



広報

あ さ ご
朝来

平成 22 年

7 月

2010 July

No.64

人と緑 心ふれあう 交流のまち 朝来市



「よいしょ！よいしょ！息を合わせて大漁だ！」

市内の小学校5年生が5班に分かれて、5月24日から6月18日まで、自然学校に参加しました。

このうち和田山連合A(糸井、大蔵、東河)77人は6月10日、香美町の三田浜で地引網に挑戦。

全員が息を合わせ、「よいしょ、よいしょ」と掛け声をかけながら一杯網を引きました。

結果は大漁。色々な種類の魚や大きなイカが捕れ、児童からは歓声があがっていました。



今月の主な内容

生野鉦山の文化的景観	2～5
市政フラッシュ	6～7
我がまち朝来再発見	6～7
まちのわだい	8～9
情報掲示板	10～19
いきいき／朝来市の数字あれこれ	20

生きている鉱山まち

生野鉱山の文化的景観

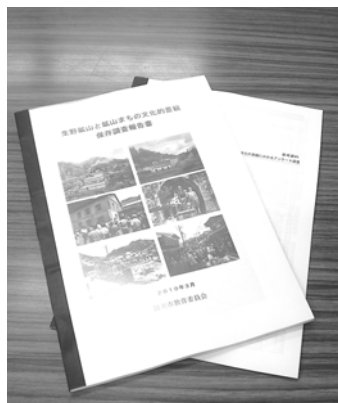
初の官営モデル鉱山として栄え、明治政府が開発した生野の鉱山まちについて専門調査を行った結果、日本を代表する重要な価値があることがわかりました。

今後、生野鉱山の景観について、鉱山まちとしては全国初となる「重要文化的景観の国選定」などを視野に、地域資源を活かしたまちづくりに取り組みます。

文化的景観の保存調査

市教育委員会は、「生野鉱山と鉱山まちの文化的景観」について、平成20年度から21年度にかけて保存調査を実施し、その結果を報告書としてまとめました。

生野鉱山や鉱山まちを取り巻く自然環境や社会環境、歴史の変遷を示し、鉱山施設及び鉱山まちとしての景観構成要素を調査して、景観の変遷過程、伝統文化や民俗など生活文化の分析を行いました。



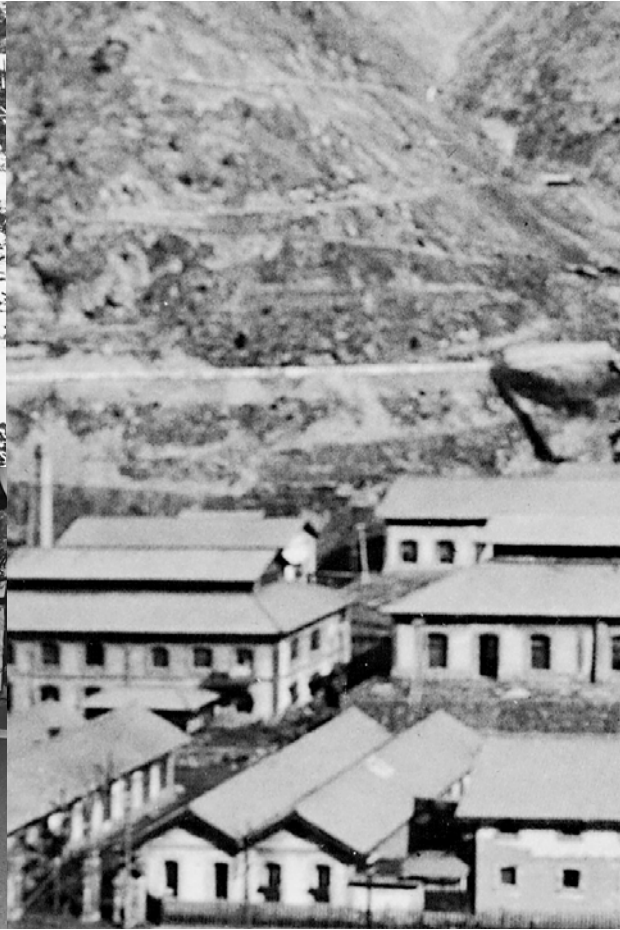
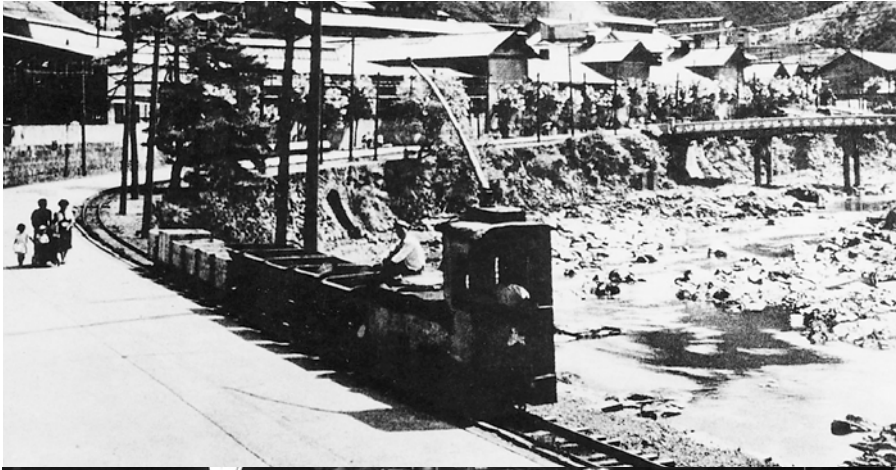
文化的景観調査報告書

その結果、自然特性、歴史特性、生活・生業からとらえた基本構造とその特性が明らかに、文化的景観としての本質的な価値がわかりました。

保存調査でわかったこと

生野鉱山の文化的景観は、我が国で唯一、中世から近現代までの鉱工業技術史及び鉱山生活史の変遷を証明することができる貴重な景観です。銀山として石見銀山と同時期に開発され、400年以上の長い歴史があり、鉱山技術と鉱山経営など幾多もの歴史的発展経過のなかで形成されてきた重層性のある景観です。

佐渡金山をはじめ多くの鉱山まちが消えてしまったなかで、閉山後30年以上たった現在も、産業及び生活文化との緊密な関連のもと



に鉱山まちの景観が継続していること、さらに今後も鉱工業のまちとしての継続性が高いことは全国的にも極めて貴重です。

生野には、中世から現在に至る鉱山都市として、各時代の鉱山遺産や鉱山システムの諸要素が全体的に分布しています。また、公害を克服してきた歴史を示す周辺の自然環境との調和はもとより、現在の地域住民の生活や伝統文化、まちづくりにも鉱山まち独自の特徴が息づいています。路地を練り歩くお盆の踊りである「生野踊り」や、七夕の紙衣などは、鉱山まち生野独特の風情に満ちた伝統行事です。また、慶寿ひ(掘り切り)や金盛(けいじゅ)ひなど江戸時代の採掘跡や、鉱山の指標植物「かな草」(ヘビノネゴザ・シダ類)やヒカゲツツジの群落などは、鉱山まちである生野ならではの特徴的な自然景観として貴重です。

このように生野の鉱山まちは、「日本のマザーマイン(母なる鉱山)」として日本を代表し日本を支え続けてきた鉱山都市であり、「今も生き続けている鉱山まち」として、重要性、継続性、総合性、代表性及び象徴性といった優れた価値を有していることがわかりました。

市教育委員会では、さらに追加



鉱山の指標植物「かな草」

調査を継続しながら、保存活用に向けた「保存計画」を策定します。そして、鉱山まちでは全国初となる国重要文化的景観の選定、また生野地域としては初めての国指定文化財等の選定に向けて、今後は、景観法に基づく景観行政団体になるための準備や、景観計画の策定、景観基準の設置などを進めていきます。



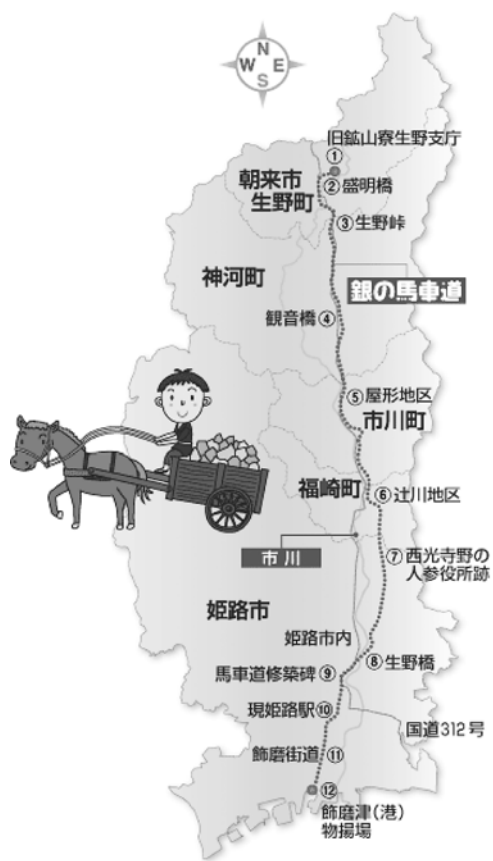
生野独特の伝統文化 七夕の紙衣



保存活用に向けて

市は、貴重な鉦山遺産を保存活用したまちづくりを進めていくために、三菱マテリアル㈱生野事業所や㈱シルバー生野等の協力を得ながら、「鉦山遺産 春の特別公開見学会」や小学5年生を対象とした「生野鉦山塾」などを開催しています。

大盛地区にある「生野鉦山本部」の工場群は、明治近代化のモデル鉦山としてフランス人技術者によって大規模な開発が行われました。そして、現在も現役鉦山としてスズ精錬工場などの操業が続けられており、通常は原則非公開となっており、安全性を確保した上で特別に公開して頂いていま



銀の馬車道マップ

す。

「鉦石の道」「銀の馬車道」 との連携

中播磨地域の中播磨県民局、姫路市、福崎町、市川町、神河町と朝来市が連携し、姫路・飾磨港と生野鉦山を結ぶ、日本初の産業高速道路「銀の馬車道」を新たな観光資源とする様々な取り組みが展開されています。

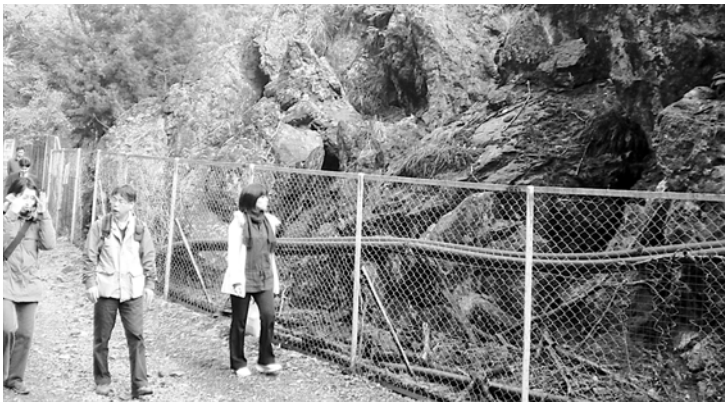
一方、朝来市、養父市、但馬県民局でも、生野鉦山と神子畑選鉦場、明延鉦山を結ぶルートを「鉦石の道」と位置付け、明延鉦山などに残る近代化遺産をテーマとしたまちづくりや地域活性化を進めています。

養父市では、平成22年度から生野鉦山と同様に鉦山まちとしての

文化的景観の保存活用に向けた調査を進める予定で、今後より一層の連携が重要になっています。

石見銀山との共同研究

市では、このほど世界文化遺産に登録された石見銀山と一緒に共同研究を進めています。生野銀山は、天文11年(1542)に石見の技術者によって初めて確認されました。マルコポーロによって「銀の島」と伝えられた日本は、石見銀山だけでなく生野銀山もポルトガル人によって「R・MINAS D



石見銀山研究員による視察

EP RATA E O VRO」金銀山王国群」と呼ばれていたと考えられています。その後江戸時代を通して、相互の技術を持ち寄って生産性を高めたり、生野代官が石見銀山の業務を兼務するなど、歴史的なつながりが多くあります。

こうした鉱山技術の移転過程や人的交流の実態などを調査研究し、世界に貢献してきた日本の両銀山の役割を説明するとともに、今後の市民レベルの交流や連携などについても協議していきます。

一方、同じ三菱系の鉱山として共に我が国近代化の双肩を担って



台湾・黄金博物館研究員による報告会

きた佐渡金山(新潟県佐渡市)も、鉱山の文化的景観の保存活用を進めており、連携協力を進めています。

海外からも注目されている生野鉱山のまちづくり

鉱山遺産を活かしたまちづくりなどの取り組みは、日本国内のほか海外からも注目されています。

3月22日には、台湾・台北県の金瓜石^{せき}鉱山にある「黄金博物館」の研究員2人が生野鉱山を訪れ、2日間に渡って鉱山遺産を活用した地域活性化とまちづくりについて調査しました。また、5月17日にはマレーシア世界遺産登録準備委員会のメンバーらが生野鉱山ほかを視察し、「銀の馬車道」(生野鉱山寮馬車道)など歴史遺産の保存活用について意見交換を行い、世界遺産登録の課題などについて協議しました。

このほか、韓国から東京大学への留学生が、生野の観光まちづくりについて調査するなど、海外から注目される機会が増えています。

問い合わせ先

市教育委員会社会教育課

☎ 677-12116

鉱山まちの雰囲気大切にしたいまちづくりを展開していきたいです



生野では、昔から多くの人たちが出入りしてきたことから、様々な文化が混在しています。住民の思いやまちづくりに対する考え方も多様ですが、まちを誇りに思う気持ちや訪れた人をもてなす心は、どこにも負けないのではないのでしょうか。

人口が減り、高齢化も進んでいます。元気なまちづくりに向けて頑張っていきたいと思っています。

そして、朝来市全体が美しい景観を活かしたまちづくりに取り組んでいけたらいいと思います。

井筒屋運営委員会代表

中井武四さん

20年目の但馬クリーン作戦

但馬各市町が統一事業として毎年行っている「クリーン但馬10万人大作戦」が5月30日と6月6日、市内全域で実施されました。

20回目となる今年も朝来市建設業協会の支援を受け、トラックや運転手を手配していただきました。

両日でクリーンセンター山東事業所に集められたゴミはおよそ61ト。軽トラックから大型トラックまでを含め103台が持ち込み、不燃物と可燃物に分別され処理されました。



協力して清掃活動に取り組む参加者

参加された皆さんご苦労様でした。

母校に図書を寄贈

子どもたちに夢と希望を

6月8日、日高町在住の隅田實喜枝さんが、枚田小学校と和田山幼稚園へ、図書を寄贈されました。

隅田さんは枚田小学校の卒業生。「贈らせていただいた本を読んでもらって、希望を1つでも見つけてもらえれば、私の夢がかないます」と。千歳校長は「感謝の気持ちで一杯です。毎週水曜日を親子読書の日とし、全校生が読書に取り組んでいます。これからも読書が好きなお子どもを一人でも多くはぐくんでいきたい」と感謝の言葉を伝えまし



寄贈目録を贈呈する隅田さん(右)と受け取る枚田小学校千歳誠一郎校長

た。

我がまち朝来 再発見

第32回

路傍の文化財
～道標をたどる(市内の巡礼道)②～

今回は、前号に引き続き、市内の巡礼道をたどります。

加都橋のたもとから円山川を渡ると、加都の村はずれに「右ハカ(以下地中)左…ゆんれ(以下地中)」と刻印された道標があります。筒江では地藏像を陽刻し、その脇に「右なりあひミち 左山ミち」という文字を陰刻されたものがあります。

更に山東町の向大道では上部に阿弥陀如来座像を刻した「右山道 左なりあい」の道標があります。ここから矢名瀬町に入ると、圓寺の門前に四角柱の道標がおかれていきます。本来どこにあったものか



筒江にある道標

は不明ですが、その四面には「左志ゆんれい 右はりま 左京大坂 右ゆしま 文化二歳丑(1805)九月日川原町」とあることから、十字路に建てられていたものと思われます。

家並みをぬけて国道9号線から新堂に入ると、上部に阿弥陀如来座像を刻した「左村道 右なりあい」の道標が、さらに大内の村はずれには舟形光背の地藏像を挟んで「右しをた 左なりあい」の道標が2基存在しています。

金浦で但馬から丹波にまた



圓寺にある道標

外国人に日本語を教えるための講座を開催

朝来市連合国際交流協会は、兵庫県国際交流協会と共催で、外国人に日本語を教えるボランティアを養成するための講座を5月22日から6週にわたり市防災センターで開催しました。

増えつつある外国人住民に対して「日本語を教えてみたい」と応募のあった15名が受講しました。

今後、受講者を中心に外国人住民の日本語学習支援の輪を広げ、地域に暮らすすべての人が理解し合い、支え合う国際化に対応したまちづくりのために、

一層の支援や啓発活動を行います。



外国語教育を体験する受講者の皆さん

新教育委員に足立弘子氏を任命

市は5月24日、古屋敷和也氏（立ノ原区）の任期満了に伴い、足立弘子氏（物部区）を新たな教育委員に任命しました。

同氏の任命は、3月の市議会定例会での同意を得たもの。任期は4年間です。また、同日開催した市教育委員会で、藤本義性氏（楽音寺区）の委員長の再任と白石美由紀氏（中区）の同職務代行者の就任が決定しました。任期はいずれも1年間です。

市教育委員会は、市長が議会の同意を得て任命した5人の教育委員（教育長含む）で構成。

教育委員の構成

職名	氏名
委員長	藤本 義性
委員長職務代行者	白石 美由紀
委員	佐藤 千栄子
委員	足立 弘子
教育長	垣尾 幸博

（敬称略）

月の定例会と、臨時に開催する臨時会に出席し、学校教育の方針や教育予算案、教職員の人事、通学区域など、市の実情に即した教育行政の基本方針や重要施策を決定します。



夜久野茶道にある道標

がる夜久野高原にあがることになりませんが、高原では自然石に「なりあいみち」、また茶堂境内には「左しゅんれいみち 右福知山ミち」などの道標もあります。ほとんどは舟形光背の地藏像に「なりあいみち」とだけ刻印されたものも多く見られることから、夜久野高原では規格が統一されたようにみえます。このように市内を北から東へ縦貫した巡礼道は高原を上夜久野村へと下っていくのです。

以上、前号とあわせ、そのほとんどが江戸時代末期（幕末期）と思われる中で、茶堂の銀杏の根方に建つ道標のみ「寛文拾三年丑（1673）七月六日 これよ里ひたり志ゆん連い道 なりあいまで十四里あり」と刻まれていることから江戸時代前期にさかのぼること

とが分かります。

道標とは、道路の分岐点などに設けられた「みちしるべ」で、それには進路及び方向並びに目的地、また場合によっては目的地までの距離などの情報が記されています。これらは一里塚のような幕府の政策によりつくられたものもありますが、そのほとんどは民衆の手によるものが圧倒的多数を占めます。また、石仏・道祖神・常夜灯などで代用する例も多く、このことから旅人の安全を祈る民衆の善意に満ちた素朴な願望が込められていたことを読みとることができ

きます。

（市教育委員会社会教育課）
※舟形光背：仏像の背後につけられる、仏身から発する後光をかたどったもの

道祖神：村境や道路の分岐点に立てられる、民間信仰の石像

先月号の内容について誤りがありましたので、訂正いたします。7ページ上段右から13、14行目

【誤】 阿弥陀如来を表す

【正】 大日如来を表す

朝来発!!

まちのわだい

まちのイベントや地域の問題をお届けします

5日間の貴重な体験

市内の4中学校は、5月31日から6月4日まで「トライやる・ウィーク」を行いました。

これは、中学2年生を対象に、地域の皆さんの協力のもと、様々な経験をしながら、豊かな感性や創造性、積極性などを高め、自分なりの生き方を見つけることを目的に毎年開催しています。

今年は、315人の生徒が、市内100か所の事業所で色々な仕事を体験しました。
あさご森の図書館では、窓口



あさご森の図書館で窓口業務を体験

業務を体験。笑顔で接客していました。

平和の願いをこめて バラのプレゼント



和田山ジュピターホール前の「アンネのバラ庭園」でバラを觀賞する参加者

まちづくりグループ「さんさん会」は、5月23日、和田山ジュピターホール前で、アンネのバラの苗木を希望者にプレゼントしました。

「平和な世界になるように」と希望をこめて育てられた苗木を無料で配布するこの取り組みは今回で10回目。今回は、昨年抽選に漏れた人の中から再抽選して70人に贈られました。
アンネフランクの遺志を伝える平和のシンボルが、今年も各地に広がりました。

いろんな昆虫がまえた!

5月25日、梁瀬小学校の3年生39人は、ヒメハナ公園で自然環境体験学習として昆虫採集を行いました。

「木をゆすつたり、葉っぱをよく見てください」と講師のアドバイスを聞いた後、児童たちは公園内で、トンボ、チョウ、ハチ、タマムシの仲間など多くの昆虫を発見。

環境の違いによっていろいろな昆虫が住んでいることを今回の体験で学んでいました。



葉っぱの裏にもムシ発見!

ダム湖を舞台に力走



ジョギングコース(2キロ)の参加者

たたらぎダム湖マラソン実行委員会は6月6日、今回で25回目となるマラソン大会を開催しました。コースは2キロ、5キロ、10キロ、ハーフマラソンの4部門。全国から集まった2026人の参加者は、それぞれのコースで気持ちのいい汗を流しました。

2キロのジョギングコースでは、親子のランナーが多数参加。子どもとのペースに合わせて、手をつないでゴールを目指す姿に、沿道から大きな声援が上がっていました。

新茶を摘んで味わう

5月18日、中川小学校の1、2年生60人が立脇の茶畑でお茶摘みをしました。

生活科の体験学習として実施したもので、児童は地域のボランティアの方から「お茶に適した新芽を取りましょう」とアドバイスを受け、茶摘みを体験しました。

児童らは摘み取った葉を学校に持ち帰って早速試飲。普段何気なく飲んでいるお茶が、手間をかけて作られる過程を体験し、新茶の香りを楽しみながらおい

しそうに飲んでいました。



地域のボランティアの方と一緒に茶摘み

作品に込められた作者の思い

あさご芸術の森美術館では、家族で芸術を楽しんでいる人の活動を紹介し、芸術文化の裾野を広げようと企画展を開催しています。

市在住の藤本イサム・満里子さん夫婦の企画展が5月29日から始まり、初日には作家本人が作品の説明などを話すギャラリートークが行われました。

作品が形になるまでの作者の思いや、制作にまつわるエピソードなど、参加者は興味深そうに聞き入っていました。



作品の説明をする藤本イサムさん

城下町に情緒あふれる ハナシヨウブ開花

今年も竹田寺町通りにハナシヨウブが咲き、訪れた人の目を楽しませました。

地元の人たちが世話をしているハナシヨウブは約100鉢にわたって3千株あまりが植えられています。紫と白の色合いが寺川の清流に映し出され、涼しげな城下町の風情が漂っています。訪れた観光客は「花壇に植えられているのではなく、自然に咲いている感じがとても素晴らしいです」と述べられています。

6月13日には通りと虎臥城公園で花しょうぶ祭りを開催。あ

いにくの雨模様でしたが、多くの人で賑わっていました。



ハナシヨウブを見つめる観光客

エスポワに手づくりの看板がお目見え

和田山温水プール「エスポワ」に手づくりの看板が完成し、入り口付近に設置されました。

大きさは縦1.5m、横1.2m。プールに通う子どもたちとボランティアの方によって、下絵から色とりどりのタイルの張り合わせまで全て手づくり。

完成におよそ2か月を要した立派な看板は、プールの新たなシンボルとして利用者を迎えます。



和田山温水プール「エスポワ」に新しく完成した看板

情報掲示板



お知らせ

平成21年台風9号災害に伴う借入金利子補給

兵庫県と市が次に該当する借入をした人に対し、利子補給を行います。該当する人は申請が必要となります。

▽対象者 平成21年台風9号災害に係るり

災証明を有する者（事業所の建物に対する全壊、半壊、床上浸水（事業用資産が土間等におかれている場合は、土間等の浸水の表記があるもの））

▽対象借入資金 平成21年8月14日～平成22年3月31日

・兵庫県経営円滑化貸付（災害復旧枠）

・日本政策金融公庫「災害復旧貸付」、商工組合中央金庫「災害復旧貸付」

▽利子補給額 対象借入資金の総額

2千万円を限度に3年分（毎年請求が必要）。今年度は借入日から8月31日までの利子となります。

▽手続き 該当すると思われる人は連絡して下さい。必要書類を送付します。

▽問い合わせ先 市役所商工観光課

☎ 672-14003

児童扶養手当・特別児童扶養手当「現況届」の提出

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している人（支給停止になつていない人を含む）は、受給資格と所得状況などの確認のため、毎年現況届を提出する必要があります。

この届によって引き続き1年間手当を受給できるかどうか決まりますので、必ず期日までに提出してください。なお、正当な理由なく届出しなるときは、手当の支給が一時差止められることがあります。

第49回 国保のひろば

《国民健康保険高齢受給者証と限度額適用・標準負担額減額認定証の更新》

国民健康保険に加入している70歳～74歳の人
が持っている「高齢受給者証」の有効期限は7月31日です。7月下旬に新しい証を送りますので、ご確認ください。

入院する時に病院に提示する「限度額適用認定証」（住民税非課税世帯の人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」）の有効期限は7月31日です。7月下旬に申請書を送りますので、8月以降も必要人は申請してください。

■問い合わせ先 市役所市民課 ☎ 672-6120

▽提出期間

・児童扶養手当 8月2日（月）～8月18日（水）

・特別児童扶養手当 8月18日（水）～8月30日（月）

▽提出場所 市役所社会福祉課又は各支所

地域振興課

▽問い合わせ先 市役所社会福祉課

☎ 672-16123

母子家庭自立支援教育訓練給付金

母子家庭の母が適職に就くために、あらかじめ指定された教育訓練講座を受講した場合、

▽給付対象者

・市内に住所のある人
・雇用保険法による教育訓練給付の受給資格のない人（雇用保険法の受給資格者は、ハローワークへお問い合わせください）
・児童扶養手当の支給要件と同等の所得水準にある人

・教育訓練を受けることが適職に就くために必要であると認められる人

※すべての要件を満たす必要があります

▽対象講座 雇用保険制度の教育

肝炎治療費助成の内容拡充

B型・C型ウイルス性肝炎のインターフェロン治療費の助成内容を拡充しました

- B型への核酸アナログ製剤治療を対象に追加
- 2回目の助成制度利用を可能にする（一定の要件を満たす場合のみ）
- 自己負担限度額の一部を引き下げる（3万円→1万円、5万円→2万円）

朝来健康福祉事務所 地域保健課 ☎ 672-6867

市役所本庁 ☎ 079-672-3301
生野支所 ☎ 079-679-2240
山東支所 ☎ 079-676-2080
朝来支所 ☎ 079-677-1165

がんに関する無料電話相談

専門医による相談

☎ 03-3562-8015

1人20分間、事前予約制です。
予約受付時間は月曜～金曜(10時～17時)

看護師や社会福祉士による相談

☎ 03-3562-7830

たとえばこんなときにお電話ください

◆今後の生活が心配◆家族にできることは?

※予約不要 毎週月曜～土曜 10時～18時

7月の税

国民健康保険税 1期

納期 7月31日(土)まで

訓練給付の指定教育
訓練講座

※厚生労働省ホームページを
ご覧になるか

ハローワークまでお問い合わせ
してください。

・そのほか、就業に結びつく
可能性の高い講座で市が別に
指定する講座

▽支給額 受講のために支払った
費用の20割に相当する額(支給
額は4千1円以上10万円以下)

▽手続き 受講する前にあらかじめ
市役所社会福祉課に受講対象講座
指定申請書を提出し、支給対象講座
の指定を受けてください。

・受講者が受講終了後1か月以内
に給付金支給申請書を市役所社会福祉課
に提出した後、支給の可否が決定
されます。

▽問い合わせ先 市役所社会福祉課
☎ 672-16123

父子家庭への児童扶養手当

平成22年8月1日から、父子家庭にも児童

扶養手当が給付されま
す。受給するためには、
市へ申請(認定請求)が
必要です。

▽給付要件 次の①～⑤
のいずれかに該当する
子どもについて、父が
その子どもを監護し、かつ、
生計が同じ場合に支給
されます。

①父母が婚姻を解消した
子ども
②母が死亡した子ども
③母が一定の障害の状態
にある子ども
④母の生死が明らかでない
子ども
⑤その他(母が1年以上
上遺棄している子ども
も、母が1年以上拘禁
されている子どもも、
母が婚姻によらないで
妊娠した子どもなど)

▽給付額(月額) 受給資格者
(ひとり親家庭の父や母
などが監護・養育する
子どもの数や受給資格
者の所得などで決ま
ります。

・児童1人の場合
全部支給：4万7千7
百20円
一部支給：9千8百

50円～4万7千7百20
円

・児童2人以上の加算額
2人目：5千円
3人目以降：1人につき
3千円

▽給付開始時期

・平成22年7月31日ま
でに給付要件に該当
している人：8月分
から支給
・平成22年8月1日か
ら11月30日までに給
付要件に該当した人
：要件に該当した日
の翌月分から支給
※申請が11月30日を過
ぎると、「申請の翌月
分」からの支給にな
ります

▽手続き 申請受付は
7月中旬から開始す
る予定です。必要な
ものは、受給資格者、
該当する子どもの戸籍
謄本(抄本)、住民票
です。

▽問い合わせ先 市役所社会福祉課
☎ 672-16123

障害者(児)福祉金

市は、朝来市障害者(児)福祉金支給条例に基づき、福祉金を給付
しています。

平成22年6月1日現在
で支給対象者と見込
まれる人に、申請書類
などを送付しており、
随時受付しています。

申請書類は届いてい
ないが対象と思われる
人は、市役所社会福祉
課又は各支所地域振興
課にある申請書に必要
事項を記入の上、提出
してください。

▽給付対象者 6月1日
現在、朝来市内に住所
を有し在宅の者で次の
①～③のいずれかに
該当する人。
※介護保険法に規定す
る要支援・要介護の
認定を受けた人と精神
疾患により3ヶ月以上
入院している人を除く

①身体障害者手帳の1
級又は2級所持者
②療育手帳の障害程度
区分A又はB1判定
の人
③精神障害者保健福祉
手帳の1級又は2級
所持者

▽給付額(月額) 1万
5千円

▽問い合わせ先 市役所社会福祉課
☎ 672-16123

7月は“愛の血液助け合い運動”月間

輸血に必要な血液をいつでも十分に確保しておくためには、絶えず誰かの献血が必要になります。多くの皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



市役所健康課 ☎ 672 - 5269

市役所本庁 ☎ 079 - 672 - 3301
 生野支所 ☎ 079 - 679 - 2240
 山東支所 ☎ 079 - 676 - 2080
 朝来支所 ☎ 079 - 677 - 1165

検察審査会DVD貸出

検察審査会は、選挙権を有する国民の中から、幅広く選ばれた11人の検察審査員が、検察官が行った不起訴処分、の可否を審査する機関です。

現在、検察審査会では、この制度をドラマ形式で紹介したDVDの貸出しを行っています。DVDの貸出しを希望される方は、最寄りの検察審査会事務局までお問い合わせください。

▽問い合わせ先

姫路支部内姫路検察審査会
 ☎ 079 - 223 - 2721
 豊岡支部内豊岡検察審査会
 ☎ 0796 - 22 - 2304

ろうあ者悩みの相談

相談員が地域に出向いて、聴覚障害者やその家族、関係者から結婚、育児、職業、教育など様々な相談に応じます。相談員は聴覚障害者当事者ですが、手話通訳者も同行します。で、聞こえる人の相談も伺います。お気軽にご相談ください。

▽開催日時 8月17日(火)10時～16時

▽開催場所 アートほほえみ2階第1展示室

▽問い合わせ先 市役所社会福祉課

☎ 672 - 61123

ひょうご防災リーダー講座

本講座は、地域防災の担い手を育成することを目的に開講されています。防災に関する高いレベルの知識、技術を学べますので、是非ご参加ください。

▽申込期間 8月2日(月)～9月10日(金)

▽開講時期 平成22年10月～平成23年3月

▽開催場所 兵庫県広域防災センターほか

▽受講料 無料

▽問い合わせ先 市役所防災安全課

☎ 672 - 61112

絵本フォーラム in 但馬

まちの子育てひろば事業として、子育て中の親子を対象に「絵本フォーラム」が開催されます。ふるってご参加下さい。

▽内容 基調講演「絵

本がつなぐ心と心」講師：永田萌氏

絵本の読み書きがセググループによる活動紹介など

▽開催日時 7月24日(土)13時30分～15時30分(12時30分受付開始)

▽開催場所 出石 永楽館

▽対象 子育て中の親子・家族、子育て支援関係者

▽入場料 無料

▽申込期限 7月20日(火)

▽申込・問い合わせ先 豊岡健康福祉事務所企画課

☎ 0796 - 26 - 3654

募集

市営住宅入居者

市は次の市営住宅の入居者を募集します。

▽申込受付期間

①～④：7月20日(火)～26日(月)

⑤、⑥：随時(先着)

▽入居申込資格

- ・ 市町村税を滞納していない人
- ・ 単身世帯でない人

住宅の名称	場所	間取り	家賃(月額)	募集戸数
① 生野2区住宅	生野町口銀谷	3DK	26,800円～39,900円	1戸
② 土田荘第2住宅	和田山町土田	3DK	17,300円～25,700円	1戸
③ 枚田住宅	和田山町枚田	3DK	23,400円～34,800円	2戸
④ 新井団地	新井	3DK	18,800円～28,000円	1戸
⑤ 粟鹿住宅	山東町早田	3DK	21,900円～32,600円	3戸
⑥ 特定公共賃貸住宅(生野2区住宅)	生野町口銀谷	4LDK	82,000円	4戸

①～⑤の住宅：現在住宅に困窮していることが明らかで、1か月当たりの所得(政令月収)が、15万8千円を超えない人
 ⑥の住宅：1か月当たり所得(政令月収)が、15万8千円以上25万9千円以下の人
 ※政令月収Ⅱ(世帯全員の年間所得)諸控

出張年金相談

市役所市民課 ☎ 672 - 6120

実施日	会場	時間
7月14日(水)	朝来公民館2階研修室	10時～16時
8月18日(水)	山東支所2階201、202号室	
9月8日(水)	生野保健センター2階健康教育室	
12月15日(水)	和田山農業研修センター2階201号室	
1月26日(水)	朝来公民館2階研修室	

山地災害情報協力員制度

山地災害情報協力員制度とは、山地災害情報の収集や提供に協力してもらう人を「山地災害情報協力員」として知事が認定しているもの。県朝来農林振興事務所管内では25人(養父市12人、朝来市13人)の皆さんが、山地災害発生時の情報収集や必要に応じて県への情報提供を行うなど、地域の安全・安心のための活動行っています。

■問い合わせ先 県朝来農林振興事務所治山課 ☎ 672 - 6884

※このページと前ページの最下段に掲載する広告を募集しています。詳しくは情報政策課(☎ 672 - 6111)へ。

ホール・美術館の催し ●詳細は各施設で確認してください

あさご芸術の森美術館 ☎670-4111 (休)水曜日、祝日の翌日(水曜日が祝日の場合はその翌日)

藤本イサム・満里子展ーほのぼのとやさしくー
期間: 7月11日(日)まで

作家の提案シリーズVer3 吉田直展ー砂時計を晒すー
期間: 7月11日(日)まで

竹久夢二展~欧米からの帰国~
期間: 7月17日(土)~8月29日(日)

兵庫の3大立体公募展優秀作品展
期間: 7月17日(土)~8月29日(日)
入館料 大人500円/大学生・高校生300円/小中学生200円

ダムの風に吹かれてコンサートフォークジャンボリーINあさごvol2

開催日: 8月7日(土)18時開演(17時開場)
前売入場券2,000円(当日500円増)※雨天中止(小雨決行)

Jupiter 和田山ジュピターホール ☎672-1000 (休)月曜日(月曜日が祝日の場合その翌日)

劇団四季ファミリーミュージカル『エルコスの祈り』
《全席指定》 公演日: 7月24日(土)/開演: 18時30分/料金: S席大人4,000円、S席高校生以下2,000円、A席大人3,000円、A席高校生以下1,500円(当日は各300円増)※友の会会員は、2枚まで300円OFF **前売券好評発売中**

ASAGO 演劇セミナー2010原作:W.シェイクスピア『夏の夜の夢』
《全席指定》 公演日: 9月4日(土)/開演: 18時30分/料金: 大人1,000円、高校生以下500円(当日割増なし)※友の会会員は、2枚まで100円OFF **前売券好評発売中**

今井ゆうぞう×はいだしょうこファンタジーコンサート
《全席指定》 公演日: 10月2日(土)/開演: 13時(1回目)、15時30分(2回目)/料金: 大人2,800円、高校生以下1,500円(当日は各300円増) **前売券好評発売中**

森麻季(ソプラノ)&仲道郁代(ピアノ)デュオコンサート
《全席指定》 公演日: 10月23日(土)/開演: 18時30分/料金: 大人2,000円、高校生以下1,000円(当日は各300円増)/前売券発売開始日: 【友の会】7月17日(土)、【一般】7月23日(金)

※野村克也トークショーは中止になりました

道の駅 但馬のまほろば「開店4周年イベント」

日時: 7月18日(日)、19日(月)10時~16時
場所: 道の駅「但馬のまほろば」

兵庫県内のゆるきゃら(R)大集合!!

道の駅「但馬のまほろば」 ☎676-5121

除額)÷12
なお、入居者決定後の手続きの際には、保証人2人(市内在住の人と3親等内の親族)の実印、印鑑証明書及び所得証明書が必要でです。
▽**申込** 市役所都市開発課又は各支所地域振興課に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、添付書類を添えて本庁又は各支所に申し込んでください。申込者数が募集戸数を超える時

は、抽選で入居者を決定します。
▽**問い合わせ先** 市役所都市開発課
☎672-16127
市有地の売却
市は、一般競争入札により次の土地を売却します。
▽**売り払い物件**
・所在地 生野町新町1丁目上筋1111番地
・地目 宅地
・実測面積(公簿面積) 174.52㎡

▽**申込受付期間** 7月21日(水)~8月12日(木)8時30分~17時15分(土曜日・日曜日を除く)
▽**受付場所** 市役所財務課に申込書を直接
・最低入札価格 345万円
(158.67㎡)

売却する市有地(生野町新町)

持参か郵送(書留など)
※郵送の場合は、上記期間内に到着したものに限りです
▽**入札及び開札**
・日時 8月20日(金)11時から
・場所 和田山農業研修センター201会議室
※詳しくは、市ホームページに掲載します
<http://www.city.asago.hyogo.jp/>
▽**問い合わせ先** 市役所財務課
☎672-16118

人権文化をすすめる市民の集い

日時 8月1日(日)13時~15時
場所 生野メインホール
内容 人権川柳入賞作品表彰式
講演 「言葉ひとつでこう変わる」
~ふれあい、つながり、励ましあい~
講師 フリーアナウンサー 羽川 英樹氏
入場料 無料



人権講演会

日時 7月8日(木)19時30分~21時
場所 多世代交流センター
演題 「人権を守る側・差別を憎む側に立ちつづきたい」
講師 但馬地区人権教育研究協議会
会長 川島 正博氏
入場料 無料



■問い合わせ先 人権・まちづくり課 ☎672-6122

7月下旬に新しい被保険者証を送付します

被保険者証 被保険者証の更新時期は毎年8月1日です。7月下旬に新しい被保険者証を送付しますので、8月1日から新しい被保険者証を医療機関の窓口で提示してください。

保険料の納付状況によっては、有効期限が短い保険証(短期被保険者証)を送付することがあります。納付が困難な事情がある場合は早めにご相談ください。

一部負担金の割合は、同一世帯内の被保険者の平成21年中の所得から算出された平成22年度の住民税課税所得と平成21年(1月～7月は平成20年)中の収入をもとに計算されています。なお、世帯状況の異動や所得の更正などにより、随時変更されることがあります。

医療費の一部負担金の割合と自己負担限度額など

区分	一部負担金の割合	自己負担限度額(月額)		入院時の食事代の標準負担額(1食当たり)	該当条件
		個人単位 [外来]	世帯単位 [入院含む]		
現役並み所得者	3割	44,400円	80,100円+(医療費-267,000円)×1% [44,400円]※1	260円	同一世帯に住民税課税所得145万円以上の被保険者がいる世帯の人(住民税課税所得145万円以上でも収入が一定の金額に満たない人※3は、市担当窓口申請することにより「一般」の区分となります。 ※対象となる可能性がある人には申請書を送付しています。
一般		12,000円	44,400円		「現役並み所得者」、「低所得Ⅱ」、「低所得Ⅰ」以外の人
低所得者	1割	8,000円	24,600円	210円 [160円]※2	世帯員全員が住民税非課税 「低所得Ⅰ」以外の人 ・各所得が必要経費・控除(年金の所得は控除額を80万円として計算)を差し引いたときに0円になる人 ・老齢福祉年金の受給者
				100円	

※1 []内は過去12か月以内にすでに3回以上高額療養費が支給されている場合、4回目からの額

※2 []内は過去12か月の入院日数が90日を超える場合、91日目からの額(申請が必要)

※3 ○同一世帯に被保険者が一人の場合の基準額…被保険者の収入383万円

○同一世帯に被保険者が一人で70歳以上75歳未満の人がいる場合の基準額…被保険者と70歳以上75歳未満の人全員の収入合計520万円

○同一世帯に被保険者が複数いる場合の基準額…被保険者全員の収入合計520万円

限度額適用・標準負担額減額認定証

世帯員全員が住民税非課税(表の区分で低所得Ⅰ・Ⅱに該当)の人は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示することで、入院の際に医療機関で支払う一部負担金が表の世帯単位欄の限度額となり、入院時の食事代も減額になります。

認定証の更新時期は毎年8月1日です。現在、認定証をお持ちで8月以降も引き続き対象となる人には、新しい減額認定証を被保険者証と一緒に送付する予定です。世帯員全員が住民税非課税の人で認定証の申請をしていない場合は、市役所市民課又は各支所の担当窓口申請してください。

■問い合わせ先 市役所市民課 ☎ 672 - 6120 / 兵庫県後期高齢者医療広域連合事務局 ☎ 078 - 326 - 2021

7月中旬

後期高齢者医療保険料額決定通知書を送付します

平成 22 年度の後期高齢者医療保険料額決定通知書を 7 月中旬に送付します。
後期高齢者医療制度では、被保険者一人ひとりから保険料をお支払いいただきます。

保険料の計算方法

①均等割額 ②所得割額 ①+②

$$43,924 \text{ 円} + (\text{平成 21 年中の総所得金額等} - 33 \text{ 万円}) \times 8.23\% = \text{平成 22 年度保険料額(最高限度額 50 万円)}$$

※収入額から控除額(公的年金等控除額や給与所得控除額、必要経費のこと。所得控除(社会保険料控除や扶養控除などは含まない)を引いた金額。

保険料の納付方法 次の 2 通りとなります。

- ①年金からの支払い(特別徴収)…特に手続きの必要はありません。また、口座振替による支払いに変更することもできます。詳しくは、市役所市民課又は各支所地域振興課にご相談ください。
- ②口座振替や納付書での支払い(普通徴収)…7 月から翌年 3 月まで毎月納付いただきます。年金の受給額が年額 18 万円未満の人や後期高齢者医療制度の保険料と介護保険料の合計額が年金受給額の 2 分の 1 を超える人が対象です。

保険料の軽減 次に該当する人は、平成 21 年中の所得に応じて平成 22 年度の保険料が軽減されます。

●所得の低い人の軽減

①均等割額…平成 21 年中の世帯(世帯主と世帯内の被保険者)の総所得金額などが一定の金額以下の人

総所得金額等(被保険者+世帯主)が次の基準以下の世帯		軽減割合(軽減後均等割額)
基礎控除額(33万円)	被保険者全員の各所得(年金所得は控除額を80万円として計算)が0円	9割(4,392円)
	上記以外	8.5割(6,588円)※
基礎控除額(33万円)+24.5万円×被保険者の数(被保険者である世帯主を除く)		5割(21,962円)
基礎控除額(33万円)+35万円×被保険者の数		2割(35,139円)

※本来は 7 割ですが、軽減措置により 8.5 割となります。

②所得割額…所得割額算定の所得(総所得金額等-基礎控除額 33 万円)が 58 万円(年金収入のみの場合は 211 万円)以下の人は、所得割額が 5 割軽減されます。

●被扶養者だった人の軽減 制度に加入する前日に被用者保険(全国健康保険協会(旧:政府管掌健康保険)、健康保険組合、共済組合など)の被扶養者だった人は、所得割はかからず均等割額が 5 割軽減になりますが、軽減措置により 9 割軽減されます。

◎次のようなときには、申請すると保険料の減免を受けることができます場合があります。詳しくは市役所市民課又は各支所地域振興課にご相談ください。

災害で大きな損害を受けたとき/所得の著しい減少があったとき/ほかの被保険者や世帯主が死亡したかなどで世帯の所得が軽減判定基準以下となる時/一定期間給付の制限を受けたとき

初期消火に対し感謝状



市消防本部は、民家火災の初期消火に協力した杉田章さん(枚田岡区)に感謝状を贈りました。杉田さんは付近で発生した火災に気付き、自宅の消火器で火を消しとめました。

但馬県民局長感謝状

「クリーン但馬10万人大作戦」20周年を記念し、長きにわたり環境美化に貢献した人・団体に贈呈されました。

但馬県民局環境美化活動貢献者(団体の役員)

朝来市保健衛生推進協議会会長等

佐藤隆雄 さん (和田山新町区)

但馬県民局環境美化活動貢献者(団体)

朝来市建設業協会

・竹田第1地区保健衛生推進協議会

・クリーンアップ山東クラブ

・一宮コンサルン株式会社

・ASAGO FROLA

但馬県民局環境美化活動貢献者(個人)

・安達佳江 さん (山口区)

・秋山美代子 さん (上八代区)

・杉田貞子 さん (八代区)

・足立一枝 さん (八代区)

・中島 巧 さん (神子畑区)

・中島松枝 さん (神子畑区)

薬物乱用は、「ダメ。ゼツタイ!」

兵庫県薬物乱用防止指導員

天野 智

◆ 昨今、相撲界や芸能界では薬物乱用や不祥事が相次いでいます。兵庫県内でも昨年末から今春にかけて、神戸市内の女子中学生による薬物乱用事件が発生しました。

◆ この薬物乱用は、私たちの心身の機能が損なわれるばかりか生命の危機を脅かす深刻な社会問題となっております。そこで、私たちの生活に大きく影響を及ぼす薬物乱用について考えてみたいと思います。

◆ 薬物乱用とは、特に医学的常識を逸脱して麻薬や覚せい剤などの薬物を使うことで、たとえ一回の使用であっても乱用であり、犯罪となります。その乱用とされる薬物は、大切な脳(中枢神経)を破壊する恐ろしいものだと言われています。

◆ その薬物の一部を例示すると、

● 覚せい剤 ● 大麻 ● ヘロイン ● コカイン

● MDMA ● シンナー などがあります。

◆ 私たちの日々の生活の中で、特に中高校生の皆さんは、次のような甘い言葉の誘いにのっけてはいけません。自身、充分注意しましょう。

- ・一回だけなら平気さ
- ・クスリで一回遊ぼう
- ・肌がきれいになるよ
- ・イライラがとれてスッキリするよ
- ・眠気がとれて勉強ができるよ



麻薬・覚せい剤乱用防止センター

◆ このような甘い言葉に誘われても「ダメ。ゼツタイ!」と断る勇氣を持つことが大切です。また、覚せい剤など違法薬物などに関して一人で悩んだり、処理したりしないで、友人や家族に相談することも勇氣ある行動なのです。

◆ 日頃から家族の会話を通して、薬物乱用は「ダメ。ゼツタイ!」を合言葉に、家族の絆を一層深めながら、健康で安心して暮らせる地域社会をみんなの手で築いていきましょう。

平成21年度 情報公開制度の運用状況

実施機関	請求件数 (申出件数)	決定などの内容				不服 申立て
		開示	部分 開示	不開示	取下げ	
市長	20	10	7	3	0	0
消防長	1	0	1	0	0	0
教育委員会	2	2	0	0	0	0
選挙管理委員会	0	0	0	0	0	0
監査委員	0	0	0	0	0	0
農業委員会	1	0	1	0	0	0
固定資産評価審査委員会	0	0	0	0	0	0
議会	1	1	0	0	0	0
計	25	13	9	3	0	0

■ 問い合わせ先 市役所情報政策課 ☎ 672 - 6111

市職員の募集について

市は、平成23年4月1日付け採用職員を募集します

募集職種・人数 一般行政職、保育士：若干人

受験資格

一般行政職…昭和56年4月2日以降に生まれた人で、高等学校以上の学校を卒業又は平成23年3月に卒業見込みの人
 保育士…昭和56年4月2日以降に生まれた人で、保育士資格及び幼稚園教諭免許を有する人又は同資格及び同免許を平成23年3月末までに取得見込みの人

受付期間 7月15日(木)～8月6日(金)

試験日 第1次試験 9月19日(日)

会場 さんとう緑風ホール

試験内容 教養及び作文試験(保育士は専門試験もあり)

提出書類 受験申込書(市役所総務課又は各支所で配布)

■ 問い合わせ先 市役所総務課 ☎ 672 - 6115

食中毒を予防しましょう

食中毒とは、ある一部の種類の細菌やウイルス、または有害・有毒な物質が含まれた食品を飲食することによって起こる、健康被害のことです。食中毒のおもな症状は、腹痛、下痢、おうと、発熱などですが、症状は原因となった菌や、個人差によっても異なります。特に乳幼児や高齢者は、食中毒に感染しやすく、重症化することがあります。

予防の3原則

①細菌をつけない！



- ・調理の前には、石鹸で丁寧に手を洗う。肉、魚、卵などを扱った後に手を洗う。
- ・購入した食品は、肉や魚などの汁がもれないようビニール袋などにそれぞれ分けて包み、冷蔵庫内でも他の食品と直接接しないようにする。
- ・生肉や魚を切った包丁やまな板は、洗剤と流水で洗い熱湯をかけてから使う。

②細菌を増やさない！



- ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下が目安。(ドアの開閉は短く)
- ・冷蔵庫、冷凍庫の詰め込みに注意する。(7割程度が目安)
- ・生鮮食品は早めに冷蔵庫へ。
- ・解凍は、冷蔵庫か電子レンジで行う。(室温で解凍させない→食中毒菌が増える)

③細菌をやっつける！



- ・加熱して調理する食品は十分に加熱する。(残った食品を温めなおすときも同じ)
- ・電子レンジを使うときは、電子レンジ用の容器、ふたを使い、調理時間に気をつける。(熱の伝わりにくいものは、時々混ぜることも必要)
- ・包丁、まな板、ふきん、スポンジなどは、使った後すぐに、洗剤と流水でよく洗う。(時々は漂白剤につける、熱湯をかける、煮沸をすると効果的)

<台所用品の管理>

台所用品	ポイント
まな板	・熱湯をかける ・日光にあてて乾燥させる ・肉、魚、野菜類用と使い分ける
ふきん	・こまめに取り替える ・日光にあてて乾燥させる ・漂白剤に一晩つける
包丁	・柄の部分、刃の付け根も洗剤をつけて念入りに洗う ・熱湯で消毒する
木・竹製の調理器具	・乾いたものから使う ・黒ずみがでたら漂白剤で消毒する
タワシ、スポンジ	・熱湯で消毒する ・日光にあてて乾燥させる
タオル	・1日1回は取り替える

食中毒が発生したときは、正しい対応と一刻も早い医療機関での治療が必要です。食中毒は菌やウイルスの種類によって治療法が異なります。少しでも、おかしいと思ったら医療機関で受診しましょう。

■問い合わせ先
市役所健康課
☎ 672 - 5269

日本脳炎予防接種(1期)再開

国の通知により日本脳炎予防接種(第1期)の接種が再開されています。

対象者 3歳から4歳に達するまでの児(1期の標準接種期間)

※ワクチンの製造量が十分でないことから、今年度は国の指示により対象者を限定しています。
※ブタの抗体保有率が高い地域や、最近、日本脳炎患者の発生が多く認められている地域など(九州・中国・四国地方)は日本脳炎にかかるリスクがあると考えられますので、保護者の希望があれば7歳6か月未満のお子さんも接種できます。かかりつけ医と相談の上、接種してください。

受け方

- ①市内指定医療機関に電話で予約をする
- ②接種当日は、医療機関に母子健康手帳と予診票を持っていく
※予診票が手元にない場合は、朝来市健康課にご連絡ください。
朝来市指定の予診票でないとう接種が受けられません。
- ③接種は無料(公費負担)です

■問い合わせ先 市役所健康課 ☎ 672 - 5269

ヒブワクチン接種費用の助成（小児細菌性髄膜炎予防接種支援事業）

市は、インフルエンザ菌b型(ヒブ)による髄膜炎を予防し、保護者の経済的な負担を軽減することを目的に、ヒブワクチン接種費用の助成を行います。

対象者 接種時に朝来市内に住所を有する生後2か月以上2歳未満の乳幼児

※平成22年度に限り、平成22年4月1日に2歳未満(平成20年4月2日以降に生まれた児)であれば対象

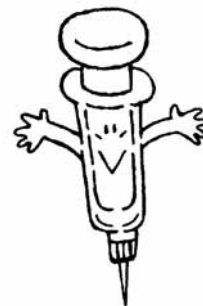
助成対象期間 平成22年4月1日以降に接種したもの

助成額 接種ごとに、費用の半額(助成限度額4,000円)

※対象である乳幼児が生活保護世帯の者であれば、接種費用の全額を公費助成します

接種回数

接種開始時期	初回免疫	追加免疫	計
生後2か月以上7か月未満	3回接種(4~8週間隔)	1回接種	4回
生後7か月以上1歳未満	2回接種(4~8週間隔)	(初回免疫の1年後)	3回
生後1歳以上2歳未満	1回接種		1回



助成方法

・市内の医療機関・公立神崎総合病院・公立八鹿病院【助成券】

申請に基づき、健康課が助成券を発行。医療機関窓口で助成券を提出し、減額された費用をお支払いください。

・上記以外の医療機関または助成券を持たずに接種した場合【償還払い】

医療機関で接種費用を一旦支払った後、申請をしてください。後日、指定された口座に助成金を振り込みます。

申請場所 健康課・各支所地域振興課

申請に必要なもの 母子健康手帳・印鑑(償還払いの場合は、領収書・振り込む口座の分かるもの)

参考) 市内のヒブワクチン接種実施医療機関(平成22年5月現在の情報)

稲垣医院、上垣医院、小山医院、さかもと医院、谷村医院、馬庭内科医院、木村医院、間島医院

※ヒブワクチンは、任意の予防接種です。接種については、かかりつけ医と相談してください。

■問い合わせ先 市役所健康課 ☎672-5269

~『危険な老化の兆候』の早期発見と予防~

地域包括支援センターの



前回掲載した「生活機能評価」の結果から、『危険な老化の兆候』を早くに発見し、どのように予防していくか、その具体的な取り組みについて掲載します。

元気うちから介護予防!

高齢期はささいなことがきっかけで、体調を崩すことがあります。

「元気だから介護予防は関係ない」ではなく、元気うちから介護予防に取り組むことがいつまでも生きいきと元気に暮らすことにつながります。

毎日実践! 介護予防!

ポイントは6つ。取り組めそうなことから始めてみましょう。

①毎日の生活に運動を取り入れましょう 年齢とともに筋力は少しずつ衰えていきます。

『転倒』を防ぐためにも、家事や仕事以外で、体操やウォーキングなどの時間を作しましょう。

ケーブルテレビでは、朝来市いきいき体操を毎日放映しています。

②バランスのとれた食事をしましょう 主食(ごはんやパンなど)、主菜(魚、肉、卵、大豆製品など)、副菜(野菜、海藻、きのこ類など)をそろえ、さまざまな食品をバランスよくとりましょう。

③お口の手入れや、口、舌の動きを鍛えましょう 年齢とともに、だ液の分泌が減ったり、むせやすくなったりします。食後のうがいや歯みがきはもちろんのこと、義歯の手入れや舌の清掃、定期的な歯科受診をしましょう。

④外に出かけましょう 家に閉じこもっていると、身体機能が低下するばかりでなく、意欲も低下してきます。積極的に外に出かけたり、地域の集まりなどにも参加しましょう。

⑤認知症を予防しましょう 認知症は、脳の病気です、早期発見・早期治療で進行を遅らせることが可能です。「ちょっと変だな」と気になることがあれば、早めに受診しましょう。また、脳ドリル『脳耕』の活用も予防に有効です。

⑥うつ病に注意しましょう うつ病は誰でもかかる可能性があります。「疲れやすい」「意欲がわかない」「眠れない」などいつもと違う症状があれば、早めに受診しましょう。治療により回復します。



■問い合わせ先 市役所地域包括支援センター ☎672-6125



月	日	曜日	内容	場所
7月	21	水	離乳食教室 脳元気度チェック(予約制)	山東老人福祉センター 和田山保健センター
	22	木	8か月児健診 こころのケア相談(予約制)	和田山保健センター 生野保健センター
	23	金	総合健診	和田山保健センター
	27	火	3か月児・8か月児健診	生野保健センター
	28	水	総合健診	和田山保健センター
	29	木	3歳児健診	和田山保健センター
	8月	2	月	献血
4		水	3歳児健診	和田山保健センター
5		木	1歳6か月児健診	和田山保健センター
12		木	8か月児健診 こころのケア相談(予約制)	和田山保健センター 朝来公民館

各種乳幼児健診・予防接種など健康課の母子保健事業は、和田山と山東地区を合同で、生野と朝来地区を合同で実施します。(いずれも該当児には個別通知します)

特定疾患医療受給者証の更新について

対象者 有効期間が平成22年9月30日までの特定疾患医療受給者証を持っている人で、平成22年10月1日以降も引き続き受給者証の交付を希望する人。

申請期間 平成22年7月1日(木)～平成22年9月30日(木)

■問い合わせ先 朝来健康福祉事務所地域保健課 ☎ 672 - 6867

火災・救急の状況 (朝来市消防本部)

区分	件数	
火災	建物	1
	林野	0
	車両	1
	その他	2
	合計	4
救急	累計	7
	交通事故	11
	一般負傷	26
	急病	55
	その他	10
	合計	102
	累計	506

(5月中)

交通事故の状況 (朝来警察署)

区分	件数	累計
人身事故	10	72
	子ども	0
	高齢者	1
	その他	0
	合計	1
死者	4	12
	子ども	4
	高齢者	3
	その他	9
	合計	16
物損事故	112	570
	合計	95

(5月中)

犯罪発生状況(朝来警察署)

手口	件数	手口	件数		
街頭犯罪	路上強盗	0	空き巣	2	
	強制わいせつ	0	忍び込み	0	
	ひったくり	0	金庫破り	0	
	車上ねらい	12	事務所あらし	4	
	自動販売機あらし	0	出店あらし	3	
	部 品 盗	5	詐 欺	0	
	器 物 損 壊	18	そ の 他	傷 害	1
	自 動 車 盗	5	暴 行	3	
	オートバイ盗	0	万 引 き	16	
	自 転 車 盗	13			

(5月末累計)

※子ども=15歳以下 高齢者=65歳以上
※累計は平成22年の合計

暮らしの情報コーナー

No.8 貸金業法が変わりました

深刻化している多重債務問題を解決し、利用者が安心して借りられるよう、平成22年6月18日から貸金業法が改正されました。今回の改正で、借り過ぎ防止のための総量規制が導入されたほか、上限金利が引き下げられました。

◆総量規制

- ・貸金業者からの借入残高が「年収の3分の1」を超える場合、新規の借入れができなくなりました。
- ・新規の借入れをするとき、1社の借入額が50万円を超える場合か、数社合わせて100万円を超える場合は、年収を証明する書類が必要になります。
- ・専業主婦は配偶者の同意を得て配偶者の年収を証明する書類の提出を求められる場合があります。

◆上限金利の引き下げ

- ・法律上の上限金利が借入額に応じて15～20%に引き下げられました。
- ※これまでは出資法(29.2%)と利息制限法(15～20%)とで異なる上限金利が存在していましたが、この間の金利帯いわゆるグレーゾーン金利が撤廃され、金利負担が軽減されました。

■問い合わせ先 市役所生活環境課 ☎ 672 - 6121

県立但馬生活科学センター ☎ 0796 - 23 - 0999 たじま消費者ホットライン ☎ 0796 - 23 - 1999

健康情報テレホンサービス(7月のテーマ)

【電話番号】 ☎ **通話料無料** 0120 - 979 - 451

県内どこからでも利用できます。(携帯電話・PHSからは利用できません)

兵庫県保険医協会 URL <http://www.hhk.jp>

月曜日	閉経後の性生活
火曜日	スポーツで歯を失わないために
水曜日	自動車事故による外傷性頸部症候群
木曜日	勃起不全(ED)とバイアグラ
金・土・日	旅行の時の注意点ー特に病気をもちの方へ

各種相談のご案内

時:日時 場:場所 問:問い合わせ 予:予約

心配ごと相談(無料) 経験豊富な相談員が、あらゆる生活上の相談に応じます。

時・場 (毎月開催)13時～16時
 市役所南庁舎 7月14日(水)
 山東老人福祉センター 7月21日(水)
 朝来老人福祉保健センター 7月28日(水)
 生野保健センター 8月4日(水)

問 朝来市社会福祉協議会 ☎676-5213

人権相談(無料) 人権問題でお悩みの人の相談に応じます。

時・場 (毎月開催)13時30分～15時
 生野保健センター 8月12日(木)
 和田山農業研修センター205会議室 ”
 山東老人福祉センター ”
 朝来老人福祉保健センター ”

問 市役所人権・まちづくり課 ☎672-6122

女性のなやみ相談(無料) 経験豊かな女性カウンセラーが、子育てや家族、DVやセクハラなど、女性が抱えるさまざまな悩みや不安、問題などの相談に応じます。(予約制)

時 7月14日(水)13時～16時
 場 アートほほえみ相談室(2階)

問・予 市役所人権・まちづくり課 ☎672-6122

行政相談(無料) 官公庁の仕事の苦情や意見・要望などの相談に応じます。

時 7月20日(火) 10時～11時30分
 場 生野保健センター／和田山老人福祉センター／山東老人福祉センター／朝来老人福祉保健センター

問 市役所生活環境課 ☎672-6121

司法書士による法律相談会(無料) 司法書士が登記・相続・多重債務・消費者問題・成年後見などの法律相談に応じます。(予約制。予約受付時間は平日9時～17時。相談無料。)

時・場 13時～16時
 香住文化会館第2会議室 7月10日(土)
 豊岡市民会館中会議室 7月17日(土)
 和田山農業研修センター206号室 8月7日(土)

問・予 兵庫県司法書士会但馬支部司法書士法律相談委員会 ☎676-3368

金融アドバイザーによる相談会(無料) 但馬地区金融アドバイザーが、中小企業の皆さんが抱えている金融の課題などの相談に応じます。

時 7月8日・15日・22日・29日(毎週木曜日)

場 市役所南庁舎

問 兵庫県保証協会 ☎0120-537-001

総合法律センター南たじま相談所 兵庫県弁護士会の弁護士が法律相談に応じます。

(予約制。1回30分。相談料5,250円)

時 7月22日(木)13時～16時

場 和田山老人福祉センター

問・予 兵庫県弁護士会 ☎078-351-1233

若者就労・支援に関する無料相談会 若者サポートステーションは、若年無業者の就労自立に向けた相談に応じます。

時 7月20日(火)13時～16時

場 和田山公民館第3学習室

問・予 労協若者サポートステーション豊岡 ☎0796-34-6333

受け継がれる伝統文化

西方寺寿光雅楽会



西方寺寿光雅楽会の皆さん

日本の伝統音楽“雅楽”を演奏する西方寺雅楽会。平成7年に結成され、現在20人が活動されています。最初は慣れない譜面などに苦労されたそうですが、講師の指導のもと、今では演奏を楽しめるまで成長されたそうです。活躍のうわさが広がり、豊岡市や福知山市の会員も増えました。

雅楽を広く知ってもらおうと、様々なイベントに出演されており、昨年度は、但馬食文化まつりや愛宕神社松明まつりまた枚田小学校でも演奏され、独特な音色が織り成す幻想的な音楽が好評です。

楽長の池口勉(枚田岡区)さんは「音楽を通して交流が広がりたくさんの知り合いができました。これからも伝統文化の継承を含めて色々な行事に参加していきたいです」と話されていました。

このコーナーで紹介する人やグループや団体を募集しています。

■問い合わせ先 市役所情報政策課 ☎672-6111

いきいきく市内で活躍する元気な人、グループを紹介！

朝来市の数字

その11 最高気温(平成21年)

あれこれ

34.7℃

(平成22年版消防年報)

平成21年の最高気温は8月18日の34.7℃。朝来市が誕生してからの5年間で見てみると、平成19年8月15日に記録した36.5℃です。

もうすぐ夏本番。海や山などレジャーで外出する予定の人も多いはず。熱中症は7月下旬から8月上旬に特に多く起こります。体を暑さに徐々に慣らしていくことが予防策の1つだそうです。休憩と水分をしっかりとるなど熱中症には十分気をつけましょう。

最高気温		
年	温度	観測日
平成17年	35.7℃	6月25日、8月4日
平成18年	36.4℃	8月6日
平成19年	36.5℃	8月15日
平成20年	36.3℃	8月11日
平成21年	34.7℃	8月18日

観測場所:市消防本部

自然学校の地引網を取材するため、香美町の三田浜に行ってきました。海開きの砂浜では、ゆつたりとした時間が流れ、波の音や潮風が心地よくつろぎを与えてくれました。▼昨今、パソコンなどは速さによって付加価値が主張され、インターネットで様々な情報を素早く入手でき、現代社会ではなくてはならないものになってきています。『便利』という世の中ですが、一方で「スロウライフ」という考え方も話題になっていいます。▼今後はますます便利になるインターネットですが、いつのまにか自然とまったく無縁の毎日、快適なものとならないように、少し立ち止まって自然と対話していきたいですね。

編集後記