

## 環境・エコ

7月は「エコチャレ月間」です

### CO<sub>2</sub>削減 彦根城天守ライトダウン

CO<sub>2</sub>削減による地球温暖化防止対策の一環として、彦根城天守のライトダウンを実施します。ご家庭や事業所でも灯りを消して、環境問題を考えるきっかけにしてみてください。

- 🕒 7月5日(金) 20:00～
- 🏠 市の施設は業務に支障のない範囲で消灯します。
- 🗨️ 生活環境課
- ☎ 30-6116 FAX 27-0395

### 川の生き物観察会

犬上川に生息する魚・水生生物を観察し、夏の川の自然に親しみます。※雨天中止(増水などでも中止する場合があります)

- 🕒 8月6日(火) 9:00～12:00
- 📍 犬上川南青柳橋付近 (8:50に犬上川南青柳橋広場に集合)
- 🎯 小学生以上 (小学生は保護者同伴)
- 📋 30人 (先着順)
- 💰 100円 (保険代)
- 📄 7月1日(月)～同21日(日)に電話
- 🎒 筆記用具・帽子・長靴またはサンダルなど
- 🏠 濡れてもよい服装でお越しください。
- 🗨️ 快適環境づくりをすすめる会(平松さん) ☎ 26-0510



### 生ごみ発酵堆肥ポカシ作り体験会

生ごみ堆肥化のための材料となるポカシ(米ぬかやもみ殻などに有用微生物を混ぜ合わせたもの)作りの体験会を開催します。

- ▶彦根市のごみの現状について(講師:生活環境課職員) ▶体験会(講師:山岡 宏光氏 (EM研究所))
- 🕒 7月20日(土) 13:30～15:00
- 📍 中敷倉庫(中敷町644-2) 屋外
- 🎯 ポカシ作り未経験者
- 📋 15人程度(先着順)
- 📄 7月1日(月)～同12日(金)に電話・FAX・メールのいずれか
- 🏠 作業ができる服装でお越しください。
- 🗨️ 彦根市ごみ削減推進協議会事務局(生活環境課内)
- ☎ 30-6116 FAX 27-0395
- ✉ gomigenryou@ma.city.hikone.shiga.jp
- 【HP番号: 24357】

## 健康・福祉

### 食中毒を防ぎましょう

#### <菌をつけない>

- ▶調理の前後や、残った食品を片付けるときには手を洗う。
- ▶調理器具は使用のたびによく洗い、できれば殺菌する。肉・魚・野菜は調理器具を分ける。

#### <菌を増やさない>

- ▶購入した食品は、できるだけ早く冷蔵庫へ。
- ▶冷蔵庫に入れても細菌は増殖するので、作った料理は早めに食べる。

#### <菌をやっつける>

- ▶食品の中心部まで加熱する(中心部を75℃以上で1分以上)。
- ▶電子レンジの使用時は、十分加熱できるよう、ときどきかきまぜる。
- ▶包丁・まな板などは、熱湯で消毒し、よく乾燥させる。台所用殺菌剤の使用も効果的。

🗨️ 健康推進課  
☎ 24-0816 FAX 24-5870

### バス健診で脳の健康チェック

タッチパネルを使って、物忘れチェックができます。

🎯 当日健診を受診する40歳以上の希望者  
※健診の受診は予約が必要です

開催日	場所
8月7日(水)	鳥居本地区公民館(鳥居本町)
同20日(火)	中地区公民館(大敷町)
同27日(火)	河瀬地区公民館(森堂町)
同28日(水)	北老人福祉センター(馬場一丁目)

🏠 9月以降の開催日などについては、彦根市ホームページをご覧ください。

🗨️ 高齢福祉推進課  
☎ 23-9660 FAX 30-9231  
【HP番号: 8743】

### 健康推進員養成講座 受講者募集(全11回)

健康づくりのボランティア活動を行う「健康推進員」を養成する講座を行います。

🕒 9月6日(金)～12月17日(火)  
📍 くすのきセンター(八坂町)など  
🎯 市内在住で、必要な時間数(25時間中20時間)以上の講座を受講でき、受講修了後に健康推進員として活動ができる人

📋 30人(先着順)  
📄 7月1日(月)～8月23日(金)までに電話・FAX・メール・窓口・Webフォーム(QRコード)のいずれか  
※FAX・メールの場合は「健康推進員養成講座」と明記の上、①氏名(フリガナ)②生年月日③住所④電話番号⑤メールアドレス(任意)⑥志望動機を記入。  
🏠 申込者が少数の場合、開催が中止になることがあります。

🗨️ 健康推進課  
☎ 24-0816 FAX 24-5870  
✉ kenko@ma.city.hikone.shiga.jp  
【HP番号: 9419】



### 健康診査・がん検診 実施医療機関の追加

🏠 医療機関名 小森医院(旭町)  
📄 追加項目 40歳以上の生活保護受給者の健康診査・肝炎ウイルス検診・大腸がん検診

🗨️ 彦根市がん検診相談ダイヤル(健康推進課内)  
☎ 24-3719 FAX 24-5870  
【HP番号: 1610】

### 認知症はじめて講座

<講座内容> 認知症の症状、認知症の人への接し方など

🕒 8月2日(金) 13:30～15:00(13:00～受付)  
📍 くすのきセンター(八坂町)3階  
📋 20人(先着順)  
📄 7月1日(月)～電話またはFAX  
※FAXの場合は、①氏名②連絡先(電話またはFAX)を記入

🗨️ 彦根市認知症HOTサポートセンター  
☎ 30-9601(平日9:00～17:00)  
FAX 26-2500  
【HP番号: 25022】

### 男性介護者のつらい彦根こんき会

認知症などの家族を介護する男性同士で語り合しましょう。

🕒 7月8日(月)10:30～15:00  
📍 市民交流センター(里根町)  
🎯 認知症の家族を介護する男性  
💰 200円(昼食代は実費)  
🗨️ 家族の会滋賀県支部(今村さん)  
☎ 090-7346-6264

### 7月は青少年の非行・被害防止 に取り組む強調月間です

青少年の非行・被害防止に向けて、青少年指導員会や青少年育成市民会議が少年センターとともに街頭補導や啓発活動などに取り組んでいます。市民の皆さんも、家庭や地域で青少年の非行・被害防止の取組を進めましょう。

【相談・支援】  
さまざまな課題を抱えて悩む青少年に関する相談や支援を行っています。青少年に関する心配事がありましたら、ご連絡ください。  
🗨️ 少年センター  
☎ 24-9140 FAX 26-1768  
【HP番号: 3198、19012】

### 介護職員初任者研修 受講生募集

介護に関する知識や技術を総合的に学び、介護の仕事をする上で基本資格の習得をめざします。家庭介護やボランティアにも活かしていただけます。

🕒 10月1日(火)～12月20日(金)  
📍 くすのきセンター(八坂町)など  
📋 14人(先着順) 💰 45,000円  
📄 9月10日(火)までに電話・FAX・窓口のいずれか  
🏠 詳しくはホームページ(QRコード)をご覧ください。

🗨️ (一社)彦根愛知犬上介護保険事業者協議会  
☎ 49-2455  
FAX 49-2433



### 健康セミナー 金亀体操

ストレッチ、バランス運動などの有酸素運動を毎日続けられるように学びます。

🕒 7月25日(木)10:30～11:30  
🎯 市内在住・在勤の18歳以上  
📋 10人(抽選) 💰 200円  
📄 7月1日(月)～7月19日(金)に電話・メール・窓口・Webフォーム(QRコード)のいずれか  
📍 市民交流センター(里根町)  
☎・FAX 23-3582  
✉ higashiyama\_ha@ma.city.hikone.shiga.jp  
【HP番号: 14174】



### COZY TOWN バリアフリー 映画会「島々清しゃ」

視覚障害のある人が楽しめる音声ガイドと、聴覚障害のある人が楽しめる日本語字幕が付いた映画の上演会です。

🕒 7月13日(土) 14:00～  
📍 アル・プラザ彦根(大東町)4階 COZY TOWN  
📋 60人(先着順)  
💰 500円(中学生以下300円)  
※介助者1人無料、未就学児無料  
📄 電話・FAX・メール・窓口(アル・プラザ彦根サービスセンター)・Webフォーム(QRコード)のいずれか  
🗨️ (福)グロー法人企画局地域共生部

☎ 0748-46-8100  
FAX 0748-46-8228  
✉ cozytownglow@gmail.com



..... < 広告欄 > .....