

の団地)については、常時募集しています。
申開 都市住宅課(春日庁舎内)
☎ 74・2364

点字・声の広報の利用者募集

広報紙や生活情報・その他必要な情報が点字や声で届く点字・声の広報の利用希望者を常時募集します。

■対象／市内在住の重度視覚障がい者

■料金／無料

■申込方法／障がい福祉課まで連絡ください。

申開 障がい福祉課(本庁第2庁舎内) ☎ 88・5262

丹波市健康福祉推進協議会委員募集

健康づくりや福祉向上への必要な助言を行う委員を募集します。

■対象／20歳以上の市内在住・在勤の人

■定員／2人

■任期／委嘱日から2年間

■申込方法／健康課・各支所に設置の応募用紙に記入

して提出してください。
※応募用紙は、市ホームページからもダウンロードできます。

■応募期限／6月12日(金)
申開 健康課(健康センターミルネ内) ☎ 88・5750

丹波市介護保険事業運営協議会委員募集

介護保険事業の推進や取り組みについて助言を行う委員を募集します。

■対象／①6月1日現在に40歳以上で市に住居登録(外国人登録含む)がある人②平日に開催する会議に出席できる人③国および地方公共団体の議会議員でない人④常勤の国家公務員および地方公務員でない人

■定員／2人

■任期／委嘱日より令和4年5月31日

■申込方法／介護保険課・各支所に設置の応募用紙とレポートを提出してください。
※応募用紙は、市ホームページからもダウンロードできます。

■レポート／テーマ…「介護

護保険制度について感じていること」A4サイズ横書き800字程度

■応募期限／6月11日(木)
申開 介護保険課(本庁第2庁舎内) ☎ 88・5266

丹波市環境審議会委員募集

将来の市に望ましい環境のあり方について、審議する委員を募集します。

■対象／18歳以上で市に住居登録がある人※高校生を除く

■定員／2人以内※1人は女性

■任期／7月1日より令和4年6月30日までの2年間

■申込方法／環境課・各支所に設置の応募用紙とレポートを提出してください。
※応募用紙は、市ホームページからもダウンロードできます。

■レポート／テーマ…「丹波の森と農を活かし、人と自然が共生する源流のまち」A4サイズ横書き800字程度

■応募期限／6月12日(金)
申開 環境課(本庁舎内) ☎ 82・1290

講座・イベント
参加者募集

市民観光おもてなし講座

■とき／7月5日(日)午後1時30分～3時30分

■ところ／春日文化ホール

■講師／城郭談話会 福島克彦さん

■演題／明智光秀の丹波攻略と黒井城

■申込方法／氏名・住所・電話番号を記入のうえFAX・郵送で申込み

申開 丹波市観光協会 ☎ 72・2340 ㊟ 72・2360

休日応急診療所
6月の当番医

7日(日) 和久晋三(内科)

14日(日) 中川泰樹(内科)

21日(日) 中澤直三(内科)

28日(日) 香良病院医師(精神科)

■受付時間／午前8時30分～11時30分 午後1時～4時30分

■場所／健康センターミルネ
※来院前に必ず電話してください。 ☎ 88・5800

不動産のことなら 何でもお気軽に!

土地と住まいの相談室 オフィスキムラ 株式会社

http://www.office-kimura.co.jp E-mail kimura@lily.ocn.ne.jp

本店 ☎669-3465 丹波市氷上町横田 136 番地 5 ☎(0795)80-1500
篠山店 ☎669-2205 丹波篠山市網掛 395 番地 1 ☎(079)590-1050



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各種イベントが中止・延期される場合があります。
必ず事前に問い合わせてください。

6月の子育て 関連情報

図書館



特別整理（蔵書点検）の終了による開館のお知らせ

新型コロナウイルス対策として臨時休館した期間中に、特別整理（蔵書点検）が終了したため、当初6月に予定していた各館の特別整理休館日は開館します。

■当初予定の特別整理休館日／春日図書館：16日（火）
19日（金）▼青垣図書館：23日（火）▼26日（金）▼山南図書館：30日（火）
7月3日（金）
■中央図書館 82・7100

おはなし会

幼小幼児 小小小学生 小低・高小 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 幼

▼27日（土）午前10時30分 幼

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

青垣図書館 87・1111

13日（土）午前11時 幼小低

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

13日（土）午前10時30分 幼

小低※山南住民センター

2階和室▼19日（金）午前

10時30分 幼※山南住民セ

ンター1階ちたんルーム

▼27日（土）午前10時30分

幼小低※山南住民センタ

12階和室

市島図書館 85・2733

7日（日）午前11時 おり

がみ教室 幼小低▼20日

（土）午前11時 幼▼27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

872・4747

講座▽20日（土）午前10時

午後1時30分 すくすく

広場ファミリデー「親子

運動遊び」※柏原福祉セン

ター※要申込

相談▽18日（木）午前10時

11時30分 子育てなんで

も相談※要申込

♪氷上子育て学習センター

82・8689

講座▽25日（木）午前10時

11時30分 食育講座※氷上

住民センター※要申込

相談▽18日（木）午前10時

11時30分 にっこりママ

ひろば

♪青垣子育て学習センター

87・1919

講座▽12日（金）午前10時

11時30分 ママステーション「おはなし会」※要申込

相談▽4日（木）午前10時

午後3時30分 なんでも

相談日※要申込

♪春日子育て学習センター

74・3040

講座▽11日（木）午前10時

11時 ママ講座「音を楽



美と鑑賞の憩いの場

—美術館通信—



6月2日（火）～6月14日（日）※予定

日本のポスター展

- あの頃のゆめとあこがれ -

本展は、明治の美人画から東京 2020 オリンピックのポスターまで、近代日本の歴史と世相の移り変わりを 135 点のポスターで紹介します。

◆関連イベント

●赤ちゃんからの美術鑑賞ツアー

■とき / 6月5日（金）午前9時45分～受付
午前10時～11時

■対象 / 0歳～5歳までの未就学児と保護者

■定員 / 10組 ※要電話予約



杉浦非水「東洋一の地下鉄道／東京地下鉄株式会社」1927年

☎ 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

●観覧料 / 一般 600円、学生 300円（ココロカード
利用可、20人以上団体割引）



しもう」※要申込
相談▽17日(水) 午前10時
～11時30分 子育て相談＆
おおきくなったかな
♪山南子育て学習センター
☎77・3160
講座▽27日(土) 午前10時
～午後1時 親子ふれあい
教室「パパ&ママみんな
遊ぼう」※やまなみホール
※要申込
相談▽11日(木) 午前10時
～11時30分 子育てわいわ
い相談
♪市島子育て学習センター
☎85・3030(代)
講座▽26日(金) 午前10時
～11時30分 わかば教室「リ
フレッシュ講座」※要申込
相談▽25日(木) 午前10時
～午後4時 ほっこり相談
日※要申込

児童館

♪こがやま児童館
☎82・8620
講座▽20日(土) 午前9時
30分～10時30分 親子エク
ササイズ&ヨガ教室※要申込

6月の体験教室

丹波布伝承館
☎80・5100 火曜休館

糸紡ぎ体験

綿から糸に紡ぎます。
■とき／13日(土) 午前10
時～午後4時
■定員／10人※要電話予約
■参加費／1,200円

青垣いきものふれあいの里
☎88・0888 月曜休館

淡水魚・水辺のいきもの展

市内に生息している淡水魚
や水辺のいきものを展示し
ます。
■とき／6月6日(土)～
7月5日(日)



丹波電化石工房ちーたんの館
☎77・1887 月曜休館

クリーニング体験セミナー
化石を掘り出そう!

石こうに埋められた実物の
化石を掘り出す化石クリー
ニングの模擬体験です。
■とき／14日(日) ①午前
10時30分～正午②午後2時
～3時30分
■定員／各回20人※要予約
■参加費／500円

ジオラマをつくろう!

恐竜の世界をジオラマで再
現する体験教室です。
■とき／28日(日) ①午前
10時～正午②午後2時～4時
■定員／30人※要予約
■参加費／1,000円

※詳しくは、ホームページ
「丹波竜・com」をご覧
いただくか、電話にて問い
合わせください。



ホームページ

年金受給者へお知らせ

閏市民課(本庁舎内) ☎82-6690



令和2年4月分(6月15日支払分)からの年金額は、法律の規定により、
令和元年度から0.2%の増額となります。

基礎年金の種類	令和元年度 (年額)	令和2年度 (年額)
老齢基礎年金(満額)	780,100円	781,700円
障害基礎年金(1級)	975,125円	977,125円
障害基礎年金(2級)	780,100円	781,700円
遺族基礎年金 (子1人の場合)	1,004,600円	1,006,600円

- 次回の出張年金相談(完全予約制)
- とき／6月4日(木)
- ところ／氷上住民センター
- 予約期間：5月1日(金)～28日(木)まで
- 定員：14人
- 予約先：西宮年金事務所 ☎0798-33-2944
- ※当日は年金証書、年金手帳など基礎年金番号
の分かるものを持参ください。
- ※本人以外の場合は、委任状を持参ください。



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各種イベントが中止・延期される場合があります。
必ず事前に問い合わせてください。

information

6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、ラ＝ライフピアいちじま、春住＝春日住民センター、
本＝本庁舎、本2＝本庁第2庁舎、春庁＝春日庁舎、市支＝市島支所、健ミ＝健康
センターミルネ、市ブ＝市民プラザ、山福＝山南福祉センター、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（本）、11日（青住）、16日（春住）、17日（柏住）、18日（ラ） 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） 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	
	総合生活相談（隣保館相談）	電話	平日	午前9時～午後5時	来館相談も可能
		出張	8日（柏住）、18日（青住） 午後1時30分～4時		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
	女性のための悩み相談	9日（市ブ）、23日（市ブ）①午前10時30分～、②午前11時30分～、③午後1時～ ※各回50分、予約優先、託児有（要予約）			男女共同参画センター ☎ 82 - 8684
法律	無料登記法律相談	18日	午後1時30分～4時	柏住	松本一男事務所☎ 76 - 0597 ※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
福祉	もの忘れ医療相談日	23日※要予約	午後2時～4時	本2	高齢者あんしんセンター ☎ 88 - 5267
	高齢者権利擁護相談日	11日※要予約	午前10時～正午		
	認知症介護者のつどい「ほっと」	24日		氷住	
	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	本2	障がい福祉課☎ 88 - 5263
	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			
	身体障がい者相談	10日（市支）、11日（山福）	午後1時30分～3時		
健康	健康・栄養相談	10日（青住）、15日（市支）、24日（山住） 受付時間/午前9時30分～11時※要予約 ※「減塩相談」同時開催			健康課☎ 88 - 5750
	こころのケア相談	4日※要予約	午後1時15分～	健ミ	
	思春期保健相談	16日※要予約	午後1時45分～	丹健	（丹健）地域保健課☎ 73 - 3767
	アルコール相談	26日※要予約	午後1時～		
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			子ども医療（小児救急医療）電話相談窓口☎ 78 - 9290
若者	ニート・ひきこもり相談	月4回／午前10時～午後4時 2日（氷住）、9日（春住）、16日（柏住）、23日（山住） ※要予約			子ども・若者サポートセンター ☎ 88 - 5070
雇用	キャリアコンサルティング	火・水・木（祝日除く） 午前9時～午後5時※1回50分 ※要予約		春庁	まごころ 丹 ワークサポートたんば ☎ 74 - 3660 予約先☎ 080-4233-8530
	心理相談（心理カウンセリング）	月（祝日除く） 午前9時～午後5時※1回50分 ※要予約			

こんにちは！
スポーツ推進委員です

室内で運動しよう！

新型コロナウイルスに負けないように、室内で簡単にできる有酸素運動を紹介합니다。

- ①マウンテンクライマー
腕立て伏せの姿勢で、左右の膝を交互に胸に引き付ける。
- ②ジャンピングジャックス
足を揃えて立つ。ジャンプして足を開き、両腕を体の横から頭の上に上げる。ジャンプして元の姿勢に戻る。

有酸素運動をするタイミングは、食事の2時間後がおすすめです。吸収した糖質が脂肪燃焼や筋肉をつける働きをします。

休憩を入れながら20分以上取り組むことで効果が見られます。外出は控え、家でも積極的に体を動かしてくださいね！

閩文化・スポーツ課（春日文化ホール内） ☎88・5057

くらしに安全を
消費生活ニュース

トラブル発生に備えよう！

トイレ・水漏れ・鍵の修理、害虫の駆除など、日常生活でのトラブルの対処に、専門的な技術や知識が必要な場合、専門の業者に依頼することがあります。

広告に「基本料金〇〇円から」と表示されていた場合でも、現場の状況次第では必ずしも広告の表示や、電話での説明通りの料金で依頼できるとは限りません。特に緊急を要するトラブルが発生した際は、焦って冷静な判断ができなかったり、見積もりを取る時間がかかったりします。

緊急の場合の対処方法や、信頼できる事業者の情報を、日頃から集めて準備しておくといでしょう。

閩丹波市消費生活センター（くらしの安全課内） ☎82・0996

人権啓発コーナー
じんけんのとびら

インターネットでの情報発信に注意

インターネットが普及したことによって、情報収集や情報発信、コミュニケーションが簡単にできるようになりました。しかし、便利さの一方で、匿名の書き込みも可能であることを悪用して、個人の名誉やプライバシーを侵害したり、差別を助長するなど、様々な人権問題が起きています。

インターネットに書き込まれた内容は、多くの人に瞬時に伝わるため、インターネットで情報を発信する際には、常にネットの向こう側にいる多くの人の人権を尊重することを心がけましょう。

閩人権啓発センター（氷上勤労青少年ホーム内） ☎82・0242

いきいきげんきに！
高齢者学級だより

TAMBAシニアカレッジ「ラジオ教養講座」

TAMBAシニアカレッジ教養講座は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開講を延期しています。不要不急の外出が自粛されているなか、自宅で学習できる「ラジオ教養講座」をコミュニティFM「805たんば」で実施しています。ぜひ聞いてください。

- ◆TAMBAシニアカレッジ 第2回ラジオ講座
- 講師／motooひょうご事務局長 栗木剛さん
- 内容／「地域で生きる・地域と生きる」
- 放送日時／5月27日（水）午前9時30分～10時
- 再放送日時／6月6日（土）午後3時～3時30分
- 周波数／FMラジオ 80.5MHz 「コミュニティFM805たんば」※インターネットでも聞くことができます。下にあるQRコードを読み取るか、「805たんば」で検索してください。



- ◆予告放送日時
- 第3回講座／6月3日（水）午前9時30分～10時
- ※再放送日／6月13日（土）午後3時～3時30分
- 第4回講座／6月17日（水）午前9時30分～10時
- ※再放送日／6月27日（土）午後3時～3時30分

閩市民活動課（氷上住民センター内） ☎82・0409