

2024  
September

9

No.1140

広報

このまちを、もっと好きになる

ふくちやま

Fukuchiyama City Public Relations



日常の風景が一変した



地震で地盤が隆起し、海底だったはずの場所がむき出しになっている石川県輪島市の港の光景です。今年の2月、広報誌編集担当者が能登半島地震の被災地派遣中に撮影しました。

特集

— あなたとあなたの大切な人の命を守るために —

能登半島地震に学ぶ

P.8

福知山マラソンの完走Tシャツ、デザインが決定  
千原ジュニアさんが描き下ろし

福知山の伝統産業・丹後和紙を発信  
大江町和紙伝承館開館30周年



—あなたとあなたの大切な人の命を守るために—  
**能登半島地震に学ぶ**

閻危機管理室 (TEL)24-7503・FAX23-6537

(1月5日珠洲市)

**能登半島地震に学ぶ  
救助隊到着までの自助・共助**

消防署の川口富生署長は、本市消防の能登半島地震での活動を振り返り、こう語ります。

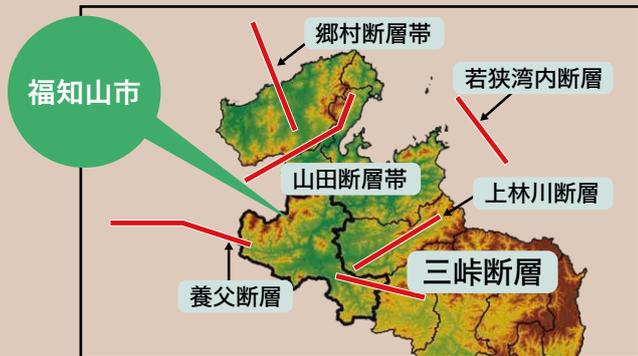
「消防庁長官からの出動指示を受け、1月1日の20時45分に2隊6名を緊急消防援助隊として現地へ向かわせました。能登半島先端の珠洲市までは通常5時間ほどで到



令和6年1月1日16時10分、石川県能登半島地方で最大震度7の地震が発生。8月1日現在で石川県内で318人の尊い命が失われ、8万359棟の建物が被害を受けました。

福知山でいつかこのような地震が起こったら。その「いつか」は今かもしれません。今月号では、被災地で災害支援をした人々が感じたこと、自分のできる地震対策を紹介します。

# 南海トラフだけじゃない！ 「三峠断層」の脅威



三峠断層の活動により、能登半島地震と同じ震度7の地震が起こると…

市民の死者数（想定）

# 720人

約100人に1人が死亡

市内の全壊する建物（想定）

# 21,350棟

約3棟に1棟が全壊

京都府地震被害想定調査結果（平成20年）

三峠断層以外の断層の被害は  
ハザードマップから  
（音声版・多言語版もあります）



能登半島地震でお亡くなりになった  
皆さまのご冥福を心よりお祈り申し  
上げるとともに、被災された皆さまに  
お見舞いを申し上げます

緊急消防援助隊として綾部市消防と連携し活動を行う福知山市消防の様子

着しますが、道路の寸断などで49時間かかり、救助隊が現地に到着したのは1月3日の夜でした。  
助かった被災者の皆さんの多くは自助・共助の力で生き延びておられたということです」

いつ起こるかわからない  
少しでも助かる確率を上げて

川口署長は、福知山でも大きな地震が起こる可能性があるため、備えてほしいと続けます。

「京都府の調査によると、三峠断層が震度7の揺れを引き起こした場合、市内の3分の1の建物が全壊、4500棟の建物火災が発生すると予想されています。消防は人命危険の高い火災の対応に追われることとなります。さらに、能登半島地震と同じように他地域の救助隊の到着が2、3日後になると考えると、救助活動まで行えない可能性があります。」

自らの力で生き残り、地域の皆さんの支援者となるため、就寝する場所に、倒れるような家具は置かないください。

日頃から訓練や備蓄品の準備を行っていただき、少しでも助かる確率を上げてください」

理学療法士の高橋さんは、中能登町の出身で、帰省中に震災に遭い、避難所で一夜を過ごしました。その後、災害関連疾患の予防や対策を目的とするチーム「JRA T（日本災害リハビリテーション支援協会）」に加入し、3月には珠洲市に派遣されています。今回は、被災者支援に携わる中で感じたことを伺いました。

## 避難所で過ごす1月1日 助け合いの避難所

初詣を終えた直後、車が横転するかと思うほど揺れました。実家に戻ると家具が全て倒れてめっちゃくちゃで、余震も怖かったので避難所の中学校へ避難しました。

町職員がいなかったからか、PTAを中心とした応急的な支援本部が避難所運営を行うこととなり、私も参加し支援しました。

避難所の食べ物や毛布は足りませんでした。帰省中に被災し、避難した人が多くいたので、想定外の人数だったのでしょうか。「避難所には十分に備えがある」と思



1月1日の中能登中学校の体育館の様子。断熱シートと毛布で寒さを凌ぐが、とても寝られなかった。

い込んでいたことに気づきました。夜は、凍てつくような寒さで一度もできません。避難所の備えを過信せず、自分で食べ物や、福祉介護用品、体温調節グッズの備えをしておく必要性を感じました。

## 誰かがすると思っていた 私も行動しなくては

被災者支援は「誰かがしてくれる」と思っていました。震災後、「私も行動しなくては」と、考え方が180度変わりました。

JRA Tに申し込んだのはそのためです。3月には珠洲市に派遣され、身体を動かさないことで起きる生活不活発病の予防体操などを各避難所で行いました。今は、福知山での災害に備えて、災害リハビリテーションを勉強中です。みなさんも、家具の固定など、できることから地震に備えてください。私は、福知山に帰って真っ先に家具を固定しました。

# 福知山に帰ってきて 真っ先に家具を固定した

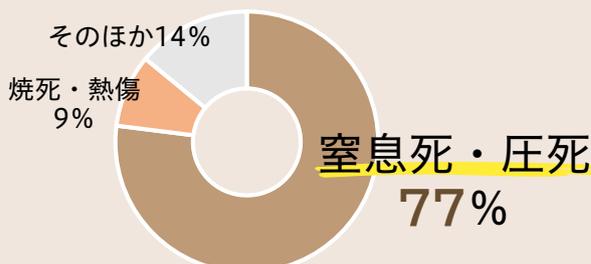
たか はし あけみ  
高橋明美さん

医療法人 静寿会 渡辺病院



## 今からできる地震への備え

### 1995年 阪神淡路大震災の主な死因



一番多い死因は、家や家具に潰されて亡くなっているケースです。家具の固定などで命を守りましょう。

- 家具を壁に固定する
- 寝室や子ども部屋にはできるだけ家具を置かない
- いつもの外出時に通る道の災害リスクを知る
- ライフラインが止まっても一時的に生活できるだけの備蓄（生活用品、飲料、食糧、簡易トイレなど）をする
- 手の届くところに懐中電灯や靴、ホイッスルを備えておく
- 可能であれば地震保険に加入しておく





# 被災後2～3日 生き抜くための備えを

ささ じま ひろ やす  
笹島 浩 泰 さん

京都府中丹西保健所 所長



能登中部保健所でのミーティングの様子。  
1日に何度も各災害派遣チームと会議を行い、  
情報共有、各チームへ活動内容を指示する。

私は、京都府DHEATとして能登中部保健所で活動しました。DHEATは、直接死をまぬがれた人に対して、各部門の専門的な知識を集結させ災害関連死を防ぐことを使命としています。発災直後から刻一刻と変わる被災地の状況に合わせ、10チーム以上の災害派遣チームを指揮し、現地の保健所などの機能が自立するまで活動します。

災害関連死(災害で負った傷の悪化や避難生活などの身体の負担からの死亡)を防ぐため、被災地の保健・医療・福祉を管理、人々が普通の生活に戻る支援をする「DHEAT(災害時健康危機管理支援チーム)」。DHEATの一員として能登中部保健所で、保健医療福祉復興調整本部の運営に携わった中丹西保健所の笹島所長に、お話を伺いました。

## 能登半島地震で支援活動 DHEATとは

## 直接死を防ぎ 皆さんと大切な人の命守って

もし福知山で大きな地震が起これば、全国から保健・医療・福祉のエキスパートが集まり、調整本部が立ち上がります。ですので、大切な人や家を失ったり、身体に負傷を負ったりしても、諦めないでください。各派遣チームから情報を集約し、会議などを通して問題解決に向けて迅速に動きます。しかし、DHEATは、災害関連死を防げても直接死はどうにもできません。発災直後は、自助・共助が大切です。能登半島でも、家具に挟まれていたところを近所の人に助けられた人がたくさんいました。まずは、上から落ちてくるような物をなくすなど、皆さんと大切な人の命を守ってください。そして、被災後2～3日生き抜くための備えを今から始めてください。私たちも一人でも多くの人を救えるよう頑張ります。

## 2～3日を生き延びるローリングストック

備える → 日常で使う → 使った分を買い足す

日々の生活の中で備蓄しておくのがローリングストックです。自宅避難する場合には特に大切な家庭の備蓄。もしものときに備えましょう。



- 1 “ちょっと多め”の買い足しを  
普段使っている食料品や日用品を少し多めに買って、備蓄しましょう
- 2 古いものから使う  
賞味期限や使用期限が切れないよう、いちばん古いものから使いましょう
- 3 使った分は必ず補充  
備蓄品としてストックしているものはいつ使ってもOKです。使った分は必ず買い足しましょう
- 4 わが家の備蓄計画を立てる  
備蓄計画を立て、計画的にローリングストックすることで、新鮮な食品の確保、習慣化につながります

# もし、今地震が起きたら



## 寝ていたら

布団やまくらで頭を守り、安全なところに身を伏せましょう。



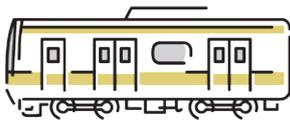
## 家にいたら

重い家具の近くや、電灯の真下等から離れましょう。



## 仕事・授業中なら

本棚やロッカーが倒れたり、窓ガラスが割れたりするので注意しましょう。



## 電車内にいたら

つり革や手すりにつかまり、体が放り出されないようにしましょう。



## 車の運転中なら

道路の左に寄せて停車し、ドアはロックをせずにキーを差したまま避難しましょう。



## 買い物中なら

買い物カゴやカバンで頭を守り、店員の指示に従いましょう。



## ビルの近くにいたら

ガラスの破片、看板等にご注意しながら近くの安全な場所に避難しましょう。



## 住宅地を歩いていたら

ブロック塀・門柱の転倒、ガラス、瓦の落下、切れた電線にご注意しましょう。



## 料理をしていたら

火災の二次災害が起こる可能性があるため、ガスを止め火災にご注意しましょう。

## 災害の時、役に立つ機能を知っていますか？

災害発生時は、電話が繋がりにくくなります。電話が使えない時に、災害用伝言ダイヤルなど別の方法を考えることが大切です。

### 災害用伝言ダイヤルとは？

伝言を録音・再生できるサービスです。電話が繋がらなくても「伝言」という形で安否を伝えられます。



### 防災行政無線を聞き逃したときはありますか？

そんな時はテレフォンガイドシステムに電話や、防災アプリ「福知山市防災」で、聞き直すことができます！

☎ 0120-25-2978



防災アプリ「福知山市防災」ダウンロードはこちらから



iPhone



iPhone以外

### 緊急地震速報訓練のお知らせ

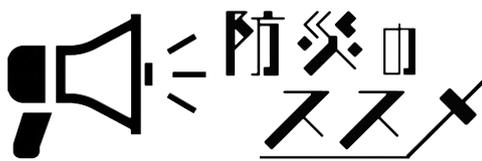
訓練日時 11月5日(火) 10時

緊急地震速報の全国的な訓練が行われ、屋外スピーカーや戸別受信機などから訓練放送が流れます。

放送内容：「緊急地震速報。大地震です。大地震です。」×3

地震の揺れから身を守る訓練を実施してください。

※状況により訓練が中止されることがあります。



# かつてない大規模訓練を開催！

図危機管理室 (☎24-7503・FAX23-6537)

福井・三重・滋賀・京都・大阪・兵庫・奈良・和歌山・徳島の  
**消防隊など約170隊700名が集結**

今年地域防災訓練は、近畿府県合同防災訓練など4訓練合同で実施。複合災害を想定した総合的な訓練を行い、災害時の連携強化と防災意識の向上を図ります。

**時10月27日(日)9時～見学可能**

**訓練実施は令和6年10月26日(土)～27日(日)12時**

## 緊急消防援助隊近畿ブロック合同訓練

### 所陸上自衛隊福知山訓練場

右図の駐車場からシャトルバスで  
(9時運行開始)

福知山訓練場には駐車場がありません

- ・大規模火災消火訓練
- ・建物倒壊救助訓練
- ・浸水災害救助訓練
- ・トンネル崩落救助訓練 など

## 福知山市地域防災訓練

### 所三段池公園

右図の駐車場から徒歩で

三段池公園には見学者用の  
駐車場はありません

- ・避難所運営訓練
- ・物資輸送訓練 など

## 当日の訓練一覧

- ・近畿府県合同防災訓練 (近畿2府7県順番に開催)
- ・緊急消防援助隊近畿ブロック合同訓練 (近畿2府7県順番に開催)
- ・京都府総合防災訓練 (毎年実施)
- ・福知山市地域防災訓練 (実地訓練は5年ぶり)

訓練の詳細はこちら



緊急消防援助隊による救出救助活動訓練

避難所運営訓練

## そのほかの訓練会場

陸上自衛隊長田野演習場

電車基地 (JR西日本近畿統括本部吹田総合車両所福知山支所)

(いずれの会場も、見学できません。)

## 訓練車両に注意してください

当日は、大きな訓練車両の通行、ヘリコプターの離着陸などが実施されますので注意してください。会場付近にお住まいの皆さんには、ご不便、ご迷惑をおかけしますが、訓練へのご理解、ご協力をお願いします。



## 10月27日はサイレンと防災行政無線の放送も行います

時刻	警戒レベルと避難情報	サイレン吹鳴パターン	とるべき避難行動
8時30分	警戒レベル3 高齢者等避難	吹鳴 10秒 休止 15秒 吹鳴 10秒	危険な場所から 高齢者等は避難
8時45分	警戒レベル4 避難指示	吹鳴 10秒 休止 5秒 吹鳴 10秒	危険な場所から 全員避難
9時00分	警戒レベル5 緊急安全確保	吹鳴 1分 休止 5秒 吹鳴 1分	命の危険！ ただちに安全確保



サイレンの吹鳴パターンをチェックして、災害時に自分がとるべき行動を確認しましょう！

市内にいる皆さんの携帯電話(ドコモ、KDDI、ソフトバンク、楽天モバイルなど)に、緊急速報メールを配信します。お間違いのないよう、十分注意してください。

# 福知山マラソンの完走Tシャツ、デザインが決定 千原ジュニアさんが描き下ろし

モデルは兄の千原せいじさん  
完走者にTシャツプレゼント



描き下ろしたデザインを見せる千原ジュニアさん

本市出身で福知山ドックイセ大使の千原ジュニアさんによる福知山マラソンフィニッシュャートシャツのデザインが完成しました。お笑いだけでなく、アートの分野でも活躍する千原ジュニアさんが、兄・せいじさんが福知山城を背景に快走する様子を「いつか兄弟2人で参加できたら」

という思いを込めて、コミカルに描きました。千原ジュニアさんが本市にイラストを提供するのは今回が初めてです。

福知山マラソン実行委員会事務局  
TEL 24-3031 FAX 23-6537



完走Tシャツのデザイン。右下には直筆サインが記されている。

感動の一瞬と一緒に撮影しませんか

## 福知山マラソン 撮影ボランティア募集

記録や完走をめざすランナー、ボランティア、声援を送る人々。コースや会場のあちこちで輝く感動の瞬間を切り取る福知山マラソン撮影ボランティアを募集します。

撮影された写真は、パンフレットやSNSなどの広報媒体で使用します。

日程 11月23日(土・祝)  
応募条件 次の要件をすべて満たす人

- ① 高校生以上
- ② デジタルカメラを持っている
- ③ 車やバイク、自転車などの移動手段がある

申込方法 9月30日(月)までに  
右の二次元コードから



☎ 秘書広報課 (TEL 24-7000・FAX 24-7023)

## 第32回 福知山マラソン 開催概要

日時 11月23日(土・祝)  
会場 三段池公園内(スタート・フィニッシュ) 申込はこちら  
種目 マラソン42.195km・**新設** ペアリレーマラソン42.195km(1区:21.5km、2区:20.7km)  
**新設** チャレンジラン10km ほか  
参加料 マラソン: **値下げ** 11,000円(ペアは2名16,000円)  
**新設** チームエントリー:100,000円(10名)  
チャレンジラン10km:5,000円 ほか  
申込 9月30日(月)までに二次元コードから



# 福知山の伝統産業・丹後和紙を発信 大江町和紙伝承館開館30周年

技術継承・産業活性化のため  
手すき和紙を伝えて30年

丹後和紙は、和紙の原料である楮こうぞの栽培から処理、紙すきまで全てを自分たちで行う本市の伝統産業で、京都府の無形文化財に指定されています。

大江町和紙伝承館は、貴重な文化である手すき和紙の継承と産業の活性化を図るため、平成6年7月に開館しました。今年度、30周年を記念して、さまざまなイベントを開催し、



大江町和紙伝承館

丹後和紙の魅力を発信していきます。

問 大江支所 TEL 56-1102  
FAX 56-2018

## 主なイベント紹介

山本悦美とハビハビ己書グループ作品展  
時 9月29日(日)まで

内 山本悦美さん(日本己書認定師範)らの作品を展示



展示作品(一部)「念ずれば花ひらく」

## 秋のものづくり体験会

時 11月2日(土)〜11月10日(日)  
10時〜15時30分

内 丹後和紙を切り貼りし、ポチ袋を製作



和紙でできたポチ袋

ほかのイベントの内容はホームページで随時紹介します





# フクレル開館1周年 福知山線・舞鶴線全線開業120周年

フクレル開館1周年とJR福知山線・舞鶴線全線開業120周年という節目を記念し、多くの人が福知山の歴史と文化を楽しめるよう、様々なイベントをJR西日本と協同で開催します。詳しくは二次元コードからホームページをご覧ください。



固産業観光課 (TEL 24-7077・FAX 23-6537)



## 10月14日(月・祝) 福知山鉄道フェスティバル

### 福知山鉄道館フクレル

- ・丹後くろまつ号の運転動画を放映
- ・なりきり駅長記念撮影コーナーの設置
- ・ショップで税込み1,000円以上購入した人に「京都丹後鉄道限定チョコQ (非売品)」を数量限定でプレゼント (© TOMY 「チョコQ」は株式会社タカラトミーの登録商標です)



プレゼント予定のチョコQ



壁を使い、大画面で丹後くろまつ号の運転動画を放映予定

### ゆらのガーデン

- ・関西の駅弁や鉄道関連グッズ販売、シャボン玉パフォーマンスなど

## 11月3日(日・祝) 福知山線・舞鶴線全線開業120周年記念イベント



森の京都QRトレイン



アテンドする齊藤雪乃さん

### JR福知山駅

- ・臨時運行するラッピング列車「森の京都QRトレイン」に福知山駅から乗車し、電車基地の洗車機で車両洗車を体験。関西で人気の鉄道好きタレント齊藤雪乃さんが乗車しアテンド。福知山駅で集合写真を撮影。

申 10月11日(金)までにフクレルで応募(抽選/無料)

他 駅構内にNゲージ特設ジオラマを設置

### 福知山鉄道館フクレル

- ・トイレルの展示
- ・オリジナル記念切手(1シート110円×10枚・限定300シート)の発売開始
- ・紙製サンバイザー・風船の配布(小学生以下)

他 当日の入館料が無料に



トイレル展示イメージ



販売開始予定の切手イメージ(一部)

### ゆらのガーデン

- ・鉄道模型乗車体験
- ・記念撮影用のSLなどの展示



昨年の鉄道模型電動力乗車体験イベントの様子

### 駅正面通り商店街

- ・ミニSL乗車体験



平成30年に御霊公園で実施した乗車体験イベントの様子

／ スポーツの秋がやって来る！ ／

# オリジナルチャレンジデー in Fukuchiyama

10月11日から11月3日はチャレンジデー。昨年までのチャレンジデーを本市独自にリニューアルし、期間中は様々なイベントを実施します。この機会に運動する習慣を身につけませんか？

## KENPOSに登録、歩くだけ

### 自治体対抗ウォーキングイベント 長野県富士見町vs愛媛県新居浜市vs福知山市

期間 10月11日(金)～11月3日(日・祝)

各自治体のKENPOS登録者と期間内の平均歩数を競い合います。参加方法は、「福知山KENPOS」に登録し、スマホを持って歩くだけ。たくさん歩いてポイントをゲットしましょう！

健康医療課 (TEL 23-2788・FAX 23-5998)



KENPOSの詳細・登録はこちら



## カラダ・ココロ、アクティブに

### アクティブフェスタふくちやま2024

時 10月13日(日) 10時～16時 所 福知山駅北口公園ほか

#### トレジャーハンティング

まちなかをウォーキングしながらチェックポイントを巡り、当日限定の「福知山 KENPOS」ポイントをゲットしましょう！



★…チェックポイント

健康医療課 (TEL 23-2788・FAX 23-5998)

#### 駅北口特設コーナー・イベント

- ・オリンピック中村友梨香さんによるレッスン「お手軽トレーニング」
- ・ボディビルダーのステージ
- ・京都サンガのキックターゲット
- ・地元企業による体験ブース



令和4年のトレーニングレッスンの様子

## 「スポーツの日」特別イベント

### 福知山スポレクフェスタ

文化・スポーツ振興課

(TEL 24-7069・FAX 23-6537)

時 10月14日(月・祝) 13時30分～16時30分

所 三段池公園総合体育館

#### 大会部門

チームを組み、白熱した試合を楽しみたい人はぜひご参加ください。

- ビーチボールバレー** 1チーム:3～6名
- ・一般の部(中学生以上の女性で編成)
  - ・ミックスの部(中学生以上の男女で編成)
  - ・シニアの部(全員が60歳以上の女性で編成)

**ポッチャ** 1チーム:3～6名



申込はこちら

#### 体験・交流部門

子どもから大人、障害の有無にかかわらず楽しめるスポーツ・レクリエーションの体験ができます。

- ・ポッチャ
- ・卓球バレー
- ・フライングディスク
- ・コップ in ゴルフ など

※いずれも申込不要

## スポーツ協会創立100周年記念

### 富士加代子さんトークショー ほか

福知山市スポーツ協会

(TEL・TEL 22-4657)

時 11月2日(土) 15時～17時

所 ハピネスふくちやま

内 オリンピアンの方士加代子さんのトークショーとパネルディスカッション

申 二次元コードか

上記図まで



富士加代子さん

## 紅葉に囲まれながら

### 秋の市民歩け歩け大会

文化・スポーツ振興課

(TEL 24-7069・FAX 23-6537)

時 11月3日(日・祝) 9時 出発(12時終了予定)

所 三段池公園テニスコート横のモニュメント集合

内 参加者との親睦を深めながら、フクレル、福知山駅を巡る10kmのウォーキング

申 不要

# 福知山市スポーツ推進計画

中間評価・見直しを行いました

計画の全文  
はこちら



『福知山市スポーツ推進計画』はスポーツで交流を促進し、市民力、地域力を向上させるために平成31年3月に策定しました。令和5年度には、計画の取り組み状況について中間評価を行い、議会で今後の課題や方向性を見直しを含めた計画が可決されました。

## 基本理念

「する」「みる」「ささえる」-はじめる・つづける-  
スポーツの推進

## 将来像

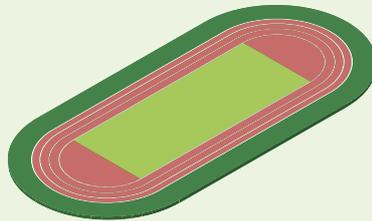
スポーツによる交流促進  
と市民力・地域力の向上

## 計画達成のための3つの施策

### 生涯スポーツの振興



### スポーツ施設の充実・整備



### 競技スポーツの振興



## 全天候型の陸上競技場を新設

見直しを行ったスポーツ推進計画には、陸上競技場の整備方針を盛り込んでいます



整備に関する  
Q&Aはこちら



荒河の陸上競技場整備予定地





## 7/14 山道を転ばずに走れるかな 大江山でトレイルラン教室を開催

大江山呑童子の里で、小学生向けのトレイルラン教室を開催しました。大江山でトレイルランを開催するのは今年で3年目となります。全4回のうち初回のこの日は、小学生や保護者など約40人が参加し、山道での走り方を教わりながら、雨上がりの鮮やかな緑の中を駆け抜けていました。



## 8/3 福知山のグルメが大集合！ Farmers Tablesで銀鈴ビル周辺賑わう

駅正面通り商店街や銀鈴ビルなどで、「Farmers Tables FUKUCHIYAMA EKIKITA」を開催しました。当日は快晴、日が落ちて暑さが残るような1日でしたが、会場は多くの人でにぎわっており、福知山の食やヨーヨー釣り、巨大パチンコなどのミニゲームを楽しんでいました。



## 8/6 デジタル世界の創造学ぶ デジタルアートワークショップを開催

京都共栄学園でデジタルアートワークショップが開催されました。小学生から中学生の12人が、パソコンやタブレットを使用してイラスト制作を体験しました。制作された作品は、11月1日（金）～4日（月・休）に開催する福知山市展に展示されます。9歳の西村蒼羽さんは、「難しかったけど上手にかけて楽しかった」と満足げに話していました。



## 8/9 トップアスリートがやってきた！ 小野伸二さんと原一樹さんが講師務める

S-LABで、元サッカー日本代表の小野伸二さんと元Jリーガーの原一樹さんを講師に迎え、サッカー教室を行いました。小学生と中学生50人ずつが、ドリブル、パス、リフティングを学べるミニゲームや、練習試合を通して指導を受けました。小野伸二さんは練習後、「楽しむ気持ちを忘れず練習に励んで」とメッセージを送りました。

Follow me!

まちの情報、SNSでも発信しています



note



健康になるための！

# 知っ得シリーズ Part 147



今年も  
開催

10月・11月はウォーキング強化月間

家族や友人と、楽しくウォーキング♪  
この機会に、ウォーキングで  
健康ライフを始めませんか？



## ウォーキング大作戦！

### マイスイーツウォーキング

期間内で日を決めて1日でマップを歩こう！申し込むともらえる限定缶バッジをつけて歩くと、マップ内のお店で楽しいクイズや素敵な特典があるかも！？

### 福知山おすすめウォーキング

市内のウォーキングコースを歩いてクイズにチャレンジ！福知山の魅力を再発見しよう。挑戦後、おすすめのコースを教えてね！



取り組み状況をアンケートで答えると、景品・記念品が当たります。詳しくはホームページをご覧ください。

健康医療課へ電話、窓口、Webからお申し込みください  
Web申し込みは右の二次元コードから



## 11月集団健(検)診のお知らせ

予約制のため、事前にお申し込みください。  
定員になり次第締め切ります。

実施日		場所	実施内容	送迎対象地域
①	11月11日(月) 午後	夜久野ふれあいプラザ	セット健診	夜久野エリア・上川口・三岳・金谷・北陵エリア
②	11月24日(日) 午前 午後	中央保健福祉センター	がん検診 がん検診	
③	11月29日(金) 午後	大江町総合会館	セット健診	大江・北陵エリア

11月24日(日)午前の乳がん検診は定員に達したため、予約を締め切りました。

- \*がん検診：胃(ABC)検診・大腸がん検診・胸部検診(肺/結核)・前立腺がん検診・子宮がん検診・乳がん検診
- \*セット健診：特定健診・後期高齢者健診・胃(ABC)検診・大腸がん検診・胸部検診(肺/結核)・前立腺がん検診

ホームページは  
こちらから



福知山市アクティブシティ推進アドバイザー  
北京オリンピックマラソン代表  
なかむら ゆりか  
中村友梨香さん

### 福知山マラソン ビギナーチャレンジ講座 特別編

日時 9月14日(土)  
9時~11時頃

場所 三段池RAVIHOUSE大はらっぱ  
(雨天時：三段池公園総合体育館  
上履きが必要です)



6月22日に開催した  
ビギナーチャレンジ講座の様子

申し込み不要 当日会場へ！

### ミニミニ健康講座のお知らせ！！

### 『認知症予防に ついて』

楽しく認知症を  
予防しましょう！

日時：9月24日(火)  
午前10時~10時30分  
場所：ハピネスふくちやま2階

\*参加費無料、申込不要

申込・問合せ先

◎健康医療課 (TEL 23-2788・FAX 23-5998)

今月の  
ワンポイント手話

「話す」

単語：「話す」

協力：森 弘子さん



(音声言語で)

話す：向い合わせた両手を交互に閉じたり開いたりする。

※交互に音声をだしている様子を表現しています。



(手話言語で)

話す：親指・人差し指を伸ばした両手を交互に胸の前で、ひねりながら上下させる。

※手話が飛びかっている様子を表現しています。

「話す」というと、音声のやり取りをイメージしますが、手話も言語です。ろう者の場合の会話「話す」は、手話でのやり取りになります。



手話のことを知ろう！

9月23日は手話言語の国際デー

手話は、手の動きだけでなく、顔の表情、体の動きなど、全身を使って表現する言語です。動きの強弱や、速度、向きによって表現が異なるなど、豊かな表現は手話の魅力です。みなさんも手話やろう者(手話を言語としてコミュニケーションをとり生活している人)を含め、聴覚障害のある人の生活について考えてみませんか？

生活の中で手話言語によるやりとりや情報提供があることは、ろう者と聞こえる人が共に暮らす共生社会の1歩となります。ぜひ手話のこと、知ってくださいね。



聴覚障害者協会  
古高春美 会長



福知山市  
オリジナル  
手話動画をみる

☎ 障害者福祉課 (TEL24-7017・FAX22-9073)

子宮頸がん予防  
(HPV) ワクチン  
キャッチアップ接種  
3月31日まで

通常の子宮頸がん予防(HPV)ワクチンの定期接種の対象年齢の間に接種の機会を逃した人へ、改めて接種の機会が提供されています

- ▶ 対象 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性
- ▶ 接種期限 令和7年3月31日
- ▶ 接種回数 3回で接種完了(初回を打っていない人は6か月必要)
- ▶ 接種券 予診票(無料接種券がない人は発行します)



予診票の  
再発行は  
こちら

☎ 子ども政策室 (TEL24-7055・FAX23-7011)

国民健康保険被保険者は  
所得がなくても市・府民税の申告を

☎ 保険年金課 (TEL24-7019・FAX23-6537)

国民健康保険の被保険者の人は、所得がなくても市・府民税の申告が必要です。

▶ 未申告の場合

- ・国民健康保険料の軽減対象となりません。
- ・高額療養費を給付できないことがあります。

申告が遅れると、一時的に高い国保料や医療費の一部負担金を支払うことになる場合があります。

※ 収入が年金のみの方は申告不要です。

(遺族年金・障害年金のみの方は必要です。)

JR西日本よりお知らせ  
工事のためバスで代行輸送

☎ JR西日本お客様センター (TEL0570-00-2486)

- ▶ 期間 9月17日(火)～19日(木)
- ▶ 区間 JR舞鶴線の綾部駅～東舞鶴駅間

工事中は綾部～東舞鶴駅間の列車の運転をとりやめ、バスによる代行輸送を実施します。バスによる代行輸送は運転時刻や本数などが列車と異なります。また、座席にも限りがありますので、ご注意ください。

## 国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者が対象 健康診査を受けましたか？

		特定健診	後期高齢者健診
実施期間		令和6年12月末まで（早めに受診してください）	
対象者 令和7年3月31日時点		国民健康保険に加入している 40歳以上の人 ※特定健診が国保人間ドックのどちらかを1年に1回のみ受けることができます。	後期高齢者医療保険に加入している人 ※後期高齢者健診か後期高齢者医療人間ドックのどちらかを1年に1回のみ受けることができます。
自己負担金		40歳～69歳：500円（40、50歳の方は無料） 70歳以上：無料 ※非課税世帯は申請により無料	無料
健診項目		問診・身体計測・検尿・血圧測定・血液検査・心電図・医師の診察	
受診方法	個別健診	医療機関へ直接電話で受診予約をしてください。 ※当日は国民健康保険被保険者証、特定健康診査受診券を持って受診してください。	
	集団健診	事前に健康医療課に申込みが必要です。 問 健康医療課 (TEL 23-2788・FAX 23-5998)	
問合せ先		問 保険年金課 国保係 (TEL 24-7015・FAX 23-6537)	問 保険年金課 高齢者医療係 (TEL 24-7018・FAX 23-6537)

※ 個別健診の指定医療機関、集団健診の日程などは、4月上旬に各戸配布した「令和6年度福知山市健康診査・がん検診のお知らせ（かわら版）」をご確認ください。



令和6年度版  
かわら版は  
こちら

## 受給には請求書の提出が必要 年金生活者支援給付金制度

問 舞鶴保険年金事務所 (TEL 0773-78-1165)・保険年金課 (TEL 24-7057・FAX 23-6537)

公的年金などの収入が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するため、年金とは別に給付金が支給されます。

### ▶ 対象者・支給要件

- ① 老齢基礎年金を受給中の人  
※以下の（ア）から（ウ）全ての条件を満たす人  
（ア）65歳以上  
（イ）世帯員全員が市町村民税非課税  
（ウ）前年の年金収入額とその他の所得額の合計が889,300円以下  
（昭和31年4月1日以前生まれの人は887,700円以下）
- ② 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給中の人  
前年の所得額が4,721,000円以下  
（ただし、扶養親族の数に応じて増額）

### ▶ 給付金の請求手続き

左の基礎年金を新規に請求する人で、給付金の対象になる人は、年金請求時にあわせて請求してください。既に給付金を受給している人の手続きは原則不要です。  
年金受給中の人で、前年度所得額の低下などにより、新たに給付金の対象となる人には、年1回（9月頃）、日本年金機構から「年金生活者支援給付金の簡易な請求書（はがき型）」が送付されます。必要事項を記入の上、切手を貼って日本年金機構に返送してください。  
所得額などの更正により支給要件を満たすことになった場合は、新たに請求手続きが必要です。

給付金に関することは、「ねんきんダイヤル」(TEL 0570-05-4092)へお問い合わせください。お問い合わせの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

※050から始まる電話からの場合はTEL 03-5539-2216へ

# 10月の子育て行事

ふくちやま子育て  
応援サイト→



＼ライン・Instagramで子育て情報配信中！／



## なかよしひろば

三和子育て支援センター TEL58-4580・FAX58-3005 時間:いずれも10時～11時30分

イベント	開催日	場所	定員	申込みが多い場合は制限することがあります	予約
● 親子運動会	10月1日(火)	菟原児童館	なし		要
● なかよしデー	10月22日(火)	旧菟原保育園	なし		要

## ふれあいひろば

夜久野子育て支援センター TEL37-1107・FAX37-0189 時間:いずれも10時～11時30分

イベント	開催日	場所	定員	申込みが多い場合は制限することがあります	予約
● 講座「子どもの食事」	10月10日(木)	夜久野子育て支援センタープレイルーム	なし		要
● ひよっこクラブ	10月17日(木)	夜久野子育て支援センタープレイルーム	なし		要
● 講座「木の実ひろい」	10月24日(木)	京都府緑化センター	なし		要

## きらきらひろば

大江子育て支援センター TEL・FAX56-0990 時間:いずれも10時～11時30分

イベント	開催日	場所	定員	申込みが多い場合は制限することがあります	予約
● ミニ運動会	10月4日(金)	大江子育て支援センタープレイルーム	なし		要
● 講座「救急講座」	10月18日(金)	大江子育て支援センタープレイルーム	なし		要
● 芋ほり	10月25日(金)	南有路児童館	なし		要

## おひさまひろば

おひさまと風の子サロン TEL23-5722・FAX45-6066

イベント	開催日	場所	備考
● 親子で楽しくリトミック	10月3日(木)	武道館柔道場	入場制限を行う場合があります
● おさんぽしよう	10月24日(木)	三段池公園	入場制限を行う場合があります

・予約開始日は行事カレンダーや市ホームページにも掲載しています。 ・イベントに関するお問い合わせは、各ひろばへお願いします。  
 ※10月1日三和「親子運動会」と10月4日大江「ミニ運動会」は似通った内容の行事のため、どちらか1つのセンターのみの利用とします。  
 ■その他の子育て支援に関するお問い合わせは子ども政策室 子育てコンシェルジュ (TEL24-7055・FAX23-7011) まで

## 10月の健康教室

☎=記載のないものは無料

保=保育ルームあり(要予約)

甲=北部保健福祉センター (TEL56-1106・FAX56-2018)

K=福知山KENPOSポイント付与

講座名	対象	日時/場所	内容	定員	申込期限
<b>K</b> 血圧管理の生活術 ～楽しく学び、美味しく減塩～	だれでも	10月16日(水) 13時30分～15時 大江町総合会館	血圧の仕組み、減塩のコツ、簡単な体操など	15人	10月9日(水)



まだお持ちでない皆さんへ

## マイナンバーカードの申請はお早めに



問 市民課 (TEL48-9224・FAX23-6537)

マイナンバーカードは、本人確認書類として使用できるほか、健康保険証としての利用や、オンラインで転出届・確定申告・パスポートの申請ができるなどとても便利です。

申請から交付までには1か月程度かかりますので、使用したいときにすぐに使えるよう、余裕をもった申請をお願いします。

### ▶ 申請方法

- ① 市民課・各支所の窓口  
申請者本人がお越しください
- ② 戸別訪問(事前予約)  
来庁が困難な人は、市職員が自宅まで訪問し、写真撮影や申請のお手伝いをします(平日10時～16時)
- ③ 申請書の二次元コードから
- ④ 商業施設などで開設する張申請窓口から  
出張申請開設日は市ホームページなどでお知らせします

※特に記載のない場合、申込や問い合わせの  
受付時間は各施設の執務時間中。

以下の場合には記載していません。  
対=だれでも 定=なし 費=無料 申=不要

イベント・催し

三段池RAVYHOUSE  
植物園のイベント

TEL 22-6617 FAX 22-6629

10月の植物観察会

時 10月12日(土)

9時30分～11時30分

内市自然科学協力員といろいろなドングリの木と実を観察。

申 10月10日(木)までに電話またはファクスで

秋の山野草展

時 9月28日(土)～10月6日(日)

9時～17時(最終日は16時)

内野趣あふれる数々の山野草や可憐な大文字草を展示。

共催/福知山山野草の会

秋のハンギングバスケット教室

時 10月14日(月)・(祝)

①10時 ②13時30分

内緑化まつりの会場を飾るハンギングバスケットを作ります。

講 日本ハンギングバスケット協会 マスター講師

費 3500円(材料費)

定 各回10人(先着順)

申 9月23日(月)・(休)から電話またはファクスで

第31回緑化まつり

時 10月19日(土)～20日(日)

9時～16時

内クイズラリーやチューリップ球根のつかみ取り、各種園芸展示会、ミニ園芸教室、緑の相談、花苗プレゼントなど

やくの森フェスタ

時 9月21日(土)～22日(日)

10時～15時

所 夜久野ふれあいプラザ一帯

内 木育キャラバン、木のジャングルジム、ものづくりなどの体験コーナー、マルシェ、キッチンカー

閏夜久野支所 TEL 37-1103 FAX 37-5002

「いのちを支える」展

9月10日～16日は自殺予防週間です。

時 9月3日(火)～15日(日)

所 図書館中央館

内「いのち」に関する展示や関連本の紹介

閏社会福祉課 TEL 24-7094 FAX 22-6610

人生100年時代の生き方  
講演と音楽の会

時 10月5日(土)14時～16時

所 ハピネスふくちやま

内 健康に暮らすための運動や食事、社会参加などの講演とマンドリン演奏

共催/福知山市老人クラブ連合会

講 明治国際医療大学看護学部 栗山真由美 准教授

定 300人

申 9月20日(金)までにファクスかメールで(公財)京都SKYセンター TEL 075-241-0226 FAX 075-241-0204 office@kyoto-sky.com

講座・教室

パソコン講座(全8回)  
& 就職支援セミナー

時 10月3日(木)～11月21日(木)までの木曜10時～12時(最終日は9時～12時)

所 堀会館

内 就職・再就職を希望する市内在住者で全8回受講できる

申 9月20日(金)までに産業観光課 TEL 24-7075 FAX 23-6537へ

家庭用生ごみ  
堆肥づくり講習会

時 10月21日(月)10時

所 環境パーク・リサイクルプラザ

内 木箱やプランターを使って生

ごみから堆肥を作るノウハウを紹介

対 市内在住・在勤・在学の人 定 10人(先着順)

他 参加者(市民限定)に「福知山KENPOS」アクティブポイント付与。

申 10月15日(火)までに二次元コードまたは福知山環境会議事務局(エネルギ-環境戦略課 TEL 48-9554 FAX 23-6537)へ



家族が学ぶ認知症のこと  
連続講座

時 9月25日(水)

13時30分～14時30分

所 市民交流プラザふくちやま

講 認知症の人と家族の会 京都支部副代表 越野 稔さん

テ 「認知症介護者の思いを知ろう」認知症カフェも同時開催(お茶代100円)・講座後には家族交流会を開催

対 初期から中期の認知症の人在宅介護している人、認知症のことに興味がある人

申 9月18日(水)までに地域包括ケア推進課 TEL 24-7073 FAX 22-9073へ

人生100年時代 60代からの楽しみ方!! 公益社団法人 福知山市シルバー人材センター

日 時  
9月17日(火)  
10月9日(水)  
10月22日(火)  
入会説明会  
いずれも 午後1:30～3:00  
場所 〒620-0051 福知山市昭和新町162番地  
電話 0773-23-7677

自分のスタイルに  
合わせた活躍の場  
見つけてみませんか?



★新規入会キャンペーン★ 初年度年会費 無料

※入会説明会参加ご希望の方は、事前にセンターまでご連絡ください。 【京都労働局委託事業】高齢者活躍人材確保育成事業

**性的マイノリティ交流会**

**時** 9月21日(土)14時～  
**所** 申込者に別途案内  
**内** フリートークやテーマに沿った話し合いを行い、仲間づくりをする交流会

**対** 性的マイノリティ、またはその方も感じないと感じている人  
**定** 15人

**申** 当日までに二次元コードまたは人権推進室(TEL 24-7022・FAX 23-6537)へ



**はばたき企業セミナー**

**時** 10月7日(月)  
 13時30分～15時

**所** 市民交流プラザふくちやま  
**講** 柳 淳也さん

**テ** LGBTと経営学と多様性が認められる社会をめざして

**申** 9月30日(月)までに二次元コードまたは人権推進室(TEL 24-7022・FAX 23-6537)へ



**手話奉仕員養成講座**

**入門課程修了者の集い**

**時** 9月27日(金) 19時～21時

**所** 総合福祉会館

**定** 25人(先着順)

**内** 手話入門課程のおさらい・手話でコミュニケーション

**申** 9月20日(金)までに、申込フォーム、申込書、電話、ファクス、メール(氏名・住所・電話番号・入門課程修了年度を記入)で障害者福祉課(TEL 24-7017・FAX 22-9037・shogaishatukush)へ



**手話奉仕員養成講座**

**(基礎課程)**

**時** 10月13日(日)～2月16日(日)までの日曜のうち全12回

13時30分～16時30分(初回・最終回は9時30分～16時30分)

**所** 綾部市保健福祉センターほか  
**対** 手話奉仕員養成講座(入門課程)を修了した人

**定** 30人(先着順)

**申** 9月20日(金)までに、所定の申込書を福知山市聴覚言語障害センター(TEL 45-3025・FAX 24-4459)へ

**障害者デイ・サービス事業**

**■ボッチャ講習会**

**時** 9月27日(金)  
 9時30分～12時

**所** 桃映地域体育館

**対** 市内在住の障害のある人と家族、ボランティア

**定** 30人

**申** 9月17日(火)までに電話またはファクス(住所・氏名・年齢・電話番号・障害者手帳の種類を記載)で障害者福祉課(TEL 24-7017・FAX 22-9073)へ

**■グリコピア神戸工場見学**

**時** 10月28日(月)

8時30分～17時

**所** グリコピア神戸(三段池公園、市役所に集合し、バスで出発)

**対** 障害者手帳(身体・療育・精神)を持つ18歳以上の人

**定** 50人(介護者含む)・(抽選)

**費** 1100円(昼食代実費分)

**問** 9月30日(月)までに申込書を障害者福祉課(TEL 24-7017・FAX 22-9073)へ

**募 集**

**貯筋体操の指導者を募集**

**体操指導者育成講座**

**所** 夜久野ふれあいプラザ  
**定** 15人

**対** 修了後、貯筋体操の指導者として活動できるおおよそ75歳までの市民で、講座5回を全て受講できる人。

**問** 10月11日(金)までに夜久野地域包括支援センター(TEL 37-1108・FAX 37-5002)へ

日 程	内 容
10月18日(金)	・これからの介護予防について ・高齢者の特徴について
11月15日(金)	・高齢者の特徴に合わせた貯筋体操
12月13日(金)	・貯筋体操の実技・指導
1月17日(金)	・貯筋体操教室の見学、指導
各地域の貯筋体操教室の実施日	

**広報戦略検討委員会  
市民公募委員の募集**

市民の皆さんとの情報共有やコミュニケーションを図り、市民参画・市民協働のまちづくりを推進するためには、意見を言える場をつくることが重要となっており、今後の効果的・効率的な広報・広聴のあり方について検討する市民公募委員を募集します。

**対** (次の条件を全て満たす人)  
 ・本市政および広報・広聴に関心がある人  
 ・建設的な意見を述べることができる人

・市内在住の18歳以上の人  
**定** 2人(抽選制)  
 任期/委嘱の日から令和7年3月31日まで(予定)

**市内全戸配布  
32,850部発行**

掲載料金(税込)

**1 枠 8,800円**  
**2 枠 17,600円**

**問 秘書広報課**

(TEL 24-7000・FAX 24-7023)

**広報ふくちやまに広告を掲載しませんか**

広報ふくちやまは、第1木曜日に月1回発行しています。掲載できる広告のサイズは、1枠あたり縦45.5mm×横87mm。2枠を使った広告も可能です。申し込み方法など詳しくはホームページをご覧ください。

採用区分		内 容	詳 細	
進 学 系	防衛大学校	学位授与、幹部自衛官を養成する大学校		
	防衛医科 大学校	医学科 看護学科		医師や保健師・看護師である幹部自衛官を養成する大学校
	高等工科大学校生徒	中卒で受験、技術系スペシャリストを養成		
就 職 系	航空学生	海上・航空自衛隊のパイロットを目指すコース		
	一般曹候補生/ 自衛官候補生	士の階級から自衛官をスタートするコース		

問自衛隊京都地方協力本部 福知山地域事務所 (TEL23-0416・FAX23-0416)

※会議は年3回程度で、報酬は1回の出席につき8000円  
 期9月26日(木)17時必着  
 申任意の用紙に住所・氏名・年齢・電話番号・応募動機を明記し、秘書広報課(TEL24-7000・FAX24-7023)へ  
**防衛省・自衛隊採用案内**  
**令和7年3月4月採用**

### その他

#### 在宅介護アドバイザー派遣

在宅で高齢者の介護を行っている人の困り事や悩み事を解決するため、自宅へ作業療法士などの有資格者を派遣し、在宅介護の助言を行います。  
 時平日9時から17時までのうち1〜2時間程度

申地域包括ケア推進課(TEL24-7073 FAX22-9073)

#### 世界アルツハイマー月間

9月は世界アルツハイマー月間、21日は世界アルツハイマーデーです。認知症に関する関心と正しい理解を深めるため、世界中で啓発活動が行われます。本市では、認知症支援・啓発活動のシンボルカラーであるオレンジ色で福知山城をライトアップします。  
 時9月13日(金)〜27日(金) 日没〜22時

問地域包括ケア推進課(TEL24-7073 FAX22-9073)

#### 看板の設置には

#### 原則許可が必要です

屋外に設置する看板や広告塔など屋外広告物を設置する

場合は、京都府屋外広告物条例により、原則、許可が必要です。1回の手続きで許可される設置期間は最長で3年間。期間後も設置する場合は更新手続きが必要です。

9月1日(日)〜10日(火)は「屋外広告物適正化旬間」です。景観との調和を心がけ、広告物の安全点検にご協力ください。

問都市・交通課(TEL24-7051 FAX23-6537)

#### 令和7年度指名競争入札等参加資格審査申請受付

本市が発注する工事や業務などの指名競争入札等参加資格審査申請の受付を行います。小額の取引の場合もこの審査を受ける必要がありますので、必ず申請してください。  
 期11月1日(金)〜29日(金) 資格の有効期間／令和7年度の1年間

※市内建設工事業者は定期受付、それ以外の業者は有効期間1年の追加申請です。また、昨年度申請済みの業者についても業種の追加を受け付けます。

資料配布期間／10月1日(火)〜配布場所／契約監理課、会計室、各支所、商工会議所、各商

工会、ホームページ

問契約監理課(TEL24-7043 FAX23-6537)

#### 人権擁護委員の委嘱

まつだしよし  
 松田昇司さん(大江町在田・2期目)、田中久志さん(三和町芦刈・3期目)が令和6年7月1日付けで法務大臣より委嘱されました。  
 人権擁護委員は、全国の各市町村で活動を行う民間ボランティアです。地域の人権相談や人権の啓発活動を行います。

問人権推進室(TEL24-7021 FAX23-6537)

#### 秋の全国交通安全運動

9月21日(土)〜9月30日(月)「古都の秋 ゆづる心で 事故ゼロへ」をスローガンに、秋の全国交通安全運動を実施します。一人ひとりが交通安全について考え、交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践し、交通事故を防止しましょう。  
 主な取組／子どもや高齢者の交通事故防止啓発・自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守

問都市・交通課(交通対策協議会事務局 TEL24-7084 FAX23-6537)

**新築 | リフォーム | 不動産**



**ARCHI homelife KYOTO**

〒620-0062 京都府福知山市和久市町123 0120-49-0358  
 〒620-0061 京都府福知山市荒河東町107番地 0120-489-600

ARCHI HOME LIF E

●正しい不動産の取引 ●宅地・建物・賃貸借問題など

**不動産無料相談**

**北部不動産無料相談所**  
 綾部市駅前通23(京都銀行様西となり)JR綾部駅前から徒歩2分  
 相談日:毎月第1・第3金曜日 相談時間:午後1時〜3時30分  
※祝日及び休日はお休みです  
 ☎0773-40-2535(予約制)

公営社団法人 京都府  
 京都府宅地建物取引業協会  
 公営社団法人 全国宅地建物取引業保証協会京都本部



今月のテーマ 「食品ロスを削減しよう！」の巻

環境生活環境課 (TEL22-1827・FAX22-4881)

**カンちゃん** 「食品ロス」って聞いたことある？  
**ビンちゃん** まだ食べられるのに捨ててしまう食べ物のことを言うんやなかったっけ？  
**カンちゃん** そうそう。たくさん買って食べ切れへんとか冷蔵庫にあるのを忘れて、賞味期限切れとかで、ほんまは食べられたはずなのに廃棄してしまう食べ物を「食品ロス」と言うんやで。  
**ビンちゃん** 食品ロスを減らすために、一人ひとりができることを考えんとあかんな。  
 けど食品ロスが増え続けるとどうなるん？  
**カンちゃん** このままやとたくさんの食べ物が無駄になるだけやなく、環境にも影響がでてるんや。  
**ビンちゃん** そうなんや！どうやったら食品ロスを減らせるかなあ。

**カンちゃん** 小さなことでも皆が取り組んでいけば、食品ロスは減らしていけるはずやなあ。  
 例えば、商品棚の手前にある商品を積極的に選ぶ「商品のおまわり」や、残った食品を廃棄せず活用する「食品リメイク」をしていくことが大切なんや！  
 その他にも食品ロスを減らすためにできることはいっぱいあるし、無駄な出費やごみも減るし、今日からできることはすぐにやっていこか！  
**ビンちゃん** ほんまやな！「もったいない」という気持ちを大切にせんとあかんな！

10月 リサイクルプラザ 体験教室

各教室とも13時～15時  
 所 環境パーク・リサイクルプラザ  
 日 9月19日(木)8時30分から各教室の前日まで生活環境課へ  
 問 生活環境課(TEL22-1827・FAX22-4881)

開催日	教室名	内容	募集人数(先着)	受講料
3日(木)	ガラス教室 トンボ玉(大1個・小2個)を作ろう	オリジナルのトンボ玉(大1個と小2個)を作ります。 ※バーナーを使います。 ※中学生以上が対象	6人	500円(税込)
7日(月)	布教室 エコバッグを作ろう	小さく折りたたむことができるエコバッグを作ります。 (まち付 縦約38cm 幅約32cm) ※ミシンを使います。	6人	300円(税込)
9日(水)	布教室 布帽子(つば付)を作ろう	つば付タイプの素敵な帽子を作ります。 ※ミシンを使います。	6人	300円(税込)
11日(金)	布教室 ガーデニング帽子を作ろう	日よけに適したガーデニング帽子を作ります。 ※ミシンを使います。	6人	300円(税込)
16日(水)	牛乳パック教室 座椅子(大)を作ろう	牛乳パックと布を使って、座り心地の良い座椅子を作ります。 ※ミシンを使います。	6人	300円(税込)
18日(金)	布教室 帯地でバッグ(まち付き)を作ろう	帯地でバッグ(まち付き)を作ります。 (幅約30cm縦約32cm) ※ミシンを使います。	6人	300円(税込)
21日(月)	布教室 アームカバーを作ろう	布を使って、おしゃれなアームカバー(長さ13cm)を作ります。 ※ミシンを使います。	6人	300円(税込)
24日(木)	布教室 単衣のベストを作ろう	単衣の素敵なベストを作ります。 ※ミシンを使います。	6人	300円(税込)

※お電話で申込みが難しい方につきましては、直接、環境パークでの受付をお願いします。  
 ※申込は一世帯につき1人まで ※中学生以下は要保護者同伴 ※団体での申込も可能(日程・内容等は協議) ※最新の人口・世帯数は市ホームページで公開しています。

納付のお知らせ

納期限日 9月30日(月)

- ◇国民健康保険料・介護保険料4期(普通徴収)  
 保険年金課国保係(TEL24-7019)  
 高齢者福祉課介護保険係(TEL24-7013)
- ◇後期高齢者医療保険料3期(普通徴収)  
 保険年金課高齢者医療係(TEL24-7018)
- ◇固定資産税・都市計画税3期  
 税務課資産税係(TEL24-7025)  
 代表ファクス(FAX23-6537)

7月末現在の人口・世帯数

人口 74,652人  
 (前年同月比 -843)

世帯数 36,864世帯  
 (前年同月比 +36)

15歳未満	9,426人(12.63%)
15～64歳	42,415人(56.82%)
65歳以上	22,811人(30.56%)
(75歳以上)	13,378人(17.92%)

LINE公式アカウントで 福知山の情報を配信中!

福知山市の LINE 公式アカウントでイベント情報などを配信しています。  
 ともだち追加はこちらから



休日当番医(10月)

内科	休日急患診療所 (北本町二区 TEL22-4128)	9:00～12:00 13:30～17:30	6日 (日)	13日 (日)	14日 (月・祝)	20日 (日)	27日 (日)
小児科	※休日急患診療所開設日の18:00～24:00は、当番医療機関が診療を行っています。 詳細は、休日急患診療所(TEL22-4128)または消防署(TEL22-0119)まで。						
外科	福知山市民病院 (厚中問屋町 TEL22-2101)	0:00～24:00	/	13日 (日)	/	20日 (日)	/
	京都ルネス病院 (西本町 TEL22-3550)	0:00～24:00	6日 (日)	/	14日 (月・祝)	/	27日 (日)



ミニちゃん

ミニちゃんとコロちゃんの

# 図書館情報局



コロちゃん

## 図書館100年の歩みを振り返る年表を設置します。

開設100周年を記念して、図書館の歴史を振り返る年表を制作しています。

100年前の9月17日に図書館ができたんだって!



わたしが生まれたころの図書館はどんな感じだったのかな?

年表は、9月中に中央館2階市民文庫コーナーに設置予定です。お楽しみにお待ちください。

## 新規登録キャンペーン 第2弾!

新規登録された方に、各館オリジナルしおりをプレゼントします。

中央館…9月1日(日)から **先着100名**  
各分館…6月から毎月プレゼント中

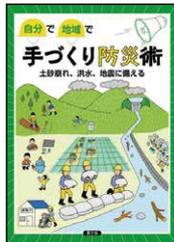
なくなり次第終了

## 9月のおすすめ図書

### 展示テーマ 防災の準備を万全に

自分で地域で 手づくり防災術

ジャンル=防災術  
編=農山漁村文化協会 (農山漁村文化協会)



国や公共のインフラに頼りすぎず、自給の力や地域  
の力で、自然災害に備えるための実践的な防災術  
を収録した一冊。

## トイレからはじめる防災ハンドブック

ジャンル=トイレ  
著=加藤 篤 (学芸出版社)

災害直後に起きるトイレ問題。トイレ対策として、災  
害前から準備しておくべきこと、発災後の具体的な  
対応方法などを紹介。



# 10月のイベント



オーちゃん



図書館のイベントは  
こちら!



講座

ところ	行事名	とき	対象	内容	申込開始日
中央館	えほんのへや【めばえクラス】	3日(木) 10:30 ~	4か月児~8か月児	絵本の読みきかせ・わらべうたなど (15分程度)	予約不要
	えほんのへや【わかばクラス】	3日(木) 11:00 ~	9か月児~ 1歳6か月児		
	おはなしのひろば	16日(水) 10:30 ~	1歳6か月児~	絵本の読みきかせ(15分程度)	
	大人のおはなし会	20日(日) 13:30 ~	どなたでも	大人向けのおはなし会	
三分和館	三和地域協議会コラボブックカフェ《お外で本とコーヒー》	4日(金) 9:00 ~ 11:00	どなたでも	本や雑誌の紹介と図書館利用の案内 場所:農業振興センター前 (三和支所隣)	予約不要
夜久野分館	おはなし会	9日(水) 10:30 ~	乳幼児とその保護者	絵本の読みきかせ、ふれあいあそびなど	9月25日(水) 10:00 ~
	おはなしのへや	27日(日) 10:30 ~	幼児~小学生	絵本の読み聞かせなど	予約不要
大江分館	大人のためのおはなし会	17日(木) 11:00 ~	どなたでも	音楽とともに絵本や詩、エッセイを楽しむ(会場:第二会議室)	予約不要

※内容は予定です。変更になる場合もあります。詳しくは、図書館までおたずねください。

## 連絡先

◆中央館 TEL:22-3225 FAX:22-7118  
◆夜久野分館 TEL兼FAX:37-1066

◆三和分館 TEL:58-4715 FAX:58-4716  
◆大江分館 TEL兼FAX:56-1017

# 10月・相談あんない

※いずれも無料・秘密厳守。特記した相談以外は、事前の申し込みは不要です。  
 ※申込日が祝日の場合は、その前日まで。

区分	相 談	日(曜日)	時 間	場 所	問い合わせ先
人権	人権相談	28日(月)	10:00~15:00	市民交流プラザ	人権推進室 TEL24-7022 FAX23-6537
	心配ごと相談	10日(木)	9:00~15:00	大江町総合会館 ※午後は大江支所	
		15日(火)		三和支所	
		21日(月)		夜久野ふれあいプラザ	
	女性相談	5日(土)・17日(木)	13:00~16:00	男女共同参画センター	
	※前日までに要予約。先着3人。一人1時間。				
性別にこだわらない相談	5日(土)	13:00~16:00			
女性の弁護士による 女性法律相談	30日(水)	13:00~16:00			
	※前日までに要予約。先着4人(初めての人を優先)。一人45分。				
健康	定例健康相談 栄養相談	8日(火)	13:30~15:30	☉・☎ 北部保健福祉センター TEL56-1106 FAX56-2018	
		9日(水)		☉・☎ 東部保健福祉センター TEL58-3010 FAX58-3013	
		15日(火)		☉・☎ 西部保健福祉センター TEL37-1108 FAX37-5002	
		29日(火)	9:30~11:00	☉・☎ 中央保健福祉センター TEL23-2788 FAX23-5998	
		栄養相談は要予約/当日までに、電話・FAXまたは直接各保健福祉センターまで			
福祉	身体障害者相談	6日(日)	13:00~15:00	総合福祉会館	障害者福祉課 TEL24-7017 FAX22-9073
	身体障害者巡回相談	24日(木)	13:00~15:00		
	要予約/前週木曜日までに、電話・FAX、または直接障害者福祉課まで				
	精神障害者相談	9日(水)・23日(水)	電話・直接相談 13:00~16:00	電話相談090-6911-7099 人権ふれあいセンター掘会館	障害者福祉課 TEL24-7017 FAX22-9073
	ふれあい福祉相談	4日(金)	13:00~16:00	総合福祉会館	☎本 所 TEL25-3211 FAX24-5282
				三和支所	☎三和支所 TEL58-3713 FAX58-3732
				ふれあいの里福祉センター	☎夜久野支所 TEL38-1200 FAX38-1230
				北部保健福祉センター	☎大江支所 TEL56-0224 FAX56-1654
	年金相談	3日(木)	10:15~15:45	市民相談室	舞鶴年金事務所 TEL0773-78-1165
		要予約/電話で舞鶴年金事務所(予約専用TEL0773-76-5772)まで			
月~金(祝日を除く)		8:30~16:00	舞鶴年金事務所	舞鶴年金事務所 TEL0773-78-1165	
要予約/電話で日本年金機構ナビダイヤル(予約専用TEL0570-05-4890)まで					
子育て	親と子の健康相談	11日(金) 17日(木)	10:00~11:00	夜久野ふれあいプラザ内・夜久野子育て支援センター 三和こども園内・三和子育て支援センター	子ども政策室 TEL24-7055 FAX23-7011
	子育て総合相談窓口	月~金(祝日を除く)	8:30~17:15	ハピネスふくちやま	
	子ども教育相談	月~金(祝日を除く)	9:00~16:00	☉・☎ 教育相談室 TEL24-3749 FAX24-5135	
くらし	生活としごとの総合相談	月~金(祝日を除く)	8:30~17:00	生活としごとの相談窓口	社会福祉課 TEL24-7094 FAX22-6610
	消費生活相談	月~金(祝日を除く)	9:00~16:00	消費生活センター	市 民 課 TEL24-7020 FAX23-6537
	ねこに関する相談	月~金(祝日を除く)	8:35~17:15	☉・☎ 生活環境課 TEL22-1827または京都府中丹西保健所 TEL22-6382	
	農地・農政相談	10日(木)	9:00~12:00	各支所・京都丹の国農協の各支店ほか	農業委員会 TEL24-7046 FAX23-6537
	税務相談	16日(水)	13:00~16:00	市民相談室	市民相談室 TEL24-7027 FAX23-6537
	交通事故巡回相談	24日(木)	9:00~16:30	☉・☎ 京都府福知山地域総務防災課 TEL22-3901 FAX23-8242	
	犯罪被害電話相談	月・木(祝日を除く)	12:00~16:00	☉・☎ 京都府犯罪被害者支援センターほくぶ相談室 TEL0120-78-3974	
	ひきこもり相談 ※要事前予約	月・金(祝日を除く)	9:00~17:00	NPO法人ニュートラル	NPO法人ニュートラル TEL090-7363-8530
	行政・法律	行政相談	10日(木)	9:00~12:00	大江町総合会館
15日(火)			三和支所		三和支所 TEL58-3001 FAX58-3013
21日(月)			夜久野ふれあいプラザ		夜久野支所 TEL37-1101 FAX37-5002
23日(水)			13:00~16:00	市民相談室	市民相談室 TEL24-7027 FAX23-6537
測量登記相談		22日(火)	13:00~16:00	市民相談室	市民相談室 TEL24-7027 FAX23-6537
司法書士法律・登記相談		10日(木)			
行政書士相談		24日(木)			
弁護士法律相談	11日(金)・25日(金)	12:30~16:30	要事前申込/前週木曜日までに市民相談室に直接、電話、FAX、郵送(住所・氏名・電話番号・相談内容を明記)で市民相談室まで。※市民限定。抽選10人。年度内で初めての人を優先		
多重債務専門法律相談	11日(金)・25日(金)	15:30~17:00	市民相談室	市民相談室 TEL24-7027 FAX23-6537	
要予約/前日午後4時までに、電話で京都弁護士会(TEL075-231-2378)まで。各日先着3人					

略記号の説明 ☉=場所 ☎=問い合わせ先 ☎☎=社会福祉協議会

# Fukuchiyama Vol.20 SDGs Journal

SDGs パートナー団体・企業の取り組みなどを紹介します

## 福知山市SDGsパートナー募集中!

福知山市のSDGsパートナー制度の登録団体・企業の取り組みなどを紹介していきます。

パートナーの募集は随時行っています。詳細は市ウェブサイトでご確認ください。

☎エネルギー・環境戦略課 (☎48-9554・☎23-6537)

## マラソン×SDGsで、 地域が元気に、かかわる全員が元気に 福知山マラソン実行委員会

### みんなが参加しやすい大会にするために

児童・生徒も参加可能な2km、3kmのファンランやチャレンジラン10km、ペアリレーマラソンなどの種目の新設、制限時間を6時間に延長し、参加しやすい大会にしました。ランナーはもちろん、多くの市民や企業の皆さんに参画いただくボランティア、沿道で応援して下さる人、福知山マラソンに参加するすべての人が協力し合い、大会を盛り上げます。

### 質の高いイベントで健康を増進します

大会当日だけでなく、事前のランニングイベントでオリンピックを招き、質の高い知識や経験を学ぶ機会を提供します。トップアスリートに接することでスポーツへの意欲の高まりや日々のトレーニングで健康増進につなげます。

### オンライン化で紙使用量の削減

WEBでのランナー申込やボランティア募集、大会参加案内のオンライン化など大会全体でデジタル化を進め、環境に配慮しつつ、円滑な大会運営の環境づくりを行います。



## 保険サービス×SDGsで、 誰一人取り残さない社会に貢献

### 株式会社T.A.K. 総合保険事務所

株式会社T.A.K.総合保険事務所では、『保険で泣く人はもう見たくありません』をコア・バリューとして、「誰一人取り残さない」社会をめざすという理念のもと、より多くの人、企業・地域社会への提案活動を行っていきます。

### 地域の皆さまの課題解決に向けて

過去の考えにとらわれず、お客様の課題を解決するために必要な提案を大胆かつスピーディーに行います。またお客様の抱えるリスクにあった必要な補償を提案することで、グッドな価格での提案を実現。さらに既存のリスクへの対応だけでなく、サイバーリスクなど新しいリスクへの対応や次世代モビリティ社会に対応する商品など、産業構造の変化にあった商品・サービスの提案をします。

あらゆる場面で、あらゆる人に、誠実、親切、公平、公正に接し、お客様の課題解決のために、チームワークを大切にし、自らを磨き続け、常に高い品質のサービスを提供します。

企業  
ホームページ  
はこちら →



## スキンケア開発×SDGsで、 高校生も地元企業も活躍できる場を創出 株式会社Lifexia

株式会社Lifexiaでは、地元の高校生が生産するキキョウ根を活用し、スキンケア開発を行っています。高校生がビジネスに参画することを大切にしており、商談や売り場づくりも共に行う実践的教育機会提供を行っています。

### 地元高校生の実践的教育

1次産業としての学習を行う高校生に、商談や売り場づくりにも参加してもらうことで、生産、加工、販売を手掛ける6次産業の知見を身につけてもらえるような質の高い教育を実践しています。また肌にやさしいスキンケア製品を地元の団体へ寄贈することで、地元の団体同士がつながることによる新しいメインドや価値の創出を実現します。

### 地元の不用品の活用

今まで使われていなかったキキョウの根をスキンケア製品に配合することで、廃棄物を減らし、不用品の価値化に貢献しています。

企業  
ホームページ  
はこちら →



## 小水力発電×SDGsで、 持続可能な社会の実現に貢献 京都・リニューアブル・エナジー 株式会社

京都・リニューアブル・エナジーでは、水力発電所開発の実施に向けて数多くの場所での検討と調整を行い、低炭素社会の実現にむけて、一助となれるよう活動を進めてまいりたいと考えております。

### 再生可能エネルギーの供給を通じた貢献

低炭素社会への移行は、私たちの未来を守るための喫緊の課題です。水力発電所開発は、地球温暖化対策に貢献するだけでなく、産業と雇用の創出を通じて、地域の再生に貢献することが期待されています。二酸化炭素排出量がほぼゼロで化石燃料依存からの脱却と気候変動対策に寄与することを目的に、小水力発電所を2026年までに完成させることをめざします。



水力発電に使用する水車

シリーズ

福知山の文化財

収蔵資料紹介 ①

とっくり  
「徳利」

福知山市教育委員会 所蔵



③店名が入った徳利



②球形の徳利



①爛徳利

現代では、電子レンジで温められるなど、より手軽に使用できるようになりました。また、ガラス製や金属製でお洒落なものも多くみられ、形も様々で贈り物として選ばれることもあるそうです。この機会にお酒を飲みながら徳利の形を眺めてみるのも楽しいのではないのでしょうか。

図文化・スポーツ振興課

(TEL) 24-70695・(FAX) 23-60561

江戸時代中期になると、それまでの濁酒から清酒を飲む習慣が浸透し、酒宴で爛酒が多く飲まれるようになり、写真①のようなより小さな爛徳利が登場しました。形は細長いものだけでなく、写真②のように球体ものも存在しました。また、酒屋ではお店の名前が書かれた徳利にお酒を入れて売るスタイルが一般的で、写真③の徳利には「豊嶋酒店分」と白文字で書かれています。写真①が18.5cm、写真②が24cm、写真③が26cmです。徳利とは、口が小さく胴がふくらんだ容器で、「とっくり」ともいいます。語源には諸説ありますが、一説には「お酒を注ぐ時の「とっくりとっくり」という音から来ているのではないかと言われています。素材は陶磁器が多く、元々は室町時代後期に酒・醤油・酢・茶などの貯蔵・運搬容器として用いられ、一斗(約18ℓ)も入る大きなものもありましたが、次第に小型化して酒徳利が主となり、酒席で注器としても使われるようになりました。

世間に広く流通していったのは、有田焼(佐賀県)や瀬戸焼(愛知県)、美濃焼(岐阜県)の徳利と言われています。有田焼の徳利は、ふくらんだ胴から細長い頸がのびた白磁に、呉須(藍色の顔料)の上絵を施したもので、白鳥徳利と呼ばれ、九州を中心として広がりました。一方、瀬戸焼・美濃焼の徳利は陶器で、主に中部・関東地方を中心に使われました。

写真の徳利は、三和町にある旧川合小学校から寄贈された徳利です。①が陶磁製、②と③が陶製で、高さは写真①が18.5cm、写真②が24cm、写真③が26cmです。徳利とは、口が小さく胴がふくらんだ容器で、「とっくり」ともいいます。語源には諸説ありますが、一説には「お酒を注ぐ時の「とっくりとっくり」という音から来ているのではないかと言われています。素材は陶磁器が多く、元々は室町時代後期に酒・醤油・酢・茶などの貯蔵・運搬容器として用いられ、一斗(約18ℓ)も入る大きなものもありましたが、次第に小型化して酒徳利が主となり、酒席で注器としても使われるようになりました。

ふくちやまに  
ドッ恋セ。

(編集後記)



広報誌担当になる前のことです。国土交通省に出向していた私は、緊急災害対策派遣隊「TEC-FORCE」の一員として能登半島に派遣されました。今月号の表紙は、そのときの輪島市の港の写真です。海面が遠いこと、地盤が隆起したこと、きっといつもの風景ではないその様に、絶句、そして、撮影。この先ずっと、あの景色を忘れることはないでしょう。地震のどうしようもない力、恐ろしさを市民の皆さまと共有できたらと思い、表紙にしました。地震の危険性が各地で高まっている今、早く多くの皆さまに今月号を読んでほしい今日この頃です。さて、特集に登場した人たちは、「地震の発災直後は自力で生き延びるしかない。自分や大切な人を守るために備えてほしい」と訴えています。今一度思い浮かべてみてください。あなたの大切な人は誰ですか?今月号が、皆さんにとって地震のことを考えるきっかけになれば良いなど、強く思っています。(芦田)



クイズ & アンケート

クイズに正解し、アンケートに答えていただいた人の中から抽選でプレゼントが当たります。

今月のプレゼント

図書券500円分

..... 3名様

▶クイズ 6ページを読んで、下の〇〇〇に入る数字をお答えください。

災害用伝言ダイヤルの番号は〇〇〇

▶アンケート

- 問1 今月の「広報ふくちやま」でよかった、ためになった、おもしろかった記事とその理由を教えてください。
- 問2 今月の「広報ふくちやま」をきっかけに行動したこと、しようと思っていることがあれば教えてください。

▶応募方法 9月26日(木) 締切(消印有効)

- ①クイズの答え ②郵便番号・住所 ③名前(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 ⑥アンケートの回答 を書いて、下記の方法でご応募ください。右下の二次元コードからも回答できます。

<ハガキ> 〒620-8501 (住所記載不要)

福知山市秘書広報課「広報9月号クイズ」係

<メール> hisyo@city.fukuchiyama.lg.jp

件名を「広報9月号クイズ」としてください。



※個人情報は賞品の発送にのみ使用します。※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。※応募は一人一通まで。  
※お寄せいただいたご意見やご感想は、匿名で広報誌やホームページなどに掲載することがあります。※アンケートやご意見の内容は抽選に影響しません。

8月号のクイズの答えは「マラソン」でした。たくさんのご応募ありがとうございました。

