子どもが主役

昆虫・植物採集と自然観察会

5月29日（日）～8月21日（日）に計5回、中央公民館。初回は10時～12時。空山や五老岳で昆虫や植物を採集し標本を作る。対象は小学生とその保護者。先着20組。参加費1組2,000円。申し込みは、5月27日（金）までに住所、氏名、学校名、学年、保護者名を電話かファクスで同館（☎62・0400、FAX62・0442）へ。

こどもオヤツづくり教室

6月4日（土）9時～12時、西総合会館。ピザやヨーグルトパフェなどを作る。対象は小学4～6年生。先着20人。参加費500円。申し込みは、5月25日（水）までに電話で西公民館（☎75・6501）へ。

あどべんちゃークラブ

6月4日（土）～12月4日（日）に計7回、中央公民館ほか。初回は9時30分～15時。野外料理体験や府立青少年海洋センター（マリーンピア＝宮津市）での合宿など。対象は小学4～6年生。先着30人。参加費500円（合宿費などが別途必要）。申し込みは、5月27日(金)までに住所、氏名、学校名、学年、保護者名を電話かファクスでウイークエンドサークル実行委員会事務局（同館内、☎62・0400、FAX62・0442）へ。

ロボコンデモンストレーション

6月25日（土）13時30分～15時、城南会館。全国ロボットコンテストに出場した舞鶴高専のロボットの操縦体験。電子ホタル作りも。対象は小学4～6年生。先着20人。参加費500円。申し込みは、6月11日（土）までに電話で同館（☎78・1800）へ。

子育て支援

は・は・はの話

6月3日（金）10時30分～11時30分、中総合会館。歯の話や歯磨きの指導など。対象は就学前の子どもとその保護者。先着30組。無料。申し込みは、5月17日（火）から電話で子育て支援基幹センター（☎62・0103）へ。

西公民館・ネイルアート

6月13日（月）10時～11時30分、地域子育て支援センターさるなぁと。講師は塩田奈緒美さん。対象は子育て中の母親。先着15人。無料。託児あり。申し込みは、5月31日（火）までに電話で同センター（☎76・8333）へ。

健やか子育て教室

6月～12月の第3水曜日（初回のみ6月22日）、城南会館。10時～11時30分。歌や遊戯、運動会など。対象は6か月～3歳児とその保護者。先着30組。無料（内容により実費が必要）。申し込みは、6月9日（木）までに電話で同館（☎78・1800）へ。

傍聴

定例教育委員会

5月20日（金）14時から市役所別館。園教育総務課（☎66・1070）

都市計画マスタープラン検討委員会

5月31日（火）14時から市政記念館。園都市計画課（☎66・1048）

催し

文化事業団（☎64・0880）

いずれも会場は総合文化館。

《コミュニティ作品展 色と光の魔法「ステンドグラス展」》5月28日（土）と29日（日）10時～17時。約50点を展示。入場無料。

《コミュニティコンサート「風はみどりに…春」》5月29日、13時30分から。オカリナやギターの弾き語り、混声合唱、ピアノの演奏。全席自由。入場無料。

《Ryu Live 2011》11月3日(木＝文化の日)16時から。「冬のソナタ」の主題歌や挿入歌など。全席指定。6,000円。未就学児は入場不可。6月15日（水）発売。

東図書館（☎62・0190）

《おはなし会》6月1日（水）15時～15時30分。人形劇やエプロンシアターなど。対象は幼児と小学生。

《読書会》6月2日（木）13時30分～15時30分。作品は司馬遼太郎著「項羽と劉邦」。

《百めんそう紙コップをつくろう》6月11日（土）10時30分～11時30分。対象は小学生。先着15人。はさみと筆記用具を持参。

《おはなしのろうそく》6月18日（土）。小学生…10時30分～11時、4歳以上…11時5分～11時30分。ろうそくをともした部屋でのストーリーテリングや絵本の読み聞かせ。

いずれも無料。申し込み不要。

西図書館（☎75・5406）

《おはなし会》6月4日（土）11時～11時30分。てぶくろ人形や絵本の読み聞かせ。対象は幼児とその家族。無料。申し込み不要。

《よもぎだんごをつくろう》6月5日（日）10時30分～12時と14時～15時30分。講師は栗山真美子さん。対象は小学生とその保護者。先着各20人。無料。申し込みは、5月17日（火）から電話か同館窓口で。

募る

杉山石窯パン焼き教室

5月28日（土）10時～14時、杉山市民農園。先着18人。参加費1,800円（昼食のピザ付き）。主催はNPO法人名水の里杉山。申し込みは、5月23日(月)までに電話で農林課（☎66・1023）へ。

ベランダ菜園講習会

5月28日（土）13時30分～15時、城南会館。講師は澤田修さん。対象は市内在住か在勤の人。先着20人。参加費500円。申し込みは、5月21日（土）までに電話で同館（☎78・1800）へ。

赤れんが博物館 市民講座

5月28日（土）13時30分～15時、まいづる智恵蔵。赤れんが博物館顧問の水野信太郎・北翔大教授による講演「シリーズ～舞鶴の赤れんが倉庫群を知ろう～その④『やさしい“建築工学”の歩み』」。先着25人。無料。申し込みは、前日までに電話で赤れんが博物館（☎66・1095）へ。

リサイクルプラザ（☎64・7222）

《自転車再生教室》5月31日（火）13時～16時。対象は初めて参加する人。先着5人。参加費1,500円(防犯登録料など)。修理後は各自で持ち帰り。申し込みは、5月20日（金）までに電話で。

《再生工作教室》6月8日（水）13時～16時。ごみとして持ち込まれた小物家具を再生。先着7人。無料。再生後は各自で持ち帰り。申し込みは、5月27日（金）までに電話で。

就職力アップセミナー

6月1日（水）14時～16時、就業支援センター。自己分析や履歴書の書き方、ビジネスマナーなど。対象は求職者。先着12人。無料。京都ジョブパーク北部サテライトとの共催。申し込みは、5月20日（金）から住所、氏名、電話番号を電話かファクスで同センター（☎63・0810、FAX62・4589）へ。

樹木剪定講習会

6月4日（土）10時～12時、東舞鶴公園。講師は舞鶴緑化推進協会。先着30人。無料。小雨決行。申し込みは、5月17日（火）～26日（木）に電話で花と緑の公社（☎68・1187）へ。

認知症家族介護交流会

6月7日（火）～来年3月14日（水）に計10回、中総合会館ほか。13時～15時。認知症介護経験者や専門家による学習会も。初回は認知症の人と家族の会の徳廣三木子さんによる講演「がんばらない介護をめざして」。対象は認知症の人を介護している家族。無料。申し込みは、電話かファクスで高齢・障害福祉課（☎66・1012、FAX62・7957）へ。

応急手当普通救命講習

◇**東消防署・防災センター（☎65・0119）**…6月8日（水）9時～12時。◇**西消防署（☎77・0119）**…6月10日（金）18時～21時。いずれも先着30人。無料。申し込みは、実施日の1週間前までに電話で各消防署へ。

保育サポーター養成・支援講座

6月9日（木）～7月中旬に計6回、フレアス舞鶴。初回は13時30分～15時30分。地域の保育サポーターとしての心得や基礎知識の習得など。対象は市内在住の18歳以上（高校生を除く）。先着20人。参加費800円。託児あり（予約が必要）。申し込みは、5月17日(火)～6月8日（水）に電話かファクスでフレアス舞鶴（☎65・0055、FAX62・0872）へ。

写真講座

6月12日（日）が身障センター、26日（日）が自然文化園。10時～12時。講師は写団「キャラット」のはたの与彦さん。対象は市内在住の障害者とその家族、ボランティア。先着20人。参加費は12日が250円、26日が300円。申し込みは、5月23日（月）～6月3日（金）に電話かファクス、電子メール（m-himawari@juno.ocn.ne.jp）で同センター（☎63・3008、FAX62・9546）へ。

チャレンジ支援セミナー「素敵な自分を見つけよう！」

6月21日（火）・28日（火）・7月5日（火）・12日（火）・20日（水）、フレアス舞鶴。13時～15時（6月21日は16時まで）。コミュニケーションやスピーチ術など。講師はキャリアカウンセラーの吉見弓子さんと府金融広報アドバイザーの高原育代さん。対象は市内在住か在勤の18歳以上の女性。先着各20人。無料。託児あり（予約が必要）。申し込みは、6月17日（金）までに電話かファクス、電子メールで人権啓発推進室（☎66・1022、FAX62・9891）へ。

いきいきセミナー（西地区）

健康、医療、人権などをテーマにした講演やレクリエーションなど。対象は西地区在住の60歳以上。◇**西公民館**…6月23日(木)～11月10日（木）に計10回。申し込みは、電話で同館（☎75・6501）へ。◇**城南会館**…7月6日（水）～11月9日（水）に計5回。申し込みは、電話で同館（☎78・1800）へ。

就職懇談会 参加事業所

6月28日（火）13時30分～16時、商工観光センター。来春卒業予定者の地元就職を促進するため、学校と事業所が懇談。申し込みは、所定の用紙（産業振興・雇用対策課に備え付け。ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し、6月15日（水）までにファクスか電子メールで市雇用対策協議会事務局（同課内、☎66・1021、FAX62・9891）へ。

相談

フレアス舞鶴の無料相談

人間関係や子育て、家庭内での暴力、介護の悩みなど。対象は市内在住か在勤の女性。

《電話相談》5月19日（木）と26日（木）10時～16時。専用電話（65・0056）へ。

《面接相談》6月8日（水）11時～14時10分、フレアス舞鶴。カウンセラーが応じる。先着3人。託児あり。申し込みは、5月25日（水）～前日に電話で人権啓発推進室（☎66・1022）へ。

行政書士無料相談

6月1日（水）10時～13時、市役所本館。官公署への提出書類や契約書の作成、会社・法人の設立についての相談。予約不要。園市民相談課（☎66・1006）

高齢者・障害者権利擁護相談

6月8日（水）13時から市役所別館。対象は市内在住の高齢者や障害者とその家族。先着3人。無料。申し込みは、6月3日（金）までに電話で高齢・障害福祉課（☎66・1012）へ。

その他

耐震診断士の派遣と耐震改修費用の助成

木造住宅の安全性向上のため、耐震診断士の派遣や耐震改修費用の助成を実施。

《耐震診断士の派遣》対象は、昭和56年5月31日以前の建築で、1戸当たりの延べ床面積の2分の1以上を居住に使用している2階建て以下の一戸建て・長屋住宅など。先着18戸。費用は1戸につき3,000円。建築年の分かる書類（登記事項証明書など）が必要。

《耐震改修費用の助成》対象は、昭和56年5月31日以前の建築で、1戸当たりの延べ床面積の2分の1以上を居住に使用している住宅の耐震診断の評点が1.0未満を1.0以上にする改修設計・工事など。先着5戸。助成金額は費用の2分の1（限度額60万円）。耐震診断結果報告書、工事などの見積書、改修内容の分かる書類が必要。

いずれも申し込みは、所定の用紙（建築住宅課に備え付け）で。園同課（☎66・1050）

人権講座の講師謝礼に助成

身近にある人権について学ぶ講座を実施する場合の講師謝礼を助成（上限あり）。対象はおおむね10人以上の団体。先着15団体程度。申し込みは、所定の用紙（社会教育課に備え付け）で。園同課（☎66・1073）

温かい善意をありがとう

平成22年度中に19件・1,188万6,732円の寄付金をいただきました。皆さんの志に沿うよう基金に積み立て、健康体操講座を開催する団体などの助成金として子どもや高齢者、障害者などを対象とした地域福祉の増進のために活用させていただきます。

《地域福祉推進課》

国民健康保険 休日・夜間も受け付け

国民健康保険料の支払いや納付の相談、国民健康保険資格喪失届などの休日・夜間の受け付けを行います。◇**休日受付**…5月29日（日）9時～17時◇**夜間受付**…5月25日（水）17時～19時。いずれも場所は保険医療課。園同課（☎66・1007）

人間ドック・脳ドック受診費用の補助

受付期間内の申し込み 全員対象に

病気の早期発見や健康増進に役立てていただくため、人間ドックと脳ドックの受診費用を補助します。今年度から受付期間内に申し込みした人全員が対象になります。

◆**対象**　舞鶴市国民健康保険加入者で◇30歳以上（脳ドックは40歳以上）で入院・妊娠していない◇保険料を滞納していない、市内在住の後期高齢者医療保険加入者。

◆**自己負担額と申込期限**

【市内医療機関】◇人間ドック（12,600円）◇脳ドック（12,600円）◇人間ドック＋脳ドック（24,000円）

【明治国際医療大学付属病院（南丹市）】◇人間ドック（10,514円）◇人間ドック＋脳ドック（18,771円）

いずれも申し込みは、5月24日（火）まで（土・日曜日を除く）。追加で骨密度測定、肝炎ウイルス検査（B型・C型）も受診可（各600円）。

◆**受診期間**　来年2月29日（水）までに指定の医療機関で。

◆**その他**　特定健康診査と両方は受診できません。

◆**申し込み方法**　保険証と印鑑を持参し、保険医療課か西支所保健福祉係へ。

◆**問い合わせ先**　同課（☎66・1003）、同係（☎77・2253）

特定健康診査を実施

40～74歳の国民健康保険加入者を対象に特定健康診査を実施。健康診査の結果、生活習慣病の危険性が高いと判断された人には「特定保健指導」も実施します。対象などは下表のとおり。

《後期高齢者医療保険加入者には別途お知らせ》後期高齢者医療保険加入者には、8月下旬に別途お知らせします。

詳しくは、保険医療課（☎66・1003）へ。

対象や実施時期など

	国民健康保険		後期高齢者医療保険
	個別健診	集団健診	個別健診
対象	65～74歳の国保加入者	40～64歳の国保加入者	後期高齢者医療保険加入者
実施時期	6～7月	8～11月	9～10月
案内方法	5月下旬に受診券を送付	6月上旬に受診券・健診申込書を送付 7月中旬から順次申込者へ受診日程を送付	8月下旬に案内を送付
受診料	自己負担なし		
健診場所	市内の医療機関	保健センターなど	市内の医療機関
健診項目	問診、身体診察、計測（身長・体重・BMI（体格指数）・腹囲）、尿検査、血圧測定、血液検査、心電図		

※65歳以上の「介護予防のための生活機能評価」は別途通知。
※人間ドックと両方は受診できません。

まちの話題

市民医療フォーラム ～知って得する健康講座～

5月21日（土）14時30分～16時、市政記念館。松本繁世・介護老人保健施設すこやかの森施設長による講演「認知症について」や高塚光二郎・まいづる協立診療所所長による講演「午後から往診」。入場無料。申し込み不要。園舞鶴共済病院（☎66・1508）

民謡 津津うらうら

5月22日（日）13時～16時30分、商工観光センター。玉晴会による民謡や踊りの発表会。無料。園同会の川戸さん（☎62・7673）

福祉スポーツの集い

5月26日（木）10時30分～15時、文化公園体育館。ニュースポーツ25種目やスワロビクスの体験など。対象は障害児・者や高齢者、ボランティア。無料。申し込み不要。園実行委員会事務局（社会福祉協議会内、☎62・7044、FAX62・7039）

交通事故無料相談会

6月3日、8月5日、10月14日の金曜日、西市民プラザ。18時～21時。過失割合や休業損害、後遺症などの相談に行政書士が応じる。申し込みは、実施日の前日までに電話かファクス、電子メール（jikosodankai@yahoo.co.jp）で交通事故相談会（☎090・7365・4896、FAX075・212・6824）へ。

いのちを支える医療と音楽

6月4日（土）14時～16時、舞鶴グランドホテル。講師は近藤清彦・八鹿病院神経内科部長。無料。申し込み不要。園舞鶴赤十字病院（☎75・1920）

青葉山クリーンハイク

6月5日（日）8時から。JR松尾寺駅前集合。松尾寺から登山道のごみを拾いながら青葉山西峰まで登る。無料。雨天中止。申し込みは、6月2日（木）までに電話か電子メール（nobuko-m@isis.ocn.ne.jp）で舞鶴勤労者山岳会事務局の森下さん（☎64・0036）へ。

「けやきの会」観光ガイドボランティア初級養成講座

6月6日（月）～8月1日（月）に計8回、商工観光センターほか。初回は13時30分～15時30分。講座と実地研修。対象は市内在住の18歳以上（高校生を除く）。先着20人。受講料1,000円（別途実地研修費が必要）。申し込みは、6月4日（土）までに電話かファクスで同センター（☎64・6800、FAX65・2666）へ。

弓道教室

6月7日～7月7日の火・木曜日、東舞鶴公園。18時30分～20時30分。対象は市内在住か在勤の社会人。先着15人。参加費3,000円。申し込みは、5月31日（火）までに電話で同公園管理棟（☎63・7643）へ。

朗読にチャレンジ

6月8日～29日の水曜日、中総合会館。13時～16時30分。対象は朗読を生かしたボランティア活動に関心のある人。先着15人。受講料1,000円。申し込みは、5月31日（火）までに電話かファクスで社会福祉協議会（☎62・7044、FAX62・7039）へ。

語り継ぐ戦争・空襲メッセージを募集

舞鶴空襲67年「語り継ぎたい戦争」をテーマに手記・写真を募集。協力金1,000円が必要。手記は1,500字以内、写真は撮影の日時、場所を明記し、12月末までに郵送（〒625-0006市内字大波上348、関本長三郎様方）か電子メール（chosekimoto@nifty.com）で「空襲メッセージ」編さん委員会事務局へ。

《講演会も実施》6月11日（土）14時から商工観光センター。講師は安斎育郎・立命館大学国際平和ミュージアム名誉館長。入場料500円（高校生以下無料）。園同委員会事務局（☎62・5736）

男の料理教室

◇**中央公民館**…6月13日（月）と10月3日（月）。申し込みは、6月1日（水）～7日（火）に電話で小野さん（☎64・0915）へ。

◇**城南会館**…6月22日（水）と8月25日(木)。申し込みは、6月1日～10日（金）に電話で水口さん（☎75・5306）へ。

◇**加佐公民館**…6月23日（木）と10月20日(木)。申し込みは、6月1日～17日（金）に電話で野田さん（☎82・0993）へ。

いずれも時間は10時～13時。対象は市内在住で60歳以上の男性。先着20人。参加費1回700円。主催は市食生活改善推進委員会はまなす会。

パソコン講座

◇**パソコン入門**…6月21日（火）・24日（金）・28日（火）。受講料3,000円。申込期限は6月14日（火）◇**ワード基礎**…7月1日～26日の火・金曜日。受講料8,000円。申込期限は6月24日（金）。いずれも9時30分～11時30分、商工観光センター。対象は市内在住か在勤の人（学生を除く）。先着20人。テキスト代が別途必要。申し込みは、電話かファクスで同センター（☎64・6800、FAX65・2666）へ。

保健センターから ☎65・0065

《歯っぴースマイル教室（2歳児むし歯予防教室）》5月26日（木）9時～11時15分、保健センター。歯の話や歯科健診、フッ素塗布。◇**2歳6か月児（平成20年6月17日～11月30日生まれ）**…先着20人。◇**2歳児（平成21年2月7日～6月7日生まれ）**…先着30人。いずれも参加費300円。各1回のみ参加可。申し込みは、5月17日（火）から電話で。

《8020歯っぴいディ》6月4日～10日は歯の衛生週間。80歳で20本以上の歯を残すことを目指し、6月3日（金）、「8020（ハチマルニイマル）歯っぴいディ」を開催。

◇**歯とお口のなんでも相談**…9時30分～12時。府歯科医師会舞鶴支部の古森賢医師が応じる。先着15人。無料。申し込みは、5月17日（火）～6月2日（木）に電話で。

◇**健口アドバイスコーナー**…9時30分～16時。歯科衛生士による歯磨き指導や噛み噛み度測定、口腔（コウクウ）ケアグッズの配布など。無料。申し込み不要。

食中毒を予防しよう

食中毒に注意が必要な季節です。特に乳幼児や高齢者は、症状が重くなりやすいのでご注意ください。次の3原則に気を付け、食中毒を予防しましょう。①**つけない**…手洗いが基本。調理器具や食器類を清潔に②**増やさない**…材料や料理を常温で放置しない。冷蔵・冷凍を過信しない③**やっつける**…中心までしっかり加熱（75度、1分以上。腸管出血性大腸菌（O-111やO-157ほか）などの食中毒菌は加熱すると死滅）。調理器具や食器類は乾燥させ殺菌する。

いじめや差別など―相談に応じます 6月1日は「人権擁護委員の日」

11人の人権擁護委員がいじめや差別など人権問題に関する相談に随時応じています。無料。秘密厳守。法務局舞鶴支局で受け付け。人権擁護委員の皆さんは次のとおりです。

◇佐藤明子（浜）◇鈴木孝子（余部上）◇寺島勝（上安久）◇中野健太郎（浜）◇南部久美（岡田由里）◇林田和子（寺内）◇藤村由紀（大波上）◇南房夫（北田辺）◇村尾幸作（丸山中町）◇山田敏子（西吉原）◇和田啓道（鹿原）　以上敬称略。

《特設相談所を開設》6月1日（水）東公民館（9時～12時と13時～16時）と法務局舞鶴支局（9時～12時）。面接相談（秘密厳守）。無料。申し込み不要。園同支局（☎76・0858）

新着図書
【東図書館】〈一般書〉いねむり先生／伊集院静。信長の影／岡田秀文。ユリゴコロ／沼田まほかる。新しい常用漢字と人名用漢字／安岡孝一。京都和の色の歳時記／吉岡幸雄。ニッポンのヘンな虫たち／日本昆虫協会。〈児童書〉森のみずなら／高森登志夫。おにもつはいけん／梶山俊夫。
【西図書館】〈一般書〉スパイクス／あさのあつこ。翼に息吹を／熊谷達也。ワーカーズ・ダイジェスト／津村記久子。いい日にしよう、ね！／細谷亮太。切手であそぶ絵封筒／ニシダシンヤ〈児童書〉ぼくらの最後の聖戦／宗田理。ルラルさんのたんじょうび／いとうひろし。たんぽといきものたち／内山りゅう。

歳時記
（5月16日～6月15日）◇5月…消費者月間◇5月27日…市制記念日◇6月…環境月間、男女雇用機会均等月間◇6月1日…雄島参り。