

広報 **しそ**う

SHISO City Magazine

7

2021

No.196

みてみて!



尖栗市公式LINE

友だち
募集中



確認して 今年の後期高齢者医療保険料

75歳以上や65歳から74歳で一定の障がいのある人を対象とする後期高齢者医療保険料の今年の金額が決定されました。届いた案内で自身の保険料を確認しましょう。金額の適用期間は、この4月から来年3月までの1年間です。

▶ 保険料の計算は

保険料は被保険者が一律に負担する「均等割額」と前年の所得金額等に応じて負担する「所得割額」の合計で、次のとおり計算されます。

保険料	均等割額	所得割額
均等割額＋所得割額	51,371円	総所得金額等－基礎控除額※×10.49%

※基礎控除額。所得金額が2,400万円以下は43万円。2,400万円を超えると段階的に減少。

▶ 保険料の軽減

被保険者と世帯主の総所得金額等が一定基準以下の場合、保険料の均等割額（5万1,371円）が軽減されます。軽減後の均等割額は、1万5,411円、2万5,685円、4万1,096円のいずれかになります。

▶ 8月からは新しい被保険者証を

後期高齢者医療被保険者証が8月に更新されます。8月になったら古いものは細断して廃棄し、新たに届いた被保険者証を使いましょう。現在、減額認定証や限度額認定証があり、引き続き8月以降も対象となる人は、新しい認定証も同封されています。

☎ 市民課 ☎ 63-3108

兵庫県後期高齢者医療広域連合

☎ 078-326-2021

社会人経験者も採用あり

宍粟市職員募集



来年4月採用の宍粟市職員の募集です。事務職の一般採用のほか、社会人を対象とした「U」Iターン枠などがあります。申込期限は8月6日（郵送は当日消印有効）です。

▶ 募集する職種は

職種	対象	人数
一般採用（事務A）	平成5年4月2日～平成15年4月1日生まれ・高校以上卒業	若干名
高校新卒（事務B）	平成15年4月2日以降生まれ・来年3月に高校を卒業	若干名
障がいのある人（事務C）	昭和51年4月2日以降生まれ・高校以上卒業・身体障害者手帳や療育手帳、精神障害者保健福祉手帳などがある	若干名
U/Iターン（事務D）	昭和56年4月2日～平成元年4月1日生まれ・高校以上卒業・社会人経験2年以上（今年4月1日時点で市外に住民登録があり、採用後は市内に転入することが必須）	若干名

▶ 1次試験は

事務職ABCの1次試験の日程は9月19日（宍粟防災センター）、事務職Dは9月23日（市役所）です。試験科目は事務職ABCが教養、作文、適正検査で、事務職Dが作文、適正検査、集団面接です。

☎ 総務課 ☎ 63-3000

食と健康を考えよう

しゅう食と健康のこらむ³³

ヘタや根っこがもう一度野菜に リボベジを育てよう

普段は捨ててしまいがちな野菜のヘタや根っこがもう一度野菜に生まれ変わります。「リボン（再生）ベジタブル（野菜）」と呼ばれる野菜の育て方を紹介します。

育て方

育て方は簡単。野菜のヘタや根っこを水につけるだけ。ヘタはやや大きめに切っておいたものを使用します。水は少量にしましょう。入れすぎると腐りやすくなります。ただし、こまめに入れ替えが必要です。

すくすく育てるための「3つのポイント」

1. 旬の野菜を使う
2. 水が悪くなりやすい真夏は避ける
3. 冷蔵庫で冷やしてから栽培する（気温の差で野菜の芽が出やすくなる）

子どもでも簡単、親子で体験して

土や鉢を使わずに野菜を育てられるリボンベジタブルは、子どもでも簡単に作れます。野菜を育てる楽しさを親子で体験してみましょう。

参考：日東書院本社「楽しく作る！おいしく食べる！はじめてのリボベジ&収穫野菜」



育ったリボンベジタブルを収穫する親子
（山崎子育て支援センター）

国保税率 昨年から変更なし

今年の国民健康保険の税率は、次表のとおり昨年からの変更はありません。税率の適用期間は、この4月から来年3月までです。

	医療 給付費分	後期高齢者 支援金等分	介護 納付金分
所得 割額	6.85%	2.40%	2.13%
均等 割額	27,000円	9,500円	11,500円
平等 割額	23,400円	8,200円	6,300円
課税 限度額	630,000円	190,000円	170,000円

● 低所得世帯への軽減

被保険者と世帯主の前年の所得の合計金額が基準額以下の低所得世帯は、均等割額と平等割額が次表のとおり軽減されます。ただし、世帯で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、収入が無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※1の数 - 1) × 10万円	7割
43万円 + (被保険者数※2 × 28.5万円) + (給与所得者等の数 - 1) × 10万円	5割
43万円 + (被保険者数 × 52万円) + (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る。

※1 給与所得者等は、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 被保険者数は、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。

問 税務課 ☎ 63-3124

8月は人権運動の推進月間 市内3会場で催し

8月の「人権文化をすすめる市民運動」推進月間にあわせて市内3会場で開かれる催しのお知らせです。他人を思いやる人権意識をはぐくむための講演会や上映会があります。この機会に誰もがお互いに助け合う社会づくりを考えてみませんか。

▶ とともに生きる地域づくり講演会

小学校の校長を務める講師が「ガッツせんべい四方山話」と題し、自身が連載する4コマ漫画を使って、誰もが過ごしやすい社会を実現するための講演を行います。

日時 8月6日 19時～

会場 市民センター波賀ホール

講師 大阪市立木川南小学校校長
久保 敬さん

▶ 千種は一とふるシネマ上映会

戦時中の東京を舞台に初めて保育園児を連れて集団疎開した保育士らの奮闘を描いた作品「あの日のオルガン」の上映があります。

日時 8月6日 19時～

会場 千種小学校体育館

▶ は一とふるシネマ in しそうばる

東日本大震災で被災した岩手県陸前高田市を舞台に障がいのある人らが日常を取り戻す日々を描いた作品「星に語りて」の上映があります。

期日 8月18日

時間 ① 9時30分～② 14時～
③ 19時～

会場 宍粟防災センター

申込期限 8月17日

定員 各時間40人(申込順)

その他 一時保育あり

☎ 人権推進課 ☎ 63-0840



Citrus Ribbon
PROJECT
in Shiso

シトラスリボンの3つの輪。コロナ禍で地域、家庭、職場（学校）のみんなが支え合うことを表します。

やめてワクチン差別

新型コロナワクチンの接種を受けない人への差別発言や不当な扱いはやめましょう。全国の学校や職場などで、実習が受けられなかったり、退職を勧められたりする事例が増えています。接種を受けるかどうかの判断は本人の意思に委ねられます。病気やアレルギーなど身体的な理由で接種を受けることができない人もいます。思い込みや少ない情報で安易に良し悪しを決めつけず、それぞれの立場を尊重しましょう。

▶ 接種の詳細は

新型コロナワクチンの64歳以下の接種状況など詳しくは、新型コロナワクチン接種推進室（☎ 62-8867）または保健福祉課（☎ 62-1000）まで。

☎ 人権推進課 ☎ 63-0840

地域おこし瓦版

第64回



地域おこし協力隊
山口 洋介さん

宍粟に住まいを移してから1年と半年の月日が流れました。協力隊としての活動も折り返し地点。任期終了後の宍粟での暮らしをイメージしながら日々を過ごしています。一足早い梅雨の時期が来て、自然界が一気に動き出しました。この時期、私と妻は宍粟市産の「漢方茶」をつくるため、茶摘みや野草の採取、栽培に大忙しです。アケビやヨモギ、カキドオシ、スギナ、桑の葉、柿の葉、スイカズラなど、多くの自然の恵みをいただいています。茶葉も緑茶や番茶、烏龍茶というように様々な種類のお茶をつくっています。健康に良いだけではない、美味しく飲める「宍粟市産の漢方茶」を今年度も市外の方々へアピールしていく予定です。旧繁盛幼稚園では現在、地元の方に助けてもらいながらも自分たちの手で喫茶スペースを構築中です。

新型コロナウイルスにより予断を許さない状況が続いていますが、今自分ができる精一杯のことを模索しながら活動していきます。



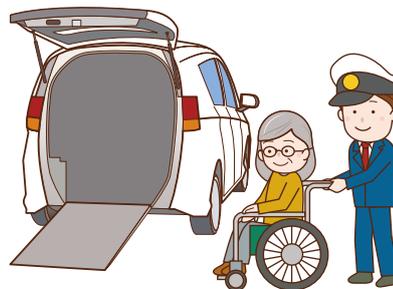
漢方茶の原料となる茶葉

外出支援サービス 2事業者が新たに参入

障がいのある人や身体の不自由な高齢者が買い物や通院など外出時に利用できる外出支援サービス。6月から新たなサービス提供事業者として、ハピネス介護タクシー(山崎町)とふくタクまる勝(一宮町)の2者が登録されました。市内で利用できる事業者は次表のとおりです。

地域	事業者	電話	ファックス
山崎	篠陽タクシー	62-2050	62-2257
	ハートフル介護タクシー	62-2077	62-4855
	介護タクシーひまわり	62-0505	62-8609
	ハピネス介護タクシー NEW!	67-0167	67-0686
一宮	宍粟タクシー	72-0020	72-0106
	一交通	72-2911	72-2913
	ふくタクまる勝 NEW!	74-8637	74-0860
波賀	上野タクシー	75-2410	75-2666

問 障害福祉課 ☎ 63-3101 ☎ FAX 63-3062





ライフル競技 二人で全国へ 千種高 秦さん、猶原さん

千種高校ライフル射撃部の秦陽乃（はたひなの・3年）さんと猶原宏海（なおはらひろみ・2年）さんがこのほど、県高校総体とともに上位に入賞し、来月に広島で開かれる「第59回全国高等学校ライフル射撃競技選手権大会」の出場を決めました。秦さんはこれで全国大会2回連続出場。一時スランプがあり出場が危ぶまれましたが、持ち前の精神力で突破しました。一方猶原さんは初出場で、秦さんを目指して練習に励んできた成果が実りました。秦さんは「点数は意識せず力を発揮したい」、猶原さんは「自己ベストを更新したい」と意気込みます。



全国大会出場を決め笑顔を見せる秦さん(左)と猶原さん(右)

「おいしく育て」神野小児童らが大豆の苗植え

神野小学校の3年生19人が6月24日、同校近くの畑で大豆の苗植えを体験しました。児童らは植えた苗が等間隔に並ぶように注意をはらいながら、一本ずつていねいに土をかぶせていました。体験を終えた同校の立岩絢心（たていわけんしん）さんは「おいしい大豆に育ててほしい」と笑顔でした。来年2月には収穫した大豆で「味噌づくり」にも挑戦する予定です。



「野球」が縁でアルコール寄付 シンセイコーポレーションに感謝状

市は6月18日、新型コロナウイルス対策用のアルコールスプレー9,072本の寄付を受けたとして、株式会社シンセイコーポレーション（東京都）に感謝状を贈りました。同社代表取締役会長の大東敏郎さんは旧穴栗郡安富町の出身。中学時代に野球を通じて福元市長と面識があったことから今回の寄付を申し出ました。二人はこの日、約50年ぶりの再会を喜び、当時のお互いの印象などを語り合いました。大東さんは「幼い頃から穴栗への思いが強い。役に立てばうれしい」と話しました。スプレーは市内の消防団や福祉施設などで活用されます。



千種小児童らが養鶏を体験 命の大切さ学ぶ

千種小学校の3年生16人が6月25日、命の大切さを学ぶ校外授業で同校区内の農場を訪ね養鶏を体験しました。子どもたちはエサを与えようと小屋に入ると一斉に向かってくるニワトリたちに驚いていましたが、徐々に慣れてくると立派に成長したオスを抱きかかえて笑顔を見せていました。エサやりを体験した鎌田剛毅さんは「最初は怖かったけど段々と大丈夫になった」と笑顔でした。





豪雨から3年 市長ら山崩れ現場で献花 安全なまちづくり誓う

西日本豪雨から3年を迎えた7月6日、山崩れで一人が犠牲となった一宮町公文の現場で、福元市長が市幹部職員ら5人とともに献花しました。市長は当時民家があった方向をしばらく見つめてから深く一礼。花を手向け黙とうを捧げました。現場では当時、平年7月の1か月分に相当する242ミリの雨を観測。山の斜面が崩れ落ちる山腹崩壊と呼ばれる現象が発生しました。今はほぼ復旧が完了し、残土の撤去が残るのみとなっています。市長は「いざというときは一刻も早い避難を呼び掛ける。市や関係団体が一体となって対策にあたりたい」と決意を述べました。



平瀬橋完成祝い園児らが風船とばし

3年前の西日本豪雨で甚大な被害が発生した一宮町河原田の平瀬橋の架け替えがこのほど完了し、後に予定される災害復旧記念式典を待ちきれない一宮北こども園の園児ら26人が6月21日、一足早く完成を祝う風船とばしを行いました。「3、2、1」のカウントダウンにあわせて園児らは一斉に風船を放つと歓声をあげながら空を見上げていました。新しい橋は流木が詰まらないように橋脚がなく、川底も1メートル深く掘削されています。風船を飛ばし終えた園児らは真新しいアスファルトの感覚を楽しみながら、ゆっくりと橋を渡っていました。



まんまるプニプニ いっぱいおで オタマジャクシに園児ら歓声

波賀幼稚園の園児ら9人が6月24日、同園近くの田んぼで「オタマジャクシ捕り」に挑戦しました。園児らは裸足で田んぼに入ると、泥だらけになりながら素手でオタマジャクシをすくい上げ「まんまるや」「プニプニしとる」などと歓声をあげていました。田んぼを提供した波賀町の田路晃さんはコロナ禍で外出自粛が続く中、少しでも外遊びを楽しんでもらえたらとこの企画を思いついたといいます。「子どもたちの明るい声に元気をもらった。可愛がってくれたらうれしい」と笑顔でした。



山西小4年生が市役所訪ね環境学習 しそう森林の探検隊

山崎西小学校の4年生21人が7月6日、森林の果たす役割や環境について学ぶ授業「しそう森林の探検隊」で市役所を訪ね講義を受けました。講師の県光都農林振興事務所 宗接聖史さんが土砂災害を防ぐのに有効な治山ダムや人工林間伐などの必要性について話すと、児童らは目をまるくしたり、うなずいたりしながらノートなどに書きとめていました。受講した同校の上杉健太さんは「知らないことがいっぱいあった。もっと勉強したい」と目を輝かせていました。

先月号「自主制作映画の撮影を開始」記事中の映画のタイトルは「山間(やまあい)のあかり」の誤りでした。お詫びして訂正します。

社明運動作文コンテスト

最優秀賞に山南中 大野さん、神野小 石原さん

犯罪や非行の防止を主題とする「第71回社会を明るくする運動作文コンテスト」の結果がこのほど発表され、中学の部で山崎南中学校3年の大野晏（おおのあん・右）さんが、小学の部で神野小学校6年の石原美咲さんがそれぞれ最優秀賞を受賞しました。大野さんは罪を犯した人を否定せず寄り添い支えるべきだと訴える作品「認め合える社会」を、石原さんは実体験を基に物事を見た目や噂だけで判断しないでと呼びかける作品「外側だけではなく内側を見つめたい」を応募していました。二人は「これからも自分たちができる活動をしていきたい」と受賞を喜んでいました。



不審者から園児を守れ 一北こども園で防犯訓練

不審者の侵入を想定した防犯訓練が6月22日、一宮北こども園で行われました。訓練には同園職員5人と園児39人が参加。園庭にナイフを持った男が現れると、異変に気付いた職員らが遊戯中の園児らを制止させ奥の部屋に誘導。すぐさまほかの職員がホットラインを使って警察に通報しました。職員らは警察官が駆け付けるまでの約5分間、さすまたなどを使って男の侵入を防ぎました。同園の国重久美園長は「子どもの命を守るのが第一。訓練どおりに落ち着いて行動したい」と話していました。



白いレースの珍しいキノコ

山崎町の畑で「キノガサタケ」発見

白いレースをまとったような姿から「キノコの女王」といわれる「キノガサタケ」がこのほど、進藤光子（山崎町）さんの畑で見つかりました。このキノコは生育から数時間で朽ち果てるため、目にするのは珍しいと言われます。進藤さんが数日前に初めて1本だけ生える姿を発見。この日、今度は2本のキノコが親子のように並んで現れました。近所の人に聞いても誰も正体を知らず、インターネットで調べて貴重なものと判明し、驚いたといいます。進藤さんは「食べられるらしいけど怖い。でも見た目は可愛くてキレイ」と声を弾ませていました。



監査委員や教育委員など

行政委員に新たに8人が就任

5月29日付けで市監査委員に宮元裕祐（新・波賀町）さんと畑中正之（再・山崎町）さんの2人が、6月3日付けで市教育委員会委員に中川まゆみ（新・山崎町）さん、飯田さおり（新・一宮町）さん、金本一二（再・千種町）さんの3人が、6月16日付けで市公平委員会委員に山本千津子（新・一宮町）さん、釜田道夫（再・山崎町）さん、中岡一夫（再・波賀町）さんがそれぞれ就任しました。



監査委員
みやもと ゆうすけ
宮元 裕祐さん



教育委員会委員
なかがわ
中川まゆみさん



教育委員会委員
いいた
飯田さおりさん



公平委員会委員
やまもと ちづこ
山本千津子さん

仕事や生活、趣味などに役立つ最新情報をお届けします。

情報 Station

インフォメーション

新型コロナウイルス感染症の影響により日程等、変更になる場合があります。



人のうごき (は前月比)	人口	36,216人 (-46)
	男性	17,376人 (-14)
	女性	18,840人 (-32)
	世帯数	14,717世帯 (-8)
※令和3年7月1日現在		
6月の異動	出生	12人 (-1)
	死亡	35人 (-13)
	転入	42人 (+8)
	転出	66人 (+13)
	その他増	1人 (±0)
	その他減	0人 (±0)

千種の新拠点

愛称を募集

千種町の新たな生活拠点として整備される「(仮称)千種市民協働センター」愛称の募集です。最優秀賞受賞者には図書カード(1万円相当)が贈られます。

応募制限 一人2点
応募期限 8月13日

くわしくはこちらから

☎ 千種まちづくり推進課
☎ 76-2210

募集 西はりま消防士

西はりま消防組合消防士(高校、短大、専門学校卒業区分)の募集です。

募集人数 10人程度
対象者 平成13年4月2日

募集 総合病院職員

公立宍粟総合病院の職員の募集です。応募にはそれぞれ免許が必要です。

募集人数 看護師・助産師10人程度、薬剤師1人程度、任期付調理師1人

受付窓口 市役所総務課
試験日 8月28日
試験会場 宍粟総合病院
試験科目 作文、面接
☎ 63・30000

募集 最大45万円 元気げんき大作戦

「しごと元気げんき大作戦」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生かした観光の振興、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ましょう。最大で年間45万円の活動費が助成されます。

対象 市内に活動の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▼コミュニケーションビジネス型1〜3年目45万円、4年目20万円、5年目10万円

助成率 対象経費の10割
申込期限 8月16日(要事前相談)

その他 プレゼン審査あり
☎ まちづくり推進課
☎ 63・3123

募集 芸術文化奨励事業

「宍粟市芸術文化奨励事業」の募集です。芸術文化コンクールなどで優秀な成績をおさめた人や団体を対象に奨励金が贈られます。

対象 市内在住の人、市内に活動の本拠がある団体
コンクール要件 国や県が主催または後援するもの
必要書類 コンクールの開催要領、成績がわかる書類
奨励金の額 個人1万円、団体5万円
その他 可否審査あり
☎ 社会教育文化財課
☎ 63・3117

募集 芸術文化奨励事業

「宍粟市芸術文化奨励事業」の募集です。芸術文化コンクールなどで優秀な成績をおさめた人や団体を対象に奨励金が贈られます。

対象 市内在住の人、市内に活動の本拠がある団体
コンクール要件 国や県が主催または後援するもの
必要書類 コンクールの開催要領、成績がわかる書類
奨励金の額 個人1万円、団体5万円
その他 可否審査あり
☎ 社会教育文化財課
☎ 63・3117

世界のカブクワ大集合! ※この広告持参で入園100円引き※

カブトムシドーム

ガラポンや各種イベントでヘラクレスオオカブトをゲットしよう!

ネット販売 やってます⇒

HomePage Instagram

えばらの森
宍粟市一宮町三方町687-5
TEL.0790-71-0249

(広告)

募集
訪問看護ステーション
看護師

宍粟市訪問看護ステーションの看護師の募集です。

募集人数 2人程度

対象者 昭和46年4月2日以降に生まれた人(要資格)

応募期限 8月6日

総務課 ☎63・3000

募集
幼稚園・保育所職員

市立の幼稚園や保育所などの職員の募集です。

募集職種 幼稚園教諭・保育士・保育教諭

募集人数 若干名

対象者 平成5年4月2日以降に生まれた人(要資格・取得見込含む)

応募期限 8月6日

総務課 ☎63・3000

募集
勤労者ソフト大会

宍粟市体育協会主催「第17回宍粟市勤労者ソフトボール大会」参加チームの募集です。
対象 市内在住または在勤の社会人

日程 予選9月5日、決勝9月12日

申込期限 8月17日

参加料 1チーム5000円

問 同協会事務局
☎63・3123

募集
公共料金審議会委員

「宍粟市公共料金審議会」委員の募集です。委員は市が諮問する水道料金の改定案について審議します。

対象 市内在住の18歳以上

任期 9月から12月頃まで(公会4回程度)

募集人員 2人(男女各1人)

申込期限 8月6日

問 地域創生課
☎63・3066

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 三方団地(一宮町) 1戸4DK(月額2万5000円)、福知団地(一宮町) 1戸3DK(月額2万3700円)

受付期間 7月20日～30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 一宮地域振興係



成人式実行委員募集

令和4年宍粟市成人式実行委員の募集です。会議は6回程度。式典の進行や催しの企画などを担います。
対象者 平成13年4月2日～平成14年4月1日に生まれた人
募集人数 1中学校区2人程度
申込期限 8月27日

問 社会教育文化財課
☎63-3117

募集
国際ふれあいまつり
スタッフ

宍粟市国際交流協会主催「国際ふれあいまつり」ボランティアスタッフの募集です。ステージイベントや外国料理の調理などを補助します。

申込期限 9月3日

開催日 10月24日

会場 生涯学習センター学遊館

問 同協会事務局
☎63・3123

募集
宍粟学講座

地域の歴史や文化を学ぶ「第1回宍粟学講座」受講生の募集です。テーマは「古文書からみた宍粟のたたら製鉄」です。市民大学の対象講座です。

座です。

日時 8月21日14時～15時30分

会場 宍粟防災センター

講師 西宮市立郷土資料館学芸員 笠井今日子さん

定員 50人(申込順)

問 社会教育文化財課
☎63・3117

お知らせ
総合病院
カード決済OKに

公立宍粟総合病院の会計窓口から5月から、クレジットカード決済が導入されました。利用できるカードは次のとおりです。

カード Visa・Master・JCB・AMEX・Diners・DISCOVER

問 宍粟総合病院
☎62・2410

「いつか自分もやってみたい」それが介護の仕事でした

スタッフ募集中!

連絡先 0790-76-2500

未経験から一念発起して介護の仕事へ…。そんなスタッフの一日に密着しました!

特別養護老人ホームちくさの郷
〒671-3231 宍粟市千種町河呂189-4

↑コチラから動画をご覧いただけます

(広告)

社会を明るくする運動

7月は強調月間



7月は犯罪や非行の防止について考える「社会を明るくする運動」強調月間です。地域で呼びかけをしたり、罪を犯した人の更生を支援したり、相手を思いやる気持ちを大切にしましょう。

☎ 社会福祉課 ☎ 63-3067

お知らせ 市内で未遂も 電話詐欺に注意

家族や市役所の職員を装い電話をかけてきて、金銭をだまし取るうとする「電話詐欺」に注意しましょう。市内でもこのような詐欺未遂事案が確認されています。特に次の4つの言動があれば注意が必要です。不審に思ったら警察署に通報しましょう。

言動内容

- ① 電子マネーの購入を促す
- ② 還付金があると
- 言う③ キャッシュカードを預かると言う④ 電話番号が変わったと言う

☎ 62・0110

お知らせ コロナ禍の夏 熱中症に注意して

コロナ禍で迎える夏は、特

に熱中症への警戒が必要です。マスクの着用で体感温度が高くなるほか、のどの渇きを感じにくくなり、知らず知らずのうちに脱水症状に陥ってしまいます。特に次の3つの対策を実践して熱中症を防ぎましょう。

対策

- ① 作業は気温の高い時間帯を避け、涼しい場所で休憩を取りながら行う
- ② 水分と塩分をこまめにとる
- ③ エアコンや扇風機などで室温管理と換気を行う

☎ 62・0119

お知らせ 国保限度額等認定証 期限は今月末まで

国民健康保険の限度額等適用認定証の有効期限は7月31日です。引き続き必要な場合は8月になってから窓口で手

続きをしましょう。

受付窓口 市民課、市民局市民係

必要なもの 保険証と本人確認書類（住民税非課税世帯は別途書類を要する場合あり）

その他 保険税の滞納者は原則適用されません。

☎ 63・3108

お知らせ 更新 国保高齢受給者証の

国民健康保険の高齢受給者証が更新されます。8月から使える受給者証が7月中に自宅に届きます。

対象 70歳〜74歳

その他 所得の申告が必要で

☎ 63・3108

お知らせ 土日でもできる マイナンバー手続き

8月1日、7日、29日は市役所でマイナンバーカードの手続きができる臨時開庁日です。

日時 8月1日・7日・29日

9時〜16時

会場 市役所1階

必要なもの 申請は本人確認書類。カードの受取は本人確認書類、マイナンバー通知カード、住基カード（あ

緊急通報システム 説明会

言語や聴覚に障がいのある人向けに開発された「Net 119 緊急通報システム」の説明会が開かれます。このシステムを使えばスマートフォンなどのウェブ操作だけで119番通報ができます。

日時 8月29日13時〜

会場 市役所3階

☎ 63・3101

FAX 63・3062

相談 年金相談

姫路年金事務所「出張年金相談」が開かれます。年金の記録や請求方法などが無料で相談できます（要予約）。

日時 9月2日10時30分〜15時

会場 市役所4階

受付期間 8月5日〜31日

定員 14人（申込順）

必要なもの 本人確認書類（年金手帳、基礎年金番号通知書、年金証書など）、ねんきん定期便などの通知書、委任状（代理人の場合）

☎ 63・3108

市民課

る人のみ

☎ 63・3100

しーたんのワンポイント 手話レッスン



動画も
配信中



今月は
七夕

両手で数字の「7」を上下に出します。

これは7月7日を表しています。

☎ 63-3101 FAX 63-3062

診療科目／

歯科・口腔外科・小児歯科・矯正歯科

キレイな歯で
ハッピー!



ハッピースマイル歯科

HAPPY SMILE DENTAL CLINIC

イオン山崎店 2F TEL.64-1182

午前／10〜13時 午後／15〜20時（月〜土）15〜18時（日・祝）

(広告)

「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。

☎ 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。届け出は毎週月曜日に保健福祉課で行うか、各保健福祉課に電話予約のうえ行ってください。



乳幼児健診カレンダー

7月中旬から8月中旬までの健診や健康相談の日程です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、対象者や受付時間が一部変わります。対象者には1か月前までに案内が届きます。

住所地	内容	実施日	対象	会場	受付時間
山崎	乳児健診	7月15日	令和3年2月22日～3月生まれ	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000	個別に案内
		8月19日	令和3年3月生まれ		
	10か月児健康相談	7月15日	令和2年8月生まれ		
		8月19日	令和3年4月生まれ		
	1歳6か月児健診	8月11日	個別に案内		
	2歳児歯科健診	8月 5日			
3歳児健診	8月26日				
一宮 波賀 千種	乳児健診	8月18日	令和3年4月、5月生まれ	エーガイヤちくさ ☎ 76-8600	
	10か月児健康相談	8月18日	令和2年9月、10月生まれ		

離乳食教室 要申込

離乳食のお話と相談ができます。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	8月23日 14時～15時	4か月～ 6か月児	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000

子どもの遊び場「しーたん広場」

妊婦さんが交流したり、4歳くらいまでの乳幼児と保護者が一緒に遊んだりするスペースです。

▶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

ほっとmamaルーム

妊婦さんから産後6か月頃までのママと赤ちゃんの部屋です。赤ちゃんの身長や体重測定もできます。

日時	会場
8月 4日 10時～11時30分	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000
8月 5日 10時～11時30分	いちのびあ ☎ 72-2100
8月11日 10時～11時30分	メイプル福祉センター ☎ 75-8800
8月19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
だいあき♡

「だいあき♡」は子育て支援センターの行事予定をお届けするページです。
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。

☎ 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（7月27日を除く） 7月24日・8月21日・28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（祝日を除く）	
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	毎週月曜日 第1・第3木曜日（木育の日） （祝日と8月5日を除く）	
エーガイヤ ちくさ	エーガイヤ ちびっこデー	毎週水曜日（8月18日を除く）	

親子でリボベジ
4月24日（山崎）



たまねぎ収穫♪
「大きかったよ！」（波賀）



みんなでケーキを飾ろう
～お誕生会～ 6月23日（千種）



開級式～笑顔がいっぱい～
6月22日（一宮）



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相談ができます。

会場	相談員	日時
学遊館	家庭教育アドバイザー 中辻 眞理子（なかつじまりこ）さん	8月 3日 10時～15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	8月20日 10時～15時

子育てイベント 要申込

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	7月21日 10時～11時30分
いちのぴあ	親子リトミック教室	7月28日 10時～11時30分
学遊館	朝ごはんステップアップ キャンペーン（親子8組）	8月20日 10時30分～11時30分

赤ちゃん和妈妈の部屋 「すやすや」 要申込

妊婦さんから1歳までの赤ちゃん
とママの会です。

会場	日時
学遊館	7月28日・8月11日・25日 10時～11時30分
	8月11日は、30分程度の【ミニ講座】 を開催します。 テーマは「歯のお話」。 定員は親子10組。

もくもく広場

いちのぴあの遊戯室「もくもく広場」では平日のほか月末の土日も育児相談ができます。7月は24日と25日、8月は28日と29日です。職員が相談に応じます。



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

期日 7月20日、8月3日
 時間 13時30分～15時30分
 会場 宍粟防災センター4階
 内容 離婚、借地借家、消費者問題、債務整理など
 料金 資力が基準以上の場合30分5,500円
 〇 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 8月14日9時～12時
 会場 宍粟防災センター4階
 内容 不動産名義変更、会社設立、債務整理、成年後見、消費者問題など
 〇 県司法書士会西播支部
 ☎080-5743-0783

行政なんでも相談（予約不要）

日時 8月17日13時30分～15時
 会場 市役所1階
 委員 三谷恭三さん ☎62-2266
 日時 8月24日
 13時30分～15時30分
 会場 市民センター波賀
 委員 上田学さん ☎75-2232
 〇 総務課 ☎63-3000

エイズ・肝炎相談

期日 7月27日、8月10日
 時間 13時15分～14時30分
 会場 龍野健康福祉事務所
 内容 HIVや肝炎ウイルス感染の相談、検査
 〇 龍野健康福祉事務所
 ☎0791-63-5140

よろず支援拠点出張相談

日時 8月6日11時～16時45分
 会場 宍粟防災センター4階
 内容 中小企業や小規模事業者のための無料経営相談
 〇 兵庫県よろず支援拠点
 ☎078-977-9085

しごと相談会

日時 8月13日10時～12時
 会場 波賀市民局
 〇 宍粟わくわくステーション
 ☎63-3011

若者サポート出張相談

日時 8月20日10時～13時
 会場 センターちくさ
 内容 15歳～49歳までの若者、保護者を対象とした職業選択に関する相談
 〇 福祉相談課 ☎63-3168

アルコール相談

日時 7月21日13時30分～15時
 会場 市役所北庁舎3階
 内容 断酒などに関する相談
 〇 保健福祉課 ☎62-1000

ひきこもり相談

期日 7月28日、8月25日
 時間 13時～16時
 会場 市役所北庁舎2階
 〇 福祉相談課 ☎63-3168

専門的栄養相談

日時 8月16日10時～11時30分
 会場 龍野健康福祉事務所
 内容 栄養に関する専門的な相談
 〇 龍野健康福祉事務所
 ☎0791-63-5677

こころのケア相談

日時 8月6日13時～15時
 会場 龍野健康福祉事務所
 〇 龍野健康福祉事務所
 ☎0791-63-5687

女性相談

期日 8月3日、20日
 時間 8時30分～17時15分
 会場 宍粟防災センター2階
 〇 男女共同参画センター
 ☎63-0840

しろうにじいろ相談

期日 7月21日、8月18日
 時間 8時30分～17時15分
 会場 宍粟防災センター2階
 内容 性の多様性に関する相談
 〇 男女共同参画センター
 ☎63-0840

発達障害出張相談

期日 8月25日
 時間 9時50分～16時50分
 会場 宍粟防災センター4階
 〇 クローバー上郡ブランチ
 ☎0791-56-6380

不動産売買・賃貸相談

日時 8月4日14時～16時
 会場 龍野経済交流センター5階
 〇 (一社) 県宅地建物取引業協会
 西播磨支部
 ☎0791-63-3072

兵庫県子ども医療電話相談

相談窓口 ☎078-304-8899
 ☎#8000
 時間 18時～翌朝8時（平日、土曜）、8時～翌朝8時（日曜、祝日、年末年始）

播磨姫路小児救急医療電話相談

相談窓口 ☎079-292-4874
 時間 20時～24時（月曜から土曜）、9時～18時、20時～24時（日曜、祝日、8/15、年末年始）

休日当直医

7月と8月の休日当直医の予定です。診療時間は9時から17時までです。公立宍粟総合病院の小児科のみ9時から11時まで。

月日	医療機関名	電話番号
7月	18日 藤多内科・皮ふ科	62-0622
	22日 藤田整形外科クリニック	64-1515
	23日 公立宍粟総合病院（内科、外科、小児科）	62-2410
	25日 山岸診療所 やました眼科	75-2011 64-1008
8月	1日 ほしの皮ふ科 ウスキ医院	63-3133 62-0098
	8日 咲クリニック 上田医院	73-9456 63-0011
	9日 川瀬クリニック	64-3223
	15日 垣尾内科クリニック	63-2020
	22日 井上クリニック	64-2000
	29日 JAハリマ みどり診療所	72-2388

〇 保健福祉課 ☎62-1000

日々の感染対策を大切に



記者懇談会にて 6月18日

毎日、蒸し暑い日が続いています。お天気でお過ごしのことと思います。

新型コロナウイルス感染防止対策について、市民の皆さまには外出自粛など気を緩めることなく取り組んでいただいております。あらためて感謝を申し上げます。長引く自粛生活に疲れや不安を覚えられている方も多いとは思いますが、引き続きご協力をよろしくお願いいたします。

さて、新型コロナワクチンの65歳以上の皆さまへの集団接種につきましては、7月25日を目途に希望者の全ての方への接種が終了する予定です。

また、16歳から64歳までの皆さまへのワクチン接種については、先月28日に希望調査を送付させていただいております。集団接種を希望される方について

は、後日、接種日の割り当てなどを通知させていただきます。

なお、接種券につきましては、対象者全員に7月前半にお送りしておりますので大切に保管してください。

ただ、ワクチン接種は強制ではなく、受けるか受けないかの判断は本人の意思に委ねられています。接種したくてもできない人もおられます。同調圧力や差別につながらないようお互いを尊重しましょう。

私は、ワクチンを打てば終わりではなく、日々の感染対策こそ重要だと考えています。穴粟市は発酵のまちとして、発酵食による健康な体づくりを推進しており、免疫機能を高めることも感染対策には大切であると思っておりますのでご協力をお願いします。

これから夏本番を迎え、暑さもますます厳しくなってきます。どうか、お体に気を付けていただき、元気に過ごしてください。

穴粟市長 **福元晶三**



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お送りください。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。

応募・問合せ先

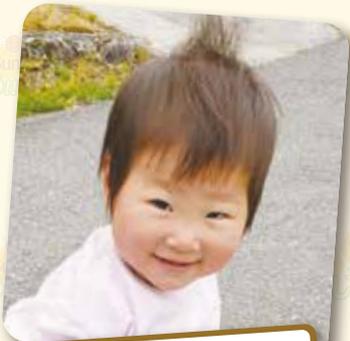
広報情報課 ☎63-3115
▼kohokocho-kk@city.shiso.lg.jp



メール送信用QRコード



いしだ ぜんのすけ
石田 禅之助ちゃん
元気いっぱい、ずっと笑顔でいてね♡
1歳・男の子・山崎町



わだ あすみ
和田 青澄ちゃん
お姉ちゃん達とこれからも仲良くね。
1歳・女の子・一宮町



なかにだ しょうた
中谷 祥大ちゃん
元気に大きくなってね!
1歳・男の子・山崎町



おいでよ図書館

相談して 夏休みの研究テーマ

図書館の司書が夏休みの自由研究や読書感想文にピッタリの本をアドバイスしてくれます。迷ったら相談しましょう。

- 問** 宍粟市立図書館 ☎62-4620
いちのびあ図書館 ☎72-2330
波賀文化創造センター図書館 ☎75-3688
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
7月					15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
8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

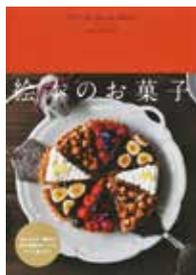
今月のオススメ



たいせつな家族を感染症から守る本

著者：生田和良
出版社：講談社

青年期は性感染症、高齢期は肺炎といったライフステージごとに気になる感染症を解説しています。感染や重症化を防ぐために、ウイルスや免疫など感染症に関する知識を身に付けてみませんか。



絵本のお菓子

著者：太田さちか
出版社：マイルスタッフ

『ぐりとぐら』に登場するカステラや『ちいさいおうち』をかたどったクッキーなど、子どもたちに愛されてきた絵本の世界を表現したお菓子のレシピが掲載されています。



世界の猫はざっくり何匹?

著者：ロブ・イースタウェイ 訳者：水谷淳
出版社：ダイヤモンド社

「大人の髪の毛の本数は？」などの難問に大雑把な数値を導き出す「フェルミ推定」。日常に役立つ、この「数の捉え方」を伝授します。

編集後記



市花のササユリ。市のマスコットキャラクタ「しーたん」の帽子にもあしらわれています。先日、市民の方から「家の近くにササユリがようけ咲いとるで」と一報が入り、撮影に行きました。天然のものは珍しいようで、可憐に咲く姿に「ありがたい花なんやなあ」としみじみ感じ入りました。今月は世にも珍しいキヌガサタケも撮影。珍しいと言えは、数年前に当時父が入院していた病院で相部屋の人から、大昔の1円硬貨をもらいました。怪しくも見た目が明らかに珍しげな硬貨。ネットで見ると同じようなものにゼロがたくさん！急いで知り合いを通じて鑑定に出しました。老人、すみません。結果はご想像にお任せします。あの硬貨、どこいったのかな...

今月の表紙



表紙は神野小学校が揖保川で行った「水生生物調査」の一場面です。児童らは網で水中の生き物をすくい上げる持ち寄って笑顔を見せていました。



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。

