



※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

証明書コンビニ交付サービス

システムメンテナンスのため、交付サービスを停止します。ご注意ください。

■停止日時／9月3日（金）午前8時～午後2時まで

■市民課（本庁舎内） ☎ 82・2002

認知症サポーター養成講座

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。アルツハイマー病などに関する認識を高め、世界の患者と家族に援助と希望をもたらすことを目的に制定されています。認知症は誰もがなる可能性があります。認知症になっても安心・安全に住みながら地域で生活できるように、一人ひとりの理解が必要です。認知症について職場や学校などで学ぶための「認知症サポーター養成講座」を年間を通して実施していますので、問い合わせのうえ活用ください。

さい。

介護保険課（本庁第2庁舎内） ☎ 88・5267

乳がん検診を実施します

平日に病院に行くことができない女性が検査を受けられるように、日曜日に乳がん検診を実施します。

■とき／10月17日（日）

■ところ／ミルネ健診センター

■定員／マンモグラフィ検査 60人、乳腺エコー検査 40人

■料金／マンモグラフィ撮影…7,800円、乳腺エコー…6,600円、マンモグラフィ撮影＋乳腺エコー…14,400円

※年度末に41歳以上の奇数年齢の人は、受診券の利用ができます。

■申込期間／9月1日（水）～9月30日（木）※先着順

■申込方法／ミルネ健診センターに電話申込 ☎ 88・5671 ※受付時間…午前10時～午後4時

■健康課（健康センターミルネ内） ☎ 88・5750

巡回健診を実施します

8月～11月にかけて、市内6地域を巡回する集団健診を実施します。6月中旬までに送付しました受診券とパンフレットを確認のうえ、受診希望者はJA兵庫厚生連健診予約センターに直接電話で予約してください。

■対象者／①特定健診…20歳～74歳までの丹波市国保加入者②後期高齢者健診…後期高齢者医療保険加入者

③肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診…40歳以上の人※胃がん検診は74歳以下

④肝炎ウイルス検査…40歳～74歳で、過去に一度も受診したことのない人

※39歳以下の人には受診券は送付されませんが、特定健診のみ受診可能です。その場合、丹波市国保加入者は無料、それ以外の人には全額自費で7,150円の健診費用が必要です。

■申込先／JA兵庫厚生連健診予約センター ☎ 078・333・8860

■健康課（健康センターミルネ内） ☎ 88・5750

青垣総合運動公園に遊具設置

子どもたちが安心して遊べる公園づくりを進めるため、青垣総合運動公園敷地内の芝生広場に幼児用遊具1基を設置しましたので利用ください。



■施設管理課（氷上住民センター内） ☎ 88・5124

適正な庭木の管理をお願いします

住宅の敷地などから庭木が道路上に張り出して通行に支障をきたしたり、道路標識やカーブミラーが見えづらい箇所があります。民有地から道路上へ張り出した枝や葉は、土地所有者に所有権があり、市で切ることができます。また、張り出した庭木などが原因で事

広告

空家管理・お家の売却相談はお任せください

◆丹波市に実家があるけど空家になって困っている方

◆親が老人施設に入っていて空家になっていることが心配な方

物件によっては自社買取りも致しますのでご相談ください。



株式会社 **アクティブライフ・コネクション**

☎ 0795-70-1300

住所／丹波市柏原町田路 26-1（丹波年輪の里 前）

免許番号／兵庫県知事（3）第 750162 号

土地・建物の相続の相談にも乗ります！



故が発生したときは、所有者に責任を問われる場合があります。歩行者や自転車、車両などが安全に通行できるように適正な庭木の管理をお願いします。

道路整備課（春日庁舎内）
☎74・2550

育児・介護休業法が改正されます

育児・介護休業法が改正され、令和4年4月1日から段階的に施行されます。4月からの改正点は、次のとおりです。

①育児休業を取得しやすい雇用環境の整備、妊娠・出産（本人または配偶者）を申し出た労働者に対する意向確認の措置が事業主の義務になります。

②有期雇用労働者の雇用期間が1年未満である場合も育児・介護休業を取得することができ、※1歳6ヶ月までの間に契約が満了することが明らかでない場合に限り、適用されます。

関係産業創造課（春日庁舎内）
☎74・1464

募集

自衛隊一般曹候補生・自衛官候補生募集

◇一般曹候補生

■試験日／一次試験9月17日（金）～19日（日）、二次試験10月9日（土）～12日（火）

■試験内容／一次…筆記試験・適性検査、二次…口述試験・身体検査

■申込期限／9月6日（月）

◇自衛官候補生

■試験日／9月下旬、11月中・下旬、12月上旬、1月下旬、2月下旬

■試験内容／筆記試験、口述試験、適性検査、身体検査

■申込期間／常時、最終2月18日（金）

■受験資格／18歳以上33歳未満の日本国籍を有する男女※詳しくは、問い合わせてください。

■試験会場／兵庫県内指定の場所

■採用時期／令和4年3月下旬～4月上旬

関係自衛隊兵庫地方協力本部
柏原地域事務所 ☎72・1949

講座・イベント 参加者募集

竹内さおり 箏コンサート

■とき／9月5日（日）午後2時開演

■ところ／ライフピアいちじま大ホール

■出演／竹内さおり、野田明、立道明美ほか

■料金／1,000円、当日1,200円 自由席

※3才以上有料

■チケット／春日文化ホール・各プレイガイド・ローソンチケット

関係文化・スポーツ課（春日文化ホール内） ☎74・1050

自分らしい生き方を考える講演会

■とき／9月26日（日）午後1時開演、午後2時開演

■テーマ／元気な時こそ人生会議、自分の望む医療・ケアを受けるために、

■講師／神戸大学医学部附属病院 特命教授 木澤義之さん

■定員／150人

献血のお知らせ 休日応急診療所

■申込方法／電話またはFAXで申し込みください。
■申込期限／9月10日（金）
関係介護保険課（本庁第2庁舎内） ☎88・5267 F 88・5283

◆次の献血

8月26日（木）午前10時～午後4時 春日住民センター
10月8日（金）午前11時30分～午後4時 山南住民センター

◆9月の当番医

5日（日）中澤直三（内科）
12日（日）丹羽正夫（耳鼻咽喉科）
19日（日）松下全巳（泌尿器科）
20日（月）大塚病院医師（内科）
23日（木）平島 顕（整形外科）
26日（日）長澤 進（内科）
■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
関係地域医療課（健康センターミルネ内） ☎88・5082



結婚・出産・快気・ご法要・ご挨拶・お中元などギフトの事ならおまかせください



■氷上店

〒669-3467 丹波市氷上町本郷 488-1
TEL:0795-82-5335 FAX:0795-82-3458

9月の子育て 関連情報

図書館



充実しています「YAコー
ナーと児童書」

YA（ヤングアダルト）コー
ナーは、13歳から18歳くらい
の若い大人に向けた資料を
集めたコーナーです。部活や
職業、人生についてなど、今
を生きる若者の思いに寄り
添う良書が各館に揃ってい
ます。また、楽しい児童書コ
ーナーにも、昔から読み継が
れている色あせない名作か
ら、人気の新刊本まで豊富に
取り揃えています。大人も、
童心にかえって子どもと一
緒に、本の面白さを堪能して
みませんか。

おはなし会

幼Ⅱ幼児 小低Ⅱ小学校低学年
小Ⅱ小学生

中央図書館 ☎ 82・7100

11日（土）午前10時30分 幼

▼14日（火）午前10時30分 幼

▼18日（土）午前10時30分

分 小▼25日（土）午前10
時30分 幼

柏原図書館 ☎ 72・0313

18日（土）午前10時30分 幼

小低※柏原住民センター
会議室A・2・3

青垣図書館 ☎ 87・1111

11日（土）午前11時 幼小低

※青垣住民センター活動室4

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
ー視聴覚室

山南図書館 ☎ 77・0336

11日（土）午前10時30分

幼小低※山南住民センタ
ー和室▼17日（金）午前10

時30分 幼※山南住民セン
ターちーたんルーム▼25日

（土）午前10時30分 幼小

低※山南住民センター和室

市島図書館 ☎ 85・2733

25日（土）午前11時 幼

子育て学習センター

子育て学習センター

◆共通事項／講座の参加は、
各子育て学習センターに申
し込んでください。また、講
座のほかに、子育てに関す
る相談も受け付けています。

♪柏原子育て学習センター
☎ 72・4747

▼すくすく広場「敬老の日
を飾ろう」17日（金）午前

10時～11時30分

♪氷上子育て学習センター
☎ 82・8689

▼スキルアップ講座「防災
について考えよう」16日（木）

午前10時～11時30分

♪青垣子育て学習センター
☎ 87・1919

▼ママステーション「青垣
消防団&ママの防災学習会」

11日（土）午前10時～11時
30分※青垣住民センターア
リーナ

♪春日子育て学習センター
☎ 74・3040

▼ママ講座「ブックトーク」
17日（金）午前10時～11時

♪山南子育て学習センター
☎ 77・3160

▼親子ふれあい教室「防災
学習会」15日（水）午前10

時～11時30分

♪市島子育て学習センター
☎ 85・3030（代）

▼わかば教室「ミニミニ運動
会」17日（金）午前10時～11

時30分

美と鑑賞の憩いの場 —美術館通信—



7月17日（土）～ 9月5日（日）

宮西達也Newワンダーランド展

ヘンテコリンな絵本の仲間たち

絵本作家の宮西達也さんの絵本作品の原画やス
ケッチなど約200点を展示するほか、ティラノサ
ウルスやウルトラマンの立体模型やジオラマの展
示など、子どもから大人まで楽しめる企画展です。



『ふしぎなキャンディーヤさん』（2006年金の星社） ©宮西達也

◇関連イベント「UEBI ファミリー Day」

小さな子ども連れの家族でも、楽しみながら
展示室で鑑賞できる日です。小学生以下には
「UEBI シールラリー」セットをプレゼントしま
す。※今回のプレゼントは、宮西達也展の特別
仕様のシールです。

■とき / 8月22日（日）・29日（日）※両日終日

問 植野記念美術館 ☎ 82-5945

●住所 / 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
日※8月9日（月・祝）は開館 ●観覧料 / 一般 800円、
大学・高校生 400円、小・中学生 200円（ココロカー
ド利用可、20人以上団体割引、小学生未満は無料）



情報ひろば information box

子育て学習センター合同講座 ベビーマッソー教室

■とき／8日(水) 午前10時30分～11時30分
 ■ところ／健康センターミルネ
 ■申込先／各子育て学習センターに申し込みください。

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※申込者が3人以上の場合に開催します。

○サンドブラスト

■とき／8日(水) ①午前9時30分～11時30分 ②午後1時～3時
 ■定員／各回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／15日(水) ①午前

9時30分～11時30分 ②午後1時～3時30分
 ■定員／各回4人※先着順
 ■参加費／500円

○紙すき

■とき／22日(水) ①午前9時30分～11時30分 ②午後1時～3時
 ■定員／各回8人※先着順
 ■持ち物／牛乳パック(1ℓ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／24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／11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

あおがき鳴く虫の観察会

秋の虫の鳴き声を楽しみましょう。

■とき／25日(土) 午後6時30分～8時30分
 ■ところ／青垣いきものふれあいの里周辺
 ■内容／フィールドを歩いて虫の声を聴きながら観察します。

■服装／長袖、長スボン、長い靴下着用

■持ち物／懐中電灯
 ■申込方法／事前に電話で申し込みください。

秋の里山植物展

秋に咲く野山の草花や木の実など展示します。

■展示期間／9月11日(土)～11月3日(水)

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少している人へ

市民課(本庁舎内) ☎82-6690

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が下がった場合に国民年金保険料の免除申請ができます。

【対象者】次の①②のどちらにも該当する人

- ①令和2年2月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した人
- ②令和2年2月以降の所得等の状況から見て、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、市民課と各支所にもありますので、窓口で申請書の記入・提出をされる場合は、基礎年金番号のわかるものを持参ください。

- 次回の出張年金相談(完全予約制)
- とき／9月2日(木)
- ところ／氷上住民センター
- 予約期限：8月26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参ください。
- ※本人以外の場合は、委任状を持参ください。



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、市プ＝市民プラザ、山福＝山南福祉センター

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	1日（山住）9日（青住）、13日（本）、15日（柏住）、16日（ラ）、21日（春住）	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（山住）、16日（氷住）、21日（ラ）	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	13日（山住）、21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	14日（市プ）①午前10時10分～、②午前11時10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	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
	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（足立） ☎ 87 - 1601
	無料登記法律相談	16日	午後1時30分～4時	柏住	おおはら事務所 ☎ 70 - 5450 ※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	不動産無料相談会	10日	午後1時30分～4時	市プ	県宅地建物取引業協会三田・丹波支部（足立） ☎ 090-1716-9075
	もの忘れ医療相談日	28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	9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」	22日			
	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	本2	障がい福祉課 ☎ 88 - 5263
	こころの健康相談（障がい福祉）	30日※前日正午までに要予約	※オンライン相談可		
	身体障がい者相談	8日（市支）、9日（山福）	午後1時30分～3時		
健康	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・栄養相談	3日（春住）、6日（柏住）、17日（健ミ） 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
	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
医療	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			丹波市薬剤師会 ☎ 080 - 1432 - 8132
若者	ニート・ひきこもり相談	通常	平日（祝日除く）	午前10時～午後4時 ※要予約	
		出張	7日（氷住）、14日（春住）、21日（柏住）、28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
農業	農地相談	13日（山住）（ラ）、14日（氷住）（青住）、15日（柏住）（春庁）	午後1時30分～2時 ※前日までに要予約		農業委員会事務局 ☎ 74 - 1504
雇用	出張職業相談	2日（本2）、9日（本2）、16日（本2）、17日（青住）、30日（本2）	午後1時30分～4時		※こころ 丹波ワークサポートたんば ☎ 74 - 3660
	キャリアコンサルティング	火・水・木（祝日除く）※要予約 午前9時～午後5時※1回50分		春庁	予約先 ☎ 080-4233-8530
	心理相談（心理カウンセリング）	月（祝日除く）※要予約 午前9時～午後5時※1回50分			

情報ひろば
! information box

こんにちは！
スポーツ推進委員です



運動不足を解消する自宅
トレーニング

時間や天気を気にせず気軽に運動不足が解消できて、ボディーメイク効果も得られる自宅トレーニングを紹介し

ます。
◇うつ伏せで腕と肘、つま先を地面につけて体を浮かせた姿勢をキープする「プランク」

◇カロリー消費が大きい「スクワット」

◇踏み台を登り降りする「踏み台昇降」

◇ペットボトルを代用した「ダンベルトレーニング」など

毎日、もしくは週3、4日程度定期的に行うことで効果が高まりますが、まずは数種類を組み合わせ、自分のペースで無理なく取り組んでみましょう。

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



宅配業者をかたった不審なメッセージに注意！

「宅配業者を名乗るところから、荷物を持ち帰ったとのメッセージがURL付で届いた」という相談が多く寄せられています。こうした場合、添付のURLを安易に開いたり、送信元に返信しないようにしましょう。

添付のURLサイトは一見、宅配業者の公式サイトに見えますが、実際は宅配業者を装った「なりすまし（フィッシング）サイト」です。

業者も公式サイトで不審なメッセージに関する注意喚起を出しています。もし、URLを開き不正アプリをインストールしてしまった場合は、スマートフォンを機内モードに設定し、アンインストールを行ってください。

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



部落差別のことをみんなで考えよう

平成28年12月に「部落差別の解消の推進に関する法律」が施行されました。この法律は、現在も部落差別が存在することに対して許されないものであるとの認識のもと、部落差別のない社会の実現を目指すものです。

しかしながら現在も差別を受けたり、インターネット上で差別を助長するような内容の書き込みが発生しています。差別や偏見に基づく行為は人格や尊厳を傷つけるもので、決して許されません。

部落差別について、一人ひとりが正しい認識を深め、差別のない社会の実現のため、日常を人権の視点から見つめ直しましょう。

閩人権啓発センター（氷上住民センター別館内） ☎ 82・0242



■基本事項

対象	市内在住のおおむね 60 歳以上
実施日	9/16(木)、10/14(木)、11/18(木)、2/18(金) ※時間は異なりますので問合せください。
場所	山南やまなみホール
会費	1,500 円 / 年間

閩山南住民センター ☎ 77-0310



いきいきげんきに！
高齢者学級だより

山南やまなみ大学活動紹介
「コロナに負けず活動しています！」

シニア世代に必要な知識を得るための教養講座を開催しています。7月に行った講座では、丹波警察署生活安全課から「特殊詐欺防止」についての講演をいただきました。後半には「生涯現役！健康寿命を延ばそう」と題し、作業療法士の石田朋代さんから、現在の体力チェックや、日々の健康づくりのために簡単にできる体操などを学びました。今年度は館外研修を含め、残り4回の講座を予定しています。新型コロナウイルス感染症予防対策を行いながら、安全・安心に運営していきますので、皆さんどうぞ気軽に参加してください。

