



広報 かみかわ

12
2023 No.217

人の動き

- 2023年10月31日現在（外国人含む）
人口 10,443 男 4,970 女 5,473 先月比（男 -3 女 -14）
- 10月中の異動（人） 転入 22 転出 28 出生 3 死亡 14



写真：11月5日、第9回かみかわ商工祭が開催されました。
子どもたちが様々な職業体験にチャレンジしていました！

P 2 特集 子どもと向き合う

- P 10 上半期の財政状況をお知らせします
- P 12 国保だより
- P 14 コミュニティバス利用促進ポスターを車内に掲示中です

P 15 お役立ち情報

- P 16 まちの話題
- P 20 すこやか情報
- P 22 公民館へ行こう
- P 24 くらしの情報

子どもと向き合う

—「小児療育」について考える —

問
ケアステーションかんざき
32-1910



pediatric care



広報かみかわ 2023.12

2

11人に1人

落ち着きがない、周りとうまくなじめない、そんな悩みを持つ子ども達。彼らの支援において重要なカギを握るのが「小児療育」です。公立神崎総合病院にある「ケアステーションかんざき」では、現在0歳～15歳までの子どもたち、約110人がさまざまな体験を通して小児療育を受けています。こういった施設は日本全国で1万か所以上あると言われ、毎年増え続けています。昨年、文部科学省が発表した調査によると、全国の公立小・中学校の通常学級に在籍している児童・生徒のうち、8・8%が学習面または対人関係などの行

動面に困難を示しているということが分かりました。実際に1人が発達障害の可能性があり、グレーゾーンにいると大きな話題になりました。

小規模だから出来ること

小さい田舎の医療機関の中にあるケアステーションかんざき。小規模だからこそ出来ることを大切にしています。設立時の子どもたちの健健康管理について、母子手帳交付時から幼稚園卒業までは母子保健法に基づき保健師がその役割を担い、安全法に基づき養護教諭が行っていました。当時は保健師がサポートしてきた子

どもたちについて、保健師から養護教諭へ生活の様子やその特徴などを継続的に引継ぐ仕組みがなく、小児療育を行うまでの大きな問題の一つとなっていました。そこで、ケアステーションかんざきでは、子ども達への一貫した支援を実現するため、行政と教育機関との連携を密に行えるよう、サポートを行ってきました。今では保健師も学校に自由に出入りし、小学校や中学校はもちろん、幼稚園や保育園など関連する郡内の教育機関と当たり前のように連携を取っています。何かあればすぐに現場に向かい、みんなで解決策を探ります。子どもの力をより発揮できるよう、学校の先生

とともにカンファレンスを開くことで、その子の行動や感情についてはもちろん、教育機関の環境についても検討します。

人生の最後まで

療育終了後も安心して暮らし続けて欲しいと思う気持ちはご両親と同じ。順調に人生を歩んでほしいと願ついても、時にはトラブルに遭つて悩み、引きこもってしまう事もあるかもしれません。だからこそどんな時でも相談を受けます。これまでの人生を実現するには、後任の職員にも人生の最後まで相談を受ける施設であるといえます。子どもたちの成長にはとても大切なこと。今月の特集は「小児療育」です。みんなで一緒に考えてみませんか。

知っていますか？
ヘルプマーク

義足や人工関節を使用している人、内部障害や難病の人、妊娠初期の人など、援助や配慮を必要としている人が持つマークです。兵庫県のほかに、健康福祉課でも発行しています。

問 健康福祉課 ☎32-2421

障害者差別解消法が改正されました

令和3年5月に障害者差別解消法が改正され、令和6年4月1日から、事業所による障がいのある人への合理的配慮の提供が義務化されます。

これまでの民間の事業者の「努力義務」とされていた合理的配慮の提供が、国や地方公共団体などと同様に「義務」とされます。支援を必要としている人がいる時、どうすれば良いのかみんなで考えてみませんか？

改正内容については、内閣府HPをご確認ください。



内閣府HP



たくさんの可能性がある 子どもたちを町の光に



ケアステーションかんざき
所長
西本 寛先生

ケアステーションかんざき設立前より郡内の小児療育に携わってきた西本先生。療育をする上で大切にしていることや子どもたちとの関わり方など、お話を伺いました。



▲風を感じる自転車

障がいの有無に関わらず、楽しい雰囲気のなかで普通のことをいかに普通に体験出来ることが大切だと思うんです。障がいがあると支援が必要だと、本来経験すべきことが何らかの形で出来なかつたりするわけです。そこを「何とか経験出来ることはないか」と考えながら日々過ごしています。例えば風を切って走るが、車イスに乗っている人は車の前に車椅子の子が座れる自転車を借りてきて、この子たちを風に触れさせてあげました。そうすると子どもたちは大喜び。

私たち大人は、苦しい経験を乗り越えてこそ得られるものがあるように思いがちですが、幼い子どもたちはその見通しを立てることが出来ません。大人が良いと思ってさせても子どもにとっては苦しい経験だけになってしまい、発達を阻害してしまう可能性があります。楽しい雰囲気の中できの体験をいかに盛り込めるかを大切に活動しています。



▲研修医との療育の様子



誰とどんな場面で 出合わせるか

子どもたちは、いつも支援が必要なわけではありません。例えば高齢者介護が必要な方とケアステーションかんざきに来ている子ども達が触れ合うとします。学校や家では叱られたりする子でも、高齢者の方が話しかけてくれることが子ども達にとってはとても嬉しく、生き生きとしています。一方高齢者は、父親母親としての役割や仕事など社会での役割が少なくなってしまつたところに孫世代の子がいると、祖父母としての役割を取り戻し、「元気」になります。「支援が必要な子」っていう見方だけではなく、人を癒す力や黙々と作業続けられる力など、良い所もたくさんあるわけです。

「誰と誰をどんな場面で出合わせるか」という事は、私たちの大切な仕事のひとつ。お互いに元気になる場面をいかに作っていくかが療育のひとつでもあります。



▲音楽療法の様子

学校や家では叱られたりする子でも、高齢者の方が話しかけてくれることが子ども達にとってはとても嬉しい、生き生きとしています。一方高齢者は、父親母親としての役割や仕事など社会での役割が少なくなってしまったところに孫世代の子がいると、祖父母としての役割を取戻すのに困っています。

子どもたちは、いつも支援が必要なわけではありません。例えば高齢者介護が必要な方とケアステーションかんざきに来ている子ども達が触れ合うとします。

卒業して大人になつた 生徒たち

通院されている方の中には「うちの子は大人になつてもしつかりと生活できるのか」と悩んでいる方もいます。卒業生の中には働いて家庭を作り、子育てをしている人やローンを組んで車を購入し、休日に「先生いつも乗せたるで」って声をかけてくれる人もいます。も

ちろんそんな人ばかりではなく、家に引き込もりかけたり、なかなか仕事が続かない人もいます。私たちの教科書は、ケアステーションかんざきから

と考えています。何かしん
どい事があつても、そのままで
子どもたちと向き合つので
はなく、良い自分で子ども
達に向き合おうと。みんな
が安心して自分の意見を
しつかりと伝えることがで
きる場所であつてほしいと
思つてします。

職員同士のコミュニケーションも大切

所長として、子ども達と
関わる職員の「ミニユース」
ショーンやメンタルヘルスも、
小児療育を行う上で大切だ

巣立つて社会に出ている卒業生。その子たちが、躊躇なく元気で暮らしている姿が、次の「ご両親の安心」に繋がっていきます。だから悩んでいる「両親に、自信を持つて伝える」とが出来ます。「大丈夫ですよ」と。



▲大雪の日に雪かきをしながら 子どもたちのためにかまくらを作る職員

いふ」と、良いチームが生まれると考へています。安心して働ける場所をいかに作れるか、そこが私の仕事でもあります。

子ども達を町の光に

子ども達を町の光に
今後、対応していかなければいけない事のひとつに「不登校」があります。全国的にも非常に多くなつており、郡内でも年々増え続け、学校だけで問題を考えるのは難しくなつてきています。また、災害時に情報弱者や避難行動が難しい人たちの

設立当時、私たちちは子どもの療育に生懸命になり、それだけで精一杯でした。ここまで幅広く運営できるようになつたのも、施設の事を大事にしてくれる地域の皆さんとの支援があつたからです。子どもたちを単に支援するということだけではなく、たくさんさんの可能性を持つている子どもたちが、町の輝く光になつていくようみんなでサポートしませんか。



ケアステーションかんざつて

どんなところ？

今のお仕事は？

【 笹木 】 僕は今「多機能型事業所ひと花」という所でお菓子の箱の梱包を行ったあと、その上に掛け紙をくるっと貼る仕事をしています。

【 立石 】 私は市川町にある「オアシス甘地」という介護センターで、お風呂洗いや洗い物などをしています。体力を使いう仕事で大変ですが、毎日休まず働いています。

今までの思い出は？

【 笹木 】 僕は旅行が楽しかったです。高校生の時、修学旅行でディズニーランドやお台場のテレビ局に行きました。2泊3日の旅行でしたが、写真を

撮ったりしてとても楽しかったです。最近も旅行に行くなど、さまざまな場所に行くのは大好きです。

【 立石 】 私はあまり覚えていませんが、小さい時は「おかあさんといっしょ」などのテレビを観て、歌を歌ったりするのが大好きな子だったと母から聞きました。

【 笹木 】 僕もしまじろうや、戦隊もののテレビが好きでした。今も大好きです！

西本さんとはケアステーションかんざつ(以降…

【 立石 】 私はみんなと遊んだりしたことが楽しかったです。

利用のきっかけ

【 笹木母 】 子育て学習センターに通っていた時、お兄ちゃんと

【 笹木 】 はとても真面目。お部屋が騒がしくなるとしつこくなるので、自分で上手に距離をとり、みんなと少し離れた場所でしつかりと話を聞いて参加していました。自分の決めたことはしつかり最後までやっていました。

【 立石母 】 近所に養護の先生をされていました方がおり、その方にご相談したのが始まりです。

【 西本 】 このみが学校へ通い始めた頃は特別学級がなく、普通学級しかありませんでした。本当はみんなと一緒に勉強したいけ

ても卒業生が身近なところで活躍している姿を見る事ができ、とても嬉しさです。

平成12年に設立されたケアステーションかんざきには卒業生がたくさんいます。そこで、当時の思い出や利用のきっかけなど、西本先生とともに卒業生の皆さんにお話を伺いました。



▲左: 笹木 貞虎さん・お母様(福本区) 中央: 立石 このみさん・お母様(南小田区) 右: 西本先生





▲幼少期の立石さん

ど難しい現状。近くに療育施設がなく、初めは姫路の施設まで通っていましたが、平成12年にケアステが設立されたことをきっかけに、こちらへ通うようになりました。

当時通っていた南小田小学校では同級生が4人しかいない小規模の学校でした。優しさに包まれていた学校でしたが、友達とぶざけあつたり話をすることが出来なくて。ケアステに来たら気軽に声をかけてくれる子や一緒に話が出来る先生がいることで嬉しく、週1回学校に迎えに来て頂き通っていました。高校からは兵庫県立姫路特別支援学校(以降:支援学校)に行きました



▲幼少期の笹木さん

が、毎日楽しく学校へ通うことで自信に満ち溢れています。

笹木母：貞虎は中学校から支援学校に行きました。小学校の頃はとても大人しくて友達にいつもお世話してもらっていましたが、子が、支援学校ではお世話係をしているって聞いて

正解でそれが不正解かは分からりませんが、貞虎にとってはこの選択で良かったのかなあと思います。

今のお子様を見て思う事

立石母：うちもそうでした。

ケアステや支援学校の中で切磋琢磨し、褒めてもううことが増えたことで自分の自信に繋がり、色々な人と助け合った事があつて介護に関わる仕事を選んだんだと思います。

笹木母：やっぱり同じような

立石母：子育てに一生懸命になりすぎたこともプレッシャーをかけてしまった時もありました。ケアステに通い始めて、子どもを見てもらいながら、親も悩みを相談することで気付かされることや、他のお母さん方と話す機会など気が楽になる部分もありました。今

はお互いに介護施設で働いているので、仕事の相談はもちろん「」のとも頑張っているから私も頑張らないとあかんな」という話をすることもあります。

いつも私の誕生日にはお母さん生んでくれてありがとうございますし、自分で「」をくれますし、自分で洗濯物干しやごみ捨てながまな選択がある中でどれが正解でどれが不正解かは分かりませんが、貞虎にとってはこの選択で良かったのかなあと思います。

笹木母：手をつなぐ育成会※1の講演会で「余暇を楽しむ」という事はすごく大事だと聞いてから、水が大好きだったことや、おもつね。仕事も休まずにありますね。仕事も休まずに行くんです。

笹木母：手をつなぐ育成会※1の講演会で「余暇を楽しむ」という事はすごく大事だと聞いてから、水が大好きだったことや、おもつね。仕事も休まずに行くんです。

幼い頃はなかなか話すことが出来ず「お母さん」とて言つてみながら生活しています。

幼い頃はなかなか話すことができてしまった時もありました。ケアステに通い始めて、子どもを見てもらいながら、親も悩みを相談することで気付かされることや、他のお母さん方と話す機会など気が楽になる部分もありました。今

※1 手をつなぐ育成会とは?

昭和30年、全国で知的な障がいのある我が子の幸せを求めて、3人のお母さんが同じ悩みを抱える親たちに呼びかけて「親の会」が設立されたのが始まりです。

県でも昭和31年に設立され、今では県内どの市町にも設置されています。「神河町手をつなぐ育成会」でも、親子・親同士の交流会など定期的に行ってい



こんな時どうする?

子育てお悩み5選



お悩み1

ゲーム・スマホをやめてくれない

ゲーム・スマホが悪いわけではありませんが、幼い子どもに工夫なく手渡すことは避けたいですね。そもそもゲームは続けてやりたくなるように作られていますので、子ども自身が時間が守って適切に使うことが難しいのです。ですから、親子でルールを決めて守らせることが大切です。このルールを決める時は、大人の一方的な押し付けではなく、子どもの意見を尊重しながら、お互いに納得できるものにすること。子どもが納得したものでなければ、自主的な行動に繋がらないからです。ルールの範囲であれば、ゲームやスマホの使い方は子どもに任せましょう。一方で、ルールの範囲を超えた場合は、事前に決めておいたペナルティを与えましょう。ゲームなどは依存しやすいようにできていますので、決められた時間以外は親が預かる必要があることがあります。

何度も注意しても全く言つことを聞かない、やんちゃばかりする、そんな子ども達に「いい加減にしなさい!」「何と言えば分かるの!」なんて声を荒げてしまつた事がありますよね。言う方も言われる方もお互いが嫌な気持ちになりますし、出来れば避けたいもの。

でも何とかしたい…その一心で声かけをするご両親が多いはずです。今回は、子どもに伝わるコミュニケーションのワンステップを5個に分けてご紹介します。



障害者雇用率 段階的に引き上げへ

2023年1月、厚生労働省は障害者法定雇用率の段階的な引き上げ方針を発表しました。それに伴い、雇用義務のある企業の従業員数基準が変更される予定です。2024年4月より従業員40人以上の事業主、2026年7月より従業員37.5人以上の事業主は、対応が求められるようになります。障害者雇用を考えている方は、さまざまな支援制度がありますので、詳しくはハローワークへご相談ください。

	令和5年度	令和6年4月	令和8年7月
民間企業の法定雇用率	2.3%	2.5%	2.7%
対象事業主の範囲	43.5人以上	40.0人以上	37.5人以上



お悩み4

子どもの友人関係や
学校での出来事が気になる

子どもが学校でどのように生活しているのか気になりますね。勉強や友だち関係はうまくいっているのか?不安から、子どもから細かく聞き出そうとする保護者もいます。子どもが「上手くいっていると安心して大いに喜び、上手くいっていないと、他児と比較して「〇〇ちゃんみたいに頑張らないと…」とつい口が出てしまう。

結果が良ければ褒められるが、結果が悪ければ否定される。このような浮き沈みがあると、子どもは、安心してさまざまなことにチャレンジすることができません。心配なこともあるでしょうが、あまり一喜一憂することなく子どもを信じて待ちましょう。

お悩み2

子どもといふとイライラが止まらない

子どもにとって最も力の出るご褒美は何だと思いますか?それは、ご両親の笑顔です。子どもにとって、よくできたねと褒められること以上に、ご両親は「あなたといふと嬉しいわ!」という気持ちを伝えることが大切です。日中とも大変でも、我が子の寝顔は可愛くて癒されますね。そこで、一旦気持ちをリセットして、また明日を迎えましょう。

また、しんどい気持ちをわかってくれる人が身近にいるはずです。ぜひ頼ってみましょう。町では子育て世代包括支援センターなど、悩みを相談できる場所がありますので、お気軽に連絡してください。

お悩み5

療育を受けるのは早い方がいいの?
もう遅いの?

早くから療育することが推奨されています。これは、本人が持つ発達特性そのものではなく、二次障害を予防するために必要だと考えています。

自分では、一生懸命頑張っているのに出来なかつたり、いつも家や学校で注意を受け続けていると、自分に自信が持てなくなってしまいます。自分のことを理解してもらえないストレスから、暴言や暴力につながることもあります。療育では、自分のことを理解しようとしてくれる大人と出会い、自己肯定感が得られるように関わることで、二次障害の予防につなげたいと考えています。しかし、何でも遅すぎることはありません。保護者が納得して利用したいと思われた時から始めればよいと思います。一緒に取組んでいきましょう。

お悩み3

忙しくて時間がない

このような時、ゲームやスマホに子守りをさせていませんか?

就学を控えた頃の子どもでは、食事を一緒に作るとか、後片付けしながらの会話を楽しむこともできます。寝る前に絵本を一冊読んだり、短い時間でも濃密な関わりができると思います。あなたのことがとても大切で、あなたと一緒にいる嬉しさという気持ちが伝わると、子どもの心は満ち足りていきます。子どもと二人だけの秘密を持つことも、ワクワクして自分は特別なのだという気持ちになります。「今日はみんなに内緒で、おいしいケーキを食べよう」といって、短くても二人だけの秘密の時間を持つことは、子どもにとってとても嬉しいことになります。

特集を終えて

小児療育に焦点を当てて始まった今回の特集。今回の取材でさまざまな人に話を聞きながら感じたことは、子育て中のご両親のお悩みは今も昔も変わらず、大変深い問題であると感じました。ケアステーションかんざきのような施設が増えたことにより、昔と比べると相談できる場所が増え、サポート体制は充実してきているように思えます。郡内では、特別な支援が必要な子どもにとって重要な療育が無償で受けられるなど各町が利用者負担分を補助しています。さまざまな子どもたちが健やかに育つために、地域みんなで支える仕組みを作っているのです。一方、子育てにおいてご近所との繋がりや、地域との繋がりに目を向けると、核家族化が進み、父母の支援や田舎ならではのご近所付き合いが少なくなっているのではないかでしょうか。

「つらい」と身近な人に相談することはかなり勇気のいること。子育ては、地域の皆さまの協力が必要不可欠です。私のような子育てを経験したことがない人でも、子育てに悩んで疲れている人がいたら声をかけ、「うんうん」と聞いてあげることで救われることもあるかもしません。

地域の宝である子どもたち。皆さまがつになり、支えあいながら子どもたちと向き合つていませんか。



令和5年度上半期の財政状況をお知らせします。

問 総務課 ☎ 34-0001

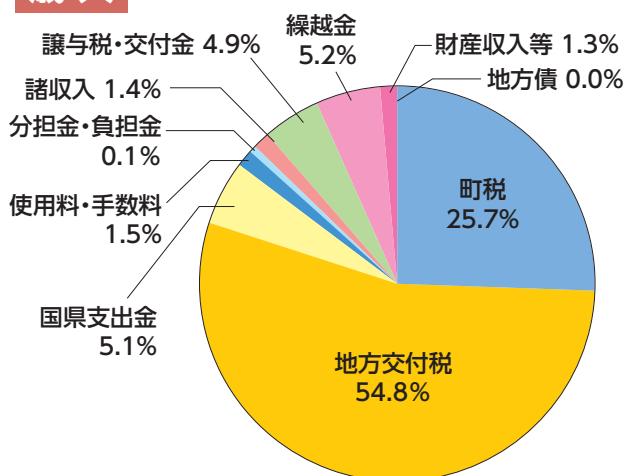
人口 10,460人 世帯数 4,206世帯(令和5年9月30日現在)

町の収入や支出の状況がどうなっているか皆さまに知りたいため、令和5年度の上半期(令和5年4月1日から令和5年9月30日)の執行状況をお知らせします。

令和5年9月30日現在の予算額ならびに執行済額は次のとおりです。(令和4年度からの繰越明許費・事故繰越を含む。)

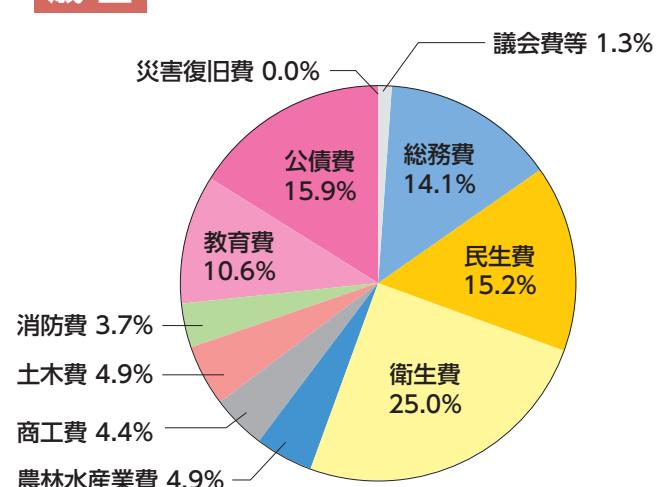
《一般会計》97億6,641万円 (うち2億7,529万円は繰越分)

歳入



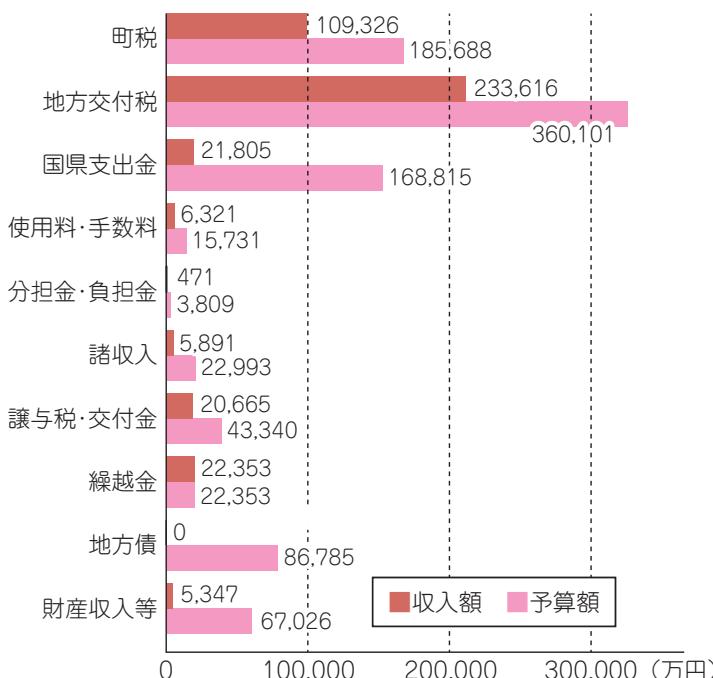
収入済額 42億5,795万円
予算に対する執行率 43.6%

歳出

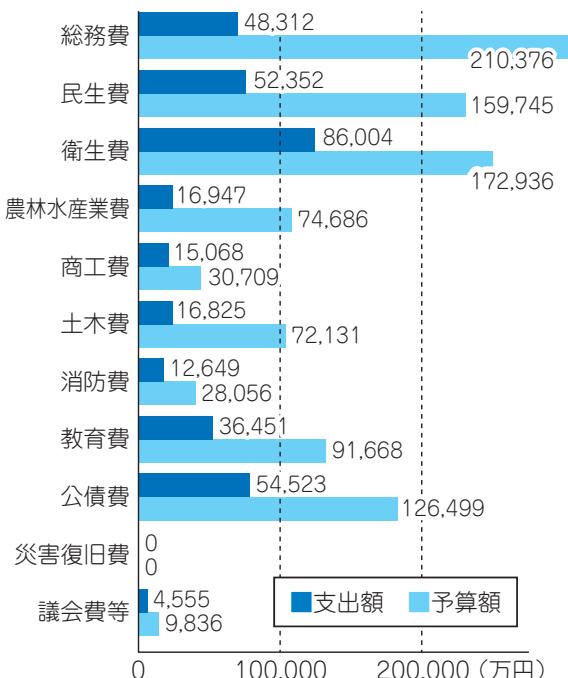


支出済額 34億3,686万円
予算に対する執行率 35.2%

《歳入の状況》



《歳出の状況》



●特別会計

会計名	区分	予算額	執行済額	執行率%	4年度決算額
介護療育支援事業	歳入	6,978万円	4,979万円	71.4	6,558万円
	歳出	6,978万円	2,668万円	38.2	5,561万円
産業廃棄物処理事業	歳入	5,257万円	1,650万円	31.4	3,522万円
	歳出	5,257万円	3,503万円	66.6	3,516万円
寺前地区振興基金	歳入	251万円	52万円	20.7	954万円
	歳出	251万円	52万円	20.7	954万円
長谷地区振興基金	歳入	238万円	205万円	86.1	212万円
	歳出	238万円	205万円	86.1	212万円
国民健康保険事業	歳入	13億9,981万円	5億1,063万円	36.5	13億4,778万円
	歳出	13億9,981万円	5億873万円	36.3	13億3,648万円
後期高齢者医療事業	歳入	2億769万円	7,021万円	33.8	1億9,308万円
	歳出	2億769万円	6,478万円	31.2	1億8,964万円
介護保険事業	歳入	15億2,444万円	6億4,788万円	42.5	14億8,457万円
	歳出	15億2,444万円	6億1,113万円	40.1	14億5,020万円
土地開発事業	歳入	8,771万円	5,780万円	65.9	5,774万円
	歳出	8,771万円	26万円	0.3	30万円
訪問看護事業	歳入	1億6,102万円	7,751万円	48.1	1億4,468万円
	歳出	1億6,102万円	5,142万円	31.9	1億397万円
浄化槽事業	歳入	6,164万円	1,294万円	21.0	4,489万円
	歳出	6,164万円	409万円	6.6	4,489万円

●企業会計

会計名	区分	予算額	執行済額	執行率%	4年度決算額
水道事業	歳入	4億2,068万円	2億4,864万円	59.1	4億1,705万円
	歳出	4億2,068万円	1億7,490万円	41.6	3億7,827万円
下水道事業	歳入	6億1,348万円	2億6,069万円	42.5	6億2,895万円
	歳出	6億1,348万円	2億4,084万円	39.3	5億4,329万円
神崎総合病院事業	歳入	35億4,220万円	16億1,010万円	45.5	36億7,603万円
	歳出	36億2,341万円	15億2,173万円	42.0	33億6,705万円

※企業会計は、収益的収支額（消費税込）のみを計上しています。

町民一人当たりの予算額(一般会計)

令和5年度 93万円 令和4年度 85万円

人口 10,460人（令和5年9月30日現在）

町有財産の状況（一般会計）

☆土地	1,380,555m ²
☆建物	83,907m ²
☆有価証券	4,960万円
☆出資による権利	2,918万円
☆公営企業会計への出資	40億5,242万円
☆債権	2億2,534万円
☆基金	37億 603万円
☆物品(車両)	87台
☆物品(可搬式小型動力ポンプ)	11台

町債（借入金）の残高

☆普通会計分	120億1,581万円
☆水道会計分	24億1,097万円
☆下水道会計分	37億9,049万円
☆神崎総合病院分	31億6,762万円
合計	213億8,489万円

◎町民一人当たりの額 約204万円
(昨年同期 211万円)



国保だより

年間一人当たりの医療費が県下ワースト2位! 町ぐるみ健診を受けて、病気の早期発見・早期治療を!

問 住民生活課 ☎34-0962

令和4年度の国民健康保険事業特別会計の決算がまとまりましたので、令和元年度からの決算状況の移り変わりと、今年度の現在までの状況についてお知らせします。

●決算状況の推移

(単位:円)

年 度	歳 入 総 額	歳 出 総 額	残 額	基 金(貯 金) 残 高
R元年度	1,364,590,801	1,349,592,676	14,998,125	183,241,050
R2年度	1,284,944,168	1,265,684,769	19,259,399	183,801,050
R3年度	1,410,903,186	1,396,186,426	14,716,760	203,724,050
R4年度	1,347,775,810	1,336,477,349	11,298,461	184,819,109

●保険税率の推移

区 分			R元年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
	応能割	所得割	6.44%	6.44%	6.44%	6.44%	6.55%
医療給付分	応益割	均等割	21,900円	21,900円	21,900円	21,900円	23,700円
	平等割	16,500円	16,500円	16,500円	16,500円	16,500円	17,400円
後期高齢者支援金分	応能割	所得割	2.90%	2.90%	2.90%	2.90%	2.93%
	応益割	均等割	9,700円	9,700円	9,700円	9,700円	10,400円
介護保険分	応能割	平等割	7,300円	7,300円	7,300円	7,300円	7,600円
	応益割	所得割	2.39%	2.39%	2.39%	2.39%	2.49%
	応益割	均等割	9,300円	9,300円	9,300円	9,300円	10,300円
	平等割	4,700円	4,700円	4,700円	4,700円	4,700円	5,200円

●医療費の状況

令和4年度の医療費状況については、図1のとおり3月から7月診療分において、過去最高額(一人当たり医療費が県下唯一年間50万円超・ワースト1位)であった令和3年度を上回る非常に高いペースで推移していました。しかし、8月診療分以降は下降したため、全体としては前年度から5.2%の減少となりました。しかしながら一人当たりの医療費は県下ワースト2位と依然高い水準となりました。

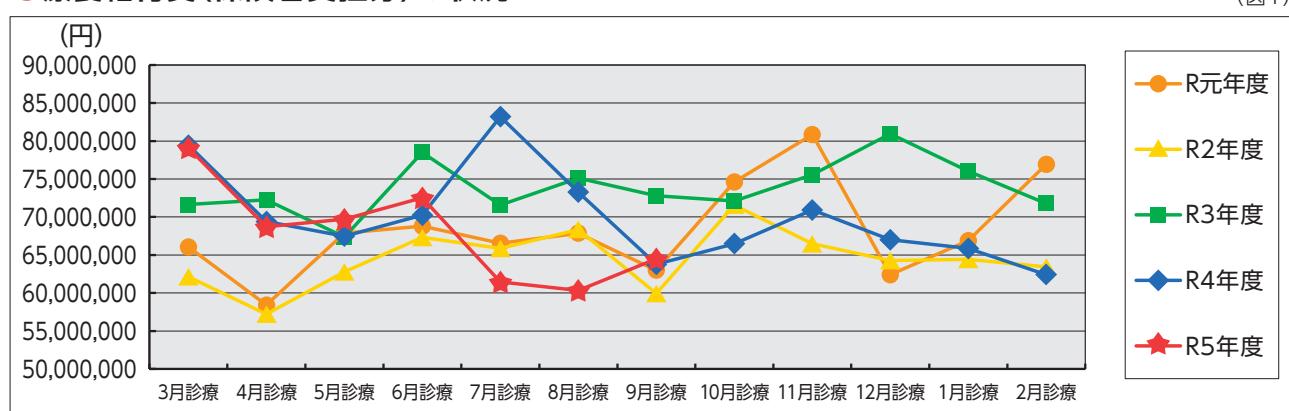
本年度は、3月から6月診療分は非常に高いペースで推移していましたが、7月および8月診療分が6千万円代前半となったため、月平均では比較的低い水準となっています。これは、高額医療(手術等1件当たり80万円以上の医療)を受けられた件数が、前年度の同月(3月診療分～8月診療分)と比較すると、17.8%減少していることが影響しています。

神河町国民健康保険では、これからも医療費の適正化や保険税の収納率向上、保健指導などに取組んでいきますので、被保険者の皆さんも、町ぐるみ健診などの受診により病気の早期発見・早期治療に努めましょう。

また、同じ疾患で2つ以上の医療機関での重複受診を避ける、薬をジェネリック医薬品に切り替えるなど、引き続き医療費の適正化にご協力をお願いします。

●療養給付費(保険者負担分)の状況

(図1)



●一人当たりの医療費(全体の費用額)

区分	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度
神河町	458,174	447,898	504,074	494,938
県下41市町の順位	3位	5位	1位	2位
市川町	408,749	442,112	450,152	449,640
福崎町	422,410	462,680	434,981	443,102
県平均	381,890	372,987	398,410	407,862
町平均	420,741	418,474	442,143	454,413

●一人当たりの保険税(現年度分の調定額の決算額)

区分	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
神河町	85,521	85,719	88,435	85,719	89,054
県下41市町の順位	32位	31位	28位	31位	—
市川町	82,023	81,920	82,519	81,920	—
福崎町	91,158	93,625	94,641	93,625	—
県平均	98,814	99,976	103,374	99,975	—
町平均	86,443	86,035	86,497	86,035	—

※ 令和5年度の金額は、7月の当初課税算定期における金額です。※ 順位は県下41市町中、医療費・保険税ともに高い方からの順位となります。(単位:円)

●保険税の状況

今年度の国民健康保険税は、長年据え置いてきた税率を引き上げています。

今回の改定は、これまで各市町が独自で決定していた保険税率が、兵庫県下で統一されることを受け、県が示す税率と当町の税率を段階的に合わせていくためのものです。

人口の減少、高齢化による後期高齢者医療へ移行する人の増加、社会保険の適用拡大などにより国民健康保険の加入者が全国的に減少しています。それに伴い国保税が減収し、安定した財政運営が難しくなっています。特に神河町のような小規模保険者では被保険者数の減少が顕著であり、町単独で国保の運営を続けていくには人口減少に伴い税率を引き上げ続けないと国保財政の維持ができなくなります。このような状況を、県全体で助け合うことで、国保財政の安定化を図り、国保制度を維持していくために保険税率が統一されることになっています。

●今後の保険税

現在、国保加入者の方が病院にかかるたびに支払う医療費は、県全体でまかぬ仕組みとなっています。

一方で、国保加入者にご負担いただく保険税は各市町でバラバラです。これを、加入者負担の公平性を確保するため、県内のどの市町に住んでいても、同じ所得水準・同じ世帯構成であれば同じ保険税額となる、「標準保険税率」へ統一されます。この「標準保険税率」は、各市町の被保険者数や所得状況により県が算定するものです。

町の保険税は、県下でも上の表のとおり低い水準にあります。そのため、県が示す「標準保険税率」との差が大きいため、完全統一となる令和12年度までに、その差を段階的・計画的に引き上げる必要があります。ただし、基金(貯金)を活用しながら、被保険者の急激な負担増とならないよう配慮します。

将来にわたり安心して国民健康保険を利用していただくため、ご理解とご協力をお願いします。

●健康維持に努めましょう!

○もう町ぐるみ健診は受けられましたか?今年度は令和6年1月28日の日曜健診を残すのみとなっています。

国保加入者は今年度から基本健診が無料となりました!未受診の方はぜひ受診しましょう。

○神河町国民健康保険では人間ドックの助成を行っておりますので、早期発見早期治療、健康維持に努めてください。

○平成26年度から取り組んでいる「神河町健康づくりポイント事業」では、町や地域、商工会が実施する健康づくり関係のさまざまな教室や講座への参加、町ぐるみ健診の受診によりポイントが加算され、貯めたポイント数に応じて参加賞の進呈(町ぐるみ健診・婦人セット健診費用助成など)や子ども支援として保育園・幼稚園・小中学校への寄付があります。『健康に勝る宝なし!!』みなさん!どんどん体を動かして健康な人生を送りましょう!!

将来にわたり安心して国民健康保険を利用していただくため、ご理解とご協力をお願いします。

●ご注意ください

被保険者証の内容に変更(出生、死亡、婚姻、離婚など)があった場合や社会保険に加入(就職、扶養認定など)、喪失(退職、扶養取消)した場合は早急に届け出が必要です。特に国保資格喪失後に国保受診(国保の保険証を病院で提示)された場合は、かかった医療費(保険者負担分)を請求させていただくことがありますので、ご注意をお願いします。



コミュニティバス利用促進ポスターを車内に掲示中です

問 ひと・まち・みらい課 ☎34-0002

コミュニティバスの利用促進を目的とした「利用促進ポスター」の募集を行ったところ、小・中学生の皆様から86点もの多くの作品を応募いただきました。応募いただいた皆さまありがとうございました。応募作品の写しをバス車内に掲示していますので、バスをご利用いただき素晴らしい作品をご覧ください。

コミュニティバスの利用者数は減少傾向にあります。車に乗らない人にとっては大切な移動手段です。将来的に運行を維持するためさまざまな検討を行います。町民の皆さまのご利用をよろしくお願いします。

コミュニティバス利用者の推移 ※幼稚園・小・中学校の通学利用含む。

年 度	利用者総数(人)	対前年比
平成26年度	232,575	—
平成27年度	221,566	▲4.7%
平成28年度	234,394	+5.8%
平成29年度	221,322	▲5.6%
平成30年度	210,093	▲5.1%
令和元年度	211,375	+0.6%
令和2年度	182,639	▲13.6%
令和3年度	178,171	▲2.4%
令和4年度	200,014	+12.26%



▲ポスター掲示期間:12月31日まで

体の調子がおかしいと感じたら早めの受診を

問 中播磨健康福祉事務所企画課 ☎079-281-9207

●早めにかかりつけ医を受診しましょう。

日曜や祝日、年末年始は、休診する医療機関も多いため、お子さまやご家族の様子が「いつもと違うな」「体調が悪そう」と感じたら、早めにかかりつけ医や近隣の医療機関の受診を心がけましょう。

●子どもの“急な病気”で困ったときは、以下の電話相談をご利用ください。

看護師などが医療機関への受診の必要性や応急手当の方法など、アドバイスします。休日・夜間にお子さまの急な病気で医療機関を受診すべきか悩んだときは、お気軽にご相談ください。

	兵庫県子ども医療電話相談	播磨姫路小児救急医療電話相談 (姫路市救急医療電話相談(小児科))
電 話	#8000 ダイヤル回線、IP電話の方は 078-304-8899	ふくつう しんぱいなし 079-292-4874
時 間	●月～土曜…………… 18時～翌朝8時 ●日曜・祝日、12/29～1/3… 8時～翌朝8時	●月～土曜…………… 20時～24時 ●日曜・祝日、8/15・12/31～1/3… 9時～18時・20時～24時

家庭ごみ収集運搬業務委託の入札参加資格審査申請について

問 中播北部行政事務組合 ☎32-2888

令和6年4月1日から令和10年3月31日までの4年間を委託期間とし、神河町および市川町の一般廃棄物(家庭ごみ)収集運搬業務委託の一般競争入札を行います。以下の要件を満たす入札参加を希望される方は、受付期間に入札参加資格審査申請手続きを行い、事前審査を受けてください。

●要件

- (1)一般廃棄物(家庭ごみ)の収集運搬業務を適格に行う能力および機動力を有すること。
- (2)(一財)日本環境衛生センターが実施する一般廃棄物(ごみ)実務管理者講習の修了証を取得していること。
未取得の場合、令和6年1月末までに前記講習の修了証を取得することを条件に可とします。
- (3)神河町もしくは市川町に本店もしくは支店を有する法人であること。
- (4)事業開始時に12名以上の従業員および事務員1名を雇用できること。
- (5)事業開始時に中型自動車免許もしくは中型自動車8トン限定免許(2007年改正道路交通法施行前の普通自動車運転免許)の取得者が6名以上いること。なお、オートマチック車限定免許は不可とします。
- (6)従業員に対して社会保険、損害保険などに加入すること。
- (7)その他、入札参加資格審査申請書作成要領に記載する事項を満たしていること。

●申請手続き

- (1)申請書などの配布は、中播北部行政事務組合で行います。
- (2)受付期間は、12月1日から12月28日の9時から12時および13時から17時までです(平日のみ)。
- (3)提出書類は、中播北部行政事務組合へ持参してください(郵送不可)。



消費者問題

マイナポイント事務局をかたる
“詐欺メール”にご注意!

-メールが届いたら詐欺を疑い、URLにはアクセスしないで-

「マイナポイント第2弾のお知らせ」「マイナポイントがもらえる」などとマイナポイント事務局をかたり、個人情報やクレジットカード情報を不正に得ようとする“詐欺メール”に関する相談が、9月から相次いで寄せられています。マイナポイント事務局からこのようなメールが送られることは絶対ありません。マイナポイント関連のサイトに誘導するメールが届いたら詐欺を疑い、URLにはアクセスしないようにしましょう。

相談事例

マイナポイント事務局からのメールと誤信してクレジット番号等を入力してしまった

消費者へのアドバイス

マイナポイント関連のサイトに誘導するメールが届いたら詐欺を疑い、URLにはアクセスしないようにしましょう。URLにアクセスすると、偽サイトに誘導され、クレジットカード番号などを入力させられることにより個人情報を取得され、詐欺被害にあう恐れがあります。

マイナポイント関連のサイトに誘導するメールが届いた場合は詐欺を疑い、URLにはアクセスしないようにしましょう。不安に思ったらインターネットなどで調べてお問合せください。

今後さらに新たな手口で詐欺メールが送られる可能性もありますので、少しでもおかしいと感じたら早めにご相談ください。

困ったときは

次のいずれかの機関に御相談ください。

- 神崎郡消費生活中核センター（☎ 22-4977）または、消費者ホットライン（☎ 188）
- 警察相談専用電話（☎ #9110）
- マイナンバー総合フリーダイヤル（☎ 0120-95-0178）

年金
だより

付加年金のご案内



国民年金の1号被保険者および65歳未満の任意加入者は、定額保険料に付加保険料（月額400円）を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やすことができます。

★定額保険料（令和5年度：月額16,520円）に付加保険料をプラスして納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。

★付加年金額は「200円×付加保険料納付月数」です。付加保険料の納付は、申込んだ月分からとなります。

1. 付加保険料の納期限は、翌月末日（納期限）と定められています。
2. 納期限を経過した場合でも、期限から2年間は付加保険料を納めることができます。
3. 付加保険料の納付をやめる場合は、付加保険料納付辞退申出書の提出が必要です。
4. 国民年金基金に加入している方は、付加保険料を納めることはできません。
5. 月末が土曜日、日曜日、祝日などにあたる場合および年末の納期限は、翌月最初の金融機関等の営業日です。

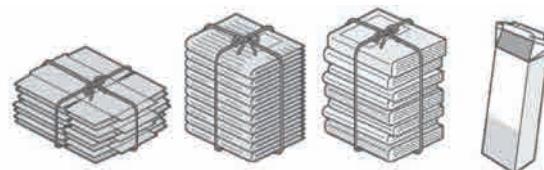
申 住民生活課 問 住民生活課☎34-0962 姫路年金事務所☎079-224-6382

ごみ
減量

資源ごみの集団回収奨励金制度をご利用ください

町では資源ごみの有効利用とごみの減量を図るために、子ども会・育友会・老人クラブ・自治会など各種団体が行う資源ごみの集団回収に、奨励金を交付しています。ごみの資源化にご協力をお願いします。

《対象品目》 段ボール、新聞、雑誌、牛乳パック



《奨励金単価》 各1キロ当たり3円

《回収業者》 町指定業者（（有）澤田紙業または兵庫紙パルプ（株））を利用する条件です。

《手続き》 業者が発行する計量表などの書類と団体の代表者印を持参して、住民生活課窓口で申請してください。

令和5年度10月末現在の回収実績

10件の補助申請（老人クラブ延べ10団体）
新聞4.5t、雑誌2.8t、段ボール3.0t 合計10.3t

問 住民生活課 ☎34-0963

9/20
10/27 保護司会・更生保護女性会
受賞おめでとうございます

東京・日経ホールで開催された令和5年度保護司等中央研修ならびに明石市立市民会館アワーズホールで開催された第71回兵庫県更生保護大会において、これまでの長年にわたる功績に対して次の方々が表彰を受けられました。

多大な功績に対し改めて敬意と感謝の意を表しますとともに、今後ますますのご活躍を祈念します。

*全国保護司連盟理事長表彰……………藤原 芳一 様
*日本更生保護女性連盟理事長表彰… 山名 和子 様
*神戸保護観察所長感謝状……………前田 節子 様
*近畿地方保護司連盟会長感謝状(家族功労者)……………前田 節子 様



10/
7~8 リレーフェスティバル
2023

国立競技場(東京都)で開催されたこの大会で、神河中学校2年の福田 花奏さん(寺前)がU16女子4×100mリレー種目に出場しました。

第3走である福田さんの力走もありましたが、惜しくも100分の1秒届かず、決勝進出とはなりませんでした。

福田さんからは、「兵庫県代表として走れてとても良い経験になりました。来年も選抜されるよう冬季練習から頑張りたいと思います。」と力強い声が届いています。



10/
20~22 JOCジュニアオリンピックカップ
U18陸上競技大会

愛媛県総合運動公園陸上競技場(松山市)で開催されたこの大会に、姫路飾西高校3年の末戸 さくらさん(吉富)、社高校2年の足立 英士さん(栗賀町)が出場しました。

結果は、足立さんが110mハードルで第7位入賞、末戸さんが三段跳で第16位と大健闘でした。

これからも町民の皆さまの全国大会での活躍を期待しています。



▲末戸さん



▲足立さん

10/22 ラジオプロジェクトワークショップ
vol.2を開催しました

町と神戸情報大学院大学の連携事業「ラジオプロジェクトワークショップ」。今回は6名の方にご参加いただきました。

フリーランサーの指導で声出しを行い、その後はラジオのタイトル決めを行いました。最後は、実際にタイトルコールの収録をし、いよいよ本格的なプロジェクトが始動しました。次回は12月10日(日)の開催です。皆さま是非ご参加ください。



10/27 第56回兵庫県青少年補導委員大会・研修会 高砂大会が開催されました

青少年の健全育成及び非行防止活動を積極的に推進することを目的に、「兵庫県青少年補導委員大会・研修会」が高砂市文化会館で開催されました。永年にわたり温かい思いやりと深い愛情をもって補導活動に取組み、地域における青少年の健全育成と非行防止に尽くされた功績を称え、表彰状および感謝状の贈呈・伝達が行われました。

町青少年補導委員会からは以下の方が受賞されました。多大な功績に対し、改めて感謝と敬意を表します。

*兵庫県青少年補導委員知事表彰(通算20年)

井上 聰明 様(神崎幼稚園)

*兵庫県青少年補導委員連合会会長感謝(勤続5年)

山本 正人 様(加納区)



▲井上 聰明様

10/29 大河内高原ハイキング

峰山高原から砥峰高原の約7kmを歩く、高原ハイキングが開催されました。やや雲が広がるお天気でしたが、参加者48名は、スポーツ推進委員と一緒にそれぞれのペースでハイキングを楽しみました。途中、見晴らしの良い場所から明石海峡大橋を望むことが出来ました。砥峰高原に到着した参加者たちは、見ごろを迎えたススキを鑑賞しながらお弁当を食べたり、散策したり、秋のひと時を楽しみました。



10/28~30 特別全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動かごしま大会」に出場

鹿児島県立鴨池陸上競技場・白波スタジアムで開催された特別全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動かごしま大会」に、神河町身体障害者福祉会の足立誠さん(山田区)が、100m走の部に兵庫県代表として出場されました。

結果は2位とすばらしい成績をおさめられ、今後ますますのご活躍が期待されます。



10/29 兵庫県指定史跡の福本遺跡にある豊穴住居の修理が完了しました

福本遺跡にある豊穴住居の屋根の葺き替えと、周辺のベンチや看板の修理が完了し、お披露目式が行われました。今回、同じ福本区にある徹心寺のご厚意で、保管されていた砥峰高原の茅を屋根の材料として使用させていただきました。修理作業は福本区の方が中心となって、教育課職員も協力しながら行い、トライヤー・ウィークで神河中学校の生徒にもお手伝いいただきました。遺跡見学の際は、ぜひ新しくなった豊穴住居と福本遺跡からの眺望を楽しんでください。



▲茅葺き屋根が新しくなった豊穴住居。お披露目の当日は虹がかかりました。

10/31 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、株式会社神崎測量設計様より寄附をいただきました。

寄附金は、「地域創生総合戦略」推進のための「安心して過ごせる豊かな暮らしを創造する事業」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。



11/6 たばこ組合クリーンキャンペーンを実施!

姫路たばこ商業協同組合に加入されている神河町たばこ組合の皆さんにより、役場本庁舎およびJR寺前駅周辺でクリーンキャンペーンが実施されました。「ひろえば街が好きになる運動」ののぼりのもと、公共施設周辺の清掃活動をされています。

当日は雨天にもかかわらず、オレンジ色のベストと帽子を身に着けてゴミを回収していただき、大変きれいになりました。長年のご活動に感謝申し上げます。



町内産の旬の食材を味わおう

第2回 「みどりもち」

問 農林政策課 ☎34-0960

もち米の一種で、黒っぽい稻穂が特徴的なみどりもち。生産者は南小田を拠点にして、小田原川流域で生産活動を行っている株式会社ヤマウチ様です。

みどりもちは緑の色素(クロロフィル)が含まれているため玄米にすると薄い緑色をしています。普通のもち米に比べて餅にした時に甘みがあり、粘りが強く柔らかいのが特徴です。和菓子などにも使用されます。白米炊飯時に少量入れて炊くだけで、お米全体がモチモチとした食感になります。主に朝来市のカフェに出荷しているそうです。

株式会社ヤマウチ様はみどりもちの他にも山口県の酒造メーカーの原料となる山田錦や、丹波篠山市の老舗黒豆卸店の丹波黒大豆の生産もされています。作業風景はInstagramやXなどのSNSやYouTubeで発信されていて、インターネットで農産物の販売もされています。詳しくはSNSをチェックしてみてください。



△精米機と自動販売機

株式会社ヤマウチ様が所有している南小田区のライスセンターの左側に農産物直売所（営業時間 8時～17時）と精米所があります。時期によって販売されるものは変わりますが、米ではコシヒカリとヒカリ新世紀、もち米はみどりもちとやはりもち、他にも丹波大納言小豆といった多様な農産物を買うことができます。是非お立ち寄りください。

神河町地域農業担い手協議会では地元農家の情報を届けします。



△みどりもちの穂

各種SNS QRコード



神河町史「民俗文化編」の調査

日々の暮らしを記録する①

神河町史編集員(民俗担当) 西尾 嘉美

みなさんは、「民俗」という言葉をお聞きになったことがありますか？

民俗とは、日々の暮らし、つまり、風俗・習慣・伝説・民話・生活用具・家屋など、民間で長らく伝えられてきた有形・無形の文化遺産のことをさします。

この民俗を調査・記録し、その歴史的な変遷を明らかにし、現在の生活文化を広い視野から説明しようとする学問が「民俗学」です。神河町の南に位置する福崎町出身の柳田國男(明治8(1875)年～昭和37(1962)年)が学問として確立しました。

民俗学の基本は、民間で伝えられてきた風俗・習慣などについて、聞き取り調査・現地調査を重ねることにあり、神河町史編さん事業でも、民俗編を刊行するための調査を進めています。

では、実際に、どのような事柄について、どのように調査をしているのかを紹介しましょう。

1.共同体の民俗

共同体とは、地縁的な結びつき、つまり、おなじ自治会・隣保に入っている、同じ神社の氏子である、同じ寺の檀家であるなどの結びつきのことで、共同体の行事とは、そのメンバーが互いに協力して続けてきた民俗・民俗行事のことをさします。

たとえば、栗賀町で地域の高齢者の皆さんに公民館にお集まりいただき、自治会・隣保のこと、家と家の付き合い方、道や用水路の変遷、暮らしの移り変わりなどについてお聞きしました。机に地図を広げ、道筋や用水路の変化について、地域の方とひとつずつ確認してきました。

調査にあたっては、できるだけ昔のことについてお聞きし、現在との違いが分かるようにします。

こうした聞き取りは、栗賀町以外に越知・南小田・柏尾などでも行い、これからも続けて行う予定です。

調査する中で、家と家との付き合い方に「モヨリ」「マキ」というあり方があることが分かりました。集落によってはモヨリが隣保(組)と同じ場合もありますが、墓地の共有など隣保より相互扶助的な付き合い方です。マキは血縁関係とはちがう「家の親戚」とでもいうべき付き合い方で、小さな社・祠などを共有し、定期的な集まりを持つ例がありました。この事例は、神河町の民俗を知る上で、重要な項目として注目しています。



▲栗賀町区での調査風景



▲柏尾区での調査風景

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12月、R4年11月、 R5年4月生まれおよび希望者	13時30分～ 14時30分	神崎支庁舎
12日 (火)	プレママcafé	妊婦と生後6か月までの お子様の保護者	9時30分～	
21日 (木)	2歳児むし歯 予防教室	R3年7月～9月生まれ	13時～14時	
22日 (金)	乳児健診	R5年8月～9月生まれ	13時30分～	
5日 (火)	B C G 予防接種	R5年6月～7月生まれ	対象の方には、 個別にご案内 します。	
	心の個別相談会 <予約制>	ひきこもり・不登校など 悩みを抱える方、家族など	13時30分～ 15時30分	
13日 (水)	健康福祉なんでも相談	一般住民	9時～11時	
	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	福中播磨健康事務所
	栄養相談<予約制>	一般住民	9時30分～ 11時30分	

寒い時期の入浴に気を付けましょう!

「ヒートショック」とは

暖かい場所と寒い場所の急激な温度差によって、血圧が上下に大きく変動することで、失神や不整脈、心筋梗塞などの健康被害を引き起こします。これにより年間1万人以上が亡くなっています。気温の下がる冬場は特に注意が必要です。



対策

- お湯の温度は41℃以下に設定する
- 脱衣所や室内をあたためておく、入浴中は換気扇を切る
- 血圧の影響を受けにくい「食事前」の入浴
- 入浴前後の水分補給

今年度最終! 町ぐるみ日曜健診のお知らせ

今年度、まだ健診を受けておられない方や無料クーポン券をお持ちの方は、この機会にぜひ町ぐるみ健診を受けましょう!

時 令和6年1月28日日
8時30分～11時

場 神崎支庁舎

問・申 健康福祉課 ☎32-2421

※受診を希望される方は、1月19日(金)までにお申込みください。



代謝アップ教室のご案内

「体重が減らない」「お腹まわりが気になる」など…食べた量が増えた訳ではないのに、生活は変わっていないのに、年々太る感覚はありませんか?そんな方に、ぜひおススメの教室です。パワーハウスかみかわでジムトレーニングをして基礎代謝を上げると太りにくい体質になり、免疫力もアップします。改善の必要性を感じた健診後のこの時期に、体質の改善にチャレンジしてみませんか?

時 12月6日水～ 14回コース
18時30分～20時

場 神崎支庁舎・パワーハウスかみかわ

申 健康福祉課 ☎32-2421 <予約制>
お申込みいただいた方に詳しい案内
を送ります。

Cooking 元気の素 れんこんまんじゅうのあんかけ

■ 材料(4人分)

- れんこん ……400g
- えび ……3尾
- 塩 ……小さじ1/2
- 小ねぎ ……少々

A

- だし汁 ……200cc
- みりん ……小さじ2
- 薄口しょうゆ ……小さじ2
- 水溶き片栗粉 ……適量

れんこんの
効果

切り方や調理方法によってシャキシャキとした食感やホクホクとした食感を楽しめるれんこん。美肌づくりに役立つビタミンCや腸内環境を整える食物繊維、抗酸化作用が強いポリフェノールなどが含まれており、アンチエイジング効果のある野菜です。



■ 作り方

- れんこんは皮を厚めにむき、酢水に15分つけておく。
- 3/4をすりおろし、1/4は粗みじん切りにする。すりおろした際の汁は軽く切っておく。
- えびは殻をむいて背わたを取り4等分する。
- ボウルに①と塩を入れてよく混ぜる。8等分にしてラップにのせ、えびをのせて巾着包みにし、ラップごと耐熱皿にのせ電子レンジ(600W)で5分30秒加熱する。
- 小鍋にAの調味料を入れて煮立たせ、水溶き片栗粉を加えてよく混ぜ、とろみがついたら火からおろす。
- 器に③を盛って、④のあんをかけ、小ねぎをのせる。



1人分の栄養価 エネルギー：85kcal
塩分：0.9g





公立神崎総合病院のコーナー

臨床検査科 ☎ 32-1331

睡眠時無呼吸症候群の検査について

『いびきがうるさい』『寝ているときに息が止まっている』と言われたり、よく寝ているはずなのに日中の眠気がひどい、熟睡感がないなどありませんか？心当たりのある方は、睡眠時無呼吸症候群かもしれません。この睡眠時無呼吸症候群かどうかを調べる検査は、2種類あります。一つ目は、自宅でできる簡易検査です。二つ目は、病院に一泊入院して行う詳しい検査ですが、8月から当院でも検査できるようになりました。

今回は、二つ目の一泊入院して行う詳しい検査についてご紹介します。この検査は、終夜睡眠ポリグラフ検査(PSG検査)と言います。睡眠時に、おでこや鼻・顎・手首・指先・胸・腹に、脳波や呼吸の状態、心電図、いびき、酸素飽和度、脚の動き、寝返りなどを測るためのセンサーを装着して検査を行います。機械からコードはたくさん出ていますが、寝返りをうつたり、トイレに行くこともできます。針を刺したり電気を流したりする検査ではなく、痛みを伴うことはありませんので、ご安心ください。睡眠時無呼吸症候群を放置すると高血圧、心筋梗塞、脳梗塞、不整脈、糖尿病などの合併症、さらには日中の眠気による交通事故などのさまざまな悪影響が予想されます。気になる症状があれば、受診することをおすすめします。



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

陰と陽の呪縛

前回の「ケアステーションかんざきだより」で、お互いの違いを認めて尊重することの大切さをお伝えさせていただきましたが、今回も人それぞれが持っているキャラクター（人格）の違いについてお話ししたいと思います。

中学生の娘と話をしていると、「あの子は、陽キャグループだから…」、「私は、陰キャだから…」という言葉が出てきます。「陽キャ」とは陽気で明るい性格の人で、クラスの中でも目立つ存在の人のことを指し、「陰キャ」とはおとなしくて真面目で、どちらかと言えばクラスの中では目立ちにくい存在の人のことを指すそうです。思春期の娘にとって、「陽キャ」「陰キャ」は重要事項のようで、自分がどちらに属するのか、事あるごとに母親の私に確認してきます。

私の中学時代は、このような言葉は存在していませんでしたが、私自身も「陰と陽の呪縛」

に悩まされている1人でした。姉はスポーツも勉強もできるタイプで、コミュニケーション能力も高く、性別・年齢を問わず友だちがたくさんいました。一方、私は姉とは全く正反対で、コンプレックスの塊でした。大人になってから、その事を姉に話すと、姉は私に対し、うらやましいと思っていたことがあったと聞き、驚いたことを思い出します。

「陽キャ」「陰キャ」という言葉が世間で使われ始めた頃、私はこれらの言葉が大嫌いでした。今もそんなに好きな言葉ではありませんが、人それぞれ役割があり、違いがあるから互いが光る感じます。

我が娘よ、「陽キャ」が勝ちで「陰キャ」が負けではないよ。自分の強みを見つけなさい。と言いたい所ですが、陰と陽の呪縛から解き放されるのは、時間と経験が必要なようです。



公民館へ行こう!

中央公民館 ☎34-1450
神崎公民館 ☎32-1681

神河シニアカレッジ	
12月14日(木)	教養講座「マジックを楽しもう」※仮題 白鷺マジック副会長 安田 二三男 氏ほか 時 午前10時30分～午前12時 場 グリンデルホール

成人ゼミナール	
12月9日(土)	「コオロギを食材に」※仮題 株式会社バグモ 代表 松居 佑典 氏 時 午後1時30分～午後3時 場 大河内保健福祉センター

公民館子ども教室	
茶道教室	12月2日(土) 時 午前9時45分～午前12時 場 中央公民館
お菓子づくり教室	12月9日(土) 時 午前9時～午前12時 場 大河内保健福祉センター

公民館教室 成人ゼミナール 10月21日(土)	
『日本初の工学博士 松本荘一郎の生涯』	元小学校長 松本 健 氏
幼少期の一時期を粟賀村で過ごした荘一郎は、13歳で親元を離れ大坂の叔父のもとで勉学に励みました。その後、アメリカ留学を経て鉄道官僚となり、北海道開拓に尽力。鉄道庁長官を務め、日本の鉄道普及に貢献しました。	松本さんのお先祖様である松本荘一郎の生涯と功績について、たくさんの資料をもとにご講演いただき、神河町にゆかりのある偉人について知る貴重な機会となりました。



お知らせ	
【クリスマスコンサート】 時 12月16日(土) 開演 午後1時30分 場 グリンデルホール 出 第一部 神河中学校吹奏楽部 第二部 水田バンド(ギター・サックス・ベース) 費 無料(会場で歳末募金協力をお願いしています) 主 神河町文化協会	

神河シニアカレッジ	
【自治会主催事業】『館外研修』 10月5日(木)	今年度は丹波・篠山方面へ。達身寺や篠山城跡、西山酒造場などを訪れ、見識を深めました。
	

【教養講座】『楽しいゲームで、いつまでも若々しく』
10月26日(木)

神河町スポーツ推進委員の伊藤さん・増山さん指導のもと、フィンランド発祥の「モルック」を体験しました。誰でも簡単に楽しめるスポーツで、対戦形式で盛り上がりました。道具は貸し出しができますので、健康福祉課へお問合せください。



文芸欄

百四の母が心のあたたまる ことはないかとボソリと言うて	子や孫と会食の時あれこれと 食べられるのに孤食はさみし	少しづつ母の思い出消えてゆく とうとう破れた母の野良着が	収穫を終えし田園の畦染めて 赤く色付く彼岸の花よ	日を拝み月を眺めて星数え 二人で過ごした日のよみがえる	約束を果たし天へと立つ港	「藤井さん」この呼びかけは今日最後	我が屋敷ど根性雜草頑張るわ	この秋の幸せ一つ蝶の来る 空財布レシートばかり大いばり	試飲して足元ふらり旅の空	新米を子らに送りて家古米	決め事もぼやかし乍ら暮らす日々 めぐりくる終戦記念日空の青	枝豆の塩かげん問い合わせ 衣食住この豊かさに手を合わす
澤田 正美	佐想 京子	澤田 新喜子	澤田 幸江	坂田 剛	幾代 きよの	茂実 加代子	ふさ子 ふさ子	進一 進一	由紀 由紀	喜代美 喜代美	秀子 節子	紀雄 紀雄

ツ 友会(川柳)



広報かみかわ 2023.12

22

おひさま☆きらきら通信

きらきら館(神河町中村29 ☎32-2410)

開館時間 9時～17時 休館日 月曜日

大人のおはなし会

12月8日(金)10時～

場 きらきら館

※託児あり ※申込み必要

申 12月6日(水)締切

おはなしに耳を傾ける、素敵な時間を過ごしませんか?



おはなし会?

12月9日(土)10時～11時

場 きらきら館

対 どなたでもご参加ください。

内 年齢別に部屋を分けて、おはなしを聞きます。

※申込み不要

ときめきタイム

12月12日(火)10時～11時

場 きらきら館

対 どなたでもご参加ください(大人対象)。

定 先着6名

※申込み必要 11/28(火)から受付

内 カーミン焼きのキッチンカーを見学します。

おひさま広場

12月13日(水)10時～11時

場 神崎支庁舎

対 子どもと保護者や祖父母の方

定 先着10組 ※申込み必要 11/29(水)から受付

内 ・子育てワンポイント講座

「子育て期間中のストレッチ」

・遊びながら、子育て相談もしています。

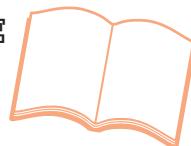
～ 年末年始 休館日のお知らせ ～

きらきら館／12月25日(月)～1月6日(土) おひさまルーム／12月29日(金)～1月3日(水)

おすすめ図書

図書室へ行こう! 中央公民館・神崎公民館

新刊図書のご案内



中央公民館

- | | |
|---------------------------------|-------|
| ジュリーがいた | 島崎今日子 |
| ノウイットオール | 森 バジル |
| 受精卵ワールド | 本山 聖子 |
| ブギウギ 上 NHK連続テレビ小説
橘 もも／ノベライズ | 黒柳 敬子 |
| 続 窓ぎわのトトちゃん | 黒柳 敬子 |
| ハジケテマザレ | 金原ひとみ |
| うるさいこの音の全部 | 高瀬 隼子 |
| 帆船軍艦の殺人 | 岡本 好貴 |
| 半暮刻 | 月村 了衛 |
| 幽玄F | 佐藤 究 |

神崎公民館

- | | |
|----------------|--------|
| 野火、奔る | あさのあつこ |
| 星に願いを | 鈴木るりか |
| 悪逆 | 黒川 博行 |
| 列 | 中村 文則 |
| 諸葛亮 上・下 | 宮城谷昌光 |
| 記憶の歳時記 | 村山 由佳 |
| マリスアングル | 誉田 哲也 |
| ロスト・イン・ザ・ターフ | 馳 星周 |
| じい散步 妻の反乱 | 藤野 千夜 |
| 「数字で考える」は武器になる | 中尾隆一郎 |

ほか8冊

ほか6冊



野火、奔る

著者: あさのあつこ
発行所: 光文社

小間物問屋『遠野屋』の主、清之介は、嵯波の紅花産業に莫大な金を注ぎ込んできた。その紅餅を積んだ船が突然消えた。さらに奉公人のおちやにも騒動が起きる。事件が続くことに北定町廻り同心、木暮信次郎と岡っ引、伊佐治は不審に思う。次々と『遠野屋』に降りかかる不穏な動き、清之介に纏わりつく、血の臭い、底なしの闇。ニヒルな同心信次郎、元刺客の商人清之介。尋常ならざる男と男がうねり合う「弥勒シリーズ」第12弾!

- | | | |
|----------|---|---------------------------------------|
| ○貸出 | ・開館日の午前9時から午後5時まで | ・各館(中央公民館・神崎公民館・きらきら館)とも1人3冊まで2週間 |
| | ・ネット予約可能(手続き必要) | ・図書除菌機で殺菌消毒 |
| ○返却 | ・各館どこでも返却可能 | ・公民館は、開館日の午後9時30分まで返却可能(日曜、祝日は午後5時まで) |
| ○寄贈 | ・収納スペースや管理の関係で、遠慮いただいております | |
| ○図書館相互利用 | ・マイナンバーカードで姫路市・相生市・赤穂市・たつの市・加西市・福崎町の図書館及び神河町の図書室で貸し出しができます。 | |



★ イベント

くらしの情報 INFORMATION



※ 対象者には、案内状を送付
※ せていだきます。案内状がさ
12月中旬になつても届かない
場合は、お手数ですが、教
課までご連絡ください。
※ 当日の様子を町ケーブルテ
レビで後日放送する予定です。
※ 事情により、予定を変更す
る場合がございます。その
際は、改めて出席を予定さ
れている方には文書でお知
らせいたします。

成年後見制度や日常生活上の個人の権利にかかるさまざまの不安や心配ごとについての相談に応じます。郡内にお住まいの方であればどなたでも相談できます。相談料は無料で予約制です。お

時 1212月9日(土)
午前9時～午後5時
(月曜休館)
中央公民館2階口ビー
教育課

じせし、HPにも掲載します。

第18回“人権”みーつけた
ここるの窓写真展のご案内

普段何気なく過ごしている
中に、「ここにやさしさが!」「こ
こに思いやりが!」そんな場面
を写真におさめた作品展を開
催します。ぜひご覧ください。

フレードドライブとは、「家庭や職場などで使い切れない、また余っている食品や日用品を持ち寄つていただき、福祉団体や子ども食堂、生活に困っている家庭に届けるものです。町では、NPO法人フレードバンクはりまと連携し、米・野菜・菓子類・缶詰・レトルト食品や日用品などの寄付を受付する。フレードドライブを実施します。皆さまの温かいご支援、ご協力をお願いします。

第3回アーデドライブに ご協力を！

【**スローガン**】
やさしさと 笑顔で走る 兵庫の道
12月1日(金)～10日(日)

問
住民生活課
電話 34-0963

防犯機能付き電話の購入補助の申請はお早めに

・みんなでつくる通学路の交通安全
・思いやりの気持ちで守る高齢者

特殊詐欺などの被害を未然に防ぐための機器として、着信時や自動録音機能を有する「防犯機能付き電話機（自動録音電話機）」または「固定電話機に設置する機器（外付け録音機）」の購入の一部を補助しています。

この補助金の交付申請受

日時 場ところ 対 対象 持 持ち物
主体・主催 共 共催 内 内容
講師 費 費用 定 定員 他 その他
申込み (郵)郵便で (tel)電話で
ファクスで (メール)メールで (HP)ホームページから
窓口で **先**先着順 **抽**定員超過の場合は抽選)
問合せ先 (電話番号) Fax ファクス
ホームページ Mail E-mail

各課の電話番号

本 庁 舍

総務課	34-0001
ひと・まち・みらい課	34-0002
(商工観光係)	34-0971
議会事務局	34-0213
農林政策課	34-0960
教育課	34-0212
住民生活課	34-0962
(防災係)	34-0963
税務課	34-0961
建設課	34-0964
上下水道課	34-0966
会計課	34-0968

神崎支庁舎

健康福祉課 32-2421

大河内保健福祉センター

地籍課 34-0965

その他の

中央公民館	34-1450
神崎公民館	32-1681
センター長谷	35-0001
公立神崎総合病院	32-1331
ケーブルテレビ	32-2752

本庁舎・神崎支庁舎の開庁時間

祝日を除く、月曜日から金曜日
午前8時30分から午後5時15分まで



カーミンの 観光案内所 だより

第8回 名水めぐりゆずマラニックが開催されました!

11月12日(日)「ゆずマラニック」が開催されました。

町内外問わずたくさんの方にご参加いただきました。立ち寄り施設や沿道スタッフなど、運営に関わってくださった皆さま、ご協力頂きありがとうございました。



カーミンのクリスマス会のお知らせ

日時:12月16日(土)

場所:カーミンの観光案内所 多目的ホール

対象: 保育園から小学校4年生のお子様 (先着30名)

参加費:500円

申し込み: カーミンの観光案内所にて受付します。

あつといつ間に、12月がやつきました。「気に寒くなりましたが皆さまいかがお過ごしでしょうか。12月号ではつても増してさまざまな人の取材に行かせていただき、貴重なお話をたくさん伺うことができました。ご協力いただいた皆さまはもちろん、最後まで読んでくださった皆さまに改めて感謝申し上げます。

さて、今年は阪神タイガースの「日本一」、オリックスバファローズの「リーグ優勝」に湧きましたが、このあとがきを書いている今は、ヴィッセル神戸の優勝に大手がかかるている真っ最中。同じ県内のスポーツチームがこんなにもワクワクさせてくれることに嬉しさを感じつつ、1月号の制作に取りかかっています。どのおつな号になるのか…お楽しみに…

本年も残すところあと1カ月となりました。どうぞ皆さま、年愛いただき、良いお年をお迎えください。

（台湾語でこ
んにちは）地
域おこし協力
隊の江です。

もうすぐ
神河町に来
てから初めての冬を迎えます。毎日、いろんな
な体験をし、変わりつつある日々を送っています。

10月22日に、かみかわ国際交流「ミニユニア
ティ」として「外国人のための防災イベント」を行
いました。参加者たちは、災害時の心得、ハ
ザードマップや避難場所の確認、非常食につ
いて学びました。初めて私が主催者となるイ
ベントなので、多少緊張しましたが、好評に
終わりました。

そして、10月23日から11月8日は、オンライン

こう しょうおん
江 尚恩
隊員

インで「かみかわ日本語教室」を開催。単語、文法だけでなく、「もし日本語から漢字がなくなつたらどうなる?」、「相手に分かりやすく会話する」などのユニークなテーマの話をしました。

10月28日には、越知谷での「国際交流キヤンプ」、29日には「ひめじ国際交流フェスティバル」に出展し、神河町の国際交流活動をPRしました。

いろんな経験を積み、これからもさまざまに人々が楽しく暮らせる町づくりのために、たくさんの方々と一緒に、イベントを開催します!」



▲第3回神崎高校異文化理解授業



▲外国人のための防災イベント

くらしのカレンダー
CALENDAR 12

SUN (日)	MON (月)	TUE (火)	WED (水)	THU (木)	FRI (金)	SAT (土)
本庁 役場本庁舎 神支 神崎支庁舎 中公 中央公民館 神公 神崎公民館 保セ 大河内保健 グリ 福祉センター グリ グリンデルホール	きら きらきら館 カミ カーミンの 観光案内所 町グ 町民グラウンド 総病 公立神崎総合病院 体セ 神崎体育センター				1 •すくすく相談 13:30～ 神支	2 •子ども茶道教室 9:45～ 中公 •きらきらクリスマス イベント10:00～ きら •人権青少年健全育成 合同大会9:00～ グリ
3 クリーン作戦 •男女共同参画 推進事業セミナー 10:00～ きら	4	5 •健康福祉なんでも 相談 9:00～11:00 神支 •心の個別相談(予約制) 13:30～15:30 神支	6 •パソコン教室(初級) 9:30～ 中公 •暮らしの安心相談(人権相談) 13:30～16:00 中公 •すくすく赤ちゃん 体操10:00～ きら •おはなしなに? 文庫14:00～ きら	7 •0～2歳児親子活動 10:00～ きら	8 •あおぞら図書館 9:30～(越知谷方面) •大人のおはなし会 10:00～ きら	9 •子どもお菓子づくり 教室 9:00～ 保セ •第26回神河町たすき リレー 9:30～ 本庁 •おはなしなに? 10:00～ きら •成人ゼミナール 13:30～ 保セ
10	11 人権を たしかめる日	12 •プレママCafé 9:30～ 神支 •ときめきタイム 10:00～ きら •婦人セット健診 13:00～15:00 総病	13 •おひさま広場 10:00～ 神支 •シニアカレッジ 陶芸 13:30～ 神公 •おはなしなに?文庫 14:00～ きら	14 •シニアカレッジ 教養 10:30～ グリ 趣味 13:30～ 保セ 中公	15 •第3回フードドライブ 9:00～16:00 神支 •古文書教室(初級) 13:30～ 神公	16 •第3回フードドライブ 9:00～16:00 神支 •あおぞら図書館 9:30～ (粟賀南部～新野比延方面) •カーミンのクリスマス会 10:00～ カミ •クリスマスコンサート 13:30～ グリ
17 減塩の日 •男女共同参画 推進事業セミナー 14:00～ きら	18	19 食育の日	20 •神崎郡成年後見相談会 13:30～15:30 市川町役場 •シニアカレッジ 陶芸 13:30～ 神公 •おはなしなに?文庫 14:00～ きら	21 •シニアカレッジ 園芸 10:30～ 趣味 13:30～ 神公 •2歳児むし歯予防教室 13:00～ 神支	22 禁煙の日 •乳児健診・ BCG予防接種 13:30～ 神支	23
24 •マイナンバーカード 臨時窓口 神支 9:00～12:00	25 •固定資産税 第3期納期限 •国民健康保険税 第6期納期限 •介護保険料 第6期納期限 •後期高齢者 医療保険料 第6期納期限	26	27	28	29 閉庁日	30 閉庁日
31 閉庁日						

ケーブルテレビ

12月 番組表

放送日	12/2(土)から12/8(金)	12/9(土)から12/15(金)	12/16(土)から12/22(金)	12/23(土)から12/31(日)
まちかど ウィークリー	① 兵庫県老人クラブ連合会 プレモルック県大会 ② 第8回名水めぐりゆづマラニック ③ 学校司書から本の紹介 低学年向け ④ すくすくあかちゃん	① 福本藩池田家陣屋跡庭園ライトアップ ② 越知谷地区グラウンドゴルフ大会 ③ 報恩寺 de Concert ④ 学校司書から本の紹介 中学年向け ⑤ すくすくあかちゃん	① かみかわ未来環境塾 3回目 ② 第9回長谷駅紅葉ウォーキング ③ 山名町長・ヴィッセル神戸社長と対談 ④ 学校司書から本の紹介 高学年向け ⑤ すくすくあかちゃん	① 町内 秋の収穫祭 ② 人権・青少年健全育成合同大会 ③ 学校司書から本の紹介 中学生向け ④ すくすくあかちゃん (投稿)鍛冶区地域巡回健康教室
特別番組	(投稿ビデオ) 神河秋祭り	地域で考える医療と介護の講演会 令和5年度かみかわ木造インターナーシップ	かみかわ未来環境塾 第1回 「最近の異常気象～みんなできることは?」	かみかわ未来環境塾 第2回 「ごみを減らす対策は!～食品ロスなど～」

まちかどウィークリー放送時間 ① 6時30分 ② 7時30分 ③ 10時 ④ 12時 ⑤ 15時 ⑥ 18時30分 ⑦ 21時 ⑧ 23時30分
 特別番組放送時間 ① 8時 ② 12時30分 ③ 16時 ④ 19時 ⑤ 21時30分

※ケーブルテレビの番組は、毎週土曜日に内容を更新します。
 ※都合により番組内容を変更する場合があります。

ケーブルテレビ、インターネットのお問合せ
 神河町ケーブルテレビネットワーク ☎ 32-2752



『神河町史』の編さんを行っています！ Vol.8

今月の広報では、神河町史 第3巻『通史Ⅱ近現代・民俗編』の刊行に向け、これまでの調査や今回改めて地域の皆さまのご協力によりわかったことについて紹介しています。

皆さまは、「民俗学」や「民俗行事」といった言葉を聞くと、テレビで放映されるような有名なお祭りや行事を想像されるかもしれません。しかし、私たちが日々の暮らしの中で、何気なく行なっている行事や風習が民俗行事そのものです。

赤ちゃんが産まれると、命名(お七夜)、宮参り、食い初め、初誕生、初節句、七五三、成人式、還暦など、人が生まれてから亡くなるまで、その節目ごとに何かしらの行事をします。これを民俗学では「人生儀礼(人生通過儀礼)」といいます。

例えば、初誕生(1歳)のお祝い事の一つに、「一升餅」を背負わせて、子どもの健康を願うというものがありますが、最近ではパン(一升に見立てた大きなパン)を代用したり、大きなお餅は重いので、小さなお餅をいくつか作り、あわせて1升にする事もあるようです。

昭和から平成、令和へと時代が遷るとともに、行事の内容や使う品物も変わってきているようです。

このような事も、民俗行事の移り変わりの一つとして捉えるのが民俗文化です。

町の民俗文化について神河町史編集委員の西尾さんから紹介いただきます。『まちの話題』19ページをご覧ください。

神河町の歴史文化遺産



まちのえがお*



おおつかいあいか
大津 愛香ちゃん (10歳)

せいか
星香ちゃん (10歳)

【川上区】



もりもと かなな
森本 茉愛ちゃん (1歳)

【上小田区】

いつまでも
みんなの癒して
いてね

元気で
大きくなってね！

「まちのえがお」に
登場してみませんか？

過去に掲載された方も、1年以上経過すれば新たに応募いただけます。
 QRコードを読み取り、必要事項をご入力のうえご応募ください。
 皆さまのご応募お待ちしています！



LINE (ライン)
 公式アカウント
 兵庫県神河町 (Kamikawa)



Facebook
 フェイスブック
 @kamikawa.hyogo



X
 エックス
 @kamikawa_hyogo



Instagram
 インスタグラム
 kamikawa_hyogo



YouTube
 ユーチューブ
 兵庫県神河町

