

地域密着コミュニティー誌 広報おの

ONNO Press

おのプレス

2018

12

DECEMBER
Vol.705



写真：公民館で運動などを行っている「山田町健康教室」の皆さん

「おのアクティブポイント」制度をご存知ですか？
20歳以上の市民の皆さんが楽しみながら健康になれるように始めた事業
で、活動に応じてたまったポイントはクオカードやゆぴか入浴券な
どの商品と交換できます。

「知らなかった」「私も始めてみたい」という方、今から
でも遅くはありません。家族や友達と誘い合って、
お得にアクティブ(活動的な)生活を始めましょう。
◎健康課 (☎036977)
シニア活躍推進課 (☎02684)

市民の皆さんの声
から生まれました！



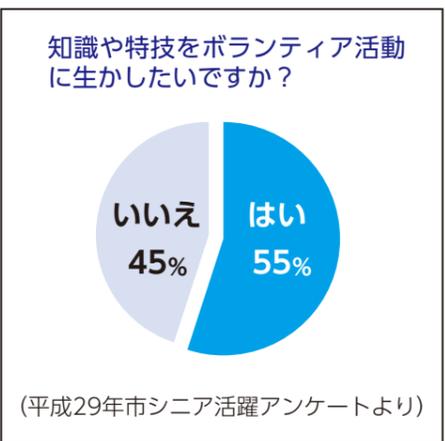
すでに **2,300** 人以上の方が
始めています！！

小野市在住の
20歳以上の
方が対象

心も体もアクティブに

特集

おのアクティブポイントで



皆さんの声から生まれた
「おのアクティブポイント」

昨年にシニア世代の方を対象に行っ
た市シニア活躍アンケートの結果から、
ボランティア活動をしたいと思ってい
るシニアの方が半数以上いることが分
かりました。ボランティアができる環
境を整えれば新たなシニアボランティ
アの掘り起こしができ、さらにアクティ
ブに活動することで健康寿命を伸ばす
ことができるという点に着目。
シニアの方の**ボランティア活動**だけ
でなく、20歳以上の市民の皆さんが楽
しみながら健康になれるように、**健康
づくり**や**介護予防**などの活動も対象に
した「おのアクティブポイント」制度が、
今年4月に誕生しました。

さあ、始めましょう！

STEP1
アクティブパス(手帳)
を申請する

福祉総合支援センター内の健康課ま
たはシニア活躍推進課の窓口や、集団
健診の会場で、おのアクティブパスポ
イントをためるための「アクティブパス手
帳」を受け取ります。

アクティブパス(手帳)
交付人数 **2,369**人
【2018年10月末現在】

▲ 集団健診などの会場でも申請で
きます

STEP2
ポイントをためる

健診(検診)を受診したり、グルー
プで運動を実践したり(20歳以上の方)、
ボランティア活動を行ったり(60歳以上
の方)、介護予防教室などに参加したり
(65歳以上の方)すると、「おのアクティ
ブポイント」(スタンプ)がシールがもら
えます。

▲ 健診受診やボランティア活
動でポイントがもらえます

STEP3
商品と交換する

千・二千・三千ポイント単位で商品
と交換できます。商品はクオカードや
ゆぴか入浴券、サンパティオ商品券な
ど地域の活性化につながるもの。交換
できるのは1年度6千ポイントまで、
残ったポイントは繰り越しができます。

12月からパス(手帳)の申請書を、
市内のコミセン窓口でお預かりでき
るようになります。提出後、約1
週間で自宅にパスが郵送されます。
※コミセン窓口以外のイベント会場
などでのお預かりはできません。

**マイナンバーカードの新規取
得でボーナスポイントが！**
マイナンバーカードを新規に取得
すると、ボーナスポイントとして5
00ポイントがもらえます。まだ取
得されていない方はこの機会に取得
してください。

Pick up Voice 田中恒子さん(曾根町)
クオカード1,000円×2枚
サンパティオ商品券1,200円分
3,000ポイントを に交換

教えて！ Q ポイント交換の流れは？
①パスを市に提出 ②申請書に必要
事項を記入 ③市が確認し希望
の商品と交換

Q ポイントの内訳は？
健康づくり700P
・町ぐるみ総合健診600P
・健康教室100P
ボランティア2,400P

**ポイント制度が活動の励
みになっています**
約20年前から始めたボラン
ティアは今や私の生活の一部
に。喜んでいただけるとうれ
しくて元気がもらえます。
今年からできたポイント制
度は活動の励みにもなって
いて、ポイントをためて商品と
交換するのがすごく楽しみです。
これからもポイント交換
を楽しみながら活動を続け
ていきます。



アクティブ
ポイントに
ついて詳し
くはこちら



CACE 2
調理ボランティア
味くらぶ

市社会福祉協議会の給食サービス事業で、ひとり暮らし高齢者の方などへ届けるお弁当を真心込めて調理しています。



CACE 4
小紫和己さん
(育ヶ丘町)

お盆に市場小学校で水やりボランティアをしたのが縁で、今も水やりに通っています。ボランティアは以前からしていますが、活動を通して人とのつながりを感じることも多く、人との出会いを楽しんでいます。

アクティブポイントの対象となるボランティアには調理や花の水やりなどさまざまな内容があります。楽しみながらやりがいにもつながっているボランティア活動の一部をご紹介します。



CACE 1
岸本紀久文さん
(万勝寺町)

7月から毎週水曜日、障害者支援施設・小野起生園(新部町)で、オセロの対戦をしたり、紙芝居やハーモニカ演奏などを披露したりしています。以前から退職後は社会のために何かしたいと思っていました。一步踏み出すのはなかなか難しいですが、やれば意外と何でもできるもの。私は今、ボランティアを楽しんでいます。



CACE 3
おのガーデニング
ボランティア

「ガーデニングシティおの」を目指し、市内へ配付する花、植える花を種から育てたり、育てた花苗を市内公共施設内の花壇などに植えたりしています。

ボランティアを
続けています

シニア × ボランティア

60歳以上なら...

P ポイント付与は、
6月1日から

CACE 2
和田京子さん(神明町)

Voice

以前から興味があったボランティアを、特別養護老人ホーム・なごみの杜(天神町)で初めて体験しました。利用者の方と楽しく話をしながら一緒にちぎり絵を作り、私も童心に戻って楽しませてもらいました。利用者の方からの「来てくれてよかった」という一言がうれしかったです。今回の体験が一步踏み出すきっかけになりました。



楽しいね

ボランティアをしてみたい人は連絡を

ボランティア体験、受け付け中

ボランティアをしてみたいシニアの皆さんは気軽に問い合わせください。
(☎シニア活躍推進課 ☎63-2684)

いない
いない
ばあ

CACE 1
富田明美さん(鹿野町)

特別養護老人ホーム・粟生逢花苑(粟生町)で、デイサービスのお茶会を手伝いました。



CACE 3
善甫弘美さん(天神町)

NPO 法人北播磨市民活動支援センターの「おしゃべりルーム」で、託児などを手伝いました。また、特技のバイオリンでディズニーなどの名曲を披露。参加者からは、「久々にぜいたくな時間が過ごせた」という声か。



ボランティアを
体験しました

村上利春さん(天神町)



退職後の65歳の時に知り合いから声を掛けられたのがきっかけでボランティアを始めました。今は北播磨総合医療センターのボランティア「らくだ会」、配食ボランティア「いなほの会」、障がい者のガイドヘルパー「やまなみの会」、介護予防サポーター「ふれあい楽らくサークル」、マジックを披露する「小野マジッククラブ」の五つのグループで活動しています。

他にゴルフや卓球、水彩画などの趣味もあり毎日忙しいですが、どれも前向きに楽しんでいます。何かをやって家に帰った時の充実感や人の喜びが私の活動の源になっています。また、ボランティアを始めてから友達の輪が広がり、声を掛けてもらうことも多くなりました。外に出ていくと友達や楽しみが増えるので、ぜひ、皆さんもできることから始めてみてください。

ボランティアを五つ掛け
持ちしています

シニアボランティアに来て
いただけるとうれしい



社会福祉法人栄宏福祉会
特別養護老人ホームなごみの杜
施設長 廣田美智子さん

「セカンドライフ応援セミナー」受講生の2人にボランティア体験に来ていただきました。介護事業所のボランティアというと、身体的介助など肉体的にきついことを求められるイメージがありますが、実は利用者の方との会話や家事の延長線上で誰にでもできる事が求められています。

利用者の方の心をつかみ、会話を盛り上げるのは人生経験豊かなシニアの方が適任です。特に地元の方だと話も広がり、利用者の方にとって居心地のいい居場所づくりへとつながります。またボランティアの方がいると職員にとってもいい刺激になります。ぜひ気軽にボランティアにお越しください。

65歳以上なら…

65歳以上×介護予防

介護予防もポイント対象

いきいき100歳体操などに取り組み、「おの健康貯筋通帳」で100ポイントを集めると、アクティブポイントが300ポイントもらえます。



公民館で毎週月曜日に実施



いきいき100歳体操(高山町)の様子



専門家に
聞きました！
Interview

北播磨総合医療センター
病院長 横野浩一

筋トレが大事。週2～3回は運動を！

生活習慣には、食事・運動・嗜好・休養の4つがあり、最近注目されているのが睡眠・入浴・ストレスの受容・コミュニケーションなどの休養習慣です。コミュニケーションを伴うボランティア活動などは休養習慣につながります。また、適度な運動は生活習慣病のチャンピオンといわれる糖尿病だけに限らず血圧などにも効果があるので、市のアクティブポイントの取り組みはとてもいいことです。効果を得るためにできれば週2～3回は運動をしましょう。

年をとるとサルコペニア(筋肉の減少)が起こります。糖尿病の方だとさらに筋肉が減少します。筋肉維持のために必須アミノ酸のロイシンが多く含まれる乳製品(牛乳・チーズ)や魚、肉を積極的に取りましょう。

そしてもう一つ大事なのが筋トレです。筋肉は量だけでなく質も落ちます。量は「指輪っかテスト」(両手の親指と人差し指で輪っかを作りふくらはぎの最も太いところを囲み、隙間ができるかどうか)で、質は握力と歩行速度で簡単に自己診断ができます。ぜひ運動と合わせてやってみてください。

CACE 2 「健診結果を活かした健康教室」を受講



▲ 家でもできる運動を、実践しながら楽しく学びます

Interview



喜始晴美さん(大島町)

健康になってポイントもたまるからお得

広報でアクティブポイントを知りました。健診や健康講座を受けてポイントもたまるからお得。現在600ポイントですが、これからも受診・受講してポイントをためていきます。

CACE 3 「ウォーキングイベント」に参加



▲ 「下東条ふるさとウォーク」(10月20日)には多くの方が参加

ポイントをためるのが好き

ウォーキングが日課で、約6年前から市のウォーキングイベントに参加しています。アクティブポイントはイベントに参加したのがきっかけで知りました。いろいろなポイントをためるのが好きなので早速パスを申請し、頑張っているところです。

Interview



稲岡守さん(育ヶ丘町)=写真右=
友人の稲田八一さん(栗生町)

CACE 4 「健康づくりグループ」で運動



▲ 運動も、一人でやるよりみんなでやる方が楽しさ倍増！

Interview



藤本純子さん(山田町)

和気あいあいとグループで楽しく活動しています

週1回、コープこうべの移動販売日に合わせて公民館で健康教室を開いています。健康維持だけでなく、みんなで集まっておしゃべりを楽しむ機会として今後も続けていきます。もちろん、楽しみながらポイントもためていきますよ！

20歳以上なら…
20歳以上 × 健康づくり

P

ポイント付与は、
4月1日から

健康寿命の延伸などを目指した「おの健康プラン21・II」(計画期間：2013～2022年度)の中間評価では、小野市の特定健康診査受診率は兵庫県や全国より低いという結果が出ました。健康を維持するためには定期的な健診(検診)受診や、運動などが必要で、おのアクティブポイント制度を活用して健診(検診)受診や、健康講座への参加など、健康づくりに積極的に取り組みましょう。「自分の体は自分で守る」という一人一人の意識が大切です。

県や国より低い市の受診率

CACE 1 「町ぐるみ総合健診」を受診



健診は健康づくりのスタート！

Interview



松下結さん(王子町)

父が病気を患ったことをきっかけに「健康」への関心が高まり、夫の勧めもあって今回初めて町ぐるみ総合健診を受けに来ました。おのアクティブポイントのことは市の広報で見た事はありませんでしたが、健診のついでに申請ができたのでパスをもらいました。今後も健康維持のために健診を受けてポイントもためていきます！

健診のついでにパスを申請

相談窓口

お気軽にご相談ください。

相談日が祝日・振替休日や年末年始と重なるときは、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 (3日の9時から予約受付)	12月12日(水)・19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	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	1月9日(水) 10:00～15:00	第2庁舎第1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	12月7日(金) 10:00～15:00	コミセンおの205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、 休日にも対応します。	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	1月20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・FAX63-1204	
	知的障がい者	1月17日(木) 10:00～12:00				
	精神障がい者	12月21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	12月25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・性的なこと		
	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	12月6日(木)・20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&A

スッキリ!

接骨院や整骨院の治療は保険が使える?

柔道整復師(接骨院・整骨院)による治療は、国民健康保険の対象になる場合と、ならない場合があります。

保険が使えるのはこんなとき

- 外傷性が明らかな打撲・捻挫・肉離れ
- 骨折・脱臼(応急手当をする場合を除き、あらかじめ医師の同意が必要)

保険が使えないのはこんなとき

- 慢性的な肩こりや筋肉疲労
- スポーツによる筋肉疲労・筋肉痛
- 脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善が見られない長期の施術
- 外科・整形外科で治療中の負傷
- 労災保険が適用となる仕事や通勤途上での負傷



柔道整復師にかかるときの注意点

負傷の原因を正しく伝えましょう

外傷性の負傷でない場合や、労働災害・通勤災害に該当する場合は、国民健康保険は使えません。

病院での治療と重複はできません

同一の負傷で、整形外科の治療と柔道整復師の施術とを重複並行的に受けた場合、原則、柔道整復師の施術料は全額自己負担になります。

「療養費支給申請書」の委任欄への署名はご自身で

負傷名・負傷年月日・負傷原因・料金を確認して、ご自身で署名(押印)をするようにしてください。

領収書は必ずもらいましょう

領収書を必ず発行してもらい、明細を確認し、大事に保管してください。

※医療費の適正な支出のため、文書で照会することがありますので、ご協力をお願いします。

〈☎市民課国民健康保険係 ☎63-1469〉

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、お気軽にご相談ください。



高齢者就労相談

市シルバー人材センター内に、10月から「高齢者就労相談窓口」を開設しています。

「働きたいけど自分にあった仕事が見つからない…」
「退職後が心配…」など、悩まれている方はまずご相談ください。専門の相談員が相談に応じます。

相談日時 水曜日・金曜日13:00～16:00

※祝日・年末年始除く

相談場所 小野市シルバー人材センター
シルバーワークプラザ内(王子町801)

相談料 無料

〈☎(公社)小野市シルバー人材センター ☎62-6222〉

新たに開設しました!



予約不要です。
お気軽にお越しください。

※その他の相談窓口は11頁を参照ください。

保険

新しい国民健康保険証を送っています

国民健康保険(国保)加入者の保険証を、12月1日に更新しました。

新しい保険証(藤色のカード)型は、11月上旬から1人につき1枚、世帯ごとにとまとめて世帯主あてに特定記録郵便で送っています。まだ届いていない場合は、連絡してください。

75歳以上の方には、7月下旬に後期高齢者医療被保険者証を送っていますので、今回は送付していません。

◆表記内容が一部変わっています◆

4月から国保の運営が市から県に代わったため、保険証の表記内容としてイアウトの一部を変更しました。

◆内容をご確認ください◆

保険証の記載内容に誤りがないか確認してください。また、現在ほかの健康保険に加入されている場合、市民課窓口で国保を辞める手続きが必要です。新しい保険証と今まで使われていた国民健康保険証と印かんを持参ください。手続きがないと、国保に加入したままとなり、重複して保険税を支払うこととなります。郵送でも手続きができますので、連絡してください。

◆国民健康保険証の有効期限◆

保険証の有効期限は来年11月30日です。ただし、次の方は、有効期限が異なります。

○75歳になる方

有効期限は75歳の誕生日の前日です。誕生日から有効の後期高齢者医療被保険者証を随時送付します。

○退職保険証で65歳になる方

有効期限は65歳の誕生日の月の月末(1日生まれの方は前日)です。新しい国民健康保険証を随時送付します。

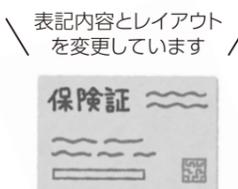
◆新しい保険証のご提示を◆

12月から受診される際は、新しい保険証を提示してください。なお、有効期限切れの保険証(緑色)は回収しません。12月1日以降に各自で処分してください。

◆国保税に滞納がある場合◆

国保税に滞納がある世帯の保険証は、その世帯の滞納状況により有効期限が短くなります。また、窓口交付の対象者には別途通知を送付しています。

◎市民課国民健康保険係
(☎1469)



年金

12月26日 年金相談にお越しください

明石年金事務所の職員らが年金請求手続き、ねんきん特別便その他年金に関する相談などに応じます。

日時 12月26日(木)10時~15時30分

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。12月3日(日)~21日(金)に市民課市民係へ申し込みください。(電話でも可)

予約申込時確認事項

住所・氏名・生年月日・基礎年金番号・電話番号・相談内容

◎市民課市民係(☎1016)



福祉

中途失聴・難聴者のための読話教室

補聴器だけでは、話が聞き取れない。難聴者の方は同じ悩みを抱えています。聞き取りの手助けとなる、読話(話者の口の形から話を読み取る方法)を学んでみませんか。教室では話の内容を文字にしてスクリーンなどに映し出す要約筆記もするので安心してご参加ください。

日時 来年1月6日(土)13時30分~15時30分

場所 コミセンおの206号室

対象 中途失聴者・難聴者、その家族・関係者、聞こえに関心のある方など

内容 言語聴覚士による読話の基礎(ヒアリンググループと要約筆記あり)

講師 岡恵子さん(言語聴覚士)

※詳しくは、県立聴覚障害者情報センターのホームページをご覧ください。

参加料 無料

持ち物 手鏡、メモ用紙、細字サインペン

申込期限 12月31日(日)

申込方法 当センターへ電話またはファクスで申し込みください。

※当日受付もできますが、できるだけ事前に申し込みください。

◎県立聴覚障害者情報センター・読話教室担当

☎078-8054175
FAX 078-8054192

税金

家屋を取り壊したら届け出を

来年1月1日時点で存在しない建物は、来年度以降の固定資産税の課税対象になりません。今年中に建て替え・老朽化などで建物を取り壊された方は届け出てください。

※適正課税のために、随時、現地調査を行っていますので、ご協力をお願いします。
◎税務課資産税係(☎1689)

年金

付加年金で年金受給額を増やせます

月々の国民年金保険料に400円(付加保険料)を上乗せして納めることで、将来受け取る年金額を増やすことができます。

付加年金の納付には申請が必要です。

※過去にさかのぼって付加年金を申請し、納めることはできません。
※付加年金の納付をやめたい場合も申請が必要です。
◎市民課市民係(☎1016)

付加年金受給額は
200円×付加保険料納付済月数

例 付加年金を10年間納めた場合の支払い額
400円×10年(120月)=48,000円

65歳以降、1年間に受け取る付加年金受給額
200円×10年(120月)=24,000円

2年以上受給すると納付した付加保険料を上回り、お得です。



人権

拉致問題を考える講演会とコンサート

国民的問題となっている、拉致問題について、みんなで考える集いに参加しませんか。申し込みは不要です。

日時 12月22日(土)13時30分~16時30分

場所 神戸文化ホール中ホール(神戸市中央区楠町)

内容 ①蓮池薫さん(新潟産業大学)

経済学部准教授・拉致被害者講演会
②神戸市立摩耶小学校音楽隊・県立長田高校音楽部によるコンサートなど

参加料 無料

◎県人権擁護委員連合会(神戸地方
法務局内)☎078-399210850

心あったか人権ポスター・三行詩
受賞者決定しました

心あったか人権ポスターの部 (敬称略)

【最優秀賞】

岩本 幸星(河合小)

【優秀賞】

藤岡 謙心(わか松幼) 森井 悠斗(わか松幼)
松尾 奈瑠(小野東小) 是常 光優(河合小)
田中 伶奈(小野南中) 岸本ゆずみ(旭丘中)
松末 莉奈(小野高) 提中 萌 (小野高)



ポスターの部最優秀作品

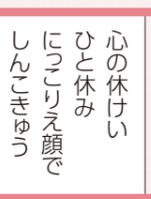
心あったか三行詩の部 (敬称略)

【最優秀賞】

南 滉太郎(来住小)

【優秀賞】

河津 朱莉(小野東幼) 内田 蒼 (下東条中央保)
木田 桃李(小野東小) 住本 音葉(来住小)
井上 ゆら(旭丘中) 蓮井 梨花(小野南中)
東出天舞音(小野高) 中村 優 (小野高)



三行詩の部最優秀作品

~市立図書館で作品展を開催~

日時 12月3日(月)~14日(金)10:00~18:00
※最終日は、13:00まで
◎いじめ・人権グループ(☎63-1243)

年末年始の市役所業務など

施設名称	12月				1月			
	28 金	29 土	30 日	31 月	1 火	2 水	3 木	4 金
市役所窓口業務 ☎ 8:45～17:15 出生・死亡・婚姻など戸籍の届出は、休み期間も管理人室で受付※1								
市総合体育館 (アルゴ)※2 ☎ 9:00～22:00 (受付 21:00)								
大池総合公園 (野球場・陸上競技場・テニスコート)※2 ☎ 野球・陸上 9:00～17:00 / テニス 9:00～22:00 (受付 21:00)								
匠台公園体育館 (おのアクト)・榊公園 (野球場)※2 ☎ 9:00～22:00 (受付 21:00)								
こだまの森 (グラウンドゴルフ場) ☎ 8:30～17:00 (受付 16:00)								
河合運動広場※2 ☎ 9:00～22:00 (受付 21:00)								
八ヶ池龍翔ドーム※2 ☎ 9:00～22:00 (受付 21:00)								
各コミセン・市民研修センター ☎ 9:00～22:00								
図書館 ☎ 10:00～18:00								
あお陶遊館アルテ ☎ 9:00～17:00 (金・土は 22:00)								
児童館チャイコム ☎ 9:30～17:30								
うるおい交流館エクラ ☎ 9:00～22:00 (スタジオは 24:00)								
好古館 ☎ 9:30～17:00								
広渡廃寺跡歴史公園ガイダンスホール ☎ 9:00～17:00								
伝統産業会館 ☎ 9:00～17:00								
白雲谷温泉ゆびか ☎ 10:00～22:00 (受付 21:30)			23:00まで			23:00まで (2日～5日)		
鋤溪温泉きすみのの郷 ☎ 11:00～20:00 (受付 19:30)								
北播磨総合医療センター※3								
ごみの収集※4								
し尿の汲み取り								
小野クリーンセンター ☎ 8:30～16:30								
一般廃棄物最終処分場 ☎ 8:30～16:30								
小野加東斎場「湧水苑」(火葬業務) ☎ 受付 8:45～17:15								
らん♡らんバス								

※1 死亡届は8:45～17:15、その他は24時間いつでも受付。
 ※2 土・日・祝日は8:00～
 ※3 救急診療はこの限りではありません。
 ※4 ごみの収集は、ごみカレンダーのとおりです。

「休み」

12月1日(土)～10日(月)は「年末の交通事故防止運動期間」です

10月に2件の交通死亡事故が発生しました。年末は、師走特有の気ぜわしさや、忘年会などで飲酒の機会が多くなります。道路の凍結も起こりやすく、交通事故の多発が懸念されます。運転する時は、通り慣れた道でもゆとりを持って確実に安全確認をしましょう。歩行者は、夕暮れ時や夜間の外出時には、明るい服装を心掛け、夜光反射材を身に着けましょう。

☎地域安全グループ (☎63-1273)

やさしさと笑顔で走る小野の道



福祉

放課後児童クラブの入所児童を募集

2019年4月から2020年3月まで、通年で放課後児童クラブ(学童保育)を利用する児童を募集します。

対象児童 市内に住所を有し、集団生活が可能な小学生(4年生以上は、ひとり親家庭または障がいなどのため、配慮が必要な児童)で、次のいずれかに該当する児童

- ① 共働き世帯などで放課後家庭に保護者が不在のため、保護が十分に受けられない。(同居の祖父母などが65歳未満の場合、祖父母などの勤務証明も必要)
- ② 保護者が産前産後それぞれ2カ月以内

※求職活動中は、対象となりません。
 ※育児休業中の方で、来年4月中に復帰される方は、今回申し込みください。来年5月以降に復帰される方は、クラブに空きがあれば復帰の前月1日から申し込みを受け

付けます。

申込期間 12月3日(日)～21日(金)(平日の8時45分～17時15分)

申込方法 利用申込書兼家庭調査書、保護者(父母および同居の祖父母など)の勤務証明、在籍児童個票、口座振替依頼書を子育て支援課に提出ください。

※申込書類は、子育て支援課と各クラブにあります。口座振替依頼書以外は、ホームページからダウンロードできます。

※定員を超えた場合は、入所できないことがあります。

☎子育て支援課保育係 (☎63-1645)



福祉

児童扶養手当の振込は12月11日

今年8月～11月分(4カ月分)の児童扶養手当(ひとり親家庭対象)を、12月11日(日)に受給者の預金口座に振り込みます。

※8月期の現況届審査が終了した方のみ

☎子育て支援課児童福祉・少子化対策係 (☎63-1645)

福祉

子育てに関するアンケートに協力を

2020年度から適用する「第2期小野市子ども子育て支援事業計画」の策定に向けて、基礎資料とするためのアンケート(ニーズ調査)を実施します。

現在子育て中の世帯の子ども・子育てに関する意向を把握するためのアンケートです。

趣旨をご理解いただき、調査にご協力をお願いします。

対象世帯 住民基本台帳から抽出し

た次の世帯

- ① 小学校就学前の子どもがいる世帯
- ② 小学校に就学している子どもがいる世帯

実施期間 12月1日(土)～17日(日)

調査方法 アンケート用紙を送付します。記入後、同封の返信用封筒で返送ください。

☎子育て支援課児童福祉・少子化対策係 (☎63-1645)

教育

新小・中学校1年生の就学経費を入学前に支給

経済的な理由で、小・中学校の就学が困難な子どもの保護者に、就学経費の一部を援助する就学援助制度のうち、「新入学学用品費」の入学前支給を行います。

対象者 次の要件(①～③)全てに該当する保護者

- ① 申請時に市内に居住している(入学する前に市外へ転出する予定の方を除く)
- ② 来年4月に小・中学校へ入学予定の子どもがいる
- ③ 平成30年度の就学援助制度の所得要件などに該当する

※支給を受けた後、入学式の前日まで

で市外へ転出された場合は、返還していただきます。

申請期間 12月3日(日)～21日(金)

申請書等の配布 新小学1年生の保護者へは郵送します。また、新小学1年生の保護者へは在籍する小学校で配布します。

申請方法 申請期間内に所定の申請書(必要書類を添付)を、新小学1年生の保護者は市教育委員会へ、新小学1年生の保護者は在籍する小学校または市教育委員会へ提出してください。

☎学校教育課 (☎63-2409)

選挙 市長選挙 期日前投票立会人を募集

来年2月3日㊤に投票予定の小野市長選挙に際し、期日前投票の立ち会いをしていただく投票立会人を募集します。

日程 来年1月28日㊤～2月2日㊤で希望する日(複数日の立ち会い可)

時間 8時30分～20時

場所 期日前投票所(ミセンおのに開設予定)

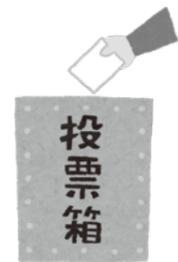
対象 市内に住所を有し、選挙権を有する方

募集人数 1日当たり2人(延べ12人)

報酬 1日につき2,000円

※源泉所得税額99円を含む

申込期間 12月3日㊤～14日㊤必着



立候補予定者説明会は12月10日(月) 13:30～
※詳細は広報11月号をご覧ください。

まち 都市計画用途地域の変更案などを縦覧

東播都市計画の用途地域および地区計画の変更について各案の縦覧を行います。

対象地区 敷地町南地区

縦覧の内容
・用途地域の変更(案)
・中島町南地区地区計画の変更(案)

縦覧期間 12月12日㊤～26日㊤
(平日の8時45分～17時15分)

縦覧場所 まちづくり課
※市民または利害関係者で、都市計画案に意見がある場合は、縦覧期間中、住所・氏名・年齢を明記の上、市まちづくり課へ意見書を提出することができます。

◎まちづくり課都市整備係
(☎③10004)

祈願 受験生の強い味方！ 祈願そろばん

播州算盤工芸品協同組合により、市役所東駐車場にある巨大そろばんの下に設置されたそろばんミニモメン「祈願そろばん」。

以前からあった「巨大そろばん」に触れると受験に合格するとの風説から誕生しました。

いよいよ受験シーズン到来。受験生にとっては最後の追い込み時期になりますが、小野市のパワースポット「祈願そろばん」で合格祈願をしませんか。



祈願そろばん

新年のお願い事にも、ぜひお立ち寄りください。

◎産業創造課(☎⑩7137)

成人式 2019小野市成人式にご参加を

今回は平成最後の成人式。20歳の門出を祝うため、成人式実行委員会では、新成人のアイデアを生かした成人式の準備をしています。友人を誘ってぜひお越しください。

日時 来年1月14日㊤10時～(受付9時15分)

場所 うるおい交流館エクラホール

対象 平成10年4月2日～11年4月1日生まれの方で、市内に住居票があるか市内小・中学校を卒業された方

※現在、市内に住居票がない方で参加を希望される方は、事務局まで氏名・住所・電話番号・出身小中学校をお

知らせください。

テーマ 「D.A.W.N.」
「新しい時代を走りだせ」

プログラム 恩師メッセージ、新成人の主張、クイズONONO IPPONZUPランプリほか

※詳細は11月下旬に郵送した案内状をご覧ください。

入場制限 席数に限りがあるため、ご家族など新成人以外の方は、別会場でスクリーン映像をご観覧いただきます。

◎成人式実行委員会事務局(いきいき社会創造課内) ☎⑩2445

水道 水道管の凍結にご注意を！

寒い日が続く、蛇口や水道管が凍結しやすくなります。水が出なくなるだけでなく、水道管などが破損してしまふこともあります。水道管などの修理費用は、自己負担となります。凍結による損害を防ぐため、本格的に寒くなる前に対策をしましょう。

【凍結しやすいところ】

- 屋外にある蛇口
- 露出した水道管
- 北向きの日陰で吹きさらしになっている水道管
- 風通しの良いところにあるメーターボックス

【凍結しやすいとき】

- 外気温がマイナス4度以下のとき
- 凍結防止対策をしましょう！

○むき出しの屋外の配管…市販の保温材料などを巻いてください。

○メーターボックス内…梱包用緩衝材や発泡スチロールを入れると効果的です。

○蛇口やバルブ…梱包用緩衝材などで包み込んで、外側に袋をかぶせまじょう。(蛇口の回す部分も包み込みましょう。はみ出しているところから冷気が入り込みます)

※タオルなどが浸み込む素材のもの、濡れてしまうと防寒効果が弱



くなりません。

【もし凍結してしまったら】

蛇口は無理に回さず、露出している部分にタオルなどを巻き付けて、ぬるま湯をかけましょう。(いきなり熱湯をかけると、水道管が破損することがあります)

凍結したまま出掛けるときは、蛇口がきちんと閉まっているか確認してください。気温が上昇して解けたときに水が噴き出します。

(万が一のために水をくみ置きしておく安心です)

【破損して漏水してしまつたら】

まず、元栓を閉じてください。(事前に元栓の場所を確認しておきましょう)

修理は、指定給水装置工事業者に依頼してください。事業者の一覧表は水道部ホームページに掲載しています。

※蛇口やバルブが破損して漏水しても、水道料金の減免はありません。

◎水道お客様センター
(☎③1012)

交通 らん♡らんバス 中学生・高校生は冬休み無料

冬休み中は、中学・高校生のらん♡らんバスの運賃を無料にします。

市内の移動はもちろらん、鉄道や路線バスと乗り継ぎができるルートもありますので、市外へのお出掛けにもご利用ください。

らん♡らんバス時刻表は、市ホームページに掲載しています。
<https://www.city.ono.hyogo.jp/>
1/8/4/6/



QRコード



市内11ルートを運行しています

期間 12月22日㊤～来年1月7日㊤
※12月31日と1月1日は連休

利用方法 バス降車時に、運転手が生徒手帳を見せてください。

※小学生以下や65歳以上の方、障がいのある方はいつでも無料です。

◎交通政策グループ(☎⑩1404)

チャレンジ おの検定

12月16日(日) 13:30～16:30

場所

図書館 2階 研修室(1)

検定部門

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)には認定証を交付します。

ことわざを完成させよう!

※おの漢字検定テキストより

- ①目は()ほどに物を言う
- ②のどから()が出る
- ③能ある鷹は()を隠す

㊤㊤㊤㊤㊤

◎いきいき社会創造課(☎63-2445)

Ring of Red Anniversary 小野ハーフマラソン 2018.12.2 開催

12月2日(日)、小野警察署白バイ隊員の先導で、約5,700人のランナーが小野市を駆け抜けます。

当日は、ゲストランナーとして、小林祐梨子さん(北京オリンピック出場)と田中千洋さん(第3回神戸マラソン女子優勝)が参加するほか、チャリティーランナーとして、現役プロ野球選手やミスユニバース兵庫代表がハーフマラソンをリレー形式で走ります。

また、市内の各種団体に加え、市民ボランティアや近隣大学の学生ボランティアの方々に、大会運営に協力いただきます。

■チャリティーランナー(予定)※敬称略

【大会アンバサダー】赤星憲広(元阪神タイガース)【スペシャルサポーター】狩野恵輔(元阪神タイガース)【阪神タイガース】俊介(外野手)・原口文仁(捕手)【オリックス・バファローズ】T・岡田(外野手)・西野真弘(内野手)・武田健吾(外野手)【福岡ソフトバンクホークス】松田遼馬(投手)

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

■会場周辺でのお楽しみイベント

大池総合公園市民広場では、プロ野球選手ミニトークショーや、シンガーソングライターTEEのスペシャルミニライブ、おの恋おどりや小野中・小野南中吹奏楽部・エクラスーパーセッションの演奏などを予定しています。

また、飲食ブースには全国のB級グルメが、エクラ南駐車場でも小野市PRブース(おの恋ホルモン焼きそばなど)が出店予定です。

■ランナーの皆さんへ

直径2mの「おおべの大鍋」で作った豚汁、味彩会による「ぜんざい」を振る舞います。また、市観光協会が「ひまわりサブレ」でランナーを応援します。

■観覧者・応援者の皆さんへ

会場周辺の観覧者・応援者用の駐車場は、市役所の西駐車場です。ハーフマラソンは9:30にスタート。スタート・ゴール地点の図書館・うるおい交流館エクラ周辺で、温かい声援をお願いします。

消防

消防本部からのお知らせ

大掃除で火災を防止!

寒い季節は、空気が乾燥し火災が発生しやすいくなります。年末の大掃除と一緒に火災の原因になるものをチェックして、新年を迎えましょう。

◆大掃除のチェックポイント◆
①家の周りにゴミを放置していませんか。
家の周りに置いてある可燃物や危険物に火を付けられる恐れがあります。放火の元になる家の周りのゴミや可燃物をなくし、危険物も人の目に触れないところに置きましょう。

②コンセントとプラグの間にほこりが溜まっていますか。
プラグをコンセントに長期間差したままにしていると、ほこりや湿気が溜まり、漏電して、ほこりに着火します。プラグを抜いて乾いたもので、ほこりを取り除きましょう。

③電源コードがタンスなどの下敷きになっていませんか。
コードがつぶれたり一部が切れて、そこから発熱して発火します。コードが重たいものの下敷きにならないようにしましょう。

④タコ足配線や電源コードを束ねて使用していませんか。
タコ足配線をするコンセントの定

格容量を超えて発熱し、発火するのをやめましょう。またコードを束ねるのも、電線同士が温め合い、コードが高温になって発火するので危険です。
⑤ストーブの近くに洗濯物を干していませんか。
洗濯物が接触すると着火します。特に外出前や就寝中は、ストーブを必ず消火しましょう。

第3回危険物取扱者試験

試験日 来年2月3日◎

試験種類 ①甲種②乙種第1類③第6類③丙種

申請期限

○電子申請 12月7日◎

○郵送 12月10日◎

願書配布場所 消防本部・南分署・北分署

※南分署・北分署は災害出勤などで不在の場合があります。

◎予防課 ☎4634

平成30年火災統計

(10月末時点)

火災種別	件数
建物火災	10
林野火災	3
車両火災	1
その他火災*	6
計	20
前年同時期	21

*雑草・廃材などの火災

ガーデニング

花・ハーブ講習会に参加しませんか

NPO法人ひまわりグリーンスタツフが花・ハーブ講習会を開催します。
日時 ①来年1月13日◎②1月17日◎13時30分~15時

申し込みを受け付けます。
※両日の申し込みはできません。
◎まちづくり課都市整備係 ☎2182 FAX2614



作品イメージ

イベント

ひまわりの丘公園で「スタンプラリー」

ひまわりの丘公園に隠されたサンタの人形を五つ探してスタンプを集めた方に、お菓子をプレゼントします。
日時 12月22日◎~23日◎10時~16時

受付 ひまわりの丘公園パークセンター(参加無料)
対象 小学生以下
◎ひまわりの丘公園パークセンター ☎21147

スポーツ

総合体育館プールを一時休業します

総合体育館の室内プールは、可動屋根改修工事のため、来年1月15日◎~2月28日◎の間、一時休業します。
なお、スイミングスクールは、プールが使えないため、1月~2月の2カ月間

休講します。
皆様にご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。
◎市総合体育館(アルゴ) ☎7000

スポーツ

第22回小野フレンドリーカップを開催

本格的な綱引きの経験が無くても楽しめます。家族や友達、職場の仲間とチームを組んで、ご参加ください。
日時 来年1月27日◎9時~(受付8時30分~)

◎小学3~4年生女子の部
対象 市内在住、在勤または在学の方(小学校3年生以上)
参加料(1チーム) 一般の部5000円、小学生の部3000円(傷害保険料を含む)

場所 市総合体育館(アルゴ)アリーナ
部門 各部門ともチーム8人
①一般男子の部(中学生以上)
②一般女子の部(中学生以上)
③小学5~6年生男子の部
④小学5~6年生女子の部
⑤小学3~4年生男子の部

申込期限 来年1月15日◎
申込方法 市総合体育館(アルゴ)の窓口へ備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、スポーツ振興課に持参またはファクスで申し込みください。
◎スポーツ振興課 ☎2591 FAX1842

スポーツ

ハートフルゴルフコンペに出場しませんか

日程 来年1月14日◎
場所 ローウッドゴルフクラブ(山田町)
対象 市内在住、在勤の方
定員 先着80人(20組)
※4人未満の場合は他の方との組み合わせになります。

※プレー代とともに当日支払い
申込期限 12月20日◎
申込方法 エクラ備え付けの申込書(協会ホームページからもダウンロード可)に記入の上、窓口かファクスで送って申し込みください。後日組み合わせなどをお知らせします。
※ファクス送信後は確認の電話をしてください。

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 10,240円 基金・税
込・昼食補助1,400円付き(セルフプレー)
参加料 2,000円

◎市ゴルフ協会事務局(うるおい交流館エクラ内)9時~20時
☎5188 FAX2400
〒675-1366 小野市中島町72

健康 健康課からのお知らせ

年末年始の救急歯科診療

日程	当番医
12月31日(月)	磯貝歯科医院(加東市木梨) ☎0795-42-1345
1月1日(火)	芝本歯科医院(黒川町) ☎63-3600
1月2日(水)	藤原歯科医院(加東市沢部) ☎0795-42-1065
1月3日(木)	くすはら歯科医院(黒川町) ☎62-9420

※変更する場合があります。受診前に確認してください。

診療時間 9時～12時

小児救急医療電話相談

お子さんの急な病気やけがなどでお困りの時は気軽に相談ください。
【北播磨圏域小児救急医療電話相談窓口】
 相談時間 18時～22時(祝日・振替休日・年末年始除く)
 対応者 看護師
 電話番号 ☎1371



国際交流協会からのお知らせ

冬休み子ども日本語教室 サポートボランティア募集

外国人の子どもたちに、日本語や日本の文化を教えたり、冬休みの宿題のサポートをしたりするボランティアを募集します。
日時 12月25日⑧・28日⑨ 来年1月4日⑩ 9時30分～12時
場所 コミセンおの305号室
対象 高校生以上
申込方法 電話やメールなどで申し込みください。

英会話教室の受講生募集

【中級クラス】
日時 来年1月7日～3月18日の月曜日(全10回) 20時～21時
※1月14日除く
対象 中学生以上の方(中3レベルの英文法が理解できる方)
講師 マイク・コングさん(市内在住外国人講師)
【初級クラス】
日時 来年1月9日～3月13日の水曜日(全10回) 20時～21時
対象 中学生以上の方(中2レベルの英文法が理解できる方)
講師 マイケル・グンワラノンさん(市内在住外国人講師)

【兵庫県子ども医療電話相談】

相談時間
 ○月曜～土曜 18時～翌朝8時
 ○日曜・祝日・振替休日・年末年始 8時～翌朝8時
対応者 看護師(必要に応じて医師)
電話番号
 ○プッシュホン回線・携帯電話 ☎#80000
 ○ダイヤル回線・IP電話 ☎078-3304-8899

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、皆さんの健康づくりにつながるアドバイスをシリーズで紹介しています。

⑦感染症の予防

感染症を予防するためにしていることは「手洗い」が92.5%で最も高く、続いて「うがい」「マスク着用」です。年齢別にみると70歳以上の人は他の年代に比べて、インフルエンザなどの「ワクチン接種」の割合が高くなっています。

▼冬季には、インフルエンザや、ノロウイルスなどによる感染性胃腸炎などが流行します。感染しないように早め

の予防を心掛けましょう。

【インフルエンザ】

潜伏期間と症状 潜伏期間は数日です。症状は、38度以上の発熱、頭痛、筋肉痛、全身倦怠感などが突然現れます。また、風邪と同じように鼻汁、咽頭痛、咳などの症状もみられます。

予防するために

- 予防接種を受ける。
- マスクを着用し、なるべく人混みを避ける。
- 外出時には必ず、石けんを使用し手洗いの習慣をつける。
- 室内は、適度な湿度(50～60%)を保つ。
- 十分な睡眠とバランスのとれた食事を取る。

【フロウイリス】

潜伏期間と症状 潜伏期間は、通常1～2日で、主な症状は、下痢、吐き気、おう吐、腹痛、発熱などです。

予防するために

- 調理や食事の前、トイレ後やおむつ交換後などには、石けんを泡立てて十分な時間をかけて手洗いし、清潔なタオルで拭く。
- 下痢やおう吐などの症状がある時は、調理を控える。
- 食品は、85～90度以上(中心部)で90秒以上加熱してから食べる。
- 患者の便や吐物は、左記のようにすばやく適切に処理する。
- ① 手袋・マスクを着用し、汚物をペーパータオルなどで外側から内側に拭き取る。
- ② ①をすぐにビニール袋に入れ、密封し、廃棄する。
- ③ 汚染された場所やドアノブなど、患者の手が触れたところと、便器や器具、機材を、0.02%の次亜塩素酸ナトリウム(2ℓのペットボトルに市販の塩素系漂白剤をキャップ2杯入れたあと水を足し、満タンにする)に浸したペーパータオルなどで消毒する。

ペットが迷子になったら

ペットが迷子になったら「そのうち帰ってくるだろう」と思っていないで、ペットが他人に迷惑をかけたり、動物愛護センターが保護しているケースもあります。いなくなったら、すぐに動物愛護センター三木支所と小野警察署に連絡してください。
 ◎県動物愛護センター三木支所 ☎0794-844-3050 (平日9時～17時45分)



もしもの時のために身元が分かるような名札などを付けましょう

就労 12月6日・20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無料就労支援相談会を開催します。
日時 12月6日⑧・20日⑩ 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

就労 北播磨地域障害者合同就職面接会を開催

障がいのある方を対象とした合同就職面接会を開催します。
日時 12月6日⑧ 14時～15時30分(受付13時30分～15時)
場所 うるおい交流館エフラス市民交流ホール
参加企業 20社程度
対象 障がいのある方
持参するもの 障害者手帳、履歴書(複数部ご用意ください)
 ◎ハローワーク西脇 ☎0795-222-3181

教育 放送大学の4月入学生を募集

放送大学の4月入学生を募集します。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。
 全国に学習センターがあり、サークル活動などの学生の交流も行われています。

出願期限 来年3月17日⑩
※資料無料が必要な方は問い合わせください。
 ◎放送大学兵庫学習センター 姫路サテライトスペース ☎0799-284-5788

図書館
☎0456・FAX0606

読書をより楽しむために
◆クリスマスおすすめ絵本パック◆
クリスマスにおすすめの絵本2冊をセットにして貸し出します。
期間 12月3日①～25日④



クリスマス向けの絵本が入っています

◆お楽しみ袋◆
どんな本が入っているか分からない「お楽しみ袋」を用意しています。
期間 12月14日④～28日④

めいぐるみのお泊まり会
日時 12月8日④14時～14時30分
場所 こどもコーナー
対象 図書館カードを持っている幼児
定員 10人(先着順)
参加料 無料
申込方法 12月3日④からカウンターで受け付けます。当日にめいぐるみを1人1体お持ちください。

ビブリオバトル(知的書評合戦)
おすすめの本を紹介する発表者と

白雲谷温泉ゆぴか
☎0261・FAX0262

年末謝恩ガラガラ抽選会
入浴ポイントを10個集めたカード1枚につき抽選券を1枚お渡しします。1等の高級すき焼き用牛肉をはじめ、素敵な賞品を用意しています。
期間 12月14日④～18日④10時～21時30分

12月22日⑤は冬至の柚子湯
柚子と一緒に、柑橘類の王様・晚白柚も浮かべます。ぜひ、この機会にお楽しみください。

初風呂は来年1月2日④
12月30日①・1月2日④～5日④は、営業時間を1時間延長し、23時まで営業(受付は22時30分まで)。1月2日④は、先着300人に干支石鹸をプレゼントします。
※年末年始の営業は、15頁を参照ください。

児童館チャイコム
☎FAX08588

リズムに合わせて音楽であそぼう
親子で楽器や音楽に合わせて歩い

紹介を聞く観覧者に分かれて、一番読みたくなった本を全員で決めます。
日時 12月15日④15時～16時
場所 エントランスホール
発表テーマ 「心のこり」(1人5分)
定員 5人
申込方法 12月3日④からカウンターで申し込みください。観覧は申し込み不要です。

◆お話し会◆ (30分)
8日④14:00～
15日④10:30～
16日④15:00～ (英語でお話し会)
22日④14:00～
◆赤ちゃんタイム◆
第3土曜 (10:00～12:00)
第2・4木曜 (10:00～12:00、16:00～17:00)
■12月1日④～2日④は、小野ハーフマラソンのため休館します。第4火曜・25日は開館します。
■12月15日④～28日④は、貸し出し冊数30点、貸出期間22日間に変更します。
■年末年始の閉館日は、15頁を参照ください。

好古館
☎03390・FAX03462
「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。

今回、新たに発見された史料「小野町年寄」文書も展示します。
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・休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見学会「小野地区の近世を歩く」
当館学芸員の案内で、下大部町、葉多町方面を巡ります。
日時 12月8日④9時～12時
集合 好古館
※無料・申し込み不要
②展示説明会
日時 12月8日④13時30分～
場所 好古館2階展示室

十二単や束帯を着てみませんか
十二単や束帯の着付けをします。ご家族や友だちと新春の楽しい思い出づくりをしませんか。
日時 来年1月12日④・13日④・26日④・27日④10時～15時40分
場所 好古館研修室
対象 十二単：身長150cm以上、束帯：身長130cm以上
定員 各日6組(2人1組で各45分)
※応募者多数の場合は抽選

参加料 無料(入館料は必要)
申込期限 12月15日④必着
申込方法 窓口で申し込むか、住所・氏名(2人分)・電話番号・身長(2人分)・着付け希望日(複数可)を記入の上、はがき、ファクスまたはメールで申し込みください。
☐kokokan@city.ono.hyogo.jp



着付け体験の様子

◆着付けボランティア募集◆
十二単の着付けボランティアを募集します。経験は問いませんので、お気軽に問い合わせください。
練習会 12月16日④13時30分～
おの夢館(播州カフエ)
☎FAX02126

雑貨・アクセサリ作品展
市内で活動するTR&Kハンドメイドの会が、クリスマスを彩る雑貨・アクセサリの作品を展示します。
期間 12月1日④～25日④
開館時間 12時～17時
※水曜・日曜休館

12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	土	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
2	日	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
3	月	親子で自由あそび	0歳児さん集まれ!(10:30～)～元気に楽しく親子ヨガ～
4	火	選んで遊ぼう自由あそび	子育てグループ(新)※登録者対象
5	水	にこにこ子育て相談(9:45～11:00)	—
6	木	人形劇をみよう(11:00～11:30)人形劇団たたくファミリー(開場10:50)	子育てグループ(自主)※登録者対象
7	金	親子で自由あそび	クリスマスグッズを作ろう(10:30～11:00)
8	土	パパサタサロン「クリスマスグッズを作ろう」	エコ工作を楽しもう
9	日	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
10	月	親子で自由あそび	0歳児・ほのぼのひろば(10:30～11:00)
11	火	みんな一緒にお話聞こう(読み聞かせ)	—
12	水	みんなで体操1・2・3	—
13	木	リズムに合わせて音楽であそぼう(10:30～11:30)	子育てグループ(0歳)※登録者対象
14	金	親子で自由あそび	英語であそぼう(10:30～)
15	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
16	日	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
17	月	みんなでお祝い!ハッピーバースデーとお楽しみクリスマス会(10:30～11:30)	12月生まれのお友だち集まれ!(9:45～10:15)
18	火	選んで遊ぼう自由あそび	—
19	水	掲示板に展示する作品づくり(先着30組)	—
20	木	みんなで遊ぼうリズムにのって	—
21	金	親子で自由あそび	パネルシアターを楽しもう(10:30～)
22	土	パパサタサロン「作ってあそぼう」	エコ工作を楽しもう
23	日	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
24	月	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
25	火	みんな一緒にお話聞こう(読み聞かせ)	エコ工作を楽しもう
26	水	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
27	木	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
28	金	親子で自由あそび	エコ工作を楽しもう
29	土		
30	日		休館日
31	月		

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】12月5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。

たり、スキンシップをしたりして、ふれあいあそびを楽しみませんか。
日時 12月13日④10時30分～11時30分
場所 遊戯室
対象 1歳以上の子どもと保護者

定員 60人(先着順)
参加料 1家族150円(市外の方は200円)
講師 長島真登香さん(リトミック研究センター講師)
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。
チャイちゃん コムくん

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

12月の休館日
25日(火)

**エクラ
ハートフルシティコンサート2018**

12月9日(日) 1部10:00~ 2部13:00~

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 21組
料金 無料



小野名画劇場「父と暮せば」

12月11日(火) ①10:00 ②13:30 ③18:30 ※30分前開場

原爆投下後の広島を舞台に、生き残ったことへの負い目に苦しむ娘と、幽霊となって現れた父との心の交流を描く人間ドラマ。

場所 エクラホール
料金 当日券700円
※ゴールドカード提示で無料



エクラdeブラスアンサンブル

12月16日(日) 13:00開演

生徒による吹奏楽アンサンブル演奏会。それぞれの楽器が持つ美しい音色をお楽しみください。

場所 エクラホール
出演 河合中学校・旭丘中学校・小野南中学校
小野中学校・小野工業高校・小野高校の吹奏楽部
料金 無料

桂文枝 独演会

12月23日(祝) 14:00開演 残席わずか

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



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)
テレマン室内オーケストラ(管弦楽)
料金 2,000円 ※全席指定



大人のための手づくり絵本 **託児無料・要予約**
世界でたったひとつの私の絵本をつくろう!
～読んで楽しい絵本! つくれれば、もっと好きになる!～

来年 **1月27日(日)・2月10日(日)**
2月24日(日) いずれも13:00~16:00

夢や日常のひとコマ、残しておきたい思い出などをと、オリジナルの絵本をつくります。

場所 中会議室
定員 先着15人
料金 2,000円(3回分、材料費込)
持ち物 マジック(黒)、はさみ



出張! ハローワーク西脇 就労相談 in エクラ **託児無料 要予約**

来年 **1月4日(金)・2月4日(月)・3月4日(月)**

ハローワークで行っている就職や雇用に関する相談をエクラでも受け付けます。

気軽にご利用ください。
時間 ①13:30~14:00 ②14:10~14:40
※要予約(各時間1人)
料金 無料
問合先 小野市男女共同参画センター(☎62-6765)

「クリスマスおの」
☎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 12月25日⑩まで
点灯時間 17時~21時
場所 コミセンおの周辺
「クリスマスコンサート」
日時 12月8日④・15日④・22日④
18時30分~
場所 コミュニティホール
入場料 無料

◆フォトコンテスト作品募集◆
テーマ 「コミセンおの周辺のイルミネーション」
サイズ 四つ切ワイドかA4サイズ
※組み写真・合成写真は不可
応募期限 12月28日⑩必着
応募方法 作品の裏に、題名・住所氏名・年齢・連絡先を書いた応募用紙を貼り付けて、「コミセンおの」へ持参するか、郵送してください。

郵送先 〒675-1138 小野市王子町806-1

「コミセン」
かわい
☎FAX②2454
☎FAX⑥2030

短期講座
味噌づくり教室 受講生募集

日本の食卓に欠かせない味噌を手作りしてみませんか。
日時 【「コミセン」】来年1月26日④

「コミセン」
来年3月9日④13時~16時
場所 愛宕神社境内特設舞台(小野商店街内)
対象 1曲を最後まで歌える方
募集人数 30組(1組2人まで)
※応募者多数の場合は抽選
参加料 無料
応募期限 12月26日⑩必着
応募方法 「コミセンおの」に備え付けの応募用紙に記入の上、「コミセンおの」へ申し込みください。

市民ギャラリー展示案内

●アルテ作品展(陶器など・約40点)
出展者 おお陶遊館アルテ指導ボランティア・自由教室生
期間 12月8日④まで
●きずみの元気みつけた! 写真展(写真約100点)
出展者 来住地区地域づくり協議会
期間 12月10日④~26日⑩

「コミセンかわい」 来年1月27日④
いずれも10時~12時
場所 各「コミセン」調理室
【共通事項】
対象 成人の方
定員 12人
※応募者多数の場合は抽選。応募者が6人以下の場合は開講しません。
受講料 400円
※別途、材料費2,400円程度が必要
講師 神戸友の会三木方面会員
申込期限 12月21日⑩
申込方法 各「コミセン」に備え付けの申込用紙に記入の上、希望する「コミセン」の窓口で申し込みください。

「コミセン」
☎FAX⑥7789

「コミセン」
講座・陶芸教室の受講生募集

◆短期講座ひな人形づくり◆
手作りのひな人形で、特別なひなまつりを迎えませんか。
日時 【作陶】来年1月19日④9時30分~12時【絵付け(希望者のみ)】来年2月2日④9時30分~11時
対象 小学生以上
(小・中学生は親子で参加してください)
定員 15人
※応募者多数の場合は抽選。応募者が



2月中旬完成予定

3人以下の場合は開講しません。
受講料 1,000円
(市外の方1,500円)

◆冬期陶芸教室(初心者教室)◆
この冬、陶芸に挑戦しませんか。土の温もりや自分で作品を作る楽しさをぜひ味わってください。
期間 1月~4月(全12回)
①火曜日コース 13時30分~16時
②金曜日コース 9時30分~12時
対象 高校生以上の方で陶芸の基礎的な技術を習得したい方
定員 各コース5人
※応募者多数の場合は抽選。応募者が3人以下の場合は開講しません。
受講料 7,000円
(市外の方10,500円)

◆ボランティア養成講座◆
期間 1月~7月の毎週日曜日
13時~16時(全24回)
対象 講座修了後にボランティアとして登録できる方
定員 5人
受講料 12,000円
(市外の方18,000円)

【共通事項】
申込期限 12月20日⑩
申込方法 窓口で申し込むか、住所氏名・電話番号・受講希望の講座名を記入の上、ファクスで申し込みください。ファクス送信後は、確認の電話をしてください。

温故知新

広報アドバイザ！

佐野允彦のおの歴史散歩余話(その三十三)

好古館では「小野藩陣屋町と村のくらし」をテーマに特別展が開かれてい
る。今月は同展で展示されている町役
人の記録を中心に話を進めたい。
市民の皆さんはすでにご存知のこと
と思いますが、まず簡単に陣屋町につ
いておさらいを。

小野藩は寛永20(1643)
年に立藩、所領1万石のため城
を構えられず、陣屋をまず敷地
村に開設。その後1653年に
門前村(現・神明町)に移転、合
わせて陣屋町(小野商店街一
帯)を整備した。延長約730
呎の「新道」を敷設し、約95軒の
商工業者の屋敷が建ち並んだ。
さて、冒頭の町役人とは、江
戸後期、陣屋町に屋敷を構えて
いた糺屋(梶原家 藤兵衛。屋号の通り
代々糺商売を家業としていた。この家
に約4百点もの文書が残されていて、
平成15年にそっくり好古館に寄託され
た。

陣屋町の暮らし浮き彫り 町役・糺屋藤兵衛の記録



「糺屋」だった梶原家(本町)。写真右上は「御用向之控」の表紙(好古館提供)

783)年に年寄役になって以来、約30
年間の役向きの記録が綴られており、
3冊が現存している。
今夏、目録作成と解説に取り組んだ
のが、好古館館長・石野茂三さんと、神

その古文書群(梶原家文書)の中核
になるのが「御用向之控」。天明3(1

戸大学人文学研究科の特命助教、加
藤明恵さん。先般、加藤さんにお話を
伺った。「町内の出来事、町と村との関
係などで大きい出来事や問題について
きちんと書き留めています。几帳面な
人だったようです。これだけ長期間に
わたって書き続けられた町方の記録は

珍しいですよ」と評価された。
注目した史料として、天明8年に門
前村との町域を定めるのに杭を打つな
どする作業に藩役人とともに立ち会っ
た件など4点ばかり挙げていただいた。
そのうち私が興味を持ったのは寛政元
年、天候不順で「高水」(洪水)になつた
とき、陣屋でお粥の炊き出しをした話。
藩の善政を感じたからだ。

また、天明4年10月8日、幼児の捨
て子があり、最終的にある家が養子と
して引き取る。その家に対し町方から
祝儀として錢10匁、上様(藩)から米1
俵が渡されたという。「捨て子の古格
(古くからの決まり)」によるものと書
いているが、町方、藩ともに優しい対応
をしていたことがわかる。

一方、厳しい面もあったのは寛政元
年の「大坂御用人足」の件。藩役人が
大坂に出張した際、町から出した人足
の勤め振りが悪く、お叱りを受けたこ
とも記している。

ほかにも愛宕神社で富くじ(宝く
じ)をしたことなど当時の陣屋町の様
子がわかる記録が満載だ。特別展は24
日まで。ぜひご覧ください。

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 葉多城跡(葉多町)



加古川左岸の段丘先端部に築かれた
室町時代ごろの城跡です。北と西は高
い崖になっていて、東と南に幅6呎、高
さ3呎の土塁を築き、防備を固めてい
ました。稲荷神社がまつられている場
所は、一段高く広いことから櫓(かぐら)があつた
ようです。現在の城山グラウンドが、
かつて土塁に囲まれていた城内で、武士
たちの生活の場となっていました。

「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「掃除」

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。

日曜の朝は
何かが違う



はたらきもの ナマケモノ

斉藤洋作
(理論社)

僕にしか見えないナマケモノ
は、すごい速さで部屋を片付け
る働き者です。

写真に隠された
見えない物語とは



江ノ島西浦写真館

三上延 著
(光文社)

祖母の写真館を遺品整理
するために訪れた孫が「未渡
し写真」の謎を解く。

捨てるに
スッキリしたい方へ



どうしても捨てられない!!
あなたのための
捨てるに快適収納術
腹肉ツヤ子 著
(大和書房)

ものを捨てずに快適な暮ら
しを実現する「ゆるーい」収納
方法をイラストで紹介。

リバンドゼロの
片付け術



プロが教える 実家の片づけ

渡部亜矢 著
(ダイヤモンド社)

ゴールを決めて、最短・最
速・最効率で実家を片付ける
5つの方法を紹介します。

COOKING

作ってみよう
学校給食メニュー

野菜のゆず和え

爽やかなゆずの香りで、酸味が苦手な子どもたちからも「おい
しい」と大好評! 箸休めの一品にもピッタリですよ。

材料(4人分)

- | | |
|---------------|---------------------|
| キャベツ.....1/8玉 | ゆず果汁.....小さじ1 |
| ニンジン.....1/3本 | 砂糖.....大さじ1 |
| 鶏ささみ.....30g | 薄口しょうゆ.....小さじ1・1/2 |
| | 酢.....小さじ1 |

生のゆずを使う時は、細切りにした
皮を混ぜてもgood!



- 1 ささみは筋を取り、適量の酒を振って茹でた後、食べやすいようにほぐしておく。
- 2 ニンジンは千切り、キャベツは1cm幅に切り、茹でて冷ます。
- 3 ボウルに水気を絞った②とささみ、Aを入れて混ぜ合わせれば完成。



エネルギー 34kcal(1人分)

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/>

市老連だより

ひまわりクラブ小野
 世代をつなぐ体育祭で交流



10月1日、下東条西保育所の園児37人を迎えて、市総合体育館で体育祭を開催しました。

台風25号が接近していましたが、約560人の会員が集い、健康づくりとさなづくりができた有意義な1日となりました。

— 結果 —

- 優勝 下東条地区
- 2位 大部地区
- 3位 河合地区

新春三社初詣に参加を



日時 来年1月7日(月)
行き先 岡山県(和気神社・最上稻荷・吉備津彦神社)
参加費 5,200円
申込方法 会員は12月12日(水)までに各クラブ会長へ、未加入の方は12月13日(木)11:00までに下記へ申し込みください。

市老人クラブ連合会
 ☎・FAX63-2099
 月・水・金の9:00~16:00

受章おめでとうございます

危険業務従事者叙勲 (五十音順)

瑞宝単光章(消防功労)



小西克己さん (福住町)

瑞宝単光章(警察功労)



小林豊志さん (浄谷町)

瑞宝単光章(防衛功労)



正兼 豊さん (王子町)

※掲載に同意された方のみ紹介



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。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。(QRコードは31頁参照)



ma_souvenirsさん 10月31日 ひまわりの丘公園

一面をピンクに染めた380万本のコスモス

10月下旬~11月上旬に、ひまわりの丘公園前農地の380万本のコスモスが満開に。市内外から訪れた多くの方が、コスモス畑で写真を撮ったり、切り花プレゼントを楽しんだりしていました。



yu.0u0.hpyさん 11月4日 ひまわりの丘公園



小野南中 10/31

爆笑! 親子講演会

小野南中学校でPTA親子講演会が開かれました。講師は、即興劇で活動されている「即劇遊団アドリブ」の皆さん。事前に生徒が書いておいた一言メッセージをセリフとして使って、ぐいぐいアドリブ劇の世界にみんなを引き込みました。

相手のセリフを聞き瞬時に話を紡ぐ。洞察力、想像力、表現力など、大笑いの中にも、仲間と協力し作り上げる大切な要素が詰まったすてきな講演会でした。

(市場地区 赤井明美さん)



エクラ 10/24

夢をかなえるために

エクラで東北大学の川島隆太教授による講演会が開かれました。

小野市教育行政顧問を務める川島教授が、毎年市内の小学校5年生を対象に脳についての講演をされ、今年は約500人の子どもたちが体験型の講演会に参加しました。

最新機器を使った実験では、脳の動きが可視化され、「夢をかなえる」前頭前野の話がとても印象的でした。

(大部地区 S.Mさん)



市場園 10/6

元気いっぱいの運動会

市場こども園の運動会が行われました。お天気による延期で開催が危ぶまれましたが、市場小学校の体育館で開催。

急な変更でしたが、子どもたちの元気いっぱい笑顔いっぱい、先生のアイデアいっぱいの楽しい運動会になりました。小さい子が、いろいろなことができるようになってきた姿はかわいらしく、年長さんは、競技の準備やアナウンスも頑張っていて、胸が熱くなりました。

(小野地区 R.Kさん)

小野市美術展入賞作品決まる

第45回小野市美術展が10月25~28日に伝統産業会館でありました。絵画、書道、写真、彫塑・工芸の4部門に応募のあった307点の中から、入賞・入選に選ばれた183点を展示しました。(いきいき社会創造課)

【市長賞】

- (絵画) 「マイメモリー」 岸本律子 ①
- (書道) 「李徳裕詞」 吉田百花 ②

【教育長賞】

- (絵画) 「夏の記憶」 坂口千鶴
- (書道) 「桜花爛漫」 藤川智彦

【文化連盟会長賞】

- (写真) 「秋のみなも」 長谷川弘道

【商工会議所会頭賞】

- (書道) 「蕾」 井上政行
- (写真) 「ふじの花の咲く頃」 藤原三七男

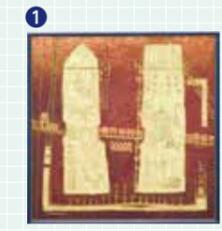
【美術協会会長賞】

- (絵画) 「母の愛」 森前育子

【奨励賞】

- (書道) 「杜甫詩」 寺田西香
- (写真) 「森の劇場」 古和田昇二
- (写真) 「燃料高騰」 志水一市

※市内在住の上位入賞者のみ掲載 (敬称略)



本町 10/8

交流を深めた秋祭り

本町区秋祭りが行われました。秋晴れの中、子ども会によるみこしが愛宕神社を出発し町内を巡回します。

高学年男子は太鼓を打ち鳴らし、鳴子を持った子どもたちが、夏の大踊りのときに披露した踊りを踊りながらみこしの後をつけていきます。

休憩時はジュースやアイスを食べながら、近所の方たちと親睦を深めています。

(小野地区 R.K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。

神明町

しばもと めい
芝本 芽生ちゃん 1歳4か月
笑顔いっぱい元気に育ってね。
(父 光作さん、母 恵美さん)



神明町

わさやま とわ
脇山 叶羽ちゃん 1歳3か月
兄弟仲よく楽しく遊んでね♪
(父 天志さん、母 恵里さん)



王子町

みつ き かず は
満木 万葉ちゃん 1歳3か月
いつも明るい笑顔をありがとう
(父 宏明さん、母 宏美さん)



栄町

ふじ わら せ な
藤原 成那ちゃん 1歳3か月
元気にすくすく成長してネ♡
(父 円那ちゃん)



池田町

ふく おか ま りん
福岡 麻凜ちゃん 1歳3か月
まりんは我が家のアイドルだよ
(母 優さん)



久保木町

は せ がわ さ よ
長谷川 紗代ちゃん 1歳3か月
輝く未来へそれいけ! 紗代ちゃん
(父 英礼さん、母 未紗子さん)



丸山町

あら お あさ ひ
荒尾 旭陽ちゃん 1歳3か月
笑顔いっぱい大きくなってね♡
(父 洋介さん、母 美緒さん)



編集あとがき

特集の取材で約2カ月にわたり、いろいろな場所やイベントなどに伺いました。運動やボランティアなどアクティブに活動されている多くの市民の皆さんに出会い、たくさんパワーをいただきました。誌面でも紹介していますが、今年4月から始めた「おのアクティブポイント」は、市民の皆さんの健康づくりなどを応援するものです。まだの方はぜひこの機会に始めてみませんか。(F)

Relation 紹介でつなぐ あの人この人

前月に紹介した林さんは高校の同級生です。

No.45 かわしま かず み 河嶋和美さん(中島町)

試行錯誤を重ねながらイチジク作り



大阪で40年弱会社勤めをしていましたが、退職を機にふるさと・小野へ戻ってきました。釣りや菊作りなど趣味はたくさんありますが、今は7年目になるイチジクの栽培に注力しています。作り始めたきっかけは妻の「イチジク栽培講習会に参加してみたら」という一言から。その講習会でもらった挿し木を試みに植えたところ、うまく育ち翌年には実がなりました。こんなに簡単にできるのならと栽培を始め、試行錯誤を重ねながらここまでやってきました。

イチジクは手間を掛けようと思えばいくらでも掛けることができるもの。いろいろと思い悩む暇がないくらいイチジク畑に行くとやる事がたくさんあり、一度行くと半日は帰れません。また、収穫時には畑の中だけで約1万歩歩くので、イチジク作りは「健康維持活動」だと思っています。

今後の目標はイチジクの作り手をもっと増やすことです。育てやすく糖度も高い品種「柘井ドローフィン」を栽培し、「おのこまち」というブランド名で出荷していますが、現在イチジク農家は私を含め17軒。今後高齢化による減少も懸念されます。作り手を増やすためにも、「大変」「忙しそう」というイメージを払拭して、もっと楽に世話ができるよう、これからも試行錯誤を重ねながらイチジク作りを広めていきたいと思っています。

★学校・園だより★

河合小学校・河合中学校

5年生と8年生が一緒に英語を勉強



10月17日、河合小学校5年生が河合中学校を訪れて8年生と一緒に英語の授業を受けました。5年生の児童が中学校舎で過ごす「ふれあいの日」は、6月に続き今年度2回目。8年生の教室で5年生と交互に座り、一緒に英語の発音練習をしたり、英語ジャンケンや英単語ビンゴなどをしたりして楽しく英語を学びました。授業中、5年生に分からないことがあると、隣の8年生が優しく丁寧に教えていました。また、5年生と2人組になり、そろえたカードの枚数の多さを競う英語版神経衰弱ゲームでは、めくるカードを迷っているパートナーに、「この辺じゃない?」と指さしてお互いに助け合い、見事当たった時はハイタッチをするなどして盛り上がっていました。

授業を終えた生徒は「5年生の子たちはとても元気。そのパワーをもらい、僕たちももっと頑張ろうと思った」と刺激を受け、学習意欲がさらに高まっていました。

カアップ / しませんか / 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
12月 7日	何かに興味を持つと、自動的に脳が働く?
14日	読み聞かせは子どもの能力を伸ばす?
21日	小・中学生のスマホ習慣、脳に厳しい現状が...
28日	繰り返しが大切 記憶のエンジンを回そう!

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!



平日時間外内科系当番医/休日救急当番医

診療時間 18:00~21:00(日曜・祝・休日・年末年始は9:00~18:00)

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
<p>※小児(15歳以下)は、事前に医療機関に問い合わせ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。</p>						12/1 Dec
<p>※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。</p>						育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112
2 内科 青山医院 加東市吉井 ☎0795-46-0321 外科 岡村医院 敷地町 ☎62-4300	3 松本小児科医院 加東市社 ☎0795-42-5105	4 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	5 ふるもとクリニック 加東市社 ☎0795-40-0202	6 育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112	7 嬉野診療所 加東市山国 ☎0795-42-8477	8 育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112
9 内科 復井診療所 復井町 ☎66-7318 外科 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	10 井岡医院 菅田町 ☎67-2367	11 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	12 青山医院 加東市吉井 ☎0795-46-0321	13 まえだクリニック 大島町 ☎64-0771	14 山口内科医院 本町 ☎64-0202	15 小島クリニック 王子町 ☎64-2727
16 内科 岡田内科医院 市場町 ☎62-7366 外科 北播磨総合医療センター 市場町 ☎88-8800	17 井上医院 加東市沢部 ☎0795-42-1190	18 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	19 福岡クリニック 神明町 ☎63-1600	20 やすらぎの森 診療所 加東市新定 ☎0795-40-8100	21 平井小児科・ アレルギー科医院 黒川町 ☎63-2228	22 青山医院 加東市吉井 ☎0795-46-0321
23 内科 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	24 内科 東条診療所 加東市新定 ☎0795-46-0048 外科 桂 医院 加東市大門 ☎0795-43-0252	25 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	26 三浦クリニック 天神町 ☎70-9288	27 栄宏会小野病院 天神町 ☎62-9900	28 土井病院 復井町 ☎66-2119	29 篠原医院 栗生町 ☎65-2810
30 内科 兵庫あおの病院 市場町 ☎62-5533 外科 井岡医院 菅田町 ☎67-2367	31 内科 栄宏会小野病院 市場町 ☎62-9900 外科 北播磨総合医療センター 市場町 ☎88-8800	1/1 Jan 内科 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 内科 田淵医院 加東市新町 ☎0795-48-0160 外科 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	3 内科 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511 外科 兵庫あおの病院 市場町 ☎62-5533	4 柏木医院 船木町 ☎67-0199	5 清水内科クリニック 敷地町 ☎62-1005
6 内科 育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112 外科 まえだクリニック 大島町 ☎64-0771	7 坂本医院 加東市上中 ☎0795-42-6660	8 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	9 田淵医院 加東市新町 ☎0795-48-0160	10 兵庫あおの病院 市場町 ☎62-5533	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8月生まれの乳児 12月17日(月)13:00~14:30 [保健センター]	7か月児教室	平成30年5月生まれの乳児 12月20日(木)10:00~11:15* [保健センター]
1歳6か月児 健診	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]	2歳児教室	平成28年12月生まれの幼児 12月25日(火)9:30~11:00* [保健センター]
	平成29年6月生まれの幼児 1月7日(月)13:00~14:30 [保健センター]		
3歳児健診	平成27年10月生まれの幼児 12月11日(火)13:00~14:30 [保健センター]	未来の パパママ教室	—
	平成27年11月生まれの幼児 1月8日(火)13:00~14:30 [保健センター]	献血	—
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	12月6日(木)13:00~
思春期・ひきこもり相談	☎0795-42-9367	12月20日(木)13:00~
アルコール問題相談	☎0795-42-9367	1月9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	12月6日(木)・20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	12月7日(金)、1月4日(金)13:30~15:00