

夏の高校野球兵庫大会地元出場校応援コーナー **「ガンバレ! 地元校」**

エフエムみっきいでは、三木高校、三木東高校、三木北高校、吉川高校の三木市内4校、それにみっきいのエリア内にある小野市の2校、小野高校、小野工業高校のあわせて6校の健闘を祈って地元校にエールを送るコーナー「ガンバレ! 地元校」を放送します。三木市内4校が揃って出場する大会は今年が最後です。選手の皆さんは思いっきりプレイして、忘れられない夏にしてほしいと思います。心ゆくまで楽しんでください。

開催日程：6/30(日)開会式 試合：7/6(土)～随時

試合結果は、生ワイド番組のなかでお知らせします。

月～金曜日 8：10～(みきらぢハチビル内)
土・日曜日 10：10～(ホリデーみっきい内)
祝日 10：20～(みきらぢホリデー内)

地元校出場日に出場当日の番組内で、試合予定時刻、対戦相手、球場を紹介いたします。そして地元出場校の健闘を祈って校歌を放送します。

※なお、雨天順延などで日程が変わることがありますので、ご注意ください。どうぞお聴き逃しなく。

【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/

インターネットサイマルラジオ

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/>

おたより募集

みなさまからのご意見・ご感想をお待ちしています。日頃のエフエムみっきいの番組、かみらぢおに対してのご意見、番組のご感想・ご提案などがあれば、お気軽にお寄せ下さい。

みなさまからのご意見などに対し可能な限り回答させて頂くと共に、ご感想の紹介などをさせていただきます。

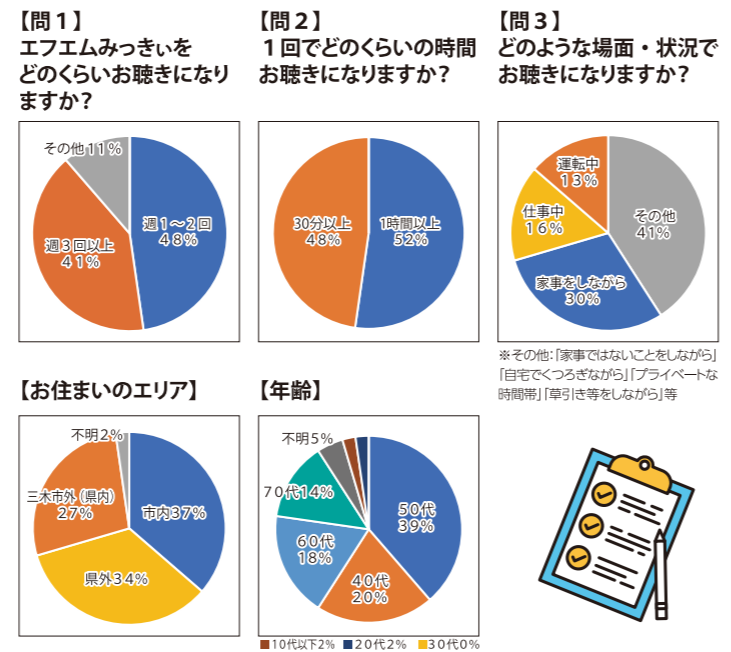
ご意見、ご感想は下記のあて先にお送り下さい。

〒673-0493 三木市エフエムみっきい
FAX:0794-86-1761
メール:761@fm-miki.jp
「かみらぢお」係まで

2023年度 エフエムみっきい **リスナーアンケート結果**

アンケート調査の回答状況

- ・実施期間:2024年3月1日～3月31日
- ・回答総数:132件(ハガキ:0、Web:132)
- ・調査方法:ラジオ放送、ホームページ、「かみらぢお」



アンケート結果の詳細はエフエムみっきいホームページでも公開いたします **ご協力ありがとうございました**

バナー広告

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
ゼット販売株式会社
〒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

さるとるの三木てくてくマップ

放送時間:火10:00～/土23:15～ 【提供:三木市観光協会】

思わず教えたくなる秘境のお寺「法輪寺」

6月後半にてくてくしてきたのは、法輪寺。きっかけは、6月前半に現代俳句の巨匠・伊丹三樹彦さんの展示会が行われている堀光美術館を訪れた際、伊丹さんの句碑が法輪寺にあると知ったことからです。

法輪寺はプライベートでも行ったことのない場所。初めての場所は、こんな僕でもドキドキものなのですが、参道は山道でその急勾配に車が登るのか?とこれまた違うドキドキ感。といつか灼熱の太陽が照らす地上とは違って、参道脇に立つ高杉の木陰たちが作るマイナスイオンのシャワーが心地よく感じられ、期待感が一気に高まるのでした。

お相手をくださったのは、住職奥様の浅井和美さん。訪問きっかけとなった伊丹三樹彦さんの句碑を見せてもらい、本堂でお寺の御由緒などお聞かせいただきました。

法輪寺のご本尊様は馬頭観世音菩薩ですが、秘仏だそうで、50年に一度のご開帳とのことです。

また、奥様の和美さんがやられているパワーストーンのお話もうかがいました。

お寺でかみ(神)さんの話をするのもなんですが(笑)、今度プレゼントするならパワーストーンだなと前のめりでお話を聞かせていただきました。

マイナスイオン感じるお寺にパワーストーン。話題に事欠かない法輪寺。まさに思わず人に教えたくなる、お寺だなと思いますので、一度行ってみてください。



薬屋さんの健康コラム

最近は、雨が降る日が多かったり、晴れたと思ったら暑くなったりと、気候の変化が大きいですね。体調管理を考えると、難しい時期だと感じます。

薬局では、風邪をひいた患者さんが増えています。この時期、低い気温・乾燥した空気を好むウイルスとは異なり、高温・多湿を好む風邪のウイルスが増えやすくなっています。

人の体の側の要因としては、気候の変化、あるいは紫外線によって疲れやすくなったり、免疫力が落ちたりすることが挙げられます。ウイルスに感染しやすくなったり、感染後に治りづらくなる要因となります。

感染者が増えると、その分、周囲の方の感染のリスクが高まり、いわゆる「夏風邪の流行」につながります。

夏風邪をしっかり予防し、感染した場合にも早く治したいものです。

予防には、帰宅時と食事前のせっけんでの手洗い(あるいはアルコールによる消毒)が有効です。手洗いあるいは消毒前の手で顔を触らないことが大事です。

気温差、紫外線で疲れやすい時期ですから、上手に服装で調節したり、紫外線を避け、睡眠も十分にとりましょう。

この時期の風邪や疲れを上手に回避し、健やかに初夏の季節を楽しみましょう。



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

役立つ防災情報をみなさんへ

こんにちは。兵庫県防災士会の室崎です。今回は地震や台風などの災害時に発生する停電について、みなさんにクイズを出題します!

クイズ \災害でお家の中が停電! /

大災害時には食料がすぐに手に入らないことも。冷蔵庫・冷凍庫の中にある食材も大切な食料です。停電になっても庫内の食材を傷まないようにするアイデアは?

- ①冷蔵庫の開閉を最小限にする
- ②常に保冷剤を入れておく
- ③冷凍庫に食材をたくさん入れておく



正解は… ①②③全部正解です。

停電後はなるべく冷蔵庫の開閉を減らしましょう。ドアを開けると冷気が逃げ、庫内の温度が上がります。保冷剤は常に冷凍庫に入れておき、停電後に冷蔵庫に移しかえることで、冷蔵庫の冷気を保つことができます。開閉は最低限にして傷みやすい食材から食べていきましょう。冷凍庫には、食材自体が保冷剤代わりにもなるため、たくさん保存しておきましょう。自然解凍で食べられる食材も多くあるので一度チェックしてみましょう。

室崎友輔 Murosaki Yusuke
防災士・地域防災プランナー・神戸常盤大学専任講師・神戸学院大学非常勤講師・ドローン減災士協会理事



「生きる」

今月は「生きる」(2022英)という題名の映画をご紹介します。1952年の黒澤明監督作品のリメイクで、ノーベル文学賞受賞のカズオ・イシグロさんが脚本を務め、主演は今作でアカデミー賞主演男優賞にノミネートされた今年74歳のイギリス人俳優ビル・ナイさんです。余命半年を告げられた男性が、来し方を振り返るとともに生きている現在を再び見つめ直すという物語です。最期の時が近いと知って肩を落とす主人公が、戸惑いと混乱を経て自らの職責を全うすることに「生きる」を見出して過程がとても魅力的なお話でした。

今回の映画を見て私が抱いた感想は、人は生きてきたようにしか生きれない、ということです。若い時には心に秘めていた情熱もいつしか薄れ、ただ受け身で日々を過ごして気がつけばあっという間に人生は終焉を迎えていた。しかし、残り僅かになった人生を急に違う生き方に変えられない。生真面目な人間が急に奔放にはなれない、違う道を歩む暇もない。けれどももう一度、今まで自分が歩んできた道を振り返り、情熱を傾けた生き直しがしたい。それが残された時間の仕舞い方である、ということを雄弁に語ってくれた作品でした。

これまで多くの映画に触れてきましたが、これほどまでに慎ましく命の終わりを「生きる」を教えてくれる作品に出会うことが出来て本当に幸せでした。

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」

