



ひめじの社協



No.344

(隔月発行)
2026年
(令和8年) 9月号

編集
発行

社会福祉法人 姫路市社会福祉協議会

〒670-0955 姫路市安田三丁目1番地 姫路市総合福祉会館内

TEL.079-222-4212 FAX.079-222-4256 URL <https://www.himeji-wel.or.jp>



姫路市御国野町 中野 久子さんの作品 「我が家の夏野菜達」

表紙作品、社協クイズ、読者の声、俳句・川柳コーナー の応募先は裏面をご覧ください。

もくじ

②~③ 特集

災害への備え

④ さぎまるくんが聞く！

アクティブライフの秘訣

⑤ 姫路市社会福祉協議会 無料職業紹介所

地域で安心して暮らすために

「姫路市地域相談窓口～ひめりんく～」

⑥ 寄付だより／

赤い羽根共同募金の使い道／お知らせ／
読者の声／俳句・川柳コーナー

⑦ 参加者募集・案内

裏面 社協ヘルパーが薦めるこの一品／社協クイズ



LINE・
Instagram・
Facebookも
ぜひご覧ください！



LINE



Instagram



facebook

人とひとのぬくもり
心でつくる やさしい ひめじ

【災害への備え】

災害はいつ起こるか誰にも予測できません。近年では豪雨や台風などによる災害が頻発化しています。一人一人が日頃から災害に対する意識を持ち、いざという時の行動について確認しておくことが重要となります。今こそ「備え」について考えてみませんか？

令和6年6月に取りまとめられた「防災気象情報に関する検討会」の提言を踏まえ、令和8年5月29日から新たな防災気象情報の運用を開始しました。

河川氾濫、大雨、土砂災害、高潮に関する情報等は、これまで警戒レベルとの対応が複雑でわかりにくくなっていましたが、今回の改善により、避難情報の5段階の警戒レベルに対応し、避難の判断をしやすくなっています。

例えば、これまでの大雨警戒は、

「レベル3大雨警戒」

という名称に変更になり、レベルの数字と一緒に情報が伝えられます。レベル4やレベル3の情報が発表された場合には、キキクルや河川の水位情報等の情報を確認して早めの避難を心がけてください。

令和8年5月29日より 気象の警報などが大きく変わりました

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

POINT 警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます

POINT 河川の氾濫の危険度の伝え方が変わりました（特別警報の新設など）

POINT 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます

【気象庁HP 新たな防災気象情報について】

出典：気象庁
(<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/bosai/keiho-update2026/index.html>)



キキクルとは？

気象庁が提供する災害の危険度を地図上でリアルタイムに確認できる防災情報サービスです。

【気象庁キキクル】



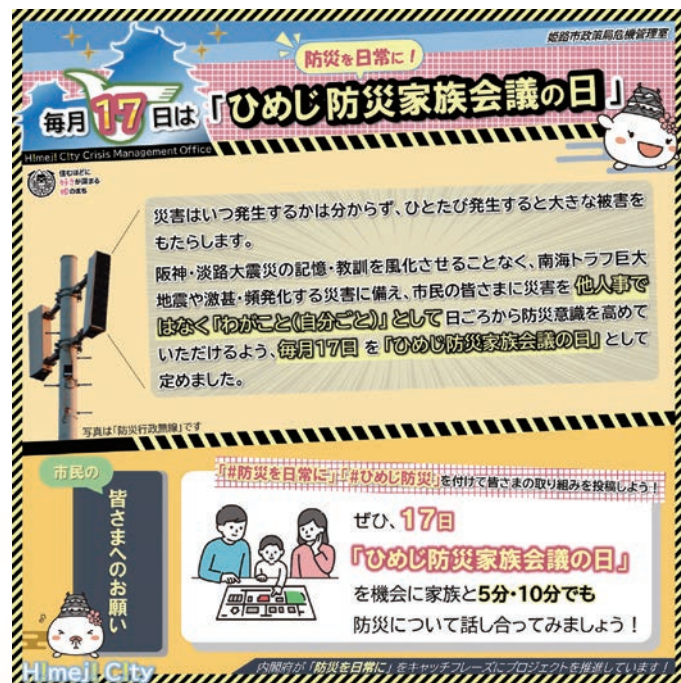
「ひめじ防災家族会議の日」

姫路市では、「わがごと（自分ごと）」として日ごろから防災意識を高めていただけるよう、毎月17日を「ひめじ防災家族会議の日」として定めています。

毎月17日に防災行政無線をはじめ、ホームページや防災アプリ、姫路市公式LINE、姫路市危機管理室公式Xなどで皆さまが取り組むことができる防災対策を発信しています。

ぜひ、家族と5分、10分でも防災について話し合う時間を作ってみましょう！

また、家族で話し合う際には、姫路市携帯・災害避難カード「命のパスポート」も活用し、避難場所や避難経路、非常用持ち出し品の確認を行いましょう！



【姫路市携帯・災害避難カード「命のパスポート」】



【姫路市公式LINE】



<命のパスポートとは？>

災害から命を守るために、「身近にどのような危険があるのか」をよく知り「いざというとき」にどのように行動するのか、できるだけ具体的に考え、あらかじめ決めておき、災害が起きたことの行動を備えるための記録のことで

電車や駅で災害に遭ったら どう行動すればいい？



災害は自宅にいるときに起こるとは限りません。通勤・通学中など電車を利用しての最中に発生することもあります。もし電車や駅で被災したら、私たちはどのように行動すれば良いのでしょうか？今回は山陽電気鉄道㈱と西日本旅客鉄道㈱に災害時の対応や私たちができる備えについてインタビューしてきました。

Q

車内で地震などに遭遇し、電車が止まった場合、乗客はどう行動すれば良いですか？

おふたりに
お話を
伺いました！



山陽電気鉄道㈱
鉄道事業部
運転車両部参事兼
運転課課長補佐
南山様



西日本旅客鉄道㈱
姫路統括駅
惣田様



山陽電気鉄道㈱
キャラクター
「ろっくん」

Q

駅構内で被災した場合はどうなりますか？

一番大切なのは、自分の判断で車外へ出ないことです。状況によって安全な行動が異なります。乗務員が関係箇所と連携し安全を確認したうえで判断しますので、落ち着いて放送や指示に従ってください。



西日本旅客鉄道㈱
惣田さん

Q

各企業で災害に備えてどのような取り組みをしていますか？



各交通安全運動期間中に施設点検を行うと共に、乗務員の勉強会や机上訓練、車庫にて車両を使用した訓練も行っています。



Q

私たちにできる備えはありますか？



事前に気象情報などで危険な状況が発表されている場合は、不要不急の外出を避けてください。



普段利用する駅や通勤・通学経路周辺の避難所などハザードマップを確認しておくことをおすすめします。

Q

車内に長時間閉じ込められた場合はどうなりますか？



降車した方が安全と判断した場合は、降車用はしごなどを使用して避難していただきます。一方で、車内に留まる方が安全な場合は、そのまま待機をお願いすることもあります。

Q

災害時に乗客が気をつけることはありますか？

列車の運行が停止した際は、駅や車内のアナウンスを聞くようにしてください。最近ではノイズキャンセル機能が付いた高性能のイヤホンを使われている方も多いため、一度イヤホンなどを耳から外していただきアナウンスが聞こえるようにしていただきたいです。そして、慌てず冷静に行動することが大切です。

Q

各企業で災害に備えてどのような取り組みをしていますか？



Q

私たちにできる備えはありますか？



事前に気象情報などで危険な状況が発表されている場合は、不要不急の外出を避けてください。



普段利用する駅や通勤・通学経路周辺の避難所などハザードマップを確認しておくことをおすすめします。

災害時には地域のつながりも大切になります。

お住まいの地区の防災訓練などにも参加し、日頃から防災意識を高めましょう。





姫路市社会福祉協議会では、無料職業紹介所（以下、紹介所）を開設しています。

紹介所では、姫路市で生活困窮者自立相談支援事業による就労支援を受ける方のうち、就労を希望している方と人材を必要としている企業をつなぐためのサポートを行っています。



求人においては、地域に根差した企業からご協力をいただいております。姫路市社協と地域企業のつながりを生かし、相談者の求職活動を支援しています。

当紹介所の利用者には、就労や生活に様々な課題を抱えた方も多くいらっしゃいます。利用者の状況を求人企業にご理解いただいたうえで、一定の配慮を得ながら、就労できるような企業と連携しています。

※当紹介所にご協力いただける企業を随時募集しております。

問合せ先

姫路市社会福祉協議会 無料職業紹介所
姫路市安田三丁目1番地
姫路市総合福祉会館2階
TEL079-280-2301
FAX079-262-9001

相談窓口受付時間

月曜日～金曜日
(土日・祝・12月29日～1月3日を除く)
9時～12時/13時～17時



Aさんの前向きなあなたたい言葉と笑顔に心がホッソリしました。ありがとうございました。

1日1回大きな声で大笑いすること、できるだけ笑顔で過ごす事です。自分の好きな色のお洋服を着たり家の中にお花を飾ると明るい気持ちになります。

日々に掛けている事はありますか？

色々な世代の友人や近所の方、家族と他愛もないおしゃべりをする事です。

私を気に掛けてくれる・助けてくれる人が周りにいてくれてありがたいな、幸せだなと日々感じています。

つらい事や病気があっても悪い事ばかり考えず、その中に楽しみや喜びがあると思います。身体と心は繋がっていると思うので、心を明るくして毎日を感謝の気持ちで過ごしたいです。

Aさんにとって元気の秘訣はなんですか？

自宅の花の手入れをしたり旬の食材を使った料理作りをする事です。

30代から医療事務の講師の仕事が続いています。教え子が医療の現場で活躍する姿を見かけた時や親子2代で受講してくれた時はとても嬉しく、仕事をしていて良かったなと感じます。

日々の生活を色とり豊かに過ごすコツはなんですか？

A様

さぎまるくんが聞く！

アクティブライフの秘訣

姫路市内にはいきいきと毎日を過ごされている人生の先輩方がたくさんいらっしゃいます。そんな方々からお話をうかがうため、さぎまるくんが取材に行ってきました！

坊勢自慢の景色です



坊勢支部で作成したお弁当

その活動の中で心掛けていること、大切にしていることはなんですか？

坊崎の会では毎朝かかさず桜のトンネルに足を運ぶことを心掛けています。「おはよう」や「長生きしようなあ」と声をかけるようにしています。ボランティアさんへの感謝を忘れずに気軽に継続的に活動することを心がけています。

活動の中で楽しいと感じることはなんですか？

活動をしているときに道行く方が、感謝の言葉を述べてくれていたことがとてもうれしく、ありがたいと感じています。

元気の秘訣を教えてください！

若い時にはあまり話をしなかったけれど、いろいろな人と毎日意識して話すこと、街のみんなと色々な言葉を交わすことがとても大切だと感じています。家に帰った後は、毎日おいしいビールを飲むことも元気の秘訣です。



桜のトンネル手入れの様子

どんな活動をしていますか？

坊崎の会の代表、社協坊勢支部の支部長、坊勢区会の区長をしています。坊崎の会では坊勢の道路沿い（通称：桜のトンネル）の手入れをしています。坊勢支部の活動としては、ふれあい食事サービスなどつながり作りの活動をしています。

ふれあい食事サービス：支部活動のひとつで坊勢支部では手作りのお弁当を月に2回ひとり暮らしの高齢者等にお届けしています。

社協坊勢支部長 桂 和徳様（76歳）

地域で安心して暮らすために

「姫路市地域相談窓口 ひめりんく」

姫路市では、障害のある方やご家族が身近な場所で相談できるよう、市内5カ所に「ひめりんく」を設置しています。

「ひめりんく」は、障害のある方やそのご家族、関係機関の皆さまが気軽に相談できる地域の総合相談窓口です。身体障害、知的障害、精神障害、発達障害、高次脳機能障害、難病など、障害の種別を問わず、子どもから大人まで幅広く相談に応じています。

日常生活の困りごとや福祉サービスの利用、就学・就労、医療や福祉制度に関することなど、さまざまな相談に対して情報提供や助言を行い、必要に応じて関係機関との連携を図ります。相談は無料です。プライバシーは厳守され、匿名での相談も可能です。

相談方法は来所のほか、電話やFAXの相談にも対応しています。相談受付時間は、月曜日から金曜日の午前9時から午後4時までです（土日祝・年末年始を除く）。設置場所につきましては、姫路市ホームページ「障害者・障害児等の相談窓口」をご覧ください。



「相談員さんからのメッセージ」

私たちは、一人ひとりの状況や希望を丁寧に伺いながら、利用できる制度やサービスについてわかりやすく説明し、必要に応じて関係機関への相談や手続きにつながるようサポートしています。

障害者手帳の有無に関わらず生活でお困りごとがあれば一度ご相談ください。一緒に考えていきましょ。



問合せ先

姫路市障害福祉課
TEL079-8501
姫路市安田四丁目1番地
TEL079-221-2454
FAX079-221-2374



寄付額
380,696円
令和8年5月21日～
令和8年7月17日
(敬称略)

寄付だより

ご協力ありがとうございました

善意銀行にご協力をお願いします

お祝、供養、バザーの売上金の一部などを私たちのまちの福祉のために

【一般寄付】	
・遺品整理のプラパーズ	5,000円
・湯口 雅子	60,000円
・高尾 武弘	4,000円
・(株)ホロポノ エコポケット	9,275円
・兵庫ラジオカレッジ姫友会	104,788円
・ポンプール田寺店「お客様より預かりしたヘタパン代として」	15,567円
・ポンプール南店「お客様より預かりしたヘタパン代として」	22,367円
・Y.Y.	5,000円
・野出とみ子(遺贈)	20,101円
・JA兵庫西 英賀保支部 女性会	9,870円
・Y.H.	5,000円
・匿名	3,000円
・匿名	3,000円

・匿名	26,300円
・匿名	20,000円
・匿名「在りし日の赤西先生を偲んで」	7,428円
・匿名	50,000円

【物品寄付】	
・遺品整理のプラパーズ	テレホンカード50度数3枚
・佐藤 秋子	介護用品一式
・(株)ホロポノ エコポケット	介護用品一式
・匿名「Daigasグループ 小さな灯運動より」	スリットカーリング1式
・匿名	介護用品一式
・匿名	タオル一式

【供養寄付】	
・山本 司	10,000円

参加者募集・案内

第2回介護職員初任者研修 (旧ヘルパー2級養成研修) 事業指定番号第26-19601-02号

介護職員初任者研修は、在宅・施設を問わず、介護業務に従事するために必要となる研修です。資格や介護経験、年齢を問わず、誰でも受講可能です。ぜひ、ご参加ください。

○開講期間

10月26日(月)～3月9日(火)
(概ね週3回の9時から13時)

○場所／姫路市栗山町15112
栗山別館6階 研修室

○内容／講義・演習・実習 計130時間

○定員／28名(先着順)

○受講料／30,000円

(別途テキスト代7,124円)

○申込方法／所定の申込書に必要事項

を記入の上、FAX、郵送又は持参。

申込書は、社協のHPからダウンロード

もしくは電話で請求してください。

申し込みされた方は、9月30日(水)、10

時から11時30分、栗山別館6階で行

う重要事項説明会にご参加ください。

○受付期間／

9月1日(火)～9月25日(金)必着

(持参の場合は月々金の平日のみ受付)

○問合せ・申込先／

姫路市社会福祉協議会

介護事業庶務担当

〒670-10954

姫路市栗山町15112 栗山別館6階

TEL(079)224-13677

FAX(079)281-2460

※会場には駐車場がありません。公共交通機関を

ご利用いただくか、お車でお越しの場合は周辺

の有料駐車場をご利用ください。

重要事項説明会にご参加いただいた方全員

に、毎号大好評の「社協ヘルパーが薦めるこ

の一品」のレシピ集をプレゼントします。

第31回姫路市社会福祉大会 開催案内

第31回姫路市社会福祉大会を開催し

ます。

○日時／10月30日(金)午後2時～午後

4時30分

○場所／姫路市市民会館 大ホール

○内容／

第一部 表彰式典

第二部 記念講演

演題「ばけますから、よろしくお

願いします。」と気兼ねなく言い合え

る地域社会をめざして

講師・信友 直子氏

講師紹介・信友

直子さんは、ド

キュメンタリー

映画監督で、テ

レビディレク

ターとして活躍

されています。

認知症を患う母親と、老々介護で支

える父親の姿をリアルに、かつ温か

い視点で捉えた映画「ばけますから、

よろしくお願いします。」は、フジテ

レビ系情報番組「Mr.サンデー」で紹介

されました。

○参加費／無料 ※座席数に限りがご

ざいますので、満席の際はご容赦く

ださい。

○問合せ先／

姫路市社会福祉協議会 総務課

〒670-10955

姫路市安田三丁目1番地

姫路市総合福祉会館 4階

TEL(079)222-14212

FAX(079)222-14256



©萩庭桂太

俳句・川柳コーナー

ヨイドン

家事と戦う 朝7時

(柳田麻巨)

成年後見専門相談

実際に後見人として活動している
弁護士もしくは司法書士と社会福祉
士が、法律や福祉の視点から成年後見
制度の必要性や利用のタイミング、手
続きにあたっての留意点等、市民の方
の多様な相談にお答えします。

相談無料 事前予約優先

相談日・時間
9月1・8・15・29日(各火曜日)
10月6・13・20・27日(各火曜日)
いずれも13時30分～16時30分
○予約締切日／相談日の前週木曜日
までにご予約下さい。

専門相談 土曜日開催

日時／11月7日(土)9時～12時
※1枠1時間の相談になります。

場所／姫路市総合福祉会館 2階
○申込期間
10月19日(月)～11月5日(木)
※事前予約優先
※空きがある場合は、当日でもご相談いた
だけます。

問合せ・申込先
姫路市成年後見支援センター
姫路市安田三丁目1番地
姫路市総合福祉会館 2階
TEL(079)262-19000

シリーズ
～赤い羽根共同募金の使い道～

ふれあいネットワーク事業

ふれあいネットワーク事業は、ひとり暮
らしや寝たきりの高齢者など、見守りが必
要な世帯を対象に、地域のボランティアが
自宅を訪問したり、外で出会った際に声掛
けを行うなど孤立を防ぐとともに、困り事
の早期発見を図る活動です。お互いに気
にかけあう地域をつくり、ふれあいを高め
るだけでなく、対象者の気になる様子を
気付いたら、関係機関と連携し、支援しま
す。また、姫路市社協が発行した「ふれあ
い通信」を対象者へ配付し、健康づくりや
体調管理の方法、特殊詐欺防止の啓発な
どさまざまな情報提供をしています。

社協城巽支部のボランティアの方は、
「毎月ふれあい通信を持って高齢者宅を
訪問しています。実際は、自分の方がみな
さんに元気をもらっています。」
と話されていま
した。

読者の声

ひめじの社協クイズは、いつも主人
が楽しみにしています。介護の事が
いつも詳しく説明があり、すぐ家
族の介護に役立てたいと思ってい
ます。ありがとうございます。
(長船 博子)

姫路市成年後見支援センター 公開講座のお知らせ

市民後見人等養成研修修了者に対す

るフォローアップ研修を、市民の方も受講

可能な公開講座として実施しています。

ご興味のある方はぜひご参加ください。

○日時・内容

第1回 10月22日(木)

「成年後見制度の基本」～手続きの

流れからかかる費用まで～

講師 兵庫県弁護士会 弁護士

第2回 11月6日(金)

「意思決定を支える」～本人らしい生

活を支えるために～

講師 兵庫県社会福祉士会

第3回 11月30日(月)

「成年後見制度がいろいろあるのはどんな時?

もしもその時に備えて今できること」

講師 公益社団法人 成年後見セン

ター・リーガルサポート兵庫支部

司法書士

※開催時間はいずれも14時～16時

○定員／各回100名(ZOOM配信

は人数制限なし)

※複数の受講可能。申込多数の場合、抽選。

○参加費／無料

○会場／姫路市総合福祉会館5階

第1会議室

○申込方法／電話 FAX・ハガキ・メー

ルのいずれかで申込み。

FAX・ハガキ・メールの場合は、氏名

(ふりがな)、郵便番号、住所、電話番

号、参加方法(来場又はZOOM)、

メールアドレス(ZOOM希望者のみ

を記入)。

○申込締切／10月16日(金)

○問合せ・申込先

姫路市成年後見支援センター

電話 079-126219000

FAX 079-126219001

メール himeji@seinenkoukensien@himeji-wel.or.jp



ひめじdeボランティア2026 「ひめボラ」ボランティア体験 参加者募集

ひめじの11月は、ボランティアの秋。

姫路市市民活動・ボランティアサポ

ーター「ひめじおん」では、ボラン

ティアのトライアルプログラムである「ひめじ

de ボランティア」を開催しています。その

一企画である「ひめボラ」は、11月をボラ

ンティア体験月間として、市民の皆さん

に、市民活動やボランティア活動を体験

していただくイベントです。ボランティア

をしてみたいけど、ちょっと不安……。ど

んな活動をしているのか、ちょっとのぞいて

みたい。ひめじおんがはじめのイッポを

サポーターするのではじめてでも安心で

す！子どもから大人まで、親子で体験で

きるメニューもあります。体験プログラ

ムをチェックして、ぜひご応募ください！

○体験日／11月1日(日)・11月30日(月)

のうち、各体験先が指定する日

○体験先／姫路市内を中心に活動する

市民活動団体・ボランティア団体、社会

福祉施設など(計37団体・39メニュー)

○体験対象者／姫路市または近隣市町

に在住、在勤、在学の方(子どもから大

人までどなたでも！)

※小学生以下は保護者同伴。高校生以下は保

護者の同意が必要。

○その他／希望者には、体験後、ボラン

ティア活動証明書を発行します。

○問合せ・申込先

9月1日(火)～10月5日(月)までに、

WEB申込フォームから申込みするか、

所定の参加申込書を直接、郵送、FAX

またはメールで送付してください。

〒670-0015 姫路市総社本町112

TEL(079)281-2660

FAX(079)281-2662

電子メール

shimin-support@city.

himeji.lg.jp



企業ボランティアネットワーク
会員企業募集中!

姫路企業ボランティアネットワーク(通
称Vネット)では、社会貢献活動の必要
性を感じている企業や社員が参加できる
ボランティア活動を探されている企業等
に加入いただいています。互いに連携しな
がら、ボランティア活動の普及・啓発や
地域福祉に貢献することを目的に活動
を推進しています。ぜひ一緒に活動しま
しょう!

○活動内容
・全戸配布の社協発行の広報「ひめじの
社協」1月号で活動紹介。
・生活にお困りの方へ食料を配付し、相
談窓口につなげるライフサポート活動
を年3回実施。(前回配付数249食)
・会員企業向けの研修会の企画・開催。
・姫路城マラソンボランティアへの協力
・赤い羽根共同募金への参加。街頭募金
の協力

○問合せ先(事務局)
姫路市社会福祉協議会 地域福祉課
〒670-10955
姫路市安田三丁目1番地 総合福祉
会館内
TEL(079)222-14212
FAX(079)222-14256

〈会員企業50音順〉
アルク 株式会社
イオンリテール 株式会社
株式会社 板文
株式会社 川西電気
株式会社 兵庫支社
株式会社 きんでん 姫路支店
株式会社 サイファール 姫路事務所
株式会社 三機サービス
JFE条鋼 株式会社 姫路製造所
スピードキョウ 株式会社
生活協同組合コープこうべ
株式会社 太子産業
但陽信用金庫
トヨタカローラ姫路 株式会社
中一建設 株式会社
日本製鉄 株式会社 瀬戸内製鉄所
株式会社 ファーストプレイス
姫路地区郵便局長会
姫路獨協大学
株式会社 平野組
誠警備 株式会社
美樹工業 株式会社

● トマトときゅうりの中華サラダ

調理時間 10分

- ▶ 材料・分量 (1人分)
- トマト …………… 2個
きゅうり …………… 1本
ツナ缶 …………… 1缶
- A
- しょう油 …………… 大さじ2
酢 …………… 大さじ2
ごま油 …………… 大さじ1
白いりごま …………… 大さじ1
砂糖 …………… 小さじ1
鶏がらスープの素 …… 小さじ1



ワンポイント

冷蔵庫で15分～20分置いてから食べるとより美味しくなります。

作り方

- ① トマトは食べやすい一口サイズにカットします。
- ② きゅうりは千切りに、ツナ缶は軽く缶汁をきります。
- ③ ボウルにAを入れて混ぜ合わせ、①を加えて和えます。



社協ヘルパーが薦める
この一品



今回は、

橋田ヘルパー

が

お薦めの1品を紹介します♪

● 調理のポイント

残暑厳しい中さっぱりと食べられるものを作りました。食欲が減退してくる今の季節にお勧めの一品です。

● 利用者さんの声

毎週、ヘルパーさんと調理するのを楽しみに待っています。調理中も細かく教えてもらって美味しく仕上がっていくのが嬉しいです。

前回の答え

しん しゅ か かん
進 取 果 敢

自ら進んで新しいことに取り組み、決断力をもって実行すること。

進	堅	×
×	果	×
取	減	減
×	減	敢

せつしゅ ふしや
摂取不捨
くんめい むに
君命無
いんが おうほう
因果応報
いちじつさんしゅう
一日三秋

いち いせんしん
一意専心
ぎやくしゅうりんしゅ
逆取順守
ぐふたいてん
具不週転
けんじん かけつ
堅因果決

応募総数288名
(ハガキ63名・ホームページより225名)
のうち正解265名

? 社協! クイズ

右側から漢字を選び、四字熟語を完成させてください。
右側の漢字は1回しか選べません。
残った漢字を並べ替えて、四字熟語にしてください。

□ 縁奇縁

人と人の巡り合わせは
因縁によること

阿 咩 □ 息

両者の呼吸が互いに
合っていること

安 □ 蒲輪

老人をいたわって、
手厚くもてなすこと

悪 □ 悪果

悪いことをすれば
悪い報いがあること

安穩無 □

何事もなく穏やかで安らかなさま

悪 □ 苦闘

非常な困難の中で苦しみながら、
必死に努力をすること

暗雲 □ 迷

前途に凶事が起こりそうな気配

安 □ 秩序

社会が整った状態で
安定していること

暗	之	因
模	戦	寧
合	中	事
索	低	車

答え

○○○○

● 応募締め切り
令和8年9月30日(水) 消印有効

● クイズの応募方法

ハガキまたはホームページからご応募ください。ハガキの場合は、クイズの答え、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢と広報紙「ひめじの社協」の感想を記入の上、この面の右下段にある住所まで送ってください。ホームページからの場合は、姫路市社会福祉協議会ホームページ内の応募フォームから回答を送信してください。正解者の中から抽選で3名の方に図書カードNEXTを進呈いたします。当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

※いただいた感想は「読者の声」として紹介させていただくことがあります。
※匿名・ペンネームをご希望の場合は、必ずお書き添えください。
※掲載時の連絡はいたしません。
皆さまのご応募をお待ちしております。

自宅での生活を支援します。
まずはお相談ください。

介護保険制度・介護サービスについてのご相談

姫路市社会福祉協議会
すこやか介護支援センター

0120-108-999

福祉総合相談

姫路市社会福祉協議会

0120-208-606

社会福祉協議会職員募集

詳細は
ホームページを
ご覧ください↓



姫路市社協 で 検索

次回表紙作品は

2027年1月号



表紙作品募集中! ● 応募締め切り 令和8年11月13日(金) 消印有効

広報紙「ひめじの社協」表紙に掲載する作品を募集しています。
どなたでも応募できますのでどしどしご応募ください。

- * ハガキ、8切、4切サイズの横書きで応募してください。
- * 応募作品は返却できません。
- * 応募作品の中で、表紙に掲載されなかった作品を随時姫路市社協ホームページに掲載します。

- * 広報紙、ホームページ掲載時の連絡はいたしません。
- * 作品のタイトルを必ずお書き添えください。
- * 匿名希望の場合は必ずお書き添えください。

① 社協クイズ ② 読者の声 ③ 俳句・川柳コーナー ④ 表紙作品

①～③は社協のホームページからも応募できます。
11月号に掲載予定です。季節感のある作品をお待ちしております。



の応募先

応募の際に切り取ってご利用ください▶

〒670-0955 姫路市安田三丁目1番地
姫路市総合福祉会館内

社会福祉法人
姫路市社会福祉協議会