

広報

かきわ

平成19年(2007年)No.806

防災センターで行われた「夏休み親子防災体験教室」では、41組の親子が体験しながら防災知識を学びました(7月21日・22日)。

- 特集：大地震に備えて…2-5
- 生涯学習大学…6-7
- タウンタウン…8-9
- 加古川まつり写真特集…10
- ペットの飼う方…11
- 情報コーナー…12-28

9
月号

いつ来る？ 大地震



去る7月、新潟県でマグニチュード6.8の大地震が発生し、11人の尊い命が犠牲になりました。前回の新潟県中越地震からわずか3年足らずでの発生は「地震はいつ来るか分からない」ということを強く印象付けました。今回の特集では加古川市でいつ起こってもおかしくない大地震に備えて、市の取り組みや耐震対策について紹介します。

新潟県中越沖地震の被災風景（提供：新潟県）

万全ですかまさかの備え

わずか3年 地震はいつ起きるか分からない

地震はいつ、どこで起きるか予測が付きません。平成七年一月十七日に起きた阪神・淡路大震災以後、死傷者の出た地震は北海道から九州までほぼ全国各地で発生しており、その数は八十回以上に及びます。七月十六日には、新潟県中越沖で震度六強を記録する大地震が発生し、多くの被害をもたらしました。新潟県ではわずか三年前にも震度七の大地震が発生しています。

加古川市でも、このような大地震がいつ起こってもおかしくありません。近い将来発生が予想されている東南海・南海地震では、加古川で震度六弱の揺れが予測されています。また、阪神・淡路大地震や新潟県中越沖地震と同じ内陸直下型の山崎断層帯地震が起きると、震度六強の揺れが予測されています。これは今回の新潟県中越沖地震の最大震度と同じ震度です。

「緊急地震速報」を知らせる装置を 公共施設に設置します

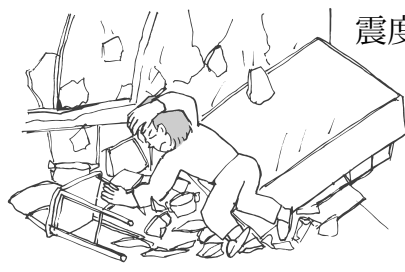
市では、このような地震により、市民のみなさんが大きな被害を受けることのないよう、さまざまな取り組みを進めています。中でも現在、力を注いでいるのは、気象庁が配信する「緊急地震速報」を知らせる装置の公共施設への設置です。緊急地震速報は、地震の強い揺れが始まる数秒から数十秒前に地震の発生を知らせるもので、十月一日から本格運用されます。これにあわせて、市内の小・中学校

や幼稚園・保育園、公民館などに順次設置を進めていきます。また、地震・津波による被害や、大雨・台風による浸水被害、これらに伴う土砂災害による被害が予想される区域を地図に記した「総合防災マップ」を現在作成しています。マップには、ほかにも大規模地震発生時の想定震度や避難所の位置など、さまざまな情報が掲載されます。年明けには完成し、各家庭に配布する予定です。



震度6弱

- 立っていることが困難になる。
- 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。
- 耐震性の低い木造住宅では、倒壊するものがある。



震度6強

- はわないと動くことができない。
- 固定していない家具のほとんどが移動・転倒する。
- 耐震性の高い住宅でも、壁や柱が破損するものがある。

みなさんにできること それは日ごろの備え

みなさんにまずやってもらいたいことは「日ごろの備えです。今回の新潟県中越沖地震では、三年前にも大地震があったので「当分起こらないのでは」と油断した人が少なくないそうです。兵庫県が昨年実施した県民意識調査でも、十年以内に震災が発生すると考えている人が二年続けて減少しています。油断は禁物。非常用持出品など身の回りの準備・点検を定期的に行いま

しょう。

また、いざというとき必要な情報をいち早く入手できる環境を整えておくことも重要です。防災ネットかこがわやコミュニティFM「BAN-BANラジオ」などを活用しましょう。

今回の新潟県中越沖地震では、死者十一人のうち十人が七十歳以上で、ほとんどは住宅倒壊が原因で命を失いました。地域の高齢者、障害のある人、乳幼児、

妊娠中の人たちの存在を知っていれば、「もしかしたら逃げ遅れているかも」と早期発見・救出につながり、助けることができます。みなさんも普段から近隣の人とのつながりを大切にしましょう。そして何より、倒壊しない家づくりが欠かせません。次のページでは、

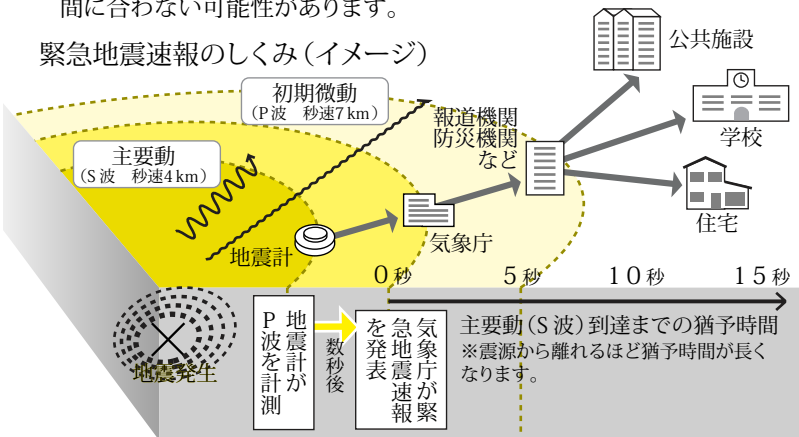
わが家の耐震化を支援する事業や、いざというときに役立つ情報を紹介します。

強い揺れが始まる前に知らせる 緊急地震速報

地震の揺れは、震源から波紋のように四方八方に向かって広がっていきます。これを地震波といいます。地震波には、初期微動(P波)と主要動(S波)の2種類があり、地震による被害は主にS波によりもたらされます。

カタカタと比較的小さく揺れるP波はユサユサと大きく揺れるS波よりも速度が速いため、IT(情報技術)を駆使すれば、P波を検知後、S波が到達するまでに全国各地に「何秒後どのくらい揺れるか」を「緊急地震速報」として知らせることができます。ほんの数秒前でも、事前に強い揺れの発生を知ること、机の下に入ったり、火の始末をしたりと、状況に応じた安全の確保ができます。 ※直下型地震など震源が近い場合は、速報が間に合わない可能性があります。

緊急地震速報のしくみ(イメージ)



加古川市では各公共施設に緊急地震速報受信機を順次設置し、震度4以上の揺れが予測されるときに館内放送などで注意を促すことができるよう整備を進めています。

また市内のケーブルテレビ局BAN-BANテレビでは、自社ケーブルを通じて緊急地震速報を伝えるサービスを10月から提供する予定です。

このほか、一般家庭用機器の販売や新築マンションへの導入などもすでに始まっています。

市の主な取り組み一覧

緊急地震速報受信機の設置や総合防災マップの作成以外にも、次のような取り組みを進めています。

■加古川市防災会議の設置…市、県、警察、自衛隊、消防機関などの代表者で組織されています。地域における災害対策に関する事項を定めた加古川市地域防災計画をつくり、各機関の連携のもとで計画の実施を推進しています。

■初動体制の確立…休日や夜間に大地震などが発生した場合、災害対策本部が設置されるまでの間の活動の空白をなくすため、「加古川市職員の災害時における初動体制に関する規程」を定めています。職員は、最寄りの市民センターなどに駆け付け、情報収集・伝達、救護などの初期的な活動を行います。

■広域相互応援体制の確立…大規模災害発生時の緊急物資や資機材の提供、職員や医師の派遣などについて、近隣自治体や企業などと協定を結び、広域的な応援体制の確立を図っています。▷相互応援協力団体…兵庫県、県下全市町、県下各自治体病院、県下各水道企業団、日本水道協会兵庫支部、兵庫県簡易水道協会、市内郵便局、生活協同組合コープこうべ、マックスバリュ西日本(株)、BAN-BANテレビ(株)

■防災資機材・緊急物資の備蓄…本庁や各市民センターなどに備蓄倉庫を設置し、救助活動などに使用する資機材や避難所用緊急物資を備蓄しています。

■飲料水兼用耐震性貯水槽の整備…被災者の飲料水と火災発生時の消火用水を確保するため、東神吉・志方東・尾上・平岡小学校に耐震性貯水槽を設置しています。

■耐震改修促進計画の作成…地震による被害を減少させる取り組みを一層進めるため、建物の耐震診断や耐震改修を促進する「加古川市耐震改修促進計画」を現在作っています。

■防災訓練の実施…毎年9月に、市、防災関係機関、自主防災組織などが合同で総合防災訓練を実施しています。1月17日には、地震災害時の初動体制を確立するため、参集訓練や情報収集・伝達訓練などを実施しています。

■自主防災組織の育成支援…自主防災組織が実施する訓練への指導や、リーダー研修会を実施しています。また、実際に災害が起きたときどうするかなどを想定し、地図に被害状況や対策などを書き込んで行う「災害図上訓練(DIG)」の出前講座も実施しています。

■地域防災連絡会の設置…災害発生時に、効果的な地域防災活動が行えるよう、市内に9つある市民センターのエリアごとに、自主防災組織や消防団、民生委員、水利組合など地域の実情にこわいさまざまな人たちとともに「地域防災連絡会」を設置し、連携の強化を図っています。

丈夫な家と正しい情報で大切な命を守ろう

「応援します わが家の耐震」

阪神・淡路大震災をはじめ、大地震では非常に多くの建物が倒壊しています。先日、新潟県中越沖地震でも約四万棟の家屋が被害に遭い、うち約千棟が全壊しました。中でも、昭和五十六年五月以前に着工した家屋は、旧耐震基準により建てられているため、昨今の大地震に耐えられないことが多いようです。市や県では、みなさんの家屋の耐震化を応援するため、相談や改修費の補助などを行っています。積極的に活用して、大切な生命や財産を守ってください。

わが家は大丈夫かな…

A 住宅相談

1級建築士が無料で相談に応じます。わが家の耐震性に不安がある人、耐震改修や増改築を考えている人はお気軽にご利用ください。

【とき】毎月第2・4土曜日午後1時～4時

【ところ】勤労会館

【申込・問合先】相談日の2日前までに市役所建築審査課（☎427・9263）へ。

B 簡易耐震診断

昭和56年5月31日以前に着工

改修したいけど先立つものが…

C 耐震改修工事費などの一部を補助します

（わが家の耐震改修促進事業）

住宅の耐震改修の計画作りやそれに伴う耐震診断、耐震改修工事にかかる費用の一部を補助します。

【対象】次のすべての条件に当てはまる人

内 容	補助額（ ）は補助限度額
耐震改修計画	費用の2/3 （▷戸建住宅…20万円 ▷共同住宅…12万円/戸）
耐震改修工事	費用の1/4 （▷戸建住宅…60万円 ▷共同住宅…20万円/戸）

※それぞれ対象とならない内容・工事などがあります。

- ①昭和56年5月31日以前に着工された住宅を所有している
- ②所有する住宅が建築士などによる耐震診断の結果、「耐震性が劣る」と認められる
- ③収入が千200万円以下である
- ④県住宅再建共済（フエニックス共済）に加入しているまたは加入する

※契約完了後の申請は、補助の対象となりませんので、契約前に必ず申請してください。

D 耐震改修工事にかかる借入金の利子を一部補助します

金融機関で融資を受けて耐震改修工事をする場合、借入金の

利子の一部を補助します。 ※同時に実施するリフォーム工事も利子補給の対象となります。

【対象範囲】一戸につき120平方メートルまでの部分

【対象】次のすべての条件に当てはまる人

- ①昭和56年5月31日以前に着工された住宅を所有している
- ②収入が千200万円以下である
- ③「C」わが家の耐震改修促進事業」による工事費の補助を受けている
- ④「住宅改修事業の適正化に関する条例」による登録を受けた住宅改修業者が工事を実施した

【補給額】（金融機関からの融資額一わが家の耐震改修促進事業による補助額）×2%×5年間

※対象となる融資額は500万円まで。

【申込方法】融資を受けた金融機関に申請書を提出

【問合先】県住宅計画課（☎078・362・3611）へ。

E 耐震改修を行った住宅の固定資産税を減額します

【対象住宅】昭和57年1月1日以前に建てられた住宅

【対象工事】建築基準法に基づく耐震基準に適合した工事で、30万円以上のもの

F 耐震改修工事費の一部を所得税から控除します

（住宅耐震改修特別控除）

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に着工された住宅

【対象工事】平成20年12月31日までに「C」わが家の耐震改修促進事業」による補助を受けている工事

【控除額】工事費×10%（上限20万円）

【申込方法】住民票と県が発行する証明書を添えて、加古川税務署で確定申告

【問合先】耐震改修工事については市役所建築審査課（☎427・9263）へ。確定申告については加古川税務署（☎421・2951）へ。

加古川市の耐震担当者が見た「新潟県中越沖地震」



建築審査課 永井課長



新潟県柏崎市の家屋倒壊の様子

7月22日・23日の2日間、新潟県中越沖地震で大きな被害のあった柏崎市へ復旧支援に行ってきました。「応急危険度判定士」である私たちは、被災した建物を調査し、余震などによる倒壊などの危険性を居住者や付近を通行する人たちにお知らせするため、「危険」「要注意」「調査済」の判定ステッカーを建物に張りしました。

中心市街地内で特に目立ったのが、築50年以上と思われる古い木造の建物やアーケードの商店街の建物の倒壊でした。また、倒壊していない建物にも基礎部分のひび割れが多く見られました。対照的に、新しい建物や事務所などのビルの被害は見られませんでした。

やはり、古い木造の建物は被害を受けやすいので、各制度を活用して、早めに耐震改修工事をしてほしいと思います。この機会に、家族みんなで相談しながら進められてはどうでしょうか。

倒壊したら建て直すお金がない…

G 年間5千円で大きな安心

（フエニックス共済）

県内に住宅を持つている人が災害時にもとに支え合う県住宅再建共済（フエニックス共済）の加入者を募集しています。

【対象となる災害】異常な自然現象により生じるあらゆる災害（暴風、豪雨、洪水、高潮、地震、津波など）

【共済負担金】年額5千円 ※

新規加入年度は月額500円（上限5千円）。

【共済給付金】住宅が半壊以上の被害を受けた場合、次の金額を給付します。

▽再建・購入…600万円
▽補修…全壊200万円、大規模半壊100万円、半壊50万円
▽再建・購入・補修をしない場合…10万円

災害時の強い味方

BAN-BANラジオ

FM 86.9 MHz

地震や台風などのとき、停電するとテレビやパソコンなどを使って情報を収集できなくなります。こんなとき電池でも聴けるラジオが便利です。

BAN-BANラジオは、加古川市、高砂市、稲美町、播磨町の地域を対象としたFMラジオ局なので、緊急時に身近な災害情報などを届けることができます。もちろん、普段から防災情報をはじめとした地域の役立つ情報も放送しています。

「くわしくひびきに備えて情報を手元に」緊急情報をケータイに配信

「防災ネットかこがわ」は、地震や台風などの災害が起きたとき、携帯電話やパソコンを使って避難情報などを見ることが出来るホームページです。



携帯電話のメールアドレスを登録した人には、避難勧告や水

申し込むことができます。

【問合先】県住宅再建共済基金（☎078・362・9400）へ。

http://bosai-net/kakogawa/

【問合先】市役所広報・行政経営課（☎427・9121）へ。

活用しよう わが家の安全・安心ガイドブック

昨年、広報かこがわと同時配布した「わが家の安全・安心ガイドブック」には、災害に対する日々の備えや発生時の対応方法などが掲載されています。いつでも見ることができるよう、すぐ手に取ることができる場所に常備しておきましょう。もし、手元にないという場合は、市役所生活・交通安全課へご相談ください。

【問合先】市役所生活・交通安全課（☎427・9760）へ。



BAN-BANラジオ 大竹 良次 ディレクター

新潟県柏崎市にあるコミュニティFMでは、連日24時間体制で水道の復旧状況や救援物資の配布場所などが放送され役に立っているそうです。

BAN-BANラジオでは、先日の台風接近時に、番組内で最新情報や自治体の対応を伝えたり、河川の水位状況を国土交通省の担当者に携帯電話で伝えてもらったりしました。「災害時にはBAN-BANラジオ」とみなさんに言ってもらえるよう、これからも番組作りに力を入れて、日ごろから聴いてもらえる身近なラジオにしたいと思います。みなさん、ぜひ聴いてください。

スローライフ学科

氷丘公民館

〒675-0061 加古川町大野931

☎424・3741

自分を大切にすることができれば、友達や仲間を大切にすることができる――。ゆったりと、ゆっくりとした気持ちで人生を送る「スローライフ」を通した仲間づくり、地域づくりを提案します。

【とき】原則として毎月第2・4土曜日午前10時～正午

【定員】30人

【受講料】6,000円（別に材料費などが必要）

回	学 習 日	内 容
1	10月13日(土)	スローライフってなんだろう
2	10月27日(土)	スローな暮らしに役立つ生涯学習！～連凧づくりに挑戦①
3	11月10日(土)	スローな暮らしに役立つ生涯学習！～連凧づくりに挑戦②
4	11月11日(日)	スロー凧揚げ会（ツデーマーチ応援）
5	11月24日(土)	消しゴムはんこ作成と絵手紙
6	12月8日(土)	グラウンドゴルフ、スローフード調理実習
7	1月12日(土)	スクラップブックング ～写真を美しくレイアウトしていくクラフト
8	1月22日(火)	テレビ局公開録画番組の見学
9	2月23日(土)	健康教室「ハッピーセラッピー」体験
10	3月8日(土)	まとめ

環境創造学科

加古川北公民館

〒675-0009 神野町西条1519-2

☎438・7409

このままでいいですか？ 私たちの衣・食・住の生活環境。見直し、残し、伝えたい先人の知恵と工夫を学び、「環境創造」を始めませんか。

【とき】原則として毎月2回木・土曜日午前10時～正午

【定員】30人

【受講料】6,000円（別に交通費などが必要）

回	学 習 日	内 容
1	9月27日(木)	進む温暖化、異常気象、私たちはどうすればいいのか？
2	10月6日(土)	体験学習「自然素材の料理実習」
3	10月25日(木)	飽食への警告
4	11月10日(土)	水と食料から地球温暖化を考える
5	11月29日(木)	野外学習①「川端とともに生活する村に学ぶ」
6	12月22日(土)	原子力発電は地球温暖化に貢献できるか？
7	1月24日(木)	野外学習②「新クリーンセンター、キンピアパーク神戸」
8	2月2日(土)	私たちの生活がもたらす環境破壊
9	2月21日(木)	家庭の省エネと環境問題
10	3月1日(土)	まず私から地球温暖化防止

はじめませんか？ 充実した日々

石造物学科

平岡公民館

〒675-0104 平岡町土山699-2

☎078・949・5210

市内には、先人たちが遺してくれた石造文化財がたくさんあります。石造遺品の宝庫・加古川の歴史や文化財について学びながら、いにしへのロマンにふれます。

【とき】原則として毎月第1・3木曜日午前10時～正午

【定員】30人

【受講料】6,000円

回	学 習 日	内 容
1	10月4日(木)	石造遺品の概要
2	10月18日(木)	現地見学①
3	11月1日(木)	播磨の石造遺品①
4	11月15日(木)	播磨の石造遺品②
5	12月6日(木)	播磨の石造遺品③
6	12月20日(木)	播磨の石造遺品④
7	1月10日(木)	信仰の証～盃状穴
8	1月17日(木)	昔話の中の石造物
9	2月7日(木)	実習「拓本の採り方」
10	2月21日(木)	現地見学②

思春期・親育ち学科

陵南公民館

〒675-0019 野口町水足333-333

☎456・7110

人とのつきあいが苦手な人、もう少しうまく子どもとコミュニケーションをとれないかなど悩んでいる人。みんなで楽しく学んで、「心の荷物」を下ろしませんか。

※一時保育があります。

【とき】原則として毎月第2・4木曜日午後1時～3時

【定員】30人

【受講料】4,800円

回	学 習 日	内 容
1	10月25日(木)	いらいらやダメージから回復する手立て
2	11月8日(木)	ストレスに強い自分を作る
3	11月22日(木)	基本的なコミュニケーション技術
4	12月13日(木)	講演「親子の心開くには」
5	1月10日(木)	文章でうまく気持ちを伝えよう
6	1月24日(木)	身近すぎて難しい、親子のコミュニケーションを考える
7	2月14日(木)	講演「非行へのさまざまな道と回復の道筋」
8	2月28日(木)	グループでのコミュニケーションや楽しい助け合いの方法

市民生涯学習大学

短期コース

平成19年10月～平成20年3月

園芸学科

両荘公民館

〒675-1221 平荘町山角718-1

☎428・3133

仲間とともに、花壇づくりの実習を通して園芸の知識や技術を習得し、花いっぱいのもちづくりを目指します。

【とき】原則として毎月2回土曜日午前9時30分～11時30分

【定員】30人

【受講料】6,000円（別に材料費などが必要）

回	学 習 日	内 容
1	10月6日(土)	花壇づくりのポイント
2	10月20日(土)	公民館花壇の設計
3	11月24日(土)	研修旅行
4	12月1日(土)	公民館花壇の制作①
5	12月15日(土)	寄せ植え
6	1月19日(土)	公民館花壇の制作②
7	2月2日(土)	公民館花壇の制作③
8	2月9日(土)	自然を生かしたガーデニング
9	2月23日(土)	自宅にある材料を利用しよう！
10	3月15日(土)	まとめ

郷土の歴史学科

別府公民館

〒675-0132 別府町宮田町3-3

☎441・1117

私たちの住む播磨地域の歴史や文学を学び、文化財をめぐります。

【とき】原則として毎月第2・4土曜日午前10時～正午

【定員】30人

【受講料】6,000円（別にテキスト代が必要）

回	学 習 日	内 容
1	10月20日(土)	現地見学「大歳家住宅」
2	10月27日(土)	いなみ野台地を開発した人々
3	11月10日(土)	郷土の偉人①
4	11月24日(土)	郷土の偉人②
5	12月8日(土)	現地学習「県立考古博物館・大中遺跡」
6	1月12日(土)	古文書を読む①
7	1月26日(土)	古文書を読む②
8	2月9日(土)	五ヶ井用水について
9	2月23日(土)	加古の伝説散歩①
10	3月8日(土)	加古の伝説散歩②



▲スローライフ学科

学生を募集！

市民のみなさんが充実した生活を送ることができるように、市民生涯学習大学を開設しています。今回は、短期コース6学科、長期コース1学科の7学科で学生を募集します。同じ目的を持つ仲間と一緒に楽しみながら、専門的な知識を身につけてみませんか。

【対象】市内に住んでいるか勤務している18歳以上の人
【申込・問合先】9月15日（必着）までに、ハガキに①学科名②住所③氏名・ふりがな④年齢⑤電話番号を書いて、各公民館へ。※申込者多数の場合は抽選。市ホームページからも申し込むことができます。

長期コース 平成19年10月～平成21年3月

陶芸学科

志方公民館

〒675-0321 志方町志方町1758-3

☎452・0700

初心者を対象に、作陶から窯焼きまでを1年半かけて学習し、焼き物の奥深い魅力にせまります。

【とき】原則として第1・3土曜日午前10時～午後3時

【定員】20人

【受講料】1期6,000円（別に材料費などが必要）

回	学 習 日	内 容
1	10月6日(土)	筒型の花瓶（ひも作りの基本）
2	10月20日(土)	わん型の食器（手ひねりの基本）
3	11月17日(土)	丸型の花器
4	12月1日(土)	つぼ型の花器
5	12月15日(土)	湯飲みづくり
6	1月19日(土)	首絞り花瓶など
7	2月2日(土)	講義「陶の心・器とくらし」
8	2月16日(土)	筒型・竹筒型花器
9	3月1日(土)	筒型花器
10	3月15日(土)	湯飲みづくり、高台削り

※第2期は平成20年4月～9月に、第3期は平成20年10月～平成21年3月に実施します。



市民リポーター 阿部 英美の

行ってきまーす!

タウン

9月になりましたが、まだまだ夏バテ気味です。9月といえば中秋の名月。ゆったり夜空を見上げて、落ち着いた時間を味わいたいなあ。せっかくだから、星や星座の名前も勉強してみたいし…。ということで、昼間でも星空が見られるプラネタリウム館のある



▲北尾さんの指導のもと、こと座、わし座など本番に向けて星座を映す練習をしました。

一度は星空を見上げこ♪

総合文化センターに行ってきたーす

お話を伺ったのは担当の北尾さん。来館者は散歩のついでに立ち寄る家族連れが多いそう。「天文学の知識がなくても気軽に星空を楽しめるような内容作りを心掛けています」とのこと。放映時に機器を操作するだけでなく、オリジナル番組の制作など、多岐にわたる業務をこなされています。「まずは見てください」と案内され、部屋へ入って驚いたのがズバリと並ぶ操作ボタン。まさに星の数ほどある感じ…。ほかにもパソコンや、部屋の後方にグルリと放映用の機械があります。これらをすべて一人で操作しているなんて! 「実際に動かしてみましよう」とのこと、あれこれボタンを押してみると、面白いように星空が変わっていきます。好きな場所・好きな時間の星空が見られるのがプラネタリウムの良さな

んだなあと思いました。せっかくなので実際の放映で星空を映してみたくてお願いすると「じゃあ、今度の催しで流れ星を流してもいいんじゃないか」との提案。ほかにも、星座のボタンを押すなどのアシスタントをすることになりました。

「じゃあ、今度の催しで流れ星を流してもいいんじゃないか」

いよいよ本番の日、「夏休み自由研究〜天体観察入門」がスタート。デジタルカメラや携帯電話のカメラで星を写す方法や、流れ星の説明をする北尾さんの傍らで、私もあれこれお手伝いしました。そして、いよいよ「流れ星」を流す時が来ました。といってもボタンを押すだけなのですが、暗い中で説明に合わせて無事に押せるか不安で、指先に全神経を集中! 無事成功しホッとしている私の横では、北尾さんが右手でボタンを、左手でパソコンを操作し、様子を見ながら話を進め…てきばきと操作し続けています。その姿に感動です。最後に、

「見たい星座がある人いる?」

と来場者に声をかけ、リクエストに応えていました。普段から、星空の説明に使う資料のために早朝から星を撮影するなど、星とは切り離せない生活を送っているという北尾さん。「古来より星は、時間を知るなど人々の生活に深くかわるものでした」との言葉に、知識としての星よりも、



▲流れ星が流れたり、星座の形が表れたりするたびに、わあ〜という歓声が上がるのがうれしくて、思わずニンマリ!

生活に密着した文化としての星を伝えたい…そんな思いを感じました。「ここで覚えた星が帰ってから家族の話題になった。そんな話を聞くとうれしいですね」と北尾さん。放映前には、かわいいイラスト「浴衣をきた子どもたち」が館内の注意事項をお知らせするなど、季節に合わせた遊び心も満載です。「一人でも多くの人に星空を見上げてもらえたら」。その言葉が熱く心に響きました。ぐっと身近に感じられたプラネタリウム。みなさんも、ちょっとした癒やしを求めて出かけてみてはいかがですか?

ここで一句

星と人暮らしを結ぶプラネタリウム

◆現在、人気アニメ「ワンピース」の仲間たちが楽しく星の世界を紹介する番組を放映中! 問合先:総合文化センター(☎425・5300)へ。



加古川まつり 写真特集



8月4日・5日に加古川まつりが行われました。ここでは4日に市内11会場で開催されたおまつり広場から、加古川・加古川西・別府の3会場のようすを写真で紹介します。



大切なペットと

上手に暮らしていくために

マナーを 守って きちんと飼いましょう！

ペットは、飼い主にとって家族の一員であり、心の安らぎや楽しみを与えてくれる大切な存在です。しかし、一部の心ない人がペットを捨てたり、正しくない飼い方によって近隣に迷惑をかけたりするなど、飼い方に対する問題や苦情も多い現状です。みんなが気持ちよく暮らしていくためには、飼い主が責任を十分に自覚し、マナーを守らなければいけません。このページでは、多く飼われている犬・ねこについての飼い方や飼い主の義務について紹介します。

しつけ、できていますか？

- 「待て」「座れ」などの指示を守る
 - むやみにほえたりかみついたりしない
- 犬がしつけを学ぶことは、家族や近所に迷惑をかけないために、また人間社会の中で安心して暮らしていくために必要です。飼い主も、犬が楽しくきちんとしつけを学べるよう、犬の習性や個性を学びましょう。

屋外でのマナー、守れていますか？

- ふんは必ず持ち帰る
 - 屋外での放し飼いはしない
 - 散歩の時は必ずリード（ひも）をつける
- しつけがしっかりできていても、いつどんな突発的なことで、他人にかみついたり、飛び出して交通事故に遭うか分かりません。犬が苦手な人は、つないでいない犬を見ると不安です。マナーをきちんと守りましょう。

ペットの一生は飼い主の責任！
でも、どうしても飼えなくなったら…

新しい飼い主を探しましょう！

置き去りは違法行為です。やむを得ない事情でペットを飼えなくなったときは、必ず新しい飼い主を探しましょう。どうしても飼い主が見つからない場合は、犬とねこの場合は引き取り制度があります。

犬の引き取り

▷とき…毎週水曜日午前10時50分～11時5分
▷ところ…加古川健康福祉事務所（市役所南側）
▷手数料…1匹1,700円（子犬は10匹まで1,700円）

ねこの引き取り

▷とき…9月3日（月）・10日（月）・18日（火）午前9時～10時
▷ところ…環境監視センター駐車場（市役所北側）
▷手数料…1匹1,700円（生後90日以内は10匹までは1,700円、20匹までは3,400円のように10匹までごとに1,700円を加算）

問合先

- 犬の飼い方、犬の引き取り
県動物愛護センター三木支所（☎0794・84・3050）
- 犬の登録、狂犬病予防注射、ねこの引き取り
市役所環境政策課（☎427・9199）

確認してみよう
「飼い主としての
責任」と「心構え」

犬の登録、お済みですか？

- 対象…生後91日以上の子犬すべて
- 登録は一生に一度。登録時に交付される鑑札を首輪につけておけば、迷い犬で保護されたとき飼い主に連絡することができます。市が委託している動物病院か市役所環境政策課で登録してください。

狂犬病の予防接種、毎年受けていますか？

- 年1回、予防接種を受けさせることは、飼い主の義務
- 狂犬病は、犬だけでなくすべてのほ乳類に感染し、発症すると100%死亡するとても恐ろしい病気です。大切なペットのためだけではなく、あなたを含めたすべての人間と動物のために毎年必ず予防接種を受けてください。



ねこは室内で飼いましょう！

外での放し飼いは、ふんや尿、ごみ荒らしで周辺住民に迷惑がかかるだけでなく、交通事故や感染症の恐れもあります。地域やペットのために室内で飼いましょう。

野良ねこにえさを与えないで！

安易にえさを与えると、その周辺に野良犬・ねこが集まり、ふん・尿の悪臭や鳴き声などで周辺住民の迷惑になります。責任を持って飼わないのなら、えさは与えないでください。



散歩やえさ、ブラッシングなど毎日の世話はたくさんありますが、一緒にいるとかわいいし毎日が楽しいですよ。

散歩のときは、リードは短く持つようにするなど周囲にも気くばりをしています。散歩のときに、ふんが落ちていたり、マナーを守っていない人を見かけたりするととても残念です。私たち飼い主は、大切なペットが健康で楽しく暮らせるように、しっかりと責任と自覚を持って飼わなければなりません。

ご存じですか

警察総合相談電話 ☎#9110

兵庫県警では、みなさんから寄せられる安全に関する相談に的確に答えていくため「県警なんでも相談」をはじめ、性犯罪・ストーカー被害相談、少年相談などの専門相談窓口を開設しています。一人で悩まずに、気軽に相談してください。

緊急時には110番を

「110番」は、事件・事故を緊急通報するための専門ダイヤルです。通報を受けると直ちに警察官やパトカーが現場に急行します。緊急でない相談には、各種相談窓口をご利用ください。警察への相談、要望などは、最寄りの警察署・交番・駐在所でも受け付けています。

【県警なんでも相談電話番号】
▷プッシュ回線、携帯電話、PHSから…☎#9110 ▷ダイヤル回線、IP電話から…☎078・361・2110

お知らせ

就業構造基本調査にご協力を

10月1日現在で、就業構造基本調査を行います。この調査は、就業の状態を調べ雇用対策などに役立つものです。9月上旬から約600世帯を対象に調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。

問 市役所総務課（☎427・9135）へ。

小売店舗などのリフォームの経費を一部補助します

【対象】市内で従業員数が50人以下の小売店、一般飲食店、酒場（居酒屋など）、ビヤホール、理美容店を営んでいるか、営む予定があり次のすべての要件に該当する人 ①店舗面積が200平方メートル未満の建物の所有者が借主で修繕・補修・模様替え工事を検討している ②工事費が50万円以上（消費税は除く）である ③市内に事業所のある業者（個人を含む）が施工予定である ④補助金の交付決定後に工事を開始し、来年3月31日までに完了報告ができる ⑤市税を滞納していない（法人の場合は代表者を含む） ⑥市他の制度による補助を受けていない ⑦新規開業の場合、事業計画書を提出できる

国民健康保険料の納付方法が一部変わります

来々4月から、公的年金を受けている人の国民健康保険料の納付方法が、年金からの天引き（特別徴収）になりますので、ご注意ください。

【対象】次のすべての条件にあてはまる世帯の世帯主 ①世帯主が国民健康保険の被保険者である ②同一世帯の国民健康保険の被保険者全員が65歳以上75歳未満である ③世帯主が年額18万円以上の年金を受給している ※国民健康保険料と介護保険料の合計額が年金受給額の1/2を超える場合は除く。

問 市役所保険年金課（☎427・9189）へ。

国民健康保険

国民健康保険料（第3期分）幼稚園・保育園保育料（9月分）納期限は10月1日です。納付と納税は便利な口座振替で。

【補助額】工事費の1割（消費税を除く、限度額30万円）※来年2月29日まで予算の範囲内で申請を受け付けます。

問 ①店舗住所②屋号③代表者氏名・ふりがな④業種⑤電話番号⑥工事内容⑦予定工事開始日⑧予定工事額（業者見積不要）⑨申請形態（個人か法人）⑩新規開業の場合はその旨を書いて、郵送または直接 〒675の8501市役所商工労政課（☎427・9756）へ。 ※募集要項は市役所商工労政課、各市民センター、勤労会館、加古川商工会議所にあります。

下水道排水設備工事責任技術者試験を行います

【とき】11月23日（祝）午後1時30分～3時30分
【ところ】流通科学大学
【試験科目】下水道に関する一般知識など
【受験手数料】5千円
【申込期間】9月10日～14日
※受験者で希望する人は受験講習会に参加できます。日程や受講料など、くわしくはお問い合わせください。

問 市役所下水道経営課（☎427・9287）へ。

引越し 名義変更

こんなときは必ず水道局に届け出を

■引越しするとき
水道の使用の開始、中止のときは届け出が必要です。
【中止届】引越しの2・3日前までに届け出てください。引越し当日まで水道を使用できます。
【開始届】届け出がないと使用開始日などの確認ができません。すでに水が出る場合でも必ず届け出てください。

■使用者名義が変わるとき
相続などで水道の使用者が変わる場合も届け出が必要です。

■水道を廃止するとき
家の取り壊しなどで水道を廃止するときは、市指定給水装置工事事業者を通じて手続きをしてください。

■郵送先を変更するとき
郵送先を変更しないと、納入通知書など水道局からの郵便物が届かなくなります。

電話やファクスでも届け出ができます

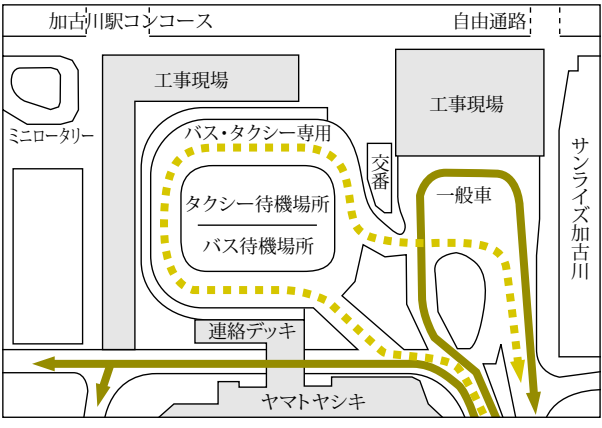
水道の開栓・閉栓などの届け出は、窓口へ行かなくても、電話やファクス、市ホームページで手続きができます。くわしくは、水道お客さまセンターへお問い合わせください。

■水道お客さまセンター ☎427・9323 問 456・7330
【所在地】野口町良野398-1（公社館1階）
【営業時間】月～金曜日…午前8時30分～午後5時30分 土曜日…午前9時～正午

9月中旬からJR加古川駅南広場のロータリーの通行方法が変わります

9月中旬から、バス、タクシーなどの公共交通と一般車の進入路が分かります。一般車はバス・タクシー専用ロータリーには進入できませんのでご注意ください。なお、工事期間中は一般車の停車場所が少ないので、送迎などのときは駅南広場西側のミニロータリーや駅北広場を利用してください。

また、ヤマトヤシキへの連絡デッキが全面的に使用できるようになります。



問 市役所道路建設課（☎427・9389）へ。

福祉

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金の請求期限は来年3月31日です

基準日（平成17年4月1日）において、戦没者等の遺族が、だれも公務扶助料や遺族年金などを受けていない場合、遺族のうちの一人に特別弔慰金が支給されます。まだ請求していない場合は、早めに手続きをしてください。

【対象】※番号は優先順位。①戦傷病者戦没者遺族等援護

市民さわやか賞

加古川市民さわやか賞の受賞者が決まりました。



尾上町 大谷 朗さん

第6回全国シニア（50歳以上）サッカー大会で優勝。

長楽園・いずみ荘を無料開放します

敬老の日になみなみ、老人福祉施設の長楽園といずみ荘を無料で開放します。

【とき】9月11日～23日 ※いずれの施設も18日は休館。

【対象】60歳以上の人

問 市役所福祉総務課（☎427・9205）へ。

法による弔慰金受給権者

①戦没者等の子
②戦没者等と生計関係を有していた①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹 ※基準日において、婚姻により姓が変わっている人や遺族以外の人と養子縁組をしている人は除く。

③以外の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹

⑤戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた三親等内の親族

【支給内容】額面40万円、10年償還の記名国債

【請求期限】平成20年3月31日

問 市役所福祉総務課（☎427・9205）へ。

国民健康保険

国民健康保険料の納付方法が一部変わります

来々4月から、公的年金を受けている人の国民健康保険料の納付方法が、年金からの天引き（特別徴収）になりますので、ご注意ください。

【対象】次のすべての条件にあてはまる世帯の世帯主 ①世帯主が国民健康保険の被保険者である ②同一世帯の国民健康保険の被保険者全員が65歳以上75歳未満である ③世帯主が年額18万円以上の年金を受給している ※国民健康保険料と介護保険料の合計額が年金受給額の1/2を超える場合は除く。

問 市役所保険年金課（☎427・9189）へ。

国民健康保険

国民健康保険料（第3期分）幼稚園・保育園保育料（9月分）納期限は10月1日です。納付と納税は便利な口座振替で。

【補助額】工事費の1割（消費税を除く、限度額30万円）※来年2月29日まで予算の範囲内で申請を受け付けます。

問 ①店舗住所②屋号③代表者氏名・ふりがな④業種⑤電話番号⑥工事内容⑦予定工事開始日⑧予定工事額（業者見積不要）⑨申請形態（個人か法人）⑩新規開業の場合はその旨を書いて、郵送または直接 〒675の8501市役所商工労政課（☎427・9756）へ。 ※募集要項は市役所商工労政課、各市民センター、勤労会館、加古川商工会議所にあります。

下水道排水設備工事責任技術者試験を行います

【とき】11月23日（祝）午後1時30分～3時30分
【ところ】流通科学大学
【試験科目】下水道に関する一般知識など
【受験手数料】5千円
【申込期間】9月10日～14日
※受験者で希望する人は受験講習会に参加できます。日程や受講料など、くわしくはお問い合わせください。

問 市役所下水道経営課（☎427・9287）へ。

災害後の悪質商法にご注意ください

毎年、台風の季節になると、被災した家屋の点検や修繕に関する悪質商法によるトラブルが多発しています。中には、市役所から訪問したように見せかける業者もいます。災害に便乗した業者からの勧誘には、くれぐれもご注意ください。

もし契約してしまっても、訪問販売や電話による勧誘販売での契約は、8日以内なら書面によりクーリング・オフ（無条件解除）ができます。

困ったときは、市消費生活センターへご相談ください。

問 市消費生活センター（市役所生活・交通安全課内 ☎427・9179）へ。

※相談時間は、毎週月～金曜日の午前9時～午後4時（祝日を除く）です。

9月10日は屋外広告の日

市では、屋外広告の日に合わせ、違反広告物の撤去・啓発活動を行います。安全・安心で美しいまちづくりに、みなさんご協力ください。

看板の安全管理の徹底を

6月に東京都で、看板の落下により歩道を歩いていた人がケガをする事故がありました。看板を設置している人は、台風にも備え再度安全点検をお願いします。

なお、一部を除き看板を設置するときは、市役所建築審査課の許可を受ける必要があります。設置後は定期点検報告書の提出が必要です。また、看板の設置を委託する場合は、県知事登録業者に依頼してください。

問 市役所建築審査課（☎427・9263）へ。

秋の全国交通安全運動

9月21日を「交通安全意識を高める日」とし、21日から30日まで「やさしさと笑顔で走る 兵庫の道」をスローガンに、秋の全国交通安全運動を行います。期間中は、高齢者の交通事故防止を基本目標にするほか、次のことを重点目標に置き運動を展開します。

①飲酒運転の根絶
②夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故防止
③後部座席を含むシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

市内の交通事故の状況		
	平成18年 1月～7月	平成19年 1月～7月
人身事故	1,467件	1,417件
傷者数	1,751人	1,675人
死者数	7人	1人

問 市役所生活・交通安全課（☎427・9760）へ。

就学時健康診断

来年4月に小学校へ入学する子どもを対象に、健康診断を行います。
【とき・ところ】

小学校名	実施日	受付時間	電話番号
加古川小学校	10月26日(金)	13:15～13:30	☎424・3456
鳩里小学校	10月25日(木)	13:00～13:30	☎424・7006
氷丘小学校	10月31日(水)	13:15～13:30	☎424・3457
氷丘南小学校	10月18日(水)	13:00～13:30	☎421・5016
神野小学校	10月26日(金)	13:15～13:30	☎438・5454
八幡小学校	10月15日(月)	13:30～13:40	☎438・0069
陵北小学校	10月25日(木)	13:00～13:30	☎438・0072
野口小学校	10月25日(木)	13:00～13:30	☎424・1890
野口南小学校	10月19日(金)	13:00～13:30	☎425・2002
野口北小学校	10月31日(水)	13:00～13:30	☎426・8085
平岡小学校	10月18日(水)	13:00～13:30	☎424・3460
平岡東小学校	10月23日(火)	12:30～13:30	☎078・943・5886
平岡南小学校	10月17日(水)	13:00～13:30	☎435・1527
平岡北小学校	10月17日(水)	13:00～13:30	☎425・0260
尾上小学校	10月31日(水)	13:15～13:30	☎421・4561
若宮小学校	10月25日(木)	13:00～13:30	☎426・0862
浜の宮小学校	10月17日(水)	13:00～13:30	☎423・2440
別府小学校	10月30日(火)	13:15～13:30	☎435・1719
別府西小学校	10月19日(金)	13:00～13:30	☎436・5050
平荘小学校	10月31日(水)	13:15～13:25	☎428・0014
上荘小学校	10月26日(金)	13:45～14:00	☎428・2044
東神吉小学校	10月23日(火)	13:15～13:30	☎432・3462
東神吉南小学校	10月24日(水)	13:00～13:20	☎431・5040
西神吉小学校	10月18日(木)	13:00～13:30	☎432・3463
川西小学校	10月18日(木)	13:00～13:30	☎431・3464
志方小学校	10月19日(金)	13:30～13:45	☎452・0066
志方東小学校	10月22日(月)	13:00～13:30	☎452・0306
志方西小学校	10月19日(金)	13:00～13:30	☎452・0109

【内容】内科健診、歯科健診、視力検査、食物アレルギー調査など
【対象】平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれの市内に住んでいる幼児。 ※個別通知書を10月初旬に保護者に送付します。10月1日以降に転入した場合や通知書が届かない場合は、お問い合わせください。
☎ 市教育委員会学務課（☎427・9343）へ。

加古川市美術展
【とき・内容】▽9月21日～24日…日本画、書道、彫塑、工芸 ▽9月27日～30日…洋画、写真 ※時間はいずれも午前9時～午後5時（9月24日・30日は午後4時まで）。
【ところ】総合文化センター
【入場料】無料
☎ 総合文化センター（☎425・5300）へ。

たどります。
【とき】9月15日～27日午前9時～午後5時
【ところ】松風ギャラリー
【入場料】無料
☎ 市国際交流協会（☎425・1166）へ。
映画シアター
会場は教育研究所（☎423・3996）、定員は80人（先着順）です。無料。
【子ども映画シアター】▽とき…9月8日(土)午前10時15分から 午後1時15分から ▽題名…「日本昔ばなし～三枚

のお札・そこつ惣兵衛」「世界昔ばなし～みにくいあひるの子・まほうのソーセイジ」
【シルバー映画シアター】▽とき…9月22日(土)午前10時15分から ▽題名…「日本清流百選・関東、東北篇」「フランス鉄道の旅」
【名作映画シアター】▽とき…9月22日(土)午後1時15分から ▽題名…十誠・上巻（モノクロ）
こどもチェック！
●市民ギャラリー美術展 いずれも会場は市民ギャラリー（JR加古川駅構内）☎456・0222、無料。▽9月2日まで…東播磨再発見

子育てプラザのおたのしみ会

いずれも対象は小学生未満の子どもと保護者、参加費は無料です。申し込みは不要。
加古川駅南子育てプラザ（☎454・4189）

とき	内容
9月13日(水)	読み聞かせ
9月14日(金)	お月見会
9月21日(金)	バルーンアート
9月26日(水)	伝承わらべうた
9月28日(金)	リコーダー演奏

※時間はいずれも午前10時45分～11時15分。

東加古川子育てプラザ（☎423・5517）

とき	内容
9月1日(土)	ミニシアター
9月11日(火)	紙芝居
9月12日(水)	縁日遊び
9月18日(火)	紙芝居
9月21日(金)	オカリナと輪投げ大会
9月27日(水)	読み聞かせ
9月28日(金)	絵本のひととき

※時間はいずれも午前11時～11時30分。

「絵と写真展」優秀作品展 9月3日～14日…加古川ツデーマチ写真パネル展 ▽9月15日～17日…白寿を祝って「大谷真須木目込

人形教室作品展」 ▽9月18日～21日…レザークラフト＆コラージュ展

西神吉保育園の園庭を無料開放します

【とき】10月～来年1月の毎週火～金曜日午前9時～11時（1カ月単位で開放）
【対象】0～5歳児と保護者
【定員】各月10組（申込者多数の場合は抽選）

☎ 9月15日までに、ハガキに①子どもの氏名・ふりがな・生年月日・性別②保護者名③住所④電話番号⑤参加希望月を書いて、〒675-0044 大国675-2 西神吉保育園（☎432・0891）へ。
※1人につきハガキ1通のみ有効。

神戸製鋼所加古川製鉄所のデータ改ざん問題以降、粉じんなどの苦情・問い合わせが数多く寄せられ、公害に対する関心が高まっています。市では、大気汚染や水質汚濁、騒音、悪臭などの公害に

【こっこちゃん】▽とき…毎週水曜日 ▽対象…2～5歳児と保護者
【ひよこちゃん】▽とき…毎

公害に関する相談は市役所環境政策課へ

☎ 市日光山墓園管理事務所（上荘町井ノ口）☎428・0778）へ。

加古川駅北口発	8:00
	9:40
	11:20
	13:40
	15:20

日光山墓園への
お墓参りは臨時バスで
お彼岸の9月20日～26日は、JR加古川駅北口発日光山墓園行きの直行バスを運行します。すでにご利用ください。
※料金は片道300円です。



子育て

東加古川子育てプラザの催し

ふれあいオープンルーム
手遊びやリズム遊び、絵本の読み聞かせなどで楽しみませんか。

いずれも時間は午前10時15分～10時45分。定員は25組（先着順）、参加費は無料です。
申し込みは不要。

【こっこちゃん】▽とき…毎週水曜日 ▽対象…2～5歳児と保護者
【ひよこちゃん】▽とき…毎



催し

ロビーコンサート

【とき】9月26日(水)午後零時10分～零時50分
【ところ】市役所市民ロビー
【出演者】アベック・ノスタルジー（童謡・唱歌）、エトワールフルートアンサンブル
☎ 市役所地域・文化課（☎427・9181）へ。

子育て支援ボランティア養成講座 受講生募集

乳幼児とその保護者が集まって遊んだり、親同士がおしゃべりしたりできる、子育て親育ち広場「つつじ野夢ふうせん」を企画・運営するボランティアの養成講座を開催します。子育てについて学びながら、子どもも親も楽しめる広場をつくってみませんか。

とき	内容
9月14日(金)	現代の子育て事情を知る
10月5日(金)	「広場」ですぐ役に立つ楽しい遊びやおもちゃ作り
10月24日(水)	講座OBとの交流、「にこにこオープンルーム」に参加
11月6日(火)	子育て講演会
11月30日(金)	ボランティアってなあに

※5回コース。時間はいずれも午後1時30分～3時30分。
【ところ】東加古川子育てプラザ、加古川駅南子育てプラザほか
【対象】毎月1・2回金曜日午後1時30分～3時30分に開催する広場「つつじ野夢ふうせん」に参加できる、概ね5歳以上の人
【定員】30人（先着順）
【参加費】無料
☎ 9月10日から、電話または直接東加古川子育てプラザ（☎423・5517）へ。

子育て相談センターの学習講座

母親講座 ～おかあさんのふれあい広場

とき	ところ	内容
9月26日(水)	加古川駅南まちづくりセンター	まごころを笑顔にこめて
10月17日(水)	加古川駅南まちづくりセンター	自分の人生を自分らしく
11月6日(火)	ウェルネスパーク	子育て講演会
12月7日(金)	青少年女性センター	クリスマスのごちそう
1月30日(水)	市民会館	ママビクス
2月28日(水)	男女共同参画センター	ヘアアレンジ

※6回コース。時間はいずれも午前10時～11時45分。11月6日は午後1時～3時。

【対象】市内に住んでいる0～6歳児の母親 ※一時保育を行います。
【定員】40人（申込者多数の場合は抽選）
【参加費】無料（材料費は実費）
☎ 9月12日（必着）までに、往復ハガキに①住所②氏名③電話番号④一時保育の有無（子どもの氏名・ふりがな・年齢）を書いて、〒675-0066 寺家町45 JAビル5階 加古川駅南子育てプラザ（☎454・4189）へ。



スポーツ

障害者スポーツ教室

【とき】9月23日(祝)午前10時～正午
 【ところ】氷丘南小学校
 【内容】グラウンドゴルフ
 【対象】市内に住んでいる障害者(児)、障害者スポーツに関心のある人
 【参加費】無料
 申 聞 9月14日(必着)までに、往復ハガキに①住所②氏名③年齢④電話番号⑤障害種別か一般参加かを書いて、〒675-8501 市役所障害福祉課「障害者スポーツ教室」係(☎427・9210)へ。

室」係(☎427・9210)へ。

総合体育館の催し

いずれも定員は30人(先着順)です。
 太極拳教室
 【とき】10月15日から毎週月曜日午前10時～11時 ※10回コース。
 【参加費】1万円
 ※10月1日(月)午前10時～11時に無料体験を行います。
 バドミントン教室
 【とき】10月15日から毎週月曜日午後7時～8時30分 ※10回コース。
 【参加費】4千円
 フラメンコ教室

スポーツ交流館 短期スクール生募集

各教室とも10回コース。

スクール名	曜日	開講日	開始時間	定員
はじめて平泳ぎ	月・金	9月28日	11:00	10人
はじめてバタフライ	月・金	9月28日	19:30	10人
親子スイミングA	木曜	9月27日	13:30	20組
親子スイミングB	土曜	9月29日	10:00	20組
親子ヨガ	木曜	10月4日	14:00	15組
フラダンス	木曜	9月27日	14:45	20人

【対象】▷親子スイミングA・B…6カ月～小学生未満の子どもと保護者 ▷親子ヨガ…6カ月～2歳の子どもと保護者 ▷その他…16歳以上の人 ※いずれも先着順。

【参加費】10,000円

申 聞 9月10日午前10時から、電話または直接スポーツ交流館(☎436・7400)へ。

【とき】①10月11日から毎月3回木曜日午後1時～2時
 ②10月13日から毎月3回土曜日午前11時～正午 ※いずれも9回コース。
 【対象】①16歳以上の人 ②小学生以上の人
 【参加費】1万円(小学生は6千円、中学生は7千円)
 ※10月4日(木)午後1時～2時、10月6日(土)午前11時～正午に無料体験を行います。
 ◆申 聞 9月10日から、電話または直接総合体育館(☎432・3000)へ。

運動公園の陸上競技教室

選手育成コース(後期)
 【とき】10月2日～来年3月の火曜日午後5時～6時30分 ※20回コース。
 【内容】基本練習、「短距離・跳躍」班と「中・長距離」班に分かれて大会への参加を目標にした練習
 【対象】小学校5・6年生
 【定員】60人(先着順)
 【参加費】2千円
 投てきコース(後期)
 【とき】10月7日～来年3月の土・日曜日午後2時～3時30分 ※15回コース。
 【内容】基本練習、砲丸投や

円盤投を中心に、大会での入賞を目標にした練習
 【対象】中学生
 【定員】20人(先着順)
 【参加費】2千円
 申 聞 9月3日～24日に、参加費を添えて運動公園(☎433・2662)へ。

リフレッシュウォーキング教室

【とき】10月5日～12月の毎週金曜日午前10時～11時30分 ※10回コース。
 【ところ】運動公園陸上競技場
 【内容】健康増進のためのストレッチとウォーキング ※グラウンドゴルフなども行い

ゲートボール親睦大会

【とき】10月24日(水)午前8時30分から
 【ところ】すばく加古川
 【対象】審判ができる人のいるグループ
 【定員】16チーム(先着順)
 【参加費】1チーム2千500円
 申 聞 9月13日～28日に、参加費を添えてスポーツセンター(☎426・8911)へ。

ゴルフ教室(5回コース)

とき	
毎週土曜日 10月13日～11月17日	午前10時～正午
	午後1時～3時
	午後5時～7時
毎週日曜日 10月14日～11月11日	午前10時～正午
	午後1時～3時
	午後5時～7時

【ところ】日岡ゴルフセンター(神戸町西之山)
 【定員】各15人(先着順)
 【参加費】1万円(入場料、ボール代などを含む)
 申 聞 9月14日から、参加費を添えてスポーツセンター(☎426・8911)へ。
 こどもチェック!
 ●体力測定 ▼とき…9月4日(火)午後2時から、9月11日(火)午後2時から、9月20日(木)午後2時から ▼ところ…スポーツセンター ▼測定項目…身長、体重、体脂肪率、血圧、心拍数、握力、垂直跳、反復横跳、

お父さんと一緒にパン作り教室

【とき】9月15日(土)午後1時30分～4時30分
 【ところ】陵南公民館
 【対象】小学生と父親
 【定員】10組(申込者多数の場合は抽選)
 【参加費】1組500円

申 聞 9月11日(必着)までに、往復ハガキに①住所②子どもの氏名・ふりがな・性別・学校名・学年③父親の氏名・ふりがな④電話番号⑤返信ハガキにあて名を書いて、〒675-8501 市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課「パン作り教室」係(☎427・9704)へ。

18歳以上のナックルフォア経験者。定員は各4人(先着順)。参加費1人1回500円 ▼申込・問合先…電話で漕艇センター(☎428・2277)へ。
 ●健康づくりのための楽しいスポーツライフ・セミナー(8回コース) 10月～12月の日曜日午前9時～11時、場所はスポーツセンター体育館、武道館ほか。内容はコンピュータによる健康チェック、ストレッチ、ウォーキング、ニュースポーツなど。対象は定期的に運動をしていない人。定員は40人。参加無料。申し込みは9月15日までに、電話でNPO法人加古川総合スポーツクラブ事務局・能田(☎456・4343)まで。
 ●初級者硬式テニス教室(10回コース) 9月23日から毎週日曜日①午前9時～10時30分 ②午前10時30分～正午、日岡山公園第2テニスコートで。定員各10人。参加費5千500円。申し込みは9月10日までに、往復ハガキに①氏名②年齢③住所④電話番号⑤希望時間を書いて、〒675の0068 中津814の10 加古川市テニス協会事務局・下田国夫(☎424・6546)まで。
 ●グラウンドゴルフ大会 10月22日(月)午前9時30分から(小雨決行、雨天中止のときは23日(火))、運動公園陸上競技場で。参加費千円。申し込みは9月1日・7日・8日・14日・15日午前9時～11時に参加費を添えて運動公園陸上競技場多目的広場へ。くわしくは加古川市グラウンドゴルフ協会・大畑(☎090・8576・0760)まで。

水と緑と風～今年のラストランは加古川で！

第19回加古川マラソン大会



参加者募集

【種目】フルマラソン(高校生を除く18歳以上)、10km(高校生以上)、5km(中学生以上)、ファミリー2km(小学生以上) ※登録登録別、年齢別、男女別など22部門で開催。
 【参加資格】①健康で心疾患および

【スタート】加古川河川敷友沢地区(防災センター前)
 【コース】県立加古川河川敷マラソンコース「みなもロード」(日本陸連公認)

脳血管疾患がなく、レースに耐える体力を持つ人 ②フルマラソンは、健康診断を受けており5時間30分以内に完走できる人

【参加費】▷フルマラソン…4000円 ▷5km・10km…3000円(中学・高校生は2000円) ▷ファミリー2km…1000円

【参加賞】大会オリジナルTシャツ ※ファミリー2kmは大会オリジナルタオル。

申 聞 10月31日までに、次のいずれか

問合先 加古川マラソン大会事務局

(市ウェルネス推進課内 ☎427・3069)

の方法で申し込んでください。

①開催要項に添付している振込用紙で申し込む

②インターネット・携帯サイトで申し込む (http://runnet.jp/)

③エントリーセンターの電話で申し込む ☎0570・008846

※開催要項は、市役所案内、各市民センター・公民館、スポーツセンターなどにあります。くわしくは、市のホームページをご覧ください。





天晴れ気象予報教室

花とみどりの講習会
会場は日岡山公園いくびょう園、対象は市内に住んでいるか勤務している人です。申し込みは9月5日から、市コミュニティ協会（☎426・6443）へ。
秋植え球根草花の育て方

【とき】9月21日(金)午後1時30分～3時30分
【定員】30人（先着順）
【参加費】500円
【持参するもの】筆記用具
テラコッタで秋色寄せ植え
【とき】9月28日(金)午後1時30分～3時30分
【定員】30人（先着順）
【参加費】4千円
【持参するもの】筆記用具、花ばさみ、割りばし、軍手

【とき】9月30日(日)午後1時30分から
【ところ】海洋文化センター
【内容】天気予報のしくみ
【対象】小学校5年生以上の人
【定員】30人（先着順）
【参加費】500円
☎ 海洋文化センター（☎441・0050）へ。

古文書講座

古文書を読みたい初心者のための講座です。
【とき】10月13日～来年1月19日の土曜日午後2時～3時30分 ※10回コース。
【定員】32人（申込者多数の場合は抽選）
【参加費】6千円
☎ 9月16日（必着）までに往復ハガキに①氏名・ふ

普通救命講習会

【とき】9月29日(土)午前9時30分～午後零時30分
【ところ】防災センター
【内容】固定や止血などの応急手当、AED（自動体外式除細動器）を使用した心肺蘇生法 ※受講者には、修了証を交付します。
【対象】加古川市、稲美町、播磨町に住んでいるか勤務している人
【定員】30人（先着順）
☎ 9月7日午前9時から、電話で防災センター（☎423・0119）へ。 ※月曜日、祝日は受け付けできません。

こども絵画教室（低学年コース）

【とき】10月27日～来年3月8日の毎月第2・4土曜日午後2時～4時 ※10回コース。
【内容】子どもたちの感性を生かし、四季の行事を取り入れた造形作品を作る
【対象】小学校1～3年生
【定員】25人（申込者多数の場合は抽選）
【受講料】9000円
☎ 9月23日（必着）までに、往復ハガキに①氏名・ふりがな②住所③電話番号④学校名・学年⑤保護者名⑥返信ハガキにあて名を書いて、〒675-0101 新在家1224-7 総合文化センター「こども絵画教室」係（☎425・5300）へ。

加古川警察署管内 (加古川市・稲美町・播磨町)での 主な犯罪の発生状況 [平成 19年 1月～6月]		
空	き	巢
自動車	の盗難	146件
オートバイ	の盗難	166件
自転車	の盗難	128件
ひったくり		594件
車上ねらい		27件
		393件

ファミリーサポートセンター
フォローアップ研修

ファミリーサポートセンター会員はもちろん、会員登録を考えている人も参加できる研修会です。 ※いずれも会場は、加古川駅南まちづくりセンター（JAビル4階）。先着順。

参加
無料

普通救命講習

【とき】9月12日(水)午前9時30分～午後0時30分
【内容】心肺蘇生法とAED（自動体外式除細動器）の使用方法を学ぶ
【定員】15人

障害児とのかかわり

【とき】9月21日(金)午前10時～正午
【内容】軽度発達障害について学ぶ
【定員】30人
◆☎ 開催前日までに、ファミリーサポートセンター（☎424・9933）へ。

心身障害児(者)を励ますつどい
となりのトトロのお姉さん
によるファミリーコンサート

【とき】10月13日(土)午前11時～正午、午後2時～3時
【ところ】市民会館中ホール
【出演】井上あずみ
【曲目】さんぽ となりのトトロ）、めぐる季節（魔女の宅急便）、君を乗せて（天空のラピュタ）ほか
【協賛券】1000円
☎ 市教育委員会学校教育課（☎427・9750）へ。 ※協賛券は、市内の各幼稚園や小・中学校、福祉施設にもあります。

省エネモニター募集

家庭の電気使用量や省エネ率が常時表示される計測器「省エネナビ」を設置して、省エネに取り組むモニターを募集します。
【期間】10月～12月の3カ月間
【内容】省エネナビを使って、毎月の電気使用量、料金などを報告する ※モニター終了時に、電気使用量を簡単に測ることができる簡易電力表示器を進呈します。
【対象】市内に住んでいる世帯
【定員】15世帯（先着順） ※9月24日に説明会を開催し、その場で省エネナビを渡します。
☎ 9月5日から、電話で市役所環境政策課（☎427・9769）へ。

男女共同参画センターの
催し・講座

参加無料

いずれも時間は午前9時30分～午後0時30分。会場は男女共同参画センター（JAビル3階）。定員は各30人（先着順）。一時保育を受け付けます（先着8人）。

●再就職支援セミナー

①今からつくる私のキャリア
【とき】9月19日(水)
②スキルアップ！ ビジネスマナーの基本から心構えまで
【とき】9月20日(木)

●ビデオ鑑賞会「老親」

【とき】9月27日(木)
◆☎ 9月5日午前9時から、電話で市男女共同参画センター（☎424・7172）へ。

加古川下流浄化センター
施設見学会

【とき】9月7日(金)午前10時から ※見学時間は約1時間です。
【参加費】無料
☎ 9月6日までに、加古川下流浄化センター（☎424・1313）へ。

文化財講座

【とき・演題】▽9月29日(土)…縄文・弥生時代の食生活
▽10月20日(土)…赤松則尚の拳兵～赤松家再興の挫折
▽11月17日(土)…兵庫の近代化遺産～保存と活用 ※時間はいずれも午後2時～4時。
【ところ】青少年女性センター
【定員】各100人（先着順）

【参加費】無料
☎ 電話で文化財調査研究センター（☎423・4088）へ。

放課後子ども教室
運営ボランティア

小学生が放課後に、小学校内の施設を利用して安全で安心して活動できる居場所づくりを進めるために、6月から「放課後子ども教室」を実施しています。このたび、子どもたちとふれあいながら、活動の支援をしたり交流を深めたりしてくれるボランティアを募集します。
【活動日】9月～来年3月の毎週月・水曜日の放課後2時間程度
【実施校】陵北小学校、野口

南小学校
☎ 申込書またはハガキに、①住所②氏名③性別④年齢⑤電話番号⑥活動可能な曜日⑦協力できる活動内容を書いて、〒675の8501 市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課「放課後子ども教室ボランティア」係（☎427・9348）へ。 ※申込書は各市民センター・公民館にもあります。

学校支援ボランティア
いきいき学校応援団

各学校が「総合的な学習の時間」などに行っている自然体験、ボランティア活動、地域の自然や文化の学習などを支援してくれる個人や団体を募集します。
【内容】①環境、福祉、人権、国際理解など特定の専門分野の助言や指導 ②地域の自然や文化、歴史などの学習の助言や指導 ③校外学習などで児童生徒の引率などの補助
☎ 各小・中・養護学校から市教育委員会学校教育課（☎427・9354）へ。

※申込書は、市か県のホームページからも取り出すことができます。

めざそう！ ウェルネスライフ

ウェルネスまらそんの参加者を募集します

「ウェルネスまらそん」は「走るマラソン」ではなく、自分の健康目標をたて、それに取り組むことにより、自身の健康づくりに役立てることを目的としています。「ウェルネスまらそん」に参加して、積極的に健康づくりに取り組みましょう。
【対象】市内に住んでいる人
【内容】自身の健康目標を登録し、12月1日から来年9月30日までの取り組み



結果を申告します。目標達成者には「ウェルピーバッジ」を贈呈します。また、登録期間中には、定期的に「健康情報」を送ります。 ※昨年度参加者には、9月上旬に個別に案内を送ります。
☎ 10月19日（必着）までに、応募用紙かハガキに、①健康目標②住所③氏名・ふりがな④性別⑤生年月日⑥電話番号を書いて、〒675-8501 市役所健康課へ。

健康づくりに取り組む人を
「ウェルピープル」に認定します

積極的に生活習慣を見直し、主体的に健康づくりに取り組んでいる個人や団体を「ウェルピープル」として認定します。認定された人・団体には、認定証と記念品を贈ります。
【個人の部】

【対象】積極的に健康づくりに取り組み、認定基準を満たしている市民（すでに認定された人を除く）
※認定基準については、応募用紙をご覧ください。

「団体の部」
【対象】市内に活動拠点を置き、次のような健康づくりに関する活動などを非営利で実践している地域や事業所、学校などの団体（すでに認定された団体を除く）

【取り組み例】
・職場での禁煙実施
・社内、学内食堂のメニューへの栄養成分表示
・健康学習会の実施、歯磨き運動

☎ 10月19日（必着）までに、応募用紙に必要事項を書いて、市役所健康課へ。

☎ 市役所健康課（☎427・9215）へ。

※応募用紙は市役所案内、各市民センター・公民館などにもあります。また、市ホームページでも取り出せます。

男女共同参画市民スタッフ養成講座

家庭や地域から男女共同参画を推進するスタッフを養成する講座です。

【とき・内容】

回	とき	内容
①	9月21日(金)	修了生に聞く！「学び」から「行動」へ
②	9月28日(金)	男女共同参画について考える
③	10月12日(金)	コミュニケーション力に磨きをかける！
④	10月20日(土)	子どもの未来をひろげるために
⑤	11月2日(金)	政治参画をめざす女性たち
⑥	11月17日(土)	知ってなるほど！社会保険制度のしくみ
⑦	11月30日(金)	メディアと上手につきあう
⑧	12月8日(土)	夫婦・親子をめぐる法律セミナー
⑨	12月14日(金)	世の中こんなにハラハラ
⑩	12月21日(金)	グループワーク
⑪	1月11日(金)	グループワーク
⑫	1月25日(金)	グループ発表

※12回コース。時間はいずれも午前10時15分～午後0時15分。②は午前9時30分～11時30分、④⑥⑧は午後1時30分～3時30分。

【ところ】男女共同参画センター（J Aビル3階）

【対象】市内に住んでいるか、勤務している人 ※以前に受講した人は除く。

【定員】30人（先着順）

【参加費】無料

申 図
 9月5日から、電話で市男女共同参画センター（☎424・7172）へ。 ※一時保育を受け付けます（先着8人）。

申 図
 9月5日から、電話で市男女共同参画センター（☎424・7172）へ。 ※一時保育を受け付けます（先着8人）。

ウェルネスパーク 図書館

吉本新喜劇とお笑いバラエティショー

11月17日(土)
 昼の部 午後1時開演
 夜の部 午後5時開演
 市民会館大ホール

■内容
 吉本新喜劇／出演者 内場勝則、小鍛千豊、Mr.オクレ、中山美保、吉田裕ほか
 お笑いバラエティショー／出演者 宮川大助・花子、コメディNo.1、
 太平まさひこ、プラスマイナス、川上じゅん

■入場料（全席指定）
 S席（1階）：3,000円（夜の部のみ発売）
 A席（2階）：2,000円（昼の部・夜の部とも発売）
 ※友の会会員は1割引（1人2枚まで）

問合せ
 市民会館（☎424・5381）

チケット発売日
 友の会会員 9月8日から
 一般 9月9日から



海洋文化センター 図書室

図書館の催し

【敬老の日世代間交流～笑顔で楽しくあ・そ・ぼ】▽とき…9月17日(祝)午前11時～11時40分 ▽内容…リズム遊び、手遊び、スライド上映「ももたろう」など ▽定員…50人（先着順） ▽参加費…無料
 申 電話で海洋文化センター図書室へ。

以下の人 ▽定員…40人（先着順） ▽参加費…無料
 ◆ 図 海洋文化センター図書室（☎436・0940）へ。

加古川図書館

【親子えほんの会】▽とき…9月1日(土)午前11時～11時30分 ▽対象…3歳以下の子どもと保護者 ▽定員…15人（先着順） ▽参加費…無料
 【おはなし会】▽とき…9月8日(土)・15日(土)午前11時～11時30分 ▽対象…4歳～小学生 ▽定員…15人（先着順） ▽参加費…無料
 申 図 加古川図書館（☎42・3471）へ。

ストーリーテリング

中級講座

【とき】9月19日(火)、10月10日(火)、11月14日(火)、12月12日(火)、1月16日(火)、2月13日(火) ※6回コース。
 時間はいずれも午前10時～正午。

【ところ】総合文化センター

【内容】実演を主体とした実践的な講座
 【対象】全日程参加でき、次のいずれかに該当する人で、講座修了後おはなし会などのボランティアとして活動してくれる人

①昨年度実施した初級講座修了生 ②他市などの初級レベルの講座修了者 ③ストーリーテリング経験者
 【講師】芦田悦子（伊南女子大学講師）
 【定員】30人（先着順）
 【参加費】無料
 申 図 9月4日から、中央図書館（☎425・5200）へ。

中央図書館

【えほんのじかん】▽とき…毎週土曜日午後2時～2時30分 ▽対象…4歳～小学生 ▽参加費…無料
 【おはなし会】▽とき9月1日(土)・15日(土)午後3時～3時30分 ▽対象…小学生 ▽参加費…無料
 ◆ 図 中央図書館（☎425・5200）へ。

ふれあい国際料理講座

【とき】10月13日(土)・20日(土)、11月17日(土) ※3回コース。時間はいずれも午前10時～午後2時。

【ところ】青少年女性センター

【内容】外国人講師によるアメリカ・ブラジル・インドの家庭料理
 【定員】20人（申込者多数の場合は抽選）

【参加費】3000円（材料費を含む） ※国際交流協会賛助会員は2,500円。

申 図 9月20日までに、往復ハガキに①氏名②住所③年齢④電話番号⑤協会賛助会員はその旨⑥返信ハガキにあて名を書いて、〒675-0017 良野387-1 市国際交流協会「国際料理講座」係（☎425・1166）へ。

申 図 9月20日までに、往復ハガキに①氏名②住所③年齢④電話番号⑤協会賛助会員はその旨⑥返信ハガキにあて名を書いて、〒675-0017 良野387-1 市国際交流協会「国際料理講座」係（☎425・1166）へ。

【とき】10月10日～26日の毎週水・金曜日午前10時～正午 ※6回コース。
 【ところ】青少年女性センター
 【内容】ワードの基本操作（Windows98）
 【対象】市内に住んでいるか勤務している16歳以上の人で、文字入力のできる人
 【定員】20人（申込者多数の場合は抽選）
 【参加費】7千円（別にテキスト代が必要）
 申 図 9月20日（必着）までに、往復ハガキに①氏名・ふりがな②年齢③住所④電話番号⑤返信ハガキにあて名を書いて、〒675の8501 市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課「パソコン講座」係（☎427・9704）へ。

● 加古川の将棋びと養成講座 ▽とき…9月8日(土)、10月13日(土)、11月24日(土)午後1時30分～3時 ▽ところ…青少年女性センター ▽内容…駒の動かし方、一手詰め、三手詰め、自由対局 ▽対象…将棋初心者の子ども ▽定員…20人（先着順） ▽参加費…1回500円 ▽申込・問合せ先…ハガキに①保護者名②子どもの氏名・年齢③住所④電話番号⑤希望日を書いて、〒675の0031 北

ここもチェック！

● 加古川の将棋びと養成講座 ▽とき…9月8日(土)、10月13日(土)、11月24日(土)午後1時30分～3時 ▽ところ…青少年女性センター ▽内容…駒の動かし方、一手詰め、三手詰め、自由対局 ▽対象…将棋初心者の子ども ▽定員…20人（先着順） ▽参加費…1回500円 ▽申込・問合せ先…ハガキに①保護者名②子どもの氏名・年齢③住所④電話番号⑤希望日を書いて、〒675の0031 北

再就職支援パソコン集中講座

子育てや介護などのために退職し、再就職を考えている女性のための講座です。

【講座名・とき】

▽ワード集中コース…11月5日～7日・8日(火)・12日(月)・14日(火)・16日(金)・20日(火)・22日(火)・27日(火)・29日(火)、12月3日(月)・5日(火)・7日(金)・11日(火)

▽エクセル集中コース…11月5日～7日・9日(金)・13日(火)・15日(木)・19日(月)・21日(火)・26日(月)・28日(火)・30日(金)、12月4日(火)・6日(木)・10日(月)・12日(火)

※いずれも時間は午前10時～午後4時。15回コース。11月5日～7日は合同で開催します。

【ところ】男女共同参画センター（J Aビル3階）

【対象】ローマ字入力とマウス操作ができ、全日程に出席できる女性
 【定員】各20人（申込者多数の場合は抽選）

【参加費】無料（別にテキスト代が必要）

申 図 10月1日・2日午前10時～正午、午後1時～3時に、筆記用具とハガキを持参し、申込者が直接市男女共同参画センター（☎424・7172）へ。

マンシヨン管理セミナー

【とき】9月30日(日)午後1時30分～4時30分

【ところ】明石市生涯学習センター（アスパシア明石北館）
 【内容】講演「安心・安全のマンションライフを求めて」、個別相談会

【対象】分譲マンションに住んでいる人
 【定員】100人（先着順） ※個別相談会は申込者多数の場合は抽選。

【参加費】無料
 申 図 9月14日までに、ハガキに①住所②氏名③電話番号④マンション名⑤相談会への参加希望の有無、参加希望の場合は相談内容を書いて、〒675の8501 市役所営繕・住宅課（☎427・9254）へ。

パソコン講座

【とき】10月10日～26日の毎週水・金曜日午前10時～正午 ※6回コース。

【ところ】青少年女性センター
 【内容】ワードの基本操作（Windows98）
 【対象】市内に住んでいるか勤務している16歳以上の人で、文字入力のできる人
 【定員】20人（申込者多数の場合は抽選）
 【参加費】7千円（別にテキスト代が必要）
 申 図 9月20日（必着）までに、往復ハガキに①氏名・ふりがな②年齢③住所④電話番号⑤返信ハガキにあて名を書いて、〒675の8501 市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課「パソコン講座」係（☎427・9704）へ。

チャレンジショップ 出店者

【とき】10月17日(水)午前11時～午後2時
 【ところ】男女共同参画センター（J Aビル3階）

【内容】①手芸品、似顔絵、手作りアートなどの展示・販売 ②講習会の開催 ③手作り加工食品の販売

【対象】市内で活動している人や団体
 【店数】各数店（申込者多数の場合は抽選）
 【参加費】無料

エコライフを楽しむ 消費者学習会

地球環境の深刻な現状を知り、楽しく実践できるエコライフを紹介します。市のごみ収集の現状についても学びます。

【とき】9月11日(火)午後1時30分～3時30分
 【ところ】加古川駅南まちづくりセンター（J Aビル4階）

【定員】60人（先着順）
 【参加費】無料
 申 図 電話で市役所生活・交通安全課（☎427・9120）へ。



少年自然の家の催し (☎433・5177)

【星見会～天王星・海王星を見よう!】▽とき…9月8日(土)午後7時～9時 ※曇りや雨天のときは中止。▽内容…大型望遠鏡で惑星や織姫星、星団などを観望 ▽参加費…無料 ※申し込みは不要。
【宇宙講座】▽とき…9月22日(土)午後7時～9時 ▽内容…学習会「太陽系外惑星探査と岡山観測所の挑戦」、観望会「月、木星、織姫星など」▽対象…小学校4年生以上の人 ※中学生以下は保護者同伴、小学生未満の子どもの入室はできません。▽定員…70人(先着順) ▽参加費…200円

電話で少年自然の家へ。
【木工教室】▽とき…9月22日(土)午前9時30分～午後3時 ▽内容…動くおもちゃ「カニさん」▽対象…18歳以上の人 ▽定員…15人(申込者多数の場合は抽選) ▽参加費…800円
【申 ④】9月12日(必着)までに、往復ハガキに①住所・電話番号②氏名・ふりがな・年齢③返信ハガキにあて名を書いて、〒675の0058

▽とき…9月30日(日)午前9時～午後3時 ▽内容…施設内の散策、アスレチックの利用、本岡家住宅の見学、工作館での電動糸のこ体験(300円が必要)
【青空の星見会】無料散策日に合わせた特別観望会です。▽とき…9月30日(日)午前10時～正午、午後1時～2時 ※曇りや雨天のときは中止。▽内容…大型望遠鏡で太陽の黒点やプロミネンス、昼間に見える一等星などを観望 ▽参加費…無料 ※申し込みは不要。
【わくわくキャンプ】▽とき…10月20日～21日 ▽内容…宿泊、野外炊さん、クラフト、オリエンテーリングなど▽対象…小学校2・3年生▽定員…30人(申込者多数の場合は抽選) ▽参加費…3千円

環境セミナー 参加無料
持続可能な社会の実現に向けて
～今、我々が出来ること

と き	テーマ
9月27日(木)	高度経済成長の功罪と環境問題～循環型社会の構築に向けて
10月25日(木)	家電リサイクル施設の見学
11月22日(木)	ごみの減量とリサイクル
12月20日(木)	加古川市の環境への取組み
1月24日(木)	持続可能な社会の実現～我々は今何が出来る

※5回コース。時間はいずれも午後2時～4時。
【ところ】 勤労会館ほか
【対象】 市内に住んでいるか勤務している人
【定員】 25人(申込者多数の場合は抽選)
【申 ④】 9月14日までに、電話で環境第1課 環境美化センター内 ☎426・1561)へ。

【申 ④】10月11日(必着)までに、往復ハガキに①参加者氏名・ふりがな・性別・学校名・学年②住所③電話番号④保護者氏名(押印)⑤返信ハガキにあて名を書いて、〒675の0058 天下原715の5 少年自然の家「わくわくキャンプ」係へ。



ウェルネスパークの催し (☎433・1100)

【季節のおばんざい】▽とき…10月3日(水)午前10時～正午 ▽内容…ごぼうと鶏肉の鞍馬煮、季節のご飯など ▽定員…12人(先着順) ▽参加費…2千円(材料費を含む)
【ホームメイドのお菓子】▽とき…10月16日(火)午後1時30分～3時30分 ▽内容…クリームブリュレ ▽定員…12人(先着順) ▽参加費…2千円(材料費を含む)
【ヘルシークッキング～脂質や塩分のとり方を見直そう】▽とき…10月19日(金)午前10時～午後1時 ▽内容…アジのグリルカレー風味、サツマイモと豆乳のポタージュなど▽定員…12人(先着順) ▽参加費…2千円(材料費を含む)

～11時30分 ▽内容…ヨガや太極拳の動きを取り入れたエクササイズ ▽定員…30人(先着順) ▽参加費…700円
◆【申 ④】9月5日午前9時30分から、電話でウェルネスパークへ。
【青空フェスタ】▽とき…9月17日(祝)午後1時～3時 ▽内容…音楽にあわせて屋外でエアロビクス ▽対象…16歳以上の人 ▽定員…40人(先着順) ▽参加費…無料(更衣室を使用する場合は700円が必要)
【申 ④】9月5日午前9時30分から、電話または直接ウェルネスセンター(☎433・1124)へ。

【フランス料理】▽とき…10月23日(火)午前11時～午後1時30分 ▽内容…鴨とオレンジのサラダ、ジャガイモの冷製スープ ▽定員…12人(先着順) ▽参加費…2千円(材料費を含む)
【らくらく運動不足解消法】▽とき…10月6日(土)午前10時

NHK交響楽団メンバーによる弦楽四重奏団
クアルテット・リゾナンツァ チケット発売中
9月30日(日)午後3時開演
ウェルネスパークアラバスクホール
ベートーベン：弦楽四重奏曲 第10番 変ホ長調「ハーブ」など
■入場料(全席指定) 3,000円(当日3,500円)
※小学生未満の子どもの入場はできません。
問合せ ウェルネスパーク(☎433・1100)



相談

巡回教育相談

【とき】9月10日(月)
【ところ】別府公民館
【内容】不登校・こどものしつけ・発達など
【対象】市内に住んでいる幼児～中学生と保護者
【定員】4人(先着順)
【申 ④】教育相談センター(☎421・5484)へ。

あすなる会

不登校についての悩みや、子どもとのかかわり方などを講師を交えて話し合います。テーマは「子どもが学校に行かなくなった時」です。



公民館・隣保館

【とき】9月14日(金)午後2時から
【ところ】青少年女性センター
【申 ④】教育相談センター(☎421・5484)へ。

氷丘公民館
☎424・3741

【クローバー秋合宿】▽とき…10月20日～21日(1泊2日) ▽ところ…淡路青少年交流の家(南あわじ市) ▽内容…電車やフェリーに乗って淡路へ行き、野外調理やオリエンテーリングなどを楽しむ ▽対象…小学生 ▽定員…30人(申込者多数の場合は抽選) ▽参加費…6千500円 ※10月

浜の宮公民館
☎423・2600

【登録団体芸能発表会】▽とき…9月30日(日)午前9時20分から ▽内容…踊り、歌、演奏など

野口公民館
☎426・9020

【フランス刺繍】▽とき…毎月第1・3水曜日午前9時～11時 ▽入会金…千円 ▽会費…月額2千円
【申 ④】山本(☎423・2214)まで。
【野バラ(大正琴)】▽とき…毎週水曜日午前9時～正午 ▽入会金…千円 ▽会費…月額2千500円
【申 ④】植木(☎422・7198)まで。
【着物着付け教室】▽とき…毎週水曜日午前10時～正午

ご存じですか
ポリテクセンター加古川

ポリテクセンター加古川では、事務、情報システム、CADなど希望する職業に必要な技術・技能の習得へ向けた講習会、関連職種への職業紹介などを行っています。

現地説明会 ～ポリテクセンターへ行こう!
【とき】9月26日(火)午後1時～3時30分
【集合場所】市役所議場棟前
【対象】就職や転職を考えている女性
【定員】20人(先着順)
【参加費】無料
【申 ④】9月5日から、電話で市男女共同参画センターへ。※一時保育を受け付けます(先着8人)。
また、毎月1回男女共同参画センターで職業能力開発相談も行っています。申し込みは不要。一時保育があります(要予約)。
【とき】9月25日(火)午後1時～4時
【参加費】無料
◆【申 ④】市男女共同参画センター(☎424・7172)へ。

平岡公民館
☎78・949・5210

【高齢者のためのパソコン講習会】▽とき…①10月9日(火)・10日(水)・23日(火)・24日(水)②

11月13日(火)・14日(水)・27日(火)・28日(水) ※いずれも4回コース。時間は午前10時～正午。
▽内容…WindowsXPのパソコンでスイッチの入れ方からWordの基礎、ぼち袋作成までを学ぶ ▽対象…市内に住んでいる60歳以上の人 ▽定員…各10人(申込者多数の場合は抽選) ▽参加費…700円(テキスト代を含む)
【申 ④】9月20日(必着)までに、往復ハガキに①住所②氏名・ふりがな③年齢④電話番号⑤希望コースを書いて、〒675の0104 土山699の2 平岡公民館「高齢者パソコン講習会」係へ。

市民センター健康づくり教室

両親学級

※申し込みが必要。

① 9 月26日(水)	浜の宮公民館	午後1時 30分から。
② 9 月29日(土)	陵南公民館	
③10月 2 日(火)	平岡会館	

【内容】妊娠中・産後の生活や栄養の話、パパの妊婦体験、妊婦マッサージ、もく浴実習

【対象】妊婦とその家族など

ママとベビーのおしゃべりサロン

④ 9 月10日(月)	東加古川公民館	午前 10時から。
⑤ 9 月10日(月)	両荘公民館	④⑥のみ午後 1 時 30分から。⑨のみ要予約。
⑥ 9 月11日(火)	加古川北公民館	※⑩の会場が志方児童館から二の丸会館に変わりました。
⑦ 9 月20日(木)	浜の宮公民館	
⑧10月 1 日(月)	両荘公民館	
⑨10月 2 日(火)	加古川公民館	
⑩10月 3 日(水)	二の丸会館	
⑪10月 5 日(金)	野口コミュニティ会館	

【内容】身体測定、手遊び、ベビービクス、離乳食の話、育児相談、誕生日会など

【対象】4カ月～12カ月児と保護者

ウェルネス健康相談

⑫ 9 月 7 日(金)	志方公民館	午前 10時～ 11 時 30分。②のみ午後 1 時 30分～3 時。
⑬ 9 月11日(火)	陵南公民館	
⑭ 9 月11日(火)	東加古川公民館	
⑮ 9 月11日(火)	両荘公民館	
⑯ 9 月12日(水)	加古川公民館	
⑰ 9 月12日(水)	加古川西公民館	
⑱ 9 月18日(火)	別府公民館	
⑲ 9 月21日(金)	野口公民館	
⑳ 9 月27日(木)	氷丘公民館	
㉑10月 2 日(火)	加古川北公民館	
㉒10月 2 日(火)	浜の宮公民館	
㉓10月 5 日(金)	志方公民館	

【内容】保健師、栄養士による健康・栄養相談

◆申込・問合せ先

- ①⑦②②…尾上市民センター (☎422・1145)
- ②⑥②②…加古川北市民センター (☎438・6200)
- ③④⑭④…平岡市民センター (☎424・3513)
- ⑤⑧⑮⑤…両荘市民センター (☎428・2166)
- ⑨⑯②②…加古川市民センター (☎422・0270)
- ⑩⑫③③…志方市民センター (☎452・2002)
- ⑪⑬⑱⑨…野口市民センター (☎422・8161)
- ⑰①…加古川西市民センター (☎431・8095)
- ⑱①…別府市民センター (☎435・8113)

乳幼児のための健康診査

※受付時間はいずれも午後1時～2時です。

事 業	4 カ月児健康診査	1 歳6 カ月児健康診査	3 歳児健康診査
と き	9月12日(水)…青少年女性センター 9月19日(水)…総合保健センター 9月26日(水)…ウェルネスパーク	9月14日(金)…青少年女性センター 9月21日(金)…青少年女性センター 9月28日(金)…総合保健センター	9月 4 日(火)…青少年女性センター 9月11日(火)…青少年女性センター 9月18日(火)…総合保健センター
対 象	4 カ月～5 カ月児	1 歳6 カ月～1 歳11カ月児	3 歳2 カ月～3 歳11カ月児
持参するもの	母子健康手帳、郵送している問診票	母子健康手帳、郵送している問診票と歯のアンケート	母子健康手帳、郵送している問診票、尿(郵送した容器に入れてください)

※ 10カ月児健康診査を指定医療機関で実施しています。くわしくはお問い合わせください。

25 ◆カネミ油症にかかわる検診を実施 と き：11月9日 金・12日 月・19日 月) ところ：大阪府立急性期・総合医療センター (大阪市住吉区) 対→

陵南公民館

☎456・7110

【フォークギター入門講座】▽とき…10月13日(土)・27日(土)、11月10日(土)・24日(土)、12月8日(土)・15日(土)午前10時～正午 ※6回コース。▽定員…20人(申込者多数の場合は抽選)▽参加費…4千円(テキスト代を含む) ※ギターは持参してください。

【大正琴】▽とき…毎週金曜日午前9時30分～正午 ▽内容…童謡、歌謡曲の演奏 ▽会費…月額2千500円 囲 山田(☎426・1219)まで。



健康

ねたきりや認知症の介護者のつどい

【とき】9月14日(金)午後1時30分～3時30分

【ところ】総合福祉会館

【内容】講演会「介護者の悩みに答える」

【対象】現在介護をしている

人

【定員】15人(先着順) 囲 市役所地域包括支援課(☎421・2044)へ。

高脂血症予防教室

【とき】9月28日(金)、10月10日(水)・19日(金)・26日(金)午前10時～11時30分 ※9月28日のみ午後1時30分～3時。4回コース。

【ところ】野口公民館

【内容】コレステロールが気になる人のための生活・運動・食事について

【対象】40～64歳で高脂血症の人およびその家族

【定員】各30人(先着順)

【参加費】無料

囲 電話で市役所健康課(☎427・9215)へ。

健診結果説明会

【とき】9月28日(金)午後1時30分～3時

【ところ】野口公民館

【内容】医師による講義、医師・保健師・看護師・栄養士による健康相談

※高脂血症予防教室の1回目と合同で行います。

※医師による健康相談は申込が必要。先着20人。

【参加費】無料 囲 市役所健康課(☎427・9215)へ。

元気ではつらつ教室 今よりもっと 活動的な生活を送るために！



【とき・ところ】▷10月1日から毎週月曜日…加古川公民館 ▷10月9日から毎週火曜日…加古川西公民館 ▷10月3日から毎週水曜日…別府公民館 ▷10月18日から毎週木曜日…総合保健センター ※20回コース。時間はいずれも午前10時～11時30分。

【内容】健康チェックや体力測定、転倒骨折予防のための体操、健康相談など

【対象】65歳以上で、体力や足腰の衰えが気になる人や外出の機会が少ない人

【定員】各20人 ※申し込み後に簡単な健康調査を行い、参加者を選考します。

【参加費】1回100円

囲 9月14日までに、市役所地域包括支援課(☎421・2044)へ。

加古川北公民館

☎438・7409

【メンズクッキング】▽とき…9月22日～来年3月の毎月第2・4土曜日午後6時～8時 ※10回コース。▽対象…18歳以上の男性 ▽定員…20人(申込者多数の場合は抽選)係へ。

東部隣保館

☎437・6600

【講演会「こどもの心が開く人権教育～いじめをなくし、心をつなぐ」】▽とき…9月25日(火)午後2時～3時45分 ▽ところ…別府公民館 ▽講師…松下一世(佐賀大学文化教育学部講師) ▽参加費…無料

囲 山口(☎090・5067・7290)まで。

あいわーくかがわ設立10周年記念講演会

洋七流人生論～人生泣き笑い

チケット発売中

9月23日(祝) 午後2時30分開演 市民会館中ホール

■内容 記念式典、島田洋七講演会

■入場料(自由席) 1,000円

■チケット発売所 勤労会館、市民会館、総合文化センター、ウェルネスパーク、稲美町コスモホール

問合せ あいわーくかがわ(勤労会館内 ☎426・1431)

→象：近畿地方に住んでいるカネミ油症患者(休認定の人を含む) 受診を希望する人は、10月12日までに県生活衛生課(☎078・362・3257)へ。

お悩みの人はご相談ください
 ※祝日を除く

市民相談
 市政についての相談や生活上の問題

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後5時
 ■ところ 市役所生活・交通安全課(☎427・9120)

登記相談
 司法書士による法律登記相談・土地家屋調査士による測量登記相談

■とき 9月8日(土)午後1時～3時30分
 ■ところ 加古川駅南まちづくりセンター(JAビル4階)
 ■問合せ 市役所生活・交通安全課(☎427・9120)

行政相談
 行政への要望や苦情など

■とき 9月18日(火)午後1時30分～3時30分
 ■ところ 市役所生活・交通安全課(☎427・9120)

法律相談
 法的解釈が必要な生活上の問題

■とき 毎週水・金曜日午後1時40分～4時40分 ※要予約。
 ■ところ 市役所生活・交通安全課(☎427・9120)

国税相談
 相続税、贈与税、所得税、消費税など国税全般

■とき 9月13日(木)・27日(木)午後1時30分～4時30分 ※要予約。
 ■ところ 市役所生活・交通安全課(☎427・9120)

税務相談
 税理士が税務の入口をアドバイス

■とき 毎週火曜日午後1時30分～4時30分
 ■ところ 加古川税理士会館(加古川税務署北側)
 ■問合せ 近畿税理士会加古川支部(☎421・1144)

消費生活相談
 商品やサービスの契約に関する苦情や問い合わせなど

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後4時
 ■ところ 市消費生活センター(市役所生活・交通安全課内 ☎427・9179)

人権相談
 いじめ、名誉棄損、差別など

■とき 毎週水・金曜日午後1時～4時
 ■ところ 総合福祉会館 ※法務局(1424・3555)でも行っています。
 ■問合せ 市役所人権施策推進課(☎427・9221)

女性相談
 夫や恋人からの暴力、夫婦・親子関係などの問題への助言

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後5時
 ■ところ 市役所こども課(☎427・9293)

女性問題相談
 生きかたや人間関係の難しさなど、女性が抱える悩みや迷い

■とき 毎週月・金曜日午前9時～午後5時 ※面接相談は要予約。
 ■ところ 市役所こども課(青少年女性センター2階 ☎427・9768)

母子相談
 生活上の悩み、母子・寡婦の貸付相談など

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後5時
 ■ところ 市役所こども課(☎427・9293)

家庭児童相談
 児童をとりまく家庭環境や悩みなど

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後5時
 ■ところ 市役所こども課(☎427・3073)

子育てホットライン
 乳幼児の子育ての悩みなど

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後5時 ※面接相談は要予約。
 ■ところ 市役所こども課(青少年女性センター2階 ☎454・4188)

小児救急医療電話相談
 夜間や休日の子どもの急病やけがの相談

■とき 毎週月～土曜日午後6時～10時 日曜日、祝日午前9時～午後10時
 ■専用番号(☎078・731・8899) ※携帯電話やプッシュ回線からは#8000でつながります。

教育相談
 不登校・いじめ・学校生活上の悩み、発達などの相談

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後5時
 ■ところ 教育相談センター(青少年女性センター1階 ☎421・5484)

少年の悩み相談
 非行・怠惰・進路・交友関係など

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後5時 ※電話相談にも応じます。
 ■ところ 少年愛護センター(☎423・3848)

障害福祉なんでも相談
 社会福祉士、精神保健福祉士などのアドバイス

■とき ▷知的障害…毎週月・水曜日午後2時～4時 ▷身体障害…毎週火・金曜日午前10時～正午 ▷精神障害…毎週水・木曜日午前10時～正午 ※要予約。
 ■ところ 福祉交流ひろば(市役所障害福祉課前 ☎421・2062)

身体障害者相談
 身体障害者の日常生活での悩みなど

■とき 毎週日曜日午前10時～正午 ※FAXでの相談にも応じます。
 ■ところ 身体障害者福祉協会(総合福祉会館3階 ☎・FAX454・4115)

知的障害者相談
 知的障害、養育生活など

■とき 9月19日(水)午前10時～正午
 ■ところ 総合福祉会館
 ■問合せ 手をつなぐ育成会(☎422・8899)

心配ごと相談
 家庭問題、人権、財産など生活上の悩み

■とき 毎週水・木・金曜日午後1時～4時
 ■ところ 総合福祉会館(☎424・4318)

高齢者相談
 高齢者の日常生活での悩みなど

■とき 毎週月～金曜日午前9時～午後5時30分
 ■ところ 東播磨高齢者総合相談センター(☎120-267830)

労働相談
 賃金や解雇、人事異動、労災、雇用保険、職場の人間関係など

■とき 毎週土曜日午前9時～正午
 ■ところ 勤労会館
 ■問合せ 市役所商工労政課(☎427・3074)

若者就職相談
 35歳くらいまでのフリーターやニート対象の就職相談

■とき 毎日午前9時～午後5時
 ■ところ 若者しごと倶楽部サテライト播磨(JAビル3階 ☎423・2355)

働く女性の労働相談
 社会保険労務士が職場トラブルの解決をアドバイス

■とき 9月20日(木)午後2時～7時 ※2日前までに要予約。一時保育があります。
 ■ところ 市男女共同参画センター JAビル3階 ☎424・7172)

女性のチャレンジ相談
 私らしい働き方、就業・起業に向けたアドバイス

■とき 毎週火・水曜日午前10時～午後4時30分 ※要予約。一時保育があります。
 ■ところ 市男女共同参画センター JAビル3階 ☎424・7172)

スポーツ医事相談
 スポーツドクターによる健康管理などのアドバイス

■とき 9月9日(日)午後2時～4時 ※要予約。
 ■ところ スポーツセンター(☎426・8911) ※スポーツ全般の相談にも応じます。

緑化相談
 草花の管理や庭木の手入れなど

■とき 毎週月・水・金曜日午前9時～午後4時
 ■ところ 日岡山公園いくびょう園
 ■問合せ 市コミュニティ協会(☎426・6649)

暴力相談
 暴力団による被害の悩みなど

■とき 毎週月～金曜日午前10時～午後4時
 ■ところ 加古川暴力相談所(JAビル4階 ☎427・8930)

住民健診

【とき】①神戸町・八幡町…9月26日(水)・27日(木)・28日(金)・29日(土)、10月1日(月) ②尾上町・別府町…10月18日(木)・19日(金)・24日(水)・26日(金)・29日(土) ③市役所健康課(☎427・9216)へ。
 【ところ】総合保健センター【内容】専門医による講演【参加費】無料
 加古川市加古郡医師会(☎421・4301)へ。

市民健康フォーラム

「よい視力を守るために」

【とき】9月30日(日)午後1時～3時

【ところ】総合保健センター【内容】専門医による講演【参加費】無料

加古川市加古郡医師会(☎421・4301)へ。

住民健診

【とき】①神戸町・八幡町…9月26日(水)・27日(木)・28日(金)・29日(土)、10月1日(月) ②尾上町・別府町…10月18日(木)・19日(金)・24日(水)・26日(金)・29日(土) ③市役所健康課(☎427・9216)へ。

献血にご協力を

ニッケパークタウン	9月1日(土) 10:00～11:30 12:45～16:00
市役所前	9月7日(金) 10:00～11:30 12:30～15:30
イトーヨーカドー	9月15日(土) 10:00～11:30 12:45～16:00
加古川サティ	9月29日(土) 10:00～11:30 12:45～16:00

【対象】16歳～69歳の人 ※65歳以上の人は60～64歳の間に献血経験がある人に限る。
 市役所健康課(☎427・9216)へ。

(月)、11月1日(木)・2日(金) ※①神戸町・八幡町、②尾上町、別府町の住民はバスの送迎があります。

【ところ】総合保健センター

項目(料金)	※は対象年齢(平成20年3月31日現在)	受付時間
胃がん(1400円)、肺がん(700円)、大腸がん(1000円)、基本健康診査(1,500円)	※18～64歳の人。65歳以上の人はすこやか健診・すこやかがん検診を受診してください。	午前8時30分～9時30分、午後1時～2時
骨粗しょう症(500円)	※18歳以上の人。	
肝炎(1,000円)	※今年度40歳になる人と、40歳以上で輸血・手術などの経験がある人で今までに肝炎の検診を受けていない人。	
子宮がん(1,200円、65歳以上は無料)	※18歳以上の人。	午後1時～2時
乳がん(3,300円)	※40歳以上の人。	

※住民健診の乳がん検診は、①神戸町・八幡町 ②尾上町、別府町の住民のみ受診できます。

※平成18年度に子宮がん・乳がん検診を受診した人は今年度は受診できません。

※子宮がん検診は指定医療機関で受診する個別検診もご利用ください。

おしえて!⑪

先生

メタボリックシンドローム
あなたは大丈夫ですか？



市民病院
診療局内科部長 長谷川 裕

ぽっこりお腹が気になりませんか？ 背筋を伸ばして立った時、ぽっこりに邪魔されて自分の足先が見えない！ そんな人は要注意。すでにメタボリックシンドロームに陥っている可能性大です。

メタボリックシンドロームとは、栄養過多や運動不足などの生活習慣から内臓脂肪が蓄積され肥満となることで、生活習慣病といわれる糖尿病、高脂血症(脂質代謝異常)、高血圧を合併し、動脈硬化が進展して心筋梗塞や脳梗塞になりやすい状態のことをいいます。ウエスト周囲径で、男性なら85cm、女性なら90cm以上が必須条件で、ほかに、高血糖、高トリグリセライド(中性脂肪)血症、高血圧のうち2項目以上に当てはまれば確定と診断されます。

厚生労働省の発表によると、なんと40～74歳の男性の2人に1人、女性の5人に1人以上がすでにメタボリックシンドロームかその予備軍で、その数は約1,960万人に及ぶと推定されています。

メタボリックシンドロームは、生活習慣の改善による予防、早期治療による重症化の防止が大切です。健康診断で早期に発見できますので、ぽっこり、あるいは生活習慣病が気になる場合は、かかりつけ医にご相談されることをお勧めします。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

～4時30分

【ところ】市民病院講義室

【定員】100人(先着順)

【参加費】無料

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

市市民病院総務課(☎432・3531)へ。

第18回加古川ツデーマーチ

11月10日(土)・11日(日) 雨天決行



参加者を募集!

ツデーマーチは、自分に合ったコースを選んで、心と体の健康づくりを目指すウォーキングフェスティバルです。豊かな自然や歴史、ボランティアの人たちがみなさんを待っています。秋の加古川を家族や仲間と歩いてみませんか。

BAN-BANラジオで 当日の模様を実況生中継

今年は、ツデーマーチ当日のようすをBAN-BANラジオ(FM86.9MHz)で生中継します。さまざまな楽しい情報もお届けしますので、FMラジオを持ってご参加を!

【放送時間】午前10時～正午、午後2時～4時

■コース

●1日目(西北コース)

10km、20km、30km、40km

●2日目(東南コース)

10km、20km、30km、40km

■参加費

【一般】1,500円

【中学生以下】800円

※1日参加、両日参加とも同額です。

■申込方法

9月1日～30日に、申込書に必要事項を書き、参加費を添えて、加古川ツデーマーチ実行委員会事務局か各市民センター・公民館へ。

※10月1日以降の申し込みは、事務局でのみ受け付けます。

※申込書は、市役所案内と各市民センター・公民館にあります。各施設の受付時間などくわしくは、申込書をご覧ください。

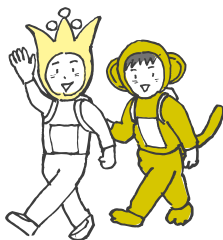


障害のある人に 参加費を助成

市内に住んでいるか、市内の学校や施設に通学・通所している障害者(児)に参加費の半額を助成します。くわしくは、市役所障害福祉課(☎427・9210 FAX422・8360)へ。

仮装ウォーカー募集

大会を盛り上げてくれる仮装ウォーカーを募集します。仮装ウォーカーには記念品をプレゼント。くわしくは、申込書か市ホームページをご覧ください。



ツデーマーチ・プレイベント 「平荘湖エンジョイウォーキング」

9月23日(祝)午前9時30分～正午

■コース ファミリーコース(5km)、健脚コース(10km)

■集合場所 総合体育館芝生広場

■参加費 300円

■持参するもの 水筒、雨具

※事前の申し込みは不要。当日、午前9時から受け付けます。

申込・問合せ

加古川ツデーマーチ実行委員会事務局(市役所ウェルネス推進課内) ☎427・9180

広報 かこがわ 平成19年9月1日号 No.806

●推計人口(8月1日現在) 267,216人 前月比-14
●世帯数 97,149世帯 前月比+90
●面積 138.51km²

編集・発行/加古川市役所企画部広報・行政経営課:毎月1日発行
〒675-8501 加古川市加古川町北在家2000
TEL 421・2000(代表) FAX 422・1403

●インターネットホームページアドレス <http://www.city.kakogawa.hyogo.jp>
●防災ネットかこがわホームページアドレス <http://bosai.net/kakogawa/>