

たからづか

2

2026 February
No.1344

特集①

公共施設の
未来は
どうなる
!?

図書館で過ごす
ある昼下りの
ことでした…

あ行～

作画：市職員

特集 ①公共施設の未来はどうなる…!?

物価高騰に対する支援を行います

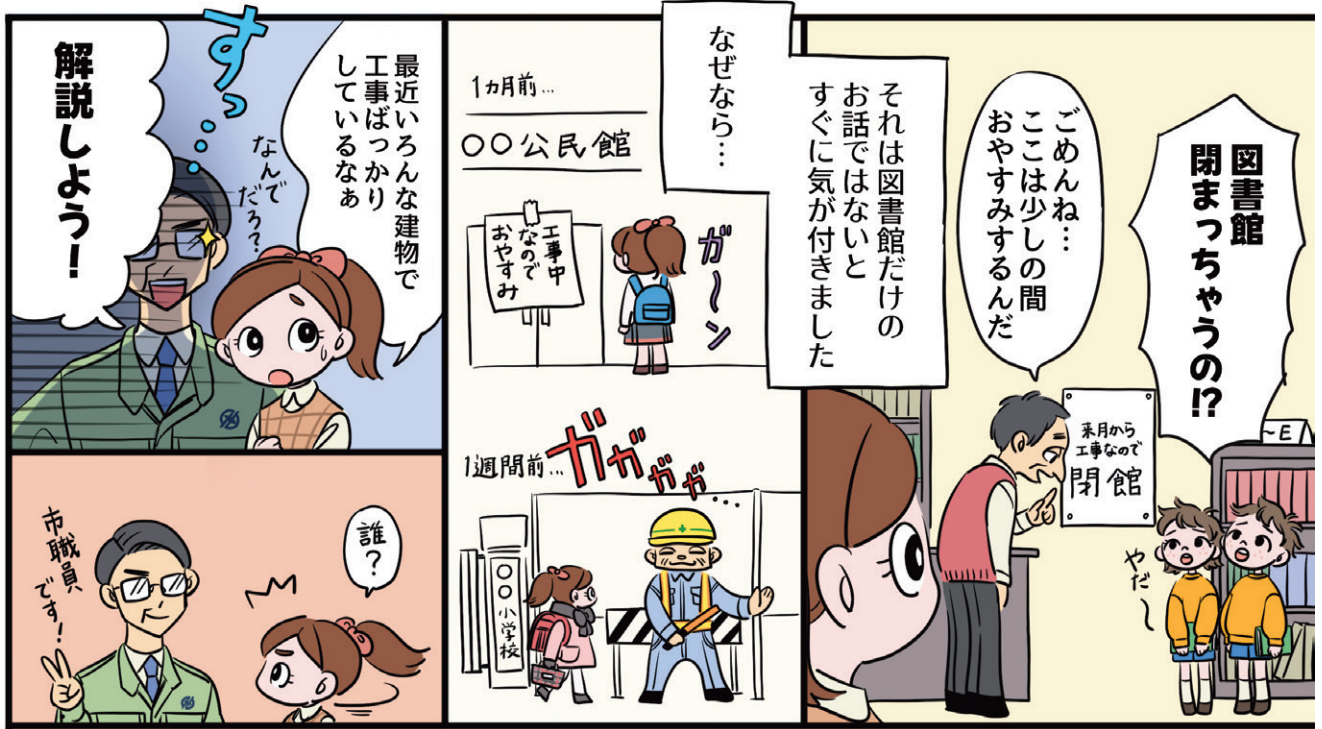
P6

②事業見直しの結果をお知らせします

2月はフレイル予防月間

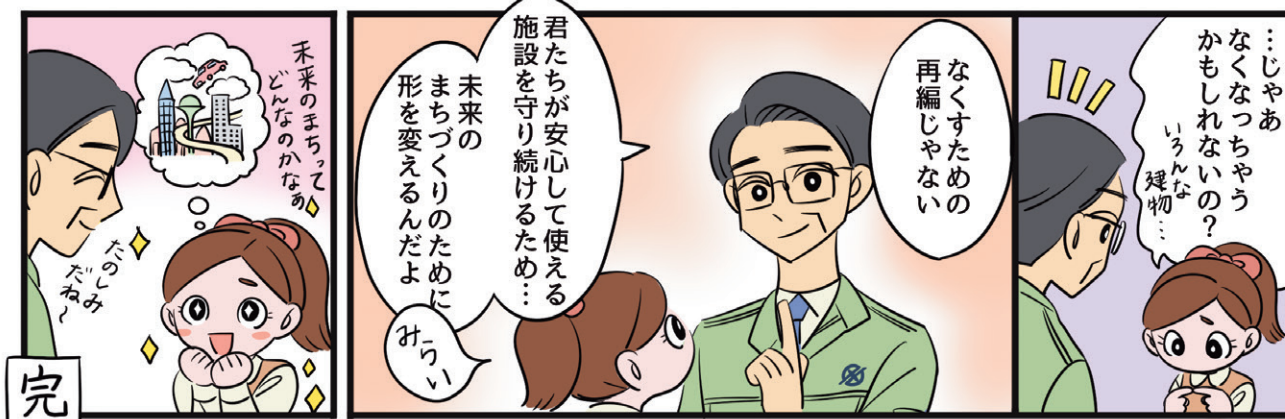
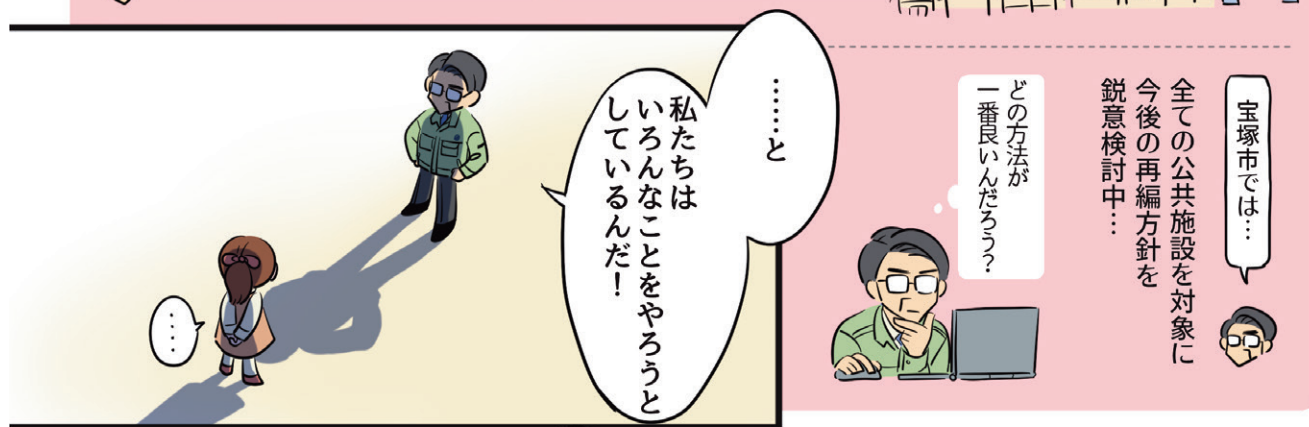
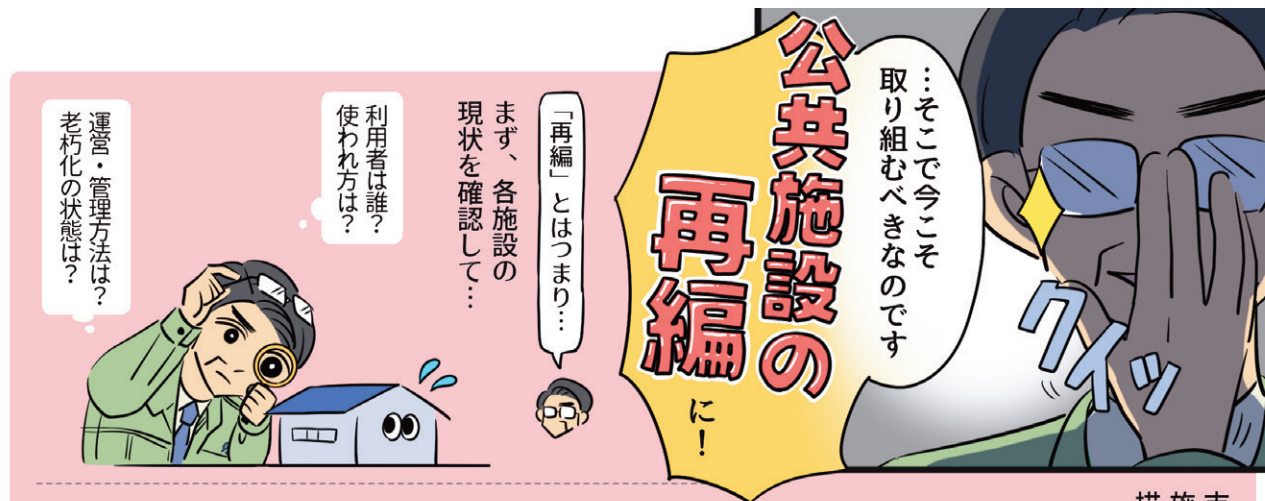
P18～20

第51回衆議院議員総選挙のお知らせ
取り出してお読みください



公共施設が抱える問題とは...!?





★公共施設を守る取り組みについて今後もHPなどで情報発信します！

問 施設マネジメント課(☎77・2233 FAX74・8997)



特集② 事業見直しの結果をお知らせします

市は市民の皆さんの暮らしを守りながら、安定した行政サービスを次世代に引き継ぐため、本誌12月号でお知らせした「見直し項目」について、「市民と市長の対話ひろば」をはじめ関係団体とも対話をしながら検討を進めてきました。このたび、一部を除き各項目の見直し内容を決定しましたので、お知らせします。

高齢者バス・タクシー 運賃助成の廃止

3月末での廃止を決定。
1月下旬に対象者へ案内文書を
発送しました。

※^{がい}障害高齢者タクシー運賃助成は
現行どおり継続します

令和
7年度末



(高齢)障害者(児)医療費助成のうち 「身体障害4級」の廃止

6月末での廃止を決定。
1月下旬に対象者へ案内文書を
発送しました。

令和8年
6月30日



中学生学習理解度調査の廃止

利用しているデジタルドリルなどを活用して、
市内中学生の学力向上を図る形に変更予定

令和
7年度末

証明書発行手数料や 公共施設の使用料を改定

主な改定内容は以下のとおりです。
その他については市HPをご覧ください。

令和
8年度から
順次



主な手数料・使用料	改定日	改定前	改定後
住民票発行手数料	令和8年 10月1日	300円	400円
住民票発行手数料 (コンビニ交付)		200円	300円
印鑑登録証明書発行手数料		300円	400円
印鑑登録証明書発行手数料 (コンビニ交付)		200円	300円
課税証明書		300円	400円
課税証明書(コンビニ交付)		200円	300円
火葬場使用料(市民 12歳以上)	令和9年 3月1日	10,000円	15,000円
手塚治虫記念館入館料 (大人)		700円	900円

市広報板の撤去・譲渡

希望する自治会・まちづくり協議会へ
譲渡し、その他を順次撤去

令和
8年度から

市役所「ひろば」の有料貸し出し

令和8(2026)年度からの運用開始へ向けて
調整中

令和
8年度から

エフエム宝塚の委託内容の見直し

令和8(2026)年度から放送業務委託料を段階
的に減額し、令和10(2028)年度には令和6(2024)年
度比で半額にすることを決定。併せて、今後の運営のあ
り方を協議中



市役所駐車場および末広中央公園 駐車場の夜間・年末年始の 1時間無料廃止と料金単価を改定

料金単価:100円/30分 → 100円/20分
(12/29～1/3を除き、8時～21時は入庫後1時間無料)

令和8年
10月1日
から

その他の項目について

- 令和8年1月5日から 市役所などの開庁時間短縮による職員の時間外勤務の削減
- 令和7年度末 青少年育成市民会議の廃止
- 令和7年度末 フラワー都市交流連絡協議会を退会
- 令和8年度から ^{がい}障害福祉基金の積立の凍結と取り崩しの停止(基金活用事業は一般財源で実施)
- 令和8年度から 学習支援事業の再構築による事業統合・効率化
- 令和8年度から 公共施設での新たな電力調達方法による脱炭素化とコスト削減
- 令和8年度末 ^{くらんど}蔵人共同浴場(ほっこり湯)の廃止
- 令和7・8年度 自治体情報システム標準化など国への働きかけによる国補助金の追加交付



問 事業見直しに関するコールセンター(☎78・9302)

設置期間:1月29日(木)～2月27日(金)平日9時～17時

※期間は変更する場合があります

※お問い合わせ内容により、担当部署へおつなぎする場合があります





これからの行財政経営について

今後も、収支のバランスを保ちながら、必要な行政サービスの実施や新しい施策を実現していけるよう、時代に即した政策への転換を進めます。新たな取り組みや決定事項は、本誌や市HPなどで順次お知らせします。

問 業務改革推進課(☎77・4571 FAX72・1419)

市民と市長の対話ひろば もりりと語ろう、宝塚市の未来



テーマ「地域共生社会の実現に向けて

～宝塚福祉コミュニティプラザを、すべての人が集い交流し、多様性を認め合う福祉の拠点に～」

市の方向性を決める重要な課題について、市長と話してみませんか(申し込み不要、各回2時間)。

手話通訳・要約筆記あり

保 あり(申 各開催日の10日前(土日祝の場合は前週金曜)までに市民相談課へ電話)

日時		場所
2月	8日(日)	14時 総合福祉センター
	10日(火)	14時 ぷらざこむ1
	13日(金)	18時 西公民館
	20日(金)	14時 西谷会館

問 市民相談課(☎77・2003 FAX77・2086)



森市長 からの メッセージ

皆さま、こんにちは。1年で最も寒い季節ですが、健やかにお過ごしでしょうか。

今号では、昨年の事業見直しの結果をお知らせしています(前頁参照)。事業見直しでは、対話ひろばや、ホームページ、また市議会議員の皆さまなどを通して、多くの市民の皆さまから貴重なご意見をいただきました。本当にありがとうございました。

対話を重ねて作り上げてきた事業見直しのパッケージですが、条例改正を伴うものなどに関しては、昨年末の12月市議会で出されたさまざまなご意見をしっかりと受け止め、概ねご了承いただきました。特に大きな修正なく、当初、市としてお示した方向で進めることとしました。

ただ、エフエム宝塚に関しては、市からの放送業務委託料は予定どおり3年かけて半減していく方針と

しましたが、業務内容の方向性については筆頭株主として協議を続けているところです。

なお、高齢者バス・タクシー運賃助成制度や(高齢)障害者(児)医療費助成のうち身体障害4級の対象の方には、廃止の案内をお送りしています。

一方、国の交付金を活用した宝塚市の物価高騰対策としては、総額約19億円の規模で、子育て世帯向けに子ども1人当たり2万円を支給するほか、市民1人当たり3千円相当(今回の事業見直しでご負担をおかけした高齢者の皆さまには1人当たり3千円分の追加、住民税非課税世帯には同じく世帯員1人当たり千円分の追加)の商品券を配布することなどが決まっています(本誌6面参照)。その他の対策に関しては改めてご報告します。

さて、今年10月、創立100周年を迎える宝塚ゴルフ倶楽部で日本女子オープンゴルフ選手権が開かれます。市外から多くの関係者やお客さまが来宝されます。宝塚はゴルフ場が数多くあり、当市の大きな魅力のひとつです。市民の皆さまにも、ぜひこの機会にゴルフに親しんでいただければと思います。

森 副知事



重点支援地方交付金を活用 食料品の物価高騰に対する支援



物価高騰の影響を受ける市民を支援するため、政府の新たな経済対策として「重点支援地方交付金」の拡充が決定されました。本市では食料品の物価高騰に対する支援として、全市民に商品券を支給します。

物価高対応くらし応援事業

4月以降に商品券を送付します。商品券の券種など詳細は市HPや本誌で順次お知らせします。

対象者	金額	加算額
全市民	3千円	—
65歳以上		+3千円
64歳以下の住民税非課税世帯の世帯員		+千円

※原則、申請不要。詳しくは、市HPから

※基準日は、令和8(2026)年1月1日

※加算額の重複はありません

問 商工勤労課 物価高対応くらし応援事業担当
(☎77・2011 FAX77・2171)

物価高対応 子育て応援手当を給付



長引く物価高騰の影響を踏まえ、子育て世帯を支援するため、児童手当を受給する子ども1人につき2万円を児童手当受給者の口座に給付します。

申請が不要な人 給付時期=2月下旬

2月中旬までに通知を送付します。以下の該当者で通知が届かない場合はお問い合わせください。

- 対 ・本市から令和7(2025)年9月分(9月生まれの児童は10月分)の児童手当を受け取った人
- ・離婚などで養育状況が変わり、令和7(2025)年12月までに本市へ児童手当を申請済みの人
- ・12月までに生まれた児童の児童手当を本市へ申請済みの人

申請が必要な人 給付時期=3月以降(申請時期による)

- 対 公務員などで職場から児童手当を受け取っている人、または令和8(2026)年1月以降に出生、離婚などで養育状況が変わった人

- 申 郵送、オンライン(新生児のみ)。詳しくは、市HPをご覧ください。

問 専用コールセンター

(☎78・6565、平日9時～17時、2月2日(月)～)

本市出身で広島東洋カープに入団した 齊藤汰直さんに市民スポーツ賞を贈呈

市は12月18日に、本市出身の齊藤汰直選手に市民スポーツ賞を贈呈しました。

齊藤選手は、6歳から野球を始め、小浜小学校、宝塚中学校、県立武庫荘総合高等学校を卒業。その後、亜細亜大学へと進み、昨年の10月、プロ野球の広島東洋カープからドラフト2位指名を受け入団しました。昨年7月の日米大学野球選手権大会では日本チーム優勝に貢献するなど、これまでの功績を称えた今回の表彰に対し、齊藤選手は「子どもたちに憧れられる選手になりたい」と決意を語りました。

問 秘書課(☎77・2060 FAX77・2080)



健康・生きがい就労トライアル 説明会



保育所で短期間・短時間働いてみませんか。資格は不要。あなたの出番を待っています!

説明会(先着30人)

日 2月26日(木)14時～16時

場 中央公民館

対 おおむね60歳～80歳代

申 2月6日(金)9時半～16日(月)17時に二次元コードまたは電話



就労トライアル内容

保育施設での給食準備、片付け、昼寝の見守りなど
期間=3カ月間

時給=1116円～

※施設により異なりますので、説明会にてご確認ください。

受け入れ施設は市HPからご覧ください。

問 地域福祉課

(☎77・2076 FAX71・1355)



令和8(2026)年度 市・県民税申告の受付開始



電子申告



申告書

市・県民税申告がスマートフォンやパソコンからできるようになりました。
詳しくは二次元コードをご覧ください。

対象者 令和8(2026)年1月1日現在市内在住の人

ただし、次の1～4に該当する人は原則申告不要です。

- 1 所得税の確定申告をする人
- 2 令和7年中に所得がなかった人
- 3 令和7年中の所得が給与のみで、勤務先から市役所に給与支払報告書が提出されている人
- 4 令和7年中の所得が公的年金のみで、扶養・配偶者などの控除が令和7年分の公的年金等の源泉徴収票に記載されている内容どおりの人

※上記2に該当する人でも健康保険の手続きなどで所得申告が必要な場合や、上記4に該当する人でも生命保険料控除や医療費控除などを追加する場合は、申告が必要となる場合があります。

申告書の配布場所 (2月上旬から)

- 1 市民税課、各SC・SS
- 2 市HP(二次元コードから)

申告に必要な主なもの

- 1 本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)
- 2 収入を証明するもの(源泉徴収票など)
- 3 控除を証明するもの(医療費のお知らせや生命保険料控除証明書など)

申告方法

- 1 電子申告(二次元コードから)
- 2 郵送(〒665-8665(住所不要)市民税課)
- 3 会場

会場	受付期間(平日のみ)
市役所本庁舎3階 3C会議室	2月16日(月)～3月16日(月) 9時半～11時半、13時～15時
雲雀丘倶楽部2階	3月4日(水)10時～正午
山本会館 あいあいパーク2階	3月5日(木)10時～11時半、 13時～15時

※今年は東公民館での受付はありません

問 市民税課(☎77・2056、77・2057 FAX71・6188)

確定申告は3月16日(月)まで



作成コーナー

スマホやパソコンから

マイナンバーカードを使って、国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」から確定申告ができます。

確定申告会場 相談は9時開始、公共交通機関をご利用ください

会場	対象者
受付期間(平日のみ)	
①アピアホール 2月6日(金)～12日(木) 8時半～15時	年金受給者、給与所得者、事業所得者など※ ※e-Tax増加により、今年で 開設終了します
②西宮商工会館 2月16日(月)～3月16日(月) 8時半～16時	年金受給者、給与所得者の医療費控除など(住宅借入金等特別控除を除く)の還付申告者※
③西宮税務署 2月16日(月)～3月16日(月) 8時半～16時	西宮商工会館の対象者以外

※不動産・株式などの譲渡所得、山林所得、贈与税の申告を除く

- ①は当日会場では入場整理券を配布、②③での相談は国税庁LINE公式アカウントから事前予約できます。
- いずれも、混雑状況に応じて**相談受付を終了**する場合があります。

問 西宮税務署(☎0798・34・3930)

「ペットの防災対策」動画をYouTubeで公開



市内で実施したペット防災訓練の様子を通して、避難時の流れやクレート(ケージ)訓練のポイントなど、もしもの時に役立つ備えを動画で紹介します。

大切な家族を守るため、日頃の備えを見直してみませんか。

問 広報課(☎77・2002 FAX74・6903)





暮らし・手続き

マイナンバーカードの
休日受け取り(要予約)

- 日 2月28日(土)9時~正午
場 窓口サービス課
対 マイナンバーカードを申請済みの市民
申 二次元コード
問 市マイナンバーコールセンター
(☎0570・200・405)



暮らし・手続き

宝塚駅前SS臨時休業・
コンビニ交付の停止

システム改修作業のため、
以下のサービスを停止します。

- ①宝塚駅前SS臨時休業
日 2月21日(土)
②コンビニ交付サービス停止
日 2月21日(土)~23日(祝)
問 窓口サービス課
(☎77・2050 FAX76・2006)



暮らし・手続き

国民年金保険料の
納付は口座振替がお得

口座振替には保険料が月々60円割引
される早割制度や、2年間で約1万5千
円割引される前納制度があります。

来年度の前納を希望する場合は、2月
末までに申し込んでください。マイナバ
ーカードを持っている人はマイナポータル
からの電子申請も可。

- 問 ねんきん加入者ダイヤル
(☎0570・003・004)



暮らし・手続き

「遺言対策」個別相談会

- 日 2月14日(土)・15日(日)10時~17時
場 西宮市市民・大学共創プラザ(旧西宮
市大学交流センター)
先 各日6人
内 1人あたり45分
申 問 2月13日(金)までに西宮納税貯蓄
組合連合会
(☎0798・33・5216)

暮らし・手続き

マンション管理学習会

マンション管理士が、マンション管理組
合が抱える問題を解説。テーマは日替わ
り。

- 日 2月14・28日(土)9時半~11時半
場 市役所第二庁舎 会議室A・B
先 各回50人(当日直接会場へ)
対 分譲マンション区分所有者など
問 住まいづくり推進課
(☎77・2018 FAX74・8997)



暮らし・手続き

不動産(空家等)のお悩み
無料相談会

(一社)宅地建物取引業協会の宅地建
物取引士が、不動産の相続や売却など
のお悩みに答えます。

- 日 2月17日(火)13時半~15時20分
場 市役所 第二庁舎
先 6人
申 問 前日までに住まいづくり推進課
(☎77・4572 FAX74・8997)

暮らし・手続き

持ち家の終い方セミナー

ファイナンシャルプランナー、弁護士、
リフォーム会社などの専門家が、お金と
住まいについて解説。

- 日 2月21日(土)10時半~12時半
場 アピアホール
先 50人
対 市民
申 問 2月13日(金)までに二次元コード
または街クルーズ(☎74・4719)



暮らし・手続き

武田尾駅前駐車場の
新規契約者を募集

契約期間=4月1日~令和10年3月末
月額使用料=普通車5千円・軽自動車4千円
抽 普通車46台・軽自動車24台
申 2月20日(金)までに、運転免許証と申
請車両の車検証を同駐車場管理事
務所窓口へ持参

- 問 同事務所
(☎91・0245)



暮らし・手続き

金婚夫婦祝福式典
(金婚式)

- 日 6月7日(日)14時
場 神戸ポートピアホテル
対 昭和52(1977)年に婚姻届を提出
または挙式した阪神間在住の夫婦
申 高齢福祉課または各SC・SSで配布
する申込書を〒650-8571(住所
不要)神戸新聞社事業局「金婚」係へ。
2月27日(金)必着。二次元コードも可
問 同局「金婚」係(☎078・362・7086)



文化・産業

KOYOSI農園(サツマイモ栽培)
利用者を募集

- 利用期間=4月1日(水)~11月30日(月)
年間利用料=5千円/1区画
1区画=25㎡
場 大原野字壱ノ坪17番1
先 15区画(複数区画の利用可)
申 問 2月2日(月)から農の魅力創造課
(☎78・6071 FAX77・2133)



文化・産業

市民農園利用者を募集

- 利用期間=4月から1年間(2回延長可)
年間利用料=1万8千円/1区画
1区画=15㎡(大原野第1は30㎡)
車通園=大原野第1のみ可
申 往復はがきに〒住所・名前(返信用にも)・電話番号・希望農
園を記入し〒665-8665(住所不要)農の魅力創造課へ。
申し込みは1世帯1通まで。2月2日(月)~13日(金)(必着)
※現在利用中で継続希望の場合は「同じ区画希望」と
記入してください
問 同課(☎78・6071 FAX77・2133)

募集農園	区画数
安倉南	8
安倉南第2	6
安倉南第3	5
亀井町	16
亀井町第2	7
小林桜	11
中筋第2	14
千種	3
大原野第1	12

日 日時 場所 手数料 抽選 先定員(先着)
保一時保育 手 手話通訳・要約筆記 SCサービスセンター
は往 はがき(85円)または往復はがき(170円)に基本事項(〒住所・名前(ふりがな)を記入)
対 対象者 内 内容 申 申し込み 問 問い合わせ先
SS サービスステーション H.P. ホームページ



健康・福祉

自殺対策強化月間講演会



「子どものいのちを守るために私たちが
ができること」をテーマに、日本自殺予
防学会理事の阪中順子が講演。

日 3月5日(木)14時～16時

場 中央公民館

先 60人

手 あり(申 2月27日(金)まで)

申 問 2月2日(月)～27日(金)に^{がい}障害福祉課
(☎77・2077 FAX72・8086)

環境・まちづくり

不要なパソコンを
無料回収します

家庭で不要になったデスクトップ・ノート・タブレットなどのパソコンを、宅配便で回収します。詳細は二次元コード。

利用の流れ

①事前申し込み

②段ボールに梱包

③宅配業者が指定日時に回収

申 問 二次元コードまたは
リネットジャパン(株)専用窓口
(☎0570・085・800)

環境・まちづくり

引っ越しシーズン到来!
粗大ごみの予約はお早めに

粗大ごみを捨てる時は、クリーンセンターに収集依頼または直接持ち込んでください(有料・要予約)。

ネットでいつでも予約可

二次元コードから、24時間365日予約できます。平成26(2014)年4月以降に電話予約したことがない人は、ネット予約前に要電話。

申 問 粗大ごみ予約・受付センター
(☎87・3363 FAX81・1941)

環境・まちづくり

環境パネル展

市内の環境保全団体の取り組みをパネルで紹介します。

日 2月2日(月)15時～10日(火)13時

場 ピピアめふ1

問 環境エネルギー課

(☎77・2070

FAX71・1159)



環境・まちづくり

ばい捨て・路上喫煙に
関するマナーやモラル
の向上にご協力を

条例により、市内全域で歩きたばこをしないようお願いするとともに、罰則適用区域(市HP参照)でのばい捨てと路上喫煙に対して、過料(各千円)の徴収を定めています。指定喫煙所を利用するなど、ご協力をお願いします。

問 生活環境課

(☎77・2074 FAX71・1159)

環境・まちづくり

猫は放し飼いせず
室内飼育を

猫の糞尿などによる近隣トラブルが増えています。猫を事故から守るためにも、室内で飼育しましょう。

名札をつける、不妊・去勢手術をするなど、近隣の方の迷惑にならないよう、適正に飼育することが大切です。

問 生活環境課

(☎77・2074

FAX71・1159)



人権・平和

“平和なまち”絵画コンテスト
応募作品の巡回展示

平和首長会議主催のコンテストに応募された、市内の小中学生が描いた作品23点を展示します。

日 ①2月4日(水)～10日(火)

②2月12日(木)～18日(水)

いずれも最終日は17時まで

場 ①西公民館②中央公民館

問 人権平和・男女共同参画課

(☎77・9100 FAX77・2171)

人権・平和

戦没者等の遺族に対する
特別弔慰金を支給

戦没者などの死亡当時の遺族で、令和7(2025)年4月1日時点で遺族年金を受ける人がいない場合、特別弔慰金を支給します。手続きは令和10(2028)年3月31日まで。

問 せいかつ支援課

(☎77・2143 FAX77・2171)

※令和7年5月号に誤りがありました。
正しい請求期間は上記のとおりです。

安全

2月6日にJアラートの全国
一斉情報伝達試験を実施

すみれ防災スピーカー(防災行政無線)、エフエム宝塚のラジオ放送、防災ラジオの自動起動試験を行います。大音量での放送がありますが、ご理解をお願いします。

日 2月6日(金)11時

問 総合防災課

(☎77・2078

FAX77・2150)



安全

救命講習



日 2月①8日(日)9時半②15日(日)10時半

場 消防本部 先 ①20人②10人

対 市内在住・在勤・在学のおおむね10歳以上で、②は当日までにWEB講習を受講できる人(過去1年以内に救命入門コースを受講した人は免除)

手 あり(申 2月①1日(日)②8日(日)まで)

申 問 2月①3日(火)②10日(火)までに
二次元コードまたは救急課
(☎73・1944 FAX77・3951)

市政情報

明るい選挙啓発標語・ぬりえの
入選作品が決定

標語は592点の中から優秀賞5作品と佳作7作品が、ぬりえは199点の中から優秀賞3作品と佳作6作品が選ばれました。作品は二次元コードから。

問 選挙管理委員会事務局

(☎77・2032 FAX74・1818)



標語



ぬりえ



受賞作品(かめのいちばさん 3歳)



PICK UP EVENT



申がないものは
予約不要

みんなでつくる宝塚コドモ博



かつて会場周辺にあった「宝塚ファミリーランド」を振り返り、「かえっこ※」を開発した美術家・藤浩志と一緒に創る博覧会。遊ばれなくなったおもちゃやぬいぐるみが、恐竜や動物に生まれ変わり、新しい出会いを待っています。作品づくりや展示、会場案内を行うスタッフも募集中。詳細はHPから。

※遊ばなくなったおもちゃをポイントに換えて、別のおもちゃと交換する仕組み

日 2月20日(金)～4月12日(日)10時～18時
(最終入場17時半まで)

場 文化芸術センター(たからば)

¥ 800円(当日千円)、高校生以下無料。
障害者手帳持参で、障害者と同伴者1人無料。
※会期中は何度でも入場可

問 同センター
(☎62・6800 FAX62・6880、月曜休館)



女と男 ワダちゃんの 消しゴムはんこ教室



吉本興業所属のお笑いコンビ「女と男」のワダちゃん(写真左)指導のもと、自分だけのオリジナル消しゴムはんこを作ります。ワダちゃん、相方の市川さん(写真右)と一緒に笑って学べる楽しい時間を過ごしましょう。

日 3月7日(土)14時～15時半

場 ピピアめふ1 5階

¥ 2500円 先 30人

対 小学生以上(小学生は保護者同伴必須)

申 2月3日(火)～前日に施設HPまたは電話

問 同施設事務所(☎85・2274 FAX85・2273)



女と男



女と男

宝塚を楽しむ街の巨大迷路



160マスの巨大段ボール迷路と宝塚にまつわるクイズが楽しめる、入場無料の体験型イベント。武庫川女子大学経営学部が企画・運営に携わります。迷路の高さは160cm。小学生以下の子どもたちを中心に、年齢を問わず宝塚のまちについて学べます。最新情報は、二次元コードから順次更新中!

日 3月7日(土)・8日(日)10時半～18時

場 アピオホール

問 宝塚商工会議所
(☎83・2211 FAX84・3618)



※実際のコースとは異なります

負けない忘れない3.11ここから生まれる未来 びっくり箱



親子で人形劇や紙芝居などを鑑賞しながら、東日本大震災後の現在、未来について考えよう。入場無料の震災シンポジウムもあります。

日 3月8日(日)10時～17時

場 ソリオホール

¥ ホール公演千円、その他会場の公演は一部有料

先 対 公演により異なる(詳しくは二次元コード)

申 1月31日(土)10時から二次元コード

問 市文化財団(☎85・8844 FAX85・8873)

主な公演	時間	対象
人形劇団京芸 「うみぼうやとうみぼうず」	10時半～ 11時25分	3歳～ 小学3年生
想造舎・ハナジヨス 影絵劇「スマル～大いに怒る」	13時～ 14時10分	小学2年生 以上
白木原一仁 「しろっきーとマイムであそぼ」	①12時半 ②14時半	幼児以上
人形劇団くりきんとん 「ひつじさんのまくら」	①11時50分 ②13時半	幼児以上
渋谷やこ 「布でつくった紙芝居・なにぬの屋」	11時50分～ 12時20分	-

日 日時 場所 料金 抽選 先定員(先着) 対象者 内容 申し込み 問い合わせ先
保 一時保育 手話通訳・要約筆記 SCサービスセンター SSサービスステーション HP:ホームページ
は 往 はがき(85円)または往復はがき(170円)に基本事項(〒住所・名前(ふりがな)を記入



PICK UP EVENT



申がないものは
予約不要

ひょうごフィールドバビリオン 里山time trip



にしたにミルクツアー ～しばって飲んで食べる～

乳牛からミルクをしばり、バター作りに挑戦。古民家ランチや野草の咲く道での散歩も楽しめます。

日 5月30日(土)8時～14時半

場 梅脇牧場



こどもスイーツ工房!～西谷たまごでプリンを作ろう～

作ったプリンはその場で食べ、お土産として正規品の西谷プリンを持ち帰れます。

日 6月27日(土)9時～15時半

場 宝塚自然の家



場 いずれも宝塚駅集合 (JR・阪急バスで移動)

¥ 各5千円 (交通費含む)

対 小学生

先 各40人 (参加人数が19人以下の場合は開催無し)

申 2月1日(日)～3月31日(火)に二次元コード

問 西谷地区まちづくり協議会
(☎080・2529・4960)

名匠セミナー フラワーアレンジメント教室



プリザーブドフラワーやモチーフなどを使った、世界に一つだけのフラワーアレンジメントをつくりませんか。

日 3月8日(日)10時～11時半

場 中央公民館

¥ 1組700円 (1組につきアレンジメント1つ)

抽 10組

対 市内在住の小学生と保護者

申 問 2月20日(金)までに二次元コードまたは
商工勤労課 (☎77・2071 FAX77・2171)



過去開催時の様子



完成イメージ

宝塚「田村麻呂杯」弓道大会 観覧

武家軍団の領地として、平安時代から弓道が盛んだった山本地区で弓道大会を開催します。60m先の的に矢を射る、迫力ある大会の様子を観覧してみませんか。

日 2月8日(日)9時半

場 山本園芸流通センター

内 甘酒の振る舞いあり

問 市スポーツ振興公社

(☎87・5911 FAX81・0652)



コベルコ神戸スティーラーズ公式試合 兵庫県民応援デー



「NTTジャパンラグビーリーグワン2025-26」第12節 横浜キャノンイーグルスとの試合を観戦しよう。

日 3月20日(祝)14時半

場 神戸総合運動公園ユニバー記念競技場

¥ 1枚150円 (手数料別途)

抽 6千人

申 3月8日(日)までに二次元コード

問 県スポーツ振興課

(☎078・362・9439)





PICK UP EVENT



申がないものは
予約不要

宝塚と多田銀銅山

～知られざる宝塚の産業史を紐解く～



宝塚市といえば歌劇や温泉、花き植木がよく知られていますが、実は豊臣秀吉の時代から戦後すぐまで鉱山業が栄えていたことをご存じですか？

「となりの人間国宝さん」に認定された鉱物収集家の澤田操^{みさお}を講師に、本市の鉱山業の盛衰と実際に産出された鉱石について学びましょう。

日 2月22日(日)14時～16時

場 西公民館

¥ 500円 先 20人

申 問 2月7日(土)10時から同館
(☎77・1443 FAX77・1446)



多田銀銅山とその周辺で
産出された鉱石



初心者向けスマートフォン教室



Androidスマートフォンを使って、セキュリティや健康管理を中心に体験してみましょう。ソフトバンク(株)の講師が、操作方法を一から丁寧に教えます。スマートフォンは貸し出すので、未所持の人も参加できます(持参したスマートフォンへの指導はできません)。

日 2月24日(火)14時～15時半

場 くらんど人権文化センター 抽 20人

対 スマートフォン初心者

申 問 2月3日(火)～13日(金)に同センター
(☎73・2222 FAX73・2223)



こうみんかん寄席 末広亭

豊臣秀吉の弟・豊臣秀長が主人公の大河ドラマ「豊臣兄弟!」をもっと楽しめる、史実と現代の兄弟姉妹の在りようをテーマにした寄席。歴史家・田辺眞人^{まこと}(宝塚市大使)と講師・旭堂南海^{きやうどう}の対談や講談「豊臣兄弟ものがたり」、桂二豆^{にまめ}・笑福亭瓶吾^{びんご}による落語など。

日 3月8日(日)14時～15時半

場 中央公民館 ¥ 2千円 先 120人

手 あり(申 2月25日(水)まで)

申 問 2月4日(水)10時から同館
(☎69・6831 FAX73・6012)



宝塚演奏家連盟&市共催チャリティコンサート～能登半島地震災害支援～

東日本大震災をきっかけに始めたコンサートを今年も開催します。収益金は、令和6年能登半島地震災害義援金に寄附します。

出演は奥村智美・椋木裕子・山崎侑希(ピアノ)、上山美弥子(ソプラノ)ほか。曲目はリスト「ラ・カンパネラ」、ビゼー/ウェブスター「カルメン・ラプソディ」ほか。

日 3月8日(日)14時

場 西公民館

¥ 1500円 先 30人

申 問 宝塚演奏家連盟の轟木さん^{とどろき}(☎74・0628)



日 日時 会場 料金 抽選 先定員(先着) 対象者 内容 申込み 申し込み 問い合わせ先
保一時保育 手 手話通訳・要約筆記 SCサービスマスター SSサービスマスター H.P.ホームページ
は往 はがき(85円)または往復はがき(170円)に基本事項(〒住所・名前(ふりがな)を記入

他にもイベント盛りだくさん!
もっと知りたい人はこちら



イベント
カレンダー



市内施設
マップ

公民館

中央公民館 ☎69・6831 FAX 73・6012

東公民館 (3月末まで休館中)

西公民館 ☎77・1443 FAX 77・1446

(1階駐車場は、2月1日(日)~25日(水)は閉鎖。
第2・3駐車場は利用可)



守り、つなごう、里山の未来

日 2月7日(土)14時~16時

場 中央公民館 先 50人

内 里山整備の仕方と必要性、温暖化防止についての講演。講師は(特非)ひょうごの森の倶楽部の福田正

申 前日までに二次元コードからメール

問 県地球温暖化防止活動推進員
(☎090・7481・1000)



人権映画ふれあい上映会「裁判員」

日 2月22日(日)14時~16時20分

場 中央公民館 先 100人

内 映画を通じて裁判員制度の意義や実際の裁判の流れを学ぼう。上映後、大阪地裁の裁判官によるレクチャーと質疑応答あり

申 問 2月2日(月)10時から同館

こうみんかん宵まちコンサート♪ マリンバ西村友重

日 2月28日(土)15時~16時

場 中央公民館(当日直接会場へ)

内 出演は西村友重(マリンバ)、山本江利(ピアノ)。曲目はバルトーク「ルーマニア舞曲」、ビゼー「カルメン組曲」ほか

問 同館

コスト削減ができる!会社と 地球を変える経営セミナー

日 3月6日(金)14時半~16時半

場 中央公民館 先 40人

対 市内事業者

内 分かりやすい脱炭素経営の解説

申 問 3月2日(月)までに二次元コード
または環境エネルギー課
(☎77・2361 FAX 71・1159)



手早くおいしいお昼ご飯 (実演と試食)

日 2月27日(金)10時~13時

場 西公民館 ¥ 千円 先 15人

対 18歳以上

内 ガパオやチキンライスなどお米をテーマとした調理見学と試食、食費の講習など

申 問 2月6日(金)10時から同館

歴史公開講座 「邪馬台国を再考する」

日 2月28日(土)10時~11時半

場 西公民館 ¥ 500円 先 50人

内 歴史研究家の直宮憲一による、邪馬台国の最新研究と課題についての講演

申 問 2月21日(土)までに二次元コードまたは宝塚文化財ガイドソサエティの古村さん(☎090・5676・0907)



無料落語会オバヤシバナシ

日 3月14日(土)14時~16時

場 西公民館

先 120人

申 当日までに二次元コード

問 社会人落語団体「午後の小唄」の島井さん(☎090・9987・1942)



コーヒーインストラクター直伝! コーヒー講座とダルシマーの調べ

日 3月20日(祝)13時半~15時半

場 西公民館 ¥ 1500円 先 50人 対 18歳以上

内 コーヒーインストラクター3級取得を目指して、コーヒーの知識や楽しむポイントなどを学ぼう。講義後は、ピアノの祖先とも言われるハンマーダルシマーの音色でリラックス

申 問 2月11日(祝)10時から同館



男女共同参画センター

☎86・4006 FAX 83・2424



朗読基礎講座

聴く、読む、そして語りましょう

日 2月27日(金)13時~14時半

¥ 2千円

先 20人(当日直接会場へ)

対 朗読や美しい話し方を学びたい人

内 正しい発声法、鼻濁音などを学び、小説や詩、絵本を読んでみよう。講師は朗読指導者の岩尾壽美江

問 朗読なずなの黒田さん
(☎090・1919・3560)

エル・シネマ「ホームレスを生きる女たち」①映画上映②トーク

日 3月7日(土)①10時~11時半②11時45分~12時15分

先 各35人

内 女性の地位向上や女性差別の払拭などをめざす「国際女性デー」の記念イベント。離婚、DV、失業などで図らずもホームレスとなった高齢女性たちのドキュメンタリー映画を上映。上映後は、シニア女性映画祭の宇野澄江によるトークあり

保 あり(先 10人 対 1歳以上の未就学児 申 2月27日(金)まで)

申 問 2月3日(火)から二次元コードまたは同センター。
1申し込みにつき2人まで申し込み可



日本語版制作 シニア女性映画祭



“外壁・屋根塗装・屋上防水”

1. 価格設定に自信あり!

コストを抑え、選びやすい価格設定を実現。

▼ お客様からの声多数! (例) 外壁・屋根塗装 61万円~

☐ 相見積もりで一番納得できた

☐ 前回より安くできた!

※建坪30坪(壁面積130㎡前後)、屋根50㎡想定

2. 見積もり無料!

お支払いは工事完工後となります。

【お問い合わせ先】 **まずは、お気軽にご相談ください。**

株式会社ベストペイント 宝塚支店 宝塚市千種1-2-5

0120-528-382

地域密着! 年中無休!

宝塚担当の堀口 電可です!

すぐにつかいます!

ホームページはこちら



広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。広告掲載のお問い合わせは、株式会社ウィット (☎072・668・3275) へ。



EVENT



申がないものは予約不要

イベント情報

ソリオホール

☎81・8200 FAX81・4791



まちを楽しくする まちづくりアイデア発表会

日 2月28日(土)14時~17時

内 ワークショップで考えたアイデアの発表会やまちづくり社会実験の活動報告

問 市街地整備課
(☎77・2092 FAX74・8997)

YUMEFES!!

日 3月15日(日)16時半

¥ 2千円 内 5~18歳の子ど

もや就労支援施設利用者を中心としたチャリティーミュージカル公演

申 前日までに二次元コード

問 同実行委員会(☎070・9074・4506、
(一社)TFC内)

シネマ イン ソリオ

「侍タイムスリッパ」

日 4月16日(木)10時半、14時半

¥ 千円(当日1200円) 対 小学生以上

内 タイムスリッパした侍が時代劇の斬られ役として奮闘する姿を描いたコメディ

保 あり(先 2人 申 4月6日(月)まで)

申 問 2月10日(火)10時から市文化財団
(☎85・8844 FAX85・8873)

ベガ・ホール

☎84・6192 FAX84・9772 (水曜休館)



バレエ×音楽×カンフー

令和7年度・防災チャリティ公演

日 2月28日(土)15時~17時

¥ 2千円、小中高生 千円

内 出演は国際的に幅広く活動するバレエダンサーの針山愛美。収益は防災事業に寄附

申 問 2月21日(土)までに宝塚プロジェクトの
風早さん(☎090・1555・6480)



陸上自衛隊中部方面音楽隊 室内楽コンサート

日 3月10日(火)①15時②19時

対 小学生以上 抽 各372人

申 往復はがきに〒住所、申込者・同伴者の名前・年齢、電話番号、鑑賞希望回(①、②、どちらでも)を記入の上、〒665-0836清荒神1-2-18ベガ・ホール中部方面音楽隊コンサート申込係へ。2月13日(金)必着。はがき1枚につき応募は2人まで

問 同ホール

市民のためのオルガンコンサート ドイツの復活祭の音楽

日 4月14日(火)13時半

¥ 800円(当日千円) 対 小学生以上

内 ドイツのルネサンスからバロック期を中心としたイースターの定番メロディーなどを披露。出演は中村仁美(パイプオルガン)。曲目はJ.S.バッハ「キリストは死の縄目につながれたり」ほか

申 問 2月13日(金)10時から施設HPまたは電話



国際・文化センター

☎76・5917 FAX76・5918 (水曜休館)



英語サロン

日 2月14日(土)14時~16時

¥ 千円

先 20人

内 イギリス出身の講師を中心に英語でおしゃべりしよう

申 問 2月2日(月)10時から(特非)市国際交流協会
(☎76・5917 FAX76・5918)

名画劇場「泥棒成金」

日 2月20日(金)13時~14時50分

先 45人

内 南仏を舞台に元宝石泥棒が模倣犯を追うラブロマンス(1955年米国)

申 問 2月13日(金)10時から(特非)市国際交流協会
(☎76・5917 FAX76・5918)

国際・文化センターギャラリー

利用申し込み抽選会

日 3月2日(月)10時15分

内 令和8年10月~令和9年3月の利用者を抽選で決定。当日、利用料の支払いが必要。詳しくは施設HPから

問 (特非)市国際交流協会
(☎76・5917 FAX76・5918)

外国にルーツのある子どもと保護者の集まり「なないろルーツのおへや」

日 2月14日(土)・27日(金)10時~正午

対 外国にルーツのある子どもと保護者

内 14日はフリートークイベント。日本での子育て、生活について話しましょう

問 (特非)市国際交流協会
(☎76・5917 FAX76・5918)

異文化相互理解事業パネル展

であいの場「ひとびとの移住」

—日本列島へそして宝塚地域には—

日 2月19日(木)~24日(火)10時半~17時
(最終日は14時まで)

内 韓国などさまざまな地域から本市への移住者に関するパネル展示や、韓国の文化紹介、ワークショップなど

問 (特非)市国際交流協会
(☎76・5917 FAX76・5918)



日本語ボランティア養成講座 受講者募集(全6回)

日 2月15日(日)~3月29日(日)10時半~12時半 ¥ 3千円 先 20人

対 地域に暮らす外国人住民への日本語学習支援に興味のある人。受講後は実習を経て以下協会で活動可能

申 問 2月2日(月)10時から(特非)市国際交流協会(☎76・5917 FAX76・5918)

日本文化を楽しむ会

「What's Noh?」

日 2月22日(日)13時半~15時半

¥ 500円 先 30人

対 外国人(日本人も一緒に参加可)

内 日本の伝統文化である能について英語で解説。講師は能楽観世流師範の中野洋介

申 問 (特非)市国際交流協会
(☎76・5917 FAX76・5918)



日 日時 場所 料金 抽選 先定員(先着)
保 一時保育 手話通訳・要約筆記 SC サービスセンター
は 往 是がき(85円)または往復はがき(170円)に基本事項(〒住所・名前(ふりがな)を記入)
対 対象者 内 内容 申 申し込み 問 問い合わせ先



文化芸術センター（たからば）

☎62・6800 FAX62・6880（月曜休館）



たからばかみしばい

- 日 2月8日(日)13時半～14時15分
内 紙芝居サークル「ちょうちょ」による紙芝居。演目は「あんもちみつ」「ばけこちゃんのおべんとう」
問 同センター



宝塚里山マルシェ

- 日 2月15日(日)11時～16時
内 西谷地域の無農薬野菜、お菓子、飲み物などの販売
問 同実行委員会の矢部さん（☎090・8145・6315）

クリスマスローズの コサージュ作り

- 日 2月22日(日)
13時半～14時半
¥ 千円 先 15人
対 小学4年生以上（小学生は保護者の同伴必須）
内 同センターに咲いたクリスマスローズでコサージュを作ろう
申 問 2月1日(日)10時から二次元コード



わくわく!そうぞう!

- たからんまつり
日 3月28日(土)・29日(日)10時～16時
場 同センター、文化創造館、花のみち・さくら橋公園
¥ 一部有料
抽 各ワークショップによる
対 小学生以下、ファミリーなど
内 生け花や書道、茶道にクラシックのコンサートなど、市内の文化団体の協力のもと伝統文化や音楽に触れてみよう
申 2月14日(土)～28日(土)に二次元コード
問 市文化財団（☎85・8844 FAX85・8873）



文化創造館

☎87・1136
FAX87・1191（月曜休館）



タカラヅカ・ノスタルジック コンサート

- 日 4月12日(日)14時開演
¥ 4500円（当日5千円）
高校生以下2500円
先 150人
対 小学生以上
内 元雪組トップスター高嶺ふぶきら宝塚歌劇OGを迎え、宝塚歌劇の名曲とトークをお届け
保 あり（先 4人 対 4カ月～小学生
申 4月2日(木)まで）
申 問 2月20日(金)10時から同館



公益施設

さらら仁川 北館 2・3階

☎0798・52・7686 FAX0798・52・7722



初心者そば打ち体験

- 日 2月22日(日)9時半
場 さらら仁川
¥ 3千円
先 12人
対 18歳以上
内 自分で打ったそばを食べよう
申 問 2月3日(火)～前日に同施設



こども将棋大会

- 日 2月23日(祝)①10時～12時45分
②14時～17時 場 ピピアめふ
¥ ①千円②1500円 先 各120人
対 ①園児～小学生②小学生～高校生
内 ①ジュニア交流戦
②宝塚ジュニア将棋大会・宝将戦
申 問 前日までに施設HPまたは電話

似顔絵教室

- 日 3月3・17日、4月7・21日
10時～11時半（火曜、全4回）
場 さらら仁川
¥ 2500円 先 10人
内 基礎から似顔絵のコツを学ぼう
申 問 2月3日(火)～3月2日(月)に施設HPまたは電話

美味しい紅茶をいれよう

- 日 3月5日(木)11時～12時半
場 さらら仁川 ¥ 3千円
先 20人 対 18歳以上
内 紅茶の選び方や淹れ方を学ぼう。ミニスイーツ付き
申 問 2月3日(火)～前日に施設HPまたは電話

ピピアめふ1 4～6階

☎85・2274 FAX85・2273



楽しく学べるお金の勉強会入門編

- 日 ①2月27日(金)②3月15日(日)
10時半～11時半
場 ①ピピアめふ②さらら仁川 先 各20人
内 NISAの始め方や将来の年金対策について
申 問 2月3日(火)～各実施日の前日に施設HPまたは電話

酒粕の栄養と活用レッスン& 発酵ランチ付き

- 日 3月①9日(月)～11日(水)②18日(水)・
19日(木)11時～13時半
場 ①ピピアめふ②さらら仁川
¥ 1600円 先 各①20人②24人
対 18歳以上
内 酒粕の栄養や特徴を学び、オール酒粕ランチプレートを作ろう
申 問 参加希望日を2月3日(火)～3月①2日(月)②11日(水)に施設HPまたは電話





EVENT



■ がないものは予約不要

スポーツセンター

☎87・5911 FAX81・0652



2月のワンデーテニス教室

■ 月曜=2・9・16日、水曜=4・18・25日、
木曜=毎週10時、日曜=8・15日9時20分
(いずれも1時間半)

先 各日30人

¥ 高校生以上1600円、中学生1300円

対 高校生以上(日曜は中学生以上)

申 当日の開始30分前から同センター屋外管理棟

問 同センター



トレーニング室 基礎コース

初めての利用前に受講必須

¥ 1100円 対 中学生以上

申 問 3月1日(日)以降の開講分は2月
3日(火)から同センター受付窓口へ

曜日・コース	開始時間	先
(火)土朝コース	9時半	各曜日 5人
(休)昼コース	13時	
(月)水金(日)夜コース	18時半	

市民親子体操教室

■ 3月7日(土)10時~11時15分

¥ 親子ペア500円(子ども追加1人
500円)

先 30組

対 3歳~年長の子と保護者

申 問 2月5日(木)~20日(金)

(日曜は17時まで)に同センター



春休みチャレンジ水泳教室(全5回)

■ 3月26日(木)~31日(火)(29日は休み)
8時~9時半

¥ 6千円

先 100人

対 新年長~新小学6年生

申 2月1日(日)~10日(火)に施設HP(マイ
ページ登録必須)

問 同センター



指導者実技講習会

■ 3月14日(土)15時15分~16時45分

先 25人

対 市内在住・在勤・在学の高校生以上で、
スポーツやレクリエーションなどの指
導者として活動している人または今
後活動しようとしている人

内 プール内で視覚障害者の疑似体験、
車椅子での入水・退水の補助体験

申 問 2月16日(月)~3月8日(日)(日曜は
17時まで)に同センター

花屋敷グラウンド

☎FAX072・744・2366



モルック無料練習会

■ 2月15日(日)10時~11時半

先 20人

対 木の棒を投げられるおおむね3歳以上

内 フィンランド発祥のスポーツ。ルールが
簡単なのですぐに楽しめます

申 問 同グラウンド



SUNDAYテニス

■ 日曜 初級=9時~10時20分

中級=10時半~11時50分

¥ 各級1500円

先 各級12人

対 18歳以上(高校生不可)

内 ゲーム形式の練習。詳細は施設HPから

申 問 同グラウンド



卓球台レンタル

■ 9時~20時(月・木曜は19時まで。
詳細はお問い合わせください)

¥ 1時間1台500円(ネット・ラケット
・ボール含む)

先 2組

申 問 同グラウンド



売布北グラウンド

☎FAX62・6511



売布北ワンデーテニス

■ 初心~中級=火曜10時、中級=木曜10時、
初級=金曜10時(各コース1時間25分)

¥ 1600円

先 各日15人

対 高校生以上

申 各回開始30分前から管理棟へ

問 同グラウンド

血流循環ヨガ

■ 金曜11時~正午

¥ 各日1100円

先 各日10人

内 体をほぐしながら筋肉を鍛えて、老廃物
をデトックスしやすい体を目指します

申 問 3月開講分は2月20日(金)から同グラウンド



その他開講中教室

詳細は施設HPからご確認ください。

月曜=ゆったりシニアヨガ

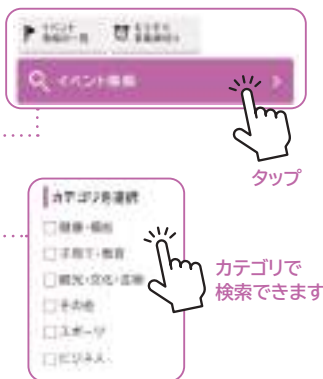
水曜=ZUMBA、

木曜=ピラティスストレッチ(前半)(後半)

申 問 3月開講分は2月20日(金)から同グラウンド

日 日時 場所 料金 抽選 先定員(先着) 対象者 内容 申込み 申し込み 問い合わせ先
保 一時保育 手 手話通訳・要約筆記 SC サービスセンター SS サービスステーション HP: ホームページ
は 往 往はがき(85円)または往復はがき(170円)に基本事項(〒住所・名前(ふりがな)を記入

市HPなら市内のイベントを カレンダー形式やカテゴリ別に確認できます



施設の場所を 知りたい場合はこちら



あいあいパークイベント情報



クリスマスローズコーナー

日 2月8日(日)まで

椿フェア

日 3月8日(日)まで。2月15・22日(日)は
14時から無料講習会あり

フラワー雑貨特集

日 2月7日(土)～3月22日(日)

問 同施設(☎82・3570 FAX82・3571)
(2月3日(火)はあいあいギャラリー休業)

野鳥の観察

日 2月①8日(日)8時45分～14時
②22日(日)9時～13時

場 ①きずきの森②道場千刈ダム
(集合は①阪急川西能勢口バスター
ミナル前②JR道場駅)

¥ 200円、高校生以下無料

対 小学生以上

問 宝塚野鳥の会の山尾さん
(☎080・1486・8191)



2月の里山整備活動



日 場 桜の園「赤染山荘」＝

5日(木)・13日(金)・22日(日)

▷山手台南公園＝17日(火)

▷ゆずり葉の森＝9日(月)

▷青葉台＝25日(水)

▷武庫山の森＝1日(日)・21日(土)

問 二次元コードまたは櫻守の会の清水さん
(☎080・6165・6792)

初めてのボランティア活動相談

日 2月13日(金)14時～15時半

場 ぱらざこむ1

先 5人

内 ボランティア活動を始めたい人向け
の相談会

申 問 2月2日(月)～12日(木)に宝塚ボラン
タリープラザzukavo(☎86・5001
FAX83・2425)

外国ルーツの子どものための 学習支援「STワールド」

日 2月7・14日(土)10時～正午

場 くらんど人権文化センター

対 外国ルーツのある6～18歳

内 日本語支援者や大学生と勉強しよう

問 (特非)市国際交流協会

(☎76・5917 FAX76・5918)

健康応援!! ヨガ教室

日 2月19日(木)、3月5日(木)13時～14時

場 ナチュールスパ宝塚

¥ 入浴料(初参加は無料)

先 各日14人

対 16歳以上

内 レッスン後は温泉でリフレッシュ

申 問 2月1日(日)10時から同施設
(☎84・7993)



バラコ移動カフェ

日 2月25日(水)①10時～正午

②13時半～16時

場 ①あくらす②一小宝梅ハウス

内 ボランティアコーディネーターと
話そう

問 宝塚ボランティアプラザzukavo
(☎86・5001 FAX83・2425)

おもちゃ診療所

日 2月28日(土)

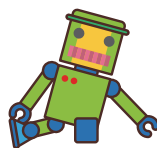
13時～14時半

場 ぱらざこむ1

¥ 材料費実費

内 壊れたおもちゃを修理します

問 宝塚ボランティアプラザzukavo
(☎86・5001 FAX83・2425)



耳の日記念①講演会②相談会

日 3月3日(火)①13時～15時半

②15時半～16時半

場 ぱらざこむ1 先 ①30人

対 聞こえにくい市民など

内 ①講演「聴こえに係る最速補聴器等
について」②認定補聴器技能者・言語
聴覚士による個別相談会

手 要約筆記のみあり

問 宝塚ボランティアプラザzukavo
(☎86・5001 FAX83・2425)

オールキッズフェスタ ひょうご



日 3月14日(土)13時～15時半

場 KFMホール イオ(神戸市)

内 県肢体不自由児者父母の会連合会
60周年記念事業。分身ロボット開発
者の吉藤オリイによる講演会や心魂
プロジェクトのパフォーマンスなど

申 2月28日(土)までに二次元コード

問 同連合会(☎050・1721・2025)

宝塚オープンガーデンフェスタでお庭を公開しませんか

庭や庭先をオープンガーデンとして公開できる個人、事業所、市民花壇
を募集します。玄関周りなどのプチガーデンでも参加可。

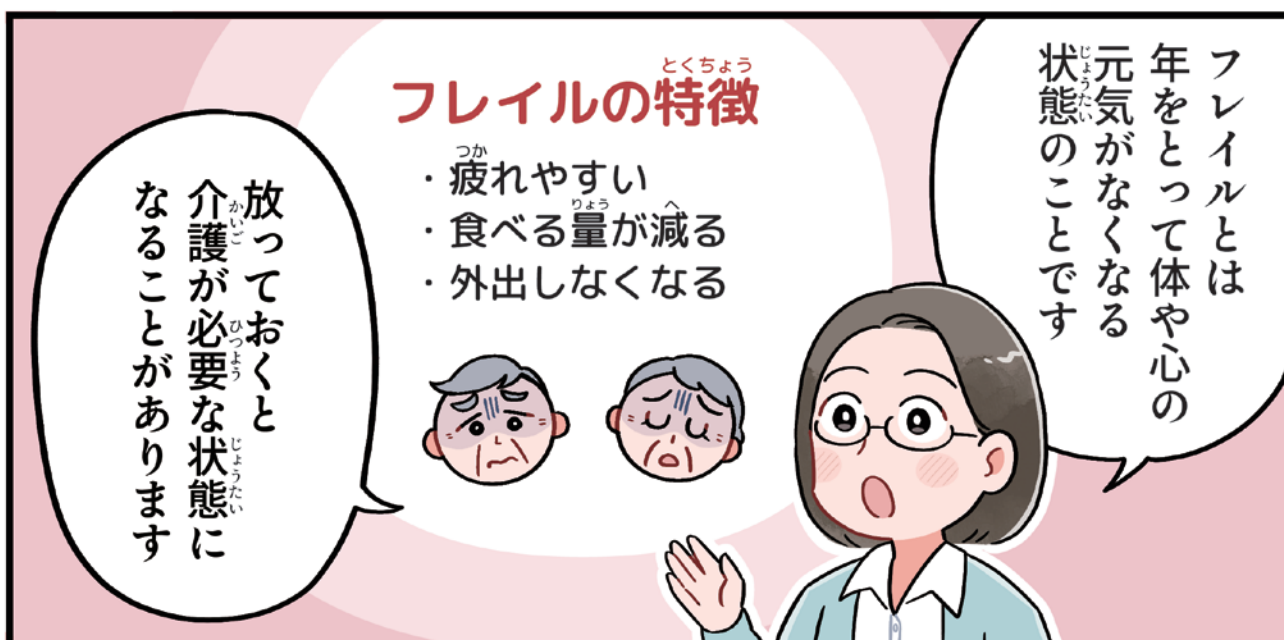
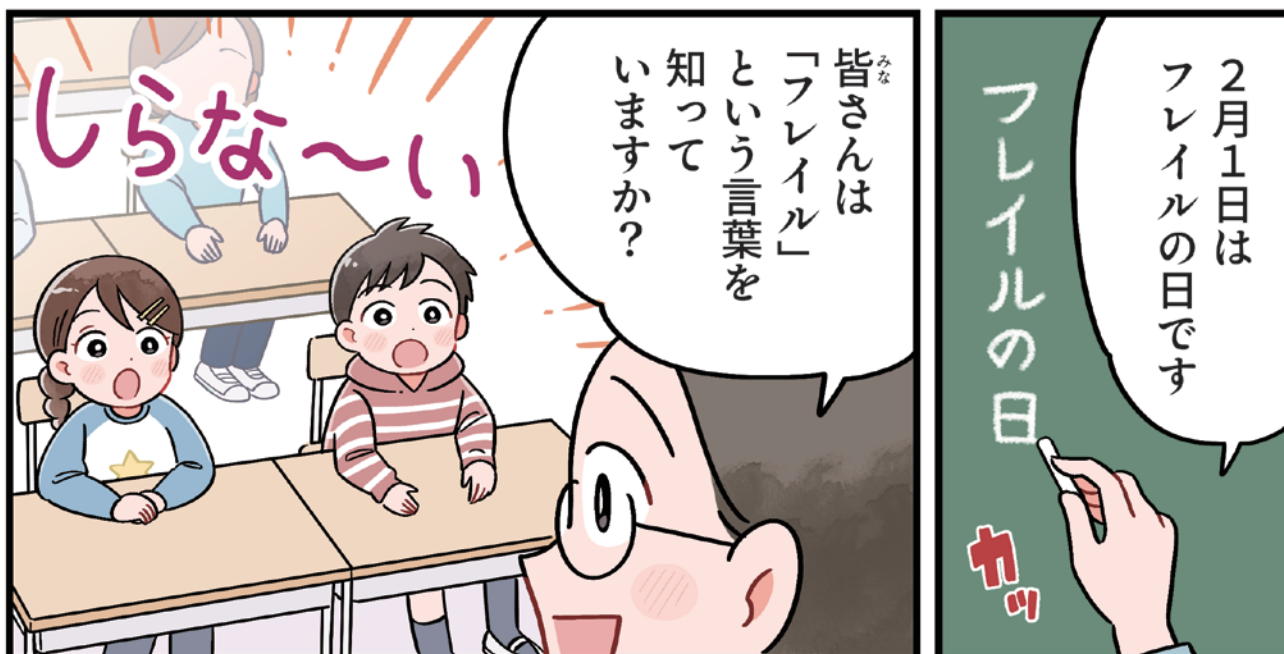
参加特典＝あいあいパークの植物・園芸資材の割引カード

日 4月17日(金)～19日(日)、5月9日(土)～11日(月)

申 同施設や農の魅力創造課などで配布する申込書(市HP
からダウンロード可)に必要事項を記入の上、2月15日
(日)までに同施設へファクスまたは持参

問 同施設(☎89・5933 FAX82・3571)





作画：イラストレーター いぬいまり



2月はフレイル予防月間

未来の自分のために、元気なうちからフレイル予防を!

「フレイル」は適切な対策を行うことで、進行を緩やかにしたり、健康な状態に回復する可能性があります。人生を楽しく健やかに過ごせるよう、元気なうちからみんなでフレイル予防に取り組みましょう。

☎ 医療助成課(☎77・9103 FAX77・2085)



今日からできる!フレイル対策

食事

3食しっかりバランスよく!

高齢者はタンパク質が不足しがちです。肉や魚、卵を積極的に取りましょう。



口腔ケア

嚥^{ごえん}の予防には、口や舌を鍛えることが重要です。口を大きく動かす「パタカラ体操」がおすすめ。



運動

ウォーキングも効果的

階段の昇降やこまめな家事、近所の散歩など、ちょっとした運動を無理なく続けましょう。



社会参加

おしゃべりも元気の秘訣

会話や地域活動への参加など、人との関わりは心身の健康につながります。



イベントに参加しよう

フレイル予防フェス@ピピアめふ

☎ 2月20日(金)10時半～正午、13時～15時

☎ 武庫川女子大学学生によるフレイル予防献立の提案(要予約)や運動体験、骨密度測定など。各回先着70人に食品パウチをプレゼント

☎ 献立提案は前日までに二次元コードまたは医療助成課



75歳健康づくり

スタートアップ講座(全2回)

☎ 3月10・17日(火)13時半～15時半

☎ 西公民館 先 30人

☎ 3月末時点で75歳の後期高齢者医療制度被保険者

☎ 医療制度や運動・食事の講話など

☎ 2月24日(火)までに二次元コードまたは医療助成課



フレイルについて知ろう

フレイル予防月間に合わせ、2月は関連図書を集めた特設コーナーの設置や啓発ポップの掲示などを市内各所で実施。詳しくは二次元コード

宝塚市の

おいしい

学校給食レシピ

スパゲティ・さば缶・トマトジュースを使って調理します。いずれも長期保存ができるので災害時にも作れます。ソースの中に乾麺を直接入れることで、ゆで水や燃料の節約にもつながりますよ。

〈1人あたり〉エネルギー695kcal タンパク質30.7g 脂質18.4g 塩分1.5g

材料(2人分)

ニンニク	1/2かけ	A	調理ワイン	小さじ1
ニンジン	1/2本(50g)		オリーブオイル	小さじ2
タマネギ	1個(200g)		ケチャップ	大さじ3
トマト(水煮)	1/3缶(60g)		塩	ひとつまみ
さば(水煮)	1缶		こしょう	少々
水	2カップ		スパゲティ	2束(200g)
トマトジュース	240ml			

作り方

- ① ニンニクはみじん切り、ニンジンは千切り、タマネギは薄切りにする。
- ② ①を炒め、さらにトマト缶・さば缶を入れて炒める。
- ③ 水・トマトジュースを加え、Aを入れて煮立てる。
- ④ スパゲティを乾麺のまま入れ、食べやすい硬さになるまで混ぜながら加熱する。



さばとトマトの
スパゲティ

☎ 学事課(☎77・2039 FAX71・1891)

図書館だより



図書館HP

PICK UP

絵本を巡るあれこれ

- 日** 2月1日(日)10時～11時半
場 中央図書館
対 大人向け
内 新しく入った絵本などを紹介します



おはなし会

- 日** 毎週土曜①10時半②11時(各20分)
場 西図書館
対 ①4歳～小学2年生(大人は入室不可)
 ②小学3年生以上
内 絵本の読み聞かせとストーリーテリング。一緒におはなしの世界へ行ってみませんか

おはなし会

- 日** 2月7・21・28日(土)10時半～11時、
 14日(土)14時半～15時
場 中央図書館
対 幼児～小学生
内 グループ「ひばの木」と職員によるストーリーテリングと絵本の読み聞かせ

現代詩講座

「詩を読んでみよう、書いてみよう」

- 日** 2月8日(日)13時～15時半
場 中央図書館 **先** 10人(当日会場へ)
対 中学生以上
内 県現代詩協会の詩人たちが、気持ちを言葉にするお手伝いをします。今回は長谷川龍生の詩を取り上げます
問 同館または☎nrk54251@nifty.com

えほんであそぼ

- 日** 2月9日(月)10時半～11時
場 中央図書館
対 10カ月～2歳と保護者
内 絵本の読み聞かせや手遊び、わらべ歌など



子育て応援!～図書館利用のための託児サービス～

- 日** 2月13・27日(金)
 10時、11時(各1時間)
場 西図書館
先 各回4組(うち事前予約 **先** 2組)
対 市内在住の1歳以上の未就学児
申 2月6日(金)10時から二次元コード



2歳からのみんなであそぼ!

- 日** 2月16日(月)10時半～11時
場 西図書館
対 2～3歳と保護者
内 子どもと楽しむ手遊びや絵本の紹介、簡単な工作など



出前児童館

- 日** 2月17日(火)14時～16時45分
場 西図書館
対 乳幼児と保護者
内 高司児童館の職員が楽しいおもちゃを持って図書館にやってきます
問 同児童館 (☎76・0205 FAX76・3643)

読書会 in 図書館

小泉八雲「怪談」

- 日** 3月1日(日)13時半～15時
場 中央図書館 **先** 12人
対 中学生以上
内 「ばけげん」でおなじみの「怪談」を読み、感想などを共有しましょう。当日までに読書のうえで、本を持参
申 2月10日(火)10時～24日(火)18時に同館または二次元コード



西図書館 エレベーター工事

工事期間中はエレベーターを利用できません。駐車場は第2・3駐車場をご利用ください。詳しくは図書館HPへ。

エレベーター停止 3月末まで

第1駐車場閉鎖 2月1日(日)～25日(水)

2月の開館日

施設	開館日時	休館日
中央図書館 (☎84・6121 FAX81・0598)	9時半～18時 (金曜は19時まで)	水曜 第2金曜
中山台分室 (☎89・9606)	月・木曜 13時45分～17時 土・日曜 10時半～17時	火・水・金曜 毎月1日
ひらい人権文化センター (山本南分室の代替) 問 中央図書館 (☎84・6121)	月・火曜 12時半～18時 木・土曜 10時～18時	水・金・日曜 祝日
小浜・安倉分室 (☎87・1787)	火・木・土曜 10時～17時	月・水・金・日曜 祝日
西図書館 (☎77・1222 FAX77・2199)	9時半～18時 (金曜は19時まで)	水曜 毎月1日

2月の主な催し

場所	行事名	日時	内容・対象
中央図書館	鉄斎美術館 共催企画展	2月15日(日)まで、10時～17時	聖光文庫開設50周年記念「富岡鉄斎の画の源泉・愛蔵書画・拓本に探る」
	上映会	①8日(日)14時半～16時15分 ②15日(日)10時半～正午	①「クレイマー、クレイマー」②「映画ドラえもん のび太の太陽王伝説」
	ばたぼんの絵本の庭	14日(土)①10時半②11時 ③11時半	①②3～5歳③6歳以上 大人は入室不可
	かみしばい	15日(日)14時半～15時半	幼児～小学生向け
	レコードコンサート	21日(土)10時半～正午	ワーグナー／楽劇「ワルキューレ」
	ずっと読書の楽しみを!	22日(日)10時～正午	名前、住所、電話番号を ☎patapon.takaraduka@gmail.com へ。子どもは入室不可
	手話で楽しむ絵本の世界	23日(祝)14時～15時半	問 障碍福祉課 (☎77・9110 FAX72・8086)
	かみしばいと おはなしのひろば	27日(金)10時半～11時半	1～3歳と保護者
西図書館	えほんのへや	8・22日(日)10時半～11時	絵本をたくさん読みます
	上映会	①15日(日)10時半～11時35分 ②22日(日)10時半～12時10分	①「それいけ!アンパンマン かがやけ!クルンといのちの星」②「天使にラブ・ソングを…」

移動図書館
すみれ号移動図書館
すみれ号

その他の催し

日時 場所 料金 抽選 先定員(先着)
 一時保育 手話通訳 要約筆記 SCサービスセンター 対対象者 内容 申込み 問い合わせ先
 保一 手 SS SS HP



このマークがついた記事は
市LINE公式アカウント
から申し込みができます



LINEでの
予約方法



出前児童館・
中高生タイム



子ども
イベントカレンダー

家庭で育む子どもの自立～今日からできる小さなサポート～

日 3月14日(土)13時～16時
場 中央公民館 先 40人
内 不登校支援センター「ペアレンツキャンプ」の講演と、不登校を経験した監督によるドキュメンタリー映画「風たちの学校」の上映会
保 あり(先 3人 対 1歳以上の未就学児 申 2月26日(木)まで)
申 問 2月11日(木)10時から二次元コードまたは同館
(☎69・6831 FAX73・6012)



お菓子作り

日 2月8日(日)13時半～15時
場 西谷児童館
¥ 300円 先 16人
対 小学生以上
内 バレンタインのお菓子を作ろう
申 問 2月5日(木)までに同館
(☎91・0735 FAX91・0760)



チャーリーズアート

日 2月9日(月)～14日(土)11時、16時
場 中筋児童館
内 紙コップと毛糸で小物入れを作ろう
申 問 2月2日(月)から同館
(☎80・4156 FAX80・4175)

保健師さんに聞いてみよう

日 2月10日(火)10時半～11時半
場 山本山子ども館
先 10組
対 未就園児と保護者
内 子育ての悩みを相談しよう
申 問 2月2日(月)から同館
(☎FAX89・3322)

ことばの発達相談

日 2月19日(木)10時半、11時、11時半
場 御殿山児童館
先 各1組
対 乳幼児と保護者
内 言語聴覚士が、子どもの様子を見ながら個別相談に応じます
申 問 同館
(☎85・5155 FAX85・1121)

ひばりっクラブ

日 2月19日(木)10時半～11時半
場 ひばり子ども館
先 10組
対 未就園児と保護者
内 乗りものごっこをして遊ぼう
申 問 2月2日(月)から同館
(☎FAX072・759・3770)



ちょっとスペシャルな 妊婦さん講座

日 2月19日(木)14時～15時
場 フレミア宝塚 先 5組
対 妊婦(パートナーとの参加可)
内 管理栄養士による離乳食を見越した食事や栄養のお話
手 あり(申 2月5日(木)まで)
申 問 2月16日(月)までに
子ども家庭支援センター
(☎85・3862 FAX85・3886)



おしゃべり会

日 2月20日(金)10時半～11時半
場 野上児童館 先 7人
対 未就学児の保護者
内 ティータイムを楽しみましょう。生後6カ月以上は託児あり
申 問 2月2日(月)から同館
(☎76・4501 FAX76・4443)

こもたのひろば ～あつまれ!0・1・2才さん!～

日 2月24日(火)10時～正午
場 フレミア宝塚 対 0～2歳と保護者
(きょうだいの参加可)
内 ハイハイレースや親子遊び、大型絵本の読み聞かせなど
問 こもたの推進委員会
(✉comotano.tk@gmail.com)

実習生と遊ぼう

日 2月25日(水)10時半～11時15分
場 高司児童館
先 10組 対 未就園児と保護者
内 保育の勉強をしている大学生と一緒に楽しく遊ぼう
申 問 2月18日(木)までに同館
(☎76・0205 FAX76・3643)

たのしい ひなまつり

日 2月28日(土)13時半～14時半
場 安倉児童館 先 20人
対 4歳～小学生(未就学児は保護者の同伴必須)
内 工作やゲームをしてみんなでひな祭りを楽しもう
申 問 2月2日(月)から同館
(☎86・1762 FAX86・1764)



新米ママ・パパのふれあいタイム (全2回)

日 3月5・12日(木)10時～11時半
場 高司児童館 先 10組
対 生後3～12カ月の第1子と保護者(初参加の人)
内 親子ふれあいあそびや専門職からのアドバイス
申 問 2月5日(木)～26日(木)に同館
(☎76・0205 FAX76・3643)

看護師さんに聞いてみよう! 子どもの健康講座

日 3月5日(木)14時～15時
場 まいたに人権文化センター 先 12組
対 市内在住の未就園児と保護者
内 発熱時のホームケアや食物アレルギーについて解説
手 あり(申 2月27日(金)まで)
申 問 2月2日(月)から地域子育て支援センターすくすく(☎84・0063 FAX81・2717、米谷保育所内)

お父さんの手作り離乳食教室

日 3月9日(月)
13時半～15時半
場 中央公民館
¥ 100円 先 10人
対 市内在住で令和7年9月以降に生まれた子どもの父親
内 離乳食の講話や調理実習など
申 問 2月2日(月)～3月2日(月)に二次元コード
健康推進課
(☎86・0056 FAX83・2421)



消防署見学

日 3月14日(土)11時～11時半
場 中山台子ども館集合
先 10組
対 未就学児と保護者
内 消防車と救急車を見に行こう
申 問 2月2日(月)から同館
(☎FAX89・2150)



Quest Camp 2026 in 神戸

日 3月27日(金)13時～
29日(日)17時
場 神戸市立自然の家
抽 36人 対 中学生
内 自己理解を深める2泊3日のプログラム
申 問 2月13日(金)までに二次元コード
学生団体Get CHANCE
(☎080・8947・1388)



PICK UP

子宮頸がん予防ワクチン キャッチアップ接種は3月で終了します



全3回のHPVワクチンを令和4(2022)年4月～令和7(2025)年3月末に1回以上接種した人は、次の期間中、無料で接種できます。

接種期間＝令和8(2026)年3月31日まで

【対】平成9(1997)年4月2日～平成21(2009)年4月1日生まれの女性(条件付き)

【申】市内の実施医療機関に直接申し込み。市外で接種する場合、健康センターで要事前手続き

【問】同センター(☎86・0056 FAX83・2421)

市民歯の健康講座

【日】2月28日(土)14時～16時

【場】西公民館 先 70人

【内】健康で長生きできるヒントを歯科的な観点からお話します

【手】あり【保】あり(先 10人 対 未就学児 申 2月18日(水)まで)

【申】問 前日までに市歯科医師会(☎78・6891 FAX78・6892)



医療用ウィッグや乳房補正具の 購入費用助成



【問】健康センター(☎86・0056 FAX83・2421)

健康相談 【手】あり(【申】各実施日の2週間前までに健康センターへファクス FAX83・2421)

相談名	日 時	場所・対象など	申 問
成人健康相談 (栄養や生活面の相談)	2月26日(水)、3月9日(月)	【場】健康センター 【対】20歳以上の市民	健康センター (☎86・0056 FAX83・2421)
禁煙チャレンジコース (禁煙に向けた個別相談)	随時(要予約)		
食事で健康づくり相談 (栄養・カロリー計算の方法など)	随時(要予約)	【場】健康センター 【対】市民	
歯科保健相談 (歯の健診と相談)	2月20日(金)、3月6日(金) 13時半～15時	【場】口腔保健相談センター(アピア3) 【対】市民 先 各日3人	2月2日(月)から 市歯科医師会(☎78・6891)

集団健診 【申】2月4日(水)9時から健康センター(☎86・0056)または右記二次元コード

【場】健康センター



健診名	3月実施日		対 象	費 用	
特定健診・基本健診	3日(火)・9日(月)	午 前	40～74歳の市国民健康保険加入者 健康保険未加入の生活保護受給者	無 料	
後期高齢者健診・ 基本健診	6日(金)		原則75歳以上の県後期高齢者医療加入者 75歳以上の健康保険未加入の生活保護受給者		
大腸がん検診	3日(火)・6日(金)・9日(月)			500円	以下★の該当者は無料
肺がん検診			40歳以上	400円	
胃がん検診				1,000円	
肝炎ウイルス検診			40歳以上で過去にこの検診を受けていない人	800円	
子宮頸がん検診 ^{けい}	4日(水)		20歳以上の女性	1,000円	
乳がん検診	6日(金)・9日(月)	午後	40歳以上の女性(2年度に一度)	1,500円	

★次の①～⑤のいずれかに該当する場合は無料

①70歳以上②市国民健康保険加入者③65歳以上70歳未満の県後期高齢者医療加入者④市民税非課税世帯⑤生活保護世帯

市内の健診実施医療機関では、個別健診も行っています。

実施日や予約方法などは各医療機関にお問い合わせください。詳しくは右記二次元コードから。



市内の健診
実施医療機関

コース健診 【申】2月3日(火)9時から専用電話(☎87・0805) 【場】健康センター

健診名	4月実施日	対 象	費 用
健康ドック (総合健診コース)	6日(月)～9日(木)・13日(月)～15日(水)・ 17日(金)・21日(火)・23日(木)・30日(木)	20歳以上	市民・市内在勤 =30,000円 それ以外の人 =39,000円
後期高齢者健診+ 追加健診75		原則75歳以上の 県後期高齢者医療加入者	9,000円



市立病院だより

～患者さんに寄り添い、地域から信頼される病院になります～

問 市立病院(☎87・1161 FAX87・5624)



なぜ冬は心臓や血管の病気が増えるの？

循環器内科部長 福田 亨^{あきら}

2000年神戸大学医学部卒業。その後、同大学医学部附属病院、三菱神戸病院、神鋼加古川病院で内科研修。2008年より大阪府済生会中津病院循環器内科、県立加古川医療センターでの勤務を経て2025年4月に当院着任。日本内科学会総合内科専門医、日本循環器学会循環器専門医。



■循環器内科は体の「ポンプ」と「水道管」の専門医

私たちの体には、水道管のように体中に張り巡らされた血管があり、この血管の中を栄養や酸素を運ぶ血液が流れています。そして、水道のポンプのように、血液を体中に送り出しているのが心臓です。循環器内科は、このポンプ(心臓)や水道管(血管)の調子が悪くなった時(循環器疾患)の診察・治療を専門に行っています。

■なぜ冬になると心臓への負担が増えるのか

冬になると循環器疾患の患者さんが増えますが、それはなぜでしょうか。いくつかの理由がありますが、一番大きな原因は「寒さ」です。寒いと体は体温が逃げないように血管をギュッと細くします。すると血液が流れにくくなり、心臓はいつもより強い力で血を送り出さなければなりません。これは心臓にとって大きな負担になります。

■ヒートショックに注意

冬は急な温度変化が多いことも関係しています。暖かい部屋から寒い場所へ行ったり、寒い脱衣所から熱いお風呂に入ったりすると、血圧が急に上がったり下がったりします。血圧が大きく変わると、血管や心臓に強いストレスがかかります。こうした急な温度変化によって起こる症状のことをヒートショックといいます。特に入浴時は発症しやすく、これを防ぐために、お湯を張るときは、ふたを開けておくことや脱衣所とお風呂場の扉を開けて、あらかじめ温度差をなくすなどの工夫が必要です。

■冬の食生活に潜む「塩分」の落とし穴

また、食生活についても注意が必要です。日本人は1日あたり約9.7gの塩分を摂取していますが、冬は鍋料理など塩分の多い食事が増える傾向にあります。その結果、塩分摂取量は夏よりも1日あたり約0.5g増え、気付かないうちに体に負担がかかっているのです。塩分を取りすぎると体に水分がたまりやすくなり、血液の量が増えます。すると心臓は、いつもより多い血液を送り出さなければならず、無理をすることになります。この状態が続くと、心臓が疲れてしまい、体が必要とする血液を心臓が送り出せなくなってしまう「心不全」と呼ばれる状態につながる可能性があります。

■無理のない生活習慣で、健やかな冬を過ごしましょう

寒さ、温度差、塩分の多い食事が重なることで、冬は循環器疾患が増えやすくなります。「寒い!」と体がびっくりしないような生活環境や工夫、食べすぎ・塩分の取りすぎに気を付けることが大切です。

動悸^{どうき}、息切れや胸の痛みなど気になることがあれば、かかりつけ医からの紹介状をお持ちの上、当院を受診してください。



エフエム宝塚(83.5MHz)「市立病院の得した気分!」

☐ 2月11日(祝)10時半～11時

(再)2月13日(金)19時半～20時

テーマ:なぜ冬は心臓や血管の病気が増えるの？

出演:循環器内科部長 福田 亨



がんサロン「セキレイ」(対面式とZoomの同時開催)

患者同士で悩みや体験を話す交流の場。県がんピアサポーター養成研修修了者とがん患者の家族が同席します。

☐ 2月18日(水)15時～15時45分

場 がん診療支援センター(現地参加は予約不要。開始10分前までに直接会場へ)

対 がん治療中の人と家族
(当院を受診していない人も参加可)

問 同センター(☎87・1161 FAX87・5624)



Zoom申し込み

上下水道たより



市上下水道局キャラクター
スイッピー

水道水はそのまま飲めます!



私たちの生活に欠かせない水。

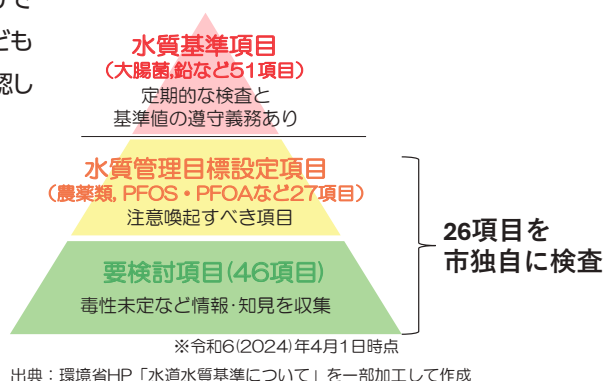
上下水道局では、厳しい水質検査を行い、そのまま飲んでも安全な水道水を皆さんにお届けしています。今回はその検査の内容をご紹介します。

国の基準項目以外の検査にもクリア

水道水の水質検査の項目や頻度は水道法令で細かく定められています。本市では国が定めた遵守義務のある水質基準項目だけでなく、それ以外の農薬類や有機フッ素化合物(PFOS・PFOA)なども含めて定期的に検査を行い、基準などに適合していることを確認しています。



水質基準などの体系図



PFOS・PFOA も厳しくチェック!

本市ではPFOS・PFOAの検査を行っています。令和2(2020)年度に、暫定目標値を1度上回りましたが、井戸の取水停止などの低減対策を行った結果、現在は市内全域で暫定目標値の7割(35ng/L)以下まで低減しています。結果の詳細・浄水場別の配水区域図はHPをご覧ください。



PFOS・PFOAとは

水や油をはじく有機フッ素化合物の一種で、私たちの身の回りの製品に使われていましたが、現在は製造・輸入などが原則、禁止されています。

また、今年4月から水質基準項目に格上げされ、50ng/L以下の基準値が義務化されますが、本市では今後10年で水運用を見直し、25ng/L以下を目指します。

市内の水道水のPFOS・PFOA検査結果

PFOS・PFOA 合算値	水道水の系統				暫定目標値
	惣川 浄水場系	小浜 浄水場系	阪神水道 企業団系	兵庫県営 水道系	
2024年度以降 最大値	5未満	34	9	5未満	50

(単位:ng/L)



水道水の(無機)フッ素およびその化合物検査結果と有機フッ素化合物検査結果について

結果はHPで公表しています。詳しくは二次元コードからご覧ください。



問 浄水課(水質検査室) (☎83・6940 FAX83・6941)

お知らせ

市民委員を募集

- 〒** 市の規定により支給
対 市内に1年以上在住の18歳以上(本市の市議会議員・職員、他の審議会などの委員は除く)
申 各テーマに沿った小論文(800字程度)と各担当課、各SC・SSなどで配布する申込書(市HPからダウンロード可)を
 〒665-8665(住所不要)各担当課へ郵送または持参

農業振興会議 市民公募委員

定 員=1人
 任 期=4月1日から2年間
 テー マ=宝塚市の農業の課題および対策について
 申込期間=2月2日(月)～27日(金)必着
問 農の魅力創造課(☎77・2036 FAX77・2133)



長谷牡丹園指定管理者選定委員会委員

定 員=1人
 任 期=委嘱の日から候補者選定まで
 テー マ=長谷牡丹園に期待すること
 申込期間=2月2日(月)～27日(金)必着
問 北部振興企画課(☎91・1111 FAX91・0851)



縦覧

阪神間都市計画道路(荒地西山線(小林工区))の
事業計画(変更)に係る図書の縦覧

場 問 道路整備課(☎77・2098)

市税の納期限

- ① 固定資産税・都市計画税 第4期
 固定資産(償却資産)税
 ② 国民健康保険税 第9期

納期限は
3月2日(月)

- 問** ①市税収納課(☎77・9101、77・9102 FAX77・9105)
 ②国民健康保険課(☎77・2122 FAX77・2085)

納税には便利な口座振替やスマホ・クレジット決済などをご利用ください。金融機関、コンビニ、市役所、長尾SC・西谷SC・雲雀丘SS(他のSSでは納付不可)で納付可能です。詳しくは二次元コードから。



①の納付方法



②の納付方法



①②納期限一覧

エフエム宝塚 83.5MHz ～市民参加のコミュニティFM放送局～

◆今月のイチオシ!「前田明の社交ダンスは美しく健康に」

回 毎週金曜 正午～12時半
 パーソナリティー: 前田明
 アシスタント: 芦田純子

熱中している社交ダンスの話や日頃の健康維持についてのちょっとしたアドバイスなどを前田明が語ります。
 生き生きとした人生を送るためのマインドを私たちと一緒に取り入れてみませんか?



♪ エフエム宝塚のホームページやスマホ・タブレットの無料アプリ「Radimo(レディモ)」でも番組を聴くことができます。

のある記事について、担当者がお話しします。

放送日	時 間	テーマ
1月29日(木)	10時半～11時	宝塚と多田銀銅山
2月9日(月)		自殺対策強化月間講演会
2月25日(水)		まちを楽しくする まちづくりアイデア発表会
3月17日(火)		わくわく!そうぞう!たからんまつり

メッセージ・リクエストはこちらまで! はがき 〒665-8543 逆瀬川1丁目11-1 TEL 76・5432 FAX 76・5565 E-mail fm@835.jp HP <https://835.jp>

2月の無料相談

祝・休日を除く。☑がないものは予約不要

その他の相談



無料相談

	相談内容	日時	場所・連絡先・申し込み
暮らし・法律	弁護士による法律相談 土地・建物の賃貸借、金銭貸借、遺言、交通事故など市民生活に限る	月・水・金曜、第1火曜 13時～16時	場 市民相談課 ☑ 相談日に同課(☎77・2003) 先 各日6人 (火・水曜実施分は前週木曜から予約可 先 各日2人)
	家庭問題相談 夫婦関係、親権、後見、相続など家庭内の問題で、 法律的な判断を要する相談を除く	木曜13時～16時	場 市民相談課 ☑ 相談日の前週金曜～前日(12日分は10日(火))正午に 同課(☎77・2003) 先 各日4人
	宅地建物取引相談 市民生活に限る	10日(火)13時～15時	場 市民相談課 ☑ 3日(火)～前日正午に同課(☎77・2003) 先 4人
	登記・土地境界問題に関する相談 市民生活に限る	25日(水)13時～16時	場 市民相談課 ☑ 3日(火)～前日正午に同課(☎77・2003) 先 6人
	建築相談 リフォームや耐震診断、近隣とのトラ ブルなど市民生活に限る	12日(木)10時～正午	場 市民相談課 ☑ 3日(火)～10日(火)正午に同課(☎77・2003) 先 4人
	行政相談 国・特殊法人などの相談や苦情	16日(月)14時～16時	場 市民相談課 ☑ 3日(火)～9日(月)に同課(☎77・2003) 先 4人
	行政書士会の相談 遺言書・遺産分割協議書・契約書の書き方	16日(月)13時～16時	場 ピピアめふ ☑ 水～金曜10時～16時に県行政書士会阪神支部 (☎06・6426・5123 FAX06・6426・5125) 先 6人。要予約
	司法書士会の相談 相続、登記、多重債務問題、 その他簡易裁判所が所管する法律相談	7・21日(土)、12・26日(木) 13時～15時	場 男女共同参画センター 問 平日9時～17時に県司法書士会(☎078・341・2755)予約不要
	消費生活相談 商品やサービスに関する契約トラブル相談	月～金曜 9時～正午・12時45分～16時	問 消費生活センター。来所相談は要予約【専用電話】(☎81・0999) 土・日曜、祝日は消費者ホットライン(☎188)
	心配ごと相談	月・水・金曜13時半～15時半	問 総合福祉センター(☎86・5000)
	外国人相談室 外国人市民・帰国者などの生活相談と海外の 情報提供	月・火・木・金・土曜 10時～正午 (土曜のみ13時～15時もあり)	場 国際・文化センター 問 市国際交流協会(☎76・5917)日本語・英語以外は要相談
	DV相談	月～金曜9時～17時半	問 たからづかDV相談室(☎77・9121)
仕事	西宮年金事務所 年金請求・相談	月曜8時半～19時 火～金曜8時半～17時15分 14日(土)9時半～16時	問 なんきんダイヤル(☎0570・05・1165) 西宮年金事務所(☎0798・33・2944)
	国民年金の一般的な相談	月～金曜8時半～19時 14日(土)9時半～16時	問 なんきん加入者ダイヤル(☎0570・003・004)
	社労士による労働問題相談 雇用・賃金不払いなど各種労働問題	17日(火)13時～16時	場 市役所 ☑ 3日(火)から商工勤労課(☎77・2071) 先 3人
高齢者・障がい者	老後のお困りごと相談 市内在住の60歳以上、 行政書士による遺言、相続、死後事務などの相談	19日(木)15時～17時	場 プレミラ宝塚 ☑ 16日(月)までに老人福祉センター(☎85・3861) 先 4人
	法律職と福祉職による 高齢者・障がい者の権利擁護専門相談	18・25日(水)14時～16時	場 ☑ 市高齢者・障がい者権利擁護支援センター (☎26・6828 FAX26・6238) 先 各日2組
	成年後見制度無料相談会	第3水曜14時～17時	場 市役所 ☑ 市HPまたは高齢福祉課(☎77・2068) 先 4人
教育・子ども	子ども発達総合相談 市内在住、主に乳幼児 の心身の発達に関する面接相談	3月10日(火)9時～15時半	場 市総合福祉センター ☑ 平日8時45分～17時15分に子ども発達支援 センター在宅相談室(☎86・7284 FAX86・7285) 先 20人
	児童虐待防止24時間ホットライン	24時間対応	問 県川西こども家庭センター(☎072・759・7799) 児童相談所全国共通ダイヤル(☎189)
	子どもの悩み相談	月～金曜13時～19時 土曜・第1・3火曜10時～17時	問 子どもの権利サポート委員会【専用電話】(☎0120・931・170)
人権	人権相談	27日(金)14時～16時	場 市役所 ☑ 人権平和・男女共同参画課(☎77・2013) 先 4人
	セクシュアルマイノリティ電話相談	水曜15時～18時	問 人権平和・男女共同参画課【専用電話】(☎71・2136)
	女性のための電話相談	月・火・木・金曜、14・21・28日(土) 10時～正午・13時～15時	問 男女共同参画センター【専用電話】(☎86・3488)
	女性のための面接相談	25日(水)10時～12時50分	場 ☑ 男女共同参画センター(☎86・4006) 対 法律相談のみ市内在住の女性 保 あり(要予約 対 1歳以上の未就学児)
	女性のための起業相談	4・18日(水)10時～正午	
	女性のための法律相談 原則1人1回	7日、3月14日(土)14時～17時	
	女性のためのチャレンジ相談	4日、3月4日(水)11時～13時50分	
	犯罪被害相談 1人60分以内	12・26日(木)10時～正午	場 市民相談課 ☑ 前週金曜までに防犯交通安全課(☎77・2061) 先 各日2人
健康	こころのケア相談 ひきこもり、依存症など	12日(木)13時半～15時	場 ☑ 県宝塚健康福祉事務所(☎62・7307)
	専門栄養相談	10日(火)10時～11時半	場 ☑ 県宝塚健康福祉事務所(☎62・7304)

仕事・求人

㊤正規職員 ㊦会計年度任用職員 ㊧職歴・前歴加算あり ㊨賞与あり



募集情報

職種・採用予定日	給与・対象	問い合わせ・備考
作業療法士㊤ 採用 4月1日	￥ 初任給=255,702円㊧㊨ (大学卒業相当の場合) 対 詳しくは市HPへ	試験日 2月20日(金) 申 2月12日(木)15時までに二次元コード 問 人材育成課 (☎77・2149 FAX72・6032)
①学校給食 調理員㊤ ②市立小・中・特別支援学校 講師㊤ 採用 4月(①は1日)	￥ ①初任給=228,712円㊧ (採用時35歳の場合) ②時 給=2,850円㊧ほか (雇用形態により異なる) 対 詳しくは各二次元コードから	試験日 ①2月18日(水) 申 詳しくは各二次元コードから ①受付は 2月2日(月)15時～13日(金)15時 ②応募書類は2月27日(金)必着 問 職員課(☎77・2026 FAX71・1891)
歯科衛生士㊤ 採用 4月1日	￥ 時給=1,740円㊧ 対 歯科衛生士の資格を持つ人	申 電話連絡の上、写真付き履歴書、免許証の写しを健康センターへ郵送または持参。 2月13日(金)必着 問 同センター(☎86・0056 FAX83・2421)
地域児童育成会 補助員㊤ 採用 4月	￥ 時給=1,250円㊧ 対 高校生を除く18歳以上	申 二次元コード 問 アフタースクール課 (☎77・2030 FAX77・2800)

自衛隊進路説明会

日 2月7日(土)・8日(日)・14日(土)・15日(日)時間は応相談
 場 兵庫地方協力本部伊丹地域事務所
 対 18～32歳
 内 自衛隊の仕事や生活、採用試験など
 申 問 二次元コードまたは同事務所
 (☎070・6589・0391 ✉k02hyogopco@ezweb.ne.jp)



2月の宝塚地域若者サポートステーション

日 二次元コードから
 場 男女共同参画センター 先 各講座6人
 対 学生を除く15～49歳の無業の人(要登録)
 内 パソコン講座(Excel初級・中級)、職業興味&性格検査、ビジネスマナー、職業人の話、ライフプラン講座
 申 問 同サポートステーション
 (☎69・6305 FAX85・7799 日・月曜、祝日除く)



自立就職支援セミナー

「ひきこもりのその先へ～元当事者と支援者が語る生きづらさの正体とは～」
 日 2月14日(土)13時半～15時40分
 場 男女共同参画センター 先 50人
 対 就職に悩む若者や保護者、支援者
 内 公認心理師の小島俊久による講演、パネルディスカッションなど
 申 前日までに二次元コード
 問 宝塚地域若者サポートステーション
 (☎69・6305 FAX85・7799 日・月曜、祝日除く)



生活支援ヘルパー養成研修

日 2月①25日(水)②26日(木)9時半～16時半(全2回)
 場 ①市保健福祉サービス公社②市役所
 先 30人
 対 ホームヘルパーの資格がない人
 内 要支援者のために掃除や洗濯、調理などを行うヘルパーの養成研修。修了者は、市認定生活支援ヘルパーとして従事できます
 申 問 1月30日(金)～2月20日(金)に同公社
 (☎86・9194 FAX86・8496)

シルバー人材センター出張説明会

日 2月19日(木)13時半～15時半
 場 宝塚商工会議所
 先 20人
 対 市内在住、おおむね60歳以上で働く意欲のある人
 申 問 同センター(☎81・7000 FAX81・7040)



ワークサポート宝塚で仕事を探しませんか

市とハローワーク西宮が共同で運営する、仕事を探す人のための施設です。求人情報の検索や職業紹介を受けることができます。
 日 平日9時～17時 場 ワークサポート宝塚(ソリオ2)
 問 同施設(☎81・4400 FAX81・4402)

▶健康・生きがい就労トライアル説明会 (対 おおむね60～80歳代)は6ページへ



⚠️「定期縛りなし」は定期購入です

【事例】

SNSで「ひと塗りするだけでシワがきえる」という1980円の化粧品広告に目が留まった。「定期縛りなし」と書かれていたので、1回だけだと思い注文した。商品が届き納品書を見ると、次回発送予定日が記載されていて、定期購入だと気が付いた。解約しようと思いい販売会社に電話したら、「初回のみで解約の場合は定価との差額8千円を請求する」と言われた。

【アドバイス】

定期縛りなしは「定期購入ではない」という意味ではなく、「最低購入回数の指定がない定期購入」という意味です。いつでも解約できますが、解約しない限りいつまでも続く定期購入です。また、割引価格が設定されている初回のみでの解約は、定価との差額の支払いが条件となる場合があります。

インターネット通販で注文する際は、定期購入となっていないか、最低購入回数に縛りがないか、2回目以降の金額、解約の条件などを必ず確認しましょう。後日確認ができるように、契約条件が記載されている画面をスクリーンショットなどで保存するようにしましょう。

商品やサービスに関する契約トラブルの相談は
相談専用電話(☎81・0999)、消費者ホットライン(☎188)へ

譲ります 譲ってください

- 譲ります=小説本(ハーレクイン・イマージュ)▷
幼児用テーブル付きイス▷幼児用イス
- 譲ってください=アップライトピアノ▷三味線▷
オープンレンジ▷ポータブルミシン▷ダイニング
用イス▷ステンレス製布団干し

申 問 (特非)消費者協会宝塚へ電話
(☎81・4175、9時半～正午、火・木曜は16時半まで)

市への寄附をありがとうございます

- 故・小島満佐子様—高齢者福祉に3千万円
- (株)サンジュウナド—まちづくり事業に10万円
- 市立病院建設勝手に応援募金—市立病院建て替えに10万円
- 日本生命保険相互会社—まちづくり事業に現金(金額非公表)
- めふコープ委員会—子ども施策に10万円、高齢者福祉施策に10万円
- ライズ・ステージ(株)—長尾小学校へ11万円相当の掲示板
- (株)ルックメディカル—長尾台小学校へ約7万円相当の楽器など

(五十音順)

すみれ防災スピーカーの放送は「Cosmo Cast」で!

すみれ防災スピーカーの放送(災害・緊急時の放送のみ)をアプリを通して聞くことができます。

インストール



総合防災課

(☎77・2078 FAX 77・2150)

ひょうご防災ネットの安心メールに登録を!

避難所開設情報や避難情報、防犯・交通安全・消防の啓発情報、感染症情報などを配信します。

アプリ版のインストール・メール登録



総合防災課

(☎77・2078 FAX 77・2150)

市営霊園の利用者を募集中

各墓所の案内資料を生活環境課・現地管理事務所・各 SC・SS で配布しています。市 HP もご覧ください。西山霊園の令和7年度の募集は終了しました。

宝塚すみれ墓苑
(樹木葬・合葬墓・一般墓)



長尾山霊園
(一般墓)



生活環境課

宝塚すみれ墓苑担当 (☎77・2146 FAX 71・1159)

長尾山・西山霊園担当 (☎77・2073 FAX 71・1159)

日時 場所 料金 抽選 先定員(先着)
一時保育 手話通訳・要約筆記 SC サービスマン SS サービスマン
は 往 来 費 (85円) または往復はがき(170円)に基本事項(〒住所・名前(ふりがな)を記入)

阪急宝塚線「売布神社」駅前

シネ・ピピア

☎87・2261



シネマ1	国宝(☆)	～2/26(木)	兄を持ち運べるサイズに	～2/12(木)
	五十年目の俺たちの旅	2/13(金)～2/26(木)	エディントンへようこそ(☆)	2/13(金)～2/26(木)
	木挽町のあだ討ち	2/27(金)～		
シネマ2	道草キッチン	1/30(金)～2/12(木)※	モンテ・クリスト伯	1/30(金)～2/5(木)
	女性の休日	2/6(金)～2/19(木)※	港のひかり(☆)	1/30(金)～2/12(木)※
	スプリングステーション 孤独のハイウェイ	2/6(金)～2/19(木)※	落下の王国	2/6(金)～2/19(木)※
	ペンギン・レッスン	2/13(金)～2/26(木)	手に魂を込め、歩いてみれば	2/13(金)～2/19(木)
	ただ、やるべきことを	2/20(金)～2/26(木)	ヒポクラテスの盲点	2/20(金)～2/26(木)
	Black Box Diaries	2/20(金)～3/5(木)	ナイトフラワー(☆)	2/20(金)～3/5(木)
	医の倫理と戦争	2/27(金)～3/5(木)	ブルータリスト(★)	2/27(金)～3/5(木)



『兄を持ち運べるサイズに』
©2025「兄を持ち運べるサイズに」
製作委員会

(☆)…小学生以下は保護者の許可が必要です。
(★)…15歳以上の方がご覧になれます。
※2月8日(日)はシネマ2のみ休映

シネ・ピピアは市内唯一の公設民営の映画館です。上映時間などはお電話でお問い合わせください。

てんさんぽ

甲子園大学の学食
メイプルキッチンに行きました
Cafeteria Maple Kitchen

今日のランチは
ブタのしょうが焼き定食

オイシイ! おいしい!

紅葉が丘にあるから
メイプルキッチンなのだそう
紅葉
メイプル

甲子園大学の学食「メイプルキッチン」に行ってきました。甲子園大学は、栄養学と心理学が学べる総合大学です。地図で見ると、甲子園大学から宝塚駅までは宝塚南口駅までと変わらないくらい。すぐ歩けそうですが、実際には登山コースのスタートと重なるような道なので、坂道がとてもきついです。学食同様に、スクールバスも学外者の利用が可能(学生・教職員優先)なので、帰りはバスに乗って帰ってきました。学食のメニューは日替わり定食と麺類、カレーライスなどですが、栄養学部がある大学だけあって、バランスよく美味しい。値段も安い。営業時間は平日の11時半から13時半です。

てんてん
(貂々)

残り、あと14%なんです。



神戸沖埋立処分場

私たちが出したごみを燃やした後に残る「焼却灰」。その行き先である「埋立処分場」の容量が残り14%しかありません。処分場がいっぱいになれば、新たな場所の確保に多くの時間と費用がかかります。

これは決して遠い未来の話ではなく、私たちの暮らしに直結する問題です。

燃やして終わりではない 燃やすごみのゆくえ

①パッカー車(ごみ収集車)に積まれて
小浜にあるグリーンセンターへ



2tパッカー車にはごみ袋
約900袋分が入ります

②焼却炉で24時間燃やします

③焼却灰はトラックで神戸へ運び、
船に移し換えた後、神戸沖の海に
設置した枠の中に埋め立てます



焼却炉の様子

ごみの減量にご協力ください。

現在の埋立地を延命するため、グリーンセンターではごみを燃やして体積を小さくしています。

でも、埋立地を1日でも長く使うために一番効果的なのは、ごみを減らすことです。私たちの行動が未来を守る力になります。

どうやったらごみを減らせる?
ごみを減らすコツを公開中



問 クリーンセンター管理課(☎87・4844 FAX81・1941)



春の競馬場を満喫しよう!

普段は入ることができない特別なエリアでのレース観戦や全力で遊べる屋外公園など、阪神競馬場の魅力を体験してみませんか。

6階来賓ラウンジ席ご招待



大好評につき、今回は当選者枠を拡大!

最大**160組640人**を招待します。

日 3月1日(日)・7日(土)・14日(土)・22日(日)・28日(土)、
4月4日(土)・11日(土)・18日(土)

対 市内在住の人。20歳未満のみでの入場不可

抽 各日20組

(1組当たり3~4人。2人以下の応募不可)

申 2月9日(月)までに二次元コード。はがきの場合、来場者全員の〒住所、名前(ふりがな)、年齢、代表者の電話番号、希望の日程(1日のみ)を記載し、〒665-8665(住所不要)企画政策課へ。2月9日(月)必着。申し込みは1人1回のみ。当選者には2月下旬に案内状などを送付

問 同課(☎77・2001 FAX72・1419)



子ども無料招待イベント

(株)ボーネルンド監修の「あそび馬!」やキッズガーデンなど、子ども向けエリアを貸し切って、思う存分遊び回ろう!ポニーとのふれあい体験もあります。昼食付き。

日 3月27日(金)9時半~13時 **抽** 50人

対 市内在住の年少~小学5年生(保護者の同伴必須)

申 2月11日(祝)までに二次元コード

問 子ども政策課(☎77・2419 FAX77・2800)



競馬場のイベントレポートも!

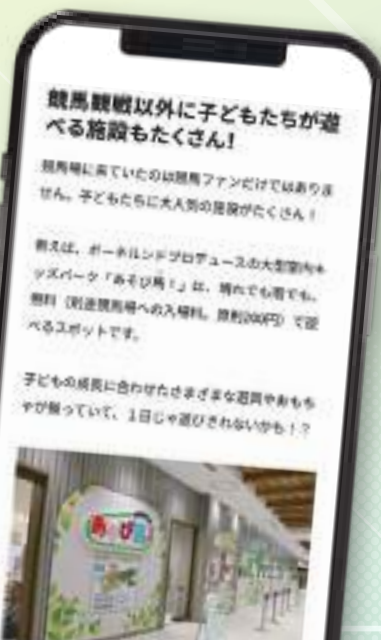


市公式noteで情報発信中

「競馬場って初めてだけど楽しめる?」「レース以外に何があるの?」そんな疑問や不安に応えるため、市職員が阪神競馬場取材しました!招待枠に当選した人の感想や観戦以外のお楽しみスポットなど、競馬場の魅力をたくさんの写真とともにご紹介します。

また、noteでは市政情報やイベントレポートも多数掲載。前回の子ども無料招待イベントをはじめ、「市民と市長の対話ひろば」の様子や宝塚歌劇の催しなど、宝塚市にまつわる記事を多数公開しているので、ぜひご覧ください。

問 広報課(☎77・2002 FAX74・6903)



ラウンジ席招待
取材記事



子ども招待
イベントレポ