

Nov.2025

Tamba

11

も っ と こ の ま ち が す き に な る

広 報 た ん ば



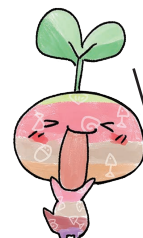
[Contents]

表 紙
特 集
今月のNEWS

ま ち と び
裏 表 紙

フィナーレはみんなでもちまき～道の駅まつり with いい丹波～
祝！10周年！いきいき百歳体操の輪が広がっています
障がい者サポートマイスター制度に参加してみませんか
粗大ごみの収集を行います
道の駅まつり・シンポジウム開催
「丹波の森創造プラン」で未来へつなごう

公式LINE
限定のプレゼント
企画を実施します。
お楽しみに★



公式LINE
友だち登録は
こちらから



祝！10周年！ いきいき百歳体操の輪が広がっています



10周年記念大会で、講師の森井明美さんと一緒にいきいき百歳体操を行う参加者



講演を行う沖侑太郎助教



10周年を迎え表彰を受ける団体
のみなさん

運動習慣と仲間づくりを創出

「いきいき百歳体操」は、高齢者の筋力向上を目的とした高知市発祥の体操で、手首や足首に重りの入ったバンドを装着して負荷をかけ、椅子に座ったり、つかまったりした状態でDVDを見ながらゆっくり行う筋力運動です。

自身の介護予防だけでなく、地域の高齢者が自主的に集まって行うことで、仲間づくりや閉じこもり予防にもつながります。

平成27年度から、地域包括支援センターと協力して取組をはじめ、今年で10年目を迎えました。市内

丹波市では、高齢者の「筋力の維持向上」や「交流の場づくり」を目的として、いきいき百歳体操を推進しています。

記念大会に55団体が参加

10周年を記念して、10月4日（土）に柏原住民センターアリーナで「いきいき百歳体操開始10周年記念大会」が開催されました。

大会には市内55団体から83人が参加し、10周年を迎えた団体への表彰のほか、神戸大学大学院の沖侑太郎助教が、「いきいき百歳体操 あなたの一步が未来を作る」をテーマに講演し、いきいき百歳体操を通じたフレイル（※②）予防について考える機会になりました。また、健康運動指導士の森井明美さんによる講演と実技があり、実際に全員で百歳体操を行いました。

大会後のアンケートでは、「あらためて百歳体操をみんなで続けていきたい」と再確認できた。「今後もがんばって参加しようと思った」などの声が寄せられました。

※①令和7年4月1日現在
※②体力や気力が衰え、心や体、社会的な機能が低下した状態のこと

10周年を迎えた団体

山田たんぽぽの会
石才いきいきサロン
市島自治会
朝日生き生き体操
松倉もみじサロン
梶原自治会
野上野長寿仲よしサロン
船城福寿会
戸坂リンゴの会
太田百歳体操同好会
犬岡体操クラブ
前山地区自治振興会
かどの郷百歳体操 木曜日教室

／ いきいき百歳体操の現場をレポート！ ／

実際にいきいき百歳体操を行っている、氷上町上油利の「上油利ハピネス」を訪ねて、体操の様子を見学し、体操を続けた効果や魅力についてインタビューを行いました。



基本の動作

- ① 腕を前に上げておろす
 - ② 腕を横に上げておろす
 - ③ いすからゆっくり立ち上がる
 - ④ ひざを伸ばしながら上げおろす
 - ⑤ いすにつかまって足を横に上げる
- ※手首・足首に重りの入ったバンドを巻いて負荷をかけて行います。



体操の後、いきいき百歳体操の魅力や感想について語っていただきました。

他の団体からも、たくさんの声が届いています

からだに関すること

体を動かすことが苦にならなくなった。
ズボンや靴下が楽にはけるようになった。
生活の中で筋力運動を意識するようになった。
足が軽くなって、歩くのが楽しくなった。



下町沖田自治会

人とのつながりに関すること

体操に来るのが楽しみになった。
人と話しやすくなった。地域が明るくなった。
体操を休むと仲間が安否確認に来てくれるので安心。
体操をする中で励ましてくれる人がいてうれしい。



新郷いきいき体操

いきいきインタビュー！



上油利ハピネスメンバー

桑村 三重子さん 86 歳 (写真左)

「いきいき百歳体操をした後、帰り道は身体が軽くなっているのを感じています。毎週集まっているので、公民館に行くと話し相手がいるのが、いきいき百歳体操のいいところです。」

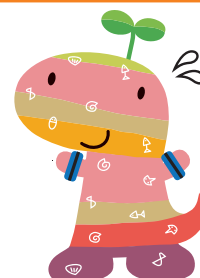
尾花 孝子さん 84 歳 (写真右)

「病気で身体を動かしづらい時期もありましたが、いきいき百歳体操をやりはじめてからは病院の先生にほめられることが増えました。みんなと一緒に体操をして、お話しするのも楽しいです。」

いきいき百歳体操をはじめるには、市への申込が必要です。
また、いきいき百歳体操体験のための出前講座もあります。
詳しくはホームページを確認いただくか、次の窓口へ問合せください。
問 丹波市高齢者あんしんセンター（第2庁舎内） ☎ 88-5267
※お住まいの地域の地域包括支援センターでも相談ができます。



ID 2934



継続は力なり！

障がい者サポートマイスター制度
に参加してみませんか

問 障がい福祉課 88-5263

ID 3828



障がい者サポートマイスター制度は、企業や店舗がマイスターの認定を通して障がいへの理解を深め、障がいのある人への支援につなげる制度です。

障がいのある人が安心して過ごせる社会の実現のために、取組に参加してみませんか。

■対象 市内で、飲食、物販、医療等不特定多数の人が利用する事業所（個人事業主や、ボランティアグループ、自治会も含む）

■申込の流れ

- ① 講座の申込
- ② 講座の受講（90分程度）
- ③ 研修を活かして取組を考える
- ④ 障がい者サポートマイスターの宣言事業所の申込
- ⑤ チェックチームによる審査
- ⑥ 障がい者サポートマイスター認定

■認定基準

認定証に講座の受講回数
が★に記載されます。

★ ※受講回数が3回
の場合

取組内容によって、最大
5つの★がつきます。

★ 環境（ハード面）

★ マインド

★ 情報・コミュニ
ケーション

★ 受入・雇用

★ その他

■講座の日程

時 12月16日（火） 13時30分から
（90分程度）

所 氷上住民センター 大会議室

申込フォーム



障がい者サポートマイスター宣言事業所

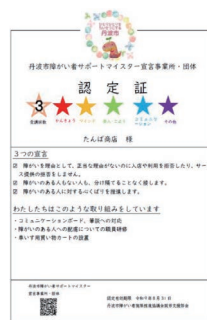
カラオケ喫茶アテネ
株式会社 Trust（丹波とらすと農園）
株式会社タンパンベルグ
有限会社まるいし薬局
有限会社まるいし薬局 谷川店
生活協同組合コープこうべ・コープ柏原
丹波市商工会
丹波市デマンド会
有限会社氷上観光タクシー
万事屋山さん
株式会社 FTP
mamimumemo BOOK BOOK

支援の輪が
広がっています



ID 9365

令和7年 11月現在



認定証

ID 3828

12月は障害者週間・丹波市手話言語週間

12月3日から9日は「障害者週間」です

国民の間に障がい者の福祉についての関心と理解を深めることを目的とした週間です。

12月3日から市の公共施設等で啓発グッズを設置・配布します。

12月19日から25日は「丹波市手話言語週間」です

市では手話が言語であることを理解し、誰もが社会参加できるこころ豊かな社会を目指し、手話の理解促進と普及に取り組んでいます。

期間中は中央図書館で、手話に関する書籍を展示します。

問 障がい福祉課（第2庁舎内） ☎ 88-5263

介護保険要介護認定者の
障害者控除制度

所得税などの申告の際、介護保険の「要介護認定」を受けている人で基準を満たす人は税法上の障害者控除対象者です。控除を受ける場合は「障害者控除対象者認定書」が必要になります。

■ 介護保険課、各支所（氷上支所を除く）に申請書を提出（申請書は各支所に設置、ホームページからもダウンロードできます）

■ 対「要介護認定」を受けている人

■ 他 一律に障害者控除の対象者となるわけではありません。詳しくはホームページを確認ください。



ID 4554

問 介護保険課（第2庁舎内） ☎ 88-5268

2

粗大ごみの収集を行います

通常の収集では出せない粗大ごみ（大型ごみ）を年2回、市内の各拠点場所で収集しており、2回目の収集を次のとおり実施します。

■ 収集日 令和8年1月26日（月）
※ごみ分別・収集カレンダーの粗大ごみマーク記載日

■ 対象 指定ごみ袋やコンテナに入らず、クリーンセンターに直接搬入することがむずかしい大型のごみ

※1世帯につき5点まで

※テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機を含む家電リサイクル法対象品目など、収集できない物もあります。

■ 収集場所 各拠点

■ 料金 縦横高さの合計（1点あたり）3mまで…300円／3m以上…600円

■ 申込方法 クリーンセンターに電話

■ 申込期間 12月1日（月）～26日（金）

※締切後に手数料の納付方法などを通知します。

■ 注意 申込をしても、収集日当

日にごみが出されていない場合は、返金できません。また、自治会に拠点が開設されていない場合は、収集できません。拠点場所が不明な場合は問い合わせください。

■ 環境課 クリーンセンター係

☎ 78・9999



ID 1924

不法投棄防止の対策を行いましょ

土地の所有者または管理者は、その土地に廃棄物が捨てられた時は、自らの責任で処理しなければなりません。日ごろから、みだりに人が立ち入れないように囲いを設けるなど、土地の管理をしましょう。

また、不法投棄は、法律により厳しい罰則が適用されます。市外から持ち込まれることもあるため、不審な行動を見かけたときは、警察に連絡をお願いします。

■ 環境課 環境係 ☎ 82・1290



ID 7310

生涯学習施設等使用料免除団体の登録申請受付を開始

令和8年度に生涯学習施設などを利用する団体の使用料免除団体登録申請を受け付けます。現在、免除団体登録をしている場合でも、新たに登録申請が必要です。登録の可否については、来年1月下旬に申請者へお知らせします。

■ おおむね 65 歳以上の高齢者団体および障害者団体

■ 令和8年1月16日（金）

■ 申請書と必要書類を市民活動課または各住民センター窓口へ提出



ID 6690

■ 市民活動課 生涯学習係 ☎ 82-0409

宝くじの助成金を活用した備品整備が行われました

宝くじの社会貢献広報事業「コミュニティ助成事業」を活用し、下記のとおり備品を購入しました。購入された備品は、地域コミュニティ活動の充実・強化に役立てられます。

■ 大路地区自治協議会：イベント用テント

■ 上成松区：会議用テーブル・いす等



■ 市民活動課 地域協働係 ☎ 86-7034

市営住宅の入居者を募集

■ 募集团地・戸数

〔柏原地域〕 挙田団地2DK1戸 高 柏原新町団地3DK1戸 単 〔山南地域〕 下滝団地3DK2戸 単 〔氷上地域〕 新郷団地3DK1戸 〔青垣地域〕 岩本団地3DK1戸 青垣新町団地3DK1戸 〔市島地域〕 竹田団地3LDK1戸、柊団地3DK1戸 〔春日地域〕 国領団地3LDK1戸、中山団地3LDK2戸
※単は単身入居可 高は60歳以上等条件あり

■ 受付期間 12月1日（月）～15日（月）

■ 入居時期 令和8年1月下旬（予定）

■ 都市住宅課、各支所（申込み多数の場合は抽選により決定）

■ 他 入居申込には、同居親族の有無や所得など条件があります。市内の特定公共賃貸住宅（応相寺団地、下滝団地D棟、城ヶ花団地1号棟、のこの団地）については、常時募集しておりますので、ご希望の方はお問い合わせください。



ID 7116

■ 都市住宅課（春日庁舎内）☎ 74・2364

12月の各種相談窓口

消費・行政相談

相談名	場所・日時	問合せ
消費生活相談	消費生活センター（市民安全課内） 平日8時30分-17時15分	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
行政相談	山南住せ3日、本庁舎8日、 青垣住せ16日、春日住せ16日、 柏原住せ17日、ライフピア18日 13時30分-15時30分	総務課 ☎ 82-1002

人権相談

相談名	場所・日時	予約・問合せ
特設人権相談	山南住せ1日、青垣住せ18日13時30分-16時 春日住せ7日10時-正午	柏原人権擁護委員協議会 ☎ 72-0176
常設相談	水曜9時-16時 神戸地方法律局柏原支局	
総合生活相談 （隣保館相談）	電話 平日9時-17時 ※来館相談可	氷上文化センター ☎ 82-1064 七日市会館 ☎ 74-2310
	出張 要予約 柏原住せ11日 ライフピア25日 13時30分-16時	
	夜間 要予約 氷上住せ18日 18時-21時	
女性のための悩み相談（予約優先）	市民プラザ20日 ①13時30分②14時30分③15時30分 ※1回50分	男女共同参画センター ☎ 82-8684
配偶者等からの暴力（DV）相談	平日8時30分-17時15分	丹波市DV相談支援センター ☎ 86-8730
性的マイノリティ電話相談 要予約	平日9時-17時	人権啓発センター ☎ 82-0242

医療・健康・年金相談

相談名	場所・日時	予約・問合せ
夜間医療健康相談	19時-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	17時30分-翌8時 土日祝年末年始8時-翌8時	子ども医療（小児救急医療） 電話相談窓口 ☎ 78-9290
救急医療相談	24時間365日受付 ※電話相談	救急安心センターひょうご ☎ # 7119
健康・栄養相談 要予約	ミルネ1日 ライフピア4日 柏原住せ11日 山南住せ17日 青垣住せ22日 9時30分-11時 ※「減塩相談」同時開催	健康課 ☎ 88-5082
こころのケア相談 要予約	ミルネ18日 13時30分-16時30分	
3月の出張年金相談（予約受付2/2～2/26） 要予約	氷上住せ3月5日 11時30分-14時30分 定員12人	西宮年金事務所 ☎ 0798-33-2944 ※自動音声 ▶1を選択▶2の「職員にご用の方」を選択

福祉相談

相談名	場所・日時	予約・問合せ
もの忘れ医療相談 要予約	第2庁舎16日 14時-16時	高齢者あんしんセンター ☎ 88-5267
認知症介護者のつらい「ほっと」	氷上住せ17日 10時-正午	
若年性認知症定期相談会	第2庁舎12日 13時30分-15時30分	
権利擁護専門相談 要予約	第2庁舎11日 10時-正午	権利擁護支援センター「よりそい」 ☎ 0120-686-111
障がい者サポーターによるおきがる相談会	春日福せ9日 13時30分-15時	障がい福祉課 ☎ 88-5263
福祉まるごと相談	第2庁舎 平日 8時30分-17時15分	社会福祉課（7リ-） ☎ 0800-200-3393
くらしとお金の相談 要予約	第2庁舎16日、23日 13時-16時	
ニート・ひきこもり相談	10時-16時 ※出張相談は要予約	地域つながりセンター「ここから」 ☎ 86-7101

市民活動・地域づくり相談

相談名	場所・日時	問合せ
地域活動相談（予約優先）	市民プラザ（月曜休館） 10時-18時	市民活動支援センター ☎ 82-8683

空き家相談

相談名	場所・日時	問合せ
空き家個別相談会 要予約	春日住せ4日、18日 13時30分-15時30分	都市住宅課 ☎ 74-2364

法律相談

相談名	場所・日時	問合せ
行政書士無料相談	柏原住せ6日 13時30分-16時	県行政書士会摂丹支部（勝部） ☎ 090-3628-0608
無料登記法律相談	柏原住せ18日 13時30分-16時	春日登記事務所 ☎ 74-2024 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

雇用・農地相談

相談名	場所・日時	予約・問合せ
出張職業相談 要予約	第2庁舎4日、18日 13時00分-15時50分	丹ワークサポートたんば ☎ 74-3660
各種個別相談 要予約	春日庁舎 職業興味検査5日 高齢者キャリア相談10日 ママ/パパ就労相談11日 Uターン就労相談12日、19日 高齢者就労相談17日 福祉就労相談24日 若者就労相談25日 障がい者就労相談26日	
農地相談 要予約	山南住せ・ライフピア12日 氷上住せ・青垣住せ15日 柏原住せ・春日庁舎16日 13時30分-14時	農業委員会事務局 ☎ 74-1504 ※前日までに予約

消費生活 NEWS

パスワードの使い回しは危険

デジタル化が進み、インターネットで複数のサービスを利用する機会が増えています。パスワードも複数になり、覚えるのが難しいので、使い回していませんか。利用しているサービスでパスワードを含む個人情報が出てしまうと、同じパスワードを使い回している他のサービスにも芋づる式に被害が及ぶ可能性があります。パスワードの使い回しは危険です。それぞれのサービスごとに使い分けましょう。



ID10300

問 消費生活センター（市民安全課内） ☎ 82-0996

じんけん

子どもへの暴力をなくすために

児童虐待やいじめなど、子どもへのあらゆる暴力は、心と体を深く傷つけ、健やかな成長や未来を奪ってしまいます。「しつけ」や「遊び」という言い訳で、暴力が許されることはありません。

お互いの人権を尊重し、それぞれの個性を大切にすることが、暴力のない社会への第一歩です。友だちや家族など、身近なところから優しさと思いやりを広げていきましょう。

今月の標語

「気がついて、暴力は、絶対アカンこと
～あなたの大切な人を苦しめる前に～」

@たーくん



問 人権啓発センター（氷上住民センター別館） ☎ 82-0242

じんけん標語&人権啓発と 北朝鮮人権侵害問題啓発のパネル展

●じんけん標語&人権啓発パネル展

市内の小学5・6年生・中学生のじんけん標語優秀作品展示や、子どもの権利に関する啓発パネル展です。

とき/11月28日（金）～12月5日（金）10時～20時
ところ/丹波ゆめタウン「ゆめ広場」

問合先/氷上文化センター ☎ 82-1064

ID 9889



●北朝鮮人権侵害問題啓発パネル展

毎年12月10日～16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。拉致問題や北朝鮮による人権侵害問題に対する関心と理解を深めるためのパネル展です。

とき/12月10日（水）～16日（火）

ところ/丹波ゆめタウン2階 特設会場



ID 9964



問 人権啓発センター（氷上住民センター別館） ☎ 82-0242

パープルリボン運動



毎年11月は「女性に対する暴力をなくす運動」が行われます。期間中、建物をライトアップする紫色の光には「ひとりで悩まないで、まずは相談してください」というメッセージが込められています。DVなど暴力で悩んでいる人は、ひとりで悩まず、まずは相談ください。

●丹波市DV相談支援センター
午前8時30分～午後5時15分
※土曜日・日曜日・祝日は除く



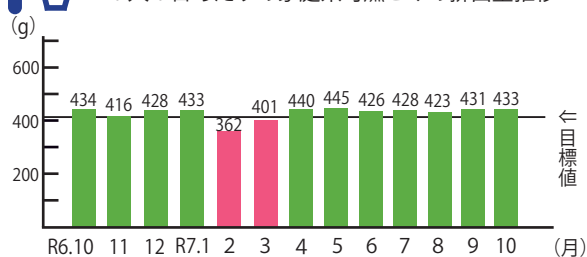
ID 1474

問 DV相談支援センター ☎ 86-8730



みんなで家庭ごみ減量チャレンジ！

1人1日あたりの家庭系可燃ごみの排出量推移



1日あたりのごみの排出量目標値: 1人412g

10月の1日あたりのごみ排出量: 1人433g (2g)

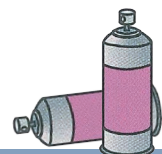
※ () 内は前月比

ごみ分別ワンポイント！ Vol.7

ガスボンベやスプレー缶の捨て方

ガスボンベ（カセットボンベ）やスプレー缶は、中身を使い切ってから捨てましょう。

中にガスが残っていると、収集時の衝撃などで爆発や発火の危険性があります。中身がないことを確認してから、ふたやノズルを外して、「かん」を捨てる日に、決められたごみステーションへ出してください。



問 環境課（クリーンセンター内） ☎ 78-9999



「丹（まごころ）の里 人権のつどい」

申込フォーム



時 12月7日（日）13時30分～16時30分 所 春日文化ホール 因 中学生人権作文表彰・朗読、人権講演①「つながりを育む、出会いの力～障がい者スポーツを通して～」電動車椅子サッカー元日本代表監督 近藤公範さん②「違いを楽しむ」俳優・タレント副島 淳さん 申 申込フォーム・電話 他 手話通訳・要約筆記・託児あり（託児は要申込）

問 人権啓発センター ☎ 82-0242

「ごみ分別」を学習 する出前講座

ID 11028



ごみの分別で分からないことを丹波市クリーンセンター職員といっしょに解決しませんか。対 自治会やこども会、職場など10人以上のグループ・団体 所 団体指定の会場またはクリーンセンター 申 電話 希望日の2週間前 問 クリーンセンター ☎ 78-9999

子どもの命を救う 第1歩！普通救命 講習会（Ⅱ）

ID 11421



小児・乳児・新生児に対する心肺蘇生法（人工呼吸・胸骨圧迫・AED）や救急隊にボタンタッチをするまでの応急手当について学びます。時 12月20日（土）9時～正午 所 消防本部 対 中学生以上 定 15人程度（先着順） 申 申込フォーム・電話 12月13日（土） 他 動きやすい服装で参加 問 消防署救急第1・2係 ☎ 72-2255

丹波市地球温暖化対策講演会 正木 明が語る異常気象と地球温暖化 ～今、私たちにできること～



ID 11943

記録的な猛暑や豪雨など、私たちの暮らしや豊かな自然環境を脅かす異常気象が頻発しています。今、私たちにできることは何でしょうか。関西の朝の顔としておなじみの、気象予報士で防災士の正木明さんが、身近な天気の変化から地球温暖化の問題をひも解き、未来へ向けた行動の手がかりについて語ります。

2月1日（日）午後2時～
丹波の森公苑ホール

講 気象予報士・防災士 正木 明さん

定 650人（先着順）

対 1月12日（月）

申 申込フォーム・ファックス・郵送

持 申込者宛に送付するハガキを持参

他 柏原高校生による探究活動発表も行います。

詳しくは市のホームページを確認ください。



問 環境課 ☎ 82-1290 FAX 82-1821

申込フォーム



年越しそば打ち教室

ID 10816



日本の伝統的食文化でもあるそば打ちに挑戦してみませんか。

時 12月20日（土）13時30分～16時30分 所 氷上文化センター

講 瀬田 勝さん 定 20人（先着順）

¥ 1,200円（材料費）持 エプロン、三角巾、マスク 申 電話・申込フォーム

問 氷上文化センター ☎ 82-1064

柏原総合庁舎事務所 が一部仮移転します

県民局ホームページ



柏原総合庁舎の長寿命化改修工事に伴い、12月15日（月）から、丹波健康福祉事務所（丹波保健所）と川西こども家庭センター丹波分室が、旧丹波市役所柏原支所庁舎に仮移転します。詳しくは丹波県民局ホームページを確認ください。

問 丹波県民局総務防災課 ☎ 73-3612

広告



お困りの木の伐採 お任せください



神社、住宅、墓地等、構造物周辺の大くなりすぎて管理しきれなくなってしまった樹木の伐採、剪定、管理、その他の危険木や支障木のご相談承ります！

樹上特殊伐採

樹木伐採

高木剪定

御神木管理



Shin Tree Service 株式会社

お見積りは県内無料で伺います

☎ 090-7048-9251

〒669-3315 丹波市柏原町大新屋599

TEL/FAX: 0795-86-7812

MAIL: mail@shintreeservice.com

URL: https://shintreeservice.com





お知らせ

大雪による雪や樹木などの支障物撤去費用を助成



ID 10293

大雪警報発表時、自治会等が大雪により発生した市道・里道上の雪や樹木などの支障物を撤去した費用の一部を助成します。詳しくは市のホームページを確認ください。

問 土木総務課（春日庁舎内） ☎ 74 - 2653

好評につき第2弾！使用済みマンホール蓋を販売



ID 11723

昨年、最大倍率 40 倍と大好評だった使用済みマンホール蓋を、今年も販売します。㌥ 12 月 19 日（金）㌦ 最低売却価格 3,000 円（税込）申 込フォーム・メール・郵送・窓口 他 詳しくは市のホームページを確認ください。

問 下水道課（春日庁舎内） ☎ 74 - 0224

男子プロバスケットボール「神戸ストークス」のホームゲームを観にいこう！

地域スポーツの振興をめざして、神戸ストークスが県民をホームゲームに無料招待します。プロの試合を観戦しませんか。時 12 月 27 日（土）18 時 5 分試合開始、12 月 28 日（日）14 時 5 分試合開始 所 GLION ARENA KOBE（神戸市中央区新港町 2-1）対 丹波市在住・在学・在勤 定 50 組 100 人（抽選）㌥ 12 月 12 日（金）他 申込は公式サイトから（席席の種類はクラブ側で指定）

問 ㈱ストークス ☎ 0570 - 030 - 120
メール：info@storks.jp

公式サイト



門松カードのダウンロード配布

ID 9880



正月飾りの多様化により、昨年度から門松カードの全戸配布を終了し、市のホームページでダウンロード配布しています。在庫分については、農林振興課窓口で配布します（なくなり次第終了）。

問 農林振興課（春日庁舎内） ☎ 88 - 5029

年末の交通事故防止運動

12 月 1 日（月）～10 日（水）まで、「年末の交通事故防止運動」が実施されます。年末は、人や車の動きが活発になり、重大事故につながる交通事故が多くなります。交通ルールを守り、事故のない社会を目指しましょう。信号機のない横断歩道では、運転手は横断歩道手前で減速を行い、歩行者・運転者の双方がアイコンタクトを行うなど、歩行者や他の車両に対する「思いやり・ゆずり合い」の気持ちを持って運転しましょう。

問 市民安全課 ☎ 82 - 1532

陸上自衛隊高等工科学校生・自衛官候補生採用試験

①高等工科学校生

時（一次試験）1 月 24 日（土）または 25 日（日）（二次試験）2 月 12 日（木）～15 日（日）㌥ 1 月 15 日（木）内 筆記試験、口述試験、身体検査 対 15 歳以上 17 歳未満の男子（令和 8 年 4 月現在）

②自衛官候補生

時 11 月から 2 月まで毎月実施 対 18 歳以上 33 歳未満の日本国籍を有する男女 内 筆記試験、口述試験、適性検査、身体検査 他 2 月 19 日（木）まで常時受付。令和 8 年 3 月下旬～4 月上旬採用予定

問 自衛隊兵庫地方協力本部柏原地域事務所 ☎ 72 - 1949

黒大豆・小豆の生産にかかる委託費用を助成

ID 10493



対 集落営農組織または法人に農作業を委託し、黒大豆または小豆を 10a 以上生産している人 助成金額 令和 7 年産黒大豆・小豆の生産にかかる農作業委託費用（畝立て、播種、中耕培土、ドローンによる防除、溝掘り作業のいずれか）の 3 分の 1 以内 ※農業者 1 人あたり上限 5 万円 他 問 農林振興課（春日庁舎内） ☎ 88 - 5028



募集

令和 8 年度会計年度任用職員を募集

会計年度任用職員として令和 8 年 4 月から丹波市で働く人を募集します。

募集職種 事務補助員、障がい児指導員など 任用期間 4 月 1 日（水）～令和 9 年 3 月 31 日（水）試験期間 1 月 15 日（木）～2 月 1 日（日）の指定日 受付期間 12 月中旬～1 月上旬 他 詳しくは 12 月中旬掲載予定の市のホームページまたは職員課・各支所に設置の募集要項を確認ください。

問 職員課 ☎ 82 - 0722



講座・講演

事業者向け 丹波市脱炭素セミナー

ID 11935



時 12 月 8 日（月）13 時 30 分～15 時 30 分 所 氷上住民センター大会議室 内 講演「省エネの進め方と省エネ診断事例」、補助金情報のお知らせ 対 市内事業者 定 40 人（先着順）申 込フォーム・市ホームページ ㌥ 12 月 7 日（日）17 時 他 詳しくは市のホームページを確認ください。

問 環境課 ☎ 82 - 1290

丹波市ホームページに広告を掲載しませんか？

6,000 円 / 月（12 か月の場合）
問 総合政策課 ☎ 82 - 0916





碁を楽しむ足立さん

碁を題材にした少年漫画「ヒカルの碁」が流行った時、職場の上司に教わって碁を始めた足立孝二さん。前クラブ長からの推薦で、現在は柏原木の根大学・碁教室のクラブ長を務めています。碁は数学的な要素が強く、長年続けているので物事を俯瞰的に見ることができるようになったとのこと。「ずっと好きで続けていて、今は認知症予防のため」と笑顔で話します。毎年4月と10月に県内の碁協会主催の大会があり、試合をするだけでなく運営の手伝いもされています。新型コロナウイルスが流行する前は氷上、青垣、春日、市島の4町合同の碁大会があったようで、「来年できたらいいなあ…。今は60歳代が少なく、女性メンバーがいないので、ぜひ碁教室に来てほしい」と今後の楽しみを語りました。

柏原木の根大学 碁教室

活 動 日 毎週木曜日 12:00 ～ 17:00
 活動場所 柏原自治会館
 会 費 1日 100 円
 問合せ先 市民活動課 ☎ 82 - 0409

かいごのはなし

今月のテーマ

高齢になっても住みよい 住宅で暮らすために



家庭での介護のワンポイントや各種制度など、「介護のいろいろ」について毎月テーマを決めてお届けします。

ID 2171



年を重ねても安心して暮らせる「住まい」とは、どのようなものを想像しますか？

- 段差が少なく、手すりがあるなど安全に配慮された住まい
- トイレやお風呂も使いやすく、工夫されている住まい

そんな住まいの実現のために、市では**介護保険を利用した住宅改修費の助成**などがあります。住宅改修とは、介護認定を受けた人の、今の住まいをもっと安心・安全にするためにちょっとした工事を行うことです。たとえば、玄関やお風呂に手すりをつけたり、部屋と部屋の段差をなくしたり、滑りにくい床にすることで、転倒などの思わぬ事故を防ぐことができます。特に高齢者にとっては、毎日の動きが楽になり、自立した生活を続けるための大切な工夫です。「少し暮らしづらくなったな」と感じたら、早めに住まいの見直しがおすすです。気軽に相談ください。



献血は命をつなぐボランティア

健康通信

HealthGuide

献血は、病気の治療や手術などで輸血を必要としている人たちの尊い命を救うために、健康な人が自らの血液を無償で提供するボランティアです。だれかの命を救える、献血について考えてみませんか。

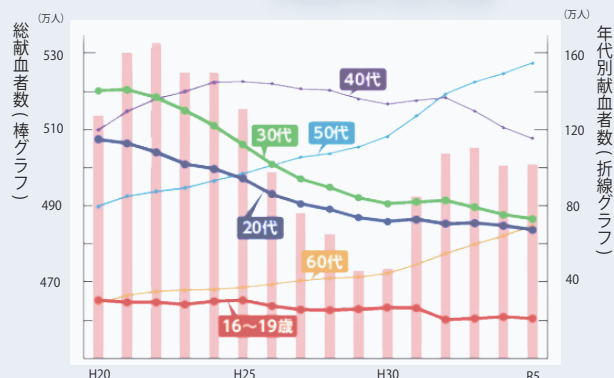
献血者の健康を守るために、次のような基準が設けられています。

献血要件

	年齢	体重	献血間隔	年間総献血量
400ml 献血	男性 17～69 歳 女性 18～69 歳	男女とも 50kg 以上	男性 12 週間後 女性 16 週間後の 同じ曜日から可能	男性 1,200ml 以内 女性 800ml 以内
200ml 献血	16～69 歳	男性 45kg 以上 女性 40kg 以上	男女とも4週間後の 同じ曜日から可能	

近年、若い世代の献血者数は減少傾向にあり、今後、少子高齢化とともに、輸血できる血液が不足するおそれがあります。

これからも安定的に血液を供給するためには、特に若い世代の献血への理解や協力が必要になります。



総献血者数と年代別献血者数の推移

日本赤十字社の「ラブラッドアプリ」の献血事前予約で、待ち時間を短くできます。ぜひアプリを利用ください。献血日程は、ホームページまたは、健康課まで問い合わせください。

ID 3984



問 健康課（ミルネ内） ☎ 88-5754



たんば食育クッキング

戦国汁



材料 4人分

A【豚バラ肉（一口大）80g こんにやく（短冊切り）60g 大根（いちょう切り）120g にんじん（いちょう切り）40g ごぼう（ささがき）80g】

油揚げ（短冊切り）1/4枚 里芋（一口大）80g 生しいたけ（薄切り）2枚 だし汁 650ml 味噌 40g ねぎ（小口切り）適量

① A を炒め、だし汁と油揚げを加えてしばらく煮て、里芋としいたけを加えてやわらかくなるまで煮る。

②味噌を加えてお椀に注ぎ、ねぎを散らす。

出典：丹波市いずみ会レシピ集

問 健康課（ミルネ内） ☎ 88 - 5082

ねんきん

国民年金保険料の免除期間などがある人へ

- 国民年金保険料の免除（産前産後期間の国民年金保険料免除を除く）・納付猶予・学生納付特例を受けていた期間は、老齢基礎年金を受けるための受給資格期間には計算されますが、保険料を全額納付した場合と比べて老齢基礎年金の受給額が少なくなります。
- 一部免除が承認され、納付をしなかった場合には未納となり、老齢基礎年金を受けるための資格期間および年金受給額に反映されませんので、ご注意ください。

なお、これらの期間で、10年以内の期間は遡って納付する（追納）ことができます。ただし、3年度目以降は加算額がつき、当時の国民年金保険料より高くなります。追納の手続きは、本庁の健康課または各支所の窓口で手続きできます。手続きの際には本人確認書類および基礎年金番号（もしくは、マイナンバー）がわかるものを持って来庁ください。



ID 6205

日本年金機構
ホームページ



問 健康課 国保年金係（本庁） ☎ 82 - 6690



読書会

おすすめの本を持ち寄り、その魅力を語り合います。

時 12月13日(土) 14時～
所 中央図書館視聴覚室
対 小学4年生以上

BOOKS
みんなで図書館に出かけよう



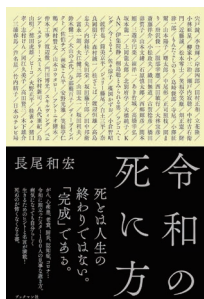
問 中央図書館 ☎ 82 - 7100

おすすめ図書

『令和の死に方』

長尾 和宏／著
ブックマン社 (2025.5)

がん、心疾患、老衰、肺炎、認知症、コロナなどにより、令和に旅立ったスター100人の見事な逝き方を紹介する。病気になっても自分らしく生きるためのヒントと名言が満載。『夕刊フジ』連載を加筆し書籍化



『きずなのパンダ タンタン』

二木 繁美／文
あかね書房 (2025.3)

神戸市に震災復興のシンボルとしてやってきたパンダのタンタン。飼育員との交流や、「日本一」と言われるほど頑張った毎日のトレーニングなど、タンタンのかわいさと人と動物のきずなを伝える、心温まるノンフィクション

スマホで読める＊電子図書館

「読み放題」の電子書籍が増えました！

みんなで一度に読むことができる「読み放題」は、読みたい時にいつでも読むことができます。今回、「読み放題」のジャンルに調べ学習に使える資料や人気漫画のノベライズの電子書籍が入りました。たんばし電子図書館のトップページ「ジャンルを探す」→「読み放題」またはバナーの「読み放題」から選ぶことができます。ぜひご活用ください。



←電子図書館
はこちら



図書・雑誌リサイクルフェア

図書館での保存期限を過ぎた図書・雑誌を無償で譲渡します。

時 12月14日(日) 10時～15時
所 春日住民センター1階大会議室

心と心をつなぐ なないろの架け橋

レインボー 教室



レインボー教室の「活動室」



ID 421

教育支援センター「レインボー」ってどんなところ？

レインボー教室では学校に行きにくい、行けなくなった子どもたちの居場所づくりのお手伝いをしています。教室での活動を通して生活リズムを整え、心や体に元気を取り戻せるよう、学校復帰や社会的自立に向けた支援を行います。

★レインボー教室を利用する児童・生徒の声★

- ・自分のペースで過ごせるし、あせらなくていい
- ・自分と同じ思いの子がいる
- ・話したくない時は、話さなくていい
- ・学校みたいな所だと思っていたけれど違った



- 対象／市内の小中学校に在籍する児童・生徒
- 場所／教育支援センター内（春日町黒井 1519 番地 1）
- 料金／無料（活動の実費は必要）
- 開設日／月曜日～金曜日 ※長期休業日も開設。短時間利用も可。
- 時間／9時30分～15時30分 ※相談受付は9時～17時

問 レインボー教室 ☎ 74 - 0710

子育てNAVI



子育て学習センター

[共通事項] 各子育て学習センターに申し込みください。子育てに関する相談も受け付けています。

♪ 柏原 ☎ 72 - 4747

すくすく広場 みんなおいでよ! ゆめっこクリスマス

12月12日(金) 10時~11時30分
柏原福祉センター

ベビーズデー de なんでも相談

12月23日(火) 10時~11時30分

♪ 氷上 ☎ 82 - 8689

青垣・氷上なかよしコラボ 親子で楽しむクリスマス会

12月4日(木) 10時~11時30分
にっこりパパママひろば

12月25日(木) 10時~11時30分

♪ 青垣 ☎ 87 - 1919

青垣・氷上なかよしコラボ みんなで楽しむクリスマス会

12月11日(木) 10時~11時30分
と子育て相談

12月18日(木) 10時~11時30分

♪ 春日 ☎ 74 - 3040

マリンバでハッピークリスマス

12月20日(土) 10時~11時30分
子育て相談 おおきくなったかな

12月17日(水) 10時~11時30分

♪ 山南 ☎ 77 - 3160

パパのX'masクッキング

12月6日(土) 10時~13時

子育てほっとサロン

12月23日(火) 10時~11時30分

♪ 市島 ☎ 85 - 3030 (代)

リフレッシュ講座

12月12日(金) 10時~11時30分

ほっこり相談日

12月19日(金) 10時~16時

♪ 子育て学習センター合同講座

ベビーマッサージ教室

12月11日(木) 10時30分~11時30分

柏原子育て学習センター

申 各子育て学習センターで申込可

子育て 児童館

♪ こうがやま児童館 ☎ 82 - 8620

こまをまわしてあそぼう

12月6日(土) 10時~11時30分

おはなし会 (各図書館)

[対象] 幼児~小学校低学年

[時間] 10時30分~

中央 ☎ 82 - 7100

12月13日(土)

12月20日(土)

12月27日(土)

柏原 ☎ 72 - 0313

12月20日(土)

柏原住民センター会議室B

青垣 ☎ 87 - 1111

12月20日(土)

春日 ☎ 74 - 1611

12月20日(土)

春日住民センター視聴覚室

山南 ☎ 77 - 0336

12月12日(金)

山南住民センターちーたんルーム

12月14日(日) ※ 13時30分~

山南住民センター集会室

市島 ☎ 85 - 2733

12月20日(土)

12月27日(土)

おはなし会

ID10396

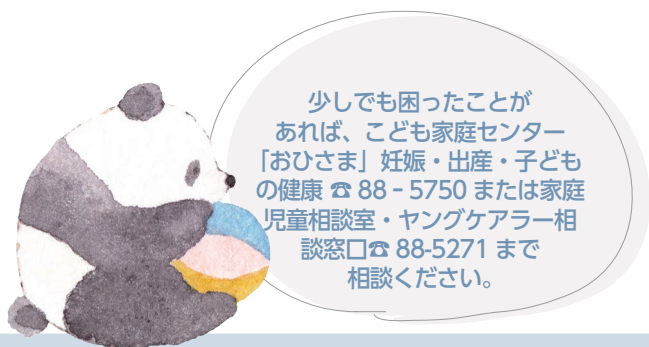


子育て PLUS1 エッセンス★

問 子育て福祉課 (ミルネ内) ☎ 88 - 5750

子育て中のお母さん、眠れていますか?

Q 仕事と家事と子育てをバランスよくこなしたいと思いますが、がんばりすぎているのか土日日はドッと疲れます。睡眠の質を高めると良いと聞きますが、そんなに効果があるのですか?



少しでも困ったことがあれば、こども家庭センター「おひさま」妊娠・出産・子どもの健康 ☎ 88 - 5750 または家庭児童相談室・ヤングケアラー相談窓口 ☎ 88-5271 まで相談ください。

A バランスよくこなすには、まさに、睡眠の質が大切です。パフォーマンスを発揮するには、「良質な睡眠」が効果的であると数多く報告されています。メジャーリーガーの大谷選手が睡眠時間を確保していることもよく話題になっていますね。良質な睡眠は、**疲労回復、代謝の調整、心血管疾患のリスクの低減、ストレス低減、情緒の安定など心身への好影響**があります。さらに認知機能や免疫機能の向上、仕事の生産性をあげると報告されています。しかし、2021年経済協力開発機構の調査では、日本人の平均睡眠時間は、各国平均よりも約1時間短く7時間22分で、33か国中最下位。日本人は女性の方が13分短いと報告されています。また、日本の3歳までの1日総睡眠時間の平均は11.6時間。最も長い国に比べて1.7時間も短い状況で、就寝時間の遅さが要因とされ、大人の影響を受けていると考えられています。厚生労働省の「健康づくりのための睡眠ガイド2023」に示されている、10分でも長い睡眠時間の確保と「**睡眠休息感***」を高めることにより、睡眠の量・質のアップを心がけてみましょう。 ※睡眠休息感…睡眠で休養がとれたと感じること

ダンスフェスタ ACT-XXIII

12/7 (日)
13時開演

ライブピアいちじま
大ホール

イラストデザイン P.N.みかん

市内や近隣地域で活動
するダンスやバレエチ
ーム計6チーム202
人が出演します。

定 500人 (先着順)

間 ネクストゼロ

☎ 85 - 3032

fax 85 - 3038

ID 11659



丹波市観光サポーターが見つけた
楽しい、おいしい、
美しい、新しい丹波

応募方法はコチラ↓

000 SATURDAY
TAMBA

ID 10566 @saturdaytamba

丹波“新”発見



@ k1_1720 さん

浄丸の滝

水分れフィールドミュージアム
☎ 82 - 5912 月曜休館

モズのはやにえ 2025

はやにえ食べて
オレの美声
聞かせてやるぜ

2025 10月22日(水)~12月21日(日)

水分れフィールドミュージアム

時 12月21日(日) まで ¥ 大人
210円 小中学生 100円
(ココロンカード利用可)

モズのはやにえを探そう!

施設周辺ではやにえを探します。
時 12月13日(土) 13時30分
~15時 定 15人 他 別途観覧料
が必要 申 電話・ホームページ



青垣いきものふれあいの里
☎ 88 - 0888 月曜休館

ミニ門松づくり



孟宗竹に松竹梅を生けてミニ門松
をつくり、お正月を迎えましょう。

時 12月25日(木) 13時~14
時30分 定 15人 ¥ 500円 持
生け花用ハサミ

申 電話 (12月
5日(金) 午前
9時から受付/
1回の電話で
1人のみ受付可)

ID 1374



丹波布伝承館

☎ 80 - 5100 火曜休館

糸紡ぎ体験

綿から糸を紡ぎます。初心者の方
にもわかりやすく指導します。

時 12月13日(土) 10時~16
時 ¥ 1,200円 申 電話

ID 9731



クリーンパーク丹波
☎ 78 - 9999



サンドブラスト教室

時 12月11日(木) ①9時30分
~②13時~ (各回120分) 定 各
回8人 定 300円 持 好きな図案(縦
15cm×横20cm)、絵付けしたいガ
ラス製品(ある場合のみ)

ガラスフュージング教室

時 12月12日(金) ①9時30分
~②13時~ (各回120分) 定
各回4人 定 500円 持 ガラスを冷
却する時間が必要なため、完成品の
引き取りは後日になります。

とんぼ玉教室

時 12月17日(水) ①10時~②
13時30分~ (各回150分) 定
各回6人 定 1,500円 持 エプロン

※その他エコキャンドル教
室、エコクッキング教室も開
催→

ID 3096



たんば おでかけ NAVI

PICK UP!

イベントを厳選して紹介☆チェックしてでかけよう！



丹を味わいつくせ
秋の丹波
Go×Go×Go
キャンペーン

12/31 まで

たんばコインが当たる！
A賞：20,000円分 10人
B賞：10,000円分 50人
C賞：5,000円分 20人
ほか



デジタル
マップ



ID 9094

問 観光課（春日庁舎内）

☎ 88 - 5115

たんば オーガニックフェア 2025

と き 12月20日（土）

10時～15時

ところ 丹波の森公苑



@tambaorganic

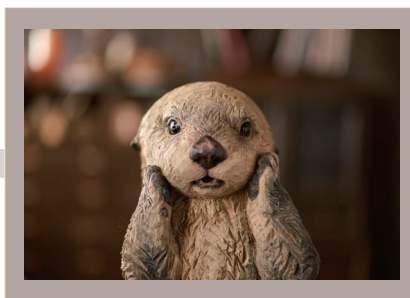
映画「夢見る給食」の上映&トークショー

定 650人

マルシェでは、市内の有機農家と飲食店がコラボした商品や、地域や自然とのつながりを感じられるワークショップなどが多数出店します。

詳しくは、市のホームページなどを確認ください。

問 農林振興課（春日庁舎内） ☎ 88 - 5028



ようこそ、うえびへ。
WELCOME TO

UEBI



問 植野記念美術館 82-5945

はしもとみお木彫展

いきものたちとの旅 ～太古への冒険～

12/7

（日）まで

①担当学芸員によるギャラリートーク

時 11月29日（土）14時～14時30分

定 10人

②うえびファミリー DAY

なぞときクエスト

家族での美術館デビューを応援！
美術館にひそむ「なぞ」をとり、
すてきな記念品をもらおう！

時 会期中毎週日曜日

10時～17時

美術館で
待ってるよ



「いきものたちとの旅」をテーマに
兵庫県出身の彫刻家・はしもとみお
さんの個展を開催しています。ア
トリエからはじまり、森や海そし
て街など、いきものたちが暮らす
風景を旅するように展示室を巡り
ます。丹波竜を題材とした新作は
関西初公開です。



はしもとみお「タンパリン（丹波竜）」（部分）

2024年 Photo:Chiho Oki

他の作品画像の撮影は

Photo: Takahide Urata ID 647



①②いずれも参加費無料（別途観覧料が必要）

¥ 大人 800円 / 大学・高校 400円 / 小・中 200円

※ココロカード可





もみじ賞・かたくり賞を表彰

永年にわたり、市の発展に寄与された方など 18 人に対して、その功績をたたえ、令和 7 年度のもみじ賞とかたくり賞が贈られました。受賞者は以下のとおりです。

もみじ賞（功労者表彰）

垣内^{ひろあき}廣明さん、西脇^{ひでたか}秀隆さん、十倉^{よしあき}善隆さん
 河津^{りゅうじ}龍二さん、伊賀^{よしき}義樹さん、久下^{たくろう}拓朗さん
 野垣^{かつみ}克己さん、余田^{すすむ}晋さん、中道^{ちよこ}知代子さん
 大木^{たつし}辰史さん、久下^{たかし}隆史さん、篠崎^{まさひろ}昌裕さん
 植野^{こうぞう}浩三さん、森奥^{かすよ}和代さん、高見^{よしあき}善隆さん
 足立^{えいいつ}榮逸さん、大下^{すすむ}亨さん

かたくり賞（善行者表彰）

足立^{よりあき}頼昌さん



武者行列に魅了されて 織田まつり

10 月 19 日、柏原地域で織田まつりとうまいもんフェスタが行われました。毛槍^{けやり}などを持った奴^{やつこ}を先頭に甲冑^{かっちゅう}をまとった武者のほか、かわいい子ども武者や姫^{ひめ}たちが総勢 100 人ほどで練り歩き、沿道にはカメラを持った人や、秋の味覚を片手に行列に見惚れる人までにぎわいました。

Machikado - Topics

まち☆とび



歌道谷用地の譲受事業者決定を報告

10 月 27 日、たんば黎明館で、大和特殊鋼株式会社との歌道谷用地の譲受事業者決定の報告会が行われました。面積は 35,109.77 ㎡。報告会で山本^{まさひろ}正廣代表取締役は、「この土地をわが社の躍進の足掛かりにしたい。我々の企業活動が丹波市の地域活性化の一助になれば」と語っていました。



みんなで元気に「わっしょい！」

10 月 29 日、子育て学習センターの合同事業「秋祭りだよ 全員集合！」が、ポップアップホールで開催され、市内の親子連れなど約 200 人が参加しました。親子でうちわや法被^{はっぴ}づくりを楽しんだ後、手づくりみこしのひもを元気よく引っ張りながら会場内を練り歩き、手遊び歌などを楽しみました。



来場者といっしょに 111 個の丹（まごころ）のあんバターサンドを
 一斉に食べるイベント（上）

全国の道の駅が大集合！ 道の駅まつり・シンポジウム開催

11 月 1 日（土）、丹波の森公苑で、道の駅まつり with
 いい丹波と第 13 回全国「道の駅」シンポジウム in 丹波
 が開催されました。全国から 35 の道の駅が出店し、会
 場は大にぎわいでした。シンポジウムでは基調講演やパ
 ネルディスカッションを通じ、道の駅の役割やこれから
 の展望について意見が交わされました。



滝澤さんが地域おこし協力隊に就任

11 月 1 日、滝澤仁悟（じんご）さんが地域おこし協力隊に就任し
 ました。今後、地域や関係団体と協力し、大学との連携
 をさらに深めることで関係人口の拡大と地域の魅力化に
 むけた取組を行います。



道の駅ブースでは、道の駅のもい（北海道留萌市）のホタ
 テ焼きが 1 時間待ちの行列で昼前には売り切れるなど、
 どのブースも売り切れ続出の大盛況でした（上）。ステー
 ジには、観光アンバサダーの新木宏典さんが登場。氷上高
 校生なども出場した丹（まごころ）のやさしいクイズ選手権
 （中央）や、もちまきなどが行われ、インスタグラマー岩田
 瑞希さんが総合司会でイベントを盛り上げました（左下）。
 シンポジウムでは、最後に林市長による決意表明が行われ
 ました（右下）。



173 体が疾走！ティラノサウルスレース

10 月 18 日、丹波年輪の里でティラノサウルスレースが
 開催されました。おなじみの恐竜の着ぐるみを着たレー
 スのほか、ボクシングエクササイズや障害物競走、やり
 投げなどが行われ、会場は盛り上がりしました。





対象：小学1年生～6年生
 員：男子23人、女子3人 計26人
 練習：土曜日9時～17時
 日曜日8時30分～正午
 場所：西小学校グラウンド
 費：月額3,000円
 代表：大西直樹
 問合せ先：☎090-2280-5686 (大西)

チームの詳細はこちら/



いっしょにスポーツしよう TAMBA ★ KIDS

氷上ドリームスは、今年で創設10周年を迎えた学童野球チームです。野球が大好きな子どもたちが、日々練習に励んでいます。「心を一つに全力プレー」をスローガンに、最後まであきらめない粘り強さとチームワークを大切に活動しています。10月には、目標の一つだった県大会に、丹波市の代表チームとして出場しました。一人ひとりが力を出し切り、目標に向かってチームが一丸となって戦い、心に残る試合になりました。これからも、応援して下さる人々への感謝を忘れず、一勝でも多く勝つことができるように成長していきます！

入部の時期はみんながうけれど、
 たくさんの試合や練習を通して、う
 れしさや悔しさを一緒に経験してき
 きた大切な仲間です。
 ぼくたちが大好きな野球の楽しさを、
 みんなに知ってもらいたいです！



紹介者 氷上ドリームス6年生

前列左から 大西愛翔くん、谷川星くん、北野瑛之介くん
 後列左から 藪野修伍くん、藪野恵伍くん、畑遼太郎くん、足立樹くん



指名後に会見を行う早瀬投手 (丹波新聞社提供)

丹波市から54年ぶりのプロ野球選手が誕生！ 早瀬翔投手が阪神からドラフト4位指名

10月23日、プロ野球ドラフト会議が行われ、丹波市氷上中学校出身で神村学園（鹿児島県）の早瀬翔投手が、阪神タイガースから4位で指名を受けました。丹波市出身のプロ野球選手は元近鉄バファローズの佐々木恭介さん以来、54年ぶりの快挙です。甲子園や高校日本代表で躍動した早瀬投手の今後のプロ野球での活躍が期待されます。



白山恐竜パーク白峰で化石の説明を受けるこども恐竜大使たち

恐竜を通じて子どもたちが交流 こども恐竜大使が石川県白山市を訪問

10月25日から27日の間、こども恐竜大使7人が竜学として、石川県白山市を訪問しました。白山恐竜パーク白峰などの施設を見学し、地層や化石について学んだほか、現地の子どもたちと学習成果を発表し合い、交流を深めました。

※11月30日の丹波竜フェスタでもこども恐竜大使による活動報告が実施されます。



梅澤 英寿ちゃん
R 4.11. 3 氷上町稲畑

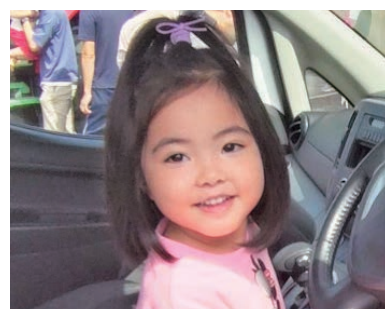
Happy Tamba はぴ★たん



NewBorn & Birthday Photo



山口 莉奈ちゃん
R 6.11.13 柏原町南多田



富岡 樹莉亜ちゃん
R 2.11. 4 春日町平松



垣崎 瑛那ちゃん
R 7.10. 7 山南町井原



足立 結人ちゃん
R 4.11.25 氷上町賀茂

はぴたん写真 大募集！

このコーナーでは、新生児や誕生日を迎える子、新婚さんを紹介します。公式 LINE で毎月 20 日前後に「はぴたんクーポン」を配信しています。

友だち登録はこちらから→



休日応急診療所当番医

- 12月 7日(日) 塩見亮司(脳神経外科)
- 12月 14日(日) 和久晋三(内科)
- 12月 21日(日) 田中健雄(内科)
- 12月 28日(日) 大西則久(内科)
- 12月 31日(日) 野村俊之(内科)

■受付 8時30分～11時30分
13時～16時30分

■ところ 健康センターミルネ1階

※必ず来院前に☎ 88-5800 へ電話ください。

☎ 健康課(ミルネ内) ☎ 88-5754

TAMBA★KIDS 掲載チーム募集

「いっしょにスポーツしよう」のコーナーでは、掲載チームを募集しています。自薦他薦は問いません(部活動も可)。掲載希望の方は、応募フォームから申し込みください。

応募フォーム



詳しくはこちら



ID 7108

☎ 総合政策課 ☎ 82-0916

マイナンバーカード時間外交付

- 11月 22日(土) 9時～正午
- 12月 11日(木) 17時30分～19時
- 12月 18日(木) 17時30分～19時
- 12月 27日(土) 9時～正午

■実施場所 木曜日：市民安全課・各支所 ☑ 前日
土曜日：市民安全課 ☑ 2日前

毎月第4土曜日は休日開庁日

11/22 土 12/27 土

時 9時～正午 所 市民安全課のみ

■取扱業務 住民票、戸籍謄(抄)本、印鑑登録、印鑑登録証明書、住民票、戸籍に関する諸証明書、マイナンバーカードに関すること

※電子証明書の更新は平日各支所でも行えます。

※転入・転出の届出、税務証明の発行は対象外

☎ 市民安全課 ☎ 82-2002





の丹 森波

丹波の自然と文化は「住民共有の財産」 すばらしい地域を未来へとつなぐために

幾重にも連なる山々とのどかに広がる田園風景。総面積の約75%を森林が占める丹波地域は、「丹波の森」と呼ばれ、美しい自然景観や特色ある伝統文化が大切に受け継がれてきました。

宣言から30年以上つづく 丹波ならではの森づくり

未来へとつなぐための 「丹波の森創造プラン」

昭和62年。当時、丹波地域には、JR福知山線の複線化や舞鶴自動車道の開通、ホロンピア'88の開催など急激な都市化の波が押し寄せ、開発が進むものとしていました。そのような中、丹波地域の自然や文化、人のつながりなど、地域の大切な財産を守りながら、人と自然と文化が調和した丹波らしい発展をめざして、河合雅雄氏らにより「丹波の森構想」が提唱されました。

この想いに、2万1,616世帯が賛同し、丹波の森1,000人大会で「丹波の森宣言^{※1}」を採択。以来、まちづくりにおける大切な指針として、丹波ならではの森づくり(Ⅱ地域づくり)が行われ、宣言から30年以上が経過した今も、豊かな自然や農村環境、美しい景観、人々の営みなどが大切に受け継がれています。

丹波地域では、平成19年に、人と野生動物と自然の調和と共存をめざして兵庫県森林動物研究センターが開設され、桜つみ回廊やたんばオーブンガーデン、街角コンサートなど、景観を守り、人と自然が調和した住民主体の地域づくりが行われてきました。

しかし、野生動物との共生や環境破壊が大きな社会問題となっており、丹波の森づくりの理念は、今後ますます大切になってくると思われます。そこで、「丹波の森宣言」や森づくりへの想いをみんなで共有し、未来へとつなぐため、丹波の森協会では「丹波の森創造プラン^{※2}」をまとめました。これからも、すばらしい地域を子どもたちに継承するため、みんなで丹波の森づくりに取り組んでいきましょう。

地方創生やSDGsの言葉すらない時代に、このような考え方が取り入れられたことはとても画期的で、現代の地方創生の先駆けとも言われています。

「丹波の森創造プラン」で未来へつなごう^{※2}

30年以上にわたって行われてきた「丹波の森」づくりをさらに推進し、未来へとつなぐため、「丹波の森創造プラン」にまとめました。

宣言 1

丹波の健全な発展をそこうような自然破壊は行わず、森を大切に守り育てます

- ①丹波らしい土地利用
- ②山を守り育てる
- ③川や水辺を守り育てる
- ④農地を守り育てる
- ⑤野生動植物と共生する

宣言 2

丹波の自然景観を大切にし、花と緑の美しい地域づくりを進めます

- ⑥丹波らしい景観形成を進める
- ⑦自然を体感する
- ⑧丹波の景観を楽しむ
- ⑨花を飾りもてなす

宣言 3

丹波の文化景観及び歴史的遺産を大切にし、個性豊かな地域文化を育てます

- ⑩文化歴史を大切にし、広く発信
- ⑪恐竜が生きた大地
- ⑫芸術・文化・スポーツを楽しむ

宣言 4

丹波の素朴さと人情を大切にし、安らぎと活力に満ちた地域づくりを進めます

- ⑬もりびとになってふるさとを元気に
- ⑭丹波ブランドを育成
- ⑮丹波ファンを拡大、交流促進
- ⑯国際化に対応
- ⑰安心安全な地域づくり
- ⑱集落に暮らし、未来につなぐ



丹波の森宣言^{※1}

人と自然と文化の調和した 地域づくり

丹波の自然と文化は、現在及び将来にわたる住民共有の財産であって、これを維持発展させることは私たちに課せられた重大な責務です。今、私たちはこの責務を強く自覚し、お互いに力を合わせ、自然や文化を大切にしながら、これらを生かした「丹波の森」づくりを、次のように進めることを宣言します。

1. 丹波の健全な発展をそこうような自然破壊は行わず、森を大切に守り育てます。
2. 丹波の自然景観を大切にし、花と緑の美しい地域づくりを進めます。
3. 丹波の文化景観及び歴史的遺産を大切にし、個性豊かな地域文化を育てます。
4. 丹波の素朴さと人情を大切にし、安らぎと活力に満ちた地域づくりを進めます。

昭和63年9月採択