



## 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。申込書の郵送を希望する人は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) 4265  
ファクス (42) 4406  
メール syokorosei@city.ayabe.lg.jp



## 『保護者のための就活勉強会』開催のご案内

地元企業の魅力、綾部市・京都府の就職活動に対しての支援内容などを保護者に紹介します。

日時：2月26日(日)午後1時30分～4時

場所：市役所まちづくりセンター2階会議室

対象：大学・短大・専門学校などの学生の保護者、都市部で働いている人の親など

内容：昨今の就職活動の現状・スケジュール  
地元企業の採用状況  
個別相談会 など

その他：参加費無料、事前予約あり

### <問い合わせ>

北京都ジョブパーク 電話(22)3815  
綾部市商工労政課 電話(42)4265

## 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 2月2、9、23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方は無料
- 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  
※受け付け時間は、平日の午前9時～午後5時

## プロから学ぼう！

### おもてなしガイド養成講座 入門編～上級編

ガイドの基礎から応用まで、今後の案内に活用できる講座です。

#### 第1回～入門編 会場：I・Tビル(西町一丁目)

3月1日(水) 午前10時～午後4時

1回のみ  
参加可能

#### 第2回～中・上級編 会場：京丹後市役所久美浜庁舎

3月9日(木) 午前10時～午後4時

対象：地域の観光ガイドを目指す人

すでにガイドとして活動している人

受講料無料！  
定員 各回25人  
(先着順)

#### 申し込み期間：1月25日(水)～2月15日(水)

### <申し込み・問い合わせ>

海の京都DMO 電話0772-68-5055

## ～お得な共通チケット好評発売中～ 綾部冬の観光キャンペーン

『あやべ冬の三湯巡り』をお楽しみください！

京 綾部ホテル「大家族の湯」・  
栄温泉「うし乃湯」・あやべ温泉「二王の湯」  
を共通で利用できます。

### <チケットについて>

販売期間：3月31日(金)まで  
有効期間：3月31日(金)まで  
販売価格：1,200円  
(通常三湯入浴料金1,700円)  
販売場所：あやべ観光案内所(駅前通り)  
あやべ特産館(青野町)  
京 綾部ホテル「大家族の湯」(味方町)  
栄温泉「うし乃湯」(幸通り)  
あやべ温泉「二王の湯」(睦寄町)

<問い合わせ> あやべ冬の三湯巡り実行委員会  
(観光協会内) 電話(42)9550

## アートフェスタ2017

(第34回綾部市美術展 幼・小・中の部)

日時：2月3日(金)～5日(日)  
午前10時～午後5時

会場：市民センター2階競技場(並松町)

【同時開催】環境子ども作品コンクール  
出品作品展示

☆入場無料☆  
感性豊かな子どもたちの  
作品展です！  
暖かくしてお越しください♪

### <問い合わせ>

文化・スポーツ振興課  
電話(42)4356



**雑がみの資源化にご協力を！**

新聞、雑誌・本、ダンボール、紙パック以外のリサイクル可能な紙を「雑がみ」といいます。限りある資源の有効活用と環境保全のため、雑がみの資源化にご協力をお願いします。

◇雑がみとは…◇

はがき、封筒、名刺、ティッシュやお菓子などの空き箱、トイレットペーパーなどの芯、紙袋、包装紙、メモ用紙、ダイレクトメールなど。※ビニールやセロハン、金具の部分は除去、個人情報（氏名、住所、電話番号など）もできるだけ除去してください。

束ねてひもで縛ったり、紙袋に入れて地域やPTAで実施される資源回収に出してください。

**注意！以下のものは資源化できません。**

レシートなどの感熱紙、カーボン紙、油や食品残さなどで汚れた紙、使い終わったティッシュペーパー、印刷紙の写真など。

<問い合わせ>環境保全課 電話(42)1489

宝くじの収益は、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に役立てられています

平成28年度、鷹栖町自治会が、宝くじの社会貢献広報事業であるコミュニティ助成を活用して太鼓を整備されました。



<問い合わせ>市民協働課 電話(42)4248

**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・認知症看護認定看護師が専門医です。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耳を傾けます。

相談は本人と一緒に来られなくても、ご家族のみでも差し支えありません。相談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。気軽にご相談ください。

相談日 相談員＝2月17日(金)  
医師＝3月13日(月)  
時間 午後1時30分～3時30分  
場所 保健福祉センター(青野町)  
定員 各先着2組



<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)4262

**介護者家族教室**

～高齢者を介護されているご家族や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
2月10日(金) 午後1時30分～3時30分	テーマ：認知症とともに家族が出来る事 講師：うえずぎ松寿苑 デイサービスセンター 管理者 田中良樹さん 会場：保健福祉センター(青野町) <問い合わせ> 社会福祉協議会 電話(43)2881 高齢者介護課 電話(42)4262
3月24日(金) 午後1時30分～3時30分	テーマ：聞こえについて 講師：いこいの村聴覚言語障害センター 言語聴覚士 会場：いこいの村とくら福祉センター(十倉名畑町) <問い合わせ> 東部地域包括支援センター 電話(21)5295

**就職個別相談**

市と北京都ジョブパークでは、就職個別相談を行います。北京都ジョブパークのキャリアカウンセラーが、就職活動の疑問や不安、自分に合った仕事の選び方など、個別に相談に応じます。

日時 2月7日(火)午前10時～午後4時  
場所 綾部会館(味方町)  
対象 就職活動で疑問や不安のある人  
正社員を目指す人など  
定員 先着5人  
相談時間 1人約50分

<申し込み・問い合わせ>  
北京都ジョブパーク 電話(22)3815  
綾部会館 電話(42)8565

**パソコン講座「インターネットコース」  
参加者募集!!**

日時：3月7日(火)、8日(水)、9日(木)、  
13日(月)、14日(火)、16日(木)【計6回】  
午後7時～9時【2時間】

場所：八田中学校(梅迫町)

参加費：1,000円

定員：30人程度

申し込み：2月28日(火)までに綾部会館へ

その他：私物ノートパソコンの持ち込みは不可

<問い合わせ>

綾部会館 電話・ファクス(42)8565

平成28年分所得税及び復興特別所得税の確定申告期間は

2月16日(木)～3月15日(水)です。相談受け付け時間は、**午前9時から午後4時まで**です。

※申告相談会場の混雑状況により早めに受け付けを終了する場合がありますのでご了承ください。

詳しくは、福知山税務署☎(22)3121へお問い合わせください。

税務署の申告書作成会場は、2月15日(水)以前は開設しておりませんので、通常窓口での対応となり、混雑状況によっては、長時間お待ちいただくことがあります。

税務署の申告書作成会場では、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」と同様の画面を使って確定申告書を作成していただくこととなりますので、ご自宅で作成・印刷し郵送で提出いただくと、申告書作成会場で長時間待つ必要がなく大変便利です。

○ **ご自宅などで作成コーナーを利用すると、こんなに便利！！**

**税務署に出向く必要なし！**

e-Taxか印刷して郵送などにより提出できます。

**自動計算・いつでも作成可能！**

計算誤りのない申告書が作成できます。

**ご利用ください無料申告・相談**

★ **税理士による所得税の申告・相談**

日程 2月21日(火)、22日(水)  
時間 午前9時30分～正午、午後1時～4時  
(受け付けは午後3時30分まで)  
場所 I・Tビル(西町一丁目)

★ **綾部商工会議所主催 所得税の申告・相談**

日程 2月25日(土)、26日(日)  
時間 午前9時30分～正午、午後1時～4時  
(受け付けは午後3時30分まで)  
場所 I・Tビル(西町一丁目)

※両相談とも土地・建物・株式などの譲渡所得、贈与税、相続税についての申告・相談は行いません。

<問い合わせ>  
福知山税務署 電話(22)3121(音声案内)  
綾部商工会議所 電話(42)0701

国民健康保険に加入の皆さんへ

**確定申告前に高額療養費の申請を！！**

高額療養費制度とは、医療機関や薬局の窓口で1か月間に支払った医療費が高額になった場合、申請により自己負担限度額を超えた金額を支給する制度です。  
自己負担限度額は、加入者の年齢や所得によって異なります。

《ご注意》

申請には、医療機関や薬局の領収書が必要となりますので、確定申告で提出する前にご相談ください。

なお、領収書がない場合は、受診した医療機関で再発行や支払証明書などの交付が可能です。医療機関によっては手数料が掛かる場合があります。

<問い合わせ> 市民・国保課 電話(42)4246

**森林の伐採は事前の届け出が必要**

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 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)4362

**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、法人の合併などで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：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)4362



# 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

## 乳がん検診は受けましたか？

平成27年度綾部市の検診で  
5人に乳がんが見つかりました。

女性がかかるがんの中で最も多いのが乳がんです。年代別では40歳代から急増します。40歳を過ぎたら2年に1回乳がん検診を受けましょう。

### ●乳がん検診の受診方法●

3月31日(金)まで個別検診を実施しています。

<対象者>

出生年の西暦が偶数年で、年度末40歳以上の女性  
※奇数年生まれで昨年度受診していない人も受診可能です。

<内容> 視触診・マンモグラフィ

<費用> 2,000円

<実施医療機関>

下記の実施医療機関へ直接お電話などでお申し込みください。

- ・綾部市立病院 (青野町) 電話(43)0123
- ・綾部ルネス病院 (大島町) 電話(42)8601

年度末は混み合います。早めに受診しましょう！

### 2年に1回の検診受診と、月1回の自己検診を！

乳がんは自分で早期発見が可能なまれながんです。月1回セルフチェックを習慣にしましょう。

見てチェック

鏡の前で両手を上げ下げしながら、へこみ、ひきつり、左右の形に違いがないか。

触ってチェック

4本の指をそろえて、指の腹で円を描くように触れ、しこりや分泌液がないか。

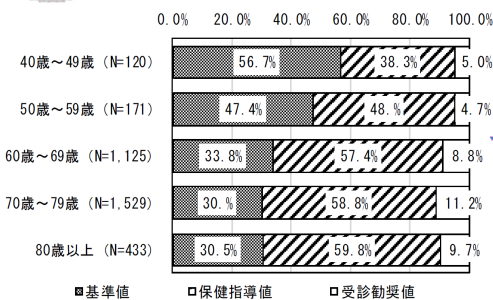


気になることがあれば早めに医療機関を受診しましょう。



## 糖尿病予備軍の人が 多くなっています！

### H27年度健診結果 (ヘモグロビンA1c)



40歳代で約4割  
50歳代以上では  
半数以上が  
基準値を超えています!!

基準値	保健指導値	受診勧奨値
5.5以下	5.6～6.4	6.5以上

ヘモグロビンA1c・・・1～2カ月の血糖の状態

まずは健診を受診して、自分の体の状態を確かめましょう。がん検診も受診できます。

### 指定医療機関で3月31日まで実施しております



健診(検診)名	対象者	費用
特定健康診査	40～74歳の綾部市国民健康保険加入者	1,000円
長寿いきいき健診	後期高齢者医療保険加入者	無料
大腸がん検診	40歳以上	500円
肝炎ウイルス検診	40歳以上で今までに受けたことのない人	700円

※直接医療機関へお申し込みください。  
※市民税非課税世帯、生活保護世帯、無料クーポン券をお持ちの方は自己負担が免除されます。

そのほか詳しくは、保健推進課へお問い合わせください。



## 骨髄ドナー助成金制度の申請受付中！

骨髄・末梢血幹細胞の提供を行った人に対して助成金を交付します。

<対象>

- ・骨髄などの提供を行った人
- ・骨髄などの提供日に綾部市に住所のある人
- ・他の自治体の助成金を受けていない人

<申請方法>

骨髄などの提供日から90日以内に必要書類をそろえて保健推進課に提出してください。詳しくは市ホームページか保健推進課へお問い合わせください。

## 接種はお済みですか?!

### ○MR(はしか風しん)2期

平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ

### ○二種混合

平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ

期限が迫っています。まだ接種して

いない人は、**平成29年3月31日**

までに済ませましょう!!

※期限を過ぎると有料になります。

※予診票を紛失した場合は再発行します。

