

ちるみゅー



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

あおぞらのした、げんきいっぱい芝生であそぼ! 9月の地域の方への催し

- グラウンドゴルフ芝生開放=7・21日(水)10:00～、料金=大人200円、小人100円(市外の方は倍額) ※道具貸出し有り。
- ノルディックウォーキング=8日(木)10:00～、参加費=1,000円+ポールレンタル500円
- 歌声喫茶=29日(木)14:00～、料金=700円 ※飲み物・特製お菓子付き。 ※いずれも入館無料。他の施設のご利用はできません。

9月の開館日の催し

- 人形劇 4日=グループケロちゃん「おばあさんとマリーちゃん」/11・18・19日=人形劇団クラルテ/22日=人形げきグループあんころもち「ちいさなおばけちゃん」
- イベント・ワークショップ 3日「お馬さんといっしょ!」/4日「折り紙ヒコーキ大会」(参加賞あり)/17～19日「かまどの日 アウトドアクッキング」/22・24日「どんぐりコロコロめいろ」/25日「ナチュラルバックヤードの木のおもちゃづくり」

25日(日)ちるみゅー運動会

ちるみゅーオリジナル運動会!どんな競技があるのかな?里山の運動会で盛り上がりそう! 参加してくれた人には参加賞、種目ごとに賞品もあるよ。みんな動きやすい服装できてね。
※予告なく変更になることがあります。詳しくはホームページ、またはお電話にてご確認ください。

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>

残暑もプールで解消しよう

暑い夏、家の中で閉じこもっていませんか?運動不足になっていませんか? 水中では関節や身体への負担も少なく泳いだり、歩いたり楽しく運動できます。 また、一般遊泳に加え、大人スクールへの入会もお勧めしています。 興味のある方は一度見学にお越しください。

スクール料金

	利用日	月会費	入会金	年会費
レギュラー会員	毎日	6,800円	2,060円	1,300円
デイ会員	休館日(火曜日)を除く	5,800円		
ナイト会員		5,500円		

- 月会費のみでスクールと自由遊泳ができます。
- 篠山市民で65歳以上の人は2,500円(6カ月分)が助成されます。

一般遊泳料金	大人	回数券
大人	1日620円	回数券3,100円(6枚つづり) 1カ月5,160円
子ども	1日320円	回数券1,560円(6枚つづり) 1カ月2,580円



篠山総合スポーツセンター

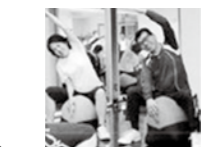
TEL 552-8681 FAX 552-2196
URL ホームページあります 篠山総合スポーツセンター ミズノ 検索



60歳からはじめる健康プログラム LaLaLaFit 教室

毎週水曜日 10:00～11:00
月会費制(毎月4回開催) 定員 10人
体験無料!!

ラララフィット健康プログラムは、「できる」「楽しむ」「つづく」の3つのコンセプトをもとにミズノが独自に開発した高齢者向けの健康増進プログラムです。



新しいマシンが導入されました! トレーニングジム会員募集!

トレーニングジムご利用の際は、必ず初回講習が必要となります。
初回講習開催日: 毎週月・水・金・日曜日
時間 ①10:00～ ②13:00～ ③18:00～
定員 1回2人(要予約)
初回講習料 3,000円
ジム利用料 (市内) 300円 (市外) 600円
回数券 3,000円(12回分)
※1年以上ご利用が確認できない方は、初回講習が必要となります。

詳細は篠山総合スポーツセンターまでお気軽にお問い合わせください♪

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 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

毎月10日は「篠山だけ図書館の日」

来館者の方々が多少大きな声で話したり、小さなお子さんが声を出して絵本を読んだり、お友達同士でお話をしたり、司書による読み聞かせや紙芝居、ボランティアによる折り紙教室などイベントもたくさんでにぎやかな図書館、そんな1日があってもいいじゃないか。ということで平成27年10月からスタートした企画です。普段の図書館ではできない本とのふれあいをお楽しみください。

また、静かな環境で本・新聞雑誌などを読みたい方には創作活動室を終日自習室・閲覧室として開放しています。



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	

※色部分は、休館日です(19・22日は市民センター図書コーナーのみ休館)。
※○印はサークルの皆さんによるおはなし会が行われます。

1・8・15・29日(木)は篠山市民センター図書コーナーで親子連れ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「コンタクト特別版」(吹替・字幕有) ○9日(金)14:00～16:30 ○10日(土)15:00～17:30
- 子ども向け「ジャックとまめの木」 ○11・18日(日)14:00～14:50

たんば田園交響ホール

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

佐渡裕指揮 PACオーケストラ公開リハーサル

9月10日にたんば田園交響ホールで開催する、佐渡裕氏率いるPACオーケストラコンサートのリハーサルを特別に一般公開します。

とき 9月9日(金)13時30分～14時30分
ところ たんば田園交響ホール ※未就学児童の入場はご遠慮ください。

佐渡裕芸術監督による公開クリニック

佐渡裕芸術監督が地元のメロマン室内管弦楽団に特別クリニックを行います。佐渡監督の指導風景を身近に見られるまたとない機会をお見逃しなく!

とき 9月9日(金)19時～20時
ところ たんば田園交響ホール ※未就学児童の入場はご遠慮ください。

PACメンバーによるお出かけ演奏会

PACオーケストラによる、室内楽ミニコンサートを篠山市内3カ所で開催します。演奏内容は当日のお楽しみで。 ※入場制限はありません。※各会場の駐車場には限りがあります。

とき 9月9日(金)19時～20時

- ところ ○篠山市民センター・ロビー
- 四季の森生涯学習センター・多目的ホール
- こんだ薬師温泉めぐりの郷・大宴会場

市民共同企画事業

第3回 篠山秋の狂言会

演目
・筒(くさびら)/狂言
・素袖路(すおうおどろ)/狂言 他

9月19日(月・祝) 開演 14:00
入場料: 前売 一般3,000円 学生1,000円 各500円増
当日 自由



市民共同企画事業

篠山演劇サークル

花いちもれめ企画公演
松竹新喜劇の爆笑公演
「震町の友情」

9月24日(土) 開演 14:00
入場料: 前売3,500円 当日4,000円
好評発売中! 全席自由



DRUM TAO

舞臺-Bukyo-踊る太鼓
世界観客動員700万人に迫る
スロウドウェイより凱旋!

10月1日(土) 開演 19:00
入場料: 一般4,500円 友の会・グループ割(5名以上)4,000円



EBIKEN The ENTERTAINMENT 2016

12月23日(金・祝) 開演 18:00

EBIKENと共演するダンスチーム大募集!
共演内容: ダンスグループ ナンバーの披露(5分以内・2チーム予定)
対象: 市内在住・在勤のダンスグループ(小学生以上でグループ人数は問わず)
応募方法: エントリーシート・ダンス映像(DVD)の提出
(YouTubeなどのURL提示でも可) ※EBIKENとのダンスコラボがあるかも?
応募締切: 9月30日(金)



相談 9月

- 人権相談
【柏原人権擁護委員協議会 ☎ 0795-72-0176 / 人権推進課 ☎ 552-6926】
2日(金) 9:00～11:30 = 丹南健康福祉センター / 23日(金) 9:00～11:30 = 篠山市民センター / 毎週月・水・木・金曜日(祝日を除く) 9:00～16:00 = 市役所第2庁舎1階
- 行政相談
【市民協働課 ☎ 552-5112】
2・16日(金) 9:00～11:30 = 丹南健康福祉センター / 9・23日(金) 9:00～11:30 = 篠山市民センター
- 心配ごと相談
【篠山市社会福祉協議会 ☎ 590-1112】
2・16・30日(金) 9:00～11:30 = 丹南健康福祉センター / 9・23日(金) 9:00～11:30 = 篠山市民センター
- 消費生活相談
【市民協働課(篠山市消費生活センター) ☎ 552-1186】
2日(金) 9:00～11:30 = 丹南健康福祉センター / 毎週月～木曜日(祝日を除く) 8:30～16:30、毎週金曜日(祝日を除く) 9:00～16:00 = 市役所第2庁舎1階
- ふくし総合相談窓口相談会
【地域福祉課 ☎ 552-5346】
○高齢者・障がい者権利擁護専門相談 13・27日(火) 13:30～15:30 = 市役所第2庁舎1階 ※司法書士または弁護士、社会福祉士が対応。要予約。
○高齢者こころの相談(認知症などの相談) 16日(金) 13:30～16:30 = 篠山市民センター ※専門医・相談員が対応。要予約。
- 教育・悩み相談
【篠山市教育支援センター ☎ 552-

- 5824】
毎日(土・日・祝日を除く) 9:00～12:00、13:00～16:30 = 市役所第2庁舎3階
- 女性のための悩み相談
【人権推進課 ☎ 552-6926】
毎週月・火・木・金曜日(祝日を除く) 9:00～16:00 = 市役所第2庁舎1階
- 結婚相談
【結婚相談室りんぐ ☎ 552-3455】
毎週火・木曜日 10:00～18:30 / 毎週土・日曜日 10:00～17:00 = 篠山市民センター ※祝日を除く。
- 健康相談「まちの保健室」
【看護協会阪神北支部・健康課 ☎ 594-1117】
3日(土) 11:00～13:30 = パザールタウンNEWS館 / 10日(土) 11:30～13:30 = 篠山市民センター
- 発達相談
【篠山養護学校(学びサポートルーム) ☎ 552-5237】
毎週火～金曜日(祝日を除く) 10:00～16:00 = 篠山養護学校
- ひきこもり当事者家族会
【地域福祉課 ☎ 552-7102】
28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
【地域福祉課 ☎ 552-7102】
12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) ※精神障害者相談員が対応。要予約。
- 精神保健福祉相談
【丹波健康福祉事務所地域保健課 ☎ 0795-73-3767】
○こころのケア相談 14日(水) 13:15～ = 四季の森生涯学習センター ※要予約。
○アルコール相談 27日(火) 13:15～ = 四季の森生涯学習センター ※要予約。

- 年金事務所による年金相談
【西宮年金事務所 ☎ 0798-33-2944】
○出張年金相談 1日(木) 12:00～15:30 = 篠山市民センター ※要予約。
○相談時間延長 毎週月曜日(19:00まで) = 西宮年金事務所 ※祝日の場合は翌日に開催。
○休日開設日 10日(土) 9:30～16:00 = 西宮年金事務所 ※年金手帳など基礎年金番号が分かるもの(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 ☎ 552-5112】
20日(火)・10月4日(火) 13:30～15:30 = 篠山市民センター(受付は、20日が9月1日(木) 9:00～、10月4日が9月15日(木) 9:00～先着順) ※兵庫県弁護士会が対応。相談は1人30分、1回/年。
- 司法書士による無料法律相談
【司法書士会たんば支部 ☎ 594-2233(稲山)】
17日(土) 13:30～16:00 = 篠山市民センター
- 家庭児童相談・ひとり親(母子・父子)相談
【福祉総務課 ☎ 552-7101】
毎日(土・日・祝日を除く) = 市役所第2庁舎1階
- 農業担い手相談
【農業担い手サポートセンター(農都政策課内) ☎ 552-1114】
毎日(土・日・祝日を除く) = 市役所第2庁舎2階
- 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 ※祝日を除く。要予約。

丹波並木道中央公園

TEL 594-0990 FAX 594-0991

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

Let's♪ノルディックウォーキング

とき=18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(定員になるまで)。

こどもクラフト

とき=24日(土)13:30～15:00
対象=幼児から(小学3年生未満は保護者同伴)
定員=16人 参加費=300～500円
※要予約(22日(木)まで)。

プリザーブドフラワー

～ハロウィンアレンジメント～
とき=25日(日) 午前の部10:00～12:00、
午後の部13:30～15:30
定員=合計20人 参加費=3,500円
※要予約(定員になるまで)。

大人の木工教室～スライド式本棚～

とき=10月1日(土)10:00～15:00
定員=5人 参加費=1,500円
※要予約(9月24日(土)まで)。

花と緑の教室～秋の草花の寄せ植えと管理法～

とき=10月14日(金) 13:30～15:30
定員=25人 参加費=2,200円
※要予約(10月6日(木) 17:00まで)。

ささやまの森公園

TEL 557-0045 FAX 557-0201

URL http://www.sasayamanomori.jp/

ミニチュアハウスを作ろう

園内の自然素材などを使って作ります。
とき=11日(日)10:00～15:00
対象=小学生～大人 参加費=300円

草木で染めよう～サクラ～

とき=16日(金)10:00～15:00 対象=大人
参加費=500円
持ち物=天然素材の布(Tシャツ1枚分の大きさまで)

木の実を味わおう

植物を観察しながら、アケビなど木の実を味わいます。
とき=18日(日)10:00～15:00
対象=小学生～大人 参加費=100円

森で遊ぼう

午前中は「森の遊び場」に木登り遊具を作ります。午後は森の中で「宝探し」を楽しみます。
とき=22日(木・祝)10:00～15:00
対象=小学生以上の親子 参加費=500円

布ぞうりを作ろう

とき=24日(土) 9:30～15:30 対象=大人
参加費=500円
持ち物=木綿の古布(大人用Tシャツ3枚分程度)
※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

「感謝の言葉を言えてなかったな」と反省しました。

妻が熟年離婚を決意する理由のキーワードとして「男尊女卑」「家政婦扱い」があります。多くの夫が上から目線で妻を家政婦のように扱ってきた「妻と夫の関係を」「対等な個人の関係」として築き上げることが円満な夫婦関係をつくることにつながることをお話しされました。

そして、熟年離婚を解決する方法として、男性の方へ「妻を名前で呼ぶ」「定年後は昼食を自分で作る」「ありがとう、愛している、ごめんなどを必ず言う」「結婚記念日、誕生日は忘れないで何かを贈る」など具体的な提案をしていただきました。

自分自身を振り返って見たとき、

定年後は妻と一緒に過ごしたい夫と、お互い干渉せずに自由に過ごしたいと望む妻。夫婦間の意識のギャップを認識していないと、定年後の夢が打ち砕かれるだけでなく、老後の夫婦生活が双方にとって不幸なものになりかねません。

妻が熟年離婚を決意する理由のキーワードとして「男尊女卑」「家政婦扱い」があります。多くの夫が上から目線で妻を家政婦のように扱ってきた「妻と夫の関係を」「対等な個人の関係」として築き上げることが円満な夫婦関係をつくることにつながることをお話しされました。

7月15日、篠山市民センターで、大阪樟蔭女子大学の石蔵文信教授の講演を聞きました。

男女共同参画研修会
あなたもわたしも心ゆるやかに生きる「わしも族夫」と「エイリアン妻」がパートナーシップを深めるために

問い合わせ 人権推進課 ☎ 552-6926

人権

男女共同参画研修会

ふるさとの貴重な動植物 ツチガエル(アカガエル科)

分布: 本州・四国・九州の田んぼ

体長: 約4cm
兵庫県絶滅危惧種: Cランク



ツチガエルは、田んぼで見られるカエルです。背中に「いぼ」があるようにでこぼこしているのが「いぼがえる」とも呼ばれます。田んぼは田植えのころから稲刈りのころまで水があり、そこは多くの生き物のすみかとなっています。カエルは稲につく害虫などを食べてくれるので、人間にとって都合のいい生き物です。最近はカエルが減っていて、ツチガエルは絶滅危惧種にあげられています。しかし、篠山には自然豊かな田んぼがたくさんあり、ツチガエルもたくましく生きています。

篠山環境みらい会議会長・兵庫県立篠山東雲高等学校教諭 田井彰人さんの協力