

～3月は「自殺対策強化月間」～
こころの悩み、
相談してみませんか

全国では、年間およそ2万人もの人が自殺で亡くなっています。自殺はさまざまな要因が複雑に関係し、その多くが追い込まれた末の死で、防ぐことができる社会的な問題であると言われています。悩みがあればひとりで抱え込まず、まずは専門機関に相談しましょう。また、身近な人のこころの不調に気付いたら、声をかけ、悩みに耳を傾けましょう。そして、専門家などへの相談をすすめ、寄り添いながらじっくりと見守りましょう。

相談先	連絡先
こころの健康相談 統一ダイヤル	おこなおう まもろうよ こころ 0570-064-556
兵庫県のちと 心のサポートダイヤル	078-382-3566 月～金曜：18時～翌8時30分 土・日曜、祝日：24時間対応
ラインソフト LINE @いのち支える (兵庫県のち対策室)	 左記二次元コードを読み込み後、友達登録
働きざかりのSOS ダイヤル 「こころの電話相談室」	050-3335-3365 水曜・土曜：18時～22時 (3月28日まで)
自死遺族・遺族の悩みに関する個人相談 「虹玉の会」	080-8310-4982 FAX 568-1335 eメール mail@nijitama.net (第1日曜午後・要予約)

問い合わせ＝地域福祉課(559-5069 FAX 563-7776)

兵庫税務署からのお知らせ
所得税などの申告・納付を
お忘れなく

【納付する税金がある人へ】

各税金の申告・納期限と振替日は以下のとおりですので、期限までに納付してください。

また、振替納税を利用している人は、振替日の前日までに、指定口座の預貯金残高をご確認ください。

■ 申告所得税・復興特別所得税

申告・納期限＝3月16日(月)
※振替日4月21日(火)

■ 消費税・地方消費税(個人事業者)

申告・納期限＝3月31日(火)
※振替日4月23日(木)

■ 贈与税

申告・納期限＝3月16日(月)

【振替納税を利用しない人へ】

申告書の提出後に、別途、税務署から納付書の送付などのお知らせはありませんので、金融機関や税務署の納付窓口または二次元コードを利用してコンビニエンスストアで納期限までに納付してください。

二次元コードを利用したコンビニエンスストア納付の詳細は国税庁ホームページ(右記二次元コード)をご確認ください。

問い合わせ＝兵庫税務署(078-576-5131)



高額医療・高額介護
合算療養費の申請

高額療養費や高額介護(介護予防)サービス費の支給を受けてもなお、医療保険と介護保険の自己負担額が一定の額を超えた場合、その超えた額が支給されます。加入している医療保険(職場の健康保険、国民健康保険、後期高齢者医療制度など)ごとに年単位で負担額を合算し返還額を算出します。

対象＝基準日(令和元年7月31日)時点で、市介護保険に加入しており、市国民健康保険・兵庫県後期高齢者医療制度の被保険者である人のうち、支給対象となる人には通知文書を3月上旬に送付します。制度の詳細は、送付した書類をご確認ください。

※基準日以前1年以内に上記以外の保険にご加入の人へは、通知文書が届かない場合があります。対象となる可能性のある人はお問い合わせください。

※基準日時点で上記以外の保険にご加入の人で、本制度の受給対象となる人は、ご加入の保険者が申請・お問い合わせ窓口となります。

問い合わせ＝

国民健康保険・後期高齢者医療制度について：国保医療課給付係(559-5049 FAX 559-2636)

介護保険について：介護保険課認定給付係(559-5078 FAX 563-1447)

一般相談

3月 ※相談無料 ※祝日を除く

相談名	相談日	時間	連絡先・内容等	場所
キャリアカウンセリング	水	13:00～17:00	さんだ若者サポートステーションによる39歳以下の就労相談 予約制 565-9300	まちづくり協働センター(キッピーモール6階)
消費生活相談	月～金と第2・4土	10:00～17:00	三田市消費生活センター 559-5059	
法律相談	水と第3土	13:30～16:00	予約制(1週間前から受付・先着順)行政サービス担当 559-5175	
男性のための電話相談	第4木	18:00～20:00	男性が抱える様々な悩み相談 080-8309-6559	
女性のための相談	月～金と第2・4土	10:00～17:30	予約制、電話相談可 男女共同参画担当 563-8000	
行政相談	第2木	10:00～12:30	国の行政活動全般への苦情、要望など(行政相談員) 559-5175	
出張年金相談	19日(木)	10:00～12:00 13:00～15:00	西宮年金事務所による出張相談 予約制 西宮年金事務所 0798-33-2944	
シニア個別就職相談	月、水～金	10:00～17:00	概ね55歳以上の就職相談、予約制 いきがい応援プラザ +HOT- 559-6800	
税務相談	第3木	13:00～16:00	税理士による相談、予約制 税務課 559-5053	
不動産相談	19日(木)	13:00～16:00	宅建協会 三田・丹波支部による相談 受付15時まで 都市再生課 559-5128	
人権相談	第4木	13:00～16:00	相談員は人権擁護委員 人権推進課 559-5148	
	月～金	9:00～17:00	人権に関する相談電話(窓口も可) 性的マイノリティ特設電話 559-5062	
雇用・生活支援相談	月～金	9:00～17:30	産業政策課 559-5085	
農地相談	第2火	13:30～16:00	農業委員会事務局 559-5178	
夜間納税相談	25日(水)	17:30～20:00	市税・国民健康保険税の納付相談 収納対策課 559-5043	
建築無料相談	第4金	13:30～17:00	建築士事務所協会による住宅改修相談 審査指導課 559-5119 ※予約優先	
水洗化相談	月～金	9:00～17:30	下水道課 559-5122	
家庭児童相談	月～金	9:00～17:00	子どもに関する様々な相談 559-5076	
ひとり親相談	月～金	9:00～17:00	ひとり親家庭(離婚など)、電話相談可 559-5072	
保育所等利用相談	月～金	9:00～17:30	保育所等利用に関する相談 559-5073	
子育て相談	火～日	9:30～17:30	相談電話 562-8421 ※来館相談可	
青少年相談	月～金	9:00～17:00	相談電話 563-1110	

相談名	相談日	時間	連絡先・内容等	場所	
配偶者暴力相談	月～金と第2・4土	10:00～17:30	相談専用電話 563-7830	配偶者暴力相談支援センター	
子ども発達相談	月～金	9:00～17:15	さんだ子ども発達支援センター 568-1626 FAX 560-7133	子ども発達支援センター(井ノ草808)	
補聴器相談	第2・4水	10:00～12:00	認定補聴器専門店に相談 559-5700 FAX 559-5704	総合福祉保健センター	
障害者総合相談窓口「きいてネット」	障害者生活相談	月～金	9:00～17:30		障害者生活支援センター 559-5205 FAX 559-5948
	精神障害者生活相談	月～金	9:00～17:30		精神障害者支援センター 559-5205 FAX 559-5214
	障害者差別・虐待相談	月～金	9:00～17:30		障害者基幹相談支援センター 559-5205 FAX 559-5214 虐待相談専用電話 559-5100
	障害者就業相談	月～金	9:00～17:30		障害者就業支援センター 562-6699 FAX 550-9014
生活困難者自立支援相談	月～金	9:00～17:30	権利擁護・成年後見支援センター 自立した生活への相談支援 550-9004		
権利擁護専門相談	第1・3木	13:15～16:00	弁護士、司法書士等による相談 予約制 550-9004(各45分)		
もの忘れ相談	第1・3木	① 14:00～ ② 14:40～ ③ 15:20～	三田市地域包括支援センター 予約制 559-5941(各30分)		
特別支援教育電話相談	月～金	9:00～17:30	学校教育課教育支援担当 相談受付電話 569-7315	市役所南分館5階 教育相談室	
特別支援教育相談	火・金	14:00～17:00	または在籍学校園所を通じて申し込み		
ひまわり教育相談	水	14:45～16:35	在籍学校園所を通じて申し込み	ひまわり特別支援学校 小学部または中高等部 ひまわり特別支援学校 中高等部	

◆障害者相談員
肢体 山口 和子 569-0877 聴覚 福井 月江 F 569-0544
知的 市川 修子 562-0738 精神 井殿 雅代 予約制(障害福祉課) 559-5075 F 562-1294

◆宝塚健康福祉事務所(宝塚市東洋町2-5) 0797-72-0054(代)


相談・検査名	実施日	受付時間	備考	電話番号
水質検査	月・火	9:00～11:45	詳しくは電話で	0797-72-0054
糞便検査			赤痢、腸チフス、パラチフス、O157などの検査 事前に専用容器を取りにお越しください。	
HIV・梅毒・肝炎ウイルス検査	5日(木) 19日(木)	9:20～10:10	相談と検査(原則無料、匿名)、HIV検査、B型・C型肝炎ウイルス検査・梅毒	0797-62-7304
専門栄養相談	10日(火)	10:00～11:30	無料・生活習慣病の食生活や栄養表示などについて、管理栄養士が応じます。	0797-62-7307
こころのケア相談	12日(木) 26日(木)	13:30～14:30 14:30～15:30	無料・こころの病気や不安、ひきこもり、思春期の悩み、アルコール問題、認知症などの相談	

(広告)

2020年4月1日から
駒ヶ谷運動公園テニスコート
ジュニアスクール開校!

認定資格を持つプロコーチ達が、初心者の方から丁寧に指導いたします。

三田ライトニングテニスクラブ 079-563-7300
城山校、ゆりのき台校 三田ライトニング 検索



(広告)

あなたの「かかりつけ薬局」に
相談薬局 八木薬局

個人医院の処方箋はもちろん、難病・慢性疾患など遠方の広域病院も

〇 処方せん受付
〇 漢方薬・薬草
〇 医薬品・健康食品

079-562-2180 処方せんFax 0120-588-505 三田市中町6-2 JR三田駅徒歩3分 http://www.e-classa.net/yagi1957/ 月～土曜：8:00～20:00 日曜：10:00～18:00

