

特殊詐欺被害を防止するために

～特殊詐欺の電話はスマートフォンにもかかってくる～

【主な手口】

ニセ警察官からの電話に注意！

- ・「詐欺のグループがあなたの口座情報を保有していた。」
- ・「あなたも犯罪に関与している可能性がある。」
- ・「現金の流れを調べる必要がある。」

などと言われ、現金をATMやネットバンキングで振り込むよう指示されたり、

- ・「あなたのキャッシュカードが不正に利用されている。」
- ・「キャッシュカードを作り直す必要がある。」

などと言い、キャッシュカードを犯人が取りに来たりします。

特に最近、ネットバンクでの振込を指示する手口が急増していますので、注意してください。

【防犯のポイント】・・・何よりも「犯人と話をしない」ことが大切です。

・+(プラス)がつく国際電話番号や「050」から始まる電話番号には出ない、かけ直さない！

- ・電話番号表示や非通知電話拒否設定にしましょう。
- ・警察官がお金を要求してくるとか、通信アプリを利用して連絡を取ってくることはありません。
- ・電話でのお金の話は要注意！
- ・不審な電話がかかってきたら、家族や警察に相談しましょう。

【不安を感じたらご相談ください】

警察相談専用窓口 #9110

消費者ホットライン 188

(ひょうご防犯ネット参照)



丹波篠山市男女共同参画センター ～フィフティ連続ミニ講座～

強制隔離政策によって故郷を追われ、診療所での人生を送った人々。2001年に国家賠償訴訟に勝利した元患者たちは何を求めて訴えたのか。国会議員としてこの裁判を支援した中川アドバイザーが当時を振り返って語ります。

参加費無料
一時保育有

日時：令和7年3月4日(火) 13:30～15:30

テーマ：「ハンセン病問題と人権侵害を考える」

講師：中川 智子さん(男女共同参画アドバイザー)

場所：丹波篠山市民センター1階 多目的ルーム1

対象：テーマに関心のある方

定員：30名(先着順)

一時保育：要予約、無料(6か月から就学前まで)

1週間前までにお申し込みください。

申込先：男女共同参画センター「フィフティ」(電話 079-552-1511)



人権推進課 電話 079-552-6926 ファクス 079-554-2332

メール jinken_div@city.sasayama.hyogo.jp

畑 ふれあい館 電話/ファクス 079-552-4401 メール fureai-hata@gw.city.sasayama.hyogo.jp

日置ふれあい館 電話/ファクス 079-556-2850 メール fureai-hioki@gw.city.sasayama.hyogo.jp

西紀ふれあい館 電話/ファクス 079-593-0093 メール fureai-nishiki@gw.city.sasayama.hyogo.jp

味間ふれあい館 } 電話 079-594-1003 メール fureai-ajima@gw.city.sasayama.hyogo.jp

丹南児童館 } ファクス 079-594-1079 メール fureai-ajima@gw.city.sasayama.hyogo.jp

古市ふれあい館 電話/ファクス 079-594-1001 メール fureai-furuichi@gw.city.sasayama.hyogo.jp



畑ふれあい館だより



住所：丹波篠山市菅 239-6 電話・ファクス 552-4401 山西和子・萩井美紀

健康教室と健康体操のご案内

寒さのなかにも、春の気配を感じる頃となりましたが、皆さんお元気でお過ごしですか？ 3月も健康教室と健康体操を2回開催します。皆さんの参加をお待ちしています。

●健康教室

開催日：3月14日（金）、21日（金）

時 間：午後1時30分～2時30分

会 場：畑ふれあい館1階会議室

内 容：3月14日 フレイル予防について日常生活で気をつけることや食生活で気をつけること

3月21日 防火講習 身近に潜む電気火災の怖さと消火器の使い方

講 師：3月14日 健康課職員・栄養士

3月21日 消防本部職員

参加費：無料

持ち物：マスク、飲み物



●健康体操

開催日：3月14日（金）21日（金）

時 間：午後2時45分～3時45分

会 場：畑ふれあい館2階会議室

内 容：椅子に座ったまま簡単にできる体操
ボールを使った簡単な体操

講 師：大黒 浩司さん

参加費：無料

持ち物：タオル、飲み物



3月のサロンのご案内

♪カラオケサロン 第1木曜日6日

（金曜日から第1木曜日に変更になりました。）

午後1時30分～3時30分

♪かごサロン 開館日の毎月曜日

（3日、10日、17日、24日、31日）

午前10時00分～12時00分

午後1時00分～4時00分

上記の時間で都合の良い時間にお越しください。

材料代は実費です。



♪コミュマサロン 毎月第4金曜日

3月は28日金曜日です

午後1時00分～4時00分

料理教室のご案内

切干大根、高野豆腐、干し椎茸、ひじき等の乾物を使った料理教室を開催します。皆さんの参加をお待ちしています。

開催日：3月13日（木）

時 間：午前9時30分～11時30分

場 所：畑ふれあい館調理室

講 師：本莊 賀寿美さん

内 容：乾物を使った料理

持ち物：エプロン、三角巾、マスク、飲み物

参加費：600円



各事業については午前8時に警報が発令されている場合は中止することがあります。事前にふれあい館にお問い合わせください。



日置ふれあい館だより

住所：丹波篠山市西荘 202 電話・ファクス：556-2850 岡澤 章好・羽馬 知代

篠山東中学校区体験型人権学習活動(ドリーム学級)閉級式を開催

令和6年度のドリーム学級閉級式を1月16日(木)に篠山東中学校において開催しました。今年度は、①在日コリアンに対する差別の事例を学ぶため「ウトロ平和祈念館」への研修旅行、②「ネット社会における部落差別と人権」について学ぶための講演会を実施しました。生徒からは「最近まで悲惨な差別があったことに驚いた」「ネットの情報を鵜呑みにする怖さを改めて認識した」など他にも素晴らしい発表が多くありました。

日置ふれあい館では今後とも関係する学校と協力しながら、生徒たちの人権意識の醸成に役立てるように努めてまいります。

☆ドリーム学級が昨年12月の人権フェスタで発表した資料を日置ふれあい館で展示しています。ぜひご覧ください。



《3月のサロン》

○歌声サロン(月1回)

- ☆日 時 3月6日(木)
午前10時～
- ・場 所 日置ふれあい館和室



○体操教室(月2回)

- ☆日 時 3月13日(木)
- ・講 師 木戸 夕皎さん
- ☆日 時 3月27日(木)
- ・講 師 ふれあい館指導員
- 両日とも午前9時30分～
- ・場 所 日置ふれあい館 2階大会議室



○グラウンドゴルフ(月2回)

- ☆日 時 3月11日(火)
- 3月25日(火)
- 両日とも午後1時30分
- ・場 所 西荘グラウンド



○かご作り教室(クラフトバンドで編む)

- ☆日 時 3月31日(月)午後1時～
- ・講 師 久保田 幸さん
- ・場 所 日置ふれあい館
1階会議室



○わいわいサロン(料理教室)

- ☆日 時 3月21日(金)
午前9時30分～12時00分頃
- ・講 師 小林 廣子さん
- ・場 所 日置ふれあい館
1階調理室
- ・内 容 中華ちまき作り
- ・費 用 実費(600円程度)
- ・持ち物 エプロン、三角巾、マスク
- ・募集人数 10名程度
- ・申込締切日 3月17日(月)



《交流グラウンドゴルフ大会》

参加者募集!! 天然芝コースでプレイ!

- ☆日 時 3月17日(月)
午前9時00分～午後4時00分頃まで
- ☆場 所 村岡緑産 GG
丹波市山南町野坂 555
天然芝のコースが4コース
- ※バスで移動します。
- ☆参加費 2,500円(食事代、プレー費等)
- ☆服 装 グラウンドゴルフに適した服装
- ☆持ち物 汗拭きタオル、飲み物等
- ☆募集人数 20名(定員になり次第締め切ります。)
- ※申込締切日 3月10日(月)
- ※小雨決行、雨天中止



《めだかの学校》

- ・日 時 3月28日(金)
午前10時～11時30分
- ・場 所 日置ふれあい館 2階大会議室
- ・内 容 オリジナルアロマストーン作り
- ※お部屋でいい香りがすると、気分が前向きになり、一日を気持ち良く過ごせる気がします。
- 香りに囲まれた暮らしを叶えてくれるのが「アロマストーン」です。
- 火や電気を使わずに安心して香りを楽しむことができるアロマアイテムです。
- ・講 師 寺本 秀代さん
- ・費 用 500円程度(実費)
- ・持参品 特に必要ありません。
- ・申 込 材料等を用意する関係がありますので、参加希望の方は、3月14日(金)までに日置ふれあい館へ申し込んでください。



各事業開催日に気象警報が発表されている場合は、事業を中止することがあります。ふれあい館にお問い合わせください。



西紀ふれあい館だより

住所：丹波篠山市川西 70 電話・ファクス：593-0093 熊岡 操・中村和泉

中華ちまきを作ろう！

『中華ちまき』は生のもち米と具材を葉で包んで蒸しあげたものです。加える具材にも甘辛く味付けがしてあり、とても美味しいです。この機会に「本格中華」に挑戦してみませんか？

- 日 時：3月6日(木)
9：30～12：00頃
- 場 所：西紀ふれあい館
- 講 師：小林廣子さん
- 費 用：600円程度
- 持ち物：エプロン・三角巾・マスク
飲み物・持ち帰り容器
- 締切日：2月27日(木)



健康教室と健康体操(4回シリーズ)

第4回目は・・・

お薬の管理・飲み合わせ・副作用のことなどを分かりやすくお話ししていただきます。

- 日 時：3月14日(金)
- 時 間：9：15～10：15頃
- 場 所：西紀ふれあい館
- 講 師：どんぐり薬局 田中 佳祐さん

健康教室の後は、大黒体操で身体をほぐしましょう。

- 時 間：10：30～11：30頃
- 講 師：大黒浩司さん
- 参加費：無料
- 持ち物：マスク・飲み物

*動きやすい服装でご参加ください。

人権学習会のご案内

地震、大雨、警報級の大雪など、近頃では自然災害等が多発し、多くの方が犠牲になりました。

そんな中でも、ボランティアや支援者の方が、力を合わせてみんなでつながり、協力していく姿がありました。

今一度、人と人のつながりの大切さを考えてみませんか。

- 日 時：3月13日(木)
10：00～11：00
- 場 所：西紀ふれあい館
- 講 師：長楽寺住職 安達瑞樹さん
- 内 容：笑うみんなが観音様
(今あるつながりを見つめて)

3月の教室とサロン

- 🌸成人書道教室(月謝1,500円)
5日(水)・19日(水)14：00～16：00
- 🌸子ども書道教室(月謝1,000円)
5日(水)・19日(水)16：00～17：00
- 🌸かご作りサロン
24日(月)10：00～16：00
材料代200円くらいから
- 🌸ホットサロン 園芸療法
6日(木)13：30～15：00
材料代300円
講師：植西恵子さん



※ホットサロンは材料準備のため、3月4日(火)までにお申し込みください。ホットするひと時を楽しんでください。各教室やサロン参加の際はマスク着用、飲み物を持参でお願いします。

元気もりもりクラブ

- 日 時：3月13日(木)
11：30～15：30頃
- 場 所：西紀ふれあい館
- 内 容：色々たこ焼き
- 費 用：500円程度
- 持ち物：エプロン、三角巾、マスク
飲み物
- 締切日：3月6日(木)



ご注意ください。

*事業当日の午前8時に警報、もしくは事業時間帯に警報が出ている場合は中止することがあります。ご了承ください。



味間ふれあい館・丹南児童館だより

2025年3月号 丹波篠山市中野 28

電話 (079)594-1003 / FAX (079)594-1079

ふれあい館：西田直美・井関ゆかり

児童館：田端俊典・上石孝子・西田こず枝

高齢者健康料理教室④

厳しい寒さの中でも、梅の花がちらほらと咲いてきました。春が待ち遠しいですね。

そんな春を待つ気持ちを込めて、彩り豊かなお花見弁当を作りましょう。

日時：3月27日(木) 10時～12時過ぎ

講師：本荘賀寿美先生 参加費：700円

持ち物：エプロン・三角巾・お茶・マスク

参加者：70歳以上の高齢者

申込：3月24日(月)16時まで (先着12人)

「みんなの部屋」をご利用ください。

ふれあい館の付帯施設に、定員6名程度の小さな部屋があります。事前予約の必要がなく、空いていれば自由にご利用いただけます。

窓ガラスがすりガラスになっていますので、授乳や子どもさんのお着替えにも安心です。またお弁当を召し上がっていただくこともできます。

ご利用希望の方はふれあい館か児童館にお声かけ下さい。

3月の広場

ほっこり広場 内容：アロマ リップクリーム作り

日時：3月3日(月)13時30分～

材料費：200円 申込：2月28日(金)まで

4月は園芸療法です。

手作り広場 内容：いちごのエコたわし作り

日時：3月13日(木)13時30分～

材料費：1個100円

申込：3月7日(金)まで

コミュ麻雀広場

日時：3月27日(木)13時～

参加費：100円(お茶と飴玉)

申込：不要



3月の教室・サークル

茶道教室	7日・21日(金)19時30分～
パソコンサークル	14日・28日(金)13時30分～
3B体操	10日・17日(月)13時15分～
舞踊教室(桜喜会)	4日・18日(火)13時30分～
フォークダンス	7・14・21・28日(金)13時15分～
ギター教室	4日・18日・25日(火)18時～
太極拳(悠ゆう会)	お休み
太極拳(Taichi)	お休み
ジャズダンス教室	29日(土)13時～
かごサロン	3日・17日(月)13時～

気象警報や、やむを得ない事情などによって事業を中止することがあります。お問い合わせください。



丹南児童館より 子どもの成長を確かめ、この1年間を振り返りましょう。

子どもは日々成長しています。4月当初を思い出して今と比べてみてください。体の成長と共に心も大きく育ち、できることがどんどん増えています。3月は子どもの成長を確かめる絶好の機会です。

「よくがんばったね!」と、言葉を添えて愛情をたくさん注いでください。

そしてぎゅっとだきしめてあげるといいですね。

【3月の楽しい行事】

6日(木)11:00 おはなし広場

12日(水)10:00 ほっとママダンス※①

13日(木)11:00 つくしんぼ広場

24日(月)13:00 進級お祝い会(定員あり)※②

26日(水) 春休み子ども教室(小学生・卒業生対象 定員あり)※③

※上記①②③の申し込み用紙は、児童館に置いています。3月もうんと楽しい時間を過ごしましょう。

☆TCギャラリーで『一年間の思い出』を展示中。児童館へ見に来てください。



古市ふれあい館だより 令和7年3月(弥生)



〒669-2106 丹波篠山市牛ヶ瀬 78-1 tel&fax : 079-594-1001 西由利子・中道唯公美

◎申込み方法～※印は、事前準備のため申込みが必要です。3月3日(月)9時～受付ます。

(受付時間 9時～17時、土・日・祝日は除く)定員になり次第締め切ります。場所は、すべて古市ふれあい館。

※ラク☆楽☆うまいなサロン

中華おこわ・芋まんじゅう

もちもち絶品の「中華おこわ」を作ります。暖かくなったら「中華おこわ・芋まんじゅう」を持ってピクニックに出かけたくになりますね。



- 日 時 3月27日(木) 9時30分～13時頃
- 講 師 小林 廣子 さん
- 材料費 600円程度
- 持ち物 エプロン・三角巾・マスク
- 募集人数 8名
- 締切日 3月19日(水)

※お菓子・ベーカリーサロン

パンを焼こう!



ちくわなどが入った「たこ焼き風おたのしみパン」と「クリームパン」を作ります。

- 日 時 3月14日(金) 9時～12時頃
- 講 師 西垣 佳代子 さん
- 材料費 800円
- 持ち物 エプロン・三角巾・マスク
- 募集人数 8名



※【寄ってこ会】のお知らせ

☆木の実を使ってアレンジポット(直径約6cm)

- 日 時 3月21日(金) 13時30分～15時頃
- 場 所 古市ふれあい館
- 講 師 植西 恵子さん
- 材料費 300円
- 材料準備のため3月14日(金)までにお申込みください。



※ハンドメイドサロン

2回コース パッチワーク(マチなしポーチ)

- 日 時 ①3月14日(金) 13時30分～15時
②3月31日(月) 13時30分～15時
- 講 師 坂萩 信子さん
- 持ち物 裁縫道具
- 材料費 400円(2回分)
- 募集人数 7名
(2回参加できる方) (たて15cm×よこ21cm)



カラオケサロン



毎月第1金曜日「カラオケサロン」(2階大会議室)で行っています。みんなで楽しくコミュニケーションを取りながら大きな声で歌い、脳を活性化しましょう。申込み不要・参加費無料。

- 日 時 3月7日(金) 13時30分～15時30分

かごサロン

- 日 時 3月13日(木)、3月27日(木) 13時～16時
- 講 師 小倉 桂子 さん
- ☆見学大歓迎 材料はありますので手ぶらでお越しください。材料費500円程度。



※パン作り教室(エビ)

- 日 時 3月17日(月) 9時～16時
- 講 師 野中 陸子 さん
- 材料費 1,000円
- 締切日 3月10日(月)



※コミュニティ健康麻雀

今、高齢者に大人気の「健康麻雀」。かつては不健康なイメージの麻雀でしたが、今や脳のトレーニングとして見直されています。参加費無料。ぜひご参加ください。申し込みが必要です。☎594-1001

- 日 時 3月28日(金) 13時～16時
- 募集人数 12名



※各事業開催日に気象警報が発表されている場合は、事業を中止する場合があります。不明な場合は、ふれあい館にお問い合わせください。