



▲写っている方に写真または画像データを差しあげます。企画調整課まで。

- 役場・教育委員会 ☎0794-35-0355 ①35-3398  
 ●健康いきいきセンター ☎0794-35-5578 ①35-5227  
 ●福祉しあわせセンター ☎0794-35-1712 ①36-5610  
 ●デイサービスセンター ☎0794-37-6155 ①37-0065  
 ●加古川総合保健センター ☎0794-29-2923 ①29-6300  
 ●播磨ふれあいの家 ☎0796-78-1481 ①78-1482

## 福祉

### 心身障害者扶養共済の掛金補助の振り込み

平成15年度第2期の心身障害者扶養共済の掛金補助は、12月25日に口座に振り込みました。個人あての通知はいたしませんのでご了承ください。

▼問い合わせ 健康福祉課 ☎0794(35)23662

### 小児慢性特定疾患 継続申請手続きについて

小児慢性特定疾患については、国において平成16年度中の制度改正が予定されていますが、改正内容が詳細が未定であるため、国の動向が明らかになるまで継続交付申請手続きを一時延期します。継続交付申請手続き開始の際は、改めてお知らせします

### 「ご存じですか？」

#### 携帯電話基本使用料などの割り引き

身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳を所持している方の携帯電話の基本使用料ならびに通話料などが割り引きとなりました。

#### 割引対象者

身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の所持者。

#### 申し込み・問い合わせ

- NTTドコモ 全ての支店またはショップ
- KDDI 全てのau取扱店
- ポーターフォン 全てのショップまたは取扱店
- ツーカーグループ 店舗またはツーカー電話取扱店

**障害者高速道路割引制度の改正による手続き**  
 身体障害者等割引制度の改正に伴い、今まで交付していた障害者有料道路通行料金割引証を廃止し、12月1日からすべての方が新規に、手帳に有効期間を記載することになりました。現在、交付している割引証は5月31日まで使用できます。5月31日までに手続きされない場合はそれ以後、割り引きができなくなります。

▼対象者 左表の通り  
 ▼手続期間 5月31日(月)まで  
 ▼手続き・問い合わせ 健康福祉課 ☎0794(35)23662

運転者	ETCの利用	対象者	割引	必要書類	備考
本人	有	身体障害者手帳所持者	通常料金の半額	手帳・車検証・運転免許証・ETCカード(本人名義)・ETC車載器セットアップ申込書・証明書	有効期限は、申請日から2日目までです。(更新の場合は3回目となります)
	無			手帳・車検証・運転免許証	
親族	有	第1種身体障害者手帳・第1種療育手帳所持者が乗車し、その移動のために親族所有の車に乗る場合	手帳・車検証	手帳・車検証・ETCカード(原則、障害者本人名義)・ETC車載器セットアップ申込書・証明書	
	無			手帳・車検証	

## くらし

### 猫の引き取り

- ▼日時 1月5日(月)・23日(金)午前9時～11時
- ▼場所 産業生活課
- ▼引取手数料 千700円(生後91日以上は1匹、生後90日以内は1回につき10匹まで)
- ※前記以外の日時では、引き取りできませんので、ご注意ください。

▼問い合わせ 産業生活課 ☎0794(35)23664



### 犬の引き取り

- ▼日時 毎週水曜日 午前10時～午後10時35分
- ▼場所 加古川健康福祉事務所 裏庭(印鑑持参)
- ▼引取手数料 千700円(生後91日以上は1匹、生後90日以内は1回につき10匹まで)
- ※時間は厳守でお願いします。
- ▼問い合わせ 明石健康福祉事務所衛生課 ☎078(917)1129

## 水道

### 給水装置工事業者の指定

- 今までの指定給水装置工事業者の14社に加え、次の2業者を町の指定給水装置工事業者として指定しました。
- ヒラヤマ住設 加古郡稲美町岡2777-1 ☎0794(95)2126
  - 東播住設(株) 加古川市野口町良野1524 ☎0794(27)0590
- ▼問い合わせ 工務課 ☎0794(35)2373

### 下水道排水設備指定工事店の指定

- 今までの下水道排水設備指定工事店14社に加え、次の2業者を町の下水道排水設備指定工事店として指定しました。
- ヒラヤマ住設 加古郡稲美町岡2777-1 ☎0794(95)2126
  - 東播住設(株) 加古川市野口町良野1524 ☎0794(27)0590
- ▼問い合わせ 工務課 ☎0794(35)2373

## 1月の相談

### 消費生活相談

▼日時 毎週月曜日(祝日除く)午前10時～正午

▼場所 中央公民館

### 法律相談

▼日時 1月13日(火)・26日(月)午後6時～8時

▼場所・申し込み 中央公民館(申込順。電話予約不可)

### 女性法律相談

▼日時 1月13日(火)・27日(火)午後1時～3時

▼場所・申し込み 中央公民館(申込順。電話予約不可)

### 心配ごと相談

▼日時 毎週火曜日 午後1時～4時

▼場所 福祉しあわせセンター

### 人権相談

▼日時 1月13日(火) 午後1時～3時

▼場所 福祉しあわせセンター

### 行政相談

▼日時 1月26日(月) 午前9時30分～11時30分

▼場所 中央公民館

### 経営相談

▼日時 1月9日(金) 午後1時～3時

▼場所 播磨町商工会館1階

### 福祉相談

▼日時 毎週水曜日 午後1時30分～4時

▼場所 福祉しあわせセンター

### 身体障害者相談

【相談員】(敬称略)

▼岡部房枝【東本荘1丁目14の9】 ☎0794(37)23268

▼脇 正敏【二子847番地の125】 ☎078(943)5550

▼有瀬 隆【宮北2丁目8の6】 ☎0794(37)4141

### 子どもの悩み相談

▼日時 毎週(月・火・木・金) 午後1時～5時

▼場所 役場第2庁舎3階ふれあいルーム(電話相談可) ☎0794(37)4141

### 母子家庭相談

▼日時 1月15日(木) 午前10時～午後4時

▼場所・申し込み 地域福祉課

### 子育て相談

▼日時 毎週月曜日～金曜日 午前10時～午後4時

▼電話相談・問い合わせ ☎078(944)0717

▼子育て学習センター 毎週火曜日～土曜日 午前10時～午後4時

▼電話相談・問い合わせ ☎0794(37)41888

## 税

### 償却資産の申告は1月20日(火)までに

◎償却資産とは…固定資産税の償却資産とは、会社や個人で工場・商店などの事業を営む方が、その事業のために使用している、土地・家屋以外の機械・器具・備品など「事業用有形固定資産」をいいます。

▼償却資産の申告 償却資産の所有者は個人、法人を問わず毎年1月1日現在所有している償

### 窒素酸化物低減のための季節対策にご協力ください!

窒素酸化物は物を燃やすと必ず発生するもので、特に冬場は暖房器具の使用により、大気中の窒素酸化物の濃度が高くなります。窒素酸化物は酸性雨の原因となるだけでなく、のどや肺を刺激し、気管支炎などを引き起こす原因ともなります。

窒素酸化物は人が住んでいるところにはどこにでも発生しますが、反対に住んでいる人々の努力によって減らすこともできます。

### 窒素酸化物低減のために

- 自動車の運転は… マイカーの使用を自粛し、できるだけ公共の交通機関を利用しましょう。空ぶかし、急発進などの無駄な運転や、エンジンをかけたままの駐車などはやめましょう。
- 家庭では… 暖房温度は上げすぎないようにしましょう。湯沸器などの口火をこまめに消すなど、省エネルギー・省資源を心掛けましょう。

▶問い合わせ 産業生活課 ☎0794(35)2364

### 所得税・消費税の確定申告説明会

所得税の申告書の書き方や改正内容などを説明します。消費税の主な改正点についても説明します。

▼日時 2月2日(月) 午後2時～4時

▼会場 加古川市民会館 中ホール

▼問い合わせ 加古川税務署個人課税第1部門 ☎0794(21)29953



# お知らせ

## 都市計画に関する案の縦覧

東播都市計画区域の整備、開発及び保全の方針の決定、都市再開発の方針の変更及び防災街区の整備の方針（法改正により防災再開発の方針から名称変更）の変更に関する兵庫県案の縦覧を次の通り行います。

この案について意見のある方は、1月20日(火)までに兵庫県知事あてに意見書を提出することができます。

- ▼縦覧期間 1月7日(水)～20日(火)
- ▼縦覧場所・意見書提出・問い合わせ 兵庫県国土整備部まちづくり局都市計画課  
〒650-8567 (個別番号) 078 (341) 7711 (内線46500)
- または播磨町都市計画課  
0794 (35) 23666

### 兵庫県の最低賃金 時間額675円

(平成14年9月30日より)

産業別最低賃金は、平成15年12月1日より改定されています。詳しくは兵庫労働局労働基準部賃金課までお問い合わせください。  
☎078(367)9154

### 播磨町にこにこ教室参加者募集

迷惑な犬のフン害をなくすため、無料犬のしつけ教室を開催します。できるだけ家族でご参加ください。

- ▼日時 2月8日(日) 午前9時～10時30分からの2部制。時間の指定はできません。
- ▼場所 播磨北小学校校庭(車の来場はできません)
- ▼対象・定員 町内在住40組
- ▼申し込み方法 犬1匹につき1枚の往復はがきに、氏名・住所・電話番号・犬の名前と年齢・犬種を記入の上、1月23日(金)必着で、産業生活課まで郵送してください。
- ▼問い合わせ 産業生活課  
☎0794 (35) 23664

### いずみ会料理講習会

▼日時・場所

- 1月6日(火) 中央公民館
- 1月14日(水) 野添コミセン
- 1月20日(火) 南部コミセン
- 1月21日(水) 南部コミセン
- 1月23日(金) 中央公民館

※いずれも午前9時30分～12時30分

▼内容 体を温める食事(貧血)

# 情報 ページ

## 防火管理者資格取得講習会

学校、病院、工場、共同住宅などの「多数の者が出入りし、勤務し、または居住する防火対象物で政令で定めるもの」においては、消防法により防火管理者が義務付けられています。防火管理者を必要とする事業所または建物などにおいて、人事異動などにより防火管理者が不在にならないように資格を取得してください。

※電話および郵送による申し込みは受け付けません。また、2日間すべて受講してください。

- ▼日時 2月19日(木)・20日(金)
- ▼場所 加古川市防災センター2階大会議室
- ▼受付期間・定員 1月19日(月)～30日(金) 先着100人
- ▼受付場所・問い合わせ 加古川市消防本部 予防課  
☎0794 (27) 65332

### 交通事故の状況

平成15年11月末現在 前年比

	件数	傷者	死者
加古川市	2,554(+144)	3,098(+204)	6(-6)
稲美町	309(-10)	409(+15)	2(-1)
播磨町	266(+39)	322(+41)	1(-1)

## 募集

### ガールスカウト募集

ガールスカウトの入団説明会および体験入団を行います。

- ▼日時 1月18日(日) 午前10時～正午
- ▼場所 中央公民館
- ▼対象 新年長児・高校生の女子
- ▼問い合わせ 大山 清美宅  
☎0794 (92) 2649

### 播磨町ホームヘルパー養成研修3級課程

在宅で生活している高齢者や身体障害者をお世話する方々に、身体の介護や家事の援助などができる技術を身につけていただくための養成研修を実施します。

- ▼期間 1月21日(水)～3月19日(金) (計50時間。平日昼間10日間)
- ▼募集人数 30人(先着順)
- ▼対象 町内に住所を有し、在宅介護に熱意のある方。
- ▼費用 4千円(テキスト代)
- ▼申し込み 1月7日(水)～14日(水)の間に、播磨町社会福祉協議会までお越しください。
- ▼問い合わせ 播磨町社会福祉協議会  
☎0794 (35) 1712

### 健康いきいきセンター 紹介キャンペーン

ご家族・ご親戚・お友だちなどをご紹介いただいた方に特典を用意しました。

1月13日(火)は祝日プログラムを実施、1月13日(火)～18日(日)には初売りお年玉フェアを行います。

▶問い合わせ 健康いきいきセンター  
☎0794 (35) 5578

### パソコン講習受講者募集

応募資格および定員 20歳以上の町内在住・在勤者、各コース20人

コース番号	場所	日時	受講料	テキスト代
基礎技能講習⑥	中央公民館	1月13日(火)・15日(木)・16日(金)・20日(火)・22日(木)・23日(金)	無料	800円
Excel入門⑦		2月2日(月)・4日(水)・6日(金)	1500円	2000円
Word入門⑧		2月16日(月)・18日(水)・20日(金)	1500円	2000円

申し込み・問い合わせ 郵便番号・住所・氏名・ふりがな・年齢・性別・電話番号・希望コース番号を記入の上、1月9日(金)までに往復はがきでお申し込みください。当日消印有効。応募多数の場合は抽選となります。

〒675-0156 播磨町東本荘1-5-1  
播磨町商工会 ☎0794 (30) 2236

### 播磨町夏まつりの企画および運営に参画していただける委員を募集します

本町の夏の恒例行事である「播磨町夏まつり」の企画と運営に参加してみませんか。

平成16年7月下旬に開催予定の播磨町夏まつりのイベント内容を検討するにあたり、広く一般住民のみなさんの意見を取り入れる手段として、企画・実行委員を募集します。

平日の夜(午後7時ごろから約2時間、6回程度)に開催される会議に出席ができ、夏まつり全般にボランティアとして参加できることが条件です。

- ▶募集人員 若干名
- ▶締め切り 1月15日(木)
- ▶問い合わせ 播磨町夏まつり事務局(産業生活課内)  
☎0794 (35) 2364

▲夏まつりの1コマ

### 工業統計調査が実施されます

工業統計調査は、全国の製造業を営む事業所の1年間の生産活動に伴う製造品出荷額、原材料使用額などを調査し、産業、規模、地域別に製造業の実態を明らかにすることを目的として行います。

調査は、本年12月中旬から来年1月にかけて、知事が任命した統計調査員が、対象事業所を訪問し、調査票に記入を依頼します。

お忙しい時期ですが、調査の対象となる事業所の皆様のご協力をお願いします。

なお、皆さんからご提出いただく調査票については、統計法に基づき調査内容の秘密は厳守されますので、正確なご記入をお願いします。

▶問い合わせ 企画調整課 ☎0794 (35) 0356

### いいかん夢アート作品展

リサイクルで四季を楽しむ

紙すきを使った作品、布・つる・木などをアレンジした作品などを展示します。

- ▼日時 1月26日(月)～2月1日(日) 午前10時～午後4時
- ▼会場 中央公民館 特別研修室
- ▼問い合わせ いいかん夢アート 井上 秀子  
☎078 (943) 3984

### 家庭のできる 本格豆腐作り教室

- ▼日時 2月1日(日) 午前9時30分～11時30分
- ▼場所 中央公民館 料理教室
- ▼定員 先着30人
- ▼申し込み 1月15日(木)までにスローフード元帰塾 長尾へ  
☎・FAX 078 (942) 33307



# 郷土資料館

☎0794-35-5000  
FAX 0794-36-0135

1月の休館日  
1~5日・13日  
19日・25日・26日

## 体験教室参加者募集!

### 「木の美クッキーを作ろう」

大中遺跡で採れた木の美を粉にしてクッキーを作ります。

▼日時 1月10日(土) 午前10時~正午

▼参加費 300円

▼対象・定員 小学生~中学生 (小学生は親子参加) 先着20人

### 「はにわ作り」

初めて企画した体験教室です。素朴な姿のはにわを作ってみませんか。できたはにわは、電気窯で焼きます。

▼講師 小谷義男氏

▼日時 2月1日(日)

・午前の部 9時30分~正午  
・午後の部 1時30分~4時

▼参加費 500円

▼対象・定員 午前の部・午後の部とも小学生~大人 各25人

## すぐできる古代体験!

土曜・日曜の古代体験。年齢に関係なく体験できます。

### 「まが玉作り」

白く柔らかい石を使って、古代のアクセサリーを作ります。

▼日時 1月11日(日)・12日(祝)

▼費用 1人1回100円  
※ラケットを持参してください。

## 1月の卓球の日

▼日時 毎週水曜日 午後1時~2時50分

▼場所 総合体育館 中体育室

▼費用 1人100円

※ラケットを持参してください。

## 土曜いきいきスポーツ

「スポーツコミュニケーションの日」参加者募集中!!

浜田公園のジョギングコースや自由広場を利用して、自分の体力に合わせて体を動かしましょう!ウォーキングなど活動内容は自由です。

▼1月の活動日 10・17・24・31日の毎週土曜日

▼時間 午前9時より60分~90分(雨天中止)

▼場所 総合体育館東隣浜田公園およびその周辺

※途中からでも参加できます。(要申し込み)詳しくは、ポスターおよびチラシをご覧ください。

## 施設使用休止のお知らせ

◎1月25日(日) ロードレース大会開催のため、一部時間に限り体育館関連施設の使用を休止します。

◎2月1日(日)~29日(日) 耐震工事のため、大体育室・中体育室・トレーニング室の使用を休止します。ご理解とご協力をお願いいたします。

詳しくは体育館に掲示している案内をご覧ください。

# 中央公民館

☎0794-37-6980  
FAX 0794-35-5735

1月の休館日  
1~4日・12日  
17日・18日

## 無料編物講習会参加者募集

2時間でできる軽くて暖かなマフラーです。

▼日時と場所

◎午前の部 2月9日(月)・16日(月) 午前9時30分~正午 第5研修室

◎午後の部 2月13日(金)・20日(金) 午後7時~9時 第4研修室

▼準備物 毛糸(500円)、かぎ針10ミリ・11ミリ・12ミリのいずれか1本。無い方は300円で販売します。

※作品は、ロビーに展示しております。申し込みは不要です。

▼問い合わせ

田辺 078(942)9968  
高原 078(942)4354

## 新春書き初めのつどい

パソコンが普及し、字を書くということが減っています。手書きの良さや、温かさを感じる書道の精神文化は、日本人として、これからも大切にしていきたいものです。

▼対象 町内小学生

▼日時 1月5日(月)

・4~6年生 午前9時~10時  
・1~3年生 午前10時30分~11時30分

▼場所 中央公民館大ホール

▼課題文字

・1年生 つる  
・2年生 はつゆめ  
・3年生 かるた会  
・4年生 平和の春  
・5年生 富士山頂  
・6年生 新春希望

(1・2年生は半紙、3年生以上は半切1/4とします)

▼準備物 書道用具と練習用紙

▼申し込み 当日会場受け付けます。

▼展示 1月7日(水)~26日(月)

▼賞 学年ごとに金、銀、銅賞の賞状と賞品を贈ります。

▼参加費 無料

## 平成16年度中央公民館利用調整会議の開催

平成16年度中に中央公民館の全室または、大ホールを使用し各種総会、発表会などを計画されている社会教育団体の方は、公民館を円滑に利用していただくため利用調整会議にご出席ください。

▼日時 2月20日(金) 午後7時~

▼場所 中央公民館 視聴覚室

**図書館**  
☎0794-37-4500  
FAX 0794-37-5362

1月の休館日  
1~5日・13日  
19日・25日・26日

## 手づくり会

### 「カレンダーをつくろう」

▼対象 小学生以下 先着40人

▼日時 1月10日(土) 午後2時~3時

▼場所 2階学習室

▼費用 無料

▼申し込み 12月25日(木)から図書館で受け付けます。

## ビデオプロジェクト映画会

### 「地球が動いた日」

▼日時 1月11日(日) 午後2時から約80分間

▼場所 2階視聴覚室

## ふゆのおはなし会

あそびにきてね!

- ▶日時 1月31日(土)
- ▶場所 図書館2階視聴覚室
- ▶対象 ・幼児向け午前10時30分~  
・4、5歳くらいから午前11時~  
・小学生くらいから午前11時30分~
- ▶内容 おはなし、絵本、詩、手あそびなど

図書館ボランティア「ゆめのポケット 野の花」

## おはなし会

▼日時 1月17日(土)・24日(土) 午後3時~3時30分

▼場所 2階視聴覚室

## 絵本を楽しむ会

親子いっしょに絵本を楽しむ会を開いています。

▼日時 1月20日(火)・27日(火) 午前11時~11時30分

▼場所 1階児童図書コーナー

※第1火曜日(6日)は、だっせのおっちゃん紙芝居を視聴覚室で行います。

▼日時 1月17日(土)・24日(土) 午後3時~3時30分

▼場所 2階視聴覚室

## ヘッドホン

カセットブック(絵本)によるおはなしをヘッドホンで聴くことができます。

▼日時 毎週水・金・日曜日 午前11時~正午、午後2時~5時

▼場所 1階児童図書コーナー

## ビデオ放映

▼日時 毎週土曜日 午後3時30分~4時

▼場所 2階視聴覚室

## コミセンでおはなし会

●南部コミセン 1月9日(金) 午前10時30分~11時

●野添コミセン 1月14日(水) 午後3時30分~4時

# 図書館の本棚

## こどもの本



- ダサイぬ ダン・ヤッカーノ作/もとした いずみ訳
- ポチポチのとしよかん 井川 ゆり子
- しょうたとなつとう 星川 ひろ子・星川 治雄写真・文/小泉 武夫原案・監修
- おやすみハリー キム・ルイス作/もりやま みよこ訳
- デルトラ・クエストII 3 影の王国 エミリー・ロッダ作/岡田 好恵訳
- NHK週刊子どもニュース '03 NHK週刊子どもニュースプロジェクト編
- マガー少年探偵団!あのネコは犯人か? E・W・ヒルディック作/藤沢 忠枝訳
- 子どもに読ませたい世界の名著 三浦 朱門
- 戦国時代の道具図鑑 本山 賢司絵・文 ほか

## おとなの本



- 電子の星 石田 衣良
- さくらめーる さくら ももこ
- メジャー最終兵器 松井 稼頭央
- 92歳、現役サラリーマン 神部 恭久
- なせば成る 中田 宏
- 片付けベタな人の出っぱなし整理術 あらかわ 奈美
- 以上、現場からでした。 安藤 優子
- 図解 新選組のことが面白いほどわかる本 中見 利男
- 一冊でわかる歌舞伎名作ガイド50選 鎌倉 恵子監修
- ビーズとリボンの素敵なジュエリー 荒木 孝子・山中 恵 ほか

▼開館時間 午前10時~午後6時  
▼問い合わせ 播磨町立図書館 ☎0794(37)4500



## パソコンのリサイクルにご協力ください ごみとして収集できなくなります。(平成16年4月1日より)

「資源有効利用促進法」に基づき、みなさんの家庭から出される使用済みパソコンをメーカーが回収・リサイクルをする「パソコンリサイクル」が開始されました。

播磨町ではこれまで、デスクトップ型パソコンは粗大ごみとして、ノート型パソコンは不燃ごみとして収集していましたが、メーカーによるリサイクルが開始されたことにより、平成16年4月1日から、次の通り取り扱いを変更します。なお、平成16年3月31日まではお知らせ期間としてこれまで通りの取り扱いを継続しますが、できる限り、メーカーのリサイクルルートを活用してください。

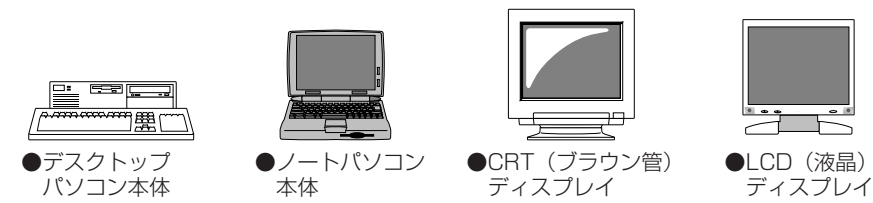
パソコンのリサイクル方法や費用については、各メーカーにお問い合わせください。  
なお、右のPCリサイクルマーク付きの製品には購入価格にリサイクル料金が含まれていますが、処分される際には各メーカーにお問い合わせください。



区分	JEITA 3 R推進事業参加メーカー		左記以外のメーカーまたは自作のもの	
	デスクトップ型	ノート型	デスクトップ型	ノート型
平成16年3月31日まで	粗大ごみとして町が収集	不燃ごみとして町が収集	粗大ごみとして町が収集	不燃ごみとして町が収集
平成16年4月1日から	町では収集しません。 メーカーのリサイクルルートを活用してください。		町では収集しません。 加古郡リサイクルプラザに直接持ち込んでください。	

※家庭用パソコンのリサイクルの詳細についてはJEITA(社団法人電子技術産業協会)のホームページをご覧ください。  
JEITAホームページ <http://www.pc3r.jp>

### 《リサイクルの対象となるパソコン》



※購入時に添付されていた標準品(例: キーボード、マウス、ケーブル、テンキー、スピーカーなど)は、パソコンと一緒に回収できるように出してください。

▶お問い合わせ 産業生活課 ☎0794 (35) 2364

### 建物共済に加入しましょう

建物・家具類の幅広い損害を補償します。  
農業共済の火災共済は建物と家具類合計で1棟あたり5,000万円までご加入いただけます。



普通物件 (住宅・納屋・農作業場・土蔵・アパート・車庫など)	木造		鉄骨造 土蔵造	鉄筋コンクリート造	
	建物・家具類	建物・家具類	建物・家具類	建物	家具類
	7,500円	6,800円	4,700円	2,500円	3,400円

▶申し込み・問い合わせ 東播磨建物共済推進協議会 ☎0794 (24) 1391 産業生活課 ☎0794 (35) 2364

## 「はりま健康プラン」 こんな活動をしています

「最期のその時まで元気に暮らしたい」そんな願いを叶えるために、自分たちでできることを考えようと、公募で集まった検討委員の手によって作られたのが「はりま健康プラン」。

この「はりま健康プラン」が発足してもうすぐ1年。その間に、「自らの健康は自らの手でつくろう」と考えている人たちが集まり、活動をしています。

今回は、そんな皆さんの楽しくて、元気で生き生きした活動の内容を紹介します。

▶お問い合わせ 健康福祉課 ☎0794 (35) 2362

### みて、みて、こんなに大きなサツマイモ!

はりま健康プラン「ふれあい自然農園」では、11月1日(土)に初めてのサツマイモの収穫が行われました。  
5月にみんなで苗を植え、毎月1回草引きをし、力を合わせて大切に育ててきました。そのお陰かサツマイモは大きく成長し、収穫の日を迎えることとなりました。

この日は、親子連れの参加が多く見られ、普段、畑となじみの薄い子どもたちも、自分の頭ほどあるサツマイモを掘り出して喜んだり、土の中から出てくる虫を見て「わぁ」と声をあげたりと、農園には終始笑顔があふれてい



ました。  
自分たちの手で実際に野菜を作ることで、楽しみながら食生活への関心をもち高めたいですね。

▲大きなサツマイモに驚き

### 今度は玉ねぎ作りチャレンジだ!

サツマイモ大収穫後の「ふれあい自然農園」では、11月22日(土)に玉ねぎ植えを行い、子どもから大人まで、およそ30人の方が参加し、白玉ねぎと赤玉ねぎの2種類を、12×15cmの幅で植えました。

玉ねぎ作りをすることはあまりなじみがないので、「玉ねぎの苗ってこんなに細いねんあ」と物珍しく植える人もいました。  
春になり、おいしい玉ねぎをみんなで収穫できる日が今から待ち遠しいですね。



▲収穫のときが楽しみです!

### 海まで歩こう!

6月に続き、はりま健康プラン「とびつきり遊歩」グループでは、11月15日(土)に総合体育館から新島の先端まで



▲みんなで歩きましょう!

### 新島ウォーキング

ウォーキングを行いました。  
参加者はおよそ130人。家族連れや友人との参加も多く見られ、5kmのコースをそれぞれのペースで楽しみながら歩きました。

今回は、折り返し地点の新島南緑地で具たくさん豚汁が出されました。この豚汁には、「ふれあい自然農園」が今年初収穫したサツマイモがたっぷり入っていました。  
当日は少し風が冷たく、温かい豚汁をほおばりながら、「おいしいわぁ」「あったまるね」「おイモさんが甘いねえ」などの声が聞かれました。



# 1月の保健行事

問い合わせは  
健康福祉課 ☎0794(35)2362

※下線部は福祉会館改修工事のため場所を変更しています。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

内容	とき・ところ	受付時間	内容・対象など（*は持参するもの）
乳児健康診査	7日（水）野添コミセン	午後1時～1時30分	平成15年9月生まれの乳児 *母子手帳・通知書（問診票）
10カ月児健康診査	平成16年2月末日まで 播磨町・稲美町・加古川市内 の小児科（指定医療機関）	各医療機関による（要予約）	平成15年3月生まれの乳児 *母子手帳・健診受診票・保険証・乳児医療受給者証
※対象者には受診票などを郵送しますので、説明書をよく読んで、指定の医療機関に予約のうえ、受診してください。 ※なお、対象者で受診票がない場合は、健康福祉課へ申し出てください。			
1歳6カ月児健康診査	23日（金）野添コミセン	午後1時～2時	平成14年6月～7月生まれの幼児 *母子手帳・通知書（問診票）
3歳児健康診査	16日（金）野添コミセン	午後1時～1時30分	平成12年10月生まれの幼児 *母子手帳・通知書（問診票）・早朝尿（5cc）
センター健診	22日（木） 加古川総合保健センター 申し込み：加古川総合保健センター ☎0794（29）2923	午前8時30分～9時 午後1時～1時30分 （婦人検診は午後のみ）	18歳以上の住民 〈健診料〉 基本診査 1,500円 肺がん（結核）700円 胃がん 1,400円 大腸がん 1,000円 子宮がん 1,200円 乳がん 500円 骨粗しょう症検診 500円 肝炎検査 1,000円
2時間人間ドック	日程は、加古川総合保健センター ☎0794（29）2923へ お問い合わせください。	午前8時30分～9時	40歳以上の住民 ①予約：加古川総合保健センター ↓ ②申し込み：健康福祉課で個人負担金（8,150円） を支払う。
両親学級	20日（火）中央公民館	（実施時間） 午後1時30分～3時30分	出産予定のご夫婦 *母子手帳 ・ビデオ「赤ちゃん誕生」 ・妊娠中の過ごし方
たんぽぽ教室	第3・4木曜日 福祉しあわせセンター	（実施時間） 午前9時30分～11時30分	ことばを育む親と子の遊びの教室 申し込みは健康福祉課
2歳児育児教室	19日（月） 福祉しあわせセンター	（実施時間） 午前10時15分～11時30分	平成13年12月～平成14年1月生まれの幼児のいる親 *母子手帳
すくすく広場	21日（水） 野添コミセン	午前9時30分～11時	乳幼児のいる親 *母子手帳
健康相談 栄養相談	9日（金） 中央公民館	（実施時間） 午後1時30分～3時	住民一般 保健師、栄養士が個別に相談に応じます。
ウェンズデイの会	第1・2・4水曜日 南部コミセン	（実施時間） 午前10時～11時30分	おおむね65歳以上の方 軽い運動やゲームで体を動かしましょう。
リハビリ友の会	第1・3・4月曜日 福祉しあわせセンター 第1～4水曜日 野添コミセン	（実施時間） 午後1時30分～3時15分	医療処置終了後で機能訓練希望者 （介護保険のサービスを利用しない方） 申し込みは健康福祉課

1月の保健相談 ※電話予約制のため、申し込みは加古川健康福祉事務所（旧加古川保健所）へ			
こころのケア相談	保健指導課 ☎0794(22)0003	エイズ相談・検査	保健指導課 ☎0794(22)0003
◆とき 19日（月）午後1時～2時30分 ◆ところ 加古川健康福祉事務所		◆とき 15日（木）午前9時30分～ ◆ところ 加古川健康福祉事務所	
骨髄バンク登録窓口事業 薬務・生活衛生課 ☎0794(22)0005		痴ほう老人家族会	保健指導課 ☎0794(22)0003
◆とき 7日（水）午後1時～3時 ◆ところ 加古川総合福祉会館		◆とき 16日（金）午後1時30分～ ◆ところ 加古川総合福祉会館	

**楽屋裏**

クリスマスもお正月とイベントが続きますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？イベントといえは、JR土山駅リニューアル。取材で初めて行ったときには見たことのない風景にしばし「感動」。その後、駅周辺がどうなっていくのか本当に楽しみです！▼先日、職場の諸先輩方を含めて、淡路島一周自転車ツーリングに行ってきた。出発は絶対調で、天気も良好。初めてロングツーリングに出た自分には調子に乗っていました▼しかし予想通り後半は失速と撃沈。厳しい向かい風の中を「なんで風吹くねん！」と本気で叫びつつ、ひたすらペダルをこぎました▼途中で何度か「バスに乗って帰ろう」と思いましたが、最後にライトアップされた明石大橋を見たときは、走りきったという達成感で「感動」。その後の温泉＆ビールがこの上なく美味かったことは言うまでもありません。皆さん、最近「感動」していますか。（フジ）

**健康情報テレホンサービス**

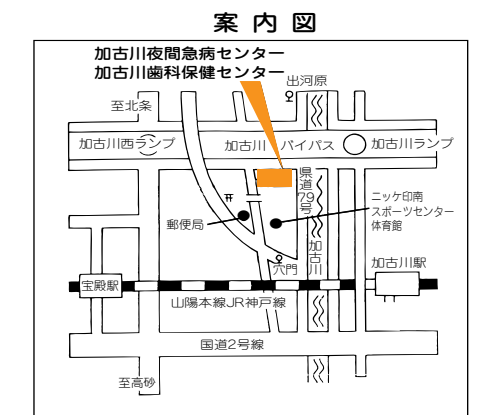
1月

月曜日 市販の妊娠検査薬  
火曜日 高齢者の口腔ケア  
水曜日 くりかえす子どもの中耳炎  
木曜日 ひざの痛み  
金曜日 子どもの心の病気

☎0120-(979)451  
http://hyogo.doc-net.or.jp/

平成15・16年 年末年始休日救急当直表					
	診療時間：午前9時～午後6時（往診はいたしません）				
	外科	内科	内科・小児科	小児科	耳鼻咽喉科
12月30日	私立稲美中央病院 稲美町国安 ☎0794(92)3812	私立稲美中央病院 稲美町国安 ☎0794(92)3812	山口医院 稲美町加古 ☎0794(92)0006		山村医院 加古川町溝ノ口 ☎0794(22)2829
12月31日	松本病院 加古川町栗津 ☎0794(24)0333	松本病院 加古川町栗津 ☎0794(24)0333 もぎ内科 平岡町新在家2丁目267-2 スカイシャワー102号 ☎0794(21)1107		中山小児科 野口町良野 ☎0794(56)7510	黒石耳鼻咽喉科医院 明石市魚住町錦ヶ丘4丁目 田口ビル ☎078(946)0082 ※午前9時～午後5時
1月1日	はりま病院 尾上町長田 ☎0794(23)2123		はりまクリニック 尾上町池田 ☎0794(20)1900 高嶋内科 加古川町北在家 ☎0794(27)2200		寺岡耳鼻咽喉科 播磨町野添167-23 セフレ播磨 ☎0794(35)3376
1月2日	順心病院 平岡町一色 ☎0794(37)3555	順心病院 平岡町一色 ☎0794(37)3555 天野内科クリニック 神野町西条 ☎0794(38)6007		衣川小児科 平岡町一色 ☎0794(26)2913	大木耳鼻咽喉科 高砂市米田町島 ☎0794(33)3387
1月3日	貞光病院 神野町石守 ☎0794(23)8535	貞光病院 神野町石守 ☎0794(23)8535 松本クリニック 播磨町北本荘7丁目 ☎0794(37)5152		こばやし小児科 高砂市米田町塩市 ☎0794(34)2288	ふじもと耳鼻咽喉科 西神吉町岸 ☎0794(33)8741

注1) 午前6時～午前9時・午後6時～午後9時の間は、加古川市消防本部 ☎0794(24)0119へお問い合わせください。  
注2) 医療機関の都合により変更される場合もありますので、電話などでお確かめください。  
注3) 健康保険証、公費負担（老健・老・身・母・乳など）の医療券を忘れないように持参してください。



**姫路市休日夜間急病センター（眼科）**  
診療時間：午前9時～午後6時（12月31日～1月4日）  
姫路市西今宿3丁目7-6  
（姫路西消防署うら）  
☎0792(98)0119  
・当センターの診療科目は、眼科です。

**「ふれあい自然農園」サツマイモ掘り**

はりま健康プラン「ふれあい自然農園」グループ

代表 竹下 求

11月1日、とてもこの時期とは思えないあたたかな朝、まっ青な空。手に移植ゴテを持った家族連れやタオルを首にかぶった熟年夫婦など、多数の人たちが「ふれあい自然農園」に集まってきました。

半年前の5月10日も、今朝のような心地よいさわやかな朝でした。みんなで1本1本、心をこめて植えた15センチほどの苗が半年の間にどんなイモに育っているのか期待に胸を膨らませながら一斉に畑に入り、めいめいサツマイモ掘りの開始です。

あちこちから明るい歓声とともに、自分の頭ほどもある大きなイモを掘り出す子ども、一株に6つ、7つとぶら下がった株を持ち上げる若いお母さん。力があまって尻もちをつくお父さん、みんな夢中で掘り、約200kgを1時間で掘り尽くしました。

汗と泥で汚れた顔を見合わせ笑いながら、世話役のお母さんたちが作ってくれた、ふかしイモをパクツキながら「はじめのサツマイモ作り」の思い出ばなしに花がさきました。

ひと休みのあと、今掘ったばかりのサツマイモを土産にもらった。

「はりま健康プラン」は、10年後の「私」も元気していきたいと暮らせるよう「自らの健康は自らの手でつくる」環境作り活動で、平成15年3月にできました。大きな柱として「とびっきり遊歩プラン」「ふれあい自然農園」「はりま歯ッピープラン」があります。

「ふれあい自然農園」は、大人も子どももみんなで、野菜づくりを楽しむとともに、日ごろの食生活を考え、ふれあい、健康づくりの輪を広げます。今年、サツマイモ作りや玉ねぎ植えに挑戦しています。

グルーブのみなさんお疲れさまでした。畑を借り受けるころから始まって、苗、肥料の購入、畑を耕し苗床の段取り、植えてからは水やり当番、草取り、収穫に向けての下準備と本当にお世話さまでした。新島ウオーキングでの豚汁もおいしかったです。（健康係一同）