



新型コロナ みんなで乗り越えよう



P. 2 新型コロナ 市からのお知らせ
P. 6 食育
P.10 総合病院着任医師紹介
P.12 お知らせ

P.16 母子保健・子育て支援
P.18 情報ステーション
P.22 しそトピックス

最新情報は
市公式 LINE から

からのお知らせ



症に関する市からの情報をまとめました。

支援

市や国の支援策 (5月7日時点)

市や国が実施する現金給付や税の減免など、17 の生活支援策のほか、7 つの中小企業者向けの支援策があります。対象者など、くわしくは市公式サイト、または電話で確認してください。

特別定額給付金
一律一人
10 万円

しそうのこども
生き活き応援金
児童一人 2 万円

食の安定支援
生活困窮世帯
児童生徒一人一日 500 円

融資信用保証料
全額助成
(上限 110 万円)

売上減少
一事業者
10 万円

売上減少事業者
水道基本料
全額助成

市の 窓口

宍粟市新型コロナウイルス感染症 総合案内

☎ **62-2518** 時間：平日 8 時 30 分
～ 17 時 15 分

その他感染症に関する [問い合わせ先一覧](#) はこちら

- | | |
|----------|--------------------------------|
| 特別定額給付金 | ☎ 65-9900 |
| 教育や保育 | ☎ 63-3118 (小中学校) |
| | ☎ 63-3114 (幼稚園・保育所・こども園・学童保育等) |
| 生活や事業の支援 | ☎ 63-3067 (子育て世帯への支援・生活困窮者支援) |
| | ☎ 63-3166 (中小企業等事業者への支援) |

知らないうちに、拡めちゃうから。



出典：厚生労働省ホームページ
(https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

新型コロナ 穴栗市

新型コロナウイルス感染

対策

個人でできる感染症対策 “5つのきほん”

こまめな手洗い
と咳エチケット
を心がける

食事・運動・
睡眠で抵抗力を
つける

不要不急の
外出を控える

密閉・密集・
密接の3密を
避ける

憶測やデマに
惑わされない
ようにする

相談

感染が疑われる場合は 相談を

相談窓口	受付時間	問合せ先
帰国者・接触者相談センター (龍野健康福祉事務所)	平日 9時00分～ 17時30分	☎ 0791-63-5140
		FAX 0791-63-9234
兵庫県コールセンター	24時間いつでも	☎ 078-362-9980
		FAX 078-362-9874
厚生労働省	9時00分～ 21時00分	☎ 0120-565-653
		FAX 03-3595-2756
穴栗市保健福祉課	平日 8時30分～ 17時15分	☎ 62-1000
		FAX 62-6354

対策 おうちでやってみよう

消毒液の 作り方

材料 家庭用塩素系漂白剤
水 500 ミリリットル

注意 作る時、使う時は家事用手袋を着用し、換気をしてください。

製品パッケージや製品サイトの説明を確認してください。

ほかの薬品と混ぜてはいけません。

手指消毒用には使用できません。



家庭用塩素系漂白剤をペットボトルのキャップに入れます。



キャップ一杯分の家庭用塩素系漂白剤を500 ミリリットルの水が入ったペットボトルに入れます。



よく振って混ぜたら完成です。

使い方 ペーパータオルなどに消毒液を含ませて拭き、自然に乾燥させます。

金属部分を消毒する時は、サビ防止のため、消毒後に水拭きしてください。

ハンカチマスクの 作り方

材料 ハンカチ 1 枚
ゴム 2 本



ハンカチを三つ折りにします。



ハンカチの両端を真ん中に向けて三つ折りにします。

三つ折りにした状態で顔に当ててサイズを確認します。サイズが大きい場合はもう一度広げて四つ折りなどにしてサイズを調整します。



両端の折り目のところにゴムをかけます。ハンカチの片方をもう片方の中に入れ、形を整えたら完成です。



ハンカチマスクの作り方は経済産業省のYouTube「やってみよう！新型コロナウイルス感染症対策 みんなでできること」を参考に、消毒液の作り方は厚生労働省が公開している「新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。」を参考に作成しています。

疑問

新型コロナウイルス Q&A (5月7日時点)



Q

緊急事態では、何をすればいいですか？

何よりも、自分自身への感染を防ぐこと、他の人に感染させないことです。不要不急の外出は控え、三密を避けましょう。

緊急事態宣言は、諸外国のロックダウン（都市封鎖）ではありません。医療機関への通院や食料・医薬品・生活必需品の買い物、健康維持の散歩などまでは自粛対象とはなりません。そのため、食料品の買い占めなどは控えましょう。

Q

感染したかも？と思ったら どうしたらいいですか？

風邪の症状や 37.5 度以上の発熱が 4 日以上続く場合、強いだるさや息苦しさがある場合は、3 ページに記載している「帰国者・接触者相談センター」に電話で相談しましょう。妊婦さんや疾患（糖尿病、心不全、呼吸器疾患など）がある方、抗がん剤などを用いている方は風邪の症状や 37.5 度以上の発熱、強いだるさや息苦しさが 2 日程度続いたら相談しましょう。

Q

新型コロナウイルスは食品から感染しますか？

新型コロナウイルス感染症の感染経路は飛沫感染と接触感染であると考えられています。4 月 1 日現在、食品（生野菜や鮮魚介類を含む）から感染したとの事例はありません。

Q

新型コロナウイルスは飼っているペットから感染しますか？

これまでのところ、飼っているペットから新型コロナウイルスが人に感染した事例は報告されていません。

一方、海外で人から犬や猫に感染した事例は数例報告されています。

Q

新型コロナウイルスに関連して、会社から解雇されそうになったり、退職を求められたりした場合はどうしたらいいですか？

今回の新型コロナウイルスを理由として、会社が退職を求めてきた場合であっても、それに応じるかは労働者の自由であり、労働者の自由な意志決定を妨げる退職の求めは違法な権利侵害にあたる可能性があります。

また、会社が労働者を解雇する場合でも、直ちに解雇が認められるものではなく、法令などによる決まりがあります。

詳しくは、兵庫労働局（☎ 078-367-0850）か労働条件相談ホットライン（☎ 0120-811-610）に問い合わせください。

Q

新型コロナウイルスに感染したため会社を休む場合、傷病手当金は支払われますか？

新型コロナウイルス感染症に感染し、その療養のため労務に服することのできない方については、被用者保険に加入されている場合であれば、療養のために労務に服することのできなくなった日から起算して 3 日を経過した日から、直近 12 か月の平均の標準報酬日額の 3 分の 2 に相当する金額が、傷病手当金として支給されます。

また、国民健康保険や後期高齢者医療保険でも傷病手当金が支給される場合があります。詳しくは、加入している保険者に問い合わせください。

出典：厚生労働省ホームページ (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage_00017.html
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00018.html
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/doubutsu_qa_00001.html)



みんなで取り組む

穴栗の食育

穴栗市が食育推進計画に基づいて
行っている食育の紹介です。

食育展

これからの食育のために

健康や食育に関するアンケート結果では、食育について関心がある人の割合は10年前より減少しています。

食は私たちが生きていくために欠かせない要素の一つです。生涯にわたって心身の健康を維持・増進し、豊かな人間性を育むために一生にわたって食育が必要とされています。

穴栗市では第2次穴栗市食育推進計画に基づき、食育への関心を高める講演会の実施、災害時の食の備えの普及、環境に配慮した食育の推進、地産地消と食と農の積極的な関わりの推進、穴栗市の特色を活かした食文化の継承と創造の推進の5つが取り組みとして行われています。

01 食育への関心を高める講演会の実施



平成30年度のアンケート調査で、宍粟市民は食育への関心が低いことが明らかになっています。そこで「弁当の日」の提唱者、竹下和男（たけしたかずお）先生を招き、「『食』で楽しい子育て・孫育て」のテーマで食事づくりを通して豊かな人間性を育てることに ついて講演を行いました。112人の参加があり、参加者からは「料理を子どもとすることが、大切なことに気づきました」、「豊かな人間性、

人間になるということがよくわかる講演会でした」、「先生のお話を孫育てに活かせればと思います」との感想が寄せられました。

令和2年度は神戸大学名誉教授、NPO法人兵庫農漁村社会研究所理事長の保田茂（やすだしげる）先生が味噌などの発酵食と日本型食生活の良さ、腸内環境に与える影響などについて話されます。

02 災害時の食の備えの普及

アンケート調査の結果、宍粟市民全体の約2割弱しか災害時の食の備えをしていないとの結果が出ています。災害はいつ起こるか予測出来ないため、日頃から災害に備えた一人ひとりの取り組みだけでなく、健康被害を防止するために地域での取り組みも行われる必要があります。

そこで、自治会や依頼のあった団体と水以外のお茶や飲み

物でポリ袋を使ってご飯を炊くことができ、食事に配慮がいる方にも個別対応できるパッククッキングを行いました。参加者からは「私にとって、防災クッキング（パッククッキング）は初めてではなかったのですが、何回教えてもらったのですが、気持ち引き締まり、防災について意識が高まった」との感想が寄せられました。



03 環境に配慮した食育の推進



自然豊かな宍粟を後世に残し安心・安全に暮らし続けていくためにも水質汚染に関心を持つことは欠かせない課題です。そこで「Eco教室 inしそう」と題して、講師の田中金子（たなかきんこ）さんと調理後に出る廃食油を使用した環境にやさしいせっけん作りが国見の森公園で行われました。田中さんは石けんづくりを始めるきっかけや実践してからの私生活の変化だけでなく、環境について「川の上流域に住んでいる私たち

こそが水に関心を持つ」ことの重要性を語られました。参加者は「廃油石けんがよく落ちるのは知っていました、が、活性液を加えると浄化によって聞き、利用してみたい」、「石けん作りに参加でき、EM（有用微生物群）活性液の事を初めて知りました」、「さっそく石けんを使ってみようと思います。EMの事を知らなかったのも、とてもためになりました」と感心されていました。

04 地産地消と食と農の積極的な関わりの推進



平成30年度に行った健康や食育に関するアンケート調査では地産地消を拡大するために必要だと思うことに「市内での農産物などの生産拡大」「学校給食での利用促進」に次いで「家庭での利用促進」が必要と感じている方が50.9%という結果が出ています。地産地消を行うことで、輸送費用の軽減、地域の食文化への理解、地域経済の活性化、食料自給率の向上など様々な

効果が期待されます。

そこで、宍粟市いずみ会男性会員もみのきグループの協力を得て、講師の女性農業家団体若草グループの皆さんが育てた宍粟市の地場産物を使った山ごはんを作りました。食事後は農家さんが日々どのように農作物や農業などに向き合っているか苦労ややりがい、農業への熱い思いが語られました。

05 宍粟市の特色を活かした食文化の継承と創造の推進



「発酵のふるさと宍粟」として発酵品に親しみをもってもらい、伝統的な食文化を再認識してもらうための取組みとして「大地と手の恵みプロジェクト」代表の井上由岐子（いのうえゆきこ）さんと一緒に、宍粟市産の大豆「さちゆたか」と米麴を使用して、手作り味噌を作りました。

参加者は「はじめての味噌作り。まずは家でばちばち作ってみていづれ一年分作れるようになりたいと思います。（息子たちの家族分も！）やってみたいと思っても一人ではなかなかきつかけがなかったの

パックスッキングレシピ 記事にあるパックスッキングのレシピを一部紹介します

ポリ袋のおかゆ

材料

- ・洗ったお米 40g
- ・水 250ml

作り方

全ての食材をポリ袋に入れて湯をはった鍋で約45分加熱する。



蒸しパン

材料

- ・ホットケーキミックス 150g
- ・バター 10g
- ・卵 1個
- ・牛乳 100ml

作り方

①ポリ袋にバターと卵を入れてよく混ぜ合わせ、牛乳を加えてシエークする。

②①にホットケーキミックスを入れて混ぜ合わせ、

空気を抜いてお湯をはった鍋で約40分加熱する。

③加熱後は、すぐにポリ袋から取り出し、皿に移す。

コーヒークッキー

材料

- ・洗ったお米 60g
- ・缶コーヒークッキー 90ml

作り方

米と缶コーヒークッキーをポリ袋に入れ、お湯をはった鍋で約40分加熱する。



冷凍餃子のスープ

材料

- ・冷凍水餃子 5個（80g）
- ・コンソメ 1/3個
- ・水 100ml
- ・ごま油 少々
- ・ねぎ 適量

作り方

ねぎ以外の材料を一緒にポリ袋に入れて、お湯をはった鍋で約20分加熱する。



着任医師紹介

4月から宍粟総合病院で勤務している医師の紹介です。
問 宍粟総合病院 ☎ 62-2410

内科

よねざわ みずか
米澤 瑞華 医師

外来診療日

月曜日



少しでも地域の患者さまに寄り添った診療を行っていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

内科

もうり ありさ
毛利 有沙 医師

外来診療日

火曜日、金曜日



病気の予防や治療を通じて地域の方々の健康に貢献できるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。

内科

あしざき りさ
芦崎 理沙 医師

外来診療日

水曜日



出身は兵庫県養父市ですが、この度、縁あって宍粟市で働くことができることをうれしく思います。地域の皆様の明るい毎日を支える一助となるよう努力して参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

内科

ながき みずほ
永木 瑞穂 医師

外来診療日

月曜日、木曜日



医師としては4年目でまだまだ未熟者ですが、一般内科疾患から内視鏡検査まで幅広く診療できるよう精一杯努めていきたいと思います。出身は愛媛県で宍粟市に来るのは初めてなので宍粟での生活を楽しみにしています。よろしくお願いいたします。

整形外科

とうげい こうしょう
東迎 高聖 医師

外来診療日

火曜日、水曜日



専門は足部・足関節で外反母趾や扁平足、足関節捻挫などの疾患や外傷を主としています。何でも気軽にご相談ください。よろしくお願いいたします。

外科

ふじさわ あきひろ
藤澤 亮裕 医師

外来診療日

木曜日

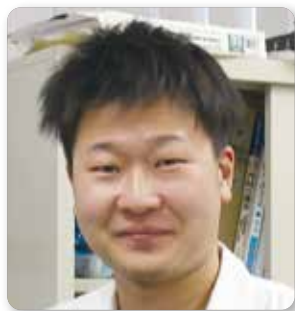


初期臨床研修医として医師人生をスタートしたこの宍粟市で外科医として働けることを大変うれしく思っています。若輩者ですが、宍粟の皆様のご健康に貢献できるよう精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。

穴栗総合病院

研修医

たなか ゆたか
田中 裕 医師



今年度より公立穴栗総合病院において、2年間の初期研修をさせていただくことになりました。謙虚さと感謝する気持ちを持ち続け、イチから学んでいこうと思います。よろしくお願いいたします。

研修医

みやした こういち
宮下 幸一 医師



2年間研修医としてお世話になります。地域の医療に貢献できるよう精進して参ります。未熟者ではありますがよろしくお願いいたします。

研修医

なるかわ こうき
生川 皓輝 医師



4月より2年間公立穴栗総合病院でお世話になることとなりました。将来は地域に寄り添えるような医師になればと思っております。よろしくお願いいたします。

研修医

かねだ たけし
金田 孟 医師



今年から2年間お世話になります。穴栗市で生活するのは初めてですが、地域の人たちとふれあう中で必要とされる医療を学んでいきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

産婦人科

いいとう さいじ
飯藤 宰士 医師

外来診療日

水曜日、金曜日



後期研修2年目で大阪医科大学附属病院から配属となりました。産婦人科医として穴栗市に貢献できるよう努力して参りますのでよろしくお願いいたします。

産婦人科

いぶち せいご
井淵 誠吾 医師

外来診療日

月曜日



以前、研修医として穴栗総合病院に勤務していました。救急集中治療を学んで戻って来ました。産婦人科医としては新米ですが精一杯頑張ります。よろしくお願いいたします。

産婦人科

おおた ひろし
太田 裕 医師

外来診療日

水曜日



4月より水曜日に外来を担当することになりました。少しでも患者さんのお力になれるよう頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。

人権教育、啓発事業へ助成

市内の団体が自主的に実施する人権教育や啓発事業に対し活動支援金が助成されます。

対象 市内で人権啓発事業を実施する各種団体・サークル・NPO等

対象経費 次の事業のうち、必要と認められる経費

- ・講演会・映画会・シンポジウム等の開催
- ・啓発資料（冊子・パンフレット）等の作成・配付
- ・リーダー養成研修会の開催
- ・その他の人権教育及び啓発事業（人権標語入り物品等の作成など）

補助金額 上限 10 万円（補助対象経費の10 分の 10 以内で市長が認めた額）

申込期限 9 月 30 日

☎ 人権推進課 ☎ 63-0840



昨年度ふるさと納税 2億円

令和元年度の「ふるさと実業寄付金（復興支援寄付金を除く）」は約 2 億 650 万円、平成 30 年 7 月豪雨災害の復興支援に特化した寄付金は約 64 万円でした。

この寄付金を活用して、もみじ山モミジ等植栽事業や病児保育室「そらまめ」、教育用タブレット端末及びモニターの導入など、子育て支援や教育環境を整えることを目的とした事業などが行われました。

寄付金額 206,502,565 円

申込件数 8,739 件

復興支援寄付金額 637,005 円

申込件数 191 件

活用事業

もみじ山モミジ等植栽事業

病児保育室「そらまめ」

教育用タブレット端末整備事業など

☎ 地域創生課 ☎ 63-3066



地域で女性が輝く取り組みへ助成

市内の団体が行う地域振興事業で女性の新たな参画が見込まれる事業や、地域で主導的な役割を担う女性の育成につながる事業に対し活動費が助成されます。

対象 主たるメンバーが女性で構成される団体

補助金額 上限 30 万円（補助対象経費の 10 分の 10 以内）

その他 詳しくは市公式サイトを確認するか、問合せ先まで連絡してください。

問 人権推進課 ☎ 63-0840



公用車売却

西はりま消防組合の公用車（高規格救急自動車）一台が一般競争入札により売却されます。

参加資格 西はりま消防組合構成市町（相生市、たつの市、宍粟市、太子町および佐用町）内に本店・支店を有する事業所もしくは住民票を有する個人

売却物件



車 名	トヨタ
型 式	CBF-TRH226S
種別・用途	普通 特種
車体の形状	救急車 (高規格救急自動車)
初年度登録年月日	平成22年8月
走行距離	151,066 Km (令和2年3月31日現在)
燃 料	ガソリン
変速機	オートマチック
最低売却価格	100,000円
備 考	一時登録抹消済 赤色回転灯、サイレン等は取外し済 入札保証金 1万円

入札参加申込日 6月10日～11日

開札日 7月2日

問 西はりま消防組合 ☎ 0791-76-7119



福祉資格取得費用の一部を助成

播磨科学公園都市圏域定住自立圏では、今後需要の増加が見込まれる介護従事者の確保のため、福祉資格取得費用の一部を助成しています。

対象資格 介護職員初任者研修、実務者研修、介護福祉士、介護支援専門員

助成額 資格取得に要した費用の2分の1以内（最大5万円）

対象 圏域内に住所を有し、介護従事者として圏域内の福祉施設に勤務する人または勤務予定の人。資格取得日から6か月以内に申請が必要です。

※詳しくは各市町担当課まで問い合わせください。

☎ 穴粟市高年福祉課 ☎ 63-3160
たつの市高年福祉課 ☎ 0791-64-3152
上郡町健康福祉課 ☎ 0791-52-1114
佐用町高年介護課 ☎ 0790-82-2079



募集 男女共同参画フォトコンテスト作品

家庭・地域・職場・学校などで、年齢や性別にとらわれず、家事や育児、地域活動など力をあわせてがんばっている写真を募集します。

応募資格 穴粟市に在住、在学、在勤している人、穴粟市にゆかりのある人

募集期限 11月24日※必着

応募方法 撮影した写真をパソコン・スマートフォンから下記のメールアドレスに送信するか、2L判サイズでプリントした写真に申込書（人権推進課窓口、市公式サイトから印刷）を貼付の上、人権推進課へ郵送か持参

表彰 最優秀賞1点 優秀賞1点 入賞3点

賞品 穴粟市特産品

その他 応募は1人3作品まで

☎ 人権推進課

☎ 63-0840

✉ shiminsodan-kk @ city.shiso.lg.jp



昨年の最優秀賞作品
「大人になったら子育てしてね」

住民基本台帳の閲覧状況

令和元年度住民基本台帳の閲覧状況の公表です。

住民基本台帳の一部の写しの閲覧は、公益性の高い場合のみ承認されます。

問 市民課 ☎ 63-3100

閲覧年月日	申出者	利用目的の概要	閲覧の範囲	閲覧人数
4月23日 4月24日	防衛省自衛隊 兵庫地方協力本部	自衛官等の募集に伴う広報	宍粟市のH13.4.2～ H14.4.1生まれの男女	352人
5月13日	兵庫県企画県民部 ビジョン局ビジョン課	「県民意識調査」の 対象者抽出	宍粟市の20歳以上 (無作為抽出)	152人
6月18日	一般社団法人 中央調査社	「医療のかかり方・女性の 健康に関する世論調査」の 対象者抽出	山崎町鶴木、千本屋 18歳以上の男女	14人
11月13日	一般社団法人 中央調査社	「テレビ視聴に関する調査」 の対象者抽出	山崎町庄能 16歳以上の男女	14人

予算執行状況

令和元年度予算の執行状況の公表です。予算額は平成30年度の繰越分が含まれます。なお、水道事業、病院事業、農業共済事業は、地方公営企業法に基づく業務状況報告書を5月末までに市公式サイトでお知らせします。

問 財務課 ☎ 63-3125

会計名	現計予算額	収入済額	収入率	支出済額	執行率	次年度へ繰越
一般会計	275億 638万円	221億9,514万円	80.7%	216億6,218万円	78.8%	17億 495万円
特別会計	139億6,697万円	119億4,156万円	85.5%	124億1,932万円	88.9%	1,890万円
内訳	国民健康保険	45億5,854万円	36億2,172万円	79.4%	38億3,506万円	84.1%
	国民健康保険診療所	2億 246万円	7,554万円	37.3%	1億6,438万円	81.2%
	後期高齢者医療	5億6,595万円	5億3,510万円	94.5%	4億6,740万円	82.6%
	介護保険	48億4,802万円	40億1,638万円	82.8%	43億5,438万円	89.8%
	訪問看護	5,059万円	3,515万円	69.5%	4,815万円	95.2%
	下水道	26億4,784万円	25億9,053万円	97.8%	25億 390万円	94.6%
	農業集落排水	10億9,357万円	10億6,714万円	97.6%	10億4,605万円	95.7%

市有財産の保有状況

林野 142km² (市の面積の約2割)
 土地 2.01km²
 建物 (延べ床) 31万2,414m²

一時借入金

一般会計 15億円

予算内の支出をするため、一時的に金融機関から借り入れるお金(その年度の歳入で返済)

健やかな妊娠から出産、子育てを応援します。保健師や栄養士に相談もできます。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。

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

保健だより
スルスル

母子健康手帳

妊娠の届け出を行うと、保健師が説明し母子健康手帳を手渡します。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して行ってください。



乳幼児健康カレンダー

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、5月の10か月児健康相談、2歳児歯科健診は中止いたします。乳児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診は対象者、受付時間等一部変更して実施予定です。詳細については対象者に個別通知、及び電話連絡にてお知らせします。

住所地	内容	実施日	受付時間	対象	会場
山崎	乳児健診	6月18日	個別に案内	個別に案内	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000
	1歳6か月児健診	6月24日			
	3歳児健診	6月25日			
波賀	1歳6か月児健診	6月23日			メイプル福祉センター ☎ 75-8800

離乳食教室 要申込

乳幼児が対象の離乳食教室です。離乳食の講話と離乳食体験などをします。赤ちゃんも参加できます。

内容	日時	対象	会場
お話と 離乳食体験	6月22日 14:00~15:00	4~6か月児	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000

ほっとmamaルーム

妊婦さんから産後4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
6月 3日 10:00~11:30	市役所北庁舎3階 (保健福祉課) ☎ 62-1000
6月10日 10:00~11:30	メイプル福祉センター ☎ 75-8800
6月11日 10:00~11:30	一宮市民協働センター ☎ 72-2100
6月18日 10:00~11:30	エーガイヤちくさ ☎ 76-8600

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 9:00 ~ 16:00 ▶場所 市役所北庁舎3階 ▶毎月最終水曜日は休み。

子育て支援 センター だいあき♡

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、オープンデー等イベントが急きょ中止になる場合があります。(子育てアプリ等で発信しますので、ご活用ください。)



詳しくは、各子育て支援センターへ問い合わせください。

問 山崎子育て支援センター ☎ 64-7716 一宮子育て支援センター ☎ 72-2100
波賀子育て支援センター ☎ 75-8800 千種子育て支援センター ☎ 76-8600
★一宮子育て支援センターは、4月20日から一宮市民協働センターへ移転しています。

栄栗市子育て支援センター職員



お家で遊ぼう！
ビリビリ新聞紙
傘ぶくろロケット



親子で遊ぼう！
お家で宝探し
手作りすごろくゲーム

【子育て川柳】紹介

『ママだっこ！ 娘にっこり
ママぐったり』

『ママ不在 子ども以上に
パパ不安』

『親になり 初めての親の
愛を知る』

オープンデー

子育て支援センター自由開放とおもちゃ図書館開放日です。

会場	内容	実施日	時間
学遊館	ワイワイデー	6月2日(火)・13日(土)・ 16日(火)・27日(土)	9:00~16:00
一宮市民協働センター	ふれあいオープンデー	毎週金曜日	
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 6月4日(木)・18日(木)	
エーガイヤちくさ	エーガイヤ ちびっこデー	毎週水曜日(6月10日を除く)	

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。申込は各子育て支援センター。

会場	相談員	日時
学遊館	家庭教育アドバイザー 中辻真理子(なかつじまりこ)さん	6月 2日(火) 10:00~15:00
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	6月19日(金) 10:00~15:00

子育てイベント 要申込

市内の子育てイベントの情報です。
申込は各子育て支援センター。

会場	イベント名	講師	日時
メイプル福祉センター	親子りとみくく教室	木村智重さん	6月17日(水) 10:00~11:30

赤ちゃん和妈妈の部屋

『すやすや』 要申込

妊婦さんから1歳くらいまでの
の赤ちゃん和妈妈の会です。申
込は山崎子育て支援センター。

会場	日時
学遊館	6月10日(水) 6月24日(水) 10:00~11:30

6月24日(水) 30分程度のミニ講座
「絵本のお話」開催(申込不要)

しろう子育て応援アプリ スクスク

予防接種スケジュールやイベント情報など、子育て
をサポートする機能が盛りだくさんです。



子育て支援センターの所在施設

▶山崎：生涯学習センター学遊館 ▶一宮：一宮市民協働センター いちのびあ
▶波賀：メイプル福祉センター ▶千種：保健福祉センター・エーガイヤちくさ

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。



人口	37,061 人 (-25)
男性	17,792 人 (-20)
女性	19,269 人 (-5)
世帯数	14,746 世帯 (+36)
※令和2年4月30日 現在	
出生	12 人 (-2)
死亡	51 人 (+13)
転入	95 人 (-58)
転出	88 人 (-164)
その他増	8 人 (+7)
その他減	1 人 (+1)

募集 穴栗総合病院 薬剤師

採用人数 1名

受験資格 昭和49年4月2日以降生まれの有資格者

試験日 7月4日

試験場所 穴栗総合病院

試験内容 作文試験、面接

採用予定日 9月1日以降

申込期間 5月15日～6月12日

申込方法 申込書を市役所総務課、穴栗総合病院総務課、市民局まちづくり推進課または市公式サイトで取得し、市役所総務課へ提出。

その他 受験資格についての詳細は、試験案内を確認してください。

問 総務課 ☎63・3000

募集 穴栗総合病院 会計年度任用職員

募集職種 診療放射線技師、社会福祉士、看護補助員、自動車運転員

任用期間 令和3年3月31日まで

任用方法 登録者から選考

申込方法 登録用紙を穴栗総合病院公式サイトで取得し、市役所総務課か市民局まちづくり推進課、穴栗総合病院総務課に提出。

その他 必要な免許等は問い合わせてください。

問 穴栗総合病院総務課

☎62・2410

募集 山崎学校給食センター 調理員

職種 パート調理員(時間給)

人数 若干名

任用期間 令和3年3月31日まで

勤務地 山崎学校給食センター

勤務時間 8時15分から15時15分

試験方法 面接試験

申込方法 登録用紙を山崎学校給食センターか市公式サイトで取得し、山崎学校給食センターに提出。

問 山崎学校給食センター ☎63・0081

募集 市営住宅入居者

募集団地 木谷団地1号棟1戸(3LDK)

家賃 23,100円

申込期間 5月20日～6月1日

平日8時30分～17時

申込方法 都市整備課か市民局地域建設課の窓口から

申込条件 入居人数が三人以上で、所得要件などの入居資格をすべて満たす市内在住か在勤の住宅困窮者

入居抽選 申込多数の場合は抽選

抽選の日時 6月3日 10時

市役所403会議室

その他 詳しい入居資格に

については問い合わせください。期間内に申し込みがない場合、以後随時募集となります。

問 都市整備課 ☎63・3106

募集 きてーな穴栗出荷者

ふるさと穴栗PR館「きてーな穴栗」に野菜や加工品を出荷する生産者の募集です。

申込期間 随時

申込方法 まち・にぎわい課か市民局地域産業課で申込書を取得し、提出。

問 まち・にぎわい課 ☎63・3127

募集 畑の講習会 受講生

初心者向け農業体験型講習会を開催します。

定員 10人

申込方法 先着順で5月25日9時から農業振興課の窓口で受け付けます。

その他 詳細は農業振興課か各市民局地域産業課へ問い合わせてください。

問 農業振興課 ☎63・3109

一宮地域産業課 ☎72・2000

波賀地域産業課 ☎75・2997

千種地域産業課 ☎76・2210

その他



加入募集! 穴栗市にお住いの皆さまへ
ひめじ市民共済の交通共済にご加入いただけます!

保障

交通事故による
死亡・ケガ

お一人年掛金

1,000円コース

死亡 100万円の保障

◎入院1日 1,000円
◎通院1日 600円

●選べる年間掛金 600円、1,000円、2,000円、3,000円の4コース



兵庫県「自転車保険」義務化に対応した個人賠償責任補償の取り扱いもあります



暮らし見守る安心の共済

ひめじ市民共済

姫路市民共済生活協同組合

お問い合わせ先

姫路市安田四丁目1番地
姫路市役所北別館5階

☎079-222-8877

ひめじ市民共済 検索



(広告)

集 しそう青い鳥 募 くすの木学級

視覚や聴覚、言語に障がいのある社会人対象学級の受講生の募集です。さまざまな学習や体験活動で交流の輪が広がります。

受講料 無料（材料費など別途実費）

その他 ボランティアスタッフの募集もあります。

問 社会教育文化財課
TEL 63・3117
FAX 63・1063

集 DV対策基本計画 募 策定検討委員

DV（配偶者等からの暴力）を防止し、被害者を保護するための具体的な対策や取組を検討する第3次基本計画の策定検討委員の募集です。

申込資格 市内在住が在勤の満18歳以上で平日昼間の会議に出席できる人（市職員と市議会議員は除く）

申込期限 5月29日

申込方法 申込書を社会福祉課窓口か市公式サイトで取得し同課窓口へ提出。

任期 6月～令和3年3月

定員 3人

問 社会福祉課
TEL 63・3067

集 宍粟市水道事業 募 経営審議会委員

宍粟市水道事業の経営等を審議する女性委員の募集です。

募集人数 2人

応募資格 20歳以上で市内在住が在勤の女性

任期 委嘱日から2年間

応募方法 応募用紙を水道管理課か市民局地域建設課、市公式サイトで取得し、水道管理課へ提出。

問 水道管理課
TEL 63・3129

集 地域活動栄養士会 募 会員

知って得する！「みんなの栄養学」をテーマに勉強会や情報交換会など年3回の講座が開かれます。

対象 栄養士資格を有する人

申込期限 5月22日

初回日時 6月2日10時～市役所北庁舎

集 河川愛護モニター 募 河川愛護モニター

日常生活で知った河川への不法投棄や様子を報告する「河川愛護モニター」の募集です。

対象 市内で揖保川沿いに住む20歳以上の人

活動期間 7月1日～令和3年6月30日

申込期限 6月3日

申込方法 申込書を姫路河川国道事務所の公式サイトで取得し、提出。

定員 若干名

謝礼 月額4,500円程度

問 国土交通省姫路河川国道事務所
TEL 079・282・8505

集 第22回 人間サイズの まちづくり賞

兵庫県内の優れたまちなみや建築物、まちづくり活動を行っている団体や個人が対象の募集です。

部門 まちなみ建築部門、まちづくり活動部門、花緑部門

募集期間 兵庫県公式サイトをご覧ください。

応募方法 兵庫県公式サイトから取得した申込用紙を郵送、持参またはメールで提出。

その他 詳しくは兵庫県公式サイトをご覧ください。

問 兵庫県国土整備部まちづくり局都市政策課都市政策班
TEL 078・341・7711（内線4669）

✉ kendo_toshi@pref.hyogo.lg.jp

hyogo.lg.jp

お知らせ マイナンバーカード 臨時開庁日

マイナンバーカードの受け取りや申請、更新ができる臨時開庁日のお知らせです。

日時 6月6日9時から16時

必要なもの ▼申請時…印かん、本人確認書類▼受取時…印かん、本人確認書類、マイナンバー通知カード、住民カード（所持者）

その他 受け取りは要予約

問 市民課
TEL 63・3100

お知らせ 携行ガソリン購入時 身分証提示が必要

ガソリンスタンドでガソリンを携行缶で購入する場合、従業員から使用目的の確認と身分証の提示を求められます。ご協力ください。

問 宍粟消防署
TEL 62・0119

お知らせ 危険物安全週間

6月7日～13日は危険物安全週間です。ガソリンや灯油など、身の回りの危険物の取り扱いには十分気を付けましょう。

問 宍粟消防署
TEL 62・0119

お稲荷さんの『鳥居』

設置が簡単、
楽々の組み立て式(軽量)
いつまでも腐りません！
地震に強い

寄進・建立のご用命問い合わせは
龍野コルク工業(株) まで
龍野市龍野町島田321 TEL:0791-63-1301



(広告)

～出逢い探しのプロジェクトを始めよう！～
婚活サポート

みらいプロジェクト

兵庫県宍粟市山崎町須賀沢1351

TEL:070-6518-5177

無料相談受付中！

親御さんからの
相談もお気軽に！

http://www.mirai-project.jp

(広告)

お知らせ
国民健康保険・後期高齢者
医療保険傷病手当金制度

国民健康保険、後期高齢者医療の加入者で給与収入があり、新型コロナウイルス感染症に感染、またはその疑いで仕事を休む場合、傷病手当金が支給されます。

詳しくは市公式サイトを確認するか、問合せ先まで連絡してください。

問 市民課 ☎63・3108

お知らせ
情報公開等の開示請求
状況

令和元年度の情報公開の施行状況と個人情報保護の運用状況のお知らせです。

宍粟市情報公開条例に基づく開示請求 7件（全部開示2件、部分開示5件）

宍粟市個人情報保護条例に基づく開示請求 6件（部分開示6件）

問 総務課 ☎63・3000

お知らせ
障害者相談員の紹介

障がい者やその家族のさまざまな相談に応じ、必要な援助を行う市内の相談員の紹介です。（敬称略）

身体障害者相談員

山崎町 内海英満、廣本利文、

深瀬裕

一宮町 八木春男、岡崎耕三、

岡本久雄
波賀町 道下真由美、大前考史

千種町 鳥羽敏美、山木康子
知的障害者相談員

山崎町 永峰榮次、西塚洋子

一宮町 梶師真弓

波賀町 坂本五美

千種町 見富智

精神障害者相談員

山崎町 平岡千恵子、清水洋子

子

一宮町 柘尾隆治、中野典子

波賀町 榎谷さよ子、保杉弘美

千種町 森下明美

問 福祉相談課

☎63・3168

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

お知らせ
赤十字活動資金募集
運動月間

5月は赤十字活動資金募集運動月間です。赤十字活動資金へ協力をお願いします。今年は新型コロナウイルス感染症予防対策のため活動期間を8月末まで拡大しています。

問 日赤宍粟市地区事務局

（社会福祉課内）

☎63・3067

お知らせ
歯と口の健康週間

6月4日～6月10日は歯と口の健康週間です。歯と口の健康に関する正しい知識を身につけ、歯や口の病気の予防と早期発見、早期治療を行い、健康な生活を送りましょう。

問 保健福祉課

☎62・1000

お知らせ
禁煙週間

5月31日～6月6日は禁煙週間です。兵庫県では、2020年4月1日より、望まない受動喫煙をなくすため、原則屋内禁煙、未成年や妊婦近くでの喫煙は禁止とされました。たばこの煙は多くの有害物質が含まれていいます。吸う人だけでなく、周りの人の健康にも肺がんや乳幼児突然死症候群、早産などの悪影響をあたえます。禁煙に取り組みましょう。

問 保健福祉課

☎62・1000

お知らせ
税金の納期限

軽自動車税と固定資産税第1期の納期限は6月1日です。コンビニやフレジットカード払い、口座振替を利用ください。納付書を紛失している

場合は連絡してください。
問 税務課 ☎63・3124

相談
女性のための
なんでもチャレンジ相談

何かにチャレンジする時の女性の不安や悩みが無料で相談できます。実績のある女性相談員がそれぞれのライフプランに沿ってアドバイスを行います。

日時 ①7月10日②10月9日

13時30分～14時30分

15時30分（最大50分）

場所 宍粟防災センター

定員 各回1人（計6人）要

予約、個別相談

申込期限 ①6月30日②9月

30日

申込方法 電話かメールまたは

申込書（市公式サイトから）をファックス

問 人権推進課

☎63・0840

FAX 63・0841

相談
DV相談+（プラス）

新型コロナウイルス感染拡大によるDVの増加や深刻化に迅速な対応や支援を行うため相談窓口が拡充されました。

電話番号

☎0120・279・889

SNS、メール相談

DV相談プラスで検索
その他 SNS相談は正午か

ら22時まで
問 社会福祉課 相談専用窓
☎63・3220
（8時30分～17時15分）

相談
新型コロナウイルス相談

新型コロナウイルス感染症について人権侵害につながるようなことがないよう、人権に配慮した適切な行動をしましょう。

法務省の人権擁護機関が新型コロナウイルス感染症に

関係した不当な差別やいじめ等の

人権問題についての相談を受け付けています。

みんなの人権110番

（全国共通人権相談ダイヤル）

☎0570・003・110

市民相談、人権相談（市役所

人権推進課）

☎63・0840

問 人権推進課

☎63・0840

広告募集

毎月発行される「広報しろう」に広告を載せませんか。詳細は市公式サイトをご覧ください。ただか問い合わせください。

市公式サイト
QRコード



問 秘書広報課 ☎63-3115



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。

行政なんでも相談 (無料)

日時 6月23日(火) 13:30～15:00

場所 市役所103会議室

委員 三谷恭三

日時 6月23日(火) 13:30～15:30

場所 市民センター波賀 応接室

委員 上田学

電話相談もできます。

三谷恭三 ☎62-2266

柴原勝志 ☎72-2322

上田学 ☎75-2232

有時良郎 ☎76-2714

問 総務課 ☎63-3000

よろず支援拠点出張相談 (無料・要予約)

日時 6月5日(金) 11:00～16:45

場所 宍粟防災センター4階会議室

内容 中小企業や小規模事業者のための無料の経営相談所です。

問 兵庫県よろず支援拠点

☎078-977-9085

総合的な仕事の相談窓口

時間 8:30～17:15(平日)

場所 市役所1階

問 宍粟わくわくステーション

☎63-3011

しごと相談会 (無料・要予約)

日時 6月12日(金) 10:00～12:00

場所 千種市民局2階

問 宍粟わくわくステーション

☎63-3011

生活困窮者自立相談 (無料)

時間 8:30～17:15(平日)

場所 市役所北庁舎4階

内容 生活、就労に関する相談ほか

問 社会福祉課 ☎63-3067

ひきこもり相談 (無料・要予約)

日時 5月27日(水) 13:00～16:00

場所 市役所北庁舎2階

内容 ひきこもりに関する相談

問 福祉相談課 ☎63-3168

若者サポート出張相談 (無料・要予約)

日時 6月19日(金) 10:00～13:00

場所 市役所北庁舎402会議室

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

問 ひと・はたらく課 ☎63-3166

アルコール相談 (無料・要予約)

日時 5月20日(水)、6月17日(水)
13:30～15:00

場所 市役所北庁舎3階

内容 断酒などに関する相談

問 保健福祉課 ☎62-1000

障がい者(児)相談 (無料)

時間 8:30～17:15(平日)

場所 市役所北庁舎2階

内容 障がい者の福祉サービスの相談・計画相談支援など

問 相談支援事業所みずばし

☎63-3111

家庭児童相談 (無料)

時間 8:30～17:15(平日)

場所 市役所北庁舎2階

内容 児童虐待・学校生活

問 家庭児童相談室 ☎63-1950

✉ kateisodan@docomo.ne.jp

母子・父子自立支援相談 (無料)

時間 8:30～17:15(平日)

場所 市役所北庁舎4階

内容 ひとり親家庭・離婚・DV

問 社会福祉課 ☎63-3220

高齢者総合相談 (無料)

時間 8:30～17:15(平日)

場所 市役所北庁舎1階

内容 高齢者の介護・福祉・健康・医療

問 地域包括支援センター

☎63-3160

青少年悩み相談 (無料)

時間 8:30～17:15(平日)

場所 市役所4階育成センター

問 青少年育成センター ☎62-8577

消費生活相談 (無料)

時間 8:30～17:15(平日)

場所 宍粟防災センター2階

問 消費生活センター ☎63-2225

市民相談・人権相談 (無料)

時間 8:30～17:15(平日)

場所 宍粟防災センター2階

問 人権推進課 ☎63-0840

こころのケア相談 (無料・要予約)

日時 6月5日(金) 13:00～15:00

場所 県龍野庁舎保健所棟

問 龍野健康福祉事務所

☎0791-63-5687

エイズ・肝炎相談 (無料・要予約)

日時 6月9日(火) 13:00～14:15

場所 龍野健康福祉事務所

内容 HIVや肝炎ウイルス感染の不安についての相談、検査(相談および検査は原則無料・匿名)

問 龍野健康福祉事務所

☎0791-63-5140

専門的栄養相談 (無料・要予約)

日時 6月8日(月) 10:00～11:30

場所 龍野健康福祉事務所

内容 栄養に関する専門的な相談など

問 龍野健康福祉事務所

☎0791-63-5677

弁護士法律相談(資力条件により無料・要予約)

日時 6月2日(火) 13:30～15:30

場所 宍粟防災センター4階会議室

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は30分 5,500円

問 兵庫県弁護士会総合法律センター

☎予約078-351-1233

司法書士法律相談 (無料)

日時 6月13日(土) 9:00～12:00

場所 宍粟防災センター4階会議室

内容 不動産名義変更、会社設立、債務整理、成年後見、消費者問題ほか

問 県司法書士会西播支部

☎0120-81-8184

税理士出張税務相談 (無料)

日時 6月9日(火) 13:00～16:00

場所 市役所1階103相談室

問 税務課 ☎63-3124

近畿税理士会龍野支部

(木藤税理士事務所内)

☎079-276-6024

不動産売買・賃貸相談 (無料・予約優先)

日時 6月3日(水) 14:00～16:00

場所 龍野経済交流センター5階

問 (一社)県宅地建物取引業協会

西播磨支部

☎0791-63-3072

交通事故相談 (無料)

時間 9:00～12:00・13:00～16:00
(毎週水曜日)

場所 県姫路総合庁舎2階

問 県交通事故相談所姫路支所

☎079-281-9300

こどもの急病やケガでお困りのとき

兵庫県子ども医療電話相談

時間 平日・土曜日

18:00～翌朝8:00

日曜・祝日・年末年始

8:00～翌朝8:00

☎#8000

☎078-304-8899

(ダイヤル・IP回線用)

播磨姫路小児救急医療電話相談

時間 月曜日～土曜日 20:00～24:00

日曜日、祝日、8/15、年末年始

(12/31～1/3) 9:00～18:00

20:00～24:00

☎079-292-4874



保健福祉センター 引渡式 4月1日 宍粟市役所

市が社会福祉協議会に譲渡する「一宮保健福祉センター」の引き渡し式が行われました。式では市長と同協議会の秋武賢是(まさし)会長が互いに契約書に署名し、握手を交わしました。同センターでの行政事務は17日まで行われ、20日から同協議会の施設として運営が始まります。秋武会長は「介護サービスのさらなる充実にいかしたい」と話していました。



三笑蔵出し 出来は過去最高 4月6日 一宮町能倉

地酒「三笑」の蔵出しが庭田神社で行われました。今年の三笑は過去最高の出来といい、天ぷらやお肉に合う仕上がりに。老松酒造の前野久美子専務は「はじめてお酒を飲む方でも飲みやすいお酒」、山陽盃酒造の壺阪雄一専務は「やわらかな香りとシャープな酸味が特徴的。春の食材とあわせて飲んでほしい」と笑顔で語りました。



マスク配布 持病のある人へ 5月1日 山崎文化会館

新型コロナウイルス対策で市が身体に障がいがあり呼吸器を患う人など468人を対象にマスクを配布しました。山崎町内では車に乗ったままでマスクが受け取れるドライブスルー方式が採られました。受け取った是兼かづ彥さんは「何度も洗濯して使っていた。ありがたい」と話していました。そのほかの地域では対象者の自宅にマスクが届けられました。

しそ トピックス

Shiso Topics

市公式サイト「フォトニュース」がスマホで。
本コーナーに掲載されていない写真もあります。



協力隊委嘱式 廣重さん着任 4月1日 宍粟市役所

地域おこし協力隊の委嘱式が行われ、市長から隊員5人に委嘱状が手渡されました。新たに隊に加わった廣重希美(ひろしげのぞみ)さんは山口県防府市出身。小学校の野外活動などで培ったノウハウを生かして、千種町の鷹巣活性化委員会でキャンプ場の運営に携わります。委嘱状を手に廣重さんは「地域と一緒に子どもが触れ合える場所をつくりたい」と抱負を語りました。



故郷へマスク1万枚 4月17日 宍粟市役所

波賀町谷出身の小倉基宏(もとひろ・左)さんが相談役を務める一般財団法人「ROYAL NIPPON財団」が市へ1万枚の医療用マスクを寄贈しました。同財団は昨年設立され、世界各国で児童の健全な育成を図ることを目的としています。小倉さんは「学校や病院などで活用してほしい。故郷への恩返しになれば」と話しました。



4月17日 記者懇談会

大型連休も過ぎ、季節は初夏を迎えました。市民の皆さまには、それぞれのお立場で外出自粛にご協力をいただいております。心から感謝を申し上げます。ご承知のとおり、国の「緊急事態宣言」が5月31日まで延長されましたが、宍粟市でも、公共施設の利用制限や幼稚園、小中学校の休業を5月

31日まで延長させていただきました。なお、緊急事態宣言が解除されるなど、状況に変化がある場合は改めて検討いたします。

現在、市と医師会、そして総合病院と十分に連携し、検査・診療能力の向上に取り組んでいるところです。

特別定額給付金については、スピーディーな事務処理に努め、マイナンバーカードによるオンライン申請をされた方は、12日から随時お届けさせていただいております。申請用紙は、21日から23日に皆さんのお手元に届く予定で、すぐに申請していただければ、26日からお届けできるように進めております。

また、大変厳しい状況のなか、頑張って地域経済を支えていただいている事業者の皆さまへの支援も

市独自で行います。詳しくは、市または宍粟市商工会へお問い合わせください。

更には、デリバリー、テイクアウト等で頑張っておられる料飲業界の皆さまに対しましても、市民の皆さまとともに応援するとともに、一部ではありますが支援も行うこととしています。

改めて、市民の皆さまには人との接触を8割減らすことを目標に、買い物は少人数で出掛けていただき、出来れば空いた時間をご利用ください。ご家族等で出掛けられた場合でも、入店は少人数でお願いします。

子どもたちへお願いです。学校の休みが長くなり、友達と遊ぶことや家から出ることがないと気持ちがしんどくなったり、イライラしたりすることがあります。規則正しい生活と適度な運動でリラックスできる時間を取り、悩んでいることや学校の課題で分からないことがあれば、遠慮なく先生に相談してください。

今後とも「密閉、密集、密接」を避けた行動を心掛けていただき、早く元の生活が取り戻せるよう、みんなで頑張りましょう。

宍粟市長 **福元晶三**



お子さんの写真 募集中!
しろうチャンネルでも放映します

応募方法

おおむね2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

秘書広報課 ☎ 63-3115

✉ kohokocho-kk@city.shiso.lg.jp

メール送信用QRコード



ひらた ゆうひ
平田 悠陽ちゃん
にいに、いとこ達とこれからも仲良く♡
3歳・男の子・山崎町



せと ともや
妹尾 朋弥ちゃん
よく食べて、よく寝て、よく遊ぼう!
1歳・男の子・山崎町



おいでよ図書館

問 東粟市立図書館	☎62-4620
いちのびあ図書室	☎72-2330
波賀文化創造センター図書室	☎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

5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				
6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				

■ 休館日 ■ 館内整理日(休館)

【開館時間】

市立図書館	9:30 ~ 17:30 (金曜日のみ 18:30)
一宮	9:00 ~ 19:00 (土日のみ 17:00)
波賀・千種	9:00 ~ 17:00

「電子図書館」利用して

インターネットで電子書籍が借りられる「電子図書館」を利用してください。初回は登録手続きが必要です。最寄りの図書館に連絡してください。

今月のオススメ



しくじらない飲み方

著者：齊藤章佳
出版社：集英社

飲まないと眠れない、酔って記憶をなくす…当てはまる人は自身の飲み方を見直す必要があるかもしれません。実は身近なアルコール依存について実例を挙げ、その治療などについて解説します。



プロが教える! 多肉植物の育て方・楽しみ方

監修：向山幸夫
出版社：西東社

多肉植物は種類によって栽培方法が違います。代表的な品種から希少なものまで紹介し、基本の育て方や増やし方を写真とともに解説します。



ジオスケープ・ジャパン

著者：竹下光士
出版社：山と溪谷社

きれいな色の地層、険しい岩壁、不思議な模様の岩など日本各地の見ごたえのある地形を写真で紹介し、その成り立ちや用語を解説しています。

編集後記

皆さまはじめまして。この4月から広報担当となりました(紫)です。皆さまに笑顔をお届けできるよう頑張りますのでよろしくお願いします。

今月の特集は新型コロナウイルス感染症に関して対策や支援、窓口などを紹介しました。私も「自分だけは大丈夫」と思わずに、不要不急の外出は控え、こまめな手洗いや咳エチケットを心がけたいと思います。(紫)

今月の表紙



今月の表紙は複数の写真を組み合わせ、手をつないでもらいました。みんなで力をあわせて新型コロナウイルスによるこの危機を乗り越えましょう。