

「みんなの人権110番」(全国共通人権相談ダイヤル)

令和7年10月1日から「女性の人権ホットライン」は、「みんなの人権110番」に統合されました。「みんなの人権110番」でこれまでと同じように、女性の人権問題に関する相談を受け付けています。

みんなの人権110番の電話番号(0570-003-110)にかけたら、自動音声で案内が流れますので、1番を押すと女性の問題に関する相談ができます。ひとりで悩まず、遠慮なくご相談ください。

電話はおかけになった場所の最寄りの法務局につながります。相談は法務局職員又は人権擁護委員がお受けします。秘密は厳守します。

女性の人権問題に関する相談事例として例えば、

- パートナーからの暴言や暴力 ■ストーカー被害 ■職場でのハラスメント行為
- リベンジポルノ被害 ■女性起業家に対する投資家からのハラスメント行為
- AV出演被害 などが考えられます。これらはあくまでも参考例です。



女性をめぐる人権問題以外の相談について、高齢者に関する相談は2番、障がい者に関する相談は3番、その他の人権に関する相談は4番で受け付けています。

年齢・性別に関係なくどなたでも、匿名でも相談できます。

受付日時は平日の8:30~17:15です。

相談は無料ですが通話料は自己負担になります。



震災に便乗した悪質事犯にご注意

地震に便乗した不審な電話、SNSや訪問に注意！寄付先が不透明な募金は詐欺の可能性あり！こんな時は要注意です。

- 公的機関や災害支援団体をかたり、義援金の募集を名目に、現金や電子マネー、暗号資産をだまし取る詐欺
- 被災者の身内や友人等を装い、困窮を理由に送金を求める詐欺
- 警察官を装い、震災に関連した理由により送金を求める詐欺



地震や豪雨等の災害が起こると、その際の混乱や被災者を支援したいという気持ちに付け込んだ便乗商法や詐欺などが増える傾向にあります。何かできることがあればしてあげたいという気持ちはとても大切ですが、だまされては元も子もありません。本当に被災者に届くのかしっかりと見極めることが大事です。

公的機関(市役所等)が、電話や訪問等で義援金を求めることはありません。困ったときは警察(警察相談専用電話#9110)や消費生活相談センター等(消費者ホットライン188)に相談してください。

(警察庁、国民生活センターウェブサイト参照)



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

すべての館だよりをご覧
になりたい方はこちら



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・靱井



●料理教室のご案内

食欲の秋、旬の食材を使って彩り豊かなお弁当を作ります。料理教室の後は地域の方と交流食事をします。

開催日：10月30日（金）

時間：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

参加費：700円

持ち物：エプロン、三角巾、マスク、飲み物

締切り：10月26日（月）17:00まで



●安心安全教室のご案内

実際にあった交通事故や特殊詐欺、9月1日から施行された道路交通法の改正についてお話いただきます。

開催日：10月30日（金）

時間：13時30分～14時30分

場所：畑ふれあい1階会議室

講師：畑駐在所 菅野 秀昭さん

内容：安心安全に暮らすために

参加費：無料

※事前申し込みは不要です

道路交通法の改正については丹波篠山市広報

8月号12ページに掲載されています。



●10月のサロンのご案内

カラオケサロン

1日（第1木曜日）13時30分～15時30分

かごサロン

5日・19日・26日（開館の月曜日）

10時～12時・13時～16時

ご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

23日（第4金曜日）13時～16時



●第1回畑地区女性発交流学习会の感想

8月5日（水）に「戦時中の暮らしと体験」を丹波篠山市同教 啓発推進委員 人権の歴史調査研究班からご講演いただいた感想を一部掲載します。

☆感想①

貴重なお話を聞かせていただき感謝します。あらためて反戦の思いを強くしました。子や孫を戦場に送ることは考えられない。何が私にできるのか考え続けたい。もっと祖父母の話を聞いておけばよかったと今更ながら思います。

☆感想②

是非とも多くの子どもたちに伝えてほしいし伝えることが今の私たち戦後生まれの大きな使命と責任だと思います。

●第2回畑地区女性発交流学习会のご案内 皆さん是非ご参加ください

2回目の交流学习会は丹波篠山市消防本部予防係木船係長を講師に迎え、被災体験や東日本大震災、能登地方の被災地での救援活動をととして、災害時での支え合いや人権についてお話いただきます。

開催日：11月6日（金）

時間：13:30～15:00 ごろ

場所：畑ふれあい館2階会議室

講師：丹波篠山市消防本部木船係長

内容：講演



「震災体験や被災地の救援活動をととして、災害時での支え合いや人権について」

各事業については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

丹波篠山市西荘 202 電話・ファクス：556-2850 西田・羽馬

秋晴れが広がる清々しい季節になり、日中は過ごしやすくなりました。
ふれあい館では体操教室など予定していますので、ぜひお越しください。



○歌声サロン(月1回)

- ☆日 時 10月15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 10月1日(木)
- ・講 師 木戸 夕岐さん
- ☆日 時 10月22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 10月13日(火)
10月27日(火)
- 両日とも午前9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 10月26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

○健康マージャン(コミュニケーション麻雀)

- ☆日 時 10月2日(金)午前10時～
- ・場 所 日置ふれあい館2階大会議室
- ※初心者大歓迎、楽しくゲームをしましょう!



○わいわいサロン(料理教室)

- ☆日 時 10月8日(木)
午前9時30分～
- ・講 師 小林 廣子さん
- ・場 所 日置ふれあい館 1階調理室
- ・内 容 鯖寿司作り
- ・費 用 実費 1,500円程度
☆鯖寿司1本につき1,500円です。
申込時に本数をご報告ください。
- ・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 10月1日(木)



《めだかの学校》

- ・日 時 10月9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 いきいき健康体操
☆ストレッチポールを使用したストレッチ
やマッサージなど高齢者にもできる体
操を教えていただきます。
- ・講 師 飯窪 雅宏さん
- ・持ち物 運動できる服装、
飲み物、タオル等
- ・費 用 無料
- ・募集人数 10名程度



★気象警報発表および荒天時は事業が中止になる場合があります。不明な場合はお問合せください。

篠山東中学校ドリーム学級(体験型人権学習活動・解放学級)の活動で、人権講演会を開催します。
ぜひご参加ください。

- ・日 時：令和8年10月22日(木) 15:15～16:15(予定)
- ・場 所：篠山東中学校 視聴覚室
- ・講 師：人権の歴史調査研究班(丹波篠山市人権・同和教育研究協議会 啓発推進委員)
- ・テーマ：「今こそ語り伝えたい証言から知る戦時中の暮らしと体験」

※ 参加される場合は10月15日(木)までに、
日置ふれあい館までお申し込みください。





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・中村

地域交流・日帰り研修会のご案内

奈良県の興福寺（国宝館・東金堂・中金堂）と、金魚ミュージアムを訪ねます。

興福寺は、現地ボランティアガイドさんに案内していただき、仏像の歴史的背景を通して「人間尊重」や「平和の尊さ」、「世代間の公平性と人権」について学習します。「金魚ミュージアム」は、約 38 種類、3,000 匹の金魚を見ることができ、金魚をコンセプトに「音楽・映像・香り」を使って、「驚き」「癒し」「感動」の空間を体験します。

- 日 時：10月30日（金）
午前8時出発→午後5時頃帰着
- 行 き 先：①興福寺②金魚ミュージアム
- 参 加 費：6,300円（昼食代・入館料等が含まれます。）
※当日集金します。
- 交 通：貸切中型観光バス
- 締 切 日：10月9日（金）
- 定 員：25名（申し込み順に、定員になり次第締め切ります）
- 申込方法：西紀ふれあい館まで（電話又はFAXでも受け付けます）
※日程等の詳細については西紀ふれあい館までお問い合わせください



大黒体操

- 日 時：10月1日（木）
午後1時30分～午後2時30分
- 講 師：大黒浩司さん
- 持ち物：飲み物
- ※動きやすい服装でご参加ください。



元気もりもりクラブ

- 日 時：10月15日（木）
午後1時30分～午後3時30分頃
- 講 師：館職員
- 参加費：500円
- 内 容：きな粉饅頭
- 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物
- 申込締切日：10月8日（木）



豚まん作り

- 日 時：11月6日（金）
午前9時30分～午前12時頃
- 講 師：小林廣子さん
- 参加費：600円
- 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物
持ち帰り用袋
- 申込締切日：10月29日（木）



10月の教室とサロン

- 🌸成人書道教室（月謝 1,500円）
7日（水）・21日（水）午後2時～午後4時
- 🌸子ども書道教室（月謝 1,000円）
7日（水）・21日（水）午後4時～午後5時
- 🌸かご作りサロン
26日（月）午前10時～午後4時
・参加費：（1回につき）300円
・材料代：（別途）200円くらい
- 🌸ホッとサロン 園芸療法
8日（木）午後1時30分～午後3時
・材料代 500円
講師：植西恵子さん
※材料準備のため、10月5日（月）までにお申し込みください。
- 🌸折り紙教室
9日（金）午後1時30分～午後3時30分
・参加費：200円（材料代）
※前日までにお申し込みください。

ご注意ください。

＊事業当日の8：00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。ふれあい館へお問い合わせください。



味間ふれあい館・丹南児童館だより

2026 年 10 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・井関 児童館：田端・上石・西田

病態別料理教室⑤ 動脈硬化

健康な動脈にするには、減塩や脂質のコントロール、野菜・大豆製品・魚の摂取が効果的です。血管をしなやかに保つ食事を学びましょう。

日時：10 月 19 日(月) 10 時～12 時過ぎ

講師：本莊賀寿美さん 参加費：600 円

持ち物：エプロン・三角巾・マスク

参加者：どなたでも参加できます。

申込：10 月 15 日(木)16 時まで (定員 12 人)

そば打ち体験

そば粉の香りを感じ、自分で打ったお蕎麦をその場で味わう時間を過ごしませんか？全麵協認定三段の講師さんが丁寧にご指導くださいます。

日時：10 月 22 日(木) 9 時半から 13 時頃まで

講師：浜園俊弘さん 参加費 700 円

持ち物：エプロン・マスク・三角巾

参加者：どなたでも参加できます。

申込：10 月 19 日(月) 16 時まで (定員 12 人)

日帰り研修会に行きましょう <兵庫県立歴史博物館見学と干支革細工体験>

日時：11 月 13 日(金)8 時半出発、17 時ごろ帰着 参加費：3,000 円(昼食代は含みません。みゆき通り商店街で、各自で昼食をとっていただきます。個人負担をお願いします) 参加費は研修会当日に集金します。

交通手段：貸し切り大型バス 申し込み：10 月 23 日(金)17 時までに味間ふれあい館へお申し込みください。

* 詳細は味間ふれあい館までお問い合わせください。研修会のチラシをお渡します。

* 見学先はどちらも屋内施設ですので、長く歩くことや天候等の心配はご無用です。お申込みお待ちしております。

10 月の広場

ほっこり広場 臨床美術 柿の量感画

日時：10 月 26 日(月)10 時～

材料費：300 円 申込：10 月 19 日(月)まで

手作り広場 そば打ち体験

右上の案内記事をご覧ください。

コミュ麻雀広場 初心者歓迎！

日時：10 月 29 日(木)13 時～

参加費：100 円 申込：不要



10 月の教室・サークル

茶道教室 2 日・30 日(金)19 時 30 分～

パソコンサークル 2 日・16 日(金)13 時 30 分～

3B体操 19 日・26 日(月)13 時 15 分～

舞踊教室(桜喜会) 13 日・27 日(火)13 時 30 分～

フォークダンス 2・9・16・23・30 日(金)13 時 15 分～

ギター教室 6 日・20 日(火)18 時～

太極拳(悠ゆう会) 14 日(水)9 時～

ジャズダンス教室 3 日・17 日(土)13 時～

かごサロン 5 日(月)13 時～

気象警報発表時や、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。ご了承ください。

☆丹南児童館から☆ 児童館は元気な笑顔があふれています。

食欲の秋・スポーツの秋・文化の秋 健康に気をつけて、秋を楽しみましょう。

10 月の楽しい行事

10 月 1 日(木)11:00 おはなし広場

10 月 7 日(水)10:00 ほっとママ広場「ハッピー親子ヨガ」※ 10 月 8 日(木)11:00 つくしんぼ広場

10 月 13 日(火)10:00 ほっとママ広場「筆ペンレッスン」※ 10 月 14 日(水)10:00 ベビーマッサージ教室※

10 月 15 日(木)11:00 つくってあそぼうく運動会ごっこ※> 10 月 22 日(木)11:00 うたってあそぼう♪

※は申込制です。詳しくは児童館にお問い合わせください。



古市ふれあい館だより 令和8年10月(神無月)

〒669-2106 丹波篠山市牛ヶ瀬 78-1 / tel&fax: 079-594-1001 西・中道

※印は、申込みが必要です。実施場所は、「寄ってこ会」以外、「古市ふれあい館」です。

※ラク☆楽☆うまいなサロン

～鯖寿司～

- 日 時 10月15日(木)
午前9時30分～12時
- 講 師 小林 廣子さん
- 材料費 1本 1,500円程度(2本まで)
- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク
- 募集人数 10名 ●締切日 10月8日(木)



※お菓子・ベーカリーサロン

～米粉のバナナブレッド～

- 日 時 10月9日(金)
午前9時～12時
- 講 師 ふれあい館職員
- 材料費 800円程度
- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、
持ち帰り用袋
- 募集人数 7人 ●締切日 10月5日(月)



ひと涼み処・まだまだ涼み処イベント

古市ふれあい館は、市指定暑熱避難施設です。熱中症警戒アラート発表時はもちろん、外出時に気分が悪くなったなど「暑さ回避の駆け込み寺」として気軽にお立ち寄りください。

※～ティッシュカバー～

- 日 時 10月1日(木)
午後1時～4時
- 講 師 ふれあい館職員
- 材料費 400円程度◎柄は選べませんが、ふれあい館で用意します。
- 持ち物 裁縫道具 ●募集人数 6人
- 締切日 9月28日(月)



※～健康麻雀～

- 日 時 10月27日(火)
午後1時～4時
- 募集人数 12人



※～オートミールクッキー～

- 日 時 10月26日(月) 午後1時～4時
- 講 師 ふれあい館職員
- 材料費 600円(袋代含む)
- 持ち物 エプロン・三角巾・マスク
- 募集人数 6人 ●締切日 10月19日(月)



寄ってこ会

～健康体操・大黒体操～

- 日 時 10月16日(金)
午後1時30分～3時
- 場 所 犬飼公民館
- 講 師 大黒 浩司さん
- 参加費 無料
- ☆飲み物を必ずお持ちください。
動きやすい服装で。



※ハンドメイドサロン

～簡単陶芸～

- オープン粘土で箸置きを作ろう♪
- 日 時 10月15日(木) 成型(数日乾燥)
22日(木) 色付け、仕上げ
- ※両日参加できる方に限ります。
午後1時～3時
- 講 師 ふれあい館職員
- 材料費 250円程度
- 募集人数 5名 ●締切日 10月8日(木)



かごサロン

- 日 時 10月8日(木) 午後1時～4時
- 講 師 小倉 桂子さん
- ☆見学だけでもご参加ください。
- 初心者の方は、ちっちゃなかごから・・・
材料費 300円程度。



カラオケサロン

- 日 時 10月2日(金)
午後1時30分～3時30分



※コミュニティ健康麻雀

- 日 時 10月23日(金) 午後1時～4時

ことぶき体操

- 日 時 毎週木曜日
午前9時30分～10時30分
10月1・8・15・22・29日

☆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。