



表紙・まちかどとびっくす
アクロヨガモントリオールイマージョンが
アジア初となる丹波市で開催

特集

誰もが自分らしく生きられる社会へ
～性の多様性について理解する～

誰もが自分らしく

生きられる社会へ

性の多様性について理解する

（同人権啓発センター（氷上住民センター別館内） ☎82・0242

性のあり方は多様です

私たちの中には、好きになる性が必ずしも異性のみでない人、こころの性とかからだの性が異なる人などがいます。どの性別の人を好きになるかは、人それぞれ異なります。自分の性別をどのように認識するかも、人それぞれ異なります。人の数だけ性のあり方があると言っただけでも、性に関する基礎知識（参照）

性的マイノリティは身近な存在

性のあり方は多様ですが、必ずしも目に見えるものではありません。

ただ「見えない」からといって自分の周りに性的マイノリティが「いない」ということではありません。電通ダイバーシティラボの調査によると、性的マイノリティに該当すると答えた人が8.9%おり、私たちの家族、友人、同僚などとして、様々な所で共に暮ら

す身近な存在です。

また、周りの無理解や偏見の中で、様々な困りごとや悩みを抱いたりしています。

・「ホモ」「オカマ」など差別的な言葉に傷ついた。
・いじめやハラスメントの被害にあった。
・書類の性別と外見が異なるため、就職活動で差別されないか不安。

・誰にも相談できずに孤立している。
・など、こうした困りごとや悩みを抱えている性的マイノリティの人々が「いる」ことを知り、理解を深めていくことが重要です。

「カミングアウト」と「アウティング」

これまで公にしていなかった自分の性的指向や性自認を本人が表明することを「カミングアウト」といいます。

もし、あなたがカミングアウトなどの相談を受けた場合、それはあなたが信頼されていることの証です。その思いを真摯に受け止めること

が大切です。同時に、本人の同意がない限り、絶対に口外しないようにしてください。

一方、本人が公にしていることを「アウティング」といいます。

性的指向や性自認は非常に繊細な個人情報で、慎重に対応する必要があります。アウティングによって、本人が学校や職場、地域で居場所をなくしたり、命を落とすケースもあります。決して行わないようにしましょう。

大切なこと

性的マイノリティの人々は、今日も私たちと共に暮らしており、様々な思いや事情を抱えながら、自分らしく生きていきたいと願っています。性格や体形が一人ひとり違うように、人の性のあり方もみんな違って多様です。

私たち一人ひとりが多様な性のあり方を知ることが大切です。一人ひとりの人権が尊重され、幸せに暮らせる社会の実現をめざしましょう。

性の多様性に関する基礎知識

♥ 性を構成する要素

「性」というと、男性・女性の2つしかないように思う人がいるかもしれませんが、しかし、性のあり方は、主に4つの要素の組み合わせによって形づけられます。この組み合わせは多様で、「性はグラデーション」と言われています。

① 身体の性（からだの性）

Sex/セックス
生殖機能など生物学的な性

② 性自認（こころの性）

Gender Identity/ジェンダーアイデンティティ
自分が認識している性

③ 性的指向（好きになる性）

Sexual Orientation/セクシュアルオリエンテーション
恋愛感情がどの性に向いているか

④ 性別表現（表現する性）

Gender Expression/ジェンダーエクスプレッション
言葉や振る舞い、服装などで表される性

♥ LGBT と SOGI（ソジ）

「LGBT」とは、下記の4つの頭文字をとった言葉で、性的マイノリティ（性的少数者）の総称の一つです。これに、Q（クエスチョニング：性のあり方について定まっていない人、定義づけたくない人）などを加え、「LGBTQ」や「LGBT+」という表現もあります。

Lesbian/ レズビアン

こころの性が女性で、好きになる性も女性

Gay/ ゲイ

こころの性が男性で、好きになる性も男性

Bisexual/ バイセクシュアル

好きになる性が男性・女性の両方

▶ **SO**（性的指向：好きになる性）

Transgender/ トランスジェンダー

からだの性とこころの性が異なる

▶ **GI**（性自認：こころの性）

■すべての人が持つ性の要素 SOGI（ソジ）

「SOGI」とは、「性的指向」（Sexual Orientation）と「性自認」（Gender Identity）の頭文字をとった総称です。全ての人の性のあり方に関わるLGBTよりも広い概念です。





「パートナーシップ宣誓制度」が始まりました

4月1日、丹波市で性的マイノリティの人々がパートナーとともに人生を歩んでいく上での支援となる「パートナーシップ宣誓制度」を開始しました。婚姻制度のように法的な効力はありませんが、この制度の導入により、性的マイノリティの人々への社会的理解が進み、多様な性を尊重し、悩みや生きづらさを抱えている様々な人が自分らしく幸せに生活できることを、市として応援していこうとするものです。



制度の詳細はこちらから



パートナーシップ宣誓制度とは

一方または双方が性的マイノリティであり、互いを人生のパートナーとして、日常生活において相互に協力し合うことを約束した二人に対して、市がパートナーシップの宣誓書受領証の交付を行う制度です。



宣誓を行うことができる人

- 一方または双方が性的マイノリティであることのほか以下のいずれにも該当している人
- ① 双方が宣誓の当日に成年（18歳以上）
 - ② 一方または双方が市内在住または転入予定
 - ③ 双方に配偶者がいない※事実婚を含む
 - ④ 双方が宣誓しようとする相手の他にパートナーシップの関係にある者がいない
 - ⑤ 宣誓者同士の関係が近親者でない



パートナーシップ宣誓制度手続きのながれ



1 事前書類審査

事前に人権啓発センターへ、書類を直接または郵送で提出ください。併せて宣誓書受領証等の交付の日時・場所を調整します。



2 パートナーシップ宣誓

申請者の2人が同時に来庁して宣誓書に名前を記入します。※個室で対応も可能です。



3 宣誓書受領証の交付

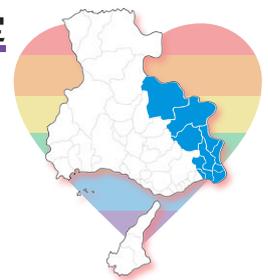
宣誓書受領証の交付に費用はかかりません



阪神・丹波9市1町でパートナーシップ宣誓制度の取組に関する連携協定

すでにパートナーシップ宣誓制度の協定を締結している**尼崎市、西宮市、芦屋市、伊丹市、宝塚市、川西市、三田市、猪名川町**の取組に、**丹波篠山市**と**丹波市**が加わり、令和5年4月1日に新たに「阪神・丹波9市1町」で協定を締結しました。

締結自治体間での当事者の転入・転出時の手続きを簡略化し、負担を軽減します。また、連携して性の多様性への理解を深める啓発などを推進します。



ひとりで悩まず相談を

兵庫県では、LGBT等性的マイノリティの方やその周りの方々の相談に応じるため、専門電話相談窓口を開設しています。本人、家族、友人、教員など誰でも相談できます。

匿名での相談ができ、秘密は必ず守られます。

- 問い合わせ先 / 050-3637-7521
- とき / 毎週土曜日
午後6時から9時※12月30日を除く
- 対象者 / 本人、家族、支援者など
- 相談員 / LGBT支援団体専門スタッフ
- 相談形式 / 電話、面談※要予約



 **知っていますか**
6月1日は「人権擁護委員の日」

☎ 人権啓発センター（氷上住民センター別館内）
☎ 82 - 0242 柏原人権擁護委員協議会 ☎ 72 - 0161

地域住民の中にあつて国民の基本的人権を擁護する機関として、昭和24年6月1日に人権擁護委員が誕生したことを記念に、毎年6月1日が「人権擁護委員の日」となっています。

市内には23人の人権擁護委員が在籍しており、人権啓発活動などを通して、人権尊重の大切さを呼びかけています。

これを機会に、一人ひとりが人権についての関心と理解を深め、人権文化が息づいたまちを築いていきましょう。



 **参加者募集**
第1回じんけんセミナー

☎ 七日市会館 ☎ 74 - 2310
氷上文化センター ☎ 82-1064 ☎ 82-4086

6月22日の「らい予防法による被害者の名誉回復及び追悼の日」にあわせて、ハンセン病問題について正しく理解し、ハンセン病であった方々や家族に対する偏見・差別の解消に努める機会とするため、じんけんセミナーを実施します。

■とき / 6月30日（金）午後7時～8時30分
■ところ / 柏原住民センター

■内容 / 講演会「ハンセン病問題を考える」

■講師 / 国立ハンセン病資料館 事業部社会啓発課長 西浦直子さん

■定員 / 40人

■申込方法 / 電話、FAX または申込フォームから申し込みください。



申込フォーム

 **企業・事業所などの**
人権研修を支援します

☎ 人権啓発センター（氷上住民センター別館内）
☎ 82 - 0242

人権が尊重される職場・社会づくりのため、企業・事業所などが自主的に開催する人権研修会に講師を派遣します。

■対象 / 市内の企業・事業所や市内を拠点として活動する団体

■申込方法 / 開催日の4週間前までに、市ホームページの申込フォームから申し込みください。

■そのほか / 日時・希望テーマに沿って、講師を派遣します。※旅費を含む講師謝金を市が負担します。講師は（公財）兵庫県人権啓発協会の講師で、研修テーマは、人権に関するものが対象です。詳しい内容については市ホームページを確認ください。



ホームページ

 **まずは相談ください**
丹波市 DV 相談支援センター

☎ 丹波市 DV 相談支援センター ☎ 86-8730

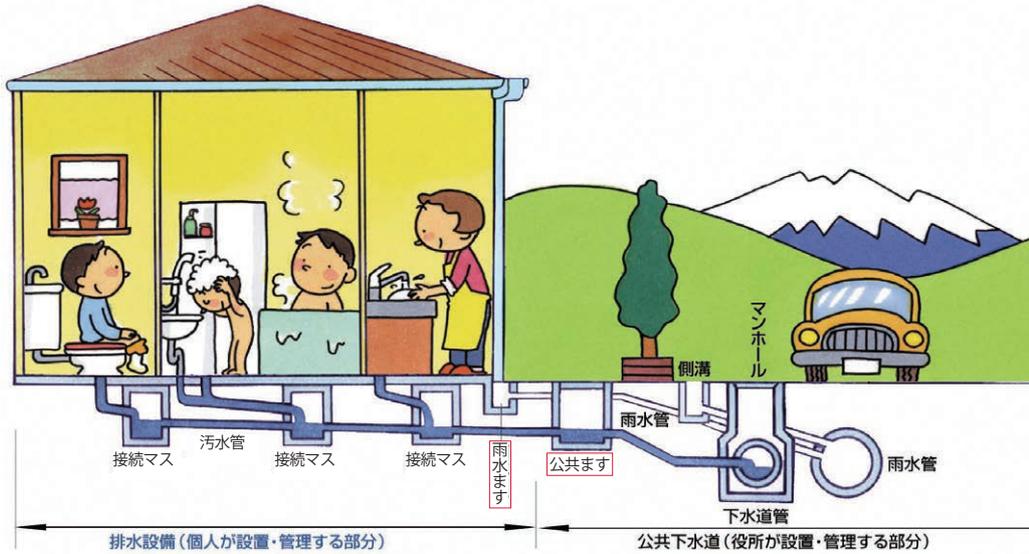
DV（ドメスティックバイオレンス）とは、配偶者や恋人（婚約者、同棲相手、元恋人）など、親密な関係にある相手から振るわれる暴力のことです。身体的な暴力だけでなく、「精神的・経済的・社会的・性的」などあらゆる形の暴力が含まれます。

DVは、犯罪となる行為を含む重大な人権侵害です。ひとりで悩まず、早めの相談が問題解決への第一歩です。自分を責めたり、暴力を我慢したりせず、早めに相談してください。家族や親族、友人や知人がDVを受けているかもしれないと思ったときも同様です。秘密は固く守られます。

DV相談支援センターはDVに苦しむ人が安全な場所で、問題解決や自立ができる支援を行っています。DVに関する詳しい内容については、市のホームページを確認ください。

■受付時間 / 午前8時30分～午後5時15分（月～金）※土日祝・年末年始を除く

雨水が下水道管に流れていませんか?
下水道の雨水浸入防止対策に
ご協力ください



排水設備指定工事店の一覧はこちら (ホームページ)



丹波市の下水道は分流式で整備されているため、汚水と雨水を一緒に流すことはできません。宅地内の屋根や庭に降った雨水が誤って汚水管に流れると、各家庭からの汚水が流れにくくなったり、豪雨の際に逆流する場合があります。

下水道管に流せるものは、トイレ・台所・お風呂などの汚水のみです。正しく利用して、下水道管のトラブルを防ぎましょう。

汚水管に雨水が流れるような誤接続がされていないかどうかを確認し、誤接続が判明した場合は、早急に市に登録がある排水設備指定工事店で改修してください。



ふたには白色のプラスチック製のものと、黒色・茶色の鉄のふたのものがああります。



点検方法

- ①雨天時に家庭の水道水の使用を止めた状態にする。
- ②公共マスに水が流れていないか確認する。

雨水が汚水管に流れていないか確認しましょう。マスのふたを開けるにはマイナスドライバーなどが必要です。

セルフチェックのお願い

水道水の大切さを考えてみましょう!

6月1日から7日は、第65回水道週間です。水道水は、日常生活に欠かすことのできないライフラインの1つです。この機会に、水道水の大切さを考えてみてください。

全国水道週間スローガン
『水道水 安心・安全 これからも』



市内の小学生を対象に実施している水道出前講座の様子

女性の職業生活を応援！^{HP}
女性活躍推進支援制度

◆両立支援助成金

仕事と家庭の両立支援に取り組む中小企業などの事業主に、国の両立支援等助成金の上乗せ支援および申請書類などの作成を専門家に委託する場合の費用の一部を助成します。

- 助成内容 / ①両立支援等助成金の上乗せ支給決定額の3分の1以内※上限 20 万円
- ②社会保険労務士等の委託費の2分の1以内※上限 15 万円

◆女性活躍推進助成金

社内制度の改善などのため、就業規則の改定や行動計画の策定、研修会開催を専門家に委託する場合の費用の一部を助成します。

- 助成内容 / 助成対象経費の2分の1以内※上限 15 万円

仕事と家庭の両立を応援！^{HP}
休暇取得奨励制度

◆妊婦健診のための休暇取得奨励金

妊婦健診を有給の休暇として就業規則に規定し、年間5回以上取得させた事業所に奨励金を交付します。

- 奨励内容 / 1事業所あたり 10 万円

◆子の看護休暇取得奨励金

子どもの病気や怪我など看護を必要とする場合の休暇を有給の休暇として就業規則に規定し、計40時間以上取得させた事業所に奨励金を交付します。

- 奨励内容 / 1事業所あたり 10 万円

市内企業の企業情報がわかる^{HP}
企業ガイドブックが完成

市内企業134社の情報をまとめた「丹波市企業ガイドブック2023年版」を発行しました。地元就職やU・Iターン就職を希望する人に向けたガイドブックです。市のホームページからデジタルブックでも閲覧できます。

- 掲載内容 / 企業情報、採用情報、インターンシップ情報など
- 配布場所 / 商工振興課、各支所、ハローワーク柏原



企業ガイドブック

新たな挑戦を応援！^{HP}
新規起業者支援制度

◆新規起業者 PR 活動支援事業補助金

新規で起業した事業者が販売促進活動に要する経費の一部を補助します。

- 対象者 / 市内で起業し、起業から2年以内の事業者
 - 対象経費 / ①広告印刷費②広告デザイン費③新聞広告掲載費④広告折込費⑤通信運搬費⑥ラジオ広告放送料⑦ホームページの新規作成またはリニューアル
 - 補助内容 / 補助対象経費合計額の2分の1以内※上限 10 万円
- 過疎地域（青垣・山南地域）で起業する場合は補助対象経費合計額の3分の2以内※上限 15 万円

◆新規事業者支援事業補助金

市内に事業所を設け、新たに起業する人の店舗などの賃借料を支援します。

- 対象業種 / 小売業、飲食業、サービス業などで市が認める業種
 - 補助内容 / 賃借料の2分の1以内（上限6万円/月）最大12カ月分を補助
- 過疎地域（青垣・山南地域）で起業する場合は賃借料の3分の2以内（上限9万円/月）最大12カ月分を補助
- ※申請には必ず商工会の推薦書が必要

がんばる中小企業を応援！^{HP}
中小企業者支援制度

◆設備投資支援事業補助金

中小企業の事業規模拡大や福利厚生、生産性向上などに必要な経費の一部を補助します。

- 対象事業 / ①店舗などの新築および改装事業②福利厚生施設の新築および改装事業③機械設備などの合理化設備の導入事業※30万円以上の事業に限る
 - 補助内容 / 下記の事業区分に応じて内容が異なります。
- ①一般型
補助対象経費の10%以内※上限 30 万円
 - ②事業承継型および市内取引循環型
補助対象経費の20%以内※上限 50 万円
- ※経営革新計画、経営力向上計画などの認定を受けた場合は上限額に上乗せあり



事業区分について

予約不要の  **マイナンバーカード申請会を開催**

市民課 (本庁舎内) ☎ 82 - 2002

マイナンバーカードの写真撮影と申し込みのサポート会を下記の日程で行います。また、同様のサポートは市民課窓口でも行っています。必要書類を持参のうえ、お越しください。

 **住民センター**

- とき / 午後1時～4時
- 日程および会場 /
- 5月24日 (水) 青垣住民センター
- 5月26日 (金) 柏原住民センター
- 6月6日 (火) 山南住民センター
- 6月14日 (水) 青垣住民センター
- 6月16日 (金) 春日住民センター
- 6月21日 (水) ライフピアいちじま

 **市民課休日申請窓口**

- とき / 午前9時～正午
- 日程 / 5月27日 (土)、6月24日 (土)

申請時に必要なもの

- ①交付申請書※ QRコード付き
- ②通知カードまたは個人番号通知書
- ③本人確認書類 **2点** (※1)

書類がそろっていない場合は完成したマイナンバーカードを自宅に送付することができず、市役所窓口でのカード受け取りになる場合があります。
(※1) 本人確認書類は、下のBから2点、またはAから1点+Bから1点を提示してください。

A) 顔写真のついた公的機関から発行されている証明書：運転免許証、運転経歴証明書(平成24年4月以降発行のもの)、在留カード、写真付住民基本台帳カード、パスポート、身体障がい者手帳、精神障がい者保健福祉手帳など

B) 顔写真のない証明書：健康保険証、介護保険被保険者証、医療受給者証、学生証、社員証、母子健康手帳、生活保護受給者証など

 マイナンバーカードは申請後、完成までに約1、2カ月かかります。 

高校生世代まで  **医療費無料化を拡充します**

市民課 (本庁舎内) ☎ 82 - 6690

7月から医療費助成の対象者を拡充し、高校生世代までの全員を対象に医療費の全額助成を行います。中学生以下は手続き不要ですが、高校生世代(平成17年4月2日～平成20年4月1日生)は申請手続きが必要です。4月下旬に送付している申請書に記入し提出してください。

また、高校に通っていない、または婚姻している人も対象です。市外の高校に進学し、寮などに入っている場合も対象となる場合があります。詳しくは市民課へ相談ください。

- 提出書類 / 乳幼児等・子ども医療費受給者証交付申請書、子どもの健康保険証の写し
- 提出先 / 市民課窓口または各支所
- 提出期限 / 5月31日 (水)

【現行の制度】

制度		乳幼児等医療助成事業		子ども医療助成事業	
		0歳	1歳～小3	小4～中3	高1～高3
所得基準	基準額以上	助成なし(3割負担※6歳までは2割)			
	基準額未満	通院：無料、入院：無料			

【拡充後の制度 (令和5年7月から)】

制度		乳幼児等医療助成事業		子ども医療助成事業	
		0歳	1歳～小3	小4～中3	高1～高3
所得基準	基準額以上	通院：無料、入院：無料			
	基準額未満	通院：無料、入院：無料			

※所得基準：扶養義務者(父母など)全員の市町村住民税所得割額の合計額が235,000円

 **医療機関を受診するとき**
6月下旬に送付する「乳幼児等医療費受給者証」「子ども医療費受給者証」を窓口で提示してください。

生活習慣を見直す機会に 

定期的な健診・検診で生活習慣病予防を

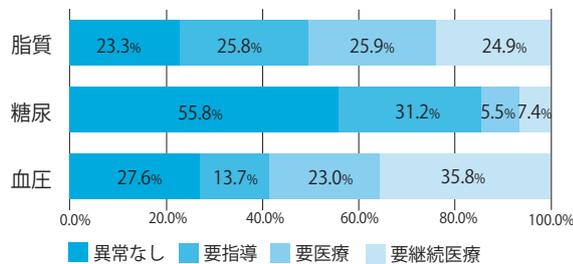
健康課 (健康センターミルネ内) ☎ 88 - 5750

生活習慣病予防は まず健診受診から

生活習慣病のほとんどは合併症が出るまで自覚症状がありませんが、数値は変化します。健診を受けることで、自分の身体がどんな状態にあるのかが分かります。

下グラフを見ると、「要指導」「要医療」といった生活習慣の改善や新たに受診が必要な判定結果が出ている人がそれぞれの項目で約4割～5割いることが分かります。

令和3年度特定健診受診者の項目別判定結果



■グラフの見方

要指導 / 軽度の異常が認められます。病気の発症あるいは悪化を予防することが大切です。

要医療 / 異常が認められます。医師に相談し、生活習慣の改善に努めましょう。

要継続医療 / 医療機関で治療を受けておられるので、引き続き主治医の指示に従ってください。

受診後は保健指導で 生活習慣改善をサポート

特定保健指導

メタボリックシンドロームのリスク (高血圧・高血糖・脂質異常) がある人を対象に実施します。

健診結果の見方や、生活習慣改善に向けて、保健師・栄養士が相談に応じます。



重症化予防 (糖尿病・高血圧) 指導

放置をすると重症化や合併症を引き起こすリスクがある人を対象に、電話や面談による相談を実施します。また、必要に応じて受診勧奨をします。

40歳以上の人に 健康診査受診券を発送します

がんや生活習慣病を早期に見つけるため、40歳以上の人を対象に、健康診査を実施します。

対象者には、6月下旬頃までに受診券を送付します。なお、受診券は特定健診・後期高齢者健診、がん検診【胃・肺・大腸・子宮頸・乳】・肝炎ウイルス検査が1枚の用紙に印刷されています。切り離さずに利用ください。

※20歳～39歳の国民健康保険加入者は巡回健診で基本健診を受けることができます。7月末に送付する保険証の更新案内に同封する書類で申込方法を確認してください。

■受診方法 / 実施機関を選んで予約してください。

医療機関健診

ミルネ健診センター、大塚病院、市内医療機関で実施しています。

■予約受付 / 令和6年2月15日 (木) まで

巡回健診 (バス健診)

健診バスによる巡回健診を、各地域8～10月に実施します。

■予約受付 / 受診を希望する日の3週間前まで

※当日は受診券、保険証、予約した機関から届いた書類を持参してください。

つかさグループいちじま球場 大規模改修工事が完了

文化・スポーツ課 (春日住民センター内) ☎ 88 - 5057
施設整備課 (氷上住民センター内) ☎ 88 - 5124

この度の改修工事で、スコアボードに選手名、審判名、投球速度、投球数が表示できるようになりました。また、バックスクリーンの新設、グラウンド排水設備の改修、芝生の張り替えを行い、野球場としての機能が向上しました。7月1日(土)から供用を開始します。





養成講座受講生募集！
いきいき百歳体操サポーター

④介護保険課（本庁第2庁舎内）
☎ 88 - 5267 ⑤ 88-5283

地域で「いきいき百歳体操」を推進するため、会場の運営などを支援するボランティアを養成する連続講座を開催します。

- とき / 7月19日（水）、28日（金）、8月4日（金）、9日（水）、各日午前9時30分～11時30分
- ところ / 本庁第2庁舎 2階ホール
- 対象 / 全4回の講座に参加し、ボランティア活動が可能な人
- 定員 / 20人
- 申込方法 / 電話・FAXで住所・氏名など必要事項を連絡してください。申込書は市ホームページからもダウンロードできます。
- 募集期間 / 6月1日（木）～30日（金）
- 持ち物 / 体操ができる服装・飲み物・筆記用具

ひとり親家庭の養育費確保に必要な費用を補助します

④社会福祉課（本庁第2庁舎）☎ 88 - 5287

こどもの健やかな成長のために、ひとり親家庭に対し、養育費の取り決めに関する書類作成や、契約に必要な費用を補助します。

- 補助金額 / 以下の①および②の経費ごとに上限50,000円
- ①養育費の取り決めに必要な経費のうち、公証手数料や家庭裁判所の調停申立、裁判に必要な収入印紙代など
- ②保証会社と1年以上の養育保証契約を締結した経費のうち、初回年間保証料として本人が負担した経費
- 対象者 / 市内に在住し、ひとり親家庭の母または父で、次の要件を全て満たす人
 - ・養育費の取り決めに係る経費を負担している
 - ・養育費の取り決めに係る債務名義を有している
 - ・養育費の取決め対象となる児童（18歳未満の者）を現に養育している
- 申請方法 / 上記①を作成した日または②を締結した日の翌日から6カ月以内に必要書類を社会福祉課へ提出ください。

自分らしい生き方や暮らし方を発見！
第2回つむぎカフェ

④男女共同参画センター（市民プラザ内）
☎ 82 - 8684

「ちょっと疲れたな・・・」「誰かに話を聞いてほしいな・・・」など、女性が抱える日常の悩みや不安を話しませんか。ナビゲーターの金子さんと一緒にゆったりとした時間を過ごしましょう。

- とき / 6月22日（木）午前10時30分～正午
- ところ / 市民プラザ
- 対象 / 市内在住、在勤、在学の女性
- ナビゲーター / ミル・テラスカウンセリングルーム代表 金子ちあきさん
- 定員 / 5人程度
- 申込期限 / 6月21日（水）
- 託児 / 6月14日（水）までに要予約※定員3名



金子ちあきさん

100歳、88歳の方々に
長寿祝金を贈呈

④社会福祉課（本庁第2庁舎内）☎ 88 - 5276

今後も健康に過ごされることを願い、市内在住の最高齢、100歳、88歳の長寿を祝います。満年齢に到達された日の翌月に「たんば共通商品券」を贈ります。

令和5年度贈呈対象者

年齢	対象者	支給額
最高齢	男女それぞれの最高齢者	50,000円
100歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日生	30,000円
88歳	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生	10,000円

※最高齢の長寿祝金は、最高齢到達初年度のみ対象で、基準日は9月15日です。

市内周遊バス旅行を **HP** ■ おトクに楽しみませんか？

☎ 観光課 (春日庁舎内) ☎ 88 - 5115

借上げバスで、市内の観光地をめぐる旅行に対する補助制度があります。自治会・子ども会・老人会などの旅行に、ぜひ活用ください。

■対象 / 市内の観光旅行を実施する団体、または旅行業法に基づく登録旅行者

■補助要件 / 次のいずれにも該当する旅行

- ①借上げバスで市内の観光施設を2カ所以上訪問するもの
- ②市内で宿泊するか、または①の訪問先以外の場所で昼食か夕食をとるもの
- ③運転員および添乗員をのぞき、1回あたり10人以上が参加するもの

■補助金額 / 市内発着の日帰り旅行：1回につき15,000円、市内発着の市内宿泊旅行：1回につき25,000円

■対象期間 / 4月15日(土)～9月30日(土)

■申請方法 / 観光課まで問い合わせください。

丹波市奨学金 **HP** ■ がんばる高校生を応援

☎ 教育総務課 (山南庁舎内) ☎ 70 - 0880

高校生の夢を応援するため、市では、将来社会に貢献する人材の育成をめざして奨学金を給付しています。

■対象 / 次の①～④をすべて満たす人

- ①市内在住②高等学校または高等専門学校在学
- ③経済的な理由により就学が困難④他の給付型の奨学金を受けていない

■奨学金 / 月額6,000円

■提出書類 / ①奨学金給付申請書②誓約書③生計を1つにする全員の令和5年度所得・課税証明書 ※令和4年度分の所得などが記載されたもの④在学証明書 ※申請書は、教育総務課・各支所に設置。毎年申請が必要です。

■申請期間 / 6月15日(木)～30日(金)

■選考方法 / 奨学生選考委員会で選考

■給付方法 / 年3回 (8月・1月・3月)



ゴールデンウイークに植えられた苗が大きくなり、水田の緑が、少しずつ濃く色づき、私が毎日登っている黒井城跡から見ますと緑の絨毯(じゅうたん)のようになってきます。

正岡子規の俳句に、「故郷(ふるさと)や どちらを見ても 山笑う」という句がありますが、まさに今の丹波の山々はそのように見えますね。「丹波の山 どちらを見ても 山笑う」と言い換えたいくらいです。

さて、以前にもお知らせしましたが、私は、「市民の皆様の声を聴いて参ります」と申しあげてきました。オンライン会議システムのズームなどを使ってのWEB会談も良いですが、やはりリアルな対面が可能ならばそれが一番だと思います。私のスケジュールの中で、半日や一日を空けることは難しいですが、30分か1時間なら比較的

市民の皆様の声をお寄せください

市長・林時彦の
時を駆ける



丹波市長
林 時彦



している時もあります。丹波市役所総務課秘書係(直通電話82・1002)で予約をお取りいただき、来庁くださればありがたく思います。

市役所に出向くことが困難な人には、もう一つの方法として、市のホームページからメールでご意見やご質問を受け付けておりますのでこちらでもよろしくお願ひします。

今年度になりましてからは、特に面談希望が多くなってきて嬉しい限りです。一例をあげますと、公園のこと、ワクチン接種のこと、水道代やごみ袋のこと、教育のこと、アフタースクールのことなど多種多様なご意見を伺っています。できるだけ早急にスケジュール調整をして対応いたしますので、是非とも申し込みをよろしくお願ひします。

お知らせ

歯つぴー健診の実施

高齢者の口腔機能、衛生状態を確認する高齢者歯科口腔健診を実施します。

■期間／5月1日(月)～令和6年2月29日(木)

■ところ／市内の各歯科医療機関

■対象／後期高齢者医療被保険者で令和6年3月末時点で66歳・71歳・76歳・81歳の人

■申込方法／対象者には、5月上旬に受診券を郵送します。

☎市民課(本庁舎内) ☎82・6690

児童手当の現況届

現況届の提出が必要な受給者については、6月上旬に通知を送付します。審査の結果、所得上限額を超えている場合は支給対象外となる場合があります。また、現在支給対象外となっている人で、令和4年中の所得

が上限額未満となった場合は改めて児童手当の申請が必要です。詳しくは担当課まで問い合わせください。

☎社会福祉課(本庁第2庁舎内) ☎88・5287

身体障害者巡回相談

兵庫県立身体障害者更生相談所による身体障がい者の巡回相談を行います。

■とき／6月23日(金) 午前9時30分～正午

■ところ／氷上住民センター

■対象／肢体不自由により、身体障害者手帳の交付を受けている人や難病患者など

■相談内容／補装具(義肢、装具、車いす)費支給に関する判定および適合判定補装具装用指導や補装具に関する相談

■申込期限／6月7日(水) ※要予約

☎障がい福祉課(本庁第2庁舎内) ☎88・5262

福祉医療費受給者証の更新

7月1日から医療費の一部を助成する福祉医療費助成

制度の受給者証が切り替わります。受給資格者には、6月下旬に新しい受給者証を送付します。

■母子家庭等医療／助成を受けるには、現況届の提出が必要です。対象者には、5月上旬に現況届を送付しています。

■高齢期移行者医療／65歳～69歳の人で、該当者に受給者証を送付します。

☎市民課(本庁舎内) ☎82・6690

令和6年丹波市二十歳のつどい実行委員の募集

市では令和6年1月7日(日)に実施する「令和6年丹波市二十歳のつどい」を企画する実行委員を募集します。一生に一度のつどいの場を仲間たちと一緒にデザインしませんか。

■対象／平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの人

■活動期間／令和5年7月頃～令和6年1月頃

■申込方法／下記二次元コード

☎市民課(本庁舎内) ☎82・6690

狩猟免許試験について

狩猟免許は、狩猟期間中に鹿や猪などの狩猟鳥獣を捕獲するのに必要な資格です。また県や市の許可を受けて実施する有害鳥獣捕獲にも必要です。

■免許の種類／①第一種銃猟(装薬銃・空気銃) ②第二種銃猟(空気銃) ③網猟 ④わな猟

■1回目試験申込期間／6月2日(金)まで

■知識・適正・技能試験日・場所／7月1日(土) 洲本市※、7月8日(土) 神戸市、7月17日(月) 養父市、7月21日(金) 姫路市、7



ードまたは市のホームページの申込フォームから応募ください。

■申込期限／6月23日(金)

■そのほか／市外在住の人でもオンラインなどで参加することが出来ます。詳しくは市民活動課まで問い合わせください。

☎市民活動課(氷上住民センター内) ☎82・0409

丹波市農業ポータルサイトを開設

農業への多様な入り口を紹介する、丹波市の農業ポータルサイト「であえる、はじめる、丹波de農業」を開設しました。農業を始めたいと考える人、農家の人、丹波市産の食材を買い求める人など、たくさんの方に向けた情報を発信しています。

☎農林振興課(春日庁舎内) ☎88・5029

月29日(土) 神戸市

■2回目試験申込期間／7月17日(月)～8月4日(金)

■知識・適正・技能試験日・場所／9月2日(土) 神戸市、9月15日(金) 姫路市、9月30日(土) 神戸市、11月27日(月) 姫路市※

※：わな猟試験のみ

詳しくは、兵庫県ホームページを確認ください。

☎農林振興課(春日庁舎内) ☎88・5029

丹波市農業ポータルサイトを開設

農業への多様な入り口を紹介する、丹波市の農業ポータルサイト「であえる、はじめる、丹波de農業」を開設しました。農業を始めたいと考える人、農家の人、丹波市産の食材を買い求める人など、たくさんの方に向けた情報を発信しています。

☎農林振興課(春日庁舎内) ☎88・5029



☎農林振興課(春日庁舎内) ☎74・1465

日赤活動資金の募集結果

日本赤十字社活動資金募集活動にご協力ありがとうございました。市民の皆さんのご協力により、令和4年度は、713万2,336円を県支部に送金しました。災害救護や日赤事業の重要な活動資金として役立てられます。今年度の募集時期は7月末を予定しています。☎ 88・5276

野焼きは禁止です

野焼きによる廃棄物の焼却は法律で禁止されており、行政指導または警察による検挙の対象になります。また、法律で一部例外として認められている焼却行為でも、煙や悪臭などで周囲から苦情が出た場合は消火をお願いいたします。家庭ごみや庭の枝木、草などは燃やさずに市のごみ袋で出すか、大量の場合は市クリーンセンターに持ち込んでください。※山南地域は丹波篠山清掃センター持込

☎ 82
1290

募集

丹波市行政評価外部評価公募委員の募集

市が実施した行政評価において、外部の視点からの評価や行政運営などについて協議する委員を募集します。詳しくは、市のホームページを確認ください。

応募資格/次の要件にすべて該当する人

- ① 市内在住または在勤② 平日昼間に開催する会議に出席できる③ 丹波市職員または議会議員でない

■ 定員 / 2人以内

■ 任期 / 令和5年6月〜令和8年3月

■ 応募方法 / 応募用紙と作文を財政課窓口または郵送、メール、FAXで提出ください。



☎ 88
5371 FAX 82・5448
zaisei@city.tamba.lg.jp

市営住宅入居者の募集

■ 募集団地・戸数

- 公営住宅：松ヶ端団地(山南町玉巻) 3DK1戸▼香良団地(氷上町香良) 3LDK1戸▼佐治団地(青垣町佐治) 2DK2戸・3LDK1戸

■ 申込期間 / 6月5日(月)〜19日(月)まで

■ 申込窓口 / 都市住宅課、各支所

■ 入居可能時期 / 7月下旬

※ 特定公共賃貸住宅(挙田団地の一部、応相寺団地、下滝団地D棟、城ヶ花団地1号棟、のこの団地)は、常時募集しています。

☎ 74・2364

参加者募集

高谷川&水分け公園生きもの観察会

兵庫県立人と自然の博物館の三橋弘宗主任研究員を講師に招き、観察会を行います。

■ とき / 6月4日(日) 午

前10時〜正午

■ ところ / 水分けフィールドミュージアム前の高谷川や水分け公園

■ 定員 / 30人※要申込

■ 参加費 / 500円

■ 持ち物 / 濡れても良い靴、帽子、タオル、飲み物、網※持っている人のみ

■ 申込方法 / 電話または申込フォームから申し込みください。

☎ 82・5912



みんなのピアノフェスタ 2023 出演者募集

■ とき / 11月12日(日)

■ 第一部 午前10時開演

■ 第二部 午後1時30分開演

■ ところ / ライフピアいちじま大ホール

■ 募集数 / 70組※第1部30組、第2部40組

■ 申込方法 / 申込書を文化・スポーツ課までFAX、郵送または直接持参ください。

■ 応募締切 / 6月11日(日) 午後5時まで※応募が募集数を大幅に超えた場合は公開抽

選会を開催し、出演者には出演決定通知を発送します。

■ 参加料 / 市内在住者1人3,000円、市外在住者1人5,000円

☎ 74・1050

☎ 74・2855

SUMMER CINEMA

■ 作品名 / バッドガイズ

■ とき / 7月17日(月) 午後1時開演、2時上映

■ ところ / 春日文化ホール

■ 定員 / 500人※先着

☎ 74・1050

バンドフェスタ25th

■ とき / 7月23日(日)

■ 第一部 午前10時30分開演

■ 第二部 午後1時30分開演

■ ところ / ライフピアいちじま大ホール

■ 定員 / 500人※先着

■ 出演 / 市内や近隣自治体で活動するバンド約15組

☎ 74・1050

図書館

特別整理休館日のお知らせ

蔵書点検のため、次の期間は休館となります。

■青垣図書館／13日（火）

■柏原図書館／20日（火）

■山南図書館／27日（火）

■山南図書館／27日（火）

※休館中も、返却ポストは利用できます。貸出中の資料を延長する場合は、中央図書館へ電話で申し込みください。

令和5年度の新規会員を募集します。

古典文学を読む会

■とき／6月より毎月1回（金曜日開催）※全8回

■ところ／中央図書館

■内容／「伊勢物語」を読む

■講師／足立幸信さん

■会費／前期4回2,000円、後期4回2,000円

■申込中央図書館 ☎ 82-7100

☎ 82-7100

おはなし会

幼い幼児 小低い小学校低学年

小い小学生

中央図書館 ☎ 82-7100

10日（土）午前10時30分

▼17日（土）午前10時30分

小い▼24日（土）午前10時30分

分

柏原図書館 ☎ 72-0313

17日（土）午前10時30分

小い▼※柏原住民センター

2階会議室B

青垣図書館 ☎ 87-1111

10日（土）午前11時 幼い小

低い※青垣住民センター 2階

活動室4

春日図書館 ☎ 74-1611

17日（土）午前10時30分

小い▼※春日住民センター

2階視聴覚室

山南図書館 ☎ 77-0336

9日（金）午前10時30分

※山南住民センター 1階

1たんルーム ▼24日（土）

午前10時30分 幼い小い

南住民センター 2階和室

市島図書館 ☎ 85-2733

4日（日）午前10時30分

小い小い おりがみ教室 ▼17日

（土）午前10時30分 幼い小

▼24日（土）午前10時30分

幼い小い

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みください。また、講座のほか、子育てに関する相談も受付けています。

♪柏原子育て学習センター

☎ 72-4747

すくすく広場「♪バスにの

ってゆられてGOGO!」

2日（金）午前9時30分

午後1時30分※福知山市動物園

♪氷上子育て学習センター

☎ 82-8689

みんなの広場「Enjoy

丹波!」8日（木）午前10

時〜11時30分

♪青垣子育て学習センター

☎ 87-1919

スマイル☆ママさん「産後の

身体のメンテナンス講座」7

日（水）午前10時〜11時30分

♪春日子育て学習センター

☎ 74-3040

ママ講座「遊びの教室」16日

（金）午前10時〜11時30分

♪山南子育て学習センター

☎ 77-3160

親子ふれあい教室「親子

親子ふれあい教室「親子

美と鑑賞の憩いの場 —美術館通信—

4月15日（土）～6月18日（日）

宮廷画家ルドゥーテとバラの物語

ベルギー生まれの植物画家ピエール＝ジョゼフ・ルドゥーテ（1759～1840年）はフランスの王妃マリー・アントワネットやナポレオン皇妃ジョゼフィーヌのもとで宮廷画家として活躍しました。ルドゥーテによる約170点の精緻なバラの作品をお楽しみください。



ピエール＝ジョゼフ・ルドゥーテ 『バラ図譜』より 《リース》

点刻銅版画（多色刷り・手彩色補助）1817年 コノサズ・コレクション東京蔵

◇関連イベント

●初夏のナチュラルバスケットアレンジ

■とき／6月3日（土）午後1時30分～3時30分

■ところ／植野記念美術館 2階喫茶室

■講師／わたぼうし 出町綾さん

■定員／8組※要電話予約

小学3年生未満は保護者同伴、親子2名での参加可

■参加費 /5,000円※別途観覧料が必要

☎ 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 ●観覧料／一般600円、大学・高校生300円、小・中学生150円（ココロンカード利用可、20人以上団体割引、小学生未満は無料）

DE運動あそび」17日(土)
午前10時～午前11時30分※
やまなみホール
♪市島子育て学習センター
☎85・3030(代)
「三ツ塚花しょうぶまつり」
4日(日) 午前10時～午後3
時※三ツ塚史跡公園周辺

子育て学習センター合同講座
ベビーマツサージ教室
■とき/16日(金) 午前10
時30分～11時30分
■ところ/市島子育て学習
センター
■申込先/各子育て学習セ
ンターに申し込みください。

児童館

♪こがやま児童館
☎82・8620

「和ごころ講座」
■とき/7月22日(土) 午
前9時30分～11時※要申込
■申込期間/6月23日(金)
～7月7日(金)
■ところ/青垣町高源寺

6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/14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/コップなどの透
明なガラス製品 好きな図案

○ガラスフュージング

■とき/15日(木) ①午前
9時30分～11時30分②午後
1時～3時
■定員/各回4人※先着順

■参加費/500円

○エコキャンドル

■とき/16日(金) 午前9
時30分～11時30分
■定員/16人※先着順

■参加費/300円

○とんぼ玉

■とき/27日(火) ①午前
10時～午後0時30分②午後
1時30分～4時
■定員/各回6人※先着順

※初参加者は各回2人まで

■参加費/1,500円

■持ち物/エプロン

○紙すき

■とき/28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1箱

丹波布伝承館
☎80・5100 火曜休館

糸紡ぎ体験

■とき/10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

梅雨の自然観察会

■とき/7月1日(土) 午
前9時～正午※要電話申込
■ところ/青垣地域熊野神
社周辺

淡水魚と水辺のいきもの展

淡水魚など水生生物を展示

します。

■とき/6月3日(土)～

7月2日(日)

年金受給者の人へお知らせ

申岡市民課 (本庁舎内) ☎82 - 6690

令和5年4月分(6月15日支払分)からの年金額が、法律の規定により変わります。
67歳以下の年金額改定率は令和4年度から2.2%の増額、68歳以上の年金額改定率は
1.9%の増額となります。

基礎年金の種類	令和4年度 (年額)	令和5年度 (年額)
老齢基礎年金(満額)	777,800円	795,000円 【792,600円】
障害基礎年金(1級)	972,250円	993,750円 【990,750円】
障害基礎年金(2級)	777,800円	795,000円 【792,600円】
遺族基礎年金 (子1人の場合)	1,001,600円	1,023,700円 【1,021,300円】

※【】内は68歳以上の者の額

- 次回の出張年金相談(完全予約制)
- とき/6月1日(木)
- ところ/氷上住民センター
- 予約期限/5月25日(木)まで
- 定員:14人
- 予約先:西宮年金事務所 ☎0798-33-2944
※自動音声がかかりますので、2を押して「職員
にご用の方」を選択してください。
※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。



※各種イベントの開催については、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、市プ=市民プラザ、健ミ=健康センターミルネ、春福=ハートフルかすが、山福=山南福祉センター、柏福=柏原福祉センター、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	7日（山住）、8日（青住）、12日（本）、15日（ラ）、20日（春住）、21日（柏住）	午後1時30分～3時30分		総務課 ☎ 82 - 1002	
人権	特設人権相談所	5日（山住）、26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	氷上文化センター ☎ 82 - 1064 七日市会館 ☎ 74 - 2310
		出張	5日（山住）、15日（青住）、26日（ラ）	午後1時30分～4時		
	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
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 DV 相談支援センター ☎ 86 - 8730	
法律	行政書士による無料相談会	3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	15日	午後1時30分～4時	柏住	岸部事務所 ☎ 74 - 2352 ※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	27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	8日※要予約	午前10時～正午			
	認知症介護者のつどい「ほっと」	28日		氷住		
	身体障がい者相談	13日（春福）	午後1時30分～3時		障がい福祉課 ☎ 88 - 5263	
	知的障がい者相談	14日※前日正午までに要予約	午後1時30分～3時	本2		
	こころの健康相談（障がい福祉）	22日※前日正午までに要予約	※オンライン相談可			
	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	社会福祉課 ※フリーダイヤル ☎ 0800-200-3393	
家計改善相談	12日（本2）、20日（本2）	午後1時～4時				
健康	健康・栄養相談	7日（山住）、15日（ラ）、23日（青住）	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	8日※要予約	午後1時15分～	健ミ		
	アルコール相談	23日※要予約	午後1時～	丹健	(丹健) 地域保健課 ☎ 73 - 3767	
	思春期保健相談	13日※要予約	午後1時45分～			
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	
	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	子ども・若者サポートセンター ☎ 86 - 7101	
		出張	6日（氷住）、13日（春住）、20日（市プ）、27日（柏住）	午前10時～午後4時※要予約		
農業	農地相談	12日（山住）（ラ）、13日（氷住）（青住）、14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	1日（本2）、8日（本2）、15日（本2）、16日（青住）、22日（本2）、29日（本2）	午後1時30分～4時		まごころ丹波ワークサポートたんば ☎ 74 - 3660	
	キャリア相談	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	月（祝日除く）	※要予約 午前9時～午後5時※1回50分			

ベストリーダー情報 (4月1日~4月30日)

一般書

順位	本の名前	作者
1	連鎖	黒川博行
2	おもみいたします	あさのあつこ
3	ハヤブサ消防団	池井戸潤
4	間借り鮎まさよ	原 宏一
5	あきらめません!	垣谷美雨

児童書

順位	本の名前	作者
1	のいちごつみ	さとうわきこ
2	おまえたち、くっちゃうぞ〜!	ジョン・ヘア
2	かみはこんなにくちゃくちゃだけど	ヨシタケシンスケ
2	ぐいーん! こうしよさぎょうしゃ	竹下 文子
2	大ピンチずかん	鈴木のりたけ

図書館カレンダー
6月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

×…全館休館日
△…特別休館日
・青垣図書館 13日~17日
・柏原図書館 20日~23日
・山南図書館 27日~30日

おすすめ図書

一般書

『筆ペンでかわいいイラストが描ける本』
朝日新聞出版社／編著
朝日新聞出版社 (2022.11)



四季折々の草花、フルーツ・野菜、動物、季節の行事にまつわるものなどを取り上げ、筆ペンイラストの描き方を順に追いながら丁寧に解説。描き方の動画を視聴できるQRコード付き。

児童書

『新スポーツスーパースター伝3』
ベースボール・マガジン社／編集
ベースボール・マガジン社 (2022.7)



子どもたちの憧れや目標となるアスリートの物語を紹介。プロ野球選手、ダルビッシュ有を取り上げる。「もっと知りたい!」「ものしり博士」「調べてみよう!」など調べ学習に役立つコラムも多数掲載。

歴史探訪

シリーズ「ふるさとを見直そう」
雑誌『元氣』と黒井の有志



神戸大学大学院人文学研究科
出水清之助

今回は、明治時代に黒井で発行されていた雑誌『元氣』について紹介します。

雑誌『元氣』は、明治二五年(一八九二)に「兵庫県丹波国氷上郡黒井村字黒井村第二三九番地先憂館」から発行されてきました。現存しているのは、第一号(五月二二日発行)と第二号(六月二九日発行)の二号分のみで、ほとんど所在が確認されていない貴重な史料です。

第一号・第二号ともに約70頁で構成されており、内容は政治を中心に、経済・文芸・学術・宗教・教育など多様なジャンルの文章が掲載された「総合雑誌」的な性格を持っていました。

『元氣』の発行主体であった「先憂館」ですが、第二号に掲載された「先憂館々憲摘要」という規約によると、同館には、館長・副館長・会計掛・理事・編輯主幹・地方幹事といった役員が置かれ、組織的な運営がされていたようです。規約からは、役員以外に

も発起人・賛助員・特別員といった、雑誌の講読および普及を支える存在も確認できます。「先憂館」は『元氣』を発行するために設立された、当時では大きな組織であったと思われます。

『元氣』の発行を企画し、先憂館の中心メンバーとして動いていたのが黒井の有志たちです。周辺の史料も含めて考察すると、石橋末吉(先憂館館長)、山本菊蔵(同・副館長)、林寅之助(同・会計掛)、荻野貞次郎、三崎源之助などが、中心メンバーであったことがわかります。彼ら黒井の有志はいずれも、氷上郡内で有数の経済的基盤を持ち、黒井村の村長・村会議員など地域運営にかかわる公職を歴任する名望家でした。彼らは発行当時、20歳代後半から30歳代前半であったという点でも共通しています。雑誌『元氣』は、こうした地域運営を担う若い世代の人々によって発刊されていました。彼ら黒井の有志の存在は、明治期の氷上郡の政治社会を考えるうえでも重要であり、今後さらなる研究が必要とされています。

岡社会教育・文化財課(山南庁舎内)
☎ 70 - 0819

たんば食育 クッキング



鮭と野菜のピカタ

1人分 エネルギー：約 200kcal・食塩相当量：0.8g・調理時間：約 25分
 ※日本食品標準成分表 2020年（八訂）を基に計算

健康課（健康センターミルネ内） ☎ 88 - 5750

材料 (2人分)	鮭	2切れ
	ズッキーニ(厚さ5mmの輪切り)	1/4本
	エリンギ(厚さ5mmの縦切り)	1本
	塩・コショウ	少々
	小麦粉・粉チーズ	各大さじ1
	卵	1個
	大葉	3枚
	植物油・ケチャップ	適量
	ベビーリーフ・ミニトマト	適量

- つくり方**
- ①鮭は1切れを3等分にそぎ切りにし、軽く塩コショウをする
 - ②ズッキーニとエリンギは、薄く塩を振り、①の鮭も一緒に小麦粉をまぶす
 - ③溶き卵に粉チーズを加えて混ぜ②の野菜を卵液につけ、油を熱したフライパンに並べ、両面焼く
 - ④③の残りの卵液に、細切りにした大葉を加えて軽く混ぜ、②の鮭を卵液につけ、フライパンに並べて両面焼く
 - ⑥添え野菜とともに器に盛り付け、好みでケチャップを添える

ピカタとは、薄切りの肉や魚などに、小麦粉と溶き卵をからめて焼いた料理です。

ライフステージに応じたみんなの食育！

ライフステージごとの特徴に合わせた食育のポイントを紹介していきます。(2回目)

高齢期に気をつけたい低栄養



体に必要なエネルギーや、たんぱく質などの栄養素を十分にとれていない状態のことを低栄養といえます。

今まで、肥満や生活習慣病の予防などに気をつけて食事をしてきた人も、高齢期に入ると、あっさりした食事を好む人が増え、食に偏りが生じます。また消化機能の低下などから、特に低栄養への注意が必要になってきます。

食事の用意が億劫で簡単に済ませたり、口腔機能の低下で食が細くなっているなど、自分では気づかないうちにエネルギーやたんぱく質が不足した状態になっていることがあります。低栄養は身体機能や生活動作を低下させ、自立した生活を損ねてしまつこともあります。

そこで、栄養豊富な十品目の食品を紹介しましょう。魚・油・肉・牛乳や乳製品・野菜・海藻・芋・卵・大豆・果物です。頭文字を取って「さあにぎやか(に) いたたく」と覚えましょう。この十品目をご飯やパンなどの主食と一緒に毎日7品目以上組み合わせ、偏らないよう食べることが、摂取できる栄養素の種類が増えます。バランスの良い食事をとり、いつまでも、元氣よく過ごせるよう低栄養予防に気を配りましょう。

今月は、筋肉を維持するのに大切な、たんぱく質の豊富な一品を紹介します。

歯周病と生活習慣病の深い関係

歯周病は、歯と歯茎の間にたまった歯垢の中で繁殖した歯周病菌が、歯茎に炎症を起こす感染症です。放っておくと歯を支える骨が溶け、歯が抜ける原因になります。また、ほかの病気にも影響があることを知っていますか。

歯茎から血管に菌が侵入すると血管を狭めて動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞につながります。また、歯周病は糖尿病の合併症でもあります。合併すると歯周病の炎症物質によってインスリンの効き目が悪くなり、糖尿病が悪化するなど、互いに悪影響を及ぼします。

歯周病予防には、セルフケアだけでなく、定期的な歯科検診で徴候を見つけることが重要です。

市では、41歳、51歳、61歳、71歳の人（令和6年3月末時点）に向けて、歯周疾患健診が3000円の自己負担で受けられる「歯周疾患検診受診券」を送付しています。がん検診の無料受診券対象年齢に併せて実施しています。この機会に身体だけでなく、口腔のメンテナンスを行いましょ。

健康課（健康センターミルネ内）
 ☎ 88 - 5750

アクロヨガモントリオールイマージョンが アジア初となる丹波市で開催



講師のジルさん（写真左）とユージーンさん（写真右）によるヨガの披露に盛り上がりを見せる地域住民ら

5月3日から5日間、アジア初の試みとして青垣地域でアクロヨガのイマージョンが開催されました。アクロヨガはカナダ発祥のアクロバット・タイマッサージ・ヨガの3つの要素がミックスされたヨガ流派のひとつで、イマージョンはトレーニング合宿のことを言います。期間中には講師、受講生らと地域住民の交流を兼ねた見学会が行われ、曲芸的な動きの数々に会場は盛り上がりを見せていました。

120メートルに渡る九尺ふじの藤棚 白毫寺で4年ぶりにふじまつりが開催



ライトアップされた九尺ふじを鑑賞する見学者ら

4月22日から5月7日まで、市島地域の白毫寺で「白毫寺ふじまつり」が4年ぶりに開催されました。見頃がゴールデンウィークと重なり、公開を心待ちにしていた大勢の観光客らが県内外から訪れ、全長約120メートルにもおよぶ藤棚の下を散策しながら写真を撮影するなど、幻想的な風景を楽しんでいました。

見学者の一人は「ふじが降り注いでくるような感じで幻想的。この景色が見れるのをずっと待っていたのでうれしい」と話しました。

林市長や農家らと意見交換 齋藤元彦知事が市内有機農場を視察

4月18日、齋藤元彦^{もとひこ}知事が有機農業など産地づくり推進の取り組みなどについて視察するため、丹波市を訪れました。市や有機農業研究会との意見交換を行った後、市内のほ場を見学。

齋藤知事は「有機農業については人材育成やノウハウの共有が大事。機会があれば農^{みのり}の学校も視察したい」と話しました。



有機栽培のニンジンを使ったジュースで乾杯をする齋藤元彦知事ら（写真左）

姉妹提携都市を結ぶケント市、オーバン市と オンライン会議を開催

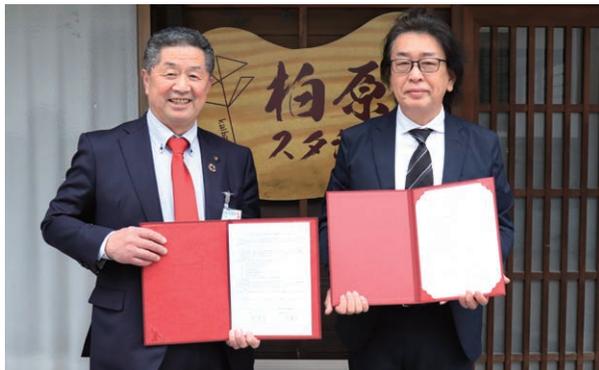
4月25日、平成30年8月に姉妹都市提携を結んだアメリカ合衆国のケント市、オーバン市の両市の市長と林市長が、オンライン会議でお互いの近況や若き親善大使の派遣事業について話し合いました。

オーバン市のバックス市長は「若き親善大使の派遣事業が再開され、両市の交流が引き続き行われることは楽しみ」と話しました。



ケント市、オーバン市の両市長らと話す林市長（写真左）

まちづくりへの学生参加や関係人口増加をめざし 関西学院大学建築学部と連携協定を締結

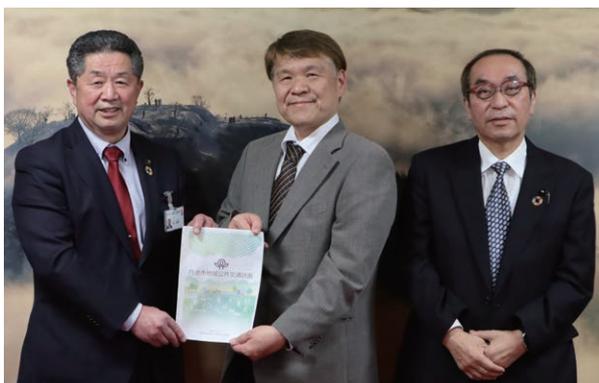


柏原スタジオの前で協定書を手に記念撮影する林市長と八木学部長（写真右）

4月6日、まちづくりへの学生参加や関係人口の増加をめざし、関西学院大学建築学部と市が連携協定を締結しました。関西学院大学はこれまで柏原市街地でフィールドワークを行ってきました。今回の連携協定を契機に全市的に活動を広げていきます。

八木康夫学部長は、「丹波市は長年活動してきたフィールド。引き続きしっかりと学びの目を培う場にしていきたい」と意気込みを語りました。

公共交通サービスの維持・発展に向け 丹波市地域公共交通計画を策定



丹波市地域公共交通計画を林市長に手渡す北川会長（写真中央）と、大野副会長（写真右）

丹波市地域公共交通活性化協議会が、利便性と持続性のある公共交通サービスを維持・発展させるための基本的な方針を示す「丹波市地域公共交通計画」を策定し、4月14日、市長に報告しました。

同協議会の北川博巳会長は「それぞれの交通機関で役割を分担することが重要。市にも計画実現に協力をお願いしたい」と話しました。

丹波市消防団初出式 4年ぶりに地域の防災力が結集

4月16日、令和5年度丹波市消防団初出式が行われ、約280人の団員が丹波の森公苑に集結しました。

西垣毅団長は「団員全員が同じ志を持って消防活動にまい進し、地域防災においてさらなる貢献をしていきたい」と訓示し、地域防災の要として消防団員が一致団結して地域の安全を守る覚悟を胸に刻みました。



初出式に参加し決意を新たにする消防団員ら

三菱電機社会インフラ機器株式会社 丹波市初の「くるみん」認定

三菱電機社会インフラ機器株式会社が丹波市に本社機能を置く企業として初めて、厚生労働省から「くるみん」の認定を受けました。くるみんは子育てサポート企業として、事業主が策定した行動計画に定める目標を達成し、一定基準を満たした場合に認定を受けるものです。

福富幸雄取締役社長は「引き続き丹波地域の模範となるよう職場環境の改善に取り組む」と決意を新たにしました。



認定証を手に笑顔をみせる福富取締役社長（写真左）



Happy Tamba
はぴたん

丹波の“幸せさん”を紹介

「はぴたん - Happy Tamba -」では、生まれた子、新婚夫婦、誕生日を迎える子を紹介し
ます。市の公式ラインで毎月 20 日前後
に掲載者になれるクーポンを配信して
います。

LINE の登録はこちらから→



山南町
村森



出生

令和 5 年 4 月 11 日 藤本 稀衣ちゃん (写真中央)
お父さん、お姉さん、お兄さんと一緒に♪

山南町
谷川



誕生日

令和 3 年 5 月 10 日 柳川瀬 絢心くん

氷上町
柿柴



誕生日

平成 29 年 5 月 8 日 足立 陽希くん (写真右)
妹さん、弟さんと一緒に♪

山南町
和田



誕生日

令和 4 年 5 月 25 日 金川 心和ちゃん

柏原町
拳田



誕生日

令和 2 年 5 月 12 日 堀 音晴ちゃん

春日町
七日市



誕生日

令和元年 5 月 30 日 前田 湊心くん

氷上町
香良



誕生日

平成 30 年 5 月 2 日 白井 蒼翔くん (写真右)
お兄さん、お姉さんと一緒に♪

世帯数と人口

総人口 61,276人 (△88)
男 29,570人 (△42)
女 31,706人 (△46)
世帯数 26,310世帯 (11)

*令和5年4月末現在・()内は前月比
*住民基本台帳に基づいて掲載

マイナンバーカード時間外交付

6月8日(木)午後5時15分~7時
6月15日(木)午後5時15分~7時
6月24日(土)午前9時~正午
【臨時窓口の開設】※本庁舎市民課のみ
6月24日(土)午後1時~4時
7月2日(日)午前9時~4時
※事前に市民課および各支所へ予約ください。
問市民課(本庁舎内) ☎82-2002

次回の休日開庁日

5月27日(土)・6月24日(土)
午前9時~正午 *本庁舎市民課のみ
*休日開庁日(毎月第4土曜日)の取扱業務
住民票、戸籍謄(抄)本、印鑑登録、印鑑登録証
明書、住民票、戸籍に関する諸証明書、マイナ
ンバーカード申請
※転入・転出の届出や税務証明の発行は行って
いません。
問市民課(本庁舎内) ☎82-2002

市内交通事故発生状況

死者 0人 (0)
傷者 8人 (△3)
人身事故 6件 (△5)
物損事故 146件 (△4)

*令和5年4月の状況・()内は前月比

献血のお知らせ

5月22日(月)午前11時30分~午後4時
■ところ/柏原自治会館
6月2日(金)午前10時~午後4時
■ところ/春日住民センター
6月16日(金)午前10時~午後4時
■ところ/山南住民センター
問健康課(健康センターミルネ内) ☎88-5082

休日応急診療所当番医

6月4日(日) 松下 全巳 (泌尿器科)
6月11日(日) 山縣 憲一 (外科)
6月18日(日) 丹羽 正夫 (耳鼻咽喉科)
6月25日(日) 柳浦 敬子 (整形外科)
■受付時間/午前8時30分~11時30分、
午後1時~4時30分
■ところ/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
問健康課(健康センターミルネ内) ☎88-5082

戸籍のまど

4月1日~4月20日届出分 行政区順(敬称略)

お誕生おめでとうございます

赤ちゃん 保護者 住所

勢志 庵仁 剛正 柏原町柏原
細見 楓花 遼 柏原町拳田
廣瀬 一護 斗哉 柏原町大新屋
谷久 桜翔 弘祐 氷上町上成松
拝野 豪太 大樹 氷上町石生
糟谷 充希 亮介 春日町黒井
岡田 弦 和也 春日町国領
藤本 稀衣 聖也 山南町村森
中塚 虹 戒 山南町和田
三宅 蓮 穂乃佳 山南町美和
大久保 月愛 椿基 市島町与戸

お悔やみ申し上げます

氏名 年齢 住所

廣崎 義徳 89歳 柏原町柏原
村上 悟 35歳 柏原町柏原
笹井 たつ子 85歳 柏原町上小倉
吉竹 京子 88歳 柏原町下小倉
本庄 孝彦 68歳 柏原町北中
矢本 由紀子 89歳 柏原町田路
山本 崇 63歳 氷上町西中
植田 寶 94歳 氷上町成松
角田 瑠玖 21歳 氷上町成松
山本 祥子 85歳 氷上町成松
足立 一子 98歳 氷上町柿柴
門内 まさる 88歳 氷上町新郷
田邊 嘉高 86歳 氷上町御油
足立 信枝 99歳 氷上町賀茂
柴 喜市 86歳 青垣町佐治

田村 久 71歳 青垣町沢野
小高 きみ子 88歳 青垣町東芦田
門尾 藤七 86歳 青垣町東芦田
小田 美里 85歳 青垣町栗住野
下岡 茂 97歳 青垣町西芦田
井根 克巳 85歳 青垣町大稗
堀 貞男 72歳 青垣町小稗
足立 貞雄 87歳 青垣町山垣
白井 由江 94歳 春日町黒井
荻野 忠治 94歳 春日町稲塚
荻野 正夫 89歳 春日町野上野
吉住 留子 101歳 春日町中山
門前 嘉治 79歳 春日町下三井庄
足立 進 68歳 春日町野山
荻野 よしろう 78歳 春日町新才
西垣 彰三 87歳 山南町長野
藤本 幸男 89歳 山南町谷川
石塚 信子 96歳 山南町奥

和田 昭代 96歳 山南町岩屋
衣笠 春子 90歳 山南町和田
宮田 恒雄 90歳 山南町梶
大垣 君子 73歳 山南町草部
宮本 武 83歳 市島町上田



◇おことわり
大型連休のため、4月20日届出分まで集計して掲載しています。4月21日以降届出分は、6月号に掲載します。



身近なところから HP ゼロカーボンをめざして

📖 ゼロカーボンとは

温室効果ガスの排出量をできるだけ減らし、同時に森林などによる吸収量を増やすことで、排出量と吸収量をプラスマイナスゼロにすることです。

丹波市ゼロカーボンアクション ～8つのアクション～

身近なところから取り組める「丹波市ゼロカーボンアクション」をまとめました。
日々の生活のふとしたところから、ゼロカーボン達成に向けて取り組んでいきましょう。

🍴 ロスなく食べよう

- ・食材を購入する際、食べられる分だけを買う
- ・輸送時に発生するCO2を削減するため、地元食材の購入を検討する

💡 暮らしの工夫で節電をしよう

- ・使わない時は照明などの電源を切る
- ・服装を工夫し、エアコンの設定温度の上げ過ぎや下げ過ぎを控える

こまめにスイッチ OFF

👕 サステナブルなファッションを

- ・長く着られる服を選ぶ
- ・環境ラベルの付いた服を選ぶ

💡 再生可能なエネルギーを

- ・蓄電池、蓄エネ給湯器などの導入を検討する
- ・薪ストーブなど、生活の中でエネルギーとして木を活用することを検討する

🚰 節水を心がけよう

- ・洗濯や食器はまとめて洗う
- ・節水型の洗濯機やシャワーヘッドの購入を検討する

🗑️ ごみの分別、5Rを心がけよう

- ・マイバッグ、マイボトルなどを使用する
- ・ごみ分別パンフレットやごみ分別アプリを活用する

アプリのダウンロードはこちらから

Android iOS

📦 脱炭素型の製品に注目しよう

- ・環境ラベルの付いた商品などを選ぶ
- ・簡易な包装のものを選ぶ

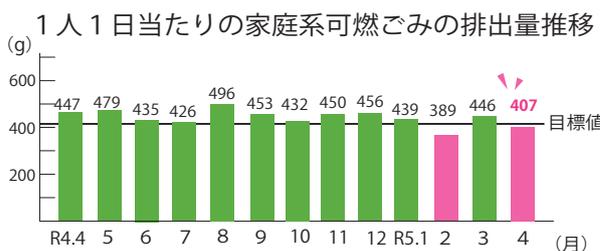
🚶 移動はエコに健康に

- ・エコドライブを心がける
- ・近場への移動は徒歩や自転車にする



4月のごみ排出量目標値を達成しました！

👤 みんなで家庭ごみ減量チャレンジ！



1日あたりのごみの排出量目標値：1人412g
4月の1日あたりのごみ排出量：1人407g (△39g)
※ () 内は前月比

■今年2月に引き続き3度目の達成！

令和3年5月号から始まった「みんなで家庭ごみ減量チャレンジ！」。1人1日当たりのごみ排出量の目標値を412gに設定し、毎月取り組みの成果をグラフで紹介してきました。

この度、令和4年2月、令和5年2月に引き続いて、4月の1人1日当たりのごみ排出量は目標値から5gマイナスの407gとなりました。市民のみなさんが一丸となってごみ減量の取り組みを続けてくださった結果です。ごみの正しい分別や減量の取り組みに引き続きご協力をお願いします！

