



# あやちゃん健康だより

<問い合わせ>  
保健推進課  
☎(42)0111 📠(42)5488

## 健康ひろばに参加しませんか?

皆さんの健康づくりのための教室です。今年度のテーマは「血糖値とおやつの上手な付き合い方」。  
健康メニューの試食会も予定しています。

月日	時間	場所	対象
8月26日(月)	午前9時30分～11時	志賀郷公民館(志賀郷町)	市内在住の人
9月2日(月)	午前9時30分～11時	林業者等健康管理センター(故屋岡町)	各回先着15人(要予約)
	午後1時30分～3時	観光センター(八津合町)	
9月5日(木)	午前9時30分～11時	物部営農指導センター(物部町)	健診結果、検査結果等
9月6日(金)	午前9時30分～11時	健康ファミリーセンター(武吉町)	申し込み 保健推進課へ

## 里山エリアはぐくみ事業スタート!

<問い合わせ>  
こども支援課☎(40)0020 📠(42)5488



英語リトミック、ヨガ、ミュージックケアなど、親子の健康づくりをサポートする教室を各地区公民館で開催します。対象は、生後2カ月～小学6年生の子どものとそ保護者。親子一緒に楽しく体を動かしましょう!

### 9月の予定

- 9月8日(日) ピラティス  
場 基幹集落センター(鷹栖町)
- 9月29日(日) ペビトレヨガ  
場 志賀郷公民館(志賀郷町)

申し込みは  
こちらから



今後の予定は、次号から  
「子育てねっと」(本紙8面)で  
お知らせします。

無料期間終了が迫っています!

## 成人男性の風しん抗体検査・ 風しん予防接種

風しんを予防し周囲への感染を防ぐために、抗体検査・予防接種を受けましょう。

### 対象

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

### 無料接種期間

令和7年2月28日(金)まで  
抗体検査は、令和7年1月末までに  
受けましょう。

詳しくはこちら▶



## 子宮頸がん 予防ワクチン

<問い合わせ>  
こども支援課  
☎(42)0020 📠(42)5488

高校1年生相当の人とキャッチアップ接種の対象者(平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれ)は、**無料接種期間が今年度で終了**します。期間内に3回接種を完了するには、**9月中に第1回目の接種が必要です。**

**この機会を逃すと、最大10万円の費用がかかります。**

【詳しくはこちら】

【予診票の発行はこちらから】



## 9月の子育て行事 ★は要予約

あやっこひろば(あやテラス内) ☎(45)6377 📠(45)8825

イベント	対象	日程	時間	予約
おやこde体操(リズム体操)	2歳～2年生の子と保護者(15組)	9月7、21日(土)	10:30～11:00	★
CoCoぶらす講座(ミュージック・ケア)	0～3歳の子と保護者	9月13日(金)	10:30～11:30	★
CoCoひろば(運動会)	未就学の子と保護者	9月25日(水)		

みにみにひろば(なかすじ児童センター) ☎(44)1022 📠(45)8825

イベント	対象	日程	時間	予約
おみせやさんごっこ		9月3日(火)	10:30～正午	
プレゼントづくり(敬老の日)		9月10日(火)		
簡単おもちゃづくり	未就学の子と保護者	9月17日(火)		
8、9月のおたんじょう会		9月24日(火)		★

のびのびひろば(宮代児童センター) ☎(42)9845 📠(45)8825

イベント	対象	日程	時間	予約
ボールプール		9月12日(木)	10:30～正午	
木のおもちゃ遊び	未就学の子と保護者	9月19日(木)		
運動会練習		9月26日(木)		

にこにこひろば(物部児童館) ☎(49)1195 📠(45)8825

イベント	対象	日程	時間	予約
夏のお店やさんごっこ		9月2日(月)	10:30～正午	★
おまわりさんの優しい交通安全教室	未就学の子と保護者	9月9日(月)		
9月お誕生会&おたのしみ		9月30日(月)		

## 相談・教室など

<申し込み・問い合わせ>  
こども支援課 ☎(42)0020 📠(42)5488 ✉kodomoshien@city.ayabe.lg.jp

行事名	対象	日時
育児相談	生後4カ月～就学前の乳幼児とその保護者	9月3日(火)午前
助産師相談	妊婦、産後のママ(里帰り中も可)、その家族	9月4、11、18、25日(水)9:00～正午
離乳食講座	生後5～11カ月ごろの乳児の保護者	9月6日(金)離乳食初期=9:30～10:30 離乳食中・後期=10:45～11:45 (オンライン参加可)
ぶくぶくひろば	妊婦、生後6カ月までの乳児と産婦、その家族	9月10日(火)9:30～正午 (前後する場合があります)
産後ママのリフレッシュケア	おおむね生後1～6カ月までの乳児と産婦	9月27日(金)10:00～14:30

※場所は、産後ママのリフレッシュケアはあやべ温泉二王館(陸寄町)。その他は、保健福祉センター(青野町)

綾部市総合防災訓練

9月1日の「防災の日」にちなんで、綾部市総合防災訓練を実施します。
日時/9月1日(日)9時~12時(予定) 場所/総合運動公園(上杉町) 内容/情報伝達訓練▽避難訓練▽避難所運営訓練▽救出訓練▽消防団による一斉放水訓練▽防災に関する各種展示など。その他/当日9時から、防災行政無線によるサイレン吹鳴や緊急速報メール送信等を行います。
防災・危機管理課
☎(42)42222

世界アルツハイマーデー2024 in AYABE

市と綾部市社会福祉協議会は、9月の「世界アルツハイマー月間」に合わせ「世界アルツハイマーデー2024 in AYABE」を開催します。映画「オレンジ・ランプ」の上映とメモリーウォークを行います。皆さんの参加をお願いします。

待ちしています。
日時/9月21日(土)10時~13時 場所/1.Tビル(西町一丁目)、ケンゼスクエア(青野町) 申し込み/映画上映会は9月17日(火)までに同協議会へ(先着200人)。その他/9月14日(土)~16日(月)・祝、青野町のケンゼスクエアで、若年性認知症の当事者である下坂厚さんの写真展を開催。市内在住の認知症当事者が撮影した写真も展示します。
同協議会
☎(43)28881
☎(43)28882

認知症サポーター養成講座

綾部市社会福祉協議会は、認知症の人や家族を地域で支える「認知症サポーター」の養成講座を開催します。
日時/9月9日(月)13時~15時 場所/ものづくり交流館多目的ホール(青野町) 申し込み/9月3日(火)までに同協議会へ。
同協議会
☎(43)28881
☎(43)28882

日ごろの悩みなどを相談しませんか

綾部市精神保健家族会は、こころの負担を少しでも軽減できるように「こころの健康に関する家族相談会」を開催します。同じ立場の家族や京都府こころの健康推進員が、精神障害者のいる家族が持つ日ごろの悩みなどの相談に乗ります。
日時/9月17日(火)13時30分~15時30分 場所/あやべ・日東精工アリーナ第2会議室(市民センター、西町三丁目) 対象/市内在住の人。
同協会会長 永井智子
☎080(1458)8759
障害者支援課

出張がん個別相談

府がん総合相談支援センターは、がんに関わる出張相談を行います。
日時/9月19日(木)13時30分~15時30分 場所/府中丹東保健所(無錫市) 相談員/保健師か看護師。相談料/無料。

募集

府要約筆記養成講座(前期)
府は、耳が聞こえにくい人や途中で聞こえなくなった人、話の内容を分りかたやすく書いて伝える「要約筆記者養成講座」の受講者を募集します。
日程/共通講座II10月20日(日)、11月2日(土)、17日

無料開放日を増設

あいセンターは10月から、第1日曜日に加え、第3日曜日にも無料で研修室を開放します。予約制で、使用日2カ月前の月初めから受け付けます。使用できるのは、1団体につき、1カ月に半日単位で1回です。
同センター ☎(42)20030

上級救命講習

市消防本部は、心肺蘇生法をはじめとする応急手当を学ぶ上級救命講習の参加者を募集しています。受講は無料です。
日時/9月13、20、27日(金)19時~22時 場所/消防コミュニティセンター(味方町) 内容/成人・小児・乳児の心肺蘇生法、止血法、異物除去法、搬送法など。申し込み/9月12日(木)までに同本部警防課へ。
同本部
☎(42)0119
☎(43)14883

ふれあい出張市長室

市長が、市内の団体やボランティアグループなどとへ向向き、団体・グループの活動内容などをテーマに座談会形式で交流します。
日時/毎月、第2木曜日の13時30分~15時。第4木曜日の19時~20時30分。祝日や市長の公務によって、変更する場合があります。応募要項/所定の申込書に必要事項を記入し、持参かファクス、メールで秘書広報課へ。
同課
☎(42)42005
his yokoh o@city.ayabe.lg.jp

市ホームページのバナー広告

市は、市のホームページに掲載するバナー広告を募集しています。
仕様/1枠は縦60ピクセル、横183ピクセル。32キバイト以内でgif形式(アニメーション不可)。期間/原則10月1日(火)~令和7年3月31日(月)。費用/1月5千円。掲載場所/トップページ(金)までに秘書広報課へ。
同課 ☎(42)42005
his yokoh o@city.ayabe.lg.jp

人口・火災

8月1日現在の綾部市の推計人口は30120人(男14453、女15667)。世帯数は13758世帯です。同日現在の火災発生件数は5件(建物4件)です。

家庭ごみの処理量

7月の燃やして処理するごみは419t(前年同月比2.8割増)、燃やさないで処理するごみは68t(同10.1割減)でした。

令和6年度明るい選挙啓発ポスター・標語

府選挙管理委員会と府明るい選挙推進協議会は、明るい選挙啓発ポスターや標語作品

(日)。手書きコースII令和7年1月18日(土)、2月1日(土)、22日(土)。パソコンコースII令和7年1月11日(土)、26日(日)、2月23日(日)。祝、講座に加え、ウェブによる自宅学習可。時間/10時30分~16時30分。場所/府聴覚言語障害センター(城陽市)。パソコンコースは、京都市聴覚言語障害センター(京都市中京区)受講料/無料。ただし、テキスト代4千円と教材費等一部自己負担あり。申し込み/9月9日(月)~30日(月)17時。その他/申し込み方法などは、京都聴覚言語障害者福祉協会のホームページをご覧ください。QRコードからもアクセスできます。



同協会(府要約筆記記者養成講座事務局)
☎0774(30)9000
☎0774(55)7708

第2回危険物取扱者試験予備講習会

市消防本部は、消防法に定

同本部
☎(42)0119
☎(43)14883

同課
☎(42)42005
his yokoh o@city.ayabe.lg.jp

会員募集 ~入会説明会~
開催/毎月第2・第4火曜日
時間/午後1時30分~3時
場所/綾部市シルバー人材センター
センターホームページから入会申込の登録が出来ます。
初年度会費無料

シルバー人材センターです
いろいろなお仕事をしています
お仕事一例
除草・剪定...草刈り、庭木の剪定
密着...大工仕事(修理・補修)、障子・襖・網戸張替
軽作業...清掃、不用品等運搬、軽作業全般
家事援助...ゴミ出し、掃除、買い物、話し相手
お問合せ 公益社団法人綾部市シルバー人材センター
〒623-0053 綾部市宮代町明細11番4/
ホームページ https://www.sjc.ne.jp/ayabe/

10月19日(日)は、いこいの村まつり!!
ボランティアも募集してます!
みなさま、ぜひお越しください!!
職員募集中!
介護職員(特養・デイサービス)、訪問介護員、調理員
事務職員、生活支援員(障害者施設)、看護補助
詳細は、社会福祉法人京都聴覚言語障害者福祉協会HPで
いこいの村聴覚言語障害センター
綾部市十倉名畑町久瀬谷2番地
TEL(0773)46-0101 FAX(0773)46-0610 総務課

KYOTO HOKUTO SHINKIN BANK
京都北都信金アプリ
ほくとしんきんが
スマホのなかに
ご利用無料
綾部中央支店 TEL0773(42)0380
西町支店 TEL0773(42)1080
中筋支店 TEL0773(42)7788
京都北都信用金庫

リフォームから新築まで
住まいのごとご相談ください
住まいのお医者さん
リフォームショップ koh
TEL.0773-40-2088
綾部市西町2丁目52-15



講座・教室

介護者家族教室

回 9月13日(金) 13時30分〜15時
回 9月20日(金) 13時30分〜15時
回 9月27日(木) 13時30分〜15時

糖尿病教室

回 9月18日(水) 14時〜15時
回 9月25日(水) 14時〜15時
回 10月2日(水) 14時〜15時

元気はつらい教室

回 9月20日(金)
回 9月27日(木)
回 10月4日(木)

そよやなお談義

回 9月24日(火) 11時〜14時
回 10月1日(火) 11時〜14時
回 10月8日(火) 11時〜14時

催しなど

久原の荒神八朔祭

回 9月1日(日) 10時〜
回 9月8日(日) 10時〜
回 9月15日(日) 10時〜

第38回中丹文化芸術祭コア

回 9月7日(土) 13時〜
回 9月14日(土) 13時〜
回 9月21日(土) 13時〜

第38回中丹文化芸術祭中丹

回 9月21日(土) 17時〜
回 9月28日(土) 17時〜
回 10月5日(土) 17時〜

萩まつり(若王寺)

回 9月22日(日) 祝 10時〜15時
回 9月29日(日) 祝 10時〜15時
回 10月6日(日) 祝 10時〜15時

キッチンカーフェスxワーク

回 9月23日(月) 振 10時〜
回 9月30日(日) 振 10時〜
回 10月7日(日) 振 10時〜

あやべグンゼスクエア、グンゼ博物館蔵(青野町)
あやべ特産館(43)0811
(43)0833

萩まつり(正暦寺)

回 9月23日(月) 振 10時〜15時
回 9月30日(日) 振 10時〜15時
回 10月7日(日) 振 10時〜15時

女性相談(フェミニストカウ

回 9月4日、18日(水)
回 9月11日(水)
回 9月18日(水)

北京都若者サポートステ

回 9月4日、18日(水)
回 9月11日(水)
回 9月18日(水)

もの忘れ相談

回 9月4日(水) 14時〜16時
回 9月11日(水) 14時〜16時
回 9月18日(水) 14時〜16時

市役所まちづくりセンター
※定員2組。自宅等への訪問
対応については要相談
回 9月6日(金) 10時〜16時
回 9月13日(金) 10時〜16時

北部ひとり親家庭支援セン

回 9月6日(金) 10時〜16時
回 9月13日(金) 10時〜16時
回 9月20日(金) 10時〜16時

京都都ジョブパーク就職相

回 9月10日(火)
回 9月17日(火)
回 9月24日(火)

人権相談

回 9月10日(火) 13時〜15時
回 9月17日(火) 13時〜15時
回 9月24日(火) 13時〜15時

無料開放

回 9月1日(日) 9時〜18時
回 9月8日(日) 9時〜18時
回 9月15日(日) 9時〜18時

窓ロ延長

回 9月5日、12日、19日、26日(木)
回 10月3日、10日、17日、24日(木)
回 10月31日(木) 19時まで

総合運動公園第2体育館

回 9月8日(日) 9時〜17時
回 9月15日(日) 9時〜17時
回 9月22日(日) 9時〜17時

あいセンター

回 9月1日(日) 9時〜18時
回 9月8日(日) 9時〜18時
回 9月15日(日) 9時〜18時

本庁舎

回 9月5日、12日、19日、26日(木)
回 10月3日、10日、17日、24日(木)
回 10月31日(木) 19時まで

「寄付ありがとうございました」

7月受付分(敬称略)
《社会福祉事業基金に》
渡辺正道(十倉町) 1万円
竹内早智子(栗町) 3千円
前田道子(寺町) 3千円

「寄付ありがとうございました」

298件 643万3500円
《社会福祉事業基金に》
渡辺正道(十倉町) 1万円
竹内早智子(栗町) 3千円
前田道子(寺町) 3千円

耳のこと相談(巡回型)

回 9月10日(火) 13時〜16時
回 9月17日(火) 13時〜16時
回 9月24日(火) 13時〜16時

交通事故相談

回 9月12日、26日(木)
回 9月19日、11月30日 13時〜16時
回 9月26日、11月30日 13時〜16時

健康相談・栄養相談

回 9月12日(木)
回 9月19日(木) 13時〜16時
回 9月26日(木) 13時〜16時

福祉のお仕事相談会

回 9月12日(木) 13時〜16時
回 9月19日(木) 13時〜16時
回 9月26日(木) 13時〜16時

空き家相談会

回 9月12日(木)
回 9月19日(木) 13時30分〜15時30分
回 9月26日(木) 13時30分〜15時30分

行政書士相談

回 9月13日(金) 13時〜16時
回 9月20日(金) 13時〜16時
回 9月27日(金) 13時〜16時

調停相談

回 9月18日(水) 9時〜正午
回 9月25日(水) 9時〜正午
回 10月2日(水) 9時〜正午

税法相談(税理士会)

回 9月18日(水)
回 9月25日(水)
回 10月2日(水)

出張ハローワーク

回 9月19日(木) 13時〜16時
回 9月26日(木) 13時〜16時
回 10月3日(木) 13時〜16時

法律相談

回 9月19日(木) 13時〜17時
回 9月26日(木) 13時〜17時
回 10月3日(木) 13時〜17時

行政相談

回 9月20日(金) 13時〜15時
回 9月27日(金) 13時〜15時
回 10月4日(金) 13時〜15時

男性のための相談(電話相談)

回 9月20日(金) 18時〜20時
回 9月27日(金) 18時〜20時
回 10月4日(金) 18時〜20時

成年後見相談

回 9月25日(水) 13時〜15時
回 10月2日(水) 13時〜15時
回 10月9日(水) 13時〜15時

償還・生活相談

回 9月27日(金) 13時〜15時
回 10月4日(金) 13時〜15時
回 10月11日(金) 13時〜15時

多重債務相談(司法書士会)

回 10月1日(火) 13時〜16時
回 10月8日(火) 13時〜16時
回 10月15日(火) 13時〜16時

丹後半島駅伝大会
コース: 京丹後市丹波町 経ヶ野から丹波町小学校までの6.5km
部門: 駅伝の部【チーム6人】
マラソン【区間】18.5kmをひとりで行く【】
締切: 9月4日(水) 17時まで

山内司法書士事務所
お気軽に相談下さい!
★相続登記義務化って?
★住宅ローンが終わった
★会社・法人の役員の任期
★土地の売買や贈与
★遺言や生前贈与がしたい
★期が認知症になった

NISA
はじめませんか?
投信自動積立
毎月1,000円から
積立できる!
京都銀行 綾部支店
TEL.0773(42)8711

澤田知可子
うたぐすり
コンサート
好評につき再演!!
10月27日(日) 15:00
京都府中丹文化会館 ☎0773-42-7705

不動産無料相談
北部不動産無料相談所
0773-40-2535(予約制)

西村医院
診療時間
午前9時〜正午
午後1時〜5時
TEL.0773-47-0321