



# くらしの情報

- 豊岡市役所 ☎23-1111
- 城崎支所 ☎32-0001
- 竹野支所 ☎47-1111
- 日高支所 ☎42-1111
- 出石支所 ☎52-3111
- 但東支所 ☎54-1000

## 期間

高齢者福祉月間  
長寿園の入浴無料サービス

日 9月1日(月)～30日(火)の

火・木・土曜日

・男性：午前11時～午後0時

30分

・女性：午後0時30分～3時

30分

所長寿園(幸町)

対市内在住の60歳以上の方

問 高年福祉課高年福祉係

☎ 29-0055

全国一斉「高齢者・障害者の  
人権あしん相談」  
強化週間

日 9月8日(月)～12日(金)午

前8時30分～午後7時、9

月13日(土)・14日(日)午前

10時～午後5時

相談電話番号

☎ 0570-0031110

ゼロゼロみんなのひやくとおぼん

相談者 人権擁護委員、法務局  
職員 ※秘密は厳守

問 神戸地方法務局人権擁護課  
☎ 078-392-1821

## 9月10日は「下水道の日」

○下水道に未接続の方は、一日も早い下水道への接続をお願いします！

下水道が整備されると：  
・海や川が美しくなります  
・まちがきれいになります  
・美しい自然環境を子どもたちに残すのは、私たちの責務です。

### ○下水道は正しく使きましょう

下水道にトイレトペーパー以外のものを流すと、下水道管が詰まります。一人一人が気を付けて、下水道を正しく使しましょう。

下水道管が詰まったり、水洗便所が故障したときは、排水設備指定工事店に連絡してください。

問 下水道課 ☎ 22-1801

## 9月10～16日は 自殺予防週間です

あなたの周りに悩んでいる人はいませんか。

自殺の多くは、さまざまな悩みや問題を一人で抱えるうちに、心理的に「追い込まれた末の死」です。

かけがえのない命を守るために大切なのは「気付く」「つなぐ」「見守る」ことです。

■「ゲートキーパー」を知っていますか？

悩んでいる方に気付き、声を掛け、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことを『ゲートキーパー』と呼びます。特別な資格ではありません。次の四つのポイントを日々の生活で心掛けてみてください。

【気付く】 まずは声を掛けよう  
「どうしたの？」から始めましょう

【傾聴】 本人の悩みに耳を傾けよう  
「ポイント」は「受容」

### と「共感」

【つなぐ】 早めに専門家に相談するよう促そう

【見守る】 温かく寄り添いながら、じっくりと「あせらずに見守りましょう」



走ってます!!  
ココロの相談先について市内を走る全但バスに車外広告を掲載しています。

また、市では、ココロの健康に関する相談窓口を設置しています。自身のこと、家族のこと、まずは相談してください。秘密は厳守します。

☆ココロのケア相談 精神科医師による相談(9月・11月・1月・3月実施)

☆ココロの相談室 臨床心理士・保健師による相談(毎月実施)

問 健康増進課 ☎ 24-1127

# 催し



## サロン・ド・読みしばい

日 9月14日(日)午後0時30分～

所 豊岡市民プラザ 交流サロン(大手町)

内 読みしばい(ドラマリーディング)宮澤賢治作「注文の多い料理店」ほか

出演 市民プラザ読みしばいグループ「こっこ」

問 豊岡市民プラザ  
 ☎2413000

## 子育て総合センターからのお知らせ ☎2414606

○マタニティママ交流広場

日 9月19日(金)午前9時30分～11時30分

所 豊岡市民プラザほっとステーション

対 妊娠中の方

内 マタニティビクス、妊婦さん同士、先輩ママとの交流  
 いろいろ相談

他 ・動きやすい服装、脱げる靴  
 下で参加してください。  
 ・会場内にキッズコーナーが



あります。子どもと一緒に参加してください。

問 子育て総合センターまたは子ども育成課 ☎2910053

○おたのしみ人形劇「はらへこあおむし」

日 9月28日(日)午前11時～11時45分

所 子育て総合センター

対 乳幼児、小学生と保護者

定 130人

内 人形劇「はらへこあおむし」他  
 料無料(整理券が必要)

講師 人形劇団「ゆうすけ座」

申期 9月12日(金)

申問 子育て総合センター

○おやこっこ遊びin稽古堂

日 9月29日(月)午前10時45分～11時30分

所 豊岡稽古堂 3階

対 定 乳幼児と保護者30組

内 あそびうた作家 小倉げん  
 きさんによる親子遊びなど

申期 9月5日(金)

申問 子育て総合センター



対 子育て支援に関わっている方、関心のある方など



内 リズム遊び、親子遊び他

定 60人

問 子育て総合センター  
 ☎2910053

申期 9月5日(金)

申問 子育て総合センター

講師 あそびうた作家 小倉げん

## 「とよおかスポーツフェスティバル2014」第8回豊岡市種目別競技大会日程

《申込み・問合せ》市体育協会事務局(スポーツ振興課内) ☎21-9023

| 種目              | 開催日       | 時間    | 会場           | 申込期限      |
|-----------------|-----------|-------|--------------|-----------|
| バスケットボール(中学、一般) | 9月7日(日)   | 9:00  | 総合体育館        | 8月27日(水)  |
| 太極拳             | 9月7日(日)   | 13:30 | 市民体育館        |           |
| バトミントン          | 9月14日(日)  | 9:00  | 総合体育館        |           |
| テニス(ダブルス)       | 9月20日(土)  | 18:00 | 神美台スポーツ公園    | 9月12日(金)  |
| テニス(シングルス)      | 9月23日(火)  | 9:30  | 神美台スポーツ公園    | 9月20日(土)  |
| サッカー            | 9月23日(火)  | 9:00  | 植村直己記念スポーツ公園 | 9月14日(日)  |
| 陸上競技(小学生)       | 9月27日(土)  | 10:00 | 豊岡市陸上競技場     | 9月5日(金)   |
| ゲートボール          | 9月27日(土)  | 9:00  | 植村直己記念スポーツ公園 |           |
| ミニバスケット         | 9月28日(日)  | 8:00  | 総合体育館        |           |
| 柔道              | 9月28日(日)  | 9:00  | 豊岡高等学校格技場    | 9月9日(火)   |
| 空手道             | 9月28日(日)  | 9:30  | 市民体育館        |           |
| グラウンド・ゴルフ       | 10月1日(水)  | 8:30  | 円山川運動公園      |           |
| 卓球              | 10月4日(土)  | 9:00  | 総合体育館        | 9月19日(金)  |
| 水泳              | 10月5日(日)  | 13:00 | ウェルストーク豊岡    |           |
| 家庭婦人バレーボール      | 10月5日(日)  | 9:00  | 総合体育館        |           |
| 剣道              | 10月13日(月) | 9:00  | 日高文化体育館      | 9月18日(木)  |
| 男子家庭バレーボール      | 10月19日(日) | 9:00  | 市民体育館        | 10月10日(金) |
| 少林寺拳法           | 10月19日(日) | 9:00  | 出石中学校柔剣道場    | 9月19日(金)  |
| ソフトボール          | 11月9日(日)  | 9:00  | 但東スポーツ公園     |           |

※参加費：陸上競技(小学生)…500円、ミニバスケット…3,000円