

広報にしわき

No.115

Aug.

8

平成26年(2014年)8月号



特集

緊急非常事態宣言!!高齡者の交通事故が多発

Contents

- へその西脇・織物まつり、出会いのパーティー ほか … 4~5
- 西脇市民体育大会参加者募集 …… 6~7
- 西脇病院 …… 8~9
- 教育委員会、あぐりコラム、市長からの手紙 ほか … 10~11
- ふれあい広場 …… 12~13
- まちの話題 …… 14~15
- くらしの情報 …… 16~23
- にしわき散歩、西脇の自然、旬菜レシピ ほか …… 24

緊急非常事態宣言!!高齢者の交通事故が多発

公共交通機関が十分に発達していない地方において、自動車は日常生活に不可欠なものです。しかし今、高齢者が関わる交通事故が全国で多発しており、西脇市でも対策が必要となっています。先月には、西脇警察署と西脇多可交通安全協会が「高齢者交通事故多発緊急非常事態」を宣言しました。一人ひとりが高齢者を取り巻く交通環境を理解し、思いやりを持った運転を心がけましょう。



運転指導を受ける高齢運転者

今年5月下旬から1ヵ月半の間に、西脇警察署管内（西脇市および多可町）で4件の死亡事故が発生しました。いずれも65歳以上の高齢者が自動車等を運転中のことでした。また、7月時点で比較すると、昨年の人身事故発生件数は169件でしたが、今年はずでに200件を超えており、異例のペースで増加しています（平成26年7月6日速報値）。

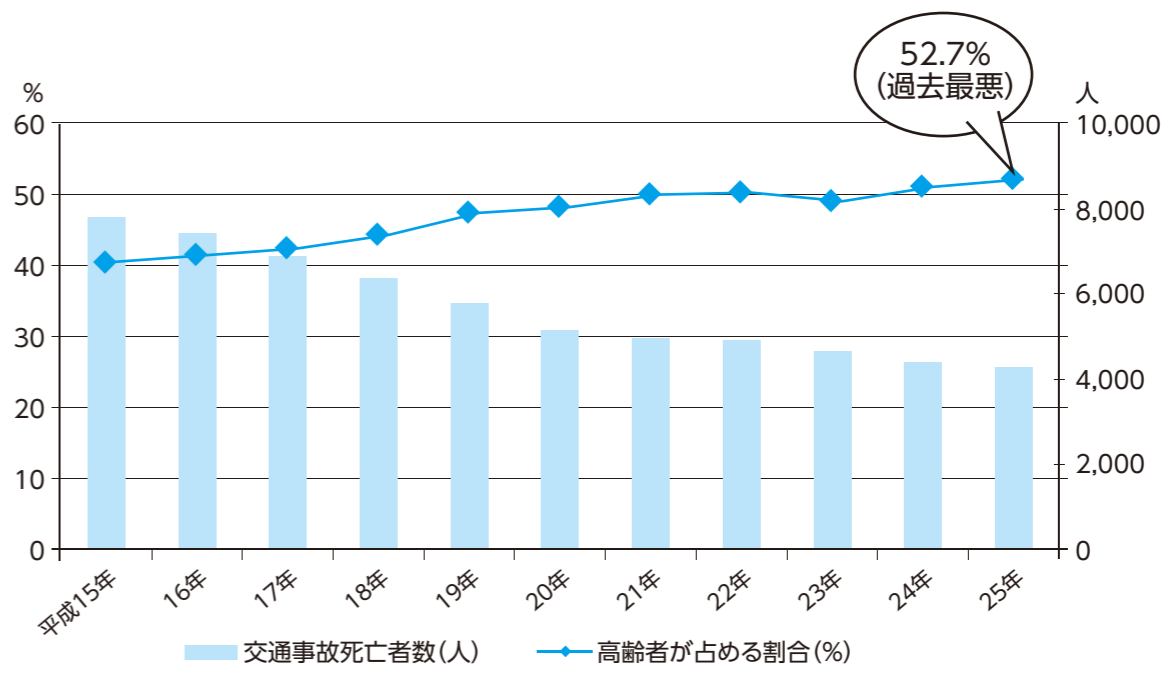
この事態を受けて、西脇警察署と西脇多可交通安全協会は、7月7日に「高齢者交通事故多発緊急非常事態宣言」を発表しました。

数が全体的に減少する中で、平成25年の高齢者の死者数は過半数を占め、52.7%と過去最高を記録しました。人口10万人当たりで比較すると、高齢者は7.5人に上っており、他の年齢層の3.5倍になっています。

高齢者の死者数が増えている背景には、少子高齢化の急速な進行があります。

戦後生まれのいわゆる「団塊の世代」が次々に高齢期を迎えており、わが国の高齢者人口は、ピークとなる平成32年に3,400万人を超え、全人口の29%を占めると予測されています。

このことから、高齢者の交通安全対策は、早急に社会全体で取り組むべき課題であると言えます。



(警察庁「平成25年中の交通死亡事故の特徴及び道路交通法違反取締状況について」から作成)

体調が悪いときは、無理せず運転を控えて

高齢者の交通事故問題について、西脇警察署の宮崎正一交通課長に伺いました。

運転は、「認知・判断・操作」で成り立っています。例えば、運転中に前方の信号が赤に変わったとき、①信号が赤に変わったと認識することが「認知」、②赤信号だから停止しようと考えることが「判断」、③停止するためにブレーキを踏むのが「操作」です。

加齢に伴う身体機能の衰えは、安全運転に必要な認知・判断・操作の能力に大きく影響します。特に、交差点付近は、歩行者や進入してくる自動車などに同時に注意を払わなければならないので、高齢者にとっては対応が難しい場所です。対向車や歩行者を見逃したり、自動車の操作を誤ったりして、交差点付近で事故が多発するのはこのためです。

高齢者講習が義務付け

平成13年の道路交通法改正で、70歳以上の方には高齢者講習が義務付けられました。高齢者講習では、講義や身体検査、運転実習等を3時間程度受けていただきます。高齢者講習の機会を利用して、加齢に伴う身体機能の低下が自分の運転にどう影響しているのかを自覚していただき、個々の状態に応じた安全運転の方法を身に付けましょう。

運転免許の返納も検討を

事故を起こしてしまうと、家族をはじめ多くの人々を辛い目に遭わせてしまいます。家族から「運転が心配だ」と言われたら、自分の行動を振り返りながら話し合い、運転免許を自主的に返納することも検討してください。お問い合わせは西脇警察署まで（☎22・0110）。



西脇警察署 宮崎正一交通課長

高齢運転者に思いやりを

高齢運転者が自ら安全運転を心掛ける必要がある一方で、周囲の運転者にもできることがあります。70歳以上の高齢運転者は、自動車の前面と後面に「高齢運転者標識」を表示して運転するよう努めなければならないとされています。この標識を付けた自動車に幅寄せや割り込みをすると、処罰の対象になります（やむを得ない場合を除く）。

また、高齢運転者の中には「相手が止まってくれる」といった勝手な思い込みなどによって、周囲の運転者にとって予想外の行動をする方もあります。高齢運転者標識が貼られた自動車を見たら、十分に車間距離をとり、思いやりを持った運転を心がけましょう。



高齢運転者標識

西脇多可シルバードライバースクールが開催

6月30日、西脇自動車教習所で高齢運転者を対象にシルバードライバースクールが開催されました。西脇自動車教習所の協力のもと、参加者は自動車の運転実技を行った後、同乗していた指導員からアドバイスを受けました。鹿野町老人クラブの岸本滋会長は「左右の安全確認や急ブレーキ、一時停止など基本的動作が思っていたよりできなかった。学んだことを家族と話し合っ、日々の安全運転に生かしたい」と話しました。



「西脇未来予想図の会」PRESENTS～素敵な出会いをサポートします！ 出会いのパーティーを開催

独身男女の出会いをサポートする市民グループ「西脇未来予想図の会」が、「ステキなあなたにときめく恋を…」と題し、出会いのパーティーを開催します。

前回は7組のカップルが誕生し、毎年多くの縁を結ぶ「出会いのパーティー」。昨年には、出会いのパーティーで知り合って結婚されたカップルが、ついに誕生しました。

7回目を迎える今年のパーティーでは、お笑い芸人の「山田スタジアム」さんを司会に迎え、ランチやケーキづくりを通じて楽しく仲を深めていただきます。



兵庫県住みます芸人
「山田スタジアム」さん

- 日時 9月28日(日) 午前10時～午後4時
- 場所 西脇ロイヤルホテル(西脇市西脇991)
- 対象 25歳～40歳ぐらいの独身男女
※男性は、西脇市または多可町在住者に限り、市が9月7日(日)に開催する婚活セミナーへの参加が必要です。
- 定員 男女各20名
※申込者多数の場合は抽選を行い、9月12日(金)ごろに結果をお知らせします。
- 参加費(ランチ付き) 男性: 4,000円、女性: 3,000円
- 申込方法 ①から④のいずれかの方法で、右記の事務局まで住所、

氏名、年齢、性別、電話番号を連絡してください。また、市のホームページから申込書をダウンロードできます。

①電話②メール③FAX④市役所へ来庁

- 申込期限 9月8日(月)
- 申込み・問合せ 西脇未来予想図の会事務局(市役所企画政策課内)
☎22-3111(市役所内線225)/☎22-1014
メール: kikaku@city.nishiwaki.lg.jp

- その他
 - ・申し込みは参加者ご本人に限ります。
 - ・9月18日(木)以降のキャンセルは、参加費と同額のキャンセル料をいただきます。
 - ・申込者の情報は、目的外には利用しません。
 - ・詳しくは、市のホームページをご覧ください。

良き伴侶をみつけて幸せな家庭を



西脇未来予想図の会
代表 萬浪友子さん

ライフスタイルの変化や価値観の多様化など、さまざまな理由で晩婚化が進んでいます。昔のように仲人さんやお世話好きな方が少なくなり、結婚の願望があっても、出会いの場がなかなか見つからないということも多いのではと感じています。

私たち西脇未来予想図の会では、結婚につながる「縁」づくりをお手伝いしたいと考え、平成21年から出会いのパーティーを開催しています。今回のパーティーでは、司会を芸人の山田スタジアムさんをお願いして、より楽しい雰囲気づくりに努めます。自己紹介やフリートーク、ケーキづくりを通じてたくさんの方

と交流いただき、最終的には多くのカップルが誕生してくれればと願っています。

家族があるのは素晴らしいこと。参加者の皆さんには良き伴侶を見つけて幸せな家庭を築いていただきたいと思います。



昨年の出会いのパーティー
7組のカップルが誕生



8月23日(土)・24日(日) 第9回へその西脇・織物まつり

- ◆とき 8月23日(土)・24日(日)
- ◆ところ 日本へそ公園(8月23日)・総合市民センター周辺(8月24日)
- ◆23日(土)の内容
 - ・採火式
 - ・友好都市「富良野市」からお客さまをお迎えし、まつりの始まりを告げる式典
 - ・ステージイベント
 - ・出演団体/双葉小学校・比延小学校・西脇東中学校・西脇ダンススクール「Step」
 - ・花火 2,000発の花火が西脇の夏の夜空を彩ります。
- ◆24日(日)の内容
 - 会場 機殿神社
 - 織物感謝祭
 - 「染糸奉納」製織の儀などの神事・式典
 - 会場 総合市民センター
 - 加杉野おどり
 - オールジャンルのダンスコンテスト
 - 播州織ファッションショー
 - 「HESSOOLJA」



8月16日(土) 第37回にしわき市・黒田庄夏まつり

- ◆とき 8月16日(土) 午後7時～9時30分
雨天時は17日(日)
- ◆ところ 黒田庄グラウンド
- ◆内容
 - 福引 先着1,800名様に抽選用うちわを午後7時から無料配布。黒田庄和牛ほか豪華景品が当たります。
 - 花火 約400発の花火が午後9時から打ち上げられます。
 - その他 盆踊り、屋台多数出店
- ※当日は、楠丘小学校や桜丘小学校等に臨時駐車場を設け、会場までの送迎を行います。ぜひご利用ください(詳細は黒田庄地区会館までお問い合わせください)。
- ◆問合せ コミュニティセンター黒田庄地区会館(☎282121)

- ◆業イベント
 - ・花火(500発)
 - ・会場 市民会館
 - ・加杉野おどり
 - ・あまごのつかみどり
 - ・ニュー・シネマ・ペインティング
 - ・各種飲食ブース
- ◆申込み・問合せ
 - ・へその西脇・織物まつり事務局(商工観光課内/市役所内線281)



参加者を募集しています ●秋季競技大会(総合開会式：西脇中学校グラウンド)

第61回 西脇市民体育大会 10月5日(日) 午前8時30分～

種目	内 容	日 程	場 所	申 込 先	申込期日
陸上競技	ロードレース ○中学生1、2、3年生(男子・女子)の部(3km) ○高校・一般(18歳以上50歳未満)・壮年(50歳以上)(男子・女子)の部(3km) 市内在住・在勤・在学者、西脇市陸上競技協会に登録している者 壮年男女50歳以上は医師の診断要	10月5日(日)	都麻の郷交流グラウンド周辺	和田町567-210 岡本敏信(会長) ☎22-1878 小宿義幸(南中) ☎28-2072 宮下晋一(西中) ☎22-2725	9月12日(金)
庭 球	○シニア(45歳以上)の部 ○一般(男子・女子)の部 ※中学3年生以上 ○中学生(男子・女子)の部 ※中学1・2年生 西脇市および多可町在住・在勤者	10月13日(祝月) 9月21日(日) 10月5日(日)	西脇公園市民テニスコート	嶋262-2 高瀬 善久 ☎23-7353	9月7日(日)
卓 球	○団体戦(男・女) ○中・高・一般(3~4名編成) ○予選リーグの結果で1~3部に分けトーナメント戦を行う。 リーグ戦は2点先取で勝負が決定しても最後まで行う。 トーナメント戦は2点先取したチームが勝利する。 ○市内在住在勤者および市内クラブチーム所属者	10月5日(日)	西脇中学校体育館	水尾町700-1 小林 康一 ☎27-0626	8月28日(木)
バレーボール	○ジュニアの部 ○一般(男子・女子)の部 ○ソフトバレーの部	10月5日(日) 9月14日(日) 3月29日(日)	市民センター体育館 他	野村町善が丘37-2 萩原 靖久 ☎22-0642	9月29日(金)
野 球	○一般の部 第53回西脇市町対抗壮年野球大会(満30歳以上)チームは市内各町単位、但し隣接する2町の合併は協会の了承を要する。8/1現在でその町に住居登録があり、かつ居住している者で満30歳(S59.4.1までに生まれた人)以上の監督を含めた24名以内で編成のこと。出場選手の中に45歳(S44.4.1までに生まれた人)以上が2名以上・40歳(S49.4.1までに生まれた人)以上が5名以上常時出場していること。(参加費20,000円) ○中学生の部 第23回協会長盾少年野球大会 西脇市・多可町内の中学校単位で協会加盟チームとする。(参加料無料) ○小学生の部 第61回西脇市民体育大会 西脇市・多可町内の小学生で協会加盟チームとする。(参加料無料)	9月28日(日)~ 11月9日(日)	西脇公園野球場 黒田庄ふれあいスタジアム	和田町634-141 吉田 二郎 ☎22-5307	8月25日(月)
柔 道	○個人戦 小学生の部(学年別) ○団体戦	10月5日(日)	市民センター武道館	西脇539-2 丸山 隆司 ☎22-0291	8月24日(日)
剣 道	○個人戦 小学生の部(新人、4年生以下、5、6年生) 中学生の部(新人男子・女子、1年生男子・女子、2年生男子・女子、3年生男子・女子) ○団体戦 一般の部(1チーム3人編成) 各部とも西脇市剣道連盟会員、市内スポーツ少年団員 市内少年剣道クラブ会員、市内在住・在勤・在学者	10月5日(日)	西脇小学校体育館	加東市平木1310-9 熊原 政文 ☎090-9710-5129	8月25日(月)
サッカー	○社会人の部 ○フレンドリーマッチ小学生の部(協会登録ジュニアの部チームに限る) ○高校生の部 ○小学生4年以下の部 ○小学生6年生以下の部 ○中学生の部 西脇サッカー協会登録チーム及び一般参加チーム 小学4年生以下の部 2,000円 小学6年生以下の部・中学生・高校生・社会人の部3,000円	9月28日(日) 10月5日(日) 10月26日(日) 11月8日(土) 11月8日(土) 11月16日(日)	あかねが丘グラウンド	大野358 山本 昇司 ☎22-4394	社会人の部 8月30日(土) 小・中・高の部 9月30日(火)
山 岳	○市民ハイキング 市内在住・在勤・在学者(中学生以上) ○定員20名	10月19日(日)	三室山(宍粟市)	野村町1816-10 土肥 正彦 ☎23-6513	10月12日(日)

西脇市民体育大会は、昭和28年12月に西脇市体育協会が発足し、翌年の昭和29年5月に第1回西脇市民体育祭(昭和32年に西脇市民体育大会と改名)が開催されたのが始まりです。第1回大会は陸上、テニス、卓球、バレーボール、野球、柔道、剣道、相撲、ローラースケートの9種目で競技が行われました。

この歴史と伝統のある大会にあなたも参加してみませんか。多くの方の応募をお待ちしています。

◆問合せ 生涯学習課スポーツ振興担当(総合市民センター内/☎22-5996)

種目	内 容	日 程	場 所	申 込 先	申込期日
ソフトボール	○一般男子 A級10チームによるトーナメント B級9チームによるトーナメント (各級共西脇市内チーム) ○中学生女子 協会登録チーム(市内3校)	一般男子 10月5日(日) 10月19日(日) 10月26日(日) 中学生女子 9月27日(土)	野村公園G 城山公園G 重 春 G 西脇中学校G	郷瀬町665 北村 守 ☎22-4027	8月20日(水)
家庭バレーボール	○男子・女子の部 1チーム6~12名で編成(監督・キャプテン含む) ○予選(男女とも2試合リーグ戦/亀の甲方式)決勝(トーナメント方式/予選終了後抽選) 男子 参加チーム数により決定 女子 予選結果7によりA・Bブロックに分ける ○20歳以上(学生は除く)、チーム数に制限なし ○西脇市家庭バレーボール競技規則に準ずる ○参加費 未登録チームのみ3,000円	10月5日(日)	市民センター体育館	小坂262-9 松浦 明美 ☎22-7508	9月5日(金)
空 手	○新人の部(男子・女子)五本組手 ○小学1・2年生(男子・女子)形(平安初段~三段)・組手(基本一本) ○小学3・4年生(男子・女子)形(平安初段~五段)・組手(予選:基本一本 ベスト4:自由一本 決勝戦:自由組手) ○小学5・6年生(男子・女子)形(平安初段~得意形)・組手(予選:自由一本 ベスト4:自由組手) ○中学生(男子・女子)形(得意形)・組手(自由組手) ○高校・一般(男子・女子)形(得意形)・組手(自由組手) 市内在住・在勤・在学者、西脇空手協会に所属する者	10月5日(日)	西脇中学校格技館	西脇1051 永井 邦由 ☎22-3135 ☎090-8750-6130	8月31日(日)
少林寺拳法	○単独演武 小学生の部(1~6年生の部) 中学生の部(有段・段外) 一般の部(有段・段外) ○組演武 小学生の部(低・中・高学年の部) 中学生の部(有段・段外) 一般の部(有段・段外) 一般財団法人少林寺拳法連盟会員に限る	10月19日(日)	日野小学校体育館	中畑町1475-400 岡崎 修士 ☎22-8103	8月31日(日)
バドミントン	○男子ダブルス1部・2部・3部 ○女子ダブルス1部・2部・3部 予選リーグ・決勝トーナメント方式 高校生以上 オープン参加	9月21日(日)	市民センター体育館	坂本385 藤原 正彦 ☎22-0929	9月6日(土)
硬式テニス	○一般(男子・女子)の部(ダブルス)各16ペア ○男子ビギナー・シニアの部(ダブルス)各16ペア ○女子ビギナー・シニアの部(ダブルス)各16ペア 注) ビギナー: テニス歴3年以内又は実力的にビギナーと認められる方 資格 特になし 参加費 2,100円/ペア ○国体開催記念子供テニス大会(シングルス) 資格 中学生以下で市内在住、在学者、西脇市テニス協会会員 参加費 600円	10月5日(日) 10月12日(日)予備日 11月23日(日)	西脇南中学校テニスコート	明楽寺738 青山 義明 ☎27-0039 aoyama7_11 @yahoo.co.jp ※メールで申し込みのこと	9月13日(土)
グラウンド・ゴルフ	○1チーム8人編成、男女個人戦8ホール×2ラウンド16ホールストロングプレイで競い、同点の時はプレーオフにより決定2ラウンド終了後第3ラウンド8ホール交流大会あり ○2列並列 4コース ○(公社)日本グラウンド・ゴルフ協会現行ルールを適用 ○クラブ、ボールは(公社)日本GG協会認定品を使用のこと ○西脇市グラウンド・ゴルフ協会会員に限る(申込期限までに協会会員登録者可)	10月5日(日)	西脇中学校グラウンド	比延町60 吉田 昇 ☎090-3269-2196 ☎0795-22-1676	9月20日(土)
硬式野球	○官兵衛ゆかりの地交流親善野球大会 西脇市、加東市、三木市、加古川市、高砂市、神戸市、伊丹市、姫路市、京都(特別参加)の9都市の代表によるトーナメント制	10月18日(土) 10月19日(日) 25日(土)予備	黒田庄ふれあいスタジアム	前島町21-1 竹本武志 ☎22-1513	

西脇病院

地域に信頼される良質な医療を提供します
 (☎ 2011) http://nshp.jp/



▼西脇病院から

胎児エコー検査について

西脇病院では、妊婦さんの胎児エコー検査を2012年2月から女性検査技師が行っています。それに加えて同年12月から胎児スクリーニングエコー検査を20週と30週前後に2回、別枠の時間帯で、予約検査として行っています。20週のスクリーニングエコー検査では、頭部内に何か異常はないか、身体全体の位置異常や水がたまっていないか、また胎盤や臍帯、羊水に異常はないかなどを中心に診ています。

30週スクリーニングエコー検査では全身のエコーに加え、心臓を中心に検査します。胎児の体位により描出が困難な場合もありますが、そういう場合は再検査をしながら、できるだけ早期に異常を発見できるように心がけています。また、2013年6月から4Dエコーを導入し、よりきれいで鮮明な画像が得られるようになりました。4Dエコーでの胎児の表情やしぐさを見て、涙される妊婦の方もおられ、私たち検査技師の責任の重さを痛感しながら検査させていただいています。

胎児は小さく、細かいところまでは描出できませんが、私たちは妊婦の方が安心してエコー検査を受け、また安全に出産できるように日々努力しています。妊婦の方はいろいろな心配事もあると思いますが、エコー検査を通して小さくてあどけない、かわいい胎児をご覧いただき、出産後も愛情豊かに子育てができますようお手伝いさせていただきます。

▼エントランスホールギャラリー

八馬順子さん(西脇) 絵画、書道、アートフラワー展を開催します。
 ▼とき 8月1日(金)～29日(金)
 ▼ところ 西脇病院エントランスホール

▼西脇市教育委員会生涯学習課 人権教育室

人権ポスター約20点、人権標語約40点を展示します。
 ▼とき 8月18日(月)～31日(日)
 ▼ところ 西脇病院エントランスホール



外来診療担当医師変更のお知らせ

診療科	月	火	水	木	金
総合内科(初診)	木村 祥子 鈴木 球真	来住 稔 柏木 明香	辰岡 浩樹 岩瀬 貴雄	小出 亮 樋口 泰雄	稲垣 忠洋 中川 嘉宏 来住 稔 (糖尿)
再診1	稲垣 忠洋		福永 秀行	柏木 明香	
再診2	小出 亮 (消化器)	岩井 正秀 (肝臓)	木村 祥子 (消化器)	岩井 正秀 (腎臓)	
再診3	有本 えり	中川 嘉宏	鈴木 球真	柏木 貴雄	
専門外来	白井 敦 (腎臓・午後診) (予約・紹介患者様のみ)	木戸 良明 (糖尿) (予約・紹介患者様のみ)	来住 稔 (糖尿併合併症) (予約患者様のみ)		中井健太郎 (腎臓) (予約・紹介患者様のみ)
緩和ケア外来 [予約のみ]		担当医 [午後診]			
神経内科	樋口 泰雄	佐藤 一彦		佐藤 一彦	
呼吸器内科	船山 泰弘 (予約・紹介患者様のみ)				辰岡 浩樹
循環器内科	櫻本 博也		島雄隆 一郎	島雄隆 一郎 (初診・予約患者様のみ)	櫻本 博也
禁煙外来 [予約のみ]	大柳 光正 (予約・紹介患者様のみ)	担当医 [午後診]	担当医 [午後診]	担当医 [午後診]	
血液内科		川野 宏樹 (予約・紹介患者様のみ)	松井 利充	松井 利充 (予約・紹介患者様のみ)	
精神科	木原 章雄 高瀬 伸明	木原 章雄 高瀬 伸明	高瀬 伸明 丸岡 眞澄	木原 章雄 高瀬 伸明 (午前診・予約患者様のみ)	木原 章雄
もの忘れ外来 [予約のみ]	担当医 [午後診]	担当医 [午後診]		担当医 [午後診]	担当医 [午後診]
小児科	許 永龍	佐伯 啓介	許 永龍 (第1・第3・第5水曜) 佐伯 啓介 (第2・第4水曜)	許 永龍 (第1・第3・第5水曜) 飯島 一誠 (第2・第4水曜)	佐伯 啓介
外科	担当医	伊藤 卓資	山口 俊昌 河合 孝	担当医	田中 智浩
乳腺外科	三輪 教子	三輪 教子 (遺伝相談外来) (午後診・予約患者様のみ)		西藤 勝 (第1・第3・第5水曜) 三輪 教子 (午後診)	
整形外科	佐藤 啓三 伊藤 淳	担当医 (初診・予約患者様のみ)	佐藤 啓三 深澤 高広	担当医 (初診・予約患者様のみ)	伊藤 淳 深澤 高広
脳神経外科	柴田 裕次 片山 重則	澤 秀樹 太田 耕平	木村 充 柴田 裕次	木村 充	井口 基
皮膚科	藤川 義明 酒井 大輔 竹森 千尋	藤川 義明 酒井 大輔	藤川 義明 酒井 大輔	藤川 義明 酒井 大輔 指宿千恵子	藤川 義明 酒井 大輔 関向亜紀子
泌尿器科	杉山 武毅	杉山 武毅	小林 康浩		杉山 武毅
産婦人科	阿江 孝	阿江 孝 (予約・紹介患者様のみ)	野村 和久 (予約・紹介患者様のみ) 山田 秀人 (第1水曜日のみ) (予約・紹介患者様のみ)	阿江 孝	野村 和久
眼科	板谷 浩志 (予約・紹介患者様のみ)	板谷 浩志		板谷 浩志	板谷 浩志
耳鼻いんこう科	担当医				担当医
放射線治療	坂口 俊也		坂口 俊也		
放射線科		坂口 俊也		坂口 俊也	
歯科口腔外科	谷垣 信吾 梶 真人	谷垣 信吾 梶 真人		梶 真人	谷垣 信吾 梶 真人

注意 8月1日付けで診療科の外来診療担当医師が一部変更になっています。診療される際にはご注意ください。網掛け部分に変更です。

西脇小児医療を守る会コラム 72



今年も西脇保育所へ行ってきました!

6月14日に西脇保育所で勉強会を開催し、35人のお父さんお母さん方が参加され、皆さん熱心に聞いてくださいました。

これまでの医療の現状や、ホームケアの内容に加えて薬の飲ませ方などもお伝えしました。子どもの病気が少しでも早く治るよう、私たち大人が正しい薬の飲ませ方を知り、薬と上手につきあいたいですね。



▲西脇保育所での勉強会

先生方から「毎年変わらない皆さんのパワーと続けることの素晴らしさに感動しました」と嬉しい言葉をいただきました。

西脇保育所の園長先生はじめ、先生方のご協力に大変感謝しています。このような勉強会をこれからも続けていきたいと考えています。興味を持たれた団体がございましたら下記事務局までお問い合わせください。

◆問合せ 西脇小児医療を守る会
 ☎090-8538-1337 石井
 http://www.kodomonomirai.com
 info@kodomonomirai.com

健康バンザイ

104 西脇病院の医師が健康や病気に関するさまざまな情報を提供します。



呼吸器内科医長
 辰岡 浩樹

誤嚥性肺炎について

食物や唾液などが正しく食道に入らず、間違えて気管の方へ入ってしまうことを「誤嚥」といいます。誤嚥によって食物、唾液、口の中の細菌などが、気管を通じて肺に入り、肺炎を起こす。これが「誤嚥性肺炎」です。

60歳代から多くなり、80歳以上の方の肺炎は、8割以上がこの誤嚥性肺炎と考えられます。

誤嚥を起こす原因として、次のことが挙げられます。

- 脳梗塞や脳出血などの後遺症で、飲み込む動きがうまくできなくなる
- 脱水などの状態や、睡眠薬・安定剤などの薬の影響
- 免疫力の低下
- 全身の筋力低下とともに嚥下する筋力も低下
- 口腔内の乾燥や菌的な問題
- 食べにくい硬さや大きさの食事
- 胃酸が逆流しやすい(胃食道逆流)

誤嚥性肺炎を起こす原因を考えながら、治療や再発予防を考えていきます。具体的には、抗菌薬投与や嚥下リハビリテーション、食事形態や体位の工夫、口腔内のケア、胃食道逆流の予防、栄養状態の改善、腸の動きの改善などです。

病院に入院された肺炎患者さまが、退院後にも肺炎を繰り返さず、元気で過ごしていただける、そこまでが肺炎の治療と考えています。

▼西脇病院「健康セミナー」

毎月1回、西脇病院医師による「健康セミナー」を開催しています(参加費は無料)。
 ▼とき 9月1日(月)
 午後3時～1時間程度
 ▼ところ 病院講堂(2階)
 ▼講師 歯科口腔外科医 谷垣信吾
 ▼演題 口腔感染症
 ▼問合せ 病院総務課
 (病院内線366)

▼第6回西脇病院フェスタ開催

地域に開かれた病院づくりを目指して「ふれあいに感謝」これからも地域とともに「」をテーマに開催しました。



▲コンサートの様子

職員によるコンサートは、アンコールで大盛況。病院探検ツアーでは手術室を初めて解放し、行列ができるほど人気がありました。子どもから大人まで楽しめるにぎやかな催しとなりました。

西脇多可休日急患センター

◆ところ 西脇市下戸田652-1
 西脇病院救急外来室
 ◆診察日 日曜日(年末年始を除く)
 午前9時～午後5時
 ◆問合せ ☎23-5380
 ○病状やけがの様子など電話であらかじめご連絡ください。電話が混みあいご迷惑をおかけすることがありますが、しばらくしてからおかけ直してください。
 ○必ず健康保険証を持参ください。

8月の出務予定医師	
8月 3日(日)	山本 壽幸 先生
8月10日(日)	生野 哲雄 先生
8月17日(日)	和田 良勝 先生
8月24日(日)	林 武志 先生
8月31日(日)	畑澤 幸雄 先生

※西脇市多可郡医師会の医師が交代で、入院を必要としない内科系の軽症患者の診察を行います。

好きです!! にしわき わたしのふるさと

今、この時を輝いて生きる
一次世代につなぐ、心豊かな人づくり、まちづくり—
教育委員会や学校園の情報をお知らせします。



おとうさんとつくるお弁当講座 (勤労福祉センター)

あなたらしく、私らしく 大好きな自分になろう!

平成24年3月に策定した第2次西脇市男女共同参画基本プラン「パートナー」では、「一人ひとりの人権と個性が尊重され、男女が共に輝く社会」を基本理念とし、行政と市民・事業者等が連携して地域や職場、家庭で、性別に関係なく個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」の実現を目指すための計画を示しています。

年に数回実施している男女共同参画セミナー等の啓発の取り組みは、この計画に基づくものです。昨年度は、「もつとすてきに」パートナーシップ委員会と協力し、体験型のセミナー「親子で学ぶ防災・減災体験セミナー」や、川柳で男女のすてきなパートナーぶりを表現する「男女共同参画川柳コンクール」、参加者相互のワークショップセミナー「男だって泣いていいじゃないですか」などを実施しました。また、今年度は5月16日に「おとうさんとつくるお弁当講座」を実施しました。このような体験を取り入れ

たセミナーで家族や他の参加者と一緒に活動していただく中で、自分たちの身近な生活の中に男女共同参画社会が目指すもの「性別に縛られず「自分らしくある」ことの大切さなどを感じていただけたらと思っています。

今年度から新しい啓発企画「男女共同参画フォトコンテスト」を実施します。市民の皆さんのご応募をお待ちしています。

* * *

市民グループ「もつとすてきに」パートナーシップ委員会」では、男女共同参画の推進を目的に、毎日の暮らしの中にある身近なテーマを取り上げ、講演会や参加型学習会を行っています。

委員会では、メンバーを募集しています。「大好きな自分になろう」を掛け声に、一緒に活動しませんか。

◆問合せ 生涯学習課 (総合市民センター内 ☎22-59996)

あぐいっころん 72 自然の恵みを人からへ



旬の夏野菜で暑い夏を乗り越えよう!

旬の夏野菜は、暑い季節に起こりやすい体調の変化を防ぐための栄養素が多く含まれています。積極的に夏野菜の摂取を心がけて体調管理に努めましょう。

◆キウウリ
汗をかいた後や食欲がわかないとき、程よい水分の補給になります。

また、日焼け後の皮膚の火照りを鎮める効果があります。

◆ナス
夏の強い日差し対策や、暑さからくる体力の消耗に対しても対抗できる栄養素を含んでおり、酸味のクエン酸やリソゴ酸などは、疲労回復に有効です。

◆トマト
日焼けをした部分に薄く切ったキウウリを張り、何回か繰り返すと火照りが治まります。

◆ピーマン
ピーマンには、疲れを取る作用があるといわれています。ピーマンは炒め物にすると、ビタミン不足を解消するカロチンが効率よく取れ効果的です。

◆ニガウリ
独特の苦み成分が特徴的な野菜です。苦み成分のモルデシンは、酸化作用、鎮痛効果などがあり、消化不良やストレスによる胃の痛みにも効果があります。

◆問合せ 農林振興課 (市役所内線323)

西脇市消費生活センター No.107 光回線電話の勧誘にご注意を

「大手電話会社を名乗り『プロバイダの料金が安くなる』と電話があった。料金プランの変更だと思い承諾。後ほど、事業者に遠隔操作してもらったところ、プロバイダを変更されてしまった。しかし、以前の料金よりも安くならず、インターネットのメールアドレスも変更されることが分かった。家族に反対され、翌日解約を申し出ると、2年以内の解約は高額解約料が必要だと言われ納得できない」という相談が増加しています。

勧誘業者に自分のパソコンを操作させることは、パソコン内の情報を見て自由に操作することを許したことになり、大変危険です。電話のやり取り後、遠隔操作で契約が成立することもあるので、契約内容が分かりにくい時はあいまいな返事をせずきっぱり断りましょう。電気通信サービスには「クーリング・オフ」という無条件解約制度の適用がありません。ただ、虚偽の説明や問題のある勧誘を受けた場合は取り消しできる可能性があります。不安や疑問に思うことがあれば、消費生活センターにご相談ください。

第1回 男女共同参画フォトコンテスト作品募集

テーマ 私のみわりのすてきな人
男女が互いを尊重しながら共に輝いて暮らしているシーンは、日々の生活の中にたくさんあると思います。そんなすてきな瞬間をカメラでとらえて応募してください。

■募集期間 8月1日(金)～9月30日(火)まで

■応募資格 どなたでも応募できます。

■応募規定
・プリントのサイズ「2L版」(127×178mm)
・一人3点まで(未発表のものに限る)
・デジタルカメラのデータは「容量3MB以内、保存形式JPEG、圧縮しない」

■応募方法
・応募用紙(ホームページからダウンロードできます)に必要事項を記入し、左記まで持参または郵送してください。

・電子メールの場合は、写真データと共に左記応募事項をお送りください。

※写真に写っている方の承諾を必ず得て応募ください。
※応募作品は返却しません。

■応募事項 写真のタイトル、住所、氏名、年齢、電話番号、学校名(学生の場合のみ) 撮影者からの一言コメント(50文字以内)

■審査方法 セミナー会場での参加者からの投票をもとに、「もつとすてきに」パートナーシップ委員会」で選考

■賞・副賞 最優秀賞、優秀賞、入選ほか(副賞として特産品を贈呈)

■発表 ホームページへの掲載および受賞者への通知

■展示 人権週間に市役所ロビーに展示

■主催 もつとすてきに「パートナー」委員会、西脇市

■応募・問合せ 西脇市教育委員会生涯学習課
〒677-0015 西脇市西脇790-15 (総合市民センター内) ☎22-59996 FAX22-60015
Eメール manavita@city.nishiwaki.jp

市長からの手紙 07



西脇市長 片山象二

西脇を元気に!!

姉妹都市提携45周年

「両市は、市民の自由な意思に基づいて、相互に教育、文化その他のあらゆる分野との交流を図り、相互の理解と友好を深め、永続的な友好関係を確立し、日米の親善に寄与する」

これは、1969年(昭和44年)に西脇市とアメリカ・ワシントン州レントン市が姉妹都市提携を結んだ際の提携趣旨です。これに基づいて、中学生親善使節団や市民使節団を相互に派遣し合い、絆を深めてきました。



8月16日から11日間レントン市に派遣される西脇市中学生親善使節団



レントン市との姉妹都市提携調印式

特に中学生親善使節団には毎年多くの生徒が、自分の夢を実現させるために応募してくれています。異文化を肌で感じ視野を広げるにはまたとない機会となるでしょう。西脇市から世界を舞台に活躍する方がさらに出てくれることを期待しています。

今年姉妹都市提携45周年10月にはレントン市を訪問する「親善訪問市民ツアー」を予定しており、今月から参加者を募集します。市民レベルでの交流をさらに深めるため、どんどんご応募ください。

言語、文化、生活スタイルなどの違いを超えて、心の交流を続けていきましょう。

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207）

ふれあい広場

クローズアップ

今、「旬」の人や団体を紹介します。

花を通じて被災地と心の交流

市内に60ある老人クラブは、健康づくりや見守り活動、環境美化などを目的とした団体で、会員は計5,158人の上ります。その一つ、和田町熟年クラブがゴテチャ（ゴテチャ）の花を通じて被災地支援で兵庫県の広報番組に取り上げられました。

和田町熟年クラブには70歳代の方を中心に68人が所属しており、グラウンド・ゴルフで楽しく汗を流したり、小学



和田町熟年クラブ

(左から)嶋田敏章会長、加古順一副会長

生の登下校見守りや環境美化などの地域貢献活動に取り組みだりしています。嶋田敏章会長は、これまでも美化委員の一員として、花を通じたさまざまな活動に力を入れてきました。町内の土地で、ボランティアグループ「しばざくらフルール」から預かったシバザクラの苗を増やし、市内の公園や公共施設に配布しているのもその一環。毎年、市花シバザクラが市内を彩るのに一役買っています。

現在、精力的に取り組んでいるのが、ピンクの愛らしい花びらが特徴のゴテチャの栽培です。栽培が難しいことから最近は見かけることが少なくなりましたが、和田町熟年クラブは会員の努力で栽培に成功。平成24年5月と今年5月に数百ものゴテチャの切り花を東日本大震災で被災した岩手県宮古市に贈りました。切り花は被害の最も大きかった田老地区の仮設住宅に届けられ、人々の心を癒しました。お礼の手紙には「疲れ果てていた気持ちが安らぎました」などのメッセージとともに、ピンクの花々に包まれた笑顔



満開のゴテチャ

の写真が添えられていました。この活動は県の広報番組でも取り上げられ、多くの反響が寄せられました。

1枚の写真と戦争の記憶

和田町熟年クラブが被災地支援に熱心なのは、嶋田会長の目に、東日本大震災を報じたある記事が留まったことがきっかけでした。そこには、宮古市で家族が津波にのまれ、一人残された幼い女兒の姿が写っていました。自身も幼くして戦争で父を亡くした会長のもとに、会員から宮古市に花を贈ろうと声が上がりました。「私たちの世代は何かと戦争に翻弄され、大変な時代を生きてきました。震災は決して他人事ではないのです」



宮古市から届いた写真

と加古副会長は力を込めます。休耕地を提供してくれた町内有志、文句一つ言わずに雑草を抜き花を育ててくれる会員、配った苗や花を植えてくれる人々…。そのすべての人々に会長たちは感謝しています。

まちづくりは人づくり

花が咲き誇る和田町公民館前の手入れが行き届いたグラウンドには、毎日のように子どもたちが遊びにやってきます。その光景を見て「お世話になったわがまちをさらに住み良いところになりたい。素敵な土地で生まれ育った子どもは、きっと素敵な大人に育つてくれるでしょう」と嶋田会長たちは目を細めました。

子育て奮闘記

子育て中の皆さんからのおたよりをご紹介します



私には、やっこのことで授かった5歳になる娘がいます。お腹に命が芽生えたとき分かったとき、見る物すべてが光輝いて見えました。出産のとき、医師に「あなたは痛みを強いらす」と言われたことは、人生の中で一番の自慢です。

子育てで思い出すのは、「魔の2歳」と呼ばれるころのこと。お店で寝転んで泣き叫ぶことが何度もありました。車に連れ戻して、落ち着くまで

2時間待ったこともありましたが、娘なりの理由があったようです。私が一声掛けてから次の行動に移ってあげたのかもしれない。しかし、私にはそれができず、いつも後の祭りでした。この春から、娘は保育園に通っています。登園時はいつも泣いて逃げ回るばかりの娘に「どうすれば、素直に登園してくれるのかな」と悩む日々でした。早起きして、縄

跳びや駆けっこなど親子で過ごす時間もつくりましたが、一向に効果はありません。そんなある日、泣いている娘を笑わそうと、お友達が面白い顔をして迎えに来てくれました。ようやく笑顔になった娘は、それ以来、徐々に泣かずに登園できるようになりました。根気強く娘に寄り添ってくださった先生方や友達のおかげだと思っています。今では、保育園で野菜を育て、鉄棒に挑戦し、交通安全について学ばせていただくなど「楽しいことがいっぱい」と言っています。日焼けした娘の顔を、いとらしい思いで見つめる毎日です。

子育て学習センターから

環境の変化に慣れるために頑張っているお子さんの成長に気づき、寄り添うお母さんの優しさが伝わってきます。

子どもたちは、先生や友達を通じて、さまざまなことを感じ、学びながら成長します。そのためには、親や地域から愛されているという安心感や信頼感が大切です。私たち大人は、子どもたちが自信を持って何事にも挑戦できるように支えたいですね。

あそびの広場 (8月)

子どもたちに、手遊びや読み聞かせなどを行います。どなたでも参加できます (10時~正午)。

○あいいいランド

7日(木) おしゃべり広場
12日(火) ベビーの広場
(総合市民センター2階)
☎22-4150

○へそっこランド

21日(木) ベビーの広場
(黒田庄福祉センター3階)
☎28-5702

◆問合せ 子育て学習センター
(☎28-5702/☎28-5703)

市民の皆さんのまちづくり活動をご紹介します

みんなでまちづくり♪

日野地区盆踊り大会

▼とき 8月2日(土) 午後6時30分

▼ところ サンパル日野駐車場(西田町)

▼問合せ サンパル日野の会 (☎23-7393)

※当日が雨の場合は翌日に順延

鹿野町盆踊り大会

▼とき 8月14日(木) 午後7時30分

▼ところ こみせん比也野前広場(鹿野町)

▼問合せ 鹿野町公民館 (☎24-1055)

※当日が雨の場合は翌日に順延

精霊ながし

▼とき 8月15日(金) 午後7時

▼ところ 豊川歩道橋と蓬菜橋間の河川敷(西脇)

▼問合せ 西脇区事務所 (☎22-2127)

※当日が雨の場合は翌日に順延

◆問合せ 秘書広報課(市役所内線207)

いきいきにしわきっ子



中西 ゆず もも
4歳1ヵ月 1歳3ヵ月
吉則・梓(野村町)
姉妹仲良く元気に育ってね。

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2F秘書広報課へ郵送またはご持参ください。

まちの話題

このコーナーでは、イベントやまちの話題、団体の活動などを紹介しています。耳寄りな情報は秘書広報課まで(市役所内線207)。

紙面に載せきれないまちの話題がどんどん届きます。西脇市 facebook で情報発信中!

もじつとこの官兵衛伝説

〔6月29日 市民会館〕

上) 黒田官兵衛合唱団による「黒田城」黒田官兵衛の出自
右下) パネリストがまちづくり活動を報告
左下) 黒田官兵衛グッズや特産品を販売



「北播磨官兵衛フォーラム」も「もじつとこの官兵衛伝説」が開催され、およそ600人の観客が歴史に思いを巡らせました。

「素顔の官兵衛」と題して講演を行った歴史学者の渡邊大門さんは、「官兵衛の出自については、確実な史料が見つかっていない。大河ドラマ『軍師官兵衛』は史実など異なる部分もある。皆さんも自分で文献に当たるなどして、歴史の真実を紐解く醍醐味を味わってほしい」と語りました。

パネルディスカッションでは、播磨各地から参加したパネリストが、官兵衛にまつわる地元の伝承や独自の研究成果などを交えながら、官兵衛を中心としたまちづくり活動などを報告しました。

また、会場では観光PRコーナーが設けられ、パンフレット等の配布や官兵衛グッズや特産品の販売が行われました。



生誕地の会作製の甲冑を見学する都市研究会メンバー

「官兵衛ナイト」開催に向けて

〔7月12日 荘厳寺ほか〕

9月27日(土)に荘厳寺で開催される「官兵衛ナイト」に向けて、関西学院大学「都市研究会」のメンバーが北播磨黒田官兵衛生誕地の会にイベント内容の企画・提案を行いました。同会は昨年からは官兵衛を核としたまちづくりに参画しており、今年もキヤンドルナイトやジャズなどのライブを中心としたイベント「官兵衛ナイト」をプロデュースします。

さすまたを使って防犯訓練

〔6月30日 西脇幼稚園〕

市内の幼稚園職員が参加して、園児を守るための講話と訓練がありました。

青少年指導員の高原幸盛さんの講話の後、職員17人が実際に「さすまた」やパイプいすなどの園内の身近な道具を使って実践的な訓練を行いました。

参加した先生らは「園児を守るため、日ごろから危機管理を意識して、訓練を重ねていきたい」と話しました。



さすまたを使って実践的な訓練

「福島のへそ」本宮市で「日本のへそ」をPR

〔7月19日 福島県本宮市〕



ステージで西脇市をPRする片山市長

全国へそのまち協議会総会が「福島のへそ」本宮市で開催され、西脇市をはじめ加盟8市町村が定住促進に関する取り組みについて意見交換をしました。また、「もとみや麦酒&元氣いきいきフェスタ」のステージイベントでは、官兵衛を核としたまちづくりなどを紹介、特産品のPRも行いました。

高校生が真心を込めておもてなし

〔7月20日 センティア西脇〕



心を込めて点てたお茶をお客さまに振る舞う高校生たち

西脇高校・西脇工業高校茶道部による「チャリティ茶会」が開催されました。「茶道を通して、少しでも同年代の方や東日本大震災被災地の方の力になりたい」との思いから、お茶券の収益はユニセフやあしなが育英会へ寄付されます。両校生徒は、来場者へ心を込めて精一杯のおもてなしをしました。

第5分団比延部が北播大会を制す

〔7月13日 兵庫県広域防災センター〕



比延部のポンプ操法

第25回北播磨地区消防操法大会が開催され、西脇市からは第4分団野中部が小型ポンプ操法の部に、第5分団比延部がポンプ車操法の部に出場しました。雨が降る悪条件の中でしたが比延部は厳しい訓練の成果を発揮し見事優勝、8月3日の兵庫県消防操法大会に駒を進めました。

Photo Gallery

まちの話題や風景を写真で紹介



市民企画委員会「0」が中心となってあなたが主役フェスティバルを開催。のど自慢、ステージ発表、手づくり趣味の市など盛りだくさんのイベントを実施(7月13日、市民会館)



市立北はりま農産物直売所「北はりま旬菜館」で、オープン3周年を記念し「みんなの夏祭り」を開催(7月5日~6日、北はりま旬菜館)



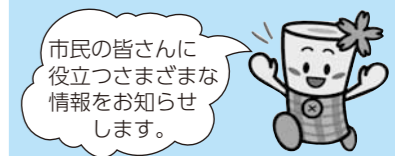
福祉学習の一環として実施された認知症サポーター基礎講座で楠丘小学校4年生が認知症について学習(7月7日、楠丘小学校)



西脇高校生活情報科の皆さんによる播州織布地を利用したかわいい小物などを展示中(9月下旬まで、西脇市役所1階ロビー)

Information

くらしの情報



西脇市役所 ☎22-3111(代)

表彰

優良愛育班兵庫県知事表彰

・西脇市鹿野町愛育班
長年にわたる愛育班活動を通して、健康増進の自主活動を積極的に展開し、地域住民の健康づくりに寄与

募集

健康啓発ポスター募集

健康づくりを推進するため、「特定健診」や「禁煙」に関するポスターを募集します。
▼募集期間 9月1日(月)～19日(金)▼対象 市内に住所を有する小学4～6年生と中学生▼作品テーマ 特定健診または禁煙▼作品規格 四つ切画用紙を使用し、作品のテーマとなる文字を入れる▼提

北はりま消防組合消防職員募集(平成27年4月採用)

災害のない明るいまちづくりのためにあなたの情熱を求めています。
▼募集人員 消防職3名▼試験案内等配布場所 北はりま消防本部および各消防署▼受付期間 8月1日(金)～14日(木) 午前8時30分～午後5時15分、北はりま消防本部消防部総務課まで(土・日曜日を除く)▼一次試験 9月21日(日) 午前8時30分～西脇消防署にて筆記試験および体

タワージャズジャパン株式会社離職者対策 離職者を雇用した事業所に補助金を交付

西脇市では、市内の大規模事業所(製造業で従業員が300人以上または資本金3億円以上の事業所)の閉鎖等により離職した従業員の方を、雇用した市内の事業者に対し、1人当たり20万円の雇用補助金を支給します。

■補助の対象となる事業者

- 次の要件を満たすすべての事業者が対象です。
- ①自らの意志によらず離職した者(市内の大規模工場の閉鎖等による離職者に限る)を、平成27年3月31日までの間に市内で正規雇用し6月以上雇用すること
 - ②本市に本店または事業所を有していること
 - ③市税・公共料金を滞納していないこと
 - ④西脇市における暴力団の排除の推進に関する条例第2条に規定する暴力団、暴力団員または暴力団密接関係者ではないこと

■補助金の額

対象被雇用者市内在住者1人につき20万円、市外在住者1人につき10万円を雇用する事業者に交付

■申請手続

市への申請が必要です。申請に必要な書類は商工観光課窓口にあります。また、市ホームページからダウンロードできます。

※予算の範囲内での助成となりますので、予算額に達した段階で募集を締め切ることがあります。

■申請・問合せ

商工観光課(内線328)

出先 在籍する学校へ提出(市外在籍生は直接市民課保険担当へ提出)▼表彰 入賞16名に賞状および記念品、応募者全員に参加賞を贈呈。表彰式は別途通知▼その他 募集要項は市ホームページからダウンロード可。最優秀賞作品は啓発用ポスターやチラシに活用▼問合せ 市民課保険担当(市役所内線253・254)▼健康課(市役所内線356・360)

第62回西脇市美術展作品募集

▼募集作品 日本画、洋画、彫塑、工芸、書、写真、デザイン(1部門2点以内)▼規格 ▼日本画 20号以上F100号まで。軸装は不可▼洋画 20号以上F100号まで。版画は20号以下でも可▼彫塑 長辺が2m以内で人力で移動、展示可能なもの▼工芸 重さ60kg以内、長辺2m以内▼書 縦形24.2cm×61cm、横形・縦形79cm×18.2cm、方形15.2cm×15.2cm以内で必ず額装か枠張り(屏風、軸装除く)▼写真 全紙(457mm×560mm)単写真に限る▼デザイン ポスター、イラスト、グラフィック、テキストなど種別問わず※平面作品は絵画の規格に準

夏休み子ども消防教室募集

▼とき 8月19日(火)午前9時～正午(雨天決行)▼ところ 西脇消防署▼対象 小学生先着20名(保護者と一緒に参加可)▼体験内容 消防署の見学、はしご消防車体験乗車、消火訓練など(天候により内容変更あり)▼受付期間 8月5日(火)～8日(金)の午

力検定▼その他 詳細は北はりま消防本部ホームページをご覧ください▼問合せ 北はりま消防本部消防部総務課(☎483115)

県営住宅入居者募集

○西脇谷町鉄筋住宅(1戸)
【概要】3DK/45㎡/家賃13,200円/エレベーターあり/募集区分等…一般タイプ、2人以上
○西脇日野ヶ丘住宅(1戸)
【概要】2DK/42㎡/家賃17,600円/エレベーターあり/募集区分等…高齢

特目タイプ、申し込み受付時に満60歳以上で単身者のみ▼申込受付 8月13日(水)午前8時30分から9時まで都市住宅課で受付(申し込みが募集戸数を超えるときは午前9時に抽選で決定)▼必要書類 都市住宅課にある「県営住宅入居申込書」に必要事項を記入してお申し込みください。その他必要書類は、申し込みまたは当選してから県の基準に基づき準備して提出してください。ご不明な点は左記へお問い合わせください▼申込資格 県内に居住しているか勤

前10時～午後5時(定員になり次第締め切り)▼申込み・問合せ 西脇消防署(☎220119)

にしわき創業塾受講生募集

創業に関心のある方、創業後間もない方を対象に、創業の心構えや事業計画・資金調達の方法などを学ぶ講座です。
▼とき 9月20日(土)～10月18日(土)/計4回▼ところ コミュニティセンター西脇区会館(センター西脇)3階会議室▼募集締切 9月5日(金)▼募集人数 20名(先着順)▼参加料 1,000円▼講師 中小企業診断士 細川祐三氏▼申込み・問合せ 西脇商工会議所(☎223901)

のびのび文芸賞作品募集

人権問題についての文芸作品を募集します。
▼募集作品 詩・随想(手記・作文を含む)・小説・創作童話▼応募資格 兵庫県内に在住、在勤または在学の方▼募集期間 9月10日(水)まで▼応募・問合せ 〒6500003神戸市中央区山本通4丁目22番15号(公財)兵庫県人権啓発協会(☎0782425355)

務先がある方▼その他収入基準等の資格要件があります▼申込み・問合せ 都市住宅課(市役所内線280・282)

朗読ボランティア養成講座生募集

視覚障害者のために文章を読み上げる朗読ボランティアの入門講座です。
▼開催期間 8月19日～9月16日毎週火曜日の午後1時30分～3時30分▼ところ 総合福祉センター萩ヶ瀬会館▼申込締切 8月12日(火)▼申込み・問合せ 西脇市社会福祉協議会ボランティアセンター(☎225400)

スポーツ

夏休み短期水泳教室

▼とき Cコース(3歳～小学1年生・定員30名) / 8月5日(火)～8日(金) 午前8時30分～9時30分▼Dコース(小学生～中学生・定員40名) / 8月19日(火)～22日(金) 午前8時30分～9時30分▼参加料 3,000円▼申込方法 申込書に参加料を添え各コース前々日までに左記へ▼問合せ 天神池スポーツセンター(☎220072)

国民健康保険加入の方へ 8月1日は限度額認定証の更新日です

国保加入の70歳未満の方で、入院中・入院予定の方、通院で医療費が高額になる方は、「国民健康保険限度額適用認定証（認定証）」の申請・更新手続きをお願いします。医療機関窓口で保険証と一緒に認定証を提示すると、1ヵ月の医療費の自己負担額が所得に応じた限度額までとなります。

- ※食事代や部屋代などは別途負担が生じます。
- ※認定証を提示せずに医療費を支払った場合、高額療養費の申請をすることで還付を受けることもできます。
- ◆申請要件 70歳未満の国保加入者で国保税の滞納がないこと（福祉医療受給者証をお持ちの方も申請が必要）
- ◆申請に必要なもの 国民健康保険証、印鑑
- ◆1ヵ月の自己負担限度額

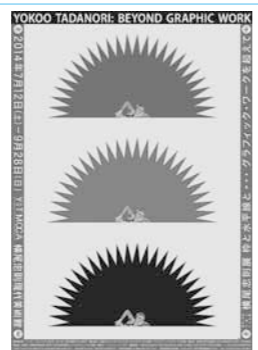
適用区分	所得区分	3回目までの限度額	4回目以降の限度額 ※②
A	上位所得者 ※①	150,000円 + (医療費 - 500,000円) × 1%	83,400円
B	一般	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
C	住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

※①国民健康保険税の算定基礎となる基礎控除後の所得金額が600万円を超える世帯
※②過去12ヵ月間に、ひとつの世帯で高額療養費の支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額
(注) 所得を申告されていないと上位所得者として判定されますので、ご注意ください。

入院時の食事代について

75歳未満の国保加入者で、世帯の国保加入者全員が住民税非課税の場合は、入院時の医療費と食事代が減額できる「限度額適用・標準負担額減額認定証(減額認定証)」を交付します(要申請)。減額認定証は申請月の初日から有効ですが、退院後は医療機関での取り扱いができません。減額認定証(有効期限平成26年7月31日)をお持ちの方は、更新手続きをしてください。※非自発的失業者として国保税の軽減を受けている方は、自己負担限度額の区分が変更になり食事代が減額できる場合があります。

- ◆問合せ 市民課保険担当 (市役所内線253・254)



▲企画展のポスター

阪神・淡路大震災20周年
横尾忠則展
梓と水平線と：グラフィック・ワークを超えて

西脇市名誉市民で世界的美術家の横尾忠則さんの企画展が開催されています。

▼会場 横尾忠則現代美術館 (神戸市灘区) ▼会期 9月28日(日) ▼開館時間 午前

10時～午後6時(金・土曜日午後8時) ▼観覧料 大人600円▽大学生450円▽高校生・65歳以上300円▽中学生以下無料▼休館日 月曜日/9月15日(月・祝)は開館、9月16日(火)は休館▼問合せ 横尾忠則現代美術館 ☎078-85555607

古民家再生写真展

▼とき 8月2日(土)～31日(日) 午前10時～午後6時

▼ところ 旧来住家住宅(入場無料) ▼休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日) ▼問合せ 西脇TMO推進室 ☎239119

税

個人事業税の納税

個人事業税の納期限は第1期分が9月1日(月)、第2期分が12月1日(月)です。納期限までに最寄りの金融機関で納付してください。また、納税は便利な口座振替をご利用ください。

平成26年度から第2期分の納付書を、第1期分の納税通知書と合わせて送付していただけます。ご確認ください。

▼問合せ 加東県税事務所 ☎425111

相談

税理士による無料税務相談

近畿税理士会西脇支部の税理士が、税に関する相談に無料で応じます。

▼とき 8月7日(木) 午後1時～4時▼ところ 生涯学習まちづくりセンター女性コーナー ▼問合せ 近畿税理士会西脇支部 ☎322540

お墓づくりの参考書が完成

「お墓づくりの参考書」が完成しました。お墓の素朴な疑問にお答えしているお墓の参考書ができました。

この本を20名様に無料進呈

お申込みは ☎0120-414830 通話無料 FAX 0795-772688、ホームページからも承ります。

（株）森田石材店
山南本店・滝野店・篠山店・ひかみ店

お悩みの方、まずはお気軽にご相談ください

相談料 30分 5,400円 (税込) ☎0795-38-8583

○交通事故 ○債務整理・過払金請求
○相続・遺言 ○労働事件
○土地・建物 ○消費者事件
○刑事事件 ※債務整理の初回相談は無料

そのほか一般民事を幅広く取り扱っています。法律相談は予約制です。休日・夜間相談についてはお問い合わせください。

よし法律事務所
弁護士 吉田圭孝 (兵庫県弁護士会)

〒673-1431 加東市社 508-4 白池ビル1F
TEL: 0795-38-8583 FAX: 0795-38-8584
http://yashiro-law.jp/ 営業時間 9:30～5:30 休日/土・日・祝日

催し

赤松玉女絵画の奇跡 1984-2014展

本展では、新作を含めた初期から現在までの代表作と、知的障害のある人々との多彩な共同プロジェクトを紹介し、知られざる赤松玉女の絵画の魅力を紹介いたします。

▼会場 岡之山美術館 ▼会期 11月3日(月・祝)まで ▼開館時間 午前10時～午後5時

▼休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)と祝日の翌日、8月はすべて開館 ▼入館料 大人310円▽大学生・高校生210円▽小・中学生110円 ▼その他 会期中、水彩作品の展示替えを実施 ▼問合せ 岡之山美術館 ☎236223

平成26年度西脇市平和展
「戦時下の庶民の暮らし」
戦時下の庶民の暮らしが分かる資料を展示します。

▼とき 8月1日(金)～16日(土) ▼ところ 生涯学習まちづくりセンター1階ロビー ▼問合せ 企画政策課(市役所内線225)

第43回西脇市子ども芸術祭

子ども美術展

絵画と書の部の入賞、入選作品を展示します。

▼とき 8月30日(土)～31日(日) 午前9時～午後5時(31日は午後4時まで) ▼ところ 市民会館中ホール・第1会議室 ▼その他 31日(日) 午後3時～表彰式と美術家の来住しげ樹先生による講話 ▼問合せ 生涯学習課(総合市民センター内) ☎225996

子どもステージ

▼とき 8月31日(日) 午後0時15分～(午前11時50分開場) ▼ところ 市民会館大ホール ▼内容 市内の各団体・グループで練習に励んでいる子どもたちによるステージ(太鼓演奏、ダンス、ハンドベル、バレエ、合唱など7団体) ▼入場料 400円(当日券500円) 前売り券を市民会館、総合市民センター、アピカホールで販売中 ▼問合せ 生涯学習課(総合市民センター内) ☎225996

ふるさと西脇市を応援してください

「ふるさと納税」制度を利用して、全国の多くの方から西脇市のまちづくりを応援していただいています。応援して下さった皆さんには、金額に応じて西脇市からお礼の特産品をお送りしていますが、今年度から、大河ドラマ「軍師官兵衛」の放映に合わせて「官兵衛セット」を追加しました。市外にお住まいのご家族やご友人などに「ふるさと納税」制度をぜひご紹介いただき、本制度の周知にご協力をお願いします。

《平成25年度の寄附件数・寄附金額》
○328件 ○16,920,870円

《平成25年度のふるさと納税を活用した事業例》
○黒田官兵衛ゆかりの地のPR
○西脇市出身の著名人による講演会
○中心市街地活性化に取り組む「西脇TMO」の活動支援

■問合せ 企画政策課 (市役所内線225)

氏名	住所	氏名	住所
八馬 淳也	東京都品川区	徳岡 克義	兵庫県宝塚市
吉川 一寿	兵庫県多可町	丸山 芳史	東京都町田市
蛭田 啓之	-	鈴木 真一	-
辻 幸二	兵庫県西宮市	遊佐 雅道	-
廣岡 孝	愛知県名古屋	中山 清司	東京都町田市
河原 聡美	-	原 智彦	東京都目黒区
齋藤 敦	千葉県四街道市	寺北 英敏	-
菅沼 陵	-	須藤 一郎	東京都新宿区
山根 靖彦	長野県上田市	吉田 尚史	東京都清瀬市
内林 博之	神奈川県川崎市	高岡 禎昭	東京都中央区
大山 正	-	大山 正人	-
大山 康子	-	椿 喜久雄	-
大村 文秀	-	松江 陽一	-
藤井 美雪	千葉県松戸市	藤井 勝之	千葉県松戸市
井上 一生	-	庄司 正一	東京都港区
大山 正平	-	白木 弘明	福岡市中央区
杉藤 賢吾	愛知県あま市	西村 雅子	兵庫県姫路市
山田 信之	神奈川県横浜市	渡辺 正仁	-
則本 敦	岡山県岡山市	平林 亮	-
黒須 秀司	-	中嶋 隆之	-
特定非営利活動法人 北はりま田園空間博物館	兵庫県西脇市	光洋機械産業株式会社	大阪市中央区

氏名公表分のみ、敬称略

西脇エコポイント制度スタート

※二重サッシ(内窓の取付)※複層ガラスに交換
※太陽光発電システムの設置
→1カ所でも30ポイントがもらえる!
→3回抽選できるよ!!(景品:黒田庄牛肉他...)

快適な住まいのお手伝い

※どんなに小さいことでもお任せください※

《玄関リフォーム》 《リビングリフォーム》

樹脂製内窓 アタッチ付 太陽光発電
スラマードリ 複層ガラス

株式会社 カナダ
TEL.0795-22-5034 FAX.22-4273
住宅建設業 知事免許 (2) 第350399号
建設業許可 知事 般21-第350801号

お知らせ

敬老金を支給します

8月31日において、西脇市に住民登録がある方を対象に敬老金を支給します。対象者には、9月に自治会を通じてお渡しします。

▼対象 ①満77歳の方(昭和11年9月17日、昭和12年9月16日生) ②満88歳の方(大正14年9月17日、大正15年9月16日生) ③満99歳の方(大正3年9月17日、大正4年9月16日生) 5万円
▼問合せ 長寿福祉課(市役所内線369)

平野東工場公園地区地区計画(案)の縦覧

この地区計画は、平野東工場公園における建築ルールを定めようとするものです。住民および利害関係人は、この案について、縦覧期間中に市長あてに意見書を提出することができます。

▼縦覧期間 8月7日(木)～21日(木) 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日を除く)
▼縦覧場所・問合せ 都市住宅課(市役所内線285・286)

東播都市計画下水道の変更(案)の縦覧

この変更は、下水道事業の雨水排水区域を拡大しようとするものです。住民および利害関係人は、この案について、縦覧期間中に市長あてに意見書を提出することができます。

▼縦覧期間 8月11日(月)～25日(月) 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日を除く)
▼縦覧場所・問合せ 都市住宅課(市役所内線285・286)

郷土資料館の寄贈者

(6月受付分)
・久保努さん(丹波市) 三田青磁ほか12点
・匿名 灰皿4点
・匿名 高機織の帯2点
・匿名 篩ほか5点
・匿名 電話機ほか2点
・匿名 ふるさと伝承の抄ほか30点
▼問合せ 郷土資料館 ☎25992

年金

加古川年金事務所の出張年金相談

▼相談日 8月28日(木)午前

臨時福祉給付金 子育て世帯臨時特例給付金

これらの給付金は消費税率の引き上げに際して、所得の低い方や子育て世帯への影響を緩和するためのものです。該当する可能性のある方には申請書をお送りしています。

申請がお済みでない方は、期間内に申請書をご提出ください。ご不明な点は下記へお問い合わせください。

- ◆問合せ
 - 福祉総務課 (市役所内線336)
 - 児童福祉課 (市役所内線375)

10時30分～午後2時▼ところ 総合市民センター1階視聴覚室▼受付期間 8月1日(金)～27日(水) 午前8時30分～午後5時(事前予約制、土・日・祝日を除く)▼受付定員 14名(定員になり次第締切)

▼相談内容 年金相談、年金請求手続き。代理相談には委任状が必要。請求手続きは事前に年金事務所にお問い合わせください▼持参物 年金手帳、障害者手帳、印鑑など▼その他 車でご来場の際は総合市民センター駐車場をご利用ください▼申込み・問合せ 加古川年金事務所お客様相談室 ☎079-4274743

国民年金保険料の後納制度

国民年金保険料を納め忘れのまま2年を超えると保険料を納めることができませんが、平成27年9月30日までは、後納制度により過去10年以内の

納め忘れた保険料を納めることができます。これにより将来の年金額を増やしたり、年金の受給権につなげることができ、すでに高齢基礎年金を受給している方などは納めることができます。

後納制度は事前申し込みが必要ですが、審査の結果、後納制度をご利用いただけない場合があります。詳しくは左記へお問い合わせください。

▼問合せ 国民年金保険料専用ダイヤル ☎05700011050 受付時間▼月曜日 午前8時30分～午後7時
▼火・金曜日 午前8時30分～午後5時15分▼土曜日 午前9時30分～午後4時▼月曜日が祝日の場合は翌日以降の開所日初日に午後7時まで相談を受付。祝日(第2土曜日を除く)および12月29日～1月3日は利用不可

健康

定期予防接種を受けましょう

子どもは病気にかかりやすく、重症になることもあり、予防接種で予防できる病気もあります。予防接種を受けて、病気に対する抵抗力をつけましょう。予防接種を受けたい方は、健康づくりセンターへご連絡ください。

BCGワクチン

▼対象 1歳までに接種してください。

ジフテリア・破傷風(DT)二種混合ワクチン

▼対象 11歳から13歳までに接種してください。小学6年生(平成14年4月2日～平成15年4月1日生)に個別通知をしています。未接種の方は夏休みを利用して接種してください。

麻疹風しん混合ワクチン

▼対象 ▼第1期 1歳～2歳までに接種してください▼第2期 幼稚園児および保育園の5歳児(平成20年4月2日～平成21年4月1日生) ※平成27年3月31日が接種期限です。早めに接種してください。

三種混合ワクチン接種はお早めに

三種混合(ジフテリア、百日せき、破傷風)ワクチンは、順次製造・販売が中止されることになりました。三種混合ワクチンを接種している方で合計4回接種が完了していない場合は、不足回数を早めに接種してください。三種混合ワクチンの取り扱いがなくなると四種混合(ジフテリア、百日せき、破傷風、不活化ポリオ)ワクチンに切り替えて接種することになります。

▼対象 生後3ヵ月から7歳6ヵ月未満の方(四種混合ワクチン接種をしている方を除く)▼接種回数 初回接種3回と追加接種1回の合計4回▼問合せ 健康課(市役所内線360)

子宮がん検診・乳がん検診

市内指定医療機関で、子宮がん検診・乳がん検診を受けることができます。秋から冬にかけて検診予約は混雑しますので、夏季の検診受診をお勧めします。

▼対象 子宮がん検診：20歳以上の女性(市内に住所を有する方)／毎年受診可▼乳がん検診：40歳以上の女性(市内に住所を有する方)／毎年受診可▼乳がん検診：40歳以上の女性(市内に住所を有する方)／毎年受診可

熱中症を予防しましょう

▼注意点 こまめに水分・塩分を補給しましょう▼エアコンや扇風機を使って室温を調節しましょう▼通気性の良い吸湿・速乾の衣服を着用しましょう▼冷たいタオル、氷、保冷剤などを利用して体を冷やしましょう▼外出時には日傘や帽子を着用し、こまめに休憩しましょう▼問合せ 健康課(市役所内線360)



「にっぽん縦断 ころ旅(2014 “秋の旅”)」 NHK-BSプレミアムの「にっぽん縦断ころ旅(2014 “秋の旅”)」では、俳優の火野正平さんが9月に大阪府を出発し沖縄県へ向けて旅をします。番組では、皆さんからのお手紙で旅のルートを決定するため、西脇市内の「忘れられない風景」にまつわる手紙を募集しています。手紙が採用されると、火野正平さんが西脇市を訪れます。

■兵庫県の放送予定 9月29日(月)～10月3日(金)
■応募期限 8月19日(火) 必着
■応募内容 住所、氏名、電話番号、性別、年齢、思い出の場所・風景、場所にまつわるエピソード
■応募方法 ホームページ www.nhk.or.jp/kokorotabi/FAX03-0465-1327(郵送) 〒150-8001 NHK「ころ旅」係
■問合せ NHKふれあいセンター ☎0570-066-066または☎050-3786-5000

自衛官を募集します

◆自衛官募集HP <http://www.mod.go.jp/gsd/jf/iejikanbosyu/>

種目	応募資格	受付期間	試験日	合格発表	入隊・入校時期	種目	応募資格	受付期間	試験日	合格発表	入隊・入校時期
一般書候補生	平成27年4月1日現在18歳以上27歳未満の者	8月1日(金)～9月9日(火)	【一次試験】9月19日(金)・20日(土)のうち指定する一日 【二次試験】10月9日(木)～15日(水)の間の指定する一日	【一次発表】10月2日(木) 【最終発表】11月7日(金)	27年3月下旬～4月上旬	航空学生(海上・航空)	平成27年4月1日現在18歳以上21歳未満で高卒又は高卒見込みの者	8月1日(金)～9月9日(火)	【一次試験】9月23日(火)【二次試験】10月18日(土)～23日(木)の間の指定する一日 【三次試験】11月12日(水)【三次発表】27年1月21日(水)	11月7日(金)	27年3月下旬～4月上旬
自衛官候補生(男子)	採用予定月の1日現在18歳以上27歳未満の男子	年間を通じて受付	受付時に案内	試験時に案内	採用予定通知書で案内	自衛官候補生(女子)	採用予定月の1日現在18歳以上27歳未満の女子	9月25日(木)～29日(月)の間の指定する日	9月25日(木)～29日(月)の間の指定する日	11月7日(金)	

◆問合せ 自衛隊兵庫地方協力本部 加古川地域事務所 ☎079-426-3290 / 青野原分駐所 ☎0794-66-7959

相談窓口

相談内容	場所	相談日	内容
法律相談	市役所 市民相談室	毎月第2・4金曜日 午後1時～4時30分	法律に関する相談。希望者は秘書広報課（内線207）へ予約が必要。 担当：弁護士
行政相談	生涯学習まちづくりセンター	毎月第3火曜日 午後1時～3時	国の行政が行っている仕事などについての苦情や意見、要望など。 担当：行政相談委員 問合せ：秘書広報課（内線207）
人権相談	総合福祉センター	毎月第1・3水曜日 午後1時30分～4時	人権の保護、プライバシーの侵害。 担当：人権擁護委員 問合せ：まちづくり課人権室（内線520）
心配ごと相談	総合福祉センター	毎週月曜日 午後1時～4時	家庭内のもめごとや悩みごとなど。 担当：民生委員・児童委員 問合せ：社会福祉協議会（☎22-5400）
DV被害者相談	市役所 児童福祉課	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時	配偶者やパートナーからの暴力などに関する相談。 問合せ：児童福祉課（内線261・337）
障害者相談	①障害者地域活動支援センター	①毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	①障害者やその家族を対象にした相談 担当：相談支援専門員 問合せ：障害者相談支援センター ういぶなっと（☎28-4433）
	②障害者相談支援センター「ぱれっと」	②毎週月～金曜日 午前8時～午後5時	②障害者や障害者への虐待に関する相談 担当：相談支援専門員 問合せ：障害者相談支援センター ぱれっと（☎25-0551）
身体障害者相談	総合福祉センター	毎週火・金曜日 午後2時～4時	身体障害者福祉全般。 担当：身体障害者相談員 問合せ：身体障害者福祉協会（☎22-2727）
知的障害(児)者相談	ワークホームタンポポ	毎週火・金曜日 午後1時～3時	知的障害(児)者やその家族を対象にした相談。 担当：専門指導相談員 問合せ：ワークホームタンポポ（☎22-8149）
農家相談	市役所 農業委員会事務局	毎月第3金曜日 午前10時～正午	農地申請、農業者年金の手続き、農地紛争など。 担当：市農業委員 問合せ：農業委員会（内線324）
教育相談	青少年センター教育相談室	毎週木曜日 午前9時30分～午後4時30分	教育に関する悩みごとと教育全般。 担当：カウンセラー 問合せ：青少年センター（☎22-8080）
家庭児童相談	市役所 児童福祉課	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後4時	幼児、児童、生徒についての心配ごとや悩みなど。 担当：家庭児童相談員 問合せ：児童福祉課（内線341）
消費生活相談 多重債務	市役所 生活環境課 (消費生活センター)	毎週月・水・木曜日 午前10時～午後4時	契約・借金の返済などによるトラブル（予約者を優先します）。 担当：市消費生活相談員 問合せ：生活環境課（内線394） ※火・金曜日：多可町消費生活センター（生活安全課内）が利用できます。
住宅相談	市役所 北側相談室	毎月第1・3水曜日 午後1時30分～午後3時30分	住宅建物全般（リフォーム、耐震診断など）に関する相談。 担当：(一社)兵庫県建築士事務所協会北はりま支部 予約：都市住宅課（内線279）
母子・父子等相談	市役所 児童福祉課	毎週月・水・金曜日 午前8時30分～午後4時	母子・父子家庭等の悩みや相談ごとなど。 担当：母子自立支援員 問合せ：児童福祉課（内線261・337）
在宅介護相談	①地域包括支援センター ②在宅介護支援センター	相談日、時間は施設により 異なります。	高齢者の生活や介護に関する相談。 問合せ：次の各施設 ①市役所地域包括支援センター（内線351）・②各在宅介護支援センター ◆みぎわ園（☎22-9000）・楽寿園（☎23-7700）・向陽苑（☎28-3293） オンパレリーコ（☎25-0020）・西脇市社会福祉協議会（☎23-9122）

くらしのダイヤル

- 西脇市役所……………☎22-3111
- 保健・医療・福祉
- 西脇病院……………☎22-0111
- 西脇多可休日急患センター☎23-5380
- 老人保健施設しばざくら荘☎23-5958
- 社会福祉協議会(萩ヶ瀬会館)☎22-5400
- 西脇消防署……………☎22-0119
- 黒田庄消防駐在所……………☎28-5119
- 住民サービス公社……………☎23-2802
- 斎場〔やすらぎ苑〕……………☎22-3644
- 春日浄水場……………☎22-7213
- みどり園……………☎23-2808
- 生活・文化・交流・スポーツ
- 生涯学習まちづくりセンター
- 〔マナビータ・プラザ〕……………☎22-3111
- 市民会館……………☎22-5715
- 総合市民センター（中央公民館）
〔カルチャーセンター〕……………☎22-5996
- 子育て学習センター……………☎28-5702
- 図書館……………☎23-5991
- 郷土資料館……………☎23-5992
- 岡之山美術館……………☎23-6223
- にしわき経緯度地球科学館
〔テラ・ドーム〕……………☎23-2772
- 青少年センター……………☎22-4000
- 日本のへそ時計の丘公園
〔オートキャンプ場〕……………☎28-4851
- 〔フォルクスガーデン〕……………☎28-5120
- 青年の家……………☎22-3703
- アピカホール……………☎23-9000
- 天神池スポーツセンター☎22-0072
- 古窯陶芸館……………☎22-3000

編集室から

取材をしていると、地域の方からいろいろと面白い話や、ためになる話をお伺いすることがあります。そのたびに驚いたり、心を揺さぶられたり…。高田井町の矢筈山ふもとに山の神を祭った小さな社があります。2年前、出雲大社の宮司さんが、わざわざ地元の人に尋ねてまでここをお参りになったとか。まだまだ一般には知られていない面白いスポットが、私たちの身近なところに眠っているのかもしれない◆「辛い」という漢字に少しの工夫を加えるだけで「辛い」に転じると教わりました。平凡な日々になんかの感謝や感激、感動が加われば、幸せに満ちた日々が容易に転じ得るのだと感銘を受けました【Y】

にしわき防災ネット

西脇市では、避難情報や気象情報などの防災情報と、不審者情報や火災情報などの緊急情報を携帯電話のメールで配信しています(登録は無料)。

メール登録方法

手順1 「にしわき防災ネット」にアクセス

インターネット接続できる携帯電話やパソコンから、下記A～Cのいずれかの方法で「にしわき防災ネット」にアクセスしてください。

A URL <http://bosai.net/nishiwaki/>を直接入力

B 右のQRコードを接写

QRコード

C hy@bosai.netに空メールを送信

手順2 ホームページで設定

- A Bの方
ホームページ内の「→→→西脇市設定登録はこちら!」から空メールを送ってください。仮登録メールが届くので登録をお願いします。
- Cの方
防災ネットからメールが届くので、接続して地区設定などをお願いします。

〈問合せ〉防災対策課 市役所内線365

高齢者が利用できる福祉サービス

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし、できるだけ自立した生活が続けられるよう支援するための事業を行っています。

事業名	対象者	内容
家庭支援訪問介護サービス事業	介護保険の要介護認定で「自立」となったひとり暮らし高齢者や高齢者世帯 ※所得制限あり	家事援助(買い物、洗濯など)や相談(生活、身上、介護など)にホームヘルパーを派遣 【回数】1回につき1時間30分以内/1週間に2日まで 【派遣期間】派遣開始日から1年以内 【利用者負担】ヘルパー派遣時間45分までは200円、45分を超過する場合は超過する15分までごとに50円を加えた額を負担 【所得要件】市民税の所得割非課税世帯
軽度日常生活援助事業	65歳以上のひとり暮らし世帯で介護保険の要介護1以上に認定された方 ※所得制限あり	部屋の整理整頓などの家屋内での日常生活の援助 【利用回数】年1回、延べ8時間まで 【利用者負担】1時間当たり200円 【所得要件】市民税の所得割非課税世帯
介護用品給付事業	在宅で介護保険の要介護認定4・5(相当)と認定された方 ※所得制限あり	1月当たり4,000円以内で必要な介護用品を宅配 【給付対象用品】紙おむつ・尿とりパッド・使い捨て手袋 【所得要件】市民税の所得割非課税世帯
高齢者日常生活用具給付事業	心身機能の低下に伴い、防火等の配慮が必要な寝たきりの高齢者・ひとり暮らし高齢者 ※所得制限あり	【給付品目】電磁調理器、火災警報器 【所得要件】電磁調理器：市民税の所得割非課税世帯 火災警報器：課税対象収入額が老齢福祉年金相当額以下
認知症家庭支援訪問介護事業	介護保険の訪問介護サービスを継続利用している認知症高齢者	居宅での見守り、話し相手、散歩などの外出の付き添い、趣味の手伝いなどの援助にホームヘルパーを派遣 【回数】1回につき2時間以内/1週間に2日まで 【利用者負担】ヘルパー派遣時間30分までは300円、30分を超過する場合は超過する30分までごとに300円を加えた額を負担
安心コールセンターサービス事業	在宅のひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯で、心臓疾患などの疾病の不安がある方	緊急通報装置を貸与 24時間体制のコールセンターで通報を受け、救急車を要請したり、健康相談への助言などを行う。コールセンターから定期的な安否確認も実施 【費用】無料
住宅改造助成事業	介護保険の要介護(支援)認定を受けた方、身体障害者手帳1・2級の方で生涯にわたり自宅での生活を希望する方 ※所得制限あり	安心して暮らせるように住まいの改造をする場合に、その費用を助成 【対象工事】和式便器から洋式便器(腰かけ便器)への取替え、手すりの取り付け、段差の解消など ※全面改築・新築は対象外 【助成基準額】1世帯当たり100万円(介護保険による住宅改修費を含み、改造箇所ごとに基準額あり) 【助成率】所得税非課税世帯で、市民税の課税状況により10/10から1/3まで

■問合せ 長寿福祉課(市役所内線369)

事業名	対象者	内容
訪問理容サービス事業	自宅で寝たきりの高齢者等で、理容店・美容店でサービスを受けることが困難な方	理容師が自宅へ出張サービスした際の派遣費用相当額を市が負担 【利用回数】年2回まで 【利用者負担】理容料金は利用者負担
高齢者移動支援事業(福祉タクシー)	8月1日現在において満80歳以上の高齢者 ※該当者には申請書を送付 ※所得制限あり	一般乗用タクシーまたはリフト付タクシーの初乗料金(基本料金)を助成 【利用枚数】年24枚(1月当たり2枚) 【利用券の有効期間】8月1日～翌年の7月31日 【所得要件】市民税の所得割非課税世帯
障害者移動支援事業(福祉タクシー)	障害者手帳をお持ちの方または介護保険の要介護認定を受けた方で車いすやストレッチャーなどを常時利用されている方 ※該当者には申請書を送付 ※所得制限あり	一般乗用タクシーまたはリフト付タクシーの初乗料金(基本料金)を助成 【利用枚数】年48枚(1月当たり4枚) 【利用券の有効期間】8月1日～翌年の7月31日 【所得要件】特別児童扶養手当の所得制限額未満

■問合せ 長寿福祉課(市役所内線369) ◇福祉総務課(市役所内線262) ◇社会福祉協議会(☎22-5400)

税の納期限(9月1日)

- 集合税(市県民税・固定資産税) 第3期分
- 国民健康保険税 第3期分

*納付書で9月1日(月)までに納付してください。口座振替お申し込み済みの方は、9月1日(月)にお申し込み口座から振り替えます。口座振替のお申し込みは、市内金融機関、ゆうちょ銀行・郵便局、市税務課窓口で受け付けています。

戦没者、犠牲者の追悼と平和祈念の黙とう

- 広島市原爆死没者慰霊式並びに平和祈念式
8月6日(水) 午前8時15分
- 長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典
8月9日(土) 午前11時2分
- 全国戦没者追悼式
8月15日(金) 正午

ふるさとの魅力再発見 にしわき散歩

5 城山(黒田城跡)登山道 (黒田庄町黒田)



▲見張り櫓跡からの眺望



▲休憩用のベンチ

西脇市の魅力、観光資源、史跡
伝統行事などをお伝えします。

市内では、古くから多可郡黒田村(現在の西脇市黒田庄町黒田)が黒田官兵衛の生誕地と言われており、地元にはそれにもまつわる資料や伝承が多く残されています。黒田城は中世・戦国時代に築かれた山城で、官兵衛を輩出した黒田氏9代の居城であったとされています。

城山登山道は、地元の黒田自治会の皆さんが中心となって、県の補助を受け、平成25年度に整備されました。山頂にある「見張り櫓跡」に至るまでおよそ40分、中腹には休憩用のベンチが設けられています。山頂からは官兵衛ゆかりの里が一望でき、歴史ロマンを感じることができます。手軽な登山道となっています。



今月の旬菜レシピ

北はりま旬菜館の旬野菜。を使ったレシピをお届けします。

イチジクのブルスケッタ



- 【材料】 (2人分)**
- イチジク…………… 1個
 - クリームチーズ…… 適量
 - バケット…………… 4枚
 - ベビーリーフ………… 少々
 - オリーブオイル…… 適量
 - 黒胡椒…………… 少々

【作り方】

イチジクは北はりま旬菜館で栽培促進をしている果樹の一つです。出荷量も徐々に増えています。昔懐かしい味をお楽しみください。

そのまま食べても、もちろんおいしいですが、今回はおしゃれにブルスケッタにしてみました。簡単なのでぜひ、お試しください。

- ① イチジクは皮をむき、8等分に切る。
- ② お好みの厚さにスライスしたバケットにイチジク、クリームチーズ、ベビーリーフをのせ、黒胡椒とオリーブオイルをかけて出来上がり♪

※イチジク、クリームチーズ、ベビーリーフでサラダにしてもおいしいですよ。



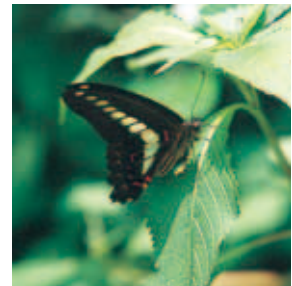
オクラ
少し前に流行ったネバネバ食材です。ぬめりの成分はペクチンなどの食物繊維で、整腸作用を促し、コレステロールを排出する作用や、便秘を防ぎ大腸がんを予防する効果があるといわれています。
下ごしらえ 塩をこすりつけるようにして洗うと産毛がきれいにとれ、色が鮮やかになります。
ゆで方 お湯(塩分2%)が沸騰してから投入します。ゆであがったら、冷水に一旦さらします。水っぽくなるので冷めないうちに水から出します。

西脇の自然

第485回

アオスジアゲハ (あげはちょう科)

西脇市動植物生態調査研究グループ



名前のとおり翅に青色の太い筋模様が上から下まで1本通り、シンプルですが美しく目立ちます。飛んでいる時でも見誤ることはまずないと思います。

サナギで越冬し、5月ごろから姿を見せます。1年に3回ほど発生するようで、幼虫はクスノキの葉を食べて育ちます。

そのため、公園や神社などに多く植えられているクスノキに訪れ、樹上を飛んでいる姿をよく見かけます。山間部よりも人家近くで多く見られるチョウです。

温暖化でクスノキが寒い地方でも植えられ、生活の場を北へと広がっています。