

広報

あいあい

9

～いのち輝き 絆でつなく あいのまち～

September 2014
No. 1040



主な
内容

- P2-7 防災は自助共助から
- P12-13 まちのできごと
- P14-15 健康だより
- P24 あいあいえんじえるず

最高の思い出
げんキッズイングリッシュキャンプ



平成24年7月 野瀬地区

防災は自助共助から

東日本大震災では、地震・津波により自治体の行政機能が麻痺したため、家族など自らの備えによる自助、地域における共助が避難所運営などにおいて重要な役割を果たしました。今後、発生が懸念される南海トラフ巨大地震などの大規模災害に備え、自助・共助の役割の重要性が高まってきています。

自分の地域を知ることが重要

「災害に強いまちづくり」を構築するためには、地域住民が災害時に危険と思われる箇所を理解し、いざ災害が発生した時には協力して助け合うことが大切であることは言うまでもありません。

みなさんは、どのくらい地域のことをご存知でしょうか。近くに1人で逃げられない人や体の不自由な人が住んでいる場合、誰が連れて行くのか、一番安全な避難経路を知っているか。こういったことは災害が起きる前に確認できることであり、災害の初動に対する知識として欠かすことはできません。少なくとも災害直後から公

助が整うまでの間は、そういった自助と共助が重要になります。

復旧・復興を考えても、地域の認識・地域のつながりが最も重要な要素であり、私たちの地域が災害に強いまちなのか、災害に立ち向かえるつながりと準備があるのか、災害が起こる前に地域で点検してみることも必要です。



相生市の地域防災計画

地域防災計画とは、災害対策基本法に基づき、各自治体の災害時の業務を定めた計画です。市では、平成24年に地域防災計画を改訂し、早急に対応すべき防災体制に関する事項、避難勧告基準の見直しなどを行いました。

また、「住民との協働による防災力の向上」に係る部分についても、「自助」「共助」に関する取り組みを記載しました。

災害対策を推進していくためには、まず住民が自主防災の自覚を持ち、平常時より災害に対する備えを心がけ、災害時においては自主的な防災活動を行うことが重要です。



自主防災組織の結成

阪神・淡路大震災では、救出された人たちの6割が、近所の方々により救出されたという報告があり、自主的な住民組織の有効性が改めて認識されています。

その中で、自主防災組織が各地域で結成され、住民が「自分たちの地域は自分たちで守る！」という意識のもと、自発的な防災活動を行っています。災害時には、初期消火や救出救護、集団避難の誘導、給食・給水などを行います。

本市においては、自治会を中心に自主防災組織が結成され、組織率は98.8%となっています。自助・共助の意識は高まりつつあるのですが、住んでいる地域の自主防



市の出前講座「市の防災・住民の防災」旭連合自治会の皆さんによる担架作り

災組織の活動を知らない人もいます。防災訓練などの活動に積極的に参加していきましよう。

また、今年度は、那波中学校区の3小学校（相生小学校・那波小学校・青葉台小学校）で防災訓練を行います。貴重な機会となりますので、ぜひご参加ください。

各学校での取り組み

地域住民で結成する自主防災組織に加えて、各学校では、さまざまな取り組みを行っています。幼稚園・小学校では1学期に1回程度、地震や火災訓練、引き渡し訓練を実施し、平成25年には、矢野小学校で地域住民と一緒に避難勧告などを想定した防災



児童が実際にリヤカーを引いて避難訓練

訓練を行いました。

中学校では総合的な学習の時間に防災学習を充てたり、阪神・淡路大震災の講演会を開くなどの取り組みを行っています。

その中で、去る7月、相生小学校の5年生の児童7人が、『防災まちあるき』を行いました。

今回は、認証防災士の竹平さんに同行していただき、安全マップ作成のため、鯛浜や野瀬、相生地区のまちを歩き、避難場所や危険箇所などを確認し、災害の恐れのある地点を記録しました。（5、6ページにマップ掲載）

防災士とは

社会の様々な場で減災と防災力向上のための活動が期待され、そのために十分な意識・知識・技能を有する者として、NPO法人日本防災士機構が認定した人々です。相生市では、9人の防災士が市内をはじめ近隣で活躍されています。（4ページに竹平さんのインタビュー掲載）



NPO法人日本防災士会認定防災士
竹平 元則さん

防災士になったきっかけは？

「阪神淡路大震災の時、被災者の方に何もできなかったことをずっと悔んできました。

平成15年に防災士の試験が始まり、平成18年に兵庫防災リーダー講座を受講し、同4月に防災士の資格を取りました。」

防災士として年間どのくらいの活動されていますか？

「姫路や神戸での活動を含めて年間約30件活動しています。今年、県から受託されて地域の防災訓練や講座などに派遣されています。また、神戸マラソンなどのイベントの救護も行っています。」

普段備えておくべきことはありますか？

「まず、家具の固定。震災時

の揺れにより、タンスの転倒などで負傷することが多いからです。次に食糧の備蓄。津波が来た地域や大きく報道されている地域は自衛隊などが物資を運んでくれますが、それ以外は確実に食糧が不足します。普段から非常食を少しづつ買い足しておくことが大切。また、ガソリンを備蓄するべく、車のガソリンが半分になったら満タンにするなどの意識を持つべきです。」

実際地震などの災害が起きた時のポイントはありますか？

「とにかく、情報収集をし、自己判断するということに尽きます。正常化の偏見は「自分は大丈夫である」という思い込みから生じます。危険を感じたら、近くの避難所へ行くなど、自分の命は自分で守るという強い気持ちが大切です。もしものための対策を怠らないことですね。」

最後に市民の皆さんにメッセージを

「死んだらあかん！これに尽きます。絶対に自分を守る、みんなを守る。自助・共助ですね。」

自主防災組織の活動支援

自主防災組織などが実施するワークショップや防災訓練などを支援するため、兵庫県防災士会から防災士などを派遣していますので、ご活用ください。詳しくは、「ひょうご安全の日」公式サイト (<http://www.1950117hyogo.jp/>) をご覧ください。

**平成26年度
ひょうご防災リーダー講座**

兵庫県広域防災センター ☎0794-87-2920

今年度は阪神・淡路大震災から20年目を迎える節目の年です。

- 開催日 9月27日(土)から約半年間に渡り、12日間開講
- 申込 郵送で9月19日(金)までに必着。インターネット (<http://www.fire-ac-hyogo.jp/bosaileader.html>) からでも可。

防災士竹平さん 福社会館での講義風景



ダンボールで作ったベッドにみんなに乗っても大丈夫！頑丈！



この小さなダンボールを積んでいるだけです



地震後は食器やガラスが散乱します。新聞でスリッパを作ってみましょう。



ツナ缶でランプが作れます。火が消えた後、ツナを食べました。



鯛浜荒神社（一時退避所）



ちょっと狭いですが、境内の中まで入ればひと安心です。



鯛浜海岸の防潮門扉

津波が来た場合は、この防潮門扉を閉めることで津波をかなり防ぐことができるそうです。鯛浜は水位が低いのでこの門扉が重要になります。



鯛浜港で水位確認



海拔が1.7mと低く、高潮や浸水の恐れがある区域。鯛浜荒神社までの最短経路を確認しましょう。

相生小学校5年生作成 野瀬鯛浜の手作り防災マップ



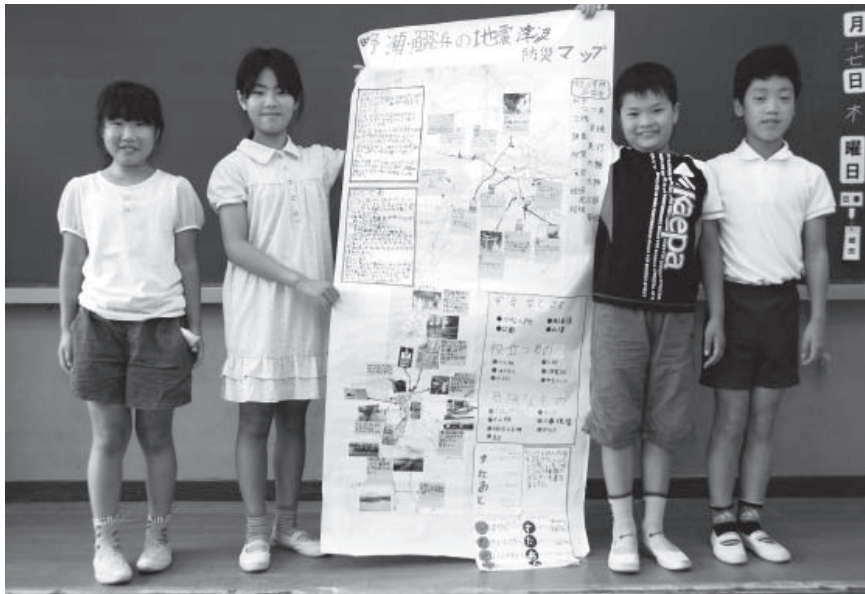
鯛浜海岸から撮影

避難所が野瀬に1カ所と一時避難所が鯛浜と野瀬に1カ所ずつありました。海岸には防波堤がありますが、この地域はほぼ全てが南海トラフの津波予想2.8mより低い位置にあることを確認。港には漁の道具があり、流れてくると大変危険です。



鯛浜荒神社からの階段

神社に行き来するときの階段が急です。雨が降ると滑るのでさらに危険です。車いすの人がいたら、車いすは私たちで持ち、人は大人に任せたいほうがいいと思いました。



野瀬で災害危険区域の確認



土砂崩れが発生しやすい区域もあり、気をつけなければいけないなと思いました。



野瀬コミュニティーセンター（一時退避所）



防災用のリヤカーが常備されています。体の不自由な人に配慮していると思いました。



雨の中退避所へ

今日は、強い雨が降っていました。災害に天候は関係ありません。いつ何時やってくるかわからない災害のために備えておきたいと思いました。



相生学院高等学校（避難所）



野瀬地区の避難所です。190人収容できると聞き、安心しました。



相生保育所 (避難所)



収容人数は30人です。近くには、災害危険区域の看板が立っていました。



相生公民館 (避難所)



収容人数は50人です。北側には天満宮の境内と公園もあります。



相生小学校・幼稚園 (避難所)



収容人数は相生小学校190人、相生幼稚園50人です。荒神社にも避難できそうです。



天満宮境内 (一時退避所)



天満宮境内のほか、天神山公園も高い場所にあり、安全です。

相生小学校5年生作成 相生地区の手作り防災マップ



天神山公園から撮影 (相生地区一望)

避難所、一時退避所ともに計4カ所。小学校・幼稚園だけでなく、天神山公園なども高い位置にあるので、その場所に行ければ安心です。ただ、地震で避難経路の途中で家が倒れていたり、壁が崩れていたりしたら危ないので、気をつけて避難したいと思いました。



上町公民館 (一時退避所)



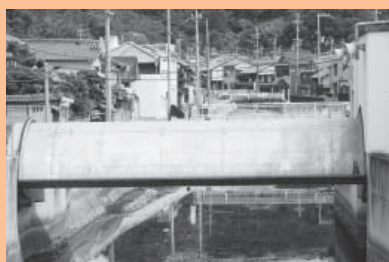
近くに大谷川が流れています。雨が降った時は水位に気をつけましょう。



南町荒神社 (一時退避所)



海の近くにはありませんが、海拔24mと高い位置にあり、安全です。



水門の設置

川の水がいっぱいになった時に海へ流すために水門が8年前に作られました。10年前に大谷川が氾濫したことがきっかけだったようです。私たち5年生が産まれてすぐの時です。



龍山公園 (一時退避所)



海拔は58mと高いのですが、公園に上がるまでの坂が急で10分ほどかかります。

「自助・共助」のために重要なこと
それは、普段の準備であり、意識です。



鰯浜地区津波訓練
住民が一斉に一時退避所の鰯浜荒神社へ



山手幼稚園
手作りの防災頭巾を被って避難訓練



相生小学校区
要援護者を想定し、リヤカーを使った
避難訓練



あおば幼稚園 火災避難訓練



中央小学校 災害図上訓練 (DIG)
地図上に危険地帯を書き込み、その後発表

8月9日から10日にかけて相生市にも台風11号が襲来しました。幸い大きな被害はありませんでしたが、みなさんはいざという時の備えは十分だったでしょうか。台風に限らず、大災害が発生したとき、消防や警察、市職員がすぐに駆けつけられるとは限りません。最初に災害に立ち向かうのは、わたしたち自身であり、住んでいる地域のコミュニティです。自分の命や財産は自分で守る「自助」の意識、近隣の人々が助け合う「共助」の精神を一人ひとりが持ち、災害に対する正しい知識を身に付け、災害に備えておくことが大切です。

災害の直後は防災意識も高まりますが、時間とともに薄れていく傾向が見られます。自分のために、そして大切な家族や地域のために、みなさんにできることから実践していきましょう。

平成26年度相生ペーロン祭写真コンテストの 結果をお知らせします

問地域振興課商工観光係 ☎7133

平成26年度相生ペーロン祭写真コンテストに応募のあった184人485作品の中から、部門ごとに優秀作品が選出されました。

各部門の受賞作品は次のとおりです。

※受賞作品はホームページをご覧ください。

(<http://www.city.aioi.lg.jp/soshiki/chiikishinko/2014peronphotoconsakuhin.html>)

●第1部 ペーロン競漕（敬称略）

	題名	氏名
推薦	矢の如く漕げ	高取宏樹
特選	接戦	北川育男
準特選	指揮官	赤松博文
〃	決勝の気合い入れ	山口康弘
入選	勝利に向かって	荒瀬浩明
〃	全力疾漕	山田朋子
〃	勇壮に走る	田中宏
〃	力漕	佐々木忠一
〃	熱戦	馬場琢



第1部ペーロン競漕 推薦

●第2部 前夜祭海上花火大会（敬称略）

	題名	氏名
推薦	播州路の初夏	堀内勇
特選	大歓声	三木博樹
準特選	「煌く街」の華飾り	荒木貴啓
〃	天空の花火	木原聡
入選	明日の主演と花火	杉原忠之
〃	造船の街	粟井義信
〃	幻想	今川楨子
〃	紅に染まる	椿原裕一
〃	相生湾に咲くヒマワリ	都倉重忠



第2部前夜祭海上花火大会 推薦

●第3部 陸上パレード（敬称略）

	題名	氏名
推薦	あでやかな舞	松崎純治
特選	可愛い踊り子	寺坂好司
準特選	開演ペーロンパレード	山口康博
〃	武者が行く	木原聡
入選	爽やかバンド	木原聡
〃	踊るエイサー	田中宏
〃	楽しく踊ろう	荒木貞男
〃	華麗なバトン	松崎純治
〃	Smileの女王	四辻博康



第3部陸上パレード 推薦

県民まちなみ緑化事業について

問 都市整備課都市計画係 ☎ 7135

公園・公民館・マンション等での植樹、校園庭・駐車場等の芝生化など
緑化資材費や施工費を補助します。

■ 募集申請 12月1日(月)まで

■ 問い合わせ先

① 一般緑化、校園庭・広場の芝生化は


中播磨県民センター姫路土木事務所まちづくり
建築第1課

☎ 079-281-9313 FAX 079-281-9910

② 駐車場の芝生化、建築物の屋上緑化・壁面緑化は

兵庫県都市政策課緑化政策班

☎ 078-362-3563 FAX 078-362-9487

平成26年度 県民まちなみ緑化事業 **検索** 

http://web.pref.hyogo.lg.jp/wd20/wd20_000000005.html



家畜の飼養状況の報告について

問 姫路家畜保健衛生所 ☎ 079-240-7085
FAX 079-232-2685

家畜伝染病予防法により、家畜の飼養者は、毎年、飼養している家畜の飼養状況を兵庫県知事(管轄の家畜保健衛生所)へ報告する必要があります。
まだ提出されていない人は、以下のとおり報告してください。

■ 報告対象者 以下の家畜を一頭(羽)以上飼養している人

牛、水牛、鹿、めん羊、山羊、豚、いのしし、
鶏、うずら、あひる(アイガモを含む)、きじ、
だちょう、ほろほろ鳥、七面鳥

■ 報告様式 <http://www31.ocn.ne.jp/~himejikaho/>
(姫路家畜保健衛生所で検索)

■ 提出、問い合わせ先 姫路家畜保健衛生所
(姫路市香寺町中村595の15)

敬老祝金(人生これから手当)を贈呈します

問 健康介護課長寿介護係 ☎ 7124

9月15日現在で喜寿(77歳)を迎えられた人(昭和11年9月17日から昭和12年9月16日まで
に生まれた人)に、敬老祝金1万円を9月17日(水)に贈呈します。

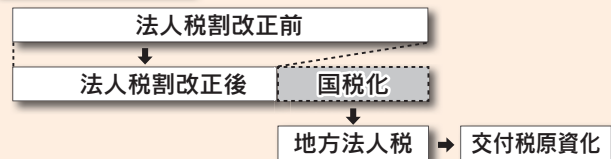
対象者には、贈呈場所、時間などを記載したハガキを9月上旬に郵送します。

法人住民税法人税割額の税率の引き下げについて

問 税務課市民税係 ☎ 7128

平成26年度税制改正により、法人住民税法人税割の税率が引き下げられるとともに、引下げ分に相当する地方法人税(国税)が創設され、その税込額が地方交付税原資とされることとなりました。

改正のイメージ



■ 相生市の法人税割額の税率

法人税割額の税率については、市税条例を改正し、10月1日以後に開始する事業年度から下表のとおり引き下げることとなりました。

適用区分	事業年度	9月30日以前開始分	10月1日以降開始分
法人税割の課税標準となる法人税額(分割前の法人税額)が年600万円以下で、次の①~③に該当する法人		12.3%	9.7%
①資本等の金額が1億円以下の法人			
②資本もしくは出資を有しない法人(保険業法に規定する相互会社を除く)			
③法人でない社団もしくは財団で代表者または管理人の定めがあるもの			
上記以外の法人など		14.7%	12.1%

■ 予定申告における経過措置

法人税割の税率の改正に伴い、10月1日以後に開始する**最初の事業年度または連結事業年度の予定申告**に係る法人税割額については、予定申告税額を求める算式の「6を乗じる」部分が次の値となります。

$$\text{予定申告税額} = \text{前事業年度分の法人税割額} \times 4.7 \div \text{前事業年度の月数}$$

■ 地方法人税(国税)の創設

法人税を納める義務がある法人は、基準法人税に4.4%の税率を乗じて計算した地方法人税を、法人税と同じ時期に申告・納付することとされました。
※詳細については、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)をご覧ください。相生税務署(☎23-0231)へお問い合わせください。

9月10日から9月16日は自殺予防週間です

☎社会福祉課障害福祉係 ☎②7167

自殺を考えている人の多くは自殺する前に何らかのサインを出しています。「死んでしまいたい」と深く悩んでいると同時に「助けてほしい」と周囲に訴えています。身近な人がサインに気付くことが自殺防止の第一歩です。気づき、支えあうことで、大切ないのちを守りましょう。

とくに注意すべき10箇条

- 1 うつ病の症状（気分が沈む、自分を責める、仕事の能率が落ちる、決断できない、不眠が続く）がある。
- 2 原因不明の身体の不調が長引く。
- 3 酒量が増す。
- 4 安全や健康が保てない。
- 5 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う。
- 6 職場や家庭でサポートが得られない。
- 7 本人にとって価値あるもの（職、地位、家族、財産）を失う。
- 8 重症の身体の病気にかかる。
- 9 自殺を口にする。
- 10 自殺未遂に及ぶ。



「かがしコンテスト」出品者大募集！

☎相生市観光協会 ☎②7177

11月8日(土)～16日(日)に開催の「もみじまつり かがしコンテスト」で展示する手作りかがしを募集します。

■締切 10月20日(月)17時まで

※申込書の内容をもとに、設置場所の区割りをします。

■搬入・搬出 11月1日(土)～6日(木)までに現地へ搬入し、11月17日(月)以降に撤去・回収してください。（※出品者各自でお願いします。）

なお、12月末まで市内公共施設などに引き続き展示をお願いする場合がありますので、ご協力ください。

■審査 11月7日(金)

■表彰 11月9日(日)

※賞状および賞品は、もみじまつりメイン会場ステージでお渡しします。

■各賞 個人の部、団体の部（保育所・幼稚園、事業所、小学校・中学校、PTA、グループ、ファミリーなど）に分け、次の賞を表彰します。

▶かがし大賞（個人・団体各1）▶市長賞・観光協会長賞（各2）▶議長賞（各3）▶その他各特別賞など

市立図書館 一部業務委託事業者募集

☎図書館 ☎③5151

次の施設について、委託事業者を募集します。

■募集施設

市立図書館

■委託期間

平成27年4月1日～平成32年3月31日（5年間）

■応募方法

申請書および添付書類を持参

■応募資格その他業務など 詳しくは、募集要項、相生市立図書館一部業務委託仕様書を参照ください。募集要項などは担当課で配布または市ホームページにも掲載します。

■ホームページアドレス

<http://www.city.aioi.lg.jp/soshiki/shogaigakushu/tosyokanbosyuu.html>

水産物市場 指定管理者募集

☎農林水産課 ☎③7156

次の施設について、指定管理者を募集します。

■募集施設

水産物市場

■指定期間

平成27年4月1日～平成32年3月31日（5年間）

■募集スケジュール

公募説明会 9月24日(水)

募集要項の配布 9月12日(金)～9月18日(木)

■申請書受付期間

10月3日(金)～10月10日(金)

（土・日曜日を除く9時から17時まで）

■応募方法

申請書および添付書類を持参または郵送（受付期間内必着）

■応募資格その他業務など 詳しくは、募集要項、指定管理業務に関する仕様書を参照ください。募集要項などは担当課で配布または市ホームページにも掲載します。

■ホームページアドレス

<http://www.city.aioi.lg.jp/soshiki/norinsuisan/suisanbutuitiba.html>

市立温水プールなど 指定管理者募集

☎体育振興課 ☎③7170

市立温水プールなどの指定管理者を募集します。

募集要項などは近日中に公表予定ですので、市ホームページをご確認ください。

■募集期間

平成27年4月1日～平成32年3月31日（5年間）

市有地を売却します

問 財政課管財係 ☎ 7116

市が所有している土地を入札により売却します。入札の申込要領は、財政課管財係でお受け取りください。詳細は、お問い合わせください。

■ **申込期間** 9月10日(水)～10月14日(火) 8時30分～17時15分 ※土・日、祝日を除く。

■ **申込方法** 入札参加申込書など（市の様式による）

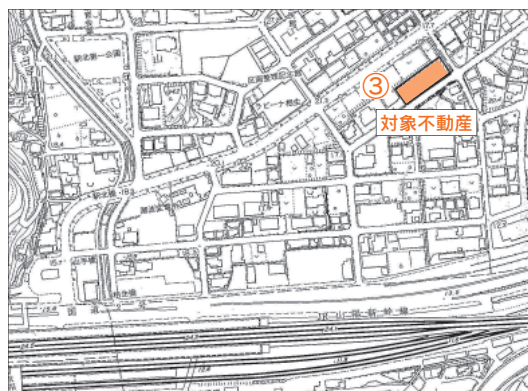
■ **開札日時** 10月17日(金) 13時30分～ ※最高価格で入札された人を落札者とします。

■ **参 考** 市ホームページに、売却物件の現況写真などを掲載

<http://www.city.aioi.lg.jp/soshiki/zaisei/baikyaku.html>

■入札対象物件

番号	所在地	面積 (㎡)	最低売却価格(円)	備考
①	佐方2丁目620番6外1筆	149.67	4,235,661	西相生駅まで徒歩約7分 建ぺい率60%、容積率200% 第1種中高層住居専用地域 市立幼稚園・斎場跡地
②	佐方2丁目620番7	163.67	5,384,743	
③	山手1丁目190番	1,013.01	46,699,761	相生駅まで徒歩約7分 建ぺい率60%、容積率200% 第1種住居地域 池沼跡地
④	ひかりが丘19番1	1,280.16	57,863,232	相生駅まで徒歩約8分 建ぺい率60%、容積率150% 第1種住居地域 地区計画による規制あり 池沼跡地
⑤	那波南本町1579番9 (仮換地番号：那波丘の台 16街区1)	1,237.35	25,365,675	相生駅まで徒歩約20分 建ぺい率60%、容積率200% 第1種住居地域 登記地目は学校用地ですが、宅地転用は可能です。なお、換地処分時(平成27年度末の予定)に宅地に地目変更します。換地処分が終わるまで、分筆はできません。





谷口市長と扶桑電通株式会社山田姫路営業所長



谷口市長と「なぎさホール」を考案した4人の方々

8/18 仮称・相生市
文化会館の愛称決定！

241件の応募の中から、選考委員会での公正な審議により4人から応募のあった「なぎさホール」を愛称に決定しました。最終選考に残った4作品（5名）にも優秀賞が贈られました。なお、命名権の付与については、扶桑電通株式会社に決定し、開館後3年間通称が「扶桑電通 なぎさホール」となります。鉄筋コンクリートの3階建てで平成28年4月のオープンを予定しています。また、愛称決定式典に先立ち、施工業者が建設予定地で地元住民ら約50人を招待し安全祈願祭が行われ、工事中の安全を祈念しました。



8/4, 5, 6 「英語での夏休み」 貴重な思い出

今年で7年目となる「げんキッズイングリッシュキャンプ」が羅漢の里でありました。48名の市内小学4年生から6年生までの児童が参加。カナダやイタリアなど5カ国5人の外国人指導者と英語でコミュニケーションを図りながら石焼き窯体験やカレー作り、ミニ運動会、英語の歌とゲームなどを楽しみました。2回目の参加という那波小学校5年生の地浦花菜海さんは、「焼きたてのパンやカレーがとても美味しく楽しいキャンプでした」と満足そうでした。



8/6, 15 平和を願う気持ちを込めて

8月6日、15日に平和祈念式典を開催し、ペーロン競漕を通じた友好都市である長崎市から贈られた「長崎の鐘」を鳴らし、平和を祈念しました。



7/30, 31 テーマは「子どもを食で育む」

食育フェスティバルが市民会館中ホールで開催されました。食育に関するクイズラリーや学校給食に関する展示コーナーが設けられ、お昼にはわかめごはんや豚肉のゆず味噌揚げなどの試食も実施。2日間で約400人の参加がありました。参加した双葉小学校1年生の佐原小麦ちゃん（さばらこむぎちゃん）は、「クイズは難しかったけど楽しかった」と楽しそうに話してくれました。



7/18 長寿社会フェスティバル
世代交流福祉大会

世代交流福祉大会が市民会館中ホールで行われました。約4時間に渡り、延べ約100人が舞台上でカラオケや舞踊、民謡、コーラスなど50種目を披露。最後には、八幡保育所の園児11名が和太鼓を演奏し、会場は大盛り上がり。市高齢クラブ連合会の下房正英会長（しもむらまさひで）は、「高齢者の唯一の発表会なのでこれからも続けていきたい。伝統芸能が少ないのでもっと増えてほしい。」と話されました。

7/20 子どもも大人も泥まみれ

若狭町野々で第11回どろんこフェスティバルが開催されました。どろんこフラッグス、泥そりレースなど6種目が実施されました。





定期予防接種について

保健センター ☎②7168

10月1日より、下記のワクチンが定期予防接種に加わります。対象者へは、郵便にて案内します。

実施医療機関については、いずれも市民カレンダー28ページ、もしくはホームページをご覧ください。

水痘

■対象者 1歳から3歳に至るまでの間にある者

■接種期間 10月より通年実施

■接種間隔、回数 下表の通り

	標準的な接種間隔
1回目	1歳から1歳3か月に達するまで
2回目	1回目接種終了後6か月から12か月の間隔をあける（3か月以上の間隔をあければ接種可能）

平成27年3月31日までは、3歳から5歳に至るまでの間にある者についても、定期予防接種として1回接種ができます。

※既に水痘に罹ったことがある者は接種対象外となります。

※任意予防接種として水痘ワクチンを接種したことがある者は、既に接種した回数分の接種を受けたものとみなします。

高齢者の肺炎球菌

■対象者 ①65歳の者

②60歳以上65歳未満の者であつて、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する者

平成26年度から30年度までの間は、当該年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる者および②の者が対象となります。

■平成26年度対象者

65歳	昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生
70歳	昭和19年4月2日生～昭和20年4月1日生
75歳	昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生
80歳	昭和9年4月2日生～昭和10年4月1日生
85歳	昭和4年4月2日生～昭和5年4月1日生
90歳	大正13年4月2日生～大正14年4月1日生
95歳	大正8年4月2日生～大正9年4月1日生
100歳	大正3年4月2日生～大正4年4月1日生
101歳以上	大正3年4月1日以前生

■接種期間 10月1日～平成27年3月31日まで

■接種回数 1回（任意予防接種として接種したことがある者は、対象外となります）

※平成27年度以降の対象者は、随時年度当初に個別通知をします。

※実施医療機関以外での接種を希望される人は保健センターへ必ずご連絡をください。

健康あいおい21 Vol.4

喫煙と病気の関係

保健センター ☎②7168

たばこの害と聞くと「肺がん」を連想する人も多いと思いますが、喫煙は様々ながんのリスクを高める上、動脈硬化もすすめ、心疾患などのリスクも高めます。また、喫煙はメタボリックシンドロームのリスクを高め、喫煙とメタボリックシンドロームが重なると、動脈硬化はさらにすすみます。

■COPD（慢性閉塞性肺疾患）を知ってますか？

COPDとは、空気の通り道である気管支が慢性的に細くなったり、肺胞（酸素を体内に取り込む部位）が壊れたりすることで酸素がうまく取り込めなくなる病気です。長期間にわたる喫煙が主な原因です。

進行すると、平地を歩くだけで息切れし、つらい咳が慢性化します。また、24時間酸素吸入が必要になります。

COPDは、治療で進行を遅らせることはできても、壊れた肺胞を元に戻すことはできません。禁煙が進行を止める最も効果的な方法です。計画策定時に行ったアンケートでは、6割の方が『COPDを知らない』と答えています。COPDについて正しく知り、COPDを防ぎましょう。

■たばこがもたらすそのほかの悪影響

歯や口への悪影響

- ・歯周病にかかりやすくなり（吸わない人の3～4倍）、歯を失う可能性が高まる。
- ・口臭が強くなる。
- ・口腔がんになる確率が高くなる。
- ・味覚が損なわれ、食べる楽しみが半減する。

見た目の老化

- ・皮膚のハリがなくなり、シミ、しわが増えやすくなる。
- ・血行が悪くなるため、栄養が不足し、肌の老化や薄毛が目立つようになる。

■禁煙するとこんなにいいことがある!!

健康面 病気のリスクが減る。疲れにくくなり活動的になって、見た目も若々しくなる。

経済面 お金が貯まる。1日1箱を吸ったつもりで貯金すると、1年間で15万円、40年間では、なんと600万円も貯まる。

その他 喫煙場所を探す必要がなくなる。衣服や車、部屋の臭いがなくなる。火事をおこすなどの心配がなくなる。周囲の人が喜ぶ。喫煙者のあなた。今こそ、禁煙にトライしませんか。

介護マークをご存じですか？



問健康介護課長寿介護係 ☎②7124

認知症の人などの介護は、他の人から見ると介護をしていることが分かりにくいいため、誤解や偏見を持たれて困ることがあります。こうしたことから、市では、介護する人が、介護中であることを周囲に理解していただくため、「介護マーク」の配布・普及を進めています。

■配布物 名札フォルダーに介護マークを入れたもの

■配布対象者 希望する介護者

■配布窓口 健康介護課・社会福祉課・市内居宅介護支援事業所

■配布方法 介護対象者と介護者の氏名などを聞き取りし、必要数を配布します。また、相生市ホームページ (<http://www.city.aioi.lg.jp/soshiki/kenkokaigo/kaigomark.html>) よりデータをダウンロードして使用することもできます。

■こんなときにお使いください

- ・介護していることを、周囲にさりげなく知ってもらいたいとき
- ・駅やサービスエリアなどのトイレで付き添うとき
- ・男性介護者が女性用の下着を購入するとき

徘徊高齢者等家族支援サービスのご案内

問健康介護課長寿介護係 ☎②7124

認知症などで徘徊行動が認められる認知症等高齢者を介護されている家族に、早期発見のための位置検索システム専用端末機を貸与しています。

■対象者 65歳以上の在宅の徘徊高齢者などを介護している家族

■申請方法 健康介護課に申請書（印鑑必要）を提出してください。

■費用 初期費用（加入料金および付属品代金）は市が負担します。貸与後に発生する主な費用は、下表のとおりです。

・端末機貸与後に発生する事業者への利用者負担額

項目	金額(税込)	備考
基本料金(月額)	540円	6か月ごとに前納(途中で取消しになった場合の返金はありません)
交換用バッテリー	2,268円	1年半ごとに交換の必要があります。

訪問理・美容サービスのご案内

問健康介護課長寿介護係 ☎②7124

加齢に伴う心身機能の低下により、理容所または美容院を利用することが困難な人に助成をします。

■対象者 市内に居住し、介護認定で要介護2以上の人

■申請方法 健康介護課に申請書（印鑑必要）を提出してください。

■助成方法 訪問理・美容1回につき2,000円（出張費相当分）で年6回を限度としサービス利用券をお渡しします。

・位置情報検索等を行った場合に発生する料金

項目	金額(税込)	備考
位置情報提供料金	216円	電話利用
	108円	インターネット利用(月1回の検索は無料、2回目以降料金が必要)
現場急行料金	10,800円	緊急対処員1回(1時間以内)の急行につき

お知らせ

問保健センター ☎②7168

●4か月児健康診査

(H26年4月・5月生)

9月30日(火)13:00～14:00受付

●10か月児相談

(H25年10月・11月生)

9月16日(火)9:00～10:00受付

※詳しくは、市民カレンダー25ページをご覧ください。

●高齢者の予防接種についてお知らせ

10月よりインフルエンザ予防接種を開始します。対象者、実施医療機関などは、相生市民カレンダー28ページもしくはホームページに掲載しています。ご希望の人は、直接ご予約のうえ、接種を受けてください。

■持参物 負担金1000円、身分証明証、身体障害者手帳（該当者）

※実施医療機関以外での接種を希望される人は保健センターへ必ずご連絡をください。

Library 図書館通信 books

おすすめの1冊

● 一般書

きみは赤ちゃん

川上 未映子 著／文藝春秋



● 児童書

やさしいはきている

岩間 史朗 (写真撮影) / 藤田 智 (監修) 著
ひさかたチャイルド



おすすめ新刊図書

- (一) 古墳 大塚初重 著
- (一) 頂上を目指さない富士山さんぽ 鈴木渉 著
- (一) 比へずにはいられない症候群 香山リカ 著
- (一) 四季の星座神話 沼澤茂美・脇屋奈々代 著
- (一) 小さくてかわいい家づくり 塚本佳子 著
- (児) ほくはプロ・ナチュラリスト 佐々木洋 作
- (児) うみの100かいだてのいえ 岩井俊雄 作
- (児) おっとあぶないかわのなか きむらゆういち 作
- (児) ぴっかぴかすいぞくかん なかのひろみ 作

info

「こども劇場」

●おはなし会 ※無料・申込不要

- ▶対象 幼児・小学生
- ▶日時 9月28日(日)11時～11時30分
- ▶内容・場所 絵本の読み聞かせ「くまのコーラテンくん」ほか(図書館3階絵本のへや)、おはなし「ジャックの運さがし」(図書館3階おはなしのへや)

「読み聞かせ実践講座」

- ▶対象 学校などで、読み聞かせをしている人。これからしようとしてされている人。絵本の読み聞かせに関心のある人
 - ▶日時 9月25日(木)、10月23日(木)、11月27日(木)、12月17日(火)、平成27年1月22日(木)(計5回) いずれも10時10分から12時
 - ▶講師 本條与子氏
 - ▶内容 学校などでの読み聞かせについての実践講座
 - ▶場所 図書館3階視聴覚室
 - ▶定員 約25人(定員になり次第締切)
 - ▶参加費 無料
 - ▶申込 図書館事務室へ、または電話にて
- ※詳細は、図書館事務室までお問い合わせください

問 図書館 ☎ 235151

お知らせ

相生市男女共同参画セミナー

問 地域振興課まちづくり推進係 ☎ 27130

- ▼内容 親子で楽しむ和風クッキング
- ▼講師 竹本博子氏 (たけもとひろこ)
- ▼日時 10月4日(土)10時～13時
- ▼場所 市民会館3階 料理講習室
- ▼参加費 300円/人
- ▼定員 30名(9月26日(金)までに要申込)

ガーデニング講演会

問 地域振興課まちづくり推進係 ☎ 27130

- ▼対象 小学生以上のお子さんと保護者
- ▼持参 エプロン、三角巾、ふきん ※無料の一時保育有(一週間前までに要申込)
- ▼テーマ 『晩秋から早春を彩る鉢花品目』管理と楽しみ方
- ▼日時 10月1日(水)13時30分～15時
- ▼場所 市民会館中ホール
- ▼講師 明石公園花と緑の

史跡めぐり

問 歴史民俗資料館 ☎ 2961

- ▼日時 9月26日(金)13時
- ▼内容 相生中部の史跡めぐり
- ▼コース 市役所↓歴史民俗資料館↓陸道標↓大塚ハザ古墳↓塚森古墳↓那波野古墳↓相生市役所(帰着予定16時30分) ※雨天中止

医療受給者証更新申請

問 赤穂健康福祉事務所 ☎ 2938

- ▼対象者 12月31日までの有効期間の特定疾患および小児慢性特定疾患医療受給者証をお持ちの人で、平成27年1月1日以降も引き続き

相生・上郡広域シルバー人材センター入会説明会

問 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 10月7日(火)13時30分
- ▼場所 総合福祉会館1階 101号室

き受給者証の交付を希望する人

- ▼受付予定期間 10月上旬～12月下旬 ※なお、総合福祉会館でも10月22日(水)・11月7日(金)に受付します

みんなで子育て



●「子どものことば・こころを育てる」 ～わらべうたと赤ちゃん絵本～

☎子育て学習センター ☎28313

- ▶対象 どなたでも（※託児あり）
- ▶日時 9月25日(木)10時30分～12時
- ▶場所 子育て学習センター
- ▶定員 先着50人（無料）
- ▶講師 やまもとじゅんこ 山本淳子氏
- ▶申込 9月16日(火)から22日(月)までに子育て学習センターへ

●スキンシップ体操

☎子育て学習センター ☎28313

- ▶対象 H25年4月2日～H26年4月1日生まれの幼児とその保護者
- ▶日時 9月30日(火)
 - ①10時～10時50分（H25年4月2日～H25年9月30日生まれの幼児とその保護者）
 - ②11時～11時50分（H25年10月1日～H26年4月1日生まれの幼児とその保護者）
- ▶場所 子育て学習センター
- ▶定員 先着 各回20組（無料）
- ▶講師 みぞがちのりこ 溝渕紀子氏
- ▶申込 9月16日(火)から25日(木)までに子育て学習センターへ

●親子体操

☎子育て学習センター ☎28313

- ▶対象 H23年4月2日～H24年4月1日生まれの幼児と保護者
- ▶日時 【後期】10月21日(火)、11月18日(火)、12月16日(火)、平成27年1月20日(火)、2月17日(火)（5回）10時30分～11時30分
- ▶場所 子育て学習センター
- ▶定員 先着30組（無料）
- ▶講師 おさかたとしこ 長方敏子氏
- ▶申込 9月16日(火)から10月10日(金)までに子育て学習センターへ

●かるがも運動会

☎子育て学習センター ☎28313

- ▶対象 就学前までの幼児とその保護者
- ▶日時 10月26日(日)9時50分～12時（9時45分集合 ※時間厳守）
- ▶場所 双葉小学校運動場（雨天時は双葉小学校体育館）
- ▶定員 60組
- ▶参加料 こども1人250円
- ▶申込 9月22日(月)から10月17日(金)までに子育て学習センターへ

看護専門学校 戴帽式

☎看護専門学校 ☎27110

看護師を志し、ふさわしいと認められた看護学生がナースキャップを戴く式典を行います。

▼日時 10月24日(金)10時～12時

▼場所 総合福祉会館4階多目的ホール

▼申込 観覧を希望される人は、看護専門学校までお問い合わせください。

看護専門学校第25回学校祭

☎看護専門学校 ☎27110

▼テーマ 『龍と天使の夢物語』

▼日時 10月4日(土)10時～15時

▼場所 看護専門学校

▼内容 模擬店、バザーのほか、カラオケ・ビンゴ大会などのステージイベントも盛りだくさん。楽しい催しがいっぱいです。皆さんお誘いのうえ、お越しください。

旧軍人など各種恩給説明・相談会

☎県生活支援課恩給援護班 ☎078-362-3204

▼対象 ①旧軍人で在職期間3年以上の人またはその遺族

②軍人期間中に公務または勤務関連などにより傷病を受け、現在もこれらによる後遺症のある人

③实在籍年はずきりしていないが軍人期間のある人

またはその遺族

▼日時 10月3日(金) 14時

時～16時（予約不要）

▼場所 姫路市市民会館第3会議室

学院生募集（第1回）

☎県立障害者高等技術専門学院 ☎078-927-3230

▼募集科目 ものづくり科

・ビジネス事務科・ビジネス・情報サイ

▼定員 各10人

▼募集期間 10月1日(水)～28日(火)

▼選考方法 学力（国語・数学）・義務教育修了程度・作業機能検査・面接・身体検査書

▼応募方法 現住所を管轄する公共職業安定所でご相談のうえ、応募書類を提出

※応募書類は、現住所を管轄する公共職業安定所でお受け取りください

▼授業料 無料

※教科書代および検定受験料などの諸経費は自己負担

食育講演会

問 保健センター

☎ 27168

相生市では、左記のとおり、食育講演会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

▼内容 講演 育てよう 伝えよう「食育」

▼講師 坂本慶子氏（NHK「きょうの料理」講師、NHK教育テレビ「ひとりできるもん」をスタート指導。テレビ、ビデオ、雑誌、新聞などで活躍中！）

▼日時 10月3日(金)13時30分～15時

▼場所 総合福祉会館4階 多目的ホール

▼参加費 無料

▼申込先 保健センター



募集

「ハードロックフェスティバル」出演者募集

問 生涯学習課 ☎ 27144

相生市文化祭「ハードロックフェスティバル」を開催します。バンド・弾き語りなど、イベントに参加できる出演者を募集します。

▼日時 12月21日(日)9時30分～20時

▼場所 市民会館中ホール

▼締切 10月31日(金)

▼申込 A・M・S事務局

西角 ☎ 090・5890・5911



点字ボランティア養成講座

初編

問 社会福祉協議会

☎ 2666

▼日時 10月7日(火)～11月

4日(火) 毎週火曜日(計5回) 13時30分～15時

▼会場 総合福祉会館3階

ボランティアセンター

▼講師 相生点灯会

▼定員 10人

▼参加費 無料

▼締切 10月3日(金)

スポーツ

第16回コスモス杯

マスターズ水泳大会

問 温水プール ☎ 27180

▼対象 週1回以上練習を行っている18歳以上の男女

▼日時 10月26日(日)9時～

▼参加費 1500円(1人3種目まで)

▼申込 9月29日(月)までに

参加費を添えて申込用紙に記入のうえ、温水プールへ



保育所への就職をサポートします。

プランクOK 新卒OK

資格を持ちながらも保育の現場を離れている「潜在保育士」の就職支援や、保育の現場への就労を希望される新卒者および一般求職者(看護師、栄養士、調理師等)の就職支援を行っています。ぜひ、ご利用ください。

こんなことをサポートしています。

- 潜在保育士の就職支援
- 保育士養成施設の新規卒業者の就職支援
- 保育現場へ就労を希望される一般求職者の就職支援

出張相談や就職フェア、就職セミナーも開催しています。ぜひ、ご参加ください。

兵庫県保育協会 検索 詳しくは

兵庫県保育士・保育所支援センター
神戸市中央区坂口通2-1-1 兵庫県福祉センター6F
TEL.078-242-4637 FAX.078-242-4737
e-mail hokyo-center@apricot.ocn.ne.jp

ファミリーサポートセンター会員募集中!

問ファミリーサポートセンター ☎ 20155

■内容 「子育ての援助をしてほしい(依頼会員)」と「子育てを援助したい(提供会員)」とで相互援助活動を行う会員組織(両方が希望の場合は「両方会員」)です。

■入会・登録料 無料(印鑑要)

会員向けの支援者講座を下記の日程で実施。(提供会員)には必ず受講していただきますので安心して援助活動をしていただけます。

後期講座(9～1月) ※全て総合福祉会館にて開催

日程	テーマ(講座名)	講師
9月18日(木)	安全・事故～救急車を呼ぶタイミング～	相生消防署救急救命士 横芳幸氏
11月11日(火)	小児看護の基礎知識	日本赤十字社 幼児安全法指導員 井元愛氏
11月26日(水)	事業を円滑に進めるために	ファミリーサポートセンターアドバイザー
1月28日(水)	子どもの栄養と食生活	相生市保健センター 管理栄養士 三木由紀氏

※10月には「子どもの世話～いっしょにあそぼう～」で子育てひろばであそび体験を予定しています。(参加希望される人は9月22日(月)までにセンターに確認のご連絡をしてください。)

公民館だより

公民館では、市民の方を対象に、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、9月16日(火)から各公民館へ。
※★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 ☎@0002	10月11日(土) 10時～	ヒップホップダンス(第6回)★	50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
	10月18日(土) 10時～	園芸教室	20人	季節の寄せ植え作り 材料費:2,000円

平成27年度看護専門学校推薦入学試験

☎看護専門学校 ☎@7110

募集学科	看護学科(看護師3年課程)
定員	40人(男・女)
修業年限	3年
① 推薦入学試験(定員の3割程度) ② 社会人特別推薦入学試験 (推薦入学定員の範囲内で若干名)	
出願資格	①平成27年3月高等学校を卒業見込みの人(評定平均3.5以上)で高等学校長が責任をもって推薦する人 ②平成26年8月1日以前から引続き市内在住または市内に勤務する人。卒業後、西播磨医療圏域(※)内の医療機関に勤務する積極的な意志のある人。合格した場合は本校に必ず入学できる人。

考査料	20,000円
願書受付	11月4日(火)～14日(金) ※当日消印有効
試験科目	国語総合(古文、漢文を除く)、面接
試験日	11月21日(金)
試験会場	総合福祉会館
合格発表	12月1日(月)

※西播磨医療圏域(相生市、赤穂市、赤穂郡、たつの市、揖保郡、宍粟市、佐用郡)

あいおい歴史巡り

「野瀬1号墳・2号墳」 (相生市野瀬)

vol. 18



野瀬1号墳



野瀬2号墳

相生湾の東岸からやや内に入った、野瀬平野に面した古墳で丘陵の末端に位置します。

二基ありますが、いずれも墳丘のほとんどを失い、石室も半壊しています。

二つの横穴式石室が並列し、石室の距離が6.3メートルと近接していることから、双円墳であったことが考えられています。双円墳というのは、二つの円墳がくっついた形で、瓢塚などと呼ばれることがあります。横穴式石室の開口部は野

瀬の平地に向かず、山側を向いて開口部があるのが他の古墳とは異なっています。それぞれに主体部があるので、夫婦を葬ったともいわれていますが、現状でははっきりしません。

☎歴史民俗資料館 ☎@2961

住宅入居者募集

問建設管理課 ☎237134

【受付】9月22日(月)~30日(火) 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も空部屋がある場合は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
那波丘の台 コミュニティ住宅 (那波南本町)	2DK	1戸	32,600円 (別途共益費 1,500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	9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	1戸	11,900円 ~23,400円		
	3DK	1戸	14,500円 ~28,600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
県営 相生若狭野高層住宅 (八洞)	3LDK	4戸	24,800円 ~49,100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)	2人以上の世帯 60歳以上の単身者または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、中度以上の障害者、50 歳以上の方)※いずれも民 法上の親族関係にあること
	2DK (高齢者世帯 向特定目的 住宅)	2戸	22,200円 ~43,600円		



★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

告
告

「ヴィッセル神戸」相生市民応援デー

問ヴィッセル神戸チケットセンター
☎078-651-1222(土日祝休)

- 内容 無料観戦チケットを相生市在住の200名様にプレゼント
- 日時 10月26日(日)16時キックオフ
「ヴィッセル神戸vs.大宮アルディージャ」
- 場所 ノエビアスタジアム神戸(ノエスタ)
- 申込 官製往復はがきに①人数(4人まで)②参加者全員の
郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、「ヴィッセル
神戸相生市民応援デー係」
(〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-2-1)へ
- 締切 10月10日(金)必着

作ってみよう！給食メニュー



厚揚げの揚げ煮

材 料 (4人分)

鶏もも肉	120g	A ケチャップ	32g
でんぷん	適量	こいくちしょうゆ	8g
揚げ油	適量	酢	8g
厚揚げ	80g	砂糖	8g
玉ねぎ	80g	中華スープ	0.8g
ピーマン	20g	トウバンジャン	0.4g
赤ピーマン	20g	水	大さじ2~3

一口メモ

さっぱりと酢のきいた献立です。酢などに含まれている酸味のもと「クエン酸」には筋肉の疲れをとる働きがあります。また、酸味は食欲増進効果もあるので、暑い日が続いて食欲がないときにも役立ちます。夏の間に疲れてしまった体に良いので、ぜひ取り入れてみてください。

作り方

- ①鶏もも肉は皮を外して一口大（15～20g程度）に切ってでんぷんをつけて揚げる。
- ②厚揚げを油抜きして小さめの一口大に切り、玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマンを1.5cm角に切っておく。
- ③フライパンに炒め油（分量外）を熱し、玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマンの順に炒める。
- ④ピーマンに火が通ったら、Aを加えて味を調える。
- ⑤④に厚揚げを加えて混ぜ、火が通ったら①の鶏肉を加えてさっと混ぜて、仕上げる。

警察からのお知らせ

平成26年度「秋の全国交通安全運動」

問相生警察署 ☎20110

- 運動期間 9月21日(日)から30日(火)までの10日間
 - 「交通安全意識を高める日」9月21日(日)
 - 「交通事故死ゼロを目指す日」9月30日(火)

■運動重点

- (1) 運動の基本 子どもと高齢者の交通事故防止
- (2) 重点
 - ①夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止（特に、反射材用品等の着用の推進および自転車前照灯の点灯の徹底）
 - ②全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 - ③飲酒運転の根絶
 - ④早めのライト点灯の推進

相生市人身交通事故
発生件数（7月末累計）

交番（駐在）別	件数	死者	傷者
相生 駅前	12	0	17
那波 野	8	0	8
中央 通	20	0	22
丘 の 台	22	0	26
若 狭 野	24	0	32
矢 野	5	0	5
合計	91	0	110

西播磨県民局だより

ゆっくり・のびのび西播磨

問西播磨県民局 ☎079162341

9月21日(日)から9月30日(火)までは
秋の全国交通安全運動期間です

ゆとりの運転、やさしい運転は、安心な暮らしと、人が集まる魅力あるまちをつくります。

<みんなで気をつけよう>

■ゆとりの運転

★車間距離を十分に、追い立て・追い越しはやめましょう

★10分早い出発で、心にゆとりを持ちましょう

■やさしい運転

★横断歩道に人が立っているときや、「止まれ」の交差点では、停止線の手前で必ず止まりましょう。



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

一般高圧ガス

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

溶接・溶断機 産業用機器

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	9月17日(水)15:30~17:00	総合福祉会館	総務課 ☎③7126
人権相談	10月8日(水)10:00~12:00	市民会館	
弁護士による消費生活相談 予	9月16日(火)13:00~15:00	市民会館	地域振興課 ☎③7130
女性のための悩み相談 予	9月24日(水)13:00~16:00		
消費生活相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00	市役所3号館	
就職に関する相談会 予	9月17日(水)13:30~16:30	市民会館	地域振興課 ☎③7133
	10月1日(水)13:30~16:30		
身体障害者相談員の巡回相談	9月14日(日)9:00~13:00	陸自治会館	社会福祉課 ☎②7167
知的障害者相談	9月25日(木)9:30~12:00	総合福祉会館	
身体障害者相談	10月5日(日)10:00~12:00		
精神障害者相談	10月11日(土)13:30~15:30		
もの忘れ相談 予	9月26日(金)13:30~15:30	総合福祉会館	地域包括支援センター ☎③7260
農地相談 予	10月14日(火)13:30~15:30	農業委員会	農業委員会 ☎③7140
あいおいっ子悩み相談 予	9月26日(金)・10月10日(金) 13:00~16:00	少年育成 センター	少年育成センター ☎③5070
教育相談	毎週(火)・(木)13:00~16:00		
弁護士による法律相談 予	9月20日(土)・10月4日(土) 9:00~12:00	総合福祉会館	社会福祉協議会 ☎③2666
ふれあい心配事相談	9月22日(月)13:30~16:00	西部公民館	総合福祉会館
	10月14日(火)13:30~16:00		
エイズ・肝炎相談 予	9月17日(水)・10月1日(水) 13:20~15:00	赤穂健康 福祉事務所	赤穂健康福祉事務所 ☎④2321
栄養相談 予	10月10日(金)9:30~11:30	商工会議所	商工会議所 ☎②1234
社会保険・労働・助成金相談 予	9月18日(木)13:00~16:00		
税務相談 予	9月30日(火)13:00~16:00		
融資相談 予	10月3日(金)13:00~16:00		
新規創業相談 予	10月3日(金)13:00~16:00		

休日診療当番医			
9月	14日(日)	佐藤泌尿器科	☎⑤6345
	15日(月)	相生市民病院	☎②7126
	21日(日)	瞳クリニック	☎③7837
	23日(火)	はぎの内科クリニック	☎④3333
	28日(日)	きょう整形外科	☎②7000
10月	5日(日)	半田クリニック	☎②0068
	12日(日)	赤木産婦人科医院	☎③3700
	13日(月)	みどりクリニック	☎⑤6330

休日・夜間の水道当番 (緊急時のみ)			
9月	11~20日	㈲小林水道工業所	夜 ☎②0223 昼 ☎②0041
	21~30日	テラモトコンス トラクション(株)	夜 ☎③2442 昼 ☎④0066
10月	1~10日	㈲山陽設備工業所	夜 ☎⑧0360 昼 ☎⑧0360
	11~20日	赤松設備工業(株)	夜 ☎③4121 昼 ☎③4121

(注) 9時から17時までで急病患者に限ります。(在宅当番医制)

ハリマホームガス株式会社

相生市那波大浜町 4-20 TEL 0791-22-2806

LPガスのご用命からリフォームまで、あらゆる生活のニーズにお応えします。



キッチンスタジオハリマ

相生市陸本町 15-29



お菓子/和食/洋食のお料理教室を毎月開催中。
親子/男の料理教室なども、不定期で開催中です。
イベントやお仲間での会場レンタルも可能です。

広告

●納期のお知らせ

問徴収対策室 ☎07152

種 別	納 期
国民健康保険税 (3期)	9月30日(火)
後期高齢者医療保険料 (3期)	

☆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。

『遺言や大切な契約を公正証書が守ります』
～10月1日から7日は、公証週間です！～

問龍野公証役場 ☎0791@1393

遺言や任意後見契約、金銭消費貸借・土地建物の賃貸借などの大切な契約を公正証書で作成しておくことで、権利の争いを未然に防ぎ、あなたの財産を守ります。公正証書の作成をお勧めします。

- ▶お問い合わせ 龍野公証役場
- ▶相談料金 無料
- ▶受付日 毎日（平日）9時～17時

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
7/24	井上 君子	91	旭5丁目
7/26	中川 義男	78	矢野町真広
8/3	田渕 幸子	85	那波本町
8/4	本庄 昭良	87	那波本町
8/7	武内 繁子	79	古池2丁目
8/8	杉本 まさよ	95	垣内町
8/10	吉田 道一	79	若狭野町下土井
8/10	山口 保	86	那波大浜町
8/12	野山 昭子	87	矢野町真広
8/15	首藤 菊美	87	旭4丁目
8/15	横川 重男	88	川原町
8/19	小田 実	79	古池1丁目
8/21	大浦 一己	70	汐見台
8/21	小西 一郎	86	山手2丁目

●消費生活情報

問地域振興課 ☎07130

年々増加している補聴器の契約等に関する相談
～あなたの補聴器選び大丈夫ですか？～

■どのような相談？

「補聴器を購入後、何度も調整してもらったがよく聞こえないので、解約したい」「補聴器を買ったが高いので解約したい」といった補聴器の契約等に関する相談。

■主な事例

- ①補聴器を購入したが聞こえないので返品に行ったら、より高額なものを勧められ購入してしまった。
- ②両耳分の補聴器を契約した。高額なため片耳分の変更を申し出たが、注文品なのでキャンセルできないと言われた。
- ③補聴器の雑音が酷く、使えないので解約したい。
- ④試聴した補聴器は聞こえたが、購入したものは何度調整しても聞こえない。
- ⑤ネット通販で補聴器を注文したが、商品が届かず業者と連絡が取れない。

■トラブルにあわないために

- ①補聴器を購入する前に専門医に相談すること。
- ②補聴器についての情報を収集するとともに、専門知識・技術を持った販売員（認定補聴器技能者）がいる販売店で購入すること。
- ③耳の聞こえが十分でない高齢者が補聴器購入の契約をする時は、家族など周りの人に付き添ってもらうこと。
- ④トラブルになった場合は、消費生活センターへ相談してください。

— 相生市消費生活センターへ、早めの相談を —

●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	9月22日(月)、29日(月)、10月6日(月)、10月14日(火) 19時まで
休日開設	10月11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

編集後記 9月は防災月間です。9月1日に関東大震災が発生したことにちなんでおり、各地で防災訓練などが行われています。また、二百十日にもあたり、節目にもなっています。8月は、福知山、丹波、広島とたて続に災害が発生しました。これからも局地的大雨など何が起こるか分かりません。事前にハザードマップなどで危険箇所などを知り、避難場所・経路の確認をしましょう。

広告

パソコンや外付けHDD SDカードetc

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
- ◆電源が入らない・起動しない
- ◆エラーメッセージが頻発する
- ◆ノートPCの画面が映らない
- ◆パソコンの起動や動作が遅い
- ◆電源が落ちる・フリーズする
- ◆ウイルスを駆除してほしい
- ◆パソコンのデータを取出したい
- ◆DVDを入れても読まない
- ◆メモリを増設したい
- ◆HDDの容量をアップしたい
- ◆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？

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。

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

パソコン修理の希望社 ☎0120-920-224

3月～営業時間の変更 9:30～18:30 日曜日のみ定休

相生本店へのお持込で初期診断・見積りが無料

事前にお電話で「現在の状態・何を連れて行くか」などを お問合せ下さい。

至岡山・有年

至揖保川・姫路

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



りょうくん (H25.3.12生)

むらかみ
村上さん (赤坂1丁目)

お兄ちゃん大好き。
これからもいっぱい遊ぼうね♪



あやかちゃん (H24.8.17生)

やまじ
山路さん (佐方1丁目)

未っ子長女♪
これからも我が家のお姫様☆
すくすく大きくなってね♪



はんなちゃん (H23.12.29生)

たつみ
立巳さん (向陽台)

我が家のおてんば娘。元気いっ
ぱい、すくすく大きくなあれ♡

あいおい

えんじえるず

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)

ぼくの夢

ぼくの夢は、車のデザイナーになることです。絵を描き、その描いた絵が現実になり、売られることが、小さいころからのぼくの夢でした。

車は色々なアイデアが集まってできています。デザインが格好いいか、室内はどんなふうにするか、乗り心地がいいか、アクセルはどのようにすればふみやすいか。車は、デザイナーの力だけでなく、色々な人たちと協力して、1台の車ができていきます。アイデアが個性的なものほど、奥が深いものができます。

思いついたアイデアは、きっと10個の内9個は使い物にならないぐらいだと思うけど、1個でも実現するといいです。自分の考えたデザインが、車になるなんて素晴らしいことだと思います。そんな将来がくると嬉しいです。



Masashi Matsuda

まつだ まさし
松田 将司さん (相生小6年)

My Dream

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7月末現在)

() は先月比

- 世帯数 13,317世帯 (12)
 - 人口 30,738人 (-1) / 男14,779人 (3) 女15,959人 (-4)
- 【出生 17人 死亡 22人 転入 62人 転出 58人】