

お知らせ

「いじめ・暴力ゼロサミット」の開催

「いじめをなくすためにできること」について小中学生が話し合います。保護者や地域の人に声をかけ合ってたくさんお越しく下さい。

■とき／8月25日(土) 午後1時

■ところ／青垣住民センター  
■参加者／市内各小中学校代表児童生徒2人  
■開校教育課(山南庁舎内)  
☎70・0811

第2回未来都市創造審議会を開催しました

第2回審議会の内容をわかりやすくとりまとめた「丹波市の未来をえがく 丹波市未来都市創造審議会通信2」を作成しています。市ホームページや各支所・住民センターの窓口で入手できます。

■開校市創造課(氷上庁舎内)  
☎88・5360

地域猫活動をご存じですか

地域猫活動とは、自治会などを中心に、住民の理解と協力のもと、飼い主のいない猫(野良猫)の終生飼育をする活動です。活動団体を対象に、地域猫活動の一環である不妊・去勢手術費の一部を助成します。各自治会に配布の「地域猫活動の手引き」または、市民環境課までお問い合わせください。手引きは市のホームページにも掲載しています。

■開校市民環境課(氷上庁舎内)  
☎82・1290

第1回文化芸術推進審議会の開催

市の文化芸術推進基本計画の策定に向けた会議を開催します。

■とき／8月20日(月) 午後1時30分

■ところ／春日住民センター  
■内容／委員委嘱・審議会への諮問・概要説明ほか  
■開校文化・スポーツ課(春日文化ホール内) ☎74・1050

地籍調査を実施します

7月から10月にかけて、柏原町柏原(下町自治会内)、山南町畑内・北太田・太田・大河・池谷で、現地立会い調査を実施します。ご協力をお願いします。

■開校農林整備課(春日庁舎内)  
☎74・1498

マダニに要注意

森林などでの屋外作業中にマダニにかまれる人が増えています。発熱・腹痛・下痢などの症状が現れ、重篤化すると入院が必要な場合もあります。作業する時は、皮膚の露出を避ける服装でかまれないようにしてください。かまれた際は、医師に相談してください。

■開校農林整備課(春日庁舎内)  
☎88・5029

省エネ術を活用しよう

夏はエアコンの使用などでエネルギー消費が増加します。省エネ術を活用しましょう。

■開校日常の省エネ術／①エアコン

コンの設定温度変更②すだれで日差しを和らげる

■長期的な省エネ術／①電気使用量を確認・管理する  
②省エネ性能の高い家電・照明に買い替える

■開校市民環境課(氷上庁舎内)  
☎82・1290

サマージャンボ宝くじの発売が始まります

サマージャンボ宝くじの収益金は、県内市町のまちづくりや地元夏祭りの協賛金などに活用されます。ぜひ、県内の宝くじ売り場で買い求めください。

■発売期限／8月3日(金) 開(公財) 兵庫県市町村振興協会 ☎078・322・1151

8月は電気使用安全月間

電気の使用について無料相談所を開設します。

■とき／8月1日(水) 午前10時～午後3時

■ところ／ゆめタウン  
■主催／全日本電気工業工業組合連合会ほか

イベント

人権講演会

■とき／8月28日(火) 午後7時30分～9時

■ところ／春日文化ホール  
■演題／みんなハッピーに暮らすためには生活者目線で見ると社会問題  
■講師／大阪国際大学准教授 谷口真由美さん  
※手話通訳・要約筆記あり  
■開校人権啓発センター ☎82・0242

2018爆笑!! お笑いまつり in たんば

■とき／8月5日(日)  
1回目…午後0時開演  
2回目…午後2時30分開演

■ところ／春日文化ホール  
■出演／アキラ100%・狩野英孝ほか

■料金／2,800円  
※当日は300円増

■チケット／春日文化ホール・ライフピアいちじま・各住民センターで販売中  
■開校文化・スポーツ課(春日文化ホール内)

日文化ホール内) ☎74・1050

講座・イベント  
参加者募集

■とき／9月8日(土) 午後1時30分～4時30分

■ところ／消防本部  
■定員／20人程度※中学生以上  
■募集期限／8月31日(金)  
■開校消防署 ☎72・2255

ダンスフェスタACTXVII

■とき／12月2日(日) 午後1時

■ところ／ライフピアいちじま  
■募集枠／10チーム※募集枠を超えた場合は抽選

■ジャンル／ジャズダンス・ヒップホップ・エアロビクス・クラシックバレエなど

■申込方法／用紙に記入の上、春日文化ホールに提出。

■募集期限／8月24日(金)  
■開校文化・スポーツ課(春日文化ホール内) ☎74・1050

第17打和太鼓フェスタ「響演」

■とき／1月20日(日) 午後1時

■ところ／ライフピアいちじま  
■募集枠／8チーム※募集枠を超えた場合は抽選

■ジャンル／伝統的な太鼓・祭り太鼓・創作太鼓など

■申込方法／用紙に記入し、春日文化ホールに提出。

■募集期限／7月27(金) 日～9月28日(金) まで  
■開校文化・スポーツ課(春日文化ホール) ☎74・1050 ☎74・2855

うどん打ち教室

■とき／8月18日(土) 午後1時30分～4時

■ところ／氷上文化センター  
■講師／瀬田勝さん  
■定員／20名※先着順  
■参加料／500円  
■持ち物／エプロン・三角巾・くつした

■募集期限／8月10日(金)  
■開校氷上文化センター ☎82・1064  
■七日市会館 ☎74・2310



ほんのキモチは、  
ほんとのキモチ。

結婚・出産・快気・御法要・御挨拶・お中元などギフトの事ならおまかせ下さい。

ベストライフ サポート

■氷上店  
〒669-3467 丹波市氷上町本郷 488-1  
TEL：0795-82-5335

店内スタッフ募集中!  
TEL：079-590-2520

8月の体験教室

■対象／市内在住の小学生  
※保護者同伴  
■定員／各15人※先着順  
※夏休み限定で参加費無料  
○紙すき  
■とき／2日（木）午前9時～午後1時30分  
○ペットボトル風車  
■とき／9日（木）午前9時～午後1時30分  
23日（木）午後1時30分  
○サンドブラスト  
■とき／23日（木）午前9時～

夏休みリサイクル教室

■対象／市内在住の小学生  
※保護者同伴  
■定員／各15人※先着順  
※夏休み限定で参加費無料  
○紙すき  
■とき／2日（木）午前9時～午後1時30分  
○ペットボトル風車  
■とき／9日（木）午前9時～午後1時30分  
23日（木）午後1時30分  
○サンドブラスト  
■とき／23日（木）午前9時～

丹波市クリーンセンター  
☎78・9999

○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  
○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  
とんぼ玉教室  
■とき／24日（金）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  
■参加費／1,500円  
※材料代別途必要  
■持ち物／エプロン

丹波布伝承館  
☎80・5100

糸紡ぎ体験  
綿から糸を紡ぎます。  
■とき／11日（土）午前10時～午後4時  
■定員／10人

■参加費／1,200円  
青垣いきものふれあいの里  
☎88・0888

子ども森遊び講座  
森は遊びがいっぱい・草木で遊ぶ。  
■とき／4日（土）午前9時30分～11時30分  
■対象／小学生以上  
※事前申込必要  
淡水魚・昆虫展  
淡水魚やカブトムシなど昆虫を展示します。  
■とき／9月2日（日）まで  
昆虫教室  
昆虫採集を楽しみましょう。  
■とき／5日（日）午前9時30分～午後3時30分  
■持ち物／筆記用具・あれば補虫網・お弁当・お茶  
※事前申込必要  
※小学3年生以下は保護者同伴

nenkin  
年金

第2号被保険者に扶養されている配偶者の方へ

閩国保・医療課（氷上保健センター内）☎82-6690

第2号被保険者（厚生年金保険等の加入者）に扶養されている20歳から60歳までの配偶者は、第2号被保険者の勤務先を通じて第3号被保険者として国民年金に加入しており、国民年金保険料を納める必要はありません。  
第2号被保険者が退職したとき、扶養からは離れた時などは第1号被保険者（国民年金加入者）への変更の手続きが必要です。第2号被保険者の勤務先から発行される資格喪失証明書、印鑑、年金手帳を持って、各支所の市民福祉係、氷上保健センターで手続きをしてください。

●次回の出張年金相談（完全予約制）  
相談日：9月26日（水）  
ところ：氷上保健センター  
予約期間：9月19日（水）まで  
定員：20人  
予約先：西宮年金事務所  
☎0798-33-2944  
※自動音声流れますので、5を押して「年金事務所職員にご用の方」を選択してください。

8月の子育て関連情報

図書館  
本を作品にして紹介しよう！  
■募集作品／読んだ本のイメージを描いたイラスト※用紙サイズ・画材は自由▼手づくり絵本※素材・形体は自由▼手づくりブックカバー※紙・布・編み物・植物・皮革など素材は自由  
■募集期間／8月1日（水）～10月14日（日）  
お近くの図書館に作品をお持ちください。

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  
18日（土）午前10時30分  
小  
柏原図書館☎72・0313  
11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  
11日（土）午前11時 幼  
小低

春日図書館☎74・1611  
18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  
17日（金）午前10時30分 幼  
小低▼25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  
3日（金）午前11時 幼  
小 おりがみ教室 さかなつり▼18日（土）午前11時 幼  
▼25日（土）午前11時 幼  
小低

子育て学習センター  
小 柏原子育て学習センター  
☎72・4747  
講座▼23日（木）ゆめっこサマーフェスタ2018 午前10時～12時※丹波の森公苑  
相談▼28日（火）栄養相談…はぐゆずのお話箱 午前10時～11時30分  
小 氷上子育て学習センター  
☎88・5350  
講座▼2日（木）夏のリラクゼーション講座 午前10時～11時30分

～11時30分  
相談▼23日（木）につこりママひろば…なんでも相談 午前10時～11時30分  
小 青垣子育て学習センター  
☎87・1919  
講座▼9日（木）第5回おやこ教室 午前10時～11時30分  
相談▼29日（水）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  
小 春日子育て学習センター  
☎74・3040  
講座▼10日（金）ママ講座 午前10時～11時30分  
相談▼15日（水）子育て相談＆おきになったかな 午前10時～11時30分  
小 山南子育て学習センター  
☎77・3160  
講座▼24日（金）親子ふれあい教室 やまなみ縁日 午前10時～午後1時※やまなみホール  
小 市島子育て学習センター  
☎85・3030（代）  
講座▼24日（金）わかば教室 わいわい縁日 午前10時～11時30分  
相談▼31日（金）ほっこり相談日 午前10時～午後4時

美と鑑賞の憩いの場  
美術館通信  
7月14日（土）～9月9日（日）  
いわごうみつあき  
岩合光昭―世界ネコ歩き―展  
本展覧会では、NHK-BS プレミアムで放送中の「世界ネコ歩き」をテーマに、岩合さんの作品と現代人を惹き付けるネコの生態の魅力に迫ります。つかず離れず、自由気ままに生きるネコたちに「はっ！」とするかもしれません。  
◆講演会・サイン会  
■とき／8月14日（火）午後1時30分～  
■講師／岩合光昭さん  
■定員／100人  
往復はがきにより受付 7月31日（火）必着

「シチリアにて」  
©Mitsuaki Iwago

◆休館のお知らせ  
館内改修工事のため9月10日（月）から10月26日（金）までは休館します。  
閩植野記念美術館 ☎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800円ほか（ココロカード利用可、20人以上団体割引）



！情報ひろば  
Information box

皆さん、骨をつくるはたらきをしている細胞を骨芽細胞と言います。衝撃を与えることで骨芽細胞が刺激され、骨が丈夫になります。また、骨芽細胞が分泌するホルモンによって糖尿病や認知症、動脈硬化の改善・予防効果が期待できると注目されています。

安全に骨に衝撃を与える方法として「かかと落とし運動」を紹介します。

①背筋を伸ばして立ち、両足のかかとを上げる。（不安定なときは、何かにつかまって行ってください。）

②3秒して、かかとを床に落とす。

1日30回を目安に繰り返し行ってください。

閻文化・スポーツ課（春日文化ホール内） ☎88・5057

新聞購読契約トラブル

新聞の訪問販売による契約トラブルが発生しています。長期間にわたる契約や他社の新聞社と契約中に、その後の契約を結ばせるなど様々です。契約期間中に転居、病気や入院、死亡などの理由で購読を続けられなくなることもあります。しかし、契約を守る義務があるので消費者の都合で一方的に購読を止めることはできません。

ただし、購読期間の定めがない契約の場合は、いつでも止めることができ、強引な勧誘で望まない契約をした場合、書面を受け取った日から8日以内であればクーリング・オフができます。トラブルになった場合は、当センターへご相談ください。

閻丹波市消費生活センター（くらしの安全課内） ☎82・0996

災害と人権

毎年、全国各地で風水害や地震などの災害が発生しています。東日本大震災や熊本地震では、風評被害、避難所生活の長期化に伴うトラブル、プライバシーの侵害や避難者に対するいじめなど人権問題が発生しました。

災害が発生すると、多くの人が傷つきストレスを抱えるため、余裕がなくなってしまう。しかし、災害時は、周囲との助け合いや思いやりが大切です。

いつ発生するか分からない災害に備え、防災意識を高めるとともに、発生時の避難や生活における「自分とは違う誰かのことを思いやる人権感覚」について、家庭や地域で話し合ってみましょう。

閻人権啓発センター（氷上住民センター内） ☎82・0242

「平日夜間応急診療室」と「休日応急診療所」 8月の当番医（敬称略）

| 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<br>※来院前に ☎72 - 0556 へ電話してください。<br>※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<br>午後1時～5時<br>※来院前に ☎72 - 2480 へ電話してください。 |                   |
| 月                                                                        | 火                | 水                 | 木         | 金                | 土                                                        | 日                 |
|                                                                          |                  | 1 赤松義樹<br>(内 科)   | 2 柏原日赤医師  | 3 上山知己<br>(内 科)  | 4                                                        | 5 太田将文<br>(眼 科)   |
| 6 田中 潔<br>(内 科)                                                          | 7 和久晋三<br>(内 科)  | 8 平島 顕<br>(整形外科)  | 9 柏原日赤医師  | 10 中澤 敏<br>(内 科) | 11 平島 顕<br>(整形外科)                                        | 12 柳浦敬子<br>(整形外科) |
| 13                                                                       | 14               | 15                | 16 柏原日赤医師 | 17 上田明德<br>(外 科) | 18                                                       | 19 田中庸生<br>(外 科)  |
| 20 野上壽二<br>(内 科)                                                         | 21 細見成一<br>(婦人科) | 22 中川泰洋<br>(内 科)  | 23 柏原日赤医師 | 24 三浦博幸<br>(内 科) | 25                                                       | 26 田中 潔<br>(内 科)  |
| 27 上山知己<br>(内 科)                                                         | 28 田中庸生<br>(外 科) | 29 久保田孝則<br>(内 科) | 30 柏原日赤医師 | 31 宮崎直之<br>(外 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。

8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               | 平日（祝日除く）                                                              | 午前8時30分～午後5時15分 | 消費生活センター（くらしの安全課内）              | 丹波市消費生活センター<br>☎82 - 0996<br>消費者ホットライン※土日 ☎188              |
| 行政 | 行政相談                 | 1日（山住）、9日（青住）、13日（氷）、15日（柏住）<br>16日（市農）、21日（春住）<br>時間 / 午後1時30分～3時30分 |                 |                                 | 総務課<br>☎82 - 1002                                           |
| 人権 | 特設人権相談所              | 6日（柏住）、16日（青住）、20日（春住）<br>時間 / 午後1時30分～4時                             |                 |                                 | 柏原人権擁護委員協議会<br>☎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<br>☎72 - 0176                                   |
|    | 総合生活相談（隣保館相談）        | 電話<br>出張                                                              | 平日<br>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<br>七日市会館 ☎74 - 2310<br>※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）<br>☎72 - 4696                                |
|    | 無料登記法律相談             | 19日                                                                   | 午後1時30分～4時      | 柏住                              | 松尾信幸事務所 ☎82 - 7174<br>※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                                                               | 午前9時～午後5時       | 氷                               | 総務課 ☎82 - 1002                                              |
|    |                      | 月・火・水・金                                                               |                 | 春                               | 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      | 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      | 春・1階相談室2                        | 障がい福祉課 ☎74 - 0222                                           |
|    | 身体障がい者相談             | 7日（春日福祉センター）、17日（青垣住民センター）<br>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              | 9日（柏支）、22日（春住）、24日（氷保）<br>※「減塩相談」同時開催<br>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             | 23日※要予約                                                               | 午後1時15分～        | 氷保                              | 健康課 ☎82 - 4567                                              |
|    | 思春期保健相談              | 21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              | 24日※要予約                                                               | 午後1時～           | 丹健                              | 地域保健課（丹健） ☎73 - 3767                                        |
| 医療 | 夜間医療健康相談             | 年中無休<br>午後7時～午前0時                                                     |                 | 電話相談                            | 丹波市夜間医療健康相談ホットライン<br>☎0120 - 737 - 180<br>閻地域医療課 ☎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                            | 小児救急医療電話相談窓口<br>☎72 - 4396                                  |
|    | 夜間おくすり相談             | 平日の午後9時～10時30分                                                        |                 | 電話相談                            | 丹波市薬剤師会<br>☎080 - 1432 - 8132                               |
| 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）<br>春住（第2金）<br>柏支（第4金） | 子ども・若者サポートセンター<br>☎88 - 5070                                |