

お知らせ

市民プラザの会議室予約受付開始

10月22日(火・祝)に開設する丹波市市民プラザの会議室の予約受付を開始します。
 ■予約開始日／9月30日(月)
 ■使用料金／3室…各室400円／時間
 ■使用できる団体／生涯学習活動や市民活動を行う団体で、規約などがあること。
 (申) 市民活動課(氷上住民センター内) ☎82・0409

令和2年丹波市成人式日程

■とき／令和2年1月12日(日) 受付…正午～、開会…午後1時
 ■ところ／丹波の森公苑ホール
 ■対象者／平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの人※10月1日を基準日に、市内に住民票がある人を対象に案内通知します。
 市民活動課(氷上住民センター内) ☎82・0409

市営駐車場で電子マネーが利用できます

■対象駐車場／柏原駅前駐車場・石生駅西駐車場・谷川駅前駐車場
 ■対象電子マネー／ICOCA・楽天Edy・nanaco・PiTapa・WACON※精算機能のみとし、電子マネーのチャージはできません。
 ■使用開始予定日／10月1日(火)
 財政課(氷上庁舎内) ☎82・0029

ダンブ降ろし、軽トラックによる堆肥販売について

市島有機センターでは、市島ユークのダンブ降ろしによる堆肥販売申込みを受け付けています。また、軽トラックの持込みによる販売も利用できます。※飛散防止のため、必ずブルーシートを持参してください。
 ■販売価格／ダンブ降ろし1台あたり4,900円※税抜、軽トラック持込販売1台あたり953円※税抜

■申込／丹波ひかみ農協各営農経済センター※軽トラック持込み販売は申込み不要
 農業振興課(春日庁舎内) ☎88・5028

全国家計構造調査を実施

全国家計構造調査は、国の家計における消費、所得、資産などを把握するために行われる調査です。10月から11月にかけて、選定された世帯を対象に実施されます。調査員訪問の際は、ご協力をお願いします。

■くらしの安全課(氷上庁舎内) ☎82・1532

10月1日は浄化槽の日

浄化槽は、し尿や生活雑排水をきれいにし川に戻し、水環境の保全に大きな役割を果たします。浄化槽は1年に1回以上、全ばつ気方式の浄化槽は半年に1回以上の清掃が法律により義務付けられています。大切な水環境を守るため、適正な維持管理をお願いします。
 環境課(氷上庁舎内) ☎

82・1290

子ども・若者サポートセンターが移転しました

8月から旧ひかみ障害者・児生活支援センター(氷上町香良42)に移転して業務を行っています。
 子ども・若者サポートセンター ☎88・5070

ジャンボ宝くじの発売

ハロウィンジャンボ宝くじの収益金は、県内市町のまちづくりなどに活用されます。県内の宝くじ売り場で購入ください。

■発売期間／9月24日(火)～10月18日(金)
 (公財)兵庫県市町村振興協会 ☎078・322・1151

募集

市営住宅入居者を募集

■募集団地・戸数
 ○公営住宅…新郷団地(氷

不動産のことなら
何でもお気軽に!

土地と住まいの相談室

株式会社
オフィスキムラ

http://www.office-kimura.co.jp E-mail kimura@lily.ocn.ne.jp

本店 ☎669-3465
 篠山店 ☎669-2205

丹波市氷上町横田 136 番地 5
 丹波篠山市網掛 395 番地 1

☎(0795)80-1500
 ☎(079)590-1050



広告



上町新郷) 3DK2戸▼小山団地(青垣町沢野) 3K1戸▼柵団地(市島町喜多) 3DK5戸▼中山団地(春日町中山) 3LDK1戸

■申込期間/10月1日(火)~15日(火)

■申込窓口/公営住宅・開発指導課、各支所

■入居予定時期/11月下旬

※特定公共賃貸住宅(挙田団地、応相寺団地、下滝団地、城ヶ花団地、この団地)は、常時募集しています。

■公営住宅・開発指導課(春日庁舎内) ☎74・2364

イベント

県民芸術劇場TAMBA
ASUPERBRASS
SLIVEVOI. 4

楽しいブラスバンドがまたまた丹波市にやってくる!

■出演/BBB、市島中学校・氷上中学校吹奏楽部

■とき/10月22日(火・祝)開演…午後2時

■ところ/ライフピアいち

じま大ホール

■入場料/500円※当日600円、3才以上有料(3才未満でも座席が必要な場合は有料)

まなびすとカードポイント利用対象公演

■チケット/各プレイガイド・ローソンチケットで販売

■当日限定メンバー参加者募集/種類を問わず楽器を持参できる人、BBBメンバーとステージで演奏してみませんか。演奏曲は「聖者の行進」。当日、午後0時30分にライフピアいちじま大ホール前ロビーに集合してください。

■文化・スポーツ課(春日文化ホール内) ☎74・1050

人形劇団ポロ親子ふれあい人形劇場

■とき/10月26日(土)・27日(日)開演…午後1時30分

■ところ/ライフピアいちじまロビー

■入場料/500円※当日600円、3才以上有料

■両日共通チケット(1枚で

両日の公演を鑑賞可)

まなびすとカードポイント利用対象公演

■チケット/各プレイガイド・ローソンチケットで販売

■文化・スポーツ課(春日文化ホール内) ☎74・1050

講座・イベント 参加者募集

人権歴史講座「フイールドワーク」

■とき/11月6日(水) 午前8時出発、午後6時30分頃帰着予定(詳細は申込者に案内)

■行先/徳島県徳島市立むつみ会館など

■内容/芸能と被差別部落、福を運んだ人形の村を訪ねて、

■参加費/無料※昼食代などは実費負担

■定員/35人

■申込/氷上文化センター ☎82・1064 ☎82・4086・七日市会館 ☎74・2310 ☎74・2310

休日応急診療所 10月の当番医

6日(日) 松下全巳(泌尿器科)

13日(日) 松本好弘(小児科)

14日(月) 野上壽二(内科)

20日(日) 芦田 孔(内科)

22日(火) 太田将文(眼科)

27日(日) 香良病院(精神科)

■受付時間/午前8時30分~11時30分 午後1時~4時30分

■場所/健康センターミルネ(丹波市氷上町石生2059・5)

※来院前に必ず電話してください。 ☎88・5800

※当番医は変更になることもあります。診察は応急的なものです。症状が悪くなる場合などは、後日かかりつけ医を受診しましょう。



漢方へのチャレンジと

老舗薬局の安心感

漢方薬相談と処方箋調剤の

(有)ミツワ梅垣薬局

TEL 0120-546-815 FAX (0795)72-2009

✉ kanpoyaku.tomo@gmail.com
🌐 ume-kampo.jp

丹波市役所柏原支所スグ みなと銀行柏原支店前

四代目 梅垣 友一郎



広告

10月の子育て 関連情報

図書館

ビブリオバトル発表者募集！

すすめたい本の魅力を1人5分で順番に紹介し、観戦者の投票で「チャンプ本」を決定します。

■とき／12月15日（日）午後1時30分

■ところ／氷上住民センター大会議室

■募集内容／中学生の部7人
高校生・一般の部5人

■申込／11月17日（日）までに市内各図書館へ

おはなし会

幼Ⅱ幼児 小Ⅱ小学生 小低・高Ⅱ小学校低学年・高学年

中央図書館 ☎ 82・7100

8日（火）午前10時30分 幼

▼12日（土）午前10時30分 幼

▼19日（土）午前10時30分 幼

▼26日（土）午前10時30分 幼

時30分 幼

柏原図書館 ☎ 72・0313

19日（土）午前10時30分 幼

く小低※柏原住民センター2階和室

青垣図書館 ☎ 87・1111

12日（土）午前11時 幼く小低

春日図書館 ☎ 74・1611

19日（土）午前10時30分 幼

く小低※春日住民センター2階視聴覚室

山南図書館 ☎ 77・0336

12日（土）午前10時30分 幼

く小低 ▼26日（土）午前10時30分 幼

く小低 ※山南住民センター2階 和室

▼18日（金）午前10時30分 幼

※山南住民センター1階

ちーたんルーム

市島図書館 ☎ 85・2733

6日（日）午前11時 幼く小

おりがみ教室「ハロウィン」

▼19日（土）午前11時 幼

▼26日（土）午前11時 幼

く小低

子育て学習センター

♪ 柏原子育て学習センター ☎ 72・4747

講座 ▼26日（土）午前10時

く14時 ゆめつこフェスタ

くIN新井ふれあいセンター

※要申込

※新井ふれあいセンター

相談 ▼18日（金）午前10時

く11時30分 はぐゆずの離乳

食相談&子育てなんでも相談 ※要申込

♪ 氷上子育て学習センター ☎ 88・5350

講座 ▼3日（木）午前10時

く11時30分 ベビーマッサー

ジ ※要申込

相談 ▼10日（木）午前10時

く11時30分 にっこりママ

ひろば..なんでも相談（ピア

サポーター・子育て指導員）

♪ 青垣子育て学習センター ☎ 87・1919

講座 ▼9日（水）午前10時

く11時30分 第7回おやこ

教室「楽しい子育てのポイントを見つけよう！」

※要申込

相談 ▼23日（水）午前10時

く午後3時30分 子育て指導員相談..なんでも相談日

※要申込

♪ 春日子育て学習センター ☎ 74・3040

講座 ▼18日（金）午前10時

く12時 ママ講座「郷土料理を学ぼう」 ※要申込

相談 ▼16日（水）午前10時

く11時30分 子育て相談&おおきくなったかな..主任

児童委員

美と鑑賞の憩いの場

美術館通信



9月7日（土）～10月20日（日）

—存在のむこう側—

李曉剛展

リ・シャオガン

完成直後の大作「ラブラン寺の僧侶たち」を含む油彩画の他、習作、デッサンなど約40点の作品を紹介します。筆あとを残しながら迫真の写実で迫る李曉剛の世界をご覧ください。



井戸 2012 年

◆関連イベント（講演会）

- とき／9月29日（日）午後1時30分～
- 演題／中国近代絵画の展開と李曉剛の世界
- 講師／元大手前大学教授 塩田昌弘さん
- 定員／先着100人 ※要電話予約

◆赤ちゃんからの美術鑑賞ツアー

- とき／10月3日（木）午前10時～11時
- 対象／0歳～5歳までの未就学児と保護者
- 定員／各10組 ※要電話予約

申問 植野記念美術館 ☎ 82-5945

氷上町西中 615-4 ●開館時間／午前10時～午後5時（入館は午後4時30分まで） ●休館日／月曜 ●観覧料／一般600円、学生300円（ココロンカード利用可、20人以上団体割引）

♪山南子育て学習センター
☎77・3160

講座▽11日(金) 午前10時
～11時30分 笑顔で子育て
・保健師さんから学ぼう!
※要申込

相談▽18日(金) 午前10時
～11時30分 子育てなんて
も相談※要申込

♪市島子育て学習センター
☎85・3030(代)

講座▽4日(金) 午前10時
～11時30分 わかば教室「発
育講座」※要申込

相談▽25日(金) 午前10時
～午後4時 ほっこり相談
日※要申込

10月の体験教室
■
丹波市クリーンセンター
☎78・9999

○サンドブラスト

■とき/9日(水) 午後1時～
■対象/市内在住の小学生以
上の人※小学生は保護者同伴
■定員/各10人※先着順
■参加費/300円
■持ち物/透明なガラス製
品、好きなシルエットの図案

○ガラスフュージング

■とき/16日(水) 午後1時～
■対象/市内在住の小学生以
上の人※小学生は保護者同伴
■定員/4人
■参加費/500円

○紙すき

■とき/23日(水) 午後1時～
■対象/市内在住の小学生以
上の人※小学生は保護者同伴
■定員/10人
■持ち物/牛乳パック(1
ℓ入) 1箱

○とんぼ玉

■とき/24日(木) ①午前
10時～午後0時30分 ②午後
1時30分～4時
■対象/小学5年生以上の人
■定員/各回6人※初参加
者は各回2人まで
■参加費/1,500円
■持ち物/エプロン

○エコクッキング

■とき/29日(火) 午前10
時～午後0時30分
■定員/36人※先着順
■参加費/500円
■持ち物/エプロン・三角
巾・ふきん2枚

■申込締切/10月22日(火・祝)

■メニュー/枝豆のスパゲ
ティ、さつま芋コロッケ他

■講師/村上貴美子さん

丹波布伝承館
☎80・5100 火曜休館

糸紡ぎ体験

綿から糸に紡ぎます。
■とき/12日(土) 午前10
時～午後4時
■定員/10人※要電話予約
■参加費/1,200円

青垣いきものふれあいの里
☎88・0888 月曜休館

秋の自然観察会

大江山の秋の自然を満喫し
ましょう。

■とき/11月16日(土) 午
前8時30分～午後4時

※青垣住民センター出発・
帰着

■ところ/大江山方面

■持ち物/弁当、飲み物、雨具

■定員/35人※先着順
■申込/10月1日(火) 午
前9時～※要電話予約



免除期間・納付猶予期間・学生納付特例期間のある人へ

申問 市民課 (氷上庁舎内) ☎82 - 6690

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例を受けていた期間は、老齢基礎年金の年金額を計算するときに、保険料を全額納付した場合と比べて年金額が低額となります。しかし、これらの期間は10年以内であれば保険料を後から納付(追納)することにより、老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。※経過期間に応じた加算金が、当時の保険料に上乗せされます。

追納の申し出は、年金手帳や印鑑を持参の上、市民課または各支所市民福祉係窓口へお越しください。

- 次回の出張年金相談 (完全予約制)
- 相談日: 12月5日(木)
- ところ: 氷上住民センター
- 予約期間: 11月28日(木) まで
- 定員: 20人
- 予約先: 西宮年金事務所
- ☎0798 - 33 - 2944



information

10月の相談

氷住＝氷上住民センター、柏住＝柏原住民センター、山住＝山南住民センター、青住＝青垣住民センター、ラ＝ライフピアいちじま、春住＝春日住民センター、氷＝氷上庁舎、春＝春日庁舎、柏支＝柏原支所、市支＝市島支所、健ミ＝健康センターミルネ、丹健＝丹波健康福祉事務所

電話の掛け間違いがないようご注意ください！

種別	相談名	日・曜日	時間	場所	問い合わせ先
消費	消費生活相談	平日（祝日除く）	午前8時30分～午後5時15分	消費生活センター（くらしの安全課内）	丹波市消費生活センター ☎ 82 - 0996 消費者ホットライン※土日 ☎ 188
行政	行政相談	2日（山住）、10日（青住）、15日（春住）、16日（柏住）、17日（ラ）、21日（氷） 時間 / 午後1時30分～3時30分			総務課 ☎ 82 - 1002
人権	特設人権相談所	15日（春住）、17日（青住） 時間 / 午後1時30分～4時			柏原人権擁護委員協議会 ☎ 72 - 0176
	常設相談所	水（祝日除く）	午前9時～午後4時	神戸地方法務局柏原支局	
	総合生活相談（隣保館相談）	電話 平日 出張 7日（柏住）、17日（青住） 時間 / 午後1時30分～4時	午前9時～午後5時	来館相談も可能	氷上文化センター ☎ 82 - 1064 七日市会館 ☎ 74 - 2310 ※電話相談は氷上文化センターのみ
法律	無料登記法律相談	17日	午後1時30分～4時	柏住	松本一男事務所 ☎ 76 - 0597 ※共催 県司法書士会たんば支部・県土地家屋調査士会但馬支部
福祉	認知症介護者相談日	4日	午前10時～正午	健ミ・3階	地域包括支援課 ☎ 88 - 5751
	高齢者権利擁護相談日	10日	午前10時～正午	健ミ・3階	
	知的障がい者相談	9日※前日正午までに要予約	午後1時30分～3時	春・1階相談室2	障がい福祉課 ☎ 74 - 0222
	こころの健康相談（障がい福祉）	24日※前日正午までに要予約	午後1時30分～3時	春・1階相談室2	
	身体障がい者相談	15日（氷住）、25日（柏原福祉センター） 時間 / 午後1時30分～3時			
健康	健康・栄養相談	10日（青住）、23日（山住）、29日（市支） ※「減塩相談」同時開催 受付時間 / 午前9時30分～11時（予約優先）			健康課 ☎ 88 - 5750
	こころのケア相談	3日※要予約	午後1時15分～	健ミ・2階	
	思春期保健相談	15日※要予約	午後1時45分～	丹健	地域保健課（丹健） ☎ 73 - 3767
	アルコール相談	25日※要予約	午後1時～	丹健	
医療	夜間医療健康相談	年中無休 午後7時～午前0時		電話相談	丹波市夜間医療健康相談ホットライン ☎ 0120 - 737 - 180
	小児救急医療相談	年中無休 午後5時30分～翌午前8時 / 土日祝年末年始 午前8時～翌午前8時		電話相談	小児救急医療電話相談窓口 ☎ 78 - 9290
	夜間おくすり相談	平日の午後9時～10時30分		電話相談	丹波市薬剤師会 ☎ 080 - 1432 - 8132
若者	ニート・ひきこもり相談	毎週火曜日 / 月4回 午前10時～午後4時※要予約		氷住（第1火） 春住（第2火） 柏住（第3火） 山住（第5火）	子ども・若者サポートセンター ☎ 88 - 5070
雇用	職業相談	毎週木曜日 / 午後1時～4時		氷住（第1・3木） 青住（第2・4木）	まごころ 丹 ワークサポートたんば ☎ 74 - 3660
	ハローワークینگ（出張職業相談）	11日（春住）、23日（青住）、25日（山住） 時間 / 午前10時～11時30分			

こんにちは！
スポーツ推進委員です
筋肉をつけよう！



筋肉は私たちにとって大切な身体の財産です。日常の動作、立つ、座る、歩く、物を持つなど、どれも筋肉なしではできない動作です。日頃から運動して筋肉を増やしましょう！

「もう歳だから…」なんて関係ありません。筋肉は「老化の流れに抗う臓器」です。いくつになっても維持増強できます。逆に、若いから大丈夫！という訳でもなく、使わなければ筋肉はどんどん衰えます。

夏が終わり、運動の季節がやってきました。効率的に全身運動ができるノルディックウォーキングなど、新しい運動に挑戦されるのも楽しいですよ。

閩文化・スポーツ課（春日文化ホール内）
☎ 88-5057

消費生活ニユース
身に覚えのない商品が届いたら？



先日「インターネット通販会社から自分宛に代引きで荷物が届いた。不在だった自分の代わりに家族が代金を支払い、荷物を受け取った。送り主は自分の名前になっていたが注文した覚えはない。支払った代金を返してもらうにはどうすればいいか。」という相談を消費生活センターで受けました。

身に覚えのない商品が届いたら受け取り拒否をしましょう。もし、身に覚えのない商品が届き代引きで支払ってしまった場合は、早急に販売元・発送元に連絡し返品・返金の交渉をしましょう。

閩丹波市消費生活センター（くらしの安全課内）
☎ 82-0996

人権学習ニユース
じんけんのとびら
高齢者が安心して暮らせるまちに向けて



一人暮らしの高齢者が増えており、中には、地域社会とのつながりが少ないために社会的に孤立する人や、健康・日常生活のことなどの相談相手がなく不安を抱える人がおられます。

孤立や不安を解消するためには、ご近所同士のあいさつや、自治会の行事に声をかけ合って参加するなど、地域の人が積極的に関わることが大切です。

高齢者は豊かな知識と経験を持たれています。昔ながらの知恵を教わるなど、互いの存在を尊重し、高齢者が地域の一員として安心して暮らせるまちにしましょう。

閩人権啓発センター（氷上住民センター内）
☎ 82-0242

いきいきげんきに！
地域高齢者学級だより
「氷上寿学級 詩吟クラブ」



詩吟は、詩に節を付けて日本人の心を詠う邦楽です。腹式呼吸で発声法を鍛錬し、心身ともに健康を保ちます。詩吟に親しむ人は、女性も多く、詩吟年齢に限りはありません。

当クラブは、小森東風先生のご指導のもと、現在13名が和気あいあいと学習しています。地域の芸能発表会や、各種行事にも参加します。また有志で、歌謡詩吟での施設訪問ボランティア活動も行っています。入会者を募集中です。ぜひ教室を覗いてみてください。



■基本事項

実施日	毎月第1・第3木曜日
場所	氷上住民センター
対象	市内在住のおおむね60歳以上
会費	年会費 7,000円

閩氷上住民センター ☎ 82-3719