

- 問1** エフエムみっきいをどのくらいお聴きになりますか？
 (1)週3回以上 (2)週1～2回 (3)聴かない
 (4)その他(自由回答) []
- 問2** 1回でどのくらいの時間お聴きになりますか？
 (1)1時間以上 (2)30分以上 (3)15分以上
- 問3** どのような場面・状況でお聴きになりますか？
 (1)運転中 (2)家事をしながら (3)仕事中
 (4)その他(自由回答) []

問4 エフエムみっきいでよく聴く番組は？(※自由回答)

問5 エフエムみっきい以外でよく聴くラジオ局はありますか？(※自由回答)

問6 エフエムみっきいでどんな番組があれば聴きたいですか？(※自由回答)

お名前	年齢
ご住所	

ハガキで回答される場合は切り取ってお使いください

2024年 3月号 Vol.162

みっきいマンスリー

かみらぢお

いつもエフエムみっきいをお聴きいただきありがとうございます。
 リスナーの皆さんのご意見をぜひお聞かせください。
 より良い番組づくりの参考にさせていただきます。

アンケート実施期間 2024年3月1日～2024年3月31日

アンケートの回答方法

ハガキ：〒673-0493 三木市エフエムみっきい
 ハガキのあて先は上記です。左のアンケート回答シートに記入後、ハガキに貼り付けて郵送していただくと便利です！
FAX：0794-86-1761
メール：melbo@fm-miki.jp
 FAXとメールのあて先は上記です。
 左のアンケートの回答内容を記入して送信してください。

エフエムみっきいホームページの応募フォームからもかんたんに応募できます

アンケート

FM MIKI FM Radio Station
 76.1MHz エフエムみっきい

[発行] (株)エフエム三木
 〒673-0493 三木市上の丸町10-30
 TEL:0794-86-0761 FAX:0794-86-1761
 E-mail:761@fm-miki.jp
 URL:http://www.fm-miki.jp/

さるとるの三木てくてくマップ

企画番組

放送時間:火10:00～/土23:15～ 【提供:三木市観光協会】

黒滝近くのカフェが1周年

2月前半のさるとるの三木てくてくマップは、「黒滝」でした。ご案内をいただいたのは昨年2月、県職員を早期退職をして地元吉川でKANAE CAFEを営業し、吉川町の盛り上げに一役も二役もかっている店主の岩崎英一さん。

インスタグラムで吉川町の日常を発信するなど、吉川のいいところのPRも行われています。

今回、そのインスタグラムで黒滝が取り上げられているのを見てご案内役をお願いしました。

今の黒滝の魅力もさることながら、子どもの頃の話も大変興味深くさせていただきました。

昔は、今のように整備されておらず、竹林に囲まれた黒滝は、寄り付きにくく、まるで秘境だったとのことでした。せっかくですので、カフェにもお邪魔をしました。

モダンな作りのお店は、外観も店内もとってもおしゃれ。これまたせっかくですので、何かいただきますしようと、コーヒーゼリーを注文。

コーヒー屋さんのコーヒーゼリーは濃厚で器にたっぷり盛られていてお得意満載。

のってるいちごは地元産だそうです、メチャクチャ甘くて美味しかったです。

今度はぜひランチに行きたいですね。

KANAE CAFEの詳細情報はInstagram(インスタグラム)をチェック!!

黒滝に行ったら是非立ち寄りください!



玉之助見聞録

取材記

三木市役所の椅子の虫

三木市役所の広場に、石の椅子がいくつか並んでいます。花崗岩らしき岩肌、スベスベの表面。一昔前には公園などでもよく見かけたものです。

ただ、この椅子の一部に、突起が出ています。知らずに座ると尾てい骨が大打撃確実のこの代物。よく見ると、てんとう虫の模様が！細かな仕事で花崗岩削り出しで、金属を埋め込んでいます。

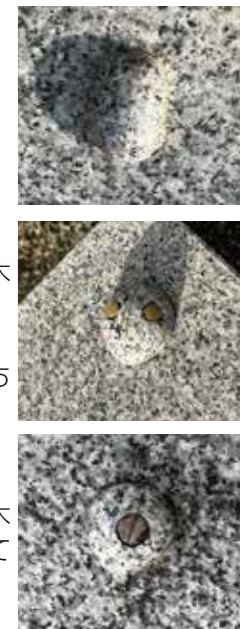
これは。。。！

と思い、周辺を探すと二つ星が！僕は仮説を立てました。こいつはななつ星までいるはずだ！探す事10分

見つかったのは。ダンゴムシ。。。

どう言う事やねん！この謎を明かすべく、毎度お馴染み三木市役所さんに電話しようとしたその時！エフエムみっきいスタッフから電話が！「これ以上はよせ。このコーナーは打ち切りだ。」

これは闇の組織の暗躍を感じます。しかしながら、僕もここまで。みなさんお世話になりました。是非三木市役所周辺の謎の遺物を探索してみてくださいね。



特別番組のお知らせ

特番情報

KIZUNA STATION
 放送日時:3月11日(月) 13:00～17:00
 出演:岡野美和子、大西貴文ほか
 コメンテーター:松島康生(災害リスク評価研究所所長)

元日から能登半島地震が発生した2024年。13回目のKIZUNA STATIONは「エブリディ防災」をテーマに、東日本大震災で進化した災害への対応力、日常生活の中の災害対応のヒントについてお話を伺っていきます。第四部ではコミュニティFMの役割やこれからの自然災害への備えについて伺います。

放送時間変更または休止となる番組は以下の通りです

13:00～ ようこそ川柳広場へ → 19:00～ 放送時間変更
 13:30～ Musicroom761(再) → 19:30～ 放送時間変更
 15:00～ みきらぢサンナ前半 → 放送休止
 19:00～ 花*花Style → 放送休止
 19:30～ ココロ音ラジオ和音 → 放送休止

インターネットサイマルラジオ

おしらせ

エフエムみっきいの放送がインターネットでもお聴きいただけます。エフエムみっきいHPのJCBAインターネットサイマルラジオのリンクからお聴き下さい。

↓このバナーが目印です

JCBA インターネットサイマルラジオ
 Internet simul radio

サイマルラジオ URL : <https://www.jcbasimul.com/radio/838/>

バナー広告

募集

会社紹介・イベント情報・求人広告などにご活用下さい。
 ※掲載サイズ・掲載期間などご相談に応じます。

お問合せ：株式会社エフエム三木
TEL：0794-86-0761
メール：761@fm-miki.jp

プロのこだわりを満足させる確かな品質

広告募集中

「かみらぢお」に広告を出してみませんか
 お気軽にお問合せください

株式会社岡田金属工業所
 株式会社セツト販売株式会社
 〒673-0404 兵庫県三木市大村561番地
 TEL:0794-83-3111 FAX:0794-83-5111
 URL: http://www.z-saw.co.jp E-Mail: sales@z-saw.co.jp

お墓じまい

石碑1基8万円より～見積り無料!!

墓守がいなくなると、お墓は無縁墓になってしまいます。無縁墓にならない為に、墓じまいをしたいと考えている方が増えています。

お墓の解体・処分・遺骨の改葬はお墓の山石にご相談下さい。

信頼と実績 安心のお付き合い

お墓の山石 ☎ 0120-1482-77

薬屋さんの健康コラム

コラム

2月に入り、暖かい日があったり、雨の日が続いたり、気候が落ち着きませんね。体調を崩されていないでしょうか？

今回は、花粉症について書いてみようと思います。

症状の差はあれど毎年花粉症を経験され、「自分の場合はこの薬で対処し、うまくいっている」といった方が多いと感じます。症状を抑えるのは大事なことです。基本路線としてそれで良いと思います。

私たち薬剤師や医師など医療従事者の側は、そうした「効果」に加え、「副作用の負担がない」「副作用の可能性が低い」「リバウンドを起こすような恐れがない」「体に負担をかけない」といった薬の選び方・治療の組み立て方を志向しています。

花粉症の薬で言えば、内服薬の場合は、眠気や自動車・機械の運転、作業、勉強への影響が、薬剤ごとに異なります。胃もたれ、あるいは便秘を引き起こす薬も多く、注意したいところです。中年期以降の男性では、尿閉(おしっこが出なくなってしまう)の副作用を持つ薬は避ける方が望ましいです。

鼻スプレーのタイプでは、薬剤誘発性鼻炎(薬の使い過ぎで鼻炎を起こしてしまう)が出てしまうものがあり、注意したいところです。

目薬の場合、効果の有無に関わらず充血だけを解消してしまう成分が入っていることがあります。

一度、かかりつけの薬剤師と薬の選び方について話し合うことで、より良い薬が見つかるかもしれません。

高橋秀和
 あおば調剤薬局 薬局薬剤師
 三木市末広1-7-15
 TEL:0794-78-0300

薪を抱きて火を救う

コラム

最近知った故事成語に、「薪を抱きて火を救う」という言葉があることを知りました。火を消そうとして薪を抱いて持つていくことで、かえって火の勢いを増してしまうことの愚かさを表した言葉だと知りました。中国の春秋戦国時代に君主の誤りを指摘した側近の言葉が、その由来なのだそうです。

そもそも火を消す正しい方法は水を持っていくことであり、薪を火の側に持っていったら燃え広がる。これは誰もが知っていることです。しかし、知識として知ってはいても、そのことを実際の場面で活かせるかは別問題だということなのでしょう。

では、なぜそのような過ちを犯してしまうのか、その原因は何処にあるかを私なりに考えてみました。それは、方法の違い、自覚の無さ、結果が見えていない、という三点にあるように思います。つまり、火を薪で消すという方法の誤り、燃えやすいものを持っているという自覚の欠如、そしてその結果がどうなるかが見えていない、という三重の誤りに原因があるのだと思います。

生きるということを考える時、何処に行く末と見据え、何処をどうやって歩いている何者なのかを考えます。地図があってこそコンパスが意味をなし、さらにこれら二つがあってこそ現在地がわかります。コンパスの見方は正確か、いま何処にいるのか把握できているのか、いやそもそも地図自体が間違っているのではないかと等々、時々立ち止まって考える必要があることを教えてくれる言葉でした。

牧野 仁
 浄土真宗本願寺派(西)報恩寺住職
 報恩寺悩み事相談「トオチカ」
<https://toochika.houonji.jp/>
 Youtube「報恩寺チャンネル」