



表紙・特集

平成 30 年成人式

特集

**財政状況公表
税の申告時期**



私は、高校卒業後、姫路の大学に進学しました。18 年間共に過ごした両親・友人と離れ、一人暮らしが始まりました。両親が引越し先から帰ったその夜、ご飯を一人で食べたとき、帰りたいと切実に思ったことを覚えています。

慣れない一人暮らし、新しい環境で不安だらけの中、心の支えは家族からの電話でした。「ご飯は食べたか」「おはよう」の言葉一つひとつに愛情を感じました。また友人とたくさん話しました。時がたつにつれ連絡する回数は減りましたが、新しい場所で歩み始めたのだと感じました。進む方向は違っていても仲間との絆は一生消えません。困難の多い一年を乗り越えられたのは、支えてくれた先生方、友人、家族、両親のおかげです。ありがとうございました。

丹波市は、緑が多く、空気おいしい自然豊かなまちです。また、挨拶をすると、優しい笑顔で挨拶を返してくださる心温かい地域の方々。離れて始めて、こんなにも魅力があるのだと気付きました。私は丹波市が大好きです。温かく迎えてくれる場所があるから、私たちは精一杯目標に向かって走ることができます。なりたいもの、やりたいこと、人生の答えを求めてもがき、不安に押しつぶされそうなときは、ここにいる仲間や丹波市を思い出します。この地にはそんな力があります。育ててもらった丹波市に恩返しができるよう、精一杯生きていきます。

新成人は、社会に出ているものや学業に励んでいるもの、自分を探しているものなど歩み方は様々です。成人としての門出を迎えた今、大人としての自覚を持ち、責任ある成人として前向きに歩いていくことを誓います。

この素晴らしい丹波市に生まれた仲間と誓いを共にし、ふるさとを誇りとして心に刻みたいと思います。これからも温かく、ご指導、ご助言をいただきますようお願い申しあげ、「誓いの言葉」とさせていただきます。

*紙面の都合上、要約させていただきました。



①おそろいの青の着物が華やかな新成人②10 年前の自分と家族からの手紙③小道具を使って記念撮影④谷口市長から新成人に記念品を贈呈⑤2 部アトラクションのようす⑥市フェイスブックの宣伝に協力⑦撮影を盛り上げるフォトブロップス⑧地域ごとに分かれての記念撮影

平成 30 年丹波市成人式 新成人おめでとう

晴れの門出を迎えた新成人 783 人(式出席者 628 人)が、大人の仲間入りを果たしました。新たな決意と自覚を胸に、社会への第一歩を踏み出しました。

1 月 7 日(日)に、平成 30 年丹波市成人式が行われ、華やかな振袖やはかま、スーツに身を包んだ新成人が、丹波の森公苑で新たな門出を迎えました。新成人たちは、久しぶりに顔を合わせた友人たちとの会話や写真撮影を楽しみ、旧交を温めました。

受付で、小学 4 年生のときに将来の自分宛てに書いた手紙が手渡されました。「将来の夢」や「夢の実現状況」、「尋ねたいこと」「知らせたいこと」などが書かれており、中には写真や

家族からの手紙が同封されているものも。新成人は、10 年前の自分を思い起こし、にこやかに手紙を読んでいた。

谷口市長は式典で「みなさんは今後、市内・市外・海外で活躍されることと思います。市外に出ると、市のことを聞かれることが自然と増えます。その際には、ふるさとの思い出と魅力を存分に話してください。どこ

にいても自分が丹波市の広報官であると思って欲しいのです。これから出会う友人や大切な人たちへ、ふるさとに誇りをもって熱く語れる人になってください」と式辞を述べました。

温かな雰囲気の中で式が進み、新成人は終始笑顔で、それぞれが描く未来に向かって一歩を踏み出しました。



10 年前の自分へ 手紙の返事

新成人のみなさんが受け取った、自分宛ての手紙。手紙のテーマは将来の夢。10年前の自分に返事を書いてもらいました！



平成30年度 募集開始 HP ■ 市民主体のまちづくりに関する事業補助金

☎市民活動課（氷上住民センター内） ☎ 82 - 0409

市の社会的・地域的な課題の解決や地域の活性化につながる事業を継続的に実施する団体に事業費の一部を補助します。

■実施期間 / 4月1日（日）～平成31年3月31日（日）

■対象 / ①自治協・自治会（子ども会・グループなど）②生涯学習団体や市民活動団体※規約や会計を定めている団体に限る。

■申請方法 / 市民活動課・各住民センターに設置、もしくは市のホームページに掲載の申請書類に必要事項を記入して、市民活動課に提出ください。

■申込期限 / 提案補助金・促進補助金：2月28日（水）まで
応援補助金：3月1日（木）～平成31年2月28日（木）※予算が無くなり次第終了。

■公開審査 / 提案補助金・促進補助金の申請団体は、3月17日（土）にプレゼンテーション形式で公開審査を行います。

○平成29年度補助金交付事業の報告会開催

平成29年度の活躍市民によるまちづくり事業応援補助金・生涯学習振興補助金の報告会と次年度の補助金について説明を行います。

■とき / 2月17日（土）午前10時～11時30分

■ところ / 柏原住民センター 会議室A

■対象 / 本年度補助金採択団体、市民活動・生涯学習に興味がある人、次年度補助金を活用しようと考えている人

補助金名	活躍市民によるまちづくり事業応援補助金		生涯学習振興補助金
区分	提案補助金	応援補助金	促進補助金
対象事業	平成28年4月1日現在の小学校区以上対象の社会的・地域的な課題解決のための事業や地域を活性化する事業		芸術・文化・スポーツ、青少年育成などの生涯学習事業
補助金	対象経費の3分の2以内		
	上限50万円	上限5万円	上限10万円
交付団体	4団体程度	20団体程度	10団体程度
補助限度	初回から3年まで	1回のみ	初回から3年まで
審査方法	公開審査	書類審査のみ	公開審査

選挙コラム HP 選挙の種類をろう

☎市選挙管理委員会（氷上庁舎総務課内）
☎ 82 - 1002

◇市議会議員選挙

市議会の議員を選ぶ選挙です。任期満了（4年）と議会の解散などによって議員または当選人のすべてがいなくなった場合も含まれます。

任期満了に伴う選挙の投票日は、任期満了日前

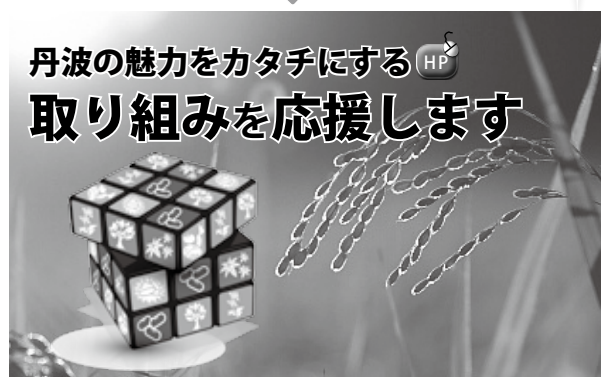
30日以内と定められており、立候補の届出日（告示日）は投票日の7日前（指定都市は9日前）までです。次の丹波市議会議員選挙は平成32年（西暦2020年）12月4日の任期満了に伴って執行される予定です。



ポスターは「平成29年 明るい選挙啓発ポスターコンクール」の応募作品です。
清水桜姫さん（黒井小学校2年生）

市民団体などが魅力ある市の資源を活用し、その良さを市内外に売り込む事業の経費を補助します。事業によって、認知度・好感度を上げ、交流人口の拡大や誘客促進を図ります。

■実施期間
①事業応援タイプ…4月1日（日）～平成31年3月31日（日）
②事業提案タイプ…4月1日（日）～平成32年3月31日（火）
■対象者 / 自治会、自治協議会、自治振興会、経済・文化団体など、営利法人、非営利団体など。



☎シティプロモーション推進室（氷上庁舎内）
☎ 88 - 5600

※規約・会則・定款・会計監査を定めている団体。
■補助対象 / 市の魅力を発信・体験する事業に要する費用。
（例）伝統文化・工芸体験、自然と食を満喫するまち歩き・山歩きツアー、魅力情報を発信する冊子・映像制作などの事業に係る、会場使用料・広告宣伝費・印刷製本費・消耗品費・原材料費など
※新規に開始する事業または、すでに開始している事業は、新たに実施する部分が対象。
■補助金額
①事業応援タイプ…補助率3分の2※上限5万円まで。
②事業提案タイプ…補助率3分の2※上限100万円まで。
■申請方法 / 各支所・住民センターに備え付け、または市のホームページに掲載の申請書類を提出してください。
■申請期限 / 2月28日（水）
■審査
①事業応援タイプ…書類審査のみ
②事業提案タイプ…プレゼンテーション審査
■その他 / 詳細は、募集要項または市のホームページをご覧ください。

第30回丹波市三ツ塚マラソン大会 ■ 参加者を募集 HP

☎文化・スポーツ課（春日文化ホール内）
☎ 88 - 5057



■とき / 5月13日（日）開会：午前9時
■ところ / 三ツ塚史跡公園周辺（市島地域）
■コース内容 / 10km・5km・3km・ジョギング（3km）
■参加料 / 一般：3,200円、中学生以下：1,100円、ジョギング：600円
■申込方法 / 文化・スポーツ課、各支所に設置の開催要項、またはホームページをご覧ください。
■申込締切 / 3月9日（金）

移住相談「ワンストップ丹波」 ■ 活動報告会を開催 HP

☎住まいづくり課（春日庁舎内） ☎ 88 - 5039

移住相談「ワンストップ丹波」窓口は、相談窓口の取り組み状況、現状と課題を共有し、地域での移住定住を促進するため、活動報告会を開催します。

■とき / 午後7時30分～9時
2/13（火） 山南住民センター 学習室B
2/14（水） ライフピアいちじま 研修室2
2/15（木） 青垣住民センター 活動室2
2/20（火） 春日住民センター 視聴覚室
2/21（水） 氷上住民センター 実習室
2/22（木） 柏原住民センター 会議室A
■対象 / 自治会や地域づくり団体に携わる人
■定員 / 各会場30人
■申込方法 / ①氏名②住所③電話番号④参加会場を丹波市移住相談「ワンストップ丹波」窓口（株式会社みんなの家）に連絡ください。
☎ 090-2705-4110（月曜休み） ☎ 0795-77-1945
✉ onestop@minna-no-ie.jp

2. 水道事業会計

損益計算書 (平成 29 年 4 月 1 日～平成 29 年 9 月 30 日)

(単位：千円)		
科	目	金 額
経常利益		△ 61,570
営業利益		△ 150,046
	営業収益	704,917
	営業費用 (△)	854,963
営業外利益		88,476
営業外収益		193,944
	営業外費用 (△)	105,468
特別利益		0
特別損失 (△)		290
当期純利益		△ 61,860



3. 下水道事業会計

損益計算書 (平成 29 年 4 月 1 日～平成 29 年 9 月 30 日)

(単位：千円)		
科	目	金 額
経常利益		159,527
営業利益		△ 842,617
	営業収益	570,950
	営業費用 (△)	1,413,567
営業外利益		1,002,144
営業外収益		1,297,926
	営業外費用 (△)	295,782
特別利益		7
特別損失 (△)		565
当期純利益		158,969

貸借対照表 (平成 29 年 9 月 30 日)

[資産の部] (単位：千円)		
科	目	金 額
固定資産		25,956,593
有形固定資産		25,159,858
	土地	802,871
	償却資産	39,832,770
	うち減価償却累計額 (△)	16,268,195
	建設仮勘定	792,412
無形固定資産		1,335
	投資有価証券	795,400
流動資産		3,611,620
現金及び預金		3,247,478
	未収金	81,613
	貯蔵品	9,540
	前払金	241,953
	その他流動資産	31,036
資産合計		29,568,213

[負債の部] (単位：千円)		
科	目	金 額
固定負債		10,558,217
企業債		10,463,833
	引当金	94,384
流動負債		618,294
企業債		292,235
	未払金	164,249
引当金		0
	その他流動負債	161,810
繰延収益		7,347,359
負債合計		18,523,870

[資本の部] (単位：千円)		
科	目	金 額
資本金		8,366,306
剰余金		2,678,037
資本剰余金		1,055,164
	受贈財産評価額	2,969
	国県補助金	141,164
	工事負担金	16,961
	その他	894,070
利益剰余金		1,622,873
	減債積立金	328,843
	建設改良積立金	240,733
	未処分利益剰余金	1,115,157
	当期未処分利益剰余金	△ 61,860
資本合計		11,044,343

[負債の部] (単位：千円)		
科	目	金 額
固定負債		26,166,794
企業債		26,166,794
	引当金	
流動負債		1,220,920
企業債		1,095,525
	未払金	76,563
引当金		2,181
	その他	46,651
繰延収益		21,493,470
負債合計		48,881,184

[資本の部] (単位：千円)		
科	目	金 額
資本金		4,838,497
剰余金		△ 33,156
資本剰余金		422
	利益剰余金	△ 33,578
資本合計		4,805,341

公有財産・基金・地方債等の現在高

(1) 土地・建物 (単位：㎡)		
区 分	9 月末現在高	
	土地	建物
本 庁 舎	17,318.00	5,558.98
その他の行政機関	124,341.10	33,660.71
公 共 用 財 産	1,624,984.41	328,801.17
山 林	14,962,652.89	—
そ の 他	617,289.15	15,675.89
合 計	17,346,585.55	383,696.75

(2) 公用車 (単位：台)		
区 分	9 月末現在高	
普 通 乗 用 自 動 車	30	
普 通 貨 物 自 動 車	10	
普 通 乗 合 自 動 車	12	
小 型 乗 用 自 動 車	25	
小 型 貨 物 自 動 車	14	
軽 乗 用 自 動 車	107	
軽 貨 物 自 動 車	84	
消 防 用 緊 急 自 動 車	118	
特 殊 自 動 車	22	
大 型 特 殊 自 動 車	14	
合 計	436	

(3) 基金 (単位：千円)		
区 分	9 月末現在高	
一 般 会 計	14,443,848	
国民健康保険特別会計事業勘定	246,762	
国民健康保険特別会計直診勘定	16,001	
介護保険特別会計保険事業勘定	340,984	
地方卸売市場特別会計	3,379	
駐 車 場 特 別 会 計	67,826	
合 計	15,118,800	

(4) 地方債 (単位：千円)		
区 分	9 月末現在高	
一 般 会 計	33,735,715	
国民健康保険特別会計直診勘定	369,146	
下水道事業会計	27,262,319	
水道事業会計	10,756,069	
合 計	72,123,249	

※一時借入金の現在高 (9 月末現在) はありません。

予算の執行状況 (一般会計・現年)

歳入		(単位：千円、%)		
科 目		予算現額	収入済額	収入率
市	税	7,648,252	4,487,523	58.7
地 方	譲 与 税	317,000	101,886	32.1
利 子	割 交 付 金	8,000	5,266	65.8
配 当	割 交 付 金	43,000	12,744	29.6
株 式	等 譲 渡 所 得 割 交 付 金	31,000	0	0.0
地 方	消 費 税 交 付 金	1,135,000	625,893	55.1
ゴ ル フ	場 利 用 税 交 付 金	17,000	6,149	36.2
自 動 車	取 得 税 交 付 金	111,000	45,083	40.6
地 方	特 例 交 付 金	33,268	33,268	100.0
地 方	交 付 税	12,106,768	8,148,623	67.3
交 通 安 全	対 策 特 別 交 付 金	7,000	5,199	74.3
分 担	金 及 び 負 担 金	203,612	83,626	41.1
使 用	料 及 び 手 数 料	572,540	268,508	46.9
国 庫	支 出 金	3,334,651	1,034,705	31.0
県	支 出 金	2,411,775	441,642	18.3
財 産	収 入	72,444	30,534	42.1
寄 附	金	300,046	49,599	16.5
繰 入	金	2,558,526	31	0.0
繰 越	金	1,774,462	1,774,463	100.0
諸 収	入	1,283,623	508,992	39.7
市 債		4,778,300	0	0.0
合 計		38,747,267	17,663,734	45.6

歳出			(単位：千円、%)		
科 目			予算現額	支出済額	執行率
議 会	費		218,458	107,146	49.0
総 務	費		4,846,543	1,489,304	30.7
民 生	費		11,486,185	3,989,249	34.7
衛 生	費		4,649,484	918,550	19.8
労 働	費		51,875	3,463	6.7
農 林 水 産 業	費		2,789,822	1,212,298	43.5
商 工	費		1,170,973	731,078	62.4
土 木	費		4,096,516	902,714	22.0
消 防	費		1,205,901	455,205	37.7
教 育	費		3,164,304	1,105,079	34.9
災 害 復 旧	費		101,038	12,110	12.0
公 債	費		4,943,281	2,417,526	48.9
予 備	費		22,887	0	0.0
合 計			38,747,267	13,343,722	34.4

予算の執行状況 (特別会計・現年)

(単位：千円、%)					
会 計	予算現額	収 入		支 出	
		収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険特別会計事業勘定	8,976,570	3,635,771	40.5	4,304,438	48.0
国民健康保険特別会計直診勘定	215,879	79,897	37.0	95,248	44.1
介護保険特別会計保険事業勘定	6,756,090	2,878,882	42.6	2,718,860	40.2
介護保険特別会計サービス事業勘定	23,871	9,564	40.1	9,744	40.8
訪問看護ステーション特別会計	23,026	8,762	38.1	8,414	36.5
地方卸売市場特別会計	9,628	1,906	19.8	239	2.5
駐 車 場 特 別 会 計	13,643	7,010	51.4	2,603	19.1
後期高齢者医療特別会計	879,246	293,485	33.4	255,240	29.0
看護専門学校特別会計	655,088	41,919	6.4	71,788	11.0
合 計	17,553,041	6,957,196	39.6	7,466,574	42.5

公営事業の経理の概要

1. 農業共済特別会計			(単位：千円、%)			
会 計		予算現額	収 入		支 出	
			収入済額	収入率	支出済額	執行率
収 益 的 収 支	農 作 物 共 済 勘 定	15,952	2,913	18.3	1,475	9.2
	家 畜 共 済 勘 定	115,965	44,068	38.0	36,458	31.4
	畑 作 物 共 済 勘 定	704	246	34.9	191	27.1
	園 芸 施 設 共 済 勘 定	3,946	962	24.4	475	12.0
	業 務 勘 定	66,140	30,315	45.8	22,884	34.6
合 計		202,707	78,504	38.7	61,483	30.3

予算の執行状況、公営事業の経理概要、財産、基金、地方債および一時借入金の現在高を公表します。



市の財政状況を公表します

予算の執行状況 (一般会計・繰越明許費)

歳入		(単位：千円、%)		
科 目	予算現額	収入済額	収入率	
分担金及び負担金	2,513	338	13.5	
国庫支出金	256,111	2,610	1.0	
県支出金	126,034	0	0.0	
繰越金	847,185	847,185	100.0	
市債	1,687,400	0	0.0	
合 計	2,919,243	850,133	29.1	
歳出		(単位：千円、%)		
科 目	予算現額	支出済額	執行率	
総務費	514,200	131,445	25.6	
民生費	17,624	17,623	100.0	
衛生費	514,065	46,116	9.0	
農林水産業費	217,074	46,010	21.2	
商工費	39,400	31,605	80.2	
土木費	845,095	453,304	53.6	
消防費	60,860	29,711	48.8	
教育費	634,425	110,536	17.4	
災害復旧費	76,500	36,915	48.3	
合 計	2,919,243	903,265	30.9	

予算の執行状況 (特別会計・繰越明許費)

(単位：千円、%)					
会 計	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
介護保険特別会計保険事業勘定	1,188	858	72.2	1,080	90.9
看護専門学校特別会計	24,700	0	0.0	0	0.0
合 計	25,888	858	3.3	1,080	4.2

※支出済額が収入済額を上回るものは、一般会計及び各特別会計を相互に繰替運用し、不足を補っている。

平成 30 年度丹波市健康診査
受けてください、命を守る大切な健診

健康を脅かすがんや生活習慣病を早期に見つけるため、健康診査を行っています。命を守る大切な健診ですので、必ず受けてください。

個人で、胃・肺・大腸の3つのがん検診を受けると1万円以上かかりますが、丹波市がん検診は、半額以下で受診できます。

1月下旬に「平成30年度丹波市健康診査申込書」を送付します。受付期間は2月9日（金）までです。申込書が届いたら、すぐに健康課または各支所に提出してください。

◆3種（胃・肺・大腸）セットの場合

■医療機関健診
3,200 円



■集団健診
1,300 円



※丹波市国民健康保険加入者および75歳以上の人はさらに助成します。（下表参照）

☎健康課（氷上保健センター内） ☎ 82 - 4567
☎ 82 - 5402

■主ながん検診

検診内容		対象者および自己負担金	
		集団健診	医療機関健診
胃がん	1. 自覚症状の確認 2. バリウムを飲む 3. 胃のレントゲン撮影	35歳以上 700 円 ※丹波市国保加入者と75歳以上の人は無料	40～74歳 【3種（胃・肺・大腸）セット】 丹波市国保加入者 1,600 円 国保以外の保険加入者 3,200 円
肺がん	1. 喫煙歴の確認 2. 胸のレントゲン撮影	20歳以上 100 円 ※丹波市国保加入者と65歳以上の人は無料	【2種（肺・大腸）セット】 丹波市国保加入者 200 円 国保以外の保険加入者 800 円
大腸がん	1. 採便容器に便をとる（2日分） 2. 検査機関に提出する	20歳以上 500 円 ※丹波市国保加入者と75歳以上の人は無料	41歳以上の奇数年齢の女性（平成31年3月末現在） 2,100 円 ※75歳以上は無料
乳がん	1. 問診 2. マンモグラフィ		
子宮頸がん	1. 医師による診察（内診） 2. 細胞診		
検査時間は15分程度		21歳以上の奇数年齢の女性（平成31年3月末現在） 1,700 円 ※75歳以上は無料	

※75歳以上の人の胃がん検診は医療機関での個別検診です。

※丹波市国保加入者で特定健診を申し込みされていない人には、申込確認の電話をかける場合があります。

丹波市
地域おこし
協力隊

地域おこし協力隊の活動を報告します

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.15

経歴：市の非常勤一般職として、農業実習と事務の2つの仕事をする半農半公の地域おこし協力隊1期生。任期：平成28年11月～



地域おこし協力隊として働きはじめてから1年。農業実習を経て、今後になにく栽培を軸に農業を頑張ると決めました。みなさんの温かい心遣いや助言、支援のおかげでここまでできました。

昨年1月から、になにく栽培支援をしている丹波王国（春日地域）で、栽培農家への情報提供や作業の手伝いなどをしてきました。昨秋からは、丹波王国が借りている圃場のになにく栽培管理をすべて担っています。今年は、天候不良により植え付けがうまくいきませんでした。圃場の3分の2ほどしか植えつけることができませんでしたが、順調に芽を出し成長しています。植え付けから収穫・出荷まで、すべてを経験することで実際に独立

した時と似た形で実習をすることができ「これでやっていけるかも」という実感が得られつつあります。

実習先をはじめ多くの人の支援で、充実した毎日が送れることに感謝して頑張ります。



作業用のトラクターに乗る土岐隊員

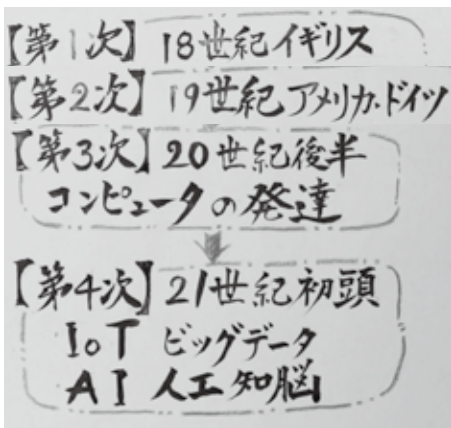
市長コラム
丹波語り

第4次革命下
を生きる



最近よく耳にするのが第4次産業革命という言葉。その中心となる、AI（人工知能）に関するニュースを聞いていると「第3次産業革命をはるかに超越する画期的な技術革新！」が進んでいると認識できます。信じ難い話ですが、近未来では現在の仕事の半分がAIに置き替わるとの予測もあります。担い手不足の農業現場では、経営効率化・経営大規模化のため「ドローンを活用した空からの効率的な肥料散布」のほか「畔草を自動的に刈る機械」や「無人トラクター」などが実用化されつつあり、人手不足が解消されるとも言われています。市内でも、AIやドローンなどの新たな技術を活用した事業が行われようとしています。今後、機械は肉体的能力や情報処理能力など、あらゆる面で

人間の能力を凌いでいきます。AIは「生活を便利にする」一方で私たちの「仕事を奪う」可能性もありますが、より高次元で有効に活用できれば、心豊かな生活が待っている気もするのです。基本は「機械にできることを機械に任せ、人間にしかできないことに注力する」。そのためには感情、創造性に加え、コミュニケーションを活用する分野の能力をこれまで以上に磨く必要があるのかも知れません。これらの能力は、人間特有のもので、機械には決して持ちえないのですから。



を控除することができます。
ただし、従来の医療費控除と併せて控除を受けることはできません。

その他

市民税・県民税 確定申告共通

①平成 28 年分以降の申告書の提出時には、必要書類と併せて、個人番号（マイナンバー）の記載と本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。個人番号カードまたは個人番号通知カードと本人確認書類（運転免許証など）をご持参ください。
②社会保険料は年金・給与からの天引分を除き、自動的に所得控除に反映されません。社会保険料控除を受けたい方は、申告してください。
③年金所得者で、その年中の公的年金などの収入金額が 400 万円以下であり、かつ、その年分の公的年金などに係る所得以外の所得金額が 20 万円以下である場合には、確定申告は不要です。

「県民緑税」 の実施期間延長

県では、県民の財産である「緑」の保全・再生に取り組むため平成 18 年度から導入している「県民緑税」（県民税均等割の超過課税）の実施期間を平成 32 年度まで 5 年間延長しています。
■ 税 額 / 個 人 800 円、法 人 2,000 円～ 8 万円（年額）
■ 活用事業 / 災害に強い森づくり、県民まちなみ緑化事業

②給与を 2 力所以上から受けていて、年末調整されていない給与の収入金額と給与所得や退職所得以外の所得との合計額が 20 万円を超える方
③平成 29 年中の給与収入金額が 2 千万円を超える方
④年末調整での配偶者控除、扶養控除などに誤りのある方〔給与所得者以外〕
平成 29 年中の各所得金額の合計額が、扶養控除などの人的控除やそのほかの所得控除の合計額より多い方

確定申告をすると 所得税が還付される方

①給与所得者で、雑損控除や医療費控除、寄附金控除、住宅借入金等特別控除などを受ける方
②所得が公的年金のみで、源泉徴収された所得税が納め過ぎの方
③平成 29 年の途中で退職し、年末調整を受けずに源泉徴収税額が納め過ぎとなっている方
④そのほか予定納税額や源泉徴収税額が過納の方

医療費控除変更の お知らせ

①平成 29 年分の確定申告から医療費の領収書の提出に代わり「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。
※医療費の領収書は自宅で 5 年間保存する必要があります。
※平成 29 年分から平成 31 年分までの確定申告については、医療費の領収書の添付又は提示により申告することもできます。
②セルフメディケーション税制として、健康の保持増進および疾病の予防として一定の取組を行っている場合、特定一般用医薬品等購入費の金額の合計額が 1 万 2 千円を超えているときは、その超える部分の金額（8 万 8 千円を限度）

市民税・県民税の申告

申告が必要な方

①平成 30 年 1 月 1 日現在、丹波市に住所があり、平成 29 年中に事業所得、不動産所得、雑所得（公的年金などを含む）などがあった方
※市民税・県民税の申告は、確定申告と兼ねることはできません。
②国民健康保険加入世帯の方および後期高齢者医療保険加入世帯で年金所得者以外の方は、必ず申告書を提出してください。提出がないと保険料の軽減判定ができません。
③課税（非課税）証明書、所得証明書などの発行が必要な方

申告が不要な方

①所得税の確定申告をされた方
②給与所得者で、すでに会社で年末調整をしてその給与以外に所得がなく、他に所得控除がない方
③公的年金受給者で、他に所得がなく所得控除など受ける必要のない方

申告は 3 月 15 日までに してください

昨年、市民税・県民税申告書を提出された方には、1 月下旬に申告用紙を送付します。申告書は、税務課、各支所に設置しています。『平成 30 年度市民税・県民税申告のてびき』を参考に必要事項を記入し、市税務課、各支所または相談会場へ提出してください。

確定申告

申告が必要な方

〔給与所得者〕
①給与を 1 力所から受けていて、給与所得や退職所得以外の所得の合計額が 20 万円を超える方

税の申告時期です

（市税務課（氷上庁舎内） ☎ 82 - 2 0 7 0

期限内に必ず申告を！

提出された申告書は、所得証明・年金・福祉医療・保育所の入所や公営住宅入居などの手続きの際に必要な資料です。申告がないと諸証明が発行できませんので、期限内に申告してください。

申告は正しくお早めに！

市 民税・県民税および所得税確定申告の相談所を、2 月 14 日（水）から 3 月 15 日（木）まで開設します。

平 成 29 年 1 月 1 日から 12 月 31 日までの 1 年間の所得について計算のうえ、申告してください。

＊お願い＊

申告は自分で計算して申告する「自書申告」です。収支内訳書や医療費控除の明細書は、事前に作成し、控除に必要な証明書、印鑑を忘れずにご持参ください。

＊お知らせ＊

医療費控除は領収書が提出不要となりました！
「医療費控除の明細書」を作成して提出すれば OK！

■申告相談の日程

会 場	日 程	受付時間
篠山市民センター（篠山市黒岡 191-1）	2 月 16 日（金）～ 26 日（月）	午前 9 時～午後 4 時
柏原住民センター（センター会場）	2 月 27 日（火）～ 3 月 15 日（木）	午前 9 時～午後 4 時
青垣住民センター	2 月 14 日（水）～ 16 日（金）	午前 9 時～午後 4 時
氷上住民センター	2 月 19 日（月）～ 23 日（金）	
ライフピアいちじま	2 月 26 日（月）～ 3 月 1 日（木）	
春日住民センター	3 月 5 日（月）～ 8 日（木）	
山南住民センター	3 月 12 日（月）～ 15 日（木）	

※柏原住民センターおよび篠山市民センターは、税務署・税理士・県税事務所・市税務課による合同会場となります。青垣・氷上・市島・春日・山南の各会場では、市税務課が相談業務を行います（土・日・祝を除く）。
※混雑状況によって受付時間を短縮する場合があります。

「申告相談」 2 月 14 日（水）～ 3 月 15 日（木）

お知らせ

1月26日は文化財防火デーです

現存する世界最古の木造建築物である法隆寺の金堂壁画が焼損した1月26日は「文化財防火デー」に定められています。文化財を火災などから守るために、消防本部では、文化財（建物）の立入検査により防火指導を実施しています。文化財の周囲では火気の使用は原則禁止です。文化財を火災などから守りましょう。

（消防本部内） ☎72・2255

丹波市スポーツ協会ホームページの開設

丹波市スポーツ協会の設立に伴い、ホームページを開設しました。「丹波市スポーツ協会」で検索してください。

（丹波市スポーツ協会事務局（文化・スポーツ課内） ☎88・5655

募集

保育人材随時募集中

市内の認定こども園や保育所では、保育教諭（保育士）不足が大きな課題です。知り合いで、保育士資格または幼稚園・小学校・養護教諭免許を有し、認定こども園などで就業できる人や関心がある人をご紹介ください。資格がなくても保育補助として勤務可能です。

（園子育て支援課（山南庁舎内） ☎77・0201

ひょうご多子世帯保育料軽減制度の案内

認定こども園などに通う第2子以降の保育料の一部を助成します。

■助成対象／次の①②の要件を満たす世帯①2番目以降の子どもが認定こども園などを利用中②次の所得要件を満たす世帯
■所得要件／市町民税所得割額が169,000円未満の世帯。4月～8月は平

成28年度、9月～3月は平成29年度で判定します。第2子・第3子で保育料が半額・無料になっている世帯は対象外。※一部例外有。
■助成金額／月額5,000円を超える保育料に対し①3歳児以上の第2子は月額3,500円、第3子以降は月額4,500円②3歳児未満の第2子は月額5,000円、第3子以降は月額6,000円が限度。
■申請方法／該当者には、1月下旬に通知します。申請書を保育所利用中の人は子育て支援課・各支所に、認定こども園・小規模保育事業所利用中の人は、各施設へ提出してください。
■申請期限／2月16日（金）
（園子育て支援課（山南庁舎内） ☎77・0201

市営住宅入居者を募集

■募集団地・戸数
○公営住宅：挙田団地（柏原町挙田）2DK1戸▼玉巻テラス（山南町玉巻）3DK1戸▼新郷団地（氷上町新郷）3DK6戸▼小山

団地（青垣町沢野）3K1戸▼佐治団地（青垣町佐治）3LDK1戸▼柊団地（市島町喜多）3DK6戸▼城ヶ花団地（市島町酒梨）2LDK1戸▼牛河内団地（春日町牛河内）3LDK1戸▼国領団地（春日町国領）3LDK1戸
■申込期間／2月1日（木）～15日（木）
■申込窓口／都市住宅課・各支所
■入居予定時期／3月下旬
（園都市住宅課（春日庁舎内） ☎74・2364

丹波市ホームページバナー広告募集

4月から平成31年3月までの期間、市ホームページのトップページにバナー広告を掲載する事業者を募集しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。
■募集枠／12枠
■募集期限／2月23日（金）
■アクセス実績／約1,400件／日（平成29年）
（園総合政策課（氷上庁舎内） ☎82・0916

第9期丹波地域ビジョン委員の募集
■任期／平成30年4月から2年間
■対象／地域の理想の将来像を描いた「丹波地域ビジョン」の実現に向けて、ともに活動していただける人
■申込期限／2月28日（水）
（園丹波県民局総務防災課 ☎73・3724

平成30年度丹波OB大学・大学院受講生募集

高齢者の生きがいづくりや、社会参加の推進を目的として受講生を募集します。
■とき／①大学…平成30年4月から4年間②大学院…平成30年4月から2年間
■ところ／丹波の森公苑
■内容／学外研修・特別講座・教養講座・オープン学習、クラブ活動など
■対象／①大学…おおむね60歳以上の丹波市・篠山市在住者②大学院…おおむね60歳以上の丹波市・篠山市在住者で丹波OB大学もしくは丹波市・篠山市が設置

する高齢者大学・学園などの修了者または地域活動に興味のある人
■募集定員／①大学60人②大学院30人※ともに先着順
■年間受講料／12,500円
■申込方法／丹波の森公苑・各住民センターなどに備え付けの申込書を郵送・ファックスで提出してください。
■申込期限／3月9日（金）
（園丹波の森公苑文化振興部 ☎72・5170）
72・5164

イベント

第5回丹波市文化協会総合文化祭開催

※会場はゆめタウンポップアップホール
◆展示／写真・書・手芸などの展示
■とき／2月3日（土）～4日（日）午前9時～午後5時※4日は午後3時まで
◆舞台／舞踊・大正琴・ダンスなどの芸能発表
■とき／2月4日（日）午

前10時～午後3時30分
◆お茶席
■とき／2月4日（日）午前11時～
■参加費／1席300円
（園文化・スポーツ課（春日文化ホール内） ☎74・1050

第10回丹波市民美術展

■とき／2月27日（火）～3月4日（日）午前9時～午後5時※3月4日は午後3時30分まで
■ところ／春日文化ホール
■表彰式／3月4日（日）午後1時30分 春日文化ホールロビー
■講評／表彰式終了後、午後3時30分から実施。
（園文化・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

第4回「じんけんセミナー」参加者募集
■とき／2月28日（水）午

後7時～8時30分
■ところ／氷上文化センター
■講演／演題「竹田の子守唄と手紙」～二つの歌から人権問題を考えよう～
■講師／西脇市人権教育推進委員 丸山善彦さん・藤原和代さん・寺根久美さん
■定員／30人
■申込方法／電話またはFAXで申し込みください。
■申込期限／2月16日（金）
（園氷上文化センター ☎82・1064

果樹の剪定教室参加者募集

■とき／2月23日（金）午後1時30分～3時30分
■ところ／石戸観光農園（柏原地域）
■内容／くり・柿・梅・ぶどうなど果樹の剪定方法を学びます。
■定員／30人※先着順
■持ち物／剪定鋏、筆記用具
■申込期限／2月9日（金）
（園氷上文化センター ☎82・1064

映画「恐竜の詩」
完成披露試写会に200人をご招待！
（園総合政策課（氷上庁舎内） ☎82・0916

丹波市を舞台にした、映画「恐竜の詩」の完成披露試写会を行います。市民のみなさんの協力を得て、無事撮影が終了したことに感謝を込め、完成披露試写会に200人を招待します。

映画のキャストが丹波に再結集し、舞台挨拶なども行われます。応募多数の場合は、抽選を行います。当選はハガキ・チケットの発送をもって代えさせていただきます。

■とき／3月24日（土）午後5時～（予定）
■ところ／春日文化ホール
■内容／監督・キャストの舞台挨拶、映画上映
■チケット種別／A：1人、B：2人（ペア）

■応募方法
●往復はがき：①チケット種別②氏名③住所④年齢⑤性別⑥返信はがきに送付先を記入して送付。宛先：〒669-3692 丹波市氷上町成松字甲賀1番地 丹波市役所 総合政策課 広報係
●市ホームページ
応募用のページを「丹波市 映画 試写会」などで検索してください。QRコードからも申し込みます。アドレス：http://www.city.tamba.lg.jp/soshiki/kikaku/eigashishakai.html
■そのほか／映画に協賛をされた企業・個人には、チケットが返礼として、あらかじめ準備されている場合がありますので、確認してください。



！情報ひろば
Information box

午前10時～11時30分※山南
住民センター集会室
♪市島子育て学習センター
☎85・3030（代）
講座▽16日（金）わかば教
室 わくわくクッキング午
前10時～11時30分※ライフ
ピアいちじま

2月の体験教室

丹波市クリーンセンター
☎78・9999

リサイクル体験教室

■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
※申込者が3人以上の場合
に開催。先着順。ガラスフ
ュージングのみ定員4人。
○サンドブラスト
■とき／14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
○ガラスフュージング
■とき／21日（水）午後1時
■参加費／500円

○紙すき
■とき／28日（水）午後1時
■持ち物／牛乳パック1箱

エコクッキング教室

■とき／27日（火）午前10
時～午後0時30分
■メニュー／フルーツご飯
のピーナッツ丼、冬野菜の
ピーナッツシチュー、切り
干し大根サラダほかの予定
■講師／元神戸学院女子短
期大学非常勤講師 村上貴
美子さん
■定員／36人※先着順
■参加費／500円
■申込締切／2月20日（火）
■持ち物／エプロン・三角
巾・ふきん2枚

とんぼ玉教室

■とき／22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人程度まで
■参加費／1,500円
※材料代別途必要
■持ち物／エプロン

青垣いきものふれあいの里
☎88・0888

つる植物作品展

■とき／3日（土）～3月
11日（日）

冬の星座観察会

■とき／10日（土）午後6
時30分～7時30分
■持ち物／懐中電灯

野鳥観察会

■とき／24日（土）午前9
時～11時30分
■ところ／加古川堤防※南
小学校駐車場集合
■持ち物／ある人は双眼鏡

丹波布伝承館
☎80・5100

糸紡ぎ体験

■とき／10日（土）午前10
時～午後4時
■定員／10人※要予約
■参加費／1,200円

nen 年 kin 金

口座振替・クレジットカードなどでの支払い
がお得です

☎ 国保・医療課（氷上保健センター内） ☎ 82 - 6690

国民年金保険料は、現金・口座振替・クレ
ジットカードで納付できます。前納割引制度
を活用すると保険料の割引が受けられます。
特に口座振替は、割引率が最も高く設定さ
れています。また、平成29年4月から現金・
クレジットカード納付も2年前納ができるよ
うになりました。

平成30年4月以降の口座振替やクレジッ
トカードで前納を希望する場合は、2月末ま
でに手続きを完了してください。申出書は、年
金事務所のほか各支所にあります。「口座振替

申出書」は金融機関にも備え付けています。
☎西宮年金事務所 国民年金課（日本年金機構）
☎ 0798 - 33 - 2941

●次回の出張年金相談（完全予約制）
相談日：3月28日（水）
ところ：氷上保健センター
予約期間：3月22日（木）まで
定員：20人
予約先：西宮年金事務所
☎ 0798 - 33 - 2944

2月の子育て関
連情報

図書館

貸出期間が延長
できます

借りている図書は、1回の
み貸出期間を延長すること
ができます。

■延長期間／2週間
■条件／①返却期限内②予
約がない図書③市内図書館
が所蔵する図書
■手続き方法／市内各図書
館への電話・専用サイトに
アクセス※事前登録必要

おはなし会

幼児・幼児 小・小学生 小低・
高・小学校低学年・高学年
中央図書館 ☎ 82・7100
10日（土）午前10時30分
幼▼17日（土）午前10時30
分 小▼20日（火）午前10
時30分 幼▼24日（土）午
前10時30分 幼
柏原図書館 ☎ 72・0313
10日（土）午前10時30分
幼・小低※柏原住民センタ
ー2階和室

青垣図書館 ☎ 87・1111
10日（土）午前11時 幼・小低
春日図書館 ☎ 74・1611
17日（土）午前10時30分
幼・小低※春日住民センタ
ー2階視聴覚室
山南図書館 ☎ 77・0336
10日（土）午前10時30分 幼
・小低▼16日（金）午前10
時30分 幼▼24日（土）午
前10時30分 幼・小低※山
南住民センター2階和室
市島図書館 ☎ 85・2733
4日（日）午前11時 幼・
小 おりがみ教室「おひな
さま」▼17日（土）午前11
時 幼▼24日（土）午前11時
幼・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▽15日（木）柏原・山
南なかよしコラボ 子育て
講演会／こどもを伸ばす本
当のやさしさ／午前10時
～11時30分※山南住民セン
ター集会室
相談▽23日（金）ピアサポ
ーター相談・子育てなんで
も相談 午前10時～11時30分

♪氷上子育て学習センター
☎ 82・1001（代）
講座▽15日（木）冬の健康
講座 午前10時～11時30分
相談▽22日（木）子育て指
導員・なんでも相談 につ
こりママひろば 午前10時
～11時30分
♪青垣子育て学習センター
☎ 87・1919
講座▽7日（水）おやこ教
室 文集作り 午前10時～
11時30分
相談▽20日（火）子育て指
導員相談・なんでも相談日
午前10時～午後3時30分▼
27日（火）保健・栄養相談・
ママ相談会 午前9時30分
～11時30分
♪春日子育て学習センター
☎ 74・3040
講座▽8日（木）ベビーマ
ッサージ 午前10時～11時
30分
相談▽21日（水）主任児童
委員相談・子育て相談＆大
きくなったかな 午前10時
～11時30分
♪山南子育て学習センター
☎ 77・3160
講座▽15日（木）柏原・山
南なかよしコラボ 講演会

美と鑑賞の憩いの場

美術館通信

2月10日（土）～3月11日（日）
丹波こころの百景展
～丹波ゆかりの現代作家が
描く風景～

本展では、風景をテーマに平面作品・立体作
品など、様々な表現方法の作品を集め、丹波に
ゆかりのある作家の活動を紹介します。

◆声楽とピアノのジョイントコンサート
■とき／2月25日（日）午後1時30分～
■出演者／ソプラノ：大槻朱里さん、ピアノ：
豊嶋麻鈴さん
■定員／100人
■参加料／無料※別途観覧料が必要。

◆ギャラリートーク
■とき／3月4日（日）午後1時30分～
■講師／平面作品：木寺明さん、立体作品：磯
尾柏里さん
◆臨時休館のお知らせ
工事のため、2月9日（金）まで休館しています。

「入船山」川端謹次 1991年

園植野記念美術館 ☎ 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／一般600円ほか（ココロナー
ド利用可、20人以上団体割引）

今月は、誰でも楽しめる
 ニュースポーツ「ふうせん
 バレーボール」を紹介し
 ます。このバレーボールは
 バドミントンコートを使用
 し、6人1チームで、鈴の
 入った直径40cmのふうせ
 ンを使って行います。ふう
 せんを10回以内にチーム全
 員で触れてから返球しま
 す。ふうせんを使うので、
 怪我も少なく、子どもから
 高齢者、車椅子の人なども
 一緒に楽しむことができます。
 全員がふうせんに触る
 ため、声掛けをしたり、チー
 ムメイトのサポートをし
 りと、思いやりが最も大切
 なスポーツです。
 指導も行いますので、ぜ
 ひチャレンジしてください。

消費生活
 ニュース
 宅配買い取りサービス
 は利用条件を確認しま
 しょう

人は誰でも長所と短所が
 あります。相手のどちらの
 面を見るかによって、人間
 関係が変わってきます。
 相手の長所を見つければ、
 難しいことはありません。
 相手と上手につきあうこと
 で見えてきます。長所を見
 つかれば、相手を尊敬の対
 象として見ることで、良
 好な関係を築くことができ
 ます。また、相手の長所
 を知ること、自らの見本
 とし、成長することができます。
 相手の長所を見つけ、自
 らの長所も探す。そのよう
 にしながら、お互いが尊敬
 し合えるより良い人間関係
 を築き、人生を豊かにして
 いきたいものですね。

「丹波市平日夜間応急診察室」と「休日応急診療所」 2月の当番医

丹波市平日夜間応急診察室〔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☎72-0556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ください。					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 柏原日赤医師	2 三浦博幸 (内科)	3	4 和久晋三 (内科)
5 田中庸生 (外科)	6 久保田孝則 (内科)	7 平島 顕 (整形外科)	8 柏原日赤医師	9 上山知己 (内科)	10	11 大塚病院医師 (内科)
12 船坂真里 (外科)	13 細見成一 (婦人科)	14 田中 潔 (内科)	15 柏原日赤医師	16 中澤 敏 (内科)	17	18 中川泰洋 (内科)
19 野上壽二 (内科)	20 赤松義樹 (内科)	21 岩崎良一 (外科)	22 柏原日赤医師	23 宮崎直之 (外科)	24	25 山縣憲一 (外科)
26 田中庸生 (外科)	27 三浦博幸 (内科)	28 中川泰洋 (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⑥印
 は休日診療所
 で受診してく
 ださい。

2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
 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	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	7日(山住)、8日(青住)、13日(氷)、15日(市農)、 20日(春住) 21日(柏住) 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(柏住)、15日(青住)、19日(春住) 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	神戸地方事務局柏 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 出張	平日 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	3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	15日	午後1時30分～ 4時	柏住	松尾信幸事務所 ☎82-7174 ※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
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	2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	8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～	27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	14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)	22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
	身体障がい者相談	13日(春日福祉センター)、23日(青垣住民センター) 時間 / 午後1時30分～3時			障がい福祉課 ☎74-0222
健康	健康・栄養相談	1日(柏支)、6日(市支)、7日(山住)、14日(春住)、 22日(氷保)、27日(青住)※「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
	こころのケア相談	1日※要予約	午後1時15分～	氷保	健康課 ☎82-4567
	思春期保健相談	20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	23日※要予約	午後1時～	丹健	地域保健課(丹健) ☎73-3767
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～10時30分		電話相談	☎080-1432-8132(丹波市薬 剤師会) 圏地域医療課 ☎82-4611
若者	ニート・ひきこもり相談	毎週金曜日 / 月4回 午前10時～午 後4時※要予約		氷住(第1・3金) 春住(第2金) 柏支(第4金)	子ども・若者サポートセンター ☎88-5070

健康生活 healthy life

お正月太りと睡眠

お正月、みなさまはいかがお過ごしでしたか。楽しいテレビ番組を見ながら、おいしいものをたくさん食べた人も多いと思います。そこで気になるのが体重の増加です。

食べ過ぎ、運動不足が原因で、体重が増えることは当然のことです。しかし、体重増加には、睡眠不足も関係があることがわかっています。

睡眠不足になると、食欲を増加させる働きのあるグレリンというホルモンが増加します。また、満腹中枢を刺激して食欲を抑える働きがあるレプチンというホルモンが減少します。つまり、睡眠不足になると食欲を増加させるホルモンが増え、食欲を抑える働きのあるホルモンが減少するため、いつも以上に食べ過ぎになりやすいのです。

年末年始は、人を迎える準備や帰省などで忙しく、つい夜更かしをすることが増えて睡眠不足になりがちです。年末年始で乱れた生活リズムを規則正しく戻し、睡眠不足に気をつけましょう。

健康課（氷上保健センター内） ☎ 82 - 4567

高血圧を予防しましょう

健診で「血圧が高め」といわれたことはありませんか。2010年の国民健康・栄養調査によると、30歳以上の日本人男性の60%、女性の45%が高血圧と判定され、高血圧有病者数は約4,300万人と試算されています。高血圧治療ガイドライン2014では、収縮期血圧が140 mmHg以上もしくは拡張期血圧が90 mmHg以上だと高血圧と診断されます。

高血圧は自覚症状がありませんが、状態が長く続くと血管が狭くなって詰まったり破れやすくなります。これにより、脳梗塞や心筋梗塞など命にかかわる病気につながる恐れがあります。

【高血圧を防ぐ日常生活】

- ①減塩を心がける。
- ②適正体重を維持する。
- ③適度な運動をする。
- ④入浴時や外出時の温度差を少なくする。
- ⑤家庭で時間を決めて血圧を測定する。
 - ・起床1時間以内の排尿後で朝食前
 - ・就寝前など

図書館 library

中央図書館 ☎ 82 - 7100

ベストリーダー情報（12月1日～12月31日）

一般書

順位	本の名前	作者
1	教場 0	長岡弘樹
2	陸王	池井戸潤
3	草笛物語	葉室 麟
4	末ながく、お幸せに	あさのあつこ
5	福袋	朝井まかて

児童書

順位	本の名前	作者
1	14ひきのもちつき	いわむらかずお/さく
2	ねずみくんといたずらビムくん	なかえよしを/作
3	14ひきのさむいふゆ	いわむらかずお/さく
4	おもちのきもち	かがくいひろし/作・絵
5	ゆきのひのホネホネさん	にしろ あつこ/さく・え

おすすめ図書

一般書

「日本の伝統」の正体
藤井青銅／著
柏書房 [2017.12]

児童書

ファニー 13歳の指揮官
ファニー・ベン＝アミ／著 ガラリー・ロンフェデル・アミット／編 伏見操／訳 岩波書店 [2017.8]

「日本の伝統」はいつ、いかにして創られ、私たちはどのようにして、受け入れてきたのか。初詣、神前結婚式、恵方巻、大安・仏滅など、さまざまな「伝統」を取り上げ、その成り立ちなどを明らかにする。



ユダヤ人迫害の嵐の中の1943年、13歳のユダヤ人少女ファニーは、大勢の子どもたちを引率してスイスに逃げることになり…。自分と仲間の命を救うために奮闘した少女の実話。



“たんば”食育クッキング

旬の野菜をもっと食べよう
《今より1gの減塩を!》

材料（2人分）

小松菜	140 g
油あげ	1 枚
A*だし汁	100cc
砂糖	大さじ 1/2
しょうゆ、みりん	各小さじ 2

つくり方

- ①小松菜は根を落とし、3cmの長さに切りそろえる。
- ②油あげは、短冊切りにする。
- ③鍋にAを煮立て、弱火にして油あげを入れて1分程度煮る。
- ④小松菜の茎から鍋に加え、その後葉も入れて、全体に火を通す。

小松菜のさっと煮

1人分：エネルギー 98kcal・塩分 0.9g



栄養士からの一言

小松菜は、β-カロテンをはじめ、ビタミンCなどのミネラル類、食物繊維を多く含んでいます。甘味が増した小松菜を油あげと煮たひと品です。油あげから先に煮て、味を含ませるとおいしく仕上がります。



水戸市は、明治一五〇年のメ
モリアルイヤーです。明治維新
は多くの「無名の人物」の努力
の上に築き上げられました。現
丹波市には、領地を守るため奮
闘した人がいます。

神戸大学大学院人文科学研究科
術研究員 前田結城
今年「明治一五〇年」のメ
モリアルイヤーです。明治維新
は多くの「無名の人物」の努力
の上に築き上げられました。現
丹波市には、領地を守るため奮
闘した人がいます。

水戸市は、明治一五〇年のメ
モリアルイヤーです。明治維新
は多くの「無名の人物」の努力
の上に築き上げられました。現
丹波市には、領地を守るため奮
闘した人がいます。

水戸市は、明治一五〇年のメ
モリアルイヤーです。明治維新
は多くの「無名の人物」の努力
の上に築き上げられました。現
丹波市には、領地を守るため奮
闘した人がいます。

歴史探訪

シリーズふるさとを見直そう 97
歎願活動ではじまる明治維新
「上山治郎右衛門の日記から」

文化財課（山南庁舎内） ☎ 70

使の一員の折田主税（薩摩藩士）
に支配を委任することにしまし
た。これでは佐野氏の旧領地は
折田の支配を受けることになり
ます。上山は翌日、四月十九日、
改めて小笠原の陣営を訪れます
が、上山は次のように「たらい
回し」にされます。

①小笠原陣営は山陰道鎮撫総督
を直接訪ねるよう伝える②総督
陣営は、小笠原の陣営を改めて
訪ねるよう伝える③小笠原陣営
は、「旧領安堵」（佐野氏の領地
の回復）の願書を折田に直接届
けるよう伝える④折田の陣営で
は応接した役人と上山との間で
問答があったが、結局上山の願
いを通るといような流れです。

六月九日、佐野氏の旧領安堵
が実現しました。この結果が、
上山の活動の成果かどうかはよ
くわかりません。しかし、旧領
の一般行政は久美浜県が行うこ
ととされました。こうして上山
の維新は混沌のうちに始まりま
した。



誕生日

平成29年1月14日余田 鈴奈さん(写真右)
お姉さんといっしょに！



出生

平成29年12月12日青木 聖さん(写真中央)
お兄さんたちといっしょに！



出生

平成29年12月21日後藤 颯志さん(写真左)
お兄さんといっしょに！



誕生日

平成28年1月9日長濱つかささん



誕生日

平成26年1月20日村上和優さん(写真右)
お兄さんといっしょに！



誕生日

平成27年1月13日和田葵生さん(写真中央)
兄弟といっしょに！



出生

平成29年11月27日前田蒼さん(写真左)
お姉さんといっしょに！

戸籍のまど

12月届出順(敬称略)

お誕生おめでとうございます

赤ちゃん 保護者 住所

明石 大和 将希 山南町前川
原田 志歩 武 柏原町拳田
大菅 彩羅 哲哉 氷上町沼
高岡 柊真 生真 氷上町常楽
前田 蒼 琢郎 山南町野坂
西垣 ネオ 胤弥 市島町上田
山本 千尋 直希 春日町上三井
井上 陽人 大輔 市島町上垣
中筋 愛美 崇吉 氷上町成松
永井 まち花 雄基 山南町下滝
畑下 帆音 瞬 山南町奥
青木 亜聖 良聡 春日町野村
足立 奈江 達則 氷上町小谷
足立 恋華 光 青垣町中佐治
石田 湊 慎 市島町下竹田
濱田 詠太 彩加 春日町黒井
足立 紗奈 一成 青垣町西芦田
谷垣 茜 尚毅 氷上町稲畑
岸田 湊斗 康佑 氷上町石生
後藤 颯志 雅喬 山南町井原

お悔やみ申し上げます

氏名 年齢 住所

平尾 彩乃 丞 柏原町柏原
田中 来弥 果黎 春日町上三井
荻野 なつ子 88歳 春日町多田
原 ひさ 87歳 山南町青田
吉住 一 93歳 氷上町石生
谷川 正雄 89歳 氷上町常楽
岸田 繁男 88歳 氷上町新郷
船越 ひろ子 87歳 春日町多田
吉見 正八郎 93歳 市島町上垣
谷口 てるの 86歳 氷上町南油良
足立 やよい 89歳 青垣町佐治
難波 昇 73歳 山南町山本
藤井 保夫 97歳 山南町井原
本庄 久子 90歳 氷上町新庄
森本 としゑ 91歳 市島町徳尾
猪上 稔 85歳 氷上町石生
畑中 八重子 95歳 氷上町柿柴
藤本 嘉信 70歳 山南町阿草
須野 隆夫 72歳 市島町下竹田
奥田 芳夫 89歳 山南町谷川
道田 保子 85歳 氷上町谷村
足立 榮子 77歳 氷上町小谷
足立 しづ 75歳 青垣町山垣
岸田 よし子 89歳 氷上町新郷
前田 うめの 92歳 氷上町稲畑
三方 清明 78歳 氷上町三方

掲・示・板

世帯数と人口

総人口 65,448人(△56)
男 31,333人(△35)
女 34,115人(△21)
世帯数 25,661世帯(11)
*平成29年12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 2人(△5)
傷者 266人(△4)
人身事故 219件(19)
物損事故 2,058件(△153)
*平成29年12月末現在・()内は前年同月比

今月の税

市県民税(4期)/1月31日(水)まで
国民健康保険税(8期)/1月31日(水)まで
国税務課(氷上庁舎内) ☎82-2003

次回の献血

1月26日(金)氷上保健センター
*午前11時30分~午後4時
2月15日(木)柏原自治会館
*午前11時30分~午後4時
☎健康課(氷上保健センター内) ☎82-4567

次回の休日開庁日

1月27日(土)・2月24日(土)
午前9時~正午 *氷上庁舎市民環境課のみ
*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
※転入・転出の届出や税務証明の発行は行っていません。
☎市民環境課(氷上庁舎内) ☎82-2002

社会を明るくする運動 長年の協力に感謝

社会を明るくする運動の啓発場所として、10年以上店舗入口の一画を提供している「フレッシュバザール柏原店」に、神戸保護観察所長から感謝状が贈られました。

フレッシュバザール柏原店の桑田晃二店長は「感謝状を手にし、大変光栄に思う。これからも、地域に貢献できるよう精進する」と話しました。



感謝状を贈られたフレッシュバザール柏原店の桑田晃二店長

地域とともにある学校づくりをめざして 推進フォーラム開催



講演を行う木村直人文部科学省初等中等教育局参事官

11月25日、氷上住民センターで「地域とともにある学校づくり」推進フォーラムが開催されました。三輪小学校コミュニティ・スクールの実践報告や講演が行われ、参加者はこれからの学校と地域のあり方について考えました。

教育委員会では、学校と地域が一体で子どもたちを育む「コミュニティ・スクール」の全小中学校導入に向けて、取り組みを進めます。

丹波市を舞台にした映画「恐竜の詩」 クランクアップ！



メインキャストのみなさんとクランクアップに駆けつけたちーたん ©2018 映画恐竜の詩製作委員会

12月15日、丹波市を舞台にした映画「恐竜の詩」の撮影が終了しました。主演のとみずみほさんと澤田敏之さん、古和咲紀さん、近田球丸さんの4人がラストシーンを撮影しました。

とみずみほさんは「今回の撮影では、本当に人の温かさを感じた。撮影ができたのは丹波のみなさんの協力のおかげ」と話しました。

デマンド（予約）型乗合タクシー 利用者 20 万人突破

12月13日、市商工会柏原支所で「デマンド（予約）型乗合タクシー利用者 20 万人達成・利用 1,000 回達成記念式典」が開催され、飯谷利彦さん、上瀧慶子さん、青倉徳之さん、稲内初江さん、田上イツ子さんに記念品が贈られました。

20 万人目の利用者になった飯谷さんは「腰を痛めてから利用している。便利なのでこれからも利用したい」と話しました。



記念品を贈られた利用者のみなさん（写真前列）

Challenge! 英語スピーチコンテスト

12月9日、ハートフルかすがで「第27回中学校英語スピーチコンテスト」が開催されました。「Challenge!（チャレンジ）」をテーマに、各中学校代表2人がスピーチを行い、将来の夢や挑戦したいことなどを発表しました。

優秀賞に荻野麻央さん（市島中3年）、宮川湧雲さん（市島中3年）、野崎毬伽さん（春日中3年）の3人が選ばれました。



身振り手振りを交えてスピーチする宮川湧雲さん（市島中3年）

生花松とアレンジメントを寄贈 市役所を華やかに彩る

12月26日、山南地域の丹波若松生産者会から生花松とアレンジメントフラワーの寄贈を受けました。若松は種をまいてから出荷するまでに4年の歳月を要します。大雪や台風の影響も心配されましたが、今年も約200万本が出荷されました。

高杉邦雄会長は「若松から正月らしさを感じて欲しい。名産地であることを一人でも多くの人に知ってもらえれば」と話しました。



市長に若松について説明する丹波若松生産者会のみなさん

氷上高校女子バレーボール 春の高校バレーに出場！



第2回戦で東九州龍谷と戦う氷上高校

1月4日から東京体育館で行われた、ジャパネット杯「春の高校バレー」第70回全日本バレーボール高校選手権大会に氷上高校女子バレーボール部が出場しました。

1回戦を増穂商（山梨）と対戦し、2 - 0 のストレートで勝利。2回戦で今年度の全国高校総体（インターハイ）覇者の東九州龍谷（大分）と対戦し、惜しくも敗れました。監督は「この経験を生かして強くなりたい」と話しました。

丹波黒ごまを使用したチョコレート 国際コンテストで金賞



金賞を受賞したチョコレートを手にする芦田美智則組合長

丹波市産の「丹波黒ごま」を使用し、有名パティシエ・ショコラティエの辻口博啓さんが手がけたチョコレート「ジャパンオールスター」が、昨年10月にロンドンで行われた国際コンテストで金賞を受賞しました。

丹波黒ごま生産組合の芦田美智則組合長は「丹波黒ごまの品質も評価されたということ。生産者として誇りに思う」と話しました。

成人式のアトラクションを企画・運営 平成30年 成人式実行委員会

キラッと光る丹波市の「人・もの・こと」のええなあを紹介します。



みんなで楽しむ キーワードは「参加」

平成30年丹波市成人式の第2部アトラクションを企画・運営した「成人式実行委員会」。新成人のみの実行委員会制は、今年からの取り組みです。丹波市産の商品が当たる抽選会を行い、大いに盛り上がりました。

実行委員会のみなさんに第2部の企画・運営について語ってもらいました。



成人式を自分で盛り上げる

今回の成人式から、第2部アトラクションを新成人7人を中心とした「成人式実行委員会」が企画・運営することになりました。これは、式典を自らの手で盛り上げようと立ち上がったものです。

行ったアトラクションは、丹波市産の商品が当たる抽選会です。また、成人式で友だちと写真撮影をする際に使う小道具「フォトプロップス」も準備しました。

参加型アトラクションを企画

実行委員会は、昨年の9月頃から月1回程度集まり、準備を進めてきました。アトラクションのテーマは「参加型の魅力発信」。式典に出席するからには、全員が参加できるものにしたい。またメンバーの多くが丹波市に住んでおり、成人式のために帰ってくる友人たちに市の魅力を感じてもらえるものにしたかった。2つの思いを叶えられたのが抽選会でした。市の特産品を使用したスイーツや地酒、工芸品などを景品に選びました。さらに、商品を提供してもらった店舗で、お祝いコメントの入った動画の撮影を行いました。

撮影は、学校で技術を学んだ実行委員が行いました。久しぶりに再会し、一緒に作業するのはとても楽しく、友人の新しい一面を見ることができました。

楽しい成人式を発信

成人式は、人生の晴れの日であり、友人に再会できる貴重な機会です。一人でも多くの新成人に、成人式を楽しんでもらえていたらいいなと思います。

式典前に、フォトプロップスを使って撮影している友だちをたくさん見かけました。インスタグラムなどで「丹波市の成人式は楽しいよ」と発信してもらえるとうれしいですね。その写真を見て、来年の成人式の出席率が上がれば一番の成果です。

来年の実行委員会に期待

当日は、参加者や式典を運営するみなさんに助けられ、無事終了することができました。半年近く準備をして苦労しましたが、楽しい経験でした。少しでも興味があれば、実行委員会のメンバーになって、自分たちの手で成人式を盛り上げてくれることを期待します。

