

“当たり前のこと徹底”を意識

「小さいころからものづくりが好きで車に興味があった」と語る福井トヨペット（株）小浜店に勤める嶋田さん。「高校在学中にインターンシップで同社を訪れたことが入社の決め手になりました」と振り返ります。野球やラグビーフットボールなど、部活動で鍛えた体にツナギをまとい、自動車の整備や修理に汗を流す毎日。「忙しい現場を経験したこともあり、最近では作業の動線を考えながら仕事ができるようになってきました」嶋田さんが大切にしていることは、



勤務先 福井トヨペット（株）小浜店
嶋田 龍靖 さん
(24 歳・生守)

靴をそろえる、ドアを閉めるなど、当たり前のことを徹底する。こと。「母との会話の中で、『普段の生活が適当だから仕事でもミスをする』と言われていたことがきっかけで意識するようになり、仕事でも細部に気が付くようになった」と笑顔をみせます。休日は先輩と船釣りに出かけることが多いという嶋田さん。今後は営業にもチャレンジしたいとしつつも、「エンジニアとしての腕を磨き、いずれ県内トップクラスの整備士になることが目標」と話してくれました。

きりり！小浜人

感謝の心を忘れぬ子に育てたい

M.O HERO'S は、平成20年に結成したミニバスチーム。現在は遠敷、松永、国富、今富、口名田、加斗地区の小学生男子25人が所属し、週3回の練習に取り組んでいます。武田さんは、チーム結成当初から監督として指導。「子どもたちが技術的にも精神的にも成長する姿を見られるのがうれしい」と目を細めます。同チームは、この冬に行われた県大会と、同大会のベスト8で争う全国大会県予選とともに優勝。チームにとって初の栄冠を手に入れました。

躍進の理由は「ここ数年取り組んできた体幹強化と、夏の大会での惜敗」だという武田さん。「準決勝で1ゴール差で敗れた悔しさが、子どもたちをそれまで以上に必死に練習に打ち込ませた。あの敗北があったからこそ今がある」と振り返ります。今後の意気込みを尋ねると「技術向上や勝利ばかりを追求するよりも、子どもたちが周囲への感謝の心を忘れず、人として成長できるように指導していきたいですね」と語ってくれました。



監督 M.O HERO'S
武田 善徳 さん
(48 歳・金屋)

燃えろ！青春！部活道

“高め合えるチーム”で全力疾走

小浜中学校陸上部でキャプテンを務める林さん。小学生のときから走ることが好きで、母からの勧めも後押しになり入部を決意。現在は男女16人が所属する同部で練習に励んでいます。長距離走の選手として活躍する林さんに競技の魅力を尋ねると、「全力で走り切ったあとに得られる達成感が格別。飽きっぽい性格ですが、部活動を通して最後までやり遂げる意識が身についてきた」とほえみまします。新チーム発足時に掲げた目標は、「高め合えるチーム」になること。本

人が気付けないことなどを互いに声を掛け指摘することで、成長を促し合いたいという思いを込めました。「部員たち一人ひとりが、自分で考え行動するように強く意識している」と語る林さん。「つらい練習もありますが、全員が手を抜くことなく全力で取り組めるチーム」と誇ります。体力づくりがメインの冬季を過ぎると、4月からはいよいよ3年生。「残された期間で記録を伸ばし、自己ベストを更新することが今後の目標です」と爽やかに話してくれました。



陸上部 キャプテン
林 叶夏 さん
(小浜中学校3年生)

燃えろ！青春！部活道

最後の大会に向け切磋琢磨

2年生5人、3年生11人が所属する若狭東高校男子バドミントン部。部員の多くが高校から競技を始めた中で、キャプテンの中川くんは、小学生から競技を続けるベテランです。部の雰囲気は「上下関係なく仲が良く」と表し、「その分、みんなにぎやかで、キャプテンになった当初は部をうまくまとめられるか不安だった」という中川くん。「今では、指示が全員に行き渡るように大きな声で話すなど、細かい言動にも気を配るようになりました」とはかみます。

中川くんのプレースタイルは、積極的にスマッシュを打ち込む攻撃型。「力いっぱい放ったスマッシュがきれいに決まると気持ちいい」と目を輝かせる一方で、「課題は防衛面。相手の攻撃を返す際、シャトルを狙った位置に落とすコントロールを身に付けたい」と気を引き締めます。自身最後の大会となる県大会を5月に控える中川くん。「部員同士切磋琢磨して、団体戦ではとにかく1勝を挙げ、シングルスではベスト16に入りたい」と意気込みを語ってくれました。



男子バドミントン部 キャプテン
中川 優希 くん
(若狭東高校3年生)

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

第7回

ワカメ

ワカメの調理法といえば、一般的には乾燥させたものをみそ汁などに使う人が多いのではないのでしょうか。

天然・養殖ともに市内最大の生産地である内外海地区では、新鮮なワカメを生のまま、しゃぶしゃぶなどで楽しむことができます。

旬の時期は、養殖ものが2月ごろに始まり、入れ替わるようにして天然ものが4月中ごろから旬を迎えます。

ワカメの養殖は12月ごろから始まり、3㍑ほどの種苗をクロスロープの隙間に一定間隔で植え付けて海中に沈め、50～60㍑ほどにまで成長させて収穫。葉、茎、メカブに分けて出荷します。

春になると、洗濯バサミに吊られたワカメが天日干しされる光景が地区内のそこかしこで見られ、小浜の春の風物詩となっています。



【写真】(上) 収穫され天日干しされたワカメ (左) 養殖のためロープに植え付けられたワカメの種苗

【生産者の思い】

雪解け水によって山から海へと運ばれた栄養をたっぷりと含んだワカメ。乾燥させた製品は市内の道の駅や量販店で販売されています。また、民宿などで食べられるしゃぶしゃぶは、さっと湯にくぐらせて生まれる鮮やかな緑色、シャキシャキとした食感、豊かな磯の香りを楽しめる、地元ならではの味わい方です。

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

温水プールからお知らせ

新型コロナウイルス感染症をめぐ
る状況によっては、閉館や利用を
制限する場合があります。
利用者の皆様のご理解とご協
力をお願いします。

また、水の浮力によって膝や腰など
への負担が軽くなるため、無理のない
運動ができておすすめです。

水泳や水中ウォーキングといった
プールでの運動は、全身を使う有酸
素運動。普段はあまり使わない腹や背
中、二の腕などの筋肉や、心肺機能が
鍛えられ、冷え性や高血圧の改善、美
肌やダイエット効果が期待できます。

市が運営する温水プールには、6
レーンある「25㍍プール」、小さな子
どもでも安心して楽しめる深さ40㍍の
「幼児用プール」、体を温める「ジャ
グジープール」の3種類のプールがあ
り、季節を問わずに水泳や水中ウォー
キングを楽しめます。

低負担の水中運動で健康増進

季節を問わず利用可能

◆施設概要



住 所 北塩屋 35-17 (若狭総合公園内)
開館時間 火曜日～金曜日 13時～21時
土・日・祝日 10時～18時
※火・金の10時～13時は女性専用の
レディースタイムを設けています
休 館 日 毎週月曜日 (月曜日が祝日の場合は開館
し、翌日を休館)、年末年始



改装でさばトラななちゃんが登場！

幼児用プールおよび25㍍プールを塗装し直し、3月からリニュー
アルオープンしました。

改装した幼児用プールの底面には、「さばトラななちゃん」の絵
が描かれています。みんなでさばトラななちゃんと一緒に泳ぎま
しょう！

◆利用料金(県内利用者)

	1 回 (2 時間)	回数券 (11 枚)	1 カ月券
大人	280 円	2,800 円	3,500 円
高校生以上	150 円	1,500 円	1,900 円
中学生以下	100 円	1,000 円	1,300 円

※県外の方は別料金
※市内在住の60歳以上の人には、利用料金の
助成制度があります。詳しくはP13
※県と県内経済団体でつくる子育て支援の実行
委員会が発行する「すまいるFカード」を提
示すると、親子で利用する場合の料金が半額
になります

健康

生活のとびら

外陰掻痒症^{そうよう}について

かゆみの原因はさまざま

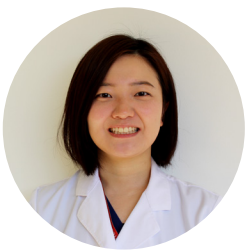
年間を通してよく外来でみる症
状に「外陰掻痒症^{そうよう}」があります。
デリケートゾーンがかゆい状態のこ
とを指し、誰にでも起こりうる症
状ですが原因はさまざまです。

■女性ホルモン欠乏によるもの

閉経期以降の女性に多く、エスト
ロゲンという女性ホルモンの分泌が
少なくなること、膈上皮に潤いが
なくなり炎症が起きます。ホルモン
剤の局所投与や内服を行うことで
改善します。

■感染症によるもの

カンジダ膈炎やトリコモナス膈
炎、クラミジア膈炎、細菌性膈炎な
どの感染症が原因で、おりものの増
加や色調の変化、悪臭を伴うことも
あります。風邪をひいた後や抗生剤
を内服した後などの免疫力が弱まっ
ているときに感染したり、性行為に
より感染したりと、原因はさまざま
です。感染症の検査後に必要に
応じて薬による治療を行います。



産 婦 人 科
西 野 千 尋 医 師
にし の ちひろ

杉田玄白記念 公立小浜病院

■問い合わせ ☎ 52・0990

■皮膚過敏症によるもの

きれいい好きが故に、おりものシート
を連日使用することで通気性が悪く
なったり、入浴時やウォシュレットトイ
レでデリケートゾーンを洗いすぎたりす
ることが原因です。膈内のおりものや
外陰部の分泌物は細菌の感染を防ぐた
め常に分泌されており、洗いすぎると
逆効果になってしまいます。重症度
に応じて保湿剤やステロイド外用剤など
で対処療法を行います。連日のおり
ものシートの装着や洗いすぎをやめる
など原因を取り除くことが大切です。

気になる人は婦人科へ受診を

他にもさまざまな原因で外陰部掻痒^{そうよう}
症は起こります。軽い症状であれば自
然に落ち着くこともありますが、早く
治したいとき、感染症が気になるとき
、おりものがいつもと違うときなどは婦
人科への受診をおすすめします。