

広報かみごおり さわやかに歴史と未来の出逢うまち

# KAMIGORI

public relations

8 August  
2011  
No.501

夏の  
イベント  
の  
イベント



主な内容

P2

ようこそ上郡町へ

P4

ぼくとわたしの夏日記。  
(表紙関連記事:七夕交流会)

P12

円心くんのまちの話題

6月30日(木)、上郡駅前広場整備工事が完了し、駅前広場が新しく生まれ変わりました。

この整備工事は、平成23年1月から開始され、およそ半年かけて整備が進められました。

今回の改修によって、以前よりも利便性に優れ、皆さんに快適に使っていただけるようになりました。また、バリアフリー化をめざし、すべての方に優しい設計となっています。

また、広場東側には、ロータリークラブより円心くんとエイトちゃんが描かれた時計が寄贈され、これから町の時を刻んでいきます。

## 関口案内所が 光案内所 アル

# 上郡町へ

## NEW 上郡駅前 広場



屋根がついた待合所



駅の西側からみた駅前広場

### ここが変わった!駅前広場

- ロータリーが設置され、一方通行となりました。
- 車道、歩道ともに以前と比べて広く、段差がなくなり、車の乗り降りがしやすくなりました。
- 送迎用に待機できるスペースが設置されました。(町道側の一般乗降場とロータリー入口から観光案内所前までの2カ所)
- 駅の入り口付近には身障者用(車いす専用)の乗降スペースがあります。皆様のご理解とご協力を願います。
- タクシー・バス乗り場には、ベンチのある屋根付きの待合所ができました。雨にぬれることなくバスなどを待つことができます。
- 街路灯が広場を明るく照らし、夜間でも安全に利用できるようになりました。

駅前広場完成・観光案内所竣工記念セミナー



力をこめて演奏する上郡高校の「椿」

7月31日(日)、観光案内所前で「駅前広場完成・観光案内所竣工記念セミナー」が行われました。

式典では、観光協会や駅前区画整備事業の関係者などを来賓に迎え、駅前広場・観光案内所の概要説明やテープカットなどが行われました。また、上郡高校の和太鼓部「椿」が、力強い太鼓演奏を披露したり、同校吹奏楽部が美しい音色を奏でたりと式典に花を添えました。

式典後には、約400名の

# 町の玄関 駅前広場と観 リニュー

7月31日(日)、観光案内所が、上郡駅前の東側にリニューアルオープンしました。

町屋風の趣がある外観に、白を基調とした明るい雰囲気の内装となっています。案内所横には、アニメ「けいすけじゃ」のキャラクターが描かれた看板が設置され、来客者を出迎えます。

ぜひ一度、ご来場ください。

## 【業務時間】

9時30分～16時30分

## 【定休日】月曜日

【お願い】駐車場は案内所来客者用となっておりますので、それ以外の目的での利用は、ご遠慮ください。

## ☎ 観光案内所

☎ 1021・001100

## NEW 観光案内所

# ようこそ

## ここがオススメ!観光案内所

- 気さくで優しいボランティアの皆さんが町内の観光地を紹介します。町内の豊かな自然や文化史跡を訪ねてみましょう。
- 無料でレンタサイクルの貸出を行っています。自転車で町内をぐるりと回ってみませんか?
- 町の特産品が販売され、上郡町の味を楽しむことができます。

### 販売商品一例

「円心モロどん」、「円心せんべい」、「円心茶」、「干し椎茸」、「ライスアイス」、「モロヘイヤ入りシフォンケーキ」など

※この他にも様々な特産品が販売されています。



町観光の新たな拠点として期待されます



特産品が販売されています

参加者に「円心モロどん」が振る舞われ、町の特産品に舌鼓を打ちました。また、スーパードールすくいやかき氷などの夜店が出店され、参加者は、装いを新たにしたり町の玄関口を存分に楽しんでいました。

## 観光案内所のボランティアの皆さんから一言

「駅を出てすぐ、という分かりやすい場所ですので、たくさんの方にお立ち寄りいただき、地域の憩いの場にしていきたいです。町外からだけでなく、町内の皆さんも、ぜひ、お越しください!」



観光案内所の皆さん



# ぼくとあたしの 夏日記。



どんなお供えもの作ろうかな？

7月6日(水) 晴れ  
山野里幼稚園 七夕交流会

園児71名と老人会の方約40名が七夕交流会を行いました。

園児たちは、老人会の方に手伝ってもらい、七夕の笹飾りと野菜でお供えものを製作。完成した笹飾りは、園内に用意された笹にとりつけられ、さらさらと風になびいていました。

その後、一緒に手作りゼリーを食べたり、歌を歌ったりと交流を深めていました。

園児は、「わたしの願いごと叶うかな？」と年に一度の七夕を前に笑顔で話していました。



みんなで力を合わせ、力士に勝利!

7月8日(金) 晴れ  
赤松幼稚園 野外活動

園児11名と保護者、新入園児などを含め約50名が集まり、野外活動が行われました。初めに、園児たちは幼稚園周辺を探索し、赤松地区の自然を肌で感じました。

そして、日が傾いたころに保護者が来園し、夏の夕べを楽しむ催しが行われました。園児は保護者と一緒に食事をし、クイズラリーや相撲大会などのレクリエーションを楽しみました。相撲大会に参加した園児は「お相撲さんに勝った！」と保護者がふんする力士との大一番に興奮していました。

夏真っ盛り。  
キラキラと照りつける太陽と真っ青な空。  
子どもたちが待ちわびた、夏がやってきました。  
町内各地で、夏にちなんだイベントが行われています。  
今月は、子どもたちが元気いっぱい夏を楽しむ姿を紹介します。  
皆さんも一緒に夏を楽しんでみませんか？



バナナマン登場!(高田幼)



みんなで食べるカレーはおいしいね(高田幼)



願いをこめて、飾りつけ(山野里幼)



冷た〜いかき氷をつくるよ!(上郡幼)



魚釣りゲームに挑戦(赤松幼)



夏はやっぱりアイスでしょ♪(赤松幼)



いっぱいボールをすくったよ!

7月15日(金) 晴れ  
高田幼稚園 タベのつどい

園児25名と保護者を含め約100名が集まり、夏の夕べを楽しみました。園児が目を輝かせていたのは、ヨーヨー釣りやスノーボールすくいなどの夜店。思い思いの夜店を満喫した後に、保護者とカレーやフランクフルトなどをほおばりました。

会食後は親子でクイズラリーやダンスに挑戦し、体を動かしながら親睦を深めました。ダンス中にはスズシャルゲストのバナナマンたちが登場。園児たちは、「わーあれ、だれ?!バナナや」と驚きながらも一緒に笑顔で踊っていました。



的をよ〜く狙って、輪ゴムを発射!

7月15日(金) 晴れ  
上郡幼稚園 タベのつどい

園児25名と保護者、新入園児などを含め約100名が、夕べのつどいを楽しみました。的当てやボールリングなど、保護者による「手作りレ」が自慢の夜店は、園児らに大人気。用意された夜店を笑顔でめぐっていました。

みんなで夕食を食べた後は、かき氷を作りました。自前のかき氷機で保護者と一緒にシャリシャリと氷を削る園児たち。「自分で作ったから、いつもよりおいしい」と出来上がったかき氷に舌鼓を打っていました。



乗船前にしっかり準備運動(なんでも体験隊)



カッターに乗船して出発!(なんでも体験隊)



みんなで力をこめて漕ぎました(なんでも体験隊)



迫力のある演技で会場をわかせたよさこい(ダムまつり)



さあ、いくつとれるかな?ヨーヨー釣り(ダムまつり)



ボートでダム湖を遊覧(ダムまつり)



自由自在にカヌーを操る児童たち

7月9日(土) 晴れ  
山野里なんでも体験隊 カヌー体験

山野里なんでも体験隊員49名が山野里の大池でカヌー体験に挑戦しました。同体験隊は、山野里小学校の児童が、町内の豊かな自然や住民の方とふれあうことを目的に、地域ボランティアの支援をうけ、年間約10回の体験学習を行っています。  
今回は、高学年がカヌー、低学年がボランティアに乗船しました。『バランスをとるのが難しいけど、慣れると速く進めるよ!』とカヌーに乗って水面をスイスイと進む児童たち。炎天下の中、一時の涼を感じていました。



華麗な舞を披露するかさ踊り

7月18日(月) 祝雨のちくもり  
安室ダムまつり

船坂地区の安室ダム周辺で、1第19回安室ダムまつり<sup>レ</sup>が開催されました。あいにくの天気でしたが、約800名が来場し、焼きそばやかき氷など地域の方によるバザーを楽しんでいました。会場に設けられたステージでは、各団体が、かさ踊りやよさこい踊りなどを披露し、祭りに花を添えました。  
また、安室ダム湖上では、カヌー体験や湖上巡視体験が行われ、参加者たちは「湖上から見ただムは、広くて壁が高いですね!」と驚いていました。

8月1日  
から

だれでも利用できます

# 予約型乗合タクシー 運行を開始しました

関 役場企画財政課 企画政策係  
☎52-1112  
疑問など、気軽にお問い合わせください。



出発式で花束の贈呈を受ける運転手ら

8月1日(月)に運行を開始した予約型乗合タクシーの出発式が7月31日(日)に行われ、約60名が出席しました。出発式では、利用者を代表して「上郡町乗合タクシー利用促進委員会」の出口良一委員長が、「今後、さらに高齢化の進展が見込まれる状況の中、自動車を利用できない町民がより一層増えるため、地域住民の『足』として定着し、運行が継続されることを願いたい」とあいさつしました。

## 経緯

町では、2年前から全世帯アンケート調査や地域公共交通会議、説明会などを実施し、町の新たな公共交通サービスについて検討を重ねてきました。

6月24日(金)に開催された地域公共交通会議、公共交通対策協議会の合同会議では、昨年度に策定した計画に基づき、今年から3年にわたって実行を行いつつ、今年から3年にわたって実行の構築に向け取り組んでいくことを確

認しました。

今後、運行の利用状況などから、経済性や継続性を検証しながら、より効果的・効率的な公共交通を目指します。

## 運行概要

自家用車を利用できない町民の買い物や通院など日常生活を支援するため、「予約型乗合タクシー」の運行を8月1日から開始しました。予約型乗合タクシーは、町内のタク

シー会社2社が、一般タクシー車両(乗客定員4人)を使用して運行します。町内の4区域と中心部を結び、区域内では自宅前などで自由に乗降できます。また、中心部では13カ所の停留所で乗降できます。

各区域を奇数日と偶数日に分けて、週3日(日曜、祝日、年末年始を除く)まちなか行き、各区域行き、それぞれ1日4便を予約により運行しています。利用には、乗車日の前日17時までに予約センターに予約が必要で、料金は1人当たり300~600円です。今後、12月の隈見橋の開通に合わせ、ワゴン車(13人乗り)を利用したコミュニティバスの実証運行も開始する予定です。

詳しくは、本紙先月号(7月号)や、町ホームページなどを参照してください。

平成21年台風9号による被害



# 台風

# 到来シーズン



毎年、夏になると多くの台風が発生します。そして、台風は日本本土に上陸し、自然の猛威をふるい、私たちに大きな被害をもたらすことがあります。ここでは、私たちが台風に備えて知っておくべき情報をお伝えします。

テレビで天気予報を見るときや台風が町にやってくるその前に、一度、台風について学びたいと思います。

## そもそも台風って？

気象庁では、北西太平洋に存在する熱帯低気圧のうち、低気圧域内の最大風速がおおよそ17m/秒(1秒間に17m進む速さ)以上のものを台風と呼んでいます。一般的に、夏に発生する台風は夏台風といい、秋に発生する台風は比べて動きが遅く、複雑な動きをします。

また、秋に発生する秋台風は、日

本の南海上で進路を北東に変え、速度を早めながら日本付近に近づくことが多く、日本付近にある秋雨前線の活動を強め、大雨を降らせる心配があります。

平成21年の台風9号による大雨のように、台風の進路上の地域ではなくても、南からの湿った風の影響で周辺に大雨を降らせる場合があります。この季節は、特に気象情報に注意して台風による大雨や、強風、停電などに備えましょう。

## 大きさと強さの表示

### 台風の大きさ

表示	風速15m/秒以上の半径
表示しない	500km未満
大型(大きい)	500km以上 800km未満
超大型(非常に大きい)	800km以上

### 台風の強さ

表示	最大風速
表示しない	33m/秒未満
強い	33m/秒以上 44m/秒未満
非常に強い	44m/秒以上 54m/秒未満
猛烈な	54m/秒以上

右の表をご覧ください。台風の進路予報などの情報は、台風の実況と予報からなります。

■「台風の実況」の内容は、台風の中心位置、進行方向と速度、中心気圧、最大風速（10分間平均）、最大瞬間風速、暴風域、強風域です。現在の台風の中心位置を示す×印を中心とした太い実線の円は暴風域で、風速（10分間平均）が25m/秒以上の暴風が吹いているか、暴風が吹く可能性のある範囲を示しています。

■「台風の予報」の内容は、72時間先までの各予報時刻の台風の中心位置（予報円）、中心気圧、最大風速、最大瞬間風速、暴風警戒域です。

破線の円は予報円で、台風の中心が到達すると予想される範囲を示しています。予報した時刻にこの円内に台風の中心が入る確率は70%です。予報円の中心を結んだ白色の点線は、台風が進む可能性の高いコースを示します。ただし、必ずしもこの線に沿って進むわけでないことに注意してください。

予報円の外側を囲む実線は暴風警戒域で、台風の中心が予報円内に入った場合に72時間先までに暴風域に入るおそれのある範囲全体を示しています。

なお、台風の動きが遅い場合には、12時間先の予報を省略することがあります。また、暴風域や暴風警戒域のない台風の場合には、予報円と強風域のみの表示になります。



☎ 役場総務課  
総務防災係  
☎52-1111

### ●気象庁の台風情報

<http://www.jma.go.jp/jp/typh/>

【資料：気象庁】

## 台風の進路予報表の見方



## 台風情報が発表されるタイミング

### 熱帯低気圧に関する情報

#### 台風情報

3時間ごとに24時間先まで、  
6時間ごとに72時間先・120時間先  
まで予報の発表

#### 暴風域に入る確率発表

72時間以内に台風の暴風域に入る  
確率が0.5%以上になった場合

#### 台風情報

台風が日本の海岸から300km  
以内に入った場合

- ・1時間ごとに現在の状況、1時間後の推定値を発表
- ・3時間ごとに最大72時間先までの予想を発表

「台風○号は、○日○時ごろ、○市付近に上陸しました」

台風発生

台風接近

台風上陸

# 河川改修工事の進捗状況と現時点の事業効果

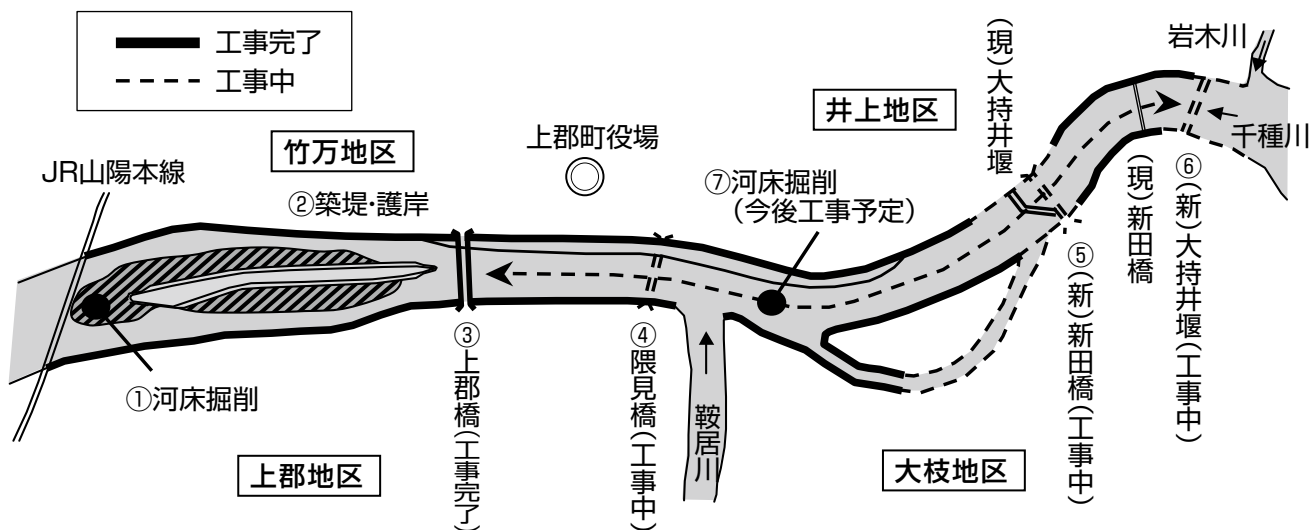
## 河川改修工事の進捗状況

### 完了した工事

- ① JR山陽本線から上郡橋までの河床掘削
- ② 築堤・護岸(橋梁・井堰付近除く)
- ③ 上郡橋の改築

### 今後の工事予定

- ④ 隈見橋の改築
- ⑤ 新田橋の改築
- ⑥ 大持井堰の改築
- ⑦ 上郡橋から(新)大持井堰までの河床掘削



## 現時点の事業効果

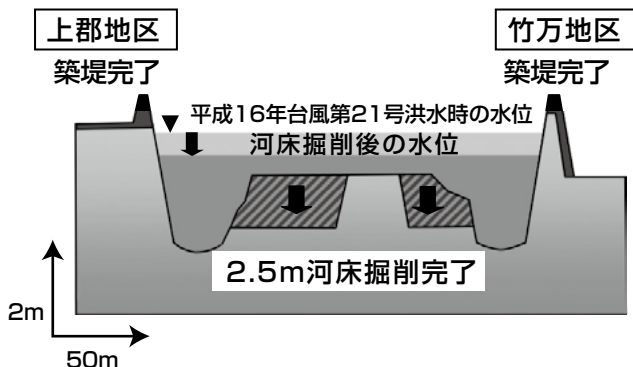
完了した一部の河床掘削と築堤により、平成16年台風第21号と同規模の洪水に対して浸水を防止することができます。

今後は、洪水を河道内でより安全に流すために、残る河床掘削および橋梁改築などを進めていきます。

### 河床掘削の効果(竹万地区)

約90cm  
水位が低下

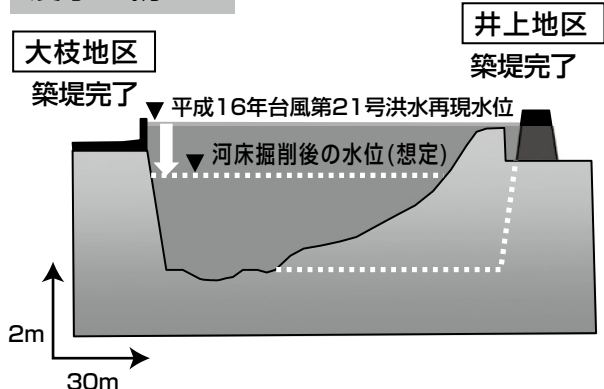
この水位低下により上流側の流水も以前よりは、スムーズに流れるようになりました。



### 築堤の効果(井上地区)

築堤によって  
浸水を防止

今後、河床掘削することにより水位が約190cm下がります。



# 年金を受けとらる皆さんへ

—こんなときはこんな手続きを—

## 誕生日が来たとき

毎年、誕生日に提出することとなっていた「現況届」が、住民基本台帳ネットワークの活用により、原則として不要になりました。

●ただし、次の方は「現況届」の提出が必要です。

- ① 日本年金機構で保有している本人基本情報(氏名、性別、生年月日、住所)と住基ネット(住民票)の情報が相違し、住民票コードを確認できない方
- ② 外国籍(外国人登録)の方
- ③ 外国に居住している方

●「現況届」以外の届が必要な方。

- ① 加給年金を受けている方は「生計維持確認届」を提出
  - ② 障害の程度の確認が必要な方は「診断書」を提出
- ※提出が必要な届出書は、日本年金機構から受給者へ送付されます。

## 住所や年金の受取場所を変えるとき

住民基本台帳ネットワークを活用することにより、引越しの際の住所変更届は原則不要となりました。

ただし、年金事務所に住民コードが未登録の方や、住民票と違う住所にお住まいの方、成人後見を受けている方が住所変更する場合は必要です。

年金は希望した金融機関や郵便局で支払われます。引越などですぐ払いを受ける金融機関、郵便局を変更するときは、「住所・支払機関変更届」を最寄りの年金事務所に提出してください。

## 年金証書をなくしたときなど

年金証書を汚したり、なくしたりしたときは、「年金証書再交付申請書」を最寄りの年金事務所に提出し、年金証書の再交付を受けてください。

年金証書は、年金を受ける権利のあることを証明するものです。各種の

届出や年金相談のときに必要になりますので、大切に保管しておきましょう。

## 氏名が変わったとき

結婚や養子縁組などにより氏名が変わったときは、「年金受給権者氏名変更届」(氏名変更届)を最寄りの年金事務所に提出してください。その際、「氏名変更届」の証明欄に市区町村長の証明を受けるか、または「氏名変更届」に戸籍抄本を添付してください。

※「住所・支払機関変更届」「年金証書再交付申請書」「年金受給権者氏名変更届」は、役場保険課、年金事務所にあります。

● 証書再交付、支払機関・氏名の変更のお問い合わせ

役場保険課 国保年金係

☎079-1-1522

● 現況届のお問い合わせ

姫路年金事務所

☎079-224-6668

## 兵庫県からのお知らせ

町県民税は、県民税と町民税をあわせて町が課税し、徴収する税です。町県民税(普通徴収)の第2期分の納期限は8月31日(水)です。納税に便利な口座振替制度もありますので、ぜひご利用ください。

個人事業税は、所得税、町県民税とは別に個人で事業を行う方にかかる税です。個人事業税の第1期分の納期限は8月31日(水)です。納期限をお忘れなく!

☎ 龍野県税事務所 ☎0791-63-5670

町県民税と  
個人事業税の  
納期限は

8月31日



写真左から、小谷杏美さん、前川愛理沙さん、三宅彩加さん、康乗詩織さん



町長に活躍を誓う大釜くん(中)と濱田さん(右)

## 交 日ごろの練習の成果を発揮 交通安全子供自転車兵庫県大会に出場

7月2日(土)、神戸市グリーンアリーナ神戸で「第40回交通安全子供自転車兵庫県大会」が開催されました。

同大会は、自転車を通じて交通に関する知識や技能を身につけることを目的に行われるもので、出場選手たちは学科テストや自転車の運転技術などを競いました。

町内からは、鞍居小6年生4名が参加し、団体の部で3位に入賞しました。また、個人の部では5位に小谷杏美さんが入賞し、「毎日、一生懸命練習したかいがあった」と笑顔で話していました。

## 町 全国大会での活躍に期待 内から2名がジュニアオリンピックに出場

8月25日(木)から東京で開催される「全国ジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会」に出場する濱田純さん(姫路商業高2年)と大釜雅裕くん(上郡中1年)が、山本町長を表敬訪問しました。

同大会には、濱田さんが400・800m自由形の2種目、大釜くんは100mバラフライの1種目に出場します。また、濱田さんは8月17日(木)から開催される「第79回日本高等学校選手権水泳競技大会」にも出場します。

町長から激励を受けた二人は、「自己ベストを更新できるようにがんばってきます」と話していました。

## 第 地域みんなで助け合おう 35回福祉バザー

6月26日(日)、スポーツセンターで第35回福祉バザーが開催され、多くの買い物客でにぎわいました。このバザーは社会福祉協議会が主催するもので、毎年6月の善意月間に合わせ、町民から提供された日用品などでバザーを行い、その売上金を地域の福祉に役立てています。

また、同会場では、東日本大震災で被災した地域の特産品販売や、町や社協、コープこうべによる支援活動のようすが展示されるなどの復興支援キャンペーンが行われました。



うちわにメッセージを添えて、被災地へ元気を届けます

## 子 あついあつい夏がやってきた ども会の球技大会

7月3日(日)、高田小学校で町子ども会連絡協議会主催の球技大会が行われました。約360名が各地区チームに分かれ、ドッジボールとキックベースボールの2種目で熱戦を展開。夏の暑さに負けない、気合いの入ったプレイで会場をわかせました。結果は次の通りです。

【ドッジボール】◆高学年男子の部①高田Bチーム②上郡チーム③高田Aチーム◆高学年女子の部①上郡チーム②高田Bチーム③山野里Bチーム◆低学年男女混合の部①上郡Aチーム②高田Bチーム③山野里Bチーム【キックベースボール】①高田チーム②赤松チーム③上郡Bチーム



ジャンプボールで試合開始!

# おめでとうございます —表彰を受けた方の紹介—

7月8日(金)、赤穂市文化会館で第55回兵庫県保健衛生大会が行われました。町内からは、保健衛生・環境美化の推進に功労があった2名が表彰されました。



兵庫県知事感謝  
保健衛生・環境美化推進有功者

福田 擴ひろむさん

保健衛生および環境美化の推進に努め、明るく住みよい地域社会づくりに大きな貢献をされました。



社団法人兵庫県保健衛生  
組織連合会長表彰  
地区衛生組織活動有功者

岡部 丈一じょういちさん

永年にわたり地区衛生組織活動に努め、健康で明るい地域社会の実現に尽くされました。

## 相生警察 からの お知らせ ☎22-0110



兵庫県警シンボルマスコット  
こうへいくん

### 災害に備えよう

#### 〓防犯意識の高揚〓

#### 震災に備えて

##### ○南海地震

南海地震は、和歌山・四国沖の太平洋海溝型の地震です。この地震では、1分以上の強い揺れが続くと予想されています。

また、地震に伴う大規模な津波が発生すると考えられます。津波は、地震発生後、30分以内に淡路島に到達し、1時間以内に神戸市などの瀬戸内海沿岸部に到達すると予想されています。

○大きな揺れを感じたら  
津波情報、避難情報などに従って、素早く、適切な場所へ避難しましょう。

#### 普段からの防災対策

いざというときに備えて、気象情報や避難に関する情報をどのように

入手するのか、避難場所はどこなのか、どこを通って避難するのか、何を持って避難するのかなど、自宅や職場を中心に考えておく必要があります。

各地域ごとのハザードマップの確認、非常時の家族の役割分担、非常持ち出し袋の用意などの備えをしておきましょう。

また、家具などの下敷きになれば津波から逃げる事ができません。タンスなどの家具は寝室に置かないようにしたり、転倒防止措置を施したりしておきましょう。

#### 6月末上郡町内人身交通事故発生状況

交番(駐在)別	人身事故	死者	傷者	物損事故
上郡橋	4	0	4	20
上郡駅前	6	0	7	62
中野	11	0	20	52
梨ヶ原	1	0	1	9
八保	1	0	1	14
赤松	2	0	2	15
野桑	4	0	4	14
播磨科学公園都市	2	0	2	19
合計	31	0	41	205

広げよう どうぞの気持ちと 車間距離



# 9月9日は救急の日

## 9月4日～10日は「救急医療週間」です

救急医療および救急業務に対する正しい理解と認識を深めるために、毎年9月9日を「救急の日」と定め、この日を含む1週間を「救急医療週間」としています。

### 平成22年上郡町救急出場件数

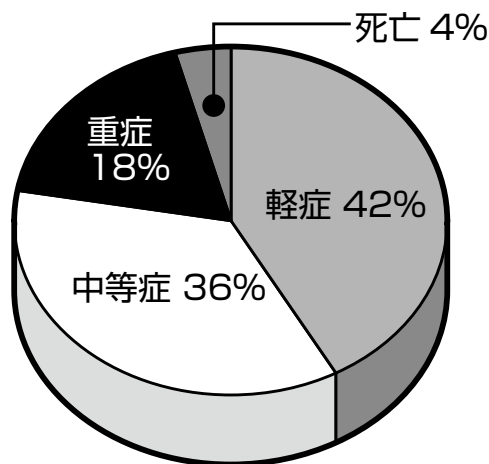
救急件数 **666**件

搬送人員 **643**人

平成21年救急出場件数に比べ、平成22年救急出場件数は95件(約17%)増加しています。内訳は、急病、交通事故、一般負傷、転院搬送(病院間搬送)などが増加しました。救急車の適正な利用をお願いします。

### 救急車で医療機関に搬送した方の傷病程度分類

死亡	医療機関到着時に死亡と判断された
重症	入院3週間以上
中等症	入院1日以上3週間未満
軽症	入院の必要がなかった



平成22年救急搬送者傷病程度の割合

## 命にかかわるお願いです

安易な救急要請の増加は、命の危険がある傷病者への対応の遅れを招きます。救急車は緊急性がある場合、救急車以外に搬送手段がない場合に利用するものです。



### 救急車を呼ぶ前に 少し考えてください

- ・病院に行くと待たされる
- ・入院、通院のためのタクシー代わり
- ・救急車はタダだから…
- ・緊急性のない軽いケガや病気(かすり傷、風邪、歯痛、酒酔いなど)

ちょっとカゼをひいたみたい。  
救急車で早く行くと早いから…



まって!!

お母さんが  
大変なんです!

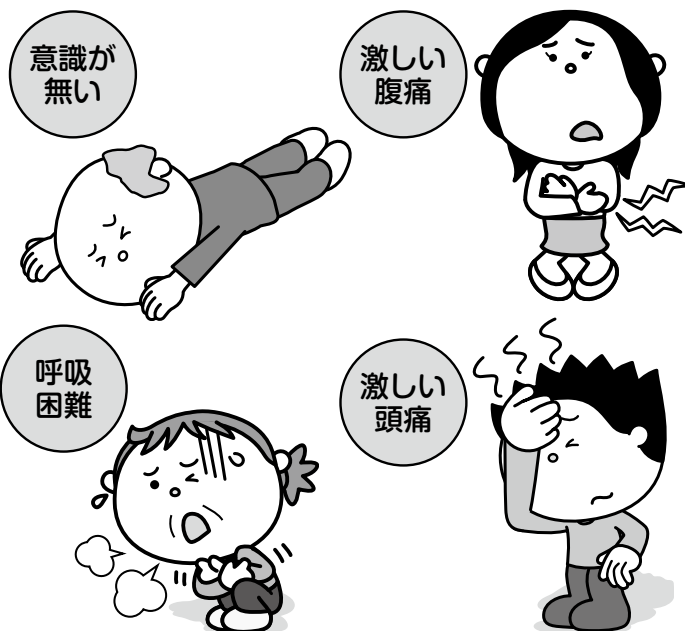


← **本当に救急車が必要ですか?**

## こんな症状がみられたら、迷わず119番通報してください

### 《救急車を要請する主な症状》

- ・急に倒れた、意識が無い
  - ・激しい頭痛、胸痛、腹痛など
  - ・交通事故による負傷
  - ・息苦しそう、息をしていない
  - ・けいれんが続くとき
  - ・広い範囲のやけどをしたとき
- ※その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合



## 119番通報時には、あわてずはっきりと次のことを伝えてください



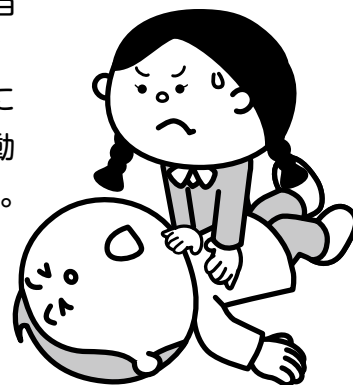
- ①「火事ですか?」「救急ですか?」と尋ねますので「救急です!」と教えてください
- ②救急車に来てほしい場所の住所や目印となる建物など
- ③ケガや病気の状況(特に意識があるか、無いか)
- ④年齢、性別、傷病者の数(交通事故などの場合)
- ⑤持病名やかかりつけの病院名
- ⑥あなたの名前と電話番号

## 救える命を救うためには、正しい応急手当を身につけることが重要 AEDの使い方を含めた救急講習会を実施しています

応急手当とは、突然のケガや病気に対して家庭や職場でできる手当てのことです。

救急車が到着するまでの間、現場に居合わせた皆さんが速やかに適切な応急手当ができるように、消防署ではAED(自動体外式除細動器)の使い方を取り入れた普通救命講習や救急教室を実施しています。

詳しくは、消防署上郡分署までお問い合わせください。



〒赤穂市消防署上郡分署 救急救助係 ☎52-5119

# 食育

## だより

No.5

「早寝、早起、朝ごはんて今日も元気にスタート！」

毎月19日は  
食育の日

問 保健センター ☎52-2188

バランスのよい朝ごはんを食べると、たくさん体に良いことがあります。

朝食の欠食は、若い世代で目立ち、小学生から中学生、高校生と年齢が上がるにつれて増えます。朝食の大切さを知り、バランスのとれた朝食を家族そろって食べましょう！

### 朝ごはんを食べると…

- 頭がすっきりして、勉強や仕事に集中できます。
- 体温を上げて活発に活動できます。
- やる気が出て、ささいな笑顔になります。
- 生活習慣病、肥満を予防します。



### 健康に過ごすために

- 早起きから1日のリズムをつくりましょう!
- 朝、カーテンを開け、太陽の光を浴びることからはじめましょう!
- まず朝ごはんを食べることからはじめ、1日3回の食事を整えていきましょう!

ビタミン、カルシウムたっぷりのモロヘイヤを使った簡単レシピ。

1人分  
エネルギー  
16kcal  
塩分 0.6g



### ①す②め③会④おすすすめレシピ 「モロヘイヤと玉ねぎの二杯酢」

#### 材料 (4人分)

- モロヘイヤ…100g
- 玉ねぎ…50g
- 削り節…適量

A

- しょう油…小さじ1・1/2
- 酢…小さじ1/2



#### 作り方

- 1 モロヘイヤは、さっと茹でて食べやすく切る。玉ねぎは薄切りにして水にさらし、水気をきる。
- 2 ①を混ぜ合わせて器に盛り、Aを合わせてかけ、削り節を散らす。  
※ミニトマトなどを飾ってもよい。

## はなまる朝ごはん

◎主食(ごはん・パンなど)  
→脳が働くエネルギーの糖質

◎主菜(納豆・焼き魚・目玉焼き・ハムなど)  
→体を温かくするたんぱく質

◎副菜(味噌汁・スープ・おひたし・サラダなど)  
→ミネラルやビタミンの補給

# 健康のためのプラスワン生活講座 受講生募集

「体重を落としたいけど、どうしたらいいのかわからない」「健康は大事だと思うけど、何をすればいいのだろう」。

そんな皆さんの声にお答えする講座を開催します。仲間と一緒に自分の生活を見直し、これからの生活を考えてみませんか？

- 対象者 40歳～64歳  
※先着30名
- 申込期限 9月30日(金)
- 参加費 500円

☎保健センター ☎52-2188

日時	場所	内容
10月11日(火) 10時～11時30分	保健センター	ワイワイトークで自分の現実を知ろう!
10月25日(火) 10時～11時30分		みんなで、バイキングゲーム あなたの健診結果の見方
11月15日(火) 9時30分～13時	生涯学習 支援センター	このカロリーでもお腹いっぱい! これからは身体に優しい健康ごはん
12月20日(火) 10時～11時30分	保健センター	あなたの昨日食べたカロリーは?
1月17日(火) 9時30分～13時	生涯学習 支援センター	おいしい食事を食べながら 仲間と語り合おう

## 9月9日は 「救急の日」

西播磨地域では、急病やケガの際に、安全・安心な救急医療が受けられるよう、医師会や医療機関などの協力で体制が整えられています。救急医療は限りある社会資源です。大切に利用しましょう。

### ■ 救急医療を守るためのお願い

身近なところで受診できる「かかりつけ医」を持ちましょう。体調がおかしいと感じたときは、まず、「かかりつけ医」に相談してください。日ごろから健康管理に努め、具合が悪い場合は、なるべく医療体制が整っている平日の診療時間内に受診をお願いします。

☎保健センター ☎52-2188  
龍野健康福祉事務所 ☎0791-63-5150  
子どもの救急ホームページ  
<http://kodomo-qq.jp/>

## 「つながる 支える いのちと心」 うつ病を正しく理解して 自殺を予防しましょう

自殺の原因でもっとも大きいのが「健康問題」と言われています。この中には、うつ病も大きく関与していると考えられています。うつ病を正しく理解し、予防・対処することは自殺予防につながります。

### <うつ病とは>

うつの主な症状である抑うつ気分は、「ゆううつ、気分が沈む、心が晴れない、わびしい、悲しい」などいろいろに表現される気分の低下のことをいいます。ただし、通常の気分の落ち込みとは違い、気分の低下の程度が強く、長く(2週間以上)続きます。

うつ病は、だれでもなる可能性があります。症状が疑われたら早めに受診しましょう

☎保健センター ☎52-2188

# 高齢者ほっと・あんしんだより



「介護の世話が大変になった」「家族の協力を得られない」 = **介護疲れやストレスの増大**

「介護をするうえで協力者や相談者がいない」 = **孤独な介護**

「人間関係に問題がある」「地域から孤立してしまった」 = **折り合いが悪い**

「高齢者の年金収入で生活している」 = **経済的な依存**

高齢者が、安心・安全に暮らせるよう、地域包括支援センターは高齢者からの様々な相談を受け、適切なサービスや機関の紹介や制度の利用が出来るようにお手伝いしています。その中の一つとして、『高齢者虐待への対応、発生予防』の支援を行っています。

高齢者虐待は、なぜ起こってしまうのでしょうか？虐待の発生要因は次のような理由が挙げられます。

高齢者虐待には、身体的虐待、世話の放棄・放任、心理的虐待、性的虐待、経済的虐待があります。虐待を受けることで、高齢者の安心・安全な生活や権利が侵害されてしまいます。虐待から高齢者を守り、安全で安心な生活ができるように、地域包括支援センターが迅速に対応し、関係機関と連携した支援を行います。

## 予防策

介護をする間に、「自分がやらなければ…」という責任感が、介護者の身体的・精神的負担を増大させ、虐待が始まってしまうことも少なくありません。

次のように高齢者との上手なコミュニケーションをとることも大切です。

- ◎高齢者のペースに合わせる。
- ◎高齢者自身のプライドを傷つけないよう心がける。
- ◎安全な生活環境になるよう手すりを設置するなど、事故を防ぐ工夫をする。
- ◎介護者の適度な休息、気分転換できる時間を過ごす。

など

家族や親戚、近所の人など周囲に相談できる人がいることや、介護者同士で情報交換や介護の苦労や喜びを分かち合うだけでも、リフレッシュできたり、元気付けられたりします。

町では、介護者同士の交流を深めてもらう目的で、「介護者の集い」を実施しています。

また、ゆとりをもつて介護を続けるために、介護福祉サービスを活用することも大切です。

高齢者に関わる方や近隣の人からのさりげない手助けや見守り、声かけなどちょっとした勇気や優しさで、虐待の深刻化を防ぐことも出来ます。「おはよう」「こんにちは」の挨拶など、何気ない毎日の声かけも大切な見守りの一つです。

「大丈夫かな？心配だな」「虐待かな？」と思ったら、一人で悩まず、どんな小さなことでも地域包括支援センターにご相談ください。

☎ 地域包括支援センター

☎ 020-1114



役場各課へのお電話は  
直通番号をご利用ください



# エイトちゃんの情報STATION

役場各課・関係機関  
直通電話(市外局番0791)

議会事務局	☎52-3512
企画財政課	☎52-1112
総務課(代表)	☎52-1111
税務課	☎52-1113
住民課	☎52-1115
・クリーンセンター	☎52-0096
健康福祉課・地域包括支援センター	☎52-1114
・障害者支援センター	☎57-2233
・訪問看護ステーション	☎52-2400
・子育て学習センター	☎52-1067
・保健センター	☎52-2188
保険課	☎52-1152
産業振興課	☎52-1116
農業委員会	☎52-1116
建設課	☎52-1117
上下水道課[與井380番地]	
・上水道係	☎52-0097
・下水道係	☎52-1119
会計課	☎52-1120
[教育委員会]	
学校教育課	☎52-2911
社会教育課	☎52-2912
・生涯学習支援センター	☎52-1125
・つばき会館	☎52-1125
・青少年育成センター	☎52-5500
・郷土資料館	☎52-3737
・スポーツセンター	☎52-4433
上郡町社会福祉協議会	☎52-2910

## 募集

### 町職員募集

採用職種および人員 幼稚園教諭1名  
受験資格

昭和56年4月2日以降に生まれた人で、幼稚園教諭および保育士の資格を有する人(来春卒業、資格取得見込者を含む)。

試験の日時など 9月18日(日)

※時間、場所などは申込書受付の際にお知らせします。

### 受験申込書の交付

申込書は役場総務課で交付します。郵便で申込書を請求する場合は、120円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(A4判が入る封筒)を必ず同封してください。

### 受験申し込み

申込書に必要事項を記入のうえ、総務課へ提出し、受験票を受領してください(郵送による受付はいたしません)。

受付期間 9月2日(金)まで

平日の8時30分~17時15分

### 役場総務課 総務防災係

☎52-1111

## お知らせ

### 農地の売買・賃貸借

農地を売買・賃貸借する際には、農業委員会への申請が必要です。また、貸借契約した農地を第三者に転貸することは、法律で禁じられています。農地の売買または賃貸借の契約を結ぶ場合は、現在継続中の契約がないことを確認し、手続きを行って

### ご確認ください。

継続中の契約がある場合は、契約の当事者双方同意の合意解約届を農業委員会に提出してください。詳しくは、農業委員会までお問い合わせください。

### 農業委員会事務局

☎52-1116

### 簡易耐震診断受け付け中

昭和56年5月以前に建てられた住宅に診断員を派遣し、簡易耐震診断を行います。予定戸数に限りがありますので、早めに申し込んでください。

診断手数料 1棟 3,000円

(木造戸建住宅の場合)

### 役場建設課 都市整備係

☎52-1117

広告

## 「困ったら」まずは相談から

地域に密着した活動を行います。  
借金・金融の相談に限り初回無料。

ホームページからも、ご相談いただけます。

<http://www.okazaki-lawoffice.jp>

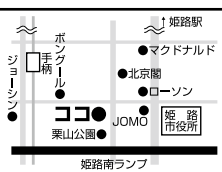
弁護士法人岡崎晃法律事務所 検索

## 弁護士法人 岡崎晃法律事務所

岡崎 晃(兵庫県弁護士会所属) 吉原 美由希(兵庫県弁護士会所属)

初回受付専用:080-6129-1856

■執務時間(月~金 午前9時~午後7時)■日曜の法律相談を受け付けています。(午後3時~5時、要予約)  
〒670-0954 兵庫県姫路市栗山町126番地 イノウエビル7階(姫路市役所前大通り西)  
TEL:079-281-8188 FAX:079-281-8177



## 8月は電気使用安全月間です

たこ足配線はやめましょう



## いま一度、身のまわりの電気安全について考えましょう

コードや配線器具には電気を通してよい限度があります。テーブルタップなどを使ったこ足配線をすると、過度の電流がながれて大変危険です。電源の差込口を分けるか、使用機器を減らすなどの対策をしましょう。

経済産業省 主催

財団法人 関西電気保安協会  
<http://www.ksdh.or.jp/>

**有害鳥獣捕獲のお知らせ**

シカ・イノシシなど野生動物による農林業被害の低減を図るため有害鳥獣の捕獲を行います。入山の際は、なるべく目立つ服装をしていただくなど事故防止にご協力をお願いします。

**実施区域** 上郡町内一円

**実施期間** 10月31日(月)まで

**関係機関** 農林振興課 農林振興係

☎52-1116

**もの忘れ相談**

**日時** 9月9日(金)

**時間** 13時～17時

**場所** 保健センター

**相談医** 西播磨リハビリテーション

**便利なサービスご利用ください**

毎週金曜日は、「各種証明書の発行」の窓口業務を18時まで延長しています。

次の証明書の発行を行っていますので、ぜひご利用ください。

- ①戸籍謄本・抄本
- ②住民票謄本・抄本
- ※住民票の広域(町外)交付発行は、できません。
- ③住民票記載事項証明書
- ④印鑑登録証明書
- ⑤外国人登録記載事項証明書

関係機関 役場住民課 住民係 ☎52-1115

センター高次脳診療科部長  
柿木達也 氏

※予約制です。8月31日(水)までにお申し込みください。

**関係機関 地域包括支援センター**

☎52-1114



**催し**

平成23年度  
**安全・安心のまち住民大会**

上郡町、相生市から暴力団や暴走族を追放して青少年の健全育成を推進し、犯罪や交通事故のない明るいまちづくりを実現するために、地域ぐるみでの参加を呼びかけます。

**日時** 8月20日(土)

**場所** 相生市民会館

**内容** ①上郡・相生警察官表彰

②講演会

講演「交通事故情勢とその対策について」

講師 兵庫県警察本部交通部交通

企画課調査官 川本善彦さん

③兵庫県警察音楽隊による演奏

**関係機関 役場住民課 生活消防係**

☎52-1115

**道路ふれあい月間**

8月は、道路ふれあい月間です。道路は、ルールを守って正しく使いたしましょう。ゴミ、空き缶のポイ捨て、無断の貼り紙、はみ出し看板の設置はやめましょう。

**関係機関 役場建設課 総務係**

☎52-1117

**第52回町長杯争奪  
囲碁・将棋大会**

**日時** 9月4日(日)9時～

**場所** 上郡公民館

**参加対象** 町内に在住・在勤の方

**申込期限** 当日9時まで

**参加費** 1,500円(昼食代など)

**関係機関 上郡公民館** ☎52-4411

**東播西播定住自立圏形成推進事業  
平成23年度 埋蔵文化財巡回展**

「備前市・赤穂市・上郡町 自慢の遺跡展」を開催します。

**期間** 8月27日(土)～

9月25日(日)

※月曜休館(9月19日は開館・翌日

休館)

**場所** 郷土資料館 特別展示室

**時間** 9時～17時

9月3日(土)13時から3市町の学芸員によるギャラリートークを開催します。

**関係機関 郷土資料館** ☎52-3737

**農業共済加入者の皆さんへ**

**水稻共済の掛金納付期限**

**平成23年8月31日**

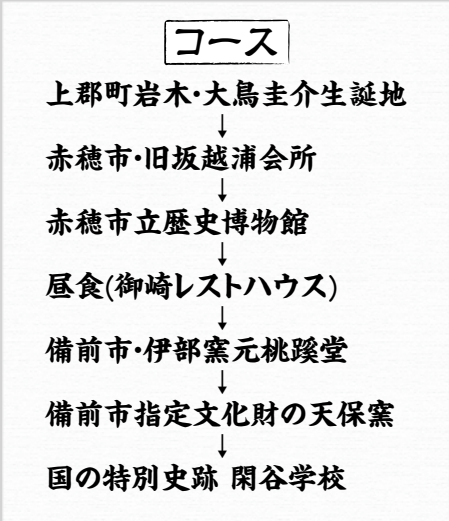
※掛金の口座振替日も同日です。

**関係機関 赤相農業共済事務組合**  
☎45-1101

# 上郡町・赤穂市・備前市 指定文化財・文化施設等巡りツアー

東備西播定住自立圏形成推進協議会では、圏域の上郡町・赤穂市・備前市の3市町の方々を対象に、圏域内の文化財を巡るバスツアーを、昨年度に引き続き開催します。この機会に上郡町や近隣の文化にふれ、交流を深めてみませんか？

- 日時** 10月1日(土)9時～17時 ※雨天決行
- 集合場所** 9時に役場裏駐車場から出発
- 対象** 町内に在住・在勤・在学の方
- 定員** 40名
- 料金** 参加料2,000円(昼食・入館料を含む)  
※ツアー中止以外の返金はできません。
- 申込方法** 社会教育課にある申込書に記入のうえ、参加料を添えて社会教育課 文化財係までお申し込みください。
- 募集期間** 8月29日(月)から定員40名に達するまで。



問申 上郡町教育委員会 社会教育課 文化財係 ☎52-2912

## 「高齢者・障がい者の人権あんしん相談」強化週間



高齢者や障がい者をめぐる様々な人権問題について、時間を延長して電話相談を受け付けます。相談は無料で、秘密は厳守します。

### 受付日時

9月5日(月)～9月9日(金)8時30分～19時  
9月10日(土)、11日(日)10時～17時

電話番号(全国共通ナビダイヤル)

☎0570-003-110

### 相談担当者

人権擁護委員、法務局職員

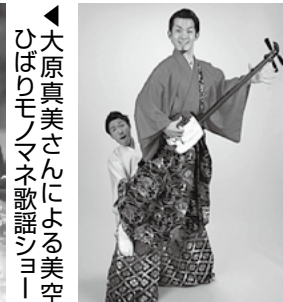
問 神戸地方法務局 人権擁護課 ☎078-392-1821

## 平成23年度敬老会

町民の長寿を祝い、最高齢・米寿・金婚などの表彰やアトラクションを行います。

- 日時** 9月19日(月・祝)  
午前の部 9時～11時(上郡・高田・高田台・鞍居地区)  
午後の部 13時～15時(山野里・赤松・船坂地区)
- 場所** 生涯学習支援センター
- 対象** ・75歳以上の方(昭和11年12月31日以前に生まれた方)  
・74歳以下の金婚対象の方  
※参加には事前申し込みが必要です。

### アトラクション

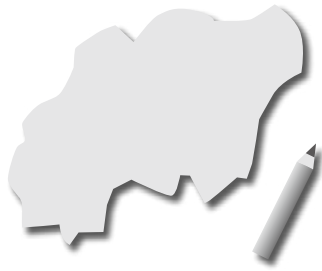


▲大原真美さんによる美空ひばりモノマネ歌謡ショー

▲「セニ味ストリート」による津軽三味線パフォーマンス

問申 健康福祉課 福祉係 ☎52-1114

## 第6回 ふれあい ささえあい 上郡絵マップ コンクール



オリジナルマップを制作して、みつけよう！感じよう！かみごおりってどんなところ？

- テーマ** 町内の施設・商店街・神社・お祭りなど上郡町を紹介するもの
- 募集内容** 持ち運びできる大きさのもの(畳1畳分まで)  
※彩色や写真の貼りつけなどマップ製作は自由。
- 応募資格** 小学生以下の児童(保護者の手助けやクラスでの共同制作も可能)
- 受付期間** 9月1日(木)～6日(火)
- 受付場所** 通園、通学している保育所・幼稚園・小学校、または社会福祉協議会
- 公開審査** 10月1日(土)13時30分～  
赤松小学校体育館

☎ 社会福祉協議会 ☎52-2910



## はりま リコーダー交流会 in 上郡 funasaka

東備西播定住自立圏構想推進事業として、町内と近隣市町のリコーダー奏者が一同に集まり、コンサートを開催します。リコーダーが織り成す、美しいハーモニーをご鑑賞ください。

- 日時** 8月28日(日)14時～17時
- 会場** 旧船坂小学校体育館※入場無料
- 演奏者** はりまりコーダーオーケストラ・他
- 演奏曲** アディエマス、サウンド・オブ・ミュージックなど

☎ 船坂公民館 ☎55-1060

## 「人権フォト コンテスト」 作品募集



『人・命・ふれあい～笑顔っていいな!～』をテーマに、見る人に語りかけ、ともに「やさしさ」を感じあえるような写真作品を募集します。

### 応募規格

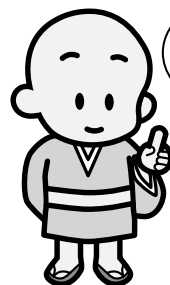
- ①大きさは2L版のみ。家庭でプリントする場合は、写真専用紙を使用。
- ②応募点数は、1人3点以内。
- ③応募作品は、原則として返却しません。(希望があれば返却可)
- ④応募作品の著作権は作者に、使用权は主催者に帰属します。

※詳しくは、社会教育課、生涯学習支援センター、各地区公民館にあるチラシをご覧ください。

**応募資格** 町内に在住・在勤の方

**受付期限** 10月7日(金)

☎ 上郡町教育委員会 社会教育課 人権教育係 ☎52-2912



毎月  
第3水曜日  
開催です

## ハローワーク 移動雇用相談

「ハローワークあいおい」より専門の相談員を招いて、移動雇用相談を実施します。就職などでご相談のある方はぜひお越しください。

- 日時** 9月21日(水)、10月19日(水)、11月16日(水)  
13時30分～16時
- 会場** 役場第2庁舎 2階小会議室
- 内容** 就職情報提供、相談、紹介など
- 人数** 5名

※相談には必ず予約が必要ですので、相談日の前日までに役場産業振興課までお申し込みください。

☎ 役場産業振興課 商工観光係 ☎52-1116

第7回前期姫路ジュニア水泳競技大会  
6月12日(日)

【男子】▼8歳以下50Mバタフライ③  
森田遙大▼9〜10歳50M自由形①西  
川諒一▼同50Mバタフライ②西川諒  
一▼11〜12歳50M自由形③森田幸佑  
▼同100M自由形②森田幸佑▼同  
50Mバタフライ②大釜雅裕▼同100  
Mバタフライ①大釜雅裕▼13〜14歳  
400M個人メドレー②森中健太郎  
【女子】▼9〜10歳50M背泳ぎ②森中  
優花▼9〜10歳200Mフリーリレー  
②大釜諒子、森中優花、久保藍里、  
妹尾冴夏



水泳競技大会で入賞された皆さん(6/12)

2011大阪水泳マスターズオープン  
6月18日(土)、19日(日)

【女子】▼40〜44歳50M平泳ぎ③若井  
満知子▼同100M②若井満知子

第3回上郡町ソフトボール同好会  
6月19日(日)

①松の尾②高田台6丁目③大持  
第15回備前市長杯ソフトテニス大会  
6月19日(日)  
▼男子の部②高田光太郎・村上龍司  
ペア③白井瑞希・谷口裕哉ペア  
▼女子の部①本城琴都・藤井瑞紀ペ  
ア③中野彩花・中野舞ペア③上通ひ  
なた・長濱唯ペア



ソフトテニス大会で入賞された皆さん(6/19)

第5回フロアーカーリング大会  
6月24日(金)

①山本チーム(山本啓市、高本節  
子、三浦和子)②安田チーム(安田  
清廣、竹内喜之、小寺善二)③木村  
チーム(木村幸雄、木村公子、三井  
一義)④沖中チーム(沖中順子、下山  
たず子、田中以代)

第14回マウンテンボール大会  
6月25日(土)

①丸尾雅明②立川ツヤ子③三浦利之  
④田渕日出子

近畿秋季(2部)上郡支部軟式野球大会  
6月26日(日)

①ウインズ②上郡タイガース③SA  
YOガンバ③ホワイトシャーク

第32回B&Gスポーツ大会兵庫県水泳大会  
7月7日(木)

「A」小学3・4年生、B「小学5・6  
年生、C」中学生」

【男子】▼50M自由形B①森田幸佑▼  
同C①森中健太郎②森下智裕▼50M平  
泳ぎC①森下智裕▼50M背泳ぎC①前  
田拓真③沖孝太▼50MバタフライB③  
森田幸佑▼同C①森中健太郎②大釜雅  
裕③前田拓真▼100M自由形C②  
大釜雅裕③沖孝太▼200Mメドレー  
リレーABC①前田拓真、森下智裕、  
西川諒一、森田幸佑▼200Mフリー  
リレーABC①森中健太郎、大釜雅  
裕、森田幸佑、西川諒一

【女子】▼50M自由形A①森中優花▼  
同C②濱田優依③山本樹那▼50M平泳  
ぎA①久保藍里▼同B②久保帆花▼50  
M背泳ぎA①森中優花②久保藍里▼  
同B①久保帆花▼50MバタフライB①

夏季卓球大会  
7月10日(日)

濱田凜▼同C①山本樹那▼100M自  
由形C①濱田優依▼200Mメドレー  
リレーABC①濱田凜、久保帆花、  
山本樹那、濱田優依▼200Mフリー  
リレーABC②濱田凜、山本樹那、  
久保帆花、濱田優依

「一般ダブルス」①西川・松本ペア②  
尾上・三浦ペア③中川・松岡ペア③  
内藤・種継ペア

【一般シングルス】①西川辰男②松岡  
和子③尾上千鶴子③三浦房子

第11回囲碁ボール講習会  
7月10日(日)

【1コート】①野村チーム  
【2コート】①赤松Cチーム  
【3コート】①赤松Bチーム  
【4コート】①赤松Aチーム  
【5コート】①梨ヶ原Bチーム  
【6コート】①田渕チーム

第27回会長杯バレーボール大会  
7月10日(日)

③鞍居ピュア

第10回兵庫西農協年金友の会  
ゲートボール大会  
7月12日(火)

①若狭野Cチーム②若狭野Bチーム  
③尾長谷西チーム

第10回兵庫西農協年金友の会  
ゲートボール大会  
7月12日(火)

①若狭野Cチーム②若狭野Bチーム  
③尾長谷西チーム

# B&G上郡スイミングスクール 会員募集

## ■3歳～保育園・幼稚園・小学生・中学生のクラス

対象	時間	曜日	月会費	内容
3歳～6歳	15～16時	火～土	【週1回】3,000円 【週2回】4,000円 【週3回】5,000円	たくさんのお友だちと一緒に楽しみながら自然に水に慣れましょう。
小学生	16～17時			体力・技術レベルに応じて泳法の基本を指導します。
小学生・中学生	17～18時			四泳法をマスターしながら、美しく速く泳げるように指導します。
小学生・中学生	18～19時			大会に向け、四泳法・スピード・技術向上を指導します。

## ■アクアチョイス(大人・高校生のクラス)

クラス	時間	曜日	月会費
午前会員	10時30分～11時30分	火～金	4,000円
午後会員	19時30分～20時30分		4,000円
午前+ 午後会員	10時30分～11時30分 19時30分～20時30分		5,000円

## 入会に必要なもの

- 入会金2,000円
- 年会費1,000円
- 銀行印
- 預金通帳
- 水着・帽子の代金

※アクアピクス(水中リズム体操)や水中ウォーキングの指導も行っています。

問 ☎ スポーツセンター ☎52-4433

## 優秀スポーツ選手・団体表彰

上郡町教育委員会では、「体育の日」を記念して、町内の優秀なスポーツ選手および団体を顕彰し、「優秀スポーツ選手賞」を伝達しています。

次の要件に該当する方、もしくは該当する方をご存じの方は、スポーツセンターまでご連絡ください。

- 対象者 町内在住者および出身者
- 対象期間 平成22年9月～平成23年8月
- 対象大会 県大会以上の大会または同等以上の大会
- 対象成績 優勝、準優勝
- 申込期限 9月4日(日)18時

問 ☎ スポーツセンター ☎52-4433

## 新着 図書案内

- 播磨国風土記のひみつ 是川長
- 赤松一族 八人の素顔 播磨学研究所
- 子どもの育ちを支える絵本 協明子
- 異境 堂場瞬一
- 怪物 福田和代
- アンダルシア 真保裕一
- 恐竜の飼いかた教えます R・マッシュ
- 哀愁の演歌 野ばら社編集部
- 人生がときめく 片づけの魔法 近藤麻理恵
- 蒸気機関車の記憶 原京一
- 高学歴大工集団 秋元久雄
- 男も更年期で老化する 和田秀樹
- 「富士見」の謎 田代博
- 頭のよい子のある「もの」 四十万靖
- 震災非常食マニュアル オークラ出版
- セクハラの誕生 原山擁平
- なぜか怒られる人の話し方 関根眞一
- 許される人の話し方 関根眞一
- 日本と世界の領土問題 高橋和夫
- 誰でもできるらくらく 相続シミュレーション 茂木里江子
- 日本脱出先候補ナンバーワン国 マレーシア 石原彰太郎



# 今年も町民大会が始まります!

## 第46回 上郡町民体育大会(前期)のご案内

今年も10月10日(体育の日)を中心に第46回上郡町民体育大会を開催します。皆さんぜひご参加ください。

### ソフトテニス大会

開催日時 **9/17<sup>⑤</sup>・18<sup>⑥</sup> 9時～**  
開催場所 テニスコート  
受付期間 大会当日9時まで(現地)  
競技内容など ●対象は、町内在住・在勤・在学・出身の小学生以上の方(ダブルス)  
●ジュニアの部は9/17開催  
●一般男子、壮年・女子の部は9/18開催  
※中学男子・女子の部は別の日に上郡中学校内で開催  
準備物 ●ラケット ●シューズ ●帽子

### ソフトボール大会

開催日時 **10/2<sup>⑥</sup>・10<sup>⑧</sup>(祝) 9時～**  
開催場所 野球場  
受付期間 **9/17<sup>⑤</sup> 17時まで(スポーツセンター)**  
競技内容など ●対象は、町内在住の方(高校生以上)  
●原則として、自治会ごとのチーム(連合チーム可・1チーム10～20名)  
●40才以上4名もしくは40才以上2名と女子1名か50才以上1名常時出場のこと  
準備物 ●バット ●グローブ ●キャッチャーマスク

### 太極拳表演会・講習会

開催日時 **9/24<sup>⑤</sup> 19時～**  
開催場所 B&G体育館  
受付期間 大会当日19時まで(現地)  
競技内容など ●太極拳24式と太極剣の表演  
●初心者講習会  
●どなたでも参加できます  
準備物 ●シューズ

### バスケットボール大会

開催日時 **10/10<sup>⑧</sup>(祝) 10時～**  
開催場所 総合体育館  
受付期間 **9/30<sup>⑤</sup> 18時まで(協会事務局)**  
対 象 ●ミニバスケットボールの部は町内教室の方  
●一般の部は町内在住・在勤・在学・出身の方  
準備物 ●シューズ

### 柔道大会

開催日時 **10/2<sup>⑥</sup> 13時30分～**  
開催場所 柔道場  
受付期間 大会当日13時まで(現地)  
競技内容など ●幼稚園から一般の部までが行われます  
準備物 ●柔道着

### 少年剣道大会

開催日時 **10/22<sup>⑤</sup> 9時～**  
開催場所 つばき会館講堂  
受付期間 **10/15<sup>⑤</sup> 17時まで(上郡剣道連盟)**  
競技内容など ●1～4年生は低学年の部、5～6年生は高学年の部に出場します  
準備物 ●剣道具 ●剣道着

### バドミントン大会

開催日時 **10/2<sup>⑥</sup> 9時～**  
開催場所 総合体育館  
受付期間 **9/24<sup>⑤</sup> 20時まで(スポーツセンター)**  
対 象 ●町内在住・在勤・在学の方(ダブルス)  
準備物 ●ラケット ●シューズ

### 弓道大会

開催日時 **10/29<sup>⑤</sup> 13時～**  
開催場所 上郡高校弓道場  
受付期間 大会当日13時まで(現地)  
競技内容など ●対象は、町内在住・在勤・在学の高校生以上の方(弓道経験者)  
●近的立射方式で行います  
準備物 ●弓具

### B&G杯争奪少女バレーボール大会

開催日時 **10/10<sup>⑧</sup>(祝) 10時～**  
開催場所 B&G体育館  
受付期間 **10/9<sup>⑧</sup> 17時まで(スポーツセンター)**  
対 象 ●少女バレーボールの会加入チーム(見学者歓迎)  
準備物 ●ユニフォーム ●シューズ

※総合開会式は10月10日(月・祝)8時30分より、スポーツセンター総合体育館で開催します。

問スポーツセンター ☎52-4433

8月	
15月	当直医 岡田整形外科 ☎52-5600 子 子育て相談10:00~
16火	
17水	役 行政相談10:00~12:00 子 すこやか子育て教室10:00~ 赤 エイズ・肝炎相談&若者の心と体の相談(要予約)13:30~15:00 社 心配ごと(なんでも)相談13:30~15:00
18木	区 第16回西播磨グラウンドゴルフ大会9:00~ 青 教育相談(電話相談)9:00~17:00 つ ハーモニカ教室10:00~ 役 身体障がい者相談13:30~16:00
19金	役 農地相談9:00~12:00 子 すこやか子育て教室10:00~ 役 農業委員会定例会13:30~
20土	生 高齢者大学開講日10:00~ 生 おはなし会14:00~
21日	当直医 苔縄医院 ☎52-5611 区 第5回ソフトボール同好会大会、西播磨親善体育大会(バドミントン)9:00~ 区 県都市対抗軟式野球大会14:00~
22月	子 子育て相談10:00~
23火	子 すこやか子育て教室10:00~ 社 法律相談(予約制)13:20~16:00 区 ヨガ教室Aルーシーダットン19:30~
24水	保 3歳児健診(H20.1・2・3生)13:00~
25木	青 教育相談(電話相談)9:00~17:00 社 心配ごと(なんでも)相談13:30~15:00
26金	子 すこやか子育て教室10:00~ 区 ヨガ教室Bルーシーダットン19:30~
27土	区 播但学童軟式野球上郡予選大会9:00~
28日	当直医 森医院 ☎52-0711 区 軟式野球播但選抜選手権(BC級)&播但学童大会9:00~
29月	子 子育て相談10:00~ 青 教育相談(カウンセリング)11:00~17:00
30火	
31水	子 すこやか子育て教室10:00~

9月	
1木	生 高齢者大学学外一泊研修 青 教育相談(電話相談)9:00~17:00 役 人権相談13:00~16:00 社 心配ごと(なんでも)相談13:30~15:00
2金	子 すこやか子育て教室10:00~
3土	区 陽光保育園運動会、播但学童軟式野球大会9:00~ 社 災害ボランティア活動を考えるついで9:30~ 生 四季の園芸花づくり教室10:00~ 生 おはなし会14:00~
4日	当直医 黒田内科クリニック ☎52-0235 区 軟式野球播但選手権(BC級)&播但学童大会9:00~
5月	子 子育て相談10:00~ 青 教育相談(カウンセリング)11:00~17:00 赤 こころのケア相談(予約制)13:00~14:30
6火	区 上郡町ゲートボール協会団体長杯(2011夏の大会)9:00~ 子 すこやか子育て教室10:00~
7水	役 家庭児童相談9:00~15:00 保 4ヵ月児健診(H23.4・5生)、10ヵ月児健診(H22.10・生)12:30~ 赤 エイズ・肝炎相談&若者の心と体の相談(予約制)13:30~15:00
8木	青 教育相談(電話相談)9:00~17:00 生 お弁当づくり教室9:30~ 社 心配ごと(なんでも)相談13:30~15:00
9金	区 第16回秋季グラウンドゴルフ交流大会9:00~ 赤 栄養相談(予約制)9:30~11:30 子 すこやか子育て教室10:00~ 区 ヨガ教室Bルーシーダットン19:30~
10土	生 みんなの歴史講座10:00~
11日	当直医 菅原病院 ☎52-6369 区 軟式野球播但選抜選手権(BC級)大会9:00~ 社 3世代交流10:00~
12月	子 子育て相談10:00~ 青 教育相談(カウンセリング)11:00~17:00
13火	子 すこやか子育て教室10:00~ 区 ヨガ教室Aルーシーダットン19:30~
14水	社 子育てイベント「秋らしいメイクワンポイントレッスン」10:00~
15木	区 秋季グラウンドゴルフ大会9:00~ 青 教育相談(電話相談)9:00~17:00 役 身体障がい者相談13:30~16:00
16金	子 すこやか子育て教室10:00~
17土	区 つばき保育所運動会、町民体育大会(ジュニアテニス)9:00~ 生 高齢者大学開講日10:00~ 生 おはなし会14:00~
18日	当直医 岡田整形外科 ☎52-5600 区 第6回ソフトボール同好会大会、町民体育大会(一般テニス)9:00~
19月	当直医 三浦医院 ☎52-0045
20火	子 すこやか子育て教室10:00~ 社 法律相談(予約制)13:20~16:00

### 場所・お問い合わせ

- 役 役場 ☎52-1111 (代表)
- 保 保健センター ☎52-2188
- 子 子育て学習センター ☎52-1067
- 生 生涯学習支援センター ☎52-1125
- 区 つばき会館 ☎52-1125
- 区 スポーツセンター ☎52-4433
- 青 青少年育成センター ☎52-5500
- 赤 赤穂健康福祉事務所 ☎43-2321
- 社 社会福祉協議会 ☎52-2910、  
心配ごと(なんでも)相談 ☎080-1936-1067  
(専用電話当日のみ可)

### くらしの相談掲示板

#### 障がい者福祉相談

(訪問相談) 日時は、電話予約で調整  
(面接相談) 月~金曜日(予約制)9時30分~16時  
区 上郡町障害者支援センター「愛あい」☎57-2233

#### 小児救急電話相談#8000

休日や夜間の急な子どもの病気にどう対処したらよいか医師・看護師に電話で相談できます。  
平日・土曜夜間18時~24時、休日9時~24時  
☎短縮番号#8000  
(ダイヤル回線、IP電話の方は☎078-731-8899)

※日程・場所などは、変更になる場合があります。



**丹東** はるか **陽香**ちゃん(7歳) **なつみ**ちゃん(4歳)  
**おなまえ**



お母さん(深澤 美鈴さん)から一言

正反対の性格な2人。  
いつまでも仲良くネ!

**募集中**

小さなお子さんの登場をお待ちしています。  
ご希望の方は総務課までご連絡ください。

第14回 **テクノ〜金出地ダムうお〜く**

■日時

**10月9日(日)**  
**8時30分~13時**

■参加料

一人**300円**(小学生以下は無料)※保険料など

■集合場所

西播磨総合庁舎西側広場(駐車場あり)

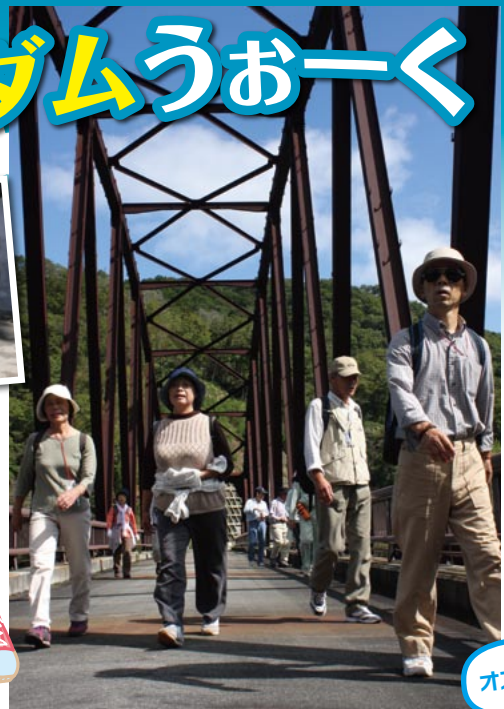
■申込期間

**9月12日(月)~9月30日(金)**

■コース

兵庫県西播磨総合庁舎西側広場→  
ひょうご環境体験館→富満渓谷→ダム建設地→国光→秋の収穫まつり会場

問 上郡町観光協会事務局(役場産業振興課内) ☎52-1116



今月のオススメ情報

オススメ!!



●人口のうごき●

7月末現在( )内は前月比・7月届出分

●世帯数 **6,517世帯(-1)**

●人口 **17,019人(-14)**

男性 **8,237人** 女性 **8,782人**

出生 **9人** 転入 **29人**  
死亡 **14人** 転出 **38人**



「トクトクト腕を前から上にあげて大きく背のびの運動...」。夏の朝、公園から聞こえるラジオ体操と子どもたちの声が目覚まし時計。毎年、夏がやってくるとワクワクしていたあのころ。皆さんにもきつとあったそんな気持ち。大人になると、暑さにまいってしまふこともあるけれど、やっぱり夏は元氣いっぱい過ごしたい。

そんな気持ちにさせるのは、取材先の子どもたち。夏を目一杯楽しむ姿とその活力には驚かされました。この夏、子どもたちから教わったこと、それは、素直な心で「今」を楽しむこと。

まだまだ暑い日が続きそうです。皆さん、体調管理に気を付けてお過ごしください。

①

編集後記