

広報  
とよおか

2

Toyooka city  
Public Relations Magazine

2026  
No.369

はたちの翼、雪空へ舞う



表紙：1月11日、今年度20歳を迎える596人が市民会館に集まり「豊岡市はたちを祝う会」を開催しました。（詳細は市ホームページ）



# デジタルと対話でみんなの声を市政に 「シビックとよおか」と「ちいき※×エール」

市では「人と地域に寄り添う市政」の実現に向けて「デジタル」と「対話」それぞれの良さを活用しながら、市民の皆さん一人一人の声を、これまで以上に市政に生かす新たな取組みにチャレンジしています。※「ちいき」の部分は、開催する地域やテーマに応じて名称が変わります。

《問合せ》DX・行財政改革推進課 ☎ 21-9146

オンライン & オフライン で市民の皆さんの意見やアイデアを募集しています。

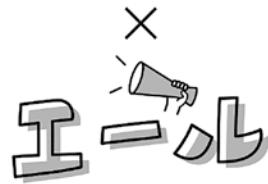
オンライン で手軽に幅広く参加



シビック  
とよおか

オフライン で対話、生の声を集める

ちいき



## ■ だれでも、いつでも投稿できる「シビックとよおか」

これまで、本市が市民の皆さんの意見を聴く仕組みには、パブリックコメント制度や審議会・委員会などがありましたが、事業に関心の高い方や、関係団体・地域の代表者などの意見が中心で、より広い意見聴取に課題もありました。

「シビックとよおか」は、スマホやパソコンから、市の課題や施策について意見を投稿したり、ほかの人の意見を読んだり、対話したりできるオンラインの場です。市が意見を募集する事業や施策へ、場所や時間にとらわれず、自分の考えを届けることができます。



## シビックとよおか まずはアカウントを作成しよう



### ステップ①

二次元コードを読み取り後※1ログインの表示をタップする  
※1: 二次元コードを読み取れない方は下記URLをブラウザに入力してください。  
URL: <https://toyooka-city.liqid.jp/>

### ステップ②

「はじめて利用する」をタップ、アカウント作成画面からLINEで新規登録、またはメールアドレスで新規登録をタップ



※本紙に掲載している情報は編集時点(1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、注意してください。

## シビックとよおかで実施中の意見募集

### 「市政経営方針」や「地方創生総合戦略」の策定に向けた意見募集

- 豊岡市に関すること(もの)で『惜しいな、もう少し頑張って良くしたいな、良くできるのにな』と思うこと(もの)はなんですか?
- 世界の人に知ってほしい『豊岡の良いところは?』
- 市役所が気づいていないだろう『豊岡の良いところは?』

### 「開庁時間の短縮の試行」についての意見募集

- あなたは開庁時間が短くなったことで、市役所での手続きやサービスの利用についてどのように感じましたか?
- あなたは市役所窓口の代わりに、代替サービスを利用されましたか?  
(コンビニ交付、オンライン申請など)

シビックとよおかに  
登録いただいた方へ  
オリジナル  
**LINEスタンプ**  
プレゼント中



## ■ 顔を合わせてみんなで話す「ちいき×エール」

「直接話して伝えたい」「デジタルは少し苦手」という方からの意見も大切にしたいとの考え方から、ワークショップ型の対話の場「ちいき×エール」による意見募集にも取り組みます。

「ちいき×エール」では、地域で活動する市民の皆さんや市職員がプレゼンターとなり、それぞれが感じている地域の課題を紹介します。参加者は、グループでの話し合いを通して、意見やアイデア、アドバイスを自由に出し合います。



ひだか×エール開催の様子(ワークショップとその結果の共有)

### 「ひだか×エール」を開催しました

2025年12月19日、初めての「ちいき×エール」を日高地域で開催しました。

行政プレゼンターは日高振興局地域振興課の川角洋祐主幹が務め、神鍋の観光の現状と課題をプレゼンし、ワークショップではにぎわいの拠点を目指す「道の駅 神鍋高原」の新たな活用アイデアを募集しました。

市民プレゼンターには民宿志ん屋オーナーの飯田勇太郎さんを招き、地球温暖化防止の取組みなどをプレゼンいただき、脱炭素のアクションを地域に広げるためのアイデアを募集しました。

多様な立場の25人の参加者から、ワークショップを通じて2つのテーマにそれぞれ70個を超えるアイデアが出され、行政と市民が一緒に「話し、考える」場となったとともに、現場での共創に向けた仲間づくりの第一歩にもなりました。

### ~お知らせ~

#### 「たんとう×エール」

日時 3月18日(水)  
午後7時～9時  
場所 但東庁舎  
大会議室

進行役は、**まつはら　じゅん**さん(地域おこし協力隊)。



参加申込みフォーム▲



松原 潤さん

## 竹野学園 前期課程児童プレ登校

2025年12月12日(金)に竹野学園校舎で、前期課程児童によるプレ登校を実施しました。前期課程の児童は、これまでと通学路が異なるため、通学路の確認も兼ねての登校になりました。また、校舎見学のあとには体育館で9学年そろっての交流会を行い、3学期からの新校舎への登校を前に交流を深めました。交流会後に6年生の男子児童は「新しい校舎で、他の学年と

これからもっと交流を深めたい」と話しました。

藤本久司教頭は「前期、後期の子どもたちは小学校の時に一緒に生活していたり、今年度は行事で一緒に過ごしたりしていたので、ともに生活することに対する不安は少ないと思います。子どもたちが新しい校舎に喜ぶ姿を見られたので、プレ登校を実施してよかったです」と振り返りました。



▲8年生から説明を受けながら新校舎の見学をする5年生の児童



◀市ホームページ

《問合せ》

教育施設課 ☎29-0040

## 林野火災注意報・林野火災警報の運用を開始

市では、1月1日から林野火災注意報・林野火災警報の運用を始めました。

2025年2月26日に岩手県大船渡市で発生した林野火災で、甚大な被害が発生したことを教訓に、林野火災予防のため、豊岡市火災予防条例の一部を改正しました。改正により、危険な気象状況になっ

た際に「林野火災注意報」を発令できるようになりました。加えて強風注意報が発表されるなど、林野火災の危険性が一層高まった場合は「林野火災警報」を発令し、防火指導の強化や火の使用制限を行います。

注意報や警報の発令時には、防災行政無線、消防本部

ホームページ、SNSなどを通じて、市民の皆さんへお知らせします。

《問合せ》

消防本部警防課 ☎24-8087



◀消防ホームページ

	発令条件	規制内容	罰則
林野火災注意報	①前3日間の合計降水量1mm以下かつ 前30日間の合計降水量が30mm以下 ②前3日間の合計降水量1mm以下かつ 乾燥注意報が発表	屋外での火の使用を控える (努力義務)	なし
林野火災警報	注意報のいずれかの要件に加え、強風注意報発表時	屋外での火の使用を制限・禁止	30万円以下の罰金または拘留 (消防法)

# 市政ニュース

～主な市政の動き～

【12月】

22日

- ・コウノトリ賞表彰式
- ・市政10大ニュース発表

23日

・第2回豊岡市観光自主財源検討委員会

【1月】

5日

・仕事始め式

11日

・はたちを祝う会



# 物価高騰による家計への負担を軽減

## プレミアム付商品券「PREMIUM豊岡2026」を販売

食料品価格等の物価高騰の影響を受ける市民や事業者の支援を行うため、市内のスーパー、コンビニなどで使用できる50%のプレミアム付商品券を販売します。詳細は決まり次第、広報紙や市ホームページでお知らせします。

《問合せ》環境経渉課 ☎23-4480

### ▶販売単位

1セット12,000円分(1,000円×12枚綴り)の商品券を8,000円で販売

### ▶購入上限

1人2セットまで

※子ども1人につき、購入上限を1セット追加

### ▶対象

▷ 基準日(2026年1月1日)に市の住民基本台帳に登録されている方

※子ども…高校3年生相当年齢以下(07年4月2日以降生まれ)の方が対象

## 物価高対応子育て応援手当を支給

物価高の影響が長期化し、特に影響を強く受けている子育て世帯を力強く支援するため、市内児童手当の受給者等に対し、一時金を支給します。詳細は決まり次第、広報紙や市ホームページなどでお知らせします。

《問合せ》国保・年金課 ☎21-9061

### ▶支給額

子ども1人につき20,000円

### ▶支給対象者

次のいずれかに該当する者

▷ 2025年9月分(※)の児童手当受給者

※2025年9月に出生した児童については10月分

▷ 2025年10月1日から26年3月31日までに出生した児童を養育する保護者

## 水道基本料金を2カ月分減額

物価高騰の影響を受ける市民の生活を支援するため、国の「物価高騰対策重点地方創生臨時交付金」を活用し、水道料金の基本料金を2カ月分減額します。

《問合せ》水道課 ☎22-5377



### ◆対象

豊岡市と給水契約がある一般家庭および事務所などで、口径13mm、20mmの水栓を利用している方

### ◆減額する金額

メーター口径	金額
13mm	2,112円(基本料金:1,056円×2カ月)
20mm	4,180円(基本料金:2,090円×2カ月)

### ◆減額期間

1月分から3月分までのうち、いずれかの2カ月分です。

※対象期間は、検針地域により異なります。

### ◆集合住宅(マンション・アパートなど)にお住まいの方へ

管理会社などが一括して豊岡市と給水契約をしている場合は、管理会社などへの請求金額が減額となります。

注: 口径13mm・20mmの親メーターを使用している場合のみ対象

管理会社などに水道料金を支払っている方は、直接管理会社などへ問い合わせてください。

管理会社の方は、入居者に請求している水道料金への配慮をお願いします。

### ◆その他

- 申請などは不要です。
- 水道料金の従量料金および下水道使用料は減額の対象外です。
- 詳細は、市ホームページで確認してください。



## 2026年度豊岡市すこやか市民健診受診項目一覧

項目	対象者 ※2027(令和9)年 4月1日時点	料金	内容
基本 健 診	【生活習慣病健診】 20~39歳	1,000円	<基本項目>身体計測、腹囲測定、尿検査、血圧測定、血液検査(脂質、糖、肝機能、腎機能、尿酸)、診察 【生活習慣病健診】 40~74歳の豊岡市国民健康保険加入者
	【特定健診】 75歳以上、後期高齢者医療保険加入者	無料	【特定健診】 基本項目(HbA1c除く)、貧血検査 【後期高齢者健診】 基本項目、心電図、眼底検査、貧血検査 【後期高齢者健診】 基本項目(腹囲除く)、必要な方に心電図、眼底検査、貧血検査 ※基本健診は2027(令和9)年3月31日現在の年齢
	生活保護受給者	申請により 無料	
がん 健 診	肺がん検診*	40歳以上	500円 胸部エックス線検査 ※妊娠中の方を除く
	胃がん検診*	40歳以上	1,600円 造影剤(バリウム)による胃透視検査 ※妊娠・授乳中の方を除く ※むせやすいなど心配のある方は医療機関での検査をおすすめします。
	大腸がん検診*	40歳以上	400円 便潜血反応検査(2日法) ※事前に容器を送付します
	前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円 血液検査 [前立腺特異抗原(PSA)検査]
	乳がん検診	40歳以上の偶数年齢・ 41歳の女性	1,500円 (41歳は無料) マンモグラフィ検査(乳房エックス線検査) ※妊娠・授乳中、卒乳後6カ月以内の方を除く ※女性技師が対応します
	子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,700円 (21歳は無料) 視診および細胞診 ※妊娠中の方を除く
	肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に受けたことがない方	800円 (41・46・51・56・61・66歳は無料) 血液検査 (B型・C型肝炎ウイルス検査)
腹部超音波検査	歯周病検診(午後のみ)	20~70歳の偶数年齢の方	500円 こうくう 口腔内診査(歯と歯ぐきの検査) ※総義歯の方は、歯科医院で相談してください
	後期高齢者歯科口腔検診(午後のみ)	76歳	無料 口腔内診査、口腔機能検査 (舌の動き、飲み込み等) ※総義歯の方の受診も可能です
腹部超音波検査	①40歳以上の偶数年齢の方	1,800円	腹部(肝臓・胆のう・すい臓・脾臓・腎臓)エコー検査
	②41歳以上の奇数年齢の方	3,300円	

\*肺がん・胃がん・大腸がん検診について  
40歳の方は保険の種別を問わず無料です。

41~69歳で検診当日に豊岡市国民健康保険に加入されている方は、2026年度に限り無料です。

※2027(令和9)年4月1日時点の年齢

# 2026年度豊岡市すこやか市民健診のお知らせ

《問合せ・申込先》健康増進課☎24-7034・24-1127

## 要申込

申込期間 1月23日(金)～2月19日(木)※当日消印有効

▶実施期間 5月～11月(約53日実施予定・土日あり)

▶会場 立野・城崎・但東庁舎および竹野・日高・出石健康福祉センター(集団検診)

▶対象者 健(検)診日当日に豊岡市民であること

▶申込方法 郵送された申込書を申込期間内に、返送または電話で申込み(完全予約制)  
申込者へ4月下旬に受診票を送付

※申込書送付の対象者は2025年12月7日時点で20～74歳の女性、40～74歳の男性、過去3年以内に本市が実施した基本健診、がん検診を受けたことがある方

※申込期間後の項目追加は不可

### 注意事項

・健康の維持や疾病の予防、早期発見に役立てるもので、診断・治療をする場ではありません。

症状のある場合は、健診を待たず早めに医療機関を受診してください。

・40～74歳の豊岡市国民健康保険以外の方は「すこやか市民健診」での特定健診は受診できません。加入されている健康保険者に問い合わせてください。

※生活保護受給者、非課税世帯(世帯全員が非課税)の方は、当日申請により無料で受診できます。ただし、一度支払った料金は返金できません。事前に申請書類が必要な方は、健康増進課、または各振興局市民福祉課で受け取ってください。

※奇数年齢で腹部超音波検査受診の場合、生活保護受給者・非課税世帯の方も有料(3,300円)です。

・一時保育(対象:生後8カ月～小学生以下)を実施しています。健診申込時に併せて申し込んでください。

・公立豊岡病院などで人間ドックも実施しています。詳細は広報とよおか3月号に掲載します。



市ホームページ▲

## 玄さん元気教室奨励金の見直しを行います

《問合せ》健康増進課☎21-9095

健康維持および健康増進ならびに地域とのつながりの強化を目的に、週1回程度玄さん元気教室を実施する行政区および地域コミュニティ組織(団体)を対象に、奨励金3万円を交付しています。筋トレによるさらなる健康増進効果を高めるため、交付基準をリニューアルします。

※制度変更に伴う経過措置として2026年度は、実施計画書の提出により従来通りの金額を交付します。

項目	現行	見直し後	
交付要件	週1回程度	2026年度	週1回基準(年間40回以上)
		2027年度以降	①週1回基準(年間40回以上) ②月2回(年間20回以上40回未満)
金額	30,000円	2026年度	30,000円
		2027年度以降	①週1回基準 30,000円 ②月2回 20,000円

新たに教室を開始する団体は問い合わせてください。

【申告受付期間】2月16日(月)～3月16日(月)

# 市県民税・所得税の申告はお早めに

## 市県民税申告、確定申告はパソコン・スマホで

令和7年分(令和7年1月1日から12月31日まで)所得の申告時期になりました。

申告の対象は、所得税、市県民税、国民健康保険税です。

所得の申告は、所得証明書の発行、介護保険料・後期高齢者医療保険料の算定、福祉医療(乳児医療等)の給付、保育所の入所や市営住宅入居の手続きなどにも必要です。申告がないと、これらに関係する諸証明の発行などができませんので、必ず期限内に申告をしてください。

可能な方はパソコン・スマホで申告してください。

《問合せ》 税務課 ☎21-9045

### 市県民税・国民健康保険税の申告

フローチャートで申告が必要か確かめてみましょう

#### 申告書と手引きは1月下旬に送付

昨年、市県民税申告書を提出し、今年も申告が必要な方には申告書を郵送します。

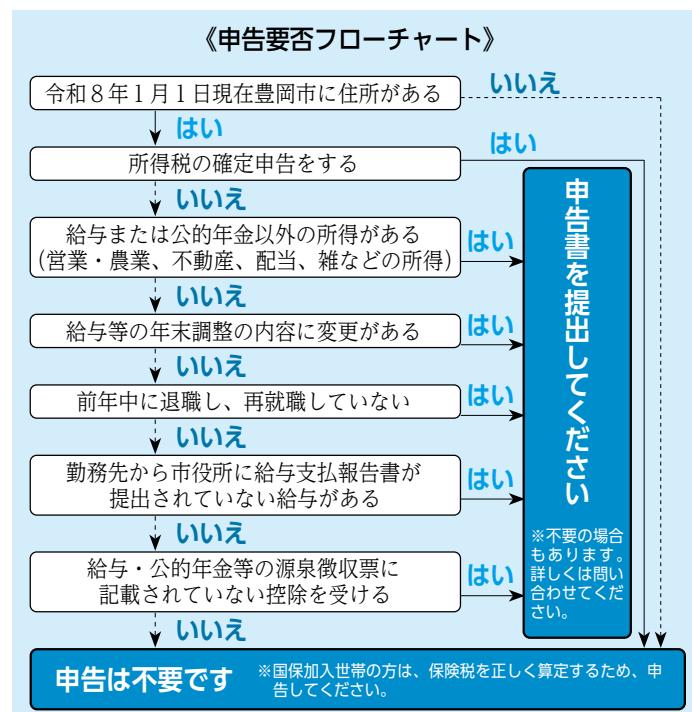
#### 市県民税の電子申告が可能

令和8年度分の市県民税の申告から、電子化が開始されます。

スマホやパソコンでマイナンバーカードを読み取り、eLTAX(地方税ポータルサイト)から申告できます。概要はeLTAX申告ページを確認してください。



eLTAX申告ページ▲



### 確定申告をする方へ

#### ふるさと納税・配当所得を申告する方

所得税の確定申告で配当所得や寄附金(ふるさと納税)控除の申告をする場合など、内容によって確定申告書第二表の「住民税・事業税に関する事項」の各種項目に必要事項を記載する必要があります。記載がない場合、市県民税において適用されませんので注意してください。

#### 給与・年金以外の所得を自分で 納付したい方

市県民税を特別徴収(給与から天引き)で納付する方で、給与・年金以外の所得分を普通徴収(自身で納付)で納付したい方は、確定申告書などへの記載が必要です。

## 申告相談

全ての会場で予約制を導入

### 予約方法

○スマートフォン・パソコン等による予約

2月6日(金)から受付開始

右の二次元コードからアクセスし、  
予約フォームから申込み



（休日を含め24時間受付）

予約フォーム▲

○電話による予約

2月10日(火)午前9時から受付開始

希望する会場（本庁税務課または各振興局市民福祉課）に平日の午前9時～午後4時30分に電話。

※受付開始直後は電話がつながりにくくなります。

※予約は相談希望日前日の午後4時30分までに行ってください。

申込先	
本庁	21-9045
城崎	21-9066
竹野	21-9074
日高	42-1111
出石	21-9026
但東	21-9033

当日受付はお断りすることがあります

各会場で当日受付をしますが、事前予約を

日程	会場	内容	受付時間
2月16日(月)～ 3月16日(月) ※土日、祝日を除く	豊岡税務署別館1階 市役所本庁舎2階 大会議室、城崎・竹野・日高・出石・但東各庁舎	所得税の確定申告 市県民税・国民健康保険税の申告(所得税の確定申告も一部可能)	【受付】午前8時30分～午後4時 【相談】午前9時～受付終了分 【受付】午前9時～午後3時(最終日午後2時)予約受付あり 【相談】午前9時～正午 午後1時～4時(最終日午後3時)

次の所得税申告等は税務署会場で相談してください。

▷青色申告▷事業規模の大きい方(所得金額がおおむね300万円超)▷土地、建物または株式等の譲渡所得▷住宅借入金等特別控除(初年度)を受ける方▷繰越損失、雑損控除▷消費税、贈与税▷準確定申告▷修正申告、更正の請求

## スマホ申告相談を利用して下さい

令和7年分申告相談の前に、自身でスマホを使って確定申告するための申告相談を実施します。

スマホでの確定申告に不安がある方は、この機会に申告してください。

▶日程 2月9日(月)、10日(火)午前9時30分～午後3時30分(受付は午後3時終了)

▶場所 市役所本庁舎 2階 大会議室

▶対象者 給与所得、一時所得、雑所得(公的年金、個人年金等)がある方

※次の方は利用できません。

・営業所得、農業所得、不動産所得がある方(収支内訳書の作成が必要な方)

優先します。

### 簡単・便利なスマホ申告を利用して下さい

マイナンバーカードをお持ちの方は、自宅からスマホやパソコンを使って確定申告書の作成・送信ができます。

操作などに不安のある方は、スマホ申告サポートベース(本庁のみ)を開設します。通常の申告相談と同じ手順で、スマホ申告サポートベースを選択して予約してください。

### 相談前に必要書類の確認・準備を

帳簿の整理ができるない場合などは、相談を断る場合があります。

※営業・農業・不動産所得がある方は「収支内訳書」、医療費控除を受ける方は「医療費控除の明細書」を事前に作成してください。

※所得税の申告の場合、申請者ごとに付番される「利用者識別番号」が必要です。「利用者識別番号」が分かる書類を必ず持参してください。



・市の申告相談で対応不可(税務署で相談)としている申告

・住宅借入金等特別控除(初年度)および雑損控除

▶必要な物 スマホ、自身のマイナンバーカードおよびパスワード2つ【①利用者証明用(数字4桁)②署名用(英数字6～16文字)】、確定申告に必要な書類(市ホームページで確認)

▶その他 予約不要、通信料は利用者負担

# 国民年金の手続きをお忘れなく



## 学生から社会人になる方(就職する20歳以上の方)

会社や官公庁などに就職すると、国民年金第1号被保険者から第2号被保険者に変わります。基礎年金番号通知書またはマイナンバーカードなどを持参して、勤務先で手続きしてください。

今春、就職する20歳以上の方は、勤務先での手続きがスムーズにできるよう基礎年金番号通知書などを確認しておきましょう。

## 退職する方、配偶者の扶養から外れる方

退職や厚生年金加入の配偶者の扶養から外れる方など(下表参照)は届け出が必要です。届出先は、国保・年金課または各振興局市民福祉課です。

### 《退職などに伴う届け出が必要な例》

届け出が必要なとき	年金の種別	届け出に必要なもの
退職したとき(20歳以上60歳未満の厚生年金・共済年金加入者)	第2号被保険者 ↓ 第1号被保険者	○基礎年金番号通知書、年金手帳など基礎年金番号の分かれる書類 ○資格喪失証明書(被用者年金制度の資格喪失日を証明できるもの)など
厚生年金、共済年金に加入中の配偶者に扶養されていたが、配偶者が厚生年金、共済年金をやめたとき、または配偶者が65歳に到達したとき	第3号被保険者 ↓ 第1号被保険者	
厚生年金・共済年金加入者の被扶養配偶者本人の見込み年収額が130万円以上になるとき		

※基礎年金番号は、公的年金共通の番号です。転職や退職などで加入する年金制度が移っても変わりません。

## 付加年金に加入しませんか

老齢基礎年金額は、40年間保険料を納めた場合の満額で831,700円(2025年度)ですが、老後により多くの年金を受けたいと考えている方のために付加年金制度があります。

国民年金の第1号被保険者・任意加入被保険者が定額保険料に加えて付加保険料を納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。付加保険料…400円(月額)

付加年金の受給額…200円×付加保険料納付月数  
(例)付加保険料を10年間納付した場合

付加保険料 400円×10年(120月)=48,000円  
付加年金額

200円×10年(120月)=24,000円(年額)  
(65歳から受給した場合の付加年金額です)  
付加年金を2年間受給すると納付した付加保険料総額と同額となり、そこからは支払った以上の付加年金を一生涯受給することができます。

### ■注意

- 付加保険料の納付は申込みをした月分からです。
- 保険料の免除または納付猶予が承認されている方や国民年金基金に加入中の方は、付加年金に加入できません。
- 障害基礎年金には、付加年金の上乗せはありません。
- 老齢基礎年金を“繰上げ受給”または“繰下げ受給”する場合、付加年金も老齢基礎年金と同じ減額率・増額率になります。
- 付加保険料の納付を希望しなくなった場合は、辞退の申し出が必要です。

第2号・第3号被保険者から第1号被保険者への切り替えや、付加年金の加入は、マイナポータルを利用した電子申請ができます。詳しくは市ホームページで確認してください。



《問合せ》国保・年金課☎21-9061または各振興局市民福祉課

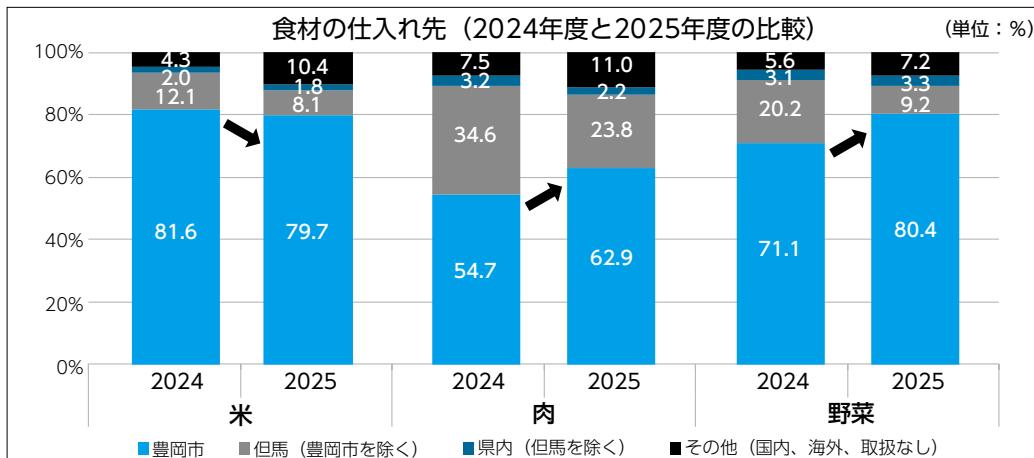
## 年金受給についての相談

豊岡年金事務所年金相談窓口(要予約)☎0570-05-4890(050から始まる電話の方) ☎03-6631-7521)  
一般的な年金相談ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165(050から始まる電話の方) ☎03-6700-1165)

# 数字で見る、観光と地域のつながり

観光は、地域にお金を循環させる大切な産業の一つです。地域経済へのつながりを明らかにするため、2025年8月から10月にかけて宿泊施設を対象に行った調査結果を紹介します。

《問合せ》 豊岡觀光イノベーション ☎ 21-9002



▲詳細はコチラ

## 肉や野菜は増加、米は減少

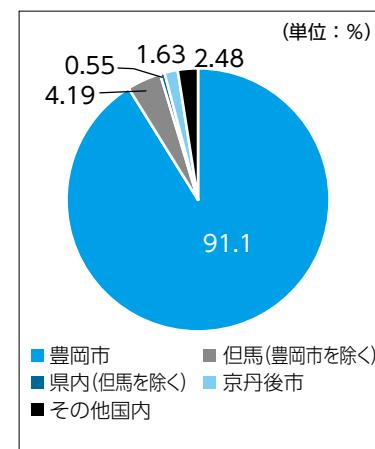
今回の調査では、食材の仕入れ先全体の市内比率は76.0%となりました。なお、金額との比較になりますが、他地域の宿泊業における地域生産額の割合は、京都府(68.4%)、岡山市(49.1%)となっています。(京都府および岡山市2015年産業連関表参照)

地域食材を宿泊施設や飲食店で活用する動きが広がっている一方で、

米は調達が難しく、仕入れが減少したものと考えられます。  
観光の雇用が生む、地域の経済循環

宿泊施設で働く市民の割合は、高い水準を維持しています。観光業の方の給料が市内で使われることが、地域の経済を支える力になります。

この循環が地域を元気にしています。



## みんなのジオパーク第14回

### ジオパークの活動を応援します!

NPO法人日本ジオパークネットワークでは、ジオパークを「地形・地質から地球の過去を知り、未来を考えて、活動する場所」としており、さまざまな分野において議論を重ねながら、地域住民の方々が主体となって、ボトムアップの活動を進めることができます。

山陰海岸ジオパーク推進協議会では、ジオパークをより身近に感じてもらうとともに、より一層皆さんに活動してもらうため、各分野において団体等を支援する各種補助金制度を設けています。

今年度は、

- ①保護保全活動支援事業(貴重な地形・地質、自然環境の保護保全のために行う清掃活動や自然環境の再生・維持活動等の保護保全

#### 活動の支援)

- ②次世代青少年等育成支援事業(調査研究や取組み成果等の国内外の学術会議等での発表の支援)
  - ③山陰海岸ジオパークガイド魅力向上支援事業(山陰海岸ジオパークガイドの魅力向上や資質向上の取組みの支援)
- 等を実施しました。

来年度も地域住民の皆さんの活動を支援します。詳しくは、当協議会ホームページを確認してください。



協議会の各種補助メニュー▲

《問合せ》 山陰海岸ジオパーク推進協議会

☎ 26-3783

## 使用料などの見直し検討結果

## 4月1日から使用料を改定します

市の施設やサービスは税金で運営しているため、適正な使用料の設定が必要です。物価変動などの維持管理費の増加や公平性を確保し、持続可能な運営に向けた見直しを進めます。

《問合せ》財政課☎21-9014

## 見直しの基本的な考え方

施設のランニングコストから計算した原価を、現行の使用料でどの程度賄えているかを検証し、近隣自治体の類似施設の使用料とも比較することで改定の必要性を判断しました。

## 見直し検討結果

手数料および雑入はおおむね適正な水準であるため据え置きを基本とし、一部改訂を行いました。使用料については、使用料金だけでなく適正な運用となるように、時間区分の見直しや冷暖房加算も含めた料金への変更を行いました。新料金は2026年4月1日から施行します。

見直し検討結果の詳細は、市のホームページをご覧ください。3月末までに使用許可を受ける場合の料金の適用や施設の個別の料金表については、各施設の所管課に問い合わせてください。

## 主な見直し施設

- 文化会館など  
出石多目的ホール、但東市民センター
- その他の貸館施設  
図書館本館、出石市民ホール、竹野川湊館  
日本・モンゴル民族博物館  
但東シルク温泉やまびこ
- 温泉施設  
神鍋温泉ゆとろぎ など



市ホームページ▲

2月

## とよおか 生きもの歳時記 ～ウメに〇〇～

皆さんに豊岡の自然を感じてもらうため、豊岡らしい季節の言葉を紹介します。

### 春を告げる鳥のさえずりが聴こえてきます。

雪に埋まる冬の但馬では、ツバキやサザンカの赤や白の花が目を楽しませてくれます。虫たちがいなくなる冬でも、野花の花粉を運んでくれる別の生きものがいます。鳥です。冬の花に小鳥が寄ってきているのを見かけた人もいると思います。ヒヨドリなどの少し大きな鳥もやってきます。彼らの目的は花の蜜。エサの少ない季節、冬の花の蜜は鳥たちの大変な栄養源です。

### 早春の風物詩

春の足音が聞こえはじめころ、ウメの花が咲きだします。ウメの花にウグイス色をした小鳥が蜜を求めやってきます。やがて「ホー ホケキョ」の声が聞こえだし、ウメにはウグイス色の小鳥。ウメとウグイスは、早春の風物詩として古くから日本人の心にすり込まれて

きました。花札の柄にもなっています。

### 小鳥の正体

写真は、ウメの後に咲く彼岸桜の花の蜜を吸いにきたウグイス色の小鳥です。ウメの花でも同じ光景が見られます。この鳥、実はウグイスではありません。目のまわりに白いふちどりが特徴のメジロです。

自然界でよく見られる光景としては、“ウメにウグイス”ではなく、“ウメにメジロ”が正解なのです。

(写真・文 NPO法人コウノトリ市民研究所 高橋 信)



▲彼岸桜の花の蜜を吸っているメジロ

# みず 力 たより

第33号

■水道課 ☎22-5377 FAX24-2985

■下水道課 ☎22-1801 FAX22-1803

■水道お客さまセンター

☎22-5378 FAX22-5466

水道メーターの検針、水道の開栓・閉栓、  
上下水道料金の請求・徴収

## 水道管の凍結に注意してください

気温が氷点下になると、水道管の水が凍って出なくなったり、水道管が破裂したりすることがあります。天気予報などに注意して、凍結を防ぎましょう。

氷点下4度  
以下は要注意

### 凍結の恐れがある時は

- ◆ 破裂時にバルブを閉められるよう、水道メーターの位置を確認しておく
- ◆ むき出しの水道管に保温材を巻く
- ◆ 蛇口から水を少しづつ出しちゃなしにしておく(200~500CC/分程度)

### 凍結してしまったら

- ◆ 蛇口を開けてタオルなどをかぶせ、その上からゆっくりとぬるま湯(50度程度)をかけて溶かす



### 水道管が破裂してしまったら

- ◆ 豊岡市指定給水装置工事店に修理を依頼してください。  
工事店は市ホームページに掲載しています。  
豊岡市ホームページ⇒くらし⇒上水道・下水道⇒上水道⇒指定工事事業者⇒  
豊岡市指定給水装置工事事業者一覧表



## 漏水軽減について

給水装置から漏水した場合は、申請により水道料金を軽減する制度があります。3カ月を限度として、漏水したと認められる水量の1/2にかかる料金を軽減します。

※軽減申請には、漏水箇所と修繕方法が確認できる工事写真を添付してください。



### 【注意】軽減の対象にならない場合

- ①給水栓や水洗トイレの洗浄用各種器具の故障など容易に認識できる場所の漏水(水洗トイレのボールタップ、フラッシュバルブなど)
- ②ボイラー、電気温水器、ガス温水器、瞬間湯沸かし器、太陽熱温水器、クーリングタワーなど器具の故障
- ③特定器具の故障(加湿器、浄水器など)
- ④受水槽の漏水、および受水槽以降で発生した漏水
- ⑤所有者または使用者が管理義務を怠り発生した破損など
- ⑥漏水修繕工事完了後、6カ月以上経過した場合
- ⑦指定給水装置工事業者以外が修繕した場合





# くらしの情報



## 施設イベント

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

行事名/内容	日時	備考
<b>パスパルトゥー・デュオ(イタリア)と行く! 風景と記憶をめぐる 城崎サウンドウォーク</b> イタリア人ピアニストのニコレッタ・ファヴァリと打楽器奏者のクリストファー・サルヴィトによる「パスパルトゥー・デュオ」が、ラジオの中継技術を使ったパフォーマンス創作の一環として行うプログラム。ポータブルラジオから聞こえてくる音楽や言葉に耳をすませながら、アーティストと一緒に城崎の歴史や風景、個人の記憶を巡る散策に出かけましょう	3/7㊁、3/8㊂ 17:00~18:00	<b>対</b> 誰でも※小学生以下は保護者同伴 <b>定</b> 各回8人 <b>¥</b> 無料 <b>申</b> ①イベント名②氏名 ③人数④電話番号を連絡

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

行事名/内容	日時	備考
<b>第241回サロンコンサート</b> <small>きつちょうかい</small> 出演：吉蝶会 演目：「城崎温泉節」「城崎音頭」「城崎盆踊り」他	3/8㊂ 12:30~	¥無料

## 防災行政無線から 全国瞬時警報システムの試験放送を実施します

(豊岡市全地域対象)

日 2月6日㊁11:00~

地震・津波や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム(Jアラート)※から送られてくる国からの緊急情報を、確実に市民の皆さんに伝えるため、情報伝達の試験放送が全国一斉に行われます。

緊急時の正常動作を確認するため、各家庭等の戸別受信機と屋外拡声器から、最大音量で下記の内容を一斉に放送します。

### <放送内容>

- （上り4音チャイム）  
  
「これは、Jアラートのテストです。」×3回
- 「こちらは、防災豊岡市です。」
- （下り4音チャイム）  


他上記の訓練は、気象・地震活動の状況などによっては、試験放送を中止することがあります。  
※Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から市区町村へ、人工衛星などを通じて瞬時に伝えるシステムです。

問危機管理課 ☎23-1111

# おめでとうございます

(敬称略)

令和7年度「障害者の生涯学習支援活動」に係る文部科学大臣表彰(功労者)

▷ 大坪秀雄(気比)

▷ 島 和幸(気比)

▷ 豊岡市青い鳥学級運営委員会

令和7年度兵庫県技能顕功賞

兵庫県青少年補導委員知事  
感謝(通算10年)

▷ 橋本 浩(山本)

▷ 岩野 進(梶原)

第42回全国社会人オーブン  
レスリング選手権大会

▷ 小山町子(福成寺)

兵庫県青少年補導委員連合  
会会长感謝(勤続5年)

■男子フリースタイル79kg級  
第3位

▷ 藤田公彦(野田)

■男子グレコローマンスタイル  
77kg級 第2位

▷ 伊藤朱里(豊岡南中学校出身)

## 催し

コウノトリ文化館から

スノーシュートラベル

日 2月1日(土)13:00~ 内 動物の足跡さがしや雪遊び 申当日までに間に電話

コウノトリ野鳥観察会

日 2月8日(土)13:00~ 申当日までに間に電話

田んぼの学校

日 2月15日(土)9:30~ 内 冬のビオトープ ¥100円

植物観察会

日 2月22日(土)13:00~ 申当日までに間に電話

【共通事項】 所問 コウノトリ文化館 ☎ 23-7750

## 市立美術館から

第16回水彩画教室作品展

日 2月21日(土)~3月8日(日) 内 美術館主催の水彩画教室受講生24人が制作した作品を展示 ¥無料  
※館内鑑賞は別途入館料が必要



粘土アート ワークショップ

日 3月15日(土)9:30~11:30 内 カラフルな軽量樹脂粘土で、額の中にお店屋さんを作成 ◆講師=粘土工芸作家・川千恵子さん 対 小学生 ※小学2年生以下は保護

者同伴定10人 ¥800円

申 2月1日(土)~二次



元コードから申込み



## 第34回出石高校卒業制作展

日 1月29日(土)~2月11日(水) 祝 内

出石高校文化創造類型3年生25人が制作した書(軸装、額装など)・美術(絵画、陶芸など)の作品を高校3年間の集大成として展示。書道部・美術工芸部による部展も開催。展覧会ポスターの制作や展示作業は生徒自身が実施



## 高校生のギャラリートーク

日 1月31日(土)13:00~ 内 出石高校生が自分の作品を紹介 ※予約不要

## 高校生の在館日

日 2月1日(土)・7日(土)・8日(日)・11日(火) 12:30~16:00 内 出石高校生が会場の受付や案内を担当

【共通事項】 所問 市立美術館 - 伊藤清永記念館 - ☎ 52-5456 ※ 9:30~17:00 入館は16:30まで  
※休館(祝の場合は翌日休館)

## モンゴルまるごとフェス

日 3月7日(土)~8日(日)10:00~15:00内 馬頭琴のミニライブ(11:00~、14:00~)▷馬頭琴の演奏体験をしてみよう!▷遊びコーナー「モンゴル産羊毛を使って羊の絵を描くワークショップ」など各種体験(要体験料)¥一般500円、高大生300円、中小学生250円※身体障害者手帳をお持ちの方は半額※県内の中小学生はココロンカード提示で無料所問日本・モンゴル民族博物館☎56-1000



## 給食試食会

日 2月26日(土)11:00~12:30頃内 献立や味付け、食べる量などを知ってもらう▷栄養士や保育士と意見交流・情報共有対 1歳半~3歳までの親子定 5組程度¥200円申 2月2日(土)~10日(日)に二次元コードから申込み所問 チャイルドハウスこども園☎29-3900

## 竹野B&amp;G海洋センターから

## 屋内グラウンド・ゴルフ

日①交流会: 2月5日(土)・12日(土)②大会: 2月19日(土)13:00~¥①300円②700円申 2日前までに間に電話

## 卓球の日

日 2月8日(日)・22日(日)13:00~16:00¥100円(中学生以下無料)

【共通事項】持 室内用シューズ

所問 竹野B & G海洋センター☎47-1805※②休館

まさもとけんいち  
政本憲一プロデュース  
まさ  
政やの太鼓祭 ~日高2026~

日 3月7日(土)15:00~所 日高文化体育館内地元太鼓チームの出演あり¥前売り一般1,500円、中高生800円(当日各500円増)、

小学生以下無料問 コミュニティ日高☎42-2505

## TIA春節祭2026

日内 2月8日(土)9:00~水餃子作り体験、11:30~会食所 豊岡地区コミュニティセンター定60人程度¥500円申 2月3日(火)までに間に電話または二次元コードから申込み問 豊岡市国際交流協会☎24-5931

## 募集

## 栄養士兼調理師

対 栄養士資格および調理師免許所持者※勤務2年後調理師免許取得予定でも可定 1人申問 おもしろたのし みえこども園☎24-0462

交通社会実験の実施に協力いただき  
ありがとうございました

2025年11月13日~16日の4日間、(主)豊岡竹野線「桃島バイパス」完成時を見据え、城崎温泉街で交通社会実験を実施しました。

実験では①時間帯に応じた車両通行規制による歩行者空間化②道路上にカウンターやベンチの設置③郊外に臨時駐車場を開設し循環バスを運行などを行いました。

観光客からは「車がなくて歩きやすい」「安心して歩いてよかったです」「バスがあるため不便はなかった」など、肯定的な意見が多く一方「循環バスがあることを知らなかった」「たくさん歩いた」といった周知方法や、歩行者空間化に伴う課題もありました。

実験で得た意見やデータを生かし、よりよい道路環境の整備に向けて検討を進めます。

問 建設課☎29-0010



## 令和8年度小・中・特別支援学校非常勤講師(初任教員研修)

内 初任者研修に係る授業の補充など対希望する校種の教育職員免許法に定める小・中・高等学校教諭普通免許状の所持者(見込み可)定 小学校385人程度、中学校205人程度、特別支援学校24人程度◆報酬=1時間当たり2,850円(変更の可能性あり)※交通費は支給限度額の範囲で実費支給申 2月2日(月)~27日(金)に所定の用紙を問に提出※必着但馬教育事務所☎26-3774または市学校教育課☎23-1452

## 城崎温泉区営温泉浴場 (外湯)業務受託者

内 浴場での接客、浴場施設の管理業務など※男性1人、女性1人、計2人体制での業務対71歳までの健康な方(男女2人で1組)申 1月30日(金)までに申込み◆委託期間=4月1日~2028年3月31日◆委託料=月額約65万円※外湯・時間帯で異なる他休日:週1日、そのほか休暇(年間15日)および忌引休暇(3日間)あり問 城崎温泉課☎21-9070



## 但馬文教府みてやま学園 令和8年度入学生

対 おおむね60歳以上で但馬地域在住の方定60人￥年額12,500円申 3月23日(月)までに申込み問 但馬文教府☎22-4407

## 山陰海岸国立公園竹野地区 パークボランティア

内 竹野スノーケルセンターを拠点に、海の体験プログラムの補助や自然解説、海岸清掃、施設修繕など対次の要件を全て満たす方▷年2回以上活動できる▷野外活動ができる健康と体力がある▷18歳以上▷3月15日(日)午前開催予定の研修会に参加できる定10人程度※応募人数が多い場合は、事前に個別面談を実施の場合あり申 2月20日(金)までに氏名、連絡先、性別、生年月日、

年齢を問にメール問近畿地方環境事務所竹野自然保護官事務所MRO-TAKENO@env.go.jp

## 未利用財産の購入希望者

不用となった施設(例:旧豊岡ひかり幼稚園)や未利用地を積極的に売却しています。先着順に売却できるもの(①)と、購入希望によって売却を検討できるもの(②)があります。



問 資産活用課☎21-9129

## 生きがい創造学院 学院生募集

講座名	回数(月)	活動日	時間	その他
陶芸	8	水・木	10:00~15:00	木は自習
木彫	4	木	10:00~15:00	第4木は自習
麦わら	2	木	13:00~17:00	
書道	2	第2・4木	9:30~12:30	
		第1・3水	13:00~17:00	
表具	2	第1・3金	10:00~15:00	第3金は自習
俳句	2	第2・4木	10:00~12:30	第4木は自習
絵画	2	第1・3水	13:00~17:00	
編み物	2	第2・4金	10:00~15:00	第4金は自習
囲碁	2	第2・4水	10:00~15:00	第4水は自習
写真	1	第2水	10:00~15:00	
パソコン	2	第1・3水	9:30~11:30	
カラオケ	2	第1・3木	13:00~15:30	

所 生涯学習サロン(アイティ内)

内 各講座とも講師指導による活動が中心

￥ 1回あたり1,650円。自習の場合は1回当たり550円

他 見学・体験可▷入学随時▷年齢制限なし

申 問 生きがい創造学院事務局☎23-9615※休館

## 教室・講習

## 一般公募普通救命講習

■ 2月15日㊁ 9:00～11:00 内成人に対する心肺蘇生法▷ AED の使用方法▷ 大出血時の止血方法▷ 窒息時の処置 定20人 申 2月8日㊁までに豊岡市消防本部のホームページから申込み 他総務省消防庁のホームページにある「一般市民向け応急手当WEB講習」の事前受講が必須 申 豊岡市消防本部☎24-8038

## フレイル予防健康教室

■ 2月27日金、3月6日金・13日金 14:00～15:30 所 ウエルストーク豊岡調理実習室 内 健康講話・調理実習 対 フレイル予防に関心のある65歳以上の市民 ¥1コース 600円(1回200円ずつ徴収) 定20人程度(先着順。3回とも参加できる方を優先) 申 2月9日㊁～20日金に問に電話 问 健康増進課☎21-9095

## その他

## 3月の献血

地域	日時	会場
豊岡	10日㊁	10:00～12:30 コープデ
		13:45～16:00 イズ豊岡
出石	6日金	13:30～15:30 (株)田中屋食品
但東	13日金	9:30～11:30 豊岡市役所但東庁舎

## 防災行政無線設備の機器更新作業について

2月から3月にかけて機器更新を実施します。作業期間中、屋外拡声器や家庭の戸別受信機から防災無線放送を聞けない場合があります。ご迷惑おかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。地域ごとの日程は、市ホームページに掲載予定です。

今回の工事で、業者が、各家庭に設置されている戸別受信機の点検に訪問することはありません。

問 危機管理課☎23-1111

## 手当を振込みます

## 特別障害者手当、障害児福祉手当

内 11～1月分手当 ◆ 振込日 = 2月10日㊁ 他 手当を受けている方が施設などに入所、病院に入院(3カ月を超える)、または死亡した場合は連絡してください 问 社会福祉課☎24-7033

## 児童手当

内 12～1月分手当 ◆ 振込日 = 2月13日㊁ 问 国保・年金課☎21-9061

## 指定ごみ袋の無料交付

対 加齢もしくは疾病による身体機能の低下、身体障害、知的障害または精神障害で、日常生活で長期にわたり、おむつなどを使用している方▷生活保護法の規定で、生活扶助を受けている方 申 生活環境課、社会福祉課、高年介護課および各振興局市民福祉課にある所定の用紙(市ホームページにも掲載)を生活環境課または各振興局市民福祉課に提出※申請書には、ケアマネージャー、民生委員などの確認(署名など)が必要 他 希望者は毎年申請が必要 申 年間を通じて随時申請可▷2026年度当初分の申請期限は3月19日㊁ 问 生活環境課☎23-5304または 各振興局市民福祉課



## 豊岡市 認知症に関する意識についてのアンケートに協力してください

豊岡市では「認知症になっても自分らしく安心して暮らせるまち」の実現を推進するため、認知症施策推進計画を策定予定としています。その基礎資料として、皆さんの認知症に対するイメージなどを把握し、認知症施策の参考とすることを目的にアンケートを行います。

回答内容は、今後の認知症施策や支援体制の充実に役立てます。回答者が特定されることや目的外に使用することはできません。

対 市内在住または在勤の方

◆回答 = 2月27日金までにウェブ回答

問 高年介護課☎29-0055



## 水銀使用製品を 拠点回収しています

**所**生活環境課、各振興局市民福祉課、各地区コミュニティセンター**対**水銀が使われている体温計、温度計、血圧計◆出し方=安全のため収納ケースなどに入れた状態で、透明か半透明の袋に入れ、回収箱に入れる**問**生活環境課☎23-5304



## 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
2月	1日 井代 学 (八鹿病院)
	8日 隅 達則 (久美浜病院)
	11日 井代 学 (八鹿病院)
	15日 赤松 亮 (九日市下町)
	22日 杉原 進 (公立香住病院)
	23日 隅 達則 (久美浜病院)

※診療時間は9:00~17:00

**所**公立豊岡病院**他**1歳以上的小児で、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3,300円の負担あり**問**公立豊岡病院救急受付☎22-6111

## 休日急病診療所

**日** 2月1日(日)、8日(日)、11日(水)  
(祝)、15日(日)、22日(日)、23日(月)(祝)  
9:00~11:30、13:00~16:30**内**  
内科・小児科診療**他**診療状況により、受付時間を繰り上げて終了する場合有**▷**事前に電話連絡が必要**所****問**休日急病診療所(立野町)☎23-9219

## 北但行政事務組合入札参加 資格審査申請(指名願い)

**対**2026・2027年度に組合が発注する建設工事、測量・建設コンサルタント等業務、および物品製造などの入札に参加を希望する業者の方、または組合と物品納入および役務の提供等の取引を希望する業者の方**申**2月5日(木)  
~3月9日(月)に必要書類を**問**に提出**他**これまで登録されていた業者の方でも、今回申請がない場

合は2026年4月以降の入札・見積りには参加できません**問**北但行政事務組合環境課☎21-9110

## 国税の納付は 振替納税が便利です

振替納税は「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」を納期限までに提出するだけで、振替日に預貯金口座からの引落しにより自動的に納付**QRコード**ができます。ぜひ、利用してください。

申告・ 納期限	口座 振替日
所得税および復 興特別所得税	3/16 (月)
消費税および地 方消費税 (個人事業者)	3/31 (火)

**問**豊岡税務署個人課税第1部門  
☎22-2144

広報とよおか10月号16ページ「中学生、夏の大会で大活躍！」に掲載した大会へ出場した中学生の報告がありました。皆さん、おめでとうございます。

### 第74回近畿中学校総合体育大会

### 兼第77回近畿中学校選手権水泳競技大会

男子100m平泳ぎ	出場	谷垣雄都(城崎中)
-----------	----	-----------

### 第61回兵庫県中学校学年別水泳競技大会

男子100m平泳ぎ	第1位	谷垣雄都
男子200m個人メドレー	第1位	谷口正眞(城崎中)

### 第61回兵庫県中学校新人水泳競技大会

1年男子200m個人メドレー	第1位	谷口正眞
----------------	-----	------

# 市役所の窓口受付時間を変更しています

## 9:00～16:30



市ホームページ

### マイナンバーカード関連情報

#### ■時間外窓口を開設

日中に手続きをすることが難しい方は、利用してください(要予約)。



#### ▶開設日時

▷開庁日の木曜日17:15～19:00

▷毎月第2土曜日と翌日の日曜日  
9:00～12:00

▶開設場所 市役所本庁舎1階窓口サービス課

▶予約方法 電話で予約(希望日の2開庁日前まで)詳しくは、市ホームページを確認してください。



◀電子証明書の  
更新手続き



時間外窓口▶

#### 《問合せ》

開庁時間短縮に関するこ

DX・行財政改革推進課☎21-9146

マイナンバーカード・コンビニ交付に関するこ

窓口サービス課☎21-9015

#### ■証明書はコンビニ交付がお得

全国のコンビニなどに設置してあるマルチコピー機を利用して住民票の写しなどを取得することができます。

取得できる証明書	手数料 (1通あたり)	利用時間
住民票の写し 住民票記載事項証明書 印鑑登録証明書 所得課税証明書	200円 (窓口300円)	6:30 ～23:00
戸籍の証明書	450円 (窓口450円)	平日の 6:30
戸籍の附票	200円 (窓口300円)	～23:00

いつでも



どこでも



簡単に



コンビニ交付

### 2月の納税

- ・固定資産税 第4期
- ・国民健康保険税(普通徴収) 第8期

納期限 3月2日(月)

納税は便利な口座振替を利用してください。

問 税務課収税係☎23-1118または各振興局市民福祉課

### つどいの広場

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しています。地域外の方も参加できます。気軽に参加してください。詳細は、右の二次元コードから確認してください。



# 3月の保健行事(おやこの健康)

【会場】豊岡市保健センター(立野町12-12) 【問合せ】こども未来課 ☎24-9604

健康診査、教室などの詳細(実施内容・持ち物など)は、①~③で確認してください。

## ■健康診査

## ■教室・母子健康手帳交付

区分	日程	対象(受付時間)
4か月児	13日 (金)	2025年10月20日～ 11月10日生 (12:45～13:00)
7か月児	16日 (月)	2025年7月17日～ 8月10日生 (13:00～13:15)
		2025年8月11日～ 16日生 (13:45～14:00)

①健康診査  
1才のすくすく広場  
にこにこ教室  
(詳細)



1歳6か月児健診、  
3歳児健診は、対象  
者へ個別に通知があ  
ります。

区分	日程	対象(受付時間)	申込期間
1才の すくすく広場 【要予約：☎】	5日 (木)	2025年2・3月生 (13:00～13:10)	2026年2月19日～ 27日
母子健康手帳 交付 【要予約： 予約フォーム】	17日 (火)	母子健康手帳交付 を希望する方 (午前)	②母子健康手帳交付 【予約フォーム】から 前週の 金曜日午前 8時まで
パパママ ベビー 交流会 【要予約： 予約フォーム】	12日 (木)	豊岡市に住民票の ある妊婦とその 家族	③パパママベビー交 流会【予約フォーム】 から
		おおむね生後 4～8か月とその 保護者	

教室・母子健康手帳交付は、電話または予約フォームで申し込みの上、受付時間までにお越しください。

## 出張版★

### 子育てなんでも相談室



その6 こころやからだの悩み、どうしたらいいの?

<パパ・ママのこころとからだの相談>

Q

子育て中ですが、最近しんどくて、涙が出たり夜眠れなかったりすることがあります…



「よく眠れない」「気分が沈む」「わけもなく涙が出る」「何もやる気がしない」などの症状は、心の疲れを感じているかもしれません。つらい気持ちを一人で抱え込まず、まずは話してみてください。一緒に考えていきましょう。



A



パパ、ママのこころと  
からだの相談  
(豊岡市ホームページ)

Q

イライラして、周りの人に怒ってハツ当たりしてしまいます。どうしたらいいの?



毎日の子育て、家事、仕事など本当に疲れます。パパ・ママだって人間、イライラして当然です。自分がイライラしていると感じたら以下の対処法を取り入れてみてください。



#### 簡単なストレッチ

#### 誰かに話を聞いてもらう

#### 自分の時間をもつ

家族に頼れない場合は、保育園・こども園・子育てセンターの「一時保育」やファミリーサポートセンターを活用しましょう

#### 別の事をする、その場を離れる

怒りを感じたら6秒でそのピークがくると言われており、6秒間をやり過ごしましょう

#### 深呼吸する

Q

<子どもの相談> こどもが相談したいときはどうしたらいいの?



おうちや学校、おともだち、将来のこと…「こまった」「もやもや」などの気持ちを一人でかかえるのはとてもつらいことですね。



そんなあなたを見て、まわりの人も心配しているかも…。まずは、一人でなやまらずにだれかに相談してみましょう。

まわりのひとに相談しにくい場合は  
子どもの相談窓口があります



わたし、ぼく(子ども)が  
そうだんしたいとき  
(豊岡市ホームページ)

豊岡市「わたし、ぼく(子ども)がそうだんしたいとき」で検索



相談先に困ったら、アイティ4階にある「子育てなんでも相談室」に来てね。

## 2月の主な相談

FEBRUARY

内 容	日・曜日	時 間	場 所	問 合 せ	電 話			
人 権 相 談	3日(火)	13:30~16:00	竹野庁舎	多様性推進・ジェンダー ギャップ対策課	23-0341			
	4日(水)		城崎庁舎					
	10日(火)		出石ふれあいセンター					
			豊岡健康福祉センター					
行 政 相 談	3日(火)	13:30~15:30	竹野庁舎	秘書広報課 [電話相談] 総務省 行政相談センター きくみみ 0570-090110	21-9035			
	10日(火)		但東庁舎					
	12日(木)		日高地区コミュニティセンター					
	17日(火)		出石庁舎					
身体障害者相談	4日(水)	13:00~16:00	豊岡健康福祉センター	社会福祉課	24-7033			
視覚障害者相談(要予約)	27日(金)	13:00~15:00	豊岡健康福祉センター					
知的障害者相談	18日(水)	9:00~11:00	立野庁舎					
精神保健福祉相談	12日(木)	9:00~11:00	竹野庁舎					
	26日(木)		日高健康福祉センター					
ひきこもり相談	毎週月~金	10:00~16:00	豊岡健康福祉センター	ドーナツの会 (不登校相談も含む)	26-1101			
もしもし電話健康相談	毎週月~金	9:00~17:00		健康増進課	22-7700			
心配ごと相談	毎週月~金	8:30~17:30	豊岡健康福祉センター	豊岡市社会福祉協議会	23-2573			
結婚相談	4日(水)	13:30~16:00 (受付は15:30まで)						
	7日(土)							
	21日(土)							
	25日(水)							
法律相談 (予約受付開始 2/3(火)8:30~) (先着8人・電話予約のみ)	10日(火)	13:00~16:00						
不登校相談			アイティ 7階	こども支援センター	24-8303			
発達にかかわる相談	毎週月~金	9:00~17:00			21-9003			
子育て家庭相談			アイティ 4階 WACCU TOYOOKA内	こども未来課	24-9604			
子どもの成長に関する相談	毎週月~金	8:30~17:15						
子育てなんでも相談	毎週月~金	10:00~15:00						
農地に関する相談	毎週月~金	9:00~16:30	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	9:00~16:30	市役所地域づくり課	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	9:00~16:30	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 (原則要予約)	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	市役所多様性推進・ジェンダー・ギャップ対策課	多様性推進・ジェンダー・ギャップ対策課	23-0341			
出会いに関する相談	毎週日~木	9:00~17:00	アイティ 4階 みらい応援Room	地域づくり課 ハートリーフ事務局	21-9100			
但馬地域 小児救急医療電話相談	毎日	19:00~22:00			22-9988			
救急安心センターひょうご※	24時間365日			・短縮ダイヤル・#7119 (シャープナナイチイチキュー) ・直通ダイヤル・078-331-7119	※毎週の相談日は、祝・休日を除く			
兵庫県 子ども医療電話相談	平日・土	18:00~翌朝8:00		・プッシュ回線、携帯#8000				
	日・祝日	8:00~翌朝8:00		・ダイヤル回線、IP電話 #078-304-8899				
エイズ・肝炎検査 要 約	10日(火) 24日(火)	9:15~11:15	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			

※救急車を呼ぶべきか迷った時や、どの医療機関をいつ受診すればよいか分からない時に、24時間365日、相談無料  
(通話料自己負担)でいつでも受け付ける短縮ダイヤル

※毎週の相談日は、祝・休日を除く

## 相談

### 健康増進課から

#### こころのケア相談

■ 2月19日㊁13:30～16:30※1人45分程度内に心の悩み、不眠や認知症の相談◆相談=精神科医師・高石俊一さん

#### こころの相談室

■ 3月6日㊁13:00～16:30※1人60分程度内に心の悩みを市の臨床心理士や保健師に相談  
【共通事項】所立野庁舎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☎21-9095

#### 弁護士による無料法律相談会

■ 3月13日㊁13:30～16:30※1人30分所豊岡稽古堂1階交流室1～4内消費者問題、多重債務など定6人申2月13日㊁から問に電話問豊岡市消費生活センター☎21-9001

#### 成年後見制度無料電話相談

■ 月～金13:00～16:00※祝・年末年始・お盆は除く◆相談電話番号=078-341-8699問リーガルサポート兵庫支部☎078-341-8686

### 個別運動相談

■ 3月1日㊁10:00～20:00(受付19:00まで)※1人1時間程度内に体組成測定、体力測定、個別運動指導対20歳以上の市民他申込み必要所申問ウェルストーク豊岡☎24-0582

### 行政書士による無料相談会

■ 2月7日㊁13:30～16:00所豊岡市民プラザ市民活動室A内に遺言、相続、なんでも申不要問兵庫県行政書士会但馬支部☎27-0188

### 土地家屋調査士による無料相談会

■ 2月21日㊁13:30～16:00所豊岡市民プラザ市民活動室B内に土地建物登記・土地境界申前日の17:00までに問に電話問兵庫県土地家屋調査士会但馬支部☎42-4734

### 保健師3月駐在日

城崎振興局	3・17日㊁
竹野振興局	10・24日㊁
日高振興局	5・19日㊁
出石振興局	12・26日㊁
但東振興局	5・19日㊁

時間 9:00～16:30

内保健師による健康相談他事前に電話連絡が必要問健康増進課☎24-1127またはこども未来課☎24-9604

### 司法書士による無料相談会

■ 2月21日㊁13:00～16:00所豊岡市民プラザ活動室A内に相続・登記・多重債務・消費者問題・成年後見申2日前の17:00までに問に電話※㊁日祝を除く問兵庫県司法書士会但馬支部☎23-7817

### 25歳同窓会の開催

■ 2月22日㊁17:30～  
所豊岡稽古堂 市民ギャラリー  
内会食・ゲームなど  
対本市出身または在住・在勤の25歳(2000年4月2日から01年4月1日生まれ)の方  
￥3,500円  
申二次元コードから申込み  
問地域づくり課☎21-9096



2025年12月31日現在(前月比)  
**豊岡市の人団**  
(住民基本台帳(日本人+外国人))

合計	男性	女性	世帯数
73,744人(-85人)	35,467人(-36人)	38,277人(-49人)	33,646世帯(-36世帯)

**ひとりごと**  
▶牛年にあやかり、馬関連の品を身の回りに取り入れました。暮らしに役立つ良血馬のような価値ある記事を追求し、皆さんへ有益な情報を届けられるよう努力します。何事も「ウマ」くいく年にしたいと思います。①



# 2025年度豊岡市はたちを祝う会



©藤原 凜

©藤原 凜

©藤原 凜



©藤原 凜

©藤原 凜



©藤原 凜

## 「豊岡市はたちを祝う会」 実行委員を募集

2026年度「豊岡市はたちを祝う会」を2027年1月10日(日)に開催予定です。

▶対象者 2006年4月2日～2007年4月1日生まれの方  
(5人程度)

▶申込方法 住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号  
を記載の上、メールで申し込んでください。

《問合せ》地域づくり課☎21-9096

メール：toyoocome@city.toyooka.lg.jp

「私たちが実行委員です！」



左から、鳥田陽太さん(豊岡北中)、北村一心さん(豊岡北中)、土肥史侑さん(豊岡北中)、山本こなみさん(出石中)、木谷胡桃さん(竹野中)

豊岡市  
SNS



各施設・  
事業の  
SNS



※広報とよおかは豊岡市公式ホームページやスマートフォンアプリのマチイロでも読むことができます。

UD  
FONT

見やすいユニバーサル  
デザインフォントを採  
用しています。



環境に優しいベジタブルインキで  
印刷しています。