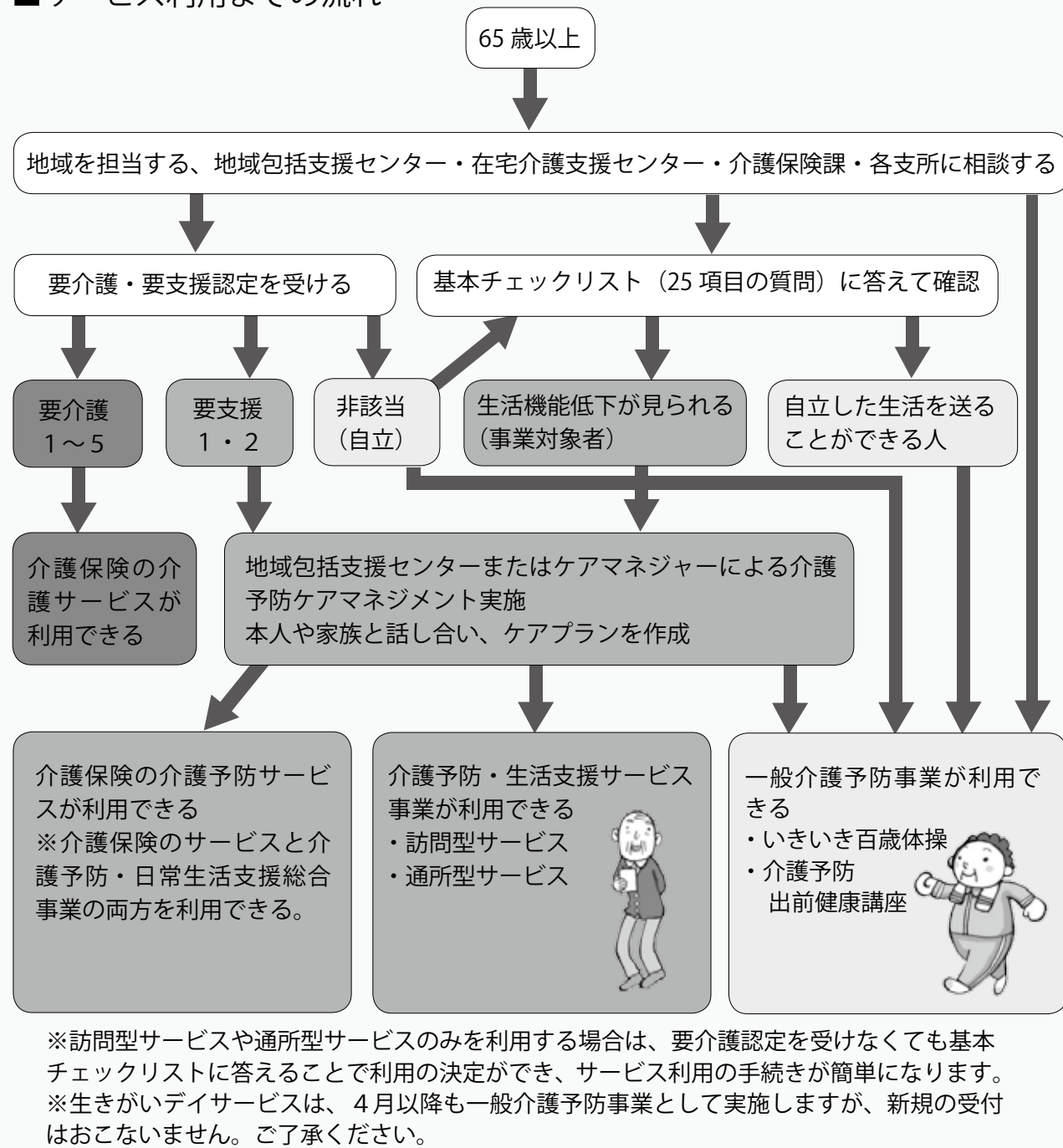




特集

- ◆表紙 バレーボール教室を開催
- ◆4月から新たな介護保険サービス
介護予防・日常生活支援総合事業が始まります
- ◆軽自動車の手続きを忘れずに

■サービス利用までの流れ



■地域包括支援センター

センター名	所在地	電話番号	担当地域
高齢者あんしんセンター	春日町黒井 811(介護保険課内)	74-0368	春日・市島
西部地域包括支援センター	氷上町絹山 513（大塚病院内）	82-7529	青垣・氷上
南部地域包括支援センター ※ 4 月 1 日開設	山南町野坂 176 (山南福祉センター内)	78-9123	柏原・山南

※柏原・山南地域の方は、3 月 31 日までは高齢者あんしんセンターへお問い合わせください。



住み慣れた地域で安心して生活し続けるために
介護を必要とする人が増え続けるいま、行政サー
ビス以外に、ボランティアや地域で互いに支え合う
仕組みが必要です。
新たな「介護予防・日常生活支援総合事業」は、
一人ひとりの状態に合わせたサービスが充実します。

4月から新たな介護保険サービス 介護予防・日常生活支援総合事業が始まります

図 介護保険課（春日庁舎内） ☎ 7 4 - 0 3 6 8

新たなサービスが始まります

団塊の世代が75歳以上になる平成37年にかけて、ひとり暮らしや高齢者夫婦のみの世帯が増加します。高齢化の進行も予測され、ますます介護保険サービスを必要とする人が増えます。介護人材が不足する現状で、介護を必要とする人が増え続けると、介護保険や行政だけではサービスを提供できなくなります。

新制度では、介護を必要とする度合いが軽度の人には、ボランティアや地域の助け合いなどで生活を支援します。また、高齢者自身も能力を生かし、できる限り要介護状態にならないように予防することが必要です。そのために、地域内で自分の「役割」や「生きがい」をもって、社会と交流し、いきいきと活躍する高齢者が増えるまちづくりをめざします。

高齢者が住み慣れた地域で安心して生活をするためには、社会全体で支える必要があります。そ

の仕組として、介護保険法の改正により「介護予防・日常生活支援総合事業（以下、新しい総合事業）」が創設されました。

介護予防・日常生活支援総合事業（新しい総合事業）とは

これまで介護保険制度の「要支援1・2」に認定された人を対象としていた「訪問介護」と「通所介護」を「介護予防・生活支援サービス事業」と名称を変えて、新しい総合事業に移行します。これにより、これまでのサービス事業者以外の民間企業やボランティアなどが多様なサービスを提供できます。また、65歳以上のすべての人を対象とする「一般介護予防事業」を新たに設けます。

新しい総合事業は、サービスの選択幅が広がり、対象者一人ひとりの状況に応じた自立支援型ケアマネジメントにより、高齢者の生活を支え、健康づくりの手助けを提案していきます。

介護予防・生活支援サービス事業

「介護予防・生活支援サービス事業」は、要支援1・2に認定された人や生活機能の低下がみられる人などを対象に「訪問型」「通所型」の2種類のサービスを提供します。サービスの利用にあたっては、利用者の心身状態や希望を聞き、本人・家族・ケアマネジャーが相談して決めます。

■対象／①要介護認定のうち要支援1・2の認定を受けた人②基本チェックリスト（25項目の質問）で生活機能の低下がみられる人

◆訪問型

- ①予防給付相当サービス
- 内容／従来の介護予防訪問介護と同様のサービス。掃除・洗濯・買い物などの生活援助と入浴介助などの身体介護。
- 提供主体／指定事業所
- 費用／料金の1割または2割
- ②市独自基準訪問型サービス
- 内容／市が設定した基準で行うサービス。掃除・洗濯・買い物など生活援助。※身体介護なし
- 提供主体／指定事業所
- 費用／料金の1割または2割

生活を支える「くらし応援隊」

くらし応援隊は住民主体の訪問サービスで、要支援1・2の認定を受けた人や生活機能に低下がみられる高齢者の日常生活を支える有償のボランティアです。家事の手伝いや外出時の支援など、高齢者の自立した生活を支援します。高齢者本人もサポーターになり、支える側として参加することができます。現在、登録者は50人で、養成講座を開催し、随時増やしていく予定です。ぜひご参加ください。

■支援内容

- ①一般的な調理・配膳・後片づけ
- ②日常的に使用する屋内の清掃・ゴミ出し準備・後片づけ
- ③洗濯・洗濯物の乾燥・取り入れ・収納、アイロンがけ・シーツ・布団カバーの交換など
- ④衣替えなどの衣服の整理・ボタンの付けや破れの補修
- ⑤買い物代行※嗜好品を除く
- ⑥薬の受け取り
- ⑦外出や通院時の付き添い※身体介護を除く
- ⑧郵便物の確認



- ③くらし応援隊
- 内容／掃除・洗濯・買い物など生活援助。※身体介護なし
- 提供主体／ふだんのくらしサポートセンター（社会福祉協議会）
- 費用／1時間あたり600円

◆通所型

- ①予防給付相当サービス
- 内容／従来の介護予防通所介護と同様のサービス。
- 提供主体／指定事業所
- 費用／料金の1割または2割
- ②市独自基準通所型サービス
- 内容／市が設定した基準で行うミニデイサービス。いきいき百歳体操、交流・趣味活動などを行う。
- 提供主体／指定事業所
- 費用／料金の1割または2割
- ③元気アップ広場
- 内容／社会福祉法人の施設を開放した住民主体の通いの場。いきいき百歳体操、交流・趣味活動などを行う。介護を必要としない高齢者も利用できる。
- 提供主体／社会福祉法人など
- 費用／実費負担

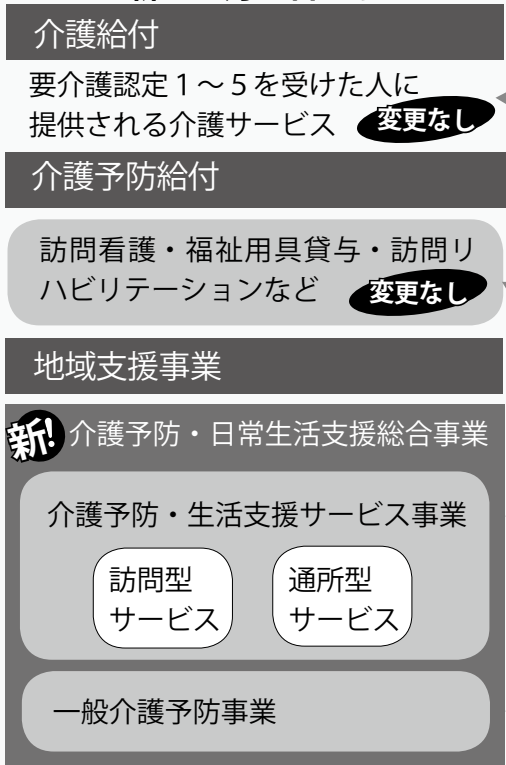
■依頼先／丹波市ふだんのくらしサポートセンター（社会福祉協議会）
 東部 ☎ 74・0294
 西部 ☎ 80・2930
 南部 ☎ 72・2930

いきいき百歳体操とは

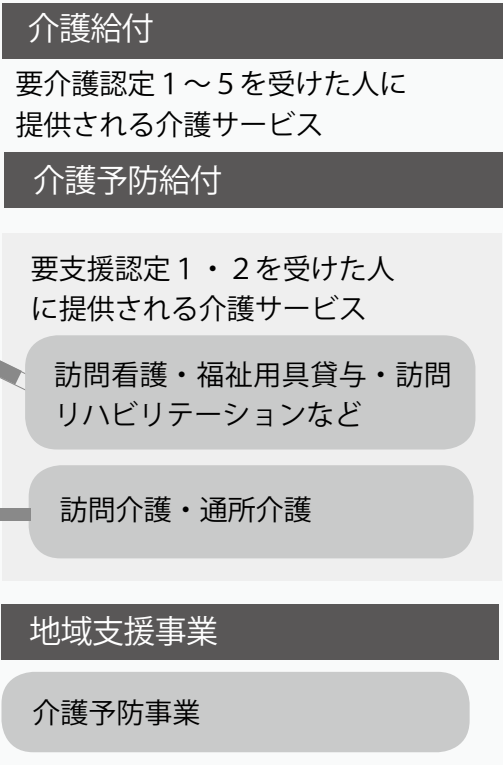
いきいき百歳体操は、高知市が高齢者の介護予防を目的に開発した、筋力体操を主とした体操です。市では、要介護状態になることを予防するために一般予防介護事業として行っています。市内でも、いきいき百歳体操を取り入れた住民主体の交流の場が広がっています。現在、市内47カ所で週1回、いきいき百歳体操サポーターの支援を受けて行っています。サポーター34人が活躍しています。参加者からは「杖なしでも歩けるようになった」「皆に会えるのが楽しみで、1週間が待ち遠しい」との声があり、筋力アップや交流の機会増加により、介護予防・社会参加の効果があります。4月から通所型サービスでもいきいき百歳体操が始まり、要支援1・2の認定を受けている方も参加できます。専門の介護サービスを受けるだけでなく、必要に応じてより自立した生活を目標に支援を行います。

■新旧介護保険制度の提供サービス内容

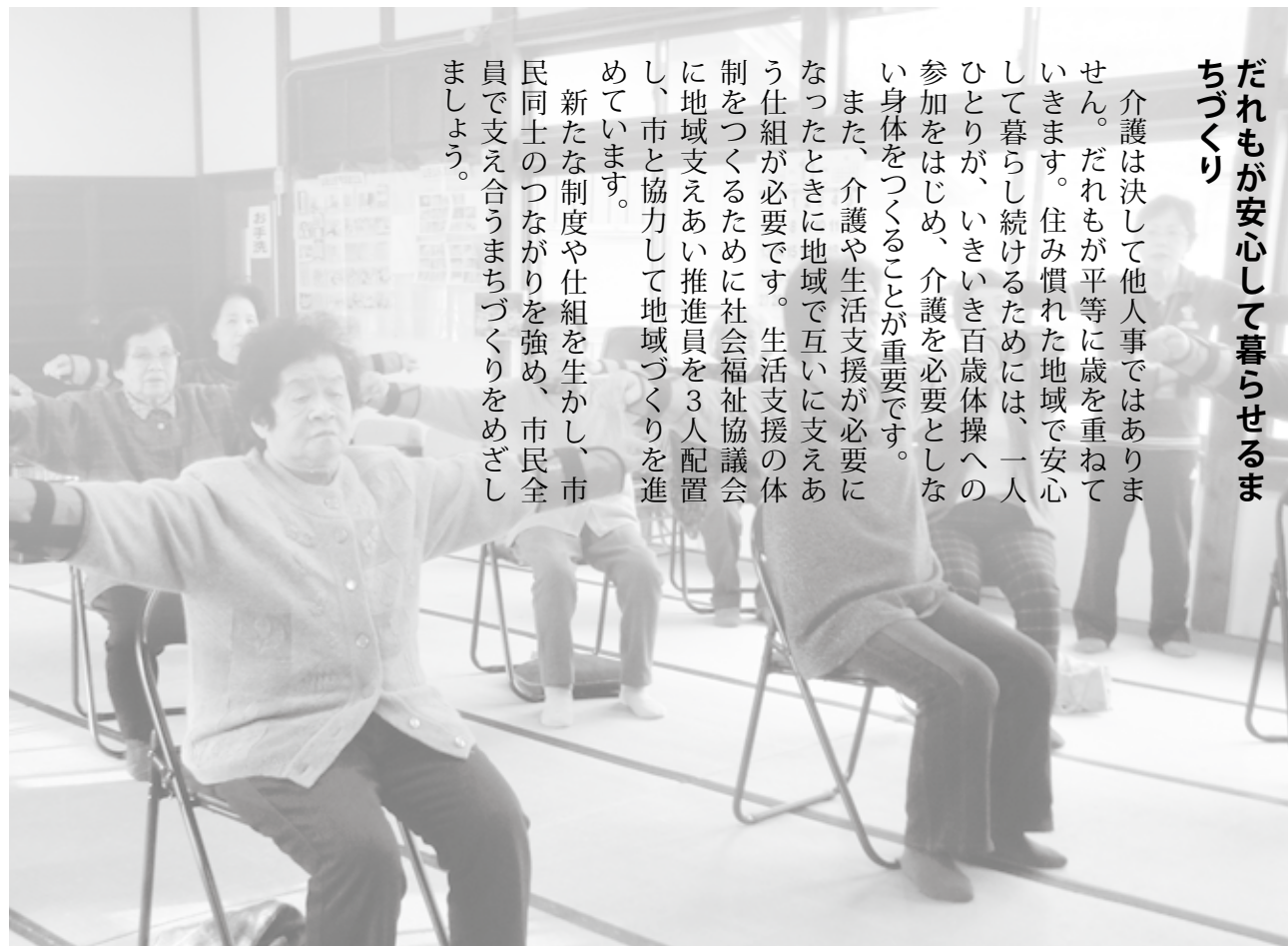
新 4月1日から



旧 現在の介護保険制度



※要支援の人に対する介護予防給付のうち、訪問介護（ホームヘルプサービス）、通所介護（デイサービス）を新しい総合事業に移行します。



だれもが安心して暮らせるまちづくり

介護は決して他人事ではありません。だれもが平等に歳を重ねていきます。住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、一人ひとりが、いきいき百歳体操への参加をはじめ、介護を必要としない身体をつくることが重要です。また、介護や生活支援が必要になったときに地域で互いに支えあう仕組みが必要です。生活支援の体制をつくるために社会福祉協議会に地域支えあい推進員を3人配置し、市と協力して地域づくりを進めています。

新たな制度や仕組みを生かし、市民同士のつながりを強め、市民全員で支え合うまちづくりをめざしましょう。

ごみの出し方を見直す

正しく分別・排出してごみを減らそう！

市内のごみ焼却量は、近年増加傾向にあります。正しく分別し、資源ごみとして出せるものを燃やすごみとして出さないようにしましょう。ごみの減量につながり、ごみ袋代も減って、経済的です。限られた資源を大切に、有効に活用しましょう。

◆紙ごみを資源ごみに出そう

チラシやコピー用紙、紙製容器包装や包装紙など、日常の中には紙で出来たものがたくさんあります。紙ごみは「雑誌・雑がみ」と「燃やすごみ」に分別して出すとごみが減ります。「雑誌・雑がみ」は段ボールなどにリサイクルすることが出来ます。

■出せるもの / 雑誌、紙マークのついた紙やコピー用紙、包装紙、新聞折込チラシ、書籍など
 ※紙製容器包装…ティッシュペーパーの箱やお菓子の箱など紙でできた容器や包装。「紙マーク」が目印です。



■出せないもの / カーボン紙（宅配の伝票など）、感熱紙（レシートなど）、圧着はがき、写真、防水加工された容器（紙コップ・カップ麺の容器など）や異物が付いているもの（窓付き封筒など）
 ※すべて燃やすごみ。

◆拠点収集について

ごみは、品目によって出す場所が違います。出す場所は「ごみステーション」と「拠点」の2つです。間違いのないように出してください。地域によっては「拠点」回収の取り組みをしていない場合もあります。地域の集団回収などのときに出してください。

■拠点に出す品目 / 新聞、雑誌・雑がみ、段ボール、古着類、リターナブルびん（ビールびん、酒一升びん）、粗大ごみ



問 環境整備課（丹波市クリーンセンター）
 ☎ 78 - 9999

第50回

スタインウェイピアノ試奏会

■とき / 3月18日（土）、19日（日）、20日（月祝）、25日（土）、26日（日） 午前9時～午後9時
 ■ところ / ライフピアいちじま大ホール
 ■対象 / 市内および近隣地域のピアノ愛好家（ツェルニー 30 番程度以上が弾ける中・上級者）
 ■定員 / 時間枠申込制
 ■料金 / 1 時間 1,000 円※当日窓口支払い
 ■申込方法 / ライフピアいちじままで申し込み
 ※申込書 FAX 可。午後 5 時以降のピアノ使用希望は、希望日前日までに申し込みください。

■そのほか
 ・期間中は調律を行いません。
 ・集客を目的とした占有使用はできません。
 ・隣接の音楽スタジオが利用中の場合は、音がホールに響くことがあります。



問 文化・スポーツ課（ライフピアいちじま内）
 ☎ 85 - 3030 FAX 85 - 2665

補助金申請は3月31日（金）まで

特産物種子等購入助成・土づくり対策事業

平成 28 年 4 月から 29 年 3 月までに指定特産物の種子や市内で生産された堆肥を散布した場合は、種子等購入費用および堆肥の散布費用の一部が助成されます。

補助金交付申請書を必ず 3 月 31 日（金）までにご提出ください。

◆共通項目

■必要書類 / ①補助金交付申請書②領収書の写し
 ※種子：申請書に購入先事業所の証明がある場合は不要。土づくり：市島ユーキを利用された場合は不要。③補助金請求書
 ※申請様式は、農業振興課、各支所または丹波ひかみ農協営農経済センターに設置。

◆土づくり対策事業補助金

■対象者 / 肥料販売業務開始届済みの業者から市内で生産された堆肥を購入し、散布した農家
 ■堆肥の購入量と補助額

販売単位	補助金額
機械散布 1 台（1.5 t あたり）	1,000 円

■そのほか / 災害復旧事業により復旧した農地に、市島ユーキ堆肥を使用した場合は、取扱いが異なりますのでご連絡ください。

◆特産物種子等購入補助金

■対象者 / 下記の種子を購入し、市内で栽培する農家※年度内に支払われた種子の代金のみが対象。

■対象作物の種子購入量と補助率

指定作物名	種子量の下限	補助率	指定作物名	種子量の下限	補助率
黒大豆（枝豆含む）	1 kg	1/4	栗	5 本	1/2 上限：1 本 当たり 500 円以内
小豆	1.5kg	1/2	山の芋	50 kg	1/3
スイートコーン	2,000 粒	1/4	ブルーベリー	15 本	1/3
小麦	—	1/4	若松	5 本	1 本 当たり 2,000 円

※種子などの個人売買は助成の対象となりません。
 ※小麦は集落営農組織が対象です。



問 農業振興課（春日庁舎内） ☎ 88 - 5028

気軽に求職体験！

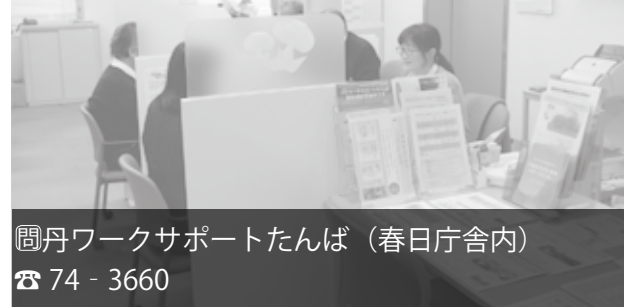
「丹（まごころ）ワークサポートたんば」体験フェア

ハローワーク柏原と市が共同で運営し、職業紹介や相談を行う「丹（まごころ）ワークサポートたんば」の説明会を開催します。

丹（まごころ）ワークサポートたんばの取り組みを紹介。面接会や相談コーナー、ミニセミナーなど、実際に行っている事業を体験できます。気軽にご参加ください。

■とき / 3 月 13 日（月） 午後 1 時～4 時
 ■ところ / 春日住民センター 大会議室
 ■内容 / ①市内企業による面接会②仕事と心の相談

コーナー③「丹（まごころ）ワークサポートたんば」の説明会④応募書類などに関するミニセミナー⑤心理テスト・カードワークコーナーなど



問 丹ワークサポートたんば（春日庁舎内）
 ☎ 74 - 3660



「鉄道のお得で便利な乗り方」講座 Vol.11



【割引乗車券を上手に使おう！その2】編

みなさんはＪＲを利用して８人以上の団体で旅行すると乗車券が割引されるのをご存じですか。一定の条件を満たせば、市の福知山線利用増進事業補助金も併せて利用できてお得です。

◆ＪＲの団体割引

■対象／８人以上で同じ行程と一緒に旅行する団体

①普通団体：一般の方

②学生団体：ＪＲ指定学校の学生・生徒・児童・園児８人以上をその学校の教職員が引率の場合

■割引率

①普通団体：乗車時期により 10%か 15%引

②学生団体：中学生以上 50%引

小学生以下・教職員・付添人（小学校低学年などの団体）：30%引

■申込み期間／出発日の 14 日前まで

※団体専用列車は 2 カ月前まで

■受付窓口／ＪＲ各駅と主な旅行会社など

■そのほか／割引乗車券には、学生割引や身体障がい者割引・知的障がい者割引などもあります。詳しくは駅にお問合せください。

◆福知山線利用増進事業補助金

■対象／ＪＲ福知山線を利用して３人以上で旅行する個人・団体・グループ

※そのほか要件あり。別途申請が必要。

■補助額／大人 1 人 1,000 円、子ども 1 人 500 円まで※片道の乗車券購入金額が対象

〈次回の 5 月 22 日号ではジパング倶楽部について掲載予定〉

岡都市住宅課（春日庁舎内） ☎ 74 - 2364

期限内に処分しましょう HP

ＰＣＢ使用製品とＰＣＢ廃棄物の取り扱い

ポリ塩化ビフェニル（ＰＣＢ）使用製品および、ＰＣＢ廃棄物は、高濃度ＰＣＢ・低濃度ＰＣＢともに特別措置法により、期限内に適切に廃棄することが義務付けられています。

■ポリ塩化ビフェニル（ＰＣＢ）／主に油状の物質で、化学的に安定した性質から電気機器用の絶縁油など様々な用途に利用されてきました。一方で、毒性が極めて強く、慢性的な摂取により、体内に蓄積し、様々な症状を引き起こします。現在は、製造・輸入ともに禁止されています。

■ＰＣＢの主な用途／ビル・病院などの変圧器に使われる絶縁油、工業用の加熱・冷却用の熱媒体、潤滑油、絶縁・難燃用の可塑剤、塗料・インキなど

■ＰＣＢ廃棄物の分類／低濃度ＰＣＢ廃棄物と濃度が 0.5% を超える高濃度ＰＣＢ廃棄物

●高濃度ＰＣＢ廃棄物

処理場：中間貯蔵・環境安全事業

処分期限：平成 33 年 3 月 31 日

高濃度ＰＣＢ廃棄物と思われる代表的な電気機器例：高圧変圧器、高圧コンデンサー、業務用・施設用蛍光灯器具の安定器など

●低濃度ＰＣＢ廃棄物

処理場：無害化処理認定施設・都道府県

処分期限：平成 39 年 3 月 31 日

PCB 特別措置法についての問い合わせ窓口

兵庫県農政環境部環境管理局環境整備課

☎ 078-362-3281

岡環境整備課（丹波市クリーンセンター）

☎ 78 - 9999

水道コラム HP

水道水と塩素の関係

塩素は、水道水を消毒するために注入します。殺菌効果があり、人体に影響はありません。正式には「次亜塩素酸ナトリウム」といい、「カルキ」と呼ばれることもあります。

水道法では各家庭の蛇口で 0.1mg/ℓ 以上の残留塩素濃度を確保するように定められています。なお、WHO（世界保健機関）が定める、体重 60kg の成人が一日 2 ℓ の水道水を生涯飲み続けても健康に影響が生じない塩素の濃度は 5 mg/ℓ です。

市の水道水の残留塩素濃度は 0.1mg/ℓ 以上 1 mg/ℓ 以下です。毎日 1 回以上の水質確認をして、管理しています。

一般にカルキ臭といわれる塩素の臭いを抑えるには、冷蔵庫で冷やすのが効果的です。水は 10℃～15℃が最もおいしく感じる温度と言われています。ぜひお試しください。

岡水道部 工務課（柏原支所内）

☎ 72 - 0605

シリーズ「投票に行こう」 Vol 9

選挙の種類を知ろう



参議院議員通常選挙

参議院議員通常選挙とは参議院議員の半数を選ぶための選挙です。参議院に解散はありませんので、任期満了（6 年）により行われます。

参議院議員は、憲法で 3 年ごとに半数ずつ入れ替わるよう定められており、3 年に 1 回、定数の半分の議員を選びます。

参議院議員の定数は 242 人で、うち 146 人が選挙区選出議員、96 人が比例代表選出議員です。半数ずつ改選するため、各通常選挙で選出される議員数は、選挙区選出議員 73 人、比例代表選出議員 48 人です。

今回の参議院議員通常選挙は平成 31 年 7 月 28 日任期満了に伴い、執行される予定です。

岡市選挙管理委員会（氷上庁舎総務課内）

☎ 82 - 1002

広報「たんば」9月号・7月号

広報コンクールで受賞



広報たんば9月号(写真左)・7月号(写真右)
9月号は恐竜化石発見から 10 年を記念した特集。

広報「たんば」平成 28 年 9 月号(143 号)が第 64 回兵庫県広報コンクールで「広報まちづくり賞」を受賞しました。(公財)兵庫県市町村振興協会が主催する賞で、17 団体から選ばれました。また、7 月号の表紙写真が一枚写真の部で「努力賞」を受賞しました。

今回の受賞は、取材に協力いただいた方々と、広報たんばの発行にご理解くださる市民のみなさんのおかげです。これからも多くの方々に読んでいただける広報紙の制作に努めます。

岡総合政策課（氷上庁舎内） ☎ 82 - 0916

転入・転出届は

期限内に手続きを！



3 月から 4 月は、引っ越しに関する手続きが集中します。必要な書類をそろえ、時間に余裕をもってお越しください。代理人が手続きをする際は、委任状などが必要な場合があります。

◆転入／引っ越してきた日から 14 日以内に手続きをしてください。

■必要な物／転出証明書、本人確認書類、印鑑、マイナンバーの記載された通知カード

※マイナンバーカード、住民基本台帳カードを取得している方は、住所更新の手続きがありますので、必ず持参ください。

◆転出／引っ越し日が決まったら、引越し当日までに手続きをしてください。

■必要な物／本人確認書類、印鑑

岡市民環境課（氷上庁舎内） ☎ 82 - 2002

軽自動車の手続きを忘れずに

軽自動車税は4月1日現在、原動機付自転車・軽自動車などを所有する人が納める税金です。転出や死亡、売買などで所有者が変わった場合は、3月上旬までに手続きをしてください。税金の減免なども併せて期限内に申請してください。



■ 国税務課（氷上庁舎内） ☎ 82・2070

廃車、名義変更などの手続きはお早めに！

軽自動車税を納めるのは、4月1日時点に、原動機付自転車・軽自動車・二輪の小型自動車・小型特殊自動車を所有する人です。市外への転出や死亡、売買などで所有者が変わった場合は、3月上旬までに手続きをしてください。4月2日以降に廃車や名義変更をしても、払い戻しはありません。

車両を処分しても、市役所などで廃車手続きをしなければ軽自動車税がかかります。廃車日・名義変更日は、陸運局などでの手続完了日です。手続代行業者などを利用する場合には、依頼日から手続完了までに数日かかります。

廃車・名義変更の手続き

◆ 市役所で手続きするもの
原動機付自転車（125cc以下）



小型特殊自動車（農耕作業用・その他特殊作業用）
■ 手続場所／税務課・各支所
■ 手続きに必要なもの
● 廃車の場合／①印鑑※所有者のもの②ナンバープレート③登録票
● 名義変更の場合／①印鑑※新旧所有者のもの②登録票③ナンバープレート※番号変更される場合

◆ 市役所以外で手続きするもの
3輪・4輪の軽自動車

■ 手続場所／軽自動車検査協会兵庫事務所 神戸市東灘区御影本町1-5-5※5月6日住所変更
☎ 050・3816・1847

2輪の小型自動車、軽2輪（125ccを超えるもの）
■ 手続場所／神戸運輸監理部兵庫陸運部 神戸市東灘区魚崎浜町3-4
☎ 050・5540・2066

市長コラム 丹波語り 一緒にワクワク・ドキドキ！シティプロモーション



「マーケティング」とは、企業が行う「顧客が求める商品などを生み出し、提供する戦略的な活動」などと聞かれています。具体的には「いかに顧客を獲得するか、黒字を出すか」を考えることと理解しています。行政に置き換えると「どうして市民の方の心に寄り添うか」「どうすれば市民の方がワクワク・ドキドキできるか」「どのような制度やサービスをつくり“住みたい、帰りたい、トカイナカ丹波市”を実現するか」…。「市民の満足度」を念頭に行動をすることが「丹波市スタイルのマーケティング」と考えています。

「スピード感」「実行力！」を信条に、民間企業の良い部分を学び、仕事を進めます。市役所・公務員らしい仕事方法ではなく「一線を越える」ような積極的な姿勢で努力を続けたいものです。

2019年、新元号を制定する動きもあると報道されました。市も市制15周年・丹波市豪雨災害5周年の節目の年です。この年を「丹波市元年」とし、まちを売り出す「シティプロモーション活動」を本格化します。市には多くの誇るべき伝統・文化・人々の営みがあります。磨き、フル活用して丹波の里を舞台にキャンペーン・リレーイベントを大々的に展開したいと考えています。このとき、市民の方と「ワクワク・ドキドキ感」を共有したいのです。そのためには「市民満足度」を念頭に進めなければなりません。

「6地域ごとにバラバラだ」と言わずに、個性を認め合いましょう。個々のまちの宝を真珠に見立て、つなぎ「真珠のネックレス」を創りましょう。金子みすゞの詩のように「みんなちがって、みんないい」。互いを認め、固く連帯しようではありませんか。

丹波市長 谷口進一

軽自動車税の減免について

身体障害者手帳・戦傷病者手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は、軽自動車税の減免を受けられる場合があります。

平成29年度軽自動車税減免申請の新規受付は、4月1日から5月24日までです。現在減免を受けている方には、3月中に継続用の減免申請書を送付します。減免の届出内容に変更がない場合は、必要事項を記入し、提出してください。

なお、年度途中に名義変更・買いかえをした場合は、新たに申請が必要です。必要書類をそろえて、早め手続きをお願いします。

税金は誰にかかる？ かからない？

課税日	3/31	4/1	4/2	4/3	4/4
手続き完了日					
4/1以前に廃車	廃車	かからない			
4/2以降に廃車			廃車	かかる	
4/2にCからDに名義変更			名義変更	CにかかるがDにはかからない	

車検を受けるには車検用の納税証明書が必要です

車検用納税証明書の有効期限は、5月30日です。車検代行業者に依頼する場合は、有効期限までに車検を済ませてください。

■ 現金納付の場合／過去に未納がない方は、納付書に付いている車検用納税証明書をご利用ください。
■ 口座振替の場合／市役所・各支所窓口で車検用納税証明書（無料）を申請してください。※口座振替後、約1週間程度は収納確認ができないことがあります。振り替え済みの通帳を持参してください。

Q & A 便利な支払い方は？

軽自動車税の納税は納め忘れない口座振替がおすすめです！
お取引先の金融機関などで通帳・印鑑をお持ちのうえ、手続きをお願いします。

農業を学び 新たな担い手となる

と き み つ る 土岐満さん vol.4

経歴：神戸市出身。大学卒業後、青年海外協力隊村落開発普及員として中米パナマ共和国へ赴任。野菜栽培指導や識字教育プロジェクトのサポートなどに従事。



業団体と交流し、色々な農業のスタイルや経営方法、地域の特性など学んでいます。1つ1つ知識を自分のものにしながら、3年後の自立に向かって頑張っています。

将来は、農家として定住を希望する人に、市の魅力や情報、就農までのリアルな経験などを発信したいと考えています。



はじめまして。11月から地域おこし協力隊員として、農業の新たな担い手育成や課題を解決するため勉強中の土岐満です。同時に任用された高野さんと一緒に働いています。市の非常勤一般職員として週5日勤務し、農業実習と事務の2つの仕事をしています。週の3～4日は農業、週の1～2日は職員として働く「半農半公」という仕事スタイルです。

農業実習では、先輩の農家さんの下で色々な農作業をしながら、必要な知識や技術を学んでいます。初心者なので、作物や農工具の名前や専門的な農業用語まで、覚えること、学ぶことだらけです。また、多くの農家・農

お知らせ

春の全国火災予防運動

3月1日(水)から7日(火)まで、全国一斉に「春の火災予防運動」が実施されます。消防本部・消防団では、この火災予防運動にあわせて事業所査察、防火巡回パレードなどを実施します。

■全国統一防火標語／「消しましょう その火その時その場所です」

「防火ポスター最優秀賞」

吉見小学校 4年生 南山 泰良さん



町予防課(消防本部内) ☎ 72・2255

家畜の届出について

牛や鶏などを1頭(羽)でも飼養している人は、年1

回、飼養状況を届けることが義務付けられています。愛玩目的の飼養も含みます。

対象動物

①家畜／牛・水牛・鹿・馬・めん羊・やぎ・豚・いのしし
②家きん／鶏・あひる・うずら・きじ・だちょう・ほろほろ鳥・七面鳥

■届出期限／①を飼養している人は4月15日(土)までに②を飼養している人は6月15日(木)までに朝来家畜保健衛生所に報告書の提出が必要です。

町農業振興課(春日庁舎内) ☎ 88・5028

募集

まごころ市長室開催

市長が市政に関する意見をお聴きします。氏名・内容は公表します。

■とき／3月28日(火) 午後1時～(一人30分)

■ところ／市役所応接室

■対象／市内在住・在勤・在学の方

■定員／6人※先着順

■申込方法／市役所・各支所に設置の申込用紙を提出してください。

■申込期間／3月1日(水)～10日(金) 午後5時
町総合政策課(氷上庁舎内) ☎ 82・0916

平成29年度丹波市臨時職員登録制度のご案内

臨時職員の雇用が必要な場合「臨時職員登録申請書」を提出された方の中から候補者を選び、臨時職員を採用します。書類・面接で選考を行います。

■登録職種／事務補助員 施設管理員、自動車運転員 環境整備員、保育士、放課後児童・預かり保育指導員・小中学校幼稚園介助員など
■任用期間／任用期間は職種により様々。最長平成30年3月31日までです。

■申請期間／随時。1年を通じて受け付けています。

■申請方法／市役所・各支所に備え付けの臨時職員登録申請書を職員課まで提出してください。市のホームページにも掲載しています。

町職員課(氷上庁舎内) ☎ 82・0722

定住促進住宅入居者募集

空き家を利用し、移住定住希望者に貸し出す「定住促進住宅」の入居者を募集します。

■入居資格／入居者および同居者の年齢が50歳未満。ただし、市内の雇用促進住宅入居者はこの限りではない。

■募集住宅／応相寺定住促進住宅(青垣町中佐治) 3LDK1戸▼中山定住促進住宅(春日町中山) 4DK1戸▼白毫寺定住促進住宅(市島町白毫寺) 7DK1戸と別棟3K1戸

■家賃／1戸あたり5万円
■入居期間／1年以上10年以内

■入居時期／4月以降
■申込受付／2月20日(月)～3月10日(金)

町住まいづくり課(春日庁舎内) ☎ 88・5039

丹波市消防団員を募集

消防団は、市民の生命と財産を火災や災害から守るた

め、勇敢かつ献身的に活動をしています。入団資格は、18歳以上で市内在住または在勤。男性は地元消防団、女性は丹波市全域で活動する女性消防分団に配属になります。消防団に入団を希望する方、関心がある方はぜひご連絡ください。

町くらしの安全課(氷上庁舎内) ☎ 82・0250

市営住宅の入居者募集

■募集団地・戸数

○公営住宅：玉巻テラス(山南町玉巻) 3DK1戸
▼松ヶ端団地(山南町玉巻) 3DK1戸▼新郷団地(氷上町新郷) 3DK2戸▼小山団地(青垣町沢野) 3K1戸▼ウリウト団地(青垣町沢野) 3DK1戸▼青垣新町団地(青垣町佐治) 3DK1戸▼柵団地(市島町喜多) 3DK3戸▼牛河内団地(春日町牛河内) 3LDK1戸

○特公賃：この団地(春日町野上野) 3LDK1戸
▼拳田団地(柏原町拳田) 3DK1戸

■申込期間／3月1日(水)～15日(水)
■申込窓口／都市住宅課各支所
■入居予定時期／4月下旬
町都市住宅課(春日庁舎内) ☎ 74・2364

イベント

ミニ企画展 上山家文書にみる幕末維新の丹波

江戸時代、氷上郡大新屋村・鴨野村(柏原地域)稲継村(氷上地域)を所領した旗本佐野氏の代官を務めた上山家に伝わる文書を展示します。

ミニ企画展

■とき／2月28日(火)～3月20日(月・祝) 午前9時～午後4時30分

■ところ／柏原歴史民俗資料館

■入館料／200円

記念講演

■とき／3月4日(土) 午後1時30分

■ところ／たんば黎明館

■テーマ／上山家文書にみる幕末維新の丹波

■講師／神戸大学大学院人文学研究科非常勤講師・前田結城さん
町文化財課(山南庁舎内) ☎ 70・0819

SPRING映画会

◇パート1

■とき／3月5日(日)

■作品名／「ゴーストバスターズ」

◇パート2

■とき／3月20日(月・祝)

■作品名／「アングリーバーード」

◇共通事項

■ところ／春日文化ホール

■開演／午後2時

■定員／500人

町文化・スポーツ課(春日文化ホール内) ☎ 74・1050

丹波市高齢者学級合同講演会とTAMBAシニアカレッジ閉講式

■とき／3月10日(金) 第1部閉講式／午後1時15分
第2部講演会／午後1時30分～3時

■ところ／ゆめタウンポツプアップホール
■内容／閉講式・講演会・講演＆落語「笑う顔には福が来る！」
■講師／三遊亭楽団治さん
町市民活動課(氷上住民センター内) ☎ 82・0409

柏原高校公開講座「ようこそ先輩！」

柏原高校卒業生を講師に迎え、公開講座を開催します。

◇第4回

■とき／3月17日(金) 午前11時45分～午後0時45分

■ところ／柏原高校北体育館

■演題／夢の実現に向かって

■講師／BS日テレ「深層NEWS」キャスター 近藤和行さん

◇第5回

■とき／3月21日(火) 午前11時45分～午後0時45分

■ところ／柏原高校柏陵会館

■演題／美しいソプラノの歌声をピアノにのせて

■講師／声楽家・大槻朱里さん

町県立柏原高校 ☎ 72・1166

美と鑑賞の憩いの場

美術館通信

3月25日(土)～5月21日(日)
安野光雅展
―旅と空想の画家―

ヨーロッパ周遊を素材にした紀行作品で知られた画家で、絵本作家でもある安野光雅の展覧会です。

多彩かつ多岐にわたる創作活動の中から、絵本と旅のスケッチに注目し、個性的な水彩画で表現された作品を紹介します。

◆開会式・ギャラリートーク

■とき／3月25日(土) 午後1時30分～

■講師／安野光雅美術館 学芸専門員 廣石修さん

■参加費／無料※別途観覧料が必要



「しぜんのくに(1977年5月)」
©空想工房
安野光雅美術館提供

3月12日(日)まで開催
常岡幹彦展 ―彩と玄のあいだ―

町植野記念美術館 ☎ 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(祝日の場合は翌平日) ●観覧料／800円ほか(ココロンカード利用可、20人以上団体割引)

リサイクル体験教室
 ■対象／市内在住の小学生以上の方（小学生は保護者同伴）
 ■定員／各10人（先着順）
 ■申込者が3人以上の場合に開催。※ガラスフュージングのみ定員4人。
 ○サンドブラスト
 ■とき／8日（水）午後1時～
 ■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

丹波市クリーンセンター
 ☎78・9999

3月の体験教室

小島子育て学習センター
 ☎85・3030（代）
 ※会場はライブピアいちじま3日（金）クッキング講座
 おいしく食べよう幼児食
 午前10時～11時30分 ▼15日（水）わかば教室閉講式
 午前10時～11時30分

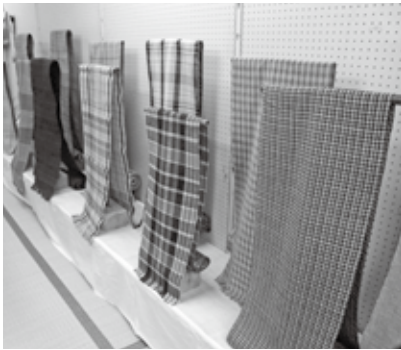


青垣いきものふれあいの里
 ☎88・0888
 ☎88・0887
 早春のフィールド観察会
 芽吹きของフィールドで樹々の営みを学びます。
 ■とき／11日（土）午後1時30分～3時
 ■持ち物／雨具、飲み物
 つる植物作品展
 つるで作られた工芸品を展示しています。
 ■とき／12日（日）まで

青垣いきものふれあいの里
 ☎88・0888
 ☎88・0887

○ガラスフュージング
 ■とき／15日（水）午後1時～
 ■参加費／500円
 ○紙すき
 ■とき／22日（水）午後1時～
 ■持ち物／牛乳パック1箱

●開館時間／午前10時～午後5時
 ●休館日／火曜日※祝日の場合は翌平日



■とき／10日（金）～20日（月・祝）午前10時～午後5時※最終日は午後3時まで

丹波布伝承館10期生基礎コース創作展

丹波布伝承館
 ☎80・5100
 ☎80・5101



年金のお問い合わせはそれぞれの専用ダイヤルへ

国保・医療課（氷上保健センター内）☎82・6690

◆年金の請求・源泉徴収票の再発行・その他一般的な相談

ねんきんダイヤル☎0570・05・1165
 IP電話・PHSからは☎03・6700・1165
 ■時間／月～金 午前8時30分～午後5時15分 第2土曜日 午前9時30分～午後4時
 ※月曜日は午後7時まで受付

◆ねんきん定期便、ねんきんネット専用ダイヤル

☎0570・058・555
 IP電話・PHSからは ☎03・6700・1144
 ■時間／月～金 午前9時～午後7時 第2土曜日 午前9時～午後5時

◆一般的な国民年金の加入に関すること
 ねんきん加入者ダイヤル☎0570・003・004
 IP電話・PHSからは☎03・6630・2525
 ■時間／月～金 午前8時30分～午後7時 第2土曜日 午前9時～午後5時

年金証書や年金手帳など基礎年金番号の分かるものを用意して問い合わせてください。

●次回の出張年金相談（完全予約制）
 ・とき・ところ：3月1日（水）氷上保健センター
 ・予約期間：2月22日（水）まで
 ・定員：20人
 ・予約先：西宮年金事務所☎0798・33・2944

おはなし会
 幼Ⅱ幼児 小Ⅱ小学生 小低・高Ⅱ小学生低学年・高学年
 中央図書館☎82・7100
 11日（土）午前10時30分
 幼Ⅱ14日（火）午前10時30分
 幼Ⅱ18日（土）午前11時
 小Ⅱ25日（土）午前10時30分 幼
 柏原図書館☎72・0313
 18日（土）午前10時30分
 幼Ⅱ小低※柏原住民センター2階和室
 青垣図書館☎87・1111
 11日（土）午前11時 幼Ⅱ小低

文学講座
 ■とき／3月18日（土）午後1時30分～3時
 ■ところ／中央図書館
 ■テーマ／トルストイ「戦争と平和」
 ■講師／足立幸信さん
 ■定員／50人



3月の子育て関連情報

春日図書館☎74・1611
 18日（土）午前10時30分
 幼Ⅱ小低※春日住民センター2階視聴覚室
 山南図書館☎77・0336
 11日（土）午前10時30分
 幼Ⅱ小低▼17日（金）午前10時30分 幼Ⅱ25日（土）午前10時30分 幼Ⅱ小低※山南住民センター2階和室
 市島図書館☎85・2733
 18日（土）午前11時 幼Ⅱ25日（土）午前11時 幼Ⅱ小低
 子育て学習センター
 小島子育て学習センター
 ☎72・4747
 4日（土）おひさまのおはなし会 午前10時30分～11時
 ▼10日（金）みんなにありがとうつなごう♪ともだちの和々 午前10時～11時30分※柏原福祉センター
 氷上子育て学習センター
 ☎82・1001（代）
 14日（火）みんなともだち 午前10時30分～11時30分

子育て学習センター

青垣子育て学習センター
 ☎87・1919
 ※会場は青垣住民センター3日（金）のびのびカフェ 午前10時～11時30分 ▼10日（金）親子教室閉講式 午前10時～11時30分 ▼14日（火）ママ相談会 午前9時30分～11時30分 ▼15日（水）みんな集まれ！グループ交流会 午前10時～11時30分

春日子育て学習センター
 ☎74・3040
 3日（金）食育講座 午前10時～正午 ▼10日（金）ひまわりサロンdeおはなしなにあに 午前10時～11時 ▼15日（水）あったか交流会 午前10時～正午 ▼16日（木）コアラの会 午前10時～11時30分
 山南子育て学習センター
 ☎77・3160
 9日（木）ひよこクラスおきくになった会 午前10時～正午※ちーたんルーム ▼16日（木）親子ふれあい教室 午前10時～午後1時※やまなみホール

青垣子育て学習センター
 ☎87・1919
 ※会場は青垣住民センター3日（金）のびのびカフェ 午前10時～11時30分 ▼10日（金）親子教室閉講式 午前10時～11時30分 ▼14日（火）ママ相談会 午前9時30分～11時30分 ▼15日（水）みんな集まれ！グループ交流会 午前10時～11時30分

児童館

こうがやま児童館 ☎82・8620

4日（土）絵画教室 9:30（小学生）
 13日（月）トトロ 10:30（乳幼児）
 18日（土）お茶席 9:30（小中高生）
 27日（月）ほのぼの相談 10:00（乳幼児）

しろやま児童館 ☎82・0843

4日（土）作ってあそぼう 9:30（小学生）
 6日（月）トトロ 10:30（乳幼児）
 18日（土）英語であそぼう 9:30（小学生）
 23日（木）リズムえいご 10:30（乳幼児）

しろやま児童館閉館のお知らせ



しろやま児童館は、3月31日をもって閉館します。長い間、たくさん子どもたち、保護者のみなさんにご利用いただき、ありがとうございました。こうがやま児童館は引き続き利用可能です。ご利用ください。

こんにちは！
スポーツ推進委員です

ふくらはぎを動かし血液
のめぐりを改善

心臓が血液を体に押し出すように、ふくらはぎの筋肉は血液を心臓へ送り返す「第2の心臓」としての働きがあります。

脚がむくんだり、疲れやすい方は、力を抜きふくらはぎを触ってみましょう。硬いと老廃物が溜まって、十分な働きができていません。足首から膝に向かってよく揉みほぐしてください。歩く習慣のない方は、足踏みやつま先を引き上げるなど意識してふくらはぎの筋肉を動かしましょう。

血液のめぐりが良くなり、毎日をもっと元気に過ごせますよ。

閏文化・スポーツ課（春日文化ホール内） ☎ 88・5057

消費生活
ニユース

賃貸住宅を借りるときは内容をよく確認！

入学や就職などで、春は引越しや賃貸住宅の契約をする機会が多くなります。賃貸住宅契約では、毎月支払う家賃や共益費のほかに、敷金・礼金などの様々な費用がかかります。入居後に「こんなはずではなかった」と思わないように、次のことに注意をしてください。

その1／物件の検討中に、とりあえず「申込書」を書くのはやめましょう。

その2／入居前に物件の状況を確認しましょう。傷などがあれば原状写真を撮っておきましょう。

その3／重要事項の説明は必ず受け、契約書の「特約条項」の確認をしましょう。

閏丹波市消費生活センター（くらしの安全課内） ☎ 82・0996

想像力で相手を思いやる

興味関心は人それぞれです。雨を例にとってみても、「さみしい」「嫌だ」「うれしい」などと感じ方は人それぞれです。

時には、なぜそう感じたのだろうと想像してみましよう。「外で遊ぶことができず残念なのは」「作物が育ってうれしいのでは」など、相手の気持ちを想像することで、かける言葉や行動は変わります。相手を考えて、思いやるということが、人権尊重の基本ではないでしょうか。

日々の何気ない出来事や身近な人の様子に、ちょっとした想像力を働かせ、思いやる。そんな生き方が大切ではないでしょうか。

閏人権啓発センター（氷上住民センター内） ☎ 82・0242

「丹波市平日夜間応急診療室」と「休日応急診療所」 3月の当番医（敬称略）

丹波市平日夜間応急診療室〔柏原日赤〕					休日応急診療所	
診療時間 / 午後8時～10時 ※来院前に☎ 72 - 0555 へ電話してください。 ※平日昼間はかかりつけ医で受診して下さい。					診療時間 / 午前9時～正午 午後1時～5時 ※来院前に☎ 72 - 2480 へ電話してください。	
月	火	水	木	金	土	日
		1 中川泰洋 (内 科)	2 柏原日赤医師	3 岩崎良一 (外 科)	4	5 大森康宏 (外 科)
6 田中庸生 (外 科)	7 細見成一 (婦人科)	8 長澤 進 (内 科)	9 柏原日赤医師	10 宮崎直之 (外 科)	11	12 中川泰洋 (内 科)
13 三浦博幸 (内 科)	14 上山知己 (内 科)	15 和久晋三 (内 科)	16 柏原日赤医師	17 上田明德 (外 科)	18	19 里 博文 (皮膚科)
20 前田啓志 (整形外科)	21 久保田孝則 (内 科)	22 里 博文 (皮膚科)	23 柏原日赤医師	24 野上壽二 (内 科)	25	26 吉積宗範 (内 科)
27 田中 潔 (内 科)	28 赤松義樹 (内 科)	29 平島 顕 (整形外科)	30 柏原日赤医師	31 中澤 敏 (内 科)		

※当番医は変更になることがあります。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。医療機関のお問い合わせは消防本部（☎ 72 - 2255）まで。

網かけのⓈ印は休日診療所で受診してください。

3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、市農＝市島農村環境改善センター、春住＝春日住民センター、氷保＝氷上保健センター、氷＝市役所 春＝春日庁舎、柏支＝柏原支所、市支＝市島支所、丹健＝丹波健康福祉事務所

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	月・火・木・金 (祝日を除く)	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 ☎ 0570 - 064 - 370
行政	行政相談	1日(山住)、9日(青住)、13日(氷)、15日(柏住) 16日(市農)、21日(春住) 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	13日(山住)、16日(青住)、21日(市農) 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	柏原人権擁護委員協議会 ☎ 72 - 0176
	総合生活相談 (隣保館相談)	電話 平日 出張 13日(山住)、16日(青住)、21日(市農) 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	行政書士による 無料相談会	4日	午後1時30分～4時	柏住	県行政書士会摂丹支部(荒木) ☎ 72 - 4696
	無料登記法律相談	16日	午後1時30分～4時	柏住	吉竹登記測量事務所 ☎ 72 - 4388 ※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
	不動産無料相談	2日	午後1時～4時	丹波市商工会柏原支所	県宅地建物取引業協会三田・丹波支部 ☎ 079 - 563 - 2169
安全	市民生活の安全・安心 確保のための指導相談	月・火・木・金 月・火・水・金	午前9時～午後5時	氷 春	総務課 ☎ 82 - 1002 春日支所 ☎ 74 - 0221
福祉	認知症介護者相談日	3日	午前10時～正午	春・1階相談室2	介護保険課 ☎ 74 - 0368
	高齢者権利擁護相談日	9日	午前10時～正午	春・1階相談室2	介護保険課 ☎ 74 - 0368
	高齢者こころの医療相談日～もの忘れ相談～	28日	午後2時～4時	春・1階相談室2	介護保険課 ☎ 74 - 0368
	知的障がい者相談	8日※前日正午までに要予約	午後1時30分～3時30分	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)	23日※前日正午までに要予約	午後1時30分～3時30分	春・1階相談室2	障がい福祉課 ☎ 74 - 0222
	身体障がい者相談	8日午前9時～11時 市支 9日午後1時30分～3時30分 山南福祉センター			障がい福祉課 ☎ 74 - 0222
健康	健康相談	1日(山住)、2日(柏支)、7日(市支)、9日(春住)、14日(青住)、16日(氷保)※「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 ☎ 82 - 4567
医療	丹波市夜間健康相談ホットライン	年中無休 午後7時～午前0時		電話相談	☎ 0120 - 737 - 180 圏地域医療課 ☎ 82 - 4611
	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	☎ 72 - 4396 圏地域医療課 ☎ 82 - 4611
	夜間おくすり相談	平日の午後9時～11時		電話相談	☎ 080 - 1432 - 8132 (丹波市薬剤師会) 圏地域医療課 ☎ 82 - 4611

健康生活
healthy life

睡眠中のこむら返りを予防するには

「睡眠中に足がつります。どうしたらいいですか」という相談を受けます。今回は、このようなこむら返りを予防する方法を紹介します。

こむら返りは、足のふくらはぎなどの筋肉の収縮、けいれんによって起こります。血行不良、筋肉の疲労、運動不足、体内の水分やミネラル不足で発生しやすくなります。

手足のしびれや、むくみ、歩行障害が伴う場合は糖尿病、腎疾患、脳梗塞など重篤な病気が疑われる場合があります。早めに医療機関を受診してください。

■こむら返りを予防する方法

- ・お風呂につかるなど、体を温める。
- ・寝る前にふくらはぎをマッサージする。
- ・適度な運動とこまめに水分・ミネラルを補給する。不足しがちなミネラルは、カルシウム・カリウム。カルシウムは乳製品、小松菜、大豆など、カリウムは緑黄色野菜、果物に多く含まれる。

がんを防ぐために健康的な生活習慣を身につけましょう

最近のがん研究で、危険性を高める原因が明らかになってきました。多くは、たばこや飲酒・食事などの生活習慣にかかわるものです。がんにならないためには、健康的な生活習慣を身につけることが大切です。

■「がんを防ぐための新 12 ケ条」公益財団法人がん研究振興財団制定

- ①たばこは吸わない
- ②他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- ③お酒はほどほどに
- ④バランスのとれた食生活
- ⑤塩辛い食品は控えめに
- ⑥野菜や果物不足にならない
- ⑦適度に運動
- ⑧適切な体重維持
- ⑨ウイルスや細菌の感染予防と治療
- ⑩定期的ながん検診を
- ⑪身体の異常に気が付いたら、すぐに受診を
- ⑫正しいがん情報でがんを知る

図書館
library

ベストリーダー情報（1月1日～1月31日）

一般書

順位	本の名前	作 者
1	あおなり道場始末	葉室 麟
1	コンビニ人間	村田沙耶香
3	大雪物語	藤田宜永
3	九十歳。何がめでたい	佐藤愛子
3	継続捜査ゼミ	今野 敏

児童書

順位	本の名前	作 者
1	14 ひきのさむいふゆ いむらかずお/さく	
2	もったいないばあさん 真珠まりこ/作・絵	
3	うみの100かいだてのいえ いわいとしお/作	
3	14 ひきのもちつき いむらかずお/さく	
3	だるまちゃんとうさぎちゃん 加古里子/さく・え	



おすすめ図書

一般書

『町の未来をこの手でつくる』
紫波町オガールプロジェクト
猪谷千香 / 著 幻冬舎 [2016.9]

児童書

『ごめんなさい』がいっぱい
くすのきしげのり / 作、鈴木永子 / 絵
PHP 研究所 [2016.9]

高齢化・過疎化・財政難に直面する岩手県紫波町は、今や県内第2位の地価上昇率を記録し、駅前エリアには年間90万人以上が訪れる。補助金や大手企業に頼らない、公民連携によるまちづくりとは。



失敗すると、すぐに「ごめんなさい」を言うようになったふうちゃん。お父さんもお母さんも、ふうちゃんを眼科に連れて行くまで目が悪いことに気づかず…。心あたたまる絵本。



“たんば” 食育クッキング

旬の野菜をもつと食べよう
《プラスワンディッシュ!! 1日350g》

＊材料（4人分）	水菜	1束（200g）
	切干大根	40g
	＊A	
	濃口しょうゆ	大さじ1
	酢	小さじ2
	すり白ごま	大さじ1
	練りからし	小さじ1/2

＊つくり方＊

- ①水菜はよく洗い、4cm長さに切る。たっぶりの熱湯で、歯ごたえが残るくらいに茹でて、水気を切る。
- ②切干大根はもみ洗いし、15分水中に浸けて戻す。水気を絞って食べやすく切る。
- ③Aをよく混ぜ、①と②を入れて和える。

水菜と切干大根のごま辛子和え

1人分：エネルギー 57kcal・塩分 0.8g



栄養士からの一言

切干大根には食物繊維が多く含まれ、便秘予防にも効果があります。戻し過ぎず、歯ごたえを残しておきます。水菜を加えて、噛みごたえをアップ！



二月二十八日から三月二〇日にかけて、柏原歴史民俗資料館でミニ企画展「上山家文書にみる幕末維新の丹波」が開かれます。企画展に先がけ、上山治郎右衛門の史料（柏原歴史民俗資料館所蔵上山家文書「文久四子年大坂船手御役所并諸役向書状下案控」）を読んでいきます。上山治郎右衛門は、江戸時代、水上郡大新屋・鴨野（柏原地域）・稲継（水上地域）の三カ村における行財政の責任者のな役職を務めていました。幕末期に当該地域で発生したトラブルとそれへの対処の仕方を、探ってみたいと思います。

元治元（一八六四）年一二月七日、大新屋村庄屋嘉七のもとへ同村三宝寺に仮住まいしていた僧Cと、犯罪の取調べや捕縛などの職を務めていたKが来訪し、「先年、三カ村（大新屋・鴨野・稲継）が勅使村（市島地域）のMから借金をした際に、仲介をしてやったことへの手数料を受け取りに

神戸大学大学院人文学研究科
非常勤講師 前田結城

歴史探訪

シリーズふるさとを見直そう 86
村の利害代表者としての
上山治郎右衛門（上）

文化財課（山南庁舎内） ☎ 7010819



「文久四子年大坂船手御役所并諸役向書状下案控」の表紙

今回は両者の主張の要点を確認するところから始めたいと思います。

きた」と、話を持ちかけました。これに対し、嘉七と大新屋村百姓惣代孫九郎は「今は年貢の勘定をして、最中で忙しい」として、CとKを相手にしませんでした。翌一二月八日、CとKは京都の本光院という寺院から「岡村式部代正三位黒田治部卿」（以下黒田と略記）をとめない再訪し、庄屋・百姓惣代よりもさらに上位の職の上山治郎右衛門との直談判を迫ったのです。上山も、当初は彼らを相手にしていませんでしたが、度重なる面会要求に折れ、上山対C・K・黒田の三者の論戦が始まりました。



出生
平成28年12月26日 森谷薫さん(右)
お兄さんと一緒に!



出生
平成29年1月12日 道本楓さん
お兄さんと一緒に!



誕生日
平成27年2月1日 竹内慶多さん



誕生日
平成27年2月11日 杉本怜嶺さん(中央)
お兄さん、お姉さんと一緒に!



出生
平成29年1月14日 余田鈴奈さん(右)
お姉さんと一緒に!



誕生日
平成27年2月9日 水野瑚悠さん
ちーたんと一緒に!



誕生日
平成20年2月21日 横谷英恵さん(左)
兄妹、愛犬と一緒に!

Happy Tamba はぴたん

丹波の“幸せさん”を紹介

「はぴたん-Happy Tamba-」では、生まれた子、新婚夫婦、誕生日を迎える子を紹介します。
市の公式ラインで毎月20日頃に掲載者になれるクーポンを配信しています。

戸籍のまど

お誕生おめでとうございます

赤ちゃん 保護者 住所

荻野	葉翔	翔太	山南町梶
亀井	煌翔	善行	柏原町柏原
森谷	薫	幸輔	柏原町柏原
安達	ゆずな	政雄	市島町喜多
高橋	実瑚	正充	山南町和田
井寄	恵太	智之	柏原町石戸
大嶋	善叶	英治	山南町和田
廣岡	花音	数馬	水上町沼
太田	侑斗	辰弥	水上町西中
善積	紗雪	崇	春日町黒井
高橋	友貴	信貴	春日町鹿場
細見	宗朗	直希	柏原町田路
山本	愛稀	健太	水上町石生
山本	悠月	謙太郎	水上町西中
安達	こころ	龍	柏原町北山
小田	恋暖	悠貴	水上町新郷
徳田	大知	睦幸	柏原町母坪
岸田	琉希	健志	市島町勅使
小森	煌大	祐輝	山南町長野
森谷	斗真	亜美	柏原町柏原
道本	楓	豪	水上町三原
吉田	叶	忠司	市島町下竹田
畑田	結煌	匡軌	水上町常楽
上田	結斗	崇	市島町与戸

1月届出順(敬称略)

余田	鈴奈	大輝	市島町上鴨阪
植山	蒼介	竜二	山南町小新屋
荻野	叶麻	泰弘	市島町勅使
杉本	達系	寛太	市島町喜多
齋藤	吉那	光	春日町三井庄
藤本	仁太郎	敦史	柏原町拳田
藤原	紬希	啓介	水上町黒田
森口	晴雪	紘樹	水上町下新庄
伊藤	大虎	真吾	市島町喜多
中野	希志	瞬	柏原町柏原
伏原	里衣	章悟	市島町上田
山口	千翔	竜也	水上町三方
河村	錬人	洋明	柏原町柏原
柴田	英祐	賢二	春日町園部
安達	結希乃	貴久	市島町戸坂
藤田	航輝	貴之	柏原町柏原
見田	樹紀	晋介	水上町香良
足立	悠月	光英	水上町上成松
川崎	そよ	敬二	市島町下竹田
田中	康睦	裕之	青垣町大名草

お悔やみ申し上げます

氏名 年齢 住所

青木	いよ子	97歳	市島町中竹田
谷名	みちよ	80歳	水上町上新庄
矢掛	誠一	83歳	水上町石生
荻野	成子	91歳	水上町成松

久下	重男	90歳	市島町上竹田
酒井	和子	95歳	水上町石生
大前	皓一	72歳	水上町谷村
塩見	美香	53歳	市島町喜多
石田	あさみ	95歳	市島町与戸
吉住	計二	88歳	春日町柚津
青木	正枝	94歳	水上町絹山
蘆田	敦子	82歳	青垣町佐治
里	まきの	96歳	水上町石生
竹安	博	75歳	柏原町大新屋
安井	誠	84歳	柏原町柏原
北山	正美	84歳	春日町野上野
十倉	美智子	92歳	水上町上成松
芦田	治	90歳	水上町鴨内
小林	清司	66歳	水上町成松
細見	千枝子	92歳	春日町国領
堀	慎吾	48歳	青垣町中佐治
松下	康一	85歳	柏原町南多田
足立	榮八郎	90歳	青垣町大名草
植山	あさの	97歳	山南町小新屋
荻野	武	85歳	水上町賀茂
垂水	智道	87歳	市島町上鴨阪
近藤	潔	87歳	春日町東中
村岡	みや子	92歳	山南町太田
吉田	はる子	90歳	山南町小畑
足立	忠司	81歳	水上町小谷
荒川	正一	82歳	山南町北和田
足立	ツネ子	83歳	青垣町山垣
細見	よしお	67歳	良男
多田	小奈江	82歳	春日町多田
前田	みさゑ	93歳	山南町畑内
吉田	てるゑ	92歳	柏原町大新屋
篠崎	喜美子	76歳	水上町新郷
山本	よしみ	86歳	柏原町下小倉
浅葉	敏一	74歳	山南町谷川
大槻	美代子	69歳	春日町中山
藤谷	潔	81歳	水上町比宇
和田	美佐子	98歳	山南町金屋
東	貞子	86歳	春日町朝日
勝野	綾子	86歳	春日町池尾
芦田	末太郎	91歳	水上町成松
足立	喜美子	81歳	青垣町口塩久
柿原	あきの	94歳	春日町中山
三島	ナツヨ	98歳	春日町黒井
卯野	清子	93歳	水上町本郷
辻	サツ子	81歳	青垣町大稗
足立	武雄	93歳	市島町白毫寺
井町	輝男	91歳	山南町金屋
三崎	久吉	96歳	水上町谷村
吉田	喜代子	90歳	市島町酒梨
足立	ひさ	98歳	山南町坂尻
足立	佳子	85歳	青垣町大名草
梅津	秀夫	88歳	水上町小野
大西	三代子	82歳	山南町谷川
谷山	雪枝	94歳	柏原町柏原
足立	常雄	86歳	青垣町大名草

掲・示・板

世帯数と人口

総人口	66,062人	(△32)
男	31,655人	(4)
女	34,407人	(△42)
世帯数	25,447世帯	(△6)

*平成29年1月末現在・()内は前月比
*住民基本台帳に基づいて掲載

市内交通事故発生状況

死者	0人	(△1)
傷者	22人	(3)
人身事故	18件	(4)
物損事故	215件	(19)

*平成29年1月末現在・()内は前年同月比

今月の税

固定資産税(4期) / 2月28日(火)まで
国民健康保険税(9期) / 2月28日(火)まで
税務課(氷上庁舎内) ☎82-2003

次回の献血

3月1日(水) 春日住民センター
*午前10時~午後4時
3月9日(木) 市島農業農村改善センター
*午前10時~正午
3月14日(火) 青垣住民センター
*午前10時~午後0時15分
3月24日(金) 和田地域づくりセンター
*午前11時30分~午後4時
健康課(氷上保健センター内) ☎82-4567

献血カードをお持ちください

次回の休日開庁日

(市役所氷上庁舎市民環境課のみ開庁)

2月25日(土) 午前9時~正午
3月25日(土) 午前9時~正午
*休日開庁日(毎月第4土曜日)の取扱業務
・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
市民環境課(氷上庁舎内) ☎82-2002

「広報たんば」は、市のホームページ
(http://www.city.tamba.hyogo.jp/)でも
ご覧いただけます。

市で活躍する人から学ぶ
NEC若手職員が研修を実施

1月26日から27日の2日間、日本電気(株)関西支社(NEC)の若手社員15人が研修を行いました。市で活躍する人と交流し、キャリアや地域貢献について学ぶものです。

地域おこし協力隊の中川ミミさんは、前職も含めた自身の働き方を紹介。参加者は、これまでの仕事を見つめ直し、働き方を真剣に考えました。



地域おこし協力隊になったきっかけを話す中川ミミさん

実演を交えた講師の指導を真剣に聞く子どもたち



谷口市長にサインボールを贈る講師たち

丹波市有機の里づくり推進協議会



有機農産物を提供 キーワードは「環」

1月26日・27日に全幼小中学校・氷上特別支援学校で、有機農産物を使用した給食が実施されました。丹波市有機の里づくり推進協議会は、米・黒大豆・大根・にんじん・じゃがいも・白菜・ほうれん草を提供し、出前授業も実施。

丹波市有機の里づくり推進協議会会長の小橋季敏さん（写真左）と副会長の神川健太さん（同右）に話を聞きました。



有機農産物を給食に提供

全幼小中学校、氷上特別支援学校で有機農産物を使用した給食が実施されました。献立は黒豆ご飯、おでん、白菜のかつお和え、牛乳、ヨーグルト。丹波市有機の里づくり推進協議会を中心とした「丹波市産有機食材を使用した学校給食プロジェクト」の一環で、有機農業を学ぶ出前授業も行いました。協議会は7種類の食材を提供。7校・9回の授業の講師も努めました。

五感を使って学ぶ

このプロジェクトは、子どもたちに有機農業を知ってもらおうと企画しました。農産物を味わって欲しい。生産者から農業について聞いて、学んで欲しい。五感全てで学べるように、食材提供と出前授業をセットにしました。授業内容は難しかったと思いますが、子どもたちは興味をもっていました。土作りに家畜のフンや貝殻などを使う有機農業は、自然の循環になじみ環境に優しい農業だと説明しました。色々な質問も出て、嬉しかったです。

環境に優しい農業

有機農業は、化学肥料や農薬、遺伝子組み換え技術を使わないなど

法律で生産方法が定められています。また、自然にあるものを生かす、環境への負荷をできる限り減らした方法の農業です。

ただし、有機農業の害虫駆除の主流は「テデツール（手で取る）」。

病気などで作物が全滅するリスクも抱えています。野菜が元気に育ち、虫がついていないと嬉しいですね。協議会では、栽培方法について勉強を重ね、技術を磨いてきました。食材について一定以上の量と質を問われる給食。大雪を乗り越え、食材を提供できてほっとしました。

有機農業をめざす人を応援

協議会には有機農業をしたいと思う人を増やして、応援しようと考えています。先人が築いてきた有機の里の技術と自負を受け継ぐ人を増やしたいですね。授業を受けた子どもたちから、挑戦してくれる子がいればうれしいです。

未来を担う子どもたちのためにも「将来の夢は農家」と言ってくれるような農業を確立しないといけません。環境に優しく持続可能な方法で農業を続け、子どもたちに豊かな農地と確かな技術を残したいです。