



NHK公開収録「民謡をたずねて」
開催のお知らせ(ラジオ第1・FM・国際放送)

日時：7月1日(土)午後1時開場
午後1時30分開演(午後3時30分終演予定)
会場：京都府中丹文化会館(里町)
出演：唄 高橋キヨ子、成世昌平、進藤聖子
大野実佐子、木島ユタカ
他、三味線・鳴物・はやし詞
司会 丹沢研二(NHK京都放送局アナウンサー)

♪入場無料♪【要事前観覧申込】
郵便往復はがきでお申し込みください。
観覧申込締切 6月12日(月)必着
《あて先》
〒623-0005 綾部市里町久田21-20
京都府中丹文化会館「民謡をたずねて」係
※詳細は専用チラシか中丹文化事業団ホームページを
ご覧ください。
<問い合わせ>
京都府中丹文化事業団 電話(42)7705

5/3春の綾部ふれあい牧場まつり

ヤギやウサギなどの動物と間近で触れ合えます。
無料体験乗馬やヒツジの毛刈りショーのほか、
屋台などの出店も。

日時：5月3日(水・祝)午前10時～
場所：綾部ふれあい牧場(位田町桧前81)
内容：無料体験乗馬(先着100人)
ヒツジの毛刈りショー
屋台
フリーマーケットなど
主催：ハイジのキッチン
丹馬ライディングクラブ

<問い合わせ>
ふれあい食堂(ハイジのキッチン)
電話(48)1000



参加者募集! あやべ健康プラザ

～75歳以上の方の健康体操・水中健康教室～



健康増進教室(健康体操)

内容：筋力トレーニング、ストレッチ、軽運動、
エアロビクスなどを行います。

日程：4月24日～5月17日の毎週月・火・水曜日
※5月の第1週を除く。

対象：75歳以上の綾部市民(75歳未満で後期高齢者医療の保険証をお持ちの方も対象)
定員：健康体操 各日20人・水中健康教室 各日20人 ※どちらの教室も、各日定員になり次第締切ります。
費用：無料
場所：あやべ健康プラザ(綾部市青野町西馬場下27の2)

*各教室の申し込み・詳細は、あやべ健康プラザ(電話40-1788)へ。

<問い合わせ>市民・国保課 電話(42)4246

水中健康教室

スタジオで腰痛・膝痛体操、軽体操、プールで
水中歩行、水中トレーニングなどを行います。

5月8日、29日、6月5日、19日(月)
※月2回の受講で1教室が修了します。
(1回のみ受講も可能です)



☎ 直通電話変更のお知らせ～4月1日から～ ☎

4月1日から市の機構改革のため、直通番号が一部変更となっています。変更後の番号は、以下をご確認ください。

【変更前】

総務課(防災担当)	42-4222
高齢者介護課(高齢者福祉担当)	42-4259
高齢者介護課(介護保険担当)	42-4261
高齢者介護課(地域包括支援センター担当)	42-4262
商工労政課(工業担当)	42-4264
商工労政課(雇用促進担当)	42-4265
定住促進課(定住促進担当)	42-4270
水源の里・地域振興課(地域振興担当)	42-4271
社会教育課(学び推進担当)	42-4326
社会教育課(青少年担当)	42-4328

【変更後】

※市外局番(0773)は省略

→	防災課(防災担当)	42-4222
→	高齢者支援課(高齢者福祉担当)	42-4259
→	高齢者支援課(介護保険担当)	42-4261
→	高齢者支援課(地域包括支援センター担当)	42-4262
→	商工労政課(工業・雇用促進担当)	42-4264
→	廃止	
→	定住・地域政策課(定住促進担当)	42-4270
→	定住・地域政策課(水源の里・地域振興担当)	42-4271
→	社会教育課(学び推進・青少年担当)	42-4326
→	廃止	

工場設置奨励金交付申請受付中

市内の既存企業で生産設備などの新設や増設をした企業に対し、奨励金を交付します。

【対象企業】

生産設備の取得合計額が1か年ごとに1億円（中小企業者は500万円）以上の企業

【生産設備の取得期間】

平成26年1月2日～平成29年1月1日

【申請書の提出期限】

6月30日(金)

<提出・問い合わせ>

商工労政課工業・雇用促進担当
電話(42)4264

京都北部7市町合同企業説明会

京阪神の大学、短大、専修学校などの来春卒業予定者とU・Iターン希望者、その他求職者を対象に京都北部7市町合同で就職面接会を開催します。ぜひ、ご参加ください！

日時 5月25日(木)午後0時30分～4時

場所 京都市勤業館みやこめっせ
(京都市左京区岡崎成勝寺9-1)

内容 就職面接会、事前セミナー、U・Iターン相談コーナー、7市町情報コーナー

参加事業所 京都北部7市町内の約120事業所

<問い合わせ>

京都府北部地域連携都市圏形成推進協議会
商工労政課工業・雇用促進担当 電話(42)4264

介護者家族教室 ～高齢者を介護されているご家族 これから備えて学びたい方へ～



開催日時	内容、開催場所など
4月21日(金) 午後1時30分～3時30分	テーマ：あなたも語ろう介護体験 ゲスト：認知症介護経験者 会場：保健福祉センター(青野町) ※介護相談も受け付けます。 <問い合わせ> 社会福祉協議会 電話(43)2881 高齢者支援課 電話(42)4262
5月11日(木) 午後1時30分～3時30分	テーマ：毎日はずらつ 体すっきり 健康体操 講師：健康運動実践指導者 衣川 知久さん 会場：綾部市ふれあいの家(栗町) <問い合わせ> 西部地域包括支援センター 電話(21)5011

「ごみ減量・紙のリサイクル」にご協力を！

～「雑がみ」は古紙回収に出しましょう～

メモ用紙や封筒、ティッシュペーパーやお菓子の箱も「雑がみ」という“大切な”資源です。ごみ袋に入れずに、資源として、自治会やPTAなどの資源回収に出しましょう。

Q どうして出したらいいの？

A 「雑がみ」だけを束ねてひもで縛るか、小さな紙は紙袋に入れて出してください。



「雑がみは今日から脱ごみ！」

お菓子の箱や包装紙などは紙袋に入れて古紙回収へ

<問い合わせ>

環境保全課 電話(42)1489

春のバラまつり



あやべグンゼスクエア内の「綾部バラ園」では今年も、春のバラまつりを開催します。

期間中は、中央花壇の「アンネのバラ」をはじめとする約120種類、1,200本の色とりどりのバラをお楽しみいただけます。

隣接する「あやべ特産館」では、上質なバラ苗とバラの生育によく効く肥料を販売します。

日時 5月13日(土)～6月25日(日)

午前9時～午後5時

場所 綾部バラ園(青野町)

※バラまつり開催期間中は休まず営業します。

<問い合わせ>

あやべ特産館 電話(43)0811



国民年金保険料学生納付特例制度

20歳以上の人は、学生であっても国民年金に加入し保険料を納付しなければなりません。しかし、一般的に所得が少ない学生は、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

- 対象者：学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校か各種学校(修業年限1年以上の課程)に在学する学生など
- 条件：本人の前年所得が118万円+(扶養親族などの数×38万円)以下
- 承認期間：4月～翌年3月
- 申請時に必要な持ち物：学生証、年金手帳(代理人の場合は、申請者印鑑、代理人本人確認書類)

承認を受けた次年度も在学予定である場合、4月初めに再申請の書類が日本年金機構から送付されます。

<問い合わせ>

舞鶴年金事務所 電話0773(76)8826
市民・国保課 電話(42)4246

議会報告会 「市民と議会のつどい」

開かれた議会を目指し、定例会の報告や市民の皆様との意見交換の場として「市民と議会のつどい」を開催します。

多くのご参加をお待ちしています。

- 日程 5月10日(水) 中筋・中上林
- 11日(木) 山家・志賀郷
- 15日(月) 吉美・豊里
- 16日(火) 西八田・奥上林
- 18日(木) 口上林・物部
- 19日(金) 綾部・東八田

- 時間 午後7時30分～9時
- ※豊里は午後7時～8時30分
- ※綾部は午後8時～9時30分

- 場所 各地区公民館
(綾部地区は市民センター)

<問い合わせ>議会事務局 電話(42)1259

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 5月11、25日(木)
午後1時～4時20分
- 場所 市民ホール(宮代町)
※あやバス「市民ホール前」下車すぐ
- 費用 40分 5,400円
※収入などが一定額以下の人は無料
- 予約 相談日の前日までに電話で丹後法律相談センターへ。予約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

男性クッキング

初心者大歓迎！料理に挑戦してみませんか？

- 日時 5月28日(日)
午前10時～午後2時(予定)
- 場所 保健福祉センター2階栄養指導実習室
(青野町東馬場下15-6)
- 持ち物 エプロン、三角巾(手ぬぐいなど)
- 対象 高校生以上の男性(市内在住,在勤,在学)
- 費用 600円程度(材料費)
- 申込み 5月24日(水)午後5時までに
あいセンターへ
- ※メニューは未定です。



<問い合わせ>
あいセンター 電話・ファクス(42)1801

もの忘れ相談

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、専門医で、家族から認知症の方への接し方や声掛け、不安への対処方法などをアドバイス。また、認知症への不安を感じている高齢者の悩みなどの相談にも応じます。

相談は、家族のみでもできます。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。お気軽にご相談ください。

- 相談日 6月19日(月)
- 時間 午後1時30分～午後3時30分
- 場所 綾部市役所 本庁舎2階
- 定員 先着2組

※事前申し込みが必要です。

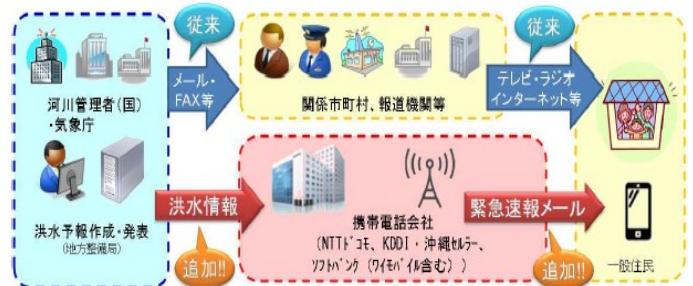
<申し込み・問い合わせ>

市地域包括支援センター(高齢者支援課内)
電話(42)3280 内線336



◆洪水情報の配信を開始！


国土交通省は、「水防災意識社会再構築ビジョン」のもと、大規模な洪水が発生した場合に、住民の皆様の自主的な避難に役立てるため、5月1日(月)から携帯電話などへ緊急速報メールを活用した洪水情報の配信を開始します。



洪水情報の配信イメージ

- 開始日 5月1日(月)
- 配信エリア 綾部市全域
- 配信する情報 由良川において、河川氾濫のおそれがある情報、河川氾濫が発生した情報

<問い合わせ>

- 緊急速報メール  洪水情報は、福知山河川国道事務所
電話(22)5104
- 避難情報は、防災課防災担当
電話(42)4222



あやちゃん健康だより

<問い合わせ>
保健推進課
電話0773(42)0111
FAX0773(42)5488

あやべ健康増進・食育推進計画（第2次）を策定しました！

基本理念

みんなでつくる健やか元気なあやべ

平成23年度に健康な地域社会づくりを進める指針となる「あやべ健康増進・食育推進計画」を策定しました。今回、この第1次計画の評価・見直しを行い、新たに目標を掲げました。市民1人ひとりだけでなく、地域や行政が一体となって健康づくりや食育活動にさらに取り組んでいきます。



計画の期間

平成29～33年度



計画の内容

7つの生活習慣ごとにスローガンを定め、計画を進めていきます



分野	スローガン
1. 栄養・食生活	地元でとれたものを食べて健康的な生活をしよう
2. 身体活動・運動	みんなで楽しく体を動かそう
3. 休養・こころの健康	こころの健康を大切にしよう
4. たばこ	たばこから体を守ろう
5. アルコール	お酒は適量を守ろう
6. 歯の健康	歯は一生の宝、歯の健診にいこう
7. 健康管理	みんなで声をかけあい定期健診を受けよう



平成23年度の評価

32項目の目標を定めた結果・・・

- ◎目標達成：4項目
- 前回よりも改善：16項目
- ▲前回よりも悪化：12項目

約6割は目標達成か前回よりも数値が改善していました

【目標達成した項目】

- ・アルコールを1日3合以上飲む人が減りました
- ・80歳代で自分の歯が20本以上ある人が増えました
- ・大腸がん検診、肺がん検診の受診率が上がりました

今後、アンケートの結果などお知らせしていきます

成人用肺炎球菌予防接種のお知らせ

平成26年10月から高齢者を対象にした肺炎球菌予防接種が定期化されました。対象者は費用の一部を公費負担で接種できます。

定期接種の対象者は毎年異なるため、機会を逃さないようご注意ください。

<平成29年度対象者>



生年月日	年齢
昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生	65歳
昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生	70歳
昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生	75歳
昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生	80歳
昭和7年4月2日～昭和8年4月1日生	85歳
昭和2年4月2日～昭和3年4月1日生	90歳
大正11年4月2日～大正12年4月1日生	95歳
大正6年4月2日～大正7年4月1日生	100歳

○対象者には4月下旬に接種券を送付します。接種券を持って病院へ受診してください。

○過去に実費で接種した人は対象外となります。

○自己負担の免除制度があります。詳細は接種券をご覧ください。

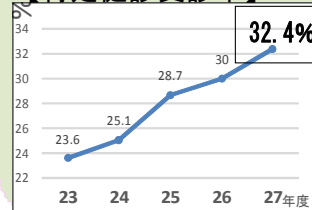
平成29年度健康診査・がん検診のお知らせ

黄色い封筒で世帯主様宛にお届けしました。順次申し込みを受け付けています。



『元気なときにこそ健診を受けましょう』

【特定健診受診率】



府の平均よりは低ですが、年々受診率が上がっています！皆で受診して、さらにのばしましょう

特定休日歯科当番のお知らせ

ゴールデンウィーク中の休日歯科診療当番は以下のとおりです。

日時：5月4日(木)午前9時～午後5時



場所：梅原歯科医院
住所：綾部市幸通10
電話：(42)3533

