

災害から「命」を守る備え

災害発生時、まずは自分の身を守ることが重要です。いざという時に備え、今一度暮らしの中の防災を点検しておきましょう。また、市や気象庁などが発信する災害状況や避難情報などに注意しましょう。

図(市)危機管理課

3日分の備えを確認しよう！

日頃から使い慣れている物や食べ慣れているものを備蓄することで災害時のストレス緩和にもつながります。この機会に家庭の備蓄を見直しましょう。

非常持出品・備蓄物資のチェック

- ☐ 応急医薬品・常備薬(消毒液、鎮痛剤、ばんそうこう、お薬手帳など)
- ☐ 衛生用品(マスク、せっけん、歯ブラシ、ボディシート、シャンプーなど)
- ☐ 衣類(上着、下着、靴下、手袋、防寒具、雨具など)
- ☐ 生活用品(カイロ、タオル、カセットコンロ、携帯トイレ、簡易トイレなど)
- ☐ 非常食・飲料水(アルファ化米、缶詰、即席カップ麺、お菓子、保存水など)
- ☐ その他(ヘルメット、ラジオ、懐中電灯、モバイルバッテリー、紙皿、紙コップなど)



！ ほかにも、貴重品(現金、預貯金通帳、印鑑、マイナンバーカードなど)や、自身で必要だと思うものを準備しておきましょう！



三木安全安心ネット(ひょうご防災ネット)に登録を

市内で発令された警報や避難情報、気象情報などの緊急情報や防犯情報などをメールやスマートフォンアプリでお知らせします。



配信する情報

- ・緊急情報(緊急を要する防災情報や防犯情報)
- ・気象情報(地震情報や気象警報など)
- ・国民保護情報(武力攻撃情報など)
- ・お知らせ情報(その他の防災・防犯情報など)

スマートフォン版アプリ



▲ダウンロードはこちら

メール配信版



▲登録はこちら
(空メールを送信)

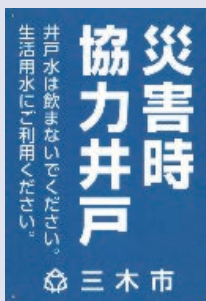
「災害時協力井戸」を募集しています！

大規模な災害発生に伴い水道が断水状態になった場合に備え、市民や事業者が所有する井戸を洗濯、風呂、トイレ、掃除などの生活用水として利用させていただくための「災害時協力井戸」を令和7年6月から募集しています。

登録するための水質検査費用は、市で負担します。皆様のご協力をお願いします。



▲詳しくはこちら



1月24日～30日 は全国学校給食週間

三木の おいしい給食 こだわり5選

図(市)教育施設課 給食係

全国学校給食週間は、学校給食の歴史や意義について理解を深める期間です。市では、昭和34年からこれまで、子どもたちの健やかな成長を支える給食づくりに取り組んできました。今回は、そんな三木の給食の“こだわり”を紹介します。

① 温かい給食を届ける

市内10カ所の調理場で調理し、近隣の学校へ配送。温かい給食で、子どもたちの「おいしい」を支えています。



② 郷土への愛着を育てる

市内産のお米、県内産小麦のパンを使用するなど、地元食材や郷土料理を取り入れているため、地域の恵みを味わえます。



③ みんなで食べられる給食

アレルギー食材をなるべく使用しない献立に工夫しています。一人一人に合わせてアレルギー食材を抜いて調理する「除去食」や別の献立となる「代替食」も提供しています。



④ “楽しい食”を大切に

ケーキなどの種類を選べるセレクト給食や食べたい給食をリクエストできるお楽しみ給食も提供しています。



⑤ だしの味を生かす

だし汁はかつお節、昆布、煮干しから取ります。だしをしっかりとると減塩にもなります。



毎月19日は食育の日 / 給食は「生きた教材」

「まごわやさしい献立(豆・ごま・わかめ・野菜・魚・しいたけ・いも)」を提供し、和食文化や栄養の大切さを伝えています。



お知らせ

原材料費などの高騰による学校給食費改定について

市では、令和8年4月から学校給食費を下表のとおり改定します。

物価高騰などの影響により、給食に使用する食材価格が大幅に上昇しています。これまでに、限られた給食費の中、工夫を凝らしながら経費削減を進めてきましたが、子どもたちの健康に必要な質・量の維持が難しくなっています。改定することにより、デザートなどの回数を増やしたり、多種多様な食材を使用することにより、献立の幅も広がります。今後も、子どもたちの安全安心な給食の提供と食育の推進に一層努めてまいります。

なお、保護者に負担していただく給食費は決定次第、お知らせします。

【表】学校給食費の改定額

		現行の給食費	4月からの給食費	変動額
幼稚園	1食単価	262円	320円	+58円
	月額	4,190円	5,120円	+930円
小学校	1食単価	272円	334円	+62円
	月額	4,575円	5,620円	+1,045円
中学校	1食単価	310円	383円	+73円
	月額	4,790円	5,920円	+1,130円

●給食費は、小・中学校は8月を除く11カ月分、幼稚園は4・8月を除く10カ月分を徴収。3月は給食回数により、精算額を徴収。