

南部子育て支援センター「わくわくさろん」
身長と体重の測定の後、同じ年齢のお友達と楽しい時間を過ごしましょう。☎4月3日(水)9時20分～11時30分(受付10時45分まで) 場 南部子育て支援センター 対 (0歳児) 令和5年4月2日以降に生まれた乳幼児 持 お茶、タオル(大1枚、小1枚) ※動きやすい服装でお越しください。※駐車場が少ないので、徒歩・自転車でお願いします。申 随時受付中。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「ニコニコさろん」
身長と体重の測定の後、同じ年齢のお友達と楽しい時間を過ごしましょう。☎4月17日(水)9時20分～10時20分、10時30分～11時30分 場 北部子育て支援センター 対 (0歳児) 令和5年4月2日以降に生まれた乳幼児 持 お茶、タオル(大1枚、小1枚) ※動きやすい服装でお越しください。※駐車場が少ないので、徒歩・自転車でお願いします。申 随時受付中。北部子育て支援センター ☎078-944-0717

今月のすくすく保健行事 乳幼児健康診査の予定 こども課そだち支援係 ☎079-435-0366
詳しくは、個別にお送りする通知(受診票など)をご確認ください。9時以降に警報が発令された場合などは中止になります。

乳児健康診査	10ヵ月児健康診査
☎4月26日(金) 場 中央公民館 対 令和5年12月生	☎5月末日まで 場 播磨町、稲美町、加古川市内の協力医療機関 対 令和5年6月生
1歳6ヵ月児健康診査	3歳児健康診査
☎4月5日(金) 場 中央公民館 対 令和4年9月生	☎4月12日(金) 場 中央公民館 対 令和3年1月生

すくすく保健相談

授乳相談(予約制) 助産師が授乳方法についてアドバイスします	☎4月10日(水)9時30分～12時 場 中央公民館 対 おおむね1歳未満の母子	申 こども課そだち支援係 ☎079-435-0366
赤ちゃん相談(予約制) 保健師、栄養士、歯科衛生士が相談に応じます	☎4月3日(水)9時30分～11時30分 場 南部子育て支援センター 対 おおむね1歳未満の親子 ※わくわくさろんの中で実施します。 ☎4月17日(水)9時30分～11時30分 場 北部子育て支援センター 対 おおむね1歳未満の親子 ※ニコニコさろんの中で実施します。	申 南部子育て支援センター ☎079-437-4188 申 北部子育て支援センター ☎078-944-0717

子育て・教育・子どものための相談

母子父子家庭相談(予約が必要)	☎4月12日(金)、26日(金) 10時～16時 場 健康福祉課	申 問 健康福祉課地域福祉係 ☎079-435-0311
子育て相談(事前問合せが必要)	☎毎週月～土曜日(祝日を除く)10時～16時 場 北部子育て支援センター ☎毎週月～土曜日(祝日を除く)10時～16時 場 南部子育て支援センター	問 北部子育て支援センター ☎078-944-0717 問 南部子育て支援センター ☎079-437-4188
主任児童委員による子育て相談	☎4月22日(月)13時30分～16時 場 福祉しあわせセンター	問 播磨町社会福祉協議会 ☎079-435-1712
子ども悩み相談 播磨町教育委員会内の相談室です	☎毎週月・火・木・金曜日9時～16時 場 相 ふれあいルーム ☎079-437-4141	問 ふれあいルーム ☎079-437-4141
コミセンサテライト 播磨町教育委員会による小・中学生のための居場所です。申し込みは不要。	☎月曜日13時～16時 場 南部コミセン ☎火曜日13時～16時 場 西部コミセン ☎木曜日13時～16時 場 野添コミセン ☎金曜日13時～16時 場 東部コミセン	問 地域学校教育課学校教育係 ☎079-435-0545 ※ スクールカウンセラーの対応もしています。



▲水道復旧支援に出発する職員(1月29日)

▶今月号に、令和6年度施政方針を掲載させていただいております。ひとと暮らしをみらいへ繋ぐまちづくりをめざして、皆さまと共に安全を創り、皆さまと共に安心を感じたいと思います。

▶被災地の早期復旧復興を支援するため派遣していました播磨町の職員が任務を終え無事戻ってまいりました。被災地で活動しました、水道施設の応急復旧支援、避難所支援の様子を報告させていただいております。

▶2月26日に小学6年生による子ども議会が開催されました。するどい質問がたくさんあり、私も真摯に答弁させていただきました。子ども議員の皆さんの真剣なまなざしに、未来の可能性を大いに感じるとともに、期待の大きさに身が引き締まる思いを再認識しました。これから子どもの皆さんの意見をお聴きしながら、子ども権利条例の制定に向けて取り組んでまいります。

▶ふるさとPR大使を、岡部祐希さん、レイザーラモンHGさんに続き俳優の望月雅貴さんに委嘱しました。おとうさんといっしょ(Eテレ)のお兄さんとしても活躍中です。子育て中の方やそのお子さまにも知名度がありますので、播磨町のPRにご協力していただきます。▶春は「別れ」と「出逢い」の季節です。新しい生活に期待と不安を感じられている方も多いと思います。新たな扉を開く皆さまにエールを送ります。

▶スポーツ賞表彰式で各賞を受賞された皆さま、本当におめでとうございます。ご自身の努力と周囲の支援の賜物であると思います。これからもご精励ください。

▶4月27日にはりま春風フェスを開催します。PR大使も出演予定です。たくさんの模擬店やいろんな催しコーナーもありますので、春の陽気のもと、皆さんぜひお越しくださいね。

播磨町長 佐伯 謙作



保健師だより おいばんきですか? 花粉症で苦しまないために、今できること

みなさん、花粉症で困っていませんか?花粉症は約2人に1人が罹患しているアレルギーです。花粉が体内に入るとからだに異物を認識し、この異物(抗原)に対する抗体を作ります。代表的な症状は、くしゃみや鼻水、目のかゆみや涙目などがあります。近年、花粉症の症状を和らげるのにさまざまな方法が取り上げられていますが、腸内環境を整える腸活は非常に効果的です。腸活によって腸内の善玉菌を増やし、腸の運動をスムーズにすることで免疫力が上がります。毎年花粉症の症状が出る方は、本格的な花粉飛散開始の1週間前までは、医療機関や薬局を活用してお薬を準備

し、使用を開始しましょう。飛散開始時期や症状がごく軽いときからお薬の使用を開始することで、症状を抑えられるといわれています。心身の調子を整えて、4月から良いスタートをきりましょう。

問 健康福祉課健康係
☎079-435-2611



- 《花粉症の予防方法》
- ・花粉が多く飛散する時間帯を避けましょう
 - ・顔にフィットするマスクや眼鏡を装着しましょう
 - ・花粉を室内に持ち込まないように手洗い、うがい、洗顔しましょう
 - ・食生活にヨーグルトなどの乳酸菌をたくさん取り入れましょう
 - ・食物繊維を含むものや緑黄色野菜を積極的に取り入れましょう
 - ・ストレッチや歩くなどの適度な運動を取り入れましょう



花粉症パンフレット(厚生労働省)

楽屋裏

3月11日、東日本大震災から13年。地震発生時刻に合わせて町内で防災無線からサイレンが鳴り響き、私たち職員も1分間の黙とうを捧げました。また、今月の広報P15に、能登半島地震の被災地支援に行った職員からの報告を掲載しています。

避難生活のなかで「インスタント食品で塩分が多く、血圧が上がった」という人もいます。確かに、私の自宅の食品ストックも塩分が多いです。考えて備えるようにしたいと思いました。(宮)



播磨町囲碁協会

令和6年度「播磨町町長杯囲碁大会」

日 4月29日(月・祝) 9時~16時 場 野添コミセン1階多目的ホール 費 2,000円(昼食、お茶、賞品代として) 定 先着60人 対 播磨町在住・在勤者、町内で活動する囲碁サークルのメンバー
表彰 クラス別優勝者に賞状と賞品・準優勝、三位、四位、奨励賞に賞品を贈呈 申 4月13日(土)までに各サークル役員または野添コミセン事務局まで。申込用紙は各コミセン窓口にも用意しています 問 黒田吉人 ☎078-944-0533

播磨町まちづくりパートナー事業

てるてるはりま

託児付きイベントの参加者を募集します

子どもと離れて、自分の時間を楽しみませんか？今年度も引き続き、託児付きイベント・一時保育を実施します。詳細はホームページ・公式Instagramをご確認ください。申 託児付きイベントの申し込みは専用フォームからお願いします。※「チャイルドケアみっちゃんち」(古民家を活用した託児ハウス)での一時保育は、定期利用サービス開始に伴い開設日に変更があります。詳しくはお問合せください。問 ☒ h.childcare797@gmail.com



てるてるはりま
申込みフォーム



てるてるはりま
Instagram



てるてるはりま
ホームページ

問 メールやQRコードが使えない人は協働推進課にお問い合わせください ☎079-435-2364

健康いきいきセンター ☎079-435-5578

■開館時間 火~土曜日9時30分~21時30分(21時受付終了)、日曜日・祝日 9時30分~18時30分(18時受付終了)

■利用料金

一時利用		
利用施設	利用者	1回料金
プール	一般(16歳以上)	700円(350円)
トレーニング	一般(16歳以上)	500円(250円)
お風呂	一般	380円(190円)
	小・中学生	190円(95円)

※ ()は播磨町在住の高齢者の方・障がい者手帳等をお持ちの人の料金

※ お得な回数券や定期券も販売しています。

※ プール、トレーニング、お風呂を全て利用できる共通券もあります。

播磨町立図書館

こどもの読書週間行事 よもよも♪週間2024 「よもよも♪ビンゴ！」

図書館で本を借りてビンゴに挑戦しよう！ビンゴを2列クリアすると、プレゼントがもらえます。

日 ビンゴカード配布期間 4月13日(土)~5月12日(日) 日 プレゼント交換期間 4月13日(土)~5月19日(日) 場 配布場所カウンター前 対 幼稚園・保育園児~小学生 問 図書館 ☎079-437-4500

こどもの読書週間行事 よもよも♪週間2024 「アニメ上映会『こねこのぴっち』」

日 4月14日(日) 15時~15時30分 場 2階視聴覚室 対 3歳~ 定 先着15人 問 図書館 ☎079-437-4500

図書館においでよ

問 図書館 ☎079-437-4500

○ひよこのおはなし会 日 4月2日(火) 11時~11時30分 場 児童書コーナー 対 0~3歳

○絵本をたのしむ会 日 4月9日(火)、16日(火)、23日(火) 11時~11時30分 場 児童書コーナー 対 0歳~

○おはなし会 日 4月6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土) 15時~15時30分 場 2階視聴覚室 対 4歳~

今月の本だな(児童)

「冒険にでかけよう！」

作品名	作者
エルマーと16ぴきのりゅう	ルース・スタイルス・ガネット/さく
ルイのうちゅうりょこう	エズラ・ジャック・キーツ/作
旅する蝶	新宮 晋/著
わんぱくだんのまほうのじゅうたん	ゆきの ゆみこ/作
自由を求めて冒険へ！	春間 豪太郎/著

スポーツクラブ21はりま

ベビー親子体操教室

ストレッチや簡単な運動遊びで体と心をほぐします。日 4月8日(月) 時 1歳~2歳児 10時~10時45分 時 2歳~3歳児 11時~11時45分 場 総合体育館 定 各回15人 費 300円 申 電話にてお申し込みください。スポーツクラブ21はりま ☎079-437-2201

令和6年度 子どもの定期予防接種予定表

▶種類 ロタウイルス感染症・B型肝炎・小児用肺炎球菌・五種混合(またはヒブ感染症・四種混合)・BCG・麻しん風しん混合・水痘・日本脳炎・二種混合・ヒトパピローマウイルス感染症



定期予防接種

▶接種場所 3市2町(播磨町・稲美町・加古川市・明石市・高砂市)の協力医療機関

※実施日については、医療機関ごとに異なりますので、接種に行く前に必ず協力医療機関へ予約してください。

種類(接種回数)		対象年齢 ※予防接種手帳の注意事項をよくお読みください。
ロタウイルス感染症	ロタリックス(2回)	出生6週0日後~24週0日まで(生後2月がのぞましい)
	ロタテック(3回)	出生6週0日後~32週0日まで(生後2月がのぞましい)
B型肝炎	3回	生後1歳に至るまで(生後2月がのぞましい)
ヒブ感染症		生後2~60月に至るまで ※令和6年3月31日までに1回以上ヒブ感染症の接種を受けている場合は原則同一ワクチンで接種を行うこととします。
小児用肺炎球菌 ※令和6年度から15価ワクチンが定期接種の対象となりました。		生後2~60月に至るまで
四種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ)	1期初回(3回) 1期追加 ※計4回	生後2~90月に至るまで ※令和6年3月31日までに1回以上四種混合の接種を受けている場合は原則同一ワクチンで接種を行うこととします。
五種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ・ヒブ感染症) ※令和6年度から定期接種の対象となりました。	1期初回(3回) 1期追加 ※計4回	生後2~90月に至るまで ※令和6年2月以降に生まれた人、または令和6年1月以前に生まれた人で、四種混合とヒブ感染症の接種を受けたことがない人は五種混合になります。
BCG		生後1歳に至るまで(生後5~8月がのぞましい)
麻しん風しん混合	1期	生後12~24月に至るまで
	2期	満5~7歳未満で小学校就学前の1年間(平成30年4月2日~平成31年4月1日生)
水痘	2回	生後12~36月に至るまで(生後12~15月がのぞましい)
日本脳炎	1期初回(2回) 1期追加 ※計3回	生後6~90月に至るまで(1期初回:3歳がのぞましい、1期追加:4歳がのぞましい)
	2期	満9~13歳未満(9歳がのぞましい)
二種混合(ジフテリア・破傷風)		満11~13歳未満(11歳がのぞましい)
ヒトパピローマウイルス感染症 ※令和5年度から9価ワクチンが定期接種の対象となりました		12歳となる日の属する年度の初日から16歳となる日の属する年度の末日までの間にある女子 平成25年度から令和2年度にかけてヒトパピローマウイルス感染症予防接種の積極的勧奨の差し控えにより、接種機会を逃した人(平成9年4月2日~平成20年4月1日生まれ)に対しては上記の対象年齢に限らず、令和7年3月31日までにヒトパピローマウイルス感染症予防接種が受けられます。

小児用肺炎球菌15価ワクチンの定期接種化

小児用肺炎球菌の定期予防接種について、令和6年度から、今までの13価ワクチン(PCV13)に加え、15価ワクチン(PCV15)も公費で接種可能となります。15価ワクチンは小児における肺炎球菌の原因となる15種類の血清型の感染を防ぐことができます。なお、15価ワクチンについては、詳細が決まり次第、ホームページでお知らせします。

問 健康福祉課健康係 ☎079-435-2611

※医学的な理由で長期にわたり療養が必要な人で、接種年齢での定期予防接種が困難な場合はご連絡ください。

※保護者が特別な理由で、予防接種を受ける子どもに同伴できない場合、保護者の代わりとして子どもの健康状態を普段からよく知っている家族などが同伴することで接種できます。なお、保護者以外の方が予防接種に同伴される場合は、保護者からの委任状が必要となります。委任状は、予防接種手帳に挿入されていますが、協力医療機関、役場健康福祉課でもお渡します。

※転入等で、予防接種券・予防接種予診票をお持ちでない人は、母子健康手帳をお持ちのうえ、健康福祉課窓口までお越しください。

※3市2町の協力医療機関以外で予防接種を受ける場合は、事前手続きが必要ですので、ご連絡ください。

問 健康福祉課健康係 ☎079-435-2611

