



**総合スポーツ施設  
スポーツクラブ21はりま**  
 毎月第4月曜日休館、  
 年末年始12月29日～1月3日休館  
 ☎079-437-2201

**トレーニング教室**

修了後は、総合体育館トレーニング室を利用できます。日 1月14日(土)、28日(土) 19時30分～21時のいずれか1回 対 16歳以上 定 各教室先着10人 費 1,000円 申 受付開始日12月1日(木)。費用を添えて総合体育館窓口でお申し込みください



**加古郡リサイクルプラザ**  
 月・火曜日休館、  
 年末年始12月29日～1月3日休館  
 ☎079-437-7671

**「第7回加古ちゃんの3Rフェスタ」を開催**

日 12月11日(日) 9時～12時30分 内 リサイクル体験、リユース品の販売(後日引取り)、3,000円相当の名産品が当たるスタンプラリーなど。問 詳細は、チラシまたは加古郡リサイクルプラザのホームページをご覧ください。

●臨時休館日 第7回加古ちゃんの3Rフェスタ準備の為、12月10日(土)は臨時休館とします。※ベビー用品の貸出・返却はできません。※粗大ごみなどの搬入はできません。(8時～11時30分)

**加古郡リサイクルプラザに「プラザDeフリマ」コーナーを新設**

家庭で眠っているもの、不要となったものなどの有効活用を促進することを目的とし、常設型フリーマーケット「プラザDeフリマ」を開設します。■区画ショーケース(一区画幅150cm×高さ30cm×奥行30cm)を約2カ月間貸し出します。(有料) ■定数7区画 ■販売方法 リユース品、ハンドメイド雑貨などを展示。リサイクルプラザが代理販売します。申 初回分、令和5年1月25日(水)開始の出店者を募集します。問 詳細は、加古郡リサイクルプラザのホームページをご覧ください。

**加古ちゃんの有機肥料ご愛顧感謝半額販売**

「加古ちゃんの有機肥料(10kg袋入)の半額販売」の詳細は、広報1月号でお知らせします。



**エコクリーンピアはりま**  
 高砂市梅井6丁目1-1  
 ☎079-448-5260

**環境学習リサイクル講座**

●関西学院大学講師による講演会『「分解」と「バランス」から考える人間社会の廃棄物-自然界になぜ「ごみ」はないのか?学びはここから!-』日 1月14日(土) 10時～

●残糸を有効活用 靴下輪っかで作るゆび編み手芸～コースターづくり～日 1月21日(土) 10時30分～、13時30分～

●リサイクルエコ素材の銀粘土「アートクレイシルバー」を使ってシルバーアクセサリをつくろう～世界でたった一つのオリジナルチャーム～

日 1月28日(土) 10時～、13時30分～

■各講座共通 詳細はホームページをご覧ください 申 12月1日(木) 8時30分から講座前日の17時15分まで受付 ※定員になり次第終了します。問 QRコードによる申し込みができない人はお問い合わせください。エコクリーンピアはりま ☎079-448-5260 問 講座内容の詳細についての問い合わせ 高砂環境サービス ☎079-446-8666



**県立考古博物館**  
 月曜日休館(月曜日が祝日の場合は翌平日が休館)、年末12月24日～31日休館  
 ☎079-437-5589

すべて申し込みが必要。定員を超える場合は抽選。詳細は、考古博物館ホームページをご覧ください。

**講演会「近代日本がここ兵庫津から始まった」**

日 1月14日(土) 13時30分～15時 場 講堂 定 72人 講 山下史朗(兵庫県企画部地域振興課) 費 無料 申 12月20日(火)までにオンラインか往復はがきで申し込み

**講演会「発掘調査から見た兵庫津」**

日 1月21日(土) 13時30分～15時 場 講堂 定 72人 講 野田優人((公財)兵庫県まちづくり技術センター) 費 無料 申 1月3日(火)までにオンラインか往復はがきで申し込み

**講演会「やきものから見た中世の兵庫津」**

日 2月4日(土) 13時30分～15時 場 講堂 定 72人 講 岡田章一(当館名誉学芸員) 費 無料 申 申込期間 12月6日(火)～1月17日(火) オンラインか往復はがきで申し込み

**各種団体からのお知らせ**

各施設の登録団体、町事業受託団体、官公庁など公的機関からのお知らせ

**野添コミセン(野添コミュニティ委員会)**

**いきいきフォーラム**

第4回「男らしさって?女らしさって?」ドキュメンタリー映画「ぼくが性別『ゼロ』に戻るとき～空と木の美の9年間」上映会

日 12月11日(日) 時 ①10時～11時40分②15時～16時40分 場 野添コミセン多目的ホール 内 女性として生まれたが自分の性に違和感を持ち続け、13歳で「性同一性障害」と診断。20歳で性別適合手術を受けて戸籍を男性に変えた若者の、9年間の変化と成長を描いた《こころの居場所》についてのドキュメンタリー 定 ①②各50人 費 無料 申 電話または直接野添コミセンで受け付けます ※無料託児サービスあり(各回3～4人) 問 詳細はお問い合わせください。野添コミセン ☎078-943-4825

**播磨町国際交流協会**

**クリスマスパーティー**

子どもクリスマス会。外国人の先生たちが、簡単な英語でクリスマスのゲームをしたり、絵本を読んでくださる予定です。日 12月4日(日) 10時～11時30分 場 南部コミセンホール 対 4歳～小学生 持 ハサミ、ノリ、色マジック、新聞紙 費 会員の子ども 無料、非会員300円 ■締切日 12月2日(金) 申 問 10月から電話番号が変わりました。播磨町国際交流協会 ☎079-435-2364 ✉harimacho-ifa@hifa.jp.org

**まちづくりパートナー事業**

**はりまあるチャイルドケア**

**託児付きイベントの参加者募集**

子どもと離れて、自分の時間を楽しみませんか?託児の必要がない人も参加できます。

**●ヨガでリフレッシュ**

日 12月16日(金) 10時～11時 場 福祉会館 費 1,200円 講 佐伯桂子



**●ZUMBA!**

▲ZUMBA!

日 12月22日(木)

10時～11時 場 中央公民館 費 1,000円 講 福島浩子

**●オリジナル正月飾りを作ろう**

日 12月22日(木) 10時～11時 場 中央公民館 費 2,000円 講 黒田恵美(笑みや)

■各イベント共通 イベント開催日には、託児のみご利用のうえ自由にお過ごしいただく「おひとり様タイム」も実施しています。申 問 詳細ははりまあるチャイルドケア公式インスタグラムに掲載しています。申し込みはQRコードの申し込み専用フォームから、お問い合わせはメールでお願いします。

**●イベントの託児スタッフを臨時募集**

託児付きイベント参加者の子ども(乳幼児)をグループでお預かりします。子どもと関わるのが好きな人のご応募をお待ちしております。日 12月22日(木) 9時30分～11時30分 場 中央公民館 ■謝礼 1,000円 定 募集人数若干名 申 問 Eメールでお願いします。✉h.childcare797@gmail.com



申込フォーム



Instagram



Eメール

**家庭倫理の会播磨町**



**「播磨町にちなんだ短歌をつくろう」作品募集**

申 12月31日(土)までに、次の①～④の方法で応募してください。①福祉会館に設置の応募箱に投函②郵送で〒675-0150播磨町南野添3丁目6-6 JAビル3階家庭倫理の会播磨町③FAX079-490-3105④ホームページから 問 高橋 ☎FAX 079-435-9870

●「播磨町にちなんだ短歌をつくろう」第2回学習会初めての人も大歓迎。日 12月10日(土) 14時～15時30分 場 福祉会館 1階 対 町民 費 無料 問 高橋 ☎FAX 079-435-9870



家庭倫理の会「短歌をつくろう」





# 催し

## 播磨町町制施行60周年記念事業 「こころふれあう 町民のつどい」講演会 だれも排除しない「まぜこぜの社会」をめざして



日 12月4日(日) 13時30分～15時45分(開場13時) 場 中央公民館大ホール 費 入場無料 定 200人(状況により入場制限させていただきます) 講 東ちづる(女優) 問 地域学校教育課 地域教育係 ☎079-435-0303

## 播磨町自治会連合会 町制60周年記念フォーラム 「これからのまちづくりと地域活動」

播磨町は本年度町制60年を迎え、『協働のまちづくり宣言』をしました。これを機に、すべての住民でこれからのまちづくりや自治会活動について学び、考える場をつくるため、記念フォーラムを開催します。ぜひご参加ください。日 12月17日(土) 14時～16時 場 ①メイン会場：役場3階ABC会議室 ②サブ会場：東部コミセン、西部コミセン、野添コミセン、南部コミセン※①と②をオンラインでつなぎます。各コミセンでも同フォーラムに参加できます。対 どなたでも 問 播磨町自治会連合会事務局(協働推進課内) ☎079-435-2364 FAX 079-435-0367 ✉ kyodo@town.harima.lg.jp

## 播磨町商工会 新年交礼会

播磨町・播磨町議会・播磨町商工会では、新年の交礼会を開催します。地域の皆さんの自由な参加による交礼会です。日 1月4日(水) 12時～13時 場 中央公民館大ホール 費 2,000円※お持ち帰り用の昼食をご用意いたします 申 問 参加希望の方は、12月9日(金)までに、商工会窓口でお申し込みください ☎079-435-1630

## 子育て応援ネット推進事業 講演会「コロナ禍だから考えたい～地域や家庭にできること～」

地域ぐるみで子育て家庭を応援する播磨町を目指し、学習機会として講演会を開催します。

日 12月6日(火) 10時～12時 場 中央公民館視聴覚室 講 栗木剛 対 子育て中の保護者及び播磨町在住の人 申 氏名、連絡先(電話番号、住所)を協働推進課までお知らせください※当日参加も可能ですができるだけ事前申込みをお願いします 問 協働推進課 生涯学習係 ☎079-435-0565

●ファミリーサポート(保育サービス) 定 先着10人 持 印鑑 費 無料 申 事前申し込みが必要です。11月29日(火)までに協働推進課にお申し込みください。



## 郷土資料館

月曜日休館(月曜日が祝日の場合は翌平日が休館) 年末年始12月29日～1月3日休館 ☎079-435-5000

## 動くおもちゃをつくろう

今回の動くおもちゃは、たおしたスプーンが跳ね上がるとボールがとび出します。指導は、ひょうごあそびの伝承師の皆さんです。

日 12月4日(日) 13時30分～15時 場 学習室 対 小学生以上 定 先着8人 費 無料※事前申し込みが必要です。

## 弥生のはた織りに挑戦しよう(2日間)

身体と糸と棒だけで布を織る弥生時代の「腰機(こしばた)」に挑戦します。2日間で毛糸のマフラーを織り上げます。

日 12月10日(土)、11日(日) いずれも10時～16時 講 新田恭子(繊維造形作家) 場 学習室 対 小学5年生以上 定 先着8人 費 800円※事前申し込みが必要です。



## 中央公民館

第3日曜日休館、  
年末年始12月29日～1月3日休館  
☎079-437-6980

## 書初め展示作品募集

お正月に書初めをしませんか?課題文字はありません。初めての書初めも大歓迎です。ぜひチャレンジしてください。日 受付期間 令和5年1月4日(水)～9日(月) 日 展示期間 1月11日(水)～18日(水) 場 中央公民館ロビー ■ 用紙サイズ 半紙、半切1/4どちらかのみ 対 高校生まで



## 地域連携交流施設 (はりまデザインラボ)

毎週日曜日休館、  
年末年始12月29日～1月3日休館  
☎079-437-0141

## 定例の催し

●文章を書いてみよう 文芸入門。日 12月8日(木)、10日(土) 10時～12時 持 筆記用具 講 こんまさゆき 費 1回500円(高校生以下200円) ※1回のみ参加可。

●ダンスチャレンジ 障がいのある子どもの体力づくり 日 12月1日(木)、15日(木) 16時30分～17時30分 費 1,500円(月会費)

●大人のぬりえ 日 12月5日(月) 10時～12時 持 色鉛筆、お茶 費 200円

●グリーンボランティア募集 日 12月8日(木) 10時～11時30分

●おりぞめくらぶ 日 12月7日(水) 10時～12時※汚れてもいい服 費 1回1,000円

●折り紙教室 日 12月20日(火) 10時～12時 費 600円

●親子ふれあい遊び【まんまる】 縄遊び、手形足形、カレンダー作りなど。子育てミニトーク会。日 12月21日(水) 10時～11時30分 対 1歳6カ月～3歳 定 10組(最小催行人数3組) 講 chisato 費 1,000円(2人目以降きょうだいの材料費300円)

## 公民館子ども教室募集

1月は次の4教室あります!一緒に楽しく体験しませんか?お待ちしております。①でかでかカルタで遊ぼう!②囲碁ボールで遊ぼう!③かきかた教室④カップケーキをつくろう!※日程・内容はホームページ(QRコード)でご確認ください。

## 播磨町ふるさと歴史カルタを貸し出します



播磨町の歴史・文化を、カルタを通じて学んでみませんか。お正月に家族みんなで、カルタで盛り上がりましょう ■ 貸出期間 12月1日(木)～令和5年1月31日(火)のうち2週間

▲「播磨町ふるさと歴史カルタ」を中央公民館で貸し出します。購入もできます。(800円)



## 図書館

第2・4水曜日休館、  
年末年始12月28日～1月3日休館  
☎079-437-4500

## 特別貸出のお知らせ

年末年始の休館に伴い、12月15日(木)～27日(火)の期間に限り、貸出期間を3週間に、また図書の出借冊数を10冊に変更します。

※視聴覚資料の出借点数は、通常どおり3点です

## はりま読書の会

日 12月18日(日) 11時～12時 場 2階視聴覚室 対 中高生～一般 定 10人※参加人数が多数の場合は抽選。持 おすすめ本1～2冊程度

## 図書館の今月の本だ

### 「1年の汚れを落とそう」

- 『家中スッキリ片づく!「つっぱり棒」の便利ワザ』 竹内 香予子/著
- 『ナチュラルおそうじ大全』 本橋 ひろえ/著
- 『キッチンがたった1日で劇的に片づく本』 阪下 千恵/著
- 『1日15分ナチュラルおそうじBOO K』 青木 恵/著
- 『今の暮らしを快適に変える収納レッスン』 本多 さおり/著







## 住宅改造特別型の申請は

12月28日で締め切りです

高齢の人や障がいのある人が住みなれた住宅で安心して自立した生活を送るために、既存の住宅を改造する場合、その費用の一部を助成しています。お早目にご相談ください。対 介護保険制度の要介護・要支援認定を受けた人または身体障害者手帳、療育手帳の交付を受けた人がいる世帯 申 締切日 12月28日(水) ■ 注意事項 令和5年3月末日までに完了する工事が対象です。工事契約締結前および着工前に申請が必要です。問 詳しくはお問い合わせください。保険課地域包括ケア係 ☎079-435-0313



住宅改造助成

## 心身障害者扶養共済掛金補助金の交付申請

兵庫県心身障害者扶養共済制度に加入されている方に、令和4年度第2期(8月～11月分)の心身障害者扶養共済掛金に対する補助金を交付しますので、申請期間内に必要書類を添付して申請してください。申 11月22日(火)～12月6日(火) 持 掛金の領収証(8月～11月分)・振込先金融機関の確認できるもの・印鑑(朱肉を使用するもの)・兵庫県心身障害者扶養共済制度加入証書 ■ 振込日 12月26日(月) 申 問 健康福祉課障害福祉係 ☎079-435-2361



兵庫県心身障害者扶養共済制度

## シルバー人材センター

### 会員の募集

シルバー人材センターは、播磨町に住む60歳以上の健康で働く意欲のある人の入会をお待ちしております。■ 入会説明会 毎月第4水曜日(日 令和4年11月は24日(木)) 10時 問 シルバー人材センター ☎079-437-7386

## 播磨町シニアクラブ連合会

### シニア(老人)クラブに加入しましょう!

お住まいの地域のシニア(老人)クラブに参加して、仲間と一緒に活動しませんか。申 直接地域のシニアクラブか、シニアクラブ連合会まで 問 播磨町シニアクラブ連合会 ☎079-435-5138 ✉rouren\_harima@yahoo.co.jp

# 保険と年金

## ご存じですか? 障害基礎年金

年金というと、老後の生活を支えるイメージがあると思います。しかし、現役世代でも、病気やケガなどで障害が生じ働けない人には、障害年金基礎年金(国民年金の障害年金)が該当する可能性があります。対 次のすべてを満たす人①障害の原因となる病気やケガの初診日が国民年金加入期間または20歳以前②60歳以上65歳未満(老齢基礎年金繰上受給者を除く)③障害認定日に障害の程度が国民年金法の障害等級基準を満たしている。④初診日前日に保険料の滞納期間が3分の1を越えていない。または、初診日前々月までの1年間に保険料の滞納がない(初診日が令和8年3月31日までの特例) ※ 「初診日」は、障害の原因となった病気やケガについて初めて医師の診察を受けた日 ※ 「障害認定日」は、原則初診日から1年6カ月を経過した日(1年6カ月以内に症状が固定した場合はその日が障害認定日とみなされます。) ※ 20歳前の年金制度に加入していない期間に初診日がある場合は、納付要件は不要です。■ 支給額年額・1級 97万2千250円・2級 77万7千800円 ■ 子の加算・第1子・第2子 各22万3千800円・第3子以降各7万4千600円 ※ 申請手続きなど詳しくは、保険課または加古川年金事務所にお問い合わせください。問 加古川年金事務所 ☎079-427-4740 問 保険課国保年金医療係 ☎079-435-2581

# 暮ら

## 本人通知制度をご存じですか?

本人通知制度は、住民票の写し、戸籍謄抄本などの証明書を代理人や第三者に交付した場合、事前に登録している人に対して、交付した事実をお知らせするものです。証明書の不正取得による個人情報情報の使用や権利の侵害を未然に防止することにつながります。■ 登録できる人 現在または過去に①播磨町に住民登録をしている人、していた人②播磨町の戸籍、戸籍の附票に記載されている人、記載されていた人 申 事前に登録申請が必要です。窓口または郵送で申請してください。申請書などは窓口のほかホームページからもダウンロードできます。詳しくはホームページまたは、住民課窓口でお尋ねください。問 住民課 ☎079-435-2363



本人通知制度

## マイナンバーカードに関する休日受付(予約制)

日 12月11日(日)、1月29日(日) 9時～12時、13時～15時30分 場 住民課①番窓口 問 マイナンバー専用番号 ☎079-437-7041

## マイナンバーカードをまだ持っていない人へ

マイナンバーカードをまだお持ちでない75歳未満の人に、11月中旬から12月上旬にかけて、オンライン申請用QRコード付きマイナンバーカード交付申請書が順次送付されます。自宅スマートフォンなどで申請書のQRコードを読み取ることで、簡単に申請ができるほか、役場でも申請ができます。最大2万円分のポイントがもらえるマイナポイントの申し込みにはマイナンバーカードが必要です。マイナポイントの対象となるマイナンバーカードの申請期限は12月末となっています。この機会にぜひマイナンバーカードの申請をお願いします。問 マイナンバー専用番号 ☎079-437-7041



マイナポイント事業

## 年末年始のし尿汲み取り業務の休業

■ 休業期間 12月29日(木)～令和5年1月9日(月) ■ 年内期限 12月28日(水)までに汲み取りを希望する場合は、12月27日(火)(仮設トイレは12月23日(金))午後5時までに申し込みをしてください。それ以降に受け付けた場合は、令和5年1月10日(火)以降の汲み取りとなりますので、ご注意ください。※ 便槽の容量が小さなお宅で、年末年始の来客などにより、いっぱいになると予想される場合は、事前にお申し込みください。申 産業環境課 ☎079-435-2721

## 資源回収運動奨励金

町内の営利を目的としない地域の団体が、資源ごみ集団回収運動を実施した場合、回収した資源ごみの量に応じて奨励金を交付しています。対 自治会(自治会、子供会、婦人会、老人会などの各種団体)、PTA(町内の各保育園、幼稚園、小学校、中学校の父母の会及びPTA) ■ 単価紙類及び布類については、1キロにつき7円(アルミ缶、スチール缶、ガラス瓶は除く)、播磨町可燃ごみ中継センターに搬入した紙パックについては、1キロにつき20円 申 奨励金の交付を受けようとする団体は、資源回収運動奨励金交付申請書に、回収業者が作成した仕切り伝票を添付して、産業環境課まで提出してください。(奨励金の振込口座名義人は、申請団体名と一致した名義を使用してください) 問 産業環境課 ☎079-435-2721

# 防災と安全

## 播磨町消防団

### 年末特別警戒

播磨町消防団では、年末の火災予防運動に合わせ、12月27日(火)から30日(金)までの間、夜間に各分団詰所を拠点に年末特別警戒を実施し、夜間パトロールなどを通じて「火の用心」を呼びかけます。問 危機管理課 ☎079-435-0991

## 加古川市防災センター

### 応急手当を学ぶ 救命講習

①上級救命講習 日 12月17日(土) 9時～17時 ②普通救命講習 I (WE B) 日 12月23日(金) 9時～11時 ※ 事前に消防庁応急手当WE B講習を学習した人。■ 共通事項 心肺蘇生法とAEDの使い方、止血法などの応急手当(①は成人・小児・乳幼児、②は成人に対する救命講習) 対 播磨町、稲美町、加古川市に在住か在勤、在学の人 定 先着各30人 申 問 講習会開催の2日前までに電話でお申し込みください。加古川市防災センター ☎079-423-0119 ※ 月曜日、第3日曜日、祝日は休館日のため申し込み、問い合わせはできません。

# 地域教育と協働

## 令和4年度播磨町スポーツ賞表彰の推薦を募集

播磨町では、各種スポーツで優秀な成績を収めた選手及び指導者や、スポーツ振興に功績があった者に表彰を行っています。各賞への推薦をお願いします。■ 表彰式 日 令和5年2月11日(土) 10時 場 中央公民館大ホール ● スポーツ功労賞 本町スポーツ振興に著しく功績のあった者 ● スポーツ勲功賞 スポーツ優秀選手賞を受賞させた指導者 ● スポーツ優秀選手賞 特別賞は、優秀賞に該当する成績を収めたものの中から特に成績顕著な者。優秀賞は、スポーツ競技に特に優秀な成績を収めた者。奨励賞は、スポーツ競技に優秀な成績を収めた者。■ 推薦方法 12月23日(金)17時までにスポーツクラブ21はりま、または播磨町協働推進課(第1庁舎2階)に播磨町スポーツ賞推薦書に必要事項を記入のうえ提出してください。(対象者は原則的に、その年度中の成績とします。) 申 問 協働推進課 生涯学習係 ☎079-435-0565 FAX ☎079-435-0367







# Information

QRコードを読み取ってホームページでも確認できます。

記号の意味 日 日時・日程・開催期間 場 場所 対 対象 定 定員 内 内容 講 講師 持 持ち物・必要書類 費 費用・参加費  
申 申し込みや申請の方法・窓口・送付先・期間・締切日 問 問い合わせ先 (☎電話番号・FAXファックス・✉E-mail)  
上記記号に当てはまらない項目は ■ のあとに太字で項目を表記します。

## 健康づくり

### 健康講座(運動)



日 12月12日(月) 10時～11時30分 場 総合体育館 2階中体育室 対 町民 定 30人  
内 筋力トレーニング、ストレッチ、有酸素運動 費 無料 持 汗拭き用タオル(運動にも使用するため長めのもの)、水分補給できるもの、動きやすい服装、上靴、マスク 申 問 事前の申し込みが必要です。健康福祉課健康係 ☎079-435-2611

### 播磨町いずみ会料理教室

今月のテーマは「食物繊維をしっかりとって(おもてなし料理)」です。

●いずみ会料理教室 日 場 12月14日(水) 野添コミセン、12月16日(金) 南部コミセン、12月21日(水) 南部コミセン 時 いずれも9時30分～13時 費 500円(当日徴収)

●男性料理教室 日 12月17日(土) 9時30分～13時 場 南部コミセン 定 10人程度 費 500円(当日徴収)

■各教室共通 持 エプロン、バンダナ、ふきん、筆記用具 申 問 事前にお申し込みください。教育総務課学事係 ☎079-435-0533

### 加古川医師会

#### 第45回兵庫県健康大学

#### 「病気に負けない健康情報2022」

日 1月14日、21日、28日、2月18日、25日(計5回) 各土曜日14時～15時30分 場 ウェルネージかこがわマリンガホール 対 全日参加できる人 定 先着50人 内 専門医などによる講座 費 1,000円(初日に徴収) 申 問 12月23日(金)までに申し込みが必要。加古川医師会 ☎079-421-4301 FAX 079-421-4303

### 加古川医師会

#### 令和4年度 第3回 市民健康フォーラム

#### 「学校園などでの疾病への対応と管理」

日 12月17日(土) 14時30分～16時 場 ウェルネージかこがわマリンガホール 定 50人 講 住永亮(すみなが小児科アレルギー科)「こどものアレルギー疾患～発症リスクと予防～」 講 中尻智史(おひさまこどものクリニック)「痙攣(熱性痙攣、てんかんなど)」 ※WE B併用。手話通訳あり。申 問 事前の申し込みが必要です。加古川医師会 ☎079-421-4301 FAX 079-421-4303



市民健康フォーラム申込みフォーム

### 生活習慣病講演会

～ストレスチェックができます～

日 12月15日(木) 場 中央公民館

時間	内容
10時～13時30分	ストレスチェック&血管年齢測定(1人あたり5分程度) 保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談(希望者のみ) セミナー「腸の意外な働きと乳酸菌の新たな可能性」(1回あたり15分)
13時30分～14時30分(質疑応答14時30分から30分程度)	生活習慣病講演会「こころの健康講座 ～ストレスとうまく付き合う方法～」 講 豊田裕敬(とよだクリニック)
14時30分～16時	ストレスチェック&血管年齢測定(1人あたり5分程度) 保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談(希望者のみ) セミナー「腸の意外な働きと乳酸菌の新たな可能性」(1回あたり15分)

対 播磨町民 費 無料 持 筆記用具、個別相談を希望の人は食事記録、健診結果(検査結果) ※マスクの着用をお願いします。申 問 測定・講演会ともに事前予約が必要です。健康福祉課までお申し込みください。健康福祉課健康係 ☎079-435-2611

### ●肝炎検査無料受診券をお持ちの人へ

「生活習慣病講演会」の前に、肝炎検査及び胃がんリスク検査を実施します。日 12月15日(木) 13時～13時30分 場 中央公民館 1階 対 肝炎検査無料受診券が届いた人(胃がんリスク検査を過去に受けたことがない人は肝炎ウイルス検査と同時に検査できます) 持 肝炎検査無料受診券、健康保険証 ※マスクの着用をお願いします。申 加古川総合保健センター ☎079-429-2923(平日8時30分～17時)

### 健康ポイントを集めてみませんか?



播磨町では、楽しみながら健康づくりに取り組んでもらえるよう「健康ポイント」制度を実施しています。ポイントを5個集めれば、先着1,000名に景品をプレゼントします。特定健診やがん検診を受けるほか、健康相談や健康教室への参加などでポイントがもらえます。

# 保健と福祉

### 町内で健診が受けられます



日 場 ①令和5年1月11日(水) 福祉会館 ②1月17日(火) 野添コミセン

健診・検査	対象	費用
★肺がん(レントゲン)	20歳以上	500円
★胃がん(バリウム)	40歳以上	1,400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	無料
健康診査	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

★がついている検診については、65歳以上の人は無料です。

■すべての申込み 加古川総合保健センター ☎079-429-2923(平日8時30分～17時) 問 健診費用の免除はお問い合わせください。健康福祉課健康係 ☎079-435-2611



令和4年度 播磨町健診のご案内

### 救急医療情報キットを備えましょう

町では、自宅で具合が悪くなり救急車を呼んだときに、本人の医療情報を正確に伝えられるよう、希望者に救急医療情報キットを無料で配布しています。■配布数 1世帯に1セット(2人以上の情報保管する場合は、救急医療情報シートを人数分お渡しします) 申 保険課の窓口で申請してください。 ※代理申請の場合、委任状が必要です。(申請書は町ホームページからダウンロードできます) 問 詳しくはお問い合わせください。保険課地域包括ケア係 ☎079-435-0313



救急医療情報キット

## 12月のいきいき保健相談

▶問合せ 保険課国保年金医療係 ☎079-435-2581

内容	日時(受付時間)	場所	対象
健康・栄養相談 保健師、栄養士が個別に相談に応じます。予約制で1人45分程度の相談です。 ▶持ち物 健診結果、食事記録(2日分)、お薬手帳(お持ちの人)	12月8日(木)13:30～15:30	南部コミセン	播磨町民(生活習慣病が気になる人など、どなたでもどうぞ)
	12月13日(火)9:30～15:30	福祉会館	
	12月23日(金)9:00～11:00	福祉会館	糖尿病で治療中の人、糖尿病が気になる人

### 加古川健康福祉事務所の保健相談

こころのケア相談	エイズ・肝炎ウイルス検査相談	専門栄養相談
▶日時 12月12日(月)、26日(月) 13:00～14:00 ※12日はアルコール関連相談あり ▶申込み 地域保健課 ☎079-422-0003	原則として匿名・無料で実施 ▶日時 12月7日(水)、14日(水) 9:10～10:00 ▶申込み 健康管理課 ☎079-422-0002	▶日時 12月21日(水) 9:30～11:30 ▶申込み 健康管理課 ☎079-422-0002

東はりま夜間休日応急診療センター ☎079-431-8051 ▶診療時間 日曜日、祝日、年末年始 9:00～18:00 夜間は年中無休 【内科】 21:00～翌朝6:00 【小児科】 21:00～深夜0:00	加古川歯科保健センター ☎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。



広報はりま 4.12 播磨町ホームページ

広報はりまに掲載している情報は、新型コロナウイルス感染症の影響などで延期や中止になる場合があります。最新の情報をホームページで確認するか、電話でお問い合わせください。



広報はりま 4.12 播磨町ホームページ

広報はりまに掲載している情報は、新型コロナウイルス感染症の影響などで延期や中止になる場合があります。最新の情報をホームページで確認するか、電話でお問い合わせください。

広報はりま 4.12