

毎年6月に職場で健康診断が行われます。初めて受けたのは6年前のこと。そのころはまだ子どもたちも小さく、毎日がとにかくバタバタ過ぎておろ、自分の健康など後回し。そんなことは考える暇もありませんでした。

それでも楽しい毎日です

が、結果は見事なものでA判定の嵐。「健康すぎる〜!!」と結果を見て落ち込む先輩方を横目にケラケラと高笑いをしていたのです。そして仕事を始めるという日はこれまで以上に体を動かすことになるのだから、ますます健康になること間違いなし!!と単純に考えていました。

「70歳になっても続けよう!!!」を合言葉に今日もまた力エルの大合唱の中、喜瀬川に向かっています。

あなたに  
はつたつ!

リレーエッセー⑭



池田 桂子さん (古田)

■趣味 無芸大食 これから何か見つける予定です



ちょっと、おさんぽ

③野添であい公園

野添であい公園は、上野添3丁目位置し周辺は西側に大中遺跡公園と県立考古博物館、東側に野添北公園に隣接し、さらに北側に喜瀬川、南側をであいのみちに接し町内有数の公園ゾーンを形成しています。

公園は、平成16年4月に開園し総面積0.9ヘクタールの中に、パークセンター(管理棟)、バーベキュー設備、コミュニティ花壇、芝生広場、噴水、子ども遊具に健康遊具、駐車場を有して子どもから高齢の方まで楽しく利用できる場所です。

バーベキュー設備は6卓あり、雨天などを除いて年間を通して利用することができます。

利用は有料(1卓千円)で予約が必要です。詳しくは、であい公園パークセンター(☎078・943・5588)までお問い合わせください。

公園の駐車場は、約50台駐車可能で朝9時から夜9時まで利用できます。(有料200円/回)

8月の各種相談

- 行政相談**  
日時 8月23日(月) 9:30~11:30  
場所 中央公民館
- 消費生活相談(暮らしについて電話相談可)**  
日時 毎週月~金曜日(祝日除く) 9:00~16:00  
場所 住民グループ
- 納税と相談**  
日時 毎月第4日曜日 9:00~12:00、13:00~17:00  
場所 税務グループ(中央公民館側通入口をご利用ください)
- 税理士会の税務相談(予約が必要)**  
日時 8月3日(火)、17日(火)、24日(火)、31日(火) 13:15~16:00(受付)  
場所 加古川税理士会館(加古川税務署の北側)  
問合せ 近畿税理士会加古川支部 ☎079(421)1144
- 法律相談(予約が必要)**  
日時 8月3日(火)、17日(火) 10:00~12:00  
8月9日(月)、23日(月) 18:00~20:00  
場所・申込み 中央公民館(窓口での申込順。電話予約不可)
- 心配ごと相談**  
日時 毎週火曜日(祝日除く) 13:00~16:00  
場所 福祉しあわせセンター
- 困りごと相談(人権相談)**  
日時 8月12日(木)、26日(木) 13:00~15:00  
場所 福祉しあわせセンター
- 人権相談(常設相談)**  
日時 毎週月~金曜日(祝日除く) 9:00~17:15  
場所 法務局加古川支局 ☎079(424)3599
- 税務相談(予約が必要)**  
日時 8月6日(金) 13:00~15:00  
場所 播磨町商工会館  
対象 商工業者  
申込み・問合せ 播磨町商工会 ☎079(435)1630
- 福祉相談**  
日時 毎週水曜日(祝日除く) 13:30~16:00  
場所 福祉しあわせセンター
- 知的障害者(児)相談**  
日時 毎月第3土曜日 10:00~12:00  
場所 福祉会館
- 身体障害者相談**  
【相談員】(敬称略)  
政本 和子【古宮236番地の4】 ☎079(437)3456  
☎079(437)3467  
※☎・FAXはNPO法人アエソンにかかります。  
宮宅 良【北本荘7丁目7番23号】 ☎050(5000)9051  
加藤 和子【北本荘1丁目3番13号】 ☎・FAX079(437)6417
- 障がい福祉なんでも相談室**  
場所 福祉しあわせセンター  
知的障害 毎週火曜日 10:00~12:00  
身体障害 毎週木曜日 10:00~12:00  
精神障害 毎週金曜日 10:00~12:00  
※祝日を除きます。  
申込み 電話で予約が必要です ☎079(435)2361
- 子どもの悩み相談**  
日時 毎週月~金曜日 9:00~16:00  
場所 役場第2庁舎3階 ふれあいルーム(電話相談可) ☎079(437)4141
- 母子家庭相談(予約が必要)**  
日時 8月11日(水)、25日(水) 10:00~16:00  
場所・申込み 福祉グループ
- 主任児童委員による子育て相談**  
日時 8月23日(月) 13:30~16:00  
場所 福祉しあわせセンター
- 子育て相談(事前問合わせ必要)**  
両施設で来所相談を行っています。(祝日除く)  
◎北部子育て支援センター  
日時 毎週月~土曜日 10:00~16:00  
電話相談・問合せ ☎078(944)0717  
◎南部子育て支援センター  
日時 毎週月~土曜日 10:00~16:00  
電話相談・問合せ ☎079(437)4188
- 臨床心理士による子育て相談**  
予約が必要です。  
◎北部子育て支援センター  
日時 8月2日(月) 13:30~15:30  
申込み・問合せ ☎078(944)0717  
◎南部子育て支援センター  
日時 8月9日(月) 13:30~15:30  
申込み・問合せ ☎079(437)4188

多重債務者相談強化キャンペーン 無料相談会

借金の返済で困っている方は、一人で悩まず、この機会にぜひご相談ください。

弁護士、司法書士、多重債務者支援団体、加古川健康福祉事務所職員が合同で相談に応じます。債務整理相談だけでなく、生活再建についての相談やこころの相談もできます。

相談には、9月10日(金)までに、あらかじめ電話による申し込みが必要です。

▶日時 9月12日(日) 13:00~16:00  
▶場所 中央公民館  
▶申込み・問合せ 住民グループ ☎079(435)2364

※播磨町以外で実施されている「多重債務者相談強化キャンペーン無料相談会」でも相談ができます。実施市町及び実施日については、播磨町ホームページをご覧ください。

加古川警察署だより セーフティロード兵庫ハイウェイ ~高速道路における交通事故防止~

県内の高速道路などでは、去年1年間に9件の交通事故死亡事故が発生し、9人の方が亡くなっています。そのうち2件は、高速道路の路肩でパンク修理をしていた人に車両が衝突した事故と、高速道路で事故を起こし、車外に出て立っていた人に後続車が衝突した事故です。

例年、夏場はほかのシーズンよりエンジントラブルやパンク車両が多く、これらの車両が巻き添えとなる事故が多発していることから、このような事故を事前に防止するためには、まず、出発前の車両点検(タイヤ、ガソリン、ブレーキ、冷却水など)を必ず行ってください。

**タイヤ点検のポイント**

- タイヤの空気圧は適当か
- 亀裂や損傷はないか
- 異常な摩擦はないか
- 溝の深さ(スリップサインの点検)は十分であるか