

三つの都市宣言は周年を迎えます！

文教住宅都市宣言
S38(1963).11.3
平和非核都市宣言
S58(1983).12.10
環境学習都市宣言
H15(2003).12.14



発行：西宮市（〒662-8567六湛寺町10-3） 編集：広報課（0798・35・3400） 総合コールセンター（0798・36・5000）
 配布：シルバー人材センター（0120・72・4833） 《推計人口：48万3755人 世帯数：22万384世帯／令和5年（2023年）10月1日時点》



障害や認知症への“理解”からはじまる

みんなが暮らしやすいまち

地域では、障害のある人や認知症の人など、さまざまな人が暮らしています。

障害や認知症の有無に関わらず、みんなが暮らしやすいまちになるためには、障害や認知症について「理解」することが大切です。

誰もが活躍でき、みんなが暮らしやすいまちづくりに、自分にできる範囲で参加してみませんか？

問 総合コールセンター（0798・36・5000）

話す さまざまな人とつながりができるまちに

認知症カフェ (HP) 13507184

認知症の人やその家族、住民が集まり、認知症に関する情報交換や相談をしたり、楽しくおしゃべりする場所です



わかみや会 (HP) 31183396

若年性認知症の本人や家族・支援者が集い、情報交換や日頃の悩みなどを話せる、「ほっとひと息つける場」です



認知症つながり推進員

これらの場では、認知症の人と共に活動を行っています。活動を通じて支える・支えられる関係を超え、「共に生きていく」意識が芽生えてきています。認知症の人が暮らしやすいまちは誰もが暮らしやすいまちにつながります。ぜひ一度参加してみてください

認知症カフェやわかみや会の実施状況など、詳細は社会資源情報サイト「にしま〜れ」で確認を



学ぶ 困っている人を手助けできるまちに

あいサポーター養成講座 (HP) 71254876

障害について知り、困っている人を見かけたときに、声掛けやちょっとした手助けができるよう、障害への理解を深める講座です



認知症サポーター養成講座 (HP) 93217731

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族をできる範囲でサポートできるようになるための講座です



各講座・講演会を開催します！ 定員あり・要申込

認知症サポーター養成講座

▷ 11/21(火)13:30～@塩瀬支所

▷ 来年1/19(金)13:30～
@コープのつどい場
わになーれにききた
(アクタ西宮東館2階)

受付は
12/11の
10:00から

認知症啓発講演会

「今からできる認知症への備え」
▷ 11/30(木)14:00～@市民会館

あいサポーター養成講座

▷ 来年1/23(火)13:30～
@総合福祉センター

【申込・問合せ】西宮市社会福祉協議会（0798・23・1140）

応援する みんなが働きやすく、安心できるまちに

モノづくりHappyステージ／つながるマルシェ

働く障害のある人を応援するため、障害者就労施設で作った製品の販売会を定期的に実施しています

＼おいしいお菓子やかわいい雑貨などがたくさんあります！

ぜひお越しください！



次回開催予告

11/21(火)の
11:00～14:00
@市役所本庁舎前

協力事業者募集

できる範囲でのご協力をお願いします

地域職業体験「はたらこか」 西宮市社会福祉協議会HP

市内の福祉事業所に通う障害のある人が、市内の企業や個人商店で職業体験を行う事業です。事前に打ち合わせをして、双方が安心して職場体験できるようサポートします



高齢者見守り事業 (HP) 80043163

高齢者の異変に気付いた際に早期発見につなげる事業を通じて、安心して暮らせるまちづくりを目指しています。事業者の皆さんのご協力をお待ちしています。詳細は市HPで確認を



予防のポイントを紹介 インフルエンザにご注意を

インフルエンザは例年12月～3月に流行し、1月末～3月上旬に流行のピークを迎えますが、今年はほぼ1年間を通して流行している状況です。以下のポイントを参考にして、インフルエンザを予防しましょう。

予防ポイント

- ・ワクチンを接種する
感染後に発病する可能性を低くする効果と、インフルエンザにかかった場合の重症化防止に有効です
- ・外出後の手洗い
流水・石けんによる手洗いが有効です。アルコール製剤による手指消毒も効果があります
- ・室内では適度な湿度(50%～60%)を保つ
- ・こまめに換気する
- ・十分な睡眠と栄養バランスのとれた食事を心掛ける
- ・流行時には人混みや繁華街への外出を控える

普段から飛沫感染対策を心掛けましょう!

咳エチケットを心掛け、感染対策を行いましょ

- ・咳やくしゃみの出る人は、できるだけ不織布マスクをつける
- ・咳やくしゃみが出る時にマスクがない場合は、他の人から顔を背け、ティッシュなどで口や鼻を覆う
- ・鼻水・たんなどがついたティッシュは、すぐにごみ箱に捨て、手を洗う

問 保健予防課 (0798・26・3663) (HP) 48669690

乳幼児や高齢者は特にご注意ください ノロウイルスによる食中毒に注意

ノロウイルスは感染力が非常に強く、わずかな量のウイルスで食中毒(症状:吐き気、おう吐、下痢、腹痛など)を引き起こします。感染原因、予防方法は次の通りです。

【感染原因】

ノロウイルスに汚染された二枚貝などを、生または加熱不十分な状態で食べた、感染している人が調理等をしたことで汚染した食品を食べた

予防方法	手洗い	こまめに、石けんでしっかりと(二度洗いが効果的)
	加熱	食品の中心部までしっかり加熱する
	洗浄・消毒	使用した調理器具はしっかり洗う(消毒は塩素系消毒剤・煮沸が有効)

問 食品衛生課 (0798・26・3776) (HP) 70252460

消費生活ガイド



トラブルにあったら
消費生活センターに相談を。
0798・64・0999

「サポート詐欺」に関する相談が寄せられています。

【事例】パソコンでサイトを閲覧していたところ、警告音とともに「ウイルスに感染しました。今すぐお電話ください」という警告文が画面に表示された。電話をかけると、ウイルスの除去費用として6万円を請求され、電子マネーで支払ったが、その後何の連絡もない

【助言】インターネット利用中

慌てず対応! サポート詐欺

に突然出てくる警告等は偽物の可能性があります。警告音が鳴ったり、大手会社のロゴが表示されている等、不安をあおる内容ですが、慌てず、ブラウザの終了や端末の再起動などを行い、表示された番号には電話をかけないようにしましょう。詐欺被害に遭ったと思ったら、警察への相談も検討を。表示が出た際に判断に迷う場合は、消費生活センターにご相談ください

本当に必要としている人のために! 119番の適正利用にご協力を

119番は問合せ窓口ではなく、**火事や緊急の病気・けがなど、消防車や救急車を呼ぶための緊急電話番号**です。

令和4年(2022年)は、約3万7000件あった119番通報のうち、27%にあたる約1万件が、緊急通報ではない問合せや間違い等の電話でした。このような通報が増えると、119番の回線が混み合い、**本当に消防車や救急車を必要としている人の119番通報を受け付けることができなくなってしまいます。**

119番の適正利用にご協力をお願いします。

市が開設している電話相談・サイト

よくある問合せや相談の中には、次の方法で確認できるものもあります。ぜひご活用ください

- ・急な病気やけがで医療機関の受診に迷った時などの相談窓口

☎ 健康医療相談ハローにしのみや (0120・86・2438)



- ・電話による火災情報等の案内
☎ 消防テレホンサービス ツーツーシキュウ (0798・22・9999)

- ・各種届出や消防に関する問合せ
☎ 総合コールセンター (0798・36・5000)

- ・ホームページによる火災情報等の案内
西宮市防災ポータルサイト



「サイレンを鳴らさずに来てほしい」と要望されることがありますが、救急車は緊急車両であり、緊急走行を行うにはサイレンを鳴らすことが法律で決まっています。あらかじめご了承ください

問 消防局指令課 (0798・26・0119) (HP) 62674557

介護の仕事の復職支援 介護職離職時の届出制度

介護福祉士等の資格を持つ人が、介護の仕事から離れても再び介護の仕事で活躍するための届出制度があります。

復職時にスムーズな支援が受けられるよう、離職する際は、県福祉人材センターに届け出をしてください。

※すでに介護職の仕事から離れている人(一度も介護の仕事に就いたことがない人も含む)も受付中

対象者	介護福祉士または以下の研修修了者 ・介護職員初任者研修 ・介護職員実務者研修 ・旧ホームヘルパー養成研修1・2級課程等
サポート	介護に関わる最新情報の提供のほか、職業紹介、職場体験などの就職活動時の支援

問 県福祉人材センター (078・271・3881) (HP) 80843164

広告

あなたの街の植木屋さん

お見積0円 (出張料も0円)



7つの安心

- ✓ 1本からでもOK!
- ✓ お茶・食事の気遣い無用!
- ✓ トイレは借りません!
- ✓ 土日祝も作業OK!
- ✓ 近隣店舗からプロの植木職人が見積!
- ✓ お客様のご要望に対して丁寧に!
- ✓ お見積による1本ずつの明朗会計!

西宮市政ニュースを見た!で

剪定作業 3m未満 通常1本 3,300円(税込)から 先着10名様

10% 割引

ハローガーデン Hello garden.com

西宮店 西宮市久保町15-11

まずはご相談ください ハロー いいにわ 0120-86-1128

受付時間 月～金9:00～17:00

国民健康保険のお知らせ

問 国民健康保険課(0798・35・3117)

12月1日は 被保険者証の更新日

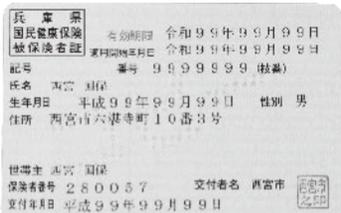
11月中旬
までに

新しい被保険者証を順次送付

12月1日からは新しい被保険者証の使用を

新しい被保険者証を11月中旬までに郵送します(保険料滞納世帯を除く)。紙カード様式で1人1枚、世帯主宛てにまとめて簡易書留郵便で送付します。

※現在の被保険者証の有効期限は
11月30日まで



カードはもえぎ色(黄緑色)

納付相談を実施

納付が困難な人等にご相談ください

保険料の滞納により、新しい被保険者証を郵送できない世帯には、事前に文書でお知らせします。未納保険料については、納付または納付相談が必要です。納付に関する相談は国保収納課(0798・35・3091)へ。

マイナンバーカードが健康保険証として利用可

機器設置済みの医療機関や薬局の窓口で、マイナンバーカードを健康保険証として利用できます。利用するためには、事前にマイナポータル等からの利用登録が必要です。詳しくはマイナポータルをご確認ください



マイナポータル

在宅介護をサポート

在宅福祉サービスのご利用を

市は、在宅介護をサポートするため、介護保険サービス(ホームヘルプサービスなど)以外にも、さまざまな在宅福祉サービスを提供しています。詳しくは市のホームページをご覧ください。



①福祉タクシー利用券を交付

自宅から病院などを移動する際の福祉タクシーの利用券を交付します。利用券は「定額制」と「予約制」の2種類です。

▷定額制…助成額が1枚500円(1回の乗車で3枚まで使用可)

▷予約制…タクシー料金の9割を助成(助成限度額あり)

対象

要介護3～5の65歳以上の高齢者で、一般の交通機関を利用することが困難な在宅の人 ※入院中は申請不可

②紙おむつ等を支給

在宅で高齢者等を介護する家族に、月1回、紙おむつ等を自宅まで配達します。 ※助成限度額(月額6500円)を超える額は利用者負担

対象

次の全ての条件を満たす人
▷要介護認定で要介護4・5に認定されている
▷常に失禁状態にある
▷おむつ使用者と介護者の世帯全員がともに市民税非課税であるなど

③介護マークをご利用ください

認知症の人などを介護する際、周囲に誤解や偏見を持たれることがあります。市は、介護中であると周囲が理解できるように作られた、「介護マーク」を配布しています。



配布場所

高齢介護課(市役所本庁舎1階)、高齢者あんしん窓口

④居場所検索ができる機器を貸与

認知症などにより行方不明になる恐れのある人を介護している家族を対象に、受付センターに問い合わせるだけで、居場所を素早く特定できる「位置検索システム専用端末機」を貸与します。

問 ①～③…高齢介護課(0798・35・3077) (HP) 51536308
④……地域共生推進課(0798・35・3286)

来年度の就学願を受付中

西宮浜義務教育学校

市は、来年4月就学の西宮浜義務教育学校の就学願を受け付けています。同校は市内唯一の公立の小中一貫校です。通学区特認校制度を採用しており、市内在住の人は校区に関係なく通学できます。

9年間を通じた教育課程

1年生からの外国語授業や4年生からの部活動体験、5年生からの中学校教師による教科担任制(一部)など、特色ある教育活動を行っています



提出期間

11月30日まで

提出方法

▷にしのみやスマート申請
▷学事課(市役所本庁舎6階)窓口へ持参



問 学校改革課(0798・35・3800) (HP) 53531003

障害のある人の将来に安心を
心身障害者扶養共済制度

市は、心身障害者扶養共済制度の申請を受け付けています。障害福祉課(市役所本庁舎1階)窓口で制度の説明も行っているのでお気軽にご相談ください。

心身障害者扶養共済制度とは…

障害のある人を扶養している保護者が、毎月一定額の掛金を納めることで、保護者に万が一のこと(死亡・重度障害)があった際に、障害のある人へ終身一定額の年金を支給する県の制度

対象	▷障害者要件(いずれかに該当) ①知的障害がある人、②身体障害者手帳1～3級を持つ人 ③精神や身体に①・②と同程度の障害があると認められる人 ▷加入者要件 ①～③のいずれかに該当の障害者を扶養する65歳未満の保護者
掛金	1口月額9300円～2万3300円(上限2口) ※掛金は加入者の加入時年齢により決定
年金	1口当たり月額2万円
申請	障害福祉課で配布の申請書等を持参か郵送

問 障害福祉課(0798・35・3174) (HP) 75595384

令和
4年度

水道・下水道事業決算

水道・下水道ともに黒字も厳しい経営状況が続く見込み

詳しくはこちらから



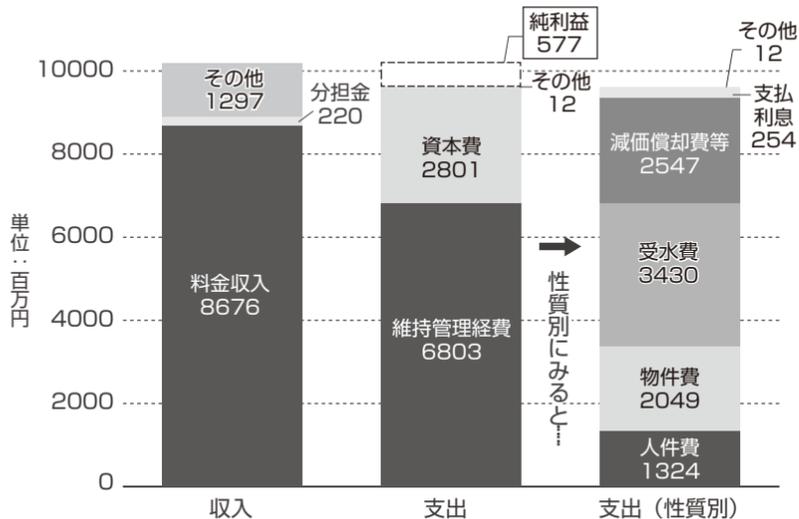
HP 81981455

令和4(2022)年度の水道・下水道事業会計決算の概要をお知らせします。

問 上下水道局財務課(0798・32・2268)

水道事業

収益的収支(水道水を作るための収入と支出)は、収入101億9311万円、支出96億1575万円で、差し引き5億7736万円の黒字でした



決算の特徴(前年度比)

- 収入** 2億2033万円減 ↓ (給水収益や分担金が減少したため)
- 支出** 2億9364万円増 ↑ (人件費等で減少も委託料等が増加したため)

水道水1立方メートル作るのに176円必要でした

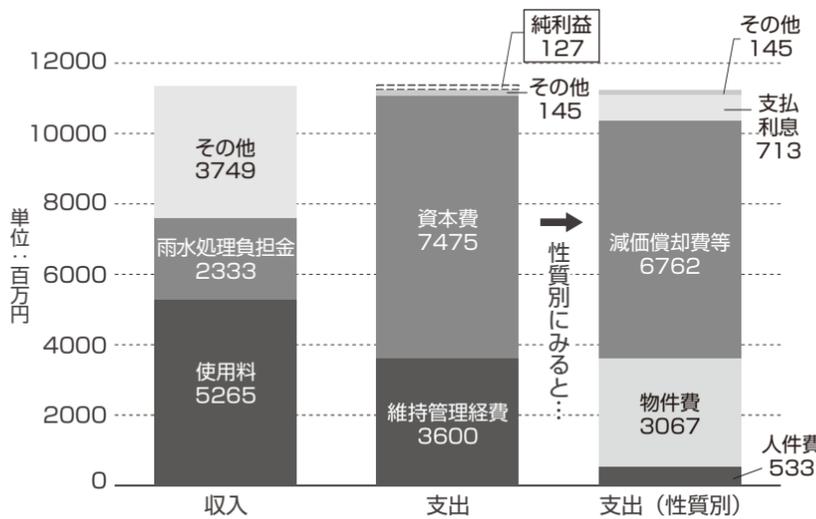
- 原水を調達する..... 9円
 - 浄水場で水をきれいにする..... 15円
 - 浄水場から皆さんの蛇口まで水を届ける... 71円
 - 検針・料金徴収等の費用として..... 12円
 - 阪神水道企業団・県営水道から受水する... 69円
 - 計176円
- 1立方メートルは... ×500本分 (2リットルペットボトル)

水道施設を整備するのにかった経費は...

水道施設の整備として、老朽化した水道管の耐震化や浄水場の整備工事などを行い、42億100万円を支出しました。支出は、企業債の借り入れ等の収入(13億7800万円)や減価償却費等の現金支出を伴わない費用等の内部留保資金(28億2300万円)で賄いました

下水道事業

収益的収支(下水を処理するための収入と支出)は、収入113億4754万円、支出112億1991万円で、差し引き1億2763万円の黒字でした



決算の特徴(前年度比)

- 収入** 2億1015万円減 ↓ (雨水処理負担金等が減少したため)
- 支出** 1億1059万円減 ↓ (資産減耗費等が減少したため)

1立方メートルの生活排水等をきれいな水に変えるのに100円必要でした

- 家庭等の汚水を浄化センターに集める..... 29円
 - 汚水をくみ上げ、浄化センターまで流す... 7円
 - 集められた汚水を浄化する..... 58円
 - 使用料徴収等の費用として..... 6円
 - 計 100円
- 1立方メートルは... ×約167回分 (1回流すのに平均6リットル)

下水道施設を整備するのにかった経費は...

下水道施設の整備として、浸水対策や下水処理場などの設備・下水道管の老朽化対策工事等を行い、100億2600万円を支出しました。支出は企業債の借り入れ等の収入(54億4300万円)や減価償却費等の現金支出を伴わない費用等の内部留保資金(45億8300万円)で賄いました

健全な財政運営を継続するために

今後も水道施設や下水道施設の老朽化に伴う整備や、地震や浸水等による被害の軽減対策等により多くの費用を見込んでいます。一方、収入の基礎となる使用水量は、人口減少や節水機器の普及等で減少が進むと予測され、引き続き厳

しい経営状況が予想されます。皆さんの生活に不可欠なサービスなどの提供を安定的に継続して行っていくため、経営戦略について社会情勢の変化等を踏まえた見直しを図りつつ、効率的な事業運営に努めます。

上下水道の使用開始・中止の申込、漏水修繕等の問合せは

上下水道局電話受付センター
0798・32・2201
0797・61・1703
078・904・2481

受付時間 午前8時45分～午後8時
(土・日曜、祝・休日は午後5時半まで)

広告

社会福祉法人緑峯会
特別養護老人ホーム **空室あり** 施設見学大歓迎!

セントポーリア愛の郷

- 食事がおいしい (料理療法も盛んです)
- 楽しい音楽療法、イベント充実
- 特養110床・ショートステイ10床
- 要介護3以上(要介護1・2の特例入居有り)
- 全室個室:トイレ、洗面完備 ●ユニット型:1ユニット10名程度で生活

YouTube配信中

お気軽にご連絡ください ☎078-907-1165
担当:西垣 受付時間 9:00~17:00
兵庫県西宮市山口町上山口1584-1 HPはこちら

広告

公益社 KOEKISHA

家族葬は、公益社

相談無料・随時受付中 事前相談承ります。 オンラインでもご相談いただけます

「終活セット」資料をプレゼント! お電話にてお申込みください。(9:00~17:00受付)

公益社 葬儀相談センター ☎0120-567-701 [24時間・365日受付]

公益社 西宮山手会館 西宮市城ヶ堀町1-40
公益社 甲子園口会館 西宮市中島町16-15 [230041]

くらしを豊かにする情報をお届け

記号の見方 日 日時 会 会場 内 内容 対 対象 料 参加費等 定 定員 託 託児 HP 市ホームページ番号 申 申込 問 問合せ

にしナビ

※費用の表記のないものは無料。市外局番のないものは《0798》

子供・子育て

Mommy&Me 英語で遊ぼう!

日 11月15日(水)午後3時、22日(水)午前10時45分～
会 コープ夙川
対 2歳～未就学児と保護者
料 1家族500円 定 あり
申・問 同会(090・4282・7282…木下方)

フレンテホールの催し

日・内 下表のとおり
申・問 同ホール (32・8660)

セバスチアンの音楽室
日 11月26日(日)午前11時～ 内 今さらきけない音楽の3要素 対 小学生以上
料 1000円 定 あり

ホールでおんべび!
日 11月30日(木)午前11時～ 内 パパ&ママに知ってほしい子育てと音楽のホントの関係 対 3歳以下と保護者 料 親子ペア2000円 定 あり

子育て総合センターの催し

日・内 下表のとおり
問 同センター (39・1521)

①サロンドE講座～薬剤師さんに聞いてみよう!
日 11月30日(木)午前9時45分～ 内 冬に向けて知っておきたいこと 対 未就学児と保護者 定 60人。当日先着順(受付は15分前から)

②はじめまして赤ちゃんといっしょ～プレママも寄っといDay
日 12月22日(金)の午前9時50分、午後1時50分～。いずれか1回 対 令和5年(2023年)6月1日以降に生まれた子と母親、初妊婦 定 各15組程度。多数の場合抽選
HP 95101983 申 12月4日までに市HP
※②は児童館・児童センターでも実施。実施日等詳細は HP 86267836



赤ちゃんモデル募集 「みやっ子すくすく」

内 本紙25日号(12月は10日号)「保健だより」に掲載の「みやっ子すくすく」コーナーのモデルになる赤ちゃんを募集。今回は来年1月25日号～6月25日号に掲載する6人。多数の場合抽選
対 令和5年(2023年)1月～6月に出生した市内在住の子
HP 92617367
申 11月24日までに市HP ※当選者にはのみ12月1日までに連絡
問 広報課 (35・3401)



子ども会大会

日 11月26日(日)の午前9時半～午後1時半
会 六湛寺公園
内 式典、スーパーボールすくい、ポップコーンなど
対 中学生以下
問 青少年育成課 (31・5421)

みやっこワイルド塾 ～甲山でワイルドおいしい体験!!

日 12月3日(日)午前10時～
内 甲山キャンプ場で野外炊事体験など
対 小学1年生～3年生。在学者可
料 1000円
定 30人。多数の場合抽選
HP 64110737
申 11月16日までに市HP
問 青少年育成課 (31・5428)

クリスマス料理に挑戦! ～グラタン・チキン・クッキー

日 12月3日(日)午前10時～
会 若竹公民館
対 小学生 料 2000円
定 12人。多数の場合抽選
申 11月17日までに兵庫体験活動ネットワークHP
問 同ネットワーク (080・8516・1938…仲方)

こども将棋大会

日 12月3日(日)午後0時半～
会 広田山荘
内 ①トーナメント戦、②将棋教室
対 小学生
定 ①32人、②15人。多数の場合抽選
申 11月22日までに電話で西宮市シルバー人材センター (72・3461)

子どものためのクリスマス・コンサート

日 12月9日(土)の①午前11時、②午後3時半～
会 神戸女学院エミリー・ホワイト・スミス記念講堂
対 ②は5歳児以上
料 500円。17歳以下300円
定 あり
申 同大学アウトリーチ・センターHP
問 同大学 (51・8584)

障害のある子&発達ゆっくりな子の性教育どうする?会

日 12月5日(火)午前10時～
会 総合福祉センター
対 保護者、子育て支援・教育・福祉関係者など
料 500円 定 あり
申 こくちーず
問 どんな子も暮らしやすい西宮を考える会(090・2105・0945…藤中方)

ひだまりコンサート ～クニ河内さん&ミカちゃん X'mas Show

日 12月13日(水)午後3時～
会 中央公民館 対 未就学児と保護者
定 50人。先着順
HP 51711190
申 11月15日午前9時から市HP
問 地域学習推進課 (67・1567)

山東でお正月準備

日 12月16日(土)・17日(日)。1泊
会 山東自然の家(朝来市)
内 クリスマスリース作り、餅つきなど
対 4歳～17歳を含む家族。3歳以下は参加不可
料 6800円。17歳以下6400円。別途要材料費
定 15家族。多数の場合抽選
申 11月24日午後5時までに同自然の家 (079・676・4100)

冬の親子消費者教室

日 12月23日(土)午前10時半～
会 北口図書館
内 親子で学べるお金の学校
対 小学生と保護者
定 10組程度。多数の場合抽選
HP 52193474
申 11月13日～12月4日に市HP
問 消費生活センター (69・3157)

芸術

西宮クラシックギター練習会コンサート

日 11月23日(木・祝)午前11時～
会 夙川公民館
問 同会(090・2015・7547…古橋方)

「スープとイデオロギー」上映&ヤン ヨンヒ監督トーク

日 11月25日(土)午後1時～
会 女性センター・トレピエ(尼崎市)
定 あり
申 神戸女学院大学女性学インスティテュートHP 問 同大学 (51・8545)

桂文珍 兵庫大独演会 ～ネタのオートクチュール

日 11月25日(土)午後2時、26日(日)午後1時～
会 県立芸術文化センター中ホール
対 小学生以上
料 4500円
定 あり
申・問 同センター (68・0255)

西宮市文化振興財団の催し

日・内 下表のとおり
問 同財団 (33・3146)

おさんぽアミティ ACTAクリスマスコンサート
日 11月28日(火)の午後1時、2時半～
会 アクタ西宮東館2階中央ひろば 内 ミ・ベモルサクソフォンカルテットによる演奏

ニューイヤーコンサート プレ企画
日 12月1日(金)午後2時～ 会 市民会館
内 谷本華子氏のバイオリンと崎谷明弘氏のピアノコンサート 料 500円

西宮文学案内(後期)
日 12月2日(土)午後3時～ 会 勤労会館ホール 内 作詞家・岩谷時子、歌謡曲をモダンに! 料 500円 定 300人。当日先着順(受付は45分前から)

SAKURAジェヌ クリスマスコンサート

日 12月2日(土)午後4時～
会 甲東ホール
内 フルートアンサンブル
料 2000円 定 あり
申・問 同ホール (51・5144)

講談「赤穂浪士」年末の王道「忠臣蔵」

日 12月3日(日)午後2時～
会 西宮能楽堂
内 旭堂小南陵が言葉巧みに赤穂事件の真相を描く
対 小学生以上 料 3500円ほか
定 あり
申・問 同能楽堂 (48・5570)

billboard classics 中村雅俊 Symphonic Live 市民招待

日 12月21日(木)午後5時～
会 県立芸術文化センター大ホール
対 小学生以上
定 50組100人。先着順
申 11月14日午前10時から電話でCNプレイガイド(0570・08・9951)

講座・講演会

助成金ZOOMセミナー

日 11月21日、12月19日、来年1月23日、2月20日。いずれも火曜午前10時～正午
問 ハローワーク西宮 (22・8600)
※自動音声案内で「31#」を入力。詳細はハローワーク西宮HPイベント情報

おひとり様の老後対策セミナー

日・会 12月4日(月)…夙川公民館、23日(土)…今津公民館。いずれも午後1時半～
内 行政書士による遺言書作成など
定 あり
申・問 相続遺言・交通事故支援センター (090・5659・6891…松本方)

普通救命講習会

日 12月10日(日)・13日(水)の午前9時半～
会 市役所第二庁舎3階
定 各20人。先着順 HP 53316736
申 11月14日から市HP
問 救急課 (38・6577)

警察署からの 情報110番



サポート詐欺に注意!

コンビニで電子マネーを購入させる被害が多発中!

インターネット閲覧中に偽のセキュリティ警告等を表示し、金銭をだまし取ろうとする「サポート詐欺」が多発しています。表示された連絡先には絶対に連絡せず、落ち着いてブラウザを閉じたり、パソコンのシャットダウン等を行いましょう。 ※被害の事例等は本紙2面「消費生活ガイド」でも紹介

西宮警察署からのお願い

警察官が、高齢者の居住する世帯を重点的に訪問し、特殊詐欺の手口説明や注意喚起を実施しています。巡回連絡などの警察官の訪問に、ご協力をお願いいたします。

問 西宮警察署(0798・33・0110)、甲子園警察署(0798・41・0110)

ポスト真実の時代をどう生き抜くか?

日 11月26日(日)午後2時～
会 アプリ甲東
料 500円。大学生以下、障害のある人は無料
定 あり
申・問 甲東平和を考える会 (52・1719…吉村方)

カラーで分かる自己分析 自分の強み発見講座

日 11月27日(月)午後1時半～
会 勤労会館
対 49歳以下で、無職または労働時間週20時間未満の人
定 あり
申・問 西宮若者サポートステーション (31・5951)

公民館活用促進プロジェクト 上ヶ原リハビリ講座

日・内 11月30日(木)午後3時～…首・肩こりスッキリ!リハビリ教室、12月6日(水)午後3時～…腰がスッキリ!リハスタッフと腰痛体操、来年1月25日(木)午前10時～…オーラルフレイル予防教室
会 上ヶ原公民館
定 あり
申・問 上ヶ原病院(080・6946・3929)

男女共同参画センター ウェーブの催し

日・内 下表のとおり
申 市HP
問 ウェーブ (64・9495)
防災おしゃべり会
～女性だけで話してみませんか
日 12月8日(金)午前10時半～
定・内 あり
料 84534136
未来につながる私のアクション
～大学生が向き合った社会課題
日 12月9日(土)午前10時半～
定 あり
料 36048173
非正規おひとりさま女性のための「ミドル世代からのライフプラン」
日 12月14日(木)午後6時半～
対 40歳～54歳(子供が独立したシングル女性も可)
定 あり
料 33905728

外国人のための普通救命講習会

日 12月10日(日)午前9時半～
会 西宮消防署
定 10名程度。先着順
申 11月15日午前9時45分から西宮市国際交流協会 (32・8680)

市立西宮高校「松柏講座」

日 12月14日(木)・15日(金)の午後2時～
内 彩りあふれるフィットセラピー、疲れを癒すホットピローの作成
料 2500円
定 各15人。先着順
申 11月14日午前8時20分から同校HP
問 同校 (74・6711)

フレイル予防教室

日・会 下表のとおり
対 おおむね65歳以上
定 各30人(④は20人)。先着順
申 11月10日午前9時から電話で健康増進課 (26・3157)
①段上公民館
12月11日(月)、来年1月15日(月)の午後2時～
②塩瀬公民館
12月12日(火)、来年1月16日(火)の午前10時～
③六軒市民館
12月20日(水)、来年1月17日(水)の午後2時～
④コープ西宮南(東町1丁目)
来年1月22日(月)、2月19日(月)の午後2時～
⑤コープ西宮東(小松北町1丁目)
来年1月29日(月)、2月26日(月)の午後2時～
※いずれも2回シリーズ

催し

市立図書館の催し

日・内 下表のとおり
鳴尾図書館 (45・5003)
ペーパースーツで楽しむ「ヘンゼルとグレーテル」
日 11月18日(土)午後3時～
対 小学生以下
定 30人。当日先着順(受付は15分前から)
北口図書館 (69・3151)
展示&ブックフェア「戦時下の西宮」
「防ごう、暮らしの中の感染症」
日 12月6日(水)までの午前9時～午後8時(土・日曜、祝・休日は午後6時まで。月曜休館)

甲子園口バル&マルシェ

日 11月18日(土)・19日(日)
会 JR甲子園口駅周辺
HP 17028950
問 商工課(35・3387)
※詳細は市HP

秋のとおかしまつり

日 11月19日(日)午前10時～
会 西宮神社
内 とおかしを一同に販売。各店20個。無くなり次第終了
HP 64023567
問 商工課(35・3169)
※詳細は市HP

子供が主役の「こどもマルシェ」

日 11月19日(日)の午前10時～午後2時
会 西田公園
内 食品や雑貨の出店やワークショップ
問 みやっこサポート (81・5301)

つくとたべると遊ぶ つながろうフェス

日 11月23日(木・祝)の午前11時～午後3時半
会 西宮浜総合公園
内 マルシェ、ダンス、音楽ステージなど
問 同フェス実行委員会(090・1917・0335…淀方)
※詳細はみやぱくHP

健康講演会「食とフレイル」とおクスリ相談会

日・内 11月23日(木・祝)午後1時～…健康講演会、2時～4時…おクスリ相談会
会 武庫川女子大学浜甲子園キャンパス
問 西宮市薬剤師会 (26・3410)

西宮神社 えびすの森 公開と清掃

日 11月23日(木・祝)午後2時～
定 あり
申・問 同神社 (33・0321)

西宮市大学交流祭 キャンدلナイトコンサート

日 11月26日(日)の午後4時半～6時半
会 アクタ西宮2階円形デッキ
内 フォトスポット、コンサート(4時半から1時間程度)
問 大学交流センター (69・3155)

こうしえんまちなかフェス GREEN SOUND STADIUM

日 12月3日(日)の午前11時～午後5時
会 阪神電車甲子園駅前広場。小雨決行、荒天中止
内 音楽ライブや飲食ブースなど
問 同実行委員会 (090・4289・8014…岡本方)

秋の和菓子づくり体験教室

日 11月25日(土)の①午前10時半、②午後1時半～
会 中央公民館
内 季節の上生菓子作り、まんじゅうに焼き印を押す体験など
対 ①5歳～中学生と保護者、②18歳以上
料 あり
定 ①12組、②24人。多数の場合抽選
HP 82296865
申 11月19日までに市HP
問 商工課 (35・3169)

ユネスコチャリティーバザー

日 12月3日(日)の午前11時～午後2時
会 夙川公民館
問 西宮ユネスコ協会 (35・3868…地域学校協働課内)
※出品者は12月2日の午前10時～午後3時に会場へ

貝類館セミナー 「カサガイ類の見分け方入門」

日 12月9日(土)午後1時半～
対 小学生以上
料 要入館料
定 20人。多数の場合抽選
HP 72780858
申 11月27日までに市HP
問 同館 (33・4888)

県立西宮高校音楽科 ハンブルク公演 帰国コンサート

日 12月15日(金)午後2時半～
会 プレラホール
定 170人。多数の場合抽選
申 往復ハガキに催し名、参加人数(3人まで)、代表者の住所・氏名・電話番号を書き、11月24日(必着)までに文化振興課(〒662-8567六湛寺町10-3)
料 35・3425)

紹興ウィーク

日・内 下表のとおり
問 西宮市国際交流協会 (32・8680)
友好都市・中国紹興展
日 11月27日(月)～12月4日(月)の午前10時～午後6時。(11月27日は正午から、12月4日は午後4時まで)
内 紹興市や交流を紹介するパネル・写真の展示など
特別講座「友好都市を知ろう～伝統と現代が融合した街」
日 11月29日(水)午後1時半～
定 あり
申 電話で同協会
中国語でエンジョイ
日 11月29日(水)午後3時半～
内 健康づくり
料 500円
定 あり
申 電話で同協会

市立郷土資料館の催し

日・内 下表のとおり
問 同館 (33・1298)
指定文化財公開「西宮の文化財保護50年のあゆみ」展示解説会
日 11月25日(土)午前10時15分～
定 20人。当日先着順(受付は15分前から)
こども講座「考古学ってなあに?」
日 12月10日(日)午後1時半～
対 小学5年生～中学生
定 20人。先着順
料 10727321
申 11月15日から市HP

ひろたのエシカルマルシェ THINK

日 12月9日(土)の午前10時～午後3時
会 廣田神社
内 ワークショップ、キッチンカーなど
問 ロータリービジネス (080・7048・9409)

スポーツ・アウトドア

県立総合体育館の催し

日・内 下表のとおり
定 あり
申・問 同館 (43・1143)
すこやかエクササイズ
日 11月15・22・29日。いずれも水曜午前10時半～
対 18歳以上
料 各500円
気軽に楽しくフィットネス
日 11月21日(火)・28日(火)の午前11時45分～
対 18歳以上
料 各500円

西宮スポーツセンターの催し

日・内 下表のとおり
1DAY★スポーツイベントinまつばら
日 11月23日(木・祝)午前9時～
会 松原体育館
内 パラスポーツ体験会、えんにちなど
料・定 あり
申 同センターHP
問 同館(33・3878)
※詳細は同センターHP
みんなでGO!GO!パラスポ体験会
日 12月2日(土)午後1時～
会 今津体育館
内 ポッチャ、車いすリレー
対 4歳児以上(5歳児以下は保護者同伴)
定 25人。先着順
申 11月14日午前9時から同センターHP
問 同館 (48・4828)

芝生でノルディックウォーキング

日 11月25日(土)午後1時半～
会 鳴尾浜臨海公園南地区芝生広場
対 小学生以上
料・定 あり
申・問 同公園南地区管理事務所 (48・9386)

人事募集

来年度教育委員会の会計年度任用職員A

内 下表のとおり
申 所定の申込書を11月10日～12月8日に教育人事課(市役所本庁舎6階)
料 35・3835)。申込書は同課か市HPで入手可

市立学校での給食調理員
内 学校開校日等の午前8時15分～午後3時半
料 月額17万8200円。賞与あり
定 8人程度
HP 46235657
連携幼稚園保育職員
内 月曜～金曜の午前7時15分～午後1時15分または0時45分～6時45分
対 保育士資格または幼稚園教諭免許所持者(失効・休眠、来年3月31日までに取得見込みも可)
料 月額19万2000円。賞与あり
定 6人程度
HP 67716981
※詳細は市HP

市立保育所の会計年度任用職員

内 下表のとおり
問 保育所事業課 (35・3906)
市立保育所の就職相談会
日 12月17日(日)の①午後1時～3時、②3時半～5時。②は要予約
会 プレラにしのみや4階
料 46424983
※登録希望者は履歴書、保育士証(写し)の持参を
パート職員(会計年度任用職員A)
内 土曜の正午～午後7時のうち6時間
対 保育士登録者
料 1時間1309円。賞与あり
HP 94564109

西宮市社会福祉協議会 嘱託職員

内 視覚障害者図書館業務全般
対 昭和54年(1979年)4月2日以降に出生し、パソコン(ワード・エクセル等)の操作ができる人。図書館司書の資格取得者が望ましい
料 月額19万3300円
定 1人
申 11月10日～22日
問 同協議会 (34・3363)
※詳細は同協議会HP

市の会計年度任用職員B

障害者雇用。ワークステーション内での事務補助、軽作業等。月曜～金曜の午前9時～午後4時
療育手帳または精神障害者保健福祉手帳を持つ人
日額70+10円
1人
10285290
6010
所定の申込書を11月10日～30日に人事課(市役所本庁舎5階35・3535)。申込書は市HPで入手可
※詳細は市HP

乳幼児の健康診査等の従事スタッフ

市内5カ所の保健福祉センター、公民館等で勤務(主に午後)
※特に塩瀬・山口地区で勤務できる人を募集
以下のいずれかの資格・免許取得者
保健師
助産師
管理栄養士
臨床心理士または公認心理師
若干名
あり
11月24日までに中央保健福祉センター(35・3310)

作品募集

EWC環境パネル展

環境に関する1年の取組を発表する出展作品を募集
※同展は来年2月15

日～25日に市民ギャラリーで開催
在勤・在学者可
来年1月17日までにEWC事業担当(67・4520…環境学習サポートセンター内)

健康・福祉

難病講演会

11月26日(日)午後1時～
総合福祉センター
ストレス解消のセルフケア
患者とその家族、支援者
西宮市難病団体連絡協議会(090・6373・3184)

一羊会オンライン実践発表会

12月1日(金)午前10時～
知的障害のある人への支援の取組を発表
同会HP
同会(31・1760)

COPD(慢性閉塞性肺疾患)講演会

12月15日(金)午後1時半～
中央保健福祉センター
喫煙者
あり
同センター(35・3310)

相談

税理士による税金相談会

11月22日(水)、来年1月24日(水)の午前9時半～正午、午後1時～4時
西宮納税協会(櫛塚町)
あり
同協会(33・5216)

司法書士・税理士等による相続・不動産・税務相談会

11月25日(土)の午後1時半～5時
市民会館
あり
ウィズ法務司法書士事務所(22・2250)

その他

公民館定期使用グループ(中央公民館以外)継続登録申請説明会

12月～来年1月に各公民館
来年9月から2年間の公民館定期使用グループ・団体の継続登録申請について、申請方法等の説明会
37669330
各公民館または地域学習推進課(67・1567)
※随時新規登録受付中。詳細は市HP

セミナー動画公開!

子宮頸がんを予防するという選択

「子宮頸(けい)がんを予防するという選択～今だからできる」の動画を市公式YouTubeチャンネルに公開しました。ぜひご覧ください
保健予防課(0798・26・3675)

ようこそ! 北山緑化植物園へ

北山緑化植物園で行われる催しを紹介いたします。

Table with exhibition details: 花と緑の教室, キャンドルや木の実を使ったクリスマスのアレンジメント, 寒蘭展, 秋の生け花展, 押し花展～花あそび, 色鉛筆画展～季節の色便り

インフォメーション information

市から

11月15日 防災スピーカー・緊急告知ラジオが鳴ります

11月15日(水)午前11時頃、地震・津波や武力攻撃などの発生に備え、情報伝達試験を行います。
市内147カ所に設置の防災スピーカーとさくらFMから訓練放送(緊急告知ラジオも起動)が流れるほか、にのみや防災ネットからメールを配信します。放送された内容は、電話(050・5578・2628)で確認できます(通話料有料)。詳しくは市のホームページ(HP)65256929)で確認できます。
なお、17日(金)の定期試験放送は中止します。
問合せは災害対策課(0798・35・3626)へ。

スポーツ推進審議会委員を公募

市は、本市のスポーツ推進施策について検討する委員を2人募集します。
【任期】 来年6月1日から2年間
【対象】 来年6月1日時点で20歳以上

の人。在勤・在学者可 ※本市の他の審議会委員、市職員、市議会議員を除く
【応募方法】 所定の応募用紙と設定されたテーマの小論文を12月8日までに郵送(消印有効)かメールでスポーツ推進課(市役所本庁舎8階0798・35・3426)へ。持参可
※応募用紙等は同課、各市立体育館等で配布するほか、市のホームページ(HP)49665219)から入手可

用途地域等見直し基本方針(案)の閲覧・意見募集 11月10日～24日の執務時間中に、都市計画課(市役所本庁舎5階)か、市のホームページ(HP)49309198)で閲覧・意見募集を実施。期間中、市長宛てに意見書を提出可。問合せは都市計画課(0798・35・3660)へ

11月15日は子育て総合センター親子サロンの利用時間を変更 定期清掃のため、利用時間を午前9時半～正午に変更し、午後は休館。問合せは子育て総合センター(0798・39・1521)へ

伝統文化親子教室補助事業の募集 子供たちに伝統文化(民俗芸能、工芸技術、邦楽、日本舞踊、華道、茶道、食文化、囲碁、将棋など)を体験させる団体に文化庁が補助。事業の実施期間は令和6年(2024年)4月～7年(2025年)1月。応募は所定の提案書等を11月24日までに文化振興課(市役所本庁舎8階0798・35・3425)へ持参

か郵送(必着)を。詳しくは市のホームページ(HP)60589351)を確認を
ふぐ毒に注意 ふぐの毒は、わずかな量で運動神経を麻痺(まひ)させ、死亡することもあります。主な注意点は、①素人はふぐの調理をしない、②釣ったふぐをあげたりもらったりしない、③ふぐ毒は加熱しても壊れない、④ふぐは専門知識を持つ人がいる店で処理したものを食べるなど。問合せは食品衛生課(0798・26・3776)へ

官公署から

個人事業税(県税)第2期分納期限は11月30日

個人事業税は、所得税、住民税とは別に個人で事業を行う人にかかる税です。納付には口座振替が便利です。
問合せは西宮県税事務所(0798・39・1535)へ。

11月は労働保険未手続事業一掃強化期間

事業主が労働者を1人でも雇い入れた場合は、原則として労働保険の加入が必要となり、保険料を納付することが義務付けられています。まだ労働保険の加入手続きをしていない事業主は、今すぐ最寄りの労働基準監督署またはハローワークに連絡をして加入手続きを確認してください。
問合せはハローワーク西宮(0798・22・8613)へ。

テロ対策の水際取り締めりを強化

税関では、関係閣僚会合、日ASEAN特別首脳会議に向け、テロ防止に全力で取り組んでおり、テロ関連物資(爆発物・銃器等)の水際での取り締まりを強化しています。テロを連想させる不審人物・事象を発見した場合は、税関まで連絡をお願いします。

問合せは尼崎税関支署(06・6481・6197)へ。

11月15日～21日は「女性の人権ホットライン」強化週間

ひとりで悩まずお電話を
0570・070・810
相談無料(要通話料) 秘密厳守

法務局は、女性を巡るさまざまな人権問題(配偶者等からの暴力、セクハラ、ストーカー行為など)の電話相談を受け付けています。11月15日(水)～21日(火)は相談時間を延長し、土・日曜も実施します。

【受付時間】午前8時半～午後7時(土・日曜、祝・休日は午前10時～午後5時)

人権困りごと相談もご利用を
次回は11月16日(木)の午後1時～4時(受付は3時半まで)に市民相談課(市役所本庁舎1階)で実施
人権平和推進課(0798・35・3320)

阪神間都市計画の変更案を縦覧

下表の都市計画の変更案は11月10日～24日の執務時間中に各担当課か市のホームページで閲覧できます。変更案に意見のある人は、縦覧期間中に市長宛てに意見書の提出ができます。問合せは各担当課へ。

Table with 3 columns: 件名, 市HP, 担当課. Rows include 生産緑地地区(変更案), JR西宮駅南西地区地区計画(変更案), 都市計画公園(変更案)

パブリックコメント 結果を公表

意見募集の結果は、12月9日まで担当課、市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所・市民サービスセンター、アクタ西宮ステーションで配布するほか、市のホームページでもご覧いただけます。

Table with 3 columns: 件名, 市HP, 担当課. Row: 第5次西宮市総合計画 後期基本計画(素案)

【経済的な困りごと相談】 ソーシャルスポット西宮よりそい (0798・31・0199) …月曜～金曜の午前9時～午後5時半(祝・休日を除く)

西宮市まちづくり賞

4個人を表彰



かわかみ のりお
川上 則雄さん

「西宮湯川記念事業運営委員会」の委員、委員長として長年にわたり、同事業の発展と充実に尽力。「西宮湯川記念科学セミナー」において自ら講演を行うなど、市民の生涯学習と科学教育の振興に尽力し、文教住宅都市西宮の魅力向上に貢献



くらし てつや
倉石 哲也さん

「西宮市子ども・子育て会議」の会長など、本市の子供・子育て支援施策の審議会委員を歴任。長年にわたり保育士を対象とした研修や、児童虐待事案などへの対応に関する助言など、本市の子供・子育て支援施策の発展に大きく貢献



しまづ そのこ
嶋津 園子さん

長年にわたり行政相談委員を務め、市民と行政機関のつなぎ役として要望等の相談に熱意を持って取り組むとともに、豊富な相談実績と事業への取組姿勢で他の行政相談員を導くなど、市民生活の向上と満足度を高めることに大きく貢献



ひらの みえこ
平野 美恵子さん

「神原地区青少年愛護協議会」の会長として、長年にわたり子供たちや地域住民同士が触れ合える機会を提供し、地域の青少年健全育成に尽力。また、保護司として青少年の自立更生に取り組むなど、本市の明るく住みよいまちづくりにも大きく貢献

問 秘書課 (0798・35・3432)



平和非核都市宣言40周年記念事業

平和のつどい

市が核兵器の廃絶と恒久平和を願って「平和非核都市宣言」を行ってから40年を迎えます。それを記念し、「平和のつどい」を開催します。申込不要。要約筆記・手話通訳あり。

日時 12月10日(日) 13:30~15:45 (開場は30分前から)

会場 アミティ・ベイコムホール 料金 無料

プログラム

- 平和ミニコンサート(約20分)
本市に縁のある若手音楽家による演奏
【出演】高橋奏海さん・高橋花音さん(ソプラノ)、齋藤優衣さん(ピアノ)
- 講演会(約90分)「禎子の折り鶴から平和への願いを込めて ~思いやりの心とINORI」
【講師】佐々木雅弘さん、佐々木祐滋さん
【概要】佐々木禎子さんは2歳の時に広島で被爆し、12歳で亡くなるまで折り鶴を折り続け、広島平和記念公園にある「原爆の子の像」のモデルとなった人です。禎子さんの兄・雅弘さんと甥・祐滋さんから彼女の生きざまについて聞き、その姿から「小さな平和」の探求と「心の融和」を図ります



▲原爆の子の像

問 人権平和推進課 (0798・35・3473) (HP) 28282473

— あなたしか 気づいてないかも そのサイン —

11月は児童虐待防止推進月間

虐待を受けたと思われる子供を見つけた時はご相談ください。あなたの電話が、子供や子育てに悩む保護者を救うことにつながります。また、民生委員・児童委員会と虐待防止の広報活動を実施しています。詳細は市のホームページ(HP)40227558)で確認を



虐待かもと...思ったら いちはやく 通話料無料
児童相談所 虐待対応ダイヤル **189** 24時間365日対応

子供に関するお悩み相談先 お気軽にご相談下さい

- ▶ 家庭児童相談室 (0798・35・3089、3749)
(子供家庭支援課内) 月曜~金曜の9:00~17:30(祝・休日を除く)
- ▶ 子育てテレフォンハッピートーク (0798・45・5535)
(児童養護施設 三光塾) 24時間365日対応

子育て家庭ショートステイ (HP) 54527507

18歳未満の子供の養育が一時的に困難になった場合に、市指定の児童養護施設や里親宅等で子供を預かることができます。育児疲れや子育てがつらく感じる人はぜひご利用ください



▶ 里親制度説明会・相談会を開催!

予約不要・入退室自由

里親制度や里親さんの体験談等をお話します。ぜひお越しください!

12月15日(金) 10:00~ 夙川公民館
来年1月20日(土) 10:00~ 男女共同参画センターウエーブ

問 子供家庭支援課 (0798・35・3089)

いくつも思っています!



▲甲子園浜の渡り鳥

その流れに寄与したのが、渡り鳥です。毎年、甲子園浜にシベリアやオーストラリア付近からシギやチドリ、ゆりかもめなどが飛来していることに着目した地域住民らは、環境庁(現環境省)に働きかけ、甲子園浜は野鳥の集団渡来地として国指定の鳥獣保護区となりました。野鳥の集団渡来地として大阪湾内では唯一の保護区で、これほど都心部に近い保護区は貴重な存在と言えるでしょう。市民の力で守られた素晴らしい財産を、皆さんと引き続き守り受け継いでいきたいと思います!

去る11月4日、市のアイデンティティーである文教住宅都市宣言から60周年、平和非核都市宣言から40周年、環境学習都市宣言から20周年の記念式典を開催し、未来にもこうした思いを受け継いでいくと決意しました。文教住宅都市宣言に至った背景は、昭和30年代の市湾岸部への石油コンビナート誘致計画を市民の力で白紙化させたことでしたが、昭和46年には兵庫県が甲子園浜の干潟や砂浜を埋め立てる構想を発表しました。この計画に対して住環境の劣化を懸念した地域住民が12年にわたる反対運動により県の譲歩を引き出し、干潟や砂浜が守られました。

朝焼けの
沖からきたる
百合ゆり鷗かもめ

第十七句一 西宮市長 石井登志郎

石井市長の
てくてく句
歳時記

今月の一旬!

