



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

2026年

南あわじ市二十歳のつどい

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った姿が見られました。

「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。



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う実証として

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。

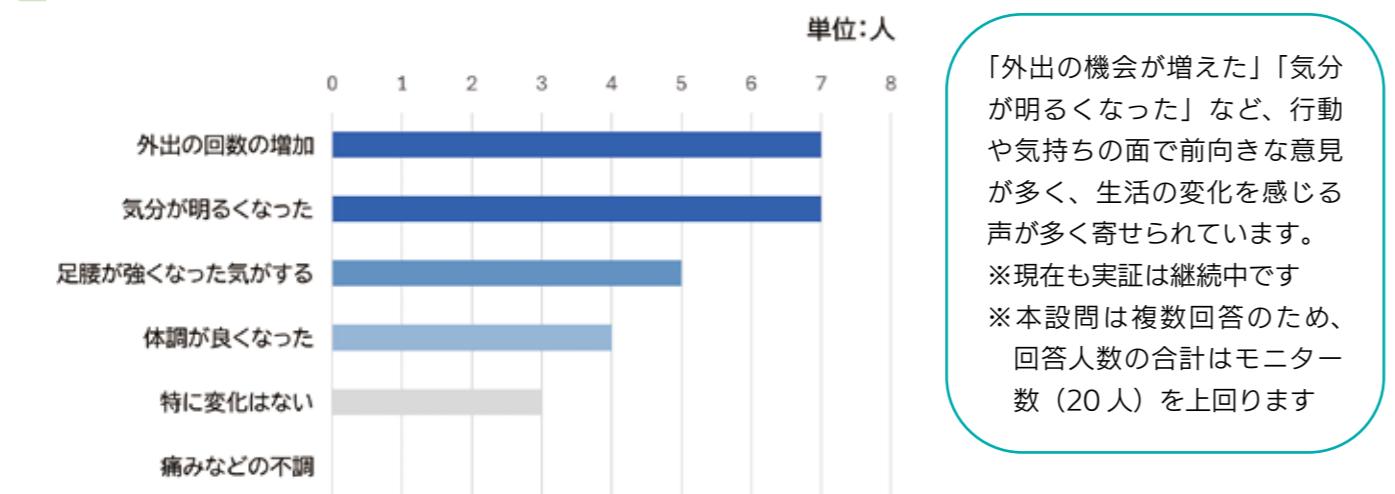
◆中間段階で見えてきた傾向と、引き続きの検証

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んには、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るです。

【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



■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げていきます。

■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”的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。

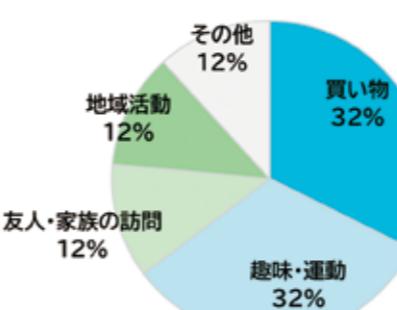
◆運転免許証を「返納してから」ではなく「今から」の準備

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いる、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ない、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、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。

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。

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、日本消防協会長表彰、兵庫県消防協会長表彰など、受章者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、ゆーぶる) 健康課 43-5218

(ゆとりっく) 商工観光課 43-5221

さんゆ～館、ゆーぶるおよびゆとりっくについては、近年の人件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 水着浴のみ 水着浴+温浴セット
	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		
大人	750円	6,750円	40,000円+200円	2,000円+6,500円		
小人	380円	3,420円	8,000円+200円	2,000円+3,900円		
65歳以上	640円	5,760円	40,000円+200円	2,000円+6,500円		
障がい者	600円	5,400円	40,000円+200円	2,000円+6,500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ん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

問ふるさと創生課 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、ぜひご活用ください。



国民年金保険料の納付方法

選べて便利

□座振替でのお支払い
手間がかかりず、納め忘れ
を防ぐことができます。まと
めて前払い（前納）すると国
民年金保険料が割り引きされ
ます。

□座振替を希望する人は、
「国民年金保険料□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□
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
で手続きをなすことができます。

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。

※前納も利用できます

納付書でのお支払い
・金融機関、郵便局、「ンビ
ー」（ノーストア）で納付
・電子納付（Pay-easy
(ペイジー)・インターネット
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

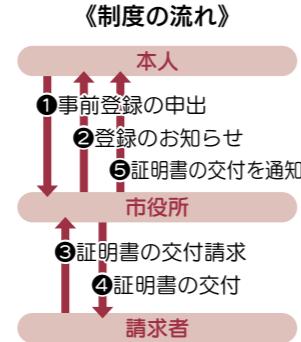
※前納を希望する人は、年金
事務所（郵送可）または□
座振替を希望する金融機関に
提出してください。

※マイナポータルからログイ
ンし「ねんきんネット」上
で手続きをなすことができます。

証明書 「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お
問い合わせください

問合せ窓口センター ☎ 43・5212

マイナンバーカードの 出張申請受付（個別訪問）

マイナンバー

事務所ねんきん加入者ダイ
ヤルまで「」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」からオンライン
で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。

「ねんきん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

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

△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
総合窓口センター

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。
のとおり訂正し、お詫び申し上げます。

・3月 「自治体トイレ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「Gen-AI HR Awards
2025」公共セクターでグランプリ受賞

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

問合せ窓口センター ☎ 43・5212

※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）

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、計画策定していくま
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。

問合せ窓口センター ☎ 43・5216

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、期限までの回答につ
協力をお願いします。

問合せ窓口センター ☎ 43・5216

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、期限までの回答につ
協力をお願いします。

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も、
新しい解決の形を探していま
す。新たな事業や取り組みを
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 イネーテー吉村悦子氏
(NPO法人住まいみまも
りたい)

申込締切 2月27日（金）
43・5237



市ホームページ

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。

0799-53-5770

※一部買取できない商品もございます。

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。
のとおり訂正し、お詫び申し上げます。

・3月 「自治体トイレ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「Gen-AI 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

買取大吉 淡路洲本店

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

地図

～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!!

お気軽に
ご相談を…

松井開発運輸株式会社

松井開発運輸株式会社

※お見積もりは無料です

南あわじ市湊1354 TEL 0799-36-5078

MATSUI DEVELOPMENT

■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	<ul style="list-style-type: none"> 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） <p>※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</p> <ul style="list-style-type: none"> 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	<table border="1"> <tr> <td>給与 公的年金等</td><td>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）</td></tr> <tr> <td>事業・農業 不動産</td><td> <ul style="list-style-type: none"> 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 </td></tr> <tr> <td>雑、一時所得者</td><td>収入や経費が分かる書類</td></tr> <tr> <td>医療費控除</td><td>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</td></tr> </table>	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	<ul style="list-style-type: none"> 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	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		
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	<ul style="list-style-type: none"> 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										
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										
右の控除を受ける人	<table border="1"> <tr> <td>社会保険料控除</td><td>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</td></tr> <tr> <td>生命保険・ 地震保険料控除</td><td>支払保険料の証明書</td></tr> <tr> <td>寄附金控除</td><td>寄附金領収書等</td></tr> <tr> <td>障害者控除</td><td>障害者手帳等</td></tr> <tr> <td>住宅借入金等 特別控除</td><td>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</td></tr> </table>	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
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」を利用して申告書を作成し、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）へお問い合わせくださいか、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。



■確定申告が必要な人

所得税などが発生する次の人には申告が必要です。

1. 事業・農業・不動産などの所得がある人
2. 保険の満期金や不動産などの売却収入等がある人
3. 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力所から受けている人で、給与所得や退職所得以外の所得額（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力所以上から受けている、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
4. 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）
5. 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年分の確定申告書を提出した人
- (2) 令和7年中の所得が1力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。



※詳細は市ホームページ
ページをご覧ください



南あわじ市内の事業者の皆さんへ
人手不足解消の新しい選択肢
超短時間雇用セミナー
地域の活性化と人材育成のための取り組み
2026年2月9日(月) 13:00-15:30
南あわじ市役所本館会議室
お電話または
次元コードから
お問い合わせ
ください

※詳しくは市ホームページ
ページをご覧ください

**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**

(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

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

開覧場所 市ホームページ、
都政課、沼島出張所

提出方法 郵送、持参、FAX、メール、専用フォームのいずれかで都政課に提出

提出

問い合わせ チェブロー 0799-45-0012

嘱託職員募集(職種:就業開拓)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。

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
(洲本山手1-1丁目1番15号)
期間 2月16日(月)～3月16日(火)
※土日祝は開設していません

相談時間 午前9時～午後4時
期間 2月16日(月)～3月5日(木)
※土日祝は開設していません

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)
期間 2月16日(月)～3月23日(月・祝)
相談受付時間 午前9時～午後1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。

南あわじ市役所相談会場

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。

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。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

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、市が発行する認証書を
添付することで医師が証明し
た「おむつ使用証明書」の代
わりにすることができます。

ミモザ企業・フレッショミモザ企業認定に向けた説明会・研修開催

小・中学校で留守番電話の教育運用を開始します

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、ジエンダ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

対象 市内に本社または主たる事業所がある企業・団体

※オンライン受講も可

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
□ 43・5205

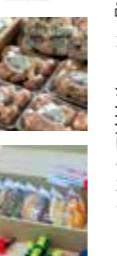


「存じですか? 「こいいろひん」

福祉施設で制作し販売されている商品の呼び名が、授業から「こいいろひん」へ変わりました。「こいいろひん」は、「こいいろ」と「いろ」を組み合わせたことばです。人それぞれが持つ「こいいろの色」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つ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「こいいろひん」を「支援いただきますようお願いします。

問福祉課

□ 43・5216



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)

問学校教育課 □ 43・5231

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

緊急連絡時の対応 児童・生徒の生命や安全に関わる重大な事態が起こった場合は、最寄りの医療機関、消防・救急・警察等へ連絡してください。

イベント 施設愛称を発表

灘黒石水仙郷水仙まつり

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。ぜひご来場ください。

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



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。

緊急かつやむを得ない理由により、区域内の農地を転用する必要が生じた場合は、農用地区域から除外する農用地利用計画の変更(農振除外)を行う必要があります。

問農林振興課 □ 43・5221

農業 濟振除外の申し出について



市ホームページ

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、督促状が発送されます。督促状の発送日から起算して、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

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(複数上幅多1911-1-1)

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、和室など。破損等があるもの)
※詳しくは市ホームページをご確認ください

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!!

全島対応いたします

調査・見積無料!

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



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 南あわじ市志知郷466-1
TEL: 0799-36-0033 FAX: 0799-36-0053

情報瓦ばん

募 集

における創作活動や遊びの
提供・見守り、おやつ準備、
児童出席確認などの支援

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）

▽**福利住宅（福良）**

1戸、405号、2LDK（条件
付单身可）、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

※詳しくは市ホー
ムページをご覧
ください

▽**公開抽選日** 2月25日（水）
午前10時～、市役所本館1階

※詳しく述べ
くさい

▽**放課後事業スタッフの募集**
くだい

問都市政策課 ☎ 43・5227

▽**放課後事業スタッフの募集**
くだい

問業務内容 小学生の放課後

▽**業務内容** 小学生の放課後

▽**開催場所** 福良地区公民館

▽**開催場所**

2月の健康カレンダー

献血

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

「からだ」と「こころ」の健康相談

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

乳幼児健康カレンダー

内容	日曜日	場所
4ヵ月児健康診査 (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ヵ月児健康診査 (R7年4月生)	19 木	
1歳6ヵ月児健康診査 (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	

はじめましてパパ＆ママ講座

※要申込

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 (賀集地区公民館横☎53-1536)		
月	平成病院	診察日 9:00～11:30 13:00～16:30
火	平成病院 八木病院	穀内勇夫 医師
水	中林病院 南淡路病院	富本喜文 医師
木	翠鳳第一病院	岩崎正道 医師
金	中林病院	齊藤雅文 医師
土	翠鳳第一病院	柴田亮平 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	22日(日) 柴田亮平 医師 23日(月) 高田育明 医師 穀内純江 医師

※教室・相談は、中止や延期の場合があります。
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。



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、さらに入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
- 人づき合いを面倒に感じ、避けるようになる

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。

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

◆自分にあったストレス解消法をみつけましょう

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と回復させましょう。
- 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でも効果的です。
- 「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ります。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。

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。

子育て広場

ゆめんセンター(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)

※ゆめんセンター、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~	チひなまつり会 ゆめんセンター	定員 先着20組 持参 バスタオル ※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

家庭で楽しむ 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	A 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

※市販品・手作りどちらでも可

■ 作り方

1. しょうがはみじん切りにする。
2. 小鍋にAを合わせ、1を加えひと煮立ちさせる。
3. いりごまは半ずりにする。
4. 小麦粉を水でよく溶いてなめらかな衣を作る。
5. 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タレに、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。

みんなの図書館

岡市立図書館 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)

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」を表すことは図鑑

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。ことばに詳しくなる一冊です。

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。

閏プロモーション室
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ヶ月前までに情報課へお申し込みください。

☎ 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
☎ 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。ひときわ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靈塔です。

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。建物内では戦争や権力争いに関する展示も行っています。



若人の広場

開館文化財調査事務所
42-3849

架空料金請求詐欺に注意！

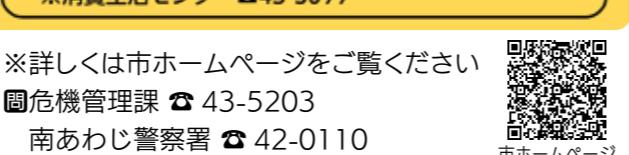
電話料金
有料サイト利用料が未納になっている
サブスク利用料
未納料金を払え、払わないと裁判になる

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



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
☎ 43-5244

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よう

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 →



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)	ブライテイズエン(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 淳陽(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

●人口 43,065人(前月比-43人)

(男) 20,748人(前月比-33人)

(女) 22,317人(前月比-10人)

●世帯数 19,983世帯(前月比+4世帯)

※令和8年1月1日現在

出生 はじめまして、すこやかに

赤ちゃん	性別	保護者	地区	出生日
川上 冬燈	男	瑠門	福良	12月8日
坂本 絃葉	女	雄介	阿万	12月9日
森 雪乃	女	英樹	八木	12月9日
横内 ゆきの	女	真一	福良	12月9日
安井 心都	女	裕哉	榎列	12月10日
坂惠 みな菜	女	蘭香	阿万	12月12日
村上 恵真	男	巧真	福良	12月13日
多田 柚葉	女	大志	榎列	12月22日
土井 瑞葵	女	雅弘	神代	12月28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 燐	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 Tokush
imame-ina
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 TOKUSHI」は、高円宮妃アリーナ大阪他)に

◆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A Sueアリーナ大阪他)に

出場し、3位の成績を収めました。

また、JFA第16回全日本U-15女子フットサル選手権大会(11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。

また、JFA第16回全日本U-15女子フットサル選手権大会(1月11日～12日・栃木県)に出場しました。

★数字が順位。関係分のみ掲載。
大会結果 (敬称略)
B&G会長杯 第39回淡路島拳法淡路大会
11月30日・南淡日&C海洋センター
組演武 (少年高年の部)
①金子謙心(緑)
②増井翔伎・泊朱理(三原)
③池尻陽来・宮迫侑矢(緑)
組演武 (少年中学年の部)
②伊達春貴
組演武 (高校・一般の部)
①金子謙心(緑)
②増井翔伎
③池尻陽来・宮迫侑矢(緑)
組演武 (高校・一般の部)
①金子謙心(緑)
②増井翔伎
③池尻陽来・宮迫侑矢(緑)
組演武 (高校・一般の部)
①金子謙心(緑)
②増井翔伎
③池尻陽来・宮迫侑矢(緑)

※大会結果は、市大会規模以上を対象。大会主催者および関係者からの情報提供に基づき作成

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。バカになれ。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していました。

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んで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

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

市内在住のことで、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。

問スポーツ青少年課 43-5234



「アワイチ」の魅力がさらにアップ 丸山漁港にフォトスポットが完成

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カ所目のフォト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。

