

広報

Ako City
Public
Relations

あこ

2019

3

No. 807

平成31年3月11日発行

大きな家族作りませんか？

■今月の内容

- 02 特集 ~こども食堂~大きな家族
- 06 子育ての悩み事
- 11 図書館新刊案内
- 12 情報コーナー
- 16 休日臨時窓口を開設します
- 17 暮らしのカレンダー
- 18 フォトニュース

赤穂市の魅力を発信中

YouTube



特集
～こども食堂～
大きな家族



こども食堂ってなあに？

「こども食堂」と聞くと、家でご飯を食べられない子どもや、一人でご飯を食べている子どもが行く所と思ってしまうませんか？

赤穂市内では「あこう子ども食堂」と「普門寺こども食堂」の2つのこども食堂が運営されていますが、それぞれ子どもを中心にさまざまな人が集まる「大きな家族」のような場所になっています。

こども食堂に集まる理由は人それぞれ。

夕方5時。それぞれのこども食堂に、子どもや大人が集まっています。宿題を始める子。今日のご飯を確認する子。子どもの遊び相手や、配膳のお手伝い。

「みんな、こども食堂好き〜」

「うん〜」

「おいしいご飯がたべられるから」

「お友達と一緒にご飯が食べられるから」

「宿題を教えてくれるお兄ちゃんやお姉ちゃんがいるから」

「いつもは仕事から帰って慌ててご飯を作って、食べさせて、ゆっくり話す時間もないから、今日は子どもと一緒にゆっく

りいただきます」

「おいしいお菓子の作り方教えてもらうの」

「子どもたちと一緒に遊ぼうと思ってる」

「子どもたちに音楽をきいてもらいたくて」

「何かお手伝い出来るかな」

「地域の子どもの見守りで」

などなど……。

今回は、そんな「大きな家族」のお母さんの存在のお二人に、いろいろなお話を伺いました。



こども食堂を始めたきっかけ
—お二人がこども食堂を始めたきっかけは？—

岩崎 以前から地域の公民館などで母親クラブの活動をしていましたが、どこかでお母さんや子どものために拠点を持って活動したいと思っていました。古民家を購入することができたので、こども食堂を始めることになりました。思った以上に賛同してくれる人が多くて、今は古民家から広い場所に移動し、たくさんの方の協力です。居場所づくりが出来るようになりました。

氏部あかね(うじべあかね)さん。赤穂市出身。昭和52年生まれ。平成29年9月より、普門寺こども食堂主宰。寺子屋 SMI leSeed 代表として、子どもの心に寄り添うトランポリンを利用した教室、お寺体験などの子ども向けイベントや、多世代交流イベントを実施。よく笑い、よく喋るとっても元気なママ。

氏部 私もいろいろな活動をしていましたが、大人も子どもも心と体を癒す活動がしたいと思っていました。岩崎さんに「こども食堂をやってみたら？」と声をかけていただき、始めることになりました。岩崎さんの一声がなければ、今も迷走していたかも(笑)。

こども食堂の活動スケジュール
—それぞれのこども食堂の活動スケジュールを教えてください—

岩崎 お昼ごろから午後2時まで調理をして、その後配膳等の準備をしています。5時には子どもたちがやってくるので、間に合うように毎回バタバタです(苦笑)。
氏部 日によりまちまちですが、午前中に調理の下ごしらえ、午後3時から仕上げをして、5時までに調理場のある普門寺から食事をすませ、おせど会館に食事を運びます。



千種高校の生徒が育てた「ちくさのめぐみ」(お米)をいただきました。

これからのこと

—これからのように活動を広げていきたいですか？—

岩崎 今の「あこう子ども食堂」の活動は、いい形で流れるようになったので、私たちの取組みをモデルケースとして活用してもらおうなど、市内各地区に活動が広がっていくように支援できたらと思います。

こども食堂の運営は、8割が雑務で面倒なこと(苦笑)。その面倒な部分をまとめて請け負うコー

普門寺とおせど会館の間を、食材や食事を持って下りたり上がりたり。移動が大変です。
岩崎・氏部 調理や配膳、食器洗いななど、出来る事を、出来る人が出来る時に手伝う方式で運営している。決まった役割分担などはありません。仕事帰りにスツと現れて洗い物だけしてくれる人もいます。人が多く集まれば手分けするし、少なければメニューを変えするなど臨機応変に対応しています。意外と何とかなるものです(笑)。

活動を通して感じる思い

—こども食堂の活動を通して、感じることは？—

岩崎 核家族が多くなって、昔に比べ狭い世界で生きている子どもたちに、身近にいる地域の大人が、



ボランティアのお姉さんが、節分に合わせて、赤鬼・青鬼・お多福の可愛いクッキーを作ってきてくれました。

デイネット役を出来たらと思っています。こども食堂の活動に、少しでも関心のある人は、見学・調理体験、大歓迎ですので、ぜひご相談ください！

氏部 お寺ということもあり、「子どもはおじいちゃん、おばあちゃん、おばあちゃん、おじいちゃん、おばあちゃん、おじいちゃん、おばあちゃん」そんな昔ながらの多世代交流の場になればと思っています。今後、こども食堂がある日の昼間に、認知症カフェを開催する予定です。

子どもからお年寄りまで、様々な人たちが、学校や家庭以外で、安心して集うことが出来る居場所であり、大きな家族でありたいと思います。外で会っても顔がわかる、そんな地域づくりで役立てるといいですね。

岩崎・氏部 一緒に大きな家族つくりませんか？

あこう子ども食堂・普門寺こども食堂では、皆さまからの温かいご支援・ご寄付で活動しています。食材等(お野菜・お肉・お魚・お菓子など)の提供は各こども食堂までご連絡ください。また、開催日等の情報は各こども食堂のフェイスブックでご確認ください。



あこう子ども食堂
岩崎 由美子 さん

—関わること、いろいろな事を知ったり、良い見本になれるといなどと思います。

大きな家族みたいに、地域みんなが子育てをしていけば、地域も育っていくと思います。

もちろん、子どもがおなかいっぱい食べて、笑顔になってくれたらうれしいし、食べることが大事だということも知ってほしいかな。あと、中学生ボランティアが来てくれたらうれしいな！

氏部 いろいろな人がいろいろな形で協力してくれ、活動する人、来てくれる人、どちらの居場所にもなっていることがうれしいです。

岩崎由美子(いわさきゆみこ)さん。赤穂市出身。昭和40年生まれ。平成29年4月より、あこう子ども食堂主宰。尾崎地区母親クラブ会長として、地域の親子ふれあいイベントの企画運営、赤穂市地域活動連絡協議会会長として、児童虐待防止イベントや地域祖父母モデル事業などを実施。いつも元気に飛び回る、スーパーお母ちゃん。



千種高校の生徒が育てたお米を使って、赤穂高校家庭科部の生徒が巻きずしを作ってくれました！いっぱい食べてね！



あこう子ども食堂

- 【開催日】 第2・第4木曜日 午後5時～7時
- 【場所】 市民会館
- 【料金】 子ども：無料 大人：300円
- 【問合せ】 赤穂市地域活動連絡協議会 ☎55・9188(岩崎さん) ※平日午前10時～午後5時



普門寺の境内に、鬼が出たよ～！「鬼は外！福は内！」殻付落花生は回収してやつに！



普門寺こども食堂

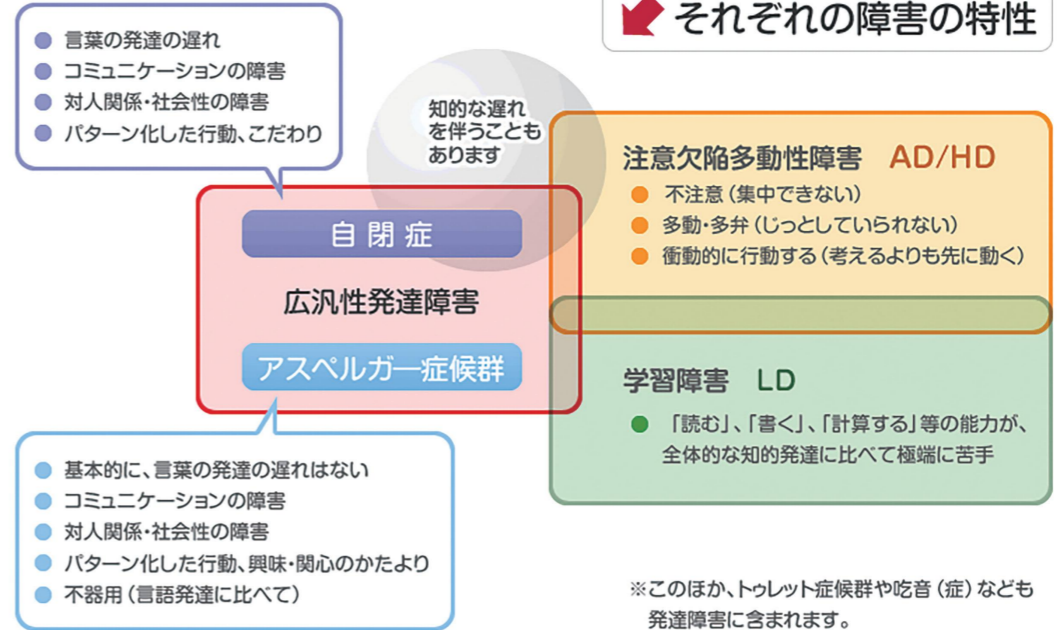
- 【開催日】 第1・第3水曜日 午後5時～7時
- 【場所】 おせど会館
- 【料金】 子ども100円 大人：300円
- 【問合せ】 寺子屋スマイルシード ☎090・9873・0864 (氏部さん)

子育ての悩み事

～ちょっと気になる、うちの子ども～

☎赤穂市青少年育成センター ☎43・7851

それぞれの障害の特性



H29. 4 政府広報オンラインより

学齢期に入り、大きな集団の中で生活するようになって、「ルールが守れない」、「指示が聞けない」などの問題が表れて、初めて気付くこととなります。また、知的(認識)の遅れ、社会性(関係性)の遅れは、どちらの場合も、子どもは親や周囲の人たちとうまく関わることができない「悲しみ」や「辛さ」を感じています。気付くのが遅れて対応出来ず症状が悪化してしまうこと、そして、長い間、子どもの「悲しみ」や「辛さ」に、ずっと気付くことが出来ないということが大きな問題なのです。

どう関わっていけばいいのかわかるか？

今は核家族が進み、子育ては親がするものという認識が高まり、親の思うように子育てをしていくことが当たり前になっていきました。それが良いとか悪いとかいうことではありません。ただ、意識しないうちに親や家庭が社会から孤立してしまっているかもしれないのです。もしそこで親が何らかの理由で十分な育児ができなくなってしまうと、誰も関わる事ができなくなり、誰にも危険性ははらんでいません。社会から孤立してしまつては十分

な子育てはできなくなります。子育ては大変な作業です。「子どもは地域の宝」、「子どもは社会で育てる」とは昔の話では無いと思えます。

子育てへの支援は昔に比べてずいぶん手厚くなってきました。妊娠したときから、お母さんや家族に対して、適切なサポートが受けられるようになってきました。ただし、なにもせずに待っているだけではいけません。普段から医療や福祉、教育などの専門機関や地域の人と気軽に相談できるような関係を築いていくことが大切です。また、親の孤立を防ぐために、専門機関や地域の側からも積極的に関わっていくような体制作りも必要になると思います。



子どもと保護者の教育相談 (カウンセリング)

学習・進路・いじめ・友人関係・不登校・問題行動など、児童生徒に関する相談を受け付けています。

- 電話相談 青少年育成センター
月～金曜日 午前9時～午後5時
☎43・7831
(フリーダイヤル)
0120・783115
- 面接相談 月～金曜日 午前9時～午後5時
▷面接場所 青少年育成センター
- カウンセリング
▷臨床心理士による相談 (要予約)
第1・第3水・金曜日 午前10時～午後4時
第2・第4土曜日 午前10時～午後4時
※面談相談・カウンセリングは予約が必要です。青少年育成センターまでご連絡ください。

スクールソーシャルワーク相談活動

スクールカウンセラーは、“個人”を重点とする一方、スクールソーシャルワーカーは、環境への働きかけ、関係機関とのネットワークづくり、学校の中で組織的に対応する体制作りなどを重点として活動しています。児童生徒の問題行動の背景には、心の問題とともに、本人が置かれている環境問題が複雑に絡み合っていることも多くあります。スクールソーシャルワーカーは、子どもの健全な成長をサポートするために、学校だけでなく、さまざまな関係機関と連携し、問題解決を図る活動を行っています。

スクールソーシャルワーカーによる相談活動 (要予約)

- ・子どもたちに関係するいろいろな相談を受けています。
- ・家庭訪問や学校訪問をして相談を受けることもできます。
- 面接相談 月～金曜日 午前10時～午後4時
☎43・7851

進学、進級を迎えるこの時期、子どもが新しい環境でうまくやっていけるのか、つい、不安になってしまうことがあります。

ちょっとした心配事くらいなら、取り越し苦労程度で終わるものですが、あれやこれやと、わが子の問題点が思い当たる場合は、心穏やかではいられないものです。

- ・うっかりミスが多い
- ・人の話を聞いていない
- ・順番を待つことができない
- ・じっとすることができない・・・などなど

誰かに相談すると、「それって、発達障害かも？」と言われて、ますます不安になってしまうことも。

「発達障害」ってなに？

最近、耳にするようになった「発達障害」という言葉ですが、その定義はさまざまです。日本では自閉症スペクトラム(ASD)や学習障害、ADHDなどの症状をまとめて指すことが多くあります。ただ、そう説明されてもすぐにピンと来ない人もいるのではないのでしょうか。

児童精神科医の滝川一廣先生は、「発達障害」とは、「なんらかの精神発達(こころのはたらき)の遅れをもち、それが生きにくさをもたらしているもの」「子どものための精神医学」(2017)と語っています。子どもは身体(からだ)も、精神(こころ)も発達(成長)の途中にあり、人によってその早さに違いが出てきます。少しの遅れのせいで、うまくできないことがあり、困っている状態だと考えると、わかりやすいのではないのでしょうか。

何が問題なのか？

知的(認識)な遅れが引き起こす問題は親も周囲も気付くやすいのですが、社会性(関係性)の遅れは、問題が見過ごされたまま時間が過ぎってしまうということが起こります。



介護保険相談室

医療介護課 介護保険係 ☎ 43・6947

高額介護（介護予防）サービス費について

高額介護（介護予防）サービス費は、同じ月に利用したサービスの自己負担の合計額（世帯内に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が上限額を超えたとき、申請により超えた分が「高額介護（介護予防）サービス費」として後から給付される制度です。

高額介護（介護予防）サービス費の給付対象となる

人には、市からお知らせを送付しますので、同封されている「高額介護（介護予防）サービス費支給申請書」へ必要事項を記入し、医療介護課へ提出してください。ただし、福祉用具購入費、住宅改修費、施設サービス・ショートステイの居住費・食費・日常生活費などは高額介護サービス費の対象となりません。

対象者	月額負担上限額
世帯に現役並み所得者（課税所得145万円以上の65歳以上の人があり、収入が単身383万円以上、2人以上520万円以上）がいる人	世帯 44,400円
世帯のどなたかが市民税を課税されている人	世帯 44,400円 ※同じ世帯の全ての65歳以上の人（サービスを利用していない人を含む。）の利用者負担割合が1割の世帯に年間上限額（446,400円）を設定
世帯全員が市民税非課税の人	世帯 24,600円
・前年の合計所得金額と公的年金収入額の合計が年間80万円以下の人等 ・老齢福祉年金の受給者	世帯 24,600円 個人 15,000円
・生活保護の受給者等 ・利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合	個人 15,000円

市老連だより いきいき赤穂

No.48

尾崎地区老人クラブ連合会

清水町老人クラブ成寿会の活動について

清水町老人クラブは、現在32名（男性10名、女性22名）で活動を行なっています。

主な行事としては総会や新年会があり、審議をおこなった後は、昼食懇談やゲーム、カラオケを和気あいあいと楽しんでいます。

春と秋にはマリーゴールドやパンジーの花苗を公園や集会所の花壇に、赤・黄・紫・白等の配色を考えて、手際よく植え付けます。「さすがベテラン！」と感心、1時間足らずの作業です。

その他、グラウンドゴルフの練習、お茶のみ会、いきいきサロンやカラオケ、いきいき百歳体操等を、クラブ会員や各関係者とともに催し、毎回多くの会員が参加しています。

また、美化活動として、公園のトイレ清掃を全員参加の当番制で実施し、地域に貢献できるように取り組んでいます。

これからも、継続は「健康長寿の秘訣」と信じ、活動を行なっています。



清水町老人クラブ成寿会 中西 優



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、すぐに警察署で「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）



国民年金揭示板

市民課 年金担当 ☎ 43・6820

4月から国民年金の保険料が変わります

平成31年4月から、自営業や学生などの第1号被保険者の保険料が次のとおり変わります。

第1号被保険者の保険料月額 **定額保険料 16,410円**（30年度＝16,340円）

- 国民年金保険料の改定にあわせ前納保険料も変わります。

	毎月納付	6カ月前納	1年前納	2年前納
	定額	定額	定額	定額
現金納付・クレジット納付	16,410円 納期＝翌月末日	97,660円 800円割引 5月7日、10月31日	193,420円 3,500円割引 5月7日	380,880円 14,520円割引 5月7日
口座振替	16,410円 翌月末日振替	97,340円 1,120円割引 5月7日、10月31日振替	192,790円 4,130円割引 5月7日振替	379,640円 15,760円割引 5月7日振替
早割	16,360円 50円割引 当月末振替			

※現金納付による2年前納は4月末までに申込みが必要です。

※31年度の口座振替・クレジットの2年前納・1年前納の申込みは、広報あこう1月号でお知らせしたとおり、2月末で終了しています。

平成31年度 年金相談日程表

●場所＝市役所2階 会議室

日	姫路年金事務所出張相談（要予約）		社会保険労務士による年金相談	
		4月25日（木）	7月25日（木）	5月16日（木）
	10月24日（木）	1月9日（木）	6月20日（木）	
	午前10時30～午後3時30分		9月19日（木）	
			11月21日（木）	
程	申込先：姫路年金事務所 ☎079-224-6382 （案内1番を選択してください）		2月20日（木）	
			3月12日（木）	

●姫路年金事務所相談窓口では**予約相談**を実施しています。

●申込先 予約専用電話
☎079・224・6382
☎0570・05・1165

新刊紹介



「いたいっ!」がうんだ
大発明
バリー・ウィッテンシュタイン
不器用なジョセフィンさん
の手は傷だらけ。夫のアー
ルさんはなんとかしてあげよ
うと…。誰でも自分で貼れる
救急ばんそうこの誕生物語。



「らくだい記者と白雪のドレ
ス」 あんぴる やすこ
ファッション記者なのに、
オシャレは時間のむだという
魔女。編集長から「ファッ
ション記者らしくみえる服に
直してもらいなさい」と言わ
れてきたのですが…。



「おいしい珈琲を自宅で淹れ
る本」 富田 佐奈栄
自宅で本格コーヒーを楽し
みたい人のための入門書。淹
れ方、砂糖・ミルク・クリ
ームの選び方、カフェで人気
のアレンジコーヒーを紹介す
る。



「姫君の賦」 玉岡 かおる
幼くして豊臣秀頼のもとへ
嫁いだ千姫。
時代に翻弄され、いわれな
き悪名を浴びながらも凛とし
て生きた千姫の生涯を描く。

図書館からのお知らせ

- えほんの読み聞かせ
毎月第1・3・4土曜日午前11時～
おはなしの部屋
- おはなしのじかん
毎月第2土曜日午前11時～
おはなしの部屋
- 春休み上映会(子ども向け)
日時：3月23日(土)・3月24日(日)
3月30日(土)・3月31日(日)
毎回午後2時～
場所：2階視聴覚室
内容：『くまのがっこう』、『めいたんてい
ラスカル』などを予定しています。
※内容等詳しくは図書館までお尋ねくだ
さい。
- おはなし会“お楽しみ会”
日時：3月30日(土)午前10時30分～
場所：2階集会室
主催：関西福祉大学 学生ボランティア
- 問い合わせ先：図書館 43・0275

図書館 ~ Library ~
http://www.ako-city-lib.com

- 「妻のトリセツ」／黒川 伊保子
- 「歴史家と噺家の城歩き」／中井 均
- 「世界は日本が大スキ!」／和田 政宗
- 「薬に頼らず血糖値を下げる方法」
- 「子どもを育む環境・蝕む環境」／仙田 水野 雅登
- 「ペットと暮らす掃除術」／杉本 彩 満
- 「カフェのある美術館」／青い日記帳 弘樹
- 「NHKラジオ深夜便絶望名言」／頭木 弘樹
- 「帰去来」／大沢 在昌
- 「つくもがみ笑います」／畠中 恵
- 「むし歯のしょうたい」／楠 章子
- 「おおかみのおなかのなかで」
- 「小学生になったら図鑑」／長谷川 康男
- 「マンガでおぼえる品格のある知的な日本語」
- 「願いごとの樹」
- ／マック・バーネット
- ／斎藤 孝
- ／キャサリン・アップルゲイト

みんなで考えよう!! 「産廃」のこと VOL.45

環境課 43・6821

～産業廃棄物Q&A⑨～
第45回は「産業廃棄物Q&A」についてご紹介します。
Q. 建物の解体で発生した建設廃棄物は誰が処分するのですか?
A. 解体工事を直接請け負った元請業者の責任で処分しなければなりません。
解体工事を含む建設工事においては、建設工事の発注者、当該発注者から直接建設工事を請け負った元請業者、元請業者から建設工事を請け負った下請負人等の関係者が多く、廃棄物の処理についての責任の所在があいまいになるおそれがあります。このため、廃棄物処理法では、建設廃棄物については、実際の工事の施工は下請負人が行っている場合であっても、発注者から直接工事を請け負った元請業者を排出事業者とし、元請業者に処理責任を負わせることとしています。

(参考：環境省「建設廃棄物処理指針(平成22年度版)」)

障害者就労施設
「ロビー販売」実施中!

社会福祉課 障がい福祉係 ☎43・6833

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。その一環として、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。

- 実施日時等 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
4月3日：みのり大地、4月10日：わかば園、4月17日：ワーキング西播磨作業所、4月24日：げんぶ
5月以降の担当事業所は「くらしのカレンダー」で紹介していきます。
- 参加事業所および取り扱い予定品目

事業所名	取り扱い予定品目 ※当日変更となる場合がございます。
赤穂精華園やまびこ寮	花苗、野菜苗、寄せ植え、漬物、野菜
赤穂精華園ほのか工房	赤穂塩ラスク、大豆まるごと豆腐、焼ドーナツ、ワッフル、菓子パン
フロンティア	赤穂手作りラスク、忠臣蔵どくだみパウダー、忠臣蔵どくだみパウダー(霊芝入)、霊芝茶、備前焼
みのり大地	クッキー、ケーキ、かりんとう
わかば園	ファンシー小物、野菜、点字ポチ袋、さきいか
ワーキング西播磨作業所	カリカリ棒、みかんジャム、さをり織
げんぶ	菓子パン
はくほう	お弁当(30個程度)、シフォンケーキ(10個程度)
ピアサポート兵庫	アロマキャンドル、アロマサシェ、アロマストーン、ハーバリウム、メダカ

健康づくりのスタートに
健康(検診)を受けましょう
4月～6月、9月、10月に生活習慣病健診(特定健診・がん検診)を実施します。
健診を受けるには、広報あこう3月号と同時配布しています「生活習慣病健康診査のご案内」をご確認の上、添付の「受診申込はがき」での申し込みが必要です。
●健診申し込みについての注意
①受診日については、申込はがきの到着順に健診機関で決定します。早めにお申し込みください。
②希望された受診日に申し込みが多い場合、希望どおりにならない場合があります。また、申し込みの際、受診時間の指定はできませんのでご了承ください。いずれの日も午前中のみの実施です。
●保健センターが実施する生活習慣病健診のポイント
①特定健診(基本健診)とがん検診等がセットで受診できる。
②無料で受診できる場合がある。
③肝炎ウイルス検診も受診できる。

保健センターからのお知らせ

保健センター ☎46・8701

予防接種の
受け忘れはありませんか?
麻しん・風しん
●接種期間(対象年齢)
第1期 生後12月から24月
第2期 小学校入学前の1年間
※平成31年度に小学校へ入学する幼児は必ず3月31日までに接種しましょう!
ジフテリア・破傷風2期
●接種期間(対象年齢) 小学6年生
※必ず3月31日までに接種しましょう!
高齢者の肺炎球菌感染症予防接種
●定期接種対象者
平成30年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人で過去に肺炎球菌感染症予防接種を受けたことがない人
●接種料金
自己負担金4,000円(生活保護受給者は無料。※要事前手続き)

催し 硬式テニス無料体験教室 in 赤穂海浜公園

赤穂海浜公園にて、テニスに興味があるけれどもあまり経験のない人や、この機会にテニスを始めてみたい人を対象に、日本体育協会公認上級コーチの指導のもと、硬式テニスの無料体験教室を開催します。

●日時 3月20日(水) 午前10時～正午

●対象 テニス初心者

●定員 20名(先着順)

●場所 赤穂海浜公園内テニスコート

●参加費 無料

※お車で越越しの人は、駐車料金(500円)が必要。

●講師 大石 学(赤穂海浜公園テニスコールコーチ、(公財)日本体育協会公認テニス上級コーチ)他

●準備物 運動のできる服装、運動靴、タオル、飲み物、必要に応じた着替え、ラケット(お持ちでない人は先着順で無料貸出あり)

●申込方法 必要事項(①

審議会 赤穂市男女共同参画審議会

●日時 3月19日(火) 午後1時30分

●場所 市役所2階204会議室

●内容

▽平成30年度実施事業について

▽平成31年度事業計画について

▽その他

●傍聴申込 10名(受付順) ※当日の会議開催予定時刻の15分前までに、傍聴申込票に住所、氏名を記入。傍聴する人は、会場内の指示に従ってください。

●市民対話課 人権・男女共同参画係 ☎43・6818

講習会 ガーデニング講習会

～春を彩る植物の寄せ植え～

●日時 4月27日(土) 午前10時～正午

●会場 市民会館大会議室

●内容 コンテナガーデン

●講師 林 緒利江先生(園芸研究者)

●費用 教材費3,000円を講習会当日に納めて

氏名、②フリガナ、③性別、④年齢、⑤住所、⑥電話番号、⑦ラケット貸出希望の有無)を記入の上、ファックスまたはメールで、「硬式テニス無料体験教室担当」宛にお申し込みください。

FAX 45・0183

メール info_ako@yogopark.com

●申込期限 定員になり次第締切

●主催 赤穂海浜公園管理事務所、(株)インパクト

●問い合わせ先 (公財)兵庫県園芸・公園協会 赤穂海浜公園管理事務所 ☎45・0800

募集 平成31年度 赤穂市消費者協会会員

赤穂市消費者協会は、昭和46年に発足し今年で設立49年目を迎えます。当協会は「自ら判断、選択、行動できる、自立した消費者」を目指し、食の安全・安心、リサイクルの推進、消費者被害防止、安全・安心な暮らしのための見守り活動、子どもの消費

ください。

●募集人員 先着72名

●持参物 手袋・エプロン・移植こて・作品を入れる箱等

●申込み・問い合わせ先 (公財)赤穂市文化とみどり財団公園事務所(土木詰所内) ☎25・8611

催し 第36回 いざが祭を開催

「いざが祭」は当法人の開設記念行事として、地域の皆さまへ日頃のご支援へのお礼の意を込めて、また、地域の皆さまとの交流を深めていただく場として開催しています。アトラクション、模擬店、バザーなど準備しています。皆さまの来園を心よりお待ちしております。

●日時 4月21日(日) 午前11時～午後3時

●場所 愛心園グラウンド(雨天決行) ※駐車場有

●主催・問い合わせ先 社会福祉法人愛心福祉会 愛心園・愛心園保護者会・愛心高齢者センター ☎52・3959

者教育の推進など情報提供や実践活動に取り組んでいきます。主な活動内容は「みんなの生活展」「家庭用品交換会」「生活講座」「子ども啓発セミナー」の開催、廃食油からの石けん作り、悪質商法等消費者啓発活動です。

消費者問題に関心のある人、男性、若い人も大歓迎です。安全・安心な暮らしの実現に向けて消費者・生活者の視点を活かして共に活動しましょう。

●年会費 600円(随時入会可)

●消費者協会各地区理事または消費者協会事務局 (市民対話課内) ☎43・6818

お知らせ 赤穂市シルバー人材センターからのお知らせ

●会員募集 空いている時間内、あなたの力を社会の中で活かしてください。市内在住の男性60歳、女性58歳以上の人、シルバード腕を振るってみませんか。いろいろな仕事、短時間の仕事もあります。ホームページに最新の就

赤穂市民病院看護学生 修学資金貸与学生の募集について

赤穂市民病院で看護師として働こうとする学生の皆さまへ修学資金を貸与します。

- 募集人員 5名程度(平成31年度)
- 対象者 助産師、看護師学校または養成所等に在学、および在学予定の人で、卒業後、赤穂市民病院に勤務する意思のある学生
- 選考方法 面接(日時については後日通知)
- 貸与額 月額 80,000円
- 申込期間 4月1日(月)～4月16日(火) (申込書類は、市民病院ホームページからダウンロードすることができます。)
- 申込方法 募集期間内に所定の書類を総務課へ持参または郵送してください。(4月16日必着。)窓口での受付は、平日午前8時30分から午後5時まで。
- 貸与期間 貸与が決定した月から学校・養成所を卒業する月まで(最長4年間)。ただし、5年一貫教育の高等学校に在学する人については、貸与期間は専攻科(4年次、5年次)在籍中の2年間とする。
- 返還免除 卒業後、赤穂市民病院に貸与期間に相当する期間勤務した場合は、貸与した修学資金全額の返還を免除します。
- 問い合わせ先 市民病院 総務課 ☎43・6414

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!

●お仕事承ります ◎施設等の管理業務◎簡易な大工仕事◎網戸張替◎家事手伝い◎不用品の処分◎人材派遣等 お気軽にご相談ください。

●3・4月の入会説明会

・日時 3月11日(月) 3月27日(水) 4月8日(月) 午後1時30分

●場所 センター事務所

●赤穂市シルバー人材センター ☎43・7200 <https://webc.sjc.ne.jp/ako-sjc/index>

遺品買取・生前整理・片づけ

年中無休 受付9時～19時 秘密厳守 明細会計

「暮之助に頼んでよかった」をあなたにお約束します

●仏壇処分・ゴミ屋敷・特殊清掃・解体・その他

「もう手に負えない…」⇒今すぐお電話を!

☎0120-281-902

遺品整理士認定協会/有資格者 住所:赤穂市高野536-16 ☎0791-46-8320

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

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)

ハーモニーインフォメーション

HARMONY INFORMATION

郷土の生んだ芸術家たちシリーズ第2弾 vol. 5
春の訪れ～ピアノと弦楽器の音色にのせて～ **好評発売中**

3月30日(土) 14:00開演 小ホール 全席自由
出演:ピアノ 菅田真弓(赤穂出身)、岸元大周(赤穂出身)、
ヴァイオリン 西尾安梨沙、チェロ 鷲見敏
曲目:ショパン ピアノソナタ第3番Op.58、
ベートーヴェン ピアノ三重奏曲第4番「街の歌」Op.11 (ほか)
入場料:一般1,000円(友の会800円)
※3歳以下のご入場はご遠慮ください。

今話題の笑って踊れるピアニトリオ
H ZETTRIO HALL TOUR “Lovely 2019” **好評発売中**

3月30日(土) 17:00開演 大ホール 全席指定
入場料:前売4,000円(友の会3,600円)、当日4,500円(友の会割引なし)
※3歳以下のご入場はご遠慮ください。(4歳以上チケット必要)

第24回 今宵ひとときコンサート
ムジカ・オットーコンサート～女声合唱の夕べ～ **入場無料**

4月12日(金) 18:30開演予定 小ホール 全席自由
出演:ムジカ・オットー

松竹大歌舞伎
松本幸四郎 改め 二代目松本白鷗
市川染五郎 改め 十代目松本幸四郎 襲名披露 **二等席のみ発売中**

4月14日(日) 13:30開演 大ホール 全席指定
出演:幸四郎改め松本白鷗、染五郎改め松本幸四郎、中村梅玉 (ほか)
入場料:一等席6,000円、二等席5,000円、高校生以下1,000円(二等席限定) ※友の会2割引 ※未就学児のご入場はご遠慮ください。

赤穂寄席
「昇太・たい平 二人会」 **好評発売中**

4月28日(日) 14:00開演 大ホール 全席指定
出演:春風亭昇太、林家たい平 ほか
入場料:前売3,500円、(友の会3,000円) 当日4,000円(友の会割引なし)
※未就学児のご入場はご遠慮ください。

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 **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

市内循環バス

「ゆらのすけ」からのお知らせ

4月3日(水)から、「ゆらのすけ」高野ルートに「黒崎」、「坂越駅」、「砂子集会所」、「野中・砂子公園」、「南野中」、「すこやかセンター」停留所を新設します。

これにより、高野ルートとみどり団地ルート
のダイヤを変更します。詳細は、広報あこう3
月号と同時配布の「時刻表」をご覧ください。

☎企画広報課 ☎43・6867

県議会議員選挙のお知らせ

赤穂市選挙管理委員会 ☎43-6846

告示日: 3月29日(金) 投票日: 4月7日(日)

投票日当日、仕事やレジャーなどで投票所に行けない人は、期日前投票をすることができます。

- 期間 3月30日(土)～4月6日(土)
- 時間 午前8時30分～午後8時
- 場所 市役所 2階 204会議室

また、次の日には、地区公民館でも期日前投票ができます。

- ▷坂越公民館 4月2日(火)
- ▷塩屋公民館 4月3日(水)
- ▷有年公民館 4月4日(木)
- ▷尾崎公民館 4月5日(金)
- 時間 午前10時～午後6時

※なお、3月29日(金)の告示の結果、県議会議員選挙は無投票となる場合があります。

3市町内で行う民間イベントなどの事業を募集します!!

☎東備西播定住自立圏形成推進協議会
赤穂市企画広報課 ☎43・6867




平成30年度実施事業「RUN伴兵庫ゴールイベント」

赤穂市、備前市、上郡町の3市町は、東備西播定住自立圏(以下「圏域」といいます。)を形成し、力を合わせて元気で住みよいまちづくりを進めています。

そこで、住民の皆さまが自主・自発的に行う圏域内外の住民交流を促進し、賑わいの創出や相互理解を深めるイベント等の活動を支援します。多数の応募をお待ちしています。

- 募集期間 3月20日(水)～4月10日(水)
午後5時まで(期限厳守)※閉庁日を除く
- 支援事業実施期間 平成31年5月～平成32年3月末まで
- 支援対象団体 圏域内に主な活動の基盤を有する5人以上の団体またはNPO法人。
宗教、政治、営利活動を目的とする団体や規約等が整備されていない団体は除きます。
- 支援対象事業 支援の目的に合い、自主・自発的に行うもので、次のいずれにも該当するもの。
▷公益的な事業
▷圏域内の複数の市町住民の参加、協力および連携を得ようとする事業
▷実現可能な事業
▷継続的な事業
- 支援額 20万円を限度
※ただし、同じ団体もしくは持ち回り等で実施する同じと認められるイベントに対し、交付実績が通算5回を超える場合は10万円を限度とします。
- 選考方法 応募いただいた内容を公開の場で審査しますので、出席をお願いします。
- 審査日時および場所(予定)▷日時 4月20日(土)午前9時～午後2時
(申請数により終了時間は変動します)
▷場所 赤穂市役所2階204会議室
- 応募方法 申請書等必要書類を期間内に窓口(赤穂市企画広報課、備前市企画課、上郡町企画政策課のいずれか)に持参してください。申請書や詳細な募集要項等は、上記窓口か協議会HPで。
(<https://tobiseiban.mypl.net>)

広告 結城建設のモデルハウスは **ご予約でいつでも見学できます!**



週末は無料相談会開催中

- 土地探し勉強会
- 資金計画相談会
- 豊かなくらしセミナー

※要予約

(有)結城建設
10:00～17:00
☎0791-46-3011
〒648-0202 赤穂市山手町8-27



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 ☎(0791)42-0456
<http://www.aiol-sec.com/> AMB:30～PM5:30

弁護士がアドバイスします 広告

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。

広告 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 ☎42・4032 FAX42・4000

3月	
12 火	●保育所子育て電話相談 10:00~16:00 各保育所
13 水	●献血(消防本部) 9:15~11:30 ●心配ごと相談 13:00~17:00 福 ●2歳児歯科健診(H28年8月生) 13:30~14:30 保セ ●法律相談(要予約) 13:30~16:30 市
14 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 ●社会保険労務士による年金相談 13:30~16:00 市
15 金	
16 土	●司法書士による法律相談 9:30~12:00 会 ●市民対話課 43・6818
17 日	当番医 澤田医院 48・8149 9:00~17:00
18 月	
19 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
20 水	●心配ごと相談(弁護士・要予約) 13:00~17:00 福 ●1歳6カ月児健診(H29年8月生) 13:30~14:30 保セ
21 木	当番医 石川整形外科医院 45・1717 9:00~17:00
22 金	●キッズさろん 13:30~15:00 保セ
23 土	
24 日	当番医 渡辺内科小児科医院 42・3884 9:00~17:00
25 月	
26 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
27 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
28 木	●身体障がい者相談 10:00~12:00 市
29 金	
30 土	
31 日	当番医 黒田医院 43・5210 9:00~17:00

4月	
1 月	
2 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) 13:20~15:00 健康
3 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(H27年10月生) 13:30~14:30 保セ
4 木	
5 金	●健康相談 9:00~11:00 保セ
6 土	
7 日	当番医 福田産婦人科麻酔科 43・5357 9:00~17:00
8 月	●人権相談 10:00~12:00 市 ●市民対話課 43・6818
9 火	●保育所子育て電話相談 10:00~16:00 各保育所
10 水	●心配ごと相談 13:00~17:00 福 ●2歳児歯科健診(H28年9月生) 13:30~14:30 保セ ●法律相談(要予約) 13:30~16:30 市
11 木	●子育てカウンセリング 13:30~16:00 子育て学習センター
12 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
13 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
14 日	当番医 杉口整形外科 45・1451 9:00~17:00

問い合わせ先

市役所(代表) 43・3201	保セ 隠センター(認知センター) 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) 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 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	

人口の動き(1月) 住民基本台帳登録者人口

世帯数	20,405	戸	(- 8)
人口	47,793	人	(- 46)
男	23,100	人	(- 30)
女	24,693	人	(- 16)

◎1月中の異動 ()内は前月比

出生	27人(+ 9)	転出	71人(- 1)
死亡	59人(- 1)	その他増	0人(- 1)
転入	62人(- 31)	その他減	5人(- 1)

()内は前月比

交通事故発生状況

区分	1月	平成31年累計
発生件数	93 (- 17)	93 (- 17)
人身	10 (+ 1)	10 (+ 1)
物損	83 (- 18)	83 (- 18)
死者	0 (± 0)	0 (± 0)
重傷	2 (+ 2)	2 (+ 2)
軽傷	8 (- 5)	8 (- 5)

()内は前年比

火災・救急状況

区分	1月	平成31年累計
火災	2 (- 2)	2 (- 2)
救急	220 (+ 12)	220 (+ 12)

()内は前年比

火災発生時での問い合わせは

43・6899 まで



まちのうどん

休日臨時窓口を開設します

市民課 43・6819

- 日時 3月31日(日)と4月6日(土) 午前8時30分~午後5時15分
- 開設する窓口 市民課、医療介護課、子育て健康課 (①~⑥番の窓口)

■休日臨時窓口での取扱業務は下記のとおりです。

[注意]休日の臨時開設のため、手続きができない業務もありますので、事前にお電話にてご確認をお願いいたします。

臨時開設窓口	取扱可能な業務
市民課 (住宅係を除く) 43・6819	(証明書発行業務) ・住民票の写しなどの住民基本台帳法に係る証明書 ・戸籍謄抄本など戸籍法に係る証明書 ・印鑑登録証明書 ・その他行政証明 ・年金現況証明 (届出・申請等業務) ・転入、転出、転居などの住民異動業務 ・印鑑登録、廃止、再登録業務 ・マイナンバーカード(個人番号カード)交付業務(午前9時から午後5時までの間・要予約) ・通知カード交付業務 ・公的個人認証業務(午前9時から午後5時までの間) ・中長期在留者および特別永住者業務の一部 ・年金業務 ・臨時運行許可業務
医療介護課 国保医療係 43・6813	・国民健康保険資格に係る異動業務 ・国民健康保険被保険者証等の再発行業務 ・福祉医療費受給資格に係る異動業務 ・福祉医療費受給者証の再発行業務
介護保険係 43・6947	・介護保険資格に係る異動業務 ・介護保険被保険者証等の再発行業務
子育て健康課 43・6808	・住民異動に伴う児童手当、児童扶養手当、特別児童扶養手当の申請受付業務

◎マイナンバーカード(個人番号カード)の交付も行います

午前9時~午後5時 ※事前に電話等で予約が必要で定員になり次第締め切ります。

市民病院からのお知らせ

4月より眼科・耳鼻咽喉科・病理診断科に常勤医師を配置 さらに整形外科医師等を増員

市民病院 43・3222(代)

市民病院では、常勤医師が不在となつて以来、地域の皆さまや開業医の先生方にご迷惑をおかけしておりました眼科・耳鼻咽喉科、また新設する病理診断科に、本年4月よりそれぞれ1名の常勤医師を配置できることとなりました。

眼科、耳鼻咽喉科では、当院での手術・入院治療も可能となり、また病理診断科の新設により、迅速で正確な病理診断が可能となるなど、診療体制の拡充が図れることとなります。

さらに、1名体制となつていました整形外科においても、3名増員され4名体制となりますほか、消化器内科、循環器科、外科、麻酔科で医師増員が行われ、新年度からの常勤医師数は現在の51名

から8名増員となり59名、初期研修医は14名となる予定です。

一方で、産婦人科など常勤医師不在の診療科については、引き続き、後任医師の確保に積極的に取り組んでまいりますので、地域の皆さまのご支援ご協力、また医師確保に関する情報がありましたらどんなことでも結構です。ご連絡をお願いいたします。

なお、4月以降の外来診療などの詳細については、当院ホームページ、または広報あこう4月号に「外来診療予定表」を添付する予定としておりますので、そちらをご確認ください。

地域の皆さまのご来院をお待ちしております。



歌声響け！ 赤穂市児童合唱団定期演奏会

赤穂市児童合唱団の第43回定期演奏会が開かれ、全日本合唱普及協会の新曲セミナーでレコーディングし、全国販売された合唱組曲「地球が輝くために」や、オペレッタ「白雪姫」が披露され、満員の観客から惜みない拍手が送られました（2/17 ハーモニーホール）



パパさん 手作りゲレンデをありがとう！

今年も高雄幼稚園の父親保護者「ポパイクラブ」のメンバーが、宍粟市からトラック2台で雪を運び、園庭に手作りゲレンデを作製。園児たちが手作りそりで歓声をあげながら何度も滑り、めったに出来ない雪遊びを存分に楽しみました。（2/4 高雄幼稚園）



定住自立圏 吹奏楽交流 ジョイントコンサート

東備西播定住自立圏域の中学校吹奏楽部の交流と、音楽的技術の向上を図るため演奏会が開催され、7校の生徒が演奏を披露しました。（2/11 ハーモニーホール）



灯りの潮騒ナイト



「赤穂御崎」は恋人の聖地。伊和都比売神社から海へと抜けるきらきら坂に、竹灯りやキャンドルの灯りがともり、幻想的な一夜となりました。（2/9 御崎）



鬼はそと～！！ 節分豆まき

市内の幼稚園や保育所では、節分の豆まきが行われ、大きな声で「おにはそと～！！」と豆をまきながら追いはらう子、驚いて泣き出してしまいう子など、にぎやかに春を迎えました。（2/1 赤穂幼稚園）

おいしい笑顔がいっぱい 赤穂かきまつり



曇り空のお天気でしたが、今年も市内外から「赤穂かきまつり」に大勢の人が訪れました。開場と同時に、焼きがきの無料配布や直売所には長蛇の列ができ、各屋台ではいろいろなかきメニューが販売され、訪れた人々は旬の味覚をおなかいっぱい堪能していました。（2/3 赤穂海浜公園）

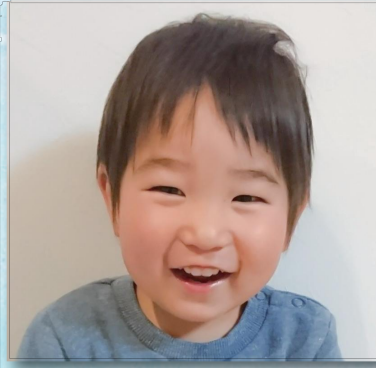


すくすく育て！わが家のホープ



優しく思いやりのある女の子に育ってね

おおた れいな
大田 怜奈 ちゃん 新田
平成28年5月10日生まれ
父・雅博さん 母・理恵さん



優しく元気に大きくなあれ！

よしの るき
吉野 琉希 ちゃん 南野中
平成29年1月30日生まれ
父・勝也さん 母・彩さん



いっぱい食べて、元気に育てネろ！！

まえだ こはる
前田 心陽 ちゃん 浜市
平成28年11月16日生まれ
父・淳哉さん 母・美希さん

★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 メール Kouhou@city.ako.lg.jp

食育レシピ

手軽に野菜を食べよう
大根サラダ



(料理協力：赤穂市いずみ会)

* 1人分栄養素 * エネルギー 73kcal 塩分 0.3g

■材 料(4人分)

- | | | |
|----------|------|--------|
| 大根 | 200g | ドレッシング |
| 大葉 | 4枚 | ポン酢 |
| 油揚げ | 1枚 | ごま油 |
| 焼きのり(全形) | 1枚 | 大さじ3 |
| | | 大さじ1 |

■作り方

- ①大根、大葉は千切りにする。
- ②油揚げはフライパンで両面をこんがり焼いてから千切りにする。
- ③焼きのりはもんでおく。
- ④①②③を合わせる。
- ⑤ドレッシングの材料をよく混ぜ、食べる直前にかける。

いざという時の心構え 災害時の食に備えよう

非常時の食の備えを用意している世帯は約7割。備蓄内容は、飲料56.2%、主食49.3%、熱源44.2%、おかず(主菜)44.1%の順に備えていました。飲料水、食料品ともに“3日以上”の備蓄をしている世帯は約4割でした。いざという時のために準備をしておきましょう。

※ひょうご食生活実態調査より

■編集後記■

今月号の特集では、赤穂市内で運営されている2つの「こども食堂」取材し、主宰のお二人にインタビューをさせていただきました。とっても明るいお二人で、とにかく笑う笑う!!この明るさと、笑顔にたくさんの人が引き付けられ、いろいろな支援が集まってくるんだと感じました。とはいえ、お二人の活動はたくさん

の苦労の上に成り立っています。大変なことがいっぱいあっても、それを笑い飛ばしながら頑張っているお二人の活動を、もっとたくさんの人に知ってもらい、更に支援していただけたら、市内の活動も広がっていきますので、皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。①

広報
あこ

- 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3月25日(月)、広報あこは4月10日(水)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://machi.iro.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。