

### ちるみゅー



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

9月は、秋ならではのイベントが盛りだくさんです!

地域の方への催し

- コグニサイズ=5・19日(火)13:00~、参加費=800円
- ノルディックウォーキング=14・28日(木)10:00~、参加費=1,000円+ポールレンタル500円
- 歌声喫茶=28日(木)14:00~、料金=700円(飲み物・特製お菓子付き)
- グラウンドゴルフ=6日(水)10:00~16:00、

参加費=200円  
※いずれも入館無料。他の施設のご利用は不可。

#### 新作ワークショップ

■絵本「ぐりとぐら」のカステラを作ろう!

今年、一番人気のワークショップが再登場! みなさんおなじみの絵本「ぐりとぐら」の中に出てくる、とっても美味しいカステラを作ります。絵本とおなじようにできるかな? ぜひチャレンジしてみてください!

とき=9日(土)、10日(日)11:00~12:30、13:30~15:00  
参加費=1組2,000円

#### ■「いもほり!」

ちるみゅー近くの畑にでかけて、芋ほり体験をしよう! ほった芋は、持ち帰りも、焼いて食べることもできます(焼き芋は1個、持ち帰り芋は2個)。

とき=30日(土)13:00~15:00  
参加費=1人900円



### 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>

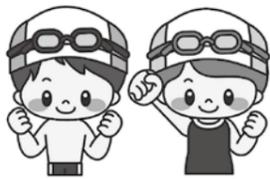
#### 残暑の疲れもプールで解消しよう

暑い夏、家の中で閉じこもっていませんか?

運動は足りていますか?? 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が行えます。

ウォーキングプールや幼児用プール、温浴層などもあります。

これからの季節に備え、今から運動生活を始めましょう!!



#### ●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	1,030円
デイ会員	(火曜日は休館日)	5,800円		
ナイト会員	休館日	5,200円		

※一般遊泳もご利用できます。

#### ●一般遊泳料金

大人 日額620円、回数券3,100円(6枚つづり)、月額5,160円  
子ども 日額320円、回数券1,560円(6枚つづり)、月額2,580円

●市内在住で本年度中に満65歳以上に達する方は助成制度があります

### 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.aspx>



#### ■グラウンドゴルフ開放デー

とき=毎週月・金曜日9:30~15:00  
※祝日は除く。雨天中止。  
ところ=人工芝グラウンドまたは土グラウンド  
参加費=300円



#### ■トレーニングジム会員募集

ジム利用料 1回券300円、回数券3,000円(12回分)  
ジムの利用には、初回講習が必要です!  
初回講習料 3,000円  
※初回講習は随時実施。詳しくはお問い合わせください。

#### ■アロマdeストレッチ

とき=毎週水曜日11:30~12:00/毎週金曜日13:30~14:00、19:00~19:30 対象=16歳以上  
参加費=500円(保険料込み)

#### ■ミズノこどもスポーツ教室

リトルキッズクラス=毎週木曜日10:30~11:30  
対象=2~3歳の子どもと保護者 定員=10組  
キッズクラス=毎週水・木曜日15:30~16:30  
対象=4~6歳 定員=10人  
ジュニアクラス=毎週水・木曜日16:40~17:40 対象=小学校1~3年生 定員=10人  
※各クラス月4回4,212円。体験は随時受け付けています。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

#### 皆さんのパソコン活用をサポートします

パソコンのコミュニティ・スペース「ICTふれあいサロン」には8台のパソコンがあり、オフィスソフトやインターネットが自由に利用できます。また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、家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ので、お気軽にお越しください。

#### 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。

#### 映画・アニメ上映会(中央図書館視聴覚ホール)

- 大人向け「パーフェクトストーム」(吹替・字幕) ○15日(金)14:00~16:10
- 子ども向け「マダガスカル2」 ○10・17日(日) 14:00~15:30
- 16日(土)15:00~17:10

## 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

宝くじ文化公演  
夏川りみと京フィルコンサート  
9月23日(土・祝)  
開演14:00

入場料:  
一般 2,000円(当日2,500円)  
高校生以下 1,000円(当日1,500円)  
※宝くじ助成金により特別料金になっています。

好評発売中 全席指定

古澤巖 × ストラテヴィヴァリウス  
10月11日(水) 開演18時30分~ 全席指定

コロケコンサート2017  
10月28日(土) 笑う顔には福来たる!

開演(2回公演)  
①14:00 ②17:30  
入場料: 一般 4,500円  
友の会 4,000円  
グループ割(5名以上) 4,000円

発売日 友の会 8月20日(日)9:00~電話のみ  
一般 8月27日(日)9:00~電話・窓口



平成30年度 たんば田園交響ホール  
市民共同企画事業  
大募集!

夢のイベントを開催できるチャンスです!  
応募締切 10月29日(日)必着 ※詳しくはホール事務局まで

特集  
2>5  
6>7  
リポカド  
8>13  
タビックス  
14>17  
18>19  
20>21  
22>25  
26>31

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】

1日(金)9:00~11:30=丹南健康福祉センター / 22日(金)9:00~11:30=篠山市民センター / 毎日(土・日・祝日を除く)9:00~17:00=市役所第2庁舎1階

行政相談
【市民協働課 ☎ 552-5112】

1・15日(金)9:00~11:30=丹南健康福祉センター / 8・22日(金)9:00~11:30=篠山市民センター / 28日(木)13:30~16:00=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】

1・15・29日(金)9:00~11:30=丹南健康福祉センター / 8・22日(金)9:00~11:30=篠山市民センター / 28日(木)13:30~16:00=ハートピアセンター

消費生活相談
【市民協働課(篠山市消費生活センター) ☎ 552-1186】

1日(金)9:00~11:30=丹南健康福祉センター / 28日(木)13:30~16:00=ハートピアセンター / 毎日(土・日・祝日を除く)9:00~16:30=市役所第2庁舎1階

女性のための悩み相談
【人権推進課 ☎ 552-6926】

毎日(土・日・祝日を除く)9:00~17:00=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。

巡回就職相談
【ハローワーク篠山 ☎ 552-0092】

15日(金)15:30~16:30=市役所第2庁舎1階

教育・悩み相談
【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

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

不登校・ひきこもり当事者家族会
【地域福祉課 ☎ 552-7102】

27日(水)19:00~21:00=四季の森生涯学習センター

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
12・26日(火)13:30~15:30=四季の森生涯学習センター ※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)
15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。

精神障害者家族相談会
【地域福祉課 ☎ 552-7102】

11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
13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
15日(金)13:15~=四季の森生涯学習センター ※要予約。

健康相談「まちの保健室」
【看護協会阪神北支部・健康課 ☎ 594-1117】

2日(土)11:30~13:30=バザールタウン篠山・NEWS館(杉) / 9日(土)11:30~13:30=篠山市民センター

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
7日(木)12:00~15:30=篠山市民センター ※要予約(年金事務所)。受付は前日まで。

○予約相談
毎週月~金曜日 8:30~16:00=西宮年金事務所 ※要予約(ねんきんダイヤル ☎ 0570-05-1165)。受付は1カ月前~前日。

※いずれも基礎年金番号が分かるもの(本人でない場合は委任状)が必要。

無料法律相談
【市民協働課 ☎ 552-5112】

19日(火)・10月3日(火)13:30~15:30=篠山市民センター(予約受付は、19日が1日(金)9:00~、10月3日が9月15日(金)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
【司法書士会たなば支部 ☎ 552-2035(正呂地)】

16日(土)13:30~16:00=篠山市民センター

土地家屋調査士による無料登記相談
【兵庫県土地家屋調査士会伊丹支部篠山地区 ☎ 554-3017(長澤)】

20日(水)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=17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=18日(月・祝)13:30~15:00

対象=幼児から(小学校3年生未満は保護者同伴)

定員=16人 参加費=300~500円

※要予約(16日(土)まで)。

プリザーブドフラワー

~ハロウィーンアレンジ~

とき=24日(日)10:00~12:00、

13:30~15:30

定員=20人 参加費=3,500円

※要予約(定員になるまで)。

第6回丹波なみきみちまつり2017

「収穫祭」

とき=10月1日(日)10:00~15:00

花と緑の教室

~秋の草花の寄せ植えと管理法~

とき=10月13日(金)13:30~15:00

定員=25人 参加費=2,200円

※要予約(10月5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/

「ところてん」と「水ようかん」を作ろう

とき=17日(日)10:00~12:00

対象=小学生~大人 定員=20人

参加費=500円

持ち物=飲み物・エプロン・三角巾など

木の実を味わおう

植物を観察しながら、アケビなどの木の実を味わいます。

とき=18日(月・祝)10:00~12:00

対象=小学生~大人 定員=20人

参加費=100円 持ち物=飲み物など

※山歩きができる服装。雨天中止。

草木で染めよう~グルミ~

オニグルミの実を煮出してチョコレート色に染めます。

とき=22日(金)10:00~14:00 対象=大人

定員=15人 参加費=500円

持ち物=弁当・飲み物・エプロン・ゴム手袋・天然素材の布(Tシャツ1枚分の大きさまで)など

※申込開始日は5日(火)9:00~。

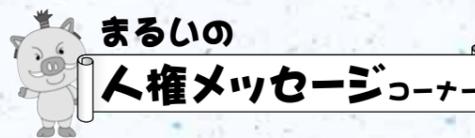
写真コンテスト

「森のいきもの」をテーマに、過去5年以内に撮影した未発表写真を募集しています。1人2点まで。

応募期間 7月1日(土)~9月30日(土)

応募方法 A4サイズのカラープリントで、裏面に住所、氏名、電話番号、撮影場所、作品名を記入した紙を貼り付けて直接提出または郵送

人権



男女共同参画研修会 あれから
22年、阪神・淡路大震災が教えたもの
中尾由喜雄さん(全国隣保館連絡協議会常任顧問兼事務局長)のお話
「当時、勤務していた芦屋市の隣保館は地震直後から避難所になり、同和地区内外の約400人が避難しました。避難所生活では、炊き出しや救済物資の配布、健康管理、トイレをはじめ館内の清掃など、地区の女性やお年寄りや他の避難者いろいろなお話をする姿がみられました。誰でも自分の力を自分以外の人や社会のために役立てたいという気持ちを持っていきます。人間は自分の力を人のために役立てることで、社会に生きていく一員として自分を実感し、より高まっていこうとする社会的動物です。」
一方で、その思いを切られてしまう現状があります。これは人間の尊厳を侵す差別です。
人権文化豊かなまちづくりは、人とのつながりをつくっていくという、断続の思いと行動からはじまりません。
中尾さんは、出会い、触れ合うことで他者の理解につながると熱く語られました。私たちも、日頃から人と人とのつながりを大切に、女性も男性も、あらゆる場面で誰もが活躍できる社会の実現を目指していきましょう。

問い合わせ 人権推進課 ☎ 552-6926

ふるさとの貴重な動植物

ヤマカガシ(ナミヘビ科)

分布 本州、四国、九州など

全長 70~120cm



山地近くの水田や湿地など水辺付近に多く生息し、カエルやおたまじゃくし、魚類などを食べます。色彩は地域による変異が大きく、篠山のヤマカガシは幼蛇(子ヘビ)のときは、赤褐色と黄色の模様がありますが、大きくなると黒っぽくなり、赤褐色の小さな斑紋が残ります。口の奥に小さなキバがあり、深くかまれた場合には毒腺から毒液が流れ、傷口に入ることがあります。また、首のうしろにも毒腺があり、これは外敵におそわれたとき、自分を守るために使います。おとなしいヘビですが、つかまえるとかまれたり、毒液がついたりするので注意が必要です。篠山環境みらいの会会長・兵庫県立篠山東雲高等学校教諭 田井彰人さんの協力