健康情報

問健康推進課
☎24-0816 FAX24-5870

結核・呼吸器感染症予防週間

9月24日㈬～同30日㈫は結核・呼吸器感染症予防週間です。65歳以上の人の肺がん検診（胸部レントゲン検査）は結核健康診断を兼ねています。

対40歳以上（令和8年3月31日時点）
¥600円
他検査は予約制です。実施日などの詳細は、彦根市ホームページをご覧ください。
【HP番号：16242】

9月は健康増進普及月間

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠～健康寿命の延伸～」（統一標語）

生活習慣病の特性や、運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性について、国民一人ひとりの理解を深め、さらに健康づくりの実践を促進するため、9月を「健康増進普及月間」とし、全国的に取組が実施されています。

市では、毎月19日を「食育の日」、21日を「健康づくりの日」として、食育推進や健康づくりの普及啓発に取り組んでいます。
【HP番号：2881】

よい睡眠から健康に！

心身の健康のために、質・量ともに十分な睡眠をとりましょう。

▶成人は睡眠時間は6時間以上、高齢者は寝床にいる時間が8時間以内を目安に、必要な睡眠時間を確保しましょう。生活習慣や睡眠環境を見直して、睡眠休養感を高めましょう。

▶小学生は9～12時間、中学・高校生は8～10時間を参考に、睡眠時間を確保しましょう。朝は太陽を浴びて朝食を摂り、日中は運動をして、夜ふかしを習慣化しないようにしましょう。

相談窓口 ※相談日は祝日を除く

◀掲載の内容以外にも、各種相談に対応しています。詳しくは彦根市ホームページ（QRコード）をご覧ください。

● **行政書士による相続手続相談**【要予約】
9月12日㈮13：00～15：00【9月3日㈬9：00～予約開始】
● **行政相談委員による行政相談**
9月8日㈪13：00～15：00
● **司法書士および土地家屋調査士による登記・表示登記相談**【要予約】
9月19日㈮13：00～16：00【9月10日㈬9：00～予約開始】
● **弁護士による法律相談**（¥1回5,500円）【要予約】
9月26日㈮13：00～16：00【9月17日㈬9：00～予約開始】
● **巡回行政相談** 9月16日㈫13：00～15：00 場稲枝支所
他各相談1人30分・先着順 問まちづくり推進課 ☎30-6117

● **空き家電話相談** ㈪～㈮10：00～18：00
問彦根市空き家バンク事務局（前谷さん）☎23-2123

● **がん患者さんの療養に関する相談** ㈪～㈮9：00～16：00【予約優先】
● **治療と仕事との両立に関する個別相談**
・**就職の支援** 9月3日㈬13：30～15：30【要予約】
・**就労継続の支援** 9月17日㈬13：30～15：30【要予約】
問市立病院がん相談支援センター ☎22-6050

● **栄養相談**【要予約】
10月6日㈪、同17日㈮9：00～、10：30～（各1人）
（※治療中の人は、事前に利用について主治医にご相談ください。）
場くすのきセンター（八坂町）
問健康推進課 ☎24-0816 【HP番号2903】

● **発達（障がい）相談**【要予約】 ●**ことばの相談**【要予約】
㈪～㈮8：30～17：15 問発達支援センター ☎26-8282

● **人権なんでも相談** 9月3日㈬、同17日㈬13：00～15：00
場市役所本庁舎2階会議室2-1
問大津地方法務局彦根支局 ☎22-0291

● **逓信サロン「誰にも会いたくないカフェ」（若者サロン）**
㈫・㈭12：00～16：00
問逓信舎（河原二丁目）☎20-9366
問こども若者支援課（サロン時間外）☎49-2251

● **消費生活相談** ㈪～㈮9：00～12：00、13：00～16：15
問彦根市消費生活センター ☎30-6144

● **交通事故相談** ㈫・㈭9：00～12：00、13：00～16：00
問県立交通事故相談所彦根分室（湖東合同庁舎内）☎27-2230

● **ウィズ相談室総合相談**
㈬～㈮13：00～16：00（受付15：30まで）
・**専門相談（法律相談）（こころの悩み相談）**【要予約】
（※専門相談は、総合相談の後に必要とする場合のみ予約できます。）
問男女共同参画センター「ウィズ」☎21-5757

● **ウィズ女性のためのチャレンジ相談（起業や集客の相談）**【要予約】
9月1日㈪① 11：00～12：00 ② 13：00～14：00
③ 14：15～15：15
問男女共同参画センター「ウィズ」☎24-3529

● **近畿税理士会 税務相談センター 彦根会場**
確定申告や医療費控除、相続税、贈与税など税全般の簡易な相談
10月1日㈬13：30～16：30【要予約】
※相談内容の資料をお持ちください。
場市役所本庁舎相談室1-1 定6人（1人30分・先着順）
問税務課市民税係 ☎30-6140

消防だより

高齢者世帯防火診断を実施します

毎年、全国では住宅火災による死者のうち65歳以上の高齢者が7割以上を占めており、消防本部では秋の火災予防運動の一環として、高齢者を火災から守るため、高齢者世帯防火診断を実施しています。

防火診断では、職員が自宅を訪問し、電気やガスなどの火気の使用・取扱状況、住宅用火災警報器・消火器などの設置・維持管理状況などを診断し、防火安全のアドバイスなどを無料で行います。高齢者のみで居住されている世帯で防火診断を希望される人は、直接電話などで申し込んでください。

問消防本部 予防課
☎22-0332 FAX22-9427

9月9日は「救急の日」

救急医療および救急業務への正しい理解と認識を深めていただくために、毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間を「救急医療週間」と定め、救急医療の普及啓発運動が全国的に実施されます。

急病や交通事故などが発生したとき、救急隊が到着するまでの間、その現場に居合わせた人が速やかに応急手当を実施することで、命を救える可能性が高くなります。応急手当に関する正しい知識と技術を身につけ、尊い命を救いましょう。

また、救急医療および救急業務に対する住民の正しい理解と認識を深めることを目的に「救急フェア」を展示形式で開催しますので、ぜひご覧ください。

㊐9月5日㈮～同15日㈪・祝10：30～21：00
場ビバシティ彦根（竹ケ鼻町）2階 みどりの広場
【HP番号：13988】

消防本部からのお知らせ

■現在、マイナ保険証を活用した救急業務の実証事業を実施しています。ご理解ご協力をお願いします。

■10月から「滋賀の救急電話相談＃7119」が開始となりますので、ぜひともご利用ください。

問消防本部 警防課 ☎22-0337 FAX22-9427

10・11月 し尿収集予定

問彦根市事業公社 ☎23-4135 FAX23-4134

● 臨時収集対応日は火曜日と金曜日です（祝日を除く、当日申込不可）。申込はお早めにお願いします。
● 収集の状況によって、収集日は3日程度前後することがあります。
※ 鳥居本小学校区…鳥居本、下矢倉、甲田、宮田、佐和山、小野、原、笹尾、荘厳寺、善谷、中山、仏生寺、男鬼、武奈
● 土・日曜・祝日は、し尿収集はありません。

【10月】【11月】

1日㈬～7日㈫	4日㈮～10日㈭	野田山、三津、本町、銀座、中央、芹橋、河原、松原、平田、海瀬、幸、三津屋、野瀬、西今、須越、里根、外、安清東、八坂、正法寺、地蔵、原（原西団地）、小泉、山之脇、宇尾、竹ケ鼻、芹川、開出今、後三条、甘呂、岡、東沼波、橋向、大橋、元岡、芹、安清、芹中、沼波、西沼波、清崎
8日㈬～15日㈬	11日㈮～17日㈭	城、栄、池州、馬場、長曽根、八坂、開出今、日夏、小泉、戸賀、和田、中藪、大藪、賀田山、平田、金沢、田原、金田、石寺、上岡部、下岡部、出路、田附、東沼波、稲枝、服部、彦富、肥田、稲部、野良田、金亀、元、船、旭、佐和、尾末、上稲葉、下稲葉、本庄、普光寺、薩摩、鳥居本小学校区（※）
16日㈭～23日㈭	18日㈪～21日㈮	鳥居本小学校区（※）、新海、新海浜、南三ツ谷、甲崎、古沢、松原、上西川、下西川、大東、京、錦、中央、新、立花、柳川、稲部、稲里、平田、長曽根南、後三条、東沼波、西沼波、太堂、楡、千尋、安食中、肥田、駅東、河原、大堀、極楽寺、辻堂、南川瀬、森堂、川瀬馬場、野口、高宮、蓮台寺、堀
24日㈮～31日㈮	25日㈪～28日㈮	高宮、広野、犬方、宇尾、金剛寺、出、葛籠、西葛籠、法士

彦根の Good Roots HIKONE いいね！を紹介します
彦根市シティプロモーション戦略推進委員会

＜②西中学校区＞
「ご当地キャラ博 2025」の楽しみ方

全国から集まるキャラクターの中に、自分の“推しキャラ”を見つけると、その町にも自然と興味がわいてきます。「どんなとこ？」「どういう名物があるのかな？」そんな出会いをぜひ楽しんでみてほしいです。

今年は10月18日㈯～19日㈰、夢京橋キャッスルロードにて開催予定です！
（執筆者：いとう）

＜③東中学校区＞
鳥居をくぐれば異空間「高松稲荷神社」で手を合わせる

「しんぐうさん」で親しまれる新神社の小宮。二の鳥居の前に立つと、厳かな空気に吸い込まれそうになります。緑の苔と赤い鳥居のコントラストが神秘的な雰囲気をグッと引き上げていて、異空間に来たかのよう！静かに手を合わせられるパワースポットです。虫たちに歓迎されるので、防虫対策はお忘れなく。

（執筆者：ちかの）