

あやちゃん健康だより

<問い合わせ> 保健推進課

☎(42)0111 **■**(42)5488

詳しくはこちらから

(記事ID4496)

集団健診は12月9日(火)で終了します

特定健診・長寿いきいき健診・大腸がん検診・肝炎ウイルス検診は、 個別健診での受診が可能です。

集団健診を受けられなかった人は、個別健診で受診してください。 実施期間は令和8年3月31日(火)までです。



がん検診の受診期限が迫っています!

以下のがん検診(個別検診)は令和8年1月31日(土)で終了します。 受診には、予約が必要です。まだ受診していない人は、実施医療機関に直接予約をしてください。

胃がん検診

胃内視鏡検査(胃カメラ)

詳細はこちらから (記事ID 4602)



レディース検診

乳がん検診・子宮がん検診

詳細はこちらから (記事ID 4495)



※胃がん内視鏡検診受診券を発行している人のみ対象です。

歯周疾患検診を受けましょう!

歯を失う最大の原因である歯周病や全身の病気の予防に役立ちます。 積極的に受診してください。



 市内に住民票があり、本年度末の年齢が 20歳、30歳、40歳、50歳、60歳の人。

実施期間 令和8年3月31日(火)まで

対象者には6月下旬から7月上旬に 受診券(はがき)を送付しています。 紛失された場合は再発行しますので、 保健推進課へご連絡ください。

元気はつらつ教室

「心も体も元気になる ミュージック・ケア(音楽療法)」

- 目 時 12月17日(水) 13:30 ~15:00
- あやべ・日東精工アリーナ(市民センター、西町三丁目)
- 対象 65歳以上の人
- 定 員 先着30人

参加費 無料

感染症を予防し元気に過ごしましょう

冬は空気が乾燥し、感染症が流行する時期です。 基本的な手洗い・うがいに加え、マスクを着用し 感染症を予防しましょう。また、免疫力を高めるた めには普段の生活習慣も大切です。栄養のある食事 と十分な睡眠をとるよう心掛けましょう。



あやっこひろば(あやテラス内)

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~小学2年生の子と保護者(15組)	12月13、20日(土)	10:30~11:00	*
CoCoひろば(あやっこひろばのクリスマス)	未就学の子と保護者	12月19日(金)	10:30~11:30	
CoCoぷらす講座(Toy・トイ)	5歳児以上の親子	12月25日(木)	13:30~14:30	*

みにみにひろば(なかすじ児童センター) **\(\Omega\)**(44)1022

イベント	対象	日程	時間	予約
10、11、12月おたんじょう会		12月2日(火)	10:30~正午	*
クリスマス工作	… 	12月9日(火)		
自由あそび	不祝子の士と休護名	12月16日(火)		
クリスマス会		12月23日(火)		*

イベント	対 象	日程	時間	予約
クリスマス・お正月飾りの制作	未就学の子と保護者	12月4日(木)	10:30~正午	
クリスマス会	木別子の子と休護名	12月11日(木)		

※内容が変更になる場合があります

にこにこひろば(物部児童館)

1	11	\cap	٦	٦,	\cap	Γ

イベント	対 象	日 程	時間	予約	
リラックスヨガ パート2		12月1日(月)	10:30~正午	*	
ママのちょこっとリフレッシュ4	未就学の子と保護者	12月8日(月)		*	
みんなでメリークリスマス	不処子の子と休護有	12月15日(月)		*	
12月お誕生会&おたのしみ		12月22日(月)			

※各施設ファクスでの申し込み・問い合わせは子育て支援課■(45)6270へ

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		
①育児相談	生後4カ月~就学前の乳幼児と保護者	12月2日(火)午前		
②助産師相談	妊婦、産後のママ(里帰り中も可)、その家族	12月3、10、17、24日(水)9:00~正午		
③離乳食講座	生後5~11カ月ごろの乳児の保護者	12月5日(金)離乳食初期=9:30 ~ 10:30 離乳食中・後期=10:45 ~ 12:30		
④ぷくぷくひろば	妊婦、生後6カ月までの乳児と産婦、その家族	12月6日(土)9:30 ~正午 (時間は前後する場合があります)		
⑤産後ママのリフレッシュケア	おおむね生後1~6カ月の乳児と産婦	12月10日(水)、26日(金)10:00~14:30		
⑥里山エリアはぐくみ事業	生後2カ月~2歳の子と保護者	12月21日(日)10:00~11:00		

場所: ①②③④こども家庭センター(保健福祉センター内、青野町)、⑤あやべ温泉二王館(睦寄町)、⑥物部営農指導センター(物部町)

インフォメーション Information

除雪にご協力を 本格的な雪の季節に備え、

計画しています、腎骨(十)となる路上駐車や破損の恐れとなる路上駐車や破損の恐れとなる路上駐車や破損の恐れ 国や府、 消防施設付近の除雪は、 採や枝払いをしてください。 圓建設課☎(42)4280 に進むようご協力ください。 に地域でお願いします。 れ下がる竹木は、所有者で伐 市は本年度も除雪を 円滑 早め

年末の交通事故防止府民運動

事故防止府民運動の取り組みら10日(水)まで、年末の交通 推進協議会は12月1日(月)か 者は車のライトを早めに点灯 装で反射材を身に着け、 歩行者は明るい目立つ色の服 を実施します。 しましょう。 年の瀬を 京の道」。 安心のまちづく また、 無事故で走ろう 夕暮れ時には、 スローガンは 、飲酒運転 運転

> 象です。 間市民協働課☎(42)424

年末年始のごみ収集等

ます。 30日まで受け付けます。粗大直接ごみを持ち込む場合は、 します。 (月)からごみ収集を行 その他/ 地域)、中筋、 ごみは有料です。 在しないようご協力をお願い ر\ د 所定の集積所に出してくださに市指定のごみ袋に入れて、 す (火)の2日間 るごみ」の特別収集を行 集積所にほかのごみが混 収集日の午前8時まで クリー 年始は、 西八田、東八田。 「燃や ンセンター 時間は、 して処理 月 5 ٧V 9 ま

は 12月29日(月)と30日

間文化・ スあり。 (42) 4 3 5 スポ

土地の用途変更は連絡を家屋の新築・増築・滅失

務課へお知らせください。 壊しや土地の用途変更は、 把握が難し や土地の現況を確認していま資産税の課税対象となる家屋 市は、 家屋の新築・ しかし、 現地調査などで固定 いケ 未登記物件など 増築・取る スもありま 税り

障害者作品展にご来場を

市は 9 日 陶芸、 にちなんで、 クラフト、 書や

閻環境政策課☎(42)1

4 8 9

Ô

駅から会場までの無料送迎 その他/入場無料、JR綾部 場所/中丹文化会館 日時/12月7日 (日) (里町)。 13 嵵

問同課☎(42)424

「障害者週間」 、 の 12 ぞ 月 綾部市民合唱祭

団体によるハーモニーをお聴市民合唱祭を開催します。21 きください。

ツ振興課

絵手紙、 み作品展を開催します。

示します

☎(42)4310

タ 16

E (42) 8 9 5 3

障害者情報提供推進会議は、 5」を開催します。 「あやべ あいふれ 市視覚障害者協会と市視覚 いる202

内容/講演「その『見えてい流館多目的ホール(青野町)。 **動紹介など。** ナ 相談コー 覚障害者のための健康体操、 日時/12月13日(土)13時~15 の深い関係~」、高齢者と視 る』が一番キケン〜運転と眼 人や見えにくい人とその家 支援者、 機器展示、 ナー、 。**対象者/**見えな展示、関係団体活 関心がある人。 盲導犬コ

いずれも午後1時30分~

(公社)綾部市シルバー人材センターホームページ

https://.sjc.ne.jp/ayabe/

域活動支援センターので五七五ことば遊びなど、 り紙、布はり絵、 講座に通う受講生の作品を展 粘土細工、 のぞみの Ė

6日(土)、 (日)8時30分~ 日時/12月2日(火) (青野町)。 場所/保健福祉 7日(日)は10 17時。 ただ 7 セ 時

8

あやべあいふれいる2025

6 出張入会説明会を、 清山荘(毎月第2木曜) 草刈り(草引き)、庭木の剪定 ハローワーク(10月、2月の 第3水曜)で開催!!

いろいろな仕事、お受けします。例えば…

大工仕事(修理、補修)、障子等張替、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)など その他の仕事もまずはご相談ください。

お問い合せ 公益社団法人綾部市シルバー人材センター 〒623-0053 綾部市宮代町明知11番4 電話 0773-42-9030

私たちと一緒に働きませんか! ~入会説明会のご案内~ 開催/毎月第2・第4火曜日 時間/午後1時30分~ 場所/綾部市シルバー人材センター ☆センターのホームページからも、入会申込の登録ができます。 ◇初年度は会費(3,000円)が無料です

【京都労働局委託事業】 高齢者活躍人材確保育成事業

その他/参加無料、 は絶対にやめましょう。 申 し込 Z

不要。 圖府視覚障害者協会 0 8 0 (1 4 8 7) 8 市視覚障害者協会 **6**075(462)24 四方秀 0 3 2

て、

の映 誰だ?」上映会「「いまダンスをする る

んによる情報提供などの協力頃の捜査活動に加えて、皆さするためには、警察による日

も早く指名手配被疑者を検挙

挙に取り組んで

が不可欠です。

この

人によく似て

る

画監督の古新舜さん、 映画上映会を開催します。 族の理解啓発の一環として、 ションもあります。 ン病当事者によるト 小島のぞみさん、 中丹難病フ キンソン病患者とその家 オ ۱۴ ラ -クセッ 俳優の ・キンソ L は 映

他/入場無料、申し込み不要! 日時/12月7日(日)13時30分 16時30分。 · ホ ル (青野町)。その 場所/あやテラ

固社会福祉協議会

ご協力を 指名手配被疑者検挙 ĭ

強化月間です。 月間です。本年8月末現月は指名手配被疑者捜査

年度一般入学試験の願書を受 府立農業大学校は、令和8

農業大学校新入学生

0 討滅)、

みは386少(前年同月比1

るごみは79シ

(同 2 ·

迷わず 問同警察署☎(43)0 に通報してください もしかしたら…」と思っ 10番か**綾部警察署** たら、 Ō

広告スポンサー綾部市暮らしの便利帳

発行する予定です。この冊子の内容を改訂し、来年7月にた「綾部市暮らしの便利帳」 広告募集と印刷・製本を行い、協働事業者のサイネックスが るもので、市が情報を提供 は、 きなどの行政情報や観光スポ 市は、 トなどの地域情報を掲載し 広告収入を 市役所の業務・手続 もとに発行す

月中に全国警察の総力を挙げ人に上ります。警察では、11されている被疑者は約590 指名手配被疑者の早期検 全国の警察から指名手配 います。 1 日 とご協力をお願 所を訪問しますので、 が広告募集のため、 市内各戸に配布します。 同社

市内事業

受付期間/前期=12月1

同社

け付けます。

ご理解

(月)~12日(金)。

圓秘書広報課☎(42)4205 ٧١ します。

金)。

8

年

1月19日(月)~

2075(315)0 Ō

月卒業見込み含む)。

日時点で

就農相談会; n :中丹

ル (青野町)。 時。場所/あ 着順)。 期限/12月5日(金)。 日時/12月14日(日)11時~15 の参加者を募集します。 できる「就農相談会in中丹」 府は、 場所/あやテラス・ホ 参加費/無料。 就農に向けた相談が 定員/40人(先 申し込 申込

農業改良普及セ しくは**府中丹東** のホ

ンター

-ジ=二次元コード=

を

間同センター 覧ください

5

家庭ごみの





帯数は13820世帯です。 計人口は29742人 件 同日現在の火災発生件数は |月1日現在の綾部市の推 (建物2件) 382) (男1 です。

10月の燃やして処理するご 燃やさないで処理す 住まいのごとご相談ください

はまいのお医者さん とうけん



詳しくはコチラ TEL0773 (42) 0380 TEL0773 (42) 1080 TEL0773 (42) 7788





13日(金)。

募集人数

|||同大学校

年 の 8年4月1 3

月9日(金)。











9時~正午 12月17日(水)

停相談

□ 12月19日(金) □ 12月19日(金) □ 13時~16時30分

階会議室

圓障害者支援課☎(42)4

3

8

(市民センター、

西町三丁目)

問 場時

市民協働課☎(42)424

8

30分~。先着7人。1人20公 30分~。先着7人。1人20公 30分~。

8 分 時

(西町一丁目)

1月上旬〉

固社会教育課

場時

中央公民館

10 (里町)

分

目 介 12月12日(金) 護者家族教室

ト交流センタ 分~15時

国13時30分~15時 30分~15時 場時日 福祉ホ (43) 2 8 8 2 (43) 2 8 8 1 社会福祉協議会 ル Э

三12月3日(水) 問 同センタ 19 時 〜 栗文化センター 20時30分 (栗町)

1245回綾部市公民館大会

(糸町) (新宮町) (42) 4 3 2 6 F(43) 0

17日(水)

市役所西庁舎1階会議室

申し込みは

時

9時30分~

10

時 30

分

10

時

■園地域包括支援課

 $\overline{42}$ 8

保健福祉セ

ンタ

時 30

分

12月5日(金) 部ひとり親家庭

9 9 1

目セ北

場 あ いセンター 16 時 (西町一 É

即間府ひとり親家庭北部 支援セン 一斉無料法 ター (23) 27 7

12月6日(土)

目 北

※12月3日(水)までに丹後法律 即間 同センター 相談センター した時点で締め切り I・Tビル (西町一丁目) \sim 定員に達

20772(68)3 0 8

蹴れ

9 時~ 17 市役所西庁舎1階会議室

目12月10日(水)

13 時~16 時

0

場

12月9、 都ジョ

※定員7 **田**間北京都ジョブ ۱۴ カ

6

時 23 日(火)

栄養相談

談 ※定員3:

■13時30分~15時30 15月11日(木) 15時30 15時30 15時30 15時30 15時30 □市役所西庁舎1階会議室

■圖定住・地域政策課 (42)4270 し込みは12月4日(木)まで

自立支援 自立 i 国12月10日(水) 国市役所西庁舎、 部町)、上林いき **■**0保健推進課 ※各時間定員2人 (八津合町)

上林会場は

2日

前

ま

きい

※物部、上林会場は **即** 固人権推進課 (42) 4 2 4 9

国12月10日(水) 13時~16時

毎月1.000円から

市役所まちづく ۱۴ 'n セ ンタ カ

※空き家所有者等対象。先着2組。 市ホームページに掲載 バナー広告 するバナー広告を 募集します。 1枠縦60ピクセル、 横183ピクセル 詳しくは お問い合わせください。 〈問い合わせ〉 秘書広報課 電話(42)4205

京都銀行で N 🛮 😂 🕰 はじめませんか?

積立できる♪ 京都銀行 TEL.0773(42)8711

日(水) 間13時~ 物部会館 (青野町) きセンタ 15 物 時



場時 13 時 30

ミニス

トカ

女性相談(フェ ウンセリング) 回13時20分~16時 **回**あいセンター(**回**あいセンター(: 、) 16時10分 百(水) 1 人 50

用間 同センター (42) 1 80 42 2 0 分 Ĭ

ション出張相談 北京都若者サポ・

※各日定員3人 16 時 30 分

■間同ステーション

場時日北

八権講演会

ベ・日東精工アリ 15 時 〜 16 時

0

※各時間定員2組。 (市民センター、西町三丁目) 11月28日(金)まで

園市民協働課 (22) 42 4 8 **園市民協働課 (22)** 13時~15世 8

15 時

場時

- 交流センタ- ^ 15時

(新宮町)

延長

13 時 〈

時 日 耳

■13時~15時30分 ■12月15日(月)

(巡回型)

申 間社会福祉協議会

康に

関す

る

※コロナ特例貸付を借入した 図 11月 19日 (金) 図 11時 ~ 15時 図 15時 ~ 15時 の 15時 ~ 15

場保健福祉センター

(青野

町

国1912月4、11年まで

11

18

25日(木)

図 13時~15時30分 ■ 12月25日(木) ■ 12月25日(木) 舞鶴総合庁舎 (舞鶴市)

更

圖市民·国保課☎(42)424

た人対 (新宮町)

象

場 時 日 交

■ 間府交通事故相談所 $\frac{4}{4}$

(司法書士会)

9月受付分

(敬称略)

場市役所 ■ 多 申 し込みは12月23日(火)~ 月6日(火) 🗒 13 26

即 商工労政課**②**(42)426 日(金)

《図書館に》

(十倉中町)

募

般書

10 冊

阿部淳六

(兵庫県西宮市)

A T T T

相談

場時目あ 西町一丁目のいセンター 12月7、21日 12月7、21日 時 21 日 日 日

16 時

閰

税務課☎(42)4235

□12月17日(水)□12月17日(水)□12月17日(水)□12月17日(水)□12月17日(水)□12円(x)□12円(x)□12(

場 時 日 綾

図10時~正午、13時~16 日2月21日(日)

丁目合 (42)2

国12月2日(日) 國 9時(日) 国上杉町(2) (4) 0 9 9 0 1

園商工労政課**☆**(42)4264 **園**市役所西庁舎1階会議室 **団**13時~16時 **は**261 **は**300 **は**

(市民センター

西町三丁目)

あやべ・日東精工ア

ij

12月24日(水)

熊谷昌文(大阪府吹田市 前田道子(寺町) 3 前田道子(寺町) 3

3千

| | 12月21日(日)| 159時~171 | 15日(日)| 15日

時

3 34万59

Õ

0

円

《ふるさと納税》

その他 ☆白衞隊奨学生 ☆キャリア採用幹部、

就職系

☆自衛官候補生 ☆一般曹候補生

20 世 3

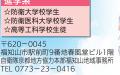
万円

自 官 ☆防衛大学校学生

(敬称略)

TEL 0773-23-0416

☆防衛医科大学校学生 ☆高等工科学校生徒 〒620-0045









※戸籍・国保・年金関係

の

各種証明書

1の発行