

ホテルせくみ屋（白鬚）の予約係として、個人や旅行会社からの予約の受け付け、手配、管理などの仕事をしている玉置さん。もともと旅行が好きだったことが高じて、「小浜を訪れる人をもてなしたい」と高校を卒業後、同ホテルに就職しました。

昨年から配属された現在の部署では、「毎日の仕事が印象的」という玉置さん。「お客さまに喜んでいただけるよう、臨機応変な対応を心掛けており、スタッフ間で連携を取りながら、サービスの向上に努めています」

小浜の魅力発信に貢献したい



勤務先 ホテルせくみ屋
たまき 玉置みなみさん
(21歳・多田)

近年、増加傾向にあるインバウンド（訪日外国人旅行）客。「もっと英語力があればと悔しい場面もある」と語る一方で、「小浜の魅力を全国に発信するチャンス。英語力の向上はもちろん、自分が貢献できることを探っていきたい」と意欲をみせます。

最近では、上司や先輩からさまざまな仕事を任せてもらえるようになり日々の成長を実感。「今後もポジティブな性格を生かして、何事も楽しみながらスキルアップに励んでいきたいです」と笑顔で話してくれました。

チームが誇る応援 選手に力

29人の部員が所属する小浜第二中学校女子卓球部。この夏に開かれた県大会の団体戦では、16年ぶりに優勝するという快挙を果たしました。

小学3年から市内の卓球クラブに所属し、その豊富な経験を生かして同部をまとめる高橋さん。キャプテンとして、「プレーだけでなく、礼儀や道具の準備、片付けなどにも手を抜かないように」と心掛けています。

チームの長所を「部員たちによる、出場選手への応援は県内で一番」と誇り、「その声援が選手にとって大きな



女子卓球部 キャプテン
たかはし りな 高橋里奈さん
(小浜第二中学校2年生)

力になっている」と笑顔をみせます。互いに球を打ち合うラリー戦が得意だという高橋さん。「普段から接戦の状況をイメージして練習に取り組むことで、メンタル面が鍛えられ、実戦でも効果が上がってきた」と実感。

高橋さんは、「緊張感を持ち、みんなが前向きな気持ちで練習に取り組めるチームにしたい」と意欲をみせ、その先に見据える目標は、「地区大会で全勝し、県大会では優勝。最終的に全日本卓球選手権大会に出場することです」と力強く話してくれました。

支え合う仲間と最高の演舞を

よさこいチーム「若狭踊り屋祭わ衆」には、本市と若狭町の小学生から60代後半までの約40人が所属。代表の鶴田さんは「一人ひとりの異なる動きが複雑に絡み合い、一つの『チームとしての表現』になったときの達成感が醍醐味」と、よさこいの魅力を語ります。

県内外のイベントや大会に年間20回ほど出場する同チーム。市内では、今年で17回目を迎え、年々にぎわいを増す「御食国若狭おばまYOSAKOI祭」や、ふるさと祭りなどでも演舞を披露し、地域を盛り上げています。



若狭踊り屋 祭わ衆 代表
つるた かずなり 鶴田一成さん
(47歳・泊)

この8月には、10年以上出場を続けてきた関西最大級の大会「おの恋おどり」（兵庫県）で初の銅賞を獲得。前年に一定の成績を残さないと本戦に出られない、厳しい大会での入賞に、鶴田さんは「支え合う仲間のおかげでここまで来ることができた。受賞の後、花火を背に踊ったときは最高の気分でした」と、感謝と喜びを語ります。

「市内には複数のよさこいチームがあり、競技に触れる環境が整っている。ぜひチームに参加して、よさこいの楽しみを体感してみてください」

周囲から応援されるチームに

1・2年生の部員24人が、ボールの音と活気ある声を体育館に響かせる、若狭高校男子バレーボール部。

キャプテンの石倉くんは、バレーボールの経験がある父親の影響で、小学3年生でスポーツ少年団に入団して以来、バレー一筋に打ち込んでいます。

石倉くんは「常に明るく、ミスを引きずらないように互いに声をかけ合えるチームです」とチームの雰囲気を表し、「さまざまなチームと試合をすると、プレースタイルや仲間の励まし方などに、各チームの特色が



男子バレーボール部 キャプテン
いしくら ゆうた 石倉裕大くん
(若狭高校2年生)

見えて面白いです」と話します。

同部は、9月に行われた春高バレーの県予選でベスト16に進出。「今は、冬の新人戦で県ベスト4に進むことを目指して、守備から攻撃へのつなぎを意識した練習に取り組んでいます」

「先輩から部を引き継いだとき、部員みんなで『周りから応援されるチームを作ろう』と話合った」という石倉くん。「プレーはもちろん、日々の生活態度なども含めて、胸を張って試合に臨めるよう、全員が心がけています」と笑顔で話してくれました。

御食国 若狭おばまの 食材めぐり

■問い合わせ 農林水産課 ☎ 64・6024



【生産者の思い】

里・海・山・川の自然が豊かな小浜で生産されるお米は、同じ自然の恵みで育った海産物や農産物などと相性が抜群です。食欲の秋に、小浜で生産された新米で、おいしい食事を楽しんでください。

第2回

おばまのお米

秋も深まり、今年も新米の時期を迎えました。今回は、市内で主に生産されているお米の特徴を紹介します。

「コシヒカリ」は、福井県が発祥の地。艶の良い見た目、粘り気のある食感、うま味の強さと、すべてにおいてバランスのとれた“王道”の味です。

「ハナエチゼン」は、あっさりとした味で、食感は少し硬め。冷めても粘り気があり、お寿司やお弁当、おにぎりに向いています。

「あきさかり」は、その名の通り秋が収穫期。もちもちとした粘り気があり、かめばかむほどに甘みとうま味があふれ、クセのない味が特徴です。

「いちほまれ」は、福井の新たなブランド米。絹のような白さと艶、優しい甘みが特徴で、粒の厚さが1.9^{mm}以上など、厳しい基準をクリアしたもののだけが出荷されます。

放射線診断は、外部から人体にあて、透過してきたX線をフィルムに投影し行います。X線写真には大きく分けて4段階の濃淡があり、①人体の中で最もX線を吸収し真っ白に写るのが骨②次に白く写るのが人体のほとんどを占める水分（臓器や筋肉を含む）③やや黒く写るのが脂肪④最も黒く写るのが肺などにある空気です。

CTでは360度からX線を照射して得られるデータをコンピューター解析して断層（輪切り）画像を

放射線診断について

放射線診断は、外部から人体にあて、透過してきたX線をフィルムに投影し行います。X線写真には大きく分けて4段階の濃淡があり、①人体の中で最もX線を吸収し真っ白に写るのが骨②次に白く写るのが人体のほとんどを占める水分（臓器や筋肉を含む）③やや黒く写るのが脂肪④最も黒く写るのが肺などにある空気です。

放射線治療について

放射線治療は、悪性腫瘍に放射線を照射することにより腫瘍細胞を死滅させ、その増殖を抑える治療法です。放射線の照射によりDNAが損傷を受け、腫瘍の縮小や消失、正常組織においても有害反応など細胞死に伴う組織の変化がおきます。腫瘍の治療効果を最大にし、それに伴う正常組織の障害を最小にするために、治療は腫瘍に集中した照射、あるいは正常な組織と比べて、腫瘍に効果的な分割照射（1回ではなく20〜35回といった複数回に分けた照射）を行います。

放射線の特徴

現在、放射線医学は診断・治療など、医療の多くの場面で用いられています。今回は放射線による診断と治療、それぞれに放射線が果たす役割を説明します。放射線の特徴には、直進性や物質を透過する力、物質に特有な波長の蛍光を放出させる作用、フィルムを感光させる作用があります。

放射線科 川上 悟司 医師



健康 生活のつむぎ

医療における放射線の役割

杉田玄白記念 公立小浜病院

■問い合わせ ☎ 52・0990

知ってほしい、役に立つ事業をキリトリ！

市役所 お仕事ファイル

老人の日（9月15日）

老人福祉法第5条によって、国民が広く高齢者の福祉についての関心と理解を深め、高齢者が自らの生活の向上に努める意欲を高めてもらうと定められた記念日。また、9月15日〜21日を老人週間として定めています。

これからの皆さんには、いつまでも住み慣れた地域で元気で自立した生活が過ごせるよう健康づくりに努めていただき、市では、それを支援するための環境づくりを推進していきます。

いつまでも元氣な生活を

この取り組みは「老人の日」の記念行事として、市が高齢者の長寿を祝い、多年にわたる社会貢献を感謝することを目的に行っています。また、国も100歳を迎える高齢者に対して祝い状などを贈呈しています。満100歳と88歳（米寿）を迎える高齢者に対し、記念品などが贈呈されます（基準日：9月1日）。

さらなる長寿と健康を祝う 「長寿お祝い事業」

■問い合わせ 高齢・障がい者元気支援課 ☎ 64・6014

高齢者の長寿をお祝い

百歳のお祝い訪問

100歳を迎える高齢者を市長が訪問し、国からの銀杯・祝い状と市からの記念品などを贈呈

対象になった人 平成29年 8人
30年 4人
令和元年 4人



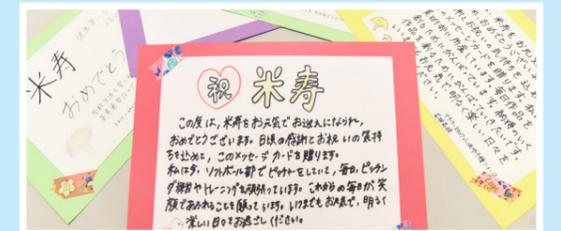
市長が100歳を迎える高齢者を訪問

八十八歳（米寿）のお祝い訪問

88歳を迎える高齢者宅を市職員が訪問し、若狭高校の生徒が作成するメッセージカードと市からの祝い状を贈呈

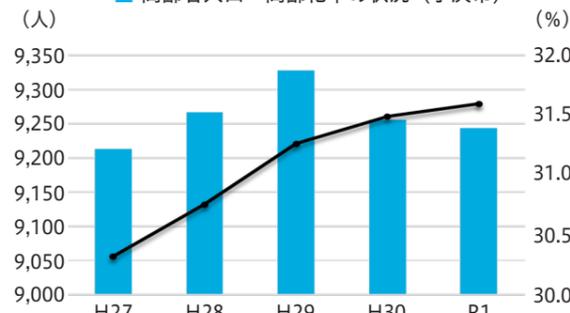
※メッセージカードの作成は、地域のボランティア活動などに取り組む若狭高校JRC（青少年赤十字）部が地域貢献として平成28年から協力。同部の部員が中心となって毎年作成しています

対象になった人 平成29年 210人
30年 214人
令和元年 208人



若狭高校生が作成したメッセージカード

■ 高齢者人口・高齢化率の状況（小浜市）



県内・市内における 高齢者の現状

県の発表によると、県内では本年度中に満100歳を迎える人は321人で、男性61人女性260人と女性が約8割を占めています。また、9月15日時点で100歳以上の高齢者は男性74人女性464人となっています。市内における65歳以上の高齢化率は、平成27年に30%を超え、本年10月1日現在では31・6%となっています。