

特集

「働く」を支える

～障害者雇用支援月間～



今月の内容

- 02 特集「働く」を支える
～障害者雇用支援月間～
- 08 高齢者保健福祉月間
- 10 幼児教育・保育の無償化
- 12 幼稚園児募集
- 16 青少年派遣事業参加者募集
- 18 義士祭出演者募集
- 21 情報コーナー
- 25 暮らしのカレンダー

赤穂市の魅力を発信中

YouTube





「得意なこと」を仕事にする

就労継続支援A型施設「げんぶ」

やまもと ちか
山本 智加 さん

My hobby is ...

山本さんの趣味はタブレットで動画や音楽を楽しむこと。おしゃれも好きで、服とカバンをコーディネートするなど、女性らしい一面も。ちょっとシャイだけど、苦手なことも「仕事だから」と取り組む頑張り屋さん。



「役割」を持って働くことの大切さ

My hobby is ...

赤松さんの休日の楽しみは、好きな落語家のCDを聴いて、それを覚えること！先日、イオン赤穂店で行われたイベントでは、大勢のお客様の前で高座に上がり「寿限無」を披露されました。またどこかの舞台上、皆さんのお目にかかるかも？

就労継続支援A型事業所「フロンティア」

あかまつ まさのぶ
赤松 政信 さん

器用さを生かして
就労継続支援A型施設「げんぶ」の作業所を訪れると、パンの焼けるいい匂いがしてきます。たくさんさんのパンが入った箱をテーブルに運びながら、「いらっしやい！」とはにかんだ笑顔を見せてくれた山本さん。「作業を見せてもらってもいいですか？」と聞くと「どうぞ！こっち。」と作業場へ案内してくれました。作業場では焼きあがったパンを袋詰めして、その袋をシーラーという圧着機械で密封する作業を山本さんが行っていました。パンは薄いナイロン袋に入れられており、その袋の端を器用に整えて、機械にかけて圧着していきます。次々とパンの入った袋を手にはして、端を整えて圧着していく姿は、「職人」です！手先が器用な山本さんだからこそ「素早さと正確さ」なんだそうです。職員が行うと、上手くいかないことも多いとか（苦笑）「げんぶ」では日によ

得意なことを自分のペースで頑張る
就労継続支援A型事業所「フロンティア」を訪れると、事業所の一角から「ガラガラガラ」「バキバキバキツ」とリズムカルな音が響いてきました。赤松さんが圧縮機械の前で、空のペットボトルの山を手際よくカゴに流し込みながら、これまた手際よくラベルなどが付いたままの物を仕分けしていきます。安全に配慮しながら、機械を操作する手つきは慣れたもので、職員でも彼のように素早く仕分けながら圧縮作業をするのは難しいとのこと。「赤松さん、すごく手早いですね！」と声を掛けると、「はい!!!」と照れながらも作業する手を止めずに応えてくれます。管理者の井上さんは、「彼はとてもまじめで、空き缶・ペットボトルの分別作業は他の利用者の模範となっております、その中でも個人で取り組める作業では、かなりの作業力を発揮してくれました。どのように道具を配



オススメのパンを販売する山本さん

「好き」から「自信」に
山本さんに「苦手な作業はありますか？」と聞くと「除草作業！」と即答（笑）「でも、仕事だから（頑張る）」と仕事に対する責任感を感じる一言。「一番好きな作業は？」との問いには「（パンの）販売！」と答えてくれました。普段はシャイな山本さんですが、やはり好きな仕事には自信をもって取り組んでいて、販売に向かった先では「オススメはブルーベリーヨーグルトパンです！」と売り込んでいました。「またね！」と声を掛けてくれる地域の人の元に、来週もオススメのパンを届けます！



イベントで落語を披露する赤松さん

頼りにされる存在に
お給料で好きな落語家のCDを買うことを楽しみに、コツコツと一生懸命働く姿が印象的な赤松さん。「彼に任せるとときばきと頑張ってくれるので、頼りにしています」と職員が話す横で、ふっと笑顔になった赤松さんの表情が、「役割」を持って働き、それを認めてもらえる「喜び」や「やりがい」が、「充実した生活」に結び付くことの大切さを教えてくれました。

皆さんにとって「障がい」とは
他人事でしょうか？

今は何の不自由もなく生活出来ていたとしても、もし病気になって後遺症が残ったら・・・？、もし事故にあつて大ケガをしたら・・・？
そう考えた時、「障がい」は他人事ではなくります。

厚生労働省の調査(※1)では、日本人の約14人に1人が何かしらの障がいを抱えているとされています。
今回の特集では、皆さんの身近で障がいのある人が、得意なことや個性をいかして、地域の中でいきいきと働いていることについて知っていただき、何か特別な支援をするのではなく、日々の生活の中で、「小さなサポート」をしていただけるきっかけになればと考えています。

「今日も頑張つて仕事に行っているな」と日々の通勤を見守ることや、「おはよう」「いってらっしゃい」「おかえりなさい」と一言挨拶を交わすこと、「この商品はあの施設が作業した物だな」と気付くことなど、あなたの小さなサポートが、障がいのある人が地域で共にいきいきと働くことに繋がることを願っています。



のぼり旗の検品と折り畳み作業(フロンティア)

ラスクの製造作業(フロンティア)

主な障がいの種類

障害者基本法では、障害者の定義を「身体障害、知的障害、または精神障害があるため長期にわたり日常生活、または社会生活に相当な制限を受ける者」としています。

身体障害

身体機能の一部に不自由があり、日常生活に制約がある状態のことで、視覚障害、聴覚言語障害、肢体不自由、内部障害、重複障害の5種類に分類されます。

知的障害

知的機能の障がいが発達期(おおむね18歳まで)にあらわれ、日常生活に支障が生じているため、何らかの特別な援助を必要とする状態にあること。

精神障害

精神疾患によって、日常生活に制約がある状態。精神疾患には、主に統合失調症や気分障害、依存症、てんかん、高次脳機能障害、若年性認知症などがあります。

障害者就労施設と支援

障がいのある人が、支援を受けながら働くための訓練を受けることができる障害福祉サービスを「就労移行支援・就労継続支援」といい、それを提供する事業所を「障害者就労施設」といいます。

	就労移行支援	就労継続支援A型	就労継続支援B型
雇用契約	なし	あり	なし
賃金・工賃の形式	工賃の有無は事業所による	最低賃金を保障する	工賃を支払う
支援を受ける対象者の条件	一般企業等で雇用されることが可能と見込まれる人	年齢や体力的に一般企業で働く事が困難ではあるが、適切な支援により雇用契約に基づき就労することが可能な人	年齢や体力的に一般企業で働くことが困難な人
利用期間	2年間	定めなし	定めなし

あなたの「一歩」を応援します。

1人で悩まずに、どんなことでも相談を！

柳井里映 相談員

市役所社会福祉課内に「障がい者基幹相談支援センター」があります。障がいのある人からの相談はもちろんのこと、その家族や支援者、地域の人も、どんな人からの相談もお受けします。
障がいのある人も、ない人も、「孤立」することが一番怖いことです。どうしたらいいかわからない困りごとにつづかつた時、どこに聞いたらいいのか？と迷った時は「障がい者基幹相談支援センター」に連絡してください。

相談があれば、病院や施設、他の関係機関など、必要と思われるところにつなぐことができます。

最近では赤穂市周辺にも、色々な支援施設が出来ています。障がいがあつても、なくても個性はさまざま。

それぞれの個性にあつた支援を探すお手伝いをするので、ぜひ一緒に考え、トライして



「障がい者基幹相談支援センター」
☎ 43・6837 FAX 45・3396

みましよう。

人は誰もが「役割」をもって生活することに生きがいを感じると思っています。その「役割」を評価されたとき、人は嬉しいと感じるのではないのでしょうか。そんなやりがいを見つければいい出来たらと願っています。

また、地域の皆さまには、障がいのある人のことを知っていただき、共に生きる仲間として支えあつてサポートしていただければと思います。

「強みを生かして

上荷昌保 管理者

市内には、就労移行支援事業所が3カ所(赤穂精華園やまびこ寮、就労支援センターSORA、赤穂市立さくら園)あります。

就労移行支援事業所では、一般就労を目指す人に対して、就労に向けた訓練や職場実習などを行い、一般就労につながるよう支援しています。各事業所により、取り組んでいる作業内容などが違うので、それぞれを見学したり、作業体験をして、自分に合った事業所を選ぶことが出来ます。

仕事に就きたいけれど、自分にはどんな仕事があつているのだろうか？など不安に思っている人は、まずはご相談ください。

私が就労移行支援を行ってきた中で、出来ないことを出来るようになりたいと、苦勞して頑張る利用者を多くサポートしてきました。

さくら園では、苦手を克服することも大切ですが、「あなた



「赤穂市立さくら園」
就労移行支援・就労継続支援B型
☎ 42・3349 FAX 42・3346

の得意とする分野を最大限に伸ばすことを目標に、一緒に頑張りたいと考えています。
誰にでも苦手な分野は必ずあるはずですが、あまり悩まずに、得意なことを「強み」に変えながら、自分らしい生活を送ることが出来るよう、私たちはお手伝いしていきたいと思っています。

障害者就労施設「ロビー販売」好評実施中!!

障害者就労施設では、洋菓子などを製造し店舗やイベント等で販売するなど、障がいのある人の就労支援を行っています。障がい者理解を深め、障がいのある人の自立促進・社会参加のため、障害者就労施設による「ロビー販売」を実施しています。

- 実施日等 毎週水曜日 午前11時30分～午後1時30分 市役所1階 エントランスホールにて
- 参加事業所および取り扱い予定品目等 ★11/20、27は拡大版ロビー販売を実施します!

事業所名	取り扱い予定品目 ※当日変更となる場合があります。
1 赤穂精華園やまびこ寮 ★11/20、27	花苗、野菜苗、寄せ植え、野菜、漬物
2 赤穂精華園ほのか工房 ★11/20、27	菓子パン、ラスク、焼きドーナツ、豆腐、ワッフル
3 フロンティア ★11/20、27	赤穂手作りラスク Frontier、忠臣蔵どくだみパウダー、忠臣蔵どくだみパウダー・靈芝入り、丸ごと靈芝茶、備前焼(マグカップ、玉箸備前、スプーン等小物)、七福神こはぜ(24K)お守り
4 みのり大地 ★11/20、27	クッキー、かりんとう、ケーキ
5 わかば園 ★11/20	さきいか、ファンシー小物、野菜、点字ポチ袋
6 ワーキング西播磨作業所 ★11/20、27	さをり織、小物
7 げんぶ ★11/27	菓子パン
8 はくほう ★11/20	お弁当(30個程度)、シフォンケーキ(10個程度)
9 ピアサポート兵庫 ★11/27	メダカ、アロマキャンドル、サシェ、ストーン、粘土キャンドルキット、ハーバリウム、ハンドクリームキット等

●10月～令和2年3月の実施予定

日程	担当事業所	日程	担当事業所
10月 2日	赤穂精華園やまびこ寮	1月 1日	～お休み～
9日	赤穂精華園ほのか工房	8日	はくほう
16日	フロンティア	15日	赤穂精華園ほのか工房
23日	みのり大地	22日	フロンティア
30日	わかば園	29日	みのり大地
11月 20日	★拡大版ロビー販売	2月 5日	わかば園
27日		12日	ワーキング西播磨作業所
※11月は20日、27日以外はお休みです		19日	げんぶ
12月 4日	ワーキング西播磨作業所	26日	はくほう
11日	げんぶ	3月 4日	ピアサポート兵庫
18日	赤穂精華園やまびこ寮	11日	赤穂精華園やまびこ寮
25日	ピアサポート兵庫	18日	赤穂精華園ほのか工房
		25日	フロンティア

お客様の声

おいしいお菓子や、パン、お野菜、小物など、ついつい買いすぎちゃいます(笑)

いつも水曜日を楽しみにしています!

市内にある就労施設一覧

事業種別	事業所名
就労移行支援	やまびこ寮、さくら園、SORA
就労継続支援A型	げんぶ、はくほう、フロンティア
就労継続支援B型	ほのか工房、やまびこ寮、さくら園、SORA、ピアサポート兵庫、みのり大地、赤穂精華園有年事業所、わかば園、ワーキング西播磨作業所・赤穂手織り工房

背景の写真は「みのり大地」のロビー販売風景

－ 9月は障害者雇用支援月間－

働きたい!一緒に働こう!

ハローワークにご相談ください

☎ハローワークあこう ☎42・2376 FAX43・7908

ハローワークでは、就職を希望する障がいのある人の求職登録を行い、技能、職業適性、知識、希望職種などの個々の特性や状況に基づき、ケースワーク方式によるきめ細やかな職業相談と職業紹介を行っています。

また、障がいのある人を雇用している事業主、雇い入れを考えている事業主に対しては、雇用管理上の配慮についての助言を行い、必要に応じて専門機関の紹介、各種助成金の案内を行っています。

カウンセリングコーナー

精神障がい・発達障がいなどで就労に関するお悩みをお持ちの人は精神障害者雇用トータルサポートにお気軽にご相談ください。

- 相談日 毎月第2・4水曜日 午前9時15分～午後2時30分 ※1時間単位・予約制
- ▽就職に関する相談とカウンセリング
- ▽支援機関の紹介
- ▽就職後のフォローアップ
- ※予約制ですので、ハローワークあこう障害者相談コーナーまでお問い合わせください。

手話協力員のご案内

- 聴覚障がいのある人を対象に、手話協力員を配置しておりますので、相談時に手話通訳していただけます。
- 相談日 毎月第2木曜日 午前8時30分～正午

西はりま 障害者雇用促進のつどい 就職面接相談会

ハローワーク姫路および龍野(相生・赤穂)では、障がいのある人を対象とした就職面接相談会を開催します。

- 日時 9月27日(金) 午後1時30分～3時30分
- 場所 姫路キャッスルグランヴィリオホテル 3階「鳳凰の間」
- 内容 障がいのある人と求人者が一堂に会する就職面接相談会(当日は履歴書と各種障害者手帳をご用意のうえ参加してください。)
- 問い合わせ ハローワーク姫路 ☎0799・222・4435 FAX 0222・4437

障害者雇用制度をご存知ですか?

障がいのある人が、地域の一人として共に生活できる「共生社会」実現の理念の下、すべての事業主には、法定雇用率以上の割合で障がいのある人を雇用する義務があります。

事業主区分	法定雇用率 (平成30年4月1日以降)
民間企業	2.2% (※)
国・地方公共団体等	2.5%
都道府県等の教育委員会	2.4%

※対象となる事業主の範囲：従業員45.5人以上

9月は高齢者保健福祉月間です

「すこやかで、いつまでも安心のあるまち あこがれ」を目指して

高齢者福祉についての関心と理解を深め、高齢者自らの生活向上意欲を促すために、9月15日は、老人福祉法上「老人の日」と定められ、9月15日～21日までの1週間を「老人週間」として全国各地で長寿を祝う行事が行われています。

なお、「敬老の日」は、9月の第3月曜日で、今年は9月16日です。

☎ 社会福祉課 43・6809 FAX 45・3396



地域で敬老会を開催します

多年にわたり、地域社会の発展に貢献されてきた高齢者の方々に感謝し、地域ぐるみで長寿を祝うことを目的に、今年も「敬老の日」前後に敬老会が、まちづくり連絡（推進）協議会や自治会単位で開催されます。

毎年、地域毎の特色や趣向を凝らした敬老会が開催されており、対象者の皆さまに喜んでいただいています。

地域コミュニティの希薄化が問題となっている中、誰もが住み慣れた地域で安全・安心に暮らし続けるためには、地域の「絆」が重要です。地域のふれあいを大切にしたい

主な高齢者福祉サービス

市では、高齢者の皆さまがいつでも暮らせるように、在宅福祉サービスの充実を図っています。介護保険サービス以外の高齢者福祉サービスの一部をご紹介します。

生きがいデイサービス

万寿園で、毎週1回、赤穂温泉を利用した入浴サービスやレクリエーション、健康チェックを行います。作業療法士による簡単で楽しい体操や、歌や楽器を用いた音楽療法も行っています。

▽**対象者** 介護保険の対象とならない65歳以上の

▽**利用者負担** 1回250円(昼食代は別途実費)

ひとり暮らしし老人等火災警報器購入助成事業

ひとり暮らし等の高齢者が寝室に火災警報器を購入設置したとき1軒につき1個まで2,500円を上乗せして助成します。

▽**対象者** 75歳以上の高齢者のみの世帯

▽**火災警報器の種類**
検定品マークまたはNSマーク

のついた煙感知器

徘徊高齢者家族支援サービス

徘徊高齢者に携帯電話と同じくらい大きさの機器を身につけていただき、居場所が不明になった場合、その居場所を家族に伝え、事故防止を図ります。

▽**対象者** 市の認知症老人台帳に登録されている人

▽**利用者負担** 毎月の基本使用料500円(税別)

その他に位置情報提供料金、現場急行料金が利用した場合に別途必要です。

赤穂市ホームヘルプサービス

日常生活が困難になった時、掃除や買い物などの家事援助についてのみ、赤穂市ホームケアセンター(☎42・3376)のヘルパーを派遣し、その利用料金を助成します。(週2回、1回1時間が限度)

▽**対象者** 日常生活を営むのに支障がある65歳以上のひとり暮らしの人、または高齢者のみの世帯で、いずれも介護保険の対象とならない人

▽**利用者負担** 利用料金1時間あたり930円のうち1割

敬老会を開催することで、地域の「絆」を深めるきっかけになればと思います。

対象者の皆さまは、ぜひご参加のうえ、楽しいひと時をお過ごしください。

敬老会対象者数(令和元年7月31日現在)

地区名	対象者数	男	女
赤穂	1,340	497	843
西城	865	306	559
塩屋	1,408	546	862
西尾	552	223	329
尾崎	1,266	494	772
御崎	621	268	353
坂越	808	318	490
高有	429	161	268
年計	682	256	426
合計	7,971	3,069	4,902

※対象者：令和元年9月15日現在で満75歳以上になる人(昭和19年9月16日以前に生まれた人)

赤穂市内の最高齢者等をご紹介します

- 男性最高齢・尾崎 岩野 政之助さん(103歳)
- 女性最高齢・東有年 久保 やすさん(106歳)
- 最高齢夫婦・加里屋 中谷 利男さん(100歳) 浪子さん(94歳)

ひとり暮らしし老人等緊急通報システム(安心見守りコール)

ひとり暮らしの高齢者等が急病や事故などの緊急時に、受信センターに通報できる装置を設置します。

▽**対象者** 65歳以上の援護を要するひとり暮らしの人等

▽**利用者負担** 所得税課税世帯は、設置時に12,600円負担。その他利用にあたって必要な経費を負担

高齢者福祉についての相談窓口

高齢者福祉についての相談は、総合相談窓口となる「赤穂市地域包括支援センター」のほか、各中学校区に1カ所ずつ設置されている「在宅介護支援センター」で受け付けています。

また、社会福祉課いきがい福祉係でも相談に応じていますので、お気軽にご相談ください。

地域包括支援センターとは

高齢者が、住み慣れた地域で安心して暮らせるようさまざまな相談に応じ、必要な援助や支援を総合的に行う機関です。保健・福祉・医療・介護など、どこに相談していいかわからない

敬老祝金等が贈呈されます

- 〔赤穂市祝金〕
米寿(88歳) 2万円
昭和5年9月17日～
白寿(99歳) 3万円
大正8年9月17日～
〔兵庫県祝品〕
100歳 知事の祝状・記念品
大正8年4月1日～
大正9年3月31日生まれの人



昨年の敬老会の様子(尾崎)

場合も、まずは地域包括支援センターにご相談ください。

在宅介護支援センターとは

地域の身近な相談窓口として、在宅介護に関するさまざまな相談を受けるほか、各種保健、福祉サービスの情報提供や連絡調整等を行います。

また、高齢者の実態把握や介護予防教室の開催など、地域に根ざした高齢者福祉の拠点としての役割を担っています。

相談機関名	担当地区	電話番号	FAX 番号
赤穂市地域包括支援センター	市内全域	42・1201	42・1260
在宅介護支援センターはくほう	赤穂・城西地区	45・1114	45・0019
在宅介護支援センターやすらぎ	塩屋・西部地区	43・6424	43・9701
在宅介護支援センターしおさい	御崎・尾崎地区	42・0519	42・0534
在宅介護支援センターいきしま	坂越・高雄(一部)地区	46・8182	48・7668
在宅介護支援センター千種の苑	高雄(一部)地区・有年地区	49・2887	49・2890



うちの子の場合は？

保育の必要性はありますか？

保護者が働いている、病気などで昼間、家庭で保育できない状態等
※赤穂市が認定します

いいえ

現在通っている／利用予定の施設や事業は？

認定こども園の1号認定（幼稚園として利用）／新制度に移行した公立・私立幼稚園	満3歳児+3～5歳児クラス…保育料無償（手続き不要）
新制度に移行していない公立・私立幼稚園	満3歳児+3～5歳児クラス…保育料月額25,700円まで無償（手続き必要）
児童発達支援等事業所（児童発達支援／保育所等訪問支援等）	3～5歳児クラス…利用料無償（手続き不要）※幼稚園などを利用中でも無償化の対象
上記以外	無償化の対象となりません

はい

現在通っている／利用予定の施設や事業は？

認可保育所／認定こども園の2号・3号認定（保育所として利用）	0～2歳児クラス（注1）…住民税非課税世帯のみ保育料無償（手続き不要） 3～5歳児クラス（注2）…保育料無償（手続き不要）
認可外保育施設（届出をしている施設）／認可保育所での一時預かり事業／すこやかセンターでの乳幼児一時預かり事業／病児・病後児保育事業／ファミリー・サポート・センター事業	0～2歳児クラス相当…住民税非課税世帯のみ月額42,000円を上限に利用料無償（手続き必要） 3～5歳児クラス相当…月額37,000円を上限に利用料無償（手続き必要） ※原則、一旦利用料を納めていただき、後日お返しします。
児童発達支援等事業所（児童発達支援／保育所等訪問支援等）	0～2歳児クラス…住民税非課税世帯のみ利用料無償（実施済み） 3～5歳児クラス…利用料無償（手続き不要） ※保育所、認定こども園などを利用中でも無償化の対象です
認定こども園の1号認定（幼稚園として利用）／新制度に移行した公立・私立幼稚園	満3歳児（注3）+3～5歳児クラス…保育料無償（手続き不要）
新制度に移行していない私立幼稚園	満3歳児+3～5歳児クラス…月額25,700円を上限に保育料無償（手続き必要）
企業主導型保育事業 ※手続き方法は事業所に確認ください	保育所と同様に標準的な利用料が無償
上記以外	無償化の対象となりません

さらに預かり保育（延長保育）も利用する場合 ※利用条件あり

満3歳児…住民税非課税世帯のみ預かり保育の利用料が月額16,300円まで無償（手続き必要）
3～5歳児クラス…預かり保育の利用料が月額11,300円まで無償（手続き必要）
※実際の金額は利用日数等により算出しますので、完全に無償とはならない場合があります

注1：「0～2歳児クラス」とは生後～満3歳になってから最初の3月31日までの子どもが在籍しているクラスを指します。
注2：「3～5歳児クラス」とは満3歳になってから最初の4月1日～小学校入学までの子どもが在籍しているクラスを指します。
注3：「満3歳児」とは、満3歳になってから最初の3月31日までの子どもを指します。

10月1日
から

幼児教育・保育の無償化が はじまります



特設サイト

10月1日から、主に3～5歳児クラスの幼稚園、認可保育所、認定こども園などを利用する子どもの保育料が無償化されます。また、就学前の障がい児の発達支援の利用料も無償化されます。

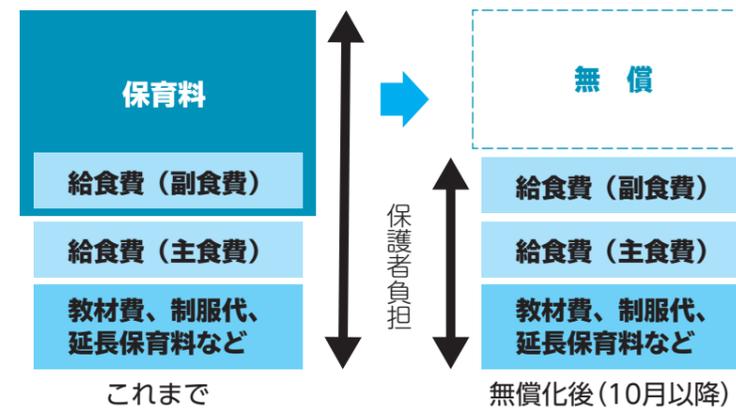
無償化の対象

利用する施設・事業、子どもの年齢、保育の必要性（保護者が共働きや、病気で日中は家庭で保育できない状況にあるなど）の有無により異なります（左ページ図参照）。保育の必要性は赤穂市が確認・認定します。保育の必要性があると認められるには詳細な条件があります。

無償化の内容

① 3～5歳児クラスの子どもは保育料が無償に

（2号認定の子どもの場合）



※年収360万円未満相当の世帯の全ての子どもと、所得に関わらず幼稚園利用の人については小学校3年生までの兄弟姉妹から数えて第3子以降、保育所利用の人については幼稚園・保育所の兄弟姉妹から数えて第3子以降の子どもの副食費が免除されます。

② 0～2歳児クラスの子どもは住民税非課税世帯のみ保育料が無償に

必要な手続き

認可保育所、認定こども園、新制度に移行した幼稚園、児童発達支援等事業所を利用している人は申請などの手続きは不要です。認可外保育施設（届出をしている施設）、認可保育所での一時預かり事業、すこやかセンターでの乳幼児一時預かり事業、病児・病後児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業、幼稚園・こども園の1号認定の預かり保育（延長保育）を利用されている人は、保育の必要性がある場合のみ無償化の対象となりますので、保育の必要性の認定申請手続きが必要です。

手続きについては、下記にお問い合わせいただくか、利用している各施設にお尋ねください。

問い合わせ先

- 幼稚園、認可保育所、認定こども園、認可外保育施設、認可保育所の一時的預かり事業等について
教育委員会 子育て健康課 ☎43・7065 FAX43・6895
- すこやかセンターの乳幼児一時預かり事業、病児・病後児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業等について
子育て健康課 こども支援係 ☎43・6808 FAX45・3396
- 児童発達支援等について
社会福祉課 障がい福祉係 ☎43・6833 FAX45・3396

令和2年度 市立幼稚園の園児を 募集します

●入園資格

5歳児 平成26年4月2日～
平成27年4月1日生まれ
4歳児 平成27年4月2日～
平成28年4月1日生まれ

●就園区域

小学校区に準じます

●入園願書等の配布

9月17日(火)から各幼稚園で配布します

●願書の受付

10月16日(水)、17日(木)
午後2時10分から5時まで、各
幼稚園で受付します

●幼稚園問い合わせ先

幼稚園名	電話番号
赤穂幼稚園	42・2615
城西幼稚園	42・0531
塩屋幼稚園	42・0213
赤穂西幼稚園	45・1006
尾崎幼稚園	42・5292
御崎幼稚園	45・1055
坂越幼稚園	48・8124
高雄幼稚園	48・7185
有年幼稚園	49・3537
原幼稚園	49・3538

◎教育委員会 子育て育成課

☎43・7065 FAX43・6895

風しんの予防接種は お済みですか？

風しんは、感染者の咳やくしゃみ、会話などで飛び散るしぶき(飛沫)を吸い込んで感染します。発疹、発熱、首の後ろのリンパ節の腫れなどが主症状です。

風しんに感染すると、電車や職場などが集まる場所で、多くの人に感染させる可能性があります。また、妊娠初期に感染すると、赤ちゃんが先天性心疾患、白内障、難聴を特徴とする先天性風しん症候群をもって生まれてくる可能性が高くなります。

風しんの流行拡大を防ぐために、風しんの抗体検査を受け、十分な量の風しんの抗体価がないことがわかった場合、予防接種を受けましょう。

風しんの抗体検査及び予防接種費を助成しています。詳細は、保健センターへお問い合わせいただくか、市ホームページをご確認ください。



市HP QRコード

◎保健センター

☎46・8701 FAX46・8705

9月10日は『下水道の日』 「下水道 見えないしごと」に 赤穂市水酸化促進月間」 金メダル」(令和元年度 全国下水道推進標準)

9月10日は「下水道の日」とされており、赤穂市においても9月は水酸化促進月間と位置づけ、市民の皆さまに下水道の役割・大切さを再認識していただく機会としています。

下水道の役割

下水道の役割を簡単にまとめると、私たちが日常生活で風呂、洗濯、炊事などで使用した水道水は、汚水として下水道管を通り、下水処理場に運ばれます。ここで微生物の力で汚水をきれいにし、海へ放流します。

また、側溝やポンプ場の働きにより、雨水を速やかに排除し、街を浸水から守る役割もあります。

つまり、下水道は汚水処理・雨水処理の2面から、皆さまの安全で快適な生活を守っています。

赤穂市の下水道事業は昭和56年9月1日に供用開始して以来、皆さんのご協力に支えられ、40年近くにわたり事業を行ってきました。市民の皆さまには、下水道の果たす役割をご理解いただき、引き続き

き下水道事業にご協力いただきまますようお願いいたします。

雨水貯留タンク設置助成金



雨水貯留タンクとは雨水を建物の雨どいを通じて集め、一時的に貯めておく設備のことです。

雨水を貯めることによって側溝などに流入する雨水の量を減らすことができ、浸水対策につながります。また、貯めた水は花や植木の水やりにも使え、節水対策にもなります。さらに、災害時等において断水した場合には、生活用水として利用することもできます。市では、この雨水貯留タンクを

10月は 「乳がん月間」です

現在、市では女性がん(乳がん・子宮がん)検診を12月末まで実施しています。ぜひこの機会に受診しましょう。

また、乳がんの早期発見の大切さをPRするため、赤穂城隅櫓をピンクにライトアップします。

●日時

10月1日(火)

午後7時～9時

●場所

赤穂城隅櫓

◎保健センター

☎46・8701 FAX46・8705

ご存知ですか?「J・M・S」 乳がん検診を 休日に実施します

休日実施します

J・M・S(ジャパン・マンモグラフィ・サンデー)は、NPO法人J・POSHと全国の医療機関が協力して、子育て、仕事など多忙な女性のために、年に一度、10月の第3日曜日、全国どこでもマンモグラフィ検査を受診できる環境づくりへの取り組みです。

●実施日時

10月20日(日)

午前9時～午後2時
●検査内容 マンモグラフィ検査
●検診料金
▽1,800円(赤穂市民)
▽2,600円(上郡町民で受診券をお持ちの人)
※無料クーポン券がある人は必ず持参してください。
▽6,270円(赤穂・上郡以外の人)

●受診人数

30歳以上の人を対象に50名

●予約受付

9月17日(火)から(土日・祝日除く)

●その他

▽マンモグラフィ検査は女性技師が行います。
▽予約が必要です。市民病院健診センターまでお問い合わせください。
▽当日は、診察券、保険証、無料クーポン券(該当者)、検査費用をご持参の上、新館4階健診センターまでお越しください。

◎市民病院 健診センター

☎43・3222 FAX43・8577

播州赤穂水の話 ①9

赤穂市上下水道部



はりま台下水処理場

皆さんは、赤穂市の「下水処理場」がどこにあるかご存知でしょうか？
多くの方が、中広にある「赤穂下水管理センター」を思い浮かべることでしょう。学校の授業などで見学された人もたくさんいると思います。しかし、赤穂下水管理センター以外にも下水処理場があることをご存知の方は、意外に少ないのではないのでしょうか？

実は市内には、福浦・はりま台・古池・大泊・小島の各地区の下水処理場のほか、市北部には農業集落排水処理施設という、下水処理場と同様の機能をもった施設もあります。下水管理センターと比べると、とても小さな処理場ばかりですが、市民の衛生的な生活環境を守るため、毎日欠かさず運転しています。(1)



福祉用具購入費の支給について

介護保険の要介護または要支援の認定を受けた人が、日常生活の自立を助けるために必要と認められる特定の福祉用具を購入された場合に、購入費用の一部が保険から支給されます。

支給方法は、いったん費用の全額を支払い、福祉用具を購入された被保険者の負担割合に応じて、後日、市から払い戻しを受ける「償還払い」か、費用の負担割合だけを福祉用具販売業者に支払い、残りの費用を市から販売業者に支払う「受領委任払い」があります。負担割合は所得に応じて1割、2割または3割となります。

ただし、県に福祉用具販売事業者として登録された事業者で購入された場合に限り支給しますので、購入前に必ず登録の有無を確認してください。

●支給の対象となる特定福祉用具

①腰掛便座

和式から洋式に変換するもの、ポータブル便器等

②自動排泄処理装置の交換可能部品

尿や便の経路となる部品で、居宅要介護者等またはその介護を行う人が容易に交換できるもの

③入浴補助用具

入浴用いす・浴槽用すり・浴槽内いす・入浴台・浴室内すのこ・浴槽内すのこ

④簡易浴槽

空気式・折りたたみ式等で容易に移動できるものであり、取水・排水のための工事を伴わないもの

⑤移動用リフトのつり具部分

身体に適合するもので、移動用リフトに連結可能なもの

●支給申請時期

福祉用具を購入し、その代金を支払ってから領収書等を添えて申請します。

●支給限度額

利用できる上限額は、要介護度にかかわらず、同年度(4月1日～翌年3月31日)で10万円を上限に費用の9割が支給されます(1割負担の場合)。

●申請に必要な書類

- ▷福祉用具購入費支給申請書
- ▷用具購入に要した費用に係る領収書
- ▷用具の価格と種別が分かるカタログのコピー
- ▷ケアプランに位置づけられている場合はケアプランの写し



年金生活者支援給付金の請求手続きについて

令和元年10月より年金生活者支援給付金制度が施行されます。支援給付金を受け取るためには請求手続きが必要です。

●平成31年4月1日以前から年金を受給されている対象者の場合

支給対象者宛に「年金生活者支援給付金請求書」(ターンアラウンド請求書)が送付されます。返送が遅くなると支給開始が遅れたり受給期間が短くなったりします。届いたら速やかに必要事項を記入し、62円(10月以降は63円)切手を貼って返送してください。

●平成31年4月2日以降に年金の受給を開始・もしくは年金を受給する予定の対象者の場合

令和元年度に入ってから年金を受給を開始した人にはターンアラウンド請求書は送付されません。受給要件に該当する人で、まだ請求していない人は姫路年金事務所または市役所窓口で手続きしてください。また、受給要件に該当する人で、これから年金の請求をする人は、年金請求と同時に支援給付金の請求手続きをしてください。

請求書提出後、日本年金機構で審査されます。所得や世帯の課税状況等により支給対象とならない場合もあります。

年金生活者支援給付金の受給要件

年齢	年金収入 + その他の所得 ≤ 779,300円 同一世帯全員が市民税非課税 など
補足的年齢	779,300円 < 年金収入 + その他の所得 ≤ 879,300円 同一世帯全員が市民税非課税 など
障害	年金を除く所得合計額が4,621,000円以下(単身者) など
遺族	年金を除く所得合計額が4,621,000円以下(単身者) など

年金生活者支援給付金の受給要件、詳しい手続きの内容等は、厚生労働省特設ページ、市ホームページでご確認ください

●不審な電話や案内にご注意ください

年金生活者支援給付金の手続きで、口座番号をうかがうことや、手数料などの金銭を求めることはありません。

●問い合わせ先

- ▷給付金専用ダイヤル ☎0570・05・4092 03・5539・2216
- ▷姫路年金事務所 ☎079・224・6382

注意! 日本年金機構をかたって偽サイトに誘導し、「個人電子年金情報の更新」等の名目で個人情報を入力させようとする不審メールが出回っています。絶対に個人情報を入力しないようご注意ください。



日本年金機構HP



交通事故などに遭った場合は、まず届出を!

交通事故や傷害事件、飲食店等での食中毒など、第三者(加害者)の行為によって病気やケガをしたときの治療費は、本来、加害者が負担すべきものですが、届出することにより国民健康保険(国保)を使って治療を受けることもできます。

ただし、これはあくまでも、国保が一時的に立替えをするものであり、後日、国保から加害者に費用を請求することになります。

交通事故に遭い、治療が必要となる場合には、すぐに警察署において「交通事故証明書」を発行しても

らうと同時に、医療介護課まで届出をしてください。

なお、届出前に加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると、国保が使えなくなる場合がありますので、示談の前には必ずご相談ください。

また、自損事故の場合は、一般的には国保の給付対象になりますが、酒酔い運転や無免許運転などの悪質な法令違反の場合は、給付対象にはなりません。

●届出に必要なもの

保険証・印鑑・交通事故証明書(後日でも可)

市老連だより いきいき赤穂

No.54

赤穂市老人クラブ連合会

地域活動部の活動について

7月10日、地域活動部の奉仕活動の一環として、赤穂市老人福祉センター万寿園の清掃活動を行いました。

暑い時期なので、熱中症にならないよう午前中の短時間での活動としましたが、参加者は各自で用意した道具を使い、建物周囲の除草と庭の生け垣の剪定を中心に、皆熱心に清掃作業に取り組んでいました。秋にはパンジーなどの花の植え付けも行います。

また、今後の活動として、市民の夕べ翌日の清掃ボランティアへの参加、あおぞら保育園の園児との交流等を実施する予定です。これらの活動を



通して、地域に貢献するとともに、老人クラブと地域とのつながりを深めてまいりたいと思っています。

地域活動部 高砂 敬三

**10月1日、消費税・地方消費税10%へ
軽減税率制度説明会を開催します**

問い合わせ

相生納税協会 ☎0791・23・0237
FAX0791・23・0494

**2019年10月1日、
消費税・地方消費税の
税率は10%へ。**
※10%のうち2.2%は地方消費税です。

- ☝ 税率引上げは社会保障制度を次世代に引き継ぎ、みんなが安心して暮らせる社会にするために必要です。
- ☝ 引上げ分は、すべての世代を対象とする社会保障のために使われます。
- ☝ 家計と景気、両方の観点から対策を実施します。

政府広報 消費税 軽減

開催日	時間	開催場所	主催者
9月18日(水)	午後1時30分 ～2時30分	相生納税協会 2階会議室	相生税務署 相生納税協会 相生商工会議所
9月26日(木)			相生税務署 相生納税協会
10月8日(火)	相生納税協会		
10月24日(木)	午前11時25分 ～正午		
	午後3時40分 ～4時15分		

**かけがえのない命を大切に
9月10日～16日は自殺予防週間です**

問い合わせ

保健センター ☎46・8701
FAX46・8705

- **兵庫県のちと心のサポートダイヤル**
☎078・382・3566
▽月～金曜日 18時～翌日8時30分
▽土日・祝日 24時間
- **はりまいのちの電話**
☎079・222・4343
▽毎日14時～翌日1時
- **よりそいホットライン**
☎03120・279・3338
FAX033868・3811
▽24時間

自殺は、さまざまな要因が複雑に関係し、その多くが追いつかぬままの死であると言われていますが、その多くを防ぐことができる社会的な問題であるとされています。

家族や身近な人に「最近元気がない」「体調不良や不眠を訴えている」など気になる人がいたら、まずはさりげなく声をかけてみましょう。そして相手の話を傾け、適切な相談機関を勧めるなど必要な支援になくとも大切です。

一人ひとりの行動が、かけがえのない命を守ることに繋がります。

● **「心の体温計」であなたの心ころをチェックしてみませんか？**

携帯電話やパソコンを使って、こころの健康状態をチェックできる「心の体温計」を実施しています。

現在、「本人モード」と「赤ちゃんママモード」があり、「本人モード」ではストレス度や落ち込み度のチェックができ、「赤ちゃんママモード」は、出産後3～4カ月頃までの母親のこころの健康状態がチェックできます。

判定結果とあわせて、相談機関の情報も表示されますので、ご活用ください。



こころの体温計
QRコード

携帯電話はこちらから

【心の体温計ホームページ】
<https://fishbowindex.jp/ako/>

※利用料は無料ですが、通信料は自己負担となります。

市ホームページ
QRコード



ご理解、ご協力を！

ガソリンを小分け購入される皆さまへ

7月18日に京都市内において、ガソリンを使用した放火火災により多数の死傷者が発生しました。この火災はガソリンスタンドで購入したガソリンを携行缶で現場付近まで搬送し、犯行に及んだとされています。

これを受け、同様の火災発生を未然に防止するため、ガソリンスタンドにおいて、購入者に対し運転免許証等による身分の確認や購入目的等を求められることがありますので、皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

なお、ガソリン携行缶の取り扱いについては、市ホームページをご確認ください。

● **問い合わせ先**

赤穂消防署予防課危険物係

☎43・6882
FAX45・0119

上郡消防署庶務予防係

☎52・5119
FAX52・1351

問い合わせ・申し込み先

赤穂市国際交流協会(市民対話課内)
☎43・6818 FAX43・6810

**姉妹都市ロッキングハム市
青少年海外派遣事業参加者募集**

姉妹都市、西オーストラリア州ロッキングハム市への青少年海外派遣事業に参加する学生を募集します。(この事業は、タテホ化学工業株式会社様の一部寄付により実施されます)

● **目的**

赤穂市国際交流協会では今年度、大学生等をロッキングハム市に派遣し、姉妹都市交流をさらに深めるとともに、ITを活用したサービスや、高齢者福祉をテーマに視察、研修を行うことで、学生の学びの向上や国際感覚の醸成を図ります。

● **日程**

令和2年3月16日～23日予定
(機内2泊、現地5泊)

● **参加費用**

1人約8万円(往復航空運賃、現地宿泊費等に充当)

● **応募内容**

▽募集定員 10名程度(応募者多数の場合は選考)
▽応募要件 次の①、②の要件を満たす人
① 関西福祉大学の学生、または過去に赤穂市で概ね10年以上生活

したことがある大学生(短大含む)および専門学校生
② 協会が実施する事前研修会に参加できること
※研修会の実施時期：11月～2月全4回(予定)

● **交流内容(予定)**

・ ロッキングハム市のIT活用状況等の視察見学
・ 赤穂市の高齢者プログラム、高齢者ケアへの取り組み等についてのプレゼンテーションを行っていたいただきます。

● **応募要領**

▽市民対話課窓口またはホームページで応募用紙を入手し、必要事項を記入のうえ持参・郵送・FAX・メールのいずれかの方法により提出してください。

▽応募用紙には、400字程度の作文を添付してください。「ITを活用したサービスや高齢者福祉をテーマに、ロッキングハム市とどのような交流をしたか?」(どのようなことを学びたいか?) (書式自由)

● **応募期限**

10月11日(金)必着

第8次行政改革大綱 平成30年度取組結果

行政課 ☎43・6850 FAX43・6892

第8次行政改革大綱は、市民サービスの質の向上と人口減少社会に対応した将来にわたる健全で効率的な行財政運営の推進を基本方針に、平成30年度からの5カ年を計画期間として策定しています。

平成30年度の主な取組結果は次のとおりです。厳しい財政状況の中、今後とも行財政改革の推進に取り組んでまいりますので、ご協力をお願いします。

取組計画	取組結果・効果額
ごみの減量化、リサイクルの推進	直営収集燃やすごみの割合82.3%対前年0.6%減少
窓口サービスの検討、改善	窓口発券機を導入
電子申請システムの活用	電子申請利用件数54,961件
幼稚園3歳児保育の実施	塩屋幼稚園で試行実施
市有地の有効活用	1,879千円
市税収納率の向上	95.1% 33,880千円
住宅使用料収納率の向上	88.9% 2,523千円
ふるさとづくり寄付金の推進	60,215千円
ホームページ等への有料広告の掲載	51千円
図書館雑誌スポンサー制度の導入	47千円
事業の見直し、経費の削減	32,253千円
補助金、負担金の見直し	6,995千円
繰出金の見直し	12,793千円
繰上償還による公債費の抑制	12,000千円
特別職報酬等の見直し	2,100千円
投資事業の抑制	125,279千円
基幹システムのクラウド化の実施	7,700千円
基金残高の増加促進	財政調整基金残高比率12.2%
職員数の適正化	職員数946人(H31.4.1)
年次休暇の取得推進	年休取得(9.4日/人)
特定事業主行動計画の推進	行政職の女性管理職の割合6.5%
合計	効果額 297,715千円

住民票、マイナンバーカード等への旧氏併記が可能になります

11月5日から住民票、マイナンバーカード等へ旧姓(旧氏)が併記できるようになります。これにより、婚姻等で氏に変更があった場合でも、従来称してきた氏を住民票に記載したうえで、マイナンバーカード等に記載し、公証することができるようになります。

※詳しくは総務省ホームページをご覧ください。

総務省 旧姓併記 

マイナンバーカードを取得しましょう！！

- ▶ マイナンバーの提示と身元確認がこれ1枚でOK！
- ▶ e-Tax(国税電子申告・納税システム)などの電子申請も可能！
- ▶ コンビニで住民票の写しなどの証明書が取得できる！

市民課戸籍係 ☎43・6819 FAX43・6891

第116回赤穂義士祭 義士祭出演者を募集します

問い合わせ

産業観光課 ☎43・6839
FAX46・3400



【義士行列】

応募資格

- ・12月1日現在、満20歳以上の男性
- ・約1.1kmのパレードコースを自力で歩ける人
- ・12月14日(土)午前7時から午後4時頃まで時間帯が空けられる人

応募人数

市内の人・・・5名
市外の人・・・12名

応募方法

申込書に必要事項記入、顔写真添付、押印のうえ、赤穂義士祭奉賛会事務局(産業観光課)へ持参、または郵送にてお申込みください。

注意事項

- ・パレード中は、眼鏡、ピアス、指輪、腕時計等、時代にそぐわないものは着用を控えてください。
- ・交通費、宿泊費等は各自でご負担ください。昼食は用意します。

応募締切

10月1日(火)必着

選考方法

書類選考を行い、通過した人の中から抽選により市内5名、市外12名を決定します。

【大名行列】

応募資格・役柄

- ▽遠見(家老・役) 20歳以上の男性
- ▽中老(若殿のお付き役) 20歳以上の女性
- ▽若殿 性別不問(4歳〜6歳程度)

応募方法

いずれの役柄も約1.1kmのパレードコースを自力で歩ける人
12月14日(土)午前7時から午後4時頃まで時間帯が空けられる人
中老、若殿は11月中旬に衣装、かつら合わせがありますのでご出席ください。

注意事項

- ・その他注意事項は申込書をご覧ください。
- ・申込書に必要事項記入、押印のうえ、赤穂市大名行列保存会事務局(産業観光課)へ持参、郵送またはFAXにてお申込みください。

応募締切

10月1日(火)必着

選考方法

応募者多数の場合は抽選にて決定します。

【山車】

応募資格

中学生以上の人で、次の募集場面に必要な人数を確保しお申し込みください。

募集場面

「田村邸切腹の場」4人
磯田武太夫、浅野内匠頭、庄田下総守、多門伝八郎

応募方法

※場面については変更になる場合があります。
申込書に必要事項を記入のうえ、赤穂義士祭奉賛会事務局(産業観光課)まで持参、FAXまたは郵送でお申し込みください。

注意事項

- ・交通費、宿泊費等は各自でご負担ください。昼食は用意します。

応募締切

10月1日(火)必着

選考方法

応募多数の場合は、事務局で選考します。



若殿



中老



遠見



義士行列

※応募・問い合わせ先 〒678・0292 《住所不要》 産業観光課 ☎43・6839 FAX46・3400
※申込書は、市産業観光課、(一社)赤穂観光協会、各地区公民館等に置いてあるほか、市のホームページからもダウンロードできます。

- 募集 市営住宅・募集戸数**
- 市営住宅・募集戸数**
- ①坂越高谷団地（1階） 3DKⅡ1戸
 - ②坂越高谷団地 3DKⅡ5戸
 - ③千鳥団地2LDK（車いす対応）Ⅱ2戸
 - ④千鳥団地3DKⅡ9戸
 - ⑤塩屋西団地（1階） 3DKⅡ2戸
 - ⑥塩屋西団地 3DKⅡ2戸
 - ⑦塩屋団地（1階） 2DKⅡ1戸
 - ⑧塩屋団地3DKⅡ15戸
 - ⑨塩屋団地4DKⅡ3戸
- ※千鳥団地（車いす対応）に申し込みできる人は、生活に常時車いすを必要とされている人のいる世帯のみです。
- ※坂越高谷団地（1階）、塩屋西団地（1階）、塩屋団地（1階）に申し込みできる人は、次の条件に該当する人のみです。
- ア1階に居住する必要がある障がいのある人および障がいのある人のいる世帯

- 募集 県営住宅・募集戸数**
- ①赤穂尾崎鉄筋3DK 2人以上世帯用 Ⅱ10戸
 - ②赤穂中広鉄筋3DK 3人以上世帯用 Ⅱ11戸（注1）
 - ③赤穂中広鉄筋3LDK 3人以上世帯用 Ⅱ11戸（注1）
 - ④赤穂千鳥高層3LDK 2人以上世帯用Ⅱ3戸
 - ⑤赤穂千鳥高層3LDK 単身可（一般） Ⅱ10戸（注1）
 - ⑥赤穂千鳥高層3LDK 3人以上世帯用 Ⅱ15戸（注1）
 - ⑦赤穂湯ノ内鉄筋3LDK 2人以上世帯用Ⅱ2戸
 - ⑧赤穂湯ノ内鉄筋3LDK 3人以上世帯用 Ⅱ10戸（注1）

- ※高齢者世帯または障がい者世帯は、世帯人数が申込区分（人数要件）に満たない場合でも一般仕様の住宅に申し込むことができます。
- （注1）夫婦または婚約者との2人世帯で、合計年齢が80歳未満の場合は申し込みができます。
- （注2）単身（一般）でお申込みの人は条件がありません。
- 入居時期（予定）**
市営住宅 Ⅱ11月1日
県営住宅 Ⅱ11月中旬
 - 募集期間** 9月10日（火）～25日（水）土日・祝日を除く。
 - 抽選日** 9月30日（月）
 - 申込方法** 市役所1階市民課住宅係に、申込書があり、必要事項を記入し、所得確認書類を添付して、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）。
 - 問い合わせ・申込み先** 市民課住宅係
TEL 43・7066
FAX 43・6810

- 募集 要約筆記者養成講座**
- 厚生労働省の「要約筆記者養成カリキュラム」に基づいた講座をたつの市で開催します。
- 日時** 10月12日、令和2年3月21日のうち16回（全て土曜日）午後1時30分～4時30分
 - 場所** たつの市新宮ふれあい福祉会館（たつの市新宮町平野1-1-1）
 - 受講料** 無料（ただし資料・材料代1,000円、テキスト代3,600円）
 - 講座内容** 聴覚障がいの基礎知識、要約筆記の基礎知識等
 - 定員** 20名
 - 申込方法** 申込書を郵送またはFAX
 - 申込期限** 9月30日（月）
 - 申込み・問い合わせ先** 兵庫県立聴覚障害者情報センター 要約筆記養成講座係
〒657-0832 神戸市灘区岸地通1-1-1 灘区民ホール2階
TEL 078・805・4192
FAX 078・805・4192
TEL 078・805・4175
- ※申込書は社会福祉課に有。

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.aiji-sec.com/ AMB:30-PM5:30

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。

住宅用火災警報器・消火器の使用期限は製造年から10年が取替の目安です

悪徳業者による消火器の処分・点検にはご注意ください

不要消火器の処分費 1,000円～

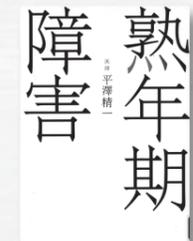
(株)播州商会
赤穂市上飯屋南4-21 TEL 42-4032 FAX 42-4000



「へんしんバス」
あきやま ただし
誰かが乗ると思わぬ姿にへんしんしちゃう、へんしんバス。一体どんなバスになるのかな？ 声に出して繰り返して読んでみるといろいろなものが変身しちゃう不思議な言葉あそび絵本。



「かっこいいぞ！ひこうき大集合」
いろいろな旅客機をはじめ、飛行機のしくみ、機内食、日本と世界のエアラインなどを紹介。エアバス A380や空し読んでみるといろいろなものが変身しちゃう不思議な言葉あそび絵本。



「熟年期障害」
平澤 精一
60代以上の男女を襲う原因不明の体調不良・だるさは熟年期障害のサインだった！ 老人性うつや認知症、などを引き起こす「熟年期障害」について解説し対策を紹介。



「ノーサイド・ゲーム」
池井戸 潤
大手自動車メーカーの社員・君嶋は工場の総務部長に左遷されラグビー部のゼネラルマネージャーを兼務することに。お荷物社会人ラグビーチームの再建に挑む。

新刊紹介

図書館 Library

http://www.ako-city-lib.com

- 朗読・話し方講座**
テーマ：【話力レベルアップ！人前で読む・話すことに自信をつけよう】
▷9/21(土)「読む・話す技術について」(アクセント・イントネーション等)
▷10/ 5(土)「よりわかりやすく伝えるための技術②」(緩急・強弱・間の取り方等)
時間：(各日)午前10時15分～11時45分
講師：アナウンス・プランナー 水野かおり氏
- 第5回図書館朗読・スピーチ発表会**発表者募集！
日時：10/25 (金)午後1時30分～3時30分
場所：2階視聴覚室
一般募集：3組(個人5分、グループ8分)
締切：10月13日(日)
※詳細は図書館までお尋ね下さい。
- 来夢朗読会**
日時：10/ 8 (火)午後1時半～3時
場所：2階視聴覚室
朗読：赤穂朗読ボランティア来夢
内容：①「はなちゃんのみそ汁」安武 信吾
②「山が見ていた」新田 次郎
③「免許証」黒柳 徹子
④「流れる星は生きている」藤原 てい
- 問い合わせ先** 図書館 TEL 43・0275 FAX 43・6291

- 「子どもの本のもつ力」清水 真砂子
- 「知られざる弥生ライフ」響田 亜紀子
- 「人に頼む技術」ハイディ グラント
- 「メンタルローテーション」池谷 裕二
- 「シニアビューティヘア」テルイ タカヒロ
- 「ブルートレイン大図鑑」旅と鉄道編集部
- 「人生後半戦、これでいいの」萩本 欽一
- 「わが人生に悔いなし」なかにし 礼
- 「ガラスの城壁」神永 学
- 「椿宿の辺りに」梨木 香歩
- 「あるあるないない」あめみや ゆずる
- 「まっくらけまっしろけ」マックス アマート
- 「単位キャラクター図鑑」星田 直彦
- 「ゲームクリエイターになるには？」馬場 保仁
- 「お絵かき禁止の国」長谷川 まりる

みんなで考えよう!! 「産廃」のこと VOL.50

環境課 TEL 43・6821 FAX 43・6892

～大阪ブルー・オーシャン・ビジョン～
第50回は海洋プラスチック問題に関する「大阪ブルー・オーシャン・ビジョン」についてご紹介します。6月に開催されたG20大阪サミットで共通の世界のビジョンとして「大阪ブルー・オーシャン・ビジョン」が共有されました。これは、社会にとってのプラスチックの重要な役割を認識しつつ、廃棄物管理を改善し、管理を誤ったプラスチックごみの流出を減らすこと等により、2050年までに海洋プラスチックごみによる追加的な汚染をゼロにまで削減することを目指すものです。
今後、G20以外の国際社会の他のメンバーにも、このビジョンを共有するよう呼びかけていくことが確認されています。(参考：外務省ホームページ「海洋プラスチックごみ」)

募集 女性のための
出前チャレンジ相談

再就職を考えている女性を対象に少人数制の相談会を開催いたします。
「そろそろ仕事がしたい、でも何からはじめたらいいかしら?」「自分の趣味や特技を何かの仕事につなげたい」「在宅ワークって私にもできるかしら?」などの不安に対して、今まで多くの女性のサポートをしてきた女性相談員がやさしくアドバイスいたします。
就業や起業、キャリアアップなどの不安や悩みについての個別相談です。参加費は無料です。おもいきって第一歩を踏み出してみましょう!」

- 日時 10月16日(水)
①午後1時~
②午後2時~
③午後3時~
- 相談時間 1人 50分
- 場所 市役所2階 204会議室
- 内容 就業などについて個別でアドバイスや情報提供をします。
- 講師 長谷川まゆみ氏

(特定社会保険労務士
ファイナンシャルプラン
ナー、キャリアアドバイザー)
※一時保育あり(0歳児から小学6年生まで 事前申込みが必要)
●募集人数 3名(先着順)
●問い合わせ先 市民対話課
人権・男女共同参画係
☎43・6818
FAX 43・6810

お知らせ 女性の働き方セミナー
子育てママのマネープラン

「税金」「年金」「教育資金」・・・忙しい子育て中だからこそ、気になるお金のこと。
子どもの成長に伴うライフイベントに合わせて、マネープランを考えてみましょう。
参加費は無料です。ぜひくばらんに話せる少人数制のセミナーで、疑問を解決しませんか?

- 日時 10月16日(水)
午前10時30分~正午
- 場所 市役所2階 204会議室
- 内容 「子育てママのマネープラン」

「フレイル予防教室」
「お試しいきいき百歳体操」
年齢に伴い、心身の活力が全体的に低下した状態を「フレイル」と言います。
フレイル予防には「栄養(食生活・口の機能)」「運動」「社会参加」の3つの柱が欠かせません。生活習慣を改善し、今日からフレイル予防を始めませんか。(申込み不要)

お知らせ 「フレイル予防教室」
「お試しいきいき百歳体操」

- 日時 10月4日(金)
①10月4日(金) 総合福祉会館 3階集会所兼運動指導室
②10月16日(水) 塩屋公民館 多目的室
③10月25日(金) 城西公民館 研修室
- 場所 総合福祉会館 3階集会所
- 内容 ▼基調講演「家族が認知症と言われたら」
講師 松本クリニック 三上雅美院長
▼認知症カフェの紹介
▼市の認知症対策について
▼茶話会
◎地域包括支援センター (総合福祉会館内)
☎42・1201
FAX 42・1260

お知らせ 第36回肝臓病教室

- 日時 9月29日(日)
午前10時30分~11時30分
- 場所 市民病院3階 講義室
- 内容 「肝臓病の最近の動向」「肝臓病について」運動・食事など日常生活で注意すること」
担当 看護部
※肝臓病に少しでも関心のある人はご参加ください。
- 参加費 無料(申込不要)
- 問い合わせ先 市民病院地域医療室
☎43・8458
FAX 43・8465

お知らせ 中途失聴・難聴者のための読話教室

補聴器だけでは話が聞き取れない・・・聞き取りの有効な手助けとなる、読話(口の形から話を読み取る方法)を学んでみませんか。気軽に「ご参加ください」。(要約筆記が付きまます)
●日時 10月27日(日)
午後1時30分~3時30分

お知らせ あこう認知症カフェ

認知症に関心のある人は、ごなただでもご参加できます。(申込み不要)
●日時 10月7日(月)
午後1時30分~3時30分 (受付:午後1時~)

お知らせ 赤穂市男女共同参画審議会

●日時 9月26日(木)
午後2時~

お知らせ 赤穂市男女共同参画係

●日時 9月27日(金) 午後10月4日(金) 午前中
●場所 プラット赤穂2階 ギャラリー
◎選挙管理委員会
☎43・6846
FAX 43・6898

お知らせ 赤穂市男女共同参画係

●日時 9月26日(木)
午後2時~

廃棄物・ごみに関するお悩みは、是非当社にご相談ください
粗大ごみ引取にお伺いします 店舗定期収集しています

産業廃棄物収集運搬処分 一般廃棄物収集運搬処分 資源リサイクル業 総合土木工事業

株式会社 横山サポートテック
詳しくはホームページをご覧ください
http://www.yst21.co.jp

〒678-0232 兵庫県赤穂市中広1370番地1
TEL.0791-43-5328(代)

当たってにっこり 地元もほっこり
ハロウィンジャンボ宝くじの売上金の約4割は、市や町の住み良いまちづくりに活用されています。売上金は、各都道府県の販売実績等に応じて交付されますので、ぜひ、兵庫県内の宝くじ売り場でお買い求めください。
◎(公財)兵庫県市町村振興協会
☎078・322・1151 FAX078・392・2540
●発売 9月24日(火)~10月18日(金)

●時間 午前10時~11時30分 (受付:午前9時30分~)
●参加者 概ね65歳以上の人 ※現在、いきいき百歳体操に参加している人も大歓迎です。
●費用 無料
●持ち物 室内用の運動しやすい靴、飲み物、タオル(汗拭き用)
※悪天候等の警報発令時には、中止します。
◎地域包括支援センター (総合福祉会館内)
☎42・1201
FAX 42・1260

今話題のシャワーヘッド「ミラブル」を結城建設のモデルハウスで試してみませんか?

ミラブルのおすすめ3ポイント
point 1 洗浄 空気を含んだ超微細な気泡が毛穴の奥の汚れや、ニオイの元まですっきり洗い流します。
point 2 保湿 お湯が無理なく肌の深部まで浸透するため、肌も髪もしっとり潤いが持続します。
point 3 温浴 毛穴に入り込んだ超微細な気泡が弾けるときの刺激を与えるため、身体の芯から温まります。

油性ペンを使った実験をしてみました
油性ペンで描いた文字も... お水のシャワーをかけて4分ほどできれいに消えました

美肌ケアにはもちろん、肌の弱い方、赤ちゃんなど、どなたにも安心してお使いいただけます。モデルハウスでご体感いただけるのでお気軽にお越しください。

有限会社 結城建設
〒678-0202 兵庫県山手町8-27
電話:0791-46-3011

9月	
10 火	●保育所子育て電話相談 10:00~16:00 各保育所
11 水	●心配ごと相談 13:00~17:00 福 ●2歳児歯科健診(H29年2月生) 13:30~14:30 保セ ●法律相談(要予約) 13:30~16:30 市
12 木	●献血(市役所) 9:30~11:30 ●子育てカウンセリング 13:30~16:00 子育て学習センター
13 金	●栄養相談(前日までに要予約) 9:30~11:30 健康 ●子育て応援隊さろん 13:00~15:00 保セ
14 土	●行政書士・司法書士・土地家屋調査士無料相談 会 10:00~12:00 市民対話課 ☎43・6818
15 日	当番医 渡辺内科小児科医院 ☎42・3884 9:00~17:00
16 月	当番医 黒田医院 ☎43・5210 9:00~17:00
17 火	●保育所子育て電話相談 10:00~16:00 各保育所 ●女性問題専門相談(要予約) 13:00~16:00 会 市民対話課 ☎43・6818 ●HIV・肝炎相談(前日までに要予約) 13:20~15:00 健康
18 水	●心配ごと相談(弁護士・要予約) 13:00~17:00 福 ●1歳6か月児健診(H30年2月生) 13:30~14:30 保セ
19 木	●生活習慣病健診(要予約) 8:30~総合福祉会館 ●社会保険労務士による相談 13:30~16:00 市
20 金	●生活習慣病健診(要予約) 8:30~総合福祉会館
21 土	●司法書士による法律相談 9:30~12:00 市
22 日	当番医 福田産婦人科麻酔科 ☎43・5357 9:00~17:00
23 月	当番医 杉口整形外科 ☎45・1451 9:00~17:00
24 火	●知的障がい者相談 10:00~12:00 市 ●行政相談(相談委員) 10:00~12:00 市 ●保育所子育て電話相談 10:00~16:00 各保育所 ●もの忘れ健康相談(要予約) 13:00~15:00 地域包括支援センター ☎42・1201
25 水	●精神障がい者相談 10:00~12:00 地セ ●ベビーレッスン 13:00~13:30 保セ ●心配ごと相談 13:00~17:00 福 ●こころの相談(要予約) 13:00~17:00 福 ●法律相談(要予約) 13:30~16:30 市
26 木	●身体障がい者相談 10:00~12:00 市
27 金	●キッズさろん 13:30~15:00 保セ
28 土	
29 日	当番医 イオン診療所 ☎46・4666 9:00~17:00
30 月	

10月	
1 火	●生活習慣病健診(要予約) 8:30~総合福祉会館 ●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) 13:20~15:00 健康
2 水	●農事相談 10:00~11:30 農業委員会 ●心配ごと相談 13:00~17:00 福 ●こころの相談(要予約) 13:00~17:00 福 ●3歳児健診(H28年4月生) 13:30~14:30 保セ
3 木	
4 金	●健康相談 9:00~11:00 保セ
5 土	●生活習慣病健診(要予約) 8:30~すこやかセンター
6 日	当番医 堀クリニック ☎43・6066 9:00~17:00
7 月	
8 火	●保育所子育て電話相談 10:00~16:00 各保育所
9 水	●心配ごと相談 13:00~17:00 福 ●2歳児歯科健診(H29年3月生) 13:30~14:30 保セ ●法律相談(要予約) 13:30~16:30 市
10 木	●子育てカウンセリング 13:30~16:00 子育て学習センター
11 金	●栄養相談(前日までに要予約) 9:30~11:30 健康 ●子育て応援隊さろん 13:00~15:00 保セ
12 土	●行政書士・司法書士・土地家屋調査士無料相談 会 10:00~12:00 市民対話課 ☎43・6818
13 日	当番医 梶原外科 ☎42・9934 9:00~17:00
14 月	当番医 正木医院 ☎45・3555 9:00~17:00
15 火	●保育所子育て電話相談 10:00~16:00 各保育所 ●女性問題専門相談(要予約) 13:00~16:00 会 市民対話課 ☎43・6818 ●HIV・肝炎相談(前日までに要予約) 13:20~15:00 健康

問い合わせ先

市 市役所(代表) ☎43・3201	保セ 保健センター(子育てセンター内) ☎46・8701
福 総合福祉会館 ☎42・1397	地セ 地域活動支援センター ☎48・1615
会 市民会館 ☎43・7450	健康 赤穂健康福祉事務所 ☎43・2321

保育所子育て 赤穂 ☎42・3368 塩屋 ☎42・0323 尾崎 ☎42・2297
電話相談 御崎 ☎42・3338 坂越 ☎48・8458 有年 ☎49・2297
子育て相談(子育て学習センター) ☎43・3290
青少年育成相談 青少年育成センター(随時) ☎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) ☎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) ☎43・7800
市民生活無料法律相談 市民対話課 予約 ☎43・6818
心配ごと相談 社会福祉協議会 予約 ☎42・1397
犬・ねこの引取り問い合わせ 動物愛護センター-龍野支所 ☎0791・63・5146

FAXでの問い合わせ 市役所(代表) 43・6892

人口の動き(7月) 住民基本台帳登録者人口

世帯数	20,491	戸	(+ 10)
人口	47,498	人	(- 27)
男	22,934	人	(- 21)
女	24,564	人	(- 6)

◎7月中の異動 ()内は前月比

出生	31人(+ 6)	転出	112人(+ 45)
死亡	42人(+ 5)	その他増	0人(- 1)
転入	96人(+ 14)	その他減	0人(- 12)

()内は前月比

交通事故発生状況

区分	7月	2019年累計
発生件数	105(+ 1)	682(- 23)
人身	13(- 1)	81(- 2)
物損	92(+ 2)	601(- 21)
死者	0(± 0)	1(+ 1)
重傷	0(- 1)	9(+ 8)
軽傷	13(- 4)	79(- 27)

()内は前年比

火災・救急状況

区分	7月	2019年累計
火災	1(± 0)	11(± 0)
救急	165(- 30)	1219(- 59)

()内は前年比

火災発生時での問い合わせ
☎43・6899(自動案内)
FAX45・0119(FAX返信)



ハーモニーインフォメーション
HARMONY INFORMATION

CRAZY KEN BAND TOUR PACIFIC 2019
Presented by NISHIHARA SHOKAI

11月4日(月・休) 17:00開演 大ホール 全席指定
入場料:一般6,900円(友の会割引なし)
※年齢制限なし。ただし4歳未満でもご入場される全てのお子さまのチケット必要。

好評発売中

木津川計の一人語り劇場
「番町皿屋敷」異聞

11月9日(土) 14:00開演 小ホール 全席自由
入場料:一般1,500円、友の会1,200円
当日2,000円(友の会割引なし)
※未就学児のご入場はご遠慮ください。

好評発売中

県民芸術劇場 芸術文化振興基金助成事業
オーケストラと合唱の楽しみ2019

11月17日(日) 15:00開演 大ホール 全席自由
出演:藤岡幸夫 指揮 関西フィルハーモニー管弦楽団、ハーモニー合唱団
曲目:「スター・ウォーズ」よりメインタイトル、組曲「惑星」より木星、
混声合唱とオーケストラのためのカンタータ「土の歌」ほか
入場料:一般2,500円、友の会2,000円
高校生以下1,000円、友の会800円
※未就学児のご入場はご遠慮ください。

華麗なるダンス 哀愁の歌声 アルゼンチンタンゴ 2019
～進化を続ける情熱たち～

11月30日(土) 15:00開演 小ホール 全席指定
ダンサー:エンリケ&カローリーナ 演奏:LAST TANGO
入場料:一般4,500円、友の会3,600円
※未就学児のご入場はご遠慮ください。

好評発売中

近隣の商業施設への駐車はおやめください

赤穂市文化会館をご利用の際は、当館駐車場への駐車をお願いいたします。特に、フレスポ赤穂の駐車場には絶対に駐車しないようにしてください。当館の駐車場は台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用の上お越しください。

赤穂市文化会館 **ハーモニーホール** ☎43・5111

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

お知らせ
赤穂市シルバー人材センター
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。

会員募集 センターでは会員をひろく募集しています。「生きがい作り」「健康維持」「仲間作り」「余暇を有効にしたい」「今までの経験を活かしたい」「達成感・充実感を得たい」「ボランティア活動をしてみたい」など、市内在住の男性60歳、女性58歳以上で健康で働く意欲のある人ならどなたでも入会できます。まずは、入会説明会にお越しください。

9・10月の入会説明会

日時	9月25日(水)
	10月15日(火)
	10月23日(水)

午後1時30分
場所 センター事務所
(公社)赤穂市シルバー人材センター

☎43・7200
FAX 43・4687

お知らせ
弁護士による寸劇と無料法律相談

日時 10月1日(火)
▽寸劇 午後1時30分
～3時

▽無料法律相談
午後3時～4時30分
※受付は午後1時～3時

会場 県弁護士会
姫路支部会館

内容 弁護士による離婚問題についての寸劇と無料法律相談

県弁護士会姫路支部
☎0799・282・8458
0・224・7166

ヘルプマークを見かけたら・・・

- ・電車などで、席をお譲りください!
- ・商業施設などで、声をかけるなどのご配慮を!
- ・災害時は、避難の手助けを!

広告募集中!!

- 広報あこう
- 赤穂市ホームページ

※広報あこうは市内に事業所がある企業に限る

料金など詳しくは企画広報課にお問い合わせください。
☎0791・43・6873 FAX0791・43・6822

万代総合事務所
～お気軽にご相談下さい～

司法書士	行政書士	土地家屋調査士
------	------	---------

- 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



高校生の意見を総合計画へ

「2030赤穂市総合計画」の策定にあたって、高校生ワークショップを開催しました。赤穂高校の生徒が各班に分かれ、赤穂のいいところ、足りないところなどを出し合い、未来の赤穂にはこうなってほしいという意見を発表しました。(7/24 市民会館)



市政特別アドバイザー第1号

赤穂市のまちづくりに関する政策等の推進に当たり、専門的な立場からアドバイスをいただく、市政特別アドバイザー第1号に、大阪大学大学院人間科学研究科教授 三浦麻子氏に就任していただきました。(8/1 市役所)

今年の夏も暑かった～！！



みんなで踊って、食べて、たこまつり！

古い街並みを残す坂越で、今年もたこまつりが開催されました。「坂越踊り」などの披露や、名物の「ジャンボ鉄板焼き」、子ども達のダンスなど賑やかな夜となりました。(8/11 坂越)



全中大会出場へ！

赤穂中学校3年生の藤原颯さんが、全日本中学校通信陸上競技大会兵庫大会において、男子砲丸投で2位に入賞され、全日本中学校陸上競技選手権大会への出場が決まり、報告のため市長を表敬訪問しました。(8/9 市役所)



全国高校総体へ！

神戸科学技術高校2年生の三村武司さん(高野在住)が、兵庫県高校総体空手道競技の男子組手団体において優勝され、全国高校総体への出場が決まり、報告のため市長を表敬訪問しました。(8/5 市役所)

満開のひまわり

木津のふれあい農園では約1万本のひまわりが満開を迎え、ひまわりまつりが開催されました。子どもたちが鮎のつかみどりにチャレンジしたり、ひまわりを摘み取ったり、楽しい時間を過ごしていました。(7/28 木津)



たくみさんの盆踊り



新田の光浄寺には赤穂市の有形文化財「木像浅野赤穂藩主坐像」があり、赤穂藩の初代藩主長直公の命日8月23日には、毎年法要と「たくみさん」の盆踊りが開催されます。今年は小雨の降る中でしたが、たくさんの地元の人が集まり、西中学校の生徒による太鼓で盆踊りを楽しみました。(8/23 新田 光浄寺)



サイエンス寺子屋で体験したよ！



海洋科学館の夏休み恒例のイベント、「サイエンス寺子屋」が今年も開催され、大勢の親子がさまざまな実験教室を体験しました。兵庫県立人と自然の博物館からは「ゆめはく」の移動博物館車が参加し、たくさんの昆虫の標本からまちがいさがしをするなど、子どもたちが夢中で色々なことにチャレンジしていました。(7/28 海洋科学館)



すくすく育て！わが家のホープ



元気で思いやりのある子に育あれ♡

笑顔いっぱい明るくのびのび育ってね♡

お友達と仲良く優しい子になってね♡

元禄橋町

宇治山 真旺 ちゃん

平成28年12月24日生まれ

宇治山 葉奈 ちゃん

平成30年10月9日生まれ

父・真好さん 母・奈美子さん

宇治山 奈那 ちゃん

平成26年7月24日生まれ

★わが家のホープ モデルさん募集中★ 対象を3歳未満から未就学児に拡大しました！申込み、お問い合わせは市長公室企画広報課広報担当まで電話またはメールで。☎43・6873 FAX43・6822 メール Kouhou@city.ako.lg.jp

食育レシピ



緑黄色野菜を食べよう 青菜のごま汁



(料理協力：赤穂市いずみ会)

1人分栄養素 エネルギー 35kcal 塩分 0.6g

■材 料(4人分)

- 青菜・・・・・・・・ 130g
- だし汁・・・・ 3.5カップ
- 塩・・・・ 小さじ1/2
- 薄口しょうゆ・・ 小さじ1
- 白ごま・・・・ 大さじ2
- 切り海苔・・・・ 少々

■作り方

- ①青菜は茹でて、水にさらし、水気をきって3cmに切る。
- ②だし汁に調味してから、冷やす。
- ③ごまは炒ってから、包丁で刻んで切りごまにする。
- ④碗に青菜を入れ、冷やしただし汁を注ぎ、③と切り海苔をふる。

一口メモ 朝食で生活リズムを整える

体の中には「体内時計」と呼ばれる機能があり、25時間の周期で生体リズムを刻んでいます。しかし、1日は24時間なので、1時間のズレが生じてしまいます。このズレを修正するためには、朝日を浴びること、朝食を食べることで脳を刺激し、体内時計をリセットすることが大切です。

■編集後記■

今年も暑い8月でしたが、この編集後記を書いている時点では、まだ「市民のタベ」が終わっていないので、夏が終わるといった感覚がまだピンときません。。。

8月後半は思ったより雨の日が多く続いて、今は市民のタベ当日のお天気が良いことを祈る日々です。

さて、ここ数年風邪など引いたことがなかった①が、つい先日体調を崩

してしまい、喉をやられて電話に出る声が見事なハスキーボイスになってしまいました。庁内からかかってくる電話に出ると「どうしたの?!」と驚かれ、笑われる始末。。。

おまけに、最近、物の見え方が何だかおかしい気が?老眼ですかね?

もう若くないんだから。。。と自分に言い聞かせ、体調管理には万全を期すようにしたいと思います。②

◆表紙の説明◆

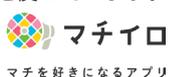
今月の表紙は特集「働く」を支えるで紹介している、山本智加さんがパンの販売に向かっている時に撮影した1枚です。「パンの販売が好き!」と話してくれたとおり、オススメの品を売り込むなど、充実した仕事ぶりを拝見することが出来ました。(特集はP2~P7) (8/16 げんぶ)



- 広報あこは自治会を通じてお届けしています。
- その他、スーパー、コンビニエンスストア、観光案内所(播州赤穂駅)、各地区公民館、市役所にも設置していますのでご利用ください。
- 次回の回覧広報あこは9月25日(水)、広報あこは10月10日(木)の発行予定です。
- 広報あこは再生紙を使っています。

広報あこがスマホで見られます。

https://machiio.town/lp/hyogo_ako



各コンテンツの視聴に関して

Facebook・YouTube・Aurasma (AR 動画)・マチイロは無料でダウンロード・ご利用できますが、ダウンロードおよび視聴にかかる通信料は自己負担となります。ご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。