

広報

あいおい

~いのち輝き 絆でつなぐ あいのまち~

3

March 2014
No.1034

明日へ
つなぐ

主な
内容

P2-7
P12-13
P15
P24

こころの声に耳を傾けて
まちのできごと
健康だより
あいおいえんじえるず ほか

新人駅伝競走大会

こころの声に耳を傾けて

－3月は自殺対策強化月間－

約3万人－。

これは、1年間に日本全国で自殺により亡くなった人の数です。

全国では毎年、相生市の人口とほぼ同じ数の人が、さまざまな悩みを抱え、自ら命を絶っています。

さらに、自殺未遂者は、少なくともその10倍はいるとも言われていることに加え、5人に1人が「自殺をしたい」と考えたことがある、また、20人に1人が「最近1年以内に自殺を考えた」との調査結果もあります。

このことから、自殺者や自殺を考えている人は思っている以上に多く、自殺は、皆さんの周りで起こり得るだけでなく、当事者ともなり得る身近な問題となっています。

問 社会福祉課障害福祉係 ☎②7167

問 保健センター ☎②7168



■自殺の状況

平成24年中の兵庫県内の自殺者は、1225人。その内、男性が849人、女性が376人と約7割を男性が占めています。相生市でも、毎年10人前後の人が自殺により命を絶っています。

また、県内の自殺者を年代別に見ると、30代～50代の働き盛りの世代が約5割を占めており、自殺の原因としては、健康問題が約45%と最も多く、家庭問題、経済・生活問題、勤務問題がそれぞれ12～15%となっています。

自殺原因の約半数を占める健康問題の内訳としては、うつ病が約4割となっており、自殺とうつ病との間に、大きな関連があることが分かっています。

自殺に至る心理としては、さまざまな悩みが原因で心理的に追い詰められ、うつ病を発症するなど、自殺以外の選択肢が考えられない心理状態に陥ってしまうことが考えられます。

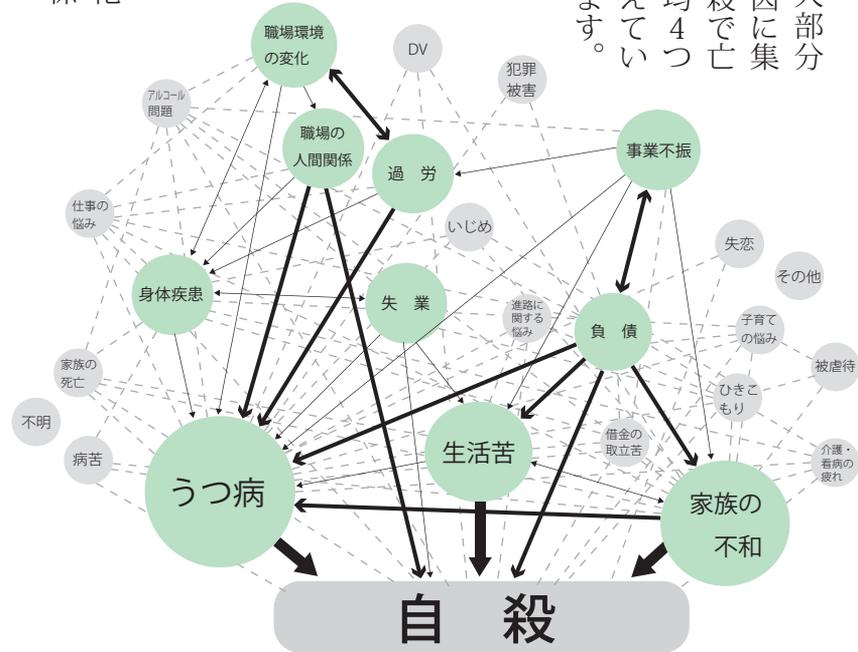
■ 自殺の原因

自殺の背景の大部分は、10の危機要因に集中して、自殺で亡くなる時には平均4つの危機要因を抱えています。

主な自殺の要因

- ・ 事業不振
- ・ 過労
- ・ 身体疾患
- ・ 失業
- ・ 負債
- ・ 家族の不和
- ・ 生活苦
- ・ うつ病
- ・ 職場環境の変化
- ・ 職場の人間関係

自殺を図った人の多くは、うつ病やアルコール依存症などの精神疾患に罹患し、正常な判断を行う事ができない状態になっています。

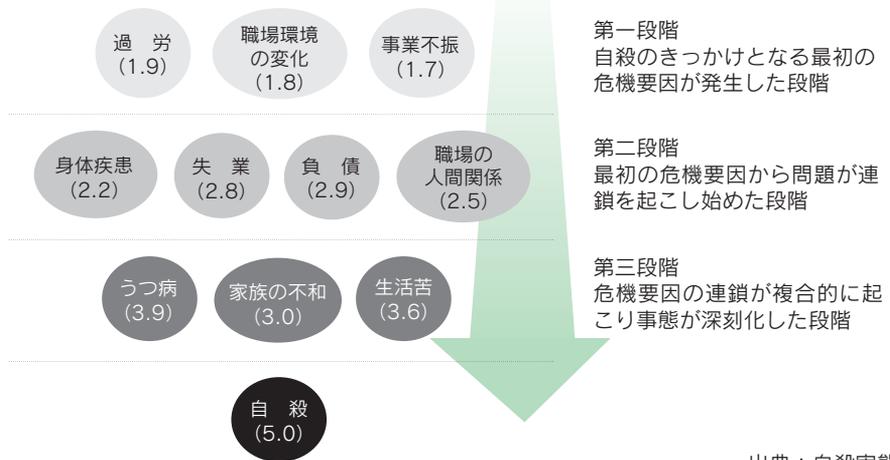


自殺の危機経路

右図は、NPO法人自殺対策支援センターライフリンクによる「1000人実態調査」から見てきた自殺の危機経路です。この図にあるように、自殺の動機はさまざまな要因があり、それぞれが関連しあい、自殺へと追い込まれていくことが分かります。

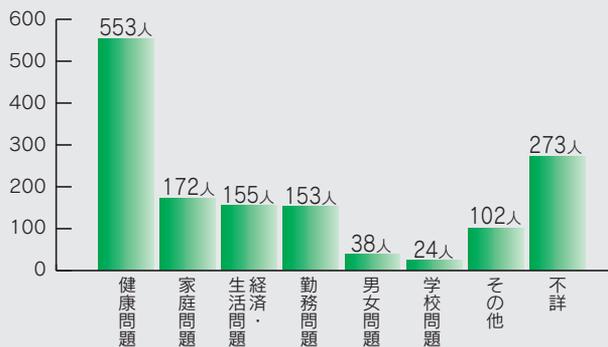
自殺要因の連鎖図

右図のカッコ内の数字が1に近いほど、問題の出発点に近いことを示し、自殺の5.0に近づくほど事態が深刻化していることを表しています。これらの危機要因が連鎖した末に、人は自殺に追い込まれていくことになります。



出典：自殺実態白書

● 兵庫県における自殺者の要因別内訳 (平成24年)



● 年度別自殺者数

| | H20年 | H21年 | H22年 | H23年 | H24年 |
|-----|--------|--------|--------|--------|--------|
| 全国 | 32,249 | 32,845 | 31,690 | 30,651 | 27,858 |
| 兵庫県 | 1,298 | 1,354 | 1,359 | 1,303 | 1,225 |
| 相生市 | 9 | 1 | 7 | 11 | 6 |



●兵庫県西播磨県民局
赤穂健康福祉事務所
(赤穂保健所)

す み ひろし
鷺見 宏 所長

気付いてください「命」のサイン

自殺は、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、その多くが、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められた末の死、ということができます。一方で、心理的な悩みを引き起こす様々な要因に対する社会的な対応や、自殺に至る前のうつ病等の精神疾患に対する適切な治療により、多くの自殺は防ぐことができる、と考えられています。我々一人一人が、自分自身や周りの人の、心や身体の不調という、自殺やうつ病のサインに早く気づき、相談や受診につながる・つなげることが、何よりも大切です。

■心の病にも早期治療を

自 殺の背景には、健康問題や、経済・生活問題、家庭問題、勤務問題など、それぞれ、様々な要因が重なりあいつつ存在します。

人は、多かれ少なかれ、何らかの問題・悩みを抱えており、その程度が深刻な場合、時には「死んでしまいたい」と思うこともあります。

本当に残念なことに、日本でも、毎年3万人前後の方が、自殺によりお亡くなりになっておられますが、一方で、幸いなことに、自殺することを思い留まっておられる方も多くいらっしゃいます。

「自殺を考える」と、
「実際に自殺する」との間には、本来、大きなハードルがあり、そんなに簡単には越えられるものではない、と考えられますが、それは、正常な精神・心理状態であれば、ということになります。実際、自殺でお亡くなりになられた方の大部分は、自殺の直前には、うつ病、アルコール依存症などの精神医学的な診

断に該当する状態であったと考えられています。

「病気になるれば、受診し治療を受ける」というのは、ごく普通のことであり、このことは、身体の病気であっても心の病気であっても、変わりはありません。

ところが、胃や腸や心臓の病気とは異なり、精神の病気となると、「自分自身とは関係の無い遠くの世界の話」と思いがちだったりします。特に、日本で自殺者の多い中高年の男性には、こういった傾向が見られます。実際には、精神の病気は、多くの方が罹患するごくありふれた疾患です。例えば、うつ病は、一生のうち15人に1人がかかるといわれ、誰もがなる可能性のある病気です。厚生労働省も、精神疾患を、がん・脳卒中・急性心筋梗塞・糖尿病と並んで「5疾病」に位置づけ、各都道府県に医療体制を構築することを求めるなど、特に力を入れて対策に取り組んでいます。精神疾患を含め、「5疾病」の疾患は、多くの患者さんが存在し、予防や早

期発見・早期治療が重要であることが共通しています。

■うつ症状が長期間続く場合は注意が必要です

自 殺を防ぐためには、自殺の直前には大部分の方がかかっていたと考えられる、うつ病を始めとする精神疾患の早期発見・早期治療がとても大切、ということが分かります。ここでは、自殺と最も関連の深い、うつ病について考えてみましょう。

人間の精神・身体活動は、体内の神経細胞間で信号をやりとりすることによって成立していますが、このために必要な物質を神経伝達物質といいます。うつ病は、この神経伝達物質の減少にストレスが加わるなどして発症すると考えられており、いわば、「心



check point

うつ病のサイン

- 好きなことに興味がわかない。
- 物事をするのがおっくう。
- 人と会いたがらない。
- 以前と比べて表情が暗く、元気がない。
- 体調不良の訴え（身体の痛みや倦怠感、頭痛、肩こり、便秘）が多くなる。
- 仕事や家事の能率が低下し、ミスが増える。
- 周囲との交流を避ける。
- 趣味やスポーツ、外出をしなくなる。
- 眠れない、眠りにくい。

出典：兵庫県「自殺予防ガイドブック」

自殺を防ぐために有効なもの

- 心身の健康
 - ・心身ともに健康であること
- 安定した社会生活
 - ・良好な家族・対人関係、充実した生活、経済状況、地域のつながりなど
- 支援の存在
 - ・支援者や支援組織があること
- 利用可能な社会制度
 - ・社会制度や法律的対応など、利用できるサービスがあること
- 医療や福祉などのサービス
 - ・医療や福祉サービスを活用していること
- 適切な対処行動
 - ・信頼できる人に相談するなど
- 周囲の理解
 - ・本人を理解する人がいる、偏見を持つて扱わないなど
- その他
 - ・本人・家族・周囲が頼りにしているもの、本人の支えになるような者があるなど

出典：内閣府「ゲートキーパー手帳」

や身体のエネルギーが低下」している状態です。典型的なうつ病の特徴は、「2週間以上、毎日のように、ほとんど一日中ずっと憂うつであったり、沈んだ気持ちでいる」、「2週間以上、ほとんどのとに興味がなくなっていたり、大抵いつもなら楽しめていたことが楽しめなくなっている」というものです。我々が日常生活の中で、憂うつな気分になること自体は、決して珍しいことではありませんが、それが、一日中、長期間続くとなると、要注意です。

■相手の気持ちに寄り添うことが大切です

も し、自分自身ではなく、周りの人で、左記の「うつ病のサイン」などに当てはまるような方がいらつしゃれば、まずは声をかけて、心配していることを伝え、その人の訴えに耳を傾けてください。その上で、状況に応じ、相談や受診を勧めてください。その際に、むやみに励ましたり、安易に気分転換を勧めることは、逆効果になる場合があることを知って

おいてください。うつ病の人は、心や身体のエネルギーが低下していますが、その中でも、「何とかしなければ」と精一杯努力している状態で、「頑張れ」と言ってしまうと「頑張れ」と言ってしまうと、その人なりの無理だよ・・・と追い詰める結果になりかねません。まずは、ただ、相手の気持ちに寄り添うことが大切です。また、うつ状態のときには正常な判断が難しくなりまので、退職や学校中退、離婚などの、人生の大きな決断については、本人がそれを望

んだとしても、「状態が回復してからもう一度考える」ように勧めることも重要です。

■専門家へ相談してください

自 分自身がそういう状態であることに気づいた場合は、相談窓口相談したり、お医者さんに診ていただくことをお勧めします。赤穂健康福祉事務所（保健所）や市の保健センターなどでは、こころの健康に関する相談を随時受け付けています。また、かかりつけのお医者さんをお持ち

ちの方は、その先生にご相談いただくのも大切です。診察の結果、もし、専門医での受診が必要と判断されれば、紹介受診をお勧め頂けるかと思えます。勿論、精神科を扱う医療機関に直接受診して頂くのも確実な方法です。症状が続くのに、相談も受診もしない、ということがないように、ご自身がより自然に受け入れられる方法で、相談・受診するようになしてください。

治療としては、①身体疾患や薬剤など、原因となるものがあれば、その治療・改善、②抗うつ薬や抗不安薬などの薬物療法、③認知療法（うつ病の特徴として、思考の視野狭窄となってしまう、「こうするしかない」「例えば、『死ぬしかない』」と思いついでしまう傾向があります。それを改善し、様々な選択や行動を取ることができるとを実感できるようにする治療法）などの精神療法、などがあります。もちろん、同時に休養をとるなどの環境調整によりストレスを軽減することも大切です。

■アルコールとうつには強い関係があります

ア ルコールとうつ、自殺には強い関係があることが分かっています。アルコール依存症とうつ病の合併の頻度が高く、アルコールは脳の機能を抑制することで、思考や判断能力を低下させ、一足飛びに最後の一线を踏み越えさせてしまいます。アルコール依存症についても、赤穂健康福祉事務所や市の保健センターなどでは、相談を受け付けていますし、受診医療機関や断酒会（当事者や家族の自助グループ）のご案内もしますので、ご相談いただけたらと思います。

精神的な問題以外にも、そもそも悩み・ストレスの原因となっている問題（仕事・労働問題、経済問題・多重債務、法律・人権問題、子どもや青少年の問題など）についての対応も非常に重要ですが、こういった問題についての相談先についてもご案内できますので、ご連絡ください。

安心して話をしてもらうためには

●温かみのある対応をする

悩んでいる人の状況をきちんと受け止め、「心配している」と伝えるなどの対応は、大きな安心になります。また、話をしてくれたこと、苦労してきたことを労うことで、相手は「話をしてよかった」という気持ちになります。

●相手の話を真剣に聴く

安心して話してもらえるように、相手にしっかりと向き合う、相づちをうつなど、真剣に聴くことが大切です。すぐに問題を解決できなくても、話を聴き、一緒に悩み、考える事自体が孤立を防ぎ、安心につながります。

●わかりやすく、ゆっくりと話を

悩んでいる人は、いろいろな感情がわき起こります。相手の反応を見ながら、少しずつ話すことが大切です。



自殺を考えている人への接し方

「TALK（トーク）の原則

次のことに注意しながら、悩んでいる人に勇気を持って話しかけてみましょう。

T ELL（話す）

相手のことを心配していることを伝える。

A SK（尋ねる）

自殺についてははっきりと尋ねる。

L ISTEN（聴く）

相手の訴えを傾聴する。

K EEP SAFE（安全を守る）

危ないと思ったら、その人を決して一人にしない。特に、はっきりと自殺の手段（包丁・薬物など）を口にする場合は、それらを遠ざけ、警察や消防署に連絡する。

出典：兵庫県「ゲートキーパー手帳」

相談窓口

- **赤穂健康福祉事務所 (☎43-2321)**
 場所：赤穂市加里屋98-2
 日時：月～金（祝日、年末年始除く）
 9時～17時30分
 方法：電話、面談
- **相生市社会福祉課 (☎22-7167)**
 場所：総合福祉会館
 日時：月～金（祝日、年末年始除く）
 8時30分～17時15分
 方法：電話、面談
- **相生市保健センター（健康介護課） (☎22-7168)**
 場所：総合福祉会館
 日時：月～金（祝日、年末年始除く）
 8時30分～17時15分
 方法：電話、面談
- **兵庫県こころの健康電話相談 (☎078-252-4987)**
 日時：火～土（祝日、年末年始除く）
 9時30分～11時30分
 13時～15時30分
 方法：電話
- **女性のための悩み相談 (☎23-7130)**
 場所：相生市民会館
 日時：3月26日(水)
 13時～16時
 方法：面談（要予約）
- **あいおいっ子悩み相談 (☎23-5070)**
 場所：少年育成センター
 日時：4月11日(金)
 13時～16時
 方法：面談（要予約）
- **ひょうごっ子いじめ相談24時間
 ホットライン (☎0120-783-111)**
 場所：ひょうごっ子悩み相談センター
 日時：
 【電話】毎日（年末年始除く）
 9時～21時 (☎0120-783-111)
 21時～9時 (☎0795-42-6559)
 【面談】月～金（祝日、年末年始除く）
 9時～17時
 方法：電話、面談（要予約）
- **消費生活相談 (☎23-7130)**
 場所：相生市民会館
 日時：月～金（祝日、年末年始除く）
 9時～16時
 方法：電話、面談
- **人権相談 (☎23-7126)**
 場所：相生市民会館
 日時：4月9日(水)
 10時～12時
 方法：面談

相談を受けた場合、まずは悩んでいる人の話をじっくりと聞いてください。ひととおり相手の話を聴いて、落ち着いたら心配している気持ちを伝えて、受診や相談に誘ってみましょう。

悩んでいる人は混乱したり、意欲や判断力の低下のため、紹介した窓口を訪れない場合が多いので、積極的な働きかけが必要です。一人で相談するのにためらいがある場合には、相談を受けた人が同行していただくのも

相談窓口につなぐ



一つの方法です。また、悩みを聴くことで皆さん自身が辛くなることもあります。プライバシーに十分配慮し、信頼できる人や専門家などへ相談するなど、皆さん自身のストレス対処を行うことも大切です。

相談窓口につなぐ場合の4つのポイント

- 1 **つなぐ先に連絡を入れる**
 - ①悩んでいる人に了解を得た上で連絡する。
 - ②相談の概要を説明し、対応可能かを確認する。
- 2 **必要事項を確認する**
 - ①先方が対応できる日時、窓口名、担当者名などを確認する。
 - ②必要であれば、予約を入れる。
- 3 **連絡先に確認した内容を悩んでいる人に伝える**
 相談窓口、電話番号、相談対応日時、担当者名、交通手段など
- 4 **今後も相談にのることを伝える**
 紹介した後でも、相談を受けた者として「心配している」ことを伝え、必要があれば今後も相談にのることを伝える。

相談窓口「つなぐ」時には、左の4つのポイントに注意してくださいね。



出典：兵庫県「ゲートキーパー手帳」

国民健康保険のお知らせ

問 市民課 国保年金係 ☎ 7154

■ 国民健康保険高齢受給者証が新しくなります

国民健康保険高齢受給者証の負担割合が1割の人は、有効期限が3月末までとなっており、対象者には、3月下旬に有効期限が7月末までの新しい高齢受給者証を送付しますので、4月1日からは新しい高齢受給者証と被保険者証を窓口に提示してください（負担割合が3割の人は除く）。

※平成26年7月末までに75歳の誕生日を迎える人は、誕生日から後期高齢者医療制度に移行します。高年齢受給者証の有効期限は誕生日の前日までとなります。

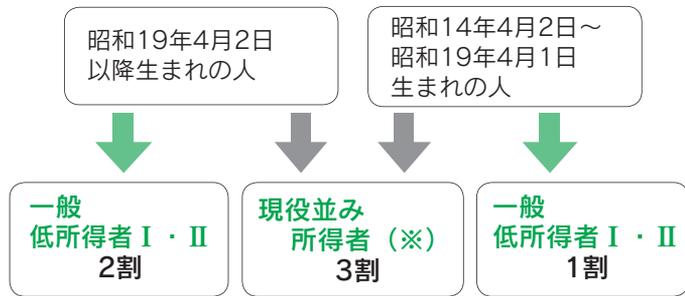


国民健康保険高齢受給者証

■ 国民健康保険高齢受給者（70歳～74歳）の負担割合が変更されます

平成26年度から、高齢受給者の負担割合が左図のとおり変更されます。

● 負担割合変更図



※現役並み所得者…同一世帯に住民税課税所得が145万円以上の70歳～74歳までの国保被保険者がいる人

厚生労働大臣表彰

点字ボランティアの取り組みが認められ、厚生労働大臣表彰を受賞されました。おめでとうございます。



あいおいてんとうかい 相生点灯会の皆さん

椿 賞



なかむらみつる 中村 満 氏

相生市公平委員としての長年の功績が認められ、椿賞を受賞されました。おめでとうございます。

百寿の祝

次の皆さんが、百歳の誕生日を迎えられました。おめでとうございます。



2月21日 土井 やゑ子さん



2月17日 多田 すみこ 末子さん



2月5日 はりま よしみ 播磨 吉美さん

国民年金のお知らせ

園姫路年金事務所 ☎079-224-6385

▶国民年金保険料額が変更されます

平成26年度第1号被保険者の定額保険料（月額）が15,250円に引き上げられます。
それに伴い、4月から前納保険料額も変わります。
※下表参照

| 納付方法 | 金額 | | 6か月分 | | 1年分 | | 2年分 | |
|-------------|---------|--------|----------|--------|----------|---------|------|-----|
| | 保険料額 | 割引額 | 保険料額 | 割引額 | 保険料額 | 割引額 | 保険料額 | 割引額 |
| 6か月前納（現金納付） | 90,760円 | 740円 | 181,520円 | 1,480円 | — | — | — | — |
| 6か月前納（口座振替） | 90,460円 | 1,040円 | 180,920円 | 2,080円 | — | — | — | — |
| 1年前納（現金納付） | — | — | 179,750円 | 3,250円 | — | — | — | — |
| 1年前納（口座振替） | — | — | 179,160円 | 3,840円 | — | — | — | — |
| 2年前納（口座振替） | — | — | — | — | 355,280円 | 14,800円 | — | — |

▶国民年金後納制度で将来の年金額を増やせます

後納制度は、過去10年間に納め忘れた保険料を納付することにより、将来の年金額を増やすことができるものです。

また、年金を受給できなかった人は後納制度を利用することで年金が受けられる場合があります。

過去10年以内に納め忘れの保険料がある人は、ぜひ後納制度をご利用ください。

なお、後納制度が利用できる期限は平成27年9月30日までとなっています。お早めにお申し込みください。

▶後納保険料の納付書の「使用期限」にご注意ください

すでに後納制度を申し込まれた人で、平成16年4月以降分の後納保険料の納付がお済みでない人は、納付書に記載された使用期限（平成26年3月31日）までに納付をお願いします。

なお、使用期限までに納付できなかった人が、平成26年4月以降に納付を希望される場合は、新たな加算額による納付書を発行しますので「国民年金保険料専用ダイヤル」またはお近くの年金事務所にご連絡ください。

後納制度の申込み・納付書の再発行のお問い合わせ

- 国民年金保険料専用ダイヤル（ナビダイヤル） ☎0570-011-050
- 050から始まる電話でおかけになる場合 ☎03-6731-2015

▶受付時間

月曜日 8時30分～19時
火～金曜日 8時30分～17時15分
第2土曜日 9時30分～16時

※お問い合わせの際は基礎年金番号がわかるものを用意してください。

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に19時まで相談を受付します。

※祝日（第2土曜日を除く）はご利用いただけません。

※ナビダイヤルは、一般の固定電話からおかけになる場合は全国どこからでも、市内通話料金でご利用いただけます。ただし、一般の固定電話以外（携帯電話等）からおかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。

※「03-6731-2015」の電話番号からおかけになる場合は、通常の通話料金がかかります。



軽自動車の登録変更の手続きをお忘れなく

問 税務課市民税係 ☎②③7128

軽自動車税は毎年4月1日現在の所有者に課税されます。4月2日以降に軽自動車を所有した場合、その年度分の税金はかかりませんが、4月2日以降に廃車や名義変更などの手続きをしても、その年度分の税金は全額納めていただくこととなります。

また、ナンバープレートを返納されない限り、使用していない場合でも課税されますので、原動機付自転車や自動二輪、軽自動車の廃車・名義変更などの手続きは、3月31日(月)までに済ませてください。

手続きをされない場合は平成26年度の軽自動車税が課税されますのでご注意ください。

■お引越しの際にはご注意ください

軽自動車税は、ご本人の申告をもとに、軽自動車等の定置場のある市町村で課税されます。※市外へお引越しの際には、原

動機付自転車のナンバープレートを返納して廃車の手続きをしてください。
登録の変更手続きについては、左記の場所で申告をしてください。

●登録変更手続き窓口

- 原動機付自転車（125cc以下）・小型特殊自動車
→ 相生市役所税務課（☎②③7128）
- 軽三・軽四輪自動車
→ 軽自動車検査協会兵庫事務所姫路支所（☎079-231-4101）
- 軽二輪・自動二輪
→ 姫路自動車検査登録事務所（☎050-5540-2067）

市税などの未納分は年度内（3月31日）までに納付しましょう！

問 徴収対策室 ☎②③7152

■滞納は、新たな課税納付書が届く前に解消しておきましょう

納期限内に納付出来なかった人は、3月末までに納付されることをお勧めします。4月になると、固定資産税などの納付書が順次送付されますので、前年度以前の分と併せての納付は、負担が大きくなります。

■滞納は放置せず、必ず納付相談を！

病気や失業、事業の廃止や経営不振など、やむを得ない理由で一時的に税金などを納期限内に納めることが困難な人は、徴収対策室に相談をしてください。

納付期限が過ぎるとどうなるの？

納期限を過ぎても税金を納付していただけない場合には、督促状を発送します。

市では、納税者の単なる「納め忘れ」や「特別な事情」により納付できない場合を考慮して、督促状の送付後も催告書を送付するなどして、できるだけ早期に納付していただけるように働きかけていますが、それでも納付いただけない場合は、右記のような対応を取らせていただいています。

▶延滞金がかかります

本来納めるべき税額の外に、法律で決められた延滞金を納めていただきます。

| 期 間 | 延滞金の率 |
|------------|-------|
| 納期限後1か月以内 | 年2.9% |
| 納期限後1か月経過後 | 年9.2% |

▶滞納処分（差し押さえ）を行います

口座や動産、不動産などの差し押さえを行います。差し押さえた財産は、公売などで現金に換え、滞納市税などに充当します。

固定資産課税台帳などの縦覧・閲覧

税務課資産税係 ☎7155

縦覧

一定範囲の土地や家屋の土地価格等縦覧帳簿および家屋価格等縦覧帳簿を縦覧できます。

▶期間 4月1日(火)～30日(水)
8時30分～17時15分(土・日、祝日を除く)

▶手数料 無料

閲覧

本人または同居の家族の所有する固定資産(相続人・納税管理人は関係のある固定資産)について、固定資産課税台帳を閲覧できます。

▶期間 4月1日(火)～平成27年3月31日(火)
8時30分～17時15分
(土・日、祝日、年末年始を除く)

▶手数料 300円(縦覧期間中は無料)

■場所 税務課資産税係

■持参物 印鑑(認印可)

※同居の家族以外の代理人は委任状が必要。また、借地人・借家人は、借地・借家・地上権その他の権利の資格を確認できる書類(賃貸契約書の写しおよび身分証明書)も必要

悪質な点検商法にご注意ください!

西播磨水道企業団 ☎8312



水道職員を装ったり、水道局から依頼されたと偽って訪問し、簡単な水質検査や配管の確認を無料で行ったあとに浄水器を売りつけたり、水道管を清掃する必要があると高価で清掃する悪質な点検商法が増えています。

また、検査をするという、強引に家の中へ入り込もうとするケースもありますので、特に独り暮らしや高齢者世帯はご注意ください。

西播磨水道企業団では、次のようなことや業者への委託は行っていません。

- 浄水器の販売やあつせんをすること。
- ペットボトルの水を販売すること。
- 水道管の清掃をあつせんすること。
- 依頼なく伺って、水質検査や水道管の修繕を行うこと。

※不審に思ったら、身分証明書の提示を求めていただくか、西播磨水道企業団へお問い合わせください。



小型家電リサイクル法に基づく小型家電の回収が始まります

～4月からパソコン・携帯電話も回収します～

環境課管理係 ☎7131

平成25年4月に、小型家電リサイクル法が施行され、小型家電の回収と再資源化の取り組みが始まりました。

家電製品には、貴金属やレアメタルなど価値の高い素材が多く含まれており、リサイクルにより有効利用します。

使用済みの小型家電を廃棄する場合、従来どおり、「粗大ごみ」として地区のステーションに排出してください。リサイクル推進のためご協力をお願いします。

パソコンと携帯電話の取扱い

| 従来 | パソコン | 携帯電話 |
|----|-----------------------------|---------------------|
| | パソコンリサイクル法に基づき、製造メーカーに郵送し廃棄 | 通信事業者の店舗や家電量販店などで回収 |



4月以降
パソコン・携帯電話ともに小型家電として市が回収
※従来どおりの排出方法も選択可能

回収できるもの



| | |
|-------------|-------------------------------------|
| 対象品目 | パソコン・携帯電話・電機カミソリ・電機こたつ・電子レンジなど |
| 使用済み家電の回収方法 | 「粗大ごみ」として回収 ※分別しやすいようかためて出してください |
| 費用負担 | 有料 @70円/10kg |

※排出後の情報の管理について、市や委託事業者は責任を負いかねますので、データの消去などについては十分注意してください。

回収できないもの



| | |
|---------------------|----------------------------|
| 家電リサイクル法の指定を受けた家電製品 | テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機、エアコン |
| 設置や撤去に工事が必要な電気製品 | 詳細は環境課へお問い合わせください。 |



1/19

2014相生かきまつり

ぷりっぷりのカキを召し上がれ

相生ふれあい広場および市立水産物市場を会場に、2014相生かきまつりが開催されました。相生の冬の味覚を求めて市内外から約1万4千人が来場。海のミネラルをたっぷりと含み、ぷりっぷりに成長した「相生牡蠣」に下鼓を打っていました。



1/24

小河ゆず栽培組合加工部

小河地区でゆず大福作り

小河公民館で矢野小学校1・2年生15人を対象としたゆず大福作り体験が行われました。児童らは、小河ゆず栽培組合加工部の皆さんの指導を受けながら、一つずつ丁寧に大福を丸め、その後、自分たちで作った大福を試食。矢野小学校1年生の竹山羽琉君は「ゆずの匂いがしておいしい」と笑顔を見せていました。



1/18

幼児絵画展

夢と自由あふれる絵画展

市民会館4階中ホールで幼児絵画展が開かれました。市立幼稚園の園児435人が思い思いに描いた個性豊かな絵画を展示。園児たちが一生懸命に描いた絵画を見ようと、多くの人が会場を訪れました。会場に訪れた園児は、自分が描いた絵の前まで保護者らの手を引き、誇らしげな表情を見せていました。



1/24

相生市中学校新人駅伝競走大会
たすきをつないで快走!

矢野川堤防コースで相生市中学校新人駅伝競走大会が開催されました。市内3中学校から男子4チーム、女子5チームが出場。男子は6区間16.2km、女子は5区間12.3kmで健脚を競い、たすきをつなぎました。男子の部は双葉Aチームが優勝。女子の部は、那波中学校Aチームが過去最高タイムで優勝しました。



2/10

矢野川中学校
カキ料理に挑戦

矢野中学校で食育の授業の一環として、地産地消料理教室が開かれました。相生漁協の山本勝己組合長から相生牡蠣の歴史と特徴について説明を受けた後、相生漁協婦人部の皆さんの指導のもと、牡蠣むきに挑戦しました。生徒らは、自分たちでむいた牡蠣を使いカキのチヂミやカキフライなど4品を調理し、冬の味覚を味わいました。



2/3

あおば幼稚園節分遊び
6メートルの恵方巻作りに挑戦

あおば幼稚園の園児39人が約6メートルの恵方巻作りに挑戦しました。恵方巻は、ラップの上に焼きのりを敷き、その上に酢飯、きゅうり、たくあんを乗せ、「せーの」のかけ声に合わせて一斉に巻いて作りました。園児らは、出来上がった長〜い恵方巻に大歓声。切り分けられた恵方巻を満足げな表情で口いっぱい頬張っていました。

相生ペーロン祭陸上パレード参加団体募集

問産業振興課商工観光係 ☎237133

播磨地方に初夏を告げる相生ペーロン祭の当日、まちのメインストリートで行われるパレードを、多彩なパフォーマンスで盛り上げていただける団体を募集します。

■内容 相生ペーロン祭当日（5月25日(日)）に11時から相生市街メインストリート約1.5kmを演技しながら進行していただきます。

■対象 次の要件のすべてを満たす団体

- ①概ね20人以上
- ②陸上の部全体会議（4月）に代表者が出席
- ③主催者の趣旨を理解している。
- ④演技に「ペーロン祭らしさ」（ペーロン音頭を取り入れるなど）を取り入れ、観客、出場者双方が楽しめるよう工夫している。

■参加料 無料（出場実費は各団体に負担）

■募集团体数 15団体

※応募多数の場合、選考の結果お断りさせていただく場合があります。

■申込 3月28日(金)17時までに、産業振興課に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し産業振興課へ提出してください。



あいおい歴史巡り

大石良雄別邸

vol.12

元禄6年（1693年）12月に播州赤穂藩が、幕府より備中松山城主の水谷家5万石の城請取りを命じられました。たまたま藩主の浅野（あさの）長矩（ながのり）が病気であったため、大石良雄が代役として城請取りをし、円滑に城請取り業務を行った功により、藩主から200石の加増を受け相生村を知行地としました。大石良雄は、相生をしばしば訪れ、庄屋海老名邸で滞在していました。海老名家では自邸の西隅に十畳二間の部屋をしつらえて、大石良雄をもてなしました。



大石良雄別邸（相生）

これらのことから、大石別邸と呼ぶようになりました。しかし、海老名邸は明治27年（1894年）11月17日の火災により全焼し、庭園にあった池が相生公民館の隣にのこっています。現在は、池のそばには滴水庵がたてられ、茶室として利用されています。

問図書館 ☎235151



健診・相談情報

問保健センター ☎27168

- 10か月児相談 (H25年4月・5月生)
3月18日(火) 9時～10時受付
- 4か月児健康診査 (H25年10月・11月生)
3月25日(火) 13時～14時受付

※詳しくは、市民カレンダー25ページをご覧ください。

春休みを利用して

予防接種を受けましょう！

4月になると、新生活が始まり、何かと忙しくなってきます。母子健康手帳で接種状況を確認し、受け忘れがある場合は、春休みを利用して、接種をしましょう。

※予防接種の対象者、種類、実施医療機関は、市民カレンダーまたはホームページをご覧ください。



平成26年度『のびのび健康教室Ⅰ・Ⅱ』前期受講生募集！

問健康介護課長寿介護係 ☎27124

- 内容 高齢者の皆さんが体力・筋力を維持向上するための基本的な知識の習得と自宅で行えるトレーニングや脳トレ体操などを指導します。
- 対象者 相生市に住所を有する介護保険の要介護認定を受けていない65歳以上の人
※平成25年度に受講された人も対象となりますが、新規の人を優先します
- 指導者 (社)兵庫県柔道整復師会
- 日時 4月～9月
(月1回の6回受講で原則第1【Ⅰ】・第3【Ⅱ】木曜日) 13時～15時
※第1回は4月16日(水)【Ⅰ】・24日(木)【Ⅱ】 13時～
- 場所 【Ⅰ】相生公民館・下土井農業会館
【Ⅱ】総合福祉会館4階多目的ホール
- 参加費 無料
- 定員【Ⅰ】各30人【Ⅱ】70人
- 申込方法
受付開始 4月3日(休)8時30分～
健康介護課へ電話または窓口へ
※定員になり次第締め切ります。



生きがいセミナー・同好会参加者募集！

問生きがい交流センター ☎2777

相生市立生きがい交流センターでは、高齢者の生きがいや健康づくりのため、各種セミナーや同好会を開催しています。

■対象 市内在住で60歳以上の人
※平成25年度に受講された人も対象となりますが、新規の人を優先します

■参加期間 4月～平成27年3月

■場 所 生きがい交流センター

■参加費 無料

※材料費など自己負担あり

■申込開始

3月18日(火)
10時～

※定員になり次第締切

※17日(月)は休館日



| セミナー・同好会名 | 実施日時 | 募集人数 |
|-------------|-------------|------|
| 健康太極拳教室 | 第2・第4木曜日 | 20人 |
| 大正琴教室 | 第2・第4火曜日 | 20人 |
| 生花教室 | 第2・第4水曜日 | 20人 |
| メンズクッキング教室 | 第1日曜日 | 15人 |
| 水墨画教室 | 第1土曜日・第3日曜日 | 15人 |
| ゆるフラの会 | 第2・第4金曜日 | 10人 |
| 書道教室 | 第2・第4金曜日 | 15人 |
| 生きがい体操教室 | 第2火曜日 | 15人 |
| 囲碁同好会 | 毎週木曜日 | 20人 |
| バンパードゲーム同好会 | 毎週水・金曜日 | 各20人 |
| 三味線同好会 | 第1・第3金曜日 | 10人 |
| カラオケ同好会 | 第2・第4金曜日 | 40人 |

お知らせ

林業教室

圃産業振興課 ☎27156

▼内容・定員 木工芸5人・木彫り工芸5人・竹工芸10人・炭焼き工芸5人・陶芸10人
▼対象 18歳以上で、市内在住、在勤の人



Library
図書館通信
books

おすすめの1冊

● 一般書

温故知新で食べてみた
山本 直味 著 / 主婦の友社



● 児童書



竹取物語
石井 睦美 翻訳
平澤 朋子 絵 / 偕成社

おすすめ新刊図書

- (一) JR利用術 川島令三 ほか 著
- (一) ほくは戦争は大嫌い やなせ たかし 著
- (一) 俳句、はじめました (吟行修行の巻) 岸本葉子 著
- (一) 宝の山 梶よう子 著
- (児) 心は前を向いている 山崎真志 著
- (児) 武器より一冊の本をください ヴィヴィアナ・マツツア 著
- (児) にんじんだいこんごぼう 植垣歩子 話・絵
- (児) やさしいかいじゅう ひさまつ まゆこ 作・絵

info

「子ども劇場」

●おはなし会 ※無料・申込不要

- ▶対象 幼児・小学生
- ▶日時 3月23日(日)11時~11時30分
- ▶内容・場所 絵本の読み聞かせ『くんちゃんのはじめてのがっこう』ほか(図書館3階絵本のへや)、おはなし『こぎつねのライオンたいじ』ほか(同3階おはなしのへや)

●えいが会 ※無料・申込不要

- ▶対象 幼児・小学生および保護者
- ▶日時 3月30日(日)10時30分~11時40分
- ▶内容 『おやゆびひめ』・『ウッドベッカー』
- ▶場所 図書館3階視聴覚室

圃図書館 ☎25151

▼開催 4月1日から1年間、各教室ごと毎月1~2日間
▼参加費 教室材料費など
▼申込 3月25日(火)までに
申込用紙を産業振興課へ
相生・上郡広域シルバー人材センター入会説明会
圃相生・上郡広域シルバー人材センター ☎24050
▼対象 概ね60歳以上の人
▼日時 4月8日(火)13時30分
▼場所 総合福祉会館1階101号室

朗読ボランティア入門講座

圃社会福祉協議会 ☎2666

▼対象 講座修了後、ボランティア活動のできる人
▼日時 4月16日・23日・30日・5月7日・14日・21日・28日・6月4日(いずれも水曜日)13時30分~15時30分(全8回コース)
▼場所 総合福祉会館3階302研修室
▼講師 朗読ボランティア「ひびきの会」
▼参加費 無料
▼申込 3月28日(金)までに

社会福祉協議会へ

傾聴ボランティア入門講座

圃社会福祉協議会 ☎2666

▼対象 傾聴ボランティアに興味のある人
▼場所 総合福祉会館3階301研修室ほか
▼参加費 ボランティア保険代500円※未加入者のみ
▼講師 心理カウンセラー 稲松由佳氏
▼定員 20人
▼申込 4月10日(木)までに
社会福祉協議会へ

※全4回のコースです。

| 日時 | 内容 |
|------------------------------|-----------------------|
| 第1回 4月16日(水) 9時30分~11時30分 | コミュニケーションの基本 |
| 第2回 4月23日(水) 9時30分~11時30分 | 傾聴の技術 |
| 第3回 4月30日(水) 9時30分~11時30分 | グループでのコミュニケーションの基本 |
| 第4回 5月1日(木)~ 30日(金) | 体験してみよう~施設でのボランティア体験~ |

みんなで子育て



●年齢別グループ活動

☎子育て学習センター ☎28313

- ▶対象 乳幼児とその保護者
- ▶時間 10時～11時30分
- ▶場所 子育て学習センター
- ▶申込 3月18日(火)から子育て学習センターへ

| グループ | 活動日(毎月) |
|---------------------------------|-------------------------|
| マタニティー (H26.4.2生～妊娠中の人) | 第3木曜日 初回4月17日(木) |
| うさぎ(0歳児) (H25.4.2生～H26.4.1生) | 第2水・第4木曜日 初回4月24日(木) |
| あひる(1歳児) (H24.4.2生～H25.4.1生) | 第1木・第3水曜日 初回4月16日(水) |
| コアラ(2歳児) (H23.4.2生～H24.4.1生) | 第2木・第4水曜日 初回4月23日(水) |

●ベビーサイン

☎子育て学習センター ☎28313

- ▶対象 平成25年4月2日以降生まれの乳児とその保護者
- ▶日時 3月19日(水)10時30分～11時30分
- ▶場所 子育て学習センター
- ▶定員 先着20組(無料)
- ▶講師 日本ベビーサイン協会認定講師
たけもとえつよ 竹本悦代氏
- ▶申込 3月12日(水)～18日(火)までに子育て学習センターへ



●お花見会

☎子育て学習センター ☎28313

- ▶対象 どなたでも
- ▶日時 4月3日(木)10時30分～13時
※雨天の場合4月4日(金)
- ▶場所 山手墓地公園内中央遊園地
- ▶参加費 無料
- ▶申込 3月18日(火)～4月2日(水)までに子育て学習センターへ



認知症サポーター

フォローアップ講座

☎健康介護課長寿介護係 ☎27124

- ▼対象者 認知症サポーター養成講座を受講した人
- ▼日時 3月20日(木)15時～16時15分
- ▼場所 総合福祉会館4階 多目的ホール
- ▼参加費 無料

募集

ゆうゆう学園(西播磨高齢者文化大学・大学院)
平成26年度学生募集

☎西播磨文化会館 ☎079173663

- ▼開設講座 大学は年間25回(原則金曜日実施予定) 大学院は年間22回(原則木曜日実施予定)
- ▼募集定員 大学60人、大学院30人
- ▼対象 中・西播磨地域在住のおおむね60歳以上の人

スポーツ

- ▼受講料 12500円/年
- ▼申込方法 申込用紙を3月31日(月)までに西播磨文化会館(たつの市新宮町宮内458-7)へ郵送か持参

相生市民春季ソフトボールのつどい

- ☎体育振興課 ☎27170
- ▼日時・場所 4月13日(日)9時～(雨天中止) 相生スポーツセンター
- ▼参加資格 ①市内在住

たは市内事業所在勤の男子で構成された高校生以上のチーム②ソフトボール協会員の選手登録は可、ただし投手での出場はできない。③構成は、地域・職域・クラブを問わない。

- ▼参加費 5000円/チーム
- ▼申込期限 3月24日(月)17時まで
- ☎体育振興課 ☎27170
- ▼実施期間 表中の開始日

第1期市民体育館

スポーツ教室

| 教室名 | 曜日(開始日) | 時間 | 指導内容 | 対象 |
|-----------------|-------------|------------|----------------------------------|--------|
| 健康体操 | 毎週月・木(4/14) | 10時～11時30分 | 道具を使った体操、ストレッチ体操、あそぼうるなどによる体力づくり | 一般女性 |
| 卓球 | | | | |
| バレーボール(あそぼうる含む) | 毎週火・金(4/15) | 15時～16時30分 | 初心者を中心とした技術指導と体力づくり | 一般男女 |
| バドミントン | | | | |
| 幼児体操 | | | 運動・遊びを通じての動きづくりと体力づくり | 幼稚園年長児 |

- から20回
- ▼参加費 5000円
- ※幼児体操は2500円
- ▼定員 先着30人
- ※幼児体操は、先着20人
- ※申込開始日の8時30分に定員を超えた場合は抽選
- ▼申込 4月2日(水)から。申込用紙に参加費を添えて市民体育館へ

求 人 情 報

看護師（臨時職員・パート）

問市民病院 ☎7126

- ▶ 職 種 看護師
- ▶ 業務内容 看護業務（病棟・外来）
- ▶ 募集人員 若干名
- ▶ 応募資格 看護師・准看護師免許を有する人
- ▶ 勤務時間 38時間45分/週
- ▶ 賃金（日給） 8,170円～12,000円
- ▶ 諸 手 当 通勤、期末、時間外、特殊勤務
- ▶ 加入保険 雇用保険、社会保険
- ▶ 試験内容 面接

※日程などは、
希望により調整します。

- ▶ 提出物 履歴書
- ▶ 提出方法 市民病院へ持参
または郵送

※パート職員（時間給1,020円～1,500円）の勤務時間および勤務体系については相談に応じます。（例：半日など短時間勤務や隔日勤務など）



家庭児童相談員 問子育て支援室 ☎7175

- ▶ 業務内容 18歳未満の子どもを対象とした子育ての悩み、家庭問題、児童虐待などの相談業務、児童虐待通告への対応、関係機関との連携、調整等の業務など

- ▶ 募集人員 1人
- ▶ 応募資格 家庭児童福祉の増進に熱意を持ち、以下の資格をお持ちの人
 - ①幼稚園、小学校、中学校のいずれかの教員免許
 - ②保健師の免許
 - ③社会福祉士の資格
 - ④保育士の資格
 - ⑤臨床心理士の資格
 - ⑥精神保健福祉士の資格
 - ⑦児童福祉司任用資格
- ①～⑦に準ずる人で家庭児童相談員として必要な学識経験を有する人

- ▶ 任用期間 4月1日(火)～
- ▶ 勤務時間 9時～17時（月曜日～金曜日）
- ▶ 勤務場所 家庭児童相談室（子育て支援室内）
- ▶ 報酬（月額） 152,000円
- ▶ 手 当 なし
- ▶ 加入保険 雇用保険、社会保険、労災
- ▶ 試験内容 面接
- ▶ 申込方法 3月20日(木)までに履歴書（写真貼付）、資格を有することを証明するものの写しを子育て支援室へ
（※郵送不可）

心身障害児支援補助員（パート）

問教育委員会管理課 ☎7142

- ▶ 職 種 心身障害児支援補助員（パート）
- ▶ 業務内容 市立幼稚園で心身障害児の在園中の支援業務
- ▶ 募集人員 2人程度
- ▶ 応募資格 平成26年4月1日における満年齢が59歳までの人で幼稚園教諭免許または保育士資格を有する人（免許が失効していない人）
- ▶ 任用期間 4月1日(火)～9月30日(火)
※更新の可能性あり

- ▶ 勤務時間 月～木 9時～14時
金 9時～12時
※担当する園児により変更の場合あり

- ▶ 休 日 土、日、祝日、長期休業期間中など

- ▶ 勤務場所 市立幼稚園
- ▶ 賃 金 時給930円(交通費なし)

- ▶ 手 当 なし
- ▶ 加入保険 労災
- ▶ 試験内容 面接（日程などは、後日連絡）
- ▶ 提出物 履歴書、幼稚園教諭免許または保育士証の写しなど（※郵送不可）
- ▶ 提出方法 3月18日(火)までに教育委員会管理課へ
- ▶ 受付時間 8時30分～17時15分（土・日曜日は除く）

預かり保育指導員（パート）

問教育委員会管理課 ☎7142

- ▶ 職 種 預かり保育指導員（パート）
- ▶ 業務内容 市立幼稚園で通常保育終了後の預かり保育に係る業務

- ▶ 募集人員 若干名
- ▶ 応募資格 平成26年4月1日における満年齢が59歳までの人で幼稚園教諭免許または保育士資格を有する人（免許が失効していない人）
- ▶ 任用期間 4月1日(火)～9月30日(火)
更新の可能性あり

- ▶ 勤務時間 月～木 13時30分～17時
金 11時30分～17時

- ※時期、園により変更の場合あり

- ▶ 休 日 土、日、祝日、長期休業期間中など

- ▶ 勤務場所 市立幼稚園
- ▶ 賃 金 時給930円(交通費なし)

- ▶ 手 当 なし
- ▶ 加入保険 労災
- ▶ 試験内容 面接（日程などは、後日連絡）
- ▶ 提出物 履歴書、幼稚園教諭免許または保育士証の写しなど（※郵送不可）
- ▶ 提出方法 3月18日(火)までに教育委員会管理課へ
- ▶ 受付時間 8時30分～17時15分（土・日曜日は除く）

公民館だより

公民館では、市民の皆さまを対象に、工夫を凝らしたさまざまな講座を開催しています。地域を問わずご参加ください。
申し込みは、3月17日(月)から。※★は子どもチャレンジパスポート事業

| 公民館名 | 日時 | 行事 | 定員 | 内容 |
|--------------|------------------------|------------|-----------|---|
| 矢野 ☎②0002 | 4月12日(土) 10時～11時30分 | ヒップホップダンス★ | 40人 随時 | リズムに合わせてダンスを楽しむ【全9回】 対象：子どもから大人 |
| | 4月16日(水) 13時30分～15時 | シニア体操 | 20人 | 無理せず、楽しく体を動かす【全5回】 対象：シニア（おおむね65歳以上） |

「相生っ子学び塾」ボランティア講師募集（有償）

☎教育委員会生涯学習課 ☎②7144

児童の安全な放課後の居場所づくりと基礎学力、自学自習力の向上を図るため、小学校5～6年生を対象とした「相生っ子学び塾」を開設しています。この事業にご協力いただけるボランティアを募集します。

■国語・算数科目

- ▶内容 プリント教材の解らないところの指導
- ▶条件 教員経験のある人および学習塾講師などの経験がある人
- ▶時期 5月中旬から3月までの週1～2回程度
(原則、月または水曜日)
※参加は月1回からでも可
- ▶従事時間 14時30分～16時30分、
夏休みは9時30分～12時
- ▶実施場所 市内7小学校
※いずれか1校の小学校でも可

■英語科目

- ▶内容 単語学習、英会話学習の指導
- ▶条件 小学生の英語教育に関心のある人、英語の指導経験のある人
- ▶時期 6月初旬から2月までの毎週土曜日
※参加は月1回からでも可
- ▶従事時間 8時45分から2時間30分程度
- ▶実施場所 陸自治会館

- その他 有償ボランティア（1時間あたり1,000円）
- 申込 生涯学習課まで

学校支援ボランティア募集（無償）

☎教育委員会生涯学習課 ☎②7144

市内全小中学校において、地域住民による学校支援活動を行う事業として無償ボランティアの募集および登録を行っています。そのうち、現在必要とされているボランティアを次のとおり募集します。

| | |
|-------------------|--|
| 那波中学校 ☎②7151 | ○サッカー部・陸上部の指導者 (授業終了後15時以降・曜日によって異なる) ○工和橋付近・佐方大避神社付近の 登下校時の安全見守り |
| 双葉中学校 ☎②7152 | ○校内の草刈りや庭木・植木の剪定の手伝い |
| 那波小学校 ☎②7147 | ○那波地区の歴史、戦争体験を話していただける人 |
| 中央小学校 ☎②7149 | ○登下校時の安全見守り ○植木の手入れ |
| 青葉台小学校 ☎②7158 | ○英語の授業の補助 ○「町たんけん」の案内（地域のことを学ぶため） |
| 若狭野小学校 ☎②80152 | ○植木の手入れ、剪定の補助 ○若狭野地区の歴史、戦争体験を話していただける人 |
| 矢野小学校 ☎②0019 | ○低学年の「町たんけん」の案内 (地域のことを学ぶため) |

■申込 生涯学習課まで

広告



★毎週日曜日
祝日定休

★営業時間
12:00～14:00
17:00～22:30

相生市陸本町4-33 ☎22-1219

まちづくりに役立つ宝くじ

☎財政課財政係 ☎②7127

市では、市町村振興宝くじの収益金による「社会貢献広報事業」を活用して、平成25年度に「電気自動車」を購入しました。市町村振興宝くじの収益金は住みよいまちづくりに使われています。



収益金は、都道府県別の販売実績に応じて交付されますので、宝くじを購入される場合は、ぜひ県内の宝くじ売場でお買い求めください。

住宅入居者募集

問建設管理課 ☎237134

【受付】3月20日(木)～31日(月) 8時30分～17時15分まで ※土・日・祝日を除く。

【申込】窓口備え付けの申込用紙に記入し、必要書類を添えて提出。※応募多数の場合抽選。

ただし、定住促進住宅は受付期間終了後、空部屋がある場合のみ入居申込を受け付けますが、満室になり次第、募集は終了します。

※いずれも敷金は、家賃の3か月分必要。申込資格は下記以外にもあります。詳しくは建設管理課へ

| 住宅名 | 間取り | 戸数 | 家賃 | 基本申込資格 | 戸別申込資格 |
|---------------------------------|-------------------------------|----------|------------------------------|--|--|
| 相生駅南 再開発住宅 (大石町) | 3LDK | 1戸 | 57,000円 (別途共益費 3,000円) | ①市内に住所または勤務場所 のある人 ②現に住宅に困っている人 | 2人以上の世帯 |
| 佐方定住促進住宅 (佐方1丁目: 旧雇用促進住宅) | 3DK | 8戸 以内 | 39,000円 (別途共益費 1,000円) | ①市内に定住するための住宅 が必要な人 ②入居しようとする家族全員 の年収合計の12分の1が、 家賃の3倍以上(11万7千 円以上)であること | 2人以上の世帯 |
| 市営西後明住宅 (西後明) | 2K (風呂なし) | 1戸 | 4,500円 ～8,800円 | ①市内に住所または勤務場所 のある人 ②現に住宅に困っている人 ③入居しようとする家族全員 の政令月収が、15万8千円 以下(裁量階層世帯は、21 万4千円以下) | 2人以上の世帯。ただし、昭 和31年4月1日以前に生まれ た人、身体障害者(1級～4 級)および精神障害者(1級 ～3級)は単身でも申し込み 可 |
| | 2DK (風呂なし) | 1戸 | 5,200円 ～10,200円 | | |
| | 2DK | 1戸 | 11,900円 ～23,400円 | | |
| | 3DK | 3戸 | 14,500円 ～29,100円 | | |
| 市営城谷住宅 (竜泉) | 2K (風呂なし) | 1戸 | 8,200円 ～9,000円 | 同上 | 同上 |
| | 3DK | 1戸 | 15,000円 ～29,600円 | | |
| 市営一の谷住宅 (緑ヶ丘) | 2K (風呂なし) | 1戸 | 8,800円 ～10,700円 | 同上 | 同上 |
| 県営 相生若狭野 高層住宅 (八洞) | 3LDK | 5戸 | 24,800円 ～48,700円 | ①県内に住所または勤務場所 のある人 ②現に住宅に困っている人 ③入居しようとする家族全員 の政令月収が、15万8千円 以下(ただし、中学校を卒 業するまでの子供がいる世 帯及び合計年齢が80歳未 満で婚姻成立後2年以内の 夫婦世帯は、25万9千円以 下) | 3人以上の世帯。ただし、合 計年齢が80歳未満の夫婦は 申し込み可 |
| | 3LDK | 1戸 | 28,400円 ～55,800円 | | 4人以上の世帯。ただし、合計 年齢が80歳未満の夫婦に子 ども1人の世帯は申し込み可 |
| | 2DK (高齢者世 帯向特定目 的住宅) | 2戸 | 22,300円 ～43,600円 | | 2人以上の世帯で、60歳以上 の申込者と次のいずれかの人 のみで構成される世帯(配偶者、 18歳未満の児童、50歳以上の 人※いずれも民法上の親族関係 にあること)、または中度以上 の障害者のいる世帯 |

データの救出 メーカー不問 パソコン修理

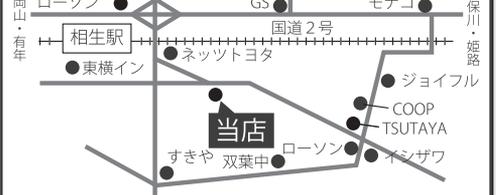
ご自宅・職場へ出張してのたつの市内でのインターネット・無線LAN・周辺機器・サーバーなどの設定も受付中!

- | | | | |
|----------------------|-----------------|------------------|-----------------|
| こんな時 お気軽に お電話を | ◆ キーボードが反応しない | ◆ パソコンの起動や動作が遅い | ◆ DVDを入れても読まない |
| | ◆ 電源が入らない・起動しない | ◆ 電源が落ちる・フリーズする | ◆ メモリを増設したい |
| | ◆ エラーメッセージが頻発する | ◆ ウィルスを駆除してほしい | ◆ HDDの容量をアップしたい |
| | ◆ ノートPCの画面が映らない | ◆ パソコンのデータを取出したい | ◆ パソコンの初期設定をしたい |

電話回線を光電話に、光インターネット始めませんか? PC修理13年目 出張でのネットや周辺機器の接続・故障診断も受付
インターネットと電話回線2回線をまとめて、月々の基本料を、ガクンと下げませんか? 通話料も格安です。
パソコン修理の希望社 ☎0120-920-224
3月～営業時間が変更 9:30～18:30 日曜日のみ定休

相生本店へのお申込で初期診断・見積りが無料

事前にお電話で「現在の状態・何をやってほしいか」などを お問合せ下さい。



本店住所: 相生市双葉2丁目8番10号 エースワンビル1階

広告

COOK 作ってみよう！給食メニュー

かす汁



| 材 料 | (4人分) |
|------------|-------|
| 豚肉 (小間切れ) | 40g |
| 大根 | 80g |
| にんじん | 40g |
| 絹厚揚げ | 40g |
| 里芋 | 80g |
| 煮干し | 12g |
| 酒粕 (ペースト状) | 80g |
| うすくちしょうゆ | 12g |
| ねぎ | 20g |

ワンポイント

1月の給食に出たメニューです。学校で使っている酒粕はペースト状になったものですが、板状のものを使う場合は半分程度の量(40g)をぬるま湯でみそのように溶いて使ってください。今回紹介した具材以外に、ちくわやくんにやく、塩鮭やブリなどを入れてもおいしくいただけます。

作り方

- ①にんじん、大根はいちょう切り、絹厚揚げ、里芋は一口大に切っておく。ねぎは小口切りにしておく。
- ②煮干しでだしをとり、にんじんと大根を入れて煮る。柔らかくなったら里芋を加え、里芋が少し硬い状態で豚肉を加える。肉に火が通ったら絹厚揚げを入れる。
- ③具に火が通ったら酒粕を加え、しょうゆで味を調える。最後にねぎを入れて仕上げる。

警察からのお知らせ

学年末および新学期における 少年非行・犯罪被害防止と有害環境の浄化

相生警察署 ☎0110

■地域ぐるみで子どもを非行と犯罪から守ろう

子どもたちを非行と犯罪被害から守るためには、地域の皆さんが日頃から厳しくも温かい目で子どもを見守り、時には、周りの大人が「悪いことは悪い」ときちんと注意することも大切です。子どもの出す「危険なシグナル」を見逃すことなく、子どもに対して、常に身の回りに自分のことを気にかけている「大人の目」があることを伝えましょう。

相生市人身交通事故 発生件数 (1月末累計)

| 交番(駐在)別 | 件数 | 死者 | 傷者 |
|---------|----|----|----|
| 相生駅前 | 1 | 0 | 1 |
| 那波野 | 1 | 0 | 1 |
| 中央通 | 4 | 0 | 5 |
| 丘の台 | 0 | 0 | 0 |
| 若狭野 | 5 | 0 | 8 |
| 矢野 | 0 | 0 | 0 |
| 合計 | 11 | 0 | 15 |

西播磨県民局だより

オプトピア春の特別上映

光都プラザ・オプトピア ☎01155

- ▶開催期間 3月22日(土)～3月30日(日)
※24日(月)は休館
- ▶上映時間 10時10分～16時
- ▶場 所 光都プラザ・オプトピア
(赤穂郡上郡町光都2-23-1)
- ▶入場料金 無料
- ▶上映スケジュール

| 上映日 | 上映作品 |
|---------------|---------------|
| 22日(土)、23日(日) | 「アンパンマン」45分 |
| 25日(火)～28日(金) | 「ハローキティ」60分 |
| 29日(土)、30日(日) | ディズニーアニメ 103分 |

※上演時間・作品は予告なしに変更することがあります。
※入場は、先着順となります。また、来場者多数の場合は、入場をお断りすることがあります。

広告

溶接の高品質化のサポートから工場の安全まで。消火器で安心・安全確保。工場から家庭まで。

ISO9001・2000認証取得
安心の品質管理

株式会社共和溶材
本社 相生市那波大浜町1-8
TEL 22-0927
FAX 22-4079

一般高圧ガス
産業用機器
溶接・溶断機

光都ガスセンター

あなたの資産運用のパートナー こんにちは このまちの証券会社です

金融商品取引業者番号：近畿財務局長(金商)第1号
加入協会：日本証券業協会



あなたのまちの
投資窓口

相生証券

AM8:30～PM5:30

☎(0791)22-0654

http://www.aioi-sec.com/

くらしの相談

予：要予約

| 相談名 | 日時 | 場所 | 問い合わせ |
|----------------|----------------------------------|-----------|----------------------|
| 行政相談 | 3月19日(水)15:30~17:00 | 総合福祉会館 | 総務課 ☎②37126 |
| 人権相談 | 4月9日(水)10:00~12:00 | 市民会館 | |
| 弁護士による消費生活相談 予 | 3月19日(水)13:00~15:00 | 市民会館 | まちづくり推進室 ☎②37130 |
| 女性のための悩み相談 予 | 3月26日(水)13:00~16:00 | | |
| 消費生活相談 | 毎週月~金曜日 9:00~16:00 | | |
| 知的障害者相談 | 3月27日(木)9:30~12:00 | 総合福祉会館 | 社会福祉課 ☎②7167 |
| 身体障害者相談 | 4月6日(日)10:00~12:00 | | |
| 精神障害者相談 | 4月12日(土)13:30~15:30 | | |
| 農地相談 予 | 4月8日(水)13:30~15:30 | 農業委員会 | 農業委員会 ☎②37140 |
| あいおい子悩み相談 予 | 4月11日(金)13:00~16:00 | 少年育成センター | 少年育成センター ☎②35070 |
| 教育相談 | 毎週 火・木曜日 | | |
| 弁護士による法律相談 予 | 3月15日(土)・4月5日(土) 9:00~12:00 | 総合福祉会館 | 社会福祉協議会 ☎②32666 |
| ふれあい心配事相談 | 3月24日(月)・4月14日(月) 13:00~16:00 | | |
| エイズ・肝炎相談 予 | 3月19日(水)・4月2日(水) 13:20~15:00 | 赤穂健康福祉事務所 | 赤穂健康福祉事務所 ☎④32321 |
| 若者の心と体の相談 予 | 3月19日(水)13:30~15:30 | | |
| 栄養相談 予 | 4月11日(金)9:30~11:30 | | |
| 金融相談 予 | 4月4日(金)13:00~16:00 | 商工会議所 | 商工会議所 ☎②1234 |

| 休日診療当番医 | | | |
|---------|--------|------------|---------|
| 3月 | 16日(日) | 瞳クリニック | ☎②37837 |
| | 21日(金) | しんりゅうクリニック | ☎⑤6287 |
| | 23日(日) | 相生市民病院 | ☎②7126 |
| | 30日(日) | 佐藤泌尿器科 | ☎⑤6345 |
| 4月 | 6日(日) | 赤木産婦人科医院 | ☎②33700 |
| | 13日(日) | 相生市民病院 | ☎②7126 |

(注) 9時から17時までで急病者に限ります。(在宅当番医制)

| 休日・夜間の水道当番 (緊急時のみ) | | | |
|--------------------|--------|------------|------------------|
| 3月 | 11~20日 | 浜田工業(株) | 夜 ☎0791 ⑦2820 |
| | | | 昼 ☎②5250 |
| 4月 | 21~31日 | (有)小林水道工業所 | 夜 ☎②0223 |
| | | | 昼 ☎②0041 |
| 4月 | 1~10日 | (株)山陽設備工業所 | 夜 ☎②0360 |
| | | | 昼 ☎②0360 |
| 4月 | 11~20日 | 赤松設備工業(株) | 夜 ☎②4121 |
| | | | 昼 ☎②4121 |

編集後記

今月の特集は「自殺」に関する記事を取り上げてみました。とても重く、目を背けてしまいそうになる内容ですが、身の周りだけでなく自分自身にも起こり得る、身近な「命」の問題です。もしかしたら、今、悩んでいる方もおられるかもしれません。周りの人や自分自身のところに目を向けてみてください。大切な「命」を守るために。

キッチンスタジオ・ハリマ

- ・お菓子料理教室・和洋食料理教室
 - ・親子料理教室・男の料理教室
 - ・キャラ弁教室・旬の素材料理教室
- など、楽しくにぎやかに開催予定です。
イベントなどの会場レンタルも可能です。
相生市陸本町 15-29



リフォームもおまかせ下さい

キッチン・バスはもちろん、トイレの入換えや手すりの取り付けにいたるまで、あらゆるご要望にお応えします。

LPガスは必要な量を必要なときすぐにつくれるエネルギーです。

- ・安全SIセンサーコンロ
- ・ムダなくお湯をつくるエコジョーズ
- ・ガスで電気もつくるエネファーム
- ・最強発電コンビ 太陽光+エネファーム・エコウィル



相生市那波大浜町4-20 0791-22-2806
ハリマホームガス株式会社

住宅用火災警報器

現在火災警報器の設置は、全ての住宅に義務付けられています。怖い住宅火災も火災警報器があれば安心です。



広告

納期のお知らせ

問徴収対策室 ☎7152

| 種 別 | 納 期 |
|-----------------|----------|
| 後期高齢者医療保険料 (9期) | 3月31日(月) |

☆市税などの納付は便利な口座振替で！
手続きは各金融機関または徴収対策室へ
☆口座振替の方は、**残高確認**を！
※国民健康保険税を口座振替で納付されていた人で、新たに後期高齢者医療保険の対象（75歳になられた人）となった人については、再度、申込み手続きをしていただく必要がありますので、ご注意ください。

姫路年金事務所からのお知らせ

問姫路年金事務所 ☎079-224-6385

年金相談窓口の延長及び休日開設

| | |
|------------|-------------------------------------|
| 年金相談窓口延長時間 | 3月17日(月)、24日(月)、31日(月)、4月7日(月)19時まで |
| 休日開設 | 4月12日(土)9時30分～16時 |
| 持参物 | 年金手帳、印鑑 |
| 場所 | 姫路市北条1丁目250 |

おくやみ

ご冥福をお祈りします

| 死亡日 | 氏名 (※敬称略) | 年齢 | 住 所 |
|-------|-----------|-----|--------|
| 12/28 | 山田 ハギノ | 97 | 若狭野町福井 |
| 1/17 | 阿部 忍 | 91 | 赤坂2丁目 |
| 1/21 | 松浦 静馬 | 64 | 那波本町 |
| 1/21 | 巖 博之 | 81 | 双葉1丁目 |
| 1/23 | 黒河 艶子 | 65 | 旭6丁目 |
| 1/27 | 大崎 洋二 | 69 | 緑ヶ丘2丁目 |
| 1/29 | 中川 綾女 | 102 | 那波大浜町 |
| 1/30 | 大鍋 隆 | 87 | 旭3丁目 |
| 2/3 | 酒井 恒雄 | 60 | 川原町 |
| 2/7 | 川崎 晃 | 85 | 千尋町 |
| 2/8 | 大前 澄子 | 78 | 矢野町上 |
| 2/13 | 森本 千代子 | 90 | 佐方3丁目 |
| 2/15 | 山口 重乃 | 73 | 相生2丁目 |
| 2/17 | 谷 千栄子 | 95 | 千尋町 |

消費生活情報

問まちづくり推進室 ☎7130

子どもによるオンラインゲームのトラブルが急増中!! ~クレジットカード管理の徹底を~

■どのようなトラブル？

「クレジットカード会社から身に覚えのない請求が届いたので確認すると、子どもが黙ってクレジットカードでオンラインゲームの通貨などを購入していた」というクレジットカード決済を利用した相談が増加しています。

■どのような問題点があるの？

- ・クレジットカードの仕組みを理解していても、子どもは決済の手続きを容易に行うことができる。
- ・大人もオンラインゲーム決済の仕組みを十分に理解していない。
- ・スマートフォンやタブレット端末のIDに、クレジットカード情報を登録したまま、機器を子どもに使わせている。

■トラブルにならないために

- ①子どもにオンラインゲームを利用させる場合には、ゲームの内容・課金の仕組み・利用する機器の機能を十分に確認し、利用方法などを子どもと十分に話し合う。
- ②クレジットカードやその情報を登録しているサイトIDなどの管理には細心の注意を払い、利用明細を毎月確認する。
- ③大人が使用している携帯電話やスマートフォン、大人が会員登録したIDを未成年者には利用させない。
- ④トラブルにあった場合は、消費生活センターに相談してください。



— 相生市消費生活センターへ、早めの相談を —

お詫びと訂正

「広報あいおい」2月10日号の折込みちらし「水道料金・下水道使用料改定のお知らせ」に次のとおり誤りがありましたので、お詫びして訂正いたします。

「新・旧料金表（1か月）」の下水道使用料の表中
一般汚水および浴場汚水の使用水量区分

【誤】 5～10 【正】 6～10

問建設管理課下水道管理係 ☎7138

広告

第31回 いいざか祭

「ひとつの出会い、広がる世界」

- 日時 4月20日(日) 11時～15時
- 場所 上郡町山野里 愛心園グラウンド (雨天決行)
※当日、上郡駅から送迎バス運行
※駐車場あります
- 主催 社会福祉法人 愛心福祉会 愛心園、愛心園保護者会、愛心高齢者センター ☎0791-52-3959

「いいざか祭」は当法人の開設記念行事として、地域の皆様へ日頃のご支援のお礼の意を込めて、また、地域の方々との交流を深めて頂く場として開催しています。皆様のご来園を心よりお待ちしております。

- 模擬店 焼そば、焼き鳥、うどん、草もち、フランクフルト、喫茶、赤飯、甘酒、椎茸のホダ木、保護者バザー、福引き、ゲーム(あてもの、金魚すくいなど)、他施設バザー
- 催し物 かみごおり円心太鼓、笹百合の会、フラサークル「ティアレ」、子育て学習センターおながくグループ、夢いっぱいコーラス、ZOOZOOバンド

ぼくの夢・わたしの夢

「ゲームクリエイター」
 これが私の夢です。なぜ、ゲームクリエイターになりたいかというと、私は1日中やりたいぐらいゲームが大好きで、自分がやりたいゲームを自分で作ってみたいと思ったからです。

お正月とかに私たちがゲームをして楽しんでいると、おばあちゃんがつまらなそうにしていました。わけを聞いてみると、

「そのゲーム難しくて分からないからね。」
 と言っていました。だから、ゲームクリエイターになったら、子どもだけじゃなく、おばあちゃん・おじいちゃん世代でもできるゲームを作って自分もみんなも笑顔にしたいです。それから、もしできたらマンガ家とコラボをして、今はないようなゲームを作りたいです。

夢を叶えるために、難しい事もたくさん覚えて学校でもしっかり勉強します。大きな夢だから途中でくじけそうになるかもしれないけれど、自分をはげましながらあきらめずにがんばります。

夢はゲームクリエイター



Riona Maeda

若狭野小学校 6年

まえだ りおな
前田 莉央捺 さん

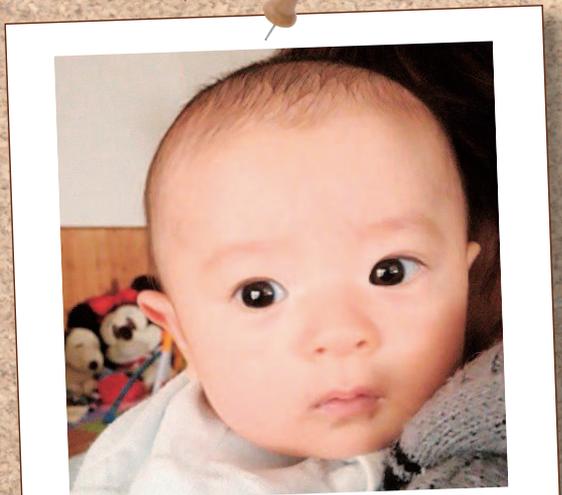
あいおいえんじゅるず

募集

応募要領

企画広報課秘書広報係

概ね3歳までの子どもの写真（データ可）
 氏名、生年月日、性別、住所、保護者氏名、電話番号、一言を記入の上、郵送・メール・持参のいずれか。（掲載月指定不可）



ゆいとくん (H25.9.22生)
 福田さん (那波本町)
 生まれてきてくれてありがとう！
 素直で正義感の強い優しい男の子になってね♡
 Love&Peace ☆



ひろきくん (H22.11.25生)
 栗山さん (佐方1丁目)
 我が家のダブルごんた〜☆これからも仲良くね♪

携帯電話用
 ホームページ
 QRコード



●広報あいおいは再生紙を使用しています。

市の人口・世帯数 (平成26年1月末現在)

() は先月比

- 世帯数 13,294世帯 (13)
 - 人口 30,914人 (-14) / 男14,865人 (-12) 女16,049人 (-2)
- 【出生 19人 死亡 40人 転入 66人 転出 59人】

発行 / 相生市企画広報課秘書広報係
 〒678-8585
 兵庫県相生市旭一丁目1番3号

☎0791②7123 FAX0791②7161
 Eメール: koho@city.aioi.hyogo.jp
 HPアドレス: http://www.city.aioi.lg.jp/