

地域密着コミュニティ誌 広報おの

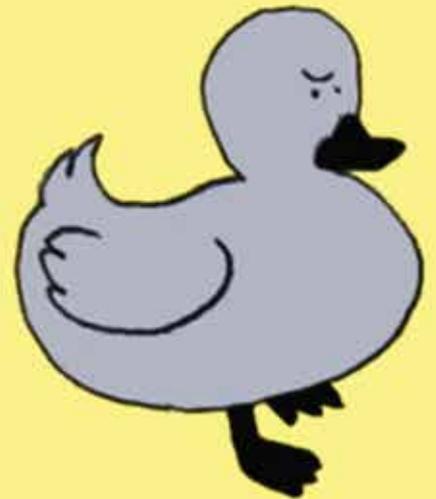
ONNO Press

おのプレス

2019

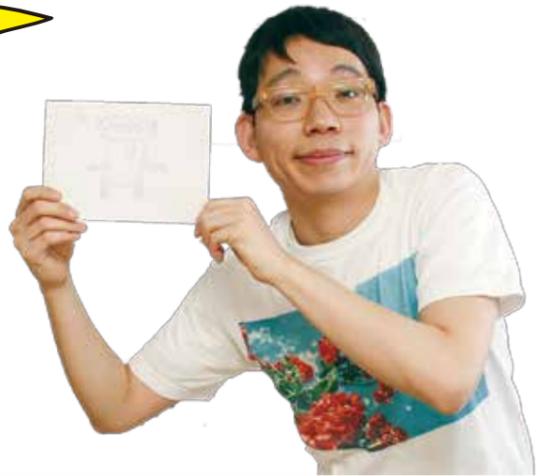
7

JULY
Vol.712



小野市出身のアーティスト井上涼さんが市PR動画「小野かっぱ」を制作

私が小野市に住んでいたのはいまから17年前(2002年)まで、今は東京に住んでいます。しかし今でも、渋谷や新宿などの目に飛び込む情報量の多い街を歩いていると、小野市のぽかーんと広い景色を思い出します。離れると良さがわかる、とよく言いますがまさにその通り。いま私は小野市の景色や雰囲気よさがよくわかります。住んでいた時も小野市のこと好きでしたが、外への憧れが強すぎてわからなかったのです。私が気づいた小野市のよさと、最近増えた魅力を歌とアニメにしました(おの桜つつみ回廊などは私が住んでいた頃はなかった)。楽しんでごらんください〜。



特集1 小野市出身アーティスト

井上涼さん制作

小野市PRアニメ「小野かっぱ」が完成

ストーリー

シベリアから小野市に飛んできた「カモ子」。海外帰りの身には小野市は物足りない様子。そこで、鴨池に住む「小野かっぱ」が小野市のいいところを教えてあげることに…

カモ子

鴨池にやってきたシベリア帰りのカモ。海外を知っているので小野市は物足りない？

小野かっぱ

鴨池にひっそり住む「かっぱ」。小野市が好きすぎて頭の皿をひまわりに変えちゃった！



小野かっぱを探せ!

次のページ以降に小野かっぱが5カ所に隠れているよ。探してみよう!(答えは31頁下)

インタビュー

小野市の好きなところは?

畑や田んぼ、広く景色が開けたところが好きです。図書館の周りは、気持ち良くて好きですね。帰省した時にはよく散歩しています。

アーティストを目指したきっかけは?

親が美術関係の活動をしていたので創作は身近でした。絵は小さいときから描いていて、音楽を作ることができるかと思ったのは、三木高校の吹奏楽部で練習をしていた時です。大学を卒業してからデザイナーとして就職しましたが、クライアントから依頼を受けたものを作るより、「自分がこれを作った」と思えるものを作りたいと思い、「びじゅチューン!」が始まる時に退職し、アーティストとしての活動を始めました。

作品の制作で一番好きな工程は?

アニメや歌など、形になってきた瞬間が好きですね。特に、一番楽しいのが、一枚一枚絵を書きためていって、動かしたときです。歌も鼻歌から徐々に作って、それに伴奏を加えて、「何か曲になってきた」と感じる瞬間が好きですね。

作品を作るとき大切にしていることは?

一番は絵が動くこと。私の作るアニメは絵が単純なんですけど、これは動きをたくさんつけるためにしています。1人で作業していることもあって、単純な方が動きを付けやすい。動かなくても魅力的な作品はありますが、私は動かしたい。父も動く彫刻を作っているので筋肉かもしれませんね(笑)



アニメの中のそろばんの音にも注目!

東京の事務所で作品を制作する井上涼さん。デスクでアニメの制作から作曲、録音まで行う。

みんな見てな〜



動画QRコード

市民サービス課 ☎01013

小野市出身のアーティスト・井上涼さんに依頼し、小野市をPRするアニメ「小野かっぱ」を制作しました。

井上さんは、アニメを通して世界の美術作品などを紹介するNHK Eテレの番組「びじゅチューン!」での作品の制作・出演や、東京国立博物館をはじめ各地での個展の開催、テレビCMの制作などで活躍中のアーティストです。

井上さんの作品の特徴は、魅力あるキャラクターと、作品の中で流れる曲の歌詞作曲、そして歌まで歌うこと。独特なタッチの絵とリズムの曲で、世代を問わず人気を集めています。今回、制作した作品も、もちろん井上さんが全てを手掛けました。4分弱の動画の中で、主人公の小野かっぱが、おの桜つつみ回廊や浄土寺など小野市のいいところを巡ります。

アニメ「小野かっぱ」は、YouTube小野市公式チャンネル内で公開中。スマートフォンやパソコンなどで見られるほか、おのナビコーナー(イオン小野店内)でも放映しています。

井上涼さん 略歴

映像で各賞を受賞 東京国立博物館などで個展を開催

1983年小野市生まれ。金沢美術工芸大学卒業。卒業制作作品「赤ずきんと健康」でBACCARIA2007映像コンテンツ部門で佳作受賞。トロントジャパニーズショートフィルムフェスティバル(2011年)で映画祭受賞。寿ビデオ大賞(2013年)を受賞。2013年からNHK Eテレで「びじゅチューン!」が放送開始。

東京国立博物館での個展(2018年)をはじめ、横須賀美術館(2014年)、3331アーツ千代田(2015年)、兵庫県立美術館(2017年)、霧島アートの森(鹿児島県、2018年)を開催。今年も7月からMOA美術館(静岡県)で開催予定。

NHK Eテレで 毎週放送中!

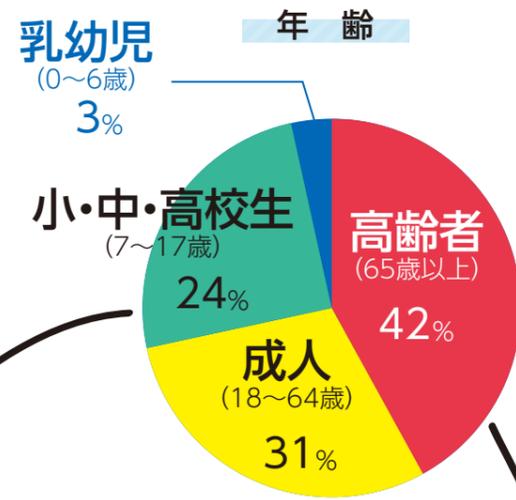


美術作品などを歌とアニメで紹介する番組。2013年に放送開始。作詞・作曲・アニメ・歌全てを井上さんが手掛け、出演もされています。

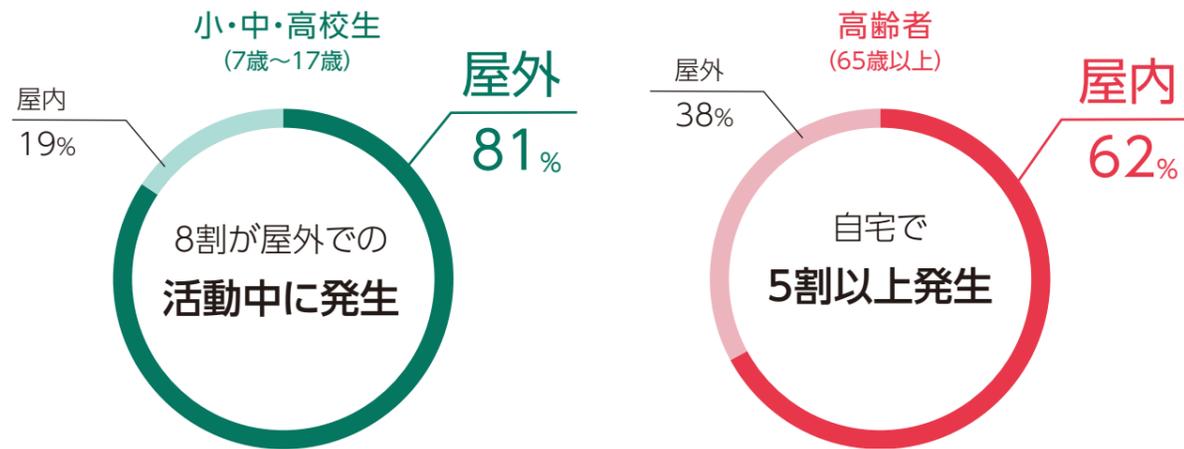
放送日 毎週水曜 19:50
再放送 毎週月曜 5:55
毎週火曜 0:50(月曜深夜)

年齢に関係なく発生

最も多いのが65歳以上の高齢者29人(42%)ですが、成人(18歳~64歳)が22人(31%)、小・中・高校生(7歳~17歳)が17人(24%)、乳幼児(0歳~6歳)が2人(3%)と年齢に関係なく起こっています。



特に注意が必要
小・中・高校生と高齢者



8割が屋外での活動中に発生

自宅で5割以上発生

子どもは体温調節が未熟

屋外で活動することが多い小・中・高校生。特に小さな子どもは、体温調節機能が未熟で注意が必要です。地面に近いほど気温が高くなるため、大人以上に暑い環境にさらされています。

高齢者は暑さを感じにくい

屋内の発生が62%を占めています。そのうち約9割が自宅で発生。高齢者は暑さや喉の渇きを感じにくいいため、屋内でも熱中症が発生しやすくなります。

熱中症が起きてしまったら

涼しい場所へ移動

エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など、涼しい場所へ避難させる。

身体を冷やす

着ている服をゆるめて、首の回りや脇の下、足の付け根などを冷やす。

水分・塩分を補給

経口補水液などで、水分や塩分を補給する。意識がない場合は無理に飲ませない。

こんな時はすぐに119番通報し、救急車を呼びましょう

- 受け答えがおかしい
- けいれんしている
- 普段通りに歩けない
- 体温が極端に高い

消防本部消防課
藤原悠暉

7月が一番多い

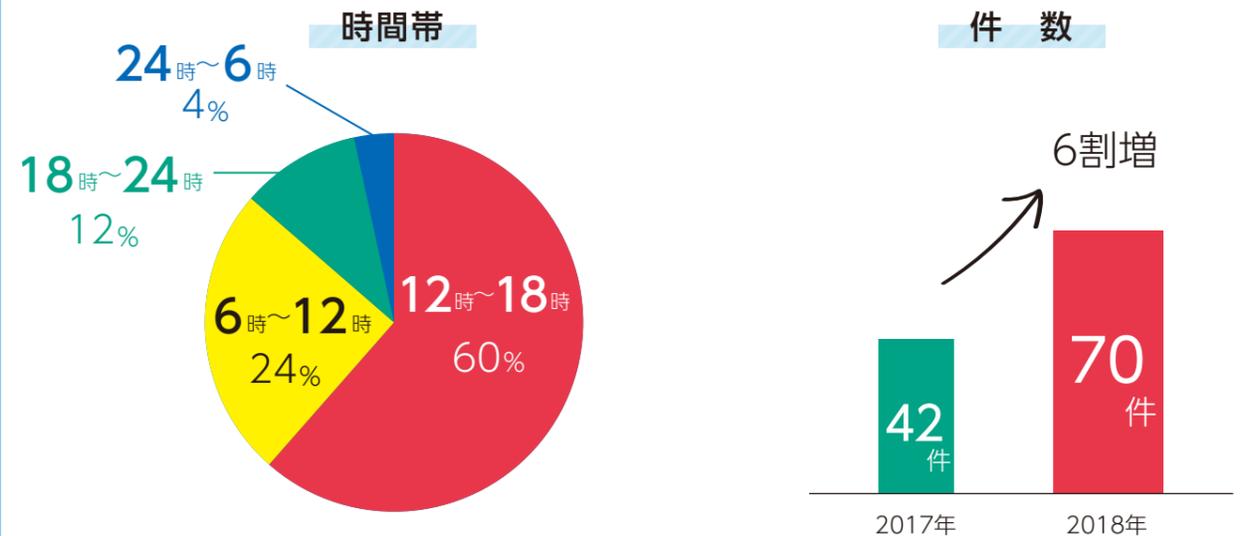
特集2

熱中症に備えを

気温が上がり、これから熱中症の発生が増えてくる季節です。特に7月は毎年小野市でも熱中症での救急搬送が多く、注意が必要です。今年も、5月でも市内で30℃を超える真夏日がありました。7月は熱中症予防強化月間。思い込みで熱中症の対策をいませんか？

熱中症の特徴や予防法を正しく知って、熱中症にならないように備えましょう。
消防本部(☎63-0119)・健康増進課(☎63-3977)・水道部(☎63-1012)

市内の熱中症による救急搬送 (2018年5月~9月)



日中はもちろん夜間も発生

日中の気温の上昇とともに10時頃から救急搬送が増えはじめ、15時前後が最も多くなっています。また、日中だけでなく夜間でも熱中症による救急要請がありました。高温となった室内で、就寝中にも起こる可能性があります。

気温だけでなく湿度も注意

昨年5月~9月の熱中症による救急搬送件数は70件で、一昨年の42件と比べて、6割も増加。昨年は最高気温が30℃を超える真夏日が多かったことも原因の1つですが、熱中症は、日中の湿度差がある日に、多く発生しており、今年も注意が必要です。

3 水の飲み方を工夫

量と質どっちも大切!

水はのどが渇く前に飲む

のどの渇きは脱水が始まっている証拠です。渇きを感じてから水を飲むのではなく、渇きを感じる前に水分を取ることが大切です。特に、水分が不足しやすい、就寝前や起床後、スポーツの前後や途中、入浴の前後などに水分を取ることが大切です。

ひまわりの丘公園に新しい水飲み場



飲み水を多く持ち歩くのは荷物が重たくなるので助かります。

公園で遊んで、すぐに冷たい水が飲めるのは便利ですね。

水筒やマイボトルを持参して利用ください。

北村未奈さん・遥葵くん(王子町)

吉本知加子さん・奏翔くん(天神町)

コップの水をあと2杯飲みましょう

一日の水分目安

- 小学生～成人 500ml～1,000ml
- 幼児 300～600ml
- 乳児 体重1kgあたり30～50ml

1

節電より体調を優先

暑さを避ける

熱中症予防の基本は暑さを避けること。生活の中の工夫で暑さを和らげ発症を防ぐことができます。

我慢せずエアコンを

屋内でも夜でも熱中症は発症します。我慢せずエアコンや扇風機を活用しましょう。

服の素材を工夫

麻や綿など通気性のよい生地の服や、吸水性や速乾性にすぐれた素材の下着を選ぶ。

日差しを避ける

帽子をかぶったり、日傘をさして日差しを避ける。なるべく日陰で活動を。

日傘をさしたり、帽子をかぶったりして日よけをしています。体調も大事。疲れている日は無理をしないようにしています。

冷却グッズを活用

冷却シートやスカーフなど冷却グッズを活用。首元などを冷やすと効果的です。



大池総合公園でウォーキングをされている友藤武さん(写真右)・寿子さん夫婦(黒川町)

熱中症と知らない!?

熱中症にならないコツ

熱中症は起こさないのが一番。水の飲み方を工夫したり、汗をうまくかいたりすることが大切です。また、暑さに負けない体作りも予防に効果的です。日常的に適切な運動を行い、適切な食事、十分な睡眠を取るようにしましょう。

運動などでたくさん汗をかいたときは塩分と糖分を含んだ水を

運動などで大量に汗をかくとナトリウムが体内から失われます。この時に、水分補給をしようと水だけを飲むと血液の中のナトリウム濃度が薄くなるため、これ以上薄くならないように身体が余分な水分を排出しようとし、逆に脱水症が進む場合があります。

熱中症予防の水分補給として、日本スポーツ協会では0.1～0.2%の食塩(ナトリウム40～80mg/100ml)と糖質を含んだ飲料を推奨しています。食塩は汗で失われたナトリウムを補い、砂糖は、腸内での水分の吸収を促進します。

家でも作ることができる経口補水液でおいしく水分補給しましょう。

ミネラルウォーターより小野市の水道水

小野市の水道水は、市販のミネラルウォーターと比べても、ナトリウム、カルシウムなどのミネラル成分が大きく変わりません。さらに、検査は51項目と、ミネラルウォーターの2倍以上の厳しい検査をクリアした安全な水です。

経口補水液

レモンドリンク

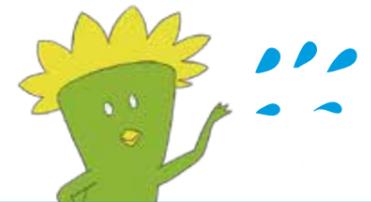
- 小野市の水道水(おのみ～ず)・・・1ℓ
- 塩・・・小さじ1/2(3g)
- 砂糖・・・大さじ4と1/2(40g)
- レモン果汁・・・好みに合わせて適量

水道水の有効利用にも!

お風呂の残り湯を使って打ち水も

お風呂の残り湯を使って打ち水をすることで、熱中症対策ができます。

打ち水は、朝夕の時間帯に、風通しの良い場所で、できる限り広範囲に行くとより効果的といわれています。気温で2℃、路面温度で5～10℃下がったという事例も! 打ち水をして涼しい風を感じてみませんか。



入浴の前後には水を飲んでな～

入浴のポイント

うっすら汗が出るくらい

例えば... 約40℃のお湯に

5～10分程度

※身体の状態に合わせて負担がかからないようにしましょう。

7・8月は広聴強化月間

「市長への手紙」でご意見をお聞かせください

皆さんからの声を市長に伝える「市長への手紙」を7月1日(月)から8月31日(土)まで受け付けます。下の「市長への手紙」に要望や提案を記入の上、切り取って郵便ポストに投函してください。(切手不要)

いただいた手紙は、全て市長が目を通し、文書で回答します。匿名で手紙を寄せられますと、回答をお伝えすることができませんので、必ず住所・氏名の記入をお願いします。

お寄せいただいたご意見は、「広報おの」やホームページに名前を伏せて掲載させていただく場合があります。

☎市民サービス課(☎63-1013)



高校総体陸上で小野市勢 大躍進！



県高校総体の個人200mで大会新を記録した松永朋子さん(2年)

県高校総体(5/31~6/2)・近畿高校総体(6/13~16)陸上で、小野市の生徒が大活躍！中でも小野高校陸上競技部は女子4×400mリレーで初の全国大会進出を決めました。

8月4日(日)から沖縄県で開催される全国高校総体への切符を手にした生徒達の活躍に注目です！



第67回県リレーカーニバル 高校女子4×100mリレーでも大会新記録で優勝。前列左から反時計回りに玉田若菜さん(3年)・山本早留香さん(3年)・片岡榮生さん(2年)・石野智深さん(2年)・岩本佳歩さん(2年)・羽田有希さん(2年)・松永朋子さん(2年)

情報は市民の財産

平成11年から、いただいたご意見をデータベースで管理する広聴システムを実施。これまで約16,100件ものご意見をいただいています。

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、市政に反映します。
- 職員の問題解決能力の向上を図ります。

ご意見はデータベースで管理

いただいたご意見は、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、回答をお送りします。

また、ご意見は全てデータベースで管理。いつ、どのようなご意見をいただき、どう対応したかが分かるシステムになっています。

皆でつかんだ勝利

※6月7日取材

県高校総体の2種目のリレーで、ともに大会新記録で初優勝を手にした小野高校の陸上競技部。4×400mリレーのレースを後ろの3人に任せれば勝つてくれると思った(1走・山本早留香さん)、「初めて走る岩本さんに負担をかけないよう、頑張ろうと臨んだ(2走・羽田有希さん)」、「これで決まると思ってた死め気で頑張った(3走・岩本佳歩さん)」、「会場の大声援は、全部私に向けられていると思って走った(4走・松永朋子さん)と振り返っていました。また4×100mリレーで4走を走った石野智深さんは「速くて有名な選手が後ろから追い上げてきて怖かったけど、逃げ切った」と白熱したレースの様子を話してくれました。

リレーを応援席から見守ったメンバーは、声がかかるほどの大声援を送り、「記録が出た時は自分の事のように嬉しかった」とチーム一丸でつかみ取った勝利を喜んでいました。

陸上競技部の榎本隆夫監督は「彼女たちはそれぞれにタレント性が強い。まだまだ成長していく」と話されていました。

【大会出場者の結果(県大会・近畿大会)】

種目(女子)	氏名	県	【5月31日~6月2日】 ユニバー記念競技場		近畿	【6月13日~16日】 ヤンマースタジアム長居・ ヤンマーフィールド長居
			順位	記録		
100m	松永 朋子 (小野高2年・小野中出身)	2位	12秒04	7位	11秒99	
200m	松永 朋子 (小野高2年・小野中出身)	優勝	24秒50 大会新	3位	24秒38 →全	
400m	山本早留香 (小野高3年・旭丘中出身)	4位	56秒76	準決勝敗退		
800m	久保希蘭々 (西脇工業2年・小野中出身)	5位	2分16秒17	準決勝敗退		
4×100mリレー	山本早留香(小野高3年・旭丘中出身)/松永朋子(小野高2年・小野中出身)/羽田有希(小野高2年)/石野智深(小野高2年)	優勝	46秒52 大会新	3位	46秒53 →全	
4×400mリレー	山本早留香(小野高3年・旭丘中出身)/羽田有希(小野高2年)/岩本佳歩(小野高2年・小野中出身)/松永朋子(小野高2年・小野中出身)	優勝	3分45秒54 大会新	3位	3分45秒70 →全	
棒高跳	大坂谷明里 (社高2年・小野中出身)	4位	3m50	2位	3m80 大会タイ →全	
ハンマー投	末廣 恭子 (小野工業3年・小野中出身)	6位	42m63	—	—	

料金受取人払郵便

郵便はがき

675-1390

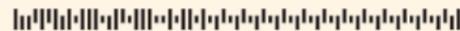
小野局
承認
239

小野市王子町806-1

差出有効期間
令和元年8月
31日まで

(切手不要)

小野市長 蓬菜 務 行



ふりがな	年齢	性別	男・女
お名前			
ご住所	(〒 -)		
電話番号	() -		

お名前、ご住所をご記入ください。
いただいたご意見には、全て文書で回答します。
個人情報は、手紙の回答以外に使用しません。

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)	7月10日(水)・24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	7月10日(水) 10:00～15:00	第2庁舎第2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
	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	7月19日(金) 13:30～15:30	コミセンおの302号室	人権に関すること	ヒューマンライフグループ 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、ハラスメントなどの相談	ヒューマンライフグループ 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	7月21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	7月18日(木) 10:00～12:00			
	精神障がい者	7月19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	7月23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	健康増進課 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	金曜日 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	
若者の就労相談	7月4日(木)・18日(木) 13:00～17:00	コミセンおの202号室	若者(15～39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	7月4日(木)・18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

利用した覚えのない請求はがきが届いたんですが?

身に覚えのない請求内容であれば、絶対に相手に連絡しないようにしましょう。「期日までに連絡するように」「訴訟を起こす」など、不安にさせるようなことが書いてあっても絶対に連絡してはいけません。支払いの義務があるかどうか判断できない場合や心配な時は、消費生活相談コーナーに相談してください。

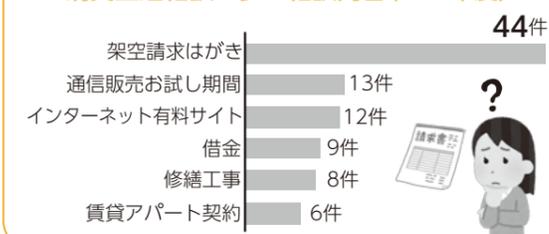
市内でも架空請求などで186件の相談

市への消費生活相談件数は、昨年度186件(前年比35件増)ありました。

相談内容は、国などの機関を名乗る架空請求はがきに関する相談が最も多く、全体の約4分の1を占めました。また、健康食品や化粧品などの通信販売で、お試しのつもりが定期購入だったという相談も多く寄せられました。

〈☎消費生活相談コーナー(生活環境グループ内) ☎63-1000(代)・内線606〉

消費生活相談で多い相談内容(H30年度)



契約に関するトラブルでも相談が寄せられています。

契約をする場合には、しっかり内容を確認し、本当に必要なものかどうか、よく考えましょう。

契約に関するトラブルなどで、お困りの場合は、消費生活相談コーナーにご相談ください。

7・8月は広聴強化月間

公共施設などにも「手紙」設置

「市長への手紙」は、公共施設などにも置いてあります。ぜひ、ご活用ください。

- 市役所
- 北播磨総合医療センター
- 図書館
- うるおい交流館エクラ
- 各コミセン
- 好古館
- あお陶遊館アルテ
- 市総合体育館(アルゴ)
- 匠台公園体育館(おのアクト)
- ひまわりの丘公園
- 児童館チャイコム
- 白雲谷温泉ゆびか
- 伝統産業会館
- 市内郵便局
- 市内コンビニ
- 大型小売店 など

※詳細は裏面

について

年金

保険料は未納のままにせず相談を

国民年金保険料の納付が難しい場合、申請により保険料の全部または一部が免除される制度があります。

7月から今年度の免除申請を受け付けます。これまで免除を受けていた方も、7月以降の免除を希望される場合、新たに申請が必要です。

また、免除申請は2年1カ月前までさかのぼることができません。過去に未納期間がある方は、ご相談ください。

免除を受けるメリット

全額免除または納付猶予を受けた期間については、年金を受給するために必要な期間(受給資格期間)に算入されません。

ただし、一部免除を受けた場合、免除後の保険料を納付しないと受給資格期間には算入されません。

免除の対象者

- ①前年所得が一定基準額以下の方
②失業、倒産、天災などにあったことが書面で確認できる方

福祉

福祉医療費受給者証を病院で使える方拡大

福祉医療費受給者の方で、これまで一旦病院などの医療機関で医療費を支払った後、申請により医療費助成を受けてきた方も、7月1日からは、県内の医療機関の窓口で、福祉医療費受給者証が使えるようになります。

対象者 福祉医療費受給者の方で、県外の国民健康保険・国民健康保険組合に加入の方、または70歳〜74歳で国民健康保険・社会保険に加入の方

- ①被保険者証
②福祉医療費受給者証
③高齢受給者証(70歳以上の方)

福祉

福祉医療費受給者証を7月1日に更新

高齢期移行者・重度障害者・乳幼児等・母子家庭等の各福祉医療費受給者証を7月1日に更新します。

高年齢移行者・重度障害者・乳幼児等・母子家庭等の各福祉医療費受給者証を7月1日に更新します。

Table with 5 columns: 免除の種類(保険料), 全額免除・納付猶予(0円/月), 4分の3免除(4,100円/月), 半額免除(8,210円/月), 4分の1免除(12,310円/月). Rows include 3人扶養, 1人扶養, 扶養なし.

- ①年金手帳
②印かん(本人署名の場合には不要)
③運転免許証などの身分証明書

④限度額適用認定証または限度額・標準負担額適用認定証(高額な医療費がかかる場合)
⑤70歳以上の方で、適用区分が一般・現役並み所得者Ⅲの方は不要
注意 70歳〜74歳の後期高齢者医療保険制度に加入されている方は、これまでどおり医療機関の窓口で、福祉医療費受給者証が使えます。

【福祉医療対象者の受給要件・一部負担金】

Table with 4 columns: 高齢期移行助成, 重度障害者医療, 乳幼児等医療, 母子家庭等医療. Includes qualification requirements and burden amounts.

【高齢期移行助成の負担額】

Table with 4 columns: 区分, 負担割合, ひと月の負担限度額, 高額医療制度. Shows burden amounts for different categories.



年金

8月6日の年金相談にお越しください

明石年金事務所の職員が、年金請求の手続き、ねんきん特別便など年金に関する相談に応じます。

※市役所では予約ができません。
※予約枠には限りがあります。早めにご予約ください。

福祉

公費医療自己負担額助成制度の活用を

福祉医療費助成制度と他の公費助成制度との自己負担額の均衡を図るため、公費医療自己負担額助成制度があります。

該当する公費助成制度で、医療費の自己負担をされた方は申請してください。

進事業の公費助成対象者
申請手続き 医療機関などで自己負担額を支払った後、市民課福祉高齢医療係で払い戻しの申請をしてください。

④失業を理由とする場合は、次のいずれかの書類(写し可)
雇用保険被保険者離職票/雇用保険受給資格者証/雇用保険被保険者資格喪失確認通知書/雇用保険

被保険者資格取得届出確認照会回答書/退職辞令
免除申請対象期間(7月中の申請)
平成29年6月〜令和2年6月
市民課市民係 ☎1016

保険

後期高齢者医療保険料額をお知らせします

今年度の後期高齢者医療保険料額決定通知書を7月中旬に送付します。後期高齢者医療制度は、被保険者の皆さんからいただいた保険料により運営しています。

保険料の支払い方法(2通り)

①年金から天引き(特別徴収)
手続きは必要ありません。年金支給日に年金から天引きします。

※口座振替への変更を希望される方は、問い合わせください。

②口座振替や納付書払い(普通徴収)
7月から翌年3月まで毎月納付していただきます。

※対象となる方は、年金の受給額が

年額18万円未満の方、後期高齢者医療保険料と介護保険料の合計額が年金受給額の2分の1を超える方、年金天引き(特別徴収)から口座振替へ変更手続きをされた方などです。

保険料の減免制度 災害で大きな損害を受けたときや所得の著しい減少があったとき、また他の被保険者や世帯主の死亡などで、世帯の所得が軽減判定基準額以下となったときは、減免申請により保険料が軽減される場合があります。

◎市民課福祉高齢医療係
(☎③1469)

保険

新しい後期高齢者医療被保険者証を7月に送付

被保険者証の更新日は毎年8月1日です。7月下旬に新しい被保険者証を送付します。保険料の納付状況によっては、有効期間が短い被保険者証になることがあります。納付が困難な場合は、ご相談ください。

◎市民課福祉高齢医療係
(☎③1469)

県後期高齢者医療広域連合事務局
(☎078-326-2021)

福祉

7月は「社会を明るくする運動」強調月間

「社会を明るくする運動」犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラは、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を

福祉

結婚50年をお祝いします

結婚50年目を迎えられる夫婦をお祝いの「金婚夫婦を祝う集い」を開催します。

日時 11月22日(金)11時～
場所 うるおい交流館エクラ
内容 懇親会(昼食)・記念品贈呈・記念撮影・アトラクション
対象 昭和45年に結婚された市内在住の夫婦
定員 70組(先着順)
参加料 無料
申込期限 8月30日(金)



昨年の様子

福祉

パソコン要約筆記者養成講座「受講生募集」

中途失聴者や難聴者のために、話の内容をその場で文字にして伝える要約筆記の講座を開催します。

講座では、養成カリキュラムに基づき、聴覚障害の基礎知識や、パソコンによる要約筆記の基本的な技術を学びます。

日時 毎週火曜日(除外日あり)
前期：9月3日～来月3月17日
後期：来月4月21日～11月24日
18時45分～20時45分(全46回)
場所 加東市福祉センター2階(加東市社26)
対象 北播磨5市1町に在住または

在勤で、1分間に120文字以上のタッチタイピングができる方。統一試験合格後、県および市に登録し、要約筆記者として活動できる方

定員 20人
受講料 無料(テキスト代別途必要、パソコン持参)
申込期限 8月13日(火)
申込方法 社会福祉課に備え付けの申込書(ホームページからダウンロード可)に記入の上、窓口またはファクスで申し込みください。
◎社会福祉課障がい福祉係
(☎③1011・FAX③1204)

深めるための全国的な運動です。それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築こうと今年度69回目を迎えます。

保護司会、更生保護女性会では犯罪や非行の防止と、過ちを犯した人の立ち直りを支援しています。

強調月間の7月は、1日(日)に保護司会小野市支部と市が、啓発活動として風船やポケットティッシュなどを街頭で配ります。また、次世代にこの運動へ

福祉

緊急通報装置を貸し出します

高齢者や身体障がい者が、急病、事故などで緊急に援助が必要な場合に、救急車の出場要請や協力員への連絡が行えるよう、緊急通報装置を貸し出します。

対象者 次のいずれかの世帯に属する高齢者または身体障がい者

①高齢者のみの世帯(おおむね65歳以上)

②身体障がい者のみの世帯

費用 自己負担なし

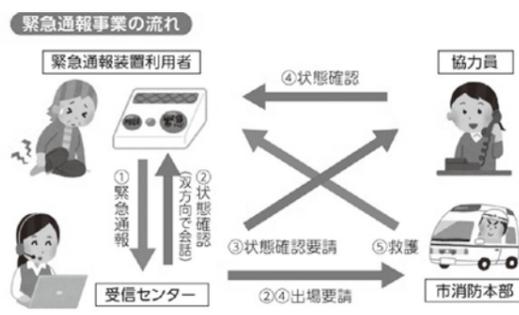
※装置を損傷または紛失した場合は実費負担あり

貸与する装置

- ・有線発報機(押しボタン)
- ・小型無線発報機(ペンダント)
- ・人感センサー(希望者のみ)

※申請には、固定電話の回線と協力員

3人の届出が必要です。
※対象者の要件や申請方法など、詳細は問い合わせください。
◎高齢介護課長寿福祉係
(☎③1060)



街頭活動の様子

シニア活躍

シニア男性限定「笑いヨガ」参加者募集

市シニアサポートモデル事業認定団体「ぴんおの隊」主催の、シニア男性限定「笑いヨガ」！笑いヨガで楽しい人生を！の参加者を募集します。笑いヨガは、「笑う動作」を体操にした健康法です。楽しく笑いヨガを体験しませんか。

日時 7月22日(日)13時30分～15時30分
場所 うるおい交流館エクラ中会議室
対象 60歳以上の男性
定員 30人(先着順)
参加料 無料

講師 中村経子さん(笑いヨガ講師、臨床心理士、県スクールカウンセラー・スーパーバイザー)

申込方法 電話で申し込みください。
◎ぴんおの隊
小林(☎090-4038-0473)
木和田(☎080-6181-1655)



「笑いヨガ」の講師として各地で活躍されている中村経子さん

市老連だより

ひまわりクラブ小野 第21回市長杯グラウンドゴルフ大会結果



5月22日、「こだまの森」で40チームが参加し、第21回市長杯グラウンドゴルフ大会を盛大に開催しました。

高山町Aチーム

- 【団体の部】**
- 優勝 高山町Aチーム(県大会出場)
 - 準優勝 丸山町(北播大会出場)
 - 3位 片山町(北播大会出場)
 - 4位 上新町(北播大会出場)
- 【個人の部】(敬称略)**
- 優勝 松岡武則(王子町)
 - 準優勝 小林栄子(丸山町)
 - 3位 小柳貞子(上本町)

◎市老人クラブ連合会事務所
(☎63-2099)
※月・水・金の9:00～16:00

8月からプレミアム付商品券の申請受付を開始します

10月1日から使用できるプレミアム付商品券の「購入引換券交付申請書」を対象者にお送りします(7月下旬予定)。プレミアム付商品券の購入を希望される方は提出してください。

【対象者①】 ㊦社会福祉課(☎63-1011)

平成31年1月1日時点で小野市に住民票があり、住民税が課税されていない方(住民税課税者と生計同一の配偶者・扶養親族、生活保護受給者などを除く)

申請期間・場所

8月1日(木)～30日(金)	市役所第2庁舎 第1会議室
9月2日(月)～11月29日(金)	社会福祉課窓口 (本庁舎1階)

- ※郵送でも申請できます。
- ※審査の上、9月以降、順次「購入引換券」をお送りします。
- ※税情報が必要となります。収入の申告をされていない方は、申告をお願いします。

【対象者②】 ㊦子育て支援課(☎63-1645)

2016年(平成28年)4月2日から2019年(令和元年)9月30日までに生まれた子がいる世帯主には9月以降に「購入引換券」をお送りします。
※申請書の提出は不要です。

【販売金額(①②共通)】※「購入引換券」が必要

1人につき最大2万5千円分の商品券を2万円で購入します。5千円分の商品券を1冊4千円で、最大5冊まで購入できます。
※商品券の第三者への転売や譲渡、換金はできません。釣銭は支払われません。

特殊詐欺や個人情報の詐取にご注意ください。

「プレミアム付商品券」を販売するために、小野市や内閣府などが手数料の振込やATMの操作を求めることは絶対にありません。

㊦産業創造課(☎70-7137)

スポーツ

太極拳初心者教室の会員募集

ゆつくりとした動きで無理なく健康な体作りをしませんか。年齢不問。どなたでも参加できます。

場所 コミセンおおへ大ホール
会費 月2,000円
講師 小野太極拳協会会員
※随時申し込みを受け付けています。
㊦「コミセンおおへ」(☎66-1000)

多肉植物の寄せ植え作りの参加者募集

NPO法人ひよっこグリーンスタッフが花・ハーブ講習会を開催します。今回は多肉植物の寄せ植え作りをします。ぜひご参加ください。

日時 ①8月4日②8月22日③8月13時30分～15時
場所 広渡廃寺跡歴史公園
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。7月8日⑨9時から申し込みを受け付けます。
㊦まちづくり課都市整備係(☎2182・FAX②2614)

選挙

参議院議員通常選挙 投票日は7月21日

選挙にはご家族そろって、投票に行きましょう。
国が投票日を7月21日⑩に決定した場合、投票の詳細は次のとおりです。
投票日 7月21日⑩7時～20時
投票できる方 平成13年7月22日以前生まれの方
市外から転入された方 4月3日以前に転入された方は現住所地で投票

できます。4月4日以降に転入された方は旧住所での投票となります。
※旧住所での投票は、旧住所での選挙人名簿に登録されている方に限ります。
市内で転居された方 6月20日以降に転居届を出された方は、旧住所での投票所で投票していただけます。
期日前投票 投票日に、投票に行けな

い方は、期日前投票ができます。
投票期間 7月5日④～7月20日④8時30分～20時
投票場所 コミセンおの「コミュニティホール(市役所南隣の建物)」
必要なもの 投票所入場券(裏面の宣誓書に記入して持参ください)

※無くて投票はできませんが、投票の前に、住所や氏名などの記載が必要となります。
コミセン付近への車両進入 歩行が困難な方の送迎のため、「コミセン」付近まで車両を進入させたい方は、職員が誘導しますので、事前に市選挙管理委員会までご連絡ください。
施設での不在者投票 県選挙管理委員会が指定する病院や老人ホームなどに入院(入所)されている方は、施設の管理者に申し出れば、施設で不在者投票ができます。

自宅での不在者投票 身体障がい者など(身体障がい者手帳、戦傷病者手帳、要介護5)で、投票所に行けない方は、市選挙管理委員会が発行する「郵便投票」が利用できます。
まち
区域区分の見直し方針案などの閲覧
県で東播都市計画の区域区分の見直しと、防災街区整備方針に定める課題地域の見直しを行うにあたり、市の方針案などの閲覧を行います。
実施期間 7月10日④～31日④



投票箱

消防

消防本部からのお知らせ

ゼリー状着火剤の事故に注意

これから夏本番を迎え、屋外でレジヤをする機会も増えます。キャンプやバーベキューに欠かせないのが着火剤。特に事故の多いゼリー状着火剤の使用方法などについて確認しましょう。
着火剤の主成分はアルコールや灯油
着火剤を気温の高い屋外などに放置しておくと、可燃性の蒸気が発生し、危険です。

つぎ足しは危険

屋間の屋外など、明るい場所では炎が見えにくく、まだついでにないかと勘違いしたり、火力を強くしようとして、着火剤をつぎ足すと、突然炎が大きくなり、衣服に燃え移ったり、着火剤が飛び散ったりして危険です。
安全に使うための注意点
○水バケツなど消火の準備をする。
○つぎ足しは絶対にしない。
○着火剤のふたを開けたまま放置しない。



第2回危険物取扱者試験

試験日 9月8日⑩(神戸市・西宮市・加古川市・豊岡市・丹波篠山市・洲本市会場) 9月15日⑩(姫路市会場)
試験種類 ①甲種 ②乙種第1～6類 ③丙種
申請期間 書面申請 8月1日④～9日④ 電子申請 7月29日④～8月6日④
※電子申請する場合は、必ず消防試験研究センター兵庫支部のホームページで申請方法などを確認してください。
願書配布場所 消防本部・南分署・北分署
※南分署・北分署は災害出動などで不在の場合があります。
㊦予防課(☎4634)

令和元年火災統計

(5月末時点)

火災種別	件数
建物火災	5
林野火災	1
車両火災	0
その他火災※	4
計	10
前年同時期	9

※雑草・廃材などの火災

健康

健康増進課からのお知らせ

おのアクティブポイント
一緒に楽しく
体にいいこと始めませんか？

昨年度から始まったおのアクティブポイント事業。20歳以上の方の健康づくりや、シニア世代のボランティア活動・介護予防、マイナナンバーカードの新規取得にポイントを付与し、ポイントがたまること、素敵な商品を進呈しています。

一例として、20歳以上の方で3人以上のグループをつくり、30分以上のウォーキングや各種スポーツなどの運動を週に1回以上する活動で、ポイントがたまります。

一人では続けられないことも仲間と一緒に楽しくできます。まずは、アクティブパスの申請とグループ登録をしてください。皆さんの健康づくりを応援します。

健康増進課 ☎03997



健診を受けた後は
「健診結果を活かした健康教室」

アクティブポイント対象

「健診を受けたけど、何に気を付ければいいのか分からない」ということはありませんか？ 健診結果の見方や改善方法について、保健師、管理栄養士、健康運動指導士が分かりやすく説明します。

日程	場所	時間
7月30日(火)	コミセンきすみの	午後
7月31日(水)	コミセンかわい	午後
8月7日(水)	福祉総合支援センター	午後
8月30日(金)	コミセンいちば	午後
9月3日(火)	コミセン下東条	午後
9月4日(水)	福祉総合支援センター	午前
9月17日(火)	福祉総合支援センター	午前・午後
12月18日(水)	福祉総合支援センター	午前・午後

【午前】9:30~11:30(受付9:00~) 【午後】13:30~15:30(受付13:00~)

申込期限 各開催日の1週間前
申込方法 健康増進課 ☎03997
☎へ電話で申し込みください。

病院

8月7日にがん患者サロン

患者さんやご家族の皆さんが交流できる、がん患者サロンを開催します。同じ体験をしている人たちと、伝えたいこと、分かっていたほしい気持ちなど、自由に意見交換をしませんか。サロン内で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 8月7日(水)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(地域医療連携室) ☎0800000代

病院

無料公開講座「血管年齢を調べてみよう」

普段の食事やストレスなど、生活習慣の影響で知らないうちに血管年齢が実年齢より高い方が増えています。今の血管の状態を知り、病気を予防するために、ぜひ参加ください。

日時 7月21日(土)9時30分~12時
場所 北播磨総合医療センター2階大会議室
対象・定員 40歳以上の方・50人
※今までに受けられた方は、ご遠慮ください。

ください。

内容 ①濱口医師(脳神経内科部長)による血管年齢のお話②血管年齢測定
申込期間 7月1日(土)~9日(水)必着
申込方法 往復はがきで申し込みください。申し込み多数の場合は抽選。抽選結果を7月12日頃に返信用はがきでお知らせします。
☎北播磨総合医療センター地域医療連携室 ☎0800000代

※お一人につき1枚の往復はがきで申し込みください。

【返信の宛名面】 【返信の文面】

申込者の
①住所
②氏名
③年齢
④電話番号

小野市△△町□□番地
○○○様

【返信の宛名面】 【返信の文面】

※何も書かなくて大丈夫です。

小野市市場町926-250
北播磨総合医療センター
公開講座事務局
地域医療連携室 行

※個別アドバイスもします。希望される方は、お気軽に健康増進課へご連絡ください。

心理カウンセラーに相談を

心理カウンセラーに話を聞いてもらうと、不安な気持ちが落ち着いたたり、行き詰まった気持ちが軽くなったりします。一人で悩まずにご相談ください。

日時 8月23日(金)13時~16時(一人1時間程度・予約制)
場所 保健センター
申込方法 健康増進課 ☎03997
☎へ電話で申し込みください。



ちよっぴ
健康に役立つコラム⑤
中学生・高校生のおやつ・食事選び

成長期の中学生、高校生の皆さん！部活や塾が終わった後、「お腹が空いて夕食まで待ちきれない」という時に、菓子パン、お菓子、アイスクリームなどを食べ過ぎて、夕食の代わりになっていたり、ダイエットで極端に食事を減らしたりしていませんか？

成長期の今、食生活が乱れると必要な栄養量が取れず、イライラしたり、貧血や月経不順などにつながる可能性があります。

国際交流

国際交流協会からのお知らせ

夏休み子ども日本語教室
ボランティア募集

外国人の子どもたちに、日本語や日本文化を教えたり、夏休みの宿題のサポートをするボランティアを募集します。

日時 7月23日(土)・26日(金)・30日(日)・8月2日(金)・6日(土)・9日(日)・20日(土)・23日(日)・27日(土)いずれも9時30分~12時
場所 コミセンおの
304号室・305号室
対象 高校生以上
申込方法 窓口や電話、メールなどで申し込みください。



第23回姉妹都市親善訪問団
派遣写真パネル展

訪問団員ら8人が、3・4月に米国で過ごした10日間の様子を写真で報告します。姉妹都市リンゼイ市でのホームステイや高校訪問、サンフランシスコやロサンゼルス観光など、姉妹都市親善プログラムならではの体験をしてきた様子をご覧ください。

日時 7月16日(土)~28日(日)9時~22時
場所 うるおい交流館エクラハートフルサロン

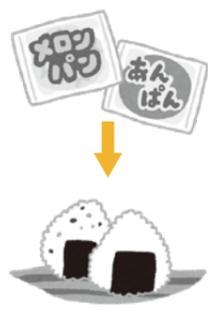
「おやつ・食事を選ぶ時の3つのポイント」

「おやつはお菓子ではない」
スナック菓子などのおやつは、高カロリー・高脂肪で、たんぱく質やビタミン、ミネラルが不足しがちです。おやつは補食と捉え、果物などで不足しがちな栄養素が補えるものを選びましょう。



「遅い帰宅には早めに備えよ」
帰宅時間が遅くなる時は、夕方におやつ(おにぎり、サンドイッチなど)を食べ、帰宅後に足りない栄養素を補う夜食を取りましょう。夜食はカロリーが控えめで、消化の良いものを少なめに取るのがおすすめです。

「三カロリーだけで考えない」
カロリーさえ気を付けていれば、ご飯の代わりに菓子パンを食べても大丈夫でしょうか？ 答えは「NO」です。カロリーが同じでも、菓子パンは、脂質や糖質が多く、ご飯は脂質をほとんど含みません。また、ご飯の糖質は菓子パンに比べて控えめです。食べ物「質」を考えて選びましょう。



Casual English Conversation Class 111参加者

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？テキスト無しのフリートークです。申し込みは不要。気軽に参加してください。

日時 毎週金曜日10時~11時(7月26日を除く)

場所 うるおい交流館エクラハートル室

対象 英語だけで意思疎通ができる方(英検2級程度以上)

講師 中村芳彦さん(米国在住歴41年)

参加料 1回500円
※ワンドリンク付
※協会会員は11回5,000円の回数券あり

☎市国際交流協会事務局(うるおい交流館エクラハート)
☎06763・FAX02400
✉info@oia.gr.jp



文化 市文芸大会 短歌作品を募集

短歌を募集し、選考・表彰・歌評を行います。(自作未発表・一人一首・自由詠・投稿料無料)
選考者 中川昭さん(現代歌人協会会員)
応募期限 7月31日(※消印有効)
投稿方法 様式不問。作品・住所・氏名・電話番号を記入の上、郵送または持参ください。(メール、ファクスも可)

【表彰式・講演・歌評】
日時 9月21日(土)13時
場所 コミセンのコミュニティホール
 ◎市文化連盟事務局(いきいき社会創造課) ☎2445 FAX1842
 〒675-1380 小野市王子町8-06番地の1
 E-mail: kiki@city.ono.hyogo.jp

就職 7月29日にJOBフェアを開催

北播磨東播磨地域の事業所30社が参加する就職面接相談会です。
日時 7月29日(日)13時30分～16時(受付12時30分)
場所 加古川プラザホテル2階「鹿児島の間」(加古川市加古川町清之口800)
対象 令和2年3月に大学・短期大

学・高専・専門学校などを卒業予定の方/平成29年3月以降に大学などを卒業した方
主催 加古川・明石・西脇公共職業安定所
 ◎加古川公共職業安定所学卒部門
 ☎079-421-8638

宝くじ サマージャンボ宝くじは県内で購入を

サマージャンボ宝くじが7月2日(金)8月2日(金)に販売されます。
 売上金は、販売実績などに応じて各都道府県に交付。県内の売り場で購入すると、売り上げの一部が分配され、小野市のまちづくりにも活用されま

す。ぜひ、宝くじは県内の売り場でお買い求めください。
 ◎ (公財) 県市町村振興協会
 ☎078-322-1151



募集 自衛官候補生などを募集します

種目	応募資格	受付期間	試験日程
自衛官候補生(陸海空)	18歳以上 33歳未満の方*	年間を通じて受付	受付時に通知
一般曹候補生	18歳以上 33歳未満の方*	7月1日(月)～9月6日(金)	9月20日(金)～22日(日)のうち指定する1日
航空学生	高等学校または中等教育学校卒業生(見込み含む) 高等専門学校第3学年次修了者(見込み含む)	7月1日(月)～9月6日(金)	9月16日(祝)

*採用予定月の1日時点

応募方法 志願書類を最寄りの自衛隊地方協力本部に郵送または持参してください。志願書類は自衛隊地方協力本部に設置しているほか、郵送で取り寄せることもできます。また自衛官募集ホームページから応募することもできます。
 ※詳しくは、自衛官募集ホームページをご覧ください。
 ◎自衛隊兵庫地方協力本部
 加古川地域事務所
 ☎079-4263260
 ☎079-4263260
 (9:55)



チャレンジ おの検定

7月7日(日)・21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。

けいさんもんだいにチャレンジしよう!

- ※おの計算検定テキスト(1・2年)より
- ①72+83
 - ②59+68
 - ③158-72
 - ④105-8
 - ⑤8×8

☎155 ① 127 ② 86 ③ 97 ④ 64

◎いきいき社会創造課(☎63-2445)

おの夢館(播州カフェ)
 ☎・FAX 2126
笑顔を届ける小物雑貨展
 野原直子さんによる手作り小物雑貨を展示します。
 「かわいい」をテーマに、心を込めて作られた作品の数々をご覧ください。
期間 7月1日(日)～30日(土)
開館時間 13時～17時
 ※水曜・日曜休館
白雲谷温泉ゆぴか
 ☎0261・FAX0262
ゆぴかの七夕飾り
 展望ロビーに、七夕飾りが登場。短冊に願い事を書いて笹に飾り付けをしませんか?
期間 7月2日(日)～7日(土)



児童館チャイコム

☎・FAX 8588

女性消防団員によるママいっしょの防災講座

いざという時、子どもを守る親になるために、災害時に役立つ知恵と工夫を学びませんか。

7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	月	親子で自由あそび	英語であそぼう(10:30～) ①
2	火	みんなであそぼうリズムにのって	—
3	水	にこにこ子育て相談(9:45～11:00)	—
4	木	選んで遊ぼう自由あそび	子育てグループ(自主) ②
5	金	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～) ③
6	土	お話をしよう(読み聞かせリーダー)	エコ工作をしよう
7	日	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
8	月	親子で自由あそび	0歳児・ほのぼのひろば(10:30～11:00)
9	火	みんな一緒にお話聞こう(読み聞かせ)	—
10	水	親子で自由あそび	女性消防団員によるママと子どもの防災講座(10:00～10:30) ④
11	木	選んで遊ぼう自由あそび	—
12	金	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～) ⑤
13	土	パパサタサロン「作ってあそぼう」	エコ工作をしよう
14	日	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
15	月	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
16	火	選んで遊ぼう自由あそび	—
17	水	しゃぼん玉あそびを楽しもう	子育てグループ(0歳) ⑥
18	木	しゃぼん玉あそびを楽しもう	—
19	金	みんなでお祝い!ハッピーバースデー(10:30～11:30)	7月生まれのお友だち集まれ!(9:45～10:15)
20	土	お話をしよう(読み聞かせリーダー)	エコ工作をしよう
21	日	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
22	月	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
23	火	みんな一緒にお話聞こう(読み聞かせ)	子育てグループ(新) ⑦
24	水	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
25	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)	エコ工作をしよう(11:30～15:00)
26	金	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
27	土	パパサタサロン「作ってあそぼう」	エコ工作をしよう
28	日	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
29	月	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
30	火	親子で自由あそび	エコ工作をしよう
31	水	親子で自由あそび	エコ工作をしよう

(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】7月3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。

日時 7月10日(日)10時～10時30分
場所 集会室
対象 子育て中の親子
定員 15組(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、ファクスで申し込むください。

人形劇「三まいのおふだ」

紙を電話で請求し、ファクスで申し込むください。
 人形劇団たたくファミリーの人形劇をみんなで見ませんか。

日時 7月25日(日)11時～11時30分
場所 遊戯室
対象 子育て中の親子
参加料 無料
 ※事前申し込みは不要です。当日、時間までにお越しください。

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

7月の休館日
23日(火)

エクラティータイムコンサート 津軽三味線☆三絃土コンサート

9月28日(土) 14:30ティータイム 15:00開演

若手三味線奏者の迫力の演奏とティータイムをお楽しみください。

場所 市民交流ホール
料金 1,500円 ※全席指定
発売 7月20日(土)
友の会7月13日(土)



八代亜紀アコースティックコンサート

10月20日(日) 14:00開演

「雨の慕情」「舟唄」ほかヒット曲を情感たっぷりに歌いあげます。

場所 エクラホール
料金 5,000円 ※全席指定
発売 8月10日(土)
友の会8月3日(土)



小野名画劇場「遥かなる大地へ」(吹替・1992年)

7月9日(火) ①10:00 ②13:30 ③18:30 ※開場30分前

開拓時代のアメリカを舞台に、夢をつかむため数々の困難を乗り越えていく姿を描く。

場所 エクラホール
出演 トム・クルーズ
ニコール・キッドマン
ほか

料金 当日券500円
※ゴールドカード提示で無料



清塚信也ピアノリサイタル

7月20日(土) 13:30開演

好評につき完売しました。

場所 エクラホール

Harmonyエクラ プレミアムコンサート

9月8日(日) 14:00開演

木曜サロンに出演のピアノ、バイオリン、クラリネット、トランペット、シンガーなど若手奏者が珠玉の名曲を奏でます。

場所 エクラホール
料金 500円 ※全席自由
発売 7月4日(木)



市民活動活性化事業「こころとからだの元気塾」 Let's Sing

7月20日・27日、8月10日・24日・31日 いずれも土曜日 9:30~11:30

おしゃれな気分でご歌ってみませんか。

講師 山田直毅さん(シャンソン歌手)

曲目 ①テネシーワルツ
②時代(中島みゆき)

料金 問い合わせください。
対象 おおむね45歳以上の方

8月31日午後からハートフルサロンステージで歌いましょう!

10代の託児体験講座

7月30日(火)・31日(水) 9:30~12:00

赤ちゃんや小さな子どもたちと触れ合ってみよう。託児を体験しながら一緒に楽しく学ぼう!

場所 中会議室・託児ルーム
料金 無料
定員 小学校5・6年生、中学生・高校生10人
※先着順

こころぽかぽか 親子防災うんどうかい

8月25日(日) 9:30~12:00

大人も子どもも、障がいのある人もない人も、共に楽しむ運動会。災害時にも役立つ競技で楽しもう!

場所 市民交流ホール
参加費 500円/1家族
定員 25組 ※先着順



図書館

☎0456・FAX0606

夏休みは9時から開館

夏休み期間(7月20日④~8月31日④)は、開館時間を1時間早め、9時から18時まで開館します。

図書館文芸部員の募集

図書館で他校の生徒と交流しながら文芸部活動をしませんか。

活動日 毎月第2土曜日
場所 図書館

活動内容 図書館のヤングアダルトコーナーの展示物作成・本の紹介・図書館でのヤングアダルトサービスについての意見交換など

対象 市内在住・在学の中学生・高校生
申込方法 図書館のカウンターで所定の用紙に記入してください。

お話し会(7月)などのお知らせ

◆お話し会◆(30分)
6日④10:30~
13日④14:00~
14日④15:00~(英語でお話し会)
20日④10:30~
27日④14:00~

◆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)
※休館日は23日④

「ミセン」の

☎1020・FAX1138

市民ギャラリー展示案内

●第2回「乗って残そう神戸電鉄栗生線」フォトコンテスト展(写真・応募作品61点)

出展者 小野地区地域づくり協議会
期間 7月1日④~25日④

●自然写真展(写真・15点)
出展者 小野自然写真の会
期間 7月29日④~8月10日④

「ミセン」きすみの

☎・FAX7082

きすみのの歴史探検
「第9回『あざめ峠を歩く』」

きすみのの山野を楽しみながら来住地区の歴史を学びませんか。

日時 7月14日④9時~受付9時30分出発(小雨決行)
※雨天の場合は7月15日④

集合場所 「ミセン」きすみの
コース 「ミセン」きすみの↓来住城跡↓大師堂↓峠の地蔵↓陣塚古墳↓「ミセン」きすみの(約2時間)

定員 なし
参加料 無料
※年2回開催する「きすみのの歴史探検」に5回参加されると、オリジナル

ルタオルをプレゼント
ガイド 西田猛(前好古館副館長・「ミセン」おおべ所長)

申込期限 7月10日④
※当日申し込みも可

申込方法 各「ミセン」図書館・エクラに備え付けの申込用紙で「ミセン」きすみのへ申し込みください。(郵送・ファクス可)

「ミセン」いちば

☎・FAX2454

短期講座
「子どもフッキング教室」

日時 8月10日、9月7日、10月5日(いずれも土曜日)10時~13時
場所 調理室

対象 市内在住の4歳~12歳の幼児・児童
定員 8人
※応募者多数の場合は抽選。

参加料 1,500円(3回分)
講師 幸田智子さん(神戸親子遊び推進協会とことごとくお料理教室公認講師)

申込期限 7月18日④
申込方法 各「ミセン」に備え付けの申込用紙で、「ミセン」いちばへ申し込みください。

好古館

☎3390・FAX3462

企画展「知られざる小野市の弥生時代」

弥生時代は、本格的な米作りが始まった古代の「文明開化」ともいえるべき時代です。発掘調査によって解明された小野市の弥生時代の歴史を、4つのテーマに分けて、分かりやすく紹介します。

製塩土器などの弥生土器を展示。人々がたくましく生きてきた証をぜひご覧ください。

期間 7月6日④~9月16日④
開館時間 9時30分~17時
休館日 月曜日(祝・休日の場合はその翌日)

料金 一般(高校生以上)200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

展示説明会 7月20日④、8月12日④、9月1日④いずれも13時30分~
※古代米試食会を実施します。
試食無料(ただし入館料は必要)



弥生時代の竪穴住居跡(垂井遺跡)

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(その四十)

好古館の石野茂三館長(68)が「小野町年寄役の役務記録―商人町のエピソード― 梶原家文書翻刻集」と「梶原家文書目録―小野町年寄文書」という冊子を昨年末、セットで仕上げた。江戸後期の小野藩陣屋町で町役人を務めた梶屋(梶原家)の役向きの記録を2カ月ほどで読み解いた力作だ。その中から私が興味を持った話をいくつか紹介したい。

同家の現存する古文書は約4百点にのぼるが、その中核になるのが「御用向之控」。梶屋藤兵衛が天明3(1783)年に年寄役になって以来、約30年間の役向きの記録がつづられている。石野館長は「細かい字でくずし書きしており、読みにくかった。ルーペで読んでいきましたよ」と振り返る。「毎日こまめに記録しているので、当時の小野町の様子がよく分かった」と喜ぶ。

石野館長も注目し、私も面白いと思ったのは、寛政元(1789)年5〜6月の「御奉行大坂行き町方駕籠人足一件」。奉行の葛山平馬がある訴訟で度々大坂に向き、町方からは駕籠かきの人足や荷物持ちの人足が5、6人同道していた。これは町方が「御免地」



写真右は、好古館が発行した「小野町年寄の役務記録」。左は陣屋町について講演する石野茂三館長(3月9日、「よって古蔵」で)



小野町年寄役の役務記録―商人町のエピソード― 梶原家文書翻刻集

(無税)の代わりの勤勞奉仕であった。あるとき出迎えの人足に不都合があったようで、責任者として藤兵衛と同じ町年寄である荒物屋彦右衛門が大坂まで呼び出され、お叱りを受けた。「どうも葛山という奉行は人使いがき

つかったようですよ」と石野館長。大年新右衛門ら町年寄ほか一同が談合し、6月21日、「奉行の人足を首に替えて請合うことはできない」とお役御免を願い出たが、認められなかった。だが、藩と町民がいつも対立していたわけではない。面白い文書がある。天明8(1788)年6月、幕府の巡見使が小野町を来訪した際の文書だ。6日の巡見に備え、藩と町が協力して屋根の改修、路地垣の改修などを済ませ、町年寄も出迎える手配をしていた。

ところが直前の2日の朝、御勘定会所が火事になり、用意した諸道具、帳面が残らず焼失した。このとき、「町分人足、早々かけつけ、およそ百人ばかり無類の働き」をした。藩はこれに対し藩主奥様より謝礼として酒代8百文を贈った。結果的に巡見使一行は整然とした町並みと心きいた出迎えによって「随分ご機嫌よく、お通り遊ばされ」という。石野館長は「藩と町方の相互支援の様子が見て取れる」と話す。

江戸からの巡見といえば、文化8年3月には、あの幕府測量方、伊能忠敬一行を出迎えた記録も興味深い。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 焼山古墳群(二葉町)



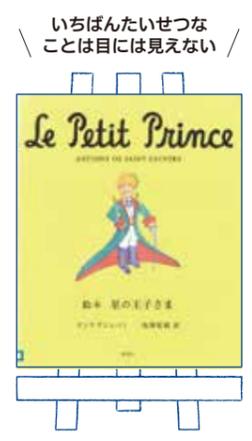
写真は24号墳

小野市街が一望できる焼山台地上にある古墳群です。6世紀後半に1カ所に集中的に築かれた家族墓とみられ、当時の墓制を知る上で、学術的にも貴重なものといわれています。古墳からは、木棺とともに玉や金環、刀、須恵器などが出土しました。

かつては200基近くの古墳がありましたが、戦後の開拓事業で多くが失われました。現在は14基が残り、そのうち4基が県の指定文化財となっています。「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。

今月の おすすめ本

テーマは「名台詞」
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。



星の王子さま
サンテグジュペリ 作
池澤夏樹 訳
(集英社)

原作の簡略版。子どもが一人で読める、親子で読める、声に出して読めるなど新しい形の「星の王子さま」の絵本です。



孔子
井上靖 著
(新潮社)

仁者は、悩むことがない。知者は、判断に迷いが無い。勇者は、信念があるため臆さない。孔子の教えが満載です。



明日の子供たち
有川浩 著
(幻冬舎)

児童養護施設に勤め始めた職員が、先輩や子供達との中で成長していく。自分はどう生きるかを問われ続けます。



紙つなげ! 彼らが本の紙を造っている
佐々涼子 著
(早川書房)

震災で壊滅状態になった日本製紙石巻工場従業員の奮闘を取材した作品。最後の言葉を噛み締めてください。

COOKING

作ってみよう 学校給食メニュー

イカとキュウリの酢の物

少し甘めの味付けで、酸っぱいものが苦手でも美味しく食べられます。イカの代わりにツナやささみを使うのもおすすめです。

- 材料(4人分)
- 冷凍イカ(短冊).....80g
 - キュウリ.....中1本
 - ワカメ(乾燥).....5g
 - 酢.....小さじ2
 - 砂糖.....大さじ1
 - 薄口しょうゆ.....小さじ1・1/2



エネルギー 34kcal(1人分)



酢の半量をゆず果汁にすれば「ゆず和え」に!

- 作り方
- イカは料理酒(適量)をふり、しばらく置いてからさっと茹でる。
 - ワカメは水で戻す。キュウリは輪切りにして塩(適量)をまぶし、水気が出たら絞っておく。
 - ボウルに全ての食材と調味料を入れて混ぜ合わせれば完成。

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

市内小学校で児童らが活躍

5/25
運動会



市場小

令和初の運動会

真夏並みの暑さにも負けず元気な市場っ子の運動会がありました。1・2年生の玉入れは可愛い姿が印象的で、3・4年生のダンスは切れのよいステップなど見応えがありました。そして、5・6年生の組体操は観客から感嘆の声が上がり、騎馬戦で、大将同士が握手を交わした後の一騎打ち、圧巻の強さで盛り上がり、感動もさせられました。本当に素敵な運動会でした。

(市場地区 M.Fさん)



大部小

息ぴったり! 演技を披露

大部小学校で春の大運動会が行われました。

厳しい暑さだったこの日、保護者らの大きな声援が飛び交う中、児童らは一生懸命練習してきた成果を出していました。

特に5・6年生による組体操では、新技も披露され、息の合ったウェーブや組み上がったピラミッドの素晴らしさに、大きな拍手が鳴りやみませんでした。

(大部地区 S.Mさん)



来住小

皆の笑顔あふれる

記念すべき令和元年のスローガンは「手をとりあい 心を一つに 笑顔あふれる われら来住っ子!!」

5月とは思えない真夏のような暑さの中、赤・青・緑・黄の4チームに分かれ、元気いっぱい競技していました。学年に関係なく仲間と協力しての演技は、嬉しそうなお顔であふれていました。

保護者や地域の方も参加し、思い出に残る1日となりました。

(来住地区 K.Tさん)

トライやる
ウィーク

中学生が職業体験



小野中 5/27~31

小野中学校8年生のトライやるウィークが始まり、地域の各事業所で職業体験を行いました。

きすみの営農では農業に興味がある生徒たちがタマネギの収穫や草引きなどの体験をしました。

また、実際にトラクターを運転したりと普段出来ない体験をして「思った以上に大変だったけど楽しかった」と話していました。

(小野地区 lindaさん)



旭丘中 5/20~24

旭丘中学校8年生は、市内44カ所の事業所で「トライやる・ウィーク(職業体験)」に臨みました。

5日間、学校を離れ、初めての仕事に緊張しながらも、事業所の方々の厳しくも温かい指導により、全員がやり遂げることができました。

生徒たちはこの経験を通して大きく成長し、将来の夢へと一歩近づいたようでした。

(大部地区 S.Mさん)



小野南中 5/20~24

小野南中学校の8年生94人が、病院やコンビニなど計36カ所の事業所で活動しました。

育ヶ丘保育園では、園児たちが「○○ちゃん先生～」と呼び掛け、一緒に遊んだり、しっかりと保育士さんのお手伝いをする姿が見られました。

中学生たちは、それぞれの事業所で貴重な体験を通し、心身ともに成長してくれたと思います。

(市場地区 赤井明美さん)



詩歌の世界を堪能

6月8日、小野市出身の歌人・上田三四二の文芸界での功績をたたえる小野市短歌フォーラム、小野市詩歌文学賞の表彰式をうるおい交流館エクラで開催。県内外から約500人が参加し、詩歌の世界を堪能しました。

表彰式のほか、モデル・女優としても活躍している知花くららさんをゲストに迎え、「自分を表現する喜び」をテーマにパネリスト3人が議論。歌(句)集をたくさん読むことの大切さなど、多くの話題で盛り上がりました。

(いきいき社会創造課)



コミレスの魅力を紹介

5月27日、小野高校美術部3年生の3人が、コミュニティーレストランいどり(福住町)をPRするためのパンフレットを作成し、同施設に1,400部寄贈しました。

メンバーの酒井彩花さんは、いどりで食事をしたことがあり、ぜひそのおいしさを伝えたいと企画。大盛明夏さんや中村公美さんらとともに取材や写真撮影など、全てを自分たちで手掛けました。若者に興味を持ってもらえるデザインにするのに苦労したといい、手にしてもらいやすいように大きさも工夫されています。

(観光交流推進課)

受章おめでとうございます

春の叙勲

瑞宝小綬章(地方自治功労)



井上 数利さん(王子町)

危険業務従事者叙勲

瑞宝単光章(消防功労)



藤本 定幸さん(昭和町)

※掲載に同意された方のみ紹介



桜台 5/19

大勢でにぎわった駐屯地

陸上自衛隊青野原駐屯地で創設43周年記念行事が行われました。

晴天に恵まれ、周辺住民など約4,600人の来場者がありました。

記念式典、観閲行進、訓練展示、子供広場、装備品試乗、模擬売店などさまざまな催しがありました。普段目にすることができない自衛隊の姿を年に一度見学できる貴重な一日で、たくさんの方々が楽しんでいました。

(大部地区 S.Mさん)



好古館 5/9

五月人形に好奇心

好古館で端午の節句飾り展があり、わか松幼稚園の園児たちが見学に来ていました。

ロビーには^{よるいゆびと}鎧兜を着た武将や、かわいいうい金太郎や桃太郎などさまざまな五月人形が展示されていました。大きな鯉を持った金太郎を見て、「金太郎さん強そう」という園児の声も聞こえてきました。園児たちの目は好奇心いっぱいキラキラと輝いていました。

(下東条地区 藤原登代子さん)



来住小 5/8

「田んぼの学校」がスタート

来住小学校5・6年生による田んぼの学校のお米作りがスタートしました。

第1回目の今回は地域の指導者の方から教えてもらいながら、種もみをまきました。「こんな小さな種もみから自分たちが食べるご飯が出来るんだなあ」と言いながら、友達と協力して作業をしていました。

また6月には育った苗を田んぼに植える作業をしました。

(小野地区 lindaさん)

わが家のアイドル

2018年中に生まれられたお子さんを紹介しています。

2019年中に生まれられたお子さんの募集は、2020年1月号でお知らせします。

市場町

河合 勇樹ちゃん 凛ちゃん 1歳4か月

二人で仲良く大きくなってね
(父 拓紀さん、母 かおりさん)

黒川町

廣川 和弥ちゃん 1歳4か月

これからもいっぱい遊ぼうね◎
(父 優和さん、母 沙苗さん)

丸山町

菊万 佳穂ちゃん 1歳4か月

かほちゃん大好きよ♡
(姉 璃子ちゃん)

敷地町

森 奏望ちゃん 1歳4か月

いっぱいあそぼうね!
(姉 琴野ちゃん)

久茂町

桂 翔聖ちゃん 1歳4か月

ずっと仲良い兄弟でいようね
(兄 陽翔くん)

昭和町

山本 煌之助ちゃん 1歳4か月

元気に大きくな～れ◎
(兄 龍之助くん、姉 優衣ちゃん)



紹介でつなぐ あの人この人

前月に紹介した竹部さんも、石川県の出身。高校の先輩で、小野市で偶然出会いました。

No.52 増田智美さん(上本町)

繋がる縁に支えられて

精肉店で接客、経理を担当しています。

石川県で生まれ、学生時代に県外へ行きたいと思って東京の短大に進み、栄養士の資格を取りました。その後、民間企業に就職して経理などを学びました。

小野市と縁がなかった私ですが、東京にいたときに主人と出会い、「お店を継ぐ」と言うので私も仕事を辞めて小野市について来ました。土地感もなかった私が始めにしたことは、車の免許を取得することでした。

それからの20年は、子育てと仕事で忙しくてあっという間でした。ただ思い返してみると、今までたくさんの人と繋がって、支えられてきました。近所の方が「いってらっしゃい」って声を掛けてくれたり、「学生時代に店のコロッケを食べていて、懐かしくなったから買いに来ました」って言うってくれるお客さんがいて、記憶に残っています。竹部さん(前回紹介者)と偶然出会って、同郷の話ができたのは懐かしくて嬉しかったです。こうやってさまざまな人と出会って、どんどん縁が繋がっていくんですね。

休日はテレビを見て、その場所に行けると思ったらすぐに日帰りで行きます。電車でゆっくり風景を見ながら行く一人旅は癒されます。子どもも大きくなったので、旅もしつつ自分の趣味を見つけたいと思います。



★学校・園だより★

小野東小学校
大切な命を守るために
「自転車訓練」



5月31日、小野東小学校の3年生99人が自転車訓練を行い、自転車の正しい乗り方を学びました。

体育館で小野警察署の方から、「昨年は市内で8件も小学生の自転車事故が発生。全国でも3年生が最も多く、特に家の近くが一番危ない」と話を聞いた後、交通安全のDVDを鑑賞し交通ルールを学びました。児童らは、自動車がブレーキをして止まるまでの距離に驚いたり、なぜ事故は起きたのかという問題に挑戦したりしていました。そして自転車に乗るときに守るべき5つの「左」を学び、実技練習のため運動場へ。

信号機や横断歩道、障害物や踏切などがあるコースを市青パト隊が見守る中練習しました。

児童たちは「一旦停止し、左右を見ることは、歩いているときも自転車に乗っているときも一緒」「これからも安全に気を付けていきたい」と命を守るために大切なことを学んでいました。



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

井上涼さん制作のアニメ「小野かっぱ」を見て「なぜかっぱ?」と思った人があるかもしれませんが、市内の民話を集めた書籍「ふるさと伝え語り」(好古館などで販売)にはかっぱの話が載っていて、昔から言い伝えがあったようです。さすがにお皿をひまわりには変えていませんでしたが…ひまわりといえば7月はひまわりの丘公園のひまわりが見頃になります。こちらもお楽しみに!(M)

YouTube で公開中!



川島隆太先生の夢と希望をかなえる脳科学 Short Seminar

脳カアップしませんか!



(全65本・1本約90秒)

SUN 日	MON 月	TUE 火	WED 水	THU 木	FRI 金	SAT 土
	7/1 Jul	2	3	4	5	6
	まつい 子どもクリニック 敷地町 ☎63-7366	加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	山口内科医院 本町 ☎64-0202	篠原医院 粟生町 ☎65-2810	井上医院 加東市沢部 ☎0795-42-1190	育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112
7	8	9	10	11	12	13
神 医院 加東市森 ☎0795-47-0144 ふるもとクリニック 加東市社 ☎0795-40-0202	井岡医院 菅田町 ☎67-2367	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	嬉野診療所 加東市山国 ☎0795-42-8477	岡村医院 敷地町 ☎62-4300	井上医院 加東市沢部 ☎0795-42-1190
14	15	16	17	18	19	20
嬉野診療所 加東市山国 ☎0795-42-8477 加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	山口内科医院 本町 ☎64-0202 桂 医院 加東市大門 ☎0795-43-0252	加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	松本小児科医院 加東市社 ☎0795-42-5105	まえだクリニック 大島町 ☎64-0771	福岡クリニック 神明町 ☎63-1600	神 医院 加東市森 ☎0795-47-0144
21	22	23	24	25	26	27
井上医院 加東市沢部 ☎0795-42-1190 北播磨総合医療センター 市場町 ☎88-8800	やすらぎの森 診療所 加東市新定 ☎0795-40-8100	加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	平井小児科・ アレルギー科医院 黒川町 ☎63-2228	栄宏会小野病院 天神町 ☎62-9900	三浦クリニック 天神町 ☎70-9288	まつい 子どもクリニック 敷地町 ☎63-7366
28	29	30	31	8/1 Aug	2	3
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	柏木医院 船木町 ☎67-0199	加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	森下クリニック 加東市社 ☎0795-42-0024	兵庫あおの病院 市場町 ☎62-5533	田淵医院 加東市新町 ☎0795-48-0160	栄宏会小野病院 天神町 ☎62-9900
4	5	6	7	8	9	10
やすらぎの森診療所 加東市新定 ☎0795-40-8100 岡村医院 敷地町 ☎62-4300	坂本医院 加東市上中 ☎0795-42-6660	加東市民病院 加東市家原 ☎0795-42-5511	曾野医院 加東市東古瀬 ☎0795-42-6299	育が丘クリニック 榎山町 ☎62-8112	依藤診療所 本町 ☎63-0028	三浦クリニック 天神町 ☎70-9288

※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。

※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。か、消防署(☎63-0119)へ問い合わせください。

健康カレンダー

健康診査・教室など

健康増進課 ☎63-3977

4か月児健診	平成31年3月生まれの乳児 7月22日(月) 13:00~14:30 [保健センター]	7か月児教室	平成30年12月生まれの乳児 7月18日(木) 10:00~11:15* [保健センター] 平成31年1月生まれの乳児 8月8日(木) 10:00~11:15* [保健センター]
1歳6か月児 健診	平成29年12月生まれの幼児 7月1日(月) 13:00~14:30 [保健センター] 平成30年1月生まれの幼児 8月5日(月) 13:00~14:30 [保健センター]	2歳児教室	平成29年7月生まれの幼児 7月23日(火) 9:30~11:00* [保健センター]
3歳児健診	平成28年5月生まれの幼児 7月9日(火) 13:00~14:30 [保健センター]	未来の パパママ教室	出産予定日が令和元年9~11月の妊婦と夫 7月19日(金) 9:30~11:45* [保健センター]
母子健康手帳 交付	平日(8:45~17:15)、健康増進課で、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)	献 血	16歳~69歳の方 7月29日(月) 10:00~15:30 [伝統産業会館]

※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	7月25日(木) 13:00~
アルコール問題相談	☎0795-42-9367	7月10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	7月4日(木)・18日(木)・8月1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	7月5日(金)・8月2日(金) 13:30~15:00