



自由が丘シンボルマーク

News 自由が丘ニュース

2024.1.20 第533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

新年の「あいさつ」

「甲辰（きのえたつ）」
に想う

明けましておめでとございます。清々しい新年を迎えられたことと、心からお慶び申しあげます。「辰歳」は「陽の気」が動き活力旺盛で大きく成長、躍動する年。皆さまのご活躍、飛躍発展を祈念いたします。

さて昨年の自由が丘地区は「盆踊り、敬老会、文化祭、ウォーキングフェスティバル、自主防災訓練等」をコロナ以前の規模で開催、多くの皆さまが参加され、その笑顔に私たちも元気をいただきました。「自由が丘って心優しく、近所付き合い良く、前向き」。そのような声をよく聞きます。これからは今まで以上に、「近所付き合いを大切に」、「困った時は助け合い」、「自ら出来ることは、自分たちが行う」…その様な「我が町」にして行きたいものです。今後とも「自治会活動」にご支援、ご協力をお願いします。

自由が丘地区自治会連合会会長

鷺尾 孝司

市政懇談会

提言内容	三木市からの回答
<p>くらし生活部会より</p> <p>1. 自治会加入率低下対策について</p> <p>(1) 自治会活動に電子決済制度を導入</p> <p>(2) (1) の制度導入に関して、補助金、助成金を充当して欲しい</p> <p>(3) 制度導入から制度運営についてノウハウの教授。</p>	<p>(1) 自治会費などへの電子決済を導入することにつきましては、ポイントの付与などのお得感から、加入率の増加に効果的であると考えます。一方で、電子決済アプリのダウンロードから使用するためのデジタルスキルが必要であること、自治会内において、電子決済を利用する会員と利用しない会員双方への対応が必要になることや電子決済サービスによってはサービス手数料が発生する場合など、自治会の負担増になることも考えられます。</p> <p>(2) 補助金としては、現在交付しております「区長協議会交付金」や、地域課題の解決のための事業への補助として、市民協議会への「地域まちづくり交付金」がございます。地域のデジタル化を推進のための事業にも活用していただけます。</p> <p>(3) 自治会活動のデジタル化の先進地の研究など、市も協力していきたいと考えています。</p>
<p>安全対策部会より</p> <p>2. 自由が丘本町内における車の通り抜けについて</p> <p>平日の午前7時30分から8時過ぎにかけて、自由が丘小学校及び県道514号志染土山線からの車両が自由が丘本町内を通り抜けていることが確認されている。同時間帯は小・中学生の登校時間と重なっており、町内の道路は細く見通しも悪いため、重大な事故に繋がる恐れがある。</p> <p>車両は、県道38号線の朝の混雑（主に服部病院前交差点）を避けるため、県道513号線から恵比須駅及び市役所方面へ通り抜けをしている。そのため、時間指定の車両禁止の標識を設置していただきたい。</p>	<p>市からの回答は、時間指定等の交通規制には、地域住民の合意形成が必要であるとのことでした。そこで、通り抜け防止注意喚起の看板設置を要望したところ、会議の場で中田市長の即断により看板設置が決まりました。後日、担当課とも一緒に具体的な設置場所について現地調査を行うなど素早く対応していただきました。</p>
<p>住環境改善部会より</p> <p>3. 住宅地等の違法駐車解消策について</p> <p>道幅の狭い道路に駐車している車が多く、地域住民の大きな迷惑となっている。さらに、迷惑駐車の影響で、通行人や自転車等との事故に繋がらないか心配している。</p> <p>また、中公園、中央公園の駐車場の私的利用がある。その都度注意喚起をしているがたちごっこで効果がない。</p> <p>迷惑駐車をなくす下記のような効果的な対策等についてご教授いただきたい。</p> <p>(1) 警察の協力</p> <p>(2) 地域住民の啓発活動</p> <p>(3) 防止柵等の設置による物理的対応策</p>	<p>(1) ご提案のとおり警察の協力は必要であり、警察からも「違法駐車を発見した場合は、警察に通報することが効果的である」と聞いています。</p> <p>(2) 自由が丘中公園及び自由が丘中央公園における公園利用者以外の方が無断駐車されている件につきましては、駐車場利用についてのお願い看板を設置し、目的外駐車について注意喚起を行っていますが、解決には至らず対策に苦慮しているところです。これらの迷惑駐車や目的外駐車をされている方は、近隣住民の方であることも想定されることから、市民協議会の方々とも相談させていただき、まずは、自由が丘ニュースへの掲載や、自治会内に回覧などをさせていただけないかと考えています。</p> <p>(3) 防止柵等の設置はご提案の内容から通路幅の狭い道路だと見受けられます。道路幅員を維持する必要があることから、物理的対策は困難であると考えています。</p>
<p>住環境改善部会より</p> <p>4. 介護の充実による豊かな街づくりについて以下の取り組みをお願いしたい。</p> <p>(1) 介護職員の人員確保や育成について、その後の進捗状況と成果について</p> <p>(2) 介護施設に入所を希望している待機者の現状と減少させるための具体的対応策について</p> <p>(3) 介護職員のスキルアップのため、「三木市独自」の取り組みがあれば教えていただきたい。</p>	<p>(1) 市では介護職員の人員確保の取り組みとして、「みっかい☆家事ヘルパー養成講座」や「介護に関する入門的研修」を開催しています。昨年度は「みっかい☆家事ヘルパー養成講座」に16人、「介護に関する入門的研修」に24人受講されました。また、介護人材の育成として、市が介護事業所に対する運営指導・集団指導の際に、高齢者への虐待や身体拘束、介護事故などの不適切事例の共有を行うことで、介護の質の向上を図っています。昨年度は、市内介護事業所を34事業所巡回し、運営や資質向上に係る助言を実施したほか、3月に市内全事業所に対して集団指導を実施しました。</p> <p>(2) 特別養護老人ホームへの入所資格のある要介護3以上の方のうち、実際に入所申込をされ、入所待ちとなっている方は、令和5年4月現在で174人となっています。対策として、市が公募した民間事業者により、青山7丁目に100床規模の特別養護老人ホームを開設する計画が現在進行中です。また、自宅にいながら施設入所と同様の介護サービスを提供する民間事業者を市が公募しており、令和6年度から自由が丘で運営が始まる予定です。</p> <p>(3) 介護福祉士の資格取得に対して助成（受験手数料の合計額の1/2、1人1回上限10万円）を行い介護人材のスキルアップ支援を行っています。</p>



お屠蘇について

三木市薬剤師会
会長 高馬 将一

お正月に無病長寿を願って飲まれるお屠蘇の由来は、「蘇」という悪鬼を屠るという説や、邪を屠り生気を「蘇生」させるという説があります。現代ではお屠蘇を飲むというと、単に日本酒を飲むことを指す場合もありますが、本来、お屠蘇とは「屠蘇散(とそさん)」または「屠蘇延命散」と呼ばれる5～10種類の材料を配合したようなものを漬け込んだお酒のことで、唐の時代の中国より伝えられ、平安貴族の正月行事に使われていたそうです。江戸時代には一般庶民の口にも入るようになるまで広まりました。

【屠蘇散】

- 白朮 (ビャヌジュツ) ▶ オケラの根
- 山椒 (サンショウ) ▶ サンショウの実
- 桔梗 (キキョウ) ▶ キキョウの根
- 肉桂 (ニッケイ) ▶ ニッケイの樹皮 (シナモン)
- 防風 (ポウフウ) ▶ ポウフウの根
- 陳皮 (チンピ) ▶ みかんの皮



【作り方】

酒と本みりん合計 300ml に、屠蘇散を浸します。抽出時間は、平均して5時間～8時間が一般的です。抽出が終わったら屠蘇散を取り出します。抽出時間が長すぎると、濁ったり沈殿物が出たりすることがあります。酒を多くすると辛口な仕上がりに、本みりんの割合が多いと甘口でまろやかな味わいとなります。

【飲み方】

お屠蘇を飲む前には必ず若水(元日の朝に汲んだ、その年初めての水の意)で手を清め、神棚や仏壇を拝み、家族が揃ったら新年のあいさつを済ませます。お屠蘇はおせちを食べる前にいただきます。飲むときは家族全員が東の方角を向きます。飲む人の右側から注ぎ、飲む順番は年少者から年長者へと進めていきます。これは若者の活発な生気を年長者が飲み取るという意味合いと、毒見の名残だと言われていています。本来は三段重ねの盃で1杯ずつ3回に分けて飲みますが、略式では1つの盃に3回に分けて入れ、3回に分けて飲み干します。

厄年の人は厄年以外の人に厄を祓う力を分けてもらうため、最後に飲みます。飲むときには、「一人これ飲めば一家苦しみなく、一家これ飲めば一里病なし」と唱えます。

《文化財防火デー》



消防だより

昭和24年1月26日に法隆寺金堂から出火した火災によって、金堂の壁画が焼損したことを機に、貴重な文化財を火災や自然災害から守ろうと昭和30年に「文化財防火デー」

が制定されました。

長い歴史の中で先人たちが守ってきた文化財を、火災などの災害から住民みんなで守りましょう。



消火栓・防火水槽標識

～文化財防火デーに伴う訓練を実施します～

日時：令和6年1月21日(日)9時30分から
場所：三木市吉川町福吉261 東光寺
東光寺本堂は、国指定重要文化財です。

《「消火栓」や「防火水そう」付近は 駐車禁止です!!》

道路脇や歩道に「消火栓」や「防火水そう」と書かれた赤い標識をご存じでしょうか。その標識の近くには、鉄蓋の周囲等を黄色で塗装された消防水利があります。

消火栓や防火水そうは、消火活動の際に欠かすことのできない消防水利です。

消火栓や防火水そうの周辺5メートル以内は、道路交通法で駐車禁止とされています。一刻を争う消火活動の障害とならないよう、消防水利付近に駐車しないようご協力をお願いします。



消火栓

防火水槽

交番からのお知らせ



110番通報の適切な利用の促進

～緊急時 正しく使おう 110番～

1月10日は「110番の日」

警察では、毎年1月10日を「110番の日」と定め、県民の皆様には110番通報を早く、正しく利用していただくよう、ご理解とご協力をお願いしています。

「110番の日」は、昭和61年に始まりました。

兵庫県警察の広報用統一標語は、

「緊急時 正しく使おう 110番」です。



110番は緊急電話です

110番は、事件・事故に遭われた方、目撃された方からいち早く警察に通報していただく緊急通報電話です。

いたずら電話は、緊急な事件・事故の対応などに支障を来しますので、絶対にしないでください。

110番通報の注意点

110番通報は着信順に接続されますので、「すぐにでない。」と判断し、掛け直しをされますと、更に時間がかかることとなりますので、切らずにそのままお待ちください。

110番通報の6つのポイント

110番通報は、110番通報を受理する警察官と通報内容を確認しながら無線で警察官やパトカーに現場急行を指令する警察官が対応しています。

110番通報したときは、対応した警察官が必要なことを順次聞きますので、落ち着いて、はっきりとお答えください。

*** 110番通報するときの6つのポイント***

- ① 事件ですか、事故ですか? … どろぼう、交通事故、けんかなど
- ② いつごろ? … 5分前など大体の時間
- ③ どこで? … 住所、目標となる建物、交差点名、そこからの距離
- ④ 犯人は? … 性別、人数、人相、服装、逃走手段、方向
- ⑤ 今はどうなっているか? … 事件事故の様子、被害状況、怪我の有無等
- ⑥ あなたは? … あなたの住所、氏名、電話番号

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

参加体験型住民学習
館外視察研修に参加
西地区と本町2丁目

11月28日(火)、西地区と本町2丁目から22名の方々に参加していただき、岡山市人権啓発センターと渋染一揆資料館を訪れました。

到着後、渋染一揆について詳しく教えていただいた後、資料館の見学をしました。

渋染一揆は、江戸時代末に岡山藩が財政危機を克服するために出した「御儉約御触書」を発端に起こりました。その中には被差別部落を対象とした「着物の類は無紋、渋染・藍染に限る」といった条文もありました。その条文に対して藩内の村の人々は何度も会合を開き家老に嘆願書を差し出しますが、期待に反し差し戻されました。そこで命をかけて筆頭家老への強訴に踏み切ります。その際、約1500人の村民が武器も持たず整然と粘り強く交渉に臨みました。その結果、歎願書を受け取ってもらい、渋染・藍染の着物を強要されることを免れられました。

この一揆が成功した裏には、自



分たちの尊厳を守るために知恵を出し合い全員の総意で進めた「団結力と行動力」、訴える相手を選んだ「情報力」、それをまとめる「優れた指導者」が居たことです。この館外研修では、人権をはじめ現在でも通用する多くのことを学ぶ良い機会となりました。

クリスマス会

★西地区自治会子ども部

12月17日(日)

ふれあいセンターにて、子ども部によるクリスマス会を行いました。



★白菊自治会子ども部
12月16日(土)午前中、白菊自治会館ゆあいセンターにて、白菊自治会子ども部主催のクリスマス会が開催

されて、たくさんの子どもたちが詰め詰めで大変盛り上がりしました。



子ども部の新しい提案で、ゆあいセンターの前に「クレープ」のキッチンカーがやって来て、就学前の子どもたちや小・中学生に「できたてのクレープ」をプレゼントしました。

ゆあいセンターの周辺や館内には、甘くて優しい香りが立ち込めて、自然に子どもだけでなく同伴の保護者さんなど参加者みんなの顔を緩めているようでした。また館内でさまざまなレク

学・園通信(自由が丘東小学校)

「地域で育つ子どもたち」

今年度は、学校でも自然学校、修学旅行、校外学習、音楽会、持久走記録会と、子どもたちが躍動する様々な行事を実施することができています。学校行事が制限なく行えることで、保護者や地域の方にも子どもたちの学びの姿や、友だちと共に目標に向かう姿や笑顔をご覧いただけ、更に学校行事以外の日々の教育活動においても、地域の方々に指導や参加いただけ、とても嬉しく思っています。

5年生は、1学期より「菊づくり」に挑戦しました。苗植えから三本立ての菊にするまでの



地域の方に指導していただいた菊づくり



老人会の方との花植え



敬老会に参加

指導もお世話になりました。1年生2年生は、老人会の皆さまにポーチュラカやピオラの苗植えを教えていただき、一緒に植えていただきました。学校だけではできない活動が、地域の皆さまのお力を借りることで経験の幅が増え、子どもたちの成長につながっています。

学校外の地域においても、自由が丘地区納涼盆踊り大会をはじめ各地区のお祭りやイベントも開催され、子どもたちの輝く笑顔が多く見られました。今後とも学校だけ、家庭だけでなく、地域の皆さまと一緒に「社会の宝」である子どもたちを育てていきたいと思えます。これからも、地域の子どものためにお力添えをよろしく願っています。

自老連だより

★自老連女性部の活動

今回は自老連女性部の活動を紹介させていただきます。7月14日(金)ボランティアの講師の指導のもと、布バックに各々お気に入りの絵柄をデコパージュしました。作品作りをしながら、子育て時代の懐かしい話や近況の話などで賑やかに

盛り上がりながら、それぞれ素晴らしい作品が仕上がりました。9月8日(金)来年の干支「辰」のちぎり絵を色紙に貼りました。それぞれに表情の違いがあり、作った人の味のある「辰」が出来上がりました。今年の文化祭で各クラブで力作を展示していましたが見て頂けていたら嬉しいです。



●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

検査

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

- *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	○	×	○	×	○	×	×
整形外科	午前 9:00~12:00	○	○	×	○	×	○	×
眼科	午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	×
皮膚科	午前 9:00~12:00	×	○	○	○	○	○	×
泌尿器科	午前 9:00~12:00	×	×	○	○	○	○	×
	午後 1:40~ 4:00	○	×	×	×	×	×	×



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。

❖ 2月の行事予定 ご案内 ❖

日曜	内 容
3日(土)	自由が丘サタデーフリーマーケット
8日(木)	のびのびじゆうっ子教室 「ひなまつり会&工作」 「お誕生会(1・2・3月生まれ)」
13日(火)	自由が丘学園 「郷土史」
15日(木)	女性セミナー 「彫紙アート おひなさま」
18日(日)	人権教育研究大会 人権作文発表・講演

※2月の休館日は、29日(木)です。
※公民館へのお問い合わせは、Tel.85-4700まで。

公民館に2500人が集う。第42回自由が丘公民館文化祭

公民館で活動するサークルや関係団体が日頃の学習や文化活動の成果を披露することを目的に、また地域の皆様が気軽に集い交流する機会として文化祭を開催しています。コロナ禍では開催を中止したり、飲食の販売を自粛したりしましたが、今年は規制が緩和されたことから11月25日(土)・26日(日)に従来の規模に復活させて開催しました。

登録団体や老人会、中学校、小学校、幼稚園等26団体の作品や活動紹介の展示、30団体のステージ発表、10団体の楽しいイベントや飲食やバザーが実施され、両日で来場者は2500人を数え大いに盛り上がりました。

開催にあたりご協力、ご参加いただいた皆様に厚くお礼申し上げます。今年で42回を迎えた伝統を継承し、来以降も活気のある、皆さんに楽しんでいただける行事として発展させてまいります。よろしくお願いたします。

『三木市立図書館』 公民館図書コーナーより

1月5日からCDの予約が出来るようになりました。(おひとり1枚まで)
自由が丘公民館 図書コーナーでも受け取りが可能です。ぜひご利用ください!

《2023年1月1日～12月20日までの予約ベスト3》

【一般書】

- ①魔女と過ごした七日間(東野圭吾/著)
- ②あなたが誰かを殺した(東野圭吾/著)
- ③汝、星のごとく(凧良ゆう/著)

【児童書】

- ①大ピンチずかん(鈴木のりたけ/著)
- ②ぼくはいったいどこにいるんだ(ヨシタケシンスケ/作)
- ③テーマパークのサバイバル(ポドアルチング/文)

【雑誌】

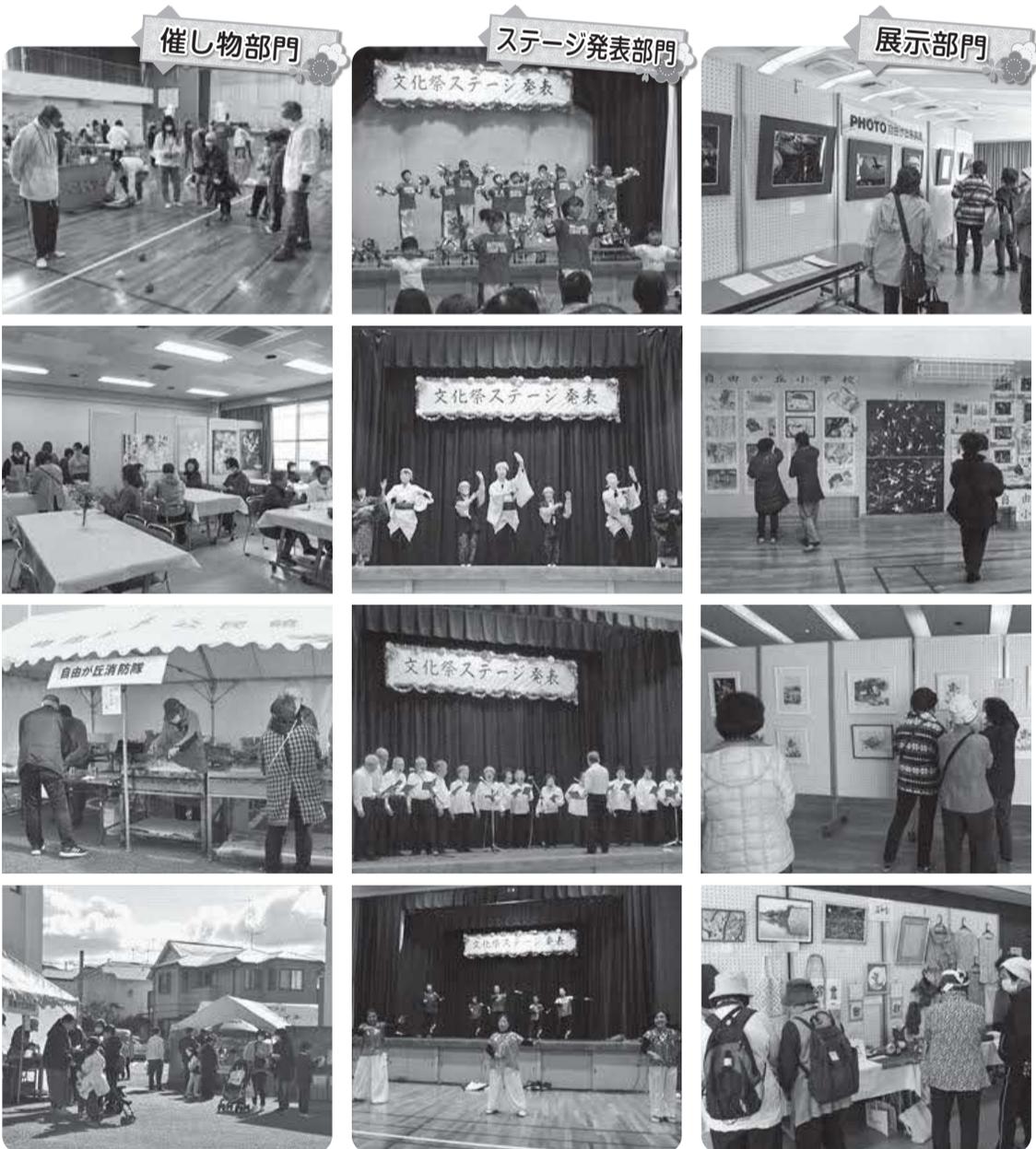
- ①ハルメク(ハルメク社)
- ②SAVVY(エルマガジン社)
- ③ESSE(扶桑社)
- LDK(晋遊舎)



自由が丘の人口

令和5年12月末現在(前月比)

人 口	15,608 (-9)
男	7,441
女	8,167
世帯数	7,324 (+2)



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	○	○	○	○	-	-	-

※ 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いたします。

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

駐車場完備15台

黒田東自由が丘診療所

検索