

広報

# 南あわじ



Minamiawaji City Public Relations Magazine



2026 年二十歳のつどい

愛を胸に未来へ



「2026 年 南あわじ市二十歳のつどい～愛～」(関連記事:2～3頁)

写真: 式典の企画・運営を行った二十歳のつどい実行委員

場所: 南あわじ市文化体育館





天野実行委員長の挨拶



「愛」をテーマに行われた式典では、実行委員長の天野更咲さんが、お世話になった人への感謝やふるさと南あわじ市への思いを語りました。また、小学4年生の児童らが参加した「二十歳のつどい〜ハーフ〜」や恩師からのビデオレターの上映も行われました。

一生に一度の二十歳のつどい。二十歳を迎えた皆さんは、未来への希望を胸に新しい道の第一歩を踏み出しました。

20歳の門出を祝う式典「二十歳のつどい」が1月11日に南あわじ市文化体育館で開催され、約350人が出席しました。スーツや色鮮やかな晴れ着に身を包んだ出席者は、旧友との再会を喜び合い、会場内外で写真を撮り合う姿が見られました。

## 2026年 南あわじ市二十歳のつどい



守本市長・お祝いの言葉



三十歳のつどい〜ハーフ〜  
市内の小学校から28人が参加しました。



## ■令和7年度の取り組みと、これまでに見えてきたこと

### ◆実際の暮らしの中で使ってもらった実証として

令和7年度は、将来の本格実施を見据え、市内のシニア20人を対象に、電動アシスト自転車を一定期間貸与するモニター実証を行っています。日常生活の中で実際に利用してもらい、外出の様子や感じたことなどについて、アンケートや走行データの収集を進めています。

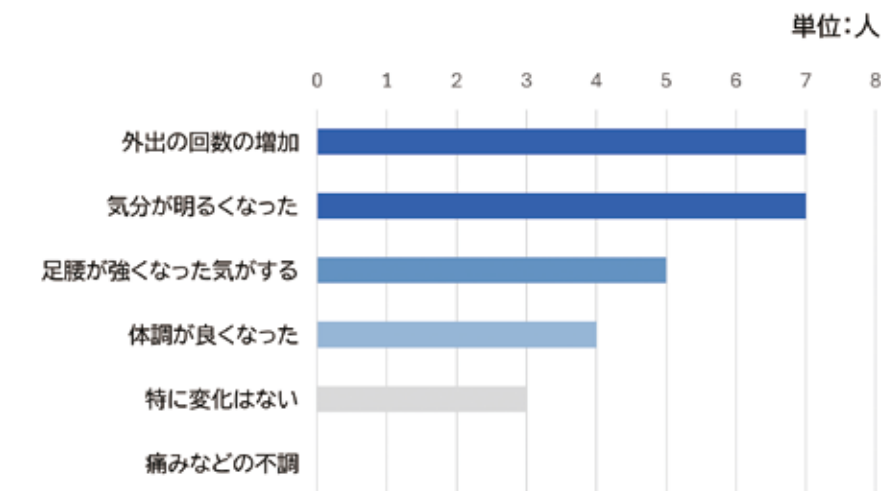
### ◆中間段階で見えてきた傾向と、引き続きの検証

これまでの中間アンケートでは、買い物や趣味など、日常の移動手段として利用されている様子が見られています。また、「外出する機会が増えた」「気分が明るくなった」といった声や、利用を続けたいと感じている人が多いなど、前向きな傾向もうかがえます。

一方で、安全面や利用環境についての意見も寄せられており、市ではそうした声も含めて、実証を通じた検証を重ねています。現在もモニターの皆さまには、実証期間終了（令和8年2月28日）まで、引き続きデータ収集にご協力いただいています。

### 【中間アンケートの結果から】

#### 電動アシスト自転車を使うようになって感じた変化



「外出の機会が増えた」「気分が明るくなった」など、行動や気持ちの面で前向きな意見が多く、生活の変化を感じる声が多く寄せられています。  
※現在も実証は継続中です  
※本設問は複数回答のため、回答人数の合計はモニター数（20人）を上回ります

## ■令和8年度にむけて

eチャリプロジェクトについては、将来的な本格実施を見据えつつ、令和8年度も引き続き検証を行います。新たに選定したモニターを対象に、一定期間、電動アシスト自転車を貸与し、外出行動や生活の変化を通じて、健康づくりや介護予防への効果を確認していきます。

あわせて、市のイベント等と連携した試乗機会を設け、シニアの方が電動アシスト自転車に触れる場も広がっていきます。

### ■高校生と一緒に考えるeチャリプロジェクト

eチャリプロジェクトでは、淡路三原高校と連携し、高校生が主体となってシニアの移動や自転車を取り巻く環境を地域課題として捉え、考え、提案につなげていく取り組みが進められています。

現在、生徒たちは、高齢者が電動アシスト自転車をより身近に感じられるための広報の工夫や、高校生の視点から見た道路環境などについて調査を行っています。

これらの取り組みの結果は、今年の夏頃に提案としてとりまとめられる予定であり、若い世代が地域の課題を自分ごととして考える学びが、eチャリプロジェクトの今後にも生かされます。

# シニアの外出を、もっと自由に ～南あわじ市「eチャリプロジェクト」～



市ホームページ

図長寿・保険課生涯活躍推進室 ☎ 43-5260

## ■なぜ南あわじ市は「eチャリプロジェクト」を始めたのか

### ◆車に頼る暮らしの、その先を考えるため

南あわじ市では、日常の移動の多くを自動車に頼っています。買い物や通院、ちょっとした外出も車が当たり前という暮らしは便利な一方で、「運転をやめたあと、どうやって外に出るのか」という不安を、誰もが心のどこかに抱えています。

市がeチャリプロジェクトを始めたのは、シニアが免許を返納する“その日”のことだけを考えたからではありません。10年後、20年後もこのまちで自分らしく外に出続けられる暮らしを、今から準備していく必要があると考えたからです。



### ◆無理なく身体を動かし続けられる手段として

そこで市が選んだのが電動アシスト自転車でした。自転車は身体を動かしながら移動できる身近な手段ですが、坂道や距離の不安から、日常的に使い続けることが難しい人も少なくありません。

電動の力を借りることで移動そのものが楽になり、「また乗りたい」「もう少し先まで行ってみたい」と感じられます。そして、その楽しさこそが外出を続けるきっかけになります。自動車での移動に比べ、ペダルをこぎ、バランスを取りながら走る自転車は、自然と身体を動かすことにつながります。日常の中で無理なく身体を使い続けられることも、大切な視点の一つです。

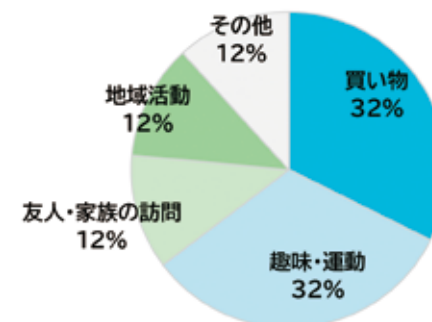
### ◆運転免許証を「返納してから」ではなく「今から」の準備

将来、車に乗らなくなったときに、「明日から電動アシスト自転車に乗りましょう」と言われても、身体の使い方やバランスの問題から、実際には難しい人が多いのが現実です。自転車に乗り続けてきた期間があるからこそ、無理なく使い続けられます。それは、長い時間をかけて身につく力だと考えています。

将来、運転免許証を返納する際に、「大丈夫。ずっと自転車に乗ってきたから、買い物や病院くらいなら困らない」と言って、生活の不便さを感じずに暮らせる人が増えていく。eチャリプロジェクトは、そんなまちの姿を目指した取り組みです。

### 【中間アンケートの結果から】

#### 電動アシスト自転車の主な利用目的



利用目的は「買い物」や「趣味・運動」が中心で、日常の外出手段として使われています。







ふ れ あ い

市長室



南あわじ市長 守本 憲弘

### 健康づくりと温浴施設のこれからについて

南あわじ市では、年齢を重ねても元気に、自分らしく暮らし続けられるまちを目指し、日常生活の中で無理なく取り組める健康づくりを推進しています。健康づくりとは特別なことではなく、一人ひとりの小さな日々の積み重ねが、何より大切だと考えています。

その環境づくりとして、市では子どもから高齢者まで、すべての世代を対象とした多角的な取り組みを行っています。特定健診やがん検診の受診促進など、生活習慣病の予防や早期発見に力を入れるとともに、100歳体操や健康講座を通じて、楽しみながら体を動かす機会づくりにも取り組んでいます。皆さまの高い健康意識により、受診率も県内で上位にあり、100歳体操の拠点も90を超える広がりを見せています。

また、いつまでも自立した生活を送り続けられるよう、高齢者を対象に医療機関と連携したフレイル外来を設け、心身機能の低下を早期に発見し、適切な支援につなげています。さらに、自転車を活用して運動

習慣の定着を図るeチャリプロジェクトや、思いやりポイント制度によるボランティア活動、短時間雇用など、いつまでも活躍できる仕組みを展開しています。

こうした健康づくりを支える場として、多くの方に親しまれている温浴施設は、心と体をゆっくりと休めることができる場所です。しかしながら、近年、人件費の上昇、光熱水費や各種資材の価格高騰が続いており、施設の運営を取り巻く環境は年々厳しさを増しています。これまで経費削減や効率的な運営に努めてまいりましたが、現行の利用料金では、日々の安定した施設運営を維持することが極めて難しい状況となっています。

また、施設を安全・快適な状態で維持していくためには、計画的な改修や修繕を行っていくことが欠かせず、そのための費用も増大していく見通しです。こうした状況を踏まえ、本年4月から温浴施設の利用料金を改定させていただく予定です。

今回の改定は、市民の皆さまの健康を支える拠点を、できる限り安定的に継続していくための苦渋の決断です。市としましては、料金改定後も、温浴施設におけるサービスの向上に加え、健康事業の充実など、皆さまが楽しみながら健康づくりに取り組める環境づくりに、より一層努めてまいります。

ご負担をおかけすることとなりますが、これからも温浴施設に足を運んでいただき、日々の健康維持に役立てていただけますよう、心よりお願い申し上げます。

## 防災への決意を新たに 南あわじ市消防団初出式を開催

年始恒例の「南あわじ市消防団初出式」が1月4日、三原健康広場グラウンドで開催され、消防団員860人が参加しました。

井上英樹団長の訓示を受け、地域防災の要として「自分たちの地域は自分たちで守る」という意志を再確認し、防災力の強化に向けての決意を新たにしました。

また、消防庁長官表彰、日本消防協会会長表彰、兵庫県消防協会会長表彰など、受章者らに表彰状が授与されました。



## 温浴施設利用料金改正について

(さんゆ〜館、ゆーふる) 健康課 ☎ 43-5218

(ゆとりっく) 商工観光課 ☎ 43-5221

さんゆ〜館、ゆーふるおよびゆとりっくについては、近年の人的費の上昇及び光熱水費や各種資材の価格高騰により極めて厳しい経営状況となっており、安定した施設運営を図るため、令和8年4月1日より利用料金の改正を行います。詳しくは、各施設掲示物または市のホームページをご覧ください。

温浴のみ	3施設共通(※)		さんゆ〜館	ゆとりっく	水着浴(バーデゾーン) 7・8月のみ	さんゆ〜館	
	一般 (当日券)	回数券 (10枚)	会員制度 年会費+1回あたり	会員制度 年会費+月額		水着浴のみ	水着浴+ 温浴セット
大人	750円	6,750円	40,000円+200円	2,000円+6,500円	大人	750円	1,280円
小人	380円	3,420円	8,000円+200円	2,000円+3,900円	小人	380円	650円
65歳以上	640円	5,760円	40,000円+200円	2,000円+6,500円	65歳以上	640円	1,090円
障がい者	600円	5,400円	40,000円+200円	2,000円+6,500円	障がい者	600円	1,020円

※ゆとりっくのみ障がい者一般(当日券)450円、回数券(10枚)4,050円

## 令和7年度 地域おこし協力隊活動報告会

都市部などから地方に移住し、住民とともに地域づくりに取り組む「地域おこし協力隊」。南あわじ市では現在2人の隊員が、農水産物の地産地消の推進や地元食材のPR、移住相談や地域コミュニティ活動への参加などによる地域活性化の活動を行っています。(任用中の隊員は3人。うち1人は休業中)

隊員の今年度の活動内容を市民の皆さまに知ってもらうため、活動報告会を開催します。

**日時** 2月6日(金) 10:00～11:00

**場所** 市役所本館3階304・305会議室

**内容** ①スライドショーを用いた活動報告②パネル展示

※参加費無料、事前申込不要

☎ふるさと創生課 ☎ 43-5205

## 寄付ありがとうございます

一般財団法人淡路信用積善会から、青少年の健全な育成に役立てる目的のもと、164冊(50万円相当)の図書の寄贈がありました。

市内の4館室(市立図書館、三原分館、広田図書室、湊図書室)でコーナーを設置し、貸出しています。それぞれの年代の興味に寄り添う図書が寄贈されておりますので、ぜひご活用ください。



田所英司理事長(右)と  
守本市長

## 吉備国際大学からのお知らせ

### 農学部学友会によるクリスマス会を実施

令和7年12月17日、南あわじ志知キャンパスでは、農学部学友会主催のクリスマス会が開催されました。今年は体育館を会場に、学生同士の交流を深める催しとして、モルックとビンゴ大会が行われました。

モルックは、木製の棒を投げて数字の書かれたピンを倒し、得点を競うフィンランド発祥のスポーツです。年齢や経験を問わず、幅広い人が一緒に楽しめる点が特徴で、参加した学生の多くが初めて挑戦しました。ゼミ対抗のトーナメント戦が進むにつれ、学生たちは次第にコツをつかみ、作戦を考えながら真剣な表情で競技に臨んでいました。仲間と声を掛け合いながらプレーする姿も多く見られ、特に決勝戦では応援の声が体育館に響き渡るなど、会場は大いに盛り上がりました。



続いて行われたビンゴ大会では、番号が読み上げられるたびに歓声が上がり、会場は終始和やかな雰囲気に包まれました。学年やゼミを越えた交流の場となり、キャンパスならではのアットホームな魅力を感じられる時間となりました。

仲間とともに体を動かし、親睦を深める機会となった今回のクリスマス会は、学生生活の思い出の一場面となったようです。今後も南あわじ志知キャンパスでは、学生主体の活動を通じて、より良いキャンパスづくりを進めてまいります。



国民年金保険料の納付方法

選べて便利

口座振替でのお支払い

手間がかからず、納め忘れを防ぐこともできます。また、前払い（前納）すると国民年金保険料が割り引きされます。

口座振替を希望する人は、「国民年金保険料口座振替納付（変更） 申出書兼還付金振込方法（変更） 申出書」を年金事務所（郵送可）または口座振替を希望する金融機関に提出してください。

※マイナポータルからログインし「ねんきんネット」上で手続きをすることができ  
ます

クレジットカードでのお支払い

希望する人は、年金事務所へお問い合わせください。

納付書でのお支払い

- ・金融機関、郵便局、コンビニエンスストアで納付
- ・電子納付（Pay-easy（ペイジー）・インターネットバンキング等）で納付
- ・スマートフォンからの電子決済で納付

※前納を希望する人は、年金

事務所ねんきん加入者ダイヤルまでご連絡ください  
☎0570・003・004

ねんきんネットを活用した「納付書によらない納付」

納付書が手元になくても、「ねんきんネット」からインターネットバンキング等を利用してPay-easy（ペイジー）納付ができる仕組みです。「ねんきんネット」から納付状況を確認しながら、納め忘れた保険料を納付できます。

明石年金事務所管内出張年金相談

▽日時 3月26日（木）  
午前10時15分～午後3時  
▽場所 洲本市文化体育館  
▽受付期間 2月25日（水）～  
※満席になり次第受付終了  
▽申込先 明石年金事務所  
お客様相談室  
☎078・912・4983  
音声案内①↓②の順に選択

問総合窓口センター

☎43・5212

「本人通知制度」に登録しませんか



市ホームページ

「本人通知制度」は、戸籍謄本等の証明書を本人の代理人や第三者の請求により交付した場合に、事前に登録をした本人にお知らせする制度です。不正取得の早期発見や大切な個人情報を守ることにつながります。

対象の証明書

住民票の写し、住民票記載事項証明書、戸籍謄抄本、戸籍附票の写しなど

対象の請求

代理人からの請求、本人等の委任状による、職務上請求（弁護士、司法書士など）、自己の権利行使や義務履行に必要な請求

登録できる人

南あわじ市に住民票または本籍を有する人（転出者や除籍者を含む）  
※登録の方法など詳しくは問合せください

問総合窓口センター

☎43・5212

民生委員・児童委員等の改選

民生委員・児童委員および主任児童委員は、3年の任期満了に伴い、一斉改選となりました。令和7年12月から、新たに148人の民生委員・児童委員と、9人の主任児童委員が選任されています。

民生委員・児童委員に相談などをされる際には、福祉課まで新しい担当委員をご確認ください。

※再任により、交代していない区域もあります

問福祉課 ☎43・5216

マイナンバー 出張申請受付（個別訪問）

身体的な理由などで市役所まで行くのが難しい人を対象に、平日に職員がご自宅などを訪問し、マイナンバーカードの申請（新規・10年目のマイナンバーカード更新）をサポートする個別訪問の予約を受け付けています。入院・入所中の人は、病院や施設と調整の上、市内に限り訪問が可能です。

※完全予約制

※希望する日時に沿えない場合もあります  
※5年目の電子証明書の更新は市役所での手続きとなります。（市役所まで行くのが困難な場合は更新通知に同封している委任状を使用することで委任可能です）

問総合窓口センター

☎43・5212

福祉

第3期の地域福祉計画づくりがスタート アンケートにご協力を！

南あわじ市地域福祉計画は令和8年度末に満期を迎えるため、第3期計画の作成に向けて策定委員会を発足させました。

令和8年1月13日に第1回策定委員会を開催し、市長から山本ひとみ委員長に諮問書が手渡されました。策定委員会では今後、アンケート調査やヒアリング調査、ワークショップなどを通じて意見を

収集し、計画策定していきます。そのため、2月上旬に無作為で抽出した人にアンケート調査票を郵送します。令和9年度からの第3期計画に皆さまの声を反映させるため、期限までの回答にご協力をお願いします。

問福祉課

☎43・5216

募集

高齢者の暮らしを支える意見交換会



市ホームページ

少子高齢化が進む南あわじ市では、「移動・つながり・健康」を巡る課題に対して、新しい解決の形を探しています。新たな事業や取り組みと一緒に考えてみませんか？

日時 3月5日（木）

午後2時～4時

※午後4時から5時は参加者同士の交流・名刺交換の時間としています（自由参加）

場所 市役所本館3階

304・305会議室

講師 大東市生活支援コーディネーター 吉村悦子氏

（NPO法人住まいみまもりたい）

内容 ①南あわじ市の現状と課題、趣旨説明 ②先進事例（大東市方式）の紹介 ③意見交換、名刺交換

対象 企業・店舗・団体の皆さま（業種不問）

※専門知識は不要。どなたでもご参加いただけます  
募集人数 先着40人  
※各企業・団体につき最大2人まで申込みが可能です

申込締切

2月27日（金）

問地域包括支援室

☎43・5237



申込フォーム

訂正とお詫び

広報1月号2頁および3頁に掲載しました「令和7年南あわじ市10大ニュース」の記事に誤りがありました。次のとおり訂正し、お詫び申し上げます。

・3月「自治体トイレカー災害時相互派遣に関する協定」の締結

・10月 南あわじ市役所が「GenAI HR Awards 2025」公共セクターでグランプリ受賞

買取大吉 KAITORI DAIKICHI 淡路洲本店 洲本市本町4-3-13 入口は弁天銀座側になります 営業時間／11:00～17:30 ●定休日：毎週火曜日、水曜日 古物営業法に基づき、ご来店の際は身分証明書（運転免許証・保険証）をご持参下さい。 兵庫県公安委員会 第631802300010号

買取大吉 KAITORI DAIKICHI 淡路洲本店 洲本市本町4-3-13 入口は弁天銀座側になります 営業時間／11:00～17:30 ●定休日：毎週火曜日、水曜日 古物営業法に基づき、ご来店の際は身分証明書（運転免許証・保険証）をご持参下さい。 兵庫県公安委員会 第631802300010号

運営は、Q人あわじ発行の 淡路印刷(株)です できるだけ 様々な商品を買取させて頂きます。 お気軽にご相談・お電話下さい。 ※一部買取できない商品もございます。

～ 新しい夢の『はじまり』を創るために ～ 従業員募集中！ 「安心・安全・信頼」の解体工事はお任せください!! 松井開発運輸株式会社 南あわじ市湊1354 TEL 0799-36-5078



確定申告に必要なもの

対象者		必要な書類（提示またはコピーの提出）
すべての人		・マイナンバーカード（※税務署で申告の場合のみ、2種類のパスワードが必要です） ・マイナンバーカードをお持ちでない人は、マイナンバーを確認できる書類（通知カードか住民票等）と身元確認書類（運転免許証かパスポート等） ※マイナンバーは申告者本人、控除対象配偶者、扶養親族、事業専従者および相続人の記載が必要 ・還付金がある人は、申告者名義の口座番号がわかるもの ・確定申告の利用者識別ID・パスワード（お持ちの人）      ・前年分の申告書の控え（お持ちの人）
右の所得のある人	給与 公的年金等	源泉徴収票（※公的年金のうち日本年金機構分の源泉徴収票再発行は、ねんきんダイヤル☎0570-05-1165へお問い合わせください）
	事業・農業 不動産	・収支計算書、帳簿など（あらかじめ作成しておいてください） ・畜産農家の人は、令和7年中の飼育牛（子牛も含む）の生年月、異動状況など牛台帳、売却証明書
	雑、一時所得者	収入や経費が分かる書類
右の控除を受ける人	医療費控除	医療費控除の明細書（医療等を受けた人、医療機関ごとに集計しておいてください）、医療費通知「医療費のお知らせ」等
	社会保険料控除	国民年金、国民年金基金の保険料を支払われた人は、国民年金や国民年金基金の保険料支払証明書 ※紛失された人や届いていない人は再発行を受けてください。ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004
	生命保険・ 地震保険料控除	支払保険料の証明書
	寄附金控除	寄附金領収書等
	障害者控除	障害者手帳等
	住宅借入金等 特別控除	登記簿謄本、売買・請負契約書のコピー、住宅ローンの年末残高等証明書等

この機会に「e-Tax」を始めてみよう

パソコンやスマートフォンを使って、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用することで、所得税の申告書を作成し、簡単に提出することができます。

また、マイナンバーカードをお持ちの人は、マイナポータル連携を行うことで医療費控除や寄附金控除、株式等に係る譲渡所得等が自動入力されます。令和5年分の確定申告からは、「給与所得の源泉徴収票」「国民年金基金掛金」「iDeCo」「小規模企業共済掛金」が連携機能に追加されました。

詳しくは、洲本税務署（☎24-1212）またはe-Tax ヘルプデスク（☎0570-01-5901）へお問い合わせいただくか、国税庁ホームページをご覧ください。解説動画も公開しています。

郵送や市民交流センターの預かりサービスをご利用ください

1. 申告に必要な用紙は、市民交流センター、市役所本庁舎に設置しています。
- ※ e-Tax の普及により、税務署からの確定申告用紙等の配布枚数が大幅に減少しています。用紙が必要な人は洲本税務署（☎24-1212）へご請求をお願いします。
- ※市民交流センターには、申告書、農業・営業・不動産所得の収支内訳書、医療費控除明細書、添付書類台紙、申告手引書のみ設置しています。これらの書類以外は、市役所本庁舎または洲本税務署に設置しています
- ※ホームページ（国税庁または市役所）から用紙を印刷することもできます
2. 出来上がった書類は、市民交流センターの預かりサービスとして、市役所税務課（洲本税務署）へ引き渡します。洲本税務署への転送期間は2月16日～3月6日のみ。市民交流センターでは、提出書類の点検や説明は行いませんのでご注意ください。
3. パソコンでの申告書作成や、電子申告 e-Tax については、国税庁ホームページをご覧ください。
4. 郵送する場合の宛先
- 所 得 税：〒661-8522 兵庫県尼崎市若王寺3丁目11番46号  
大阪国税局業務センター阪神分室（洲本税務署担当）宛
- 個人住民税：〒656-0492 兵庫県南あわじ市市善光寺22番地1 南あわじ市役所税務課宛

確定申告

所得税の確定申告・市県民税申告

申告期間2月16日（月）～3月16日（月）まで

国税務課 ☎ 43-5213

所得税の確定申告とは

1月1日から12月31日までの1年間に生じた全ての所得の金額と、それに対する所得税の額を計算する手続きです。申告期限までに確定申告書を提出し、源泉徴収や予定納税で納めた税金と過不足を清算します。



市ホームページ



国税庁ホームページ

確定申告が必要な人

所得税などが発生する次の人は申告が必要です。

- 事業・農業・不動産などの所得がある人
- 保険の満期金や不動産などの売却収入等がある人
- 給与所得者は、年末調整により所得税等が清算されるため、申告は不要ですが、次の場合は申告が必要です。  
（1）給与の収入が2,000万円を超える人  
（2）給与を1カ所から受けている人で、給与所得や退職所得以外の所得金額（農業所得など）の合計が20万円を超える人（20万円以下の場合でも、市県民税の申告は必要です）  
（3）給与を2カ所以上から受けていて、かつ、その給与の全額が源泉徴収の対象となる場合において、年末調整をされなかった給与の収入金額と、各種の所得金額（給与所得、退職所得を除く）との合計額が20万円を超える人
- 公的年金等の受給者のうち、公的年金等の収入金額が400万円を超える人。また、公的年金等に係る所得以外の所得が20万円を超える人（20万円以下の場合でも、市県民税の申告は必要です）
- 外国企業から受け取った退職金など、源泉徴収されないものがある人

確定申告をすれば所得税などが戻る人

次のいずれかに当てはまり、源泉徴収や予定納税で納め過ぎた税金がある場合は、還付申告をすることで税金が還付されます。源泉徴収税額がない場合は還付されません。

また、給与所得者や公的年金等に係る所得があり、確定申告の必要のない人が還付申告する場合は、その他の所得も申告する必要があります。

（1）災害や盗難にあった人  
（2）多額の医療費を支払った人  
（3）国や地方公共団体等に寄附をした人  
（4）住宅ローンを利用してマイホームを取得・増改築した人  
（5）年末調整していない控除額がある人

市・県民税の申告が必要な人

1月1日現在、市内に住所があり所得のある人は申告が必要です。ただし、次の場合は申告の必要はありません。

（1）令和7年分の所得税の確定申告書を提出した人  
（2）令和7年中の所得が1カ所からの給与または公的年金のみの人（遺族年金・障害者年金を除く）

※所得がない人は、所得が「0」の申告をしてください。

国民健康保険税における軽減制度の適用や公営住宅入居の判定、所得証明書の発行などに支影響が出る場合があるためです

給付金や助成金も申告が必要です

農業や各種の事業等で、国等からの助成金をもらっている場合は、事業（農業）所得の雑収入または雑所得（業務）の収入に該当しますので申告が必要です。

（例）有害鳥獣害駆除補助金等

有害鳥獣駆除の補助金収入も所得になります

補助金収入から必要経費（駆除にかかった経費）を引いて所得が出た場合は申告が必要です。

※各種の所得の合計から所得控除を差し引いて、税率を乗じて求めた所得税額から配当控除を差し引き、残額がない人は確定申告の必要はありません

雑所得（業務）と事業所得の区分の見直し


事業所得（営業・農業）と雑所得（業務に係る雑所得）については、その所得を得るための活動の規模や営利性によって判定されます。その所得の収入が僅少の場合などは事業所得に区分されません。業務に係る雑所得に区分されます。





## 確定申告・市県民税申告

### 申告会場のご案内

 所得税等／洲本税務署 ☎ 24-1212  
 市・県民税／税務課 ☎ 43-5213

#### 洲本税務署申告相談会場

**場所** 洲本税務署

(洲本市山手一丁目一番15号)

**期間** 2月16日(月)～3月16

日(月)

※土日祝は開設していません

**相談時間**

午前9時～午後4時



#### 南あわじ市役所相談会場

**場所** 市役所第2別館3階多

目的ホール(南あわじ警察署のとなり)

**期間** 2月16日(月)～3月

16日(月)の平日、2月23日

(月・祝)

**相談受付時間** 午前9時～11

時30分、午後1時～4時

**税理士による相談会**

同会場で開催します。

2月26日(木)・3月5日

(木)

#### ■南あわじ市役所相談会場

**利用時のお願い**

**①受付できない相談内容**

次の申告は、南あわじ市役所の相談会場では受付できません。洲本税務署の確定申告会場までお願いします。

- ・所得税のつち、青色申告、土地・建物・株式等の譲渡所得株式の配当所得(申告分離課税を選択した場合)、天災等による雑損控除、住宅借入金等特別控除(初年入)、消費税、贈与税、相続税の相談
- ②混雑緩和にご協力を  
・事業所得の収支内訳書や医療費控除の明細書は、事前に作成をお願いします。

## 短時間就労

### 「超短時間雇用プロジェクト」セミナー・求職者登録面談会

#### 事業者向けセミナー(無料)

市内の事業者を対象に、「超短時間雇用プロジェクト」を紹介するセミナーを開催します。障害や病気などにより長時間勤務が難しい人が、超短時間で働ける仕組みを活用し、人手不足の解消を目指す取り組みです。

▽日時 2月9日(月)

午後1時～3時30分

▽場所 榎列公民館 大広間

▽対象 人手不足の解消に関心のある市内事業者(一般の人も参加できます)

▽内容 ①基調講演「超短時間雇用がもたらす地域の可能性」講師…近藤武夫教授(東京大学先端科学技術研究センター) ②市の取り組み紹介「市内事業所での実践と成果」報告者…超短時間雇用コーディネーター

▽申込方法

お電話または二次元コードから

※詳細は市ホームページをご覧ください



市ホームページ

#### 求職者登録面談会

超短時間のお仕事での就業に興味がある人向けに、個別相談会を実施します。お気軽にご参加ください。

※事前申込が必要です

▽日時 ①2月12日(木)

②2月13日(金)

午前9時～午後5時

※一人50分の枠になります

▽場所 市役所本館会議室

▽申込方法

お電話または二次元コードから



申込フォーム

※超短時間雇用プロジェクトの詳細は市ホームページをご覧ください



市ホームページ

岡長寿・保険課生涯活躍推進室 ☎ 43・5260



- ・畜産農家の人は、令和7年中の飼育牛(子牛も含む)の生年月、異動状況など牛台帳の整理をお願いします。

#### ③その他

- ・受付にて、氏名・住所・連絡先電話番号を記入していただきます。会場の混雑を避けるため、自家用車等での待機(携帯電話への呼び出し)をお願いする場合があります。
- ・申告会場は、換気のため、窓を空ける場合もありますので、防寒対策をお願いします。

#### 沼島出張所相談会場

**日時** 3月10日(火)

午前10時～11時30分、午後1時～3時

**場所** 沼島出張所



## 生涯活躍

### 60歳以上のシニアの皆さまへ お仕事等を紹介します！



①②参加申込フォーム

①活動の「場」を紹介します

**有償ボランティア**

**おもいやりポイント制度**

**説明会・相談会(要予約)**

▽日時 2月9日(月)

午前10時～11時

▽場所 市役所本館1階

101・102会議室

◆誰かの役に立ちたい人、生きがいづくりがしたい人におすすめ

◆貯まったポイントは市内で使える商品券(おもいやりポイント券)に交換できる

※二次元コードから参加申込

☎ 43・5260

岡長寿・保険課生涯活躍推進室

## 募集

### 南あわじ市住生活基本計画(素案)への意見を募集します

市では、令和8年度から始まる『南あわじ市住生活基本計画』を策定するにあたり、意見募集(パブリックコメント)を実施します。皆さまのご意見をお寄せください。

**募集期間** 2月10日(火)～26

日(木)午後5時まで

**閲覧場所** 市ホームページ、

都市政策課、沼島出張所、

## 確定申告

### 確定申告の医療費控除に使用 おむつ使用証明書の交付

寝たきり状態で「おむつ」

を使用している場合、「おむつ代の領収書」と医師が証明した「おむつ使用証明書」により医療費控除の対象となりますが、市が発行する確認書を添付することで医師が証明した「おむつ使用証明書」の代わりにすることが出来ます。

確認書を発行できる要件は次の通りです。

#### 対象要件

①控除を受ける年中の12月31日現在、要介護認定を受け

## 確定申告

### 障害者控除対象者認定書の交付

所得税と市・県民税の障害者控除は、障害者手帳の交付を受けている人が対象ですが、「障害者控除対象者認定書」の交付を受けることにより手帳を所持していなくても控除を受けることができます。

認定書は次の対象要件をすべて満たしている人からの申請により、一定の基準を満た

した人のみに交付します。

#### 対象要件

- ① 満65歳以上
- ② 要介護認定者
- ③ 身体や精神に基準以上の障害があり、障害者手帳の交付を受けていない

※12月31日現在で判定

岡長寿・保険課 ☎ 43・5217

嘱託職員募集(職種:就業開拓他) 広告  
詳しくはシルバー人材センターまで

#### 入会説明会のご案内

日時 ①2月4日(水)午後1時30分～  
②2月25日(水)午後1時30分～  
場所 南あわじ市シルバー人材センター(旧緑庁舎)2階  
内容 シルバー人材センターの仕組み、活動内容、働き方などについて説明します。

空いた時間で「ちょこっと」誰かのお手伝い

## 「ちょこサポ会員」募集中



☎ 0799-45-0012

(公社)南あわじ市シルバー人材センター

〒656-0122 南あわじ市広田広田 1064 番地 (旧緑庁舎) 1 階

TEL / 0799-45-0171 FAX / 0799-45-1814



ホームページ



## 納期限は3月2日(月)

- ① 国民健康保険税【8期】
- ② 介護保険料【6期】
- ③ 後期高齢保険料【8期】

※納期限内の納付がない場合、督促状が發送されます。督促状の發送日から起算して、10日を経過した日までに納付がない場合は、差押えなどの滞納処分を行います  
※納付が困難な場合は、各担当課までご相談ください

(問)①税務課☎43-5213

②長寿・保険課 介護保険係☎43-5217

③長寿・保険課 医療保険係☎43-5257

## 募集

### 学校用務員(会計年度任用職員)の募集

**内容** 市内小中学校での学校用務員業務

**任用期間** 令和8年4月1日

～令和9年3月31日

**勤務時間** 平日の午前8時～午後4時(内45分休憩)

※週5日勤務

**募集人数** 若干名

**賃金** 月額20万5769円

※期末・勤勉手当あり

※社会保険、雇用保険、労災保険に加入

**申込要件**

普通自動車運転免許

**申込方法**

市販の履歴書に写真を貼り、運転免許証の写しを添えて、申込先へ持参または郵送

**申込期限** 2月17日(火)

午後5時まで

**選考方法** 面接試験

※申込多数の場合は書類選考後、面接試験を実施する場合があります。試験日は後日連絡します

**申込み・問合せ**

教育総務課☎43・5230

## 説明会 研修

### ミモザ企業・フレッシュミモザ企業認定に向けた説明会・研修開催

県内企業の女性活躍を促進するため、兵庫県が神戸市と共同で創設したミモザ企業認定制度についての説明会と、ジエンターバイアスについての研修を開催します。

**日時** 2月26日(木)

午前9時30分～11時30分

**場所** 市役所本館3階

※オンライン受講も可

**対象** 市内に本社または主たる事業所がある企業・団体

**講師**

浜野千春さん(国家資格キャリアコンサルタントほか)

**募集人数**

対面30人、オンライン15人程度

**申込方法** 二次元

コードから申し込み

※詳しくは市ホームページをご覧ください

**聞** ふるさと創生課

☎43・5205



### 「こころひん」って何ですか？「こころひん」

福祉施設で制作し販売されている商品の呼び名が、授産品から「こころひん」へ変わりました。「こころひん」は、「こころ」と「ひん」を組み合わせたことばです。人それぞれが持つ「こころの色」、いわゆる個性が大切にされ、誰もが自分らしく関われる社会を願ってつけられた名称です。本市でも障がいのある人が働く事業所で作られたさまざまな商品が販売されており、この収益は、利用者の工賃として支払われています。事業所で働く人の工賃向上に向けて、引き続き『こころひん』をご支援いただきますようお願いいたします。

**福祉課**

☎43・5216



## 教育

### 小・中学校で留守番電話の運用を開始します

教職員の長時間労働を減らし、心身ともに健康で、児童・生徒一人ひとりに向き合える教育環境を整えるため、市内全小中学校において、平日の勤務時間終了後や休日に留守番電話の運用を開始します。教育の質の維持・向上のため、ご理解・協力をお願いします。

**運用開始日**

令和8年3月2日(月)  
※事情により前後する場合があります

**留守番電話の機能** 音声ガイダンスのみ(録音機能なし)

**留守番電話運用時間帯**  
① 授業日(登校日)・長期休業期間(春・夏・冬休み)勤務時間終了後から翌朝までの間で学校が設定した時間

② 授業を行わない日(土・日・祝日・学校閉庁日等)終日

## イベント

### 施設愛称を発表 灘黒岩水仙郷水仙まつり



市ホームページ

淡路島の冬の風物詩「灘黒岩水仙郷」で水仙まつりを開催し、来園者の皆さんを歓迎します。ぜひ来場ください。

**日時** 2月8日(日)

午前10時～午後3時

**場所** 灘黒岩水仙郷

**内容** 特産品の販売(みかん、ジュースなど)・淡路島手延

べ素麵振舞い・キャラクター(すいせんなんちゃん・こあらん・うず坊)・グリーティング・淡路人形浄瑠璃の体験  
◆通年営業となり、親しみを持っていただけるよう施設の愛称を募集し、このたび愛称が決定したので発表します。  
**問** 商工観光課☎43・5221

## 農業

### 農振除外の申し出について



市ホームページ

農業振興地域整備計画は農業振興施策を計画的に実施するため、農業上の利用を確保する農用地区域を定めており、区域内の農地は農業以外の目的への転用が厳しく制限されています。

農振除外の申し出を行う場合は、必ず事前に農林振興課までご相談の上、受付期間内に書類の提出をお願いします。

**受付期間** 2月6日(金)～3月10日(火)

※除外には要件を満たす必要があります。要件、提出書類など、詳しくは市ホームページをご覧ください

**問** 農林振興課☎43・5223

## ごみ

### 第2回ドライブスルーでリサイクル・リユース



市ホームページ

リサイクル・リユースできるものを、無料で回収します。

**日時** 2月28日(土)

午前9時～午後3時

※雨天の場合は中止

**場所** 中央リサイクルセンター(複列上幅多191111)

**回収例** 家具類、古着類、雑貨(食器類、おもちゃなど)

※リユースできないものは有料で回収します(座卓、和ダンスなど。破損等があるもの)  
※詳しくは市ホームページをご覧ください

**問** 環境課

☎43・5214

淡路島のシロアリ防除・害虫駆除専門店

**Alice アリス**  
ホームドクター

南あわじ市北阿万筒井76-1  
☎0799-55-0800  
※お気軽にお問合せ下さい。

広告

### しろあり被害・拡大中!!

- ・しろあり
- ・はち
- ・ゴキブリ
- ・ムカデ
- ・ネズミ
- ・イタチ
- ・ハト
- ・コウモリ
- ・その他害虫

全島対応  
いたします



調査・  
見積無料!

無料

事前相談で  
後悔のない  
お葬式を

(市内割引致します)

葬儀・仏壇・墓石・ギフト

株式会社 **神戸未来**

陸の港西淡前より徒歩1分  
西淡三原ICから車で3分

**南あわじ斎場**



〒656-0322 南あわじ市志知鉦466-1

TEL: 0799-36-0033 FAX: 0799-36-0053

広告



募集

市営住宅入居者の募集

政令月収15万8千円以下対象  
※裁量階層（新婚世帯、義務教育終了前の子どものいる世帯等は21万4千円以下）

▽福良住宅（福良）

1戸、405号、2LDK（条件付単身可）、平成24年度建築。家賃月額1万9300円、3万7900円（共益費別途）、駐車料金1台につき月額2500円（屋根付き5000円）

▽受付期間 2月2日（月）～16日（月）までの平日

※応募多数の場合は抽選

※応募がない場合は継続募集

▽公開抽選日 2月25日（水）

午前10時、市役所本館1階

※詳しくは市ホームページをご覧ください

〒430-8555 福良町1-1-1

〒430-8555 福良町1-1-1

放課後事業スタッフの募集

▽業務内容 小学生の放課後

お知らせ

水道基本使用料等生活支援福祉補助金の申請

水道基本使用料等生活支援福祉補助金の申請はお済みですか。条件に該当すると思われる世帯には1月中旬に申請書を送付しています。通知が届いていない世帯で、該当すると思われる場合は福祉課にお問い合わせください。

▽申請期限 3月3日（火）

※詳しくは市ホームページをご覧ください

〒430-8555 福良町1-1-1

〒430-8555 福良町1-1-1

※問合せ先は淡路広域水道企業団ではありませんので、ご注意ください

全国瞬時警報システム（アラート）の全国一斉情報伝達試験の実施

地震・津波や武力攻撃などの発生に備え、総務省消防庁による全国瞬時警報システム（アラート）を用いた情報伝達試験が行われます。

▽実施日時 2月6日（金）午前11時頃

▽放送内容 「これは、Jアラートのテストです」×3回、「こちらは、ぼうさい南あわじ市です」

※屋外スピーカーや戸別受信機から緊急放送が流れます。実際の災害と間違えないよう、ご注意ください

〒430-8555 福良町1-1-1

〒430-8555 福良町1-1-1

県実施フェニックス共済（住宅再建共済）の出前相談

年間50000円の少額負担ですべての自然災害が対象です。

▽日時 2月9日（月）

午前10時～午後3時

▽場所 市役所本館1階

※申込みには、銀行の届出印および口座番号が必要（クレジットカードでも可）

〒430-8555 福良町1-1-1

〒430-8555 福良町1-1-1

「金正賞」の申請受付

▽受付期間

2月2日（月）～27日（金）

▽受賞資格 ①交通安全協会の会員であること②次のこと①②の条件を満たしていること①金賞受賞後の運転年数②営業用3年、家用5年 原付10年

※基準日（2月1日）から過去5年間、無事故・無違反であること

▽特例による受賞資格 未受賞者、銅賞・銀賞受賞者でも次の基準を満たせば金正賞の申請ができます。

①運転経歴…営業用25年、家用30年、原付40年②無事故・無違反…営業用、家用、原付ともに18年以上※30年以上交通安全協会の会員であること

〒430-8555 福良町1-1-1

〒430-8555 福良町1-1-1

文化体育館からのお知らせ

◆2月初回トレーニング講習会 トレーニングルームを利用する場合、初回のみ講習会を受講していただきます。

▽日程 14日（土）午前10時30分、15日（日）午後1時30分、18日（水）午後7時、25日（水）午後7時

▽対象者 16歳以上

▽受講料 500円（市内）

▽定員 6人（要予約）

◆ヨガ教室（要予約）

▽対象者 中学生以上

▽受講料 500円（各回）

▽定員 各40人

▽日時 ①2月8日（日）②2月14日（土）③2月23日（月・祝）④3月7日（土）⑤3月21日（土）

②、⑤午後1時30分～3時

①、③、④午前10時～11時30分

▽持ち物 ヨガマット

◆臨時休業のお知らせ

2月7日（土）、19日（木）はスポーツ大会および定期点検のため、トレーニングルームを臨時休業します。

〒430-8555 福良町1-1-1

催し

南あわじ市消費者協会

公開講座（無料・申込不要）

認知症になっても安全に安心して暮らし続けることができるよう、認知症の症状や接し方を学び、正しく理解するための公開講座を開催します。

▽内容

認知症サポーター養成講座

※受講後は認知症サポーターステッカーをお渡しします

▽講師

在宅介護支援センター職員

▽日時 2月13日（金）

午後1時30分～3時

▽場所 福良地区公民館

〒430-8555 福良町1-1-1

〒430-8555 福良町1-1-1

〒430-8555 福良町1-1-1

認知症SOSネットワーク

模擬訓練

SOSネットワークは、認知症などで行方が分からなくな



催し

滝川記念美術館 玉青館

◆春季特別展「珉平焼からタイルへ―南あわじの近代化遺産―」

▽内容 江戸時代後期に伊賀野村で開窯した珉平焼の成立から日本初の本格的タイル生産の発展までを南あわじの重要な近代化遺産として位置づけ、その歴史とともに人々を魅了してきた作品や製品を展示します。

▽期間 6月7日(日)まで

◆「Ride the Train  
「思い出の淡路鉄道」」

▽内容 かつて、島民の生活を支えた淡路鉄道。大正11年の開業から昭和41年の廃線までの足跡や当時の駅舎の姿と現在の様子を写真パネルと資料でご紹介します。

▽期間 6月7日(日)まで

◆2月の休館日 2日(月)、9日(月)、16日(月)、24日(火)

岡玉青館 ☎36・2314

淡路人形浄瑠璃資料館

◆淡路人形浄瑠璃名場面

「絵本太功記 尼ヶ崎の段」

▽内容 だんじり唄「太十」にもなった光秀・十次郎などを展示

◆第34回淡路人形絵画展

▽期間 2月10日(火)から5月初め頃まで

◆特別展「淡路座と大坂」

▽期間 2月5日(木)から3月中頃まで

岡淡路人形浄瑠璃資料館  
☎42・5115

淡路人形座(2月公演案内)

「受け継がれる淡路人形  
五百年の歴史がここにあり」

◆上演内容 「バックステージ  
ツアー・戎舞」・「傾城阿波の  
鳴門 順礼歌の段」

※上演内容は変更になる場合があります。ご了承ください

◆定時公演

午前10時・午前11時10分  
午後1時30分・午後3時

◆2月の休館日 4日(水)、10日(火)、11日(水)、18日(水)、19日(木)、25日(水)

岡淡路人形座 ☎52・0260

講演会「海城・志知城と秀吉の渡海戦」

志知城は、豊臣秀吉の家臣の黒田官兵衛や加藤嘉明が居城していた城で、天下統一のための四国攻めや朝鮮出兵において重要な拠点となっていました。特徴ある内陸の海城跡を通して、南あわじ市の歴史を学びましょう。

▽日時 2月7日(土)

お楽しみください。

▽日程 2月8日(日)～3月21日(土)

午前9時30分～午後4時

▽場所 産業文化センター  
(津井2285-4)

◆「ひなマルシェ」開催

▽日程 2月28日(土)～3月1日(日) 午前10時～午後4時

▽場所 産業文化センター

※小雨決行、悪天候中止

▽内容 Kids Dance Show(2月28日)、子ども祭礼団によるだんじり唄(3月1日)、フリーマーケット、キッチンカーなど

岡瓦とひなの会(興津)  
☎090・6669・7688

がん診療市民公開講座

▽日時 3月7日(土)

午後1時30分～3時30分

※開場は午後1時

▽場所 県立淡路医療センター

▽内容 ①講演1「肺がんの診断と薬物療法」講師・桐生辰徳(呼吸器内科医長)

②講演2「肺がんに対する当院のロボット手術」講師・松岡英仁(副院長兼部長・呼吸器外科部長)

※入場無料、申込不要・先着順  
岡県立淡路医療センター  
がん相談支援センター

☎24・5044

ひつじのひまわり周忌

①写真展

▽日程・場所 2月6日(金)～26日(木)・淡路ファームパークイングランドの丘 国生みの館

②イベント

▽日時・場所 2月15日(日) 午後1時30分～ 淡路ファームパークイングランドの丘 ヒルトップホール

▽内容 飼育員による在りし日の「ひまり」のお話

※市民無料(本人確認書類が必要)

岡淡路ファームパークイングランドの丘 ☎43・2626

第17回永田青嵐顕彰全国俳句大会 表彰式・講評会

▽内容 受賞作品の発表・表彰式、各選者による講評

▽日時 3月1日(日) 午後1時30分～3時50分

▽場所 洲本市文化体育館

▽代表選者 稲畑廣太郎氏(ホトトギス主宰)

▽選者代表

正井良徳氏、三根香南氏

▽定員 300人

▽申込締切 2月26日(木)

※参加費無料、事前申込制  
岡(一財)淡路島くにうみ協会  
☎24・2001

永田政経塾(第6回)

▽内容 淡路島ゆかりの先覚者に学ぶ①高田屋嘉兵衛物語②永田三代記

▽日時 2月15日(日) 午後1時～

▽場所 永田邸(倭文長田)

岡樋口季一郎顕彰会(出田)

☎090・1157・2991

里山基地「子どもの冒険ひろば」の活動(要申込)

▽日程 2月8日(日)

▽内容 竹コッポリ、ぜんざいづくり

岡AGN西淡(武田)

☎090・7553・9492

第261回神代天体観測会「冬の星座を見よう」

▽日時・場所 2月22日(日) 午後7時30分、神代小学校

※保護者同伴。悪天候時は神代地区公民館

岡神代天体ドーム再建準備会(木田)

☎090・3616・3824

相談

無料法律相談(予約制)

▽内容 市顧問弁護士による相談(1人20分)



# 2月の健康カレンダー

日	曜日	受付時間	場所
17	火	11:30～15:45	福良地区公民館
26	木	13:45～16:00	南あわじ市保健センター

内容	日	曜日	時間	場所
生活習慣病相談、 栄養相談、血圧測定、 こころの相談など	17	火	9:00～11:00 13:00～14:30	市役所 本館1階

※こころの相談は、予約制です

内容	日	曜日	場所
4カ月児健康診査（R7年10月生）	27	金	南あわじ市 保健センター
食育講座赤ちゃん栄養サロン（予約制） （R7年9月生）	26	木	子育て学習・ 支援センター
育児相談（R7年7月生）	24	火	
10カ月児健康診査（R7年4月生）	19	木	
1歳6カ月児健康診査（R6年7月生）	3	火	
2歳児育児相談・歯科健診（R5年7月生）	18	水	南あわじ市 保健センター
3歳児健康診査（R4年9月生）	10	火	
就学前5歳児健康診査（R3年2月生）	12	木	
遊びの教室（予約制）	5	木	
発達支援相談（予約制）	5	木	

内容	日	曜日	場所
前期コース（歯科健診など） 後期コース（赤ちゃんのお世話など）	21	土	南あわじ市 保健センター

※受付時間等は対象者に案内します  
※各種教室・相談のお問合せは、健康課☎43-5218)まで

時間外診療病院	休日応急診療所(寛集地区公民館☎53-1536)
月 平成病院	診察日 9:00～11:30 13:00～16:30 18:00～21:30
火 平成病院 八木病院	1日(日) 瀧川 卓 医師 穀内勇夫 医師
水 中林病院 南淡路病院	8日(日) 富本喜文 医師 齊藤雅文 医師
木 翠鳳第一病院	11日(水) 岩崎正道 医師 畑田卓也 医師
金 中林病院	15日(日) 齊藤雅文 医師 柴田亮平 医師
土 翠鳳第一病院	22日(日) 柴田亮平 医師 高田育明 医師
平日18:00～23:00 土曜13:00～23:00 ※当直医によって専門 以外の診療はできない 場合があります	23日(月) 高田育明 医師 穀内純江 医師

※教室・相談は、中止や延期場合があります。  
詳しくは各担当課にお問合せいただくか、二次  
元コードから市ホームページをご確認ください。



日	曜日	受付時間	場所
4	水	14:00～15:00	市地区公民館

日	曜日	受付時間	場所
3	火	14:00～15:30	くつろぎプラザシーパ (湊110)
27	金	14:00～16:00	いちばん星 (市福永572)

※詳しくは、地域包括支援室☎43-5237)まで

日	曜日	受付時間	場所
22	日	13:30～16:00	いちばん星 (市福永572)

日	曜日	受付時間	場所
4	水	14:00～16:00	いちばん星 (市福永572)

日	曜日	受付時間	場所
16	月	13:30～15:00	福良地区公民館

※詳しくは、健康課☎43-5218)まで

## 小児救急医療(対象は中学生まで)

◆小児夜間救急電話センター  
毎日午後10時～午前6時（受付は午前5時40分）  
☎小児夜間救急電話センター☎44-3799  
※通話はお客様対応の品質向上のため録音しています  
◆休日小児救急診療  
日曜・祝日・年末年始の休日、みなと元気館内の洲  
本市応急診療所において開設。予約不要。  
受付時間 9:00～11:30、13:00～16:30  
☎洲本応急診療所☎24-6340

## 救急安心センターひょうご「#7119」

救急医療電話相談。専門家が24時間365日対応。

# ストレスとうまくつきあいましょう

☎健康課☎43-5218

ストレスとは、外部から刺激を受けたときに生じる緊張状態のことです。外部の刺激には、天候や騒音などの環境的要因、病気や睡眠不足などの身体的要因、不安や悩みなどの心理的要因、さらに人間関係のトラブルや仕事の忙しさなどの社会的要因があります。つまり、私たちの日常生活で起こるさまざまな変化が、ストレスの原因となるのです。例えば、進学や就職、結婚、出産といった喜ばしい出来事も、一種の変化や刺激であるため、ストレスの原因になることがあります。ストレスの感じ方には個人差があり、強く感じる人もいれば、あまり感じない人もいます。ストレスが大きかったり、長時間続いたりすると、心身の調子を崩すことがあるため、注意が必要です。

## ◆ストレスのサイン

- こころのサイン  
・不安や緊張が高まり、イライラしたり怒りやすくなったりする  
・ちょっとしたことで驚いたり、急に泣き出したりする  
・気分が落ち込み、やる気がなくなる  
・人づきあいを面倒に感じて、避けるようになる

- 体のサイン  
・肩こりや頭痛、腹痛、腰痛などの痛みが現れる  
・寝つきが悪くなり、夜中や朝方に目が覚めることがある  
・食欲が落ちて食べられなくなったり、逆に食べすぎてしまったりすることがある  
・下痢や便秘が起こりやすくなる  
・めまいや耳鳴りを感じる

ストレスのサインに気づいたら、できるだけ早めに対処することが大切です。誰かに話を聞いてもらったり、気分転換をしたり、ゆっくり休んだりすることで、こころも体も軽くなるなら、大きな心配はありません。

## ◆自分にあったストレス解消法をみましょう

1. 体をリラックスさせる（身体的アプローチ）  
・十分な睡眠や休息をとり、脳と体の疲れをしっかり回復させましょう。  
・入浴やサウナで汗を流すことも効果的です。  
・軽い運動やストレッチ、散歩、ヨガ、筋トレを取り入れて体を動かしましょう。  
・深呼吸をして、心身の緊張を和らげることもおすすめです。

2. 気分転換・没頭する（精神的アプローチ）  
・趣味の時間を確保し、好きなことに没頭しましょう。  
・アロマを焚いたり、好きな音楽を聴いたり、自然を感じられる場所に出かけるのも良いでしょう。  
・カラオケなどで大声を出してストレス発散する方法もあります。  
・絵を描くなどの作業に集中して、気持ちを切り替えましょう。

3. 感情を外に出す・整える（心理的アプローチ）  
・友達や家族と話して、自分の気持ちを共有しましょう。  
・イライラや不安な気持ちを紙に書き出して吐き出すことも効果的です。  
・「まあいいか」と物事を別の視点から見て、気持ちを整理することも大切です。



眠れない日や気持ちの不安定な状態が数週間も続いたり、何をするにもやる気が出なかったり、すぐに疲れてしまうことがあれば、一人で無理をせず、心の専門家に相談しましょう。  
市では予約制の健康相談を実施しており、精神科医や心理士に相談できる機会があります。相談を希望される人は、健康課までご連絡ください。





# 子育て広場

園ゆめるんセンター(子育て学習・支援センター)

☎42-7703



市ホームページ

**ゆめるんセンター** 開設時間 平日9:00～16:00

いつでもお気軽に遊びに来てね。  
※初めての利用は登録が必要です。(登録無料)  
※ゆめるんノート、名札持参(出前ひろばも同様)

**2月の出前ひろば** 開設時間10:00～11:30  
※親子でお気軽にお出かけください。どこでも参加できます




ひろば名	開設日	場所
みどり	4, 6, 13, 18, 20, 27	保健センター
せいだん	3, 5, 10, 12, 24	湊地区公民館
みはら	3, 5, 10, 12, 17, 19	働く婦人の家
なんだん	4, 6, 13, 20, 25, 27	福良地区公民館

**2月の主な催し** ※要申込、詳細はお問い合わせください。申し込みは先着順、定員に達し次第受付を終了します

対象	開催日時	行事名・場所	備考
登録児	16日(月) 10:15～	2月おたんじょうかい ゆめるんセンター	持参 ウエットティッシュ ※右の申込フォームからお申込みください
ひよこ	25日(水) 10:30～	プチひなまつり会 ゆめるんセンター	定員 先着20組 持参 パスタオル ※ひなまつりソングや癒しの音楽をオカリナで演奏してくれます
りす うさぎ ぞう	26日(木) 10:30～	ひなまつり会 働く婦人の家	定員 先着30組 ※体を動かしたり、シアターを見たりして楽しめます



### 今年度の年齢別ひろばの区分

 <b>ひよこ</b> ※現在妊娠中の人も含む	R7.4.2～ R8.4.1生まれ
 <b>りす</b>	R6.4.2～ R7.4.1生まれ
 <b>うさぎ</b>	R5.4.2～ R6.4.1生まれ
 <b>ぞう</b>	R4.4.2～ R5.4.1生まれ

## みんなの図書館

図市立図書館 ☎53-0234・三原分館 ☎43-5037



市ホームページ



蔵書検索

開館時間 9:30～19:00

※日曜日・祝日は17時まで

※土曜日は17時まで(広田・湊地区公民館図書室のみ)

休館日 月曜:市立図書館、広田図書室

水曜:三原分館、湊図書室

※祝日の翌日、資料整理日は全館室休館

※【市立】2月18日(水)～26日(木)は臨時休館

市立図書館・広田地区公民館図書室						
月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	
三原分館・湊地区公民館図書室						
月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	
休館日 資料整理日(休館)						

今月の図書館カレンダー

### 図書館からのお知らせ

◆ピノキオのおはなし会(市立図書館) 毎週日曜日10:00～

◆よみきかせ会(三原分館) 毎月第3土曜日15:00～

※お知らせや詳細は図書館ホームページで随時更新中

◆市立図書館の臨時休館について

2月18日(水)～26日(木)は、特別整理のため臨時休館します。予約、取寄せもできません。ご理解ご協力をお願いします。(三原分館、広田・湊図書室は通常通り開館します。)



### 本の世界へようこそ!



さみしい夜にはペンを持て

古賀史健 / 著 (ポプラ社)

自分とは何ものなのか?誰もが一度は抱く問いを、日記を書くことによって探っていくお話。やさしい文体で読みやすいです。これを読めば文章を書くことが楽しくなるかもしれません。



「自分の気持ち」を表すことば図鑑

ひきたよしあき / 著 (大和出版)

気持ちを表す「ことば」をイラストと共に紹介、日常での役立て方も場面別にわかりやすく解説されているので、明日からでも使える言葉がたくさん。ことばに詳しくなれる一冊です。

## 家で楽しむ 学校給食 23

### 今月の献立 「揚げぎょうざの酢じょうゆかけ」

#### ■材料(4人分)

ぎょうざ(※)	8個	濃口しょうゆ	小さじ1.5
小麦粉	10g	米酢	小さじ1.5強
水	35ml	上白糖	小さじ1
揚げ油	適量	ごま油	小さじ1
しょうが	8g	いりごま	4g

#### ■作り方

- しょうがはみじん切りにする。
- 小鍋にAを合わせ、①を加えひと煮立ちさせる。
- いりごまは半ずりにする。
- 小麦粉を水でよく溶いてなめらかな衣を作る。ぎょうざを衣にくぐらせ、油で揚げる。
- ④に②をからめ、いりごまをふる。



#### 一口メモ

しょうがの風味がきいた甘酸っぱいたれに、ごまの香ばしさをプラスしています。子どもたちがやみつきになる、人気の味わいです。

12ch

## 南あわじ市ケーブルテレビからのお知らせ



2月の番組ピックアップ!

**2026年 南あわじ市二十歳のつどい**

■9日(月)～15日(日) 9:00～、20:00～

1月11日(日)に開催された『二十歳のつどい』を放送。10歳の児童たちによる「二十歳のつどい～ハーフ～」や「恩師からのビデオレター」。そのほか、二十歳の記念にひとことメッセージも!ぜひご覧ください。



写真工房～フォトリエ～募集中

今回の募集テーマは「冬」。クリスマスやお正月、二十歳のつどいなど、家族や友人たちとの1枚をお待ちしています♪

応募締切 2月9日(月)必着

放送 16日(月)～22日(日)

※詳しくは、市ホームページをご覧ください



コミュニティチャンネルでCMを放送しませんか?

**イメージアップ戦略に!商品のPRに!**

有料広告放送を、ぜひご活用ください。詳しくは、お問合せください。

問プロモーション室  
☎43-5201

『詳しく番組内容を知りたい!』そんな時は...

EPG(電子番組表)

テレビリモコンの「番組表」を押すと、1週間分の番組内容が表示されます。また、録画機で簡単予約も可能!



市ホームページで番組の見どころを確認いただけます。



※放送時間・内容を変更する場合があります。予めご了承ください



## スマホの困りごとと解決をお手伝い 今月のスマホ出張相談窓口

日程 9:00～16:45 開設	場所
2月4日(水)	八木地区公民館
2月18日(水)	三原志知公民館
2月25日(水)	灘地区公民館
3月4日(水)	福良地区公民館
スマホ相談窓口予約専用ダイヤル ☎0120-333-658 (受付時間 9:00～18:00)	

※平日の火曜、金曜日は市役所1階ロビーで開設します

### スマホ講習会に講師を派遣

市内のグループや団体が主催するスマホ講習会への講師の派遣も行っています。対象人数は4～10人程度、1回120分以内です。開催予定日の1カ月前までに情報課へお申し込みください。

☎情報課 ☎43-5206



市ホームページ

## 美菜恋来屋出荷者の募集

美菜恋来屋では出荷者(野菜・果物)を募集しています。淡路島内外の人に自慢の出荷物を提供して南あわじ市(淡路島)を共に盛り上げませんか。

※詳しくはお問い合わせください

☎美菜恋来屋 ☎43-3751



## 戦争のあしあと～戦後80年～

昭和42年、目の前に鳴門海峡の雄大な景色が広がる大見山山頂に、世界的建築家丹下健三氏の設計による「若人の広場」が建設されました。ひととき目立つ三角の塔はペン先を表しており、学業半ばで戦争に駆り出され亡くなった若い兵たちの慰霊塔です。

阪神・淡路大震災の影響で閉館していましたが、平成27年、平和を願う市民の憩いの場として再開することになりました。建物内では戦争や樋口季一郎に関する展示も行っています。



「若人の広場」  
埋蔵文化財調査事務所 ☎42-3849

## 毎月・月末・平日・3日間 フードドライブ・デイ

フードドライブとは、ご家庭で使わずに眠っている食品や余っている食品を集め、必要とする人に提供する取り組みです。

日時 2月25日(水)・26日(木)・27日(金)  
9:00～16:00

場所 広田地区公民館、湊地区公民館  
市地区公民館、福良地区公民館

受付できる食品 お米、乾麺、缶詰・インスタント食品・レトルト食品、調味料、お菓子、飲料など

持ち込み方法 公民館に設置している「食品回収BOX」に食品を入れ、受付表に寄付日を記入してください。

※詳しくは市ホームページをご確認ください

☎市消費者協会事務局(市民協働課内)

☎43-5244



市ホームページ

## 生ごみはギュッと しぼって減量化!

生ごみの約80%は水分です  
捨てる前に、しぼって水切りをしましょう



環境課  
43-5214

コンポスト・電動生ごみ  
処理機の補助制度はこちら→



## 架空料金請求詐欺に注意!



電話料金  
有料サイト利用料 が未納になっている  
サブスク利用料

未納料金を払え、払わないと裁判になる

## 身に覚えのない請求は 詐欺を疑って!

対処方法  
・相手のSMSやハガキに書かれた連絡先に電話しない  
・対処に困ったときは消費生活センターへ相談する  
※消費生活センター ☎43-5099

※詳しくは市ホームページをご覧ください

☎危機管理課 ☎43-5203

南あわじ警察署 ☎42-0110



市ホームページ

# ま ち の 動 き

令和8年1月12日までの申出分(敬称略)

※掲載を希望する人は、届け出の際に窓口へお申し出ください  
※フォントの字形により戸籍記載氏名の字形と異なることがあります

## 結婚 いつまでもお幸せに

夫氏名(地区)	妻氏名(地区)	婚姻日
柏木 宏之(八 木)	フィティズエン(宝塚市)	12月9日
藤森 純平(松 帆)	森崎 結麻(福 良)	12月18日
芝 孝太(福 良)	大田祐里江(市)	12月21日
松下 大我(播磨町)	島本 芽依(榎 列)	12月21日
太田美羽弥(高砂市)	山口 裕未(八 木)	12月25日
榎本 龍人(神 代)	土谷 優乃(愛知県)	1月5日
木下 湧陽(市)	別所美愛理(市)	1月6日
小谷 向平(洲本市)	出田 百華(阿 万)	1月7日

## 死亡 お悔やみ申し上げます

氏名	年齢	地区	死亡日	氏名	年齢	地区	死亡日	氏名	年齢	地区	死亡日
沖 ひろみ	64	賀 集	12月6日	橋本千恵子	80	倭 文	12月20日	向江 律貴	6	松 帆	1月1日
土井本愛子	93	阿 万	12月10日	堀 洋二	73	阿那賀	12月20日	松下 定司	73	市	1月4日
山 繁文	79	潮美台	12月10日	榎本 久子	101	神 代	12月21日	西田富美子	92	灘	1月5日
出口千恵子	48	八 木	12月16日	楠本 淳夫	92	阿 万	12月21日	齊藤 燎	92	八 木	1月10日
眞野 照子	92	市	12月16日	杉田三重子	80	阿那賀	12月30日	久井 周子	43	神 代	1月10日
土井本忠雄	91	阿 万	12月18日	溝口 順子	74	灘	12月31日	江本 幸一	94	灘	1月11日
雨堤 好彦	89	津 井	12月19日	仲山 仁己	71	北阿万	1月1日	片山 正義	88	福 良	1月12日
神邊やへ子	73	沼 島	12月19日	増田しげ子	87	湊	1月1日				



## 広報クイズ

2月16日から始まる、  
●●●●。これは所得税の  
過不足を調整する手続きで  
す。納め過ぎた税金の還付  
も、この手続きで受けるこ  
とができます。

●●●●に入る漢字4文字をお答えください。  
(ヒントは広報10～12頁)



■応募方法 (①～⑤すべてにご回答をお願いします)

①クイズの答え②住所③氏名④年齢⑤広報や南あわじ市  
に対するご感想・ご意見

次のいずれかの方法でご応募ください。

【スマホ】 右の応募フォームから応募



【ハガキ】 〒656-0492 南あわじ市市善光寺 22 番地 1  
南あわじ市役所 広報クイズ係 宛

【メール】 kouhou@city.minamiawaji.hyogo.jp

※メールの場合、件名に「広報クイズ」と記載

■応募締切 2月15日(日) ※消印有効

※クイズ正解者の中から抽選で5人にプレゼントが当たります!  
(当選は発送をもって発表にかえさせていただきます)

※1月号の正解は『マイナンバー』。55通の応募がありました



## 👑 全国大会出場おめでとう 👑



道上宙寧さん



谷池弥藍さん

◆ **サッカー・フットサル**  
FC STORY Tokushima マナーナ  
道上宙寧さん  
(今治市立朝倉中3年・津井)  
道上さんが所属するサッカー・フットサルチーム「FC STORY Tokushima マナーナ」は、高円宮妃杯JFA第30回全日本U-15女子サッカー選手権大会(12月6日〜27日・東京都、味の素フィールド西が丘他)に出場しました。

◆ **バレーボール**  
谷池弥藍さん  
(西淡中3年)  
谷池さんは、兵庫県選抜選考会で約100人の中から選抜メンバーの12人に選出され、JOCジュニアオリンピックカップ第39回全国都道府県対抗中学バレーボール大会(12月25日〜28日・大阪府Asueアリーナ大阪他)に出場し、3位の成績を収めました。

## 力強い言葉や高度な技術から勇気をもらう 「夢プロジェクト」を開催

小中学生に夢を持って豊かな生活を送ってもらおうと、著名な文化人やスポーツ選手らを講師に迎える「夢プロジェクト」を開催しました。

まず、12月8日に三原中学校に漫才師「ますだおかだ」の増田英彦さんを招へいしました。増田さんは、「やりたいことがあれば何でもやってみてほしい。夢を叶えるためには人の目を気にするな。パカになれ。勘違いしろ。うぬぼれろ。」と熱く語りました。

続いて12月13日に、プロ野球チーム「オリックス・バファローズ」の現役選手やOBを招き、市内の少年野球チームの子どもたちを対象に指導や交流試合を行いました。参加した子どもたちは選手らの迫力あるプレーに目を輝かせていました。

また、12月18日には、元日本代表陸上競技選手の小林祐梨子さんを福良小学校に迎え、トークショーのほか、走り方の実技指導が行われました。小林さんは、「何事も1番が良いわけではなく、自分と向き合いコツコツ歩いていくことが自分の糧になる。それが夢への道」と話しました。



オリックス・バファローズの選手による指導



小林祐梨子さん(福良小学校)



増田英彦さん(三原中学校)

## 大会結果

(敬称略)

★数字が順位。関係分のみ掲載。

B&G会長杯

第39回少林寺拳法淡路大会

(11月30日・南淡B&G海洋センター)

総合優勝 淡路緑道院拳友会

組演武(少年中学年の部)

②伊達春貴・宮迫昊矢(緑)

組演武(少年高学年の部)

②増井翔伎・泊朱理(三原)

③池尻陽来・宮迫佑矢(緑)

組演武(高校・一般の部)

①金子謙心(緑)

## 村上頌樹選手が南あわじ市の子どもたちを公式戦に招待!

南あわじ市ふるさと応援大使のプロ野球阪神タイガース・村上頌樹選手が、南あわじ市の子どもたちを公式戦に招待します。

### 対象試合

2026年シーズンの阪神甲子園球場での公式戦全試合

### 招待人数

各試合につき4人まで

### 対象者

市内在住の人で、小学生・中学生・高校生を含むグループ

応募方法などの詳細は、2月中旬頃、市のホームページで発表予定です。この機会に、ぜひ皆さんで熱い声援をお送りください。  
園スポーツ青少年課 ☎43-5234



## 「アワイチ」の魅力がさらにアップ 丸山漁港にフотスポットが完成

淡路島の海岸沿いを時計回りに一周する「アワイチ」は、兵庫県を代表するサイクリングコースです。サイクリストが写真撮影や景観を楽しめる休憩スポットの整備を兵庫県が進めてきましたが、このたび鳴門海峡を望む丸山漁港に島内3カ所目のフотスポットが完成しました。



## 明るい選挙啓発ポスターコンクール 入選おめでとうございます

蜂須賀 健太 さん(湊小・6年)

蜂須賀さんの作品が、明るい選挙啓発ポスターコンクールにおいて、全国の小学生応募数約4万9千点の中から「(公財)明るい選挙推進協会会長・都道府県選挙管理委員会連合会会長賞」に選ばれ、12月25日、市役所にて入選伝達式が行われました。



# 新しい戸別受信機を設置します！ (設置・工事費は無料)

閤危機管理課 ☎ 43-5203

市では、地震などの大規模災害に備え、市民の生命・財産を守ることを目的に防災行政無線を整備しています。整備から約10年が経過し、老朽化が進んでいることから、国が推奨する新たな電波方式へ移行し、より迅速かつ的確な情報提供の実現に向け、再整備工事を実施します。

現在、各家庭及び事業所等に設置している戸別受信機の交換も実施します。新しい受信機への取替作業は、パナソニックコネクト株式会社が令和8年3月から令和10年3月までの期間で順次施工します。市が発行した身分証明書を携帯した作業員が訪問しますので、取替作業へのご協力をお願いします。なお、取替作業は地域ごとに進めていくため、工事が近付いた地域には、改めて防災行政無線でお知らせします。

## この機会に新規設置を！

近い将来発生が危惧されている南海トラフ地震や全国的に多発している線状降水帯の影響もあり大規模災害の発生が懸念されています。避難情報や防災情報等を確実にお届けできるよう、希望する世帯に無償で貸与しています。未設置の人は、ぜひ、この機会にお申し込みください。



# 物価高対応子育て応援手当を支給します

閤子育てゆめらん課 ☎ 43-5219

物価高の影響が長期化し、その影響を強く受けている子育て世帯を力強く支援し、子どもたちの健やかな成長を応援します。



市ホームページ

## ◆支給額

対象児童1人につき2万円を1回限りで支給

## ◆対象児童

- ①令和7年9月分の児童手当の支給対象児童（同年9月に出生した児童については10月分）
- ②令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童。

※市では2月10日から順次支給を開始します。また、申請が必要な人へ、別途、案内を送付しています

## ◆申請が必要な人

- ①令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の保護者
- ②所属庁から児童手当を受給している公務員
- ③10月1日以降に離婚（離婚調停中等も含む）により児童手当の申請が必要になった保護者

※すでに支給の通知を受け取っている人は除く  
◆申請期限 令和8年5月29日（金）17:00  
※詳細は、市ホームページをご覧ください

# 衆議院議員総選挙 投開票日は2月8日（日）です

閤選挙管理委員会事務局 ☎ 43-5004

投票時間

7:00 ~ 20:00

※沼島は 8:30 ~ 17:00

投票日当日に予定のある人は、2月7日（土）までの期間中、以下の場所で期日前投票を行うことができます。

◆場所 パルティ、シーパ、保健センター、福良地区公民館

※沼島総合センターでは、2月4日（水）・5日（木）の2日間のみ期日前投票が行えます

この選挙は、私たちの代表を選ぶ大切な機会です。みなさん、ぜひ投票しましょう。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください



市ホームページ



ホームページ



Facebook



Instagram



X



LINE



総合窓口センター混雑状況