



募集!

あやべ特別市民へ送る「ふるさと産品」を募集します

- 【募集要件】
- 綾部市内に事業所を有する法人または個人であること。
 - 応募産品は自社の商品で、郷土色豊かなものであること。
 - 既に発売を開始している、もしくは、近日中に発売を予定している商品であること。
 - 産品の情報発信に積極的で、産品と綾部市のブランド力向上に意欲があること。

多数のご応募お待ちしております



【募集産品】 ①米・酒 ②菓子・食品 ③民芸・工芸品ほか

【応募方法】 「ふるさと産品応募用紙」に必要事項を記入し、写真を添付の上、ご持参ください。

※事務局で応募方法を説明後、用紙をお渡しします。必ず受付期間内に秘書広報課までお越しください。

【受付（応募用紙配布）期間】 平成27年1月16日（金）まで

【募集期間】 平成27年2月2日（月）～2月18日（水）※期間を過ぎての申し込みはできません。

【決定方法】 綾部市ふるさと産品庁内選定委員会で選考し、応募者には結果をお知らせします。

<申し込み・問い合わせ> 秘書広報課 電話(42)3280 内線234、212

介護者家族教室

～高齢者を介護されているご家族
これからに備えて学びたい方へ～

介護に役立つ情報、コツ、知識をお伝えします。
介護者同士の交流会を開催します。

開催日時	内容 開催場所 など
1月13日(火) 13時30分 ～15時30分 (受付13時～)	<p>テーマ：一人じゃない介護体験。 ～みんなできわがちあう ひととき。</p> <p>講師：介護体験者</p> <p>会場：保健福祉センター（青野町）</p> <p><申し込み・問い合わせ> 高齢者介護課 電話(42)3280 内線335 社会福祉協議会 電話(43)2881</p>
2月13日(金) 13時30分 ～15時30分 (受付13時～)	<p>テーマ：認知症の人とともに家族ができること</p> <p>講師：社会福祉法人 松寿苑 うえすぎ松寿苑 デｲﾝﾍﾞﾙﾀﾞｰ管理者 田中 良樹 氏</p> <p>会場：綾部市ふれあいの家（栗町）</p> <p><申し込み・問い合わせ> 西部地域包括支援センター 電話(21)5011</p>

ご利用ください！
「就職情報」などの提供制度

市では、市内での雇用の確保により、定住促進を図ることを目的に、綾部市内で就職や定住を希望する人へ毎月1回、就職情報などを提供します。

- 提供内容 ハローワークの求人情報（新規分）、就職相談・各種セミナー、就職面接会の案内、市政情報など
- 登録方法 申込書を商工労政課へ提出してください。申込書は郵送しますので下記へお問い合わせください。

※ご記入は本人・ご家族のいずれでも結構です。市外で就学や就職されているご家族や知人にも、ぜひこの制度をご案内ください。



<登録・問い合わせ>

商工労政課 電話 (42)3280 内線317
ファクス (42)4406
メール sykorosei@city.ayabe.lg.jp

司法書士無料法律相談（2月7日）

京都司法書士会は2月の「相続登記はお済ですか月間」にちなんで、司法書士による登記の無料相談を実施します。

秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください。

日程 2月7日（土）
時間 午後1時～4時
場所 市民ホール（宮代町）
※事前の申し込みは不要です。

<問い合わせ>

京都司法書士会事務局 電話075(241)2666
市民協働課 電話(42)3280 内線266

「児童扶養手当法」の一部が改正されます

これまで、公的年金の受給者は児童扶養手当を受給できませんでしたが、平成26年12月以降は、年金額が児童扶養手当額より低い人は、その差額分の児童扶養手当を受給できるようになります。

※公的年金とは、遺族年金、障害年金、老齢年金、遺族補償などをいいます。

児童扶養手当を受給するためには、民生児童課への申請が必要です。

手当は、申請の翌月から支給開始となります。ただし、これまで公的年金を受給していたことにより児童扶養手当を受給できなかった人のうち、平成26年12月1日時点で支給要件を満たしている人が、平成27年3月までに申請した場合は、平成26年12月分の手当てから受給できます。

<申請・問い合わせ>

民生児童課 電話(42)3280 内線277

あいセンター講座 映画上映会

入場無料

すーちゃん
まいちゃん
さわ子さん



© 2012 映画『すーちゃん まいちゃん さわ子さん』製作委員会

いくつもの選択と向き合う瞬間。その先にきっと笑顔がある。まだ見ぬ明日の私たちへ送る物語。

- 日時/平成27年1月25日(日) 午後1時30分～
- 場所/I・Tビル2階 多目的ホール(西町一丁目)

保育ルーム有(要予約:1月16日まで)※生後6か月以上
主催・問い合わせ:あいセンター運営委員会(42-1801)

気取らず、気負わず、ウチごはん
簡単おいしい♪焼きサバ茶漬け



場所:保健福祉センター 2階
(青野町東馬場下15-6)
持ち物:エプロン、三角巾(頭にかぶる手ぬぐい等)
対象:高校生以上の男性(市内在住、在勤、在学)
定員:15人
費用:600円程度(材料費)
日時:1月18日(日)
午前11時～午後2時まで(予定)
申込み:1月14日までにあいセンターへ
メニュー:焼きサバ茶漬け+1品

自分の分は自分で調理し、食べ、片付けるまでの過程をマスターしていただく講座です。

<申し込み・問い合わせ>
あいセンター 電話(42)1801



【70歳未満の国保加入者へお知らせ】

平成27年1月から70歳未満の人の高額療養費の所得区分、自己負担限度額が変更されます。(単位:円)

所得区分	※総所得金額等	自己負担限度額 3回目まで	4回目以降
上位所得者	901万超	252,600+(医療費総額-842,000)×1%	140,100
	600万～901万以下	167,400+(医療費総額-558,000)×1%	93,000
一般	210万～600万以下	80,100+(医療費総額-267,000)×1%	44,400
	210万以下	57,600	
住民税非課税世帯		35,400	24,600

※総所得金額等=総所得金額-基礎控除(33万円)

<問い合わせ> 市民・国保課 国保年金担当
電話(42)3280 内線231、251、256

もの忘れ相談

綾部市では、高齢者やその家族を対象に「もの忘れ相談」を実施しています。相談に応じるのは、グループホームの相談員か専門医です。相談員は、認知症の方への接し方などをアドバイス。専門医は、認知症への不安を感じている高齢者の悩みなどに応じます。

相談は、ご家族のみでも構いません。相談の内容に応じて地域包括支援センターの職員が適切な支援を行います。気軽に相談ください。

相談日 相談員=1月15日、2月19日(木)
医師=3月19日(木)

時間 午前10時30分～午後0時30分

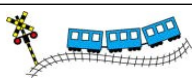
場所 保健福祉センター(青野町)

定員 各先着2組

※事前申し込みが必要です。



<申し込み・問い合わせ>
市地域包括支援センター(高齢者介護課内)
電話(42)3280 内線336



JR西日本からのお知らせ

12月1日(月)から、一部の列車の「のりば」を変更しています。変更になる列車は以下のとおりです。

【京都方面】特急列車

- ・綾部駅 8時55分発 京都行 きのさき8号まいづる4号
 - ・綾部駅 13時00分発 京都行 きのさき14号まいづる8号
 - ・綾部駅 14時58分発 京都行 はしだて4号まいづる10号
 - ・綾部駅 16時59分発 京都行 きのさき18号まいづる12号
- 以上すべて、② ⇒ ① 番のりばに変更

【東舞鶴方面】普通列車

- ・綾部駅 8時53分発 東舞鶴行
 - ・綾部駅 16時55分発 東舞鶴行
- 以上すべて、① ⇒ ② 番のりばに変更

ご迷惑をおかけしますが、お乗り間違いのないようお気を付けてください。詳しくは、綾部駅係員まで。

<問い合わせ>
西日本旅客鉄道株式会社 綾部駅 電話(42)4101

京都弁護士会 綾部法律相談センター

京都弁護士会は、法律問題で困り事がある人のために法律相談を実施します。気軽にご相談ください。

日時 1月8、22、29日(木)
午後1～4時20分

場所 市民ホール(宮代町)

費用 40分5,400円

予約 ※収入等が一定額以下の人は無料
相談日の前日までに電話で丹後法律相談センターへ。予定件数に達した場合は締め切ります。

<申し込み・問い合わせ>
丹後法律相談センター 電話0772(68)3080
※受付時間は平日の午前9時～午後5時

事業所得、農業所得、不動産所得等を有する方は…

平成26年1月から、記帳と帳簿等の保存が必要になりました！！



記帳する内容

売上げなどの収入、仕入れや経費について、取引年月日や金額等を帳簿に記載します。

帳簿等の保存

帳簿のほか、請求書・領収書などの書類を整理して保存する必要があります。

※ 所得税及び復興特別所得税の申告が必要ない方も、**記帳・帳簿等の保存制度の対象**となります。

<問い合わせ> 福知山税務署 電話(22)3121

我が国の製造業の実態を明らかにする統計調査！

工業統計調査

経済産業省は、平成26年12月31日現在で工業統計調査を実施します。この調査は、製造業を営む事業所が対象です。本年12月下旬から来年1月にかけて調査員が対象事業所にお伺いしますので、ご協力をお願いします（調査員は、調査員証を携行しています）。

なお、調査票に記入していただいた内容は、統計法に基づき秘密が厳守されますので、安心してご回答ください。

経済産業省
工業統計調査ホームページ
<http://www.meti.go.jp/statistics/tyo/kougyo/index.html>



工業統計キャラクター「コウちゃん」

<問い合わせ>
総務課情報管理担当
電話(42)3280 内線223

農林業のタネを育てる統計調査！

2015年農林業センサス

農林水産省は、平成27年2月1日現在で、2015年農林業センサスを実施します。この調査は、農林業を営む個人、世帯や組織が対象です。来年1月中旬から2月中旬にかけて調査員が対象となる方々のところへお伺いしますので、ご協力をお願いします（調査員は、調査員証を携行しています）。

なお、調査票に記入していただいた内容は、統計法に基づき秘密が厳守されますので、安心してご回答ください。

農林水産省
農林業センサスホームページ
<http://www.maff.go.jp/j/tokei/census/afc/>



農林業センサスキャラクター「つっちー」

<問い合わせ>
総務課情報管理担当
電話(42)3280 内線223

森林を取得したときは届け出を

個人・法人にかかわらず、売買や相続、贈与、法人の合併などによって森林を取得した場合は「森林の土地の所有者届出書」を提出していただく必要があります。森林の所有者となった日から90日以内に、市役所へ届け出てください。

届け出には、登記事項証明書や土地売買契約書の写しなど、土地を取得したことが分かる書類のほか、その土地の位置を示す図面も添付してください。

提出先：市役所農林課
※届出書は農林課にあります。

<問い合わせ>
農林課 電話(42)3280 内線330、345

森林の伐採は事前届け出が必要

個人所有の森林であっても、伐採する場合は事前に市への届け出が必要です。

なお、トラブルを防ぐため、伐採前には隣接する森林の所有者との間で境界確認をしてください。

提出義務者 森林所有者（伐採業者が提出する場合は森林所有者との連名で）
提出期間 伐採開始日の90日前から30日前までの間
提出先 市役所農林課
※届出書は農林課にあります。

<問い合わせ>
農林課 電話(42)3280 内線330、345



あやちゃん健康だより

<問い合わせ>
保健推進課
電話 (42)0111
FAX (42)5488



食中毒・感染性胃腸炎が増える季節です！！



毎年秋から冬にかけて細菌・ウイルス・寄生虫などの病原体を原因とするおう吐・下痢症が流行します。特に子どもや高齢者が集団生活を送っている施設では、集団発生することがあり注意が必要です。

症状

主な症状は吐き気とおう吐、下痢です。体力が低下している人や、子ども、高齢者は重症化しやすいので注意しましょう。

下痢症状が治まっても1週間～1か月程度ウイルスの排せつが続き、人にうつす可能性があるため注意が必要です。

治療法

症状の持続期間が短いのでその間に脱水にならないように十分な水分補給を行いましょ

う。下痢止めはウイルスを排出するのを妨げるため、安易に使わず、症状があるときには、医療機関を受診しましょう。



食中毒予防

- ①調理の前後には流水と石けんによる手洗いをしっかりと行いましょう。
- ②加熱する際は食品の中央まで火が通るように、中心温度85℃以上で1分以上加熱しましょう。
- ③魚介類などを扱った調理器具と、生のまま食べる野菜などとは、調理器具を分けるか十分に洗浄しましょう。

二次感染予防

- ①帰宅時・食事前・トイレの後はもちろんのこと赤ちゃんや高齢者のオムツを扱った際も十分に石けんで手洗いをしましょう。
- ②おう吐した物やふん便で汚れた衣類、床を片付けるときは使い捨て手袋・マスクを使用しましょう。
- ③汚れた床や衣類はきれいに洗い、塩素系漂白剤で消毒しましょう。水洗いした場所なども消毒しておきましょう。

あやちゃん健康ポイント

賞品の交換期間は

1月30日(金)まで!!

- ①健診の受診
- ②教室・イベントの参加
- ③運動の実施

でポイントがたまり、好きな賞品や抽選に応募できる取り組みを実施中です！



ただ今、続々と交換に来られています

参加者の声です

抽選当たるか楽しみにしとんやあ！

近所の人に聞いたんや！ポイントためてよいもんもらうわ。



皆さまお忘れなく交換にお越しください！



職場や病院で受けた健診もポイントになります



家事や畑仕事も運動ポイントになります

ポイントカードは保健福祉センターや各公民館に設置、ホームページからもダウンロードできます。

冬休みは親子でクッキング♪

毎日の食事で好きなものや同じものばかりを食べていませんか。色々な食べ物から何が良いか、きちんと選ばなければ体はバランスを崩し、子どもでも肥満や生活習慣病になってしまいます。冬休みは行事やイベントも多く楽しみですね。体調を崩さないよう早寝、早起きを心がけ、食事もしっかりといただきましょう。時には親子や家族でお料理をしたり、食事を楽しみましょう。

栄養たっぷり ビタミンサラダ



材料(4人分)

じゃがいも……………100g	マヨネーズ……………大さじ2
ブロッコリー……………60g	トマトケチャップ……………大さじ1
グリーンアスパラ……………40g	酢……………大さじ1/2
トマト……………100g	こしょう……………少量

つくりかた／調理時間 15分

1. じゃがいもは皮をむいて一口サイズに切る。ブロッコリーは小房に分ける。アスパラはピーラーで皮をむき、ななめ3cm幅に切る。トマトは食べやすい大きさに切る。
2. じゃがいも、ブロッコリー、アスパラをゆでる。
3. マヨネーズ、トマトケチャップ、酢、こしょうを混ぜる。
4. 器に②のやさい、トマトを盛り、③をかける。

お料理はたのしいよ！



親子クッキングで作った栄養たっぷりのレシピを紹介。苦手な食材も一緒に作るとおいしいよー！

