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
　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。

11月

日	月	火	水	木	金	土
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12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

期限内に読めない本は延長できます

貸出期限内に読みきれなかった本は期限を2週間延長できます。延長は1回限りです。図書館（室）の窓口に本を持参してください。ただし、希望する本に予約がある場合は延長できません。

今月のオススメ





死ぬまで自由に生きる習慣

著　者：宇野千代
出版社：明日香出版社

作家・宇野千代は、なぜ年を重ねても明るく前向きでいられたのか。その秘密は毎日の習慣にありました。「人と比べない」「まずやってみる」「一日一日を大切にする」など、元気に楽しく生きるヒントがまとめてあります。



あの人が作った博物館

人生が垣間見える45スポット

著　者：佐々木俊尚
出版社：かんき出版

博物館マニアの著者が、個人のこだわりから生まれた45の博物館を厳選。巨大な翡翠の原石や、海の中を泳いでいるような木彫りの魚など、思わず行ってみたくなるユニークな博物館の情報が満載です。



筋トレ解剖図鑑

100歳まで歩ける最強筋肉の作り方

著　者：坂詰真二
出版社：あさ出版

スポーツクラブに通わなくても自宅で十分な効果が得られるトレーニング法が、イラストで分かりやすく解説されています。週2回の筋トレで、疲れにくく太りにくい、若々しい体をめざしましょう。

編集後記

季節が移ろい、すっかり日が短くなり、暗い時間が増えましたね。そのせいか最近どうにも睡眠欲が止まらない㊐です。

今月号では「決算」として令和7年度の市の財政状況をお伝えしています。数字や聞きなれない言葉が並び、難しく見えるかもしれませんが、こうした数字をたどると、みなさんの暮らしや日々の行政の取り組みにつながっています。編集を担当しながら、その重みにあらためて身が引き締まる思いがします。

また早いもので、今年発行する『広報しそう』も、いよいよ残すところ次号（12月号）のみとなりました。次号からは別の担当者が登場しますので、ぜひそちらもお楽しみに。㊐

今月の表紙



表紙ははりま一宮こども園で行われた「木育講座」での1枚です。森林の役割や木材の大切さについての話を聞いたあと、色々な形の木のスタンプを思い思いに押し、自由に木とふれあいました。

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。

SHISO City Magazine
広報しそう
広報しそう11月号
令和8年11月13日発行（260号）
発行／宍粟市
編集／市長公室秘書広報課
〒671-2593 兵庫県宍粟市山崎町中広瀬133-6
☎0790-63-3000（代）　FAX0790-63-3061
✉info@city.shiso.lg.jp
🖵https://www.city.shiso.lg.jp

森林創生 未来しそう



SHISO City Magazine
広報しそう

2026
11
No.260

木育講座

はりま一宮こども園の園児たちが木のスタンプに挑戦しました。

令和7年度 決算のあらまし

令和7年度の市の一般会計と特別会計、公営企業会計のそれぞれの会計の決算が9月議会で認定されました。その内容の一部を紹介します。

一般会計

一般会計は約9.7億の黒字

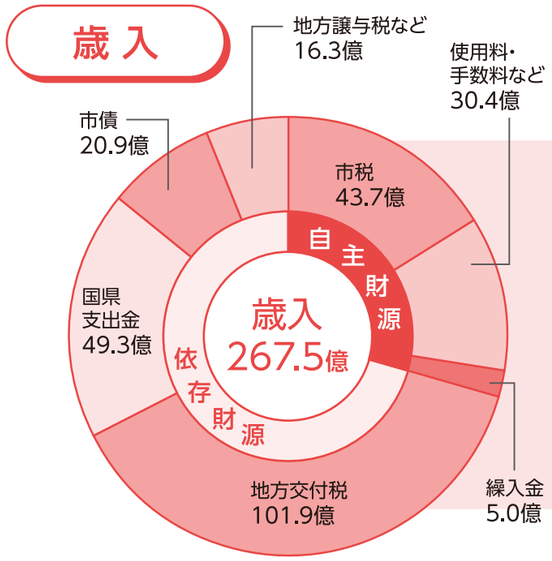
一般会計で入ってきたお金（歳入）は267億5792万円、使われたお金（歳出）は257億7107万円でした。差し引き9億8685万円のうち、令和8年度へ繰り越した事業に使う1375万円を差し引いた9億7310万円が黒字となりました。

市民一人あたりにすると…

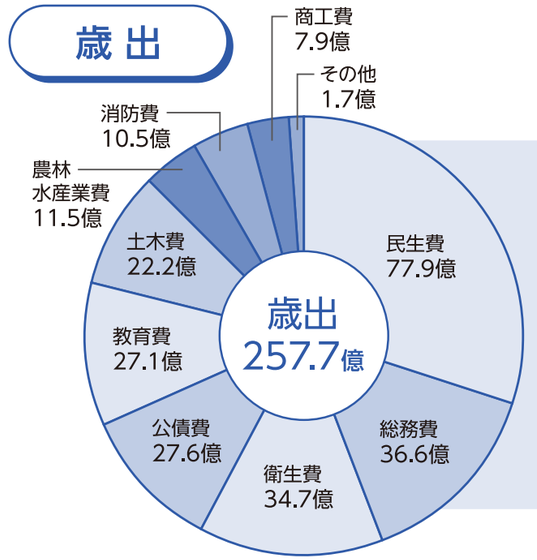
市税一人あたり
約13万円

歳出一人あたり
約79万円

※令和8年3月末時点



歳入は2つの財源で成り立っています。市が徴収する税などの自主財源と国や県から入る補助金などの依存財源です。令和7年度は、依存財源が約71パーセントを占めており、そのうち半分以上が地方交付税となっています。



歳出で最も多いのが福祉の充実に使われる民生費で、非課税世帯や子育て世帯への物価高対策の給付金などが含まれています。次いで業務全般の管理事務に使われる総務費、医療や公衆衛生に使われる衛生費、借金の返済に使われる公債費の順に続きます。



特別会計

特別会計は特定の事業を行う目的で運用される、一般会計と経理が切り離された会計です。国民健康保険や介護保険など5つある特別会計はすべて黒字です。

国民健康保険



歳入額	41億8212万円
歳出額	41億4727万円
差引額	**3485万円**

国民健康保険診療所



歳入額	2億768万円
歳出額	2億705万円
差引額	**63万円**

後期高齢者医療



歳入額	7億2724万円
歳出額	7億　56万円
差引額	**2668万円**

介護保険



歳入額	48億5652万円
歳出額	46億6133万円
差引額	**1億9519万円**

訪問看護



歳入額	1億　2万円
歳出額	9992万円
差引額	**10万円**

公営企業会計

公営企業会計は民間企業と同様に借金や資産の出入りが分かる会計です。経営に伴う収支（収益的収支）と施設建設などの収支（資本的収支）の2種類があります。

水道事業



収益的収支

収入	12億3201万円
支出	12億9334万円
差引額	**△6133万円**

資本的収支

収入	3億　824万円
支出	7億6724万円
差引額	**△4億5900万円**

下水道事業



収益的収支

収入	15億7798万円
支出	15億6693万円
差引額	**1105万円**

資本的収支

収入	16億　535万円
支出	22億4763万円
差引額	**△6億4228万円**

病院事業



収益的収支

収入	43億6170万円
支出	45億2459万円
差引額	**△1億6289万円**

資本的収支

収入	22億5302万円
支出	24億1069万円
差引額	**△1億5767万円**

主要事業

令和7年度に実施された事業の一部を紹介します。

市制20周年記念式典

494万円





次世代に歴史や伝統などを継承する意識を高め、さらなる飛躍に向け、歩み出すきっかけとすることができました。

消防拠点整備事業

4047万円



山崎支団第2機動分団の詰所の新築による消防体制の強化と備蓄倉庫などの確保により地域の防災対応力を高めました。

かみかわ緑地公園整備事業

1022万円



多目的広場を整備し、かみかわ緑地公園の有効利用を図りました。

新病院建設事業

19億3013万円





新病院整備の工事説明会を実施し、盛り土・地盤改良工事を行いました。

宍粟市文化財保存活用地域計画等策定事業

551万円







文化財保護意識の醸成を図り、宍粟の宝として文化財の保存・活用につなげるため、計画を策定しました。

小学校屋内運動場空調整備事業

1億9092万円



熱中症のリスクを軽減し、教育活動の質を確保することができました。

その他の事業

公共施設予約システム導入事業	691万円
多世代交流施設整備事業	238万円
部活動地域展開に向けたコーディネータ配置事業	297万円
妊婦健康診査費等助成事業	1004万円
農業人材育成地域連携事業	88万円
しそう氷ノ山 SEA TO SUMMIT	400万円
市営住宅改修事業	1億2919万円
不登校児童生徒支援員配置	955万円
情報モラル育成事業	52万円
認定こども園整備事業	3億3603万円
学校給食運営事業	1億8898万円

市の貯金と借金

令和6年度と比較し、市の貯金といえる基金の残高は1億971万円増え、89億4237万円になりました。また市債の残高は10億5150万円減り、427億4079万円になりました。市債は公共施設の建設など、市が一度に多額の出費を必要とする場合に認められる長期の借入金のことです。

基金（貯金）

会計	令和7年度末残高	前年度比
一般	84億2000万円	+9861万円
特別	5億2237万円	+1110万円
合計	**89億4237万円**	**+1億971万円**

※定額運用基金は除く

市債（借金）

会計	令和7年度末残高	前年度比
一般	246億406万円	△5億7855万円
特別	3875万円	+817万円
企業	180億9798万円	△4億8112万円
合計	**427億4079万円**	**△10億5150万円**

指標でみる財政状況

財政の硬直度や将来負担を示す指標はやや増加した一方で、借金の返済負担を示す指標は減少しました。

指標の種類	指標の説明	宍粟市の状況（前年度比）	県平均（前年度比）
経常収支比率	毎年の固定経費に使う割合を示す指標。数値が小さいほど、自由に使える財源の余地がある。	94.2%（0.9%増）	94.5%（0.6%減）
実質公債費比率	実質的な借金返済負担を示す指標。数値が小さいほど、毎年の返済負担が軽い。	5.7%（0.9%減）	5.8%（0.3%減）
将来負担比率	将来的に負担する借金の大きさを示す指標。数値が小さいほど、将来の財政負担が少ない。	51.0%（2.1%増）	12.6%（4.0%減）
実質赤字比率	一般会計と特別会計の資金不足の程度を示す指標。数値が大きいほど、赤字の規模が大きい 。	黒字	—
資金不足比率（水道、下水道、病院）	公営企業会計の資金不足の程度を示す指標。数値が大きいほど、事業規模に比べた資金不足が大きい。 ※公営企業の収支不足は、内部留保金や一般会計からの繰出金で補てんしており、資金不足は発生していません。	資金不足なし	—

財政状況は大丈夫？

年度ごとに指標の増減はありますが、すべての比率において、財政の健全化が必要とされる判断基準を下回っています。

財政の早期見直し基準

- 実質公債費比率　**25%以上**
- 将来負担比率　**350%以上**
- 実質赤字比率　**赤字比率12.77%以上**
- 資金不足比率　**赤字比率20%以上**

NEWS 総合病院

総合病院 診療科・医師紹介

脳神経内科

問 公立宍粟総合病院
☎62-2410

こんな症状で困っていませんか？

次のような症状がある場合には脳神経内科の専門医へ相談が必要です。総合病院の脳神経内科では、**はりま姫路総合医療センター脳神経内科の専門医による外来を開設**しています。



医師紹介

うえはら　としゆき
上原 敏志 医師

はりま姫路総合医療センター脳神経内科診療科長、脳卒中センター長、内科統括担当部長

・日本神経学会脳神経内科専門医・指導医
・日本脳卒中学会専門医・指導医　など


上原医師

しみず　ひろたか
清水 洋孝 医師

はりま姫路総合医療センター脳神経内科部長・地域連携部長

・日本神経学会脳神経内科専門医・指導医
・日本脳卒中学会専門医・指導医など

てらさわ　ひでお
寺澤 英夫 医師

はりま姫路総合医療センター脳神経内科部長

・日本神経学会脳神経内科専門医・指導医
・日本脳卒中学会専門医・指導医など

受診方法

予約▶ 脳神経内科の受診は**【完全予約制】**で、受診には**【紹介状】**が必要です。受診を希望する人は、現在のかかりつけ医に相談のうえ、紹介状を持参して予約してください。総合病院の他の診療科からの紹介でも受診可能です。

▶診療日時 診療日は**【毎週金曜日の午後】**で、脳卒中、頭痛、パーキンソン病、認知症、神経難病など幅広い症状を専門的に診療しています。

専門医による診断・治療相談を希望する人は、ひとりで悩まずにまずはかかりつけ医に相談してください。

11月は国保適用適正化月間　手続き忘れていないか確認を

就職したり家族の健康保険の扶養になったりして国民健康保険からほかの健康保険に変わった人は、手続きを忘れていないか確認しましょう。



▶手続きしないと余分な支払いが発生

手続きをしないと社会保険料と国保税を二重に支払うことになります。また、新たな保険の資格取得日以降は国保で受診ができません。

▶新しい資格確認書が手元にないときは

新しい保険の資格確認書などがない状態で医療機関を受診するときは国保は使わず、代わりの証明書がもらえないか勤務先に相談しましょう。

▶手続きに必要なもの

①国民健康保険資格確認書など
②新しい保険の資格確認書などまたは資格取得証明書
③本人確認書類

▶パートなど国保から社保になれる場合も

パートタイム労働者も会社の健康保険や厚生年金に加入できる場合があります。保険料が半分会社負担になるなど、国保よりもメリットがあります。また、同世帯に会社の健康保険に加入している人がいれば被扶養者になれる場合もあります。勤務先に相談しましょう。

問 市民課　☎63-3108

新病院整備工事　10月の進捗状況

現在は、外壁工事が進められており、4階から屋上階までは、躯体工事（鉄筋組立やコンクリート打設等）を進められています。


上空写真


外装工事 施工写真


躯体工事(屋上階) 施工写真

工事状況の動画はコチラ

工事についてくわしくはコチラ

問 新病院整備室　☎62-2410



（広告）



（広告）

12月は人権週間　市内4会場で講演会

「世界人権デー」(12月10日)にあわせ、人権について学ぶ講演会が市内4会場で開かれます。事前申し込みは不要で参加できます。

「繋ぐ～バレーボールが教えてくれたこと～」

10時から12時までは高校や各団体によるワークショップやパネル展示などが行われるほか、13時30分からは元女子バレーボール選手の大山加奈さんの講演会が開催されます。

▶ 12月13日 13時30分～
▶ 宍粟防災センター
▶ 人権推進課 ☎63-0840

「あした元気になあれ」

同和問題をとおして、人とのつながりやお互いを思い合う気持ちの大切さを伝え“ともに生きる社会”について、みえ人権教育・啓発研究会の松村智広さんと考えます。

▶ 12月10日 19時～
▶ はがてらす
▶ 波賀まちづくり推進課 ☎75-2220

「誰もが幸せに生きることのできる社会へ」

姫路大学教授の和田幸司さんが、歴史と人のつながりから考えた“人権とウェルビーイング”について話します。

▶ 12月4日 18時50分～
▶ いちのぴあ
▶ 一宮まちづくり推進課 ☎72-2330

「なぜ、男女共同参画が必要なのか」

人口減少や少子高齢化などの地域課題を解決する鍵のひとつ、“地域の生存の成長戦略”について、実践的な事例からその秘訣を学びます。

▶ 12月5日 13時30分～
▶ ライブラリーちくさ
▶ 千種まちづくり推進課 ☎76-2210

職業体験イベント「JOB HEROES SHISO」が開催されました

市内のさまざまな仕事を体験できる職業体験イベント「JOB HEROES SHISO」(宍粟市商工会青年部主催)が11月1日に開催されました。地域で活躍する事業者や団体が出展し、子どもたちが働く人から仕事の魅力や役割を教わりました。

問 商工観光課 ☎63-3127





▶毎年10月を「宍粟市商工振興月間」と制定　商工業からまちを元気に!

地域が一体となり市内の商工業を応援する、兵庫県内初の取り組みです。上記の体験イベントのほか、中学生による商工応援ポスターの作成や商工会の出張講話など、多彩な取り組みで商工業への興味・関心を高めます。



(広告)

予算執行状況の確認

令和8年度の市会計の予算執行状況が公表されました。数値は9月末時点のもので、前年度から繰り越された予算も含まれています。一時的な現金不足を補うために金融機関などから資金を借りる「一時借入金」はありません。概要は次のとおり。

▶市有財産の状況は

市が保有する財産は、林野が150平方キロメートル、土地が2平方キロメートル、建物が30万543平方メートル(延床)になります。

▶地方債残高は

公共施設や道路などの整備にあてた借入金である地方債の残高は一般会計で234億7840万円、特別会計(国民健康保険診療所)で3569万円です。

問 財政課 ☎63-3125

会　計	現計予算額	収入済額	支出済額
一　般	**259億** 7120万円	**126億** 9809万円	**117億** 7693万円
特　別	**106億** 7743万円	**35億** 2822万円	**38億** 8121万円
国民健康保険	44億 1297万円	10億 4585万円	14億 5885万円
国民健康保険診療所	2億 1054万円	4296万円	1億 51万円
後期高齢者医療	7億 8587万円	2億 7752万円	3億 153万円
介護保険	51億 5320万円	21億 3700万円	19億 7366万円
訪問看護	1億 1485万円	2489万円	4666万円

レシピ紹介　教えて!　我が家の発酵ごはん

地域や家庭で受け継がれてきた「発酵食レシピ」を未来につなげるためのこの企画。
今回は、山崎町のひろこさん(70代女性)からの応募レシピをご紹介します。

やさしい味の塩麹唐揚げ



発酵レシピ随時募集中

材料(4～5人分)
- 鶏もも肉……500グラム
- 塩麹……大さじ3～4
- おろし生姜…大さじ1/2
- 片栗粉……適量
- 小麦粉……適量

【作り方】
① 鶏肉に塩麹と生姜を加えて揉み込み、冷蔵庫で2～3時間漬けこんでおく
② 片栗粉に、片栗粉の1/3程度の小麦粉を混ぜておく
③ ①の鶏肉に②の粉をまぶし、揚げたら完成!

【応募者からのひとこと】
片栗粉に小麦粉を混ぜるとカラッと揚がります。塩麹を使うと肉が柔らかく味付けもしっかりできるので、孫たちが小さい頃からよく食べていました。育ち盛りになった今も、揚げるのが大変なくらいたくさん食べる「おばあちゃんの得意料理」です。

問 市発酵のまちづくり推進協議会(地域創生課内) ☎63-3066

Chikusa Mountain Village
ちくさ高原スキー場
12月11日 OPEN
冬季スタッフ募集
◎年末年始・週1日やヨルチクサ(ナイター)のみ短時間の勤務もOK
◎年齢制限はありません。元気で健康な方
時給や寮・通勤方法など、お気軽にお問い合わせください。
申し込み・お問い合わせ：ちくさ高原スキー場　TEL 0790-76-3555　E-Mail info@chikusakogen.com

宍粟市育成券お申込みについて
◎宍粟市内園児・児童・生徒(4歳～中学生)対象
◎申込書は、スキー場ホームページ新着お知らせ欄「宍粟市育成券申込書」をダウンロードしてください。
◎申し込み期限は、11月30日必着です。
※今シーズンも、宍粟市内園児/児童/生徒(3歳～中学生)はちぐみん(キッズ)パークは無料とします。
チケット売り場にてチケットをお受け取りください
(保証料500円必要)(本人確認必要)
(広告)

令和9年度 会計年度任用職員募集

来年4月採用の宍粟市「会計年度任用職員」の募集です。任用期間は来年4月から翌3月末まで。職種により免許や資格が必要です。

▶**選考方法**　職種と勤務形態により書類選考や面接などの選考試験あり
▶**申込期限**　12月18日16時30分
▶**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人事課、各市民局まで

登録事項、募集職種、勤務条件などはコチラ

専用フォームはコチラ

問 人事課　☎63-3178

地域おこし瓦版



地域おこし協力隊
林（はやし） 浩子（ひろこ）さん

着任して7か月が経ちました。私は、空き家を利活用した拠点づくりを軸に、宍粟くらし移住支援舎や空き家バンクを運用する市職員に同行しながら、空き家の調査や案内に取り組んでいます。

調査では、建物の間取りや設備、修繕が必要な箇所などを確認し空き家に関する知識を深めるとともに、現地へ足を運び、地域の方からのお話を伺うことで、周辺環境だけでなく、各地域の特色についての理解を深めています。

私自身、移住者の一人として感じることは、「安心して暮らしを選ぶためには地域の情報が必要」だということです。市内の位置関係や季節ごとの状況、買い物環境、自治会費、地域活動など、実際の暮らしに関わることが移住前はほとんど分かりませんでした。

これからも、市内各地に足を運び、地域の皆さんから暮らしや魅力を教えていただきながら、空き家と地域への理解を深め、案内の際にも活かしていきたいと思います。私なりの言葉で地域の情報を伝えることで、宍粟市への移住をお考えの方の不安やハードルを少しでも下げ、『ここで暮らしてみたい』と思ってもらうきっかけをつくりたいと考えています。



空き家を調査中の林隊員



Xmasは、あらきのケーキで！
イチゴベースさんのフレッシュな苺を2段にはさみました
5号(15㎝)￥4,400 ⇒ ご予約￥4,200
6号(18㎝)￥5,500 ⇒ ご予約￥5,200
ご予約は12月20日まで
御菓子司 あらき
0120-62-0160
0790-62-0160

（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	32,400人	(－ 40)
男　性	15,576人	(－ 24)
女　性	16,824人	(－ 16)
世帯数	14,496世帯	(＋ 1)

※令和8年11月1日現在

10月の異動

出　生	9人	(－ 4)
死　亡	43人	(＋ 12)
転　入	54人	(＋ 2)
転　出	60人	(－ 7)
その他増	0人	(± 0)
その他減	0人	(－ 1)

1月10日 二十歳の祝典



「しそう二十歳の祝典」が来年1月10日に開かれます。対象者には11月下旬に案内が発送されます。市外に住民登録がある人は、事前に申し込みが必要です。

対象　平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれで、市内の小学校または中学校を卒業した人
日時　令和9年1月10日(日)10時15分～(受付9時30分～)
会場　山崎文化会館

問 社会教育文化財課　☎63-3117

募集 パブコメ 市運賃協議分科会における軽微な事案

路線バスなどの運賃を協議する「市運賃協議分科会」について、会議を開かずに決定できる軽微な事案の範囲を定めるため、意見が募集されます。素案は市公式サイトのほか、まちづくり推進課や市立図書館、市民局の窓口などで閲覧できます。

応募期限　12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

問 まちづくり推進課　☎63-3123

募集 オンラインで国際交流「つなぐ」

市国際交流協会主催「つなぐ」参加者の募集です。Zoomで海外のクリスマスの伝統や地域の特徴について楽しく話しましょう。

日時　12月3日19時30分～
申込期限　11月26日
申込方法　専用フォームから申し込む

問 同協会事務局（まちづくり推進課内）　☎63-3123

募集 在宅ワーク入門講座

Zoomで開催されるオンライン講座「在宅ワーク入門講座」の参加者の募集です。「自宅で働く」という新しい働き方、始めてみませんか。

対象　在宅ワークに興味がある人、在宅ワークを始めたい人
日時　12月16日20時～21時10分
定員　20人(先着順)
申込方法　専用フォームから申し込む

問 人権推進課　☎63-0840

募集 キャンバを使ったデジタル活用講座

オンラインツールを活用した働き方を学ぶ「リカレント講座」受講生の募集です。グラフィックデザインツール「Canva」のAI機能を使ったプレゼン資料の作成や動画編集などが体験できます。

日時　1月16日、1月23日、1月30日、2月6日、2月13日、2月20日の6日間、各10時～12時
会場　市役所
定員　10人(申込者多数の場合は抽選)
申込期限　12月18日
申込方法　専用フォームから申し込む
その他　原則6日間すべて受講が必要、1人1台パソコンの貸し出しあり、託児あり(要申込)

問 社会教育文化財課　☎63-3117

募集 気軽に国際交流 お茶ッとルーム

市国際交流協会主催「第4回お茶ッとルーム」参加者の募集です。アップルパイを作りながら楽しく国際交流しましょう。

日時　12月19日9時30分～11時30分
会場　城下ふれあいセンター
定員　15人(先着順)
参加料　一般300円、小中学生は200円、会員と外国人は100円
申込期限　12月11日
申込方法　専用フォームから申し込む
持ち物　エプロン、三角巾、マスク

問 同協会事務局（まちづくり推進課内）　☎63-3123



（まちかど掲示板）

宍粟市吹奏楽団 ファミリーコンサート in ちくさ



日時　12月6日(日) 13時30分～
会場　千種小学校体育館
駐車場　千種小学校、ライブラリーちくさ
曲目
・Xmasメドレー(童謡ver.)
・名探偵コナンメインテーマ
・Mrs.GREEN APPLEメドレー
・坂本冬美メドレー　ほか

問 団長 山本さん
☎090-4037-1778

募集 ふろしきの包み方講座

「消費生活セミナー」受講者の募集です。日本の伝統的なふろしきの活用方法やレジ袋に頼らない暮らし方を学びます。

日時　12月16日13時30分～15時
会場　宍粟防災センター
定員　30人(先着順)
講師　ふろしき研究会代表・森田知都子さん
申込方法　専用フォームまたは電話で申し込む
持ち物　ふろしき、ティッシュ箱、800㎖程の瓶(貸出可)

問 人権推進課
☎63-0840

お知らせ 知って得する農業者年金

農業者年金は、年間60日以上農業を営む原則60歳未満の国民年金第1号被保険者が対象です(厚生年金加入者は加入できません)。支払った保険料は全額が社会保険料控除の対象となるほか、要件を満たす若手農家には国から最高月1万円の保険料補助もあります。掛金は月2万円からで積立方式の年金です。

問 農業委員会事務局
☎63-3112

お知らせ 旧優生保護法補償金

旧優生保護法による優生手術(こどもができなくなる手術)などを受けた人と家族に補償金などが支給されます。少しでも気になることがあれば、相談してください。相談は無料です。

受付時間　平日の10時～16時
その他　下記の二次元コードを読み取ると、手話通訳オペレーターを通じて手話で電話ができます。

問 兵庫県旧優生保護法専用相談窓口
☎078-362-3439
FAX078-362-3913

催し DV防止啓発ロビー展 26日まで

11月の女性に対する暴力をなくす運動に合わせて、11月26日までロビー展が開かれます。DV防止啓発グッズも配布されます。

会場　市役所ロビー

問 子育て支援課
☎63-3176

催し 宍粟学講座

宍粟の歴史や文化を学ぶ「第4回宍粟学講座」が開催されます。「波賀八幡神社御幸祭(御旅)」が県の重要無形民俗文化財に指定されたことを記念した講話があります。

日時　12月15日14時～15時30分
会場　はがてらす
定員　80人(先着順)
演題　「波賀八幡神社の祭りと芸能～御幸祭とチャンチャコ踊りを中心に～」
講師　関西大学非常勤講師・藤岡真衣さん
その他　市民大学の対象講座

問 社会教育文化財課
☎63-3117

催し 引原ダム再生はじまりの集い

引原ダム再生事業の着工にあたり、事業への関心と理解を高めるためのイベントが開催されます。メモリアルストーンの作成・投入セレモニーのほか、ダム見学ツアーやダムカレー・地元産品の販売、和太鼓演奏などが行われます。

日時　11月28日10時～16時(式典は13時30分～14時30分)
会場　はがてらす及び周辺

問 兵庫県西播磨県民局光都土木事務所引原ダム再生課
☎090-1679-2857

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
(0790)64-1182
岡田 結実
(月～土)10～13時、15時～20時 (日・祝)10～13時、15～18時

★正社員募集★ ハローワークに掲載中!!
地元の水環境を守る安定感抜群の仕事です！
職　種：インフラ施設運転管理スタッフ
業務内容：浄水施設の維持管理
就業場所：宍粟市上寺浄水場他
当社HPはこちら
まずはお気軽にご相談ください
日本メンテナスエンジニヤリング株式会社
〈本社〉大阪市北区同心1丁目7番14号
06-6355-3000　総務部 人事課

（広告）　（広告）

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　12月1日、15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
問 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)
日時　12月12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
問 県司法書士会西播支部
☎080-5743-0783

行政相談(予約不要)
日時　12月15日13時30分～15時
会場　はがてらす
日時　12月17日13時30分～15時
会場　市役所
問 人権推進課　☎63-0840

よろず支援拠点出張相談
日時　12月4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
問 兵庫県よろず支援拠点
☎078-977-9085

しごと相談会
日時　12月11日10時～12時
会場　ライブラリーちくさ
問 宍粟わくわく～くステーション
☎63-3011

アルコール相談
日時　12月16日13時30分～15時
会場　市役所北庁舎
問 保健福祉課　☎62-1000

女性相談
日時　12月1日、18日各9時～16時30分
会場　宍粟防災センター
問 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)
日時　12月16日9時～16時30分
会場　宍粟防災センター
問 人権推進課　☎63-0840

こころのケア相談
日時　12月4日13時～15時
会場　龍野健康福祉事務所
問 龍野健康福祉事務所
☎0791-63-5687

エイズ・肝炎相談
日時　12月1日、15日各13時15分～14時30分
会場　龍野健康福祉事務所
問 龍野健康福祉事務所
☎0791-63-5140

専門的栄養相談
日時　12月14日10時～11時30分
会場　龍野健康福祉事務所
問 龍野健康福祉事務
☎0791-63-5677

ひとり親家庭等特別相談
日時　12月9日、22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
問 母子・父子自立支援相談窓口
☎63-3220

発達障がい出張相談
日時　12月17日9時30分～16時30分
会場　宍粟防災センター
問 クローバー上郡ブランチ
☎0791-56-6380

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

休日当番医

11月と12月の休日当番医の予定です。受付時間は9時～17時。

月日		医療機関名	電話番号
11月	22日	公立宍粟総合病院(内科・外科)	62-2410
	23日	藤田整形外科クリニック	64-1515
	29日	井上クリニック	64-2000
12月	6日	川瀬クリニック	64-3223
		広田医院	72-0123
	13日	上田医院	63-0011
		咲クリニック	73-9456
	20日	かなたに医院	64-0535
		やました眼科	64-1008

問 保健福祉課　☎62-1000

やっちゃえ！エコぽ！森林・環境クイズ

問題 エコぽ!のポイント数がいちばん高いのは、どれかな?
① うちエコ診断(省エネ対策診断)を受診した。
② 森林や里山に関係するイベントに参加した。
③ 節電して電気使用量を1割以上減らした。
④ このクイズに応募して、正解した。

ヒント!
エコぽのホームページにポイントの一覧表が載っているよ。
ポイント一覧表

応募はコチラ

10月号の答え
③5.7℃

「やっちゃえ!エコぽ!」対象コラム(50ポイント)

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。

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。



母子モ　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

11月～1月の乳幼児健診の日程です。いずれも会場は市役所北庁舎3階です。 ☎62-1000（保健福祉課）

内容	実施日	受付時間	対象
乳児健診	12月8日	13時30分～45分	令和8年7月26日～8月20日生まれ
	1月12日		令和8年8月21日～9月25日生まれ
10か月児健康相談	12月8日	9時30分～10時	令和7年12月16日～令和8年1月31日生まれ
1歳6か月児健診	11月25日	13時15分～45分	令和7年3月7日～5月5日生まれ
	1月27日		令和7年5月6日～6月20日生まれ
2歳児歯科健診	12月3日	9時～9時30分	令和6年5月16日～6月18日生まれ
	1月7日		令和6年6月19日～7月20日生まれ
3歳児健診	12月24日	13時15分～45分	令和5年6月11日～7月15日生まれ
	1月21日		令和5年7月16日～8月15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
12月21日 10時～11時30分	4か月～ 12か月児	市役所北庁舎3階 ☎62-1000 （保健福祉課）

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
12月1日	市役所北庁舎3階 ☎62-1000（保健福祉課）
12月9日	はがてらす ☎75-8800
12月18日	いちのぴあ ☎72-2100
12月22日	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　☎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。

会場	イベント	日時
はがてらす	木のおもちゃで遊ぼう	11月26日・12月24日 9時～16時
市役所北庁舎	おやこdeすてっぷ 親子で楽しむ　からだ遊び	11月27日 10時～11時
いちのぴあ	お楽しみクリスマス会	12月15日 10時～11時30分
はがてらす	親子リトミック教室	12月16日 10時～11時30分
市役所北庁舎	赤ちゃんの部屋すやすや	12月22日 10時～11時30分



親子クッキング
『プリンアラモード』
9月11日　いちのぴあ

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
エーガイヤちくさ	兵庫県カウンセリング協会会員	11月27日 10時～11時45分
はがてらす		11月27日 13時～15時 12月18日 10時～15時
市役所北庁舎	保育教諭	12月15日　10時～12時



子育て支援センター交流事業
『甘酒ピザ&焼肉のタレづくり』
9月29日　はがてらす

子育て支援センター交流事業

親子で楽しむ英語でクリスマス遊び

子育て支援センター交流事業「親子で楽しむ 英語でクリスマス遊び」が開催されます。対象は市内の乳幼児と保護者です。クリスマスをテーマに英語歌、手遊びダンスなどを楽しみます。

日時 12月10日　10時～11時30分　講師 こども英会話教室講師　中別府 智子さん
会場 宍粟防災センター　5階ホール　定員 30組　申込期限 12月3日

申し込みはコチラ▶

しそうトピックス

身近な話題を投稿しませんか？ まちかど掲示板

危険業務従事者叙勲　瑞宝単光章
11/3 山崎町の須賀院さん、千種町の見當さん、森脇さんが受章



防衛功労　元准空尉
須賀院（すがいん）　四郎（しろう）さん

昭和49年に航空自衛隊に入隊し、35年間職務を全う。各基地の飛行場や航空施設などの施設管理業務に尽力し、航空インフラの維持に貢献。



消防功労　元西はりま消防組合消防司令長
見當（みあたり）　智（さとし）さん

昭和54年に旧宍粟広域消防事務組合消防本部に入庁し、46年間職務を全う。最前線の災害現場で指揮をとるなど消防、救急業務に尽力。



警察功労　元兵庫県警察警部補
森脇（もりわき）　常公（つねひろ）さん

昭和45年から兵庫県警察で42年間職務を全う。西播磨地域を中心に各警察署に勤務。交通機動隊員として事件の解決や事故の防止に尽力。

試験栽培スタート
10/16 千種高校でイチゴ苗植え





県立千種高等学校の生徒が10月16日、来年度に本格実施予定の「イチゴ栽培プロジェクト」の試験栽培として、プランターへ苗の植えつけを行いました。「いちごクラブ」の生徒13人が中心となり、全校生徒に苗植えをレクチャー。紅ほっぺ、東京おひさまベリーなど4種の苗を丁寧に植えていきました。同クラブの生徒は「無事にハウスが建ち、みんなと苗植えができてうれしい」と笑顔を見せました。

勇壮な屋台練りで秋を彩る
10/16 伊和神社秋季大祭





地域の結束と伝統を継承した播磨国一宮「伊和神社」の秋季大祭が10月16日、本宮を迎えました。境内は多くの見物客でにぎわい、5地区から集結した屋台が次々と宮入りし、勇壮な屋台練りが繰り広げられました。氏子らが「腕回し（かいなで）」や「差し上げ」を繰り出すたびに、屋台装飾が大きく揺らめき、観衆から大きな拍手と歓声が送られました。

要救助者の早期発見に貢献
9/30 千種町の2人に消防庁感謝状



要救助者の早期発見に貢献したとして、西はりま消防組合は9月30日、千種町の山田恭弘（やすひろ）さんと高山政信さんに消防長感謝状を贈りました。同組合などによると、7月末、千種町河呂の笛石山で救助事案が発生。消防署が現場周辺にくわしい人に協力を呼びかけたところ、2人が駆けつけ、現場まで捜索隊を案内しました。贈呈式で2人は「発見に協力できてよかった」と話しました。

有機農業で地域をつなぐ
10/1 地域おこし協力隊に岡本さんが就任



地域おこし協力隊に岡本麻里奈さんが就任しました。ミッションは、有機農業を通じた関係人口の創出と地域の魅力発信です。有機農業に取り組むほか、子どもたちに安全な食を提供する活動にも力を入れている「はは有機」の理念に共感し、協力隊に応募した岡本さん。委嘱式では「子や孫、その先の世代に引き継げるような活動をしていきたい」と抱負を述べました。

先人の知恵を学ぶ
10/14 千種中でたたら製鉄



千種中学校の生徒たちが10月14日、たたら製鉄法を学習しました。この授業は古くから伝わる伝統に親しみ、先人の知恵を学ぶことを目的として行われています。生徒たちはまず製鉄の神様「金屋子神」に実習の成功を祈願。その後、赤土ねりや、砂鉄と木炭を炉の中に入れる作業を体験しました。完成した鉄が磁石につく様子を目にした生徒たちからは驚きの声があがりました。

子育てや健康増進に活用
10/20 明治安田生命が市に寄付



明治安田生命保険相互会社が10月20日、「私の地元応援募金」として80万998円を市に寄付しました。この募金は、同社社員による任意の寄付に会社拠出金を加え、協定を結んだ自治体へ贈られるものです。同社の森田啓介姫路支社長は「宍粟市の“住み続けたいまち”という理念に貢献したい」と話しました。寄付金は子育て支援や健康増進事業などに活用される予定です。

市の魅力を発信
10/24 西播磨フロンティア祭



「西播磨フロンティア祭」が10月24日、上郡町の播磨科学公園都市で開催され、しそうブランドアンバサダーがステージや市のブースで観光PRを行いました。ブースでは、「ちくさの舞」などの販売のほか、特産品が当たる「100円くじ」も実施。めあての特産品を当てようと多くの来場者がくじに挑戦するなど、にぎわいを見せ、市の魅力や特産品を発信する機会となりました。

しそうトピックス

身近な話題を投稿しませんか？ まちかど掲示板

10/8 芸術の秋を彩る 第4回しそうメイプル美術展



「第4回しそうメイプル美術展」が10月8日から12日まで、波賀町小野の旧しそう自立の家で開催されました。会場には絵画や写真など約60点の作品が並び、訪れた人たちは作品に込められた思いや表現の工夫に目を向けながら、一つひとつじっくりと鑑賞していました。「どの作品も個性があり、見ていて楽しい」などの感想が聞かれ、芸術の秋を感じる催しとなりました。

10/23 絵本や工作で楽しい時間を満喫 いちのぴあでハロウィンイベント



いちのぴあで10月23日、一宮子育て支援センター主催の「ハッピーハロウィン」が開催され、11組24人の親子が参加しました。お化けにまつわる絵本の読み聞かせや伝言ゲームのあと、牛乳パックや紙皿を使ったお化けバッグを親子で協力して製作。昨年も参加した保護者は「去年はできなかった工作が作れるようになり、子どもの成長を感じた」とうれしそうに話しました。

10/28 熊本地震の被災地を支援 山崎西中の生徒会が募金活動



山崎西中学校の生徒会執行部役員の生徒ら8人が10月28日、イオン山崎店で募金活動を行いました。この活動は、7月28日に発生した令和8年熊本地震で被災した人々の自立と復興に役立ててもらおうと実施したものです。買い物客に「ご協力お願いします」と熱心に募金を呼びかけた生徒らは「少しでも被災地の人たちの力になればうれしい」と話しました。

11/1 写真、日本画など5部門 市美術展 受賞者決まる



「第22回宍粟市美術展」の授賞式が11月1日、宍粟防災センターで開かれ5部門で44人が受賞しました。受賞者は次のとおり。市長賞（一席）▶写真 糟谷晃弘（かすや）さん▶日本画 前田由美子さん▶洋画 原敏彦さん▶書 桂弘（けいこう）さん▶工芸 中石壮一さん。議会議長賞（二席）▶写真 三木正彦さん▶日本画 金治宜子（かなじのりこ）さん▶洋画 宮藤泰則さん▶書 黒瀬尚美さん▶工芸 中村五百子（いほこ）さん。ほか入賞者は市公式サイトで。

市長室だより

『深まる秋を楽しみましょう』



タウンミーティングで意見を交わす市長（10月13日）

朝夕の冷え込みが一段と増し、秋の深まりを感じる季節となりました。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。

去る11月1日には、市役所周辺において、子ども向け本格職業体験イベント「JOB HEROES SHISO」が開催されました。このイベントは、子どもたちが「働くこと」の魅力を肌で感じ、刺激を受け、将来への夢や希望を育んで欲しいという、商工会青年部の皆さまの熱い思いによって実現されたものです。

宍粟市の宝である子どもたちにとっては、ものづくりや接客体験、はたらく車の乗車体験などを楽しむ中で、新たな興味・発見に出会えるなど、未来を切り拓く「夢の種」を大きく膨らませてくれる貴重な機会となったことと思います。開催にご尽力いただいた関係者の皆さまに、あらためて厚くお礼申し上げます。

さて、11月を迎え、市内では秋のイベントが各地で開催されています。「いちのみやふるさとまつり」「城下ふれあい祭り」、「はが軽トラ市」や「伊沢の里ふれあい文化祭」など、各地域の特色を生かした催しが行われ、多くの人でにぎわいを見せました。

さらに、紅葉が見ごろを迎えつつある中、「原不動滝・小滝公園もみじ祭り」を皮切りに、「福知渓谷もみじ祭り」「最上山もみじ祭り」など、宍粟の美しい景色と風情を楽しむ催しも順次開催されています。ぜひ多くの人に市内へお出かけいただき、深まりゆく宍粟の秋を存分にお楽しみいただければと思います。

どの催しにおいても趣向を凝らし、訪れる方を温かく迎える準備や運営に取り組まれています。地域の活動に日ごろから温かいお力添えをいただいているすべての関係者の皆さまに、心から感謝を申し上げます。

これから本格的な冬に向けて、日ごとに寒さが増してまいります。体調管理には十分にご留意いただき、健やかにお過ごしください。

宍粟市長 福元晶三

いち2に1Sun しそう!! お子さんの写真 募集中！

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

秘書広報課 ☎63-3115

✉kohokocho-kk@city.shiso.lg.jp

送信はコチラから



佐藤（さとう） 旬（しゅん）ちゃん
姉兄と笑顔いっぱいの毎日!大好きだよ♡
1歳・山崎町



大久保（おおくぼ） 虹心（にこ）ちゃん
にこにこ笑って元気に育ってね!
0歳・山崎町



正木（まさき） 陽一朗（よういちろう）ちゃん
もりもり食べて元気に大きくなってね!
2歳・山崎町