



いざ、新年へ

広報 しそう 1
2026
SHISO City Magazine №250

新春の「あいさつ

明けましておめでとうございます。市民の皆さんには、希望に満ちた新年を健やかにお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

昨年、宍粟市は市制20周年という大きな節目を迎える。これまでの歩みとともに築いていただいた皆さんに、あらためて深く感謝を申し上げます。また、市長選挙におきまして、4期目の市長の任をいただき、その責任の重大さを胸に刻むとともに、お寄せいただいた市政への期待や将来への思いに応えるため、市政運営にまい進することをありがとうございました。

さて、新しい年を迎える気持ちを新たに、人口減少が進行する中においても、地域の活力と生活基盤をしっかりと維持し、市民の皆さんのが安全で安心して暮らし続けられる宍粟市を築くため、着実に取り組みを進めてまいります。

まず、市民の皆さまの命と健康を守り、暮らしを支える「地域医療の確保」です。令和10年3月の開院をめざし、昨年、新病院の建設に着手しました。新病院は現病院の機能を引き継ぎ、誰もが住み慣れた地域で安心して必要な医療を受けられる体制を整えるとともに、市全体の活力を生み出す拠点としての役割も担う施設として期待するも

宍粟市長
福元晶三



のであります。

あわせて、子育て支援と教育の充実にも力を注いでまいります。未来を担う子どもたちの成長を支えることは、まちの将来を支えることでもあります。子育て世代を中心とした多世代交流ができる活動拠点の整備を進めるとともに、妊娠や出産、産後のケアを切れ目なく行い、それぞれの場面で情報提供や助言を行う伴走型子育て支援に取り組んでまいります。

また、中学校における部活動につきましては、令和10年10月を田中に地域展開することとしており、学校や地域、保護者のご協力のもと、子どもたちの希望やニーズに応じた多様で豊かな地域クラブ活動の実現につながるよう取り組んでまいります。何より「穴粟」で生まれ育つ子どもたちの安全で安心できる育ちや学びを全力で支えていくことが大切であると考えます。

こうした取り組みを「一つひとつ積み重ねながら、次の10年、20年を見据えた確かな一歩を踏み出す1年にしてまいります。「まちづくりはひとつづくり」であることを念頭に、市民一人ひとりの笑顔があふれる夢と希望に満ちた穴粟の未来を切り開いてまいりますので、市民の皆さんには変わらぬお力添えを賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

皆さんにとりまして、本年が幸多き素晴らしい1年となりますよう、心よりお祈り申し上げ、新春のごあいさつといたします。





2月16日から 税の申告

所得税と市県民税の申告の受付が2月16日から始まります。対象は今年1月1日時点で市内に住所があり、昨年中(令和7年1月1日～12月31日)に所得があった人です。ただし、まったく所得がなかった人でも、19歳以上で国民健康保険に加入している人や扶養認定などで課税(所得)証明書が必要となる人、18歳以上で扶養に入っていない人は申告が必要です。

税の申告はスマホで電子申告!

個人住民税(市県民税)の申告が電子化

個人住民税の申告が今年からeLTAX「個人住民税電子申告システム」を利用して、電子申告できます。マイナンバーカードとスマートフォンまたはパソコンで自宅から簡単に申告することができます。

住民税の申告について
くわしくはコチラ



確定申告はe-Tax

確定申告は国税庁公式サイト「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、マイナンバーカードを読み取れるスマートフォンで自宅から簡単に確定申告することができます。

確定申告の
手続きはコチラ



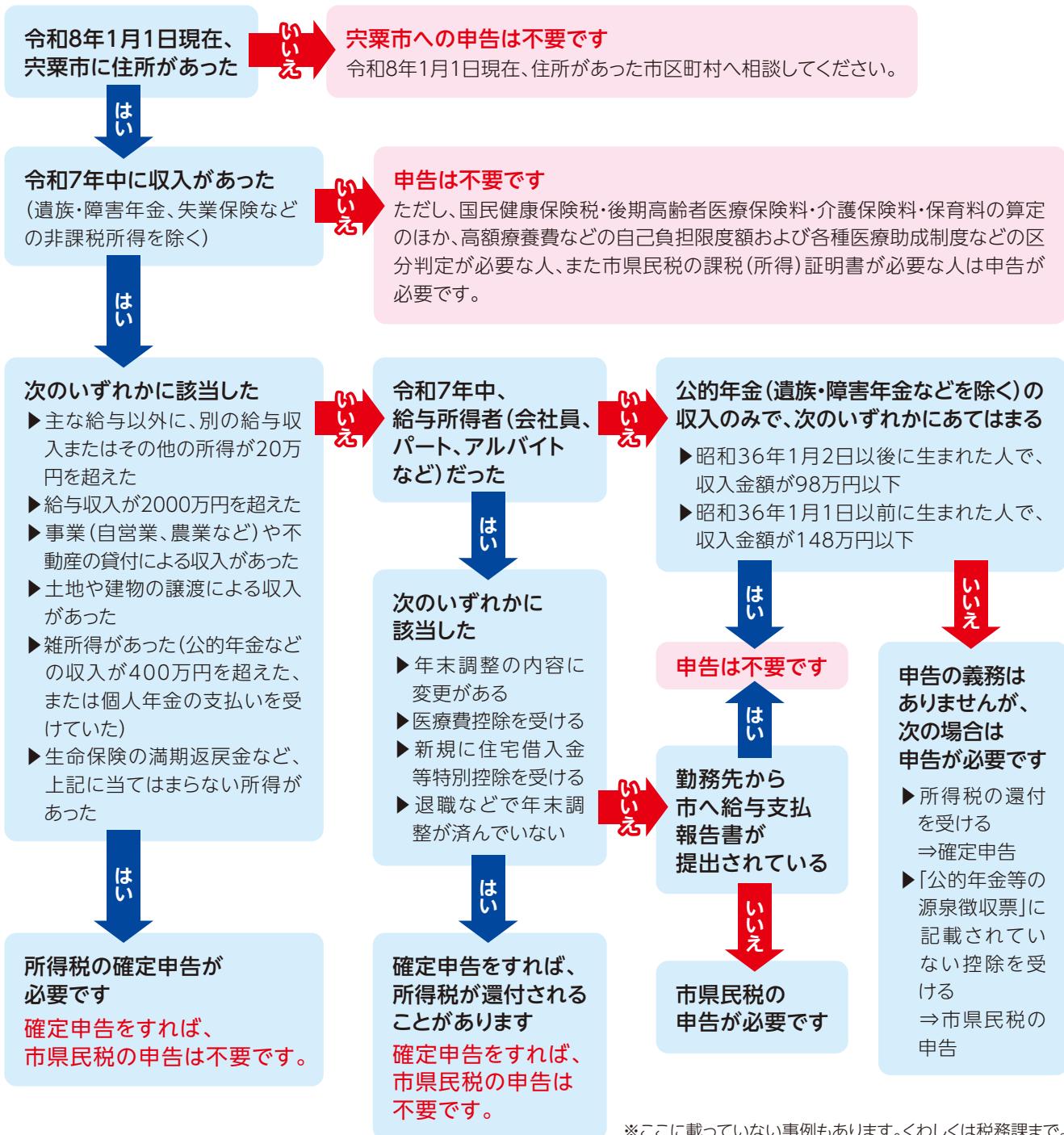
住宅ローン控除

住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)を初めて受ける人は、確定申告書を提出する必要があります。なお、市の申告会場や勤務先の年末調整では申告ができません。住宅ローン控除も電子申告が便利ですので利用してください。電子申告ができない場合は龍野税務署の確定申告会場を予約してください。

注意点

電子申告で申告書を提出しても、申告内容によっては、添付書類の提出が必要な場合があります。また、提出が省略できる添付書類は自宅で5年間保管してください。

申告フローチャート



※ここに載っていない事例もあります。くわしくは税務課まで。

※申告にはマイナンバーカードのパスワード2種類が必要です。(①署名用電子証明書暗証番号(英数字6~16文字)②利用者証明用暗証番号(数字4桁)

マイナカードの電子証明
マイナンバーカードの電子証明書の有効期限切れや失効に注意しましょう。

会場予約は
コチラ



※予約をしていない人には当日整理券が配布されます(数に限りあり)。

スマートフォンとマイナンバーカードを使用します。

**税務署の確定申告は
要事前予約**

2月16日から龍野税務署の確定申告会場が開設されます。

相談を希望する人は国税庁公式LINEから事前予約が必要です。また、確定申告会場での申告書の作成は、原則、自身の

龍野税務署
(0791-62-0281)

税務署からのお知らせ

今年の会場は

今年の申告会場の日程は次表のとおりです。受付時間はいずれも9時から16時まで。混雑を避けるために地域ごとに日程が決められています。期間中はいずれの会場でも申告の受付や相談ができますが、税務課や市民局の窓口ではできないので注意してください。

※正午から午後1時の間は受付人数を減らしての対応となるので混雑する場合があります。

山崎

日程	対象地域	会場
2月	16日(月) 蒼沢	学遊館 市役所市民ロビー
	17日(火) 城下	
	18日(水) 城下・戸原	
	19日(木) 河東	
	20日(金) 菅野・土万	
	24日(火) 神野	
	25日(水) 山崎	
	26日(木)	
	27日(金)	
	2日(月)	
3月	3日(火)	指定なし
	4日(水)	
	5日(木)	
	6日(金)	
	9日(月)	
	10日(火)	
	11日(水)	
	12日(木)	
	13日(金)	
	16日(月)	

波賀

日程	対象地域	会場
3月	10日(火) 野尻、原有賀、原、日ノ原、音水、引原、鹿伏、戸倉、道谷	はがてらす
	11日(水) 上野、水谷、飯見	
	12日(木) 日見谷、今市、斎木、有賀、皆木	
	13日(金) 谷、小野、安賀	
	16日(月) 指定なし	

一宮

日程	対象地域	会場
2月	16日(月) 曲里、嵯峨山、中安積、三林、杉田、西安積、閏賀	いちのぴあ
	17日(火) 東市場、須行名、伊和、安黒、嶋田	
	18日(水) 染河内	
	19日(木) 指定なし	
	20日(金) 三方	
	25日(水) 下三方、繁盛	
	27日(金) 指定なし	

千種

日程	対象地域	会場
3月	3日(火) 七野、下河野、黒土、中島、鷹巣	ライブリーちくさ
	4日(水) 河呂、奥西山、西山、室	
	5日(木) 岩野辺	
	6日(金) 千草、河内、西河内	
	9日(月) 指定なし	

申告会場に行く前の準備

医療費控除を申告する人は医療費の領収書をもとに医療費控除の明細書を、白色申告をする人は収支内訳書または帳簿などの収支の分かる書類を作成してください。受付職員は領収書などの集計をしませんので、申告日までに準備をしてから、申告会場に行きましょう。

還付申告相談

年金受給者や会社員、アルバイトの人などを対象に「所得税の還付申告相談」が開かれます。医療費控除や中途退職などによる還付申告やその相談ができます。

日時 2月12日(木)9時～12時、13時～16時

会場 市役所市民ロビー

閑税課 ☎63-3124

総合病院 ドクター紹介

NEWS

総合病院

外科・消化器外科

きぬがさ しょういち

衣笠 章一医師



「腹腔鏡」を用いた鏡視下手術

総合病院では消化器がんや内分泌腫瘍、良性消化器疾患、急性腹症の手術などを幅広く行っています。多くの手術では「腹腔鏡(ふくくうきょう)」を用いた鏡視下手術(きょうしかしゅじゅつ)で対応し、一部の術式は連携施設と協力して術後の通院負担などを軽減する体制を整えています。また、神戸大学乳腺外科と連携し、多くの乳がん治療にも取り組んでいます。こうした医療体制の中心として、総合病院の衣笠医師は年間200件以上の幅広い手術に携わり、神戸大学をはじめとする医療機関と連携しながら、消化器外科の総合的な診療に尽力しています。



外科・消化器外科
衣笠章一医師(診療部長)

安心の医療を届ける

私たちがどれだけ手術の経験を重ねても、患者さんにとって手術は、「大きな決断と勇気が必要なことである」という気持ちを忘れないようにしています。私はこの想いこそが、安心で質の高い医療を提供するための原点だと考えています。「総合病院で手術を受けてよかった」と思ってもらえるように、これからも医療に対して真摯に向き合っていきます。

新病院整備工事 12月の進捗状況

12月の工事は基礎工事が継続され、鉄筋などの組み立て作業が始まりました。



上空写真



鉄筋組立作業

工事について
くわしくはコチラ



もっと身近に 「しーたん」のLINEスタンプが登場

市のマスコットキャラクター「しーたん」のLINEスタンプが販売中です。市内外に親しまれている「しーたん」をもっと身近に感じてほしいという市の職員の提案をもとに実現したものです。LINEスタンプでしか見られない表情のしーたんや宍粟市周辺地域の方言を取り入れたデザインも登場しています。「しーたん」スタンプの販売収益は市の観光振興や地域活性化に活用される予定です。

- 種類 32種類(あいさつや方言など)
- 価格 LINEスタンプショップ50コイン(150円相当)
- 購入方法 「LINE」アプリ内の「スタンプショップ」から購入・ダウンロード



販売されているしーたんのLINEスタンプ(一例)

LINEスタンプ
購入はコチラ



問 商工観光課 ☎63-3127



(広告)

水道基本料金が減免 1月～4月まで4か月間

国の重点支援地方交付金の活用により、エネルギーや食料品価格などの物価高騰の影響を受けている市民や事業者などの生活・経済活動が支援されます。今回その第一弾として、1月から4月までの4か月間の水道基本料金が減免されます。一般家庭で一番多い13ミリメートル口径の場合、4か月間の水道基本料金の減免で約1万円の負担軽減が図られます。



● 対象

市と給水契約をしている水道利用者

● 軽減額

1月～4月までの水道基本料金

口径別の水道基本料金

口径	13mm	20mm	25mm	40mm
金額	2,420円	2,970円	3,410円	7,590円
口径	50mm	75mm	100mm	
金額	15,620円	36,740円	77,220円	

● その他

申請などの手続き不要

基本水量を超える超過水量にかかる従量料金は減免対象外

水道基本料金について
くわしくはコチラ



問 水道管理課 ☎63-3129

広報しそう 広告募集

「広報しそう」の広告の募集です。広報紙は毎月15日に1万5000部が発行され、市内全戸に届けられます。あなたの会社やお店の宣伝をしませんか。

❶ 対象 個人や法人、団体など

❷ 要件 市税などに滞納がないこと

広告掲載料(税込)

月額料金	サイズ
22,000円	縦45ミリ・横173ミリ
15,400円	縦45ミリ・横85ミリ
11,000円	縦45ミリ・横56ミリ

一度に6か月以上の申し込みなら割引があります。12か月ならさらにお得です。

❶ 申込期限 掲載を希望する月の前月10日まで

❷ 申込方法 所定の申込書を広報情報課まで

❸ ウェブ広告も 市公式サイトのバナー広告も募集しています

市公式サイトの広告も募集中
くわしくはコチラ



問 広報情報課 ☎63-3115



(広告)

年に1回電池交換して しーたん通信の音声端末

しーたん通信を自宅などに届ける音声端末「告知放送受信機」の電池は年に1回交換するようにしましょう。同じ電池を長期間入れっぱなしにしておくと、液漏れを起こして受信機の基盤が故障し、「音が聞こえなくなる」、「雑音がする」などの原因になります。電池交換のサインが出ていなくても定期的に交換を行い、大切に使いましょう。

❶ よくある故障例

- ・音が大きくならない
- ・音が途切れる
- ・録音されない
- ・自治会放送が入らない など

❷ 故障かなと思ったら

広報情報課または市民局まで連絡してください。



電池が液漏れをしている状態

問 広報情報課 ☎63-3115



(広告)

市民スキー大会

市スポーツ協会主催「第4回宍粟市民スキー大会兼第44回スキー記録会」参加者の募集です。

対象 小学生以上

開催日 2月21日(土)16時～

会場 ちくさ高原スキー場

定員 50人

参加料 小中学生1000円
高校生以上3000円

申込期限 1月30日必着

申込方法 所定の申込書をまちづくり推進課まで

問 同大会事務局 ☎ 63-3123

募集	市営住宅入居者
「宍粟市消防団」団員の募集	市営住宅の入居者の募集です。
対象団地	木谷団地(山崎町木谷)1戸2DK(月額1万6300円~)
受付期限	1月28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
閑	住宅土地政策課
電話	633-3106

対象	市内在住の18歳以上
主な活動	▽災害時の出動・訓練 ▽火災予防啓発▽地域防災訓練への参加
報酬	年間2万1000円(一般団員)が支給されるほか、災害などで出動した場合にも支給されます。
入団方法	希望者は危機管理課まで問い合わせください。所属は地元の分団・部になります。
その他	活動服貸与、公務災害補償・退職報償金制度などあり・消防協力員も募集中
問	危機管理課
募集	「水道メーター検針員」の募集
水道メーター検針員	63-3119

対象	市内在住の18歳以上(高校生を除く) です。
募集人数	23人
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	2月20日17時
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

申請方法	所定の申請書を在学または出身の中学校まで
その他	可否審査あり。市外の中学校に在学の場合は教育
対象	総務課に連絡
対象	問 教育総務課
対象	電話 631-3121
募集	農業委員・推進委員
応募方法	穴粟市農業委員会「農業委員」および「農地利用最適化推進委員」の募集です。
募集人数	農業委員19人、農地利用最適化推進委員15人
任期	令和8年7月20日～令和11年7月19日
受付期間	1月23日～2月20日
応募方法	所定の申込書を農業委員会事務局まで持参
その他	両委員の兼務不可
問	農業委員会事務局
対象	電話 631-3112
募集	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

(広告)

堤防の草で作られた無農薬の堆肥が無料で提供されます。希望者は軽トラックなどで会場まで。乗用車の場合はスコップや袋を持参してください。

日時・会場 2月3日、4日9時30分～11時30分・14時～16時(たつの市新宮町・曾我井資材置場)

問 姫路河川国道事務所

お知らせ

入札等登録受付
2月から

079-2882-8505

お知らせ

堤防刈草堆肥
無料提供

必要です。

受付期間		2月2日(木)～2月10日(火)
品納入業者登録は随時)	登録業種	建設工事、測量、建築コンサルタント、林業、用地登記など
物品登録品目	事務用品、印刷、刷、消防関連用品、食材、車両販売、燃料など	
申請方法	所定の申請書に必要書類を添えて財務課まで	
その他	資格要件などの詳細は市公式サイトで QRコード	
間 財務課	☎ 631-3125	

申請期限	2月6日
申請方法	在学または入学予定の学校で入手できる所定の申請書を同校に提出
その他	可否審査あり
問	教育総務課
電話	631-3121

日時	2月14日14時～15時30分
会場	市役所4階
講師	大手前大学 現代社会学 部 非常勤講師 田村正孝さ
定員	80人(当日受付)
その他	市民大学の対象講座 社会教育文化財課
問	社会教育文化財課

作品・パネル展	1月24日12時 30分～17時、25日9時～14時
（短歌、陶芸、書道、写真、絵手 紙、菜園、パソコンなど）	ステージ発表 1月25日10時 ～12時（歌謡、大正琴、フラダ ンス、社交ダンス、詩吟、ハ モニカ）
会場	山崎文化会館
問 学 遊 館	64-7700
催 し 宍粟学講座	地域の歴史や文化を学ぶ「第 3回宍粟学講座」が開催されま す。テーマは「中世における播磨 国一宮伊和神社と地域権力」で す。中世における伊和神社と地 域の関係についての講話があり ます。

やっちゃんえ！ エコぽ 森林・環境 クイズ



問題 森林は温室効果ガスを吸収して、地球温暖化の防止に役立っています。全国47都道府県のうち、面積に占める森林の割合(森林率)が最も高いのはどれでしょう。

①島根県 ②高知県 ③岐阜県 ④青森県

クイズの答えは次回掲載時に

ヒント!

1位の都道府県は林業のほか、農業も盛ん。ゆず、ショウガ、ニラの生産量も全国1位だよ。

解答は
コチラへ



12月号の答え ④冬

「やっちゃん！」「ぽり」対象フラム(50ポイント)

しそうトピックス



千種小1、2年生 バスの乗り方を学ぶ

「バスの乗り方教室」が12月4日、千種小学校の1、2年生を対象に開かれました。子どもたちがバスに親しみ、安心して利用できるよう、市と株式会社ウイング神姫が企画。児童らは乗車手順や運賃の支払い、バスの死角などについて教わった後、実際にバスに乗車して千種市民局まで移動しました。児童らは「ひとりでも乗れるようになった」と話しました。



海と山の交歓会

一宮北小学校の5年生14人と一宮小学校(淡路市)の5年生35人が11月21日、一宮町の福知渓谷で「海と山の交歓会」を行いました。今回で66回目となる伝統行事で児童らは揖保川の生態系について学習。その後、モクズガニの放流やアユの塩焼きとそうめん汁の昼食などを楽しみました。一宮小学校の児童は「宍粟の新しい友達といろんな体験ができる楽しかった」と声を弾ませました。

千種高生が台湾の高校生と交流 「日本の文化に触れられた」

台湾の新竹私立義民高級中学校との交流会が12月9日、県立千種高等学校で開催されました。歓迎会では両校の紹介に加え、千種高生による和太鼓の演奏、台湾の生徒による歌の披露がありました。交流時間には、カードゲームや折り紙、日本の正月遊びを通じて、言葉の壁を超えた交流が行われ、午後からは茶華道部やビームライフル部などの部活動も体験。参加した千種高生は「言葉を伝えるのが難しかったけど、台湾の高校生と交流できて楽しかった」と話し、台湾の生徒も「日本の文化に触れられてよかったです」と笑顔でした。



山崎高校で防災体験活動 全校生徒が多様な体験で防災力を強化

「防災体験活動」が12月16日、県立山崎高等学校で行われました。宍粟消防署員の指導のもと、3年生はAEDや心臓マッサージなどの応急手当を学び、2年生は火災時の煙体験や避難所のベッドづくり、簡易担架作りなどを体験。1年生は土のう積みやロープワークなどを行いました。また、炊き出し訓練では、生徒らが協力して豚汁660食を調理しました。3年生の生徒は「もし目の前で誰かが倒れていたら自分が助けに行く」と訓練の成果を語りました。



山崎西小6年生 甘酒レシピ4種を考案

山崎西小学校の6年生13人が、甘酒を活用したオリジナルレシピを考案しました。レシピはホットケーキ2種とドリンク2種の計4品。甘酒の風味を活かすために材料の組み合わせや分量の調整など工夫を重ねて仕上げました。児童らは「ぜひ実際に作って味わってほしい」と笑顔で話しました。

レシピは
コチラ



園児の安全守る 誠心学園が防犯訓練

誠心学園保育園と宍粟警察署が連携した不審者対応訓練が12月18日に行われました。泥酔した不審者の侵入を想定し、職員はさすまたなどを用いた安全確保や通報の手順、警察到着までの対応を確認しました。園児たちは警察官から防犯標語「いかのおすし」の話を聞き、日ごろから身を守るために行動を学びました。

身近な話題を投稿しませんか？



まちかど
掲示板



山崎町の福井さん 車椅子卓球で金メダル

山崎町の福井正行さんが10月25日から27日まで滋賀県で開催された「第24回全国障害者スポーツ大会」の男子車椅子卓球競技で金メダルを獲得しました。12月4日に市役所を訪れた福井さんは「ほかの人たちがスポーツを始めるきっかけになれば」と市長に報告。福元市長は「障がいのある人の夢や希望につながる結果」と功績を讃えました。



山崎南中の岩瀬さん 交通安全啓発のデザインに

山崎南中学校1年の岩瀬杏紗さんが県の「交通安全ポスターコンクール」で金賞を受賞し、来年度に県内全域で配布されるポケットティッシュのデザインに採用されました。岩瀬さんは「このデザインを見て、横断歩道での歩行者優先を意識してほしい」と話しました。ティッシュは県内の交通安全イベントや街頭啓発で配布される予定です。



看護師育成講座「人を理解するということ」 総合病院看護師20人が修了

姫路大学名誉教授の牛尾禮子さんが宍粟総合病院の看護師向けに監修した全5回の看護師育成講座「人を理解するということ」が12月18日の最終講座を終了し、受講した同院看護師20人に修了証が授与されました。講座は宍粟市出身の牛尾さんが「ふるさとの地域医療に貢献したい」との申し出から実現したもので、宍粟市の地域特性を踏まえた内容で構成されています。修了した看護師は「人を理解することが質の高い看護につながると実感した。患者一人ひとりに寄り添う看護をさらに実現させていきたい」と力を込めました。



伊和高校で防災教育出前講座 「いざというときに役立てる」

「防災教育出前講座」が12月10日、県立伊和高等学校で開催され、生徒と地域住民らが災害時の対応について学びました。講座の冒頭では西播磨県民局の城下隆広局長から災害時の心構えや対応の重要性について説明を受けた後、宍粟消防署員や防災士の指導で、段ボールベッドや紙管パーテーションの組み立て、応急担架の作成など実践的な訓練に挑戦。このほか、担架を使わない搬送方法や非常食の試食なども行われました。参加した生徒らは「いざというときに役立つことを学べてよかったです」「普段の授業では経験できないことができた」と話しました。



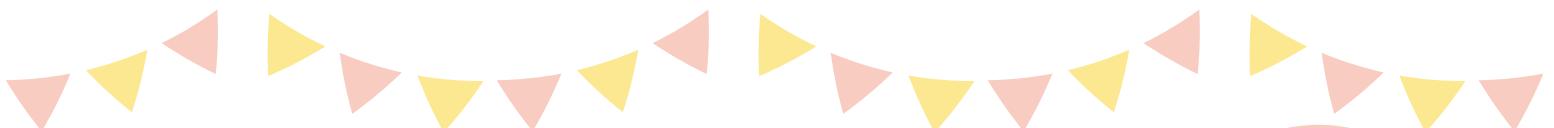
波賀中生が能を鑑賞

波賀中学校の全校生徒が12月5日、能楽「土蜘蛛」を鑑賞しました。舞台では、波賀中学校9年生の西中夢翔さんが武者役を務め、妖怪である土蜘蛛を切りつける場面を披露。土蜘蛛から白い糸が勢いよく放たれる演出などに生徒たちは見入っていました。鑑賞した生徒は「難しいと思っていたけどわかりやすかった。ほかの演目も見てみたい」と目を輝かせていました。



はがてらすで クリスマス会

「クリスマス会」が12月25日、はがてらすで開催され、約150人が参加しました。会場ではオカリナ演奏やケーキがもらえる○×クイズなどが行われ、参加者はクリスマスの曲に合わせて歌ったり、踊ったりして楽しみました。イベントの最後にはサンタクロースが登場し、子どもたちにプレゼントを渡すと、会場内が歓声に包まれました。



「スクスク」は子どもの健康づくりを応援するページです。

閏 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。



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

2月、3月の乳幼児健診の日程です。

内容	実施日	受付時間	対象	会場
乳児健診	2月3日	13時10分～40分	令和7年9月26日～ 10月22日生まれ	市役所北庁舎3階 ☎62-1000 (保健福祉課)
	3月10日		令和7年10月23日～ 11月30日生まれ	
10か月児 健康相談	2月4日	9時30分～10時	令和7年2月16日～ 3月31日生まれ	市役所北庁舎3階 ☎62-1000 (保健福祉課)
	3月25日		令和7年4月1日～ 5月20日生まれ	
1歳6か月児 健診	2月4日	13時15分～45分	令和6年5月21日～ 6月25日生まれ	市役所北庁舎3階 ☎62-1000 (保健福祉課)
	3月25日		令和6年6月26日～ 7月31日生まれ	
2歳児 歯科健診	2月5日	9時～9時30分	令和5年7月1日～ 8月10日生まれ	市役所北庁舎3階 ☎62-1000 (保健福祉課)
	3月5日		令和5年8月11日～ 9月30日生まれ	
3歳児健診	2月26日	13時15分～45分	令和4年8月26日～ 9月30日生まれ	市役所北庁舎3階 ☎62-1000 (保健福祉課)
	3月19日		令和4年10月1日～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。

日時	対象	会場
2月16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)



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。

閑 山崎 ☎63-3210 一宮 ☎72-2100
波賀 ☎75-8800 千種 ☎76-8600



お誕生日会
「みんな～おめでとう♪」
11月 7日 いちのぴあで



おさんぽへ
「葉っぱ 赤いね～」
11月18日 はがてらす周辺で

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
はがてらす	木のおもちゃで遊ぼう	1月22日・2月26日 各9時～16時
市役所北庁舎	赤ちゃんとママの部屋 すやすや	1月21日・2月18日、25日 各10時～11時30分
いちのぴあ	親子リトミック教室	1月26日 10時～11時30分
はがてらす	親子りとみつく教室	2月4日 10時～11時30分

子育て相談 要申込

相談員に子育てに関する悩みが相談できます。

会場	相談員	日時
はがてらす	学童保育支援員(元養護教諭)	1月28日 13時～15時 2月27日 10時～15時
いちのぴあ		1月28日 10時～11時45分
市役所北庁舎	保育教諭	2月17日10時～12時

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。時間はいずれも10時から11時30分まで。



実施日	会場
2月10日	エーガイヤちくさ ☎76-8600
2月13日	市役所北庁舎3階 ☎62-1000(保健福祉課)
2月18日	はがてらす ☎75-8800
2月27日	いちのぴあ ☎72-2100

♡についているほ
っとmamaルームで
は助産師によるベ
ビーマッサージ &
ママのストレッチが
開催されます。

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3日、17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)▶2月14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▶2月13日10時～12時▶はがてらす▶宍粟わくわくステーション63-3011

ひきこもり相談▶1月28日13時～15時▶市役所北庁舎2階／2月4日13時～15時▶いちのぴあ▶福祉相談課63-3168

アルコール相談▶2月18日、3月18日各13時30分～15時▶市役所北庁舎3階▶保健福祉課62-1000

行政相談(予約不要)▶2月19日13時30分～15時▶市役所1階／2月17日13時30分～15時▶はがてらす▶総務課63-3000

エイズ・肝炎相談▶1月27日、2月10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

専門的栄養相談▶2月9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▶2月6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▶2月3日、20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

しそうにじいろ相談(性の多様性に関する相談)▶2月18日、3月18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▶2月4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

発達障がい出張相談▶2月19日9時30分～16時30分▶宍粟防災センター▶クローバー上郡プランチ0791-56-6380

ひとり親家庭特別相談▶2月19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)

自筆証遺言書保管相談▶法務局龍野支局0791-63-3221(音声案内4番)▶9時～17時(平日のみ)

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

救急安心センターひょうご▶#7119または078-331-7119▶24時間365日

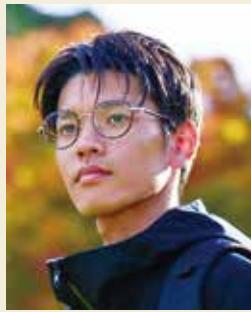
休日 当直医

1月と2月の休日当直医の予定です。受付時間は9時～17時。

月日	医療機関名	電話番号
1月 25日	垣尾内科クリニック	63-2020
	千種診療所	76-2017
2月 1日	公立宍粟総合病院(内科・外科)	62-2410
	咲クリニック	73-9456
8日	藤田整形外科クリニック	64-1515
	上田医院	63-0011
11日	川瀬クリニック	64-3223
	広田医院	72-0123
15日	横川眼科	63-1800
	井上クリニック	64-2000
22日	山中医院	62-0036
	いなもち医院	62-8808
23日	青山ファミリークリニック	64-4111

問 保健福祉課 ☎62-1000

地域おこし瓦版



地域おこし協力隊
ひろせ ゆうや
廣瀬 有哉さん

皆さん、こんにちは。宍粟市地域おこし協力隊の廣瀬です。気がつけば協力隊としての活動も3年目に入りました。いよいよ「移住・定住」に本格的に力を入れていく段階となり、現在はその準備を少しづつ進めています。

私は「宍粟市に移住された100人にインタビュー」という目標を掲げて活動しており、ありがたいことに、これまで70人以上の人にお話を伺うことができました。年代も背景もさまざま、それぞれに宍粟市を選んだ理由を持っておられます。取材のたびに新しい発見や学びがあ

り、私自身も刺激を受けています。

また、先日は協力隊メンバーとともに波賀軽トラ市に出店し、「令和7年度版の地域おこし協力隊活動紹介冊子」のお披露目を行いました。取材は私が担当し、デザインは同じ隊員の広瀬和磨さんが仕上げてくれました。冊子は市役所まちづくり推進課や各市民局などに設置していますので、ぜひ見かけた際は手に取ってご覧ください。移住者のリアルな声や宍粟市の魅力がぎゅっと詰まっています。



協力隊
冊子は
コチラ



廣瀬隊員らが作成した令和7年度版 協力隊冊子



お子さんの写真 慕集中!



山口 汐凪ちゃん
いっふい食べてすくすく成長してね♡
1歳・山崎町



小野 蓮哉ちゃん
元気に、健やかに育ってね。
1歳・山崎町



岡田 彩希ちゃん
いつもありがとう!にいにと仲よくね~!
2歳・山崎町

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、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
✉kohokocco-kk@city.shiso.lg.jp

送信はコチラから



おひでよ 図書館



問 宍粟市立図書館

☎62-4620

いちのぴあ図書室

☎72-2330

はがてらす図書室

☎75-2220

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
1月					15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
2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

■休館日 ■館内整理日(休館)

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

開館時間

たし、今田町では2月から始まる税の申告について紹介しています。「まだ先かな」と思つてうやうやしく、気づけばその口がやつてくのが「確定申告」です。少しでも準備がしやすくなるよう、必要な情報をまとめていきますので、ぜひチエックしてみてください。今年も「広報しそう」がみなさんの毎日につと寄り添える存在でいられたら嬉しいです。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

UD FONT

この広報紙は環境保護のため、
植物油インキを使用しています。

読書講演会「筑前琵琶が語る ～小泉八雲・愛と怪奇の世界～」

読書講演会「筑前琵琶が語る～小泉八雲・愛と怪奇の世界～」が開かれます。講師は筑前琵琶奏者の大藪旭晶さん。

▶日時 2月28日13時30分～15時30分

▶会場 宍粟防災センター5階▶定員 100人

▶申込方法 専用フォームまたは電話で申し込む



今月のオススメ



パン

暮らしの図鑑

監修:ひのようこ

出版社:翔泳社

パンをもっとおいしく楽しむための工夫や、全国のご当地パンが紹介されていて、身近な食べ物であるパンの奥深さが味わえます。



最新医学でわかったシミ・シワの「消し方」

大学病院の美容皮膚科医が教える

著者:大塚篤司

出版社:朝日新聞出版

次々に発信される美容情報の効果や副作用について専門医が解説しています。おすすめのスキンケアや最新美容情報にも触れられていて健やかな肌を保つための情報が満載です。



地球の歩き方 兵庫

編集:地球の歩き方編集室

出版社:地球の歩き方

姫路城や三大温泉地などの有名観光地はもちろん、県内のあらゆる地域の情報が掲載されたガイドブックです。多様な気候と風土から「日本の縮図」といわれる兵庫県の魅力がまとめてあります。

編集後記



表紙は総合教育センターで波賀中学校の生徒が鑑賞した能楽「土蜘蛛」の一幕です。生徒らは真剣な表情で見入っていました。また、武者を演じたのは同校9年生の西中夢翔さんです。

今月の表紙

