

広報かとう

令和7年

3月

Vol.228



今月の表紙

これって、なにごみ？



今月の表紙は、加東エコ隊長の土肥さんに協力していただき、分別に慣れている人でも間違えやすいごみ(芳香剤の容器やびん)を見て、悩んでいる姿を撮影したものになっています。

何気なく出しているごみにも分別できるごみがたくさんあります。

ごみの分別、すこし意識してみましよう！

目次

P.3-7 特集 今より一歩進んだごみの分別

〈かとう情報のコーナー〉

P.10 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金(令和6年) 他

P.15 国民健康保険の加入者は4月15日までに所得の申告を 他

P.16 体育館やグラウンド等体育施設がオンラインで予約可能に！

P.17 令和5年度 職員 給与等の状況

P.18 かとうのもち麦 魅力発見

P.19 土曜時間外・休日診療

P.20 こんにちは！市民病院です！
“睡眠”の大切さ 他

P.21 健康がいちばん
3月は自殺対策強化月間です 他

P.22 児童館にあそびにいこう！

P.23 図書館に出かけよう 他

P.24 SANスポーツマネジメントからのお知らせ 他

P.25 加東消防署だより 他

P.26 相談窓口

P.27 加東ケーブルビジョン 3月番組表

P.28-29 かとうまちかどトピックス

P.30 ありがとう、あなたと20年 他

P.31 わが家のスーパースター 他

P.32 PROFILE KATO VOL.26

今より一歩進んだ ごみの分別

これはプラスチックだけ……



みなさんは、正しいごみの分別できていますか。
ごみの分別をしようと思っても、「これってなにごみ?」「プラスチックは何種類に分けたらいいの?」と困ったことはありませんか。
普段の生活の中で出るごみを見つめなおす、分別への一歩を踏み出してみませんか。

☎市民協働部生活環境課(庁舎1階) ☎43-0503

分別のもやもや

Q 分別って、なぜするの?

A. 将来、ごみを捨てる場所が無くなるから!

出されたごみは、クリーンセンターで焼却します。

焼却後に出た灰などは、海に埋め立てますが、海にも限りがあります。

そのため、ごみを分別し、ごみを出す量を減らすことが大切です。



教えてくれたのは、
生活環境課 宮城さん

Q 分別って面倒じゃない?

A. 自ら面倒を減らしてみよう!

分別の手順・種類が多いと面倒だと感じますよね。しかし、その面倒減らせます。

例えば、ラベルレスのペットボトルを購入することで、ラベルを外す手間がなくなります。

また、水筒を利用することで、ペットボトルなどを購入することがなくなります。

Q 加東市はどれだけの種類分別しているの?

A. 加東市は14種類分別している!

燃えるごみ、不燃ごみ、容器包装プラスチック、硬質プラスチック、ペットボトル、缶・小型金属類、びん(無色・茶色・その他の色)、乾電池、蛍光灯・電灯の9種類11分類をゴミステーションで集めています。

その他にも、小型家電、廃食用油、電池(充電式電池、ボタン電池等)の3種類を所定の場所で集めています。

あなたに合った 分別への取り組み方



燃えるごみ を分ける！

プラスチックを分けてみよう

燃えるごみの袋にペットボトルや卵パックなどのプラスチックを入れてごみ出ししていませんか？

プラスチックとして分別することで、燃えるごみの量が激減します！

容器包装プラスチック

 が付いているものは、容器包装プラスチックです。専用袋に入れて、毎週水曜日に出しましょう！



ペットボトル

 が付いているペットボトルは、キャップとラベルを外し、中身をゆすいでから、つぶさずに出してください。

つぶれたペットボトルは、リサイクル業者へ引き渡すために圧縮する際に、上手くかみ合わないため、つぶさず集めています。

※キャップとラベルは**容器包装プラスチック**です！



硬質プラスチック

容器包装プラスチック以外は、硬質プラスチックとして、ごみステーションの専用容器に、直接入れてください。(例バケツ、ハンガー)



分別注意ポイント！

硬質プラスチックで出されることが多いシャンプーボトルですが、実は…

容器包装プラスチック！



びんはココを見て判断！

びんは、無色・茶色・その他の3分類に分けることができます。3分類なら間違えるわけではないと思われませんが、実は、びんの中でも間違えやすい厄介なびんがあります。

それは、右のようなボディが色つきで、飲み口が無色のびんです。

色がついているので、その他に分別しがちですが、無色びんが正解です。



びんの色は、**飲み口**で判断！



無色びん

その他びん

茶色びん

☆びんの出し方

びんは、キャップ・ラベルを外して、中身をゆすぎ、ごみステーションの専用容器に直接入れてください。

どうしてもラベルが外れない場合はそのまま出すことができます。

【キャップの分別】

- プラスチック製⇒**容器包装プラスチック** 
 - 金属製⇒缶・小型金属類
 - ガラス製⇒不燃ごみ
- ※上記以外のキャップは燃えるごみへ

水で
ゆすぐ



水で汚れを落とすだけ
(洗剤は必要なし)



臭いの防止に
しっかり乾かそう!



容器包装プラスチック
専用袋に入れる



プランターやごみ箱、プラ
ラックなどのプラスチック製
品や原料に生まれ変わる!

汚れているプラスチックを燃えるごみで出している
ませんか?

肉や魚などが入っている食品トレーは水でゆすいで、
分別することで、リサイクルすることができます。

汚れたまま容器包装プラスチックで出してしまうと、
新しい製品になる過程で支障をきたすため、せっかく分
別したごみが、燃えるごみとして処理されます。

ここまで綺麗にして
くれている人も...



☆食品が入っていた袋やトレーを、水できれいに
洗い、洗濯物干しで乾かしている人もいます。

分からないことがあったら 伝の助に聞いてみよう!



「これって何ごみ?」と分別のことで分から
ないことはありませんか?

そんな時は、**分別マスター伝の助!**

出したいごみ
を入力して送信
すると、ごみの分
別や出し方のポ
イントを教えて
くれます!

例えば、「発泡
スチロール」と入
力すると、右のよ
うに詳細に答え
てくれます。

ゴミの分別ガイド

Language

発泡スチロール

「発泡スチロール」にお答えいたします。

容器包装プラスチックです。

- 排出方法
 - ・加東市指定ごみ袋を使用してください。
 - 排出時のポイント
 - ・プラマークが目印です。
 - ・マークがついていなくても、下記3点に合致していれば、容器包装プラスチックにお出ください。
- (1) 物を入れ、または包むもの。
 - (2) 中身の物が商品。
 - (3) 商品を消費したら不要になる。

右の二次元コードから、
伝の助に聞いてみよう!

小型家電や電池は 火事の元!

必ず、回収ボックスに
入れてください!



ごみステーションに出されている小型家電や
リチウムイオン電池などが、収集中に発火して、
収集車から煙が出る事故が発生しています。

小型家電や電池が不要になった場合は、回収
ボックスを利用してください。

(設置場所)

- 社公民館 滝野公民館 東条公民館
- 加東市役所1階 生活環境課前

(回収品目)

- 全長が約25cm以下
 - ※回収ボックスに入らないものは、小野クリーンセン
ターまたは資源物拠点回収をご利用ください。
- 乾電池・リチウムイオン電池・ボタン電池など
 - ※電池は使い切り、電池が金属に
触れ、発熱・発火を防ぐため、右
のようにビニールテープなどで
絶縁処理してください。



収集員からのお願い

みなさま、日ごろからごみの分別にご協力いただき、ありがとうございます。

私たち収集員は、ごみの収集だけでなく、ごみの分別の確認、回収できないごみが混ざっていないかチェックしています。私たちは、長年の経験から袋を持った時の重さや重心の位置で、回収できないごみが入っているか判断できます！

みなさんがルールを守ってごみを出していただくと、効率よくごみを収集することができます。

分別だけでなく、ごみの出し方も再度ご確認をお願いします。



収集員 河村さん

ごみ出しの 基本の **き**

① 朝、8時30分までに
ごみステーションへ！

② ごみの口はしっかり結ぼう！

袋の口が結ばれていないとごみが散乱しています。

簡単に結べるのがごみ袋の適正量です。入れすぎや、結び忘れに注意しましょう！



ココを **意識!**

収集員が助かるごみ出しは ごみをまとめて置く！

ごみステーションによっては、4~5個のごみボックスがあり、ごみを収集する時に、両端にごみが置いてある場合があります。

ごみ収集車を何回も移動させたりすることで、時間がかかり、交通の妨げになることもあります。ごみが少ない時は、まとめて置いてあるととても助かります！



収集員が経験した

たいへんな **3** つのごみ

No.1 カレーなどの液状物

ごみを収集している時に、カレーが服に飛んできました。

液体物を出すときは、新聞紙や布にしみこませてから、ビニール袋に包んで、出しましょう。

食べ物を捨てることがないように、残さず食べることも大事です。

No.2 水分を多く含んだ生ごみ

水分がちゃんと切れていない生ごみは、ごみの重さを爆増！夏には、30kg以上になることも！

生ごみを捨てる前に、水分を切れば、みなさんも重いごみ出しから解放されます！



No.3 バラのとげ、串などの突起物

ごみをつかんだときに、バラのとげなどが刺さってしまうことや、ごみ袋が破れてごみが散乱してしまうことがあります。

出すときは、新聞紙で包んだり、袋に「トゲ注意」と書くか、張り紙をしていただくと、助かります。

搬入量は、お金に影響!?

小野クリーンセンターは、加東市・小野市・加西市の3市でお金を出し合って運営しています。

クリーンセンターで燃やすごみの量を減らすことで、負担するお金も少なくなります。

加東市は、ごみの排出量が少ないため、他の市に比べると、ごみ処理経費も少なくなっています。

1年あたりのごみ処理経費(市民1人あたり)

加東市	2億6,798万円 (6,730円)
小野市	3億7,050万円 (7,824円)
加西市	3億5,374万円 (8,344円)

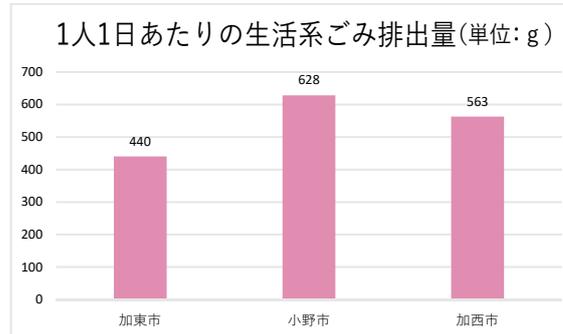
収集したごみはどこへ？

収集した燃えるごみは、小野クリーンセンター(小野市天神町)へ運ばれ、焼却処分されています。

小野クリーンセンターで焼却処分するごみは、燃えるごみだけです。みなさんに分別していただいた、容器包装プラスチックや硬質プラスチックなどの資源ごみは、燃やさず、別の施設でリサイクルされます。

ガラスなどの不燃ごみは海に埋め立てています。

加東市は **12** 年連続、県内最少の快挙!



環境省：一般廃棄物処理実態調査結果(令和4年度実績)

1人1日あたりの
リサイクル量を

101g に!

加東市では、燃えるごみを減らし、リサイクル量を増やす計画を実施しています。

1人1日当たりのリサイクル量は、88g(令和5年度)。計画では、令和9年度時点で、101gを目標にしています。

この目標を達成させるためには、みなさんの分別の協力が必要不可欠です。日ごろごみを出す際に、やのマークがないか確認していただき、分別にチャレンジしてみましょう。

ごみ
NEWS

10年後の新クリーンセンターの整備に向けて動き出しています!

令和元年4月に供用開始した「小野クリーンセンター」が、令和20年度に使用期限を迎えるため、令和6年4月から加東市、小野市、加西市の3市が連携し、新クリーンセンターの整備事業に着手しています。

ごみ焼却時に発生する熱エネルギーを最大限に回収し、発電や温水利用を行うことで、地域の脱炭素化を促進する施設の設定を目指しています。



※画像はイメージです



かとう 情報のコーナー

記号の意味

- 日**:日時 **講**:講師 **定**:定員 **費**:費用
必:必要書類(事項) **持**:持ち物 **場**:場所
対:対象 **申**:申込方法 **期**:期間(期限)
締:締め切り **託**:託児 **問**:問い合わせ

人口・世帯数 (令和7年2月19日時点)

人口	39,348人	(前月比 -10人)
内 外国人	1,875人	(前月比 +1人)

世帯数	17,782世帯	(前月比 +17世帯)
内 外国人	1,377世帯	(前月比 -5世帯)

記事の内容の問い合わせは 秘書広報課でも受け付けます！

「電子メールやFAXで記事の内容を問い合わせたい...」そんな場合は、秘書広報課に電子メールまたはFAXをお送りください！
担当課にお繋ぎし、ご連絡します！

〈必要事項〉

- 氏名 連絡先 問い合わせ内容

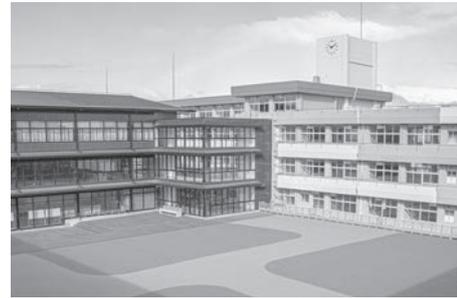
問秘書広報課(庁舎4階) FAX 42-5633
✉koho@city.kato.lg.jp

主な施設の電話番号(市外局番は 0795)

- 加東市役所(代表) **☎**42-3301
加東市民病院 **☎**42-5511
保健センター **☎**42-2800
発達サポートセンター「はびあ」 **☎**27-8100
社公民館 **☎**42-2600
滝野公民館 **☎**48-3073
東条公民館 **☎**46-0553
滝野総合公園体育館「スカイピア」 **☎**48-2566

イベント

市内在住ならどなたでも参加可能！
社学園内覧会 開催



日4月27日(日) **①**10時～ **②**14時～

※申込者数の都合で、ご希望いただいた時間に添えない場合があります。(先着順)

場社学園 (木梨1134-62)

対加東市在住の方

申申込用紙を小中一貫教育推進室に持参、郵送、FAXまたは電子メール

※申込用紙は、小中一貫教育推進室、市立公民館の窓口にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

期3月5日(水)～21日(金) ※消印有効

☆当日の詳細は、申し込みいただいた方に別途郵送でお知らせします。

☆社学園生の保護者の方は、4月26日(土)に開催する「社学園学校オープン」で校内をご覧いただくこともできます。

問こども未来部小中一貫教育推進室(庁舎4階)

☎43-0562 FAX 43-0559

✉shochu-ikkan@city.kato.lg.jp



北はりま つながるアート公募展 2025

日3月2日(日)～16日(日) 10時～17時

※16日(日)は15時まで(3日(月)、10日(月)は休館)

場Bio2階 多目的ホール (社1126-1)

◆展示作品

- ◇平面… 絵画、デザイン、写真、書
- ◇立体… 彫刻・オブジェ、工芸
- ◇レジェンド… 過去に最優秀賞を受賞された方々の新作

◎オープニングイベントを実施！

日3月2日(日) 9時20分～

場にぎわい交流施設「haK」(社933-1)

問北はりま つながるアート公募展世話人会
☎070-2310-0892

募集

国勢調査の調査員 募集期限迫る！

国勢調査 2025

日本に住む全ての人を対象にした国の最も重要な調査「国勢調査」が、9月から10月にかけて実施されます。

この調査に従事いただく調査員の募集は3月31日までです。応募はお早めに。

❖ 従事期間

8月下旬～10月下旬

❖ 報酬

平均4.5万円程度

※担当する地域の世帯数によって異なります。

申 □市ホームページにあるフォームから応募

□企画政策課に電話

□応募用紙を企画政策課に持参

期 3月31日(月)

問 まちづくり政策部企画政策課(庁舎4階)

☎43-0388

調査員の仕事内容等を掲載した市ホームページ



「とどろき荘」運営審議会委員を募集

対 下記全てに該当する方

□令和7年4月1日時点で満18歳以上の方

□加東市に住民登録がある方

□市議会議員、国・地方公共団体の職員、市の審議会等の委員でない方

□年1回平日に開催される会議に出席できる方

定 2人以内 ※書類審査により選考

❖ 報酬

8,000円/回

❖ 委員の任期

令和7年4月1日～令和10年3月31日(3年間)

申 応募用紙を福祉総務課に持参、郵便、FAXまたは電子メール

※応募用紙は、福祉総務課の窓口にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

期 3月14日(金)

問 健康福祉部福祉総務課(庁舎1階)

☎43-0408 FAX 42-6862

✉ fukushi-somu@city.kato.lg.jp



教室・講座

女性のための就労支援セミナー

今後の不安を解決！かしこく働く私のためのマネープラン！

ライフプランに関するお金(税金・年金等)のことをプロから学び、自分にあった働き方を見つけることで“お金”や“将来”に対する不安を女性同士で共有し、前向きに働くためのセミナーです。

日 3月9日(日) 14時～16時

場 滝野公民館1階 研修室(下滝野1369)

講 福一由紀さん

(ファイナンシャルプランナー(1級FP技能士)・マネーラボ関西 代表)

対 セミナーに関心のある女性

定 12人 ※定員を超えた場合は、加東市在住、在勤の方を優先します。

託 生後6か月～小学6年生 ※要申込

申 □オンライン申込み

□申込書を入権協働課に持参、郵送、FAXまたは電子メール

※申込書は、入権協働課の窓口にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

期 3月5日(水)

問 市民協働部入権協働課(庁舎1階)

☎43-0544 FAX 42-1735

✉ jinken-kyodo@city.kato.lg.jp



健康になって仲間もできる

「かとうまちかど体操教室」に参加しませんか？



健康的な毎日を送るためには、「運動」や「食事」など日々の心がけと、人と交流する「社会参加」が大切です。

加東市には、運動(筋力向上)や仲間づくりを目的とした「かとうまちかど体操教室」が62グループあり、誰でもいつからでも参加できます。

興味のある方は、お気軽に高齢介護課にお問合せください。

問 健康福祉部高齢介護課(庁舎1階) ☎43-0440

サンサンチャレンジ閉講講座

☆サンサンチャレンジ参加者以外も受講できます☆

日 3月21日(金) 13時30分～15時30分

場 加東市役所2階 201会議室

◆内容

- サンサンチャレンジの成果発表・表彰式
- 市民ボランティアによる寸劇
- 講演

講 坂根直樹さん

(京都医療センター予防医学研究室 室長 医師)

〈演題〉「ポッコリお腹をスッキリお腹に
～効果的な内臓脂肪の減らし方～」

費 100円

申 必要事項を健康課に電話またはFAX
※窓口でも受け付けします。

必 □ 氏名 □ 住所 □ 電話番号

問 健康福祉部健康課(庁舎2階)
☎42-2800 FAX 42-3978

ひとりひとりが尊重される社会をめざして 動物の生態から学ぼう

☆ 加東市まちづくり活動費補助金を活用 ☆

世界24の言語に翻訳されている「小説『あん』」の作者 ドリアン助川さんを講師にお招きし、動物の生態に哲学のひとさじを加え、時代の中にある“みえるような みえないようなもの”についてお話しいただきます。

日 3月10日(月) 13時30分～15時30分

場 明治館(社777)

定 30人

申 オンライン申込み

期 3月5日(水) 20時

問 ひょうごSDGsネットワーク ☎070-1822-1322



お知らせ

フェニックス共済 加入受付・相談会

台風や地震などの自然災害に備えてフェニックス共済(兵庫県住宅再建共済制度)に加入しましょう。

- ◇ 住宅の築年数や規模に関係なく加入できます
- ◇ 他の地震保険等に加入している方でも給付を受けられます

日 3月14日(金) 10時～12時、13時～15時

場 加東市役所1階 ロビー

問 北播磨県民局総務防災課 ☎42-9309

お子さんの発達に関すること お気軽にご相談ください

お子さんの発達(成長)で気になることがある方、お子さんと一緒に「はぴあプラザ」に遊びにきませんか？

はぴあのスタッフがお子さんの遊ぶ様子を見ながらお話させていただき、子育て中のお父さん・お母さんをバックアップします。

事前予約は不要です。お気軽にお越しください。

日 3月13日(木) 10時～11時

場 はぴあ2階 多目的室(木梨1129)

対 主に1歳6か月から2歳頃のお子さんの発達について心配なことや悩みがある方

問 こども未来部発達サポートセンター「はぴあ」
☎27-8100

農地を貸したいとお考えの方は農政課にご相談を

農業の継続が困難な方、農地を相続された方など、相手を指定せずに農地を貸したいとお考えの方は農政課にご相談ください。

◆農地中間管理事業による貸借のイメージ



※農地を貸す方は、ひょうご農林機構に貸し出す手続のみで、借りる方と直接お話をする必要はありません。

「農業経営基盤強化促進法等の一部を改正する法律」により、従来の利用権設定による農地貸借が、令和7年4月以降行えなくなります。そのため、4月以降は「農地中間管理事業」または「農地法第3条」による貸付をお願いします。

問 産業振興部農政課(庁舎3階) ☎43-0518

規制区域内での盛土等工事には届出等が必要です

兵庫県では、令和7年4月1日に「宅地造成及び特定盛土等規制法(通称盛土規制法)」の運用を開始し、この法律に基づき、規制区域を指定します。

そのため、規制区域に指定された場所での盛土等の工事を実施する場合は、あらかじめ知事の許可または届出が必要になります。

詳しくは、県ホームページをご覧ください。

問 都市整備部都市政策課(庁舎3階)
☎43-0510



PICKUP!

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金(令和6年)

令和6年度住民税均等割非課税世帯(※)に対し、給付金を支給します。

※定額減税前の住民税均等割非課税世帯が対象

対A世帯分

令和6年12月13日時点で加東市に住民登録があり、世帯全員が「令和6年度住民税均等割非課税世帯(※)」の世帯主

※令和6年度住民税均等割が課税されている者の扶養親族等のみからなる世帯を除く

B子ども加算分

上記Aのうち、下記①～③のいずれかに該当する児童*と生計同一である方

*施設入所児童を除く

- ① 同一世帯にいる平成18年4月2日～令和6年12月13日生まれの児童
- ② 別世帯にいる平成18年4月2日～令和6年12月13日生まれの児童
- ③ 令和6年12月14日～令和7年6月30日生まれの児童

◆支給額

A1世帯当たり **3万円**

B対象児童1人につき **2万円**

◆下記のいずれかに該当する方は、申請が必要

- Aに該当する方のうち、加東市から令和5年度または令和6年度に同給付金を受給した世帯主で、世帯の異動や課税状況等に変更がある方
- Aに該当する方のうち、加東市から令和5年度または令和6年度に同給付金を受給したことがない世帯主
- B-②または③の児童と生計同一の世帯主

★申請方法等詳細は、市ホームページをご覧ください。

※上記以外の世帯主は申請不要です。3月上旬から随時通知書をお送りします。対象となることが市で確認できる世帯については、3月中旬頃から順次申請書等をお送りします。

◆以下の世帯は対象外となります

- 既に他の市区町村で本給付金と同様の給付金を受給した世帯
- 既に他の市区町村で本給付金と同様の給付金を受給した世帯の世帯主を含む世帯
- 租税条約による住民税の免除を受けている方を含む世帯

期7月31日(木)

問A健康福祉部社会福祉課(庁舎1階)

☎27-7081

問B健康福祉部福祉総務課(庁舎1階)

☎43-0408



国民年金に加入している学生のみなさんへ 「国民年金・学生納付特例制度」の活用を

日本国内に在住する20歳以上60歳未満の方で、厚生年金保険等に加入されていない方は、国民年金への加入が義務付けられています。

ただし、学校等に在学中で、前年の所得額が一定額以下である場合、保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」を利用できます。

対 下記全てに該当する方

- 学校等に在学している
※対象校の詳細は、日本年金機構ホームページをご覧ください。
- 前年の所得が基準以下
※基準の目安は、128万円 + {(扶養親族数) × 38万円} で計算した額

申 ◆初めて申請する方

必要書類を保険医療課または明石年金事務所に郵送または持参

学生納付特例申請書

※申請書は、日本年金機構ホームページからダウンロードできます。

在学証明書または学生証の写し

◆継続して申請する方

4月に日本年金機構から届く「学生納付特例申請書(ハガキ)」に必要事項を記入し、返送

※申請書が4月中に届かなかった場合は、明石年金事務所にお問い合わせください。

★次の場合は、下記にお問い合わせください

- 令和6年度中に通学する学校等が変わったとき

問 ◆明石年金事務所 ☎078-912-4983

〒673-8512 明石市鷹匠町12-12

◆市民協働部保険医療課(庁舎1階)
☎43-0501



令和7年4月以降は「明石年金事務所」で相談を

小野市で年6回実施していた「出張年金相談」は、令和7年4月以降実施しません。

4月以降の年金受給に関する相談は、明石年金事務所で受け付けます(電話予約制)。

◆4月以降の相談・予約申込先

明石年金事務所 ☎078-912-4983

〒673-8512 明石市鷹匠町12-12

年金事務所『ねんきんダイヤル』

☎0570-05-1165(ナビダイヤル)

※利用できない場合は ☎03-6700-1165

〈月曜日～金曜日〉8時30分～17時15分

〈第2土曜日〉9時30分～16時 ※いずれも祝日を除く



つくろう！マイナンバーカード

◆休日申請・受取窓口 ※要予約

■3月8日(土)、23日(日) 8時30分～12時
〈予約締切〉各前開庁日の15時まで

□予約受付 8時30分～17時15分 ☎43-0390
※土曜日、日曜日、祝日を除く

◆夜間窓口(受取のみ) ※要予約

■3月27日(木) 17時30分～19時

□予約受付 8時30分～17時15分 ☎43-0390
※土曜日、日曜日、祝日を除く

◆申請サポート臨時窓口 ※要予約

◆滝野公民館 3月12日(水) 9時～16時

◆東条福祉センター「とどろき荘」

3月11日(火) 9時～16時

□予約受付 8時30分～17時15分 ☎43-0390
※土曜日、日曜日、祝日を除く

◆マイナンバーカード出張申請

市職員が自宅等に出向き、マイナンバーカードの申請をサポート・受け付けします！

■加東市に住民登録があり、加東市内で対応できる方

■希望日時を市民課に電話 ☎43-0390
※希望日時は、祝日を除く月曜日～金曜日

◆交付申請時 必要書類

□本人確認書類(下記A1点またはB2点)

A顔写真付 例運転免許証、在留カード

B顔写真無 例健康保険証等、年金手帳

□「マイナンバー通知カード」または「個人番号通知書」

※住民基本台帳カードをお持ちの方は、持参してください。

※書類が揃わない場合は、市民課にご相談ください。

■市民協働部市民課(庁舎1階) ☎43-0390

本人通知制度に登録して不正取得を防止！

「本人通知制度」は、戸籍謄本等(※)を第三者に交付した場合に、事前に登録をした方に対し、その交付の事実をお知らせする制度です。

この制度に登録すると、委任状の偽造やなりすまし等による不正取得の早期発見、早期究明が可能となり、その不正取得による犯罪の防止につながります。

※戸籍謄(抄)本、戸籍附票の写し、改製原戸籍謄(抄)本、住民票の写し(それぞれ消除されたものを含む。)

◆お知らせする内容

- 交付年月日
- 交付した証明書の種別と通数
- 第三者の種別 (例司法書士、行政書士)

■ 下記のいずれかに該当する方

- 加東市に住民登録がある(あった)方
- 加東市に本籍がある(あった)方

■ 事前登録申請書

※市民課の窓口にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

□ 本人確認書類(下記A1点またはB2点)

A顔写真付 例マイナンバーカード、運転免許証、在留カード

B顔写真無 例健康保険証(資格確認書)、年金手帳

※代理人が申請する場合は、委任状等、本人の代理人であることが証明できる書類が必要です。

◆登録の有効期限はありません。一度登録されると、本人から登録廃止の申し出があるまで有効です。

◆住所や氏名が変更になった場合は、登録内容の変更手続きをしてください。変更手続きがなされていないことにより、通知書が市に返送された場合は、登録を解除しますので、ご注意ください。

■市民協働部市民課(庁舎1階) ☎43-0390

マイナンバーカードをお持ちの方は
オンラインでも申請できます ▶



ハローワーク西脇 LINE公式アカウント開設

最新の求人や各種イベント情報などが
ご覧いただけますので、ぜひ、ご利用ください。

■ハローワーク西脇 ☎22-3181



無料体験授業受付中!!

少人数制学習塾

STEPP

(ステップ)

教室: 加東市野村469

☎070-9154-5043 (塾専用)

✉stepp469@gmail.com

■少人数制クラス…少人数での集団授業。
基礎力重視。習熟度に応じて発展学習も

▶小5～6 (算数・国語)

▶中学生 (数学、英語)

■個別指導…講師1人に生徒2人。

▶小4～高校生 (教科は応相談)

お問い合わせ・資料請求は
電話かメールでお気軽に♪



<https://sites.google.com/view/stepp469/> ← 詳しくはWEBで →

お食事のみのご利用も可能です！



昼食のみのご利用も可能です♪

ヤシロカントリークラブ
加東市牧野字小豆谷1860-2

ゴルフ場での「飲送迎会、各種懇親会」
などのご利用はいかがですか？

- 20～90名様程度までご利用可能
- お料理&2時間飲み放題付きで、お一人様5,500円(税込)～ ※別途相談
- 18～19時頃からの開始となります。

まずは、お気軽にお問い合わせください！
TEL: 0795-42-6000

令和7年4月1日～
加東市の公共交通 一部運行を休止・終了

路線等	変更内容
神姫バス 天神電鉄小野駅線	運行の休止
社東条東自主運行バス	運行の終了

詳細は、各ホームページをご覧ください。



▲
神姫バス
天神電鉄小野駅線



▲
社東条東自主運行バス

☎ まちづくり政策部企画政策課(庁舎4階)
☎43-0389

健康・福祉

加東市役所で“献血”を実施

献血予約サイト「ラブラッド」で400ml献血を予約した方には、兵庫県赤十字血液センターから記念品『ライオンが本気で作った美白ハミガキ Lightee ライティー』をプレゼント！

☎3月19日(水) ①10時10分～11時45分
②13時～16時

📍加東市役所…受付は、1階ロビー

📄献血カード(初めての方は本人確認書類(例マイナンバーカード、運転免許証))

☎健康福祉部健康課(庁舎2階) ☎43-0435

第19回 加東市こども絵画展 優秀賞受賞者

〈展示日〉3月1日(土)、2日(日)
〈展示場所〉滝野複合施設3階 会議場

さつま芋掘り 椿山保育園 3歳児 ファンニャットラム
なつのおもいで ～ひこうきによってパパにあいにいったよ～ 加茂こども園 4歳児 岩田哲昇
なつのおもいで ～はなびとぼくとばあば～ 加茂こども園 4歳児 多方恒幹
ダンゴムシがみちをあるいてる 兵庫教育大学附属幼稚園 4歳児 香川聖夏
おじぞうさまいつもありがとう。すいかをおそなえしたよ 正覚坊こども園 5歳児 岡本松依
うんどうあそびフェスタで新体操をしたよ。虫たちもやってきたよ。 正覚坊こども園 5歳児 玉井佐知
たんぼのわたげフー！したら とんでいったよ。 正覚坊こども園 5歳児 土本美優
パプリカがやと黄色くなったよ。 東古瀬こども園 5歳児 藤本彩央
おおきなさかながおいけてきたよ 兵庫教育大学附属幼稚園 5歳児 高瀬謙成
かぞくですいぞくかん 米田こども園 5歳児 安田愛

ゆげで みえないよ 福田小学校 1年生 服部まつり
かとうのお月さま大そうじスペシャル 三草小学校 1年生 上月竣太
楽しかった体いくさい 鴨川小学校 2年生 松川葵
やしらの森でつくったおいしいごはん 米田小学校 2年生 河村直哉
みんなでワイワイかるた大会 滝野東小学校 3年生 長谷川新奈
よってらっしゃい 見てらっしゃい アイスコーナー 三草小学校 3年生 柴崎明也
大ほう作 三草小学校 4年生 藤原諒大
修理中の人の働く姿 三草小学校 5年生 藤本司
初めてのお米たき 社小学校 5年生 嘉村晟李
ありがとう 社小学校 社小学校 6年生 藤原杏羽

※敬称略

はじめての お墓づくり

フリーダイヤル
0120-4114-49
よいしよく
株式会社 森田石株店
滝野店 〒673-0211 加東市上滝野 216

広告

**令和6年度人間ドック受診費用の助成
申請期限は3月31日**

対 下記全てに該当する方

- 令和6年度内に人間ドックを受診した方
※3月中に受診予定の方も含まれます。
- 令和6年度内に市が実施するまちぐるみ総合健診、個別健診を受診していない方
※個別健診は、加東市国民健康保険の被保険者のみが対象です。
- 次のA、Bのいずれかに該当する
 - A 人間ドック受診日時点で加東市国民健康保険の被保険者であり、加東市国民健康保険税を滞納していない世帯に属する方
 - B 人間ドック受診日において、後期高齢者医療制度の被保険者であり、下記両方に該当する方
 - 加東市に住民登録がある方
 - 後期高齢者医療制度保険料を滞納していない世帯に属する方
- 受診結果を市に提供する方
- 市税等の滞納がない方

◆助成額

- A 加東市民病院で受診した場合 … **27,000円**
- B A以外で受診した場合 … **受診費用の50%**
※〈1日人間ドック〉… 上限 18,000円
〈1泊2日人間ドック〉… 上限 30,000円

申 必要書類を保険医療課に持参

- 必** 受診者の被保険者番号がわかるもの
 - 届出者の本人確認書類
(例 マイナンバーカード、運転免許証)
 - 人間ドック受診費用の領収書(原本)
 - 受診結果表
 - 助成金の振込先口座が分かるもの(通帳等)
※受診者の名義以外の口座の場合は、委任状が必要です。

期 3月31日(月)

問 市民協働部保険医療課(庁舎1階)

- 〈国民健康保険〉 ☎43-0500
- 〈後期高齢者医療制度〉 ☎43-0501

振り込みのお知らせ

◆ 児童扶養手当 ⇒ 3月11日(火)

問 子育てスマイルセンター(庁舎1階 福祉総務課内)
☎43-0408

高齢者施設での活動でポイントを貯めよう♪

高齢者の生きがいづくり・介護予防を目的として「加東シニアいきいきポイント事業」を実施しています。

対 加東市在住の65歳以上の方

◆活動内容

- 市内受け入れ高齢者施設での活動
※説明会の受講が必要です。
- レクリエーション等の支援または参加の支援
- 散歩または施設内移動の補助
- 施設清掃の補助
- 催事の運営の補助
- 話し相手および傾聴
- 食堂内の配膳・下膳等の補助
- 入浴後のドライヤーかけ等の補助
- 囲碁・将棋・麻雀等のゲームの相手 等

◆活動時間と付与ポイント数 ※1日の上限:シール2枚

◆ **30分以上～1時間30分未満**

… シール1枚(100ポイント)

◆ **1時間30分以上**

… シール2枚(200ポイント)

◆ポイント交換 ※1ポイント=1円

上限 5,000円/年

活動を希望される方は、お気軽にご連絡ください。

問(公社)加東市シルバー人材センター ☎43-9110

☆活動の受け入れを希望する高齢者施設も
随時募集しています。

問健康福祉部高齢介護課(庁舎1階) ☎43-0440

家族葬から一般葬まで みのり祭典 にお任せ下さい。

JAみのり メモリアルセンター

みのり祭典

寝台車・ドライアイスは24時間 年中無休対応

病院・施設より直接お越しいただける安置施設「悠久」をリニューアルオープン

無料事前相談受付中

- 事前相談割引あり
- 粗品進呈

あんしん会会員募集中

- 入会金・年会費無料
- 会員特典あり

ご自宅へのお帰りが
困難な場合みのり祭典で
ご安置させていただきます。



☎ **0120-94-1122** ☎(0795)43-8201

加東市社1782番地(JAみのり本店敷地内)

みのり祭典

検索

広告

「令和7年度 はり・きゅう・あんま・マッサージ・指圧施術利用券」申請受付は3月24日から

対 加東市に住居登録がある市民税所得割が非課税の方で、下記A、Bのいずれかに該当する方

A 満65歳以上の方

B 身体障害者手帳1級～6級をお持ちの方

※4月～6月までの申請は「令和6年度の市民税課税状況」、7月以降の申請は「令和7年度の市民税課税状況」で判定します。

◆助成額

500円/回

※医療行為は除きます。

※申請月から年度末まで、1か月あたり1回分を助成します。

必 ◆対象者本人が申請する場合

… 本人確認書類(例 マイナンバーカード、身体障害者手帳)

◆代理の方が申請する場合

… 対象者および代理人の本人確認書類

※Bの要件に該当する場合は、身体障害者手帳を必ず持参してください。

◆申請受付

3月24日(月)～

問 健康福祉部高齢介護課(庁舎1階) ☎43-0440

PICKUP!

HPVワクチン キャッチアップ接種期間を延長

HPVワクチン キャッチアップ接種(無料)の期間が令和8年3月31日まで延長されます。

◆キャッチアップ接種期間延長の条件

□ 加東市に住居登録があり、平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性

□ 令和4年4月1日～令和7年3月31日の間にHPVワクチンを1回以上接種された方

問 健康福祉部健康課(庁舎2階)

☎43-0435



PICKUP!

国民健康保険の加入者は4月15日までに所得の申告を

国民健康保険は、国民健康保険加入者と加入者が属する世帯の世帯主の所得で「軽減区分」や「高額療養費の自己負担限度額」を判定します。

申告をしないと、本来受けられるはずだった税額の軽減や、医療費の還付が受けられない場合がありますので、所得がない場合でも、**4月15日(火)**までに申告をお願いします。

対 令和7年1月1日時点で加東市に住居登録がある方
※令和7年1月2日以降に転入した方は、令和7年1月1日時点で住民登録があった市町村で申告してください。

◆次の方は申告不要です

- 既に所得税の確定申告または住民税の申告を行った方
- 年末調整、所得税の確定申告または住民税申告を行った方の扶養親族
※加東市以外の市町村で住民税が課税されている方の扶養親族は、申告が必要です。
- 給与収入のみで、給与支払者から加東市に給与支払報告書が提出されている方
- 遺族年金や障害年金等非課税所得を除く公的年金等収入のみの方

申 必要書類を税務課に持参

必 ①個人番号が確認できる書類

例 マイナンバーカード

②顔写真付の本人確認書類

例 マイナンバーカード、運転免許証

※代理人が申告する場合は、申告者本人の①、②の両方の写しが必要です。

問 〈国民健康保険税〉

総務財政部税務課(庁舎1階) ☎43-0397

〈資格・給付〉

市民協働部保険医療課(庁舎1階) ☎43-0500

設計士と直接話しながらつくる家
住みやすく、
「大人カッコイイ」家づくり。

実例多数掲載中! /
www.yoriken.com

ヨリフジ建設 検索

一級建築士事務所
ヨリフジ建設株式会社
〒673-1415 加東市下久米1044番地
☎0120-01-8511

Instagram
情報更新中!

農機具

情熱買取いたします!!
出張・査定・見積 0円

全機種
全メーカー
動かなくてもOK

※ご希望に沿えない場合がございます

店舗にて展示販売も行っています!

全国34店舗
展開!※
※26の実店舗と
買取営業所の総数

兵庫店 日曜日 9:00~17:00
兵庫県加東市岡本 817
☎0120-219-533

広告

令和5年度 職員給与等の状況

01 総括

❖人件費の状況(一般会計決算)

区分	令和5年度	令和4年度
加東市人口(3月31日時点)	39,462人	39,546人
歳出額 ①	25,396,562千円	22,660,197千円
実質収支	404,586千円	455,747千円
人件費 ②	3,205,932千円	3,122,594千円
人件費率 ②/①	12.6%	13.8%

❖職員給与費の状況(一般会計決算)

区分	令和5年度	令和4年度
職員数(4月1日時点) ①	287人	283人
給与費 ②	1,557,900千円	1,563,397千円
給料	1,008,589千円	1,006,409千円
職員手当	158,561千円	175,726千円
期末・勤勉手当	390,750千円	381,262千円
1人当たりの給与費 ②/①	5,428千円	5,524千円

※職員手当には退職手当を含みません。

02 職員の平均給与月額、初任給等の状況(令和6年4月1日時点)

❖平均年齢、平均給料月額および平均給与月額の状況

区分	加東市	国	
一般行政職	平均年齢	38.6歳	42.1歳
	平均給料月額	296,200円	323,823円
	平均給与月額	364,400円	—
	平均給与月額(国ベース)	323,628円	405,378円
技能労務職	平均年齢	45.8歳	51.2歳
	平均給料月額	289,600円	288,144円
	平均給与月額	314,700円	—
	平均給与月額(国ベース)	293,829円	330,553円

※平均給与月額とは、給料月額と毎月支払われる全ての手当の額を合計したものです。
 ※平均給与月額(国ベース)は、国家公務員の平均給与月額に時間外勤務手当等の手当が含まれていないことから、比較のために国家公務員と同基準で再計算したものです。

❖初任給の状況

区分	加東市	国
一般行政職(大学卒)	196,200円	196,200円
一般行政職(高校卒)	166,600円	166,000円
技能労務職(高校卒)	169,000円	—

❖経験別年数・学歴別平均給料月額の状況

区分	10年	20年	25年
一般行政職(大学卒)	261,575円	348,033円	377,433円
一般行政職(高校卒)	222,600円	290,500円	341,100円
技能労務職(高校卒)	222,800円	273,100円	291,800円

03 一般行政職の級別職員数等の状況(令和6年4月1日時点)

区分	級	職員数(%)	給料月額(1号給)	給料月額(最高号給)
7級	部長級	14人(5.8%)	365,500円	446,200円
6級	課長級	30人(12.4%)	323,100円	411,300円
5級	副課長級	31人(12.9%)	295,400円	394,000円
4級	係長級	30人(12.4%)	271,600円	382,000円
3級	主査級	51人(21.2%)	240,900円	351,000円
2級	主事級	44人(18.3%)	208,000円	305,200円
1級	主事級	41人(17.0%)	162,100円	249,400円

04 特別職の報酬等の状況(令和6年4月1日時点)

◆給料月額

- 市長 940,000円 ■副市長 750,000円
- 教育長 660,000円 ■病院事業管理者 846,000円

◆報酬月額

- 議長 450,000円 ■副議長 380,000円
- 議員 350,000円

◆期末手当

- 特別職全て 4.500月分
 ⇒〈6月期〉2.250月分 + 〈12月期〉2.250月分

◆退職手当 ※任期ごとに支給

- 市長 給料月額 × 在職月数 × 0.40
 ⇒〈1期の手当額〉18,048,000円
- 副市長 給料月額 × 在職月数 × 0.24
 ⇒〈1期の手当額〉8,640,000円
- 教育長 給料月額 × 在職月数 × 0.18
 ⇒〈1期の手当額〉4,276,800円
- 病院事業管理者 給料月額 × 在職月数 × 0.18
 ⇒〈1期の手当額〉7,309,400円

各種手当や採用、退職、処分等の状況については、市ホームページをご覧ください。

岡まちづくり政策部人事課(庁舎4階)
 ☎43-0412



広告

補聴器は 早めの使用が おすすめ!

補聴器貸出体験コース

ご購入前にご自宅や日常生活の中でお試しいただくことができます! ご検討の際はぜひご利用ください。

5年延長保証サービス

メーカー保証に加え5年までの延長保証もお選び頂けます。詳しい内容はカウンセリング時にご説明いたします。

お気軽にご相談ください!



早めのほうが補聴器になじみやすい!

聞き取りを良い状態に保ちやすい!

聞こえにくい状態を放置すると聞き取りの力が低下することも。聞こえにくさを感じたら、早めに補聴器の使用をご検討ください。

補聴器専門店 補聴器センター めいりよう
 営業時間 午前10時～午後3時
 定休日 土・祝日 P完備
 やしるBio店 加東市社1126-1 イオン社Bio2階
 TEL:0795-42-7500 FAX:050-6860-5285





かとうのもち麦 魅力発見

農産振興部農政課(庁舎3階) ☎43-0518

令和6年度を振り返る

令和6年産もち麦収穫！



5月

もち麦体験教室第2弾
「もち麦deスコーンづくり」



8月

「かとうもち麦フェス」
初のもち麦どら焼きづくりを実施！



11月

12月



もち麦体験教室第1弾
収穫・脱穀などを体験！



加東市産もち麦粉もんコンテスト
グランプリが決定！

今後も沢山のイベントを実施し、加東市産もち麦の魅力を発信していきます！

加東市内のもち麦畑を歩いてめぐる「もち麦ウォーク」開催決定！！



〈開催日時〉 **4月19日(土)**

〈申込締切〉 **3月28日(金)**



詳細は、市ホームページまたは協議会Instagramをご確認ください。

おめでた

ふじもと 藤本	ゆいは 結羽	(山国)	1/9	貴行	・	彩
ホアン HOANG DUC ANH	ドック アイン	(北野)	1/15	HOANG VAN SIM	・	DAO THI KIM NGAN
なかた 仲田	ゆい 結	(喜田)	1/17	潤	・	恵利
なかおか 中岡	り と 璃人	(上中)	1/17	禎保	・	絵里香
おほら 小原	すずか 涼香	(天神)	1/21	有三	・	NGUYEN THI HUONG
ふじもと 藤本	みずき 瑞葵	(高岡)	1/27	貴之	・	堇
ふじもと 藤本	あまね 周	(天神)	1/30	一馬	・	理沙
なかにし 中西	あむ 和夢	(上中)	1/30	雄太	・	真奈
きつかわ 吉川	なぎ 風	(上田)	2/1	昇吾	・	雛
ふかた 深田	こうせい 晃誠	(下滝野)	2/7	光範	・	彩貴
たなべ 田邊	つばき 椿羽衣	(南山)	2/10	賢士良	・	葵

土曜時間外 休日診療

協力 小野市・加東市医師会

■土曜日 13時～17時
■日曜日・祝日 9時～17時

北播磨小児救急輪番病院は、「北播磨
いきいき情報」をご覧ください。⇒



※15歳以下の方が受診される場合は事前に問い合わせてください。
※当番医は変更される場合があります。受診前に当番医または加東消防署(☎42-0119)にご確認ください。

3月1日(土)	内科	緑駿病院	小野市匠台72-1	0794-63-5577
2日(日)	内科	復井診療所	小野市復井町916-11	0794-66-7318
	外科	井岡医院	小野市菅田町900	0794-67-2367
8日(土)	内科	森下クリニック	加東市社512-1	0795-42-0024
9日(日)	内科	岡田内科医院	小野市市場町字寺の下1205-1	0794-62-7366
	外科	加東市民病院	加東市家原85	0795-42-5511
15日(土)	内科	松尾内科	小野市黒川町574	0794-64-0880
16日(日)	内科	土井リハビリテーション病院	小野市復井町字中ノ池1723-2	0794-66-2119
	外科	北播磨総合医療センター	小野市市場町926-250	0794-88-8800
20日(木)	内科	田淵医院	加東市新町180	0795-48-0160
	外科	栄宏会 小野病院	小野市天神町973	0794-62-9900
22日(土)	内科	小島クリニック	小野市王子町937-3	0794-64-2727
23日(日)	内科	坂本医院	加東市上中3丁目29	0795-42-6660
	外科	加東市民病院	加東市家原85	0795-42-5511
29日(土)	内科	神医院	加東市森871-3	0795-47-0144
30日(日)	内科	加東市民病院	加東市家原85	0795-42-5511
	外科	まえだクリニック	小野市大島町710-1	0794-64-0771
4月5日(土)	内科	東条診療所	加東市新定559-1	0795-46-0048
6日(日)	内科	森下クリニック	加東市社512-1	0795-42-0024
	外科	松原メイフラワー病院	加東市藤田字東山944-25	0795-42-8851

おくやみ

あ え	ひろやす			
阿江	宏育	(下滝野)	1/20	82
よしむら	かずよ	(河高)	1/20	87
吉村				
うすい	たけの	(木梨)	1/20	98
白井				
かげやま	よしこ	(天神)	1/20	95
陰山				
こぼやし	まさゑ	(下滝野)	1/23	97
小林				
おおはた	ひろむ	(上鴨川)	1/25	93
大畑				
ながい	ちゅういち	(社)	1/26	86
永井	忠一			
おおくぼ	えつこ	(下滝野)	1/26	91
大久保				
さかい	あきひで	(梶原)	1/27	86
堺				
こぼやし	まさのり	(西古瀬)	1/28	74
小林				
おおすぎ	みつお	(社)	1/29	82
大杉				
どひ	ゆきよし	(東垂水)	1/29	91
土肥				

にしだ	きょうこ			
西田	京子	(窪田)	1/29	83
たなか	おさむ	(山国)	1/30	74
田中				
くぼやま	ひでゆき	(田中)	2/1	100
久保山				
むらかみ	英行	(上三草)	2/5	95
村上				
なかむら	かづこ	(上三草)	2/6	96
中村				
あきかわ	きよし	(山国)	2/6	74
浅川				
やまもと	かづよ	(上久米)	2/7	63
山本				
ふじもと	史江	(野村)	2/9	65
藤本				
ふじもと	せつ子	(上滝野)	2/11	93
藤本				
うえの	あきこ	(上滝野)	2/11	89
上野				
すみくら	ひさえ	(下三草)	2/12	83
角倉				
たなか	ふみお	(社)	2/13	95
田中				

こんにちは！市民病院です！

“睡眠”の大切さ

岡加東市民病院(薬局) ☎42-5511(代)

みなさんは、1日に必要な睡眠時間の目安がどのくらいかご存じですか？

個人差はありますが、成人は「6～8時間」、中・高生は「8～10時間」、小学生は「9～12時間」を目安に睡眠時間を確保することが推奨されています。

しかし、令和元年11月に実施された「国民健康・栄養調査」では、1日の平均睡眠時間が6時間未満の方は、男性で37.5%、女性で40.6%となり、男女問わず、働き盛りの方が4割以上を占めている結果となり、多くの方が十分な睡眠時間を確保できていないことが分かります。

睡眠時間が不足すると、日中に眠気や疲労を感じやすくなったり、注意力・判断力が鈍くなったりするほか、高血圧や肥満など、さまざまな疾患の発症リスクが高まります。

「最近あまり眠れないな」、「寝ても寝た気がしないな」という方は、次のことを試してみましょう。

① 睡眠環境や生活環境を見直しましょう

- 起床後や日中にできるだけ日光を浴びる(体内時計をリセット)
- 寝室にスマホやタブレットを持ち込まない
- 寝る前のお酒やカフェイン、たばこなどを控える

② ①を実践しても改善しない場合は、医師に相談しましょう

❖ むずむず脚症候群や閉塞性睡眠時無呼吸が不眠の原因に！

〈むずむず脚症候群〉

… 安静時に脚に「むずむず」「ざわざわ」「ひりひり」などの不快な感覚が生じ、脚を動かさずにいられなくなり、なかなか寝ることができません。

〈閉塞性睡眠時無呼吸〉

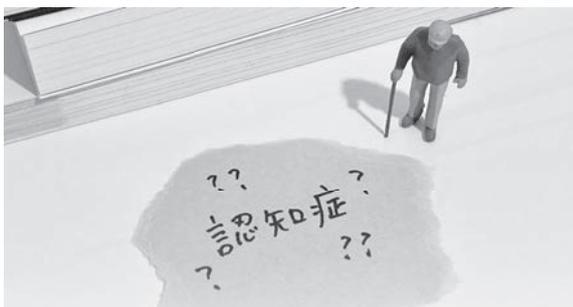
… 睡眠中に一時的な呼吸停止を繰り返し、酸素不足となることで覚醒反応が生じ、何度も中途覚醒をきたします。

❖ 不眠症には治療薬があります

- 寝つきが悪い(入眠障害)
… 超短時間型・短時間型睡眠薬、オレキシン受容体拮抗薬
- 途中で目が覚める、朝早く目が覚める(中途覚醒・早朝覚醒)
… 中間型睡眠薬、オレキシン受容体拮抗薬
- 夜勤等生活リズムの変化による不眠
… メラトニン受容体作動薬(ロゼレム)

“認知症かもしれない”不安・悩みをご相談ください

認知症相談センター



“最近もの忘れが目立ってきた”、“物事が覚えにくくなった”などの『認知症かもしれない』不安や悩みがあれば、「認知症相談センター」にご相談ください。

ご相談いただくと、内容に応じて医療機関につないだり、介護サービスや成年後見制度などの利用支援を行います。

市内には「認知症相談センター」が7か所ありますので、お近くのセンターにお気軽にご相談ください。

❖ 認知症相談センター ❖

- 加東市地域包括支援センター
加東市社50 ☎43-0431
- 愛の家認知症家庭介護相談所
加東市南山3-23-27 ☎47-6510
- しんじょ介護なんでも相談所
加東市新定559-1 ☎46-2100
- こみなみうれし野介護なんでも相談所
加東市山国574 ☎42-7777
- マイハウスみのり介護なんでも相談所
加東市河高2538-1 ☎48-0600
- フロイデ滝野介護なんでも相談所
加東市下滝野字高倉1283-37 ☎48-1726
- たきの苑介護なんでも相談所
加東市下滝野508-1 ☎48-0276

3月は自殺対策強化月間

人は誰しも落ち込むことがあります、悩みやストレスも多かれ少なかれ誰もが抱えています。ストレスを抱えた状態が続くと、こころと身体のバランスが崩れ、心身にさまざまな変化が現れます。



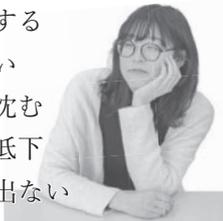
◆ 身体のサイン ◆

- めまいがする
- 身体がだるい
- 食欲がない
- 動悸・息切れがする
- 眠れない



◆ こころのサイン ◆

- イライラする
- 怒りっぽい
- 気持ちが沈む
- 集中力の低下
- やる気が出ない



◆ 行動のサイン ◆

- ミスが増える
- 私生活の乱れ
- 飲酒量が増える
- 昼夜が逆転している
- 遅刻・欠勤・早退が増える



こころや身体、行動で“いつもと違う”と感じたら、誰かに相談する、休養をとる、必要に応じて、かかりつけ医や精神科・心療内科の専門医を受診するようにしましょう。

また、身近な人の変化や悩んでいる様子に気づいた時には、まず勇気を出して、声をかけることから始めてみましょう。

相談窓口

◎電話相談

- **こころの健康ホットダイヤル**(健康課) ☎42-2800
〈月曜日～金曜日(祝日を除く)〉 8時30分～17時15分
- **兵庫県いのちと心のサポートダイヤル** ☎078-382-3566
〈月曜日～金曜日〉 18時～翌日8時30分 〈土曜日・日曜日・祝日〉 24時間
- **兵庫県こころの健康電話相談** ☎078-252-4987
〈火曜日～土曜日〉 9時30分～11時30分、13時～15時30分

◎チャット相談

あなたのいばしょチャット相談 (特定非営利活動法人あなたのいばしょ)
24時間 365日
年齢や性別を問わず、誰でも無料・匿名で利用可能



保健センター事業

事業	実施日	備考
4か月児健診	3月27日(木) 〈受付〉13時～	〈対象〉令和6年11月に出生した乳児
10か月児相談	3月27日(木) 〈受付〉9時～10時30分	〈対象〉令和6年5月に出生した乳児
1歳6か月児健診	3月6日(木) 〈受付〉13時～14時30分	〈対象〉令和5年8月に出生した幼児
2歳児育児教室	3月6日(木) 〈受付〉9時～10時30分	〈対象〉令和5年2月に出生した幼児
3歳児健診	3月19日(水) 〈受付〉13時～14時30分	〈対象〉令和4年1月に出生した幼児
子育て何でも相談	3月13日(木) 〈受付〉9時～11時	〈対象〉乳幼児とその保護者
離乳食もぐもぐ教室	3月11日(火) 〈受付〉9時30分～9時50分	〈参加費〉100円 〈申込期限〉3月6日(木)

※ の対象者には個別に案内をお送りします。 ※ は、事前に予約が必要です。各事業の問い合わせは ☎43-0432

母子健康手帳の交付申請について

受付日 毎週火曜日、金曜日(祝日を除く) 8時30分～16時30分 ※即日交付

持ち物 ①妊娠届出書 ※お持ちの方のみ

- ②個人番号が確認できる書類 例 マイナンバーカード、個人番号通知書
- ③本人確認書類の写し 例 マイナンバーカード、運転免許証
- ④通帳またはキャッシュカードの写し



☎子育てスマイルセンター(庁舎2階 健康課内) ☎43-0432

児童館にあそびにいこう！

◎3月の行事 申込必要

- 定員は、対象となるお子さんの人数です。
- 小学・義務教育学校3年生以下のお子さんは、保護者と一緒に参加してください。
- オンライン申請を利用してください。



なないろ教室

「メモ帳をつくろう」

- 日時 3月1日(土) 10時30分～11時30分
- 場所 東条鯉こいランド(ミナクル大会議室)
- 対象 4歳～小学・義務教育学校6年生
- 定員 15人
- 持ち物 はさみ、柄付き折り紙 2枚

わくわく教室

「シーサーをつくろう」

- 日時 3月15日(土) 10時30分～11時30分
- 場所 滝野児童館(きらら)2階 学習室
- 対象 4歳～小学・義務教育学校6年生
- 定員 12人
- 持ち物 手拭き用タオル

えいごであそぼう教室

「文房具に触れよう！」

- 日時 3月22日(土) 10時30分～11時30分
- 場所 やしろこどものいえ 多目的室
- 対象 4歳～小学・義務教育学校6年生
- 定員 15人

子ども科学あそび教室

「磁石であそぼう」

- 日時 3月8日(土) 13時30分～15時
- 場所 やしろこどものいえ 多目的室
- 対象 4歳～小学・義務教育学校6年生
- 定員 15人
- 持ち物 はさみ、磁石にくっつきそうなもの1つ

電車であそぼう

- | | | |
|----|------------------|---------|
| 日時 | 3月7日(金) | 14時～17時 |
| | 8日(土) | 9時～17時 |
| | 9日(日) | 9時～15時 |
| | 25日(火) | 14時～17時 |
| | 26日(水)～29日(土) | 9時～17時 |
| | 30日(日) | 9時～15時 |
| 場所 | 滝野児童館(きらら)2階 学習室 | |

◎ひろば活動 申込不要

対象 乳児・幼児とその保護者

時間 10時30分～11時30分

- おはなしひろば…絵本の読み聞かせ
- おひさまひろば…親子ふれあいあそび
- 0さいじひろば…親子ふれあいあそび

日	曜日	ひろば名	活動場所
3/4	火	おはなしひろば	やしろこどものいえ
		0さいじひろば	滝野児童館(きらら)
6	木	おはなしひろば	東条鯉こいランド
7	金	おはなしひろば	滝野児童館(きらら)
		0さいじひろば	やしろこどものいえ
11	火	おはなしひろば	やしろこどものいえ
		0さいじひろば	東条鯉こいランド
13	木	おはなしひろば	東条鯉こいランド
14	金	おはなしひろば	滝野児童館(きらら)
18	火	おはなしひろば	やしろこどものいえ
		おひさまひろば	滝野児童館(きらら)
21	金	おはなしひろば	滝野児童館(きらら)
		おひさまひろば	やしろこどものいえ
25	火	おはなしひろば	やしろこどものいえ
		おひさまひろば	東条鯉こいランド
27	木	おはなしひろば	東条鯉こいランド
28	金	おはなしひろば	滝野児童館(きらら)
4/1	火	おはなしひろば	やしろこどものいえ
3	木	おはなしひろば	東条鯉こいランド
4	金	おはなしひろば	滝野児童館(きらら)

子育て相談

3月11日(火) 東条鯉こいランド

☎ 社児童館「やしろこどものいえ」 ☎42-8543

☐ 滝野児童館(きらら) ☎48-0765

☐ 東条鯉こいランド(ミナクル内) ☎20-6245

※開館時間は、全館9時～17時です。

※月曜日は、全館休館します。また、滝野児童館(きらら)、東条鯉こいランドは、祝日(月曜日が祝日の場合は、その翌日)も、休館します。

図書館に出かけよう

おはなしサークル「ピッピ」ととしょかんの おとなのためのおはなし会

本を見ずに物語を伝える「ストーリーテリング」を中学生以上を対象に実施します。

申し込みは不要です。詳しくは、中央図書館まで。

〈日時〉3月15日(土) 14時～15時

〈場所〉中央図書館2階 会議室

〈対象〉中学生以上



図書館の行事(3月)

■としょかんのおはなし会

日	曜日	時間	場所
3/8	土	14時～	滝野図書館
14	金	10時30分～	中央図書館
15	土	10時30分～	東条図書館

■「ピッピ」のおはなし会

日	曜日	時間	場所
4/5	土	14時～	中央図書館

今月のおすすめ本

「にっぽんの花地図」

はなまっぷ / 著 KADOKAWA



有名な神社やお寺の季節ごとに咲く花の他、桜の絶景が美しい写真で掲載されています。

春になると、日本全国津々浦々で桜が見ごろを迎えます。桜を追いかけて各地へ、とはなかなかいきませんが、美しい写真で桜を眺めるのはいかがでしょうか。

問い合わせ

ホームページから本の予約ができます!



中央図書館 ☎42-8000

開館時間 10時～19時

休館 月曜日、3月20日(木)

滝野図書館 ☎48-3003

開館時間 10時～18時

休館 水曜日、3月21日(金)

東条図書館 ☎47-6050

開館時間 10時～18時

休館 水曜日、3月21日(金)

子育て支援ルーム

かとうGENKi



〈開室日〉月曜日、火曜日、木曜日(祝日を除く) 9時～14時

第2、4水曜日(祝日を除く) 9時～12時

〈対象〉主に未就園のお子さんとその保護者(定員20組)

☆ルームは利用無料です。

☆イベントの予約は、原則開催日の3週間前から受け付けています。詳しくは、かとうGENKi ホームページまたはInstagramをご覧ください。

兵庫教育大学 子育て支援ルーム「かとうGENKi」

☎40-2231 ✉ res-genki@ml.hyogo-u.ac.jp

加東市山国2007-109 やまくにプラザ1階



☆すくすく子育て

「遊びで広がる子どもの世界」

日時 3月10日(月) 10時30分～11時

講師 清水真由子先生

☆家族でわくわくデー

「人形劇団 おやゆび姫による人形劇」

日時 3月14日(金) 10時30分～11時

「さよならじゃなくてまたね～「かとうGENKi」修了式～」

日時 3月17日(月) 10時30分～11時15分

☆あかちゃんにこにこデー

「あかちゃんあつまれ！」

日時 3月5日(水) 9時～12時 ※入退室自由

対象 おおむね0歳とその保護者

定員 10組程度

4月から始まる教室 参加者募集!

◇スポるキッズ体操教室



日程 4月9日(水)～(全10回)
時間

〈幼児〉15時30分～16時30分
〈1.2.3年生〉16時45分～17時45分
〈4.5.6年生〉18時～19時

◇フットサル教室

日程 4月11日(金)～(全10回)
時間 18時45分～19時45分
対象 小学生～中学生
定員 20名(先着順)
場所 東条第一体育館

◇ヨガ教室

日程 4月4日(金)～(全10回)
時間 18時30分～19時30分

◇シェイプアップ教室

日程 4月2日(水)～(全10回)
時間 18時～19時

◇卓球教室

日程 4月8日(火)～(全10回)
時間 18時～19時

◇バドミントン教室

日程 4月8日(火)～(全10回)
時間 10時～11時30分

◇姿勢改善プログラム教室

日程 4月6日(日)～(全10回)
時間 ①13時～14時
②14時30分～15時30分

教室料金(全10回)

各教室 8,000円
フットサル教室のみ 10,000円

申込方法

3月11日(火)9時から
窓口にて受付開始
(電話予約不可)

お問い合わせ

滝野総合公園体育館
「スカイピア」
〒679-0221
加東市河高4007
☎ 48-2566
受付 8時30分～22時

休館 毎週月曜日
※国民の祝日を除く



詳しくは、滝野総合公園体育館「スカイピア」ホームページをご覧ください。



加東文化振興財団からのお知らせ

加東市合唱祭

出演 赤とんぼコーラス/うれしの学園生涯大学コーラス部
加東混声合唱団/コーラスちあふる/ともしびコーラス
まどかコーラス/めじろコーラス/やしろ女声コーラス

3/16(日) 開場 13時30分
開演 14時

やしろ国際学習塾 入場無料 全席自由



加東フィル スプリングコンサート

出演 加東フィルハーモニー管弦楽団
加東市バイオリン教室
演奏曲 「剣の舞」
「ペルシヤの市場にて」ほか

3/23(日) 開場 13時30分
開演 14時

やしろ国際学習塾 入場無料 全席自由



令和7年度友の会 3/1(土)～入会・更新開始

お問い合わせ (公財)加東文化振興財団 ☎0795-42-7700 受付時間 9時～17時
加東市上三草1175(やしろ国際学習塾内) 3月の休館日 3/5(土),12(土),19(土),21(土),26(土)

東条文化会館からのお知らせ

コスミック 歌声喫茶

3月6日(土)
5月1日(土)

13時30分～
会場 ホワイエ

参加費 200円
(お土産・飲み物付)

※予約不要!



地域の文化活動・コミュニケーションの拠点
東条文化会館を利用しませんか?

国内最高クラスのコスミックホールをはじめ、一面鏡張り、バレエバーがあるリハーサル室やガラス張りの開放的なホワイエが利用できます。



お問い合わせ

東条文化会館
「コスミックホール」
〒673-1311
加東市天神66
☎ 47-1500
受付 9時～17時

休館 毎週水曜日
国民の祝日の翌日



チケット予約は、電話でも受け付けています。
貸館・貸ホールも随時受け付けています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

駆け抜けた昭和の暮らし今はなし 伊藤剛

都路を走る青春若き獅子 柴崎三郎

象めかけクジャクとトラが追いかける 岡部伸悟

所得の壁前にはだかる年の壁 山本利幸

展示品渋味出るまでお蔵入り 岸本ちとせ

【短歌】 社短歌会

何もかもスマホに済ませる世となりて 診察券までスマホに変はり 井上美鈴

春の香のなずな捜して畦を行く 色どり添ふる粥にせむとて 池見清美

久びさに宮に参れば荒れ果てて 時代も変はるおともついたらち 森田豊子

鳥一羽とびたつ冬の三草山 雲よりもれる光めざして 稲岡みさ子

福袋ことしは高く感じます 値うちがあるのはほんの一部よ 高松倫子

父母の婚礼写真を見付けたら 断捨離途中でまた手が止まる 北谷多津子

梅の花に似たる足跡朝の日に 影なして雪に一筋続く 林茂代

加東消防署だより

住宅用火災警報器は設置されていますか？

令和7年1月1日～1月31日までの出動状況
火災 1件、救急 227件、救助 4件
☎北はりま消防本部加東消防署 ☎42-0119

火災の発生を知らせてくれる住宅用火災警報器。火災による被害を最小限に留めるための重要な役割を担っています。



火災警報器は、火災予防条例で寝室と階段上部(煙感知器式)の設置が義務付けられています。また火を使う台所にも熱感知式火災警報器を設置することを推奨します。

購入の際は、日本消防検定協会の合格表示が付いているものを選びましょう。



近年、消防署職員を装った悪質な販売業者がいます。消防署職員が販売することや、消防署から特定の販売業者に販売を委託することはありません。十分ご注意ください。

【住宅用火災警報器の点検と交換時期】

- (1)定期的に点検ボタンや点検ひもで作動点検をしてください。
- (2)住宅用火災警報器は、電子部品の寿命や電池切れなどで感知しなくなるため、10年を目安に交換・更新してください。

購入補助金制度あります！

【補助額】

住宅用火災警報器購入費用の1/2

(1台当たりの限度額5,000円。100円未満切り捨て。)

※補助制度を利用できない場合がありますので、購入する前に一度、防災課にお問い合わせください。

【問い合わせ】

加東市総務財政部防災課(庁舎4階)

☎43-0403

3月 普通救命 講習会

日時 3月23日(日) 9時～12時
場所 加西消防署2階 会議室
定員 20人程度 ※先着順
受講料 無料

申込用紙 北はりま消防本部ホームページ
申込方法 加東消防署救急係に持参
申込締切 3月17日(月)



加東警察署だより

事件を風化させない！「オウム真理教」

☎加東警察署 ☎42-0110

オウム真理教による地下鉄サリン事件(平成7年3月20日発生)から30年が経過します。

近年、オウム真理教は、事件を知らない若者を中心に、活発な勧誘活動を行い、信者を増やしています。

今一度、オウム真理教に対する正しい理解を！

「Aleph」、「ひかりの輪」と名を変え、今も活動中。

◇Alephは、団体名を隠して、ヨガ教室等を開き、身近なものを名目に接近してきます。

◇ひかりの輪は、司祭行事への参加を一般にも呼びかけています。



【俳句】 風花俳句教室

変りなき日々の暮しの春を待つ
伊藤剛

二山を架けて東の間春の虹
大久保伸子

切りたての髪に戯れ春の風
清水貴美代

下萌や文字の凜凜しき忠魂碑
田尻登志子

ものの芽や若き移住の人の畑
藤本あけみ

下萌ゆる宮の土俵の際にまで
藤本かつる

書き置きの構想を練る初湯かな
藤原明

小春日や孫を挟める渡り初め
蓬萊千恵子

妻の口に指立てて聴く初音かな
前田信夫

囀の十三石塔傾ぎたる
小東泰子

【川柳】 川柳やしろ

書の展示読めはしないが賞は金
伊勢川友通

晦日まで夢は捨てないジャンボくじ
長井俊昭

ゴッホ展順路途中に椅子探す
中西慶子

プレゼントされたバックは展示品
黒崎輝美

終業式「ただいま」の声はずませて
大西民子

相 談 窓 口

☐…事前予約が必要な相談窓口

☐…事前予約が不要な相談窓口

相談窓口	実施日	場所	予約・問い合わせ (土曜日、日曜日、祝日を除く)
HIV(エイズ)抗体検査、肝炎ウイルス検査、梅毒検査・相談	3月6日(木)、13日(木)	加東健康福祉事務所	加東健康福祉事務所健康管理課 ☎42-9436 受付時間 9時～17時
専門栄養相談(食事療法等)	3月7日(金)		加東健康福祉事務所健康管理課 ☎42-9365 受付時間 9時～17時
こころのケア相談	3月13日(木)		加東健康福祉事務所地域保健課 ☎42-9367 受付時間 9時～17時
女性のための相談	3月10日(月)、24日(月)	社児童館「やしろこどものいえ」	健康福祉部福祉総務課(庁舎1階) ☎43-0408 受付時間 8時30分～17時15分
ハローワーク西脇による出張就労相談	3月27日(木)	滝野公民館	秘書広報課(庁舎4階) ☎43-0387 受付時間 8時30分～17時15分 ※相談日の2日前の17時まで受付
加東市出張キャリア相談	3月21日(金)	社福祉センター	さんだ若者サポートステーション ☎65-9300 受付時間 9時30分～17時30分
弁護士 法律相談	3月4日(火)、11日(火)、18日(火)、 25日(火) 13時30分～15時30分		兵庫県弁護士会 ☎078-351-1233 受付時間 9時30分～12時、13時～16時 ※相談料5,000円(無料になる場合あり)
司法書士 法律相談	3月1日(土)、15日(土) 13時30分～16時30分		兵庫県司法書士会 東播支部 ☎42-6534 受付時間 9時～17時 ※相談日の前日の17時まで受付
発達に関する相談	土曜日、日曜日、祝日を除く 8時30分～17時15分	発達サポートセンター「はびあ」	発達サポートセンター「はびあ」 ☎27-8100
育児何でも相談ダイヤル	土曜日、日曜日、祝日を除く 8時30分～17時15分	電話での相談	子育てスマイルセンター(庁舎2階 健康課内) ☎43-0432
こころの健康ホットダイヤル		電話での相談	健康福祉部健康課(庁舎2階) ☎42-2800
障害者支援相談		障害者相談支援センター (ラポートやしろ内)	障害者相談支援センター ☎42-0806
障害者基幹相談		障害者基幹相談支援室 (庁舎1階 社会福祉課内)	障害者基幹相談支援室 ☎27-7103
消費生活相談		消費生活センター (庁舎1階 生活環境課内)	消費生活センター ☎43-0502
就労支援相談	就労支援室 (社福祉センター2階)	就労支援室 ☎43-0165	
高齢者に関する相談	土曜日、日曜日、祝日を除く 8時30分～17時15分 (火曜日のみ 19時15分まで)	加東市地域包括支援センター (庁舎1階 高齢介護課内)	加東市地域包括支援センター ☎43-0431
配偶者等からの暴力に関する相談	土曜日、日曜日、祝日を除く 8時30分～17時	加東市配偶者相談支援センター	加東市配偶者暴力相談支援センター ☎43-0411
三木断酒会 加東アルコールミーティング	3月26日(水) 14時～16時30分	社公民館2階 研修室	三木断酒会事務局 ☎090-9625-7451
総合相談(※1) <input type="checkbox"/> 午前の部…10時～11時30分 心配ごと相談・人権相談・ 行政相談・身体障害者相談	3月14日(金)	はびねす滝野	社会福祉協議会 滝野支部 ☎48-0800
<input type="checkbox"/> 午後の部…13時30分～15時 心配ごと相談	3月21日(金)	社福祉センター	社会福祉協議会 本部 ☎42-2006
	3月28日(金)	東条公民館(とどろき荘2階)	社会福祉協議会 東条支部 ☎46-0911

☆ 税理士税務相談は、3月は実施しません。

※1 社福祉センターにおける総合相談では、午前に母子相談、家庭児童相談、午後に知的障害者相談、こころの病気・障害相談も実施します。

加東ケーブルビジョン 3月番組表

加東ケーブルビジョンは、eo光テレビ地上12chで視聴いただけます。

開始時間	日曜日	開始時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		6時、10時、14時、18時、22時	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> テレビリモコンの番組表ボタンを押すと、テレビ画面でも番組表をご覧いただけます。ぜひ、ご活用ください。 </div>			2月27日	28日	3月1日
		7時、11時、15時、19時、23時				KCVワイドニュース UP!		
		8時、12時、16時、20時				体操の時間、こんにちは泉警です (8時・16時)三草こども園生活発表会 (12時・20時)東条こども園生活発表会		
	2日		3日	4日	5日	6日	7日	8日
6時、11時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!	6時、10時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!					
7時、12時、15時、20時、23時	リクエストタイム	7時、11時、15時、19時、23時	体操の時間、もうすぐ一年生【米田こども園、三草こども園、東条こども園】			体操の時間、もうすぐ一年生【高岡育児園、河高こども園】		
10時、19時	体操の時間	8時、12時、16時、20時	(8時・16時)高岡育児園生活発表会 (12時・20時)河高こども園生活発表会			(8時・16時)正覚坊こども園生活発表会 (12時・20時)東古瀬こども園生活発表会		
	9日		10日	11日	12日	13日	14日	15日
6時、11時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!	6時、10時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!					
7時、12時、15時、20時、23時	リクエストタイム	7時、11時、15時、19時、23時	体操の時間、もうすぐ一年生【正覚坊こども園、東古瀬こども園】			体操の時間、もうすぐ一年生【たきの愛児園、さくら保育園、泉こども園】		
10時、19時	体操の時間	8時、12時、16時、20時	(8時・16時)たきの愛児園生活発表会 (12時・20時)さくら保育園生活発表会			(8時・16時)秋津こども園生活発表会 (12時・20時)泉こども園生活発表会		
	16日		17日	18日	19日	20日	21日	22日
6時、11時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!	6時、10時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!					
7時、12時、15時、20時、23時	リクエストタイム	7時、11時、15時、19時、23時	体操の時間、3才になりました			体操の時間、もうすぐ一年生【秋津こども園、加東みらいこども園】		
10時、19時	体操の時間	8時、12時、16時、20時	(8時・16時)加東みらいこども園生活発表会(1~3歳) (12時・20時)加東みらいこども園生活発表会(4・5歳)			(8時・16時)加茂こども園生活発表会 (12時・20時)椿山保育園生活発表会		
	23日		24日	25日	26日	27日	28日	29日
6時、11時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!	6時、10時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!					
7時、12時、15時、20時、23時	リクエストタイム	7時、11時、15時、19時、23時	体操の時間、キラリ☆もち麦 輝くまちKato4 Vol.12			体操の時間、もうすぐ一年生【加茂こども園、椿山保育園、附属幼稚園】		
10時、19時	体操の時間	8時、12時、16時、20時	(8時・16時)兵庫教育大学附属幼稚園生活発表会 (12時・20時)うれしの学園生涯大学実践発表会			かとう手話フェスタ2024		
	30日		31日	4月1日	2日			
6時、11時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!	6時、10時、14時、18時、22時	KCVワイドニュース UP!					
7時、12時、15時、20時、23時	リクエストタイム	7時、11時、15時、19時、23時	体操の時間、高齢者大学閉講式					
10時、19時	体操の時間	8時、12時、16時、20時	社高等学校卒業証書授与式					

※0時から5時55分までは、ショップチャンネルを放送しています。 ※都合により、番組内容を変更する場合があります。

リクエストタイム

毎週日曜日は、過去に放送した番組の中からリクエストしていただいた番組を放送します。

■リクエスト方法 加東ケーブルビジョンに電話

■受付時間 8時30分～17時15分
(土曜日、日曜日、祝日を除く)

※加東市議会定例会等、リクエストできない番組があります。

ご案内

加東ケーブルビジョンは、eo光テレビ地上12chで視聴いただけます。

eo光テレビの加入を検討されている方は、eo光インフォメーションデスクにご相談ください。

■eo光インフォメーションデスク ☎0120-34-1010

※利用できない方は ☎06-7506-9605

■受付時間 9時～21時(年中無休)

関秘書広報課(加東ケーブルビジョン) ☎42-8330

かとう まちかどトゼツクス

大地震を想定し避難訓練



1月25日、滝野中学校と自主防災組織の合同防災訓練が行われ、滝野中学校の生徒や教員のほか、近隣地域に住む方々など、約600人が参加しました。

震度7の地震が発生したと想定された当訓練では、建物に取り残された方の救出訓練や、ヘリコプターが出動しての救助活動などが行われたほか、自衛隊・PTA・自主防災組織のみなさんによる炊き出し訓練も行われ、参加者全員で豚汁とアルファ化米を試食しました。

留学生が自分の国を紹介！



1月26日、国際交流イベント「世界の文化を知ろう♪～Bio International Day～」が開催されました。

インド・ドイツ・モロッコなどの留学生7名が、古来から伝わるゲームや観光地紹介など、その国にもっと知ってみたい、行ってみたいくなるようなブースを作り、来場者と交流しました。

来場者は、普段は交流が少ない留学生との交流に、緊張していましたが、最後には笑顔で交流を楽しんでいました。

文化財を守る続けるため 防火訓練実施



1月26日、黒谷地区にある国指定の重要文化財「若宮八幡宮」で、第71回文化財防火デーに合わせた防火訓練が実施されました。

若宮八幡宮本殿から出火し、山林に延焼を想定した訓練には、加東消防署の隊員と若宮八幡宮周辺地域の消防分団の団員が参加。上手ヶ谷池を水源として若宮八幡宮本殿までの250mをホースを延長させて放水されていました。

かとう手話フェスタ2024



2月1日、やしろ国際学習塾で「かとう手話フェスタ2024」を開催しました。

舞台では、小学生の児童や手話サークル等による手話を使った歌やお腹を抱えるほど笑える寸劇などを披露いただいたほか、桂福團治さんによる“手話落語”と落語に手話を取り入れるようになった経緯などをお話いただき、笑いと、“手話”についてより一層考えさせていただけた時間となりました。

市のイベント等は
SNSでも発信中！



LINE



Instagram



Facebook

友だち登録
よろしくね！

加東ライオンズクラブからマット寄贈



2月4日、加東ライオンズクラブから加東市民病院に対し、転倒時の骨折リスクの低減が期待できるころやわマットを3枚寄贈いただきました。

寄贈を受けた加東市民病院看護課長の有藤さんは「特にご高齢の方でリハビリされている方は、転倒が心配になります。そのような方の病床に寄贈いただいたマットを使用することで、安心して1人でベッドから立ち上がりができるようになるので、本当にありがたいです。」と述べられました。

アイデアが実現されるかも!?



2月5日、県立社高等学校1年生24人が、授業で発見した加東市の課題へのアイデアを提案をする「タウンミーティング」を開催しました。

「特産品山田錦の入浴剤」や「三草山で山フェスを開催」「誰でもたべれるほぺおちせんべい」などおもしろいアイデアが持ち込まれました。

市長や職員の前での、発表に緊張していましたが、質問にもはっきりと応えていました。

今回、提案したアイデアが実現する可能性も！

無病息災願い 火 渡る



2月11日、上久米地区にある「日照山 東光寺」で、大日祭が行われました。

東光寺の大日祭は、牛馬安全(現在は農機具安全)や無病息災を願う恒例行事です。

特に、護摩たきのあとに護摩壇を崩し、その上を素足で自らの健康などを祈りながら歩く伝統行事「火渡り行」が有名で、老若男女問わず、多くの方が渡り歩いていました。

社柔道少年団 大活躍



第34回 兵庫県スポーツ少年団 総合競技大会(柔道競技)

(令和6年11月3日～12月15日 兵庫県立武道館(姫路市))

◆男子5年生

〈優勝〉丸山紘矢

◆女子5年生

〈3位〉呉田陽向子

※敬称略

アメリカ オリンピア市で ホームステイしませんか？

前回参加者の声

自分の英語力でコミュニケーションがとれるか心配でしたが、言葉よりも心で通じ合えるということを何度も体験できました。これから広い世界に向かって一歩ずつ踏み出したいと思います。

(中学2年生)

海外の人たちの価値観を少し感じられたと思います。アメリカの雰囲気を肌で感じて、その雰囲気に溶け込むことができた//日間でした。(高校1年生)

加東市の姉妹都市「オリンピア市(アメリカ合衆国ワシントン州)」でホームステイなどを通じ、現地の生活・文化を学ぶ交換留学生を募集します。

交換留学期間

8月4日(月) ~ 15日(金)

☎特定非営利活動法人加東市国際交流協会 ☎42-6633
〈営業時間〉9時~18時 ※日曜日、月曜日、第2火曜日、祝日は休業

❖対象

令和7年4月1日時点で加東市在住の中学2年生~高校3年生

❖定員

15人 ※書類・面接審査のうえ、参加者を決定します。

❖費用

10万円程度

※別途、海外旅行保険料、パスポート申請料、ESTA申請料などが必要です。

❖募集期限

3月21日(金) 18時 ※必着

その他詳細は、協会ホームページをご覧ください。



❖加東市制20周年企画

ありがとう、あなたと20年

今から20年前までにあったエピソード、教えてください。

結婚した、子どもが生まれた、家を買ったなどの特別な事はもちろん、良く通ったお店、初恋の人と手を繋いだ場所、よく遊んでいた公園などの思い出でも結構です。

みなさんが加東市で歩んだ日々。その日々があるおかげで、加東市は令和8年3月20日に市制20周年を迎えます。

みなさんのこれまでの歩みを、写真とエピソードを添えて教えてください。そして、広報紙やケーブルテレビ等で紹介させていただきます。

❖応募方法

1 Instagramで、「エピソード」と「#かとうとわたしの20年」を付けて写真を投稿

2 右の二次元コードから応募 ▶
(Graffer スマート申請)



いただいたエピソードは、加東市制20周年企画 公式アカウント「ありがとう あなたと20年(@20th_katocity)」に投稿するほか、広報紙やケーブルテレビ等広報媒体で紹介させていただきます。



☎秘書広報課(庁舎4階) ☎43-0387

わが家の スーパースター



はつき
阿江 初樹 くん



一歳半おめでとう🎉

家族みんなで楽しいことたくさんしようね😊

パパ 倫房さん ママ 友里さん

広報のつぶやき



今年度で閉校する母校の式典を取材してきました。

6年間通った校舎・グラウンドを見ると、当時の記憶が鮮明に思い出され、思い出に浸りながら、式典の写真を撮っていました。

その夜は、物置の奥底に眠っていた卒業アルバムを取り出し、「こんなことあったなー」と家族と楽しく振り返りました。

母校が無くなるのはとても残念で悲しい事ですが、心の中にはたくさんの思い出が残っています！

みなさんも、卒業アルバムを見て、小学校時代の素敵な思い出に浸ってみませんか。(遠)



わが家の スーパースター 大募集!

❖対象

令和2年4月1日以降に出生した、市内在住のお子さん

❖募集期限

4月1日(月)

❖応募方法

秘書広報課に必要事項を電子メール

❖必要事項

お子さんの氏名(よみがな) お子さんの生年月日 保護者の氏名 電話番号 住所

☎秘書広報課(庁舎4階) ☎43-0387

✉ koho@city.kato.lg.jp



◀ 応募フォームが開きます



PROFILE KATO

VOL.26

DJ・鉄工所経営

福原拓己

ふくはらたくみ

さん



“自分の音楽を表現したい”。その思いがきっかけで初めたDJを、大学で東京に出てから現在まで活動を続けています。

DJは、何万とある曲の中から会場や来ている方々の雰囲気に合わせて選曲するため、音で場をコントロールすることができ、それがDJの面白さ・魅力のひとつです。

夜のイメージが強いDJは、どうしても他の音楽ジャンルと比べると敷居が高いものと思われています。その敷居を低くするため、今後もマルシェなど日中での活動を続け、『イベントに行くとDJが居るのが当たり前』の世界にできればと思っています。

大学進学から6年間東京で過ごしたのち、家業で仮設の足場やバイクの部品、農機具関係の部品等を製造している鉄工所(株式会社フクハラ)を継ぐため、加東市に帰省された福原さん。

自身のDJ活動に鉄工所で製造しているものを使えないかと考えた福原さんは、DJブースを仮設足場部材を使って組んでいるそう。

「TAKIRECO WORKS」として加東市はもちろん、北播磨地域のマルシェイベントなどで活動をされている。

1989年10月8日生まれの35歳。

出演イベント等福原さんの最新情報は、自身のInstagramで随時発信中。