


令和8年度

「丹波篠山市民人権のつどい～人権啓発研修会～」(講演会)

参加費. 申込
不要

日時	令和8年6月3日(水) 19:00～20:30
場所	四季の森生涯学習センター西館 多目的ホール
演題	「社会におけるひきこもりと人権」
講師	船越 明子 さん (神戸市看護大学 教授)
託児	希望者は5月29日(金)までに下記人権推進課まで お申し込みください

手話通訳あります



『ひきこもり』とは、特定の病気や障がいでではなく、「状態」をさす言葉です。

ひきこもりの状態にある人は、何らかの生きづらさを抱え生活上の困難を抱えていたり、家族を含め他者との交流が限定的(稀薄)になっていたり、支援が必要な状態になっています。支援は本人だけでなく、その家族にも必要です。



地域全体や個人で、『ひきこもり』について正しく理解することが大事です。当事者も家族も「誰にもわかってもらえない」「自分はどうなってしまうのだろう」など大きな不安を抱えて暮らしています。気持ちに寄り添いながら、誰もが安心して暮らせる社会をめざして一緒に考えましょう。



男性のための電話相談

男性の臨床心理士が、電話で相談に応じます

相談例：家庭や職場、恋人間の人間関係、夫婦関係、子育てや介護のなやみ、定年後の生き方、働き方についてなど

対象：男性(原則、県内在住・在勤・在学)

料金：無料


相談員：臨床心理士の資格を持つ経験豊かな男性相談員が、電話によるカウンセリングに応じます

実施日：毎月第1・3火曜日(原則)17時～19時まで

電話番号：078-360-8553(男性相談専用ダイヤル)

令和8年	4月	7日	21日	R	10月	6日	20日
	5月	休み	19日	8	11月	休み	17日
	6月	2日	16日	年	12月	1日	15日
	7月	7日	21日	R	1月	5日	19日
	8月	4日	18日	9	2月	2日	16日
	9月	1日	15日	年	3月	2日	16日

※相談時間はお一人1回20分までとさせていただきます。匿名での相談です。お気軽にお電話ください。



若年層の性暴力被害予防について


性犯罪・性暴力は、重大な人権侵害であり、決して許されません。

「何も言わないからいいのかと思った」
その無自覚な行動や発言が相手にとっては性暴力になります。相手の同意のない性的な行為は性暴力です。


性暴力被害の悩み、一人で抱え込まないで。
性別・年齢を問わず、相談できます。

電話で相談
性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ
支援センター #8891
性犯罪被害相談電話(警察) #8103

SNSで相談
Cure time (キュアタイム)




すべての館だよりをご覧になりたい方はこちら



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@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@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@city.sasayama.hyogo.jp	
味間ふれあい館	電話 079-594-1003	メール fureai-ajima@city.sasayama.hyogo.jp	
丹南児童館	ファクス 079-594-1079	メール fureai-ajima@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@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

メール：fureai-hata@gw.city.sasayama.hyogo.jp



新しい年度が始まりました。

ふれあい館は、福祉の向上や住民交流の拠点となる「開かれたコミュニティセンター」として、生活上の各種相談事業や人権課題の解決のための各種事業を行うことを目的にし、「人と人のつながり」を大切に、関係機関と連携を図りながら、住民の皆様のニーズに応じた事業を進めてまいります。

今年度も館長の山西・指導員の靱井でお世話になります。温かいご指導を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

◎開館日は月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

人権に関わる相談や生活上の各種相談について、各関係機関と連絡を取りながら対応させていただきます。プライバシーを守り、相談内容を他に漏らすことはありませんので、安心してご相談ください。

◎相談日は月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

安心安全教室と健康体操のご案内

風薫る好季節となりましたが、皆様お元気でお過ごしですか？

ご存じの方も多いかと思いますが、4月から自転車の交通ルールが新しくなりました。

そこで今回新しく畑駐在所に着任された菅野警部補に「自転車の新ルール」と「特殊詐欺」についてお話いただきます。その後、体をゆっくりほぐす「健康体操」を開催します。(健康体操は椅子に座ったまま簡単にできる体操やボールを使った運動です)

ぜひお気軽にご参加ください。

安心安全教室

開催日：5月22日(金)

場所：畑ふれあい館2階会議室

時間：午後1時30分～2時30分

内容：自転車の新ルールと特殊詐欺について

講師：畑駐在所 菅野 秀昭 警部補

参加費：無料



「健康体操」

開催日：5月22日(金)

場所：畑ふれあい館2階会議室

時間：午後2時45分～3時45分

内容：椅子に座ったまま簡単にできる体操とボールを使った簡単な運動

講師：大黒 浩司さん

参加費：無料

持ち物：飲み物、タオル、ボール

(ボールをお持ちで無い方は講師が準備します)

その他：動きやすい服装でご参加ください。



5月のサロンのご案内

♪カラオケサロン 第1木曜日5月は7日です
午後1時30分～3時30分

♪かごサロン 開館日の毎月曜日
(11日、18日、25日)
午前10時00分～午後0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。

♪コミュサロン 毎月第4金曜日
5月は22日です
午後1時00分～4時00分



健康講座のご案内

最近の夏は、以前と比べて暑さが厳しく、体調管理が難しくなっています。

本格的な夏が来る前に、保健師さんから正しい予防法を学んで、体を整える準備をしましょう？

開催日：5月28日(木)

時間：午後1時30分～2時30分

場所：畑ふれあい館1階会議室

内容：熱中症対策と予防について

講師：健康課 保健師

参加費：無料



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

丹波篠山市西荘 202 電話・ファクス：556-2850 西田・羽馬

お世話になりました

私事ですが3月31日付で丹波篠山市役所を退職するとともに日置ふれあい館館長の職から離れることになりました。

この3年間で、地域の皆様のご支援とご指導のもと、各種事業を行うことができ、有意義な日々を送らせていただきました。

本当にありがとうございました。

皆さまのご健康と日置ふれあい館がますます地域の交流拠点となることを祈念して、お礼のごあいさつとさせていただきます。 岡澤 章好

よろしくお祈いします

4月1日より、日置ふれあい館の館長をさせていただくことになりました。前任は、住民学習推進職員として、市内の各自治会の皆様にお世話になっていました。

ふれあい館での業務は初めてになりますので、至らない点多々あるかと思いますが、引き続き、皆様に親しんでいただけるふれあい館になるよう尽力してまいります。

何かとお世話になりますが、どうぞよろしくお祈いします。 西田 悦子

【5月の予定】

歌声サロン(月1回)

- ☆日 時 5月7日(木) 午前10時～
- ・場 所 和室

健康マーシャン(コミュニケーション麻雀)

- ☆日 時 5月8日(金) 午前10時～
- ・場 所 2階大会議室

※初心者大歓迎。ルールを知らなくても大丈夫です。楽しくゲームをしましょう!

かご作り教室(クラフトバンドで編む)

- ☆日 時 5月25日(月) 午後1時～
- ・講 師 久保田 幸さん
- ・場 所 1階会議室

体操教室(月2回)

- ☆日 時 5月14日(木) 午前9時30分～
- ・講 師 木戸 夕皎さん
- ☆日 時 5月28日(木) 午前9時30分～
- ・講 師 ふれあい館指導員
- ・場 所 2階大会議室

グラウンドゴルフ(月2回)

- ☆日 時 5月12日(火) 午前9時30分～
- 5月26日(火) 午前9時30分～
- ・場 所 西荘グラウンド
- ※熱中症に気を付けましょう!

【めだかの学校】

- ☆日 時 5月22日(金) 午前10時～
- ・場 所 2階大会議室
- ・内 容 健康体操(大黒体操)
- ・講 師 大黒 浩司さん
- ・費 用 無料
- ・持ち物 タオル、飲み物等

※健康維持のための簡単な体操です。ゆっくり楽しみましょう!



【わいわいサロン 料理教室】

- ☆日 時 5月29日(金) 午前9時30分～
- ・場 所 1階調理室
- ・内 容 韓国巻き寿司キンパ作り
- ・講 師 小林 廣子さん
- ・費 用 実費 650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 5月22日(金)



★各事業開催日に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。



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

新しい年度が始まりました

ふれあい館は、福祉の向上や人権啓発の住民交流の拠点となる「開かれたコミュニティセンター」として、生活上の各種相談事業や人権課題の解決のための各種事業を行うことを目的にしています。

「人と人のつながり」を大切に、関係機関と連携を図りながら、住民の皆様のニーズに応じた事業を進めてまいります。

今年度も館長・熊岡、指導員・中村でお世話になります。

温かいご指導を賜りますよう、よろしくお願ひします。

◎開館日は月～金 午前9時～午後5時（祝日、年末年始を除く）



安心安全教室



令和8年4月1日から、自転車の交通違反に「交通反則制度」が導入されました。まだまだ分からない事が沢山あると思います。新しく来られた駐在さんに色々と教えてもらいましょう。また、日々を安心安全に暮らせるように、注意することなどを教えてもらいます。ご参加ください。

- 日 時：令和8年5月21日（木）
午後1時30分～午後2時30分
- 講師：河内駐在所 長谷隆司 巡査部長
- 参加費：無料

安心安全教室終了後に・・・



元気もちもちクラブ

美味しく、簡単にできるお菓子を、みんなで楽しみながら作ります。

- 日 時：令和8年5月21日（木）
午後2時30分～
午後3時30分頃
- 内 容：お菓子作り
- 参加費：500円
- 持ち物：エプロン、三角巾、マスク
- 申込締切日：5月14日（木）

ご注意ください。

* 気象情報や、やむを得ない事情などにより、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。

キンパ作り！

「キンパ」とは、韓国風のり巻きです。韓国語で「のり」という意味の「キム」、「ごはん」を意味する「パプ」を合わせてこの名で呼ばれるようになりました。

- 日 時：令和8年5月14日（木）
午前9時30分～
- 内 容：キンパ（2本）
- 材料費：650円
- 持ち物：エプロン、三角巾、マスク
- 講師：小林廣子さん
- 申込締切日：5月7日（木）

5月の教室とサロン

- ♫成人書道教室（月謝 1,500円）
13日（水）・20日（水）午後2時～午後4時
- ♫子ども書道教室（月謝 1,000円）
13日（水）・20日（水）午後4時～午後5時
- ♫かご作りサロン
25日（月）午前10時～午後4時
参加費：（1回につき）300円
材料費：（別途）200円くらい
- ♫ホッとサロン 臨床美術
14日（木）午後1時30分～午後3時30分
参加費：500円
講師：川崎昌代さん
※材料準備のため、5月11日（月）までにお申し込みください。
- ♫折り紙教室
15日（金）午後1時30分～午後3時30分
参加費：200円





味間ふれあい館・丹南児童館だより

2026年5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①

今年度1回目の高齢者料理教室は、彩りあざやかな行楽弁当を作ります。ご参加ください。

日時：5月28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

申込：5月25日(月)16時まで

*70歳以上限定です(先着12人)



味間ふれあい館・丹南児童館を

どんどんどご利用ください

福祉の向上や人権啓発のための住民交流の拠点として運営しているふれあい館。子どもたちの健やかな成長を願って運営している児童館。両施設ともに、赤ちゃんからご高齢の方まで、大勢の人にご利用いただいています。そして、日々、皆様の楽しい話し声や笑顔があふれています。

年間を通じて様々な事業を実施していきます。お気軽にご参加、お立ち寄りください。



今年度も昨年度と同じ職員で運営します。

どうぞよろしくお願ひします。

5月の広場

ほっこり広場 アロマテラピー リップクリームとかわいいブローチ作り

日時：5月18日(月)10時～

材料費：400円 申込：5月15日(金)まで

手作り広場 筆ペン習字を楽しもう

筆ペンで平仮名を書きます。



日時：5月14日(木)13時30分～

材料費：100円(筆ペンが必要な人は480円)

申込：5月11日(月)まで

コミュ麻雀広場

日時：5月28日(木)13時～16時

参加費：100円 申込：不要



5月の教室・サークル

茶道教室	1日・15日(金)19時30分～
パソコンサークル	8日・22日(金)13時30分～
3B体操	11日・25日(月)13時15分～
舞踊教室(桜喜会)	12日・26日(火)13時30分～
フォークダンス	1・8・15・22・29日(金)13時15分～
ギター教室	12日・26日(火)18時～
太極拳(悠ゆう会)	13日(水)9時～
ジャズダンス教室	2日・16日(土)13時～
かごサロン	18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。



丹南児童館から -あそぶ まなぶ そだつところをめざして-

新年度が始まり1ヶ月が過ぎましたが、新しい環境にはもう慣れましたか。友だちもできましたか？児童館は子どもや保護者の方にとって、安全で楽しくほっとできる居場所を目指しています。5月は、次のような楽しい行事があります。

5月1日(金)10:00 ベビーマッサージ教室※ 5月7日(木)11:00 おはなし広場

5月14日(木)11:00 つくしんぼ広場 5月21日(木)11:00 つくってあそぼう※

5月19日(火)10:00 ほっとママ広場「フラワーアレンジメント」※

5月28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5月(皐月)



〒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。定員になり次第締め切ります。【寄ってこ会】以外は、古市ふれあい館で実施します。各自飲み物をご持参ください。

※ラク☆楽☆うまいなサロン

～行楽弁当を作ろう～

- 日時 5月21日(木)
午前9時30分～12時ごろ
- 講師 小林 廣子 さん
- 内容 いなり寿司・豚肉のアスパラ巻きほか
- 持ち物 エプロン・三角巾・マスク
- 材料費 650円(容器代含む)
- 締切日 5月14日(木)



※ハンドメイドサロン

～ミシンでスマホサコッシュを作ろう (本体縦21cm×横13cm)～

- 日時 5月21日(木)
午後1時～4時30分ごろ
- 講師 ふれあい館職員
- 材料費 400円
(柄は選べませんが、ふれあい館で用意します。
自分で布柄を選びたい方は、
生地質や寸法をお伝えしますので、
お問い合わせください。)
- 持ち物 裁縫道具
- 募集人数 7名
- 締切日 5月14日(木)



かごサロン

- 日時 5月14日(木) 午後1時～4時
- 講師 小倉 桂子さん

ことぶき体操(デカポ一体操)

- 毎週木曜日 午前9時30分～10時30分
～5月の日程～ 7日、14日、21日、28日



カラオケサロン

- 日時 5月1日(金)
午後1時30分～3時30分



※コミュニティ健康麻雀

- 日時 5月22日(金)午後1時～4時

※【寄ってこ会】

～多肉植物の寄せ植え～

- みんなでワイワイおしゃべりしながら
「多肉植物の寄せ植え」に挑戦しよう。
多肉植物のファンは多く、特に寄せ植えは、
特有のユニークな形をどう生かすかが決め手!
こだわりの一鉢をつくりましょう。
- 日時 5月8日(金)
午後1時30分～3時ごろ
- 場所 初田公民館 ← ご注意ください。
- 講師 植西 恵子さん
- 材料費 600円
- 持ち帰り用ナイロン袋。飲み物をご持参ください。
- 締切日 5月1日(金)



※お菓子・ベーカリーサロン

～キッシュを焼こう～

- 日時 5月15日(金)
午前9時～12時
- 講師 ふれあい館職員
- 材料費 900円
直径21cm(7号)ワンホール持ち帰り
いただきます。
- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク
持ち帰り用皿など
- 募集人数 5名
- 締切日 5月8日(金)



※ペットボトルでモグラ除け風車を作ろう

- 日時 5月11日(月)
午後1時30分～
- 講師 ふれあい館職員
- 材料費 1個15円程度
- 持ち物 ペンチ・ペットボトルが切れるはさみ
☆針金ハンガーがあればご持参ください。
- 募集人数 10名
- 締切日 5月8日(金)



☆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。
ふれあい館へお問い合わせください。