

Sunday 日	Monday 月	Tuesday 火	Wednesday 水	Thursday 木	Friday 金	Saturday 土
<b>1</b> ●白髪岳・松尾山紅葉登山 ●里山お散歩コレクション…裏面	<b>2</b> ●人権・教育・女性・農業相談 ●ポリオ…P21	<b>3</b> 文化の日 ●男の料理…裏面 ●里山お散歩コレクション(～6日)…裏面 ●篠山市菊花展(～12日)…P22 ●休日のごみの持ち込み…P24	<b>4</b> ●女性・発達・思春期保健・農業・外国人相談 ●子育て相談日…P21	<b>5</b> ●人権・行政・心配・教育・結婚相談 ●2歳児歯科健診…P21	<b>6</b> ●人権・行政・心配・女性・発達相談	<b>7</b> ●結婚相談 ●絵本とお話を楽しむ会…裏面 ●山口ともとワークショップ&おんがく会…裏面 ●関西茶業振興大会-SC21交流フェスティバル-ささやま環境まちづくりゼミ…P22
<b>8</b> ●里山活用シリーズ…裏面 ●里山お散歩コレクション…裏面 ●レッツ子育て広場…P21	<b>9</b> ●人権・教育・女性・こころのケア・農業相談 ●乳児健康相談…P21 ●精神障害者家族相談会…P26	<b>10</b> ●人権・教育・結婚・発達相談 ●絵本とお話を楽しむ会…裏面 ●こんにちは市長室…P13 ●ネコの引き取り…P25	<b>11</b> ●行政・女性・発達・農業・外国人相談 ●里山お散歩コレクション(～13日)…裏面 ●離乳食教室…P21 ●粗大ごみの収集…P24 ●献血10:00～11:30=今田まちづくりセンター 12:15～13:00=黄桜酒造(株) 14:30～15:30=こんだ薬師温泉	<b>12</b> ●人権・教育・結婚相談 ●グラウンドゴルフ大会…裏面 ●1歳7カ月児健診…P21 ●ファミリーサポート…P22 ●ささやま地域医療フォーラム…P25 ●ささやま展(～20日)=中央図書館	<b>13</b> ●人権・行政・心配・女性・発達相談 ●キンコンカンコンサート…P23	<b>14</b> ●結婚・健康相談 ●里山活用シリーズ…裏面 ●絵本とお話を楽しむ会…裏面 ●ひよこの日・おとなりスタッフとあそぼう・フライフィッシング特別版…裏面 ●インディアカ講習会・大会…P22 ●まちなみグリーンキャンパーン…P27 ●電動アシスト自転車の乗車体験…P27
<b>15</b> ●紅葉の金山ふれあい登山 ●手作り黒豆プロジェクト…裏面 ●狩猟解禁(2月15日)…P15 ●みたけの里文化の祭典・宇宙と大地からのプレゼント・築城400年記念植樹…P16 ●篠山街角コンサート…P22	<b>16</b> ●人権・教育・女性・農業相談 ●パパママ教室…P21 ●献血11:30～16:00=市役所本庁	<b>17</b> ●人権・教育・結婚・発達・障がい・無料法律相談 ●絵本とお話を楽しむ会…裏面 ●ポリオ…P21	<b>18</b> ●女性・発達・農業・外国人相談 ●かまどの日(～20日)…裏面 ●子育て相談日…P21 ●ガラス細工体験教室(～19日)…P23	<b>19</b> ●人権・教育・結婚・年金・司法書士による無料法律相談 ●3歳児健診…P21	<b>20</b> ●人権・行政・心配・教育・女性・発達相談 ●映画アニメ上映会(～23日)…裏面 ●スポーツ施設講座…P18 ●認知症相談…P18 ●ポリオ…P21 ●ファミリーサポート…P22	<b>21</b> ●結婚相談 ●草木染め教室…裏面 ●絵本とお話を楽しむ会…裏面 ●エイサー祭…裏面 ●企業紹介フェア…P23
<b>22</b> ●かまどの日…裏面 ●いのこ祭…P16	<b>23</b> 勤労感謝の日 ●深山登山…裏面 ●手作り田んぼプロジェクト…裏面 ●野中収獲感謝祭…P16 ●篠山市文化祭…P23 ●篠山市展(～29日)…P24	<b>24</b> ●人権・教育・結婚・発達相談 ●ネコの引き取り…P25	<b>25</b> ●女性・発達・農業・外国人相談 ●かまどの日(～27日)…裏面 ●らく楽介護講座なごみ…P18 ●ポリオ…P21	<b>26</b> ●人権・行政・教育・結婚・うつ・ひきこもり相談 ●4カ月児健診…P21	<b>27</b> ●人権・行政・心配・教育・女性・発達相談 ●ポリオ…P21	<b>28</b> ●結婚・無料法律相談 ●精神疾患を理解しよう ●里山活用シリーズ…裏面 ●絵本とお話を楽しむ会…裏面 ●こどもワンダーカーニバル(～29日)…裏面
<b>29</b> ●杉玉作り…裏面 ●丹波の森演劇祭…P24	<b>30</b> ●人権・教育・女性・農業相談 ●BCG…P21	<b>白髪岳・松尾山紅葉登山</b> と き 11月1日(日)9時～11時の間に集合し、順次登山開始 ※雨天の場合は周辺の散策。 集合場所 住山登山口 問い合わせ 白髪岳周辺開発推進協議会住山部 ☎595-0449(藤原) / 丹波篠山黒まめ課 ☎552-6907		<b>紅葉の金山ふれあい登山会</b> と き 11月15日(日)10時集合 ※雨天の場合は周辺の散策。 集合場所 追手神社境内(大山宮) 問い合わせ (財)大山振興会 ☎596-0001 / 丹波篠山黒まめ課 ☎552-6907		<b>《今月の納税》</b> <b>市県民税(3期分)</b> <b>11月2日(月)まで</b> ※10月31日が土曜日のため、11月2日が納期になります。

はずしてご利用ください。

### 相談行事

- 人権相談【柏原人権擁護委員協議会 ☎0795-72-0161 / 人権推進課 ☎552-6926】  
5日(木)13:30～16:00=西紀老人福祉センター・今田まちづくりセンター / 6日(金)9:00～11:30=丹南健康福祉センター / 26日(木)13:30～16:00=城東公民館・ハートピアセンター / 毎週月・火・木・金曜日(祝日を除く)=男女共同参画センター
- 行政相談【市民協働課 ☎552-5112】  
5日(木)13:30～16:00=西紀老人福祉センター / 6日(金)・20日(金)9:00～11:30=丹南健康福祉センター / 13日(金)・27日(金)9:00～11:30=篠山市民センター / 11日(水)13:30～16:00=今田まちづくりセンター / 26日(木)13:30～16:00=城東公民館・ハートピアセンター
- 心配ごと相談【篠山市社会福祉協議会 ☎590-1112】  
5日(木)13:30～16:00=今田まちづくりセンター / 6日(金)・20日(金)9:00～11:30=丹南健康福祉センター / 13日(金)・27日(金)9:00～11:30=篠山市民センター
- 教育・悩み相談【篠山市青少年育成センター(西紀支所内)フリーダイヤル ☎0120-711-338 / 適応指導教室「ゆめハウス」(西紀支所内) ☎590-8111】  
毎週月・火・木曜日13:00～16:00=篠山市青少年育成センター / 12日(木)13:20～16:20・20日(金)10:00～13:00・27日(金)10:00～11:00=適応指導教室「ゆめハウス」 ※祝日を除く。
- 女性のための悩み相談【人権推進課 ☎552-6926】  
毎週月・水・金曜日(祝日を除く)=男女共同参画センター ※面接・電話で対応。
- 結婚相談【結婚相談室 ☎552-3455】  
毎週火・木・土曜日10:00～16:00=篠山市民センター
- 発達相談【篠山養護学校 ☎552-5237】  
毎週火・水・金曜日(祝日を除く)=10:00～16:00
- 健康相談【まちの保健室】【訪問看護ステーションコスモス ☎590-1335 / 健康課 ☎594-1117】  
14日(土)11:30～13:30=篠山市民センター ※体脂肪測定を希望される方は、素足になれる服装でお越しください。
- 障がいのある方の相談【地域福祉課 ☎552-7102】  
17日(火)13:30～16:00=スマイルささやま(東沢田) ※市内事業所の障害者相談支援専門員が対応。要予約。
- 精神福祉相談【丹波健康福祉事務所地域保健課 ☎0795-72-0500】  
○思春期保健相談 4日(水)13:30～15:30=丹波健康福祉事務所 ○こころのケア相談 9日(月)13:30～16:00=旧篠山健康福祉事務所(郡家) ○うつ・ひきこもり相談 26日(木)13:00～16:00=丹波健康福祉事務所 ※いずれも要予約。
- 社会保険事務所による年金相談【西宮社会保険事務所 ☎0798-33-2944 / 医療保険課 ☎552-7103】  
19日(木)12:00～15:00(受け付けは9:00～)=篠山市民センター(開館は8:30) ※定員は35人。持ち物はお問い合わせください。 ○相談時間延長 毎週月曜日(19:00まで)=西宮社会保険事務所 ※祝日の場合は翌日に行われます。 ○休日開設日 14日(土)9:30～16:00=西宮社会保険事務所 ※年金手帳などの基礎年金番号が分かるものをお持ちください。本人が行けない場合は委任状が必要。
- 無料法律相談【市民協働課 ☎552-1111 (内線453-454)】  
○平日 17日(火)13:00～16:00=篠山市民センター(定員は6人) ○土曜日 28日(土)9:30～11:30=篠山市民センター(定員は4人) ※兵庫県弁護士会が対応。いずれも申し込みは、11月2日(月)午前9時から電話でお申し込みください(先着順1人の相談時間は30分)。
- 司法書士による無料法律相談【司法書士会篠山支部 ☎552-2035(正呂地)】  
19日(木)13:30～16:00=篠山市商工会今田分所
- 家庭児童相談・母子相談【篠山市福祉事務所 ☎552-1115】  
毎日(土・日・祝日を除く)=篠山市福祉事務所
- 農業担い手相談【農業担い手サポートセンター(農林政策課内) ☎552-1111(内線438-439)】  
毎週月・水曜日(祝日を除く)=市役所第2庁舎
- 外国人相談【NPO法人篠山国際理解センター ☎590-8125】  
毎週水曜日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 ※要予約。

### 休日診療・検診

日	担当医師	場所	受付時間
1(日)	すぎもと 博之・クリニック医師	休日診療所 (篠山市民センター内)	【午前】 10:00～12:00 【午後】 13:00～16:30
3(火)	石井 隆 医師		
8(日)	丸尾 隆 医師		
15(日)	山鳥 隆 医師		
22(日)	岡本 隆 医師		
23(月)	小嶋 隆 医師		
29(日)	建井 隆 医師		

■問い合わせ  
健康課 ☎594-1117  
篠山市消防本部消防署 ☎594-1119  
篠山市医師会 ☎552-8225  
篠山市休日診療所 ☎552-8910  
小児救急医療電話相談窓口  
☎0795-72-4396  
対応時間 平日=17:30～翌8:00  
土・日・祝日=24時間

※都合により医師に変更が生じる場合があります。

検診名	料金	日	対象者	備考
乳がん(視触診)	700円	通年	11月生まれの女性が望ましい	指定医療機関 ○乳がん=河合医院・平野外科医院・岡本病院・西井外科・兵庫医大篠山病院 ○子宮がん=丸尾医院・兵庫医大篠山病院・ベテスダクリニック・タマル産婦人科 ※いずれもご予約の上、受診してください。
子宮がん(頸部)	1,200円			
歯周疾患	300円			対象の方には個別にご案内します。各歯科医院にご予約の上、受診してください。

### ～防災ひとくちメモ～

**避難を呼び掛ける用語 避難勧告**

大雨で土砂災害などの危険性が高まった時、市から避難を呼びかける「避難勧告」を発令します。これを見聞きした場合、避難生活に最低限必要な物(食料、飲料水、着替え、毛布、薬、その他生活用品など)を持って、ご近所と声を掛け合い、集団で避難を開始してください。

なお、さらに危険性が高まった場合には、最上級レベルの「避難指示」を発令します。ただし、すでに自宅周辺が浸水している場合は、避難するに当たって危険な場合がありますので、周囲の状況に応じて自ら避難を判断してください。



### 交通安全スローガン



### 「精神疾患を理解しよう」 地区別家族教室

精神疾患を発病されて間もない方のご家族を対象に家族教室を行います。

と き 11月28日(土) 13:30～  
と ころ 丹南健康福祉センター  
申込先 (社)兵庫県精神障害者家族会連合会 ☎078-360-2618  
申し込み方法 下記に備えています申込書に必要事項を記入の上、電話またはFAX(078-360-2615)  
問い合わせ 医療保険課 ☎552-7103