

ちるみゅー



TEL 554-6000 URL <http://www.chirumyu.jp>

**夏休みはちるみゅーで！
宿題も遊びもOK!!**

地域の方への催し

- グラウンドゴルフ=10日(水) 10:00～16:00、参加費=大人200円・小人100円
- ノルディックウォーキング=25日(木) 10:00～、参加費=1,000円+ポールレンタル500円
- 歌声喫茶=25日(木) 14:00～、参加費=700円
※飲み物・特製お菓子付
※いずれも入館無料。他の施設の利用は不可。

イベント

たきまつりをちるみゅーで開催
ちるみゅーの食べ物屋台やステージイベントなど。入館無料だよ。お楽しみに！
とき=20日(土)

**夏休みは24日から平日(水～金)も開館！
みんなでぜひ遊びに来てね！**

夏のおたのしみワークショップ！

- ひんやりところてん =6、13日(土)
ツルツルところてん押し出してみよう！
- 川あそび=28日(日)
生き物探しや水あそびで涼もう。



西紀運動公園温水プール&芝グラウンド

TEL 590-8118 FAX 590-8119
URL <http://www.nsi-sports.co.jp/school/nishiki/top>

**待ちました！
夏は西紀へ
行こう！**



●1か月おためし水泳教室

	日程	対象	料金(税込)
7月組	6月29日(土)	全クラス	ベビー： 3,000円 幼児・学童： 4,630円 大人： 5,200円～
	7月26日(金)		
8月組	7月27日(土)		
	8月30日(金)		

●夏休み短期教室開催(4日間×90分コース)

	日程	時間	料金(税込)
1期	7月22日～7月25日	9:15～10:45 最終日は閉講式があるため 9:15～11:15	7,500円 ※割引制度あり
2期	7月29日～8月1日		
3期	8月5日～8月8日		
4期	8月19日～8月22日		

夏休み期間中(7月20日～8月31日)は、休館日なしで開館しています。ぜひご利用ください！
※火曜日は一般遊泳のみ

丹波篠山総合スポーツセンター

TEL 552-8681 FAX 552-2196
URL <https://www.mizuno.jp/facility/hyogo/sasayama.asp>

check トレーニングジムの料金プランは、目的・ライフスタイルに合わせてお選びいただけます

- ☑バリアフリートレーニングしたい!!
 - ☑教室にも興味がある!!
- 人気NO.1**
- そんなあなたは**定期券プラン**
トレーニングジム使い放題・教室受け放題
◎1ヵ月¥5,400(税込) / 55歳以上の方は¥4,860(税込)
- ☑月3回以上は頑張ってお運動しよう!!
 - ☑急な予定が入るかも…
- そんなあなたは**回数券プラン**
12回券 / 4ヵ月(購入日から)
◎¥3,000(税込) 市内・市外問いません。
- ☑まずはお試しで!!
 - ☑先の予定は分からないからちょっと不安
- そんなあなたは**1回券プラン**
利用のたびに購入できます。
◎¥300(市内) / ¥600(市外)

詳しくはお気軽にお問い合わせください。
※3ヵ月券もあります！
※障がい者割引もあります。
※教室のみの料金体制もあります。
※定期券購入にはトレーニングジムの初回講習を受講していただく必要があります。
※当トレーニングジムの初めてご利用の際は、初回講習が必要となります。

丹波篠山総合スポーツセンターの教室・イベント情報更新中！
【ホームページ(HP)】または【フェイスブック(FB)】でチェック！



中央図書館 視聴覚 ライブラリー

TEL 590-1301 FAX 594-5450
URL ホームページあります 丹波篠山市立中央図書館 検索 クリック 丹波篠山TV 検索 クリック

パソコン活用をサポートします！

中央図書館内にある「ICTふれあいサロン」は、パソコン操作に関する市民の相談窓口として、オフィスソフトやインターネットを自由にご利用いただけるパソコンを設置しています。また、下記の時間帯にはパソコンに精通した市民ボランティア(サポートスタッフ)が滞在し、パソコン活用についての助言や指導を行っています。チラシや文書を作成したい、会計簿を作りたいなど、パソコンでやってみたいことをご相談ください。ご自身のパソコンの持ち込みも可能です。



ICTふれあいサロン
利用時間 10:00～18:00(金曜日は19:00まで)
※スタッフ指導時間は10:00～12:30、13:30～16:00。
※利用には図書館利用者カードが必要です。

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	31			

※色部分は中央図書館、丹波篠山市民センター図書コーナーとも休館です。
※15日は丹波篠山市民センター図書コーナー休館です。中央は開館しています。
※印はサークルの皆さんによるおはなし会が行われます。詳しくはホームページをご覧ください。
4・18日(木)は丹波篠山市民センター図書コーナーで親子ふれあいタイムが行われます！(おはなし会は11:00～)

映画・アニメ上映会(中央図書館視聴覚ホール)
■大人向け 「巴里のアメリカ人」(吹替有) ○12日(金)14:00～16:00
○13日(土)15:00～17:00
■子ども向け 「世界名作アニメ ピーターパン」 ○14・21日(日)14:00～15:20

丹波篠山市立田園交響ホール

TEL 552-3600 FAX 552-3646
URL ホームページあります 交響ホール 検索 クリック

好評発売中 **ベンチャーズ**
結成60周年記念
ジャパントア
2019 全席指定

9月4日(水) 開演 18:30
入場料 一般 6,000円
友の会・グループ割(5名以上) 5,500円

丘みどり
コンサート
全席指定

9月28日(土) 開演 14:00
入場料 一般 4,000円
友の会・グループ割(5名以上) 3,500円
発売日 友の会 7月14日(日)9:00～(電話のみ)
一般 7月20日(土)9:00～(電話・窓口)

ふれあいの祭典 第15回
アンサンブル・フェスティバル
兵庫 2019 in 丹波篠山
公演日 **9月15日(日)** 開演 13:30
入場無料(要整理券)

審査により選ばれた音楽愛好家・グループが集い、重唱・合唱・重奏等アンサンブルの楽しみや喜びを共有するフェスティバルです。
出演者募集中! 出演者 応募締切 **7月12日(金)**
※詳しくはホームページまたはお問い合わせください。

DRUM TAO
コンサート
全席指定

10月6日(日) 開演 16:30
入場料 一般 5,000円
友の会・グループ割(5名以上) 4,500円
発売日 友の会 7月27日(土)9:00～(電話のみ)
一般 8月3日(土)9:00～(電話・窓口)

特集
10 11
リポカド
12 15
タウン
16 21
レポ
22 23
24 25
26 29
30 35

※祝日を除きます。

内容	とき・ところ	予約・問い合わせ
人権相談 差別・うわさ・いやがらせ・いじめ・家庭不和・近隣とのめめごとなど	5日(金)9:00~11:30[丹南健康福祉センター] 26日(金)9:00~11:30[丹波篠山市民センター] 水曜日9:00~16:00[神戸地方方法務局柏原支局] 月~金曜日9:00~17:00[市役所第2庁舎1階、各ふれあい館]	柏原人権擁護委員協議会 ☎0795-72-0176/ 人権推進課☎552-6926
女性のための悩み相談	月~金曜日9:00~17:00[右記]	人権推進課☎552-6926
行政相談 国、県、市などへの苦情や要望	5・19日(金)9:00~11:30[丹南健康福祉センター] 12・26日(金)9:00~11:30[丹波篠山市民センター]	市民協働課☎552-5112
心配ごと相談 家庭・地域など身近な悩みごと	5・19日(金)9:00~11:30[丹南健康福祉センター] 12・26日(金)9:00~11:30[丹波篠山市民センター]	丹波篠山市社会福祉協議会 ☎590-1112
消費生活相談 販売・契約・品質のトラブルなど	月~金曜日9:00~16:30[右記]	丹波篠山市消費生活センター (市民協働課内)☎552-1186
結婚相談	火・木曜日10:00~18:30、 土・日曜日10:00~17:00[右記]	結婚相談室りんぐ(丹波篠山市民センター内)☎552-3455
教育・悩み相談	月~金曜日9:00~12:00、13:00~16:30[右記]	教育支援センター(市役所第2庁舎3階)☎552-5824
発達相談	火~金曜日10:00~16:00[右記]	学びサポートルーム(篠山養護学校内)☎552-5237
高齢者・障がい者権利擁護専門相談 要予約 司法書士または弁護士、社会福祉士が対応	9・23日(火)13:30~15:30 [四季の森生涯学習センター]	高齢者・障がい者権利擁護サポートセンター☎594-2022
高齢者こころの相談 要予約 認知症などの相談に専門医・相談員が対応	19日(金)13:30~16:30[丹波篠山市民センター]	長寿福祉課☎552-5346
不登校・ひきこもり当事者家族会	24日(水)19:00~21:00[四季の森生涯学習センター]	
精神障害者家族相談会 要予約 精神障害者相談員が対応	8日(月)13:30~15:45 [障害者総合支援センタースマイルささやま(東沢田)]	社会福祉課☎552-7102
こころのケア相談 要予約 眠れない・イライラ・ストレスなど	4日(木)13:00~[丹南健康福祉センター]	
アルコール相談	19日(金)13:30~[四季の森生涯学習センター]	丹波健康福祉事務所地域保健課 ☎0795-73-3767
年金事務所による出張年金相談 要予約 隔月開催、次回9月5日	4日(木)12:00~15:30[丹波篠山市民センター] ※基礎年金番号(本人でない場合は委任状)が必要。	西宮年金事務所☎0798-33-2944 ※予約受け付けは1カ月前~前日
年金事務所による予約相談 要予約	月曜日8:30~18:00、火~金曜日8:30~16:00、 第2土曜日9:30~15:00[西宮年金事務所] ※基礎年金番号(本人でない場合は委任状)が必要。	ねんきんダイヤル ☎0570-05-4890 ※予約受け付けは1カ月前~前日
無料法律相談 要予約 弁護士が対応(第2・4火曜日は 弁護士資格をもつ市職員(法務 専門員))。1人30分、1回/年	2・9・16日(火)13:30~15:30[丹波篠山市民センター] 23日(火)13:30~15:30[今田まちづくりセンター]	市民協働課☎552-5112 ※予約受け付けは、6月24日 (月)9:00~先着順。
司法書士による無料法律相談会	20日(土)13:30~16:00[丹波篠山市民センター]	司法書士会たんば支部 ☎552-2035(正呂地)
不動産無料相談会	20日(土)13:00~16:00[丹波篠山市民センター]	丹波篠山暮らし案内所 ☎552-4141
家庭児童相談・ひとり親(母子・父子)相談	月~金曜日8:30~17:15[右記]	社会福祉課☎552-7101
農業担い手相談	月~金曜日9:00~17:00[右記]	農都政策課☎552-1114
外国人相談	水曜日9:00~12:00=フィリピン語・中国語、 13:00~16:00=ポルトガル語・英語[右記]	NPO法人篠山国際理解センター (西紀支所3階)☎590-8125
39歳までの若者のための就労 相談窓口	23日(火)13:00~13:50、14:00~14:50、15:00~ 15:50[丹波篠山市民センター]	さんだ若者サポートステーション ☎079-565-9300
土地家屋調査士による無料登記 相談	17日(水)13:30~16:00[丹波篠山市民センター]	県土地家屋調査士会 伊丹支 部篠山地区☎554-3017(長澤)
健康相談「まちの保健室」	13日(土)11:30~13:30[丹波篠山市民センター]	看護協会阪神北支部 (健康課内)☎594-1117

INSTITUTION INFORMATION 7月

丹波並木道中央公園

TEL 594-0990 FAX 594-0991

URL http://www.hyogo-park.or.jp/tanba/

■ ささやま狂言の会発表会「ゆかた会」

とき=6日(土) 17:30~19:00

■ 花と緑の教室 ~熱帯花木を使った寄せ植え~

とき=19日(金) 13:30~15:00

参加費=2,500円

※要予約 8日(月) 17:00まで

■ 大人の木工教室(毎月第1、3土曜日開催)

とき=20日(土)、8月3日(土)各回10:00~15:00

定員=各回5人 参加費=1,500~2,000円

※要予約(各開催日の1週間前まで)

■ Let's♪ノルディックウォーキング

とき=21日(日) 10:00~12:00

対象=小学生以上

参加費=1,000円+ポールレンタル代500円

※要予約 19日(金)まで

■ こどもクラフト

とき=28日(日) 13:30~15:00

対象=幼稚園~小学生(小学校3年生未満は保護
者同伴) 参加費=300~500円

※要予約 26日(金)まで

ささやまの森公園

TEL 557-0045 FAX 557-0201

URL http://www.sasayamanomori.jp/

■ 梅味噌と梅ジュースを作ろう

とき=14日(日) 10:00~15:00

対象=小学生~大人 定員=20人

参加費=500円

持ち物=弁当・飲み物・エプロン・三角巾など

■ 四季の和菓子を作ろう

とき=18日(木) 13:00~15:00 対象=大人

定員=20人 参加費=300円

持ち物=飲み物・エプロン・三角巾など

■ セミのぬけがらを探そう

とき=27日(土) 10:00~12:00

対象=どなたでも 定員=20人

参加費=100円

持ち物=飲み物・帽子など ※雨天中止

■ ♪里山コンサート♪

とき=28日(日) 10:00~11:00

内容=オカリナ演奏 参加費=無料

※いずれも申し込みが必要(先着順)。



まるいの
人権メッセージコーナー

「漢字」から学ぶ人権文化

○「幸」…あなたの「一言」で「辛さ」を「幸せ」に変える

「辛」の漢字に「一」を加えると「幸」になります。自分の力だけでは解決できない「辛さ(つらさ)」を抱えた人たちの気持ちをくみとり、お互いを尊重する「一言(ひとこと)」で、その人を「幸せ(しあわせ)」にできるかもしれません。

○「優」…とにかく「人」がいるだけで「憂」は「優」になる

「優」の漢字は「イ(いんべん)」に「憂(うれい)」と書きます。寂しさ、心配、悲しみ、嘆き、挫折という「憂い」を持った人たち。そのとなりで「人」がそっと寄り添い支える、それが何よりの「優しさ(やさしさ)」だと思います。

○「偽」…思着せがましい「人の」為は「偽り」になる

「偽」の漢字は「イ(いんべん)」に「為(ため)」と書きます。「人の」為にしてやるという思着せがましい言動は、自分の都合や価値観を押しつけがちで、相手にとっては「偽り(いつわり)」になります。人権学習は「人の」為「より」自分の「為」から始め、自らを謙虚に見つめ、自らを変革していききたいものです。

問い合わせ 人権推進課☎552-6926

人権