

広報

# たかさご 6

令和6(2024)年  
No.951



だれでも立ち寄りステーションで笑顔つながる



広報 たかさご

No.951  
令和6年6月号

人口と世帯(5月1日現在、外国籍人口を含む)  
人口/86,964(-26) 世帯/40,598(+143)  
人口の内訳 男/42,264(+1) 女/44,700(-27)

編集・発行 高砂市政策部シティアロモーシヨン室  
〒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) FAX079-442-2229(代表)  
https://www.city.takasago.lg.jp

## 目次

- TOPIC -

だれでも立ち寄りステーション …… 2	エコクリーンピアはりまからのお知らせ …… 12
結婚新生活支援補助金 …… 3	みのり会館だより …… 13
子育て支援室からのお知らせ …… 4~5	情報けいじばん …… 14~22
学童保育所 夏休み利用児童募集 …… 6	食育メモ …… 23
高砂市民病院からのお知らせ …… 7	3・4月のスナップ …… 24~25
健診を受けましょう …… 8~9	6月の健診・相談・救急医 …… 26~27
空き家の管理 …… 10~11	

今月号から広報誌の紙が変わりました!

## 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。
- ホームヘルパーや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。

施設見学  
入居相談  
受付中!

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。

子どもの  
世話に  
ならずに、  
まだまだ  
楽しみたい

身の回りの事は  
自分でできるが、  
今後不安を  
感じる



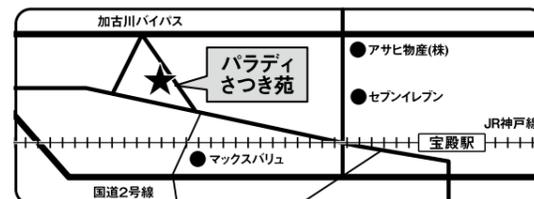
### パラディさつき苑



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

お問い合わせ先 パラディさつき苑  
TEL079-431-1780



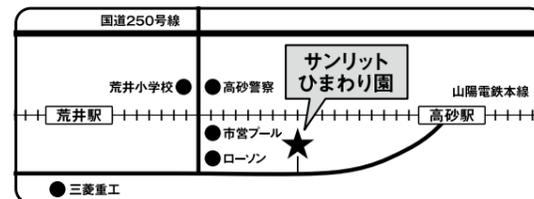
### サンリットひまわり園



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

お問い合わせ先 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



# 結婚新生活 支援補助金



婚姻をきっかけに市内で住宅を購入、リフォーム、賃借するための費用と引っ越し費用を補助します。

シティプロモーション室 ☎441-9904

## 補助額

- 夫婦ともに29歳以下の場合 **上限60万円**
- 上記以外で夫婦ともに39歳以下の場合 **上限30万円**

## 申請期間

**6月1日(土)～令和7年3月31日(月)**  
※ 予算額に達した場合、申請期間を変更することがあります。

## 対象となる費用

### 住居費の補助

- 住宅の購入費
- 住宅のリフォーム費用
- 賃料・共益費(1カ月分に限る)、敷金、礼金、仲介手数料

### 引っ越し費用の補助

新居へ引っ越しをするために引っ越し業者または運送業者へ支払う費用

※ いずれも令和6年3月31日以前に支払われた費用は対象となりません。

## 対象

- 令和6年1月1日から令和7年3月31日までの間に婚姻届が受理された夫婦
- 申請時に夫婦の双方または一方の住民票の住所が、申請に係る住宅である
- 婚姻届が受理された日の年齢が、夫婦ともに39歳以下である
- 夫婦の令和5年の所得合計額が500万円未満である(貸与型奨学金の返済を行っている場合は、年間の返済金額を所得額から除いて計算)

Q いつ支払った費用が補助の対象になりますか？

A 令和6年4月1日から令和7年3月31日の間に支払った費用が対象になります。令和6年3月31日以前に支払われた費用は対象外です。

Q 所得とは何ですか？

A サラリーマンの場合は、1年間の給与などの収入金額(源泉徴収票の「支払金額」に記載の額)から給与所得控除額を差し引いた金額となります。自営業の場合は、1年間の収入(売上金額)から必要経費を差し引いた利益に相当する金額となります。所得は年収と異なるので、ご注意ください。

Q 高砂市外で婚姻届を提出し、受理されている場合は対象になりますか？

A 対象になります。

Q 婚姻日より前に住宅を取得、リフォーム、賃借した場合は、対象になりますか？

A 婚姻日から起算して1年以内に婚姻を機に取得、リフォーム、賃借した住宅であれば対象になります。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ID 8845)



## 福祉総合相談センター1階

# 「だれでも立ち寄りステーション」をご利用ください!

令和6年4月に開設した福祉総合相談センター(旧伊保幼稚園跡地)の1階に「だれでも立ち寄りステーション」がオープンしています。年齢や障がいの有無にかかわらず、だれもが気軽に立ち寄れる交流拠点として、3つの機能を備えています。

- 気軽に立ち寄り、集うことのできる日常的な「居場所機能」
- 市民が主体となって活用し、活動発展につなげる「イベントスペース機能」
- 多様な世代・属性・地域がまざり、つながる「交流循環機能」



市内の福祉団体やNPO、地域で活動している人たちとつながり、イベントを開催したりカフェ交流スペースを設置したりしています。気軽にお越しください。

障がいのある人などが、支援やサポートを受けながら働いています。

## 障がい者就労支援カフェ「サンスイート」

営業時間 9時30分～15時  
(ランチタイム 11時～14時)  
(ラストオーダー 14時30分)



だれでも立ち寄りステーションでのイベント開催、作品展示などに興味のある人はお問い合わせください。  
※ 非営利のものに限ります。



だれでも立ち寄りステーション  
(福祉総合相談センター1階) 伊保4-400  
☎451-6473 FAX 451-6474



インスタグラムでだれでも立ち寄りステーションの情報を発信しています!

子育て支援室からのお知らせ



児童手当6月期  
(2月～5月分)は、  
6月14日(金)に振り込みます。

児童手当の  
現況届

子育て支援課  
☎443-9024

子育て支援  
センターの催し

申込方法  
電話で子育て支援センター  
☎442-2242まで

つどいの広場  
6月親子遊び

とき・内容

- ◇6月10日(月)  
キッズマツサージ
- ◇6月27日(木)  
動物まねっこ遊び

※ いずれも10時～11時

◇6月12日(水)～19日(水)  
6月生まれの誕生会

赤ちゃんの日

10時30分～14時30分に親子遊びを行います。

- とき 6月12日(水)

10時～11時、14時～15時  
子育て支援センター  
対象 妊婦、おむね1歳3カ月までの子どもと保護者

体験保育らんらん  
～地域交流事業～

とき 6月28日(金)  
9時30分～11時

ところ 荒井こども園  
内容 園・地域のお友達との交流

対象 荒井・高砂地域の就園前の子どもと保護者  
定員 20組  
持ち物 上靴、下足入れ、お茶  
申込期間 6月10日(月)～21日(金)

第2回  
子育てサークル交流会

とき 7月4日(木)  
10時～11時

ところ 生石研修センター  
テーマ セタ♪

対象 子育てサークル会員  
親子、子育てサークルに興味・関心のある妊婦・就園前の子どもと保護者  
持ち物 上靴、下足入れ、お茶  
※ 申し込み不要

地域DEつどい  
くいつしよにあそぼ・  
みんなであそぼ  
就園前の親子と一緒に遊ぼう！  
申込期間 6月1日(土)～  
※ 各活動を一緒に申し込みできます。  
薬剤師が届けたい  
お薬のお話  
とき 6月18日(火)  
10時～11時30分  
ところ 市役所本庁舎2階健康教室  
対象 市内在住の就園前の子どもと保護者  
定員 20組  
あそびうたを楽しもう♪  
とき 6月17日(月)  
10時～11時  
ところ 文化会館3階和室  
対象 市内在住の就園前の子どもと保護者  
定員 30組  
雨の日を楽しもう  
対象 各地区在住の就園前の子どもと保護者  
定員 各15組

西部子育て  
支援センターの催し  
申込方法  
電話で  
西部子育て支援センター  
☎451-8570まで

つどいの広場  
6月親子遊び

とき・内容

- ◇6月14日(金)  
おはなし大好き
- ◇6月26日(水)  
作って遊ぼう

時間のプレゼント  
(一時預かり事業)

ポランテアと保育士で子どもをお預かりします。

とき 6月21日(金)・25日(火)  
10時～11時30分

ところ 西部子育て支援センター  
対象 1歳3カ月以上の就園前の子ども

定員 各6人  
申込日 6月10日(月)  
9時～12時  
※ 申し込みはどちらか1日のみ

事前登録(初回のみ)が必要

初めて利用する場合は、毎月9日までに母子手帳、健康保険証を持参して西部子育て支援センターで事前登録をしてください。

ファミサポ  
子育て応援講座

申込方法  
電話で  
ファミリーサポートセンター  
☎442-0555まで

第1回提供・両方会員フォローアップ講座&情報交換会

とき・内容  
6月21日(金)  
9時30分～10時20分

対象 ファミリーサポートセンター提供会員・両方会員、子育て支援に関心のある人  
定員 15人  
託児 定員5人(要予約)  
※ 1歳6カ月以上の子どもしめ切り 6月19日(水)

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	子育て支援課 ☎443-9024
こどもホットライン	家庭環境や子育ての相談	月～金曜日 9時～17時	本庁舎2階 こども家庭相談センター	こども家庭相談センター ☎442-2260
子育て相談	臨床心理士による個別相談	6月10日(月)・24日(月) 13時～15時30分 ※ 要予約 (定員3人)	本庁舎2階 こども家庭相談センター	幼児保育課 ☎443-9025
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	

◇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) ☎078-921-9119

## 高砂市民病院からのお知らせ

高砂市民病院 ☎442-3981

# 子どもの健やかな発育のために

高砂市民病院の小児科では、子どもの成長と発達を支援する療育を行っています。小児科の取り組みを知っていただき、お困りの際にお役立てください。



**言語外来**  
言葉の遅れや発音の問題に  
助言訓練を行います。

**読み書き外来**  
読み書きが遅れる原因と  
対処法を助言します。

## 4つの専門外来で サポートしています。

**協調運動外来**  
手先の不器用さを改善させる  
助言訓練を行います。

**心理外来**  
心理的な支援で問題解決の  
お手伝いをします。

専門外来によって対象年齢、初診日が異なりますのでご注意ください。  
詳しくは、高砂市民病院ホームページをご覧ください。



高砂市民病院  
ホームページ

子どもからの  
**サイン**かもしれません  
一度ご相談ください

- ◇2歳で言葉を話さない。4歳で発音が不明瞭である。
- ◇1年生後半でひらがなの読み書きが取得できていない。
- ◇2年生でカタカナや漢字が覚えられず、音読が苦手である。
- ◇5歳でファスナーやはさみが扱えず、縄跳びやボール運動が極端に苦手である。
- ◇生活にストレスを感じている。母子の分離や学校への不安が強い。

## 令和6年度 学童保育所

# 夏休み利用児童募集

子育て支援課 ☎443-9024



両親が共働きなどで、1人で留守番をして過ごしている子どもたちのために、高砂市の委託・補助により運営する学童保育所があります。

6月3日(月)より、夏休み期間中のみ学童保育所を利用する児童の募集を行います。  
※ 定員などにより、希望の学童保育所を利用できない場合があります。  
※ 詳しくは、各事業所までお問い合わせください。

### 夏休み中の学童保育

- 保育時間** 8時～18時  
※ 希望者のみ早朝・延長あり(別途費用が必要)
- 対象** 夏休みの期間に保護者が不在の小学生
- 費用** 18,500円  
※ 延長料金・おやつ代・教材費などその他諸費用を除く

詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ID)4235)

## NPO法人高砂キッズ・スペースが運営する学童保育所

学校区	名称	所在地	電話番号
高砂	まつぼっくり	高砂小学校専用室	☎ 443-6427
荒井	こうのとり①	荒井小学校専用室	☎ 443-6428
	こうのとり②		
	こうのとり③	荒井町扇町1-23	☎ 442-5215
伊保	とらいあんぐる	伊保小学校専用室	☎ 447-9190
伊保南	あおぞら	伊保南小学校専用室	☎ 447-9191
中筋	かぶとむし	中筋小学校専用室	☎ 447-8559
		曾根小学校専用室	☎ 447-6538
曾根	たけとんぼ	旧曾根幼稚園専用室	☎ 070-6681-9239
米田	ひまわり	米田小学校専用室	☎ 432-3480
	よねだ		
米田西	てんとうむし①	旧北部子育て支援センター専用室	☎ 432-5519
	てんとうむし②		
阿弥陀	おたまじゃくし	阿弥陀小学校専用室	☎ 447-6539
北浜	なかよし	北浜小学校専用室	☎ 079-254-4501
	事務所	松陽1-5-20 ノノムラビル3階	☎ 446-3635

- 申込期間**  
6月3日(月)～20日(木)  
12時～18時  
※ 日曜日、祝日を除く
- 申込方法**  
申込書に必要事項を記入の上、  
直接各学童保育所まで  
※ 申込書は各学童保育所に  
あります。

## 社会福祉法人日本聖公会高砂福祉会が運営する学童保育所

学校区 米田西  
名称 学童保育エステル  
所在地 米田町島203-11  
電話番号 ☎070-4176-0948

- 申込期間** 6月3日(月)～10日(月) 12時～18時  
※ 日曜日、祝日を除く
- 申込方法** 申込書に必要事項を記入の上、直接学童保育エステルまで  
※ 申込書は学童保育エステルにあります。



## 国保年金課からのお知らせ

# 健診を受けましょう

国民健康保険加入者の皆さんへ

国保年金課国保給付係 ☎4433・9020

**特定健診の「基本項目」は無料で受けられます**

ID9550

病気の予防、早期発見のために年に1回、特定健診を！

特定健診では、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）やその予備群に該当する人を見つけ、一人一人に合った特定保健指導を行うことで、生活習慣を改善するための支援を行っています。

### 受診期間

6月～令和7年2月

**受診場所** 市内指定医療機関、高砂市民病院

### 受診料 無料

### 基本項目 問診、身体計測

（身長・体重・腹囲・体格指数）、血圧測定、尿・血液検査（血糖値・コレステロール・中性脂肪・肝機能・腎機能）

※ 医療機関によっては、有料で各種がん検診などを追加受診できます。

### 対象

4月1日時点で国民健康保険に加入しており、令和6年度中に40～74歳になる人  
 ※ 令和6年度中に75歳になる人は、誕生日の前日まで受診できます。

※ 妊産婦、刑務所入所中、海外在住、長期入院、施設に入所や入居しているなどの場合は対象になりません。  
 ※ 他の医療保険に加入している人は、それぞれの医療保険者に確認してください。

### 受診券

6月中旬に送付します。年度途中で国民健康保険に加入し、特定健診の受診を希望する人には随時発行します。  
 ※ 紛失などで受診券の再交付を希望する人は、国保年金課までご連絡ください。

### クオカードプレゼント

特定健診を受診した人にはクオカードをプレゼントします。詳しくは、6月に送付する受診案内をご覧ください。

### 特定保健指導

（対象者のみ）  
 特定健診を受けた後に医師、保健師、管理栄養士などによる生活習慣改善のための保健指導を受けることができます。

### 人間ドックや会社などの健診（事業主健診）を受診する人へ

特定健診の項目が含まれているので、健診結果の写しを提出してください。返信用封筒を送付するので、国保給付係までご連絡ください。  
 ※ 国保の助成を受けて人間ドックを受診する人は、提出の必要はありません。

国民健康保険加入者の皆さんへ

国保年金課国保給付係 ☎4433・9020

**各種がん検診の受診費用の助成**

ID9548

胃がんリスク検診・子宮がん検診・乳がん検診の受診費用を助成します。（今年度から大腸がん検診は検査料が無料となるため、助成はありません。）  
 受診前に国保年金課で助成券の申請をしてください。

### 受診期間

6月～令和7年3月

### 受診場所 指定医療機関

※ 指定医療機関は、「検診ガイド」をご覧ください。

### 対象

次の要件をすべて満たす人  
 ◇申請日現在、高砂市国民健康保険に6カ月以上継続加入している

### ◇国民健康保険料の完納世帯

※ 令和7年3月31日時点で75歳の人は、無料で受診できるため、助成券の申請は不要です。

◇健康お守りカードの「今年度対象」の項目に○がついている。

### ◇健診を受けましょう

ID9550

後期高齢者医療加入者の皆さんへ

国保年金課医療係 ☎4433・9021

**後期高齢者医療の健康診査**

ID10716

糖尿病などの生活習慣病を早期発見し、適切に医療につなげて重症化を予防するため、後期高齢者健康診査を実施しています。  
 詳しくは、6月中旬に送付する個別案内をご覧ください。

### 受診期間

6月～令和7年2月

### 受診料 無料

### 対象

兵庫県後期高齢者医療の被保険者  
 次の人は対象外となります

◇介護保険施設（特別養護老人ホーム、老人保健施設など）に入所中の入所者  
 ◇長期入院中の入所者  
 ◇今年度同様の健診を受ける人

### 受診方法

健診を希望する人は、受診券が届いてから市内指定医療機関に個別に予約の上、受診してください。  
 検査結果は、受診した医療機関からお渡します。

### 子宮がん検診

### 検査内容 細胞診

検査料 1,000円（全額助成）

### ◇頸部細胞診

1、500円（全額助成）  
 2、500円（全額助成）  
 ※ 体部細胞診は6カ月以内に不正出血があったなど、医師が認める人のみ

### 乳がん検診

### 検査内容 マンモグラフィ

（2方向）

### 検査料

◇個別検診  
 1、500円（全額助成）  
 ◇市民病院健診  
 1、000円（全額助成）

# 空き家をどうすればいいの？

空き家は、大切な資産であると同時に、適正に管理する責任と義務があります。適正な管理をせず、被害を及ぼした場合、所有者は賠償責任を問われる恐れがあります。そうなる前に、空き家を「手放す」「利活用する」という選択を考えてはいかがでしょうか？



## 空き家を「手放す」という選択

### 高砂市 空き家バンク

空き家を売りたい・貸したい人と、買いたい・借りたい人をつなぐ「高砂市空き家バンク」をぜひご利用ください。  
※ 登録には各種要件があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。  
(ID)8347

### 空き家を相続した人へ

令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されました。相続人は、不動産（土地・建物）を相続で取得したことを知った日から3年以内に、相続登記の申請を行わなければなりません（令和6年4月1日より前に相続した不動産も対象）。正当な理由なく相続登記を行わなかった場合、10万円以下の過料が科される可能性があります。詳しくは、最寄りの法務局へお問い合わせください。

### 相続した空き家を譲渡した人へ

被相続人の住まいが空き家になり、その空き家の相続人が、耐震改修または除却をした後にその家屋や敷地を譲渡した場合（または譲渡後に買主が耐震改修または除却をした場合）には、その譲渡にかかる譲渡所得の金額から3,000万円を特別控除する制度があります。期限などの各種要件があります。詳しくは国土交通省ホームページをご覧ください。管轄の税務署へお問い合わせください。

## 空き家を「利活用する」という選択

### 高砂市 空き家活用支援事業

空き家をリフォームして住みたい、貸したいなどを考えている人に対し、改修費の一部を補助する制度があります。  
※ 「高砂市空き家バンク」への登録が必要  
◇住宅型（一般タイプ）・事業所型 補助率 2分の1（最大150万円）  
◇住宅型（若年・子育て支援タイプ） 補助率 3分の2（最大200万円）  
※ 各種要件や募集戸数に限りがあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ID)8349  
※ 高砂市住宅耐震化促進事業補助金と併用できる場合があります。詳しくは、建築住宅課までお問い合わせください。

### フラット35の利用

高砂市空き家活用支援事業の適用を受けて改修しようとする人が、フラット35を同時に利用する場合、当初10年間の金利を0.25%まで引き下げます。申込方法など詳しくは、住宅金融支援機構ホームページをご覧ください。

### 高砂市古民家 再生促進支援事業

古民家を地域交流施設などに再生する人に対して、改修工事費の一部を補助するものです。空き家でも要件に合えば活用することができます。  
補助率 3分の1（最大500万円）  
※ 別途、調査費の補助もあります。  
※ 改修工事費補助は県と市のそれぞれに申請が必要です。県からも補助を受けることができます。  
※ 補助金は具体的な案件が出てからの予算措置となります。また、各種要件がありますので、詳しくは建築住宅課までお問い合わせください。

## まずは空き家を除却したい

### 地震危険住宅除却工事費補助

住宅耐震化促進事業補助金で、耐震性の低い戸建て住宅の除却に要する費用の一部を補助するものになりますが、空き家でも要件に合えば活用することができます。  
補助率 23%（最大50万円）  
※ 各種要件や募集戸数に限りがあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
(ID)10643

### 空家等の相談窓口

ひょうご空き家対策フォーラム（専門家による総合窓口）  
☎078-325-1021（相談無料）  
受付時間 平日の9時～12時、13時～17時  
建築住宅課  
（相談、空き家バンク、補助制度、まちづくり出前講座）  
☎443-9035  
受付時間 平日の8時30分～12時、13時～17時15分  
※ 空家等に関する計画やパンフレット、制度や支援事業の概要などは市ホームページをご覧ください。  
(ID)95

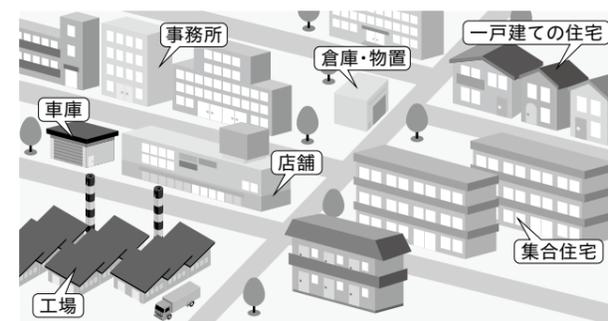
# 空き家の管理 どうしていますか？

建築住宅課 ☎443-9035

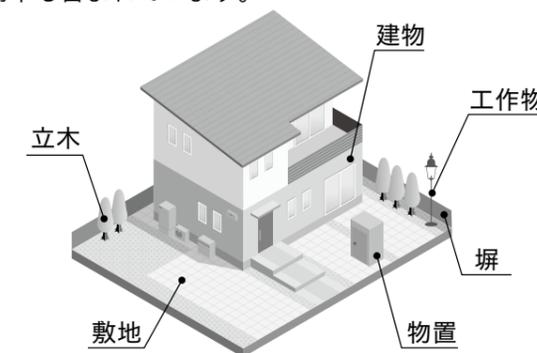


## “空き家”って？

法律では「使用されていないことが常態である建物」は、住宅に限らず「空家等」と定義しています。



また「空家等」には建物の敷地、その敷地内の塀や樹木も含まれています。



## 高砂市の“空き家”への取り組み

市では、市民などの生活環境の保全や、にぎわいの創出を目的として「高砂市空家等対策計画」を策定しました。この計画は、高砂市の空家等対策を総合的かつ計画的に実施するための基本的な考え方を示すもので、この計画に従って空き家に関するさまざまな施策を展開しています。

令和5年3月には、社会情勢の変化に対応するため、これまでの課題を整理し、計画を見直した「高砂市空家等対策計画（改定版）」を策定しました。この計画に基づき、令和5年度からの5年間の空家等対策に取り組んでいます。

## 空家等を放置したらどうなるの？

令和5年12月には改正法が施行され、適正な管理が行われていない空家等への対策が強化されました。

空家等を放置すると「管理不全空家等」や「特定空家等」に認定される可能性があります。

### 管理不全空家等とは

そのまま放置すれば特定空家等になる恐れのある空家等

### 特定空家等とは

そのまま放置すれば倒壊などの危険や衛生上有害となる恐れのある空家等



## 管理不全空家等や特定空家等に認定されると…

### 税金が上がります

「管理不全空家等」または「特定空家等」に認定され、勧告を受けた場合、その建物に係る敷地は、固定資産税及び都市計画税の住宅用地特例の対象から除外され、税金が上がります。

### 住所や氏名が公表されます

「特定空家等」に認定され、命令後も改善が見られない場合は、所有者の住所や氏名が市ホームページで公表されます。

## 管理不全空家等への措置のイメージ

調査 → 助言・指導 → 勧告

## 特定空家等への措置のイメージ

調査 → 助言・指導 → 勧告 → 命令 → 公表 → 代執行

## みのり会館の事業

みのり会館では、市が目指す「心の豊かさ人と人を尊重したまちづくり」の実現に向けて、市民一人一人の人権意識の高揚と啓発活動に取り組んでいます。

人権教育推進事業としては「人権交流学習会」をはじめ「子どもの人権教育学級」「高齢者学級」など、さまざまな年齢層の人を対象とした交流会・講演会を計画しています。より多くの皆さんの参加をお待ちしています。

また、毎月1回「人権相談」も行っています。



## 令和6年度 人権教育推進事業の概要

### ◇人権交流学習会（全体学習会1回、班別学習会2回）

とき 6月（全体学習会）、7～8月（班別学習会）  
内容 地域の人々との交流を深め、差別意識や偏見をなくするための学習会  
対象 地域の自治会・婦人会、市内小・中学校の保護者

### ◇人権教育実践講座

とき 8月、令和7年1月  
内容 豊かな人権感覚と実践力を身に付けるための講演会  
対象 市内の小・中学校の保護者

### ◇高齢者学級

とき 9月、令和7年2月  
内容 毎日を元気に明るく過ごすための健康づくりや講演会  
対象 地域の高齢者

### ◇人権相談

とき 毎月1回（6月を除く）  
対象 市民

### ◇子どもの人権教育学級

とき 7月、10月  
内容 人権を大切に育てるに関する講演会  
対象 市内のこども園・保育園の保護者

### ◇講座生人権講話

とき 9月  
内容 講座生の交流を深め、豊かな人権感覚を身に付けるための講演会  
対象 みのり会館と中筋老人憩いの家で活動する教養・自主講座生

### ◇女性の人権研修会

とき 11月  
内容 女性の人権を考え、地域の仲間づくりを進める講演会  
対象 地域の婦人会

## みのり会館 教養講座・自主講座

### ●教養講座

講座名	とき	ところ
書道A(大人)	毎週水曜日 19時30分～20時30分	みのり会館
書道B(大人)	毎週月曜日 15時～16時	
書道C(子ども)	毎週水曜日 18時30分～19時30分	
書道D(子ども)	毎週月曜日 16時～17時	
織りの会	月曜日 月3回 18時～20時	中筋老人憩いの家
ちぎり絵	第2・3月曜日 9時～12時	
暮らしの書道	第2・4火曜日 9時～12時	



▲2月2日・3日、3月3日・4日に開催した教養講座生と自主講座生の作品展の様子

### ●自主講座

講座名	とき	ところ
3B体操	毎週月曜日 9時～12時	みのり会館
いきいき百歳体操	毎週月曜日 14時～15時30分	
アイティー講座	第4火曜日 10時～12時	
ふれあい体操	毎週水曜日 10時～11時30分	
音楽体操	毎週水曜日 14時～16時	
エアロビクス	毎週木曜日 9時45分～10時45分	
くるみ絵の会	毎週木曜日 13時～16時	
大正琴	第2・4木曜日 10時～11時30分	
織りひめ	第2・4木曜日 13時30分～15時30分	
筋トレ&ストレッチ	第1・3金曜日 10時～11時30分	
童謡唱歌を歌う会	第2・4金曜日 10時～12時	
メモったクラブ	第2金曜日 13時～14時30分	

参加希望者は、みのり会館までお問い合わせください。  
※ 待機が必要な講座もあります。

エコクリーンピアはりまで、ごみの減量や環境について考えてみませんか？

## 施設見学

ごみ処理の流れや循環型社会について楽しく学び、  
ごみ問題について考える

個人と団体では申込方法などが異なります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ID7840、ID7841)

	とき	定員	申込期間	申込方法
個人 (ID7841)	祝日を含む火～土曜日 (年末年始を除く) ◇午前の部:10時～11時30分 ◇午後の部:13時30分～15時	各20人程度	見学希望日の30日前～ ※ 直前の申し込みは受け付けできない場合があります。	電話で 計画管理担当 (☎448-5260)まで
団体 (10～40人程度) (ID7840)	火～金曜日 (祝日、年末年始を除く) 見学時間は申し込み時に調整 (所要時間90分)	1日 1団体	見学希望日の30～60日前 ※ 8月中の見学はご相談ください。	電話で施設担当 (☎447-1760)まで

## リサイクル啓発講座

大人も子どもも  
SDGsの話題に触れながら楽しく学べる

環境学習リサイクル講座は、環境やリサイクル、サステナビリティをテーマに毎月開催しています。興味のある講座があれば奮ってご参加ください。申込方法、講座の内容など詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ID7838)

### ▼過去に開催した講座の一例



「エコクリーンピアはりま産」屋上庭園で育てたさつまいものつるを使ってクリスマスリースを作ろう



手作りのしめ縄でお正月を迎えよう！稲わらで作るしめ縄づくりで日本の伝統に触れる

### 参加者の声

- ◇環境についての勉強もでき、意識が変わってきました。
- ◇普段では体験できないようなことができました。
- ◇作品の出来栄も満足です。

## ベビー用品のリユース事業

不用品のリユースの一環として、ベビー用品の貸出事業を行っています。子育て世帯などでベビー用品を必要としている人を対象に、無料で貸し出しを行っていますので、ぜひお立ち寄りください。

また、ご家庭で不要となったベビー用品がありましたら、ぜひご提供ください。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ID7835)



# 年金

**国民年金には  
障がい保障があります**

国民年金課国民年金係  
☎443・9022  
加古川年金事務所  
☎427・4740

**障害基礎年金とは**

国民年金に加入中または60〜64歳で国内に住んでいる間に初診日があり、その病気やけががもとで、障害基礎年金の等級に該当した時に支給されます。

20歳前に初診日がある人が障がいの状態になった場合も、20歳から受けることができます。

※ 本人の所得制限あり  
**障害基礎年金の額（年額）**  
◇1級 1,020,000円  
68歳以上は  
1,017,125円

◇2級 816,000円  
68歳以上は  
813,700円

**子の加算**

障害基礎年金の受給資格が発生した時点で、受給者と生計を維持している子がいる場合、子の人数に応じた加算があります。受給権発生後に子を有することになった場合にも加算されます。

※ 対象は、18歳になった後の最初の3月31日を迎えるまでの子、または1・2級の障がいの状態にある20歳未満の子です。

**加算額**

◇2人目まで  
各234,800円  
◇3人目以降  
各78,300円

**請求するには**

初診日のある月の前々月までの加入期間のうち、納付または免除された期間が3分の2以上ある、または直近の1年間に滞納がない

人が対象です。

※ 初診日の前日に満たしている必要があります。

初診日の後に保険料を納めても請求できません。申請方法など詳しくは、国民年金係までお問い合わせください。

※ 厚生年金の加入中に初診日がある場合、請求先は年金事務所になります。

# 保険

**介護保険負担限度額認定申請の更新**

介護保険課  
☎443・9063

現在交付している介護保険負担限度額認定証の有効期限は7月31日(水)です。

交付を受けている人に、6月に更新のお知らせを送付します。8月以降も引き続き認定を受けた人は、同封の申請書と預貯金などの額が確認できる通帳の写しを介護保険課（〒676-8501 荒井町千鳥1-1-1）に提出してください。

※ 郵送でも提出できます。  
※ 9月以降の申請の場合、

申請を受け付けた日が属する月の1日からの適用となります。

**負担限度額認定とは**  
施設サービスを利用した場合は、サービス費用の1割・2割・3割のほかに、

食費・居住費・日常生活費が利用者の負担となります。負担限度額認定は、介護保険施設（特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護医療院）とショートステイを利用する際の食費・居住費を軽減する制度です。

# 税

**令和6年度  
個人住民税(市県民税)・  
森林環境税**

課税課  
☎443・9015

令和6年1月1日現在で市内に住所を有する人は、令和5年中の所得金額などを基に計算された、個人住民税(市・県民税)と森林環境税が課税されます。

**森林環境税**  
森林環境税は温室効果ガス排出削減目標の達成や災

害防止などを図るため、森林整備などに必要な財源を

安定的に確保する観点から創設された国税です。令和6年度から、国内に住所のある個人に対して、年額1,000円が課税され、原則個人住民税と併せて徴収されます。その税収は、全額が森林環境譲与税として都道府県・市町村へ譲与されます。

**定額減税**

令和6年度税制改正により、デフレ脱却のための一時的な措置として、令和6年度個人住民税において定額減税が実施されます。

**対象** 前年の合計所得金額が1,805万円以下の個人住民税所得割の納税義務者

**減税額** 本人、配偶者を含む扶養親族1人につき、1万円

※ 国内に住所を有する人に限ります。  
※ 同一生計配偶者および扶養親族の判定は、原則前年12月31日の現況によります。  
※ 減税しきれない場合は、

別途給付金(調整給付)が支給されます。

※ 控除対象配偶者以外の同一生計配偶者のがいる場合は、令和7年度分の個人住民税で1万円の定額減税が行われます。

**減免制度があります**

前年中の総所得金額が600万円以下で、退職・失業などにより所得が著しく減少し、個人住民税の納付が困難になった人は、減免を受けられる場合があります。納期限までに課税課にご相談ください。

※ 納期限を過ぎたものは対象外です。  
※ 減免申請書は市ホームページから取り出せます。  
(ID)3705

※ 申請書はできる限り郵送で提出してください。

**市・県民税の相談窓口**

課税課  
☎443・9015

**◆納付についての相談**

債権管理課  
☎443・9018

# 福祉

**障がい児  
スポーツ教室**

障がい福祉課  
☎443・9027  
☎443・3144

ストレッチ体操や軽スポーツ・レクリエーションを通して心身機能の向上と健

康づくりを目指します。

とき 7月25日(木)、8月8日(木)・22日(木)・29日(木)

11時〜12時30分

ところ 総合体育館

講師 障がい者スポーツ

指導員(兵庫県立総合リハビリテーションセンター)

対象 市内在住の18歳以下

知的障がい児(発達障害)

障がいを含む)と保護者

定員 15組

※ 申込多数の場合は抽選、5組未満の場合は中止

参加費 無料

しめ切り 7月5日(金)

申込方法 直接または電話で障がい福祉課まで

※ 市ホームページからも

申し込みできます。  
(ID)8972

**特定医療費(指定難病)受給者証の更新手続き**

加古川健康福祉事務所  
☎422・0003

有効期限が令和6年10月31日の特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの人に、更新手続きに必要な書類を送付します。更新書類が届かない場合

は、必ず加古川健康福祉事務所までお問い合わせください。

**対象** 令和6年11月1日以降も引き続き受給者証の交付を希望する人

**申込期間** 6月10日(月)〜8月16日(金)必着

※ 土・日、祝日を除く

※ 10月31日まで更新申請の受付は可能です。ただ

# 糖尿病とともに長生きしよう

高砂市医師会 内科医 三木 健史

まずは前置きとして、ここでいう糖尿病は遺伝的、環境的による2型糖尿病のことをいいます。

糖尿病になると、以前は10歳ほど平均余命が短いというデータがありました。現在では、検査や治療の進歩もあり、その差はほぼ解消されつつあります。しかし、依然として糖尿病につきものの腎症・神経障害・網膜症といった合併症、心筋梗塞・脳梗塞、がんにもかかりやすく、肺炎は重症化しやすい、そして糖尿病でない人と比べて認知症になる確率は2倍といわれています。

では、糖尿病で長生きするためにはどうしたらよいのでしょうか。基本的には食事・運動療法を心掛けて、血糖コントロールを改善することが大切です。

まずは、食事療法についてお伝えします。食事療法は、基本的には腹八分目、3食をバランスよく、脂肪分を控えめで、ゆっくりよくかんで、食物繊維もとるようにしてください。また、野菜を先に食べることで、食後の血糖値を抑えることもできます。

ただ、食事療法を行っていく上で難しいところがあります。

まず挙げられるのが空腹感です。対策としては、食事の前に水を飲むことです。空腹感を和らげる効果がありますし、水を飲んで太ることはありません。

お供えものや孫と一緒に食べるおやつなども注意です。できれば仏様が食べたと思って捨ててしまうのが一番ですが、食べる分だけ出してあとは目につかないところに隠しておくのはどうでしょうか。

また、パンですが、少しでもカロリーを減らすため、菓子パンよりもサンドイッチの方がバランスがとれていると思います。菓子パン300kcalを消費するのにどれだけウォーキングすればいいでしょうか? 正解は80分です。結構長い時間ウォーキングしなければいけません。

また、旅行に行くとなついでに食べてしまうことが多いです。旅行先では少しでも歩いたりしてカロリーを消費しましょう。

次に、運動療法についてお伝えします。運動療法の意義は、適切な運動は血圧を下げる、認知症やフレイルの予防、睡眠の質を改善させる効果があります。ただ、個人差がありますので、かかりつけ医と相談して無理をしないようにしましょう。運動する習慣のない人は、まずはテレビを立てて見ることから始めてみましょう。座る時間が長くと、がんになる確率が上がるという報告もあります。あとは、テレビ体操や、ステッパーの利用も簡単にできる運動です。

糖尿病であっても、食事・運動療法に取り組むことで、かえって一病息災で健康寿命を延ばすことができます。

# 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(とも健康担当)  
 ☎443・3950

### 赤ちゃん訪問

高砂市では、生後2カ月までの赤ちゃんがいる家庭に、助産師・保健師が訪問し、さまざまな不安や悩みをお聞きし、育児に関する情報提供を行っています。  
 令和6年4月1日以降生まれの赤ちゃん訪問に伺う際に、生活協同組合コープこうべから①トートバック②おしりふき2個③タンブラーをプレゼントします。

そのほかにも、便利グッズが掲載されているカタログも同封しているので、お役立てください。



① トートバック



② おしりふき



③ タンブラー

### 助成額

◇変更前 1回につき上限 2万円  
 ◇変更後 年度あたり上限 10万円

### 申請時期

◇変更前 通年  
 ◇変更後 1月～12月の診療分は、同年4月1日～翌年3月31日の間に申請

【治療開始日が令和6年1月1日以前で、治療終了日が令和5年10月1日以降の人へ】  
 令和6年度のみ、該当期間の診療分を令和7年3月31日までに申請できます。現在も治療継続中の人は、令和7年1月1日～3月31日に申請してください。

### 不妊・不育症治療費 助成事業

令和6年4月1日から、一般不妊治療費助成事業、不育症治療費助成事業の申請方法を変更しています。

### 【変更点】

助成回数 最大6回(年齢による制限あり)

◇変更後 年度あたり1人 1回

### 【銅賞】

運転年数 ◇営業用 5年  
 ◇家用 8年  
 ◇原付 10年 3年

### 【銀賞】

銅賞受賞後3年以上経過している人  
 運転年数 ◇営業用 10年  
 ◇家用 15年 20年  
 ◇原付 20年 5年

### 【金賞】

銀賞受賞後3年以上経過している人  
 運転年数 ◇営業用 15年  
 ◇家用 20年 30年  
 ◇原付 30年 5年

### 不正大麻・けし撲滅運動

5月1日～6月30日  
 高砂警察署  
 ☎442・0110

近年、30歳未満の若年層を中心に大麻乱用の拡大が顕著となっています。

大麻・けしなどの薬物は、学習能力の低下、精神障害を発症しやすくなるなど、脳に大きな悪影響を与えます。

### 3歳児健康診査

令和6年4月から、3歳児健康診査で作業療法士による相談を開始します。「手先がちよっと不器用かな」など、日常生活で思うことがあれば、作業療法士に相談できます。ぜひ活用ください。

### 妊婦歯科健診

妊娠中はホルモンバランスやつわりの影響で歯周病になりやすく、悪化すると早産や低体重児出産のリスクも高まります。安定期に歯科健診を受けましょう。ところ 播磨歯科医師会指定医療機関

### 内容

問診、口腔診査、歯のクリーニング  
 対象 受診日に高砂市に住民票がある妊婦  
 ※ 妊娠期間中に1回のみ

### 健診料

500円  
 持ち物 妊婦歯科健診受診券(青色)、母子健康手帳、健康保険証  
 申込方法 電話で指定医療機関まで

### 高砂ヘルシークッキング

とき 7月23日(火) 9時30分～12時  
 ところ 文化会館  
 テーマ 夏を乗り切る爽やかメニュー  
 講師 高砂いずみ会  
 定員 16人  
 ※ 4人以下の場合は中止  
 参加費 700円  
 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記用具  
 しめ切り 7月16日(火)  
 申込方法 電話で健康増進課まで

### 献血

健康増進課  
 ☎443・3936  
 安定した在庫状況を保ち、輸血を必要としている患者の命を救うため、多くの人からの献血が必要です。ご協力をよろしくお願ひします。

### 食育教室「もぐもぐの会」

一緒に楽しく離乳食の調理実習をしてみませんか。  
 とき 7月9日(火) 9時30分～12時  
 ところ 文化会館

### 内容

離乳食(5～8カ月児)の調理実習と講話  
 定員 9人  
 一時保育 9人  
 ※ 無料、要予約  
 ※ ミルク、おむつなどを持参してください。  
 参加費 400円

# 催し

**よしとお笑いライブ in高砂2024**  
**〜実力派芸人&アキ座長 吉本新喜劇が大集合!〜**  
 文化会館  
 ☎442・4831  
 とき 7月21日(日) 12時～、15時15分～  
 ※ 開場は各開演時間の45分前  
 ところ 文化会館じょうとんぱホール  
 出演者 スーパーマロドーナ、矢野・兵頭、スマイル、ラフ次元、シンガシラ、ZAZY、吉本新喜劇 アキ ほか  
 料金 ◇友の会 4,500円  
 ◇一般 5,000円  
 ※ 5歳以上または身長110センチメートル以上の子どもは有料  
 ※ 全席指定  
 ※ チケットは窓口、電話、インターネットで購入できます。

**ホールコンサート**  
 文化スポーツ課  
 ☎443・9136  
 コーラスユニットChouette(シュエット)による歌唱とピアノ演奏をお楽しみください。  
 とき 6月3日(月) 12時10分～  
 ところ 市役所分庁舎1階 多目的スペース  
 曲目 ひとりぼっちの晩餐会〜「美女と野獣」より、上を向いて歩こう、踊り明かそう〜「マイフェアレディ」より ほか  
 高砂市制70周年記念事業  
**じょうとんバス デジタルスタンプラリー**  
 都市政策課  
 ☎451・6799  
 スマートフォンを使って10力所のスタンプを集めるデジタルスタンプラリーです。じょうとんバスに乗って高砂町の名所を巡りませんか。  
 期間 6月30日(日)までの土・日曜日  
 ※ 詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
 (ID 10707)

### 兵庫県自転車ヘルメット 購入応援事業

申請は6月30日(日)まで  
 自転車ヘルメット  
 購入応援コールセンター  
 ☎0120・134・076  
 ヘルメット1個につき、上限4,000円相当のポイントまたはクオカードを還元します。

### 対象

県内在住で、令和5年10月3日以降に安全基準を満たした新品のヘルメットを購入し、次のいずれかの要件を満たす人  
 ◇1～18歳の子どもと父または母  
 ◇19～29歳の学生  
 ◇65歳以上の人  
 ※ 令和6年3月31日時点の年齢

### 申込方法

専用ウェブサイトにオンライン申請  
 ※ 期間内に予算上限に達した場合、受け付けを終了します。

# 安全安心

## 優良運転者の表彰

高砂交通安全協会  
 (高砂警察署別館内)  
 ☎443・1541

表彰基準により優良運転者の申請受付を行います。長期協会員を対象とした特別制度もあります。

詳しくは、高砂交通安全協会までお問い合わせください。

持ち物 運転免許証、高砂交通安全協会会員証、印鑑、SDカード申請手数料(670円)

### 申請期間

6月3日(月)～20日(木) 9時～17時  
 ※ 土・日曜日を除く

### 申請方法

直接、高砂交通安全協会まで  
 ※ 申請は本人が行ってください。

### 優良運転者表彰基準

【共通条件】  
 ◇高砂交通安全協会の会員  
 ◇禁固以上の刑を受けたことがない



専用ウェブサイト

# 6月の図書館

図書館  
☎432・1355

## 障がい者サービス

(対面朗読)

ボランティアによる本の朗読サービスを提供しています。希望する人は、図書館までお問い合わせください。

とき 毎月第2木曜日  
10時～12時

## 休館日

特別整理期間のため、6月3日(月)から12日(水)まで休館します。

休館中に図書を返却する人は、図書館の入り口右手にある返却ポストをご利用ください。

## 行事・イベント

※ 申し込み不要・無料

◇えほんのじかん

とき 6月1日(出)  
14時～

## 内容

絵本の読み聞かせ

対象 幼児

※ 参加は子どものみ

◇おはなし会

とき 6月15日(出)

14時～  
内容 絵本の読み聞かせとストーリーテリング

対象 5歳～小学校低学年

※ 参加は子どものみ

◇えほんとおはなしの会

とき 6月19日(水)  
10時～

内容 わらべ歌あそび、絵本、紙芝居、おりがみなど

※ 親子で参加できます

◇親子で楽しむわらべ唄

とき 6月27日(休)  
10時30分～

内容 わらべ唄、絵本

※ 親子で参加できます

◇えほんのもり

とき 6月18日(火)・25日(火)  
10時～、10時30分～

内容 図書館員による紙芝居と絵本の読み聞かせ

対象 幼児

※ 親子で参加できます

七夕おはなし会

とき 7月7日(日)  
14時～

内容 七夕にちなんだ絵本の読み聞かせ

対象 子どもと保護者  
定員 10組  
申込期間 6月19日(水)  
10時～

申込方法 直接または電話で図書館まで

## 高砂文化教室「高砂学」

文化スポーツ課  
☎443・9136

子どもから大人まで参加できるお琴の体験会を開催します。

とき 6月29日(土)、7月27日(土)、8月31日(土)、9月28日(土)、10月26日(土)

※ いずれも10時～11時30分

ところ 文化会館和室2

講師 横出 春音 氏

対象 4歳～8歳の人

定員 10人

参加費 無料

しめ切り 6月19日(水)

申込方法 電話で文化スポーツ課まで

## みどりの相談所

市ノ池公園みどりの相談所  
☎447・6401

花と緑の教室

ところ 多目的研修室

申込方法 はがき(1人1枚1教室)に教室名、住所、氏名、電話番号を記入の上、市ノ池公園みどりの相談所(〒676-0828阿弥陀町地徳301)まで

※ 申込多数の場合は抽選

※ 当選者には抽選日以降に電話でお知らせします。

◇プリザーブドフラワー

アレンジメント①

夏のミニバスケットボール

とき 6月22日(土)  
10時～12時

定員 30人

参加費 1,500円

持ち物 剪定用はさみ、持ち帰り用袋

しめ切り 6月10日(月)

抽選日 6月12日(水)

観葉植物の寄せ植え

とき 6月29日(土)  
10時～12時

用日に精算してください。

※ 利用団体の都合でキャンセルした場合、予約金は返金できません。

定員 各日200人

※ 20人以上の団体のみ

希望日が定員以下の場合

利用料金の半額を予約金として納めてください。

希望日が定員を超える場合

6月21日(金)に抽選を行います。定員を超える場合、代表者へ連絡します。

当選した団体

利用料金の半額を予約金として納めてください。

当選しなかった団体

他の希望日を決めて、7月2日(火)以降に直接市民プールに申し込んでください。(申し込み順)

※ 抽選結果は、ホームページ、Instagram、Facebookにて発表します。(各団体に抽選結果の連絡はしません。)

※ 予約金は、6月21日(金)の13時～17時、6月22日(土)・23日(日)の9時～17時の期間内に納めてください。利用料の残額は、利

# スポーツ

## 市民プールの営業

市民プールは、令和6年度も営業します。

営業期間 6月29日(土)～9月1日(日)

営業時間

デイトタイム 9時～17時

ナイターの部 18時～21時

(完全予約制)

入場料 大人 650円

中学生以下 250円

※ 令和6年度から入場料が変わります。

休業日 7月1日(月)・8日(月)・16日(火)、8月7日(水)・8日(木)

## 市民プール ナイタープール予約

プール管理者  
☎443・2355

詳しくは、市民プールホームページをご覧ください。か、プール管理者にお問い合わせください。

申込期間 6月3日(月)～16日(日)

申込方法 市民プールホームページ

定員 30人  
参加費 1,500円  
持ち物 剪定用はさみ、小さい移植こて、持ち帰り用袋

しめ切り 6月17日(月)

抽選日 6月19日(水)

◇福助菊・ダルマ菊の作り方と育て方②

実習用苗付き

とき 7月13日(土)  
10時～12時

定員 20人

参加費 無料

しめ切り 7月1日(月)

抽選日 7月3日(水)

展示会

第16回初夏の山野草と古典植物展

とき 6月8日(土)・9日(日)  
9時～17時

※ 9日(日)は16時まで

ところ 展示コーナー

家庭系剪定枝

チップ化サービス

6月から、各家庭で可燃ごみとして出していた庭木や垣根の枝などの剪定枝を無料でチップ加工します。

可燃ごみの減量化とリサイクル資源の有効活用を推進します。

とき 平日の9時～11時、13時～15時

ところ 市ノ池公園みどりの相談所

持ち物 剪定枝(直径6cm以下のもの)、チップの持ち帰り用袋

※ 事前にみどりの相談所へご連絡ください。

高砂市制70周年記念事業

つながるフェスタ

たかさGO!

産業振興課  
☎443・9030

市内の企業ブース展示、ステージイベントや飲食ブースで市の魅力を発信します。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

とき 6月30日(日)  
10時～16時

ところ 市役所駐車場

※ 手続きなどで市役所に来庁する人は、関係者駐車場をご利用ください。

# 学ぶ

## 移動型スマホ教室「スマサポ号」

ソフトバンク専用コールセンター  
☎0800・111・9442  
企画課  
☎441・8851

7月、8月に移動型スマホ教室「スマサポ号」が出張し、スマートフォンの基本操作などを学ぶ教室を開催します。

※ 講習は「スマサポ号」車内にて行われます。

とき・ところ

◇7月2日(火)

高砂地域交流センター

◇7月9日(火)

荒井地域交流センター

◇7月16日(火)

高砂市役所

◇7月23日(火)

中筋地域交流センター

◇7月30日(火)

曾根地域交流センター

◇8月6日(火)

米田地域交流センター

◇8月20日(火)

阿弥陀地域交流センター

◇8月27日(火)

北浜地域交流センター

内容

◇11時～12時

Androidの使い方(入門編)

◇12時30分～13時30分

Androidの使い方(基礎編)

◇14時30分～15時30分

Androidの使い方(応用編)

◇16時～16時45分

個別相談会

対象 市内在住のスマートフォン操作に不安がある人

定員 各回3人

※ 個別相談は各回1人

参加費 無料

しめ切り 各開催日の前日

申込方法 電話でソフトバンク専用コールセンターまで

※ 9時～17時(土・日、祝日も可)

※ スマートフォンを持っていない人も申し込みできます。

※ 予約・キャンセル以外のお問い合わせは企画課まで(ID10717)

**春季カルチャースクール**  
 文化会館  
 ☎442・4831

ZUMBA® (45分) & ストレッチ (15分) 「楽しい」を始めよう！  
 と き 6月～9月第1・2・4水曜日  
 19時15分～

ところ 文化会館東館1階 多目的室6  
 受講料 13、200円 (全12回) 1、500円 (単発レッスン)  
 申込方法 受講料を添えて直接文化会館まで

**要約筆記養成講座 パソコンコース**  
 兵庫県立聴覚障害者情報センター  
 ☎078・805・4175  
 ☎078・805・4192

6月6日(木)13時～15時30分に事前説明会を実施します。  
 と き 6月27日(木)～11月28日(木)の毎木曜日 10時～15時  
 ※ 8月15日(木)を除く  
 ところ 加古川市総合福祉

**市職員募集**  
 人事課  
 ☎443・9005

申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。(ID10697)  
 令和7年4月採用予定  
**募集職種・人員**  
 ◇事務 15人程度 (障がい者採用含む)  
 ◇土木 2人程度  
 ◇建築 若干名  
 ◇電気 2人程度  
 ◇保育士・教諭 若干名  
 ◇保健師 若干名  
 しめ切り 6月3日(月)  
 ※ 市ホームページから受験申し込みができます。

試験日 (1次試験) 6月6日(木)～19日(水)のうちいずれか1日  
 【消防】  
 申込期間 8月中旬  
 試験日 9月22日(祝)  
 ※ 詳しくは、広報たかさこ(8月号、市ホームページ)でお知らせします。

会館  
**対象**  
 ◇県内在住の18歳以上で、要約筆記者として活動できる人  
 ◇ノートパソコンを持参できる人

きめる人  
 ◇基本的なパソコン操作とタッチタイピングができる人  
 定員 12人  
 参加費 無料  
 ※ 別途、テキスト代など5、000円が必要  
 しめ切り 6月13日(休)  
 申込方法 募集案内に記載の申込フォームから申し込み

**再就職向け ハロートレーニング 受講者募集説明会**  
 ポリテクセンター加古川  
 ☎431・2517

6月11日(火) 13時～15時  
 ※ 詳しくは、募集案内をご覧ください。  
 講座募集案内

**トライやる・ウィーク 新規事業所募集**  
 学校教育課  
 ☎443・9054

中学2年生を対象とした職業体験「トライやる・ウィーク」で、生徒を受け入れていただける事業所を募集しています。  
 生徒のキャリア教育の充実のために、ご協力をお願いします。  
 実施期間 11月11日(月)～15日(金)  
 ※ 詳しくは、学校教育課までお問い合わせください。

**高砂市文化財保存活用 地域計画(素案)への意見募集**  
 生涯学習課文化財係  
 ☎448・8255  
 ☎490・5975  
 tact7610@city.takasago.lg.jp

指定・登録などの有無に関わらず、文化財を総合的に保存・活用し、未来へ受け継ぐための目標や具体的な取り組み内容を定めた計画

ところ ポリテクセンター加古川  
 内容 職業訓練の紹介(溶接板金加工科、住宅リフォーム技術科)、施設見学

**対象** 再就職を目指す人  
**定員** 30人  
**参加費** 無料  
**申込方法** 電話でポリテクセンター加古川まで

**あなたの「働く」を応援する 就職自立支援セミナー(全9回)**  
 あかし若者サポートステーション  
 ☎078・915・0677  
 ☎078・915・0678

6月11日(火) 10時～12時  
 ところ 生石研修センター  
**講師** 田中 秋氏 (キャリアコンサルタント)  
**申込方法** 電話であかし若者サポートステーションまで

画(素案)に対する意見を募集します。  
**閲覧期間** 6月3日(月)～7月3日(水)  
**閲覧場所** 生涯学習課(市役所本庁舎2階)、生涯学習課文化財係(教育センター1階)、情報公開コーナー、市ホームページ (ID10708)

**対象**  
 ◇市内在住・在勤・在学の人  
 ◇市内に事業所または事務所を有する個人・法人・その他団体  
 ◇市税の納税義務を有する人  
 ◇本件に係る事案に利害関係を有する人  
 しめ切り 7月3日(水)  
 提出先 生涯学習課文化財係  
 提出方法 住所、氏名(団体の場合は団体名)、連絡先、意見を記入の上、直接または郵送、ファクス、メールで生涯学習課文化財係(〒676-0823 阿弥陀町生石61-1)まで

**募集**  
**高砂市民病院 作業療法士募集**  
 市民病院  
 ☎442・3981

必要書類は、市民病院ホームページから取り出せます。詳しくは、市民病院ホームページをご覧ください。  
**申込方法** 直接または郵送で市民病院(〒676-8585 荒井町紙町33-1)まで  
 ※ 郵送の場合は必ず市民病院までご連絡ください。  
**令和6年8月採用**  
**募集人数** 若干名  
**対象** 作業療法士免許を有する人  
**しめ切り** 6月19日(水) 12時必着  
 ※ 土・日、祝日を除く  
**試験日** 6月23日(日) 8時30分～

**令和7年4月採用**  
**募集人数** 若干名  
**対象** 作業療法士免許を有する人  
 ※ 令和7年度に取得見込みの人を含む  
**しめ切り** 6月19日(水)

公共機関の利用など、環境に優しい自動車利用を実践しましょう。  
**労働力調査にご協力を**  
 兵庫県企画部  
 統計課人口統計班  
 ☎078・362・4127

**第1回消防設備士試験**  
 消防本部予防課  
 ☎448・4019

申込方法など詳しくは、消防試験研究センターホームページをご覧ください。  
**とき** 8月3日(土)・4日(日)  
**ところ** 兵庫県立兵庫工業高等学校  
**申込期間** 6月14日(金)～21日(金)  
**受付場所** 消防試験研究センター  
 ※ 受験願書は予防課にあります。

**お知らせ**  
**6月は環境月間・自動車公害防止月間**  
 環境政策課  
 ☎443・9029

6月は「環境月間」「自動車公害防止月間」です。今までの暮らしを見直し、環境に優しい暮らしについて考えましょう。また、アイドリングストップや環境に配慮した運転

12時必着  
 ※ 土・日、祝日を除く  
**試験日** 6月23日(日) 8時30分～

**少年少女合唱団 新団員募集**  
 生涯学習課  
 ☎443・9056

市民音楽祭、PTCA地区別研究大会、たかさこ万灯祭、地域交流センターまつりなどに出演し、3月には1年間の練習の成果を発表する定期演奏会を開催します。  
**練習日** 毎月第1・3・4土曜日 13時30分～15時30分  
**ところ** 伊保地域交流センター  
**対象** 小学1年生～高校生 3年生  
**参加費** 月額500円  
**申込方法** 電話で生涯学習課まで

公共機関の利用など、環境に優しい自動車利用を実践しましょう。  
**労働力調査にご協力を**  
 兵庫県企画部  
 統計課人口統計班  
 ☎078・362・4127

**市民ギャラリー あいぽっと**  
 地域振興課  
 ☎443・9006

6月3日(月)～14日(金) 高砂市高齢者大学絵画同好会  
**内容** 絵画の展示  
**展示者** 高砂市高齢者大学  
**6月17日(月)～28日(金)** 「男女共同参画週間」啓発展示  
**内容** 男女共同参画週間の啓発ポスターなどの展示  
**展示者** 男女共同参画センター

**男女共同参画週間 6月23日～29日**  
 男女共同参画センター  
 ☎443・9133

選べる社会に 全ての人が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、一人一人の取り組みが必要です。この機会に、男女の関係性について考えてみませんか。  
 「男だから」「女だから」といった性別役割意識にとらわれず、個性と多様性を尊重し、自身の可能性を信じて誰もが生きがいを感じられる社会を実現していきましょう。

**社会教育推進指導者 養成研修会参加者募集**  
 高砂市  
 レクリエーション協会  
 ☎90・8200・1556  
 ☎442・06600

楽しさで自分の心を元気にするとともに、さまざまな場所での行事企画や運営の方法を身に付けます。年齢や体力に合わせて学習するので、気軽にご参加ください。  
**とき** 6月23日(日)、9月8日(日)、11月17日(日)、令和7年2月16日(日) 9時～17時  
 ※ 1回だけの受講も可能  
**ところ** 教育センター2階 研修室  
**参加費** 各回1、000円 (教材費、事務費など)  
**持ち物** 動きやすい服装  
**しめ切り** 各回の10日前まで  
**申込方法** 郵送またはファクスで高砂市レクリエーション協会(〒676-0011 荒井町小松原5-8-34)まで

公共機関の利用など、環境に優しい自動車利用を実践しましょう。  
**労働力調査にご協力を**  
 兵庫県企画部  
 統計課人口統計班  
 ☎078・362・4127

**男女共同参画週間 6月23日～29日**  
 男女共同参画センター  
 ☎443・9133

選べる社会に 全ての人が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、一人一人の取り組みが必要です。この機会に、男女の関係性について考えてみませんか。  
 「男だから」「女だから」といった性別役割意識にとらわれず、個性と多様性を尊重し、自身の可能性を信じて誰もが生きがいを感じられる社会を実現していきましょう。

公共機関の利用など、環境に優しい自動車利用を実践しましょう。  
**労働力調査にご協力を**  
 兵庫県企画部  
 統計課人口統計班  
 ☎078・362・4127

公共機関の利用など、環境に優しい自動車利用を実践しましょう。  
**労働力調査にご協力を**  
 兵庫県企画部  
 統計課人口統計班  
 ☎078・362・4127

### 水道週間 6月1日(土)～7日(金)

たいせつに みずはみんなの  
たからもの  
市では、安全・安心な水の  
安定的な供給を目指し、  
施設の整備などを行って  
います。

- 水道料金の支払いは便利な  
口座振替をご利用ください
- 口座振替を希望する場合は、  
「預貯金通帳、印鑑、」使用  
水量のお知らせ」または  
領収書を持参の上、金融機  
関または郵便局でお申し込  
みください。
- ご協力ください
- 水道料金は、2カ月に一  
度、月初めのメーター検  
針により計算を行います。
- 水道メーターは、計量法  
で有効期間が8年と定め  
られています。市が委託  
した民間業者が取り換え  
に伺います(従事者には  
身分証明書を交付)。
- 道路での漏水を発見した  
時は、すぐに管きよ課ま  
でご連絡ください。
- 宅内の修理は指定給水装  
置工事業者までご連絡

### 公共下水道への 接続はお早めに ください。

公共下水道の供用が開始  
された場合、くみ取り便所  
は3年以内、浄化槽は速や  
かに廃止し、公共下水道に  
接続してください。

- 水洗便所改築費助成や水  
洗便所改築費融資あつ旋制  
度があります。
- 補助額
- くみ取り便所を廃止し、  
公共下水道に接続する場合  
1件 10,000円
- 浄化槽を廃止し、公共下  
水道に接続する場合  
1件 5,000円
- 1戸につき2件まで
- 供用が開始された日か  
ら3年以内の工事に限る。
- 悪質な訪問業者に注意  
市が事前に連絡もなく、  
水質検査をすることや水道  
管・排水管の調査や洗浄な  
どを民間業者に依頼するこ  
とはありません。
- 問合せ  
水道料金・使用者変更・  
用途変更・開閉栓など  
水道料金センター  
☎443・9049

### 助成制度・融資あつ旋制 度など

経営総務室料金事務担当  
☎443・9048  
経営計画など  
経営総務室企画調整事務  
担当  
☎443・9043

公共下水道への接続・道  
路での漏水事故など  
管きよ課  
☎443・9050

水質など  
施設課米田水源地  
☎432・7670

の専用メールフォーム、  
またははがき・封書で高  
砂市役所「市長への手紙」  
(〒676-8501 荒井町千鳥  
1-1-1)まで  
※ いただいた意見、提案  
に直接回答はしません。  
個別に回答が必要な場合  
は、各部署にお問い合わせ  
してください。詳しくは、  
市ホームページをご覧ください。  
(ID)10670)

70周年記念感謝状贈呈  
記念コンサート(高砂高  
校ジャズバンド部演奏会)  
※ 記念コンサートに関す  
るお問い合わせは文化ス  
ポーツ課まで

美濃部親子文庫の移転  
生涯学習課文化財係  
☎448・8255

高砂市制  
70周年記念式典  
秘書室  
☎443・9000  
文化スポーツ課  
☎443・9136

市役所窓口  
聴覚補助キット設置  
声が聞き取りにくい人は、  
ぜひ、お試しください  
高砂市では、6月3日(月)  
からスムーズな窓口対応と  
声が聞き取りにくい来庁者  
への配慮を目的に、本庁舎  
1階総合案内に窓口用軟骨  
伝導聴覚補助キット1台を  
試行的に設置します。  
利用を希望する人は、窓  
口にお申し出ください。

高砂市制  
70周年記念式典  
このたび、市長が市民の  
皆さんの声を直接聞き、市  
政運営の参考にするために  
「市長への手紙」の運用を  
開始します。「より良い高  
砂市のためにこうしてほし  
い」など、日常生活の中で  
感じたことや、市政に対す  
る具体的なご意見・アイデ  
アなどをお寄せください。  
いただいた内容は、市長が  
必ず拝読します。  
提出方法 市ホームページ

# 食育メモ

## 6月は「食育月間」

食育とは「食べること」に関するさまざまな経験を通じ、食に関する知識と、バランスの良い食を選択する力を身に付け、健康的な食生活を実践できる力を育むことです。  
子どもだけではなく、すべての世代が日々の生活の中で食育を実践することで、生涯にわたって健康で生き生きとした毎日につながります。

## すべての世代で食育を



妊娠期

バランスの良い食事で、  
健康なからだづくりや  
適切な食習慣を形成する



乳幼児期・学童期

食べる意欲の基礎を作り、  
さまざまな食の体験を広げる



思春期

食の体験を深め、  
自分らしい食生活を実践する



高齢期

食を通じた豊かな  
食文化や食の知識・  
体験を次世代に伝える



青年期・成人期

健全な食生活を  
実践し、  
次世代へ伝える

## つくってみよう!

## 旬のトマトで簡単タコライス

旬とは食べ物の味が美味しく、栄養価も高く、価格が安い時期のことです。

1人分栄養価(概算値):エネルギー514kcal・たんぱく質20.3g・食塩相当量1.9g

材料	分量(2人前)
ご飯	300g
豚ひき肉	150g
玉ねぎ	1/2個(80g)
にんじん	1/3本(50g)
レタス	60g
トマト	1個(150g)
ピザ用チーズ	40g
すりおろしニンニク	小さじ1
トマトケチャップ	大さじ1
酒	大さじ1
しょうゆ	大さじ1
塩・こしょう	少々

### 作り方

- ① トマトはヘタを取り1口大に、レタスは千切りにする。玉ねぎとにんじんはみじん切りにする。
- ② 耐熱ボウルに豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、Aを入れて混ぜる。
- ③ ふんわりとラップをして、600Wの電子レンジで火が通るまで約3分加熱する。  
※ 様子を見ながら加熱してください
- ④ ご飯にレタス、③、ピザ用チーズを散らし、トマトと一緒に盛り付ける。

マイページはこちら

加古川住宅公園  
国道2号線「イオン加古川店」西へ500m  
Tel.079-427-4411  
開場時間 10:00~18:00 水曜日を除く  
〒675-0012 加古川市野口町野口188-2

### ご来場プレゼント

6/1(土)→30日 ※水曜日を除く

マイページの二次元バーコードをご提示後、モデルホームご見学でご覧の賞品をプレゼントします。

※写真はイメージです  
※賞品は予告なく変更される場合があります  
※賞品のお渡しは、期間中1世帯につき1回限り

耐風構造で安心!

逆さを向いても  
壊れにくい傘

携帯に便利な  
折り畳み傘をプレゼント。

【広報たかさご】特別プレゼント

さらに、本紙を見たとお伝えいただくとご覧の賞品をプレゼント!

6/1(土)~30(日) ※水曜日を除く

キャラクターランチボックス  
2個セット & 保冷温バッグ

※それぞれいすれかひとつを組み合わせ、カラーは選べません※写真はイメージです※加古川住宅公園のみの有効

「見守りカメラの設置及び運用に関する協定」と「特殊詐欺の被害防止に関する協定」締結式



▼3月18日(月)、市と高砂警察署との間で締結しました。協定のもと、見守りカメラの適正な運用を行います。また、高齢者の特殊詐欺被害を防止するために連携します。



図書館来館者300万人達成

▼3月19日(火)、図書館の来館者300万人を突破しました。300万人目の来館者には、図書館長から花束と記念品を贈呈しました。



ぼっくりんお誕生日グリーティング

▼3月19日(火)、ぼっくりんの15回目のお誕生日をお祝いするグリーティングが市役所前でわれました。たくさんのお友達と、メカぼっくりんがお祝いに駆け付けてくれ、記念撮影を楽しみました。



花とメッセージ渡し

▼4月15日(月)、阿弥陀の国道2号交差点付近で阿弥陀小学校の6年生たちが、自動車のドライバーに花と手書きのメッセージを渡し、交通安全を呼び掛けました。



高砂市制70周年記念事業 スプリングフェスタ鹿島川2024

▼4月6日(土)、鹿島川沿いで開催されました。満開の桜の下、来場者はステージ演奏や飲食などを楽しみました。



高砂市制70周年記念事業 第8回むこうじまフェスタ

▼4月6日(土)、向島公園で開催されました。兵庫県警察音楽隊によるマーチング演奏では、子どもたちも参加して一緒にダンスを楽しみました。



高砂市制70周年記念事業 ドラゴンルート

▼4月13日(土)、法華山谷川グリーンベルトで開催されました。参加者は縁日を楽しんだり、竜山石に関するお話を聞いたり、紙芝居を楽しみました。



親子で発信TAKASAGOショート

▼4月20日(土)、図書館主催で行われました。参加者は、甲南女子大学山下香ゼミ生・市民ゼミ生とともに高砂町を歩き、撮影した写真や動画を使って、ゼミ生に教えてもらいながらショート動画を制作しました。



交通安全教室 (伊保南小学校)

▼4月19日(金)、伊保南小学校の登校班の班長・副班長を対象に交通安全教室を行いました。登校・下校時の班員の誘導方法を学んだほか、山陽電鉄株の公式キャラクターろくんと一緒に踏切を渡る際の注意点などを学びました。



表敬訪問

▼4月24日(水)、硬式野球チーム「兵庫加古川ヤング」所属の中野瑛太選手(鹿島中学校)、山本空雅選手(竜山中学校)が、第32回ヤングリーグ春季大会で優勝したことの報告に市役所を訪れました。





内容は変更される場合があります。

## 6月の相談

相談名	内容	とき	ところ	問合せ先
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 ☎443-9002
法律相談	法的な解釈が必要な生活上の問題についての相談	6月5日(水)・18日(火)・25日(火) 13時～16時 ※ 当日8時30分～12時電話受付(定員6人)	本庁舎2階(13番)市民相談窓口	地域振興課 ☎443-9002
行政相談	国・県に対する要望、苦情などの相談	6月20日(水) 13時～15時	本庁舎2階(13番)市民相談窓口	地域振興課 ☎443-9002
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	6月10日(月) 13時～15時	本庁舎2階(13番)市民相談窓口	地域振興課 ☎443-9002
税務相談	税理士が税務の入り口をアドバイス	6月4日(火)・11日(火)・18日(火)・25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 ☎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	6月13日(水)・27日(水) ～19時	本庁舎1階(8番)賦課収納課	賦課収納課 ☎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	6月13日(水)・27日(水) ～19時	本庁舎1階(18番)債権管理課	債権管理課 ☎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	本庁舎2階(14番)消費生活センター	消費生活センター ☎443-9078
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	本庁舎2階(14番)消費生活センター	消費生活センター ☎443-9078
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 ☎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	のびのび教室 ☎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わる相談	6月3日(月)・25日(火) 13時～15時	伊保地域交流センター	人権推進課 ☎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(児)の日常生活における相談	6月10日(月) 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 ☎443-9027
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 ☎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)	6月25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) ☎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 ☎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)	6月24日(月) 13時～16時 ※ 要予約(定員6人)	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 ☎443-9134
若者しごと相談	15～49歳の人の仕事探しに関する相談	6月11日(火)・25日(火) 13時～15時50分	生石研修センター	あかしサポステ ☎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	6月19日(水) 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 ☎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)	6月12日(水)・26日(水) 9時10分～10時15分 ※ 要予約	加古川健康福祉事務所	健康管理課 ☎422-0002
こころのケア相談	精神科医師による個別相談	6月10日(月)・24日(月) 13時～14時 ※ 要予約(10日はアルコール関連相談あり)	加古川健康福祉事務所	地域保健課 ☎422-0003
宅地建物取引士による不動産無料相談	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 ☎424-0832



## 6月の健診・相談

健診・相談名	内容	とき	ところ	問合せ先
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「おくちの中をのぞいてみよう」 ※ 妊産婦、1歳未満の乳児と保護者が対象	6月13日(水) 10時～11時30分 ※ 受付9時30分～10時	本庁舎2階健康教育室	健康増進課 ☎443-3950
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)	6月25日(火) 9時45分～11時30分 ※ 受付9時30分～(要予約)	本庁舎2階健康教育室	
乳児保健相談	令和6年2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。	6月21日(金)	本庁舎2階健康教育室	
10カ月児健診	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カ月児健診	令和4年11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。	6月7日(金)	本庁舎2階健康教育室	
3歳児健診	令和3年3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。	6月14日(金)	本庁舎2階健康教育室	



## 6月の救急医

### 外科

とき	医院名・所在地	電話番号
2日	ササモト医院 伊保2丁目	☎447-0129
	やぎ整形外科クリニック 加古川市加古川町寺家町	☎427-8008
9日	きたざわ整形外科 米田町米田	☎434-4777
	大西メディカルクリニック 稲美町国岡2丁目	☎492-0935
16日	高砂西部病院 中筋1丁目	☎447-0100
	塩津外科胃腸科 加古川市平岡町土山	☎078-942-0333

とき	医院名・所在地	電話番号
23日	高砂市民病院 荒井町紙町	☎442-3981
	小田整形外科医院 加古川市加古川町河原	☎424-2514
30日	よねだ整形外科 阿弥陀町北池	☎448-2525
	坂田整形外科リハビリテーション 加古川市平岡町中野	☎430-2780

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	☎431-6060
眼	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	☎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。