

M

広報まいづる

2022

MAIZURU

Magazine for public relations.

11

vol.1041

▶ 特集 令和3年度
市の財政事情



舞鶴、
良い。

@maizuru_official

3年ぶりにリアル開催 舞鶴赤れんがハーフマラソン 2022



ツルいい舞鶴
my ツルいい

市公式 Instagramは
こちら



MAIZURU_OFFICIAL

新型コロナウイルス感染症に
関する相談先

かかりつけ医など、地域の身近な医療機関 平日の診療時間
きょうと新型コロナ医療相談センター (☎ 075・414・5487) 24時間365日対応

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

舞鶴市は「SDGs 未来都市」に選出され、
ITを活用した心が通う便利で心豊かな田舎暮らしを目指しています。

第7次舞鶴市総合計画に基づき、まちづくりの方向性や市の取り組み施策・事業をお伝えする「市政の今」。今回は、高齢化社会が進む中、いつまでも生き生きとした生活を送るために欠かせない「介護職の人材確保」について紹介します。



SDGs未来都市

民間・自治体・学校の枠を 越えて介護の魅力を発信

これからの社会に必要な不可欠な介護

平均寿命が延び、いかに健康で長生きするかが意識される現代社会。高齢者が、住み慣れた地域や住まいで、自分らしく生き生きと生活を送るため「介護の仕事」の重要性がますます高まっています。介護は、多くの人が経験する可能性のあるものです。地域でその担い手が充実し、サービスの質が高まれば、生涯にわたって暮らしやすいまちなります。

こうした中、介護の魅力を伝え、その担い手となる人を増やそうと、市では、介護の資

上、右下) 舞鶴YMC A国際福祉専門学校での実習

格取得を目指す学生を支援する奨学金制度を設けるとともに、京都府北部地域が一体となって介護の仕事の魅力を発信し、I・Uターン者と呼ばれるための取り組みを行っています。

介護福祉士を目指す学生への支援

平成27年、市が誘致した京都府北部唯一の介護福祉士養成校「舞鶴YMC A国際福祉専門学校」には、市内や近隣市町だけでなく、兵庫県や福井県からも学生が集まっています。2年間のカリキュラムで、国家資格である介護福祉

士の受験資格を得ることができ、学生たちは授業や施設での実習を通して、日々技術を磨いています。そんな介護の道を志す学生を後押ししようとして、市では、卒業後、市内で一定期間介護などの業務に従事すれば返還免除となる、年間100万円を上限とした奨学金制度を設けています。これは、介護の仕事に魅力を感じている人が、金銭的な理由で進学を諦めることがないように設けたものです。開校以来7年間で95人が利用、卒業生の多くが市内の介護福祉事業所に就職しています。



京都府北部福祉フィールド
ワークと今後の展開

また、地方で介護の仕事についてもらうには、事業所や自治体が個々で努力する従来のやり方だけでなく、地域が一体となって協力し、人材を呼び込むことも大切です。市では、府や京都府北部5市2町がともに福祉人材確保の協力体制を整えており、その一環で「京都府北部福祉フィールドワーク事業」を実施。社会福祉士などを目指す京都市内の大学生を、市内の施設などで受け入れ、介護職や京都府北部地域の魅力を伝えていきます。数日間のフィールドワーク中、学生は介護施設の見学や市職員から福祉に関する計画の策定について話を聞くなど、地域福祉の現場で学びを深めています。利用者を「介護する」というと「介助」を

イメージしがちです。しかし現場に行くと、利用者やその周りの人がいかに幸いで生き生き暮らせるか、それを支援するのが介護だと学ぶことができます。この取り組みをきっかけに、利用者などのプラスになることを考え、創出するという魅力的な仕事だという気付きがあり、視野が広がり市内の施設へ就職につながった例もあります。

こうした、学生が進路を考えている段階でのアプローチや、民間・自治体・学校の枠組みを越えた介護の仕事の魅力発信などを通じ、担い手の育成に取り組むとともに、ICTを活用した業務の効率化を推し進め、介護職を志す人を増やし、これからもより住みやすいまちづくりを進めていきます。



▲フィールドワークの様子

INTERVIEW

介護の仕事を選んだのは、ひとり親家庭で育った生い立ちにあります。親が仕事で家にいない時、近所のおじいさん、おばあさんによく面倒をみてもらったり、遊んでもらったりしていたので、親孝行みたいなことができれば良いなという思いがありました。高校に入学した頃、今後社会で介護の必要性が高まるのではないかと考え、介護の道で何か恩返しができないかと思ったのがきっかけです。

ただ、卒業後はそのまま就職することも考えましたが、YMCAのオープンキャンパスに参加した際、先生に親切に対応してもらったことや奨学金制度の説明を受け、同校に入学することを決めました。

YMCAで実習などを通して介護を勉強し、今年度から働きはじめましたが、利用者によって体の硬さが違うなど働いてから分かることも多く、利用者の特性に合わせた介護をしています。日々の仕事は大変ですが「ありがとう」と言ってもらえると嬉しく、やりがいを感じます。

介護の仕事は大変というイメージが多いですが、大変なことはどんな仕事にもあり、どの職種でも変わりないと思います。マイナス面を見るだけでなく、どういうことが面白いのか、やりがいがあるのかを知ってほしいし、見つけてほしいと思います。



ライフ・ステージ 夢咲
野口 宗治さん

高齢化が進み、何らかの支援が必要な高齢者がますます増えています。以前は家族と一緒に暮らし、自然な形で高齢者を支えてきましたが、現在ではその役割の多くを介護職が担っています。

介護職の魅力は、何より人から直接感謝される職業であるということです。感謝される職業はたくさんありますが、高齢者にとって介護職ほど感謝し、頼りにする存在はいないのではないのでしょうか。その人の人生に深く関わり、伴走する介護職ならではの魅力といえるでしょう。また、キャリアアップがしやすいことも介護職の魅力のひとつです。介護福祉士、ケアマネージャー、社会福祉士、さらには施設長など福祉現場での活躍のほか、関連のリハビリセンターや福祉系学校の講師、福祉器具企業など、さまざまな分野で幅広くキャリア形成ができます。

YMCAでは、介護系で唯一の国家資格である介護福祉士になるために必要な技術や知識を教えています。さらに、福祉現場で導入可能な新たなテクノロジー体験なども行っており、介護現場で新しい提案ができる人材を養成しています。介護職は対人援助の専門職です。人と関わり、感謝され、そして自身の人間としての成長を望む人はぜひ目指してほしいです。



舞鶴 YMCA 国際福祉専門学校
校長代理 阿部 和博さん

決算

令和3年度

市の財政事情

長期にわたる感染症に打ち勝つための「ビヨンド・コロナ社会」の構築に向けて

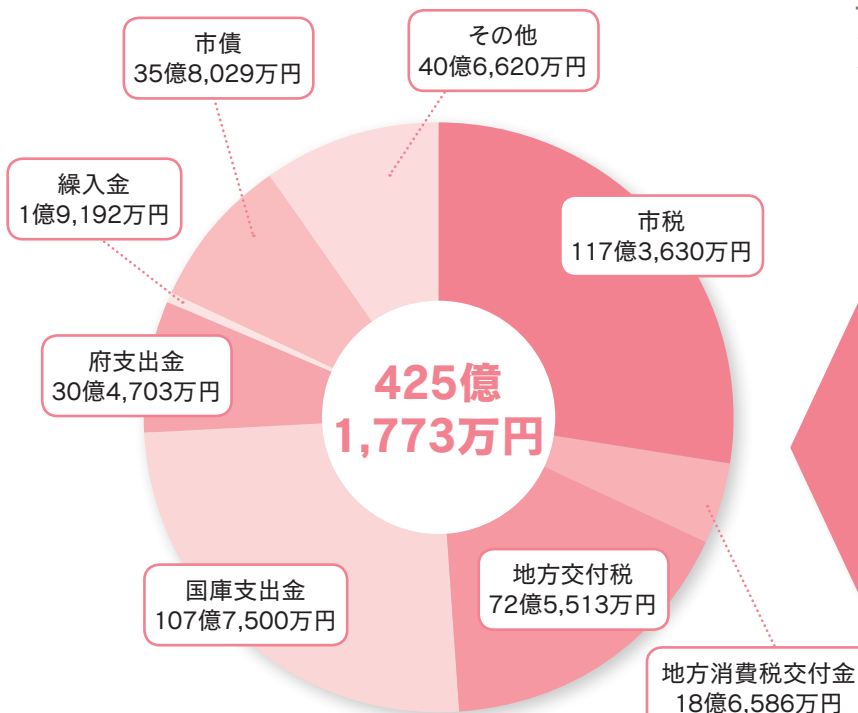
「ITを活用した心が通う便利で心豊かな田舎暮らし」施策の推進



令和3年度は、長期にわたる新型コロナウイルス感染症に対応するために、ワクチン接種事業や公共施設

などへの感染症拡大防止対策、経済的影響を受けた市民の皆さんや事業所への支援はもちろんのこと、今後、感染症に打ち勝ち、乗り越える持続可能なシステム「ビヨンド・コロナ社会」の実現に向けた事業に取り組みました。また「ITを活用した心が通う便利で心豊かな田舎暮らし」ができるまちを目指し、移住・定住の促進、関係人口の創出、子育て環境日本一に向けた子どもの豊かな育ちを支える環境づくりなど数々の事業に取り組みました。詳しくは、市ホームページでも公開しています。左下コードからアクセス可。

問 財政課 (☎66・1046)

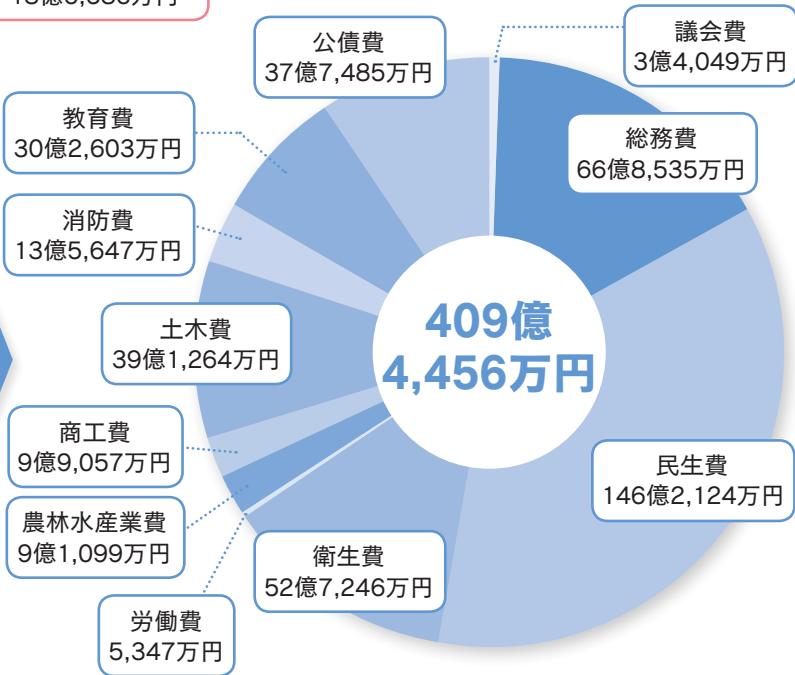


歳入 市に入ったお金

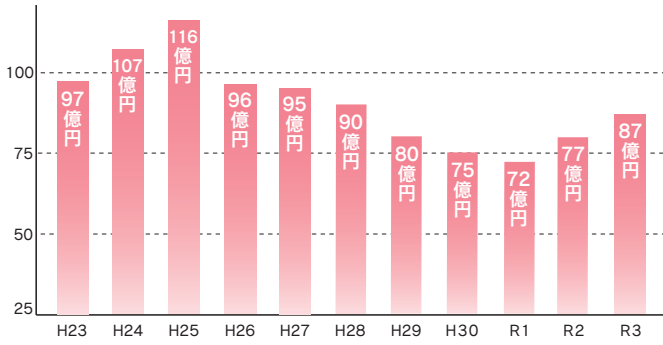
歳入総額は425億1,773万円で、前年度に比べ28億4,370万円減少しました。前年度に新型コロナウイルス感染症の緊急経済対策で実施した特別定額給付金給付事業の財源である国庫支出金が51億7,855万円の減少となったことから、総額が前年度を下回りました。

歳出 市が使ったお金

歳出総額は409億4,456万円となり、前年度に比べ37億6,357万円の減少となりました。前年度を下回った主な要因としては、国庫支出金を用いて実施していた特別定額給付金給付事業などの新型コロナウイルス感染症の対策関連事業が減少したことによるものです。



基金残高の推移 ※普通会計



◆市の基金

市では、経済事情の変動や災害などの予期せぬ出費などに対応するための「財政調整積立金」をはじめ、施設などの整備や地域開発事業の推進などに備えたさまざまな基金を持っています。

本市では近年、平成25年度や平成29年度・30年度と度重

これからの見通し — 持続可能な財政に —

なる台風などの災害を受けたことなどにより、基金残高が減少しましたが、社会情勢に即した事業の見直しや各部署に一定額の予算枠を配分する、自主的・自律的な予算編成に取り組み、得られたお金の中でやりくりし、取崩しを抑えてきたことで、令和3年度末には、平成29年度・30年度の連続被災前と同程度まで基金残高を戻すことができました。

◆市が借りているお金

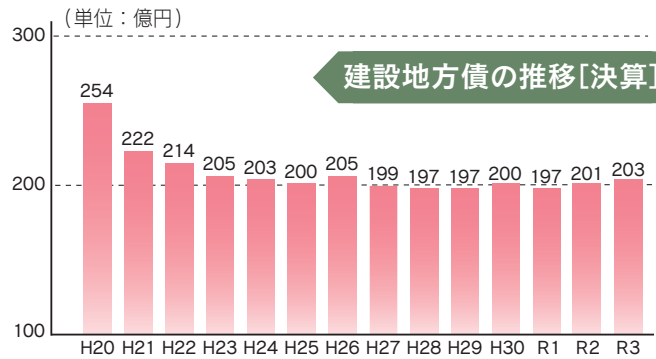
公共施設の建設、道路の整備、災害復旧などの一度に多額の費用が必要な時に借り入れるお金を地方債といいます。例えば、道路整備費用を一括で払うと、数十年にわたり使用する道路を、今税金を納めている人のお金だけで整備することになってしまいます。そこで、地方債として「建設地方債」を借り、複数年で返済することで支出額を平準化し、使用する世代間の公平性を保っています。

◆将来に向けて

創意工夫を凝らし健全な財政運営を行ってきたことにより、令和4年度に原油価格・物価高騰が発生した際にも、市民の皆さんや事業者への支援施策を迅速に実施することができました。

これからも持続可能で魅力的なまちづくりの実現に向けて、事業の見直しなどを行うとともに、こども園や西舞鶴駅周辺の機能強化等の未来への投資など、市にとって必要な事業に取り組んでいきます。

建設地方債の推移[決算]



特別会計・企業会計

特別会計とは、特定の事業を行う場合に、使用料などの収益でその事業の経費を賄う

ため、一般会計とは区別して収入・支出を処理するための会計です。

特別会計

会計名	収入	支出	基金残高
国民健康保険	80億5,463万円	77億9,415万円	7億5,655万円
介護保険	85億6,686万円	82億7,135万円	5億4,720万円
後期高齢者医療	13億7,349万円	13億6,669万円	—
貯木	63万円	63万円	8,468万円
駐車場	1億446万円	9,604万円	2,105万円

企業会計

会計名	収入	支出	当年度純利益
水道事業	19億1,615万円	16億6,058万円	2億5,557万円
下水道事業	34億1,203万円	32億6,127万円	1億5,076万円
病院事業	9億4,169万円	9億6,713万円	△2,544万円

感染症に打ち勝ち乗り越える持続可能な「ビヨンド・コロナ社会の構築」と、「ITを活用した心が通う便利で心豊かな田舎暮らし」の実現に向けて



あそびあむで遊ぶ子ども達



認定こども園での保育の様子

子育てにやさしいまちづくり や保育所等ICT化の推進

民生費
2,239万円

0歳から就学前までの 一貫した子どもの育ちや 学びを支援する 教育・保育体制の推進

民生費・教育費
16億5,434万円

障害児通所給付・相談 支援給付事業

民生費
2億4,746万円

子育て交流施設「あそびあむ」の施設改修などの子育て環境の充実を図るとともに、認定こども園などにおいて、乳幼児教育の質向上への取り組みを実施しました。



休日急病診療所を受診している患者

救急医療体制の 確保

衛生費
8,567万円

舞鶴医師会などの協力のもと、休日急病診療所を毎週日曜日に開設するほか、市内公的3病院による休日救急診療を輪番制で実施しました。

高齢者の健康支援

民生費・衛生費
3,745万円

高齢者が健康でいられるよう、健康状態の把握などの保健事業と交流の場への積極的な関与や、外出支援などの介護予防事業を一体的に取り組みました。



まいづる特産品「万願寺甘とう」

まいづる特産品の推進

農林水産業費・商工費
4,790万円

ITを活用したスマート農業や次世代を担う農業者の育成を行いながら、まいづる製品の開発やブランド力向上に取り組みました。

新型コロナウイルス感染症対策関連事業



消費喚起として実施したキャンペーンで「舞鶴かに®」を食べる観光客

まいづる冬グルメキャンペーン・地域 商品券・飲食店応援クーポン関連事業

農林水産業費・商工費 9,935万円



ワクチン接種の様子

新型コロナウイルスワクチン 接種関連事業

民生費 5億7,862万円

D X 関連事業



窓口での申請手続きの様子

スマート窓口の 推進

総務費
5,410万円

本庁と西支所にマイナンバーカードを使って住民票の写しを取得できる自動発行機を設置したほか、転出入や転居などの一連の手続きの際に何度も住所や氏名を書かずに済むシステムを導入するなど、市役所窓口の利便性が向上しました。

令和3年度重点事業 主な事業

「ITを活用した心が通う便利で心豊かな田舎暮らし」の実現に向け
「心豊かに暮らせるまちづくり」「安心のまちづくり」「活力あるまちづくり」
の3つの重点施策への取り組み

1 心豊かに暮らせる まちづくり



1人1台のタブレット端末を持つ子ども達

未来を拓く学びの環境整備や 学校と家庭との連絡体制強化の推進

教育費
1億38万円

1人1台のタブレット端末と高速通信ネットワークを活用した質の高い授業を実践するための環境整備によるGIGAスクール構想を推進するとともに、学校と保護者間の連絡体制強化・効率化するためのアプリを導入しました。

地域のつながりと 新しい地域コミュニティの創造

総務費
2,169万円

市民の健康増進と多様な交流・にぎわいの拠点を目指し、多世代交流施設「まなびあむ」の会議室などの設備整備を行いました。

2 安心のまちづくり



整備中の大手ポンプ場

浸水・治水対策の推進

下水道会計・土木費
6億6,546万円

台風や大雨などに備え、内水排水ポンプ施設の整備や河川・水路などにある排水口への逆流防止施設の設置などの浸水被害対策を実施しました。



修繕が完了したクレインブリッジ

橋りょう長寿命化事業

土木費
1億9,805万円

大浦地域との幹線になっているクレインブリッジ修繕のほか、橋りょう長寿命化修繕計画に基づく点検や修繕を実施しました。

3 活力あるまちづくり



ライトアップされた赤れんが博物館と前庭広場

地方創生拠点整備事業

総務費
5億5,448万円

幹線道路整備事業

土木費
5億2,850万円

京都舞鶴港を活かした 産業等の振興

商工費
1,998万円

赤れんがパーク周辺一帯を、日本海側を代表する一大交流拠点とするための整備事業に取り組んだほか、次世代の社会基盤となるような幹線市道の整備や京都舞鶴港の人流・物流拡大に取り組みました。

令和3年度事業経営状況

水道事業

給水人口の減少や経済活動の停滞などの影響で、料金収入が前年度と比べ4,429万円減少したことなどにより、収益は前年度と比べ5,346万円減少し、19億1,615万円となりました。

一方、費用も、人件費や修繕費が減少したことなどにより、前年度と比べ4,837万円減少し、16億6,058万円となりました。

この結果、当年度純利益は、前年度と比べ508万円減益の2億5,557万円となりました。

この利益は、翌年度以降の建設改良費に充てるため、建設改良積立金に積み立てています。

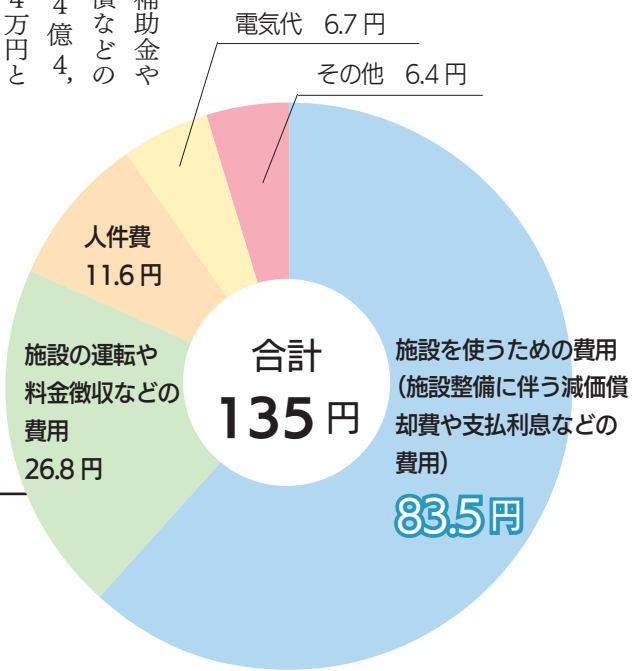
また、老朽化した水道管の更新、基幹管路を耐震化するなど、建設改良費や企業債(借入金)の償還に10億9,796万円を支出し、この財源として、国

らの補助金や企業債などの収入4億4,294万円と内部留保資金6億5,502万円を充当しています。

今後も、経営戦略(中期経営計画)に基づき水道施設の適切な更新を行うほか、民間事業者や近隣市町との広域的な連携を進めるなど、持続可能な安定した経営に努めます。

水道

水道水 1,000ℓを作るのにかかった費用 (給水原価)



漏水調査を実施中

水道管の破損などによる漏水の早期発見・早期修理に取り組んでいます。漏水の多くは、地下の見えない箇所が発生します。無線式の管路漏水監視装置や漏水探知器、音聴棒などを用いて年間を通して調査を行い、貴重な水を無駄にしないように努めています。



上下水道事業審議会

8月31日に令和4年度第1回舞鶴市上下水道事業審議会を開催。事務局から上下水道事業の経営状況と経営戦略を説明し、委員の皆さんからは外部委託の状況や管路の更新計画、耐震化についての質問を受けるなど、活発な審議を行いました。

今後も事業展開や経営戦略の見直し、上下水道料金のあり方などについて議論を進めていきます。



断水せずに配水本管から分岐を設置する工事



高区配水池の改修工事前



高区配水池の改修工事後

令和3年度水道事業建設改良費 6億2,891万円

【主な事業】

- ◆浄水施設費 2,149万円
浄水場の老朽設備の更新など
- ◆配水施設費 6億541万円
耐震性の優れた水道管への更新など

損益計算書	
水道水を作り届けるための収益と費用 (税抜き)	
収益	19億1,615万円
費用	16億6,058万円
純利益	2億5,557万円

資本的収支	
水道施設の更新や借入金返済のための収入と支出 (税込み)	
収入 (補助金など)	4億4,294万円
内部留保資金	6億5,502万円
支出 (資産更新など)	10億9,796万円

下水道事業



老朽化した下水道管の修復工事



中継ポンプ場の点検作業



汚泥を処理する装置を更新（東浄化センター）

下水道利用者の人口（水洗化人口）減少や経済活動の停滞などの影響で、下水道使用料が前年度と比べ1,800万円減少したことなどにより、収益は前年度と比べ4,108万円減少し、34億1,203万円となりました。

一方、費用も、減価償却費の減少などにより、前年度と比べ3,002万円減少し、32億6,127万円となりました。

この結果、当年度純利益は、

前年度と比べ1,107万円減益の、1億5,076万円となりました。

この利益は、翌年度以降の企業債（借入金）償還に充てるため、減価積立金に積み立てています。

また、下水道管路の更生工事や浄化センターの改築工事、大手ポンプ場建設などの建設改良費、企業債償還に37億8,995万円を支出。この財源として、国からの補助金や企業債などの収入25億6,523万円と内部留保資金12億2,472万円を

令和3年度下水道事業建設改良費 16億3,803万円

【主な事業】

- ◆処理場整備費 8億1,459万円
東浄化センターの汚泥処理設備の更新工事など
- ◆管渠建設費・管渠整備費 2億1,255万円
公共下水道管の布設（真倉地区など）
- ◆雨水処理費 5億9,566万円
大手ポンプ場の機械設備・電気設備工事など

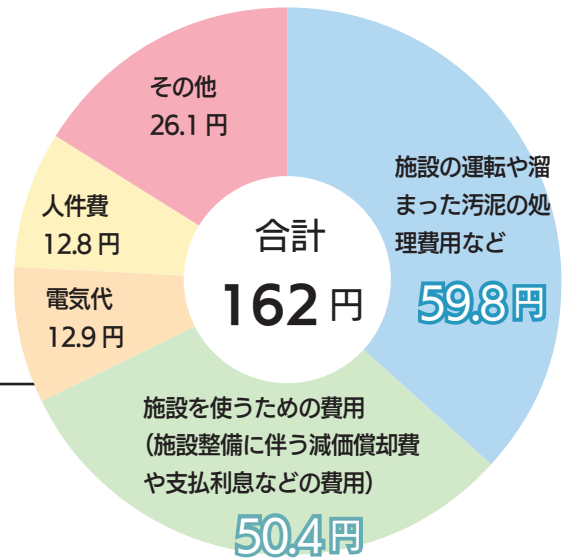
充当していき、今後も、経営戦略に基づき、施設の改築更新を着実に進めるなど、将来にわたり事業の安定経営に努めます。

損益計算書	
汚れた水を処理するための収益と費用（税抜き）	
収益	34億1,203万円
費用	32億6,127万円
純利益	1億5,076万円

資本的収支	
下水道施設の更新や借入金返済のための収入と支出（税込み）	
収入（補助金など）	25億6,523万円
内部留保資金	12億2,472万円
支出（資産更新など）	37億8,995万円

下水道

汚水 1,000ℓ を処理するのにかった費用
(汚水処理原価)



上下水道に関する問い合わせ先 【受付時間】平日 8時30分～17時15分

問い合わせの内容	電話番号	担当
<ul style="list-style-type: none"> ●水道料金、下水道使用料 ●水道の使用開始・中止・検針など 	☎ 62・1632	お客様サービスセンター
<ul style="list-style-type: none"> ●にごり水、漏水、水道メーター交換 ●水洗便所等改造資金貸付 ●水道給水、下水道排水設備の相談など 	☎ 66・1028	経営企画課



暮らしの情報

存在しない家屋が課税されていませんか？

家屋の固定資産税は毎年1月1日現在の状況で課税しています。取り壊した家屋(全部または一部)が課税されている場合や、今年12月未までに取り壊し予定の家屋がある場合は連絡を。▼詳しくは、税務課(☎66・1027)へ。

事業者原油価格・物価高 騰緊急対策事業給付金

【対象】所定の条件を満たす、市内に本店か主たる事務所を有する法人、もしくは事業を営む者が市内に住所を有する個人事業主
【給付額】◆建設業・製造業・運輸業・郵便業：法人20万円、個人事業主10万円◆その他の業種：法人10万円、個人事業主5万円
【申し込み方法】来年1月31日(火)までに郵送(レターパックプラス)または「レターパックプラス」で事業者支援特別相談窓口(産業創造・雇用促進課内)へ。
【その他】支給要件の詳細、申請書類など市ホームページで確認を。右下コードからアクセス可。
▼詳しくは、事業者支援特別相

談窓口(☎66・0028)へ。

11月は児童虐待防止推進月間

11月は児童虐待防止推進月間です。殴る・蹴るなどの暴力や、適切な衣食住の世話をしないなどの育児放棄のほか、子どもの目の前で夫婦げんかをしたり、無視したり暴言を吐いたり、子どもの心を傷つける行為も虐待です。子育ての不安や悩みは、一人で抱え込まず、早めに相談してください。

【問い合わせ先】◆児童相談所虐待対応ダイヤル(☎189)
◆児童相談所相談専用ダイヤル(☎0120・189・783)
◆子どもなんでも相談窓口(☎66・2120)

11月30日は人生会議の日

誰でも命に関わる大きな病気やけがをする可能性があります。11月30日は「人生会議の日」。老い支度ノートを活用し、この機会に自分が望む医療やケアについて、大切な人や家族と話し合っておきましょう。

▼詳しくは、高齢者支援課(☎66・1018)へ。

市議会議員一般選挙

11月20日(日)投・開票
投票時間7時～20時

◆期日前投票

【場所・期間】◆市役所・西支所・加佐分室…11月14日(月)～19日(土)、8時30分～20時◆バザールタウン舞鶴…11月14日(月)～16日(水)、9時～19時◆らぼーる…11月17日(木)～19日(土)、10時～19時

【対象】平成16年11月21日までに生まれた日本国民で、令和4年8月12日までに市の住民基本台帳に登録され、投票日まで引き続き舞鶴市に住んでいる人。

◆不在者投票

11月14日(月)～19日(土)。指定された病院、施設などに入院(所)中の人や他の市区町村に仕事などの用事で滞在中の人は不在者投票制度を利用することができます。手続きに日数を要しますので、早めに投票用紙の請求などの手続きをしてください(告示日前でも可)。

※他の市区町村で不在者投票される際は原則として11月14日(月)～18日(金)8時30分～17時に投票してください
▶詳しくは、市選挙管理委員会事務局(総務課内、☎66・1044)へ。

都市計画審議会を開催

【日時】11月25日(金)15時から
【場所】赤れんが2号棟
【内容】舞鶴都市計画下水道の変更
▼詳しくは、都市計画課(☎66・1048)へ。

都市計画変更案にご意見を

市内在住か変更内容の利害関係者は公述申出書の提出で意見を述べることができます。
【期間】11月8日(火)～22日(火)
【内容】舞鶴都市計画公園の変更
【閲覧場所】都市計画課、西支所、加佐分室、中公民館、南公民館(申出書の提出は都市計画課)
【その他】公述申出書の提出があれば12月22日(木)13時30分から市

役所別館で公聴会を開催

▼詳しくは、都市計画課(☎66・1048)へ。

市議会9月定例会 議案を可決・認定・同意

市議会の9月定例会が9月2日に開会。令和4年度補正予算、令和3年度決算、条例など市長提案の18議案を審議。原案どおり可決・認定・同意され、10月6日に閉会しました。主な内容は、次のとおり。

◆補正予算

【一般会計】◆第4号：16億2,526万円の増額◆第5号：6億6,407万円の増額。この結果、予算総額は、390億3,224万円となりました。

【特別会計】◆病院事業会計(第1号)：2,000万円の増額。

この結果、予算総額は、10億9,065万円となりました。◆国

◆条例

◆舞鶴市職員の育児休業等に関する条例の一部を改正する条例
◆舞鶴市駐車場条例の一部を改正する条例
◆舞鶴市手数料条例の一部を改正する条例

◆人事

◆公平委員会委員の選任：櫻木博氏、下川篤氏

◆詳細情報を公開中

市議会定例会に関する資料・情報は、市政情報コーナー(市役所本庁1階)で公開しています。市ホームページでも閲覧できます。下コードからアクセス可。《総務課》



市の人口と世帯数



人口 77,944人 (-281人) 世帯 34,509世帯 (-233世帯)

男 39,063人 (-210人) 女 38,881人 (-71人) ※令和4年10月1日現在の推計人口。()内は前月比

令和5年度保育所・幼稚園などの入所希望者を募集

◆保育所・認定こども園(保育所部分)

来年4月からの保育所・認定こども園の入所申し込みを受け付けます。

【対象園】左表の①～⑳

【入所要件など】保護者が次のいずれかに該当する場合。

- ◆就労(1か月64時間以上の就労)
- ◆妊娠・出産
- ◆疾病・障害
- ◆求職活動(起業準備含む)
- ◆就学
- ◆同居または長期入院などをしてる親族の介護・看護

の他、保育が必要な状態にあると市が認める場合

【利用者負担額】来年4月1日時点の年齢が

- ◆0～2歳：各世帯の収入によって異なる
- ◆3～5歳：無償(給食費は自己負担)

【申し込み方法】認定申請書と利用申込書に必要事項を記入し、

12月1日(木)～22日(木)までに幼稚園・保育所課へ。12月12日(月)・16日(金)に西支所での受け付けを実施。申請には運転免許証などの本人確認ができるものと、世帯全員のマイナンバーが分かるものが必須。申請書・申込書・案内冊子は11月21日(月)以降に同

課や西支所、加佐分室、各保育所・各認定こども園などで配布。市ホームページからもダウンロード可。

▼詳しくは、幼稚園・保育所課

(☎66・1009)へ。

◆舞鶴こども園(幼稚園部分)

来年4月から幼稚園部分へ入園を希望する園児を募集します。

【対象・定員】◆3歳児：10人

◆4・5歳児：若干名(多数の場合は抽選。同時在園の世帯優先。定員に満たない場合や欠員の出た場合は随時募集)

【利用者負担額】無償(給食費、行事費などは自己負担)

【保育所・認定こども園・幼稚園一覧】

施設区分	保育所等名称	所在地	対象児(※2)(保育所部分)	電話番号
保育所	①やまもも保育園	溝尻1106	産休明け～就学前	62-0524
	②うみへのもり保育所	浜2022	6か月～就学前	62-0464
	③中保育所	余部下1063	6か月～就学前	62-0292
	④八雲保育園	丸田27-1	産休明け～就学前	82-0278
	⑤タンポポこども園	泉源寺223	産休明け～就学前	64-2762
	⑥平こども園	中田440-1	産休明け～就学前	68-0107
	⑦昭光保育園	浜221	産休明け～就学前	63-4821
	⑧さくらこども園	七条中町8-20	産休明け～就学前	62-6987
	⑨朝日幼稚園	浜796	3歳～就学前	62-1874
	⑩森の子ら幼稚園	丸山口町24	3歳～就学前	62-0740
認定こども園	⑪朝来幼稚園	吉野499-3	産休明け～就学前	63-3426
	⑫橘幼稚園(※1)	浜682	産休明け～就学前	62-5168
	⑬シオン幼稚園(※1)	浜40	産休明け～就学前	62-1438
	⑭東山こども園	倉谷961-1	産休明け～就学前	76-7314
	⑮相愛こども園	魚屋234-1	産休明け～就学前	75-1083
	⑯ルンビニこども園	寺内90	産休明け～就学前	76-3703
	⑰なかすしこども園	公文名344	産休明け～就学前	76-7122
	⑱永福こども園	公文名63	産休明け～就学前	75-4006
	⑲永福こども園城屋園舎	城屋837	産休明け～就学前	75-4005
	⑳岡田こども園	志高70	産休明け～就学前	60-2778
幼稚園	㉑舞鶴こども園	円満寺100-4	6か月～就学前	75-0525
	㉒池内幼稚園	布敷120-3		75-1930
	㉓倉梯幼稚園	七条中町8-2		62-5224
	㉔志楽幼稚園	田中町39-1		64-3574
	㉕中舞鶴幼稚園	余部上116-3		62-5166
	㉖ひばり幼稚園	森1101		62-1157
	㉗舞鶴聖母幼稚園	上安久381		75-1007
	㉘三鶴幼稚園	引土282		75-1316

※1：来年4月に認定こども園に移行予定 ※2：対象児の年齢は、来年4月1日現在。幼稚園部分の利用は満3歳児から

【申し込み方法】11月11日(金)～17日(木)までの10時～17時(土・日曜日、祝日を除く)に申込書(舞鶴こども園に備え付け)を同園へ。

▼詳しくは、舞鶴こども園(☎75・0525)へ。

◆私立幼稚園・私立認定こども園(幼稚園部分)

市内の私立幼稚園と私立認定こども園(幼稚園部分)では、来年4月に入園を希望する園児の入園願書を受け付けます。所定の「入園願書」を希望する園に直接提出してください。募集定員や開園時間などの詳細は、各園に問い合わせを。

【対象園】上表の⑳～㉘

【利用者負担額】満3歳児以上は無償(給食費、行事費などは自己負担)

債権回収業務の一部を弁護士法人に業務委託

本市では、支払い能力があるにも関わらず、市営住宅家賃などを納付しない人に滞納処分や裁判手続きを経て強制執行を行っている。一方、失業など特別な事情で納付が困難な人には、納付相談などで詳細な聞き取りを行い、自立相談支援事業を実施している「生活支援相談センター」と連携して、生活再

建へ向けた支援を行っています。公平公正で思いやりの心を持った債権管理のもと、このたび、市営住宅退去者の滞納家賃などの債権回収業務を「弁護士法人ライズ総合法律事務所」に外部委託し、徴収業務の強化を目指すこととなりました。今後、

▼詳しくは、債権管理課(☎66・1007)へ。

事前予約でマイナンバーカードの申請と交付を受け付け

マイナンバーカード用の無料写真撮影や申請書の受け付け、カードの交付を行う窓口を開設します。

【日時】11月27日～12月25日の毎週日曜日(12月18日を除く)、10時～16時

【場所】市役所本館

【申し込み方法】希望日の3日前までの平日に予約専用ダイヤル(9時～12時、13時～17時、☎62・1897)へ。

図書館基本計画へ ご意見を

中央図書館の新設を含んだ本市の図書館システムの再編や図書館サービスのあり方について、舞鶴市図書館基本計画審議会などで検討を進めてきました。このたび、審議会からの答申に基づき計画(案)をとりまとめましたので、市パブリック・コメント手続制度(市民意見提出制度)に基づき、皆さんからの意見を募集します。

【募集期間】11月20日(日)まで

【提出方法】様式は自由。住所、氏名、電話番号を記載し「舞鶴市図書館基本計画(案)に対する意見」と明記し、郵送か持参、ファクス、市ホームページ問い合わせフォームで図書館課へ。匿名、電話、口頭による意見は受け付けません。

【計画(案)の公表場所】東・西図書館、市政情報コーナー、西支所、加佐分室、各公民館、まなびあむ、大浦・城南会館。市ホームページにも掲載。

【提出された意見の取り扱い】提出された意見などを考慮して最終案を作成。また、意見の概要と意見に対する市の考え方を整理し公表します(氏名などは公表しません)。

▼詳しくは、図書館課(☎62・0190、FAX 62・9230)へ。

まいづる子ども環境絵画 コンクールの受賞者決定

7月1日～9月2日に募集したまいづる子ども環境絵画コンクール2022の受賞者が決定(応募作品全87点)。

◆舞鶴の川と海を美しくする会長賞：服部真歩(加佐中3年)

◆まいづる環境市民会議会長賞：櫻井結斗(池内小2年)◆優秀賞：若松直(加佐中3年)、山下由愛(中筋小3年)、伊藤萌々加(中筋小1年)◆入選：岩本琉那(中筋小6年)、山口瑚心(中筋小5年)、宮城璃空(新舞鶴小3年)、石黒結望(明倫小2年)、山口蒼衣(新舞鶴小2年)

(以上敬称略)

▼詳しくは、舞鶴の川と海を美しくする会・まいづる環境市民会議事務局(いづれも生活環境課内、☎66・1064)へ。

まいづる環境市民賞の 受賞者決定

市内でさまざまな環境活動を行っている個人や団体、事業者を表彰する「まいづる環境市民賞2022」の受賞者が決定しました◆一般部門：川井康平氏

◆こども未来部門：大浦小学

校。詳細は市ホームページで確認を。下コードからアクセス可。

《まいづる環境市民会議事務局》



J-ALERT 情報伝達訓練を実施

J-ALERT(全国瞬時警報システム)による全国一斉の「緊急情報(国民保護)伝達訓練」を実施します。

【日時】11月16日(水)11時ごろ

【内容】◆防災行政無線、自動起動ラジオ：試験放送を一斉に放送◆まいづるメール配信サービス：試験メールを一斉配信

※気象状況などで訓練を中止する場合があります

◆身を守る行動の確認を

J-ALERTでは、弾道ミサイル情報や航空攻撃情報など国民保護に関する情報が伝達されます。ミサイルの場合、発射から10分もしないうちに到達する可能性があります。◆屋外にいる人は、近くの堅ろうな建物に避難するか物陰に身を隠す◆屋内にいる人は窓からできるだけ離れるなど、今いる場所で取るべき行動を判断し、落ち着いて行動できる心構えをしておきましょう。

▼詳しくは、危機管理・防災課(☎66・1089)へ。



新型コロナウイルスの流行に備えて オミクロン株対応ワクチンの年内接種を

問 新型コロナワクチン接種コールセンター
(☎68・9225、平日9時～17時)

現在実施しているオミクロン株対応ワクチンには、従来株に由来する成分とオミクロン株に由来する成分が含まれるため、従来型ワクチンよりオミクロン株への重症化予防や発症予防、感染予防効果が期待できます。

対象者はワクチンの初回(1・2回目)接種を完了した12歳以上の人。新型コロナウイルスの流行に備えて年末までにオミクロン株対応ワクチンが接種できるよう、未接種の人は早めに申し込んでください。

また、東体育館で実施しているワクチンの集団接種は11月9日(水)から文化公園体育館に場所が変わります。

オミクロン株対応ワクチンの接種に関する詳細は、市ホームページで最新の情報を確認してください。右コードからアクセス可。



◆生後6か月～4歳用新型コロナワクチン接種を開始

ファイザー社製ワクチン(生後6か月～4歳用)の接種を3回実施します。1回目を接種し、2回目は3週間後、3回目は2回目接種から8週間後に接種。対象者には11月上旬に接種券を郵送します。

日時や場所、申し込み方法など詳細は接種券に同封しているチラシで確認してください。

◆従来ワクチンの国からの供給は年内で終了

初回接種に使用している従来型ワクチンは12月末で国からの供給が終了します。初回の接種が終了しなければオミクロン株対応ワクチンの接種ができないため、接種を希望する人は年内に接種を済ませてください。

◆接種券の再発行

対象者へは接種券を送付しました。接種券をなくしても再発行し、ワクチンを接種することができます。手続きは市役所別館ワクチン接種推進係へ。

人事行政の 運営状況のお知らせ

市職員の給与や定員、勤務条件などをお知らせします。詳細は、市役所本館1階の市政情報コーナーで閲覧できるほか、市ホームページにも掲載しています。ここでお知らせする給与は、税金や各種保険料などを差し引く前の額で「手取り額」ではありません。
▶詳しくは、人事課(☎66・1066)へ。

人件費の状況 (令和3年度 普通会計決算) ※1 人件費には、一般職に支給される給与のほか、特別職や会計年度任用職員に支給される報酬などを含む

住民基本台帳人口 (令和4年1月1日現在)	歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B) ※1	人件費率 (B/A)	前年度の人件費率
79,499人	409億3,891万円	14億7,828万円	68億2,140万円	16.7%	15.3%

職員給与費の状況 (令和3年度 普通会計決算) ※2 職員手当には退職手当を含まない

職員数 (A)	給与費				1人当たり 給与費 (B/A)
	給料	職員手当 ※2	期末・勤勉手当	計 (B)	
629人	25億6,792万円	4億7,495万円	10億5,551万円	40億9,838万円	651万円

初任給の状況 (令和4年4月1日現在)

区分	舞鶴市	国
行政職 大学卒	182,200円	182,200円
行政職 高校卒	150,600円	150,600円

ラスパイレース指数の状況

(各年4月1日現在)
(国家公務員の給与を100とした場合の舞鶴市の給与水準)

令和2年	令和3年
100.5	100.8

部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

部門	職員数 ※3		対前年 増減数
	令和3年	令和4年	
一般行政	474人	462人	-12人
特別行政	167人	167人	0人
公営企業等	152人	140人	-12人
合計	793人	769人	-24人

職員の平均年齢、平均給料月額と平均給与月額の状況 (令和4年4月1日現在)

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額 ※5
行政職	42.9歳	333,819円	366,321円
国 ※4	42.7歳	323,711円	405,049円

※4 国家公務員給与等実態調査における行政職俸給表適用職員の数値

※5 給料月額と諸手当(国家公務員と同ベース)の額を合計したもの

※3 職員数は、特別職や再任用短時間勤務職員、会計年度任用職員を含まない

経験年数別・学歴別平均給料月額の状況 (令和4年4月1日現在)

区分	経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年
一般行政職 大学卒	287,500円	339,860円	372,629円
一般行政職 高校卒	241,171円	287,960円	343,120円

任免の状況

採用 (令和3年4月2日 ～令和4年4月1日)	退職 (令和3年4月1日 ～令和4年3月31日)
17人	38人

特殊勤務手当の状況 (令和3年度 普通会計決算)

職員全体に占める手当支給職員の割合	30.7%
支給職員1人当たり平均支給年額	94,269円
手当の種類	10種類

代表的な手当：清掃事務所・浄化センターの職員、交代制勤務の消防職員に支払う手当

時間外勤務手当の状況 (令和3年度 普通会計決算) ※6

令和3年度	支給総額		2億537万円
	職員1人当たり支給年額	35万円	
令和2年度	支給総額		1億7,948万円
	職員1人当たり支給年額	31万円	

※6 他の手当として、扶養手当、住居手当、通勤手当、管理職手当を支給

特別職の報酬等の状況 (令和4年4月1日現在)

区分	給与月額等
給料	市長 副市長 教育長 688,000円
	議長 副議長 議員 440,000円
	市長 副市長 教育長 議長 副議長 議員 (令和3年度支給割合) 3.35月分
退職手当	算定方式
	支給時期

給料月額×勤続年数×100分の550
給料月額×勤続年数×100分の367
給料月額×勤続年数×100分の303

任期ごと

期末・勤勉手当と退職手当の状況 (令和3年度 普通会計決算)

区分	舞鶴市			国		
	令和3年度 支給割合	期末 2.55月分	勤勉 1.9月分	令和3年度 支給割合	期末 2.55月分	勤勉 1.9月分
期末・勤勉 手当	職制上の段階、職務の級等による加算措置	有	有	職制上の段階、職務の級等による加算措置	有	有

区分	舞鶴市			国		
	(支給率) 勤続20年 勤続25年 勤続35年 最高限度	(自己都合) 19.6695月分 28.0395月分 39.7575月分 47.709月分	(勸奨・定年) 24.586875月分 33.27075月分 47.709月分 47.709月分	(支給率) 勤続20年 勤続25年 勤続35年 最高限度	(自己都合) 19.6695月分 28.0395月分 39.7575月分 47.709月分	(勸奨・定年) 24.586875月分 33.27075月分 47.709月分 47.709月分
退職手当	加算措置	定年前早期退職特別措置 (2～20%加算)		加算措置	定年前早期退職特別措置 (3～45%加算)	
	調整額	在職期間中の職務の級に応じ加算		調整額	在職期間中の職務の級に応じ加算	

かがやき

[第80号]

11月12日～25日は

「女性に対する暴力をなくす運動」期間

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間であり、府の「配偶者等からの暴力をなくす啓発期間」です。

配偶者やパートナーなど親密な関係にある、またはあつた者から振るわれる暴力のことを「DV（ドメスティックバイオレンス）」といいます。

DVは、被害者自身が逃げれば解決する、という簡単なことではありません。

被害者は「私が悪いから暴力を振るわれている」「自分さえ我慢すればいい」など、被害を受けることで、心を支配され、逃げる勇気や気力を失っている場合があります。さらには「DV」という言葉の浸透とは裏腹に「あんな立派な人が暴力を振る

うはずない」「別れないってことはたいした被害を受けていない」などといった社会の理解不足のほか、経済的問題、子どもの就学の問題など、あらゆる要素が複雑に絡みあい、解決に向かうことが難しい状況にあります。

また、11月は「児童虐待防止月間」です。子どもへの直接的な暴力はもちろん、DVを見せつけてしまうことも子どもの心に重大な影響を与えるので、許される行為ではありません。児童虐待からDVが、DVから児童虐待が発覚するなど、この2つの問題は密接な関係にあります。「これっておかしい?」と思ったら、一人で悩まず、ためらわずに相談してください。

これ、全部〈DV〉です!

◆身体的暴力 殴る、蹴る、物を投げるなど	◆社会的暴力 付き合いや外出を制限する、スマホをチェックするなど
◆精神的暴力 怒鳴る、ばかにする、無視するなど	◆子どもを利用した暴力 子どもの前で暴力を振るう、子どもの前で非難するなど
◆経済的暴力 生活費を渡さない、自由にお金を使わせないなど	◆性的暴力 望まない性行為を強要する、避妊しないなど

DV 相談先 ひとりで悩む前に、まずはご相談ください 男性も女性も相談できます

機関	名称	電話	開設日など
舞鶴市	女性のための相談室 配偶者暴力相談支援センター(※)	☎ 65・0056	月～金曜日、9時～16時(祝日、年末年始は休み)
京都府	京都府家庭支援総合センター	☎ 075・531・9910	9時～20時、緊急の場合は24時間対応
	京都府北部家庭支援センター	☎ 0773・22・9911	月～金曜日、9時～17時(祝日、年末年始は休み)
警察	舞鶴警察署	☎ 75・0110	緊急時は「110番」

※今年9月1日に新設

◆運動期間中の啓発活動

◇映画上映会&ワークショップ
DV、児童虐待をテーマにした映画の上映や、被害に遭わない、遭わせないための学習をします。

【日時・上映作品】◇11月11日(金) 9時30分～11時30分:「サンドラの小さな家」◇11月18日(金) 9時30分～12時:「きみはいい子」

【場所】フレアス舞鶴

【対象者】市内在住の人

【定員】各回先着20人程度

【その他】託児あり(1人につき1回300円)

【申し込み方法】電話で人権啓発推進課(☎66・1022)かフレアス舞鶴(☎65・0055)へ。

◇パープル・オレンジライトアップ

女性に対する暴力根絶の世界的なシンボルである「パープルリボン」と子ども虐待防止のシンボルである「オレンジリボン」にちなんで、赤れんがパークや五老スカイタワー、田辺城門をライトアップ。

【日時】11月30日(水)までの17時～20時

※期間は施設によって異なります

わたしのキャリアの棚卸

～自分らしい人生のあり方～



株式会社 西谷通信工業
西谷 和子 さん

市では、舞鶴市男女共同参画計画「第3次まいプラン」の中で、「男女が共に参画し、活躍できる環境づくり」を掲げ、事業所や関係団体と女性の活躍推進やワークライフバランスなどの取り組み、市民の意識啓発の取り組みを進めています。

性差に関係なく、誰もが平等に活躍でき、働き続けることができる社会を目指す中で、今回は「家庭」や「就労者」という役割意識にとらわれず、さまざまな挑戦を続けている西谷さんに話を伺いました。

何事にもトライ 挑戦する「今」で今の私がある

◆人生の選択は住処とともに

父親が転勤族で、高校卒業までは熊本県内を転々とする生活。上空にはいつも飛行機が飛んでいた。日常に飛行機が映る暮らしに誘われ、大学卒業後は3年間、航空会社のグランドスタッフとして充実した日々を過ごしたが、3年目の秋に結婚。夫の実家がある舞鶴へ移住するため、年度末での退職を決めた。同じころ、職場の上司から「運航管理者にならないか」という誘いを受けた。「職場では初の女性管理者であり、以前から希望していた職なので挑戦したかったのですが、退職する身であり、自分以外にもこの職を希望する人がいることを知っていて身を引きました。この時のことは今でも胸につかえています」と当時を振り返る。

◆母だけど「やってみる」

舞鶴に移り住み半年ほど経った頃、長女を出産。友達もいない、地域の情報も分からない中での不安な子育てだった。そんな中、移住後初めての挑戦をする。ことに。ハローワークで紹介された近畿職業能力開発大学の就業支援訓練コースを受講。このとき長女は9か月。通学のために保育所を利用する前例はなかったが、市の協力もあり、預け先を見つけ、資格を取得することができた。

その後は夫の会社に勤め、家事や育児との両立の中で、新たな挑戦することに。子どもの通う保育所や小学校で長年にわたりPTA役員を務め、それがきっかけで、教育委員会の委員を務めることになる。また、登校班の見守り活動が続ける中では、主任児童委員を依頼されたほか、この夏からは、男女共同参画審議会の委員も務めている。

◆挑戦する人生、多くの人の支えがあつてこそ

仕事も家庭もある中で、大変ではないか、断ろうと思ったことはないかと尋ねると「信頼して依頼してくださっているの、

やってみたい気持ちの方が強いです。挑戦する人生が好きなので、失敗しても経験が生きていくし、新しいことに挑戦しないと自分のことが分からない。常に自分探しです」と、にこやかに話す。

もちろん、両立する上で苦労することもあった。家にいない母を不満に思う我が子との接し方があるからやってくれた。

「学校の先生の支援や子どもの成長に支えられたこともあります。家事もときには家族とシェアして、お互い完璧を求めずに。日中の活動も、同僚たちが快く送り出してくれるからできていたのであり、とてもありがたいです」と感謝の思いを語る。

◆大人になっても「将来の夢」

数々の挑戦を重ねる中で、将来の夢をこう語る。「友達でも先生でも親でもない相談できる人、いわばスクー

ルカウンセラーのような人になりたいです。転校で苦労した経験や、PTA活動などを経験した私だから分かること、他人だからこそ話せることがあると思うので力になりたいです」と、熱を込める。「子どもと関わることは、未来の大人を育てている使命感があります。地元に着を持って将来戻ってきてくれるといいな。移住者だからこそ気付いた舞鶴の良さも伝えたいです」と、彼女だからこそ見えるもの、やりたいことがある。できることはなんでも逃げずにしてきた人生。新しいことになんでも挑戦してきた西谷さんの自分探しの旅はまだまだ続きます。



▲主任児童委員の活動として登下校を見守り

お知らせ

※新型コロナウイルス感染症の影響で、予定が変更される場合があります

催し

サロン「ぼーれぼーれ」

(☎63・30008、FAX 62・9546)

博愛苑利用者「創作展」

時 11月30日(水)まで10時～16時

絵画教室利用者「絵画展」

時 12月1日(木)～来年1月4日(水)10時～16時

日本遺産 MONTH

●日本遺産 VR体験シアター

時 11月18日(金)まで9時30分～16時30分
場 赤れんが4号棟内 非公開施設を含む市内の日本遺産を、実物大の感覚で体験できるVRシアターやパネルで紹介

問 観光振興課(☎66・1024)

●蛇島ガソリン庫特別公開

時 11月24日(木)・25日(金)◆11時発◆13時30分発場 前島ふ頭に集合対 18歳以上
定 各便10人(多数の場合抽選)甲 11月14日(月)までに電話か応募フォームで舞鶴観光協会(☎66・1096)へ。
下コードからアクセス可。

小学生の税に関する書道展の開催

時・場 ◆バザールタウン舞鶴店：11月10日(木)～16日(水)9時～21時45分

◇らぼーる：11月17日(木)～23日(祝)10時～20時

市内の小学生による作品約200点を展示 問 舞鶴税務署(☎75・0801)

西図書館(☎75・5406)

●えほんのじかん

時 11月5日(土)11時～11時15分 内 絵本の読み聞かせなど 対 3歳以上の子ども

●赤ちゃんおはなし会

時 11月16日(水)11時～11時15分
内 絵本の読み聞かせやわらわらうた遊びなど 対 0～2歳児

東図書館(☎62・0190)

●赤ちゃんえほんのひろば

時 11月8日(火)11時～11時15分
内 絵本の読み聞かせやわらわらうた遊びなど 対 0～2歳児

●ナイトライブラリィ

・朗読と音楽の夕べ

時 11月25日(金)19時15分～20時15分 内 「朗読と音楽ユニット彩(いろどり)」による朗読と演奏 定 先着20人 申 事前に電話で同館へ。

●読書会

時 12月5日(月)13時30分～15時

内 小川糸著『ツバキ文具店』

●冬のおたのしみ会

時 12月10日(土)10時30分～11時、14時～14時30分 内 人形劇やエプロンシアター、パネルシアターなど。サンタクロースも登場 対 幼児、小学生 定 先着各30人 申 事前に電話で同館へ。

舞鶴ユネスコ協会 合同展

時 11月11日(金)～13日(日)10時～20時

場らぼーる 内 身近な舞鶴のたからものを描いた小・中学生の絵画の中から優秀作品を展示。市内幼稚園や保育園、こども園園児、姉妹都市や友好都市の子どもの絵画展など 問 舞鶴ユネスコ協会事務局(学校教育課内、☎66・1072)

秋の交通安全フェアin舞鶴

より長く、より安全に！

時 11月13日(日)13時～16時 場 東体育館 内 危険予測トレーニング(KYT)体験や認知・身体機能低下抑制トレーニング体験など。自転車シミュレーター体験や認知機能評価も実施
問 京都府交通安全協会事務局(☎075・411・0056)

郷土資料館で「ふるさと発見」!

時 11月13日(日)13時30分～15時 内 田辺藩誕生400年。藩主京極家の田辺城絵図を展示解説料100円(学生は50円) 市内在住か在学の学生は無料 問 郷土資料館(☎75・8836)

赤れんがバザール

時 11月13日(日)10時～15時 場 赤れんが4号棟内 手作り雑貨やスイーツ販売、体験コーナー 問 赤れんがパーク(☎66・1096)

認知症介護家族のつどい

時 11月15日(火)13時30分～15時 場 城南会館内 参加者同士の交流など 対 認知症の人を介護している家族 問 高齢者支援課(☎66・1018)

略語の見方 時=日時 場=場所・会場 内=内容 対=対象 定=定員、募集人数 料=料金 他=その他 申=申し込み方法 問=問い合わせ先

【ご注意】次の場合は記載していません。対 だれでも 定 特になし 料 無料 他 特になし 申 不要



子ども達の笑顔と未来を守りましょう！
コロナに負けるな！ 代表取締役 久下幸典



KIKUZURU Photo Studio

京都府舞鶴市魚屋

お問い合わせは本店へ
0773-75-1991



賃貸物件
売却物件
募集中!



このまちとこれから。

アイシックス不動産(有)

京都府知事(4)第12194号 (公社)京都府宅地建物取引業協会会員

京都府舞鶴市字浜767番地3 TEL 0773-62-0505

ステージエブリウエア

時 11月19日(出)・20日(日)10時〜17時 場 西
駅交流センター内公募で集まったア
ト作品を展示・販売他 20日は丹後あか
まつ号車内で大道芸や音楽演奏、落語の
パフォーマンスを実施 府文化政策室
(☎075・414・5140)。詳
しくは下コードからアクセス可。



戦没者追悼式

時 11月23日(祝)10時から 場 総合文化会
館内 遺族代表による追悼の辞や参列者
による献花など。式典終了後、舞鶴子ど
もコーラスによる合唱や海上自衛隊舞
鶴音楽隊と日星高吹奏楽部による合同
演奏会を実施 申 11月18日(金)までに福祉
企画課(☎66・1011)へ。

行家住宅秋季一般公開

時 11月23日(祝)10時〜16時 場 行家住宅
内国の重要文化財「行家住宅」を公開。
油彩展「暮らしと希望の世界」も開催
岡文化振興課(☎66・1019)

新旧名所・大浦探訪ウォーキング

時 11月23日(祝)12時30分〜16時30分
場 赤野多禰寺・自然文化園(約11キ、
大浦会館集合) 対 市内在住か在学の10
歳以上の入定先着20人 料 入園料など
申 11月15日(火)までに電話で大浦会館
(☎68・2010)へ。

ローコンサート

時 11月24日(休)12時10分〜12時50分 場 市役
所市民ホール内 湯口里美さん(クラリネット)
と今岡由貴さん(ピアノ)による二重奏「ソ

ナタ(サンサーンス)」「シチリアーナ(フォー
レ)」ほか 岡文化振興課(☎66・1019)

赤れんが博物館 市民講座

時 11月26日(出)14時〜15時30分
内 赤れんが博物館顧問の北翔大名誉教
授の水野信太郎さんによる講演「国家を
まとめたドイツとれんが」 官庁集中計
画とドイツ系れんが「定先着30人 申前
日までに電話で同館(☎66・1095)へ。

晩秋の古道を歩く(多門院・与保 呂コース)

時 11月27日(日)8時から 場 多門院と与保
呂(約11キ、芦ノ町池(与保呂)集合) 対 小
学5年生以上(小学生は保護者同伴)
定 先着50人 料 300円 申 11月12日(出)
で住所、氏名、年齢、電話番号をファク
スで舞鶴東ロータリークラブ事務局(☎
64・6906)へ。岡舞鶴道遊くらぶの
源野さん(☎090・1678・5612)

加佐写真展

時 12月2日(金)〜4日(日)9時〜17時(4
日は16時まで) 場 加佐公民館他 加佐地
区在住の写真愛好家による写真展。岡
田こども園の園児たちが描いた絵画も
展示 同館(☎83・0036)

身体障害者福祉センター開設 40周年記念式典、文化作品展

時 12月2日(金)・3日(土)10時〜17時(3
日は15時まで、式典は3日13時から)
場 総合文化会館内 書や工芸、絵画の展
示など 同身障センター(☎63・3008)
《舞鶴市障害者文化作品展の募集》
対 市内在住の障害者・施設団体作品な

ど 申 11月18日(金)までに身障センターへ。

ふれあいサンデー

時 12月4日(日)13時30分から
場 総合文化会館内 公民館で活動する地
域の皆さんが日ごろの成果をステージ
で披露 同 主なびあむ(☎64・4060)

「7週間歩王(ウォーキング)チ ャレンジ」

時 12月4日(日)〜来年1月21日(土) 3人
1組でチームを組み、歩数を競う 対 市内
在住・在勤の20歳〜65歳でスマホを持っ
ている人他 優秀チームなどには賞品あり
申 11月23日(祝)までに申し込みフォームで
下コードからアクセス可。
岡健康づくり課(☎65・0065)

しあわせ冬ごもり講座 〜家族や仲間と楽しむおうち時間〜

時 12月10日(土)〜来年3月25日(土)に計5回 10
時〜12時(12月10日は9時30分から) 場 大浦
会館内 そば打ちやコーヒー焙煎、ピザ窯づ
くりなど 対 市内在住の人 定 先着各8〜20
人 料 300〜800円 申 各講座開催日の
10日前までに電話かファクスで同館(☎
68・2010、FAX 68・2011)へ。詳しく
は、市ホームページで確認を。下
コードからアクセス可。

人権のつどい

時 12月10日(土)13時〜16時 場 総合文化
会館内 舞鶴子どもコーラスの合唱や映
画「朝が来る」の上映、人権標語入賞作
品や人権の花運動の展示他 無料託児・
手話通訳希望者は11月25日(金)までに人
権啓発推進課(☎66・1022)へ

施設の 休館日

- ▶ 田辺城資料館、ふるさと発見館(郷土資料館) / 毎週月曜日(祝日の場合はその翌々日)と祝日の翌日
- ▶ 総合文化会館、陶芸館 / 毎週月曜日(祝日の場合はその翌日) ▶ 文化公園体育館 / 第2木曜日 ▶ 東体育館 / 第3木曜日
- ▶ 中公民館 / 第4月曜日 ▶ 主なびあむ、西・南・加佐公民館、大浦・城南会館 / 毎週月曜日
- ▶ 東図書館 / 毎週木曜日と祝日(火・木曜日の場合のみ)、毎月の最終火曜日
- ▶ 西図書館 / 毎週月曜日と祝日(月・水・金曜日の場合のみ)、毎月の最終水曜日

売買・相続物件
 空き家の管理
 お持ちの不動産

ご相談は無料です。

株式会社 日本海
 TEL:0773-77-0855
 京都府舞鶴市引土 1番地
 info@nhk.co.jp
 免許番号 京都府知事(14)第3409号/(公社)京都府宅地建物取引業協会会員

OSHIMA
 カーサービス舞鶴

全メーカーの
サポカー取り扱い!

- 自動車販売
- 自動車整備
- 24時間 365日
ロードサービス
- レンタカー

京都府舞鶴市十倉 75-5
 ☎ 0773-75-4300

大浦風土ロード体験「ふるる冒険団」クリスマスオーナメント作り&パーティー

時 12月17日(土)10時〜18日(日)10時 場 ふるるファーム 対 中学生以下(未就学児・支援が必要な人は保護者同伴) 定 20人組 料 1,000円 申 前日までにホームページで。下コードからアクセス可。 問 同ファーム(☎68・0233、火曜定休)

子ども大人もお餅つき大会

時 12月18日(日)9時30分〜12時 場 城南会館 昔ながらの臼と杵を使ってお餅つきの体験 定 30人(多数の場合抽選、小学生2年生以下は保護者同伴) 料 1人500円(小学生未満は無料) 申 11月25日(金)までに電話で同館(☎78・1800)へ。

アートスタートおここの時間

時 12月20日(火)10時30分〜11時30分 場 まなびあむ 内 箏演奏家の立道明美さんによる演奏と体験 対 市内在住の乳幼児とその保護者 定 先着10組程度 申 12月6日(火)〜13日(火)にフアックスかメール(左コード)から読み取り可)で特定非営利活動法人ひとまわり(☎77・5355、FAX 77・5366)へ。

新野将之 打楽器みんなのコンサート

チケットは11月13日(日)発売時 来年1月22日(日)14時から 場 総合文化会館 料 全席自由 2,000円 ほか 問 同館(☎64・0880)

教室

健康講座

時 11月26日(土)14時〜15時30分 場 勤労者

福祉センター 内 理学療法士伊藤清弘さんによる講話と体操 定 先着30人 申 電話で同センター(☎64・3200)へ。

舞鶴スポーツネットワーク

(東体育館内、☎66・1061)

●のんびりウォーキング〜伊佐津から城下町を歩こう〜

時 11月18日(金)11時〜12時30分 場 伊佐津川運動公園集合 料 800円(骨元気チエック代含む) 定 先着30人 申 事前に電話か窓口で同公園(☎75・2282)へ。 他 雨天中止

骨元気チエック

●場 ◆11月12日(土)〜14日(月)13時〜17時：東体育館 ◆11月18日(金)〜20日(日)13時〜17時：伊佐津川運動公園 料 300円 他 掲載した教室のほか、月例教室あり。詳しくはホームページまで。下コードからアクセス可。

年末調整説明会・消費税インボイス制度説明会

時 11月18日(金)13時〜16時(受け付けは12時から) 場 商工観光センター 対 市内の個人、法人、支店法人、官公庁 申 11月17日(木)までに電話かフアックスで舞鶴納税協会(☎75・0727)へ。詳しくは下コードからアクセス可。

消防本部

●救急講習(PUSHコース) 時 11月18日(金)19時〜20時

●応急手当普通救命講習Ⅰ 時 12月8日(木)18時〜21時

《共通》場 東消防署・防災センター

定 先着20人 申 電話で東消防署(☎65・0119)へ。

まなびあむ(☎64・4060)

●まち・ひと元気講座 時 11月17日(木)13時30分〜15時 内 元気の素をみんなで語る 対 市内在住の65歳以上 定 先着40人 申 11月10日(木)までに電話で。

ダンボールアート教室

時 11月26日(土)10時30分〜12時、13時30分〜15時 定 各15人(多数の場合抽選) 料 1,200円(材料代) 他 11月12日(土)26日にダンボールアートを展示 申 11月18日(金)までに電話か申し込みフォームで。詳しくは下コードからアクセス可。

初心者向けボクシング教室

●場 ◆11月29日(来)〜来月1月24日(火)曜日 計4回、10時30分〜12時：18歳以上の女性 ◆12月9日(来)〜来月1月27日(火) 金曜日 計4回、19時〜20時30分：18歳以上の男性 定 各5人(多数の場合抽選) 料 1回750円 申 11月20日(日)(男性は30日(水)までに電話か申し込みフォームで。詳しくは下コードからアクセス可。

「冬の薬膳おせち料理教室」

時 12月1日(木)9時30分〜12時 内 体を温め体調を整える効果のある食材でおせち作り 定 16人(多数の場合抽選) 料 1,000円(材料代) 申 11月22日(火)までに電話で。

●おばあちゃんの技を子どもたちへ〜しめ縄づくり〜 時 12月3日(土)10時〜12時 対 小学生〜高

校生 定 16人(多数の場合抽選) 料 300円(材料代) 申 11月25日(金)までに電話で。

子育てサポート教室「クリスマス会」

時 12月8日(木)10時〜12時 対 子育て中の親子 定 15組(多数の場合抽選) 申 11月30日(水)までに電話で。

リサイクルプラザ(☎64・7222)

リサイクルフリーマーケット

時 11月27日(日)10時〜12時 内 14店が出店 《出店者を募集》 定 先着14店 対 販売業者や事業所の出店、飲食物の販売や未成年は対象外 申 11月14日(月)〜16日(水)までに電話で。

再生工作教室

時 12月5日(月)13時30分〜16時 内 ごみとして持ち込まれた小物家具を修理し、再生 定 先着4人 申 11月14日(月)30日(水)に電話で。

陶芸館(☎64・3266)

●植木鉢をつくる 時 11月27日(日)10時〜12時 申 11月20日(日)までに電話で。

抹茶わんをつくろう

時 12月10日(土)10時〜12時 申 12月3日(土)までに電話で。

《共通》 定 10人(多数の場合抽選) 料 1,400円(中学生以下1,100円)

初心者向けスマホ・オンラインミ

ーティング教室 時 12月3日(土)・4日(日)10時〜12時 場 中総会館 対 市内在住か在勤でスマホが使える人 定 先着10人 申 11月8日(火)〜20日(日)に電話で中公民館(☎62・0400)へ。

公式 LINE アカウント



防災情報、市政・イベント情報など ←登録は、こちらのコードから

公式 Facebook (フェイスブック)



イベントなどの旬な情報をお届け

公式ムービーチャンネル (YouTube)



観光・イベント・スポーツなどに関する舞鶴の魅力をPRする動画など

和紙ちぎり絵教室

時 11月29日(火)13時～17時 場 城南会館
 内 染め和紙で干支のちぎり絵(色紙サ
 イズ)を作成 定 10人(多数の場合抽選)
 料 1,650円(材料代) 申 11月18日(金)
 までに電話で同館(☎78・1800)へ。

「語り部」養成講座

時 12月3日～来年2月25日の土曜日に
 計6回(学生は5回)13時～16時(3日
 は13時30分～16時30分) 場 引揚記念館
 定 先着40人(一般20人、学生20人) 申 11
 月25日(金)までに住所、氏名、生年月日を
 電話かファクスで同館(☎68・0836、
 FAX68・0370)へ。

西公民館(☎75・6501)

●寄せ植え教室

時 12月3日(土)13時30分～15時
 定 10人(多数の場合抽選) 料 3,500
 円(材料代) 申 11月19日(土)までに同館へ。

●おもてなし料理教室

時 12月11日(日)9時30分～12時
 定 15人(多数の場合抽選) 料 1,000
 円(材料代) 申 11月25日(金)までに同館へ。

●しめ縄教室

時 12月17日(土)10時～12時
 定 20人(多数の場合抽選) 料 3000円(材
 料代) 申 11月26日(土)までに同館へ。

クリスマス、年末年始に映える

「おもてなし料理教室」

時 12月3日(土)10時～12時 場 加佐公民
 館 定 先着16人 料 1,000円(材料代)
 申 11月25日(金)までに電話で同館(☎83・

0036)へ。

そばひょうろ教室

時 12月7日(水)9時30分～12時
 場 南公民館 対 市内在住の18歳以上
 定 先着10人 料 1,000円
 申 11月25日(金)までに電話か窓口で同館
 (☎62・0288)へ。

京都弁護士会北部一斉無料法律相 談会

時 12月10日(土)13時～16時 場 商工観光セ
 ンター、西駅交流センター 定 先着各6人
 申 12月9日(金)までに丹後法律相談セン
 ター(☎0772・68・3080)へ。

募集

自衛官など

陸上自衛隊高等工科学校生徒(推薦・
 一般)や一般曹候補生、自衛官候補生を
 募集します。詳しくは防衛省・自衛隊
 舞鶴地域事務所ホームページを閲覧
 ください。下コードからアクセス可。
 問 同事務所(☎63・3272)

子育て

子育て支援基幹センター

(☎62・0103)

●さくらんぼひょうろ

時 11月16日(水)10時30分～12時
 内 多胎児親子の交流と情報交換
 対 多胎児を育てている親とその子ども、
 多胎児を妊娠中の人

●あちゃんひろば

時 11月30日(水)10時30分～11時30分
 内 ふれあいあそびや絵本のよみかたり、
 子育ての話、母親同士の交流
 対 妊娠中の人、1歳未満児とその母親
 《共通》場 中総合会館

あそびあむ(☎65・5050)

●0歳・1歳あそびの体験
 時 11月9日(水)10時30分～11時
 内 しぜんとあそぶ
 対 2歳未満児とその保護者
 定 先着10組 申 電話か受付窓口で。

●お父さんと赤ちゃんあそびの体験

時 11月13日(日)10時30分～11時
 内 しぜんとあそぶ
 対 4か月～1歳6か月児とその父親(夫
 婦での参加可)
 定 先着10組 申 電話か受付窓口で。

●わくわくデイ

時 11月18日(金)9時30分～12時
 内 乳児専用拡大スペースで自由に遊ぶ
 対 2歳未満児とその保護者

その他

まなびあむにストリートピアノ「み んなの浮島びあの」がやってきた

舞鶴ゆかりの井上彩子さんから家庭
 用グランドピアノを寄贈していただき
 ました。演奏希望者が自由に弾けるス
 トリートピアノ(街角ピアノ)として活
 用します。弾ける時間は、平日(月曜日
 を除く)の15時～20時、土・日曜日、祝



**不動産仲介・販売 リフォーム工事
木の伐採・搬出 山林の買取**

山林のことに関するご相談随時受け付けております。

〒625-0051 京都府舞鶴市行永東町11-11
 ☎ 0773-60-6888 (不動産建築事業部)
 ☎ 0773-60-6890 (農林事業部)
 FAX 0773-60-1057
 ✉ morishio@ares.eonet.ne.jp

〔有料広告〕

日の9時～20時。

《まなびあむ》

秋季火災予防運動

11月9日(水)～15日(火)は「お出かけは
 マスク戸締り 火の用心」を統一標語
 に秋季火災予防運動を実施。火災の早
 期発見のために、住宅用火災警報器を
 定期的な点検し、10年を目安に交換し
 ましょう。
 《消防本部》

臨時休館のお知らせ

図書館システムの更新のため、11月
 30日(水)～12月2日(金)は東・西図書館を
 休館します。本の返却は「本のポスト」
 をご利用ください。
 《図書館課》

市の広報番組



Wind of Maizuru
 毎週木曜日、12時40分～12時50分
 舞鶴のイベント情報などを紹介



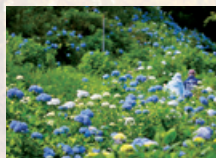
お役立ち情報やイベント情報などを
 広報番組「パブリックラインまいづる」などで
 お知らせしています

お譲り
ください!



そのアジサイ… 自然文化園で育てます

自宅で作っているアジサイの鉢植えを譲っていただけませんか?
現在「アジサイの海」の一部を再整備しており、アジサイ園の再生に取り組んでいます。お譲りいただいたアジサイは同エリア内に移植します。
また、希望される場合は指定場所にご自身で移植いただくことも可能です。



- ◇ 品種や花の色などは問いません
 - ◇ 自然文化園へ直接持参してください
 - ◇ 移植後の生育保証はできません
- 【持ち込み期間】
・紅葉園の開園期間内
※持参のみの場合は入園料不要

舞鶴自然文化園

『紅葉園』を開催

【日時】11月16日(水)～23日(朔) 9時～17時(入園は16時まで)
【場所】舞鶴自然文化園
【料金】500円(小・中学生は250円)
【その他】開園期間中は展示棟で切り絵の展示を実施。19日(土)13時から大正琴の演奏会

を開催。詳しくは市ホームページをご覧ください。左コーナーからアクセス可。

【問い合わせ先】
舞鶴自然文化園
(☎68・0221)



現在お使いの給湯器は、いつ設置されましたか?

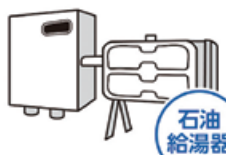


給湯器の取り替えの目安は、**約10年***とされています。
壊れる前の点検・取り替えをご検討ください!

※出典:一般社団法人 日本ガス石油機器工業 パンフレット
([ガス給湯器・石油給湯器にも寿命があります!!])



ガス
給湯器



石油
給湯器



電気
温水器

電気給湯機にしませんか?

関西電力の電気料金メニューに
これまでにないメニュー登場!

聞いてみるだけ! 大歓迎! 下記までお問い合わせください

関西電力株式会社 京滋リビング営業本部 福知山営業所

TEL. 0773-22-3155

【受付時間】平日9:00～17:00 ※12:00～13:00除く・年末年始(12/29～1/3)除く



ヒレタゴボウ (アカバナ科)

アメリカ原産で水田や湿地に生える帰化植物。茎は3〜4稜(角張り)がありよく分岐し、高さ50〜100cm。葉は互生し、ほとんど無柄で長さ5〜12cm、幅1.5〜3cmの披針形で全縁で無毛。茎や葉は暗紫色を帯びることがある。夏から秋にかけて、葉腋に径3cm程の黄色の4弁花を付ける。名前の由来は、タゴボウ(チョウジタデの別名)に似て茎にひれがあることから。稲刈りが済んだ田でたまに見かけることがある。別名、アメリカカミズキンバイ。

ドクターTのひとりごと
〜その188〜

日本の危機的な人口減少を抑制するために(その3. 少子化対策①)

危機的な人口減少を抑制するには、どのような少子化対策が有効となるか? 日本で最も人口が増加した時期は終戦直後である。子育て環境、医療や福祉も不十分な厳しい生活の中であったが、多くの子どもが生まれた。戦後の苦しい時代をしのぎ、少しでも生活が楽になるように国民が努力し、社会環境生活環境ともに大きく改善されてきた。しかし、依然、少子化は進行している。延長線上の社会保障制度(保育など子育て施策、奨学金など教育施策)の充実だけでは解決できないと思われる。日本人の可処分所得は減少したまま

であり、経済的な不安も少子化克服の課題ではないだろうか。男女の賃金格差も顕著であり、経済的に苦しい都会居住者の非婚化や晩婚化も少子化の一因になっている。

少子化傾向は韓国や南欧諸国でも見られる。これらの国では家庭内での夫婦間の役割意識(夫は家計収入を支え、妻は家事育児に専念する)が日本と似ている。男女協働意識の高い北欧諸国やフランスでは、種々の政策対応で少子化が克服され、高い合計特殊出生率を回復している。少子化対策のヒントは、ここにあるのかもしれない。男女共同参画社会基本法が施行されて23年が経過した。日本で真の男女共同参画社会の実現を期待している。

(次号に続く)



今月の ツルいんすた 舞鶴

「#ツルいい舞鶴」「#myツルいい」のタグが付いたInstagramの投稿の中から、シティブランディングプロジェクト(※)メンバーが投稿をピックアップ! 投稿者(写真左上がアカウント名)からのコメントと併せて紹介します。舞鶴の良いところを再発見しましょう。



今月の表紙

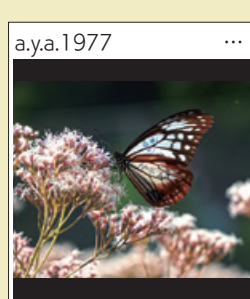
3年ぶりに開催された「舞鶴赤れんがハーフマラソン2022」。市内外から約2,100人のランナーが、赤れんが倉庫前や海上自衛隊第23航空隊基地、自衛隊棧橋など舞鶴ならではのコースを駆け抜けました。曇り空で風もなく、ランナーにとっては走りやすい最高のコンディションでしたが、撮影者としては、青空であればもっと爽快な写真が取れたかもしれない…と思う一枚でした。

※「舞鶴をまちの内側から元気にしたい」「市民の皆さんにもっとまちへの誇りや愛着を持ってほしい」という思いで令和2年度から始まった事業。市内事業者、教員、市の若手職員などで結成し舞鶴の魅力発信に取り組んでいる



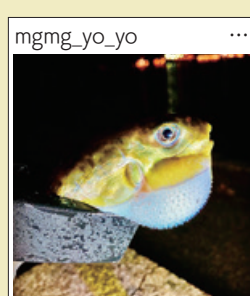
うまいづる

花言葉は「実りある恋」。まるで恋する思いであふれる少女の心のように、今にも弾けそうな無花果。大浦半島から写真でお届けします。



旅する蝶

虫好きの息子と旧青井小へ。他の蝶と飛び方が違うことに驚きつつ、初めて見るアサギマダラの優雅に羽ばたいてる姿に魅了されました。



日常

アジ狙いでしたが、フグにハリスばかり切られて困っていた時でした。やっと捕まえたアジ釣りの邪魔ばかりするフグだけど、針を外しているとブク〜と膨れてかわいかったので思わず写真を撮りました。



ホットな健康情報をお届け
マイ健康通信

11月14日は世界糖尿病デー
糖尿病の重症化を防ぐために

世界各地で糖尿病の予防・治療などを啓発するため、国際連合が11月14日を世界糖尿病デーと定め、啓発活動に取り組んでいます。

糖尿病とは、慢性的に血糖値が高い状態のことです。

重度の高血糖は意識障害や脱水などになることがあり、そこまでの高血糖でなくても長期間放置するとさまざまなところに合併症を引き起こします。さらに一度悪化した合併症はなかなか元に戻りにくいといわれています。

合併症を引き起こす糖尿病

合併症を引き起こす理由の一つとして、慢性的な高血糖状態が続くと、血液中に終末糖化産物(AGE※)が促進的に形成・蓄積されることがあげられます。このAGEが血管の中で炎症

反応を引き起こし、糖尿病性血管障害を引き起こします。

さらにAGEは「高血糖の記憶」に関与するともいわれています。高血糖の状態が長期間続くと、その後に血糖値が適正になっても、高血糖の状態が血管の中で記憶されてしまい、傷んでしまった血管は元には戻らないのです。

糖尿病には網膜症、腎症、神経症の三大合併症があり、それぞれ悪化することで、網膜症は失明、腎症は透析治療が必要になり、神経症は手足にしびれや感覚障害を起こすといわれています。眼・腎臓・神経は微小な血管がたくさん集まっているところで、この血管が長年の高血糖によって傷つけられ、合併症を引き起こすのです。

また、そのほかにも心臓、脳、下肢などの大血管への合併症も

引き起こします。心臓の血管障害であれば狭心症や心筋梗塞、脳血管の障害であれば脳梗塞、下肢の血管障害であれば下肢慢性閉塞性動脈硬化症などが引き起こされます。

今から出来ること

大血管の合併症は命に関わるものが容易に想像できますが、小血管でも失明の原因となった人工透析が必要になるなど生活に大きく影響します。小血管の合併症が起きている時点で、全身の血管が傷んでいるという可能性があり、高血糖を放置することで、命に関わるような重症化につながるのです。

これらの状態を避けるためには、まず運動、食事を含めた生活習慣の見直しが必要です。運動習慣がない人は運動を、日々の食事のカロリーが高い人はそ

の見直しが必要です。また、定期的に健診などを受け、糖尿病の可能性が疑われ、指導や受診の勧告があれば保健師と相談したり、かかりつけの病院へ相談しましょう。しばらく定期受診や定期検査が必要になるかもしれないですが、悪化させないようにするのが合併症のリスクを減らす大事な方法なのです。

予防に勝るものではありません。あらかじめ生活習慣を見直し、定期的に健診を受けましょう。

※AGE：食事などで過剰に摂取した糖が体を構成しているタンパク質と結びつくことで生成される物質

《監修》
高田内科医院院長 高田博輝
健康づくり課 ☎65・0065

EVENT

本市では舞鶴医師会や中丹東保健所、各協力団体・企業とともに、市民の皆さんに糖尿病予防について知っていただくため、啓発の取り組みとして五老スカイタワーと中丹東保健所を糖尿病啓発のシンボルカラーである青色にライトアップしています。

【日時】

- ◇五老スカイタワー
11月11日(金)までの隔日・14日(月)
19時～21時
- ◇中丹東保健所
11月14日まで



	内 容	日 時	場 所	問い合わせ・その他	
仕事	就労準備支援個別相談	11/11(金)・18(金)・25(金)、 12/2(金)・9(金)	10:00~16:00	ジョブ・サポート まいづる	 ジョブ・サポート まいづる ☎63・0810 @aej3627w
	マザーズジョブカフェ巡回相談	11/14(月)	10:00~16:00		
	就職個別相談	11/16(水)・30(水)、 12/7(水)	10:00~16:00		
	若者サポートステーション出張相談	11/17(木)・24(木)、 12/1(木)・8(木)	10:00~15:00		
	看護職就業相談会	12/5(月)	13:30~15:00		
	福祉のお仕事相談	12/6(火)	13:00~16:00		
	看護職就業相談会	11/16(水)	13:30~15:00	ハローワーク舞鶴 府北部看護職支援センター ☎0772・46・9002	
	ひとり親家庭就労相談	11/22(火)	10:00~16:00	市役所別館 府ひとり親家庭自立支援センター ☎0773・23・2771	
教育	定例教育委員会	11/21(月)	13:30から	市役所別館 教育総務課 ☎66・1070	
福祉	療育相談 要申込	11/14(月)・28(月)	13:30~15:30	支援センター みずなぎ 生活支援センターみずなぎ ☎64・3766	
	身体障害者相談	11/15(火)・25(金)、 12/5(月)	13:00~14:30	身障センター 障害福祉・国民年金課 ☎66・1033、FAX62・7957	
	身体障害者巡回更生相談	12/2(金)	10:30~12:00	身障センター	
行政・法律	公証人相談	11/15(火)	13:30~15:30	市役所本館	
	土地家屋調査士相談	11/15(火)	13:30~15:30	市役所本館	
	弁護士市民法律相談 11/16(水)8:30~12:00に 申込(定員11人(抽選))	11/18(金)	13:00から	市役所本館	
	司法書士法律相談 申込優先(定員12人)	12/1(木)	13:30~16:30	市役所本館 生活支援相談課 ☎66・1006	
	行政書士相談	12/6(火)	13:30~15:30	市役所本館	
	税理士相談	12/7(水)	9:00~12:00	市役所本館	
弁護士多重債務法律相談 12/7(水)16:00まで に申込(定員3人)	12/8(木)	17:00~18:30	西駅交流センター		
人権	人権なんでもお気軽相談(電話も可)	11/14(月)・21(月)・28(月)、 12/5(月)	9:00~12:00 13:30~16:00	法務局舞鶴支局 法務局舞鶴支局 ☎76・0858	
	特設人権相談	12/1(木)	13:00~16:00	中丹広域振興局	
	女性のための相談室	平日	9:00~16:00	- 女性のための相談室 ☎65・0056	
健康	出張がん個別相談 11/16(水)16:00までに申込	11/17(木)	13:30~15:30	中丹東保健所 府がん総合相談支援センター ☎0120・078・394	
	聞こえの相談 11/18(金)までに申込 (先着5人)	11/24(木)	13:00~16:00	聴言センター ☎64・3911、FAX64・3912	
暮らし	FPによる家計相談 要申込	11/9(水)	10:00から	市役所本館 生活支援相談センター ☎66・5001	
	ひきこもり支援巡回相談 要申込	12/2(金)	9:00~12:00	市役所本館	



舞鶴市休日急病診療所の内科一次救急診療

毎週日曜日 9:00~12:00/13:00~17:00 (受け付けはそれぞれ終了30分前まで)	舞鶴市休日急病診療所 (舞鶴医療センター敷地内) ☎63・4970
---	--------------------------------------

※まずは電話で事前に症状などをお伝えください

休日・土曜日の救急・急病診療(内科・外科)

11/12(日) 開業医の診療終了後	11/19(日) 開業医の診療終了後	11/26(日) 開業医の診療終了後
11/13(日) 8:30から	11/20(日) 8:30から	11/27(日) 8:30から
11/23(日) 8:30から		12/10(日) 開業医の診療終了後
12/3(日) 開業医の診療終了後		
12/4(日) 8:30から		
舞鶴共済病院 ☎62・2510	舞鶴赤十字病院 ☎75・4175	舞鶴医療センター ☎62・2680

※できる限り昼間の時間帯に受診をお願いします。また、軽症など緊急を要しない場合には、できる限り平日の診療時間内に「かかりつけ医」での受診を

休日の小児科一次診療

11/13(日)・23(日)、12/4(日) 9:00~18:00 (受け付けは17:30まで)	11/20(日) 9:00~18:00 (受け付けは17:30まで)	11/27(日) 9:00~18:00 (受け付けは17:30まで)
舞鶴共済病院 ☎62・2510	舞鶴赤十字病院 ☎75・4175	舞鶴医療センター ☎62・2680

土曜日に午後の診療がある診療所(小児科、内科系)

- 小児科…西村医院(浜、☎63・5456)
- 内科系…肥後内科医院(浜、☎62・0359)、大西医院(浜、☎62・0116)、鳥井医院(倉谷、☎75・3111)

※臨時休診の場合あり。診療時間などはお問い合わせを



休日に開局している処方せん対応薬局

開局時間 9:00~17:00

11/13(日)、12/4(日)	フラワー薬局舞鶴店 (浜、☎65・2277)
11/23(日)	まいづる薬局本店 (桃山町、☎66・3311)
11/27(日)	まいづる薬局国立前 (倉梯町、☎65・1188)



献血の日程

11/20(日)	9:30~11:15 13:00~15:30	らぼーる西側 広場
----------	---------------------------	--------------

※400㍓のみ。骨髄バンクドナー登録会も同時開催



休日・土曜日の水道修理

舞鶴市管工事協同組合(☎080・3770・6767、
営業時間:8:00~17:00)

納期…11/30(水)	固定資産税3期
	国民健康保険料6期
	介護保険料6期
	後期高齢者医療保険料5期

リサイクルプラザの休場 11/13(日)・19(日)・27(日)・29(火)、12/3(日)

祝日のごみの収集 11/3(日)・23(日)は可燃ごみの収集を休みます

あなたの意見や感想を
聞かせてください

アンケートに答えて プレゼントに応募しよう

広報まいづるアンケート

1. 「広報まいづる」の内容の満足度は、次のうちどれですか？
①大変良い ②良い ③不満 ④大変不満
2. 広報まいづる11月号で興味・関心を持った記事は何ですか？
3. 市の財政状況をどのように感じますか？

応募方法

「はがき(〒625-8555(住所不要)舞鶴市役所広報広聴課あて)」か「市ホームページ応募フォーム(右下コードからアクセス可)」で①アンケートの回答 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報紙や市政への意見などを記入し、11月25日(金)(消印有効)までに広報広聴課へ。

※応募は1人1通。当選者は全てのアンケートに回答があった人の中から抽選で決定。発表は発送をもって代えさせていただきます
※いただいた感想や意見は、匿名で広報紙に掲載することがあります



今月のプレゼント



～ピュアな気持ちが形に～

ツルいいプリン 6個入

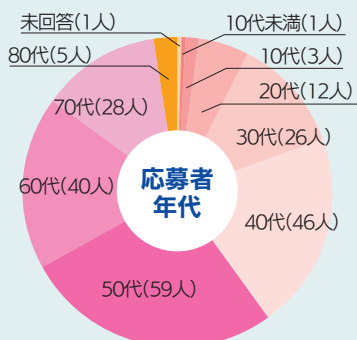
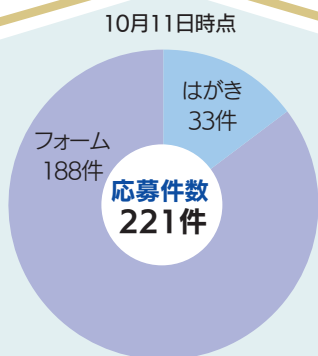
抽選で

3名

日星高の生徒が、市のキャッチコピー「ツルいい!舞鶴」を生かした商品第1号として、地元のイタリアンレストラン「アメイロ・ビストロ・アルル」と協力して開発したプリン。生クリームと牛乳の量を増やし、高校生のピュアさを色で表現したプリンは、ギリギリ固形を保った滑らかな食感で、口に含めば濃厚な甘みが一気に広がり、残ったカラメルが最後の一口をぎゅっと締めしてくれる逸品。フレッシュで変化のある高校生活をほうふつとさせるプリンをぜひお楽しみください。

【提供】アメイロ・ビストロ・アルル(魚屋252番地2、☎76・6661)

広報まいづる 10月号 読者から 寄せられた 声



10月号の人気記事

- 1位…田辺藩400年 今に残る歴史(112票)
- 2位…舞鶴市休日急病診療所(34票)
- 3位…まいづる元気人(20票)

西舞鶴の歴史について特集した記事が1位を獲得しました。「長年舞鶴に住んでいるが、舞鶴の歴史をほとんど知らなかった。もっと舞鶴の歴史を知りたくなった」「東の海軍や引き揚げの歴史はよく聞かすが、西舞鶴の歴史は取り上げられることが少ないので興味を持った」「城下町として発展した証として、毎日の狭い道の通勤も楽しくなりそう」「一本松地蔵のことを初めて知った」「舞鶴の歴史を定期的に紹介してほしい」といったコメントがありました。

2位の休日急病診療所の記事には「休日急病診療所があることを初めて知った。利用することがないのが一番だが、知らない人がいたら教えてあげようと思う」「受診の流れが分かりやすく書いてあって良かった」「いざという時のための記事で心強く感じた」「先日お世話になったが、初めての利用はとても不安だった。これから受診する人の手助けになると思う」などのコメントがありました。

10月号広報アンケート

● 舞鶴のまち並みで歴史を感じる所はどこですか？

◇赤れんが倉庫◇田辺城との回答がとても多かったです。次いで◇吉原のまち並み◇引揚記念館◇北吸トンネル◇朝代神社付近や竹屋町、寺内などのまち並み◇明倫小学校の門といった回答が多くありました。全ては紹介しきれませんが、その他にも◇東舞鶴の碁盤の目の通り◇舞鶴の地名◇小倉の行永家◇佐波賀の船置場◇各砲台跡地などの回答がありました。

過ごしやすい季節です。舞鶴の歴史はとても面白いので、この機会に改めて、舞鶴を巡ってみてください。
《広報広聴課》