

地域密着コミュニティー誌 広報おの

ONNO Press

おのプレス

2026
5

MAY
Vol.794

小野市流 /

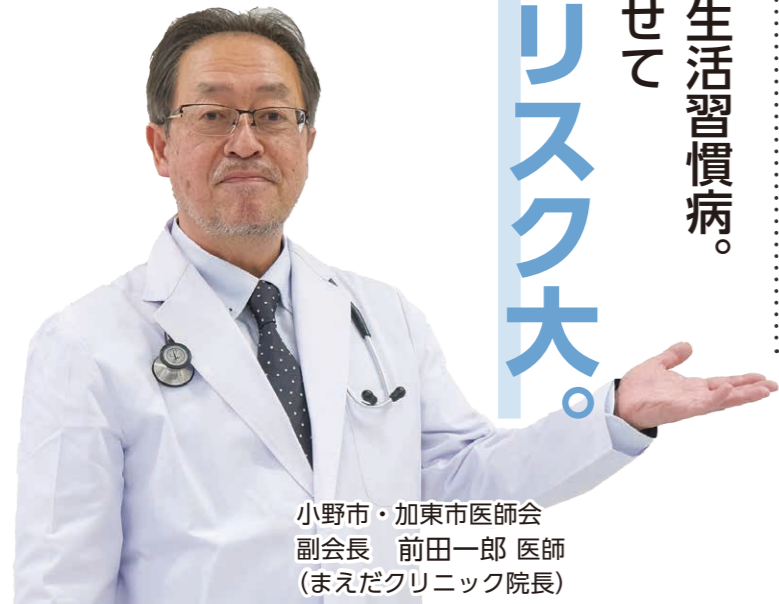
健康づくらの

新常識



血圧や血糖値が高いと何が悪いの？
 少しぐらい血圧や血糖値が高くても大丈夫でしょ？
 そのうち自然に治るんじゃない？

高血圧や高血糖の状態が続くと、血管が少しずつ傷つき、動脈硬化が進みます。動脈硬化が進行すると血管が硬く狭くなり、脳出血や心筋梗塞のような突然死につながる大きな病気を引き起こします。



小野市・加東市医師会
 副会長 前田一郎 医師
 (まえだクリニック院長)

突然死のリスク大。

高血圧や糖尿病は生活習慣病。動脈硬化を進行させて

40歳過ぎて特にお腹周りが太ったのは年齢のせい？みんなもそうだから仕方ないかな？

見過ごせない！小野市民は

3人に1人が肥満症

40歳～74歳で
 腹囲が男性 85cm以上
 女性 90cm以上の人の割合

小野市 36.8%
 県 33.2%
 国 35.4%

[KDB システム令和6年度累計] より



小野市の40歳以上(国民健康保険加入者)の3人に1人が、腹囲の基準値を超えています。これは、県や国の平均よりも高い割合です。小野市民は公共交通機関より自家用車での移動が多く運動習慣が少ないことに加え、健診時の問診によると若い頃から力ロリーを取り過ぎていたり傾向が要因として考えられます。

小野市流 / 健康づくりの新常識

皆さん、毎日の生活で「習慣はなかなか変えられない」と感じたことはありませんか。健康のために良いと分かっても、続かなかったり、つい後回しになったりしていませんか。この特集では、日々の習慣を見つめ直し、今からでも始められる食生活や身体活動のヒントをご紹介します。自分や家族の健康づくりを考えるきっかけとして、ぜひ読み進めてみてください。

健康増進課 (☎ 63-3977)

やってみよう！ あなたの健康偏差値、セルフチェックチャート

まずは、健康診断の結果で基準値を超えている項目を下のセルフチェックチャートでみてみましょう。



(例) Aさん
 51歳男性・自営業

食事は、昔から野菜が苦手で濃い目の味付けが好き。仕事が忙しく、帰宅は20時頃でそれから夕食を取っている。ホッと一息つきたいため、毎日の夕食時に缶ビール1杯が欠かせない。普段ほとんど運動ができておらず、通勤などの移動も車を使っている。

診断結果をセルフチェックチャートでみてみると、Aさんは「レベル2」に該当。血管が傷み始める段階にきています。健診結果を“単発の検査データ”でなく“血管ダメージの進み方”として読み直しましょう。自分の健康偏差値を正しく知ることから始めましょう。

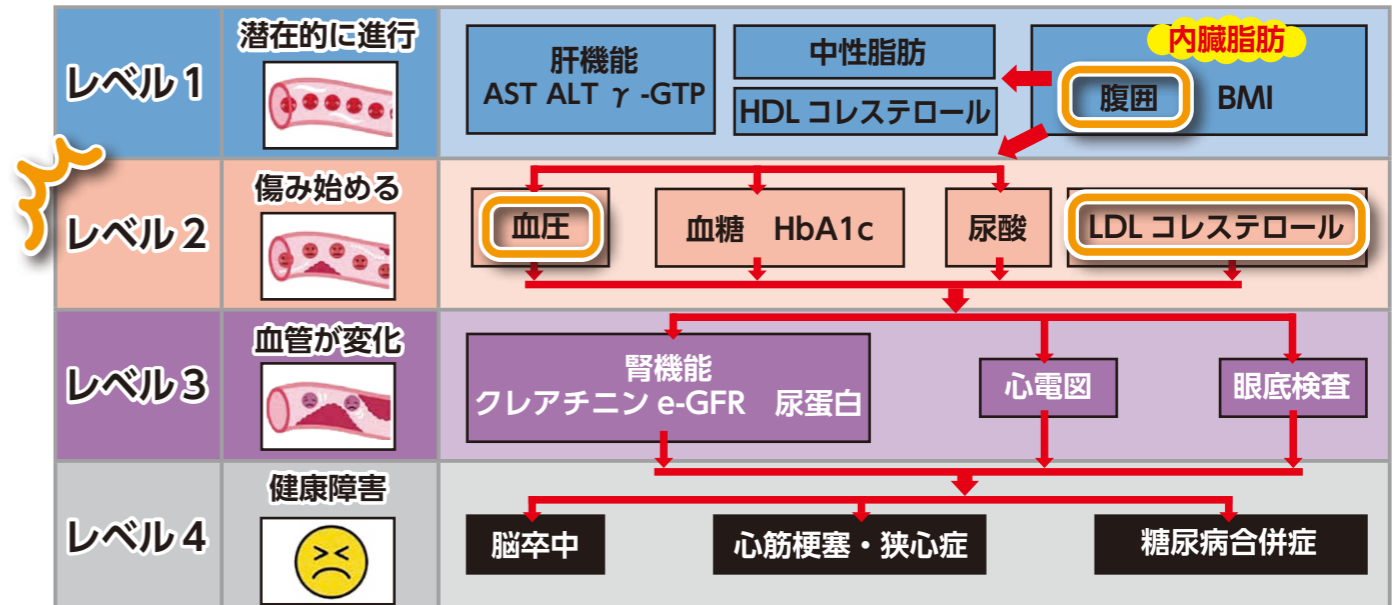
Aさんの健康診断の結果

検査項目	基準値	結果
体格	身長 (cm)	171.8cm
	体重 (kg)	70.5kg
	BMI	18.5 ~ 24.9 23.9
血圧	腹囲 (cm)	男 85cm未満 女 90cm未満 94.0cm
	収縮期血圧 (mmHg)	130 未満 150
脂質	拡張期血圧 (mmHg)	85 未満 88
	LDL コレステロール (mg/dL)	60 ~ 119 143
	HDL コレステロール (mg/dL)	40 以上 61
肝機能	中性脂肪 (mg/dL)	30 ~ 149 78
	AST (U/L)	30 以下 26
	ALT (U/L)	30 以下 21
糖代謝	γ-GTP (U/L)	50 以下 37
	空腹時血糖 (mg/dL)	99 以下 91
腎機能	HbA1c (%)	5.5 以下 5.5
	尿酸 (mg/dL)	2.1 ~ 7.0 6.9
	クレアチニン (mg/dL)	男 1.00 以下 女 0.70 以下 0.79
痛風	e-GFR (mL/min/1.73m ²)	60 以上 88.4
	尿蛋白	陰性 (-)

※心電図・眼底検査は異常なし

※赤い矢印は進行の順番

セルフチェックチャート (健康偏差値チェック)



出典：大阪大学大学院医学系研究科 公衆衛生学 特任准教授 野口緑

思い込みが一番危険！？

Doctor が素朴な疑問に答えます Q&A

持病の治療で定期的に通院していても、診療は専門の分野が中心となるため、別の異常に気付くことがありません。全身の状態を幅広く確認できる健康診断は、かかりつけ医の診療を補い、総合的に健康を見直す大切な機会となります。健診をきっかけに、新たな異常や病気が見つかることも少なくありません。

実際には、「忙し」「自覚症状がない」などの理由で健康診断を受けない人もいます。しかし、高血圧や糖尿病などの生活習慣病は「サイレントキラー」と言われるほど、症状がないまま進行することが多く、健診による早期発見がとても重要です。定期的な健康診断は、病気の早期発見による重症化を防ぐことにもつながります。

通院は限られた疾患の治療のため。

定期的な健康診断で

全身を広く

チェック

することが

大事です。

かかりつけ医に通院中で、定期的に病院で診察を受けています。よく診てもらっているのに健康診断を受けなくても大丈夫？

基準値を越えている項目を下記セルフチェックチャートで確認する

レベル2に該当

乳がん検診・子宮頸がん検診
助成額〓増額、でより受けやすく

女性のがんの中で罹患率第1位の「乳がん」と、20代後半から罹患率が急増している「子宮頸がん」。いずれも早期に発見できれば、ほぼ治癒が期待できます。しかし、初期には自覚症状がほとんどなく、症状が現れたときには進行している場合も少なくありません。そのため、定期的に検診を受けることが大切です。

小野市のレディース検診は、助成額を拡充し、より受診しやすくなっています。

〓市から約7,000円助成に〓

〓市から約6,000円助成に〓

乳がん検診 new

自己負担額
1,700円 → **1,500円**

子宮頸がん検診 new

自己負担額
2,000円 → **1,500円**

レディース検診受診予約方法

乳がん検診

検査内容 マンモグラフィ検査
対象者 40歳以上の女性（年度末年齢）
※昨年、乳がん検診を受診されていない方



申込方法

- 集団検診** 右記二次元コードからLINEで申し込むか、健康増進課（☎63-3977）に電話で申し込みください。
- 個別検診** 市ホームページ記載の各医療機関に直接電話をして申し込みください。



市の検診で毎年、見つかっています

市で実施している集団検診では、受診をきっかけに毎年、早期発見・早期治療につながっている方がいます。自覚症状がなくても、検診を受けることで命が守られています。

乳がん検診によるがん発見者数

R4～R6
15人 / 受診者累計 3,475人

子宮頸がん検診によるがん発見者数

R4～R6
17人 / 受診者累計 2,543人

子宮頸がん検診

検査内容 子宮頸部細胞診
対象者 20歳以上の女性（年度末年齢）
申込方法 ※個別検診のみ
市ホームページ記載の各医療機関に直接電話をして申し込みください。

子宮頸がん検診市ホームページ



Interview
私たちが検査しています

〓痛いかも〓の不安に
女性技師が寄り添います

大山記念病院 診療放射線技師
沖野美濤さん
(検診マンモグラフィ撮影診療放射線技師
認定試験A級評価取得)

「乳がん検診は痛い」というイメージから、不安を感じている方もいらっしゃるかもしれません。乳房を板で挟んで撮影するため、痛みを伴うことがあります。技師ができるだけ負担が少なくなるよう、丁寧かつスムーズな検査を心掛けていますので、安心してお任せください。肩の力を抜いてリラックスすることが、痛みをやわらげるポイントです。撮影は5分程度で終了し、受付から終了までもおおよそ30分。2年に1回、わずかな時間で早期発見につながる大切な検診です。ぜひ受診してください。

広々とした車内にはカーテンで仕切られた着替え用スペースがあるので安心。検査は5分ほどで終わります。

「国保ミニドック」が始まりました

今年度から、国民健康保険加入者の40歳以上を対象に、特定健診と5つのがん検診をセットで受けられる「国保ミニドック」が始まりました。無料でここまで受けられるなら、受けないともったいない。健（検）診は1年に1回受けることができます。未来の自分と家族の安心のために、まずは受診の一步を。

私の身体も
隅から隅まで
見てもらおう

項目	方法	対象年齢	国保ミニドック			参考：通常受診料 (前年の自己負担額)
			男性	女性	料金	
特定健診	集団・個別	40～74歳	○	○	全て無料	約7,200円 (無料)
肺がん検診	集団・個別	40～74歳	○	○		約2,500円 (400円)
大腸がん検診	集団・個別	40～74歳	○	○		約5,000円 (500円)
前立腺がん検診 ※特定健診受診必須	集団・個別	50～74歳男性	○			約1,700円 (1,500円)
乳がん検診 ※別日受診	集団・個別	40～74歳女性 ※昨年度受診されていない方		○		約8,500円 (1,700円)
子宮頸がん検診 ※別日受診	個別	40～74歳女性		○	約7,800円 (2,000円)	

40歳以上の国保の方

「国保ミニドック」受診予約方法

集団健診（伝統産業会館）で受診する場合

STEP 1

特定健診 + がん検診（肺がん・大腸がん・前立腺がん）を申し込む
※がん検診を希望されない場合は、当日の受付で申し出てください。

- ①右記二次元コードを読み取る。
- ②生年月日・性別を入力
 - ▶「このまま集団健診を予約」を選択
 - ▶加入健康保険「小野市国民健康保険」を選択
 - ▶「国保ミニドック」を選択
 - ▶希望日時で予約



STEP 2

乳がん検診を申し込む

右記二次元コードから申し込みください。
※子宮頸がん検診は個別検診のみ。
詳しくは5分をご覧ください。



個別健診（医療機関）で受診する場合

直接医療機関に電話で予約してください。



詳しくは、今年度の「健診ガイドブック」または市ホームページをご確認ください。

集団健診は「健診ガイドブック」の申込書でも申し込みできます。

人間ドックは引き続き費用を助成

北播磨総合医療センターなどで人間ドックを受診される方は、従来のとおり費用を助成します。人間ドックの受診については、市ホームページをご覧ください。



〓国保ミニドックや人間ドック費用助成に関すること 市民課国民健康保険係（☎63-1469）

市ホームページ

運動習慣

下腹を凹ませよう！

“少し動く”から始める運動習慣

下腹を凹ませたい、基礎代謝を上げたいなら、まずは日常の活動量を少し増やすことから始めましょう。「今より+1,000歩(約10分)」を目安に、無理なく体を動かすことがおすすめです。

気軽にできる「体側ストレッチ」と「自重トレーニング」を動画で紹介！



小野市Instagram



少し動く。実践ワンポイント

- ☑ 「座りっぱなし」の時間が長くないようにする。
- ☑ 関節をスムーズに動かすためにストレッチをする。
- ☑ 有酸素運動は、時間を分けて行っても効果あり。
- ☑ 会話ができて、やや汗ばむ程度の強さがおすすめ。
- ☑ 身体を動かす気持ち良さを体感しよう。

筋トレは週2～3回が目安

できれば、スクワットや腕立て伏せなどの筋力トレーニングを週2～3回取り入れましょう。特に太もも、お尻、背中、胸などの大きな筋肉を使うと、基礎代謝の維持・向上につながります。自重トレーニングなら場所を選ばず、自宅でも気軽に続けられます。

新常識

健診・検診でポイント大量GET！

特別メニューやお買い物がお得に



「スキッとポイント」が使えるお店が3店舗増えました

健診・検診を受けるともらえる「おのスキッとポイント」。500ポイント貯まるともらえる「500円クーポン券」が使用できるお店が3店舗増えました。

「国保ミニドック」受診で600～700ポイント貯まる！

特定健診	300ポイント (1年度1回)
市の各種がん検診	各検診ごとに100ポイント (1年度各1回)



詳しくはこちら

新たに使えるお店



朝活！ナチュラルセット
500円(コーヒー付)
モーニング9:00～11:15

健診などで貯まった「500円クーポン券」をお使いいただけるよう、栄養バランスが取れた特別な朝食メニューを500円で用意しました。石窯パンは、ライ麦の甘みと風味が効いていて、パリッと香ばしく中はもちもち。しっかり噛むことでお腹も満足できます。また、ビタミン、βカロテン、葉酸たっぷりなリーフレタスやたんぱく質豊富なゆで卵をワンプレートにしました。

中島町 72 (うるおい交流館エクラ内)
☎9:00～16:00 (L.O15:30)



JIMOTO select いちいち

浄谷町 3294-1 (国宝浄土寺隣り)
☎10:00～17:00
☎火曜日+第2・4月曜日



ふれあいマート

小田町 1673-1
☎9:00～17:30 ☎水曜日



新常識

突然死を招く「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」
生活・食・運動習慣で正常化できる

高血圧・糖尿病・脂質異常症は、自覚症状がないまま進行し、心筋梗塞や脳梗塞など命に関わる病気を引き起こす「サイレントキラー(=静かな殺し屋)」です。しかし、これらは日々の「生活習慣」「食習慣」「運動習慣」を見直すことで、改善につなげることができます。

一度に大きく変えることは難しくても、一つずつ見直していくことで、着実に予防へとつながります。そして日々の積み重ねの結果は、定期的な健康診断で確認していきましょう。

生活習慣

まずは血圧を守る生活習慣を

血圧を安定させるためには、食事や運動に加え、毎日の過ごし方を整えることが大切です。十分な睡眠、ストレスをためない工夫、飲酒や喫煙の見直しは、血圧改善の第一歩です。



全年齢で130/80mmHg未満を目標に！

	診察室血圧 (mmHg)		家庭血圧 (mmHg)	
	最高	最低	最高	最低
正常血圧	120未満	80未満	115未満	75未満
正常高値血圧	120～129	80未満	115～124	75未満
高値血圧	130～139	80～89	125～134	75～84
高血圧	140以上	90以上	135以上	85以上

【日本高血圧学会 高血圧管理・治療ガイドライン 2025】参考

血圧は、ストレスの影響や前日の過ごし方、気候や季節でも変わります。また、一日の中でも大きく変動し、病院で測る場合や自宅で測る場合など、その時の状況でも異なる数値が出る場合があります。この中で、最も重要視すべきは一番長く過ごす「自宅」での血圧(=「家庭血圧」)です。自宅でも毎日測定してみましょう。

毎日決まった時間にリラックスした状態で測定して記録を

食習慣

今のその食習慣は、大丈夫？

小野市民は、「間食が多い」「食べる速度が速い」という調査結果が出ています(「KDBシステム令和6年度累計」より)。幼少期に身に付いた食事の感覚は、その後の食習慣に大きく影響します。何気ない毎日の積み重ねが、将来の健康につながるからこそ、今のうちに見直すことが大切です。

まずは、毎日の食習慣をチェックしてみましょう。

- 食後に必ず甘いものを食べてしまう。(おやつ習慣がある)
- 砂糖入りコーヒーやジュースを好み、飴やグミを持ち歩いている。
- 食事は15分程度で済ませてしまう。(あまり噛まない)
- 野菜を使った料理が少ない。

一つでも当てはまったら、見直しのサインです。

管理栄養士からのワンポイント

市管理栄養士

「おやつ=甘いもの」ではありません

「甘くなければたらない」は勘違いです。おせんべいやおかきにも糖質は多く含まれています。おやつは量と食べる時間を決めることが大切です。(間食の目安は1日に120～200kcal程度)

食後の活動で血糖値対策

血糖値が上がりやすい食後30分ごろに体を動かすと、血中のブドウ糖が効率よく使われ、血糖値が安定しやすくなります。食後の散歩や家事など、無理のない活動から始めてみましょう。

噛む回数を自然に増やしましょう

満腹感を感じるまでには約20分かかるため、軟らかい食べ物ばかりでなく、野菜やきのこ類など、噛み応えのある食材を組み合わせましょう。また、材料を少し大きめに切るだけでも、自然と噛む回数が増えます。



小野まつり

第49回

テーマ **翠光**
すいこう

8月22日(土)・23日(日)開催

おの恋おどり

みんな恋恋！小野で愛たい踊り隊募集

「2026おの恋おどり」の参加チームを募集します。詳しくは、エクラに設置している「おの恋おどり募集要項」やホームページをご覧ください。

日時 8月23日(日)

場所 市役所駐車場周辺・

うるおい交流館エクラ・大池総合公園 ほか

参加料(まつり運営協力金)

年齢に関わらず1人1,000円

※踊り子、煽り、歌い手、旗振りなどステージに

上がる全ての方が対象

申込方法 所定の申込書に必要事項を記入の上、事務局へ申し込みください。

申込期限 6月30日(火)必着

◆ 講習会の参加者募集 ◆

日時 5月17日・31日、6月7日・21日、7月5日・19日、
8月2日(いずれも日曜日) 10:00~12:00

※8月22日(土)はリハーサル、8月23日(日)は本番

講習料 1,000円(4カ月分)

申込期限 6月7日(日)の講習会当日

※詳しくは、うるおい交流館エクラに備え付けのチラシをご覧ください。



おの恋おどり
ホームページ▶



小野まつり
PR動画公開中▶

のど自慢大会 出場者募集

8月11日(祝)に開催する「のど自慢大会」の出場者を募集します。詳しくは、うるおい交流館エクラに備え付けの募集要項などをご覧ください。

申込期間 5月10日(日)~25日(月)必着

定員 市内優先枠25人(組)、市内外不問枠25人(組)

※先着順で出場者を決定します。

運営協力金 1人(組)8,000円(中学生以下は、3,000円)

◆ 出場順を決める抽選会・説明会を開催 ◆

日時 6月13日(土) 14:00~

場所 うるおい交流館エクラ 大会議室

小野まつり

うちわ製作スポンサー募集

スポンサーには、うちわ裏面の一部に広告スペースを提供します。ご協力をお願いします。

申込期限 6月5日(金)

申込先 観光交流推進課(☎63-1027)

問い合わせ先(共通)

うるおい交流館エクラ(中島町72)

☎onomatsuri@ksks-arche.jp

【おの恋おどり】おの恋おどり事務局
☎64-8650・FAX62-2400

【のど自慢大会】小野まつり実行委員会事務局
☎63-8156・FAX62-2400

災害時のトイレ問題に備えて

自走式水洗トイレ

トイレカーを導入しました



トイレカーについて
詳しくはこちら

災害時の避難生活において大きな課題となる「トイレ対策」の充実を図るため、災害用移動式トイレカー2台を導入しました。災害時はもちろん、市民の皆さまに災害時のトイレ対策の重要性を考えていただくための啓発のシンボルとして活用していきます。

☎防災グループ(☎63-3387)

point

どこでも使える小型カー

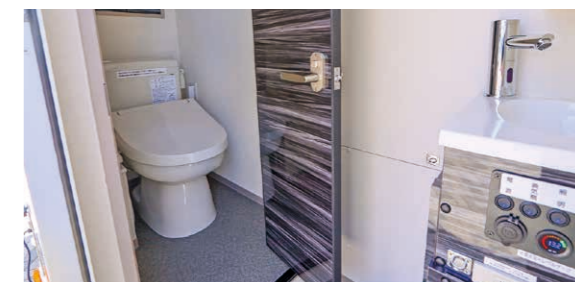
車1台分の駐車スペースさえあれば、どこでも設置が可能な小型カー。必要な時にはすぐに駆けつけます。



point

快適で安心して使えるトイレ環境

1台につき洋式水洗トイレを2室設置。トイレは家庭用と同様のもので、衛生環境の質も高めました。また、二重のロック扉仕様で安心して利用できます。



「みんなできずく安心避難所」プロジェクトへのご協力ありがとうございました

トイレカー導入にあたり、災害に強いまちづくりとして、「みんなできずく安心避難所」プロジェクト(ガバメントクラウドファンディング)を実施しました。このトイレカー導入は、市内外を問わず、皆さまからお寄せいただいた温かいご支援によって実現することができました。プロジェクトへの深いご理解とご協力ありがとうございました。

実施結果

支援人数 81人

寄付金額 2,049,000円(達成率 68.3%)

皆さまからご協力いただいた寄付金はトイレカーに係る備品およびプロジェクトに利用させていただきました。

相談窓口

お気軽にご相談ください。

相談日が祝日・振替休日の時は、休ませていただく場合があります。

	相談名	日時	場所	内容	連絡先(電話番号)
一般相談	市民・行政	月～金曜日 9:00～17:00	相談室1-3・1-4 (市民サービス課隣)	生活上の問題・行政に関する相談	市民サービス課 63-1013 63-1000(内線627)
	法律 要予約 (1日の9時から予約受付)	5月13日(水)・27日(水) 13:30～16:00		弁護士による法的な解釈が必要な問題など	
	消費生活	月～金曜日 9:00～17:00 ※火曜日・金曜日は消費生活 専門相談員が相談に応じます。	くらし安心グループ 消費生活相談コーナー	商品や契約の苦情に関する問題	くらし安心グループ 63-1273
	農地 要予約	5月13日(水) 10:00～15:00	会議室2-4	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	社会福祉協議会	介護・認知症に関する相談など	社会福祉協議会 地域包括支援センター 63-2174
	心配ごと相談	火曜日 10:00～12:00	コミセンおの106会議室	日々の暮らしの悩み・心配ごと	社会福祉協議会 63-2575
	ひきこもり相談窓口	月～金曜日 9:00～17:00	社会福祉課	ひきこもり状態にある方や その家族が抱える、ひきこもり に関する困りごと全般	社会福祉課 63-1011
	ひきこもり相談 要予約	5月27日(水) 14:00～16:00	ミーティングルーム2-1		
	人権	5月15日(金) 13:30～15:00	ミーティングルーム4-2	人権に関すること	くらし安心グループ 63-1243
	いじめ等相談窓口 (ONOひまわりほっとライン)	月～金曜日 9:00～17:00	くらし安心グループ	いじめ、虐待、ハラスメント、 人間関係の悩みなどの相談	くらし安心グループ 62-4110
DV相談	月～金曜日 9:00～17:00	問い合わせください。	配偶者やパートナーからの 暴力の悩み	配偶者暴力相談支援センター 63-1116	
障がい者相談	障がい者総合相談	月～金曜日 9:00～17:00	社会福祉課相談室	障がい者(児)の日常生活に おける相談	障がい者基幹相談支援 センター 63-1000(内線840)
	障がい者 虐待通報・相談窓口	月～金曜日 9:00～17:00 ※虐待通報は夜間、 休日にも対応します。	社会福祉課相談室 (障がい者虐待防止センター)	障がい者の虐待など	社会福祉課 63-1011・FAX63-1204 (夜間・休日) 63-1000・FAX63-1196
	身体障がい者	5月17日(日) 10:00～12:00	コミセンおの		
	知的障がい者	5月21日(木) 10:00～12:00	ミーティングルーム2-1	日常生活上での悩みごと	社会福祉課障がい福祉係 63-1011・FAX63-1204
	精神障がい者	6月19日(金) 13:00～15:00	ミーティングルーム2-1		
子ども相談	妊娠・子育て総合相談	月～金曜日 9:00～17:00	こどもサポートセンター	妊娠・出産・子育てに関する相談	健康増進課 63-2683
				保育・子育てに関する相談	子育て支援課 63-1645
				子ども(就学後)の発達など に関する相談	発達支援室 63-1000(内線841)
	笑顔♡子育て カウンセリング 要予約	5月26日(火) 13:00～16:00	ミーティングルーム3-2	子育ての悩みなど	子育て支援課 63-1645
	不登校・教育相談	月～金曜日 9:00～16:00	教育サポートセンター	不登校などに関して、 電話と面接相談で応じます。	教育サポートセンター 63-4175
	子育て相談	月～土曜日 9:00～16:00	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 62-8428
ひとり親家庭 相談 要予約	月～金曜日 9:00～17:00	子育て支援課相談室	生活上の悩みなど、母子・父子 家庭の自立に向けた相談	子育て支援課 63-1645	
女性相談	女性のための 相談 面接相談 は要予約	木曜日(予約優先) (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	人間関係、夫婦関係、生き方など 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
	女性のための 医療専門相談 予約優先	木曜日 13:30～16:00	北播磨総合医療センター 地域医療連携室相談室	女性看護師による 「医療に関する悩み」など	北播磨総合医療センター 88-8800
外国人生活相談 予約優先	火～金曜日 9:00～17:00	うるおい交流館エクラ事務局	外国人の抱える悩みや 生活相談など	国際交流協会事務局 62-6763	
若者の就労相談 要予約	5月7日(木)・21日(木) 6月4日(木) 13:00～15:50	伝統産業会館2階 技術指導室	若者(15～49歳)の 働くことへの不安や悩みごと	あかし若者サポートステーション 078-915-0677	
税務相談 予約優先	5月21日(木) 13:00～15:45	ミーティングルーム2-1	税金に関すること ※1人30分以内、4人まで	近畿税理士会 社支部事務局 090-1105-1058	
法律相談	毎月第1土曜日 13:00～16:00	安全安心センター	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	

認知症になってもお互いさま

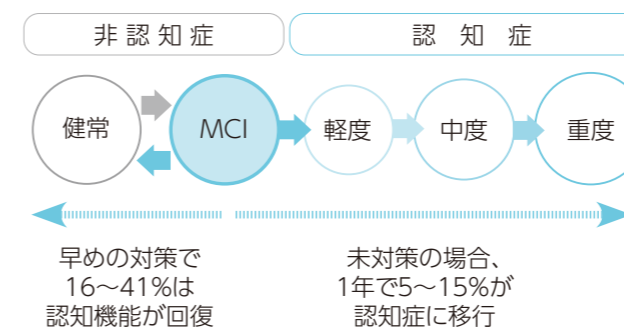
～その人らしい暮らしを続けるために～



MCIは認知症の一步手前

認知機能の低下があっても、日常生活は問題なく送ることができている状態を「軽度認知障害(MCI: Mild Cognitive Impairment)」と言い、健常な状態と認知症の中間の状態です。

MCIは、早期発見や生活習慣の改善など早めに対策することで、回復や進行を予防することができます。



☎(社協)地域包括支援センター(☎63-2174)・高齢介護課長寿社会係(☎63-1060)

エムシーアイ「MCI」ってご存じですか?

「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違い

同じ「もの忘れ」でも、加齢によるもの忘れと、認知症によるもの忘れには違いがあります。

加齢によるもの忘れは、出来事は覚えていて、ヒントがあれば思い出すことができるのに対し、認知症によるもの忘れは、出来事そのものを忘れてしまいます。

加齢による
もの忘れ
朝ごはん
何を食べたかな?
あ!おにぎりだ。



認知症による
もの忘れ
あれ?
朝ごはん
食べたかな?

くらしと
かんきょう5月は「消費者月間」/
AI時代に必要な消費者力を
身に付けましょう

デジタル技術の基本的な知識を身につけましょう!

デジタル化の進展に伴い、AIが消費者の求める情報を分析し、適した商品やサービスが提供されるなど、情報提供の「仕組み」が変化しています。

デジタル技術の利便性を享受しつつ、安全で安心な消費生活を営むには、消費者一人一人が情報提供の仕組みやリスクを理解し、知識や能力を身に付けることが大切です。

デジタル社会に必要な知識や能力を身に付け、社会や環境に配慮した消費者力を高めていきましょう。

今年度の全国消費者月間統一テーマ

見える情報 見えない仕組み
～AI時代の消費者力を高めるために～



詳しくはこちら

消費生活などで困ったときは
一人で悩まず相談を

消費生活相談コーナー(市民安全部内)

☎63-1273

平日9:00～17:00(祝日・年末年始を除く)

※火曜日・金曜日は消費生活専門相談員が相談に応じます。

※消費者ホットライン「☎188」からでも相談できます。

消費生活出前講座を受付中

市民の皆さんが悪質な消費者トラブルに巻き込まれないよう、消費生活専門相談員を派遣して出前講座を開催しています。希望される方は、くらし安心グループ(☎63-1273)へ問い合わせください。

対象 市内の自治会、事業所、クラブ、サークルなど

人数 少人数から大人数まで可能

開催時間 1時間程度

☎くらし安心グループ(☎63-1273)

市LINE公式アカウントからの各種申し込みには
友だち追加が必要です。

税金 軽自動車税の納付期限は6月1日です

軽自動車税は、4月1日時点の所有者に課税されます。対象者には5月8日付で、納税通知書を送ります。納付期限は6月1日(月)です(口座振替も同日)。

また、軽自動車税は普通車の自動車税とは異なり、税金の月割制度はありません。

納税証明書の郵送を廃止

昨年4月から、全ての車種において車検時に納税証明書の提示が原則不要となりました。そのため、口座振替で納付された方に送付していた納税証明書(はがきの郵送は廃止)していません。

※納付後すぐに車検を受ける場合など、納税証明書が必要となる場合があります。

納税証明書が必要な方へ

● 口座振替・スマホアプリで納付の方
： 税務課(市役所1階)窓口または郵送で申請してください。

納付書で納付の方

： 納付書で納付された場合、納税通知書の右側(納期限内の領収印があるもの)が納税証明書となります。

原動機付自転車や農機具などは市役所で登録を

軽自動車税は、公道の走行の有無に関わらず、原動機付自転車などを所有されている方に課税される税金です。そのため、新たに取得された場合は、必ず市役所でナンバープレートの交付を受けてください。

☎ 税務課市民税係 ☎ 1009



詳しくはこちら

税金 市税の納付は口座振替が便利です

令和8年度から市税の納付回数・納付月が変わります

令和8年度から、住民税(市・県民税)・固定資産税・都市計画税/国民健康保険税の納付回数・納付月を変更しています。

市税の納付は、口座振替を利用すると納付忘れを防げて、大変便利です。

口座振替のメリット

・ 納付を忘れることなく、確実に期限内に納付ができる。
・ 窓口に行く必要がなく、時間と手間が省ける。

福祉 特別障害者手当・障害児福祉手当は申請が必要

日常生活に常時介護が必要な重度の障がいがある方で、施設ではなく自宅で過ごされているなど、一定の要件に該当する方に、特別障害者手当などを支給します。

※障害者手帳を持っていなくても申請可能です。

手当額

【特別障害者手当】月額30,450円
【障害児福祉手当】月額16,560円

【認定方法】 提出された書類を審査し、認定の可否を決定します。

【支給方法】 認定された場合、申請月の翌月分から支給します。支給月は2月、5月、8月、11月の4回で、支給月の

前月分まで(3カ月分)を支給します。

【申請方法】 社会福祉課窓口(市役所2階)で請求書用紙などをお渡しします。次の書類をそろえて申請してください。

- ・ 認定請求書
 - ・ 障がい程度についての医師の診断書
 - ・ 所得状況届
 - ・ その他必要書類
- ☎ 社会福祉課障がい福祉係
☎ 1011 FAX 1204
✉ sha-fukusi@city.ono.hyogo.jp



要件など詳しくはこちら

福祉 「認知症サポーター養成講座」受講生募集

認知症についての正しい理解と対応方法を学んでみませんか。

日時 6月4日(日)13時30分~15時

場所 うるおい交流館エフワ

内容 大会議室

講師 地域包括支援センター職員

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 30人程度

申込期限 5月20日(日)

申込方法 電話または応募フォームから申し込みください。

※認知症サポーター養成講座を受けた方は、「認知症サポーター ステップアップ研修」(12月頃予定)を受講できます。

☎ (社協)地域包括支援センター
☎ 2174



応募フォーム

人事異動

資産価値を高め持続可能な理想の"未来"を具現化するための体制強化として 総勢143人の異動

— 市民100人当たりの職員数は、引き続き県内最小規模を維持 —

【機構と人事異動の重点項目】

- ① 防災機能・体制の強化のため「防災監」を専任配置
- ② 次世代の事業推進のため、組織人員の強化
- ③ 新ごみ処理施設建設推進のため、環境施設事務組合に新たに土木職員を事務従事

新役職名(旧役職名) / 氏名	※部長級以上の異動
防災監(特定任期付)【新規採用】	石田 充
市民安全部長【兵庫県警察本部】	上木 啓亮
地域振興部長【地域振興部道路河川課長】	末廣 育生
水道部長【地域振興部まちづくり課長】	近藤 勝豊
消防長【消防本部総務課長】	西村 勝光
議会事務局長【市民福祉部子育て支援課長】	福田 和人
水道部参事(兼)水道部課長(管理リーダー)【水道部課長(管理リーダー)】	藤原 貴宏

☎ 総務課(☎63-3615)

国民年金はいつでもどこでもスマホで簡単納付



詳しくはこちら

国民年金保険料は、現金、口座振替、クレジットカード、Pay-easyによる納付のほか、スマホアプリを使用した電子(キャッシュレス)決済でも納付できます。

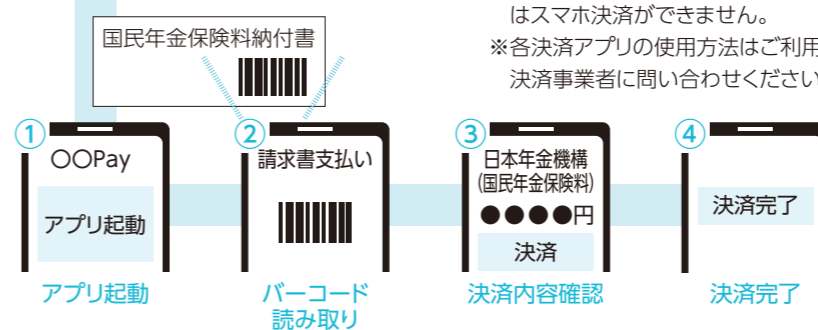
【対象決済アプリ】

- ・ AEON Pay ・ au PAY ・ d払い®
- ・ PayPay ・ 楽天ペイ ・ PayB (金融機関などが提供するアプリを含む)

【利用に必要なもの】

- ① 納付書
 - ② スマートフォン
 - ③ 決済アプリ(左記参照)
- ※バーコードが印字されない納付書(30万円を超える金額の納付書など)はスマホ決済ができません。
※各決済アプリの使用方法はご利用の決済事業者にお問い合わせください。

スマホ決済の流れ



☎ 明石年金事務所(☎078-912-4983)

口座振替の申し込みは市LINE公式アカウントから
市LINE公式アカウントなら、金融機関に行くことなく、いつでもどこでも簡単に申し込みできます。
申し込み可能な税目
住民税(市・県民税) / 軽自動車税 / 固定資産税・都市計画税 / 国民健康保険税



LINE申し込み



令和8年度からの市税の納め方について詳しくはこちら

☎ 税務課市民税係 ☎ 1009

市LINE公式アカウントからの各種申し込みには
友だち追加が必要です。

デ
ー
タ
ガ
ー
ニ
ング

おのガーデニングマイスター講座

園芸初心者も大歓迎。テレビやラジオで活躍されている矢澤秀成さんから、園芸の基礎やコツなどを学べます。

【土を学ぶ(お土産付き・座学)】

日時 7月3日(金)10時～11時30分

参加料 2,200円

講師 矢澤秀成さん

(園芸研究家・NPO法人ひょうごグリーンスタッフ顧問)

場所 ひまわりの丘公園 パークセンター集会室

定員 15人

申込期間 5月1日(金)～28日(土)17時

申込方法 氏名・住所・日中につながる電話番号をメールまたはファクス、窓口でお知らせください。

LINEからも申し込みできます。

※応募者多数の場合は抽選。結果は、6月10日前後にお知らせします。

※電話による申し込み不可

※本人の申し込みに限る

※まちづくり課まちなみ景観係

〒2182-2614

matidukur@city.ono.hyogo.jp



LINE申し込み

デ
ー
タ
ガ
ー
ニ
ング

多肉植物を使った作品づくり

日時

① 7月12日(土)10時30分～11時30分

② 7月16日(水)13時30分～14時30分

※講習内容は①②とも同じ

場所 ひまわりの丘公園 パークセンター集会室

定員 15人

参加料 2,200円

講師 NPO法人ひょうごグリーンスタッフ

申込期間

5月1日(金)～28日(土)17時

申込方法 希望の日時・氏名・住所・日中につながる電話番号をメールで送る

か、LINEから申し込みください。

※LINEでの申し込みには、市LINE公式アカウントの友だち追加が必要です。

※応募者多数の場合は抽選。結果は、6月10日前後にお知らせします。

※電話による申し込み不可

※本人の申し込みに限る

※ひょうごグリーンスタッフ

0800-43888-82009

info@apero.or.jp



LINE申し込み

統計

経済センサス 活動調査にご協力を

経済センサス活動調査とは、全国全ての事業所へ企業の経済活動の状況を明らかにするために行う調査です。行政や民間における意思決定などに利用される重要な統計調査ですので、皆さまのご協力をお願いします。

対象 全国全ての事業所・企業

調査方法

支所のない比較的小規模な事業所や個人経営の事業所…4月にインターネット回答用の書類を郵送しています。

インターネット未回答の事業所や新たに把握した事業所…5月に都道府県知事が任命する調査員が伺い、紙の調査票を配布します(調査員による調査)。

調査日時 6月1日時点

回答方法

① インターネットで回答

② 紙の調査票で回答(調査員回収)

③ 産業創造課商工振興係

〒2182-2614

回答には簡単・便利なインターネットをぜひご利用ください。



詳しくはこちら

おの検定

5月17日(日)13:30～16:30

場所 図書館2階 研修室(1)

小学校漢字	18級～スーパー級
中学校漢字	6級～スーパー級
小学校計算	18級～1級
中学校計算	9級～1級
中学校英語	11級～1級
スピード計算・音読	初級・中級・上級

※各級の合格者(80点以上)には認定証を交付

次の計算をしましょう。
※おの検定計算テキスト(小学校のまとめ)より

- ① 154 - 96 =
- ② 57 + 243 - 114 =
- ③ 17 × 8 =
- ④ 52 ÷ 13 =
- ⑤ 8 × 2 + 21 ÷ 7 =

058196136119

いきいき社会創造課(63-2445)

中学生が職場体験や福祉体験など、地域でさまざまな体験活動を行う「トライやる・ウィーク」。今年も5月18日(土)から8年生が市内の事業所などでお世話になります。

教育

5月からトライやる・ウィークを実施

この活動は、生徒たちが働くことの意義や楽しさを実感し、社会の一員としての自覚を高めてもらうことと毎年実施しており、今年で29年目になります。生徒たちにとって貴重な5日間と力をよりよくお願ひします。

日程・実施校

- 5月18日(月)～22日(金) 小野中学校
- 5月25日(月)～29日(金) 小野南中学校、旭丘中学校
- 9月 7日(月)～11日(金) 河合中学校、小野特別支援学校

学校教育課(2409)

市内各中学校・小野特別支援学校

人権

心あったか人権ポスター・三行詩を募集

「おもいやり」「いのち」「家族」「友だち」はじめ等防止をテーマとしたポスターと三行詩を募集します。

募集作品(各種)一人1点

①ポスター(四つ切り画用紙)

※文字あり、なしどちらでも可

②三行詩(用紙自由)

家庭、学校、地域での日常を題材に人とのつながりなどを表現したもの

応募資格 市内在住・在勤・在学の方

募集期間 5月22日(金)～9月3日(土)

※幼稚園・小学校・中学校・特別支援学校・高等学校は、夏季休業前に応募用紙を別途配布しますので、お待ち

ちください。

応募方法 幼稚園児・児童・生徒は園・学校を通じて応募。一般の方は、住所・氏名・電話番号を書いて、くらし安心グループまで郵送または持参してください。

応募先 〒675-1380

中島町53-1

作品の取り扱い 応募作品の著作権は市に帰属します。

くらし安心グループ

01243



詳しくはこちら

自分たちで考えた企画で会場を盛り上げましょう!



昨年度の様子



LINE申し込みはこちらから▶

来年1月11日(祝)開催

成人式実行委員を募集

成人式は人生で一度きりの大切な式典。20歳を迎える皆さん自身の手で、思い出に残る最高の成人式を作りませんか?

応募期限 6月22日(月)

【活動内容】 成人式の企画と運営

【活動期間】 7月～成人式(約7カ月間)

【対象】 平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれで、小野市に住民票がある方または市内小・中学校出身の方

【応募方法】 LINEまたは事務局へ電話、メール、ファクスで申し込みください。

【成人式開催日】 来年1月11日(祝)

成人式実行委員会事務局(いきいき社会創造課内)

63-2445・FAX63-1842・ikiiki@city.ono.hyogo.jp

市LINE公式アカウントからの各種申し込みには
友だち追加が必要です。

より多くの方へ貴社の商品をPR ふるさと納税の返礼品 登録事業者を大募集!

市内で生産・製造・加工を行っている商品を
小野市のふるさと納税で出品しませんか。
より多くの方に、商品を知ってもらえる機会
になります。

— ふるさと納税参加のメリット —

- ①登録料や掲載料が無料。
- ②送料の負担はありません。(小野市が負担)
- ③少量生産や限定品も可。
季節限定品でも構いません。
- ④Webサイト掲載で全国にPRできます。
- ⑤通販経験がなくても問題ありません。
配送や梱包の相談もできます。

観光交流推進課 ☎63-1027

商業 小野商店街空き店舗での新規出店者を支援

商店街の空き店舗対策や、商店街の
にぎわいづくりのため、空き店舗での
出店者を支援します。

対象者 商店街の空き店舗を活用し、
物品販売業・飲食業・サービス業など
の事業を実施し、にぎわいづくりに貢
献できる事業者

補助額 小野商店街空き店舗の所有
者と出店者それぞれに対して、店舗改
修費の2分の1(上限100万円)の額
※出店される方に、空き店舗の所有者
と出店にかかるとの交渉や調整をして
いただきます。

募集期限 5月29日(金)17時

申込方法 参加表明書などの必要書
類を産業創造課(市役所3階)の窓口
に持参または郵送で提出してくださ
い。必要書類や、その他参加資格など
の詳細については、市ホームページを
確認いただくかお問い合わせください。
☎産業創造課 ☎7137



ホームページ

農業 ラジコン草刈り機の導入を支援します

営農者の減少や高齢化により、地域
課題となっている草刈り。草刈り作業
の受託事業者の拡充を図るため、農業
者や農業支援サービス事業者などに
対して、ラジコン草刈り機の導入を支援
します。

補助対象者

- 次のいずれかに該当する方
- 認定農業者または認定新規就農者
- 1.0ha以上の農地を耕作している
方
- 集落営農組織、農会、自治会
- 営農を目的として設立し、草刈り業
務を受託している、または実施しよ
うとする法人

補助対象費 ラジコン草刈り機の購入
費またはリース料(1台限り)

補助額 補助対象費の2分の1また
は100万円のいずれか少ない額

補助要件 草刈り作業を受託すること
申込期間 6月1日(月)～3日(水)

申込方法 申込期間中に、市役所2階
多目的ルームにお越しください。先着
順に整理券を配付します。

※予算額に達し次第、受付を終了しま
す。
☎産業創造課農業振興係
☎63-1027

狩猟 狩猟免許取得などの経費を助成

新たに狩猟免許を取得された方を
対象に、狩猟免許取得にかかった経費
を助成します。

助成範囲(わな・網・銃)

- 県猟友会が実施する初心者狩猟免
許講習会の受講料
- 狩猟免許試験申請手数料
- 狩猟者登録手数料
- 狩猟税
- 医師診断書料

申請書類

- 補助金交付申請書
- 狩猟免許の写し
- 市税の滞納なし証明
- 各経費の証明ができる書類(狩猟者
登録証などの写し、各経費の領収書
など)

申込期限 狩猟免許を取得した年の
翌年3月末
☎産業創造課農業振興係
☎63-1027

産業 「第4回北播磨おの恋マルシェ」を開催

地域の「食」と「つながり」を育て、地
域の農産物の魅力や子どもたちに食
の大切さを発信する、地産地消型の
「第4回北播磨おの恋マルシェ」を開催
します。

お子さまも楽しめるブースや、お楽
しみ抽選会の開催も予定しています。
ぜひ、お越しください。

日時 5月10日(日)9時～14時
場所 伝統産業会館前・大研修室(王
子町806-1)

出展内容 季節の農作物/地産地消
の食材を使用した加工品・食品/キッ
チンカー など
※イベントの詳細は、左記の二次元コ
ードからご確認ください。

☎小野商工会議所 ☎63-1161



詳しくはこちら

河川 河川愛護モニターを募集

加古川沿いにお住いの方々と、河川
管理者との連携を深めることを目的
に、河川愛護モニターを募集します。

活動内容

- ① 日常生活の範囲内で加古川と接
し、その中で知り得た情報や意見な
どを河川管理者(国土交通省)に伝
える。
- ② 日常的に接する(または所属する)
町内会、老人会、子供会または各種
サークル団体などを通じて、地域の
方々に対し、河川愛護や美化などに
ついて普及・啓発を行う。

活動期間
7月1日(日)～来年6月30日(日)

☎姫路河川国道事務所河川管理第一課
☎079-2822-8505
✉kk-kanri101@mlt.go.jp



ホームページ

狩猟 狩猟免許試験を実施します

県では、「鳥獣の保護及び管理並び
に狩猟の適正化に関する法律」に基づ
き、狩猟免許試験を実施します。

免許の種類

- 網猟(主に鳥類)
- わな猟(獣類のみ)
- 第一種銃猟(装薬銃・空気銃)
- 第一種空気銃(空気銃)

※申込方法など詳しくは県ホームペ
ージをご確認ください。
☎県環境部自然鳥獣共生課
☎078-34117711
内線3342



県ホームページ

知識・適正・技能試験

【1回目】申込期間 5月11日(月)～22日(金)

日程	場所
6月28日(日)	養父市
7月 4日(土)	洲本市(わな猟のみ)
7月11日(土)	姫路市*
7月18日(土)	神戸市*
7月20日(祝)	西宮市

※網猟は11日と18日のみ実施

【2回目】申込期間 7月21日(火)～31日(金)

日程	場所
8月28日(金)	神戸市
9月 5日(土)	神戸市
9月12日(土)	神戸市*
9月18日(金)	姫路市*

※網猟は12日と18日のみ実施

【3回目】申込期間 10月5日(月)～16日(金)

日程	場所
11月14日(土)	神戸市*

※網猟の試験は実施しません。

狩猟 初心者狩猟免許講習会の開催

狩猟免許試験を受験される方を対
象に、県猟友会が知識・技能に関する
講習会を実施する予定です。

日時、場所については、5月頃に県獵
友会のホームページでお知らせします

☎産業創造課農業振興係
☎63-1027



県猟友会
ホームページ

5/31 (日) 小野 ハミングウェイウォーキング

山田川沿いを歩く平坦な12kmのコースです。初夏の自然を満喫しながら、みんなでウォーキングを楽しみませんか。

日時 5月31日(日)9:30~(受付9:00~)
※小雨決行

事前申し込みは不要です。
当日、受付時に氏名・連絡先などを記入いただきます。

集合場所 市場小学校 運動場
(神戸電鉄「市場駅」から北へ徒歩10分)
※駐車場の台数には限りがあります。
公共交通機関でお越しください。

参加料 無料
参加賞 ・オリジナルロングタオル
・^{くわだに} 鍛溪温泉きすみのの郷入浴料割引券
持ち物 水分補給用ドリンク、健康保険証 など



コース(約12km)
市場小学校→山田川沿い→鶴池・亀池(折り返し)
→山田の里公園



☎スポーツ振興課(☎63-2591)・コミセンいちば(☎62-2454)

詳しくはこちら

市LINE公式アカウントからの各種申し込みには友だち追加が必要です。

消防 消防本部からのお知らせ

林野火災が急増中です!

火入れやたき火などの延焼による火災が、全国的に多発しています。市内でも今年に入り、同様の火災が4件発生しています(3月末時点)。

火の取り扱いには十分注意し、火災の予防にご協力をお願いします。

ごみなどの焼却は禁止です
家庭ごみなどを焼却することは『廃棄物の処理及び清掃に関する法律』により原則禁止されています。

ただし、農業などを営むために、やむを得ず焼却行為を行う場合は、例外として認められることがあります。その際は、あらかじめ「火災とまじらわしい煙又は火災を発する恐れのある行為の届出書」の提出が必要です。

※届出は焼却行為を許可するものではありません。

また、山林付近などは「火入れ許可申請書」による許可が必要です。ご相談ください。

届出書が未提出の場合や危険な焼却行為を発見した場合は、行政指導の対象となる場合があります。

林野火災注意報とは、気象条件により、火災の危険性が高まった時に発令

焼却行為の前に 気象情報の確認を



ホームページ

いずれかの二次元コードから現在の気象情報を確認できます!



LINE

「トーク」をタップ
▶「メインメニュー・防災」
▶「防災メニュー・火災」
▶「林野火災注意報」を選択

- する制度で、発令中は屋外での火気の使用が制限されます。
- 【林野火災注意報の発令基準】
- ①前日までの3日間の降水量が1mm以下で、かつ、前日までの30日間の降水量が30mm以下となった時
 - ②前日までの3日間の降水量が1mm以下で、かつ、気象庁が乾燥注意報を発表した時
 - ③気象庁が乾燥注意報および強風注意報を発表した時
- 注意報発令時は焼却行為は禁止
火入れ許可がされた場合でも林野火災注意報が発令された場合は、焼却行為は禁止です。焼却中に発令された場合は、速やかに消火してください。
- ☎消防課(☎4635)

病院
6月3日はがん患者サロン
患者さんやご家族の皆さんの交流のためのがん患者サロンを開催します。同じ経験をしている人と、伝えたいこと、分かっている気持ちなど、自由に意見交換をしませんか。サロン内の情報は秘密厳守ですので、安心してお越しください。

日時 6月3日(金)14時~16時
場所 北播磨総合医療センター
2階患者教室

参加費 無料(事前予約不要)
☎北播磨総合医療センター
(がん相談支援センター)
☎0800000000



共済 フェニックス共済に加入を

フェニックス共済とは、地震・台風・豪雨などの自然災害により被害を受けた住宅の再建・補修を支援する兵庫県共済制度です。地震保険や他の共済とあわせて加入でき、給付が受けられます。

- 【制度の内容・掛金・給付額】
- ①住宅再建共済(半壊以上)
年額5,000円で最大600万円を給付
 - ②準半壊特約
年額5,000円で最大25万円を給付
 - ③家財再建共済
年額1,500円で最大50万円を給付
- 申込方法 下記の二次元コードから

☎北播磨県民局総務防災課
☎0795-429309

出前受付・相談会を開催します
自然災害への備えを検討されている方は、ぜひお越しください。

日時 5月22日(金)
①10時~12時 ②13時~15時
場所 市役所1階 コロニー

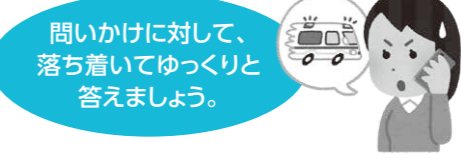


詳しくはこちら

いざという時のために知っておこう 携帯電話での119番通報

【携帯電話での通報】

- ①GPS機能をONにする。
※携帯電話での通報では、通報者の位置が確認できるため、事前に設定しておきましょう。
- ②「119」に通報する。
- ③「火事」か「救急」かを伝える。
- ④住所・目標となる建物を伝える。
- ⑤何が起きているか状況を伝える。
- ⑥通報者の名前と電話番号を伝える。



問いかけに対して、落ち着いてゆくりと答えましょう。

【慌てて電話を切らないで!】

消防車や救急車の向かう場所と状況が確定したら、必要な車両に出動指令が出ます。落ち着いて状況を正確に伝えることで、救急隊はより早く、正確に対応できます。

【周囲の方と協力して応急手当を】

通報の内容から、応急手当が必要であると判断した場合は、応急手当の方法を電話で指導します。周囲の方と協力して応急手当を行ってください。

【お願い】

近年、スマートフォンの誤操作による通報や、衝突事故自動検出機能による自動通報が作動し、気付かないうちに必要のない119番が発信される事案が増えています。誤発信に気が付いたら、電話を切らずに、誤りであることを伝えてください。すぐに切れた場合、消防から折り返し、確認の電話をします。必ず電話に出て、誤発信か救急車が必要かどうかを伝えて下さい。

☎総務課指令係(☎63-0119)

令和8年火災統計

(3月末時点)

火災種別	件数
建物火災	0
林野火災	1
車両火災	0
その他火災*	3
計	4
前年同時期	16

*雑草・廃材などの火災

住宅用火災警報器は10年を目安に交換を。定期的に点検をし、日頃から動作確認をしましょう。



健康

健康増進課からのお知らせ

令和8年度から
5歳児健康診査を開始します

令和8年度から、5歳児(年中児)全員を対象に健康診査を実施します。他の乳幼児健診と異なり、通園している認定こども園・保育所(園)・幼稚園(こ)に実施します。

日程 7月～12月(原則第1水曜日または第1木曜日)

※日程などは、通園されているこども園・保育所(園)・幼稚園を通じて案内します。通園先が市外の方は、直接自宅に郵送します。



詳しくはこちら

5月でも要注意!
熱中症にご注意を

熱中症対策には、普段の心掛けが大切
熱中症対策として、こまめな水分摂取、十分な栄養と休養、適度な運動を普段から心掛けてみましょう。



熱中症警戒アラートについて
詳しくはこちら

また、温度調整のしやすい衣服の着用やエアコンを適切に利用することも大切です。万が一に備えて、経口補水液も準備しておきましょう。

特に子どもや高齢者はご注意を!
特に、子どもや高齢者は自分で体調の異変に気付きにくいことが多いため、周囲の人が気に掛けておくことが大切です。

歯のお手入れには
プロのメンテナンスを

定期的な歯科検診を受けていますか。予防歯科や虫歯・歯周病の早期発見・治療のためにも、かかりつけ歯科医を持ちましょう。

歯周病は、成人の多くの方が罹患しています。罹患すると、歯ぐきの血管から細菌が全身へ巡り、糖尿病などの生活習慣病や感染症になるリスクもあります。生涯にわたってお口の健康管理をしていくためにも、毎日の歯磨きなどのセルフケアとあわせて、プロのメンテナンスを活用しましょう。

【節目年齢の方へ】
歯周病検診無料クーポンを送付
かかりつけ歯科医のない方は、受診のきっかけとしてご利用ください。

対象 今年度20・30・40・50・60歳になる方

※利用可能な医療機関などは、クーポン券に掲載しています。

◎健康増進課 ☎0339777777

【妊婦歯科個別検診】
無料受診券の活用を
特に妊娠中はむし菌への感染予防のために、歯科検診を受診しましょう。母子健康手帳交付時に受診券を交付しています。

◎健康増進課 ☎0339777777

【子どもの頃から】
かかりつけ歯科医を持ちましょう
幼少期の乳児の虫歯は、永久歯にも影響します。保護者の方と一緒に予防歯科を習慣にしましょう。

◎健康増進課 ☎0339777777

**食と健康ボランティア講座の
受講生を募集**
日程 6月～11月(原則水曜日・全10回)

場所 コミセンおの、社総合庁舎(加東市社1075-2)、旧加東市立小学校(加東市社1550)

国際交流協会からののお知らせ

国際交流DAY講演会

『寄り道だらけのキャリアパス』
～田舎で育った僕が
世界につながるまで～

日時 5月24日①14時30分～16時30分

場所 うるおい交流館エクラ ハートサルロン

講師 芳島昭一さん
(神奈川県出身・国連UNHCR協会で難民支援プロジェクトのマネージャーや広報啓発事業、難民高等教育プログラムを担当。34年間にわたり国際協力事業に従事)

内容

【第一部】田舎育ちの少年が歩いた軌跡～小さな世界から広い世界へ～

【第二部】ワークショップ(1)の持ち物けんせ

【第三部】難民と呼ばれる人たち～国境の向こうの現実～

参加費 無料

定員 100人程度

※事前申し込み不要。どなたでも自由に参加できます。



詳しくはこちら

おのこぼろびいきおのこぼろびいき

市国際交流協会では、外国にルーツのある市民の皆さんを対象に、日本語教室を開講し、日常生活に必要な日本語の習得をサポートしています。興味のある方は、ぜひ気軽に問い合わせください。

日時 毎週土曜日19時～20時30分

※開催日は協会公式Facebookを確認ください。



Facebook

場所 コミセンおの

対象 市内または近隣地域に在住・在勤の外国人の方

受講料 年1,000円
(4月～来年3月分)

日本語教室ボランティアを募集

日本語学習のサポートや交流活動に関心のある方は、当協会まで、ぜひご連絡ください。



イベント情報や割引特典がいっぱい!
令和8年度 協会会員募集中!

国際交流協会の会員には、特典として、協会広報誌の送付、英会話教室の受講料割引、イベントの優先案内などを行っています。

イベントに参加して交流を楽しんだり、ボランティアとして一緒にイベントを作ったりして、地域とのつながりを広げてみませんか。

期間 来々3月まで

会員区分・年会費

【一般会員】 1口 1,000円
【法人会員】 1口 10,000円

申込方法

協会事務局(☎62-6763)まで
お問い合わせください。



協会の活動について
詳しくはこちら

市国際交流協会事務局(☎62-6763)

英会話を楽しくせよ(事前申込不要)
[Casual English Conversation Class]

ある程度話せるけれど普段英語を使う機会がないという方。1時間英語でおしゃべりを楽しんでみませんか。

日時 毎週金曜日(5月8日・22日を除く)10時～11時

対象 英語だけで意思疎通ができる方(英検2級程度以上)

[Ladies Chat Room]
少し易しいレベルの女性向けフリートーキングクラスです。日常の話、趣味の話などを英語で楽しくおしゃべりしています。

5月のテーマは「Travel」です。

日時 毎週金曜日(5月8日・22日)を除く11時～11時55分

対象 簡単な単語と文法を使って会話ができる方

場所(共通) うるおい交流館エクラ サークル室

参加料(共通) 1回500円

※会員には、11回5,000円の回数券あり

※協会には年会費1,000円で入会できます。

◎市国際交流協会事務局
(うるおい交流館エクラ)
☎067633 FAX024000

※社総合庁舎が改修工事のため、実施日によって会場は変動します。詳細は申込者へ開講1週間前をめどに案内通知でお知らせします。

対象 食を通じた健康づくりに関心のある方(男性の方も歓迎)

定員 20人程度

内容 栄養・調理の基礎知識、暮らしの食品衛生、生活習慣病予防など

受講料 無料(別途、テキスト代・実習材料費4,000円程度が必要)

申込期限 5月26日(※)

申込方法 電話で申し込みください。

申込先 健康増進課(☎0339777777)

B型肝炎被害者救済のための無料相談会・説明会を開催

幼少期の予防接種によりB型肝炎ウイルスに感染した患者さんを対象に、B型肝炎特別措置法に関する相談会を実施します。救済制度の利用方法、費用の説明、個別相談もできます。

日時 5月24日①13時30分～15時30分

場所 加古川市民会館 大会議室(加古川市加古川町北在家2000)

費用 無料

※事前予約は不要です。当日、会場へお越しください。

主催 全国B型肝炎訴訟大阪原告団・弁護団

◎全国B型肝炎訴訟大阪原告団・弁護団(☎06-6809-2144)

市LINE公式アカウントからの各種申し込みには
友だち追加が必要です。

図書館
☎0456・FAX0606

子どもの読書週間イベント開催

【赤ちゃん向けお話し】

赤ちゃんを対象にしたお話を開催します。

日時 5月14日(金)10時30分～10時50分

場所 図書館 1階キッズルーム

※申し込みは不要です。直接カウンターへお越しください。

お話し(5月)などのお知らせ

◆お話し◆
2日(土)10:30～
9日(土)14:00～
10日(日)15:00～(英語でお話し)
16日(土)10:30～
23日(土)14:00～
◆赤ちゃんタイム◆
第1・3土曜日(10:00～12:00)
第2・4木曜日(10:00～12:00、16:00～17:00)
※26日(日)は休館します。

ウェルカムギャラリー(市役所1階)
財政課 ☎1014・FAX06600

●自由人展(絵画・約15点)
出展者 絵画サークル「自由人」
期間 5月11日(金)～22日(金)
●ひまわり仏画教室(絵画・30点)
出展者 ひまわり仏画教室
期間 5月25日(金)～6月5日(金)

あお陶遊館アルテ
☎・FAX067789
〒675-1358 粟生町1816-7

短期講座

【蚊取り線香ホルダーをつくる】

どこか懐かしい気分にならせてくれる蚊取り線香ホルダー(蚊遣り)を作ってみませんか。



一般的な線香(直径15型)が入ります。(作品の完成は2カ月後の予定)

日時 6月19日(金)9時30分～12時
定員 10人
※応募者多数の場合は抽選

対象 16歳以上

受講料 ●市内在住・在勤・在学の方、JR・神戸電鉄・北条鉄道利用者(乗車証明書が必要) 1,000円

●右記以外の方 2,000円

申込期限 5月31日(金)必着

申込方法 次のいずれかで申し込みください。
①当館窓口で申し込み

「ミセンかわい」
☎・FAX062030

子ども書道教室

日時(全16回) 6月20日～来年2月20日の第1・3土曜日

【硬筆の部】14時～15時
【毛筆の部】15時～16時

場所 「ミセンかわい」学習室

対象 【硬筆の部】小学校1・2年生
【毛筆の部】小学校3～6年生

定員 各部10人

※応募者多数の場合は抽選。応募者が半数以下の場合には開講しないことがあります。

受講料 各部3,600円(全16回分)

講師 宮脇昌一さん(高校書道講師)

申込期限 5月18日(金)

申込方法 各「ミセン」図書館に備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、「ミセンかわい」に申し込みください。

LINEからも申し込み可能です。

短期講座

【「ユーモアと笑いで健康」】

落語を聞いたり体験したりして、笑って、心と身体の健康づくりをしましょう。

②はがき・封書またはファクスを送る
※郵便番号・住所・氏名・電話番号・「短期講座 蚊取りホルダー」受講希望を記入してください。

③LINEで申し込み

※ファクス送信後は確認のための電話が必要です。

一日体験

【子ども手びねりコース】

気軽に陶芸を楽しんでいただける一日体験の申し込みを受け付け中です。作品の完成は、体験日から約2カ月後。子どもの夏休みの宿題に利用される方は、早めにご予約ください。

好古館
☎03390・FAX03462

開館時間 9時30分～17時

休館日 月曜日(ただし5月4日(金)は開館。7日(土)は休館します)

料金 一般(高校生以上) 200円、小・中学生 100円

※20人以上で団体割引あり

※「ひまわり」子「ミセン」カード持参の小・中学生は無料

※障がい者・要介護者およびその介助者は無料

※5月17日(土)は「国際博物館の日」のため無料

おの夢館(播州カフエ)
☎02126

JA兵庫みらい女性会

【ひまじぶの会」展

JA兵庫みらい女性会の会員5人が、自分たちの特性を生かして作った革小物や着物リフォーム、パッチワークなど、約250点を展示します。

期間 5月1日(金)～30日(土)



作品の一例

開館時間 13時～17時
※水曜・日曜・祝日休館

白雲谷温泉ゆぴか
☎0261・FAX0262

5月11日(土)～14日(日)は、施設の安全定期点検のため休館します。

※5月15日(金)からは通常通り営業

5月5日端午の節句は菖蒲湯

5月5日(日)の「端午の節句」は、菖蒲湯をします。古くから親しまれている菖蒲湯で、ゆったりと癒やしの時間をお楽しみください。

企画展「歌人・上田三四一 生涯と業績」

毎年、小野市詩歌文学賞・上田三四一記念「小野市短歌フォーラム」の開催にあわせて、小野市出身の歌人・文学者である上田三四一の業績を紹介する企画展を開催しています。

今年は、三四一の生涯と業績を自筆原稿や著書、写真などで紹介します。また、第18回小野市詩歌文学賞の受賞作品をパネルで紹介するほか、第37回小野市短歌フォーラムの一般部の最優秀(1席)5席短歌を自筆色紙で紹介いたします。

期間 5月2日(土)～6月28日(日)

展示説明会

日時 5月10日(土)11時～11時30分(参加自由・要入館料)

企画展「端午の節句飾り」

幕末から明治期に小野藩士の間で盛んに行われていた男児の「初節句」や「端午の節句」。明治から平成までの兜や鏡、金太郎人形など73組を、当時の史料とともに展示しています。

期間 5月24日(土)まで

2階では、**企画展「豊田秀吉と「柳家」を同時開催中!**

期間 5月24日(土)まで

うるおい交流館エクラ

THE INCUBATOR OF YOUR DREAMS ECLAT

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 FAX62-2400

5月の休館日
26日(火)

エクラビアガーデン 6月1日(月)～発売

7月31日(金)・8月1日(土) 19:00～21:00

夜風を感じ、音楽に包まれた時間を過ごしませんか。
場所 市民交流ホール、芝生広場
※雨天時:市民交流ホール
料金 5,500円
小学生以下3,500円
(料理・フリードリンク含む)
※食べ放題ではありません。



[Special Live] Nature Ensemble



バイオリン 西山枝里さん
バイオリン 神谷輝輝さん
チェロ 大里玄さん
ピアノ 加門祐香里さん

陸上自衛隊青野原駐屯地 The 50th Anniversary 陸上自衛隊中部方面音楽隊コンサート

6月13日(土) 14:00開演

伊丹市に所在する中部方面音楽隊の迫力ある吹奏楽演奏をお楽しみください。
場所 エクラホール
料金 無料
申込期限 5月25日(月)
申込方法 右記二次元コードから申し込みください。
※申込者多数の場合は抽選



小野名画劇場「サンセット・サンライズ」

5月6日(休) ①10:00 ②13:30 ③16:30

宮城県南三陸に移住したサラリーマンが住民たちと織りなす交流を、コロナ禍や地方の過疎化、震災などの社会問題を盛り込みユーモアたっぷりに描く。(139分)
場所 エクラホール
料金 700円(③は500円)
※ゴールドカード会員は無料
※満員などにより入場をお断りすることがあります。



©榎周平/講談社
©2024「サンセット・サンライズ」製作委員会

劇団四季ファミリーミュージカル 『はじまりの樹の神話 ～こそあどの森の物語～』

7月26日(日) 17:00開演
劇団四季ファミリーミュージカルがエクラホールに！観る人の心を温かく包み込む感動の舞台。ご家族お揃いでお楽しみください。
場所 エクラホール
料金 **S席** 大人7,000円 小学生以下5,000円
A席 大人5,000円 小学生以下4,000円
※全席指定

発売日 5月17日(日)
※会員先行 5月10日(日)
【初日発売時間】 オンライン・電話 9:00～
窓口 13:00～

※会員(エクラフレンズ)先行で完売の場合、一般発売はありません。



撮影:阿部章仁

2回連続講座 参加無料 託児無料要予約

託児サポーター養成講座2026

地域の一員として、子育ての応援をしてみませんか。
<第1回> 公開講座
日時 6月7日(日) 10:00～12:00
場所 大会議室
講師 森田恵子さん(兵庫大学 兵庫短期大学部 保育科教授)

<第2回> 心肺蘇生法・AED講習
日時 6月13日(土) 9:30～11:30
場所 サークル室A・B
協力 小野市消防本部

小野おもちゃ病院(☎63-8156)

おもちゃの修理屋さん

5月24日(日) 10:00～12:00
壊れて眠っているおもちゃを修理します。
場所 サークル室A・B
料金 診察費無料(部品などの実費必要)



ご利用時のお願い



市LINE公式アカウントからの各種申し込みには友だち追加が必要です。

施設だより EVENT NEWS

児童館チャイコム

☎・FAX 0794-85588

ハッピーバースデー&音楽であそぼう

5月生まれのお子さんの誕生会にあわせて、音楽あそびをします。音楽に合わせて体を動かしたり、楽器を鳴らしたりして楽しみませんか。

日時 5月29日(金) 10時30分～11時30分
場所 遊戯室
対象 就学前のお子さんと保護者
※誕生月でないお子さんも参加できます。

参加料 無料
講師 大崎孝美さん(音楽療法士)
※5月生まれのお子さんは、9時45分～10時15分の間にお越しください。手形の記念品を作成します。

藤井聡太名人に負けるな! 「チャイコム将棋教室」
将棋初心者から上段者まで、自分の力で考える将棋にチャレンジしませんか。
日時 5月30日(土) 9時40分～11時40分
場所 集会室
対象 小学生～高校生
定員 20人(先着順)

5月 児童館チャイコム予定表

日	曜日	遊戯室 ※ふれあいタイム:月～金(11:00～11:30)	集会室 ※ついでにの広場:月・水・金・土・日(10:00～15:00)
1	金		エコ工作を楽しもう
2	土		エコ工作を楽しもう
3	日		エコ工作を楽しもう
4	月		エコ工作を楽しもう
5	火		エコ工作を楽しもう
6	水		エコ工作を楽しもう
7	木	みんなであそぼう!～魚つりあそび～	ヒノキの積木であそぼう
8	金	みんなであそぼう!～魚つりあそび～	ヒノキの積木であそぼう
9	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
10	日		エコ工作を楽しもう
11	月	みんな一緒にお話聞こう(読み聞かせ)	ヒノキの積木であそぼう
12	火	みんなであそぼう!	BRIOのおもちゃであそぼう
13	水		ベビータッチケア(10:30～) ④ BRIOのおもちゃであそぼう(13:00～15:00)
14	木	乗り物おもちゃであそぼう(10:00～11:30)	BRIOのおもちゃであそぼう
15	金		パステルアートに挑戦!(10:30～) ④ エコ工作を楽しもう(13:00～15:00)
16	土	パパサタサロン「家族で手形スタンプ」(先着5組)	エコ工作を楽しもう
17	日		エコ工作を楽しもう
18	月		0歳・おのっこひろば(10:30～11:00) BRIOのおもちゃであそぼう(13:00～15:00)
19	火		子育てグループ(新・自主) ⑤ BRIOのおもちゃであそぼう(13:00～15:00)
20	水	にっこり子育て相談(9:45～11:00)	BRIOのおもちゃであそぼう(13:00～15:00)
21	木	みんなであそぼう!	BRIOのおもちゃであそぼう
22	金	乗り物おもちゃであそぼう(10:00～11:30)	BRIOのおもちゃであそぼう
23	土	パパサタサロン「作ってあそぼう」(先着6組)	エコ工作を楽しもう
24	日		エコ工作を楽しもう
25	月		親子であそぼう!おしゃべりタイム(10:30～11:00) BRIOのおもちゃであそぼう
26	火	みんな一緒にお話聞こう(読み聞かせ)	ヒノキの積木であそぼう
27	水	乗り物おもちゃであそぼう(10:00～11:30)	BRIOのおもちゃであそぼう
28	木	掲示板に展示する作品づくり(10:30～11:00)(先着15組)	ヒノキの積木であそぼう
29	金	ハッピーバースデー&音楽であそぼう(10:30～11:30)	5月生まれのお友だち集まれ!(9:45～10:15) ヒノキの積木であそぼう(13:00～15:00)
30	土		藤井聡太に負けるな!「チャイコム将棋教室」(9:40～11:40) ④
31	日		エコ工作を楽しもう

(都合により、予定を変更する場合があります)

チャイコムで子育てのこと、相談しませんか

電話相談 【日時】月～土曜日 10:00～17:00 【連絡先】 ☎62-7020
にっこり子育て相談 【日時】5月20日(水) 9:45～11:00 【場所】 幼児室・遊戯室など
保健師、栄養士、保育士、利用者支援専門員が発育や栄養、保育所入所などの相談に応じます。

チャイコムはこんなところ⑫

「0歳・おのっこひろば」では、親子あそびを楽しんだり情報交換をしたりして、親子の出会いの場になっています。



遊びに来てね!



チャイちゃん コムくん

BOOK

テーマは「魚」

この時期に読んでもらいたい本を
図書館職員が選びました。

日本各地の
美しい水族館へご招待!



日本の美しい水族館
銀鏡つかさ 写真・文
(エクスナレッジ)

廃校のプール、360度魚たちに
囲まれる水槽…。ただ魚を見る
だけではない、個性的な水族館
が紹介されています。

小さな木の枡の中には...
金魚?



金魚酒
深堀隆介 著
(芸術新聞社)

表紙を見ると日本酒の中に金
魚?と思われるかもしれませ
ん。真相は、本を開いて鱗の奥
をよくのぞいてみてください。

私は、ここで
生きていく



**夜空に泳ぐ
チョコレートグラミー**
町田そのこ 著(新潮社)

「ここ」にいるのが辛い人々が、
それでもこの場所で呼吸の仕
方を覚えて生きていこうとする、
5編の短編集です。

おいしくてかわくて
ちいさくておおきくて...



さかなってなにさ
せなけいこ 作・絵
(金の星社)

魚を知らないうさぎが、いろ
ろな動物に「さかなってなにさ」
と聞きますが、みんな言うこと
がばらばらで...

COOKING **お手軽食育レシピ** ~おのっコレシピ集編~



アスパラベーコンポテト餃子



エネルギー369kcal(5個分)

「アスパラガス」は5月が旬!
アスパラガスは、カロテンやビタミンC、葉酸が多い緑黄色野菜です。アミノ酸の一種であるアスパラギン酸を豊富に含み、疲労回復やスタミナ増強に効果があるとされています。太いものはジュシーで甘みがありグリルや天ぷらに向き、細いものは風味とシャキシャキ感で炒め物やサラダなどに向きます。このおいしい時期にぜひ食べてみてください!

Point! 作り置きしておけば、フライパンで焼くだけで出来上がるので、お弁当にもぴったりです!

- 材料** (10個分)
- アスパラガス.....2本
 - ベーコン.....3枚
 - ジャガイモ.....中2個
 - 餃子の皮.....10枚
 - 中濃ソース.....適量
 - サラダ油.....適量
 - 塩こしょう.....少々
 - ごま油.....少々
 - マヨネーズ.....適量

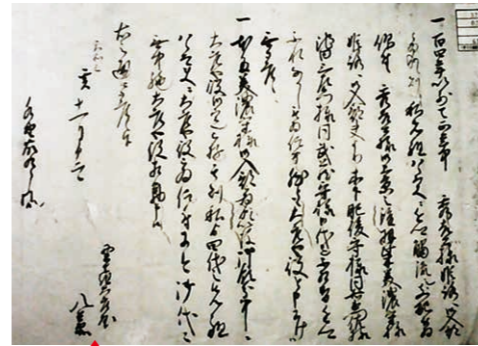
- 作り方**
- 1 アスパラガスは根元の硬い部分を切り落とし、下から2~3cm程度皮をむき、下茹でして刻んでおく。ベーコンは食べやすい大きさに切る。
 - 2 ジャガイモは皮をむき、茹でてつぶして①とAを混ぜ合わせる。
 - 3 餃子の皮に中濃ソースを塗り、②を入れて包む。
 - 4 フライパンにサラダ油を引き、③を並べて水(分量外)を入れ、蓋をして蒸し焼きにする。焦げ目が付いたら最後にごま油(分量外)をまわし入れて出来上がり。

好古館・石野茂三の



これまで、江戸時代における小野藩領内のさまざまな出来事を取り扱ってきたが、そろそろ周辺村々における先祖の暮らしぶりについて書き綴っていきます。

小野藩領(おおむね市場・小野・大部地区村々)以外の河合・来住・下条地区の村々は慶長5(1600)年、池田輝政に播磨一國52万石が与えら



天和3(1683)年、姫路藩水野藤九郎宛「栗生組大庄屋(河合)八兵衛」の署名が見える「大庄屋由緒書控」

れ、姫路に内部してから140数年間、姫路藩が統治していました。なかでも来住地区(西脇・阿形・来住・下来住町)は明治維新まで姫路藩が治めま



苗字帯刀を許された清水家領旧加東郡6カ村取締役惣代三枝五郎兵衛肖像画

vol.14 江戸時代の河合郷と来住郷の領主 代官代理を務めた大庄屋と取締役惣代

野村・光明寺の8カ村は瀧野組に所属し、大庄屋は上瀧野村阿江家が務めていました。また、新部村南隣の長町村(三和・昭和町)から栗生村・嶋村(栗生町島)・西脇村・阿形村・上来住村(来住町)・下来住村は栗生組に所属し、栗生村の河合家が代官代理を務めていました。大庄屋2軒共に中世在郷領主の出身で、加古川舟運に関する舟座の特権が与えられました。

その後の領主変遷は複雑で、河合中村を例にとると、寛保2(1742)年に幕府領となり、続いて宝暦12(1762)年に御三卿清水家領となります。当家は9代将軍・徳川家重の二男・重好が起こし、8代将軍・徳川吉宗の子息を分家させた田安・一橋家とともに御三卿(徳川將軍家一門)と呼ばれていました。この清水家は播磨などに10万石が与えられ、この内加東・加西両郡55カ村・1万8千石余りを領有していました。旧加東郡内では野村・社村・東古瀬村(以上、加東市)、上曾我井村・下曾我井村・河合

TOPICS 企画展「端午の節句飾り」5月24日(日)まで開催

好古館では、昭和の時代を中心に男子の「健やかな成長」を願って、各家庭で飾られた甲冑・刀・槍・力持人形などを展示しています。特に金太郎・桃太郎・弁慶など、素朴でユーモラスな五月人形を数多く展示しています。昭和の良き時代に思いを馳せながら、ご家族おそろいでご観覧ください。



中村の6カ村3,600石余りを治めました。ところが寛政7(1795)年7月に重好が亡くなり、男子がいなかったために再び幕府領になります。文政6(1823)年10月に11代将軍・家斉の13男・斉明が清水家を再興して、前の領地がそっくり与えられました。しかし、御三卿領は実質幕府代官が直接支配し、大坂(大阪)の谷町代官所から、後に同鈴木町代官所がその任に当たりました。この時、旧加東郡6カ村は河合中村三枝五郎兵衛が取締役惣代に就任し、姫路藩の大庄屋と同じく代官の代理的な役割を果たしました。

(好古館学術政策員 石野茂三)



**姉妹都市と交流
親善訪問団がリンゼイ市へ**

3月26日～4月2日、中高生など12人の親善訪問団が姉妹都市リンゼイ市(アメリカ・カリフォルニア州)を訪れました。異国の文化に戸惑いながらもホームステイやリンゼイ高校訪問、スプリングフェスティバルへの参加などを通して現地の方と交流を深めた訪問団ら。交流の軌跡に触れるとともに歓迎の気持ちを肌で感じ、「次はホストファミリーとして受け入れたい」と今後の交流に期待を寄せていました。(市民サービス課)



**安全な登下校のために
小学校新1年生へ寄贈**

今春入学を迎える市内小学校新1年生に向け、4月3日に小野交通安全協会からランドセルカバー(22年連続)が、小野防犯協会から防犯アラーム(17年連続)が贈られました。小野交通安全協会・小西桂一会長(写真左)は、「黄色のランドセルカバーは新1年生の目印。ドライバーや地域の皆さんも見かけたら、子どもたちが安全に登下校できるように見守って欲しい」と呼び掛けました。(教育総務課)



**崩れる瞬間が最高!
ナイアガラの滝づくり**

3月1日、児童館チャイコムで小学生以上を対象に「ナイアガラの滝づくり」を開催しました。これは組んだ積木が端から順に流れるように崩れる様子が特長の積木遊びです。途中、崩れて何度も初めからやり直した子どもたち。最後には、みんなで作った作品が一気に崩れる様子を見て達成感を味わっていました。今後も児童館では、小中高校生の年代にとっても居場所の一つとなるよう取り組んでいきます。(児童館チャイコム)



来住保 3/21

**たくさんの思い出を胸に
来住保育所で卒園式**

3月21日、来住保育所で卒園式がありました。今年の卒園生は20人。担任の先生から名前を呼ばれると大きな声で返事をして、園長先生から卒園証書もらいました。また、幼い頃からのスライドショーでは成長に涙する保護者の姿も。式終了後は、園庭でたくさんの思い出を胸に先生や友達と一緒に写真を撮りました。別々の小学校へ行っても忘れないよ!(来住地区 来住っ子さん)



小野高 3/18

**探究の成果を発表
3科合同で「ONO探究デー」**

3月18日、小野高校で「ONO探究デー」があり、2年生が授業で取り組んできた探究活動の成果を発表しました。今回は、初の3科(普通科・ビジネス探究科・科学探究科)合同で実施。医療、環境問題、地域活性化などテーマごとに班に分かれて、成果をポスター1枚にまとめました。発表後は、質疑も交わっていて、より一層学びを深める姿に感心しました。(来住地区 来住っ子さん)



小野中 3/17

**3年間でたくましく成長
晴天に恵まれた卒業式**

3月17日に市内中学校で卒業式があり、小野中学校では201人が卒業しました。行事のたびに雨が降ることが多かった学年でしたが、晴天に恵まれた卒業式になりました。答辞では、声を詰まらせながら読み上げる卒業生の姿に涙があふれ、3年間の成長を感じました。みんなで無事に晴れの日を迎えることができてよかったです。(小野地区 M.Iさん)

観光協会特別会員店舗を紹介

発見 おのおの小野

食パン「春よ恋」 330円(税込み)

アイガー小野店

北海道産小麦「春よ恋」を100%使用。小麦粉を熱湯でアルファ化して長時間じっくり熟成して焼き上げました。外はパリッと、中はもっちりとした食感が特長で、「春よ恋」のほんのりとした甘味と香りがする食パンです。詳しくはこちら

▶黒川町1805-1 ☎62-7383
 (月曜日(祝日の場合は翌日)
 ☎7:30~19:00

新幼稚園 開園前に
2園と最後の思い出づくり
わか松幼稚園・小野東幼稚園

わか松幼稚園と小野東幼稚園を再編・統合した新たな幼稚園「おの幼稚園」の開園を前に、3月20日、小野東幼稚園で2園の閉園式を開催しました。新幼稚園の設立に向け、2年間、小野東幼稚園で2園合同の園生活を送ってきた園児たち。閉園式では、歌や踊りを披露し、感謝の気持ちを表現しました。また、小野中学校吹奏楽部の演奏もあり、会場に花を添えました。式典後は、園舎を開放し、卒園児や地域の方々など254人が訪れ、フォトスポットや写真の展示など、思い出に最後の時間を楽しまれていました。(学校教育課)

新幼稚園「おの幼稚園」の開園式の様子は30分で紹介

まちの特派員からの桜だより

3月24日 大島川桜回廊 (小野地区 lindaさん)

3月31日 天神町 (小野地区 M.Tさん)

4月5日 うるおい交流館エクラ (小野地区 M.Tさん)

おの桜つつみ回廊 2026

おの桜つつみ回廊には、市内外から期間中多くの方にお越しいただきました。見頃の時期には、ライトアップや桜つつみウオークを実施。圧巻の桜のトンネルの下で、思い思いに春を満喫されていました。また、開花期間中、交通規制や環境保全協力金へご協力いただき、ありがとうございました。



わが家のアイドル

令和7年中に生まれたお子さんを紹介しています。



<p>王子町</p> <p>ふたごちゃん</p> <p>姉弟でずっと仲良くしてくれてね♡</p> <p>葉狩 百世ちゃん</p> <p>1歳4か月</p> <p>(父、母)</p>	<p>王子町</p> <p>元気に大きくなつてね♡</p> <p>葉狩 壮悟ちゃん</p> <p>1歳4か月</p> <p>(父、母)</p>	<p>神明町</p> <p>元気いっぱい大きくなつてね！</p> <p>大前 柊真ちゃん</p> <p>1歳4か月</p> <p>(父、母)</p>
<p>中町</p> <p>姉弟でずっと仲良くしてくれてね♡</p> <p>山本 幸ちゃん</p> <p>1歳4か月</p> <p>(父、母)</p>	<p>中町</p> <p>すくすく元気に大きくなつてね</p> <p>平崎 光羽ちゃん</p> <p>1歳4か月</p> <p>(家族一同)</p>	<p>敷地町</p> <p>笑顔が癒やし♡もうすぐお兄ちゃん</p> <p>高橋 瀬空ちゃん</p> <p>1歳4か月</p> <p>(父、母)</p>

小野市の旬な情報を、SNSやスマートフォンアプリで配信しています。下記の二次元コードを読み取りアクセスしてください。

<p>Instagram</p> <p>#おのめぐりを付けて、写真を共有しよう！</p>	<p>マチイロ</p> <p>アプリをダウンロードするとスマホに広報紙が届きます！</p>
<p>TikTok</p> <p>観光や役立つ情報などをショート動画で発信中！</p>	<p>LINE 公式アカウント</p> <p>LINE公式アカウント「@onocity」の友だち募集中！</p>
<p>YouTube</p> <p>イベントやセミナーなどの動画を見よう！</p>	

編集あとがき

この春、新たな部署へと異動となりました。3年間、広報担当として撮影でカメラを持って市内を駆け回ったことや、取材で出会った市民の皆さんの温かさを直で感じられたことなど、広報での経験は、私にとって大切な財産となりました。ありがとうございました。(M)

新たに広報を担当させて頂くことになりました。小野市の魅力を皆さまにお届けできるよう、精一杯務めてまいりますので、よろしくお願いたします。(Y)

紹介でつなぐ あの人この人

先月紹介した藤原さんとは大部地区地域づくり協議会などの活動で顔を合わせる仲です。

No.118 おかだ まさひろ 岡田 雅弘さん(住永町)

地域の皆さんと「元気な大部地区」に

大部地区地域づくり協議会で地域活動に携わり、20年目になります。私が活動に参加するようになったきっかけは、平成18年に開催された「のじぎく兵庫国体」で「おおべ地区民泊協会歓迎委員会」



の副委員長になったことです。「成年男子バレーボール」の開催地として、大部地区では長野県代表の選手団を民泊で受け入れることに。コミセンおおべで歓迎パーティーを開いたり、総合体育館(アルゴ)まで地域の方を率いて応援に行ったりと、地域が一体となってもてなした結果、選手団の方たちに喜んでもらったことを今でも鮮明に覚えています。地域の人たちと協力して何かを成し遂げることへの「やりがい」を肌で感じた初めての出来事でした。

この経験が後押しし、平成19年からは「大部地区地域づくり協議会」の一員に。平成23年から現在に至るまで広報担当として、年2回の会報誌の発行や動画作成などに取り組んでいます。春の「桜づつみウオーク」や夏の「おおべのショー」では、多くの方に参加いただき、「楽しかった」という声を聞くたびに、活動を続けてきて良かったと心から思います。また、地域活動を通して、多くの人とのつながりができたことは、私にとっての財産になりました。現在、2年目の住永町区長を務めています。これからも、にぎわいと活気あふれる「元気な大部地区」を地域の皆さんと一緒に作り上げていけるよう、少しでも地域の役に立てばうれしいです。

★学校・園だより★

おの幼稚園



幼児教育の拠点 新たな幼稚園が開園



市内の2つの幼稚園を統合・再編した新たな幼稚園「小野市立おの幼稚園」。4月10日に開園式があり、幼児教育の拠点が新たなスタートを迎えました。

開園式では、園児がくす玉開きをした後、永田和宏さん作詞の園歌を初披露。作曲者の平田あゆみさんによるピアノ伴奏に合わせて、手拍子しながら大きな声で歌い、これから始まる園生活に期待を膨らませ、瞳を輝かせていました。

おの幼稚園では、対象年齢を広げた「3歳児保育」や家庭を支えるための「預かり保育」を開始。公立の幼稚園として、これまでの幼児教育に加え、保護者のニーズに合わせた保育機能を高め、社会の変化に柔軟に対応した園に生まれ変わりました。

脳科学に基づく小野市の教育理念である、「おの「夢と希望の教育」」。この基盤となる幼児教育の実践の場として、これから子どもたちが得る経験が豊かな心を育み、生きる基盤を築いていきます。



休日救急当番医

■当番医は小野市・加東市医師会の協力により実施しています。

5月 May

※「土曜時間外内科系当番医」は終了しました。

日	医療機関名	住所	電話番号
3 祝	清水内科クリニック	敷地町	☎62-1005
	育が丘クリニック	檜山町	☎62-8112
4 祝	兵庫あおの病院	市場町	☎62-5533
	ふるもとクリニック	加東市社	☎0795-40-0202
5 祝	緑駿病院	匠台	☎63-5577
	北播磨総合医療センター	市場町	☎88-8800
6 休	首野医院	加東市東古瀬	☎0795-42-6299
	栄宏会小野病院	天神町	☎62-9900
10 日	依藤診療所	本町	☎63-0028
	加東市民病院	加東市家原	☎0795-42-5511
17 日	東条診療所	加東市新定	☎0795-46-0048
	北播磨総合医療センター	市場町	☎88-8800
24 日	加東市民病院	加東市家原	☎0795-42-5511
	加東市民病院	加東市家原	☎0795-42-5511
31 日	青山医院	加東市吉井	☎0795-46-0321
	松原メイフラワー病院	加東市藤田	☎0795-42-8851

6月 June

日	医療機関名	住所	電話番号
7 日	東条診療所	加東市新定	☎0795-46-0048
	兵庫あおの病院	市場町	☎62-5533
14 日	復井診療所	復井町	☎66-7318
	加東市民病院	加東市家原	☎0795-42-5511

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。

迷ったら、まずは相談

全世代

【救急安心センターひょうご】

病院へ行く? 救急車を呼ぶ? 迷ったら



#7119

【ダイヤル回線・IP電話の方】

☎078-331-7119
(直通ダイヤル)

相談時間 毎日(24時間)

※相談は多言語で対応しています。

※聴覚や発話に困難のある方は、電話リレーサービスを使用いただけます。

詳しくはこちら▶



小児(15歳以下)

事前に医療機関に問い合わせしてから受診してください。

【北播磨小児救急輪番など】

「北播磨県民いきいき情報」をご覧ください。消防署(☎63-0119)へお問い合わせください。



北播磨県民いきいき情報

【兵庫県子ども医療電話相談】



#8000

【ダイヤル回線・IP電話の方】

☎078-304-8899
(直通ダイヤル)

相談時間

(月~土曜日) 18:00~翌朝8:00

(日曜・祝日・年末年始) 8:00~翌朝8:00



子育て
応援アプリ
配信中

母子健康手帳オンライン申請・各健診・教室の日程や子育て情報など役に立つ情報を配信し、妊娠・出産・子育てをサポートする子育て応援アプリを配信中。

ダウンロードはこちら▶



健康カレンダー

健康診査・教室など【保健センター】

健康増進課 ☎63-3977

母子健康手帳 交付	オンライン申請後、平日(8:45~17:15)に健康増進課窓口で、妊婦健康診査費助成券のほか、産前・産後に対象となる各種助成券を発行してお渡します。(紛失による再発行はできないため、全額自己負担になります) 【持ち物】①妊娠届出書 ②マイナンバーカードなど本人確認ができるもの ③妊婦本人の口座情報が分かるもの (妊婦本人との面談終了後、妊婦支援給付金の申請ができます)					詳しくはこちら	
4か月児健診	令和8年1月生まれの乳児 5月25日(月) ^{*1}	7か月児教室 (要予約) ^{*2}	令和7年10月生まれの乳児 5月26日(火) 10:00~11:30		パパママ サロン (要予約) ^{*2}	妊婦とパートナー 5月20日(水) 10:00~11:30	
1歳6か月児 健診	令和6年10月生まれの幼児 5月11日(月) ^{*1}	2歳児教室 (要予約) ^{*2}	令和6年5月生まれの幼児 5月21日(木) 9:30~11:00		乳幼児 育児相談 (要予約) ^{*2}	就学前までの お子さんと保護者 5月13日(水) 9:30~11:00	
	令和6年11月生まれの幼児 6月1日(月) ^{*1}		献血	—			
3歳児健診	令和5年3月生まれの幼児 5月12日(火) ^{*1}	献血	令和5年4月生まれの幼児 6月9日(火) ^{*1}	—	—	—	—

※1 健診の受付時間は個別通知します。 ※2 教室・サロン・相談には、申込フォームまたは電話で申し込みの上、開始時刻までにお越しください。
○各教室・健診・サロンにお越しの際は、母子健康手帳を持参ください。体調不良の場合は来所を控え、健康増進課へご連絡ください。

各種相談【予約制】

加東健康福祉事務所

※加東健康福祉事務所は、社総合庁舎の改修に伴い、今年夏~秋頃からの約2年間は、旧加東市立社小学校(加東市社1550)へ仮移転しますので、相談場所などについては事前にご確認ください。

こころのケア相談	☎0795-42-9367	5月28日(木) 13:00~	
依存症相談	☎0795-42-9367	6月10日(水) 13:00~	
専門栄養相談(食事療法が必要な方の相談)	☎0795-42-9365	5月8日(金)、6月5日(金) 13:30~15:00	HIVなどの 検査予約はこちら
HIV(エイズ)抗体・梅毒・肝炎ウイルス検査、相談	☎0795-42-9436	5月7日(木)・21日(木)、6月4日(木) 13:15~14:00 ※匿名可	