

大規模災害時の連携を確認 近畿府県合同防災訓練を実施

総務省消防庁、府、綾部市、福知山市、舞鶴市は10月26日と27日の両日、令和6年度近畿府県合同防災訓練を福知山市などで実施しました。訓練は、大雨が続く中、福知山市を震源とする震度6弱の地震が発生したと想定。近畿2府4県と福井県、三重県、徳島県から自衛隊や消防など約100機関、2,200人が参加し、救出訓練や消火訓練、避難所運営訓練などを行いました。



ヘリコプターによる救出訓練



倒壊建物からの救出訓練

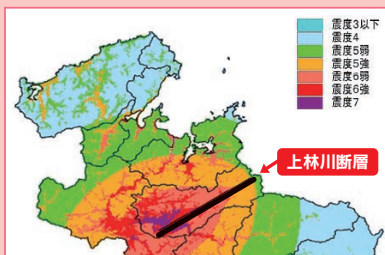
府内初！AR技術を活用した 防災訓練機器を導入

市はこのほど、消防本部にAR（拡張現実）技術を活用した防災訓練機器を導入しました。専用のゴーグルを着用することで、職場など実際の景色に火災の煙や炎が重なって見え、リアリティーのある消火体験をすることができます。導入金額は約150万円。消防職員立会いのもと、事業所や自治会等での訓練指導、講習会などで活用します。



問い合わせは、消防本部予防課 ☎(42)0119へ

南海トラフだけじゃない 私たちに身近な「上林川断層」



上林川断層は、市内を流れる上林川と並行するようにおよそ26kmにわたって存在しています。これまでに活動したという記録は残っていませんが、地震が発生すれば最大震度7を観測するといわれています。



日頃からの備えを再確認

家具の転倒防止

- ☑ 寝ているときに体の上に家具が倒れたり、テレビ等が落下したりしないように配置を工夫
- ☑ 避難経路となる部屋の出入り口付近に家具を置かない
- ☑ 転倒防止器具を使って家具を固定。食器棚などは、揺れで扉が開かないようにする

木造住宅の耐震化

大地震に備え、家屋の地震対策を進めましょう。能登半島地震では、激しい揺れで木造住宅の倒壊が相次ぎました。市は、住宅の耐震化に対する補助を行なっています。耐震に関する相談は建築課 ☎(42)4287へ。

巨大地震に 備える。



30年以内の発生確率70%以上

南海トラフは、駿河湾（静岡県）から日向灘沖（宮崎県）までのフィリピン海プレートとユーラシアプレートが接する区域をいい、海側のフィリピン海プレートが陸側のユーラシアプレートの下に1年当たり数センチの速度で沈み込み、ひずみが蓄積されています。このひずみが限界に達し、プレートが跳ね上がることで繰り返し発生する大きな地震が南海トラフ地震です。歴史をさかのぼると、南海トラフを震源とする地震は約1000、150年間隔で起こっています。前回の南海トラフ地震（昭和19年の昭和東南海地震と昭和21年の昭和南海地震）から80年以上経過した現在、今後30年のうちに発生するとされる確率は70%以上。いつ大規模地震が来てもおかしくないことを意識しておく必要があります。

8月8日、宮崎県日向灘沖で発生した最大震度6弱の地震を受け、気象庁から初めて「南海トラフ地震臨時情報」が発表されました。本市は、南海トラフ地震防災対策推進地域には入っていませんが、ひとたび地震が起きると最大震度5強の揺れが想定されています。これは、中丹地域で震度4程度を観測した阪神・淡路大震災を超える規模。大地震はいつ来るかわかりませんが、自分や家族の身を守るため、日頃の備えを確認しましょう。

南海トラフ地震臨時情報

南海トラフ沿いで異常な現象が観測され、地震発生の可能性が相対的に高まっていると評価された場合などに、気象庁から発表される情報

南海トラフ地震防災対策推進地域

南海トラフ地震で、震度6弱以上の揺れや高さ3m以上の津波の恐れなどがある市区町村

一人にひとつ用意 非常持ち出し袋

非常食

火を通さずに食べられる缶詰や乾パンなど

貴重品

多少の現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証、マイナンバーカードなど

救急医薬品

傷薬、ばんそうこう、風邪薬、常用薬、お薬手帳など

日用品

懐中電灯（予備の電池も）、FMが聞ける携帯ラジオ、歯ブラシ、マスク、ティッシュ、下着類、軍手など

最低3日分の備蓄

大規模災害時は、公的物資の支給に時間がかかる可能性があるため、最低3日分を目安として食料や飲料水、日用品を確保。断水や配管の損傷により、自宅のトイレが使えなくなることがあります。1日当たり5回×家族の人数分の災害用トイレも備蓄しておきましょう。

非常持ち出し袋の中身や備蓄品は、使用期限や消費期限が切れていないか定期的に点検しましょう。冬には、大雪による停電や、積雪で家から出られなくなってしまうことも考えられます。寒さ対策など、冬の災害にしっかりと備えておきましょう。



防災・危機管理課 小松 佳南



受賞者の皆さん

最優秀作品

小学校低学年の部



松村拓真 (吉美小3年)

小学校高学年の部



梅垣侑歩 (豊里小4年)

中学生の部



永井ころ (豊里中3年)

キャッチフレーズ賞

共に生きる
共に輝く

大槻洛翔 (豊里中3年)

市は10月20日、I・Tビル(西町一丁目)で男女共同参画社会づくり図画・ポスターコンクール
の表彰式を開催しました。このコンクールは、小・中学生に男女共同参画への理解を深めてもら
うと、毎年行っているもの。13回目となる今回は、小学校297点(低学年161点、高学年13
6点、中学校49点の計346点の応募がありました。入賞者は次の皆さんです(敬称略、順不同)。

男女共同参画社会づくり 図画・ポスターコンクール

★

キャッチフレーズ賞

最優秀賞Ⅱ大槻洛翔(豊里中3年)

★

中学生の部

最優秀Ⅱ永井ころ(豊里中3年)

優秀Ⅱ宇野蘭紗(豊里中1年)

▽水田宇咲(河北中3年) 入賞

Ⅱ岩崎歌奏(八田中3年)▽村上

大和(同)▽林奏和(豊里中3年)

▽福井花菜(同)

★

小学校低学年の部

最優秀Ⅱ松村拓真(吉美小3年)

優秀Ⅱ市野着久里(綾部小1年)

▽竹下蒼梧(豊里小3年) 入賞

Ⅱ荻野結朱(綾部小1年)▽木枝

隼仁(志賀小2年)▽坂本基(西

八田小3年)▽前川裕貴(吉美小

3年)▽村上楓果(豊里小3年)

★

小学校高学年の部

最優秀Ⅱ梅垣侑歩(豊里小4年)

優秀Ⅱ仲井希心(綾部小4年)▽

津隈日夏詩(豊里小4年) 入賞

Ⅱ出野紗那(中筋小4年)▽荻野

杏奈(同)▽山本碧央(同)▽四

方杜和(吉美小4年)▽野間心結

(豊里小4年)

本年12月2日～

保険証はマイナ保険証を基本とする仕組みに移行します

本年12月2日以降、保険証はマイナ保険証(保険証としての利用登録をしたマイナンバーカード)が基本となります。現行の保険証は、有効期限が切れるまでは引き続き利用できますが、新たに発行しません。また、マイナ保険証を持っていない場合でも、これまで通り医療を受けることができます。

詳しくはこちら



政府広報オンライン

現行の保険証の最長有効期限

綾部市国民健康保険被保険者証は、令和7年12月1日
後期高齢者医療被保険者証は、令和7年7月31日
※社会保険加入者は、職場等へお問い合わせください。

本年12月2日以降の受診は…

マイナ保険証を持っている人

- ・マイナ保険証で受診してください。
- ・万一、医療機関等でマイナ保険証が利用できない場合に備えて「資格情報のお知らせ」を、マイナ保険証と一緒に所持してください。
- ※有効期限内は、現行の保険証でも受診できます。

マイナ保険証を持っていない人

- ・「資格確認書」で受診してください。
- ※有効期限内は、現行の保険証で受診してください。

※「資格情報のお知らせ」と「資格確認書」は、お手元の保険証の有効期限が切れる前に交付します。申請は不要です。本年12月2日以降に国民健康保険に新規加入する人には、加入時点でお渡しします。

※後期高齢者医療被保険者にはマイナ保険証の保有の有無にかかわらず、令和7年7月31日までは資格確認書を交付します。

※マイナ保険証の利用登録を解除したい人は、市民・国保課☎(42)4246へ申請してください。社会保険加入者は、職場等へ申請してください。

便利なマイナ保険証をぜひご利用ください!

1 より良い医療を受けることができる

過去の薬の情報や健康診断の結果を確認できるため、身体の状態や他の病気を推測して治療に役立てることができます。また、薬の飲み合わせや分量を調整してもらうことも可能です。

2 手続きなしで高額医療費の限度額を超える支払いを免除

限度額適用認定証等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。

※マイナンバーカードを保険証として利用するためには事前登録が必要です(記事ID3390)。登録の申し込みは、市役所市民・国保課や医療機関、セブン銀行などでできます。



詳しくはこちら

厚生労働省ホームページ

受給者証は引き続き提示

現行の保険証は廃止されますが、マイナ保険証を利用する場合でも「福祉医療費受給者証」等=右写真=は引き続き必要です。この受給者証は、特定の条件を満たす人が医療費の一部助成を受けるためのものです。各種受給者証を持っている人は、忘れずに医療機関等の窓口で提示してください。



写真の受給者証は一例です。障害や病気、ひとり親など、さまざまな制度の受給者証があります

全国茶品評会・かぶせ茶 綾部市が産地賞に！

8月27日から30日までの4日間にわたり、静岡県で開催された第78回全国茶品評会。本市はかぶせ茶の部門で、2年ぶり8度目の産地賞（1位）に輝きました。

色や香りなどを審査

全国から出品された茶の中から、その年の優秀な茶を選定する「全国茶品評会」。かぶせ茶や玉露、てん茶などの8部門で、色や香り、



11月2日、静岡県浜松市で行われた表彰式。審査成績が最優秀の市町村（産地）に授与される優勝旗が、本市に手渡されました

2年ぶり8度目の快挙

かぶせ茶の部門には、8府県の17市町村から78点が出品。本市からは8点の出品がありました。1等1席（農林水産大臣賞）は逃したものの、1等2席（農林水産省農産局長賞）に両丹いきいきファーム・中田啓子さん▽1等3席（日本茶業中央会長賞）に同・中田義孝さん▽2等1席に小西茶業組合代表・大槻正志さんが入賞。その結果、本市は産地賞を受賞し、2年ぶり8度目の快挙となりました。

『どうせ死ぬんだから』

表題は和田秀樹という精神科医の著書のタイトルである。この中で著者は35年にわたって6000人以上を看取ってきた経験から辿り着いたという「極上の死に方」を説いている。一見穏やかでないが、人は死ぬものだという現実を直視し、決して悲観的なことになく、どうせ死ぬのなら、と好きな事ややって楽しんで寿命をまっとうしようとする。死生観は人によって異なるものの、齢を重ねて死を身近なものとして捉え始めた私も、何となく頷きながらページを繰った次第。

著者によると日本が長寿国になったのは医学の進歩に因るところが大きいが、昂じて長生きすること自体が目的化し、どのように生きるかが置き去りにされているのでは、と喝破する。長生き至上主義を追求ばかりに、好きな飲食や遊興を我慢し、苦い薬を嫌々飲む禁欲に勤しんでいるが、それでも死は必ず訪れる。大事なことはただ長生きするのではなく、生きて何がしたいのか、とも。

それでも心配が尽きないという方には別の書籍を紹介したい。以前にも本稿で取り上げたが、まずは『心配事の9割は起こらない』。余計な悩みを抱えずシンプルに生きることを語りかける。著者は禅宗の僧侶・柘野俊明だが、米国の科学者によって起こる確率は5%以下であることが実証されている。更に100年時代の人生戦略『ライフシフト』の中で著者のリンダ・グラットンが、楽しく人生を生き抜くには有形資産よりも無形資産が重要と説く。金銭や株、不動産等よりも、趣味や資格、友人、そして健康等が大切という。人生観は人さまざまと改めと断りつつ、秋の夜長はこの3冊を座右に、どうせ死ぬのなら、将来の不安に徒に怯えることなく、親しい人と趣味やスポーツに興じたいものだという想いを深めている次第である。

山崎善也（綾部市長）



シリーズ 人権を考える 認め合う心を大切に

12月4～10日は人権週間

複雑化する人権問題

近年、インターネット上での人権侵害、性的指向・性自認に関する差別や偏見が大きな問題となるなど、人権を巡る課題は複雑化・深刻化しています。12月10日は、世界各国で「人権」について考える「人権デー」です。昭和23年12月10日に国連総会で採択された「世界人権宣言」を記念し、同25年に制定されました。日本では世界人権宣言採択の翌年（同24年）に、12月4～10日の一週間を「人権週間」と定めて以降、毎年全国各地で啓発活動が展開されています。

個人が尊重される社会へ

市では、綾部市市民憲章Ⅱ本紙16面参照Ⅱのもとに、平和と人権尊重のまちづくりを進めています。12月15日には、人権と男女共同参画を考えるイベント「あやべ人権・あいフェスティバル」を開催。女性活躍をテーマとした講演

や人権啓発のパネル展示、ワークショップなどを行います。一人ひとりがかけがえのない人として、個人として尊重され、互いの違いを認め合う共生社会の実現について考えてみませんか。

あやべ人権・あいフェスティバル 「だれもが輝く未来へ向かって」

日時 12月15日（日）
午前11時～午後4時
場所 1・Tビル（西町一丁目）
演題 女性のウェルビーイングと実践のヒント
～暮らし・キャリア・社会から～
講師 永田潤子さん（大阪公立大学教授）
問い合わせ あいセンター
☎(42)2030



前回は（令和4年）のあいフェスティバル

図書館ほんでほんで通信mini

★2024★綾部市図書館 ふかのついで

12/14
(土)

=人形劇=

「まめうしくん」
(福知山淑徳高等学校の生徒)

時間 午前11時30分～
場所 2階会議室
定員 70人
要 チケット



※11月16日(土)から12月6日(金)まで図書館のカウンターで申し込みを受け付けます。電話・ファクスでも可。

=工作教室=

「まつぼっくりでクリスマスツリーをつくろう！」

時間 午前10時～
場所 1階ものづくりコーナー
定員 先着100人(材料が無くなり次第終了)



<問い合わせ> 図書館☎(42)6980 ☎(42)4570

手話でつながろう

今月の手話

とき、場合



右手の人差し指と親指を伸ばして、親指の先を左手のひらに付け



半円を描くように右手人差し指を下向きに倒す

協力：京都府聴覚障害者協会綾部支部