



開局から10年以上が経過したいなべエフエムは、毎日さまざまな番組を放送しています。今回は「まちをつなぐ情報の輪」をテーマに、高齢者支援、子育て、若者の地域参加、そして災害への備えまでを幅広く紹介します。



いなべエフエム
浅山 優平さん

いなべエフエムは北勢市民会館2階のいなべスタジオから放送している、地域密着のコミュニティエフエムです。月曜日から金曜日は朝、昼、夕の生放送番組を、個性豊かなパーソナリティがさまざまな話題をテーマに沿ってお伝えしています。

介護や子育てを応援するコーナーや、医療、農業に関するコーナーも編成し、日々の疑問に寄り添う内容を心がけています。地域のイベントや暮らしのヒントは、皆さまからのお便りや市から届く情報と合わせてお届けしています。また、災害時には防災ラジオとして情報を放送し、市民の安心安全を支えます。

大きな局の全国ニュースには太刀打ちできませんが、地域に根差した足元の情報は私たちの強み。困ったときにまず思い出し、してもらえ放送でありたいと思います。

地域に寄り添う放送

＼いなべエフエムを聴こう！／



ハロー いなびー

86.1MHz

※防災ラジオの「FMいなべ」を
押しても聴けます



インターネット放送はコチラ！▲



パーソナリティ
弓矢 直美さん

私は司会業を続けるなかで、地元でコミュニティエフエムを立ち上げる動きに出会い、「いなべに恩返しをしたい」と開局準備から関わりました。パーソナリティの育成にも携わり、「上手さ」より「人柄」が伝わることを大切にしてきました。放送では、むしろかしい言葉をかみ砕き、地名などのアクセントも地元の言い方で自然体にお伝えしています。ラジオは想像のメディアですから、サイズや情景が浮かぶよう比喻を添え、「あなたはどうか」と、一人に向けて語りかけることを大切にしています。

インターネット放送によりスマホやパソコンでも聴取いただけるので、市民以外の方からのお便りも多いです。開局以

来続けている「いなべ弁」のコーナーでは、祖父母やご近所が話していた言葉をクイズ形式で紹介していますので、地元ならではの放送内容にも魅力を感じていただいているのかもしれない。

長年放送していることと相まって、リスナーから「声を聴くと落ち着く」と言っていただけ何よりの喜びです。メールやSNSを通じて、番組に参加していただけるのもとても励みになります。

開局時、公募で付けていただいた愛称「いなべ」には、「蜜蜂のように細かな情報を集めて届ける」という思いが込められています。これからも暮らしのそばで、親しみのある「声の笑顔」をお届けします。



いなべエフエム 長崎 修太さん
編集マン小話

私はいなべエフエムで編集を担当しています。市民さんとの距離が近いめか、収録中であっても話しかけられることもあります。放送ではそっとカットしますが、それだけ親しみを感じてくれているのがうれしいです。音だけのメディアなので、雑音や言いどきは自然に整えます。話し慣れない方の回ほど手はかかりますが、聴きやすく気持ちが届く音に仕上げています。

みんなで支える 幸齢社会

毎月第2、第4金曜日
13:15頃～

再放送：土曜日 9:45～
日曜日 10:45～



◀過去の放送回
※順次追加して
いく予定です

看護師
守山 浩子さん
いなべ地域在宅医療・
介護連携支援センター



頼れる人がいるんだ」と感じていただけるはずですよ。



「みんなで支える幸齢社会」は、暮らしの中で明日すぐ役立つ医療・介護のヒントを約10分に凝縮してお届けしています。高齢化と医療・介護の人材不足が進む今、地域住民全員で支え合う仕組みは欠かせません。病気になる時「どんな人が支えてくれるのか」を知ってもらうため、出演者は同じ地域に暮らす医師、看護師、薬剤師、ケアマネジャー、民生委員などです。医療や介護のプロとはいえ放送の素人ですから、少したどたどしい話しぶりもむしろ共感を呼び、「ああ、私の身近にも頼れる人がいるんだ」と感じていただけるはずですよ。

いなべ地域在宅医療・介護連携支援センター
看護師 **佐藤 早百合さん**

身近な支えを知る

一方で、施設ケアの良さもきちんとお伝えしたいと考えています。ただ、選択肢を知らないまま施設に入る人は減らしたい。だからこそ、家でも施設でも、「どのような生活ができるか」を具体的に示し、リスナーの皆さんが自分に合った道を選べる番組にしています。

番組は100回を超えましたが、まだ聞いたことがない人も多いと思います。再放送やアーカイブも用意していますので、ぜひ一度聞いてみてください。

さい。きっと、「こんな支援があったのか」「今のうちに家族と話しておこう」という気づきが得られるはずですよ。



【9月の放送内容】

9/12 「認知症の初期症状について」 三重北医療センター いなべ総合病院
9/26 「認知症の原因となる病気について」 医師 家田 俊明さん

【10月の放送内容】

10/10 「オーバードーズについて」 はった薬局 薬剤師 郷 幸代さん
10/24 「お薬のみ方について」 アイン薬局 薬剤師 伊藤 優希さん



しんじょう医院
医師
新城 拓也さん

11～12月の4回は、以前いなべ総合病院に在籍し、今は緩和医療の第1人者になられた新城医師を迎え、「がん告知」「緩和ケア」などをテーマに特集を放送します。

生の声を大切に

番組でいちばん力を入れているのは体験談です。在宅で家族を看取ったご家族や、人工呼吸器をつけたお子さんの入浴介助の支援を行った訪問看護師さんなど、リアルなエピソードをそのまま語っていただいています。



私は在宅ケアを勧めたいえしたいと考えています。ただ、選択肢を知らないまま施設に入る人は減らしたい。だからこそ、家でも施設でも、「どのような生活ができるか」を具体的に示し、リスナーの皆さんが自分に合った道を選べる番組にしています。

おうち子育てを応援！

毎月第1、第3金曜日

13:15頃～

再放送：土曜日 9:45～
日曜日 10:45～

▼過去の放送回
※順次追加していく予定です



(第1金曜日担当) 健康こども部
保育士 **栗山 順子**



幸せな子育てのために

私は、定期的に市内の子育て支援センターでお母さんから、「離乳食をこっくんできない」「うつ伏せを嫌がる」といったリアルな悩みを聞いています。その悩みに答えるために、専門書などから、脳科学や心理学で明らかになってきた育ちのプロセスや、行動の意味を作業療法士さんなどに確認して根拠を固め、約8分の原稿を作っています。

滑り台を何度も登る、何でも口に入れてなめる、何でもポイポイ投げる——そんな行動が脳や体の発達を促すために今必要なことだと説明し、赤ちゃんの発達要求を満足させつつ、お母さんが困らない遊び方を提案しています。行動の理由がわかれば、「なんでこんなことばかりするんだろう？」という不安が、「そういうことなのね。今まさに次の発達に向かって頑張っているんだ！」と、愛しく思えて赤ちゃんの応援者になれます。

放送するテーマは、季節に応じたものもあります。夏前になると「おむつをどうやって取るんだろう」と心配される方が増えます。そういった悩みにもタイムリーにお応えしたいと思っています。

子育て世帯だけでなく、子どもに関わる皆さんに聞いてもらえればうれしいです。

みんなが子育て

保育士になって半世紀、子育て支援センターや保育園づくりに携わる中で痛感したのは「子どもは地域で育て合うもの」ということ。元々、ヒトは共同養育をするように遺伝子に組み込まれているのです。

いなべ市には各町に子育て支援センターがあり、地域の子育て応援団さんが見守ってくださいます。ここで困りごとを出し合えば、保育士も先輩ママも温かく手を差し伸べてくれます。子育て支援センターに足を運び、地域の温かさに触れることで、パパやママが心豊かにお子さんと向き合えることと思います。

▼パーソナリティの悠木美里さんとともに収録



皆さまからの便り募集中！



応募フォームから投稿、またはSNS「X」で「#先生きて」を添えて投稿ください



人と地域をつなぎ、備えを広げる

いな総放送局 土曜日 12:30 ~ 12:55 (再放送) 日曜日 18:30 ~ 18:55



1. 部員たちの集合写真 2. 放送部の活動では音声だけでなく映像も取り扱う 3. いな総放送局の収録風景 4. 音声の編集作業



いなべ総合学園高等学校
2年生 出口 希美さん

若い声を地域へ

私が所属する放送部では、3年6人、2年3人、1年3人の計12人で、いなべエフエムで放送する番組を作っています。部室でだいたい週1回のペースで収録し、録音後は不自然な間を削り、音量を整えて提出しています。台本は基本なし。3人1組で1人が進行役を務め、内容は直前に「今日は何を話す?」と決めることが多く、NGワードやワードワulfなど言葉遊びの回は特に盛り上がります。

入部後、「回転寿司で何を食べる?」の回に初めて感想が届き、声が届く実感を持てました。お昼の校内放送や行事の司会で「上手だったよ」と言われたことも励みです。取材で初対面の人に話を聞く経験を通じて、少しずつコミュニケーション力が鍛えられています。将来は人と向き合う場でこの経験を生かしたいです。

ラジオをいつも聴ける環境ではありませんが、高校生が番組を持てること自体が貴重で、地域と関わるきっかけになります。焦らずコツコツ続け、聴きやすい30分を届けていきます。

リスナーの声



cafe きら
伊藤 文さん

経営する喫茶店には高齢客が多いので、BGMは聴きなじみの曲と市情報が届くいなべエフエムを流しています。有線やスマホ再生も考えましたが、地元密着が決め手です。放送で知った市内情報を常連さんに伝えると会話が広がり、「懐かしい曲が耳に入ってうれしい」との声もいただいています。



十社電気商会
相内 愛梨さん

社内では地元情報がすぐ届くいなべエフエムを常時流しています。催しや防災情報が仕事や暮らしに直結し、BGMとしても集中しやすいです。「おうち子育て応援!」のトイレトレーニング回で家族の協力を再確認しました。義母とも話題につながり、ラジオは地域の耳寄り掲示板だと感じています。



防災課
新美 銀太

これまでの災害では、多くの自治体で被災後に市民への情報配信のため臨時災害エフエムを立ち上げてきました。臨時災害エフエムとは、被災自治体が臨時の免許で短期間運用するラジオ局で、災害廃棄物や給水、道路、医療、交通など生活に直結する情報を地域住民に対して一斉に伝える仕組みです。令和6年1月1日の能登半島地震でも、輪島市町野地区で臨時災害エフエムが活用されています。

被災直後からの大きな課題は「情報の伝達」と言われています。臨時の災害向けエフエムを一から立ち上げるには、国の許可や専門団体との手続きが必要で、放送を始めるまでどうしても時間がかかります。市としてはあらゆる手段で情報を発信しますが、媒体は一つでも多い方が有効です。平時からいなべエフエムがあることは、災害時に市の注意喚起や生活情報を迅速に届けられるということ。日頃の放送体制と地域ネットワークをそのまま生かせる安心感が、いなべ市の力になります。

▼防災課に設置している緊急割り込み放送装置。エフエムの電波を通じ、迅速な緊急放送が可能



災害時に強いラジオ局

○防災ラジオ配布中! 〇 防災課 ☎ 86-7746

市内の世帯・事業所に、防災ラジオを無償貸与しています。緊急防災情報は、いなべエフエムの電波を通じて一斉放送されます。平時はAMやFMとして使うことができ、緊急時は放送を聞いていなくても、自動的に防災ラジオが起動して放送されます。ラジオを持っていない人やラジオに不具合のある人は防災課へ問い合わせてください。

▼正しい使い方

- ・いなべエフエム(86.1MHz)が受信できる場所に設置すること。受信が不安定な場合、CTY加入世帯はアンテナケーブル接続で改善します。(無償貸与)
- ・必ず家庭用コンセントから常時給電すること
- ・電池は3年を目安に交換推奨で、単3形の充電式ニッケル水素(2000mAh1.2V)を使用すること。なお、電池交換の費用は個人負担です。推奨外の電池は故障の原因になるほか、消耗した電池のまま使うと液漏れの恐れがあります。



災害時の情報発信拠点と、人と地域を結ぶ役割の両面を持ついなべエフエム。平時も暮らしに寄り添う、身近な声の窓口です。いなべエフエムへ、あなたの気づきや疑問、体験談をひとことからでもぜひお寄せください。



◀いなべエフエム
メッセージ&リクエスト