



自由が丘シンボルマーク

News 自由が丘ニュース

2025.1.20 第545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



明けましておめでとうございませう。清々しい新年を迎えられたことと心からお慶び申し上げます。

今年「巳年」は「巳」は「蛇」は「古」から「神の使い」として信仰され、「復活」として再生を意味する「年」新しい挑戦や変化に前向きに取り組む「年」と言われています。みなさんはこの1年をどのように過ごされま

すか……
又今年、阪神淡路大震災発生から30年、その体験を基に、自由が丘地区自主防災訓練を立ち上げて、29年目を迎えます。この素晴らしい訓練を立ち上げた諸先輩に感謝申し上げるとともに、この体験、経験、知見を次の世代に継承する、大切な年でもあります。そのためにも私たちが、自ら考え、話し合い、行動する必要がある。人間関係の希薄さが言われて久しい

薄さですが、「遠い親戚より近くの他人」の言葉通り前向きに「近所付き合い」を行っていく年としたいものです。きっと素晴らしい「隣人」が見えてきますよ！

最後に自由が丘区長協議会に「一層のご支援ご理解を賜りますようお願い申し上げます。年頭のご挨拶とさせていただきます。

自由が丘地区自治会連合会長 鷲尾 孝司

第6回自由が丘地区市政懇談会

令和6年11月16日開催

	提言内容	三木市からの回答
安全対策部会 ごみステーション	1. 認知症の取り組み 現状と問題 (1) 認知症の困り事は、家庭内から近隣など社会的側面に及んでいる。 (2) 認知症の方がおられなくても我が事として、また認知症にならないための予防的考えが出てきた。 (3) 自由が丘では「にじいろカフェ」を定期的に開催、認知症のご本人やご家族等が会話ができる場を提供している。 (4) 上記施設利用者、スタッフから同じような施設を増設、それに伴ってのスタッフや場所の確保などの要望と問題提起が上がっている。 意見提言 (1) 「にじいろカフェ」のような施設の拡充の相談支援をお願いしたい。 (2) 三木南地区で実施されている「認知症予防プログラム」のようなものを自由が丘でも実施できるよう医療機関に働きかけのサポートをお願いしたい。	「にじいろカフェ」のような活動を増やしていくことについて、市も一緒に取り組みたいと考えているため、地域包括支援センター（介護保険課内）に相談ください。また、住民が自主的に運営する認知症カフェに対して運営補助制度も設けています。 「認知症予防プログラム」は、三木南地区では市民協議会の暮らし・生活部会として実施されています。この中で医療機関は、地域貢献・社会貢献としての協力のもとで専門職を派遣されていると聞いています。市から医療機関への直接的な働きかけは難しいものの、側面的なサポートはできると考えています。 9月に市役所プロムナードで実施した認知症に関する展示では、市内の認知症カフェなどの紹介、認知症サポーター養成講座の中ではカフェでの活動支援について協力依頼も行っています。 認知症の「予防」は、「認知症にならない」というのではなく、「認知症になるのを遅らせる」という意味があり、普段から介護予防に取り組むことで認知症予防につながる可能性があると言われております。市では「みっきい☆いきいき体操」を進めており自主教室の立ち上げ時には運動指導員の派遣も行っています。
	2. 津田商店前の横断歩道の安全化 意見提言 (1) 横断歩道が見えにくく止まらない車が多い。 (2) 信号機の5秒差路で安全確認がづらい。 (3) バス停留場前に横断歩道があり、追い越し車の死角となるなど、横断歩行者が危険な状態にある。 (1)(2)について昨年から検討しているが良案がない。 要望 バス停留所付近の中央車線に、音の出る道路鋳を埋め込み、追い越しを制御したい。	当該箇所は、塗り直し等の対策を行っていますが、安全性の物理的要件の整っていない交差点であり、安全確保には苦慮しています。横断歩道は、手前にタイヤマークが表示されており、ドライバーに安全の確保をお願いしています。 オレンジ色実線の中央線は、追い越し禁止の規制で、兵庫県公安委員会の所管事項となります。バス停は神姫バス株式会社との運行となります。 「音の出る道路鋳」については、付近の騒音となるため、地域の総意を得られれば、三木警察へ要望したいと考えます。 安全対策については警察及び神姫バスとの協議が必須になるため、調整の上、市・地域の皆様と一緒に検討を進めて参ります。
	3. 自由が丘団地入り口交差点の安全化 意見提言 県道22号線と神戸電鉄の踏切の交差点については、現状渋滞が慢性化しており、踏切横断の車や人など危険である。 交差点の信号の割合を5秒程度でも変更できないだろうか。現状、30秒で最大7台が県道へ渡れる、1~2台でも多く渡れば、信号の待ち時間が短縮できるし、踏切横断にも余裕が生まれ、相互の安全性が高まる。	信号の時間変更については、交通規制となるため、警察への要望に基づき、兵庫県公安委員会が判断します。 当該の交差点については、10月3日、自由が丘市民協議会安全対策部会及び三木警察署、三木市と合同で現地を確認、渋滞緩和策の検討が必要と判断、令和6年10月18日に三木市長から三木警察署に対する「信号機等設置要望」に加えることとしました。 今後は警察及び公安委員会による現地調査の上、来年の春以降、要望可否が判断されます。
	4. 防犯カメラの設置について 意見提言 自由が丘地区の防犯カメラは20台設置されているが、メンテナンス費用等が高いため、増設に後ろ向きな自治会が多い。 犯罪抑制のためにも、積極的に設置したいが、場所や方向などの選定が難しい。 防犯カメラの設置場所、位置、方向、台数など警察や市の主導で計画してほしい。	防犯カメラの設置目的は、青少年の非行監視、窃盗防止、ゴミ置き場の監視などがあり、今後は車の当て逃げ、泥棒、痴漢、ゴミの不法投棄などの抑制効果も検討したいとのことですが、自治会毎に重要と感じる課題や対策が異なると考えられます。 目的によって、設置場所や価格、台数等が異なるため、地域として合意形成に努めていただき、市や警察の意見を求めたいとのことご要望があれば、必要な情報の提供や設置場所の検討を一緒に行ってまいります。
	5. ゴミステーション問題 (1) 住民の声（現状と課題） ・集合住宅、外国人のゴミ出しマナーの問題。（言語、慣習、文化） ・カラス被害・ネット対応等しているが、狭いゴミステーションがある。 ・各地区の境界とゴミステーションの位置。（事例：道を隔てて隣の地区のゴミステーションがある。） ・三木市のゴミの分別が複雑。 ・自治会の会員以外の世帯への周知が困難。 ・賃貸住宅の管理組合の対応の問題。（賃貸住居家庭と自治会非加入問題、他） (2) 対応案 1) 各自治会の対応 ・地元役員からの地道な働きかけ。 ・注意喚起の張り紙（他国言語対応）及び全戸（自治会未加入者含む）配布。 ・ゴミの袋に番地や名前を記入。（自治会での対応には限界がある） 2) 区長協議会での対応（要望） ・地区の境界とゴミステーションの位置は関係区長との協議の上、掃除当番も含め利用方法を検討する。 3) 行政（市）へ提案・質問 ・ゴミの分別の見直しの検討。 ・注意喚起（多言語）のプリントの提供。 ・賃貸管理会社に対する指導や条例。（新築時のゴミステーションの設置・利用、自治会加入） ・建築申請時の対応はどこまで行っているか？（設置・利用・自治会加入） ・リサイクルやCO2問題への対応を考えた新しいゴミ処理施設の設置。 ・現在道沿いなどの狭いゴミステーション対応、市として用地購入、新ゴミステーションの設置。	地域のごみステーションでは様々な問題があることは理解しています。 他国言語対応では、ベトナム、ポルトガル、英語、スペイン、韓国、中国、アラビアの7か国語のごみ分別表に収集日を入れ必要部数を渡しています。また、自治会未加入家庭には、地区の要望に応じて、掃除当番や衛生費の負担などに協力してもらえるように、自治会プリント（広報）への助言など考えていきます。 地区の境界とゴミステーションの位置の設置場所問題では、関係区長と協議し、掃除当番や利用方法など合意形成ができれば、柔軟に検討していただけてかまいません。 三木市では、現在、「可燃ごみ」、「あらごみ」、「埋立ごみ」、「資源ごみ」に分別しています。「資源ごみ」は、「プラスチック類」、「ペットボトル」、「飲料用紙パック」、「古紙」、「空きびん」、「小型家電」に分別しています。 分別は新たな資源として利用ができることから、分別の見直しは考えていません。 今後も外国語版ごみ分別表（注意喚起）を提供してまいります。 賃貸管理会社について指導・条例はありません。 三木市開発指導要領では30戸未満の場合は指導の対象外です。賃貸管理会社などの設置者からの問合せがある場合は、自治会の既存のごみステーションを共用できるように自治会と調整するよう話をしています。 建築確認申請の提出先は、兵庫県または民間指定確認検査機関となっており、市では建築確認申請時に賃貸物件や賃貸管理会社を把握することはできません。三木市開発指導要領の適用を受ける開発者や建設者は、市が現地調査を行い、事業者と調整しますが、設置基準に満たない賃貸管理会社などは、対象となっており、建築確認申請時に対応はしていません。 次期ごみ処理施設の整備を検討しており、リサイクル、CO2問題など環境への対応を考慮してまいります。 ごみステーションの用地の買収は、市の要件を満たし、自治会の申出がある場合に、用地を市が取得、自治会が無償使用することを認めています。ただし、当該用地の取得に必要な土地所有者及び隣接する土地の地権者との交渉等、住民の了解を得ることの一切の行為は、当該自治会が行い、管理責任者となります。 ごみステーションの対応は、個別に相談に応じてまいります。
6. 空き家問題に関連する高齢化対策と少子化対策 (1) 住民の声（現状での課題） ・所有者不明で、その家の正確な状況も不明、手を付けることが困難。 ・空き家の有効利用（他地域からの転入者の確保）を進めてはどうか。 ・高齢化に伴う将来的な問題にも付随するのでは。 ・固定資産税対策への対応。 (2) 対応案 1) 各自治会での対応 （所有者不明の場合は、自治会では限界がある。） 2) 区長協議会での対応（要望） ・市からの空き家情報の提供後、自由が丘全体の状況を区長協議会で情報共有し、対象地区に対象物件の確認（家主対応を含む）を依頼。 3) 行政（市）へ提案・質問 ・空き家情報の提供。 ・現状の空き家の所有者へのアンケート調査の実施。 ・情報開示により居住者を募る。 ・若者が集まる町にしてい。若者家族の優遇税制、医療費補助、就学費補助、等々）結果的に少子化対策につながるのではないかと？ ・居住可能な空き家へのマッチング。 ・空き家物件を管理する不動産会社との窓口になれないか？ ・行政代執行を想定した建築時の課税等はできないか？	空き家による地域住民の生活環境への影響が懸念されることから、三木市では「空家等対策の推進に関する特別措置法」（以下「法」という。）及び「三木市空家等の適正管理に関する条例」（以下「条例」という。）等の規定に基づき、適正管理や利活用等の対策に取り組んでいます。 市で空き家の管理不全に関する相談を受けた場合は、法及び条例に基づき、現地調査の上、所有者等に対する情報提供、助言及び指導等を実施していますので、所有者等の特定が困難な場合など自治会では対応が難しい事案は生活安全課まで相談ください。 個人情報保護の観点から、区長協議会への空き家情報の提供はいたしかねますが、令和5年度に「空き家等実態調査」を実施し、地域別の空き家件数をはじめとした調査結果を生活安全課のホームページ上に掲載しています。 空き家等の利活用策として、高齢化対策や少子化対策を含めた定住促進及び地域活性化を図るため、不動産事業者と連携した「三木市空き家バンク制度」を運用し、縁結び課のホームページに情報を掲載しています。 最後に、行政代執行の費用の徴収は、「行政代執行法」第5条の規定に基づき、代執行に要する一切の費用は代執行実施後に義務者から徴収しなければならないことから、別途に行政代執行を想定した建築時の課税等はできません。	

医療 百科

選定療養制度について

三木市薬剤師会
会長 高馬 将一

令和6年10月1日からはじまりました選定療養制度について説明します。

選定療養の対象となる医薬品（長期収載品）の中で、後発医薬品（ジェネリック医薬品）のある先発医薬品を患者さんが希望した場合に、薬価（価格）の差額の一部（4分の1）を患者さんが自己負担する医療保険制度上の仕組みです。医薬品の薬価（価格）によって自己負担額が変わる為、使用している医薬品によって数十円～数千円の負担増になることがあります。

選定療養の対象となる医薬品（長期収載品）の一覧は、厚生労働省のホームページに掲載されています。

選定療養の対象となる医薬品（長期収載品）は、後発医薬品（ジェネリック医薬品）のある先発医薬品で、次のいずれかに該当するものです。

- 後発医薬品（ジェネリック医薬品）の収載から5年経過している
- 後発医薬品（ジェネリック医薬品）への置き換え率が50%以上である

選定療養制度の対象外となるのは、

- 置き換え率が1%未満の品目やバイオ医薬品など
- 医師が医療上必要と認める場合や、医療機関（病院や薬局）に在庫不足等必要に応じて処方及び調剤される場合

尚、従来から後発医薬品（ジェネリック医薬品）を希望されている患者さんについては今まで通りご負担金に変動はなく、選定療養制度による影響はありません。

患者のみなさまへ

令和6年10月からの 医薬品の自己負担の新たな仕組み

- 後発医薬品(ジェネリック医薬品)があるお薬で、**先発医薬品の処方**を希望される場合は、**特別の料金をお支払いいただけます。**
- この機会に、**後発医薬品の積極的な利用**をお願いいたします。

- ・後発医薬品は、先発医薬品と有効成分が同じで、同じように使っていたお薬です。
- ・先発医薬品と後発医薬品の薬価の差額の4分の1相当を、特別の料金として、医療保険の患者負担と合わせてお支払いいただけます。
- ・先発医薬品を処方・調剤する医療上の必要があると認められる場合等は、特別の料金はかかりません。

新たな仕組みについて

特別の料金の対象となる
医薬品の一覧はこちらへ



後発医薬品について

後発医薬品(ジェネリック医薬品)
に関する基本的なこと



※QRコードから厚生労働省HPの関連ページにアクセスできます。

将来にわたり国民皆保険を守るため
皆さまのご理解とご協力をお願いいたします



消防だより

《文化財防火デー》

昭和24年1月26日に、現存する世界最古の木造建築物である法隆寺の金堂が炎上し、壁画が焼損したことを契機に、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

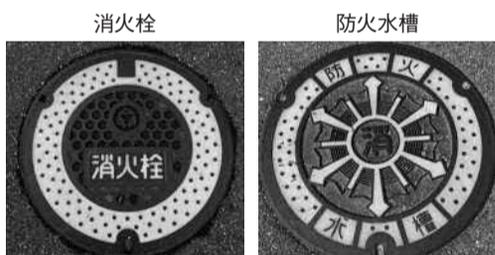
～文化財防火デーに伴う訓練を実施します～
日時：令和7年1月26日（日）9時30分から
場所：三木市別所町東這田 法界寺

《「消火栓」や「防火水そう」付近は駐車禁止です!!》

皆さんは、「消火栓」や「防火水そう」をご存じですか。これらは、消火活動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は道路脇や歩道上などに設置されており、その位置を示すために赤い標識を掲げています。また、その消防水利の鉄蓋の周囲は黄色で塗装されています。

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にならないよう、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



防犯だより

地域ぐるみの防犯対策

ガーデニングが防犯につながるらしいよ!

ニュースをみれば全国で毎日のように誰かが犯罪に巻き込まれており、物騒な事件は後を絶ちません。安心して安全な毎日を過ごすためには、私たち1人ひとりが自分や大切な人を守るための防犯に関する知識を身につけておくことが必要不可欠です。1人暮らしの人でも、家族と一緒に住んでいる人でも気になる空き巣の防犯対策のひとつとして、犯罪心理学ではガーデニングがあるといわれています。

ガーデニングに凝ると、家や付近に注意を示すことが多くなります。そうすると、「あの家は庭にも注意を配っている」というイメージになり、空き巣の対象として狙いにくくなるといわれています。逆に言うと、人の注意があまりないことがうかがわれる家や、人目につかずに放置されている場所は犯罪が起こりやすいということになります。そのため空き家の対策も重要となります。庭に十分なスペースが取れない場合はプランター栽培でも効果があるようです。

今は冬ですが、春に向けてガーデニングを考えてみてはどうでしょうか。防犯対策だけでなく、きれいな花が咲くと心も和みます。また、地域の人や近所の人とコミュニケーションをとることも防犯上重要です。自分や子供の顔を覚えてもらうことによって、何かあった時に情報を集めやすくなります。特に、共働きの家庭などは子供が事件に巻き込まれそうになった時に現場に居合わせる事が難しいので、そういった時に、近所に顔見知りの家があれば、子供はそこに逃げ込むことができます。単身の高齢の方にとっても、地域ぐるみで防犯体制をとることによって、個人の力だけでは見過ごしてしまう犯人の行動を監視する環境を作ることができ、犯罪が起きにくい地域にすることができます。

皆の力で、犯罪をなくし、地域の人びとが楽しく暮らしていけるまちづくりを目指しましょう!!

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

自由が丘中学校 2年生ワークショップ

12月10日(火) 2年生を対象に学校運営委員会主催ワークショップを開催しました。趣味や勉強、将来の夢、やりたいことなど多様なテーマが出され、それについて個人で考えたり、グループで話し合ったりしてタブレットに入力していきます。途中で入力された回答を発表し、意見や考えをみんなでも共有しました。ワークショップを進めるにあたりいくつかのルールがあり、出てきた意見は絶対否定しない、前向きにとらえる、成績には一切関係なく自由な発言を心がける、但し誹謗中傷はご法度などです。

出されるテーマに対して最初は戸惑いを見せ考え込む生徒もチラホラありましたが、時間が経つにつれ、グループで活発に発言したり、テーマに対して一喜一憂するなど、授業とは一味も二味も違う生徒たちの顔が見られました。



自由が丘消防隊 放水訓練

12月8日(日) 自主防災訓練での放水訓練に向けて、消防本部にて手順をご指導いただきました。整列、号令、取水栓・マンホールの開け方、ホースの伸ばし方・繋ぎ方、放水時の持ち方、ホースの片付けなど説明を受けながら一

通り練習しました。怪我なく安全に行うために、一連の動作(しゃがむ)「立つ」「走る」を一つずつ区切って行うようにと教えていただきました。



年末大掃除 ふれあいセンター 西地区

12月8日(日)ふれあいセンターの年末大掃除をしました。会長さんの音頭でスタート！掃除機かけから始め



て、埃取りして水拭き、ワックスがけを丁寧に行いました。ツルピカに仕上がりました。気分新たにきれいになった「ふれあいセンター」で新しい年を迎えます。

班長、役員さん： お疲れ様！ メリークリスマス!! 中2丁目自治会

12月7日(土)中自由が丘2丁目自治会館にて、一足早いクリスマス会を開催しました。平日頃から、回覧・集金などの自治会業務に加え会議、行事参加、諸段取りとご協力、ご活躍いただいている班長、役員さんに対しての労をねぎらったのクリスマス会です。活躍を支える家族の参加もOK！クリスマスケーキ、から揚げ、ポロネーゼ、カナッペ、フルーツポンチ、プチ

ケーキなど全て手作り、ピッツフェ形式にして好きなメニューを食しながら、楽しいおしゃべりの花が咲きました。途中サンタクロースが現れピッゴゲームを開催、一喜一憂しながら当たったプレゼントに大盛り上がりで楽しい時間を過ごしました。



自老連だより 親睦グラウンドゴルフ大会 自由が丘老人クラブ

12月5日(木)各クラブより92名の参加を得て、自由が

丘親睦グラウンドゴルフ大会を開催しました。ホールインワンの歓声や、参加いただいた皆さんの和気あいあいとしたプレーぶりで、秋の一日、楽しい交流のひと時になりました。



学・園通信(自由が丘東小学校)

「保護者や地域の皆さまに感謝」

今年度も、11月30日(土)にPTA主催の愛校作業を実施しました。多数の保護者の皆さまに参加いただきとても嬉しく思っています。窓ふきやトイレ掃除など普段子どもたちではなかなかキレイにできない校舎内の作業だけでなく、今回は渡り廊下の柱やプール扉のペンキ塗り、木々の剪定、運動場側溝の掃除もお願いできました。子どもたちが毎日通る場所が、とてもすっきりし、過ごしやすいになりました。また、1月14日(火)に行う自由が丘東小伝統の「とんど集会」に使う竹取りやスキの刈り取りも同じ日に準備することができました。PTA

おうちの方と一緒に 愛校作業



渡り廊下やプール扉のペンキ塗り



校門前の花壇の花木植え

の本部役員や学年委員さん、PTA事業部の皆さまにはご苦労をおかけしましたが、子どもたちもおうちの方との登校や作業に、普段とは違った輝く笑顔が多く見られました。ありがとうございました。日頃より登下校の見守り等でも保護者や地域の皆さまにお世話になっております。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います。

秋季自由が丘地区 グラウンドゴルフ大会成績

	男子	女子
優勝	漁 正和 (西友会)	信川 去子 (白寿会)
2位	田井 重雄 (あかね)	日下美智子 (遊友会)
3位	四方 順夫 (あかね)	増井喜美子 (遊友会)

他にも飛賞、BB賞、ホールインワン賞、特別賞がありました。遊友会 K・F

●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

ホームページ <http://www.hoyukai.or.jp/>

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						
	月	火	水	木	金	土	日 祝
内科	○	○	○	○	○	○	×
整形外科	○	×	○	×	○	×	×
外科	○	○	×	○	×	○	×
眼科	○	○	○	○	○	○	×
皮膚科	×	○	○	○	○	○	×
泌尿器科	午前 9:00~12:00	×	×	○	○	○	×
	午後 13:40~4:00	○	×	×	×	×	×



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
1日(土)	自由が丘サタデーフリーマーケット スマホ教室
7日(金)	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)」
8日(土)	スマホ教室
15日(土)	スマホ教室
16日(日)	人権教育研究大会 人権作文発表・講演
21日(金)	女性セミナー 「麴のおはなし〜麴を取り入れた食生活へ〜」
22日(土)	スマホ教室
26日(水)	自由が丘学園 「三木市70年のあゆみ」

※2月の休館日は、28日(金)です。
※公民館へのお問い合わせは、Tel.85-4700まで。

公民館図書コーナーより

《2024年4月1日～12月15日までの予約ベスト3》

【一般書】

- ①クスノキの女神 (東野圭吾 / 著)
- ②架空犯 (東野圭吾 / 著)
- ③成瀬は天下を取りに行く (宮島未奈 / 著)

【児童書】

- ①パンどろぼうとりんごかめん (柴田ケイコ / 作)
- ②しばらくあかちゃんになりますので (ヨシタケシンスケ / 作・絵)
- ③もうじきたべられるぼく (はせがわゆうじ / 作)

【CD】

- ①ANTENA (Mrs. GREEN APPLE / 歌)
- ②LOST CORNER (米津玄師 / 歌)
- ③Nautilus (SEKAI NO OWARI / 歌)

ハロウィンパーティー

10月25日(金)Teeter-Totter 宮崎和歌子さん他2名の先生方にお越しいただきハロウィンパーティーを盛り上げていただきました。

魔女、ジャコランタンや黒猫に仮装して登場され、ハロウィンの起源や楽しいお祭りであることの説明、そして日本人が銃で撃たれた悲しい出来事も教えていただきました。

歌を歌いながら、お母さんとの手遊びをし、次に子どもたちはお気に入りのスタンプや絵を描いた紙袋で作ったジャコランタンを投げたり、蹴ったりして喜んだりしていました。また歌に合わせて前に後ろにリズムカルにステップ



を踏みました。体を動かした後、静かに絵本から出る動物の鳴き声に耳を澄ませていました。最後はお楽しみの「トリック・オア・トリート」と言ってお菓子をもらって嬉しそうでした。英語はできるだけ小さい頃から、耳から覚えるのが良いとのアドバイスをいただき終了しました。

エプロンシアター 面白かった!

11月8日(金)、自由が丘幼稚園へ「ふれあい遊び」に行きました。遊戯室で、浜田先生の絵本読み聞かせとエプロンシアター「3匹の子猫」を鑑賞しました。先生の熱演ぶりに子どもたちも参加したい素振りでした。

その後、松ぼっくりと紙コップと毛糸を使ったけん玉作りを教えてくださいました。お母さんも盛り上がり



ていました。毛糸が長めのほうがうまくいくようでした。最後に晴天で無風の気持ち良い園庭で園児の皆さんと遊んで楽しい2時間でした。

ポッチャを楽しもう! 第6回自由が丘学園

10月29日(火)三木市スポーツ推進委員会の方にお手伝いいただいた、去年好評だったポッチャ大会を開催しました。多数の事前申し込みがあり、盛大な大会になりました。

去年は初回でしたので、簡略化したルールで行いましたが、今年はより本格的なルールにしました。1ブロック3チームで4ブロックのリーグ戦で競技を始めました。

ゲームが始まるとすぐに白熱し始め、1投ごとに歓声が上がったり、落胆の声が出たり賑やかでした。スーパージョ



とも次々と出ました。リーグ戦で勝ちあがった4チームで順位決定戦を行いました。決勝戦は最後の1投で、それまで負けていた自老連の西友会が大逆転し、優勝しました。このように1投で、ゲームの流れが変わるのがポッチャの醍醐味でしょうか。

消費生活のトラブル対策 第7回女性セミナー

11月6日(水)、三木市消費生活センターの西田一夫さんをお迎えし、詐欺や悪徳商法などの対策を教えてくださいました。

初めに、映像を見ながら「消費者トラブル回避操」を学ばしました。悪徳業者に対応する際の「拒否する動作」と「文言」を紹介したユーモラスな体操です。消費生活センターでは、消費者トラブルに関するいろいろな相談を受け付けていますので、困った時は消費生活センターに連絡してください。



自由が丘の人口

令和6年12月末現在(前月比)	
人口	15,456 (-5)
男	7,380
女	8,076
世帯数	7,382 (-1)



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

検索

