



■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／10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／17日（水）午後1時
■参加費／500円
○紙すき
■とき／24日（水）午後1時
■持ち物／牛乳パック1箱

リサイクル体験教室

丹波市クリーンセンター
☎78・9999

4月の体験教室

おはなし会
幼Ⅱ幼児 小Ⅱ小学生 小低・高Ⅱ小学校低学年・高学年
中央図書館☎82・7100
9日（火）午前10時30分 幼
▼13日（土）午前10時30分 幼
▼20日（土）午前10時30分 小
▼27日（土）午前10時30分 幼
柏原図書館☎72・0313
20日（土）午前10時30分 幼
小低※柏原住民センター2階和室

大きなおはなし会
市内で活躍中の読み聞かせボランティアグループによるおはなし会です。
■対象／幼児・小学校低学年
■とき／4月14日（日）午前10時30分
■ところ／青垣住民センター大会議室
■内容／ストーリーテリング・パネルシアター・大型絵本・紙芝居 など

図書館

4月の子育て
関連情報

春日図書館☎74・1611
20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
19日（金）午前10時30分 幼
▼27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
7日（日）午前11時 おりがみ教室「子どもの日」▼27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▽19日（金）開講式はじめましてこんにちは 午前10時～11時30分※柏原福祉センター※要申込
相談▽24日（水）子育てなんでも相談・子育て指導員 午前10時～午後2時
小氷上子育て学習センター☎88・5350
講座▽26日（金）開講式 みんなともだち 午前10時～11時30分※要申込
相談▽18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

午前10時～11時30分
小青垣子育て学習センター☎87・1919
講座▽17日（水）おやこ教室開講式 みんなおいでよ 午前10時～11時30分※要申込
相談▽23日（火）なんでも相談日・子育て指導員 午前10時～午後3時30分※要申込
春日子育て学習センター☎74・3040
講座▽25日（木）はじまるよ ふれあい広場とグループ活動 午前10時～11時30分※要申込
相談▽17日（水）子育て相談＆大きくなったかな…主任児童委員相談 午前10時～11時30分
小山南子育て学習センター☎77・3160
講座▽25日（木）親子ふれあい教室 さあはじめましょー 午前10時～11時30分※やまなみホール※要申込
小市島子育て学習センター☎85・3030（代）
講座▽19日（金）わかば教室はじめまして開講式 午前10時～11時30分
相談▽26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

4月13日（土）～5月19日（日）
ピエゾグラフによる
いわさきちひろ展

母性の画家ともいわれるいわさきちひろは、10ヵ月と1歳の赤ちゃんをモデルなしで描き分けられたというデッサン力を駆使して、子どものあらゆる姿を描きだしました。子どもの幸せと平和を願って描き続けたちひろの世界をご堪能下さい。

◆関連イベント

絵本作り「ちひろみたいに絵本をつくろう」
■とき／4月28日（日）～29日（月）
※2日間で完成 両日とも午後1時30分から
■講師／絵本作家 村上 祐喜子さん

■参加費／材料費として 500 円程度
※別途観覧料が必要
■定員 /20 組※小学3年生以下は保護者要同伴
■受付開始 /3 月 23 日（土）午前9時から電話受付



「母の日 1972 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※ 4 月 29 日、5 月 6 日は開館、5 月 7 日は休館●観覧料 / 一般 500 円ほか（ココロカード利用可、20 人以上団体割引）

とんぼ玉教室
■とき／18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
春の山野草展
春に咲く山野草を展示します。
■とき／6日（土）～5月6日（月）
●開館時間／午前9時～午後5時
●休館日／月曜日※祝日の場合は翌平日
春の自然観察会
春の草花を見つけよう、青垣いきものふれあいの里周辺を散策します。

■とき／6日（土）午前9時30分～12時
■申込方法／電話で申し込みにください。※要申込
丹波布伝承館
☎80・5100
糸紡ぎ体験
綿から糸に紡ぎます。初心者の方にもわかりやすく指導いたします。
■とき／13日（土）午前10時～午後4時
■定員／10人
■参加費／1,200円
※事前申込必要

学生の皆さんへ
学生納付特例制度は毎年申請が必要です

園 国保・医療課（氷上保健センター内）☎82 - 6690

国民年金に加入する学生は「学生納付特例制度」で、保険料の納付を延期できます。

学生納付特例を希望する場合、毎年手続きが必要です。特例対象期間は、4月1日から翌年3月末日です。学校の種別や本人の所得により、対象にならない場合もあります。

■申請に必要なもの

①学生証（両面）の写しまたは在学証明書
学生証は有効期限内のもの。在学証明書は特例を受けられる期間内に発行されたもの。
②年金手帳③印かん ※本人署名の場合は不要

平成30年度に学生納付特例を申請した人は、日本年金機構から平成31年度申請用のはがきが送付されます。引き続き特例を希望する場合は、ハガキを年金機構へ返送してください。

●次回の出張年金相談（完全予約制）
相談日：6月6日（木）
ところ：氷上住民センター
予約期間：5月30日（木）まで
定員：20人
予約先：西宮年金事務所
☎0798 - 33 - 2944

！情報ひろば
Information box

5057
閩文化・スポーツ課（春日文化ホール内） ☎ 88

みなさんは柏原町発祥のニュースポーツ、囲碁ボールをご存知ですか。ゲートボールと五目並べを組み合わせたようなスポーツで、誰でも楽しくプレーできます。
日本では今、来年に東京オリンピック・パラリンピック、再来年にワールドマスターズゲームズの開催を控え、スポーツへの関心が徐々に高まってきています。その機運にのって、囲碁ボールがワールドマスターズゲームズのオープン競技に採用され、丹波市でも2021年7月に市内各所で競技が行われます。丹波市発祥のスポーツを海外の人とも楽しむことができるかもしれませんね。

こんにちは！
スポーツ推進委員です
「囲碁ボールに注目！」



0996
閩丹波市消費生活センター（くらしの安全課内） ☎ 82

会食や宴会などで、乾杯後の30分間とお開き前の10分間は席を立たずに料理を楽しみ食べ残しを減らす取り組みを「30・10運動」と言い全国的に推奨されています。
家庭でも「わが家の30・10運動」として、毎月30日は「冷蔵庫クリーンアップデー」として冷蔵庫の中をチェックする日。10日は「もったいないクッキングデー」として、余った食材を工夫して食べきる日と決め、食品ロス削減に取り組んでいる自治体が多くあります。丹波市でも「わが家の30・10運動」に積極的に取り組み「食品ロス」を減らしましょう。

消費生活
ニユース
わが家の30・10運動



0242
閩人権啓発センター（氷上住民センター内） ☎ 82

うれしいことがあった時一緒に喜んでくれる人がいれば喜びはさらに大きくなり、悲しみや苦しみに直面した時、分かち合ってくれる人がいれば何よりの支えとなります。気持ちに寄り添い合える関係を、自分に関わりのある身近な人たちと築くことができれば、安心して過ごすことができ、日々の生活がより充実したものとなるでしょう。
気持ちに寄り添うためには、相手の思いを受け止め理解しようとするのが大切です。相手の思いを知ること、心に寄り添った言葉をかけることもできます。「気持ちに寄り添う」ことを大切にし、温かい人間関係を築いていきたいものです。

じんけんのとびら
気持ちに寄り添う



■基本事項	
実施日	毎月第1・3月曜日
場所	柏原住民センター 音楽室
対象	市内在住のおおむね60歳以上の高齢者
会費	毎月1,000円

閩市民活動課（氷上住民センター内）
☎ 82 - 0409

平成30年6月に発足した「柏原木の根大学 童謡唱歌教室」では、「ふるさと」や「赤とんぼ」などの童謡や、「旅愁」などの唱歌をみんなで楽しく歌っています。発足当初は6人という少ない人数で活動していましたが、今では16人に増え、歌える楽曲も増えてきました。参加者は随時募集しており、未経験者でも大歓迎です。特に男性の参加をお待ちしています！童謡唱歌教室で元気に歌って、一緒に生きがいづくり、仲間づくりをしてみませんか。

いきいきげんきに！
地域高齢者学級だより
「柏原木の根大学 童謡唱歌教室」



4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 ☎ 82 - 0996 消費者ホットライン※土日 ☎ 188
行政	行政相談	3日（山住）、8日（氷）、11日（青住）、16日（春住）、17日（柏住）、18日（市農） 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	15日（春住）、18日（青住） 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	神戸地方司法局柏原支局	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 8日（柏住）、18日（青住） 時間 / 午後1時30分～4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	6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	18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	12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	11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～	23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	10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）	25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	23日（氷上健康福祉センター）、26日（柏原福祉センター） 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	10日（春住）、18日（山住）、22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
	こころのケア相談	18日※要予約	午後1時15分～	氷保	健康課 ☎ 82 - 4567
	思春期保健相談	16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	26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 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 ☎ 0120 - 737 - 180
	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 ☎ 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 ☎ 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） 春住（第2金） 山住（第4金）	子ども・若者サポートセンター ☎ 88 - 5070
雇用	職業相談	毎週木曜日 / 午後1時～4時		氷住（第1・3木） 青住（第2・4木）	丹（まごころ）ワークサポートたんば ☎ 74-3660