

健康な歯は
一生の宝物!

特集

「治療」から「予防」へ

今月の主な内容

- 家族の「認知症」に備えていますか?
- 小・中学校の給食費について
- 結核検診のお知らせ
- 広報大使 田代佳奈美さん



特集

「治療」から「予防」へ

お口の健康は食べることや会話をするために重要な役割を果たしており、わたしたちの生活の質の維持・向上にも大きく影響を及ぼします。そのため、お口の病気を予防し、生涯にわたってお口の健康づくりに取り組むことが大切です。

予防歯科

予防歯科とは、むし歯や歯周病などになってからの「治療」ではなく、なる前の「予防」を大切にすることです。

歯を失う2大原因であるむし歯と歯周病は、毎日の歯磨きや食事を含めた生活習慣の見直し（セルフケア）と、歯科医院での定期的な健診とクリーニングなど（プロフェッショナルケア）を実施することで予防できます。



「KEEP28」

「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という8020運動が、1989年に厚生労働省と日本歯科医師会によって提唱されました。

しかし、歯は全部で28本。歯の喪失を予防することが可能になった今、より楽しく充実した食生活を送り続けるために、「生涯すべての歯を残そう」という「KEEP28」の取り組みが進められています。

基本のセルフケア

歯磨き

- フッ化物配合歯磨剤を正しく使う
- 夜寝る前は必ず歯磨きする

生活習慣

- だらだら食べをしない
- 喫煙しない

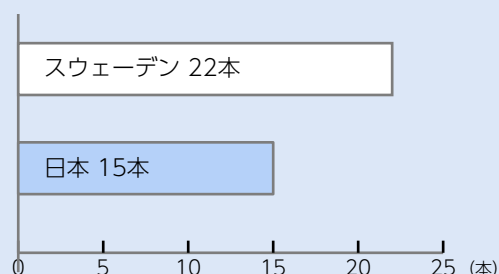
人生100年時代、
「KEEP28」を
目指しましょう！



草津栗東守山野洲歯科
医師会 栗東地区長
高森 泰彦さん

80歳以上の平均残存歯数

世界有数の予防歯科先進国として有名な北欧の国スウェーデンでは、80歳以上の平均残存歯数は約22本ですが、日本では約15本です。



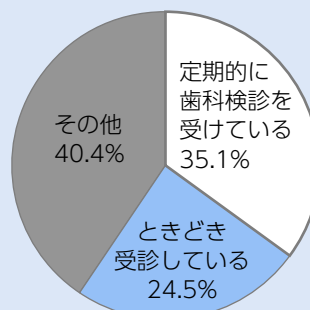
スウェーデンにおける予防歯科の基盤は科学とデータを重視することでした。特にフッ化物配合歯磨剤はむし歯予防に最も大きな効果を上げたとされています。



NPO法人「科学的なむし歯・歯周病予防を推進する会」理事長
西 真紀子さん

生活と健康に関するアンケートより

栗東市では、定期的に歯科検診を受けている人は35.1%、ときどき受診している人が24.5%となっています。



スウェーデンでは予防のために歯科医院に通う人は、小児ではほぼ100%、成人では約80%です。

スウェーデンも、かつては世界で最もむし歯の多い国の一つで、多くの人がむし歯や歯周病で歯を失っていました。しかし1970年代に国家戦略として「むし歯と歯周病の予防」が行われ、治療中心から予防中心に医療制度を変換させ、今では世界で最もむし歯と歯周病をコントロールしている国の一つになりました。

予防歯科先進国のスウェーデンに学ぶ 歯磨きにこそ秘訣があった！

あなたもビルクヘッド先生からむし歯予防に一番効果的な歯磨き方法を学び、実践しませんか？

市民の皆さんが生涯にわたってより健康で豊かな生活が送れるよう、科学的な歯磨き方法についての第一人者であるドーベン・ビルクヘッド名誉教授をスウェーデンから招き、誰でもすぐに実践できる効果的なむし歯予防についてお話いただきます！

講演「世界最先端のむし歯予防！」

日時 令和5年10月9日(祝) 13:30~16:00

場所 栗東文化芸術会館さくら 大ホール

(駐車場4時間まで無料)

講師 スウェーデン イエテボリ大学 名誉教授 ドーベン・ビルクヘッドさん

通訳 歯科医師 西 真紀子さん

定員 800人

費用 無料

要事前申込み(詳細は来月の広報折込みチラシで！)



ドーベン・ビルクヘッドさん

健康増進課 疾病予防係 TEL554-6100 FAX 554-6101

いきいき活動始めませんか？

「社会参加」「地域貢献」「自身の介護予防」の一石三鳥

いきいき活動とは、60歳以上の市民が行うボランティア活動に対してポイントを付与する制度です。ポイントに応じて買い物券などに交換、善意銀行や登録団体などに寄附ができ、地域住民の集いの場や互助の充実、社会参加活動を通じた高齢者自身の介護予防をねらいとしています。

ポイントの対象となる「いきいき活動」とは？

個人を対象とした活動

ひとり暮らし高齢者宅のゴミ出し、電球などの交換、布団干し入れ、安否確認などを含む傾聴活動。

介護保険施設・障がい者施設を対象とした活動

介護保険施設、障がい者施設、老人福祉センターでの補助活動。

地域活動を対象とした活動

地域サロン、いきいき百歳体操、グラウンドゴルフ、認知症カフェなどでのボランティア活動。

※いきいき活動の受入先である個人・施設・団体は、事前に市への登録が必要です



「いきいき活動」を行うには？

登録説明会を受講し、登録とボランティア活動保険の加入(350円)が必要です。登録した人には「いきいき活動手帳」を交付します。本市在住で60歳以上の人なら誰でも登録できます。希望者を対象に説明会(出前も可)も実施しています。気軽にご相談ください。

「いきいき活動」ポイントの付与と交換

対象となる活動1日1か所につき1ポイント(ひとり暮らし高齢者宅のゴミ出しのみ2ポイント)として「いきいき活動手帳」にスタンプを押印します。年に1度、貯まったポイントを10ポイント単位で買い物券などに交換できます。

活動による1日のポイントの条件や交換時期などの詳細は、登録説明会で説明しています。

いきいき活動ボランティア登録者の声

日課である散歩の中で、ゴミ出しのボランティア活動をしています。地域の人とのふれあいなど、自分が楽しむことが一番！日々の活動にやりがいを感じています。



駒井 久二雄さん

いきいき活動をする中で、会話をする友達も増え、自分の生きがいに繋がっています。これからも地域の中でつながりを増やしていきたいです。



活動自体が楽しく、私の元気の源になっています！夫が行けなときは代わりにゴミ出し活動をし、夫婦で協力しながら続けています。



進藤 恒雄さん
進藤 豊子さん

岡長寿福祉課 高齢福祉係 TEL551-1940 FAX551-0548
栗東市社会福祉協議会 ボランティア市民活動センター
TEL553-0056 FAX553-5268

家族の「認知症」に備えていますか？

いまや認知症は「誰でもなりうる病気」となり、民間の生命保険会社では三大疾病と並んで「認知症保険」が誕生するなど、一人ひとりが「認知症に備える」時代となりました。今後も高齢化・長寿化が進む日本では、2年後の2025年までに**65歳以上の高齢者の約2割が認知症になる**と言われており、**誰もが認知症の家族や当事者となる可能性**があります。

図書館に「認知症啓発ブース」を設置します

9月21日の「世界アルツハイマーデー」にちなみ、9月は毎年世界的に認知症の啓発活動が行われています。本市でも市民の皆さんが認知症を学ぶ機会となるよう、市立図書館に啓発ブースを設け、図書館で所蔵している書籍や絵本をはじめ、認知症の基本的なことがわかる展示物や冊子、認知症になった人とその家族からのメッセージなどを展示します。

また、右記期間中の土・日曜日 10時から12時限定で小さな子どもでも簡単に作れる**プラバンキーホルダー体験ブース**（無料、先着20個／1日）も設置します。気軽に立ち寄りください。

※啓発ブースは図書館内にあるため、図書館の開館時間にお越しください

日時 9月13日(水)～9月17日(日)

場所 図書館(本館)
キーホルダー体験は図書館内会議室で行います

日時 9月21日(木) 12時～9月28日(木)
(25、26日は休館日です)

場所 栗東西図書館
キーホルダー体験はコミュニティセンター大宝東で行います



認知症キャラバン・メイトを募集しています！

キャラバン・メイトとは市内小学校などで寸劇や絵本の朗読、図書館での啓発活動などを通じて、認知症の理解を広めようと活動しているボランティア団体です。

活動に興味のある人や、寸劇や絵本の朗読などの依頼は、長寿福祉課までご連絡ください。

キャラバン・メイトのみなさんにインタビューしました

・活動のきっかけは？

私たちもいつ認知症になるかわかりません。だから、まずは自分や家族のためにできることをしたいと思いました。



・やりがいに感じることはどんなことですか？

寸劇を見た人から「わかりやすかった」と感想をいただけると、嬉しく思います。私生活でも認知症の人との接し方を知っているとお互いにつながりができて、自分自身が元気をもらったり癒されたりしています。

・市民の皆さんに伝えたいことはありますか？

私たちの子ども世代にも認知症のことを知ってほしいと思います。大切な人や自分が認知症になる前に、ぜひ市の講座を受けて、認知症についてご家族と話し合ってみてください。

オレンジヘルプカード

「オレンジヘルプカード」は、認知症の人が普段から持ち歩くカバンに携帯しておくことで、困った時に、周囲の配慮や手助けをお願いしやすくなるカードです。

このカードを身に着けヘルプを求めている人がいましたら、声かけなど、支援・協力をお願いします。



岡長寿福祉課
地域支援係
TEL 551-0198
FAX 551-0548

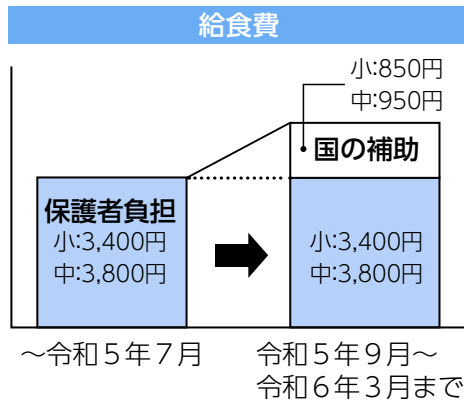


小・中学校の給食費 を据え置きます

9月から学校給食が週4日から5日に移行することに伴い、給食費に変更が生じます。

しかし、子育て世代の負担軽減のため、国の交付金を活用し、保護者の皆さんに負担いただく給食費を令和6年3月まで据え置きます。

併せて、昨今の物価高騰による食料費の値上げについても給食の量と品質を維持するため、国の交付金を活用し、高騰分を抑制しています。



問 学校給食共同調理場

TEL 552・0001

FAX 552・8413



寄贈いただきました

キノビクス株式会社

未来を担う子どもたちの教育振興に貢献したいという思いから、キノビクス株式会社から、葉山東小中学校に防犯カメラを寄贈いただきました。

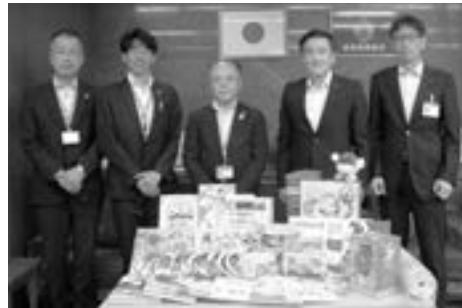
市内の子どもたちの学びの場で有効に活用させていただきます。



大阪ガス株式会社

企業ボランティア活動として取り組む「小さな灯(ともしび)運動」の一環として、大阪ガス株式会社から市内の保育施設に対して、おもちゃや絵本など、保育活動で使う物品を寄贈いただきました。

本市の子どもたちのより豊かな保育のために、大切に使用させていただきます。



栗東建設工業会

訓練や災害発生時に活用してほしいと、栗東建設工業会から、テント2張りをお借りいただきました。有事に備え、有効に活用させていただきます。



8月は食品衛生月間です

食中毒の発生を防ぐため、食品の取り扱いに注意しましょう。

食中毒予防の3原則

- ・ 菌をつけない こまめに手を洗う
- ・ 菌をふやさない 調理後の食品は早めに食べ、冷蔵庫内であつても、長期保存は避ける
- ・ 菌をやっつける 食品は十分に加熱し、調理器具はこまめに消毒する

問 健康増進課 健康づくり推進係

TEL 554・6100 FAX 554・6101



識見監査委員の就任

井之口秀行さんの任期間満了に伴い、後任に大橋慎一さんが、令和5年6月26日付けで就任しました。任期は4年で、市の財務に関する事務の執行や経営にかかる事業全般を市から独立した立場で検証し、必要に応じて検討・改善を求めます。



問 監査委員事務局

TEL 551・0136 FAX 551・0146



新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

最新の情報は
市ホームページを
ご覧ください。



令和5年9月から 令和5年秋開始接種が始まります

接種対象者

初回(1・2回目)接種を終了している5歳以上のすべての人

使用するワクチン

オミクロン株XBB.1系統の成分を含む1価ワクチンの使用を基本とする

接種券

対象の人に8月下旬から9月上旬に送付を開始する予定です。令和5年春開始接種時などに送付した接種券をお持ちの人は、そのまま使用できます(新しい接種券は送付しません)ので、大切に保管してください。

※予診票の上部に接種回数が記載されていますので、次に接種する回数と合っているか必ずご確認ください

初回接種がまだの人

令和5年秋開始接種は、追加接種(3回目以降)の人が対象ですので、まずは初回(1・2回目)接種を受ける必要があります。初回接種は、市内医療機関の個別接種で実施しています。

※国のワクチンの薬事承認などの状況により、令和5年秋開始接種の開始時期や令和5年春開始接種の終了時期が後ろ倒しになる場合があります

令和5年春開始接種を希望の人は、 令和5年8月31日までに接種してください

接種対象者

初回(1・2回目)接種を終了している5歳以上の人のうち、①65歳以上 ②基礎疾患などのある人 ③医療機関・高齢者施設などの従事者

接種券

対象の人には、前回の接種から3か月を経過した日から送付しています。対象の人で接種券が届いていない人は、コールセンターまでお問い合わせください。また、接種券の発行などは、電子申請でも可能です。



電子申請

■初回接種

生後6か月以上の人の初回接種は、令和6年3月31日まで引き続き接種することができます。

■転入された人の接種券

接種状況を把握するため申請に基づき発行しています。接種希望の人は、申請が必要です。

■予約や接種に関する一般的な相談の問合せ

【栗東市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター】

TEL 0120-826-567(フリーダイヤル)

受付時間 9:00~17:00(毎日)

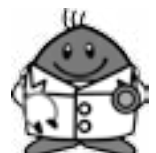
※9月以降は平日のみになる予定です

問健康増進課 ワクチン接種推進室

TEL 554-6155 FAX 554-6156



65歳以上は要注意!
結核検診(胸部エックス線検査)を
受けましょう!



結核は薬を飲めば完治する病気です。自身の健康を守るため、家族や友人などへの感染を防ぐために早期発見、早期治療が重要です。年に一度、結核検診を受診しましょう。

結核とは

結核は結核菌の混ざった咳やくしゃみを吸い込むことで主に肺へ感染します。肺に感染すると炎症を起こし2週間以上続く咳、痰、微熱、倦怠感などの自覚症状があります。しかし、中には自覚症状がなく、数年、数十年後、加齢や低栄養などで免疫力が低下した時に発症することもあります。

本市や、滋賀県の状況は?

結核は、罹患率^(注1)100がまん延の水準です。2021年(令和3年度)、日本全体では9.2、滋賀県で8.3のところ、栗東市は0でした。まん延の水準は下回っていますが、今でも県内では新しい患者が発生しています。^(注2)

(注1) 結核の新登録患者と再発者を人口10万人あたりで推計した割合

(注2) 「令和3年度草津保健所年報」より

結核検診の受け方

・医療機関で受ける結核検診

対象者 65歳以上
料金 無料

・集団検診で受ける肺がん・結核検診

対象者 40歳以上
料金 700円

70歳以上は無料

↓健康増進課へ予約
・医療機関で受ける肺がん・結核検診

対象者 40歳以上
料金 700円

70歳以上は無料

↓済生会滋賀県病院へ予約

委託医療機関や集団検診の日程は広報りっとう4月号に折込の「健康づくりカレンダー」、市ホームページをご覧ください。

※自覚症状のある人は市の「結核検診」は対象外です。2週間以上続く、咳、痰、微熱、倦怠感の症状がある場合は医療機関を受診してください

問健康増進課 健康づくり推進係

TEL 554-6100

FAX 554-6101

使用済み小型家電のリサイクルにご協力ください

使用済み小型家電をごみ集積場に出す場合には、有料の指定袋または指定のごみシールが必要ですが、「集団回収」や「ボックス回収」では無料で回収をしています。資源の有効利用と環境汚染防止のため、ご協力ください。
※家庭から出るものが対象となります

集団回収

回収ボックスに入らないサイズの使用済み小型家電についても回収を行います。

詳細は、市ホームページ・自治会回覧チラシなどでご確認ください。事前申込みは不要です。回収日に直接会場へお持ちください。

※ダンボールやビニールなどの梱包材は回収対象外です

※警報を伴う荒天、雪や路面凍結など、安全な回収に支障があると判断した場合は回収を中止します。中止の場合は当日午前8時までに市のホームページでお知らせします

令和5年度 集団回収開催日程

日時 【1回目】令和5年9月17日(日) 9時～11時30分

【2回目】令和6年2月18日(日) 9時～11時30分

場所 なごやかセンター駐車場

ボックス回収

使用済み小型家電の回収ボックスを市内10か所に設置しています。

投入口の大きさは下記のとおりです。



市役所玄関口の回収ボックス

設置場所	投入口の大きさ
栗東市役所、栗東図書館本館、栗東西図書館	約28cm(横)×17.5cm(縦)×45cm(奥行)
環境センター、コミュニティセンター(葉山・治田・治田西・大宝・大宝西・金勝)	約25cm(横)×10cm(縦)×45cm(奥行)

※上記のサイズを超えるものは投入できません

※開庁時間内、開館時間内に利用できます

環境政策課 生活環境係

TEL551-0341 FAX551-0148

農業用水路管理者からお願い 水路にごみや刈草を 流さないで

粗大ごみや家庭用一般ごみ、近年ではマスクが農業用水路に多く捨てられています。

流水の妨げになるだけではなく、詰まりの原因となり、水路から水が溢れる事態が発生しています。

水路周辺で草刈りをする場合は、水路に刈草が落ちないように注意してください。

ごみと同様に、水路の詰まりの原因となります。

水が多く流れる時期は、水路付近は大変危険です。特に台風時や急な大雨が降った時には増水の危険もあります。大きな水路や水量の多い水路には近づかないでください。

道路上に張り出して いる樹木などのせん 定・伐採について

道路沿いの土地から樹木などが道路上に張り出していると歩行者や車両の通行の支障となるだけでなく、視界をさえぎり事故の原因となる可能性があります。

樹木の所有権は土地所有者にあるため、私有地の樹木は倒木などの緊急時を除き、市で切除することは原則できません。

道路での事故防止・安全確保のため、沿道の所有地における樹木などの管理にご協力ください。

※私有地から道路上にはみ出した樹木などが原因で事故が発生した場合、所有者が責任を問われることがあります

国土交通課 管理・用地係

TEL 551-0292

FAX 552-7000

岡野洲川土地改良区

TEL 0748-621154

農林課 土地改良係

TEL 551-0125



水路より上げられたごみや刈草



料金受取人払郵便

栗東局
承認

1069

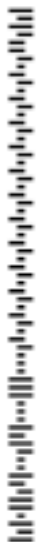
差出有効期間
2025年
2月28日
切手不要

5 2 0 - 3 0 9 0

栗東市安養寺丁目十三番三十三号

栗東市長行

「市長への手紙」



封筒の作り方

- ①太線に沿って切り、中央を山折りにします。
- ②のりしろにのりをつけて貼り合わせ、封筒を作ります。
- ③切手を貼らずにそのままポストへ投函してください。

《あなたの意見をお寄せください》

「市民主役のまちづくり」を進めるため、日々の生活の中で市政について気付いたこと、考えておられることなど、皆さんの建設的なご意見、ご提案をお寄せください。栗東のまちづくりについてともに考えましょう。

- 内容によっては、担当課から直接、面談・電話・電子メールにより、回答させていただきます場合があります。
- 手紙の返事は郵送にて送付するため、住所・氏名の記載をお願いします。
- 次のような場合はお返事いたしませんので、ご了承ください。
 - ・匿名や住所・氏名の記載のないもの、メールアドレスのみ記載されたもの
 - ・特定の個人や団体を誹謗・中傷するもの
 - ・営利を目的としているもの
 - ・政治・宗教などに関するもの
 - ・趣旨が不明確なものや個人的な意見などで市が回答できないもの
 - ・その他、不適切と認められるもの
- 返事をお返すまで日数がかかりますのでご承知ください。
- 内容を抜粋して、市ホームページなどで公開します。
- 個人情報は法律に基づいて適正に取扱います。

この専用紙は、市役所・市立図書館(本館)・市内コミュニティセンターにも備付けています。受付は郵送または受付箱(市役所・市立図書館)のみ。

この用紙以外でも受付けています。

●専用フォーム

パソコン

栗東市ホームページ➡市長の部屋
➡市長への手紙

スマートフォン

右の二次元コードから専用フォームへ➡➡



●はがき・封書

〒520-3088 栗東市役所「市長への手紙」宛

☎ 秘書広聴課 広聴係 TEL551-0102 FAX553-1280

令和4年度
パブリックコメント実施結果

市の基本的な計画・条例などをつくる段階で、趣旨、内容を公開し、市民の意見を反映しています。

パブリックコメントの案件は、その都度、広報や市ホームページなどでお知らせします。



内 容	件数
栗東市議会議員政治倫理条例(案)	0
栗東市公共施設等総合管理計画(改訂)(案)	0
第三次栗東市環境基本計画(案)	0
第4期栗東市地域福祉計画(案)	6
第2期栗東市文化振興計画(案)	0
栗東市個人情報保護法施行条例の制定方針(案)	0
合 計	6

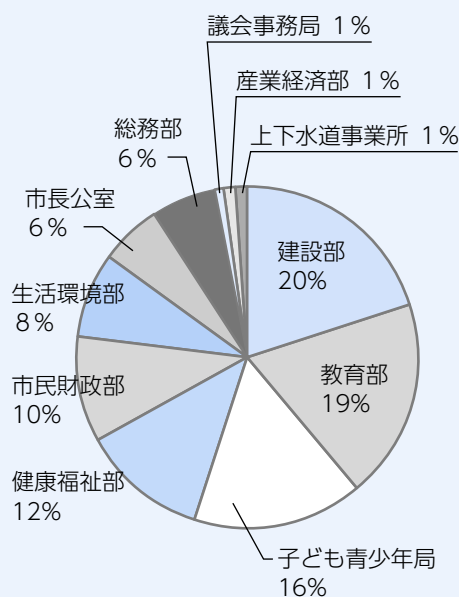
令和4年度
市長への手紙

市政への意見や提案に市長が回答しています。昨年度の手紙は266通でした。

受付けた手紙の一部を抜粋し、ホームページに掲載しています。



組織別内訳



☎ 秘書広聴課 広聴係

TEL551-0102 FAX553-1280

市長への手紙

のりしろ

のりしろ

シリーズ
栗東の歴史文化⑥

暑い日が続いています。今回は遺跡から発見された涼しげな土器を紹介します。

いまから30年前の初夏、狐塚遺跡（安養寺）で奈良時代（今から約1300年前）の墨書土器が発見されました。蒸し暑い発掘現場で確認されたその土器には「氷室」と書かれていました。

冷蔵庫の無い時代、真冬に作られた氷を冷涼な場所で夏まで保管していたのが氷室です。『日本書紀』仁徳天皇六二

年条には鬬鶏（都祁）氷室（注）についての記載があり、大きな穴の底に茅などを敷いて、氷を置き、さらに草で覆うような構造であることが書かれています。

奈良時代の貴族である長屋王は、都祁に2か所の氷室を有していたという記録が残されています。長屋王邸宅では貴重な氷を食べたり、食材を冷やしたりしていたのでしょうか。

ところで奈良時代はどのような気候だったのでしょうか。文献や樹木の分析などさまざまな研究から、奈良時代の初めは冷涼な気候であったものの、中ごろ

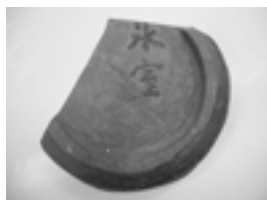
からは温暖化し平安時代の初めにかけては猛暑に見舞われたとのことでした。

近江国では、山間部である志賀郡の龍華（現在の大阪市伊香立上龍華町付近）に氷室があったという記録が残っていますが、平野部に位置する安養寺地先では氷室を作ることには難しかったと思われる。氷室は冷涼な金勝などの山間部にあつたのではないのでしょうか。

奈良時代と言えば岡遺跡（岡・目川・下戸山）や手原遺跡（手原）で古代の役所跡が発見されており、狐塚遺跡はその中間に位置し、氷室を管理していた役人に関

連する遺跡であった可能性がります。貴重な氷は、郡の役所を訪れる身分の高い人の涼をとっていたのではないかと想像されます。

（注）都祁氷室 大和国山辺郡にあつた氷室（現在の天理市福住町）



墨書土器（狐塚遺跡）

関ススポーツ・文化振興課 文化財保護係

TEL 551・0131 FAX 551・0149

はぐみ通信



子どもの予防接種を受けましょう

図健康増進課

TEL554-6100 FAX554-6101

私たちの身の周りには、ウイルスや細菌によって引き起こされるさまざまな感染症があります。その原因となるウイルスや細菌が体内で作られ出す毒素の力を弱めたり、無毒化するワクチンを接種して、感染症に対する免疫をつけることを予防接種といいます。予防接種と聞くと、副反応が心配な人もいると思いますが、感染症にかかると重い症状が現れたり、後遺症が残ることが心配されています。予防接種を受けることで、

感染症の予防やかかったときに重症化しにくくすることができ、特に赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重症化リスクが高まります。

予防接種法に定められている予防接種を「定期接種」といい、感染症にかかりやすい年齢などをもとに、接種回数、接種間隔などが決められており、期間内であれば無料で接種できます。「定期接種」ではない予防接種は「任意接種」と呼ばれ、費用は自己負担になります。

お母さんからもらった免疫が減っていく時期から接種を受けることは、感染症から赤ちゃんを守るために、とても大切なことです。母子健康手帳を確認し、まだ受けていない予防接種がある場合は、接種時期を遅らせずに接種しましょう。

予防接種を受ける順序や日程は、かかりつけ医療機関などと相談して、計画的に接種しましょう。

子どもの定期接種一覧、接種スケジュールは、市ホームページをご覧ください。



草津警察署安全伝言板

－水難事故・山岳遭難の防止－

水辺で遊ぶ時は

- ・疲れているときや飲酒時は水に入らない
- ・増水のおそれがある場合、水辺に近づかない
- ・子どもだけで水辺に行かせない
- ・子どもから目を離さない

プレジャーボートに乗る時は

- ・ライフジャケットを着用する
- ・非常時の連絡に備え携帯電話などを携帯する

登山する時は

- ・登山届を提出する
「インターネット登山届」や「コンパス登山届」から提出できます
- ・装備をしっかり整える

令和5年度 第2回警察官募集

受付 8月1日(火) 9:00～8月31日(木) 17:00

申込み インターネットで受付

詳しくは、滋賀県警察ホームページをご覧ください。



図草津警察署 警務課

TEL563-0110 FAX563-0116

Next! 栗東っ子

63 「つながるからこそ チカラになる」

大宝小学校

大宝小学校では、学級会で子どもが互いの思いを聞き合い、合意を生み出す活動をとおり、子ども自身がよりよい学級や学校を創ることを目指しています。



話し合うのは、「クラスみんなの仲が深まる集会をしよう」「1年生と一緒に楽しめる会を開こう」などイベントを企画するような内容のほか、クラスの目標や約束事を決めるような内容です。

その中で、異なる意見や少数意見にも耳を傾け、違いを乗り越えたり多様な考えのよさを生かしたりすることを重視しています。子どもが互いに認め合って、周りの友だちとのよりよい関係を築くことが、個々に持っている思いやチカラを発揮しやすくと考えるからです。

その思いを教職員、児童、そして保護者や地域の皆さんと共有して、教育活動に取り組んでいきます。

図学校教育課 TEL551-0130 FAX551-0149

りっとう 再発見

古墳時代初頭の大溝発見
おのみぞ
下鈎遺跡



調査で発見した大溝

下鈎遺跡は、栗東市北部にある東西約1.4km、南北約1kmに広がる縄文時代から江戸時代にかけての遺跡です。昨年の5月から7月に遺跡の北西部で行った発掘調査では、弥生時代から室町時代の柱穴や溝などの遺構が見つかり、たくさんのお宝が出土しました。その中で最も注目される古墳時代初頭のものと思われる大溝は、幅が4〜6mあり、遺構が見つかった地面から深さ約1.5mまで断面が椀形に掘られたものです。そこから壺、甕、鉢、高坏などの土器や、鉄、鋤、板材などの木製品が多く出土しました。出土した遺物は表面の摩滅が少ない綺麗な状態であること、また溝の埋土を観察すると激しく水が流れた痕跡がない



出土した土器類

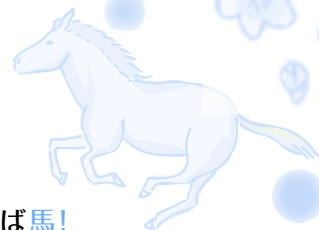
ことから、この大溝は水路のように水を流していたのではなく、水を溜めた状態で使用されていたことがわかりました。この調査地と県道を挟んだ過去の調査地では、建物跡や溝がいくつも見つかったっており、弥生時代から古墳時代にかけての集落が存在していたことがわかっています。2009年に行われた調査でも大溝が発見され、溝どうしの位置関係や出土した土器類の時期から、今回の調査で見つかった大溝の延長ではないかと考えられます。大溝は集落を囲う区画であった可能性も考えられ、下鈎遺跡における集落の在り方を考える上で貴重な発見となりました。



出土した木製品（鉄）

岡出土文化財センター TEL553-3359 FAX 553-3514

令和4年度スローガンコンテスト
優秀賞 その言動 あなたの一瞬 相手の一生



美味しい! みごとな料理 上手い! たくみな技術 旨い! 暮らしの知恵 栗東といえば馬!
まちの「うまい!」を紹介します

栗東いちじくを使ってジャムづくり

栗東いちじくは、本市の特産品です。ジャムを手作りし保存することで、いちじくを長く楽しむことができます。



栗東いちじくジャム

200mlの瓶×約3個分

[材料]

栗東いちじく …………… 1kg
(10～12個)
砂糖(グラニュー糖) … 200g
レモン汁 …………… 大さじ1
(1/2個分)

[作り方]

- ①皮をむいたいちじくを鍋に入れる
- ②弱火にかけながら、木べらで潰しながら混ぜる
- ③水分が出てペースト状になってきたら砂糖を入れる
- ④焦げ付かないように混ぜ続ける
※水分がなくなってきたら跳ねるので注意
- ⑤透明感が出てとろみが出てきたら、火を止めレモン汁を入れる
- ⑥あら熱をとり、清潔な瓶にジャムを入れて、蓋を下にして真空にしたら完成

栗東いちじくの旬は8月から10月です。旬の時期につくってみませんか。
トーストやヨーグルトはもちろん、肉料理のソースにも活用できます。
栗東いちじくは市内道の駅、JA直売所などで販売しています。

圃農林課 農政係

TEL551-0124 FAX551-0148

広報大使 田代 佳奈美さん

さらなる高みを目指して新たな挑戦へ!

本市出身 バレーボール選手。

2021年8月よりフランスのVB ナントでセッターとして活躍。2023年8月からは世界最強と名高いトルコリーグのガラタサライに移籍。

田代選手に取材しました!

—海外での経験からの変化—

海外に移籍して2年が経ちますが、その期間で気持ちの面に大きな変化がありました。

もともと自分の思いを相手に伝えることは得意ではありませんでしたが、海外では、その場で思ったことをはっきりと表現する選手が多いので、その環境の中でわたし自身気持ちの切り換えができるようになりました。選手同士で思いをすぐに表現できるようになり、気持ちの面でとても楽になりました。

—栗東市の皆さんへ—

バレーボールに興味をもってもらえるように、楽しさが伝わるプレーをしていきたいです。



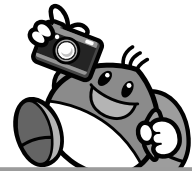
これからの思い

移籍後は、常にレベルの高い選手と対戦することになります。
自分が今できることを、後悔の残らないように全力で挑戦していきたいです!



圃広報課 シティセールス推進係

TEL551-0641 FAX 554-1123



アート作品が集結

6月16日（栗東芸術文化会館
さきう）

ホールを埋め尽くしたのは、栗東市美術協会会員の50点超の作品。大小さまざま、個性豊かな写真、平面、書作品が並びました。

初日の16日には、治田西小学校3年生の88人が見学に訪れ、書の大作を見上げたり、繊細に描かれた絵画の前で足を止め見入っていました。

らくに、たのしく

6月19日（なごやかセンター）

「楽に、楽しく育児ができればいいな」という思いを込めて、今年度スタートした「りっとう楽育サロン」。

第1回目は「プレママ編」で、助産師の話を聞き、マタニティヨガに挑戦。

参加者は「家で一人で過ごすことが多く、今日はいろいろな会話を楽しめた」「産後の手続きのことも知れてよかった」と話していました。



手話と歌で

笑顔になろう

6月21日（治田西小学校）

大人も子どもも一緒に楽しめるようにと企画された人権コンサート。

聴こえる、聴こえないに関係なく、誰もが楽しむことができる居場所づくりを目指して活動する手話シンガーソングライターのYOKOさんが、手話の魅力を伝えました。身近なあいさつや数字の手話をマスターした参加者は、体全体を使って音楽を楽しみました。

ブルーベリー狩りを 楽しもう！

6月27日（走井）

市内初のブルーベリー狩りが楽しめる農園がプレオープンし、栗東市広報番組「うまさすぎる栗東」で紹介しました。

皮がやわらかくてみずみずしい、甘さ抜群のブルーベリーは30種類以上もあり、味の違いを楽しむことができます。

園を経営する今岡さんは、「一度食べたら忘れられないブルーベリーの味を楽しんでもらいたい」と話してくれました。



◀栗東市ホームページフォトニュース

掲載以外のニュースとともに、
より多くの写真が、ご覧いただけます。



フロアカールって？

7月1日（治田小学校）

このフロアカールは、カーリングに似た競技で、氷の競技場がなくても床で行うことができるよう工夫されたニュースポーツです。

まだ知らないニュースポーツを楽しんでもらいたい、と「ミセン自主企画事業」で開催。

オリンピック競技のカーリングは、見たことがある人も多い競技。参加者らは、床を滑っていくキャスター付きストーンの行方を追いながら、大いに盛り上がりました。

仲間力でつながる

7月4日（栗東市役所）

（一社）生徒会活動支援協会が主催する「日本生徒会大賞2023」で本市栗東中学校が日本生徒会大賞を受賞し、市長と教育長を訪問しました。

体育祭の実行委員を組織したこと、生徒の意見が反映され、生徒が主体的に参加するしくみを紹介し、高く評価されました。

今後も「生徒と先生、地域の人と同じ目線で作り上げていく学校」を目指していきたいと話してくれました。



にっこにふれあおう

7月6日（ひだまりの家）

本市の子育て支援担当者による「つどいの広場」にここにご広場」が行われ、0～12か月の親子がふれあい遊びやおもちゃ作りなどのコーナーで楽しみました。離乳食相談では、日頃の悩みや質問に栄養士が答え、進め方にこだわらず、少しずつ進めましようと話しました。

親子交流できる時間を楽しめたという声が多く聞かれ、会場には、みんなのにこにこ笑顔があふれました。

聴いてほしい伝えたい私の思い

7月8日（栗東芸術文化会館さくら）

中学生広場「私の思い2023」。自分の障がいのこと、人との関わりの大切さ、将来の夢など、日頃感じている事や考えている事について、中学生の代表10人が意見発表をしました。司会を務めるのも3人の中学生。

緊張しながらも堂々と発表する姿に、会場からは大きな拍手が送られました。

私の思いや経験が 誰かのお役に立ちますように

まがり あつこ
鉤 敦子さん (78)

栗東生まれの栗東育ち、生粋の栗東人。行政相談委員のほか、女性団体連絡協議会、社会福祉ボランティアもくもく会など、さまざまな地域活動に携わる。今年のボランティア祭りで実行委員会 委員長を務める。



経験とつづ宝物

結婚するまでは地域活動とは無縁でした。大きな転機があったわけではなく、自治会や地振協、PTAなど、何でも断らずに役員を引き受けていくことで、人との関係を積み重ね、繋がりを広げてきたと思っています。

昔、私が役員として活動する名簿に夫の名前が記載されていたことがあり「おかしい」と声を上げたことがあります。発言

するのは私ですから。自分の名を出し発言することは自信に繋がる。自信がついてくると、もっと勉強するようになる。経験は誰にも奪われることのない宝物です。この宝物を全て自分の「肥やし」にしてみました。だから役員を引き受けても「嫌だ」と思ったことはありません。

夫のこと

認知症と診断された夫。自分が当事者であることを認めることが出来なかった夫に、私が心がけてきたことが5つあります。①プライドを傷つけない②あなたの居場所はこの家だと伝える③感謝の気持ちを言葉で伝える④失敗を否定せずゆっくり待つ⑤心配させないよう外出時はメモを残しておく。

誰でも認知症になる可能性があります。お互いさまの事だから、構えずに今までどおり夫を見守り、最後まで大切な「お父さん」として寄り添いました。夫の介護中も、地域活動が続けましたが、安心して外出できたのは、ケアマネジャーをはじめ、たくさんの人に支えていただいたおかげです。

これからのこと、私のこと

人と人との繋がりはすぐにできるものではなく、日々の積み重ねです。これから否応なしに進む高齢化。ひとりて家にいるよりも、ご近所同士が気軽に声を掛け合える、そんな地域の繋がりを大切にしたいと思っています。

私には、話を聞いたり心配してくれる家族、気にかけてくれる友人がいます。家にもこうず、体に気を付けながら、これからもまだまだ楽しいことをして周りの人もその楽しさに巻き込んでいきたいです。



知って得る講座で認知症の夫と過ごした6年間の日々を話題提供。前向きに過ごすためには？など、質問が寄せられた。

広告欄

この紙面をご持参いただいた方
相談料(30分) 無料

あなたのお困りごと、弁護士が真心こめて対応します。
秘密厳守。お気軽にご相談ください。

男女問題 離婚等 交通事故 遺産相続 債務整理 破産 刑事事件 その他

弁護士法人焼津リーガルコモンズ 栗東支所
栗東湖南弁護士法律事務所

事務所名で検索(ホームページあり)

☎0120-771-057(要予約)

栗東市安養寺4丁目1-46
ファミリービル102
■平日:9時~19時(水:9時~18時)
■土:10時~17時 ■定休日:日/祝

栗東市役所すぐ横
駐車場1台あり

弁護士西元 弁護士羽野 弁護士山本

軽費老人ホーム 入居者募集中

豊富な経験と実績が
あなたの幸せな老後を
しっかりサポートします

広くてゆったり暮らせる
一人部屋空いています!
夫婦部屋も4室あります

体験利用・ショート利用可
60歳から入居可

高齡者ケアの総合施設
社会福祉法人 八起会

石部ケアハウス

〒520-3112 湖南市丸山4丁目5番1号
☎0748-77-0025

http://www.hachikikai.com

※お気軽に電話ください。



Facebook



Youtube



Yahoo! くらし

人口データ
7月1日現在

- ・人口 70,507人(+26)
- ・男 35,108人
- ・女 35,399人
- ・世帯 29,713世帯(+24)
- ※ () 前月比