

RyuoH[®]

広報リゅうおう

2

PUBLIC RELATIONS MAGAZINES
2020 FEBRUARY No.553



令和初の新成人



特集 *Celebration!*

令和初の新成人

1月12日、成人という大きな節目を迎えた皆さんの新たな門出を祝おうと「令和2年 新成人の祝典」が竜王町公民館で開催され、新成人(平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの人)169人のうち101人が出席しました。

これからの新時代へ羽ばたく皆さんは、大人としての自覚と責任を胸に、新たな一歩を踏み出されました。



my dream

「看護師になりたい」
鈴木郁美さん

my dream

「エンジニアになる!」
松瀬亮汰さん

my dream

「公務員をめざします」
池田航さん

my dream

「自分でBMWを買うぞ」
池田直樹さん

「やりたいことを見つける!」
船津真歩さん

「ポルトガル語を身に付けて、
海外に住む祖父母に会いに行きます」
谷口晴奈さん

Contents

02-03 特集

Celebration! 令和初の新成人 輝かしい未来へ羽ばたけ！

04 まちのホットとニュース

06-07 暮らし

ベストパートナー・ベストファミリーを募集しています

地域支え合いしくみづくりモデル事業報告会

竜王町 聖火リレーボランティア募集／令和2年度 学校施設使用に係る団体登録のご案内

確定申告の前に高額療養費の申請を行ってください

無料で写真撮影！マイナンバーカードの交付申請をお手伝いします

国民年金

08-09 町・県民税、所得税および復興特別所得税の申告受付

10 子育て応援ナビ

11 施設だより

図書館情報／公民館情報

12-13 コラム

十人十色。／人権コラム

News plus

まちのキラリスト

★若井康徳さん★古株治明さん

14 まちの相談窓口・交流事業

15 みんなの掲示板

16-17 お知らせ掲示板

18 1歳のバースデー

RECIPE

レンジで簡単白和え

Thank you
so much!

【今月の取材協力】
本紙取材にご協力いただいた方々です。
waku nishimura
eito isshiki
matsuri isshiki
sato nishimura
hazuki inui
terumi murata
kouminkan no minasan



竜王スキヤキ
プロジェクト

竜王町では町内の生産者、企業、関係組織、行政が連携し、近江牛を基軸に、まちの魅力を効果的に発信する「竜王スキヤキプロジェクト」を実施しています。



路線バス
通学定期利用促進
プロジェクト

竜王町では近江鉄道バス・近江タクシーと共同で町内の学生を対象に、通学定期の半額補助と夜間特別便（予約制相乗りタクシー）の運行を実施しています。



推進しています！
スポーツライミング

2024年に開催される滋賀国民スポーツ大会のスポーツライミング競技の開催地として、普及啓発に取り組んでいます。



まちフォト募集！

町ホームページの「まちフォト」コンテンツで、町内のイベントや季節写真など、旬の話題や竜王の風景写真をお寄せください。
応募はこちらから



2月の展示は
こちら



訂正とお詫び

「広報りゅうおう」1月号におきまして記載に誤りがありました。

正しくは以下のとおりです。訂正してお詫び申し上げます。

訂正箇所「Contents(コンテンツ)」(P6)「今月の取材協力」(誤)「chiemi tanaka」→(正)「chiyomi tanaka」

「広報りゅうおう」の配布方法

▶各世帯にポスティングでお届け

毎月1日に届かない場合があります。3日経っても届かない場合は、未来創造課 ☎58-3701までご連絡ください。

モバイルでもっと便利に！

▶竜王町ホームページ 竜王町
http://www.town.ryuoh.shiga.jp



バックナンバーは、「町民室」(庁舎1階)に設置または未来創造課(2階)まで

役場の開庁日時 | 月～金曜日(平日)／8:30～17:15

▶役場が休みのときの届出について

役場南側駐車場の職員通用口から当直室へお越しください。

▶戸籍の届出(受付のみ)

届出に伴う手続きが必要な場合は後日ご連絡します。

▶死亡の届出(受付時間 8:30～17:15)

受付および埋火葬の許可証の交付と布引斎苑で火葬される場合は利用許可書を交付します。

みんなの町民室 | すまいる接客アクションプラン

くつろぎながら談話できる町民室で町民皆さんの創作品を月替わりで展示しています。庁舎へお越しの際には、皆さんの憩いと交流の場としてもご活用ください。※展示の希望は総務課 ☎58-3700へご連絡ください。



2月の展示は
こちら



りゅうおう
きらりんニュース
竜王町 検索

随時、町ホームページでまちの話題を公開しています。



まちのホットとニュース

腸に刺激を与える「ウンチ体操」で体を動かす参加者たち



ウンチの正体を学んで健康に！

ヘルスリテラシー講座～あなたのウンチの正体は？

12月8日、ちまたにあふれる健康情報を選び活用する力を養う「ヘルスリテラシー講座」が竜王町立図書館で開かれ、「ウンチ」をテーマに15組の親子が受講しました。理想的な便の特徴など食生活の改善や運動の必要性を元看護教諭が説明し、「親が子どもの便の状態を毎日把握して健康管理に努めてほしい」と呼び掛け、参加者全員で便秘改善に役立つ「ウンチ体操」で元気いっぱい体を動かしました。同図書館では今後も健康をテーマに講座を開催する予定です。

士気高く分列行進を行う竜王町消防団の皆さん



防火の決意新たに、団員の士気高まる

「滋賀県消防協会八幡支部」の連合出初式

1月12日、近江八幡市と竜王町の消防団員で構成する「滋賀県消防協会八幡支部」の連合出初式が文芸セミナリヨ(安土町)で執り行われ、両市町の消防団員など約360人が参加しました。式典は2部構成で、第1部では消防団員や消防車両による分列行進の後、日ごろの消防団活動に功績のあった団員に対して表彰状や感謝状などが贈呈されました。また第2部では、防火への決意を新たに、車両点検や一斉放水が行われました。

新春の竜王を清々しく走り初め！

2020年ドラゴン元旦マラソン

1月1日、今年も竜王町総合運動公園ドラゴンハットで「ドラゴン元旦マラソン」が開催され、町内外から総勢約286人の老若男女が参加し、元気いっぱい同公園敷地内を駆け抜けました。競技種目にはジョギング・ウォーキング部門やマラソン部門があり、参加者たちは自らの体力に合わせてコースを選択し一斉にスタート。走り終えたランナーたちには温かいぜんざいが振る舞われ、新春を迎えた喜びを家族や仲間と共に分かち合いました。



年明けの恒例行事として家族での参加も増えた元旦マラソン

税の使い道やしくみを学ぼう！

竜王中学校で租税教室が開催

1月17日、竜王中学校で租税教室が開かれ、3年生78人が税の種類やしくみについて学びました。これは、東近江租税教育推進協議会が次代を担う子どもたちに税の意義や役割を正しく理解してもらおうと、毎年小中学校を対象に開いているもの。生徒たちは、昨年10月の消費税増税に伴う軽減税率制度について学んだり、税が無くなった仮想社会を描くアニメを視聴したりして、「納税は互いに助け合うことにつながる」と理解を深めていました。



1億円のレプリカ体感で税の大きさ(重み)からお金の大切さを学ぶ

確定申告の前に高額療養費の申請を行ってください

問 住民課 医療年金係 ㊟ 58-3702

竜 王町国民健康保険の高額療養費の申請には、医療機関の「領収書の原本」または「支払証明書」が必要となります。診療月の約2カ月後を目安に「国民健康保険高額療養費支給申請書」の通知をしていますが、**確定申告時に医療費控除の資料として領収書の原本を提出してしまうと、高額療養費の申請ができなくなる場合があります。**確定申告時に医療費控除を申請される場合は、1カ月に支払った医療費の自己負担額が自己負担限度額を超えていないか、事前に確認してください。

なお、高額療養費は申請書が届く前であっても申請は可能ですので、詳しくは住民課へお問い合わせください。

※自己負担限度額の詳しい内容は、被保険者証交付時にお渡ししている「滋賀県の国保」をご覧ください。

※社会保険等に加入している人は、加入している健康保険へお問い合わせください。



無料で写真撮影!マイナンバーカードの交付申請をお手伝いします

問 住民課 住民係 ㊟ 58-3702

マ イナンバーカードの申請に必要な顔写真を役場で撮影し、申請のお手伝いをするサービスを行っています(初回のみ)。職員がオンライン申請の補助を行いますので、難しい操作の必要がなく、約20分で申請することができます。申請は予約制となりますので、事前に来庁される日時を電話で予約してください。

【受付日時】平日9:00~12:00/13:00~17:00

【受付場所】住民課(庁舎1階)

【必要な持ち物】①個人番号の通知カードおよび住民基本台帳カード(お持ちの人のみ)②本人確認書類(運転免許証、パスポートなど顔写真付きの証明書1点または健康保険被保険者証、年金手帳、年金証書など2点)

【マイナンバーカードでできること】

- コンビニ・平和堂での住民票の写しなど証明書の取得
- 本人確認の際の身分証明書
- 各種行政手続きのオンライン申請など

ベストパートナー・ベストファミリーを募集しています

問 未来創造課 人権広報係 ㊟ 58-3701

昨 年3月、竜王町は男女共同参画推進計画として「竜王ベストパートナープラン」を策定し、その重点目標の一つに「家庭における性別による固定的な役割分担意識の解消」を掲げ、家事や育児、介護など家庭の工作在誰かに偏ることなく家族みんなで分担することで家族一人一人が自己実現できるよう呼び掛けています。そこで、皆さんの家庭での工夫や秘訣を話していただける「ベストパートナー(夫婦)」、「ベストファミリー(家族)」を募集しています。

【募集対象】家庭での仕事を協力して役割分担している夫婦や家族

【応募条件】役割分担の工夫や秘訣を広報紙に出演し、お話しいただけること

【応募方法】未来創造課へご連絡ください。

【締切】3月31日㊟まで



家族で役割分担
できていますか?!

地域支え合いしくみづくりモデル事業報告会

問 未来創造課 政策推進係 ㊟ 58-3701

竜 王町では、地域の困り事を明らかにし、地域で知恵を出し合いながら助け合えるしくみづくりを検討し試行するため、「地域支え合いしくみづくりモデル事業」を実施しています。報告会では、本年度のモデル自治会である弓削・西川・山中・川上自治会が実施された取り組みについて紹介します。自治会活動の参考としていただくためにも、ぜひご参加ください。

【とき】2月21日㊟ 19:00~21:00

【会場】竜王町防災センター2階 大会議室

【申込】申込書を役場 未来創造課へ持参またはファックス・電子メールで提出してください。

【申込先】未来創造課(庁舎2階)

㊟ 58-3701 ㊟ 58-1388

㊟ info@town.ryuoh.shiga.jp



申込書
ダウンロード↓

コーディネーター
笠井 賢紀 氏(慶應義塾大学 法学部 政治学科 専任講師)

国民年金 保険料の納付は、安心・便利・確実に お得な口座振替がお勧めです

問 竜王町住民課 医療年金係 ㊟ 58-3702/草津年金事務所 ㊟ 077-567-2220 ㊟ 077-567-1311

国 民年金保険料の納付は「口座振替」を利用すると、保険料が自動的に引き落とされるので、金融機関などに行く手間が省ける上、納め忘れもなく大変便利です。また、口座振替には当月分の保険料を当月末に引き落とすことにより月々50円割引される「早割制度」や、現金納付よりも割引額が大きい「6カ月前納」・「1年前納」・「2年前納」もあり、大変お得です。このほか、クレジットカードによる納付も可能ですので、割引額が大きくなる前納制度をぜひ、ご利用ください。

令和2年4月分からの前納の申込は
2月28日㊟まで

口座振替による納付手続き

納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印をご持参の上、希望する金融機関または年金事務所へお申し出ください。

※口座振替日に残高不足となった場合、保険料の割引が受けられなくなりますので、預金残高にご注意ください。

クレジットカードによる納付手続き

クレジットカードによる納付とは、国民年金保険料を定期的にクレジットカード会社が立て替え払いし、クレジットカード会社からカード会員に請求する方法です。クレジットカードによる納付を希望される場合は、年金事務所へお申し出ください。

【納付方法の種類】毎月納付、6カ月前納、1年前納、2年前納

【納付できる保険料】定額保険料、付加保険料込みの定額保険料

※過去の未払い分の保険料については利用できません。

※保険料の一部を免除されている場合は利用できません。

※お支払い回数は1回払いのみです。



知っ得!

老後の安心
のために

東京2020オリンピック聖火リレー滋賀県実行委員会 竜王町 聖火リレーボランティア募集

問 生涯学習課 生涯学習係 ㊟ 58-3711

東 京2020オリンピック聖火リレーにおいて、竜王町で実施される聖火リレーの運営に携わっていただくボランティアを募集します。全員が一体となって竜王町での聖火リレーを大いに盛り上げ、その熱意を夏の東京オリンピックにつなげていきましょう。

【実施日】5月28日㊟ 13:00~17:00(予定)

【活動内容】竜王町の聖火リレーコースの沿道での観客の誘導・案内等および周辺会場整理

【募集人数】50人(先着順)

【申込】2月28日㊟までに所定の申込書に必要事項を記入の上、郵送または持参してください。

【申込先】〒520-2592 竜王町大字小口3

竜王町教育委員会事務局 生涯学習課宛

【参加資格】2002(平成14)年4月1日

以前に生まれた人など

※20歳未満は保護者の同意が必要

※詳細は町ホームページをご覧ください。



詳細はこちら↓

令和2年度 学校施設使用に係る 団体登録のご案内

問 生涯学習課 生涯学習係 ㊟ 58-3711

竜 王町教育委員会では、地域で活動する団体を対象に、町内の小・中学校の体育館と運動場を学校教育活動に支障のない範囲で開放しています。登録方法や詳細については、お問い合わせください。

【登録要件】次の要件を全て満たす団体

- ①竜王町に在住または在勤している人で、おおむね10人以上で構成されている団体
- ②責任者として成人の代表者を有する団体
- ③定期的な使用を予定している団体

【締切】2月14日㊟まで

体育館			使用料 1時間 200円
竜王小学校	月~金曜日	18:00~22:00	
竜王西小学校	土・日曜日・祝日	8:30~22:00	
竜王中学校	月~日曜日・祝日	19:00~22:00	
運動場			
竜王小学校 竜王西小学校	土・日曜日・祝日	8:30~18:00	

税の申告受付

「令和2年度町・県民税」の申告と「令和元年分所得税」の確定申告の受け付けを行います。

1 申告期間は2月17日(月)から3月16日(月)まで

税務課 住民税係 ☎58-3750

申告が必要な人

町・県民税の場合

令和2年1月1日現在、竜王町に住所を有する人で、令和元(平成31)年中(1月～12月)に所得のあった人
※ただし、「給与所得もしくは年金所得のみで支払報告書の提出があった人」と「所得税の確定申告をした人」は除く
※所得のない人でも国民健康保険に加入している人は、申告をすることにより国民健康保険税が軽減される場合があります。

所得税の場合

次の①～⑥のいずれかに当てはまる人

- ①令和元(平成31)年中に所得があり、所得の合計額が所得控除額を超える人
- ②令和元(平成31)年中の給与収入金額が2000万円を超える人
- ③給与を1カ所から受けている人で、給与所得や退職所得以外の所得の合計額が20万円を超える人
- ④給与を2カ所以上から受けている人で、年末調整されなかった給与の収入金額と各種の所得金額(給与所得と退職所得は除く)との合計額が20万円を超える人
- ⑤公的年金等の収入が400万円を超える人で、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円を超える人
- ⑥土地・建物などを譲渡した人

公的年金等受給者

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税の確定申告をする必要はありませんが、所得税の確定申告をすれば還付される場合もあります。

※公的年金等に係る雑所得以外の所得があり、その所得金額が20万円以下であっても、町・県民税の申告は必要です。

※複数から受給されている場合はその合計額

公的年金等に係る雑所得以外の主な所得の種類・内容

- 給与所得…給与・賞与、パート収入など
- 雑所得(公的年金等以外)…個人年金、原稿料など
- 配当所得…株式や出資の配当など(上場株式などに係る配当所得の申告制度を選択した場合は除く)
- 一時所得…生命保険の満期返戻金など

農業所得者

農業所得のある人は「収支内訳書」を作成して申告する必要があります。収支計算を行う際に間違えやすい項目をあらためて、ご確認ください。

- 収入金額…販売金額、雑収入など
 - 必要経費…租税公課、農業共済掛金、農具費など
- ※広報りゅうおう令和元年12月号(6頁)を参照ください。

所得税が還付される場合がある人など

- 株式配当・年金・講演料収入などから源泉徴収された税額が算出税額より多い人
 - 医療費控除や住宅借入金等特別控除を受ける人
 - 年の途中で退職し、再就職しなかった人
 - 年末調整で申告漏れとなっていた控除がある人
- ※雑損控除を受ける人は税務署に相談してください。

申告相談日時・場所

対象地区	受付日
美松台	2/17(月)
山面・西横関	2/18(火)
鏡・松陽台	2/19(水)
新村・西山	2/20(木)
東出・西出	2/25(火)
山中・岡屋	2/26(水)
川守・岩井	2/27(木)
庄・林	3/2(月)
西川・須恵	3/3(火)
七里・橋本・鵜川	3/4(水)
田中・綾戸・島・駕輿丁	3/5(木)
小口・薬師	3/9(月)
弓削・川上・信濃	3/10(火)
松が丘・希望が丘・さくら団地	3/11(水)
町内全域	2/21(金) 2/28(金) 3/6(金) 3/12(木) 3/13(金) 3/16(月)

受付会場 役場 1階 102会議室(正面玄関入って右)

受付時間 9:00～16:00

※期間中は対象地区の受付日以外でも申告を受け付けます。

2 税務署で申告が必要な人

確定申告電話相談センター(近江八幡税務署) ☎0748-33-3141 / 3月16日(月)まで

- 税務署から来署案内を受けている人
- 初めて事業所得を申告する人
- 土地・建物などの譲渡所得のある人、総合譲渡(ゴルフ会員権の譲渡など)のある人
- 株式など有価証券の譲渡のある人、繰越損失の特例を受ける人
- 収支内訳書について書き方の指導を受けたい人
- 年の途中で死亡した人の申告(準確定申告)をする人
- 青色申告者
- そのほか、複雑な内容のある人
※台風などの被害による雑損控除など

申告書の作成は自宅で簡単・便利！
「e-Tax」での電子申告がお勧めです！



3 医療費控除を申告する場合

事前に「医療費控除の明細書」を作成しておきましょう

平成29年分の確定申告から領収書を提出する代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。申告の際には、「医療費を受けた人」、「病院・薬局」ごとに計算した明細書を作成してください。
※あらかじめ集計しておいてください。

- 医療費の領収書は自宅で5年間保存してください。
- 医療保険者が発行する「医療費通知」(医療費の額等を通知する書類)を添付すると明細書の記入を省略できます。
- 令和元年分までの確定申告については、医療費領収書の添付によることもできます。

4 65歳以上の「障害者控除対象者認定書」について

福祉課 高齢者福祉係(福祉ステーション) ☎58-3705

次の対象に該当する人は「障害者控除」の適用を受けることができます。この場合、町が交付する「障害者控除対象者認定書」が必要です。該当すると思われる人は、役場 福祉課へ申請してください。

※「身体障害者手帳」等の交付を受けている場合は認定書の申請は不要です。

対象▶町内に住所を有する65歳以上の人で、認知症または寝たきりの程度について町が定める基準に該当する人
必要なもの▶印鑑(認め印)

5 申告に必要な書類・マイナンバーの記載について

スムーズに申告ができるよう早めに書類などを準備しておきましょう

必ず必要なもの

印鑑(認め印) / 税務署から送付を受けた通知書類(お知らせはがきなど) / 個人番号(マイナンバー)関係書類 / 申告者本人の口座番号・名義が分かる書類 / 金融機関届出印(振替納税される場合)

必要な書類(主なもの)

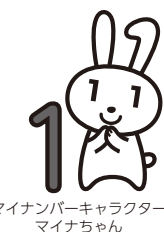
給与所得の源泉徴収票 / 公的年金等の源泉徴収票 / 事業所得(営業・農業など)や不動産所得の収支内訳書 / 社会保険料(国民年金保険料など)の控除証明書または領収書 / 生命保険料控除、地震保険料控除の各種証明書 / 寄附金の受領書

平成29年分から申告書等の送付に代えて「確定申告のお知らせ」はがきが送付されます。必ず申告時にご持参ください。

マイナンバーの記載が必要です

申告の際には、個人番号(マイナンバー)の記載と書類の提示が必要です。個人番号カードをお持ちでない人は、通知カードまたはマイナンバーが記載してある住民票で確認します。また、扶養親族や事業専従者の記入欄にも個人番号の記載が必要となります。家族の分を代理で申告される場合は、家族の分の個人番号(マイナンバー)カードや番号確認書類のコピーが必要です。郵送で申告する場合についても、同様に書類(コピー)を添付してください。

身元を確認するために必要なもの▶運転免許証 / 被保険者証 / パスポート / 身体障害者手帳 / 在留カードなど、いずれかをお持ちください。



❗ 町の申告会場は大変な混雑が予想されますので、早めに税務署で申告を済ませましょう

Library

図書館情報



- TEL・有線／57-8080
- 開館時間／10:00～18:00(金曜日は20:00まで)
- 休館日／月・火曜日・祝日(2月23日㊤)
※2月12日㊤は振替休館となります。
- 整理休館日／2月27日㊤
- 託児サービス／2月14日㊤・28日㊤ 10:30～12:30
※0～3歳児まで・時間内1時間の利用・先着順
- おはなし会／毎週土曜日14:00～(3歳以上)
- おひざでだっこのおはなし会／毎月第1・第3木曜日11:00～(3歳くらいまで)

本の紹介

暮らし・一般

木でつくる小さな食器

渡邊浩幸／著
河出書房新社／出版



木材を加工して一から作る世界でただ一つの食器。少々いびつでも時間をかけて生まれた物だからこそ愛着もわき、いただく食事、きつとより一層、格別な味に。そんな豊かな時間を提案する、初心者向けの木工食器の手引書です。

展示 フラワーサークルなでしこ
無料 「プリザーブドフラワーの華やかな世界」展

2月5日㊤～29日㊤ 展示コーナー
贈り物としても人気のある、枯れない生花「プリザーブドフラワー」で作られたリースやブーケなど、美しく繊細な作品をお楽しみください。

展示 あったかぐらしのススメ
無料

2月29日㊤まで 暮らし棚特集コーナー
寒い季節を楽しむ「冬の衣食住」に関する本を集めました。

教室 自然教室
申込制 「木でつくる かんたん かわいい小物」

3月22日㊤ 10:30～12:30 視聴覚室

スプーンや葉の形の木片を台に、形を整えたり木の実を飾ったりしておしゃれなインテリア雑貨を作ります。

対象 ▶4歳児クラス以上～

講師 ▶かわせみグループ

定員 ▶20人(先着順)※小学2年生までは保護者同伴

材料費 ▶100円

申込 ▶2月22日㊤～3月15日㊤に図書館へ

お申し込みください。



お知らせ 展示コーナーを
募集 あなたの作品で彩りませんか？

展示コーナーを皆さんの作品発表の場として貸出しています。空き状況や展示期間などはお相談ください。

対象 ▶個人、団体(非営利に限ります)

展示場所 ▶展示コーナーの壁面、ガラスケース、玄関前壁面

申込 ▶使用月の3カ月前の1日から受け付けます。

展示
公民館フェスタ
「竜王のおひなさん ～時代の移ろいを語る人形たち～」

2月1日㊤～4月3日㊤ 交電フロア・玄関ロビー
段飾りのひな人形を飾られる家庭も減りつつあり、子どもの成長とともに押入れの奥へとしまわれてしまった人形たちの日の目を見る機会として、町民の皆さんからお借りしたひな飾りなどを集めて展示します。また、ひな祭りにちなんで、さまざまな展示・イベントを開催します。詳しくはチラシをご覧ください。



Community

公民館情報



- TEL・有線／58-1005
- 開館時間／8:30～22:00
- 休館日／年中無休(12/29～1/3除く)
- 利用・貸館／ホール・会議室・和室・調理室・談話室・工作室など使用状況については事前にお問い合わせください。
- 申込／公民館でお手続きください。
- 地域学校協働本部／2階(学校・園支援について)

子育て応援ナビ



2 FEBRUARY

こどもひろば

対象 ●0歳児～未就園児と保護者

日時 ●月～金曜日(平日) 9:30～12:00／13:00～15:30

場所 ●保健センター 2階

問 ●社会福祉協議会 ☎☎58-1475／健康推進課(保健センター) ☎☎58-1006

季節の行事を
みんなで
楽しんでいます！



イベント	とき	内容
豆まき	2/3㊤ 10:30～	節分の日に合わせて豆まきで鬼を退治しましょう。
絵本のひろば	2/17㊤～19㊤	親子でいろいろな絵本に触れ、楽しい時間を過ごしましょう。
おひなさま作り・撮影会	2/25㊤～3/2㊤	おひなさま制作とパネル撮影会を行います。
ぴかぴか週間	2/25㊤～28㊤	おもちゃを掃除し、物を大切にすることを養います。
おたんじょう会	2/27㊤ 10:30～	2月生まれのお友達をみんなでお祝いします。
発達支援講座	2/27㊤ 11:00～	乳幼児期の発達について学びます。

info.

出張ひろば

対象 ●0歳児～未就園児と保護者

日時 ●2/14㊤ 9:30～15:30

場所 ●弓削ふれあいプラザ

問 ●社会福祉協議会 ☎☎58-1475／健康推進課(保健センター) ☎☎58-1006

0～3歳児対象 みんなで遊ぼう！ちびっこひなまつり♪

【とき】2月28日㊤ 10:00～12:00(9:30～受付)

【場所】竜王町公民館 ホール

【内容】民生委員児童委員によるおひなさま制作、カレーパーティー



健診・サロン ●健康推進課(保健センター) ☎☎58-1006

乳幼児健診				
内 容	対 象	日 程	時間・場所	持ち物
4カ月児健診	令和元年10月生	2/26㊥	13:00～13:20 (受付) 保健センター	母子健康手帳 質問票 食生活質問票(10カ月児健診のみ) 聴力検査票(3歳6カ月児健診のみ)
10カ月児健診	平成31年4月生			
1歳6カ月児健診	平成30年6月・7月生	2/13㊥		
3歳6カ月児健診	平成28年7月・8月生	2/4㊥		
マタニティサロン				
対 象	日 程	時間・場所	内 容	
妊娠週数16週以降の妊婦、パートナー、家族	2/21㊥	9:30～11:30 保健センター	助産師からのお話(妊娠中や出産後の体や気持ちの変化・生活上の注意、沐浴指導など ※9:30～/10:30～)、赤ちゃんサロンとの交流	
赤ちゃんサロン				
対 象	日 程	時間・場所	内 容	
1歳未満の赤ちゃんと保護者など	2/7㊥ 2/21㊥	9:30～11:30 保健センター	育児相談、授乳相談、栄養相談	

ちびっこ幼稚園 ●竜王幼稚園 ☎☎57-0009 ●竜王西幼稚園 ☎☎58-2356

竜王幼稚園				
イベント	日程	受付	内容	駐車場
一日体験入園	2/21㊤ 9:50～11:00	9:30～9:45 職員室横廊下	4歳児との交流	園舎北側駐車場
竜王西幼稚園				
イベント	日程	受付	内容	駐車場
一日体験入園	2/20㊤ 9:40～10:45	9:30～9:40 遊戯室	3・4歳児との交流	西小学校の駐車場

《共通事項》☎…対象 ☎…持ち物

☎次年度就園予定児(平成26年4月2日～平成29年4月1日生まれ) ☎上履き(保護者も)、出席カード



主催／株式会社日吉
実施日／2019.5.7, 5.13,
12.20(竜王小学校・竜王
西小学校)
生活安全課 生活環境係
58-3703

News+plus

「混ぜればごみ 分ければ資源」



スプレー缶は、
必ず中身を使い切り、
ガス抜き(穴開け)してから
ごみに出してくださいね！



一度はやってみたいかった
ごみの投げ入れや
ボタン操作



自分の絵は
どこにあるかな？
友達はどんな絵を
描いたのかな？

町内の家庭ごみの収集
運搬を受託されてい
る株式会社日吉では、次代
を担う子どもたちに環境保
護やごみ問題への関心を高
めてもらおうと、平成2年
から毎年、町内の小学4年
生を対象に、ごみ収集体験
学習の「出前授業」を実施さ
れています。

本年度は昨年5月に開か
れ、正しいごみの出し方・
分け方について説明を受け
たほか、中身が残ったスプレ
ー缶や力セットボンベ、
ガスライターが原因で火災
や爆発事故が発生している
ことが話され、子どもたち
は驚いた様子で真剣に話に
耳を傾けていました。また、
同年12月には環境をテーマ
に子どもたちが描いたオリ
ジナルのごみ収集車(パッ
カー車)が披露され、普段
近くで見ることができない
パッカー車に子どもたちは
興味津々な様子でスイッチ
に触ったり、ごみ袋を投げ
入れたりして、楽しくごみ
収集を体験しました。

同社では、今後も「21世紀
の主役たち」の成長を願い、
環境問題における教育や支
援活動を行っていかれます。

十人十色。



バックナンバーはこちら



のんびりおたまの1年間

文・ことばの教室指導員

以前読んだ新聞記事にあった出来事です。ある保育園でオタマジャクシを飼うことになり、先生と子どもたちは一生懸命お世話をしました。やがてオタマジャクシは無事カエルになりましたが、1匹だけ足も生えないオタマジャクシが残りました。子どもたちは心配しながらもお世話を続け、なんと1年たった春先、ようやくカエルになり、先生と子どもたちは「バイバイ。元気でね」と、そのオタマジャクシを見送ったというお話しです。ことばの教室では、子どもたちの「ことば」に関する課題を中心に、発音に関すること、読み書きに関すること、会話に関することなどの課題に対し、改善に向けた指導・サポートを行っています。ご家族から「この子はどのようにして上手にできないのだろう」、「まだこんなこともできない」と子どもの成長で気になることや心配事などのお話しを伺う時、オタマジャクシの話を思い出します。私たちは周りの多くの人ができることを標準として考え、同じでない不安になってしまいます。すぐに結果を求めたり速さのみを求めたりする昨今の社会的な風潮が不安をいっそうあおります。ことばの指導を始めるとすぐに改善がみられる場合もありますが、しばらく改善がみられない場合もあります。しかし、必要なサポートをする一方で本人の育ちを「信じて待つ」ことも大事ではないでしょうか。「待つ」ことは思った以上に大変なことです。ことばの教室では、ご家族のお話しをゆっくりお伺いすることで、少しでも不安を和らげ、子どもの成長を喜びにさせていただけたらと考えています。

栄えある受賞を心よりお喜びいたしますとともに、今後ますますのご活躍をお祈り申し上げます。

※()は受賞日

若井農園がお米コンクールで金賞 お米番付で最優秀賞の二冠を獲得！



代表 若井 康徳さん
わかい・やすのり

効率化して作った米ではない、
一定の手間をかけた昔ながらの
製法にこだわった米です。努力
が実った結果を、大変うれしく
感じています。

「第21回米・食味分析鑑定コンクール・国際大会」
(2019.11.30)に出品した環境こだわり米「にこまる」
が都道府県代表お米選手権の官能審査において
3年連続金賞を受賞されました。また、食のプロ
が選ぶ究極の米「お米番付2019」(2019.12.8)に
出品した「夢ごこち」が最優秀賞に輝き、昨年に続
く入賞2連覇を果たされました。若井さんのたゆ
まぬ努力の成果がダブル受賞・連覇達成につなが
り、まち自慢の米として町の魅力発信につながる
ことも期待されます。

古株牧場が農林水産大臣賞 全国優良経営体表彰6次産業化部門



代表 古株 治明さん
こかぶ・はるあき

二代目となり、試行錯誤の中で
やってきたことが間違いなかつ
たと実感でき自信につながりま
した。両親や関係機関の皆さま
に感謝します。

農業経営の改善や地域農業の振興・活性化に優
れた功績を挙げた農業者を表彰する「令和元年度全
国優良経営体表彰」(2019.12.5)において、有限
会社古株牧場が農林水産大臣賞を受賞しました。
同社は水稻、酪農、肉用牛に自家生乳を用いた乳
製品の加工・販売を加えた複合経営を展開され、
ソフトクリームやジェラート、チーズやピザなど
の商品開発(6次産業化)を地域でいち早く実践。
さらに、農業体験の実施や循環型農業を展開され
るなど、地域農業へも貢献されています。

人権コラム

人権と日常



文・人権擁護推進員
同和問題の解決等地域における人権擁護活動を強化するため、
竜王町長の委嘱(任期3年)を受け、人権擁護委員の活動に協力し、
人権尊重のまちづくり推進のために啓発活動を行っています。

「人権の世紀」といわ
れる二十一世紀。
あらゆる人々の人権が
尊重される社会をめざ
し、一人一人が、それ
ぞれの役割や責務を果
たしていくことが求め
られています。

人権は全ての人に平
等が保障されています
が、自分の人権を主張す
るあまり、他人の人権
を侵害する場合もあり
ます。一人一人が互い
の違いを認め合い、他
の人の人権を守ること
が自分の人権を守ること
につながります。その
ためには、互いに「人
権」に配慮して生活を
することが大切です。

人権が尊重され、健
康で文化的な生活を営
むことは全ての人の
願いであり、私たち一
人一人が人権尊重を基



盤にした個性あふれる
町づくりをめざしてい
かなければなりません。
そのためには、身近な
家庭・地域などで不
な問題や人権の課題に
ついて話し合いを積み
重ねることが必要で
はないでしょうか。

自主的・主体的な
人権学習の取り組みを
さらに進めて、「希望に
満ちて生き生き暮らす
ことのできるまちづくり」、
「互いを認め合うまち
づくり」、「互いを支
え合うまちづくり」を
実現しましょう。あな
たが主役です。

Minnano - keijiban

町民の皆さんが行う文化・学習・スポーツ・まちづくり・ボランティアなど、さまざまな活動をお知らせします

竜王町青年団主催 「駅伝大会」の参加者募集

竜王町青年団主催の駅伝大会を開催します。一緒に竜王町を駆け抜けましょう！コースなど詳細はチラシをご覧ください。
【開催日】3/8㊥【対象】中学生以上の男女【参加費】1チーム3000円【申込期限】2月8日㊥まで【問】竜王町青年団 ㊤crew_r_s@yahoo.co.jp(夜間)／役場生涯学習課 ㊤㊤58-3711(昼間)

ご参加お待ちしています！

木に命を吹き込む「木彫り」に 挑戦してみませんか？

じっくりと彫り進む楽しさを味わいながら愛着ある作品づくりに挑戦してみませんか。初心者大歓迎！
【とき】2/6㊥(毎月第1木曜日)19:00～21:30【場所】竜王町公民館工作室(2階)【費用】1000円／回【持ち物】彫刻刀など※無い場合は彫刻刀一式(5000円)を販売しています。【問】竜王木彫俱樂部(竜王町公民館内・竜王町文化協会事務局) ㊤㊤58-1005

みんなで歌おう♪ 歌声喫茶「ポッケ」

「パイナップル」さんをお招きし、懐かしいあの歌、この歌をみんなで集って歌い合い、心癒されるひとときを過ごしませんか？
【とき】2/15㊥(毎月第3土曜日)13:30～15:00【場所】竜王町公民館 交電フロア(1階)【参加費】一人200円(ドリンクほか)【問】歌声喫茶「ポッケ」

みんなの掲示板

受講生募集！ 「シャドウボックス教室」

幾重にも重ねた絵で立体絵画を作る「シャドウボックス」。オリジナル絵柄で自分だけの作品も作れます。
【とき】2/3㊥・2/17㊥(毎月2回)10:00～15:00【場所】竜王町公民館 工作室(2階)【費用】1500円※初回は教材費3000円程度が別途必要【問】パンプキンサンタ(竜王町公民館内・竜王町文化協会事務局) ㊤㊤58-1005

受講生募集！ 「ハーバリウム教室」

華麗な花々をガラスに閉じ込めた植物標本(ハーバリウム)を基本から作成します。
【とき】2/3㊥・2/17㊥(毎月2回)10:00～15:00【場所】竜王町公民館 工作室(2階)【費用】2800円(材料費含む)【問】パンプキンサンタ(竜王町公民館内・竜王町文化協会事務局) ㊤㊤58-1005

受講生募集！ 初めてでも安心のヨガ教室

年齢や体力を問わず、どなたでもヨガを楽しめる教室です。呼吸とポーズ、瞑想でゆったり、ゆっくりと心身を整え、あなたの健康づくりをサポートします。まずは気軽に体験にお越しください。
【とき】2/4㊥・2/18㊥・2/25㊥10:00～【場所】竜王町公民館 和室(1階)【費用】3500円／月※体験料1000円【問】竜王ヨガグループ

冷えは免疫力を低下させ、体調を崩す原因になります。ヨガのポーズで体温を上げ、冷え性を解消しましょう！

2月のテーマ
冷え性解消

参加者募集！ みんなで楽しく踊るフラダンス

幅広い年齢層に支持されているフラダンスを、ハワイアンミュージックに合わせ、笑顔でゆったりと踊ってみませんか。初心者OK。見学自由です。
【とき】2/8㊥・2/15㊥ 2/22㊥18:00～【場所】竜王町公民館 和室(1階)【費用】見学時に詳細を説明します。【問】ヴァアヒラ滋賀

合唱団員募集！ 心に響くハーモニーを楽しもう！

日本の抒情歌、ポップス、宗教曲などを歌い、町内のイベントに出演しています。すてきなハーモニーを私たちと一緒に楽しみましょう。
【活動日】毎週月曜日 20:00～【場所】竜王町公民館 音楽室(3階)【会費】1000円／月【問】混声合唱団RYUO

誰もが気軽に吹ける 「よし笛」を一緒に始めませんか？

「よし笛」の素朴で温かい音色に包まれ、楽しい時間を一緒に過ごしませんか。子どもから大人まで初めての方でも始められます。お子さん連れ、見学大歓迎です！
【とき】2/25㊥(毎月第4火曜日)19:30～21:00【場所】薬師天理教滋賀中心分教会神殿(山口伊久雄様宅)【講師】菊井了先生(「琵琶湖よし笛」考案)【費用】1000円／回※初回はよし笛5000円・テキスト3000円が別途必要【問】蒲生野リードスマイル



まちの相談窓口

㊤…相談員による相談 ㊤…要予約



相談種類／内容	
心配ごと相談所 ㊤ さまざまな心配ごととの相談	子ども家庭相談室 家庭児童相談、児童虐待、DVに関すること
時 2/3㊥・2/12㊥・2/21㊥／10:00～12:00 場 勤労福祉会館 1 階 問 竜王町社会福祉協議会 ㊤㊤58-1475	時 月～金曜日(平日)／8:30～17:15 場 保健センター 問 健康推進課(相談室直通) ㊤㊤58-3722
行政相談所 ㊤ 国・役所・独立行政法人についての苦情・要望	ふれあい相談発達支援センター 発達・子育て・不登校など、生活や就労に関する悩み
時 2/12㊥・3/11㊥／10:00～12:00 場 勤労福祉会館 1 階 問 総務課 ㊤㊤58-3700	時 月～金曜日(平日)／8:30～17:15 場 竜王町公民館 3 階 問 発達支援課 ㊤㊤58-3741
消費生活相談 ㊤ ㊤ 消費者トラブルに関する相談	近江八幡・竜王少年センター ㊤ 青少年に関する悩み事・心配事
時 月～木曜日(平日)／13:00～17:00 場 防災センター 1 階 問 生活安全課 ㊤㊤58-3703	時 水曜日(平日)13:00～16:00／木曜日(平日) 9:00～12:00 場 防災センター 2 階 問 生涯学習課(竜王相談窓口) ㊤㊤58-3721
認知症に関する相談 認知症の早期発見・認知症に関する悩み	こころの健康相談 ㊤ 睡眠障害・うつなど、こころの悩み相談
時 月～金曜日(平日)／8:30～17:15 場 福祉ステーション 1 階 問 地域包括支援センター ㊤㊤58-3704	時 月～金曜日(平日)／8:30～17:15 場 保健センター 問 健康推進課 ㊤㊤58-1006



まちの交流事業

㊤…申込不要 ㊤…当日参加OK



飲み物代 100円 ふきのとう カフェ 介護に関わる全ての人の交流・憩いの場 とき 2/4㊥ 10:00～12:00 ミニ講座「知って得る認知症薬物療法」講師：山下航平さん(ファースト薬局) とき 2/21㊥ 10:00～12:00 カフェトーク 場所 竜王町公民館 1 階 交電フロア 問 福祉課 ㊤㊤58-3704	申込不要 無料 あす☆みる 倶楽部 精神疾患のある人の家族会 家族同士が悩みを分かち合い、共有し、連携することでお互いに支え合っていくための“場所”です。精神保健福祉士と保健師も交え、少人数の座談会を開催しています。 とき 2/19㊥ 14:00～15:00 場所 保健センター 問 健康推進課 ㊤㊤58-1006	申込不要 無料 アルコール依存症 学習会 主催：滋賀県断酒連絡会 アルコールのことで悩んでいる本人、またその家族や友人などを対象に、精神保健福祉士など専門家も交え、飲酒にまつわる悩みなどを話し合い、依存症や治療などについて学びます。 とき 2/4㊥ 13:00～14:00 場所 保健センター 問 健康推進課 ㊤㊤58-1006
--	--	---

○あなたの大切な人生に安心をお届けすることが行政書士の役割です○

「離婚」・「遺言」・「相続」

行政書士西村法務事務所でございます。当事務所は、離婚や遺言・相続を主たる業務としており、その他にも農地転用や各種契約書の作成を承っております。

行政書士 登録番号：第18251123号 https://nishimura-office.net

西村法務事務所 ホームページなら24時間メールフォームからお問合せいただけます。

〒520-2514 滋賀県蒲生郡竜王町橋本 386-5

0748-58-1426

当事務所は弁護士法72条等による法的紛争性のある業務は請負っておりません。

受付時間 /9:00～18:00 (土日祝も受付可)

住民の皆さんの目に触れる機会の多い

「広報りゅうおう」に

広告を掲載してみませんか？

お店などのPRにぜひご利用ください

掲載料■①年間通して(連続した1年分の号)の掲載は10万円、②①を下回る回数の掲載は1回につき1万5000円 申し込み■「竜王町有料広告掲載の取扱いに関する要綱」をご確認の上、掲載希望月の2カ月前までにお申し込みください。(要綱は町ホームページに掲載しています)問い合わせ■未来創造課 人権広報係 ㊤㊤58-3701

記事募集！

掲載月の前々月の25日までにご連絡ください。申込・詳細は、未来創造課 ㊤㊤58-3701まで。

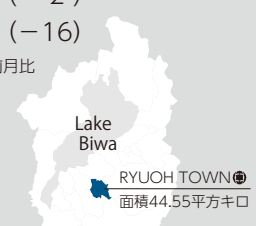
Population 竜王町の人口推移

全 体	11963人	(-25)
男	6198人	(-23)
女	5765人	(-2)
世帯数	4409世帯	(-16)

令和元年12月末現在 / ()内は前月比

転 入	30人(48)
転 出	44人(39)
出 生	3人(4)
死 亡	14人(12)

令和元年12月中の届け出 / ()内は前月数



Tax 税と料金

納期限 2月28日金

- 水道料金
- 下水道使用料
- 保育所保育料
- 幼稚園保育料
- 通学自動車使用料
- 学校給食費

納期限 3月2日月

- 固定資産税
- 国民健康保険税
- 後期高齢者医療保険料
- 介護保険料

Event まちの行事予定

2/1土~4/3金
竜王町公民館フェスタ
~竜王のおひなさん~

2/9月
弓納め神事
(七里/石部神社)



県下一斉・司法書士による 相続に関する無料相談会

毎年2月は「相続登記はお済みですか月間」です。司法書士が相続登記についての相談に無料でお答えします。また、県内の各司法書士事務所では、2月29日(土)までの期間は相続に関する相談を無料で受け付けています。

◆とき：2月15日(土) 13時~16時30分(受付は16時まで)◆
会場：滋賀県立男女共同参画センター「G・NET」しが(近江八幡市鷹飼町80-4)
問 滋賀県司法書士会 ☎07・525・1093

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

◆訓練内容：町内の屋外・屋内スピーカーから一斉に訓練放送が行われます。また、「竜王町安心ほっとメール」のテスト配信を行います。**◆訓練日時**：2月19日(土) 11時ごろ

問 生活安全課 消防防犯係 ☎58・3703

社、道の駅「竜王かがみの里」

◆対象：13歳以上(上限無し)
◆定員：15人(男女不問)◆**参加費**：1万円(貸衣装・記念写真・元服料理、祈禱など含む)◆**締切**：3月2日(月)まで

問 鏡の里元服式実行委員会事務局 ☎58・3715



育休後のハッピー・キャリア・カフェ

産休・育休後の仕事と子育ての両立に不安を感じている方が、復帰後の具体的な働き方のイメージを持てるよう、タイムマネジメントや家族との協力関係づくりなどを学ぶ。

◆対象：産休中・育休中の、育休から復帰された人、育休取得予定の人およびそのパートナー◆**とき**：3月22日(土) 14時~16時30分◆**場所**：草津市立市民交流プラザ 大会議室(草津市野路1-15-5/フェリエ南草津5階)◆**講師**：山口理栄さん(育休後コンサルタント®)◆**参加費**：無

料◆定員：先着50人◆**託児**：6カ月~就学前の子ども(無料・定員有り・先着順)◆**申込**：インターネットよりお申し込みください。◆**締切**：3月11日(土)まで

問 滋賀県商工観光労働部 女性活躍推進課 ☎077・528・3772

しがネット 受付サービス



「鏡の里 元服式」で新しいスタートを切りませんか?

源義経が元服したと伝えられる竜王・鏡の地で、あなたも、いにしえの時代の成人式を体験してみませんか?

◆とき：3月22日(土) 9時40分~14時45分◆**会場**：鏡神

◆対象：町内在住または町内在勤の人◆**とき**：3月20日(金) 8時15分~12時30分◆**集合場所**：竜王町役場 防災センター前駐車場◆**コース**：甲賀 あいの土山(約6km)※現地までバス移動◆**持ち物**：飲み物、雨具、タオル、帽子など◆**定員**：30人(先着順)◆**参加費**：一人5000円(保険代ほか)※当日徴収◆**申込**：3月3日(火)までにご連絡ください。

問 生涯学習課 生涯学習係 ☎58・3711

◆とき：3月19日(土) 13時~15時◆**場所**：竜王町勤労福祉会館1階 研修室◆**相談内容**：離婚、相続などの家庭問題、不動産問題、多重債務など◆**相談形式**：弁護士による面談方式(一人30分)※秘密厳守◆**定員**：4人(先着順)◆**申込**：2月3日(月)~3月13日(金)にご連絡ください。※要予約

問 竜王町社会福祉協議会 ☎58・1475

滋賀マザーズジョブステーションセミナー 「採用される職務経歴書の書き方」
~あなたの長所を最大限にアピールしよう!~

◆対象：滋賀マザーズジョブステーション・近江八幡に登録されている人※登録についてはお問い合わせください。◆**とき**：3月12日(土) 10時~11時45分(受付は9時30分)◆**場所**：滋賀県立男女共同参画センター「G・NET」しが(近江八幡市鷹飼町80-4)◆**内容**：就活中や働いてからも使える実践スキルを身に付けます。

◆参加費：無料◆**申込**：2月7日(金)~3月5日(土)に電話でお申し込みください。

問 滋賀マザーズジョブステーション・近江八幡 ☎074・8・36・1831



水道管の凍結・破裂に注意

気温が氷点下を下回ると、水道管が凍結して水が出なくなったり、破損したりすることがあります。特に、外に露出している状態で設置している場合は注意しましょう。修理が必要な場合は、「竜王町指定給水装置工事事業者」へ依頼してください。

問 上下水道課 ☎58・3708

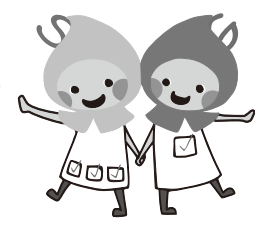


2月4日~10日は 「滋賀県がん向き合う週間」です。

滋賀県がん対策の推進に関する条例では、毎年2月4日から10日までの1週間を「滋賀県がん向き合う週間」と規定し、県民および事業者の間に広くがんに関する理解と関心を深めるとともに、がんの予防、早期発見などに関する自主的な取り組みへの意欲を高めることとしています。

県内各地では、がんに関心を持つていただけるよう講演会などイベントが展開されています。

問 健康推進課 健康づくり係 ☎58・1006



県内各地で講演会などイベントが展開/されています。
詳細はこちら



総合住宅リフォーム
住まいのことなら何でもおまかせ!!
ローンOK! 月々5,000円~

屋根補修(雨漏れ補修)
漆喰塗り直し
屋根・外壁塗装

屋根葺替
・雨樋工事
・水廻り全般
・クロス張替
・サイディング工事
・エクステリア全般
・内装工事全般
・オール電化
・その他
増改築工事
・フローリング

(株)三共 【本社】彦根市和田町41-11
【支店】近江八幡市十王町339-6-102 ☎0120-272-852

平田歯科医院
HIRATA DENTAL CLINIC

一般歯科・歯科口腔外科
小児歯科・矯正歯科

〒520-2531 竜王町山之上3456
ご予約・お問い合わせは
TEL 0748-57-0600
http://www.hiratadental.com



住宅から公共工事まで30年 技術と実績X思いやり

4優 絆

家族団らんの家

本 社 竜王町山之上 3276
展示場 TEL:0748-57-1100

栗 東 栗東市上約 10
展示場 TEL:077-553-9933

「住まい」の匠
株式会社 ヤマタケ創建
ISO-9001 認定取得
ISO-14001
ヤマタケ創建 検索

1st HAPPY 1歳の誕生日おめでとう! Birthday



3月に1歳を迎えるお子さんの写真を募集します

①お子さんの名前(ふりがな)／誕生日②保護者名／住所(自治会名も)／電話番号を記入の上、役場へ持参・郵送・Eメールでご応募ください。メールの返信がない場合は、未来創造課 ☎58-3701へご連絡ください。

応募締め切り日
2月7日金

ケータイからでもOK!



作り方

1 豆腐をキッチンペーパーに包み、レンジで3分加熱して水気を切る。ホウレン草は3cmに切り、水を少々ふってからレンジで3分加熱して水にさらす。

2 ニンジン、シイタケは薄切りにし、レンジで3分加熱する。水気を絞ったホウレン草と混ぜ、薄口しょう油で味付けして冷ます。



3 ボウルに豆腐と④を入れてよく混ぜ、2の野菜を加え、冷蔵庫で冷やす。

RECIPE

笑顔のある暮らしは食卓から

レンジで簡単白和え

野菜 1人70g使用 / 1日350g



めざましON野菜～de減塩(へるしお)～レシピ集 part 2

材料(2人分)

- 絹ごし豆腐 200g
- ホウレン草 5株
- ニンジン 1/5本
- シイタケ 2枚
- 薄口しょう油 小さじ1
- すりごま 小さじ2
- みそ 大さじ1
- 砂糖 小さじ2

季節により野菜を春菊や
カボチャに変えたり、サツマイモや
柿を加えたりして
年中おいしく作れます!



■電王町では、「健康いきいき電王21プラン」に基づき、平成30年度から令和4年度の5年間に「りゅうおう健康ベジ7(セブン)チャレンジ」と題し、生活習慣病の予防や健康寿命の延伸をめざした取り組みを行っています。平成30年度から「めざましON野菜～de減塩(へるしお)～」と称し、①朝食のすすめ ②野菜1日350gの摂取 ③減塩に取り組んでいます。朝食に野菜をプラスし、減塩もできるレシピをぜひ、ご家庭でもご活用ください。■レシピは動画でも公開中! 詳しくは町ホームページをご覧ください。

