



※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。

お知らせ

子宮頸がん予防ワクチン 接種について

子宮頸がん予防ワクチンは、
主な原因となるウイルスの
感染を防ぐためのワクチン
です。まれにワクチンとの関
連が否定できない重い副反
応があることから、平成26年
6月以降、国はワクチンの積
極的な接種を勧めていませ
んが、希望する場合は、定期
予防接種として受けること
が可能です。副反応や効果に
ついて、かかりつけ医と相談
のうえ接種してください。

■対象／平成16年4月2日
から平成21年4月1日生ま
れ的女子
■健康課（健康センターミ
ルネ内） ☎88・5750

特定計量器（はかり）の 定期検査を実施します

食料品店、薬局、農家、運
送業者などで、取引・証明
に使用されている特定計量
器は、計量法に基づき2年

に1回定期検査が必要で
す。一般社団法人兵庫県計
量協会が実施する定期検査
により受検してください。
また、定期検査に先立って、
特定計量器の数量や種類な
どの事前調査を行いますの
でご協力をお願いします。

■検査実施期間／11月24日
（火）～12月17日（木）まで
の期間※土日、祝日を除く
■検査実施場所／計量器使
用中の店舗、事業所などへ
訪問して検査を行います。
■検査手数料／有料※計量
器の種類により異なります。
■新産業創造課（春日庁舎
内） ☎74・1464

省エネルギー・節電推進 について

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。省エネ術でエネルギー
消費を減らしましょう。

●日常の省エネ術
①冷蔵庫の設定温度を「強」
から「中」へ②扇風機とエ
アコンを併用する③冷房時
はエアコンの風向きを天井
と平行にする

●長期的な省エネ術
①省エネ性能の高い機器に
買い替える②月に1、2回エ
アコンのフィルターを掃除
する③洗濯物はまとめ洗
いで節水をする
■環境課（本庁舎内） ☎82
・1290

難病「医療・生活」無料 相談会

難病について、疾患別の専門
医の講義と、医療や生活に関
する相談会を実施します。

■とき／9月13日（日）午
後1時～4時

■ところ／丹波篠山市民セ
ンター

■兵庫県難病団体連絡協
議会 ☎078・322・
1878・丹波健康福祉
事務所地域保健課 ☎73・
3767

募集

企業ガイドブックへの掲 載企業を募集

市内企業の会社概要・求人

情報・採用実績などを掲載
した「丹波市企業ガイドブ
ック2021年版」を発行
します。新卒者採用予定が
あり、掲載を希望される企
業を募集します。

■申込期限／9月11日（金）
（※新産業創造課（春日庁
舎内） ☎74・1464

緑化資材の提供事業・助 成団体二次募集

■対象／道路沿線や公共的
な空間で花壇づくりなどを
行っている自治会・老人会・
NPOなどの緑化活動グルー

■助成内容／一年草と多年
草などをセットにした苗木・
苗花・肥料の現物支給
※1団体年間1,000ポ
イントまで

■募集期限／9月30日（水）
■提出先／都市住宅課（春
日庁舎内） ☎74・2364

■丹波土木事務所まちづく
り建築課（丹波県民局内） ☎
73・3862

陸海空自衛官募集

■募集種目／①一般曹候補

広告

トモ・ヨーガ

生②自衛官候補生③防衛大学校学生一般④防衛医科大学校医学科学生⑤防衛医科大学校看護学科学生⑥陸上自衛隊高等工科学校生徒【推薦】⑦予備自衛官補【一般・技能】

■受験資格／①②18歳以上33歳未満③18歳以上21歳未満※自衛官は23歳未満、高卒者（見込含）または高専3年次修了者（見込含）④⑤18歳以上21歳未満、高卒者（見込含）または高専3年次修了者（見込含）⑥【推薦】男子で中卒者（見込含）かつ17歳未満の学校長が推薦できる人⑦【一般】18歳以上34歳未満【技能】18歳以上で国家免許資格等を有する人（資格により年齢上限は53歳未満、55歳未満）

■受付期間／①9月10日（木）まで②常時③10月22日（木）まで④10月7日（水）まで⑤10月1日（木）まで⑥11月1日（日）～30日（月）⑦9月11日（金）まで

■受付時間／正午～午後8時

■自衛官募集コールセンター
☎0120・063・792

放送大学入学生募集

放送大学は、テレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300種類ある幅広い分野の授業科目から学ぶことができます。

■出願期限／第1回…8月31日（月）、第2回…9月15日（火）まで

※詳細は、資料請求ください。

■開校放送大学兵庫学習センター ☎078・805・0052

講座・イベント
参加者募集

はじめての手話講座

初心者向けの体験講座です。

■とき／9月13日（日）

■ところ／氷上住民センター

■対象／高校生以上

■定員／15人

■申込方法／電話またはFAX

■申込期限／9月12日（土）

■申込先／兵庫県立聴覚障

害者情報センター手話普及啓発事業担当 ☎078・805・4175 ☎078・805・4192

■開校がい福祉課（本庁第2庁舎内） ☎88・5262

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人※先着順

■申込方法／電話またはFAX

■参加費／500円

■持ち物／エプロン・三角巾

■申込期限／9月15日（火）

■開校氷上文化センター ☎82・1064 ☎82・4086、七日市会館 ☎74・2310

第1回「人権歴史講座」

■とき／9月29日（火）午後7時

■ところ／氷上住民センター大会議室

■講師／関西大学名誉教授 ひょうご部落解放・人権研究所所長 石元清英さん

■内容／農地改革と部落・部落農家は小作地解放から排除されたのか

■定員／40人程度

■申込方法／電話またはFAX

■申込期限／9月25日（金）

■開校氷上文化センター ☎82・1064 ☎82・4086、七日市会館 ☎74・2310

休日応急診療所
9月の当番医

6日（日）山縣憲一（外科）

13日（日）田中庸生（外科）

20日（日）竹田淑恵（内科）

21日（月）赤松義樹（内科）

22日（火）船坂眞里（外科）

27日（日）野上壽二（内科）

うどん打ち教室

小麦粉をこねてのばして、うどん打ち体験をします。

■とき／9月19日（土）午後

■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

※当番医は変更になることがあります。

草刈り本舗 小さな場所から大きな場所まで 草刈りでお困りの方お気軽に相談ください。

丹波市氷上町石生 ☎0795-71-1348 携帯 090-7344-4214



※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。

9月の子育て 関連情報

図書館



おすすめ本の紹介募集と展示

市内の図書館で読んだ本を紹介する「この本おすすめカード」を募集します。

■募集期間／通年

■提出方法／市内図書館に設置の専用ボックスに提出

■紹介文の展示期間／10月25日（日）～11月29日（日）

■展示場所／市内の各図書館にて順次、展示していきます。

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

8日（火）午前10時30分 幼

▼12日（土）午前10時30分 幼

▼19日（土）午前10時30分 小

▼26日（土）午前10時30分 幼

※視聴覚室
柏原図書館 ☎ 72・0313

青垣図書館 ☎ 87・1111
12日（土）午前11時 幼・小低
※青垣住民センター研修室4
春日図書館 ☎ 74・1611
19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
市島図書館 ☎ 85・2733
19日（土）午前11時 幼
26日（土）午前11時 幼・小低
※山南図書館のおはなし会は12月まで中止します。
※各図書館、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加人数の制限を行います。

子育て学習センター

◆一部を除き、各講座・相談には申込みが必要です。

♪ 柏原子育て学習センター

☎ 72・4747

講座▽11日（金）午前10時～11時30分 すくすく広場

「親子運動遊び」※柏原住民センター

相談▽30日（水）午前10時～11時30分 子育てなんでも相談

も相談

♪ 氷上子育て学習センター

☎ 82・8689

講座▽17日（木）午前10時～11時 食育講座※氷上住民センター

相談▽24日（木）午前10時～11時30分 につこりママひろば

♪ 青垣子育て学習センター

☎ 87・1919

講座▽3日（木）午前10時～11時30分 ママステーション 楽しく学ぶ防災講座

相談▽29日（火）午前10時～午後3時30分 なんでも相談日

♪ 春日子育て学習センター

☎ 74・3040

講座▽17日（木）午前10時～11時 ママ美講座・代謝をあげてスタイルアップ

相談▽16日（水）午前10時～11時30分 子育て相談＆

おおきくなつたかな※申込不要

♪ 山南子育て学習センター

☎ 77・3160

講座▽15日（火）午前10時～11時30分 ひよこクラス

「ベビーマッサージ」

相談▽11日（金）午前10時～午後3時 子育てなんでも相談

美と鑑賞の憩いの場

— 美術館通信 —



7月18日（土）～9月13日（日）

日本のアニメーション美術の創造者 山本二三展

- 天空の城ラピュタ、火垂るの墓、もののけ姫、時をかける少女 -

天空の城ラピュタなどのアニメーションの背景画で知られる美術監督山本二三の展覧会です。

本展では、作者自らが選んだ手描きの背景画、その前段のスケッチ、イメージボードなど、初期作品から最新作までを展示し、背景画の魅力に迫ります。

岡 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800円、大・高生400円、小・中生200円（ココロカード利用可、20人以上団体割引）



時をかける少女《真琴の家》2006年 ©「時をかける少女」製作委員会 2006

も相談

市島子育て学習センター

☎ 85・3030 (代)

講座▽18日(金) 午前10時
〜11時30分 わかば教室「ミ
ニミニ運動会」※ライブピ
アいちじま

相談▽25日(金) 午前10時
〜午後4時 ほっこり相談
日※ライブピアいちじま

児童館

♪こがやま児童館

☎ 82・8620

児童館まつり

■とき/10月24日(土)

■申込期間/9月10日(木)
〜24日(木)

9月の体験教室

丹波市クリーンセンター

☎ 78・9999

◆共通事項

■対象/市内在住の小学生
以上※小学生は保護者同伴

○サンドブラスト

■とき/9日(水) ①午前

9時30分〜11時30分②午後
1時〜3時

■定員/8人 ※先着順

■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/16日(水) ①午前
9時30分〜11時30分②午後

1時〜3時30分

■定員/4人 ※先着順

■参加費/500円

○紙すき

■とき/23日(水) ①午前
9時30分〜11時30分②午後

1時〜3時

■定員/8人 ※先着順

■持ち物/牛乳パック(1
ℓ入) 1箱

古着・古布リサイクル教室

着物をベストにリメイクします。

■とき/25日(金) 午後1
時〜4時

■定員/4人 ※先着順

■参加費/300円

■持ち物/木綿や絹以外の
単衣の着物(大きな風呂敷
2枚でも可)、裁縫道具

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/9月12日(土) 午
前10時〜午後4時

■定員/10人 ※要申込

■参加費/1,200円

青垣いきものふれあいの里
☎ 88・0888 月曜休館

秋の里山植物展

秋の七草をはじめ、野山に
咲く草花を展示します。

■とき/9月12日(土) 〃
11月3日(火)

シダ植物観察会

石籠寺周辺のシダ植物を観
察します。

■とき/10月3日(土) 午
前9時30分〜午後3時

■ところ/石籠寺周辺※集
合・石籠寺 ※要申込

■持ち物など/弁当・飲み
物・雨具・歩きやすい服装

国民年金保険料の免除手続きについて

市市民課 (本庁舎内) ☎ 82 - 6690

新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少した場合に国民年金保険料が免除できます。

【対象者】

次の①②どちらにも該当する人

- ①新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年2月以降に収入が減少した人
- ②令和2年2月以降の所得などの状況から見て、当年中の所得の見込みが、現行の国民年金保険料の免除等に該当する水準になることが見込まれる人

【申請に必要な書類】

- ・国民年金保険料免除・納付猶予申請書(該当年度分)・所得の申立書※簡易な所得見込額の申立書(臨時特例用)

申請書類は日本年金機構ホームページからダウンロードできます。また、市民課、各支所にもありますので、窓口で申請書のご記入・提出をされる場合は、基礎年金番号のわかるものを持ってきてください。

- 次回の出張年金相談(完全予約制)
- とき/9月3日(木)
- ところ/氷上住民センター
- 予約期間/8月27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わかるものを持ってきてください。
- ※本人以外の場合は、委任状が必要です。



※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

9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＝ライブピアいちじま、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、市プ＝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	2日（山住）10日（青住）、14日（本）、15日（春住）、16日（柏住）、17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	7日（山住）、14日（ラ）、17日（氷住）	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	7日（山住）、14日（ラ）	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
	女性のための悩み相談	8日（市プ）、15日（市プ）	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
	配偶者等からの暴力（DV）相談	平日（祝日除く）	午前8時30分～午後5時15分		丹波市配偶者暴力相談支援センター ☎ 86 - 8730
法律	行政書士による無料相談会	12日	午後1時30分～4時	柏住	県行政書士会摂丹支部（倉橋） ☎ 72 - 0622
	無料登記法律相談	17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	29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	10日※要予約	午前10時～正午	氷住	
	認知症介護者のつどい「ほっと」	23日			
	知的障がい者相談	9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）	24日※前日正午までに要予約			
	身体障がい者相談	9日（市支）、10日（山福）	午後1時30分～3時		
	福祉まるごと相談	平日（祝日除く）	午前8時30分～午後5時15分	本2	自立支援課 ※フリーダイヤル ☎ 0800-200-3393
健康	健康・栄養相談	8日（健ミ）、14日（市支）、23日（春住）、24日（柏住） 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
医療	夜間医療健康相談	年中無休 午後7時～午前0時			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	子ども医療（小児救急医療） 電話相談窓口 ☎ 78 - 9290
	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	1日（氷住）、8日（春住）、15日（柏住）、29日（春住） 午前10時～午後4時※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	※こころ 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		
	巡回職業相談	3日（本2）、10日（本2）、17日（本2）、18日（青住）、24日（本2）	午後1時30分～4時		

こんにちは！
スポーツ推進委員です

ラジオ体操のすすめ

自宅で過ごす日々が続く「コロナ太り」をしたとの声も聞かれます。運動不足を感じたら「ラジオ体操」を習慣にしてみませんか？

ラジオ体操は、屋内でもできる全身運動で、十分な運動量があります。大きく腕を振ったり回したり、体幹を動かすことで、肩こりや腰痛改善の効果も期待できます。

膝の屈伸や、かかとの上げ下げ、深呼吸をするとリンパの流れもよくなり、毎日の健康づくりに最適です。

体操方法が自己流になりやすいため、毎朝6時25分に放送のNHK「テレビ体操」を見ながら、正しい体の動きをチェックして、体操することをおすすめします。

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

パソコンの偽装警告表示

「パソコンでインターネットを利用中に、突然警告音が鳴り、画面に『ウイルス感染』の表示が出た。慌てて表示されている電話番号に連絡すると、片言の日本語で応対され、遠隔操作で警告音を止めてもらった。その際、有償サポートを勧められたので約5万円をカード決済したが不審に思うので解約したい。」

この現象は、実際のウイルス感染によるものではありません。偽の警告画面を閉じるだけで問題は解消されます。警告を消せない場合は、パソコンを強制終了するか、再起動してください。また、解約の場合は、決済したカード会社に相談しましょう。

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

新型コロナウイルスに関連する人権への配慮

新型コロナウイルス感染防止のため、身の回りのできる行動や工夫をしているなか、感染者や医療従事者、その家族などが不当な扱いを受けているという悲しい報道があります。こうした人々への差別や偏見は絶対にあってはなりません。

私たちが立ち向かうのは「人」ではなく、「ウイルス」です。感染が拡大するウイルスに恐怖や不安を感じることもありますが、正しい情報を冷静に受け止めることが大切です。普段と違う状況だからこそ、遠方の親戚や友人と電話で話したり、家族や身近な人と笑って過ごすことで、不安や閉塞感を打ち消しましょう。

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

「氷上寿学級 俳句クラブ くるみ会」

氷上寿学級の創設時から活動が続いている「くるみ会」は、今年で50周年を迎え、現在も14名が活動しています。丹波市は田舎女、西山泊雲・野村泊月兄弟、片山桃史、細見綾子など、全国的にも著名な俳人を多く輩出しており、もっと俳句で盛り上がってもいいと思うところ。そんな先人たちに習いつつ、普段着の俳句を楽しんでいます。

新会員さんからは「俳句を始めてから、四季の美しさ、丹波の大自然などが身近に感じられ、日々が楽しい。」との声も聞かれ、充実した活動が続けられています。私たちと一緒に俳句を楽しみませんか。



■基本事項

実施日	第2金曜日 午前9時～
場所	氷上住民センター
対象	市内在住のおおむね60歳以上
会費	年会費7,000円

閩氷上住民センター ☎ 82-3719