

但陽信用金庫



但陽信用金庫は、阪神・淡路大震災を契機に、地域貢献活動としてボランティアを開始し、以来30年にわたり継続しています。2000年以降は「NPO法人但陽ボランティアセンター」に職員を派遣し、車いす利用の方にリフト付き福祉車両による移送サービスなどの支援をしています。また、約2,300軒の高齢者宅へのケア訪問、食品ロス削減を目的としたフードドライブの実施、献血協力などの取り組みをしています。これからもSDGsの目標達成に寄与する活動を継続し、地域に必要とされる金融機関として継続できるよう努めます。

問合先 政策課 ☎ 8700



10月はひょうご食育月間

加西市は食育の一環として減塩を推進しています。市民アンケートの結果、減塩に取り組んでいない人が3割を超えていました。

塩分を摂り過ぎると、高血圧などの生活習慣病のリスクを高めます。だし・柑橘類・お酢・香辛料などを活用するなど、日頃からの食事で減塩を心掛け、健康的な食生活を送りましょう。

味噌汁でできる減塩のひと工夫

工夫1

香りの強いきのこ類を加える



工夫2

具材を増やして、汁の量を減らす



工夫3

豆乳や牛乳を少量加えて、コクを出す



工夫4

すりごまを加えて、風味豊かに



問合先 健康課 ☎ 8723

とびだせ！ かさいっ子

小学校入学前のお子さまの写真を募集中



これからも笑い合って喧嘩して、楽しい毎日を過ごしてね☆



達可 怜那ちゃん (2歳)
清華ちゃん (2歳)

北条町
西高室

これからも元気いっぱいたくさん遊んで大きくなつてね♪



梶原 颯人ちゃん (2歳)

北条町
東高室

休日当直医



加西市医師会

※診察は9時から17時まで。
※当直医日程は変更になる場合があります。必ず医療機関に電話で確認をしてください。加西消防署 (☎ 42-0119) で確認することもできます。

当直日	医療機関名	電話
10月5日 ㊤	横田 内科 医院	☎ 42-5715
10月12日 ㊤	坂部 整形 外科	☎ 43-1444
10月13日 ㊤	大杉 内科 医院	☎ 47-0023
10月19日 ㊤	おりたクリニック	☎ 42-6000
10月26日 ㊤	まえだ内科神経内科クリニック	☎ 45-2050
11月2日 ㊤	みのりクリニック	☎ 49-8470
11月3日 ㊤	西村耳鼻咽喉科	☎ 42-6020

	相談内容・電話番号 日・時間・場所
健康	スマイル健康相談（食生活や健康づくりなど） ☎ 6700 ※予約制 10/15 ㊤ 29 ㊤ 13:00～14:00 健康福祉会館
	こころのケア相談 ☎ 0795 ㊤ 9367 ※予約制 10/23 ㊤ 13:00～ 加東健康福祉事務所
	こころの健康相談（電話相談） ☎ ㊤ 8723 ㊤～㊤ 8:30～12:00、13:00～17:15 健康福祉会館 健康課
	こころの健康相談（対面相談） ☎ ㊤ 8723 ※予約制 11/21 ㊤ 13:15～14:15、14:30～15:30 健康福祉会館 健康課
	HIV 抗体・肝炎・梅毒検査 相談（匿名・無料） ☎ 0795 ㊤ 9436 ※予約制 10/2 ㊤ 16 ㊤ 11/6 ㊤ 13:15～14:00 加東健康福祉事務所
障がい	専門栄養相談（要介護の方の食生活相談など） ☎ 0795 ㊤ 9365 ※予約制 10/3 ㊤ 11/7 ㊤ 13:30～15:00 加東健康福祉事務所
	身体障害者福祉相談 ☎ ㊤ 8725 11/13 ㊤ 13:30～16:00 健康福祉会館 ふれあいの間②（※10月はお休みです）
	精神障害者福祉相談 ☎ ㊤ 8725 10/22 ㊤ 13:00～15:00 市役所6階会議室
	知的障がい者・児 福祉相談会 ☎ ㊤ 8725 10/15 ㊤ 10:00～12:00 健康福祉会館 ふれあいの間①
就労	若者・就職氷河期世代就労支援相談 ☎ 078 (915) 0677 10/7 ㊤ 21 ㊤ 11/4 ㊤ 13:00～15:50 アステアかさい3階ワ-ルーム
	就労支援員による就労相談 ☎ ㊤ 7600 ㊤～㊤ 9:00～17:00 アステアかさい4階ふるさとハ-ワ-ク
一般	心配ごと相談（電話相談） ☎ ㊤ 0303 ㊤～㊤ 8:30～17:15 加西市社会福祉協議会
	人権相談（人権問題に係る相談） ☎ ㊤ 8727 10/7 ㊤ 11/11 ㊤ 13:30～15:30 市民会館1階会議室
	法務局における人権相談 ☎ 0795 ㊤ 0201 ㊤～㊤ 8:30～17:15 神戸地方法務局社支局
	行政相談（行政に係る諸問題） ☎ ㊤ 8739 10/23 ㊤ 13:30～15:30 アステアかさい3階ワ-ルーム
	市民相談（市民の日常生活上の諸問題） ☎ ㊤ 8739 ㊤～㊤ 9:00～16:30 アステアかさい3階市民相談室
	法律相談（対面） ☎ ㊤ 8706 ※予約制（1日から15日まで（開庁日のみ）） 10/16 ㊤ 13:00～16:00（1枠30分） アステアかさい3階ワ-ルーム
	DV相談・困難な問題を抱える女性相談（電話・来所相談） ☎ ㊤ 8736 ㊤～㊤ 9:00～17:00 ※電話でお問い合わせください
	認知症相談 ☎ ㊤ 7522 ㊤～㊤ 8:30～17:15 地域包括支援センター ※きずなカフェは10/7 ㊤ 11/4 ㊤ ☎ ㊤ 1281 加西市社会福祉協議会
	外国人生活相談と外国人に関する相談 ☎ ㊤ 8511 ※予約制 ㊤ ㊤ ㊤ ㊤ ※通訳あり 9:00～17:00 アステアかさい1階加西市グローバルセンター
	ボランティア相談 ☎ ㊤ 8133 ※電話相談は随時受付 10/2 ㊤ 13:30～15:00 加西市ボランティア・市民活動センター
	税理士による無料税務相談 ☎ 090-1105-1058 ※予約優先・30分以内4名まで 10/16 ㊤ 13:00～15:45（最終受付15:15） 市役所6階大会議室
	成年後見巡回相談 ☎ ㊤ 6677（北はりま成年後見支援センター） 11/12 ㊤（奇数月）第2水曜日 ※場所はお問い合わせください

※敬称略。8/17～9/16届出順・掲載承諾者のみ
※市外で死亡届を提出された方で「おくやみ」に掲載を希望される方は、総務部秘書課 (☎ 48701) まで