

いざ、新年へ

新春のごあいさつ

明けましておめでとうございます。市民の皆さまには、希望に満ちた新年を健やかに迎えのもの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ました。これまでの歩みとともに築いていただいた皆さまに、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らためて決意いたしました。

さて、新しい年を迎え、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、市民の皆さま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、新病院の建設に着工しました。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月を目途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「穴栗」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く」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栗の未来を切り開いてまいりますので、市民の皆さまには変わらぬお力添えを賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

皆さまにとりまして、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を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



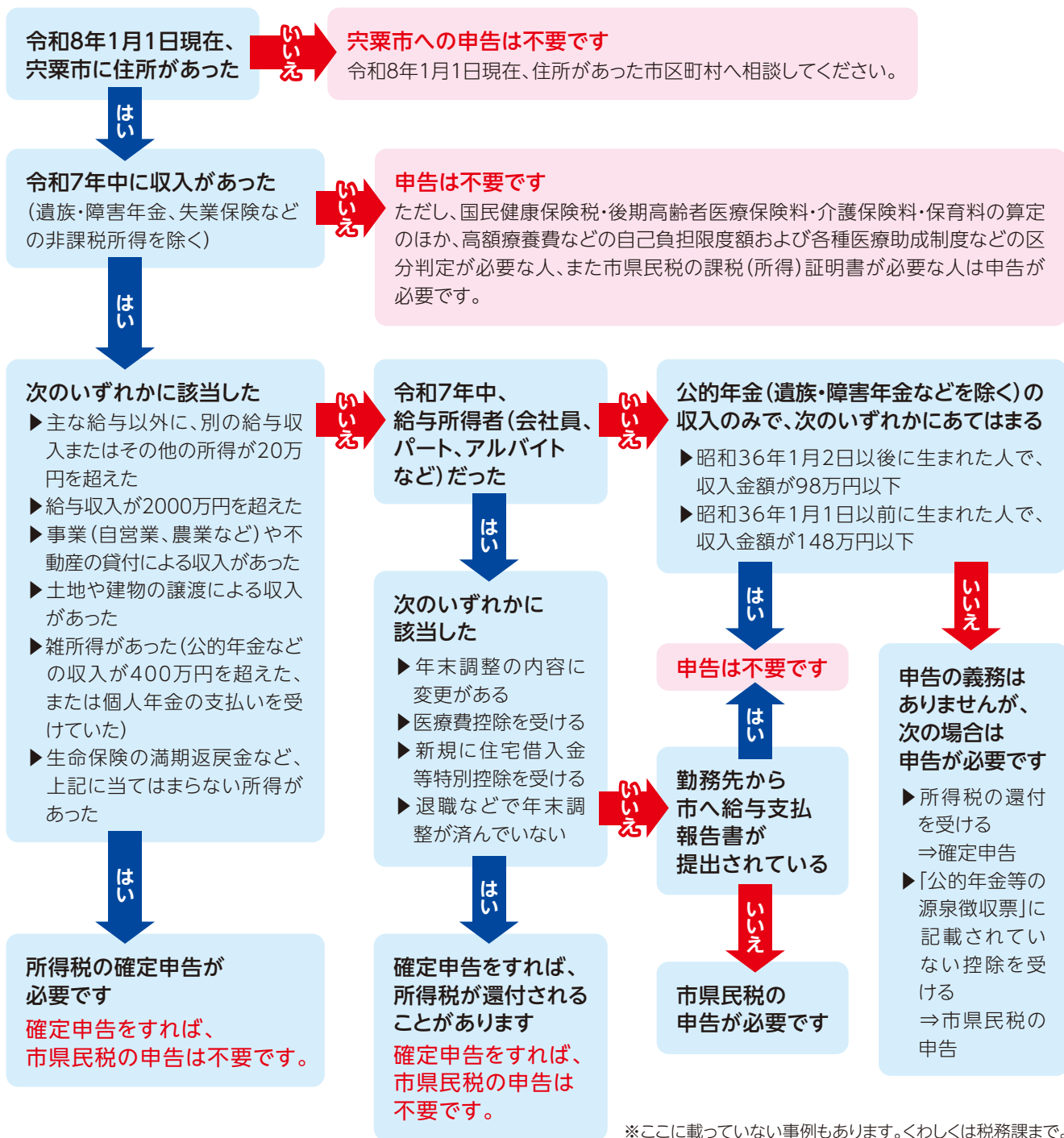
住宅ローン控除

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。

税務署からのお知らせ

龍野税務署

(☎0791-6210281)

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、自身のスマートフォンとマイナンバーカードを使用します。

※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)。

会場予約は
コチラ



マイナンバーカードの電子証明

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。

※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)

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目安となる日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)	薦沢	学遊館
	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)		
3月	2日(月)	指定なし	市役所市民ロビー
	3日(火)		
	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)		

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、関賀	いちのびあ
	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)		
	25日(水)	三方	歴史資料館
	26日(木)	下三方、繁盛	
	27日(金)	指定なし	

波賀

日程	対象地域	会場
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、斉木、有賀、皆木	
13日(金)	谷、小野、安賀	
16日(月)	指定なし	

千種

日程	対象地域	会場
3日(火)	七野、下河野、黒土、中島、鷹巣	ライブラリーちくさ
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

問税務課 ☎63-3124

市役所によくある質問とその回答

このほかの不明な点は、税務課（☎63-3124）まで問い合わせください。

Q 申告が必要な収入か

A 給与や公的年金等のほかにシルバー人材センターから受け取る配分金や個人年金、生命保険の満期返戻金、農作物を栽培する人なども申告の対象です。また、給与や公的年金等以外に20万円以下の所得がある場合、確定申告は不要ですが、市県民税の申告が必要です。

Q 障害者控除を受けたい

A 障がい者手帳や療育手帳などがあれば控除を受けることができます。手帳を持っていないくても65歳以上の要介護認定者で基準に該当し、市が発行する「障害者控除対象者認定書」があれば、障害者控除を受けることができます。認定書の発行手続きは高年福祉課（☎63-3160）または各市民局管内の保健福祉課まで。

Q 医療費控除を受けるには

A 医療費控除額は次の計算方法により算出されます。申告者の所得金額によって控除を受けられる基準が変わります。

（支払った医療費）（保険金等で補填される金額）（総所得金額等の5%か10万円のいずれか少ない額）

ただし、セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）の適用を受ける場合はスイッチOTC医薬品の購入代金から1万2千円を差し引いた金額が控除されます。

※医療費控除の対象は診療や治療のために支払った費用や薬代、入院代などが該当します。人間ドックや健康診断の費用、インフルエンザ予防接種など健康増進のための費用は該当しません。

※医療費控除の適用を受ける場合は事前に医療費控除の明細書を作成する必要があります。

申告での注意点

ふるさと納税「ワンストップ特例制度」の適用除外

ふるさと納税の寄附先が5団体以内の場合で、寄附先の自治体にワンストップ特例制度の申請をした人が申請後に申告をする場合、ワンストップ特例制度は適用除外となります。ワンストップ特例制度を申請した場合でも寄附金控除を含めた申告が必要です。

令和7年度の税制改正

基礎控除額の引き上げ（所得税のみ）

所得税の基礎控除額が48万円から58万円に引き上げられました（合計所得金額に応じて控除額の加算あり）。

給与所得控除の引き上げ

給与所得控除額の最低保障額が55万円から65万円に引き上げられました。

特定親族特別控除の創設

大学生年代の子などで控除対象扶養親族に該当しない親族の所得に応じた特別控除が創設されました。

扶養親族などに係る所得要件の引き上げ

同一生計配偶者および扶養親族の所得要件が48万円から58万円に引き上げられました。

申告に必要なもの

申告には税務署や市役所から届く書類のほか、源泉徴収票などの所得を証明する書類、保険会社から届く控除証明書などが必要です。次の例示を参考に何が必要かを調べておきましょう。

▼税務署から届く「確定申告のお知らせ」「ハガキや通知書、市役所から届く市県民税の申告書

所得を証明する書類（給与所得、退職所得や公的年金などの源泉徴収票、事前に作成した青色申告決算書や収支内訳書など。

譲渡所得の特別控除を受ける人は、買取証明書や契約書など）

▼生命保険料や地震保険料などの控除証明書、寄附金の受領証明書

▼医療費控除の明細書（事前に作成が必要です。領収書の添付は不要ですが、自宅で5年間保管してください。）

▼所得税の還付申告の場合は、申告者名義の通帳

▼マイナンバーカードまたはマイナンバーがわかる番号確認書類と運転免許証などの身元確認書類

総合病院 ドクター紹介

外科・消化器外科

きぬがさ しょういち

衣笠 章一医師

NEWS

総合病院



「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

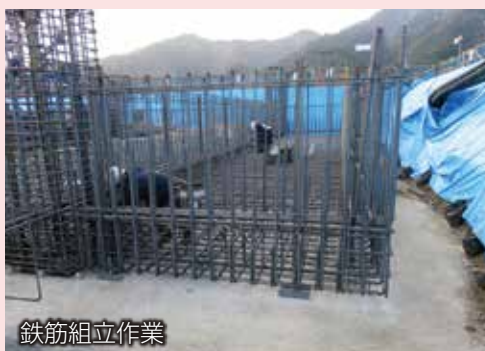
私たちがどれだけ手術の経験を重ねても、患者さんにとって手術は、「大きな決断と勇気が必要なことである」という気持ちを忘れないようにしています。私はこの想いこそが、安心して質の高い医療を提供するための原点だと考えています。「総合病院で手術を受けてよかった」と思ってもらえるように、これからも医療に対して真摯に向き合っていきます。

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



☎ 商工観光課 ☎63-3127

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



☎ 水道管理課 ☎63-3129



(広告)

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。

- ① 対象 個人や法人、団体など
- ② 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。

- ③ 申込期限 掲載を希望する月の前月10日まで
- ④ 申込方法 所定の申込書を広報情報課まで
- ⑤ ウェブ広告も 市公式サイトのパナー広告も募集しています

市公式サイト of 広告も募集中
くわしくはコチラ



☎ 広報情報課 63-3115

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。

- ① よくある故障例
 - ・音が大きくなる
 - ・音が途切れる
 - ・録音されない
 - ・自治会放送が入らない など

- ② 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

☎ 広報情報課 63-3115

MUSBELL
うちの子も結婚
できました!

独身のお子様の結婚相談

お気軽にお悩みご連絡くださいませ!

結婚相談所ムスベル姫路

マルシェマークCMS取得
ムスベル株式会社

姫路市北条口2-7
グラン姫路9階

0120-138-026

通話料無料 営業時間: 10時~19時 定休日: 第2・第4水曜日

(広告)

医療法人社団 おかだ歯科グループ 咲ランド 2F

ハッピーマイル歯科
HAPPY SMILE DENTAL CLINIC

歯科 矯正歯科
小児歯科 歯科口腔外科

平日・土
夜8時まで
日・祝も
診察

(0790) 64-1182

岡田 結実

(月~土) 10~13時、15時~20時 (日・祝) 10~13時、15~18時

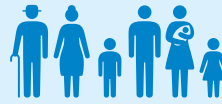
(広告)

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 33,064人 (－ 40)
男性 15,899人 (－ 23)
女性 17,165人 (－ 17)
世帯数 14,536世帯 (－ 8)

※令和8年1月1日現在



12月の異動

出生	11人(± 0)
死亡	44人(± 0)
転入	46人(+ 16)
転出	52人(+ 8)
その他増	1人(± 0)
その他減	2人(+ 2)

合同企業説明会

JUMP UP SHISO 2026

対象者

地元企業
33社

- ▶ Uターンによる
転職希望者
- ▶ 企業研究を
している人 など

金融、建設、介護、警察、自衛隊など多彩な業種の企業・団体が参加。担当者から仕事内容や働き方のほか、職場の雰囲気などが聞けます。服装や入退場は自由。

日時 2月5日(木)
13時～16時30分
会場 穴栗防災センター

問 穴栗市人財力フル活用プラットフォーム
推進会議事務局(市商工会)
☎62-2365

募集

発酵教室

「発酵教室」参加者の募集です。本格的な味噌作り体験と発

関 住宅土地政策課

☎63-3166



募集期限 2月6日
募集方法 市公式サイトの特
用フォームから、または所定
の意見書を前記の窓口まで

募集

パブコメ 空き家等対策計画

「第2次穴栗市空き家等対策計画案」パブリックコメントの募集です。同計画は地域の空き家などに関する対策についての計画を定めるものです。計画案は市公式サイトや市立図書館、市民局の窓口などで閲覧できます。

募集

地産地消クッキング

地産地消クッキング「こだわりの味噌作り体験」受講生の募集です。穴栗市産の大豆と米こうじを使った味噌作りが体験できます。

対象 市内在住の人

☎63-3139

問 秘書政策課



参加費 2000円
申込期限 2月20日
申込方法 専用フォームから申し込み

対象 市内在住の人
日時 3月6日10時～15時
会場 エーガイヤちくさ
定員 12人(申し込み多数の場合
は抽選)

酔メニューのランチ作りがあります。

募集

消費生活セミナー 靴下ぬいぐるみ教室

消費生活セミナー「靴下ぬいぐるみ教室」参加者の募集です。家で使っていない靴下をリメイクして動物のぬいぐるみを作ります。思い出の靴下などを新しく作り変えて、エシカル消費を実践しましょう。

☎62-1000

問 保健福祉課



申込方法 専用フォームから申し込み

会場 いちのびあ
定員 20人(申し込み多数の場合
は抽選。ただし、初参加者を優先)

受講料 700円
受付期間 1月26日～2月13日

申込期限 2月5日
申込方法 専用フォームまたは
電話で申し込み
問 人権推進課
☎63-0840



穴栗市に
お住まいの皆様へ

安心して快適な
サービスをお届けします!

WINK 姫路ケーブルテレビ

穴栗のインターネットは
WINK光!

ADSL
提供終了迫る!
乗り換えご相談は
WINKへ

キャンペーン実施中!
詳しくはWINKホームページへ

☎0120-129-130 [受付時間]9:00～19:00

(広告)

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

図 住宅土地政策課

☎ 63-3106

募集 消防団員

「宍粟市消防団」団員の募集

です。

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

図 危機管理課

☎ 63-3119

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 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

図 水道管理課

☎ 63-3129

募集 市奨学生

返還の必要がない給付型奨学金制度「宍粟市奨学生」の募集です。対象は次の要件をすべて満たす人です。

要件 ▽今年4月に高等学校や高等専門学校などへ進学を希望する人▽経済的理由により修学の支援が必要な人▽保護者と本人の住所が市内にあり居住している人

支給額 6万円

申請期間 1月16日～2月13日

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総務課に連絡

図 教育総務課

☎ 63-3121

募集 農業委員・推進委員

宍粟市農業委員会「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 西委員の兼務不可

図 農業委員会事務局

☎ 63-3112

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

応募期間 2月1日～28日

その他 要件の詳細は問い合わせください。

図 同協会

☎ 62-7150

お知らせ コンビニ交付サービス 2週間停止

システムメンテナンスが行われるため、各種証明書発行コンビニ交付サービスが次の通り停止します。

停止期間 2月9日～23日

図 市民課

☎ 63-3100



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

図 同大会事務局 ☎ 63-3123

ジュニアスクール・成人スクール・プライベートレッスン

楽しい! はここに!

いちのみやスイミングスクールスポニックパークー宮

受付: 月曜～金曜 9～20時 / 土曜 9～18時 / 日曜 9～16時 / 火曜 休館日

☎ 0790-72-1331

詳しくはHPをご覧ください!

(広告)

総合病院 職員募集



公立宍粟総合病院の職員の募集です。申し込みには免許が必要です。

募集職種 調理師(2人)
申込期限 1月26日
申込方法 総合病院サイトの専用フォームまたは所定の申込書を総合病院総務課に提出
試験日 1月30日
試験会場 総合病院
試験科目 作文、面接

☎ 総合病院総務課 62-2410



「令和8年度入札等登録申請」の受付が2月2日から始まります。市の入札や物品調達などに参加する場合は手続きが必要です。

お知らせ
入札等登録受付
2月から

☎ 079-262-8505
 姫路河川国道事務所

資料置場

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)

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。

お知らせ
堤防刈草堆肥
無料提供

経済的な理由で小学校や中学校への就学が困難な子どもがいる世帯に学用品費や給食費などが援助されます。利用には手続きが必要です。

お知らせ
就学困難な子どもに学用品費など援助

☎ 63-3125
 財務課

詳細は市公式サイトで

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

物品登録品目 事務用品、印刷、消防関連用品、食材、車両販売、燃料など

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

受付期間 2月2日～27日(物

品納入業者登録は随時)

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

☎ 63-3121
 教育総務課

高齢者大学「やまさき文化大学」の文化祭が開かれます。学生らが取り組むクラブ活動のステージ発表や作品展のほか、ピ

催し
やまさき文化祭

☎ 63-0840
 人権推進課

電話で申し込む

申込方法 専用フォームまたは

会場 宍粟防災センター

定員 各30人程度(申込順)

日時 2月10日①10時～②13時30分、③16時～

会場 宍粟防災センター

定員 各30人程度(申込順)

申込方法 専用フォームまたは

会場 山崎文化会館

定員 80人(当日受付)

その他 市民大学の対象講座

☎ 63-3117
 社会教育文化財課

催し
映画上映会

「ザ・トゥルース・コスト・オブ・ファストファッション 真の代償」上

映会が開かれます。ファッション

業界の裏側にある低賃金労働

や環境破壊の問題を描いたド

キメンタリー映画です。

日時 2月10日①10時～②13時30分、③16時～

会場 宍粟防災センター

定員 各30人程度(申込順)

申込方法 専用フォームまたは

会場 山崎文化会館

定員 80人(当日受付)

その他 市民大学の対象講座

☎ 63-3117
 社会教育文化財課

ラテイスなどの専門講座を紹介するパネル展があります。日程は次のとおり。

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、ハーモニカ)

会場 山崎文化会館

定員 80人(当日受付)

その他 市民大学の対象講座

☎ 63-3117
 社会教育文化財課

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

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 田村正孝さん

定員 80人(当日受付)

その他 市民大学の対象講座

☎ 63-3117
 社会教育文化財課

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

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



12月号の答え
 ④冬

クイズの答えは次回掲載時に

「やっちゃんえ!エコぽ!」対象コラム(50ポイント)



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、一宮町の福知溪谷で「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「穴栗の新しい友達といろんな体験ができて楽しかった」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」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。穴栗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

誠心学園保育園と穴栗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の行動を学びました。



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穴栗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。講座は穴栗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、穴栗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、穴栗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」「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〇×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。

園 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	
	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	
	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	
	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	
	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。

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



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。



お誕生会
「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

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	赤ちゃん和妈妈の部屋 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

♡のついているほっと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078-35
1-1233

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080-5743-078
3

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62-1
000

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079
1-63-5677

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63-084
0

**しそくにじいろ相談(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0791-63-30
72

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 ▶ クローバー上郡ブラン
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 ▶ 07
8-304-8899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 ▶ #71
19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
	8日	咲クリニック 73-9456 藤田整形外科クリニック 64-1515
	11日	上田医院 63-0011 川瀬クリニック 64-3223
	15日	広田医院 72-0123 横川眼科 63-1800
	22日	井上クリニック 64-2000 山中医院 62-0036
	23日	いなもち医院 62-8808 青山ファミリークリニック 64-4111

図 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ずつ進めています。

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います。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。



廣瀬隊員らが作成した令和7年度版 協力隊冊子



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



やまぐち せな
山口 汐風ちゃん

いっぱい食べてすくすく成長してね♡

1歳・山崎町



おの れんや
小野 蓮哉ちゃん

元気に、健やかに育ってね。

1歳・山崎町



おかだ さき
岡田 彩希ちゃん

いつもありがとう!にいと仲よくね~!

2歳・山崎町

おいでよ図書館



岡 宍粟市立図書館 ☎62-4620
いちのびあ図書室 ☎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)

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

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：地球の歩き方編集部
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



さて、今月号では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」と思っているうちに、気づけばその日がやってくるのが「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ますので、ぜひチェックしてみてください。
今年も『広報しそ』がみなさんの毎日にそ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いいたします。

あけましておめでとうございます。みなさんはどのようなお正月を過ごされましたか。有は手作りのおせちを食べては寝ての繰り返しでしたが、のんびりと過ごせて幸せなお正月でした。

今月の表紙



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」的一幕です。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。