

# 広報たかさご 1

令和8  
(2026)年  
No.970

特集

## 心のこもった学校給食



広報  
たかさご

No.970

令和8年1月号

人口と世帯(12月1日現在、外国籍人口を含む)  
人口／85,905(-23) 世帯／40,922(+8)  
人口の内訳 男／41,806(-7) 女／44,099(-16)

編集・発行 高砂市政策部シティプロモーション室  
〒676-8501 兵庫県高砂市荒井町千鳥1丁目1番1号  
☎079-442-2101(代表) FAX:079-442-2229(代表)  
<https://www.city.takasago.lg.jp>

## 生活にちょっと不安な高齢の方々の安心施設 ケアハウス

- 60歳以上の方が入居できます。
- 社会福祉法人が運営し、24時間スタッフ常駐の安心体制。
- 医師や看護師、介護職員など多くのスタッフでお世話させていただきます。
- 楽しい趣味活動やイベントなどを開催します。
- ホームヘルパー・デイサービスなどの介護保険サービスも受けられます。
- 全室個室、トイレ・洗面・緊急コール付き。

入居後に重度の介護が必要となった場合、  
運営法人が設置する「特別養護老人ホーム」  
への入所相談も可能です。

### パラディさつき苑



入居月額  
42,100円～

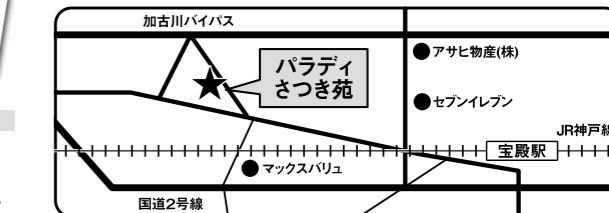
食費月額  
46,940円

※ご本人の所得額で変動します ※欠食した場合は返金します

所在地 加古川市西神吉町岸246-4  
交通 JR「宝殿」駅より徒歩10分  
建物構造 鉄筋コンクリート3階建

お問合せ先 パラディさつき苑

**TEL079-431-1780**



### サンリットひまわり園



入居月額  
38,100円～

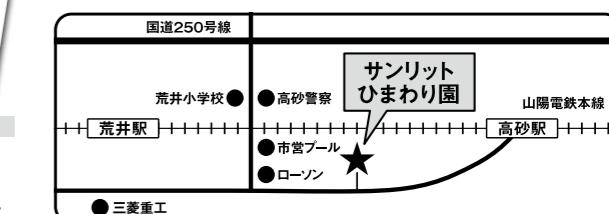
食費月額  
46,940円

※ご本人の所得額で変動します ※欠食した場合は返金します

所在地 高砂市高砂町松波町440-5  
交通 山電「高砂」駅より徒歩10分  
建物構造 鉄筋コンクリート3階建

お問合せ先 サンリットひまわり園

**TEL079-443-0070**



運営団体：社会福祉法人松波福祉会

施設見学  
入居相談  
受付中!



**市内5中学校に給食を提供  
学校給食センターに潜入！**



限られた時間の中で、効率よくたくさんの給食を作るために、約 2 週間前から栄養教諭と調理従事者が調理の計画作成と打ち合わせを行っています。また、誰が、いつ、何の調理を担当するのかといった作業工程表を毎日作成しています。



学校給食センター  
調理等業務責任者  
村山さん

### 給食が学校生活の思い出に

学校給食センターでは、1日に2,310食作っています。学校給食では、料理に合わせて削り節や煮干しなど一から出汁を取ったり、季節によって野菜の炒め具合や煮る時間を調整したりと、こどもたちが給食を美味しく、食べやすくなるようたくさん工夫をしています。

こどもたちから「美味しかった！」という言葉をもらったときや、給食の食べ残しが少なかつたときに、とてもやりがいを感じます。こどもたちが大人になったときに、「給食美味しかったな～」「こんなメニューあったな～」など、学校生活の思い出の1つが給食であったら嬉しいです。これからも安全で安心な給食づくりに取り組むので、皆さんしっかり食べてくださいね。



# 特集 心のこもった学校給食

(取材協力) 竜山中学校3年生の皆さん



**高砂市の学校給食** 学校給食は、こどもたちの健やかな成長を支える大切な存在です。豊富な食材が使われ、栄養バランスの取れた献立が毎日提供されています。

高砂市では、こどもたちが正しい食習慣を身に付け、行事食・郷土料理や地産地消を通して食に関する理解を深められるよう、安全・安心な学校給食を提供しています。

市内の小学校は、各学校の給食室で調理し提供する単独校方式、高砂中学校は高砂小学校で調理し提供する親子方式、市内5中学校（荒井・竜山・松陽・宝殿・鹿島）は学校給食センターで調理し、各学校へ提供する共同調理場方式で実施しています。

今回の特集では、1月24日～30日の「全国学校給食週間」にちなんで、こどもたちが楽しみにする学校給食がどのように作られ、届けられているのか、調理現場の流れや工夫、給食に込められた思いなどを紹介します。

### 11月4日の献立(学校給食センター)

一食あたりの  
給食費  
**293円**

※ 市内中学校の保護者負担額。  
市内小学校の保護者負担額は263円。  
高砂市では給食費を据え置き、  
食材費高騰分を市が負担しています。



1日に必要な栄養素の  
約3分の1が入っています！

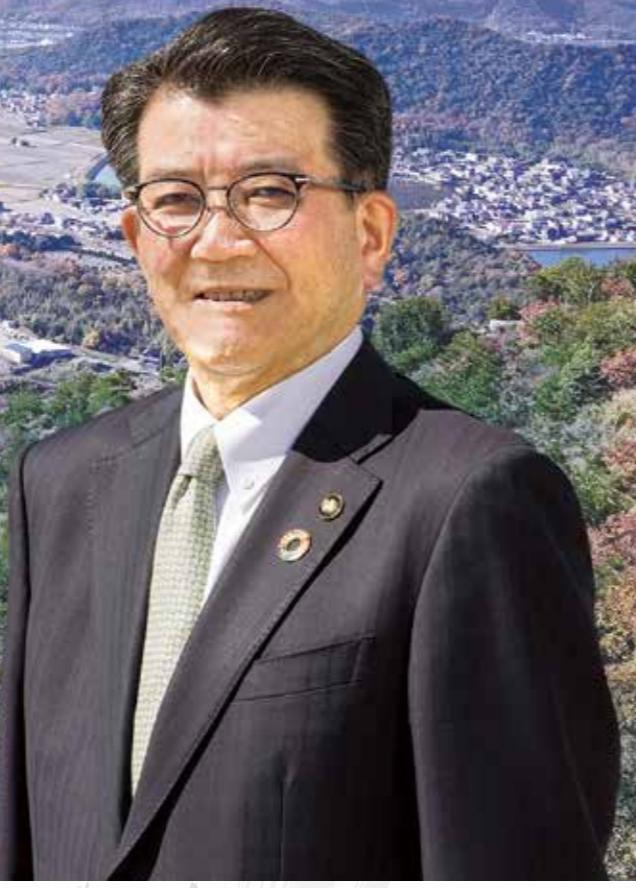
---

- ①ごはん
- ②牛乳（200ml）
- ③シイラのレモンソース
- ④ほうれん草のおひたし
- ⑤里山汁

旬のさといも・ごぼう・しめじを使用した新メニューです。

# 新年を迎えて

明けましておめでとうございます  
市民の皆様には輝かしい新年をお迎えのことと  
お慶び申し上げます  
旧年中は市政運営に深いご理解とご協力を賜り  
心より御礼申し上げます



本市では令和8年度から「高砂市総合計画【後期基本計画】」がスタートします。「暮らしイキイキ 高砂」の実現に向けた後期基本計画では、市民の幸福度に注目することにより、誰一人取り残さない、市民の命や財産を守り、魅力的で持続可能なまちをつくるため、各種施策をバランスよく充実させながら実施してまいります。

海外では、米国の関税政策や、中東、ウクライナ、台湾問題など、世界情勢や経済環境が複雑に変化する中、物価上昇や環境対策など、我々の日々の暮らしに直結する課題も多くありました。人口減少・少子高齢化の問題と併せて、将来世代にわたる豊かな暮らしを実現するための地域づくりを進めていかなければなりません。

昨年を振り返りますと、大阪・関西万博が開催され、兵庫県でもフィールド・パビリオンなど地域を挙げての取り組みがあり、各地で盛り上がりを見せました。市内では、恒例の万灯祭や秋祭りでの賑わい、また、むこうじまフェスタや鹿嶋神社参道の福結び市などさまざまなイベントが開催され、笑顔あふれる一年となりました。

国内に目を向けると、昨年は終戦80年を迎え、改めて平和を祈念する機会となりました。また、大分市佐賀関地区の大規模火災や、北海道・三陸沖後発地震注意情報が初めて発表された青森県東方沖地震など、各地での大きな災害の発生を受け、災害に対して備える必要性を再認識したところです。



本年も高砂市政に対し、ご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

牛

高砂市長

都倉達殊

## 作ってみよう！おうちで手軽に作れる給食レシピ 大人気のメニューを紹介！ れんこんと豚肉の炒め物



### 作り方

- 豚肉は食べやすい大きさに切る。れんこんは薄切りにしゆでる。ねぎは小口切りにする。
- 厚揚げは1cm角に切り、湯通しをしてAの調味料で煮る。
- サラダ油を熱し、豚肉を炒め、塩・こしょうをする。
- れんこん、煮汁をきった厚揚げを加える。
- 火が通ったらマヨネーズ、薄口しょうゆを入れ、仕上げにねぎを加えたら出来上がり。

市ホームページでは、学校給食の献立レシピを紹介しています。(ID:10359)

材料（小学3~4年生4人分の量）	
厚揚げ	80g
豚肉スライス	80g
れんこん	40g
ねぎ	8g
薄口しょうゆ	小さじ1
A 砂糖	小さじ1
だし汁	1カップ
塩・こしょう	少々
マヨネーズ	大さじ1
薄口しょうゆ	小さじ1
サラダ油	小さじ1/2

※ 給食では卵を使わない  
マヨネーズ風ドレッシング  
を使用しています。

市ホームページ



## 食育の取り組み

### 学校給食センター 施設見学・試食会の開催



令和7年10月6日、7日に  
開催しました。



### 兵庫ヤクルト販売会社による 出前授業



米田小学校で出前授業  
「おなか元気教室」を実施

## 毎日おいしく食べてありがとう

学校給食課管理栄養士

私たち、毎月の献立の決定や給食に使用する食材の選定、食材の発注業務などを担当しています。

給食で使用する食材は、味や産地、価格などを参考に、どの食材がこどもたちにとって一番良いのかを考えながら一つ一つ選んでいます。

また、こどもたちの好き嫌いを少しでも減らせるよう、例えば魚であれば、1切れのものだけでなく、1口カットの切り方のものや、魚を加工したハンバーグを取り入れるなどして、見た目や食べやすさに配慮し、なるべく苦手な食べ物でも、こどもたちが抵抗なく美味しく食べられるよう試行錯誤しています。

学校に行こうと思えるきっかけの1つが給食であったらとても嬉しいです。

栄養教諭・栄養士などが一丸となって、みんなの成長・健康を考えながら献立を検討し、作成しているので、これからも残さず食べてくれたら嬉しいです。



学校給食センター所長  
中野 照久さん

## 所長の メッセージ

所長のメッセージ

こどもたちにとって、給食の時間は学校生活の中で  
もほつと一息つける大切な  
ひとときです。  
学校給食センターでは、  
そんな時間が楽しい思い出として心に残るよう、「安全・安心でおいしい給食の提供、給食を通じた食育」をスローガンに、職員一同日々努力しています。

安全性の確保、衛生管理の徹底を何よりも優先に考え、施設の維持管理にも細心の注意を払っています。また、市の関係機関と密に連携し、安全・安心な給食を継続して提供できるよう今後も取り組んでいきます。

今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。



学校給食センター所長  
中野 照久さん

## 民生委員・児童委員

誰もが安心して生活できる地域のために

民生委員・児童委員は、民生委員法及び児童福祉法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤特別職の地方公務員です。現在、地域福祉を担うボランティアとして、175人の民生委員・児童委員が活躍しています。担当区域を受け持つ「区域担当委員」166人と、特にこどもや子育て支援を担当する「主任児童委員」9人がいます。

### 民生委員・児童委員の役割

#### ① 地域のつなぎ役

こどもから高齢者まで、世代を問わず見守りを行っています。家庭訪問や日常生活の中で気になることなどで、見守りをしています。

#### ② 見守り

子育てや介護などに関する相談に寄り添い、必要に応じて適切なサービスを受けられるよう、専門機関につなぎます。

#### ③ 地域福祉活動

学校・園の行事や地域のイベント、支え合いづくり協議会などに参加し、住民と交流を深めています。

今日は民生委員・児童委員の活動を取り材してきましたのでその一部をご紹ひします。

お住まいの地域の民生委員を知りたい場合は、地域福祉課までご連絡ください。

地域福祉課 ☎ 079-1441-9006



各地区会長の皆さん

民生委員は、地域住民の福祉向上のために相談・指導・調査・見守りなどの自主活動や福祉事務所などの関係行政機関への協力活動を行っております。

一方、児童委員・主任児童委員は、地域のこどもたちが元気で安心して暮らせるように、こどもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配事などの相談・支援を行っております。民生委員・児童委員は、市民の皆様が幸せを感じることができるように活動を進めてまいります。

よろしくお願い申し上げます。

民生委員児童委員協議会  
中尾 進 会長



健診に来る人に、見守りがあるよということを知つてもらえると嬉しいです。

民生委員・児童委員の藤村純子さん。1歳6ヶ月健診に合わせて啓発活動をされているということで、活動の様子を取材させていただきました。

「私たちの活動で悩み「ことが一つでも減ったり、周りの人が気付いてもらえば」とのこと。「何もない」とても、相談を活用してください」との声掛けが印象的でした。

## 民生委員・児童委員はこんな活動をしてるんだって!



主任児童委員就任15年。  
ここで見守ってきたこどもたちが地域の中で成長し、祭りや消防団活動の場で顔を合わせるようになり、本当に頼もしい限りです。

主任児童委員の谷川元秀さん。浜こども園で開催された運動会の見守りの様子を取材させていただきました。谷川さんは、「会場における緊張感も含め園児・保護者が普段と

は違う雰囲気の中、どう楽しんでいるかを見に来ていました」と話されていました。見守る様子は地域プレーを超えたキーマンの眼差しでした。



子育て支援室からのお知らせ

A large, stylized graphic of the Japanese characters 'ひ' (hi), 'の' (no), 'ひ' (hi), 'す' (su), 'こ' (ko), and a plus sign ('+') arranged in two rows. The characters are rendered in a thick, rounded font with a grey-to-white gradient, giving them a three-dimensional appearance.

※ いざれも10時～11時

◇ 曽根・伊保・荒井・高砂地区  
とき 1月15日(木)

◇ 米田地区  
ところ 曽根地域交流センター

とき 1月16日(金)

◇ 阿弥陀・中筋・北浜地区  
ところ 米田地域交流センター

とき 1月20日(火)

ところ 阿弥陀地域交流センター

時間のプレゼント（一時預かり事業）
ボランティアと保育士でお子さんをお預かりします。
とき
1月16日(金)・20日(火)
10時～11時30分
ども
対象 1歳3ヶ月～就園前までのこ
定員 各6人
申込期間
1月10日(土)9時～利用前日まで
※ 申し込みはどちらか1日のみ
※ 申込方法などは、事前登録時に説明します。

A large white bear with a black outline and a small brown bear wearing a crown and a knitted dress.

救急処置  
ファミサポ  
提供・両会員  
フォローアップ講座  
申込方法  
電話で  
ファミリーサポートセンタ  
☎079-442-0555まで

子育て支援室の相談窓口				
相談名	内 容	と き	と こ ろ	問合先
ひとり親家庭相談	仕事や資格、生活のさまざまな悩みごとの相談	月～金曜日 9時～17時 ※ 夜間相談(要予約) 17時～19時	本庁舎 2階 子育て支援課	☎079-443-9024
子育て相談	妊娠・出産・子育てに関する相談	月～金曜日 9時～17時	本庁舎 2階 こども家庭 相談センター 結(ゆ)っくりん	☎079-441-7440
	臨床心理士による個別相談	1月19日(月) 13時～15時30分 ※ 要予約(定員3人)		☎079-441-7440
	家庭環境や児童虐待に関する相談	月～金曜日 9時～17時		☎079-442-2260
保育施設利用者支援相談	保育施設利用に関する相談や一時預かりなどの情報提供	月～金曜日 9時～12時、13時～17時	本庁舎 2階 幼児保育課	☎079-443-9025

◇児童虐待防止24時間ホットライン(中央こども家庭センター内) ☎078-921-9111

**年始のお知らせ**

子育て支援センターと西部子育て支援センターは、1月3日(土)まで休館します。

**保守点検による休館日**

◇子育て支援センター 1月31日(土)

◇西部子育て支援センター 1月28日(水)

申込期間 ハズタオル  
1月6日(火)～13日(火)

対象	ところ
就園前のこどもと保護者	曾根小学校体育館
定員	30組
持ち物	親子共に上靴、下足入れ、お茶、タオル
申込期間	1月7日(水)～21日(水)

対象	就園前のこどもと保護者
定員	80組
持ち物	親子共に上靴、下足入れ、お茶、タオル
申込期間	1月15日(木)～2月2日(月)

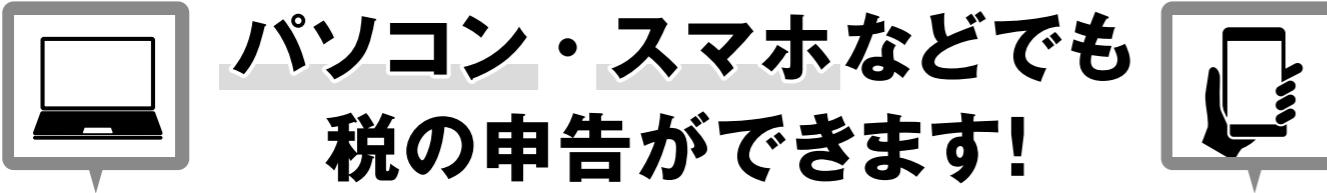
つどいの広場		1月の親子遊び
とき・内容	◇1月8日(木) 1月26日(月)	◇ボールで遊ぼう だるまさんで遊ぼう
※	いずれも10時～11時	
ところ	子育て支援センター	
対象	就園前のこどもと保護者	
定員	各15組	
申込期間	1月4日(日)～9時～	
わらべうた　ベビーマッサージ	1月13日(火)	
とき	10時15分～11時	
ところ	子育て支援センター	
対象	妊娠、生後3～12ヶ月のこどもと保護者	

申込期間	1月7日(水)～14日(水)
定員	各20組
対象	1月生まれの就園前のこども と保護者
とき	1月14日(水) 10時～11時
ところ	子育て支援センター
持ち物	お茶
申込期間	1月7日(水)～14日(水)
段ボール迷路を作つて遊ぼう！	遊びます。
災害のお話と段ボール迷路を作つて	でのこどもと保護者

申込期間	1月7日(水)～21日(水)
持ち物	親子共に上靴、下足入れ、お茶、紙袋、タオル
対象	子育てサークル会員、子育てサークルに関心のある妊婦、就園前のこどもと保護者
持ち物	上靴、下足入れ、お茶
※	申し込み不要
第5回子育てサークル交流会	とき 1月29日(木) 10時～11時 ところ 生石研修センター 内容 節分・豆まき
スポーツフェスティバル	とき 1月29日(木) 10時～11時 ところ 生石研修センター 内容 節分・豆まき

赤ちゃんの日

体験保育らんらん～阿弥陀～ども園～



パソコン・スマホなどでも  
税の申告ができます!

市税の電子申告

eLTAX (エルタックス)

e LTAXヘルプデスク  
☎0570-081-459

地方税に関する書類作成や提出などの手続きをインターネット上で行うことができます。

令和8年度申告分(令和7年分の収入に対する申告分)より個人住民税申告の電子申告が始まります。

操作方法など詳しくは、e LTAXヘルプデスクまでお問い合わせください。



eLTAXホームページ

#### eLTAXで利用できる申告手続きなど

税目	申告	申請・届出
法人市民税	◇予定申告 ◇中間申告 ◇確定申告 ◇修正申告	◇法人設立・設置届 ◇異動届
個人住民税	◇個人住民税申告 ◇給与所得者異動届出 ◇給与支払報告 ◇普通徴収から特別徴収への切替申請	特別徴収義務者の所在地・名称変更届出
固定資産税 (償却資産)	◇全資産申告 ◇増加資産・減少資産申告 ◇修正申告	

国税の電子申告

e-Tax (イータックス)

加古川税務署  
☎079-421-2951

マイナンバーカードをお持ちの人は、スマートフォンやパソコンから申告が可能です。メッセージボックスから送信日時や申告内容を確認できるため大変便利です。

マイナポータルと連携することで控除証明書などのデータが自動入力でき、集計や入力が不要です。



e-Tax  
ホームページ



確定申告書等  
作成コーナー

#### e-Taxの5つのメリット

- 自宅から申告可能
- 確定申告期間24時間利用可能  
※メンテナンス時間を除きます
- 確定申告書がデータで取得可能
- 添付書類提出不要  
一部の書類を除きます
- 早期還付  
(3週間程度で還付)  
書面提出の場合は1ヶ月～1ヶ月半程度で還付



## 市・県民税、国民健康保険料などの申告相談

課税課市民税係 ☎079-443-9015

とき

2月16日㈪～3月16日㈰

9時～11時、13時～15時  
※ 土・日、祝日を除く

市役所分庁舎1階

ところ

※ 混雑状況などにより、早めに受付を終了する場合があります。

#### 市・県民税の申告

申告書は、市ホームページから取り出せます。(ID:3706)  
郵送でも受け付けています。  
(〒676-8501 荒井町千鳥1-1-1 課税課宛て)  
また、e LTAXから電子申告が可能です。

#### 混雑緩和のため、申告相談の予約制を導入します

希望の日時を選んでご予約いただくことで、短い待ち時間で申告相談を利用できます。

※ 予約方法について詳しくは、広報たかさご2月号に掲載予定

これまで通り当日受付も行いますが、待ち時間が長くなることが予想されるので、ご了承ください。

#### 税理士が運営する 確定申告相談会場

近畿税理士会加古川支部 ☎079-421-1144

確定申告期に税理士が運営する相談会場を設置します。詳しくは、近畿税理士会加古川支部のホームページをご覧ください。

とき

2月4日㈬・5日㈭・6日㈮  
9時30分～12時、13時～16時

ところ

加古川納税協会2階 会議室

申込期間

1月6日㈪～ ※要予約

#### 加古川税務署の 駐車場閉鎖

加古川税務署 ☎079-421-2951

2月2日㈪～3月16日㈰の期間、渋滞緩和と事故防止のため、加古川税務署の駐車場を閉鎖します。

スマートフォンとマイナンバーカードを持っている人は、e-Taxで確定申告が可能です。書面で作成済みの申告書などの提出は、大阪国税局業務センター阪神分室(〒661-8523尼崎市若王寺3-11-46)宛てに郵送してください。



駐車場閉鎖

# 高砂市の定員・給与などを公表します

## 3 職員の給与

令和7年4月1日現在

### ● 人件費

歳出額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)
404億3,243万円	70億7,548万円	17.5%

※ 人件費には、特別職(市長・副市長・市議会議員など)と会計年度任用職員に支給される給料、報酬などを含む。

### ● 職員給与費

職員数(A)	給与費				1人当たりの 給与費(B/A)
	給料	職員手当	期末勤勉手当	合計(B)	
672人	25億8,797万円	6億699万円	11億26万円	42億9,521万円	639万円

※ 職員数は、令和6年4月1日現在で、特別職(市長・副市長・市議会議員など)および会計年度任用職員を除く。

※ 職員手当は、児童手当、退職手当を除く。

## 4 職員の平均給与月額、初任給など

令和7年4月1日現在

### ● 職員の

#### 平均給料月額と平均年齢

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
一般行政職	41.1歳	32万1,887円	40万7,772円
技能労務職	57.1歳	32万5,207円	37万549円

※ 平均給与月額とは、給料月額と毎月支払われる諸手当の額を合計した給与月額の平均を表す。

※ 平均年齢・平均給料は、企業会計職員(病院・水道・工業用水道・下水道事業職員)を除く。

### ● 職員の初任給

#### 経験年数別・学歴別平均給料月額

区分	高砂市	平均給料月額と平均年齢	
		経験年数10年	経験年数20年
一般行政職	大学卒	22万6,700円	26万8,400円 32歳2月
	高校卒	19万6,200円	該当職員なし
技能労務職	高校卒	17万5,800円	該当職員なし

## 5 職員の手当

令和7年4月1日現在

手当の区分	1人当たりの平均支給額
期末勤勉手当	141万4,000円
地域手当	18万円
特殊勤務手当	6万円
時間外勤務手当	25万3,000円
扶養手当	23万円

手当の区分	1人当たりの平均支給額
住居手当	25万2,000円
通勤手当	6万9,000円
管理職手当	73万6,000円
管理職員特別勤務手当	7,000円

## 1 職員数

令和7年4月1日現在

### ● 一般行政職の級別職員数

平成28年度以降の区分	標準的な職務内容	職員数	構成比
8級	部長など	14人	3.6%
7級	室長など	24人	6.2%
6級	課長など	65人	16.8%
5級	係長	62人	16.1%
4級	主任	38人	9.8%
3級	事務・技術吏員	91人	23.6%
2級	事務・技術吏員	44人	11.4%
1級	事務員・技術員	48人	12.5%
合計		386人	100%

※ 市の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数

※ 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務

※ 一般行政職とは、税務職、看護・保健職、福祉職、消防職、企業職、教育職、医療職、技能労務職以外のもの

### ● 部門別職員数の状況

部門	職員数	対前年増減数
一般行政	議会	9
	総務	-3
	税務	0
	民生	1
	衛生	2
	労働	0
	農林水産	-2
	商工	2
	土木	-5
小計	517	-6
特別行政	教育	-1
	消防	-2
	小計	-3
公営企業など	病院	-6
	水道	1
	下水道	1
	その他	-1
	小計	-5
合計	995	-14

## 2 特別職の報酬など

令和7年4月1日現在

区分	給料・報酬	期末手当	年度総額(6年度)
市長	101万2,000円	(令和6年度支給割合) 6月期 2.225月分 12月期 2.325月分 合計 4.55月分	1,743万9,290円
副市長	83万2,000円		1,433万7,440円
議長	62万9,000円		1,040万9,950円
副議長	57万5,000円		951万6,250円
議員	52万2,000円		863万9,100円

※ 市長・副市長の期末手当額の計算式：(給料月額+給料月額×0.15)×支給割合

※ 議長・副議長・議員の期末手当額の計算式：報酬月額×支給割合

※ 年度総額は算定期間すべて在職した場合の金額

# 犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を目指して 「保護司」について知ってください

地域福祉課 ☎079-441-9006

**保護司とは**

犯罪や非行をした人たちが再び罪を犯すことがないよう、その立ち直りを地域で支える民間のボランティアです。法務大臣からの委嘱を受け、全国で約4万6千人が保護司として活動しています。

令和7年11月現在、高砂市では、36人(男性25人、女性11人)の保護司がいます。

**保護司の活動****犯罪や非行をした人の立ち直りを助ける活動**

(代表的な活動)

保護観察と矯正施設収容中の人々の生活環境の調整

**地域の人々に立ち直りについての理解と協力を求める活動**

(代表的な活動)

“社会を明るくする運動”をはじめとする犯罪予防活動

保護司に給与は支給されませんが、活動にかかる実費(交通費など)は支給されます。

高砂市保護司会では文化会館東館1階に更生保護サポートセンターを設置し、保護司の研修や相談業務、保護観察面談などを行っています。

**保護司になるには**

資格などは不要ですが、保護司法により一定の要件を満たす必要があります。

詳しくは、高砂市保護司会または地域福祉課にご相談ください。

**高砂市保護司会 更生保護サポートセンター**

高砂町朝日町1-2-1(文化会館東館1階) ☎079-490-4914  
月・水・金曜日 ※ 祝日・年末年始を除く  
10時~12時、13時~15時

## 第75回 “社会を明るくする運動”

“社会を明るくする運動”は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、新たな被害者も加害者も生まれない安全で安心な地域社会を築くための全国的な運動です。

**小中学生作文コンテスト****県内の応募数** 中学生の部 10,658作品**市内の応募数** 小学生の部 10,008作品**高校生エッセイコンテスト****県内の応募数** ..... 1,508作品**審査結果**

兵庫県推進委員会

兵庫県保護司会連合会会長賞

米田小6年 銚島幸穂さん

高砂市推進委員会 高砂市保護司会長賞

松陽中3年 前田彩寧さん

米田小6年 銚島幸穂さん

**年末年始のごみの収集・自己搬入**

分別方法など詳しくは、「2025年度版家庭ごみの分け方・出し方」をご覧ください。

		令和7年12月			令和8年1月		問合先	
収集	燃やす ごみ	26日(金)	27日(土)	29日(月)	30日(火)	5日(月)	6日(火)	
	火・金 収集地区	○	×	×	○	×	○	エコクリーンピアはりま 業務担当(ごみ) ☎079-448-5220
自己搬入	燃やすごみ 燃やさないごみ 粗大ごみ			○	○	○	○	エコクリーンピアはりま (梅井6-1-1) ☎079-448-5260 受付時間 8時30分~16時
	搬入できるもの 市内の家庭から発生した燃やすごみ、燃やさないごみ、粗大ごみ			搬入できないもの 産業廃棄物、処理不適物など 処理手数料 10kgにつき50円				エコクリーンピアはりま 剪定枝ヤード (梅井6-1-1) ☎079-447-1760 受付時間 8時30分~11時30分 13時~16時
	草 剪定枝			○	×	×	×	エコクリーンピアはりま 剪定枝ヤード (梅井6-1-1) ☎079-447-1760 受付時間 8時30分~11時30分 13時~16時
自己搬入	搬入できるもの 市内の家庭・事業所から発生した草、剪定枝 (長さ1m、1本の幹の太さ20cm以内) 処理手数料 家庭系ごみは10kgにつき50円 事業系ごみは10kgにつき130円			搬入できるもの 市内の家庭から発生した土砂、ブロック、石など (月に1回100kg程度) 処理手数料 10kgにつき50円				高砂市最終処分場 (曾根町字新開2928) 施設担当 ☎079-447-1760 最終処分場 ☎079-447-3757 受付時間 8時30分~11時30分 13時~16時
	土砂 ブロック 石など			搬入できるもの 市内の家庭から発生した土砂、ブロック、石など (月に1回100kg程度) 処理手数料 10kgにつき50円				高砂市最終処分場 (曾根町字新開2928) 施設担当 ☎079-447-1760 最終処分場 ☎079-447-3757 受付時間 8時30分~11時30分 13時~16時

※ 令和7年12月31日(水)~令和8年1月4日(日)は、自己搬入できません。

※ 令和7年12月31日(水)~令和8年1月4日(日)は、ステーション収集、地域清掃収集、ふれあい収集はありません。

**ごみの自己搬入を予定している人へ**

**年末年始期間中の自己搬入は大変混み合います。昨年は3時間以上お待ちいたしました。**混雑状況によっては、受付時間内であっても入場をお断りする場合があります。混雑緩和のため、年末年始以外の土曜日などの自己搬入にご協力ください。



年末年始の自己搬入

計画・ごみ減量化担当 ☎079-448-5260

**受け取りできるもの**

常温保存が可能で賞味期限が令和8年3月5日(木)以降のもの

- 米(白米、玄米、レトルトご飯など)
- パスタ、そうめんなどの乾麺
- 缶詰、レトルト食品、インスタント食品
- 海苔、お茶漬けのもと、ふりかけ
- 粉ミルク、離乳食、お菓子、飲料
- 醤油、食用油などの調味料など

**受け取りできないもの**

次の食品は、受け取りできません。

- × 開封されているもの
- × 生鮮食品(生肉、魚介類、生野菜など)
- × アルコール類(みりん、料理酒を除く)
- × 製造者または、販売者の表示がないもの(白米、玄米は除く)

**フードドライブにご協力ください！**

家庭にある余剰食品をぜひお持ち寄りください。提供された食品は、社会福祉協議会などを通じ、市内の福祉団体・施設、子ども食堂などに提供します。  
提供者には、ごみ減量グッズをお渡しします。

とき	ところ
1月19日(月)~21日(水) 10時~17時	市役所本庁舎1階 玄関エレベーター付近
1月19日(月)~21日(水) 10時~17時	ユアアイ帆っとセンター
1月19日(月)~25日(日) 9時~20時	コーパ高砂特設コーナー (常設BOXを設置)
1月19日(月)~23日(金) 9時~15時	但陽信用金庫 市内各店 (常設BOXを設置)



◇年末年始の交通規制

情報けいじばん

年金・福祉・税・介護

入などにより、受給に必要な資格期間を満たすことができる場合があります。

**年金の受け取り開始を66歳以降に繰り下げている人**

70歳になつても、年金は自動的には支払われません。年金の受け取りを始めるためには、請求が必要です。

われた年金額や源泉徴収した所得税額をお知らせします。1月末頃に日本年金機構から送付されます。所得税の確定申告の添付資料として大切に保管してください。

対象 次の要件をすべて満たす65歳以上の人 ◇市内に住民登録があり、申請日時点において要支援1から要介護5の認定を受けている、または運送経歴証明書の交付を受けている

け 転 正 文

<b>申告</b> <b>令和8年1月1日現在、</b> <b>市内に償却資産（土地、家屋以外の事業用資産）を所 有している法人事業者や、</b> <b>課税課資産税係</b> <b>☎ 443・9016</b>
--

2日間の研修を修了すると、身体介護を伴わない事援助ヘルパーとして從事することができます。

※ 9割相当額  
助成額 サービス利用料の  
1ヶ月あたりのサービス  
料の助成は週3回まで  
詳しくは、市ホームページ  
をご覧ください。

# 情報 年 金 い じ ば ん

◇高砂市障害者（児）福祉助成事業の対象ではない

青色申告などをしてい  
人事業者は、償却資産の  
告が必要です。

内 容 問マナー、認知症などについて学ぶ  
申込期間 1月5日(月)  
申込方法 電話で竜山常春

## 年末年始の交通規制

高砂警察署 ☎ 079-442-0110

◆12月31日(水) 22時～1月2日(金) 0時  
◆1月2日(金)・3日(土)8時～22時

阿弥陀町の国道2号から北の道路で、下記のとおり交通規制を実施します。  
初詣などには徒步、自転車などでお出掛けください。



# 健 康

## 健康増進課からの お知らせ

健康増進課  
☎ 443-3936  
健康増進課「ごども健康担当  
☎ 443-3950

帯状疱疹ワクチン  
予防接種費用の一部助成  
帯状疱疹ワクチン予防接種費用の一  
部を助成します。

任意接種のため、接種を希望する人は医師と相談の上、期間内に接種してください。

接種期間  
～3月31日(火)  
対象  
接種日に満50歳以上で高砂市に住民登録がある人

助成額・回数  
◇生ワクチン  
上限4,000円×1回  
◇不活化ワクチン  
上限10,000円×2回  
※ 不活化ワクチンは、1回目と2回目の接種間隔を2カ月空ける必要があります。期間内に接種を完了するには、1回目の接種を1月末までに終え

対象  
接種日に満50歳以上で高砂市に住民登録がある人

助成額・回数  
◇生ワクチン  
上限4,000円×1回  
◇不活化ワクチン  
上限10,000円×2回  
※ 不活化ワクチンは、1回目と2回目の接種間隔を2カ月空ける必要があります。期間内に接種を完了するには、1回目の接種を1月末までに終え

対象  
接種日に満50歳以上で高砂市に住民登録がある人

内容は変更される場合があります。

る必要があるため、早めの接種をお願いします。  
申込方法 直接または電話で健康増進課まで申込みできます。  
※ 市ホームページからでも申込みできます。  
※ 事前申請が必要(接種後も申込みできます)。  
※ 助成券発行に1週間程度かかります。  
※ 詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申込方法 直接または電話で健康増進課まで申込みできます。

申込方法 市ホームページで健康増進課まで申込みできます。

## 管理栄養士の食育コラム

健康増進課 ☎ 443-3936

### 阪神・淡路大震災から学ぶ、わが家の食の備え ～備えることは、命を守ること～

1995年1月17日、阪神・淡路大震災が発生しました。

寒さの厳しい中、電気や水道などが使えず、普段どおりの食事を取ることが難しい中で、多くの人が「食べることの大切さ」を実感しました。日常生活の中で、「食の備え」を始めてみませんか?

#### 備蓄食=非常食ではない

「備蓄食」と聞くと災害時だけのものと思われがちですが、日常生活にも活用できます。

例えば、パックごはん、缶詰、レトルト食品、乾物などは、普段の食事にも使えて災害時にも役立ちます。「ローリングストック」を取り入れて、食べた分を買い足せば、常に備えが整った状態になります。備えを日常生活に取り入れることが大切です。

#### 実践! 備蓄のポイント4つ

##### ①好きな味や普段食べているものを選ぶ

普段食べ慣れているものを備蓄しましょう。慣れた味だと、災害時でも抵抗なく食べられます。

##### ②賞味期限を確認し、食べながら補充する

期限が近づいたら普段の食事に使い、新しいものを補充する。そうすることで、いざという時に期限が切れているということが防げます。

##### ③たんぱく質、ビタミン、ミネラルを含む食品をバランスよく備える

魚や肉の缶詰、乾物、野菜や果物の缶詰など、栄養を考えバランスよく備えましょう。

##### ④電気やガスがなくても食べられるものを用意する

加熱不要の食品や、すぐ食べられるレトルト食品、缶詰を備えておくと安心です。

# 催 し

危機管理室	消防署	文化財防火デー 消防訓練
☎ 443-9008	☎ 448-4419	1月26日の「文化財防火デー」に伴い、管内に存する貴重な文化財を火災・震災その他の災害から守るとともに、消防体制の充実強化と防火・防災意識の向上を図ることを目的として実施します。

内 容	ところ	と き
初期消火・通報・放水訓練	米田天神社	1月25日(日)

西国街道を歩く(その1)	魅力発見ウォーキング	と き
山片蟠桃の神爪	石の宝殿研究会	1月25日(日)

## 高砂市美術展

2026



内容は変更される場合があります。

<b>1月の図書館</b>	休館日	図書館 ☎ 4332・1355
1日(祝)～3日(土)、5日(月)	※ 休館中の図書の返却は、図書館入り口右手の返却ポストをご利用ください。	
ところ 市役所分庁舎1階	まちなか図書館サービス	図書館の本を地域交流センターまで届けます。図書館ホームページや地域交流センターにある予約申込書を記入し、地域交流センターに提出してください。本を地域交流センターから返すことができます。
図書返却ボスト	貸出期間	2週間
ところ 市役所分庁舎1階	貸出冊数	1人10冊まで
※ 他市町の図書館から借りた本は返却できません。	※ 図書館カードが必要	
窓口に返却してください。	市役所でも	本を返却できます
時15分	とき 平日8時30分～17	

※ 図書返却ポスト  
※ 他市町の図書館から借りた本は返却できません  
※ 大型の資料は、図書館の窓口に返却してください。

		※ 行事・イベント	用)で貸し出します。
◇おはなし会	と き	◇第1弾 1月4日(日)	と き
1月10日(土)・17日(土)	14時(	◇第2弾 1月6日(火)	14時)
内容 絵本の読み聞かせ	対象 5歳～小学校低学年	※ いずれも9時30分～	※ 6日(火)は大人用のみ
とストーリーテリング	対象 大人用40袋、こども用20袋、1人1袋限り	図書館とまちをめぐる	謎解きスタンプラリー
※ 参加はこどものみ	※ 親子で参加できます	図書館までの道のりで謎解きしながらスタンプを集めて景品をゲットしよう	図書館までの道のりで謎解きしながらスタンプを集めて景品をゲットしよう
◇えほんとおはなしの会	内 容 わらべ歌あそび、絵本、紙芝居、折り紙	詳しくは、図書館にお問い合わせください。	詳しくは、図書館にお問い合わせください。
と き 1月21日(水)	10時(	対象 小学生以上	対象 小・中学生は保護者同伴
※ 親子で楽しむわらべ唄	対象 小・中学生は保護者同伴	と き 2月15日(日)	と き 1月16日(金)
と き 1月22日(木)	10時30分(	※ 小・中学生は保護者同伴	※ 申し込み不要
内 容 わらべ唄、絵本	定 員 50人	※ 小・中学生は保護者同伴	※ 申し込み不要
※ 親子で参加できます	※ 申し込み不要	一杯の珈琲と、	一杯の珈琲と、
読み聞かせ	と き 每週火曜日	と き 1月25日(日)	と き 1月25日(日)
と き 10時(、10時30分(	内 容 紙芝居と絵本の読み聞かせ	珈琲を飲みながらお気に入りの本について語り合いましょう。	珈琲を飲みながらお気に入りの本について語り合いましょう。
対 象 幼児	出 店 上田珈琲焙煎所	(12時～16時)	(12時～16時)
※ 親子で参加できます	2冊を1セットにして、		
本の福袋			
福袋形式(大人用・こども			

お気に入りの本がある人	とき	2月22日(日)		
申込期間	1月7日(水)	対象 中学生以上		
申込方法	直接または電話で図書館まで	10時～		
※ 有料	コーヒー・スイーツは	10時～		
※ 観覧自由	「TSUNAGU」	申込方法 直接または電話で図書館まで		
版画がむすぶ伝承の輪	【図書館祭2026】	申込期間 2月5日(木)		
◇版画展示	十輪寺名古屋住職・副住職による版画作品を展示します。	10時～		
とき	2月3日(火)	とき	2月11日(祝)	
と 講話	き 2月8日(日)	講 師 NPO法人日本ネ	イリスト協会バラジエル	
と 講師	き 14時～15時	認定サロン「Nailsalon	& School Rjb」ネイル講師	
定員 50人	西田 公亮 氏	対象 小学生のいじもと	保護者	
申込期間	1月22日(木)	定員 10組	申込期間 1月28日(水)	
申込方法	直接または電話で図書館まで	申込方法 直接または電話で図書館まで	申込方法 直接または電話で図書館まで	
◇版画ワークショップ	「お地蔵さんを彫る会」	ロボットプログラミング教室	【図書館祭2026】	
版画を通して自分と向き合う時間を持ちません	話で図書館まで	簡単なプログラミングで、ロボット「こくり」を動かしてみましょう。	簡単なプログラミングで、ロボット「こくり」を動かしてみましょう。	
対象 小学1～3年生と	とき	2月15日(日)	とき	2月22日(日)
保護者	13時30分～15時	14時～17時	14時～17時	14時～17時

対象	中学生以上	申込期間	2月22日(日) 14時～17時	※ 市内在住で図書館カードの登録がある人
定員	10人	申込方法	直接または電話で図書館まで	※ 電話申し込み不可
続子ネイル教室	【図書館祭2026】	申込期間	1月15日(木)10時～22日(木) 10時～20時	※ 友人分の申し込みはできません。
講師	NPO法人日本ネイリスト協会パラジエル認定サロン「Nailsalon & School Rjb」ネイル講師	申込方法	直接図書館まで	※ 市内在住で図書館カードの登録がある人
対象	小学生のこどもと保護者	申込期間	2月11日(祝) 10時～11時30分	※ 友人分の申し込みはできません。
定員	10組	申込方法	直接または電話で図書館まで	※ 友人分の申し込みはできません。
午込期間	1月28日(水) 10時～	とき	1月19日(月) 12時10分～	※ 友人分の申し込みはできません。
午込方法	直接または電話で図書館まで	出 演	a m a p o l a 氏	※ 友人分の申し込みはできません。
【ボットプログラミング教室】	簡単なプログラミングで、 「ボット」「こぐり」を動かしてみましょう。	曲 目	アメージンググレース、愛の讃歌 ほか	※ 友人分の申し込みはできません。
【図書館祭2026】	とき	演 奏	ヴァイオリン演奏 ヴァイオリン演奏	※ 友人分の申し込みはできません。
対象	小学1～3年生と 13時30分～15時 6番 ほか	曲 目	五味 俊哉 氏 ヘンデル・ヴァイオリンソナタ第4番、第	※ 友人分の申し込みはできません。

The image consists of two photographs. The left photograph shows several people from behind, looking at a wall display featuring five framed black and white portraits of young men. The right photograph shows a close-up of a vertical calligraphy scroll mounted on a light-colored wooden frame.

と き 2月6日(金)～8日(日) 10時～17時	
※ 8日(日)は16時まで	
ところ 文化会館東館1階 ロビー	ロビー
ところ 文化会館東館1階 (同時開催)	ロビーコンサート
とき 2月7日(土) 14時～	ロビー
ところ 文化会館東館1階 ロビー	出演者
大石 淑恵 氏(ソプラノ) 安岡 典子 氏(ピアノ)	曲 目 組曲「展覧会の絵」 より「プロムナード」、荒城 の月、歌劇「トスカ」よ り歌に生き愛に生き
文化会館 高砂寄席 桂米朝一門会 文化会館 高砂寄席 桂米朝一門会	入場料 3,500円 ※ 全席指定
とき 3月15日(日) 14時～(開場13時30分～)	ところ じょうとんばホール 文化会館 高砂寄席 桂米朝一門会
ところ じょうとんばホール 文化会館 高砂寄席 桂米朝一門会	特別ワークショップ 実幸豚饅さんと豚まんを つくつてみよう
ところ 文化会館東館1階 料理講習室 文化会館 高砂市邦楽文化をつなぐ会 ☎ 070-4139-6985	受講料 3,400円 (材料費込み)
日本を代表する和太鼓集 団「舞太鼓あすか組」によ る演奏会を開催します。	定員 8組 持ち物 工プロン・三角巾 手拭きタオル
とき 3月8日(日) 13時～開場 文化会館 一般3,000円	しめ切り 1月17日(土)

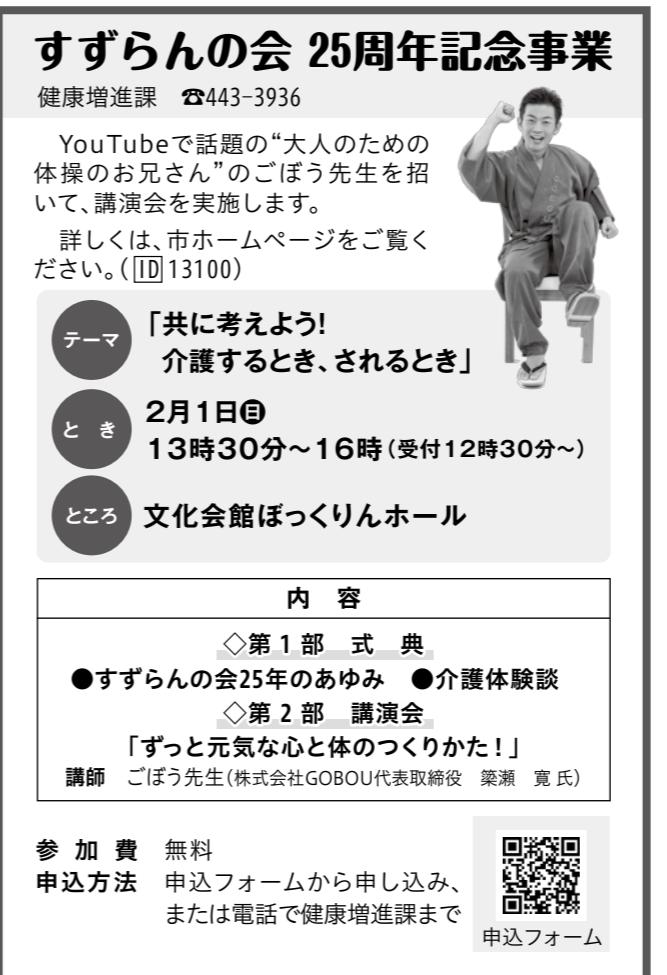
リジから申し込み

**申込方法** 受講料を添えて  
**文化会館まで**

**ロビー展示作品募集**

文化会館のロビーで作品  
を展示してみませんか？

**展示期間** 3月中



## みどりの相談所



<h2 style="text-align: center;">みどりの相談所</h2>	<p>市ノ池公園みどりの相談所</p> <p>☎ 4447・6401</p>
<h2 style="text-align: center;">消防出初式</h2>	<p>消防本部総務課</p> <p>☎ 448・4969</p>
	
<p>第2回 播州苔展</p>	<p>1月11日(日) 9時30分～</p>
<p>と き 1月24日(土)・25日(日) 10時～16時50分</p>	<p>と き 1月11日(日) 9時30分～</p>
<p>ところ 展示コーナー</p>	<p>ところ 内 容 消防部隊観閲、式典 ※ 雨天時は10時から式典のみ実施</p>

消防出初式

消防長官總務課









# 11月のスナップ

11/3

## 交通安全フェスティバル

はりま自動車教習所で開催。キッズ交通保安官に任命された市内小学生7人が、飲酒運転追放「三ない運動」の実践を呼びかけました。



11/15

## 明るい安全安心まちづくり市民大会

警察官表彰のほか、交通安全ポスター入賞者の表彰が行われました。兵庫県警察音楽隊による演奏、高砂交通安全協会婦人部のアトラクションが場を盛り上げました。



11/8

## ナイトファンタジーイリュージョン



11/17

## 表敬訪問(伊保セブンJBC)

オールジャパンベースボールリーグ小等部2025全国大会出場の報告に、市役所を訪れました。「出せる力を出し、県代表として胸を張って帰ってきてたい」との言葉通り、11月22~24日に行われた全国大会では、初戦を勝ち進む大健闘を見せました。



11/4

## ごみ減量化・ 再資源化ポスター 市長賞受賞者表彰式

応募総数168作品の中から、中筋小学校6年の山本真衣さんが市長賞を受賞しました。



11/15

## マイナンバーカード出張申請会

## マイナンバーカード出張申請会

高砂市マイナンバーコールセンター ☎451-5072

出張申請会で申請すると、必要書類がそろっている人は、後日、本人限定郵便または簡易書留でマイナンバーカードを受け取れます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ID7826)

投票結果をもとに、市内小・中学校の児童・生徒の投票により最終決定します。投票により最終決定します。投票がスタートします。決したキャラクターの決定に向かう投票がスタートします。発表は2月以降を予定

企画課	☎443-9007	たかさご結ポイント キャラクター投票
-----	-----------	-----------------------

投票期間	1月5日(月)～16日(金)	市ホームページをご覧ください。(ID12891)
------	----------------	--------------------------

議会事務局	☎443-9061	ご参加ください 議会報告会に
-------	-----------	-------------------

申込方法	電話で議会事務	の報告
しめ切り	1月29日(木)	の報告

申請方法	申請フォームか ネットライブ映像配信も	の報告
しめ切り	3月31日(火)	の報告

対象(主な要件)	△高砂市に住民登録がある △20歳以上39歳以下の独身
補助金額	5,000円

とき・ところ
1月9日(金)…高砂地域交流センター
15日(木)…阿弥陀地域交流センター
17日(土)…V·drug高砂店
20日(火)…V·drug高砂店
22日(木)…米田地域交流センター
28日(水)…V·drug高砂店
29日(木)…北浜地域交流センター
31日(土)…ゴダイラッグ大塩店



いずれも10時～12時、13時～16時

オンラインなどでもマイナンバーカードの申請ができます。(ID3529)

シティプロモーション室	☎441-9904	ひょうご出会い サポートセンター 登録補助金
-------------	-----------	------------------------------

特定期(産業別) 最低賃金の改正	兵庫労働局労働基準部賃金室 ☎078-367-9154 加古川労働基準監督署 ☎079-458-8471
---------------------	---

広告	ご希望の方は、下記にご連絡ください ☎0120-317-902 ✉info@uesato-tosou.com 高砂・加古川地域密着塗装店 株式会社上里塗装 〒675-0041 兵庫県加古川市西神吉町前448-5 【営業時間】7:00～19:00 【定休日】日曜日 兵庫県知事許可(施-27)第407493号 上里塗装 検索
----	---



内容は変更される場合があります。

## 1月の相談

相談名	内 容	と き	と こ ろ	問合先
市民相談	市民の日常生活の諸問題に関する相談	月～金曜日 8時30分～12時、13時～17時	本庁舎2階(13番) 市民相談窓口	地域振興課 ☎079-443-9002
法律相談	弁護士による法律的な解釈が必要な生活上の問題についての相談	1月6日(火)・26日(月) 13時～16時 ※ 12月25日(木)から予約受付開始(各日定員6人)		
行政相談	国・県に対する要望、苦情などの相談	1月20日(火) 13時～15時		
相続・登記相談	司法書士による相続・登記に関する相談	1月21日(水) 13時～15時 ※ 12月25日(木)から予約受付開始(定員5人)		
行政書士相談	遺言書、契約書、許認可申請などの書き方や相続手続きなどの相談	1月13日(火) 13時～15時 ※ 12月25日(木)から予約受付開始(定員5人)		
税務相談	税理士が税務の入り口をアドバイス	1月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火) 13時30分～16時30分 ※ 要予約	加古川税理士会館	近畿税理士会加古川支部 ☎079-421-1144
夜間納付相談	国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付相談	1月8日(木)・22日(木) ~19時	本庁舎1階(8番) 賦課収納課	賦課収納課 ☎079-443-9072
夜間納付相談	市県民税、固定資産税、軽自動車税の納付相談	1月8日(木)・22日(木) ~19時	本庁舎1階(18番) 債権管理課	債権管理課 ☎079-443-9018
消費生活相談	消費生活に関する相談	月～金曜日 9時～12時、13時～16時		
多重債務相談	消費者金融やクレジットなどの多重債務に関する相談	月～金曜日 9時～12時、13時～16時		
青少年相談	非行、いじめなどの問題行動、虐待に関する相談	月～金曜日 9時～12時、13時～16時	本庁舎2階(7番) 青少年センター	青少年センター ☎079-443-6246
教育相談	不登校問題などに関する相談(小・中学生対象)	月～金曜日 9時～16時 ※ 面談(要予約)は13時～16時	教育センター1階 のびのび教室	のびのび教室 ☎079-490-4001
人権相談	名誉、差別、私的制裁、嫌がらせ、いじめなど人権に関する相談	1月15日(木)・26日(木) 13時～15時	15日(木)みのり会館 26日(木)市役所南庁舎	人権推進課 ☎079-443-9060
こころのサポート相談(精神障がい者相談)	県委嘱相談員による障がい者の日常生活における相談	1月13日(火) 14時～16時	ユーアイ帆っとセンター 1階研修室	障がい福祉課 ☎079-443-9027
しごと法律・こころの相談室	弁護士と精神保健福祉士による法律問題やこころの悩みに関する相談	1月26日(木) 10時30分～12時30分 ※ 1月21日(木)の17時までに要予約	ハローワークステーション 姫路	兵庫県福祉部障害福祉課 ☎078-362-3059
生活支援相談	仕事・家計・ひきこもりなど暮らしの困りごとに関する相談	月～金曜日 9時～17時	本庁舎1階(6番) 地域福祉課	生活支援相談窓口 ☎079-441-7782
認知症予防相談(あたまの健康チェック)	対話形式の記憶力チェック(市内在住の40歳以上の人)	1月27日(火) 10時、11時、13時、14時、15時	ユーアイ帆っとセンター 1階研修室	地域包括支援センター(本部) ☎079-443-3723
女性のための相談室	女性が抱えるさまざまな問題についての相談	月～金曜日 9時30分～12時、13時～17時 ※ 電話相談・面接相談(要予約)	南庁舎4階 男女共同参画センター	男女共同参画センター ☎079-443-9134
女性のための法律相談	女性の弁護士による法律相談(事前に相談を受けた人)	1月26日(木) 13時～16時 ※ 要予約(定員6人)		
若者しごと相談	15～49歳の人の仕事探しに関する相談	1月13日(火)・27日(火) 13時～15時50分	生石研修センター	あかしサボステ ☎078-915-0677
専門栄養相談	管理栄養士による専門的な栄養相談	1月21日(木) 9時30分～11時30分 ※ 要予約	加古川健康福祉事務所	健康管理課 ☎079-422-0002
エイズ・肝炎ウイルス検査相談	無料、匿名で行う血液検査(一部有料)	1月14日(水)・28日(水) 9時10分～10時15分 ※ オンラインまたは電話で要予約	加古川健康福祉事務所	健康管理課 ☎079-422-0002 県ホームページ
こころのケア相談	精神科医師による個別相談	1月19日(月)・26日(月) 13時～14時 ※ 要予約	加古川健康福祉事務所	地域保健課 ☎079-422-0003
宅地建物取引士による不動産に関する無料相談	不動産に関する無料相談	第2・4火曜日 13時～15時 ※ 要予約	宅建協会加古川支部	宅建協会加古川支部 ☎079-424-0832



## 1月の健診・相談

健診・相談名	内 容	と き	と こ ろ	問合先
プレママサロン(プレパパも参加可)	楽しくおしゃべり、仲間づくりができるサロン テーマ「やってみよう『赤ちゃんのおふろ』」(定員4組)	1月22日(木) 9時45分～11時45分 ※ 受付9時30分～(要予約)	本庁舎2階 健康教育室	こども窓口課 ☎079-441-7440
ひだまりサロン	情報交換やお友達づくりができるサロン テーマ「おっぱいケアと卒乳のはなし」 ※ 妊産婦、1歳未満の乳児と保護者が対象	1月29日(木) 10時～11時30分 ※ 受付9時30分～10時		
乳児保健相談	令和7年9月生まれの乳児を対象にした健診・相談 ※ 対象者に個別通知しています。	1月16日(金)		
10ヶ月児健診	対象者に個別通知しています。詳しくは、個別通知をご覧ください。			市内実施医療機関
1歳6ヶ月児健診	令和6年6月生まれの幼児を対象にした健診・相談 ※ 対象者に個別通知しています。	1月9日(金)		健康増進課 ☎079-443-3950
3歳児健診	令和4年10月生まれの幼児を対象にした健診・相談 ※ 対象者に個別通知しています。	1月23日(金)		



## 1月の救急医

### 外科

と き	医院名・所在地	電話番号	と き	医院名・所在地	電話番号
1日	東高砂胃腸外科 米田町古新	☎079-432-1119	11日	高砂市民病院 荒井町紙町	☎079-442-3981
	しょうせ脳神経外科クリニック 加古川市加古川町本町	☎079-454-8040		久葉整形外科 加古川市別府町石町	☎079-436-6475
2日	高砂西部病院 中筋1丁目	☎079-447-0100	12日	けい整形外科クリニック 北浜町西浜	☎079-254-5533
	住吉医院 加古川市加古川町寺家町	☎079-420-7333		堀胃腸外科 加古川市野口町良野	☎079-425-4188
3日	河野クリニック 高砂町栄町	☎079-444-2112	18日	高砂西部病院 中筋1丁目	☎079-447-0100
	笠井医院 加古川市志方町志方町	☎079-452-0549		ほうらい外科胃腸科医院 加古川市加古川町木村	☎079-420-7782
4日	大森整形外科医院 曾根町	☎079-448-5000	25日	かとうクリニック 米田町島	☎079-433-2203
	浅井クリニック 播磨町宮北1丁目	☎079-437-6306		笠井医院 加古川市志方町志方町	☎079-452-0549

### 診療時間 9時～18時

※ 変更される場合がありますので、事前に各医療機関にお問い合わせください。

### 歯科・眼科・耳鼻咽喉科(日曜日・祝日・休日・年末年始)

科目	医院名・所在地	電話番号
歯	加古川歯科保健センター 加古川市米田町船頭5-1	☎079-431-6060
眼耳	姫路市休日・夜間急病センター 姫路市西今宿3丁目7-21 (姫路西消防署うら)	☎079-298-0119

### 診療時間

【歯科】9時～12時(受付11時30分まで)

【眼科】9時～18時(受付8時30分～17時30分)

【耳鼻咽喉科】9時～18時(受付8時30分～17時30分)

※ 受付時間内に来院してください。

### 内科・小児科(夜間・休日)

科目	医院名・所在地	電話番号
内 小	東はりま夜間休日応急診療センター 加古川市東神吉町西井ノ口379-1	☎079-431-8051

### 診療時間

【内科】夜間 21時～6時(受付20時40分～5時40分)

休日 9時～18時(受付8時40分～17時40分)

【小児科】夜間 21時～24時(受付20時40分～23時40分)

休日 9時～18時(受付8時40分～17時40分)

※ 詳しくは、新聞・医師会などのホームページをご覧ください。