



### 高齢者インフルエンザ 予防接種 (一部負担あり)

接種を希望する人は、3市2町(播磨町・稲美町・加古川市・明石市・高砂市)の協力医療機関にて接種してください。

▼対象 播磨町民で①もしくは②に該当する人

① 満65歳以上の入

② 満60歳以上65歳未満の人で、心臓・腎臓または呼吸器に重い病気のある人(身体障害者手帳1級程度)

▼接種期間 10月8日(木)～令和3年1月31日(日)

※開始日は、ワクチンの流通により前後することがありますので、ご了承ください。

※12月中旬までに受けておくことが望ましいです。

▼持ち物 健康手帳、播磨町の住民であることが確認できるもの

▼接種料金 1千500円

▼接種料金の助成 ①生活保護受給者 ②住民税非課税世帯に属する人

※接種を受ける本人の令和2年度介護保険料決定通知書(第1・2・3段階に限る)のコピーを直接医療機関に提出してください。紛失した人にはすこやか環境グループにて助成券を発行しますので、接種前に朱肉を使う印鑑と、本人確認ができるものを持参のうえ、すこやか環境グループで申請してください。(本人以外が申請する場合、委任状が必要ですが、委任状がなくても申請は可能です)

▼その他 ③3市2町の協力医療機関以外で接種を希望する人 すこやか環境グループにお問い合わせください。

◎県外の医療機関で接種を希望する人 実施依頼書を発行しますので、接種を希望される場合は、すこやか環境グループにお問い合わせください。

▼申込み・問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

### 町内で健診が受けられます

▶日程・場所 10月27日(火) 南部コミセン  
※10月30日(金)は定員に達しました。  
※上靴と靴袋を持参してください。

健診・検査	内容	費用
★肺がん(レントゲン)	20歳以上	500円
★大腸がん	20歳以上	500円
前立腺がん検診(血液検査)	50歳以上	1,500円
肝炎ウイルス検査(血液検査)	40歳以上(生涯に1回)	1,000円
胃がんリスク検査(血液検査)	18歳以上(生涯に1回)	無料
骨粗しょう症	40歳以上	500円
特定健康診査	40～75歳の播磨町国民健康保険加入者	無料
後期高齢者健診	後期高齢者医療加入者で生活習慣病の治療を受けていない人	無料
基本健診	30歳～39歳	1,000円
若い世代の血液検査	健診機会のない20～39歳	無料

★がついているものについて、65歳以上の人は無料です。(手続き不要)

●健診費用の免除

①生活保護受給者 ②住民税非課税世帯に属する人

①・②のいずれかに属する人は、加古川総合保健センターにお申し込み後、受診日の1週間前までに朱肉を使う印鑑と本人確認できるものを持参のうえ、すこやか環境グループで申請してください。本人以外が申請する場合、委任状が必要です。

※前立腺がんについては、検診料金の免除はありません。

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

▶申込み以外の問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

### 10月のいきいき保健相談

内容	日時(受付時間)/場所	対象	備考(*は持ち物)
健康相談	10月13日(火) 9:30～11:15	町民	保健師、栄養士が個別に相談に応じます。(予約制) *健診結果、食事記録 (2日分)
栄養相談	10月15日(木) 13:30～15:15		

### 加古川健康福祉事務所の保健相談

<b>こころのケア相談</b> ▶日時 10月12日(月)、26日(月) 13:00～14:00 ▶申込み 地域保健課 ☎079(422)0003 ※12日はアルコール関連相談あり	<b>エイズ・肝炎ウイルス検査相談</b> 原則として匿名・無料で実施 ▶日時 10月14日(水)、28日(水) 9:10～10:00 ▶申込み 健康管理課 ☎079(422)0002	<b>専門栄養相談</b> ▶日時 10月21日(水) 9:30～11:30 ▶申込み 健康管理課 ☎079(422)0002
---	---	---

<b>加古川夜間急病センター</b> ☎079(431)8051(年中無休) ▶診療時間 【内科】21:00～翌朝6:00 【小児科】21:00～0:00	<b>加古川歯科保健センター</b> ☎079(431)6060 ▶診療日 日曜日・祝日・お盆(8月13日～15日の午前)・年末年始(12月30日～1月3日) ▶診療時間 9:00～11:30、13:00～16:00
--	--

※いずれも急患を受け付けますので、不急の人はご遠慮ください。

### 10月は乳がん検診月間です

●乳がん検診の種類

①マンモグラフィ (2年に1度)

▼対象 40歳以上

▼費用 千円

②乳腺エコー

▼対象 30～39歳

▼費用 千円

▼申込み 平日午前8時30分～午後5時

加古川総合保健センター ☎079(429)2923



●乳がん自己検診方法

月経が終わって、1週間以内の乳腺がもつとも安定したところが理想的です。毎月チェックをしましょう。

閉経後や生理不順の人は、覚えやすい日を決めて行いましょう。

目で見てチェック

- ・左右の乳房に差はないか
- ・乳房の表面にえくぼのようなくぼみやひきつれがないか
- ・乳頭から異常な分泌物はないか
- ・乳頭から異変な分泌物は触ってチェック
- ・石けんをつけた指の腹を滑らせるように、小さく動かしながらぬれた乳房を触る

・上は鎖骨、下は肋骨の一番下、左右は鎖骨の中央からわきの下まで触る

・左乳房には右手、右乳房には左手を使う

・しこりがないか、分泌物がないか、わきの下にぐりぐりしたものはないかも確認する

▼問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

### 播磨町で子育てしよう

#### 児童手当の振り込み

10月期(6月～9月分)の児童手当は、10月9日(金)に口座に振り込みます。個人あての通知はしませんので、ご了承ください。

▼問合せ 福祉グループ ☎079(435)2362

南部子育て支援センター

子育て講座

ベビーマッサージ

ホバオイルを使ったベビーマッサージです。ママの温かい手のぬくもりと優しい声で赤ちゃんの心と体をリラックスさせてあげながら、お母さんもゆったりとした時間を過ごしませんか。

▼日時 10月28日(水) 午前10時～10時50分

▼場所 南部子育て支援センター

▼講師 滝川美紀

▼対象 令和2年4月～令和2年7月生の乳児とその保護者

※初めての人を優先させていただきます。

▼定員 先着7組

▼費用 オイル代200円

▼持ち物 バスタオル、水分補給できる飲み物

▼申込み・問合せ 10月1日(休)午前9時から受け付けます。費用を添えて申し込んでください(電話での申し込みは不可)

南部子育て支援センター ☎079(437)4188

※駐車場が少ないので、徒歩か自転車でお越しください。

※新型コロナウイルス感染症予防対策として、時間の短縮と、定員の削減をして実施します。また、中止または変更になる場合があります。

※北部子育て支援センターでは11月に開催する予定です。

### 子育て支援センター わくわくニコニコ 10月の予定

	南部子育て支援センター	北部子育て支援センター
<b>すやすや (0歳児)</b> 令和2年4月2日～	<b>わくわくさろん</b> 新型コロナウイルス感染予防対策として、1組ずつ、セルフで身長・体重の計測のみ行います。予約が必要です。 ▶日時 10月14日(水) 9:00～10:20、10:30～12:00 ▶申込み 10月1日(木) 午前9時から電話または直接受け付けます ▶持ち物 タオル(大1枚、小1枚)	<b>ニコニコさろん</b> 新型コロナウイルス感染予防対策として、1組ずつ、セルフで身長・体重の計測のみ行います。予約が必要です。 ▶日時 10月14日(水) 9:00～10:20、10:30～12:00 ▶申込み 10月1日(木) 午前9時から電話または直接受け付けます ▶持ち物 タオル(大1枚、小1枚)
<b>よちよち (0歳児)</b> 平成31年4月2日～ 令和2年4月1日生	新型コロナウイルス感染予防対策として、1組ずつ、セルフで身長・体重の計測のみ行います。予約が必要です。 ▶日時 10月14日(水) 9:00～10:20、10:30～12:00 ▶申込み 10月1日(木) 午前9時から電話または直接受け付けます ▶持ち物 タオル(大1枚、小1枚)	新型コロナウイルス感染予防対策として、1組ずつ、セルフで身長・体重の計測のみ行います。予約が必要です。 ▶日時 10月14日(水) 9:00～10:20、10:30～12:00 ▶申込み 10月1日(木) 午前9時から電話または直接受け付けます ▶持ち物 タオル(大1枚、小1枚)

▶対象 町内在住の人

※動きやすい服装でおこしくください。

※駐車場が少ないので、徒歩・自転車でお越しください。

詳しくは、それぞれの支援センターへお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止または変更になる場合があります。

▶申込み・問合せ 南部子育て支援センター ☎079(437)4188  
北部子育て支援センター ☎078(944)0717

### 乳幼児の目のお話

▶問合せ こども窓口 ☎079(435)0366

10月10日は何の日でしょう？2つの10を横に倒すと、眉と目の形に見えることから10月10日は「目の愛護デー」とされています。今月は目のお話です。

生まれたばかりの赤ちゃんは、明るい・暗いといった光の加減がわかる程度で、物の形は認識できていません。子どもの目は毎日発達していて、生後2か月ころには両目で物を見つめられるようになり、生後3か月の乳児健診のころには動くものを目で追うようになります。一般的に視力は1歳ころに0.3程度、5歳から6歳頃に1.0程度に見えるようになり、小学校に入学する前の6歳頃までが視力の発達にとって一番大切な時期です。

#### 【見る力を育てるヒント】

- 1. 明るさ、暗さのメリハリのある生活を**  
日中は光を浴び、夜は暗くして眠る
- 2. 広い空間で体と目を動かす機会を**  
全身運動は、眼球、視神経、脳の発達を促す
- 3. いろいろな物を見る体験を**  
止まっているもの動いているもの、小さいもの大きいもの、遠くにあるもの、近くにあるものなどいろいろなものを見る体験が目の良い刺激に

#### 4. テレビやゲームは時間を決めて

テレビは正面から2~3m離れて見る。また時間を決めて、長時間見続けないように注意。スマホなど狭い範囲の平面画面を見ると目に負担をかけるので乳幼児期は避ける。

#### 5. 前髪は目にかからないように

目に見えない細菌やウイルスが目に入ると結膜炎や、目を傷つける。

子どもは、目の病気や視力に異常が見られても、ほとんどの場合、自分から症状を訴えることがありません。日ごろのお子さんの様子で、目を細めてテレビを見ている。顔を傾けて物を見ている。目やにが多いなどちょっとおかしいと感じたら早めに眼科を受診しましょう。

よく見える目を育てるためには目の機能が完成する5~6歳ごろまでに異常を発見し、早期に適切な治療や指導を受ける必要があります。3歳ごろは視機能の発達を知る大切な時期です。3歳児健診では、目の検査も行っています。是非健診を受診しましょう。

秋になり過ごしやす季節になりましたね。親子で思い切り外で体を動かして遊んだり、近くや遠くの物を指さして声をかけたり、眺めたりして、元気なからだ目を育てていきましょう。

## 10月のすくすく保健行事と相談

▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

(注) 9:00以降に警報が発令されている場合などは中止になります。

※新型コロナウイルス感染症の影響で中止または延期になることがあります。ホームページでご確認ください。

内容	日時(受付時間)/場所	対象	備考(*は持ち物)
乳児健康診査	21日(水) 福祉会館 受付時間は個別通知に記載	令和2年6月生の乳児	*母子健康手帳 *問診票 *バスタオル2枚 *水分補給できるもの
10か月児健康診査	11月末日まで 時間は各医療機関による(要予約) 播磨町、稲美町、加古川市内の小児科(協力医療機関)	令和元年12月生の乳児	*母子健康手帳 *健診受診票 *健康保険証 *乳児医療受給者証
1歳6か月児健康診査	2日(金) 福祉会館 受付時間は個別通知に記載	平成31年3月生の幼児	*母子健康手帳 *問診票 *バスタオル1枚 *水分補給できるもの
3歳児健康診査	9日(金) 福祉会館 受付時間は個別通知に記載	平成29年7月生の幼児	*母子健康手帳 *問診票、眼科・耳鼻科問診票 *早朝尿(5cc) *バスタオル1枚 *水分補給できるもの

内容	日時(受付時間)/場所	対象	備考(*は持ち物)
授乳相談	27日(火) 9:30~11:00 中央公民館	おおむね1歳未満の母子	助産師が授乳方法についてアドバイスします。(予約制) *母子健康手帳、バスタオル
赤ちゃん相談	14日(水) 10:00~11:00 南部子育て支援センター	おおむね1歳未満の母子	助産師、栄養士が相談に応じます。わくわくサロンの中で実施します。(予約制 南部子育て支援センター ☎079(437)4188)

### 催し&施設ガイド

新型コロナウイルス感染症の対応に関係し、施設の閉館や行事の中止や延期などがあります。

ホームページで確認するか、直接施設にお問い合わせください。

- 郷土資料館 ☎079(435)5000  
10月の休館日 5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)
- 中央公民館 ☎079(437)6980  
10月の休館日 18日(日)
- 図書館 ☎079(437)4500  
10月の休館日 14日(水)、28日(水)
- 地域連携交流施設(はりまデザインラボ) ☎079(437)0141  
毎週日曜日休館
- スポーツクラブ21はりま ☎079(437)2201  
10月の休館日 26日(月)
- 健康いきいきセンター ☎079(435)5578  
10月の休館日 5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)
- 加古郡リサイクルプラザ ☎079(437)7671  
毎週月・火曜日休館
- 兵庫県立考古博物館 ☎079(437)5589  
10月の休館日 5日(月)、12日(月)、19日(水)、26日(月)

### 図書館

10月の休館日 14日、28日

#### 図書館の催し参加者へ

検温、施設利用申込書への記入などをお願いします。マスクは必ず着用してください。催しは、コロナウイルス感染症状況によって、中止となる場合もあります。

あにましおん探偵団と本であそぼう!  
本を使って、みんなで遊ぼう。どんな本を使うかは、当日までのお楽しみです。

▼日時 10月25日(日) 午前11時~正午(午前10時45分)

#### 分受付開始

- ▼場所 2階視聴覚室
- ▼対象 4歳~小学6年生(親子参加も可)
- ▼定員 先着10人
- ▼事前申し込みが必要
- ▼申込み 10月1日(休)午前9時30分から、電話または2階事務室で受け付けします

てづくり会・秋「おりがみdeハロウィン」  
ハロウィンのリースを折り紙で作ります。羽がパタパタ動くコウモリも作って遊ぼう。

▼日時 10月11日(日) 午後2時~3時30分  
▼場所 2階学習室  
▼対象 3歳~小学6年生(小学4年生未満は保護者同伴)

### 図書館の今月の本だ

#### おとなの本

- スタンド・バイ・ニャー 岩合 光昭/著
- 心にいつも猫をかかえて 村山 早紀/著
- 野良猫の拾い方 東京キャットガーディアン/監修
- 五十八歳、山の家で猫と暮らす 平野 恵理子/著
- 文豪の猫 アリソン・ナスタシ/著

#### こどもの本

- 魔女・魔法使い大図鑑 平林 知子/文・絵
- わんぱくだんのまほうのじゅうたん ゆきの ゆみこ/作
- まほうのかさ 小沢 正/文
- ちいさな魔女とくろい森 石井 睦美/作
- 魔女が相棒?ねぐせのヤマネ姫 柏葉 幸子/作

#### 一般展示「猫がスキ！」

自由奔放で気まま…だけど気になる。名だたる文豪たちも猫に魅せられ、たくさんの作品を残しています。古くから多くの人に愛されている猫。今月は猫の魅力が楽しめる本をご紹介します。

#### 児童展示「魔女のお話」

みなさんは魔法を信じますか?魔法が使えたらいいですね。今月は魔女のお話を集めました。どんな魔女や魔法に出会えるかお楽しみに!

新型コロナウイルス感染症の対応に関係し、催しを中止または延期または変更します

#### 第68回播磨町美術展<中止>

▶問合せ 生涯学習グループ ☎079(435)0565

#### 秋の山野草展<中止>

▶問合せ 地域連携交流施設(はりまデザインラボ) ☎079(437)0141

#### 文化財教室<調整中>

▶問合せ 郷土資料館 ☎079(435)5000

#### 秋の特別展<中止>

▶問合せ 郷土資料館 ☎079(435)5000

#### 第43回播磨町ロードレース大会<中止>

▶問合せ スポーツクラブ21はりま ☎079(437)2201

▼定員 先着6組  
▼申込み 10月1日(休)午前9時30分から電話または2階事務室で受け付けます

定例の催し

ひよこのおはなし会

▼日時 10月6日(火) 午前11時～11時30分  
▼場所 児童書コーナー  
●絵本をたのしむ会  
▼日時 10月13日(火)、20日(火)、27日(火)  
▼場所 児童書コーナー

おはなし会

▼日時 10月3日(出)、10日(出)、17日(出)、24日(出)、31日(出) 午後3時～3時30分  
▼場所 2階視聴覚室  
●はりま読書の会  
▼日時 10月18日(日) 午前10時～正午

英語DEえほん

▼日時 10月25日(日) 午後3時～3時30分  
▼場所 児童書コーナー  
▼持ち物 おすすめ本1～3冊程度  
▼対象 中学生～一般  
▼定員 先着8人  
※見学可  
▼持ち物 おすすめ本1～3冊程度

**中央公民館**  
☎079(437)6980  
10月の休館日 18日

中央公民館利用調整

令和3年1～3月に中央公民館を使用希望の方は、事前に窓口で申し込み手続きをしてください。  
▼受付時間 第3日曜日以外の午前8時30分～午後5時  
▼締切日 10月31日(出)

**加古郡 リサイクルプラザ**  
☎079(437)7671  
毎週月・火曜日休館

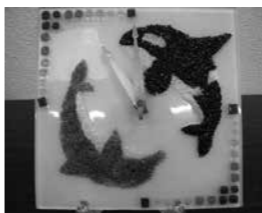
体験教室参加者募集

▼対象 小学生以上の人(低学年は保護者同伴)  
※②は小学4年生以上が対象。  
※密を避けるため、体験者1人に同伴者は1人まででお願いします。  
①ガラスの判子作り(サンドブラスト)  
ガラス製の判子に砂を吹き付けて加工します。  
▼日時 10月3日(出)、10日(出) 午前9時30分～正午、午後1時30分～4時

時30分～4時  
▼定員 各回4人  
▼費用 300円  
※カッターナイフを使います。  
②トンボ玉教室  
ガラス棒をバーナーで溶かして、トンボ玉を作ります。

ガラスの判子作り

▼日時 10月17日(出)、18日(出) 午前9時30分～正午、午後1時30分～4時  
▼定員 各回ひと家族4人まで  
▼費用 500円(2個分)  
※模様玉及び金具類は、別途実費をいただきます。  
③ガラスの時計作り  
板ガラスの上に色ガラスを使って絵を描きます。  
▼日時 10月24日(出)、25日(日) 午前9時30分～正午、午後1時30分～4時  
▼定員 24日各回4人、25日各回2人  
▼費用 1千500円  
※作品は後日の引き渡しとなります。



**地域連携交流施設 (はりまデザインラボ)**  
☎079(437)0141  
休館日 毎週日曜日

ダンスチャレンジ

▼日時 10月1日(木)、15日(木) 午後4時30分～5時30分  
▼費用 月会費1千500円

大人のぬりえサロン

▼日時 10月20日(火) 午前10時～正午  
▼対象 どなたでも(子ども同伴可)  
※予約が必要です。  
▼持ち物 色鉛筆、お茶  
▼費用 200円(材料費など)

グリーンボランティア募集

花や緑と一緒に育てませんか  
▼日時 10月8日(木) 午前10時～11時30分(参加時間は自由です)

播磨町の「いいとこ」写真展

皆さまからご応募いただきました「いいとこ写真」の写真を地域連携交流施設で開催します。  
▼期間 10月13日(火)～22日(木)  
▼問合せ 都市計画グループ

**県立考古博物館**  
☎079(437)5589  
10月の休館日 5日、12日、19日、26日

特別展「兵庫ゆかりの武将たちー明智光秀とその時代ー」

京や大坂に近接する兵庫県域では、戦国から近世へと時代が移り変わるなかで、重要な戦いがくりひろげられました。  
本展では、天下統一への歩みのなかで、県内各地で活躍した武将の肖像画や歴史資料・武器などを紹介するとともに、関連城跡から出土した考古資料などを展示します。

▼会期 10月10日(出)～11月29日(日)  
▼観覧時間 午前9時30分～午後5時(入場は午後4時30分まで)  
▼場所 特別展示室  
▼観覧料 大人500円 大学生400円(各種割引有り) 高校生以下無料

特別展講演会「信長と光秀」

▼日時 10月17日(出) 午後1時30分～3時

**施設・登録団体、各種団体からのお知らせ**  
加古川市消防本部  
スマホで見よう!  
加古川消防ミュージアム  
展示パネルは、消防署や各種災害事例の紹介、消防クイズコーナーもあり、パネルの2次元バーコードをスマホやタブレットで読み取り、臨場感あふれる動画を見ることが出来ます。  
※来場者には抽選で消防LINEスタンプをプレゼントします。

▼場所 講堂  
▼定員 60人  
※事前予約が必要です。詳細は館のHPをご覧ください。  
▼講師 高木叙子(滋賀県立安土城考古博物館学芸員)

**第25回播磨町陸上競技記録会**  
▶日時 11月15日(日) 受付8:30～ 競技9:30～  
※雨天時は22日(日)に順延。  
▶場所 秋ヶ池運動場 ※駐車場のスペースがありませんので、車でお越しの方は役場駐車場をご利用ください。  
▶参加制限 1人2種目まで(リレーは除く)  
▶種目

対象	種目
小学1・2年生	50m
小学3・4年生	50m、1500m(男子のみ)、800m(女子のみ)、走幅跳
小学5・6年生	100m、1500m(男子のみ)、800m(女子のみ)、走高跳、走幅跳、リレー
中学・高校・一般	100m、200m、800m、1500m、3000m、100mH、110mH、走高跳、走幅跳、砲丸投、リレー

▶参加資格 播磨町在住・在学・在勤またはスポーツクラブ21はりま会員  
▶締切日 11月1日(日)  
▶申込み・問合せ スポーツクラブ21はりま窓口(総合体育館)、またはFAXでお申し込みください  
※コロナの状況によっては中止になることもあります。  
NPO法人スポーツクラブ21はりま  
☎079(437)2201 FAX079(437)3382

**スポーツクラブ21はりま**  
☎079(437)2201  
午前9時～午後7時  
10月の休館日 26日

トレーニング教室

受講した人へは、修了証を発行します。修了後は、総合体育館トレーニング室を利用できます。

▼日時 11月7日(出)、16日(月) 午後7時30分～9時のいずれか1回  
▼対象 16歳以上  
▼費用 千円  
▼申込み・問合せ 10月1日(木)から受付開始。受講料を添えてお申し込みください(受付時間 午前9時～午後7時)

**キャンパスだより**  
委員会活動  
播磨小学校5・6年生  
小学校では、委員会活動(本校ではワーク活動という名称です)を行っています。5、6年生が学校生活の課題解決に向けた計画、運営を行うものです。今年度は、6月から登校し、子どもたちの学校生活が軌道に乗るまでには少し時間がかかりましたが、7月からワーク活動を実施することができました。今年度のワーク活動は10のワークで組織されています。  
学校の環境を整えるワーク、全校生の学習支援に関わるワーク、学校安全に関わるワーク、校外の支援に関わるワークなど、様々な内容を対象としています。  
前年度と同様の活動をするもありますが、今年度は6年生が、もっとやりたいこと、できることを考えて各ワークの担当教員に提案をしています。  
月に1度は、ワーク長と各学級の代表者(3年生以上)による代表委員会を行い、共通理解を図ったり、今後の活動について話し合ったりしています。

子どもが自ら考え、具現化していく、それが誰かの助けになっているという実感もてるよう、これからも活動を支えていきたいと思えます。

▲代表委員会

パクパクワーク (給食の食器などの返却を補助する活動)

