

地域密着コミュニティー誌 広報おの

# ONNO Press

おのプレス

2018

11

NOVEMBER  
Vol.704



乳がんは  
万が一ではありません。  
11分の1です。

写真:北播磨総合医療センターの診療放射線技師・山本紗耶加(左)と世良彩華

北播磨総合医療センターでも乳がん手術 200 件以上！  
乳がんの脅威から身を守るために

# ちゃんと知りたい乳がんのこと

近年、日本人女性の11人に1人が乳がんにかかると言われていました。  
当センターでも乳がん手術件数が 200 件を超えました。(平成 25 年からの累計)  
これは大腸がん、胃がんが続く手術件数の多さです。他人事では済まない病気—「乳がん」。  
あなた自身のために、パートナーや家族、大切な人のために「乳がん」を知ってください。

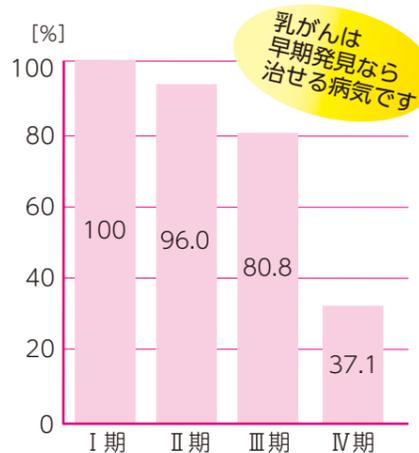
◎北播磨総合医療センター (☎88-8800)

## どんな人が乳がんにかかりやすい？

誰にでもかかるリスクがありますが、  
下の項目に当てはまる方は特に注意を。

- 初産が30歳以上
- 出産経験がない
- 家族(祖母、母、姉妹)に乳がんにかかった人がいる
- 初経が早く(11歳以下)、閉経が遅い(55歳以上)
- 閉経後に体重が増えた
- 乳腺疾患(乳腺症など)にかかったことがある
- 乳がんになったことがある

## 40歳を過ぎたら乳がん検診



乳がんは早期発見なら治せる病気です

乳がん患者のステージ別生存率

資料：2007～2009年症例全国がん(成人病)センター協議会加盟施設生存率協同調査より(2018年公表)  
※生存率は診断時からの5年相対生存率

乳がんのうち遺伝による発症は5～10%ほど。家族に乳がんにかかった人がいなくても乳がんを発症する人の方が、ずっと多い状況です。つまり、全ての女性が乳がんに注意する必要があります。

遺伝的な体質の他に、乳がんになる可能性を高めるのが、早い初経年齢や遅い閉経年齢。また、生活習慣に関連する原因として、アルコール飲料の摂取、喫煙(受動喫煙を含む)、肥満などが考えられています。

遺伝が原因は1割  
誰もがかかる可能性があります

母親が大丈夫だから私も大丈夫

## 「見つかった」と「早く見つかった」は大きく違う

多くの乳がんは、2年に1度の検診で早期発見でき、早期発見・早期治療で95%以上が治癒します。

しかし乳がん検診の受診率は、先進諸国の60～80%に対して、日本は44.9%。さらに兵庫県は40.6%と50%にも達していません。(2016年がん研究センター国民生活基礎調査より)

「見つかった」と「早く見つかった」は大きく違います。自分では違和感がなくても発症の可能性が高くなる40歳に達したら、乳がん検診を受けましょう。

早期発見が大事  
その機会を逃さないで

検診は面倒。そのうち行くわ

## 今日から始めよう！

### 乳がんセルフチェック

月に一度、生理がある方の場合、出血が終わって4～7日後に行い、少しでも異変に気付いたら病院で診察を受けましょう。

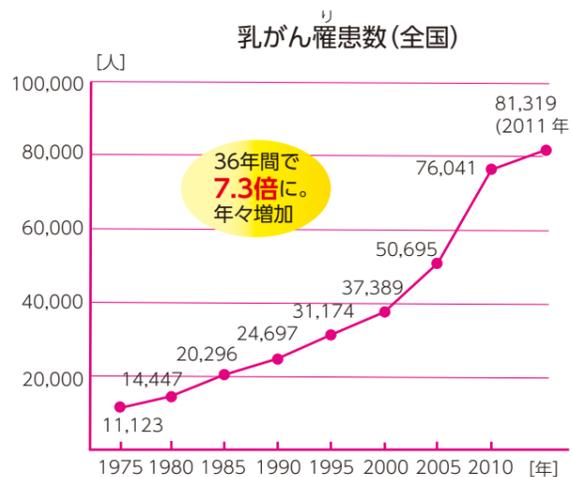
- ①鏡の前で腕を上げ下げして、ひきつれなどの異常がないかを目でチェックします。
- ②次に仰向けに寝て、指でつまむのではなく、4本の指をそろえ、指の腹で軽く圧するようにして、しこり(硬い部分)がないか、まんべんなく触れます。
- ③最後に乳首をつまみ、分泌液がないか、チェックします。

乳がんの早期の症状は人それぞれ。しこりはなく分泌液が出る場合もあり、触って気付く頃には進行していることがあります。そのため定期的に検診を受けることと合わせて、セルフチェックをしましょう。健康なうちに自分の乳房を触る習慣をつけて「通常の状態」を知っておくと、少しの変化や異常に気付くやすくなります。

2年に1回の検診と月に1回のセルフチェックを続けることが早期発見の力になります。

自分で触れてしこりに気付く頃にはすでに早期ではないかも

触ってもしこりがなければ大丈夫



資料：国立がん研究センターがん対策情報センターより

乳がんは女性に一番多いがんです。40～50歳代をピークに発症や死亡が増加し、日本人女性の約11人に1人が生涯で乳がんにかかる可能性があります。男性も、頻度は女性の100分の1くらいですが発症することがあります。

乳がんは子育てや介護、仕事など女性として一番忙しい時期にかかりやすい病気です。家族や将来のパートナーがかかるかもしれないと考えたと男性にとっても無関係な病気ではありません。

乳がんは私にとっては他人事  
いいえ！当センターの患者も年々増加。身近な病気です。

### がんの発生と進行のしくみ



乳がんが発症しやすい部分  
○乳房の外側でわきの下に近い部分  
○乳頭より内側で鎖骨に近い部分

「がん」は、正常な細胞の遺伝子が何らかの原因で傷つくことによりがん細胞となり、自ら増えていき周囲に広がる病気です。

その中でも乳腺にできる乳がんを乳がんといいます。最も多いのが乳房に固いしこりをつくる性質のもので、しこりをつくらない場合もあり、乳頭から血性の液が出てきて見つかることもあります。乳がんは進行するとリンパ節や骨、肺、肝臓など、乳房以外の臓器にがん細胞が転移してさまざまな症状を引き起こします。

乳がんって怖い病気？  
正しく知って怖がりましょう

たり、命を脅かしたりします。

一方、乳がんは小さいうちに見つければ、治る可能性の高い病気です。早期に見つかり適切な治療を受けた場合、95%以上は治ります。治療は、乳房を全部または部分的に取る手術、放射線治療法、抗がん剤やホルモン療法などを、がんの状態に応じて組み合わせて行います。治療法は進歩していて、手術の負担も軽減し、薬の治療効果も高くなっています。また、手術で乳房を取った後で再建する技術も進んでいます。

# 「乳がん検診」を知っていれば受けやすい

乳がん検診のマンモグラフィって「一体何をやるの」「痛いって聞いたことがある」など、不安に思っていないですか。実際にどんな検査なのかを知っておくと、検診に行く時も安心！

## interview

**早期発見が一番大事なことはあなたが検診に来てくれること**

大学卒業後、三木市民病院に5年間勤務し、当センターには開院からいます。女性の放射線技師は現在4人。マンモグラフィは全て女性技師が行っています。

マンモグラフィは、リラックスした状態で撮影をしないといい画像が撮れません。そのため始める前に「コミュニケーションをとって、痛いことをあらかじめ説明して理解してもらってから検査に入るようにしています。」

「半年ぐらい前からおかしいなと思って…」と異常を感じてから数カ月後に来院される方や皮膚に異常が出てから急いで来られる方がいます。乳がんは早く見つけたら治るがんです。早期発見をしたくて私たちも頑張っていますが、皆さんから検診に来ていただかないと見つかることができません。

市が行っている乳がん検診（下記参照）や、人間ドック、勤務先での健診など受ける方法はいろいろあります。自覚症状が出る前に、乳がん検診を受けてください。

放射線技師 世良彩華



## 小野市乳がん検診の申し込み

※おのアクティブポイント対象

40歳以上で昨年受診されていない方が対象です。（ペースメーカーを装着されている方、豊胸手術を受けた方、授乳中の方を除く）受診されていない方は早めにご予約ください。

**集団検診** 保健センター（検診車）で実施  
※個別検診は北播磨総合医療センターへ直接問い合わせください。

**検診内容** マンモグラフィ検査（40歳代2方向・50歳以上1方向）  
**定員** 各日30人～40人  
**申込期限** 12月28日（金）  
**料金** 40歳～49歳 2,200円  
50歳～74歳 1,700円  
75歳以上 無料  
**予約方法** 健康課（☎63-3977）へ申し込みください。



※20歳以上の方を対象に子宮頸がん検診も行っています。詳しくは20頁をご覧ください。

## 平成30年度集団検診日程

受付時間 13:00～15:00

12月	4日（火）、19日（水）※、20日（木）
1月	19日（土）、24日（木）
2月	5日（火）、13日（水）、21日（木）
3月	5日（火）、14日（木）、18日（月）

※12月19日（水）は祝日あり

～無料クーポン券のご利用を～  
対象者には5月に無料クーポン券を送付しています。  
対象者：平成25年度以降に受診されていない41・46・51・56・61歳（来年3月31日時点）の方



▲挟んで圧迫して薄く伸ばします。



検査は10分程度で終わります。

### 1. カウンセリング

検査の流れの説明を聞きます。リラックスして受けることが大事。疑問や不安は遠慮せずに伝えましょう。



マンモグラフィは女性技師が撮影します。私たちが検診の流れをお伝えします！



1回の撮影は数秒じっとして終了！



北播磨総合医療センター 診療支援部中央放射線室放射線技師 山本紗耶加（左）・世良彩華

### 3. 撮影（頭尾方向）

2方向撮影の方は上下からも圧迫して撮影します。奥まで撮影できるように引き出して圧迫固定します。

検査中、機械による圧迫は一定の圧力になると自動で停止しますが、どうしても耐えられない場合は、少し圧迫を緩めて撮影できますので、我慢せず撮影技師に伝えてください。

### 2. 撮影（内外斜位方向）

乳房の形は人それぞれ。技師が装置を調整しながら、たてに圧迫固定します。脇の下のリンパ節も引き出して撮影します。

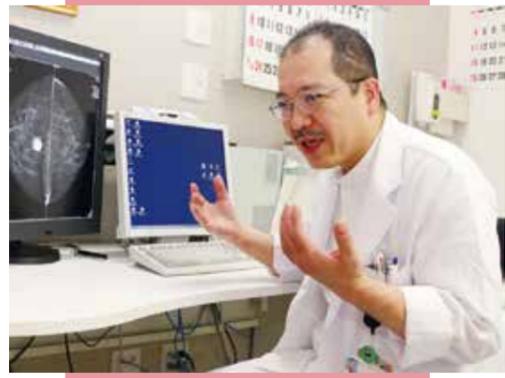
## 「引き出し」と「圧迫」で小さな病変も撮影

マンモグラフィは、X線を用いて乳房を撮影する検査法のことです。乳がん検診の方法として効果があることが確認されています。優れた画像で乳房の中を細かく調べることができ、1センチ以下のがんも見つけることができます。

## マンモグラフィは乳房のX線撮影です

## interview

早期のがんは痛くなりません。早期発見するためには検診を受けましょう。



小野市民病院に9年間勤務。外科のさまざまな診療経験を経て、当センター開院から乳腺診療を専門で行っています。

外科・消化器外科・乳腺外科部長 岡 成光

当センターで受診された年間千人以上の方の全てのマンモグラフィ画像を撮影し、診断しています。がんはほとんど痛みはありません。そのため、自分で気付くのはしこりを感じてから。乳がんは早く見つけたら治るがんなので、しこりを感じる前に検診を受けて見つけましょう。乳がんは年齢問わず生涯かかる可能性があるので、一番かかりやすい40歳代後半から50歳代後半は家庭や社会で大事な役割を担う年齢です。乳がんは長い期間治療が必要ですので、発見が少しでも遅くなるとう働き盛りの大事な期間を過ごすことができます。

皆さん、命を預ける車は2年ごとに車検していますよね。自分の命は代わりがありません。車より大切な自分身。定期的に検診を受けてください。乳がん検診は保険適用の健診を利用すれば自己負担額を抑えられますよ。

当センターでは10月から診療科として「乳腺外科」を新設しました。乳腺に関わるあらゆる症状を診断して治療します。気になることや不安に感じることがあれば受診してください。

# 「がん」に向き合う北播磨総合医療センター

もし、あなたや大切な人が「がん」になったら・・・  
当センターでは、がんに関する気がかりや困りごとについて一緒に考えるための相談体制や最新設備を使った先進的な医療などで、「がん」に向き合っています。

寄り添って支える

## がんに関するあらゆる相談窓口 がん相談支援センター

がんでお悩みの患者さんや家族、その他地域の住民の方々、地域医療関係者の方々が、安心して相談できる窓口として、1階レストラン横の「地域医療連携室」内に「がん相談支援センター」を設置しています。

### こんな悩みはありませんか

- 仕事のこと**
  - 仕事を続けたい
  - 職場に病気のことを言いにくい
  - 上司に退職を勧められた
- 暮らしのこと**
  - 自宅で療養したい
  - どんなサービスがあるのか知りたい、利用したい
- 医療費のこと**
  - 医療費や経済的なことが心配
- 病気のこと**
  - がんと診断されたらどうしたらいいの？
  - 痛みや症状が不安

がんに関する不安や悩み、誰にも打ち明けられない気持ち、病気にに対する疑問など、さまざまな相談をお受けしています。一人で悩まずお気軽に相談ください。相談内容によっては、医師、専門・認定看護師、医事担当者などを交えて専門的な提案をしたり、困りごとを解決するためのお手伝いをしたりします。相談内容は患者さんの許可なく医療者に伝えることはありません。秘密厳守で相談に応じますので安心してご利用ください。



相談室は完全個室です。

あなたの気持ちに寄り添って解決のお手伝いをします。



気軽に相談を (無料) ☎88-8800 (代)

- 対象 がん患者さん・家族など (当センターかかりつけでない方も利用できます)
- 受付時間 平日9:00~16:00
- 相談方法 電話または対面での相談(30分程度) ※予約の方を優先します。

### 「がん患者サロン」を開催

がん患者さんや家族同士が集い、お互いの療養体験や思いを語り合う場です。参加無料・予約不要です。  
日時 12月6日(木) 14:00~  
※医療用ウィッグの説明会もあります。

## 最先端医療でがんに向き合う

### ダ・ヴィンチ(内視鏡手術支援ロボット)を用いた 県内初の直腸がん手術へ

当センターでは、県内で初めて直腸がん手術もダ・ヴィンチで行えるようになりました。従来の開腹や腹腔鏡手術と比べて、より繊細で精密な手術ができるため、根治だけでなく、肛門・排尿・性功能などの機能温存の向上も期待できます。ダ・ヴィンチ手術は、体に開けた数カ所の小さな穴から指のように自由に動かせるロボットアーム(鉗子)を入れて、医師が手術台とは離れた操作台から、遠隔操作で行います。

▲熟練した医師の操作で指のように動く鉗子

直腸がん手術は  
県内初



手術台

操作台

▲ダ・ヴィンチを用いた手術の様子

術中の出血量は極めて少なくなります。また、傷口が小さい手術なので術後は、痛みが少なく、回復も早くなり、入院期間が開腹手術よりも短くなる傾向があります。当センターでは、これまでに前立腺がん、腎がん、胃がんの手術を行い、非常に良好な結果を残しています。

## 着任医師紹介

消化器内科に  
肝臓専門医が着任

消化器内科部長

森川輝久

### 次世代に知識と技術を伝えたい

京都市で生まれ育ち、大学病院や明石市民病院で主に肝臓内科医として勤めてきました。当センターに来たのは地域医療を充実させたいという信念からです。播磨地域で肝臓を専門にしている勤務医は限られています。治療の内容は日々進歩している中で、「あの地域では診てもらえない」とこの地域には診療できる医師がいない」という医療の偏在をなくするのが理想です。長く医師として知識と経験を積んできて、いろいろ選択肢もありましたが、私は自分のこの専門知識を次の世代につなげることが自分の役目だと思っています。

肝臓の疾患で近年増えているのが脂肪肝。進行すると肝硬変や肝がんになる疾患です。健診で肝臓の数値が引っ掛かっている人の診断をして治療はもろろんのこと、そこから生活を見直すなど予防にも力を入れていきたいと思っています。

当センターの全診療科の連携プレーを生かして、隠れた肝疾患治療対象者も見つけていきたいです。

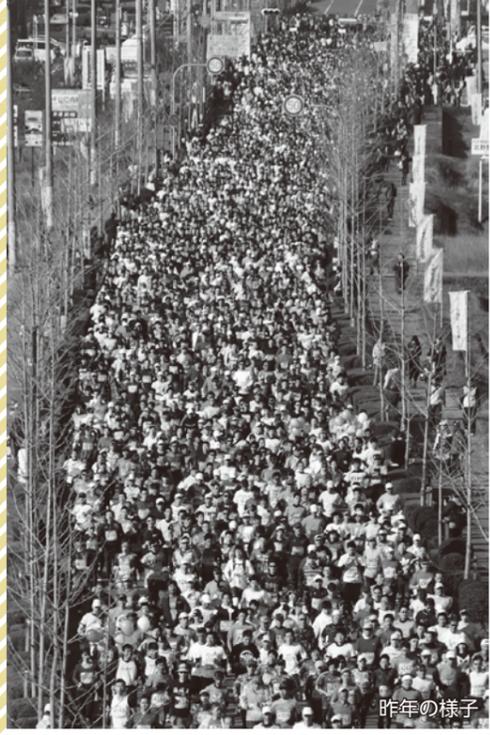
研修医時代に京都から加東市の会社に毎週3時間かけて外勤していました。また北播磨に来ることになり縁を感じています。



Anniversary **5** 12月2日(日) **小野ハーフマラソン** チャリティー  
 応援でも一緒に盛り上がる!

**5,600人が小野市を駆け抜けます**

12月2日(日)に開催する「第5回小野ハーフマラソン2018」に、約5,600人のランナーが挑戦します。  
 ゲストランナーとして、小野市出身の小林祐梨子さん(北京オリンピック出場)、田中千洋さん(第3回神戸マラソン女子優勝)が参加。また、今回も阪神タイガースやオリックス・バファローズの現役選手がチャリティーランナーとして参加します。  
 ランナーとして参加されない方も沿道からの応援で大会を盛り上げませんか? コース周辺には応援者専用の駐車場(下図参照)を設けます。交通規制などコース周辺ではご迷惑をおかけしますが、交通規制に伴う車の移動など、ご協力をお願いします。



昨年の様子

**コースマップ**

**交通規制の案内**

区 間	交通規制時間
A ~ D	9:00 ~ 13:00
D ~ E	9:00 ~ 12:40
E ~ F	9:00 ~ 12:25
F ~ G・F ~ L	9:00 ~ 12:10 ※11:00以降 F~G は沿道住民の方の通行可
K ~ L	9:00 ~ 12:00
I ~ K	9:00 ~ 11:50
H ~ J	9:00 ~ 11:35
G ~ H・M ~ N	9:00 ~ 11:00

規制時間は、状況によって変更することがあります。また、規制中、コース上は車両・歩行者などの通行ができません。  
 交通規制の解除は、小野警察署員が確認後、本部対応の青パト車のアナウンスで行われますので、規制路線の通行はそれまでお待ちください。

**らんらんバスの利用制限**  
 8:00~12:00は、「図書館前」、「エクラ」、「黒川西\*」停留所に停車しません。  
 ※北回り循環ルート除く。  
 ◎交通政策グループ ☎63-1404

**応援者専用 駐車場**

**スタート・ゴールで応援する方**  
 市役所の西駐車場を利用してください。

**コース沿道で応援する方**

応援場所	駐車場	ランナー通過予測時間
① 旭丘中西交差点	旭丘中学校西側(給食センター前)	(往) 9:37 ~ 10:00 (復) 10:31 ~ 12:10
② JA下東条ライスセンター	こだまの森公園	10:12~11:25
③ 住吉町南交差点	トクセン工業(株)駐車場	10:21~11:45

※トクセン工業(株)駐車場(一部)は、案内看板を立てた上で、ガードマンが誘導します。  
 ※こだまの森公園からJA下東条ライスセンターまでは無料の臨時シャトルバスを運行します。

◎小野ハーフマラソン 2018 実行委員会事務局(スポーツ振興課内) ☎63-2591

**小野市は2つの成人式**

第2の人生の出発に

新成人が企画運営

**65歳の成人式**  
**エイジ・ルネサンス・パーティ**



前回の様子

65歳の方を対象とした、第2の成人式「エイジ・ルネサンス・パーティ」を開催します。  
 旧友との再会や新たな出会いを通じて自分を再発見し、「生涯現役」「生涯青春」のきっかけにしませんか。

**日時** 来年2月20日(水) 12:00~16:00(予定)  
**場所** うるおい交流館エクラホールなど  
**内容** 食事、アトラクション、桂文枝さんのトーク・ショー  
**対象** 昭和28年4月2日~29年4月1日生まれの方  
 ※対象の方には案内状と参加申込はがきを郵送

**◆トーク・ショーに出演しませんか◆**  
 パーティ参加対象者で、桂文枝さんとのトーク(対話)を希望される方を募集します。  
**定員** 4人(応募多数の場合は実行委員会で決定)  
**申込方法** 11月16日(金)までに幼少から現在までの思い出の写真5・6枚とそのエピソード、略歴などを書いたものを提出してください。



前回の様子

◎小野市エイジ・ルネサンス事業実行委員会事務局(シニア活躍推進課内) ☎63-2684

**20歳の成人式**  
**2019小野市成人式**



前回の様子

20歳の門出を祝うため、新成人で構成する成人式実行委員会が中心となり、現在企画・準備を進めています。案内状は、11月下旬に送ります。新成人ならではのアイデアを生かした成人式にご期待ください。

式典運営の協カスタッフとして参加できる新成人の方も募集しています。  
**日時** 来年1月14日(祝) 10:00~  
**場所** うるおい交流館エクラホール  
**テーマ** よーいDAWN! ~新時代を走りだせ~  
**対象** 平成10年4月2日~11年4月1日生まれで、市内に住民票がある方、または市内の小・中学校出身の方

**◆市外に転出された方も参加できます◆**  
 市外に転出された新成人の方で、成人式への参加を希望される場合は、電話で住所(案内状の送付先)・氏名・電話番号・出身小中学校を成人式実行委員会事務局にお知らせください。



前回の様子

◎2019 小野市成人式実行委員会事務局(いきいき社会創造課内) ☎63-2445

## 相談窓口

お気軽にご相談ください。

相談日が祝日や振替休日と重なるときは、休ませていただく場合があります。

	相談名	日時	場所	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 (1日の9時から予約受付)	11月14日(水)・28日(水) 13:30～16:00		弁護士による法律的な解釈が必要な問題など		
	消費生活	月～金曜日 9:00～17:00	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	11月14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 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	
	心配ごと相談	火・木曜日 9:00～12:00	福祉総合支援センター 研修室	日々の暮らしの悩み・心配ごと	社会福祉協議会 63-2575	
	人権	11月16日(金) 13:30～15:30	コミセンおの302号室	人権に関すること	いじめ・人権グループ 63-1243	
	いじめ等相談窓口 (ONOH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、セクハラなど いじめ相談	いじめ・人権グループ 62-4110	
	夫婦の悩み相談窓口			夫婦関係の悩み相談		
	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	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	障がい者地域生活・ 相談支援センター 63-1000(内線840・841)
		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、 休日も対応します。	福祉事務所相談室 (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		11月18日(日) 10:00～12:00	コミセンおの301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・FAX63-1204	
知的障がい者		11月15日(木) 10:00～12:00	コミセンおの304号室			
精神障がい者		11月16日(金) 13:00～15:00				
子ども相談	妊娠・子育て総合相談	月～金曜日 9:00～17:00	福祉総合支援センター	妊娠・出産・子育てに関すること	妊娠・子育てサポートセンター 63-2683	
	児童	月～金曜日 9:00～17:00	子育て支援課相談室	家庭環境、子育ての悩みなど (養護、虐待など)	子育て支援課 63-1645	
	笑顔♡子育て カウンセリング	11月27日(火) 13:00～16:00	コミセンおの特別会議室			
	子育て安心ダイヤル	月～金曜日 9:00～17:00	福祉総合支援センター	子どもの健康・栄養・発達に 関すること	健康課 63-3977	
	思春期ホットダイヤル			体のこと・性のこと		
	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	
	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	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	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	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	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(内線3120)
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		
税務相談	11月1日(木)・15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	近畿税理士会社支部事務局 0790-42-1245		
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		

今さら聞けない!?

Q&amp;A

スッキリ

## 水道の使用量が急に増えたのですが…

## 漏水の可能性も

特に理由がないのに水道の使用量が急に増えた場合、漏水の可能性ががあります。水が漏れていないか確認しましょう。

## まず身近なところから確認

①どこかの蛇口が開いたままになっていませんか?

▶蛇口を完全に閉めているのに水が漏れるときはパッキンが傷んでいることがあります。新しいものと取り替えましょう。

②水洗トイレの便器内の水面が、水を流していないときでも波打っていませんか?

▶トイレが故障して水が流れている可能性があります。メーカーなどに修理を依頼しましょう。

## ボックス内のメーターも確認

水道の元栓をしっかりと閉めているにもかかわらず、パイロット(写真)が回っている場合は、見えない箇所で漏水している可能性があります。早急に修理しましょう。

※水道メーターの検針時、パイロットが回っていた場合は、検針票と併せてお知らせの紙を投函します。

## 修理は指定給水装置工事業者へ

漏水の修理は、市の指定給水装置工事業者に依頼してください。費用は自己負担になります。事業者が分からない場合は、問い合わせください。

※道路で漏水を発見されたときは、水道管が破損している可能性があります。ご連絡をお願いします。



パイロット

〈水道お客様センター ☎63-1012〉

## 暮らしの

## 相談窓口

市ではさまざまな相談窓口を設けています。悩みや心配ごとについて、気軽にご相談ください。



## 消費生活相談

訴訟を装った架空請求はがきが届いたという相談が今年度に入り多く寄せられています。身に覚えのない請求で不安になったら消費生活相談に連絡してください。架空請求以外でも契約トラブルや悪質商法、多重債務など消費生活の相談を受け付けています。

相談日時 月～金曜日9:00～17:00

※祝日・年末年始除く

相談場所 本庁舎3階市民安全部内

電話番号 63-1686

※消費者ホットライン「**188**」でも相談できます。

## 出前講座もしています

消費者トラブルなどに巻き込まれないよう、消費生活相談員らが公民館などに出向き、出前講座(30分～1時間程度)を実施しています。少人数でも開催できますので、気軽に問い合わせください。



〈生活環境グループ ☎63-1686〉

※その他の相談窓口は117を参照ください。

### 人権 11月19日～25日は「ONOいじめ等防止ウィーク」

11月19日①～25日②は「ONOいじめ等防止ウィーク」です。いじめ防止への理解を深めていただき、市民総ぐるみで、いじめなどのない明るく住みよいまちづくりに取り組みするための週間です。

この機会に、人と人とのつながり、絆やコミュニケーションの大切さについて、家庭や学校、職場や地域で考えをみましょ。

◆関連事業◆  
「女性弁護士による「女性のための法律相談」」

離婚やDV、セクハラ、パワハラなどを弁護士に相談しませんか。

日時 11月21日①13時30分～16時30分

※相談日までに事前面談が必要

対象 市内在住、在勤または在学の女性

定員 4人(先着順)

料金 無料

託児 1歳～就学前・要予約(無料)

申込方法 女性のための相談 ☎⑧250、ONOひまわりほっとライン ☎④4110へ電話で申し込みください。

【ヒューマンライフ講演会】

日時 11月26日①13時30分～15時

場所 福祉総合支援センター市民交流ホール

流スペース

テーマ 豊かな人間関係を築くために現場ですぐに役立つ「コミュニケーションUP講座」

講師 菅野美樹さん(NPO法人ママーズサポーター協会認定講師)

定員 50人

申込方法 ONOひまわりほっとライン ☎④4110へ電話で申し込みください。

【心あつたかフォーラム】

講演会のほか、心あつたか人権ボスター・三行詩の表彰と中学生人権作文の発表があります。

日時 11月10日①13時30分～16時

場所 つるおい交流館市民交流ホール

講演テーマ 「居場所」のない男、「時間」がない女

主催 市人権教育研究協議会

【小野工業高校生によるパープルリボンプロジェクト】

パープルリボンプロジェクトは、女



講師 水無田 気流 さん (國學院大學経済学部 教授・社会学者)

### 福祉 11月は児童虐待防止推進月間

11月は児童虐待防止推進月間です。「誰も子育ての大変さを分かってくれない」「イライラして子どもをたたいてしまっ」など、悩んでいませんか。一人で悩まず、家族や友人などの身近な人や相談機関に自分の気持ちを話してみましょ。

◆笑顔♡子育てカウンセリングに相談を◆

心理カウンセラーがカウンセリングを行います。子育てに不安はつきものです。気持ちをため込まず、相談してください。

日時 毎月第4火曜日13時～16時

※予約制(1人1時間)

場所 コミュニティセンター

◆子どもの甘えを受け止めよう◆

「甘えさせる」と「甘やかす」とは違います。

「甘えさせる」とは、「話を聞いて」「抱っこして」など、子どもの情緒的な要求を受け止めること。しっかりと応えてあげましょ。

一方、「甘やかす」とは、お菓子やおもちゃ、金銭などの物質的な要求に応えることで、きちんと制限することが大切です。

子どもの甘えをしっかりと受け止め、子どもとの信頼関係を育まましょ。

☎子育て支援課 ☎⑧1645



オレンジリボンは、児童虐待防止のシンボルです

### みんなで防ごう児童虐待

未来へと 命を繋ぐ 189 (児童虐待防止推進月間標語)

「虐待かな?」と思ったとき、子育てで悩んだときはご連絡ください。通告は匿名でもかまいません。

- ◇小野市役所 子育て支援課 ☎63-1645
- ◇兵庫県中央こども家庭センター ☎078-923-9966
- ◇児童相談所全国共通3桁ダイヤル ☎189(いちはやく)
- ◇小野警察署 ☎64-0110

性に対する暴力根絶運動です。デートDV(親密な関係にある人からの暴力)などでの女性への暴力をなくし、被害者に勇気を与え、暴力の問題に広く関心を持ってもらうため、小野工業高校

### 人権 「女性の権利ホットライン」に相談を

「女性の権利ホットライン」強化週間に合わせて、夫やパートナーからの暴力、セクハラなど、女性に関する人権問題について、時間を延長して電話相談に応じます。

相談は無料で、秘密は厳守します。一人で悩まず、お電話ください。

期間 11月12日①～18日②8時30分～19時(土曜・日曜は10時～17時)

☎078-392-1821・内線345

☎神戸地方方法務局人権擁護課

☎078-392-1821・内線345

### 福祉 障がい者じごとフェスタに参加を

1部の講演会では、障がいのある方の就労支援や、今後どのような取り組みや支援体制が必要なのかなどについて、分かりやすくお話しします。2部では、就労支援事業所の活動紹介をします。

日時 12月15日①13時～(受付12時30分～)

場所 伝統産業会館大研修室

テーマ 「この町で働いていく」つながる、送る、支える」

講師 森一人さん(北播磨障害者就業・生活支援センター主任就業支援担当)

定員 100人

※手話・要約筆記あり

託児 先着10人(要予約)

参加料 無料

申込方法 電話・ファクスで申し込みください。

☎障がい者地域生活・相談支援センター ☎③1000・内線840・841、FAX③1019

### 福祉 ひまわり園で育てた葉ボタンを販売

「ひまわり園」の利用者が、種から育てた葉ボタンなどを販売します。

期間 11月12日①～12月21日②

9時～15時(土・日・祝日を除く)

※11月18日①は販売します。

☎ひまわり園 ☎⑥5181

### 介護 家族介護支援「ほのぼのの交流会」に参加を

介護をする中で「イライラしてしまっ」「どのように接したらいいかわからない」など、一人で悩んでいる方、孤立しがちな介護者同士の交流会に参加しませんか。講演の後はおしゃべりしてリフレッシュしましょ。

日時 11月20日①13時30分～15時30分

場所 福祉総合支援センター市民交流スペース

対象 家族を介護されている方

定員 30人程度

講演テーマ 認知症(若年性認知症)に関わる家族介護のいろいろ

講師 亥下徳子さん(認知症のひとと家族の会・兵庫県支部世話人)

参加料 無料

申込方法 電話で住所・氏名・電話番号をお知らせください。

☎市社会福祉協議会 ☎③2575

### 就労 介護労働者のための「介護就職デイ」を開催

介護労働者の雇用対策を進めるため、介護相談・就職面接会を開催します。

日時 11月12日①13時30分～15時(受付13時～14時30分)

場所 加西市健康福祉会館大会議室

☎0795-2213181

☎0795-2213181

生が啓発グッズを配布します。  
日時 11月20日①15時～16時  
場所 イオン小野店出入口  
☎ヒューマンライフグループ・いじめ・人権グループ ☎③1243

生活支援センター主任就業支援担当

定員 100人

※手話・要約筆記あり

託児 先着10人(要予約)

参加料 無料

申込方法 電話・ファクスで申し込みください。

☎障がい者地域生活・相談支援センター ☎③1000・内線840・841、FAX③1019

対象 家族を介護されている方

定員 30人程度

講演テーマ 認知症(若年性認知症)に関わる家族介護のいろいろ

講師 亥下徳子さん(認知症のひとと家族の会・兵庫県支部世話人)

参加料 無料

申込方法 電話で住所・氏名・電話番号をお知らせください。

☎市社会福祉協議会 ☎③2575

生活支援センター主任就業支援担当

定員 100人

※手話・要約筆記あり

託児 先着10人(要予約)

参加料 無料

申込方法 電話・ファクスで申し込みください。

☎障がい者地域生活・相談支援センター ☎③1000・内線840・841、FAX③1019

対象 家族を介護されている方

定員 30人程度

講演テーマ 認知症(若年性認知症)に関わる家族介護のいろいろ

講師 亥下徳子さん(認知症のひとと家族の会・兵庫県支部世話人)

参加料 無料

申込方法 電話で住所・氏名・電話番号をお知らせください。

☎市社会福祉協議会 ☎③2575

生活支援センター主任就業支援担当

定員 100人

※手話・要約筆記あり

託児 先着10人(要予約)

選挙

市長選挙の立候補予定者説明会を開催

来年2月3日(日)に投票を予定している市長選挙の立候補予定者説明会を行います。

対象 ①立候補予定者 ②選挙運動総括主宰者 ③①と②の代理者 ※合わせておおむね3人以内

日時 12月10日(日)13時30分

場所 伝統産業会館第1・2研修室

選挙

明るい選挙啓発ポスターを展示

若者の選挙に対する意識の向上と、明るい選挙の実現のため、市内の小・中・高校の児童・生徒から応募があった啓発ポスターを展示します。

◎選挙管理委員会(☎01007)

日時 11月20日(土)～26日(日)10時～18時

場所 図書館展示コーナー



昨年の展示

イベント

平成31年新年交歓会に参加を

日時 来年1月7日(日)11時～

場所 うるおい交流館エクラ市民交流ホール

会費 2,000円(軽食あり)

※アルコール類の提供がありません。飲酒される方は車での来場をご遠慮ください。

申込方法 12月5日(木)までに市秘書課または小野商工会議所備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、会費



前回の様子

税金

農地など差押不動産の公売をします

差押不動産(農地など)を公売します。購入を希望される方は、市ホームページを確認の上、入札に参加してください。

日時 11月27日(土)10時50分～(開場10時30分)

場所 西庁舎会議室

入札時間 11時～11時30分

公売保証金の納付時間

11時～11時20分

開札時間 11時31分

売却決定日時 12月4日(土)11時

売却代金納付期限 12月4日(土)14時

売却代金納付場所 税務課

◆農地買受適格証明書の用意を◆

農地の購入は市農業委員会が発行する買受適格証明書が必要です。

証明書の発行は、申請月の下旬(農地法第5条の場合は翌月下旬以降)になるため、入札日に間に合うよう期間に余裕をもって手続きをお願いします。

申請期限 毎月10日(土)・祝日の場合は前開庁日

申請場所 市農業委員会

◎農業委員会(☎02266)

◎農務課(☎01000)

◎生活環境グループ(☎01688)

環境

不要スマホを五輪メダルに 回収場所増設

昨年9月から小野市では、不要になった携帯電話やスマートフォンに含まれる金属を2020年東京オリンピック・パラリンピックの入賞メダルの原料としてリサイクルする「都市鉱山からつくる! みんなのメダルプロジェクト」活動(大会組織委員会主催)に参加しています。

これまで市役所の市民安全全部窓口に専用ボックスを設置し、携帯電話やスマートフォンを回収していましたが、

より多くの方に協力いただけるよう11月から市内のコミセンにも専用ボックスを設置します。不要になった携帯電話などがあれば持参いただき、本プロジェクトへの参加をお願いします。

◎対象品目 携帯電話・スマートフォン ※データは消去してください。

◎回収場所 市役所3階市民安全全部窓

◎各コミセン窓口

◎生活環境グループ(☎01688)

年金

社会保険料控除証明書が届きます

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市県民税の社会保険料控除の対象となります。

年末調整や確定申告などで控除を受けるためには、1年間に納付した国民年金保険料の額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の添付が必要です。

11月上旬に日本年金機構から控除証明書が送付されますので、大切に保管してください。(10月1日以降に今年初めて国民年金保険料を納付された方は、来年2月上旬に送付)

「生計を一にする家族の国民年金保険料を納付された方」

納付された方の社会保険料控除に加えることができます。

「2年前納された方」

控除額を次のいずれかから選択

①全額を納めた年に申告して控除

※控除証明書を全て使用してください。

②各年分の保険料に相当する額を該当する年に申告して控除

※今年の保険料に相当する分の控除証明書を切り取って使用してください。残った控除証明書は来年度以降の申告などに必要です。大切に保管してください。

◎明石年金事務所(☎078-912-4983)・ねんきんダイヤル(☎05-70-05-1165)

税金

消費税軽減税率・年末調整説明会に参加を

消費税軽減税率や年末調整について税務署職員が説明します。(先着順)

日時 11月16日(金)13時15分～16時

場所 伝統産業会館大研修室

◎社務署(☎0795-4218264)

税金

税を考える週間に書道・ポスター展を開催

11月11日(土)～17日(金)は、「税を考える週間」です。この期間に合わせて、市内の小学生が制作した税に関する書道、ポスターの展示を行います。

期間 11月7日(木)～11日(日)

場所 イオン小野店西館2階

◎社務署(☎0795-4210224)

文化

小野市民文化賞の受賞者が決定

「小野市民文化賞」では芸術文化の向上と発展に貢献された市民の方に「市民文化賞」「市民文化奨励賞」ふるさと文化賞を贈っています。今年度の受賞者が決定しました。

市民文化奨励賞(敬称略)

井上彌生(古川町)▽小島敏子(池尻町)▽岸本律子(中谷町)▽依藤賀容子(下東条小3年)▽柳田愛菜(大部小3年)▽仙崎哲平(小野東小4年)▽本田心音(大部小4年)▽藤本凜(市場小4年)▽三好彩香(小野東小6年)▽住本那実(来住小6年)▽宮先里奈(小野東小6年)▽宮本貴央(淳心学院中1年)▽久保田知弥(小野南中7年)▽本田幸音(旭丘中7年)▽井上真菜(小野高

3年)

◎市民文化賞・ふるさと文化賞は該当なし

◎表彰式は、11月11日(土)10時から、うるおい交流館エクラホールで行います。どなたでも観覧できます。

◎いきいき社会創造課(☎02445)



昨年の表彰式

おの検定

11月4日(日)・18日(日) 13:30～16:30

場所

図書館2階 研修室(1)

検定部門

Table with 2 columns: 検定部門 (小学校漢字, 中学校漢字, 小学校計算, 中学校計算, 中学校英語, スピード計算・音読) and 級別 (18級～スーパー級, 6級～スーパー級, 18級～1級, 9級～1級, 11級～1級, 初級・中級・上級). Includes a note about certification for scores above 80.

魚への漢字の読み書きに挑戦! ※おの漢字検定テキストより ①鮪 ②鯨 ③鯛 ④かつお ⑤たら

☎いきいき社会創造課 ☎63-2445

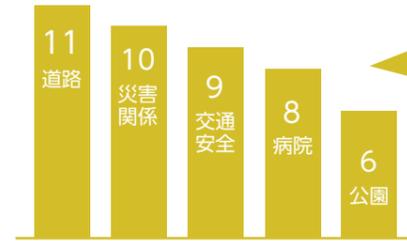
## たくさんのご意見 ありがとうございます 「市長への手紙」に146通

今年も7・8月を広聴「強化月間」として「市長への手紙」を実施し、146通(185件)ものご意見をいただきました。

そのうち54通が匿名のため、回答文をお返すことができていません。

平成11年8月から現行の広聴システムを実施して以来、頂いたご意見は15,000件を超えました。

今後も、市政に対して、ご意見やご要望がありましたら、住所や名前を記入の上、メールや手紙などでお寄せください。



寄せられた  
主な意見

### 広聴のねらい

- 皆さんからのご意見を年間を通じて受け付けて、市政に反映します。
- 職員の問題解決能力の醸成を図ります。

頂いたご意見は、まず市長が目を通した上で、職員が回答を作成。その内容を市長がチェックし、回答文をお送りします。ご意見は、すべてデータベースで管理。いつどのような意見があり、どう回答したか分かるシステムになっています。

市民サービス課 (☎63-1013)

## マイナンバーカード用の写真を無料で撮影

マイナンバーカードの申請に必要な写真を無料で撮影しています。  
受付時間 平日8時45分～17時15分  
申請の流れ

- ①申請者本人が市役所2階の市民課市民係にお越しください。
- ②職員が写真撮影し、申請を受け付けます。

※窓口の混雑状況によりお時間をいただくことがあります。  
③約1カ月後、カードの受け取りのために再度市民課の窓口へお越しください。

申請に必要なもの  
○マイナンバー通知カードに付いている「個人番号カード交付申請書兼

電子証明書発行申請書」  
※紛失された方や申請書に印刷されている住所や氏名に変更があった方は窓口で申請書を再発行します。

○運転免許証、または健康保険証と介護保険証・年金手帳など本人確認書類  
○撮影した写真を印刷したり、データをお渡しすることはできません。

○職員がデジタルカメラで撮影します。写真の仕上がりにご理解のある方のみご利用ください。  
市民課市民係 ☎1005  
マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

## 観光 「小野史を歩く会」の参加者を募集

「小野史を歩く会」は、ガイドの説明を聞きながら小野市の旧跡を歩いて楽しむイベントです。明治150年記念の今年は「陣屋町からそろばんの町へ」をテーマに、幕末から明治、大正にかけての小野陣屋町の移り変わりをガイドの案内で訪ねます。

日時 11月17日(土)9時30分～12時ごろ(受付9時) ※荒天中止  
集合 小野市役所正面玄関前

コース 小野市役所→伝統産業会館→熊野神社→小野高校前・惣門跡→東小路→大池のウテミ→おの夢館→稲継呉服店・奥田醤油→愛宕神社→藤原留市商店→播州算盤合名会社跡→黒川屋→カフエミカド跡→好古館→小野市役所(約5km)

定員 100人  
参加料 200円(保険代など含む)  
※参加料は当日徴収

## 消防 消防本部からのお知らせ

### 秋の全国火災予防運動

11月9日(金)～15日(木)は、秋の全国火災予防運動期間です。  
火災が発生しやすい時季を前に、火災予防の意識を高め、火災発生防止や火災による被害を抑制するため、毎年実施しています。  
期間中は、図書館でのポスターの展示、住宅防火訪問や自衛消防競技会などを行います。



昨年の住宅防火訪問の様子

### 平成30年火災統計 (9月末時点)

火災種別	件数
建物火災	8
林野火災	3
車両火災	0
その他火災※	6
計	17
前年同時期	20

※雑草・廃材などの火災

### 防火標語・防火ポスターが決定

最優秀作品は市内の消防広報などに活用します。

#### 平成30年度小野市統一防火標語

火の始末 自分の目と手で 最後まで 河合小5年 陰山菜さん

#### 防火ポスター 消防長賞



一般の部 小野中8年 小川紫花さん



小学生の部 市場小6年 甲山和奏さん

#### 防火ポスター作品展

入賞作品を含む応募作品の一部を図書館で展示します。

期間 11月1日(土)～15日(木)  
消防本部予防課 ☎4634

持ち物 水分補給用ドリンク・タオル・探訪証明書(お持ちでない方には、当日発行)  
申込期限 11月9日(金)  
申込方法 電話、ファクスまたはメールで、住所・氏名・携帯電話の番号をお

知らせください。  
共催 小野地区地域づくり協議会・コミセンおの  
市観光協会事務局 観光交流推進課内 ☎1929・FAX ☎2614  
kanko@city.ono.hyogo.jp

## ガーデニング 花・ハーブ講習会に参加しませんか

NPO法人ひょうごグリーンスタッフが花ハーブ講習会を開催します。  
日時 ①12月9日(土)②12月20日(土)13時30分～15時  
場所 広渡廃寺跡歴史公園  
内容 ①クリスマスのお寄せ植え(箱庭風)②お正月寄せ植え  
定員 各日20人(先着順)

参加料 各日1,200円  
申込方法 電話またはファクスで、氏名・電話番号・講習会の希望日をお知らせください。11月7日(土)9時から申し込みを受け付けます。  
※向日の申し込みはできません。  
おまちづくり課都市整備係 ☎2182・FAX ☎2614

## ガーデニング 「花づくり講習会」で寄せ植えづくり

葉ボタンを使ったお正月用の寄せ植えを一緒に作りませんか。作り方やポイントを説明します。  
日時 ①12月14日(金)②12月15日(土)9時30分～11時  
場所 広渡廃寺跡歴史公園  
定員 各日30人

申込期限 11月15日(土)消印有効  
申込方法 はがきに、住所・氏名・電話番号・受講希望日を記入の上、市都市施設管理協会「平成30年度第2回花づくり講習会」係へ郵送してください。  
※申し込みは、はがき1枚につき1人。  
市都市施設管理協会(総合体育館アルゴ内) ☎7000  
〒675-1378 小野市王子町91-7-1

※応募者多数の場合は抽選。結果と詳しい内容は11月下旬にお知らせします。  
参加料 1,200円

スポーツ

市民水泳記録会の参加者を募集

自分のペースで泳いでいる方から競技志向の方まで、日頃の練習の成果を發揮しませんか。

日時 11月18日(日)14時30分、場所 総合体育館(アルゴ)室内プール 対象 小学生以上で25以上の泳力を有する方 定員 100人(1人3種目まで) 参加料 200円(傷害保険料を含む) 申込期限 11月11日(日) 申込方法 総合体育館(アルゴ)備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて申し込みください。 その他 子どものアルゴスイミングスクール会員は、午前中に実施するスクール記録会へ参加してください。ただし、家族での参加を希望される場合は、本大会へ参加できません。 ※両方に参加することはできません。 市水泳協会・石田(☎4432)

Table with columns for swimming styles (自由形, 背泳ぎ, 平泳ぎ, バタフライ, 自由種目) and age groups (小学生1~3年, 小学生4~6年, 中学生, 高校生~29歳, 30~49歳, 50歳以上, 年齢区分なし). Includes a legend for age and relay types.

※年齢は、記録会当日の満年齢 ※競技は、男女種目別レース(自由種目を除く) ※自由種目は4泳法または個人メドレーから選択 ※リレー種目は、男女混合チームも出場可

スポーツ

総合体育館プールの一時利用制限します

スイミングスクール記録会と市民水泳記録会を開催するため、一般利用の方は11月18日(日)9時~18時はプールが使用できません。ご理解、ご協力をお願いします。 総合体育館(アルゴ)☎7000

11月10日(日)13時~(開場12時) 日時

スポーツ

ゴルフレディースコンペに参加しませんか

日程 12月7日(金) 場所 小野グランドカントリークラブ(協会ホームページからダウンロード可)に記入の上、窓口かファクス郵送で申し込みください。後日、組み合わせなどをお知らせします。 ※ファクス送信後は受信確認の電話をしてください。

参加料 2,000円 ※プレー代とともに当日支払い 申込期限 11月7日(日) 申込方法 事務局備え付けの申込書

警察

小野市で県警白バイ安全運転競技大会

例年、運転免許試験所(明石市)で開催されている「兵庫県警察白バイ安全運転競技大会」が、今年是小野市で開催されます。警察官の白バイ運転技術を競う大会で、ごなたでも自由に見学できます。 また、「全国白バイ大会」出場選手による模範走行、県警音楽隊によるドリル演奏、白バイ・パトカーとの写真撮影会なども行われます。無料で参加できます。

日時 11月10日(日)13時~(開場12時) 場所 県警察緊急自動車総合訓練センター(山田町字奥谷1987) ※入口は山田町844番地の1付近 県警察本部交通指導課 ☎078-34117441・内線5148



教育

兵教大附属小・中学校の児童・生徒を募集

◆附属小学校 ◆対象 平成24年4月2日~25年4月1日生まれの方 ※入学時に、児童が保護者と県内に同居している必要があります。 定員 105人(附属幼稚園の修了者で附属小学校への入学希望者を含む) 説明会 11月8日(日)13時30分~(附属小学校多目的ホール) 選考方法 書類審査・面接(親子面接含む)・集団観察(抽選) 面接・集団観察 来年1月7日(日) 結果発表・抽選 来年1月22日(日)

◆附属中学校 ◆対象 来年3月に小学校を卒業する見込みの方 ※入学時に、生徒が保護者と県内に同居している必要があります。 定員 120人(附属小学校からの連絡進学者を含む) 説明会 11月15日(日)13時30分~(附属小学校北館1階) ※附属小学校在学の方は、11月16日(金)

統計

住生活総合調査にご協力ください

12月1日に全国で住生活総合調査を行います。住生活の安定・向上のための施策を推進するために必要な調査ですので、ご協力をお願いします。 調査対象 10月に実施された住宅土地統計調査に回答いただいた世帯の中から抽出された世帯

調査時期 11月中旬~12月下旬 調査方法 調査の対象となる世帯には、11月下旬から調査票を郵便受けに配布しますので、郵送やインターネットなどで回答をお願いします。 平成30年住生活総合調査事務局 ☎0120-467-060

わか松幼稚園・小野東幼稚園 園児を募集

入園資格

市内に住所を有し、以下の期間に出生した幼児 4歳児...平成26年4月2日~27年4月1日生まれ 5歳児...平成25年4月2日~26年4月1日生まれ

定員

わか松幼稚園...4歳児35人/5歳児70人 小野東幼稚園...4歳児35人/5歳児70人 ※応募者が定員を超えた場合、12月5日(水)に抽選会をします。

保育料・入園料

無料

登降園時刻

登園時刻8:20~8:45/降園時刻14:00 ※4歳児は、4月中は11:30に降園(午後の保育はありません)

休日

土・日・祝日 園が指定する長期休業(春休み・夏休み・冬休み)

給食

4歳児...週2回(木・金曜) 5歳児...週3回(水~金曜) ※給食代は1食205円(別途、牛乳代56円)で保護者負担(変更になる場合あり) ※給食のない日は弁当を持参

申込期間

11月5日(月)~16日(金) 9:00~17:00(土・日を除く)

申込方法

印かんを持参の上、各幼稚園または学校教育課で申し込みください。



学校教育課 ☎63-2409

健康 健康課からのお知らせ

レディース検診の受診を

子宮頸がんや乳がんは、検診での早期発見と適切な治療が重要です。対象年齢の方は、2年に1回検診を受けましょう。

※乳がん検診は5歳を参照ください。※おのアクティブポイント対象

◆子宮頸がん検診(要予約)◆

20歳以上の方が対象です。個別集団検診のごどちらかを選んでください。(年齢基準日：平成31年3月31日)

個別検診(指定の医療機関で受診)

実施医療機関(50首順)

○小野レディースクリニック

(☎②11003)

○加東市民病院

(☎0795-4215511)

○わかば・産婦人科(☎⑥6111)

日時 医療機関の指定する日時

料金 2,000円

※75歳以上の方は無料

申込期限 来年1月末

予約方法 医療機関へ直接電話してください。

集団検診(保健センターの検診車で受診)

日程 12月19日(☎)・来年1月19日(☎)

※12月19日は、託児あり

受付時間 13時30分～14時30分

定員 各日80人

料金 2,000円

※75歳以上の方は無料

申込期限 12月28日(☎)

予約方法 健康課(☎③3977)へ電話で申し込みください。

医師に個別健康相談を  
しませんか

健診で「要注意」の項目があった方や生活習慣のどこを改善したらいいのかわからない方など、医師に健康のことを相談してみましよう。小野市・加東市医師会の内科医が、本人や家族からの相談に応じます。

日時 11月30日(☎)13時15分～15時15分(1人20分程度・予約制)

場所 福祉総合支援センター

申込方法 健康課(☎③3977)へ電話で申し込みください。

難病「医療・生活」相談会

難病について、専門の医師などによる講話や日常生活の相談会を開催します。難病の方や家族の方など、どなたでも参加できます。

※申し込み不要

日時 11月18日(☎)13時～16時

秋季町ぐるみ総合健診(特定健診(基本健診)・がん検診など)を受診してください

今年度最後の集団健診となる秋季町ぐるみ総合健診(特定(基本)健診がんと検診など)を実施します。まだ健診を受けていない方は受診しましょう。

日時 11月8日(☎)～10日(☎)8時30分～12時

場所 福祉総合支援センター

申込方法 健康課(☎③3977)へ電話で申し込みください。



12月1日は「世界エイズデー」

治療法が進歩し、HIV感染の早期発見と治療によりエイズの発症を防ぐことができるようになっていきます。また、他の人への感染リスクが大きく低下することも確認されています。

感染が心配な場合は、健康福祉事務所で検査を受けることができます。

(匿名可)

検査日時 毎月第1・3木曜日13時30分～14時10分(予約制)

◎加東健康福祉事務所健康管理課

(☎0795-4219436)

就労 11月1・15日に「若者の就労支援相談会」

就労への第一歩を支援するための就労支援相談会を開催します。

日時 11月1日(☎)・15日(☎)13時～17時(1回約1時間)

※事前予約のない方も相談できますが、予約者を優先します。

場所 コミセンおの202号室

内容 適職相談、自己発見ワークショップ

ト、応募書類作成対策、面接対策など

対象 現在仕事に就いていない、15～39歳の働くことに不安を持っている若者、またはその家族

料金 無料

◎あかし若者サポートステーション

(☎078-9915-0677)

※9時～17時(日曜を除く)

健康づくりのアドバイス

「おの健康プラン」中間評価の結果に合わせて、健康づくりにつながるアドバイスを紹介しています。

⑥生活習慣病の予防・重症化予防

・肥満傾向児の割合が、4歳児と小学校3年生を除き、県平均より高くなっています。メタボリックシンドロームに該当する方または予備群の方の割合は、男性が女性の2～3倍高く、平成25年以降は、県平均よりも高くなっています。

・過去1～3カ月の血糖値を反映した「HbA1c」値で注意が必要な方の割合は、平成23年以降特定健診項目の中で最も増加しています。透析の原因(平成28年度は糖尿病性腎症が54.5%と最も高くなっています)。

▼バランスの良い食事や運動など、楽しく継続できる健康づくりを見つけてましよう。また、定期的に健診やがん検診などを受診し、健康状態を把握しましょう。「おのアクティブポイント事業」を活用し、健診(検診)受診や健康講座への参加、健康づくりなどに積極的に取り組ましよう。

場所 コミセンおの

対象疾病 腎臓病、パーキンソン病、神経系疾患(A.L.S.脊髄小脳変性症など)、心臓病、後縦靭帯骨化症、免疫系疾患(膠原病・リウマチなど)、肝臓病、潰瘍性大腸炎・クローン病

内容 疾病や治療などについての医師の講話、リハビリ相談、歯科相談、生活・福祉・介護相談、就労相談など

【腎臓病部門】：①講演会②相談会

※原疾患ごとにコーナーを設置しています。検査結果などがあれば持参ください。医師と体験者が相談を受けます。

料金 無料

◎県難病団体連絡協議会

(☎078-322-11878)

加東健康福祉事務所地域保健課

(☎0795-4215111代)

心理カウンセラーに相談を

モヤモヤした気分が過ぎていたり方や心身の不調が続いている方、一人で悩まず心理カウンセラーに相談してみましよう。家族など本人以外でも相談できます。

日時 12月14日(☎)13時～16時(1人1時間程度・予約制)

場所 保健センター

申込方法 健康課(☎③3977)へ電話で申し込みください。

国際交流 国際交流協会からのお知らせ

◆みんなで仲良く焼き物づくり◆

さまざまな国から来た外国人の方と易しい日本語で会話をしながら焼き物づくりをしませんか?

日時 12月9日(☎)13時～15時30分

場所 おお陶遊館アルテ

対象 小学校1年生～中学校3年生

定員 25人(先着順)

料金 200円(材料費)

申込期限 11月15日(☎)

申込方法 窓口や電話、メールなどで協会へ申し込みください。

◆英語フリーワーク・Casual English Conversation Class◆

日時 毎週金曜日10時～11時(11月23日・30日除く)

場所 つるおい交流館エクスナール室

対象 英語だけで意思疎通ができる方(英検2級程度以上)

参加料 1回500円(申し込み不要)

◎市国際交流協会事務局(つるおい交流館エクスナール) ☎⑥6763 FAX②2400・info@oia.gr.jp

道路 歩道橋の命名権スポンサー企業などを募集

安全で安心な道路環境づくりを進めるため、県が管理する歩道橋の名称に企業名などを入れることができるネーミングライツパートナーを募集しています。

対象施設(歩道橋)

①市場歩道橋(市場町・県道加古川小野線)

②天神歩道橋(天神町・県道大畑小野線)

※名称には現在の名称を含むものとします。

ネーミングライツ料 1施設当たり

年額15万円以上(1万円単位・税別)

契約期間 3～5年で希望する期間

選定方法 ネーミングライツ料の提示額などで決定します。

申込期限 来年2月28日(☎)

申込方法 申込書など(県ホームページからダウンロード可)を郵送するか持参してください。

※両方の施設への応募もできます。

◎兵庫県県土整備部土木局道路保全課管理班(☎078-36213522)

T650-8567 神戸市中央区下山

手通5-101-1

**図書館**  
☎0456・FAX0606

**小野加東歯科医師会から  
電子モニター寄贈**

小野加東歯科医師会の創立70周年を記念して、図書館にデジタルサイネージ(電子モニター)が寄贈されます。11月中旬から新刊やイベントの案内など、さまざまな情報を映像で皆さんにお知らせします。

**秋の読書週間イベント**

◆雑誌付録を抽選で50人にプレゼント◆

応募期間中に20点以上借りられた方に抽選応募券をカウンターでお渡しします。

応募期限 11月10日④

抽選日 11月11日④10時

抽選場所 エントランスホール

※詳細は問い合わせください。

◆本を借りて秋の星空を作ろう◆

11月10日④までに本を借りられた方に星型シールをお渡しします。エントランスホールにある秋の星座を描いた天空図に星型シールを貼って秋の星空を完成させてください。

◆テーマ別に本を展示◆  
①秋の本  
小説・絵本・物語などジャンルを問

わす展示します。  
「本からのSOS」  
利用中に汚損・破損した本を展示します。

**お話し会(11月)のお知らせ**

- ◆お話し会◆(30分)
- 3日④ 10:30～
- 10日④ 14:00～
- 17日④ 10:30～
- 18日④ 15:00～※
- 24日④ 14:00～
- ※英語でお話し
- ◆赤ちゃんタイム◆
- 第1・3土曜(10:00～12:00)
- 第2・4木曜(10:00～12:00、16:00～17:00)
- ◆11月は全日開館します。

好古館  
☎3390・FAX3462

「小野藩陣屋町と村のくらし」  
「小野地区の江戸時代」

江戸時代の小野藩陣屋町とその周辺の村の暮らしを紹介します。

期間 12月24日④まで

場所 好古館2階展示室

開館時間 9時30分～17時

※月曜休館。祝日の場合はその翌日

料金 大人(高校生以上)300円、小・中学生100円

※団体割引あり。コロンカード持参の小・中学生は無料

◆関連イベント◆  
①展示説明会  
日時 11月10日④13時30分

場所 好古館2階展示室

②講演会  
日時 11月25日④13時30分

場所 コミセンおの2001号室

テーマ 町年寄勤務記録がかたる小野藩陣屋町

講師 加藤明恵さん(神戸大学学術研究員)

参加費 無料



神明神社境内図(部分)

白雲谷温泉ゆびか  
☎0261・FAX0262

入浴ポイントを集めて  
抽選会に参加しよう

毎年恒例のガラガラ抽選会を、12月14日④～18日④に開催します。スタンパを10個集めたポイントカード1枚で1回、ガラガラ抽選会に参加できます。抽選券は、11月1日④から配布します。ぜひ、この機会にゆびかを利用し、ポイントを集めてください。

おの夢館(播州カフェ)  
☎・FAX2126

手づくり雑貨と  
ソックアニマルの作品展

市内で活動するドリームヤーンさんによる作品展を開催します。手織り機で作った布雑貨やソックスで作った動物たちをお楽しみください。

期間 11月1日④～30日④

開館時間 12時～17時

※水曜 白曜休館



**施設定期点検により休館します**  
11月6日④～8日④は、施設安全定期点検のため休館します。期間中、ご不便とご迷惑をお掛けいたしますがご了承ください。  
11月9日④からは通常通り営業します。



あお陶遊館アルテ  
☎・FAX7789

短期講座生募集  
「ランプシエード」

オリジナルのランプシエードを作った、冬の夜に温かい光の演出を楽しみましょう。

日時 12月8日④9時30分～12時

※作品の完成は来年1月下旬の予定

対象 高校生以上の方

定員 15人

※応募者多数の場合は抽選。応募者が3人以下の場合には開講しません。

受講料 2,000円(市外の方は3,000円)※LEDランプ付

申込期限 11月25日④

申込方法 当館窓口で申し込むか、住所・氏名・電話番号・短期講座ランプシエード受講希望」を記入の上、ファクスで申し込みください。ファクス送信後は、必ず受信確認の電話をつけてください。



作品例

11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 ※つどいの広場(月・金・土(10:00～15:00))
1	木	選んで遊ぼう自由あそび	子育てグループ(自主)※登録者対象
2	金	親子で自由あそび	手作りおもちゃを作ろう(10:30～11:00)
3	土	パパサタサロン「作ってあそぼう」	エコ工作を楽しもう
4	日	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
5	月	親子で自由あそび	0歳児・ほのぼのひろば(10:30～11:00)
6	火	親子で自由あそび	おたのしみ11講座～犬や猫とふれあおう～(10:00～11:00) 申
7	水	にこにこ子育て相談(9:45～11:00)	—
8	木	みんなで遊ぼうリズムにのって	消防訓練に参加しよう(14:00～15:00)
9	金	親子で自由あそび	選んで遊ぼう自由あそび(10:30～11:00)
10	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
11	日	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
12	月	親子で自由あそび	0歳児さん集まれ～ふれあいマッサージ～(10:30～) 申
13	火	みんな一緒にお話聞こう(読み聞かせ)	—
14	水	トーンチャイム・コンサート(10:30～11:00) 申	—
15	木	みんなで体操1・2・3	—
16	金	親子で自由あそび	0歳児さん集まれ～レッツ・リトミック～(10:30～) 申
17	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
18	日	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
19	月	みんなで祝いハッピーバースデー(10:30～11:00)	11月生まれのお友だち集まれ!(9:45～10:15)
20	火	選んで遊ぼう自由あそび	—
21	水	みんなで遊ぼうリズムにのって	—
22	木	親子で自由あそび	子育てグループ(0才)※登録者対象
23	金	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
24	土	パパサタサロン「作ってあそぼう」	エコ工作を楽しもう
25	日	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
26	月	掲示板に展示する作品づくり(先着30組)	親子で自由あそび
27	火	みんな一緒にお話聞こう(読み聞かせ)	—
28	水	動く・こどもの館号が来るよ～!(10:30～11:30) 申	子育てグループ(新)※登録者対象
29	木	みんなで体操1・2・3	—
30	金	親子で自由あそび	選んで遊ぼう自由あそび(10:30～11:00)

(都合により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  
にこにこ子育て相談 【日 時】11月7日(水) 9:45～11:00 【場 所】幼児室・遊戯室  
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。

児童館チャイコム  
☎・FAX8588  
トーンチャイム・コンサート

「トーンチャイム」の皆さんによる演奏を聴いたり、親子で演奏を体験したりする参加型のコンサートを楽しめますか。  
日時 11月14日④10時30分～11時  
場所 遊戯室  
対象 子育て中の親子

定員 60人(先着順)  
参加料 無料  
申込方法 当館で申し込むか、申込用紙を電話で請求し、ファクスで申し込みください。

**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

11月の休館日  
**27日(火)**

県民芸術劇場  
エクラニューイヤーコンサート2019  
**ヴィヴァルディ「四季」全曲&カンツォーネ**  
～新春を煌びやかに彩る名曲～

**来年1月12日(土) 13:30開演**

ヴィヴァルディの「四季」全曲と圧巻のカンツォーネを室内楽の演奏でお楽しみください。

**場所** エクラホール  
**出演** 延原武春(指揮とお話)  
浅井咲乃(バイオリン)  
鹿岡晃紀(テノール(カンツォーネ))  
テレマン室内オーケストラ(管弦楽)

**料金** 2,000円 ※全席指定  
**発売** 11月17日(土)(友の会11月10日(土))



小野名画劇場「普通の人々」(字幕・1980年・アメリカ)

**11月6日(火)** ①10:00 ②13:30 ③18:30 ※30分前開場

幸せな日々を送っていた一家に、突然悲劇が降りかかる。この悲劇をきっかけに…

**場所** エクラホール  
**料金** 当日券500円  
※ゴールドカード提示で無料



**桂文枝 独演会**

**12月23日(祝) 14:00開演 好評発売中**

抱腹絶倒のひとときをお過ごしください。

**場所** エクラホール  
**料金** 2,000円 ※全席指定



**エクラ ハートフルシティコンサート2018**

**12月9日(日) 10:00開演**

コーラス、ブラスバンドなど、多彩なジャンルの市民コンサートをお楽しみください。

**場所** エクラホール  
**出演** 公募により決定した市民音楽団体 22組  
**料金** 無料



**クリスマス会**

**12月16日(日) 10:30~12:00**

見て楽しむだけでなく、作って遊ぶバルーンアートでクリスマスを楽しもう。

**場所** 市民交流ホール  
**出演** さと原人さん (バルーンアート・パフォーマー)  
**料金** 1家族500円 ※先着30組  
**対象** 就園前の子どものもととその保護者



**プレゼント交換**  
300円程度のプレゼントを用意してください。(子ども1人につき1個)  
※未使用のものに限ります。ラッピングをして持参ください。

**こころぽかぽか避難体験おんがくかい**

**12月22日(土) 14:00~15:45 好評発売中**

ダウン症など障がいのあるソリストたちの音楽会。災害を想定した避難体験も行います。

**場所** 市民交流ホール  
**出演** アンサンブル・ピアチェーレ & スペシャルサポーターズ  
**料金** 500円 ※3歳未満無料



昨年のイルミネーション

**市民ギャラリー展示案内**

●吉田士郎木版画展(木版画・約20点)  
**出展者** 吉田士郎  
**期間** 11月5日(月)~17日(土)  
●あお陶遊館アルテ作品展(陶芸作品約40点)  
**出展者** あお陶遊館アルテ  
**期間** 11月19日(月)~12月8日(土)

「コミセン」の  
☎1020・FAX③1138

クリスマスイルミネーション  
&コンサート開催

◆イルミネーション◆  
点灯期間 11月24日(土)~12月25日(日)  
※点灯式は11月24日18時~  
場所 コミセンの周辺芝生広場  
◆クリスマスコンサート◆  
日時 11月24日、12月8日・15日・22日(いずれも土曜日)18時30分~  
場所 コミュニティホール  
入場料 無料

「コミセン」かわら  
☎FAX⑥2030

2018 かわらフェスタ

日時 11月17日(土)9時~22時・18日(日)9時~14時 ※18日は作品展示のみ  
内容 ①サークル生などによる発表会(河合小学校体育館10時30分~) ②里山ハイキング(土井病院駐車場からコミセンかわらまで約6km・8時30分~) ※当日受付で、どなたでも無料で参加いただけます。雨天中止  
③各種模擬店・バザー・お茶席(コミセンかわら駐車場・10時30分~) ④ミニバス乗車コーナー(河合小学校運動場・10時30分~) ※雨天中止  
⑤大抽選会(コミセンかわら駐車場・15時~) ⑥サークル生・小中学生・保育園児などによる作品展(コミセンかわら)  
日時 ①11月22日②12月6日③12月

「コミセン」きずみの  
☎FAX③7082

「野菜ソムリエとつくるれんこんスイーツ教室」受講生募集

レモンを使ってヘルシースイーツを作りませんか。  
日時 ①11月22日②12月6日③12月

20日(いずれも木曜日)9時30分~11時30分  
場所 調理室

内容 ①チョコレートケーキ②みたらしだんご③パンナコッタ  
定員 12人  
※応募多数の場合は抽選。申し込みが6人以下の場合には開講しません。  
参加料 3,000円(3回分・材料代含む)  
講師 藤田裕美さん(野菜ソムリエ)  
申込期限 11月12日(日)  
申込方法 各コミセン・図書館・エクラに備え付けの申込用紙でコミセンきずみのへ申し込みください。(郵送・ファクス可)

**きずみの歴史探足「きずみの石造物をさぐる」参加者募集**  
日時 11月23日(日)9時30分~11時30分(受付9時~)  
※小雨決行。雨天の場合、12月9日(日)集合場所「コミセンきずみの」コース コミセン↓養父寺↓春日神社↓大師堂↓コミセン(約4km)  
参加料 無料  
ガイド 西田猛(前好古館副館長)  
申込期限 11月16日(金)(当日申込可)  
申込方法 各コミセン・図書館・エクラに備え付けの申込用紙でコミセンきずみのへ申し込みください。(郵送・ファクス可)

「コミセン」さび  
☎FAX②2454

短期講座受講生募集

①心と体が元気になる家事・家計簿教室  
日時 11月18日(日)10時~12時  
場所 集会室  
受講料 600円(資料代含む)  
講師 神戸友の会三木方面会員  
②季節の花の寄せ植え教室  
日時 11月20日(火)10時~12時  
場所 会議室A  
受講料 1,300円(材料代含む)  
講師 藤本さよ子さん(NPO法人ひよこグリーンスタッフ理事長)  
【共通事項】  
対象 市内在住・在勤の成人  
定員 各15人  
※応募者多数の場合は抽選。申し込みが8人以下の場合には開講しません。  
申込期限 11月11日(日)  
申込方法 各コミセンに備え付けの申込用紙で、コミセンいさばへ申し込みください。  
日時 11月23日(日)9時30分~11時30分(受付9時~)  
※小雨決行。雨天の場合、12月9日(日)集合場所「コミセンきずみの」コース コミセン↓養父寺↓春日神社↓大師堂↓コミセン(約4km)  
参加料 無料  
ガイド 西田猛(前好古館副館長)  
申込期限 11月16日(金)(当日申込可)  
申込方法 各コミセン・図書館・エクラに備え付けの申込用紙でコミセンきずみのへ申し込みください。(郵送・ファクス可)



# 温故知新

広報アドバイザー

## 佐野允彦の おの歴史散歩余話(その三十二)

6月号、7月号の2回本欄で、幕末・

維新期に活躍した河合中村の豪農、三枝篤治・治寛父子の事績の概略を紹介した。「小野市史」と山崎善弘・東京来大学専任講師の「近世後期の領主支配と地域社会」に拠っての記述だった。その際、私が個人的に興味を抱いたのは、篤治が野狐に取りつかれた村人の女房に対し、私費で医師の治療を受けさせ、全快させたという話。「狐憑き」の俗信にまで庄屋がきめ細かな対応をする「地域医療」の先駆けとして感心したのだ。

この事例を紹介する前に、狐憑きのごく簡単に記しておく。昔は人がヒステリックになり、奇声を発したり、飛び跳ねたり、奇怪な言動をし、時に他人を害したりするのを「狐の悪霊」が憑いたとして、「狐憑き」と呼んだ。古くは『今昔物語集』にも記されており、豊臣秀吉は武家の女に憑いた狐を怒り、「毎年全国各地で狐狩りをする」と脅したという。

### 狐憑きの農婦を医師に治療させる 河合中村・三枝家の手厚い「御救」



狐憑きが「お救い」により医師の手当てを受けて全快したことへの三枝治寛宛て礼状(好古館提供)

民俗学の立場でいち早く注目したのは、旧福岡町出身の柳田国男だ。「巫女考」(1913年)で言及している。自伝的著作「故郷七十年」では、辻川の狐狩りという行事のことを紹介している。

さて、三枝篤治による「狐憑き」対応だ。山崎氏の著書によると、篤治は河合中村の庄屋にして、徳川御三卿・清水家領(播磨国)の社会見廻役兼取締役で、「御徒格」(武士)に取り立てられていた。「お救い」(困窮者対策)の一環として嘉永3(1850)年7月か

ら管轄地域の医療行政にも当たっていた。貧しくて医者にかかれぬ領民を、加西郡東長村の医師、小野寺定敬に命じ治療させていたのだ。そこに狐憑き騒ぎが起きる。

玉野村・忠治郎の女房が7月上旬から「癩症」になり、いろいろ療養したが改善せず、占ったところ「野狐」に取り憑かれたと分かった。そのための手当て(祈祷か)もしたが改善せず、小野寺様の治療を受けた。「大患危篤」の症状と言われたが、薬用したところ、全快した。これは(篤治様の)「御憐愍」のおかげだ。

こういう主旨の報告書兼礼状を嘉永3年12月に「河合中村病患御救所」に出している。この宛所は篤治の居宅のことで、医療費は篤治が小野寺に支払っていた。つまり三枝家は医療行政の先機関にもなり、しかも医療費の無料化まで実現させていたわけだ。

当時、狐憑きはほとんど医者に診てもらえず、たいていは祈祷師、山伏、巫女などの民間療法に頼っていた。患者は過度な呪術でときに死に至ることもあった。それが東播では庄屋も医師も「治療で治る」と適切に対応したのだ。佐野允彦(さのまさひこ)……元朝日新聞記者。平成22年7月から小野市学術政策員。

市内の史跡などを紹介

## おのふるさと散歩

### 石造阿弥陀三尊種子板碑

(青野ヶ原町)



薬師堂境内の西側に東を向いて建っている三基の石碑があります。そのうち右端が三尊種子板碑で、高さが約0.9mあります。凝灰岩質の組合式石棺の底石を再利用したもので、碑に彫られた銘文から建長8(1256)年に造立されたことが分かります。県内の銘文をもつ石造物の中で最古の遺品で、県の指定文化財になっています。

「おのふるさと散歩」は、市観光協会(観光交流推進課内)、好古館、伝統産業会館で販売しています。

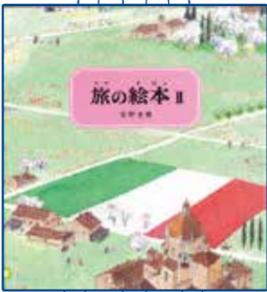
BOOK

今月の  
おすすめ本

## テーマは「旅行」

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。

緻密で繊細な絵が  
旅の楽しさを伝えます



### 旅の絵本II

安野光雅 著  
(福音館書店)

風景の中に、ゴッホの絵やベーターベン、赤ずきんちゃんが見えています。「旅の絵本」シリーズは9冊あります。

旅で人生の知恵を学ぶ  
少年の物語



### アルケミスト

パウロ・コエーリョ 著  
山川紘矢・山川亜希子 訳  
(KADOKAWA)

羊飼いの少年はアンダルシアからピラミッドへ旅に出ます。錬金術師が導く少年の運命は?

洗い流す文化と  
漫かる文化の違い



### 温泉はなぜ 体にいいのか

松田忠徳 著  
(平凡社)

日本文化としての温泉を効果的な科学的な検証結果をもとに紹介。参考文献も豊富です。

旅先の宿にいた  
オバケは…



### 旅先のオバケ

椎名誠 著  
(集英社)

全世界を旅した著者による「宿」をテーマにしたエッセイ。エクストリーム体験ができます。

COOKING

作ってみよう  
学校給食メニュー

## サトイモのみそ煮

サトイモの栄養価は冷凍品でも変わりません。手がかゆくなるなど、下処理が苦手な場合は冷凍品を使ってください。

材料(4人分)

鶏モモ肉	150g	ちくわ	2本
サトイモ	6個	みそ	大さじ2・1/2
ダイコン	1/4本	砂糖	大さじ2弱
ニンジン	1本	薄口しょうゆ	小さじ1・1/2
板こんにやく	1/2枚	だし汁	200ml



エネルギー 183kcal(1人分)

サトイモのぬめりが気になる時は、皮むき後に塩もみし、下茹でしましょう。



作り方

- 1 サトイモは土を落としてから皮をむき、水洗い後、キッチンペーパーでふいてぬめりを取る。
- 2 鶏モモ肉と板こんにやくは食べやすい大きさに切る。ダイコンとニンジンはいちょう切り、ちくわは斜め切りにする。板こんにやくとダイコンは下茹でする。
- 3 鍋にだし汁を入れて沸騰させ、鶏モモ肉、ニンジン、ちくわの順に入れて煮込む。適宜灰汁をとる。
- 4 板こんにやく、サトイモを加えたら調味料を全て加える。さらにダイコン、ちくわを入れてよく煮込んだら完成。

学校給食センター公式 facebook ページで、給食の献立や食育情報などを紹介 <https://www.facebook.com/kyusyoku.ono/>

### 小野まつり「フォトコンテスト」入賞者決定

93人から226点の応募があり、入賞作品が決まりました。今回の上位3賞は  
いずれも小野市の方。結果は小野まつりホームページにも掲載しています。

※敬称略

#### 大賞



#### 「龍化身の舞」

栗山千恵子(小野市)

(審査評)

キツネの面の2人をテーマが入るように  
そつなくまとめた構図は素晴らしい。あ  
おりの動感と踊り手と動きがマッチング  
しており、色調もベストな作品。

#### 金賞



#### 「魂魄演舞」 吉田卓也(小野市)

(審査評)

センターにいる主役の子どもの位置や  
背景と光のアウトフォーカスが良く、一  
点に絞った作者の念いが伝わってくる。  
昨年と同じアングルではあったが、一瞬  
の表情をしっかりとらえた作品となっ  
ている。

#### 銀賞



#### 「彩光」 永井千草(小野市)

(審査評)

小野市の新スポットである池の噴水を手  
前に入れた作品が登場。カメラの機能を  
活かして、肉眼以上の表現にまとめた作  
品になったが、右の噴水を一つ少なくす  
ればさらに良くなると思う。来年にも期  
待したい。

#### ハートフル賞

- 「夢の祭典」柴田秀雄(小野市)
- 「おの恋おどり フィナーレ」出井由美(小野市)
- 「渾身の一振り」西山誠(加東市)
- 「若きエネルギー」斎寺義則(明石市)
- 「魂魄の音色」野中博之(三木市)
- 「おの恋最高の夏物語」煎谷政義(神戸市垂水区)

#### ひまわり賞

- 「魂魄の華」村上よしみ(西脇市)
- 「まつり舞い人」難波幹治(岡山県岡山市)
- 「氣迫」五百藏二郎(小野市)
- 「魂を解き放て!」小林紀之(岡山県備前市)
- 「氣迫」明野敏行(加古川市)
- 「おの恋を舞う」赤松博文さん(姫路市)

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)

### 国民体育大会結果

9月29日～10月9日(競泳は9月15～  
17日)に、9.98スタジアム(福井県陸  
上競技場)などで行われた「福井しあ  
わせ元気国体」に小野市から3選手が出  
場しました。

※敬称略

#### ●陸上競技

田中希実(ND28AC所属)  
成年女子 5000m 優勝  
成年女子 1500m 3位

#### ●競泳

多鹿正洋(市川高2年)  
少年男子A 4×200mフリーリレー  
3位  
少年男子A 4×100mメドレーリレー  
6位

#### ●ウエイトリフティング

門脇創一(西脇北高教諭)  
成年男子 +105kg級 10位  
(スポーツ振興課)



写真共有サービス  
Instagram  
[@onocity\_official]

### 「#おのめぐり」で投稿を

Instagramの市公式アカウントで  
は、市内の風景などを紹介しています。  
(QRコードは31☞参照)皆さんがハッ  
シュタグ「#おのめぐり」を付けて投稿さ  
れた写真も誌面で紹介します。



いいね!



来住保 9/22

### 頑張ったよ! 運動会

心配していた雨雲を子どもたちの元  
気な声で吹き飛ばし、来住保育所で運  
動会が開催されました。

かけっこ・ダンス・マーチングなどの演  
目で、参加した0歳児から5歳児までの  
園児がみんなニコニコ笑顔でかわい  
い姿を見せてくれました。

親子競技のほか祖父母と一緒に参加  
する競技もあり、三世代が交流できる  
いい機会になりました。

(来住地区 K.Tさん)



旭丘中 9/11

### 体育祭で魅せた団結力

9月11日、旭丘中学校の運動場で体  
育祭が行われました。

土曜日に行われる予定だったが、雨  
天のため3日順延し、平日の開催にな  
りましたが、多数の保護者が生徒の応援  
に駆け付けました。

生徒たちは、「魅せる! 旭の底力」の  
スローガンのもと、演技に競技に各組の  
団結力を発揮し、清々しい達成感に包  
まれていました。

(大部地区 S.Mさん)



小野南中 9/11

### 待ちに待った体育祭

雨で順延となった小野南中の体育祭  
が開催され、生徒たちが演技や競技に  
全力で取り組みました。雨で直前の3日  
間が休みになりましたが、夏休みから練  
習してきたダンスや集団演技など精一  
杯のパフォーマンスを見せてくれました。

平日開催のため、観覧の保護者は少  
なめでしたが、大きな声援が送られ、  
生徒たちの真剣な顔、楽しそうな顔など  
さまざまな表情が見られた体育祭です。

(市場地区 赤井明美さん)

### 市老連だより

#### ひまわりクラブ小野 老人クラブ作品展を開催



9月13日～15日にコミセンおのコミュ  
ニティホールで作品展を開催。50人と1  
グループの63作品を展示しました。

かぼちゃ畑を描いた洋画の大作や、  
いろいろな空き瓶の中につり下げられ  
た小さなひょうたんの置物、細かなタッ  
チで描かれた飛び跳ねる2匹の鯉の  
絵などバラエティーに富んだ力作がそ  
ろい、来場された方に楽しんでいただき  
ました。

(市老人クラブ連合会)



下来住町 9月下旬

### 曼珠沙華と共演 色とりどりの古代米実る

鎌溪温泉の前の田に古代米の「紅林」  
と「神丹穂」などが植えられて、9月下旬  
に見頃を迎えていました。

古代米は、弥生時代に台湾が中国か  
ら日本に伝わり栽培されたといわれて  
います。豊かに実った稲穂は秋風でユラ  
ユラと揺れて、赤い曼珠沙華の花とたわ  
むれているかのように見えました。のど  
かな風景に、見学する人もほっと心が癒  
され、秋を楽しんでおられました。

(下東条地区 藤原登代子さん)



下来住町の鎌溪温泉近くの田で古代  
米が色とりどりに実っていました。

地元のきずみの営農によって、今年は  
14種類が植えられていました。収穫した  
ものはドライフラワーにして束ねた作品  
「神穂虹彩」に仕上げられ、11月下旬から  
鎌溪温泉で販売されます。

また、今年初めてこの古代米で甘酒  
づくりもされ、鎌溪温泉で味わえるそ  
うです。

(来住地区 K.Tさん)

わが家のアイドル

平成29年中に生まれられたお子さんを紹介しています。  
30年中に生まれられたお子さんの応募は、31年1月号でお知らせします。

新部町

ふじ みつき  
**藤井 光来ちゃん** 1歳4か月  
だんご3姉弟でいっぱい遊ぼう！  
(姉 百南ちゃん、兄 慧音くん)



大島町

いしだ あいな  
**石田 愛奈ちゃん** 1歳4か月  
これからいっぱいあそぼうね♡  
(兄 雄大くん)



黒川町

こうづき りょうせい  
**上月 涼誠ちゃん** 1歳3か月  
ニコニコ可愛い涼誠♡大好き♡  
(姉 香凛ちゃん、夢加ちゃん)



黒川町

ふじわら しおん  
**藤原 史煌ちゃん** 1歳3か月  
元気な笑顔で健康に育て下さい  
(父 篤史さん、母 美佳さん、姉 愛華ちゃん)



鹿野町

とみた りく  
**富田 理玖ちゃん** 1歳3か月  
いっぱい一緒に遊ぼうね!!  
(兄 杏樹くん)



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QRコードを読み取りアクセスしてください。

Instagram facebook YouTube マチイロ

#おのめぐりを付けて、小野のいいところを写真で共有しよう!  
市政や観光情報など旬な情報を市公式ページで発信中!  
市公式チャンネルでイベントなどの動画を見よう!  
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!



編集あとがき

特集の取材で、乳腺外科の岡先生に乳がん検診の重要性についてお話いただきました。中でも「検診を受けた方は、周りの友だちに『痛かった』って言わないで。それを言って友だちが検診を受けなくなったら、あなたはその友だちの人生を大きく変えてしまうかもしれない。友だちのために『検診受けて良かったよ』と言ってください」という言葉がとても印象的でした。乳がん検診を一人でも多くの方が受けてくれますように。(T)

Relation 紹介でつなぐ あの人この人

前月に紹介した藤田さんは林さんの小学校時代の恩師です。

No.44 はやし かず お **林和男さん**(粟生町)

山に登り自然と親しむ



神戸で教師をしていた40歳の頃に癒しと休息を求めて登山を始め、次第に増えていった仲間とともに登山サークル「ツーストック山友会」を立ち上げました。

名称の由来は、その名のとおり2つのストックを使って登山をすること。両手でストックを持つと全身運動で身体が鍛えられ、何より安全に登山を楽しむことができます。

サークルでは「自然と親しむ」をモットーに天気に関係なく月1回登山を楽しんでいます。現在のメンバーは8人。日本百名山や外国の山も含め、登山回数は通算300回ほどになりました。サークル以外でも年に1~2回、北海道に住む孫を訪ね、一緒に登山を楽しんでいます。息を切らし、汗をかきながら山頂にたどり着いた時の爽快感は何とも言えません。

また、登山をすることで自分の健康を見直すことができ、体調管理にもつながっています。登山のおかげでずっと病気知らずです。登山のトレーニングを兼ねて毎日朝夕の畑仕事でも意識して歩き回るようにしています。

これからも仲間と一緒に、日本百名山や外国の山に登り続けたいです。また、祖父としては孫の健やかな成長を願い、いつか孫と一緒に日本中や外国の山に登るのが今後の目標です。

★学校・園だより★

市場小学校

自分の名刺を作ったよ「点字体験」



10月2日に市場小学校4年生の児童が「点字体験」をしました。講師は市内に住む県視覚障害者福祉協会理事の金澤弘明さん。6つの点で一文字を構成している点字の仕組みや、手で字を書くときと違い右から左に打つことなどを学んだ後、点字板と点筆を使って実際に点字で自分の名前を打ちました。

「楽しい!」「打つ感触が気持ちいい!」と言いながら、友達の名前など好きな字でも練習し、続いて点字で自分の名刺づくりに挑戦。正しく打てたか金澤さんに確認してもらいました。授業の最後には、金澤さんが各児童の名前を打った点字シールをプレゼント。児童らは早速ファイルやドリルなどに貼っていました。

この日の授業では、児童は点字を学ぶだけでなく、視覚障がいのある金澤さんに普段の生活で困っていることを聞いたり、授業の間の教室移動の時に金澤さんの介助をしたりして、貴重な経験もできました。

脳力アップ / しませんか / YouTube 川島隆太先生の夢と希望をかなえる脳科学 Short Seminar

毎週金曜日に新しい動画を公開

公開日	テーマ
11月 2日	学ぶ意欲を高めるためにはどうすればいい?
9日	初心者でもそろばんを使うと脳がよく働く?
16日	スマホで調べると脳は働かないの?
30日	緊張して実力がでない時どうすればいい?

SUN	日	MON	月	TUE	火	WED	水	THU	木	FRI	金	SAT	土							
※小児(15歳以下)は、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等は、「北播磨県民いきいき情報」 (http://kitaharima-ikiiki.com/kyukyuiryo/index.html)をご覧ください。 消防署(☎63-0119)へ問い合わせください。								11/1	Nov	2	3									
								育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112	緑駿病院 匠台 ☎63-5577			ますむら医院 加東市上海野 ☎0795-48-0704	山形整形外科 加東市上中 ☎0795-42-3215							
4		5		6		7		8		9		10								
内科 育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112		復井診療所 復井町 ☎66-7318		加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511		岡田内科医院 市場町 ☎62-7366		東条診療所 加東市新定 ☎0795-46-0048		小島クリニック 王子町 ☎64-2727		緑駿病院 匠台 ☎63-5577								
外科 福岡クリニック 神明町 ☎63-1600																				
11		12		13		14		15		16		17								
内科 菅野医院 加東市東古瀬 ☎0795-42-6299		ますむら医院 加東市上海野 ☎0795-48-0704		加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511		松尾内科 黒川町 ☎64-0880		土井病院 復井町 ☎66-2119		つばた小児科医院 西本町 ☎62-2752		東条診療所 加東市新定 ☎0795-46-0048								
外科 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511																				
18		19		20		21		22		23		24								
内科 育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112		三浦クリニック 天神町 ☎70-9288		加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511		桂 医院 加東市大門 ☎0795-43-0252		篠原医院 粟生町 ☎65-2810		加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511		育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112								
外科 北播磨総合医療センター 市場町 ☎88-8800										ふるもとクリニック 加東市社 ☎0795-40-0202										
25		26		27		28		29		30		12/1	Dec							
内科 土井病院 復井町 ☎66-2119		清水内科クリニック 敷地町 ☎62-1005		加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511		神 医院 加東市森 ☎0795-47-0144		兵庫あおの病院 市場町 ☎62-5533		まつい 子どもクリニック 敷地町 ☎63-7366		育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112								
外科 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511																				
2		3		4		5		6		7		8								
内科 青山医院 加東市吉井 ☎0795-46-0321		松本小児科医院 加東市社 ☎0795-42-5105		加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511		ふるもとクリニック 加東市社 ☎0795-40-0202		育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112		嬉野診療所 加東市山国 ☎0795-42-8477		育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112								
外科 岡村医院 敷地町 ☎62-4300																				
9		10																		
内科 復井診療所 復井町 ☎66-7318		井岡医院 菅田町 ☎67-2367																		
外科 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、消防テレフォンサービス(☎63-7119)または、消防署(☎63-0119)で確認してください。

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。

健康カレンダー

健康診査・教室など

健康課 ☎63-3977

4か月児健診	平成30年7月生まれの乳児 11月26日(月) 13:00~14:30 [保健センター]	7か月児教室	平成30年4月生まれの乳児 11月15日(木) 10:00~11:15* [保健センター]
1歳6か月児健診	平成29年4月生まれの幼児 11月5日(月) 13:00~14:30 [保健センター]	2歳児教室	平成28年11月生まれの幼児 11月27日(火) 9:30~11:00* [保健センター]
	平成29年5月生まれの幼児 12月3日(月) 13:00~14:30 [保健センター]	未来の パパママ教室	出産予定日が来年1~3月の妊婦と夫 11月16日(金) 9:30~11:45* [保健センター]
3歳児健診	平成27年9月生まれの幼児 11月13日(火) 13:00~14:30 [保健センター]	献血	16歳~69歳の方 11月28日(水) 10:00~15:30 [コミセンおの]
母子健康手帳交付	平日(8:45~17:15)、健康課窓口で、妊婦健康診査費助成券・産婦健康診査受診券・新生児聴覚検査費助成券をお渡しします。 【持ち物】①妊娠届出書②印かん③個人番号カードまたはマイナンバーの通知書と本人確認ができるもの(運転免許証など)		

※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、母子健康手帳を持参ください。

各種相談【予約制】

加東健康福祉事務所

こころのケア相談	☎0795-42-9367	11月22日(木)、12月6日(木) 13:00~
アルコール問題相談	☎0795-42-9367	11月14日(水) 13:00~
HIV(エイズ)抗体検査・肝炎ウイルス検査・相談	☎0795-42-9436	11月1日(木)・15日(木)、12月6日(木) 13:30~14:10 ※匿名可
専門栄養相談(食事療法が必要な方の相談)	☎0795-42-9365	11月2日(金)、12月7日(金) 13:30~15:00