



広報

# おの

2012年[平成24年]  
NO.628

# 7



プール開きで大はしゃぎ  
(6月7日 下東条小学校で)

## CONTENTS

特集

### 健康なカラダづくり

気分転換にほっ…としすぎていませんか	02
小野市の健康の現状	03
あなたの“メタボ危険度”はどのあたり？	04
健康への“近道”は自ら積極的に…	05

7月イベントカタログ	06
------------	----

山崎断層帯地震による小野市の想定被害	07
--------------------	----

### 最新トピックス

「市政懇話会」を開催 ほか	08
「新農業委員」を紹介します ほか	09

くらしの掲示板	10
暮らしの情報	12
施設だより	22
相談窓口・うるおい交流館エクラ	24
学校だより(大部小)・幼稚園だより(小野東)	26
おの歴史散歩(後期古墳群を探る 好古館での発掘展に寄せて)	27
まちのわだい	28
ふれあいひろば	30



らせん状に愛らしい花をつけるネジバナ (昨年7月)



# 健康なカラダづくり

— 7月は「心とからだの健康づくり推進月間」 —



気分転換に

ほっ…とくちもぎとくちもぎませんか



## 「健康づくり」は一人ひとりが主人公

健康への第一歩は、自分の生活習慣を振り返り、自分の身体の状態と向き合うことです。

「健康づくり」は皆さん一人ひとりが主人公。市（健康課）では、健診や相談など様々な機会を通して、健康づくりを応援しています。

### Ⅱ生活習慣をチェックⅡ

#### ✓食へ過ぎ

好きなものばかりをたくさん食べてしまう…。バランスの良い食事、腹八分目が基本です。

#### ✓運動不足

食べたら横になる、運動も続かない…。掃除などこまめに身体を動かす時間を増やしましょう。

#### ✓アルコールの飲みすぎ

アルコールの飲みすぎは要注意。ビールなら1日に中瓶1本以下に。休肝日をつくりましょう。

#### ✓喫煙

禁煙外来や禁煙補助薬など、禁煙へのサポート体制も充実しています。さあ、禁煙を始めましょう。

## 40、50歳代で「く」なられる方が増加

市が実施している「特定健診」や「がん検診」に関連した疾患で、過去3年間に死亡された40〜74歳の方は、「虚血性心疾患や脳卒中」で73人、「肺がん・胃がんなど」で77人が亡くなっています。自分は健康だから大丈夫といっただけで、健康管理を怠らないようにしましょう。

## 「小野市の健康の現状」特定健診受診率は伸び悩み

昨年度、市の国保特定健診受診率は約21%。また、受診者のうち、総合判定で「異常なし」と判定された方は3%に満たず、健診が自分の健康について見直す機会になっていないといえます。生活習慣病は、自覚症状がないまま何年もかけて進行・重症化します。気付いたときには手遅れ、とならないよう年1回は健診を受けましょう。

検査結果		例	
受診年月日・基本No 総合判定		平成 24 年度 基準 値	24年 月 日 基本No: 0015 E: 要医療 判定 検査結果
身長	cm		161.0
体重	kg		66.4
BMI(体格指数)		18.5-24.9	C 25.6
中性脂肪	mg/dl	89.9以下	C 275
HDLコレステロール	mg/dl	30-149	C 50
LDLコレステロール	mg/dl	40-99	C 136
総コレステロール	mg/dl	150-219	C
最高血圧(収縮期)	mmHg	100-129	E 162
最低血圧(拡張期)	mmHg	84以下	95
尿糖		(-)	(-)
血糖	mg/dl	60-99	C 107
HbA1c (JDS) %		5.1以下	5.1
血清尿酸	mg/dl	6.9以下	3.1
心電図所見	医師の判定による		
尿蛋白		(-)	(-)
尿潜血		(-)・(±)	
尿酸窒素	mg/dl	23以下	
血清クレアチニン	mg/dl	0.4-0.9	0.8
血色素量	g/dl	12.1-15.9	15.4
ヘマトクリット値 %		34.0-49.9	46.1
赤血球数	万/ul	360-549	488
白血球数	100/ul	35-91	
AST	IU/l	30以下	30
ALT	IU/l	30以下	28
γ-GT	IU/l	50以下	C 86
ALP	IU/l	90-349	

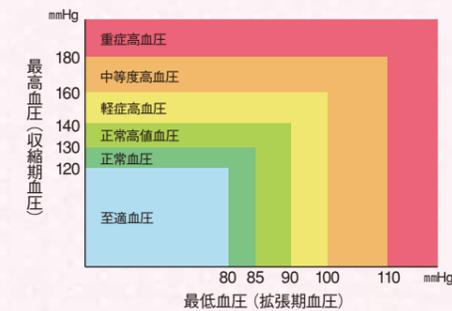
**中性脂肪って何?**  
血液中の脂肪分のこと。脂肪分は重要なエネルギー源ですが、使われない分はいろいろな場所に蓄積します。血液の中にたまる「中性脂肪」、肝臓にたまる「脂肪肝」、身体にたまる「体脂肪」などです。  
中性脂肪は150mg/dl以上あると要注意。

**LDL(悪玉)コレステロールが多いと…**  
血液中のLDL(悪玉)コレステロールが多いと、動脈の壁に付いて動脈が厚く硬くなります。

動脈硬化がすすんだり、高値のまま放置すると、ある日突然心筋梗塞や狭心症を引き起こすことがあります。

- 改善策**
- 脂肪分を摂りすぎない。
  - 間食や炭水化物、果物の量を見直す。
  - アルコール量を見直す。休肝日をつくる。

**高血圧って何?**  
最高血圧(収縮期血圧)が130mmHg以上、最低血圧(拡張期血圧)が85mmHg以上ある状態を「高血圧」といいます。血圧が高いと、脳や心臓、腎臓などの血管に負担がかかり、様々な悪影響を及ぼします。



- 改善策**
- 減塩(血圧の高い方は1日6g未満に)。
  - 睡眠不足の解消。
  - 飲酒や喫煙習慣の見直し。

**血糖値って何?**  
「血糖」とは血液中のブドウ糖のこと。空腹時に126mg/dl、食後に200mg/dlを超えると「糖尿病」といわれます。

「HbA1c」は、赤血球のヘモグロビンに結合しているブドウ糖のこと。過去1〜2か月の平均血糖値を示しています。

- 改善策**
- 果物や和菓子は、糖分を多く含みます。食べる量や頻度に注意。
  - お酒の材料は糖分を多く含む食品(米、麦、芋など)から作られているので注意。



「メタボ・フィットネス教室」でマットを敷いて体操する皆さん (5月30日、市総合体育館アルゴの体育室で)

## 健康への“近道”は自ら積極的に…

**楽しく健康づくり**  
健康課では、毎年秋季以降に「防ぐ!メタボ・フィットネス教室」(今年は、10月16・30日、11月27日に実施予定)を実施。皆さんが健康づくりに積極的に取り組む道しるべとなるお手伝いをしています。

また、この教室経験者による自主的なグループも平成19年春に結成。現在は、40人程度(累計200人超)のメンバーが、市総合体育館の体育室で、毎週水曜日に「メタボ・フィットネス教室」に参加し汗を流しています。参加者は50〜70歳代で、参加料は1回500円。参加料が余れば、無料デーを設けるなど、気軽に参加できるしくみで、気軽に参加できるしくみで、加者は増えています。

参加者からは、「参加して4年目になるが、参加するのがとても楽しく、筋力もアップした。体調もよく、休むと損した気分になる(70歳代女性)」「友達の紹介で、4月から参加しているが、姿勢がよくなり、足が強くなったように感じる。また、友達ができることもよい(60歳代女性)」「姿勢が良くなくなり、持久力がついたため、疲れを感じなくなった(60歳代女性)」などのコメントが寄せられています。

### 年に1回は 健診を受けましょう

5月末から町ぐるみ総合健診を実施しています。年に1回の健診を受けることで、生活習慣を見直すきっかけに、そして病気を早期発見し、早期治療につなげるために、ぜひ健診を受けましょう。

これから、町ぐるみ総合健診を希望される方は…

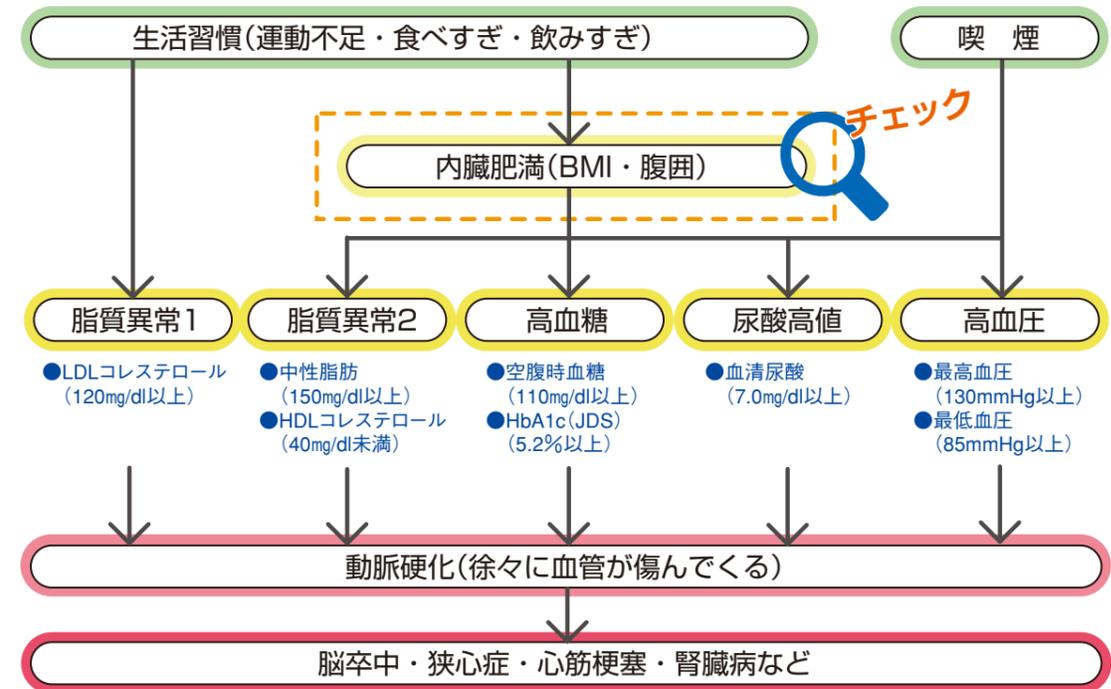
健康課 ☎3977



町ぐるみ総合健診の採血コーナー(5月30日、コミセンきすみので)



## あなたの“メタボ危険度”はどのあたり?



日ごろの生活習慣の積み重ねで、気がつけば…

### BMIを計算してみよう

$$BMI = \text{体重}(\text{kg}) \div (\text{身長}(\text{m}) \times \text{身長}(\text{m}))$$

#### 肥満度の判定基準(日本肥満学会2000)

	<BMIの値>
○低体重(やせ)	18.5未満
○普通体重	18.5以上25未満
○肥満(1度)	25 以上30未満
○肥満(2度)	30 以上35未満
○肥満(3度)	35 以上40未満
○肥満(4度)	40 以上

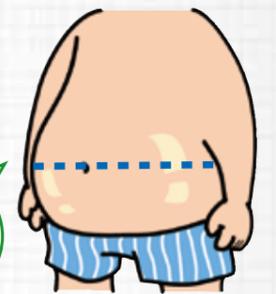
肥満とは、医学的に脂肪が一定以上に多くなった状態のことをいいます。

現在、肥満の判定は、BMIという数値で行われています。BMIとは、Body Mass Index (肥満指数)の略。日本肥満学会が決めた判定基準では、統計的にもっとも病気にかかりにくいBMI 22を基準とし、25以上を肥満としています。

### 腹囲を測定してみよう

#### 【腹囲測定のポイント】

- ①立った姿勢で
- ②へその周りを平行に
- ③息を吐いた時に測定



男性 85cm以上、女性 90cm以上で内臓脂肪型肥満の疑いが…

脂肪のうち、内臓にたまる脂肪がもっとも問題。内臓脂肪は、腹囲(へその高さで測るウエスト周囲径)と比例するため、腹囲の測定で内臓脂肪型肥満かどうかわかります。

内臓脂肪が多くなると、内臓脂肪から高血圧や脂質異常症、糖尿病、動脈硬化などになりやすくなる物質が多く分泌されます。

県の地域防災計画

死亡者・全壊棟数とも  
従来の想定  
の60倍超に！

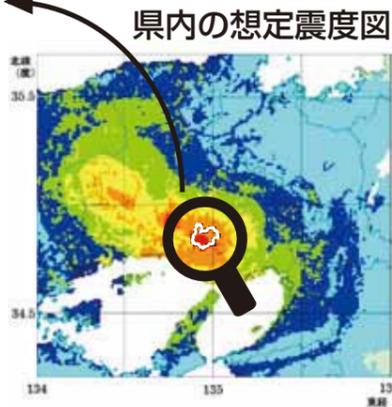
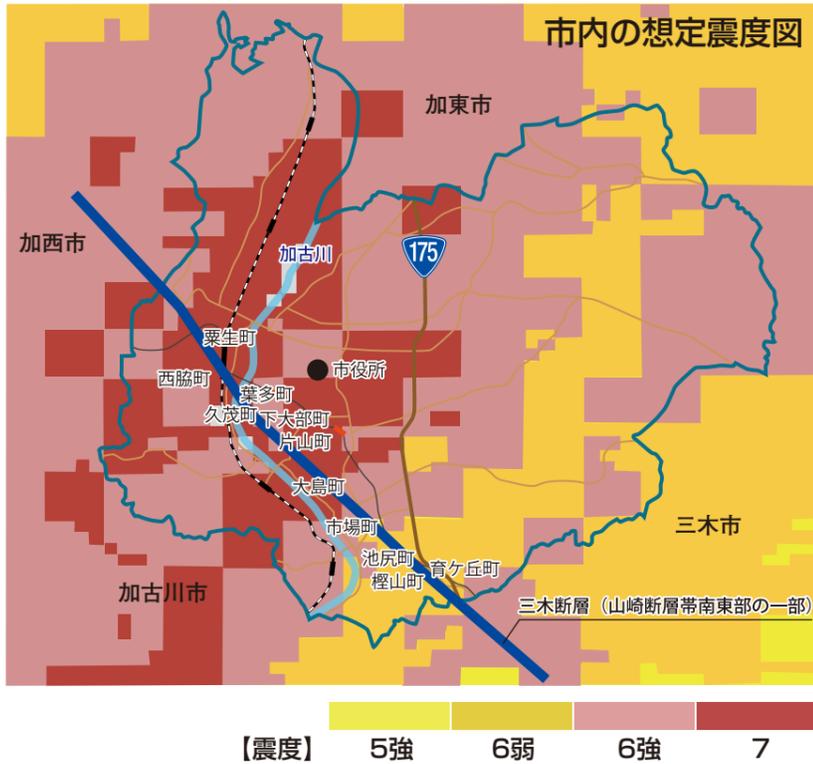
県が、6月1日に開催した防災会議で地域防災計画を14年ぶりに修正しました。小野市を東西に走る山崎断層帯で地震があると、市内のかんりの部分で震度7の揺れがあり、想定被害は死亡者・全壊棟数とも大幅に増加する(平成10年県公表の60倍超)と想定しています。

市では5月30日、「平成24年度小野市防災会議・水防会議・国民保護協議会」を開催し、市の考え方を取り入れた防災計画(暫定版)を策定しましたが、県の発表を受けて、市の防災計画(地震編)を更に見直す予定です。

また、市民の皆さん一人ひとりが、日ごろからのちょっとした備えで被害を軽減できる知識を広報やホームページなどでお知らせしていきます。

また、7月下旬から8月上旬にかけて市内6地区で開催予定の市政懇話会(8頁参照)で、

市の地震被害の状況や防災・減災にかかる情報をお知らせします。



●問い合わせ先  
防災グループ(☎63-3387)

**日ごろからの備えで 被害を軽減**

「自分の命は自分で守る」を合言葉に日ごろから災害に備えましょう

- 家具の固定と配置場所を見直す
- 近くの避難場所を確認する
- 非常持ち出し品や備蓄品を準備する  
食糧(最低3日分)/飲料水(3日分・1人1日3ℓ)  
ミルク、哺乳瓶/生活必需品など
- 非常時の連絡先リストをつくる

**これまでの想定被害との比較**

	【平成10年】	【今回】
[死亡者数]	15人	1,023人 (68倍)
[全壊棟数]	283棟	16,879棟 (60倍)
[避難者数]	2,322人	29,423人 (13倍)

7月 イベントカタログ

EVENT CATALOG 2012 SUMMER

7月末には、子どもたちにとって待ちに待った!?夏休みがスタート。市内である様々なイベントに参加して、思い出をつくりませんか?

**チャイコム10周年記念 7/16(祝) 9:45~12:15**  
パパ・ママ集まれ!子育て、地域活動で輪になろう

時間	図書室	集会室	遊戯室
9:45	-	-	オープニング
10:05	絵本の読み聞かせ(3歳~)	工作づくり※(3歳~)	親子ふれあい遊び(0~2歳)
11:10	絵本の読み聞かせ(0~2歳)	工作づくり※(0~2歳)	親子ふれあい遊び(3歳~)
12:05	記念品配布	チャイちゃん・コムくんのお見送り	

※事前申し込み要 児童館チャイコム(☎63-8588)

**ハートフルウォーキングデー 7/28(土) 9:30~(受付9:00)**  
※小雨決行

**ひまわり鑑賞ウォーク**  
コース(8\*0)  
大池総合公園→ひまわりの丘公園→広渡廃寺跡歴史公園→大池総合公園

- 集合場所 大池総合公園陸上競技場
- 駐車場 大池総合公園第2駐車場
- 参加料 無料

体育保健課(☎63-2591)

**スポーツ玉入れ 7/29(日) 9:00~**

**「アジャタ」大会**  
100個の玉をいかに早くカゴの中に入れるかを競う公式競技。4~6人で行います。

部	門
1	キッズ(小学生以下)
2	レディース(女性)
3	シニア(65歳以上)
4	一般

- 場所 市総合体育館(アルゴ)
- 参加料 1チーム500円
- 申込方法 公共設備え付けの申込用紙と参加料を市総合体育館または体育保健課へ
- 申込期限 7月18日(水)
- 練習会 7/7・7/18 19:00~
- 練習場所 市総合体育館(アルゴ)

体育保健課(☎63-2591)

**大型デマンドバスで行く! 7/22(日) 8/5(日) 10:00~12:20**

**神戸電鉄展示車両・電車部品工場見学ツアー** (記念品プレゼント)

- 見学場所 (株)カコテクノス小野工場(北丘町)
- 対象 市内在住の小中学生と家族
- 定員 各日18人※先着順
- 参加料 1人300円
- 集合場所 市役所東駐車場
- 申込期間 7/10~7/19

●申込方法 電話で申し込み 交通政策グループ(☎63-1404)

**らん♡らんバスお得情報**  
中・高校生の運賃を無料に  
7/21(土)~9/2(日)

**ふるさと発掘展**

**後期古墳の世界 ~横穴式石室と木棺直葬~**  
7/7(土)~9/2(日) ※月曜休館

好古館と県立考古博物館の共催で、北播磨地域を舞台とした古墳時代の謎に迫ります。

- 会場 好古館2階展示室
- 入館料 大人200円/小・中学生100円



**フォーラム 「加古川中流域の後期古墳を語る」**

**8/5(日) 13:30~**

- 講師 石野博信さん(県立考古博物館長)・中村弘さん(県立考古博物館)ほか
- 会場 小野高校 百周年記念館
- 定員 300人(先着順)
- 受講料 無料

**学芸員による展示説明会**  
7/22(日) 8/18(土) 13:30~

- 受講料 無料(入館料要)
- 会場 好古館(☎63-3390)

広聴の強化月間

「市長への手紙」でご意見・ご提案を

7月1日(日)～8月31日(金)

皆さんが、市政に日ごろ感じておられるご意見を、気軽に市長へ伝えることができる「市長への手紙」を今年も実施します。いただいた手紙はすべて市長が目を通し、文書で回答させていただきます。昨年は、この期間250件(218通)の手紙が寄せられました。

「市長への手紙」は、左記の場所に設置していますので、提案や要望を記入のうえ、郵便ポストへ投函してください。(切手は不要)



【設置場所一覧】

- 市役所玄関ホール
- 市民病院
- 図書館
- 好古館
- 各コミセン
- あお陶遊館アルテ
- 市総合体育館(アルゴ)
- ひまわりの丘公園
- こだまの森公園
- 児童館チャイコム
- 匠台公園体育館(おのアクト)
- テクノプラザ
- 白雲谷温泉ゆびか
- 観光交流センター
- うるおい交流館エクラ
- 小野商工会議所
- JA兵庫みらい(市内4支店)
- 市内郵便局
- 市内金融機関
- 市内コンビニエンスストア
- 大型小売店など

●問い合わせ先

市民サービス課 (☎ 03 1013)

「市政懇話会」を開催

県の防災計画の修正を受け、市も地震被害の想定を大幅に見直す必要がでてきました。これらの情報を発信することで、防災意識を醸成していただくとともに、透明で開かれた市政と協働のまちづくりを推進するため市政懇話会を開催します。

- テーマ 安全安心なまちづくりを目指して
- 参加申し込み方法 市民サービス課へ電話、または

開催日時・会場

日程	会場
7/23(月)	伝統産業会館
7/24(火)	コミセンおおべ
7/26(木)	コミセンいちば
7/30(月)	コミセン下東条
7/31(火)	コミセンかわい
8/2(木)	コミセンきすみの

※19時30分～21時

- 募集期間 7月2日(月)から18日(水)まで
- 申し込み・問い合わせ先 市民サービス課 (☎ 03 1013)

「住民基本台帳法」の改正

7月9日、住民基本台帳法の一部を改正する法律が施行されます。

【改正の主な内容】

- ①外国人を、日本人と同様に、住民票に記載することになります。
- ②これまで、同一世帯であっても外国人と日本人で別々に発行していた証明書が、世帯全員の住民票の写しなどで発行できるようになります。
- ③外国人が転出する際には、日本人と同様に転出手続きが必要となり、転入時には転出証明書が必要となります。
- ④他の市区町村へ住所を移した場合でも引き続き住民基本台帳カードが使用できるようになります。

- 問い合わせ先 市民課市民係 (☎ 03 1005)

「新農業委員」を紹介します

小野市農業委員会委員の任期満了に伴い、今年4月20日に新しい農業委員が誕生しました。

委員は、公選による委員14人、市議会の推薦による委員4人、土地改良区推薦の1人、農協推薦の委員1人の計20人。任期は平成27年4月19日まで3年間です。

また、改選後最初の総会が5月1日に開催され、新会長に藤原寛さん、副会長に富田雅勝さんが選出されました。

農業者の代表として、農地の売買や転用など農地に関する相談などに取り組んでいます。お気軽にご相談ください。

- 問い合わせ先 農業委員会 (☎ 03 2266)

小野まつり 関連情報 8月18日(土)・19日(日)開催

【基本テーマ】

小野まつりが、郷土を愛する人たちの誇りとなるために!

【夢5か年計画(5年目)】

今年のテーマは「炫夢」。炫とは、光り輝く誇りのこと。わたしたちの夢が実現し郷土を愛する人たちの大きな誇りとなることを願って夢を夢で終わらせぬために...

●注意事項

- ・観覧席内禁煙
- ・脚立などを用いたカメラ撮影は禁止

小野まつりサポーター スタッフ募集

参加するだけでは得られない感動を私たちと一緒に味わってみませんか。詳しくは広報「おの」6月号または、エクラ備え付けのチラシをご覧ください。

テレビ放映 決定

8月26日(日) 12時30分～13時55分 サンテレビジョン

●申し込み・問い合わせ先

小野まつり実行委員会事務局 (NPO法人北播磨市民活動支援センター)  
☎ 8156  
FAX 2400  
小野市中島町72番地  
うるおい交流館エクラ

小野市農業委員会委員名簿 (敬称略)

氏名	住所	担当地区
近澤義廣	天神町	旧小野町 神明町 垂井町 天神町 上新町
市橋 薫	中 町	中町 日吉町 長尾町 栄町 大開町
藤原 寛	浄谷町	浄谷町 黒川町 北丘町
藤原 稔	片山町	葉多町 久茂町 下大部町 片山町
平岡 智	復井町	復井町 西山町 青野ヶ原町
田中嘉昭	新部町	河合西町 新部町
本岡高志	昭和町	河合中町 昭和町
白髭敬幸	粟生町	旭町 三和町 粟生町
住本菊廣	下来住町	黍田町 下来住町 来住町
横山清信	阿形町	阿形町 西脇町 福甸町
上田隆三	櫻山町	市場町 櫻山町 池尻町
富田雅勝	大島町	榊町 大島町 山田町 二葉町
大西清文	高田町	高田町 喜多町 鹿野町
藤本昇三	敷地町	敷地町 住永町 王子町
前田勇雄	広渡町	中島町 広渡町
井上貞男	古川町	久保木町 古川町
岸本邦昭	中谷町	中谷町 脇本町 万勝寺町
岸本 昇	池田町	池田町 曾根町 船木町
石井泰裕	小田町	小田上町 小田下町 福住町
有藤加夫	菅田町	中番町 菅田町 住吉町

- 日程 8月18日(土)
- 19日分の販売はありません。
- 開場時間 17時～21時
- 販売開始日 7月21日(土)
- 先着順
- 販売場所 うるおい交流館エクラ
- 料金 1席1,500円(全席指定)
- 幼児(2歳くらいまで)で膝の上に抱ける場合は無料

## 白雲谷温泉 ゆびか

### 夏に向けて すっきり しっかり計画!

エステサロン「爽楽庵」では、紫外線が気になるこの季節に、リンパの流れを良くし、気になるシワ・タルミを改善する「フェイスセラピー」や、むくみの改善や美肌効果が期待できる「ボディーセラピー」などのメニューを用意しています。

癒しのひとときを「爽楽庵」でお過ごしください。

●予約・問い合わせ先 ☎62-0262

### プレゼント

10名様 「ボディーセラピー20分」か「フェイスセラピー25分」が利用できるエステ券を抽選でプレゼント。(女性限定)  
【応募要領】

ハガキかメールで、住所、郵便番号、氏名、年齢を記入のうえ、7月31日(火)までに応募してください。

(応募先) ☎675-1345 小野市黍田町1000-1

白雲谷温泉ゆびか「エステ券プレゼント」係  
(メールアドレス) kensyo@yupika.com

※当選結果は、エステ券の発送をもってかえさせていただきます。

黍田町1000番地の1(☎70-0261)

営業時間 10:00～22:00(受付は21:30まで)

## おの検定

日時 7月1日(日)・15日(日)  
13:30～16:30

場所 図書館

### 検定部門

小学校漢字 18級からスーパー級

中学校漢字 6級からスーパー級

小学校計算 18級から1級

中学校計算 9級から1級

スピード計算 初級・中級・上級

音読 初級・中級・上級

※各級を合格された方には合格認定証を送付します。



高齢者福祉施設「さわらび」での出前検定の様子

いきいき社会創造課(☎63-2445)

## 生活情報トピックス

生活環境グループ(☎63-1686)

### マルチ商法の被害にあわないために

#### 事例

友人に、よいアルバイトがあると誘われ説明会に行ったところ「代理店となって、インターネットに広告を出す事業者をみつけると収入になる。さらに、代理店になる人を見つけると毎月数十万円の収入になる」と説明された。代理店になるには30万円のパソコンを購入することが条件となっており、紹介された学生ローンで購入した。

しかし、広告を出す業者や代理店になる人を見つけることができず、ローンで買ったパソコンだけが残ってしまった。



#### 解説

マルチ商法は、販売組織の加入者が、消費者に商品などを契約させて、その販売組織に加入させ

ることでマージンを得るしくみの商法です。

実際には、勧誘時に強調されたような販売成果を上げられず、不満を抱く結果となったり、新たな勧誘者が別の消費者を誘い、被害を拡大させたりと、問題が起こりやすい商法です。

#### 被害にあわないために

友人、職場や学校の知人ら身近な人から誘われ、断りにくい状況に陥ることがあります。たとえ友人であっても契約の意思がない場合は、はっきりと断りましょう。

借金までして契約し、多重債務などのトラブルになるケースもあります。「すぐに儲かる」などの甘い言葉を信じて、安易に契約しないようにしましょう。

●問い合わせ先  
消費生活相談コーナー(☎63-1686)

## おの楽らく元気だより

地域包括支援センター(☎63-2174)

### 認知症を知りましょう③

#### Q.「認知症」の症状とは?

認知症の代表的な症状は「もの忘れ」と言われる記憶の障がいです。新しいことを覚えたり、思い出すことが難しくなります。繰り返し同じことを聞いたり、物のしまい忘れや置き忘れが増えます。伝えたい言葉が出てこなかったり、言葉で表現することが難しくなるため、会話のつじつまが合わなくなります。本人は、なんとか作り話で取り繕うこともあります。

#### Q.物盗られ妄想とは?

自分が大事にしているものを、いつもとは違う場所にしまいこんで、「財布がなくなった」「通帳や印かんが盗られた」と訴えることがあります。

本人は、自分は置いた場所を忘れる訳がないと思うあまり、そばで世話をしてくれる人が「もしかし

て盗ったのでは?」と妄想が起こることがあります。

#### ■こんなとき、どのように対応すればいい?

「あなたが盗ったのでは?」と本人から言われると、家族は「私が盗るはずがない。しっかりしてよ。」と本人を非難し、受けるショックも大きいと思います。

しかし、本人にとっては大事な物がなくなり、どうしてよいかわからないという強い不安を抱えています。周囲の人は、本人の不安を理解して、「それは心配だったでしょう。一緒に探してみよう。」と温かく声をかけ、本人の気持ちに寄り添うことが重要です。また、日ごろから本人の財布や保険証などは決まった鞆に入れておいたり、通帳や印かんを家族が管理するなどの工夫をするとよいでしょう。



## 安全安心のまちづくり

地域安全グループ(☎63-1000 内線 599)

### 夏の交通事故防止運動 7月15日(日)～24日(火)

#### 重点項目

- 子どもと高齢者の交通安全
- 自転車の交通安全
- 飲酒運転など悪質・危険な運転の根絶
- 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

夏は、レジャーなどで交通量が変化したり、屋外で遊ぶ子どもや日中の暑さを避けて朝夕に活動する高齢者が増えます。

また、暑さによって気の緩みが生じやすいため、交通事故が発生しやすくなります。

万一の場合に備え、短い距離でも車に乗ったら、後部座席を含め全員がシートベルトやチャイルドシートを着用し、歩行者を見かけたらスピードを落とすなど、ゆとりと思いやりのある運転を心がけましょう。

また、歩行者は明るい色の服装や夜光反射材を身につけ、ドライバーに自分の存在がよくわかるようにアピールしましょう。



福祉医療

福祉医療費受給者証を  
7月1日に更新

老人・重度障害者・乳幼児等・母子家庭等の各福祉医療費受給者証を7月1日に更新します。引き続き該当される方には新しく

い受給者証を、所得制限により受給資格がなくなった方には受給事由消滅通知書を郵送しています。また、今まで受給資格がなかった方で、今年度所得制限内で受給資格を得た方には申請案内を通知しています。なお、受給者の資格要件などは、左表をご覧ください。

福祉医療対象者の資格要件・一部負担金

	老人医療	重度障害者医療 高齢重度障害者医療	乳幼児等医療 こども医療	母子家庭等医療
資格要件	65～69歳 (後期高齢者 医療加入者を 除く)	●身体障害者1・2級 ●知的障害者A判定 ●精神障害者1級	乳幼児等医療 (0歳～小学校3年生) こども医療 (小学校4年生～ 中学校3年生)	●ひとり親家庭の親と 18歳未満の児童 ●18歳未満の遺児 ●18歳未満の遺児の養 育者で独身の方
所得などの要件	市民税非課税 世帯で、本人 の年金収入と 他の所得の合 計額が80万円 以下の方	本人・配偶者・扶養 義務者全員の市民税 所得割額の合計が 23.5万円未満*の方 ※7月1日から変更	—	児童扶養手当の所得制 限額以下 《所得制限の例》 所得230万円(扶養1人) ※給与収入換算で 354万円
一部負担金	負担額は 下表のとおり	通院・入院とも一部負担金なし		

老人医療受給者の負担額

老人医療受給者の負担額	負担割合	負担上限額/月		高額医療制度
		通院	入院	
①一定所得以下の世帯※	1割	8,000円	15,000円	複数の医療機関や薬局の受診など一部負担が左の額を超えた場合、申請により市から払い戻します。
②上記以外の世帯	2割	—	24,600円	—

※世帯全員の年金収入が80万円以下で、所得が0円の世帯

所得要件の変更

7月1日から県の制度改正に合わせ、重度障害者医療、高齢重度障害者医療の所得制限判定方法を、市民税所得割額の合計額による判定に変更します。

※これまで助成対象であった方が対象外となる場合があります。

受給者証名の変更

7月1日から県の制度に合わせ、小学校4年生以上の乳幼児等医療費受給者証の標題を「こども医療費受給者証」に変更します。

使用方法や窓口負担など医療費助成内容に変更はありません。

適正な受診を

わが国の医療費は年々増加しています。医療費の増加を防ぎ、必要ときに、安心して医療が受けられるように、医療のかかり方や薬のもらい方などを見直し、適正な受診を心がけましょう。

- かかりつけ医・薬局を持ちましょう
- 緊急時以外は時間外・休日受診は避けましょう
- 同じ病気でのご掛け持ち受診はやめましょう

公費医療負担額助成制度のご案内

福祉医療費助成制度と他の公費助成との自己負担の均衡を図るため、助成制度を実施しています。該当する公費助成制度による自己負担をされた方で、申請をされていない場合は、次の手続きをしてください。

- ▶助成対象者 福祉医療費の受給資格者(老人医療受給者を除く)で、自立支援医療・特定疾患治療研究事業・小児慢性特定疾患治療研究事業・養育医療・肝炎治療特別促進事業の公費助成対象者
- ▶申請手続き 医療機関などで自己負担額を支払われた後、市民課福祉高齢医療係で払い戻しの申請をしてください。
- ▶申請に必要なもの 公費医療受給者証/福祉医療費受給者証/公費負担医療の自己負担額領収書(1か月単位)/印かんおよび口座番号
- ▶問い合わせ先 市民課福祉高齢医療係(☎031469)

後期高齢者医療

保険料額決定通知書を送付

今年度の後期高齢者医療保険料額決定通知書を7月中旬に送付します。

同制度では、被保険者一人ひとりに保険料をご負担いただきます。なお、所得の低い方や被扶養者の方は、保険料を軽減しています。

保険料の支払い方法

保険料の支払いは、次の2通りがあります。

- ①年金から(特別徴収) 年金支給日に年金から天引きします。
- ②口座引き落としや納付書(普通徴収) 7月から翌年3月まで毎月納付していただきます。

年金の受給額が年額18万円未満の方、後期高齢者医療制度の保険料と介護保険料の合計額が年金受給額の2分の1を超える方、年金天引きから口座引き落としへの変

保険料の減免制度

更手続きをされた方が対象です。

災害で大きな損害を受けたとき、所得の著しい減少があったとき、または、他の被保険者や世帯主の死亡などにより、世帯の所得が軽減判定基準以下となる場合のほか、一定期間、給付の制限を受けたときには、申請により保険料の減免を受けることができます。

新しい被保険者証を7月に送付

被保険者証の更新時期は毎年8月1日です。7月下旬に新しい被保険者証を送付します。

保険料の納付状況によっては、有効期間が短い被保険者証を送付することがあります。納付が困難な場合は早めに相談してください。

- ▶問い合わせ先 市民課福祉高齢医療係(☎031469) 兵庫県後期高齢者医療広域連合事務局(☎078132612021)

社会を明るくする運動

7月は、社会を明るくする運動の強化月間です

あなたの子どもや地域の子どもの非行を防止するためには、学校・家庭・地域のみんなが協力して対応していく必要があります。

『社会を明るくする運動』はすべての国民が犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

7月は強化月間として、保護司会、更生保護女性会、小野市がイオン小野店やマックスバリュ王子店の出入口で街頭宣伝活動をするなど市内全域でPR活動を展開します。また、市内各地域でミニ集会を行い、青少年問題などについて話し合いますので、ぜひ参加してください。

問い合わせ先

小野加東保護区保護司会小野支部(☎02169)



昨年の街頭宣伝活動

サマージャンボ宝くじの購入は県内の売り場で

今年3月に完成した「浄土寺前広場」には宝くじの収益金が活用され、来訪者の歓迎や地域住民の交流など、広く社会に貢献しています。宝くじの収益金は、県内の販売実績に応じて交付されます。ぜひ、県内の宝くじ売り場で、ご購入ください。

- 発売期間 7月9日(月)～27日(金)
- 抽選日 8月7日(火)
- 問い合わせ先 公益財団法人兵庫県市町村振興協会(☎07813221151)



浄土寺前広場(きよたにいっぽく堂前)

年金

未納にせず ご相談を  
今年度の申請免除受け付け開始

所得が少ないなどの理由で、国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請により保険料の納付が免除になる制度があります。

これまで、保険料の全部または一部が免除になっていた方も、7月分以降に免除を希望されるときは、改めて申請が必要です。  
※継続免除該当者の方は除く

申請免除の対象者

- ① 所得が一定以下の方
  - ② 障がい者または寡婦であり、前年所得が125万円以下の方
  - ③ 生活保護法による生活扶助以外の扶助を受けている方
  - ④ 震災・風水害・火災などの災害や失業などの理由で、保険料を納めることが著しく困難な方
- ▼所得による免除の基準  
被保険者本人、配偶者、世帯主それぞれの所得が基準額以下である必要があります。

なお、最近離職された方で、離職票などの書類があれば、特例認定を受けることができる場合があります。

ります。  
▼免除承認期間 7月から翌年6月まで

※「申請免除制度」以外にも「若年者納付猶予制度（30歳未満の方が対象）」、「学生納付特例制度」があります。

申請免除の対象となる所得(収入)の目安

免除の種類(保険料)	全額免除(0円/月)	4分の1納付(3,750円/月)	半額納付(7,490円/月)	4分の3納付(11,240円/月)
扶養人数				
3人扶養(夫婦・子2人)	162万円(257万円)	230万円(354万円)	282万円(420万円)	335万円(486万円)
1人扶養(夫婦のみ)	92万円(157万円)	142万円(229万円)	195万円(304万円)	247万円(376万円)
扶養なし	57万円(122万円)	93万円(158万円)	141万円(227万円)	189万円(296万円)

※額は、世帯の状況や各種控除などにより異なります。

年金相談にお越しを

▼日時 7月25日(水)10時から15時30分まで  
▼内容 明石年金事務所の職員らが年金請求手続き・ねんきん特例便・その他年金に関する相談などに応じます。

▼場所 伝統産業会館2階  
※相談を希望される方は、事前に予約が必要です。市民課市民係の窓口へ申し込みください。  
(電話でも可)  
▼定員 48人

▼予約申し込み時確認事項 住所・氏名・生年月日・基礎年金番号・電話番号・相談内容  
▼予約申し込み・問い合わせ先 市民課市民係(☎③1016)



高齢者福祉施策

ふれあいデイサービスとは?

市では、高齢者の閉じこもり予防のため、ふれあいデイサービスを実施しています。

Q.対象となる方は?

A.市内在住の65歳以上で、家に閉じこもりがちな方です。ただし、要支援・要介護認定中の方は、介護保険サービスを利用してください。

Q.内容は?

A.送迎サービス・健康チェック・給食サービス・入浴サービス・日常動作訓練・趣味の活動などです。

Q.利用できる回数は?

A.1週間に1回です。

Q.利用料金は?

A.1回1,398円です。(食費込み)

Q.通所できる施設は?

A.青山荘・ふたばの里・栗生逢花苑の3施設です。

申し込み・問い合わせ先  
高齢介護課長寿福祉係(☎63-1060)

福祉

「障がい者相談」を利用ください

市では、障がいの種類に応じて、毎月または隔月に相談業務(無料・予約不要)を実施しています。特に身体障がい者相談では、肢体、内部、視覚、聴覚などに障がいがある相談員が担当するため、それぞれの立場からの意見や、経験談を聞くことができます。

▼問い合わせ先

社会福祉課障がい福祉係(☎③1011)

相談

東京大学による無料法律相談

東京大学の法学部生、卒業生が出張法律相談を行います。法律(刑法・税法除く)に関して困りのことがあれば、この機会にご相談ください。

▼日時 7月29日(日)10時から16時まで(1人2時間以内)  
▼場所 うるおい交流館エクラ  
▼定員 50人程度  
▼定員に限りがあるため、予約されることをお勧めします。  
▼予約申し込み方法 7月27日(金)

子どもを水難事故から守るために

子どもがため池などに近づく機会が、この時期増えます。子どもを水難事故から守るためには、ため池管理者による日常の点検や地域による子どもたちへの啓発活動が大切になります。

ため池の安全管理ポイント

- ①危険喚起の看板は幼児・児童に分かりやすいものにしましょう。
- ②フェンスや転落防止柵の破損に注意しましょう。
- ③ため池や水路周辺で遊んでいる子どもを見かけたら注意をするよう一声かけましょう。
- ④自治会などを通じて、子どもの水難事故防止について保護者に啓発しましょう。



問い合わせ先 産業課農地整備係(☎63-1928)

融資

勤労者に住宅資金を融資

勤労者の皆さんが市内に住居を建築・購入などされる際の支援を行うため、市が近畿労働金庫と提携し、低金利で融資が受けられる制度です。

▼申し込み・問い合わせ先 東京大学法律相談所(☎・FAX 03-3814-6378)

- ▼融資利率 固定型1・98%(資金交付時の金利が適用)
- ▼融資限度額 2,000万円以内(新築・住宅購入・増改築とも)
- ▼融資期間 35年以内(新築・住宅購入・増改築とも)
- ▼受付期間 先着順で受け付け※公募予定額に達した時点で締め切ります。
- ▼融資を受けられる方 次の①～⑥すべてに該当する方
- ①現在、市内に1年以上居住している勤労者(事業主や家族事業者は除く)で、同一事業所に1

- 年以上勤務している方、または同一事業所に3年以上引き続き勤務している方
- ②市内に自己の住宅を建築(増改築を含む)または購入しようとする方
- ※住宅ローンの借り換えには利用できません。
- ③融資金の返済能力が十分にある方
- ④申し込み時の年齢が満20歳以上60歳未満の方(ただし、完済時の年齢が満76歳未満の方)
- ⑤市税を滞納していない方
- ⑥取扱金融機関の指定する保証機関の保証が受けられる方

- ▼担保 原則として融資する建物およびその土地に、第1順位の抵当権を設定します。
- ▼融資時期 取扱金融機関で決定しますが、原則、担保物件に抵当権設定した後になります。
- ▼返済方法 融資の翌月から元利均等月賦返済となります。(ボーナス償還併用も可能)
- ▼問い合わせ先 産業課商工振興係(☎③1928) または近畿労働金庫北播支店(☎0795235551)



### 播磨看護専門学校 オープンキャンパス参加者募集

看護師を目指しているあなた！  
見て、聞いて、交流して、看護学  
生の気分を味わってみませんか。  
▼日時 8月8日(水)と11日(土)の2  
回 10時から12時まで

▼場所 播磨看護専門学校(加東  
市家原812番地1)  
▼対象 高校生以上(社会人も歡  
迎)  
▼内容 学校の概要説明、模擬授  
業、校内見学、在校生との交流、  
個別相談など  
▼その他 上靴を持参ください。  
▼申し込み方法 8月2日(木)まで  
に電話で申し込みください。  
▼問い合わせ先 播磨看護専門学  
校(☎0795④3961)

今年度「特定疾患医療受給者証  
交付申請(更新)の手続き」  
現在、特定疾患医療受給者証の  
交付を受けている方で、今年10月  
1日以降も引き続き交付を希望さ  
れる方は、手続きが必要です。  
▼申請期間 7月2日(月)から9月  
28日(金)まで(土・日・祝日を除  
く)  
※審査に2か月程度要しますので、  
お早めに申し込みください。

提出書類 交付申請書(更新)・  
臨床調査個人票(診断書)・世帯  
全員の住民票・健康保険証・所  
得税額を証明する書類など  
※申請書類は、対象者に6月下旬  
ごろに郵送しています。  
▼申し込み・問い合わせ先 加東  
健康福祉事務所地域保健課  
(☎0795④5111)

## 熱中症を正しく理解し予防しましょう

### ■熱中症とは？

熱中症は、気温が高いことなどで、  
身体の中の水分や塩分(ナトリウムな  
ど)のバランスが崩れたり、体の調整  
機能が正常に働かなくなることで起こ  
ります。



人の身体は、常に熱を作り出す一方、汗をかいたり、皮  
膚から熱を逃がすことで、体温の上昇を抑えています。  
このような体温の調節機能がうまく働かず、体内に熱が  
こもり、体温が異常に上昇することで熱中症は起こります。

### ■熱中症の予防法

- こまめな水分、塩分の補給
- 涼しい素材の服を着る
- 扇風機やエアコンを上手に使う
- 日傘や帽子を活用する
- 日差しを遮り、風を通す  
(遮光カーテンやすだれの使用)
- 日陰を選んで歩く
- 涼しい場所で休息をとる



### ■熱中症の症状

自覚症状は、ズキンズキンとする頭痛やめまい、吐き気、  
立ちくらみ、倦怠感などがあげられます。

また、暑い場所にいるにもかかわらず、全く汗をかか  
なくなったり、皮膚が乾燥したり、触るととても熱をもっ  
ていたりしたら危険信号です。もうろうとして、呼びかけに  
反応がなかったり、応答が異常であるといった意識の障が  
いがでたりすることもあります。

### ■熱中症になってしまったら…

- 涼しい場所へ避難する
- 水分、塩分を補給する
- 衣服をゆるめ、体を冷やす(首のまわり、わきの下、足  
のつけ根を冷やすと効果的)

自力で水を飲めない・意識がない場合は、  
すぐに救急車を要請しましょう。

## 消 防

### 「市民救命士講習会」の 受講者募集

#### 心肺蘇生法が変わりました

新しい心肺蘇生法の手順では、  
胸骨圧迫を最初に行うなど、いく  
つか変更されました。

また、消防署で行う講習も従来  
の「成人法+AED」の講習に加  
え、「小児・乳幼児法を主体とし  
たコース」や「体験コース」など  
を新設しています。

講習は、南分署で1人からでも  
受講できる「定例講習会」を毎月

行っています。また、5人以上の  
グループでの講習など希望があ  
れば、随時開催します。

- ▼定例講習会  
●市民救命士I講習(3時間)  
毎月第2日曜日9時から  
●市民救命士II講習(4時間)  
毎月第3日曜日9時から  
●市民救命士III講習(3時間)  
希望があれば、随時開催  
※主に小児・乳幼児法などの講習  
●消防ハートフルチャレンジ救命  
編(1時間30分)  
希望があれば随時開催。概ね10  
歳から受講できます。

住宅用火災警報器  
「設置済みシール」配布  
昨年5月31日以降、住宅用火災  
警報器の設置が義務付けられ、当  
市では77・8%の家で設置され  
ています。  
消防本部では、警報器を設置さ  
れているお宅に、「設置済みシ  
ール」を配布しています。シールを  
まだ受け取られていない方は、ご  
連絡ください。

問い合わせ先  
消防本部予防課  
(☎③1314)



### 火災統計(5月末現在)

火災件数	5月	累計
平成23年	2	20
平成24年	0	9

火災種別累計件数	件数
建物火災	3
林野火災	2
車両火災	0
その他火災※	4
累 計	9

※雑草・廃材などの火災

## 法 務 局

### 「法務局公開講座」開催

相続制度と相続登記申請手続き  
について講座を開催します。

- ▼日時 7月8日(日)  
①10時から11時30分まで  
②14時から15時30分まで  
※各回とも同じ内容です。

▼場所 神戸地方法務局社支局  
2階会議室(加東市社539-1  
2)

▼内容 相続制度と不動産の相続  
登記申請手続きについて

▼申し込み方法 予約制(電話で  
申し込みください。)

▼定員 各回、先着16人

▼その他 講座終了後、1時間程  
度、質問や相談の時間を設けま  
す。ただし、登録免許税以外の  
税金に関する質問には、お答え  
できません。また、講座開催日  
は休日のため、登記申請や証明  
書の請求などはできません。

▼問い合わせ先 神戸地方法務局  
社支局 総務係(☎0795④  
0201)

### 低圧進相コンデンサからの火災にご注意！

気温が高い7~9月は、コンデンサ本体の温度も  
上昇しやすく、絶縁劣化が進むことで火災になって  
います。

低圧進相コンデンサを使用している家庭や事業所  
では、製造年を確認のうえ、10年以上経っている  
ものは取り替えてください。特に昭和50年以前に  
製造されているものは早急に取り替えましょう。

市の消防本部で行った調査によると、調査事業所  
の過半数以上で出火する危険性を知らないと答え、  
中には白煙を上げ故障したため取り替えたという事  
例もありました。

一度ブレーカーなどで  
電源を切断して、使用し  
ていない配線や機器があ  
るか確認してください。  
(古い低圧進相コンデ  
ンサを通電状態で放置し  
ないことが重要です。)



製造年が記載されています。

スポーツ

アルゴスイミングスクール  
「親子コース体験教室」開催

水中運動は、脳や全身の運動機能の発達を促します。  
また、風邪の予防、ぜん息の改善にも効果的です。保護者の方の気分転換や運動不足解消にも、ぜひ参加ください。

▼日時 7・8月の毎週水・金曜日 11時から11時45分まで  
(8月15日・17日・29日・31日は休み)

▼対象 6か月から3歳までの子どもと保護者

▼参加料 1回 600円(プールの入場料・スポーツ安全保険料を含む)

▼申し込み方法 体験希望日の前日までに、電話か直接受付で申し込みください。

※先着順で1日3組限定  
※1人につき2回まで体験可能

▼持参するもの 水着・帽子  
▼申し込み・問い合わせ先 市総合体育館(アルゴ)  
☎7000

アルゴ短期水泳教室の生徒募集

コース	対象	定員	開講日(5日間)	開講時間
Aコース	小学校1~6年生	各50人 (応募者の多数は抽選)	7月24日(火)~28日(土)	13:00~14:00 (7月28日は9:00~10:00)
Bコース	幼児(3~5歳児)※1		8月7日(火)~11日(土)	13:00~14:00 (8月11日は9:00~10:00)
Cコース	幼児(2~5歳児)※2		8月21日(火)~25日(土)	9:00~10:00

※1 H18.4.2~H21.4.1生まれ ※2 H18.4.2~H22.4.1生まれ

▼申し込み期限 7月10日(火)必着

▼抽選 7月11日(水)14時から  
※当選者は、当選通知を持参のうえ、7月19日(木)までに申し込み、受講料を収めてください。

※定員に満たないコースは、7月11日13時から先着順で申し込みを受け付けます。

▼申し込み・問い合わせ先 〒675-1378 小野市王子町917番地の1 市総合体育館(アルゴ) ☎7000



「ジャイロキネシス」で腰痛・肩こり改善

ジャイロキネシスは、正しく美しい姿勢を学ぶことができ、腰痛、肩こり、ひざ痛などの痛みの原因を根本から解決するエクササイズです。イスに座って行う動きが多

いので、誰でも簡単にできます。

▼日時 7月22日(日)14時から15時30分まで

▼場所 市総合体育館(アルゴ) 軽運動室

▼講師 中川秀樹さん(ジャイロキネシス認定インストラクター)

▼対象 満15歳以上

▼定員 30人(応募者多数の場合は抽選。抽選日7月15日(日))

▼参加料 1,000円

▼申し込み期限 7月14日(土)

▼申し込み方法 同館備え付けの申込用紙で申し込み、住所・氏名・年齢・性別・電話番号とスポーツ講習会参加希望と記入のうえ、ハガキかファクスで申し込みください。

▼受講通知 受講通知をハガキまたはファクスで送付します。7月18日までに到着しない場合は、問い合わせください。

▼申し込み・問い合わせ先 市総合体育館(アルゴ) 〒675-1378 小野市王子町917番地の1 ☎7000・FAX ☎7560

第15回小野C級テニス大会  
参加者募集

▼日時 8月5日(日)8時30分から(雨天時8月12日(日))

▼場所 大池総合公園テニスコート

▼対象 市内に在住・在勤で、テニス初級者、または各地のテニス大会で初戦・2回戦進出程度の方

▼試合方法 男子ダブルス/女子ダブルス

▼参加料 1組2,500円(高校生以下は2,000円)

※試合当日持参してください。

▼締め切り日 7月27日(金)  
▼申し込み・問い合わせ先 市総合体育館(☎7000) またはテニス協会役員奥田(☎090-7491-0972)

ヴィッセル神戸小野市民応援デー

市内にお住まいの2000人をJリーグ第23節、サガン鳥栖戦に抽選でご招待します。

▼日時 8月25日(土)19時試合開始

▼場所 ホームスタジアム神戸

▼席種 バック自由席(応募状況により変更あり)

▼申し込み期限 8月10日(金)必着

▼申し込み方法 往復ハガキに申込人数(ハガキ1枚につき4人まで)・参加者全員の氏名・年齢・郵便番号・住所・電話番号を記入のうえ、申し込みください。

※返信ハガキ表面に必ず返信先を記入してください。

※必要事項や返信先が未記入の場合は無効です。

▼申し込み先 〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-2-5 御崎ビル3階「ヴィッセル神戸小野市民応援デー」係

▼当選発表 返信ハガキで8月20日までにお知らせします。

▼問い合わせ先 ヴィッセル神戸チケットセンター(☎078-651-1222) 10時から17時30分まで(土・日・祝日除く)



ヴィッセル神戸のマスコット「モーヴィ」

ハートフルゴルフコンペ参加者募集

▼日時 8月14日(火)

▼場所 小野東洋ゴルフ倶楽部(日吉町)

▼募集人員 80人(20組) ※先着順

▼参加資格 市内在住、在勤の方

▼競技方式 18ホールストロークプレー(ダブルペリア)

▼プレー代 15,000円(キヤデイ付き・昼食代別)

▼参加料 2,000円

※プレー代、参加料共に当日払い  
▼申し込み期間 7月10日(火)から25日(水)まで  
※土・日・祝日を除く平日の9時から17時まで。  
▼申し込み方法 小野市ゴルフ協会事務局へ電話またはファクスで申し込みください。  
※ファクスの場合は、送付後確認の電話をお願いします。  
※インターネットから申込書がダウンロードできます。

ジュニアゴルフ研修会参加者募集

▼日時 8月31日(金)13時30分から16時30分まで

▼場所 小野ゴルフ倶楽部(来住町) ※雨天は榎山ゴルフランド

▼対象 小学生より18歳で、市内在住または在学の方  
※必ず保護者が同伴のこと。

▼定員 30人(応募者多数の場合は抽選)

▼参加料 1,000円(スポーツドリンク付) ※支払いは当日

▼携行品 ゴルフクラブ、タオル、帽子、飲み物など

▼申し込み期限 8月10日(金)必着

▼申し込み方法 ハガキまたは、ファクスでジュニア研修会参加希望と記入のうえ、住所・氏名・保護者氏名・連絡先・生年月日・年齢・ゴルフクラブの有無・経験をお知らせください。  
※インターネットから申込書がダウンロードできます。

国際交流協会だより

NPO法人小野市国際交流協会事務局  
〒676-6303 F.A.X. 024-0000

姉妹都市リンゼイ市から  
第22回姉妹都市訪問団来市  
歓迎会と日帰りバスツアーの  
参加者募集

7月24日(火)から8月1日(水)まで、  
姉妹都市リンゼイ市から6人(男1  
人・女4人・女性教諭1人)の訪問  
団が小野市にやってきました。ホーム  
ステイをしながら、日本文化に触れ  
市民と交流します。ぜひ、この機会  
にアメリカの高校生らと接してみま  
せんか。

歓迎会

- ▶日時 7月25日(水)18時30分(18時  
受付)から
- ▶場所 コミセンおの コミュニ  
ティホール
- ▶対象 市民などなたでも
- ▶内容 訪問団の紹介などのほか、  
播州小野太鼓や小野児童合唱団も  
参加します。
- ▶一品持ち寄り形式のパーティー
- ▶参加料 無料
- ※ただしプレートディッシュ(5人

日帰りバスツアー

程度の食べ物)を持参してくださ  
い。(飲み物などは用意します)  
申し込み期限 7月18日(水)

- ▶日時 7月27日(金)8時30分出发  
(市役所前集合)
- ▶場所 淡路方面(うずしお観潮ク  
ルージング・人形浄瑠璃など)
- ▶定員 10人程度(先着順)
- ▶参加料 中学生以上 5,000円  
小学生以下 3,000円  
(見学・昼食代など含む)
- ※当日お支払いください。
- ▶申し込み期間 7月9日(月)から17  
日(火)まで
- ▶申し込み方法(共通) 事務局窓  
口またはファクス・Eメールで氏  
名・電話番号・メールアドレスを  
お知らせください。
- ▶申し込み・問い合わせ先 NPO  
法人小野市国際交流協会事務局



前回の日帰りバスツアー

ガーデニング

「花・ハーブ講習会」を開催

今年5月から白雲谷温泉ゆびか観  
光交流センター(ゆびか隣接)で、  
NPO法人ひょうごグリーンスタッ  
フによる「花・ハーブ講習会」を開  
催しています。

8月の講習会

- ▶日時 8月2日(木)または23日(木)  
13時30分から15時30分まで
- ※受付された方から順次、作品を制  
作
- ▶内容 ハーブの寄せ植えを作りま  
す。完成後は、ハーブヒルズ特製  
ハーブティーをお召し上がりくだ  
さい。
- ▶講師 小林恵子さん、藤川宮野さ  
ん
- ▶参加料 1,000円(ハーブ  
ティー代を含む)
- ▶定員 各20人
- ▶申し込み方法  
観光課(☎631929)まで電話  
で申し込みください。定員に空き  
があれば当日参加もできます。

花づくり講習会

「レモンガラスで夏場を涼しく  
演出」の参加者募集

- ▶日時 7月28日(土)
- ①9時から10時30分まで  
②10時から11時30分まで
- ▶場所 ひまわりの丘公園 第2駐  
車場内ハウス
- ▶定員 各20人(応募者多数の場合  
は抽選)
- ▶参加料 1,000円
- ▶申し込み期間 7月1日(日)から10  
日(火)まで
- ※抽選結果と内容の詳細は、7月中  
旬に郵送でお知らせします。
- ▶申し込み方法 電話で受け付けま  
す。申し込みの際に、住所・氏  
名・電話番号・希望の時間帯をお  
知らせください。
- ▶申し込み・問い合わせ先 小野市  
都市施設管理協会(市総合体育館  
内・☎627000)



金婚夫婦イベント

「金婚夫婦を祝う集い」  
の参加者募集

- 市では、結婚してめでたく50周年  
を迎えられるご夫婦をお祝いする  
「金婚夫婦を祝う集い」を開催しま  
す。
- ▶対象 昭和38年に結婚し、市内に  
居住されているご夫婦
- ▶開催日 11月15日(木)11時から
- ▶場所 うるおい交流館エクラ



昨年のようなす

- ▶内容 懇親会・記念品贈呈・記念  
撮影・アトラクションなど
- ▶定員 70組(先着順)
- ▶申し込み期限 7月31日(火)
- ▶申し込み・問い合わせ先  
高齢介護課長寿福祉係  
(☎631060)

自衛隊

自衛官など募集

種目	応募資格	受付期間	試験
自衛官候補生	18歳以上27歳未満の方	男 年間通じて 8月1日~ 9月7日	受付時に通知 9月23~26日の1日
一般曹候補生		8月1日~9月7日	(1次試験)9月17日(祝)
航空学生	高卒(見込みを含む)で 21歳未満の方	8月1日~9月7日	(1次試験)9月22日(祝)
防衛大学校学生 (推薦・総合選抜)		9月3日~5日	(推薦試験) 9月29日(土)・30日(日) (総合選抜)9月29日(土)

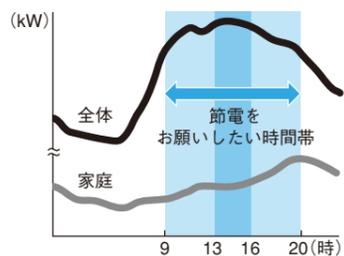
※応募資格の年齢は、いずれも平成25年4月1日現在

問い合わせ先  
自衛隊兵庫地方協力本部青野原分  
駐所(☎667959)

節電のご協力をお願いします

7月2日~9月7日の平日\*、9時~20時の間、  
節電にご協力をお願いします。

特に需要の多い13時~16時の重点的な節電にご協力をお願いします。  
※8月13日~15日を除く



関西電力

市民会館イベント情報

王子町806番地の1 (☎63-1020・FAX63-1138)

「小野名画劇場」開催!

7月21日(土)

「許されざる者」

①10:00~

②15:20~

1992年 米国  
監督:クリント・イーストウッド  
出演:クリント・イーストウッドほか



「古都」

①13:00~

②19:00~

1963年 日本 監督:中村登  
出演:岩下志麻、宮口 精二ほか



小野名画劇場をすべて鑑賞できる小野シネマ  
ゴールドカード(1枚2,000円)好評発売中!

予告 小野シネマナビ (8月)  
「ALWAYS 三丁目の夕日'64」

2012年 日本 監督:山崎 貴  
出演:堤 真一、薬師丸 ひろ子ほか

■日時 8月4日(土)

①10:00~ ②13:00~

③16:00~ ④19:00~

■入場料 800円

※小野シネマゴールドカード提示の方は500円



当日券  
700円

「第27回ハートフルシティコンサートおの」  
出演団体募集

日時 10月28日(日) 13:00~17:00

応募資格 市内在住または在勤の方を含む、2人以上の団体

応募期限 7月31日(火)

応募方法 各コミセン窓口に備え付けの申込用紙と、演奏を録音したもの(8分以内)を合わせて、郵送または持参ください。

選考方法 音源などの審査で約15団体を決定

出演料 1団体2,000円

主催 ハートフルシティコンサートおの実行委員会・市教育委員会

関西フィルとピアノコンチェルトに出演しませんか  
ピアニスト募集オーディション開催

日時 11月3日(祝)

場所 市民会館大ホール

応募期限 8月31日(金)

参加料 5,000円

応募方法 市民会館に備え付けの申込用紙に記入のうえ、申し込みください。

問い合わせ 西村厚一(☎090-1594-1451)

詳細は、市民会館ホームページまたはチラシをご覧ください。

おの夢館(播州カフェ)

上本町94番地(☎・FAX63-2126)

見に行こう!おの夢館の展示コーナー

植木サエ子さん(天神町)の「樹脂粘土で作った作品展」を開催します。

期間 7月1日(日)

~31日(火)

(水曜休館)

時間 10:00~17:00



図書館

中島町64番地(☎62-0456・FAX62-0606)

「工作教室」申し込み受付中

日時 7月8日(日)10:00~11:00

場所 図書館2階 児童閲覧室

対象 市内在住の4歳~小学校3年生

※先着15人

内容 折り紙や簡単な工作(道具は用意します。)

申し込み方法 図書館窓口カウンターで申し込みください。(電話でも受け付け可)

7月のお話会		7月の休館日
7日(土)	10:30~	24日(火)
14日(土)	14:00~14:40~	
21日(土)	10:30~	
28日(土)	14:00~14:40~	
29日(日)	14:00~14:40~	

7月20日(金)から8月31日(金)まで、図書館の開館時間を1時間延長します。期間中の開館時間は、10:00~19:00です。

児童館チャイコム

浄谷町2859番地(☎・FAX63-8588)

パパとママのためのリフレッシュ講座  
~楽しい子育てにするために~

7/13~  
受付開始

日時 8月3日(金)10:00~11:00

場所 児童館チャイコム 集会室

対象 子育て中の保護者

定員 30人(先着順)

講師 いなまつか さん(心理スペースほれほれ主宰)

参加料 1家族200円

託児 20人(先着順・1歳以上・要予約・無料)

申し込み方法 児童館備え付けの申込用紙に記入のうえ、申し込みください。(ファクスも可)

コミセンおの 王子町806番地の1(☎63-1020・FAX63-1138)

詳しくは、問い合わせください。

パソコン講習会「ITすくうーる」受講生募集

コース 初心者コース

日時 8月13日、14日、20日、21日、27日、  
28日(毎週月・火)全6回  
13:30~15:30

場所 コミセンおの IT学習室

定員 20人

(市内在住、在勤または在学の方優先)

※応募者多数の場合は抽選

受講料 2,000円(テキスト代別途必要)

申し込み期間 7月2日(月)~20日(金)

申し込み方法 各コミセン窓口に備え付けの申込書に記入のうえ、コミセンおの窓口へ申し込みください。(ファクスも可)

「コミセンおのふれあいまつり」開催

日時 7月7日(土)13:00~16:00

7月8日(日)10:00~16:00

内容 7日:作品展示

8日:舞台発表、作品展示室巡りウォークラリー、展示即売会、抽選会(抽選券配布は9:30~14:00)

場所 コミセンおの・市民会館大ホール

主催 コミセンおのサークル連絡会

市民ギャラリー展示案内

展示内容	日程
「コミセンおのふれあいまつり~子ども絵画造形教室~」	6/25~7/21
「半幅帯のおしゃれ結び展」着物クラブ	7/23~8/4



児童館チャイコム予定表(7月)

【ふれあいタイム】月~金(11:00~11:30)遊戯室  
【つどいの広場】月・金・土(10:00~15:00)集会室



日	《遊戯室》11:00~11:30		《集会室》10:00~15:00	
	ふれあいタイム・パパサタサロンなど	つどいの広場・エコ工作など		
7/1(日)	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう		
2(月)	みんなでお祝い!ハッピーバースデーと たなばた会(10:30~11:30)	7月生まれのお友だち集まれ! (9:45~10:15)		
3(火)	選んで遊ぼうコーナーあそび	—		
4(水)	にこにこ子育て相談(9:45~11:00)	—		
5(木)	みんなであそぼうリズムにのって	—		
6(金)	親子で自由あそび	1歳児さん集まれ!(10:30~11:30)		
7(土)	お話をしよう(読み聞かせリーダー)	—	エコ工作を楽しもう	
8(日)	親子で自由あそび	—		
9(月)	親子で自由あそび	0歳児・ほのぼのひろば(10:30~11:00)		
10(火)	みんな一緒に話そう(読み聞かせ)	—		
11(水)	みんなで体操1.2.3	—		
12(木)	選んで遊ぼうコーナーあそび	—		
13(金)	親子で自由あそび	ふれあいマッサージ(10:30~) ※申込者対象		
14(土)	親子で自由あそび	おしゃべりタイム(10:30~)		
15(日)	—	—		
16(月)	チャイコム10周年記念(9:45~12:15)			
17(火)	親子で自由あそび	—		
18(水)	選んで遊ぼうコーナーあそび	—		
19(木)	しゃぼん玉あそびを楽しもう	—		
20(金)	親子で自由あそび	2歳児以上さん集まれ!(10:30~11:00)		
21(土)	お話をしよう(読み聞かせリーダー)	—	エコ工作を楽しもう	
22(日)	親子で自由あそび	—		
23(月)	親子で自由あそび	おしゃべりタイム(10:30~)		
24(火)	みんな一緒に話そう(読み聞かせ)	—		
25(水)	ミニビデオシアターを楽しもう	—		
26(木)	—	—		
27(金)	親子で自由あそび	おしゃべりタイム(10:30~)		
28(土)	パパサタサロン「作ってあそぼう」	—	エコ工作を楽しもう	
29(日)	親子で自由あそび	—		
30(月)	親子で自由あそび	—	エコ工作を楽しもう	
31(火)	親子で自由あそび	—		

(都合により変更する場合があります)

大好評「でまんど・チャイコム」



児童館を飛び出して、  
八ヶ池龍翔ドームで親子あそびを楽しみました。

次は、どこへ行こうかな?

# うるおい交流館エクラ INFORMATION

指定管理者 NPO 法人 北播磨市民活動支援センター  
中島町 72 番地  
☎ 62-5080 ・ FAX 62-2400  
7月の休館日 24日(火)

## みんなで創る市民参画型イベント ピアノマラソンⅧ

7月8日(日) 10:00 開演

市民ピアニストが弾きつなく演奏をお楽しみください。

- ◆場所 エクラホール
- ◆入場料 無料



## ティータイムコンサート ～昼下がりのオアシス～

好評  
発売中

7月15日(日) 15:00 開演

- ◆出演 白井 崇陽(バイオリニスト)  
ムジカドルチェ(ピアノ・チェロ)
- ◆場所 ハートフルサロン
- ◆入場料 1,000円 ※未就学児童の入場不可  
(カフェドアルシェ特製ケーキセット付)



## エクラキッズ事業 つくってとばそう スーパー竹とんぼ

9月29日(土)

受付開始日  
キッズ会員 7月21日(土)  
一般 7月28日(土)

- ◆時間 10:30～11:30 (3歳～小学生未満対象)  
13:30～15:00 (小学校1～3年生対象)
- ◆場所 大会議室
- ◆参加料 キッズ会員 500円  
一般 700円



## ティータイムコンサート ～愛のうたシャンソン～

発売日  
7月15日(日)

10月28日(日) 16:30 開演

秋の夕暮れ、透明感のある歌声で、抒情あふれるシャンソンをお楽しみください。

- ◆出演 菅じゅん子 ほか
- ◆場所 ハートフルサロン
- ◆入場料 1,000円 ※未就学児童の入場不可  
(カフェドアルシェ特製ケーキセット付)

## 「記録写真でみる東日本大震災 ～今、私たちにできること～」 エクラから被災地へエールをおくろう

7月20日(金)～29日(日) 9:00～22:00  
(写真展の開催期間) 29日(日)は 17:00 まで

※応援イベント(22日のみ): スティールパン(打楽器の一種)コンサート、物品販売など

- ◆場所 ハートフルサロン
- ◆入場料 無料
- ※詳細は事務局まで問い合わせください。

## アカペラフェスティバルinエクラⅢ

出演者  
募集

10月27日(土) 14:00 開演

- ◆場所 エクラホール
- ◆募集期間 7月15日(日)～8月15日(水)
- ◆募集組数 6組(2～10人程度)  
ハーモニーを主体とした 無伴奏のグループ
- ◆持ち時間 1グループ最大8分(転換込み)
- ◆参加料 1人2,500円
- ※詳細は事務局まで問い合わせください。

## 小野市男女共同参画センター 防災講演会 「他人ごとではない自然災害！ 地域の防災・減災を考える」

8月10日(金) 14:30～16:30

日本各地で相次ぐ自然災害。もはや他人ごとではありません。今回、盛岡市から講師をお招きし、東日本大震災から1年が過ぎ新たに見えてきた課題や、アドバイスなどを伺います。あらためて防災・減災についてみんなで考えてみませんか。

- ◆講師 田端 八重子さん (もりおか女性センター長)
- ◆募集定員 150人(先着順)
- ◆場所 大会議室
- ◆参加料 無料
- ◆託児 無料(要予約・定員10人・1歳～小学校3年生)
- ◆締め切り 7月30日(月)
- 申し込み・問い合わせ先  
センター事務局 ☎62-6765



## 相談窓口 お気軽にご相談ください。相談日が祝・祭りと重なるときは、休ませていただく場合があります。

	相談名	相談日時	相談場所	相談内容	担当課(電話番号)
一般相談	市民・行政	月～金曜日 9:00～17:00	市民サービス課相談室	生活上の問題・行政に関する相談	市民サービス課 63-1013
	法律 要予約	7月11日(水)・25日(水) 13:30～16:00 予約は2日の9時から受付します		弁護士による法的な解釈が必要な問題など	
	人権	7月18日(水) 13:30～15:30	コミセンおの302号室	人権に関すること	人権啓発推進グループ 63-1243
	あんしん窓口 要予約	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00	小野市民病院 地域医療室内医療福祉相談室	医療福祉に関する悩みなど	小野市民病院 63-2020(内線188)
	消費生活	月～金曜日 9:00～17:00 (消費生活相談員による相談は月・水・金)	生活環境グループ	商品や契約の苦情に関する問題	生活環境グループ 63-1686
	農地 要予約	7月11日(水) 10:00～15:00	西庁舎会議室	農地に関すること	農業委員会 63-2266
	高齢者総合相談	月～金曜日 9:00～17:00	福祉総合支援センター	介護・認知症に関する相談など	地域包括支援センター 63-2174
	住宅改造 要予約 ①高齢者向け ②障がい者向け	月～金曜日 9:00～17:00	①福祉総合支援センター ②福祉事務所相談室	バリアフリー化など住宅改造に関すること	①高齢介護課(63-1060) ②社会福祉課(63-1011)
	ふれあい福祉相談	火・木曜日 9:00～12:00	福祉総合支援センター 研修室	生計、職業、住宅、家族の悩みなど	社会福祉協議会 63-2575
	障がい者相談	障がい者総合相談	月～金曜日 9:00～17:00	福祉総合支援センター	障がい者(児)の日常生活における相談
身体障がい者		7月15日(日) 10:00～12:00	コミセンおの304号室	日常生活上での悩みごと	社会福祉課障がい福祉係 63-1011
知的障がい者		7月19日(木) 10:00～12:00			
精神障がい者		7月20日(金) 13:00～15:00			
子ども相談	児童	月～金曜日 9:00～16:00	福祉事務所相談室	家庭環境、子育ての悩みなど(養護、虐待など)	子育て支援課 (家庭児童相談室) 63-1645
	子育て電話相談	月～土曜日 10:00～17:00	児童館チャイコム	子育てに関すること	児童館チャイコム 62-7020
	にこにこ 子育て相談	7月4日(水) 9:45～11:00		特に発育・栄養に関すること	
	子育て 安心ダイヤル 思春期 ホットダイヤル	月～金曜日 9:00～16:30	保健センター	子どもの健康・栄養・発達に関すること	保健センター 63-3977
	不登校相談	月～金曜日 13:00～17:00	適応教室	不登校に関して、電話と面接相談で応じます	適応教室 63-4175
女性相談	子育て相談	月～土曜日 9:00～16:00 (16日は休みます)	来住保育所 (小野市地域子育て支援センター)	乳幼児の子育ての悩みなど	来住保育所 (小野市地域子育て支援センター) 62-8428
	女性のための相談 面接相談は要予約	木曜日 (電話相談) 9:30～11:30 (面接相談) 13:00～16:00	うるおい交流館エクラ 相談室	女性が抱えるさまざまな問題 ※託児可能(要予約・無料)	男女共同参画センター 相談専用電話 63-8250
	母子自立 要予約	月～金曜日 9:00～17:00 (16日は休みます)	福祉事務所相談室	生活上の悩みなどの母子の自立に向けた相談	子育て支援課 63-1645
外国人生活相談	水曜日 13:00～16:00	うるおい交流館エクラ 事務局	生活上の問題	国際交流協会事務局 62-6763	
女性のための医療相談 要予約	木曜日 13:30～16:00	小野市民病院 地域医療室内医療福祉相談室	看護師による「医療に関する悩み」など	小野市民病院 63-2020(内線188)	
いじめ等相談窓口 (ON0ひまわりほっとライン)	月～金曜日 9:00～17:00	市民安全部 ヒューマンライフグループ	いじめ、虐待、DV、セクハラなど いじめ相談	いじめ担当グループ 62-4110	
税務相談	7月5日(木)・19日(木) 13:00～16:00 ※受付は15:30まで	第2庁舎第1会議室	税金に関すること	近畿税理士会・ 支部事務局 0795-48-2055	
法律相談 要予約	毎月第1土曜日 13:00～16:00	小野警視派出所2階	法律問題全般に関すること	小野交通安全協会事務局 62-1410	



## 後期古墳群を探る 好古館での発掘展に寄せて



勝手野6号墳の装飾付須恵器  
(県立考古博物館蔵)

今月は7日から好古館で県立考古博物館と共催のふるさと発掘展「後期古墳の世界～横穴式石室と木棺直葬～」が開かれるのにちなみ、二葉町の焼山古墳群と黍田町の勝手野古墳群を紹介したい。

小野市域は東播磨きっての古墳の宝庫。数十基以上でグループを形成する古墳群がいくつもある。

特に後期(6世紀初め～7世紀後半)の古墳群で主に小規模な円墳・方墳多数で密集的に形成されたものを「群集墳」と呼ぶ。焼山と勝手野はこの群集墳に分類されるが、県外にも知られた古墳群だ。

焼山が有名なのは、戦後の文化財保存運動の先駆けの1つであることなどからだ。また、遺体を納める埋葬部が木棺直葬による群集墳のほうが横穴式石室のものに先行することを明らかにした成果も重要だ。



焼山古墳群の一部

「小野市史」などをとにかいつまんで説明しよう。万勝寺川と山田川に挟まれた段丘上に150基ほどの古墳が築かれていた。それが戦後、壁土の採取や農地開拓で次々に破壊されていった。保存の掛け声を上げたのは加西市出身の赤松啓介さん(故人)だった。在野の研究者ながら群集墳研究の先駆者の1人である。保存運動は全国に広がり、県は開拓工事を中止、昭和33年に調査を実施した。

首長墓(5世紀末)と見られる帆立貝形古墳2基が残る。これ以外の小円墳(6世紀代)は有力農家の墓だろう。円墳2基を含む計4基が県の史跡に指定されている。

1つの墳丘に複数の木棺が埋められていた。

全国的には6世紀以降、横穴式石室が主流になる。だが、東播磨、特に小野市では木棺直葬が多いのが特徴で、焼山はすべてが木棺直葬だ。これは古墳を築造した人たちの階層(身分)、財力の異なるのか、葬送思想の違いなのか、単に石材の入手の難易によるものか、私にはよくわからない。この謎解きのカギが今回の古墳展でどれだけ提示されるか楽しみだ。

勝手野古墳群(円墳11基)は調査された8基すべてが横穴式石室だった。加古川左岸の山裾に営まれており、山陽自動車道の建設に伴い1995年に県教委が調査した。時期は6世紀末から7世紀前半ごろ。特に注目を浴びたのが金銅装の馬具一式を副葬した3号墳と、装飾付須恵器2個を石室前に立てていた6号墳だ。

この装飾は人物や動物の小像を壺の周りに付けたもので、騎馬による鹿・猪狩りの様子や行司もいる相撲の情景などを表現している。古墳の被葬者である首長の生前の様子を再現したものとか、古事記や風土記に出てくるような伝承を具象化したものなどと言われた。私の恩師、森浩一・同志社大名誉教授はかつて「像が(壺の)円周上をめぐる回転木馬のようだ」と表現された。

好古館には普段レプリカしか展示されていないが、今回は本物が出品される。さらに小野を中心にまとめた古墳資料が展示されるのも平成10年以来のこと。ぜひこの展覧会を見学され、小野の古墳時代に思いをはせていただければと思う。

私事で恐縮だが、同展には私も会員である「ひょうご考古楽倶楽部」の仲間たちが作った古墳の模型なども展示される。

## 小・中学校だより

大部小学校編

### 「脳トレタイム」でいきいき元気!

大部小学校には、脳を鍛える2つの大切な時間があります。

1つ目は、「大部っ子いきいきタイム」です。朝の15分間に実施しており、曜日ごとに読書タイムとパチパチタイムがあります。パチパチタイムでは、そろばんを使って加減算をします。このパチパチタイムの成果を発揮する場が、学期に1回行われるパチパチ集会です。ここでは、読み上げ算で個人のそろばん力を競うとともに、巨大そろばんを使ったリレー算も行われます。

2つ目は、「きらりタイム」です。これは5校時の前に5分間、スピード計算(簡単な四則計算)をしています。東北大学教授の川島隆太先生の脳科学理論に基づいて、脳の活性化を図って集中力を高めてから、5校時の学習を始めています。

このように大部小学校では、脳を育て、学力と心を大きく育てています。



誰一人話すことなく真剣に読書



パチパチ集会に向けて頑張るぞ!



約5mで324桁もある巨大そろばん

## 幼稚園だより



小野東幼稚園



### 小運動会は親子で脳トレ!

今年の小運動会は市総合体育館の「アリーナ」で行いました。

朝、各自で金環日食を観測してから、会場に集合!体操、かけっこ、親子演技の後は、親子で脳トレ遊びを楽しみました。講師はNPO法人「生涯学習サポート兵庫」の榎本英樹さん。

みんな「榎ちゃん」と楽しいひとときを過ごしました。

(5月21日)



これから榎ちゃんと脳トレ遊び



ゲームで脳トレ!



スキンシップで仲良し親子

市内 5~6月  
地域に学ぶ  
トライやる・ウィーク



市内の中学校と特別支援学校が、2年生を対象に「トライやる・ウィーク」を実施。福祉施設、飲食店などでの職場体験や農業体験を通して、地域社会について学ぶ機会となりました。

そのうち、消防本部には16人が参加。訓練施設では、地上約11mの高さに張ってあるロープの上を横歩きしたり、またがって渡る訓練を体験しました。最初は、高さに怖がっていた生徒も、大きな声をだしながら、すべての訓練をこなしていました。  
(教育委員会)

市役所 6/6  
金星の太陽面通過



太陽の前を金星が通過する様子  
(10時11分)



金星が太陽面に重なるとき、黒い滴のように見えるブラックドロップとみられる現象  
(13時30分)

鹿児島 →宮城  
東日本大震災の復興を願い  
消防士がタスキリレー

東日本大震災の被災地の復興と、消防を応援するため、鹿児島県から宮城県石巻市までをつなぐタスキリレーに、非番の職員5人が参加。小野市消防本部では、5月10日に加古川市東消防署稲美分署から同播磨分署までを走り、応援のメッセージと義援金を届けました。

リレーは、3月11日に鹿児島県を出発し、消防職員4人が行方不明のままの石巻市に9月11日に到着する予定です。  
(消防本部)



敷地 5/21  
「こうへいくん」と  
楽しい交通安全教室

白百合保育園で3~5歳児(97人)を対象にした交通安全教室を開催しました。

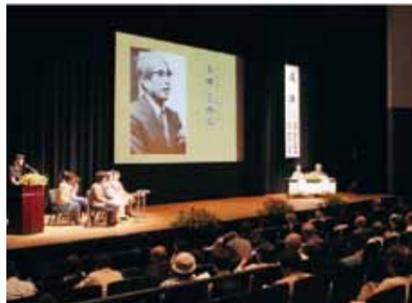
園児は、警察署員の安全講話やビデオ視聴をした後、園庭へ。兵庫県警のマスコット「こうへいくん」と一緒にスキップをとりながら模擬交差点を使って安全確認や横断の仕方など、交通ルールを楽しく学びました。  
(市民安全部)



エクラ 6/2  
上田三四二の功績を顕彰  
第4回小野市詩歌文学賞  
第23回上田三四二記念「小野市短歌フォーラム」

小野市出身の歌人で宮中歌会始の選者を務めた上田三四二(1923~89)の功績をたたえる「小野市詩歌文学賞」の授賞式と「小野市短歌フォーラム」が行われました。

この短歌フォーラムでは、5,641首の投稿があり、一般の部5席には、東山美鈴さん(23)=加西市=が過去最年少の優秀賞受賞者となりました。  
(いきいき社会創造課)



小野東小  
県内トップクラス



小野東小6年のリレーチームは、5月3日に神戸ユニバー記念陸上競技場で行われた兵庫県郡市区対抗陸上競技大会で男子1位、女子3位となるなど県内トップクラスの速さ。

毎朝7時すぎから、他の学年も含め150人ほどの児童が、今後の大会に向けて短距離走、ハードル、走り幅跳びなどを練習しています。

早朝から体を動かし、良い生活習慣も身につけ、一石二鳥。今後の活躍に、期待です。  
(小野東小学校区 佐同美香さん)

上郡町 4/29  
おの恋ホルモン焼きそば  
“イケ麺グランプリ”で「銀の麺賞」



西播磨フロンティア祭の一環であるイケ麺グランプリ(上郡町光都で開催)に参加した「おの恋ホルモン焼きそば」が、第2位の「銀の麺賞」を受賞しました。

イケ麺グランプリは、兵庫県のほか、岡山県、鳥取県の麺を使ったご当地グルメ17団体が参加し、購入時に配布する木札で、人気投票が行われました。

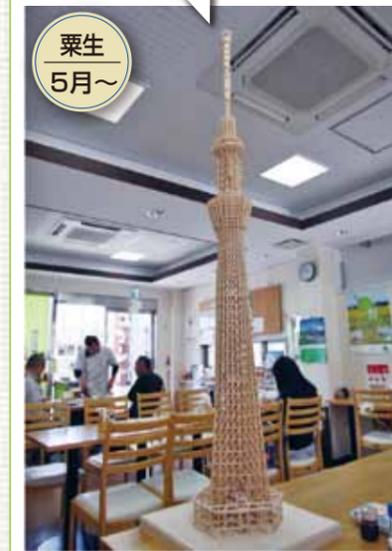
ロココミもあってか開店と同時に1人で10食分を購入される方もあり、お昼前には長蛇の列ができ、13時30分ごろには完売になる人気ぶり。

また会場では、「おの恋ホルモン焼きそばマップ」の配布などのPR活動も行いました。  
(観光課)



まちの特派員による取材記事などを紹介

精巧です



粟生 5月~

スカイツリーが出現!

東京スカイツリーの400分の1、高さ約160cmの木製模型が、粟生駅に隣接したコミュニティ施設「シルキーウェイあわの里」で展示されています。

制作されたのは、上本町の自営業・富永正輝さん。インターネットに公開されている設計図をもとに、「トラス構造」を忠実に再現。1年がかりで制作された模型は、実物そっくりです。  
(シルキーウェイあわの里)

小田 5/16  
こいのぼり作り  
楽しいな

下東条中央保育園で「すくすく子育て」教室がありました。

「親子でこいのぼりを作ろう」のコーナーでは、7組の親子が参加。「こいのぼり」の歌をみんなで歌った後は、カラフルな色紙を使って、こいのぼりのうろこを糊で貼りつけました。

2歳前後の子どもはハサミがうまく使えないため、お母さんに助けってもらいながら、ミニこいのぼりを作っていました。  
(下東条小学校区 藤原登代子さん)





身近な観光情報を発信



**上本町**  
1歳4か月  
田中 督士ちゃん  
大好きあつし  
いっぱい遊ぼうね  
(兄 大登くん、嘉人くん)



**復井町**  
1歳4か月  
藤本 笑璃ちゃん  
笑顔最高カマアやお姉  
ちゃんと仲良くね♡  
(父 竜平さん、母 真由子さん)



**丸山町**  
1歳3か月  
谷 碧斗ちゃん  
これからも仲良くあそぼ  
うね♡  
(姉 恋羽ちゃん)



**中町**  
1歳3か月  
石田 葉琉ちゃん  
3女の葉琉! あなたの笑  
顔で家族も笑顔  
(父 一仁さん、母 知代さん)



**神明町**  
1歳3か月  
西村 遙斗ちゃん  
元気で思いやりのある子  
になってね  
(父 雅志さん、母 美香聖さん)



**王子町**  
1歳3か月  
滋野 花菜ちゃん  
明るく元気で健やかに育っ  
てね  
(父 達也さん、母 彩子さん)



**中島町**  
1歳3か月  
河島 沙来ちゃん  
沢山食べて、元気で優し  
い子に♪  
(父 崇裕さん)



**池田町**  
1歳3か月  
杉本 陽飛ちゃん  
ばあっ! たくさん遊んで  
大きくな〜れっ!  
(父 成正さん、母 美帆さん)



**天神町**  
1歳3か月  
橋口 綾音ちゃん  
ゆっくりのんびり一緒に  
進もう♪  
(父 秀則さん、母 和子さん)



**小田町**  
1歳3か月  
井登 悠理ちゃん  
悠理の笑顔はみんなの元  
気の素だよ!  
(父 正幸さん、母 美智子さん)

わが家の  
アイドル



平成23年中に生まれられたお子さんを紹介しています。  
(毎年1月号に募集記事を掲載、2月に募集を締め切っています)

粉くい坂 (榎山町)

源義経一行、一の谷へ

榎山町の南の山から三木市鳥町へ通じる山道です。義経一行が榎山から一の谷へ向かうため、この坂を越えていったと伝えられています。

江戸時代の播磨の地誌『播磨鑑』には、「粉くい坂」として「源九郎義経三草より鶴越に寄玉ふとき榎木村※粉くい坂の上にて此里の老女粉飯を義経にまいらせける故に粉くい坂と云ふ」と書かれています。この「粉飯」が小麦を煎って粉にした「はったい粉」だったと言われています。

また、この坂の入口から南へ約70mのところの亀井ヶ淵があります。この淵から湧き出る水で、義経一行が喉をうるおしたと伝えられています。一説には義経の家臣・亀井六郎が放った矢の刺さった場所から水が湧き出たとも言われています。

※原文のまま

MAP



粉くい坂

フルーツ白玉

フルーツ白玉は、暑い時期の人気No.1メニューです。バナナの薄切りを加えたり、3種類のフルーツ缶詰をフルーツミックス缶に、サイコロゼリーをナタデココに、りんご果汁をサイダーに変えると違った味が楽しめます。

【つくり方】

- ①白玉粉に水を加えながら混ぜ合わせ、耳たぶくらいの柔らかさになったら20個に丸める。
- ②沸騰した湯の中に①を入れてゆで、浮いてきたらすぐに冷たい水で冷やす。
- ③パインは1/8切り、黄桃はサイコロ切りにする。
- ④器に白玉もち、みかん、パイナップル、黄桃、サイコロゼリーを入れ、りんご果汁と缶詰のシロップを加え、冷蔵庫で冷やすと出来上がり。



エネルギー 183kcal(1人分)



給食センターから  
こんにちは

【材料】(4人分)

- 白玉もち…………… 20個  
(白玉粉100g・水100cc)
- みかん缶詰…………… 150g
- パイナップル缶詰…………… 100g
- 黄桃缶詰…………… 80g
- サイコロゼリー…………… 150g
- りんご果汁…………… 100cc

フォト  
アーカイブス

懐かしいむかしの写真で  
小野を振り返ってみませんか。



市場診療所 (昭和30年ごろ)

旧国道175号の市場北の交差点から西へ約200mの場所にありました。昭和42年ごろまではここで診療活動が行われていたようです。

短歌の楽しみ

『湧井』上田三四一第二歌集

9年の歳月をかけ、844首を収めた『湧井』(1975年)は、作者が歌人として、再出発する気迫が感じられる作品です。

歌人、佐々木幸綱が「湧井」

の特色は「いつくしむ心」(短歌)1987年7月号と論じているように「こころ」という言葉を使った歌が40首以上あります。この言葉によって、読者は病と向き合った作者に強く感情移入できるのかもしれません。



動揺のちにしづまる  
こころなら夜は安らけ  
く眠らんものを

休日救急当番医/平日時間外内科系救急当番医

最新情報はhttp://www.onokato-med.or.jp/

Table with 7 columns (Sun-Sat) and 10 rows of dates. Each cell contains the date and the name of the on-call hospital/clinic, including contact information.

※小児(15歳以下)は、事前に医療機関に問い合わせたうえ受診してください。
※当番医は変更することがありますので、新聞、消防テレホンサービス(☎63-7119)または、消防署(☎63-0119)で確認してください。

北播磨小児科救急

Table showing emergency hours for North Setouchu Pediatrics: 1st Sunday 12:00-18:00, 3rd Sunday 10:30-18:00, 2nd/4th Sunday 9:00-17:00.

当番病院は、消防署(☎63-0119)で確認してください。

健康カレンダー

予防接種・健康診査・教室など (保健センター ☎63-3977)

Table with 5 columns: Content, Target, Date, Venue, Time. Lists various health checkups and classes.

※教室には、開始時刻までにお越しください。○各教室・健診にお越しの際は、母子健康手帳をご持参ください。

各種相談【予約制】 加健康福祉事務所

- HIV(エイズ)抗体検査・肝炎ウイルス検査・相談 (☎0795-42-9436) 7月2日(月)・23日(月)、8月6日(月) 13:30~14:30 ※無料・匿名で受けられます
●専門栄養相談(食事療法が必要な方の相談) (☎0795-42-9365) 7月6日(金)、8月3日(金) 13:30~15:00
●こころのケア相談 (☎0795-42-9367) 7月26日(木) 13:30~

広報おの

2012 [平成24年] 7月

発行編集

小野市総務部市民サービス課
〒675-1000 小野市王子町806番地の1
☎0794-1013 FAX 0794-1047

まちの動き (6月1日現在)

人口 50,326人(前月比マイナス28人)
世帯数 18,494世帯
面積 93.84km<sup>2</sup>