



広報

ふくちやま

平成24(2012)年
12/1

いざ出陣！ 鬼武者パレード

福知山市のイメージキャラクター



酒呑童子



ドッコちゃん



「福知山リポート」



福知山市広報特派員
ドッコイセリポーター

まつだ ひろゆき
松田 寛之
(和久寺在住)

12/1 号のおもな内容

- 福知山リポート
- 市民参加型事業評価システム「公開事業レビュー」模擬実施開催のお知らせ
- 安全で安心な年末を「年末特別警戒実施中」
- 芸術作品集う！北近畿最大規模の市展
- 健康増進計画 知っ得シリーズ ほか

第31回大江山酒呑童子祭りが、11月3日(土・祝)大江地域で開催され、「鬼・妖怪仮装行列」などが華やかに行われました。

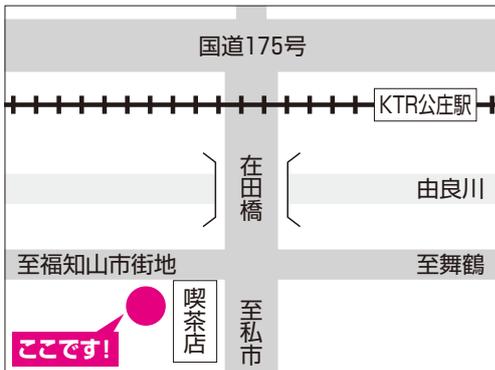
KTR大江駅前ステージでは、地元の大江音頭や福知山踊り、チアダンスなど、すばらしい踊りをみせてくれました。岡山県倉敷市からも茶屋町鬼太鼓保存会のみなさんが駆けつけ、鬼の姿で力強い和太鼓を演奏され、会場を盛り上げてくれました。

子どもたちに大人気の“鬼のふわふわ”やテント村、健康まつりも開催されて、多くの家族連れなどで楽しく賑わいました。

(このほかの福知山リポートもご覧ください→22頁目へ)

福知山レポート

「旬の野菜ずらり 笑顔の朝市で地産地消」



とある土曜日の早朝、大江地域の府道を福知山方面へ走っていると、道路脇でせわしなく野菜を運搬・陳列している人たちが目に入りました。白い息を吐きながら、しかし一人ひとりの表情はとても楽しそうです。このみなさんは、地元の農家から有志を募り結成された『河東鬼さん朝市』運営委員会のみなさんです。

設立の背景として、「生産者の顔が見たい」「近場で地産の野菜を手に入れたい」というニーズをくみ、「地産地消・交流促進」をモットーに、運営委員会メンバーが順に店頭に立ち、接客・販売を行っているそうです。

この朝市では、新鮮な旬の野菜だけでなく、蜂蜜やケチャップなどの加工品も並びます。季節によって、京野菜のえびいもも手ごろな値段で販売されています。一人ひとりがお客様本位で生産・販売に取り組んでおり、現在では、舞鶴や京都市内からの顧客もあるそうです。

「今は技術の進歩やスーパーなどの普及で、いろんな野菜が年中手に入るようになったが、旬が分かりづらくなった。特にこれからの時代を背負っていく若者や子どもたちに旬の最も良い野菜を食べてほしい！」と、朝市代表を務める森井實さんはおっしゃいます。

冬野菜には風邪予防や保温作用を持つものもあり、旬の野菜を食べることは健康の秘訣にもなります。今旬の野菜は蕪やネギなど。蕪の花言葉は「深い愛情」、ネギは「笑顔・くじけない心」です。農家さんが愛情込めて作った野菜を食べて、すてきな笑顔で寒い冬を乗り越えたいものです。

私が取材しました



福知山市広報特派員
ドッコイセリポーター
谷内 雅範
(尾藤在住)

- ◆ 応募の動機は何ですか？
大学在学中には、フリーペーパーで情報発信を行っていました。取材を通して人との出会いや、読者からの反響が楽しみとなり、福知山でもさまざまな視点で情報発信をしたいと思います、応募しました。
- ◆ 自己PRをお願いします。
大学卒業を機に、地元福知山に戻ってきました。某新聞社声欄への投稿も行っており、じっくりと文章を練ることが好きです。
- ◆ 今後の活動予定を教えてください。
人のつながりや温かさを背景とした事柄を取り上げるとともに、まちの賑わいを取り戻せるような活動に関わって行きたいです。
- ◆ 福知山市がどんなまちになってほしいですか？
高齢者や若者、子ども、世代をまたがった人と人とのつながりが強くなるようなまちになってほしいです。

「うまいもの巡り」してみませんか？



福知山市広報特派員
ドッコイセリポーター
畑中瞳
(南本堀在住)

朝晩すっかり寒くなり、今年も冬がやって参りましたが、みなさんいかがお過ごしでしょうか？ 今回は「福知山のうまいものスタンプラリー」をご紹介します。

このスタンプラリーは、毎年2月頃に厚生会館で開催される「福知山のうまいもの展」(来年は2月16日(土)、17日(日)開催)のPRを兼ねて、参加者が市内の参加店を巡る企画で、毎年開催されています。今年は市内各地域から49店舗が参加しています。

参加方法は、福知山観光案内所(福知山駅北口)などで専用台紙をもらい、各参加店で500円以上のお買いものをしてスタンプを押してもらうだけ。それを5つ集めて福知山観光案内所に届けると、「福知山十景メモ帳」がもらえます。また、付属の応募はがきを観光案内所の応募箱などに投函すれば、抽選で推奨土産品が当たります。



参加店には福知山の「うまいもの」がたくさんあります。もしかしたら、あなたの知らなかったお店が発見できるかもしれません。台紙には特典(一部店舗の割引クーポン)も付いており、ちょっとしたお買いものにも重宝しそうです。

この魅力満載のスタンプラリーは来年1月31日までです。ぜひ、参加してみたいかがでしょうか。

「水車でまちおこし」雲原でサミット



福知山市広報特派員
ドッコイセリポーター
荒砂尚樹
(雲原在住)

今年で4回目となる「水車サミット」(京都水車ネットワーク主催)が11月11日(日)雲原地内で催され、「水車」を活用したまちおこしに取り組む京都府内の団体が集まり、地元住民らと一緒に賑やかに行われました。各団体の活動報告や意見交換をはじめ、講演会、ミニコンサート、雲原の水車広場にできたばかりの石窯で作ったピザの提供もあり、五感全てで楽しめる内容でした。

講演会の第一部では、福知山出身のクラリネット奏者 吉田佐和子さんが、「音楽でまちをつなぐ」を合言葉に自身が取り組むコンサートのお話や、若い世代のトークイベントなどを紹介され、今までの水車サミットでは無かった新しい視点でのまちおこし論は、とても良い勉強になる内容でした。

また、第二部では、京都府立大学大学院の三橋俊雄教授が、自身の雲原や府北部などでの研究を通じて、地域活性化に不可欠な協力・連携の大切さなどのお話をされ、より深く聞かせていただくことができました。サミット主催の一人、雲原自治会長に感想を伺い「イベントの集客から、定住にもっていくことが課題。これがごつ難しい」という言葉が印象的でした。多くの地域が同じ問題を抱えていると思うので、これからもイベントなどでいろんな意見を吸収し、切り口を模索していきたいと感じました。

伝えたい！キラリと光る ぶくちやまの魅力！

大募集 福知山市 広報特派員 **「ドッコイセリポーター」**

あなたがリポーターになって、福知山市内のイベント、名所旧跡、人物、地域活動などを取材して「広報ぶくちやま」などに記事掲載してみませんか？ご自身のイベント紹介記事も大歓迎です。

記事の構成	写真1枚以上 文字数	デジタルカメラの場合は jpeg データ、ネガ・ポジの場合はプリントした写真 200字以上 600字未満
-------	---------------	---

対象 福知山市内に在住・在学・在勤または出身者のほか、福知山で活動しようとする人 **定員** 10人

用意いただくもの カメラなどの備品、交通費や事務・連絡・取材などに係る経費

市役所から支給するもの 従事期間中の傷害保険、広報特派員証・広報腕章

※提供記事について 未発表でオリジナルのものに限ります。

申込・問い合わせ 市長公室広報係 (TEL24-7000・FAX24-7023) まで



市民参加型事業評価システム 「公開事業レビュー」 模擬実施開催のお知らせ

市では、市長マニフェストに掲げた市民参加型事業評価システム「公開事業レビュー」の実施に向け、準備をすすめています。

「レビュー」とは、「評価、評論、見直し」などの意味があり、「公開事業レビュー」とは、市が実施している事業のあり方や内容について、多くの市民のみなさんから「市民目線」で評価、検証いただき、その結果を今後の行政運営に反映させることを目的に実施するものです。平成25年度からの評価システムの本格導入に先立ち、今年度は模擬実施を行います。市の事業の実施内容などを知っていただく大変良い機会です。ぜひ、傍聴ください。

また、市民判定人を決定するため、男女・年代層別に無作為に抽出した市民のみなさんに通知書をお送りします。通知が届いたみなさんの中から15人程度希望者を募ります。(希望多数の場合は抽選)ぜひ、ご協力をお願いします。

とき・ところ 平成25年2月3日(日)
午前9時～午後5時(予定)

・市民会館31号室(内記三丁目)
評価対象事業 7事業程度(詳細は調整)

中です)

評価体制 コーディネーター(進行役)1人、評価者6人、市民判定人15人程度

※評価者とは、客観的な視点から事業について意見・質問を行う人のことです。

※市民判定人とは、コーディネーターの進行のもと、市担当課と評価者との間で行う議論を聞いて、事業の評価判定をする人のことです。

評価方法 1事業ごとにおおむね50分程度で事業の評価を行います。評価者の議論を参考に市民が判定をする「市民判定人方式」を採用し、次の判定区分で評価します。

【判定区分】 ①民営化 ②市以外で実施(国・府・広域) ③現行どおり ④拡充
⑤内容・規模などの見直し ⑥民間委託化など

傍聴対象 福知山市民で、当日の進行や運営・アンケートなどに協力いただける人
傍聴方法 当日会場で受け付けます。受付で傍聴資料をお渡しします。

問い合わせ 市長公室企画政策係(TEL 24-7030・FAX 23-6537・Eメール kikaku@city.fukuchiyamakyoto.jp)

市長のまちがど日記 11月 ～出かけていきます!どこへでも～

11月23日(金・祝)第22回福知山マラソン

22回目となる福知山マラソンを、今年も全国各地から多くのランナーを迎えて盛大に開催した。

近年のマラソン人気の高まりで、当大会へのエントリーも早い段階で定員に達し、当日は時折降る雨にも負けず、1万483人もランナーに快走いただいた。視覚障害者の部では、2連覇を達成された和田伸也選手が、見事日本新記録を樹立されるなどのビッグニュースもあった。

出場された多くのランナーのみなさんからは、「また来年も走りたい」と言っていた。改めてこの大会の評価の高さを感じた。

ここまで皆さんに喜ばれる大会になったのも、本当に多くのボランティアや企業・団体などの皆さん、沿道で応援いただいた皆さんの支えのおかげである。主催者として大変うれしく思うし、心から感謝している。

これからも全国からのスポーツ誘致をはじめ、市民スポーツの振興活動が、ますます充実・発展していくことを願う、市民の健康増進と競技力の向上とともに、「するスポーツ」はもとより「みるスポーツ」「やぶるスポーツ」を、今後も積極的に支援していきたい。

※市のホームページ(市長室)で閲覧できます。



思い思いの目標を胸に、元気よくスタートを切るランナーたち(三段池公園にて)

安全で安心な年末を 「年末特別警戒実施中」

年末年始の準備に追われるこの時期は、日々の忙しさから、防犯に対する意識が薄れやすくなります。また、年末には現金を扱う機会や外出する機会が多くなり、これに付け込んで、ひったくりや空き巣などの犯罪の発生が懸念されます。「自分は大丈夫」と油断せず、「自分も狙われているかもしれない」との意識を持って生活するようにしてください。

ひったくりにあわないために

- 自転車のカゴには「防犯ネット」を取り付けてください。
- 歩行中の携帯電話での通話やメールは、狙われやすいので気をつけてください。
- バッグなどの所持品は、建物側に持つたり、たすきがけにするなど、持ち方を工夫してください。
- 暗い道は避け、なるべく明るい道を通行してください。
- 防犯ブザーを携帯することも被害防止になります。

空き巣にあわないために

- ゴミ出しなどの短い時間の外出でも、

出入口には必ず鍵をかけてください。

- 合鍵を出入口の近くに置かないようにしてください。
- 新聞や郵便物をためないようにしてください。

- 風呂場やトイレなどの小窓や二階の窓も施錠してください。

一人ひとりの注意と心がけで、被害を防ぐことができます。日頃から防犯に対する意識を持ち、できることから防犯対策に取り組んでください。

- 生活交通課 (TEL 24・7020・FAX 23・6537)

- 福知山警察署 (TEL 22・0110)

自分だけは大丈夫と油断せず、防犯対策を!



シリーズ 人権

～心を傾けて話を聞きましょう～

次の『 』に、あなたにとって大切な人や家族を入れて、思い浮かべてください。

- 私が『 』と会話をする時間は、1日 時間です。
- 私は『 』の友達の名前を、 人くらい知っています。
- 『 』の楽しみにしていること、興味を持っていることは です。

家族や友人、恋人など、あなたにとってとても大切な人のことを、「知ったつもり」「話を聞いたつもり」になっていませんか？
いま一度、大切な人、一人ひとりの話に『心を傾けて』聞いてみましょう。

また、言葉にしないと伝わらない思いもあります。「ありがとう」「大切に思っている」…いつも近くにいるからこそ、きちんと伝えましょう。

目を見て、聞いてね。
うなずいて、聞いてね。
声を出して、返事をしてね。

「家族だんらんの日」は、家族の絆・人と人との絆・地域の絆を確認しあい、次代の福知山を担う子どもたちの健全育成を推進する取り組みです。普段は忙しくて、つい忘れがちなこと…家族全員に「おはよう」「おやすみ」ときちんときちんとあいさつする…家族一人ひとりが大切な存在であり、人と人がつながりあっていることを確かめ合える、そんな「家族だんらんの日」にしてください。



福知山市成人式 のお知らせ

とき・ところ／平成25年1月13日(日)午後2時～(受付…午後1時30分)・三段池公園総合体育館(猪崎)
月1日に生まれた人(住民票の有無や国籍に関係なく年齢が該当すれば)どなたでも参加できます。※観覧席(上履き必要)を会場2階に設けます。(家族やお知り合いの人も一緒に新成人を祝ってあげてください。)

生涯学習課 (TEL 24・7064・FAX 24・4880)

対象／平成4年4月2日～平成5年4

第48回福知山市展表彰式の様子(11月4日(日)厚生会館にて)



北近畿最大規模の市展「第48回福知山市展」を、11月1日(木)から11月4日(日)まで、厚生会館(西中ノ町)で今年も開催しました。

工芸、写真、書、絵画、彫刻の部に、福知山をはじめ丹波・丹後・但馬の三たん地方などから一般の部に568点の作品の応募がありました。会場には入賞・入選した262点の作品と委嘱作家・招待作家の作品42点を展示し、期間中には約3000人が訪れ、芸術の秋を楽しみました。

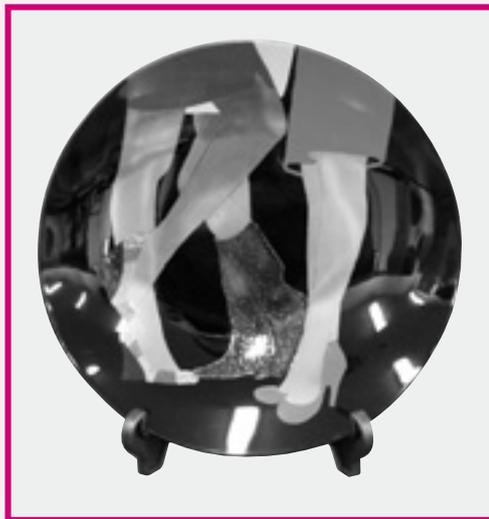
市展賞に選ばれた作品と審査員の全体の講評を紹介します。

■まちづくり推進課

(TEL24-7033・FAX23-6537)

工芸

市展賞「皮胎漆皿(シンデレラ達)」
岡村英邦さん(内記五丁目)



芸術作品集う!

北近畿最大規模の市展

第48回福知山市展

審査員の全体講評(一部抜粋)

工芸 叶道夫さん(陶芸家、京都市立芸術大学教授)
春日井路子さん(染色家)

昨年と同じような出品数でしたが、初出品の若い作家が増え、内容は昨年を上回っているように感じました。立体の受賞作品には、それが顕著に表れているように思います。また、平面作品も絞りによる藍染め作品が多いなかで、白の素地を活かした作品が見受けられ、新鮮な感じを受けました。今後、若い世代の出品が増えると、より良い展覧会になっていくと思います。

写真

水野秀比古さん(写真家)

前年度より作品のレベルが上がっており、応募者の意気込みを感じます。写真とは一期一会のものです。被写体との出会いを真摯にとらえ、その瞬間や意味を色濃く反映した作品ほど最終選考に残りました。風景や絵柄の完成度の高いものも多数ありましたが、凝った撮り方だけに腐心したものの、物語や意味の希薄なものは、心に響きませんでした。独自の視点やプラスチックの要素が望まれます。また、プリントや額装の品質も依然として課題が残りました。安易な方法に頼らず、細部に気を配ってベストを尽くしていただければと思います。いくらでもシャッターを切れるデジタル時代ですが、リアルさや物語、メッセージ性に注力した入魂の一枚を期待します。

書

日比野実さん(書家(かな)、京都大学講師)
同志社大学講師(ほか)

竹内勢雲さん(書家(漢字)、大阪芸術大学講師)

毎年ですが、本年も高い実力を持った作家が、多数応募してくださいました。会場の都合により、半数以下に絞らなくてはならず、心ならずも選外とした作品も多くあります。



写真

市展賞「車窓の子」
足立恆行さん(野家)

絵画

市展賞「穏やかな刻」

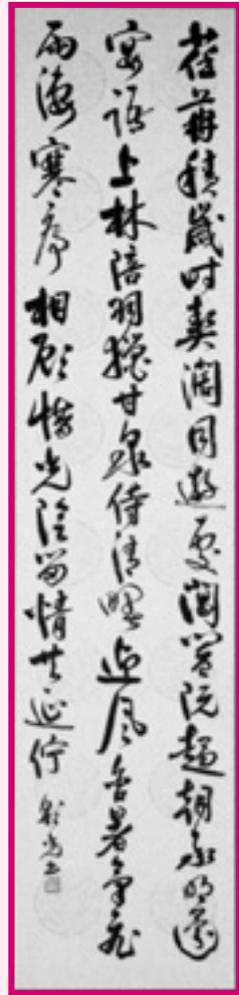
友次みち代さん（西佳屋野町）



書

市展賞「薛播州に贈る、九首の四」

塩見忠子さん（北本町一区）



彫刻

市展賞「世紀の旅人」

仲田軍兵さん（西脇市）

※なお、今回の入賞作品28点を、佐藤太清記念美術館（内記一丁目）で12月16日（日）まで展示しています。ぜひ、美術館でも市展の作品をお楽しみください。

開館時間／午前9時～午後5時

（入館は午後4時30分まで）

入館料／大人210円、

こども（小・中学生）100円

休館日／毎週火曜日

■佐藤太清記念美術館

（TEL兼 FAX23-2316）

た。漢字作品は、比較的似たムードの作品が多い中での選択となり、本年は特に線質のよいものを中心に入選作としました。かな作品は、余白の使い方を主に拝見。調和体は文字のバランス。篆刻は奏刀の技術を見ました。師風追従は悪いことはありませんが、自分の作品に自信をもつことがなければ、作品が輝くことはありません。我流にならない範囲で自分の書を作ってください。

絵画
林 潤一さん（日本画家、京都嵯峨芸術大学名誉教授）
山添耕治さん（洋画家、京都市立芸術大学名誉教授）
絵画部門では、昨年より応募作品が多く、自由でのびのびとした個性的な作品や、確かな技法の研鑽に裏付けされた多くの作品が寄せられ、見ごたえのある作品も少なくありません。例年のことながら日本画、油画、水彩画、水墨画と素材を超えた幅広い絵画表現に対し、広い視野を心がけて拝見しました。素材の違いによつて、取り上げられているテーマも作風も多岐にわたっていますが、自然を描いたもの、人生の喜怒哀楽を歌ったもの、「3・11」の津波被害の再興への願いなど、総じてそこには出品者のレベルの高い造形意欲と感動がありました。展示作品数に制限がありますが、惜しくも選外となった作品にも作者の気持ちがかもったものがありました。描くこと、創ることの楽しさが、また次の制作活動へと誘うことを願っています。

彫刻
村上泰造さん（彫刻家、京都精華大学名誉教授）
昨年に続き、彫刻部門の審査をやらせていただきました。一般の部門では、前年と比べ出品点数は減りましたが、内容は良くなったように思われ、日頃の作家の努力が伺えます。委嘱作家の作品は、多様な素材に加え、発想も個性に富んでいて大変良かったです。

あなたに知ってほしい【HIVとエイズ】のこと

エイチアイブイ

12月は「エイズ予防月間」です。もう一度、エイズを身近な問題として考え、正しく理解し、行動しましょう。 ■健康推進室 (TEL23-2788・FAX23-5998)



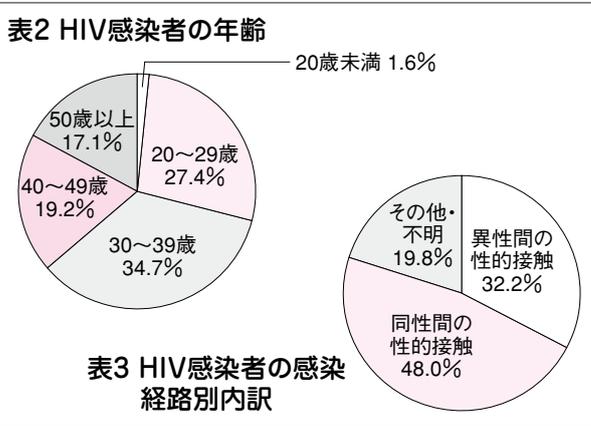
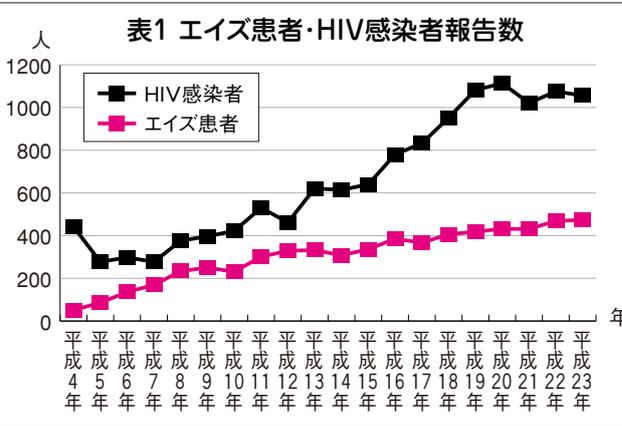
レッドリボンとは、あなたが「エイズに関して偏見をもっていない」「エイズとともに生きる人々を差別しない」というメッセージです。

・ **エイズってどんな病気?**
エイズ(後天性免疫不全症候群)とは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)の感染により、免疫力が低下することによって発症する病気のことです。

・ **国内の発生と動向は?**
平成23年末現在、日本国内で新たに1056人のHIV感染者が確認されました。近年、特に20歳代から30歳代の若い世代だけでなく40歳代以上の年齢も増加しています。(表1、表2)

また、京都府内でもHIV感染者・エイズ患者数は、昨年新たに16人、累積276人確認されています。(京都府ホームページより)

・ **症状と経過は?**
HIVに感染してから発症まで約10年間、無症状の期間が続くといわれています。その間も感染力はあるため、他の人に感染させてしまう危険性があります。



検査・相談窓口のご案内

HIV・エイズ検査は全国の保健所で無料・匿名で受けられます。ただし、HIVは感染してから抗体ができて検査で判明できるようになるまで6～8週間位かかります。まれに抗体ができるのが遅い人もいますので、正確な判定をするには約3カ月必要です。心配な場合は、まず相談してください。

【市内の検査・相談窓口】

京都府中丹西保健所では、その日のうちに結果の出るHIV・エイズの即日検査を実施しています。事前に予約が必要です。

とき・ところ 毎週月曜日の午前9時～11時
京都府中丹西保健所(篠尾新町)

※即日検査でなければ、クラミジアや肝炎の検査も同時に行えます。(結果が出るまで2週間かかります。)

申込・問い合わせ 京都府中丹西保健所保健室
(TEL22-6381・FAX22-0429)

・ **どうしたら感染するの?**
HIVは感染力の弱いウイルスであり、一般的な日常生活では、まず感染しません。HIV感染者やエイズ患者を恐れたり避けたりする必要は全くないのです。

主な感染経路は「性行為感染」です(表3)。つまり、性交渉をする人すべてに感染する可能性があるのです。コンドームの正しい使用が大切です。

・ **検査と治療はあるの?**
無症状期間が長いいため、感染の有無は血液検査で確かめず、少しでも感染の心配があれば、必ず検査を受けましょう。

現在、HIV感染を完治できる治療薬はまだありませんが、HIVの増殖を抑えるさまざまな「抗HIV薬」が開発され、複数の薬剤を組み合わせた「多剤併用療法」によって、エイズの発症予防が可能となってきました。

12月16日(日)は、衆議院議員総選挙投票日です。

郵便などによる不在者投票

身体障害者手帳や戦傷病者手帳、介護保険被保険者証をお持ちの人で、次の障害・等級の人が、ご自宅で投票用紙等（投票用紙と投票用封筒）に候補者名等を自書し、郵便などを利用して行う投票制度です。なお、「郵便等投票」をするためには、事前に選挙人名簿に登録されている選挙管理委員会へ「郵便等投票証明書」の交付申請が必要です。

投票用紙等の請求は、投票日の4日前の午後5時までに選挙管理委員会事務局に到着（必着）するように余裕をもって請求してください。

郵便等投票ができる人

障害等の区分	障害などの程度	
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能	1級または2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	1級または3級
	免疫、肝臓	1級から3級
戦傷病者手帳	両下肢、体幹	特別項症から第2項症
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓	特別項症から第3項症
介護保険の被保険者証	要介護状態区分	要介護 5

あなたの一票大切に



代理記載制度

郵便等投票ができる人で、自ら投票の記載をすることができない者として定められた右表に該当する人は、あらかじめ選挙管理委員会に届出た者（選挙権を有する者に限る。）に投票に関する記載をさせることができます。

なお、代理記載制度を利用するためには、事前に選挙人名簿に登録されている選挙管理委員会へ「郵便等投票証明書」の交付申請が必要です。

代理記載投票ができる人

障害等の区分	障害等の程度	
身体障害者手帳	上肢または視覚	1級
戦傷病者手帳	上肢または視覚	特別項症から第2項症

選挙管理委員会事務局 (TEL 24-7037・FAX 23-6537)

寄附禁止のルールを守って明るい選挙!



- 政治家が選挙区内の人や団体にお金や物を贈ることは、法律で禁止されています。また、有権者が政治家に対して寄附を求めることも禁止されています。
- 政治家が選挙区内の人や団体に対して答礼のための自筆によるものを除き、年賀状などのあいさつ状を出すことは禁止されています。

選挙管理委員会事務局 (TEL 24-7037・FAX 23-6537)

福知山市明るい選挙推進協議会

シリーズ「介護について考えよう！」③

介護認定結果が届いたら ケアプランの作成

前月号では、介護保険サービス利用の出発点として、介護認定の申請、認定結果の通知について紹介しました。今月号では、認定結果を受けた後のケアプランの作成についてお知らせします。

介護認定の申請をしていただくと、原則30日以内に、認定結果が届きます。

認定結果が「要支援」「要介護」であれば、介護サービスを利用するために「ケアプラン」（介護サービス計画）を作成します。

ケアプランの作成は、一般的にケアマネジャー（介護支援専門員）にお願いします。ケアマネジャーが、本人や家族の希望を聞きながら本人に合った介護サービス（介護予防サービス）計画を立て、そのプランに従ってサービスを受けることになります。またケアマネジャーに頼まず、自分で作成することもできます。

なお、「自立」と判定された場合も、一定の要件を満たせば、介護予防のための教室などを受講できます。



「要支援1・2」の場合

各地域包括支援センターまたはセンターの委託を受けた事業所のケアマネジャーが、ケアプランを作成

- 中央包括支援センター
(高齢者福祉課内 TEL24-7073・FAX23-6537)
- 東部包括支援センター
(三和支所内 TEL58-3010・FAX58-3013)
- 西部包括支援センター
(夜久野支所内 TEL37-1108・FAX37-5002)
- 北部包括支援センター
(大江支所内 TEL56-1106・FAX56-2018)

「要介護1~5」の場合

【施設サービスを希望する場合】

直接入所を希望する施設に依頼（施設のケアマネジャーがケアプランを作成します）

※各サービスを希望する場合の連絡先は次ページをご覧ください。

【在宅サービスを希望する場合】

ケアマネジャーのいる居宅介護支援事業所にケアプランの作成を依頼（地域密着型サービスの小規模多機能型居宅介護などは直接サービス事業所に申し込み）

居宅介護支援事業所を選ぶポイント

- ケアマネジャーや職員の対応はどうか
- ケアプラン（介護サービス計画）の説明をしっかりとってくれるかどうか
- 十分な介護や福祉の知識をもって
- 本人・家族の希望を反映してくれるか など

在宅サービス、施設サービスとは？

在宅サービスは、自宅で生活しながら受ける介護サービスで、主なものとして自宅にヘルパー（介護員）に来てもらい、入浴、排せつ、食事などの世話をしてくれる「訪問介護（ホームヘルプサービス）」、日中、事業所へ通って食事・入浴などの介護を受ける「通所介護（デイサービス）」、施設に短期間入所して食事・入浴などの介護を受ける「短期入所生活介護（ショートステイ）」などがあります。

在宅サービスのうち、小規模多機能型居宅介護とは、1つの事業所により、訪問、通所、泊まりが受けられるサービスです。

施設サービスは、施設で生活して介護サービスを受けるもので、「特別養護老人ホーム」「介護老人保健施設」「介護療養型医療施設」があります。

各サービスを希望する場合の連絡先

		事業所名	所在地	電話番号	
<p>●在宅サービスを希望する場合（居宅介護支援事業所）</p> <p>介護保険の相談、申請の代行、介護サービスを利用する際、必要なケアプランの作成をしてくれる市内の指定居宅介護支援事業所です。</p> <p>※施設サービスや地域密着型サービスの小規模多機能型居宅介護などを希望される場合は、直接、施設・サービス事業所へ申し込んでください。</p>		福知山市社会福祉協議会三和支所在宅介護支援センター	三和町千束 375	59-2035	
		晴風居宅介護支援センター	字大内 3173-1	20-2770	
		福知山市居宅介護支援事業所 ほほえみの里	字長田 238-4	27-0800	
		ミストラル介護センター	字長田 2737-12	20-2221	
		みどり居宅介護支援事業所	土師宮町二丁目 173	20-2555	
		京都保健会ほっとステーションきぼう	土師宮町一丁目 136-2	20-4155	
		土ニコニコハウス	字土 60	20-2515	
		さくら苑	字堀 3374	22-2120	
		福知山市社会福祉協議会	字内記 10-18	23-3573	
		栄光サービスセンター	字内記 48-7	22-1272	
		三愛荘居宅介護支援事業所	字猪崎 25-1	23-3580	
		にれの木園	字天田 14-2	25-1145	
		駅南ニコニコハウス	駅南町二丁目 270	23-2166	
		京都生協福祉事業部福知山ホームヘルプサービスセンター	駅南町二丁目 270 ふれあいコープふくちやま 2階	24-2165	
		ニチイケアセンター福知山	未広町六丁目 4 福井ビル 1階	25-3437	
		京都ルネス病院	未広町一丁目 38	22-3550	
		石坪	篠尾新町二丁目 88	22-4181	
		コアラライフ	字厚 235	23-0255	
		厚ニコニコハウス	厚中町 200	23-2515	
		サンヒルズ紫豊館	字榎原 180-2	34-0557	
		居宅介護支援センター豊の郷	字大門 900	23-4072	
		ニコニコ介護支援ルーム	字牧 250-5	33-3770	
		岩戸ホーム	字猪野々 31-1	33-3155	
		夜久野介護センター	夜久野町平野 1030	38-1035	
		ハートケア居宅介護支援事業所	夜久野町額田 1393-1	37-1080	
		大江在宅介護支援センター	大江町二俣 1607	56-1981	
		訪問看護ステーション「ひまわり」	大江町河守 186	56-0101	
		ケアプランセンターかなや三丁目	大江町金屋 724	56-5000	
		こもれび	字長田 785	27-6508	
		●小規模多機能型居宅介護サービスを希望する場合		土ニコニコハウスにっこり村	字土 60
小規模多機能型居宅介護事業おとなせ	猪崎 754-53			23-8222	
今安ニコニコハウスにっこり村	今安 1004-1			25-2520	
あっとホームらく楽	鴨野町 57			33-0250	
小規模多機能施設北陵の里	字行積 141			36-0255	
特別養護老人ホームみわの里	三和町友淵 79-132			59-2525	
●施設サービスを希望する場合	特別養護老人ホーム	橘	三和町千束 824	58-3339	
		特別養護老人ホーム六人部晴風	字大内 3173-1	20-2770	
		特別養護老人ホームにれの木園	字天田 14-2	24-1015	
		特別養護老人ホーム三愛荘	字猪崎 25-1	23-1436	
		特別養護老人ホームえるむ	旭が丘 92-2	45-3651	
		特別養護老人ホーム豊の郷	字大門 900	23-4072	
		サンヒルズ紫豊館	字榎原 180-2	34-0557	
		岩戸ホーム	字猪野々 31-1	33-3155	
		特別養護老人ホームグリーンピラ夜久野	夜久野町平野 1030	38-1031	
		特別養護老人ホーム五十鈴荘	大江町二俣 1607	56-1981	
		介護老人福祉施設きらら	字行積 141	36-0255	
		介護老人保健施設	老人保健施設第一緑風苑	土師宮町二丁目 173	27-6100
			老人保健施設さくら苑	字堀 3374	22-2120
		介護療養型医療施設	松本病院	土師宮町二丁目 173	27-1588
			渡辺病院	字牧 1616-1	33-2260

来月号からは、介護保険で受けられるサービスを紹介します。

■高齢者福祉課介護保険係 (TEL 24-7013・FAX23-6537)

福祉・健康

すこやか元気教室 受講者募集!

高齢者がいつまでも健康でいきいきと過ごすためには、正しい食生活や体を動かすことを生活の中に取り入れ、実行することが大切です。当教室を通して、元気で健康なからだづくりを行います。

申し込み

- ①平成25年1月18日(金) 東部保健福祉センター
- ②1月23日(水) 川合集落センター
- ③1月25日(金) 菟原中公民館
- ④1月30日(水) 六人部地域公民館

いずれも午前10時～午後2時30分
※内容は同じですので、いずれかの会場にご参加ください。

対象 市内在住の65歳以上の市民
定員 各日20人(先着順)

テーマ 「いつまでもいきいきと元気で過ごすために健康なからだづくりをしよう!」

内容 保健師・栄養士の健康講話、調理実習、試食・交流会、健康体操、健康相談・栄養相談

申込方法

平成25年1月11日(金)までに、電話・ファクスまたは直接東部保健福祉センター(TEL 58-2090・FAX 58-3013)まで

男性の健康づくり教室

「健康プランニングセミナー」受講者募集!

豊かな老年期を迎えるために貯蓄や保険の計画を立てるよう「長期的な視点で「健康設計」を立ててみませんか? 10年後に健康で幸せな生活が送れるよう、5回シリーズで実施します。

受講費は無料です。

申し込み内容
いずれも午後1時30分～3時30分
夜久野ふれあいプラザ
(夜久野町下町)

開催日	内容
①平成25年1月16日(水)	『確かめよう!体がくれるメッセージ』(体力・健康チェック)
②1月23日(水)	『ライフスタイルに合った運動のすすめ』(講義・運動指導)
③1月30日(水)	『内臓脂肪減少アクションプラン』(講義・運動指導)
④2月13日(水)	『食生活をリズムに乗せよう』(講義・試食)
⑤2月20日(水)	『簡単!元気の出る食事の工夫』(講義・調理実習)

対象 市民で特定健診を受診された男性(原則、5回とも参加可能であること)

定員 20人(先着順)

申込方法 電話・ファクスまたは直接西部保健福祉センター(37-1234 FAX 37-5002)まで

ご存知ですか? 障害基礎年金

国民年金の加入中などに、初診日がある病気やケガなどで障害の状態になったとき、障害認定日(初診日から1年

6カ月を経過した日またはその期間内に症状が固定した日)において、障害等級の1級または2級に該当した場合は、障害基礎年金を受けることができます。

ただし、65歳以降に初めて障害の状態になった場合は、障害基礎年金には該当しません。納付要件は、初診日の前日において、初診日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と免除期間(若年者納付猶予期間・学生納付特例期間を含む)を合わせた期間が3分の2以上必要となります。(初診日が平成28年3月31日以前に

あるときは、特例として初診日の前々月までの直近の1年間に保険料の未納がなければよいことになっています。)

なお、20歳前に初診日のある病気やケガによって障害の状態になった人は、障害等級の1級または2級に該当すれば20歳から(障害認定日が20歳以後の場合は、障害認定日から)受給できます。

ただし、この場合本人に一定額以上の所得や他年金の受給がある場合、支給が制限されます。

問い合わせ 市民課国民年金係(TEL 24-7057 FAX 23-6537)

国保ひと口メモ

- 年末調整と国民健康保険料
年末調整で社会保険料控除として申告される国民健康保険料は、領収書、通帳で確認できます。また、これらの書類がない場合は、運転免許証や保険証など本人確認ができるものを持って、保険課窓口または各支所窓口相談係までお越しください。「納付額のお知らせ」を発行します。電話でご連絡いただければ住所先へ郵送することもできます。
確定申告で社会保険料を控除される場合には、1月中旬に「納付額のお知らせ」を一齐に送付します。いましばらくお待ちください。
- 保険課国保料係 (TEL 24-7019・FAX 23-6537)
- 三和支所窓口相談係 (TEL 58-3002・FAX 58-3013)
- 夜久野支所窓口相談係 (TEL 37-1106・FAX 37-5002)
- 大江支所窓口相談係 (TEL 56-1103・FAX 56-2018)

「生命のメッセージ展」
会場変更のお知らせ

11月15日号の特3ページでお知らせしました「生命のメッセージ展」で、12月11日(火)・12日(水)開催分の会場が変更になりました。
変更前 市役所1階ロビー(内記三丁目・開館時間…午前8時30分～午後5時)
変更後 人権ふれあいセンター堀会館(堀口・開館時間…午前9時～午後5時)

■人権推進室(TEL 24-7022・FAX 23-6537)

資格などの区分	届出先	
全ての医師・歯科医師・薬剤師	住所地または就業地のいずれかの最寄りの保健所	
保健師・助産師・看護師・准看護師・歯科衛生士・歯科技工士で12月31日(月)現在、府内を就業地として業務に従事している人	就業地が京都市内	京都府健康福祉部医療課(京都府庁内) TEL 075-414-4754
	就業地が京都市以外	就業地の最寄りの保健所

この届け出は、関係法令により、2年ごとに12月31日現在の就業状況などを届け出ているもので、医療および公衆衛生行政を進めるうえで重要な資料となります。該当される人は、必ず平成25年1月15日(火)までに届出を済ませてください。

医療従事者の届け出は平成25年1月15日までにお出しください

なかよしひろば・ふれあいひろば・きらきらひろば・おひさまひろば
子育て中の親どうし、子どもどうしのネットワークを広げませんか?

3月までの行事予定 ※予約が必要な行事は、各行事開催月の初日から受け付けます。

行事は変更になる場合があります。各ひろばに直接問い合わせいただくか、各ひろばが毎月発行する行事予定をご確認ください。

『なかよしひろば』

●開催時間は、いずれも午前10時～11時30分

月日	行事内容	場所	予約
1月8日(火)	お正月あそび	川合保育園	不要
1月15日(火)	身体を使ってあそぼう(3B体操)		
1月24日(木)	冬場の健康～感染症について～	東部保健福祉センター	要 ※1
2月5日(火)	リズムあそび	川合保育園	不要
2月12日(火)	お楽しみ会準備会		
2月28日(木)	講座 食のひろば	東部保健福祉センター	要 ※1
3月5日(火)	お楽しみ会 ※2月12日(火)の準備会にもご参加ください	川合保育園	要

■連絡先/三和子育て支援センター(TEL58-4580・FAX58-3005)
※1の連絡先は東部保健福祉センター(TEL58-2090・FAX58-3013)
注:平成24年度は川合保育園でも支援センター行事などを行います。

『きらきらひろば』

●開催時間は、いずれも午前10時～11時30分

月日	行事内容	場所	予約
1月9日(水)	作ってあそぼう	大江子育て支援センター	要
1月16日(水)	室内あそび		不要
1月24日(木)	講座 食のひろば	北部保健福祉センター	要 ※3
2月6日(水)	仲良くあそぼう!(冬)	大江子育て支援センター	不要
2月20日(水)	お楽しみ会準備会		要
3月6日(水)	講座 歯のひろば	北部保健福祉センター	要 ※3
3月13日(水)	お楽しみ会 ※2月20日(水)の準備会にもご参加ください	大江子育て支援センター	要

■連絡先/大江子育て支援センター(TEL56-0990・FAX56-0124)
※3の連絡先は北部保健福祉センター(TEL56-2620・FAX56-2018)

『ふれあいひろば』

●開催時間は、いずれも午前10時～11時30分

月日	行事内容	場所	予約
1月10日(木)	季節のあそび	夜久野子育て支援センター	要
1月17日(木)	講座 元気に過ごそう		不要
1月24日(木)	ふれあい交流会(保育園児)	夜久野ふれあいプラザ	不要
1月29日(火)	講座 食のひろば②		要 ※2
2月14日(木)	自然とあそぼう(冬)	夜久野子育て支援センター周辺	不要
2月21日(木)	室内あそび	夜久野ふれあいプラザ	不要
3月7日(木)	ひよっこクラブ		不要
3月19日(火)	講座 親子クッキング		要 ※2
3月21日(木)	おたのしみ会②		不要

■連絡先/夜久野子育て支援センター(TEL37-0189・FAX37-0189)
※2の連絡先は西部保健福祉センター(TEL37-1234・FAX37-5002)

『おひさまひろば』

●開催時間は、いずれも午前10時30分～正午

月日	行事内容	場所	予約
1月31日(木)	よちよちひろば ※0・1歳児の親子対象	武道館(柔道場)	不要
2月20日(水)	ぴよんぴよんひろば ※2歳児以上の親子対象	六人部地域公民館(和室)	要
2月28日(木)	お買い物ごっこ		
3月6日(水)	絵本についての楽しいお話会	六人部地域公民館(和室)	不要

■連絡先/おひさまと風の子サロン(TEL23-5722・FAX45-6066)



■子育て支援課保育園係(TEL 24-7083・FAX 22-9073)
// 家庭支援係(TEL 24-7066・FAX 22-9073)

文化・教育

佐藤太清記念美術館企画 展「第2回高校アート展」

市内の高校生の作品を展示します。各校の作品を美術館でお楽しみください。

期日 12月19日(水)

〔平成25年1月20日(日)〕

午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

※毎週火曜日、12月28日(金)

〔31日(月)は休館〕

・佐藤太清記念美術館

(内記二丁目)

参加高校

京都府立工業高等学校、福知山高等学校、大江高等学校、福知山淑徳高等学校、京都共栄学園高等学校

入館料

大人210円、子ども100円

問い合わせ

佐藤太清記念美術館(TEL兼FAX23・2316)



成美大学・同短期大学部 で学びませんか? 社会人・市民入試

大学の持つ知的資源やノウハウを活用・修得して、地域などで役立ててみませんか? 成美大学と成美大学短期大学部では、平成25年度の社会人・市民入試受験者を募集します。

募集枠

ビジネスデザイン学科、医療福祉マネジメント学科、生活福祉科食物栄養専攻(短期大学部2年制)

対象

平成25年3月31日時点で、高等学校を卒業または同等の資格を取得後、3年以上の社会人経験を有する人(家事専業でも可)

※編入制度(大学3年次)もありません

市民特別優遇(成美大学のみ)

年額授業料69万円を全額免除、入学金30万円のうち20万円を免除

※市内在住で平成25年4月1

日時点で30歳以上の人が対象です。

入試日程

受付	出願期間	試験日	合格発表日	入学手続期間
①	1月11日(金)～ 1月25日(金)	2月2日(土)	2月9日(土)	～3月8日(金)
②	2月12日(火)～ 2月25日(月)	3月2日(土)	3月9日(土)	～3月22日(金)
③	2月28日(木)～ 3月22日(金)	随時	随時	～3月29日(金)

※③は短期大学部だけの募集です
試験会場はいずれも成美大学(西小谷ヶ丘)

選考方法

成美大学・志望理由書、面接、小論文

短期大学部:面接、小論文

※出願書類は成美大学にありません。

問い合わせ

成美大学入試広報本部(TEL24・7100・FAX24・7170)

映画・ドラマの撮影を福知山に! あなたの「お気に入りの風景」大募集!

「ロケ地100景選定隊」では、福知山にドラマや映画などの撮影を誘致するため、ロケーション(野外などでの撮影)に最適な風景を募集しています。

募集内容／観光名所だけでなく、日々の暮らしの中の風景や街並み、建物などジャンルは問いません。普段なら何気なく通り過ぎるような場所やお気に入りの場所など、ドラマや映画の舞台になりそうな場所をご紹介ください。

応募資格／市内、市外を問わず、どなたでも応募していただけます。

募集期間／平成24年12月31日(月)まで

応募方法／所定の様式で「ロケ地100景選定隊事務局」へ郵送、ファクス、Eメールまたは直接提出してください。様式は福知山市役所、各支所に設置するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

問い合わせ先／ロケ地100景選定隊事務局(観光振興課内 TEL24-7076・FAX24-4440・Eメール kankou@city.fukuchiyama.kyoto.jp)

11月26日現在の応募状況／総数333件(旧市内:177件、三和地域:41件、夜久野地域:23件、大江地域:92件)

締切迫る! 12月31日まで



イラスト提供/おまつかつみさん



12月28日(金)は、固定資産税・都市計画税(いずれも第4期分)、国民健康保険料・介護保険料(いずれも第7期分)、後期高齢者医療保険料(第6期分)の納期限日です。■税務課資産税係(Tel 24-7025) ■保険課国保料係(Tel 24-7019) ■高齢者福祉課介護保険係(Tel 24-7013) ■同高齢者医療係(Tel 24-7018) ■代表FAX 23-6537

お知らせ

福知山市納付相談のお知らせ

京都地方税機構中丹地方事務所職員による、市税・国民健康保険料の納期を過ぎた人の納付相談を行います。

相談の必要な人は、あらかじめ税務課(Tel 24-7024・FAX 23-6537)または、保険課(Tel 24-7019・FAX 23-6537)に連絡ください。

トキ・ユメ

12月28日(金)午前9時～正午
・市役所2階(税務課)

※京都地方税機構中丹地方事務所では、随時納付相談を行っています。

京都地方税機構 中丹地方事務所(河守285 大江支所内1階 Tel 56-0340・FAX 56-0740)

自宅の「住宅用火災警報器」の設置は、お済ませてください。

占領せよ

すべての住宅に「住宅用火災警報器」を設置してください。



福知山市防災センターで防災体験を!

一人でも、家族でも、自治会、団体、いつでも誰でもお気軽に

大切な家族や財産を火災から守りましょう。



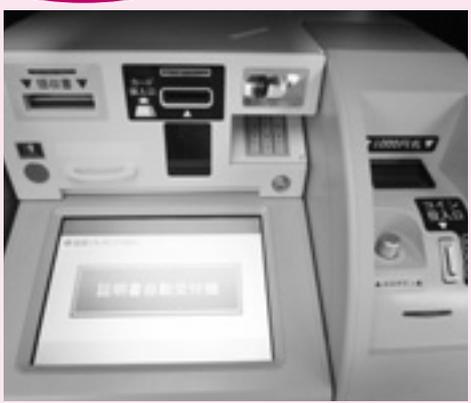
予防戦士 ジューケイキマン

体験無料

開館時間 午前9時～午後5時(防災研修室は午後9時まで利用可能)
日は開館し翌日休館 ※10人以上は事前予約をお願いします。問い合わせ 消防署予防課(Tel 23-5119・FAX 22-5458) 東羽合町46番地1 消防防災センター1階

(マイカードでの印鑑証明書、住民票発行) 12/24(月・祝) 自動交付機の一時利用停止のお知らせ

市役所庁舎内の電気設備点検による停電のため、12月24日(月・祝)終日、市庁舎正面玄関横の自動交付機の利用ができません。印鑑証明書、住民票が必要な人は、大変ご迷惑をおかけしますが、早めのご利用をお願いします。なお、通常の自動交付機の稼働時間は、毎日(12月30日～1月3日を除く)午前7時30分から午後7時30分までです。



自動交付機では、事前に市民課または各支所の窓口でマイカードに暗証番号の登録を行うことで、マイカードを使用し、本人の印鑑証明や同じ世帯の人の住民票の交付を受けることができます。

登記事項証明書の交付請求は「オンライン」がお得です

オンラインで登記事項証明書を請求されると、窓口で請求されるよりお得です。

窓口請求 700円	オンライン請求(郵送) 570円 ★ご希望地へ郵送します。 普通郵送料は、法務局が負担 速達、書留代金は利用者負担	130円お得
	オンライン請求(窓口受取) 550円	150円お得

※手数料はATM(ペイジー対応)、インターネットバンキングなどでお支払いください。
※ご利用時間 月～金曜日の午前8時30分～午後9時(祝日・年末年始を除く)

■京都地方法務局福知山支局 (TEL22-3043・FAX22-1293) 詳しくは [登記・供託オンライン申請システム](#) [検索](#)

ガス水道部からのお知らせ

●水道管の凍結事故にご注意ください

冬本番のこの時期は、家庭内の水道管が凍結しやすくなります。水道管の露出しているところや、屋外にある立水栓など、直接外気のある場所にある水道管は必ず保温をしてください。水道管に毛布や古布などを巻き、その上からビニールなどを巻くと保温できます。

万一、凍結による破裂事故が起きた場合は、水道メーター手前にある止水栓を閉めて、すぐに福知山市上下水道ガスサービスセンター（水内 TEL24・40001）に連絡をしてください。



■ガス水道部営業課お客様サービス係（TEL22・65000・FAX22・65055）

日頃の通院やお買いものなどには、便利な公共交通（バス）をご利用しましょう。

●検針にご協力ください

漏水の確認や、確実な検針をするために、次の点にご協力をお願いします。

・メーターボックス内に、泥や水が入らないようにしてください。

・メーターボックスの上に、物を置いたり、駐車したりしないでください。

・犬は、メーターボックスや出入り口から離してつないでください。

・メーターボックスの上や周りに積雪があると、検針や開閉栓作業ができません。メーターボックスの上や周辺の除雪をお願いします。

■ガス水道部営業課収納係（TEL22・65001・FAX22・65055）

●水道メーター・市ガスメーターの取替えにご協力ください

計量法により、検定満期によるメーターの取替えが義務づけられています。（水道メーター8年、市ガスメーター10年）

本市では、メーター取替業務を福知山市上下水道ガス

サービスセンターに委託しています。社員証を携帯したサービスセンターの社員が、検定満期月までに取替えのため訪問します。

屋外にある水道メーターは留守の場合でも取替えますが、屋内メーターや市ガスメーターは、在宅時に立会いのうえ取替えを行います。ご協力をお願いします。

■ガス水道部営業課お客様サービス係（TEL22・65000・FAX22・65055）

デイスポーザ排水処理システムなどの設置時は申請を

一般家庭で、生ごみを粉碎して下水道施設などへ流す「デイスポーザ排水処理システム」などの設置には申請が必要で、本市の登録機種のみ設置が可能です。また、地域によって設置できる機種が異なります。

問い合わせ ガス水道部営業課お客様サービス係（TEL22・65000・FAX22・65055）

製造業事業所のみなさまへ

平成24年工業統計調査 にご協力ください

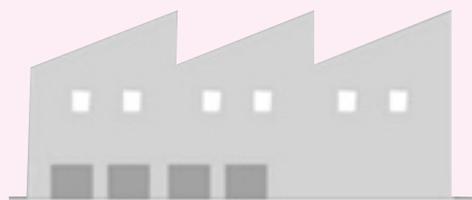


工業統計調査は、製造業の実態を明らかにすることを目的に実施される重要な統計調査です。

12月中旬から平成25年1月中旬にかけて「調査員証」を携帯した統計調査員がお伺いしますので、調査票を受け取られた事業所のみなさまは、正確に記入していただきますようご協力をお願いします。

調査は平成24年12月31日時点の内容です。

■総務課文書統計係（TEL24-7036・FAX23-6537）



政府統計

なか循環路線バス（北ルート）も便利です。
■生活交通課（TEL24・70200・FAX23・65337）

積雪にご注意を!!

☆雪おろしなどの注意事項

- ・無理な除雪は行わないでください。
- ・転落事故を防ぐため、必ず命綱などを身につけて行ってください。
- ・複数人で行い、お互いの安全を確認しながら行ってください。

☆屋根からの落下雪に注意

- ・屋根から落ちる雪は想像以上に重く、直撃すると生命にかかわり大変危険です。家屋などへの出入りには十分注意してください。

☆なだれに注意

- ・気温が高くなった場合、積雪がゆるみ、なだれの危険があります。
- ・山などが隣接する場合は特に注意が必要です。

☆早めの避難を

- ・積雪により、家屋に異常を感じたときは避難してください。
- ・自力で雪下ろしができない場合は、業者などに依頼してください。

★積雪情報・道路通行規制情報ホームページ (京都府)

<http://dobokubousai.pref.kyoto.jp/douro/yukimichi/i/index.aspx>

■危機管理室 (TEL24 - 7503・FAX23 - 6537)

お得な一日乗車券

一日何度でも乗降可能!

シリーズ「福知山の文化財 — 未来への遺産 —」⑱

たんごふたまたがみ

丹後二俣紙 [府指定 無形]

福知山市大江町二俣 田中製紙工業所・丹後二俣紙保存会

福知山市の北方に位置する大江山の麓、宮津へと向かう府道9号線沿い、宮川(五十鈴川)の右岸に、隣接して「田中製紙工業所」と「和紙伝承館」があります。旧丹後国に属していた大江町内では、古くから手漉き和紙の生産が行われており、京都府内の代表的な和紙生産地でした。江戸時代末期から明治にかけて、北原から河守上村の二俣や天田内、有路下村、河守町へと広まった手漉き和紙の製法は、「河守紙」や「二俣紙」の名とともに広く知られるようになっていきました。

しかし、最盛期には200戸近くあった和紙生産農家も、洋紙や機械生産に押され減少。昭和40年代から今日まで、田中製紙工業所ただ一軒が伝統を守り続けています。

江戸後期の初代源助氏から、二代辰蔵氏、三代秀太郎氏、四代正晃氏へと技術を途絶えることなく伝える中、三代秀太郎氏の代の昭和51年には、伝統的手漉き和紙製造技術と「漆櫛し紙」に代表される高度な手漉き和紙製作技術が評価され、大江町無形文化財に指定されました。



和紙伝承館と田中製紙工業所



収穫間近の楮畑

現在も紙の原料となる楮は地場産で、五十鈴川の溪流で晒し、工程すべてを手漉きで行い、染めや加工なども全て工業所内で行っています。楮の伐採から、カゴ蒸し、剥皮作業、煮熟、叩解、紙漉、圧搾、乾燥まで伝統的方法を守った自家生産で、伝統的な手漉き和紙の技法を活かした製品は、漆櫛し紙(吉野紙)、書道用紙、印刷用紙、ちぎり絵用紙、文化財修理用紙などとても幅広く、平成17年3月18日には手漉和紙製造技術「丹後二俣紙」として京都府の無形文化財に指定されました。

手漉き和紙ならではの品質や風合いは、現在でも多くの愛好家を魅了していますが、伝統的な製法による手漉き和紙は、古文書をはじめ多くの文化財の修復に欠かすことができません。高品質であるだけでなく、個々さまざまに違いのある紙質に対応できる高度な伝統技術がそれを可能にしています。丹後二俣紙の一枚一枚には、過去と未来をつなぐ技術が、強くそして繊細に漉きこまれています。

おとな小学生以下

13500円

購入日に、まちなか循環路線バスの北ルート・南ルートに何回でも乗降できる乗車券です。まちなか循環路線バスの車内で購入できます。ぜひご利用ください。

環境

容器包装プラスチック専用ごみ袋を判別しやすくしました

今回、「容器包装プラスチック専用ごみ袋」の表面に凸凹をつけることにより、手触りだけでごみ袋の種類を判別できるように改良しました。これにより3種類ある市の指定ごみ袋（燃やすごみ・燃やさないごみ・容器包装プラスチック）の判別がしやすくなり、視覚に障害を持った人などがごみを分別する際の負担を軽減します。

このごみ袋は、市内の各指定ごみ袋取扱い店舗で、現在の在庫がなくなり次第、順次購入いただけます。

※なお価格の変更はありません。

※「燃やすごみ袋」は材質が違いため、現在でも判別が可能です。

家庭での主な節電対策の例

エアコン

- 重ね着などをして、室温は20℃を心がける
- 厚手のカーテンなどで部屋の暖気を外に逃さない



※暖房の控え過ぎによる体調不良などにご注意ください。

照明

- 不要な照明をできるだけ消し、夜間の点灯も最小限にする

テレビ

- 画面の輝度を下げ、必要な時以外は消す

冷蔵庫

- 設定を「弱」に、食品を詰め込み過ぎないようにし、扉の開閉時間を減らす

待機電力

- リモコンではなく、本体の主電源を切る。長期間使用しない機器のプラグを抜く



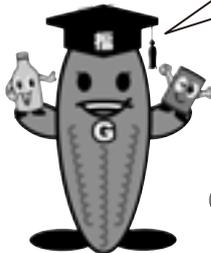
イラスト提供/おまつかつみさん

市民のみなさんには、夏の節電にご協力をいただき、ありがとうございます。みなさんの取り組みで、計画停電も無く、無事、電力不足を回避することができました。本格的な冬の到来を迎え、これからの時期は暖房などの使用により、さらに電力消費が増えることが予想されます。特に冬場は家庭の使用電力量が増える夕方以降（午後6時～午後9時）の節電に引き続き協力をお願いします。

881)

■環境政策室 TEL 22・1827・FAX 22・4

一人ひとりの節電が大きな力となり、消費電力を大幅に抑えることができます。できるところから節電に取り組みましょう!



福知山市みどりの親善大使

ブーヤ先生

冬の節電にご協力をお願いします



エコは了解!

石油ストーブはどうやって処分するの?の巻
ビンちゃん 12月に入って

いよいよ冬も本番やな。

カンちゃん 寒い日が続くけど、最近、家で使ってる石油ストーブの調子が悪いから、新しく買おうかと思ってるんや。

ビンちゃん そうか、じゃあ古いストーブはもう廃棄するん?

カンちゃん うーん、できるだけ修理して長く使いたいけど...もし廃棄するしたらどうしたらええんや?

ビンちゃん 石油ストーブもファンヒーターも「燃やさないごみ」として廃棄することができます。

カンちゃん そうなんか、じゃあ「燃やさないごみ」の有料指定袋に入りきる大きさであれば収集にも出せるんやな。

ビンちゃん そうやで。ただ、石油ストーブを収集に出すときや、環境パークへ直接持ち込むときには、次の3点を絶対に守らんといかんで!

① 灯油タンクの中を完全に空にする。

② ストーブ本体の底に溜まった灯油を取り除く(灯油は新聞紙や古布に浸み込ませて「燃やすごみ」として出す)

③ 本体に入っている乾電池を取り外す(乾電池は別袋で「燃やさないごみ」として出す)

カンちゃん 収集や処理過程での火災事故を防ぐためやな!了解!

ビンちゃん

募集!

「広報ふくちやま」で使用している挿絵などのイラストや、写真などを提供いただける人を募集します。ご協力いただける人は、市長公室広報係 (TEL 24-7000・FAX 24-7023・Eメール hisyo@city.fukuchiyama.kyoto.jp) までご連絡ください。

おもな施設 年末年始のご案内

○ 開館(営業) □ 休館(休業)

施設名		27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
		木	金	土	日	月	火・祝	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
市役所	窓口	○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	○	○	○	○
	自動交付機	○	○	○	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	○	○
福知山市民病院	外来救急	○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	○	○	○	○
新大江病院		○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	○	○	○	○
	新大江病院附属有路診療所	○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	-	○	○	○
	雲原診療所	-	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	-	○	-	○
	休日急患診療所	-	-	-	○	○	○	○	○	-	-	○	-	-	-	-	-
	環境ごみ収集	○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	○	○	○	○
	パークごみ持ち込み	○	○	○	○	○	-	-	-	○	-	午前のみ○	○	○	○	○	○
斎場	火葬棟	○	○	○	○	○	-	午後のみ○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	葬祭棟	○	○	○	○	○	-	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	公設地方卸売市場	○	○	○	○	-	-	-	-	-	○	-	○	○	-	○	○
	総合福祉会館	○	○	-	-	-	-	-	-	○	○	○	-	○	○	○	○
	夜久野町ふれあいの里福祉センター	○	○	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	○	○
	大江町老人福祉センター(舟越会館)	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○
	市民会館(中央公民館)・大江町総合会館・三和・夜久野地域公民館	○	○	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	○	○
	川口・日新・六人部・成和・大江地域公民館	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	-	○	○	○
	菟原・額田児童館	○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	○	○	○	○
	その他の児童館	○	○	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	○	○	○	○
	人権ふれあいセンター	○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	○	○	○	○
	教育集会所・夜久野ふれあいプラザ	○	○	-	-	-	-	-	-	○	貸館のみ○	○	○	○	○	○	○
	勤労青少年ホーム	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	○	○	○	○	○
	三和町郷土資料館	○	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	○	○	○	○
	夜久野町化石・郷土資料館	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	-	○	○
	日本の鬼の交流博物館	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	-	○	○	○	○
	市民体育館・市民運動場	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	-	○	○	○
	三段池公園総合体育館・武道館・テニスコート	9時~17時のみ○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	-	○	○
	長田野体育館・長田野公園運動広場	-	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	-	○
	温水プール	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	-	○	○	○
	動物園・都市緑化植物園・児童科学館	○	-	-	-	-	-	○	○	-	○	○	○	○	-	○	○
	福知山鉄道館ポッポランド	-	○	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	-	○
	福知山城(福知山市郷土資料館)・丹波生活衣館・芦田均記念館	○	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	-	-	-	○	○
	佐藤太清記念美術館	○	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	○	-	○	○	○
	治水記念館	-	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	-	○	○	○
	厚生会館	○	○	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	○	○
	新町文化センター	-	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	-	○
	図書館(中央館・分館)	○	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	○	○	○	○	○
	北陵総合センター(北陵地域公民館)	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	-	○	○	○
	北陵総合センター(こぶし荘)	○	○	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	○	○	○
	大呂自然休養村センター・グラウンドゴルフ場	-	-	-	-	-	-	-	ゴルフのみ○	○	○	○	○	○	○	○	○
	里の駅みたけ	○	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	○	○	○
	緑の里交流センター(無人)	○	○	○	○	-	-	-	○	○	○	○	○	○	-	○	○
	下水道厚生棟	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	-	○	○	○
	夜久野高原温泉 ほっこり館・夜久野荘・やくの一道庵・やくの本陣	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	-	-	-	○	○
	やくの花あずき館	○	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	○	-	-	○
	やくの木と漆の館	○	○	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	-	○	○
	やくのベゴニア園	○	-	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	○	-	○	○
	子ども等体験農園	○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	○	○	○	○	○	○
	鬼力亭・大雲塾舎	○	-	-	-	-	-	○	○	○	○	○	-	○	○	○	○
	大雲記念館	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	-	○	○	○	○
	大江山グリーンロッジ・鬼瓦工房	○	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	-	○	○	○	○
	大江町和紙伝承館	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	-	○	○	○	○
	防災センター	○	-	-	-	-	-	-	-	○	○	○	-	○	○	○	○

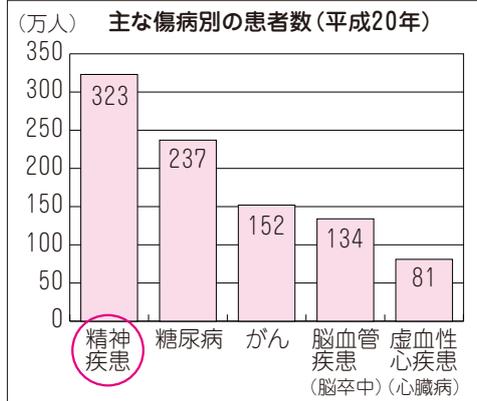
※三岳青少年山の家、三和荘、市営福知山駅南口広場駐車場、福知山駅北口広場駐車場、市営福知山駅東駐輪場、市営福知山駅西駐輪場、上下水道ガスサービスセンターは休まず営業しています。

健康増進計画 知っ得シリーズ Part20



けんこウサギちゃん♥と1000歩くんのいきいき健康トークング

- : 1000歩くんは、日本で患者数が多い病気って知ってる？
- : 「がん、心臓病、脳卒中」が、日本人の死亡原因として多いって聞いたことがあるよ。
- : そうだね。その通りなんだけど、右のグラフを見て!! 実は最近、精神疾患や糖尿病の患者数がとても増えてきているんだよ。
- : へえ~!! 精神疾患が一番多いなんて知らなかった。
- : 国も特に重点対策にあげている4大疾病(がん・心臓病・脳卒中・糖尿病)に、平成23年度から精神疾患を追加させて「5大疾病」と示されたんだ。今回は、急増している精神疾患を予防するための「こころの健康」についてお話しするよ!



(資料:厚生労働省・患者調査より)

あなたのストレスはどこに出る？



身体面
頭痛、腹痛、^{どつき}動悸、不眠、めまい、
食欲低下、吐き気、体がだるい など

行動面

過食、過度の飲酒・喫煙
ギャンブル、周囲の人への暴言
遅刻・欠勤の増加 など



心理面
気分が沈む、イライラする
涙もろくなる、やる気が起きない
集中力・判断力の低下 など

こころの健康を保つために



睡眠

睡眠は脳と体を休息させ、疲労を回復させます。早寝・早起きを習慣づけると生活リズムが整います。

食事

1日3回規則正しく食べることが基本です。栄養バランスのいい食事は心と体の元気の源!

ぬるめのお風呂にゆっくりつかりリラックス効果があります。また腹式呼吸もおすすめ!

週末にまとめて運動するのではなく、毎日少しでも体を動かして、緊張状態をほぐしましょう。

休息

運動

腹式呼吸法

自律神経を整え、精神を落ち着かせる効果があります。

- ①両手をお腹にあて、鼻から息を吸い、お腹をふくらませます。 *①②を繰り返す
- ②吸うときの3倍くらいの長さをかけてゆっくりと口から息を吐き、お腹をへこませます。



ひとりで抱え込まず、相談しましょう。

- ◎病院 精神科・心療内科
- ◎保健所 京都府中丹西保健所・福祉室 TEL22-3903
- ◎市役所 中央保健福祉センター TEL23-2788
東部保健福祉センター TEL58-2090
西部保健福祉センター TEL37-1234
北部保健福祉センター TEL56-2620
社会福祉課 TEL24-7017

福知山市民感謝デー

12月17日(月)・12月19日(水)・12月21日(金)
予約代表者が福知山市在勤、在住の方が対象

WESTコース・セルフプレー

7,500円(昼食1,000円割引付)
上記料金は、3B・4B料金です。ゴルフ振興協力金(30円)別途

お申込: グランベール京都ゴルフ倶楽部
(TEL0771-82-2166)

「広報ふくちやまを見た」とお伝えください。

社会人・市民入試 福知山市特別枠のご案内

(福知山市在住かつ2013年4月1日現在で30歳以上の方)

- ◎合格特典
- 入学金100,000円(200,000円免除)
- 授業料4年間全額免除(690,000円免除)
- ※編入学は2年間免除

出願条件など詳しくはお問い合わせください

個別ガイダンス・大学見学 随時受け付け中! 詳しくは本学HPで



成美大学

〒620-0886 京都府福知山市字堀3370
HP: http://uv.seibi-gakuen.ac.jp/
TEL.0773-24-7100 FAX.0773-24-7170

※「広報ふくちやま」は、資源保護のため再生紙と、環境にやさしい植物油インキを使用しています。

「広報ふくちやま」1日号を毎月第1木曜日、15日号を毎月第3木曜日に配布しています。次回12月15日号は、12月20日(木)に配布します。市長公室広報係 TEL 24-7000 FAX 24-7023 Eメール hisyo@city.fukuchiyama.kyoto.jp