

「宮津市 SDGs 地域プラットフォーム」始動



キックオフ講演会(フルリモート)の様子

宮津市では、市民主体、市民が起点となって SDGs を推進する 「SDGs 地域プラットフォーム」を設置することとしており、これ に先駆けて、9月23日に、「一人ひとりとSDGsの接点を探る」と 題した「キックオフ講演会」をフルリモートで開催し、19名の参 加をいただきました。

シンク・アンド・アクト(株) 伊澤慎一様、(財)グリーンスポー ツアライアンス澤田陽樹様による「オープニングトーク~ SDGs 未 来都市宮津を目指すうえでの情報提供~」と題した講演の後、参 加者で意見交換を実施し、環境にやさしいまちづくりや産業振興、 また次世代の人づくりなどについて活発に意見が交わされました。

今後、「SDGs 地域プラットフォーム」を年内に3回開催し、SDGs による持続可能な地域づくりについて、みんなで議論していきま す。SDGs の推進に取り組みたいと思われる方はぜひご参加をお願 いします。

【第 | 回プラットフォーム】

日時:10月25日(月)18:30~20:30

場所:福祉・教育総合プラザ 第4コミュニティルーム ※ 10月21日(木)までに申し込みをお願いします。

【申込・問合せ】

環境衛生係 電話 45-1617 メール eisei@city.miyazu.kyoto.jp

団地名	募集戸数	間取り	家賃	単身入居
夕ヶ丘	2戸	2DK	22,900 円~ 46,800 円	可
宮村上	3戸	2DK	21,300 円~ 42,300 円	可
鳥が尾	2戸	3DK	16,500 円~ 32,400 円	不可

※別途、敷金として家賃の3か月分が必要となります。 ※タヶ丘、宮村上は駐車場(有料)があります。

受付期間 11月10日(水)~11月24日(水)の開庁日

受付期間 午前8時30分~午後5時

申込・受付方法

- ① 11月1日(月)から募集案内書を建築住宅係、市民窓口係に配置すると ともに、HP にアップします。
- ②申込にあたっては建築住宅係に書類を持参してください。(郵送は不可)

主な入居資格

①住宅に困窮していることが明らかであり、世帯の収入(月額)が 一般世帯は 158,000 円、裁量階層世帯は 214,000 円を超えないこと ②市税を滞納していないこと

入居予定 2月上旬

問都市住宅課建築住宅係(本館南棟 3 階) ■ 45 - 1631



市営住宅 入居者募集

100 歳おめでとうございます!

9月10日、市内で100歳を迎えるご長寿の方を城崎を迎えるご長寿の方を城崎市長が訪問し、祝状と記念品を贈呈しました。
「四神さんはなんと一人暮らし。「こんな風にお祝いをらし。「こんな風にお祝いをらし。「こんな風にお祝いをらし。「こんな風にお祝いをいただけて嬉しいです」と、礼状と記念品を受け取られました。「コロナで大変な世の中だけど、きっと良くなるからね!といつも姪の息れた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えられた方は7名です。100歳を迎えらいた。



百寿・紀寿のお祝い

第 | 期生卒業

未来天橋塾

本塾は、令和3年度から 「宮津の宝を育むチャレンジ 「宮津の宝を育むチャレンジ 「宮津の宝を育むチャレンジ が、市内の若手事業者が、市 で交流し、市内の若手事業者が、市 も事業の経緯・課題・増りの を発表し、それぞれのと、11名の塾生は今後もオンライン等 を発表し、それぞれの地でました。 を発表し、それぞれの地でました。 を発表し、それぞれの地でました。 を発表し、それぞれの地でました。 を発表し、それぞれの地でました。 を発表し、それぞれの地では、シーンションの意思を固めました。 を発表し、それぞれの地である合同会社イキーで交流し、共創の輪を拡げてのまました。 を発表し、それぞれの地である。 を発表し、それぞれの地である。 で交流し、共創の輪を拡げてのきます。今後の第1期生の がきます。今後の第1期生の がきます。今後の第1期生の



日本酒「豊」仏で最高賞

神の恵みを味わって

のボーカル森友園士さんとのボーカル森友園士さんとのボーカル森友園士さんとのボーカル森友園士さんとのボーカルスで開催された日本で、2021年度純米大吟醸部門で最高賞のプラチナ賞を受賞しました。
このタイアップは2年目。このタイアップは2年目。で、日本酒の間のようなおっきりとした味わいで、日本酒になじみのない女で、日本酒になじみのない方はます。で、日本酒になじみのない方はます。で、日本酒になじみのおりとした味わいです」ぜひ料理と共に、対です」ぜひ料理と共に、対でさい。 、 つくったヨ クレイ酒造 ボーカル森



楽しみましょう!夜の橋立

リエ2021」で検索! 11月13・14日 ○宮津・天橋立エール花火 ○宮津・天橋立エール花火 の成相寺紅葉ライトアップ フートフート大橋立小天橋広場 ・特別展 ・大型機械彫刻 ・大型機械彫刻 、かけしてア-がけしてア-がけしてなった。 がれ「光の7 がか「光の7 がある。

光のアトリエ 2021 第 2 期開始



3

コラム ~ 宮津市の家計簿(一般会計の概要)~

一般会計は、金額が大きく専門的な言葉が多いので、イメージがしやすいように家計簿に置き換えました。 ※給料が約450万円となるよう決算額を1,500分の1にした上で、収入と支出は12で割って月額で示しています。

収入(歳入)

収入の内容	R2	R1
給料	38.5 万円	38.2 万円
基本給	13.9 万円	14.2 万円
諸手当	24.6 万円	24.0 万円
アルバイト収入	2.0 万円	2.2 万円
親からの仕送り	25.9 万円	17.2 万円
金融機関からの借入金	8.6 万円	17.3 万円
貯金の取り崩し	0.8 万円	0.8 万円
その他の収入金	2.8 万円	2.8 万円
1 か月の収入 合計	78.6 万円	78.5 万円

支出 (歳出)

支出の内容	R2	R1
食費	10.6 万円	10.6 万円
光熱水費	9.9 万円	10.5 万円
医療・介護費等	10.2 万円	10.1 万円
ローンの返済	7.1 万円	7.8 万円
子どもへの仕送り等	28.9 万円	23.8 万円
家の増改築、車の購入代等	8.4 万円	9.0 万円
家・車の修理代等	1.1 万円	5.5 万円
貯金	1.4 万円	0.6 万円
その他の支出金	0.1 万円	0.1 万円
1 か月の支出 合計	77.7 万円	78.0 万円

ローンと貯金(市債、基金残高)

ローンと貯金の状況	R2 末残高	R1 末残高
ローン	1,157.3 万円	1,135.4 万円
貯金	29.9 万円	23.0 万円

※基本給:市税、諸手当:地方交付税・各種交付金等、アルバイト収入:分担金・負担金・使用料・手数料、親からの仕送り:国府支出金、金融機関からの借入金:市債、貯金の取り崩し:繰入金、その他の収入金:財産収入・寄附金・諸収入・繰越金、食費:人件費、光熱水費:物件費、医療・介護費等:扶助費、ローンの返済:公債費、子どもへの仕送り等:補助費等・繰出金、家の増改築・車の購入代等:普通建設、家・車の修理代等:維持補修費・災害復旧費、貯金:積立金、その他の支出金:貸付金

- ▶収入では、給料が約38.5万円(3千円の増)の中で、金融機関からの借金約8.6万円(8万7千円の減)、貯金の取り崩し約8千円(増減なし)でやりくりをしました。
- ▶支出では、食費約 10.6 万円(増減なし)、光熱水費約 9.9 万円(6 千円の減)、医療・介護費用など約 10.2 万円(1 千円の増)、等の負担が昨年度と同様に高い割合を占めています。 また、子どもへの仕送り等の負担が約 28.9 万円(5.1 万円の増)と大きく増加しました。
- ▶ローンは、家の増改築等や子どもへの仕送り等の支出を多く行ったことから、1年間で約21.9万円の増加となり、 今後のローン返済への備えが必要となっています。また、貯金は約6.9万円増加しました。

03 特別会計

土地建物造成事業特別会計で1億4,248万円の赤字 その他会計は黒字となり、特別会計全体でも1,099 万円の黒字。

土地建物造成事業特別会計では、つつじヶ丘団地の販売 実績がなかったことから、前年度と同様に赤字となりま した。

その他の 12 の特別会計は、総額 1 億 5,347 万円の黒字となりました。

04 公営企業会計

水道事業の経常損益は3年ぶりに7,055万円の黒字。下水道事業は596万円の赤字となり、純損益はいずれの会計も黒字。

水道事業は、水道使用料金の改定に伴う水道使用料の 増や、効率的な施設運営に努めたことによる事業費用 の減等により、3年ぶりに黒字となりました。

下水道事業は、地方公営企業法適用後、初の決算となりましたが、新型コロナウイルス感染症の影響による事業所等の使用水量の減等により、経常損益で赤字となる一方で、地方公営企業法適用に伴う特別利益の発生により、純損益では黒字となりました。

決·算·報·告

令和2年度決算が9月議会で承認されました。一般会計では、財政健全化に軸足を置いた財政運営を実施した結果、 歳入歳出差引額から翌年度繰越額を差し引いた実質収支で1億2,905万円の黒字となり、何とか15年連続の黒字を 維持するとともに「みやづビジョン2011」の総仕上げと「第7次宮津市総合計画」を見据えた5つの重点事項を中 心に各施策・事業を実施しました。また、新型コロナウイルス感染症対策もきめ細やかに実施しました。

特別会計では、土地建物造成事業特別会計で前年度までの累積赤字の影響で1億4,248万円の赤字、その他の特別会計は黒字となり、特別会計全体でも1,099万円の黒字となりました。公営企業会計では、水道事業は経常損益が黒字となる一方、下水道事業では経常損益が赤字となりましたが、純損益ではいずれの会計も黒字となりました。

01 一般会計 歳入

令和元年度と比較し、2,973 万円の増加 市債発行は大幅に減少したものの、国庫支出金が 大幅増

歳入全体の約2割を占める自主財源では、ふるさと 応援寄附に伴う寄附金が大幅増となる一方、新型コロナウイルス感染症の影響により、市税が減少。 歳入全体の約8割を占める依存財源は、新型コロナウイルス感染症対策により国庫支出金が大幅増となる一方、生活関連基盤等の建設事業の減に伴い市債が大幅に減少しました。

02 一般会計 歳出

令和元年度と比較し、3,838万円の減少 義務的、投資的経費は減少したものの補助費等が増加

歳出全体の約4割を占める義務的経費では、公債費が昨年に引き続き減少。また、約1割を占める投資的経費では、大きな災害の発生がなかったこと等により災害復旧経費が大幅に減少。一方で約5割を占めるその他経費では、新型コロナウイルス感染症対策等により補助費等が大幅に増加するとともに、ふるさと応援寄附の増により基金への積立が大幅に増加しました。

141 億 4,720万円

	- ,	
自主財源(24.8%)	市税 (17.7%)	25 億 349 万円 寄附金(1.2%) 1 億 7,183 万円 その他(5.9%) 8 億 3,350 万円
	地方交付税 (27.5%)	38 億 9,000 万円
依存財源 (75.2%)	市債 (10.8%)	15億3,712万円
	国庫支出金 (25.6%)	府支出金(7.4%) /10 億 4,464 万円
		その他(3.9%) 5 億 4,305 万円

140 億

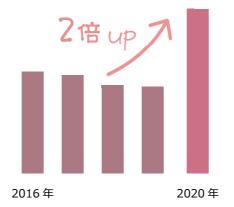
歳出合計 **67 万円**

	人件費 (13.6%)	19 億 1,139 万円
義務的経費 (36.0%)	扶助費 (13.2%)	18 億 4,189 万円
	公債費 (9.2%)	12 億 8,355 万円
投資的経費	普通建設事業費 (10.8%)	15億1,627万円
(12.3%)	災害復旧事業費	2億291万円
	物件費 (12.7%)	17億8,618万円
その他経費(51.7%)	補助費等	41 億 3,649 万円
	(29.5%)	10 億 6,408 万円
	繰出金 (7.6%)	その他(1.9%) 2億5,791万円
		•

令和二年度ふるさと納税寄附金の実績を報告します。

ふるさと宮津応援寄附

全国平均は約1.4倍。巣ごもり需要に加え、宮津市では返 礼品を増やし、前年度の約2倍に寄附金額がupしました。



1億6,084万円



寄附実績

1億6084万円

,市民によるまちづくりのために ・・^ - ^ - ^

7.996 万円



教育のために(教育基金へ)

災害支援のために

1,946 万円

環境保全のために

(自然環境保全基金へ)

福祉のために(福祉基金へ)

コロナ対策のために(福祉基金へ)

9万円

206万円

3.343 万円

寄附金の活用

1億959万円



6,310万円

- ・道の駅「海の京都 宮津」及び立体駐車場の運営
- ・自治会活動への支援
- 市民実践活動施設の管理運営
- ・大河ドラマ「麒麟がくる」ゆかりの地観光推進

1,600万円

- ・小中一貫教育の推進(質の高い学力の充実・向上)
- ・専用スクールバス等の運行

【その他】9万1000円

・避難所の備蓄物品購入



.840 万円

- ・環境保全活動の実施
- ・「みやづ環ネットワーク」の活動支援
- ・街路灯等の LED 化
- 浄化槽の設置補助
- ・天橋立を世界遺産にする会の活動支援



1,200万円

- ・地域ささえあいセンターの管理運営
- ・社会福祉協議会が行う社会福祉活動の支援
- ・病児・病後児保育施設「りりふる」の運営
- ・高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画の策定

• 主な財政指標等の状況

市町村の財政状況を多角的に把握し、その破綻を未然に防止するため法律に基づく財政指標があります。 本市では、全ての指標で国の基準はクリアしていますが数値は極めて高く、特に「実質公債費比率」及び「将来負 担比率」は全国的にも極めて悪い状況です。

健全化判断比率等

全ての指標で国の基準をクリアするも「実質公債費比率」 及び「将来負担比率」は全国的にも極めて悪い状況

実質公債費比率 3 か年平均:17.9%

早期健全化基準:25%/財政再生基準:35%

一般会計等における公債費、下水道事業会計への繰 出金をはじめとする準元利償還金が減少したことに 加え、標準財政規模が増加したことから、前年度と 比べて単年度で 3.5 ポイント (18.4% → 14.9%)、 3ヶ年平均では2.1ポイント(20.0%→17.9%) 下がりました。

将来負担比率 210.1%

早期健全化基準:350%/財政再生基準:なし

一般会計における地方債残高は増加しましたが、下 水道事業会計などへの繰出見込額が減少するととも に、基金残高が増加したことなどから、前年度と 比べて 32.9 ポイント下がりました。(243.0% → 210.1%)

資金不足比率

経営健全化基準:20%

· 十地建物造成事業特別会計 - %

実質収支は1億4,248万4千円の赤字となりました が、保有土地の時価評価額が当該赤字の額を上回っ たため、算定されません。

水道事業会計 - %

流動資産から流動負債を差引いた額(資産剰余額) はマイナスとなりますが、資金不足比率の算定上、 流動負債から建設改良企業債分を控除するとプラス となったため、算定されません。

·下水道事業会計 - %

流動資産から流動負債を差引いた額(資産剰余額) はマイナスとなりますが、資金不足比率の算定上、 流動負債から建設改良企業債分を控除するとプラス となったため、算定されません。

02 基金残高

4億4,872万円 前年度から1億389万円の増

- ▶財政調整基金は平成28年度以来4年ぶりの原資 積立を実施し、年度末残高は1億262万円(+ 2.920万円)
- ▶減債基金の年度末残高は3,034万円(±0万円)
- ▶ふるさと宮津応援寄附等を原資とする5基金 は、寄附金の増により年度末残高は1億6,511 万円 (+6,224 万円)

13 地方債残高

一般会計:173 億 5,943 万円

前年度から3億2,833万円の増

全会計:307億490万円

前年度から 4,066 万円の増

▶一般会計の地方債残高は、生活関連基盤の整備等 での借り入れは大幅に減少したものの、元金償還 に対して発行額が上回ったことから、4年連続で 増加となりました。

・普通建設事業債:114億8,836万円 ·災害復旧事業債: 10 億 534 万円

▶特別会計・企業会計の合計での地方債残高は減少 しましたが、一般会計の地方債残高の増により、 全会計の地方債残高は、微増となりました。

詳細はコチラをご覧ください 宮津市ホームページ R2 決算関係ページ



「橋をつなごう。」

宮津市のまちづくりを進めるためのキーワード

計画の全体像

「つなごう。」を用いたキャッチコピーで各テーマの内容を説明しています

目指す 10 年後の将来像



共に創る みんなが活躍する 豊かなまち "みやづ"

2 つの重点プロジェクト

若者が住みたいまちづくりプロジェクト



つなごう。 未来のみやづをつくる次の世代を

宮津の宝を育むチャレンジプロジェクト

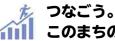


つなごう。

宮津の魅力とまだ見ぬ誰かを

5 つのテーマ別戦略

地域経済力が高まるまちづくり



このまちの産業と日本の経済を

住みたい、住み続けたいまちづくり



つなごう。

このまちに携わるすべての人を

安全・安心に生活でき、環境にやさしいまちづくり



つなごう。

どんな時も揺るがない安全・安心を

健康でいきいきと幸せに暮らせるまちづくり



つなごう。 10 年後、20 年後の健やかな暮らしを

ふるさとを大切に学びを深めるまちづくり

つなごう。



みんなの知識、経験、文化を

特集:第7次宮津市総合計画とようなまちを目指して

事業のつなが

まちがくりで售りる第一長を沓が出ってかませんか。ちがくり。まずはみんなで思いを共有し、日本に誇れ目指すのは、ヒト・モノ・コトをつなぐ、橋のようないうキーワードで、計画をひと言で表しています。がつきにくいと思います。そこで、「橋をつなごう。がかきにくいと思います。そこでは一体何の話なのか想力を含計画」です。名前だけでは一体何の話なのか想力を

9月補正予算(一般会計)

新型コロナウイルス感染症対策として、福祉施設の「感染防止対策」、自宅療養者への支援を行う「生活支援対策」のほか、国等の事業採択を受けたテレワーク・ワーケーションによる都市部との交流拠点づくりや農業機械導入等支援、ICT を活用した学習環境の整備、災害復旧等を行うもの

が算をである。

新型コロナウイルス感染症対策の予算

感染防止対策

◆介護施設等における感染防止設備の導入支援 132万円

感染者と非感染者を分離するためのゾーニング 整備や面会室の整備への支援

1億4,227万円



- 閰 社会福祉課地域福祉係
- **1** 45 1618

生活支援対策

◆コロナ感染自宅療養者への生活応援パックの支給 100万円

自宅療養となった方及びその世帯に対し、食品 等を支給



災害復旧を支援

0

- 圆 健康・介護課健康増進係
- **1** 45 1624

その他の予算

- ◆市内まるごとワーケーション事業 9,000万円
 - ・民間サテライトオフィス等の開設支援
 - ・「前尾記念テレワーク総合センター(仮称)」の 整備費の追加

・主体的、対話的で深い学びの授業づくりの推進

・ICT を活用した家庭学習のための貸出用モバイ





ルルーター整備

閰 企画課定住・地域振興係

閰 学校教育課学校教育係

1 45 - 1641

- **1** 45 1607
- 系
- 🛮 農林水産課農林水産係
- **1** 45 1626
- ◆災害復旧事業 1,770万円
- 豪雨災害等により被災した農業用施設及び道路・ 河川等の復旧

◆強い農業づくり支援事業 1,653万円

農業者等が経営発展のために行う機械導入及び

- 🛮 土木管理課土木係
- **1** 45 1629
 - 🛮 農林水産課産業基盤係
 - 🔳 45 1627

広告 ※広告内容など市が推奨するものではありません。

◆宮津の新たな学び創造事業 186万円

(公益社団法人) 宮津与謝広域シルバー人材センター

60歳以上の健康で働く意欲のある方、お気軽にお電話下さい!

谷 (0772) 25-1560 ほ (0772) 25-1560 ほ (1743年 1744年 1



会員募集中

私達と一緒に働きませんか

高齢者活躍人材確保育成事業

【京都労働局委託事

C

学校と地域をつなぐ。 栗田学院のコミュニティ・スクール

圖学校教育課学校教育係 ■ 45 - 1641



▼陸上の指導



学校と地域の方が力を合わ 「コミュニティ・スクール」。 「コミュニティ・スクール」。 「コミュニティ・スクール」。 の豊かな成長のために、地域 の豊かな成長のために、地域 をともにある学校づくりを とともにある学校づくりを とともにある学校づくりを をともにある学校では、学校運営 東田小学校では、学校運営 東田小学校では、学校運営 なのつながりがより一層強 くなっています。

意識をつなぐ。 子どもの生活状況のアンケート

間社会福祉課子育て支援係 回 45-1621

将来なりたい職業 TOP3

小学 5 年生

1位 スポーツ選手(15%)

2位 漫画家・画家・イラストレーター (7%)

3位 ユーチューバー、医師、警察官等(6%)

中学2年生

1位 スポーツ選手、学校・保育園等の先生(8%)

2位 医師・歯科医師・獣医師(4%)

3位 警察官・料理人・ゲームクリエイター等(3%)

※その他やわからないと答える割合は、小学5年生よ りも中学 2 年生の方が、それぞれ 10%ずつ高くなって

必要だと思う支援 TOP3

小学 5 年生の保護者

1位 学校費用の軽減(23%)

2位 奨学金制度の充実(16%)

3位 放課後こども教室、医療サポート(11%)

中学2年生の保護者

学校費用の削減(21%)

2位 奨学金制度の充実(19%)

3 位 医療サポート(13%)



くためにアンケート調査を実施 その将来に夢や希望をもって成 その将来に夢や希望をもって成 その将来に夢や希望をもって成 をとしています。 ととしています。 すが、子どもたちを取り巻く ととしています。 すが、子どもたちを取り巻く なるよう、教育・生活・経 をが、子どもたちを取り巻く ととしています。

を

きけ

※アンケート調査の全結果は HP で公開しています

子育てしやすいまちづくりを地域一体で。若者が宮津に住みたい、住み続けたい、トのひとつ「若者が住みたいまちづくり

未来のみやづをつくる次の世代を なごう

進めます。
と思えるまち、子気と思えるまち、子気と思えるまち、子気をしている。若

つなごう。で理解する まちのこと、ひとのこと 第7次宮津市総合計画では、橋のようなまちづくりをイメージし、 各プロジェクト・テーマの内容を「つなごう。」という言葉を用いて説明しています。 次のページからは更に踏み込んで、各テーマのキャッチコピーが 私たちの生活とどのように関わってくるのかを想像しやすくするための記事を作りました。

今回のつながりは、人と地域。

学校と地域の方が力を合わせる「コミュニティ・スクール」や 大切な人との関わりに悩む方への手の差し伸べ方などを取り上げています。

住みやすい・住み続けたいまちづくりを目指して。

体罰等によらない子育で みんなで育児をささえる社会に 11月は「児童虐待防止推進月間」

間社会福祉課子育て支援係 ■ 45-1621

ることも一つ を連れて行っ を連れて行っ など、1 落ち着いる 坂センターにっているときに 一つの方法です。、気兼ねなく子ども、センターにっこりいているときに、「子

す。
なってしまうこともありまいても、その気力が湧かなくのても、その気力が湧かなく困ってから相談に行こうと思いても使います。そのため、をとても使います。そのため、そ育てには、気力・体力

だからみんなでささえあうもそも子育ては大変…

困ったときはお電話ください

相談機関	電話番号
児童相談所全国共通ダイヤル (24 時間受付)	189
宮津市子ども家庭総合支援拠点	45-1621
福知山児童相談所	0773-22-3623
子育て支援センターにっこりあ	20-2525
宮津市教育支援センター	22-5560

毎年、厚生労働省から発表される子どもの虐待件数は、 過去最多を更新しています。 に関する情報提供の件数は、 年々増加しています。 市では、情報提供の件数は で把握し、それぞれの ご家庭(お子さん)の見守り で把握し、それぞれの ご家庭(お子さん)の見守り を継続すると同時に、色々な ご家庭(お子さん)の見守り を継続すると同時に、色々な で把握し、それぞれの がをなんでもお受けしています。 ます。お気軽にご利用くださ い。

です。 周囲の親族や地域住民、保育などで子育て中の保護者に対していようにサポートしていくことが大切です。 保護者だけで悩みや困りごとを抱え込まないようにサポートが孤立しないようにサポートが大切です。 保護者だけで悩みや困りごとを抱え込まないように、声をを抱え込まないように、大領です。 です。

で親換を ま士など

子ども・若者の健全育成に向けて 11月は「子ども・若者育成支援強調月間」

ム障害の予防のために

間社会教育課社会教育係 ■ 45 - 1642

す。

で親しくなることもでで親しくなることもでい、同年代の子どもの親を話すことで気分転換を話すことで気分転換をがある。

ゲーム障害の兆候

- ①ゲームをする時間がかなり長くなった ②夜中までゲームを続ける
- ③朝起きられない
- 4)絶えずゲームのことを気にしている
- ⑤ほかのことに興味を示さない
- ⑥ゲームのことを注意すると激しく怒る
- ⑦使用時間や内容などについて嘘をつく
- ⑧ゲームへの課金が多い

子どものゲーム障害を予 が、ゲームを始める年齢を遅 が、ゲームを始める年齢を遅 が、ゲームを始める年齢を遅 はしていることです。すでにゲームを始めている場合は、親子でル の意向も取り入れ、親子でル の意向も取り入れ、親子でル の意向も取り入れ、親子でル に貼っておくことや子ども に貼っておくことが大切です。 また、ゲーム以外のリアルの また、ガーム以外のリアルの また、ガーム以外のリアルの また、ガーム以外のリアルの また、ガーム以外のリアルの また、ガーム以外のリアルの また、ガーム以外のリアルの といることが大切です。

インターネットやスマートフォンは、安全に正しく使りことができればとても役立つ便利なものですが、事件立つ便利なものですが、事件をはじめとするデジタルといったりする場合もあります。 一ネットやスマートフォンをいために、インターションツールを賢く活器やSNSなどのコミュニケーションツールを賢く活めいまれるきったのの知識や知恵、ルールを守って使える健全が大切です。

全国では、中高生の約3万人が病的依存傾向93万人が病的依存傾向93万人が病的依存傾向93万人に1人に当たる計算になります。ネット障害で受診された人のうち9%がゲーム障害であったというなもあります。 た上のような兆候が見受ださい。それでも改善しないがあります。 を上のような兆候が見受たさい。それでも改善しない。それでも改善しない。それでも改善しない。それでも改善しない。それでも改善しない。

きもちをつなぐ。 悩んでいる人に私たちができること



DV は身体的暴力だけではありません

性行為・中絶の強要、避妊をしないなど

生活費を渡さない、金銭的自由を与えないなど

暴言、怒鳴る、無視をする、バカにするなど

外出・行動の制限や監視、交友関係の制限など

子どもに危害を与えると脅す、子どもに暴力を

性的暴力

経済的暴力

精神的暴力

社会的暴力

京都府家庭支援 総合センターへの

DV 相談の状況

件数 6,354

6,503

6,625

7,785

7,902

年度

H29

H30

R1

子どもを利用した暴力

見せる、子どもを取り上げるなど

人生に悩みはつきもの 普通に過ごしているつも もるものがあるのかもしれ もるものがあるのかもしれ をとの何気ない会話の 中でSOSのサインをだし でいるのかも。 これるのかも。 これるのかも。 なとした時に気がつく「あ なとした時に気がつく「あ ないるのかも。 とを勧めてみてください。人がいます。一度相談するあなたの気づきで、助か

るかる

ではる可能性があります。 配偶者や恋人同士などの になる可能性があり、加 ます。身近にはないと思われ がちですが、すべての人が被 がちですが、すべての人が被 がちですが、すべての人が被 がちですが、すべての人が被 がちですが、すべての人が被 がちですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 がおですが、すべての人が被 を受ける可能性がありま

□市民環境課人権啓発係 ■ 45 - 1615

あ なたの力が必要です

STOP! DV あなたやあなたの大切なひとのために

他言してはいけません。
はいっくり聞いてください。
をじっくり聞いてください。
をじっくり聞いてください。
をじっくり聞いてください。
なえ、相談されたことは絶対にてください。

ることも虐待にあたります。 といい、子どもの心身の発達といい、子どもの心身の発達といい、子どもの心身の発達といい、子どものいるのとは、「面前DV」を見童虐待になります。また、子どものいるのとは、「面前DV」をがら児童虐待になります。また、子どものいるのようでのOVは、「面前DV」をいい、子どものいるのようであることも虐待にあたります。

DV に関する相談窓口

2 22-12-1-		
相談機関	電話番号	開設日・時間
DV 相談+(プラス)	0120-279-889	24 時間受付 ※メール、チャットでも受付
京都府警察 総合相談室	1	月曜〜金曜 (祝日除く)9:00 ~ 17:45 ※緊急時は迷わず 110番
男性のための DV 電話相談	075-277-1326	第2・4火曜(祝日除く)19:00~20:30
宮津市市民環境課人権啓発係	45-1615	月曜~金曜 (祝日除く)8:30~17:15

えるまちづくりを進めます。より、市内外の人が「住みたいルに適合した地域コミュニティごれからの時代に合った住みや たい」「住るやすく多いですく多い

のまちに携わるすべ

13

住み続けたい」とりや子育て支援なライフスな

と等タ

間健康・介護課健康増進係回 45-1624

該当が多い場合は 健康増進係へご相談ください

75歳以上の方へ

Topics

教育・子育て

文化・スポーツ

防災・防犯

産業・消費生活

Information

15

いますか

後期高齢者質問票

網掛け部分に該当がありませんか?	
あなたの現在の健康状態はいかがですか	1 よい 2 まあよい 3 ふつう 4 あまりよくない 5 よくない
毎日の生活に満足していますか	1 満足 2 やや満足 3 やや不満 4 不満
1日3食きちんと食べていますか	1 はい 2 いいえ
半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか さきいか、たくあんなど	1 はい 2 いいえ
お茶や汁物等でむせることはありますか	1 はい 2 いいえ
6 ヶ月間で 2 ~ 3 k g 以上の体重減少が ありましたか	1 はい 2 いいえ
以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと 思いますか	1 はい 2 いいえ
この 1 年間に転んだことがありますか	1 はい 2 いいえ
ウォーキング等の運動を调に 1 同以上して	1 (+1) 2 1)1)2

ウォーキンク等の運動を週に 1 回以上して 1 はい 2 いいえ いますか 1 はい 2 いいえ 周りの人から「いつも同じことを聞く」な どの物忘れがあると言われていますか 1 はい 2 いいえ 今日が何月何日かわからない時がありますか あなたはたばこを吸いますか 1 はい 2 いいえ 週に1回以上は外出していますか 1 はい 2 いいえ ふだんから家族や友人と付き合いがありま 1 はい 2 いいえ すか 体調が悪いときに、身近に相談できる人が 1 はい 2 いいえ

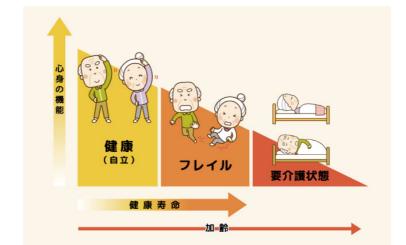
> 上記質問票を実施後のご相談等、 :質問票を実施後のご相談等、気,イル予防に関する講話のご希望 10

コンなどに赴るくれの啓発や · 栄養 0 管や

毎日適度(30分程度)にウォーキングを行ったり、筋力を維持することが大切です。これらの運動が難しい場合は椅子の上に座ったままラジオ体操やストレッチを行うのもよいでしょう。 その他、外出 (病院・買い物・散をも含みます) したり、筋力を維持するとの交流等の社会参加も頭や体を使との交流等の社会参加も頭や体を使となります。

動習慣 をつけま D ょ う

Point 3



健康だより フレイル

高齢期を健康に過ごすためには、疾患の予防だけではなく 心身の衰えについても早く気づき、対処していくことが大切 になります。ここでは、健康と要介護状態の間にあるフレイ ルについて説明します。

0 兆 候気に

となる前に生活習慣を見直すことで長く状態を総合的に把握したり、介護が必要の質問票(15ページ)」は高齢者の健康ればよいでしょうか。「後期高齢者(※) 行ってみて、 チェッ 健康を維持することを目的として作ら たも 心身の機能 みま の低下 網掛け部分に該当がないか 一度こちらの質問票を

者医療保険加入の方に対しアルブミンの施、令和3年度は終了。) では後期高齢す。宮津市住民健診 (例年6~8月頃実ン (血液検査) という検査項目がありまり この数値を確認するのもよ におります。次に対し、 次年度住民健診を

表1たんぱく質を多く含む食品

がたんぱく質量

気づき、生活習慣の攻撃に収りしたの頃するには心身の機能の衰えに早くフレイルを予防したり、フレイル状態か

が大切です。

Point 1

フレイルがすすむと関節や筋肉など

高齢期は栄養不足や運動不足に高齢期は栄養不足や運動不足により、筋肉量が減少します。粗食がよいと思われがちですが、しっかり食べて筋肉量を維持することが大切です。 主食(ご飯・パン・麺類などのたんぱく質)、副菜(野菜・などのたんぱく質)、副菜(野菜・などのたんぱく質)、副菜(野菜・などのたんぱく質)、副菜(野菜・はも、筋肉量が減少します。粗食がよいと思われがちですが、しっかよいと思われがちですが、しっかよいと思われがちですが、しっかよいと思われがちですが、

Point 2

噛む力が衰えると、食事量が減り必要な栄養が摂取できなくなります。毎日歯や舌を磨いて口腔内の清潔を保ちましょう。定期的にの清潔を保ちましょう。定期的にあることが大切です。食事の時、しっかり噛むことで、あごとのどの筋力が鍛えられます。 高齢になると飲みであざとのどの筋力が鍛えられます。 食事の時は上半身をしっかり起ことで、あごとのがりをしていると飲みであざると飲みであると飲みであるという。 \mathcal{O} 健康を守り 学めに治療すっ。 定期的に の状態を いて「 ŧ しょ

※腎機能が低下しているなど健康に心がけましょう。 に心がけましょう。 おっぱく質を多くとるよう 特にたんぱく質の摂取量が少な

へましょう

イルの予防 回復する

り、認知機能の低下した状態を指しま労、認知機能の低下・体重減少・筋力低栄養不足になるといった様々な原因によで、運動不気や、で、運動不気や 加齢による衰弱のこと

イルとは、

つ

かり食べ

食

絹ごし豆腐半丁 鮭1切れ 豚ロース肉 (150g)(80g)(80g)17.8g 15.4g 8.0g 牛乳 油揚げ 1/2 (15g)コップ1杯 (80g)2.7g 7.4g 6.6g

れっ と思ったら、まずは相談

成人になると増える消費者トラブル!!

令和4年4月1日から民法改正により、成年年齢 が20歳から18歳に引き下げられます。これまで 親の同意を得ずに契約した場合には、未成年者取消 権によって契約を取り消すことができましたが、施 行後は認められなくなります。

現在、20代前半の方に多く見られる儲け話や美 容関連の消費者トラブルに、来年度から18歳、19 歳の方が巻き込まれる恐れがあります。

知人からのうまい話、SNS で知り合った人から の誘い等には、十分に気を付けましょう。はっきり 断る勇気が大事です。

自分は大丈夫と思い込まず、不安に思った場合や トラブルになった場合は消費生活センターにご相談 下さい。

- 圆 宮津与謝消費生活センター 22-2127
- **間** 消費者ホットライン **回** 188

第二十八巻

松籟-市長稚感-

先日、森友嵐士さん(T-BOLAN)がフラ ンスで行われた「Kura Master 日本酒コン クール 2021」におけるプラチナ賞受賞の 報告に市役所を訪問されました。

森友さんが地域活性化の一環として関わ られハクレイ酒造で造られた受賞酒「豊」 は本市のふるさと納税の返礼品として活用 させていただく予定です。

あわせて、本市ではふるさと納税の更な る増収を図るため年末に向けて「返礼品魅 カアップキャンペーン」を実施します。ふ るさと納税の増収に向け、皆さんも返礼品 の増加やお声掛けなどご協力・応援をよろ しくお願いいたします。

ご寄附ありがとうございます

◇福祉のために

上中 哲也 さん:1,000,000円

教育委員会委員に就任



【再任】

委員 田崎 浩二さん (惣)

任 期 令和3年10月1日から 令和7年9月30日まで

教育委員会とは、教育に関する事務を処理するために設 けられる合議制の執行機関で、教育の中立性を確保する ため、市長から独立して地域の教育行政を管轄します。

宝くじ助成金で 公民館備品を整備しました

04040404040404040

(一財) 自治総合センターが、宝くじの社会 貢献広報事業として、宝くじの受託事業収 入を財源に実施しているコミュニティ助成 事業を活用し、由良脇自治会は公民館備品 の整備を行いました。







会議用机:51台

イス:100台

人権の窓 〜新型コロナウイルス感染症と人権〜



新型コロナウイルス感染症に関する様々な偏見や差別的な取り扱いが問題になっています。感染された方や最前線で働 いてくださっている医療従事者の方やその家族等に対して、不当な差別、偏見、誹謗中傷等は許されるものではありません。 この感染症には3つの面があるといわれています。1つは病気そのものです。2つ目は不安と恐れ、3つ目は嫌悪や偏見、 差別です。この3つの面は、病気が不安を呼び、不安が偏見や差別を生み、偏見や差別を受けるのを恐れて熱や咳があっ ても受診をためらうなどしてさらなる病気が拡散していくという、「負のスパイラル」としてつながっているという怖さが

まずは病気にかからないように気を付け、憶測やデマに惑わされることなく、確かな情報に基づいて冷静に行動するこ とが大事です。そして、感染を拡大させないように頑張っているすべての人に敬意を払い、それぞれの立場でできること を行って「負のスパイラル」を断ち切るようにしましょう。

また、新型コロナウイルスワクチン接種に関する人権への配慮も大事になっています。このワクチン接種については、 希望する人が受けるもので強制するものではありません。体質や持病などの理由でワクチン接種ができない人もいます。 職場や周りの方などに接種を強制したり、接種を受けていない人に差別的な扱いをしたりすることのないように、人権へ の配慮をお願いします。ワクチン接種を受けた人も受けていない人も互いの立場に立ち、相手を思いやり、優しい心で支 え合いましょう。

閻 社会教育課社会教育係 45-1642

道の駅からお届け みゃづ**旬の幸**レシピ Vol.31

ビタミンCが豊富に含まれており、ブロッコリー1/3株で1日に必要

なビタミンCを摂ることができるほど。ただし、ビタミンCは水に溶けや

すい性質があるため、茹でる場合は茹ですぎに注意する。また、茹であが

他にビタミンB群やβカロテン、カリウム、食物繊維、ファイトケミカル

監修: 宮津市管理栄養士

協力:道の駅海の京都宮津

宮津まごころ市 (営業時間) 9:00 ~ 17:00

おさかなキッチンみやづ (水曜定休)

HAMAKAZE Cafe (営業時間) $10:00 \sim 17:00$

(営業時間) 11:00 ~ 15:00 MTYA-Poke

> 八百屋さんみたいな まごころ市にきてくださーい!

~今月は~ まごころ市スタッフの皆さん



調理:HAMAKAZE Cafe 深田 貴妇

りは水にさらさず、ざるにあげて冷ますようにする。

の一種であるスルフォラファンなども豊富に含まれる。

今月の旬:ブロッコリー

鶏肉とブロッコリーのグラタン

材料 (4 人分) (一人分エネルギー 365kcal)

ブロッコリー・・・ 1 株 玉ねぎ・・・・・ 1/2 個 鶏もも肉・・・・ 150g コーン (水煮)・・・ 50g サラダ油・・・ 大さじ 1/2 ピザ用チーズ・・・ 100g

薄力粉・・・・ 大さじ4 バター・・・・・ 40g 上 牛乳・・・・・400ml コンソメ・・・ 小さじ 1.5 塩、こしょう・・・ 適量

作り方

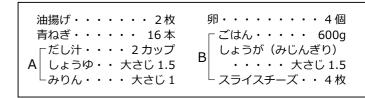
- プロッコリーは小房に分ける。茎は固ければ皮をむき、薄切りにする。耐熱容器に入れてラップをかけ、柔らかくな るまで電子レンジで加熱する。
- **2** 玉ねぎは薄切り、鶏肉は一口大に切る。
- **3** フライパンにサラダ油を熱し、②を炒め、塩、こしょうをする。
- ≰ ★を鍋に入れ、泡だて器でよく混ぜる。鍋底にこげつかないようによく混ぜながら弱火で加熱する。とろみがついた らコンソメ、塩、こしょうを加え、全体に味がなじんだら火を止める。
- **5** グラタン皿に①、③、コーンを入れ、④をかけて、その上にピザ用チーズをのせる。
- **6** オーブントースターで表面に焼き色がつくまで焼く。

フレイル予防レシピ お揚げとネギの卵とじ丼



1人分 エネルギー508kcal たんぱく質21.1g、脂質17.4g、 カルシウム265mg、食塩相当量1.8g

作り方(4人前)



1 油揚げは短冊切りにする。青ねぎは斜め切りにする。

2 スライスチーズは粗く刻み B を混ぜ合わせ、丼によそう。

3 小鍋に①と合わせたAを入れ火にかけ、沸騰したら3、4分煮る

4 ③に溶いた卵を回し入れてフタをし、半熟になったら②にかける

17



催し・イベント

●天橋立をぶらっと歩いてみませ んか

◎ 11/18 (木)、12/16 (木) 9:00 ~ 11:30 所智恩寺山門9:00集合間宮津・ 天橋立工コツーリズムガイドの会団 090-9096-0067

●須津彦神社宝物展

◎ 10/31(日)10:00~16:00 所須 津彦神社社殿

●くつろぎサロンかもめ 11 月の行事

障害のある方の余暇活動の場を開設 ◎いずれの日も 13:00 ~

3 ·) (·) (·) (·)		
実施日	内 容	
7日(日)	貼り絵定先着8人	
14日(日)	習字 定先着 6 人	
21日(日)	折り紙 ふくろう 定先着8人	
28日(日)	たまごに布を貼った飾り(製作) 足先着 8 人圏 70 円	

所問障害者生活支援センターかもめ **1** 20-2011

●住まいの何でも相談会

◎ 11月12日(金)①10:00~② $11:00 \sim 3 \ 13:30 \sim 4 \ 14:30 \sim 5$ 15:30~(一人 45 分程度) ※予約 制。①~⑤より選択。所みやづ歴史の 館3階談話室内 住宅の新築、リフォー ム (再エネ・省エネ・断熱・耐震改 修、補助金等)、空き家の活用など建 築に関する様々な相談に建築士等が応 じます。(主催)京都府建築士会宮津 支部・みやづ環ネットワーク・宮津市 受 11/1 までに、希望時間・氏名・住 所・電話番号・主な相談内容を電話又 はメールで申込要問都市住宅課建築住 宅係 45-1631 kenchiku-j@city. miyazu.kyoto.jp

●浜町ギャラリー(福祉・教育総 合プラザ3階)の展示予定

対 対象者

〈~祈り~ 平和展示会〉

◎ 10/27 (水) ~ 11/4 (木) 10:00 1604

(MIYAZU PHOTONICL E #3 太田建築〉

10:00~17:30 (一社) MITEM I 💷 090-1243-8027

〈田中弘 SOLO EXHIBIT **ION「レジリエンス」〉**

◎ 11/9 (火) ~ 11/14 (日) 10:00 ~ 20:00 (最終日のみ 17:00 まで) 問 田中弘 21-4467

〈サークルパレット 油絵展〉

◎ 11/21 (日) ~ 11/28 (日) 10:00 ~ 19:00 (最終日のみ 17:00 まで) 問 サークルパレット (梅本) 📵 22-4802

◎ 10月25日(月) 10:00~11:00 所市民体育館競技場(アリーナ) 内運 動指導士による体操 20 名程度(先着 順) 間健康・介護課介護予防係回 45-1620

●第 48 回宮津市民文化祭

〈芸能祭 (大正琴、民謡等)〉

◎ 10月31日(日)13:00~ 所みやづ歴史の館文化ホール

〈美術展(書、絵画等の展示)〉

◎ 11月2日(火) ~4日(木) 10:00~17:00 ※4日は16:00まで 所宮津市民体育館

〈音楽祭(ピアノ独奏、合唱等)〉

◎ 11月3日(水・祝) 13:00~ 所みやづ歴史の館文化ホール

〈歷史資料館特別開館〉

◎ 10月31日(日)・11/3日(水・祝) 10:00~16:00 厨みやづ歴史の館4階

間宮津市民文化祭実行委員会 🔟 20-3390

●人権市民のつどい

◎ 11月17日(水)〈第1部〉9:50~ 12:00〈第2部〉13:30~16:00 所み やづ歴史の館文化ホール因〈第1部〉 映画鑑賞〈第2部〉書道、ポスター、標 語表彰式・展示、中学生人権作文の朗 読、人権講演会「介護は人生の宝探し」 講師:小山久子さん 定 100 名間市民環 境課人権啓発係回 45-1615

● 令和 4 年度 放課後児童クラブ入所児童募集

∞ 保護者の就労等により、放課後留守家庭となる小学校1~6年生の児童(令和4 年4月時点)で次の放課後児童クラブに入所を希望される方(夏休みなどの期間の みの方も含む)※定員を超える場合は、選者の上決定

West Company of the C		
クラブ名 (対象区域)	所在地	定員
宮津のびのび放課後児童クラブ (宮津小の通学区域)	宮津小学校	112名
栗田のびのび放課後児童クラブ (栗田小の通学区域)	栗田小学校	35名
吉津のびのび放課後児童クラブ (吉津小の通学区域)	吉津小学校	35名
府中のびのび放課後児童クラブ (府中小の通学区域※土曜日・長期休業期間中は日置・養老小区域の児童も利用可)	府中小学校	35名

図 11/1∼11/19の間に、現在入所中の方は各放課後児童クラブへ、新規入所の場合は 学校教育係へ申込(用紙は10/25以降に取りに来て下さい) 過学校教育課学校教育係 **1** 45-1641

●みんな、おいでえなぁ(11月) 励地域ささえあいセンター 間宮津市社会福祉協議会 ■ 22-2090

項目	実施日	時 間	内 容
ぶらぶら体操	毎週火曜日 ※ 23 日除く	9:30 ~ 10:00	からだすっきり! ぶらぶら体操 (圖 10 日 10:00 ~ 10:30 厨日置地区公民館)
ひきこもり気味や、その家族 の方のお悩み相談と居場所	17日 (水)	10:00 ~ 11:30	ひきこもり気味な方、その方を抱える家族方のお悩み相談と居場所
ものづくりお茶の間サークル	毎週木曜日	$9:30 \sim 12:00$	身近なもので簡単 かわいい 物づくりなど
パソコンであそぼう	5日(金)	10:00 ~ 11:00	パソコンで遊ぼう!※パソコンは持参定 10 名受要予約
ちょこボラの日	19日・26日 (金)	10:00 ~ 11:30	わいわいお話をしながら新聞ゴミ袋、エコたわしなどを 作っていただくボランティア
スローエアロビック	毎週水曜日 ※3日除く	10:00 ~ 11:00	頑張らない、ほぐす、ゆるめる、呼吸を使って姿勢を整 える ※会費制
ラインダンス	12日(金)	10:30 ~ 11:30	頭と脚を使う健康ダンス ※上履き、タオル、飲み物持参

募集

●令和4年成人式企画・運営協力 者募集

自分たちの手で思い出に残る成人式典 の企画・運営に協力していただく新成 人を募集図 11 月初旬から 12 月にか けて開催する会議に出席いただける方 定 10 名程度間社会教育課社会教育係 **1** 45-1642

●令和4年成人式出席者募集

◎ 1月9日(日) 厨宮津市民体育館因 市歌斉唱、市長式辞、代表者答辞、記念撮 影など図新成人(平成13年4月2日~ 平成14年4月1日生まれの方)のうち、 就学・進学等により宮津市に住民票のな い方で、宮津市成人式典に出席を希望さ れる方 ※宮津市に住民票のある方は申 込不要図 11/22 までに、氏名、性別、宮 津市の旧住所・自治会、世帯主名を記入 し、ハガキ、FAX 又はメールで申込間社 会教育課社会教育係Ⅲ 45-1642 ₩ 22-8438 s-kyoiku@city.miyazu.kyoto.jp

●介護に関する入門的研修

 \bigcirc 11/18 · 19(9:30 \sim 17:00). $11/25(9:30 \sim 16:30), 11/26(9:30)$ ~ 12:30) 所福祉・教育総合プラザ内 講義「介護に関する制度、障がい・認知 症の理解 |、実技「基本的な介護の方法 | など対介護業務が未経験の方で介護に 関心があり、福祉職場への就職を考え ている方定 15 名受 11/8 まで(広報 みやづ10月号にあわせて配布する参 加申込書を提出)間京都府社会福祉協 議会 075-252-6297

マイナンバーカード

問市民環境課市民窓口係 Ⅲ 45-1614

●マイナンバーカードの出張申請受付中

市役所職員が市内のグループ(自治会、サロン等)に出向き、 マイナンバーカードの申請を受け付けます。※机・椅子・電 源等はご準備ください。 図 5名以上のグループで申込くだ

●マイナンバーカード申請受付を行ないます

「秋の交通安全フェア in 宮津」でマイナンバーカードの申請 受付を行います。通知カード、本人確認書類をご持参のうえ、 会場にお越しください。

顔写真は受付時に撮影します(無料)

◎ 11月7日(日)13:00~16:00

所宮津市民体育館

● 11 月のマイナンバーカード手続 夜間・休日受付

マイナンバーカードの受け取り、マイナンバーカードに格納 されている電子証明書の更新申請を受け付けます。

◎夜間受付:10・24日(水)17:30~20:00 土曜受付:13·27日 13:30~17:00 日曜受付:14・28 日 9:00~12:00

丽市役所本館1階(市民窓口係)

図 2開庁日前までに電話予約要 ※予約のある日時のみ開庁

【2021 年 4 月末までにマイナンバーカードを 申請された方】

<u>マイナポイントの申込期限が 2021 年 12 月末まで</u> 延長されました

11 月の休日当番医

診療時間 9:00 ~ 12:00 、14:00 ~ 17:00

	外	科		内 科
3日(水)	宮津市由良診療所	(字由良)	26-9300	
7日(日)	与謝野町立国保診療所	(与謝野町字石川)	42-3601	休日応急診療所
14日(日)	北部医療センター	(与謝野町字男山)	46-3371	
21日(日)	浪江医院	(字宮村)	22-7211	46-6230 (字須津)
23日 (火)	須川医院	(与謝野町字下山田)	44-3070	(子須洋 <i>)</i>
28日 (日)	いとうクリニック	(与謝野町字男山)	46-3553	

※内科の受付開始・終了時刻は、診療開始・終了の15分前です。

※医師等の都合により、変更になる場合がありますので、事前に電話でご確認ください。

救急安心センターきょうと #7119 (救急の電話相談)

急な病気やけがで迷った ら、ご相談ください。

京の救急受診ガイド #8000 (救急の電話相談)

子どもの急な病気やけが で迷ったら、ご相談くだ さい。

広告 ※広告内容など市が推奨するものではありません。



京都府優秀技能者現代の名工

"屋根の事なら"



宮津市田井599番地 E-mail morika7@ceres.ocn.ne.jp (倉庫)宮津市滝馬706番地の1 TEL 0 7 7 2 - 2 2 - 4 5 1 1



有限会社 千賀不動産 宮津市鶴賀 2070-31 TEL.25-2115

京都府知事免許(7)第9175号



11月の各種相談

相談の種別(対面)	開催	B	時間		場所	備考
京都弁護士会による	17日	(水)	12:00 ~ 1	5:20	みやづ歴史の館 談話室	№ 5,500 円受月~金(除祝日)9:00 ~ 17:00 要予
法律相談	10日 24日	(水)	13:20 ~ 1	6:40	与謝野町立生涯学習 センター「知遊館」	約問丹後法律相談センター値 0772-68-3080 ※一定の収入に満たない方は、無料で相談できます。
無料法律相談	19日	(金)	13:30 ~ 1	6:30	丹後広域振興局 宮津総合庁舎	四弁護士による無料法律相談 3 日前 9:00 ~要予 約 3 円後広域振興局 宮津地域総務防災課 1 22-2700
		(水)	13:30 ~ 1	6:30	福祉・教育総合プラザ第2コミュニティルーム	
司法書士による	11日 25日	(木)			峰山地域公民館	 図登記・相続・多重債務・消費者トラブル・成年後 見などに関する司法書士による無料相談
無料法律相談	12日 26日	(金)	15:00 ~ 17:00		舞鶴市西駅交流センター	受要予約閩京都司法書士会回 075-255-2566
	4日 18日	(木)			NPO プラザ福知山	
府民交通事故相談	4日	(木)	9:00 ~ 1 13:00 ~ 1		丹後広域振興局 峰山総合庁舎	■ 内交通事故にかかわる問題の無料相談。申込不要■ 円後広域振興局 総務防災課 ■ 0772-62-4301
人権問題法律相談 〜京都府人権リーガル レスキュー〜	30日	(火)	13:30 ~ 1	6:30	丹後広域振興局 峰山総合庁舎	囚人権問題法律相談。一人 40 分まで図 10/26 ~ 11/22 の間に要予約個丹後広域振興局 総務防災課 ■ 0772-62-4301
市民困りごと相談 (人権・行政相談)	19日	(金)	10:00 ~ 1	2:00	福祉・教育総合プラザ第2コミュニティルーム	囚人権・行政に関する相談受要予約 間市民環境課人権啓発係< 45-1615
女性カウンセリング	2日 16日	(火)	10:30 ~ 1 12:10 ~ 1 13:20 ~ 1	3:00	京都府北部家庭支援センター	図女性の悩みごとの相談園要予約間京都府北部家庭支援センター ■ 0773-22-9911 (平日 9:00 ∼ 17:00)
年金相談	11日25日	(木)	10:45 ~ 1	5:30	アグリセンター大宮 峰山総合福祉センター	受 1 週間前までに要予約 (8:30 ~ 17:15) 問舞鶴年金事務所 E 0773-76-5772
税務相談	10日	(水)	13:30 ~ 1	6:30	宮津納税協会 2階会議室	図税務に関する相談。相談料無料。申込不要 固税務相談センター 11 42-7409
ほっこりスペース無相堂	10日	(水)	10:00 ~ 10	6:00	智恩寺無相堂内	因精神障害のある方やご家族の相談 固京家連・精神障害者相談員 080-2514-6240
ひきこもり北部相談	10日 17日	(水)	9:00 ~ 16	5:00	中丹西保健所(福知山市)第4会議室	囚ひきこもりの方又はそのご家族等の相談。遠くて 行けない方対応可受月~金9:00 ~16:00 に電話予 約問京都府家庭支援総合センター₪ 075-531-5255
ひきこもり相談	16日	(火)	14:00 ~ 10	6:50	丹後広域振興局 宮津総合庁舎	図 15 歳以上のひきこもりの方又はそのご家族等の相談 図前日 15 時までに電話予約 固企業組合労協センター事業団 ひととわ 10 080-2507-9010
看護職就業相談会	10日	(水)	13:30 ~ 1	5:00	ハローワーク宮津	図復職・転職に関する相談、研修情報提供等間京都府北部看護職支援センター □ 0772-46-9002
若年者向け就職個別相談会	11日	(木)	10:00 ~ 10	6:00	杉末会館	図就職活動の疑問や不安をお持ちの方に向けた就職個別相談図概ね 40 歳未満の未就職者、再就職希望者屋 5名程度 関事前申込要 間北京都ジョブパーク 10773-22-3815
非正規雇用の女性等就労 相談会	16日	(火)	10:00 ~ 10	6:00	福祉・教育総合プラザ第3]ミュニティルーム	図コロナ禍で離職を余儀なくされた方、シフトが減り減収となった方 、転職をお考えの方等間北京都ジョブパーク 0773-22-3815
マザーズジョブカフェ巡回相談(保育コーナー併設)	26 日	(金)	10:00 ~ 10	6:00	ハローワーク宮津	囚子育て中の方、ひとり親の方を対象に、就職・保育等のご相談に専門の相談員が応じます 図 11/16までに要申込間マザーズジョブカフェ ■ 0773-22-3897

11月の子育で情報

子育て支援センター にっこりあ

- ◎ 9:00~16:30 体 木曜日、年末年始
- 厨 福祉・教育総合プラザ 4階
- 対 赤ちゃんから就学前の子どもと保護者 ※日曜日のみ小学4年生まで利用可
- 間子育て支援センター にっこりあ
- **20-2525**

暁星幼稚園 にこにこ広場

◎ ①10月28日(木)、②11月4日(木)、両日10:00 ~11:00 因①焼き芋大会、②遊具やおもちゃで一 緒に遊ぼう定先着10名 受要予約 間暁星幼稚園 🗉 22-2216

●にっこりあ 行事予定

実施日時	内 容
2日(火)10:30~	人形劇(事前申込が必要)
5日(金)11:00~	おやこ体操
8日(月)10:30~	『おしえて!くまちゃん先生』(子育て相談)
9日(火)10:00~	赤ちゃんひろば(令和元年度生まれ対象)
12日(金)11:00~	おやこ体操
16日(火)10:30~	お誕生日会
19日(金)11:00~	おやこ体操
22日(月)10:00~	赤ちゃんひろば(令和2年度以降生まれ対象)
26日(金)11:00~	おやこ体操

●健診・相談など 間健康・介護課健康増進係 Ⅲ 45-1624

健診の種別など	実施日	時間	場所	備考
4 か月児健診	24日 (水)	≖ 12:20 a. 14:00	0 定津市地域ささえあい	図令和3年7月生まれ
7 か月児健診		15.20 14.00		図令和3年4月生まれ
1歳6か月児健診	10日 (水)	᠍ 13:00 ∼ 13:50		図令和2年4月、5月生まれ
12 か月児相談	11日 (木)	受 9:00 ~ 10:00		図令和2年11月生まれ
BCG 予防接種	16日 (火)	愛 13:00 ∼ 13:20	 福祉・教育総合プラザ	図令和3年6月生まれ
のびのびっこ広場 (遊びの教室・育児相談)	9日 (火)		第4コミュニティルーム	発達を促す運動・遊びなどを行います。お子さんの発達・気になるクセや行動についての相談もできます。 図概ね1歳以上のお子さん愛要予約
もぐもぐごっくん教室 (離乳食教室)	16日 (火)	10:00 ~ 11:00	福祉・教育総合プラザ クッキングルーム	離乳食の進め方のコツや赤ちゃんの体のこと、育児についてお話をします。離乳食を試食して固さや味などを体験してみませんか。赤ちゃんも一緒にどうぞ! 🛭 4 名

11月の各種相談

相談の種別(電話)	相談日	時間	相談先	備	考
常駐人権相談	9日 (火)	10:00 ~ 16:00	囚人権擁護委員による相談 間京都地方法務局宮津支局 22-2561		
人権問題法律相談 京都府人権リーガルレスキュー	2日 (火)	14:00 ~ 16:00	図人権問題法律相談専用電話 一人 20 分から 30 分程度 過丹後広域振興局 総務防災課 1075-741-6321		
外国語人権相談	月〜金 (祝日除く)	9:00 ~ 17:00	■外国語人権相談ダイヤル■ 057-0090-911		
行政相談	毎日	8:30 ~ 17:15	因行政への苦情 110 番 高京都行政監視行政相談センター 回 075-802-1100		
DV に関する相談	毎日 (年中無休)	9:00 ~ 20:00	■京都府家庭支援総合センター■ 075-531-9910 (DV 専用ダイヤル)	相談料無料	
ストーカー相談	毎日	24 時間対応	図ストーカーに関する相談 □京都ストーカー相談支援センター □ 075-415-1124		
市民困りごと相談	月〜金 (祝日除く) 8:30 〜 17:15 間 市民環境課人権啓発係 回 45-1615				
うつ等心の病の 相談室あおぞら	月・水・金	9:00 ~ 21:00	図精神障害のある方やご家族の相談 間市委嘱相談員 1080-1429-0996		
京都くらしとこころの 法律相談	月	16:00 ~ 18:00	周京都弁護士会■ 075-231-2500		

21 20

問問い合わせ

11 月の図書館情報

間宮津市立図書館 🔃 22-2730

●こんな本がはいりました

『透明な螺旋』

東野圭吾著 (文藝春秋)

房総沖で起こった事件の関係者とし て、捜査線上に天才物理学者・湯川学 の名が挙がった。警視庁の草薙は、横 須賀の両親のもとに滞在中の湯川を訪 ねるが…。愛する人を守ることは罪な のか?大人気「ガリレオ」シリーズ第 十弾。



●おはなし会

◎ 11月13日(土)10:30~厨福祉・教育総合プラザ3階第 2コミュニティルーム内絵本の読み聞かせなど定先着10名

●赤ちゃんおはなし会「めばえ」

◎ 11月18日(木) 10:30~厨福祉・教育総合プラザ3階第2 コミュニティルーム四絵本の読み聞かせなど定先着10名

●テーマ展示

図書館では、時節にあわせたテーマのもと、様々な図書の展示を 行っています。今回のテーマ展示は「にこにこ笑顔で元気 100 倍!」。(展示期間:10/29~12/22) 思わずくすりと笑ってし まうような、ユーモアあふれる本を集めました。

●としょかん映画会

◎ 11月 21日(日) 14:00~上映 所福祉・教育総合プラザ 3階 第1コミュニティルーム内「忍たま乱太郎の宇宙大冒険 with コ ズミックフロント☆ NEXT 太陽系の段◆月の段」(50 分) № 40 *次の巡回日に本を返せないときは、図書館や他のステー 名受事前申込要

●休館日

対 対象者

◎ 1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、25日(木)、 29日(月)

●移動図書館「はまなす文庫」巡回予定表(11月)

地区名	ステーション	駐車時間	日付
世屋	下世屋(宮前)	13:40 ~ 13:50	
日置	日置上公民館	14:00 ~ 14:20	4 🗆 (土)
	日置浜公民館	14:30 ~ 14:50	4日(木) 24日(水)
应由	江之姫神社広場	15:00 ~ 15:40	24 [()()
府中	溝尻公民館	15:50 ~ 16:20	
日ヶ谷	旧日ヶ谷小グラウンド	14:00 ~ 14:20	
	大島自治会駐車場	14:30 ~ 14:50	6日(土)
養老	養老地区公民館	15:00 ~ 15:30	27日 (工)
	JA 波見集荷所前	15:40 ~ 16:00	
吉津	文珠公民館	15:20 ~ 15:40	10日(水)
	吉津地区公民館	民館 16:00 ~ 16:30	
h白	由良地区公民館	13:30 ~ 13:50	
由良	由良脇公民館	14:00 ~ 14:30	
	栗田地区公民館	14:50 ~ 15:10	20日(土)
栗田	小田宿野公民館	15:20 ~ 15:50	
	矢原公民館	16:00 ~ 16:20	

ションで返却してください。

おしらせ

●もしもクマに遭遇してしまったら

- ・クマを興奮させてしまうので、騒いだり、走って逃げた りしない。
- ・物を投げて威嚇しない。
- ・背中を見せずゆっくりとその場から離れる。
- ・家の中に避難し、鍵をかけ、静かにしてクマが離れるの を待つ。
- ・人家周辺等でクマを目撃したり、被害の痕跡を見つけた ら連絡してください。

問農林水産課農林水産係回 45-1626

●市内各駅の放置自転車の撤去について

市内各駅の駐輪場の良好な状態の保持のため、放置自転車 の撤去作業を実施します。猶予期間までに告知札が剥がさ れていない自転車を対象に駅駐輪場から撤去いたします。 撤去後6か月間は市で自転車を保管し、その後処分いたし ます。

告知札の設置 11月2日

11月17日まで 猶予期間 撤去日 11月18日

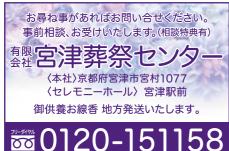
処 分 日 R4年5月18日以降

問企画課企画政策係回 45-1664

広 告 ※広告内容など市が推奨するものではありません。

人口・世帯数





電話 0772-22-1511



おしらせ

●保険料(介護・国保・後期高齢) の還付金詐欺にご注意ください!

市役所職員を名乗り、「介護保険料 の還付金がある。振込口座を教えてほ しい」などの電話がかかってくる事案 が発生しています。

保険料(税)の還付金については、 文書でお知らせをしており、還付の手 続を銀行等の窓口や ATM で行うよう な対応はしておりません。

不審な電話があった場合は、その場 で対応せず、市役所へご連絡いただく か、警察にご相談ください。

(介護保険)

- 間健康・介護課介護認定係
- **1** 45-1676

(国民健康保険・後期高齢者医療保険) 間税務・国保課国保年金係

1 45-1616

●年末調整などで必要な『国民年 金保険料の控除証明書』

国民年金保険料は、所得税及び住民税 の申告において全額が社会保険料控除 の対象となります。年末調整や確定申 告の際に証明書を添付する必要があり ますので、申告まで大切に保管してく ださい。間日本年金機構舞鶴年金事務 所圓 0773-78-1165

● "ぶらぶら体操" DVD 完成

市内在住・在勤の方に無料で配布しま す。身体を動かして心身ともにリフ レッシュしましょう間宮津市社会福祉 協議会 22-2090

●宮津市戦没者追悼式

◎ 10月28日(木)10:30~11: 30 所みやづ歴史の館 文化ホール内 遺族代表による追悼の辞、各地区遺族 代表による献花など対戦没者(空襲被 災者等一般戦災者を含む)の遺族及び 市民間社会福祉課障害福祉係回 45-1622

●傷病手当金 12 月まで延長

令和3年12月までの間に、新型コロ ナウイルスに感染した場合や発熱など の症状があり感染が疑われた場合に、 その療養のため労務に服することがで きなかったときに、傷病手当金を支給 します対国民健康保険及び後期高齢者 医療制度の被保険者受申請前の電話連 絡要問税務・国保課国保年金係回 45-1616

●地域女性エンパワーメントセミ

男女が喜びと責任を共に分かち合える ジェンダー平等社会の実現を目指し、 男女共同参画講演会を開催します。

◎ 11月26日(金) 13:30~15:30 所みやづ歴史の館文化ホール内講演会 「人生 100 年時代の男女共同参画~自 分らしくしなやかに生きる~」講師: 福井県立大学 看護福祉学部 教授 塚本 利幸氏定 100 名間京都府女性の船「ス テップあけぼの」 122-0176 (藤田)

●聞こえとコミュニケーションの 教室

◎ 11月3日(水・祝)13:00~15:30 所福祉・教育総合プラザ第1コミュニ ティルーム因「ヘルプカードづくり」 会話が聞き取れず困った時に提示でき るカードを作ります対聞こえにくい方 や聞こえない方、及びその家族・関係 者受 10/28 までに申込要問京都聴覚 言語障害者福祉協会 0774-30-9000

●中小企業退職金共済制度

国がサポートする中小企業のための退 職金制度です。詳しくは、ホームペー

ジを確認ください図事業主 回路機画 閰(独)勤労者退職金共済 機構回 03-6907-1234



●労働保険の加入手続きはお済み ですか?

労働保険は、労働(通勤災害)や失業 等が発生した際に保険給付等を行う、 政府が管理・運営する強制保険です。 原則として、労働者を一人でも雇って いれば労働保険の適用事業所となり、 事業主は加入手続きを行わなければな りません間京都労働局間 075-279-3220

●防災行政無線等による情報伝達

◎ 11月5日(金)10:00頃內防災 行政無線、公式LINE、みやづ情報 メールにより、緊急地震速報の訓練放 送・配信を行います。市民の皆さんは、 ご家庭、職場等で「3つの安全行動(" まず低く、頭を守り、動かない") |を行っ てください。また、海辺からはすぐに 離れることを行って(想定して)くだ さい間消防防災課消防防災係12 45-1605

●育林コンクール

対宮津・与謝地域に生育する 26 年生 以上のスギ・ヒノキ人工林で、面積が 0.1 h a 以上のもの受 11/19 までに 応募要問与謝地方林業研究会事務局回 0772-62-4306

●障害者インフルエンザ予防接種補助

障害のある方に対し、インフルエンザ予防接種費用を助成しています。接種を希望 される方に予診票を交付しますので申請をしてください(法律上の接種義務はあり ません。自らの意思で希望される方が対象です。)

図接種日に宮津市に住所があり、生後6か月から65歳未満(接種日現在)で次の いずれかに該当する方。

- ①身体障害者手帳1級又は2級を所持する方
- ②療育手帳A又はBを所持する方
- ③精神障害者保健福祉手帳1~3級を所持する方
- ※高齢者が対象の定期のインフルエンザ予防接種該当者は対象外
- ※新型コロナワクチンと他のワクチンの接種には、2週間の間隔を開ける必要が あります◎ 12/17 までに受ける予防接種 1 回につき 1,500 円を自己負担(13 才以上の方は1年に1回、13才未満の方は1年に2回まで可) 受事前に申請要。 指定医療機関以外で接種する場合は、事前に連絡要問社会福祉課障害福祉係 **1** 45-1622

〈指定医療機関〉

(宮津市)

味見診療所、府中診療所、日置診療所、今出クリニック、岡所・泌尿器科医院、宮 津武田病院、中川医院、中川内科・小児科クリニック、西原医院、宮津市由良診療所、 宮地医院、山根医院

(与謝野町)

いとうクリニック、伊藤内科医院、いわさく診療所、岩破医院、大森内科診療所、 木村内科クリニック、須川医院、鳥居クリニック、日置医院、やまぞえこどもクリニッ

(伊根町)

伊根診療所、本庄診療所













されたのが、その前身とされていま ^う年 津 小学校女子部に保育科が付設 幼稚園のはじまりは、 (一八八七) に遡り、 宮津 明

した。 業」、「遊戯」の四つ。月謝は一五銭 教育を主眼としました。保育年限は 則」)とあり、尋常小学校の就学前 二年で、科目は「会集」、「談話」、「手 (「宮津尋常小学校附属幼稚園設置規 たとされています。「身体を健全に て学校教育の基をなすを目的とす し能力を開発し善良の習慣を養ひ以 「女子部内元女工場ノ階下」にあっ この時の園舎は尽道校に置かれ 尋常小学校の一〇銭より高額で

年に宮津女子裁縫講習所が与謝郡立 校が設置されると、 の廃止により宮津女子尋常高等小学 明治三七年、 もない、 宮津高等女学校に改組されると再び 敷地内に幼稚園が開設され、 宮津女子裁縫講習所が設置されると て幼稚園となりました。翌三八年に その後は女子教育機関の設置にと 目まぐるしく変遷します。 与謝郡第一高等小学校 保育科が独立し 翌三九

(第114回)

学校の歴史⑥ 袁

の設置

宮津幼稚園が完成しました。 宮津高等女学校の日和山への移転に 成立。翌一五年、現在地に宮津町立 より保育科も日和山に移りますが、 保育科となりました。 局等小学校附属として宮津幼稚園が 大正一四年(一九二五)に宮津尋常 明治四四年

取れます。 宮津における教育熱の高まりが感じ に設置された幼稚園に次いで古く、 幼稚園、明治一九年に京都市竹野校 置された女子師範生の実習のための 宮津幼稚園の歴史は、京都府内で 明治一七年に府立女学校に仮設

(宮津市教育委員会)



思いをつなぐピンと餅

私が輝ける場所

え 恵^え

さん

S

中 野

ς

餅は、20年愛される宮津の名物お菓子です。 と頑張る吉岡さんをご紹介します。 父が大切にしたお菓子を食べてもらいたい つまり、ほどよい甘さが楽しめる。ピンと 噛めばもっちり、中にはぎゅっと餡子が

年前にお店を一度離れます。 梅本宗之さんが事業を継ぎ、 見て育ちました。父が亡くなった後は、弟 舗で、丹精込めてお菓子を作る父の背中を い打ちのようなコロナ禍で事業存続の危機 しかし、5年半前に弟が大病を患い、 吉岡さんは、1966年創業の天乃路本 吉岡さんは4 追



脚で父の味を守っています。 帰してお店の代表に。現在は弟と二人三

けるようになりました。 の取り扱いと、今やどこに行っても見 クでの露店販売に、道の駅やスーパーで るお菓子にしたい」と考えていた吉岡 ことをはじめます。阿蘇シーサイドパー んは、地元の人の目のつく機会を増や 兼ねてより「地元の人にもっと愛さ す

とても楽しい」と目を細めます。 ながらも「自分の思うようにやれるの NSやふるさと納税を活用するなど非常 に精力的。忙しさに目が回りそうになり 「じっとしていたって売れない!」とS

ば、とりあえず来て」といえる場所になが、お店2階のカフェと小売りを兼ねたが、お店2階のカフェと小売りを兼ねたが、お店2階のカフェと小売りを兼ねたら気にしているのは、独り暮らしのお年に気にしているのは、独り暮らしのお年は、近所の方が大多数。人との関わりがは、近所の方が大多数。人との関わりが ればと期待が膨らみます。 それでもお店まで買いに来てくれる

ていく。そんな未来もそう遠くないのか子だよ」と手土産やお茶のおともに持っみんなが「宮津でつくった宮津のお菓 もしれませんね。



 LINE の 友だち追加 で

 QR コードを読み込み
 宮津市公式 LINE

