



▲学校給食で地元のタコ（タコ飯）が提供されました

「暑さ寒さも彼岸まで」、だんだんと日中の時間が短くなり、幾分暑さも和らいできました。これから秋本番！スポーツ、読書、芸術、行楽、**食欲**、楽しいことがいっぱいです。

夏の終わり、古宮漁港では、水揚げされたマダコが日光浴をしていました。おいしい干しだこになって小中学校の給食で子どもたちに食べていただくのが楽しみです。

現在播磨町では、このまちにはどんな移動手段がふさわしいのか、公共交通のあり方について検討を進めています。私もいろんなところで、いろんな方から公共交通の話をお聞きします。みんなで悩み、みんなで考え、お出かけが楽しくなるまちをみんなでつくりたいと思います。

8月に甲子園で行われた全国高等学校野球選手権大会では、「エンジョイベースボール」を掲げた慶応高校が、見事107年ぶりに優勝しました。播磨町でも、陸上やバスケットボールなどの全国大会で活躍された方の訪問をお受けしました。日頃の努力の成果を発揮し、全国の舞台を思いきり楽しんだことでしょう。

「楽しむ」と「楽をする」、同じ「楽」を使いますが、意味は全く違います。本当の「楽しい」とは、自ら主体的に考え、悩み、工夫し、努力した、その先に得られるものではないでしょうか。

播磨町では、これからもいろんなことにチャレンジしていきます。その先に待っている本当の「楽しい」を目指して、「エンジョイ播磨町」で皆様と一緒に考え、努力しながらまちづくりに邁進します。

小欄「もっと〇〇なまち」を連載して丸一年。私も、「楽」ではない原稿執筆を乗り越え、ひとときの「楽しみ」を得ています。

播磨町長 佐伯 謙作



保健師だより おいばんきですか？
10月は乳がん検診月間です

10月15日(日)はマンモサンデーです。平日に検診を受けに行きにくい女性が、休日の日曜日に検診を受けられるようにマンモサンデーを設定しています。

①マンモグラフィ（2年に1度）
対象 40歳以上
費用 1,000円

②乳腺エコー
対象 30〜39歳
費用 1,000円

申込み 加古川総合保健センター

（平日8時30分〜17時）
☎079-429-2923

**ブレスト・アウェアネスを
意識しよう**

「乳房を意識する生活習慣」のことです。

①普段の乳房の状態を知る
②乳房の変化に気づいたらすぐ医師に相談する
③40歳になったら2年に1回乳がん検診を受ける

**毎月チェック！
乳がん自己検診方法**

月経が終わって、1週間以内の乳房がもつとも安定したところが自己検診におすすです。

●目で見てチェック

- ・左右の乳房に差はないか
- ・乳房の表面にえくぼのようなくぼみやひきつれがないか
- ・乳頭から異常な分泌物はないか
- 触ってチェック
- ・石けんをつけた指の腹を滑らせるように、小さく動かしながらぬれた乳房を触る
- ・上は鎖骨、下は肋骨の一番下、左右は鎖骨の中央からわきの下まで触る
- ・左乳房には右手、右乳房には左手を使う
- ・しこりがないか、分泌物がないか、わきの下にぐりぐりしたものはないかも確認する

問 健康福祉課健康係
☎079-435-2611



播磨町健診のご案内

楽屋裏

5年後、10年後、あなたはどこで暮らしていますか？「播磨町で暮らしている」と答える人も多いと思います。

「公共交通について話し合おう」(p5)、「これからの播磨町のふだんの暮らしをいっしょに考えるためにみんなで考えてみませんか？」(p6)、「中・高校生等とみらい会議」(p8)、「土山駅北えんたく会議」(p10)など、播磨町の将来を、住民の皆さんと一緒に考えるための取り組みが行われています。ぜひ、興味をもってください。考えてみてください。できれば参加してください。(区)

きゅんぱすだより

播磨西こども園



▲みてみて、たくさんとれたよ



▲おいしくなあ〜れ

みんなでカレーパーティー楽しかったよ

子どもたちが昨年度から大切に育ててきた玉ネギとジャガイモ。「大きいのが穫れた！」「根っこがひげみたい」と収穫を楽しみました。その後、収穫した野菜でカレーパーティーをすることになり、5歳児のカレー会議が始まります。「どんな材料がある？」「カレールーはどれにする？」など必要な物を話し合っ、分担して買い物に行きました。買い物から帰ってくると、自信に満ちあふれた子どもたちの報告会がありました。カレーパーティー当日。野菜の皮を剥いたり、包丁で切ったりして協力して作り進め、野菜を炒めるジュウワジュウワという音やカレーの香りに大喜びしながら期待に胸を膨らませていました。そして、待ちに待った「いただきます」の後、一口食べて「美味しい！」「家と違う味がする」と伝え合っていました。友達と一緒に作ったカレーは、いつもと違う特別なカレーライスとなったようです。食に親しみや関心をもてる貴重な体験となりました。

土山駅北側エリアのこれからを考える

まちづくりには、道路を作ったり公園を整備したりするハードのまちづくりと、福祉や子育てなどソフトのまちづくりがあります。土山駅北側エリアでは、ハードもソフトも含めたこれからのまちづくりの検討を進めています。

土山駅北側エリアでは、土山駅前自治会と土山駅北地区まちづくり推進協議会が中心となり、これからのまちづくりの検討を進めています。例えば、狭あい道路のことや未接道の建物のことなどハードの話もあれば、地域のにぎわいづくりやコミュニティについても話題にあがっています。これらをじっくりと話し合いながら考えるために、「土山駅北えんたく会議」を立ち上げ、行政と住民が一緒になって毎月話し合いをしています。会議では、住人だけでなく、駅を使う人や駅前に買い物に来る人など、土山駅周辺に関わるすべての人にとってどんなまちになっていくとよいかも話し合っています。ハード整備も含めたまちづくりは、1、2年で大きく進むことはなく、10年20年先を見据えた検討が必要になります。これから自分の住むまちをどうしていくか、多様な人が集まって話し合うことで、まちの未来が見えてくると感じています。



▲えんたく会議の様子

【まちづくりアドバイザーとは】 播磨町では、多様化・複雑化する地域の課題やニーズに、より細かく対応するため、2020年度より「まちづくりアドバイザー」を配置しています。自治会活動やコミュニティ活動、自主的なまちづくり活動について専門的な視点から支援します。

まちづくりアドバイザーがお届けする
まちアド通信
協働推進課住民協働係
☎079-435-2364