

広報

しそ

SHISO City Magazine

8

2022

No.209

ド
キ
ド
キ



宍粟市公式LINE



友だち
募集中



誰も自殺に 追い込まれないまちへ



さまざまな悩みやストレスを抱えるうちに「こころ」が追い込まれることは誰にでも起こり得ることです。今回のテーマは「誰も自殺に追い込まれることのないまちづくり」。近くにいる人が悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞くことで救われる人がいます。大切ないのちを守るために、自分ができることを考えてみませんか。



9月10日～16日
自殺予防
週間

表2 平成28年～令和2年
市内男性の年代別平均自殺率※

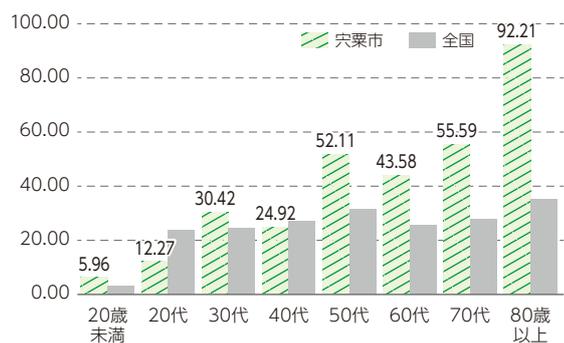


表1 平成30年～令和2年の
平均自殺率※の比較

区分	宍粟市	西播磨	兵庫県
全体	25.6	17.7	15.9
男性	41.9	27.5	22.5
女性	10.6	8.5	9.9

令和2年人口動態統計より

※自殺率：人口10万人に対する自殺者数

市の自殺率、高い状況続く
日本では年間2万人を超える人が自ら命を絶っています。宍粟市の自殺率※は県下や周辺地域と比べても高い状況が続いており、特に男性および高齢者が高くなっています。

ゲートキーパー(命の門番)に聞く



NPO法人ゲートキーパー
支援センター 理事長
竹内志津香さん

ふだんから相談できる環境を

自殺は予期せぬ生活の変化から引き起こされることが多いです。特に男性に多く、会社の倒産やリストラで仕事を失うなど、これまでの人生から大きく転落したときに起こりやすいです。また、近年では若者の自殺が増えています。いじめのほか学業や将来への不安に直面していたことなどが原因に挙げられます。その人の様子がふだんと少しでも違うと感じたら、まずは何気ない会話から少しずつ話を聞いてあげてください。雑談から相談する習慣をつくり、打ち明けても大丈夫と知ってもらうことが大事です。話の中で「眠れない」「死にたい」などといった言葉があれば、本人の了解のうえ専門機関につないでください。

宍粟市で高齢男性の自殺率が高いのは、人口密度の低い場所が点在しており、そこで暮らす独居の高齢者が孤独から命を絶つなどの理由が考えられます。男性は配偶者を亡くしたときなど女性よりも孤独を感じやすいといわれています。

誰がいつ当事者になるかわかりません。ふだんから相談できる環境をつくっておきましょう。

一人で悩まず、まずは相談を こころの相談窓口

相談窓口	電話番号	開設時間
市保健福祉課	☎ 62-1000	平日 8時30分～17時15分
県いのちと心のサポートダイヤル	☎ 078-382-3566	平日 18時～翌8時30分 土日祝 24時間
はりまいのちの電話	☎ 079-222-4343	毎日 14時～翌1時

自殺を防ぐために周りの人ができること



気づく

眠れていない、食欲がない、口数が少ないなど、家族や知り合いの変化に気付いたときは声をかけましょう。



傾聴する

相談を受けるときは、まず話せる環境をつくったうえで、本人の気持ちを尊重し、ねぎらいの言葉をかけながら、耳を傾けてあげましょう。



つなぐ

心の病気や本人だけで解決が難しい問題があれば、早めに専門機関へつないであげましょう。



見守る

専門機関へつないだあとも、相談に乗ることを伝え、温かく寄り添いながら、じっくりと見守りましょう。

不調が続くと危険 チェックして

毎日、気分が優れない人は次のチェックをしてみましょう。1～5の項目で2つ以上、または6～7の項目で1つ以上、「はい」が該当する場合は危険です。一人で抱え込まず、早めに医療機関や市の相談窓口にご相談してください。

1	毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ
2	これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった	はい	いいえ
3	以前は楽にできていたことが、おっくうに感じられる	はい	いいえ
4	自分は役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ
5	わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ
6	死について何度も考えることがある	はい	いいえ
7	気分がひどく落ち込んで、自殺について考えることがある	はい	いいえ

厚生労働省 うつ対応マニュアル「心の健康評価票」参考

イオン南側の3交差点 今月から優先道路変わる

イオン山崎店周辺の道路改良工事の一部完成に伴い、同店東側を南北に通る市道山田下広瀬線と交わる3つの交差点の優先道路が8月1日から変更になりました。これまでは東西に通る道路が優先でしたが、これからは南北に通る道路が優先となります。標識や看板に従い、十分注意して通行しましょう。

変更後の優先道路



問 建設課 ☎ 63-3069

ひきこもりやアルコール依存など 「こころの健康講座」受講生募集

「こころの健康講座」受講生の募集です。ひきこもりやアルコール依存など家庭で抱え込みやすい悩みをテーマにした4つの講座が受講できます。原則すべての講座への参加が必須で、日程は次のとおり（第4回のみ単独受講可）。いずれも会場は宍粟防災センターです。

第1回テーマ「大人の発達障害」

- ▶日時 9月13日(火) 14時～15時30分
- ▶講師 ひょうご発達障害者支援センターグループ 上郡ランチ 福田崇徳さん

第2回テーマ「ひきこもり」

- ▶日時 10月7日(金) 14時～15時30分
- ▶講師 兵庫ひきこもり相談支援センター播磨地域ランチ アドバイザー 貞本範之さん

第3回テーマ「アルコール」

- ▶日時 10月20日(木) 14時～15時30分
- ▶講師 宋神経科クリニック 院長 宋慎平さん

第4回テーマ「生きる支援」

- ▶日時 10月24日(月) 14時～15時30分
- ▶講師 中央大学人文科学研究所客員研究員 高橋聡美さん

④ 申込方法ほか

すべての講座の受講希望者は9月12日までに保健福祉課(☎62-1000)まで▶定員50人(申込順)▶第4回のみ受講希望者は10月17日までに同課まで▶定員80人(申込順)



地域おこし瓦版

第77回



地域おこし協力隊
都留 万里代さん

皆さん、こんにちは。地域おこし協力隊になって間もなく1年半を迎えようとしています。7月1日に私の活動地である一宮町の染河内地区で、地域の新たなコミュニティ拠点「染河内森のようちえん」がランドオープンしました。協力隊としてこのプロジェクトに参加し、「大人も子どももゆったりと過ごすことができる第三の居場所」というコンセプトと向き合い、地元の実行委員会のメンバーとともに場所づくりをしてきたので、お披露目の日を迎えられ、とても嬉しく思います。

この施設には、地元の方が運営する「Café&Bar かしのみ」、イベントや多目的な用途で使用できる「ワークルームさくら組」、そして、カラオケなどが楽しめる「ミーティングルーム」などがあり、小さい施設ですが、さまざまな楽しみ方、使い方ができます。

また、7月に行った藍染体験とヨガイベントを皮切りに今後も藍を使った染色体験や発酵に関する教室など、さまざまなイベントを開催していきます。これからもどうぞよろしくお願いいたします。



森のようちえんで都留さんが教える藍染め

知っていますか？ 「手話・筆談マーク」

手話や筆談による対応が可能なことを示す「手話マーク」「筆談マーク」。役所や公共交通機関の窓口などで聴覚障がい者への配慮を表していることはもちろん、相手から提示された場合はその人が「聞こえない、聞こえにくい」ことを理解して対応する必要があります。筆談のほか身振りを使ったり、口元を見せゆったり、はっきり話したりするなどして対応しましょう。

手話マーク



筆談マーク



☎ 障害福祉課 ☎ 63-3101 ☎ FAX 63-3062

宝くじ いつでも、どこでも。
公式サイト 宝くじをもっと手軽に、もっと便利に!

24時間いつでもネット購入 /

宝くじ LOTO 4H BINGO NUMBERS 7-0594

NEW QuickOne いつでも買える。秒で結果でる。



会員登録はこちら



お問い合わせ先 | 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)
TEL 011-330-0777 (有料)

(広告)

仕事や生活、趣味などに役立つ最新情報をお届けします。

情報Station

インフォメーション

新型コロナウイルス感染症の影響により、日程などが変更になる場合があります。

人口	35,556人 (- 29)
	男性 17,083人 (- 5)
	女性 18,473人 (- 24)
	世帯数 14,726世帯 (± 0)
※令和4年8月1日 現在	
7月の異動	出生 14人 (- 5)
	死亡 32人 (- 16)
	転入 47人 (- 11)
	転出 59人 (- 5)
	その他増 1人 (- 2)
	その他減 0人 (± 0)

募集 市営住宅入居者

市営住宅の入居者の募集です。
対象団地 木谷団地(山崎町) 1戸2DK(月額1万6500円)、中山台団地(山崎町三倉) 1戸2DK(月額1万8400円)、横須団地(山崎町) 1戸2DK(月額1万7800円)・1戸3LDK(月額2万4200円)、加生団地(山崎町) 1戸2DK(月額1万8400円)
受付期間 8月16日～31日
受付窓口 住宅土地政策課、市民局地域振興係
入居資格 市内在住または在勤の住宅困窮者(所得要件などあり)
その他 応募者多数の場合は抽選

募集 住宅土地政策課

「第2回お茶ツトルム」参加者の募集です。お茶を楽しみながら外国人と談笑します。
日時 8月30日19時～
会場 ライブリーちくさ
参加料 一般200円、小学生100円、未就学児と会員は無料
問合せ 同協会事務局 ☎63・3123

募集 気軽に国際交流お茶ツトルム in 千種

「六栗市交通安全計画」パブリックコメントの募集です。同計画では交通事故発生件数の減少や道路交通環境の整備

募集 一宮北中学校区が対象 田中登奨学金

返還の必要がない給付型奨学金制度「田中登奨学金」の募集です。受付は随時。対象は次の要件をすべて満たす人です。
要件 ▽一宮北中学校を卒業または保護者が同校区内に住所を有し居住している▽高校や高専、大学などに在学している▽経済的理由により修学の支援が必要
給付額 高校生などは月額1万円、大学生などは月額2万円(下宿などの場合は月額4万円)
申請方法 所定の申請書に必要事項を記入のうえ教育総務課まで
問合せ 教育総務課 ☎63・3121

募集 危険管理課

など今後5年間の交通安全対策の方向性が示されています。素案は市公式サイトのほか、危機管理課や市立図書館、市民局の窓口などで閲覧できます。
応募期限 9月5日
応募方法 所定の意見書に必要事項を記入のうえ前記の窓口まで
問合せ 危険管理課 ☎63・3119

不燃と粗大

収集日は別

不燃ごみと粗大ごみの収集日は別々です。収集は不燃ごみが4週間に1回、粗大ごみが2週間に1回。くわしくはごみ収集カレンダーで確認してください。

☎生活衛生課 63-3506

診療科目 / 歯科・口腔外科・小児歯科・矯正歯科

ハッピースマイル歯科
HAPPY SMILE DENTAL CLINIC

イオン山崎店 咲ランド ショッピングセンター 2F TEL.64-1182

午前/10~13時 午後/15~20時(月~土) 15~18時(日・祝)

(広告)

入浴+ Pizza set

入浴+ Drink set

平日限定

TEL.0790-74-1000

(広告)

募集
畜産農家などに支援金
今月末まで

燃料や家畜飼料の価格高騰による影響を受けた施設園芸農家や畜産農家に最大200万円が助成されます。申請期限は8月31日まで。令和3年度に販売実績がある個人または法人が対象です。
対象経費 施設園芸農家▽燃料代(重油・灯油)、畜産農家▽家畜(乳牛・繁殖牛・肥育牛・養鶏)の飼料代
助成率 対象経費の価格高騰分の2分の1
申請方法 所定の申請書に必要事項を記入のうえ販売伝票などを添えて農業振興課または市民局産業振興係まで
その他 価格高騰分の算定は別途基準あり

募集
防火管理講習会

「甲乙種防火管理講習会」受講生の募集です。
日程 10月13日(甲乙両種あり)、14日(甲種のみ)
受付期間 8月29日～9月16日
定員 50人(申込順)
会場 宍粟防災センター
受講料 4500円(テキスト代込)
問 宍粟消防署
☎62・8201

募集
酒粕スイーツを作ろう
発酵教室

「発酵教室」受講生の募集です。定員は8人。対象は市内在住の人で、酒粕を使ったス

募集
兵庫県職員

兵庫県の職員(高卒程度)の募集です。
募集人数 一般事務10人、警察事務7人、教育事務5人、小中学校事務5人
対象者 平成13年4月2日～平成17年4月1日生まれ
申込期限 9月9日
申込方法 県電子申請システムで手続(郵送可)
試験日 9月25日
試験会場 県立大学神戸商科キャンパス・県立豊岡高校
その他 技術職の募集もあり
問 県人事委員会事務局
☎078・362・9349

募集
建築技能講座
パソコン操作・CAD

宍粟建築技能専門学院の技

お知らせ
土日でもできる
マイナカード手続き

9月10日、25日は市役所でマイナンバーカードの手続きができる臨時開庁日です。
日時 9月10日・25日各9時～16時
会場 市役所1階
必要なもの 申請は本人確認書類、カードの受取は本人確認書類、マイナンバー通知カード、住基カード(ある人のみ)
問 市民課
☎63・3100

募集
農業振興課

「甲乙種防火管理講習会」受講生の募集です。
日程 10月13日(甲乙両種あり)、14日(甲種のみ)
受付期間 8月29日～9月16日
定員 50人(申込順)
会場 宍粟防災センター
受講料 4500円(テキスト代込)
問 宍粟消防署
☎62・8201



宍粟市国際交流協会主催「国際ふれあいまつり」ボランティアスタッフの募集です。ステージイベントや外国料理の調理などを補助します。
申込期限 9月9日
開催日 10月23日
会場 宍粟防災センター
問 同協会事務局
☎63-3123

能講座受講生の募集です。初歩的なパソコンの操作を学ぶコースと設計製図用ソフトCADの操作を学ぶコースがあります。
パソコン操作 9月～翌2月(毎水曜・全21回)
CAD初級・中級 9月～11月(毎木曜・全12回)
時間 19時～21時30分
受講料 パソコン操作4万円・CAD3万5000円
ほか教材費2000円
定員 各5人(申込順)
申込期限 8月31日
会場 宍粟職業訓練センター
その他 定員未達の場合は中止
問 同学院事務局
☎62・3882

地域のみなさまに愛され、おかげさまで開局30周年 **WINK光**

30th Anniversary これからも一緒に WINK

高速インターネット1Gコース ギガ

お得なキャンペーン実施中

ネットスタート割・標準工事費実質無料・他社からの乗り換え費用キャッシュバック ほか

WJNK 姫路ケーブルテレビ ☎0120-129-130 [受付時間 9:00～19:00] 詳しくはWINKホームページへ

〒670-0964 姫路市豊沢町135番地 姫路大同生命ビル <https://www.winknet.ne.jp>

(広告)

テクノ圏域だより



募集 いなちくロングライド

宍粟市や佐用町などでサイクリングを楽しむイベント「因幡街道・千種川ロングライド」参加者の募集です。定員は800人(申込順)で、参加料は8000円です。申込は同イベントの公式サイトから。

日時 11月13日8時20分～(南光スポーツ公園集合)
申込期限 10月16日

☎ 佐用町観光協会 ☎82-0670

お知らせ 児童・特児扶養手当
現況届など忘れずに

児童扶養手当と特別児童扶養手当の受給者は「現況届」や「所得状況届」を忘れずに提出しましょう。うっかり忘れてしまうと手当が減額されたり、受け取れなくなったりします。提出期限は児童扶養手当が8月31日、特別児童扶養手当が9月9日です。

お知らせ ありがとう
日赤募金515万円

今年5月に市内で集められた日本赤十字社への募金額は515万2100円でした。その全額が国内外の災害復興や献血などの活動資金に活用されます。

☎ 社会福祉課
 ☎63・3067

お知らせ 社会福祉課
 ☎63・3067

催し 波賀城観月会

「第31回しそ波賀城観月会」が開かれます。和太鼓奏者 内海いっこうさんのステージや地元高齢者大学オカリナクラブのコンサートなども楽しめます。

日時 9月10日19時～
会場 波賀文化創造センター
 (雨天時は市民センター波賀)

☎ 波賀生涯学習事務所
 ☎75・2241

お知らせ 20日はイオンで
マイナカード手続き

マイナンバーカードの申請窓口が8月20日の土曜日、イオン山崎店1階フードコートに

催し クイズやレシピ集も
健康と食の展示

「健康と食のロビー展示」が開かれます。食品の塩分量に関するクイズコーナーや減塩レシピの紹介があるほか、希望者は食料の備蓄に役立つ「ローリングストックレシピ集」がもらえます。

開催期間 9月2日～30日
会場 市役所1階ロビー

☎ 保健福祉課
 ☎62・1000

催し 終戦77周年
戦没者追悼式

終戦77周年「宍粟市戦没者追悼式」が開かれます。新型コロナウイルス感染症対策のため、参列は遺族と関係者などに限ります。

日時 8月27日10時～
会場 山崎文化会館

☎ 社会福祉課
 ☎63・3067

催し 森と水の地球環境大学
テーマは「再エネ」

森と水の地球環境大学が開かれます。「再生可能エネルギー」をテーマに、千種町の水資源を生かした地域活性化に取り組み、地元自治会有志設立の合同会社の社員らが

時間 10時～17時
必要なもの マイナンバーがわかるもの(ある人のみ)、カードの受取を郵送で希望する人は本人確認書類(顔写真が無いものは2点必要)

☎ 市民課 ☎63・3100

相談 子ども人権110番
26日から電話相談延長

8月26日～9月1日は「子どもの人権110番強化週間」です。期間中はいじめや虐待などに関する無料電話相談窓口の受付が次のとおり延長されます。

受付時間 8時30分～19時
 (土日10時～17時)
専用ダイヤル
 ☎0120・007・110
 ☎神戸地方事務局
 ☎078・392・1821

催し 終戦77周年
戦没者追悼式

終戦77周年「宍粟市戦没者追悼式」が開かれます。新型コロナウイルス感染症対策のため、参列は遺族と関係者などに限ります。

日時 8月27日10時～
会場 山崎文化会館

☎ 社会福祉課
 ☎63・3067

催し 川と森を守る仕組みづくり
と題して講演します。

「川と森を守る仕組みづくり」と題して講演します。

日時 9月10日14時～16時
会場 宍粟防災センター
その他 市民大学の対象講座です。

☎ 森林環境課
 ☎63・3065



研修を大切にするのは
 知識や技術が
 仕事を後押ししてくれるから

未経験からでも大丈夫
 研修も充実していますので、
 安心してお仕事をスタートして頂けます

こちらから『お仕事紹介動画』
 ご覧いただけます

資格不問/介護職員募集中

募集要項
 はコチラ



ちくさの郷

TEL 0790-76-2500

(広告)



予約不要と表記があるもの以外は、予約が必要です。

弁護士法律相談▶8月16日、9月6日
各13時30分～15時30分▶宍粟防
災センター4階▶資力が基準以上の
場合は30分5500円▶県弁護士会
総合法律センター078-351-1233

司法書士法律相談(予約不要)▶9月
10日9時～12時▶宍粟防災センター
4階▶不動産名義変更、債務整理、
成年後見など▶県司法書士会西播
支部080-5743-0783

しごと相談会▶9月9日10時～12
時▶ライブラリーちくさ▶宍粟わく
わ〜くステーション63-3011

ひきこもり相談▶8月24日、9月
28日各13時～16時▶市役所北庁
舎2階▶福祉相談課63-3168

アルコール相談▶8月17日、9月
21日各13時30分～15時▶市役所
北庁舎3階▶保健福祉課62-1000

若者サポート出張相談▶10月21日
10時～13時▶波賀市民局▶15歳～
49歳の若者とその保護者の職業相
談▶福祉相談課63-3168

行政なんでも相談(予約不要)▶9
月12日13時30分～15時30分▶い
ちのびあ▶前田正明さん74-0371
▶9月13日10時～12時▶ライブラリー
ちくさ▶有時良郎さん76-2741
▶総務課63-3000

エイズ・肝炎相談▶8月23日、9月
13日各13時15分～14時30分▶龍
野健康福祉事務所▶龍野健康福祉
事務所0791-63-5140

よろず支援拠点出張相談▶9月2日
11時～16時45分▶宍粟防災セン
ター4階▶中小企業や小規模事業者
のための無料経営相談▶兵庫県よ
ろず支援拠点078-977-9085

専門的栄養相談▶9月12日10時～
11時30分▶龍野健康福祉事務所▶
龍野健康福祉事務所0791-63-
5677

こころのケア相談▶9月2日13時～
15時▶龍野健康福祉事務所▶龍野
健康福祉事務所0791-63-5687

女性相談▶8月19日、9月6日各8
時30分～17時15分▶宍粟防災セン
ター2階▶男女共同参画センター
63-0840

**しそうにじいろ相談(性の多様性
に関する相談)**▶8月17日、9月
21日各8時30分～17時15分▶宍
粟防災センター2階▶人権推進課
63-0840

不動産売買・賃貸相談▶9月7日14
時～16時▶龍野経済交流センター
5階▶(一社)県宅地建物取引業協会
西播磨支部0791-63-3072

発達障害出張相談▶8月18日9時
20分～16時30分▶宍粟防災セン
ター4階▶クローバー上郡ランチ
0791-56-6380

ひとり親家庭相談▶9月15日9時～
17時(1人30分)▶市役所北庁舎
1階▶予約は10日前まで▶母子・
父子自立支援相談窓口63-3220

遺言・相続電話相談▶県弁護士会
遺言・相続センター078-382-4115
▶13時～16時(平日20分)

兵庫県子ども医療電話相談▶078-
304-8899または#8000▶日祝、年
末年始は24時間受付、土曜日含む
平日は18時～翌8時

播磨姫路小児救急医療電話相談▶
079-292-4874▶日祝、8月15日、
年末年始は9時～18時と20時～24
時、土曜日含む平日は20時～24時

休日当直医

8月と9月の休日当直医の予定で
す。受付時間は9時～17時。公立
宍粟総合病院の小児科のみ9時～
11時です。

月日	医療機関名	電話番号
8月	14日 川瀬クリニック	64-3223
	横川眼科	63-1800
	21日 公立宍粟総合 病院(内科、 外科、小児科)	62-2410
8月	28日 藤多内科・ 皮ふ科	62-0622
9月	4日 いなもち医院	62-8808
	11日 藤田整形外科 クリニック	64-1515
	18日 山中医院	62-0036
	19日 JAハリマ みどり診療所	72-2388

☎ 保健福祉課 ☎ 62-1000

宍粟市にスパ & グランピング施設オープン!



WOOD
DESIGN
PARK よい

与位 × しそう **よい温泉**



施設名: ウッドデザインパーク与位 住所: 兵庫県宍粟市山崎町与位 66 TEL0790-64-0170

OPENEVENT 案内
宿泊予約 QR

(広告)

「スクスク」はお母さんと赤ちゃんを応援するページです。
市の保健師や栄養士が子育ての悩みに寄り添います。

☎ 保健福祉課 ☎ 62-1000 一宮保健福祉課 ☎ 72-2100
波賀保健福祉課 ☎ 75-8800 千種保健福祉課 ☎ 76-8600



母子健康手帳

妊娠の届け出を行うと、母子健康手帳がもらえます。届け出は最寄りの保健福祉課に電話予約のうえ行ってください。



乳幼児健診カレンダー

8月中旬から9月中旬の乳幼児健診などの日程です。案内が届いたら必ず受診しましょう。

地域	内容	実施日	対象	会場
市内全域	乳児健診	9月 1日	おおむね3、4か月児	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000
	1歳6か月児健診	8月24日	おおむね1歳6か月～1歳8か月児	
	2歳児歯科健診	8月18日	おおむね2歳6か月児	
9月 8日				
山崎	10か月児健康相談	9月 1日	おおむね10か月児	
一宮 波賀 千種	乳児健診	8月17日	令和4年3月16日～令和4年5月17日生まれ	エーガイヤちくさ ☎ 76-8600
	10か月健康相談		令和3年9月、10月生まれ	

離乳食教室 要申込

離乳食についての講話が聴けるほか、その相談などができます。赤ちゃんも参加できます。

内容	日時	対象	会場
離乳食のお話と体験	8月22日 10時～11時30分	4か月～ 6か月児	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000
	9月14日 10時～11時30分	4か月～ 8か月児	いちのぴあ ☎ 72-2100

子どもの遊び場「しーたん広場」

妊婦が交流したり、4歳くらいまでの乳幼児と保護者が一緒に遊んだりできる場です。

▶日時 平日9時～16時 ▶会場 市役所北庁舎3階
▶毎月最終水曜日は休み

ほっとmamaルーム

妊婦と産後6か月頃までの母子が交流できる場です。赤ちゃんの身長や体重の測定もできます。

日時	会場
8月18日 10時～11時30分	いちのぴあ ☎ 72-2100
8月25日 10時～11時30分	エーガイヤちくさ ☎ 76-8600
9月 7日 10時～11時30分	メイプル福祉センター ☎ 75-8800
9月 9日 10時～11時30分	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000
9月15日 10時～11時30分	エーガイヤちくさ ☎ 76-8600
9月22日 10時～11時30分	いちのぴあ ☎ 72-2100

子育て支援センター だいあき♡

「だいあき♡」は子育て支援センターの行事予定を紹介するページです。
子育て相談やイベントなどの申し込みは各子育て支援センターまで。

☎ 山崎 ☎ 64-7716 一宮 ☎ 72-2100
波賀 ☎ 75-8800 千種 ☎ 76-8600



「これでごはんつくるん？」
“初めてのかまどご飯”
6月17日 ええとこ広場で



5、6月生まれのお誕生日会
6月20日 メイプル福祉センターで



宍粟市子育て応援講座
「今どきの子育て」
6月24日 いちのぴあで



親子活動きらきら
「みんなで七夕」
7月1日 学遊館で



オープンデー

子育て支援センターの開放日です。

会場	内容	実施日	時間
学遊館	ワイワイデー	毎週火曜日 (9月20日・27日を除く) 8月20日、9月10日・24日	9時～16時
いちのぴあ	ふれあいオープンデー	毎週金曜日 (8月26日、9月23日、9月30日 日午前を除く)	
メイプル福祉センター	メイプル子どもひろば オープンデー	毎週月・木曜日(9月19日を除く) 9月15日は「木育の日」です	
エーガイヤ ちくさ	エーガイヤ ちびっこデー	毎週水曜日	

子育て相談 要申込

家庭教育アドバイザーやカウンセラーに子育てに関する悩みが相談できます。

会場	相談員	日時
学遊館	家庭教育アドバイザー 我毛 千秋 (がけ ちあき) さん	9月 6日 10時～15時
いちのぴあ	兵庫県カウンセリング協会 公受 雅 (おおやけ まさ) さん	9月16日 10時～11時45分
メイプル福祉センター		9月16日 13時～15時

子育てイベント 要申込

エクササイズや音楽を使った教育を親子で体験する催しが開かれます。月により内容は変わります。

会場	イベント	日時
学遊館	親子であそぼう (親子15組程度)	8月27日 10時30分～11時30分
メイプル福祉センター	親子りとみっく教室	9月21日 10時～11時30分
いちのぴあ	ママのためのエクササイズ	9月30日 10時～11時30分

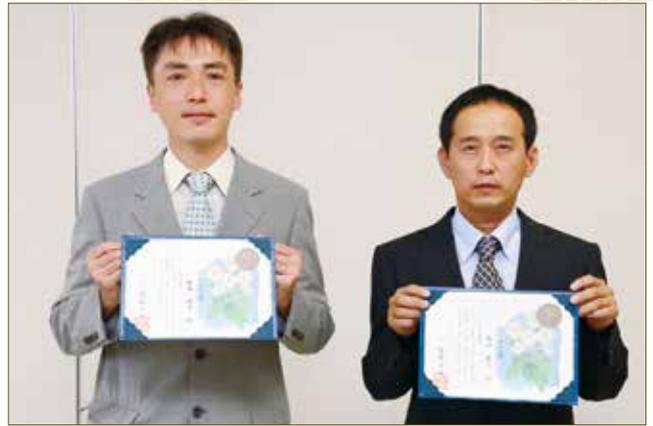
赤ちゃん和妈妈の部屋 「すやすや」 要申込

妊婦や1歳までの赤ちゃんとそのお母さんが交流できる場です。
定員は各日親子10組程度。

会場	日時
学遊館	8月24日、 9月14日・28日 各10時～11時30分

ため池に転落した男性を救助 山崎町の坂本さん、谷口さんにのじぎく賞

山崎町の坂本直斗さん(左)と谷口庄三さんが7月5日、同町にあるため池に転落した80代の男性を救助したとして、兵庫県からその善行をたたえる「のじぎく賞」を贈られました。今年5月、男性は自宅近くのため池に足を滑らせ転落。異変に気付いた男性の妻が近所に助けを呼び、駆け付けた2人は大人の背丈ほどの深さがあるため池から男性を無事救助。坂本さんは池に入って男性を支え、谷口さんがはしごを使って男性をため池から脱出させました。贈呈式で2人は「男性が助かって本当によかった」と声を揃えていました。



にししん財団が小中学校などに図書券を寄贈 「心豊かに成長してほしい」

一般財団法人「にししん地域振興財団」が7月19日、市内27の小中学校やこども園などを対象に100万円分の図書券を贈りました。同財団は西兵庫信用金庫が地域貢献を目的に平成4年に設立した団体で、子どもたちの健やかな成長を願う図書券の寄贈は今年で30回目。総額は3600万円になります。市役所であった贈呈式で同財団理事長の桑垣喜一さんは「たくさんの本を読んで心豊かに成長してほしい」と話しました。



総合病院 8千人目の命が誕生

宍粟総合病院で7月23日、8千人目となる赤ちゃんが誕生しました。生まれたのは山崎町の石原玄基(はるき)さん・沙耶さん夫婦の長女、桃亜(ももあ)さん。同日明け方に沙耶さんの陣痛が始まり、約4時間後の午前9時36分、待望の産声が響きました。出産に立ち会った玄基さんは「お疲れ様でした」と妻を労い、沙耶さんは「小さくてかわいい。優しい子に育ててほしい」と腕の中の我が子を見つめます。同院の産婦人科は平成11年に設立され、23年目での大台達成となりました。今年度は6月末までに52人が誕生しています。



県弁護士会と市が災害支援で協定

兵庫県弁護士会と市が7月19日、災害支援で協定を結びました。弁護士会は市内で災害が起きた際に避難所や市役所に無料の相談窓口を設けるなど、被災者の生活再建を支援します。協定では平時から情報交換や模擬訓練、講演会を行うなど支援充実に向けた協力関係を強めていく旨も盛り込まれています。同会によると災害時には罹災証明申請後のステップとして二重ローンの回避方法など支援制度に関する相談が多く寄せられるといいます。同会の中上幹雄会長は「平時から連携し、少しでも市民の不安解消につながれば」と話しました。





ライフル射撃とパソコン競技で全国へ 千種高生が市長を表敬訪問

この夏、千種高校から全国大会に出場するライフル射撃部3年の猶原宏海さん(右から2)と藤原唯羽(ゆう・右)さん、パソコン部3年の宮本大稀(たいき)さんが7月19日、市長を表敬訪問しました。猶原さんは2年連続の出場。「前回よりも高い順位をめざす」と、初出場の藤原さんも「満点めざして頑張りたい」と意気込みます。宮本さんが出場するのは時間内に入力した日本語の文字数を競う種目。「正確性を求めつつ、いつもの調子が出れば」と健闘を誓いました。



“水上の格闘技”体感 音水湖でカヌーポロ体験会

水上でボールを奪い合いゴールをめざす「カヌーポロ」の体験会が7月30日、音水湖カヌー競技場で開かれました。子どもから大人まで17人が参加し、元全日本代表キャプテンの金島長規(たけのり)さんにカヌーの乗り方や競技のルールなど基礎から教わりました。参加者らは試合にも挑戦し、シュートが決まると会場からは大きな歓声が上がりました。試合のあと子どもたちは「水に濡れても気持ちいい。もっと試合がしたい」と笑顔を見せていました。金島さんは「カヌーポロの魅力を多くの人に知ってもらいたい」と話しました。



5者で新たに実証実験に関する協定を締結

電源ポール実証実験 新たに3社参画

市が株式会社オーエスエム(山崎町)と進めている、太陽光発電で電源がない場所でも監視カメラや照明として防犯の役割を担う設備「オフグリッド電源ポール」の実証実験にこのほど、3社が参画しました。新たに加わったのは株式会社ミライト・ワン(東京都)、双葉電子工業株式会社(千葉県)、日本アンテナ株式会社(東京都)。施工技術や通信・アンテナ技術など各社の強みを生かし、市内の電波不感地域への通信網の構築など新たな活用が検証されます。オーエスエムの奥村正之代表取締役は「先端技術を結集させ、地域の課題解決ができれば」と話します。



市民の安全守っています 宍粟署の2人に防犯協会が感謝状

地域の防犯へ献身的な活動を続けたとして、宍粟警察署地域課の植村徹さん(右)と小笠原康矩(やすのり)さんに7月28日、宍粟防犯協会から感謝状が贈られました。植村さんは4年前から同署に勤務。住宅を戸別訪問し不審な電話やメールへの注意を促すなど特殊詐欺被害の防止に尽力しています。小笠原さんは3年前から山崎町の御名駐在所に勤務し、児童の交通事故防止と窃盗事件の犯人検挙など治安維持に努め、地域に愛される駐在さんとして活躍しています。感謝状を受け取った2人は「市民の安全安心を守っていく」と声を揃えました。

トッパンG健保組合と市が包括連携協定

凸版印刷株式会社(本社・東京都)をはじめとするトッパングループの健康保険組合と市が7月20日、「森林(もり)まち宍粟包括連携協定」を結びました。協定は同組合の加入者やその家族らが市内での宿泊や森林セラピー体験をする際に組合から費用の補助が受けられるというものです。自身も宍粟に5回訪れ、自然や人に魅力を感じたという同組合の加藤博信専務理事は「従業員にも宍粟の自然を体験してほしい」と話し、福元市長も「たくさんの人が宍粟を訪れ、市民に元気を与えてほしい」と期待を込めました。



若者の移住を推進

移住者8人が支援団体「しそくら」設立

宍粟への若者の移住を推進しようと、市地域おこし協力隊の現役・OBメンバー8人がこのほど、「宍粟くらし移住支援舎(しそくら)」を立ち上げました。メンバーは全員が都市部からの移住者。自身の移住への決断や移住後の生活などの経験を生かし、市外への情報発信や地域との交流支援などを行います。協力隊OBでしそくら代表の田中啓介さんは「ここでの暮らしを次の移住者へつないでいきたい」と話します。今後はウェブサイトの開設や機関誌の発行のほか、8月22日～26日には市役所で活動紹介の展示会が予定されています。



しそくらのメンバーら(しそくら提供)

妖怪探しやペン立て作りに挑戦しよう

波賀で子ども向けイベント 8月末まで

波賀文化創造センターで妖怪探しやペン立て作りなどに挑戦できる子ども向けの夏休み特別イベントが開かれています。取材したこの日、訪れた子どもたちは図書室に隠れている12体の妖怪を協力して探したり、廃材に色や飾りをつけて自分だけのペン立てを作ったりしていました。妖怪探しをした井口舞美さんは「いろいろな妖怪がいて、いつもと違う図書室で楽しかった」と笑顔でした。夏休み期間中は読書感想文や自由研究などに役立つ本を紹介するコーナーもあります。8月31日まで。9時～17時。月曜は休館。



宍粟を元気に

一宮繁盛校「夢マルシェ」にぎわう

手作り雑貨や飲食などが集結する「夢マルシェ」が7月31日、一宮町の宿泊施設「ゲストハウス繁盛校」で開かれました。アクセサリや財布、小物入れなどの約40店が出店し、幅広い年齢層の雑貨好きや家族連れなどでにぎわいました。主催したのは県内のハンドメイド作家らでつくる「夢マルシェ実行委員会」。5年前に市内で初めて開催し、今回で4回目になります。同会の代表で自身も市内で革製品を手掛ける土井景子さんは「市外のイベントに個人で出店するうちに宍粟に人を呼びたいと思い、始めた。地域の人と一緒に宍粟を元気にできれば」と話します。



コロナ対策とともに暑さ対策を



トッパングループ健康保険組合との協定書にサインする市長（7月20日）

お盆の時期を迎え、帰省やお祭り、そしてレジャーなどでそれぞれ忙しくお過ごしのことと思います。子どもたちも夏休みを楽しんでいることでしょう。子どもたちが安全で安心して休みを過ごせるように、これからも見守りをよろしくお願いします。

さて、新型コロナウイルスの「第7波」により感染が急速に拡大しています。宍粟市においても、100人に及ぶ新規感染者を確認する日もあるなど、大変厳しい状況となっています。この感染拡大に伴い、総合病院をはじめ市内の医療機関への検査依頼など問合せも急増しており、通常の医療活動に支障をきたしつつあります。濃厚接触者の方につきましては、検温などご自身で健康状態を確認の

うえ、無症状の場合は自宅での待機をお願いします。なお、症状がある場合は速やかに医療機関に連絡のうえ、受診していただきますようお願いいたします。

市民の皆さまには重ねてのお願いになりますが、定期的な室内の換気、適切なマスクの着用、こまめな手洗いや手指の消毒、人と人との距離の確保、三密の回避など、引き続き家庭内や職場、飲食の場面において基本的な感染対策の徹底に努めてください。

また、熱中症対策として、室内では換気に注意しながら、適切にエアコンなどを利用し、こまめな水分補給のほか外出の際には可能な限り暑い時間帯を避けるなど、無理のない範囲での行動をお願いします。

立秋を過ぎたとは言え、暑い日はまだまだ続きます。体調管理を心掛けていただき、元気にお過ごしください。

宍粟市長 **福元晶三**



お子さんの写真 募集中!

応募方法

おおむね3歳までの市内在住の子どもの写真データ（データ容量200キロバイト以上のもの）を電子メールに添付しお送りください。メールの本文にはお子さんの名前（ふりがな）、生年月日、性別、保護者氏名、住所、電話番号、コメント（20文字以内、絵文字不可）を記載してください。掲載月の指定はできません。ケーブルテレビ「しそチャンネル」でも放映します。

応募・問合せ先

広報情報課 ☎ 63-3115
✉ kohokocho-kk@city.shiso.lg.jp

メール送信用QRコード



かみかわ かつき
上川 勝己ちゃん
元気いっぱい成長してくれてありがとう
2歳・男の子・山崎町



さきたに おうき
笹谷 旺希ちゃん
元気いっぱい大きくなってね!
1歳・男の子・一宮町



ふくはら るい
福原 塁ちゃん
これからも元気にすくすく育ってね♡
0歳・男の子・山崎町



おいでよ図書館

- 問** 宍粟市立図書館 ☎62-4620
いちのびあ図書館 ☎72-2330
波賀文化創造センター図書館 ☎75-3688
ちくさ図書館 ☎76-2180

図書館カレンダー

本の貸し出しや取り寄せ、返却は市内4か所どこでもできます。

	日	月	火	水	木	金	土
8月		15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			
9月					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	

■ 休館日 ■ 館内整理日(休館)

- 【開館時間】**
市立図書館 9時30分～17時30分
(金曜日のみ18時30分)
一宮 9時～19時
(土日のみ17時)
波賀・千種 9時～17時

本の破れなど見つけたら 放置せず教えて

借りた本が破れたり、汚れたりしていたら、返却時に図書館職員まで。専用の道具で修理します。放置するとその本の貸出ができなくなる恐れがあります。見つけたら教えてください。

今月のオススメ



今日から減酒!

著者：倉持穂
出版社：主婦の友社

つついづい増えがちな飲酒量。気軽に始められるお酒の減らし方から外来受診まで、自分にあった減酒方法を見つけられます。アルコールとの付き合い方を見直してみませんか?



中学生から知りたいウクライナのこと

著者：小山哲、藤原辰史
出版社：ミシマ社

侵攻後にオンラインで開かれた、ふたりの歴史学者による講座を書籍化した本です。大国に翻弄され、蹂躪されてきたウクライナの歴史を紐解き、小国から見た世界の問題点を提示しています。



和ハーブのある暮らし

著者：平川美鶴
出版社：エクスマレッジ

ハッカの清涼感を生かしたひんやりジェルや、殺菌作用のある赤梅酢で作ったマウススプレーなど、身近な植物それぞれの特性を役立てた心地よい暮らしが紹介されています。

編集後記

セージ付きで。昨年の夏、目にできるのが稀で高級食材の「キノコガサタケ」を広く取り上げ、それを食したことから、**拓**はちまたではキノコマニアと呼ばれているようです。実際そこまでキノコに興味はありませんが笑。調べてみるとこのキノコ、「コガネキノコ」カラカサタケといひ、珍しくはないものの、色などから「幸運のキノコ」と言われているとのこと。ただ、残念ながら食べられる証明がないので、今回は味の解説ができません。次は珍しくて食べられるキノコの情報をお待ちしております。



ある日のこと、**拓**のスマホに1枚の写真が送られてきました。「幸運のキノコ」が●●●●●●●●●●の鉢植えに生えましたが、キノコマニアに送ります」という某職員からのメッセージ

今月の表紙



表紙は7月中旬にオープンした一宮町のカブトムシドームで一枚です。訪れた子どもたちは恐る恐るカブトムシの角に手を伸ばし、感触を確かめていました。

