

兵庫県市町交通災害共済

令和元年度3月31日で終了します。

▼問合せ 住民グループ ☎079(4335)2364

年末の交通事故防止運動 12月1日(日)～10日(火)

○交通安全意識を高める日 12月1日(日)

年末は師走特有の気ぜわしさや飲酒の機会が増えることから、交通事故の多発が懸念されます。

このような情勢を踏まえ、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付け、交通事故防止の徹底を図りましょう。

○運動の重点

・子どもと高齢者の安全な通行の確保

・高齢運転者の交通事故防止

・飲酒運転の根絶

・夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止

・全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

▼問合せ

危機管理グループ ☎079(4335)0991



シニア(老人)クラブに加入しましょう!

お住まいの地域のシニア(老人)クラブに参加して、仲間と一緒に活動しませんか。

●シニア(老人)クラブとは 地域の高齢者が、これまでに培ってきた経験や知識を活かし、社会奉仕、教養健康増進などの活動を自主的に取り組んでいます。

現在、播磨町では、21のクラブで1085人が活動されています。

▼申込み 直接地域のシニア(老人)クラブへ申し込みください

▼問合せ 福祉グループ ☎079(4335)2361

令和元年度播磨町スポーツ表彰に推薦を願います

播磨町では、各種スポーツで優秀な成績を収めた選手



播磨町正規職員(保健師・土木職)の募集



Table with 3 columns: 採用区分 (採用予定人員), 受験資格. Rows for 保健師 and 土木職.

※「専門学校」は「就学年限2年以上の専修学校の専門課程」を指します。
▶第1次試験日 令和2年1月19日(日)
▶申込期間 11月11日(月)～12月20日(金) 8:30～17:00 (土・日曜日を除く)
▶試験場 役場 第1庁舎
▶問合せ 総務グループ ☎079(4335)0357
※詳細は、総務グループで配布する募集案内をご覧ください。

手及び指導者や、スポーツ振興に功績があつた者に表彰を行っています。各賞への推薦をお願いします。
●スポーツ功労賞 本町スポーツ振興に著しく功績があつた者、本町にあつて多年スポーツ指導に精励し功績のあつた者
●スポーツ勲功賞 スポーツ優秀選手賞を受賞させた指導者
●スポーツ優秀選手賞

▽特別賞 優秀賞に該当する成績を収めたものの中から特に成績顕著な者
▽優秀賞 スポーツ競技に特に優秀な成績を収めた者
▽奨励賞 スポーツ競技に優秀な成績を収めた者
▼推薦方法 12月20日(金)午後5時までにスポーツクラブ21はりま、または播磨町教育委員会に播磨町スポーツ賞推薦書に必要事項を記入のうえ提出してください

▼問合せ・提出先 生涯学習グループ ☎079(4335)0565
FAX 079(437)4193



料理教室 食物繊維をしっかりとろう

▼持ち物 エプロン、バングナ、ふきん、筆記用具

▼申込み・問合せ 事前に申し込んでください

すこやか環境グループ ☎079(4335)2611

いずみ会料理教室

▼日時・場所 いずれも午前9時30分～午後1時

12月11日(水) 野添コミセン
12月18日(水) 南部コミセン
12月20日(金) 南部コミセン

●男性料理教室

▼日時 12月21日(土) 午前9時30分～午後1時

▼場所 南部コミセン

▼費用 500円(当日徴収)

●子育てママの料理教室

▼日時 12月13日(金) 午前10時～午後1時
▼場所 南部コミセン
▼定員 25人
▼費用 400円(当日徴収)



歯周病検診

60歳・70歳の節目に受けましょう

歯周病は40歳以上で歯を失う原因の第1位です。現在、歯周病にかかっている人は35歳以上で8割を超えています。歯周病は糖尿病や動脈硬化など全身にも悪影響を及ぼすことが分かっています。まずは、口の中からチェックしましょう。

▼対象 今年度中に40歳・50歳・60歳・70歳になる播磨町民

▼場所 歯周病検診協力医療機関(播磨町・稲美町・加古川市・高砂市医療機関)

▼受診期間 令和2年2月29日(土)まで

▼内容 ・歯周病検診 ・PMTC(上の前歯または、下の前歯)

※PMTCとは、「専門家による歯のクリーニング」

※託児はありません。

です。自分では取りきれない歯の汚れや着色、歯周ポケットの中の細菌を取り除き、口の中が今以上に綺麗になります。
▼費用 無料
▼持ち物 ・健康保険証 ・播磨町歯周病検診受診券
※対象者には、4月に受診券を郵送しています。紛失した人は、すこやか環境グループ窓口で再発行しますので、本人確認ができるものをお持ちのうえ、お越しください。

▼問合せ すこやか環境グループ ☎079(4335)2611

専門栄養相談
▶日時 12月18日(水) 9:30～11:30
▶申込み 健康管理課 ☎079(422)0002

今月のいきいき保健相談

Table with 4 columns: 内容, 日時(受付時間)/場所, 対象, 備考(*は持ち物). Rows for 健康相談栄養相談, 糖尿病・腎臓病相談, 後期高齢者健康栄養相談.

加古川健康福祉事務所の保健相談

こころのケア相談
▶日時 12月9日(月)、16日(月) 13:00～14:00
▶申込み 地域保健課 ☎079(422)0003
加古川夜間急病センター ☎079(431)8051(年中無休)
▶診療時間 【内科】21:00～翌朝6:00 【小児科】21:00～0:00
※いずれも急患を受け付けしますので、不急の人のご遠慮ください。

お詫びと訂正 広報11月号21ページ『2019度 第7回 市民健康フォーラム「身近なアレルギーのお話」』の開催時間に誤りがありました。申し訳ございません。正しくは次のとおりです。
(正)日時 12月7日(土)午後3時～5時
(誤)日時 12月7日(土)午後2時～4時
▶問合せ 市民健康フォーラム事務局 ☎079(421)4301

兵庫県警察官採用試験 ▶受付期間 ①郵送・持参 12月18日(水)～12月27日(金) ②インターネット 12月18日(水)～1月9日(木)
▶第1次試験日 令和2年1月19日(日) ▶採用予定人員 55人 ▶問合せ 兵庫県加古川警察署 警務課 ☎079(427)0110(内線 243)

いろいろ健康教室(野添コミセン)

▶場所 野添コミセン
1階多目的ホール
▶時間 13:30~15:00
▶費用 無料
▶その他 1回だけの参加も可能です
▶開催日・内容・講師(4回1コース)

開催日	内容	持ち物
12月13日(金)	運動実技(ストレッチ・有酸素運動・筋トレ) ▶講師 運動指導員	タオル、水分補給できるもの
12月27日(金)	栄養講座(生活習慣病予防のための食事について) ▶講師 管理栄養士	健診結果(血液検査の結果)
1月10日(金)	最近増えている腎不全について ▶講師 NPO法人兵庫県腎友会	健診結果(血液検査の結果)
1月24日(金)	歯の健康について ▶講師 歯科衛生士 ▶講師 健幸づくりを楽しもう ▶講師 保健師	

▶申込み・問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611



播磨町で子育てしよう

南部子育て支援センター
北部子育て支援センター
ニコニコの森・わくわくの森 クリスマス会

クリスマスが近づいてくると大人も子どもも、わくわくしますね。支援センターで、クリスマス会をします。サンタさんもきつと来てくれると思います。みんな参加して、楽しい時間を過ごしましょう。

●南部子育て支援センター
▼日時 12月6日(金)
午前10時~11時
▼定員 先着50人

●北部子育て支援センター
▼日時 12月19日(木)
午前10時~11時
▼定員 先着80人

▼持物 各自の靴を入れる袋

▼申込み・問合せ 12月2日(月)午前9時から受け付けます。費用を添えて申し込んでください(電話での申し込みは不可)

▼費用 子ども1人100円

南部子育て支援センター ☎079(437)4188
北部子育て支援センター ☎078(944)0717

冬場に多い感染症

▶問合せ こども窓口 ☎079(435)0366

インフルエンザ感染

毎年12月から3月頃にかけて、インフルエンザが流行します。インフルエンザは、感染者のくしゃみや咳に含まれるウイルスを吸い込む、またはウイルスが付着しているドアノブなどに触り、その手で目や口を触ることで感染します。

インフルエンザ感染を予防するには

①ウイルスを体内に入れない
・手洗いやうがいをごまめにする
・自分の顔のサイズに合ったマスクをする
・部屋の湿度を50%以上に保つ(ウイルスの生存率が激減します)

②ウイルスが体内に侵入しても発症させない
・バランスの良い食事、十分な睡眠、身体を冷やさないなどで、免疫力を高める
・予防接種を受ける(生後6カ月から接種可能)

ノロウイルス感染

食中毒というイメージがあり

ですが、ノロウイルスが原因の食中毒は主に11月から3月にかけて発生します。ノロウイルスは感染者の便や嘔吐物と一緒に排出されます。ウイルスに直接または間接的(トイレのドアノブなど)に触れ、手についたウイルスが食品などと一緒に口に入るにより感染します。またウイルスに汚染した二枚貝(カキ、シジミなど)を食べて感染することがあります。

ノロウイルス感染を予防するには

・食事や調理前、トイレに行った後は必ずしっかりと手を洗う
・食品は、中心部が85℃~90℃の状態ですぐ加熱調理する
・調理器具を清潔に保つ
・感染者が使用したものや触れたものは消毒用塩素液で拭く。消毒用塩素液は、一般的な家庭用塩素系漂白剤(濃度6%)10mlを3Lの水で薄めて作れます(アルコール消毒はノロウイルスには効果があまりありません)

基本的なことですが、丁寧な手洗いや規則正しい生活が一番大切ですね。



子育て応援すくすくタイム

子育て支援センター

12月のすくすく保健行事と相談 ▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

(注) 9:00以降に警報が発令されている場合などは中止になります。

内容	日時(受付時間)/場所	対象	備考(*は持ち物)
乳児健康診査	18日(水) 13:00~13:30 福祉会館	令和元年8月生の乳児	*母子健康手帳 *通知書(問診票)
10か月児健康診査	1月末日まで 時間は各医療機関による(要予約) 播磨町、稲美町、加古川市内の小児科(協力医療機関)	平成31年2月生の乳児	*母子健康手帳 *健診受診票 *健康保険証 *乳児医療受給者証
※対象者には、受診票などを郵送しますので、説明書をよく読んで指定の医療機関に予約のうえ、受診してください。 ※対象者で受診票がない場合は、すこやか環境グループへ申し出てください。			
1歳6か月児健康診査	6日(金) 13:00~13:30 福祉会館	平成30年5月生の幼児	*母子健康手帳 *通知書(問診票)
3歳児健康診査	13日(金) 13:00~13:30 福祉会館	平成28年9月生の幼児	*母子健康手帳 *通知書(問診票) *早朝尿(5cc)
内容	日時(受付時間)/場所	対象	備考(*は持ち物)
赤ちゃん相談	4日(水) 10:00~11:00 南部子育て支援センター 11日(水) 10:00~11:00 北部子育て支援センター	おおむね1歳未満の母子	助産師、栄養士が相談に応じます。わくわくさろん、ニコニコさろんの中で実施します。
授乳相談	20日(金) 9:30~15:30 福祉会館	おおむね1歳未満の母子	助産師が授乳方法についてアドバイスします。(予約制) *母子健康手帳、バスタオル



正月かざり

南部子育て支援センター
地域交流手作り会

竹をはじめとした天然の材料を使って、門松を作ります。オリジナルの飾りでも、新年を迎えませんか。

▼日時 12月24日(火)
午前10時~11時30分

▼場所 南部子育て支援センター

▼対象 町内在住の小学生 ※保護者同伴であれば就学前の子どもでも可

▼定員 先着20人

▼費用 100円

▼申込み・問合せ 12月2日(月)午前9時から受け付けます。費用を添えて申し込んでください(電話での申し込みは不可)

南部子育て支援センター ☎079(437)4188

子育て支援センター わくわくニコニコ12月の予定

0歳児の集まり「すやすや」「よちよち」、1歳児の集まり「ぐんぐん」、2歳児の集まり「のびのび」に参加してお友達と交流しながら、親子で一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

	南部子育て支援センター	北部子育て支援センター
すやすや(0歳児) 平成31年4月2日~	わくわくさろん ▶日時 12月4日(水) 10:00~11:00(10:45受付終了) ▶申込み 不要	ニコニコさろん ▶日時 12月11日(水) 10:00~11:00(10:45受付終了) ▶申込み 不要
よちよち(0歳児) 平成30年4月2日~ 平成31年4月1日生		

▶持ち物 名札(お持ちの人はご持参ください)、お茶、タオル
※動きやすい服装でお越しください。
※たくさんの方に参加していただきたいので、どちらか一方の支援センターに参加してください。
※駐車場が少ないので、徒歩・自転車でお越しください。
※詳しくは、それぞれの支援センターへお問い合わせください。

▶申込み・問合せ 南部子育て支援センター ☎079(437)4188
北部子育て支援センター ☎078(944)0717