

放送ボランティア「みっきいず」募集

エフエムみっきいは12月1日に開局28周年を迎えました。開局当初より多くのボランティアの方に支えられ、今日まで放送をしています。今年度も放送ボランティア「みっきいず」を募集します。

エフエムみっきいは地域密着、地域の情報満載で、地域の誰もが気軽に参加できる放送局をコンセプトとしています。現在みっきいずとして、10代から80代まで(約80名)の皆さんが活躍しています。学生・主婦・会社員・気象予報士・防災士・ミュージシャンなど経歴はさまざまです。エフエムみっきい放送エリアにお住まいの方で高校生以上なら年齢・性別・キャリアは問いません。(なお、18歳未満の方は保護者の同意書が必要となります。)放送局の業務に関心のある方、プロを目指す方、大歓迎です。



エフエムみっきい年末年始特別編成

12月30日(月)~1月3日(金)は年末年始特別編成でお送りします。

8:00~10:00	リメンバーミュージック
10:00~10:15	録音企画番組
10:15~12:30	みきらぢホリデー(生放送)
12:30~15:00	通常番組
15:00~19:00	特別番組
19:00~20:00	通常番組
20:00~20:30	みっきいミュージックタイム
20:30~	通常番組

※生放送のみきらぢハチヒル・サンナナはお休みさせていただきます。
※特別番組のラインナップにつきましては、決まり次第HP、生放送内でお知らせいたします。

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

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/

仕事内容	
①ミキサーオペレーター	さまざまな放送機器を扱います。特に音にこだわりのある方には楽しい業務です。
②番組アシスタント	おしゃべりや人が好きな方に向いています。時には外へ飛び出してリポーターも!! プロのパーソナリティを目指す方オススメです
③番組企画	こんな番組があったら面白いのに... こんな番組やってみたいなど提案・実現してみたい方。
④その他なんでも	イベントの補助がしたい、パソコンが得意など。ご相談下さい。大歓迎します。

後日面談を行い、実際に活動開始いただくのは2025年4月以降となります。春から何か始めてみたいと思ったあなたにピッタリです。皆さんの力で楽しく放送局の盛り上げに一役買ってみませんか?まずはお気軽にご相談ください。ご応募お待ちしております。

いずれの募集も、お申込み・お問い合わせは電話・FAX・メールで受け付けています。
FAX・メールの場合は「みっきいず」希望とご記入下さい。最終的に面談の上、決定させていただきます。

申込期限：令和7年1月31日(金)
宛先：エフエムみっきい
電話：0794-86-0761
FAX：0794-86-1761
メール：melbo@fm-miki.jp

HPから簡単に応募できるフォーマットも用意しています

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

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

TEL:090-5672-5034
兵庫県三木市志保町中自由が丘2丁目4-4-45

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 企画番組
放送時間:火10:00~土23:15~ 【提供:三木市観光協会】

紅葉狩りに法輪寺に行こう!

11月後半のてくてくは細川町にあります法輪寺でした。6月後半にも訪れています。法輪寺は山の上にあります。坂道の山道を登って行く際、両側から覆いかぶさる青紅葉をみて、紅葉時の美しさを想像しました。
さて、訪れた日は、まだまだ夏の延長戦のような暑さが続いていて、紅葉には程遠い状態でした。
今回お相手をしてくださったのは住職の奥さんの和美さん。今年の紅葉について「12月になってから紅葉が楽しめるというような年もあります」とのことでした。今年もどうやら12月くらいでも楽しめそうです。
この日は2/11に行われる「初午採燈護摩」のこともお聞きし、この時行われる「大般若経の転読」のやり方を特別に教えてもらいました。パラパラパラとめくられる転読の際に起こる風を受けてもご利益があるそうで、ひょっとしたら、煩惱退散したかもしれません(笑)
紅葉の色づきの様子や法輪寺の行事についてはインスタグラムをチェックしてください。



薬屋さんの健康コラム

今年は季節の変化が激しく、体調が乱れたり風邪をひく方が多いように感じます。
今回、風邪などの呼吸器感染症の予防について書いてみます。
呼吸器感染症を引き起こすウイルスは数多く、その感染力の強さや特徴から『空気感染』『飛沫感染』『接触感染』などと分類されています。
空気感染・飛沫感染については、新型コロナ流行で提言されていたような「3密(密閉・密集・密接)」の回避が効果的です。
接触感染では、テーブルや手すりやドアノブなどに付着しているウイルスが手に付き、その手で自分の顔に触れることで感染します。このため、外出時には顔に触れないようにする、帰宅時や食事前に石鹸での手洗い(あるいはアルコール消毒)をするのが有効です。家族内での感染防止に、タオルをこまめに変えたりペーパータオルを使うのも効果的です。
室内の空気が乾燥すると、ウイルスが生き残りやすいですし、鼻やのどの乾燥が生じれば、ウイルスへの防御機能が低下します。可能であれば、室内を加湿したり、外出時のマスクで乾燥予防をするとよいでしょう。
その他、年齢や持病などの状況によって、予防接種などの対策も変わってきます。かかりつけの医師や薬剤師とも相談しつつ、適切な予防を心掛けて頂ければと思います。

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 コラム

みなさんは、お家の中の地震対策はできていますか?一度、お家の中の地震対策をチェックしてみましょう。

- 大きな家具や家電は、転倒防止器具で倒れないようにしている
- 重ね置きのカラークラックは、上下連結して固定している
- 重いものは下に収納し、家具を倒れにくくしている
- 食器棚内には滑り止めシートを敷き、食器を割れにくくしている
- 本棚には落下抑制テープなどで落下防止対策をしている
- 開き戸にはストッパー、引き出しには飛び出し防止器具などで対策をしている
- 落下すると危険なガラス製品などを家具上部に置いていない
- テレビなどの家電は、転倒落下しないように設置場所に固定している

液晶テレビの大画面化が進み、地震による転倒防止対策がますます重要となっています。ホームセンターなどで販売されている固定器具や粘着マットなどで、液晶テレビとテレビ台とを固定するようにしましょう。テレビ台のキャスターを固定するなど、設置する家具の地震対策も忘れずに。また、万が一転倒・落下した際に、窓ガラスを割ったりするような危険な場所に設置しないような配置もチェックしましょう。

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

秋 コラム

私は時々、三木山森林公園を散策するのが好きです。軽く走りながら季節を感じる時間が、とても心地よく感じられます。中でも秋には落ち葉が路々に絶えず降りしきり、またそこを踏みしめていくサクサクとした音にも何とも言えない風情があります。皆様にも、それぞれの秋があることでしょう。
私事ですが、年を越すと丁度五十歳になります。人生を季節に例えれば初秋、中秋の頃でしょうか。二十歳で僧侶にならせて頂き、振り返ると三十年の歳月があつという間のこのように思えます。息子、娘が私の跡を継ぐべく僧侶としての始めの一步を踏み出しつつある昨今、喜びとともに季節を下りつつある自分の今に気がつきます。
勿論、世間で言えばまだまだ現役なので、これからも元気に務めに励むことには変わりはありません。今は秋であって冬ではないのだから、とも思います。しかし、その上で託せる人が居る、ということはこの上ない幸せに感じるのです。無常の命だからこそ、自分で自分の命を計画しきれない私だからこそ、新しい命に望みをかけられる安心さをひしひしと感じずにはおれないのです。
先人の人々も、芽吹き、萌え、散りゆく葉のように、一枚ごとに燃やされた命があったのだろう、私もその一枚にしか過ぎない。しかし、その一枚であることを感じられる今を噛み締めて、過ぎゆく季節を大切に送りたいと思った秋のある一日でした。

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」