

2002.9.15
9
No.458

広報

面積／150.44
木／カシ
花／サルビア

がさい



▲ラジオ体操で健康づくりと世代間交流

繁昌北老人クラブ（菅野とし代表）では、9年間毎日ラジオ体操で健康づくりに励まれています。当初は3人で始まったこのラジオ体操。だんだん人数が増えてきました。夏休みには子どもたちと一緒に体操、同クラブの花壇の世話も手伝います。



特集

10月1日からの医療制度改革 (2～3ページ)

今月の主な内容

●敬老月間…4 ●加西市議会定例会…5 ●金婚夫婦のつどい…6 ●タウンピックアップ…8 ●タウンインフォメーション…12

るとき..... が変わります。

—主な変更—

- ① 3歳未満の乳幼児の医療費の負担が2割になります。
- ② 70歳以上の高齢者の医療費の負担が1割または2割になります。
- ③ 老人保健制度の対象となる年齢が70歳から75歳に変わります。
- ④ 高額医療費の自己負担額が変わります。

※平成15年1月1日から65歳から69歳の老人医療対象者の医療費の負担が1割または2割になります。

自己負担額の見直し

〔現行制度〕			〔改 正〕		
70歳以上	1割		75歳以上	1割（一定以上所得者は2割）	
			70歳以上	1割（一定以上所得者は2割）	
65歳以上	老人医療対象 1割		65歳以上	老人医療対象 1割（一定以上所得者は2割）	
	健康保険 共済組合 本人 2割	家族外来 3割 家族入院 2割		健康保険 共済組合 本人 2割	国保 3割 (退職者2割) 家族入院 2割
			3歳未満	2割	

老人保健負担
 各加入保険者負担

自己負担限度額の見直し（70歳未満の者）（月額）

（医療費の負担が下表の限度額を超えたとき、申請により超えた分の払い戻しが受けられます。）

〔現行制度〕		〔改 正〕	
上位所得者 (月収56万円以上)	121,800円+1% (70,800円)	139,800円+1% (77,700円)	
一般	63,600円+1% (37,200円)	72,300円+1% (40,200円)	
低所得者 (市民税非課税)	35,400円 (24,600円)	35,400円 (24,600円)	

（備 考）

「1%」は、一定の限度額を超える医療費の1% （ ）内の額は、多数該当の場合（4月目以降）。

10月1日からお医者さんにかか あなたの負担

自己負担割合・限度額の見直し（70歳以上の高齢者）（月額）

昭和7年10月1日以降に生まれた方
（平成14年10月1日以降に70歳になる方）

昭和7年9月30日以前に生まれた方
（平成14年10月1日より前に70歳になっている方）

健康保険・共済保険・国保で医療を受けます。
（必要なもの）
お医者さんの窓口での負担の割合を示した証明書、保険証

老人保健で医療を受けます。
（必要なもの）
新しい医療受給者証（以前のものは使えません。）保険証、健康手帳

一定以上の所得がある方
現役世代の平均的収入以上の所得がある方（課税所得が年額124万円以上の方とその世帯に属する方）

単独世帯の場合
（年金及び給与収入があるとき）
年収450万円以上
夫婦2人世帯の場合
（年金および給与収入があるとき）
年収637万円以上

一般の方

低所得の方（市民税非課税世帯等の方）

Ⅱ
世帯員全員が市民税非課税の方

単独世帯の場合
（年金収入のみのとき）
年収約267万円以下

Ⅰ
世帯員全員が市民税非課税であって世帯の所得が一定基準以下の方

単独世帯の場合
（年金収入のみのとき）
年収約65万円以下
夫婦2人世帯の場合
（年金収入のみのとき）
年収約130万円以下

2割

1割

1割

（医療費の負担が下表の限度額を超えたとき、申請により超えた分の払い戻しが受けられます。）

〔現行制度〕

		外 来	入 院
低所得者	一般	病床200床以上 5,300円/月 病床200床未満 3,200円/月 定額制の診療所 850円/月4回 訪問看護 ステーション 3,200円/月 640円/月5回	37,200円
	市民税非課税		24,600円
	老齢福祉年金受給者		15,000円

〔改 正〕

		自己負担限度額 外来（個人ごと） 外来＋入院（世帯単位）
低所得者	一定以上所得者	40,200円 72,300円＋1% （40,200円）
	一般	12,000円 40,200円
	Ⅱ	8,000円 24,600円
	Ⅰ	15,000円

いつまでもお元気で

— 最高齢者訪問・敬老会・ふるさと福祉事業 —



男子最高齢者 十河好夫さん
(満101歳・南町)



市内最高齢者 藤井かねさん
(満104歳・第二サルビア荘)

を表敬訪問する柏原市長

加西市では、9月の敬老月間に多彩な催しを実施して、高齢者の方々のこれまでのご労苦をねぎらい、長寿をお祝いしています。

その他の市内 100歳以上の方々

上村 榮太郎さん
(100歳・第二サルビア荘)

柏原 のぶさん
(104歳・東剣坂町)

山下 ヒサエさん
(102歳・畑町)

河合 とみさん
(101歳・田原町)

藤岡 ちわささん
(100歳・畑町)

常峰 とよさん
(100歳・小印南町)

三枝 とらゑさん
(100歳・第二サルビア荘)

市長らが 最高齢者を表敬訪問

8月28日(水)、柏原市長が市内にお住まいの最高齢者藤井かねさん(104歳・第二サルビア荘)と男子最高齢者の十河好夫さん(100歳・南町)を表敬訪問し、長寿をお祝いしました。

また、お二人以外の百歳以上(9月30日現在)の方々は、同日後藤助役らが表敬訪問し長寿をお祝いしました。

身近な高齢者を みんなでお祝い

従来の敬老会にかわって市内全地区で地域単位での心のこもったお祝い会「高齢者あったか推進のつどい」が開催されます。お孫さんたちも加

芝居とお風呂は 大人気

敬老月間の9月中、健康福祉会館ホールで芝居公演が入場無料で行われています。また65歳以上の方を対象に浴場の無料開放も行っており、市内の老人クラブをはじめ、多くの市外の方の利用もあって福祉会館は連日の大盛況です。





● 本会議で議案を説明する柏原市長

第191回

市議会定例会開催

条例の改正など二十五議案を審議

第191回加西市議会定例会が、9月2日(月)から20日(金)までの日程で行われています。主な議案は次のとおりです。

主な議案

報告 3件

- 平成14年度加西市水道事業会計補正予算(第1号)
- 平成14年度加西市下水道事業会計補正予算(第1号)
- 加西市税条例の一部を改正する条例の制定

条例関係 8件

- 加西市立地区集会施設の設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例の制定
- 加西市国民健康保険条例の一部を改正する条例の制定
- 加西市福祉医療費助成条例の一部を改正する条例の制定
- 加西市消防団員等公務災害補償条例の一部を改正する条例の制定
- 加西市非常勤消防団員に係る退職報償金の支給に関する条例の一部を改正する条例の制定
- 加西市消防団条例の一部を改正する条例の制定
- 加西市火災予防条例の一部を改正する条例の制定
- 北播肢体不自由児機能回復訓練施設事務組合わかあゆ事件決議 6件

園規約の一部を改正する規約

○農作物共済の無事戻し金の交付

○畑作物共済の無事戻し金の交付

○園芸施設共済の無事戻し金の交付

○農業共済事業会計特別積立金の取崩し

○公営住宅整備事業吉野団地第1期建設工事請負契約の締結

予算関係 2件

○平成14年度加西市一般会計補正予算(第1号)

○平成14年度加西市介護保険特別会計補正予算(第1号)

決算関係 6件

○平成13年度加西市一般会計の決算認定

○平成13年度加西市特別会計の決算認定

○平成13年度加西市農業共済事業会計の決算認定

○平成13年度加西市水道事業会計の決算認定

○平成13年度加西市病院事業会計の決算認定

市議会からのお知らせ

「市民と市議会議員の懇談会」参加者募集

加西市は、今年4月に「市民参画都市宣言」を行い、市民と行政が一体となったまちづくりを推進しています。市議会でも、市民の声を直接議会へ届ける機会として、「市民と市議会議員の懇談会」が開催されます。

加西市は、今年4月に「市民参画都市宣言」を行い、市民と行政が一体となったまちづくりを推進しています。市議会でも、市民の声を直接議会へ届ける機会として、「市民と市議会議員の懇談会」が開催されます。

日時 10月26日(土) 午前10時～12時

場所 市役所議会議棟 2階議員協議会室

募集人数 20名程度(市内に在住または通学・勤務している)

締切 9月30日(月)

市制35周年記念事業

「2002かさい健康福祉まつり」のお知らせ

①介護予防について学び、②元気になる話を聞き、③体力チェック&体操で楽しい一日をすごしましょう。

シヨン 寸劇「介護予防はみんなの問題ーあたたか家の人々ー」

日時 11月16日(土)午前9時30分～午後4時30分

講演 水戸黄門でおなじみの「うっかり八兵衛」の元氣になる話 高橋元太郎氏

場所 健康福祉会館

体験コーナー (結核健診・体操等含む)

テーマ「あなたの介護予防って何ですか？」

相談コーナー

主な内容 ●パネルディスカッション

●即売コーナー

問合せ 健康長寿課

(電話42-8728)

金婚夫婦の つどい

結婚50周年を迎えられる
ご夫婦をお祝いします

- ★日 時 11月22日(金) (いい夫婦の日)
午前9時30分～
- ★場 所 健康福祉会館
- ★内 容 式典、記念撮影、余興
- ★対 象 平成14年中に結婚50周年を迎えら
れるご夫婦 (昭和28年に結婚され
た方々)
- ★申込先 各町老人クラブ会長さんへ申し込ん
でください。(10月25日(金)締切)
- ※老人クラブのない町は、区長・連絡員さんまで。
市役所健康長寿課でも受付けます。
- ★問合せ先 健康長寿課生きがい対策係 (電話42-8728)



詩舞でお祝い (平成13年金婚夫婦のつどい)

第36回加西市文化祭 「美術公募展」作品募集!

- 会 期 11月26日(火)～12月1日(日)
- 会 場 市民会館
- 部門及び規格
- ★洋 画 ★日本画 ★水墨画
10号以上100号以内、額装に限る
 - ★版 画 木版画・リトグラフ・銅版画・シ
ルクスクリーン等額装展示可能な
作品
 - ★書 道 ①Aサイズ②Bサイズ③Cサイズ
枠張り額装に限る (軸装・衝立・
アクリル不可)
 - ★彫塑・工芸
彫塑は重量100kg以内、1㎡×高
さ2m以内
工芸は美術工芸品に限る
 - ★写 真 パネル張り又は額装の全紙の単写
真
- 応募資格・出品点数
1部門2点以内
- 出品料 無料
- 作品受付搬入 11月10日(日)
午前10時～午後5時 市民会館
- 問合せ先 教育委員会 生涯学習課
(電話42-8775)

県営加西東高室鉄筋住宅(Ⅲ期) 入居者募集!

県営加西東高室鉄筋住宅(Ⅲ期)の募集が次
のとおり行われます。

場 所 加西市北条町東高室荒神山1161-1
構 造 鉄筋コンクリート造 3階建 1棟 21戸
住戸タイプ

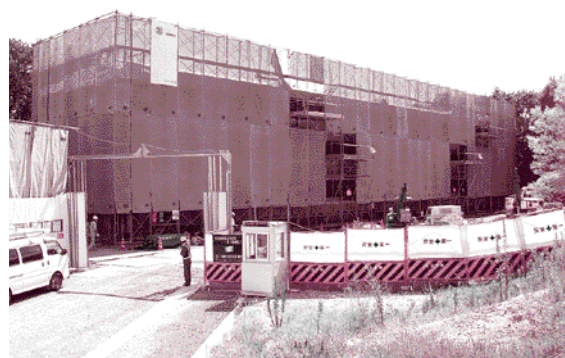
Sタイプ(1DK)	40.86	3戸
Mタイプ(2LDK)	54.95	6戸
Lタイプ(3LDK)	64.82	9戸
Oタイプ(3LDK)	74.28	3戸

入居開始 平成15年1月中旬～2月上旬

募集期間 10月7日(月)～18日(金)

申込・問合せ先 兵庫県住宅供給公社播磨東事務所
(電話0794-23-0117)

※募集案内は10月2日(水)から播磨東事務所、
市役所都市整備部他で配布予定





台風について

熱帯低気圧（熱帯地方の海上にできる低気圧）のうち、中心付近の最大風速が17m/s以上のものを台風と呼びます。

発生数は年間平均27前後で、日本には8月末から9月にかけてよく上陸します。

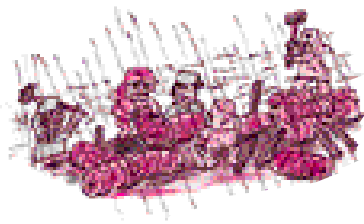
☆ニュースなどで進路や勢力など正確な情報を得て風水害に備えてください。

大雨・洪水警報

平地では、1時間雨量40mm、3時間雨量90mm、24時間雨量150mmのいずれかを越えると予想される時に発令されます。

暴風警報

陸上で20m/s、または、海上で25m/sを越えると予想される時に発令されます。降雨量とは関係ありません。



我が家の点検項目

〔屋根〕

●瓦のひび・割れ・ずれ・はがれはないか。

●トタンのめくれ・はがれはないか。

〔ベランダ〕

●鉢植えや物干し竿などの飛散の危険が高いものは室内へ。

〔窓ガラス〕

●ひび割れ、窓枠のがたつきはないか。強風による飛来物などに備えて、雨戸やシャッターがあれば閉めておく。

〔雨どい〕

●落ち葉や土砂が詰まってい

●継ぎ目のはずれや塗装のはがれ、腐りはないか。

〔排水口〕

●ゴミ・土砂などがたまってい

家族の命が救える 市民救命士講習会

消防本部では、毎月第4日曜日（午前9時～正午）に「ハートtoハート講習会（市民救命士）」を開催しています。また、会社や町内会等各種

団体については、第4日曜日以外の日でも受け付けています。時間・場所等は消防本部へ相談してください。

なお、4月1日より、心肺蘇生法が一部改正になりました。従来の手法でも間違いではありませんが、是非、この機会に新しい応急手当を覚えましょう。

救命技能を維持向上するために、ハートtoハート講習会を受講してから3年を経過された方に再講習をお願いしていました。4月1日の改正に伴い、2年になりました。問合先 加西市消防本部（電話 42-0119）警防課救急係まで。

☆ハートtoハート講習会

7月の受講者

〔新規受講者〕

▽九会小学校PTA

▽下里小学校PTA

▽西在田小学校PTA

▽一般受講者

〔再講習者〕

▽九会小学校PTA

▽下里小学校PTA

▽西在田小学校PTA

▽一般受講者

82名
34名
24名
22名
2名
69名
27名
19名
21名
2名

加西短歌林草

肉じゃがに炊き合わせたる糸蒬の

賞味期限の切れて二日目

かちかちに詰まりし房に刃を入るる

助けてと実の声の聞こえて

台風一過の空の青さよ友の娘の婚の日は

今日と見上げておりぬ

夕風にゆれつつ闇に沈みゆく

凌霄花の朱の色探し

二十世紀も後一日となりけり

波乱を封じて扉しめむか

岡本 豊子

小川千代美

尾上知津子

金井 久代

柏原 豊子

かたつむり

夏のボランティア 夏休み体験スクール

毎年夏休みに行っています

体験スクールを実施しました。

今年は、8校からの依頼がありました。そのうち7校が車イス体験を、1校がアイマス体験をしました。

ほとんどの学校が車イス体験を希望されて、使い方や車椅子に乗っている方の介助の仕方や声かけの大切さ等を体験してもらいました。

また、アイマスク体験では、普段の生活で見えていた物が見えないという恐怖感と、目の見えない方を介助する時の声かけの大切さ等を学びまし



た。この二つの体験で学んだ事を各自が忘れずに普段の生活に活かしてもらえればいいなあとと思っています。



地球に優しい公用車ハイブリッド車を導入

加西市では、国際標準規格 ISO14001の認証取得を目指すなど環境に配慮すべく様々な改善を図る中、このたび初めて公用車にハイブリッド車を導入しました。ハイブリッド車とは、ガソリンエンジンと電動モーターなど2種類の動力機関を組合せて走行する自動車で、エネルギー効率、排気ガス特性が良いことが特徴です。

これからも、計画的に地球に優しい公用車の導入を進め、率先して環境の保全に努めて「エコシティかさい」の創造を目指します。



新英語指導助手 4名が着任

新しい英語指導助手 4名が来日し、市内4中学校を中心に小学校などにも出向いて子どもたちに9月から生の英語と自国の文化を紹介しています。



写真左から、レシカ・シチーさん（北条中・米国）、シンディ・レットさん（善防中・ニュージーランド）、アマンダ・ベッツさん（加西中・カナダ）、ジョハンナ・カーシュさん（泉中・米国）

ツムラ進出決定

8月26日（月）漢方薬で有名な（株）ツムラが加西南産業団地（網引町）へ物流センターを建設することが発表されました。完成は平成16年、同産業団地への進出は平成11年の（株）カネミツについて2社目。同社の進出により今後の更なる企業誘致が期待されます。



写真中央が風間八左衛門社長、右が藤田県土地開発公社常務理事

長寿夫婦の歴史を写真に 千五百組のご夫婦の笑顔を撮影

8月26日（月）～28日（水）の3日間、社会福祉協議会は9月の敬老月間記念行事として、高齢者夫婦の数え年の合計159歳及び160歳をお祝いして、ご自宅を訪ねての記念撮影を実施しました。

宮本久男さん（北条町古坂）は、昭和34年から40年間毎年ボランティアで高齢者夫婦記念撮影にあたられています。今年の75組のご夫婦を加えるとこれまでに1500組のご夫婦を撮影されています。



五百羅漢寺で「千灯会」

8月8日（木）夜、羅漢寺（山田恵純住職）で石仏を供養する「千灯会」が行われました。参拝されたみなさんは、思い思いの石仏の前にろうそくを立て、ほのかな光が境内を幽玄に照らしだしました。バスを仕立てて遠方から写真撮影に訪れた団体などもあり、大変賑わいました。



地域の子どもの日を作ろう

鴨谷町（小田貞夫区長）では、小中学校の週5日制に町がこどもたちができることは何かをテーマに七夕祭が開催されました。自分たちの町を題材にした〇×クイズや、自然にふれあう飯ごう炊飯に、小中学生48人が挑戦しました。

「このような地域ぐるみで地域の子どもの育てていく活動が市内に広がってほしい。」と、同町社会教育推進員の定行英明さん。



市職員の名札が大きくなりました

9月2日（月）から市職員の名札が、従来の2cm×4.5cmから7cm×10cmへと大きくなりました。高齢化が進む中で、名札を見やすくすることにより、市民サービスの向上を目指します。



ひょうごフローラフェスタに「根日女花壇」登場！

9月23日（月）までひまわりの丘公園（小野市）を中心に開催される第2回ひょうごフローラフェスタに、加西市のキャラクターマーク「根日女」をモチーフにした花壇が登場。同花壇の作製は加西ガーデニングクラブ（田井敏司代表）のみなさんにご協力いただきました。



海外からもメールでお見舞い 加西病院お見舞いメールに「かっさい賞」

このたび市のイメージアップ等につながる提案を行った職員に贈る「かっさい賞」を設けました。その第一号に加西病院のお見舞いメール（提案者 高見登志男病院事務局長）が選ばれました。

大変好評のお見舞いメール。最近では海外からもメールが届いています。



福祉施設に電化製品を

三洋電機労働組合（大西哲男委員長）から、メーデーの協力金で、加西市福祉施設備品として掃除機など電化製品11点を寄贈いただきました。



おじいちゃん、おばあちゃんへお手紙

9月15日の敬老の日を前に、市内の保育園ではおじいちゃんやおばあちゃんに、「いつまでも元気でいてね」とメッセージを書いたハガキを、自分の手でポストに入れました。（写真は泉第1保育所）



わたしは、クリーンセンターへ行って最初に
パッカー車の体験をしました。
それは、ふつうの車に乗り、パッカー車の後
について行って運転手の人の手伝いをする体験
です。やっていると汁がついたり、重くてもて
ない物もあつてとてもつかれました。それに
おいがとてもくさかったです。
それでこの仕事をしている人がとても苦労し
ているなあと思いました。
もしそういう人がいなかったら、この世界中
がゴミで埋もれてしまうと思いました。
次に会議室に戻って質問をしました。
ゴミ収集車は6台あって思ったより少なくて
びっくりしました。
ゴミを処理する時に思うことは、みんなにき
ちんと分別してほしいということのようです。
1日に出るゴミは約5トン、それは、大きなト
ラック2台分だそうです。
わたしは、みんながゴミを少しでも出さない
ように、リサイクルをしたりして、努力しない
といけないなあと思いました。
ゴミは、分別をきちんとし、残飯は水切り
をするように家でも話をしました。



宇仁小学校
松本千波

ゴミ収集体験ツアーに参加して

道しるべ No.208

人権を尊重するよろこび

☆輝いて生きる☆

人はみんな、「幸せに生きたい」「輝いて生きたい」と願っています。

ところが、「幸せを実感する時」は、その人の生い立ちや生活環境、さらには心の持ち方などの違いにより皆同じとは限りません。大きな病気を患いながら、それでも生きること感謝し、懸命に生き、幸せを実感している人もいれば、何不自由なく健康に生きているように見える人でも、幸せを実感できない人もいます。

「幸せ」は、いろいろなことに挑戦し、泣いたり、笑ったりしながら自分で見つけていくものではないでしょうか。

ボランティアを通して地域や人の役に立つことのよろこび、様々な人々とふれあうことにより新たな自分を発見するよろこび、スポーツや趣味など自分にあった楽しみを見つけるよろこび、互いの思いを交わすよろこびなど、私たちの身のまわりにもよろこびはいっぱいあります。

幸せを感じながら「輝いて生きる」とは、私たち一人ひとりが身のまわりの様々な体験を通して自分らしいよろこびを見つけるとともに、お互いのよろこびや違いを大切にしながら生きることではないでしょうか。こうしたことが人権を尊重するよろこびにつながっていくのではないかと思います。(みちるべ73より)



位置図

群集墳は一般的に有力家長層を中心とした家族墳と考えられます。



状覚山2号墳

私たちの歴史みつけた

113

状覚山古墳群：網引町

密集する横穴式石室墳

古墳時代後期の群集墳

状覚山古墳群は十七基の古墳で構成されていましたが、加西南産業団地造成のおりに十四基の発掘調査が行われました。七世紀後半頃に次々と築造され、大半が横穴式石室（追葬可能な埋葬施設）の小型古墳です。これら横穴式石室内からは、組

合せ式の石棺の一部や、金環（金銅製の耳飾り）や玉類、土器などが見つかりました。網引町南部では、状覚山古墳群を含め五十八基の古墳が確認されていますが、古墳時代後期（約千四百年前）の古墳が大半です。各古墳の位置関係を見ると、数基ごとにまとまった「群集墳」としてとらえることができます。

合せ式の石棺の一部や、金環（金銅製の耳飾り）や玉類、土器などが見つかりました。網引町南部では、状覚山古墳群を含め五十八基の古墳が確認されていますが、古墳時代後期（約千四百年前）の古墳が大半です。各古墳の位置関係を見ると、数基ごとにまとまった「群集墳」としてとらえることができます。

教育

「いきいき学校」応援事業—永田萌さんを迎えて—

加西市立富田小学校

兵庫県では、小・中・養護学校を対象に、今年から「いきいき学校」応援事業を新たに実施することになりました。

これは、本年度から本格的に実施される「総合的な学習の時間」などの時間に、学校を支援していただけるボランティアの方々に校区の歴史や文化などについて、学習をサポートしていただいたり、特定の分野で専門性の高い郷土出身の方を「ふるさと」の先輩」として学校に招くなどして、地域の方々の協力を得て、「参画と協働」による教育活動を進めていくものです。

富田小学校では「ふるさと」の先輩」として、坂元町出身のイラストレーターで絵本作家の永田萌さんを迎え、4年生が絵本づくりに挑戦しました。



この模様は、6月16日にサンテレビで放映され、大変好評でした。

この授業の前に、絵本の世界を知るためにお話の会「ふらん」の方に絵本の読み聞かせをして

兵庫県では、小・中・養護学校を対象に、今年から「いきいき学校」応援事業を新たに実施することになりました。

これは、本年度から本格的に実施される「総合的な学習の時間」などの時間に、学校を支援していただけるボランティアの方々に校区の歴史や文化などについて、学習をサポートしていただいたり、特定の分野で専門性の高い郷土出身の方を「ふるさと」の先輩」として学校に招くなどして、地域の方々の協力を得て、「参画と協働」による教育活動を進めていくものです。

富田小学校では「ふるさと」の先輩」として、坂元町出身のイラストレーターで絵本作家の永田萌さんを迎え、4年生が絵本づくりに挑戦しました。

この模様は、6月16日にサンテレビで放映され、大変好評でした。

この授業の前に、絵本の世界を知るためにお話の会「ふらん」の方に絵本の読み聞かせをして

兵庫県では、小・中・養護学校を対象に、今年から「いきいき学校」応援事業を新たに実施することになりました。

清涼飲料水にご用心!

清涼飲料水やスポーツドリンクの飲みすぎは、虫歯の原因になります。これらには糖分が多く含まれており、歯を溶かしやすくする酸性の飲料です。喉の渇きを潤す時はお茶など糖分がないものを中心とし、飲んだ後には歯磨きを心がけ、特に寝る前に飲むのは控えましょう。
(加西市歯科衛生士会)

こんどちは保健師です

健康管理について 見直してみませんか?

先日、老人会でとても上手に自分の病気と付き合っている方と出会いました。それが、Aさんです。

Aさんは、以前糖尿病で月2回通院し、きちんと薬を飲んでいました。ところが、なかなか血糖値が下がらなかったそうです。そこで、医師にすすめられていたウォーキングを始めました。毎朝40分程度、靴の底がすり減るくらい歩き続けました。すると、薬ではなかなか下がりにくかった血糖値がウォーキングのおかげで糖代謝が改善され血糖値が安定してきました。今では薬を卒業し、ウォーキングの継続と食事に気をつけ、定期的に血液検査を受けるだけでよく、糖尿病と上手に付き合っているそうです。「健康づくりはお金もうけになるんや。健康管理に気を付け、自分で健康づくりをしようたらお金はかからんやろ」とAさん。

Aさんの得意げな話ぶりを聞きながら、健康づくりと上手な医師へのかかり方を再認識させられました。

みなさんは、現在、医療制度改革が進んでいることを、ニュース・新聞で目や耳にされていることでしょう。医療制度改革ばかりが注目されていますが、その前に自分の健康は自分で守れるよう、自分自身の健康づくりや医師へのかかり方(Aさんのようにかかりつけ医を持ち、医師と二人三脚で病気と付き合うのも一つの方法です)を見直してみることも大切です。

加西病院では、年間、約1,300人の方がいろいろな手術を受けていらっしゃいます。
そのうち約170名(13%)の方が緊急手術です。緊急手術とは、たとえば、急におなか痛くなったりとか、事故のため手や足をけがした等の場合で、時間を問わず、24時間、365日いつでも手術が行われています。
さて、「手術室」と言えば、みなさんどんなイメージをお持ちですか?
「無影燈の下で、ガウンやマスクをつけ、滅菌手袋をはめた医師や看護師が手術をしている」そんな光景でしょうか?それとも、「怖いところ」でしょうか?

そう、手術は、誰でも怖いもので、手術前は不安でいっぱいです。そのため私たち、手術室看護師は、命がけで手術を受けられる皆様の心に少しでも近づき、不安が軽くなるようにと、手術前に担当看護師が病室に伺い、手術室の様子を説明します。術前訪問と言うのですが、これを行うことで、手術を受けられる皆様も、顔見知りの看護師が手術室にもいることで安心されると思います。でも、病室にお伺いする時は、白衣ですが、手術室では、ピンクの服に身を包み、スリッパを履き、髪は帽子で覆い、顔にはマスク、目しか見えない格好で、手術室の中をまるで、忍者の様に動いています。

す。一見、術前訪問に伺った看護師とわかりにくいので、入室時に私たちの方から、声をかけを行っています。
眼科の患者の皆様は車椅子で、外来患者の皆様は歩いて入室していただいています。寝た状態で天井を見つめるより、歩く(座る)姿勢は周囲が見渡せ、手術室という未知な場所への不安がいくらかでも軽減されるのではないかと思います。
また、音楽には、心を和らげ緊張をほぐす効果がありますので、手術室にはリラクゼーション音楽を取り入れています。このように、患者の皆様への不安を軽減するために、いろいろ工夫・努力しています。医療事故の報道が続く今日、私たちは事故防止にも最善を尽くし、安全・安心の手術室看護を日夜目指しています。

「病院だより」のバックナンバーは、加西病院のホームページ
<http://www.hospital.kasai.hyogo.jp> でご覧になれます。

術前不安の 軽減を目指して!!

市立加西病院
看護部
久保田敏子

にがうりの肉づめ

〈作り方(2人分)〉

- ①にがり(1本)はたて半分に切り、わたをとる。さっと熱湯にくぐらせ(にがみがうすらぐ冷水にとったあと、水気をとっておく。
- ②玉ねぎ(1/2個)は、みじん切りにする。
- ③豚ミンチ(100g)はよく練って粘りが出たら、玉ねぎを入れ混ぜる。そこへ、塩・コショウ・ごま油(各少々)とサトウ・しお油(各小さじ1/2)を入れて混ぜる。
- ④にがりは片栗粉を薄くまぶして、③を筒状にのせる。
- ⑤④を1cm〜1.5cm巾に切り、片栗粉をまぶし、170℃の油でカリッと揚げる。



いすみ会員(大内)
藤原サヨ子さん

〈シェフから一言〉
にがりはビタミンC、カリウム、繊維が
とても多いので上手に利用しましょう。

今月

わが家の健康メニュー

お知らせ

第17回加西市民音楽祭 参加者・団体募集

日時 11月3日(日)

午後1時30分開演

場所 市民会館文化ホール

参加資格 市内在住の音楽を

愛好する個人・家族及び団体

(団体は、構成人数の半数以上

が市内に在住もしくは勤務

参加費 個人 5,000円

団体 10,000円

出演時間 声楽8分・楽器15分

応募締切 9月19日(木)

申込・問合先 教育委員会生

涯学習課芸術文化係(電話42-

8775)

第2回加西ロマンの 里ウォーキング

豊かな自然と歴史あふれる加西の素晴らしさを再認識しながら、健康づくり・体力づくりに励みませんか?

日時 11月24日(日)9時~15

時 ※雨天12月1日(日)

集合・解散 加西球場

コース

①「健脚コース」(20km)

「赤穂浪士ロマンの里」久学

寺への歴史探訪

②「ファミリーコース」(10km)

「古代ロマンの里」北条鉄道

を使って古法華自然公園へ

③「お散歩コース」(5km)

「根日女ロマンの里」玉丘史

跡公園&いこいの村近辺

対象者 ウォーキングを楽し

める健康な方(小学生以下の

場合は保護者同伴)

参加費 500円

(保険代含む)

応募締切・申込方法

10月25日(金)までに、FAX

かハガキで代表者・参加者の

氏名、年齢、性別、住所、電

話番号、希望コースを記入し

て、〒675-2395加西市

教育委員会内 加西市体育協

会事務局(電話42-8773

FAX43-1803)まで

『気分ふきり☆リズム体操』 参加者募集

リズムに合わせて体を動かし、気持ちいい汗かきませんか。

期間 10月9日から12月25

日(毎水曜日 全12回)午後

7時~8時30分

募集人員 45名

(応募者多数の場合は抽選)

対象者 満20歳~満39歳まで

の健康な方

場所 健康福祉会館ホール

参加費 無料

講師 鴨川雅菜氏

応募方法 往復はがきで、住

所・氏名・電話・生年月日を

明記して9月27日(金)(消印有

効)までに、〒675-230

3 加西市北条町古坂107

2番地の14 加西市健康福祉

会館 リズム体操係(電話42-

6700)まで。※はがき1

枚につき2名まで申込み可

第10回加西工業団地 少年少女駅伝カーニバル出場者募集

日時 10月26日(土)

※雨天10月27日(日)

受付 8時30分~

競技 9時30分~11時50分

場所 加西工業団地周辺コ

ース(朝妻町)

チーム編成 加西市内に通学

する小学生で、学年別・男女

別で編成(小学校区に限りませ

区間・距離 各部とも5区間

(1区間900m)

申込締切 10月11日(金)

申込先 〒675-2451

加西市上万願寺町973

池田文胤宛(電話44-0355)

※当日雨天時の問合先 加西

市役所(電話42-1110)

ゴルフは市内で!

加西市民ゴルフ大会へ参加を

予選大会

10月16日(水) アオノゴルフコース

(電話45-1556)

10月30日(水) 加西カントリー倶

楽部 (電話461650)

11月8日(金) 加西インターカント

リーグ (電話44-0361)

11月18日(月) 播州東洋ゴルフ倶

楽部 (電話46-0807)

12月3日(火) オースントゴルフ

倶楽部 (電話45-1511)

決勝大会(予選会の上位20名

が参加できます)

12月25日(水) 加西カントリー倶

楽部

参加資格 市内に在住または

勤務する方

募集人員 各予選会80名

競技費用 キャディ付き1万

1千円・セルフ9千円(参加

費、チャリティー料含む)

後援 加西市

申込・問合先 各ゴルフ場へ

消費生活相談Q&A ご注意! 高齢者ねらいの次々販売

◎ひとり暮らしの母が訪問販売で同じ業者と次々に総額107万円もの布団の購入契約をしていることがわかった。母はよく覚えていないという。解約したい。

①このような同じ人に何度も購入契約を結ばせる「次々販売」の被害が増えています。寂しさを感じている高齢者に優しい仮面をかぶって近づく悪質業者の話には気安く乗らないことです。

契約者自身に被害意識がない場合や恥じて隠してい

る場合もあり、発見が遅れると解決は困難となります。見知らぬ人の出入りがないか、同じような商品を買いためていないか気を付ける家族の日頃の配慮が大切です。

家族の方は見つけても叱らず、事情を聞き、できるだけ早くご相談ください。

■消費生活相談窓口(毎週火曜日午前9時~午後4時、市役所2階 電話42-8739)

ハナサケ

再生修理会

日時 10月7日(月)

場所 JA兵庫みらい九会支店(受付:午前9時~11時)

場所 JA兵庫みらい(旧)富合支店(受付:午後1時~3時)

対象 包丁、ハサミ、靴、洋傘等

問合先 くらしと生活を守る会事務局(電話42-8731)



我が家の花一輪

吉識^{りゅうと}龍斗くん(北条町西南)
1歳1カ月

〈ママの一言〉

元気一杯でヤンチャな龍斗。
いつまでも我が家のアイドル
でいてね。 パパ・博和さん
ママ・里奈さん

このコーナーに掲載を希望される方は、写真とメッセージを〒675-2395 加西市役所秘書広報課まで(電話42-8701)



ぼくの夢

富田小学校5年

藤本 勇士くん

ぼくの夢は、競馬の騎手になることです。大好きな馬に乗って、みんなに応援してもらって速く走れるようになります。

それから、家建てて、大好きな人と結婚をします。そして、大きなレースで優勝して、奥さんを幸せにしたいです。

乳幼児健診

- | | |
|--|--------------------------|
| ■2カ月児(先天性股関節脱臼)検診…毎月第4火曜日
平成14年7月生れの乳児 9月24日(火)
《平成14年8月生れの乳児 10月22日(火)》 | (受付時間)
午後1時～2時 |
| ■4カ月児健診…毎月第1水曜日
平成14年5月生れの乳児 10月2日(水)
《平成14年6月生れの乳児 11月6日(水)》 | 午後1時～2時 |
| ■1歳6カ月児健康診査…毎月第2火曜日
平成13年4月生れの幼児 10月8日(火)
《平成13年5月生れの幼児 11月12日(火)》 | 午後1時～2時 |
| ■3歳児健康診査…毎月第3火曜日
平成11年7月生れの幼児 9月17日(火)
《平成11年8月生れの幼児 10月15日(火)》 | 午後1時～2時 |
| ■乳幼児保健相談…毎月第2水曜日
希望者 10月9日(水)
《11月13日(水)》 | 午後1時～2時 |
| ■離乳食講習会…毎月第2水曜日
初期: 3～6ヵ月児の保護者 10月9日(水)
中期: 7～8ヵ月児の保護者 11月13日(水) | 午後1時～1時30分
午後1時～1時30分 |
| ■妊婦教室と母子手帳の交付…毎月第2木曜日
10月10日(木)
《11月14日(木)》 | 午前9時～9時30分
講習は2時間程度 |

※印かん・筆記用具を持参ください。

(特に記入のないものは健康増進センターで行います。)

★お子さまの体調等で都合の悪い方は、翌月の指定日にお越し下さい。

★健診、相談には、母子健康手帳をご持参下さい。

★問合先 健康長寿課(電話42-8723)

休日のお医者さん

- | | | |
|----------|------------|------------------|
| 9月15日(日) | みのりクリニック | (下宮木町・電話49-8470) |
| 16日(月) | つつみ神経内科 | (野上町・電話45-2050) |
| 22日(日) | おりた外科胃腸科医院 | (北条町・電話42-6000) |
| 23日(月) | 西村医院 | (中野町・電話49-0001) |
| 29日(日) | 小野寺医院 | (王子町・電話48-3737) |
| 10月6日(日) | 田仲クリニック | (北条町・電話42-4950) |
| 13日(日) | 深田医院 | (下宮木町・電話49-0030) |
| 14日(月) | 小橋医院 | (北条町・電話42-0412) |
| 20日(日) | 安積医院 | (西剣坂町・電話46-0361) |

※変更になることがありますので、お確かめください。

相談

- 特設人権相談(人権・不動産登記・相続・離婚問題など)
10月1日(火) 午後1時30分～午後3時30分 市民会館1階会議室
- 行政相談(国・県・市・公社など、行政への苦情、意見)
10月1日(火) 市民会館1階会議室
10月10日(木) 農村環境改善センター } 時間はいずれも
10月17日(木) 北部公民館 } 午後1時30分～午後3時30分
- 人権擁護委員による人権相談所(神戸地方司法局社支局)
毎週木曜日(休日を除く) 午前9時～午後4時
- 心配ごと相談(心配ごと・生活・福祉などに関する相談)
10月3日(木) 健康福祉会館
10月10日(木) 農村環境改善センター } 時間はいずれも
10月17日(木) 北部公民館 } 午後1時30分～午後4時
- 法律相談
10月24日(木) 健康福祉会館 受付は午前9時00分～11時00分
- 市民相談 月～金曜日午前8時30分～午後4時 市役所市民相談室
- 消費者相談(商品に対する苦情、訪問販売のトラブル等)
毎週火曜日午前9時～午後4時 市役所2階環境対策室
- 教育相談 月～金曜日午前8時30分～午後5時 教育研修所

パパ・ママクラブ

問合先 健康長寿課(電話42-8723)

妊娠8ヵ月以降のママとパパ 10月19日(土) 午前9時30分～10時

妊娠5～6ヵ月のママとパパ 11月23日(土) 午前9時30分～10時

★電話でご予約の上、参加下さい。



市立図書館だより

新着書

※ほんの一部です。

- | | |
|----------------|----------------|
| 南の息 (青野 聰著) | 球形時間 (多和田葉子著) |
| 深い音 (小田 実著) | ブルーデビル (司城志朗著) |
| 七月の水玉 (片岡義男著) | 真珠夫人 (中島丈博著) |
| 遙かなる大地 (熊野 洋著) | 新選組秘帖 (中村彰彦著) |
| 狂王の庭 (小池真理子著) | ニューナンブ (鳴海 章著) |
| 縮んだ愛 (佐川光晴著) | 天の夜曲 (宮本 輝著) |
| にたり地蔵 (澤田ふじ子著) | 男装の麗人 (村松友観著) |
| 花に背いて (鈴木由紀子著) | 終りなき始動 (梁 石日著) |
| 道元 (立松和平著) | 花 (林 真理子著) ほか |

【おはなし会】10月12日(土) (午後2時から30分程度)

【休館日】月曜日・9月15日(日)・24日(火)・10月15日(火)

お知らせ

クリーンセンターへのごみの持ち込み料金の変更とお願い

10月1日(火)からクリーンセンターへのごみの持ち込み料金が次のように変わります。
また、最近、ごみを直接クリーンセンターに持ち込まれる方が増え大変混雑しています。粗大ごみを除く家庭系ごみは、各町のごみターミナルに出しましょう。

料 金		
区 分	家庭系	事業系
燃やすごみ	30円/10kg	60円/10kg
燃やせないごみ	50円/10kg	90円/10kg
埋立ごみ	※180円/10kg	90円/10kg
粗大ごみ	※180円/10kg	90円/10kg

※別途分解費を要する物あり。

ごみに関するご意見をお聞かせください

ごみの再生と減量化をめざす「加西市ごみ減量化促進対策協議会」の委員を公募します。

対 象 平日の会議(年2回)に出席でき、他に市の委員をされていない20歳以上のごみに関心のある方

定 員 4名
期 間 2年
締切日 9月30日(月)

ハガキかメール (kankyo@city.kasai.hyogo.jp) で申し込んでください。

申込・問合せ 環境部環境課
ごみ対策係(電話42-8730)

農用地区域の除外申請を!

住宅の建設等、緊急かつ具体的計画のある土地利用案件について、加西農業振興地域整備計画に係る農用地区域からの除外申請を受け付けます。

期 間 10月15日(火)～31日(木)
(土・日曜日除く)
受付場所 農林共済課

(電話42-8741)

東播都市計画地区計画(加西南産業団地)の変更素案の縦覧について

加西南産業団地の地区計画について変更素案を縦覧します。

なお、変更素案について意見のある方は意見書を提出できます。

縦覧期間 9月17日(火)～9月30日(月)

縦覧場所 都市整備部都市計画課

意見書の提出期限 9月30日(月)

問合せ 都市整備部都市計画課(電話42-8753)

運動普及員養成講座

ウォーキングを中心に健康づくりのための運動習慣が広く市民に取り入れられるよう活動していく運動普及員の養成講座を開きます。

日 程 9月～12月の間で9日間(おもに月・木曜日)

場 所 健康増進センター及び健康福祉会館
費 用 無料

募集人数 20名程度
問合せ・申込先 9月25日(水)までに健康長寿課(電話42-8723)

バウンドテニス教室

テニスより小さなコートとラケットを使い初心者でも楽しめるスポーツです。

期 間 10月9日～11月27日の毎週水曜日(午後8時～9時30分)

場 所 北条中学校体育館

定 員 20名(先着順)
参加料 1,000円

申込方法 ハガキかFAXで住所・氏名・年齢・電話番号を記入して、〒675-2303北条町古坂3-6 加西市バウンドテニス協会 柏原信也宛(電話42-0442 FAX43-0181)

日 時 10月6日(日) 午前8時30分～11時

クリーンキャンペーン参加者募集

場 所 中国自動車道側道沿い(谷町・横尾)

申込・問合せ 加西ボランティア協会(電話43-0361)

10月1日

就業構造基本調査にご協力を!

この調査は就業に関する詳しい実態・希望を調査するため、全国で行われます。市内の七つの地域から無作為に選ばれた世帯へ、調査員が調査票の記入のお願いにうかがいますので、ご協力ください。

★問合せ 総務課(電話42-8702)

平成14年度

国民健康保険税・介護保険料(普通徴収)第3期分の納期限は

9月30日(月)です。

納期限内完納にご協力をお願いします。

◆問合せ 税務課(電話42-8712)

美しい環境を守るため、空き地や休耕田の草刈りをしましょう。

加西警察署からの お知らせ

◎交通事故を防ぐためにマナーアップ運動を進めましょう!!
3つのマナーアップ

★右左折時の早めの合図

★薄暮時の早めのライト点灯

★イエローストップ

(黄信号では止まる)

◎秋の全国交通安全運動

期 間 9月21日(土)～30日(月)

◎安全・安心のまちづくり市民大会

日 時 9月27日(金)
午後7時30分

場 所 市民会館文化ホール

内 容

講演「当世やくざの気質」

講師 (財)暴力団追放兵庫県

民セター専務理事 堀尾壽典

飼い犬の しつけ方教室

日 時 11月13日(水)

① 10時～11時30分

② 13時30分～15時

場 所 小野市市民研修セン

ターグラウンド

募集人員 ①②各20組

対 象

生後4ヵ月から概ね1歳まで

の飼犬で、犬の登録と狂犬病

予防注射及び7種(5種)混合

ワクチン接種が完了していること

内 容 しつけの必要性和基

本・しつけの実技・ゲーム

申込先 10月16日(水)から10月

30日(水)までに電話で社健康福

祉事務所業務生活課(電話0

795-425111内線33

4)まで(受講無料・先着順)

加西市所有の車両を 売却します

種 類

・糞尿車 2台

・ダンプ 1台

・普通乗合(29人乗り) 1台

《保管先》衛生センター

・グレーダー 1台

《保管先》福住町475-1

地先(福住普通財産地内)

告示の期間

9月17日(火)～10月2日(水)

見積提出日 10月4日(金)

詳しくは、市役所前の掲示

板および市役所2階管財課に

告示しています。購入希望の

方は、現物を確認のうえ市役

所財務管理部管財課へ見積書

を提出してください。

問合せ 管財課(電話42-8704)

高齢者インフルエンザ 予防接種のお知らせ

対象者 満65歳以上の加西市民

期 間 平成14年10月15日～

平成15年1月31日

料 金 300円(但し、生

活保護世帯に属する方は事前

申請により無料)

※市内医療機関または北播磨

地域内の指定医療機関で、各

種保険証など接種対象条件を

証明できるものを持参して接

種してください。(要予約)

問合せ 健康長寿課

(電話42-8723)

あつたか介護相談員 養成研修

加西市では、介護保険制度

の利用者と事業者の橋渡しと

なる相談員になるための研修

(40時間)を開催します。

実施日 10月8日(火)から平日

の昼間10回。

内 容 高齢者等の心身の理

解・介護保険制度・施設見

学・実習など

場 所 市役所ほか

申込・問合せ 保険課

(電話42-8788)

善意の花束



加西市への寄付

- (株)加藤舞台 代表取締役 加藤利雄 224万円
(加西市民会館文化ホールの舞台照明設備器具の寄付)
- マリアヌス製靴(株) 大場八重子社長
「靴まつり」の売上金など 30万円

社会福祉協議会(善意銀行)への寄付

- 一般預託
 - 曹洞宗寺院一同 12万3823円
 - 国際ソロプチミスト加西 1万193円
- 指定預託
 - ☆加西ボランティア協会へ
 - 本町 竹本 幸夫 1万5000円
 - 匿名 2万円
 - 美心 2万円

- (株)本陣 1万237円
- 匿名(Y・Y) 3万円
- 匿名 2万円
- 匿名 1万円
- 供養預託
 - 下万願寺 大塚 理 30万円
 - 下道山 増田 徹也 20万円

(受付順 敬称略)

市制35周年記念事業

ね ひ め せい まつ 根日女秋祭り

かぞく
三世代で明るく・楽しく・元気よく
秋晴れの空の下、三世代（かぞく）で楽しい1日を過ごしませんか!!

とき 10月12日(土)

場所 玉丘史跡公園 (根日女ロマンの郷)

気球でGO

めったに乗れない気球に
家族みんなで乗ろう!!
大切な思い出を家族みんな
でつくりませんか!!

三世代ゲームラリー

三世代で協力しながら
10ヶ所のポイントで
ゲームを行い
その得点によって
順位を決定します!

ベイブレード大会

みんなでベイブレード!!
トーナメントに勝ち抜き
優勝をめざせ!!

三輪車耐久レース

3人で交代しながら
時間内に何周回れるか?
熱いやつ集まれ!!

動物ふれあい コーナー

フリーマーケット 100軒募集

かかし コンテスト

三世代で
作って応募しよう!!

優勝家族には
グアム旅行

手作り庵 昔遊び

ボランティアスタッフ募集



申込みなどは、後日記られるチラシを見て下さい。

主催：(社)加西青年会議所 ☎2723 ☎1236

県民芸術劇場 劇団『青い森』

中島 敦の山月記『虎愁伝』

—そなたの高慢なる驕れる心は遂には
虎となった己自身が呼ぶ声なのだ—

日時 10月26日(土)
午後6時30分～
(午後6時開場)

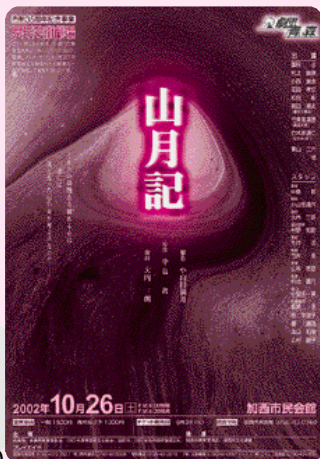
場所 市民会館
文化ホール

料金 一般 1,500円
高校生以下
1,000円

チケット販売

市民会館ほか

問合先 加西市民会館
(電話43-0160)



親子の絆を感動的に描いた傑作・全米が涙 第三回シネマかさい『アイ・アム・サム』

幸せな父娘の生活が、知的年齢が7歳の父サムを7歳の
娘ルーシーが追い越してしまったためにひきさかれてしまう。
—全米が涙した「親子の絆」を感動的に描いた傑作—

日時 10月12日(土)
①午前10時～
②午後2時～

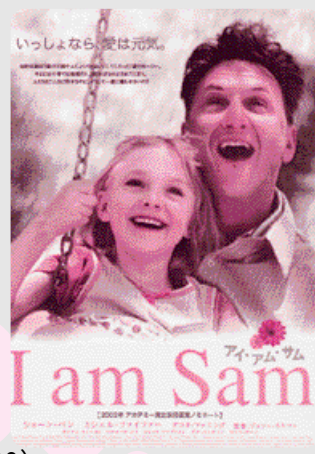
場所 市民会館
文化ホール

料金 一般 1,000円
60歳以上・高校生以下 500円
※当日各200円増

チケット販売

市民会館ほか

問合先 加西市民会館
(電話43-0160)



発行/加西市 〒675-2395 加西市北条町横尾1000番地 電話0790-42-1110(代)

編集/企画総務部秘書広報課 電話0790-42-8701 FAX0790-43-0291

ホームページ <http://www.city.kasai.hyogo.jp>

■広報かさいは、資源保護のため100%再生紙を使用しています。 R100

KASAIデータバンク H14.8.31現在(前月比)

人口 / 51,814 (+18) 世帯数 / 16,188 (+12)
男 / 25,105 (+17) 女 / 26,709 (+1)

2002年9月号 (No.458)