



自由が丘シンボルマーク

News 自由が丘ニュース

2023.11.20 第531号 THE JIYUGAOKA

発行 自由が丘地区自治会連合会
〒673-0551
三木市志染町西自由が丘1丁目595
TEL (0794) 85-4700
印刷 小野高速印刷 〒670-0933
姫路市平野町62番地
TEL (079) 281-0008
FAX (079) 223-3523
himeji@ohp.co.jp

自由が丘地推協・人権館外研修

ハンセン病の歴史を学ぶ 長島愛生園歴史館見学

正しい知識を身につけ

差別や偏見をなくす

10月25日(水)、人権・同和教育推進協議会の館外研修で18名の参加者を得て岡山の長島愛生園を訪問しました。ハンセン病に対する偏見や差別の歴史から人権の大切さについて学ぶことが目的です。

現地に着くまでは山陽道のトンネル事故の影響が心配されましたが、幸い渋滞もなく余裕をもって到着することができました。

長島愛生園では、学芸員の方から長年に渡って誤った隔離政策が行われてきたこと、ハンセン病に感染した方や家族が受けてきた偏見や差別についての話を聴きました。ハンセン病は感染力が弱く発病もしにくい病気であること、入所者は全員完治しているが、高齢

や後遺症に加え、偏見により社会復帰が困難となり、現在も療養生活を送っていることを知り、

療養生活を送っていることを知り、



活を送られていることを知り、

後半のフィールドワークでは、療養所への入口となった収容橋やクレゾール入りの消毒風呂に使われた施設の跡地、監房跡、納骨堂などを見学しました。

ハンセン病への差別や偏見の歴史を通して学んだこととして、間違った知識や偏見に惑わされることなく、正しい知識を身につけ適切に判断することが差別をなくす第一歩になることを改めて実感しました。この度の館外研修は人権問題について学ぶ良い機会となりました。



消防隊区長会

合同研修開催!

9月30日(土)、自由が丘消防隊と自由が丘区長会の合同で館外研修を開き、神戸市の「人と防災未来センター」を訪れました。

そこでは、阪神淡路大震災が起きた当時の内容をシオラマや映像を通して追体験することができました。自然の力の大きさ、恐ろしさや改めて実感しましたが、震災後人々が団結し、街が復興していく様子を見て、人間の力の大きさも学びました。

また、災害の被害を減らす「減災」をテーマに、非常食やガスコンロ等、様々な防災グッズの展示も見学しました。

震災はいつ起きるか分かりませんが、今回の研修は、参加いただいた方の心に大きく響き、防災について多くの事を学べる機会になったことと思います。



街頭監視大作戦

去る9月21日(木)～9月30日(土)まで「秋の全国交通安全運動」が実施されました。三木市において、9月28日(木)を「街頭監視大作戦」として、朝7時30分～8時30分の間実施しました。

自由が丘

地域でも

自由が丘

小学校前

「交差点」

にて、「自治会、学

校関係者、

人の目垣

根隊」の

皆さんと「児童・生徒の保護、誘

導と交通意識高揚、啓発」を行

いました。多くの児童達の笑顔、

「おはようございます!!」のあい

さつに励まされ、地域の将来を担

う子ども達が多様な価値観、人生

観、世界観を持つ大人への成長を

祈念しつつ、また、普段から見守

りをされている「人の目垣根隊」

の皆様へ感謝いたします。

T・W



「わくわく10周年記念祭」開催

10月1日(日)午前10時～午後3時

時まで、わくわくステーションの開設10周年記念祭を開催しました。コロナ禍後、久しぶりに住民同士の笑顔溢れる記念祭になりました。午前中の幼稚園児から中学生のステージ発表、午後のカラオケ大会は元気いっぱいでした。



いどばた



フリーマーケットの模擬店には子どもたちが集い活気に満ちていました。皆さんの皆様にご参加、ご協力いただきまして、誠にありがとうございました。スタッフ一同心よりお礼申し上げます。

わくわく記念祭実行委員会一同

自由が丘小学校のフェンス前にマリーゴールドの花がまつすぐ等間隔で植えられていてとてもきれいです。その世話をされているのは花壇の向かいの家の方々です。その中のお一人によると、駅前商店街がプリンスロードと呼ばれたことがきっかけで続いており、最初は20人ほどの方がおられたそうですが今は8人の方が続けておられます。花の世話をする大変さや考える本当に花が好きでなければ続けられないことだと思えます。感謝申し上げます。 Y・Y



自由が丘の人口

令和5年10月末現在(前月比)
人口 15,649 (-29)
男 7,456
女 8,193
世帯数 7,327 (-11)




訪問歯科診療について

いんなみ歯科
院長 印南 克之

世の中は超高齢化社会となってきました。少子高齢化現象により総人口が減少し、高齢化率は世界一という社会現象のさなかに日本はあります。高齢化の分類としては65歳以上の人口が総人口に占める割合で7～14%が高齢化社会、14～21%が高齢社会、21%以上が超高齢化社会と分類されます。65歳以上というだけですぐに介護が必要というわけではありませんが高齢者の割合が非常に速いスピードで進んでいることは明らかです。そして介護の必要な高齢者が増加していることも明らかです。平均寿命と健康寿命の差が男女ともに約10年間あり、人生最後の10年間は介護が必要になるというのが現状です。2000年より介護保険制度が発足されましたが2015年の改定により自分の口から食べる楽しみを得られるように多職種協働する必要があるという項目が加えられ、介護における歯科の重要性が注目されて

きました。介護が必要となった方々に歯科医師や歯科衛生士が出向いて他職種と連携して歯科治療を行うのが訪問歯科診療です。単に単発で行う往診とは異なり、一定の治療方針の下、定期的に歯科診療を施設又は居宅で行うシステムのことを言います。ではどんなことができるのかと申しますと、インプラントや特殊な手術以外の外来で行える処置、虫歯の治療や歯周病の治療および予防入れ歯の作成やメンテナンスを行うことができます。治療は医療保険で、指導等は介護保険を使ったりすることができます。口腔機能低下症の診断やその予防により、お口の健康を維持し、いつまでも自分のお口で食事できるよう予防して健康寿命の延伸を目的としております。診療所へ通えなくなってお口の悩みを抱えておられる方は一度、市の健康増進課や地域包括センターにお問い合わせください。訪問歯科診療のできる歯科医院を紹介することが可能です。いつまでも自分のお口で食べられる、より良い人生を全うできることをお手伝いできれば幸いです。



暖房器具を安全に使いましょう

秋から冬へと季節が変わるにつれて、寒さが一層増し、ご家庭でも暖房器具を使用される機会が増えると思います。毎年この時期に、石油ストーブや電気ストーブなどの暖房器具が原因で火災が発生しています。その多くは、使用者の誤使用や不注意などによるものです。寒い時期を安全に、そして快適に過ごすために、次のことに注意しましょう。


①不良灯油を使用しない
長期保管していた灯油、油や水などが混入した灯油は、異常燃焼や故障のおそれがあるため使用しないでください。

②周りに燃えるものを置かない
スプレー缶など破裂の可能性があるもの、洗濯物や布団などの燃えやすいものは、暖房器具の近くに置かないようにしましょう。また、就寝前は必ず火を消す習慣をつけましょう。

③定期的に暖房器具の清掃をしましょう
石油ストーブは、ほこりが溜まったままで使用すると、不完全燃焼を起こすことがあります。

④適度に換気をしましょう
石油ストーブの使用中は1時間に1～2回、1～2分程度換気を行ってください。換気は2か所以上の風の出入りのある開口部を設けると効率良くできます。

※石油ストーブは、室内の空気を使って燃焼するため、換気が不十分だと室内の酸素が減少し、不完全燃焼による一酸化炭素中毒になるおそれがあります。



児童虐待の防止と子どもの性被害撲滅 ～ 児童虐待の早期発見にご協力を！～

児童虐待ってどんなこと
保護者（親権を行う者、未成年者後見人その他の者で、児童を現に監護する者）が、その監護する児童（18歳に満たない者）に対して行う次のような行為をいいます。

■身体的虐待
児童の身体に外傷が生じ、又は生じるおそれのある暴行を加えることをいいます。
例えば、●首を絞める、殴る、蹴る ●激しく揺さぶる
●熱湯をかける、溺れさせる ●縄などにより拘束する
●タバコの火を押しつける ●投げ落とす、逆さ吊りにする
●異物を飲ませる ●冬、戸外に閉め出す などがああります。



■性的虐待
児童にわいせつな行為をすること、又は児童にわいせつな行為をさせることをいいます。
例えば、●児童に対し淫行する ●性的暴力、性的行為を強要・教唆する
●性器や性交をみせる ●児童ポルノの被写体にする
●性器を触る又は触らせる などがああります。

■怠慢又は拒否（ネグレクト）
児童の心身の正常な発達を妨げるような著しい減食又は長時間の放置、保護者以外の同居人による児童に対する身体的虐待、性的虐待及び心理的虐待の放置、その他保護者として監護を著しく怠ることをいいます。
例えば、●乳幼児を家に残したまま長時間外出する
●乳幼児を家の中に長時間放置する
●着衣を長期間着替えなどひどく不潔なままにする
●適切な食事を与えない
●病気になっても医師に診せない
●児童が学校に登校する意思があっても登校させない などがああります。

■心理的虐待
児童に対する著しい暴言又は著しく拒絶的な対応、児童が同居する家庭における配偶者などに対する暴力、その他児童に著しい心理的外傷を与える言動を行うことをいいます。
例えば、●暴力的な言動により児童を脅す
●他の兄弟姉妹と比べ著しく差別的な取扱いをする
●「生まなければよかった。」などと児童の心を傷つけるような言動を繰り返す
●児童の面前で配偶者やその他の家族などに対し暴力を繰り返す などがああります。

■虐待かもと思ったら... 189番へ
全国共通ダイヤル 189番へ
～189番にかけると、お近くのこども家庭センターにつながります。～

■神戸市こども家庭センター (078) 599-7300
■明石こどもセンター (078) 918-5097 (078) 918-5726
■最寄りの各警察署 (0794) 82-0110


内科 循環器内科 呼吸器内科 消化器内科

黒田東自由が丘診療所

訪問診療 訪問看護 居宅介護支援

〒673-0553
三木市志染町東自由が丘2丁目391
TEL (0794)85-6213
東自由が丘2丁目バス停より徒歩1分

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	-
午後4:00～7:00	○	○	○	-	○	-	-

P 駐車場完備15台

※令和5年4月より小児科の標榜を取り下げることになりました。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願い致します。

インターネットで順番予約ができます。
<http://higashi-jiyugaoka-cl.jp>

黒田東自由が丘診療所



住民学習会

9月～11月にかけて各地区ごとに人権について学ぶ住民学習会が行われました。

最近さまざまなか所で耳にする「GBTO+」ですが、今回の人権啓発DVDは「トランスジェンダー」をテーマにした「バースデー」を視聴しました。

その後、グループに分かれて、学校長・市職員の方のリードで感想や意見を率直に話し合いました。

「GBTO+」のとなえ方が一人ひとり異なり、いろいろな思いがあることがわかりました。

その中で最後に皆さんと一人ひとりの意見を聞き取りました。

「GBTO+」のとなえ方が一人ひとり異なり、いろいろな思いがあることがわかりました。その中で最後に皆さんと一人ひとりの意見を聞き取りました。



中2丁目



あかねが丘



東1丁目

いう思いを共有でき、とても深い学習になりました。と思います。



白菊

ふるさとまつり

あかねが丘

10月15日(日)、あかねが丘のふるさとまつりが開催されました。

値上がりしている野菜の格安販売と子どもたちにはお菓子の詰め放題が行なわれました。またキムチの販売も行なわれました。



西地区

10月15日(日)秋晴れの下旬ふれあいセンターにてふるさと祭りを開催しました。

新米1kgの配布や、玄関前広場にテントを張り、焼きそば・フランクフルト・鮭ずしを販売し、大盛況のうちに完売となりました。子どもたちにはお菓子の配布があり、横の畑で西友会の

方が植えられたサツマイモの芋ほりも楽しみました。たくさんの方が参加され、地域の良い交流の場となり、にぎやかなふるさと祭りになりました。

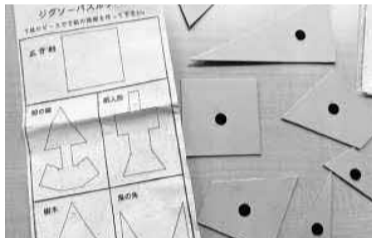


そよ風サロン

北地区まごころの会

9月28日(木)、残暑の中「そよ風サロン」が北地区集会所で開催されました。

このサロンは高齢者の方中心の集まりで、民生委員・協力委員・ボランティアの方で毎月実施しています。また、年に2回帰り旅行もあり、今年には春にフラワーセンター、秋には姫路方面へと、交流の場を設けています。サロンではゲームやジグソーパズル、クイズなどをして楽しむことができ、普段使わない脳が活性化され、いい頭の体操にもなっているそうです。ゲームの合間にはお茶菓子も提供された。



学・園通信(自由が丘中学校)

「感動の体育祭」

9月30日(土)素晴らしい秋晴れのもと、第41回体育祭を開催しました。ここ数年、コロナ禍の影響で、いろいろと制限のある中での開催でしたが、今年度は、来賓、保護者、地域の皆さまには制限なく観覧していただきました。

徒も一生懸命な眼差しで取り組む姿は、見ている人たちに大きな感動を与えました。最終演技、3年生の曲に合わせた集団行動と縄跳びの学年演技には、さらに大きな感動で会場が感嘆の声と拍手に包まれました。

2学期は、このあと、合唱祭、文化祭、トライやる・ウィークと行事が続きますが、体育祭同様、

見ている人たちに大きな感動を与えることができるよう、一生懸命に取り組んでいきたいと思

ます。



三木市内在住の方へ 『三木ッス子ども食堂』 ボランティア **大募集**

シニアも活躍中!!

- ・子ども食堂に興味のある方
- ・調理するのが好きな方
- ・楽しいことが好きな方
- ・三木市が大好きな方
- ・生きがいを見つめたい方
- ・アイディアマンの方
- ・ワンオペ育児中の方 など!

内容
・子どもたちへ食事提供(調理/片付け)
・子どもたちの見守り

場所
〒673-0551 三木市志染町西自由が丘1丁目595 自由が丘公民館

日時
14:00~20:00(※時間相談OK)
毎月2回 基本第2第4土曜日(変更あり)

お問い合わせ
080 4494 4768 (岸田)
minnano.egaowomamoritai@gmail.com

応募方法は上記電話orメールにて受付中
主催:みんなの笑顔をまもり隊 三木ッス子ども食堂

不動産総合プロデュース 地域と共に未来を創る

西村興産株式会社

TEL 0794-85-1177(代)

FAX 0794-85-1414 メール info@nishimura-kosan.jp
兵庫県三木市志染町青山3丁目14-3
HP http://www.nishimura-kosan.jp

ONENESS
One for All, All for One.
不動産売買・賃貸・仲介は 当社へご相談下さい!

グループ会社
センチュリー三木ゴルフ株式会社
ワンネス株式会社
Future Now株式会社



the 自由が丘公民館で〜す



公民館は、だれもが集い、学ぶ、地域の拠点です。

自由が丘公民館では、2歳の乳幼児から高齢者まで、幅広い世代の皆様が活動されています。また、誰もが集い、学び、語らうことを目的とする地域の交流拠点施設です。さまざまな文化、体育活動を通じて、趣味を広げ、生きがいの糧となっている方も沢山おられます。あなたも新たな出会い、新たな自分探しのスタートを公民館活動で始めてみませんか。

❖ 12月の行事予定 ご案内 ❖

日曜	内 容
5日(火)	女性セミナー「グラスアート」
6日(水)	スマホ教室
8日(金)	のびのびじゆうっ子教室 「クリスマス会準備」 「お誕生会(11・12月生まれ)」
15日(金)	自由が丘学園 「高齢者のための交通安全・詐欺防止」
19日(火)	男の料理教室
22日(金)	のびのびじゆうっ子教室「クリスマス会」
27日(水)	年末大掃除

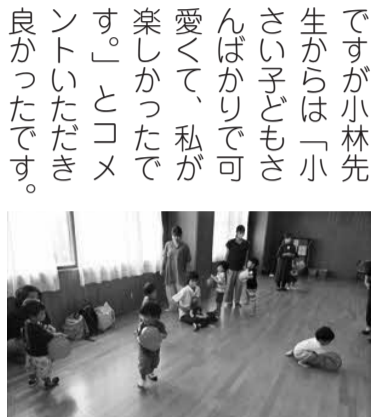
※年末年始の休館日は12月28日(木)～1月4日(木)です。
※公民館へのお問い合わせは、Tel.85-4700まで。

親子遊び・リトミックで いっぱい運動したよ。

●親子遊び・リトミックで
いっぱい運動したよ。

9月22日(金)リトミックインストラクター小林ひとみ先生のご指導で開催しました。2部構成で前半は電子ピアノのリズムに合わせて、親子で身体を動かしました。

後半は、先生から「好きな色はどんな色？」と尋ねられて嬉しそうに色選びをして、その色で作った風船で「ビニールボール遊び」を楽しみました。小さい子どもが多かったのですが小林先生からは「小さい子どもさんばかりで可愛くて、私が楽しかったです。」とコメントいただきました。



●おも掘ったぞ！

10月6日(金)、神戸市西区の神出ファームビレッジにお芋ほりに出かけました。今年は猛暑で雨も少なく作柄は今一つで量的に少なかったです。加えて雨が少なかったため土が硬くて掘り起こすのに苦労しました。農園の計らいで取れ高の少なかった人には1株追加サービスをしていただきました。

掘った芋は紅はるかという銘柄で、収穫後しばらく貯蔵熟成させると甘いおいしい芋になるそうです。焼き芋や炊き込みご飯等子どもたちの大好きなメニューが食卓に並んだことと思います。



三木城跡を巡って

第6回 自由が丘学園

10月17日(火) みき歴史資料館の金松誠さんにガイドをお願いし、三木城跡周辺・歴史資料館に行ってきました。

鷹尾山城跡↓別所長治公首塚↓みき歴史資料館↓二の丸跡↓本丸跡のコースでした。

三木城は鷹尾山の高低を利用し、石垣のない土づくりの東西南北どの方向からでも攻めにくい、城砦堅固の城でした。落城後も街道が交差する良い立地条件のため城をしばらくは利用していたそうです。

身近なところにこんなにも近世の足跡があったのかと、歩いて目で見えて説明を聞いてよく知ることができました。これから旧上の丸保育所跡地の発掘調査を始める予定だそうです。これにより新たな発見があることを願っています。

参加者の皆さんは満足して帰られました。



茶筒づくりの体験と平等院 京都伏見・宇治館外研修 第6回女性セミナー

10月18日(水)、京都へ出かけました。秋晴れの絶好の行楽日和でした。

最初に京都八幡市の流れ橋を見に行きました。時代劇の定番のロケ地だそうです。洪水時にあえて流されるように設計された橋です。今年のお盆の時の台風で流れたままになっていましたので、渡ることができませんでしたが、流れているところも珍しいと地元の方に教えていただきました。

その後、伏見の酒蔵跡のレストランで昼食を取りました。お酒だけでなく、お豆腐も名物で、ざる豆腐とおばんざいのお膳で美味しく頂きました。そして「宇治のお茶と宇治のまち歴史公園茶づな」に移動して、茶筒づくりに挑戦しました。お茶のお話を聞きながら、事前に選んでおいたシール付きの和紙を茶筒に貼って仕上げました。まわりにお茶畑が広がり清々しいきれいな施設でした。

それから、迎えに来ていただいた平等院のガイドのみなさんと、茶づなから平等院まで説明を聞きながら歩き、平等院とミュージアム鳳凰堂も説明してもらいました。詳しい説明を聞きながら見学するのは、より感慨深くなるなあと感じました。出発までの1時間ほど、平等院の参道のお店で、抹茶のアイスクリームを食べたり、お土産を買ったり楽しく過ごしました。日が暮れてからの帰宅となつてしまいましたが、思った以上に盛りだくさんで有意義な一日でした。



●病院機能評価(3rdG:Ver.2.0)認定病院

医療法人社団 朋優会
三木山陽病院

救急指定 労災指定 TEL 85-3061

〒673-0501 三木市志染町吉田1213-1

診療科目

- *内科全般
- *外科
- *皮膚科
- *血液透析
- *リハビリテーション科
- *整形外科
- *眼科
- *泌尿器科
- *リウマチ科

検査

- *胃・大腸カメラ・エコー・心電図
- *X線(MRI・マルチスライスCT)
- *眼底・骨密度測定
- *血管造影など

※なお、皮膚科の診療については中学生以上の患者様を対象とさせていただきます。

		診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
内 科	午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	×
	午後 5:00~ 8:00	○	×	○	×	○	×	×	×
外 科	午前 9:00~12:00	○	○	×	○	×	○	×	×
眼 科	午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	×
皮 膚 科	午前 9:00~12:00	×	○	○	○	○	○	○	×
	午後 9:00~12:00	×	×	○	○	○	○	○	×
泌尿器科	午前 9:00~12:00	×	×	○	○	○	○	○	×
	午後 1:40~ 4:00	○	×	×	×	×	×	×	×