

広報

Ako City
Public
Relations



JAPAN HERITAGE

日本遺産

あこ

2024

5

No.869

令和6年5月10日発行

赤穂

赤穂市消防本部

31

201超 HINO

MURITA

姫路830
ち 31

赤穂市
公式 LINE
暮らしに便利な情報を
LINEでお届けします



防災行政無線の放送内容は、

TEL 0120・969・711 または TEL 43・7070

でご確認いただけます。スマホでの確認はこちらから▶



春の叙勲

危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章

瑞宝単光章



いわもと のりみち
岩元 憲道 さん
砂子 61歳
防衛功労
元 3等陸佐



うえやま たもつ
上山 保 さん
西有年 74歳
警察功労
元 兵庫県警部補

赤穂市議会

4月17日の市議会臨時会において、常任委員会などの正副委員長に、次のとおり就任しました。(◎は委員長、○は副委員長 敬称略)

- 総務文教委員会 ◎釣 昭彦 ○安田 哲
- 民生生活委員会 ◎榊 悠太 ○荒木 友貴
- 建設水道委員会 ◎田淵 和彦 ○南條 千鶴子
- 議会運営委員会 ◎奥藤 隆裕 ○榊 悠太
- 幹線道路・河川整備特別委員会 ◎山田 昌弘 ○井田 佐登司
- 市民病院経営改善調査特別委員会 ◎奥藤 隆裕 ○中谷 行夫



第3回ひょうご農福連携コンテストで さくら園 がグランプリを受賞

高齢者の特殊詐欺被害を防止しましょう

●問い合わせ先 社会福祉課 TEL 43・6809 FAX 45・3396

県内の令和5年中の特殊詐欺被害は1,224件で、被害総額は約20億円となっており、その約8割が高齢者に集中しており、市内での被害も確認されています。高齢者が特殊被害にあわないようにするため、赤穂市は兵庫県赤穂警察署との間で、「高齢者の特殊詐欺等の犯罪被害の防止についての覚書」を3月28日に締結し、連携して被害防止に努めることとしました。

また、令和6年度より、自動録音電話機等の購入補助事業を行っています。この制度は、振り込め詐欺をはじめ、悪質な電話による特殊詐欺の被害を未然に防止することを目的に、自動録音電話機等の防犯機能を有する機器の購入費の一部を補助するものです。



自動録音電話機等の購入を補助しています

●問い合わせ先 危機管理担当 TEL 43・6866 FAX 43・6892

購入補助の申請窓口を危機管理担当(市役所3階)に設けていますので、ご利用ください。

- 対象者 市内に在住する65歳以上の方がいる世帯(年齢基準：令和7年3月31日時点)
- 要件 4月1日以降に購入した機器が対象
- 申請期間等 4月1日(月)～令和7年1月24日(金) ※土日・祝日を除く午前9時～午後4時まで(正午～午後1時除く)
- 補助の対象機器(対象機器になるかどうかは、市ホームページで確認してください) 特殊詐欺対策機能を有する「自動録音電話機(固定電話機)」または固定電話機に設置する「外付け録音機」
- 補助上限額 自動録音電話機 10,000円 外付け録音機 5,000円

赤穂市ホームページ 「自動録音電話機等の購入補助について」▶



農福連携とは？

農業と福祉とが連携し、障がい者が農業分野での活躍を通じ、自信や生きがいを持って社会参画を実現していく取り組みで、農業分野と福祉分野との双方の課題解決が見込まれています。

さくら園の取り組み

市内の農業者から依頼を受けた農作業について、それぞれの障がいの特性に配慮し、誰もが作業に参加できるよう取り組んでいます。現在、播種、野菜の定植、収穫、出荷調整作業を行っています。今後も利用者の方が地域で活躍できるよう継続していきます。



関係者の声

利用者のできる幅が広がった



利用者のいきいきとした笑顔と成長を日々嬉しく感じています！

農業は楽しい！



自分たちが収穫した野菜がスーパーに並んでいるのを見ると嬉しいです。



Sunny & Grass 宮脇 信一郎さん

障がいのあるなしに関わらず、農業に携わる人が増えてほしい！

農福連携を始めたきっかけは、繁忙期の人手不足に困っていたところにお声掛けをいただいたことでした。やるからには、長期的に取り組むたいと考え、さくら園の職員さんと、より作業の効率化を上げる方法などを今でも日々試行錯誤しています。実際に取り組む中で嬉しいのは、利用者さんからの「楽しい」という声を聞いた時です。今回のグランプリ受賞を契機として、職種の選択肢に「農業」を、そして赤穂市で農業を仕事にできるということを少しでも市民の皆さんに知ってもらえると嬉しいです。

社会福祉課赤穂市立さくら園 TEL 42・3349 FAX 42・3346

みんなで支える国民健康保険

●問い合わせ先 医療介護課国保年金係 TEL 43・6813 FAX 43・6892

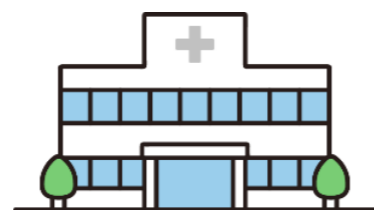
国民健康保険(国保)は、加入者からの保険税と県からの支出金などにより事業を運営しています。高齢化の進展や医療技術の高度化などにより、今後も医療費は高い水準で推移する一方で、保険税収入の伸びは期待できないことから、引き続き厳しい財政状況となっています。

1人当たりの医療費の状況

国保加入者1人当たりの医療費は、以下のとおり前年度に比べ増加しています。また、本市は病床数も多く医療機関が充実していることなどから、県内市町の平均に比べても高い水準となっています。

国保1人当たり県内市町平均比較

	赤穂市	県内市町平均
令和4年度	494,848円	426,139円
令和3年度	470,581円	416,278円



年に一度は健康診断を受けましょう

国保加入者の疾病状況をみると、生活習慣病である「循環器系の疾患」、「内分泌、栄養及び代謝疾患」が多くなっています。生活習慣病は、自覚症状がないまま進行することが大半であり、いつあなたに忍び寄っているかわかりません。そこで、「健康診断(健診)」の受診が重要となります。また、生活習慣病にかかる1人当たり医療費は、健診を受けている人と健診を受けていない人とでは、約5.6倍の違いが出ています。

年に一度健診を受け、病気の早期発見・早期治療を心がけることで、医療費の削減につながり、保険税の値上げを抑えることにもなります。

医療機関の適正受診にご協力ください

医療機関を受診するときの一人一人の心構えが、医療費の削減や医療現場における医師やスタッフの負担軽減につながります。皆さまも、ぜひ医療機関の適正受診にご協力をお願いします。

医療機関を利用するときは、次の点に注意して上手に受診しましょう。

1 かかりつけ医を持ちましょう

日常的な病気の治療や、健康管理のアドバイスをしてくれる「かかりつけ医」を持つことは大切です。気になる症状があれば、まずはかかりつけ医を訪ねるようにしましょう。

2 はしご受診はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関にかかる「はしご受診」はやめましょう。医療費を増やしてしまうだけでなく、度重なる検査や投薬などにより体にも悪い影響を与えてしまう恐れがあります。

3 時間外受診は控えましょう

休日・夜間診療は割増料金となり、自己負担も大きくなります。受診する際には、平日の診療時間内に受診することができないか、もう一度考えてみましょう。

4 お薬手帳を活用しましょう

薬の飲み合わせによって、副作用が生じる場合があります。受診の際は「お薬手帳」を持参して服用中の薬を医師や薬剤師に伝えましょう。お薬手帳が複数あると、薬の重複をチェックできません。必ず1冊にまとめましょう。

5 薬がたくさん残ったら薬局にまとめて持っていきましょう

飲み忘れなどにより薬がたくさん残ったら、かかりつけの薬局や薬剤師に相談しましょう。再び使える薬については、有効活用して薬代を削減できる場合があります。

令和6年度実施の主な税制改正

●問い合わせ先 税務課市民税係 TEL 43・6803 FAX 43・6892

森林環境税が導入されます

令和6年度から森林環境税(国税)が課税されます。この税は、森林整備等に必要な地方財源を安定的に確保するため、税収の全額が森林環境譲与税として都道府県・市町村へ譲与されます。

- 納税義務者 1月1日現在、市内に住所を有する個人の方
- 税率および課税・納税方法 年額1,000円(市県民税均等割とあわせて課税し、徴収します) なお、市県民税均等割が非課税の方は、森林環境税は非課税です。

※市県民税の均等割については、新たに森林環境税が導入されると同時に、東日本大震災復興基本法に基づき平成26年度から令和5年度まで、加算されていた年額1,000円(市民税500円、県民税500円)の臨時措置はなくなりました。

税目	令和5年度まで	令和6年度以降
森林環境税(国税)	—	1,000円
市民税均等割	3,500円	3,000円
県民税均等割	2,300円	1,800円
合計	5,800円	5,800円

制度の概要は、市ホームページで確認することができます。



※所得割が課税となる方については、上記表の合計額に所得割が加算されます。

市県民税が定額減税されます

令和6年度税制改正により、令和6年度分の市県民税において定額減税が実施されます。

- 対象者 前年の合計所得金額が1,805万円以下の市県民税所得割の納税義務がある方
- 減税額 ①及び②の合計額 ①本人：1万円 ②配偶者を含む扶養親族：1人につき1万円
 - ※1 定額減税の対象者は、国内に住所を有する方に限ります。
 - ※2 同一生計配偶者および扶養親族の判定は、原則、前年12月31日の現況によります。
 - ※3 控除対象配偶者以外の同一生計配偶者がいる場合は、令和7年度分の市県民税において1万円の定額減税が行われます。

なお、減税しきれない場合は、別途給付金(調整給付)が支給されます。給付金の詳細は、内閣官房ホームページをご参照ください。

赤穂市ホームページ「令和6年度個人住民税における定額減税」▷



内閣府ホームページ「新たな経済に向けた給付金・定額減税一体措置」▷



所得税の定額減税は、令和6年6月1日以後最初に支払う給与等から始まります。

●問い合わせ先 相生税務署 TEL 23・0231

※令和6年6月1日現在、勤務先に「扶養控除等申告書」を提出している居住者については、月々の給与等に係る源泉徴収税額から定額減税額を控除することとされています。

国税庁ホームページ「定額減税特設サイト」▽



定額減税の詳しい情報については、国税庁ホームページの「定額減税特設サイト」をご覧ください。

住まいの耐震化のご案内

☎都市計画課建築係 TEL 43・6827 FAX 43・6974



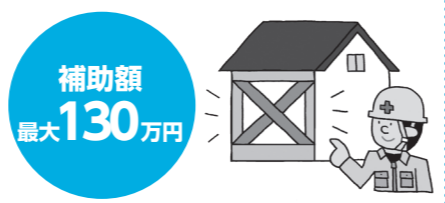




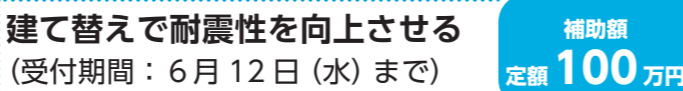
日本周辺には約2,000もの活断層があり、1月1日に発生した能登半島地震のように、いつ、どこで大きな地震が起こるかわかりません。

赤穂市では、1981（昭和56）年5月31日以前着工のいわゆる旧耐震基準の住宅を対象に、簡易耐震診断のほか、耐震化にかかる工事費に対して補助を実施しています。

大切な命と財産を守るため、補助制度を利用して住宅の耐震化を進め、赤穂市を地震に強いまちにしましょう。

赤穂市では住まいの耐震化を支援しています

（個別に受付期間の記載が無いものは12月26日（木）まで受付）

ステップ 1	ステップ 2	ステップ 3
 <p>診断費用 3,000円 木造戸建住宅の場合</p> <p>住宅の安全性を確認する （簡易耐震診断）</p>	 <p>補助額 最大20万円</p> <p>耐震改修工事の計画を立てる （住宅耐震改修計画策定費補助）</p>	 <p>補助額 最大130万円</p> <p>耐震改修工事をする （住宅耐震改修工事費補助）</p>
 <p>補助額 最大50万円</p> <p>簡易耐震改修工事</p>	 <p>補助額 定額50万円</p> <p>屋根の軽量化</p>	 <p>補助額 最大50万円</p> <p>耐震シェルターの設置</p>
 <p>補助額 定額10万円</p> <p>身を守る防災ベッドの設置</p>		 <p>補助額 定額100万円</p> <p>建て替えて耐震性を向上させる （受付期間：6月12日（水）まで）</p>

※補助事業の活用には要件があります。詳しくは、都市計画課までお問い合わせください。

※補助を受けるには、事業者と契約や工事などの着手前に申請し、補助金の交付決定を受けてください。

※上記の受付期間内であっても、予算の状況等によっては受付を終了する場合があります。

上下水道事業在り方検討委員会を開催しています！！

●問い合わせ先 上下水道部総務課 TEL 43・6888 FAX 43・6872

1月1日に発生した能登半島地震では、市民生活や事業者の経済活動にとって欠かすことのできないライフラインである上下水道が大きな被害を受け、復旧がなかなか進んでいない状況が報道されています。

本市の上下水道管の大半は、敷設から長い年月を経過し、現在、計画的に更新工事を進めていますが、上下水道管の総延長は約313km、下水道管の総延長は約477kmで、これらすべてを更新するには多額の費用と時間がかかります。

令和5年10月号でもお知らせしましたとおり、口径13mmで1ヶ月に20㎡使用した場合、水道料金と下水道使用料の合計額は3,322円となり、県内41市町の中で1番安価となっていますが、一方で、人口減少、節水機器の普及などにより、上下水道とも料金収入の対象となる有収水量は減少傾向にあり、現在の料金収入のみで、更新経費および維持管理経費のすべてをまかなうことは困難な状況です。

そのようなことから、令和5年4月に設置した「上下水道事業在り方検討委員会」では、これまで5回会議を開催し、①管渠やポンプなど施設の経年劣化、地震に備えた耐震化、大雨に備えた耐水化など施設更新の考え方、②有収水量の減少に伴う収入の確保対策に関して、今後の上下水道事業の在り方を検討いただいております。

これまでの会議の資料などは、ホームページに掲載していますので、ご参照ください。▷



マイ避難カードを作成しましょう！

●問い合わせ先 危機管理担当 TEL 43・6866 FAX 43・6892

毎年、全国各地で風水害や地震などの自然災害が発生しています。

ある程度発生が予測することができる風水害では、事前に避難行動をとることが命を守ることに繋がります。『マイ避難カード』の作成を通じ、自分や家族の避難について考えてみましょう。

■「マイ避難カード」とは

災害の危険が迫っているときに、「いつ」「どこに」「どのように」「誰と」避難をするかあらかじめ自分で確認、点検し、カードにそれらを書き記しておき、自宅内の普段から目につく場所に張り出すなどして、いざという時の避難行動に役立てるためのものです。

■作成方法

いざというときに、速やかに避難行動がとれるように、自分で避難行動に移るタイミング(逃げどき)を考えて作成してみましょう。

マイ避難カード（記入例）

▷自宅の浸水想定 3m～5m ▷自宅の土砂災害 土砂災害警戒区域

	最善行動 （命を守る最善の避難行動）	次善行動 （最善行動の次に考える避難行動）
いつ	台風接近の前日までに避難	高齢者等避難情報が発令してから避難
どこに	親類宅へ避難（〇〇宅）	〇〇公民館へ避難
どのように	自家用車で避難（〇〇分）	徒歩〇分で避難
誰と	家族全員で避難	近所の〇〇さんと一緒に避難

「ひょうご防災ネット」スマートフォンアプリ版のダウンロードはこちらから

Android



iOS



※災害のリスクはハザードマップで確認し、早め早めに避難してください。

赤穂市ホームページ
「ハザードマップ」▷



5月は、「赤十字運動月間」です！

☎社会福祉課いきがい福祉総務係

—あなたの心をお寄せください—

TEL 43・6809 FAX 45・3396

日本赤十字社は「人道」の理念のもと、人間の命と健康、尊厳を守るため、国内での災害救護活動をはじめ、国際救援活動や救急法などの講習、赤十字奉仕団活動や青少年赤十字活動などの幅広い活動を実施しています。

これらの活動は、皆さまからの寄付金によって支えられています。市では、例年5月を「赤十字運動月間」として、自治会・日赤奉仕団を中心に会員（500円を目安に任意の額を納入し、赤十字を支えてくださる人）の募集を行います。

ぜひ、赤十字運動にご理解いただき、寄付金へのご協力をお願いします。



6月1日から女性のがん検診が始まります

～例年より検診開始時期が1か月早くなります～

●問い合わせ先保健センター TEL 46・8701 FAX 46・8705

子宮がん(子宮頸がん・子宮体がん)検診

20歳代～30歳代の女性で子宮頸がんが増加しています。20歳になったら必ず子宮頸がん検診を受けましょう。

- 対象者 市内に住民登録のある20歳以上の方
- 検診方法および検診料金
 - ▷頸部検診(全受診者) = 2,000円
 - ▷体部検診(問診の結果必要な方) = 1,000円
 - ▷超音波検査費用(市民病院で受診する方) = 1,000円

乳がん検診

女性がかかるがんで最も多いのは乳がんです。年に一度は乳がん検診を受けましょう。

- 対象者 市内に住民登録のある40歳以上の方
- 検診方法および検診料金 乳房エックス線検査(マンモグラフィ) = 1,800円

無料クーポン券を配布します

5月中旬頃、次のとおり無料クーポン券を送付します。

▷子宮頸がん検診無料クーポン券 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの方

▷子宮頸がん検診・HPV検査無料クーポン券

①平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれの方

②昭和59年4月2日～平成5年4月1日生まれで、過去に子宮頸がん検診・HPV検査未受診の方

▷乳がん検診無料クーポン券 昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれの方

検診時にお子さまをお預かりします 費用は無料です。詳しくは保健センターまでお問い合わせください。

■子宮がん検診

医療機関名	実施期間	受付(検診)時間	事前予約	受付窓口
赤穂市民病院 TEL 43・3222(代)	6月3日(月)～ 12月26日(木)	月～木 10:00～11:30 ※休日がん検診も実施予定です。 日程が決まり次第、市ホームページでお知らせします。	要予約 ※5/15受付開始	新館4階 健診センター
赤穂中央病院 TEL 45・7303 TEL 050・3801・2709	6月1日(土)～ 12月30日(月)	月～土 10:00～12:00 月・水 16:00～17:00 火・木 15:00～17:00	予約優先制 ※5/15受付開始	本館3階 検診センター
福田レディース クリニック TEL 43・5357	6月1日(土)～ 12月28日(土)	月・火・木・金 9:00～12:00・16:00～18:00 水・土 9:00～12:00	予約優先制 ※5/15受付開始	

■乳がん検診

医療機関名	実施期間	受付(検診)時間	事前予約	受付窓口
赤穂市民病院 TEL 43・3222(代)	6月3日(月)～ 12月27日(金)	月～金 9:00～16:00 ※休日がん検診も実施予定です。 日程が決まり次第、市ホームページでお知らせします。	要予約 ※5/15受付開始	新館4階 健診センター
赤穂中央病院 TEL 45・7303 TEL 050・3801・2709	6月1日(土)～ 12月30日(月)	月～土 10:00～12:00 月・水 16:00～17:00 火・木 15:00～17:00	予約優先制 ※5/15予約開始	本館3階 検診センター

※赤穂市民病院の予約受付時間は、平日8:20～17:05です。

※受診の際は、必ず健康保険の被保険者証・診察券(持っている人のみ)・無料クーポン券(持っている人のみ)を持参してください。

※実施期間は、医療機関によって異なります。また、担当医師の都合で検診を実施しない日があります。受診の前に必ず医療機関に電話などにより確認してください。

※11月及び12月は混雑しますので、早めの受診をおすすめします。

赤穂民間観光イベント等開催補助金の公募について

●問い合わせ・申し込み先 (一社)あこつ魅力発信基地 TEL 43・6931 FAX 46・3400

赤穂市の新しい観光と地域づくりの観点から、地域がより魅力を増し、集客力が高まるよう、まちの賑わい、新名所・新名産の開発、地産地消とブランド化など観光振興を図ることを目的として、市民団体等が行う事業を募集しています。

- 募集期間 4月12日(金)～5月27日(月)午後5時15分まで
- 補助金の交付上限額 審査の結果、上位7団体までに補助金を交付します。
1位～3位 20万円、4位～7位 10万円
- 補助対象の審査・選考 原則として、申請者によるプレゼンテーション(6月8日(土)予定)を行っていただいた後、審査により補助対象者を決定します。
ただし、申請者が希望する場合は、書類のみでの審査も可とします。
- 申請について 申請書類は、(一社)あこつ魅力発信基地の窓口で配布するほか、ホームページ(AKO-MAG)からもダウンロードできます。

●詳細はホームページをご覧ください。(https://ako-mag.jp/letters/454/)▷



鳥獣被害防護柵購入・設置費の補助



●問い合わせ・申し込み先 農林水産課林務水産担当

TEL 43・6840 FAX 43・6892

シカ・イノシシなど有害鳥獣による農作物や生活環境への被害を防止するため、農地・林地などへ設置する侵入防護柵および関連資材、捕獲用わな(自治会のみ対象)の購入・設置費用の一部を予算の範囲内で補助します。

補助を受けるには、必ず購入前に申請してください。購入後に申請しても支給できませんので、くれぐれもご注意ください。

詳しくは農林水産課までお問い合わせください。

制度の概要、申請の方法等は市ホームページで確認することができます。▷



赤穂市いずみ会フレイル予防料理教室

●問い合わせ・申し込み先 赤穂市いずみ会事務局(保健センター)

TEL 46・8701 FAX 46・8705

料理初心者大歓迎! フレイル予防の3つの柱の1つ「栄養」について学びませんか。

- 日時 6月20日(木)午前10時
- 場所 赤穂すこやかセンター2階栄養指導室
- 対象 市内在住の方(どの年代の方でも参加できます)
- 募集人数 先着10名
- 受講料 材料費(600円程度)
- 内容 たんぱく質を主菜だけでなく主食や副菜、おやつでも効果的に摂れるメニュー
- 申込締切 6月10日(月)



保険・年金

誕生月に、日本年金機構より「ねんきん定期便」が届きます

35歳の人、45歳の人、年金の請求を間近に控えた59歳の人に、日本年金機構から「ねんきん定期便」が封書により届きます。その他の年齢の人には、直近1年間の年金記録がハガキにより届きます。

「ねんきん定期便」では、以下の内容をお知らせしますので、ご確認をお願いします。

- ①これまでの年金加入期間
- ②これまでの保険料納付額と加入実績に応じた年金額
- ③最近の月別状況
- ④老齢年金の年金見込額(50歳以上の人)
- ⑤これまでの年金加入履歴(35歳・45歳の人)

●「ねんきんネット」が便利です
▷日本年金機構が提供する「ねんきんネット」では、いつでもご自身の年金加入記録をインターネットで確認することができます。

▷利用のための登録方法など詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

日本年金機構ホームページ
<https://www.nenkin.go.jp>



☎医療介護課国保年金係
TEL 43・6813 FAX 43・6892

「赤穂市介護支援ボランティア」～社会参加活動を通して、より元気にいきいきと～

赤穂市介護支援ボランティア・ポイント制度は、ボランティア活動を行うことで、健康増進と介護予防を図るとともに、地域への貢献を支援し、社会参加の促進を図ることを目的とした制度です。

●制度の概要
ボランティア登録を行った対象者が、指定されたボランティア活動を行うと、受入機関から介護支援ボランティア手帳にスタンプが付与されます。1年間で集めたスタンプ(ポイント)で、転換交付金(上限5,000円)の交付を受けることができます。介護支援ボランティア活動に参加してみませんか。

●対象者
赤穂市に住所を有する40歳以上の人のうち、要介護1～5の要介護認定を受けていない人

●対象となる活動
配膳下膳などの補助、施設内移動の見守り、話し相手、行事の手伝いなど

●活動場所(受入機関)
特別養護老人ホーム、老人保健施設、グループホーム、デイサービスなど

●転換交付金
1時間の活動で1スタンプ

(100ポイント) = 100円
※交付金の上限は年度ごとに5,000円

※スタンプの上限は1日につき2スタンプ

※介護支援ボランティア手帳を紛失した場合、それまでに付与されたスタンプは失効となります。

※介護保険料に滞納がある人は、交付を受けることができません。

●登録申込先
赤穂市社会福祉協議会
※登録後、活動前に研修を受けていただきます。

●持参するもの
▷印鑑
▷介護保険被保険者証(65歳以上の人のみ)
▷本人確認のできる書類(40歳から64歳までの人)
▷ボランティア保険加入料500円

●その他
希望する活動や場所については、赤穂市社会福祉協議会が相談を受け付けます。

☎事業に関すること
医療介護課介護保険係
TEL 43・6947 FAX 43・7138

☎登録・活動に関すること
赤穂市社会福祉協議会
TEL 42・1397 FAX 45・2444

母子家庭等医療費受給者証の更新
母子家庭等医療費を受給している方は、毎年、資格を更新するために申請書(現況届)の提出が必要です。

更新のための申請書を郵送しますので、必要事項を記入のうえ、必ず提出してください。

提出がない場合は、新しい受給者証を郵送できませんので、ご注意ください。

●提出期限 5月31日(金)
●提出・問い合わせ先
医療介護課医療係
TEL 43・6820 FAX 43・6892

募集

市営住宅入居者(定時募集)

- 募集住宅および募集戸数
- ①千鳥団地2LDK(車いす対応) = 1戸(常時車いすを必要とされている方のいる世帯)
- ②千鳥団地2LDK = 3戸
- ③千鳥団地3DK = 8戸

●入居時期(予定)
7月10日(水)

●募集期間
5月10日(金)～23日(木)(土日を除く)

●抽選日 5月31日(金)

●申し込み方法
市役所1階市民課住宅係に備え付けの申込書に、必要事項を記入し、提出してください。(収入基準等の申込資格要件があります)

書類提出時には、本人確認書類(個人番号カード・運転免許証・健康保険証など)を持参してください。

●申し込み・問い合わせ先
市民課住宅係
TEL 43・7066 FAX 43・6810

市営住宅入居者(随時募集)

市営住宅入居者を随時募集しています。

●対象住宅
坂越高谷団地
塩屋西団地
塩屋団地

●申し込み方法
前掲の定時募集と同様の方法で申し込みできます。

●申し込み・問い合わせ先
市民課住宅係
TEL 43・7066 FAX 43・6810

県営住宅入居者(随時募集)

県営住宅入居者を随時募集しています。申込書は市民課住宅係に備え付けています。

申し込み資格など、詳しくは兵庫県住宅供給公社までお問い合わせください。

●申し込み・問い合わせ先
兵庫県住宅供給公社
住宅管理事務所
TEL 078・232・0050
FAX 078・232・7600

赤穂市手話奉仕員養成講座(入門課程)募集

聴覚障害のある方と手話への理解を深め、地域において、ともに生きる社会を実現することを目的に、手話の学習経験のない方や学習経験はあるがより理解を深めたい方を対象に入門講座を開催します。ご興味のある方は、ぜひお申し込みください。

●日時
6月4日～10月22日(8月13日を除く)の毎週火曜日
午後7時～9時(計20回)
●場所 赤穂市役所2階205会議室
●受講料 無料(テキスト代等は実費負担です)
●定員 10名
●申込期限 5月27日(月)
●申し込み・問い合わせ先
社会福祉課障がい福祉係
TEL 43・6833 FAX 45・3396

防火管理者資格取得講習

●日時 6月27日(木)・28日(金)
両日とも午前10時～午後4時
●場所
赤穂市防災センター(赤穂市消防本部)3階多目的ホール
●講習種別
甲種防火管理新規講習
●テキスト料 5,115円
●定員 先着60名
●受付期間
5月22日(水)～6月12日(水)

Willbe
低学年には
あと伸びする力を
個別指導塾Willbe

あなたの資産運用のパートナー
こんにちは
このまちの証券会社です
金融商品取引業者番号：近畿財務局長(金商)第1号
加入協会：日本証券業協会
相生証券
TEL 0791-42-0456
<http://www.aioi-sec.com/>

弁護士がアドバイスします
山崎喜代志法律事務所
交通事故・離婚・相続問題
刑事事件・その他
まずはお気軽にお電話ください
TEL.079-223-1772
土日祝日、早朝及び赤穂市内での相談も可能です。(要予約)
ホームページもご覧ください。

桜らファミリー 歯科
院長 熊谷雅毅
TEL. 43-1182
イオン赤穂店2F
中広字別所55-3
歯科・小児歯科・矯正歯科・口腔外科
ホワイトニングは自由診療

萬代総合事務所
～お気軽にご相談下さい～
司法書士 土地家屋調査士 行政書士
●登記 ●測量 ●境界紛争 ●成年後見
●許認可 ●登録 ●訴訟 ●他
破産、調停、民事再生等借金の法的整理
及び貸金売掛金等の法的請求、境界紛争裁判外解決
☎(0791)42-5786 赤穂市尾崎3129-3



●申し込み・問い合わせ先

消防本部予防課予防係
TEL 43・6882 FAX 45・0119
上郡消防署庶務予防係
TEL 52・5119 FAX 52・1351
メール yobou@city.ako.lg.jp

赤穂市シルバー人材センター会員

市内在住の60歳以上の方で、入会を迷われている方、まずは入会説明会にお越しください。

●5・6月の入会説明会

▷日時 5月22日(水)
6月10日(月)・26日(水)
午後1時30分～
▷場所 当センター事務所2階
※オンラインでいつでも入会説明会に参加が可能です。

詳しくはホームページをご覧ください。

●お仕事承ります

施設等の管理業務、家事手伝い、人材派遣等、お気軽にご相談ください。

●問い合わせ先

シルバー人材センター
TEL 43・7200 FAX 43・4687
https://webc.sjc.ne.jp/ako-sjc/index

シルバー人材センター
ホームページ▷



第26回「人間サイズのまちづくり賞」授賞候補の募集について

兵庫県では県内の優れたまちなみや建築物、まちづくり活動に取り組んでいる団体や個人を対象に、「人間サイズのまちづくり賞」授賞候補を募集します。

自薦・他薦を問いませんので、幅広くご応募ください。

●賞の部門

まちなみ建築部門
まちづくり活動部門
花緑部門

●応募方法

応募用紙に必要事項を記入のうえ、郵送または電子メールにて提出してください。

応募用紙は兵庫県ホームページからダウンロードできます。

●募集期限

6月14日(金)(当日消印有効)

●お問い合わせ及び提出先

兵庫県まちづくり部都市政策課都市政策班
TEL 078・341・7711(内線 4669)
メール toshiseisaku@pref.hyogo.lg.jp

あきらめないがん治療

～粒子線治療について～

講演会参加者募集

本年6月から新たに「早期肺がん」の粒子線治療が保険診療適用となるなど、多くの疾患で粒子線治療が標準治療となっています。治療に悩んでいる、または身近で悩んでいる人がいる場合は、是非参加してください。

●日時 6月29日(土)
10:30～(開場10:00～)

●場所 アクリエ姫路409会議室

●参加料 無料

●事前申込 不要

●問い合わせ先

兵庫県立粒子線医療センター
TEL 0791・58・0100
FAX 0791・58・2600

播州段文音頭教室受講生

播州段文音頭とは、一遍上人の念仏踊りを起源とし、後に出雲の阿国等が浄瑠璃や歌舞伎を取り入れて発展させ、口伝や聞き覚えで播州地方で伝承されてきたものです。

播州段文音頭に関心のある方を対象として太鼓・音頭の指導を行います。初心者の方も歓迎。

受講生は8月末の播州段文音頭大会に出演します。

●参加無料

●日時 第1回5月14日(火)
(その後は原則として
毎月第3火曜日午後2時～3時)

●会場 西播磨文化会館

●主催

西播磨文化協会連絡協議会
播州段文音頭大会実行委員会
西播磨文化会館

●申し込み・問い合わせ先

西播磨文化会館
TEL 0791・75・3663
FAX 0791・75・0992



令和5年度兵庫県地域文化を考えるシンポジウムでの様子

お知らせ

熱中症に気をつけましょう

気象庁と環境省は、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される場合に、暑さへの「気づき」を呼びかけ、国民の熱中症予防行動を効果的に促す「熱中症警戒アラート」を4月24日(水)から10月23日(水)までの間、全国で運用します。

特に、「熱中症特別警戒アラート」が発表された場合は、広域的に過去に例がない危険な暑さ等となり、熱中症による人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがあることから、自発的な熱中症予防行動の実施、また、家族や周囲の人々においては見守りや声かけ等の行動をとるよう、お願いします。

「障がい」での困りごとは障がい者相談員にご相談ください

障がいでの困りごとがあれば、当事者である障がい者相談員が、お話を伺います。また、相談日当日は事前にご連絡いただければ障がいのある方や支援者が交流し、情報交換していただくことも可能です。

●身体障がい者相談

▷開設日時 奇数月第4水曜日
5月22日、7月24日、9月25日、11月27日、1月22日、3月26日
午前10時～正午

▷担当相談員 身体障がいのある方

▷開設場所 市役所内会議室

●知的障がい者相談

▷開設日時 奇数月第4火曜日
5月28日、7月23日、9月24日、11月26日、1月28日、3月25日
午前10時～正午

▷担当相談員 知的障がいのある方の家族

▷開設場所 市役所内会議室

●精神障がい者相談

▷開設日時 奇数月第4水曜日
5月22日、7月24日、9月25日、11月27日、1月22日、3月26日
午前10時～正午

▷担当相談員 精神障がいのある方

▷開設場所 さんぽみち
(赤穂市浜市329番地2)

☎社会福祉課障がい福祉係
TEL 43・6833 FAX 45・3396
メール shougai@city.ako.lg.jp

たばこは市内で購入しましょう

たばこは販売する小売店の所在地の税収になります。

光化学スモッグ特別監視期間

4月22日(月)～10月18日(金)は、光化学スモッグ特別監視期間です。光化学スモッグによる健康被害を未然に防止するため、兵庫県から光化学スモッグ注意報等の広報が発令されます。発令時には、次のことに心がけましょう。

▷学校や施設では、できるだけ屋外での運動をさげ、屋内に入りましょう。

▷目に刺激や痛みを感じた方は、洗眼しましょう。

▷のど、鼻に刺激や痛みを感じた方は、うがいをしましょう。

▷症状のひどい方は、医師の手当てを受けてください。

●問い合わせ先 環境課
TEL 43・6821 FAX 43・6892

はかりの定期検査

2年に1回の「特定計量器」の定期検査を実施します。「特定計量器」とは、取引または証明における計量に使用する「はかり」のことで、「特定計量器」を使用している事業者などは、計量法により定期検査を受検することが義務付けられています。

●指定検査機関 (一社)兵庫県計量協会

●検査実施日 8月28日(水)から9月19日(木)まで(土日祝日除く)

●検査実施場所 計量器を使用している店舗、事業所等へ訪問して検査を実施します。

●その他

▷トラックスケール等の大型はかりは、この検査実施期日とは別の期日を個々の受検者に通知した上で検査を実施します。

▷令和4年度に受検した事業者には、検査日の約2週間前にハガキが届きます。受検していない事業者(新たにはかりを購入した事業者を含む)は、6月14日(金)までに市民対話課まで問い合わせください。

●問い合わせ先 市民対話課
TEL 43・6818 FAX 43・6810

「患者サロン」開催のお知らせ

市民病院では、毎月、患者様・ご家族様に向けた情報提供講座を開催します。

テーマに沿った専門知識をもつスタッフが30分程度の情報提供をしたのち、質問や意見交換などを予定しています。

知りたいこと・聞きたいことが聴ける交流の場所として「患者サロン」と名付けました。お気軽にご参加ください。

●場所 市民病院3階講義室

●対象 どなたでも

●申し込み不要

●参加費無料 ※参加時はマスク着用など感染対策をお願いします

【5月の予定】

●テーマ 「足の健康」
～足のこと気にしてみませんか～

●日時 5月21日(火)
午前10時～午前11時

【6月の予定】

●テーマ 「心不全」
～心不全予防と夏の健康管理～

●日時 6月18日(火)
午前10時～午前11時

●問い合わせ先 市民病院がん相談支援センター
TEL 43・8734 FAX 43・8465

小児救急医療電話相談窓口をご存じですか

お子さんの急病やけがで、緊急に病院に行く必要があるかどうか迷ったときには、かかりつけ医への相談のほか、小児救急医療電話相談窓口を活用しましょう。

●兵庫小児救急医療電話相談 TEL # 8000

ダイヤル回線やIP電話の場合は、TEL078・304・8899
相談時間 月～土
午後6時～翌午前8時
(日曜・祝休日・12/29-1/3は午前8時～翌午前8時)

●播磨姫路小児救急医療電話相談 TEL 079・292・4874

相談時間 月～土
午後8時～翌午前0時
(日曜・祝休日・8/15・12/31-1/3は午前9時～午後6時、午後8時～翌午前0時)

●問い合わせ先
西播磨県民局
龍野健康福祉事務所企画課
TEL 0791・63・5150
FAX 0791・63・9234

ハンセン病元患者のご家族の方へ
対象となる方に「補償金」を支給します

この補償金は、ハンセン病元患者家族の被った精神的苦痛を慰謝するためのものです。秘密は、守られますので、まずは、お電話でご相談ください。

●請求期限 11月21日まで
●問い合わせ先
厚生労働省 補償金担当窓口
TEL 03・3595・2262
受付時間 午前10時～午後4時
(月～金。土日祝日、年末年始を除く)

厚生労働省
ホームページ▶



ハーモニーインフォメーション 赤穂市文化会館
赤穂化成 ハーモニーホール TEL 43・5111

チケット予約専用 TEL 43・5144 FAX 43・5950
ホームページ <https://www.ako-harmony.jp/>
Facebook <https://www.facebook.com/akoharmony>
自主事業のお知らせはFacebookで配信!!
主催(公財)赤穂市文化とみどり財団

子ども芸術劇場 (5年生のレクチャーコンサート) 当月発売

おもしろミュージックスクール Vol.28
6月20日(木) 午後1時開演 大ホール 全席自由

演奏曲目: 剣の舞、「カルメン」より「闘牛士の歌」、「白鳥の湖」ほか
入場料: 一般 1,000円 高校生以下 500円(※友の会2割引)
※小学生指定ブロックあり、一般の方は1階席後方(自由席)
※3歳以上有料(3歳未満は保護者の膝上鑑賞1名のみ無料)
発売日: 5月20日(月)

兵庫県立ピッコロ劇団 わくわくステージ 当月発売

6月24日(月) 午前10時開演 大ホール 全席自由

演目: あしあとのおと、ものがたり
入場料: 一般 1,000円 高校生以下 500円(※友の会2割引)
※中学生指定ブロックあり、一般の方は1階席後方及び2階席(いずれも自由席)
※未就学児の入場はご遠慮ください。
発売日: 5月22日(水)

吹奏楽の祭典 2024 当月発売

6月30日(日) 午後1時半開演 大ホール 全席自由

出演: 赤穂中学校吹奏楽部、赤穂西中学校吹奏楽部、関西福祉大学吹奏楽団、赤穂プラスウィングス、赤穂市ジュニアバンド、赤穂市吹奏楽団
入場料: 高校生以上 500円(※友の会2割引) 中学生以下無料(要整理券)
発売日: 5月27日(月)

松竹特別歌舞伎 好評発売中

～獅童・陽喜の親子共演と種之助の軽快な踊りにご注目ください!～
7月14日(日) 午後1時半開演 大ホール 全席指定

出演者: 中村獅童、中村種之助、中村陽喜 ほか
演目: 中村獅童のHOW TO かぶき、其佛対編笠 鞘當、供奴、橋弁慶
入場料: 大人一等席 7,000円 二等席 6,000円(※友の会は1,000円引き)
高校生以下 一等席 2,000円 二等席 1,000円(※友の会割引なし)
※3歳以上有料(3歳未満は保護者の膝上鑑賞1名のみ可。
ただし、座席が必要な場合は有料。)

み～んなウェルカムコンサート 2024 当月発売

～泣いても叫んでも歌ってもOK～
8月17日(土) 午後3時開演 小ホール 全席自由

出演者: ヴィオラ 村田恵子 ほか(弦楽四重奏)
入場料: 一般 500円(※友の会2割引) ※未就学児無料
発売日: 5月15日(水)

最強!! 歌まねライブ 2024 ～荒牧陽子×松浦航大～ 当月発売

9月23日(月・祝) 午後2時半開演 大ホール 全席指定

入場料: 一般 5,000円(友の会 4,500円)
発売日: 友の会 5月19日(日)、一般 5月24日(金)
※いずれも窓口販売午前9時～、電話予約午後1時～
※未就学児の入場はご遠慮ください。

※上記公演日中止または出演者・曲目などが変更となる場合があります。
※詳細は、赤穂市文化会館までお問い合わせください。(開館日: 火曜日を除く午前9時～午後5時15分)

くらしのカレンダー

健康・相談 5/10～6/15

5月	
10 金	●栄養相談(前日までに要予約) 9:30～11:30 健康
11 土	●行政書士・司法書士・土地家屋調査士無料相談(市民会館) 10:00～12:00 相談事務局
12 日	(当番医) くぼかわ医院 TEL 42・2140 9:00～17:00
13 月	●生活習慣病健診(坂越地区体育館) 8:30～保セ ●人権相談 10:00～12:00 対話 ●こころのケア相談(前日までに要予約) 14:30～15:30 健康
14 火	●生活習慣病健診(坂越地区体育館) 8:30～保セ ●保育所子育て電話相談 10:00～16:00 各保育所
15 水	●生活習慣病健診(尾崎地区体育館) 8:30～保セ ●心配ごと相談(弁護士・要予約) 13:00～17:00 福
16 木	●生活習慣病健診(尾崎地区体育館) 8:30～保セ ●子育て相談 13:30～15:30 子育て学習センター ●社会保険労務士による年金相談 13:30～16:00 市
17 金	
18 土	●司法書士による法律相談(市民会館) 9:30～12:00 兵庫県司法書士会西播支部 ●生活習慣病健診(赤穂すこやかセンター) 8:30～保セ
19 日	(当番医) 赤穂記念病院加里屋診療所 TEL 43・2717 9:00～17:00 ●生活習慣病健診(赤穂すこやかセンター) 8:30～保セ
20 月	
21 火	●保育所子育て電話相談 10:00～16:00 各保育所 ●HIV・肝炎相談(前日までに要予約) 9:20～11:00 健康
22 水	●精神障がい者相談 10:00～12:00 地セ ●身体障がい者相談 10:00～12:00 市 ●法律相談(要予約) 13:30～16:30 対話 ●心配ごと相談 13:30～16:00 福 ●こころの相談(要予約) 13:00～17:00 福
23 木	
24 金	●女性問題専門相談(要予約) 13:00～16:00 女性交流センター
25 土	
26 日	(当番医) ショウ外科胃腸内科 TEL 43・4712 9:00～17:00
27 月	●生活習慣病健診(有年地区体育館) 8:30～保セ
28 火	●生活習慣病健診(有年地区体育館) 8:30～保セ ●行政相談 10:00～12:00 対話 ●もの忘れ健康相談(要予約) 14:00～15:00 包括 ●保育所子育て電話相談 10:00～16:00 各保育所 ●知的障がい者相談 10:00～12:00 市
29 水	●生活習慣病健診(高雄地区体育館) 8:30～保セ
30 木	
31 金	

6月	
1 土	
2 日	(当番医) 澤田医院 TEL 48・8149 9:00～17:00
3 月	●人権相談 13:00～16:00 対話
4 火	●保育所子育て電話相談 10:00～16:00 各保育所 ●HIV・肝炎相談(前日までに要予約) 9:20～11:00 健康
5 水	●生活習慣病健診(城西地区体育館) 8:30～保セ ●農事相談 10:00～11:30 農 ●心配ごと相談 13:30～16:00 福 ●こころの相談(要予約) 13:00～17:00 福
6 木	
7 金	
8 土	●行政書士・司法書士・土地家屋調査士無料相談(市民会館) 10:00～12:00 相談事務局
9 日	(当番医) 渡辺内科小児科医院 TEL 42・3884 9:00～17:00
10 月	●生活習慣病健診(塩屋地区体育館) 8:30～保セ
11 火	●生活習慣病健診(塩屋地区体育館) 8:30～保セ ●保育所子育て電話相談 10:00～16:00 各保育所
12 水	●生活習慣病健診(塩屋地区体育館) 8:30～保セ ●法律相談(要予約) 13:30～16:30 対話
13 木	●献血(赤穂市役所) 9:30～11:30 保セ ●子育て相談 13:30～15:30 子育て学習センター
14 金	●栄養相談(前日までに要予約) 9:30～11:30 健康
15 土	●司法書士による法律相談(市民会館) 9:30～12:00 兵庫県司法書士会西播支部 ●生活習慣病健診(赤穂すこやかセンター) 8:30～保セ

問い合わせ先

市 市役所(代表) TEL 43・3201 保セ 保健センター(すこやかセンター内) TEL 46・8701
 福 総合福祉会館 TEL 42・1397 包括 地域包括支援センター TEL 42・1201
 農 農業委員会 TEL 43・6845 健康 赤穂健康福祉事務所 TEL 43・2321
 対話 市民対話課 TEL 43・6818 地セ 地域活動支援センター TEL 48・1615
保育所子育て 赤穂TEL 42・3368 塩屋TEL 42・0323 尾崎TEL 42・2297
電話相談 御崎TEL 42・3338 坂越TEL 48・8458 有年TEL 49・2297
子育て相談(子育て学習センター) TEL 45・3290
青少年育成相談 青少年育成センター(随時) TEL 43・7831
 フリーダイヤル 0120・783・115
消費生活センター(市民対話課内)(随時) TEL 43・7067(相談専用)
女性問題電話相談 女性交流センター(火～金 13:00～16:00祝日除く) TEL 43・7800
犬・ねこの引取り問い合わせ 動物愛護センター-龍野支所 TEL 0791・63・5146
司法書士による法律相談 兵庫県司法書士会西播支部 TEL 080・5743・0783
行政書士・司法書士・土地家屋調査士無料相談 相談事務局 TEL 46・9800

FAXでの問い合わせ 市役所(代表) 43・6892

まちのうごき

人口(3月) 住民基本台帳登録者人口

区分	3月	2024年累計
世帯数	20,622 戸 (+ 9)	
人口	44,564 人 (- 170)	
男	21,552 人 (- 81)	
女	23,012 人 (- 89)	

()内は前月比

◎3月中の異動

出生	19人(+ 5)	転出	319人(+ 247)
死亡	56人(+ 7)	その他増	1人(+ 1)
転入	185人(+ 95)	その他減	0人(± 0)

()内は前月比

交通事故発生状況

区分	3月	2024年累計
発件数	91 (- 32)	303 (+ 6)
人身	9 (+ 7)	39 (+ 20)
物損	82 (- 39)	264 (- 14)
死者	1 (+ 1)	1 (± 0)
重傷	1 (+ 1)	2 (- 1)
軽傷	13 (+ 11)	49 (+ 33)

()内は前年比

火災・救急状況

区分	3月	2024年累計
火災	0 (- 3)	1 (- 5)
救急	206 (+ 32)	665 (+ 24)

()内は前年比

火災発生時の問い合わせ
TEL 43・6899 (自動案内)
FAX 45・0119 (FAX返信)

入園おめでとうございます



入園式でみんなで初めての手遊び楽しいね
(4/10 赤穂幼稚園)

入学おめでとうございます



入学式の前にみんなで楽しく歌う新入生
(4/9 赤穂小学校)

入学おめでとうございます



緊張した面持ちで望む入学式
(4/9 赤穂東中学校)

春の全国交通安全運動街頭キャンペーン



交通安全意識啓発のため春の全国交通安全運動街頭キャンペーンが実施されました。(4/5 イオン赤穂店)

姉妹都市交流



赤穂市児童合唱団は、姉妹都市ロッキングハム市への演奏旅行を行いました。交流の様子は赤穂市公式動画チャンネルで公開しています。(写真は市庁舎前でデブ・ハンブリン市長と3/23～3/29 ロッキングハム市)



市公式動画チャンネル
(YouTube)

春の義士祭



晴天の下、大石神社催行の春の義士祭が執り行われ、赤穂城本丸跡で勝どきの声が高らかに響き渡りました。

(4/14 赤穂城本丸跡)

寄付・寄贈ありがとうございました！



株式会社 MORESCO 赤穂工場より、企業版ふるさと納税を活用した軽自動車の寄贈を受け、市長から感謝状を贈呈しました。
平成 25 年度から通算 11 台目の寄贈となります。寄贈いただいた軽自動車は、保健センターの事業に活用します。

(4/12 すこやかセンター)



太陽鋳工株式会社より、企業版ふるさと納税を活用した寄付を受け、市長から感謝状を贈呈しました。この寄付金を財源の一部として、伴走型相談支援及び出産・子育て応援給付金事業を行っています。

(4/15 市役所)

●伴走型相談支援及び出産・子育て応援給付金事業

全ての妊婦・子育て世帯が安心して出産し、子育てができるよう、妊娠期から出産・子育て期まで切れ目なく身近で相談に応じる「伴走型相談支援」と、出産・育児にかかる費用の負担軽減を図る「出産・子育て応援給付金」の支給を行っています。

制度の概要等詳細については、市ホームページで確認することができます。▷



食育レシピ



野菜食べていますか？
新ごぼうのマヨサラダ



■材 料(4人分)

- ごぼう・・・1本
- ちくわ(小)・・・4本
- 人参・・・1/2本
- マヨネーズ・・・大さじ3
- しょうゆ・・・小さじ1/2
- すりごま・・・大さじ2
- 砂糖・・・小さじ1

■作り方

- ①ごぼうは包丁の背で皮をこそげとり、斜め薄切りにしてから千切りにし、水にさらす。
- ②人参は千切りにする。ちくわは縦半分になり、切り口を下にして斜め細切りにする。
- ③鍋に湯を沸かし、水けをきったごぼうを入れ、3分茹でる。
- ④鍋に人参を加え、さらに1分茹でて水けをきる。
- ⑤ボウルに A を入れ、混ぜ合わせる。
- ⑥そこにちくわと水けをきったごぼうと人参を加え、全体を和える。

一口メモ

野菜は「健康に良い」と理解していても、意識しなければ十分な量を摂取することができません。1食1皿以上・1日5皿分を食べることを目指しましょう。調理の工夫をしたり、簡単に野菜を多く食べる料理を取り入れたりしてみましょう。またその際には、主食・副菜・主菜を揃えた食事を心がけ、調味料などにも工夫をしてみましょう。

(料理協力：赤穂市いずみ会)

* 1人分栄養素* エネルギー 140kcal 塩分0.8g

すくすく育て！わが家のホープ



我が家のマスコットキャラ♪
(父 英二 母 捺湖 より)

おかべ りつき
岡部 律希 ちゃん

令和4年10月27日生まれ



元気ですくすく育てね！

ふるかわ ゆずは
古川 柚巴 ちゃん

令和5年6月28日生まれ



すくすく元気に大きくなーれ！
大好きだよ！
(父 正典 母 奈央 より)

こじま りつ
児島 吏津 ちゃん

令和5年7月24日生まれ



元気に大きくなってね
(父 直毅 母 三恵子 より)

まえだ そうじろう
前田 爽慈郎 ちゃん

令和5年5月8日生まれ



これからも笑顔いっぱい
大きくなってね♪
(父 光 母 結生 より)

かまます りこ
釜増 璃子 ちゃん

平成30年5月20日生まれ



たくさん食べて
すくすく大きくなあれ☆
(父 光 母 結生 より)

かまます かの
釜増 香乃 ちゃん

令和4年1月11日生まれ



☆未就学児の「わが家のホープ」を募集しています☆

●問い合わせ先 広報係 TEL 43・6873 FAX 43・6892 メール kouhou@city.ako.lg.jp
ホームページ <https://www.city.ako.lg.jp/koushitsu/hishokouhou/hope.html>

◆表紙の説明◆

市消防本部と住友大阪セメント株式会社赤穂工場が合同で行った消防訓練の様子です。

(4/22 住友大阪セメント株式会社赤穂工場)

広報
あこう



広報あこうがスマホで見られます。

https://machihiro.town/lp/hyogo_ako

各コンテンツの視聴に関して

マチイロ
マチを好きになるアプリ



Facebook・YouTube・マチイロは無料でダウンロード・利用できますが、ダウンロードおよび視聴にかかる通信料は自己負担です。利用する端末の契約内容によっては高額となる場合がありますので、ご注意ください。

■編集後記■

今春の異動により広報担当に配属されました☺です。

4月初旬に、フォトニュースに掲載している、入園式や入学式の撮影に伺いました。新しい環境で、新入生も緊張している様子でしたが、その写真を撮る☺も初めての撮影で緊張しておりました。

まだまだ、カメラの技術や編集技術が未熟ではありますが、市民の皆さまに分かりやすく赤穂市の情報発信をしていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。☺