

日時/場所	内容	対象	金額	費用減免	
日程については、加古川総合保健センターにお問い合わせください。バスを運行する日もありますので、バスを利用される人は、あわせてご確認ください。 ▶実施場所・申込み 加古川総合保健センター ☎079(429)2923	肺がん ※どちらか一方しか受けられません	レントゲン 胸部CT	20歳以上 50歳以上	500円 5,000円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	胃がん ※どちらか一方しか受けられません	レントゲン(バリウム) 胃内視鏡(胃カメラ) ※2年に1度の検診です	40歳以上 50歳以上	1,400円 4,000円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	大腸がん(便潜血検査)		20歳以上	500円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	乳がん ※マンモグラフィは、2年に1度の検診です	マンモグラフィ エコー(超音波)	40歳以上 30~39歳	1,000円 1,000円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	子宮頸部がん(子宮の細胞をこすり取る細胞診) ※2年に1度の検診です		20歳以上	1,000円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	前立腺がん(血液検査)		50歳以上	1,500円	
	肝炎ウイルス(B型・C型)(血液検査) ※生涯に一度		40歳以上	1,000円	②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	胃がんリスク(血液検査) ※生涯に一度		18歳以上	無料	
	骨粗しょう症検診		40歳以上	500円	②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	特定健診		播磨町国民健康保険に加入している40歳以上の人 ※4月1日から健診日まで加入資格がある人に限る	無料	
後期高齢者健診		後期高齢者医療保険加入者で、生活習慣病の治療をしていない人	無料		
基本健診		30~39歳	1,000円	②生活保護世帯、住民税非課税世帯	
子宮頸部がん個別検診		20歳以上 ※平成28年度に受診した人は受診できません	1,500円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯	
歯周病検診		今年度40歳、50歳、60歳、70歳の町民 ※対象者には個別に通知しています	無料		

●検診費用の減免について 費用減免の「①65歳以上」については、手続き不要です。「②生活保護世帯、住民税非課税世帯」の人は、加古川総合保健センターに申し込み後、受診の1週間前までに印鑑(朱肉を使うもの)をお持ちのうえ、すこやか環境グループにお越しください。

●特定健診の受診票がお手元がない場合 4月1日現在、国民健康保険に加入している人には、受診票を送付しています。4月2日以降に国民健康保険に加入した人で、平成29年度に特定健診を受けていない人が特定健診を希望する場合、または受診票を紛失した人は、保険証をお持ちのうえ、すこやか環境グループまでお越しください。

▶申込み 加古川総合保健センター ☎079(429)2923 (平日8:30~17:00)

▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

すこやか環境グループでは問い合わせに対応しますが、検診の申し込みは受け付けできません。検診の申し込みは、加古川総合保健センターにお願いします。

きゃんぱすだより

校外学習を終えて

~大阪ガス・ガス科学館 わくわくオーケストラ~
播磨南中学校 1年生

1年生は、10月18日に校外学習に行きました。欠席者はなく、116人全員そろって出発することができました。

道路の渋滞により、到着が遅れましたが、大阪ガス・ガス科学館の方の話をよく聞いてテキパキと行動することができました。天然ガスをはじめとするエネルギーについて学び、体験コーナーでは、みんな笑顔でシャボン玉を作ったり、ペダルをこいだりしていました。身近なエネルギーについて考える、よい機会になりました。

午後からは、県立芸術文化センターに行き、本格的な管弦楽団の演奏を視聴しました。立派なホールで、プロの演奏を聴くことができ、オーケストラの魅力や迫力を感じました。「音の強弱があって、まるで音楽が表情を変えているようでした」「一音一音に心がこもっている感じがした」「すべての楽器がどこかで活躍していた」などの感想もありました。わくわくオーケストラを通して、音楽が持つ力を実感できたと思います。



タテにつながる

特別支援学校小学部

本校には小学部から高等部までの児童生徒が在籍しています。今年度は学部を越えた学習や交流の機会を多く取り入れた取り組みに力を入れています。高等部生が地域清掃の折に拾ってきてくれたどんぐりを使って小学部2・3年生がどんぐり遊びをする、高等部の音楽の授業に小学部1年生が参加するなどです。



スポーツフェスタでは、小中学部の合同演技「玉入れ」の入退場の際仲良く手をつないで行進しました。お兄さんらしく優しく手を引いてくれたり、座り込んだときは助け起こしてくれる場面も見られました。中学部1年生の作業学習「クラフト」には、6年生が体験参加しました。中学部の雰囲気に触れ、改まった表情で作業に取り組んでいました。中1生には、作業の手順を説明し手を取って教えてあげるなど先輩としての自信がみなぎっていました。

下級生にとって上級生はなりたいた自分の身近なモデルであり、上級生にとっては教えることで自己肯定感や自己有用感が得られます。長期的な見通しを持ちながら今を大切にいかわっていききっかけになればと願っています。

就学援助(新入学学用品準備)制度

平成30年度播磨町立小・中学校新1年生の学用品費及び通学用品に対して援助します。

▼対象 平成30年度より町立小・中学校新1年生になる子どもがいる世帯で、世帯全員の所得が基準額以下の世帯(生活保護世帯は除く)
※現在小学校6年生で、平成29年度就学援助を受けている人は申請の必要はありません。

▼援助額
新小学1年生 4万6000円
新中学1年生 4万7400円

▼申請受付期間・時間
2月1日(月)~19日(月)
午前9時~正午、午後1時~5時(土、日曜日・祝日を除く)

▼申請・問合せ
教育総務グループ
☎079(435)0533

ゆとりある学校生活のため
ご協力をお願いします

▶問合せ 学校教育グループ
☎079(435)0545

- ノ一部活デー
- 教職員定時退勤日

※実施日は各学校で設定します

- ①睡眠の役割・・・
- ②成長ホルモンの分泌し、筋肉や骨格の成長を促し、細胞や皮膚の新陳代謝を高める
- ③免疫力を高める
- ④昼間、脳に入れた情報を整理し、記憶を定着させる
- ⑤精神のバランスを保つ

12歳以上	8時間程度	10~11時間	11~13時間
10~12歳	9~10時間	10~11時間	11~13時間
7~9歳	10~11時間	11~13時間	11~13時間
5~6歳	10~11時間	11~13時間	11~13時間
3~4歳	10~11時間	11~13時間	11~13時間



家庭教育コラム④
子育て世代の
かがやく未来のために
— 睡眠の重要性について —

やる気をささえる生活習慣として①食べること②寝ること③運動することは、頭も体もやる気まんまんにするために大切です。「やる気」をささえる

生活習慣②

眠っている間、体の中ではいろいろなことが行われています。体を大きく成長させたり、病気を防ぐ力をつけたり、ストレスを解消させたりもします。年齢に応じた、良い睡眠習慣を身につけ、睡眠時間を確保しましょう。

子どもたちの携帯電話やスマートフォンの利用状況

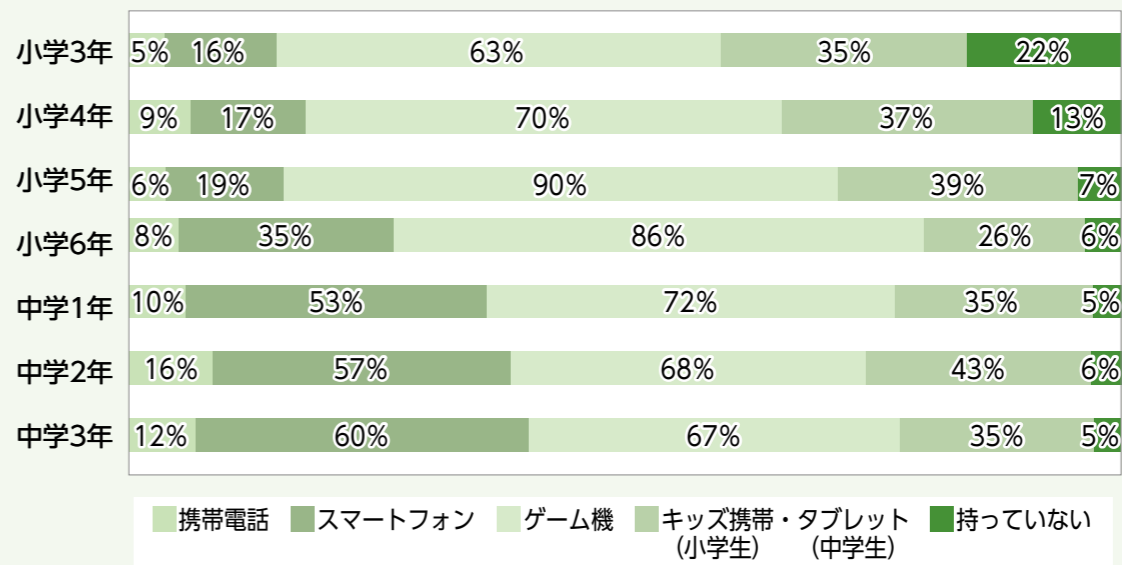
播磨町教育委員会では、毎年小学校3年生から中学校3年生までを対象に、携帯電話・スマートフォン（以下スマホという）などの利用状況について、アンケート調査を実施しています。

調査結果から、携帯電話を所持している小学6年生は8%、中学3年生は12%、スマホを所持している小学6年生は35%、中学3年生は60%でした。

近年、スマホが青少年の間で急速に普及しているなか、その利用により様々な課題が生じています。ゲームを利用し高額な料金を請求されたり、個人情報流出によりトラブルに巻き込まれたりするケースがあります。また、「ネットいじめ」や有害サイトを通じて子どもが犯罪に巻き込まれる危険性もあります。そこで、今回の調査結果をご覧いただき、携帯電話やスマホなどの適切な使い方について、ご家族で話し合ってください。何かあった時には、下記の兵庫県の相談窓口へ連絡するようにしてください。



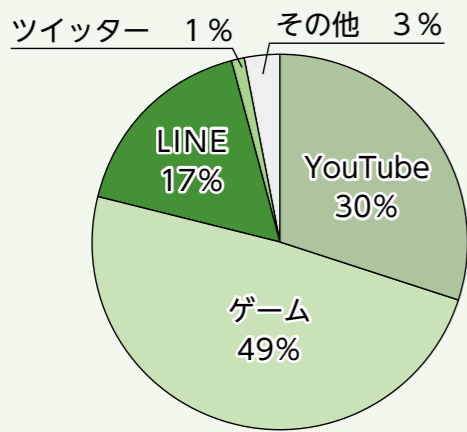
携帯電話・スマートフォンの所持率
(対象児童・生徒数を100とした時の所持率)



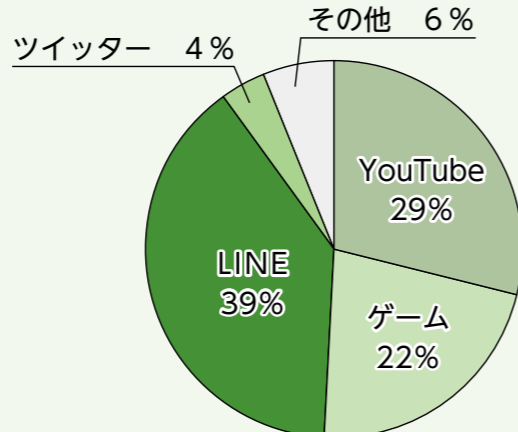
保護者の方へ

携帯電話やスマホなどで、主に利用しているコンテンツは、小学生はゲーム、中学生はLINEでした。また、多くの児童生徒が YouTube を利用し、中学生になると、ツイッターを利用する人が増えてきています。ゲームや LINE でのトラブルに巻き込まれないように、また、巻き込まれたときに一人で抱え込まないように、子どものネット利用について、しっかりと把握するようにしてください。そして、何かあった時には、下記の兵庫県の相談窓口へ連絡するようにしてください。

主に利用しているコンテンツ
(小学6年生)



主に利用しているコンテンツ
(中学3年生)



家庭での約束はありますか

【小学生の約束】

- ・1日1時間以上は使用しない
- ・課金しない
- ・知らない人と関わらない
- ・宿題、勉強を先に終わらせる
- ・21時以降は使用禁止
- ・あやしいサイトや動画を見ない
- ・許可なくアプリやゲームを入れない
- ・家族、友達、知人以外とつながらない
- ・LINEで悪口を書き込まない
- ・異変があればすぐに言う

【中学生の約束】

- ・使用場所を決めている (リビング、自室)
- ・22時以降は使用禁止
- ・テスト前、期間中は使用禁止
- ・1日1時間以上は使用しない
- ・知らない人とつながらない
- ・宿題、勉強を先に終わらせる
- ・ながら使用禁止(食事、テレビ、勉強、歩きなど)
- ・課金しない
- ・テストで成績が下がれば使用禁止
- ・あやしいサイトや動画を見ない

▼兵庫県の相談窓口
 県警本部サイバー犯罪対策課
 ☎078(341)7441(代表)
 県警本部少年育成課ヤングトーク
 ☎0120(786)1009
 ひょうごっ子「ネットいじめ情報」
 相談窓口(月～土曜日 午後2時～7時)
 ☎06(4868)3395

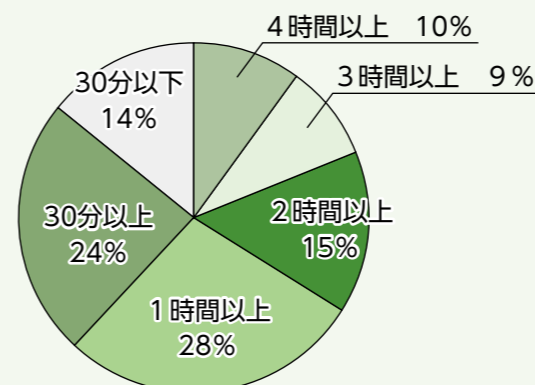
ネット依存に注意!!
 兵庫県内のアンケート調査で、高校生の9・1%、中学生の7・5%、小学生の3・5%にネット依存の疑い(依存傾向)があるという結果が出ています。
 (平成28年度 兵庫県調査結果)

ネットを使わないと不安になったり、もっと使いたいという気持ちを我慢できなくなったりすることを「ネット依存」と呼んでいます。「暇さえあればスマホのチェック」「寝る間を惜しんでウェブサイトの閲覧」「食事中もスマホを手放せない」あなたにも心当たりはありますか? ネット依存になると、眠れない・食欲がなくなる・勉強が手につかないなどの症状が見られるようになります。そうならないために、利用方法や利用時間を振り返り、適度な利用を心がけるようにしましょう。

1日の使用時間

2時間以上使用している小学生は34%、中学生は49%です。学年が上がるごとに使用時間は増加しています。また、4時間以上使用している児童・生徒もかなりいることが分かります。全国学力学習状況調査でも、播磨町の児童・生徒は、全国平均より使用時間が長いという結果も出ています。また、学力の高い児童・生徒ほど、使用時間が短いという傾向が見られます。

1日の使用時間 (小学生)



1日の使用時間 (中学生)

