Sep.2026

Tamba 9

もっとこのまちがすきになる　広報たんば



[Contents]

表紙・まちとぴ　愛宕祭～たくさんのペットボトルでつくった伝統の「造り物」～

特　集　いきいき百歳体操 ～最高齢 105 歳の芦田さんにインタビュー！～

今月の NEWS　認定こども園やアフタースクールなどの入所申込がはじまります

下水道を正しく使いましょう

ペットを飼うときは最後まで愛情と責任を持ちましょう

まちとぴ　熊本県御船町への災害派遣職員による活動報告　ほか

裏　表　紙　大恐竜展　世界初公開！「～新発見の堅頭竜類ザヴァケファレ～」

広報紙はホームページやLINEでも見ることができます。

丹波市公式ホームページはこちら



[表紙写真] 愛宕祭で大学生が人気アニメをイメージし、たくさんのペットボトルを材料にして制作した「造り物」
タイトルは「Remember Me ～受け継ぐ灯り～」

いきいき百歳体操

最高齢105歳の芦田さんにインタビュー！

丹波市では、高齢者の「健康増進」と「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。
今回の特集では、市内のいきいき百歳体操参加者の中で最高齢で、鴨内体操サロン（氷上地域）に参加している芦田久雄（ひさお）さんに話を聞きました。

問 高齢者あんしんセンター（第2庁舎内）☎88-5267



いつから体操に参加していますか？

鴨内体操サロンで最初に開催されたときから参加しています。今回の体操で325回目の参加になります（7月22日時点）。
体調を崩していた時期もありましたが、今は元気になり、その期間を除いて、ほぼ毎回参加をしています。





いきいき百歳体操の魅力は？

高齢になるとどうしても自宅にこもりがちになってしまいますが、いきいき百歳体操があると、外出するきっかけになります。
いきいき百歳体操はビデオを見ながら音楽に合わせて行うので、自然と身体を動かせます。また、みんなでいっしょに体操をすることで、しんどく感じても「あと一回がんばろう」という気持ちになります。
公民館に行くとみんなの顔を見ることができ、最近あったことなどを話すのも楽しみです。



これからの意気込み

自分よりも年上の人を知っているので、まだまだ頑張らないといけないと思っています。
趣味で墨彩画（ぼくさいが）を描いており、その作品づくりも続けたいので、この先も健康で活動できるように、いきいき百歳体操を継続していきたいです。


いきいき百歳体操の魅力や趣味の墨彩画について話す芦田さん


芦田さんが描いた墨彩画の作品

10周年を迎える団体に市から表彰を行っています！


芦田さんの所属する鴨内体操サロンも今年度に10周年を迎えられました。

10周年を迎える団体のみなさん

【柏原地域】
屋敷老人クラブ松寿会
柏原町婦人会

【氷上地域】
健康体操しよう会
下新庄寿会
領町高齢者の会
かたくりの会
いきいき百歳体操をする会（田中）
中央地区自治振興会
鴨内体操サロン

【青垣地域】
上町自治会
さくら
大名草いきいき会
愛宕荒神百歳体操
芦田自治振興会

【春日地域】
上ゲ町ふれあいいきいきサロン
常若会（芝町老人クラブ）
東中百寿会
上三井庄いきいきふれあいサロン
棚原老人クラブ
黒井地区自治協議会
喜楽会

【山南地域】
村森自治会
陽喜会（谷川3区老人クラブ）
谷川2区いきいきサロン
和田中町いきいきサロン
梶自治会「いきいき百歳体操」の会
谷川6区いきいき会
北和田老人クラブ

【市島地域】
東勅使和光会
上田自治会

アンケートから見る

いきいき百歳体操

令和７年 12 月末時点でいきいき百歳体操を実施している団体の代表者（お世話役の人）を対象に実施状況やその効果などについてアンケートを行いました。

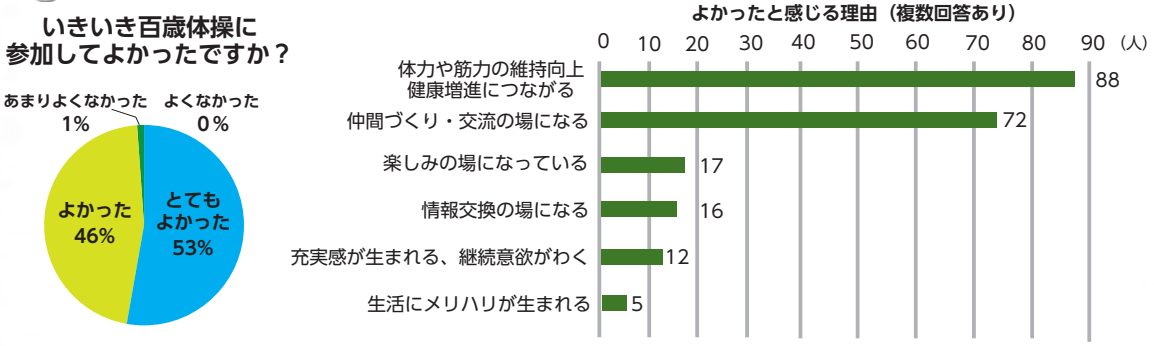
基礎データ（市内全体）

・団体数　202 団体
・参加人数　2,453 人

65 歳以上人口に占める参加率 **11.2%**
※半分以上の団体で **90 歳以上**の人が体操に参加しています。

【男女の割合】
男性 17.1%
女性 82.9%

いきいき百歳体操に参加して「よかった」と感じる理由



日常生活の中で感じるいきいき百歳体操の効果（抜粋）



筋肉がついたのを実感している、身体が軽くなった、家事がしやすくなった
階段の昇降や立ち座りが楽になった、つまづきが少なくなった
杖やシルバーカーが不要になった、むせることが少なくなった

いきいき百歳体操といっしょに行っていること

・茶話会（さわ）を開催：55.4%
・認知症予防（脳トレなど）の取組を実施：36.6%

体操をするだけでなく交流の場になるよう工夫し、活動されています。
その他にもグラウンドゴルフや囲碁ボールなどのスポーツ、誕生日会などのレクリエーションを行っている団体もあります。



いきいき百歳体操を始めるには、市への申込が必要です。詳しくは市ホームページを確認いただくか、高齢者あんしんセンター（第２庁舎内）☎ 88 - 5267 へ問合せください。
※いきいき百歳体操は高齢者だけでなく若い人も年齢に関係なく行うことができます。

ID 2934

「お口の健康」を一緒に考えよう！



いきいき百歳体操を行っている団体に、歯科衛生士が出向いて「お口の健康」についてお話をしています。希望される場合は高齢者あんしんセンターへ問合せください。



やってみよう！

「吹きもどし」を使ったトレーニング

①大きく腹式呼吸をして息を整えます。
②吹きもどしを一気に吹き、伸ばします。
③吹き伸ばしたまま２～５秒、戻らないように吹き続けます。
１日 10 回、続けてがんばりましょう！



ID 1820

1 認定こども園やアフタースクールなどの入所申込がはじまります

認定こども園などの入所申込受付

令和9年度に認定こども園などの施設へ入所を希望する乳幼児の申込受付を開始します。すでに入所している場合も、現況確認のため書類の提出が必要です。

■対象　おおむね生後6カ月の乳児から就学前までの子ども
■認定区分　区分表のとおり
■提出書類　区分表のとおり
■受付期間
①1号認定　9月28日（月）～10月2日（金）
②2・3号認定　10月5日（月）～11月2日（月）
■受付場所　第1希望の施設
※やむを得ない場合は、こども育成課でも受付ができます。
※申込時点で市外に住所がある転入予定者に限り郵送可能。配達の記録が残る方法でこども育成課宛に郵送してください。
■その他　施設の定員や保育教諭などの配置により、希望施設への入所が困難な場合があります。

年度途中で満3歳児となる1号認定での入所については、こども育成課まで相談ください。

【区分表】

区分	要件	入所できる施設	提出書類
1号認定	満3歳以上で標準時間の教育を希望する場合	認定こども園	支給認定（現況届）申請書兼利用申込書
2号認定	満3歳以上で保育を必要とする場合	認定こども園	①支給認定（現況届）申請書兼利用申込書 ②事由を証明する書類
3号認定	満3歳未満で保育を必要とする場合	認定こども園または小規模保育施設	①支給認定（現況届）申請書兼利用申込書 ②事由を証明する書類

※必要書類は各施設、こども育成課に備えつけています。市ホームページからもダウンロードできます。

アフタースクールの入所申込受付

令和9年度にアフタースクールへ入所を希望する児童の申込受付を開始します。

■対象　市内在住の小学生
■受付期間　9月28日（月）～11月2日（月）
※年度途中に入所を予定している場合も、期間内に申し込みいただけます。
■入所要件　保護者が就労や介護などで、放課後もしくは長期休業中に、家庭で適切な保育ができないこと
■提出書類
①「アフタースクール入所申込書兼児童台帳」
②就労証明書などの「保育ができない状況を示す証明書」
※様式は、各アフタースクール、こども育成課、各支所窓口に備えつけています。市ホームページからもダウンロードできます。
■受付場所　各アフタースクールまたはこども育成課
■その他　1日のみ利用する「一時預かり」（要事前申込）の制度もあります。ただし、利用状況によりお断りする場合があります。
※詳しくは、「アフタースクール入所のご案内」をご覧ください。



■ 認定こども園　入所申込
問こども育成課　認定こども園係
（山南庁舎内）☎88 - 5083
ID 13330

■ アフタースクール　入所申込
問こども育成課　アフタースクール係
（山南庁舎内）☎88 - 5751
ID 9356

2 下水道を正しく使いましょう

問 下水道課 ☎74-0224

近年、下水道管を詰まらせるトラブルが相次いでいます。原因の多くは、本来、流してはいけないものの流入です。特に次の3点は、下水道に流さないよう注意してください。

①生ごみ・油など

台所から出る生ごみや油などを流すと、下水道管が詰まるだけではなく処理施設で十分に処理できず、川を汚す原因にもなります。油は布や紙にしみこませて、「燃やすごみ」として適切に処分しましょう。

②水に溶けないティッシュペーパーや掃除用シートなど

トイレにティッシュペーパーや掃除用シートなどを流すと、宅内排水管や下水道管が詰まる原因になります。トイレットペーパーまたは水に溶けるティッシュペーパー以外は流さないようにしましょう。

③雨水

下水道に流せるのは汚水のみです。宅地内の屋根や庭に降った雨水が下水道管に流れると、各家庭から出る汚水の流れが妨げられたり、逆流が発生する原因にもなります。雨どいが誤って下水道管に接続されていないか今一度ご確認ください。

トイレ等が故障したとき・雨水が下水道に流れているときは

トイレや宅内排水管の詰まりなどが自身で直せないときや、雨水が誤って下水道管に流れている場合は、市の指定工事店に修理を依頼してください。

排水設備指定工事店

丹波市版マンホールカード無料配布中！

私たちの生活を24時間支えている下水道をもっと身近に感じていただくため、丹波市オリジナルのマンホールカードを無料で配布しています。

配布場所 かいばら観光案内所（☎73-0303）
※定休日：毎週火曜日、年末年始
配布時間 10時～16時
※下水道課では配布していません。



3 ペットを飼うときは最後まで愛情と責任を持ちましょう

問 環境課 ☎82-1290

ペットは大事な家族の一員です。周囲に迷惑をかけないように、次のことに注意して、最後まで責任を持って飼いましょう。

糞尿は飼い主が責任を持って片付けましょう

犬を散歩させるときは必ずリードでつなぎ、水やスコップなどを携帯し、飼い主が責任を持って糞尿を片付けましょう。

飼い猫には不妊去勢手術を行いましょう

猫は繁殖力の強い動物です。子猫が増えすぎて管理できなくならないように、早めに不妊去勢手術をしましょう。また、猫を屋外に出すと、近所に糞や尿をして迷惑になったり、交通事故で命を失うおそれがあるので、室内で飼いましょう。

9月20日から26日は動物愛護週間です



ペットが迷子になったら必ず連絡しましょう

■兵庫県動物愛護センター ☎06-6432-4599
■丹波警察署 ☎72-0110
■環境課 ☎82-1290

迷子に備えて犬には鑑札と狂犬病予防注射済票を、猫には迷子札を付けてください。

むやみにえさを与えるのはやめましょう

野良猫にえさを与えると、猫が集まり周囲に迷惑をかけるだけでなく、繁殖して子猫が生まれ、殺処分される不幸な猫を増やすことになります。

動物の遺棄・虐待は犯罪です

動物の遺棄や虐待は法律で禁止されており、違反すると厳しい罰則が適用されます。

←市ホームページのID検索で詳細情報にアクセス

10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 来庁 9時-16時30分 電話 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	山南住セ7日、青垣住セ8日、本庁舎13日、愛育ピア14日、春日住セ20日、柏原住セ21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		青垣住セ8日、山南住セ19日	柏原人権擁護委員協議会 ☎72-0176
常設相談		水曜9時-16時 神戸地方法務局柏原支局	
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	柏原住セ8日 ライフピア22日 13時30分-16時	
	休日 要予約	市民プラザ4日 10時30分-16時	
女性のための悩み相談（予約優先）		市民プラザ24日 ①10時30分②11時30分③12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9時-16時30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-16時30分	人権啓発センター ☎82-0242
性的マイノリティメール相談		件名を「丹波市にじいろ相談」として、メールアドレス「tamba-lgbt@qwrc.org」に送信	

医療・健康・年金相談

相談名	場所・日時	予約・問合せ
小児救急医療相談	17時30分-翌8時 土日祝年末年始は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9日 青垣住セ20日 山南住セ23日 春日住セ26日 9時30分-11時 ※「減塩相談」同時開催	健康課 ☎88-5082
12月の出張年金相談（予約受付11/2～11/26）要予約	氷上住セ12月3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27日 14時-16時	高齢者あんしんセンター ☎88-5267
認知症介護者のつどい「ほっと」	ハートフルかすが23日 10時-正午	
若年性認知症定期相談会	第2庁舎9日 13時30分-15時30分	
福祉まるごと相談	第2庁舎 平日 9時-16時30分	社会福祉課 ☎0800-200-3393（フリーダイヤル）
くらしとお金の相談 要予約	第2庁舎16日、30日 13時-16時	
ニート・ひきこもり相談 要予約	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
ふくしの法律相談会 要予約	第2庁舎 8日 10時-正午	権利擁護支援センター「よりそい」 ☎0120-686-111

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1日、15日 13時-15時50分	丹ワークサポートたんば ☎74-3660
各種就労相談 要予約	春日庁舎 若者就職相談8日、22日 ママパパ就職相談9日 高齢者キャリア相談14日 Uターン就職相談16日 高齢者就労相談21日 障がい者就労相談23日 履歴書（職務経歴書）作成セミナー29日	
農地相談 要予約	山南住セ・ライフピア13日 氷上住セ・青垣住セ14日 柏原住セ・春日庁舎15日 13時30分-14時	農業委員会事務局 ☎74-1504 ※前日までに予約

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（予約受付10/30まで）要予約	春日住セ11月7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
無料登記法律相談	柏原住セ15日 13時30分-16時	常石司法書士事務所 ☎86-0772 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

ひとりで悩まず、まずは相談を！

「どこに相談していいか分からない悩みがある…」「ひきこもりがちで、なかなか社会とのつながりがつくれない…」「身寄りがなく将来に不安がある…」など、日々の暮らしの中でこうした制度の枠に収まらない複雑な困りごとや、どこに相談すべきか迷う悩みを抱えていませんか？
市では、高齢、障がい、子ども、困窮といった枠を超えて、まるごと相談を受け止め、**地域全体で支え合う**「重層的支援体制整備事業」に取り組んでいます。また、身近に「最近、様子がおかしいな」という人がおられましたら、早めに市の窓口や身近な相談機関までお知らせください。
日頃のちょっとした挨拶や、近所での「気配り」「声かけ」など、地域での温かなつながりが、孤立、孤独を防ぐ大きな力になります。

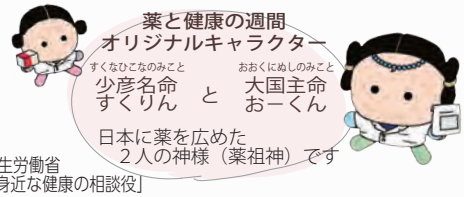
福祉まるごと相談 ID 10414
重層的支援体制整備事業 ID 10415

問 社会福祉課 福祉まるごと相談 ☎0800-200-3393

どんな時でも頼れる
かかりつけ薬局・薬剤師を持ちましょう

《10月17日～23日は薬と健康の週間》

なんでも相談できる かかりつけ薬局や薬剤師がありますか？
薬の情報をひとつの薬局にまとめることで、服薬状況がしっかり把握され、複数の病院で受け取った薬や市販薬の飲み合わせをお薬手帳を活用して管理し、安全を守ることができます。薬の副作用で困ったときに、いつでも気軽に相談することができるので、かかりつけ薬剤師のいる薬局を持つことをおすすめしています。



厚生労働省「身近な健康の相談役」

問 健康課（ミルネ内）☎ 88-5754

3R リデュース　リユース　リサイクル
Re ～リサイクルの行方～

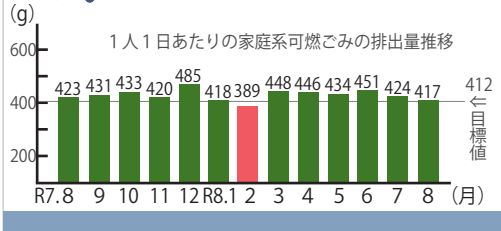


出した資源はどこへ？～金属編～

クリーンセンターに搬入された金属類（粗大ごみや金属製品）は、種類ごとに選別・処理されます。金属類は、破砕した後、「**破砕鉄**」と「**破砕アルミ**」に選別され、一部は小型家電に選別され、**資源**として再生工場へ搬出されます。例えば、**鉄は**建築資材や自動車部品など、**アルミも**同様に自動車部品やアルミ缶など新たな製品に生まれ変わります。このように、皆さんが分別して出した資源は、さまざまな製品として再び私たちの暮らしの中で活用されます。
金属類の収集は月１回のため、家庭で保管する期間が長く、溜まりやすいですが、**大切な資源**として再利用されますので、他のごみと混ぜずに分別して出してください。限りある資源を有効に活用するためには、一人ひとりの正しい分別が欠かせません。皆さんの協力が資源の循環と環境保全につながります。
これからも適切な分別にご協力をお願いします。

みんなで家庭ごみ減量チャレンジ！





●1日あたりのごみの排出量目標値
1人412g
●1日あたりのごみ排出量
1人417g（－7g）
※（ ）内は前月比

問 環境課（クリーンセンター内）☎ 78 - 9999

消費生活NEWS

多重債務に注意

複数のクレジットや消費者金融などの無計画な利用によって借金や利息が雪だるま式に増え続け、多重債務に陥る人が増えています。夜逃げや自殺などの取り返しのつかない状況になる人も、決して少なくありません。自分の収入や財産で返済ができなくなっても、その返済にあてるための新たな借金をしてはいけません。その借金が多重債務の始まりであり、悪循環を招いて問題が深刻になります。
個人の知識や努力だけで多重債務を解決するのは、とても難しいです。どの債務整理の方法が適切かは、債務の状況に応じて**法律の専門家の高度な判断**が必要になります。自分に合った解決方法を早く見つけて、生活を立て直しましょう。

ID 12358

問 消費生活センター（市民安全課内）☎ 82 - 0996

10月1日は浄化槽の日

「清掃」「保守点検」「法定検査」で適正な管理を！

法令により、浄化槽の清掃は1年に1回以上、全ばっ気方式の浄化槽は半年に1回以上清掃が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。

問 環境課 ☎82 - 1290

9月21日から30日は秋の全国交通安全運動

秋は日没時間が急に早まります。一人ひとりが交通ルールを守り、歩行者や自転車を運転する人は「反射材用品」等の着用を、ドライバーの人は「早めのライト点灯」を徹底し、交通事故のないまちをめざしましょう。

問 市民安全課 ☎82 - 0250

交通安全ポスターで県最優秀賞

ホームページ

令和7年度 児童・生徒の交通ポスターコンクールで園田悠馬（そのだゆうま）さん（青垣中1年生）が最優秀賞を受賞されました。作品は（一社）兵庫県交通安全協会ホームページを確認ください。

講　座

たんば人権講座を開催

申込フォーム

ID 12462

演題 部落差別と女性差別の交差～部落女性の解放運動からみえる私たちの世界～

内 部落と女性、2つの差別に負けず生きる姿から、誰もが差別されない社会について考えます。 時 11月6日（金）19時～21時

所 柏原住民センター

講 熊本理抄（りさ）さん（近畿大学人権問題研究所教授） 定 50人 〆 10月30日（金）

申 申込フォーム、電話、fax

他 まちぽ対象

問 人権啓発センター（氷上住民センター別館内） ☎82 - 0242　fax 82 - 4086

ちょっと自慢できる男性の料理教室

ID 13403

時 11月14日（土）10時～13時

所 春日住民センター 調理実習室

対 市内在住または在勤の男性

講 男の家事教室・カジオス尾上元彦（おのうえもとひこ）さん

定 15人（先着順） ¥ 1,000円

持 エプロン、三角巾、マスク、タオル、飲み物 献立 土鍋で炊（た）くごはん、具だくさん豚汁、にんじんシリシリ

申 電話、申込フォーム

問 男女共同参画センター（市民プラザ内） ☎82 - 8684

はじめてのスマホ教室

申込フォーム

ID 12461

時 10月20日（火）13時30分～15時

所 氷上文化センター

講 芦田集学校 校長 小田和希（かずき）さん

定 15人（先着順） 持 スマートフォン

申 電話・申込フォーム 他 まちぽ対象

問 氷上文化センター☎82 - 1064

募　集

オクトーバー・ラン&ウォーク2026 in 丹波市 参加者を募集

ID 11342

市では、毎年10月の最終日曜日を「丹波市スポーツの日」と定めており、今年も『オクトーバー・ラン＆ウォーク2026 市町村対抗戦』に参戦します。

内 参加者がスマートフォンアプリを利用し、10月（1カ月間）のウォーキングの歩数やランニングの距離を競います。

時 10月1日（木）～31日（土）

〆 10月31日（土）

申 専用のスマートフォンアプリをインストールして登録

他 まちぽ対象、参加特典あり

問 文化・スポーツ課（春日住民センター内） ☎88 - 5057

丹波市ふれあいスポーツの集い参加者募集

申込フォーム

ID 11570

パラスポーツ・ニュースポーツ体験イベントを開催します。

時 11月7日（土）9時30分受付（9時50分開会）

所 柏原住民センター アリーナ・丹波の森公苑 芝生広場

対 市内在住、在学、在勤のパラスポーツに興味のある人

種目 ①ボッチャ②モルック③卓球バレー④囲碁ボール⑤ニュースポーツミニ体験コーナー 〆 10月9日（金）

申 申込フォームまたは申込用紙を文化・スポーツ課へ郵送、faxで提出

問 文化・スポーツ課（春日住民センター内） ☎88 - 5057 fax 74 - 2855

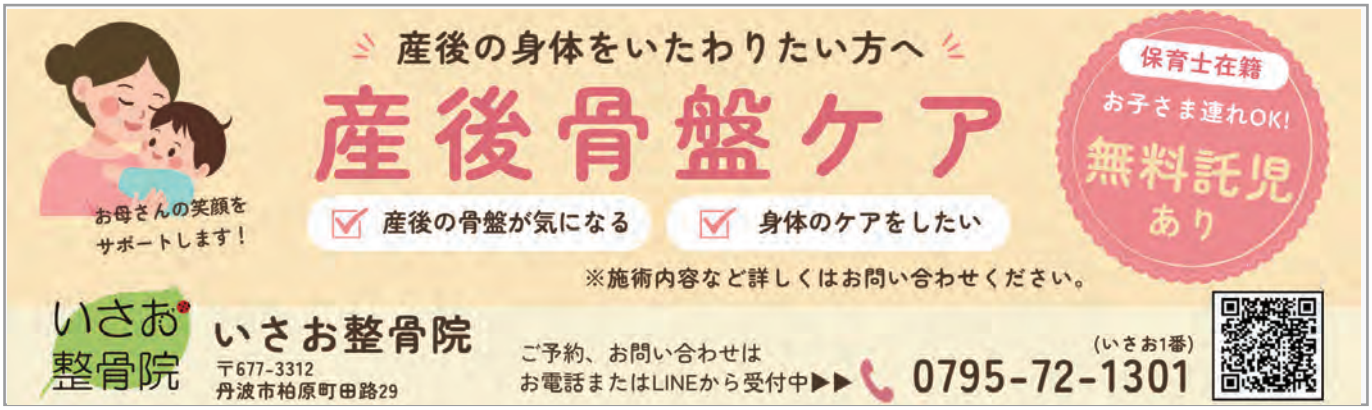
市営住宅の入居者を募集

ID 7116

[柏原]挙田団地3DK 1戸 [山南]松ヶ端団地3DK 2戸 [氷上]新郷団地3DK 1戸 単 3DK 1戸、香良団地3LDK 2戸 [青垣]岩本団地3DK 1戸、ウリウト団地3DK 1戸、神楽団地3LDK 3戸 [市島]柊団地3DK 2戸、竹田団地2DK 1戸 単 [春日]牛河内団地3LDK 2戸、国領団地3LDK 1戸※単 は単身入居可 受付期間 10月1日（木）～15日（木） 申 都市住宅課・各支所へ申請 他 市内特定公共賃貸住宅（応相寺団地・下滝団地D棟・城ヶ花団地1号棟・のこの団地）は常時募集中、入居予定時期は11月下旬、申込多数の場合は抽選、その他、詳しくは市ホームページを確認ください。

問 都市住宅課（春日庁舎内） ☎74 - 2364

広告



表示の見方 時とき 所ところ 対対象 講講師 内内容 定定員 〆申込締切 ¥料金 持持ち物 申申込方法 他その他 問問合せ先

お知らせ

丹波医療センター・健康センターミルネフェスタを開催

ホームページ

施設の一部を開放し、スタンプラリーやステージ演奏など、家族で楽しめるイベントを開催します。

時 10月31日（土）10時から
所 丹波医療センター・健康センターミルネ 他 市民公開講座「老化と心不全」を開催（13時30分から）
問 健康課（ミルネ内）☎88 - 5754

漢方の里総合運動公園「丹波の湯」入浴料改訂について

ホームページ

原材料費の高騰に伴い、10月1日から入浴料を次のとおり改定します。ご理解いただきますようお願いします。

改定料金 [大人]600円⇒平日700円／土日祝・特別日750円（回数券：11枚 6,000円⇒7,000円）[小人]400円⇒平日400円／土日祝・特別日350円
問 漢方の里総合運動公園 丹波の湯 ☎76 - 2121

ひょうご出会いサポートセンターについて

ホームページ

兵庫県が運営する「ひょうご出会いサポートセンター」は、結婚を希望する男女に新たな出会いの機会や情報を提供する支援を行っています。独身証明書の提出や本人確認など、安全な仕組みも整えています。詳しくはホームページを確認ください。

問 ひょうご出会いサポートセンター ☎050 - 1790 - 2805

1等2億円！ハロウィンジャンボ宝くじを発売

インターネット専用 全国宝くじも発売中！

ホームページ

販売期間 9月16日（水）～10月16日（金） 抽選日 10月26日（月）
支払期間 11月2日（月）～令和9年11月1日（月） 他 県内の購入を推奨
問 （公財）兵庫県市町振興協会 ☎078 - 954 - 6020

土地取引の届出に注意

ID 3327

次の土地取引を行う場合は、国土法・公拡法による届出が必要です。

① 10,000㎡以上の土地を有償譲渡する場合 ⇒ 譲渡日の3週間前までに市への届出が必要
② 5,000㎡以上の土地取引をした場合 ⇒ 契約締結日から起算して2週間以内に市を経由して知事への届出が必要
③地方公共団体等に200㎡以上の土地の買取りを希望する場合 ⇒ 公共工事等で必要な場合のみ買取りします（申出が必要）。

届出方法 ①土地売買等届出書 ②土地有償譲渡届出書 ③土地買取希望申出書に必要書類を添付して届出
問 都市住宅課（春日庁舎内）☎74 - 2364

丹波市一日合同相談会を開催

ID 13353

法律、相続、登記、税金、年金、遺言、土地、不動産、国・市の行政等について、専門の相談員が相談に応じます。

時 10月1日（木）13時～16時（受付は15時30分まで）
所 ゆめタウン ポップアップホール
問 総務省兵庫行政評価事務所 ☎078 - 331 - 9096

モルック交流大会を開催

ID 11381

時 10月31日(土) 13時30分開会(受付は13時から)
所 グリーンベル青垣 屋根付き広場
対 小学生以上（市内在住、在学、在勤）の3～4名のグループ
〆 10月9日(金) 定 16チーム(先着順)
申 申込フォーム、参加申込書を文化・スポーツ課まで持参または郵送、fax
問 文化・スポーツ課（春日住民センター内）☎88 - 5057 fax 74 - 2855

第76回“社会を明るくする運動”秋のフェスティバル

申込フォーム

ID 1830

時 10月24日（土）13時30分から
所 ゆめタウン ポップアップホール
内 兵庫県警察音楽隊の演奏、市内小中学生による作文優秀賞の朗読、旭堂南海さんによる講談、市内認定こども園5歳児のぬりえ展示
定 200人 定 電話・申込フォーム
問 人権啓発センター（氷上住民センター別館内）☎82 - 0242

市営駐車場の利用について

ID 2858

市営駐車場は、市内JR福知山線各駅周辺に設置しています。通勤、通学をはじめ、月極と一時利用ができます。営業は24時間で年中無休です。利用料金は市ホームページを確認ください。

他 一時預かり駐車場は、ICOCAなどの電子マネーも利用できます。
問 アマノマネジメントサービス株式会社 ☎0120 - 640 - 670

広告

『不動産登記』『土地境界』の専門家です！

土地家屋調査士

無料登記相談会実施中！

兵庫県土地家屋調査士会

TEL.078-341-8180

〒650-0017
神戸市中央区楠町2丁目1番1号
兵庫県土地家屋調査士会 検索

● 売買や相続で土地を分けたい
● 建物を新築・増築、取り壊した

土地や建物の登記・測量をします



地域高齢者学級の紹介

いきいきらいふ



それぞれの俳句を披露する受講生

俳句クラブでは、各自がつくってきた２句を持ち寄って先生の教えを受けながら、会員同士で作品を鑑賞し、感想を語り合うなど、和気あいあいと活動されています。歳時記を片手に季節の言葉を探し、17 音に思いを込める時間は、俳句ならではの魅力です。俳句クラブの会員は、「さまざまな現象を五七五に置き換えて想像したり、何気ない景色でもこれを句にしたらどうなるかと考えるのが楽しい」「17 音の世界にうまく自分が入り込めたときに、大きな喜びを感じる」と俳句の魅力を語られました。また、「仲間と交流を深めながら俳句を楽しめるよいクラブなので、興味のある人はぜひ参加してほしい」と話されました。

春日さわやか学級　俳句クラブ

活 動 日　原則 第２木曜日 (年 10 回) 13 時 30 分～ 15 時 30 分
活動場所　春日住民センター
会　　費　3,500 円 / 年
問合せ先　春日さわやか学級 事務局 荻野 ☎ 74 - 0589



かいごのはなし

今月のテーマ

介護入門的研修について



「介護って実際どんなことをしたらいいのかわからない」と不安になることはありませんか。また、介護の仕事に関心があっても、何もわからない状態で飛び込むには少し勇気が必要ではないでしょうか。

そのような不安を抱えながらも介護に関心を持つ**介護未経験者**のみなさん向けに、介護入門的研修を実施しています。

介護の業務に携わる上での不安を払拭（ふっしょく）してもらうために、基本的な知識を習得することにより、介護分野への参入を促進するとともに、**在宅介護を行っている介護者への支援**を目的としています。

今年度は 10 月～ 11 月の間に６回の講座を開催します。介護に関する**基礎知識**、基本的な**介護の方法**、**障がいの理解**、介護における**安全確保**、**認知症の理解**などのテーマについて、学べます。少しでも介護についての知識を蓄え、これからの介護に備えていきましょう。

ID 9799　申込フォーム

問 介護保険課（第２庁舎内）　☎ 88 - 5266

健康通信
HealthGuide

食育月間
～食品の“ロス”にも目を向けよう～

兵庫県では、10月を「ひょうご食育月間」と定めています。
食育には、単に食事をすることだけではなく、家庭や地域で受け継がれてきた伝統料理を次世代に伝えたり、食品ロスを減らすことなども含まれます。

みんなで食育活動に取り組みましょう！



【食品ロスとは】
食品ロスとは、本来食べられるにもかかわらず捨てられる食品を指します。国の推計によると、令和６年度には年間 461 万トンの食品が捨てられており、そのうち約半数は家庭から発生しています。食品ロスはもったいないだけではなく、廃棄処理が環境に悪影響を及ぼします。

【食品ロスをなくすために】
家庭でできる取組として、「つくり過ぎない」「食べ残しをしない」「期限切れ等で廃棄する食品を減らす」ことなどがあります。期限表示には消費期限と賞味期限があります。消費期限は「安全に食べられる（期限を過ぎると食べない方がよい）期限」を指し、賞味期限は「おいしく食べられる（期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではない）期限」を表しています。
表示も確認しながら、かしこく食品を保存して、食品ロスを減らしましょう。

農林水産省
冷蔵庫のかしこい使い方

問 健康課（ミルネ内）☎ 88-5082



たんぱ食育クッキング 減塩レシピ

ひらたけと切干大根の秋香るみそ汁

材料　２人分
A【ひらたけ（手でさく）60ｇ　切干大根　10ｇ　人参（千切り）30ｇ】長ねぎ（斜め薄切り）40ｇ　だし汁（かつお・昆布）200㎖　味噌小さじ２　すりごま小さじ1/2　柚子皮（細切り）少々

①切干大根は水洗いして、水気を絞る
②鍋にだし汁をはり、Ａを入れ、５分ほど煮て、長ねぎを加える
③火を弱め、味噌を溶き入れ、最後にすりごまを加える
④お椀に注ぎ、柚子皮を散らす

【減塩ポイント】
きのこや切干大根などの旨味豊富な食材を組み合わせ、ごまと柚子の香りをアクセントに。塩分控えめでも物足りなさを感じさせない一品です。

過去の掲載レシピ集
ID 7967

調理時間　約 15 分
１人分エネルギー：52kcal 食塩相当量：0.9g
※日本食品標準成分表 2020 版（八訂）を基に計算

問健康課（ミルネ内）☎ 88 - 5082

ねんきん

年金生活者支援給付金制度について



年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入金額やその他の所得が一定基準額以下の人に、生活の支援を図ることを目的として、年金に上乗せして支給するものです。

以下の年金受給者で一定の条件を満たす人が支給の対象となります。

①老齢基礎年金受給者
②障害基礎年金受給者
③遺族基礎年金受給者

上記年金を受給している人で、前年分の所得額が低下したことなどにより、新たに年金生活者支援給付金を受けることができる人へ、９月１日以降に日本年金機構から年金生活者支援給付金請求書が順次郵送されます。また、支給要件に該当するか確認できない人には、年金生活者支援給付金請求書（A4 型）と所得情報を確認するための所得状況届などが郵送されます。年金生活者支援給付金を受けるためには請求書の提出が必要です。同封の書類（年金生活者支援給付金請求書）に、必要事項を記載し、案内はがきに記載されている期限までに届くよう提出ください。
なお、現在給付金を受給中で、今年度も引き続き支給要件に該当する人は、手続不要です。

ID 6796
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

←市ホームページの ID 検索で詳細情報にアクセス

読　書　会

おすすめの本を持ち寄り、その本の魅力を語り合います。

時 10月10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

『100歳アイ』

伊勢屋　貴史／著
ダイヤモンド社（2026.2）

老眼専門の眼科医が、目の老化が脳や心に与える影響と、その正しい向き合い方を解説。「スマホ老眼」にならないための12の「100歳アイ・トレーニング」など、具体的な方法も伝える。





『はたらく農家』

吉田　亮人／写真　矢萩　多聞／文
創元社（2026.2）

土をたがやし、肥料をやって、たねをまき、水をあげて、雑草をとって…。ひとつの野菜が人びとの口に入るまでには、数えきれない仕事があります。ひたむきに野菜と米をつくってとどける農家の１日を写真で紹介する。

大人のためのおはなし会

市内の読み聞かせボランティアグループ合同による大人向けのおはなし会です。

時 10月25日（日）14時～
所 中央図書館視聴覚室



貸出します！本の福袋

中身が見えないように本を包んで貸し出す「本の福袋」。図書館職員や市民が選んだ大人向けの３冊が袋に入っています。

時 10月30日（金）
所 市内各図書館

スマホで読める＊電子図書館



まだまだ厳しい暑さが続きますね。そんな時は、体を心地よくクールダウンしてくれる「ひんやりレシピ」を電子図書館で探してみませんか？冷たいスイーツや手軽に作れるさっぱり麺メニューが載ったレシピ本があります。タブレットやスマホなら、調理中でも簡単に画面を大きくできて、ページをめくる手間もありません。
たんばし電子図書館のトップページのバナー「特集▼」から「夏のひんやりレシピ」をチェックしてみてください。

電子図書館
はこちら →

アフタヌーン オからのコンサート

Part 1　おんぷのたね～みんなで育てる音の森～

11月21日（土）　おんぷのたね

出演（メンバー）	ピアノ・歌	吉岡麻梨
	ヴァイオリン	瀬田ひとみ
	チェロ	石本卓斗
	パーカッション	池邉雅美

Part 2　家族みんなで歌の遊園地コンサート

令和９年３月６日（土）

新井宗平（そうへい）　（元NHKうたのおにいさん）
山本かずみ（うたのおねえさん）

［以下共通］
時 14時開演（13時30分開場）
所 春日文化ホール
¥ チケット500円（税込・全席自由）
※２公演共通チケット　小学生以下無料
　各プレイガイドで販売
※電話予約は（一社）ネクストゼロへ



ID 13265

問 一般社団法人 ネクストゼロ　☎ 85 - 3032

就学時健康診断の実施について





令和９年４月に小学校に入学する幼児を対象に就学時健康診断を実施します。対象の幼児の保護者へ10月上旬に案内通知をしますので、指定の日時を確認のうえ受診ください。

時 10月22日（木）、11月５日（木）、11月12日（木）、11月26日（木）
所 健康センターミルネ
対 令和２年４月２日から令和３年４月１日生まれの幼児

ID 1427

問 教育総務課（山南庁舎内）　☎ 70 - 0880

表示の見方 時とき 所ところ 対対象 講講師 内内容 定定員 〆申込締切 ¥料金 持持ち物 申申込方法 他その他 問問合せ先

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
子育てなんでも相談 足育～こどもの未来を足から守る～
10月9日（金）10時～11時30分
柏原福祉センター（木の根センター）

♪氷上☎ 82 - 8689
にっこりパパママひろば
10月14日（水）10時～11時30分

♪青垣☎ 87 - 1919
ほっと子育て相談
10月29日（木）10時～11時30分

♪春日☎ 74 - 3040
子育て相談 おおきくなったかな
10月21日（水）10時～11時30分

♪山南☎ 77 - 3160
子育てほっとサロンでなんでも相談 ～防災食講座～
10月14日（水）10時～正午

♪市島☎ 85 - 2662
ほっこり相談日
10月30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
10月30日（金）
10時30分～11時30分
健康センターミルネ2階プレイルーム
申各子育て学習センターで申込可

みんなで せーの！トリックオアトリート！
10月22日（木）
午前10時～11時30分
ポップアップホール
申各子育て学習センターで申込可

児童館

♪こうがやま児童館 ☎ 82-8620
「ミニリース作り」
時10月3日（土）10時～11時

「みんなおいでよ児童館」
時10月24日（土）
9時30分～11時45分
申9月26日(土)～10月17日(土)

おはなし会（各図書館）

読み聞かせボランティアグループ、こども司書、図書館職員による絵本等の読み聞かせです。

［対象］幼児～小学校低学年
［時間］10時30分～11時

中央 ☎ 82 - 7100
10月10日（土）
10月17日（土）
10月24日（土）

柏原 ☎ 72 - 0313
10月17日（土）
柏原住民センター会議室B

青垣 ☎ 87 - 1111
10月17日（土）

春日 ☎ 74 - 1611
10月17日（土）
春日住民センター視聴覚室

山南 ☎ 77 - 0336
10月9日（金）
山南住民センターちーたんルーム
10月24日（土）
山南住民センター和室

市島 ☎ 85 - 2733
10月17日（土）
10月24日（土）

子育てさぽーと 子育てPLUS1エッセンス★

問こども福祉課（ミルネ内）☎ 88 - 5750

残暑厳しい夏のホームケア

Q 3歳と1歳の子を育てています。今年の夏も気温の高い日が続き、水遊びや屋内の遊び場に出かけました。徐々に疲れが出たのか、9月に入り体調を崩し始めました。適切なホームケアについて教えてください。



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 疲れて体力が弱まると体調を崩しやすくなります。普段から食事や睡眠を十分にとるなど、**1番は、規則正しい生活をすることが何より**丈夫な体づくりになります。しかし、子どもは体調を崩すことが多くあります。体調を崩したときは**早い回復を促す**ために、適切なホームケアを知っておくことが大事です。

発熱した時は、衣服や布団は薄めに、室温と湿度を快適に保ちます。水分をこまめに摂らせて、入浴は控えて蒸しタオルでからだをふきましょう。下痢や嘔吐の場合、誤飲を防ぐために体を横向きにして休ませます。吐物の片づけや着替えは速やかに行い、うがいをして不快感をとったり、家庭内感染を防ぐために、トイレなどを消毒しましょう。

落ち着いて対応すれば、**子ども自身も安心**して過ごせます。熱や咳、鼻水が続いていても、機嫌が良く、**食欲があれば慌てる必要はありません**。ぐったりしていたり、下痢や嘔吐で水分をうけつけない、おしっこが半日以上出ないという場合は急いで受診してください。

←市ホームページのID検索で詳細情報にアクセス

丹波市は女子野球を応援しています！

ラッキーリーグ（関西女子硬式野球リーグ）の開催

10月17日土・18日日

関西女子硬式野球連盟が主催するラッキーリーグの一部を開催します。全国高等学校女子硬式野球選手権大会で熱戦を繰り広げた神戸弘陵学園高校や福知山成美高校も出場します。入場は無料です。女子野球選手の「元気で明るく熱い戦い」をぜひ会場で観戦ください。

所 つかさグループいちじま球場（スポーツピアいちじま）

他 出場チームや試合日程など、詳しくは市ホームページを確認ください。

問 文化・スポーツ課（春日住民センター内） ☎ 88-5057

ID 11588


全国高等学校女子硬式野球選手権大会での熱戦

青垣いきものふれあいの里
☎ 88-0888 月曜休館

秋の赤とんぼとりレース
—捕まえてくらべて観察—

フィールドでトンボ採集後、つかまえた虫について講師が詳しく説明します。 ID 1374

時 10月3日（土） 9時～11時

対 幼児～小学生とその保護者（小学3年生以下は、保護者同伴）

講 神戸学院大学大学院教授　川上靖さん

定 30人程度 持 飲み物　※虫かご・虫とり網はなくても可

申 電話

他 服装：帽子、長袖、長ズボン、長靴、長い靴下を着用（マダニ、ヤマビル対策）

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。 ID 9760

時 10月10日（土） 10時～16時

所 丹波布伝承館

定 10人 ¥ 1,200円

申 電話

水分れフィールドミュージアム
☎ 82-5912 月曜休館

ジオの教室 in 丹波
～恐竜化石や加古川流域の石について学ぼう！～

ホームページ

県立人と自然の博物館から講師を招き、ミニ展示やワークショップを通して丹波地域の地形や化石について学べるイベントです。

ミニ展示「丹波の大地と化石」

岩石や化石の標本、地形模型を展示して、丹波で見つかる石の種類や古生物、大地の成り立ちについて紹介します。

時 10月18日（日） 11時～15時30分

対 全年齢

他 イベントに合わせて1階常設展を無料開放します。

ワークショップ「展示見学と化石発掘体験」

展示を見学してから化石を探す発掘体験をします。

時 10月18日（日） ① 11時～　② 14時～（各1時間20分）

対 小学生以上

講 県立人と自然の博物館研究員　生野（いくの）賢司さん、三宅優佳（ゆか）さん

定 各回15人 ¥ 500円（付き添い無料）

申 電話・ホームページ

他 発見した化石の持ち帰りはできませんが、参加記念のお土産があります。

クリーンパーク丹波
☎ 78-9999

サンドブラスト教室

時 10月8日（木） ①9時30分～　②13時～（各2時間）

定 各回8人

¥ 500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）

エコクッキング教室

時 10月21日（水） 10時～12時30分

定 24人

¥ 500円

とんぼ玉教室

時 10月28日（水） ① 10時～ ② 13時30～（各2時間30分）

定 各回6人

¥ 1,500円

※その他ガラスフュージング教室も開催→

ID 3096

表示の見方 時 とき 所 ところ 対 対象 講 講師 内 内容 定 定員 〆 申込締切 ¥ 料金 持 持ち物 申 申込方法 他 その他 問 問合せ先

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！

Autumn CINEMA 2026 「きかんしゃトーマス いっしょに歌おう！ドレミファ♪ソドー島」



時 10月4日（日）13時30分開場、14時上映
所 春日文化ホール
定 500人　※先着順
問 （一社）ネクストゼロ（ライフピアいちじま内）
☎ 85-3032　fax85-3038

ID 13382

丹波“新”発見

SATURDAY TAMBA

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

応募方法はこちら↓

ID 12630　@saturdaytamba



@erika_tamba_chi_tan さん

2026.7.17
鴨神社&小富士山

JR市島駅から徒歩20分強。
周辺各所から臨める“小富士山”。
鴨神社の鳥居からすっぽり収まる、額縁のような素敵な構図に出会えました。

旧朝倉家住宅の公開と丹波布展示・箏演奏会の開催



大きな茅葺屋根の県指定文化財「旧朝倉家住宅」を特別公開します。あわせて、丹波布技術保存会による丹波布の展示や、箏の奏者による演奏会を実施します。（箏の演奏会は午前中に実施予定です。）

時 10月17日（土）
10時～15時
所 旧朝倉家住宅（青垣町佐治114 青垣住民センター隣）

ID 8650

問 社会教育・文化財課（山南庁舎内）☎ 70-0819

ようこそ、うえびへ。 WELCOME TO UEBI



問 植野記念美術館　☎ 82-5945

作品受贈記念　若き日の川端謹次展
10月17日(土)～12月13日(日)

丹波市出身の洋画家・川端謹次の回顧展を開催します。川端は大気や水、光の表現にこだわった風景画を中心に制作しました。本展では東京美術学校（現・東京藝術大学）で学んだ学生時代や若い頃の川端の作品、そして川端を指導した画家や交友関係があった画家たちを中心に紹介します。

¥ 一般400円、大学・高校300円、小・中200円　※ココロンカード可

開幕記念イベント　10月17日（土）
①オープニングセレモニー　13時30分～
②開幕記念講演会　13時50分～15時

ID 647



川端謹次《ミケランジェロ》石炭・紙、当館蔵

←市ホームページのID検索で詳細情報にアクセス



ひつじのショーン展 with ウォレスとグルミット

植野記念美術館で、「ひつじのショーン展 with ウォレスとグルミット」が開催され、実物のスケッチや実際に使用されたジオラマなどが展示されました。おなじみのキャラクターたちを前に、来館者は夢中になって鑑賞していました。多い日には来館者が600人を超えるなど、夏休みの家族連れなどで館内は連日賑わいをみせました。

※企画展は9月27日（日）まで開催

©& ™ AARDMAN ANIMATIONS LTD 2026. ALL RIGHTS RESERVED.
©& ™ AARDMAN ANIMATIONS LTD/WALLACE&GROMIT LTD 2026. ALL RIGHTS RESERVED.







熊本県御船町への災害派遣職員による活動報告

8月18日、「恐竜化石を活用した自治体連携に伴う基本協定」に基づき、熊本地震で被害を受けた熊本県上益城郡御船町へ派遣された市職員6人による活動報告が行われ、現地の状況や被災した人々の様子、その後の派遣に向けての伝達事項などを市長に報告しました。8月6日から27日まで合計15人が、罹災証明書の申請受付や住家被害認定調査などの業務に従事しました。

Machikado-Topics

まち☆とぴ



みんなでENJOY！多文化交流DAY!

8月21日、柏原住民センターアリーナで、多文化交流DAYが開催されました。9人の児童と5人のALTが英語で自己紹介を行ったり、それぞれの国にちなんだ英単語を使ったビンゴゲームなどで外国の文化に触れました。参加した小学5年生の児童は、「今回が2回目の参加で昨年よりも英語が聞き取れた。ビンゴゲームがとくに楽しかった」と話していました。



真夏の「SPLASH!! 丹波!!」

8月2日、丹波年輪の森で、「SPLASH!! 丹波!!2026」が開催されました。当日の丹波市は35度を超える猛暑日でしたが、炎天下の中、水鉄砲を持った子どもたちが水をかけあいました。メインステージで行われるSPLASH!! TIME!!では、ホースや機械から水や泡がふりそそぎ、参加者は全身びしょ濡れになりながら楽しんでいました。



アイデア満載の造り物がずらり 愛宕祭

8月23日、24日の2日間、氷上町成松で、愛宕祭が開催されました。その年の話題となった出来事や流行などを題材にした、伝統の「造り物」は地域内7か所で展示され、訪れた人は作品の美しさや工夫、アイデアを称えていました。祭会場では各種イベントが催され、多くの人で賑わいました。24日には打ち上げ花火が夏の夜空を彩り、見物客を楽しませました。

[写真] 金賞を受賞した陶器で郡山城と追手門を表現した作品







女子ソフトボールで近畿大会出場を報告

8月3日、丹波篠山ソフトボールクラブに所属する氷上中学校3年生の選手5人が、大阪市で開催される近畿中学校総合体育大会に出場するため、市長を表敬訪問しました。選手たちは、「支えてくれている先生や指導者、保護者への感謝の気持ちを忘れない」「兵庫県代表としての誇りをもってプレーをしたい」など、それぞれが大会への想いや抱負を語りました。

近畿大会3位！全国大会に出場！

おめでとうございます！



近畿大会に出場した丹波篠山ソフトボールクラブが3位に入賞し、8月22日から岡山県倉敷市で開催された第48回全国中学校女子ソフトボール大会に出場しました。



ブラジリアン柔術で世界3位に入賞

8月20日、丹波市出身の前田都那海（つなみ）さん（神戸市在住、タトゥーアーティスト）が、8月に韓国で開催されたブラジリアン柔術世界大会（ライトフェザー級）で3位に入賞し、市長を表敬訪問しました。前田さんは、「以前より軽い階級に挑戦して減量にも取り組んで臨んだ。結果には満足していないが、次回は国内で開催予定なので、さらに上の順位を目指したい」と抱負を語りました。



廃校舎を利用した合同救助訓練

8月7日、旧山南中学校校舎で、丹波市、丹波篠山市、南但（朝来市、養父市）の消防本部による合同訓練が行われました。21人の隊員が参加し、エンジンカッターによる鉄扉（てっぴ）の切断や、屋上や各階を行き来するロープレスキュー、チェーンソーを使った木の伐採など廃校舎を活かした訓練で、各隊員が技術を磨きました。

[写真] 防火扉をエンジンカッターで切断する隊員

いっしょにスポーツしよう

ENJOY ★ SPORTS

tambarin（タンバリン）



tambarin（タンバリン）は、学生や 20 ～ 30 代の女性でチームを組み、年に 3 ～ 4 回は丹有バレーボール協会主催の一般の部の大会に出場しています。
大会への出場はチーム登録したメンバーのみになりますが、月に 1 ～ 2 回、不定期で行う練習には、性別、経験の有無を問わず、幅広い年齢で楽しくバレーボールをしたい人が自由に参加しています。
興味のある人はぜひ、気軽に参加ください♪

対　象：丹有地区勤務、在住、出身の女性
　　※練習は男性も参加可能
部　員：34 人（内登録者数 16 人）
練　習：不定期（土曜日 17 時前後～ 22 時の間）
場　所：春日体育センター・愛育ピアいちじま 等
会　費：各練習、大会ごとに精算（参加人数による）
代表者：平野 萌
問合せ：インスタグラムのDMから
　　ご連絡ください。

\ クラブの Instagram /

学生時代の同級生や先輩後輩に会えることはもちろんですが、tambarin だから出会えた人もたくさんいます。大人になってからもバレーボールを通して色んなつながりができたので、毎回の練習やこれからの大会を楽しみにしています！練習半分、おしゃべり半分という日もありますが、良いリフレッシュになっています♪



紹介者（左から）
足立 彩音さん 平野 萌さん 川島 はなさん

いっしょにスポーツしよう 掲載チーム募集！
スポーツに取り組んでいる市民を紹介します（年齢不問）。
掲載希望の人は、応募フォームから申し込みください。

詳細はこちら→ ID 7108

いのちをつなぐボランティア 献血

10/8（木）山南住民センター
10 時～ 12 時 30 分
13 時 45 分～ 16 時

10/20（火）本庁第 2 庁舎
10 時～ 16 時

＊協力いただいた方にすてきな記念品をプレゼント

ID 3984

問 健康課（ミルネ内）☎ 88-5754

休日応急診療所当番医

10 月　4 日（日）平坂知彦（眼科）
10 月 11 日（日）髙見啓央（内科）
10 月 12 日（月）林　泰志（内科）
10 月 18 日（日）里　直行（内科）
10 月 25 日（日）太田将文（眼科）

■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 へお電話ください。

問 健康課（ミルネ内）☎ 88-5754

マイナンバーカード時間外交付

9 月 26 日（土）9 時～正午
10 月　8 日（木）17 時 30 分～ 19 時
10 月 15 日（木）17 時 30 分～ 19 時
10 月 24 日（土）9 時～正午
※木曜日：所 市民安全課・各支所 〆 前日
※土曜日：所 市民安全課 〆 2 日前

毎月第4土曜日は休日開庁日

9/26（土）　10/24（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

問 市民安全課 ☎ 82 - 2002

Happy Tamba

はぴ★たん

NewBorn & Birthday Photo



NGUYEN MINH KHOI ちゃん
R４．９月生まれ　山南町



髙橋 繁貴さん 紗希さん
R８．８月結婚　市島町



菅村 陽菜ちゃん
R２．９月生まれ　柏原町



久下 愛翔ちゃん
R５．９月生まれ　春日町



井上 俐月ちゃん
R８．８月出生　春日町



安福 太智ちゃん
R４．９月生まれ 柏原町

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 日前後に配信している「はぴたんクーポン」から応募ができます。

友だち登録はこちらから→

敬老の日 Since1954

Happy Tamba はぴ★たん

～敬老の日とは～

多年にわたり社会に貢献した高齢者を敬愛し、長寿を祝う日です。1947 年に兵庫県の一部地域から広まった「としよりの日」が全国に広がり、1954 年に祝日として制定されました。



氷上町　植田 久子さん

いつまでもそばで笑っていてください♪

ゆかより



氷上町　中森 行雄さん

おじいちゃん、大好き～！
いつまでも元気でね☆

孫・ひ孫一同より



氷上町　由良 昌一朗さん

ひ孫を初めて抱き、とてもいい表情♪ 元気でいてね！

家族一同より



春日町
婦木 良弘さん・直子さん

いつも見守ってくれてありがとう！

孫一同より



氷上町　山本 ちゑ子さん

101 歳を元気に迎えようね！

孫・ひ孫 総勢 25 人より

←市ホームページの ID 検索で詳細情報にアクセス

広報たんば⑨
Sep.2026

令和８年（2026年）９月号　令和８年９月24日発行　発行／丹波市　編集／総合政策課
〒669-3692 兵庫県丹波市氷上町成松字甲賀１番地　☎0795-82-1001（代）Fax 82-5448
https://www.city.tamba.lg.jp/　✉info@city.tamba.lg.jp

世界初公開！

新発見の堅頭竜類
ザヴァケファレ

丹波竜発見20周年記念事業

大恐竜展

The Dinosaur Exhibition

題字：千葉清藍
©Masato Hattori

世界最古の頭突き恐竜
日本に現る

2026 10.10 土 〜 2027 2.23 火・祝

開催時間：10時〜17時（11月1日以降は、16時まで）

休 館 日：月曜日（祝祭日の場合は翌平日），年末年始（12月29日〜1月3日）

料　　金：1500円（高校生以上），500円（小・中学生）
※兵庫県内の小・中学生は、ココロンカードの提示により無料

たんば恐竜博物館 0795-77-1887
Tamba Dinosaur Museum
https://www.tambaryu.com/

人口・世帯　令和８年８月末現在

人口　58,601人（△50）　男28,364人（△32）　女30,237人（△18）
世帯数 26,578世帯（△11）　※（ ）内は前月比　＊住民基本台帳人口