子育て総合支援センター 志村先生の子育て座談会 in つるが	10/29(水) 10:00~11:00	臨床心理士の志村浩二先生(浜松学院大学短期大学部)に"こんな子育て、あんな子育て"、子育ての悩みや心配事を何でも聞きましょう。お父さんの参加も歓迎です。	未就園児の親子 20組	10/14(火)~24(金)まで電話または窓口で受付

イベント名	とき	内容	定員・対象	申込み
栗野子育て支援センター 食育講座"ママナビ" ~ママとベビーのための楽しい離乳食講座・栄養士とのお話し~	10/ 2(木) 10:00~11:30	プチクッキング (9~11月・12~18月頃メニュー例) 持 エプロン・三角巾・マスク	未就園児の親子 20組	9/22(月)~30(火)まで電話または窓口で受付
栗野子育て支援センター 子育て基本講座 出前家庭教育講座 「木のおもちゃで遊ぼう」	10/23(木) 10:00~11:00	木のおもちゃの良さにふれて、いっぱい遊みましょう。	-	不要

イベント名	とき	内容	定員・対象	申込み
両支援センター パパと遊ぼう	毎週土曜日 午前中随時	10時45分~手遊び、ふれあい遊び	未就園児の親子	不要
両支援センター 絵本読み聞かせ		手遊びやふれあい遊びを交えながら、絵本の読み語りを親子で楽しめます。 子育て 10月17日(金)「おはなし玉手箱」 栗野 10月24日(金)「絵本にこころタイム」	▶0,1歳児の親子 10時30分~ ▶2,3歳児の親子 11時~	不要

【問合せ・申込先】 子育て総合支援センター ☎ 22 - 0147 栗野子育て支援センター ☎ 25 - 5647

敦賀高校 陸上部 北川貴理選手 世界ジュニア陸上で銀メダル獲得 インターハイ優勝

きたがわつかまさ

敦賀高校陸上部の3年生、北川貴理選手が7月に米国オレゴン州ユージンで行われた「第15回世界ジュニア陸上競技選手権大会」の1600mリレーに日本代表として出場し、見事銀メダルを獲得しました。北川選手は第3走者として出場し、チームは3分4秒11の走りでアジアジュニア新記録を樹立しました。

さらに、帰国直後に行われたインターハイでは、男子400mに出場し、北信越記録を塗り替えて優勝しました。

8月12日、同じくインターハイ女子100mハードルで5位に入賞した大久保有梨さんと共に市役所を訪れ、市長に喜びの結果を報告しました。



敦賀気比高校 野球部 夏の甲子園で19年ぶりベスト4!

第96回全国高等学校野球選手権大会に出場した敦賀気比高校。ハツラツとしたプレーで快進撃を続け、同校としては19年ぶりのベスト4進出を果たしました。

1回戦では、香川の坂出商業高校を相手に初回に5点を奪い、打線が爆発。16対0と圧倒しました。続く2回戦と3回戦も、勢いそのままに序盤からの猛攻で主導権を握り3試合連続の2桁得点で勝利。全国に敦賀気比旋風を巻き起こしました。

準々決勝では、好投手率いる八戸学院光星高校に7対2で勝ち19年ぶりとなるベスト4へ。

準決勝では、残念ながら全国屈指の強豪大阪桐蔭高校に敗れてしまいましたが、甲子園という大舞台にしっかりと敦賀気比の名を残しました。



敦賀工業高校 ボート部 高田直生選手 世界ジュニアボート選手権大会 出場 全日本ジュニアボート選手権大会 準優勝

たかだなおき

敦賀工業高校ボート部の3年生、高田直生選手が6月の「第12回全日本ジュニアボート選手権大会」男子シングルスカルで準優勝を果たし、「世界ジュニアボート選手権大会」の男子舵なしクオドルプルに日本代表として選出されました。

高田選手は7月17日に市役所を訪れ、河瀬市長に世界大会への出場を報告。河瀬市長は「体調を整えて頑張ってください」とエールを送りました。

8月6日～10日にドイツ・ハンブルグで行われた「2014年世界ジュニアボート選手権大会」では、世界強豪相手に健闘しました。



敦賀気比高校ベスト4の軌跡

1回戦	敦賀気比 16 × 0	坂出商 (香川)
2回戦	敦賀気比 10 × 1	春日部共栄 (埼玉)
3回戦	敦賀気比 16 × 1	盛岡大付 (岩手)
準々決勝	敦賀気比 7 × 2	八戸学院光星 (青森)
準決勝	敦賀気比 9 × 15	大阪桐蔭 (大阪)

あなたが写っていたらご連絡ください。
写真を差し上げます。(秘書広報課 ☎22-8112)

街角スケッチ

プラス
十番外編

あの頃…



昭和63年 とうろう流し



昭和40年
とうろう流しポスター



昭和45年 フェリー就航記念式



夜空を照らす 大輪の花 8月16日 とうろう流しと大花火大会

敦賀の夏の風物詩「第65回とうろう流しと大花火大会」が気比の松原で行われました。今年は、舞鶴若狭自動車道の全線開通を記念し、昨年より3,000発多い、13,000発の花火が打ち上げられ、夏の夜空を彩りました。午後6時半、読経に合わせて約4,000個のとうろうが海へ流され気比の松原は幽玄な雰囲気になりました。雨が降り始める中、花火大会がスタート。色とりどりの花火が曲に合わせて次々と打ち上げられました。終盤には、直径約400メートルに開く2尺玉が3発同時に打ち上がる大迫力の「大三輪」が夜空いっぱいに広がり、訪れた約18万人の観客を魅了しました。



お魚つかまえた～! 8月23日 鮎のつかみ取りと塩焼き体験

敦賀河川漁業協同組合が、子どもたちに自然の素晴らしさを認識し、川に親しみをもってもらうと、鮎のつかみ取りと塩焼き体験を野神の笹の川で行いました。つかみ取りは、川の一部を囲い、鮎を約400匹放流。子どもたちは、素早く泳ぐ鮎に戸惑いながらも、一生懸命追いかけて次々と捕まえていきました。捕まえた鮎は、その場で炭火で塩焼きにされ、参加者らは美味しく熱々の鮎をほおばっていました。

国内最大クルーズ客船が寄港 8月25日 飛鳥II寄港に伴うイベント

国内最大のクルーズ客船「飛鳥II」が敦賀港鞠山南岸壁に寄港し、船内見学会などさまざまなイベントが開催されました。船内見学会は、応募した見送り隊や一般市民の方等81人が豪華な船内を見学。つかの間の船旅気分を満喫しました。17時の「夏の釜山・境港クルーズ」出港前には、子どもたちによるダンスアトラクションやクルーズ客船見送り隊によるお見送り、色鮮やかなテープ投げなどが行われ、盛大に出港を見送りました。

図書館 だより

10月の行事案内

- 4日 (土) 14:00 ~ アニメシアター
- 11日 (土) 14:00 ~ おはなしポンポン
- 17日 (金) 16:00 ~ ママのおひざ (ところ: 粟野公民館)
- 18日 (土) 14:00 ~ おはなしと かみしばいの会
- 22日 (水) 10:30 ~ おはなしわたげ
- 25日 (土) 14:00 ~ おはなしポケット
- 26日 (日) 9:30 ~ 図書および雑誌の無料配布
- 29日 (水) 10:00 ~ 大人の朗読会

10月の休館日 ◆毎週月曜日
◆16日(第3木曜日・資料整理日)
◆19日(第3日曜日)

開館時間 火～金曜日 9:30～19:00
土・日曜日 9:30～18:00

7月 予約ベスト3

順位	書名	著者名
1位	虚ろな十字架	ひがしの 東野 圭吾
2位	やまおんなにつき 山女日記	みなと 湊 かなえ
3位	びゃくれん 白蓮れんれん	はやし 林 真理子

市立図書館 豆 情報

本を返却する時、付箋やしおりをご使用の方は全てはずしてから、本についているしおり紐は本に挟んだままの状態でご返却ください。また、本が傷んだ場合は図書館で修理しますので、ご返却時に一声おかけください。

問合せ先 市立図書館 ☎22-1868

交通規制にご協力ください

皆さんには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

第35回 敦賀マラソン大会 10月19日(日) 9時スタート

沿道でのあたたかいご声援をお願いします!

問合せ先 スポーツ振興課 ☎22-8155

休日急患診療

内科・小児科・歯科 (診療受付時間 9時～12時、13時～16時45分)
休日急患センター (中央2 ☎25-5311)
外科系医 (診療時間 9時～12時、13時～17時)
9月14日 国立病院機構福井病院 (桜ヶ丘 ☎25-1600)
9月15日 泉ヶ丘病院 (泉ヶ丘 ☎22-7700)
9月21日 市立敦賀病院 (三島1 ☎22-3611)
9月23日 はぎはら整形外科 (木崎 ☎20-0811)
9月28日 和久野医院 (和久野 ☎22-3080)
10月5日 和久野医院 (和久野 ☎22-3080)
10月12日 泉ヶ丘病院 (泉ヶ丘 ☎22-7700)
10月13日 せきクリニック (御名 ☎21-2000)
10月19日 加藤胃腸科医院 (新松島 ☎25-6888)
10月26日 いちはし整形外科 (榎林 ☎20-1825)

* 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薬剤名を書いた紙(お薬手帳等)、または内服薬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。

「健康一口メモ」放送中!

毎週木曜日の13時20分から、敦賀FM放送(ハーバーステーション 77.9MHz)で、敦賀医師会による「健康一口メモ」を放送しています。ぜひ、お聞きください。

ごみ排出量情報

1人1日当たりごみ排出量	
平成26年7月	1,107g
目標値	1,020g
達成状況	87g超過

問合せ先 環境・廃棄物対策課 ☎22-8185

実りの秋ですね! 美味しい旬の食材は、食べ残しの無いように食べられる分量で調理しましょう!

敬吊塔

謹んでお悔やみ申し上げます。
8月1日～8月26日(敬称略)

- 新保 桑野 弘子(85) 清水1 嶋田はな系(92)
- 坂下 田中 すみ(97) 萩野町 緋田千津子(65)
- 結城町 河端 彩乃(18) 萩野町 橋本 保彦(87)
- 泉ヶ丘 林 秀行(73) 和久野 伊藤はる系(85)
- 山泉 宮下 正夫(84) 野坂 川崎 トシ(86)
- 津内3 田中 貞雄(84) 松葉町 森 工キ(103)
- 岡山2 小林 昭雄(79) 松葉町 柿谷 擴(78)
- 越坂 山口 わき(95) 鉄輪2 矢司 義治(83)
- 新和1 北畠 正幸(74) 松葉町 玉崎喜代子(76)
- 本町1 唐津 雅子(80) 津内3 味岡きくの(93)
- 松原町 余里 きみ(96) 山泉 須佐 大二(100)
- 沢 中野八重子(92) 市野々2 木下 静夫(82)
- 二村 山本 和子(87) 筋生野 山内ひさ系(92)
- 野神 田中イツエ(92) 松原町 田波 茂(82)
- 長谷 橋詰 幸昇(71) 港町 森 典昭(71)
- 三島1 塩谷みつえ(78) 萩野町 小柳 清二(59)
- 長沢 田中 肇(77) ひばりヶ丘 中山 進(80)
- 舞崎町 久保田 擴(80) 新和2 中橋 利夫(77)
- 新松島 平口捨三郎(88) 新和1 松木きぬ子(78)
- 神楽1 坂本 澄子(81) 清水1 道司 久江(91)
- 白銀町 樋口 清美(91)

項目	月日	時間	場所
行政	10月8・22日(休)		
心配ごと	10月1・15日(休)	10時～14時	
人権	10月1・15日(休)		福祉総合センター「あいあいプラザ」(東洋町 ☎22-3133)
介護保険	毎日(第1・3土曜日は休み)	8時30分～17時30分	
法律	10月1・15日(休) *	10時～13時30分	
弁護士無料相談	毎月第2～5火曜日(祝祭日を除く)	13時30分～15時	男女共同参画センター 問合せ先: 福井弁護士会 (☎0776-23-5255)
結婚婦人問題	10月11日(土) 21日(火)・28日(火)	13時30分～15時30分	男女共同参画センター (婦人児童福祉協議会 ☎22-4135)
家庭教育	毎週火～土曜日 *	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～16時	ハートフル・スクール (鎗物師町 ☎22-7072) ☎22-8151 ☎0120-96-8104 (ハートフル・スクール)
いじめ110番	毎週月～金曜日 *	8時30分～15時	☎22-1460 (晴明保育園)
育児電話	毎週月～金曜日(土曜日は午前中) *	8時30分～17時15分	☎21-1151、22-0147 (子育て総合支援センター) ☎21-0133、25-5647 (粟野子育て支援センター)
女性相談窓口	毎週月・火・水・木・土曜日 * 毎週金曜日(第3は福井地方法務局敦賀支局との合同相談) *	8時30分～17時15分 8時30分～20時	男女共同参画センター (三島2 ☎23-5411)
若者求職相談窓口	毎週火～金曜日	10時～17時	男女共同参画センター ミニジョブカフェ敦賀 (三島2 ☎23-5416)

* 相談者が著しく多い場合、受付人数を制限させていただくことがあります。
* 国民の祝日・振替休日は休みとなります。

納税と納付

納期限 9/30(水)

- 国民健康保険税 (第3期)
- 介護保険料 (第3期)
- 後期高齢者医療保険料 (第3期)



日	月	火	水	木	金	土
休日急患診療 詳しくは 22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 ④マークは母子 健康手帳を持参	相談 詳しくは 23ページへ 行事 詳しくは ()のページへ	1 1日がん検診 行政書士無料相談会 10:00~16:00 市役所市民ホール こころの相談日 (P16)	2 プレママあつまれ~ (P17) 食育講座 (P18)	3 健康診査 雇用・年金なんでも 無料相談会 (P15)	4 市民歴史講座 (P11) 聖祭×海凜祭 (P13) 萩ウォーキング (P13) アニメシアター (P23)
5 不動産なんでも相談 会 (P14) 法務局休日相談所 (P15) 和久野医院 ☎22-3080	6 総合健診 ママ・パパばけっと (P17)	7 3歳児健診 ★④ 受付 13:00~13:30 サポステふくい出前 相談会 (P14)	8 1歳6か月児健診 ★④ 受付 13:00~13:30 行政相談	9 杉箸アカカンパ間引 き (P10) すくすく健康相談 (P18) ベビーすこやかセミ ナー (P18)	10 健康診査 肺がん検診 胃がん検診	11 総合健診 結婚・婦人相談 青年座公演 (P13) おはなしポンポン (P23)
12 いっぶく木ノ芽茶屋 (P13) 中池見自然観察会 (P13) 泉ヶ丘病院 ☎22-7700	13 体育の日 せきクリニック ☎21-2000	14 健康診査 肺がん検診 胃がん検診 弁護士無料相談	15 健康診査 肺がん検診 胃がん検診 心配ごと相談 人権相談 法律相談	16 2歳の歯の ★④ 健康セミナー 10:30~12:00 1歳の親子 ★④ 歯ッピーセミナー 13:10~14:30 こころの相談日 (P16)	17 離乳食セミナー (P17) 絵本読み聞かせ (P18) ママのおひざ (P23)	18 マナビ・フェスティ バル~ 19日 (P13) おはなしとがみしば いの会 (P23)
19 敦賀すくすく療育会 (P16) 敦賀マラソン大会 (P22) 加藤胃腸科医院 ☎25-6888	20 フレッシュ健診 子宮頸がん検診 歯ッピー検診 市民活動団体パネル 展~ 25日 (P14)	21 1歳6か月児健診 ★④ 受付 13:00~13:30 弁護士無料相談 結婚・婦人相談 子育て基本講座 (P18)	22 3歳児健診 ★④ 受付 13:00~13:30 行政相談 おはなしわたげ (P23)	23 健康診査 肺がん検診 胃がん検診 木のおもちゃで遊ぼ う (P18)	24 1日がん検診 プレママあつまれ~ (P17) 絵本読み聞かせ (P18)	25 親教育セミナー (P11) 美術館・博物館へ行 こう (P14) おはなしポケット (P23)
26 図書および雑誌の無 料配布 (P23) いちはし整形外科 ☎20-1825	27 1日がん検診	28 弁護士無料相談 結婚・婦人相談	29 総合健診 子育て座談会 (P18) 大人の朗読会 (P23)	30	31 7か月児すくすく相談 受付 9:45~10:00 ★④ 13:15~13:30	

上記カレンダーは8月29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

笑顔で元気に介護予防

今月号の表紙は、今年度、南公民館で行われている「南から元氣アップ教室」の風景です。高齢化が進み平均寿命が延びている今、自分らしく自立した生活を継続していくためには、元氣なうちから意識して身体を動かしたり、食生活を見直すことが大切です。4Pに介護予防の記事を掲載していますので、ぜひご覧ください。

人口 67,875人(前月比-9人) 世帯数 28,208世帯
 男 33,308人 女 34,567人 (平成26年8月26日現在)

広報担当者のつぶやき

皆さん、自身の心と体いたわっていませんか？今月号では、スポーツ教室や検診、各種講座、市民文化祭や自然の中でのイベントをたくさんご紹介しています。心も、体もフレッシュ！自分磨きに挑戦しましょう！(大)

今年の花火大会は、2尺玉が3発同時に打ち上がる「大三輪」に圧倒されました。天に響く轟音とともに夜空いっぱいに広がる花火、写真を撮っていることも忘れて、花火の余韻に浸ってしまいました。花火大会の写真は市ホームページにも掲載していますので、ぜひご覧ください。(内)

今年の夏は甲子園が熱かったですね！惜しくも決勝進出は逃しましたが、来年、また福井県勢が甲子園で大暴れしてくれるのを期待したいと思います。氣比高ナイン、お疲れさまでした！(木)