

3月は自殺対策強化月間です

悩みがあるとき・困っているときは、電話やSNSで相談できる窓口があります。一人で悩まずに相談窓口を利用してください。

●三木市こころの相談窓口 ☎89-2471

月～金曜 午前9時～午後5時
(祝日、年末年始は除く)

●兵庫県いのちと心のサポートダイヤル

☎078-382-3566

月～金曜 午後6時～翌午前8時30分
土日祝 24時間

●兵庫県こころの健康電話相談専用ダイヤル

☎078-252-4987

火～土曜 午前9時30分～11時30分
午後1時～3時30分

(祝日、年末年始は除く)

●自殺予防いのちの電話フリーダイヤル

連続168時間

☎0120-783-556

3月10日(火)午前8時～17日(火)午前8時



▲厚生労働省ホームページ
「まろうよこころ」

☎(市)健康増進課 健康政策係

NOSAI事務所再編のお知らせ

農業者(組合員)の皆さんによりよいサービスを安定的にお届けするために、令和8年4月から組織再編を計画しています。

「三木事務所」は、名称が「東播支所」に変わります。

●移転場所(4月1日から)

小野市鹿野町1849-5

☎62-3433

☎(市)兵庫県農業共済組合三木事務所

☎68-9085

スマホなんでもサポート号を開催

スマートフォンの利用方法を学びたい方やスマートフォンをお持ちでない方でも参加できます。詳しくは、市ホームページを確認してください。

▶講座時間および内容

①午前11時～11時45分

あなたのスマホお悩み相談会

1グループ(1～3名)での開催

②午後0時15分～1時

Androidの使い方(入門編)

③午後2時～2時45分

Androidの使い方(基礎編)

④午後3時15分～4時

Androidの使い方(応用編)

▶定員 先着各3名

▶申込方法

電話で予約してください。

☎0800-111-9442

午前9時～午後5時(土日祝可)

3月の日程および場所

日程	場所
2日(月)、3日(火)、 9日(月)、10日(火)、 13日(金)、16日(月)、 17日(火)、23日(月)、 24日(火)、30日(月)、 31日(火)	イオン三木店
25日(水)	コミュニティ スポーツセンター



◀ホームページ
はこちら

☎(市)デジタル推進課

三木市ふるさとハローワーク 臨時閉庁のお知らせ

3月21日(土)は、システム更新のため臨時閉庁します。

☎(市)ハローワーク西神 ☎078-991-1100

三木市スポーツ賞の受賞者が決定

☎(市)文化・スポーツ課 スポーツ係

令和7年中に、スポーツ分野で優秀な成績を収めた選手・団体に贈る「三木市スポーツ賞」と、スポーツ振興に貢献した方などに贈る「三木市教育功労者(スポーツ部門)」の受賞者が決定しました。

三木市スポーツ賞(敬称略・順不同)

●個人の部

▶優秀選手賞

競技種目	氏名
障害馬術	扇田 瑠望
ウエイトリフティング	細川 円
	赤穂 優芽
陸上競技	扶蘇 陸斗
	長谷川 緩羽
	坂田 晴
空手道	福井 敢太
ゴルフ	道上 嵩琉
テニス	駒田 瑛人
ソフトテニス	井本 ゆな

▶奨励賞

競技種目	氏名
空手道	楠原 莉奈
	白根 カワシ 直樹
	中谷 妃凜
	福井 美月
	森元 奏理
弓道	伊勢 弦司
水泳	山口 颯太
	桑田 一平
	山口 望
	進藤 ますみ
ウエイトリフティング	竹内 秀夫
	高山 煌盛
テニス	西山 良路
	玉木 颯真
	井上 陽向

▶特別賞

競技種目	氏名
ゴルフ	道上 稀唯
テニス	玉木 翔大

●団体の部

▶奨励賞

競技種目	団体名
陸上競技	三木東中学校(駅伝競走女子チーム)
	自由が丘中学校(駅伝競走女子チーム)
	自由が丘中学校(低学年男子リレーチーム)
サッカー	ジंगा三木スポーツクラブ
水泳	三木中学校(拠点校)(男子団体)
	三木中学校(拠点校)(男子リレーチーム)

教育功労者表彰(敬称略・順不同)

競技種目	氏名
陸上競技	藤田 慎也
野球	打田 育広
バレーボール	廣田 恭子
	岸本 賢治
剣道	藤田 敏彦
	田中 達夫
水泳	常深 琢麻
サッカー	浦元 雄一郎
弓道	北芝 祐美子
障がい者スポーツ	小山 貴子