

広報

しそ

SHISO City Magazine

6

2023

No.219

声援を背に
駆ける

央栗市公式LINE



友だち
募集中





スポーツ推進計画策定

3 すべての人に
健康と福祉を



スポーツをはじめよう!

スポーツを通し 元気で生きがいあふれる 健幸のまち

※ 健幸とは、「健康」と「幸福」の造語で、心身の健康と幸福を実感できるという意味



市では、多様な主体のさらなる協働・連携のもとで、“スポーツを通し 元気で生きがいあふれる 健幸のまち”をめざす「宍粟市スポーツ推進計画」を策定しました。スポーツには勝敗や記録を競う競技スポーツ以外にも、“生涯を通じて自身が気軽に楽しむスポーツ”や大きくからだを使った“子どもの運動遊び”も含まれます。また、今回の計画では、体力づくりや介護予防を目的とした軽い運動やレクリエーション活動もスポーツとして含んでいます。市民一人ひとりが心身ともに健康で活躍できる「スポーツのまち宍粟」の実現に向け、まずは自身に合ったスポーツを始めましょう。



あなたに合った
スポーツを
始めましょう

まちづくり推進課
スポーツ推進室
にしまりょう
主事 西山 遼

宍粟市がめざすスポーツのこれから

市は「人づくり」「仲間づくり」「地域づくり」、そして「まちづくり」をキーワードに次の3つの基本目標達成に向けて、取り組みを進めていきます。

基本目標1

ライフステージ等に応じた生涯スポーツの推進

人
づくり

幼児期から高齢期、また障がいのある人など一人ひとりが、それぞれのライフステージや多様性に応じたスポーツに取り組み、体力の向上、健康の保持増進、生きがいや幸福を実感できるようにします。



ウォーキング大会



スポーツ推進委員会主催「千種丸太卓球大会」

基本目標2

スポーツをささえる環境づくり

仲間
づくり

地域
づくり

スポーツ協会※やスポーツ推進委員会、スポーツクラブ21などの関係団体と連携し、地域の世代間交流を図るスポーツを推進するとともに、その体制強化に取り組みます。

※旧体育協会

基本目標3

宍粟のスポーツを活性化する仕組みづくり

まち
づくり

登山やサイクリング、スキーなど宍粟市ならではのアウトドアスポーツを観光事業者などと連携して推進するほか、身近な運動である「ラジオ体操」の実施を企業などに推奨し、まち全体にスポーツを広めていきます。



氷ノ山登山



ラジオ体操

スポーツに関するアンケート結果

市がコロナ禍の令和3年度に実施した調査では、週に1回以上スポーツをする市民(16歳以上)の割合は49.5パーセントで、コロナ前から約5ポイント減少しています。今後は計画に基づき、多様な世代が継続してスポーツに触れ楽しめる環境や仕組みを関係機関とともにつくっていきます。

スポーツ推進計画、
アンケートの結果はこちら



スポーツの推進は、行政だけでなく、地域やスポーツ団体、関係機関および事業者など、多様な主体の協働があってこそできます。各主体で役割分担をし、協働・連携を進めながら宍粟市のスポーツを推進していきます。みなさんもまずはスポーツを始めてみて、一緒に宍粟市を盛り上げていきましょう！





医師の育成で連携 はり姫×総合病院



民間と県立の2病院が統合し、昨年5月1日に開院した「県立はりま姫路総合医療センター」(はり姫)。播磨姫路医療圏域の3次救急や高度専門医療を担うこの中核病院では、現在、若手医師が修練を積む臨床研修病院でもある“宍粟総合病院”と連携して、人材交流が進められています。

総合病院での 研修レポート

ある日の診療応援@宍粟総合病院

県立はりま姫路
総合医療センターの機関誌
『300日目の「はり姫」』
より

診療応援とともに、若手医師の育成を。

現在、「はり姫」の総合内科・眼科から4名が、応援医師として定期的に宍粟総合病院で患者さんを診療しています。ある日の八幡医師(総合内科)の診療応援に同行しました。



「『はり姫』の応援医師の方々には、すきま時間にもさまざまな症例を相談したり、レクチャーしていただいたりしています」と話す兒玉医師(写真左)の隣で、指導医(写真右)からも「当院は中堅医師が不足していることもあり、『はり姫』の第一線の医師との交流が、若手の修練の刺激になっています」と。

夕刻、宍粟総合病院の会議室にて。八幡医師が「おつかれさまです」と発したモニターの向こうには、「はり姫」の上原医師(脳神経内科 診療科長)。脳梗塞診療のオンライン勉強会。参加した若手医師からは「当院にはない診療科の専門医に少人数でレクチャーを受けられる機会は、とても貴重」の声も。



宍粟総合病院 研修医
こだま
兒玉医師

はり姫 総合内科
やはた
八幡医師

八幡医師が担当する内視鏡検査(胃カメラ)の後半で、一部内視鏡操作をおこなう兒玉医師。「胃は蠕動(ぜんどう)しているので、『見えた!』の瞬間で撮影しなければテンポよくきれいな写真が撮れません。一瞬を捉えるコツを学んでいます」



総合病院 佐竹院長

「はり姫」との医療連携においては、定期的に専門医を派遣いただいているほか、当院若手医師の指導もしていただいております。それによって当院の診療能力も向上してきております。昨年度には当院の研修医2名が、はり姫の救命救急センターで3か月間の研修を積んでいます。

一方、当院も臨床研修病院として、はり姫をはじめ、大学病院、他のへき地医療拠点病院などと連携し、将来の地域医療の担い手を、点ではなく面で育成しております。現在もはり姫の研修医や若手医師が、急性期を脱したあとの患者さんが、その後どのように地域で暮らしていくか、いわゆる地域包括ケアにおける医療の役割や病院間の連携を当院で学んでいます。

今後も地域の皆さんが安心して暮らせるよう、当院とはり姫、そして医師会の先生方、介護福祉部門の方々との連携をより充実させていきます。



公立宍粟総合病院
さ たけ しんすけ
佐竹 信祐 院長

はり姫 木下院長

これからの地域医療連携は、1つの病院がすべての医療機能を抱え込む時代ではありません。われわれ高度急性期病院は、専門医療に特化したモジュール化（機能別の役割分担）と、地域の医療機関とのアライアンス（連携）を進めていく必要があります。

宍粟総合病院は、播磨姫路圏域北部の中核病院として地域医療を守る役割を担っていますが、今後は新築移転も予定されており、活躍がますます期待されます。高度急性期病院である「はり姫」と、地域医療機関である宍粟総合病院とのしっかりした連携は、今後さらに重要になると考えます。

現在も宍粟総合病院の先生方と「はり姫」の専門医がお互い協力して人材育成を行っていますが、今後はまるで1つの病院の別部門のように相互協力し、地域の方々への医療提供と医療人育成を進めて行くことを期待しています。



県立はりま姫路
総合医療センター
きのした よしかず
木下 芳一 院長

はり姫への

ACCESS アクセス

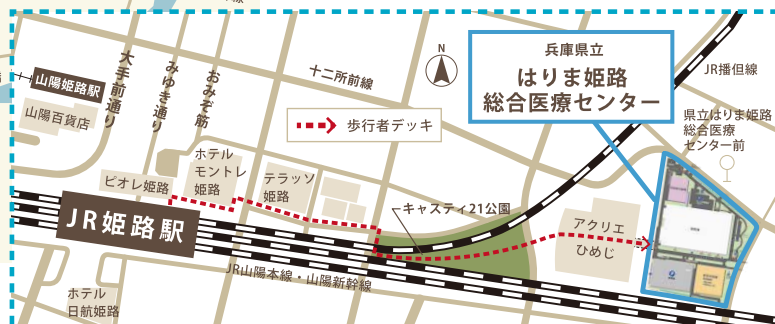
はり姫は「急性期※病院」です。初診時には、かかりつけ医からの紹介状が必要です。

※病気の症状が現れて、検査や集中的な治療が必要な時期



兵庫県立
はりま姫路総合医療センター

〒670-8560
兵庫県姫路市神屋町3丁目264番地
TEL: 079-289-5080
FAX: 079-289-2080
HP: <https://hgmc.hyogo.jp>





平成30年7月豪雨被害(宍粟市内)

水害注意の出水期 もしもに備えて準備を

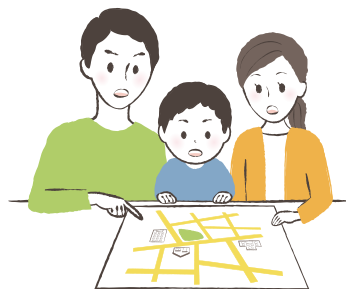
6月から10月頃までの「出水期」は水害が起こりやすい時期です。近年、日本国内では毎年のように豪雨災害が発生し、深刻な被害をもたらしています。宍粟市も直近では、平成30年7月豪雨で大きな被害を受けました。災害はいつ起こるか分かりません。もしものときに備えて、適切な避難行動ができるように準備をしておきましょう。

11 住み続けられる
まちづくりを



いのちを守るため 知っておくべきこと

災害時にはふだんの備えが命の行方を左右します。自宅周辺に潜む危険や避難場所、効率の良い備蓄方法など、次の3つのことを知っておきましょう。



1 ハザードマップで危険区域をチェック

市から配布されている「ハザードマップ」で、自宅周辺の危険レベルを確認しておきましょう。山の近くであれば「土砂災害警戒区域」、河川付近であれば「洪水浸水想定区域」などの危険区域に指定されている場合があります。マップがない人は危機管理課(☎63-3119)まで。



2 確認して避難行動・避難場所

大型の台風や大雨が接近しているとき、自宅が危険区域でない場合は自宅待機(在宅避難)。危険区域にある場合は原則、立ち退き避難をしましょう。避難をする場所は、避難所や公民館だけではありません。安全な場所にある親せき宅や知人宅、場合によっては宿泊施設なども避難場所となります。自分の状況に合わせて避難する場所を考えておきましょう。避難が遅れ、すでに外が危険な場合は山と反対側の自宅上階の部屋に逃げましょう。

指定避難所はコチラ



3 家庭で食料の備蓄を

災害が発生すると食料などが手に入りにくくなることが予想されます。各家庭で日頃から食べ慣れたものなどを少しずつ多めに買い置き、消費期限の近い物から消費するローリングストック法で無理なく備蓄しておきましょう。持病などでたんぱく質や塩分摂取に制限がある人は、自分に合った食料を備蓄するようにしましょう。



☑ 災害用備蓄チェックリスト



- ☐ 食品(ご飯、パン、缶詰など)、飲料水
- ☐ 懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯用充電器
- ☐ 貴重品(現金、預金通帳、印鑑、保険証など)
- ☐ 衣類、タオル、スリッパ、日用品、雨具
- ☐ 救急用品
(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
- ☐ マスク、消毒用アルコール、石けん・ハンドソープ、ウェットティッシュ、体温計

スマホなどで必ず登録して 防災ネット

スマートフォンや携帯電話に防災情報が配信される「ひょうご防災ネット」や「しろう防災ネット」を必ず登録しておきましょう。

ひょうご防災ネット
アプリ

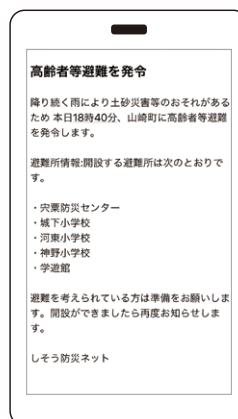


しろう防災ネット

メールで緊急情報や
避難情報をお知らせ
します。



かんたん
登録から





セミナーや講演会 開催

考えよう“男女共同参画”

“男女共同参画”について考えてみませんか。家族のあり方や価値観の多様化など社会の状況が大きく変化する中で、豊かで活力あるまちの持続のため、働く女性を応援するセミナーや男性の家事について考える講演会を7月に開催します。性別にかかわらずお互いを認め合い、一人ひとりが能力を発揮できる地域社会の実現に向け、まずは学ぶことから始めてみましょう。

募集 「男性の家事」がテーマの講演会

講師は東京大学大学院教授でジェンダー論研究者の瀬地山 角(せちやま かく)さん。男性の家事・育児をはじめ、これからの時代の家族や仕事のあり方などを、自身の体験をもとに話します。

日時 7月29日(土) 13時30分～15時

会場 宍粟防災センター

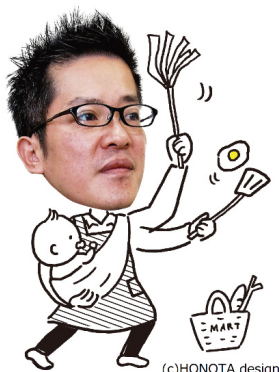
定員 100人(申込順)

申し込みは
コチラ



【講師】瀬地山 角さん

東京大学大学院教授。2児の子育てを経験。講義は東大生100人へのアンケートで人気No.1にも選ばれる。NPO法人の理事として保育所運営にも参加中。



(c)HONOTA design

募集 女性向け「在宅ワーク応援セミナー」

パソコンなどの通信機器を使う「在宅ワーク」の基礎知識を学びます。副業などにも活用してみましょう。なお、セミナーではパソコンは使用しません。

日時 7月13日(木) 13時30分～15時30分

会場 宍粟防災センター

講師 キャリアコンサルタント・

産業カウンセラー 霜田準子さん

定員 8人(申込順)

申し込みは
コチラ



閩人権推進課 ☎63-0840 FAX63-0841

✉shiminsodan-kk@city.shiso.lg.jp

※申し込みは電話、FAX、メールでも可

女性グループに聞く

みんなが“自分らしく 生きていけるまち”をつくる

男女共同参画を推進する市内の女性グループ しそウイメンズネット“ミモザ”代表の船元 良子さんに活動にかける思いなどを聞きました。

ふなもと りょうこ
船元 良子さん



子育てを機に京都から宍粟へ移住してきました。生活の中で感じることは、男女の役割がはっきりしていることです。京都では友人の女性が消防団

に入っています。ここではそもそも消防団や自治会の役は、女性に声がかかることはほとんどありません。そういう場面で、「女の人でも、男の人でもどっちでもいいんじゃない?」と気軽に言える地域になればと思い、啓発講演会を企画するなど活動をしています。

家庭では3人の子どもを育てています。私が個人事業主として、チラシデザインなどの仕事をしていることもあり、夫が朝食を作ったり、子どもの世話をしたりすることもあります。夫婦で話し合い、お互いが協力して、“家事・育児はできる方がする”という意識で、臨機応変にしています。

「ミモザ」では約20人のメンバーが活動中です。私は女性の起業支援がテーマの講演会に参加したことがきっかけで、この活動を始めました。これからもみんなが“自分らしく生きていけるまち”をつくるために頑張っていきたいです。

令和5年度 宍粟市連合自治会役員

※ 敬称略

※ ◎地区会長 ○地区副会長

波賀町・千種町は◎連合会長、○連合副会長

会長 野村 和男



副会長 米田 正富



副会長 可藤 和成



副会長 田住 学



理事 片山 繁樹
理事 東 豊俊
理事 西明寺正己
理事 三木 勇人
理事 上月 禮治
理事 西嶋 收一
理事 榑本 秀昭
理事 松本 真明
理事 中尾 豊實
理事 井本 孝
理事 亀井 欣也
理事 井上 茂弘
理事 落岩 一生

山崎町連合自治会

山崎 前野 良造
西町 塚田 清一
本町 塚田 英夫
山田町 釜田 勇
福原町 伊達 達也
北魚町 ◎野村 和男
寺町 寺村 年生
紺屋町 三谷 恭三
伊沢町 石田 昌志
出水町 藤井 哲郎
富士野町 中森 雅久
鴻ノ町 南 誠
旭町 松本 秀樹
大蔵町 長田伊知朗
元山崎 横治 雅則
上寺 堀谷 徹
横須 岡本 晋
東横須 茅野 茂己
庄能北 前野 幸夫
庄能南 下里 俊彦
今宿 ◎秋田 裕三
中広瀬 蘭牟田 貢
山田 丸井 康幸
東鹿沢 川崎 政人
中鹿沢 松本 厚一
本鹿沢 畑中 正之
西鹿沢 梶浦 永人
門前 岩崎 良樹
加生 永峰 謙二
御名 高井 正秀
千本屋 野坂 隆夫
野 宮脇 昭介
船元 ◎宮脇 昭介

下広瀬 織金 正博
中井 久内 豊
鶴木 鶴崎 和之
春安 太田 博文
段 藤井 正司
金谷 ◎片山 繁樹
上比地 志水 謙司
中比地 福田 裕司
下比地 森本 実勇
戸原 川戸 茂伸
宇原 ◎西明寺正己
下宇原 西脇 健介
河東 須賀沢 則夫
須賀沢 出石 耕造
高所 安川 直樹
中 ◎三木 勇人
中さつき 石田 正寛
三谷 上山 茂
中山 塚元 竹男
神谷 森谷 利美
矢原 山下 松男
岸田 春名 茂樹
野々上 藤永 和広
神野 ◎東 里司
三津 井上 茂弘
五十波 坂根 雅彦
さつき台 清水 克之
田井 藤田 一彰
与位 岸上 毅
清野 岸本 隆司
杉ヶ瀬 高岡 伸彦
木ノ谷 志水 茂樹

一宮町連合自治会

生谷 橋本 忠司
下町 溝口 康
宇野 久保 良行
片山 谷口 常雄
下牧谷 戸田 和成
上牧谷 寺元 秋良
大谷 竹内 克彦
東下野 福本 淳
中野 小田 保志
上ノ下 中務 朗
上ノ上 老後 新
小茅野 ◎上月 禮治
土万 葛根 山本 雅昭
土万 松本 則夫
塩山 ◎西嶋 收一
大沢 ◎石澤 吉正
菅野 ◎東 豊俊
木谷 後藤 尚弘
市場 萩藤 規男
青木 萩藤 徳満
塩田 岡橋 和美

波賀町連合自治会

須行名 ◎樽本 秀昭
伊和 ◎小田 文也
安黒 小林 則夫
嶋田 稲田 幹夫
染河内 柴原 史司
下野田 秋田 一郎
上野田 ◎大田 康博
能倉 中嶋 由昭
福田 上長 敏宏
山田 仲田 和富
中坪 ◎落岩 一生
本谷 吉岡 三好
福中 中島 久司
福知 ◎松本 真明
生栖 ◎前田 久一
楽里 ◎川戸 久司
西深 長尾 一司
深河谷 進藤 恭児
三万 服部 史生
森添 ◎中尾 豊實
東公文 石田 郁朗
西公文 段林 優
河原田 ◎宮本 利一
福野 繁盛
上野田 小林 浩
百千冢満 薄木 友和
草木 ◎米田 正富
千町 田中 稔勝
黒原 西岡 久憲
井内 ◎中尾 久幸
横山 太中 欽也
倉床 藤原 利夫

千種町連合自治会

日見谷 井上 勉
谷 大島 照雄
小野 稲田 昭敏
今市 中岡 幸
安賀 小谷 嘉則
有賀 菅谷 省三
上野 岡本 勇治
水谷 勝部 豊
皆木 ◎井本 孝
飯見 ◎可藤 和成
野尻 北條 満
原有賀 森元 浩二
原 幸福 定利
日ノ原 坂口 忠男
音水 鎌田 隆尚
鹿伏 上山 智之
戸倉 小畑 耕二
道谷 小林 幹雄

ひとり親・住民税非課税世帯に 「子育て世帯生活支援特別給付金」

「子育て世帯生活支援特別給付金」が、ひとり親世帯や住民税非課税世帯などに支給されます。支給額は児童1人あたり5万円です。対象となる児童や世帯の要件は下記のとおり。要件によっては手続きが必要な場合があります。



▶対象児童

令和5年3月31日時点で18歳未満の子(障がいがある児童の場合は20歳未満)

※下記の①、②、④に該当する世帯は19歳未満

※これから生まれる新生児が対象になる場合もあり

▶ひとり親世帯

- ① 3月または4月分の児童扶養手当が支給される
- ② 公的年金等の受給者で、3月分の児童扶養手当が支給されない【要手続き】
- ③ 物価高騰の影響で令和5年1月以降の家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準になった【要手続き】

▶その他世帯

- ④ 「令和4年度子育て世帯生活支援特別給付金(その他世帯)」を受給している
- ⑤ 令和5年度の住民税が非課税【要手続き】
- ⑥ 物価高騰の影響で令和5年1月以降の家計が急変し、収入が住民税非課税世帯と同水準になった【要手続き】

① 申請期限 来年2月29日

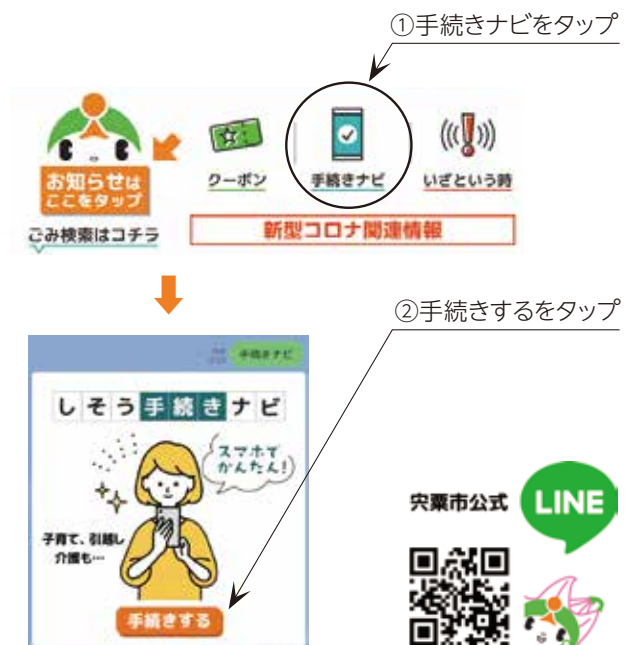
② 申請方法 所定の申請書に必要書類を添えて
社会福祉課まで

☎ 社会福祉課 ☎63-3067

子育て、介護などのオンライン手続き 公式ラインからお手軽簡単に

子育てや介護、引っ越しなど生活に関する行政手続きが市公式LINE(ライン)からオンラインでできます。使い方は簡単。ラインのメニュー画面にある「手続きナビ」をタップし、表示される画像から手続き一覧にアクセス。希望する手続きに進んでください。スマートフォンがなくても、パソコンなどで市公式サイトにアクセスできれば同様に手続きができます。24時間いつでもどこでも手軽に使えるこのサービス。利用してみましょう。

市公式ラインのメニュー



① オンライン手続きに必要なもの

マイナンバーカード、スマートフォンまたはパソコン ※パソコンの場合は要ICカードリーダー

② 現在、オンラインでできる手続き

- ▶ 妊娠の届出
- ▶ 子育てに関する届出(児童手当や保育施設等の利用申込など)
- ▶ 高齢者・介護に関する届出(介護保険負担割合証の再交付申請など)
- ▶ 転出届の提出や転入(転居)時の来庁予約
- ▶ 罹災(りさい)証明書の発行申請

☎ 広報情報課 ☎63-3115

学生や失業した人など 国民年金保険料免除・納付猶予制度

20歳以上の学生や失業などで所得が減少した人は国民年金保険料の「免除制度」や「納付猶予制度」を利用すると、保険料の納付が下記のとおり免除または猶予されます。納められないときは市民課や市民局の窓口で手続きをしましょう。なお、現在は今年6月以前の免除・猶予申請を受付中です。7月分以降の申請受付は7月1日からになります。期限など詳しくは市民課(☎63-3108)または姫路年金事務所(☎079-224-6382)まで。

▶ 保険料免除制度

本人、世帯主または配偶者の前年の所得が一定額以下の場合、その金額に応じて保険料の納付が全額、4分の3、半額または4分の1免除されます。

▶ 若年者納付猶予制度

本人(49歳以下)と配偶者それぞれの前年の所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予されます(令和12年6月30日まで)。

▶ 学生納付特例制度

学生は前年の所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予されます。

▶ 失業した人の特例制度

失業した人は離職票や雇用保険受給資格者証などがあれば、前年の所得に関係なく保険料の納付が免除されます。ただし、世帯主や配偶者の所得により免除できない場合があります。

▶ その他

免除・猶予の申請が遅れると、障害基礎年金等が受けられない場合があります。



後期高齢者医療保険料 来月中旬通知 新しい被保険者証も同時期に

今年の後期高齢者医療保険料は7月中旬に通知されます。保険料の計算期間は、この4月から来年3月までの1年間です。なお、8月から使える新しい被保険者証も別便で同時期に届きます。現在、「減額認定証」や「限度額認定証」がある人で、引き続き対象となる人には、新しい認定証も同封されています。

▶ 令和5年度保険料の計算方法

均等割額	所得割額
50,147円	(前年総所得金額等※1－基礎控除額43万円※2)×所得割率10.28%
＝ 保険料(年額)※限度額66万円	

- ※1 収入額から公的年金等控除額、給与所得控除額、必要経費を引いた金額。
- ※2 合計所得金額が2400万円を超える場合は、その金額に応じて段階的に基礎控除額が減少します。

▶ 低所得世帯への軽減

世帯主と被保険者の前年の総所得金額等が次の基準額以下の場合、年間を通して保険料の均等割額が軽減されます。

基準額	均等割額の軽減割合
基礎控除額43万円+10万円×(年金・給与所得者数－1)	7割(軽減後15,044円)
基礎控除額43万円+29万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数－1)	5割(軽減後25,073円)
基礎控除額43万円+53.5万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数－1)	2割(軽減後40,117円)

※65歳以上の公的年金受給者は、総所得金額等から自身の年金所得の範囲内で最大15万円を控除のうえ軽減額が判定されます。

図 市民課 ☎63-3108

県後期高齢者医療広域連合 ☎078-326-2021

新しい国保の保険証 7月中旬に届きます

8月から使える新しい国民健康保険被保険者証が7月中旬から順次、簡易書留郵便で自宅に届きます。不在で受け取れなかった場合は、郵便局の連絡票を確認のうえ、再配達を依頼してください。新しい保険証は「もえぎ色(黄緑)」です。現行の藤色の保険証の有効期限は7月31日です。



① ほかの健康保険に加入したら

ほかの健康保険に加入したときは、14日以内に市役所への届出が必要です。届出をしないと、国保税を余分に支払うことになり、ほかの保険の加入期間に国保の保険証を使用すると医療費の返還を求められます。

※どの保険にも加入していない人は、国民健康保険への加入が義務付けられています。

② 滞納があれば期限が短い保険証

国保税の滞納がある場合、保険証の有効期限が短くなります。さらに特別な事情がなく滞納が長期間になる場合は、保険証ではなく一旦医療費を全額負担する「被保険者資格証明書」になります。国保税の納付相談は税務課(☎63-3134)まで。

③ 登録すればマイナカードが保険証に

一部の医療機関では、利用登録をするとマイナンバーカードが保険証として使えます。

利用方法など
くわしくはコチラ



☎ 市民課 ☎63-3108

国保税率の一部改正

令和5年度の国民健康保険税の税率が次表のとおり一部改正となりました。世帯ごとの納税通知書は7月に届きます。

区 分	医療 給付費分	後期高齢者 支援金等分	介護 納付金分
所得割額	6.95% (6.85%)	2.67% (2.55%)	2.49% (2.23%)
均等割額	28,900円 (27,000円)	11,000円 (10,500円)	12,900円 (12,000円)
平等割額	21,500円 (23,400円)	7,700円 (8,200円)	6,300円
課税 限度額	650,000円	220,000円 (200,000円)	170,000円

※()内は改正前の税率等

④ 低所得者世帯への軽減

被保険者と世帯主の前年の所得の合計金額が基準額以下の低所得世帯は、均等割額と平等割額が次表のとおり軽減されます。ただし、世帯に所得の未申告者がいる場合は軽減が受けられません。世帯主と国民健康保険に加入する19歳以上の人は、収入が無い場合でも申告が必要です。

基準額	軽減割合
43万円+(給与所得者等※1の数-1) ×10万円	7割
43万円+(被保険者数※2×29万円) +(給与所得者等の数-1)×10万円	5割
43万円+(被保険者数×53.5万円) +(給与所得者等の数-1)×10万円	2割

▶65歳以上の公的年金所得は15万円の控除が適用されます。

※1 一定の給与所得者または公的年金等の支給を受ける人

※2 国民健康保険加入者と国民健康保険から後期高齢者医療保険に移行した人の合計

☎ 税務課 ☎63-3124

地域おこし瓦版

第87回



地域おこし協力隊
うつみ よしはる
内海 慶春さん

皆さん、はじめまして。3月から地域おこし協力隊になりました内海慶春(うつみよしはる)と申します。川西市から移住してきましたが、出身はたつの市です。一宮町の繁盛地区でゲストハウス繁盛校(旧繁盛小学校)をベースに活動しています。

私のミッションは、ゲストハウスのマネージメントと「繁盛」の名前を使ったブランディングです。ブランディングについては、40年以上続けてきたフライ・フィッシング(西洋式毛ばり釣り)の経験を生かし、釣りで繁盛地区を盛り上げたいです。繁盛地区は揖保川源流部に位置し、渓流釣り場に恵まれています。地元の方は口を揃えて「昔に比べてヒラベ(アマゴ)が釣れなくなった」とおっしゃいます。釣り人の姿もほとんど見かけません。そのため、少しでも昔の豊かさやにぎわいを取り戻せるよう、漁協の方と協力してヒラベを増やすような活動を行いたいです。

また、ゲストハウスでフライフィッシングの教室を開くほか、10月にはハンドメイドの釣り竿やリール、ルアーなどの展示販売会を行う予定です。フライフィッシング教室はゲストハウス繁盛校のウェブサイト以案内を掲載しますので、ご興味のある方は是非お申し込みください。



内海隊員が作製したヒラベ釣り用のフライ(毛ばり)=疑似餌

穴栗牛など特産品が当たる健康づくりポイントを貯めよう

楽しみながら健康管理や健康づくりを行い、ポイントを貯める「健康づくりポイント事業」に参加しませんか。ポイントは市が実施する特定健診やがん検診、健康・ウォーキング教室への参加のほか、日々の散歩や体操をすることなどで貯まります。ポイントを貯めて応募すると抽選で「穴栗牛ロース」や「穴栗牛ハンバーグ」などが当たります。

生活習慣を見直すきっかけにもなるこの取り組み。気軽に始めてみませんか。



対象者 市内在住または在勤の19歳以上(来年3月31日までに19歳になる人も含む)

参加方法 市民課や市民局の窓口、市公式サイトなどで専用の用紙を取得。ポイントが貯まれば市民課へ応募してください。用紙がなくてもウェブフォームから参加できます。応募期限は来年2月14日。



抽選で当たる穴栗牛ローススライス

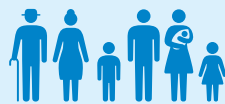
図 市民課 ☎63-3108

情報 STATION ステーション

仕事や生活、趣味などに
役立つ最新情報をお届けします。

人のうごき

()内は
前月比



人口 34,832人 (ー 57)
男性 16,739人 (ー 29)
女性 18,093人 (ー 28)
世帯数 14,671世帯 (± 0)

※令和5年6月1日現在



5月の異動

出生 10人(ー 2)
死亡 43人(ー 24)
転入 44人(± 0)
転出 69人(ー 13)
その他増 1人(ー 1)
その他減 0人(ー 1)

募集

給食センター
パート調理員

学校給食センターのパート調理員などの募集です。面接試験があります。受付は随時。

募集職種 調理員、調理員兼運転員

募集人数 若干名

任用期間 令和6年3月31日まで(更新あり)

勤務地 山崎学校給食センター、一宮波賀学校給食センター、ちくさ学校給食センター

勤務時間 8時15分～15時15分(最長17時まで)

申込方法 市公式サイトで登録用紙を取得し提出

山崎学校給食センター

☎63-0008-1

一宮波賀学校給食センター



山崎IC歩行者通路
リニューアル後の「愛称」

リニューアル整備中の「山崎インターチェンジ歩行者通路」の愛称募集です。明るくて安心できる空間、また市の玄関口として市民が誇りに思う魅力ある風景をめざしています。応募は一人1点まで。採用される優秀賞には市の特産品などが贈られます。応募期限は8月15日。

応募は
こちらから



山崎 秘書政策課 ☎63-3139

募集

六栗学講座

地域の歴史や文化を学ぶ「第

☎63-3139

募集

市長懇談会

☎72-0345
ちくさ学校給食センター
☎76-8181

募集

放送大学

☎63-3117

1回六栗学講座「受講生の募集です。テーマは「六栗の怪異譚(たむ)」「西播怪談実記」の世界」です。山崎に伝わる「狐火」などの怪談について講演があります。

日時 7月15日14時～15時30分

会場 市役所4階

講師 播磨学研究所運営委員 兼 研究員 植岡真弓さん

定員 80人(申込順)

その他 市民大学の対象講座

山崎 社会教育文化財課

テレビやインターネットで受講できる「放送大学」10月入学生の募集です。科目は歴史や文学、福祉など約300。1科目からいつでも好きな時間に学べます。

対象者 15歳以上

募集学生 科目履修(6か月)

選科履修(1年間)

出願期限 9月12日

出願方法 同大学公式サイト

から(郵送可)

その他 卒業をめざす全科履修生(4年以上)の募集もあり

山崎 同大学兵庫学習センター

☎078-8051-0052

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 隣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)

六栗市の
日帰り天然温泉

七ッ祭り

7/1(土)～7(金)

大笹の短冊に
願ひ事を書こう!

6月の毎週月曜日 山の湯・川の湯・介助家族風呂の露天風呂にて薬湯開催

午前10時～午後9時
(毎週火曜日定休)

☎0790-74-1000

(広告)

募集
気軽に国際交流
お茶ソトルームin波賀

宍粟市国際交流協会主催「第1回お茶ソトルーム」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 6月25日10時～

会場 いちのびあ

参加料 一般200円、小中学生100円、未就学児と会員は無料

問い合わせ先 同協会事務局

☎63-3123

募集
甘酒を使った料理学ぶ
発酵料理教室

発酵をテーマとした料理に挑戦する「発酵料理教室」受講生の募集です。宍粟市いずみ会の井上由岐子さんが「甘酒」チャレンジを使ったピリ辛ビビンバ

の作り方を指導します。

日時 7月30日10時～13時

会場 市役所北庁舎

対象 市内在住の人

定員 16人

申込期限 7月10日

受講料 1000円

その他 申込者多数の場合は抽選・専用フォームからも申込可

問い合わせ先 秘書政策課

☎63-3139



募集
交安協
優良運転者表彰

宍粟交通安全協会「優良運転者表彰」候補者の募集です。長年にわたり無事故、無違反を続けるドライバーに贈られます。

対象 同協会員で運転歴や無事故無違反期間など一定の要件を満たす人

**“消費生活情報”
インスタで発信中!**



@SHISO_CONSUMERS_CENTER

宍粟市消費生活センター公式Instagramでは、消費者トラブルの対応法やエシカル(倫理的)消費など生活に役立つ情報を発信中です。

▶アカウント名
宍粟市消費生活センター【公式】

問い合わせ先 消費生活センター ☎63-0840

応募期限 6月30日

その他 要件の詳細は問い合わせください。

問い合わせ先 同協会 ☎62-7150

募集
消防士

西はりま消防組合「消防士」(大学、高校、短大、専門学校卒業区分)の募集です。

募集人数 若干名

対象者 大卒▽平成10年4月2日～同14年4月1日生まれ、高卒▽平成15年4月2日～同18年4月1日生まれ、短大・専門学校卒▽平成13年4月2日～同16年4月1日生まれ

応募期間 7月31日～8月17日(郵送は8月15日必着)

試験日 9月17日(揖保川文化センター)、18日(西はりま消防本部)

試験科目 教養、論文、適正検査、集団面接

問い合わせ先 西はりま消防本部

☎0791-76-7119

募集
西播磨
フードセレクション

「西播磨フードセレクション2023」出品者の募集です。対象は西播磨産の農林水産物を加

工した食品で、入賞するイベントでのPRや雑誌への掲載など広く発信してもらえます。応募期限は7月7日。くわしくは特設サイトで。

問い合わせ先 光都農林振興事務所

☎0791-58-2193

募集
自衛隊員

令和6年度入隊の自衛隊一般曹候補生と自衛官候補生の募集です。

対象 18歳～32歳の人

応募期限 一般曹候補生9月5日(自衛官候補生は随時受付)

問い合わせ先 自衛隊姫路地域事務所

☎079-282-0535

募集
ドーナツに挑戦
子ども向け料理教室

市内の小学生が対象の「ビギナーズ料理教室」参加者の募集です。今回はドーナツ作りに挑戦します。

日時 8月18日10時～12時

会場 いちのびあ

定員 8人(申込順)

受付期間 6月20日～7月20日

参加料 500円

問い合わせ先 保健福祉課

☎62-1000



社会福祉法人千種会

特別養護老人ホーム
ちくさの郷
Chikusa no Sato



誰かの手のぬくもり
きっと誰かをあたためます

施設概要

- 特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- デイサービス

お問い合わせ

TEL 0790-76-2500

スタッフ募集中!

募集要項はコチラから



(広告)

募集
「介護の悩み」話して
認知症家族のつらい

認知症の家族を介護する人や介護経験者同士が集まって交流する「認知症家族のつらい」参加者の募集です。介護に関する悩みなどを気軽に話し合います。希望者は福祉相談課まで。当日の申し込みもできます。

日時 7月26日13時～15時(途中参加可)

会場 市役所北庁舎

その他 認知症本人がいる場合は職員が付き添いを担います。

問 福祉相談課
☎ 63-33167

募集
西播磨リハセンター
園芸療法セミナー

西播磨総合リハビリセンター「地域支援を考えるセミナー」参加者の募集です。草花に触れることで、心身の健康回復を図る「園芸療法」の効果などが学べます。

日時 7月20日13時20分～15時40分

会場 同センター(新宮町光都)

講師 兵庫県立大学大学院教授 豊田正博さん

定員 60人(申込順)

申込期限 7月13日

申込方法 電話、FAXまたは専用フォームから

問 同センター
☎ 0791-581050

募集
動物愛護センター
夏休み子どもセミナー

県動物愛護センター「夏休み子どもセミナー」参加者の募集です。写真立てと紙粘土で好きな動物のレリーフ(彫刻)を作ります。

日時 7月22日(土)17時30分～(花火は20時15分開始)

会場 千種小学校 運動場

問 妙見夏まつり実行委員会
☎ 71-0230

第55回
妙見夏まつり



シンガーソングライターHIPPIY(ヒッピー)さんのライブや市内の和太鼓チームの演奏、景品が当たる抽選会などがあるほか、フィナーレには花火が打ち上げられます。

日時 7月22日(土)17時30分～(花火は20時15分開始)

会場 千種小学校 運動場

問 妙見夏まつり実行委員会
☎ 71-0230

ます。
日時 7月28日、29日各10時～14時(昼食持参)

会場 県動物愛護センター龍野支所

対象 小学生(保護者同伴)

定員 各20人

受付期間 7月10日～20日

申込方法 専用フォームから

その他 申込者多数の場合は抽選

問 同センター龍野支所
☎ 0791-6315146

お知らせ
銃砲・刀剣類所持には
登録が必要

火縄銃や日本刀などの銃砲刀剣類の所持には登録手続きが必要です。登録証がないものを発見した場合は次のとおり手続きをしましょう。

手続の流れ ①警察署で発見届出済証をもらう②県教育委員会(☎078-36213783)に連絡のうえ申請書を提出して登録審査を受ける

問 社会教育文化財課
☎ 63-33117

募集
大技にもチャレンジ
けん玉体験会

「けん玉体験会」参加者の募集です。伊丹けん玉クラブ代表

で日本けん玉協会認定5段の植西和義さんに、簡単な遊びから難しい大技までけん玉の楽しみ方を学びます。全日本チャンピオンのパフォーマンスもあります。

日時 7月30日14時～16時

会場 市役所4階

対象 市内または近隣市町在住の小学生およびその保護者

定員 40人

申込期限 7月20日

申込方法 専用フォームから

その他 申込者多数の場合は抽選

問 県子ども会連合会
☎ 078-221-4081

お知らせ
7月は特殊ごみ
乾電池・蛍光灯など

7月は乾電池や蛍光灯などの「特殊ごみ」収集月間です。特殊ごみは中身が見える袋に入れ、必要事項を記した専用シールを貼って「不燃・特殊」の収集日にごみステーションまで。開庁時間内なら、いつでも利用できます。市役所と市民局の回収ボックス(乾電池、蛍光灯のみ・袋、シール不要)も便利です。いずれも事業所のごみは対象外。

問 生活衛生課
☎ 63-3506

医療法人社団 翠輝会

看護師・介護士
リハビリ・調理
募集中

老人保健施設むつみ園

グループホームささゆり

山岸診療所

奨学金制度
あります

詳しくは0790-75-2810まで

(広告)

しーたん 手話レッスン



飛行機

親指、人差し指、小指を広げ、手の甲を上にして、斜め上に動かします。(飛行機が飛ぶ様子を表します)

☎ 障害福祉課
63-3101
FAX 63-3062



動画でも

要件 ▽65歳以上の単身世帯
▽75歳以上のみの世帯▽身体障害者手帳1・2級、療育手帳A判定、精神障害者保健福祉手帳1級の人がある世帯▽

住民税が非課税で次のいずれかの要件に該当する世帯は、手続きをすると毎月の水道料金と下水道使用料が軽減されます。合併浄化槽区域も対象になります。

お知らせ
低所得世帯が対象
上下水道料金の軽減

☎ 63-3129



お知らせ
水道料金
来月請求から改定

水道料金が7月の請求分から改定となります。改定後の金額は市公式サイトで。

☎ 水道管理課

6月25日(日)、7月8日(土)・23日(日)は市役所などでマイナンバーカードの手続きができる

お知らせ
土日でもできる
マイナンバー手続き

☎ 63-3129

その他 料金の滞納がある場合や生活保護世帯は対象外

軽減月額 □径13ミリ656円、□径20ミリ882円、下水道使用料210円(来年度以降の軽減額は水道料金の改定により変動します)

母子・父子家庭や祖父母などが親代わりの家庭で、世帯主が上下水道料金を支払う世帯▽一人暮らしなどで井戸水や山水を使用せず、前年度1年間の毎月の水道使用量が5立方メートル以下の世帯

臨時開庁日です。
時間 9時～16時
会場 市役所1階 いちのびあ、波賀市民局(いちのびあ・波賀市民局は6月25日、7月23日のみ)

必要なもの 申請は本人確認書類。カードの受け取りは本人確認書類、マイナンバー通知カード、住基カード(ある人のみ)

お知らせ
感染症の危険性
マダニに注意して

☎ 63-3100

マダニが媒介する感染症「重症熱性血小板減少症候群(SFTS)」は、人が発症した場合、致死率が10～30パーセントと言われているため、かまれないように注意が必要です。西日本を中心に年間約50人が感染しており、県内でも感染者が確認されています。マダニが活動する春から秋にかけて、次のことに気をつけてください。

身を守るために 山や畑、庭など屋外で作業をするときは、長そで・長ズボンを着て、そでやすそは軍手や靴下の中に入れてみましょう。虫除け剤を使用することでマダニの付着を減らすこともできます。作業で

申込期限 開催日の3日前
申込方法 所定の申込書を同大学校へ提出または専用フォームから
その他 令和6年度から1年制の機械製造学科(仮称)が新設されます。

催し
但馬技術大学校
オープンキャンパス
県立但馬技術大学のオープンキャンパスが開かれます。自動車の基本点検作業や設計製図用ソフトCADの操作、金属加工などが体験できます。希望者は終了後に学生寮の見学もできます。

開催日時 7月9日・22日、8月6日
各13時～15時(受付12時30分～13時)

☎ 62-11000

開催場所 保健福祉課

着ていた服は家の中に持ち込まないようにしましょう。
かまれた場合 無理に取り除かず、皮膚科などでマダニの除去や消毒の処置を受けてください。数週間経過後は体調の変化に注意し、発熱がみられた場合は必ず医療機関を受診してください。

「もしも」の時に備えるなら

農業経営収入保険

- 年間見込収入の最大約9割を補償
- 収量減少、価格低下、自身の病気・ケガ等あらゆるリスクによる収入減少を補償

☑ 青色申告を行っている農業者が加入できます。

☑ 農産物の販売収入の減少を補償する公的な保険制度です。



加入申込み、保険料の見積等は、右記事務所へお気軽にお問い合わせください。



NOSAIひょうご

兵庫事務所

兵庫県山崎町今宿5-15
☎ 0790-60-3004

(広告)



心落ち着く「庭」のような場所へ 山崎に歩行者通路の壁画制作スタート

一宮町出身の美術作家・植田志保さんによる山崎インターチェンジ歩行者通路のリニューアル壁画制作が5月22日にスタートしました。人と自然の一体感のある風景が宍粟の魅力という植田さん。その魅力と市民から募った通路の思い出や好きな植物などからイメージを構想し、白い壁面に豊かな色彩で絵を描いていきます。植田さんは「市民のみなさんにとって思い出や好きな植物であふれる『庭』のような心落ち着く場所になれば」と話します。壁画は9月末に完成する予定で、進捗状況は市公式サイトで確認できます。



コロナ禍のまちを鼓舞するポスター撤去 「またみんなで盛り上げていく」

3年前の新型コロナ流行直後に山崎町の有志メンバーらがまちを元気にしたいと作成した「がんばらいてかい宍粟」ポスターの撤去がこのほど、同町商店街で行われました。ポスターは新型コロナが全国に拡大し始めた2020年4月、商店街の店主ら9人で企画。困難な状況でも「がんばるに決まってるやろ」と自身を鼓舞する言葉を方言で表し、市内の店舗などに掲示を呼びかけました。今回、5類引き下げに伴い、撤去を決めたといいます。メンバーの一人、三木秀章さんは「やっとこの日か来た。ほかの地域でもポスターを外してもらい、またみんなで盛り上げていきたい」と話します。



地域一体で米育てる 千種で小中高合同の田植え

千種小・中学校と千種高校の児童生徒らが5月26日、同町内の水田で田植えに取り組みました。千種高校では2017年から1年生が授業の一環で米作りをしており、一昨年から地元の小中学校とも連携し、地域一体となって育てています。この日も小中学生と一緒に横一列に並び、協力しながら一本一本丁寧に苗を植えていきました。千種中3年の上山侑己さんは「初めての田植えで戸惑いもあったが、高校生が上手にカバーしてくれた」と話しました。夏場の水管理や除草作業などは高校生が担い、育てた米は味を競う全国大会に出品する予定です。



初の男性就任 アンバサダーに緒方さん、金本さん

宍粟の魅力をPRする「しそうブランドアンバサダー」にこのほど、一宮町の緒方加奈さん(左)と金本峻さんが選ばれました。しそう森林王国観光協会が性別にかかわらず活動ができるようにと「しそう森林王国女王」から改称して2代目となり、今回初めて男性が就任しました。任期は来年3月まで。イベントやメディアへの出演を通じて、PR活動を行います。緒方さんは「宍粟で生まれ育ち、子育てをしている中で見てきた新たな魅力を発信したい」。金本さんは「活動を通して、自分が知らない宍粟の良さを見つけ、多くの人に伝えたい」と意気込みます。





子どものデートDV予防 市が啓発冊子を作成

市では、子どもたちが恋人を暴力で思い通りにする行為「デートDV」の被害者や加害者になることを予防するため、啓発冊子を作成しました。市内の小学4年生から中学3年生へ配布します。冊子はA5判8ページ。デートDVの行為をイラスト付きで解説しているほか、自らがその被害者や加害者の可能性がないかを判断するチェックシートも掲載しています。希望者は社会福祉課の窓口でも入手できます。



民生委員を務めた上月さんに 厚生労働大臣表彰

平成10年から昨年11月までの24年間、民生委員・児童委員を務めた上月良夫さん(山崎町)が「厚生労働大臣特別表彰」を受賞しました。上月さんは山崎民生委員児童委員協議会での青色防犯パトロールの立ち上げや山崎町内の要援護者支援マップの作成に携わるなど、地域福祉の増進に尽力しました。



小中一貫校「波賀学園」スタート 児童生徒ら、記念交流会で「絆深まった」

波賀小・中学校がこの4月から、9年間の義務教育を一貫して行う併設型小中一貫校「波賀学園」として新たにスタートしました。市内では一宮北学園、千種学園に続いて3校目となります。小学校と中学校の垣根を越え、両校の教師が相互に乗り入れ授業を行ったり、児童生徒と一緒に学校行事に取り組んだりします。5月23日にあった記念交流会では、全校生約160人が6グループに分かれ、中学校生徒会が考えたゲームなどを楽しみました。生徒会の八木紀里佳さん(9年生)は「初めはみんな緊張していたけど、交流するうちに絆が深まっていった」と笑顔で話していました。



一宮にキッチンカー集合 「いちフェス」初開催

キッチンカー12台を集めた「いちフェス」が5月21日、いちのぴあで開かれました。市商工会青年部一宮支部が主催し初開催。市内のラーメン店をはじめ、本格窯焼きピザやハワイ料理のロコモコ丼、アイスやクレープなど多彩な店が並び、来場した家族連れらが行列を作りました。このほか会場では、仮想現実(VR)技術を使った恐怖体験コーナーやよさこいステージなどもありました。同支部の篠原光平さんは「苦しい時期が続いていたが、変わらず元気だけはある。これからも町を盛り上げていけるよう頑張りたい」と話しました。



協力隊に姫路市の広瀬さん就任 波賀町拠点にツアーガイドや情報発信

地域おこし協力隊に姫路市の広瀬和磨さんが新たに就任しました。波賀町を活動拠点にツアーのガイドを行うほか、観光情報の発信やイベント企画などにも取り組みます。広瀬さんは和歌山大学の観光学部で案内サインのデザインやSNSを使った情報発信などを学んだあと、呉服店に勤務していましたが、学生時代に培った観光分野の知識を生かした仕事がしたいと考えるようになり、公募のあった宍粟市の協力隊に応募しました。「地域の人たちの熱い思いを感じた。森林セラピーやアウトドアなどでまちのPRをしてきたい」と意気込みます。

市長から委嘱状を受け取る広瀬さん(市役所=5月1日)

「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。

図 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

保健だより
スクスク

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

6月中旬から7月中旬まで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。
乳児健診と3歳児健診は山崎会場での実施になります。

内容	実施日	対象		会場
		山崎	一宮・波賀・千種	
乳児健診	7月13日	令和5年2月26日～3月26日生まれ		市役所北庁舎3階 ☎62-1000(保健福祉課)
10か月児健康相談	7月13日(午前中)	令和4年8月1日～9月10日生まれ		
1歳6か月児健診	6月28日	令和3年11月1日～20日生まれ	令和3年9月1日～11月30日生まれ	エーガイヤちくさ ☎76-8600
2歳児歯科健診	7月6日(午前中)	令和2年12月生まれ	令和3年1月生まれ	市役所北庁舎3階 ☎62-1000(保健福祉課)
3歳児健診	6月22日	令和2年1月生まれ		
	7月20日	令和2年2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	6月16日 10時～12時	4か月～18か月児	エーガイヤちくさ ☎76-8600
	6月26日 10時～11時30分	4か月～6か月児	市役所北庁舎3階 ☎62-1000(保健福祉課)
	7月18日 10時～12時	4か月～18か月児	メイプル福祉センター ☎75-8800

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
6月21日 10時～11時30分	市役所北庁舎3階 ☎62-1000(保健福祉課)
6月29日 10時～11時30分	エーガイヤちくさ ☎76-8600
7月4日 10時～11時30分	市役所北庁舎3階 ☎62-1000(保健福祉課)
7月12日 10時～11時30分	メイプル福祉センター ☎75-8800
7月20日 10時～11時30分	エーガイヤちくさ ☎76-8600

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。そのほか、乳幼児健診などで休みになる場合があります。

子育て支援 センター だいすき♡

「だいすき♡」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。

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



オープンデー

子育て支援センターの開放日です。



オープンデー
「みて～玉ねぎだよ～」
4月27日 メイプル福祉センターで

会場	内容	実施日	時間
学遊館	ワイワイデー	毎週火曜日(7月18日を除く) 6月24日、7月8日・22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	
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(7月17日を除く) ▶7月20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 (6月28日を除く)	

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。



子育ての森 親子活動
「鯉のぼりをつくってみよう」
4月28日 学遊館で

会場	相談員	日時
メイプル 福祉センター	兵庫県カウンセリング協会 公受 雅(おおやけ まさ)さん	6月28日 10時～15時
エーガイヤ ちくさ		7月26日 10時～11時45分
メイプル 福祉センター		7月26日 13時～15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	7月11日 10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親子で体験できる催しが開かれます。
月により内容は変わります。



「ママはストレッチ、ボクも楽しい♪」
5月9日 ライブリーちくさで

会場	イベント	日時
メイプル 福祉センター	親子りとみっく教室	6月21日10時～11時30分 7月19日10時～11時30分
	宍粟市子育て応援講座 「子育てリベンジャーズ」	7月14日10時～11時30分
いちのぴあ	親子リトミック教室	7月24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。7月26日は「栄養のお話」をテーマに30分程度のミニ講座が開かれます。定員は親子10組程度。

会場	日時
学遊館	6月28日、7月12日・26日 各10時～11時30分



令和5年度 ☆開級式☆
5月10日 いちのぴあで

くらしの相談



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▶6月20日、7月4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)▶
7月8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▶7月14日10時～12時▶いちのぴあ▶宍粟わくわく～くステーション63-3011

ひきこもり相談▶6月28日、7月12日各13時～15時▶市役所北庁舎2階▶福祉相談課63-3168

アルコール相談▶6月21日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▶8月18日10時～13時▶ライブラリーちくさ▶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)▶7月10日13時30分～15時30分▶いちのぴあ▶前田正明さん74-0371/7月11日10時～12時▶ライブラリーちくさ▶有時良郎さん76-2714▶総務課63-3000

エイズ・肝炎相談▶6月27日、7月11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▶7月7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▶7月10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▶7月7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▶6月16日、7月4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

しそくにじいろ相談(性の多様性に関する相談)▶6月21日、7月19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▶7月5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

ひとり親家庭相談▶7月8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、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

6月と7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
6月	18日	ウスキ医院	62-0098
	25日	垣尾内科クリニック	63-2020
7月	2日	かなたに医院	64-0535
	9日	広田医院	72-0123
		咲クリニック	73-9456
	16日	山岸診療所	75-2011
		横川眼科	63-1800
	17日	公立宍粟総合病院(内科・外科・小児科)	62-2410
	23日	川瀬クリニック	64-3223

図 保健福祉課 ☎62-1000



災害に備え、万全を期す



いちフェスであいさつする市長(5月21日)

山々の新緑も日毎に濃くなってきました。水田の緑と相まって「日本一の風景街道」と呼ぶに相応しい美しい景観が広がり、私たちに安らぎを与えてくれています。

5月8日から新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが2類相当から5類へ移行したことで、社会全体が活気づき、コロナ禍からの脱却に向けて動き出しているように感じます。マスク着用も個人の判断に委ねられる中、市内におきましても、先月から地域の皆さまが主体となって、さまざまなイベントや事業が開催されるようになり、楽しそうな表情を拝見する機会も増えてきました。地域を盛り上げるためにご尽力いただいている皆さまに改めて感謝を申し上げます。

市といたしましても、各種事業や会議、さらにはイベントなどの開催を含め、コロナ禍前の日常に一日も早く戻れるよう努めてまいりますので、お世話になる各種団体や自治会の皆さまにおかれましては、今後ともご

協力をよろしくお願いいたします。

こうした中、市では今年度もワクチン接種を実施しており、市医師会などのご協力のもと、春夏の集団接種を5月27日から開始しています。依然としてコロナウイルスの脅威が消えたわけではありませんので、これからも適切な感染対策を心掛けていただきますようお願いいたします。

今年の近畿地方の梅雨入りは平年より早い時期となりました。本格的な出水期を迎えるにあたって、気象の急変により発生する突発的な災害に備え、常に万全を期さなければならないと気を引き締めているところです。また、市民の皆さまと「自分の命は自分で守る」という意識を共有し、安心・安全なまちづくりを共に進めてまいりたいと考えますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

これから暑さも厳しくなってきました。体調管理には十分気をつけていただき、元気で過ごしてください。

宍粟市長 **福元 晶三**



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送ってください。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

送信はコチラから



みづたに みつき
水谷 湊月ちゃん
笑顔いっぱい元気に育つね!
1歳・女の子・山崎町



はつか ゆうき
八家 悠葵ちゃん
皆の宝物! いっぱい笑って大きくなあれ☆
0歳・男の子・山崎町



やまもと みゆ
山本 望結ちゃん
家族の希望の光です。生まれてくれてありがとう
1歳・女の子・山崎町



おいでよ図書館



☎ 穴栗市立図書館 62-4620
いちのびあ図書室 72-2330
波賀文化創造センター図書室 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
6月					15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	
7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	31					

■ 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

図書館サイト 来月3日間利用停止

市立図書館の公式サイトが7月16日18時～19日9時までの約3日間、システム更新のため、利用停止となります。期間中は図書検索や予約システムも使えません。なお、更新後はサイト全体がリニューアルされるほか、ページのURLも変更になります。

今月のオススメ



香川にモスクができるまで
在日ムスリム奮闘記

著者: 岡内大三
出版社: 晶文社

著者は長期間の取材を通して、在日ムスリムの信仰に裏打ちされた絆や、彼らが受けている差別を目の当たりにします。私たちが暮らす町でともに生きているムスリムについて知るきっかけとなる一冊です。



新しい「歯」のトリセツ
“食べる力”を落とさない!

著者: 照山裕子
出版社: 日経BP

歯磨きだけでは歯は守れません。歯ブラシの選び方など基本的なことから、「高速うがい」「イーアーストレッチ」など口の衰えを防ぐトレーニングまで、口腔ケアが幅広く紹介されています。



満州国の近代建築遺産

船尾修写真集

著者: 船尾修
出版社: 集広舎

満州国の時代に使用され、現存する建物を写した白黒の写真が多数掲載されています。立場によって印象が大きく異なる「満州」を中立的に写し取った重厚なこの写真集は、2023年土門拳賞を受賞しました。

編集後記

5月27日、新型コロナウイルスが5類に移行されてから市内で初めての運動会。マスクを付けていない児童らが自分のイスを持って、続々と運動場へ繰り出します。この光景がとても懐かしく感じました。演技が始まり、子どもたちの勇姿を逃すまいと、とにかくシャッターを切りまくる。あとから見ると、撮った写真は3千枚になつていました(笑)この日は、観客の誰よりも子どもの写真を撮らせていただきましたね。会場に変な体勢で撮影するカメラマンが目についた方、すみませんでした(汗)演技終了後、子どもたちの一生懸命頑張っていた姿にはこりしながら、帰路につきました。(拓)

今月の表紙



表紙は5月27日にあった山崎小学校の運動会での一枚です。会場では観客の入場制限や児童らのマスク着用義務などがなくなり、4年ぶりに子どもたちの歓声や家族そろつての声援が響きました。