

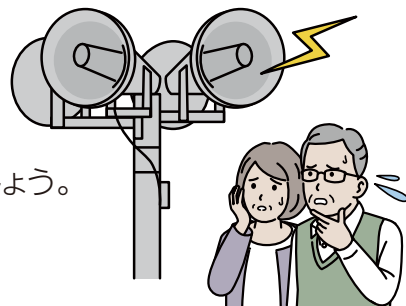
「善意の日」  
やさしさを  
届けます

“ちくさ杉の子こども園の園児たち”が  
「いいことをしてください」と  
呼びかけました。

# 防災気象情報が変わりました

気象庁が発表する大雨や洪水などの防災気象情報が令和8年5月29日から大きく変わりました。名称に「警戒レベル」の数字がつき、数字をみるだけで危険度がわかるようになっています。

これからの出水期に備えて、新しい情報の仕組みを確認しておきましょう。



## 新しい防災気象情報

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2相当	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1相当	早期注意情報			



例えば、次のように発表されます

旧「大雨警報」

新「レベル」+名称  
レベル3大雨警報

## 変更のポイント

### ① 警報に「レベル」がつきます

名称にレベルの数字をつけて発表されるため、見るだけで、危険度が判断できます。

### ② 河川氾濫の危険の伝え方が変わります

洪水警報が廃止され「氾濫警報」と「大雨警報」に整理して発表されます。

### ③ 新たに「危険警報」ができました

警戒レベル4相当が警報と特別警報の間に創設された「危険警報」として発表されます。



避難のタイミングは

「レベル」と「色」で判断

## レベルごとの行動の目安

レベル5を待たず、レベル4までに安全な場所に避難しましょう。

**レベル1**  
**早期注意情報**  
災害への心構えを高めましょう。

**レベル2**  
**注意報**  
ハザードマップや避難情報の把握手段を確認しましょう。

**レベル3**  
**警報**  
避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人などは危険な場所から避難しましょう。その他の人も避難に備えましょう。

**レベル4**  
**危険警報**  
**危険な場所から全員避難**

**レベル5**  
**特別警報**  
命の危険が迫っており、外への避難は危険です。今いる場所で、少しでも安全な場所へ移動し、ただちに身の安全を確保しましょう。



## 市が発令する避難情報

気象庁の防災気象情報の発表と、市の避難情報の発令には時間差があります。市は気象情報だけでなく、河川の水位や現地の状況などを総合的に判断し、避難所の開設準備を整えてから避難情報を発令します。「市からの避難情報が出ていない」＝「安全」、ではありません。気象庁の防災気象情報が発表されたら、早めに備え、避難しましょう。

市からの避難情報	
伝える情報	避難情報、指定避難所開設状況
判断基準	気象情報や河川の水位などを総合的に判断
情報の伝え方	しーたん通信・市公式SNS・市公式サイト・しそ防災ネット
発令	高齢者等避難、避難指示、緊急安全確保



スマホなどに必ず登録してください



しそ防災ネット



ひょうご防災ネット



## 避難の種類と避難場所

「避難」とは「難」を「避」けること。避難には次の3つがあります。大型の台風や大雨が接近しているときは、早めに「立ち退き避難」を、外が危険になれば「屋内安全確保」を行きましょう。「緊急安全確保」は災害が目前に迫ったときの行動です。避難所だけでなく、安全な場所にある親戚や知人宅に移動することも有効な避難です。自身の状況に合わせて避難する場所を考えておきましょう。

### 立ち退き避難

危険場所から離れて、安全な場所へ移動する

### 屋内安全確保

建物の中の安全な場所へ移動する

### 緊急安全確保

命を守るための最善の行動をする

市内の指定避難所 ★印は最初に開設される指定避難所(1号開設指定避難所)です。

中学校区	避難所
山崎西	山崎小学校
	山崎西中学校
	宍粟防災センター★
	県立山崎高等学校
	相生学院宍粟校
	山崎西小学校
山崎南	山崎南小学校★
	山崎南中学校
	旧戸原小学校

中学校区	避難所
山崎東	河東小学校★
	神野小学校★
	山崎東中学校
	蔦沢小学校
	旧都多小学校
	学遊館★
	はりま一宮小学校★
一宮南	一宮南中学校
	スポニックパーク一宮
	県立伊和高等学校
	県立森林大学校★

中学校区	避難所
一宮北	旧下三方小学校
	一宮北中学校★
	ゲストハウス繁盛校
波賀	波賀中学校
	波賀小学校
	波賀B&G海洋センター★
	旧野原小学校
千種	千種小学校★
	千種中学校
	県立千種高等学校

閩危機管理課 ☎63-3119



地域で支えるボランティア



# ほごし 保護司

宍粟市保護司会は、現在31人の会員で活動する地域の安全を支えるボランティアです。

法務大臣から委嘱を受けた非常勤の国家公務員として、

犯罪や非行をした人が再び過ちを繰り返さないために何ができるか、

日々模索しながら活動に取り組んでいます。

## 保護司の「活動」

### 更生支援

刑務所や少年院から社会に戻った人が社会の一員として自立できるように支える活動です。生活に困り、再犯に至ることを防ぐために、帰住先・定住先の確保や生活指導のほか、「協力雇用主」と連携して、就労支援も行っています。

### 協力雇用主

犯罪や非行歴があるために仕事に就くことが難しい人たちの事情を理解し、雇用する民間の事業所のことです。全国で約25,000社の事業主が協力しており、保護観察所が募集しています。

#### 協力雇用主になるには

事業所の所在地を管轄する保護観察所に連絡のうえ、登録が必要です。

#### 協力雇用主への支援制度

協力雇用主の負担を軽減するために、次のような支援制度があります。

##### 奨励金制度

雇用期間や雇用対象者の出勤状況に応じて、就労・奨励金が支払われます。

##### 身元保証制度

身元保証人を確保できない刑務所出所者などにより被った損害について、日本更生保護協会から見舞金が支払われます。

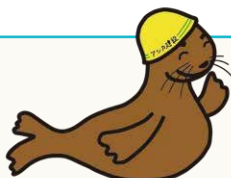
##### トライアル雇用制度

刑務所出所者などを試行的に雇用した場合に、助成金が支給されます。

#### 協力雇用主の現状

宍粟市には、協力雇用主として登録している事業所が数社あります。全国的にみると、協力雇用主のうち、実際に雇用実績がある事業所は、800社程度にとどまっています。また、そのうち建設業、サービス業、製造業が約8割を占め、業種に偏りが見られます。再犯をして、刑務所に再入所する人の約7割が再犯時には無職です。再犯や再非行を防止するためには、協力雇用主の存在が必要不可欠です。

☎ 更生保護サポートセンター ☎73-9611  
☎ 社会福祉課 ☎63-3067



協力雇用主について  
くわしくはコチラ



# 「地域社会」と保護司

犯罪予防を図るための啓発、宣伝、地域とのつながりづくりなどを行うことも保護司の大切な活動です。

## 街頭啓発活動

毎年7月を強調月間とし、地域の犯罪予防活動や更生支援を行う女性ボランティア「更生保護女性会」とともに、市内の商業施設などで、更生保護への理解を呼びかける啓発活動を行っています。



## 社会を明るくする運動



「社会を明るくする運動」は、国民一人ひとりがそれぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

市でも毎年7月に地域の人たちや各種団体の協力を得て、開催しています。



今年の  
開催

**7/11(土) 13:30~**  
「いちのびあ」で開催予定

地域のチカラで再犯を防ぐ

## 公開ケース研究会



保護司の経験談や実際の事例をとおして、青少年の非行防止と更生保護について理解を深める会です。保護司だけでなく、学校の教員や保護者も交え、それぞれの立場からの意見交換を行っています。連携することで、地域を見守る輪が広がります。

今年の  
開催

**8/21(金) 19:00~**  
「波賀中学校」で開催予定

波賀中学校区の地域の人たちと一緒に、  
更生保護について考えます。

## 安心して暮らせる社会のために – 保護司の活動をとおして –

罪を犯した人が立ち直るには地域の支えが大切です。同時に被害者への深い配慮と支援が重要であることは言うまでもありません。保護司の活動をとおして、更生を支える輪を広げ、誰もが安心して暮らすために、何ができるのかを一人ひとりが考えてみませんか。

# 消化器内科

病院広報誌  
「にじいろ」は  
コチラ



総合病院の消化器内科では、食道・胃・大腸などの消化管や、肝臓・胆のう・すい臓などの臓器の病気を専門に診療しています。

内視鏡専門医と神戸大学消化器内科医が協力し、毎日、内視鏡の検査から治療まで対応しています。食道胃十二指腸内視鏡検査(胃カメラ)や大腸内視鏡検査(大腸カメラ)による精密検査はもちろん、ポリープ切除や早期がん、結石などに対する内視鏡治療も行っています。

## 内視鏡室スタッフ



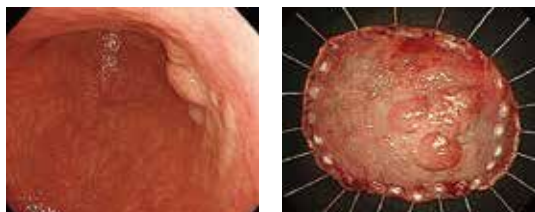
内視鏡室では看護師や内視鏡技師(臨床工学技士・看護師)などが医師のサポートをしながら検査や治療を行っています。高度な技術を要する内視鏡治療を行うため、看護師のほか、臨床工学技士で日本消化器内視鏡技師認定試験に合格した、消化器内視鏡技師が在籍し、細やかな安全管理を行っています。また、多職種間で情報を共有し、それぞれの専門的立場から対策を提案するチーム医療を実施しています。

## 内視鏡治療の紹介

### 早期がんの内視鏡治療 (ESD)

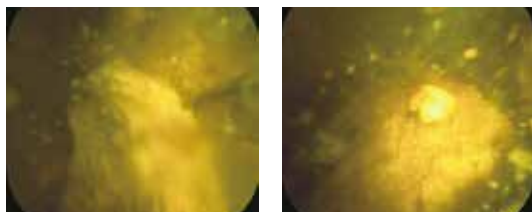
早期のがんにはお腹を切らず、内視鏡を使って、がんの部分だけを取り除く治療法である「内視鏡的粘膜下層剥離術」を行います。がんの周囲の粘膜の下にある層をはがすようにして、切除します。

開腹手術と比べて、体への負担が少なく、入院期間も短くなるのが特徴です。



### 総胆管結石症の内視鏡治療

胆汁の通り道である胆管に石がつまる「総胆管結石症」に対し、内視鏡による治療を行っています。これまでは大きな結石の場合、太い内視鏡を使う必要があり、患者への負担が大きく、高次医療機関への紹介となることも少なくありませんでした。しかし現在では、総合病院でも通常の内視鏡で大きな結石にも対応できるようになりました。



腹痛、胸やけ、便秘や下痢、血便、黄疸おうだんなど、気になる症状があれば、相談しましょう。また、吐血や血便などの緊急時にも対応しています。



## プロフェッショナルドクター紹介



### ◀ 内科医 主任部長

かわにし まさとし

### 川西 正敏

消化器内科では、胃や大腸、肝臓、胆のう、すい臓などの病気を幅広く診療しています。腹痛や胸やけ、便秘異常といった身近な症状から、胃がん・大腸がんなどの精密検査まで対応しています。特に内視鏡検査(胃カメラ・大腸カメラ)に力を入れており、「できるだけ苦痛の少ない検査」を心がけています。初めての方や不安をお持ちの方も、どうぞ安心してご相談ください。

### 内科医 部長 ▶

やぎ ようすけ

### 八木 洋輔

消化器の病気は、早期発見・早期治療がとても重要です。「少し気になるけれど、受診するほどではないかも」と思われる症状でも、お気軽にご相談ください。

西播磨北部地域で唯一の総合病院として、安心して受診いただける診療科をめざしています。



## がん検診受けていますか？

消化器のがんは、早期の自覚症状がほとんどありません。早期に発見できれば、負担の少ない治療が可能です。健康で充実した毎日続けるため、胃や大腸の検査を受けてみませんか。

## お知らせ

3月31日付で退職した佐竹信祐院長と山城有機医師は定年退職後も、再任用として引き続き、診療や病院運営にあたっています。

## 新病院整備工事 5月の進捗状況

病院棟の1階床の工事を継続しています。一部、外部の足場を組み立てています。



上空写真



1階床スラブ施工状況

工事について  
くわしくはコチラ



# 令和8年度 宍粟市連合自治会役員



会長  
野村 和男



副会長  
樽本 秀昭



副会長  
坂口 和幸



副会長  
安原 勝則

理事 梶本 雅彦  
理事 長田 茂伸  
理事 森谷 利美  
理事 小田 勇  
理事 恵美 好文  
理事 幸島 幸博  
理事 岡崎 悦也

理事 井上 敬司  
理事 服部 史生  
理事 坂口 忠男  
理事 田住 学  
監事 坂根 雅彦  
監事 小林 浩

## 山崎町連合自治会

### 山崎

西町 和田 光弘  
本町 高野 彰  
山田町 藤田 雅史  
福原町 釜田 勇  
北魚町 竹田 潔  
寺町 ◎野村 和男  
紺屋町 寺村 年生  
伊沢町 藤田 亨  
出水町 石田 昌志  
富士野町 森谷 浩  
鴻ノ町 ○中森 雅久  
旭町 神名 大典  
大歳町 ○松下 秀樹  
元山崎 長田 眞吾  
上寺 福本 好美  
横須 青谷 康幸  
東横須 小田 有希  
庄能北 小倉 久秋  
庄能南 中津 政敏  
今宿 山本 美浩  
中広瀬 治田 国晴  
山田 西川 貞彦  
東鹿沢 ○丸井 康幸  
中鹿沢 小林 信吾  
本鹿沢 西川 慎  
西鹿沢 高井 淳  
門前 安井 健司  
加生 岩崎 良樹  
**城下**  
御名 香山 正人  
千本屋 片山 秀樹  
野 仲川 光弘  
船元 宮脇 昭介  
下広瀬 前川 計雄

中井 中川 郁朗  
鶴木 鶴崎 和之  
春安 太田 博文  
段 朱山 修  
金谷 片山 雅史  
上比地 ◎梶本 雅彦  
中比地 福山 竹浩  
下比地 ○森本 実勇  
**戸原**  
川戸 ◎長田 茂伸  
宇原 ○志水 計哉  
下宇原 平野 主税  
**河東**  
須賀沢 ○船曳 伸介  
出石 小林 正士  
高所 片山 孝弘  
中 三木 勲  
中さつき 富永 満  
三谷 小林 博  
中山 志水 政男  
神谷 ◎森谷 利美  
矢原 清水喜代司  
岸田 小林 直樹  
野々上 藤永 勇人  
**神野**  
三津 薄木 計彦  
梯 井上 茂弘  
五十波 ◎坂根 雅彦  
さつき台 片山 卓也  
田井 ○川崎 彰  
与位 中坪 義明  
清野 岸本 隆司  
杉ヶ瀬 田中 伸幸  
木ノ谷 上田 和之  
**蔦沢**  
生谷 橋本 忠義

下町 神名 佳彦  
宇野 ◎小田 勇  
片山 荒嶋 拓治  
下牧谷 谷口 充  
上牧谷 山田 等  
大谷 石原 秀章  
東下野 福本 淳  
中野 中瀬 幸訓  
上ノ下 宮藤 泰則  
上ノ上 ○春名 信義  
小茅野 上月 禮治  
**土万**  
葛根 助光 正文  
土万 ◎恵美 好文  
塩山 ○久保 和則  
大沢 石澤 吉正  
**菅野**  
木谷 ○竹田 敏彦  
市場 坂本 昌人  
高下 石丸 芳行  
青木 谷林 哲哉  
塩田 ◎幸島 幸博  
**一宮町連合自治会**  
**神戸**  
曲里 ○平山 信夫  
嵯峨山 三辻 圭三  
中安積 田路 直也  
三林 下村 悦也  
杉田 大井 一樹  
西安積 植田 進  
閏賀 仲井 正弘  
東市場 ○大西 誠一  
須行名 ◎樽本 秀昭  
伊和 土居 典秀  
安黒 高橋 通夫  
嶋田 船曳 正男

**染河内**  
下野田 川嶋 敏裕  
上野田 ○岩木 久典  
能倉 東末 敏明  
福田 中嶋 寛  
山田 西村 吉一  
中坪 勝木 健  
本谷 ◎岡崎 悦也  
**下三方**  
福中 小堀 守  
福知 ◎井上 敬司  
生栖 上川 茂  
楽里 前田 英樹  
西深 ○川戸 豊  
深河谷 田路 広敏  
**三方**  
三方町 ○久保田 実  
森添 ◎服部 史生  
東公文 中尾 宏文  
西公文 村井 隆善  
河原田 澤田 典彦  
福野 長田 明  
**繁盛**  
上岸田 ◎小林 浩  
百千家満 ○米田 俊則  
草木 米田 正富  
千町 田中 強  
黒原 森内 伸二  
井内 生垣徳三郎  
横山 太中 豊和  
倉床 田中 雅史  
**波賀町連合自治会**  
日見谷 伊藤 康男  
谷 保杉 弘  
小野 片山 森也  
今市 中岡 邦夫

安賀 宮田 隆広  
齊木 津村 裕二  
有賀 ◎坂口 和幸  
上野 岡前 忠司  
水谷 山岸 敬彦  
皆木 岡田 卓也  
飯見 大谷 利成  
野尻 志水 英吾  
原有賀 小林 和司  
原 渡辺 敏郎  
日ノ原 ○坂口 忠男  
音水 鎌田 隆尚  
鹿伏 上山 智之  
戸倉 山根 進  
道谷 岸本 章弘  
**千種町連合自治会**  
千草 ◎安原 勝則  
岩野辺 今井 和夫  
河呂 岡 数成  
河内 堂場 義人  
西河内 田中 克政  
奥西山 ○前田 尚三  
西山 松下 信和  
室 田口 禎明  
七野 清水 衛  
下河野 竹内 省一  
黒土 竹尾 友宏  
中島 春名 和昭  
鷹巣 村上 定実  
ちくさえとこ協議会 田住 学  
ちくさえとこ協議会 春名 雅行  
※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

令和8年9月1日から

# 市役所・市民局 窓口受付時間が変更

市役所や市民局などの窓口受付時間が9月1日から変更されます。戸籍や住民票などの証明書の取得は、マイナンバーカードがあれば、コンビニ交付サービスも利用できます。

▶8月31日まで **8時30分～17時15分**

▶9月1日から **9時00分～16時30分**

コンビニ交付サービス  
くわしくはコチラ



## 実施時期

- ・ 試行期間：令和8年9月1日～12月28日
  - ・ 本格実施：令和9年1月4日～
- ※試行運用の結果により、見直される場合があります。

## 対象施設

- ・ 市役所本庁舎及び北庁舎のすべての窓口
- ・ 各市民局及び三方町出張所のすべての窓口
- ・ 人権推進課(防災センター)の窓口
- ・ 千種保健福祉課(エーガイヤちくさ)の窓口

## 対象外施設

図書館、図書室、学遊館、防災センター、山崎スポーツセンター、歴史資料館

☎ 地域創生課 ☎63-3066

## 国民健康保険税 税率の一部改正 子ども・子育て支援納付金が追加

令和8年度の国民健康保険税の税率が一部改正されました。世帯ごとの納税通知書は7月に届きます。令和8年度から子ども・子育て支援納付金分が新たに創設され、子育て世帯に対する給付事業に充てるために使われます。

区分	医療 給付費分	後期高齢者 支援金等分	介護 納付金分	子ども・子育て 支援納付金分
所得割額	7.46% (7.35%)	3.11% (3.02%)	2.74% (2.62%)	0.29%
均等割額	31,300円 (30,400円)	12,800円 (11,900円)	13,700円 (13,300円)	1,300円
18歳以上 均等割額	—	—	—	100円
平等割額	21,100円 (21,000円)	8,500円 (7,700円)	6,800円 (6,300円)	900円
課税 限度額	670,000円 (660,000円)	260,000円	170,000円	30,000円

※( )内は改正前の税率、税額

## ▶低所得世帯への軽減

被保険者と世帯主の前年の所得合計額が基準額以下の低所得世帯は、均等割額、18歳以上均等割額、平等割額が軽減されます。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、収入がない場合でも申告が必要です。

基準額	軽減割合
43万円+(給与所得者等の数×1-1)×10万円	7割
43万円+(被保険者数×2×31万円)+(給与所得者等の数-1)×10万円	5割
43万円+(被保険者数×57万円)+(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

# 後期高齢者医療保険料率が改定 7月中旬通知 「資格確認書」なども同時期に届きます

後期高齢者医療保険料率が改定されました。適用期間は令和8年度から令和9年度までの2年間です。今年の保険料は7月中旬に通知されます。令和8年度から新たに「子ども・子育て支援金」が創設され、保険料に加算されます。また、7月中旬に年齢や「マイナ保険証」の利用登録状況に応じて「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」のどちらかが届きます。保険料や資格確認書の送付について、くわしくは次のとおり。

区分	保険料	子ども・子育て支援金
均等割額	5万8427円 (5万2791円)	1351円
所得割率	10.77% (11.24%)	0.24%
賦課限度額	85万円 (80万円)	2.1万円

※( )内は改正前の額および率  
※子ども・子育て支援金は令和10年度まで1年ごとに  
見直しあり

## ▶ 保険料の計算方法

### ・医療分

均等割額	+	所得割額
5万8427円		(総所得金額等※1-基礎控除額 43万円)×所得割率10.77%

= 保険料(年額) 上限85万円

### ・子ども・子育て支援金分

均等割額	+	所得割額
1351円		(総所得金額等※1-基礎控除額 43万円)×所得割率0.24%

= 保険料(年額) 上限2.1万円

※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。(所得控除額は含まない)

## ▶ 低所得世帯への軽減

世帯主と被保険者の総所得金額等が一定基準以下の場合、次のとおり保険料の均等割額が年間を通して軽減されます。

基準額	軽減割合
基礎控除額43万円+10万円× (年金・給与所得者等の数-1)	7.2割 ※2
基礎控除額43万円+31万円×被保険者数 +10万円×(年金・給与所得者等の数-1)	5割
基礎控除額43万円+57万円×被保険者数 +10万円×(年金・給与所得者等の数-1)	2割

※2 子ども・子育て支援金は7割  
※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。

## ▶ 資格確認書の発行対象は

資格確認書などが次のとおり、年齢(令和8年8月1日時点)などを基準に発行されます。

- ・85歳以上の人 → 資格確認書
- ・84歳以下かつマイナ保険証の利用登録が「ない」人 → 資格確認書
- ・84歳以下かつマイナ保険証の利用登録が「ある」人 → 資格情報のお知らせ※3

※3 お知らせは大切に保管し、医療機関にかかる場合はマイナ保険証を利用しましょう。マイナ保険証での受診が困難になった場合は市民課まで問合せください。

☎ 市民課 ☎63-3108 兵庫県後期高齢者医療広域連合 ☎078-326-2021



## やっちゃんえ! エコぽ! 森林・環境 クイズ

**問題** 森林や草木は、土砂災害を防止する機能があります。では、草木のない土地は、森林と比べてどれくらいの土砂が流れ出ると言われているのでしょうか。

- ①約15倍 ②約50倍 ③約80倍 ④約150倍

## 💡 ヒント!

土の質にもよるけど、地中にしっかりと根を張った森林や草木は“かなり”効果があるよ。

回答は  
コチラ



5月号の答え  
③約-19℃

「やっちゃんえ!エコぽ!」対象コラム(50ポイント)

## 納付が困難なときは… 年金保険料の「免除・猶予」

所得の減少や失業などの理由で国民年金保険料の納付が困難な時は、申請により免除または猶予されます。申請は市民課または市民局まちづくり推進課まで。

### ▶ 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されない場合があります。

### ▶ 申請方法

7月分以降の免除・猶予申請の受け付けは、7月1日からで、それ以前の保険料は月ごとに申請期限があります。

### ▶ その他

免除・猶予の申請が遅れると、障害基礎年金などが受けられない場合があります。納付が難しいときは必ず相談しましょう。

くわしくは  
コチラ



☎ 市民課 ☎63-3108

☎ 姫路年金事務所 ☎079-224-6382

## 国民健康保険 「資格情報のお知らせ」 「資格確認書」は7月中旬に届きます

現行の国民健康保険の資格確認書(うす緑色)の有効期限は7月31日まで、8月以降は使用できません。マイナ保険証を持っている人には「資格情報のお知らせ」、マイナ保険証を持っていない人には「資格確認書(うす紫色)」が7月中旬に普通郵便で自宅に届きます。



窓口でマイナ保険証の読み取りができない場合は、マイナ保険証と「資格情報のお知らせ」を見せると受診できます。(「資格情報のお知らせ」のみでは受診不可)

### ▶ 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、国民健康保険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で医療機関を受診すると医療費の返還が求められます。

※どの健康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。

### ▶ 滞納続けば窓口負担10割に

特別な事情がなく国保税を1年以上滞納した場合は、医療機関などの窓口で医療費を一旦全額負担し、申請によって保険給付分の支給を受ける「特別療養費の支給」に変更されます。

国保税の納付相談は税務課(☎63-3134)まで。



☎ 市民課 ☎63-3108

## 毎日をもっと楽しく、健康に 健康ポイントを貯めて「宍粟のおいしい」を当てよう!

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」参加者の募集です。ポイントは人間ドックや市が実施する特定健診やがん検診、健康教室への参加のほか、日々の散歩や血圧や体重をはか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「宍粟牛」などの特産品が当たります。

生活習慣を見直すきっかけになるこの取り組み。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)

くわしくは  
コチラ



▶ **応募期限** 令和9年2月5日

▶ **応募方法** 50ポイント以上を貯めて、市公式サイトの特設フォームから応募、または市民課や市民局などの窓口、市公式サイトで取得できる専用の用紙でも応募できます。

☎ 市民課 ☎63-3108

## 地域おこし 瓦版

地域おこし協力隊  
はやし ひろこ  
林 浩子さん



宍粟市のみなさん、はじめまして。地域おこし協力隊員の林と申します。現在は、空き家を活用する拠点づくりを軸に、宍粟くらし移住支援舎や空き家バンクを運用している市役所と連携しながら空き家の現状把握や、移住推進に関わる活動に取り組んでいます。今はおもに、拠点となる空き家の改修を進めています。

この4月の就任に至るまで、市役所職員の方々や移住コーディネーターの方には、悩むたびに一緒に立ち止まり、寄り添っていただきました。これまでの経験や失敗も「今」につながる伏線だったのだと感じています。この道をとともに選んでくれたパー

トナーと多くのご縁に支えられ、このような経験をさせていただいていることに感謝しております。

また、拠点となる地域の方々とも少しずつ交流することができ、歴史や風習について教えていただける機会も増え、大変嬉しく思っています。冬眠明けの生き物たちの洗礼を受けながら、土や水に触れ季節を慈しみ、より深く地域に馴染めるよう、日々を重ねていきたいです。

言葉で伝えることに難しさを感じることもありますが、活動の様子を少しずつお伝えしていければと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



↑ 改修中の拠点の様子



## あずかり学童支援員・学童補助員を募集

市内公立幼稚園あずかり保育や学童保育所で放課後や夏季休業期間中などに児童の保育業務を担う「あずかり学童支援員・学童補助員」の募集です。

### ▶対象

- 学童支援員** 幼稚園教諭、保育士、小中高等学校教諭、社会福祉士などの資格保有者  
**学童補助員** 勤務に意欲・興味のある人(資格不要)

▶時給 **学童支援員** 1402円から / **学童補助員** 1321円から

▶任期 令和9年3月31日(更新あり)

▶申込期限 令和8年7月10日

▶申込方法 所定の申込書をこども未来課、  
市内幼稚園あずかり保育  
または市内学童保育所まで提出



☎ こども未来課 ☎63-3114

## 西はりま消防組合「消防士」募集

西はりま消防組合「消防士」の募集です。



### ▶対象

高等学校以上を卒業した平成11年4月2日以降生まれで、令和9年3月末までに学校・大学などを卒業見込みの人(消防吏員経験者は平成3年4月2日以降生まれ)

▶採用予定人数 若干名

▶申込期限 7月21日～8月7日

▶申込方法 消防本部総務課へ持参または郵送

- ▶一次試験
- 大学・短大・専門学校・高専卒、消防吏職員経験者  
9月7日～23日のうちいずれか1日と9月25日
  - 高卒  
9月16日～23日のうちいずれか1日と9月25日



くわしくは  
コチラ



☎ 西はりま消防組合 ☎0791-76-7119

## 地域クラブ活動「しそカツ」 “愛称”と“ロゴ”が決定

これまで学校教育の一環として行われてきた部活動を終了し、令和10年10月を目途に「地域クラブ」へ展開する取り組み(部活動地域展開)が進められています。

令和8年度には地域展開を専門に進める「地域クラブ活動推進室(通称:しそカツ推進室)」が創設され、完全実施に向けて取り組みが進められます。進捗状況や情報は広報しそや市公式サイトなどで随時お知らせします。

くわしくは  
コチラ



☎ まちづくり推進課 地域クラブ活動推進室  
☎63-3123



### 愛称

#### 「しそカツ」

#### 宍粟市地域クラブ活動

市内中学生からの募集及び投票によって決定されました。

### ロゴ



山崎西中学校美術部、山崎東中学校文化部によって制作されました。宍粟市の自然や市章をデザインに取り入れるとともに、部活動の楽しさや明るさを配色で表現しています。

## 宍粟市職員募集(司書、事務職、幼稚園・保育教諭など)

令和8年10月採用と令和9年4月採用の宍粟市職員の募集です。

### ▶ 司書・学芸員

採用予定人数 いずれも若干名

試験日 8月8日

試験会場 市役所

申込期限 7月13日

※司書は令和8年10月、学芸員は令和9年4月採用

### ▶ 事務職B(来年3月に高校を卒業見込みの人)、幼稚園教諭・保育教諭、自動車運転員兼調理員

採用予定人数 いずれも若干名

試験日 9月20日

試験会場 市役所

申込期限 8月5日

※いずれの職種も令和9年4月採用

☎ 人事課 ☎63-3178

### ▶ 申込方法

市が指定する専用サイトから申し込む

高校時代に地元の魅力や住民の方の熱意を実感し、大好きな宍粟市の力になりたいと思い宍粟市役所を選びました。優しい先輩方に支えられながら、チームで働く喜びを感じています。



市公式YouTubeで  
職員募集動画が公開中!

採用情報は  
コチラ



動画は  
コチラ



## 7月は「特殊ごみ」収集月間

7月は電池や蛍光灯などの「特殊ごみ」収集月間です。特殊ごみは種類ごとに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へ。市役所と市民局の回収ボックス（乾電池、蛍光灯、バッテリーなど・袋、シール不要）も開庁時間内なら、いつでも利用できて便利です。いずれも事業所のごみは対象外です。



### 電池

乾電池やボタン電池のほか、充電で繰り返し使えるリチウムイオン電池やニッケル水素電池などが対象。電子タバコやモバイルバッテリーなどのリチウム電池機器も含む

### 蛍光灯

直管型や環型、電球型蛍光灯が対象。壊さず袋に入れ、袋に入らない形状のものは壊して新聞紙などで包みましょう。白熱球やグロー球、LEDランプは「不燃ごみ」

### 水銀式の製品

水銀式の体温計や血圧計が対象、水銀式以外は不燃ごみ

☎ 生活衛生課 ☎63-3506

## シーたん通信の音声端末 電池交換して

シーたん通信が自宅などに届く音声端末「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。

### ▶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

### ▶故障かなと思ったら

秘書広報課または市民局まで連絡してください。



電池が液漏れしている状態

☎ 秘書広報課 ☎63-3115

令和8年度介護福祉士国家試験受験に間に合います  
**介護福祉士実務者研修 通信講座受講生募集**  
 この広告を見た!! で早割価格で受講 ※先着5名様  
 自宅学習 (eラーニング) + スクーリング 8日間  
 会場:穴栗防災センター ひろケアスクール  
 詳細・お申込・お問い合わせはホームページから▶

(広告)

MUSBELL  
**うちの子ども 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!  
 マルマークCMS取得 ムスベル株式会社  
 結婚相談所ムスベル姫路  
 0120-138-026  
 姫路市北条口2-7 グラン姫路9階  
 通話料無料 営業時間:10時~19時 定休日:第2・第4火曜日

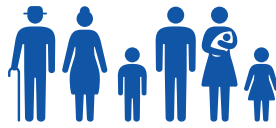
(広告)

# 情報ステーション

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 32,613人 (- 43)  
男性 15,696人 (- 14)  
女性 16,917人 (- 29)  
世帯数 14,516世帯(+ 1)

※令和8年6月1日現在



## 5月の異動

出生 6人(- 7)  
死亡 47人(- 6)  
転入 52人(- 11)  
転出 54人(- 37)  
その他増 0人(- 3)  
その他減 0人(± 0)

### 募集

#### パブコメ 宍粟市地域防災計画

「宍粟市地域防災計画の改訂案」パブリックコメントの募集です。同計画は災害対策全般の対応が定められています。素案は市公式サイトのほか危機管理課、市民局の窓口などで閲覧できます。

**応募期限** 7月14日

**応募方法** 専用フォームから、または所定の意見書を前記窓口まで提出

☎ 危機管理課  
☎63-3119



### 募集

#### 気軽に国際交流 お茶ツトルーム

宍粟市国際交流協会主催「第2回お茶ツトルーム」参加者の募集です。お茶を楽しみながら、外国人と安全な自転車の乗り方を学びます。

**日時** 7月11日10時～

**会場** 学遊館

**参加料** 一般200円、小中学生100円、未就学児と会員は無料

☎ 同協会事務局  
☎63-3123



### 募集

#### 女性向け マネープラン塾

「出張!女性のための働き方セミナー」参加者の募集です。ミドル世代女性が人生の後半戦に向け、知っておくべきお金と保険の知識を特定社会保険労務士、年金アドバイザーの沼澤郁美さんから学べます。

**日時** 7月10日14時～16時

**会場** 宍粟防災センター

**定員** 12人

**申込期限** 7月3日12時

**申込方法** 専用フォームから申し込む

☎ 人権推進課

☎63-0840



### 募集

#### 夏休み 子ども環境講座

「夏休み子ども環境講座」参加者の募集です。野生動物と環境についての話を聞いて、鹿革のクラフトづくりを行います。

**対象** 市内在住の小中学生

**日時** 8月5日10時～12時15分

**会場** いちのぴあ

**定員** 15人(申込者多数の場合は抽選)

**講師** 洋飾店Sagua 土井景子さん

**参加料** フレームづくり1200円、時計1500円(どちらかを選択)

**申込期限** 7月24日

**申込方法** 専用フォームから申し込む

☎ 社会教育文化財課

☎63-3117



### 募集

#### 子ども向け料理教室

「夏休みこどもチャレンジクッキング」参加者の募集です。宍粟市産の食材を使った料理に挑戦します。

**対象** 市内在住の小中学生

**日時** 8月5日10時～13時

**会場** 市役所北庁舎

**定員** 16人(申込者多数の場合は抽選。ただし、初参加者を優先)

**参加料** 500円

**申込期間** 6月16日～30日

**申込方法** 専用フォームから申し込む

☎ 保健福祉課

☎62-1000



WINK公式キャラクター ウインキー

宍粟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光!

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

宍粟のインターネットは

姫路ケーブルテレビ

〒670-0964 姫路市豊沢町135番地 姫路大同生命ビル

<https://www.winknet.ne.jp/service/>

(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** 中島団地(千種町黒土)  
 1戸3DK(月額2万1900円～)  
**受付期間** 6月16日～29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  
**問** 北部建設課 千種地域振興係  
 ☎76-2210

**募集 自衛官**

令和9年度入隊の自衛隊一般曹候補生と2等陸・海・空士(任期制自衛官)の募集です。  
**対象** 18歳～32歳の人  
**応募期限** 一般曹候補生は9月1日(任期制自衛官は随時)  
**問** 自衛隊姫路地域事務所  
 ☎079-282-0535



**募集 西はりま消防組合 公用車売却**

西はりま消防組合の消防車など公用車3台にかかる入札参加者の募集です。  
**対象** 宍粟市、相生市、たつの市、太子町、佐用町に本店・支店がある事業所または住民登録のある人

**申込期限** 7月13日  
**開札日** 7月31日  
**その他** 車種などの詳細は同組合公式サイトで  
**問** 同組合総務課  
 ☎0791-76-7119



**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など一定の要件を満たす人  
**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** 同協会  
 ☎62-7150

**お知らせ 上下水道料金の軽減 低所得世帯が対象**

市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。  
**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級の人がいる世帯▷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

**軽減月額** 口径13ミリ770円、口径20ミリ1010円、下水道使用料210円

**その他** 料金の滞納がある場合や生活保護世帯は対象外

**問** 水道管理課  
 ☎63-3129

**お知らせ 特定地域づくり事業 協同組合設立説明会**

複数の仕事を組み合わせたマルチワークによる安定雇用の創出や移住・定住促進による人材の確保をめざす「特定地域づくり事業協同組合」の設立について説明会が開催されます。

**日時** ①7月16日18時30分～、②7月17日18時30分～  
**会場** ①市役所、②はがてらす  
**問** 農業振興課  
 ☎63-3109

**お知らせ 児童手当 現況届忘れずに**

児童手当「現況届」の案内が届いた人は忘れずに提出しましょう。提出期限は6月30日。未提出の場合は6月分以降の手当を受け取ることができません。

**問** 子育て支援課  
 ☎63-3176



医療法人社団 おかだ歯科グループ **咲ランド 2F**

**ハッピースマイル 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

岡田 結実

☎(0790)64-1182

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

(広告)

宍粟市の 日帰り天然温泉

ただ だけ まつ

**七夕祭りの湯**

7/1(水)～6(月)

大笹の短冊に願ひ事を書こう!

**ひまわりの湯**

午前10時～午後9時 (毎週火曜日定休)

男女露天風呂にて 7/19日 7/20日

(広告)

# 保健だより スクスク

「スクスク」は子どもの健康づくりを応援するページです。

圏 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♪

## 乳幼児健診

6月、7月、8月の乳幼児健診の日程です。

ダウンロードは  
こちら▶



内容	実施日	受付時間	対象	会場
乳児健診	7月7日	13時30分～45分	令和8年2月21日～ 3月20日生まれ	市役所北庁舎3階 ☎62-1000 (保健福祉課)
	8月4日		令和8年3月21日～ 4月20日生まれ	
10か月児健康相談	8月4日	9時30分～10時	令和7年8月10日～ 9月30日生まれ	
1歳6か月児健診	6月24日	13時15分～45分	令和6年10月26日～ 11月30日生まれ	
	8月26日		令和6年12月1日～ 令和7年1月25日生まれ	
2歳児歯科健診	8月6日	9時～9時30分	令和5年12月16日～ 令和6年1月30日生まれ	
3歳児健診	7月23日	13時15分～45分	令和5年1月11日～ 2月15日生まれ	
	8月27日		令和5年2月16日～ 3月22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
7月9日 10時～11時30分	4か月～ 12か月児	いちのぴあ ☎72-2100

離乳食教室の  
申し込みは  
こちら▶



## 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
7月1日	市役所北庁舎3階 ☎62-1000(保健福祉課)
7月8日	はがてらす ☎75-8800
7月21日	エーガイヤちくさ ☎76-8600
7月31日	いちのぴあ ☎72-2100



「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。

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



# 子育て支援センター だいすき♡

## 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
市役所北庁舎	赤ちゃんの部屋 すやすや	6月23日・7月2日・21日 10時～11時30分
はがてらす	木のおもちゃで遊ぼう	6月25日 9時～16時 7月23日 9時～16時
ライブラリー ちくさ	親子わくわく エクササイズ	7月14日 10時～11時30分
はがてらす	親子リトミック教室	7月15日 10時～11時30分
いちのぴあ	親子リトミック教室	7月30日 10時～11時30分



「動く・こどもの館号がきたよ」  
5月15日 市役所北庁舎



「新聞紙っておもしろい!」  
4月21日 ライブラリーちくさ

## 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	兵庫県カウンセリング協会会員	6月26日 10時～15時 7月24日 13時～15時
エーガイヤ ちくさ		7月24日 10時～11時45分
市役所北庁舎	保育教諭	7月14日 10時～12時

## 令和8年度 子育て支援センターグループ活動が始まりました

≡ 元気いっぱい活動中! 参加を希望する場合は各センターまで。≡



山崎「お花紙あそび」



一宮「開級式」



波賀「公園遊び」



千種「開級式」

# しそウトピックス

教育功労 瑞宝双光章  
4/29 一宮町の西岡さんが受章



元公立中学校長  
にしおか あきとし  
**西岡 章寿さん**

昭和50年に県立姫路養護学校に着任し、市内公立中学校長や市教育長などを歴任。特別支援教育推進員の配置に取り組み、教育環境の改善に尽力。

教育委員  
6/3 山崎町の梶本さんが就任



かじもと まさひこ  
**梶本 雅彦さん**

市教育委員会委員に梶本雅彦さん(山崎町)が就任しました。教育委員会で教育行政の基本方針や重要施策などについて審議し、決定します。

在校生・卒業生ら集う  
5/1 河東小 創立150周年



宍粟市立河東小学校が創立150周年を迎え、記念式典が5月1日に行われました。卒業生や地元住民らが出席し、100周年記念の際に埋めたタイムカプセルの紹介やスライド上映などで思い出を振り返りました。同校は明治9年に博文小学校としてスタートし、現在まで約8383人の卒業生を輩出。菅野広太郎校長は「節目を大切に、これからも地域に愛される学校をめざしたい」と話しました。

世代を超えてつながる  
5/9 一宮町で「ふれあい食堂」



ふれあい食堂が5月9日、一宮町東市場の旧JAハリマふれあい文庫で開催されました。この4月に1周年を迎え、参加者はのべ600人超え。代表の門積正幸さんによると、「ふれあい食堂」という名前は「多世代が集う場所になるように」と思いを込め、名付けられたといいます。参加した地元住民は「子どもがいない世代のため参加を躊躇したが、来てよかった」と笑顔でした。

身近な話題を投稿しませんか？



まちかど  
掲示板

## 5/1 市へ1千万円寄付 伊東電機へ「ふるさとブナ賞」



市に1000万円を寄付した「伊東電機株式会社」(加西市)へ5月1日、市が感謝の意を示す「ふるさとブナ賞」を贈りました。同社は創業80年の搬送設備を自動化する機器メーカーで、植物工場設備の製造や開発などにも力を入れています。福元市長は「多大なる支援に深く感謝する」と述べ、同社の伊東徹弥代表取締役社長は「今後も地域活性化の一助になりたい」と話しました。

## 5/10 自転車で宍粟市を1周 シソイチライドイベント2026



宍粟市を自転車で1周するサイクルイベント「シソイチライドイベント2026」が5月10日に開催され、市内外から多くのサイクリストが参加しました。2回目となる今年是一般コースのほか、上級者コースが新たに設けられ、初心者から経験豊富なサイクリストまで幅広い層が楽しみました。参加者らは「エイド(補給食)がとても美味しい」「自然が綺麗で気持ちいい」と笑顔でした。

## 5/16.17 湖面を駆ける躍動の2日間 音水湖でカヌーポロ大会



「第8回音水湖カップカヌーポロ大会」が5月16日と17日に音水湖カヌー競技場で開催されました。当日は天候に恵まれ、関東や東海、中国地方など全国各地からのチームに加え、女子日本代表チームも参戦。地元からは音水レイカーズ、がはがはチームなどが出場し、熱戦を繰り広げました。水面での激しい攻防と会場内に響く声援、選手たちの笑顔に包まれた活気あふれる2日間となりました。

## 5/29 一貫教育で育む地域愛 千種小中高 合同で田植え



千種小・中学校と千種高校の児童生徒らが5月29日、合同で田植えを行いました。高校で実施しているイネ栽培を小中学生に経験してもらうことで、一貫教育の推進と地域愛の醸成を図ることが目的です。生徒らは泥だらけになりながら1列に並び、丁寧に苗を植えました。田植えを終えた生徒は「泥に足を取られ転んだけれど楽しかった、またやりたい」と笑顔でした。稲刈りは9月下旬の予定です。

# 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

日時 7月7日、21日各13時30分～15時30分

会場 宍粟防災センター

内容 資力が基準以上の場合は30分5500円

岡山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)

日時 7月11日9時～12時

会場 宍粟防災センター

内容 不動産名義変更、債務整理、成年後見など

岡山司法書士会西播支部  
☎080-5743-0783

## 行政相談(予約不要)

日時 7月13日9時30分～11時

会場 いちのびあ

日時 7月14日10時～11時30分

会場 ライブリーちくさ

岡山県推進課 ☎63-0840

## よろず支援拠点出張相談

日時 7月3日11時～16時45分

会場 宍粟防災センター

内容 中小企業や小規模事業者のための無料経営相談

岡山県よろず支援拠点  
☎078-977-9085

## しごと相談会

日時 7月10日10時～12時

会場 いちのびあ

岡山県よろず支援拠点

☎63-3011

## アルコール相談

日時 7月15日13時30分～15時

会場 市役所北庁舎

岡山保健福祉課 ☎62-1000

## 女性相談

日時 7月7日、17日各8時30分

～17時15分

会場 宍粟防災センター

岡山県推進課 ☎63-0840

## しそうにじいろ相談(性の多様性に関する相談)

日時 7月15日8時30分～17時15分

会場 宍粟防災センター

岡山県推進課 ☎63-0840

## こころのケア相談

日時 7月3日13時～15時

会場 龍野健康福祉事務所

岡山県健康福祉事務所

☎0791-63-5687

## エイズ・肝炎相談

日時 7月7日、21日13時15分～14時30分

会場 龍野健康福祉事務所

岡山県健康福祉事務所

☎0791-63-5140

## 専門的栄養相談

日時 7月13日10時～11時30分

会場 龍野健康福祉事務所

岡山県健康福祉事務所

☎0791-63-5677

## ひとり親家庭等特別相談

日時 7月17日、29日13時～17時(1人30分)

会場 市役所北庁舎

予約 相談希望日の10日前まで

岡山母子・自立支援相談窓口

☎63-3220

## 発達障がい出張相談

日時 8月20日9時30分～16時30分

会場 宍粟防災センター

岡山県クローバー上郡ランチ

☎0791-56-6380

## 不動産売買・賃貸相談

日時 7月1日14時～16時

会場 龍野経済交流センター

岡山県(一社)県宅地建物取引業協会西

播磨支部 ☎0791-63-3072

## 遺言・相続電話相談

岡山県弁護士会遺言・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

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。

月日	医療機関名	電話番号
6月	21日 藤田整形外科クリニック	64-1515
	千種診療所	76-2017
	28日 上田医院	63-0011
7月	5日 公立宍粟総合病院(内科・外科)	62-2410
	12日 広田医院	72-0123
	咲クリニック	73-9456
	19日 井上クリニック	64-2000
	20日 山中医院	62-0036
	26日 青山ファミリークリニック	64-4111
横川眼科	63-1800	

岡山保健福祉課 ☎62-1000



# 『出水期を迎えて』



河東小150周年記念式典で  
あいさつする市長(5月1日)

田植えを終えた水田に青々とした早苗が並び、揖保川・千種川ではアユ漁が解禁されるなど、宍粟の初夏らしい清々しい風景が広がっています。

皆さま、お元気でお過ごしでしょうか。

さて、6月に入り、河川が増水しやすい「出水期」を迎えました。梅雨や台風に加え、近年では線状降水帯による突発的な大雨が各地で深刻な被害をもたらしています。宍粟市におきましても、住宅地を流れる河川も多く、風水害への備えは身近で切実な課題であります。

こうした中、気象庁では5月29日から新たな防災気象情報の運用を開始しました。警報発表時にとるべき避難行動が、よりわかりやすくお伝えできるよう改正さ

れています。今月の「広報しそう」で詳しくご紹介していますので、ぜひ、ご覧いただければと思います。

市といたしましても、市民の皆さまが安全で安心して暮らしていただけるよう、これからも消防団、自主防災会、関係機関と緊密に連携し、防災・減災対策に全力で取り組んでまいります。

皆さまにおかれましても「自らの命は自らが守る」この意識こそが、最大の防災であることをご理解いただき、今一度、ご家族で避難場所や避難経路、そして連絡方法のご確認をいただきますよう、よろしく願い申し上げます。

これから気温もさらに上昇し、熱中症のリスクも高まります。こまめな水分補給や適切な冷房の使用など、体調管理に十分ご留意いただき、元気で過ごしください。

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、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

秘書広報課 ☎63-3115

✉kohokocho-kk@city.shiso.lg.jp

送信はコチラから



あぼたに ひすい  
**阿保谷 妃奏乙ちゃん**  
お姉ちゃんお兄ちゃんに負けずに大きくなれ!  
0歳・山崎町



ひろい あおと  
**廣居 蒼人ちゃん**  
もりもり食べて、元気に育ってね!  
2歳・山崎町



ひろい そうた  
**廣居 蒼大ちゃん**  
元気いっぱい、笑顔いっぱい  
0歳・山崎町



☎ 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
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

## 編集後記

6月1日の「善意の日」をご存じでしょうか?この記念日は、「県民の小さな善意を結び合わせ、より豊かな郷土を築こう」という願いを込め、兵庫県が昭和39年に制定したものです。毎年、県内各地で多彩な行事が行われており、今月の表紙もその一つです。

忙しい日々の中では、つい心の余裕をなくしがちです。そんなとき、ゴミを拾う人や道を譲る人など、誰かの優しい行動を見かけるとハッとさせられることがあります。取材中に子どもたちから聞いた「いいことをしてください」という真っすぐな言葉が、今も印象に残っています。その響きを大切に、私も自分にできる、小さな優しさに目を向けて過ごしていきたいと思います。

## いたんでいる本を見つけたら…

みんなが気持ちよく利用するために、水濡れや書き込み、食べこぼしなどで本を汚したり、傷めたりしないようにしましょう。もし本が破れてしまった場合は、返却時にお知らせください。専用のテープやのりで修理します。



## 今月のオススメ



**だれでも防災**  
決定版 避難が難しい人のための一冊  
著者: 鍵屋一  
出版社: 中央法規出版  
災害が発生した時、体の不自由な人や持病のある人、障がいのある人など、避難が難しい人々が日ごろからどのように備え、実際にどのような支援が必要なのかを、当事者と支援者双方の立場から紹介しています。



**ローリングストックで!防災に!レシピ**  
出版社: オレンジページ  
蓄える→食べる→補充することを繰り返しながら、常に一定量の食品を備蓄する方法をローリングストックといいます。缶詰や乾物、乾麺などの備蓄をふだんの生活で消費できるレシピや、非常時でもいつでもどおりの食生活を送るためのアイデアが満載です。



**人を助ける英語1000**  
災害&トラブル  
著者: 和久健司  
出版社: ジャパンタイムズ出版  
地震や水害、事故など、いざというときにすぐ役立つ、人を助けるための実用的な英語が学べます。応急処置や避難誘導など、緊急時に知っておくべき知識もあわせて収録されています。

## 今月の表紙



表紙は6月1日「善意の日」に、ちくさ杉の子ども園の園児らがパレードを行った際の1枚です。園児らは風船とティッシュを配りながら啓発活動を行いました。