

# 広報 敦賀

3月

つるが 平成27年2月10日発行



## 二十歳の誓い 胸に刻み



No.877

2 | ストレスに負けない！こころの健康を守る  
4 | Know-How 学んで Let's 市民活 Do !

# ストレスに負けない！ こころの健康を守る

私たちは、日常生活でいろいろなストレスを受けながら生きています。適度なストレスは充実した生活を送るために無くてはならないものですが、過度のストレスは心身に悪影響を及ぼします。ストレスとうまく付き合い、こころの健康を保ちましょう。

## ストレスの3段階

警告期	抵抗期	疲弊期
<p>▼ 休息や趣味などでリフレッシュしましょう。</p> <p>ストレスを受けて体が防衛体制をとる。体から危険信号がでる時期</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 疲れがとれない</li> <li>・ イライラする</li> <li>・ ミスが増える</li> </ul>	<p>▼ 早急に体調を整えましょう。忙しくても休養を。</p> <p>ストレスに抵抗し、ある程度安定した時期。ストレスの増加・長期化によっては安易に疲弊期に移行する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 仕事を抱え込んだり休まなくなったりする</li> <li>・ 興奮状態になり疲れを自覚しにくい</li> </ul>	<p>▼ 一刻も早く専門医療機関の受診をしましょう。</p> <p>疲れきり、自分の力ではどうにもならなくなり、本当の病気に移行する時期。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 集中力、記憶力が低下</li> <li>・ 何もする気がなくなる</li> <li>・ うつ病などの心の病気を発症する。</li> </ul>

### 01

そもそも

「ストレス」って何？



「ストレス」は、もともと物理学の用語で、物体が外側からの圧力によってゆがみが生じた状態をいいます。例えば、ボールを手で押してゆがんだ状態がストレスのかかっている状態です。ボールが元の形に戻ろうとする力をストレス反応、手で押す力をストレスソースといいます。

私たちの日常生活では、睡眠不足や騒音、仕事のノルマ、人間関係など多種多様なストレスにさらされています。

### 02

「ストレス」が続くとどうなるの？

ストレスを受けると、心身はいったんショックを受けるものの、抵抗力を高めて対応します。しかし長引けば次第に抵抗力は失われ、心身の状態は悪化していきます。

ストレスは「心」「体」「行動」に現れる

**心理的反応**

不安、イライラ、集中力の低下 など

**身体的反応**

頭痛、肩こり、動悸、めまい、食欲不振 など

**行動的反応**

酒・タバコの量が増える、ギャンブル依存 など

### 03

うつ病って何？

うつ病は、さまざまな出来事や体験で感じる強いストレスがきっかけで発症し、誰でもかかる可能性があります。脳の機能障害なので、脳がうまく働いてくれず、もの見方が否定的になり、自分がダメな人間だと感じてしまいます。悪化してしまうと回復に時間がかかり、最悪の場合、自殺に至ってしまいます。

### 04

気軽なストレス解消法  
セルフケアで心を守る

楽しい、心地良いと感じられる自分に合った方法を選ぶ事が大切です。

**十分な睡眠**

ストレス解消法のひとつに、快適な睡眠があります。快適な睡眠でしっかりと疲れをとりましょう。



**ゆったり入浴**

ぬるめのお湯につかることで神経に作用しリラクゼーション効果、一日の疲れがとれます。



**体を動かす**

散歩やサイクリング、スポーツなど、適度に体を動かすことで心身のリフレッシュができます。



### 05

周りの人にも目を向ける

こころの病気の予防や早期発見には、周囲のサポートも重要です。家族や同僚に迷惑をかけまいと助けを求めない人や自分自身でこころの悲鳴に気づかない人もいます。本人が「大丈夫」と言ってもいつもと違う様子であれば、休養や相談窓口の利用などを勧めましょう。変化に気づいて声をかけましょう。



**笑う**

笑うことは血液循環をよくし、免疫を高めます。ストレスを解消してくれる効果があります。笑顔を作るだけでも効果があるとされています。

**【こんな様子に注意】**

- ▼ 以前と比べて表情が暗く、元気がない
- ▼ 体調不良の訴えが多くなる
- ▼ 仕事や家事の能率低下、ミスが増える、ボートとしてしていることが多い
- ▼ 周囲との交流を避けるようになる、外出をしなくなる
- ▼ 飲酒量が増える

**「こころの相談」受付窓口**

- 敦賀市健康管理センター ☎ 25 - 5311 (P12)
- ★ 相談内容で多いのは… 職場での人間関係や夫婦関係・親子関係など対人関係での悩みことです。お気軽にご相談ください。
- 二州健康福祉センター ☎ 22 - 3747
- 県精神保健福祉センター ☎ 0776 - 26 - 4400

1つでも当てはまる場合は、かかりつけ医や医療機関、相談窓口等に相談することを勧めます。

**チェック**

- 疲れているのに**2週間以上** 眠れない日が続いている。
- **食欲がなく**、体重が減っている。
- **だるくて意欲が湧かない**。

# ノウ Know-How 学んで レッツ Let's シミンカツ ドウ 市民活 Do!

市民活動を始めたいと思っている方！ 一歩踏み出してみませんか？  
 すでに市民活動をしている方！ 活動をもう一歩進めてみませんか？

## 【市民活動ミニ知識】

### Q 市民活動とは？

より良い社会づくりのために市民が自主的に行う社会貢献活動や公益的な活動のことです。

### Q NPOとは？

さまざまな社会貢献活動等を行い、構成員に対し収益を分配することを目的としない団体の総称です。NPOには、特定非営利活動促進法に基づき法人格を取得した特定非営利活動法人（NPO法人）や法律上定めのない任意団体等、さまざまな団体があります。

### Q 市民協働とは？

市民、NPO、企業、行政等のさまざまな主体が、対等な立場で互いの特性を生かしながら、地域の活性化や課題解決という共通の目的のために取組むことをいいます。

## ノウ Know How 市民活動に関わってみよう！

### 市内で活動するNPOを知ろう！

市内にはNPO法人が17団体、任意団体は40団体以上あり、団体数は年々増加しています。活動分野は20分野に分かれており、その内容も環境保全、子育て相談、伝統行事の後継者育成等、さまざまです。

また、市ホームページでは、市内で活動するNPO法人や任意団体の詳しい情報や活動内容を掲載しています。ぜひ一度ご覧ください。

■ NPO法人数の推移 H26年11月30日現在

	H23年度	H24年度	H25年度	H26年度
敦賀市	16団体	16団体	17団体	17団体
福井県	220団体	228団体	252団体	250団体
全国	45,139団体	47,541団体	48,983団体	49,691団体

■ 敦賀市民活動団体登録団体数の推移（NPO法人除く）

	H23年度	H24年度	H25年度	H26年度
任意団体	21団体	23団体	35団体	40団体

H26年12月26日現在

### 1 団体の活動に参加する

NPOが実施する活動やイベント等にボランティアとして参加したり、メンバーとなり運営に携わっていくという方法があります。

### 2 団体の活動を応援する

NPOが実施するイベント等にお客さんとして参加したり、団体が提供するサービスを利用する方法があります。また、NPOに対し、寄付をすることも団体を応援する一つの方法です。

### 3 団体を立ち上げる

目的を共にするメンバーを集めて話し合い、団体のルール（規約等）、代表者、活動場所を決めることが必要です。

まずは、すでに市内で活動している団体の話を聞いてみたり、活動に参加してみることが団体立ち上げの参考となります。



## 市民活動支援室の支援内容を知ろう！

### 1 市民協働事業補助金交付事業

市民協働のまちづくりを推進するため、市とNPOとが協働で実施する事業や、団体の企画・運営によるまちづくり提案事業に対し、補助金を交付しています。今年度は6団体が事業を実施しています。

#### 【協働事業】

「敦賀キャンドルナイト2014」／キャンドルナイト実行委員会

市民の地球温暖化や環境への関心を高めるイベントを開催。

#### 【ふるさと再発見事業】

観光ボランティアガイドつるが

市の知られざる名所旧跡を巡る研修ツアーを開催。

#### 【まちづくり提案事業】

「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！」／（特活）Jelly Beans

中高年のための安全でより効果的なトレーニング講座を開催。

「園児とエンジョイ」みこしでわっしょい!!vol.3」／（特活）つるがみこしの会

敦賀まつり「神輿渡御」に、園児が作成した神輿で参加。

#### 【趣味の手づくり講座】

ものづくりを気軽に体験できる講座を開催。

#### 【親教育講座】

子育てについて学ぶ講座を開催。

### 2 ワンコイン講座

市内で活動する市民やNPO等の方を講師とし、技術の取得だけでなく、講座を通じた受講生同士の仲間作りの場として開講しました。



市民活動支援室では、NPOの活動に対してさまざまな支援を行っています。ここでは、その一部をご紹介します！

### 3 市民活動団体パネル展

市内で活動するNPOの活動を市民や市外の方にも知ってもらうとともに、市民活動に対する知識と理解を深めるために開催しました。



### 4 市民活動団体登録制度

市民活動団体に登録すると、さまざまな支援を利用することができます。現在、NPO法人を含めて50団体が登録しています。

市民活動団体に登録して、皆さんの活動を今以上に広げてみませんか？

#### ■ 市民活動団体に登録すると、

- ▶ 広報活動支援 ▶ 各種講座や補助金についての情報提供 ▶ 男女共同参画センターの備品の貸出し ▶ 交流サロンの利用
- といった支援が受けられます。

### 5 交流サロン

予約不要、無料で利用できます。急な打合せや、他団体との交流の場としてぜひご利用ください。



場 所：男女共同参画センター2階  
 利用時間：9時～22時（日曜日および第3日曜日の前日は9時～17時）  
 休 館 日：毎月第3日曜日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）

※市民活動団体への登録が必要です。  
 ※貸切での利用はできません。

# イベントスケジュール (参加定員・料金)

ステージ	ワークショップ	小ホール	その他
10:00 OP セレモニー 10:15 かんきょうコンクール表彰式	10:30 日産わくわくエコスクール① 定員：30人 料金：無料	10:30 北欧映画「365日のシンプルライフ」① 定員：200人 料金：1,000円	10:10 まちなか・スイーツ・らんらんRUN! 定員：50人 料金：1,300円 ★雨天中止・20人以下中止
10:50 ふるさと敦賀塾発表	11:40 アロマワックスパーづくり 定員：15人 料金：1,000円		【終日】 ▼パネル展示・食事ブース・スタンブラリー(19時まで) ▼みんなで創ろう! つるがふるさとフォトギャラリー(19時まで) ▼かんきょうキッズ広場(20時まで)
11:50 エイサー新風演舞	13:00 日産わくわくエコスクール② 定員：30人 料金：無料	13:00 みんなで描こう! 敦賀の大漁旗! ★実施中に随時参加可(16時頃まで)	
12:20 バレオンアートショー	14:10 スッキリおかたづけ♪ 整理収納塾 定員：20人 料金：無料	14:00 リラックスヨガ体験 定員：15人 料金：1,000円	
13:00 オシャレクリーンナップ	15:20 グリピック特製LEDネックライトづくり 定員：50人 料金：700円	15:30 北欧映画「365日のシンプルライフ」② 定員：200人 料金：1,000円	
13:30 うんち博士のおはなし	16:20 アロマビーズボトルづくり 定員：15人 料金：1,000円		
15:00 命の守り方 @敦賀	17:20 今日からはじめる家庭菜園 定員：30人 料金：1,000円		
16:00 100年後も残そう! 私たちの松原	18:20 グリピック旬材食堂 定員：40人 料金：1,500円		
17:00 リサイクル展抽選会 ★抽選時に会場にいる方にのみ当選品を進呈			
18:10 敦賀の大漁旗 披露			
18:40 グリピック×ミライエライトアップライブ			

プログラムの詳細や参加申込方法は、特設ホームページをご覧ください。参加申込みは問合せ先の電話でも受け付けています。

つるが環境フェア

2月下旬発行のフリーペーパーに、詳細を記載したパンフレットが折り込まれます(スタンブラリー参加に必要)。イベントの内容やスケジュールは、変更となる場合があります。



# グリーンピクニック Green Picnic

つるが環境フェア 2015 3.14 土 10:00~20:00  
@きらめきみなと館【入場無料】

【主催】つるが環境みらいネットワーク  
【共催】敦賀市

今年もつるが環境フェアを「Green Picnic」と題し開催します。「楽しみながら健康的に過ごす、環境にやさしい1日。」をテーマに、今回も日常生活の中で、ほんの少しでも「環境」について考え、意識してもらえるきっかけとなるようなプログラムをたくさんご用意しました。ぜひ家族や友達と参加して、環境にやさしい生活への第一歩を踏み出してみませんか。

- ステージ**
  - かんきょうコンクール 表彰式&入賞作品展示
  - 敦賀気比高校附属中学校 ふるさと敦賀塾発表
  - エイサー新風演舞 めぐちゃんのバレオンアートショー
  - オシャレに クリーンナップしよう! 清掃活動グループ×GCCと、街なかを楽しくゴミ拾いします。
  - 温かい食べ物等参加賞あり
  - 講演 うんち博士のおはなし
  - 講演 命の守り方 @敦賀
  - あなたの住む場所の防災 まちの防災研究会 松森和久氏
  - 講演 100年後も残そう! 私たちの松原 推進連絡協議会
  - リサイクル展抽選会
  - 抽選申込 10時~15時30分
  - 抽選会 17時~18時
  - グリピック×ミライエ ライトアップライブ
  - ミライエの光の中で多彩な音楽をお届けします
  - 出演 BDF代表宇野精浩氏
  - ジェリービーンズ
  - ホアロハフラスタジオ 敦賀市民吹奏楽団
- ワークショップ**
  - みんなで描こう! 敦賀の大漁旗!
  - 環境問題と電気自動車を学んで、電気をためて走るリーフのキットカーを作ります
  - アロマワックスパーづくり
  - 火を使わずに香る、板状のアロマグッズを作ります
  - スッキリおかたづけ♪ 整理収納塾
  - LEDネックライトづくり
  - イベントロゴやネームが入る特製ネックライトを作ります
  - アロマビーズボトルづくり
  - 香り色で表現して、アロマビーズボトルを作ります
  - 今日からはじめる家庭菜園
  - 家庭菜園の基本を学んで、リサイクルたい肥を使ったプランター畑を作ります
  - 食べて知ろう! つるがグリピック旬材食堂
  - 地場の旬材をふんだんに使った料理を、生産者や料理人の解説を聞きながら食べてもらいます
- 小ホール**
  - 北欧映画 「365日のシンプルライフ」
  - 物に囲まれた生活を見直す、斬新な実験を記録した映画 by SAHAT
  - 静かなホールでのヨガ体験
- その他**
  - まちなか・スイーツ・らんらんRUN! 街なかやアーケードを巡りながら、スイーツを食べ、走り、ます
  - 環境活動&体験パネル展示 約40の団体・企業が出展し、エコグッズが抽選でもらえるスタンブラリーも実施します
  - 食事ブース(8店舗が出店)
  - みんなで創ろう! つるがふるさとフォトギャラリー
  - とおきの写真を集め、敦賀の写真展を作ります
  - 写真現物がデータを持参ください
  - かんきょうキッズ広場
  - クリスタルハウスづくり、えほん交換、クイズ大会などで「かんきょう」と遊ぼう!
  - 簡易授乳室もあります
  - 交換したい絵本を持参ください
  - マークのプログラムには、定員・参加料金があります。次ページでご確認ください。

問合せ先 環境・廃棄物対策課 (つるが環境みらいネットワーク事務局) ☎ 22 - 8121





# 地域の子は地域で すこやかに育てよう！

## “青少年育成推進員”さんをご紹介します

子どもたちの健全育成には、地域全体で一緒に育てることが大切です。今回、紹介する青少年育成推進員の方とともに、積極的に青少年育成活動を行っていきましょう。

● **ひまわり塾**  
小学4～6年生を対象に敦賀でしかできない体験をおして郷土の文化や歴史を学びます。

● **26年度のひまわり塾**  
では、「ソバ打ち体験」「昆布かき体験」「敦賀と電車」などを実施しました。

### どんな活動をしているの？

各町内の区長から推薦された青少年の育成に熱意と関心を持っている方です。市長および青少年健全育成敦賀市民会議会長が委嘱します。任期は2年で、各区に1人市全体で135人います。

推進員は、青少年の健全育成や非行防止に関する県民運動、市民運動の地域への浸透を図り、関係諸機関や団体等と連携しながら、地域に根ざした青少年育成活動を推進しています。

### 青少年育成推進員とは？

● 市民会議主催の親子のフェスティバルや青少年育成敦賀市民大会の参加・お手伝いなど。

※ **青少年健全育成敦賀市民会議**  
青少年にとってより良い社会環境づくりをするためにさまざまな活動をしている団体です。市民会議は、誰でも会員になれます。ぜひ一緒に活動しませんか？

**少年愛護センターからのお知らせ**

あなたの思い 話してみよう

- ▶ 青少年の悩み相談
- ▶ 家庭教育相談

火～土 9時～16時  
☎ 0120 - 090523 ☎ 23 - 0189

面談 少年愛護センター相談室  
(生涯学習センター2階)

※事前に電話でご連絡ください。  
メール k-sodan@ton21.ne.jp

## 敦賀を好きになってもらい 自信を持って“敦賀”を発信できる人に

インタビュー



青少年健全育成敦賀市民会議  
推進員部 部長  
まつやま ひろゆき  
**松山 公之 さん**

私たち「青少年育成推進員」は、各地区で「地域」・「子どもたち」というテーマで活動しています。また、10地区の地区代表者が毎月1回集まり、年間の活動や作業分担等を決め、活動に結び付けています。

活動の中心は“ひまわり塾”の企画・運営です。“ひまわり塾”は、学校では学べないことや普段できない体験などを通して、“敦賀”を好きになってもらい、子どもたちが成長した時に、自信を持って“敦賀”を他に発信できる人になってもらうのを理想としています。

子どもたちの元気な声と明るい笑顔が見られることを楽しみに、また協力していただいた方々への感謝で、長く続けることができます。敦賀で育った大人と子どもと一緒に学び、一緒に遊び、“笑顔”と“元気”と“感謝”の中で、地域とのつながりを感じてもらおうことを大事にしながら活動しています。

これからも、多くの推進員で楽しく活動を続けていきたいと思ひます。

# 自助力を高め被害を最小限に！ 万一のための備え

皆さんのご家庭では、災害に備えてどのような対策をとられていますか？  
災害が起こった際、各家庭の備えが大きな力となります。今一度、日ごろの備えを見直してみませんか？



## 非常時に備える 3ステップ

まずは、1次から。ついで、0次と2次も

### 0次の備え いつも携帯！

非常持ち出し品の中から携帯できそうなものは、いつも使うかばんなどに入れ、身に付けておきましょう。

リスト

- 携帯食 (チョコや飴など)
- ミニライト
- 携帯電話 (充電器等も)
- 現金 (公衆電話用に10円や100円玉も)
- 持病薬、常備薬

### 1次の備え 非常持ち出し品

万一に備える非常持ち出し品。被災から1日、安全なところに逃げるときにこれだけは持っていたい、最低限の物。

リスト

- 非常食 (乾パンなど、水・調理不要なもの)
- 運動靴
- 携帯ラジオ
- 身分証明書
- 雨具

### 2次の備え 安心ストック

ライフラインが途絶えた時のため、何日間かは自給自足してしのげる物品を備蓄しておきましょう。

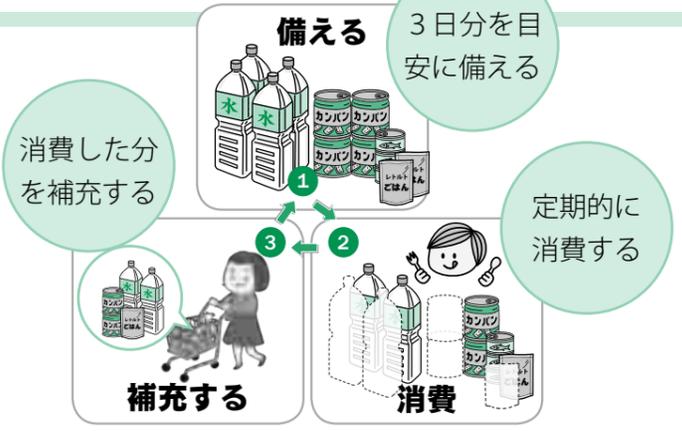
リスト

- 非常食 (最低でも3日分)
- 簡易トイレ
- ティッシュペーパー等
- 衣類・毛布
- タオル

**個別で必要なもの** 乳幼児や高齢者、女性など個別で準備が必要なものも用意しておきましょう。(紙おむつや粉ミルク、入れ歯、補聴器、老眼鏡、生理用品など)

## ローリングストックをご存じですか？

非常食を備蓄しているけれど、消費期限が近づいている、または過ぎてしまっているということはないですか？  
「ローリングストック法」とは、**定期的に非常食を食べて、食べた分だけ買い足していくという方法**です。非常食の消費期限切れを防ぐことができる上、非常食に慣れ親しむことができ、自分の好みに合った非常食を備蓄することができます。



# 交通災害共済 加入受付開始

交通災害共済は、万一交通事故に遭った場合に、加入している皆さんがお互いの助け合いによって見舞金を受け取る制度です。いざというときに備え、皆さん加入しましょう！

## 災害見舞金とは？

最高で死亡（1等級）100万円から、最低で1週間以上の治療を要する傷害（8等級）2万円まで、それぞれの災害等級に合わせて金額が決まっています。

災害を受けた日から2年以内であれば、見舞金を請求することができます。

## 【対象】

国内で次の交通機関の運行に伴う接触、衝突、転落、その他の事故による人の死傷が対象です。

- 自動車、バイク、自転車
  - 電車（路面電車を含む）、旅客船、旅客機など
  - 身体障害者用の車いす（道路上で使用中の事故）
- ※家の中や外を歩行中の転倒、自転車停車後の転倒は対象外です。

## 加入手続き方法

区を通じて各家庭に配布する申込書に掛金を添えて、下記の①～③のいずれかの方法でお申し込みください。（申込書が届かない場合は、生活安全課までお問い合わせください。）

- ① 区の取りまとめにより申込み
  - ② 県内の福井銀行に申込み（2月13日～10月末）
  - ③ 市役所生活安全課に申込み
- 加入資格 申込時に敦賀市に住民登録のある方
  - 共済掛金 1人年額 500円
  - 共済期間

- 【3月31日までに申込みの場合】  
平成27年4月1日～平成28年3月31日
- 【4月1日以降に申込みの場合】  
受付日の翌日～平成28年3月31日

問合せ先 生活安全課 ☎22-8115

# 健康・福祉

## 障がい者のための ニュースポーツ教室

とき 3月1日(日)  
13時30分～15時30分  
ところ 総合運動公園

内容 ニュースポーツ（卓球、バレー、ボッチャ、スカイクロス）

対象 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方、および付き添いの方

定員 40人程度（無料）  
持ち物 室内用シューズ、タオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

申込締切 2月25日(水)  
申込方法 地域福祉課へ持参、またはFAXにて申込み  
問合せ・申込先 地域福祉課 ☎22-8176  
☎22-8163

## メタボ・生活習慣病予防教室 あなたの血圧、黄色信号!?

生活習慣病は自覚症状がないまま進行します。今回は血圧に着目し、生活習慣や食事について考える教室です。

とき 3月6日(金)  
13時30分～15時  
ところ 健康管理センター

内容 ▼血圧と生活習慣について  
▼高血圧改善のための食事について

定員 50人（先着順）  
申込締切 2月27日(金)  
問合せ・申込先 健康管理センター ☎25-5311

## こころの相談日

臨床心理士が相談に応じます。  
とき 3月3日(火)・19日(木)  
9時30分～17時45分

ところ 健康管理センター  
対象 市民の方（無料）  
定員 各6人（要申込）

問合せ・申込先 健康管理センター ☎25-5311

## 補聴器・車いす等の相談

とき 3月10日(火) 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を受け付けます。

※車いす判定希望の方は、3月3日(火)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、介護保険要介護認定の対象者となる方は、福祉用具貸与が優先

持ち物 印鑑・保険証（身体障害者手帳や現在使用している補聴器等があれば持参ください。）

問合せ・申込先 地域福祉課 ☎22-8176

## ひきこもり講演会と総合相談会

【ひきこもり講演会】（無料）  
とき 3月20日(金)  
13時30分～15時30分

ところ あいあいプラザ  
内容 ひきこもりの実態とその支援について

講師 徳島大学 境 泉洋 氏

対象 家族、相談機関職員、教育関係者等

【総合相談会】（無料）  
とき 3月21日(土) 13時～16時  
ところ 二州健康福祉センター

内容 法律相談、精神科医による心の相談、「ひきこもり」相談、生活・就労相談、アルコール・ギャンブル等依存症相談

問合せ先 二州健康福祉センター ☎22-3747

## くらし

## 労働問題無料相談会のお知らせ

労働問題の専門家が相談に応じます。

【職場での悩みごと無料相談会】  
とき 3月1日(日)（申込不要）  
13時30分～16時30分

ところ 生涯学習センター  
【夜間労働相談会】  
とき 2月24日(火)・3月24日(火)  
18時30分～20時

※4月以降の日程はお問い合わせください。

ところ 福井県庁  
申込み 前日までに電話・メールにて申込み

問合せ・申込先 福井県労働委員会事務局 ☎0776-20-0597  
✉roui@pref.fukui.lg.jp

## 企業説明会のお知らせ

①大学生等企業説明会  
とき 3月6日(金)  
13時30分～16時

ところ きらめきみなと館  
企業数 約50社

対象 平成28年3月卒業予定の大学・短大・高専・専修学校の学生、若年Uターン希望者、既卒者、保護者

問合せ先 ハローワーク敦賀 ☎22-4220

②ふるさと企業魅力発見  
とき 3月7日(土) 11時～17時

ところ サンドーム福井  
企業数 約200社

対象 大学・短大・高専・専修学校の学生（学年不問）、若年Uターン希望者、既卒者、保護者、大学関係者

問合せ先 福井県労働政策課 ☎0776-20-0390

## ③ふくい決めよう

Uターン就職フェア

▼金沢会場（企業数約45社）  
4月9日(木) 13時～16時

▼東京会場（企業数約45社）  
4月12日(日) 13時～16時30分

▼大阪会場（企業数約60社）  
4月18日(土) 13時～17時

▼名古屋会場（企業数約45社）  
4月19日(日) 13時～16時30分

対象 平成28年3月卒業予定の大学・短大・高専・専修学校の学生、U・Iターンを希望する社会人（金沢会場を除く）

問合せ先 福井県ブランド営業課 ☎0776-20-0387

市営住宅入居者募集

団地名	一般
新津内	1
東洋松	2
三楽園	3
和久野	1
桜ヶ丘	2
合計	10

※単身用住宅はありません。

入居資格（一般用住宅）

- 市内に住所があること
- 現に同居、または同居する親族があること
- 世帯収入が一定基準以下であること
- 申込者および同居しようとする親族が暴力団員でないこと
- その他の条件を満たすこと

申込方法

住宅政策課で配布する所定の用紙にてお申し込みください。

配布期間 2月20日(金)まで

※平成26年分の収入がわかるもの（源泉徴収票等）を持参してください。

※平成26年1月から申込日まで勤務先を変更された方、または結婚予定などの事情のある方は必ず申し出てください。

全国瞬時警報システム（Jアラート）

全国一斉情報伝達訓練

災害時や緊急時の情報を確実に市民の皆さんへ伝えるため、情報伝達訓練を行います。

とき 2月20日(金) 14時15分～

対象 市内全域

訓練内容

- ▼屋外スピーカー、緊急告知FMラジオでの試験放送
- ▼（放送内容）チャイムのあと「これはテストです。」
- ▼こちらは敦賀市役所です。」
- ▼トンポメール（市防災メール）登録者に訓練メールの配信

※訓練用の放送・配信であり、実際の災害ではありません。訓練前には、ラジオの電源が「切」になっていることを確認してください。

問合せ先 危機管理対策課

☎ 22・8166



原子力TOPICS 市内の放射線量について

市内の放射線量は福井県原子力環境監視センターや各事業者が常時監視しています。今回の測定期間では、発電所からの放射性物質の放出による線量上昇は観測されませんでした。

市内各地での空間線量率連続測定結果（平成26年7月～9月）									
観測地点	月間平均線量率			3カ月間の最高値	観測地点	月間平均線量率			3カ月間の最高値
	7月	8月	9月			7月	8月	9月	
白木峠	79.8	80.2	80.1	110.7	水産試験場裏	81.3	80.7	80.7	101.6
白木（公民館東）	80.9	81.0	80.6	114.6	浦底（明神寮下）	76.2	75.8	75.4	117.9
松ヶ崎	62.8	62.6	62.5	92.5	浦底（剣神社西）	76.6	76.4	76.7	115.5
もんじゅ（北東）	65.5	65.8	66.2	98.4	色ヶ浜	79.9	79.7	79.5	111.4
もんじゅ（東南東）	40.1	40.7	40.6	75.7	縄間	75.1	74.3	74.8	111.4
もんじゅ（南南東）	54.3	54.5	54.0	82.6	敦賀合同庁舎前	60.3	60.1	59.5	84.4
もんじゅ（南西）	46.7	47.0	46.3	75.8	赤崎	50.1	50.0	49.7	73.8
ふげん（北）	62.7	62.8	63.4	96.8	五幡	47.5	47.3	47.0	71.0
ふげん（西）	38.4	38.7	38.2	82.8	阿曾	48.0	48.1	47.8	75.7
立石山頂	75.8	75.8	75.7	109.1	杉津	51.4	51.6	51.5	85.9
立石（八坂神社）	59.4	59.1	59.6	79.9	東郷（咸新小）	66.7	66.5	66.3	97.0
立石（集落入口）	91.8	91.0	93.2	106.1	栗野（黒河小）	68.7	68.7	71.6	94.0
猪ヶ池	79.2	79.2	79.2	115.9	疋田（愛発公民館）	77.0	77.4	77.7	97.0

線量率単位：nGy/h（1時間ごとの値）

※放射線量の値について

自然環境（土中や大気中）には天然の放射性物質が含まれ、常に放射線を出しています。天然放射性物質の量は地域の地質によって異なるため、放射線量は観測地点により違いがあります。また、降雨などの気象条件によっても変動するため、福井県では通常 **20～150nSv/h** の範囲で変動するとしています。

また、Gy（グレイ）は物質が放射線を受けて吸収したエネルギーを表す単位で、数値はおおよそ Sv（シーベルト）と同程度に換算することができます。（1nGy=0.00000001Gy）

県内の測定結果については、福井県原子力環境監視センターのHPや市役所ロビーのモニタリングデータ表示装置でリアルタイムに知ることができます。

○市民原子力研修会の募集

市内にお住まい、または勤務されている方を対象とした「見て・聞いて・体験できる」市民原子力研修会を開催しています。研修内容、日程は希望者と相談の上決定します。皆さんのお申し込みをお待ちしております。

<問合せ・申込先> 原子力安全対策課 ☎ 22-8113 ✉ genan@ton21.ne.jp

納税と納付

納期限

3/2(月)

- 固定資産税（第4期）
- 都市計画税（第4期）
- 国民健康保険税（第8期）
- 介護保険料（第8期）
- 後期高齢者医療保険料（第8期）

※平成26年1月2日以降に転入された方は、申し込みをされるまでに前住所地での所得（課税）証明書を留意してください。

※書類準備に時間がかかる場合がありますので、早めにお問い合わせください。

※一部の団地については随時募集も行ってまいります。

抽選日 3月中旬（予定）  
入居開始日 3月下旬（予定）

問合せ・申込先 住宅政策課 ☎ 22・8140

3月1日（予定）から 敦賀市ホームページが新しくなります

<http://www.city.tsuruga.lg.jp/>  
※ URL は変わりません

敦賀市では、ホームページを利用される皆さんに、必要な情報をより探しやすく、より分かりやすくお伝えするため、デザインを一新し、3月1日（予定）からホームページを全面リニューアルいたします。障がいのある方や高齢の方にも配慮したアクセシビリティ（誰もがホームページ等で提供される情報や機能を支障なく利用できること）を確保するとともに、スマートフォン、タブレット端末への対応も行います。ぜひご期待ください！



スマートフォン、タブレット  
端末にも対応!



問合せ先 情報管理課 ☎ 22-8114

有害鳥獣捕獲実施中!

現在、各地の山ではニホンジカによる農林業被害を防止するため、有害鳥獣捕獲隊員等（オレンジ色の服装）が銃やわなによる捕獲作業を行っています。入山される際は次のことにご注意ください。

- 遠くからでも目立つ服装で、ラジオや鈴など音の鳴るものを身に付ける。
- 山の中では見通しの良い場所で行動する。
- 朝夕の薄暗い時間帯の活動は避ける。

▼わな設置の看板に注意する。  
（看板の近くにわなを設置）  
問合せ先 農林水産振興課

福井県地域農業課 22・8196  
0776・20・0414



市長・市議 立候補予定者説明会

4月26日(日)に行われる敦賀市長選挙および敦賀市議会議員選挙の立候補届出の手続き等について、次のとおり説明会を開催します。立候補予定者または関係者の方はご出席ください。

- ◆とき 3月1日(日) 13時30分～
- ◆ところ 敦賀美方消防組合 消防本部3階 講堂  
※市役所向かって左手の防災センター入口からお入りください。

問合せ先 敦賀市選挙管理委員会 22-8101

福井県の最低賃金が **716円** に改定されました

特定最低賃金（平成26年12月24日から）※時間額

- 紡績業、化学繊維、織物、染色整理業 732円
- 繊維機械、金属加工機械製造業 810円
- 電気機械器具製造業（略称） 776円
- 百貨店、総合スーパー 773円
- 各種商品小売業（改定なし） 750円

【問合せ先】 福井労働局労働基準部賃金室 0776-22-2691  
敦賀労働基準監督署 22-0745

市有地を一般競争入札により売却します

一般競争入札とは？ 予定価格（最低売却価格）以上で、一番高い価格を入札された方がご購入いただける方法です。

番号	所在地番	地目	地積(m <sup>2</sup> )	用途地域等	建ぺい率 容積率	予定価格 (最低売却価格)
①	津内町2丁目2番48	宅地	321.40	近隣商業地域 準防火地域	80% 200%	非公表
②	道口15号西街道11番2 古田川46号西街道1番	宅地	1257.50	無指定	60% 200%	非公表
③	新和町2丁目4番1 新和町2丁目4番2	宅地	1462.16	第1種中高層 住居専用地域	60% 200%	非公表



- 参加資格 個人または法人。次に当てはまる方は入札に参加できません。  
▶ 契約締結能力を有しない方 ▶ 破産者で復権を得ていない方 ▶ 市税を滞納している方  
▶ 契約の履行に関して不正の行為をした方 等
- 申込方法 契約管理課で配布する入札参加申込書等をご提出ください。  
※電話、郵送、メールでの申し込みは受け付けません。
- 受付期間 2月27日(金)まで 9時～17時15分（土・日・祝日除く）
- 受付場所 市役所4階 契約管理課
- 入札日 3月3日(火) ①15時～ ②15時20分～ ③15時40分～
- 入札場所 市役所4階 402会議室

その他条件等詳しくは  
契約管理課または  
市ホームページを  
ご確認ください!

問合せ・申込先 契約管理課 22-8105

敦賀市家族介護継続  
介護用品支給券取扱店募集

平成27年度において「家族介護継続介護用品支給券」の取り扱いを希望する事業者を募集します。

対象 市内で大人用紙おむつを取り扱っている事業者（小売業等）

申込方法

介護保険課備え付けの登録申請書に、必要事項を記入の上提出  
申込締切 3月27日(金)

問合せ・申込先

介護保険課 22・8181

介護保険運営協議会  
委員募集

介護保険の円滑な運営を図るため「敦賀市介護保険運営協議会」の委員を募集します。

対象

市内在住の40歳以上で、年4回程度の会議に出席できる方  
募集人員 2人

※応募多数の場合は選考。  
任期 平成30年3月31日まで  
(3年間)

会議内容

介護保険に関する施策、事業実施状況の評価および審議  
応募方法 介護保険課備え付けの応募用紙に、必要事項を記入の上提出

応募締切 3月13日(金)

問合せ・応募先

介護保険課 22・8180

平成27年度入学  
敦賀いきいき生涯大学・  
大学院 学生募集

【敦賀いきいき生涯大学】

入学資格

市内在住の満65歳以上の方  
(昭和25年4月1日以前出生の方)

▼修業年限 2年

▼負担金 年額5,000円

※平成27年度入学者から、費用の一部負担あり。

【敦賀いきいき生涯大学院】

入学資格

市内在住の敦賀いきいき生涯大学卒業生

ギャラリー 3月

種類	ところ	内容
市民ギャラリー	市役所1階 市民ホール	【日本画】日本画成峰会 せいほうかい たけこい ふみえ 竹越 富美江氏 「えびす大黒」 てらかわ ゆきえ 寺川 幸江氏 「然」 みなみ あさこ 南 朝子氏 「大根」
ギャラリー・ ホワイエ	市民文化 センター2階	【書道】玄又会 げんゆうかい

申込締切 3月2日(月)  
記入の上提出  
地域福祉課、各公民館に備え付けの入学願書に必要事項を記入の上提出  
問合せ・申込先 地域福祉課 22・8118

(大学院修了生の再入学可)  
▼修業年限 1年  
▼負担金 年額10,000円  
【大学・大学院ともに】  
募集人員 各100人  
※応募多数の場合は年齢順

学習内容

講義・実習・学外研修・クラブ活動など

申込方法

地域福祉課、各公民館に備え付けの入学願書に必要事項を記入の上提出

# 中池見自然観察会

## 里山の春を見つけよう

早春の花やアカガエルの卵、卵からかえったばかりのオタマジャクシなどが見られます。

**とき** 3月8日(日) 10:00～12:00

**ところ** 中池見人と自然のふれあいの里

**参加費** 200円(小学生以下無料)

**持ち物** 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



# 催し

## 第46回 観梅茶会

水戸烈士ゆかりの地での茶会をお楽しみください。

**とき** 3月22日(日) 12時～16時

**ところ** 松原公民館

**茶券** 一席300円

※当日会場でお求めください。

**茶席** 裏千家 喜峰会

裏千家 江月会

遠州流 澄桜会

**問合せ先** 敦賀市文化協会

☎21-2229

# 講座・教室

## 福井県国際交流嶺南センター 講座受講生募集

①韓国語で学ぶ韓国を知る講座

**とき** (1回のみ参加可) 2月28日(土)・3月7日(土)・14日(土) 13時30分～15時

**ところ** 福井県国際交流嶺南センター

**講師** 朴 勝子 氏

**対象** 韓国語の学習経験(初級程度)があり、韓国の文化に興味のある方

**定員** 20人(要申込)

**参加費** 1回500円

②日本の料理

**とき** 3月8日(日) 10時～12時

**ところ** 西公民館

**講師** 河村学園 料理講師 河村 幸江 氏

**内容** 巻き寿司・すまし汁作り

**持ち物** エプロン

**対象** 在住外国人の方

**定員** 15人(要申込)

巻き寿司・すまし汁作り

エプロン

在住外国人の方

15人(要申込)

# プラザ萬象団体室の利用団体を公募します

## 【使用できる団体】

社会教育、社会福祉、社会奉仕またはこれに類する教育、文化、福祉等の活動を行う団体で、活動の拠点となる事務所の確保が必要と認められるとき。(物置場としての使用は不可)

## 【団体室について】

**場所** プラザ萬象2階

**募集室数** 10室(1室約30㎡)

**使用方法** 1団体の月平均活動日数が20日以上であること

※共同利用可能。使用方法・料金については各団体間で協議。

**使用料金** 1カ月12,560円(年額150,720円) ※電気料金およびワックス料は実費徴収。

**使用時間** 9時～22時(休館日:毎週月曜日・毎月第3日曜日・年末年始)

**使用期間** 原則4月から翌年3月までの1年ごと ※申請し、許可された場合は更新可。

## 【申込方法】

プラザ萬象窓口で配布する所定の申請書に記入し、プラザ萬象へ提出してください。年度末に審査し、使用許可書交付後、入室可能になります。



問合せ・申込先

【公募期間】 2月28日(土)まで

教育委員会事務局 プラザ萬象 ☎22-9711 ✉bansyou@ton21.ne.jp

# 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。(個別相談あり)

**とき** 3月2日(月)

**ところ** 13時30分～15時

**対象** 二州健康福祉センター

**参加費** 無料(要申込)

**問合せ・申込先** 二州健康福祉センター

☎22-3747

## 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。(試食あり)

**とき** 3月4日(水)

**ところ** 13時30分～15時

**対象** 二州健康福祉センター

**参加費** 無料(要申込)

**問合せ・申込先** 二州健康福祉センター

☎22-3747

## 小児整形外科相談

「よく転ぶので気になる」「O脚ではないか心配」など、お子さんの整形外科的な悩み、専門医が個別で相談に応じます。(診断をする場ではありません。)

**とき** 3月5日(木)

**ところ** 9時40分～14時20分

**対象** 健康管理センター

**参加費** 無料(要申込)

**問合せ・申込先** 健康管理センター

☎25-5311



健康管理センター

☎25-5311

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…

つるが鳶の華麗な演技



笹の川での一斉放水



昭利 24 年 出初式



### つるが鳶 華麗な技で魅了

1月12日 敦賀消防団出初式

今年も一年の防火を願い敦賀消防団出初式が行われました。笹の川堤防左岸で一斉放水が行われた後、相生町大通りに場所を移し、消防団員と車両の分列行進が行われました。その後、きらめきみなと館で、敦賀消防団消防鳶隊「つるが鳶」が高さ約6mのはしごの上でダイナミックなはしご乗り演技を披露。技が決まるたびに集まった観客から大きな拍手が送られました。

大綱を力いっぱい引っ張る参加者たち（上）  
町を練り歩く大黒神と夷子神（下）



昭利 37 年 敦賀西町の綱引き



### 大黒勝利し今年も豊作

1月18日 敦賀西町の綱引き

国指定重要無形民俗文化財「敦賀西町の綱引き」が相生町旧西町通りで行われました。この祭りは、長さ50m、太さ25cmほどの大綱を大黒方と夷子方に分かれて引きあい、1年の豊作豊漁を占う敦賀の冬の風物詩。神事後、大黒神と夷子神に扮した男性2人が「夷子勝った、大黒勝った、エンヤー、エンヤー、エンヤー」と掛け声を上げながら、町内を練り歩きました。その後、合図と共に大綱が放たれ、参加者らが一斉に引き合いました。今年は夷子方が一気に引っ張り早々に勝負を決すると思われましたが、大黒方が盛り返し、約2分ほど一進一退の攻防に。最後は大黒方が逆転し、2年連続で豊作と占われました。

## 子ども

子どものよこ歯  
サポート教室

幼児期のお口の健康について、歯科医師からお話を聞きます。

とき 3月5日(木)

10時～11時30分

ところ 健康管理センター

対象 2・3歳児の親子

定員 20組

問合せ・申込先

健康管理センター

☎25-5311

### ママパパセミナー

保健師、栄養士による妊娠・出産・産後の生活などのお話（試食あり）

とき 3月13日(金)

13時30分～15時30分

ところ 健康管理センター

対象 妊娠6カ月以降の方とその家族

持ち物

母子健康手帳、手帳交付時に配布したパンフレット

定員 10組

おしらせ

※一人での参加も大歓迎  
問合せ・申込先  
健康管理センター

☎25-5311

### プレママあつまれ

「プレママのカフェタイム」

知っているようで知らないお産の神秘。助産師さんと、ゆったりした時間を過ごしましょう。（要申込）

とき 3月5日(木)

13時30分～14時30分

ところ およこきらりんひろば

### Paku☆paku

「アレレギーを持つ」

お子さんのママ達へ

アレレギーに関する悩みや心配事など、当事者同士でないと分からない情報を先輩ママと交換しましょう。（申込不要）

とき 3月17日(火) 10時～12時

ところ あいあいプラザ

両問合せ・申込先

NPO法人子育てサポートセンターきらきらくらぶ

およこきらりんひろば

☎24-7517

## 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	3/12(木)・26(木) 9:00～11:30 13:30～15:30 ▶身長、体重の計測 ▶育児・健康相談 持 母子健康手帳(相談希望の場合)	-	不要	
	ベビーすこやかセミナー	3/12(木)・26(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12月、平成27年1月 生まれの赤ちゃん和妈妈 20組	前日まで電話または窓口で受付	
	子育て基本講座 “with ママ” ～(続)ほめる子育て～	3/10(火) 10:00～11:00	笑顔で子育てを楽しむためのヒントを、 子育てコーディネーターがお話します。	未就園児の親子 20組	2/25(水)～3/6(金) まで電話または 窓口で受付
栗野子育て	イベント名	とき	内容	定員・対象	申込み
	食育講座 “ママナビ”	3/5(木) 10:00～11:00	「プチクッキング③」簡単なおやつ作り 持 エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク	未就園児の親子 20組	2/23(月)～27(金) まで電話または 窓口で受付
両支援センター	イベント名	とき	内容	定員・対象	申込み
	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
特別イベント	イベント名	とき	内容	定員・対象	申込み
	親子で楽しむ季節行事 「ひなまつり」	3月20日(金)「おはなし玉手箱」 3月27日(金)「絵本にこここタイム」	手遊びやふれあい遊びを交えながら、絵本の読み語りを楽しみます。 子育て 3月20日(金)「おはなし玉手箱」 栗野 3月27日(金)「絵本にこここタイム」	▶0,1歳児の親子 10時30分～ ▶2,3歳児の親子 11時～	不要
親子で楽しむ季節行事 「ひなまつり」	3月2日(月) 10:30～11:30 3月3日(火) 10:30～11:30	人形劇を見たり、ゲーム遊びをして楽しく過ごしましょう。 ※申込不要、各センターご利用の際にご参加ください。	栗野 3月2日(月) 10:30～11:30 子育て 3月3日(火) 10:30～11:30		

【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

▶ごみ排出量情報◀

1人1日当たりごみ排出量	
平成26年12月	1,041 g
目標値	1,020 g
達成状況	21 g超過

問合せ先 環境・廃棄物対策課  
☎22-8185



使わなくなった服や家具は、リサイクルショップやフリーマーケットを利用しましょう！

特殊詐欺に注意！！

息子や孫などをかたった振り込め詐欺の電話が増加しています。「風邪をひいて声が変わった」「電話番号が変わった」などといった電話は詐欺の手口です。不審に思ったらすぐに電話を切り、家族への相談、警察への通報をお願いします。

問合せ先 敦賀警察署 ☎25-0110

敬弔塔

謹んでお悔やみ申し上げます。

【12月4日】舞崎町 三谷 和久(68)

【12月25日～1月27日】

清水1	山田 一規(88)	昭和2	山本 章子(59)
金ヶ崎	佐竹 一郎(89)	津内3	柴田としを(87)
松原町	坪川 花子(71)	ひばりヶ丘	海原 武夫(64)
古田川	高谷 重巳(85)	榎林	安藤 和夫(73)
野坂	立木恵美子(85)	杏	山本 とみ(78)
大蔵	山本 成次(61)	松原町	濱野 なつ(94)
長沢	大矢すえ子(96)	曾々木	谷田 ふさ(100)
鉄輪2	藤原喜永子(87)	萩野町	森口とみ子(76)
公文名	吉田 あき(90)	坂下	飯田はるゑ(94)
角鹿町	橋瓜 壽(75)	葉原	宮前富美子(86)
榎林	堂上 久江(81)	平和町	浦辻 敏郎(84)
新松島	田辺 幸治(61)	津内3	野口 浩一(82)
萩野町	谷奥 幸夫(81)	関	友田 静子(73)
杏見	前川 公二(95)	結城町	宮川 義孝(91)
若葉2	雁子 繁(78)	三島1	右近 芳子(96)
三島2	藤木由喜枝(87)	舞崎2	岸本 弘(79)
結城町	西田きよ子(93)	清水2	篠原 愛子(91)
ひばりヶ丘	池田 しず(89)	長沢	田中 正(83)
中央2	平口條太郎(88)	津内2	五次 博(85)
山泉	橋本 哲彦(69)	津内2	嶋田 正次(88)
若葉2	山中喜美江(88)	長沢	川越 春江(88)
港町	真山 正子(88)	本町2	酒谷は津枝(90)
川崎町	中嶋てる子(94)	津内3	山岸 優(80)
新松島	今坂 富枝(94)	野坂	土田 和子(81)
津内2	津内 茂(91)	栄新町	先崎佑十伺(71)
相生町	大學 三郎(87)	杉津	村岡 貞子(92)
舞崎2	山本 利男(97)	三島3	大谷 藤子(89)
津内1	中村 進(83)	津内3	冬廣 友(89)
呉竹1	柏木 實(98)	萩野町	高杉ヤン子(93)
清水2	濱野 勳(75)	川崎町	伊吹 進(82)
鋳物師	尾鳥 しげ(93)	三島2	谷口 貞子(82)
阿曾	藤原 享(80)	曙町	金山 相憲(77)
清水2	赤崎 文枝(93)	市野々2	宮城 和枝(97)
谷	山下 治(87)	清水1	安田はつゑ(99)

休日急患診療

(診療受付時間 9時～12時、13時～16時45分)

内科・小児科・歯科
休日急患センター(中央2 ☎25-5311)
外科系医
2月11日 はぎはら整形外科(木崎 ☎20-0811)
2月15日 加藤胃腸科医院(新松島 ☎25-6888)
2月22日 和久野医院(和久野 ☎22-3080)
3月1日 いちはし整形外科(榎林 ☎20-1825)
3月8日 国立病院機構福井病院(桜ヶ丘 ☎25-1600)
3月15日 市立敦賀病院(三島1 ☎22-3611)
3月21日 せきクリニック(御名 ☎21-2000)
3月22日 和久野医院(和久野 ☎22-3080)
3月29日 泉ヶ丘病院(泉ヶ丘 ☎22-7700)

\*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。

相談ごと

項目	月日	時間	場所
行政	3月11日(水)・25日(水)		
心配ごと	3月4日(水)・18日(水)	10時～14時	
人権	3月4日(水)・18日(水)		福祉総合センター「あいあいプラザ」(東洋町 ☎22-3133)
介護・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	3月4日(水)・18日(水) *	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
結婚問題	3月14日(土) 17日(水)・24日(水)	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 *		ハートフル・スクール(鋳物師町 ☎22-7072)
いじめ110番	毎週月～金曜日 *	9時～16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、22-0147 (子育て総合支援センター) ☎21-0133、25-5647 (栗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 *	8時30分～17時15分	男女共同参画センター(三島2 ☎23-5411)
	毎週金曜日(第3は福井地方方法務局敦賀支局との合同相談) *	8時30分～20時	
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。

図書館 だより

3月の休館日 ◆毎週月曜日 ◆15日(第3日曜日)  
◆19日(第3木曜日・資料整理日)  
開館時間 火～金曜日 10:00～19:00 (土・日は～18:00)

新着図書案内

- 将来の学力は10歳までの「読書量」で決まる!
- 新・かわいい御朱印めぐり ○女子が旅に出る理由
- 新・戦争論 ○深海生物大事典 ○ジャーサラダ
- 交通情報の女たち ○卓球練習革命
- 書きたいのに書けない人のための文章教室
- 風のペーコンサンド ○キャプテンサンダーボルト
- 高い窓 ○電車いっぱい凶鑑
- 恐怖のお泊り会(5) ○東京駅をつくった男

一般書 290冊 新着図書案内一覧表は図書館にあります。  
児童書 184冊 ホームページでもご覧になれます。



問合せ先 市立図書館 ☎22-1868

12月 予約ベスト3

順位	書名	著者名
1位	ナオミとカナコ	おくだ ひでお 奥田 秀朗
2位	キャプテンサンダーボルト	あべ かずしげ 阿部 和重 いさか こうたろう 伊坂 幸太郎
3位	その女アレックス	ピエール・ルメートル

3月の行事案内

日	時間	内容
7日(日)	14:00～	アニメシアター
14日(日)	14:00～	おはなしポンポン
20日(金)	16:00～	ママのおひざ(ところ:栗野公民館)
21日(土)	14:00～	おはなしとかみしばいの会
25日(水)	10:30～	おはなしわたげ
28日(土)	14:00～	おはなしポケット

市立図書館 情報

図書館の自動貸出機で貸出の延長はできません。カウンターで返却処理をしてから、貸出機をご利用ください。また、返却期限が過ぎた図書をお持ちの方の追加貸出も自動貸出機ではできませんので、カウンターまでお越しください。

敦賀市クラウンド・ゴルフ場 愛称募集

市の新しいスポーツ施設として「敦賀市クラウンド・ゴルフ場」が平成27年度にオープンする予定です。そこで、皆さんに親しまれる施設の「愛称」を募集します!

施設概要

- 所在地: 敦賀市高野 「敦賀きらめき温泉 リラ・ポート」南側
- 張芝面積: 約9,000㎡
- コース: 全4コース 32ホール (天然芝)



問合せ・申込先  
スポーツ振興課  
〒914-0823  
敦賀市杵見149-1  
☎22-8154  
FAX 23-6809  
✉sports@ton21.ne.jp

◆募集テーマ

『つるが』をイメージした、観光拠点として広く市民や観光客に親しみやすい施設となるような愛称であること。

◆応募資格

どなたでも応募できます。

◆応募方法

ハガキまたは応募用紙に必要事項を記入し、郵送・FAXで応募。(メールでの応募も可)  
《必要事項》①愛称②愛称を決めた理由③氏名④性別⑤生年月日⑥住所⑦電話番号⑧職業(勤務先)  
※詳しくは応募要項または市HP (<http://www.city.tsuruga.lg.jp/>) をご覧ください。

◆賞

最優秀賞(採用作品): 1人 商品券3万円分  
優秀賞: 2人 商品券1万円分  
※受賞作品が複数の応募者からの作品の場合、抽選により1人に賞品を贈呈します。

◆応募締切

3月6日(金) (はがきの場合当日消印有効)

◆その他

愛称については「愛称選考委員会」で決定します。採用された愛称に関する権利は、市に帰属します。

日	月	火	水	木	金	土
<b>1</b> 障がい者のための ニュースポーツ教室 (P12) 市長・市議立候補予 定者説明会(P17) <b>いちはし整形外科</b> ☎20-1825	<b>2</b> ママ・パパぼけっと (P19) 親子で楽しむ季節行 事「ひなまつり」 (P20)	<b>3</b> こころの相談日 (P12) 親子で楽しむ季節行 事「ひなまつり」 (P20)	<b>4</b> 心配ごと相談 人権相談 法律相談 離乳食セミナー (P19)	<b>5</b> 小児整形外科相談 (P19) 子どものよい歯サポ ート教室(P20) プレママあつまれ～ (P20) 食育講座(P20)	<b>6</b> メタバ・生活習慣病 予防教室(P12) 大学生等企業説明会 (P13)	<b>7</b> ふるさと企業魅力発 見キャリアフェア (P13) 韓国語で学ぶ韓国を 知る講座(P19) アニメシアター (P22)
<b>8</b> 中池見自然観察会 (P19) 日本の料理 巻き寿司 をつくろう！(P19) <b>国立病院機構福井病院</b> ☎25-1600	<b>9</b>	<b>10</b> 弁護士無料相談 3歳児健診 ★☎ 受付 13:00～13:30 補聴器・車いす等の 相談(P13) 子育て基本講座 (P20)	<b>11</b> 行政相談 1歳6か月児健診 ★☎ 受付 13:00～13:30	<b>12</b> すくすく健康相談 (P20) ベビーすこやかセミ ナー(P20)	<b>13</b> ママパパセミナー (P20)	<b>14</b> 結婚・婦人相談 つるが環境フェア (P6) 韓国語で学ぶ韓国を 知る講座(P19) おはなしポンポン (P22)
<b>15</b> 博物館通り フェスティバル(P8) <b>市立敦賀病院</b> ☎22-3611	<b>16</b>	<b>17</b> 弁護士無料相談 結婚・婦人相談 1歳6か月児健診 ★☎ 受付 13:00～13:30 Paku☆paku(P20)	<b>18</b> 心配ごと相談 人権相談 法律相談 3歳児健診 ★☎ 受付 13:00～13:30	<b>19</b> 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 13:10～14:30 こころの相談日(P12)	<b>20</b> 7か月児すくすく相談 受付 9:45～10:00 ★☎ 13:15～13:30 ひきこもり講演会 (P13) 絵本読み聞かせ(P20) ママのおひざ(P22)	<b>21 春分の日</b> 総合相談会(P13) おはなしとかみしば いの会(P22) <b>せきクリニック</b> ☎21-2000
<b>22</b> 第46回 観梅茶会 (P19) <b>和久野医院</b> ☎22-3080	<b>23</b>	<b>24</b> 弁護士無料相談 結婚・婦人相談 夜間労働相談会 (P13)	<b>25</b> 行政相談 おはなしわたげ (P22)	<b>26</b> すくすく健康相談 (P20) ベビーすこやかセミ ナー(P20)	<b>27</b> 絵本読み聞かせ (P20)	<b>28</b> 修学資金新規貸与希 望者説明会(P18) おはなしポケット (P22)
<b>29</b> <b>泉ヶ丘病院</b> ☎22-7700	<b>30</b>	<b>31</b> 弁護士無料相談		<b>休日急患診療</b> 詳しくは 23ページへ	<b>健康</b> ★マークは 会場・問合せ 健康管理センター ☎25-5311 ☎マークは母子 健康手帳を持参	<b>相談</b> 詳しくは 23ページへ <b>行事</b> 詳しくは ( )のページへ

上記カレンダーは1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

### 二十歳の誓い 胸に刻み

1月11日、プラザ万象で「第66回敦賀市成人式」が行われました。会場は、鮮やかな振袖や真新しいスーツ姿に身を包んだ新成人で賑わい、久しぶりの旧友との再会を喜ぶ姿が見られました。式典では、新成人を代表して籠菜央さんが「失敗を恐れず、若々しい気持ちをもってさまざまなことにチャレンジしていきたい」と力強く成人の誓いを述べました。

人口 67,800人(前月比-9人) 世帯数 28,225世帯  
男 33,271人 女 34,529人(平成27年1月27日現在)

(木)

3月から市のホームページがリニューアルし、デザインが一新されます。今後はさらに充実した情報発信の場になると思いますので、皆さんぜひご利用ください！

今年もはじける笑顔が溢れた成人式。新たな門出を迎え、夢や希望に胸を膨らませた新成人の皆さんの表情はとても輝いていました。私も今年は、二十歳の皆さんに負けないくらい若々しい気持ちでいろいろなことにチャレンジしていきたいと思います。(内)

## 広報担当者のつづき

今年では、つるが環境フェアのご案内をしています。環境に、そして心やさしいプログラムが満載です！グリーンピクニックの会場へ出かけて、皆さんも、毎日の生活に地球へのやさしさを取り入れてみませんか？(大)