

7/13 行政相談活動に感謝します

平成27年4月から令和5年3月まで、4期8年の長きにわたり行政相談活動にご尽力いただきました難波千咲子行政相談委員に対し、総務省兵庫行政評価事務所 金子正寿所長から総務大臣感謝状の贈呈が行われました。長年のご功績に敬意と感謝を申し上げます。誠にありがとうございました。



◆10月の行政相談週間中の行政・暮らしの安心相談は10月18日(水)13時30分から中央公民館で開催します。

7/13・14 ジャイカ JICA (独立行政法人国際協力機構) 課題別研修の受け入れを行いました

神戸情報大学院大学の協力のもとJICA課題別研修の受け入れを行いました。13日には大河内保健福祉センターにて、神河町の概要や課題について説明し、各地域で抱える問題や解決方法について意見交換を行いました。14日には町内の歴史について学んだり、ジビエ料理を食べたり、工場の見学を行いました。普段は遠い場所同士でも似たような問題を抱えていたり、懐かしいと感じる景色があったりとたくさんの学びがある二日間となりました。



研修の様子▶

7/21・22 第2回フードドライブを開催しました

神崎支庁舎において、第2回フードドライブを開催しました。皆さまのご協力により、たくさんの食料品や日用品の寄付をいただき、町内の子ども食堂とフードバンクはりまにお渡しをさせていただきました。

次回は冬休み前に実施する予定にしていますので、多くの方のご協力をお願いします。

第2回フードドライブの内容は、寄付件数20件 食料品や日用品237kgでした。



7/25・27 8/1 夏休み!こども手話教室を開催

障がい者に対して理解促進事業として、こども手話教室を開催しました。手話講師の林田浩さんと上山としみさんにより、耳の聞こえない方がいる家族の動画を視聴して気づいたことを話し合ったり、クイズ形式で手話を当てたりしました。

また、手話でピンゴゲームやジェスチャーゲームをし、聞こえない人と話すときのポイントについて教えて頂きました。大切なことは、相手の目を見て、ゆっくり順序良く、正面に立ち、身振りを使うことだと学びました。最終日は、手話でジブリの曲を歌ったり、手話ダンスにも挑戦し、学びながら楽しいひと時を過ごしました。



7/26~29

全国高等学校総合体育大会 ソフトテニス競技大会

北海道苫小牧市緑ヶ丘公園庭球場で開催されたこの大会に、須磨学園高校2年の北川 真凜さん(寺野)が出場しました。

全国の大舞台で、4回戦まで進出する活躍でした。

北川さんからは、「実力を精一杯出し切ることができました。これからも仲間と切磋琢磨して頑張ります」と力強い声が届いています。



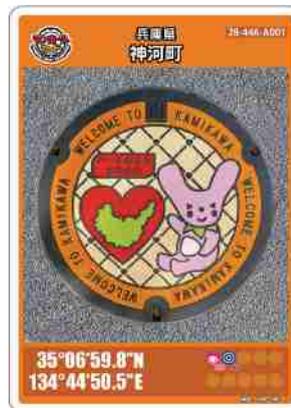
7/28 マンホールカードができました

問 ひと・まち・みらい課 ☎34-0002

日本のマンホール蓋は全国各地デザインが違っており、その土地に縁のある名所・名物品・スポーツ・キャラクターなどが描かれています。

マンホールカードは、表面にマンホール蓋の写真と位置座標、裏面にはデザインの由来と説明などが記載されたもので、材質・寸法・彩色など全国統一規格となっており、収集家の方が楽しめる設計となっているものです。下水道広報プラットフォーム(GKP)が企画・監修するマンホールカードの第20弾として、神河町を含む27種類のカードが発行され、7月28日(金曜日)から配布開始となりました。町のカードは、村営ふれあいマーケット長谷店で全国共通の配布ルールによってお配りしています。

- 配布枚数は1人1枚です。
- 金額は無料となります。
- カードは配布場所を訪れることで入手できます。
- 郵送での取り扱いはいたしません。
- カードの在庫が無くなった場合、一旦配布を休止する場合があります。



企業版ふるさと納税の 寄附をいただきました

企業版ふるさと納税として、中外テクノス株式会社様より寄附をいただきました。いただきました寄附金は「地域創生総合戦略」推進のための「未来につなぐクールチョイス推進プロジェクト」に活用させていただきます。町の企業版ふるさと納税および施策にご理解とご協力をいただき誠にありがとうございました。



第16回 かみかわ夏まつり

花火基金 2,588口

合計 2,588,000円

ご支援・ご協力ありがとうございました！

8月5日(土)、神崎小学校グラウンドで「第16回かみかわ夏まつり」が開催され、約8,000人の来場者にお越しいただきました。今年のテーマは「BUZZレ!! かみかわ」。かみかわ夏まつりの話題が広まり、注目が集まるようにとの思いから選ばれました。

スタート直後のステージイベントでは神河中学校吹奏楽部による演奏やパワーハウスかみかわによるダンスパフォーマンス、かんざき太鼓「桜鼓衆」とおおかわち太鼓による演奏が披露され、迫力ある和太鼓の音色が会場内に響き渡り会場の雰囲気が大いに盛り上がりました。

本年度は、通常開催となり会場内に夜店も多数出展され、飲み物や食べ物のほか、大福引などが軒を連ね、行列があちこちにてできていました。



クライマックスはお待ちかねの一大イベント、かみかわ夏まつり恒例の花火大会。合計約1,000発の美しい花火が夏の夜空に次々と打ち上げられました。会場内には「ドーン、ドーン」という音とともに夜空を見上げる人々の顔が花火に照らされ、会場が幻想的な雰囲気にも包まれる中、かみかわ夏まつりは大盛況のうちに幕を閉じました。

かみかわ夏まつりを安全に運営するため、警備や防犯パトロールにあたっていただいたみなさま、当日、翌日の準備や片付けで汗を流していただいたみなさま、今年も多くのおみなさまのお力で夏まつりを無事に開催することができました。

ご支援ご協力いただいた多くのみなさま、本当にありがとうございました！

かみかわ夏まつり運営委員会



神河町史「自然・地理編」地質調査(その2)

神河町には鉱山がたくさんあった

神河町史調査員(地質) 橋元 正彦

神河町では現在、越知谷鉱山(越知)と福山鉱山(福本)の2つのろう石鉱山が操業しています。どちらも明治の初めに開発された鉱山です。これ以外に、かつては銅・鉛・亜鉛などを産出した金属鉱山が数多くありました。今回の調査で、川上に7つ、大川原・猪篠・新田に1つずつの金属鉱山跡が確認できました。

1. 平石^{ひらいし}鉱山

平石鉱山(川上)は平石山の中腹にあり、スギ林の中の山道を登っていくと、斜面の上に石垣が現れます。石垣は二段になっていて、下段は長さが80m近くあります。山の中に残る長大な石垣は、まさに産業遺産です。石垣に沿って道がつくられ、坑口^{こうぐち}から鉱石をソリに乗せて選鉱所へ運び、不要な石はトロッコで隣の谷へ運んで落としていました。坑口から急な斜面を登っていくと、山神社が祭られていたところがあり、そこに手水鉢^{ちよずばち}が残っています。手水鉢には「大正七年(1918)五月一日」の銘があることから、平石鉱山は大正期には稼行^{かこう}していたと考えられます。

坑口の近くでは、いろいろな鉱物を見つけることができます。黄銅鉱は金色に光り、一部が虹色にさびています。閃亜鉛鉱は黒色で、強く光を反射します。電気石は、針のように細長い結晶が放射状に集まっています。孔雀石は鮮やかな緑色です。鉱物を調べると、この鉱山がどのような金属を産出していたかがわかっていきます。



▲平石鉱山の黄銅鉱(中央)と閃亜鉛鉱(左)



▲平石鉱山の石垣遺構

2. 琢美^{たくみ}鉱山・丈山^{じょうやま}鉱山・福畑^{ふくはた}鉱山

琢美鉱山(川上)は、粘土を丸めた「よせき」を焼いて砒素^{ひそ}を採っていました。丈山鉱山(川上)は、道も消えた山の上に今も坑口がぼっかりと開いています。福畑鉱山(新田)のズリ(捨て石場)では、孔雀石やプロシャン銅鉱、青鉛鉱などの銅や鉛が水や大気と反応してできた鉱物が見られます。

かつて鉱山では、地元の人が多く働いていました。子どもたちは遠足で鉱山を訪れ、大きな建物や機械に目を見張り、親や近所の人たちの働く姿に接しました。

鉱山は、産出した金属によって日本の近代化を支え、地元の人たちの生活基盤となっていたのです。



▲丈山鉱山の坑口



▲福畑鉱山の孔雀石(緑色)と珪孔雀石(青色)

実施日	行事名	対象者	受付時間	場所
1日(金)	すくすく相談(乳幼児相談)	R1年9月、R4年8月、R5年1月生まれ	13時30分～15時	神崎支庁舎
21日(木)	2歳児むし歯予防教室	R3年4月～6月生まれ	13時～14時	
27日(水)	1歳6か月児健診	R4年1月～2月生まれ	12時45分～ 対象の方には、個別にご案内します。	
	3歳児健診	R2年5月～6月生まれ		
5日(火)	健康福祉なんでも相談	一般住民	9時～11時	中福祉事務所
13日(水)	栄養相談<予約制>	一般住民	9時～11時30分	
27日(水)	こころのケア相談☆精神科医師相談<予約制>	一般住民(予約による個別相談) ☎22-1234	9時30分～11時	

9月10日～16日は自殺予防週間 周囲の人のこころの状態に気づき、いのちを支えよう

わたしのこころ、みんなのこころ
共に思いやろう

～みんなで取り組む心の健康づくり～
令和4年(1月～12月)の県内での自殺者は947人(前年比31人増)で、3年連続の増加となっています。全国的な傾向として令和4年での小中高学生の全国での自殺者数は過去最多となっています。
身近な人の「いつもと違う様子」を感じたら、声をかけ、寄り添い、耳を傾けてください。悩み苦しんでいる方の助けになることがあります。そして、悩みを抱えている人は、一人で悩まず、誰かに相談しましょう。

- 健康福祉課……☎32-2421
- 兵庫県のちと心のサポートダイヤル……☎078-382-3566
(平日18時～翌8時30分土日祝24時間)
- はりまいのちの電話……☎079-222-4343 (14時～翌1時)

9月は健康増進普及月間です

9月1日～30日

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ
～健康寿命の延伸～

健康のための目標

年齢別に、健康づくりの「身体活動」と「運動」の目標が定められています。今より10分からだを動かすだけで健康寿命を延ばせます!

	身体活動(生活活動・運動)	運動	
65歳以上	強度を問わず、身体活動を 毎日40分	—	運動習慣を持つようにする (30分以上、週2日以上)
18～64歳	歩行以上の強度の身体運動を 毎日60分	息が弾み汗をかく程度の運動を 毎日60分	
18歳未満	<参考> 子どもは、からだを使った遊び、生活活動、体育・スポーツを含めて、 毎日、最低60分以上からだを動かしましょう。 日本体育協会「アクティブ・チャイルド60min.-子どもの身体活動ライン」 幼児はさまざまな遊びを中心に、毎日、合計60分以上、楽しく 体を動かすことが大切です! 文部科学省「幼児期運動指針」		

SMART LIFE PROJECTから抜粋

体内時計のずれをリセットして、
生活習慣病をSTOP!

【朝】

- 6～7時に起き、起床後1時間以内に朝食をとる⇒インスリンの効率がよい!
- 朝食には糖質とたんぱく質をセットでとる
- 朝食後～昼食前に軽い散歩をする
⇒ダイエット中の人、高血糖の人に
おすすめ!

【昼】

- 12時前後にランチをとる
⇒肥満予防に効果的
- 仕事中は90分ごとに休憩をとる

【夕方～夜】

- 15～19時に有酸素運動や筋トレをする⇒運動のベストタイミング!
- 夕食は18～19時にとる
- アルコール飲むなら20～21時に
⇒アルコールに対する抵抗力が最も高くなる時間帯!でも飲みすぎには注意!
- 就床時間は日によってばらつきがあってもOK



Cooking 元気の素 高野豆腐の肉巻き (主菜)

兵庫県いずみ会「からだ思いレシピ」から抜粋

材料(4人分)

- ・高野豆腐…………… 3枚
- ・豚バラ肉…………… 9枚
- A
 - ・砂糖…………… 大さじ1と1/2
 - ・しょうゆ…………… 大さじ2
 - ・酒…………… 大さじ1と1/2
 - ・みりん…………… 大さじ1と1/2
 - ・水…………… 大さじ2

作り方

- ① 高野豆腐はぬるま湯でもどしておく。
- ② Aの調味料を合わせておく。
- ③ 高野豆腐のあら熱がとれたら6等分に切り、豚肉で巻く。
- ④ 巻き終わりを下にしてフライパンで蓋をして蒸し焼きにする。
火加減は弱火～中火で肉に火が通れば②のタレを入れて煮詰める。
全体にタレが絡めば出来上がり。



エネルギー:341kcal
たんぱく質:16.2g
脂質:47.1g
食塩相当量:1.7g
カルシウム:99mg

一言メモ

「高野豆腐はたんぱく質とカルシウムがしっかり摂れる食材です」
「高野豆腐の煮物が残っていればそれを使ってね」

乾物のメリット

- ・栄養価が高くなる
- ・長期保存ができる
- ・食品ロス削減 SDGs

9月1日は防災の日
いざという時に備え、
乾物も備蓄しましょう!





公立神崎総合病院のコーナー

☎ 32-1331



総合診療・麻酔科医師
さのりさ
佐野 梨沙

総合診療・麻酔科医師が着任しました

神河町の皆さま、はじめまして。7月に着任しました佐野梨沙と申します。

私は、県立尼崎病院で初期研修を2年したのち、県立加古川医療センターの高度救命センターに3年所属し、ドクターヘリに乗ったり、交通事故や熱傷などの重傷患者さんを中心に集中治療管理を勉強したりしました。その後、外傷外科に興味を持ち、当院副院長の大澤先生が当時お勤めだった県立姫路循環器病センターの外科、消化器内科に6年勤務しました。病院全体が大変アットホームな雰囲気、患者さんとお話することの楽しさ、総合的に見ることの重要性、また、癌に対して根本的な治療ができない患者さんでも、残り少ない人生を苦痛なく、安楽に、よりよい時間をご家族と過ごしていただくことの大切さを知りました。その後、県立はりま姫路総合医療センターの緩和ケア内科で1年勤務した後、今後の進路について迷っていた時に、先の大澤先生から公立神崎総合病院はとても良い病院だと伺ったことがきっかけとなり、当院に赴任する運びとなりました。診療は主に内科と緩和医療を担当しております。

大変長い経歴ですが、いろいろな経験をしている分、神河町の皆さまのさまざまなニーズに対応できるよう努めますので、病気についてご相談や
お困りごとある場合はお気軽にご来院ください。

【佐野医師の診療】

- ・内科：月曜日午後
- ・麻酔科：火曜日午後



保健・医療・福祉のサポートネットワーク

ケアステーションかんざきだより



☎ 32-1910

子ども同士の取り合いは心の成長

ある時期の子どもは、友だちと一緒に遊んでいる中で、おもちゃの取り合いになることがあります。我が子がおもちゃを取ってしまった時や貸してと言われても、譲れなかった時、「どうして貸せないの?」と悩んでしまうことはないですか。

おもちゃの取り合いが起こるのは、子どもの心が育ってきたことにも関係しています。

今まで自分だけの世界から、友だちの存在を少しずつ意識できるようになり、他の友だちが使っているおもちゃが欲しくなったり、使ってみたいと思うのは自然のことであり、成長の過程で起こるものです。

個人差はありますが、1歳半～3歳頃の子どものは、物に対する執着心が強い時期です。そのため、自分のおもちゃを取られたくないという気持ちになり、時には我慢できずにトラブルになることもあります。危険を伴う行為には注意が必要です

が、決して攻撃しようとしているわけではなく、自分のおもちゃを守ろうとしていることが多いようです。ですから、単に叱るのではなく、まずは、「あのおもちゃ欲しかったんだね」と気持ちを受け止めてあげることが大切です。おもちゃの取り合いを見ていると、親としてつい否定的な気持ちになりがちですが、取り合いを通じて育める力もあります。例えば、おもちゃを取って友だちが泣いてしまった時、おもちゃを取られて悲しくなることを知り、友だちの気持ちに気づききっかけにもなります。また、繰り返し体験をしていくうちに、どうしたら取り合いにならないのか工夫することで、社会性の芽が育っていくことにつながります。むしろ、子どもの時に取り合いの経験をしないで大人になっていくことのほうが心配です。

子どもが貸し借りをできるようになるのには、年齢に関わらず、その子の成長段階によって異なります。子どもたちのペースを大切にしながらおおらかな気持ちで、見守ってあげればよいですね。