

INSTITUTION INFORMATION

ちるみゅー



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

おいしく、たのしく、あてきな秋！
地域の方への催し

- グラウンドゴルフ芝生開放=5・19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=13・27日(木)10:00～、
参加費=1,000円+ポールレンタル500円
- 歌声喫茶=27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。

10月の開館日の催し

- 人形劇 2日=人形芝居めい遊「ようこそまっていたよ」/9・10・16日=人形劇団クラルテ/23日=人形劇おまけのおまけ「ハラペコくん」
- イベント・ワークショップ
8日「おむすびころりん」/15日「森の工場へきのご狩り」/16・22日「かぼちゃプリン」/29・30日「ジャックオーランタンを作ろう」

9・10日子どもすもう ちるみゅー場所(参加賞あり)

小田中稲荷神社の「子どもすもう」が、ちるみゅーで復活！ ちゃんこ鍋のふるまい、参加賞もあるよ！

29・30日毎年恒例！ ちるみゅーハロウィン

スタッフもおばけに変身。ゲームやパレードに参加して楽しもう！ 仮装してご来館の方は入館料半額。



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>

篠山の秋の味覚を味わい、しっかりと運動し健康な生活を過ごしましょう。



はじめて水泳をされるお客さまにも安心のスクールをご用意しています。ぜひ一度お試しください(いずれも30分間)。

- 水中運動** さまざまな効能があります
- ① **マッサージ効果** 水圧で負荷がかかり体中の血の流れが良くなります
 - ② **ダイエット効果** 陸上と比べ約2倍の効果が得られます
 - ③ **肩こり解消** 水圧や水の抵抗による負荷を受け血行がよくなります(クロール1往復で約60回肩をまわします)

水中ウォーキング	歩きながら有酸素運動をします
腰痛ウォーキング	腰痛に対してフォローできる体幹づくりを行います
かんたんアクアビクス	リズムを取りながらさまざまな筋肉を動かします
はじめてスイミング	水中の基本動作を無理せず慣らしていきます

※そのほかにも4泳法などの水泳プログラムもあります。一般遊泳料金(620円)にプラス500円でスクール体験できます。

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](#) [丹波篠山TV](#) [検索](#)

「絵本講座 こどもと絵本」に参加しませんか？

とき ①10月27日(木)「こどもの発達と絵本」、②11月10日(木)「いろいろな絵本の中から選ぶ」 ※両日とも13:30～15:30。

ところ 中央図書館視聴覚ホール
講師 石川晴子さん(児童文学研究家)

定員 30人(先着順)

申し込み方法 上記・篠山市民センター図書コーナーなどに備え付けの申込書を提出(郵送やFAX594-5450も可)



絵本の役割や必要性を一緒に勉強しましょう！

						①
2	3	④	5	⑥	7	⑧
9	10	11	12	13	14	⑮
16	17	⑱	19	20	21	⑳
23	24	⑳	26	27	28	㉑
30	31					

※色部分は、休館日です(10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。

6・13・20・27日(木)は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

- 「天と地」(吹替・字幕有)
○14日(金)14:00～16:20
○15日(土)15:00～17:20

■子ども向け

- 「みにくいあひるの子」
○16日(日)14:00～14:50
○23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](#)
TEL 552-3600 FAX 552-3646



DRUM TAO 舞響~Bukyo~ 踊る○太鼓
10月1日(土) 入場料: 一般……4,500円
開演 19:00 好評発売中! 全席指定 友の会・グループ割(5名以上) 4,000円



オペラユニット LEGEND
ふるさと訪ねてコンサート
12月11日(日) 入場料: 指定席 4,000円
開演 14:00 友の会割引 3,500円
友の会先行予約 10/2(日) 一部 自由席 3,500円
一般販売 10/8(土) 指定(自由席のみ) 高校生以下 1,000円

篠山総合スポーツセンター

TEL 552-8681 FAX 552-2196 with sasayama

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

「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。

とき 毎週水曜 10:00～11:00
定員 10人
※月会費制(月4回)。

最近、運動不足だな…
体力がなくて心配…
そんな悩みを
楽しく解消♪



※お気軽にお問い合わせください♪

10月からサークル活動スタート! 会員募集中
マラソンサークル4日(火)～

ABCマラソン出場してみたい…完走に向けてみんなで1から一緒にトレーニング!!

とき 毎週火曜日19:00～20:30
定員 20人(先着順) 参加費 100円/回

ダイエットサークル6日(木)～

ダイエットのスペシャリスト(!?)と理想のカラダに向けて、楽しく健康に Let'sダイエット♪

とき 毎週木曜日19:00～20:30
定員 20人(先着順) 参加費 100円/回
※参加費は保険料、施設使用料込み。



EBIKEN
The ENTERTAINMENT 2016

ダンスパフォーマー 峯名健一が
魅せる世界最高峰の
総合エンターテインメント。

12月23日(金・祝)

開演 18:00 入場料: 一般……5,000円
友の会先行予約 10/16(日) 全席指定 友の会・グループ割(5名以上)
一般販売 10/23(日) 4,500円



平成29年度 たんば田園交響ホール
市民共同 企画事業 大募集!

- 篠山で多くの人に是非見てもらいたい
- 思い描いていた企画がある
- 仲間と一緒に夢のある活動をしたい
- 感動をみんなで分かち合いたい
- やりたい公演があるけど何から始めたらいいの

あなたの情熱で夢のイベントを開催しませんか

受付締切 10月30日(日)必着

※詳しい応募方法等は、ホームページをご覧ください。

相談 10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】
6日(木) 13:30～16:00 = 西紀支所 / 7日(金) 9:00～11:30 = 丹南健康福祉センター / 28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】
6日(木) 13:30～16:00 = 西紀支所 / 7・21日(金) 9:00～11:30 = 丹南健康福祉センター / 14・28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】
6日(木) 13:30～16:00 = 西紀支所 / 7・21日(金) 9:00～11:30 = 丹南健康福祉センター / 14・28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】
6日(木) 13:30～16:00 = 西紀支所 / 7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** 11・25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)** 21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。
- **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】
26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】
17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】
○ **思春期保健相談** 18日(火) 13:45～ = 丹波健康福祉事務所(丹波市柏原町) ※要予約。
○ **アルコール相談** 25日(火) 13:00～ = 丹波健康福祉事務所(丹波市柏原町) ※要予約。
- **こころのケア相談**
【地域福祉課 ☎ 552-7102】
6日(木) 13:00～16:00 = 丹南健康福祉センター ※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】
○ **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** 8日(土) 9:30～16:00 = 西宮年金事務所(西宮市)
※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】
18日(火)・11月1日(火) 13:30～15:30 = 篠山市民センター(受付は、18日が10月3日(月) 9:00～、11月1日が10月17日(月) 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)】
15日(土) 13:30～16:00 = 篠山市民センター
- **行政書士による無料業務相談**
【兵庫県行政書士会摂丹支部 ☎ 556-2250(上田)】
1日(土) 10:00～16:00 = 篠山市民センター
- **不動産鑑定士による不動産価格・賃料などの無料相談**
【(公財)兵庫県不動産鑑定士協会 ☎ 506-4218(井本)】
28日(金) 10:00～16:00 = 篠山市商工会館3階
- **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/

- **こどもクラフト**
とき=15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(13日(木)まで)。
- **Let's ノルディックウォーキング**
とき=16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)。
- **黒枝豆収穫体験**
とき=16日(日) 13:30～15:30(小雨決行)
定員=30人 参加費=1,000円(枝豆3株のお土産付き) ※要予約(14日(金)まで)。
- **赤米稲刈り体験**
とき=22日(土) 10:00～12:00(雨天の場合=翌日) 定員=10人 参加費=300円
※要予約(20日(木)まで)。
- **大人の木工教室～スライド式本棚～**
とき=11月5日(土) 10:00～15:00
定員=5人 参加費=1,500円
※要予約(10月29日(土)まで)。



こどものクラフト作品

ささやまの森公園

TEL 557-0045 FAX 557-0201

URL http://www.sasayamanomori.jp/

- **スキでフクロウを作ろう**
とき=9日(日) 10:00～15:00
対象=どなたでも 定員=15人 参加費=400円
- **草木で染めよう～黒豆～**
とき=14日(金) 10:00～15:00 対象=大人
定員=15人 参加費=500円 ※天然素材の布(Tシャツ1枚分の大きさまで)などが必要。
- **スギ玉を作ろう(全2回)**
対象=大人(2回とも参加できる方) 定員=10人
参加費=500円 ※作業できる服装。
～第1回屋根と竹かご作り～
とき=10日(月・祝) 10:00～15:00
～第2回スギ玉作り～
とき=22日(土) 10:00～15:00
- **秋の花と実を愛でるのんびりハイキング**
とき=16日(日) 10:00～15:00(雨天中止)
対象=小学生～大人 定員=20人
参加費=100円 ※山歩きできる服装。
- **黒豆の枝豆料理を作ろう**
とき=22日(土) 10:00～15:00
対象=小学生～大人 定員=20人 参加費=600円
- **男の料理～家族でクッキング～**
とき=23日(日) 10:00～15:00
内容=五日野菜のちらし寿司作り
対象=大人の男性を含む家族・グループ
定員=20人 参加費=500円

※いずれも申し込みが必要(先着順)。

人権

まるいの 人権メッセージコーナー

問い合わせ 人権推進課 ☎ 552-6926

ふれあい館って何をするといいところ? 8月4日、全国隣保館運営連絡協議会の中尾由喜雄さんを講師にお迎えし「ふれあい館って何をするといいところ?」と題した人権講演会を開催しました。

1880年代イギリスで貧困に苦しむ人々に対して起こった相互扶助、救済活動をセツルメント活動と呼び、1890年代日本に入ってきた時、隣保事業と訳されました。それらの活動を行うところが隣保館、現在のふれあい館です。

ふれあい館は、部落差別のために公民館事業などに参加できず、行政の窓口にも行けなかった人々から寄せられる、日常生活上の相談を解決するために「必要とする人に必要とする制度をつなぐこと」「制度と制度の谷間を埋めること」「差別によって切られてきた人と人を繋ぐこと」を目的としています。またふれあい館は総合福祉施設としての役割も大きく、同和問題の解決を第一としながらも、あらゆる人権問題の解決を目指して、これまでに培ってきたノウハウを活かして活動してほしいとお話されました。

人と人、地域と地域が繋がることで、少しずつ偏見やまちがった思い込みなどがなくなり、人が人として尊重されるあたたまちになっっていくことを願っています。

ふるさとの貴重な動植物

カエデの仲間ですが、大変珍しく、篠山でも数本確認されているだけです。秋に御嶽から西ヶ嶽に向かって稜線を歩いているときに、落ち葉で気がつかしました。カエデの中でも葉が大きく、5つに切れ込み、オニモミジの別名があります。メープルシロップの木で有名なカナダ国旗の形に似て、秋に黄色から赤褐色に紅葉します。プロペラ型の翼果(種子)も大きく、翼の開きは狭くなっています。

篠山自然の会 兵庫県生物学会 樋口清一さんの協力

カジカエデ(カエデ科)

