

広報  
とよおか

7

Toyooka city  
Public Relations Magazine

2020  
No.302

開湯1300年



## 新型コロナウイルス感染症 新たな対策

このページの情報は、6月15日時点のものです。調整中のものも含まれていますので、最新の情報は、市ホームページまたは各問い合わせ先へ確認してください。

### 新型コロナウイルス感染症予防力向上事業補助金

感染症予防対策の取組みとして、不特定多数の市民と、対面で物販・サービス等を提供する事業所の感染予防力を向上させるため、購入する機器・備品、消耗品に対して助成を行います。

県でも6月末から同様の支援事業が実施されます。県では個人事業主の単一事業所で10万円(複数事業所は20万円)、中小法人の単一事業所で20万円(複数事業所は40万円)の定額支給です。

本市の助成制度よりも有利な助成ですので、合わせて検討してください。

#### 【注意】

- 同一の対象経費について、県と本市の助成を重複して受け取ることはできません。
- 県の事業では、福祉・医療および宿泊業は対象外です。
- 宿泊業は、別途補助事業がありますので、右のバーコードからホームページを確認してください。
- 本市の制度は、機器・備品を購入することが前提となります。消耗品のみ購入は、対象外です。



#### ▼対象経費

感染予防のための機器・備品等の導入に要す

る経費。2020年4月1日から10月30日までに購入(支払い)した機器・備品等に対して補助。

※感染防止対策につながると社会通念上判断できるものが対象です。

#### ▼補助率等

対象事業費の10分の10以内。1事業所につき上限50,000円

#### ▼対象事業所

接客の際に感染予防策を講じる市内の事業所および障害福祉通所事業所

※補助金の申請は、1事業所につき1回限りです。

#### ▼申請方法

申請は、原則郵送でお願いします。

〒668-8666 中央町2番4号

#### ▼申請様式

市ホームページ、または各担当課、各振興局市民福祉課

#### 《問合せ》

【飲食事業者】環境経済課 ☎23-4480

【宿泊事業者】大交流課 ☎21-9016

【その他事業者】生活環境課 ☎23-5304

(ページ番号1011531)



### 地域飲食店応援プログラム「みらい飯」

豊岡商工会議所が実施するクラウドファンディングによる地域飲食店応援プロジェクトです。

#### ▼対象店舗

豊岡商工会議所会員(市内飲食店約150店)のうち「みらい飯」に参加する店舗

#### ▼プレミアム付食事券の内容

2,000円、5,000円、10,000円、30,000円の4コースから選択して支援すると、それぞれに30%のプレミアム分を付けた2,600円、6,500円、13,000円、39,000円の食事券が発行される。

#### ▼応援の仕方

##### ○店舗指定型

登録店舗の中から応援したい飲食店に支援金を支払うと、お礼として30%のプレミアムが付

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のものです。変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

いた食事券を受け取ることができます。

##### ○地域応援型

豊岡市の飲食店全体を応援する目的で支援金を寄付すると、参加店舗に分配されます(食事券は付きません)。

#### ▼参加方法

日商・READYFOR「みらい飯」に掲載の豊岡商工会議所プロジェクトのホームページを開き(市ホームページにリンクあり。参加にはログインが必要)、応援する方法、支援額を選び、参加する。

※詳細は問い合わせてください。

《問合せ》豊岡商工会議所(ページ番号1011513)

総務課 ☎22-4456



## 『Re豊岡』

## 新型コロナウイルス感染症対策

新型コロナウイルス感染症対策事業として実施する「STAY(ステイ)豊岡」、「EAT(イート)豊岡」、「PLAY(プレイ)豊岡」の3事業を、新型コロナウイルス感染症の影響からの“再起”や親しい人やまちとの“再会”という意味を込めた「Re(リ)豊岡」プロジェクトとして実施しますので、参加してみませんか。

## EAT(イート)豊岡



市ホームページの  
ページ番号1011533



「飲食店」を市民で応援するために、市民が購入できる30%のプレミアム付き応援食事券を発行します。

※参加店舗・購入方法の詳細は、本紙と同時に配布したチラシを確認してください。

▼**利用可能店舗** 市内の飲食店(テイクアウトは対象外)▽旅館・民宿での日帰り食事▽「STAY豊岡」の飲食追加料金

▼**応援食事券の発行** 1セット6,500円分(500円×13枚)を5,000円で販売▽市内の郵便局(簡易郵便局を除く)で販売▽EAT豊岡参加店舗で利用可能

▼**実施期間** 食事券の販売期間：6月29日(月)から9月30日(水)  
食事券の利用期間：6月29日(月)から10月31日(土)

《問合せ》環境経済課 ☎23-4480

## STAY(ステイ)豊岡

「宿泊業」を市民で応援するため、市民の市内宿泊料金の一部を補助します。

▼**対象** 市民。本市内在住の外国人も対象

▼**補助金額** 基本的な宿泊料金の2分の1の金額(100円未満切り捨て)。上限は、1人1泊当たり10,000円

▼**補助対象となる宿泊** 6月1日(月)から7月31日(金)までの宿泊

▼**事業対象施設** 配布チラシ事業対象施設一覧表のとおり。

※補助を受けるためには、補助申請手続きが必要です。本紙と同時に配布したチラシを確認してください。《問合せ》大交流課 ☎21-9016



ページ番号  
1011487



## PLAY(プレイ)豊岡



ページ番号  
1011500



市内小中学生にアクティビティ等を“体験する(PLAY)”機会を提供し、体験を通じて元気を取り戻してもらうため「PLAY豊岡」対象プログラムで利用可能なチケット(500円分×4枚/人)を配布します。

▼**配布方法** 市内小中学校等を通じて配布します。

※豊岡市民で市外の学校等に通学している小中学生は、問合せ先に連絡してください。

▼**チケット利用期間** 6月27日(土)から2021年3月14日(日)

▼**参加プログラム** 市ホームページを確認してください。

《問合せ》大交流課 ☎21-9016

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

## 特別定額給付金支給開始

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策のひとつである特別定額給付金の申請書受付、支給が始まりました。市役所2階の大会議室を会場とし、申請書の開封、確認、入力作業等を行っています。

少しでも早く確実に皆さんに届けられるよう進めています。

申請期限は8月24日(月)です。

《問合せ》総務課 ☎21-9009



▲定額給付金申請書の開封確認作業

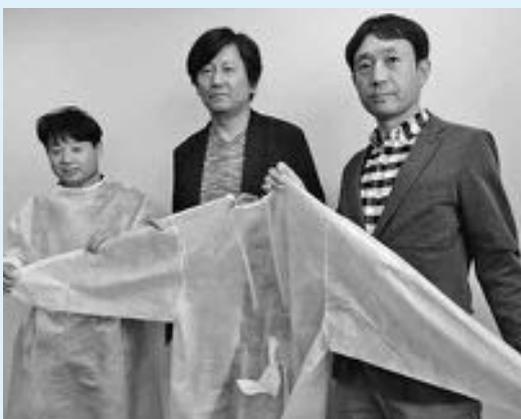
## 兵庫県靴工業組合による

### 医療用ガウンの生産事業

兵庫県靴工業組合が、雇用の維持と新型コロナウイルス感染症対策を目的として、全国的に不足する医療用ガウンの生産を始めました。

加広町の薬店跡地を拠点とし、帝人フロンティア(株)から支給されるガウン生地(不織布)を市の補助金を活用して購入した裁断機で裁断、市内23社の靴メーカーが技術を生かして縫製します。生産目標は8月末までに80万着を予定し、医療現場における感染防止に寄与します。

《問合せ》環境経済課 ☎23-4480



▲左から副理事長の植村賢仁さん、理事長の由利昇三郎さん、副理事長の足立哲宏さん

# 市政 ニュース

## 〈主な市政の動き〉

### 〔5月〕

- 11日・中江種造翁感謝の式
- 13日・(株)ビエントよりマスクの寄付
- 15日・第6回新型コロナウイルス感染症対策本部会議
- 18日・2020年度第1回総合教育会議
- 25日・特別定額給付金の受付開始
- 27日・市長臨時記者会見

### 〔6月〕

- 29日・市議会定例会開会(6月25日)
- ・ドイツホストタウン4市でドイツ連邦共和国にコロナに負けぬよう応援メッセージ送付
- 1日・市立小・中学校学校再開
- ・木下酒造(有)からコウノトリ基金に寄付



※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

## 「豊岡スマートコミュニティ推進機構」設立

5月7日、本市と(一財)トヨタ・モビリティ基金は、適切な技術(ICT、IoT、データ活用等)を用いて生活の心地良さを高めつつ、人々が多様性を認め、フラットでスマートにつながるコミュニティを構築することを目的に「豊岡スマートコミュニティ推進機構」(以下、TSC)を設立しました。

TSCでは、豊岡演劇祭や日高地域を主なフィールドとして、新たなモビリティサービスの試行や防災機能強化の取り組みなどを行っていくこととしていきます(7ページに関連記事あり)。

《問合せ》大交流課 ☎21-9016



**Toyooka  
Smart Community**  
Powered by TMF

▲豊岡スマートコミュニティ推進機構のロゴ



▲昨年の演劇祭では超小型電気自動車によるサービスを試行

## 「コウノトリ育むお米」の輸出好調

「コウノトリ育むお米」は現在六つの国と地域に輸出し、高級スーパーや日本食材店で小売りされているほか高級日本食レストランで使用されています。

2019年度は過去最高の輸出量でしたが、20年度は4~5月で前年度同期の約3倍にあたる7.5トンを出しました。新型コロナウイルスの影響で世界中で外出規制が始まり、巣ごもり消費に対応してのインターネット販売等が増えました。

現在は海外でのプロモーションが行えないため、現地のセールスマンにコウノトリの状況や田植えの様子など、産地の情報を消費地に届けています。

《問合せ》農林水産課 ☎21-9017



▲2019年9月日本食レストランエキスポに出展(ニューヨーク)

## 中貝市長の徒然日記 ⑫

### 壁を越えて

2月、植村直己冒険賞の発表をしました。受賞者は、岩本光弘さん。世界で初めて全盲でヨットによる無寄港・太平洋横断を達成された方です。

生まれつきの弱視で、16歳で光を完全に喪失。そこから立ち上がってきました。

アメリカ留学を経て、盲学校の鍼灸科の教員に。アメリカ人女性と結婚し、その妻の勧めでヨットを始めます。

2013年、ニュースキャスター・辛坊治郎さんと福島県の小名浜港から太平洋横断を試みるも、6日目にクジラと衝突。自衛隊に救出され、無謀な売名行為と散々な批判を受けます。失意と苦悩の日々。しかし、そこからも立ち上がってきました。

19年2月24日に米國・サンディエゴを出発したヨットは、同年4月20日、小名浜港に到着します。ヨットの至る所に、娘さんが貼り付けた点字シールがありました。

著書「見えないからこそ見

えた光」を読みました。家の中を移動すること、階段を下りること、道路を横断すること、バスに乗ること、買い物をする。それらの一々が大変な冒険であったことが分かります。その延長線上に、今回の冒険がありました。

ある医師が概要こんなことを書いていました。障害者の「障害」とは、その人の属性を言うのではない。能力がないということでもない。その人と社会の間にある壁のことを言うのだ、と。岩本さんの冒険は、その壁を乗り越える、延々と乗り越える挑戦でした。

航行中、夕日が沈むのを感じて涙が出たのだそうです。「あのとき自殺しなくてよかった。前回の遭難で死ななくてよかった。それを乗り越えて挑戦ができてよかったと、ポロポロと泣いたのです」

6月に授賞式を行う予定でした。しかし、コロナです。7月末まで帰国中の岩本さんに、たとえ小さな授賞式になったとしても、この豊岡で、岩本さんの首に冒険賞のメダルをかけたいと願っています。

市政の動き

6月定例会報告  
市長総括説明から

5月29日、令和2年第3回市議会定例会が開会しました。最初に、新型コロナウイルスに関して①1人10万円の特定期給付金の振込状況②国民健康保険税等の減免③すこやか市民健診の一部中止④各種事業の遅延・中止等について報告し、その後、当面する市政の諸課題ならびに提出議案の主なものを説明しました。その概要をお知らせします。

安全に安心して暮らせるまち

国民健康保険税

5月27日、国民健康保険運営協議会から、2020年度豊岡市国民健康保険事業運営の基本方針について答申を受けました。この答申の趣旨を尊重し、今議会に国民健康保険条例の改正に係る議案を提出しています。

今年度、県に納める納付金は24億3184万円が昨年度

と比較して7979万円増加。一人当たりでは6340円の増加となります。税額は、この納付金の額などを基に算定し、前年度繰越金見込額の2分の1相当額の3500万円と、新型コロナウイルスの市民生活への打撃を考慮して国民健康保険財政調整基金1億8000万円を取り崩しました。その結果、被保険者一人当たりの税額は9万9008円で、対前年度比0.3%、315円の減となります。

人と自然が共生するまち

プラスチックごみ

海洋プラスチックごみによる環境汚染が世界的な問題となつています。国は7月1日からレジ袋の有料化を実施し、小売業者が、持ち手のついたプラスチック製買物袋を扱う場合、価格を1円以上に設定することとしました。本市においても、プラスチックごみ削減に向けて実行計画を策定すべく準備を進めると共に、マイバッグ持参運動など、身近で出来る実践行動を関係団体と連携して促進します。

持続可能な「力」を

高めるまち

メディアへの掲載実績

2019年度、本市の観光情報等が国内メディアに掲載された件数は81件となりました。広告費に換算すると7254万8千円。18年度と比べて5件、89万2千円増加しています。現在は、新型コロナウイルスの影響で取材自粛や掲載延期などが発生していますが、本市は収束後の反攻勢に向け、国の「GOTOキャンペーン」に合わせた情報発信戦略の策定を進めています。また、海外メディアに掲載された件数は351件となりました。広告費に換算すると2億9185万5千円。18年度と比べて223件、7174万4千円増加しています。特にSNS配信によるウェブへの掲載件数が206件増加。国別では、本市や豊岡観光イノベーションの海外レップがあるタイ、オーストラリア、アメリカ、フランス、香港などが多くなりました。

竹野川湊館

竹野地域では、地域の活性化を目指し、川湊を活用した住民主体の活動である川湊再生プロジェクトを実施されて

います。しかし、その活動を行う上で拠点が無いことが課題となっており、現在の住吉屋歴史資料館を竹野川湊館に名称変更し、当館で川湊に関する資料展示や情報発信等を行うこととしています。

神鍋高原へのホテル誘致

道の駅「神鍋高原」の隣接地が民間主導プロジェクトによるホテル立地の候補地となつていきます。このホテルは、宿泊特化型で、食事、風呂等は周辺施設を利用することをコンセプトとしており、2022年の夏から秋のオープンを目指すと聞いています。立地が決定すれば、誘致に係るインフラ整備として、消火栓の設置と上下水道管の布設工事を行いたいと考えています。

たんたん温泉

2017年9月から休止している同温泉の食堂について、但東地域に移住してこられた方から「カフェとして経営したい」との申し出がたんたん

温泉管理運営組合にありました。地元の方々を中心とする憩いの場となり、温泉の利用促進にも資するものであるため、スペースの使用経費を管理運営組合に負担いただき、経営をお願いすることとなりました。営業再開に当たっては、食堂専用出入口の増設などの改修工事を行うため、今議会に、この工事に必要な補正予算を提出しています。

外国人観光客の動向

第1四半期(1~3月)の外国人の延べ宿泊者は、前年同期比47.9%減の9484人となりました。全国の減少率38.9%を上回る減少です。月別では、1月が前年同期比7%増の6295人。2月は前年同期比60.6%減の2719人、3月は前年同期比91.3%減の470人となり、世界的な新型コロナウイルス感染拡大に伴って、大幅に減少しています。

有害鳥獣対策

2019年度のシカの捕獲頭数は、有害捕獲が前年度比7.5%増の4452頭、狩猟捕獲が前年度比7.6%増の2837頭。捕獲総数は

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

7289頭となりました。年間目標数の6500頭を6年連続で超えました。シカ有害被害撲滅大作戦は今年度から3期目に入っています。車で移動しながらシカを発見すれば降車して射撃・捕獲する「流し撃ち部隊」等により、さらなる農業被害の減少を目指します。また、サル被害対策として、専門的知識を持つ県

います。

今議会に、この事業に必要な補正予算を提出しています。

### ○北近畿豊岡自動車道

今年度、(仮称)豊岡インターチェンジから(仮称)豊岡北インターチェンジまでの5・1kmが事業着手されました。また、日高神鍋高原インターチェンジから但馬空港インターチェンジまでの6・1kmが、今年

の秋に開通する見込みです。

「命、交流、危機管理の道」として、但馬地域の安全・安心や地域活性化に多大な効果を発揮するものと期待しており、早期の全線開通に向けて、地元調整や用地交渉への協力などをさらに進めます。

### ○公共交通機関の状況

2019年度の但馬空港の利用者数は、新型コロナウイルス感染症拡大による旅行等の自粛が影響し、前年度比3・9%(1661人)減の4万559人となりました。現在も但馬空港では、午後便が減便され、午前便のみの運営となっています。鉄道においても、JR西日本が新大阪・福知山間と京都・福知山間で1日当たり26本を、京都丹後

鉄道が1日当たり14本を運休。全但バスも、高速特急バスの全便と但馬空港・城崎温泉駅間の午後便を運休しています。

全国での新型コロナウィルス感染拡大の早期収束を願うとともに、収束後には運行事業者等と協力し、積極的に、利用促進に取り組みます。

### ○豊岡スマートコミュニティ推進機構の設立

トヨタ・モビリティ基金と同推進機構を設立しました。ICT等の技術を最大限活用し、地域での生活の心地良さを高めつつ、モビリティ、地域産業、人材育成など、さまざまな課題を解決して地域の持続可能性を向上させていくまちづくりモデルを作ります。

当面の取組みとして、第1回豊岡演劇祭で各会場を結ぶさまざまなモビリティ活用の実証実験、さらに、日高地区をスマートコミュニティのモデルとした地域住民・観光客等でのモビリティシェアリング、江原駅を中心とした神鍋高原、但馬空港とのアクセス向上のための取組みを行います。

活動に当たっては、団体・組織をまたがった関係者が、

いつでも情報共有や議論を行うことができるトヨタ自動車グループが実践している「大部屋方式」によるスペースを、市役所本庁舎に設けます。

### ■未来を拓く人を育むまち

### ○豊岡市教育の振興に関する施策の大綱

去る2月、今年度から向こう5年間の教育の根幹計画となる「第4次とよおか教育プラン」を策定しました。数値では表しにくい内面の力「非認知能力」を高めて、夢や目標の実現に向かって挑戦する子どもの育成に取り組みます。

一方「地方教育行政の組織及び運営に関する法律」により、教育の振興に関する施策の大綱を定めることが市長に義務付けられており、第4次とよおか教育プランは、この大綱に位置付けています。

### ■人生を楽しむ

### お互いを支え合うまち

○生涯学習サロンの整備  
1月から着手していた既存建物の解体において、基礎部分のコンクリートの厚みが想定以上であることが判明しました。これは当初の工事費から1900万円上回る計算に

なります。そのため、先行して行っていた上屋土間解体工事の施工業者と、基礎撤去工事を追加する変更契約を結び、新たな仮設設置を不要としたことで約400万円を削減。さらに、新築建物の建設費を抑えることで、予算総額の範囲内で対応したいと考えています。今後、ボーリング調査と解体工事による隣家への影響調査を実施し、オープンについても予定どおりの来年4月を目指します。

### 《市政の運営》

○旧竹野中学校跡地活用事業  
当該跡地を地域の活性化に役立てるため、まず土壤調査を行うべく準備を進めていたところ、グラウンドの地下に市の水道管、下水道管の本管のほか、民間のガス管の本管が通っていることが判明しました。土地の活用に当たって支障となることが予想されるため、これらの埋設物への対応について検討します。結果によっては、今年度予定していた土壤調査業務を見送ることとし、来たる9月議会において予算の減額補正を行いたいと考えています。

○商店街シンボル建築物  
再生支援事業  
宵田商店街にあった築90年を超える料亭「と、兵」を取得された方が、昨年4月、地域と連携した活用を開始されました。市内外の多くの方が訪れる新たな交流施設になっており、この取組みをさらに促進するため、所有者が行うイベントスペース等の施設改修に対して「宵田・元町地域まちなか再生計画」に基づく事業として市と県で補助を行

います。

います。

います。

います。

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

※市ホームページに「市長総括説明」の全文を掲載しています。

ポイントを押さえて、災害に備えましょう

# 台風や集中豪雨から身を守る

円山川の下流に位置する豊岡盆地周辺は緩やかな勾配のため、氾濫が非常に起きやすい地形です。また、近年、これまでにない規模の豪雨が、各地に甚大な被害をもたらしています。被害を最小限に抑えるため「自分たちの命は自分たちで守る」という心構えと、日ごろからの準備、そして家庭や地域での連携と助け合いをお願いします。

《問合せ》防災課 ☎ 23-11111

## ポイント1 早めの避難・多様な避難先の確保

『避難』とは災害リスクから命を守る行動です。まずは、行政区別防災マップを確認してください。安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません。『避難先』は指定緊急避難場所だけではなく、安全な親戚・知人宅などさまざまな避難先があります。普段からどこに避難するか決めておきましょう。豪雨時の屋外避難は危険です。車での移動も控えましょう。

### 避難のタイミング 〔緊急時の対応〕

災害発生の危険度を直感的に理解し、的確に避難行動ができるようにするため、5段階の警戒レベルで「避難のタイミング」をお伝えします。

警戒レベルは、災害発生の危険度が高くなるほど数字が大きくなります。



警戒レベル3で危険な場所にいる高齢者などは避難！  
警戒レベル4で危険な場所にいる人は全員避難！



避難情報等	早期注意情報 (気象庁が発表)	大雨注意報など (気象庁が発表)	避難準備・高齢者等避難開始 (市が発令)	避難指示(緊急)避難勧告 (市が発令)
	取るべき行動	心構えを高める	避難行動の確認	避難に時間を要する人は避難

**警戒レベル5【最大】**  
既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとる

## 避難場所における新型コロナウイルス感染症対策

避難場所を開設する場合には、3密を避ける避難スペースの配置、十分な換気、消毒液の設置など、可能な限り新型コロナウイルス対策や衛生環境の確保に努めます。

避難する場合は、事前に検温などの健康チェックを行い、避難場所ではマスクの着用をお願いします。

また、避難場所の備蓄品には限りがあります。水や食料に加え、自分の健康や感染防止対策として必要なものは必ず持参してください。

### ▼多様な避難先の検討

○安全な自宅や親戚・友人・ご近所宅などへの避難、安全な場所での車中泊(短時間)について検討

### ▼避難場所で注意すべきこと

- 手洗い、咳エチケットを徹底する
- 体調に不安があるときは、早めに避難場所にいる職員に相談する
- マスク、体温計、アルコール除菌ウェットティッシュなどの感染症予防に必要な物を非常用持ち出し袋に入れ、避難先に持参する

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

## 避難行動を確認(平時に確認)

防災マップを参考に「避難行動判定フロー」を確認し、避難場所はどこなのか等について、あらかじめ確認・認識しましょう。防災マップは市内359の自治会ごとに作成しています。2018年に全市に配布したほか、市ホームページで「防災マップ」と検索すれば入手できます。

## 《避難行動判定フロー》

スタート

家が ある 場所に 色が 塗ら れて います か？

防災マップで自分の家がどこにあるか確認し、印を付けてみましょう

**市が推奨する避難行動**  
防災マップでは、災害の危険性に応じ、土砂災害警戒区域、家屋倒壊危険区域、浸水の深さなどに分けて、それぞれ推奨する避難行動を設定しています。自宅周辺を確認して、安全に避難できる場所を探しましょう

色が塗られていなくても、周りと比較して低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、市からの避難情報を参考に必要に応じて避難してください

はい

いいえ

安全な場所に住んでいて身寄せられる親戚や知人はいますか？

警戒レベル③が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう(日頃から相談しておきましょう)

警戒レベル③が出たら、市が指定している指定緊急避難場所に避難しましょう

安全な場所に住んでいて身寄せられる親戚や知人はいますか？

警戒レベル④が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう(日頃から相談しておきましょう)

警戒レベル④が出たら、市が指定している指定緊急避難場所に避難しましょう

## ○防災マップであなたの自宅はどの地域？推奨される避難行動は？

区域	あなたの避難行動
浸水深0.5m未満の区域	自宅にとどまる
浸水深0.5m～3m未満の区域	2階があれば自宅2階にとどまる
浸水深3m～5m未満の区域	3階があれば自宅3階にとどまる
浸水深5m以上の区域、土砂災害警戒区域、家屋倒壊危険区域	区域外への早めの避難

▼家屋倒壊危険区域でなくても、堤防の近くに住んでいる人は早めの避難を行う▽区域外へ避難の方は「安全な親戚や知人宅」や「市の指定緊急避難場所」などへ避難する▽避難が遅れた場合は、屋外移動をあきらめて自宅の2階以上(崖から離れた部屋)で命を守る

## ポイント2 備える

## 防災情報を確認

市内の気象や雨量、河川の水位、その他必要な防災情報を自ら進んで入手しましょう。

○「テレビ・ラジオ」 台風の進路予測、気象予報・警報など。テレビのデータ放送が便利です(リモコンのdボタン)。

○「防災行政無線放送」 台風や市内の河川の水位情報、避難勧告等の情報などをお知らせします。聴覚障害のある方には、ファクスで放送内容をお知らせします(要申込み)。

○「ひょうご防災ネット(アプリ版)」 県と県内の市町村から「避難に関する情報」など防災に関する情報をプッシュ通知します。

【ダウンロード方法】  
①下記二次元バーコードを読み取ってダウンロードしてください。または[App Store] [Google Play]の「ひょうご防災」を検索してください。



②アプリを起動し、言語や

市・町等の設定をしてください。

○「とよおか防災ネット」登録すると、避難準備・高齢者等避難開始や避難勧告、避難指示(緊急)などの防災情報メールが携帯電話へ配信されます。

【登録方法】toyooka@bosai.net宛てに空メールを送信してください。または、左記二次元バーコードを読み取り、空メールを送信してください。空メールを送ると、まもなく返信メールが届きます。



## 非常持ち出し品・備蓄品を準備

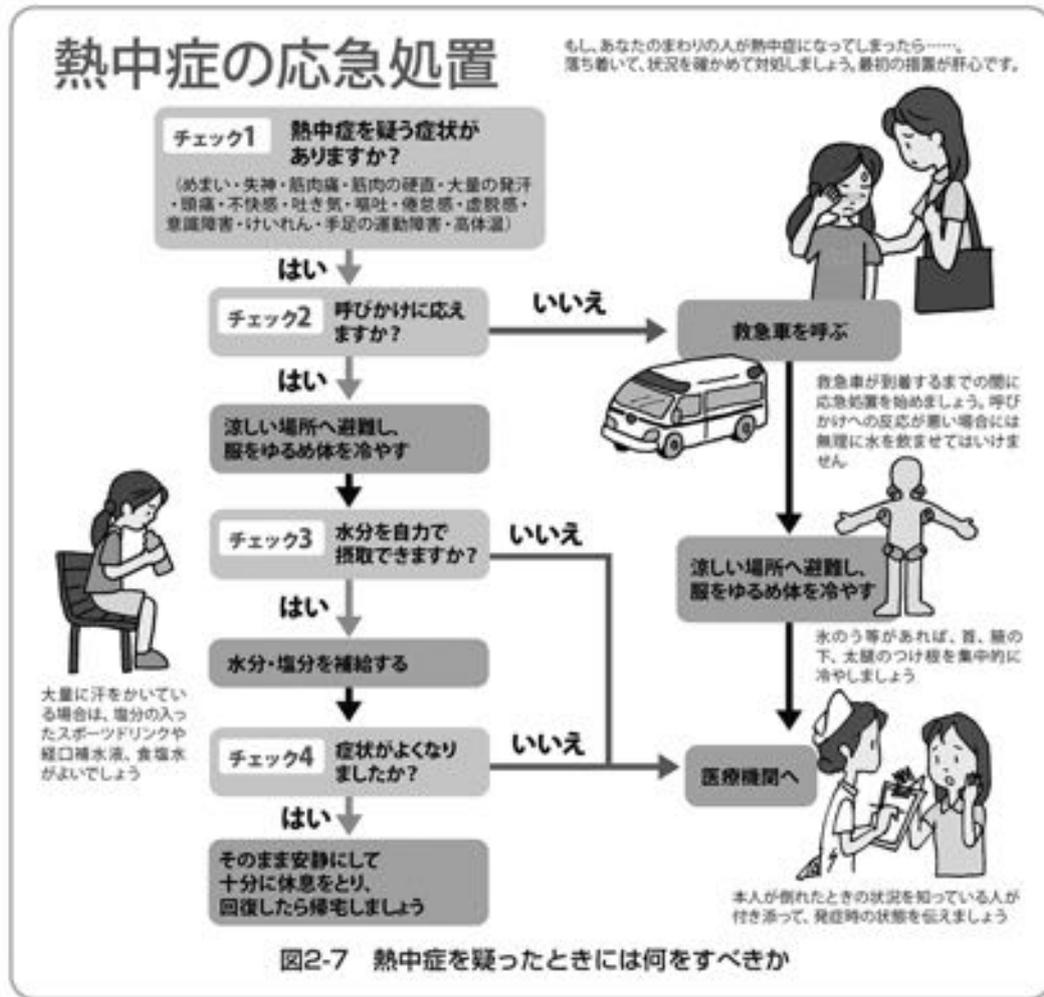
○非常用持ち出し品 リュックサックなどに入れる。非常食/飲料水/FM・AMラジオ/懐中電灯/下着・着替え/携帯用トイレ/服用薬/マスク/体温計など

○備蓄品 最低3日分  
飲料水…人が1日に必要な水の量は3リットル。風呂に水をためる方法も有効。食料…乾パンや缶詰などの保存食。

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

普段から十分な注意を

# 熱中症は予防できます



出典：環境省「熱中症環境保健マニュアル2018」p.24

熱中症とは、屋内や屋外を問わず気温や湿度が高い環境の中で、体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温の上昇やめまい、体のだるさ、悪化するとけいれんや意識障害など、さまざまな障害をおこす症状のことです。

本市では昨年5月から9月の間に、熱中症が疑われる方68人を救急搬送しました。

熱中症を知り、自分でできる熱中症対策を心掛けましょう。

### 熱中症対策

- ▼こまめに水分補給をする▽エアコン、扇風機を上手に使用する▽暑いときは無理をしない▽部屋の風通りを良くする▽涼しい服装にする▽外出時には日傘、帽子を着用する

熱中症は予防が大切です。熱中症になってしまった場合には、上記のとおり応急処置をお願いします。

8038 《問合せ》豊岡消防署 ☎24

7月15日(水)～24日(金・祝)は夏の交通事故防止運動

夏の時期は、暑さによるストレスや疲労等により交通事故の多発が懸念されます。

「事故を起こさない」「事故に遭わない」ために、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を心掛けましょう。

- ◆子供と高齢者の交通安全
- ◆自転車の交通安全
- ◆飲酒運転の根絶
- ◆全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

全ての座席でシートベルトを着用しましょう！

後部座席を含めた全ての座席でシートベルトの着用が義務になっています。着用せずに交通事故に遭った場合、自分自身の大きな被害のほか、車外放出や前席同乗者への加害などの危険性があります。車に乗ったら全ての座席でシートベルトを着用しましょう。

9122 《問合せ》生活環境課 ☎21

## 火気に近づけると引火しやすい

## 消毒用アルコールの取扱いに注意!

新型コロナウイルス感染症の発生に伴い、手指の消毒等のため消毒用アルコールを使用する機会が増えていますが、一般的に消毒用アルコールは、次の特徴があります。

- 火気に近づけると引火しやすい。
  - アルコールから発生する可燃性蒸気は、空気より重たく、低いところにたまりやすい。
- そのため以下のことに注意してください。

## 火災予防上の注意点

- ▼消毒用アルコールを使用するときは、火気の近くで使用しないようにしましょう。
- ▼消毒用アルコールを容器に詰め替える場合は、漏れ、あふれまたは飛散しないよう注意しましょう。

また、詰め替えた容器には「消毒用アルコール」の表示と併せて「火気厳禁」などの注意事項を記載しましょう。



- ▼消毒用アルコールの容器を置く場所は、直射日光が当たる場所や高温になる場所を避けましょう。
- ▼消毒用アルコールの容器を落下させたり、衝撃を与えたりしないように気を付けましょう。
- ▼室内の消毒や消毒用アルコールの容器詰め替えにより、アルコールの可燃性蒸気が滞留する恐れがありますので、通気性や換気の良い場所で行いましょう。

《問合せ》消防本部予防課 ☎24-8036

## 豊岡全国かな書展の作品を募集

## 皆さんの作品をお待ちしています

「仲田光成<sup>こうせい</sup>記念 第20回豊岡全国かな書展」の作品を募集します。一般から幼児までで、学校、団体、個人のどの形態からも出品できます。皆さんからの出品をお待ちしています。

※募集要項は下記実行委員会で配布する他、市ホームページに掲載しています。

※昨年の上位入賞者作品を豊岡市バーチャル美術館 (<https://www3.city.toyooka.lg.jp/virtual/1.html>) に掲載しています。

募集期間 9月3日(木)~7日(月)

第20回豊岡全国かな書展(予定) 会期 11月20日(金)~22日(日)  
会場 総合体育館

《問合せ・搬入場所》豊岡全国かな書展実行委員会事務局(竹野振興局内) ☎47-1111 FAX47-1850

▼出品料 一般部3,000円(高校生以下は無料)

部門	小学生							中学生			高校生	一般
	幼児	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年		
指定課題	ろ	うに	こめ	すな山	正しい字	海の夕日	小さな港	書美の世界	野鳥の群れ	北前船の帆	指定なし	
作品規定	半紙							半切4分の1			半切 (縦書き、散らし貼りの場合は8枚まで、臨書可)	半切・2×6 (縦横自由、散らし貼りの場合は8枚まで)
書体	楷書							楷書または行書			かな・漢字かな交じり書	

## 市有土地の売却(一般競争入札)

## 出石文化会館跡地を売却します

出石文化会館跡地を一般競争入札により売却します。個人・法人を問わず参加できます。

詳細は、市ホームページに掲載した売却情報または財政課で配布する募集案内を確認してください。

## ▼受付期間

7月8日(水)～22日(水)までの開庁日

## ▼入札日

7月31日(金)

## ▼売却物件

No	所在地	公簿地目	公簿面積(m <sup>2</sup> )	最低売却価格(円)
20-1	出石町水上字木ノ本318番1	宅地	10,000.00	71,800,000
20-2	出石町水上字木ノ本318番3	宅地	6,975.22	47,290,000

## ▼対象

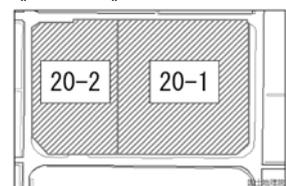
入札に係る契約を締結する能力がある方等

《問合せ》財政課 ☎21-9014

## 《位置図》



## 《拡大図》

「新しい生活様式」時代の新しい出会い方♪  
おんとおふ参加者募集

## ～オンラインお見合い～

Web会議サービスのアプリを使ってお見合い  
縁むすびさんか事務局職員が立ち会うので安心

## ～交換日記「CORRE-PON」～

事務局経由で郵送される4日間限定の交換日記  
お題に沿って記載するので簡単に書き込めます

	7/29(水)～31(金)	8/1(土)、2(日)
面談日程	午前9:00～10:15	午前9:00～10:15 午前10:30～11:45 午後1:30～2:45 午後3:00～4:15 午後6:00～7:15 午後7:30～8:45
	午前10:30～11:45	
	午後1:30～2:45	
	午後3:00～4:15	
	午後6:00～7:15	
	午後7:30～8:45	

## ▼募集期間 7月13日(月)まで

## ▼場所 立野庁舎A会議室

## ▼内容

- ①右記面談日程で個別登録面談(縁むすびさん事業に登録)
- ②“お似合いの方”を紹介(匿名プロフィールを郵送します)
- ③男女とも「お見合いOK」となれば「オンラインお見合い」か「交換日記」を選択

▼対象 20歳以上の独身で、男性は本市在住または在勤、女性は但馬・丹後在住

▼定員 26人(応募多数のときは抽選、後日、平日なら面談も可)

## ▼参加費無料

▼申込方法 LINE(無い方は電話)で、氏名、住所、生年月日、電話番号、面談希望枠を第三希望まで連絡

※後日、事務局が面談日時を決定し、お知らせします。

※場合により、お見合いできないことがあります。

※面談では新型コロナ対策を行います。

《問合せ》ハートリーフ推進室 ☎21-9100

メールheartreef@city.toyooka.lg.jp



ホームページ

LINE 申込み

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

# 5歳児発達相談を しませんか？

## ▽認可園在園児

本年度5歳の誕生日を迎える子どもとその保護者を対象に9月から「5歳児発達相談」を実施します。就学に向けてや普段のかかわりで心配なことなどについて、相談を行います。医師や心理士、保健師などと一緒に考え、お子さんに合ったかかわり方を見つけてみませんか？

## ▽認可外または市外園在園児、在宅児

「子育て質問票」を次のとおり配布します。必要事項を記入して、返送してください。相談希望がない方も、必ず返信してください。転入されて、手元に届いていない場合は問い合わせてください。

《問合せ》健康増進課  
☎24-9604

心配ごとや希望に合わせて個別に相談日を案内します。

直接自宅に送付します。記入の上、返送してください。

- ▼対象 5歳の誕生日を迎える子ども(2015年4月2日～16年4月1日生まれ)
- ▼配布時期 15年4月2日～11月30日生まれは7月、15年12月1日～16年4月1日生まれは10月
- ▼申込方法 「5歳児発達相談子育て質問票」の記入と提出



# 「妊娠・出産・子育て」応援します！

健康増進課おやこ支援室では、安心して妊娠～出産～子育てができるように、専任のスタッフが妊産婦さんやその家族と子育て相談を行っています。妊娠・出産・子育てには、悩みや不安はつきものです。気軽に相談してください。  
《問合せ》健康増進課☎24-9604

## こんなことに困ってませんか

- 初めての妊娠で不安
- 核家族で、サポートしてくれる人がいないため、産後の生活が心配
- 出産準備は何をそろえたらいい？
- 母乳・ミルクは足りているのかな？
- 体重の増え方は大丈夫？など

## 相談した保護者の声

「核家族の子育てで、産後の生活が不安だったので、妊娠中からどんなサービスが受けられるのか相談していました。具体的に産後の生活のイメージがつかまりました。」



## 《利用できるサービス》

※1…利用の要件があります。問い合わせください。

マタニティママ&ベビー交流会	妊婦から生後6カ月までの赤ちゃん和妈妈の交流会です。専門職の相談やマタニティヨガ、簡単なクッキング、ママ同士の交流ができます。
サポーター派遣事業(ヘルパー派遣) 【産後7カ月未満】※1	サポーター(ヘルパー)が相談相手になったり、家事援助(食事の準備・洗濯・掃除・買い物・上の子のお世話)や育児援助(沐浴の手伝い・病院受診の同行等)を受けられます(利用回数：産前産後合わせて32回。費用：300円/時間)。
産後ケア事業(宿泊型) 【産後3カ月未満】※1	出産後の休養のために病院に宿泊し、おっぱいケア、赤ちゃんの育児指導などが受けられます(公立豊岡病院・公立八鹿病院)(費用：4,000円/日。利用日数：7日まで)。
産後ケア事業(訪問型) 【産後7カ月未満】※1	助産師が家庭を訪問し、おっぱいケアや赤ちゃんの育児指導、ママの心理的サポートを行います(費用：1,000円/日。利用回数：2回まで)。
妊婦・新生児・乳児家庭訪問	保健師、助産師が家庭を訪問し、妊娠や出産、産後の体調についての相談や、赤ちゃんの発育状況の他、兄弟姉妹の育児に関する相談も行います。

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

# 「元気もん体操」を動画で紹介

玄さん元気教室は、身近な自治会や団体で行う、元気もん体操を中心とした自主活動であり、健康づくりの応援プログラムです。自宅でも筋トレが継続できるよう、元気もん体操(抜粋)の動画を市ホームページに掲載しています。

玄さん元気教室では、仲間と一緒に体を動かすことで運動が習慣化したと感想を聞くことができます。身近な場所で、仲間と楽しく運動を続けましょう。



市ホームページ「体を動かして免疫力を高め、感染症を予防しましょう」(ページ番号1011167)



市ホームページ掲載「玄さん元気教室」(ページ番号1006091)



※膝や腰など関節に痛みがある場合は、運動を中止してください。

※感染症予防(3密を避ける、手洗い、咳エチケットなど)に十分注意してください。

《申込み・問合せ》健康増進課 ☎21-9095

## 参加しよう！運動健康ポイント制度！ 「打ち出の小づち」ならぬ「打ち出の歩キング」

### 運動健康ポイント制度とは

この制度は、市民一人ひとりが「歩くこと」による健康づくり(歩キング)に取り組み、健康で笑顔あふれるまちづくりを目指す仕組みです。

体力に合った運動目標を決め、達成状況に応じてポイントがたまります。たまったポイントは市内の小・中学校等への寄付、施設利用券(運動施設や温泉施設)または図書カードと交換できます。

### ▼対象

本市在住・在勤・在学の18歳以上の方(高校生を除く)

### ▼参加方法

所定の用紙に記入する「運動健康ポイントシート」とスマートフォンアプリ「とよおか歩子」からおか歩子から選べます。

### ▼注意事項

○「ポイントシート」と「とよおか歩子」の併用はできません。  
○「とよおか歩子」は施設利用券や図書カードへの交換はできません。

### 参加者の声

○継続的に運動すること意識するようになった(30代・男性)  
○寄付もできるので、自分の

ためだけでなくやりがいがある(50代・女性)

《問合せ》健康増進課

☎21-9095

### 《ポイントシートとアプリの比較》

名称	運動健康ポイントシート	スマートフォンアプリ「とよおか歩子」
ポイント	1ポイント5円	1ポイント2.5円
特徴	○運動をがんばった記録をコツコツつけたい！ ○施設利用券、図書カードと交換、または市内学校園への寄付ができる	○登録・申請・ポイント交換がスマホ1つでできる！ ○市内学校園等への寄付のみ ○グループをつくって仲間と共有できる
参加方法	○広報とよおか6月号と一緒にシート(記録用紙)を配布しています。 ○健康増進課・各振興局・各コミュニティセンターに設置しています。市のホームページからもダウンロードできます。 ○記入後に郵送してください。	○スマートフォンで、App store (iPhone) または Google Play (Android) からアプリをインストールし、設定してください。 ○一部対象外の機種があります。「とよおか歩子」の稼働には、ヘルスケアApp (iPhone) または Google Fit (Android) との連携設定が必要です。
その他	○寄付や施設利用券等の交換は最短3カ月から可能ですが、6カ月間継続できた方には賞品が当たる抽選を実施します。	○アプリダウンロードはこちらから 

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

## 消費生活相談員の知恵袋

26

〜覚えのない荷物が届いた時の対処法〜



商品を自宅に届けてもらえ  
るネットショッピングなどを  
利用する人も多いと思います。

便利ですが「使い捨てマスク  
を送り付けられた」「海外か  
ら頼んだ覚えのない衣類や雑  
貨が届いた」といった相談が  
寄せられています。

### ○事例

宅配便が届き開封すると、  
使い捨てマスクが入っていた。  
注文した覚えがなく、あとで  
高額な請求をされないか不安。  
(50歳代 女性)

### ○アドバイス

ひとまず落ち着きましょう。  
まず①家族も含め、届いた荷  
物に心当たりがないか②注文  
したが、届いていない商品が  
ないか確認してください。

例えば、家族が別の人の名  
前で注文したり、後日発送と  
なる商品を予約していたが忘  
れていた、などが考えられま  
す。いずれにも当てはまらな  
い場合は、代金を請求され  
ても支払う必要はありません。  
クレジットカードに不正な請

求が上がっていないかも確認  
してください。

商品が届いた日から14日間  
経てば処分してもかまいませ  
ん。荷物が未開封であれば、  
受取拒否できる場合もありま  
す。配送業者に事情を伝えて  
ください。

海外から商品が届いた場合  
は安易に返送しないでくださ  
い。商品がいわゆる模倣品だ  
った場合、中身によっては海  
外へ返品する行為は関税上の  
問題となる可能性があります。  
事業者から事前に電話で連

絡があるケースもみられます。  
断り切れず強引に送ってきた  
ようなときは、8日間以内で  
あればクーリングオフできま  
す。少しでも疑問に思ったら  
すぐに相談してください。

### 《豊岡市消費生活センター》

- ▽相談受付 月～金曜日(祝  
日、年末年始を除く)  
午前9時～午後4時
- ▽相談場所 生活環境課内
- ▽電話相談 ☎21-90001

# 国民健康保険のお知らせ

## 高齢受給者証 特定疾病療養受療証

### 新しい受給者証等を郵送

8月1日から有効の新しい  
受給者証等を、7月下旬に送  
付します。

### ▼対象

#### ▽高齢受給者証

1945年8月2日から50  
年7月1日生まれの国民健

康保険(国保)被保険者

#### ▽特定疾病療養受療証

特定疾病療養受療証を持  
つ  
国保被保険者

現在お持ちの受給者証など  
の有効期限は7月31日(金)で  
す。有効期限の切れた受給者  
証などは使用できませんので  
注意してください。

### 限度額適用認定証 標準負担額減額認定証等

外来・入院時の一部負担金

や食事代を軽減するため、市  
が発行しています。引き続き  
または新たに認定証が必要な  
方は、7月17日(金)以降に申  
請してください。

### ▼対象

#### ▽限度額適用認定証

納期限到来の国保税を完納  
している世帯の中で、左記  
のどちらかに該当している  
方

○70歳未満の国保被保険者

○70歳以上75歳未満で高齢  
受給者証の負担割合が3  
割負担、かつ課税所得が  
690万円未満の国保被保  
険者

### 標準負担額減額認定証

70歳未満の国保被保険者で、  
世帯主および国保被保険者  
全員が市民税非課税となる  
世帯の方

### ▽限度額適用・標準負担額減 額認定証

70歳以上75歳未満の国保被  
保険者で、世帯主および国

保被保険者全員が市民税非  
課税となる世帯の方

### ▼申請に必要なもの

▽身分証明書(免許証等)

▽国保被保険者証

### ▽印鑑

▽過去1年間に入院日数が90  
日を超える方は、入院日数  
が90日を超えたことの方  
が書類(医療機関の発行す  
る入院期間証明や領収書な  
ど)

### 《問合せ》市民課

☎21-9061または各振  
興局市民福祉課



※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

# 令和2・3年度の保険料率

2年ごとに見直される後期高齢者医療制度の保険料率（均等割額と所得割率、賦課限度額）が決定しました。

## 保険料額の通知

保険料は、被保険者一人一人が支払います。令和2年度の保険料額は、7月中旬に送付予定の保険料額決定通知書でお知らせします。

《保険料率(令和2・3年度)》

	令和2・3年度	平成30・令和元年度
均等割額	51,371円	48,855円
所得割率	10.49%	10.17%
賦課限度額	64万円	62万円

## 保険料の計算方法

年間の保険料は一人一人が等しく負担する「均等割額」と前年の所得に応じて負担する「所得割額」の合計です。

《保険料の計算方法》

均等割額 51,371円	+	所得割額 (※総所得金額等 - 33万円) × 所得割率10.49%	=	保険料額(年額) (上限64万円)
-----------------	---	---------------------------------------	---	----------------------

※総所得金額等とは収入額から控除額(公的年金等控除額、給与所得控除額、必要経費)を引いた金額です。ただし、所得控除額(社会保険料控除額、扶養控除等)は含みません。

※保険料を決定する基準日は、原則、4月1日です。

※年度途中で資格取得または喪失したときは、保険料を月割りで計算します。

所得の低い方の軽減(令和2年度)

世帯(世帯主と世帯内の被保険者)の令和元年中の総所得金額等が下の基準額以下の方は、均等割額が軽減されます。

《均等割額の軽減》

総所得金額等(被保険者+世帯主)が次の基準額以下の世帯		軽減割合	軽減後均等割額(年額)
基礎控除額(33万円)	被保険者全員の各所得(公的年金等控除額は、80万円として計算)が0円	7割	15,411円
	上記以外	7.75割(注1)	11,558円
基礎控除額(33万円) + 28万5千円(注2) × 被保険者の数		5割	25,685円
基礎控除額(33万円) + 52万円(注3) × 被保険者の数		2割	41,096円

## 被扶養者だった方の軽減

制度に加入する前日に、会社の健康保険などの被用者保険の被扶養者であった方は、所得割額はかからず、後期高齢者医療制度の被保険者となつてから2年間は均等割額が5割軽減されます。なお、国民健康保険・国民健康保険組合に加入されていた方は対象となりません。

## 保険料の支払い方法

保険料のお支払いは、次の2通りとなります。

① 年金からの支払い「特別徴収」

対象となる年金の受給額が年額18万円以上の方は、原則、年金から天引きされます。ただし、後期高齢者医療保険料と介護保険料の合計額が、対象となる年金

(注1) 本来は7割軽減ですが、特例措置により7・75割軽減となります。  
(注2) 令和元年度の28万円から拡充されました。  
(注3) 令和元年度の51万円

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

# 後期高齢者医療制度

の受給額の2分の1を超え  
る場合は、年金天引きでき  
ません。

- また、新たに被保険者にな  
った方(75歳年齢到達、障  
害認定、転入など)は、最初  
から年金天引きにはなりま  
せん。年金天引きが開始さ  
れるまでの期間(8カ月程  
度)は、口座振替や納付書  
で支払いをしてください。
- ② **口座振替や納付書での支払  
い【普通徴収】**  
年金天引き以外の方は、  
口座振替や納付書で支払い  
をしてください。

## ① **特別徴収**

年6回の年金の定期支払  
の際に、あらかじめ保険料  
が年金から差し引かれます。

② **【普通徴収】**  
7月から翌年3月まで、  
年9回に分けて保険料をお  
支払いいただきます。  
保険料のお支払いは、安  
心・確実な口座振替が便利  
です。指定の金融機関で申  
し込んでください。

## 《特別徴収の納付月》

仮徴収			本徴収		
4月 (1期)	6月 (2期)	8月 (3期)	10月 (4期)	12月 (5期)	2月 (6期)
前年度の2月(6期)の徴 収金額と同額			7月に確定する保険料年 額から仮徴収額を差し引 き、3回に分けた額		

※保険料は特別徴収が原則ですが、口座振替による  
納付方法に変更することができます。変更を希望  
する方は、市の担当窓口で手続きしてください。

## 被保険者証等を更新します

### 被保険者証

被保険者証の更新時期は毎  
年8月1日です。7月中旬ご  
ろに新しい被保険者証を送付  
します。8月1日からは  
新しい被保険者証を医療機関  
等の窓口で提示してください。  
なお、保険料の納付状況によ  
っては、有効期限が短い被保  
険者証(短期被保険者証)を送  
付することがあります。納付  
が困難な事情がある場合は早  
めに相談してください。

8月以降の一部負担金の割  
合は、同一世帯の被保険者の  
令和元年中の所得により算出  
された令和2年度の住民税課  
税所得と令和元年中の収入額  
をもとに計算されています。  
また、世帯状況の異動や所得  
の更正により、随時変更され  
ることがあります。

## 限度額適用・標準負担額減額 認定証(減額認定証)

「低所得Ⅰ・Ⅱ」に該当して  
いる方(世帯全員が住民税非  
課税の方)は、減額認定証を  
医療機関等の窓口で被保険者  
証とともに提示することで、  
医療機関等ごとに1カ月間の  
窓口での支払いが、外来・入  
院とも区分に応じた限度額ま  
でとなります(柔道整復、鍼  
灸、あんまマッサージの施術  
などは除く)。入院時の食事  
代等についても減額されます。  
減額認定証の更新時期は毎  
年8月1日です。現在、減額  
認定証をお持ちで8月以降も  
引き続き対象となる方には、  
7月中旬ごろに新しい減額認  
定証を被保険者証と一緒に送  
付する予定です。

## 限度額適用認定証(限度額認 定証)

「現役並み所得者Ⅰ・Ⅱ」に  
該当している方(一部負担金  
の割合が3割かつ住民税課税  
所得が690万円未満の方)  
は、限度額認定証を医療機関  
等の窓口で被保険者証ととも  
に提示することで、医療機関  
等ごとに1カ月間の窓口での  
支払いが、外来・入院とも区  
分に依じた限度額までとなり  
ます(柔道整復、鍼灸、あん  
まマッサージの施術などは除  
く)。

限度額認定証の更新時期は  
毎年8月1日です。現在、限  
度額認定証をお持ちで8月以  
降も引き続き対象となる方に  
は、7月中旬ごろに新しい限  
度額認定証を被保険者証と一  
緒に送付する予定です。

※「低所得Ⅰ・Ⅱ」または「現  
役並み所得者Ⅰ・Ⅱ」に該  
当している方で、減額認定  
証または限度額認定証の申  
請をされていない場合は、  
市の担当窓口に申請してく  
ださい。

《問合せ》市民課 ☎21-190  
61または各振興局市民福  
祉課

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

# 国民年金のお知らせ

**令和2年度保険料免除・猶予申請の受付開始(7月から)**

国民年金は、20歳から60歳になるまで加入して保険料を納めることになっています。

しかし、収入の減少や失業等で保険料の納付が困難な場合、納付が免除される「申請免除」や納付が猶予される「納付猶予」の制度があります。

保険料を未納のままにしておくと、不慮の事故などで障害を負ったときや死亡したときに障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられないことがあります。免除や猶予の承認を受けた期間は、障害基礎年金、遺族基礎年金の受給資格期間や将来の老齢基礎年金受給資格期間に算入されます。保険料納付が困難な方は忘れずに手続きしてください。

免除や猶予を受けた期間は、10年以内であればさかのぼって納付(追納)ができ、納付した月分は年金額に反映されます。ただし、免除・猶予の承認

認を受けた期間の翌年度から数えて3年度目以降に追納するときは、当時の保険料額に経過した期間に応じた額が加算されます。

《納付・免除・納付猶予と未納の算入の違い》

年金の種類	納付状況		申請免除 (全額・一部)	納付 猶予	未納
	納付	納付			
障害基礎年金 遺族基礎年金 (受給資格期間に算入されるか?)	○	○	○ (注1)	○	×
老齢 基礎年金	(受給資格期間に算入されるか?)		○ (注1)	○	×
	(年金額に反映されるか?)		○ (注1・2)	×	×

(注1)一部免除は、一部納付保険料を納付していることが必要です。

(注2)全額・一部免除を受けた期間は定額納付と比べて老齢基礎年金額は減額されます。

▼**免除対象者** 本人・配偶者・世帯主(納付猶予制度の場合)、50歳未満の本人と配偶者(が次の要件のいずれかに該当する方)

▼**要件**

○前年所得が一定基準以下  
【対象となる所得の目安】

全額免除、納付猶予：(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円  
4分の3免除：78万円+(扶養親族等の数×38万円)  
半額免除：118万円+(扶養親族等の数×38万円)  
4分の1免除：158万円+(扶養親族等の数×38万円)

※38万円(基礎控除額)の読み替え  
次の扶養親族については、38万円(基礎控除額)を各々の額に読み替えて計算します。  
老人控除対象配偶者・老人扶養親族(70歳以上)≒48万円  
特定扶養親族(19歳以上23

歳未満)≒63万円

控除対象扶養親族(16歳以上19歳未満≒63万円)

※所得の種類や控除額などによって、免除に該当しない場合もありますので、ご了承ください。

○災害または失業・倒産・事業の廃止があった場合  
その事由が発生した前月から、事由が発生した年の翌々年の6月までの期間(申請月から2年1カ月前までの期間に限りません)

○地方税法に定める障害者または寡婦であって、前年所得が125万円以下  
○本人またはその世帯の人が、生活保護法による生活扶助以外の扶助を受けている。

○申請者本人が特別障害給付金を受けている。

▼**申請に必要なもの**

- マイナンバーまたは基礎年金番号が分かるもの
- 印鑑
- 失業等の方：「雇用保険被保険者離職票」や「雇用保険受給資格者証」などの写し、り災証明書、上記に準ずる公的機関の証明書等
- ▼**窓口** 市民課市民係または

各振興局市民福祉課

▼**所得申告** 免除の判定は所得で審査します。必ず所得申告をしてください。

▼**免除承認期間** 7月1日(水)～2021年6月30日(水)

▼**その他** 申請月の2年1カ月前の月分にさかのぼって免除申請をすることができません。失業など保険料を納付することが経済的に困難で、未納期間のある方は、早めに申請してください。

※問合せ先は次ページ「年金事務所から」を確認してください。

**新型コロナウイルス感染症**の影響により、2020年2月以降に収入源となる業務の喪失や売上減少などにより収入が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料免除の手続きが可能となりました。日本年金機構ホームページを確認してください。  
(<https://www.nenkin.go.jp>)

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

## 豊岡年金事務所から

年金相談窓口の受付時間を次のとおり延長します(予定)。お越しの際には、マイナンバーまたは基礎年金番号の分かるものと、本人確認ができる運転免許証などを持参してください。代理者のときは、対象者の年金手帳など基礎年金番号の分かるもの他に、委任状と代理者の本人確認できる運転免許証などが必要になります。

- 7月11日(土)午前9時30分～午後4時
- 7月6、13、20、27日(月)午前8時30分～午後7時
- 相談・手続きの際は予約の上、来訪してください。
- ねんきんダイヤル(受給に関する相談) ☎0570-051165
- 050で始まる電話の方 ☎03-6700-11165
- ねんきん加入者ダイヤル(国民年金保険料などの相談) ☎0570-003-004
- 7月11日(土)午前9時30分～午後4時
- 来訪相談のご予約受付専用 ☎0570-0514890
- 050で始まる電話の方 ☎03-6631-7521
- 年金個人情報サービス
- 日本年金機構ホームページアドレス  
<https://www.nenkin.go.jp/>
- 《問合せ》豊岡年金事務所 ☎22-0948
- 市民課 ☎21-9015 または各振興局市民福祉課

## 情報公開条例等運用状況

2019年度豊岡市情報公開条例および豊岡市個人情報保護条例の運用状況をお知らせします。

情報公開条例に基づく公開請求は158件あり、処理状況は公開が22件、部分公開が133件、文書不存在が2件、非公開が1件でした。また、個人情報保護条例に基づく公開請求は4件あり、処理状況は開示が1件、部分開示が3件でした。

### 《情報公開条例運用状況》 (単位：件)

部局	請求件数	請求に係る決定			
		公開	部分公開	不存在	非公開
市長部局	92	18	71	2	1
教育委員会部局	23	2	21	0	0
上下水道部局	43	2	41	0	0
その他の部局	0	0	0	0	0
合計	158	22	133	2	1

### 《個人情報保護条例運用状況》 (単位：件)

部局	請求件数	請求に係る決定			
		公開	部分公開	不存在	非公開
市長部局	3	1	2	0	0
教育委員会部局	0	0	0	0	0
上下水道部局	0	0	0	0	0
その他の部局	1	0	1	0	0
合計	4	1	3	0	0

《問合せ》総務課 ☎23-1116



### 第5回 レジ袋の有料化

7月から、全小売店でプラスチック製レジ袋の有料化が始まります。目的は、国民にプラスチックごみを削減する気持ちを高めてもらうこと。「店側が利益を得たい」わけではありません。

多くのプラスチック製品の原料は、遠い国から輸入する化石資源。運搬・製造・焼却あらゆる面でCO<sub>2</sub>(二酸化炭素)を排出します。レジ袋の大量消費は、資源の浪費だけでなく地球温暖化にもつながります。

地球温暖化を防止するため、身近な環境問題と家庭でできるエコ活動を紹介します。

《問合せ》コウノトリ共生課 ☎21-9017

### マイバッグを持って 街に出よう。



レジ袋削減にご協力ください

日本は大量消費社会。レジ袋については大型スーパーだけでも一人当たり年間300枚消費しています。この数字は世界第2位で、ドイツの約10倍も使っているそうです。日本の対策や国民意識は、提

供禁止の流れが加速する世界とはまだまだ差があります。まずは、お気に入りのマイバッグを。環境と財布にやさしいお買い物にしましょう。

(文 暮らしのエコをすすめる但馬の会)

## 地域みんなで子育て応援

ファミサポって？  
詳しくはこちら

# ファミサポ「おねがい」会員募集！



地域の中で助け合いながら子育てをする会員組織・豊岡市ファミリーサポートセンター(ファミサポ)の「おねがい会員(子育てを応援してほしい人)」を募集しています。

**対** 本市在住で生後6カ月～小学6年生の子どもを持つ保護者

**申** 入会申込書に必要事項を記入し、顔写真(縦4cm×横3.5cm)2枚を添付の上**問**に提出

※申込書、パンフレットは、こども育成課、各振興局地域振興課にあります。

▽登録時には、アドバイザーから30分程度説明があります。

▽会員証は即日交付しますが、時間がかかる場合があります。

▽アドバイザー不在時は登録ができません。必ず事前に電話で確認の上、来庁してください。

《各振興局でも出張登録日を設けます》

場所	登録日時
城崎振興局地域振興課	7月7日(火)
但東振興局地域振興課	7月9日(木)
日高振興局地域振興課	7月14日(火)
出石振興局地域振興課	7月16日(木)
竹野振興局地域振興課	7月21日(火)

※時間は、午前10時から午後2時の間です。

※必ず前日までに予約をしてください。予約のない登録日は実施しません。

**問** 豊岡市ファミリーサポートセンター(こども育成課内) ☎29-0053

## スマホで広報



マチを好きになるアプリ

「マチイロ」で検索し、アプリをダウンロード



※プラットフォーム開発元の株ホープの基準で広告が掲載されますが、豊岡市とは関係ありません。

## 7月は「河川愛護月間」です

円山流域では、住民や各種団体による自主的な清掃活動が積極的に行われています。

一方で不法投棄、空き缶や家庭ごみのポイ捨てなどが後を絶ちません。

“円山川はみんなの共有財産”を合言葉に、一人一人が川を守る意識や関心を高め、川を汚す心ない行為を一掃しましょう。

**問** 円山川を美しくする協議会

(国土交通省・豊岡河川国道事務所内 ☎22-3126)



2~3

お知らせ



# くらしの情報



4~7

市政ニュース

## 施設イベント

城崎国際アートセンター 城崎町湯島 ☎32-3888 F 32-3898 M info@kiac.jp ◆休館=火

行事名/内容	日時	備考
<b>森下真樹×碓井俊樹</b> <b>「ベートーヴェン交響曲第5番『運命』全楽章を踊る」</b> アートセンター滞在アーティストで振付家・ダンサーの森下真樹と、おんぷの祭典・音楽監督でピアニストの碓井俊樹による、ダンス×音楽の舞台公演。2020年がベートーヴェンの生誕250周年となることを記念し、城崎国際アートセンターと、おんぷの祭典のコラボレーションが実現 俳優・ダンサーの森山未来や、恋ダンスやPerfumeライブの振付で有名なMIKIKOらが振付を担当し、ひとりのダンサー森下の身体を通して、各楽章それぞれが違った表情をみせます	<b>7/26</b> ⑩ 14:00~	¥ 一般1,000円、高校生以下無料 ※未就学児入場不可、障害者手帳をお持ちの方半額 ◆チケット=城崎国際アートセンター、市民会館、豊岡市民プラザ、城崎・竹野・日高・弘道・合橋地区コミュニティセンター、図書館、図書館但東分館、市役所生涯学習課(7/1⑩より発売) 申 ①イベント名②代表者氏名③券種④人数⑤連絡先を電話 ◆一時保育=7/17⑩までに電話
<b>振子びじん、三枝愛、島貫泰介『アンティゴネー(仮)』成果発表</b> 振子びじん(ダンサー)、三枝愛(美術作家)、島貫泰介(ライター・編集長)による現代の「土地」と「弔い」について考察する作品の成果発表	<b>8/9</b> ⑩ 14:00~	申 ①イベント名②氏名③人数④連絡先を連絡 ◆一時保育=7/31⑩までに電話

8~20

豊岡 クローズアップ

21~25

くらしの情報

26~27

保健行事

豊岡市民プラザ 大手町 ☎24-3000 F 24-3004 M info@platz-npo.com ◆休館=火

行事名/内容	日時	備考
<b>平和を願う朗読劇・豊岡2020『祈り-1945』</b> ヒロシマ・ナガサキの原爆被災の記録から、手記や詩歌を構成したオリジナル台本で上演する朗読劇。市民の上演実行委員会が制作から上演までを行います 長崎原爆被災写真パネル展同時開催 7月19日⑩~8月23日⑩	<b>8/8</b> ⑩ 14:00~	¥ 一般500円(当日200円増)、高校生以下無料
<b>こども劇場~こどもからおとなまで~</b> 人形劇団クラルテによる、子どもから大人まで楽しめる人形劇『トクントクン-いのちの旅-』の上演。地球上の生き物の38億年の歴史の「旅」。お母さんのお腹の中の10カ月の「旅」。二つの「いのちの旅」が描かれます	<b>8/29</b> ⑩ 10:30~	¥ 子ども300円、大人500円、親子700円

28~29

図書館 つどいの広場

30~31

主な行事

催し

市立美術館から

羽尻利門絵本原画展

日 8月1日(土)～9月27日(日) 午前9時30分～午後5時※入館は午後4時30分まで 内但東町出身で、日本の風景や表情豊かな子どもたちを描く絵本作家・羽尻利門さんの原画展。本展では、夏の一日を描いた絵本『夏がきた』や、新作絵本の原画など50点以上を展示 ¥一般600円、大学生・高校生400円、小・中学生200円(障害者手帳の提示で半額、小・中学生はココロンカード提示で無料)

絵本づくりワークショップ

日 8月22日(土)午前9時30分～11時30分 内出石町の昔話を基に、オリジナル絵本を作る ◆講師 羽尻利門さん(対5歳) 中学3年生 定20人 ¥200円 申7月3日(金)から(木)に電話※学習交流室

ギャラリートーク

日 8月22日(土)午後1時～2時 30分 内羽尻利門さんが絵本に込める想いや制作の裏側を解説 ¥無料(別途入館料要)

羽尻利門作画絵本読み聞かせ会

日 ①8月2日(日) ②29日(土) ③9月12日(土)各回午前10時30分 所 ①美術館 ②図書館本館 ③合橋地区コミュニティセンター・研修室 内図書館スタッフによる羽尻利門さんの絵本読み聞かせ ¥無料(①のみ別途入館料要) 【共通事項】 所 岡市立美術館「伊藤清永記念館」 ☎52-5456

コウノトリ文化館から

コウノトリ自然観察会

日 7月12日(日)午前9時30分 内コウノトリとトンボの観察 ¥300円 申 当日までに(木)に電話

たんぼの学校

日 7月19日(日)午前9時30分 内小川の生きもの探し ¥100円

植物観察会

日 7月26日(日)午前9時30分 内夏の植物を観察 ¥300円 申 当日までに(木)に電話

ガイドウォーク

日 毎週(土)午前10時30分～ 内コウノトリの郷公園内徒歩ガイド 【共通事項】 所 岡コウノトリ文化館 ☎23-7750

(表紙写真)

城崎温泉開湯1300年

城崎温泉は2020年に開湯1300年を迎えます。奈良時代の717年、城崎を訪れた僧侶、道智上人が難病に苦しむ人々を救いたいとお経を唱え続け千日。720年に温泉が湧きだしました。これが城崎温泉の始まりといわれています。その後、道智上人は温泉寺を開き、城崎を見守り続けたということです。



えのくあそび

日 7月30日(水)午前10時15分～11時(雨天中止は8時30分ごろ決定・連絡) 所 わくわくの森(スマイリーハウス保育園横) 内 絵の具を手足や身体につけたり大きな紙に自由にペインティングなど 対 1～3歳の子どもと保護者 定 10組 申 7月7日(火)～22日(水)に(木)に電話 岡スマイリーハウス保育園 ☎26-1888

但馬地域都市計画区域マスタープラン

◆説明会 日 7月10日(金)午後7時～8時 所 本庁舎2階大会議室 内 都市計画区域の整備、開発および

保全の方針(都市計画区域マスタープラン)他(口述申出の手続方法を含む公聴会の詳細は、県HP等でお知らせします)

◆見直し案の閲覧

日 7月1日(水)～8月3日(月) 午前9時～午後5時(土)(日)(祝除く) 所 本庁舎5階都市整備課 および兵庫県都市計画課 申 岡兵庫県都市計画課 ☎078-362-3578

募集

但馬ハイスクールアートフェスティバル出場者

日 11月7日(土)展示部門…午前11時～マステージ部門…午後1時～ 所 豊岡市民プラザほつ

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

とステージ内但馬の高校文化部によるステージ発表と作品展示**対**但馬地域の高校文化部  
**申**9月10日(木)までに豊岡市民プラザにある所定の用紙を**問**に提出**問**豊岡市民プラザ ☎2413000

### 子ども写生会参加者

**日**7月26日(日)午前9時～午後3時**内**出石城下の歴史遺産に

### 夏の里山で遊ぼう参加者

**日**8月2日(日)午前9時30分～午後1時※雨天中止**所**市

## おめでとーうございます

(敬称略)

令和2年度みどりの日  
自然環境功労者環境大臣表彰

■保全活動部門  
▽出石ミズアオイの会

一般財団法人全国危険物  
安全協会理事長表彰

### ■個人表彰

▽吉田宗一郎(津居山)

兵庫県知事表彰

■優良危険物事業所表彰

▽パナソニック株式会社  
バイスソリューション事  
業部(出石町田多地)

公益財団法人兵庫県危険  
物安全協会代表理事表彰

■優良危険物事業所表彰  
▽幸岡石油株式会社豊岡駅前給油所(若松町)

▽東海バネ工業株式会社(神  
美台)

■優良危険物取扱者表彰

▽中野浩伸(日高町岩中)

▽山本禮子(出石町寺町)

近畿都市選挙管理委員会  
連合会表彰

▽川上康則(日高町岩中)

触れながら自然を描く**対**市内の5歳児、小・中学生(親子で参加可)定70人¥3000円(材料費・保険料含む)**申**7月3日(金)～13日(月)に**問**に電話**所**市立美術館「伊藤清永記念館」☎5215456

6079

### 正規保育士保育教諭

◆勤務地Ⅱ出石愛育園・おさ  
かおのこども園**定**3人**対**保育  
士資格と幼稚園教諭免許を有  
する方(見込可)◆採用予定日  
Ⅱ2021年4月1日◆**試**  
**験**日Ⅱ8月23日(日)8月17  
日(月)までに履歴書(新卒者は  
卒業見込み証明書)を**問**に提  
出**問**出石愛育園(〒668-1  
0221、出石町町分559  
-1) ☎5212137

### 令和2年度 柳まつり行事について

8月1・2日の両日開催予定の令和2年度柳まつりは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、例大祭を除く行事を中止することになりました。申し訳ございませんが、ご理解をお願いします。  
◆8月1日(土) 柳の宮例大祭を除く行事を中止する。  
◆8月2日(日) 行事を中止する。

**問**柳まつり実行委員会 ☎22-4456

2~3 お知らせ

4~7 市政ニュース

8~20 クローズアップ  
豊岡

21~25

くらしの情報

26~27

保健行事

28~29

つどいの広場・  
図書館

30~31

主な相談・  
主な行事

自衛官等募集

種目	対象	受付期間	試験日
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	7月1日(水)～ 9月10日(木)	9月18日(金)～ 20日(日)のうち1日
自衛官候補生		随時	受付時にお知らせ
航空学生	海 高卒(見込み含む) 23歳未満の方	7月1日(水)～ 9月10日(木)	9月22日(火)(祝)
	空 高卒(見込み含む) 21歳未満の方		

問 自衛隊兵庫地方協力本部豊岡出張所 ☎22-3978

相談

日曜納税相談

日 7月5日(日)午前10時～午後3時  
所 本庁舎1階(税務課収  
税係) 内 納税(市税)の悩みを  
相談 問 税務課 ☎23-11118

ひきこもり相談

日 7月8日(水)午後1時30分～  
4時30分 ※1人50分程度 所 立  
野庁舎 内 ひきこもりに関する  
相談 ◆相談Ⅱ心理カウンセラ  
ー・山本正美さん 対 本人や家  
族など 他 申込み必要。個人の  
秘密は厳守 申 問 健康増進課 ☎  
22-7700(もしもし)電話  
健康相談)

司法書士による無料相談会

日 7月18日(土)午後1時～4時  
所 豊岡市民プラザ市民活動室  
A 内 相続・登記・多重債務・  
消費者問題・成年後見などの  
相談 申 2日前の午後5時まで  
に 問 に電話 問 兵庫県司法書士  
会 但馬支部 ☎23-8011

土地家屋調査士による  
無料相談会

日 7月18日(土)午後1時30分～

4時 所 豊岡市民プラザ練習室  
A 内 土地建物登記・土地境界  
に関する相談 申 前日の午後5  
時までに 問 に電話 問 兵庫県土  
地家屋調査士会 但馬支部 ☎23  
-13860

行政書士による無料相談会

日 7月18日(土)午後1時30分～  
4時 所 じばさん 但馬第1交流  
センター 内 遺言・相続の相談  
他 予約不要 問 兵庫県行政書士  
会 但馬支部 ☎079-662  
-13126

その他

インターネット公売

対 20歳以上の方であれば原則  
誰でも ※公売保証金の納付が  
必要(公売保証金不要物件を  
除く) ◆公売方法Ⅱインター  
ネットでの競り売り ◆参加申  
込期間Ⅱ7月3日(金)午後1時  
～20日(月)午後11時 ◆競り売り  
期間Ⅱ7月28日(火)午後1時～  
30日(木)午後11時 ◆代金納付期  
限Ⅱ8月7日(金)午後3時 ◆公  
売物件Ⅱ工具など16点(予定)  
申 インターネットから参加  
(7月3日(金)公開予定) 他 下見  
を希望する方は、問合せ。次



当たってにっこり  
地元もほっこり

サマージャンボ宝くじの売上金の約4割は、県内市町の  
住み良いまちづくりに活用されています。売上金は、  
各都道府県の販売実績等に応じて交付されますので、ぜ  
ひ、県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

◆販売=7月14日(火)～8月14日(金)

問 兵庫県市町村振興協会 ☎078-322-1151

のサイトで公売情報を提供▼  
市ホームページ▽ヤフー(株)官  
公庁オークション 問 税務課 ☎  
23-11118

駅前駐車場の放置自転車を  
撤去し保管しています。

駅前駐輪場(豊岡駅、竹野  
駅、城崎温泉駅、江原駅、国  
府駅)に放置されたと思われ  
る自転車をそれぞれの駅駐輪  
場に仮置きしています。期  
限までに申し出のない場合

## 7月は「社会を明るくする運動」の 強調月間です

犯罪や非行のない地域社会を築くための法務省による全国的な運動で、ポスター掲示等による広報啓発活動や作文コンテストなどが行われます。

市内でも、7月1日から、豊岡保護区保護司会、豊岡地区更生保護女性会による啓発運動が行われます。

☎社会福祉課 ☎24-7032

は、条例に基づき処分することになります。心当たりのある方は現地で確認の上、11月30日(月)までに☎に連絡してください。☎都市整備課 ☎23-17712または、城崎・竹野・日高振興局地域振興課

### 特定医療受給者証を お持ちの方へ

☎内新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、医療機関や健康福祉事務所の混雑を避ける

ため2020年度の更新手続きは不要です▽有効期限が21年10月31日に延長された新たな受給者証は、県疾病対策課から各受給者へ送付されます▽新たな受給者証が届いたら、現在お持ちの受給者証は破棄してください☎対県が発行する10月31日まで有効の指定難病・小児慢性特定疾病医療費受給者証をお持ちの方☎新たな受給者証が届かない場合は必ず☎に連絡してください▽受給者証の内容に変更があれば、変更申請が必要です(郵送申請も可能)☎豊岡健康福祉事務所 ☎26-13662

### 児童扶養手当を 振り込みます

☎内 5・6月分手当 ◆振込日 7月15日(水) ☎社会福祉課 ☎24-7031

2020年度「すこやか市民健診」2次募集中止

☎内 新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、すこやか市民健診を縮小して実施します。それに伴い、例年実施していた2次募集は中止します。☎健康増進課 ☎24-11127

### 但馬水産事務所移転の お知らせ

◆移転日 7月6日(月) ◆移転先 ☎〒669-1654 1、香美町香住区境1126-5 (但馬水産技術センター用地) ☎内) 但馬水産事務所 ☎36-1153

### 健康情報テレホンサービス

☎0120-979-451 通話料無料

### 7月のテーマ

曜日	内容
月	不妊でお悩みの方へ
火	アンチドーピングについて
水	熱中症とスポーツ
木	パーキンソン病
金～日	鍼灸・マッサージの保険診療の範囲

※23～26日は☎のテーマを放送 ☎内) 兵庫県保険医協会 ☎078-1393-1840

### 公立豊岡病院地域連携 小児休日救急診療日程

月日	担当医師・住所
7月5日	よしだ しんさく 吉田真策 (養父市八鹿町)
7月19日	あかまつ りょう 赤松 亮 (九日市下町)

※診療時間は、午前9時～午後5時

☎所) 公立豊岡病院 ☎他) 1歳以上の小児で、緊急性のない自己都合などと判断された場合は、時間外診察料金3300円の負担あり ☎公立豊岡病院救急受付 ☎22-6111

### 7月の納税

- ・固定資産税 第2期
  - ・国民健康保険税(普通徴収) 第1期
- 納期限 7月31日(金)

納税は便利な口座振替を利用してください。

☎内) 税務課収税係 ☎23-1118または各振興局市民福祉課

1才のすくすく広場 所豊岡市保健センター

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容等
全域	20	木	13:00~13:15	2019年7月生	持 母子手帳、歯ブラシ、質問票 内 幼児食の話、試食、歯みがきの話、栄養相談(希望者)、歯科相談(希望者)※計測は実施しません。

保健師  
定期駐在日  
ご案内

(時間8:30~17:15)

城崎振興局	毎週 火曜日
竹野振興局	毎週 木曜日
日高振興局	毎週 木曜日
出石振興局	毎週 木曜日
但東振興局	毎週 木曜日

※8月のにここに教室はありません。

※会場が記載されていない保健行事は、下記の各地域のセンターで開催します。なお、別の会場で受診を希望する場合は、事前に健康増進課まで連絡してください。

教室等	地域	豊岡	城崎	竹野	日高	出石	但東
乳幼児健康診 査	4か月児健康診査 7か月児健康診査 1歳6か月児健康診査 3歳児健康診査	豊岡市保健センター (立野町12-12)			日高健康福祉 センター (日高町祢布 891-2)	出石健康福祉 センター (出石町福住 1302)	

保健師による健康相談を行います。乳幼児から高齢者まで誰でも、気軽に相談してください。※相談は、事前に健康増進課に連絡してください。

献 血

地域	日	曜日	受付時間	会 場
豊岡	20	木	9:00~11:30 12:45~15:30	本庁舎
日高	19	水	9:30~11:30	八代地区コミュニティセンター
			13:30~15:30	国府地区コミュニティセンター
但東	27	木	10:00~11:45	三方地区コミュニティセンター
			13:00~15:30	
但東	23	日	8:30~12:00	但東中学校(但東消防団)
			13:00~15:00	

個別運動相談

会 場	日	時間
ウェルストーク豊岡	2日(日)	10:00~20:00(受付:19:00まで) 1時間程度

内 ボディースキャン、体力測定、個別運動指導  
対 20歳以上の市民 ¥無料  
申 ウェルストーク豊岡 ☎24-0582 ※要予約

健診結果相談会

日	曜日	時間	場所
28	金	9:00~11:30	立野庁舎1階多目的ホール

申健康増進課☎24-1127 ※要予約

休日急病診療所 (立野町12-12)

診 療 日	受付時間	診療科目	電 話
2日(日)、9日(日)、10日(月・祝)、16日(日)、23日(日)、30日(日)	①9:00~11:30 ②13:00~16:30	内科・小児科	23-9219

※診療状況により、受付時間を繰り上げて終了する場合があります。

相 談

名 称	曜 日	相談時間	電 話
もしもし電話健康相談	平日	9:00~17:00	22-7700
但馬地域 小児救急医療電話相談	毎日	19:00~22:00	22-9988
兵庫県 子ども医療電話相談	平日・土	18:00~翌日8:00	・プッシュ回線、携帯 #8000 ・ダイヤル回線、IP電話 078-304-8899
	日・祝日	8:00~翌日8:00	

## 母と子の健康

### 4か月児健康診査

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容等
豊岡 城崎 竹野	21	金	13:00~13:15	2020年4月1~7日生	持 母子手帳、バスタオル、健康診査アンケート 内 身体計測、内科診察、育児相談、離乳食相談
			14:00~14:15	2020年4月8~21日生	
日高	5	水	13:10~13:30	2020年3月2日~4月5日生	
出石 但東	18	火	13:00~13:15	2020年3月22日~4月18日生	

### 7か月児健康診査

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容等
豊岡 城崎 竹野	17	月	13:10~13:25	2019年12月22~31日生	持 母子手帳、バスタオル、ハンカチ、健康診査アンケート 内 身体計測、内科診察、育児相談、離乳食の試食・相談、歯科相談、ブックスタート(絵本の読み聞かせ)
			14:00~14:15	2020年1月1~10日生	
日高	5	水	14:15~14:30	2019年12月2日~20年1月5日生	
出石 但東	18	火	13:00~13:15	2019年12月22日~20年1月18日生	

### 1歳6か月児健康診査

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容等
豊岡 城崎 竹野	4	火	13:00~13:15	2019年1月7~14日生	持 母子手帳、バスタオル、健康診査アンケート 内 身体計測、内科診察、歯科診察、育児相談、歯科相談など
			13:50~14:10	2019年1月15~25日生	
			13:00~13:15	2019年1月26日~2月16日生	
			13:50~14:10	2019年2月17~23日生	

※8月の日高会場、出石会場での1歳6か月児健診はありません。

### 3歳児健康診査

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容等
豊岡 城崎 竹野	18	火	13:00~13:15	2017年4月27日~5月5日生	持 母子手帳、バスタオル、視聴覚アンケート、尿、健康診査アンケート 内 身体計測、内科診察、歯科診察、尿検査、育児相談、歯科相談、栄養相談など
			13:50~14:10	2017年5月6~14日生	
日高	19	水	12:45~13:05	2017年3月21日~4月20日生	
			13:15~13:30	2017年4月21日~5月10日生	
			13:50~14:10	2017年5月11~20日生	

※8月の出石会場での3歳児健診はありません。

### 母子手帳交付日 所豊岡市保健センター

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容等
全域	7	金	9:00~11:00	妊娠届を提出する方	持 妊娠届出書、印鑑、妊婦健診領収書、振込先口座の分かるもの、次の①②のいずれか①個人番号カード②個人番号通知カードと妊婦の本人確認ができるもの(運転免許証、パスポートなど) 内 母子手帳交付、保健師・栄養士・歯科衛生士の相談、妊婦健診・妊婦歯科健診助成の手続きなど
	21				

※上記の日程に都合のつかない方は、母子健康手帳の交付、各助成の手続き、保健相談のみ、健康増進課窓口で対応します。各振興局では、保健師の駐在日に限り、窓口交付が可能です。必ず前日までに予約してください。予約は、電話または市ホームページ「2020年度母子健康手帳交付」内の「予約フォーム」でできます。

予約がなくても母子手帳交付はできますが、当日の受付は来庁者順に行いますので、混雑している場合はお待ちいただくことがあります。

◆窓口予約受付時間 平日午前8時30分~午後5時15分

市ホームページ内のページ番号

1007111

検索



市ホームページ

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

# つどいの広場(7月)

豊岡市内の6カ所の子育てセンターでは、子育て中の保護者を応援するためのいろいろな活動を行っています。地域以外の方も参加できます。子育てセンターが休業している場合、以下の活動は実施しません。

子育て総合センター  
☎24-4604  
火曜日休館

## そとあそび広場

☎2日(☎)午前10時15分～11時30分  
☎8日(☎)午後1時30分～3時  
所しはっこ広場内  
戸外での遊び、遊具での遊び、子育て相談&子育て情報提供

## ほっとたいむ

☎6日(☎)午前11時～内唱歌や童謡を歌う

## みずあそび広場

☎13日(☎)・20日(☎)・29日(☎)・31日(☎)  
午前10時15分～11時30分  
☎27日(☎)午後1時30分～3時  
所しはっこ広場内  
水遊び(手作り金魚すくい、バチャバチャ遊び他)定10組  
維持水着、ビーチサンダル、帽子、着替え、バスタオル、お茶※保護者も水遊び可能な服装で参加  
☎前日まで他雨天、悪天候の場合は中止

## なかよし広場

☎15日(☎)午前9時45分～11時15分  
所子育て学習室内  
自由遊び、親子遊び、計測、子育て相談、読み聞かせ他

## ◆スタッフII保健師、栄養士、看護師(助産師)、保育士、図書館司書、図書館児童ボランティア

対3歳ぐら  
いまでの乳幼児と保護者、妊婦定20組申6日(☎)

## おやこふれあいたいむ

☎16日(☎)午前10時30分～内紙芝居やいろいろな遊び

## 7月の子育て&親育ち講座

☎17日(☎)午後1時30分～3時30分  
所豊岡市民プラザ市民活動室内  
子育てと家事対子育て中の保護者定10人  
◆一時保育II10人申8日(☎)

## おやこっこ運動遊び

☎22日(☎)午後1時30分～3時  
所子育て学習室、しはっこ広場  
対2歳以上の幼児と保護者内親子運動遊び◆講師II運動遊び指導員持親子とも濡れてもよい服装、お

茶、帽子、タオル申13日(☎)

## 城崎子育てセンター

☎32-4666  
日・月曜日、祝日休館

## そとあそび広場

☎10日(☎)午前10時～11時  
所城崎スポーツ広場(浄化センター屋上)内  
水遊び(水鉄砲、魚すくい、的当て)持濡れてもよい履物と服、着替え、帽子、タオル、お茶  
他悪天候の場合は中止

## リズムで遊ぼう!!パン★パン

☎14日(☎)午前10時30分～11時30分  
所筒太鼓、カステネット、即時反応対2歳以上の幼児と保護者定10組申6月18日(☎)

## パパと遊ぼうデー「運動遊び」

☎28日(☎)午前10時30分～11時30分  
所親子運動遊び◆講師II運動遊び指導員対乳幼児とパパ※ママの参加大歓迎  
定10組申6月18日(☎)

## 竹野子育てセンター

☎47-2030  
月曜日、祝日休館

## ささ飾りを作ろう!

☎2日(☎)午前10時～11時30分  
所ささ飾り作り、読み聞

かせ、親子触れ合い遊び定10組※要申込み

## なかよし広場

☎8日(☎)午前10時～11時  
所保健師のミニ講話、計測対おむね1歳までの乳児と保護者、妊婦持母子手帳、バスタオル

## そとあそび広場

☎22日(☎)午前10時30分～11時30分  
所たけの子育て赤生広場内  
固定遊具で遊ぶ、シヤボン玉遊び他持帽子、お茶他

## 日高子育てセンター

☎42-4610  
月・第1土・第1以外の日曜日、祝日休館

## パパと遊ぼうデー

☎5日(☎)午前10時30分～11時30分  
所親子3B体操◆講師II日本3B体操協会・木村美保さん定20組申3日(☎)

## なかよし広場

☎14日(☎)午前10時～11時15分  
所子育てホール内  
簡単ベビーマッサージ、歯科衛生士ミニ講話「歯の健康について」、計測、個別相談対おむね1歳までの乳児と保護者、妊婦持バスタオル1枚

お楽しみ会「夏の広場」☎22日(☎)午前10時～11時  
所手作りおもちゃ制作、絵本の読み聞かせ、体操定15組申21日(☎)

## 出石子育てセンター

☎52-6188  
日・月曜日、祝日休館

## ベビーマッサージ

☎8日(☎)午前10時～11時  
所ベビーマッサージと赤ちゃんへのスキンシップの話、参加者交流◆講師IIベビーマッサージインストラクター・土生田尚子さん対おむね1歳までの乳児と保護者定10組申7日(☎)

## ミニ夏祭り

☎22日(☎)午前10時～11時  
所緑日コーナー遊び、おたのしみタイム他定10組申8日(☎)

## ベビ♡ハグたいむ

☎29日(☎)午前10時～10時30分  
所タオル遊び、参加者交流他対おむね1歳までの乳児と保護者定10組持フェイスタオル1枚申15日(☎)

## みずあそび広場

☎30日(☎)午前10時～11時  
所子育てセンター側庁舎入口付近内  
ビニールプールで水遊び、おもちゃの金魚すくい他定10組持着替え、タオル、お茶他荒天時はセンターで遊ぶ申16日(☎)

但東子育てセンター☎21-9079  
日・月曜日、祝日休館

## なかよし広場

☎17日(☎)午前10時～11時  
所保健師ミニ講話、相談、親子遊び、計測対2歳ぐらまでの乳幼児と保護者、妊婦定10組持母子手帳、バスタオル申8日(☎)

## そとあそび広場

☎22日(☎)午前10時30分～11時30分  
所但東子育てセンター外庭内  
水遊び、色遊び、おもちゃの金魚すくい、シヤボン玉持着替え、帽子、タオル、お茶他雨天時はセンターで遊ぶ

## ※申込みは先着順です。所のない事業・各子育てセンターで開催します。持のない事業・申込時に確認してください。

対のない事業・乳幼児と保護者が対象です。※各子育てセンターの最新情報はこちらから



※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。



本館 ☎23-6151 (京町5-28) 日高 ☎21-9060 (日高庁舎1階)  
 城崎 ☎21-9072 (城崎庁舎2階) 出石 ☎21-9010 (出石庁舎1階)  
 竹野 ☎21-9078 (竹野庁舎3階) 但東 ☎21-9036 (但東市民センター1階)

■開館時間 午前10時～午後6時 ※本館(金・土)午前10時～午後7時  
 ■ホームページから資料検索・予約、またメールでの問合せもできます。  
 H <https://lib.city.toyooka.lg.jp> M [toyolib@city.toyooka.lg.jp](mailto:toyolib@city.toyooka.lg.jp)

## 7月の行事予定

乳0~2歳 幼3~6歳 小小学生  
 中中学生 高校生 一般

日	曜日	時間	場所	行事名
1	水	10:00	出石	えほんのとびら(出石子育てセンター) 乳幼
		10:15	本館	いっしょにおはなし会 幼
		10:30	竹野	にじっこ絵本(竹野子育てセンター) 乳幼
		11:00	本館	おはなしのゆりかご 乳
2	木	10:30	但東	読み聞かせ研修会 一般
3	金			
4	土	10:30	竹野	テーマであそぼ!(工作:ちよきちよきクワガタ) 幼小
5	日			
6	月	10:30	日高	乳幼児版 絵本からのおくりもの 乳幼
7	火			休館日
8	水	10:15	本館	いっしょにおはなし会 幼
9	木	10:30	出石	おはなしを楽しむ会 一般
		10:30	但東	えほんはともだち(但東子育てセンター) 乳幼
10	金			
11	土	10:10	本館	土曜としょかん(工作:アイスやさん) 幼小
		10:30	城崎	おはなしランド(工作:ゆらゆらやじろべえ) 幼小
		13:30	日高	絵本からのおくりもの 幼小
12	日			
13	月	10:30	日高	乳幼児版 絵本からのおくりもの 乳幼
14	火			休館日
15	水	9:45	豊岡	おはなしのゆりかご(豊岡市民プラザ「なかよし広場」で開催) 乳
16	木	10:30	城崎	えほんといっしょ(城崎子育てセンター) 乳幼
		10:30	日高	絵本の読み聞かせの会(日高子育てセンター) 乳幼
17	金	10:30	本館	としょかん映画会「向日葵の丘」(2015年・139分) 一般
18	土	10:30	本館	おはなし会 幼小
		13:30	本館	としょかん映画会「向日葵の丘」(2015年・139分) 一般
		14:00	竹野	テーマであそぼ!(工作:ちよきちよきクワガタ) 幼小
19	日			
20	月	10:30	日高	乳幼児版 絵本からのおくりもの 乳幼
21	火			休館日
22	水	10:15	本館	いっしょにおはなし会 幼
		10:30	城崎	読み聞かせ研修会(絵本の森) 一般
23	木			休館日
24	金			休館日
25	土	10:10	本館	読み聞かせ勉強会 一般
		13:30	日高	絵本からのおくりもの 幼小
26	日	14:00	出石	出石としょかん・くらぶ 小
27	月	10:30	日高	乳幼児版 絵本からのおくりもの 乳幼
28	火			休館日
29	水	10:15	本館	いっしょにおはなし会 幼
30	木			
31	金			休館日(図書整理日)

## としょかん映画会

日 7月17日(金)午前10時30分~、18日(土)午後1時30分~

所 本館2階視聴覚・講演室

内 「向日葵の丘」(2015年・139分)

◆あらすじ=シナリオ・ライター  
 の多香子の元に、高校時代のクラスメートみどりから連絡が届く。「病気であと数カ月の命」との内容に驚いた多香子は、もう一人のクラスメート、エリカに相談する。

定18人

申~7月16日(土)

問 本館

## 職員お薦めの1冊

いつも通っている帰り道。だけど、あれ? こんな道あったっけ...?

但東町出身の羽尻利門が描く怪談絵本



「帰り道」

(2020年、新日本出版社)

たのしいおはなし  
わくわく・トライング(城崎)

花や野菜を使って染め物をしてみよう!

日 8月8日(土)午後1時30分~3時30分

所 城崎庁舎3階城崎地区コミュニティセンター

内 絵本の読み聞かせ、染め物体験

定15人

¥別途必要

申7月1日(水)~

申問 城崎分館またはコミュニティ城崎 ☎21-9071

※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

# 7月の主な相談

JULY

内 容	日・曜日	時 間	場 所	問 合 せ	電 話	
人 権 相 談	8日(水)	13:30~16:00	豊岡健康福祉センター	生涯学習課	23-0341	
	10日(金)		日高地区コミュニティセンター			
行 政 相 談	6日(月)	13:30~15:30	竹野庁舎	秘書広報課	21-9035	
	9日(木)		出石庁舎			
	10日(金)		但東健康福祉センター			
			城崎庁舎			
	11日(土)	10:00~11:30	豊岡健康福祉センター			
身 体 障 害 者 (聴覚障害者)相談	28日(火)	13:00~16:00	豊岡健康福祉センター	社会福祉課	24-7033	
身 体 障 害 者 (視覚障害者)相談	31日(金)	13:00~16:00	豊岡健康福祉センター			
知 的 障 害 者 相 談	14日(火)	9:00~11:00	立野庁舎			
精 神 保 健 福 祉 相 談	9日(木)	9:00~11:00	城崎庁舎			
	30日(木)		出石庁舎			
心 配 ご と 相 談	毎週月~金	8:30~17:30	各地域の健康福祉センター	豊岡市社会福祉協議会	本所・各支所	24-7311
結 婚 相 談	3日(金)	13:30~16:00	豊岡健康福祉センター	豊岡市社会福祉協議会	本所	23-2573
	17日(金)		日高健康福祉センター		日高支所	42-0100
	8日(水)				本所	23-2573
	22日(水)					
法 律 相 談 (予約受付6/24(水)8:30~) (先着8人・電話予約のみ)	7日(火)	13:00~16:00	豊岡健康福祉センター	豊岡市社会福祉協議会	本所	23-2573
不 登 校 相 談	毎週月~金	9:00~17:00	豊岡健康福祉センター		こども支援センター	24-8303
発 達 にかかわる相談						
子 育 て 家 庭 相 談						
農 家 相 談	6日(月)	13:30~16:00	市役所農業委員会	農業委員会事務局		21-9021
Uター ン 就 職 相 談	毎週月~金	8:30~17:15	市役所環境経済課	ジョブ・サポ豊岡(無料職業紹介所)		21-9008
も の づ くり 相 談	毎週月~金	8:30~17:15	市役所環境経済課	豊岡市ものづくり支援センター		21-9024
消 費 生 活 相 談	毎週月~金	9:00~16:00	市役所生活環境課	消費生活センター		21-9001
外 国 人 生 活 相 談 Advisory Service	毎週月~金	9:00~16:00	市役所秘書広報課	秘書広報課		21-9035
エイズ・肝炎検査	14日(火)	9:15~11:15	兵庫県豊岡総合庁舎 豊岡健康福祉事務所		豊岡健康福祉事務所 健康管理課	26-3660
	28日(火)					
こころのケア相談	9日(木)	13:30~16:30			豊岡健康福祉事務所 地域保健課	26-3672

※毎週の相談日は、祝日を除く

2020年5月31日現在(前月比) <b>豊岡市の人口</b> [住民基本台帳(日本人+外国人)]	合 計	男 性	女 性	世 帯 数
	80,329人(-60人)	38,743人(-5人)	41,586人(-55人)	33,358世帯(-16世帯)



※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

## 7月の主な行事

JULY

1 (水) えほんのとびら  
(10:00~10:30 出石子育てセンター)  
にじっこ絵本  
(10:30~11:00 竹野子育てセンター)

2 (木)

3 (金)

4 (土) 東井義雄教育塾「読書会」  
(10:00~11:30 東光寺)  
ミュージック☆バッグ2020  
(18:30~ 豊岡市民プラザ)

5 (日) パパと遊ぼうデー  
(10:30~11:30 日高子育てセンター)

6 (月) ほっとたいむ  
(11:00~11:15 子育て総合センター)

7 (火)

8 (水)

9 (木) えほんはともだち  
(10:30~11:00 但東子育てセンター)

10 (金)

11 (土)

12 (日) サロンde折り 朗読会  
(13:00~ 豊岡市民プラザ)

13 (月)

14 (火) 音楽あそび  
(10:00~11:00 竹野子育てセンター)

15 (水) 夏の交通事故防止運動(~24日 市内全域)

16 (木) おやこふれあいたいむ  
(10:30~11:00 子育て総合センター)  
えほんといっしょ  
(10:30~11:00 城崎子育てセンター)  
絵本の読み聞かせの会  
(10:30~11:00 日高子育てセンター)

17 (金) わらべうた遊び I  
(11:00~11:15 子育て総合センター)

18 (土)

19 (日)

20 (月)

21 (火) おたのしみ広場  
(10:30~11:00 城崎子育てセンター)

22 (水) そとあそび広場  
(10:30~11:30 但東子育てセンター)

23 (木) 海の日  
ウェルストーク豊岡海の日施設無料開放デー  
(9:00~21:00 ウェルストーク豊岡)  
とよおかアート縁日  
(11:00~16:00 豊岡市民プラザ)  
第30回プラザ寄席 ふれ愛亭  
(18:30~ 豊岡市民プラザ)

24 (金) スポーツの日

25 (土)

26 (日)

27 (月)

28 (火)

29 (水) ベビ♡ハグたいむ  
(10:00~10:30 出石子育てセンター)

30 (木) みずあそび広場  
(10:00~11:00 出石子育てセンター)  
竹野川湊プロジェクトマッピング  
(~8月15日 御用地館)

31 (金)

ひとりごと  
▼ 徐々に友人に会い駆け寄って来てくれた子どもの笑顔を見たとき、いつも以上にうれしく感じました。当たり前の日常、そりそりと取り戻していきたいです。◎



※掲載している情報は編集時点(6月15日)のもので、変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

広報とよおか 2020年7月号

# 「新しい生活様式」の実践例 新型コロナウイルスの感染拡大を予防する

## 一人一人の基本的感染対策

### ▼感染予防の3つの基本：①身体的距離の確保

#### ②マスクの着用③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m、最低1m空ける。
  - 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
  - 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
  - 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
  - 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
  - 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う。手指消毒薬の使用も可
- ※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

### ▼移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行は控えめに。出張はやむを得ない場合に
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

## 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「3密」の回避(密集、密接、密閉)
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱または風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養

## 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスは広々と
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

## 日常生活の各場面別の生活様式

### ▼買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

### ▼娯楽・スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

### ▼公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

### ▼食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやおちょこの回し飲みは避けて

### ▼冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

## 災害時の多様な避難方法

- 3密を避けるため、ご近所避難など指定緊急避難場所以外の安全な場所への早めの避難
- 避難判断にあたっては、防災マップを活用
- 指定緊急避難場所以外の避難先(例)＝安全な自宅、親戚、知人、ご近所宅など。安全な場所での車中泊(短期間)

### 市ホームページ

ページ番号：1009474  
<https://www.city.toyooka.lg.jp/kurashi/iryokenko/yobosesshu/1009474/index.html>



## 給付金の詐欺に注意

市や県、または国の職員が、次のようなお願いをすることは絶対にありません。

- △ 現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- △ 受給に当たり、手数料の振り込みを求めること
- △ メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること

《問合せ》豊岡市消費生活センター ☎21-9001

絶対に教えない! 渡さない!

- 暗証番号
- 口座番号
- マイナンバー
- 通帳
- キャッシュカード