

9月の相談

＊行政相談 HP

4日（水）山南住民センター
9日（月）市役所第1相談室
12日（木）青垣住民センター
17日（火）春日住民センター
18日（水）柏原住民センター
19日（木）市島住民センター
〔受付時間〕午後1時30分～3時30分
☎ 総務課（氷上庁舎内） ☎ 82 - 1002

＊人権相談 HP
○特設人権相談所
5日（木）氷上住民センター
10日（火）山南住民センター
17日（火）春日住民センター
〔相談時間〕午後1時30分～4時
○常駐相談所（神戸地方法律局柏原支局）
毎週水曜日午前9時～午後4時
○全国共通人権相談ダイヤル ☎ 0570 - 003 - 110
○女性の人権ホットライン ☎ 0570 - 070 - 810
○子どもの人権110番 ☎ 0120 - 007 - 110
○女性のための相談電話【生涯学習応援隊 so-so39】
「ほほえみホットライン」 ☎ 090 - 9841 - 9788
毎月第2・第4水曜日
〔相談時間〕平日午前8時30分～午後5時15分
☎ 柏原人権擁護委員協議会 ☎ 72 - 0176
人権啓発センター（氷上庁舎内） ☎ 82 - 0242

＊消費生活相談
相談場所 / 市役所生活安全課 相談日 / 土日
祝日を除く午前8時30分～午後5時15分
☎ 丹波市消費生活センター（生活安全課内） ☎ 82 - 1532
※土日の電話相談は県の週末相談
☎ 0120 - 511 - 103 へ

＊行政書士による無料相談会
毎月第1土曜日午後1時～4時 柏原自治会館（市役所柏原支所東）☎ 県行政書士会摂丹支部 ☎ 77 - 0126
＊無料登記法律相談会
19日（木）午前9時～11時30分 柏原住民センター（予約不要）〔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
☎ 泉事務所 ☎ 82 - 3824

＊高齢者・障がい者のための成年後見相談会
21日（土）午後1時30分～4時30分 柏原住民センター2階 会議室A-2（予約不要）
☎ 司法書士卯野秋一郎事務所 ☎ 82 - 4840

＊市民生活の安全・安心確保のための指導相談（電話・面談）
月・火・木・金曜日の午前8時30分～午後5時15分 ☎ 生活安全課（氷上庁舎内） ☎ 82 - 1532

じんけんのとびら ～いいところ探し～

さが
人権啓発コーナー

人には自分より優秀な人を見ると、つい批判したくなる『引き下げの心理』というものがあります。人を批判することで、自分のプライドを守り、劣等感を消そうとするのです。この『引き下げの心理』は、無意識に働くため、実にやっかいです。人の悪口を言ったり、バカにしたり・・・それがいじめに発展することもあります。これを防ぐには、自尊感情を高めるのが一番です。自分に誇りをもち、自分を大切に思う感情を養うことが大切です。自尊感情を高める一つの方法として、『いいところ探し』があります。人のいいところをなるべく具体的に探してみましょ。メモに書いてもいいでしょう。最初は、いいところを探すのに苦労しますが、続けている間に、だんだんいいところを見つける目が養われてきます。いいところが見つければ、その人にいいところを伝えてみましょう。その人は、きっと心が明るくなり自分に自信がもてるようになってきます。家族や職場、地域の人たちの『いいところ探し』をしてみましょう。

消費生活ニュース

オンラインゲームの有料サービスに注意！

無料ゲームをしても、ついゲームの有料アイテムが欲しくなって購入してしまったり、有料と知らずにサービスを利用してしまったりすることがあります。ゲーム会社の中には、未成年者の月額利用限度を設定している所もあります。正しい年齢情報を入力し、親や他人のクレジットカードを無断で使わないようにしましょう。
☎ 丹波市消費生活センター ☎ 82 - 1532

こんにちは！スポーツ推進委員です

☎ 生涯学習センター ☎ 82 - 0409

「生活の中にスポーツを！」

スポーツをしたいけど、時間がない、費用がない、体力が衰えたとかきらめてしまいがち。そこで、時間も費用もかからない『○○しながらスポーツ』にチャレンジしませんか。
・子どもと一緒に登下校しながらウォーキング
・近所の人とおしゃべりしながらウォーキング
・洗濯物を干しながらスクワット
など、生活の中でできる運動はたくさんあります。自分の生活に合った物を探して、無理のない運動習慣を身に付けましょう。

丹波市スポーツ推進委員会 検索

住まいに関するお知らせ

地震対策、いつするの？今でしょ！

市が「簡易耐震診断員」を派遣し、無料で住宅の簡易耐震診断を行います。

■対象 / 市内に木造戸建住宅を所有している方
■要件 / 次の①～③すべてに該当する場合
①昭和56年5月31日以前に着工された住宅
②市内に登録のある耐震診断員の診断を受けること
③過去に耐震診断を受けていないこと
■費用 / 無料（木造戸建住宅以外は診断費用の1割負担）

※耐震診断の結果が良好でない住宅の耐震改修については、計画策定と工事にかかる費用の一部を補助する制度があります。

☎ 都市住宅課（春日庁舎内） ☎ 74 - 2364

自然災害から「住まい」を守る、兵庫県住宅再建共済制度

フェニックス共済

震災から学んだ「助け合いの大切さ」を自然災害への備えに生かしたフェニックス共済に、ぜひご加入ください。

＊掛け金＊
〔負担金〕年額 5,000 円
（初年度月 500 円：上限 5,000 円）

自然災害発生！

＊保障額＊
〔給付額〕 ※住宅が半壊以上の被害を受けた場合

給付金	給付対象	給付金額
再建等給付金	再建・購入	600万円
補修給付金	全壊で補修	200万円
	大規模半壊で補修	100万円
	半壊で補修	50万円
居住確保給付金	再建・購入・補修をしない場合	10万円

①県外で再建・購入した場合、給付額は1/2になります。
②賃貸住宅などは、別途制約があります。

問 県民局企画防災課 ☎ 73 - 3762
（財）兵庫県住宅再建共済基金 ☎ 078 - 362 - 9400
<http://web.pref.hyogo.jp/wd34/phoenixkyosai.html>

パソコンリサイクル対象製品

廃棄されるパソコンメーカーの回収窓口にお申し込みください。自作のパソコン、メーカーが倒産しているなど、回収するメーカーがないパソコンの場合は、「一般社団法人パソコン3R推進協会（☎ 03 - 5282 - 7685）」へお問い合わせください。

環境整備課（氷上庁舎内） ☎ 82 - 1292

家電リサイクル法対象製品

テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、エアコン、洗濯機、衣類乾燥機

買い替える場合
購入されるお店で引取りを依頼してください。

廃棄のみの場合
商品を購入されたお店または市内の家電リサイクル協力店にご確認ください。家電リサイクル協力店が不明な場合は、丹波市ホームページをご確認いただくか、環境整備課までお問い合わせください。

家電リサイクル法対象製品及びパソコンリサイクル対象製品は、市の施設では引き取りができませんので、次の方法で処分してください。

家電、パソコンの正しい処分に協力ください