2026年 夏号 7・8・9月

みっきぃインフォメーション かみらぢお

Vol.188

エフエムみっきぃ開局30周年記念企画
～ おかげさまで30年 ～
出張ラジオ 街角みっきぃ！

30年分の感謝をお届け！ いつものスタジオを飛び出し街へと繰り出します♪

2026年12月1日、三木市のラジオ局エフエムみっきぃは開局30周年を迎えます。

これもひとえにリスナーの皆さま、スポンサーの皆さま、関係者の皆さま、そして、三木市の皆さまのおかげです♪30年分の感謝を伝えるため、今年はスタジオを飛び出し街へと繰り出します！三木の街角で地元の皆さんと楽しくおしゃべりしながら、開局当時のエピソードやラジオにまつわる思い出、未来についても語り合う、市民参加型のスペシャルプログラム。

街角で出会ったときは、あなたもぜひ気軽に参加してくださいね♪

2026年7月6日(月)～ 放送開始！
出張ラジオ 街角みっきぃ！
放送日：月曜～金曜 9:00～ / 再放送：月曜～金曜 15:50頃～

生放送番組「みきらぢハチヒル」「みきらぢサンナナ」内でお届けします

※災害等の緊急時には予告なく放送を休止・変更する場合があります。
※その他、祝日の特別編成や市議会の中継時にも放送を休止・変更する場合があります。
※番組の放送スケジュールはエフエムみっきぃのHP及び公式Xでもご確認いただけます。

MIKI FM Radio Station 76.1MHz エフエムみっきぃ
［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
MAIL：761@fm-miki.jp WEB：http://www.fm-miki.jp/

エフエムみっきぃ夏季特別編成 番組情報

8月10日(月)～14日(金)の5日間は夏季特別編成でお送りします。

8月11日(火・祝)	
8:00~	リメンバーミュージック
10:00~	録音企画番組
10:15~	生放送「みきらぢホリデー」
12:00~	通常編成
14:00~	みっきぃミュージックタイム
14:30~	通常番組
15:00~	特別番組（詳細は別途）
19:00~	通常編成
20:00~	みっきぃミュージックタイム
20:30~	通常編成

8月10日(月)・12日(水)～14日(金)	
8:00~	リメンバーミュージック
9:30~	生放送「三木市の窓」
10:00~	録音企画番組
10:15~	生放送「みきらぢホリデー」
12:00~	通常編成
15:00~	特別番組（詳細は別途）
19:00~	通常編成

※生放送「みきらぢハチヒル・サンナナ」はお休みとなります。

特別番組の詳細は、エフエムみっきぃの放送および公式Xにて、随時ご案内いたします。

インターネットサイマルラジオ おしらせ

エフエムみっきぃの放送は、HP内の「JCBAインターネットサイマルラジオ」リンクからもお聴きいただけます。
↓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/

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】

三木市でプロ野球公式戦！！

さわかみ関西地域プロ野球リーグ（関西独立リーグ）に参加している姫路を拠点とするチーム姫路イーグレッターズの公式戦を三木山総合公園野球場にて開催されるとのこと。

同チームの公式戦を三木山総合公園で開催するのは今回が初めて。

私こう見えて20代から30代は野球をプレーする側でもあったので、三木山は何度も足を踏み入れたグラウンドで愛着のある場所。

改めて、取材の機会を得て、プロが公式戦で使う素晴らしい球場だということに感動しました。

今回お相手をいただいたのは管理責任者の依藤さん。

プロの練習グラウンドとして常用されるのもすごいこと。それが公式戦で使うことになるなんて…。そのキッカケ話に「そんなことってあるんですね」と感心＆関心を覚えました。

それもこれも、日頃の管理の賜（たまもの）。早朝から公園内の草刈りで日焼けした顔でにっこりと笑う依藤さんが印象的でした。

この夏、姫路イーグレッターズの公式戦を観戦に是非三木山総合公園にお越しください！

僕も応援しますよ～♪ 詳しくは、チームのインスタグラムをチェック!!

防災ちょこっとアイデア コラム

今回は、「新しくなった防災気象情報」についてお話します。

気象庁では、令和8年5月から新たな防災気象情報の運用を始めました。これまでの防災情報は複雑でわかりにくく、「今、自分は何をすればいいの？」と分かりにくい面がありました。そこで新しい防災気象情報では、情報の名称に警戒レベルの数字が付けられるようになり、危険度がひと目で分かるようになりました。これにより、市町村の避難情報と、住民が取るべき行動との関係も理解しやすくなっています。

特に覚えておきたいのは、「警戒レベル4」で危険な場所にいる人は避難するということです。レベル5は、すでに災害が発生している、または切迫している状況なので、「レベル5になったら避難」では遅くなります。

テレビやスマートフォンで防災情報を見る際は、情報の名前だけでなく警戒レベルにも注目し、いざという時に備えておきましょう。

令和8年5月29日より
気象の警報などが大きく変わりました

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

- 警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます
- 河川の氾濫の危険度の伝え方が変わりました（特別警報の新設など）
- 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます

※図版は気象庁ホームページより

大田 亜由美 Ayumi Ota
防災士・防災備蓄収納1級プランナー

★★★ 三木の未来に虹をかける ★★★

ひょうご・みき 未来構想研究会とは？
MIKI MIRAI PROJECT

私たちは、三木の未来をより良くするために地域の課題を共に学び、語り合い、解決に向けて行動する研究会です。

このポロシャツを見かけたら、気軽に声をかけてください

代表 杉本 直毅（すぎもと なおき）

080-5809-3709
naokimoto52@gmail.com
兵庫県三木市在住
神戸村野工業高校卒
元 NTT 西日本グループ勤務

活動の様子はこちらから！
Facebook 公式 LINE

一緒に考え、一緒に行動し、三木に虹をかけましょう！

バナー広告 会社紹介・イベント情報・求人広告など

薬屋さんの健康コラム コラム

今年も、暑い季節がやってきました。熱中症対策をはじめ、体調管理に気をつかう時期ですね。

たとえ家の中でも、またあまり暑さを感じていなくても、熱中症のリスクが高まっています。

エアコンの設定温度として、28℃を目安にしている方もおられますが、湿度によって、あるいは体調などによっては熱中症のおそれがあります。26℃程度が安全です。

またエアコンの性能、家具等の配置によって、エアコンの設定温度と実際の室温には誤差が生じる場合があるようです。温度計を購入しておき、室内の実際の温度を確かめておくと良いと思います。

年齢、持病、服用している薬などにより、熱中症のリスクが上がる場合があります。主治医やかかりつけの薬剤師と、熱中症対策について話し合っておくことをお勧めします。

仕事やイベントなど、暑い場所での活動を避けられない場合があります。汗をかいている間の水分補給も大事ですが、あらかじめ水分をとっておくことを忘れないようにしましょう。朝食をとらない方では、熱中症リスクが高まっています。

トイレに行く回数が普段よりも少ない、尿の色調が普段よりも濃い、といった状況にならないよう、気をつけましょう。

今年も、夏の時期が長いかもしれません。
体調管理にお気をつけください。

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

当事者としての私 コラム

エチオピアの民話から。十二人の男たちが、ある大きな川を渡りました。やっと渡り終えたところで一人が「大変だ、十一人しかいない」と騒ぎ始めました。他の男達も、「本当だ、十一人だ。誰か一人溺れてしまったに違いない」と同調します。彼らが右往左往していた時、一人の旅人が通りがかり事情を聞いたそうです。すると、男たちを一列に並ぶよう指示した旅人は、「一、二……」と一人ひとりの頭を軽く叩きながら数えていきました。「……十一、十二」、するとちゃんと十二人いるではありませんか。結局、男たちは揃って自分を数に入れ忘れていた、というお話です。他愛のないお話ですが、自分自身が当事者そのものであると自覚するのは意外に難しい、そういう視点で見ると大切な事を教えてくれるように思います。

最近、身近な肉親を亡くしました。生は偶然、死は必然ということが如実に知らされた出来事でした。生きている当事者であり、死ぬ当事者なのだと知らされました。加えて葬儀に参列した家族や仕事関係、友人、知人等々皆さんの涙を見て、一人の人間がいかに多くの縁に生かされた存在であるかも同時に知らされました。生かされた当事者として、生きている、死んでいく当事者としての人、自分。それは自明のことのように見えて、案外見えていないことなのだとしみじみと痛感したことです。

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」