

# ともしす報広

9

長月  
第236号



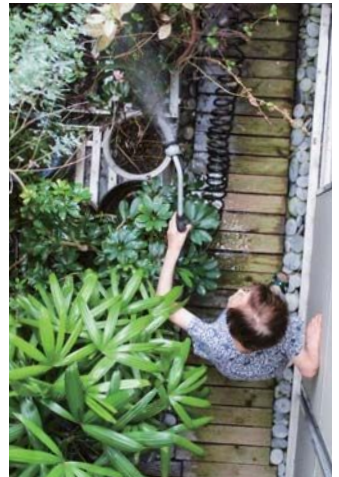
洲本市制施行



特集 認知症の母と私が過ごした時間

ピックアップ 水曜どうでしょうキャラバン2025洲本





山田さんが素枝子さんとの暮らしをまとめた「最後の食事 母の介護と食事づくり。2018-2023」。写真は同書から抜粋(山田さん提供)。

# 認知症の母と私が

## 過ごした時間

認知症を患う母に作った料理と母の晩年を記録した1冊の本。著者である山田宗宏さんにその本に込めた想いを尋ねました。超高齢社会の今、認知症家族を支えることについて考えます。

問 地域包括支援センター ☎ 26-33120

### 食事が母とのコミュニケーション

本町8丁目商店街でアトリエを運営するアートディレクターの山田宗宏さんが、今年春に、認知症を患う母素枝子さんの5年にわたる介護生活を、料理日記としてまとめた1冊の本を自費出版しました。認知症で料理ができなくなった素枝子さんのために山田さんが作った料理や、素枝子さんのその日の様子がつづられています。「母を想って料理をする。食事は、母が一番興味を示



山田 宗宏 さん

してくれる場所で時間でした。私にとっても母に直接働きかけられる喜びがありました。食事がコミュニケーションでもあったんです」と山田さんは振り返ります。介護生活が始まったばかりの頃は、素枝子さんが山田さんの料理を手伝うこともあったそう。しかし、症



本町8丁目商店街で山田さんの両親が営んでいた薬局。今は山田さんがアトリエとして活用しようと改装中。





状が進み、それも少しずつ難しくなります。「認知症で、段取りや手順というのが難しくなる。母もそうだったのですね」。

## 認知症は進む

1日の中で、ぼんやりする時間が増えていきます。食事中に寝てしまうことや朝起きてこない日もありました。「そうした頻度が増えていく。毎朝、しゃんとしていた母を見ていた私にとって、ショックが大きかった」と当時を思い起こします。

初めての介護。自信のない中で、ひとりで抱え込まないようという人々に相談しました。家族にも支えられていましたが、素枝子さんの症状がさらに進んだことで、山田さんは体調を崩してしまいます。そのことをきっかけに、素枝子さんは介護付き老人ホームで生活を送ることになります。それから9カ月後に素枝子さんは息を引き取りました。

## 母、これで許してね

素枝子さんの5年を本にまとめることを決めたのは、素枝子さんが亡くなった半年ほどが過ぎた頃でした。「生命力が落ちていく母に不思議と人間らしさを感じ、残したいって、思ったんです。介護を体験した話ってみんなあまりしないけれど、この本を見てもらえたら一緒に話せるんじゃないかって、勇気付けや助けになるんじゃないかって思っただけです」。

一方で、素枝子さんへの申し訳なさもあったそう。「私のエゴで、落ちていく姿をみんなに見せるのは悪いなって、だから最後にしっかりしていた頃の写真を載せたんです。母、これで許してねって」。



本の最後を飾った  
素枝子さん



素枝子さんとの長くも短い時間を写真を撮って記録していた山田さん。



## 認知症は誰もがなり得る 早期発見と 早期対応が大切

木村 一郎 医師 認知症サポート医・認知症初期集中支援チーム員

**高齢者の  
4人に1人が  
認知機能に課題あり**

認知症は、さまざまな原因により、脳の神経細胞の働きが徐々に悪化し、記憶力や判断力といった認知機能が低下することで、日常生活や社会生活に支障をきたしている状態です。認知症には種類があり、症状の進み方や原因は種類によってさまざまです。

65歳以上の高齢者のうち4人に1人が認知機能に関わる症状があると言われています。今や認知症は誰にもなり得る病気です。

**進行を緩やかにする  
新薬の登場**

近年研究が進み、アルツハイマー型の認知症に効果を発揮する新薬が登場しました。認知症のうち7割を占めるのはアルツハイマー型です。アルツハイマー型は、脳

内に蓄積された老廃物(アミロイドβ)によって、神経細胞が破壊され、脳が委縮し、発症します。新薬はその老廃物を洗い流すような効果があり、症状の進行を緩やかにするというものです。

しかし、いくつか課題もあります。その一つが、副作用にすぐさま対応できる医療体制の確保が必要とされるため、治療を受けられる医療機関が限られることです。淡路島でも新薬を用いた治療は始まっています。今後徐々に広がっていくことが期待されます。

**早期発見・早期対応で  
その人らしい生活を**

新薬が登場しましたが、認知症にとって一番大切なのは、やはり早期発見・早期対応だと言えるでしょう。早期発見・早期対応ができれば、症状の進行を緩やかにでき、その人らしい生活を長く送れる可能性が高くなります。

## 認知症について正しい理解を



地域包括支援センター  
岡田 香苗 保健師

地域包括支援センターでは認知症に関するだけでなく、高齢者の皆さんのさまざまな相談を受け付けています。

症状が進行した人の介護を家族だけで乗り切れることは、どうしても難しいものです。肉体的にも精神的にも負担がかかります。しかし、自分たちだけで抱え込んでしまい、限界を迎える人が多くいます。

その背景には、いまだ認知症への正しい理解が不十分だということがあります。かつて認知症は「痴呆症」と呼ばれ、認知症患者への差別や偏見を生みました。今でも症状が進んだ人を「ボケた」と言ってしまう人もいないのでしょうか。こうしたネガティブなイメージが認知症患者やその家族を苦しめています。認知症

であることを受け止めきれず、不安を抱えたまま生活を送っている人がいます。家族に認知症患者がいることを「恥ずかしい」と感じ、誰にも相談できずにいる人もいます。そうして医療や支援につながらないまま症状が進行し、本人もその家族も立ち行かなくなってしまうのです。

認知症は脳の病気で、恥ずかしいものではありません。少しでも異変や不安を感じたら、相談してください。早めの相談が、本人の自分らしい暮らしにつながり、その後の家族の負担を軽くすることにつながります。





## 認知症初期集中支援チーム

認知症を患う人の中で、家庭や地域などさまざまな事情で特に課題の多い人について、経験豊かな医療・介護の専門家たちが、支援の方向性を検討しサポートしています。

### 家族や周囲の 気付きが大切

また、認知症ではない病気で、認知症に似た症状が出ることもあります。そうした病気であれば治療できますし、放置すれば悪化してしまう恐れもあります。そういった面でも早期対応が大切です。

認知症は、加齢による認知機能の衰えとの判別が難しいため、相談が遅れることがあります。例えば、忘れたことを自覚できるのは物忘れ、忘れたことさえ気付いていないのが認知症です。

本人は認知症だと自覚することが難しいので、家族が異変に気付いて診察につなげることがほとんどです。高齢者人口は、今後も増加が見込まれています。そのため家族や周囲の見守りがますます重要になります。

昔に比べ、認知症についての理解は進んでいるものの、診断を受けた本人やその家族は、非常にショックを受け

ています。やはり、根本的な治療法が確立されていないことや、その後の生活への不安が背景にあるためだと考えられます。

認知症になっても、家族や地域の理解・協力を得ながら生き生きと暮らしている人もいます。認知症は、高血圧や糖尿病のような誰もがなるものだと捉えることが大切です。

### 認知症予防は今から

認知症にならない予防方法はまだ確立されていません。認知症は生活習慣病とつながりがあると考えられるため、食生活や生活習慣を今から見直せば、なるのを遅らせる、なつても進行を穏やかにする予防につながります。

認知症は発症する20～25年前から始まっているとも言われます。認知症予防を始めるのは今が一番早いと考え、取り組んでみてはいかがでしょうか。



夫が認知症に  
上野 孝子 さん

誰かに話すことで楽になると、認知症を支える家族の会「ごしきの会」に参加しています。

## まさか夫が 理解足らず

夫が認知症になり、今は病院に入院しています。入院するより3年ほど前に、娘が夫の言動を見て認知症を疑っていました。病院へ連れていくことをすすめられましたが、まさか夫が…と半信半疑で連れて行くことはありませんでした。夫との関わり方に悩んでいた時に、「ごしきの会」という認知症を支える家族の会に参加しました。そこで認知症について学び、夫が認知症だと気付くことができました。病院へ一緒に行き、夫は認知症と診断を受けました。

ところが、その時もまだ私は誤った認識を持っていました。時々、夫の症状が軽く

なることもあり、いつか認知症は治るものだと思っていたのです。しかし、そんなことはありませんでした。何とかすると夫を見守ってきましたが、徐々に言動が強くなり、私にはどうにもできなくなってしまい、公的機関を頼りました。

今年で結婚生活50周年なんです。夫が入院するとなった時、安心したのも本音です。でも少し寂しさを感じているのも本音なんです。

今もごしきの会に参加しています。自分の悩みを打ち明け、誰かの悩みに共感することで、心が楽になるんです。



山田宗宏さん インタビュー

# 母との暮らし 正解分からず苦悩

## 感謝を伝えたくて

母との時間を本にした理由に、母に関わってくれた人たちに感謝を伝えたいという気持ちもありました。完成した本を贈ると、喜んでくれたり、私の料理に驚く人もいたり。勝手に作って渡したものだから、あまり読まない人もいたかもしれない。それでも、母を通じたコミュニケーションが生まれて、良かったなと思います。

## 介護の難しさ

生活が介護だけになってしまうと、心が疲れてしまう。だから私にとって料理の時間は「逃げる時間」でもあったんです。他にも、絵を描いたり、音楽を聴いたり、映画を観たりしました。そうしないと心が壊れてしまうんですよ、みんなね。でも、どうしても、何かに、誰かに頼れなくて、そうやってしまう人もいます。誰かに相談することも、



介護生活に孤独を感じた時に親しくなったという向かいの猫を描いた山田さんの作品。

介護サービスをうまく活用すること大切なんだと思います。私はすぐ助かりました。認知症の家族を介護すると、その人のためにとって行動や判断は正しかったのか、ずっと悩むんですよ。いつまでも分からないまま。介護が終わっても不安や後悔が残るんです。経験した人はみんな残っていると思いますよ。

介護は、自分の時間やライフスタイルを変えることも大変ですが、親族間で介護への思いや関わり方に違いがあつて、温度差が出てしまうのも、「目に見えない介護の大変さ」を生んでしまう要因なんだろうね。分かっている私にはど

うしようもできなくて、それが辛かったですね。みんな余裕がないんでしょうね。

それでも私は恵まれていた方なんです。母に関わってくれたケアマネージャーさんやヘルパーさん、看護師さんたちがとても理解のある人たちで、私の悩みにも耳を傾け、一緒になって考えてくれました。そして何より、母が長く健康でいてくれたこと。おかげで私も仕事や子育てが一段落して、動ける年齢でした。成熟もしているし、受け止める時間もあつた。若い頃だと、こうはいかなかったでしょうね。長生きは子にとっていいものだなって思えました。

## 親が残してくれたもの

母の認知症が進んだのは生活に「張り合い」がなくなったからかなと思います。両親は長年薬局を営んでいたのだけど、父が亡くなり、畳むことになって。薬剤師であつた

### 地域包括支援センターは高齢者の人が利用できる総合相談窓口です

地域包括支援センターは、物忘れが気になる人向けの相談や生活上のさまざまな困りごとを相談でき、必要な支援やサービスにつなげています。市内在住の65歳以上の人であれば誰でも利用可能です。本人だけでなく、家族の人や、地域の皆さんからの心配事も相談できます。

相談内容によって、保健師や社会福祉士、主任ケアマネージャーなどが専門性を生かし、対応しています。お気軽に相談してください。

 地域包括支援センター

 26-3120



詳細はこちら



春には素枝子さんとの生活の中で制作した作品の個展を東京で開きました。  
「多くの人が来てくれて母も喜んでくれた気がする」と山田さんは言います。

今思えば、認知症の母との時間は得がたい経験でした。母は、症状が進み、記憶も言葉もあいまいになつて、幼子のようにご飯を食べながら机で寝ている。そんな母のことを我が子を見るような眼差しで、子である私が見ているんです。その時間は、母が子である私にしてくれたように、無償の愛を確認する時間だったのかもしれませんが、でも、介護している間はそんな貴重なことさえも、気付ける余裕がなかったんですね。

### 無償の愛を確認する時間

母は仕事に真面目で、趣味もなかったから、日々をどう過ごしていいか分からなくなったのでしょうか。そういう母を見て、張り合いを持つ大切さを感じました。数年前から油絵を描くようになりました。実家を整理していて、油絵を描いていた父の画材が残っているのをずっと気にしていたんです。それを使ったら、とてもいいんですよ。続けたら、元気でいられるかもって期待しているんです。家族のためにも、長くできるといいなと思っています。

## 介護に関する入門的研修

日常に役立つ介護の知識や技術、制度、認知症の基本的な知識が学べます。

日 時 10月5日(日)・19日(日)・26日(日)  
いずれも午前9時～午後5時30分

場 所 やまて会館

定 員 20人(先着順) 参加費 無料

申 込 詳細はHPを確認してください

### 内 容

1日目 介護保険の使い方、介護の基本 など

2日目 認知症について、  
介護の時の体の使い方 など

3日目 お互いを守る介護のヒント など

申・問 (株)シニアスタイル

☎06-6480-5572



詳細は  
こちら



## 水曜どうでしょう

### キャラバン2025 洲本

市制施行20周年記念イベント「水曜どうでしょうキャラバン2025 洲本」がいよいよ開催されます。淡路島で初開催となるこの機会に、これまで体験したことのない世界観に触れてみては、どうでしょう？

**開催日** 10月5日(日)

**時間** 午前10時～午後5時

**場所** ウェルネスパーク五色

**入場料** 無料

※駐車場の利用については、HPを確認してください。

#### 内容

○ステージイベント

○番組グッズの販売

○飲食、物販・物産PR  
ブース など



詳細はこちら

問 水曜どうでしょうキャラ

バンすもと実行委員会事

務局(企画課内)

☎ 24-7614

**激的健康 洲本市編**

今年のはじめは、遠征となった藤村D  
そして水曜どうでしょう藩士の皆様と共に

**どうでしょうキャラバン2025**  
10/5 SUN 10:00~17:00  
ウェルネスパーク五色 芝生広場  
(高須町公民館 隣接公園)  
※雨天決行  
※駐車場は無料です。  
※入場料は無料です。  
※グッズは別途販売します。  
※詳しくは  
会場情報サイトで  
ご確認ください。

入場無料  
(雨天決行)

20th  
周年  
記念  
イベント

お問い合わせ先 洲本市役所総務課：0799-24-7614 09:00~17:00 (土日祝祭日)  
※携帯電話より：http://www.city.asahi.lg.jp/ 0799-24-7614  
※ウェブページより：http://www.doubousha.jp/

協賛：朝日新聞 日本放送 NHK BS11 FUSO UCC

## LINK UP X

### 阪神タイガース野球教室



申込方法など  
詳細はこちら

プロ野球で活躍中の近本選手が理事を務めるLINK UPが、阪神タイガースと共催で野球教室を開催します。

**日時** 10月25日(土)

午前10時30分～正午

**場所** 三原健康広場  
(南あわじ市)

#### 対象者

年中児～小学校2年生

**定員** 100人(先着順)

※午後から野球チーム所属の  
小学校3～6年生を対象に  
教室を開催。詳細は所属  
チームに確認してください。

9月20日(土)正午～  
10月5日(日)

問 生涯学習課

☎ 24-7632

**費用** 無料

**申込方法** Web申込

**応募期間**

## 市長・市議会議員選挙

**投票日は令和8年3月8日(日)**

任期満了に伴う市長・市  
議会議員選挙の日程が次の  
とおり決まりました。

**告示日** 3月1日(日)

**投票日** 3月8日(日)

私たちの代表を決める大  
切な選挙です。投票を棄権  
することなく、必ず選挙に  
行きましょう。



問 選挙管理委員会事務局

☎ 22-1314

夢あるくらしのパートナー



# 淡陽信用組合

理事長 太田 光彦

広告

## 第78回淡路島まつり 花火大会

淡路島まつり花火大会を開催します。秋の夜空を彩る大輪の花火を楽しんでください。

**開催日** 11月9日(日)

**時間**

午後6時～午後6時30分

**場所** 大浜公園

**有料観覧エリア**

大浜公園内に、事前予約制の有料観覧エリアを設けます。

**料金**

市民 1500円

市民以外 3千円



**ボランティア募集**

有料観覧エリアの運営ボランティアを募集しています。詳細はHPを確認してください。

**公式駐車場**

公式駐車場は事前予約制(有料)です。予約なしでは駐車できないので、注意してください。

**クラウドファンディング**

淡路島まつり実行委員会では、花火大会の開催に向け、クラウドファンディングを実施しています。皆さんの応援をお待ちしています。

**実施期間** 10月20日(月)まで



詳細はこちら

**申・問** 同実行委員会事務局

(商工観光課)

☎ 24-7613

## リサイクルポイントをリニューアル

資源物を回収施設に持ち込むことで貯まる「リサイクルポイント」がリニューアルします。紙のポイントカードから、スマホアプリを利用することで電子化し、さらに手軽になります。リサイクルでごみの減量化に取り組みながらポイントを貯めてみませんか。

**リニューアル実施日**

令和8年1月1日(木)

**リニューアル後の運用**

○洲本市地域ポイントアプリ「スモチー」を活用

※スモチーの利用には登録が必要です。

○ポイント付与は、洲本ストックヤードと五色ストックヤードの2カ所で行われます。

○ポイント付与施設に、資源物を持ち込むと、10ポイントを付与(1日10ポイントまで)

○300ポイント貯めると、景品の3000円のクオカードペイと交換可能

○景品との交換は、スモチーより申し込み

**今までのポイントについて**

リニューアル実施時点で紙のポイントカードに貯まっているポイントは、電子ポイントに交換します。

**交換場所**

生活環境課

**交換期間**

令和8年1月7日(水)～

3月31日(火)

**必要なもの**

紙のポイントカード、スマートフォン

※詳細はHPを確認してください。



スモチーの登録はこちら



詳細はこちら

**問** 生活環境課

☎ 24-7607

### 個人委託 水道検針員を募集します！

**特徴**

- 幅広い年齢層の方が勤務されています。
- 研修制度充実。未経験者でも安心。
- 子育て期間でのお小遣い稼ぎができます。
- 勤務時間はフレックス
- 検針期間内(3日～11日)で、勤務日を調整できます。

 **フジ地中情報株式会社**

〒656-8686 洲本市本町3丁目4-10 洲本市役所2F

TEL **080-3698-8112** (平日8:30～17:30)

担当/しおの・つやま

**Wワーク・扶養内の勤務OK  
年金が減額されない範囲の勤務OK  
1件ごとの出来高制です。**

★まずは、お気軽にお電話ください。

広告



すもとのお知らせ  
information

## 税金

## 市税の申告について

令和6年中の収入について、申告をしていない人は、令和7年度市・県民税申告書の提出をお願いします。

## ▼申告がない場合

○国民健康保険税などは、前年の所得を基に計算されます。所得の申告がなければ、保険税などの減額が受けられない、または病院での自己負担額が高くなる場合があります。

○課税証明書が発行できません。

※前年中の収入が無かった場合でも申告は必要です。

## ▼申告書の配布場所

## 問 税務課

☎ 24-7603

○税務課（本庁舎）  
○地域生活課（五色庁舎）  
○由良支所

## 納付書様式を変更します

市税の一部納付書の様式を変更します。従来様式の納付書も引き続き利用できます。

## 問 収納対策課

☎ 24-7604



詳細はこちら

## 保険・年金

## 扶養親族等申告書の提出をお忘れなく

9月10日(水)より順次、日本年金機構から次の対象者へ、令和8年分扶養親族等申告書を送付します。

## ▼提出期限

10月31日(金)

## ▼送付対象者

老齢または退職を支給事由としている年金の支給額が、左記に該当する人

▽65歳未満 108万円以上  
▽65歳以上 158万円以上

## ▼記入の注意点

前年の申告から変更がない人は「前年から変更なし」に○を、変更がある人は「前

## ■人の動き

人口 40,416 (−41)  
男 19,331 (−19)  
女 21,085 (−22)  
世帯 20,455 (±0)

令和7年9月1日現在／( )内は前月比

## ■納期のお知らせ

▽市・県民税・森林環境税  
第2期

納期限：9月30日(火)

▽国民健康保険税 第3期

納期限：9月25日(木)

## ■広報すもとが

いつでもどこでも読める

マチイロ



アプリをダウンロードするとスマホに広報紙が届きます。

ホームページ



毎月15日更新  
バックナンバーもいつでも読めます。

## ■ふるさと納税問題

温泉利用券などの債務残高

▽令和7年7月末時点

1億1281万1千円

(−7054万1千円)

( )内は前回比



債務残高の詳細はこちら

全国対応  
見直し無料  
24時間  
対応

# 墓じまい

墓じまい本舗® 淡路島店

無料でパンフレットをお送りします

## 0120-88-0734

広告

## 健康・福祉

### GENKIすもっと フィットネス体験会

音楽に合わせて動くリズム体操と、家でもできるピラティスで、体を動かしてみませんか。運動が苦手な人でも安心して参加できます。

▼日時 10月9日(木)

午後1時30分～午後3時30分

▼場所 文化体育館

▼費用 無料

▼対象 おおむね60歳以上の運動制限のない人

▼定員 40人(先着順)

▼申込方法 電話申込

▼申込期限 10月6日(月)

▼申込 介護福祉課

☎26-0600

### GENKIすもっと サポーター養成講座 参加者募集

「いくつになっても健康で

GENKI(元氣)にすもっ

と(洲本市)に住み続ける」

を目標に、さまざまな健康(介

護予防)についての知識を身

に付けてみませんか。

▼日時 9月26日(金)～12月12

日(金)の毎週金曜(全10回)

午後1時30分～午後3時30分

▼場所 市役所本庁舎

▼費用 無料

▼対象 おおむね60歳以上の人

▼定員 20人(先着順)

▼申込方法 電話申込

▼申込期限 9月22日(月)

▼申込 介護福祉課

☎26-0600

### GENKIすもっと カラダ測定会

自身の体について関心はあ

りますか。野菜の摂取状況が

分かる測定器や骨の強さや肌

年齢・血管年齢を測る機器な

ど、さまざまな測定器を体験

できる測定会を開催します。

また、同会場で、福祉機器の

展示や認知症ケア支援のVR

体験会も行います。

▼日時

9月30日(火)

午後1時～午後3時30分

▼場所 市役所本庁舎

▼費用 無料

▼対象 おおむね60歳以上の人

※申込不要

▼申込 介護福祉課

☎26-0600

### 介護就職面接会 「介護就職デー」

淡路島にある介護関係の企業

が多数参加予定の面接会です。

採用担当者とは直接話すことが

でき、履歴書を持参していれ

ば同時に面接を受けられます。

もちろん、相談だけでも大

丈夫。未経験、無資格の人で

も気軽に参加してください。

▼日時

○11月4日(火)

午前10時～午前11時30分

○11月5日(水)

午前10時～午前11時30分

▼場所 県洲本総合庁舎

▼費用 無料

※事前申込不要

▼申込 ハローワークすもと

☎22-0620

### 「長寿祝金」をお贈りします

長寿をお祝いし、祝金をお

贈りします。対象者(左表)

には、9月下旬に通知書を郵

送します。

| 年 齢                                  | 金 額 |
|--------------------------------------|-----|
| 満88歳<br>昭和11年9月17日<br>～昭和12年9月16日生まれ | 1万円 |
| 満99歳<br>大正14年9月17日<br>～大正15年9月16日生まれ | 2万円 |
| 満100歳以上<br>大正14年9月16日以前生まれ           |     |

▼手続き方法 通知書に同封

の「長寿祝金振込口座届出

書」に記入、押印の上、返信

用封筒で返送してください。

▼申込 介護福祉課

☎26-0600

## 10月の健康教室・相談

### ■こころの相談(予約制)

日時 電話で問い合わせください。

場所 みなと元気館

予約 ☎22-3337

### ■脳いきいき相談(予約制)

日時 電話で問い合わせください。

場所 地域包括支援センター

予約 ☎26-3120

### ■歯科保健相談(予約制)

日時 22日(水)

時間は問い合わせください。

場所 みなと元気館

予約 ☎22-3337

### ■ヘルスアップ教室(予約制)

「自分の食習慣をみる②」

日時 14日(火) 9:30～11:15

15日(水) 13:30～15:15

場所 みなと元気館

予約 ☎22-3337

## 応急診療・小児救急

### ■洲本市応急診療所

場所 みなと元気館1階

問 ☎24-6340(診療時間内のみ)

※予約不要。ただし、高熱などの強い症状がある人は、必ず来所前に電話でご相談ください。

| 受付時間        | 日・祝等 | 月～土 |
|-------------|------|-----|
| 9:00～11:30  | ◎    | △   |
| 13:00～16:30 | ◎    | △   |
| 18:00～21:30 | ○    | ○   |

○印：開業日

◎印：内科と小児科の二診体制

### ■小児夜間救急電話センター

受付時間 22:00～翌朝6:00

(診療窓口受付は5:40まで)

問 ☎44-3799(対象は中学生まで)

※話し中の場合は、時間をおいておかけ直してください。

※通話は、お客様対応の品質向上のために録音させていただきます。

## 救急安心センターひょうご

### ■#7119

救急車を呼ぶべきか病院へ行くべきか迷った場合に看護師などから電話でアドバイスを受けられます。24時間365日対応。

☎#7119

(直通 ☎078-331-7119)

※緊急時は迷わず119番へ連絡してください。



## 健康・福祉

### 結核予防週間

9月24日(水)～30日(火)は結核予防週間です。

次の症状が長引く場合には、医療機関で胸部エックス線や痰の検査を受けましょう。

○咳や痰が2週間以上続く

○急な体重減少

○発熱、寝汗

○食欲不振 など

問 洲本健康福祉事務所

☎ 26-2062

### 高齢者の皆さんへ

### インフルエンザワクチン

### 新型コロナウイルス

### 定期接種が始まります

#### ▼対象

本市に住民票がある、次のいずれかに該当する人

○接種日時点、65歳以上

○接種日時点、60歳以上65

歳未満で、心臓、腎臓、

呼吸器の機能に一定の障

害がある。またはヒト免

疫不全ウイルスによる免

疫機能に障害がある(身

体障害者手帳1級相当)

### インフルエンザワクチン

▼自己負担金

1500円

▼実施期間

10月1日(水)～

令和8年1月31日(土)

### 新型コロナウイルス

▼自己負担金

5千円

▼実施期間

10月1日(水)～

令和8年3月31日(火)

※接種場所など詳細は、HP

を確認もしくは問い合わせ

インフルエンザ  
ワクチンの  
詳細はこちら

新型コロナウイルスの  
詳細はこちら

問 健康増進課

☎ 22-3337

### 聴こえの市民講座

年齢を重ねるにつれて聴力

が低下し、難聴になる場合が

あります。聴こえについての

理解を深め、暮らしやすい生

活環境を一緒に考えてみませ

んか。

▼日時 10月3日(金)

午後2時～午後3時30分

▼場所 五色中央公民館

▼参加費 無料

▼対象 難聴に関心のある人

理解を深めたい人

▼定員 30人

▼申込方法 電話または左記

二次元コードから申し込み

▼申込期限

10月1日(水)



申し込みはこちら

申・問 介護福祉課

☎ 26-0600

### 介護予防元気はつらつ教室

### 会場変更のお知らせ

毎月第1木曜日(祝日の場

合は第2木曜日)の開催場所

が、市役所本庁舎から、やま

て会館に変更となりました。

問 介護福祉課 ☎ 26-0600

## 献血

▼日時

10月15日(水)

午前10時～午後3時30分

▼場所

文化体育館

問 健康増進課 ☎ 22-3337

## お知らせ

### 「法の日」無料相談会

司法書士、土地家屋調査士、

行政書士による無料合同相談

会を実施します(予約不要)。

▼日時 10月2日(木)

午前9時～正午

※受付は午前11時30分まで

▼場所 市役所本庁舎2階

問 兵庫県司法書士会淡路支部

(担当：福田)

☎ 0799-707263

### マイナンバーカード

### 休日窓口開設について

平日の日中にマイナンバー

カードを受け取れない人は、

左記の休日に受け取れます。

また、カードの申請および電

子証明書更新、暗証番号の初

期化の受付も実施します。休

日窓口は完全予約制です。平

日に電話で予約してください。

▼日程 10月12日(日)

11月9日(日)

12月14日(日)

▼時間 午前9時～正午

▼場所 市民協働課(1階)

申・問 市民協働課

☎ 22-7926

### 大阪湾水先区とは



### 1万屯以上の船舶に 水先人乗船 義務付け(強制) 水域です (123) 広告

法による全国34カ所の水先区のうち 6区ある強制水先区の一つ。万一 海難が発生した場合、海洋汚染・工業地帯への沿岸火災・航路閉塞による港湾機能の喪失等、二次災害を引き起こすおそれのある 危険な水域とされます。他の5区は東京湾・伊勢三河湾・備瀬瀬戸・来島・関門海峡。

当社の役割は 水先船を操船し 大阪湾に出入りする本船を紀伊水道の「友ヶ島P.S.」(乗下船場)で待ち受け、水先人の乗下船を支える安全送迎です。24時間体制で 水先船4隻に 船員各2名を配乗、順次 由良瀬戸を 北上・南下する本船に並航しながら ラダー【はしご】をとらえ続けてます。

大阪湾水先区水先人送迎航海(洲本港⇄友ヶ島P.S.) 安全第一

洲本 G 船舶有限会社

## 洲本市地球温暖化対策 実行計画実施状況報告

本市では、地球温暖化の原因となる温室効果ガス(CO<sub>2</sub>)の削減を目指し、令和5年7月に策定した第4期計画に基づき各種取り組みを行っています。地球温暖化への関心を高め、職員一丸で目標達成に向けて取り組み、排出量削減に努めていくこととしています。

皆さんも、職場や家庭での生活を見直し、身近なことから節電対策などの省エネ行動、ごみ減量化への取り組みをお願いします。

▼対象施設  
市が直接管理する施設など(庁舎、学校などの公共施設や車両、機械設備など)

▼計画期間  
令和5年度～令和9年度

▼基準年度(令和4年度)のCO<sub>2</sub>排出量  
2747.8t/CO<sub>2</sub>

▼CO<sub>2</sub>削減目標  
基準年度の排出量に対し10%以上削減

▼令和6年度CO<sub>2</sub>排出状況  
2023.7t/CO<sub>2</sub>  
(基準年度比26.4%減)

▼CO<sub>2</sub>排出量に占める  
電力使用量の割合  
60.8%



詳細はこちら

問 生活環境課 ☎24-7607

## インターネット公売を 行います

市税徴収のため、動産(せり売り方式)および不動産(入札方式)の公売を予定しています。

## 参加申込期間

10月3日(金)午後1時～

21日(火)午後11時

## 入札期間

▽せり売り方式

10月28日(火)午後1時～

30日(木)午後11時

▽入札方式

10月28日(火)午後1時～

11月4日(火)午後1時

※参加申込および入札には、

KS I 官公庁

オークション

のIDが必要です。



詳細はこちら

問 収納対策課 ☎24-7604

## 国勢調査がはじまります

同調査は、5年に一度実施

される日本最大規模の統計調査です。今回は、令和7年10月1日時点で日本に住んでいる全ての人と世帯が対象です。

9月中旬頃から調査員が訪問し、調査書類を配布します。

スマホやパソコンを使用した、簡単で便利なインターネット回答がお勧め

です(郵送での回答も可能です)。



詳細はこちら

問 総務課 ☎22-7067

## 中小企業退職金共済制度

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業のための国の退職金制度です。掛金の一部を国が助成し、掛金は全額非課税です。外部積立型で管理や運用の手間がかかりません。パートタイマーや家族従業員も加入できます。人材の定着にもつながる制度です。



詳細はこちら

問 中小企業退職金共済事業本部

☎03-6907-11234

広告

今日も楽しいおつきあい



# 淡路信用金庫

理事長 田所英司

本店 洲本市宇山  
支店 島内 17店  
神戸市 6店  
明石市 2店  
西宮市 1店



## お知らせ

### 洲本市未来投資推進事業

希望や活気にあふれた本市の将来につながる、自主的な事業や活動を支援します。

#### ▼第2回募集期限

10月31日(金)

#### ▼対象事業

▽町内会などの活動に対する支援事業

(例) 防犯・防災活動、集会所の改修、だんじりやみこしの修繕など、町内会の安全・安心や活性化につながる事業

※その他の事業区分は募集しません。



詳細はこちら

申・問 企画課 ☎ 24-7614

### 消費者力アップ リレーセミナー

消費者問題への関心を高めるため、消費者力アップリレーセミナーを開催します。

#### ▼日時・内容(場所)

○9月30日(火)

午後1時30分～午後3時30分  
サイバー空間の危険から身

を守るために(淡路市役所)

○10月8日(水)

午後1時30分～午後3時30分  
「ぴったリ」が見つかる美容  
広告・化粧品ラベルのトリ  
セツ講座(県洲本総合庁舎)

○11月4日(火)

午後1時30分～午後3時30分  
金融犯罪の手口の対策を事  
例でやさしく解説(南あわ  
じ市役所)

○11月28日(金)

午後1時30分～午後3時30分  
笑って学ぶ!「あの後」の  
現実と今からできる相続の  
準備(県洲本総合庁舎)

#### ▼対象

県内に在住、在勤、在学の人

#### ▼定員 各回40人(先着順)

#### ▼参加費 無料



詳細はこちら

申・問 県民躍動室  
☎ 26-3360

### 洲本市民の警察官賞表 彰式・洲本の安全安心 を守る市民大会

本市と洲本防犯協会、洲本  
警察署は、安全で安心な住み  
やすいまちづくりを目指して

「洲本市民の警察官賞表彰式・

洲本の安全安心を守る市民大  
会」を開催します。来場者全  
員に記念品を配布するほか、  
お楽しみ抽選会も行います。

▼日時 10月23日(木)  
午後1時30分～

▼場所 文化体育館

▼入場料 無料

▼定員 250人

※申込不要

問 秘書広報課 ☎ 26-0175

### ひょうご地域安全 SOSキャッチ電話相談

日常生活の中で、地域の安  
全・安心にかかる異変に気づい  
たら、お気軽に「SOSキャッ  
チ電話相談」に通報・相談し  
てください。専門機関や警察  
などに迅速・適切につなぎ、  
早期の対応を図ります。

#### 問 SOSキャッチ相談

☎ 078-341-1324  
(土・日・祝・12月29日～  
1月3日を除く)

### 全国地域安全運動

「みんなでつくろう  
安全・安心のまち」

毎年10月に、警察・防犯協  
会と市が協力し、地域安全運

動の強化に取り組んでいます。

県内では不審者による子ど  
もへの声かけや付きまとい、  
高齢者の特殊詐欺被害などが  
多く発生しています。

市民の皆さん一人一人が、  
犯罪や事件の被害防止に心が  
けましょう。

#### ▼運動期間

10月11日(土)～20日(月)

問 洲本防犯協会

☎ 23-1925

### 秋の全国交通安全運動

9月21日(日)～30日(火)に、秋  
の全国交通安全運動を実施し  
ます。期間中は、次のことに  
重点を置き運動を展開します。

① 歩行者の安全な道路横断方  
法等の実践と反射材用品や  
明るい目立つ色の衣服等の  
着用促進

② ながらスマホや飲酒運転等  
の根絶と夕暮れ時の早めの  
ライト点灯やハイビームの  
活用促進

③ 自転車・特定小型原動機付  
自転車の交通ルールの理解・  
遵守の徹底とヘルメットの  
着用促進

問 消防防災課 ☎ 24-7623

広告

スマホで観られる住宅展示場!!



# ウチミル!

ログイン・個人情報等不要です。



〒656-0121 兵庫県南あわじ市山添168-5 TEL.0799-45-1323

運営/淡路印刷株

## 家庭用品修理会

家庭にある刃物の研ぎ修繕を行います。物を長く大切に使い続けましょう。

### ▼日時

▽受付

10月3日(金)

午後2時～午後4時

▽返却

10月9日(木)

午後2時～午後4時

▼場所 五色中央公民館

### ▼内容

包丁類、ハサミ類の刃研ぎ  
700円

問 洲本市消費者協会五色支部

☎35-00016

## 洲本市

### デジタル商品券事業

本市では、物価高騰による市民生活への影響の緩和や、材料調達コスト上昇の影響を受ける店舗などを支援するため、今年の冬にデジタル商品券事業を実施します。

### ▼プレミアム付き

デジタル商品券

今年度も、WEBアプリを使ったデジタル商品券事業を実施します。紙媒体の商品券

は発行しません。また、商品券の購入申込には、洲本市地域ポイントアプリ「スモチー」の登録が必要です。

今後、参加店舗の募集や商品券の購入申込受付（10月開始予定）などを順次行います。

詳細が決まり次第、HPや広報紙などでお知らせします。

問 商工観光課 ☎24-7613

### フェニックス共済の出前受付窓口を開設

掛金は年間5千円の少額負担で、全ての自然災害が対象です。建物被害半壊以上で再建すると最大600万円を給付します。給付時は、他の保険に加入していても単独で支払います。

### ▼日時・場所

①10月24日(金)

午前10時～正午

五色庁舎1階

②11月21日(金)

午前9時30分～午後3時

市役所本庁舎1階

### ▼必要なもの

「洲本の広間

銀行の届出印と口座番号、またはクレジットカード

問 福祉課 ☎26-1166

### 「はかりの定期検査」を実施

2年に1回の「特定計量器」の定期検査を実施します。

「特定計量器」とは、取引もしくは証明における計量に使用する「はかり」のことで、「特定計量器」を使用している事業者などは、計量法により定期検査を受検することが義務付けられています。

### ▼検査実施日

11月4日(火)～28日(金)

### ▼指定検査機関

(二社)兵庫県計量協会

※令和5年度に受検した事業者には、検査日の約2週間前にハガキが届きます。受検していない事業者（新たにはかりを購入した事業者を含む）は、問い合わせてください。

問 消費生活センター

☎22-2580



## 募集

### 洲本幼稚園 新入園児

本市在住で、令和8年4月から市立洲本幼稚園に入園を希望する幼児を募集します。

### ▼募集人数

▽5歳児 25人

▽4歳児 25人

▽3歳児 18人

### ▼入園願書受付

▽期間

10月20日(月)～24日(金)

▽時間

午前9時～午後5時

▽手続き方法

入園願書など所定の用紙に必要事項を記入し、幼稚園に提出してください。

### ▼願書の配布場所と配布時期

▽学校教育課 10月14日(火)～

▽洲本幼稚園 10月20日(月)～

### ▼入園料・保育料

無料

問 洲本幼稚園

☎22-1212

▽学校教育課

☎22-6266



詳細はこちら

淡路島のしろあり防除・害虫駆除専門店

**Alice アリス**  
ホームドクター



南あわじ市北阿万筒井76-1

☎0799-55-0800

※お気軽にお問合せ下さい。



しろあり被害・拡大中!!

- ・しろあり
- ・ゴキブリ
- ・ネズミ
- ・ハト
- ・その他害虫
- ・はち
- ・ムカデ
- ・イタチ
- ・コウモリ

全島対応  
いたします



調査・  
見積無料!

広告



## 募集

## 第78回

## 洲本市美術展出品者

▼事前申込期限 10月6日(月)  
▼募集作品  
日本画、洋画(版画)、書、彫塑・工芸、写真

※1人1部門1点  
(自作未発表作品)

## ▼応募資格

満15歳以上(中学生を除く)

## ▼出品料

▽一般 千円

▽学生 無料

## ▼作品の搬入

▽日時 10月19日(日)

午前10時～午後5時

▽場所 文化体育館

## ▼一般公開

## ▼期間

10月30日(木)～11月3日(月祝)

## ▼時間

午前9時30分～午後6時

※最終日は午後4時まで

## ▽場所

文化体育館



詳細はこちら

## 申・問 生涯学習課

☎ 24-7632

## スマートひょうごサポーター養成講座 受講者

スマートフォンでの行政サービス利用などを身近に相談できる人材を養成するため同講座を開催します。

## ▼基本編

▽対象者 県内に在住

▽受講形式 動画視聴 または在勤の人

## ▼実践編

▽対象者 県内に在住または在勤し、修了後に教え合いを広める思いがある人

▽日時 11月26日(水)

午前10時～午後4時

▽場所 文化体育館

※受講料は無料

▽場所 文化体育館



申し込みはこちら

## 申・問 県デジタル戦略課

☎ 078-362-9250

## 第2回

## 淡路島くにうみ講座

## ▼内容

「お気楽園芸のススめ」

～暮らしは楽しい方が良く～

▼講師 杉井 志織 氏

(園芸家)

▼日時 10月4日(土)

午後1時30分～

▼場所 県立淡路夢舞台

国際会議場(淡路市)

▼定員 200人(先着順)

▼参加費 無料



申し込みはこちら

申・問 (財)淡路島くにうみ協会

☎ 24-2001

## 縁結び交流会参加者

独身男女の出会いイベントを開催します。すてきな相手を見つけませんか。

▼日時 10月25日(土)

午後1時～午後4時

▼場所 ウエルネスパーク五色

浜千鳥

▼参加費 1500円

▼対象 25～50歳で、淡路島在住か在勤または淡路島出身の独身者

▼募集人数 男女各12人

▼申込締切 10月3日(金)

▼申込締切 10月3日(金)



申し込みはこちら

申・問 淡路青少年本部

☎ 26-2125

## 県立森林大学校令和8年度入学生

森林林業に関する専門知識を学ぶ2年制の専修学校「県立森林大学校」の新入生を募集します。

▼受験資格 40歳以下(令和8年4月1日時点)で高校を卒業した人(見込み含む)

▼募集定員 20人

## ▼試験日程

① 12月14日(日)

② 令和8年3月15日(日)

▼出願期間

① 11月14日(金)～28日(金)

② 令和8年2月12日(木)～26日(木)

▼場所 ウエルネスパーク五色



詳細はこちら

申・問 県立森林大学校

☎ 0790-72-2700

## 講演会「人生100年時代の健康づくりー骨折予防とフレイル対策のススメー」

骨折を予防する体づくりを

兵庫医科大学永井宏達教授(理学療法士)から学びます。

▼日時 10月9日(木)

午後2時～午後3時45分

▼日時 10月9日(木)

午後2時～午後3時45分

▼場所 文化体育館

▼参加費 無料

▼定員 300人

※午後1時から骨の健康度チェックイベントを開催

▼日時 10月12日(日)

午前10時～午後2時

※雨天時は屋内コーナーのみ

▼場所 やまて会館

▼内容

○健康・福祉コーナー(血管推定年齢などの測定ほか)

○キッズコーナー(木育体験・調剤体験・ステージイベントほか)

○青空コーナー(模擬店・ふるまい・フリーマーケットほか)

問 福祉課 ☎ 26-1166

☎ 26-12036

催し

ふれ愛まつり2025

▼日時 10月12日(日)

午前10時～午後2時

※雨天時は屋内コーナーのみ

▼場所 やまて会館

▼内容

○健康・福祉コーナー(血管推定年齢などの測定ほか)

○キッズコーナー(木育体験・調剤体験・ステージイベントほか)

○青空コーナー(模擬店・ふるまい・フリーマーケットほか)

問 福祉課 ☎ 26-1166

☎ 26-12036

催し

ふれ愛まつり2025

▼日時 10月12日(日)

午前10時～午後2時

※雨天時は屋内コーナーのみ

▼場所 やまて会館

▼内容

○健康・福祉コーナー(血管推定年齢などの測定ほか)

○キッズコーナー(木育体験・調剤体験・ステージイベントほか)

## 施設

ウエルネスパーク五色

秋のふれあい青空市

ステージショーやフリーマーケットなど、家族で楽しめるイベントです。

▼日程 10月26日(日)

問 ウエルネスパーク五色

☎33-1600



夢工房体験メニューはこちら

## おめでとう

高齢者叙勲  
瑞宝双光章

【郵便事業功労】

元・特定郵便局長  
平野 俊和さん



IPF2025世界クラシック・エキップベンチ

プレス選手権大会

ベンチプレス競技クラシック

部門マスターズI 83kg級

団体戦第2位

個人戦第5位

高木 淳 選手

アジアンアフリカンパシフィックパワーリフ

ティング&ベンチプレス

選手権大会

ベンチプレス競技クラシック

部門マスターズI 83kg級

個人戦第1位

高木 淳 選手

第74回

近畿中学校総合体育大会

ソフトテニス

男子個人戦ベスト8

安乎中学校

ソフトテニス部

樋口 大洋さん

原田 佑也さん

ありがとう

寄付・寄贈

洲本ライオンズクラブ

教育用品

市立中学校5校に教育用品  
計170万円相当を寄贈いただきました。

## 10月の無料相談

■法律相談(予約制) ※年度内で1回限り  
日時 1日(水)、15日(水) 13:15~16:15  
場所 市役所本庁舎2階(受付)  
予約 市民協働課 ☎22-2580

■行政相談  
日時 8日(水) 13:15~15:00  
場所 市役所本庁舎2階(受付)  
問 市民協働課 ☎22-2580

■法律相談(予約制) ※年度内で1回限り  
行政相談

日時 8日(水) 13:30~15:00  
場所 五色中央公民館  
予約 窓口サービス課 ☎33-0161

■消費生活相談  
日時 毎週月~金曜日(祝日を除く)  
8:30~12:00、13:00~17:15  
場所 市役所本庁舎2階  
問 消費生活センター ☎22-2580

■明石年金事務所による年金相談(予約制)  
日時 16日(木) 10:15~15:00  
場所 文化体育館  
予約 明石年金事務所 ☎078-912-4983

■テレビ電話による無料法律相談(予約制)  
日時 毎週木曜日(祝日を除く)  
13:30~15:30  
場所 県洲本総合庁舎  
予約 淡路さわやか県民相談室  
☎0120-36-7830(携帯電話からは☎0799-22-3541へ)

■テレビ電話による無料家事(家庭問題)相談(予約制)  
日時 10日(金)、24日(金) 13:30~16:30  
場所 県洲本総合庁舎  
予約 淡路さわやか県民相談室  
☎0120-36-7830(携帯電話からは☎0799-22-3541へ)

■こころのケア相談(予約制)  
日時 8日(水) 14:00~16:00  
場所 県洲本総合庁舎2階  
予約 洲本健康福祉事務所  
☎26-2060

■教育相談(予約制)  
日時 20日(月) 14:00~16:00  
場所 県洲本総合庁舎1階  
予約 淡路教育事務所 ☎22-4152

■農事相談(地元農業委員を通じて予約)  
日時 10日(金) 13:30~14:30  
場所 市役所本庁舎  
問 農業委員会事務局 ☎24-7628

■建築士事務所協会による  
住宅の耐震相談(予約制)  
日時 22日(水) 13:30~16:00  
場所 県洲本総合庁舎  
予約 長次設計 ☎22-1976

## まちづくりに役立つ ハロウィンジャンボ宝くじ

ハロウィンジャンボ宝くじの収益金は、県内市町のより良いまちづくりに活用されています。収益金は、各都道府県の販売実績などに応じて交付されますので、ぜひ、県内の宝くじ売り場またはインターネットでお買い求めください。

発売期間 9/19(金)~10/19(日)

(公財)兵庫県市町村振興協会 ☎078-954-6020





# 10月のすくすく子育てカレンダー



## ▼みなと元気館 ☎ 22-3337

| 行 事                                                                                                                      | 日                             | 受付時間        | 場 所           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------|---------------|
| 母子健康手帳交付・妊婦相談<br>※母子健康手帳は受付時間外でも交付できます。<br>電話で問い合わせてください。                                                                | 1日(水)、8日(水)、<br>15日(水)、22日(水) | 13:30~14:30 | みなと元気館        |
| 乳幼児すくすく子育て相談<要予約><br>(0カ月~就学前まで)                                                                                         | 10日(金)                        | 9:30~10:30  | みなと元気館        |
| ファミリーくらぶ<br>(妊産婦・0~1歳児まで)<br><br>HPはこちら | 9日(木)                         | 10:00~11:30 | 五色すこやか子育てセンター |
|                                                                                                                          | 21日(火)                        |             | やまて会館         |
|                                                                                                                          | 24日(金)                        | 10:30~12:00 | S BRICK       |
| 発達支援相談<要予約>                                                                                                              | 電話で問い合わせてください                 |             | みなと元気館        |

## ▼洲本図書館 ☎ 22-0712

| 行 事         | 日                 | 時 間    | 対 象          |
|-------------|-------------------|--------|--------------|
| 本の<br>読み聞かせ | 1日(水)<br>18日(土)   | 10:30~ | 0~3歳児<br>妊産婦 |
|             | 11日(土)<br>18日(土)  | 11:00~ | 3~6歳児        |
|             |                   | 11:30~ | 小学生          |
| おりがみ教室      | 4日(土)             | 10:30~ | —            |
| 音読会         | 8日(水)             | 11:00~ | —            |
| 対 面 朗 読     | 電話で問い合わせて<br>ください |        | 目の<br>不自由な人  |

## ▼五色図書館 ☎ 32-1693

| 行 事         | 日               | 時 間    | 対 象   |
|-------------|-----------------|--------|-------|
| 本の<br>読み聞かせ | 9日(木)<br>23日(木) | 10:30~ | 0~3歳児 |
|             | 毎週<br>土曜・日曜     | 10:30~ | 3歳児~  |
| 工作教室        | 19日(日)          | 14:00~ | —     |

- おりがみ教室・音読会・工作教室への参加申込は前日まで(定員あり)。
- 対面朗読は事前に申し込みが必要。

## 子育て コラム

### 「パパもママも

### 『家族みんな』で

### 健康に」

書き手…保健師

子育て中の毎日は、何かと慌ただしく過ぎていきますよね。つい、自分の体のことは後回しになってしまいうという人も多いのではないのでしょうか。でも、子どもの成長を見守っていくためにも、パパやママ自身の健康はとても大切です。

健康は日々の積み重ねです。年に一度は健康診断を受け、自分の体の状態を知ることが大切です。

本市では、パパ・ママの健康を応援する取り組みとして、健診時の託児サービスを実施しています。今年の集団健診は10月まで行っていますので、ぜひ利用してください。

子育て中の人はもちろん、これからパパ・ママになる人も、自分の健康について少し考えてみませんか。

問・相 健康増進課

☎ 22-33337



▲集団健診  
はこちら

令和6年生まれの赤ちゃん大集合

洲本のニュースター



平井 心彩ちゃん R6.7.12生

いつも笑顔をありがとう♡  
(母 怜奈 より)



橋本 向与梨ちゃん R6.8.8生

姉妹でいつまでも仲良くいてね  
(母 栄美 より)



津田 尊音ちゃん R6.8.14生

みーくんがいて世界はカラフル♪  
(母 彩 より)



林 瑠ちゃん R6.7.21生

いっぱい食べていっぱい遊べ。  
(父 崇 より)



菅 湊琴ちゃん R6.7.23生

大きく元気に育ってね!  
(父 賢人 より)

図書  
だより

おすすめの一冊



『子どもたちに大切なことを脳科学が明かしました』

川島 隆太・松崎 泰／編著

科学的な研究結果から、子どもたちの脳にとってプラスになること、マイナスになることが明らかにされています。本書では「読み聞かせは子どもの感情や記憶に関わる脳の部分を刺激する」「親と過ごす時間が長い子は言語能力が高い」などの事実を分かりやすく解説しています。

子どもの健やかな成長のため、日頃の生活や脳の健康について考えるきっかけとなる一冊です。

開館時間

10:00 ~ 18:00

10月のカレンダー

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |



● 洲本図書館休館日  
● 五色図書館休館日

◀ 新着情報はHPで

# 青春の1ページ - 高校生の部活動レポート vol.27 -



洲本実業高校

工作研究部



金属を接合する溶接技術を学び、その技術を生かしたもののづくりを行っている工作研究部。現在、京都大学と共同して、災害時にトイレとしても使用できる多機能パンチの製作に取り組んでいます。

私がお伝えします



2年生  
入江 一輝 さん

あなたの部の「らしさ」は？

授業では学ぶことが難しい溶接技術を身に付けられるのがこの部らしさです。資格取得や溶接技術競技会で上位入賞を目指して、日々練習しています。

溶接には、6千℃を超える高温を用いるため、さまざまな危険が伴います。そのため保護具を着用して、けがや事故がないように安全第一を徹底しています。部室は、学校の一室とは思えない光景が広がっていて、見学に来た人にはよく驚かれます。

あなたの部の「これから」は？

昨年は、洲本高校科学技術部のロケット打ち上げに協力し、ロケットの発射台を製作しました。自分たちの作ったものが役に立ち、誰かの喜びにつながることを学べました。この経験は、僕たちにとって大きな自信につながりました。これからも地域や他の団体と協力しながら、溶接技術を持つ私たちだからこその「ものづくり」を通して、社会に貢献していきたいです。

## 地域おこし通信

### やってみたいが生まれる場所「HOOK」と歩む未来



▲「TAYUTAU」のフレグランススプレー



活動内容は  
こちら

していますので、ぜひ気軽に立ち寄ってみてください。

任期中に力を注いだのが、中川原町の空き家を活用した地域交流拠点「HOOK」の立ち上げです。建物を改修しながらイベントを開催し、地域の交流の場づくりに取り組んできました。建築を学ぶ学生団体「木匠塾」との連携も始まり、どんな活動の幅を広げています。今年の秋冬には、植物から取れる精油を組み合わせて香りを創るフレグランス調香の魅力を発信するブランド「TAYUTAU」のアトリエ兼体験スペースも整備予定です。今後は「好奇心の集積所」として誰かの「やってみたい」を後押しする場に育てていきます。

卒業後もHOOKを拠点に活動



藤田 美沙子  
地域おこし協力隊  
(今年5月で任期終了)





## プレゼントコーナー

アンケートに答えるか、Instagramに投稿すると  
抽選でプレゼントが当たります。



今月の  
プレゼント

### 季節のサンドイッチ2種とドリンクのセット

ニーションワーズ  
24hours

〒656-1344 五色町鳥飼浦1898-2



▲SNSは  
こちら



週に1度だけ開く、ホシノ  
天然酵母の小さなパン屋です。  
ぜひお立ち寄りください。  
パン教室も開講中です。

店主の山崎 陽子さん

プレゼント協賛事業所を募集しています。  
おすすめ商品などを提供してPRしませんか。  
詳しくは 〆 秘書広報課 ☎26-0175



抽選で3人にプレゼント!



## 広報すもとアンケート

①～③の内容に答えてください

- ①今月号でよかった内容を教えてください
- ②取り上げてほしい内容や企画を教えてください
- ③広報に関するご意見などをお聞かせください

ハガキかウェブで、アンケートの答え、  
住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、  
ご応募ください。10月6日(月)必着。

【ハガキ】

〒656-8686 本町三丁目4番10号  
秘書広報課「広報すもとアンケート」

【ウェブ】

回答はこちら▶



## 夏の#sumoto ♥

Instagramに#sumoto ♥ と#夏の思い出 をつけて投稿され  
た写真の中から、イチ押しの写真を紹介します。



◀投稿のテーマは  
広報すもと公式イ  
ンスタをチェック



@tomohiro.0623さん



@kida\_kazuhiroさん



@\_aozorarou\_さん

掲載者の中から1人に抽選で今月のプレゼントが当たります。皆さんの投稿お待ちしております。

8月11日(月・祝)

## 親子で楽しむ 淡路文化史料館 淡路島の歴史と文化を学ぶ



郷土の歴史や文化に親しんでもらおうと、同史料館で夏休みこどもミュージアムデーが開催され、親子連れでにぎわいました。子どもたちは、洲本城や洲本城主脇坂安治の家紋などをかたどった消しゴムハンコを使った自分だけのうちわ作りや、展示されている淡路島の化石にまつわるクイズに答えるクイズツアーなどに参加しました。

ヤマトサウルスのジオラマ作りを体験した仲岡旦陽君は「カッコいいものが作れた」と話しました。

8月15日(金)

## 戦後80年を迎え 洲本市戦没者慰霊祭



終戦記念日のこの日、太平洋戦争戦没者を追悼し、平和を祈念する洲本市戦没者慰霊祭が国瑞彦護国神社で開かれました。国歌斉唱、神事の後、東京都で開かれた全国戦没者追悼式に合わせ、正午に黙とうを捧げ、戦没者の冥福と恒久平和を祈りました。

洲本市遺族会の渡邊美宣会長は「戦争の悲惨さや命の尊さ、平和の大切さを次世代に語り伝えることが遺族の責務です」と述べました。

8月16日(土)・17日(日)

## すもっ子MANABIプロジェクト いどうこんちゅうかん



生きた昆虫に触れられると好評の「いどうこんちゅうかん」が今年も洲本中央公民館で開かれました。ヘラクレスオオカブトやニジイロクワガタなど、約30種の昆虫を間近で観察できると人気で、2日間で約300人の家族連れが参加。会場に設置された大きな蚊帳には、セミやチョウ、トンボなどが放たれ、子どもたちは昆虫との触れ合いを楽しみました。小学校2年生の大岡小都美さんは「アゲハチョウの幼虫に触った。ぷにぷにだったよ」と話しました。

8月20日(水)

## 教えて先輩 無限大塾～最強の勉強法～



京都大学などの大学生による地域創生サークル「S<sup>3</sup> (エスノ3ジョウ)」が、やまて会館で中学生向けに勉強相談イベントを開催し、市内の中学生24人が参加しました。大学生は自身の教材や体験をもとに「勉強は楽しむ」「できる範囲から始めて勉強を習慣化する」「苦手な分野は繰り返しやる」などの学習の工夫を紹介。参加した中学生は「集中力の高め方を教えてもらえたので、今日から実践していきたい」と前向きに話していました。



8月23日(土)・24日(日)

## 作って学べるおもしろ実験 科学のふしぎ三島教室



三島博士顕彰会と東京科学大学の公認サークル ScienceTechno(サイエンステクノ)による同イベントが文化体育館で開催され、延べ57人の小学生が参加しました。23日(土)には、力学について学ぶイナーシャルフラワー作り、24日(日)には工学について学ぶゼンマイカー作りが行われました。1日目に参加した安乎小学校4年生の坂井智春さんは「花が開いているときと閉じているときで、回り方が違うのが面白かった」と話しました。

9月4日(木)

## 自分で作って遊ぶ楽しみ 吹き戻し製作体験



洲本幼稚園の園児18人が、淡路市にある吹き戻しの里で、淡路島の名産品「吹き戻し」の製作を体験しました。園児たちは、作り方の説明を受けた後、それぞれ好きな色や模様の部品を選んで、自分だけの吹き戻しを作っていました。

年長児の古田舶ちゃんは「自分で作って、吹くのが楽しかった。6本作って、オレンジ色が一番好き」と話しました。

9月1日(月)

## 高齢者保健福祉月間 長寿を祝って



長寿のお祝いとして、上崎市長、木戸隆一郎議長、阿萬田美恵子社会福祉協議会会長らが、特別養護老人ホームくにうみの里を訪れました。

上崎市長は「末永くお元気で健やかに過ごしてください」と入所者に祝福の言葉を述べ、各団体からはお祝いの品として食料品や飲料が贈られました。

その後、上崎市長は市内最高齢となる108歳の福島しまゑさんを訪問し、記念品を贈りました。

9月6日(土)

## すもとっ子 MANABI プロジェクト “おやじ”による超花火大会



レプリカ花火玉づくりや手持ち花火などを楽しめる同イベントが五色県民健康村で開かれ、親子連れ約90人が参加しました。このイベントは、子どものために活動する「おやじ」で構成されるグループ「すもとベース」が企画したもので、参加した親子は、おやじ手作りの花火大会を楽しみました。小学校3年生の中野美妃さんは「花火玉づくりが楽しかった。青色と紫色でお花の形を作ったよ」と話しました。





## 編集後記



川井

今年も、淡路島まつりおどりで大会で皆さんが披露した、夏の暑さに負けない熱い踊りを掲載しています。今年はあまり自分の写真が採用されなかつたので、撮り方を改善していきたいと思います。



佐野

高齢の皆さんに混ざって、お手玉を投げて得点を競う「おじやみ投げ」を体験しました。ゲームが始まると皆さんの目が鋭く、見事、猛者にコテンパンにされました。皆さんの雄姿を特集記事に入れられなかったのが心残りです。



森

うだるような暑さの中、浴接作業に集中する高校生の姿に圧倒されました。努力がそのまま形になる面白さと、上達の手応えを語る姿はこの夏の一番の熱さでした。製作中の多機能ベンチの完成が待ち遠しいです。



白水

認知症は、私自身も子どもの頃から関わりがあり、本当に身近なことです。対象の人の接し方、関わり方、またその心情までいろいろとお話を聴けたことは本当にいい経験になりました。ありがとうございました。