

ふれあい広場

このページは市民の皆さんと一緒に作るページです。投稿・登場をお待ちしています。秘書広報課（市役所内線3052）

クローズアップ

今、「旬」の人や団体を紹介します。



西脇市立しばざくら幼稚園PTA

（左から） 現会長 臼井 由実さん
前会長 遠藤 憂子さん

子どもたちのために「できること」を

今年8月、市立しばざくら幼稚園PTAが、「優良PTA文部科学大臣表彰」を受賞。コロナ禍における保護者・地域・園の連携強化と、地場産業の魅力を伝える活動が評価されました。

＊ ＊ ＊

同PTAは日頃から、園行事の補助やイベントの運営、美化活動等を実施しています。しかし昨今のコロナ禍では、感染防止対策のため、多くの行事や活動が中止になってしまいました。「コロナだから」という理由で大事な一年を

さらめたくない」という思いから、同PTAの役員が中心となり、園と相談しながら行事の開催方法を模索。人数を分散して秋まつりを開催するなど、保護者と園それぞれ希望や意向を聞き取り、伝えながら、双方の橋渡し役として、コロナ禍でもできることを検討してきました。

また昨年は、地元織物会社の協力を得て、園児が描いた自分の絵を織り込んだ生地を製作。手書きの絵が布になり、園児はとても喜んだそうです。前会長の遠藤憂子さんは「西脇市に播州織という素晴らしい地場産業があることを、園児と保護者に知ってほしかった」とし、「特別なことをしたつもりはなかったので受賞にはとても驚いた」と振り返りました。

同PTAは、できる人ができる範囲で助け合うことを心がけています。会長の臼井由実さんは、「いろんな人とのつながりが増え、子どもたちの様子を近くで見れる。多くの人にPTA活動を楽しんでもほしい」と話しました。

市民の皆さんのまちづくり活動を紹介します

みんなでまちづくり♪

地域自治協議会「まちづくり」

西脇市では、さらに進行する少子高齢化や人口減少を見据え、市内8地区において、区長会や各種団体などがそれぞれ連携・協働し、地域課題の解決に向けて自主的・主体的に取り組み自治組織「地域自治協議会」の設立を積極的に支援しています。

現在、「津万地区」、「比延地区」、「黒田庄地区」の3地区が地域自治協議会を設立しており、地域の多様な団体が互いに協力、補完し合いながら、地域課題の解決に取り組んでいます。

市民の皆さんと市が連携・協力し、「参画と協働のまちづくり」をさらに推進していきましょう。

▼取組例 移動販売車・福祉送迎車の運行、特産品を使った加工品の開発・販売、空き家を活用した交流拠点整備等。左記QRコードから、各地区の活動の様子をぜひご覧ください。



▲津万地区自治協議会



▲比延地区自治協議会



▲黒田庄まちづくり協議会

いきいきにしわきっ子



あまね 天
新野 天
1歳2ヵ月

お姉ちゃんに負けずに大きくなあれ
陽平・永里子（高田井町）

いきいきにしわきっ子を募集しています。写真と紹介文、連絡先を市役所秘書広報課へ郵送またはご持参ください。

地域に信頼される良質な医療を提供します

西脇病院

〒677-0043
西脇市下戸田 652-1
☎22-0111 ㊟23-0699

実施中
新型コロナ院内感染防止対策

- ・マスク着用と自宅での検温
 - ・全入院棟への入館を禁止
- にご協力ください

第7回「歩こう会」

ピンクや赤色を身に付けてみんなで歩きましょう。当日は、播州織のぼり「がん検診に行こう」をお披露目します。

▼とき 10月23日（土）午前9時～11時30分／雨天中止

▼集合場所 総合市民センター南側玄関前／申し込み不要

▼対象 健康づくりに関心がある方

▼コース やすらぎの道

▼主催 はなみずきの会（西脇市多可郡医師会協力）

▼問合せ 乳腺外科 三輪（☎22-0111）

▼ひだまりサロン
▼とき 10月27日（水）午後1時～3時／要申し込み

健康バンザイ 182



麻酔科部長
坂本昇太郎

手術前に中止した方がいいサプリメント

健康意識の高まりによって、近年、健康食品やサプリメント

トを摂取する人が増えてきました。その目的は健康の維持や増進、病気の予防、疲労回復、美容・ダイエットなど多岐にわたると思いますが、その中には思いがけず、手術や麻酔に影響を与えるものがあります。

ニンニクやショウガは通常の食事程度では問題ありませんが、サプリメントとして過剰摂取すると、手術中に出血

するリスクが上がります。その他、出血リスクが上がるサプリメントには、アロエ、イチョウ葉エキス、DHAやEPAといった魚油、朝鮮ニンジン、コエンザイムQ10、ウコン、メリロートなどがあります。エキナセア（ムラサキバレンギク）は長期間使用すると創傷の治りが悪くなったり、感染を起こしやすくなったりするといわれています。

また、カバヤセントジョーンズワート、バレリアン（カノコソウ）には鎮静作用があり、麻酔薬の効果を高めてしまうことがあります。これらのサプリメントは、手術前2～3週間は中止することが推奨されています。

麻酔科術前診察時には内服薬とともに、飲んでいるサプリメントについてもお伝えください。

寄付封筒を募集

西脇病院の封筒（角2号・長形3号）を無償提供していただける企業等を募集します。申込方法など詳しくは、病院ホームページをご覧ください。

▼募集期間 10月1日（金）～29日（金）

▼申込み・問合せ 経営管理課（病院内線363）

患者総合支援センター「入退院支援課」はこんなところ 安心した入退院を支援



入院は患者さんや家族にとって重大な出来事であり、大きな不安を伴うことでしょう。安心して入院していただくために、「入退院支援課」では次のような支援を行っています。

- ◆入院前には 治療上必要な情報や、患者さんの療養希望などを確認。入院目的に沿って、必要な準備について説明します。
- ◆病状安定後には
 - ①患者さんや家族への療養意向の確認
 - ②退院に向けたケアマネジャーやかかりつけ医等への連絡・調整
 - ③リハビリや療養病院への転院、介護施設等への入所相談・調整
 - ④社会保障制度の紹介、治療と仕事の両立支援
 など、地域で安心して、自分らしく暮らせるよう支援します。心配事があれば、お気軽にお尋ねください。
- ◆問合せ 患者総合支援センター入退院支援課（病院内線 339）