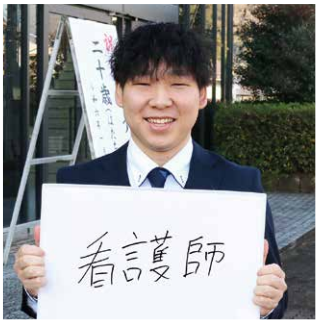
広報 しそう
SHISO City Magazine
2
2024
No.227

二十歳の想い



令和6年「二十歳の祝典」

山崎文化会館で1月7日、今年度に二十歳を迎える人たちを祝う「しそう二十歳の祝典」が開かれ、出席者らは人生の節目にあたり、気持ちを新たにしていました。今年の対象者は343人。うち288人が式典に出席。式が始まる前の場内は互いの近況を報告しあって和やかに談笑するなど笑顔があふれました。

オープニングを飾ったのは「弾紅（だんく）」による和太鼓演奏。会場いっぱいに勇壮な和太鼓の音が響きわたりました。

式典では出席者を代表して西村亘貴（こうき）さんと多賀成美さんが「お世話になったすべての方々に感謝の気持ちを忘れることなく、なりたい自分になれるよう、夢の実現に向かって努力していく」と二十歳の誓いを述べました。

続いて、大牧琴音さんと鳥居優里さんが福元市長から記念品目録と花束を受け取りました。

式典の後は、実行委員会が主催の「お楽しみ抽選会」。会場中で歓声が沸き上がりました。

お母さん お父さん
ありがとう♡
おとうさん
おかあさん
ありがとう！

峰山最速

立派な美容師
になる！

中学教師
になる！

身長
170cm

声優
になる

毎日笑顔で過ごす

花嫁になる！

しあわせになる
あやの♡
会計士に
なりたいですみれ♡

メジャーリーガー

フルマラソン
完走

カッコイイ
消防士になる

元気に

感謝

自立
旅する！

幸せな人生
気づかい
愛を持って
生きる

一生懸命

自分の
ブランド持つ

全力!!

やる気

卒論
頑張る!!
自分らしく！

一獲千金

努力!!

いい男さんたなる♡

二十歳のキラリ☆突撃人

海外留学通して 自分に自信がついた

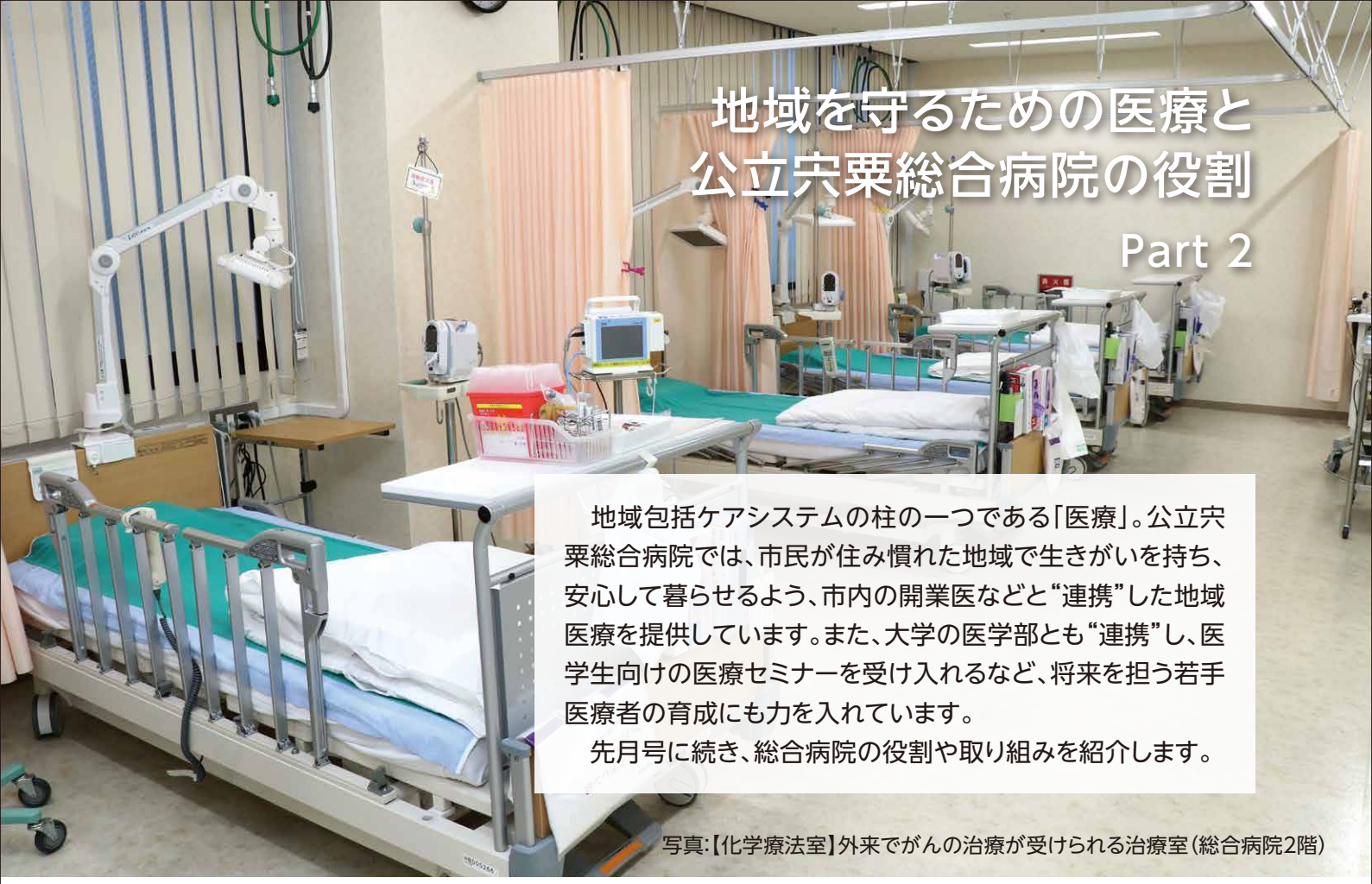
芦谷（あしだに） 宇琉（うる）さん

武庫川女子大学教育学部に通う芦谷宇流さん。大学を選ぶときに母や祖母から「一度は留学したほうがいい」と勧められ、アメリカに留学先となる分校がある武庫川女子大学（西宮市）なら安心して留学できると思い、進学を決めた。

現在は2回生で、昨年9月から4か月間、留学を経験。留学当初は、自分の英語が理解されるのか不安に思っていた。しかし、実際に現地の人と会話してみると、ジェスチャーを使ったり、自分が知っている英語で言い換えたりして、思った以上に話せたという。わからなかった言葉はその日のうちに意味をノートにまとめて、翌日以降に積極的に使うようにした。その結果、帰国後に受けた英語能力テスト「TOEIC」で点数が約200点アップ。特にリスニングの点数を大幅に伸ばした。

留学前は何事も間違えるのが怖く、なかなか行動に移せなかったという芦谷さんだが、「海外での生活を経験したことで、失敗を恐れずにとりあえずやってみようと、考え方を変えるようになった」と自信をのぞかせる。

子どもが大好きで、将来は小学校の教師をめざしている芦谷さん。「これからも自分から行動することを大事にし、新しいことにどんどんチャレンジしていきたい」と笑顔で話した。



地域を守るための医療と公立宍粟総合病院の役割 Part 2

地域包括ケアシステムの柱の一つである「医療」。公立宍粟総合病院では、市民が住み慣れた地域で生きがいを持ち、安心して暮らせるよう、市内の開業医などと“連携”した地域医療を提供しています。また、大学の医学部とも“連携”し、医学生向けの医療セミナーを受け入れるなど、将来を担う若手医療者の育成にも力を入れています。

先月号に続き、総合病院の役割や取り組みを紹介します。

写真:【化学療法室】外来でがんの治療が受けられる治療室(総合病院2階)

開業医などと地域包括ケアにおける連携体制を構築

総合病院は、地域の基幹病院として、急性期機能病床と回復期機能病床(地域包括ケア病棟)を設置しています。病気やケガの進行状況にあわせて、専門医療機関への紹介と逆紹介、リハビリテーションや在宅復帰に向けた調整を行うなど、地域包括ケアシステムの一端を担っています。医療・介護難民を出さないために、市内においては開業医だけでなく、介護サービス事業所など地域の専門職と“連携”し、在宅医療の支援に向けた医療と介護の一体的な地域連携体制を構築しています。

キーワードは

『連携』

地域包括ケアシステムにおける連携体制イメージ

播磨姫路医療圏の基幹施設
3次救急、高度専門医療など

県立はりま姫路総合医療センター(はり姫)、姫路赤十字病院など

急性期医療
救急、手術、周産期など

回復期、亜急性期医療
リハビリ、栄養サポート、退院調整

宍粟総合病院

介護サービス事業所

在宅、かかりつけ医

感染症への対応

コロナ禍では、感染患者専用病棟を設置し、患者の受け入れを行ってきました。5類引き下げ後も、病棟の一部で感染患者の受け入れを継続しています。感染症対策としては、標準予防策※1および感染経路別予防策※2を徹底し、安全・安心な医療を提供しています。引き続き万全の体制で、感染症への対応に備えます。

※1 すべての血液、体液、分泌物（痰など）、嘔吐物、排泄物、創傷皮膚、粘膜等は感染源となり、感染する危険性があるものとして取り扱うこと。

※2 空気感染隔離予防策、飛沫感染予防策、接触感染予防策

病室は外部からの立ち入り禁止

空気感染対策の陰圧装置を設置

診療所見学（JAハリマみどり診療所）

しそうの地域医療をサポートする会などと意見交換

宍粟で働く医師確保へ
医学生向け医療セミナーを受け入れ

総合病院では、医学部卒業後、地域医療に従事する県養成医学生らを対象とした「地域医療夏季セミナー」（神戸大学大学院医学研究科地域医療教育学部門主催）を毎年受け入れています。今年度も8月に開催され、神戸大学11人、兵庫医科大学1人、岡山大学1人、鳥取大学1人の計14人が参加し、総合病院の若手医師との交流のほか、市民ボランティア団体との意見交換や市北部の診療所見学などを行いました。宍粟市で勤務する医師の確保にもつながる取り組みとして、今後も受け入れを継続します。

参加学生らの声

宍粟は将来の勤務地としても考えている地域なので、さらに詳しく知っていけたらと思う。

先輩養成医と交流したことで、自分の将来がイメージできた。

地域の方々がどのような医師を求めているかを実際に聞くことができ、とてもいい機会になった。

院長から市民の皆さんへ

宍粟市は安心して子どもを産み育てられるまちでなければなりません。地域の雇用を守るため、住民の流出を防ぐため、このまちを守るためにも病院は必要です。

われわれは、地域にとってどうしても必要な医療を守ります。
われわれは、地域医療の将来を担う若手医療者を地域で育てます。
われわれは、これからもずっと頑張り続けます。

皆さまのご理解と温かいご支援をお願いします。

宍粟総合病院
院長　佐竹 信祐

外出支援サービスの申請 来月11日まで

4月から外出支援サービスの利用を希望する人は3月11日までに手続きをしましょう。所定の申請書を障害福祉課または管内の保健福祉課に提出してください。現在利用中の人も再度申請が必要です。

対象者

市内在住で次のいずれかの項目に該当する人

「障害者等福祉」区分

▷身体障害者手帳1・2級の所持者または3・4級で下肢・体幹機能障がいのある人▷療育手帳A・B1判定の所持者▷精神障害者保健福祉手帳1・2級の所持者▷要介護3から5の人▷腎臓機能障がいによる身体障害者手帳を所持し、人工透析を受けている人

「移動困難者支援」区分

▷バスの利用が困難かつ運転免許証を所持していない65歳以上の人

利用料金

タクシー運賃	利用料金	
	「障害者等福祉」区分	「移動困難者支援」区分
～2,000円	500円	700円
2,001円～3,000円	600円	900円
3,001円～4,000円	700円	1,200円
4,001円～5,000円	800円	1,500円
5,001円～6,000円	900円	1,800円
6,001円～7,000円	1,000円	2,100円
7,001円～8,000円	1,100円	2,400円
8,001円～9,000円	1,200円	2,700円
9,001円～10,000円	1,300円	3,000円
10,001円～11,000円	1,400円	
11,001円以上	1,500円	

問 障害福祉課　☎63-3101　FAX63-3062

地域おこし瓦版

第95回

地域おこし協力隊
都留（つる） 万里代（まりよ）さん

みなさん、こんにちは。一宮町で活動している都留です。地域交流の場「染河内森のようちえん」でイベント企画などの活動に携わりながら、「藍ある暮らし」として藍染、草木染を生業にできるよう準備を進めています。

協力隊としての任期も残りわずかとなりました。3年間、イベントやDIY、畑、生活のことなど、右も左もわからない自分にあたたかな手を差し伸べ、見守ってくださった地域の皆さまに、この場をお借りして感謝申し上げます。

染河内森のようちえんでは、昨年12月に地元主催のクリスマスイベントを開催しました。音楽ライブやマルシェなどを行い、多くの方にお越しいただいて大盛況となりました。笑い声が響くイベントづくりに携わることができて、とても嬉しく感じています。

現在は、毎月1回から2回ほど、「森のようちえんでヨガレッスン」を開催しています。そのほかにも随時、藍染や草木染のプライベートワークショップを開催しているので、気軽にお問い合わせください。これからも宍粟の地で自分にできることを続けていきたいと思います。今後ともよろしくお願いします。

「藍ある暮らし」のワークショップで畑作業をする参加者ら

イベント情報などくわしくはコチラ

先月号に掲載した「価格高騰支援給付金」の手続きの期限が変更になりました。
（変更前）5月31日　→　（変更後）4月30日

環境問題やエシカル消費など 魚テーマの4コマクイズで楽しく学ぶ

魚のイラストを使った4コマクイズで環境問題やエシカル消費について楽しく学べる講演会が開かれます。講師は魚の生態や海の大切さを“オモロく”伝えることで、子どもの「やさしい想像力」を育てる活動をしているタレントの「さかなのおにいさん かわちゃん」です。

さかなのおにいさん かわちゃん

日時　3月2日(土)　13時30分～14時30分
会場　宍粟防災センター
定員　100人(申込順)
申込期限　2月26日
その他　託児あり(要事前予約)

申し込みは コチラ

問 消費生活センター　☎63-0840

4月から変わる 市役所・市民局 宿日直の業務体制

夜間・休日の市役所および各市民局の宿日直業務の体制が4月から変わります。市民局における閉庁日(祝日・年末年始)終日および平日・土日夜間(22時以降)の窓口がなくなります。

市民局の宿日直体制(4月1日から)

宿日直		市民局(市民協働センター)		
		平日	土日	祝日(年末年始含む)
窓口	日中	通常業務	○	×
	夜間	○(22時まで)		
電話	日中	通常業務	○	終日、本庁へ転送
	夜間	○(22時以降、本庁へ転送)		

窓口：死亡・婚姻の届出、貸館業務など
通常業務：8時30分から17時15分まで

▶市民局(一宮、波賀、千種)

平日・土日の22時以降と祝日、年末年始(12/29～1/3)の戸籍の届出受付などは、市役所(本庁)で対応します。電話は本庁へ転送されます。

▶市役所(本庁)

宿日直業務が業者委託となります。なお、緊急時は別途市職員が対応します。

問 総務課　☎63-3000

(広告)

(広告)

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	34,517人	（－53）
男性	16,587人	（－12）
女性	17,930人	（－41）
世帯数	14,686世帯	（±0）

※令和6年2月1日現在

1月の異動

出生	9人	（－6）
死亡	50人	（＋3）
転入	54人	（－2）
転出	67人	（＋10）
その他増	1人	（＋1）
その他減	0人	（±0）

募集

最大45万円 元気げんき大作戦

令和6年度「しそう元気げんき大作戦」取組団体の募集です。地域が抱える課題の解決や地域資源を活用した観光振興、移住者の受け入れなど、自由な発想で企画する独自の活動を応募してください。最大で年間45万円の活動費が助成されます。

対象 市内に本拠があるおおむね5人以上の団体

種類と助成額 ▽スタートアップ型1年限り15万円▽自由提案型1年目45万円、2年目40万円、3年目35万円▽コミュニティビジネス型1～3年目45万円、4年目20万円、5年目10万円

補助率 対象経費の10割

申込期限 3月15日（要事前相談）

その他 プレゼン審査あり

問 まちづくり推進課 ☎63-3123

募集

市歌制定委員会公募委員

「宍粟市市歌制定委員会」委員の募集です。委員は市が制定しようとする市歌について意見を述べます。

対象 市内在住の18歳以上

任期 5月から市歌の制定（来年3月予定）まで

報酬 1回2000円（会議5回程度・別途交通費あり）

募集人数 3人程度

申込期限 3月14日

申込方法 所定の申込書を秘書政策課に提出

その他 応募者多数の場合は抽選

問 秘書政策課 ☎63-3139

募集

手話教室

「はじめての手話教室」受講生の募集です。簡単な日常会話が学べます。

対象 中学生以上

日時 3月10日10時～12時

会場 宍粟防災センター

定員 15人（申込順）

申込期限 3月1日

申込方法 専用フォームから申し込む

問 障害福祉課 ☎63-3101 FAX63-3062

募集

非常勤講師

兵庫県内の公立小中学校や特別支援学校で働く「非常勤講師」の募集です。

対象 教員免許がある人（取得見込含む）

時給 2830円（別途交通費あり）

申込期限 2月29日

申込方法 所定の申込書を学校教育課まで

問 学校教育課 ☎63-3118

（まちかど掲示板）

こどもフリマ開催

出店者も募集中

3/16（土）

1部 11時～11時50分
2部 13時～13時50分
会場 イオン山崎店2階

入場は子どものみ。子ども同士で商品を売り買いします。出店側として、5歳から中学生まで40組を募集中。定員になり次第、受付終了です。

くわしくはコチラ

こどもフリーマーケット事務局
☎090-9546-6981

医療法人社団 翠輝会
山岸診療所
老人保健施設むつみ園
グループホームささゆり

看護師・介護士
リハビリ・調理
募集中

奨学金制度あります

詳しくは0790-75-2810まで

（広告）

募集
宍粟の魅力をPR ブランドアンバサダー

観光イベントなどで市の魅力をPRする「しそうブランドアンバサダー」の募集です。任期は今年4月から1年間。市の公式行事やキャンペーンでの司会進行やSNSでの情報発信などを担います。

応募資格　市内または周辺地域に在住、在勤、在学の18歳以上（高校生を除く）

募集人数　2人

報酬　賞金10万円・1日あたり8000円の謝金（別途交通費あり）

申込期限　2月25日

申込方法　専用フォームから申し込む、または所定の申込書をしそう森林王国観光協会に提出

募集
さつきマラソン大会

「第17回宍粟市さつきマラソン大会」参加者の募集です。

募集部門　ハーフ・10キロ・5キロ

参加資格　15歳以上（中学生不可）

参加料　ハーフ4500円、10キロ・5キロ4000円

定員　2600人（申込順）

申込期限　3月8日（定員に達し次第受け付け終了）

申込方法　指定の払込取扱票を郵便局の窓口（ATM可）で手続き、または専用サイト「RUNNET（ランネット）」から申し込む

開催日　4月21日

会場　山崎スポーツセンター

問 同大会事務局　☎63-3123

募集
森林大学校 入学生

森林に関する専門知識を学ぶ「県立森林大学校」の一般・事業体推薦・自己推薦入試受験者の募集です。

対象　40歳以下（令和6年4月1日時点）

募集人数　11人

出願期限　3月6日

出願方法　所定の出願書類を同大学校に提出

試験日　3月12日

試験会場　同大学校

試験科目　小論文、面接、数学（一般入試のみ）

受験料　2200円

問 同大学校　☎72-2700

募集
総合病院 職員

公立宍粟総合病院の職員の募集です。申し込みにはそれぞれ免許が必要です。（見込含む）

募集職種　看護師3人程度、薬剤師2人程度、臨床工学技士1人

申込期限　2月29日

申込方法　総合病院サイトの専用フォームから申し込む、または所定の申込書を同院総務課まで

試験日　3月10日

試験会場　宍粟総合病院

試験科目　作文、面接

その他　市公式ユーチューブで看護部の紹介動画を公開中。次の総合病院サイトのリンクから視聴できます。

問 宍粟総合病院　☎62-2410

募集
気軽に国際交流 お茶っトルーム

宍粟市国際交流協会主催「第5回お茶っトルーム」参加者の募集です。ゲームや食事を楽しみながら外国人と交流します。

日時　3月10日10時～14時

会場　学遊館

定員　30人（申込順）

参加料　一般500円、小中学生・会員300円

申込期限　3月1日

申込方法　専用フォームから申し込む

問 同協会事務局　☎63-3123

地域おこし協力隊 活動報告会

市内で地域の活性化に取り組む「地域おこし協力隊」の活動報告会が開かれます。第1部に協力隊員による令和5年度の活動報告があり、第2部では個別ブースで協力隊員らと交流ができます。入退場自由。

日時　3月10日（日）
▷第1部13時30分～▷第2部15時～
会場　いちのぴあ

問 まちづくり推進課　☎63-3123

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
ショートステイのご利用は
ご自身の健康チェックの
一環としても有効です
施設概要　●特別養護老人ホーム　●ショートステイ
＊お問い合わせ＊
TEL 0790-76-2500
施設のご紹介
（広告）

募集 医学生などへ奨学金

医師、看護師、助産師、薬剤師をめざす学生が対象の「奨学金制度」利用者の募集です。医師は免許取得後、公立宍粟総合病院または国民健康保険診療所（一宮北・波賀・千種）のいずれかで、奨学金の貸付期間に相当する期間を勤務した場合は、返還が免除されます。なお、貸付期間が4年未満の場合は、4年間勤務する必要があります。

対象 大学の医学部などに在学または入学予定の人、看護師・助産師・薬剤師の学校に在学または入学予定の人

貸付金額 ▽修学資金 医師・月額20万円、看護師ほか・月額5万円▽入学資金 医師・入学金の2分の1（上限10万円）、看護師ほか・入学金の2分の1（上限12万円）

申込期限 3月15日（申込人数が予算上限に達しない場合は期間延長あり）

申込方法 所定の申請書を宍粟総合病院に提出

その他 可否審査あり

問 宍粟総合病院 ☎62-2410

募集 水道メーター検針員

「水道メーター検針員」の募集です。

対象 市内在住の18歳以上（高校生を除く）

募集人数 4人（変動あり）

任用期間 4月から1年間（2回まで更新可）

検針区域 山崎町、一宮町、波賀町

検針回数 年6回（偶数月）

申込期限 3月7日

申込方法 所定の申込書を水道管理課または市民局まで

その他 申し込みには住所が異なる市内在住の連帯保証人が1人必要

問 水道管理課 ☎63-3129

募集 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。いちごを使ったパンや甘酒入りイチゴミルクなどを作ります。

日時 3月17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 2月26日

受講料 1000円

申込方法 専用フォームから申し込む

その他 応募者多数の場合は抽選

問 秘書政策課 ☎63-3139

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 5月～8月（毎水曜・全21回）

CAD初級・中級 5月～7月（毎木曜・全12回）

時間 各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 4月30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

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

応募期限 2月29日

その他 要件の詳細は問い合わせください。

問 宍粟交通安全協会 ☎62-7150

自殺対策強化月間展示

3月の自殺対策強化月間にあわせて、普及啓発するロビー展示が開かれます。「いのちとこころ」に関する図書の紹介のほか、自分が勇気づけられた言葉などを記す「メッセージツリー」の作成コーナーがあります。▶3月4日～14日（エーガイヤちくさ）▶3月18日～22日（市役所1階ロビー）

問 保健福祉課 ☎62-1000

相続のお悩み プロと解決しませんか？ 遺言 税金
資格を持った 相続診断士による 無料 個別診断 実施中！
経験豊富な相続診断士が、あなたの状況に最適なアドバイスを提供します。
お申込み専用
取扱代理店 ㈱ライフプラザパートナーズ 姫路FA営業部 姫路市東延末3-50姫路駅前南マークビル4F TEL.079-226-0106
●お気軽にお問合せください。 ☎090-8790-6943 担当／永井 受付9時～19時
LPPHJ 23-26(2025/9/30)
（広告）

募集 統計調査員

統計調査で調査票の配布や回収などの業務にあたる「統計調査員」登録希望者の募集です。受付は地域創生課、市民局の窓口で随時。登録後5年間有効です。

対象 市内在住の20歳以上
報酬 調査の種類や対象件数による歩合制
問 地域創生課 ☎63-3066

募集 シニア向けインターネット講座

高齢者が対象の「インターネット講座」受講者の募集です。パソコンを操作しながら、インターネットの基礎知識や便利な活用法などを学びます。

日時 3月5日、12日、19日各9時30分～11時30分（3日間受講）
会場 生涯学習センター学遊館
定員 13人（申込順）
受講料 1000円
申込期限 2月28日
申込方法 所定の申込書を学遊館まで
問 学遊館 ☎64-7700

お知らせ 井戸水・山水など人数変われば届出を

日常生活に井戸水、山水、地下水などを下水道に流している世帯で、進学や単身赴任など住民票の異動手続きを伴わない人数の増減がある場合は、市役所まで届け出てください。受付は随時。ただし、下水料金への適用は翌月からとなります。

対象 実際の居住人数と住民票の世帯人数が3か月以上異なる世帯
届出方法 所定の申込書を水道管理課または市民局まで
その他 井戸水などの使用をやめた場合も要手続き
問 水道管理課 ☎63-3129

お知らせ 山崎幼稚園・城下幼稚園 閉園式

今年度末に閉園する山崎・城下幼稚園の閉園式があります。風船飛ばしが行われます。

日時 3月21日10時15分～
問 山崎・城下幼稚園 ☎62-0861

お知らせ 城東保育所 閉所式

今年度末に閉所する城東保育所の閉所式があります。保育所の歴史を振り返るビデオ観賞や風船飛ばしが行われます。

日時 3月26日10時30分～
問 城東保育所 ☎62-6881

お知らせ 退職後も安心 林退共

「林業退職金共済制度」は林業労働者の退職金をその事業主が積み立てておく国の制度です。掛金は日額470円で全額が課税の対象外。その総額に応じて退職金が支払われます。

加入方法 所定の申込書を林業退職金共済兵庫支部まで
問 同支部 ☎078-381-5425

お知らせ 高齢者バス割引券 使用期限は来月末まで

市内路線バスの割引乗車券「高齢者はつらつチケット」の使用期限は3月31日までです。持っている人は忘れずに使い切りましょう。なお、チケットの配布はすでに終了しています。また、運転経歴証明書を持っている65歳以上の人は引き続き半額で乗車できます。
問 危機管理課 ☎63-3119

お知らせ 車の検査・登録はお早めに

毎年、年度末は自動車の検査・登録申請窓口が混雑します。比較的混雑が少ない3月中旬までに車の検査などを済ませましょう。なお、継続検査（車検）は自動車検査証の有効期限が切れる1か月前から受けられます。
問 姫路自動車検査登録所 ☎050-5540-2066

人権文化をすすめる学習会

「人権文化をすすめる学習会」参加者の募集です。神戸市看護大学の神原咲子教授が「災害時の人権問題とこれから向かうべき解決」と題して話します。

日時 3月9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

問 人権推進課 ☎63-0840

夜間当直事務　正社員・パート募集！

勤務地：公立宍粟総合病院（宍粟市山崎町鹿沢93）
勤務時間：平日　17：15～翌8：30
　　土日祝日　8：30～17：15、17：15～翌8：30
給与：正社員）月給18～25万円
パート）時給1,100円～（22～翌5時 1,375円～）
※３月中は研修期間（共に時給　1,001円）

休日：シフト制
フルタイムの方は月間変形労働時間制
資格：基本的なPC操作できる方
待遇：交通費規定支給、車通勤可（駐車場有）

人と医療をつなぐ場所には私たちが居ています
K.I.C 神戸医療事務センター
詳細はこちら！
姫路市豊沢町６８番地　ﾌﾘｰﾀﾞｲﾔﾙ：0120-240-888

（広告）

しそうトピックス

はりま一宮小の小林さん　空手全国大会で初優勝

極真空手「米山道場」(山崎道場)に通う小林凛桜(りお・はりま一宮小1年)さんが、昨年12月に愛知県で開かれた空手の全国大会「第11回全日本ジュニアチャンピオンシップ」の小学1年生女子の部で優勝を収めました。小林さんは得意の蹴り技で大会を勝ち上がり、決勝では自身より身長が10センチ以上高い相手に拳による打撃で攻め立て優勢勝ち。見事、初優勝を飾りました。同じ大会に出場した同門の坂井杏さん(山崎小3年)と1月中旬、市長に結果を報告。小林さんは「次も優勝したい」と話し、坂井さんは「今回は勝てなかったけど、次は優勝したい」と意気込みました。

右から坂井さん、小林さん

伊和高が交通安全の取り組みで全国優良校に

交通安全教育と交通事故防止に功績があった学校に贈られる全日本交通安全協会の「交通安全優良学校」に、伊和高校が選ばれました。同校では毎年、安全運転を呼びかけるマスコットをドライバーに配布するなど、交通安全の啓発活動に力を入れています。マスコットは学校の「総合的な探求の時間」を利用して生徒らが製作しています。生徒会長の曽我尚甫(なおまさ・2年・中央左)さんは「これまでの取り組みが評価されて嬉しかった」と話し、副会長の佐野橙真(とうま・2年・中央右)さんは「これからもマスコット配布などで安全啓発をしていく」と意気込みました。

スキー競技で全国へ
一宮南中 川上さん、千種中 山本さんが市長を表敬

2月に長野県で開かれる「第61回全国中学校スキー大会」に出場を決めた一宮南中学校3年の川上寧々さん(中)と千種中学校3年の山本陽(よう・右)さんが1月31日、市長を表敬訪問しました。二人はアルペンスキーの大回転(ジャイアントスラローム)、回転(スラローム)に挑みます。昨年末から年始にかけて長野県で2週間の合宿を行ったという二人。幼い頃にスキーを始め、小学6年生から4年連続で全国大会に出場します。どちらも高校でもスキーを続けるといい、山本さんは「ベストな滑りをしたい」、川上さんは「失敗を恐れずに臨む」と意気込みました。

避難所での生活体験
山崎南中1.17防災学習

阪神・淡路大震災が発生した1月17日にあわせ、山崎南中学校で避難訓練と防災学習が行われました。避難訓練のあと、生徒たちは防災バッグの中身を考えたり、8平方メートルに想定されたスペースに8人で寝ころび、避難所での生活を体験したりしました。生徒会長の中筋もみじさん(2年)は「避難所はお年寄りもいて大変だったと思う。バッグには家族の連絡先や食べ物など準備しておきたい」と話しました。

波賀小学校の児童ら

大谷グラブ　宍粟にも

米大リーグの大谷翔平選手が全国の小学校に寄贈したグローブが、市内11の小学校へ届けられました。1校につき右利き用2個、左利き用1個で、グローブには「野球しようぜ!」という大谷選手からのメッセージが添えられています。波賀小学校ではグローブを使った児童らが「軽くて使いやすい」「大谷選手みたいな野球選手になりたい」「ストイックなところを見習いたい」などと話し、夢を膨らませていました。

山崎東中2年 有時さん 豪水泳大会で金3つ獲得

山崎東中学校2年の有時伶音（れのん）さんが昨年12月、オーストラリアで開催された国際水泳大会「クイーンズランドスイミングチャンピオンシップ2023」に日本代表として出場し、200メートルメドレーリレー、100・200メートル背泳ぎの3種目で金メダルを獲得しました。ほか50メートル背泳ぎ2位、200・400メートル個人メドレー3位。

戸原小 山本路子養護教諭に 文部科学大臣優秀教職員表彰

山本養護教諭（山崎町）は、児童生徒らの早寝・早起きを習慣づける映像教材の作成やユニバーサルデザインを取り入れた健康教育の推進に取り組むなど、子どもたちの健康課題の解決に尽力してきました。過去にも幼小中高連携の生活習慣づくりで「優れた早寝・早起き・朝ごはん運動の推進にかかる文部科学大臣表彰」を受賞しています。

地域資源生かした取り組みで地元NPOが大臣表彰

宍粟市を拠点に地域づくり活動を展開する「NPO法人奥播磨夢倶楽部」が国土交通省の「手づくり郷土（ふるさと）賞」を受賞しました。同賞は地域の魅力や個性を生かし、優れたまちづくりに取り組む団体を国土交通大臣が表彰します。奥播磨夢倶楽部は、2014年に発足。市内外のメンバー11人で構成し、市内の地域資源を活用したツアーなどを年3～5回開催しています。地域外からの参加者に非日常を体験してもらいたいと、自然と触れ合うワークショップなども開き、若者の呼び込みにもつなげています。春名千代理事長（前列右）は「次世代につなげる取り組みを今後も続けていきたい」と話しました。

左から谷さん、藤原さん、国鞆さん

住宅火災をバケツリレーで鎮圧　山崎町住民らに感謝状

建物火災の延焼防止に貢献したとして、西はりま消防組合は山崎町の国鞆（くにとも）道男さん、藤原龍真さん（山崎東中3年）、谷正広さん、ほか1名に消防長感謝状を贈りました。宍粟消防署などによると、昨年11月、同町で住宅火災が起きた際、消防隊が到着するまでの間、近くに住む国鞆さんらがバケツリレーなどで消火活動を行いました。宅内での火災だったため、国鞆さんがやむをえず石で窓ガラスを割り、孫の龍真さんや谷さんらと水道ホースやバケツにくんだ水で火元の消火を急ぎました。約10分後に火は鎮圧されていたといい、同組合の栗岡耕治消防長は「地域の絆が功を奏した」と称えました。

講演を終えて、記念撮影をする上野さん（左）と小坂さん

震災遺族の記事に感銘 はりま一宮小児童の自主学習が縁で講演会

はりま一宮小学校で1月11日、5、6年生を対象に命の大切さを学ぶ講演会がありました。阪神・淡路大震災で長女・志乃さんを亡くした上野政志さん（佐用町）が講師を務め、生きたくても生きられなかった多くの命があることを児童らに繰り返し伝えました。講演のきっかけは同小5年の小坂晴基さん。震災当時、神戸大学で美術を学んでいた志乃さんが残した創作パラパラ絵本を上野さんが書籍化した際に受けた取材記事に小坂さんが感銘を受け、上野さんや震災について自主学習をしたことで交流が生まれました。講演会終了後、小坂さんは「言葉より行動というのが印象的だった。自分に今できることをしたい」と話しました。

保健だより スクスク

「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。

問 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。

子育てアプリ使ってね♪

ダウンロードはこちら▶

乳幼児健診カレンダー

2月中旬から3月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、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	3月7日	令和5年10月29日～11月30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	2月28日		令和5年2月、3月、4月生まれ	いちのぴあ ☎72-2100
	3月7日	令和5年3月21日～4月30日生まれ		市役所北庁舎3階 ☎62-1000（保健福祉課）
1歳6か月児健診	3月13日	令和4年7月生まれ		
2歳児歯科健診	2月20日	令和3年8月16日～31日生まれ	令和3年7月、8月、9月生まれ	メイプル福祉センター ☎75-8800
	3月21日	令和3年9月生まれ		市役所北庁舎3階 ☎62-1000（保健福祉課）
3歳児健診	2月22日	令和2年8月15日～9月22日生まれ		
	3月14日	令和2年9月23日～10月31日生まれ		

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	2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）
	3月5日 10時～12時	4か月～18か月児	メイプル福祉センター ☎75-8800

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。

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
2月22日 10時～11時30分	エーガイヤちくさ ☎76-8600
2月29日 10時～11時30分	いちのぴあ ☎72-2100
3月6日 10時～11時30分	市役所北庁舎3階 ☎62-1000（保健福祉課）
3月13日 10時～11時30分	メイプル福祉センター ☎75-8800
3月14日 10時～11時30分	いちのぴあ ☎72-2100
3月21日 10時～11時30分	エーガイヤちくさ ☎76-8600

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。

問 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。

会場	内容	実施日	時間
学遊館	ワイワイデー	毎週火曜日(3月26日を除く) 2月24日、3月16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(2月23日を除く)	
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(3月は4日・7日・11日のみ開かれます)	
エーガイヤちくさ	エーガイヤちびっこデー	毎週水曜日(3月20日を除く)	

「お楽しみクリスマス会」
ななこおねえさんによるコンサート♪
12月15日　いちのぴあで

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
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	2月28日 10時～15時
エーガイヤちくさ		3月13日 10時～11時45分
メイプル福祉センター		3月13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	3月5日 10時～15時

※公受　雅さんの3月の相談日が変更になってます。

「自分に恋するお片付け」
～ときめくママになる方法～
12月18日　エーガイヤちくさで

ほっとmamaルーム
「クリスマス寝相アート」
12月20日　市役所北庁舎で

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。

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	3月6日 10時～11時30分
学遊館	子育ての森　交流会	3月9日 10時30分～11時30分

ぱくぱく教室
「白菜料理～ちぎちぎ楽しいね～」
12月25日　メイプル福祉センターで

赤ちゃんとママの部屋「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。3月13日は「親子ふれあい遊び」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	2月28日、3月13日・27日 各10時～11時30分

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▶2月20日、3月5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）▶3月9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▶3月8日10時～12時▶ライブラリーちくさ▶宍粟わくわく～くステーション63-3011

ひきこもり相談▶2月28日、3月13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▶2月21日、3月27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▶4月19日10時～13時▶市役所北庁舎4階▶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）▶3月11日13時30分～15時30分▶いちのぴあ▶前田正明さん74-0371／3月12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▶2月27日、3月12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▶3月1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▶3月11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▶3月1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▶3月5日、15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）▶2月21日、3月27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▶3月6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▶3月14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

2月と3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
2月	18日	いなもち医院	62-8808
		上田医院	63-0011
	23日	ウスキ医院	62-0098
		井上クリニック	64-2000
	25日	かなたに医院	64-0535
		広田医院	72-0123
3月	3日	山岸診療所	75-2011
		垣尾内科クリニック	63-2020
	10日	千種診療所	76-2017
		咲クリニック	73-9456
	17日	山中医院	62-0036
		ほしの皮ふ科	63-3133
	20日	公立宍粟総合病院（内科・外科・小児科）	62-2410
	24日	藤多内科・皮ふ科	62-0622
		やました眼科	64-1008
	31日	JAハリマみどり診療所	72-2388
		藤田整形外科クリニック	64-1515

問 保健福祉課　☎62-1000

市長室だより

地域の“きずな”で災害に強いまちを

被災地支援に行く職員を激励する市長（2月2日）

立春を過ぎましたが、まだまだ寒い日が続いています。皆さま元気でお過ごしでしょうか。元日に能登半島を襲った大地震は、発生後1か月半以上が経過する現在においても、被害の全容がつかめないほどの大惨事となっています。被害に遭われた方々にお見舞い申し上げますとともに、お亡くなりになられた方々のご家族の皆さまに心よりお悔やみ申し上げます。

被災地では現在も多くの方が厳しい寒さの中、避難所生活を続けられており、長期化することも予想されています。一日も早く復興への一歩を踏み出されることを強く望むものであります。現在、被災地には義援金をはじめ人的・物的支援が全国から届けられています。

兵庫県では石川県珠洲（すず）市を支援することとしており、県と市町が一体となって全力で取り組んでおります。宍粟市におきましても県の要請を受け、2月3日に家屋被害認定調査にあたる職員を、8日に避難所支援を行う看護師を派遣しました。16日からは応急給水支援に職員を派遣し、今後も避難所運営業務などにあたる職員を中長期にわたり順次派遣することとしています。

大規模な災害が頻発する日本にあっては、災害がいつどこで起こるかわかりません。常日頃から災害に備えることの重要性や、有事の際には、自分の命は自分で守ることを基本としながらも、地域の“きずな”による支え合いや助け合いが非常に大切であると改めて感じました。

これからも地域で連携を図っていただき、皆さまとともに災害に強いまちをめざしたいと思いますので、ご理解とご協力をよろしくお願いします。春は近づいておりますが、まだ寒さが続きますので、お体には十分に気を付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

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「しそうチャンネル」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

石田（いしだ） 凛之助（りんのすけ）ちゃん

お兄ちゃんと仲良く元気に育ってね!!

2歳・男の子・一宮町

森井（もりい） 碧音（あお）ちゃん

元気に大きくなってね♡

1歳・男の子・山崎町

和田（わだ） 日織（ひおり）ちゃん

いっぱい笑って元気に育ってね

1歳・女の子・山崎町

広報しそう SHISO City Magazine
広報しそう2月号
令和6年2月15日発行（227号）
発行／宍粟市
編集／総務部広報情報課

〒671-2593 兵庫県宍粟市山崎町中広瀬133-6
☎0790-63-3000（代） 📠0790-63-3061
✉info@city.shiso.lg.jp
🖳https://www.city.shiso.lg.jp

おいでよ図書館

問 宍粟市立図書館 ☎62-4620
いちのぴあ図書室 ☎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

読書講演会

読書講演会が開かれます。株式会社漢方キッチン代表の阪口珠朱（すみ）さんが「薬膳でカラダとココロを整える」と題して講演します。▷2月25日10時30分～12時▷宍粟防災センター▷専用フォームから、または市立図書館に電話（☎62-4620）で申し込む

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
2月					15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29		
3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

今月のオススメ

からだのトラブル解決ごはん 薬膳ひとり鍋

文：阪口珠未
出版社：自由国民社

薬食同源。食べ物が持つ薬効を普段の食事でとり入れ、ちょっとした不調を改善しませんか？季節や症状にあわせたレシピと、薬膳の基礎知識が紹介されていて、体と心をいたわる力が身につきます。

風奔る
長水史伝・戦国播磨最後の闘い

著者：春名久雄

天正8年（1580年）、播磨平定を目前にした秀吉の軍勢を迎え撃つのは、長水城の城主宇野氏とその家来たち。筆頭家老・春名光俊の末裔である著者が、郷土資料『長水軍記』をもとに長水城攻防戦を描いた小説です。

方言漢字事典

編著者：笹原宏之
出版社：研究社

日本全国に存在する「方言漢字」を集めた本です。ある地域で地名や人名に使われる珍しい漢字を、歴史的、地理的背景とともに解説しています。千種町の越乢（こしだわ）の「乢」も記載されています。

編集後記

みなさんは恵方巻を食べましたか？自宅で恵方巻を作り、お米2合を平らげた㊐です。子どもの頃は野菜全般が嫌いで巻き寿司のシイタケやかんぴょうを抜いて食べていたものですが、二十歳になったときに食べてみると…。おいしい！味覚の変化って不思議ですね。

さて、今月号の特集は「二十歳の祝典」です！私がこの式典に参加したときから3年の月日が流れたと思うと、時間が過ぎるのが早く感じます…。二十歳のみなさんは久しぶりに会う友人と話したり、写真を撮ったりして楽しんでいました。ご家族もその晴れ着姿を嬉しそうに見守っていました。当日の様子をしそうチャンネルで2月28日まで放送していますので、ぜひご覧ください。㊐

今月の表紙

表紙は「二十歳の祝典」に参加した若者らです。ボードには将来の夢や目標など、それぞれの想いが書かれています。

VEGETABLE OIL INK
この広報紙は環境保護のため、植物油インキと古紙再生紙を使用しています。
UD FONT