

広報

Ako City
Public
Relations

あこ



2014

9

No.753

平成26年9月10日発行

赤穂観光マスコットキャラクター「陣たくん」

輝く笑顔、楽しい毎日!



■今月の内容

- | | |
|-----------------------|--------------|
| 02 知っておきたい認知症 | 16 情報コーナー |
| 04 みんなで築こう安心と活力ある長寿社会 | 20 社協だより |
| 06 救急ワークステーション試行運用を開始 | 22 市民文化祭 |
| 08 健康ページ | 23 暮らしのカレンダー |
| 14 第7次行政改革大綱取組結果 | |



高雄地区で実施した認知症サポーター養成講座

認知症対策としての取り組み
認知症サポーター養成講座
 「認知症を学び地域で支えよう」を合言葉に、市内各地で認知症サポーター養成講座を開催しています。
 認知症サポーターとは、認知症について、正しい知識をもち、認知症の人と家族を温かく見守る応援者です。
 この講座では、キャラバン・メイトと呼ばれる講師を中心に、認知症を正しく理解して、地域で認知症の人をどのように支援するかを学習しています。平成25年度は、市内公民館など8会場で開催し、合計478人が受講されました。
 認知症サポーター養成講座を受講された方には、認知症の人を支援する目印となる「オレンジリング」を配布しています。このオレンジリングは、介護者が、ちよつと手伝ってほしい時の目印となるものです。



7月から配布開始のあんしん見守りキーホルダー

あんしん見守りキーホルダー登録事業
 65歳以上の方を対象に、身元を特定するための「あんしん見守りキーホルダー」を希望者に無料で配布しています。
 希望者は、地域包括支援センターで名前や緊急連絡先などを登録し、外出先で倒れたり、徘徊したりした場合に、速やかに身元確認ができ、迅速な対応を行うことができます。
対象者 赤穂市に住所を有する人（施設入所の人を除く）のうち、65歳以上の人又は認知症の症状がある人など
申込・問い合わせ先
 地域包括支援センター
 ☎42・12001



知っておきたい 認知症

平均寿命が年々伸びると、認知症の高齢者も増えていき、2025年には470万人に達するといわれています。(厚生労働省、平成24年公表)
 認知症についての理解を深め、認知症と正しく付き合う方法を考えましょう。
 地域包括支援センター ☎42・1201

認知症は、身近な病気です

認知症の要因の一番は加齢によるものと言われており、85歳以上の4人に1人が認知症にかかるといわれています。

大切なのは、日々の「生活習慣での予防」(早期発見・早期治療)です。
 認知症は、脳の病気です。認知症の中で多いのは、「アルツハイマー型認知症」「脳血管性認知症」「レビー小体認知症」で、三大認知症といわれています。そのほかにもさまざまな病気が原因となって認知症を引き起こします。

認知症の主な症状

認知症にかかると、脳の細胞が死んで、記憶力や理解・判断力がひどく衰えます。時間や日付などがわかりにくくなる見当識障害や新しい体験の記憶を思い出すことができない記憶障害などはよく知られています。
 その他、記憶力や判断力が衰えることにより、周囲の環境にうまく適応できなくなったり、不安やあせりが生じ、妄想や幻覚、徘徊などが起きてくる場合があります。

認知症が疑われるサイン

- ① 同じことを何度も言ったり、聞いたり、したりするようになった
 - ② 外出したり、人と会ったりするのがおっくうになり、嫌がるようになった
 - ③ 以前に比べ、ささいなことで怒りつづくなった
 - ④ 置き忘れや、しまい忘れが増えた
 - ⑤ 今までできていた家事、計算、運転などのミスが多くなった
 - ⑥ 知っているはずの人や物の名前が出てこなくなった
- など当てはまる項目が多いほど早めに医療機関の受診が必要です。

認知症の予防

日々の生活習慣においては、まず、バランスの良い食生活を心がけましょう。
 ● 甘いものや塩分をとりすぎない
 ● 野菜や果物、青背の魚を積極的にとる
 ● よく噛んで食べる
 また、適度な運動は、脳の働きを活発にするなど認知症を予防する効果があります。趣味もなく、友人・知人との交流が乏しいと家に閉じこもりがちになり、運動機能や意欲が低下が起る「生活不活発病」を引き起こさないためにも、外出する習慣を持ちましょう。

“認知症カフェ”をご存知ですか

認知症の方の居場所づくり、家族への支援の場、認知症に関する情報発信の場としての「認知症カフェ」が実施されています。新たに「認知症カフェ」実施を希望又は検討される方を対象に、次の①②の研修が10月29日(水)兵庫県立西播磨総合リハビリテーションセンター1階交流ホールにて実施されます。

- ① 認知症カフェ話し相手養成研修
 ▷ 講師=赤穂市立介護老人保健施設(老健あこう)・柴木祐子氏(認知看護認定看護師)
 ▷ 時間=午前10時~正午
 - ② 認知症カフェ運営管理者研修・専門職研修
 ▷ 講師=認知症疾患医療センター・柿木達也氏(医師)、京都大学医学部附属病院・武地一氏(医師)
 ▷ 時間=午後1時~3時30分
- 参加費 無料 ● 申込期限 10月10日(金)
 申込者多数の場合は、抽選とします。
 ※①②どちらか一方だけでも参加可能です。
- 申込・問い合わせ先
 地域包括支援センター ☎42・1201
 社会福祉課 いきがい福祉係 ☎43・6809

認知症に関する相談窓口

かかりつけ医のある方は、まず、かかりつけ医にご相談ください。

- 地域包括支援センター ☎42・1201
- 社会福祉課いきがい福祉係 ☎43・9843
- もの忘れコールセンター ☎#7070又は#7272
 ※携帯電話、IP電話からはつながりません。
 時間：午前10時~正午、午後1時~4時(年末年始・土日、祝日を除く)
- 兵庫県民総合相談センター ☎078・360・8477
 時間：午前10時~正午、午後1時~4時(火曜日・年末年始・土日、祝日を除く)
- 兵庫県立リハビリテーション西播磨病院(認知症疾患医療センター) ☎0791・58・1092

9月は高齢者保健福祉月間

赤穂市女性最高齢の
原田そのさん(106歳)



「庭の草抜きや、ほうきで部屋を掃除するのが日課です」と話すのは、赤穂市女性最高齢の原田そのさん。80歳までは着物の仕立てなど裁縫の仕事をしていました。その手先の器用さは、106歳になった今でも健在で、家族の洗濯物を綺麗にたたんでいるそうです。

長生きの秘訣は、「毎日3食しっかり食べること」と話され、病気もないとのこと。楽しみにしていることは、「毎日のお風呂と、大相撲観戦です」と笑顔で教えてくださいました。

赤穂市男性最高齢の
児嶋教静さん(102歳)



「音楽と子どもが大好き」と話すのは、赤穂市男性最高齢の浄念寺第15代住職の児嶋教静さん。クラシックが好きで、2年前まで赤穂国際音楽祭を鑑賞されていたそうです。また、高校野球も好きで、若い頃、自転車であそぶ姿が見ることがあるそうです。

長生きの秘訣は、音楽と子ども。児嶋さんは、「世話をしてくれる娘に『ありがとう』と手を合わせてから寝ています」と話してくださいました。

高齢者福祉サービスの一部をご紹介いたします

☎ 社会福祉課 43・6809

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方、又は高齢者だけの世帯で、いずれも介護保険の対象とならない方

●利用者負担 利用料金1時間あたり9000円のうち1割

●生きがいデイサービス 御崎の万寿園で、毎週1回、健康チェック、入浴、レクリエーションを行います。利用2回のうち1回は、作業療法士による簡単な楽しい体操をします。

●対象者 介護保険の対象とならない65歳以上の虚弱な方

●利用者負担 1回2500円(昼食代は別途実費)

●自立支援配食サービス 月曜日から金曜日の夕食を提供することで、健康保持と安否確認を図ります。

●対象者 70歳以上のひとり暮らしの方、又は75歳以上の高齢者だけの世帯で、日常の調理が困難な方

●利用者負担 1食2500円

●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方

●利用者負担 毎月の基本使用料5400円(その他に位置情報提供料、現場急行料金が利用した場合に別途発生)



9月15日は、老人福祉法で「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。

平成15年から「敬老の日」は、9月の第3月曜日となり、今年は9月15日となっています。

市では9月1日、市長、市議会議長、社会福祉協議会理事長、自治会連合会長が、市内最高齢者等の長寿をお祝いしました。

●男性最高齢・加里屋 児嶋 教 静さん(102歳)

●女性最高齢・西有年 原田 そのさん(106歳)

●最高齢夫婦・南野中 宮本 幸 夫さん(101歳) とみえさん(94歳)

●赤穂市祝金 米寿 88歳 2万円
大正14年9月17日～大正15年9月16日生まれの方

●白寿 99歳 3万円
大正3年9月17日～大正4年9月16日生まれの方

●兵庫県祝品 100歳 知事の祝状・記念品
大正3年4月1日～大正4年3月31日生まれの方

●敬老祝金等が贈呈されます

地域で敬老会を開催します

多年にわたり、地域の発展に寄与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、今年も敬老の前後に敬老会がまちづくり単位や自治会単位で開催されます。

地域のつながりが希薄化していると言われる昨今、市民の皆さんが住み慣れた地域で安心・安全に暮らし続けるためには、地域の「絆」がますます重要となります。

地域のふれあいを大切にした敬老会を開催することで、地域の「絆」を強めるきっかけになればと思います。

対象者の皆さんは、ぜひご来場のうえ、楽しいひと時をお過ごしください。

●敬老会対象者数(H26. 7.31現在)

地区名	対象者数	男	女
赤穂	1,206	451	755
城西	801	289	512
塩屋	1,146	404	742
西部	460	185	275
尾崎	1,130	435	695
御崎	528	215	313
坂越	737	304	433
高雄	390	155	235
有年	636	225	411
合計	7,034	2,663	4,371

※対象者：平成26年9月15日現在で満75歳以上になる方(昭和14年9月16日以前に生まれた方)

地域を支える老人クラブに参加しませんか

現在50の単位老人クラブ(会員総数2,461人)が、「健康・友愛・奉仕」の3つの原則を軸に、自分の生活や地域を豊かにするために活躍しています。

近年、老人クラブは地域の「支え手」として注目を集めています。これは、老人クラブという団体が地域に根差した活動を主軸としており、豊かな地域社会づくりが必要不可欠な役割を担う社会的な存在であるためです。

概ね60歳以上の方ならどなたでも入会できます。お互いに助け合いながら、仲間づくりや健康づくりをし、豊かな高齢期を送るために、ぜひ老人クラブに加入しましょう。

在宅福祉サービス利用の相談窓口

高齢者の在宅福祉サービスについてのご相談は、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ヶ所ずつ設置されている「在宅介護支援センター」でも受け付けています。

また、市役所の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、気軽ににご相談ください。

●地域包括支援センターとは 高齢者の方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。

●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、在宅介護に関する様々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。

●相談機関一覧

相談機関名	担当地区	電話番号
赤穂市地域包括支援センター	市内全域	42・1201
在宅介護支援センターはくほう	赤穂・城西地区	45・1114
在宅介護支援センターやすらぎ	塩屋・西部地区	43・6424
在宅介護支援センターしおさい	尾崎・御崎地区	42・0519
在宅介護支援センターいきしま	坂越・高雄(一部)地区	46・8182
千種の苑在宅介護支援センター	高雄(一部)・有年地区	49・2887
社会福祉課いきがい福祉係	-	43・9843

救急ワークステーションの 試行運用を開始します

人の命を救う救急隊員（救急救命士を含む）には、迅速・的確な救急処置が求められています。救急隊員の知識・技術の向上とより良質な救急医療実現のため、赤穂市消防本部と赤穂市民病院が連携し、10月1日から「救急ワークステーション」の試行運用を開始します。

消防本部 救急課 ☎43・6884

救急ワークステーションとは

救急ワークステーションとは、医療機関に救急車と救急隊員を派遣し、病院内において医師や看護師等の指導のもと、患者に対する処置や観察など、救急隊員の知識・技術向上のために実習を行います。そして、救急事案発生時には、そのまま救急隊員が現場に出動します。



救急ワークステーションの役割

● 救急隊員の実務研修

救急隊員は高度化する救急医療の医学的知識や技術を習得するために、質の高い研修が求められています。病院内に救急隊員の研修拠点を置くことで、医師や看護師等の医療スタッフのもとで臨床的な実習が継続的に行われるため、効果的な研修が行えます。

● 消防と病院の連携強化

大規模な災害や高度な救命治療が必要な事故が発生した場合には、DMAT（災害派遣医療チーム）、ドクターヘリ、ドクターカーを要請し、救助活動をする現場から医師等の治療を開始できる体制が必要です。さらに、より効果的な活動を実現するためにも、常に医療スタッフと救急隊員の連携強化が求められています。



救急搬送時実習



医師からの説明・指導



静脈路確保(点滴)と薬剤投与



気管挿管と人工呼吸

救急救命士の 病院実習にご理解・ご協力を

救急車には、救命処置の専門知識や高度な技術を学び、国家資格を取得した救急救命士が搭乗しています。この救急救命士が救急現場で高度な医療行為を行うためには、医師の指導に基づく実習を行う必要があります。

赤穂市内では、赤穂市民病院と赤穂中央病院に協力をいただいで、これらの実習に取り組んでいます。救急救命士の知識・技術の向上のため、病院実習にご理解とご協力をお願いします。

● 救急隊員が行う救急処置の主な内容

● 救急隊員
血圧測定、心電図測定、酸素投与、血液中の酸素飽和度測定、聴診器による呼吸音及び心音の聴取、出血、熱傷、創傷、骨折に対する処置

● 救急救命士
気管挿管・食道閉鎖式エアウェイによる気道確保、ビテオ喉頭鏡を用いた気管挿管、静脈路確保(点滴)、アドレナリン投与

病院実習の現状

- 気管挿管認定実習 赤穂市民病院
- 薬剤投与認定実習 赤穂市民病院、赤穂中央病院
- 就業前研修 赤穂市民病院、赤穂中央病院
- 生涯教育研修 兵庫県災害医療センター、兵庫県立加古川医療センター、製鉄記念広畑病院姫路救命救急センター
- 救急ワークステーション 赤穂市民病院(10月1日開始)

気管挿管認定

全身麻酔による手術患者に対して、麻酔科医師の指導下で気管挿管実習を行います。

薬剤投与認定

担当医師の指導下で、静脈路を確保(点滴)し、アドレナリン投与を行うための実技実習を行います。

平成27年度から救命処置が拡大されます！

平成26年4月1日から救急救命士の行える救命処置の範囲が拡大されました。当地域では、平成27年度からの救急現場での運用に向けた研修と救急活動マニユアルの整備を進めています。

拡大される救命処置

- ① 血糖測定
- ② 低血糖発作症例へのブドウ糖溶液の投与
- ③ 心肺機能停止前の重度傷病者に対する静脈路確保(点滴)

期待される救命効果

糖尿病による低血糖で意識障害を伴っている場合には、一刻も早く糖を投与する必要があります。また、重症外傷による出血性ショックでは、静脈路を確保し点滴を開始する必要があります。

これらの処置を救急救命士が行うことで、心肺機能や脳機能を良好に保ちながら病院に搬送することが可能となります。

救急ワークステーションのイメージ

赤穂市消防本部



消防署から病院に救急隊を派遣
救急車1台と救急隊員3名
週2日(平日)午前9時～午後4時

赤穂市民病院



医師や看護師などのもつて救急処置の補助や実習を行います。

救急事案発生現場

実習中に救急要請があれば、病院から直接現場に出動し、実習の成果を活かします。

赤穂市いずみ会 あこっ食育フェア2014を 開催します

毎日の生活の基本となる食について共に学び、考えましょう！

- 日時 10月19日(日) 午前10時～午後4時
- 場所 総合福祉会館
- テーマ 食でつながる元気な赤穂
- 内容 ▷イベントコーナー(午前10時～午後2時) 食と健康コーナー(食事バランスチェック・骨密度測定・血管推定年齢測定・手洗いチェックなど)、食文化コーナー(試食)、地産地消コーナー(地場農産物及び加工品の展示・販売)、学校給食コーナー、お弁当コンテストコーナー(応募作品の展示) ▷お弁当コンテスト表彰式及び講演会(午後2時～4時) ▷演題 「未来につながる食育のすすめ～NHK“ひとりでもできるもん”産みの親からのメッセージ～」講師＝料理研究家 坂本廣子氏
- 問い合わせ先 保健センター ☎43・9855

特定疾患・小児慢性特定疾患 医療受給者証更新申請手続きのお知らせ

平成27年1月から、特定疾患・小児慢性特定疾患の医療費助成の制度が変わります。

既に、医療受給者証をお持ちの方で、下記対象者に該当する方は、次のとおり手続きをお願いします。

- 対象者 平成26年12月31日までの有効期間の特定疾患及び小児慢性特定疾患医療受給者証をお持ちの方で、平成27年1月1日以降も引き続き受給者証の交付を希望される方
- 受付予定期間 10月上旬～12月下旬まで
- 必要書類

①医師の診断書については、従前と同じ様式です。(小児慢性特定疾患の方は今回の申請に限り医療意見書は省略可です)

②対象者の方に申請書類を郵送します。平成26年12月31日までの受給者証及び更新手続きに必要な書類が9月末時点で届かない場合は、必ず問い合わせ窓口までご連絡ください。

※受給者証がお手元に届くまでに、申請日から2カ月程度かかりますので、早めに申請してください。

- 申請・問い合わせ先 赤穂健康福祉事務所 地域保健課 ☎43・2938

10月1日から水痘(水ぼうそう) 及び高齢者肺炎球菌が予防接種 法に基づく定期接種になります

水痘(水ぼうそう)予防接種について

- 対象者及び接種回数 生後12月～生後36月に至るまでの人
接種回数：3月以上、標準的には6月から12月までの間隔をおいて2回
- ◎経過措置として、平成26年度に限り、生後36月～生後60月に至るまでの人を対象とします。
接種回数：1回
- 注意事項
 - ・以前に、任意の予防接種として水痘の予防接種を接種した人は、既に接種した回数分の接種を受けたものとみなします。
 - ・既に水痘にかかったことがある人は、接種の必要はありません。
- 接種料金 無料

高齢者肺炎球菌予防接種について

- 対象者
 - ①65歳の人
 - ②60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓又は呼吸器の機能に自己の身の周りの日常生活活動が極度に制限される程度の障がいがある人、及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人
- ◎経過措置
 - ・平成26年度～平成30年度までの間は、当該各年度において65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人が対象となります。
 - ・平成26年度については、平成26年3月31日現在で100歳以上の人も対象となります。

- 接種回数 1回
※平成26年10月1日より前に接種された人は、この定期接種を受けることはできません。

- 接種料金 4,000円
(ただし、上記対象者のうち生活保護受給者は無料)

- 注意事項
※現在実施している高齢者肺炎球菌助成事業については、平成27年3月末まで、上記定期接種の対象者以外の人について実施します。

水痘・高齢者肺炎球菌予防接種の対象になる人(高齢者肺炎球菌②の人を除く。)には、9月末に案内を通知します。

- 問い合わせ先 保健センター ☎43・9855

9月10日～16日は 自殺予防週間です

ストレスをためないコツを身につけましょう

自分にあった気分転換方法でストレスをこまめに解消しましょう。ほんのひとときでも気持ちを切り替え、リラックスすることがストレスの軽減に役立ちます。

自分の好きなこと、没頭できるもの

- ・読書や音楽・映画鑑賞、カラオケで歌う、おしゃべりなど、自分が心底楽しめるもの
- ・スポーツも効果的。一人もよいが仲間がいるとなお楽しい

心身ともにリラックスできること

- ・お風呂でぬるめのお湯にゆっくりつかる
- ・ゆっくりと腹式呼吸をする
- ・自然と親しむ(散歩、ガーデニング、旅行など)

こころの不調に気づいたら 電話でご相談ください。

- ◆こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570・064・556
時間：9:30～11:30、13:00～15:30
- ◆兵庫県いのちと心のサポートダイヤル ☎078・382・3566
時間：毎日18:00～翌日8:30
土日祝は24時間対応
- ◆赤穂市保健センター ☎43・9855
時間：平日8:30～17:15

9月24日～30日は 結核予防週間です

結核は正しい知識をもって予防しましょう

結核とは結核菌によって主に肺に炎症がおこる病気です。

日本では2013年1年間に20,495人(兵庫県では1,098人)の結核患者が新たに発生しています。また全国では2,084人が結核で亡くなっています。結核は決して過去の病気ではありません。

結核は結核菌が咳やくしゃみと一緒に空気中に飛び散り、それを周りの人が吸い込むことによって感染が起きます。感染しても必ず発病するわけではなく、通常は免疫力によって結核菌の増殖を抑え込みます。

増殖を抑えきれなくなると結核を発病します。結核の主な症状は咳・痰、微熱、時に血痰、食欲低下、体

重減少がみられます。咳などが出現し2週間以上続く場合は要注意ですので必ず医療機関を受診しましょう。

予防のポイントは、①予防接種(BCG)、②マスク着用などの咳エチケット、③定期健診、④有症状時の早期受診です。

また、結核を発病した場合、一定期間正確に服薬すれば治ります。健康福祉事務所(保健所)では結核の治療に関する支援をしています。

- 問い合わせ先 赤穂健康福祉事務所 地域保健課 ☎43・2321

10月第3日曜日
マンモグラフィ検査が受けられる日曜日
実施します

J.M.S ジャパンマンモグラフィセンター
NPO法人J. POSH が子育て、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19日(日)
午前9時～11時30分

●検査内容 ▼視触診+MMG(マンモグラフィ) ▼エコー検査(49歳以下で希望者のみ)

●検診料金 ▼2,000円(赤穂市民の方) ※市民の方で無料クーポン券がある方は、必ず持参してください。▼7,287円(赤穂市民以外の方) ※49歳以下でエコー検査希望の方は別途3,500円必要となります。

●受診人数 30名程度

●その他 診察は乳腺外科末次医師、MMG・エコー検査は女性技師が行ないます。

※予約不要です。希望者は、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、2階中央受付までお越しください。

●問い合わせ先 赤穂市民病院 医療課 ☎43・3222

9月は障害者雇用

支援月間です

「共に働く」社会を実現するために

すべての人が生涯にわたって心身ともに健やかに生き、お互いを理解・尊敬しあいながら、ともに手を携えて心の通いあうまちで暮らすことは、私たちの願いです。

市では、障害者雇用支援月間にあわせ、障がいのある人の雇用促進について、市民の皆様と一緒に認識と理解を一層深めていただくとともに、障がいのある人の就業意欲の喚起を行っています。

障がいのある人が適切な職業に就き、力を十分に発揮できる環境をととのえることは、雇用する企業、そして、地域社会全体の強みともなります。皆さまご理解とご協力をお願いします。

ハローワークにご相談ください

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

障がいのある人を雇用している事業主、雇い入れようとし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、障害者トライアル雇用奨励金、障害者初回雇用奨励金等の案内を行っています。

「障害者雇用納付金制度」の対象事業主が拡大されます

平成27年4月から、常時雇用している労働者数が現在の200人を超える事業主から100人を超える事業主へ対象が拡大されます。適用対象になると、平成28年4月から、前年度の雇用障がい者数をもとに、障害者雇用納付金の申告を行っていただき、障がいの者の法定雇用率を下回る場合は、障害者雇用納付金を納付する必要がある。また、障がいの者の法定雇用率を上回る場合は、調整金の支給申請ができます。障がい者雇用について、早めの取り組みをお願いします。

障害者雇用納付金制度とは

障がいの者の雇用に伴う事業主の経済的負担の調整を図るとともに、全体としての障がいの者の雇用水準を引き上げることを目的に、障害者雇用納付金(納付金)の徴収、障害者雇用調整金(調整金)、報奨金、各種の助成金の支給を行う制度です。

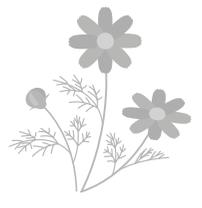
☎42・2376

心身障害者雇用奨励助成金を支給

市内在住の心身障がいの者の自立を促進するために、ハローワークを通じて障がいの者を雇用した市内の事業主に対して、雇用奨励のための助成金を支給します。

- 支給条件 6カ月以上の常用雇用であること
- 支給対象月 労働時間が6

時間以上である日が14日以上ある月
 ●支給金額 12,000円
 /人・月(6カ月ごとに支給。2年間を限度)
 ☎社会福祉課 ☎43・6833



障害者就労施設等からの物品等の調達を推進を図るための方針を作成しました

障害者優先調達推進法の規定に基づき、赤穂市が行う物品及び役務(以下「物品等」という)の調達において、障害者就労施設等が提供する物品等に対する受注機会を拡大を図り、障がいのある方の自立の促進に努めます。

- 対象となる施設
 - ・障害福祉サービス事業所等(就労移行・就労支援事業所等)
- 調達目標
 - ・平成26年度目標額40万円

☎43・6833

9月は赤穂市水洗化促進月間です

～げすいどう みずのみらいを まもるみち～

下水道の役割

私たちは洗濯やトイレなど毎日の生活に、多量の水を使用しています。普段は、気にすることもない見えない存在の下水道ですが、私たちの生活排水を下水管や処理場を通してきれいな水にして川や海に戻す重要な役割をはたしています。また、台風や大雨のときには、雨水を排除して水害から私たちを守るという役割も担っています。

下水道を大切に

なんでも下水として流して良いわけではありません。油や野菜くずは悪臭やつまりの原因になり、また固形化した油は下水管や処理施設を傷つける原因にもなりますので、絶対に流さないでください。私たちの大切な財産である下水道の寿命を少しでも延ばせるように、正しい使い方を心がけましょう。



下水道の豆知識

○もとも古い下水道
 世界で最も古い下水道は、今から約7000年も昔、紀元前5000年ごろの古代インドやメソポタミアで作られたといわれています。紀元前2000年ごろのモヘンジョ・ダロでは、家々から集められた汚水をレンガで作られた「ます」に受け入れて地中にしみこませ、残った大きなごみは定期的に取り除いていたと考えられています。

一方、日本では、約2200年前弥生時代に、大きな集落で、防衛、用水、排水等を兼ねた水路が造られていました。また、し尿を農作物の肥料として使っていたため、河川や海が汚れることもなかったのですが、逆にこのことが、下水道の普及を遅らせる原因となっていたといわれています。現在では、日本の下水道普及率は76.3%で、赤穂市の下水道普及率は94.0%となっています。

水洗化工事について

供用開始より3年以内に水洗化工事をしていただくことが法律で義務づけられています。

公共ますの管理について

ご自宅の敷地内にある公共ますは、原則として個人で管理していただくことになっていきます。

ふたに衝撃を与えると(自動車の入入りなど)破損する可能性がありますのでご注意ください。

ふたが破損した場合、お近くの指定業者へ連絡、もしくは赤穂市上下水道工業協同組合(☎48・89980)へご相談ください。



下水道作品展のご案内

「下水道」をテーマとした作品を市民の皆さんから募集したところ、多数のご応募をいただきました。その中から審査によって選ばれた作品を左記の日程で展示します。ぜひ会場に足を運んで力作をご覧ください。

- 展示期間と場所
 - ①9月18日(木)～9月28日(日) ▼市役所1階エントランスホール
 - ②10月7日(火)～10月17日(金) ▼プラット赤穂2階通路ギャラリー(映画館横)

下水道に関する相談・問い合わせ先

- 下水道使用料・受益者負担金に関することなど
 上下水道部 総務課 ☎43・6832
- 下水道工事・排水設備工事・合併処理浄化槽の補助金に関することなど
 上下水道部 下水道課 ☎45・2263





市 赤穂の夏の風物詩 市民の夕べ

第44回市民の夕べが雨天のため8月4日(月)に順延開催され、赤穂海浜公園に4万3千人が訪れました。

- 1 フィナーレのステージでダンスを披露するご当地アイドル「A-girls」
- 2 赤穂広場でのストリートパフォーマンス
- 3 地元食材を使った「赤穂の大屋台村」
- 4 メイン会場前でのストリートパフォーマンス
- 5 夏の夜空を美しく彩る2,500発の火花



オーディオドラマ制作発表・声優オーディション

「大石内蔵助」12月7日公演決定！
オーディオドラマ制作発表・声優オーディション
忠臣蔵ウィーク・オーディオドラマの制作発表と声優のオーディションが行われ、6名の新メンバーが加わりました。作品は脚本家杉山義光氏が書き下ろした「大石内蔵助」。公演は、12月7日(日)午後1時30分～3時30分(予定)、大石神社で行われます。(8/20 大石神社)



夏 夏休みの素敵な思い出づくり 休み子ども体験教室

- 1 木目込こまのりの会の久野朝代さんが考案した「陣たくん」人形作り(7/28 御崎公民館)
- 2 金属を溶かして鋳型に流し込んでつくる「銅鑼」作り(8/3 有年考古館)
- 3 備蓄食品を使った防災献立に挑戦!(8/19 市役所)



いじめのない学校づくりを目指して いじめ・暴力追放市民大会

第2回赤穂市いじめ・暴力追放市民大会が台風のため8月17日に順延開催され、小中学生や学校関係者、市民など650人が参加しました。1 コーディネーターの竹内和雄先生とシンポジウムに参加した生徒 2 各中学校生徒会代表によるパネルディスカッション 3 急ぎよパネリストを務めた女子生徒(8/17 文化会館)



市 全国大会出場 長表敬訪問

1 赤穂西中学校3年生の丸尾和誠君が全国中学校体育大会陸上男子共通400m(8/19・20 香川県丸亀市)に出場。
2 原小学校6年生の有政佑真君が全日本ジュニア体操競技選手権大会(8/12・13 横浜市)に出場。
豆田市長を表敬訪問し、全国大会への抱負を述べました。



市 来庁者と窓口職員の安全確保を図るため 役所に非常通報装置を設置

加古川市や宝塚市で来庁者が窓口で職員を刃物で刺したり、放火したりした事件を受け、市では、県警本部につながる非常通報装置を設置しました。来庁者と窓口職員の安全確保を図るため、赤穂警察署の協力により非常通報装置を活用した対応訓練を実施しました。(7/31 市役所市民課窓口)



東 幅広いネットワークづくりを目指して 東京あこうのつどい

関東地域で活躍されている赤穂市ゆかりの皆さんと交流する「第1回東京あこうのつどい」が東京で開催され、約110名の方々が参加されました。市政紹介や、意見交換などが行われ、交流を深めました。(8/8 ホテルニューオータニ)

第7次行政改革大綱は、地方分権の推進や社会経済情勢、社会環境の著しい変化により地方行政の役割が増大している中、第6次行政改革大綱を踏襲し、市民サービスの質の向上と健全な財政運営を推進するため、平成25年度から平成29年度までの5カ年を計画期間として策定しました。

平成25年度の主な取組状況は次のとおり

りですが、本市の財政環境は、継続事業等の着実な推進を図る必要がある中、地方交付税の減少などによって一般財源の伸びが見込めないため、依然として厳しい状況が続いていることから、今後も第7次行政改革大綱に基づき徹底した行政改革を推進していくことが必要でありますので、ご協力をお願いします。

●平成25年度の主な取組状況

取組計画	取組状況
赤穂市男女共同参画プランの見直し	第2次男女共同参画プランを策定しました。(計画期間：平成26年度～平成35年度)
資源ごみの持ち去り防止	毎週火曜日の夜及び水曜日の早朝に、警察官OBを含めた体制で巡回パトロールを実施しました。 警告書の交付 2件 禁止命令書の交付 なし
空き家対策の推進	空き家対策検討委員会を開催し、適正管理条例(案)の骨子を作成しました。
効率的な収納体制の検討	・軽自動車税及び水道料金・下水道使用料のコンビニ収納を導入しました。 ・平成26年度からの市県民税(普通徴収)、固定資産税、国民健康保険税のコンビニ収納導入に向けた作業を実施しました。
給与の適正化	・持ち家に係る住居手当を4月から廃止しました。 ・退職手当の支給水準を4月から98/100に引き下げました。 ・給与の臨時特例に関する条例により、7月から3月まで職員の給料を平均4.1%減額しました。
特別職の給料、報酬等の見直し	・市長10%、副市長5%、教育長5%の給料自主減額を実施しました。 ・7月から3月まで特例により、市長、副市長、教育長の給料を10%追加減額しました。 ・特別職報酬等審議会の答申を受け、平成26年度から市長、副市長、教育長の給料を1%相当減額し、退職手当は兵庫県市町村職員退職手当組合の支給割合に合わせ減額することとしました。 ・議員報酬は据え置くこととしました。
土地開発公社の解散	第三セクター等改革推進債を活用し、平成26年1月17日に土地開発公社を解散しました。(平成26年3月31日に清算を結了しました。)
公共施設改革の推進	平成26年3月31日に養護老人ホームつつじ荘を廃止しました。
窓口業務開設時間の検討	3月29日の土曜日に、市民課、医療介護課、子育て健康課において、8時30分から17時15分まで窓口業務を実施し、市民サービスの向上を図りました。(平成26年4月5日の土曜日と同様に開設しました。)

国民年金 市民課 年金担当 ☎43・6820

国民年金保険料についてご存知ですか？

保険料は「追納」することができます！
保険料の全額免除や一部免除等の承認を受けた期間があると、保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。

例) 2年間の学生納付特例制度の承認を受け、その期間を追納しなかった場合、約4万円の年金額が減額されます

これらの期間は、10年以内であれば、あとから保険料を納付すること(追納)ができます。

ただし、保険料免除等の承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乘せされます。

付加年金をご存知ですか？

月額15,250円の保険料に加えて400円/月の付加保険料を納めると、老齢基礎年金とあわせて付加年金を受け取れます。

付加年金の年金額は「200円×納付月数」で計算されます。

例) 付加保険料を10年間納付した場合
付加保険料納付額 400円×120月=48,000円
付加年金額(毎年) 200円×120月=24,000円
*老齢基礎年金に上乘せして支給されます

付加年金は2年以上受け取ると、支払った付加保険料以上の付加年金が受け取れます。

保険料をまとめて前納(前払い)すると、保険料が割引となり大変お得です！

下期(10～3月分)に半年前納すると740円の割引となります。

納付書の領収日付欄に「下期」と表示のある納付書を使って納付してください。下期(半年前納)の納付期限は平成26年10月31日です。

姫路年金事務所出張年金相談

- ◆日 程 10月9日(木)、12月25日(木)
2月12日(木)
- ◆時 間 午前10時～午後3時(要予約)
- ◆場 所 市役所2階 204会議室
- ◆申 込 先 市民課 年金担当 ☎43・6820

社会保険労務士による市年金相談

- ◆日 程 9月18日(木)、11月20日(木)
1月15日(木)、3月19日(木)
- ◆時 間 午後1時30分～4時
- ◆場 所 市役所2階 201会議室

介護保険相談室 医療介護課 介護保険係 ☎43・6947

住宅改修費の支給を受けるには、事前申請が必要です

要介護又は要支援の認定を受けている方が、生活環境を整えるために手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたときに、改修費用(介護保険住宅改修対象工事)20万円を上限に9割の支給を受けることができます。自己負担は1割です。

改修には医療介護課へ事前の申請が必要です。改修を考えている方は、必ずケアマネジャーなどに相談し、医療介護課までご連絡ください。

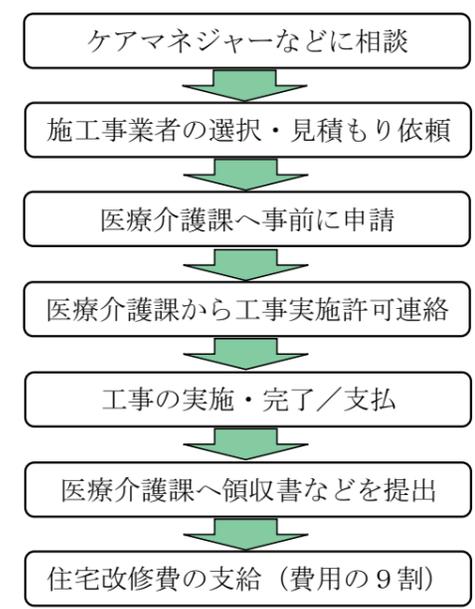
事前の申請なく改修を行った場合、改修費の支給を受けられませんのでご注意ください。

事前申請書類の提出

- ▷介護保険居宅介護(介護予防)住宅改修費支給申請書
- ▷住宅改修が必要な理由書(ケアマネジャー等が作成)
- ▷改修の内容がわかるもの(見積書、平面図、カタログのコピー等)
- ▷改修前写真(日付の写っているもの)

工事完了書類等の提出

- ▷改修後写真(日付の写っているもの) ▷領収書



国保医療だより 医療介護課 国保医療係 ☎43・6813

交通事故などにあつたときの届出は

交通事故や傷害事件など、第三者(加害者)の行為によってケガをしたときの治療費は、本来、加害者が全額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。

交通事故にあつたら、すぐに警察に届出をして、「交通事故証明書」を発行してもらおうと同時に、必要書類を医療介護課まで提出してください。

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、国保を使えなくなる場合がありますのでご注意ください。

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・第三者行為による傷病届(医療介護課窓口にあります)

柔道整復師への正しいかかり方

近年、柔道整復師(整骨院・接骨院)は、皆様の生活に身近なものとなってきています。しかし、柔道整復師の施術を受ける場合、健康保険証が使える場合と使えない場合がありますのでご注意ください。

●健康保険が使える場合

急性などの外傷性の骨折、脱臼・打撲及び捻挫

●健康保険が使えない場合

- ・日常生活からくる疲労・肩こり・腰痛・体調不良
- ・慰安目的のあん摩・マッサージ代わりの利用
- ・スポーツなどによる筋肉疲労・筋肉痛
- ・医師の同意のない骨折や脱臼の治療
- ・仕事や通勤途上に起きた負傷(労災保険からの給付になります)

かかった後で、保険適用が認められない場合は、全額自己負担になります。施術を受ける際には、負傷原因を正確に伝え、柔道整復師へのかかり方を正しくご理解いただいたうえで、適切な受診にご協力をお願いします。

義士祭

「義士行列・山車」出演者募集



「義士行列」

赤穂義士祭最大の呼び物である忠臣蔵パレード。そのクライマックス、赤穂義士四十七士からなる「義士行列」に出演する方を募集します。

- 応募資格 ▷平成26年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方 ▷12月14日(日)午前7時～午後4時頃まで時間帯が空けられる方
●応募人数 5名(市内)、10名(市外)
●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へ持参又は郵送にて申し込みください。
●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、食事代、宿泊費等は各自でご負担ください。
●応募締切 10月3日(金) 必着
●選考方法 書類選考を行い、通過した方の中から抽選により市内5名、市外10名を決定します。

「山車」

忠臣蔵の名場面を車上で表現した「山車」に出演する方を募集します。

- 応募資格 中学生以上の方で、各場面に必要な人数を確保し申し込みください。
●募集場所 ▷「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) ▷「一方茶屋の場」3人(大石内蔵助、遊女2人)
●応募方法 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まで持参、FAX又は郵送で申し込みください。
●注意事項 交通費、食事代、宿泊費等は各自でご負担ください。
●応募締切 10月3日(金) 必着
●選考方法 応募多数の場合は、事務局で選考します。

●応募・問い合わせ先

赤穂義士祭奉賛会事務局(赤穂市産業観光課) 〒678-0292 赤穂市加里屋81番地 ☎43・6839 FAX 46・3400

募集 平成27年度 市立幼稚園の園児募集
●入園資格 ▷年齢前1年児(年長児)平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ)▷年齢前2年児(年少児)平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ)
●就園区域 小学校区に準じます。
※願書の配布及び受付など詳細については、10月広報に掲載予定です。
◎教育委員会 ことも育成課 ☎43・7065

募集 市営住宅・県営住宅 入居者
●市営住宅
●募集戸数
①坂越高谷団地3DKⅡ1戸
②千鳥団地(重い)対応住宅2LDKⅡ1戸
③千鳥団地2LDKⅢ3戸
④千鳥団地3DKⅢ5戸
⑤塩屋西団地3DKⅢ3戸
⑥塩屋団地(1階)2DKⅢ3戸
⑦塩屋団地3DKⅢ5戸
⑧塩屋団地4DKⅣ4戸
●留意事項
①右記4団地8タイプのうちどれか1団地1タイプのみ応募可能です。
②千鳥団地(重い)対応住宅に申し込みできる方は、生

- 可Ⅱ6戸(注2)
⑥赤穂湯の内鉄筋3LDK2人以上世帯用Ⅱ2戸(注1)の住宅について
夫婦又は婚約者との2人世帯で、合計年齢が80歳未満の場合申し込みができます。
(注2)の住宅について
①60歳以上の単身世帯又は60歳以上の申込名義人と次のいずれかの方のみからなる世帯の場合は申し込みができます。
●配偶者
●18歳未満の方(民法上の親族関係にあること)
●中度以上の障がい者(民法上の親族関係にあること)
●50歳以上の方(民法上の親族関係にあること)
②家賃、共益費等のほか、別途固定電話回線(お手持ちの回線でも可)、IP電話除く)、通話料の負担が必要です。また、緊急通報システム利用確認書、承諾書等を提出していただきます。
③この住宅に限り、既に一般仕様の公営住宅に入居されている方も申し込みが可能です。
●参加方法 家族又は、2名以上の友達で参加してください。

現在入居されている方は申し込みできません。
●入居時期(予定)
●市営住宅 11月中旬
●県営住宅 11月中旬
●募集期間 9月16日(火)～22日(月)
●土曜・日曜を除く
●申込方法 市役所1階市民課住宅係に、申込書があり、入居予定者全員の名簿が確認できる書類(所得証明書、源泉徴収票等)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)。
●受付場所 市民課 住宅係 ☎43・7066

赤穂市シルバー人材センター
●福祉・家事援助サービス
●研修内容 介護の基礎知識・ハウスクリーニング講習等
●対象 55歳以上でハローワークに求職登録し就職を希望する方
●研修日時 10月27日(月)～31日(金)の5日間
●受講料等 受講料及びテキスト代無料
●定員 15名
●希望者多数の場合は選考
●申込締切 10月10日(金)
詳しくは、当センターまで
●会員募集
市内在住の男性60歳、女性58歳以上の健康で臨時的・短期的に働く意欲がある人。
●10月の入会説明会
▽日時 10月14日(火) 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 http://www.wako-st.jp/

赤穂市シルバー人材センター
●福祉・家事援助サービス
●研修内容 介護の基礎知識・ハウスクリーニング講習等
●対象 55歳以上でハローワークに求職登録し就職を希望する方
●研修日時 10月27日(月)～31日(金)の5日間
●受講料等 受講料及びテキスト代無料
●定員 15名
●希望者多数の場合は選考
●申込締切 10月10日(金)
詳しくは、当センターまで
●会員募集
市内在住の男性60歳、女性58歳以上の健康で臨時的・短期的に働く意欲がある人。
●10月の入会説明会
▽日時 10月14日(火) 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 http://www.wako-st.jp/

あなたの資産運用のパートナー
こんには
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 ☎0791-42-0456

弁護士 山崎喜代志法律事務所
●民事全般・交通事故・家事(離婚・男女間トラブル) ●相続(遺言・遺産分割)・不動産(借地借家・境界) ●債務整理(破産・任意整理)・労働問題 ●刑事全般(弁護・告訴・告発)・消費者問題 ●その他・人生相談
法を味方にするために、お手伝いします。
短路市北条宮の町287-6 ☎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) http://www.yamashi-lawoffice.jp/

消火器の使用期限は
製造年から10年に変更されました
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 ☎42-4032 FAX42-4000

活に常時車いすを必要とされている方のある世帯のみ
③塩屋団地(1階)に申し込みできる方は、次の条件に該当する方のみです。
A1階に居住する必要がある方のある方及び障がいのある方のある世帯
B60歳以上の単身世帯
C60歳以上の世帯(民法上の扶養関係にあること)
D60歳以上の方と配偶者のみ
E60歳以上の世帯(民法上の扶養関係にあること)
●募集戸数
●県営住宅
●募集戸数
①赤穂尾崎鉄筋3DK2人以上世帯用Ⅱ1戸
②赤穂中広鉄筋3DK3人以上世帯用Ⅲ3戸(注1)
③赤穂千鳥高層3LDK2人以上世帯用Ⅱ7戸
④赤穂千鳥高層3LDK3人以上世帯用Ⅲ7戸(注1)
⑤赤穂千鳥高層2DK単身

赤穂市民病院正規職員募集

●正規職員(採用予定:平成27年4月1日)

職種	採用予定人員	応募資格
放射線技師	1名	診療放射線技師免許を有する人又は取得見込の人
臨床検査技師	1名	昭和55年4月2日以降に生まれた人で臨床検査技師免許を有する人又は取得見込の人

●試験内容 筆記試験(小論文、専門科目)及び面接
●試験日及び受付期間

試験日	受付期間
第1回 平成26年10月4日(土)	9月8日(月)～9月24日(水)
第2回 11月1日(土)	10月6日(月)～10月22日(水)
第3回 12月6日(土)	11月10日(月)～11月26日(水)
第4回 平成27年1月10日(土)	12月8日(月)～12月24日(水)
第5回 2月7日(土)	1月5日(月)～1月28日(水)
第6回 3月7日(土)	2月9日(月)～2月25日(水)

※ご都合の良い日を選んで応募ください。ただし、第2回以降募集定員に達したときは採用試験を行わない場合があります。郵送でも受け付けますが、期間内に配達されていることを要します。

- 試験会場 市民病院3階講義室
●申込方法 当院指定の履歴書に必要事項を記入のうえ、市民病院総務課まで持参又は郵送で応募してください。
●受付時間 午前8時20分～午後5時まで(土日・祝日を除く)
◎赤穂市民病院 総務課 ☎43・6414

「ヴィッセル神戸 赤穂市民応援デー」

10月26日(日)大宮アルディージャ戦に抽選で200人を招待!
サッカーJ1「ヴィッセル神戸」を応援しませんか? 赤穂市民を対象に、無料観戦デーが開催されます。
●日時 10月26日(日) 午後4時試合開始
●会場 ノエビアスタジアム神戸
●対戦チーム 大宮アルディージャ
●席種 バック自由席
●定員 200人
●応募方法 往復はがきに、申込人数(はがき1枚で4人まで)と参加者全員の名前・住所・年齢・電話番号を記入し、10月10日(金)までに、「ヴィッセル神戸 赤穂市民応援デー」係(〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-2-1)応募者多数の場合は抽選、結果はハガキにて試合の5日前までに連絡
◎ヴィッセル神戸チケットセンター ☎078・651・1222 (10:00～17:30 土日祝休)

- 選考日 10月29日(水)
●選考内容 面接、学科60分(数学I、数学A)
●授業料 無料(諸経費)自己負担4万円程度、別途検定受験料等必要
◎兵庫県立ものづくり大学校 ☎079・240・0707
※HPは「県立ものづくり大学校」で検索してください。
- 試験 第2回
●試験日 11月16日(日)
●試験場所 兵庫県立大学姫路書写キャンパス
●試験の種類 ▽甲種消防設備士(第1類) ▽乙種消防設備士(第1類)

- 第7類
●受付期間及び場所 ▽電子受付 9月13日(土)～9月23日(火) ▽郵送受付 9月16日(火)から9月26日(金)
●電子申請 (一財)消防試験研究センターホームページ参照 ▽電子申請の締切は9月23日(火)午後5時まで
●郵送又は持参 (一財)消防試験研究センター兵庫県支部 ▽郵送による申請は9月26日(金)の消印まで有効 ▽持参による申請は土・日・祝日を除く(午前9時～午後5時まで)
●試験手数料 甲種 5,000円 乙種 3,400円
●ホームページ (一財)消防試験研究センター
<http://www.shoubou-shiken.or.jp>
◎消防本部 予防課 予防係 ☎43・6882
上郡消防署 庶務予防係 ☎52・51119
新都市分署 庶務予防係 ☎58・01119

- 催し 明るい選挙 啓発ポスター作品展
市内の小・中学校から応募のあった明るい選挙啓発ポスターの全作品を展示した作品展を開催します。
●期日 ①9月25日(木)～
- ◎選挙管理委員会 ☎43・6846

- 催し 第28回 姫路矯正展
日時 ▽10月18日(土) 午前10時～午後4時 ▽19日(日) 午前10時～午後3時
●場所 姫路少年刑務所構内
●内容 ▽刑務所作業製品の展示(即売) 姫路独楽、応接セット、木工家具、漆器、花台、紳士婦人靴、陶器、革製品など) ▽施設内部の

見学、作品展示等
◎姫路少年刑務所 ☎079・293・4133

●相談 10月1日から7日は、公証週間です!
遺言や任意後見契約、金銭消費貸借・土地建物の賃貸借などの大切な契約を公正証書で作成しておくことで、権利の争いを未然に防ぎ、あなたの財産を守ります。公正証書の作成を、おすすめします。公正証書などに関する問い合わせは、最寄りの龍野公証役場へご相談ください。相談は無料です。毎日(平日)受け付けています。
◎龍野公証役場 ☎0791・62・1393

●過激派アジト発見に協力ください!!
あなたの側にも過激派が? 屋間でもカーテンを閉め切り、中が見えないようにしている。近隣の住民と接しないようにしている。単身のはずが、複数の者が出入りしている。部屋への出入りの際、周囲を気にしている。など、不審者やアジトに関する情報は 極左110番

◎078・371・2110 赤穂警察署 ☎43・0110 図書館だより
「チャレンジャー読書2014秋」期間 9月13日(土)～11月30日(日)
※読書通帳の配布は9月13日(土)～10月31日(金)まで
▽対象は中学生以下ですが、一般の方も参加できます。▽期間中に、図書を借りた人に「読書通帳」オリジナルしおりを配布します。▽各自で「読書通帳」に借りた本を記入します。▽期間中、40冊以上読書した人に

プレゼントがあります。◎「図書館サポーター講座」日程(全3回) ①10月17日(金)「和綴じノートを作ってみよう」講師 兵庫県立図書館司書 ②11月14日(金)「楽しい朗読入門」講師 アナウンス・プランナー 代表水野かおり氏 ③11月下旬予定「先進図書館の見学・交流」行き先 先進都市図書館他
●場所 図書館2階視聴覚室
●時間 午後1時30分～3時
●参加料 無料
●定員 15名(先着順)
◎読書講演会 ☎43・0275

「9月の祝日開館及び振替休日」
9月の祝日開館は、9月15日(月・敬老の日)、9月23日(火・秋分の日)です。
なお、9月16日(火)は振替休日となります。
◎図書館 ☎43・0275

ハーモニインフォメーション HARMONY INFORMATION

ル・ボン国際音楽祭2014 赤穂・姫路
10月13日(月・祝) 16:00開演(完 売) 大ホール
14日(火) 18:30開演(残席わずか) 全席指定
入場料: 1,000円(※友の会割引はございません)

情熱のフラメンコアリシア&ネストルフラメンコ舞踊団 好評発売中
11月15日(土) 15:00開演 小ホール 全席指定
入場料: 一般3,800円(友の会3,200円)、ペア7,000円、シニア(60歳以上) 3,500円

五輪真弓コンサート2014-2015～時をみつめて～ 好評発売中
11月23日(日) 17:30開演 大ホール 全席指定
入場料: 一般7,000円(友の会6,300円) 巻戻席あり

県民芸術劇場 第11回ハ～モニ～第九演奏会 今月発売予定!
12月7日(日) 15:00開演 大ホール 全席自由
出演: 延原武吉指揮 テレマン室内オーケストラ、高藤子(ソプラノ)、山田愛子(アルト)、松原友(テノール)、井上敬典(バリトン)、ハ～モニ～第九合唱団、赤穂市民合唱団、赤穂市児童合唱団
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)

ウルトラマンエキサイトステージ 今月発売!
12月23日(火・祝) (1回目)11:30開演 (2回目)14:30開演
入場料: 一般2,500円(友の会2,000円) 大ホール 全席指定
※3歳以上有料(2歳以下でも座席が必要な場合は有料)
発売日: 友の会9/20(土) 一般9/26(金) ずれの日も窓口午前9時～、電話予約午後1時～
※友の会販売は会員種別の枚数まで、ただし、制限枚数を超える場合でお子様のチケットのみ、一般価格で友の会制限枚数まで同時購入可能。

森山直太郎コンサートツアー2015「西へ」 好評発売中
2015年2月23日(月) 18:30開演 大ホール 全席指定
入場料: 一般6,500円(友の会6,200円)

赤穂市文化会館 ハ～モニ～ホール ☎43・5111
チケット予約専用 ☎43・5144 팩43・5950
ホームページアドレス <http://www.ako-harmony.jp/>
主催(公財)赤穂市文化とみどり財団

憧れの大収納を低価格で!

あれもこれも、みんな収納できる。おまけにリビングも広く! ハイグレード住宅ですよ。

普通の家とはココが違う!

リビング天井 3.8m

大型収納 (ハンゴなし)

中心蔵 たっぶり収納の家

(有)結城建設 〒678-0202 赤穂市山手町7番地7 TEL46-3011

～地球のためにできること～

廃棄物・ごみに関するお悩みは、是非当社にご相談下さい。

株式会社 横山サポートテック

<http://www.yst21.co.jp>
〒678-0232 兵庫県赤穂市中広1370番地1
TEL:(0791)43-5328



丹波市へ災害ボランティアを派遣

去る8月26日(火)、赤穂市社協と相生市社協の募集に応じて集まった18歳～75歳までの22名のボランティアが兵庫県丹波市で災害救援ボランティア活動を行いました。参加者が7つのグループに分かれ、家屋床下の泥出しや屋外の拭き掃除といったニーズに対応しました。ほとんどのグループが泥出し作業でかなりの重労働となりましたが、皆で協力しながら懸命に作業し、被災地域の復旧に向けて活動することができました。参加くださったボランティアの皆様、本当にありがとうございます。今後とも活動へのご協力、よろしく願っています。※社協では災害登録ボランティアを随時募集しています。詳しくは、社協(☎42・1397)まで!

大雨災害義援金の募集について※各金融機関窓口で災害義援金送金の旨をお伝えください。

丹波市豪雨災害義援金 10月31日まで

- 口座振込 ゆうちょ銀行 00930-1-165874
兵庫県共同募金会災害義援金
※窓口での振込手数料無料

平成26年広島県大雨災害義援金 12月26日まで

- 口座振込
①広島銀行 三川町支店 普通 0620947
社会福祉法人広島県共同募金会
※全国地方銀行協会加盟の銀行窓口で、振込手数料無料
- ②広島県信用農業協働組合連合会 本所 普通 0004791
社会福祉法人広島県共同募金会
- ③ゆうちょ銀行 00920-5-234852
広島県共同募金会(広島県大雨災害義援金)
※窓口での振込手数料無料

平成26年8月京都府豪雨災害義援金 10月31日まで

- 口座振込
①京都銀行 府庁前 普通 4148917
社会福祉法人京都府共同募金会
 - ②ゆうちょ銀行 00930-8-173272
平成26年8月京都府豪雨災害義援金
※窓口での振込手数料無料
- 《支部受付》兵庫県共同募金会赤穂市支部窓口(社協内)でも義援金を受付しています。
※赤穂市支部では、受領書を発行し、正式な領収書は、後日各県共同募金会から送付されます。また、総合福祉会館ロビーに募金箱を設置しています。

あなたのやさしさを善意の窓口へ

善意銀行だより

あたたかい善意をありがとうございます

預託状況(8月1日～8月31日受付分)

住 所	預 託 者	金 額	預 託 内 容
匿	名	16,558	善意に
塩 屋	匿	名	3,000 車椅子借用御礼
坂 越	前田 邦 稔	100,000	亡母(薫子)満中陰志
上 郡 町	三上 芳 範	12,000	福祉のために
中 浜 町	鷲 尾 一 郎	30,000	亡父(清重)満中陰志
加 里 屋	匿	名	50,000 善意に
有 年 橋 屋	河 本 吉 雄	50,000	亡母(繁野)満中陰志
元 沖 町	関電化工OB8人衆	2,516	旅行残金を
本 水 尾 町	匿	名	2,000 夏祭り賞品の一部を

◎善意銀行受付窓口・・・赤穂市社会福祉協議会◎

平成26年度在宅重度心身障がい者(児)激励事業 秋の六甲山を満喫しよう!

外出の機会の少ない在宅重度心身障がい者(児)とその家族(介護者)同士の交流を深めるため、六甲山への日帰りバス旅行を企画しました。

介助ボランティアも同行しますので、どうぞ参加ください。

- 日 時 10月17日(金)(午前8時出発、午後5時半到着予定)
 - 内 容 六甲山の美術館さわるみゅーじあむと六甲山頂
 - 募集人員 24名(定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。)*新規申込者優先となります。
 - 参加費 おひとり2,500円
 - 受付日 9月16日(火)～9月26日(金) 午前9時～午後5時まで
- ※詳細は、社協(☎42・1397)にお問い合わせください。



賛助会費ありがとうございました(敬称略)

- 【個人】 宮本 和清 萬代新一郎 粟田 典伸
奥道一二美 本家 洋史
- 【法人】 梶原外科 きむクリニック
(南)つづれや 澤田医院
神姫観光バスツアー(株)藤野支店 (株)金川工作所
(株)ジョイハンモト 宮本印刷
樋口クリーニング IC S姫路市ウェルフェア(株)
赤穂ハイツ ミヤザキ食塩工業(株)

福祉の拠点をみんなで支えてください。

- 一般会員 1口 500円・賛助会員 1口 2,000円
- 法人会員 1口 5,000円

心配ごと相談所のご案内(9月10日～10月8日まで)

- 【一般相談】 9月10日(水) 9月24日(水) 10月1日(水) 10月8日(水)
 - 【弁護士相談】(要予約) 9月17日(水)
 - 【カウンセラーによるこころの相談】(要予約) 9月24日(水) 10月1日(水)
- ※時間はいずれも午後1時～5時までです。
※費用は無料です。相談のご予約・お問い合わせは社協まで。

ふれあいネットワーク

2014年9月

社協だより

編集：社会福祉法人
赤穂市社会福祉協議会
(ボランティアセンター)
赤穂市中広267
(赤穂市総合福祉会館内)
TEL 42・1397
FAX 45・2444
http://ako-shakyo.jp/

祝 敬老 長寿

9月1日(月)に西社協理事長が、市内におられる百歳の方を訪問し、長寿のお祝いをしました。今年度対象の方は次の方々です。これからもお元気で過ごしてください。(対象者は、大正2年9月17日～大正3年9月16日生まれの方です) また、市内84歳の方347名に、橋寿のお祝いとして記念写真を贈呈します。

「時間を決めて、規則正しく生活する。」	 高木 昇さん (磯浜町)	「身体を動かして、食事をしっかりと摂る。」	 數中くに子さん (新田)	「早寝早起きを心がけ、ゆっくりにくく噛んで食べよう。」	 軸原かず子さん (大津)	「やじらじらしたことを好きにやろう。」	 三木 マツさん (尾崎)
「軟らかいものはかりで、硬いものはよく噛んで食べる。」	 後藤コリンさん (清水町)	「無理をしなくて誠実に生活する。」	 神吉巳之司さん (御崎)	「編み物で手先を使ったり、カルシウムをしっかり摂る。」	 上山あさのさん (西有年)	「みくみく食べる。」	 山本かめのさん (東有年)

市内百歳到達者に長寿のヒケツをお聞きしました!

その他にも社地コヤエさん(御崎)が百歳になられました

また、市内最高齢男性・女性、夫婦の方に記念品の贈呈を行いました。詳しくは4ページをご覧ください。

60歳以上男性限定! 輝くオトコの生き方講座

これまで時間の大半を会社や仕事に費やして、頑張ってきたあなた!これからは自分のために時間を使って、より楽しく、自分らしく過ごしてみませんか? 本講座では、日常生活で欠かすことのできない料理について学び、自立した生活を目指していきます!

- 場 所 総合福祉会館 1階栄養指導室
- 対 象 60歳以上の男性 15名 (応募多数の場合は抽選となります)
- 受 講 料 500円(材料費として)
- 申 込 締 切 10月10日(金)
- 主 催・申 込 先 社会福祉協議会(☎42・1397)まで (ボランティアセンター)

① 10月21日(火)	食材の選び方、包丁の握り方 ご飯の炊き方、みそ汁の作り方等
② 10月29日(水)	晩酌のアテを作ってみよう!
③ 11月8日(土)	誰かに作りたくなる! 簡単デザートの作り方

※いずれも午前9時半～正午まで



くらしのカレンダー

9月

- 10 水 ●心配ごと相談 13:00～17:00 ㊟
●2歳児健診(H24.1,H24.2生) 13:30～14:30 受付 ㊟保
●法律相談(要予約) 13:30～16:30 ㊟
- 11 木 ●子育て相談(子育て学習センター) 13:30～16:00 ㊟
- 12 金 ●栄養相談(要予約) 9:30～11:30 ㊟健康
- 13 土 ●行政書士・司法書士・土地家屋調査士無料相談 ㊟
10:00～12:00 ㊟市民対話課 ☎43・6818
- 14 日 (当番医) 藤野内科クリニック ☎42・1077
9:00～17:00
- 15 月 (当番医) 宮崎クリニック ☎43・4877
9:00～17:00
- 16 火 ●健康相談 9:00～11:00 ㊟
●保育所子育て電話相談 10:00～16:00
●楽らく健康教室 13:30～15:30 ㊟
- 17 水 ●女性問題専門相談(要予約) 13:00～16:00 ㊟
●市民対話課 ☎43・6818
●心配ごと相談(弁護士・要予約) 13:00～17:00 ㊟
●エイズ・肝炎相談(前日までに要予約) 13:20～ ㊟健康
●1歳6か月児健診(H25.2生) 13:30～14:30 受付 ㊟保
- 18 木 ●国民年金相談 13:30～16:00 ㊟
- 19 金
- 20 土 ●司法書士による法律相談 9:30～12:00 ㊟
●市民対話課 ☎43・6818
- 21 日 (当番医) 中村内科医院 ☎46・0012
9:00～17:00
- 22 月
- 23 火 (当番医) きむクリニック ☎45・7355
9:00～17:00
- 24 水 ●精神障がい者相談 10:00～12:00 ㊟地七
●行政相談(相談委員) 10:00～12:00 ㊟
●心配ごと相談・こころの相談(要予約) 13:00～17:00 ㊟
●法律相談(要予約) 13:30～16:30 ㊟
- 25 木 ●身体障がい者相談 10:00～12:00 ㊟
- 26 金 ●ベビーレッスン 13:30～15:00 ㊟保
- 27 土
- 28 日 (当番医) 堀クリニック ☎43・6066
9:00～17:00
- 29 月
- 30 火 ●知的障がい者相談 10:00～12:00 ㊟
●保育所子育て電話相談 10:00～16:00

人口の動き(7月) 住民基本台帳登録者人口

世帯数	20,307戸	(+ 10)
人口	50,078人	(+ 4)
男	24,216人	(+ 12)
女	25,862人	(- 8)
()内は前月比		
◎7月中の異動		
出生	32人(+ 12)	転出 62人(- 8)
死亡	45人(+ 2)	その他増 1人(± 0)
転入	79人(- 25)	その他減 1人(± 0)
()内は前月比		

交通事故発生状況

区分	7月	平成26年累計
発生件数	122(+ 13)	804(- 8)
人身	23(+ 5)	119(- 5)
物損	99(+ 8)	685(- 3)
死者	0(± 0)	1(- 2)
重傷	2(- 1)	9(- 3)
軽傷	24(+ 9)	132(+ 2)
()内は前年比		

火災・救急状況

区分	7月	平成26年累計
火災	0(- 1)	10(+ 3)
救急	138(- 9)	998(- 22)
()内は前年比		

火災発生時での問い合わせは ☎43・6899 まで

健康・相談 9/10～10/15

10月

- 1 水 ●農地相談 10:00～11:30 ㊟
●心配ごと相談・こころの相談(要予約) 13:00～17:00 ㊟
●エイズ・肝炎相談(前日までに要予約) 13:20～ ㊟健康
●3歳児健診(H23.4生) 13:30～14:30 受付 ㊟保
- 2 木
- 3 金 ●健康相談 9:00～11:00 ㊟
- 4 土
- 5 日 (当番医) 秋山成長クリニック ☎46・4115
9:00～17:00
- 6 月
- 7 火 ●保育所子育て電話相談 10:00～16:00
- 8 水 ●法律相談(要予約) 13:30～16:30 ㊟
●心配ごと相談 13:00～17:00 ㊟
- 9 木 ●年金出張相談(要予約) 10:00～15:00 ㊟
●子育て相談(子育て学習センター) 13:30～16:00 ㊟
- 10 金 ●栄養相談(要予約) 9:30～11:30 ㊟健康
●子育て応援隊さろん 13:30～15:00 ㊟保
- 11 土 ●行政書士・司法書士・土地家屋調査士無料相談 ㊟
10:00～12:00 ㊟市民対話課 ☎43・6818
- 12 日 (当番医) せの内科クリニック ☎56・5115
9:00～17:00
- 13 月 (当番医) 久保川医院 ☎42・2140
9:00～17:00
- 14 火 ●保育所子育て電話相談 10:00～16:00
- 15 水 ●女性問題専門相談(要予約) 13:00～16:00 ㊟
●市民対話課 ☎43・6818
●心配ごと相談(弁護士・要予約) 13:00～17:00 ㊟
●エイズ・肝炎相談(前日までに要予約) 13:20～ ㊟健康
●1歳6か月児健診(H25.3生) 13:30～14:30 受付 ㊟保

問い合わせ先

- 市 市役所(代表) ☎43・3201 ㊟市民会館 ☎43・7450
- ㊟総合福祉会館 ☎42・1397 ㊟地七地域活動支援センター ☎48・1615
- ㊟保健センター ☎43・9855 ㊟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) ☎45・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 こころの相談 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



文化のふれあい 第53回 赤穂市民文化祭

文化芸術の秋を満喫してみませんか?
平成26年度第53回赤穂市民文化祭の日程が下記のとおり決まりました。日ごろ練習した成果を市民の皆さんの前で発表します。入場は無料ですので、どうぞお気軽にお越しください。
㊟市民会館 ☎43・7450

開催日	行事名	会場
10/1(水)	市民俳句会	市民会館 第4会議室
10/4(土)・5(日)	きめこみ人形展	市民会館 第4会議室
10/4(土)・5(日)	秋のさつき作風展	市民会館 大会議室
10/11(土)	市民短歌会	市民会館 第4会議室
10/11(土)・12(日)	生花展	市民会館 大会議室
10/16(木)	市民音楽祭(小中学校の部)	文化会館 大ホール
10/18(土)	舞踊の会	文化会館 小ホール
10/26(日)	歌謡の祭典	文化会館 小ホール
11/1(土)～11/5(水)	手づくり和風展	市民会館 1階ロビー
11/1(土)～11/5(水)	学童美術展(絵画・書道)	市民会館 大会議室・第4会議室
11/3(月・祝)	市民音楽祭(一般の部)	文化会館 大ホール
11/3(月・祝)	第53回赤穂市民文化祭表彰式	文化会館 学習室
11/9(日)	詩吟・詩舞発表会	文化会館 小ホール
11/16(日)	尺八と琴の会	文化会館 小ホール
11/30(日)	民謡発表会	文化会館 小ホール

赤穂市民病院 職場復帰のための研修会

眠っているせつかくの免許証を生かしませんか?あなたの職場復帰をお手伝いします。
迷っている方、今すぐ就職できない方も気軽にご参加ください。

- 日時 10月21日(火) 午前9時30分～午後3時
- 場所 赤穂市民病院4階 寺子屋・デイルーム
- 内容 基礎看護技術、医療機器の取り扱いなど
- 対象者 看護師・助産師免許を有し、将来的に臨床現場への復帰を希望される潜在看護師・助産師の方
- 募集人員 5名程度
- 申込方法 10月14日(火)までに受講申込書に氏名、住所等を記入のうえ、市民病院看護部までメール又は電話、FAXにて申し込みください。
- その他 ▷白衣(スクラブ)は、病院で用意します。▷筆記用具、白系の運動靴等を持参ください。▷研修日に未就学児のお子様をお預かりすることができます。(要申込)
- 問い合わせ先 赤穂市民病院看護部 教育担当 橋口
メール kango1090@amh.ako.hyogo.jp
☎43・3222(代) FAX 43・0351

赤穂子どもエコクラブ活動報告



8月6日、赤穂子どもエコクラブが、赤穂環境パートナーシップ登録事業所の黒崎播磨(株)工場を訪問しました。

1939(昭和14)年から耐火レンガを製造してきた工場の歴史や、製造工程、製品の使用箇所について説明を受けた後、レンガができる様子を見学。レンガをハンマーで砕いて、再利用する体験も行い、省資源・リサイクルの大切さを学びました。

今年5月から工場敷地内で運用を開始した2メガワットの太陽光発電設備も見学し、省エネや自然エネルギーの活用なども学習することができ、貴重な体験をすることができました。

すくすく育て! わが家のホープ



かやま かずや ちゃん 塩屋

平成24年11月12日生まれ
「わが家のわんぱく坊主」
父・由多可さん 母・淳子さんより



いだ ひろと ちゃん 塩屋

平成23年11月20日生まれ
「ひろくん、大好き♡」
父・智彦さん 母・貴世さんより



いしとび はやと ちゃん 古浜町

平成24年6月6日生まれ
「つよく、やさしく、けんきでのびのびそだってね。」
父・好規さん 母・由佳里さんより



食育レシピ

* 1人分栄養素*
エネルギー 127kcal

かぼちゃのチーズ焼き

■材 料(4人分)

かぼちゃ・・・250g カレー粉・・・小さじ2/3
とろけるチーズ・・・60g 塩・こしょう・・・少々
オクラ・・・4本 サラダ油・・・小さじ2

■作り方

- ①かぼちゃは1cm厚さ、4cm長さに切って固めに茹でる。
- ②オクラは塩でこすり、洗って縦半分に切る。
- ③フライパンに油を熱し、かぼちゃの両面を焼き、オクラを入れてふたをする。ほぼ火が通ったら、塩・こしょう・カレー粉をふって最後にチーズを加え、チーズが溶けるまで蒸し焼きにする。



(料理協力: 赤穂市いずみ会)

一口メモ

ビタミンAは脂溶性なので、油と一緒に調理すると、体内での吸収率が良くなります。

かぼちゃはβ-カロチン(ビタミンA)が豊富なほか、ビタミンB1、B2、C、カルシウム、鉄などをバランスよく含んだ栄養面ですぐれた野菜です。

ビタミンAは、粘膜などの細胞を強化して、免疫力を高める働きや、体を酸化から守る抗酸化作用があります。

☎保健センター ☎43・9855

◆表紙の説明◆

【輝く笑顔、楽しい毎日!】 赤穂市最高齢の原田そのさん(106歳)と玄孫(ひ孫の子)の木下要くん。9月1日、敬老の日を前に、豆田市長、重松議長らが長寿お祝いのため訪問した際に、要くんもとびっきりの笑顔で、大好きなひいひいおばあちゃんを祝福しました。



- 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(木)**、広報あこは**10月10日(金)**の発行予定です。
- 広報あこは再生紙を使っています。

■編集後記■

高齢者保健福祉月間の特集ページを作成するにあたり、インタビューやモデルをお願いするなど、たくさんの方々にご協力いただきありがとうございます。(感謝)

赤穂市最高齢の原田そのさんと男性最高齢の児嶋教静さんのお話の中で、お二人とも「毎日3食しっかり食べます。お肉が好き」とおっしゃっていました。

⑦も3食バランスよく食べているので長生きできるはず!ぜひ来年も取材させてください。

認知症サポーター養成講座を受講させていただき、認知症について理解を深めることができました。毎日、オレンジリングを身につけています。皆さんも認知症サポーターになって、支え合いの輪を広げませんか。

㊦