

MAIZURU

広報まいづる Maizuru City NEWS

2016

9

Vol.967



◆主な内容◆

- 2 市長対談
夢を持つこと、自分を信じて進む...
- 6 災害から地域を守る!!
- 8 シリーズ市政の「今」
防災機能の充実・強化で安全・安心なまちづくり
- 11 総合文化祭
- 18 子ども版「広報まいづる」舞鶴っ子



市長対談

converse with...

夢を持つこと、 自分を信じて進む...


今回は、イタリア・ミラノで活躍されている建築家の嶋田宣彦さんをお迎えしました。今年7月にイタリアを訪問し、クルーズ客船の舞鶴寄港や国際博物館会議の分科会の誘致活動を行った多々見市長。そんな時に、ミラノで建築家をされている舞鶴出身者がいると伺ったので、対談をお願いしました。「早いうちから夢を持って、それに向かって進んで欲しい」と日ごろから舞鶴の子ども達にメッセージを届けている多々見市長が、なぜ建築家を目指したのか、イタリアに行ったきっかけなどを嶋田さんに伺いました。



index

- 2 市長対談 夢を持つこと、自分を信じて進む...
- 6 防災特集 災害から地域を守る!!
- 8 シリーズ市政の「今」 防災機能の充実・強化で安全・安心なまちづくり
- 10 MAIZURU TOPICS
- 11 総合文化祭 市内各所で開催
- 12 市政情報BOX

市内学校めぐり

- 14 聖ヨゼフ学園 日星高等学校 舞鶴医療センター附属看護学校
- 18 子ども版「広報まいづる」 舞鶴っ子
- 19 広報クイズ ほか
- 20 まいづるレシビ帖 ほか
- 22 舞鶴 若もん「ワーク&ライフ」
- 23 カメラアイ  AR動画
- 24 マイ健康通信
- 26 お知らせコーナー
- 32 まいづる元気人 花図鑑

今月の表紙



8月5日、姉妹都市提携55年を記念して来訪したナホトカのダンススクール「ファースト・ライン」の小中学生と東舞鶴高校の生徒が文化交流。日本のお菓子「みたらし団子」を作りました。

空間デザインに のめりこんだ中学生時代

【市長】 まず初めに今の仕事に就かれたきっかけを教えてくださいませんか。

【嶋田さん（以下敬称略）】 小学校高学年のとき、初めて自分の自由にできる部屋を与えてもらって、毎週のようにレイアウトを変えていました。それが楽しくて高校を卒業するまでずっと続けていました（笑）。当時は、そういう空間をデザインすることが仕事として存在することも知りませんでした。

【市長】 中学校の頃には、もう空間デザインをしたいと思いますと思っていましたが、専門学校に行かれていますかどうやって調べられましたか。

時間もお金もない。そんな中で「どうせやるなら極めたい」と思ってイタリアへ行きました。

海外で働くこと

【市長】 語学の勉強も含めてイタリアへ行かれたんですね。まだご両親はデザインを学ぶことには反対されていたんですか。

【嶋田】 実は、高校の頃から海外に行きたいと思っていました。「そんなもの仕事にならないから、さっさと舞鶴に帰ってこい。行きたかったら自分でお金を稼いで行け」って（笑）。若い人たちにメッセージになるか分かりませんが、僕の場合は、反対されたらされるほどむきになるところがあったと思います。

【市長】 子ども達は、遊ぶところもいっぱいあるし何でもある。都会にあこがれを持つんですよ。でも、その分、人も多から必然的にライバルも多い。しっかり準備して行かないとやられてしまう危険性も高いってことも知らないといけない。でも、行くときは何も考えていないでしょうね（笑）。

【嶋田】 そうですね。洗礼は受けましたね（笑）。

【市長】 海外といっても、いろん

たんですね。

【嶋田】 芸術系に進学する友達に話を聞いて、東京の専門学校を見て回って決めました。3年制の学校で、学費だけは親に土下座して出してもらいましたが、生活費はバイトで稼いでいました。親はどうせ3年で首を上げて帰って来ると思っていたようです。

【市長】 卒業後、希望のアトリエで働くようになったのに、なぜ辞められたんですか。

【嶋田】 アトリエ系の事務所は仕事が過酷なんです。今でいうブラック企業よりも厳しいと思います。週に3日は徹夜で、日曜日もない。昔でいう丁稚奉公という感じですね。会社の人にはもつと遊べと言われましたが、

な国があるのに、なぜイタリアに決めたんですか。

【嶋田】 いろいろな国を見ましたが、デザインという点ではイタリアにかなわないですね。

【市長】 スポーツカーでもイタリアのものは格好いいですね。洗練されている。洋服にしてもそう。

【嶋田】 色っぽいですね。それに線が出るのが、分かりますか。自分が勉強したい、自分のものになりたいという欲求がありました。イタリアでは、普通のサラリーマンでもシャツは自分の仕立て屋さんを持っていて、オーダーメイドで作っているんです。自分の身体に合ったものを大切に着る。そんな国です。

【市長】 イタリアで仕事をしていて、日本人であることがプラスになったことやマイナスになったことはありますか。

【嶋田】 良かったことしかないですね。自分の親やその上の世代の方に感謝したいと思いました。日本人というだけで信頼度が高い。例えばアパートを借りるにしても、日本人はきれいに使うからと借してくれたり。日本人は礼儀作法というか協調性も高く、物事に対して真面目に取り

PROFILE 嶋田宣彦プロフィール

昭和45年生まれ、舞鶴市柵尾で育つ。府立東舞鶴高校卒業後、東京の専門学校で建築を学び、建築家のアトリエなどで5年修業し、25歳でイタリアへ。イタリアの建築事務所働き、その後フリーで活動。2008年に自社 Shimada Lab milano を設立。
主な作品は、フィアット社のオフィス、ドルチェ&ガッパバーナー青山表参道店、グッチ・ストックホルム店、ジュエリーメーカー Folli Follie（フォリオ）の青山店 など
現在は、東京オリンピックの選手村の内装デザインについても関わっている。





組める。そのレベルが高いと思います。海外では、当たり前前のことができない人が結構多いんです。自己主義の多い中で、日本人は会社では重宝がられます。

【市長】では、反対にマイナスになったところはありますか。

【嶋田】全く同じことなんです、協調性や真面目さですね。それだけでは面白いアイデアは出てきません。デザインの世界は、人と違うものを出す人が認められるので、上のステージに行けば行くほどつらくなってきます。

【市長】会社の中では、頼りにされるけれども、独り立ちするとになると、独創性が必要になってくるということですね。

【嶋田】そうですね。海外では収入も役職の面でも、レベルアップしていくには、同じ会社では限界があるので、他の会社に移ってステップアップするんです。僕の知る限りイタリア人は常に他の会社に履歴書を、それも何千という単位で送っていますね。

【市長】モダンであったり、ゴージャスであったり、素晴らしい空間演出ですね。

【市長】長く日本を離れておられますが、ふるさとには気になりますか。

【嶋田】もちろんです。舞鶴で何か面白いことが出来ないかと思っていて、両親に営業活動してくれって頼んだら、「そんなこ

日本人は給料アップの要求が言えず、働かしてもらえただけでもいいと思ってしまう。それで疲れてしまつて日本に帰る人が多い。僕も昔はそうだったので「もつと主張しろ」と若い人たちには言っているんです。日本人は自分をプレゼンテーションするのが下手ですね。

【市長】アメリカでも優秀な医師はどんな条件のいいところに転職します。日本は、辞めると同僚や先輩、部下に申し訳ないと同じ病院に落ち着く人が多いですね。もつと違う場所での力を試したいという人があつてもいい。ご両親は最初、今の仕事に就くことを反対されたようですが、もし背中を押されていたとしたら結果は違つたと思いますか？

【嶋田】難しいですね。でも、今自分が子どもを育てている中で思うことは、親の責任として、子どもにたくさん選択肢を与えることは必要だと思います。イタリアでは、親が子どものいい所を見つけてそこを伸ばす。日本は、いまだに平均値を求めるところがあると思います。もちろんそのレベルは高いですけど

と恥ずかしくてできるか！」と一蹴されました(笑)。

【市長】今、舞鶴市では北陸新幹線を京都府北部に誘致する活動をしていて、年内にはルートが決まります。

【嶋田】住みやすくて東京にも近くなる...いいですね。住んでる人も便利になります、海外の人が行きやすくなりますね。長く海外に住んでいると、舞鶴のことも客観的に見てしまいます。最近、イタリア人でも日本のことをよく知っていて、「東京、京都なんてもう飽きた。もつと面白いところ」って言っていますよ(笑)。

【市長】だから、ジェノバとモナコで「こんないいところあるよ」と舞鶴をPRしてきました。来年は40回もクルーズ船が舞鶴に寄港することになっています。

【嶋田】クルーズ船は日本とは違いヨーロッパでは気安くないような場所に行けるといイメージがあります。舞鶴湾から日本海を巡る...いいですね。ちゃった祭りの時に、クルーズ船から花火を見れるのはいい。もつと盛り上げられると思いますね。

【市長】観光はマンネリ化してはいけないと思つています。

何か飛び抜けてというのはあまりないかなあと。

【市長】そうですね。日本人は「あの子みたいなのをしたらダメ」と言いますが、外国では「あの子すごいね」と目立つ子をほめる。

【嶋田】ほめ上手ですね。イタリアは図工や体育の授業がない。そもそも学校に校庭がないんです。その代わり、学校は日本よりも早く終わって、後は親と子どもが決めたクラブに通わせませす。サッカークラブとか。パカンスは6月の1週目から9月の半ばまで、もちろん学校も休みです。その期間を親の責任でどう過ごさせるか。海外留学させたり、ピアノが好きなら演奏会を聞いて回るツアーに参加させたりします。

人との出会いの大切さ

【市長】一番苦しかった頃はいつでもです。

【嶋田】10代後半の働き始めたころです。78時間寝ずに働いたこともありました。好きなことをしているから続いたんだと思います。誰も褒めてくれないし、親は帰ってこいと言っ...僕は全て自分で判断してきただけですが、もつとやれば楽になれるんじゃないかと、自由に気持ちよく生活するためには...とずつと思っていました。

【市長】ワンランクアップして少し世界が開けたなと思つたのはいつ頃ですか。

【市長】それがすごく役に立つ。これまで対談した人は、ジャンルは違ふけど皆さんそうでした。中学校の頃にはもう目標を決め、若い頃にがむしゃらに頑張つて



嶋田 宣彦 × 多々見 良三

【嶋田】その通りです。新しいことをしないとダメです。

【市長】子ども達には、「自分の得意とすることを磨け、気付け、目標を持って」と言っているんです。途中で目標は変わってもいいから早くやりたい事を見つけて欲しい。面白い人生を送ってほしいと思います。進学校をいくつも作っているんです。技術の学校もあれば体育の学校もあり、幅広い選択の中で自分にあつたものを見つけられることが大切だと思います。

【嶋田】そうですね。他人と合わせる必要はないと思います。親の役目としては、子どもの選択肢を増やしてあげることが大切です。そして子ども達には、どんな頭

の中の想像をふくらませていってもらいたいですね。夢があれば、すべきことも分かるし、努力も続けることができます。

【市長】今回の対談は、舞鶴の子ども達に「夢に向かって努力することの大切さ」を伝えられると思います。今日はありがとうございました。



災害から地域を守る！！



**地域のコミュニケーションが
災害から地域を守る
地域防災
自主防災組織**

地域防災リーダー 研修会を実施

8月6日、地域防災リーダー研修会を総合文化会館で実施しました。自分たちの地域でおこる災害を認識し、対処方法を考えるために「昨年から府の主催で実施しているもので、自主防災部長ら87人が参加。

当日は参加者が地域ごとに10班に分かれ、白地図に浸水や土砂災害のおそれのある場所などを描き込んだ後、寝たきりの人などの避難行動要支援者や自営業などで昼間も地域に滞在する支援者などを想定し、昼と夜それぞれの場合の



支援や避難の体制などを考える図上訓練を行いました。

地域のことに一番詳しいのは地域の人の。地域の実情に心じた課題などを共有することで「自分たちの地域は自分たちで守る」という「共助」の取り組みの重要性を確認しました。



**自分たちの地域は
自分たちで守る防災の要
舞鶴市の消防団**

市消防操法大会の様子（7月3日）

舞鶴市 20 個消防団からのメッセージ
消防団は、市内の各地域を管轄し、それぞれの地域を自分たちで守るために活動しています。普段はほかに仕事をする傍ら、いざというときには災害活動などに従事する地域密着型の組織。それが「舞鶴市の消防団」です。

災害対応はお任せ！

災害はいつ、どこで起きるかわかりません。舞鶴市の消防団は日夜警戒を怠らず、市民の安全・安心を守るため訓練を重ね、いざ災害が発生すれば直ちに現場に出動します。



日々の訓練の成果を発揮 消防団消防操法大会

第37回舞鶴市消防団消防操法大会を7月3日、海上自衛隊舞鶴教育隊グラウンドで実施しました。市内の20個消防団から、ポンプ車操法の部9チーム、小型ポンプ操法の部11チームが出場。日ごろの訓練の成果を競いました。



優勝した西消防団

《消防本部》

消防団員を募集 あなたの力が災害から町を守る

自分が育った町、自分たちが暮らす町、そして働く町。かけがえない町、大切な人たちが住む町を守りたい。その熱い思いがあれば、あなたも消防団に入団できます。消防団の活動は消火や防災だけではなく、災害から町を守るために、火災予防や防災啓発などを積極的に行っています。

地域をよく知るあなただからこそできることがたくさんあります。私たちの町を一緒に守るために…。あなたの力を消防団で生かしませんか。

【対象】 市内在住の18～44歳の健康な人（男女不問）

【待遇】 公務災害補償、活動服貸与、出勤手当、退職報償金 など

▶詳しくは、消防本部（☎66・0119）へ。



あなたの力を消防団に 消防団協力事業所表示制度

従業員が消防団に入団しやすく、消防団活動をしやすい環境づくりなどに取り組む事業所に表示証を交付。事業所が地域への社会貢献を果たしていることをたたえる「消防団協力事業所表示制度」を実施しています。地域防災の一層の充実のために、事業所の皆さんの協力をお願いします。

▶詳しくは、消防本部（☎66・0119）へ。



地域を守る自主防災組織 訓練や勉強会で災害に備える

自主防災組織とは「自分たちの地域は自分たちで守る」という心構えのもと、地域の住民が連携し、自主的に防災活動を行う組織のことをいいます。

日ごろは、防災知識の勉強会や防災訓練の実施、地域の安全点検などに取り組みます。

災害時には、地域の被害を最小限に抑えるために、地域の消防団などと協力しながら、負傷者の救急や初期消火活動、情報の収集

自分たちで地域を守る 自主防災組織の結成・強化を

市では、自治会単位の自主防災部134組織と自治連合会や区長連合会からなる自主防災会（5月末現在）が結成されています。活動内容は組織によって差がありますが、地域の現状に合わせて、活動の開始から始め、組織の結成・強化を目指します。

《危機管理・防災課》

住民の声を聞き高齢化に強い持続可能な 自主防災の取り組みを



浮島会自主防災部
谷岡桂子さん

浮島会自主防災部は「西地区が行っているような、各自治会が参加する訓練がしたいなあ」という当時の自治会長の一言がきっかけで結成しました。

高齢化が進む中で、担当や班を決めると長続きしないため、誰がどの役になっても指示を出し、救急、応急処置、安否確認ができるように毎年訓練を実施しています。運営は今年度と前年度の自治会長、婦人部長で行い、前年の経験を引き継ぐことで、高齢化に強い持続可能な運営を行っています。

自主防災組織は「自分の命は自分で守る！家族を守る！隣近所も助けられる余裕も！」というもので、誰かの命を救う、助けるという責任を感じる必要はなく、訓練に参加し、自信と安心を付けるものだけということを知ってほしいです。また、高齢者自身も、1人で逃げ、避難できる身体を維持していくことが大切です。

これから自主防災組織を立ち上げようと考えている皆さんへ。まずは行動を起こしてください。地域住民の意見を聞き、市役所や消防署にも相談してみてください。皆さんの活躍を応援しています。

防災行政無線を活用 新たに行政・緊急情報を放送

市では、9月1日（木）から防災行政無線を活用し、新たに行政・緊急情報を放送します。現在放送している気象警報の発表や避難情報、避難所開設などの防災に関する情報に加え、大規模停電や断水の情報、選挙広報、行事の延期・中止など、広く周知が必要な情報を市内全域や必要に応じたエリアにお知らせしていきます。主な放送内容は次のとおり。

▶詳しくは、危機管理・防災課（☎66・1089）へ。

【主な放送内容】

- ◆ 大規模停電情報 ◆ 水道の断水情報
- ◆ 道路交通情報（緊急時の通行止めなど）
- ◆ 水道管凍結対策の周知
- ◆ クマ出没情報（緊急時）
- ◆ 行方不明者などの発見協力依頼
- ◆ 市民的行事の延期・中止情報
- ◆ 選挙広報 など

防災機能の充実・強化で 安全・安心なまちづくり

いつ、どこで、どのように起こるか予測できない大規模災害。市では、災害に強い都市基盤の整備や消防・防災体制の強化など、さまざまな災害から市民の生命と財産を守る「災害に強いまちづくり」の推進に努めています。シリーズ市政の「今」。第34回は、防災機能の充実・強化による安全・安心なまちづくりの取り組みについてお知らせします。



災害への備え

平成28年4月に発生した熊本地震。そして、阪神・淡路大震災や東日本大震災などでは、多数の犠牲者と都市インフラの寸断などで住民の生活が一変する甚大な被害が発生しました。本市でも近年では、平成25年9月の台風18号や平成26年8月の豪雨で、市内の河川の増水・氾濫や土砂災害などにより市全域に大きな被害が発生しました。

市では、これらの危機事象に対応するため、都市基盤の整備や防災体制の強化に努めるとともに、防災訓練の実施や情報伝達手段の充実など、市民の安全・安心の確保と災害に対する危機管理意識の向上に取り組んでいます。

自助・共助・公助の取り組み

平成27年10月、大規模地震や津波を想定した「舞鶴総合防災訓練」を海上自衛隊舞鶴教育隊、三浜・小橋地区、前島ふ頭の3会場で実施。海上自衛隊、陸上自衛隊、舞鶴海上保安部、舞鶴港湾事務所、警察、自治会、自主防災組織など24関係機関・団体に加え、一般見学者も含めた約900人が参加。「自助」「共助」「公助」の重要性を再確認しました。

原子力防災体制の強化

本市は、関西電力株式会社（以下関電）高浜発電所から5キロ圏内（PAZ）に市民が居住し、30キロ圏内（UPZ）には市内全域が含まれます。これらの実態を踏まえ、平成27年2月に「高

浜発電所に係る舞鶴市域の安全確保等に関する覚書」を府・市・関電の3者で締結。立地自治体と同等の権限を確保する中で、地域の安全・安心の向上に努めてきました。

平成27年11月、「高浜発電所に係る舞鶴市住民説明会」を総合文化会館で開催。自治会長や民生児童委員、各関係機関・団体の代表者など602人が出席し、国から原子力発電所の必要性や安全性、原子力防災の取り組みについて説明を受けました。この説明会の内容は、市ホームページで動画を公開するとともに、市民など82人からいただいた意見や質問は回答を添えて公表しています。

平成28年3月には、高浜発電所の事故を想定した原子力防災訓練を志楽地区で実施。9自治

会の住民約200人が参加し、避難時集結場所の志楽小学校で避難カードの提出や安定ヨウ素剤に見立てたあめ玉の受領、避難中継所と想定した文化公園体育館で避難退域時検査・除染を体験するなど住民避難の手順等を確認しました。

同月「原子力災害住民避難計画（平成25年3月策定）」を全面改正。これは、国の「高浜地域の緊急時対応」や関西広域連合の「広域避難ガイドライン」、府の「広域避難要領」の上位計画を反映するとともに、国の原子力災害対策指針や府・市の地域防災計画との整合を図り、より実効性のある計画に改正したものです。5～6月には、市内5か所府との共催で住民説明会を開催し、延べ308人の市民が参加しました。

また、自治会長・区長のつどいや市職員が地域に向く出前講座でも随時、改正内容を説明しています。

由良川水防対策

平成16年の台風23号洪水で浸水した地域の整備を行っていた「由良川下流部緊急水防対策」は、地盤沈下などの影響で一部進捗が遅れていた大川工区の築堤工事も完了。平成28年3月には、すべての工区において工事が完了しました。

また、同洪水と平成25年台風18号洪水で2度浸水した地域について、平成25年度からおおむね10年で整備を行う「由良川緊急治水対策」も、国・府と強固な連携を図りながら、下東地区、三日市地区の輪中堤整備（※集落の周囲を囲むように設置され

た堤防）のほか、11地区で宅地かさ上げ対策を進めており、地域の皆さんが1日も早く、安全で安心した生活を送ることができるようための事業促進に努めています。

西地区の浸水対策

西地区でも同様に、過去の大型台風の襲来時には、高野川の増水と高潮の影響で、小規模河川や水路が排水不能となつてあふれる内水氾濫が発生。地盤の低い西市街地では、たびたび浸水被害が発生しています。このため、公共下水道事業として、内水対策の計画策定に取り組みとともに、高野川を管理する府と連携して、総合的な治水対策を進めています。

平成28年9月には、舞鶴西自治連合会が中心となり「西市街

地浸水対策促進協議会」を設立。市民の皆さんと一体となって浸水対策の推進に取り組んでいます。

また、今年度には「舞鶴市宅地かさ上げ助成金制度」を創設。安心して居住できる西市街地となるよう本制度の活用をはじめ、今後も市民の皆さんと連携・協力して洪水、高潮、内水などの対策に努めていきます。

消防・防災体制の強化

設備面では、最先端のIT技術を駆使した高機能消防通信指令システムの構築をはじめ、高規格救急車や30トン級はしご車、救助工作車の整備など、時代に即した設備や装備を導入し、災害対応の充実・強化に努めています。

特に地域防災力の要である消防団には、消防ポンプ自動車などの更新を行うとともに今年度から、汎用性の高い小型動力ポンプ用軽搬送車を遠隔地の消防団から順次、配備予定。今後、地域の消防活動に係る機動力を強化し、消防団員の安全装備の充実や活動しやすい環境の整備を図っていきます。



▲原子力災害住民避難計画の住民説明会



▲総合防災訓練で消火訓練



▲多々見市長による総合防災訓練の講評



▲原子力防災訓練の避難退域時検査



▲輪中堤の整備が進む下東地区



▲順次更新している消防設備



上：高浜発電所に係る住民説明会
（昨年11月撮影）
左：浸水する八幡地区
（平成25年9月撮影）





【総合文化祭の日程一覧】

月	日	行事名	会場
9	30~10/2	特別合同祭典展示部門「書道展」	総合文化会館
10	2	舞鶴市総合文化祭開会式 特別合同祭典舞台部門「吟道大会」	総合文化会館
	4	短歌大会	南公民館
	7~9	彩絵画会展	総合文化会館
	9	朗読コンサート	赤れんが2号棟
	8~10	写団「北京都・写楽」写真展	中総合会館
	14~16	鶴美展（絵画）	赤れんが2号棟
	15・16	お茶といけ花の祭典	総合文化会館
	15・16	芸能祭	総合文化会館
	16	川柳大会	西公民館
	21・22	演劇定期公演	総合文化会館
21~23	水墨画緑峰会展	西駅交流センター	
22・23	30周年一陶会展	総合文化会館	
23	ナツメ口歌謡祭	総合文化会館	
23	市民吹奏楽団定期演奏会	総合文化会館	
28~30	一照会書道展	西駅交流センター	
30	吟道大会	中総合会館	
11	4~6	柗展	赤れんが2号棟
	5・6	宇津保会展（かな書道）	西駅交流センター
	6	舞鶴市民俳句大会	商工観光センター
	13	大正琴の集い	総合文化会館
	18~20	紫宝会水墨画・日本画習作展	西総合会館
	19・20	あしで会書展	赤れんが2号棟
	23	赤れんがカップ舞鶴囲碁大会	中総合会館
	23・24	舞鶴盆栽水石展	赤れんが2号棟
	25~27	龍翔書道会展	西駅交流センター
	26	舞鶴クラリネットアンサンブル定期演奏会	総合文化会館
27	大阪北京都岳風会吟道大会	中総合会館	
27	赤れんが・落ち葉舞い散るコンサート（ギター合奏）	赤れんが2号棟	

文化の秋を満喫
総合文化祭 市内各所で開催

市文化協会の加盟団体が、日頃の練習の成果を披露する総合文化祭を9月30日(金)から市内各所で開催します。今年は9月30日〜10月2日(日)に「特別合同祭典展示部門「書道展」」、10月2日(日)に「開会式」と「特別合同祭典舞台部門「吟道大会」」を行います。また、10月15日(土)と16日(日)に「芸能祭」を開催するほか、11月27日(日)まで市内各所で魅力ある発表や展示会が開催されます。日程は左表のとおり。ぜひ足をお運びください。

▼詳しくは、舞鶴市文化協会事務所（火・水・金曜日の13時〜16時、☎64・5109）へ。

傍聴できます 舞鶴版「地方創生」の意見交換会
-心豊かに暮らせるまちを目指して-

地方創生の取り組みのうち、市が特に力を入れている「定住人口の減少抑制に向けた取り組み」について意見交換をする舞鶴版「地方創生」についての市民レビューを10月2日、赤れんが2号棟で実施します。

市では、昨年「舞鶴市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定。「交流人口300万人・経済人口10万人」都市・舞鶴を実現するため、舞鶴の魅力や特性を最大限に活かして定住と交流促進につながる施策をまとめ、心豊かに暮らせるまちづくりを進めています。

同レビューでは、冒頭に多々見市長が自ら舞鶴版「地方創生」の考え方や目標などを分かりやすく説明。その後、京都府立大教授の窪田好男さんをコーディネーターに市民審査員15人が意見交換を行います。

「心豊かに暮らせるまちづくり」について、一緒に考えてみませんか。傍聴可。申し込み不要。



▲昨年度は「市民による政策評価会」を開催

【日時】 10月2日(日)9時~15時30分（予定）
【場所】 赤れんが2号棟

▶詳しくは、企画政策課（☎66・1042）へ。



山陰新幹線の早期実現と北陸新幹線京都府北部ルート
の決定に向けて 鳥取県で決起大会

山陰新幹線の早期実現と北陸新幹線京都府北部ルートの決定を求める決起大会が7月30日、鳥取市で行われました。

この日、山陰新幹線を実現する国会議員の会（会長＝石破茂・衆議院議員）に所属する国会議員や関係府県議会、市町村議会、行政、経済団体、市民など約1,700人が集い、舞鶴市からも約60人が参加しました。

大会では、多々見市長が北陸新幹線京都府北部ルート誘致促進同盟会の会長として登壇。「北陸新幹線京都府北部ルートの決定こそ、将来的な山陰新幹線の整備実現と日本海側地域の発展につながるものです。日本海側国土軸をしっかりと形成していくことが、将来の日本の国益につながると確信しています」と北陸新幹線の誘致に向けて強い決意を述べました。

石破議員をはじめとする国会議員からは、「山陰新幹線を実現するには京都府北部ルートしかない」と力強い応援をいただきました。 《企画政策課》



芸能祭を実施

【日時】 10月15日(土)・16日(日)12時~16時
【場所】 総合文化会館
【入場料】 無料
【問い合わせ先】 舞鶴市文化協会事務所（☎64・5109）



《10月16日の主な演目と出演団体》

大正琴・洋楽	一晚中踊り明かそう	よつば会、陽だまりアンサンブル
民謡	しのぶさんさ	北京都民謡協会西舞鶴支部
民謡	あやめ雨情	北京都民謡協会東舞鶴支部
日舞	長唄新曲 高砂の浦	京香会
民謡	お前・ありがとう	北京都民謡協会中舞鶴支部
民謡	寿千両	北京都民謡協会神崎支部
日舞	清元 大文字	喜扇満の会
民謡	豊年こいこい節	日本伝統民謡研究友の会
新舞踊	春さのさ	藍の会
洋楽	野に咲く花のように	オカリナ仲間
日舞	秋の色種	幸和の会
民謡	広島木遣り音頭	民謡 玉晴会
民謡	祝賀の舞	北京都民謡協会西舞鶴支部
民謡	真室川音頭	北京都民謡協会中舞鶴支部
邦楽	長唄 越後獅子	竹龍会、みつる会
日舞	大和楽 序の舞	龍美会
民謡	かなこの祭りだワッショイ	北京都民謡協会神崎支部
民謡	秀麗の舞	北京都民謡協会東舞鶴支部
邦楽	阿吽	歓山会
日舞	蓬萊	銀鈴会
邦楽	新じよんから節	豊山会

《10月15日の主な演目と出演団体》

邦楽	新筆曲 花の詩	当道音楽会、古今会、竹園会、都山流尺八舞鶴会
民謡	祝賀の舞	豊舞会
民謡	きしめん	豊舞会
新舞踊	人生ごよみ	緑豊会
新舞踊	恋さずな〜端唄「忍ぶ恋路」入り〜	睦会
日舞	長唄 鞍馬の月	若鶴会
洋楽	ムーン・リバー	オカリナハーモニー
日舞	大和楽 あやめ	芳柳会
洋舞	妖精の世界	貝谷バレエ団
大正琴	365日の紙飛行機	琴遊会
洋舞	母子手帳	畑本久美 DanceSchool
民謡	十日町小唄	豊舞会
民謡	奥の細道	豊舞会
新舞踊	手古舞木遣り	鶴の会
邦楽・朗読	箏曲 つるのおんがえし	葉風会、かざはな
民謡	舞鶴甚句	三味弘会

愛称は「舞鶴ふるさと発見館」

ふるさと舞鶴を改めて見つめ、新たな発見に出会えることをイメージ。応募者は榎田伸也さん（奈良県三郷町）

▶詳しくは、文化振興課（☎66・1019）へ。

まいづる環境市民賞表彰の候補者を募集

まいづる環境市民会議では、さまざまな環境活動を行っている個人や団体、事業者を表彰する制度を新設。候補者を募集します。自薦、他薦は問いません。

【選考基準】◇おおむね2年以上活動している ◇自主的、自立的に活動している ◇具体的な成果がある ◇新たな視点や特色ある活動 ◇地域や学校などの団体と連携している ◇非営利である

【応募方法】10月7日(金)までに所定の用紙(生活環境課に備え付け。市ホームページからダウンロード可)に必要書類を添付し郵送(〒625-8555 住所不要 生活環境課宛)か電子メールで同課へ。

▶詳しくは、まいづる環境市民会議事務局(生活環境課内、☎66・1064)へ。

公共空間の里親を募集

公共空間の「里親」となり清掃などのボランティア活動を行う「アダプト・プログラムまいづる(環境美化里親制度)」の参加者を随時募集しています。

【活動場所】駅周辺や国道など14か所(指定外の場所は相談を)

【内容・対象】次の活動を実施する個人か団体。

◇活動区域内で年6回(2か月に1回)程度の散乱ごみ回収
◇ごみの散乱状況などの情報提供 ◇その他環境美化に必要な活動

【その他】ごみ袋や清掃用具、ユニフォームを支給。集めたごみは市が回収。事故などに備えボランティア保険に加入。希望者は活動区域内に里親の名前を掲示。

【申し込み方法】所定の用紙(生活環境課に備え付け。市ホームページからダウンロード可)で生活環境課へ。

▶詳しくは、生活環境課(☎66・1005)へ。

熊出没注意



今年に入り、ツキノワグマの目撃情報や出没した形跡などの通報が多数寄せられています。特にこれからの時期は、木の実や残飯などに寄って来る可能性が高くなってきます。生ごみや人家近くの収穫する予定のないカキやクリなどの餌となるものは早めに取り除きましょう。

市では、ホームページやメール配信サービスで出没状況の詳細を配信していますのでご利用ください。今後も熊の出没に十分注意してください。

▶詳しくは、農林課(☎66・1030)へ。

南舞鶴放課後児童クラブの利用者を募集

10月1日(土)から旧南乳児保育所で南舞鶴放課後児童クラブを新規開設。利用者を募集します。対象者や利用の要件などは次のとおり。

【利用期間】10月1日(土)～翌年3月31日(金)の放課後～18時30分(土曜日や長期休業期間などは8時～18時30分)

【対象】市内の小学生

※多数の場合、児童の学年や保護者の勤務状況などを考慮し決定。

【定員】40人程度

【利用料】

利用月	金額
10月、11月、2月	5,000円
12月、1月	6,000円
3月	7,000円

※兄弟姉妹が同時に利用する場合、2人目から半額

※保険料などが別途必要

【申し込み方法】

所定の用紙(子ども支援課に備え付け。市ホームページからダウンロード可)に就労証明書などの必要書類を添えて、9月14日(水)までに同課へ(期限厳守)。

▶詳しくは、子ども支援課(☎66・1008)へ。

重症心身障害児の通園・通学をサポート

重症心身障害児の通園・通学で介助を要する場合にヘルパーを派遣します。対象者などは次のとおり。

【対象者】次の要件をすべて満たす人

◇児童…重症心身障害児(重度の知的障害と重度の肢体不自由が重複している児童)

◇家庭…ひとり親家庭か父母が重度障害者などの家庭で、通学時の介助者がいない人

【対象教育機関】

◇市内の認可保育所、幼稚園 ◇府立舞鶴支援学校

◇府立聾学校舞鶴分校 ◇市内の小・中学校

▶詳しくは、子ども支援課(☎66・1094)へ。

空き家の除却に助成

老朽化などによる危険な空き家の除却費用の一部を補助します。詳しくは次のとおり。

【対象】◇舞鶴市都市計画区域内の木造住宅で個人が所有するもの ◇国の基準で不良住宅と判断されるもの など

【補助率】対象経費の3分の1(上限30万円)

【募集戸数】先着10戸

【申し込み方法】9月12日(月)から専用紙(都市計画課に備え付け。市ホームページからダウンロード可)に空き家と土地の所有者が確認できる書類や見積書などを添えて都市計画課へ持参。

▶詳しくは、都市計画課(☎66・1048)へ。

生活支援相談センターでひきこもり支援巡回相談

ひきこもりの状態にある人を早期発見し、相談や支援に取り組むため、府の初期型ひきこもり訪問支援チーム「チーム絆」と共同で「ひきこもり支援巡回相談事業」を実施。相談後も引き続き、家庭訪問や居場所支援、就業支援などを行います。

【日時】毎月第3金曜日、10時～15時

【場所】◇偶数月…市役所本庁 ◇奇数月…西支所

【対象】ひきこもり状態にある人(おおむね15～40歳)やその家族、関係者 **【定員】**先着4人 **【その他】**1人50分

【申し込み方法】1週間前までに電話で。

▶詳しくは、生活支援相談センター(☎66・5001)へ。

特定健康診査を受けましょう

市国民健康保険に加入している40歳以上を対象に特定健康診査を実施。受診票などを5月下旬に送付済。受診時には必ず受診券、受診票、国保証を持参してください。無料。

【日時】9月13日(火)～16日(金)8時30分～11時と13時～14時30分

【場所】保健センター

【内容】身体計測、尿検査、問診、血圧測定、血液検査、心電図検査、診察

▶詳しくは、保健センター(☎65・0065)か保険医療課(☎66・1106)へ。

結核・肺がん巡回検診を実施

40歳以上の市民を対象に結核・肺がん巡回検診を実施。申し込み不要。健康保険証を持参してください。

【日時・場所】◇9月13日(火)15時30分～15時40分…喜多公民館

◇9月14日(水)15時10分～15時20分…ダイヤモンド会館(小倉)

◇9月15日(木)15時10分～15時30分…東図書館駐車場

◇9月16日(金)15時20分～15時30分…大波上集会所

◇9月16日(金)15時50分～16時…登尾公会堂

【内容・料金】◇胸部レントゲン…100円

◇喀痰検査(必要者のみ)…500円

▶詳しくは、保健センター(☎65・0065)へ。

市議会9月定例会

(予定)

開会中の市議会9月定例会の日程は右表のとおり。いずれも傍聴できます。定員は本会議が先着各38人、委員会が先着各15人。

▶詳しくは、議会事務局(☎66・1060)へ。

日時	内容	場所
9月8日(水)10時から	本会議(代表質問)	市議会議場
9日(金)10時から	本会議(一般質問)	
12日(月)10時から	本会議(一般質問、議案質疑)	
16日(金)10時から	経済消防 建設 民生環境 総務文教 } 予算決算分科会・委員会	議員協議会室
20日(火)10時から		
21日(水)10時から		
23日(金)10時から		
29日(木)10時から		
10月6日(水)10時30分から	本会議(委員長報告、討論、採決)	市議会議場

※委員会の日程については変更になることがあります。

お詫び

広報まいづる8月号の9頁「赤れんがハーフマラソン大会サポーター募集」、26頁「催し赤れんがパークサマーイベント」の記事に誤りがありました。訂正してお詫びします。
◇9頁…正)10月9日(日)14時30分～18時…会場係 ◇26頁…正)赤れんがバザール 時 8月7日(日)

市民病院職員の採用試験

平成29年4月採用の看護師、看護助手採用試験を実施。

【日時】10月23日(日)8時30分から

【場所】舞鶴市民病院 **【受付期間】**9月30日(金)まで※土・日曜日は除く。郵送の場合は、9月30日(金)17時15分までに到着したものに限り。

【申し込み方法】申込書(市民病院総務課、市役所受付、西支所総務係、加佐分室で配布。同院ホームページからダウンロード可)に必要な事項を記入し、市民病院総務課へ。詳細は、試験案内でご確認を。

職種	採用予定者数	受験資格
看護師	若干名	昭和46年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、看護師資格を有する方又は平成29年3月末までに資格取得見込の方
看護助手	若干名	昭和41年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、高等学校卒業資格以上を有し、介護職員初任者研修を修了している方、又は平成29年3月末までに修了見込みの方

▶詳しくは、市民病院総務課(☎60・9020)へ。

敬老の日のお祝い

敬老の日(9月19日(祝))を中心に、長年にわたって社会に貢献してこられた高齢者を敬い、お祝いします。

【白寿(99歳)のお祝い】白寿を迎えられた58人の皆さん(大正6年1月1日～大正7年3月31日生まれ)にお祝いの品を贈ります。

【米寿(88歳)のお祝い】米寿を迎えられた541人(昭和3年生まれ)の皆さんにお祝いの品を贈ります。

【その他】いずれも平成28年8月1日現在。地域ごとに敬老行事も実施されます。

▶詳しくは、高齢者支援課(☎66・1013)へ。

赤十字運動へのご協力ありがとうございました

5～6月にかけて取り組んだ日本赤十字社活動資金募集に722万3,673円(7月31日現在)が集まりました。寄せられた資金は、同社の国内外の災害救護活動や救護資器材の整備などに活用されます。

▶詳しくは、福祉企画課(☎66・1011)へ。



知っているようで知らない?
市内学校めぐり
 第4回
 日星高編



聖ヨゼフ学園 日星高等学校

活躍の場が学校の外にも広がっています!

生徒が舞鶴市の公式行事や地域のイベント、ボランティア活動などに積極的に参加し、明るい話題を提供しています。仲間とともに、このような活動を通して過ごす時間は貴重な体験となり、「自信」となって自主的に行動する力につながります。それは、充実した高校生活の思い出の1ページとなることでしょう。また、社会との関わりを多く持つことで、自分の目標や夢を具体化させるきっかけにもなっています。

元気のある学校です

「ともに創ろう 君の夢 舞鶴の未来を」をモットーに、地元根ざした人材の育成を目指しているカトリックのミッションスクールです。普通科特進コース・総合コース、看護科5年課程とそれぞれ特色のあるカリキュラムで、一人ひとりの夢を実現します。また、野球部をはじめ、チアリーディング部、吹奏楽部のクラブ活動など「日星高校が元気になれば舞鶴が元気になる!」と自分たちのできることを精一杯頑張っている学校です。



夢を実現するための科・コース



◆普通科特進コース
 難関国公立大学、医学部進学を目指し、学ぶ楽しさを発見するコースです。京阪神の予備校講師の授業や「駿台サテネット21」の映像授業なども受講することができます。難関大学への挑戦だけでなく、希望の進路実現のため、特進コースの先生が細かく丁寧なかかわりで一人ひとりをサポートします。

◆普通科総合コース
 「学力」と「人間力」の総合的な土台作りをします。大学・短大・専門学校への進学はもちろん、公務員試験や就職試験にも対応した教育課程になっています。人とつながるコミュニケーション授業や社会とつながるキャリア学習、学びでつながる協働学習を柱に、自分の夢を叶える一つ上の自分を目指してチャレンジしています。



◆看護科5年課程
 看護師を目指す人にとって、最短のコース。4年連続で看護師の国家試験に全員合格しています。高校の普通の勉強をしながら、看護の専門科目も勉強します。病院実習では、目の前にいる患者さんに対して何が出来るかを考え、患者さんからの「ありがとう」の言葉に大きく成長していきます。看護科生全員で互いに支え合い、すてきな看護師を夢見て日々頑張っています。



日星高校への進路について考えている中学生の皆さん!!

オープンスクールと学校相談会を開催

- ◆オープンスクール
 【日時】9月22日(祝) 9時~12時 全科
 10月22日(土) 午前:看護科 午後:普通科
 【内容】学校の説明や授業体験・クラブ体験など。
 10月22日の看護科は実習認定式(病院実習に出る前に決意を固める式)に列席
 【申し込み方法】各中学校を通じて申し込み。
- ◆学校相談会(個別相談会)
 【日時】12月3日(土)・10日(土)・17日(土)
 いずれも9時~12時 10日は特進コースのみ
 【申し込み方法】各中学校を通じて申し込み。

舞鶴市出身の先輩からメッセージ



普通科
 総合コース
 3年在学中
 上野 ^{せいた} 青太 さん
 硬式野球部
 城北中出身

今年の夏の高校野球京都大会準々決勝、1点をリードされた9回2アウト、もうあとがなかった。そこで回ってきた打者はこの僕でした。「絶対に打つ、まだみんなと夢が見たい」と心に誓い、強い気持ちで打席に入りました。
 2球目のストレートを思いっきりフルスイングしました。高々と上空に上がる白球。「入れ!」と祈る日星スタンド、「入れ!」と叫ぶベンチ。その白球は見事にレフトスタンドに消えました。わき上がる球場。まだみんなと夢が見られる。僕は大きく左拳を空に突き上げガッツポーズをしました。
 そこで同点に追いつきましたが、結果はサヨナラ負けでした。2年半の高校野球の思い出が頭をよぎり涙が止まりませんでした。「あのホームランは、みんなが僕に打たせてくれた」と、なんの迷いもなく言えます。チームメイトや応援してくださった全ての方々の力だと思います。このドラマを残してくれた日星に、そしてチームメイトに感謝しています。
 日星高校には、自分の力を伸ばし、夢を実現したい人の活躍の舞台があります。

学校法人 聖ヨゼフ学園 日星高等学校

住所:舞鶴市市上安久381番地
 TEL:75-0452 FAX:75-0860
 ホームページ <http://nisseihs.ed.jp/>
 メールアドレス info@nisseihs.ed.jp



母性看護学実習



基本看護技術の練習



臨床看護技術の練習



高齢者体験演習

学校についてもう少し

◆**アットホームな雰囲気**…1学年40人と少人数で、先輩・後輩の関わりが深く学年の枠を超えた交流があります。教員からも、きめ細やかな支援を受けることができます。

◆**地域に育てられている学校**…地域の方々の協力(看護サポーター)による看護技術演習、老人福祉施設の演習、消防署見学などを授業に取り入れています。市内のイベントや募金活動などボランティア活動も積極的に行っています。活動を通して他者をいつくしむ心が育まれ、さまざまな立場の人とのコミュニケーションや協調性を身につけることができます。



市内学校めぐり

第4回
舞鶴医療センター
附属看護学校編

知っているようで知らない?

舞鶴医療センター附属看護学校

看護師をめざすあなたへ

独立行政法人国立病院機構舞鶴医療センター附属看護学校は、1学年定員40人の3年制の看護師養成所です。現在、開校69年目を迎え、これまでに2,628人(うち、男性138人)の看護師を社会へ送り出しています。

◆**高い看護師国家試験合格率**…合格率は全国トップクラス。実践経験豊富な講師陣が講義にあたり、1年次から国家試験対策が行われています。

◆**充実した実習環境**…舞鶴医療センターをはじめ、市内の医療機関や福祉施設で主な臨地実習(実際に病院に行き実践的な臨床を学ぶ実習)において、病院と学校の密接な連携がとられています。

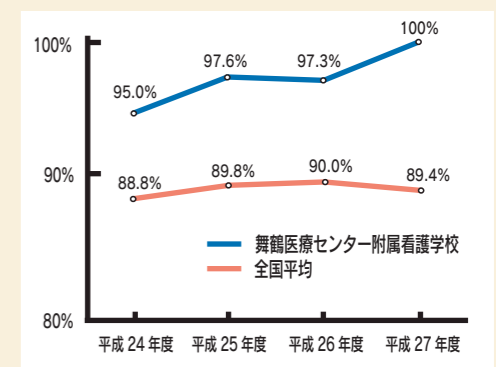
◆**取得できる資格**…看護師国家試験受験資格、保健師学校・助産師学校および養護教諭課程の受験資格

◆**卒業後の進路**…国立病院機構の病院に就職する卒業生が多く、その他に公立の病院への就職のほか、保健師・助産師学校、看護大学(3年次編入)へ進学する学生もいます。

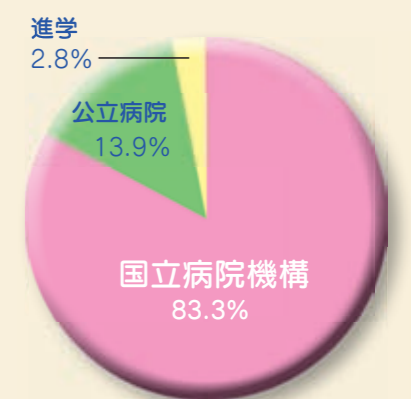
◆**学生寮**…通学が困難な学生のための学生寮(女子のみ)を完備。経済面・安全面の両面から一人暮らしをする学生の学習を支援しています。舞鶴市内に住む学生も入寮可能です。

◆**奨学金制度**…国立病院機構、日本学生支援機構、京都府看護師等修学資金があります。それぞれ入学後に申し込み(人数制限あり)を行い、審査を経て対象者に貸与されます。

【看護師国家試験合格率】



【平成27年度進路状況】



【実習病院 舞鶴医療センター】



舞鶴市出身の先輩からメッセージ



2年在学中 奥田 かなみ さん(左)
上中 ゆきみ さん(右)
東舞鶴高校出身

奥田さん 看護師である母親の姿に影響を受け、進路を変更して社会人入試で入学しました。学校に入り、改めて看護師という仕事のすこさや重要性を感じながら学んでいます。

この学校は母体病院があるので、卒業生である看護師から、直接教わる機会が多くあります。学ぶことが多く、そして心強い環境だと思います。

患者さん、一人ひとりに合ったアプローチのできる看護師になりたいと思っています。

上中さん 大学を卒業後、社会人として企業で働いていましたが、自分が本当にやりたいことは医療の仕事なのではないかと思うようになり、挑戦してみようと思いを決意し、この学校に入りました。

先生とのコミュニケーションがとりやすく、臨地実習に行くと、授業の内容が実務に直結していると実感でき、さらに頑張ろうという意欲が高まります。

一人ひとりに寄り添って笑顔を忘れない看護師になりたいと思っています。

舞鶴市出身の先輩からメッセージ



3年在学中
中江 かな さん
西舞鶴高校出身

高校3年生のときに母が入院したことで、それまで関心の無かった医療の分野に興味を持ち、地元にある学校ということでオープンスクールに行き、進路を決めました。

授業は専門的・実践的な内容ばかりで、付いていくのが大変ですが、いろいろな勉強が集中して学べる環境は恵まれていると思います。実習で担当させていただいた患者さんの行動が、自分の声かけや援助で変化が見られたときがとても嬉しくて、早く一人前の看護師になりたいと、気持ちを新たにしました。

時には厳しい指導もありますが「看護師になりたい」という強い気持ちのある人には、ピッタリな学校だと思います。

独立行政法人国立病院機構 舞鶴医療センター附属看護学校

住所: 舞鶴市字行永2410番地
TEL: 63・4338 FAX: 63・3014
ホームページ <http://www.hosp.go.jp/~maizuru/school/>
メールアドレス kyokan-d@maizuru-mc.jp



教員 岩崎 綾 さん

当校は卒業後、国立病院機構のネットワークの中で就職する学生が多数を占めています。舞鶴医療センターに就職する学生も多く、私もこの学校の卒業生でその1人でした。現在、教員として母校の教育に携わっています。自分でやると決めたことは最後まで取り組む姿勢を持つ人、誠実に人と向き合える人に入学してほしいと思います。

私もこの学校の卒業生で、母校の教員になりました。医療の現場は命に関わる厳しいところですが、やりがいのある仕事です。病院で働く医師や看護師の講義を受けたり、患者さんに看護を行う実習など密度の濃い学校生活を送りながら看護師になっていく皆さんのサポートができればと思っています。



教員 竹ノ内 貴裕 さん



子ども版「広報まいづる」
舞鶴っ子 No.2



鶴港には必要ない。

それだけではないぞ。水深がもとも深い。大きな川が流れ込む港では、毎年、川から運ばれてくる土砂を取り除く掘削をする港もあるが、舞鶴港はその必要もない。徳島県の吉野川が流れ込む港では、毎年1億も土砂が溜まるそう。それに潮の干満の差も40〜50センチ少ない。瀬戸内や太平洋側では、4〜5センチの差がある港もあるそうじゃ。舞鶴ではよく見かけるが、船を岸につけてロープで停めてお



若狭湾周辺の海図 (第八管区海上保安本部提供)

天然の良港「舞鶴港」

良港といわれる理由

舞鶴港は、よく「天然の良港」といわれているが、なぜなのかを第八管区海上保安本部に行ってみよう。簡単にごく「天然」といっことは、自然のまま手を加えずに、自然のままの地形が、舞鶴港の入り口が狭くて奥は広い。周りは400〜500級の山に囲まれておる。入口が狭いので外洋の波の

影響を受けにくいんじやが、そんな港は他にもたくさんある。近くでは小浜港がそうなんじやが、入口が狭くても湾内が広いと風の影響で波がうねることがある。ところが舞鶴港は港の真ん中に戸島があり、一番狭いところは200メートルしかない。風が吹いても港内で波が発生しにくいんじや。山は自然の防波堤の役目を果たしておる。他の港の写真を見るとわかるが、波を防ぐために長い防波堤が作られておるじや。しかしこれは舞



▲舞鶴港の海図 (第八管区海上保安本部提供)



▲長い防波堤がある新瀨港 (第八管区海上保安本部提供)



とここで、なぜ、日本海側が干満の差が少ないのかわかるかな？それは、日本海が大陸と日本列島に囲まれた海であり、海峡を通じて海水が入り出するのじやが、出入り口が狭く、海水の出入りが月の引力の影響に追いつかない。だから干満の差が少ないんじや。これは、わしも知らなんだ。



広報クイズ



広報クイズに応募していただいた中から、舞鶴の特産品やお土産などを抽選でプレゼントします。問題の○に当てはまる文字や数字をお答えください。ヒントは紙面の中に。

- 問題1 災害時のための○助・○助・○助の取り組みを強化。
- 問題2 地方創生についての意見交換会「舞鶴版地方創生市民レビュー」を○月○日に実施します。
- 問題3 郷土資料館の愛称が「舞鶴○○○○○○」に決まりました。

広報まいづるアンケート
 広報まいづるについて、あなたの満足度は、次の①〜④のうちどれですか？
 ①大変良い ②良い ③不満 ④大変不満
 広報まいづる9月号10頁に掲載している「北陸新幹線京都府北部ルート誘致」について、ご意見をお寄せください。

応募方法
 「はがき」か「電子メール」に①クイズの答え②広報まいづるアンケート③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥電話番号⑦広報紙へのご意見や取り上げてほしいテーマなどを記入し、9月26日(消印有効)までに広報広聴課へ。※応募は1人1通。当選者は全問正解者の中から抽選のうえ決定。発表は発送をもって代えさせていただきます。お寄せいただいた感想、ご意見は広報紙に掲載することがあります。

はがき 〒625-8555(住所不要) 舞鶴市役所広報広聴課あて
 電子メール info@post.city.maizuru.kyoto.jp (標題は「広報クイズ」で)

9月号プレゼント

「京都舞鶴ゆうさいくんのさばへしこ」を5名様に。



厳選された素材を1年以上樽で漬けて作り上げる「さばのへしこ」。ゆうさいくんの名に恥じないこの味をぜひお試しください。

提供:南川又商店 (市内字上安久651-39、☎0773-77-1771)

8月号の答え
 ①海の京都 ②西港・2
 ③ウェアラブル

全国大会等出場者を紹介

全国大会で好成績

- ☆全国少年少女レスリング選手権大会2年30級優勝 (7月22日〜24日、東京都)
- 森脇花乃 (明倫小2年)
- ☆全国高等学校総合体育大会アーチェリー競技 (8月7日〜10日、広島県)
- 高橋優弥 (府立工業高2年、白糸中出身)
- ☆全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会 (8月22日〜26日、東京都)
- 森脇裕大 (西舞鶴高2年)、奥野幹 (西舞鶴高1年)
- ☆JAPAN CUP 2016 チアリーディング日本選手権大会 (8月26日〜28日、東京都)
- 光野由梨 (箕面自由学園高3年、和山中出身)
- ☆全日本壮年ソフトボール大会 (9月3日〜5日、宮崎県)
- 神内敏郎 (公文名)、藤村保夫 (行永校通)
- ☆日本スポーツマスターズ2016 バスケットボール競技 (9月24日〜27日、秋田県)
- 表良一 (白滝)



☆国民体育大会ゲートボール競技 (9月17日、18日、若手県)

- 内海志伸 (地頭)、川端政則 (大波下)、櫻井邦彦 (堀、谷巖 (別所)、細見保、真下正己 (以上上下福井)
- ☆全日本シニアソフトボール大会 (9月23日〜25日、福井県)
- 生田勝美 (竹屋町)、井澤明生 (公文名)、柴田政善 (寺内)、志馬義高 (愛宕浜町)、埜村房生 (白浜台)、平野太一 (引土)、藤山豊一 (喜多)

以上敬称略



ドクターTのひとりごと その49

組織運営に対する考え方

リーダーが全ての部下から「優しい人」「良い人」と評価される組織や、反対に全ての部下から「厳しい人」「嫌な人」と評価される組織は、通常存在し得ない。組織運営はさまざまな情勢の影響を受けて浮き沈みがあり、リーダーはその対応に迫られる。時に、リーダーの方針が厳しくて辛い状況での部下の反応として、「厳しい背景を十分に理解できて、リーダーを支持するグループ」、「仕事を辞める程でもないが、厳しくて不満を感じるグループ」、「多少厳しいと思うが仕方がないと感じるグループ」の3グループに分類されると考える。私は組織運営において、この3グループの人数は各々おおむね3分の1が目安と考えている。3分の1の職員の支持すら得られない厳しい方針は修正すべきであり、また、リーダーを支持するグループが、仕方がないと感じるグループに対して、リーダーの厳しい方針に理解を求め賛同を得ることも必須である。要するに、部下のおおむね3分の2が納得する組織運営が理想であると考えている。一方、組織の顧客、病院であれば患者、行政であれば市民に対する顧客満足度を100%にすることは到底無理である。病院であればモニターペイシエント（自己中心的で理不尽な要求をする患者やその家族）を満足させることはできない。顧客満足度100%を経営方針とすれば、それぞれ病院職員は疲弊してしまう。行政においては、最低でも3分の2、できれば4分の3以上の市民の皆さんに賛同が得られる市政方針であるべきと考える。51対49の過半数同意は非常事態での判断にすべきと思う。

悪質商法・振り込め詐欺 どうしてだまされちゃうの？

くらしの豆知識

悪質商法や振り込め詐欺などによる被害は後を絶ちません。被害者の多くは「自分だけは絶対だまされないと考えた」と振り返ります。では、なぜだまされてしまうのでしょうか。だます側の手口には次のような特徴があります。あなたは本当に大丈夫？ 《消費生活センター》

《感情を揺さぶる》 息子や孫など身内の危機・不祥事を突然耳にすると急に不安が高まります。一方、税金や医療費の還付などの知らせはうれしいものです。このように感情が揺さぶられると、人は慎重さを欠く判断をしがちです。

《決断を急かせる》 時間の余裕を与えず「今日中に」などと急かされると、事実確認などの慎重さを欠くことがあります。また、「親切で誠実な人物が言うことなら大丈夫」といった直感に頼って判断を誤ることもあります。

《肩書・身分を偽る》 信頼できる人の代表ともいえるのが警察官や行政職員。この信頼感を利用して身分をかたり、だましている内容を本当と思わせませす。



図書館だより

今月のおすすめ本

ママ、もっと自信をもって 中川季枝子

子育てで悩むママからの「1歳の子とどう遊ばしい?」「3歳のイヤイヤ期の息子にイライラ!」「絵本をどう選べばいい?」などの相談に著者が優しく答えます。「ぐりとぐら」、「くじらぐも」の作者で保育士だった著者は、「のんびり子育てを味わってほしい。わが子を見れば見るほど面白くてかわいいですよ」と、ほっとする応援をしてくれます。(西)



脳はなにげに不公平

- パテカトルの万脳薬 -

池谷裕二

顔は性格を反映する、右手を握ると記憶力がアップする、目の前の人のマネをする好感度が上がる…。最新の科学知見を脳研究者の解釈を加えて紹介したエッセイ。なぜそうなのかということ、根拠を示して解説してくれます。(東)



▶詳しくは、東図書館(☎62・0190)
西図書館(☎75・5406)へ。



国際交流員 孫垂南 ロマンチック大連 vol.2

秋の大連の市場やスーパーで、よく目にするものは何でしょう？

答えはカニと月餅です。舞鶴と同じように大連でもカニは名産ですが、大連ではカニの旬は秋なので、この時期にたくさん見られます。では、この時期に月餅が多い理由はなぜでしょう？

言い伝えによると、「弓の名手である后羿は西王母という神様から不死の薬をもらい、妻の嫦娥に預けました。ある日、留守番をしていた嫦娥は悪人に襲われ、不死の薬を飲みました。すると、嫦娥の体は空に昇っていきましたが、后羿が恋しくて、地面から一番近い月に留まりました。后羿はこれをたいそう悲しんで、庭に嫦娥が好きな月餅や果物を供え、月にいる嫦娥を祭りました。それから、毎年旧暦の8月15日(今年は9月15日)が中秋節となりました。中秋節の夜には家族揃って月餅を食べながら月見をするのが中国の習慣です」。



▲月に見立てた丸い形で、中に餡が詰まった月餅。地域によって大きさ、材料、中に詰める餡に違いがあります。

大連でカニが一番おいしいのもちょうど中秋節のころです。カニと月餅、まさに食欲の秋です！

《みなと振興・国際交流課》

超高齢社会に生きる一人として

厚生労働省が7月27日に日本人の平均寿命を発表しました。それによると、男性が80.79歳、女性が87.05歳となっています。また、政府の平成27年度版「高齢社会白書」によると、65歳以上の高齢者は約3,300万人と総人口の26%を占めています。

高齢化が進むことで、老老介護や認知介護が増加しています。また高齢者への虐待も増加しており、その多くは身近にいる息子や娘によるものと聞くと胸が痛みます。休むことなくかかり続けなければならない介護は孤独で心身ともに疲労するものであり、介護者にかかるストレスは計り知れないものです。介護の大変さから、虐待に至ってしまうという現実があります。しかし、「虐待」は絶対に許されない行為なのです。

退職して20年が経つAさんは「この20年のうち、10年は義母の介護だった。その義母を看取り、やっと自分のしたいことができると思ったのもつかの間、今度は、夫の介護をしなければ

ならなくなって、なんで私だけがと思うこともあるけど、仕方がないわね」

さらに、「義母の介護をしていたときは、夫はなにもしてくれないと不満に思っていたけど、夫がこうなってみて、自分の気付かないところでずいぶんと手助けをしてくれていたんだと、いまさらながらにわかったわ」、「今まで、

お互いになんだかんだと言ってきたけれど、夫婦って持ちつ持たれつで、ここまでやってこられたのかな」としみじみと話されました。ご自身も80歳を超え、できないことも増えてきているはずなのに、その姿や表情に悲壮感はなく、今度は夫のためにと、老いてなお、精一杯日々を過ごすそうとされていることに頭が下がる思いでした。

舞鶴市の65歳以上の人口は約25,000人、高齢化率は30%を超え、独居高齢者や老夫婦のみの世帯も増えています。「介護」は決して他人事ではなく、私たちにもいつか自分の親、または配偶者を介護しなければならない時が来ると思います。

そのときAさんのように自分の今をありのままに受け入れ、介護と向き合いたいものです。《人権啓発推進室》



簡単レシピで手軽にヘルシー まいづるレシピ帖 VOL.3

スズキやアジ、タチウオなどおいしい旬な魚が取れる時期です。その日に売っている魚でも作れ、梅の香りのさっぱりした風味が残暑厳しいこの時期にぴったりです。【協力】 谷口久美子(食生活指導士)

- 材料 (4人分)
- ◆魚の切り身…4切れ(280g)
 - ◆酒…少々
 - ◆塩・こしょう…少々
 - ◆小麦粉…大さじ1
 - ◆オリーブ油…20g
 - ◆水溶き片栗粉…大さじ1
 - ◆パセリ…適量
 - ◆チキンスープの素…大さじ1強
 - ◆水…250ml
 - ◆梅干し…2個
 - ◆砂糖…大さじ1強
 - ◆大葉の千切り…4枚分
 - ◆生姜の千切り…1片分

一言メモ

舞鶴市水産協会おすすめの舞鶴の旬の特選さかな(夏)は「トビウオ」「マアジ」「スズキ」「タチウオ」「シロイカ」「サザエ」「イワガキ」「トリガイ」の8種類。

旬の魚の梅あんかけ



1人分 161kcal 塩分 2.1g

作り方

- ①魚の切り身は酒をふり、キッチンペーパーで軽く押さえポリ袋に入れる。塩・こしょう、小麦粉を加えてよくまぶす。
- ②Aの梅干しは種を取り粗く切る。大葉は軸を切り、縦半分に切って重ね横の千切りに。生姜は皮をむき千切りに。
- ③フライパンにオリーブ油を中火で熱し、魚を並べて皮目から焼く。時々フライパンをゆすり両面を色よく焼き、器に盛る。
- ④鍋にAを入れ、混ぜながら強火にかけて味を調える。水溶き片栗粉を入れてとろみがついたら③にかけてパセリを添える。



AR 動画 左の図のある写真にスマホをかざすと写真が動きます。詳しくは、右のコードからご確認を。 岡広報広聴課 (☎66・1041)



縄文人から学ぶ布づくり



7月28日、城南会館で縄文時代の布の作り方を学ぶ「縄文時代の布づくり教室」が開かれ、市内の小学生15人が参加。日本最古の布「あんぎん」作りに取り組みました。

考古学に詳しい画家の森下一夫さんを講師に、今回は身近に生えているイラクサ科のクサマオを使ってあんぎんに使う糸作りを体験。葉を取り、茎からあら皮を削ったものをより合わせて、糸巻きに巻いていく作業を行いました。

参加した子ども達は一生懸命に取り組み、「工作が好き、糸づくりは難しいけど楽しい」と話していました。また、8月6日には今回作った糸を編んで布を作りました。



葉を取る作業



糸を巻く様子

身近に生えるクサマオ

市内の生徒・児童が姉妹・友好都市と交流 ナホトカ市青少年文化交流団と大連市少年使節団が来鶴



東舞鶴高校生徒と書道で交流するナホトカ市青少年文化交流団(上) 切り絵で交流する大連市少年使節団と倉梯小学校の児童(右)

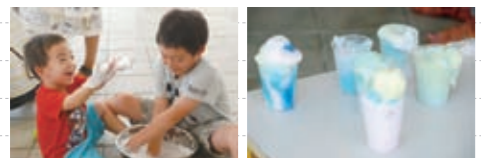
姉妹都市提携55周年の記念事業で、ナホトカ市(ロシア)から青少年文化交流団14人が8月4日~8日に舞鶴を訪れました。5日には東舞鶴高校を訪れ、同校の生徒らと書道や団子づくりを体験。また、7日には総合文化会館でダンスコンサートを行いました。

8月17日~21日には友好都市・大連市(中国)から少年使節団17人が舞鶴を訪れました。19日には倉梯小学校を訪れ、日本の福笑いや中国の切り絵などの遊びを一緒に楽しんで交流を深めました。

あそびあむ夏の企画「かわる!?!」



色とりどりの泡が完成



▲楽しく泡作り

▲泡が泡アイスに変身

子育て交流施設「あそびあむ」の夏の特別企画「かわる!?!」が8月6日~21日に行われ、たくさんの親子があそびに来ました。今回の企画は、身近な物の変化をテーマに、作った泡に色を付けたりカップに入れたり、張り合わせた色紙を窓ガラスに張って色や形などが「かわる」ところに着目。子ども達は、色や形の変化を楽しみながら思い思いの作品を作っていました。あそびあむでは同施設を中心に新しいあそびに取り組む「舞鶴あそび隊」による楽しいあそびが次々と登場しています。ぜひ、「あそびあむ」に遊びに来てください。

舞鶴 若もん「ワーク&ライフ」

舞鶴の企業で働く若者の声

田向 創太 さん(23)

社会福祉法人大樹会 勤務



仕事の内容

現在は「特別養護老人ホームやすらぎ苑」で介護職員として働いています。介護職員の仕事は、高齢者の生活に密着したサービスを行うため、一人ひとりの尊厳を大切にしながら支援することが重要であり難しいところです。毎日さまざまな経験をする中で、施設利用者の皆さんからたくさんのご褒美を学ばせていただいています。

今は、利用者の皆さんの笑顔と「ありがとう」の一言をやりがいに日々、頑張っています。

この職業を選んだ理由

両親が2人とも福祉関係の仕事に就いていたこともあり、中学生の頃から福祉の仕事に興味を持ち始め、名古屋にある福祉系の大学に進学しました。

大学では、高齢者福祉を学び、その知識を生かして高齢者の生活サポートができる介護施設で働きたいと考え、市内で高齢者に対するサービスや子育て福祉も展開している「大樹会」に就職しました。日本では、65歳以上の高齢者人口が今後も増え続け、平成47年には3人に1人が高齢者になるといわれています。

この状況は舞鶴市も例外ではありません。私は市の高齢者福祉を

先頭に立って考える存在になりたいと思っています。そのため、社会福祉士の資格を取得し、福祉全般のさまざまな問題に対して頼られる人材になれるよう努力していきたいです。

舞鶴での暮らし

大学の進学で、舞鶴を離れて生活していたので、豊かな自然があり、新鮮な魚が食べられるなど、生まれ育った舞鶴の良さを身をもって感じています。

三世代が一緒に暮らしているのですが、祖父たちの優しさや人生観に触れながら生活できてとても幸せです。休日は、祖父と畑仕事をしながら、舞鶴の自然を満喫しています。最近では、自分で栽培した夏野菜の育ち具合と味を確認することを楽しみにしています。たまに京阪神に出かけるときは電車を利用していますが、高速道路がなかったたのでバスも利用しようと思っています。

また、実家暮らしなので生活において大きな出費もなく、趣味や友人とのレジャー、そして貯金もできるの、ふるさと舞鶴で暮らすメリットを思いっきり感じています。今後は、福祉の仕事、そして舞鶴で働くことの魅力を多くの人に発信できるよう頑張りたいと思います。

今後の就活イベント

◆舞鶴市・高浜町合同就職フェア(仮称)

舞鶴市と高浜町から約50社の企業が参加して行われる初めての合同就職説明会。
【日時】11月5日(土)13時から

【場所】商工観光センター

【参加事業所も募集】申し込みは、電話で企業立地・雇用促進課へ。

◆障害者合同就職フェア

府内事業所と障害のある人を対象とした事業所10社が参加する就職面接会。
【日時】10月19日(水)13時から

【場所】市民交流プラザふくちやま(福知山市)
【その他】送迎バスあり(申し込み状況により配車しない場合あり)

◆来年の就活に向けたイベントも開催予定

◆親のための就活セミナー(12月頃開催)

来年度以降に就活を予定している学生の保護者を対象に、保護者として就活の支援の仕方や2017年の就職活動の状況などをテーマとした親のための就職セミナーを開催。
平成29年4月採用を目指す人のための就職説明会を商工観光センターで開催。市内企業約50社が参加予定。

▼詳しくは、企業立地・雇用促進課(☎66・1021)へ。



ウェブサイト「舞鶴働く場ガイド」もチェック

市内で求人予定のある企業約50社の事業内容や採用情報、会社の特色・PRポイントなどを発信。

◆ URL <http://www.maizuru-koyou.org/>



JOB サポ 舞鶴で働きたい人の総合窓口 ジョブ・サポートまいづる

舞鶴市字浜 66 商工観光センター4階
【開設日時】月曜~金曜日、9時~17時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

☎ 63・0810 FAX 62・4589

ジョブ・サポートまいづる 検索

ホットな健康情報をお届け マイ健康通信



健康増進普及月間

9月は健康増進普及月間 健康な状態で生活できる「健康寿命」を伸ばそう

運動の習慣付けや食生活の改善など、健康的な生活習慣をつくるために、全国でさまざまな取り組みが行われます。市では、市民のみなさんに健康的な生活を送って

もらうきっかけづくりに、健康チェックイベント「発見!健康わくわく体験」や市内薬局でのヘモグロビンA1c測定など皆さんの健康増進に取り組みます。《保健センター》

お近くの薬局で健康チェック ヘモグロビンエーワンシー(HbA1c)測定

舞鶴医師会と舞鶴薬剤師会の協力で、市内の5薬局で過去1~2か月の血糖の平均的な状態を示すヘモグロビンA1c測定を実施します。無料。予約不要。

【実施期間】9月1日(木)~30日(金)の各薬局営業時間

【対象】20歳以上 【測定方法】専用の器具で自分で指先に針を刺し、少量の血液を採り測定

【場所】◇あい薬局(浜)◇中町薬局(満所中町)◇八島堂薬局南浜店(森町)◇太陽堂薬局白鳥店(福来)◇まいづるゆう薬局(竹屋)

【測定できない人】◇糖尿病の治療を受けているか既病のある人◇血が止まりにくい病気や体質の人◇血が止まりにくくなる薬を飲んでいる人など

▶詳しくは、保健センター(☎65・0065)へ。

健康ウォーキングにご参加を 若いときからの運動でいつまでも健康に

ウォーキングと健康な食生活を考えながら健康づくりにチャレンジする「健康ウォーキング」を実施します。スマートフォンや歩数計などで確認した歩数を簡易な地図に記録。楽しみながら右表の教室などにご参加を。

【実施期間】9月19日(祝)~12月18日(日)

【対象】市内在住、在勤の20~60歳の男女

【定員】先着100人 【参加費】無料

【申し込み方法】9月16日(金)までに電話で保健センター(☎65・0065)へ。

【教室の日程と内容】

日時	場所	内容
9月19日(祝) 9時30分~15時	文化公園体育館	健康チェックイベント、歩き方教室
10月2日(日) 10時~12時	中総合会館	歩くエクササイズ
10月29日(土) 10時~12時	東体育館、中総合会館	ウォーキングと健康な食生活の話と試食

毎日プラス1皿の野菜を 野菜で健康生活

健康づくりに必要な野菜は1日350g。これは、一般的な野菜料理小鉢の5皿分に相当します。しかし、舞鶴市民の摂取量は1日平均約2皿という調査結果が出ており、なかなか目標に届きません。野菜を食べると肥満や高血圧の予防など健康にいいことがいっぱいあります。

今月から「野菜 プラス1皿」の野菜で健康的な食生活を始めましょう。

《手軽に野菜を食べるコツ》

- ◇お汁は具たくさんに
- ◇トマトなどそのまま食べられる野菜を利用
- ◇惣菜や外食では野菜の多い料理や定食を選ぶ
- ◇電子レンジや鍋で加熱すると、かさが減ってたっぷり食べられる。冷凍しておけば忙しいときも手軽にプラス1皿
- ◇常備菜を作って小分けにして食べる



《保健センター》

カレンダー

教室と相談 保健センター(☎65・0065)

	対象	日時	内容	定員	料金	申し込み
健やか育児相談	乳幼児の保護者	9月12日(月)9時30分~11時	◇育児の悩み相談 ◇歯・食事の相談など	なし	無料	不要
歯っぴースマイル教室(2歳児むし歯予防教室)	2歳6か月児 H25.10.1~26.3.31生まれ 2歳児 H26.4.1~9.30生まれ	9月29日(木)9時~10時45分	◇歯の話 ◇歯科健診 ◇フッ素塗布	先着20人	300円	5日(月)から電話で
離乳食教室	5~6か月児の保護者	9月16日(金)14時~15時30分	離乳食の話と試食	先着15人	無料	2日(金)から電話で
助産師相談	妊産婦、新生児・乳児	9月26日(月)9時~11時30分	妊娠中の相談、産後や子育ての相談	なし	無料	不要
心の健康相談室	市内在住の人	9月26日(月)11時~15時45分	子育ての悩みや人間関係、仕事のストレスなど	先着3人	無料	2日(金)~23日(金)に電話で

健康チェックイベント

健康チェックイベント



見て・はかって・動いて 発見! 健康わくわく体験

9月の健康増進普及月間に合わせて健康チェックイベント「見て・はかって・動いて発見!健康わくわく体験」を開催します。「見る」「はかる」「動く」をテーマに各コーナーごとに健康チェックを実施。

この機会にあなたの健康を見てはかって動いて確認してみませんか。
▶詳しくは、保健センター(☎65・0065)へ。

入場無料

主催:舞鶴市
共催:舞鶴医師会、舞鶴薬剤師会、舞鶴市スポーツ協会、
協力:京都府舞鶴歯科医師会

【日時】9月19日(祝)9時30分~15時

【場所】文化公園体育館 【対象】20歳以上

【その他】動きやすい服装、体育館シューズ、タオル、飲み物などを持参

見てコーナー

《知っ得!! 食生活クイズ》

- Q1: 普段食べている野菜は何グラム?
Q2: 食事バランスはとれている?
など、野菜をはかり、料理カードを使って、食生活をチェックします。



動いてコーナー

《歩き方教室》

- ◇時間...10時30分、11時、11時30分、13時30分、14時、14時30分
◇講師...JWA公認ウォーキング指導員の
崎山和世さん



《ストレッチ・筋トレ体験》

- ◇時間...随時受け付け
◇内容...イスに座って家でもできるストレッチ
◇講師...運動指導員の足立奈里子さん



はかってコーナー

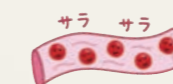
《体力測定》

握力、長座体前屈、反復横とび、立ち幅跳び、10分障害歩行、ロコモ度テスト(筋力年齢)、開眼片足立ち
※ロコモ度テストは11時30分~13時と14時~15時に実施。



《健康チェック》

- ◇骨密度
 - ◇体成分分析(※1)
 - ◇血管年齢
 - ◇コロトコフ音(※2)
 - ◇ヘモグロビンA1c(※3)
- 骨密度と体成分分析は、いずれも先着200人。申し込みが必要。詳しくは、電話で保健センターへ。



歯科コーナー

歯科医師による歯の健康チェックを実施。先着150人。
歯に関するアンケートにご協力をお願いします(粗品を進呈)。



《用語解説》

- ◇(※1)体成分分析
脂肪、筋肉量などを測定
- ◇(※2)コロトコフ音測定(動脈の弾力性測定)
血圧、心拍出量などを測定
- ◇(※3)ヘモグロビンA1c測定
過去1~2か月の血糖の平均的な状態を測定



催し 教室・講座 募集 子育て その他

催し

加佐地域 大庄屋上野家

笑顔のイラスト展「タカラモノ」
時 9月30日(金)まで9時~17時 内 イラストレーター...

サロン「ぼーれぼーれ」

時 9月7日(水)12時30分~13時
絵画サークル合同作品展
時 9月15日(木)~10月5日(水)10時~16時...

赤れんがバザール

時 9月11日(日)10時~15時
赤れんがが4号棟内 手作り雑貨の販売
尚 赤れんがパーク (☎66・1096)

まじろ魚まつり

時 9月25日(日)9時30分~14時 舞鶴水産流通センター内 マグロの解体ショー...

認知症介護家族のつよ

時 9月16日(金)13時30分~15時 西総合会館内...

東図書館 (☎62・0160)

時 10月3日(月)13時30分~15時
内 ドリアン助川著『あん』
おはなし会

募集

身体障害者福祉センター

時 9月11日(日)13時~17時
障害者将棋大会
時 9月17日(土)10時~15時 身障センター...

総合文化会館

時 9月3日(祝)・4日(日)10時~17時
コミュニティ作品展「光と彩り」合同写真展
時 9月3日(祝)・4日(日)10時~17時...

西図書館 (☎75・5406)

時 10月19日(水)11時~11時20分
赤ちゃんおはなし会
時 10月19日(水)11時~11時20分...

教室・講座

消防本部 (☎66・0119)

時 9月10日(土)10時~11時30分
防火安全講習
時 9月10日(土)10時~11時30分...

練習船「こじま」一般公開 水路記念イベント



舞鶴生まれ!練習船「こじま」一般公開
【日時】9月19日(祝)13時~16時
【場所】京都舞鶴港西港第3ふ頭...

催し 教室・講座 募集 子育て その他

ピアノワークシンプ vol.2

時 9月22日(祝)14時から 定 先着50人 料 500円
他 未就学児は入場不可 9月15日(木)...

田主誠「心の旅」版画展

時 9月15日(木)~10月2日(日)9時~17時
赤れんが5号棟内 世界の民話や舞鶴百景...

京都丹州もくもくフェスタ

時 9月24日(土)10時~16時 京都丹州木材市場...

市役所ロビーコンサート

時 9月27日(火)12時10分~12時50分
市役所市民ホール内 芳賀忠一さんによる...

西舞鶴「ちやっぺった」100円商店街

時 9月18日(日)10時~15時 西舞鶴商店街一帯...

東消防署・防災センター

時 9月28日(水)18時~21時
応急手当普通救命講習
時 9月28日(水)18時~21時...

舞鶴スポーツネットワーク

時 9月1日から毎週木曜日、11時30分~12時30分...

初回トレーニング教室

時 9月5日から毎週月曜日、10時~11時...

間ノエのサポート講座

時 9月18日(日)13時30分~15時
西駅交流センター内 難聴と仕事...

間ノエのサポート講座

時 9月18日(日)13時30分~15時
西駅交流センター内 難聴と仕事...

間ノエのサポート講座

時 9月18日(日)13時30分~15時
西駅交流センター内 難聴と仕事...

間ノエのサポート講座

時 9月18日(日)13時30分~15時
西駅交流センター内 難聴と仕事...

ローケツ染体験

時 9月27日~12月6日の火曜日に計6回、10時~16時...

舞鶴再発見・ナイトウォーク

時 9月17日(土)18時45分 東体育館集合
五老岳山頂から秋の名月を見る...

とつとつおきの舞鶴体感講座秋のつまみもん

時 10月1日(土)9時30分~14時30分
大庄屋上野家集合内 自然観察と田舎料理...

犯罪被害者支援事業

時 9月17日(土)13時から 総合文化会館
市民課 (☎66・1006)

加佐公民館 (☎83・0036)

時 9月24日(土)10月8日の土曜日、13時30分~15時...

青少年の健全育成を考える

時 9月4日(日)13時~14時15分 赤れんが2号棟...

赤れんが博物館 市民講座

時 9月24日(土)14時~15時30分 赤れんが博物館内...

はぴぺん倶楽部 料理教室

時 9月10日(土)10時~13時30分 中総合会館
対知的障害のある成人 定 10人...

公式ムービーチャンネル (ユーチューブ)



Facebook (フェイスブック)



略語の見方 時=日時 場=場所・会場 内=内容 講=講師 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

セレブリティ・ミレニウムと飛鳥II 船内見学会の参加者募集

【共通】【場所】京都舞鶴港西港第2ふ頭 【その他】車椅子・ベビーカーの使用は不可
 【申し込み方法】A4用紙に応募者全員の住所、氏名、生年月日、電話番号（セレブリティ・ミレニウム希望者はパスポートに記載の氏名のローマ字、国籍、当日有効なパスポート番号も）を記入し、特設フォームが郵送、ファクス（62・9891）でみなと振興・国際交流課（〒625-8555 住所不要）「セレブリティ・ミレニウム船内見学会」係か「飛鳥II 船内見学会」係へ。9月14日（水）15時必着。
 ※応募は1通当たり5人まで
 【特設申し込みフォーム】市ホームページの特設申し込みフォームは、トップページから観光→クルーズでアクセス。右下のコードからもアクセス可
 ◆セレブリティ・ミレニウム…<https://www.city.maizuru.kyoto.jp/jform/cele2016kengaku.html>
 ◆飛鳥II…<https://www.city.maizuru.kyoto.jp/jform/asuka2016kengaku.html>
 ▶詳しくは、みなと振興・国際交流課（☎66・1037）へ。



◆セレブリティ・ミレニウム

京都舞鶴港初入港の9万トンの級のプレミアム船
 【日時】10月3日（月）10時30分～12時30分
 【対象】階段の上り下りを含む団体行動が可能で当日有効なパスポートを持っている人
 【定員】50人（多数の場合抽選）



◆飛鳥II

“洋上のオアシス”と呼ばれる日本最大の客船
 【日時】10月4日（火）14時～15時30分
 【対象】階段の上り下りを含む団体行動が可能の人
 【定員】100人（多数の場合抽選）
 ※身分証明書は不要



福祉資格者就業サポート研修

時10月15日（土）・16日（日）10時～16時30分（15日は16時まで）
 場 福知山公立大学（福知山市）
 対 介護福祉士や初任者研修修了（旧ホームヘルパー2級）などを有する福祉・介護サービスマスターに就事していない人
 申 10月7日（金）までに電話で府福祉人材・研修センター（☎075・252・6297）へ。
 タ 1（☎075・252・6297）へ。

ろくろ初心教室

時10月19日～12月14日の水曜日に計5回、9時30分～11時30分 陶芸館
 定5人（多数の場合抽選）
 料4,000円（土代が別途必要）
 申10月12日（水）までに同館（☎64・3263）へ。

市民公開講座 笑いヨガ

時9月24日（土）13時～16時 舞鶴医療センター1附属看護学校体育館
 内 笑いヨガ体験や骨密度測定、血流測定など
 講 笑いヨガ協会の高田佳子さん
 定 先着50人
 申9月23日（金）17時までに電話かファクスで同校（☎63・4338、FAX63・3014）へ。

親子陶芸教室

時10月1日（土）9時30分～12時 大浦会館
 講 陶芸家の高井晴美さん
 対 市内在住の小学生とその親
 定 先着20人
 料500円（材料代）
 申9月20日（火）までに電話で同館（☎68・2010）へ。

老後の不安とあなたについての年金制度セミナー

時10月2日（日）13時30分～15時 労働者福祉センター
 定 先着15人
 申9月26日（月）までに電話で同センター（☎64・3200）へ。

海の京都 ユニバーサルデザイン

時9月14日（水）13時～16時30分 商工観光センター
 内 同志社大教授の関根千佳さんと佐賀野野原アフリーツアーセンター会長の小原健史さんによる講演「ユニバーサルデザインで地域活性化」
 定 先着50人
 申9月9日（金）までに電話かファクスで近畿日本ツーリスト（株）京都支店（☎075・221・7401、FAX075・223・5192）へ。

城南会館（☎78・1800）

英語ブッククラブ

時10月9日～翌年3月27日の第2・4日曜日に計12回、14時30分～16時
 内 英語短編小説を読みながら交流
 講 ケイト・ガネットさん
 定 先着12人
 料 毎月3,500円（資料代込み）
 申9月20日（火）までに電話で。

いきいきパソコン教室

時10月4日～12月27日の毎週火曜日に計12回、13時30分～15時
 内 ワードを使った美しく見やすい文書作成
 講 野瀬貴則さん
 定 先着13人
 料 毎月3,500円（資料代込み）
 申9月20日（火）までに電話で。

漁師に教わる魚料理教室（秋）

時10月13日（水）11時～14時
 内 秋が旬の魚を使った料理を府漁協婦人部の皆さんと作る
 定 先着20人
 料 3,000円（材料費）
 申9月30日（金）までに電話で。

舞鶴消費生活講座

【場所】西駅交流センター
 【定員】先着各80人
 【申し込み方法】住所、氏名、年齢、電話番号、講座番号、同講座をどこで知ったかをがきか電話、ファクスで市民課（☎66・1006、FAX62・2050）へ。

【日程】

番号	日時	内容
①	10月11日（火）	消費生活啓発ミュージカルと講座
②	10月18日（火）	家計管理のお話
③	10月25日（火）	楽しく食べて健康長寿！
④	11月1日（火）	電力自由化のお話
⑤	11月8日（火）	マイナンバー制度のお話

※いずれも13時30分～15時30分

募集

陸・海・空自衛官

航空学生（来春採用）

時 一次試験は9月22日（祝）

対 高校卒業（見込）～21歳未満

申 一般曹候補生（来春採用）

時 一次試験は9月16日（金）・17日（土）のいずれかを指定

対 平成29年4月1日現在で18～26歳（平成29年4月2日～11年4月1日までに生まれた者）

申 自衛官候補生（来春採用）

時 男子：受付時に通知

◆ 女子：9月23日（金）～27日（火）のいずれか1日を指定

対 平成29年4月1日現在で18～26歳（平成29年4月2日～11年4月1日までに生まれた者）

申 9月8日（水）必着（自衛官候補生男子のみ）

常時受付。来春採用は早めの申し込みを。

防衛大学校（来春入校）

◆ 推薦：時 試験は9月24日（土）・25日（日）

対 平成29年4月1日現在で18～26歳（平成29年4月2日～11年4月1日までに生まれた者）

申 9月8日（水）必着（自衛官候補生男子のみ）

常時受付。来春採用は早めの申し込みを。

防衛大学校（来春入校）

◆ 推薦：時 試験は9月24日（土）・25日（日）

アクセスで実行委員会事務局（フレアス舞鶴内、☎63・3305、FAX62・0872）へ。

子育て

保育サポーター養成・支援講座

時9月14日（水）～10月14日（金）に計5回、10時～12時

場 中総会館内保育サポーターとしての心得や必要な基礎知識・基礎技能の習得、活動できる場所の情報提供など

講 みき助産院の新宮美紀さんほか

定 先着20人
料 700円（他託児あり）（予約が必要）

申 9月13日（火）までに電話かファクスでフレアス舞鶴（☎65・0055、FAX62・0872）へ。

《公開講座「子どもの便秘」》

時9月29日（木）13時30分～15時30分

場 中総会館内京都府立医科大学の青井重善さん

対 子どもの便秘や質疑などに関する講演

講 「子どもの便秘」や質疑などに関する講演

定 先着50人
申 9月28日（水）までに電話かファクスでフレアス舞鶴へ。

母乳育児講演会

時9月17日（土）10時～12時

場 舞鶴共済病院

内 大阪府立母子保健総合医療センターの北島博之さんによる講演

「自然なお産から始まる母乳育児」

講 母乳育児推進委員会事務局の大谷さん

定 先着50人
申 9月17日（土）までに電話かファクスで舞鶴共済病院内、☎62・2510）

健やか子育て「秋の料理教室」

時10月12日（水）9時30分～11時30分

場 西総会館内ハンバーグのおいしい作り方など

講 舞鶴料理学院の堀祥子さん

対 子育て中の母親
定 先着15人
料 800円（材料費）

申 9月5日（水）までに電話かファクスで西公民館（☎75・6501）へ。

施設の休館日

- 中央公民館…第4月曜日
- 南・加佐公民館、大浦・城南会館…毎週月曜日
- 東公民館…毎週月曜日（祝日の場合はその翌日）
- 西公民館…第3水曜日
- 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

施設の休館日

- 田辺城資料館…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）
- 東・文化公園体育館…第3木曜日
- 郷土資料館…第3水曜日



《カレンダーの問い合わせ先》

- ◆療育相談…生活支援センターみずなぎ ☎64・3766
- ◆巡回市民・行政相談…市民課 ☎66・1006
- ◆弁護士府民法律相談…中丹広域振興局 ☎62・2500
- ◆定例教育委員会…教育総務課 ☎66・1070
- ◆女性面接相談…人権啓発推進室 ☎66・1022
- ◆立命館大学法律相談…市民課 ☎66・1006
- ◆聞こえの相談…聴言センター ☎64・3911、℡64・3912
- ◆公証…土地家屋調査士相談…市民課 ☎66・1006
- ◆行政書士・司法書士・弁護士市民法律相談…市民課 ☎66・1006
- ◆人権相談…特設人権相談…法務局舞鶴支局 ☎76・0858
- ◆看護就職相談…北部看護職支援センター ☎0772・46・9002
- ◆高齢者…障害者権利擁護相談…高齢者支援課 ☎66・1018

日	月	火	水	木	金	土
<p>●救急・急病診療 8:30から</p> <p>●小児科一次診療 9:00～18:00 舞鶴共済病院 ☎62・2510</p>	<p>5 人権なんでもお気軽相談 (電話も可) 9:00～12:00 法務局舞鶴支局 看護職就職相談会 13:30～15:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>6 行政書士法律相談 10:00～13:00 市役所本館</p>	<p>7 ●就職個別相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>高齢者・障害者人権あんしん相談 10:00～12:00 みずなぎ丸田学園 アザレア舞鶴 11:00～13:00 文庫山学園</p>	<p>1 司法書士法律相談 13:30～16:00 市役所本館 ※申し込みが必要</p> <p>2 ●自立就労個別相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>3 ●救急・急病診療 開業医の診療終了後 舞鶴共済病院 ☎62・2510</p>	
<p>●救急・急病診療 8:30から</p> <p>●小児科一次診療 9:00～18:00 舞鶴医療センター ☎62・2680</p> <p>立命館大学法律相談 9:30～14:30 西駅交流センター ※申し込み優先</p> <p>舞鶴市休日急病診療所の一次救急医療 ☎63・4970</p>	<p>12 ●弁護士府民法律相談 13:30から 中丹広域振興局 ※9/9、9:00から申し込み先着10人</p> <p>13 巡回市民・行政相談 13:30～15:30 西総合会館</p> <p>●京都 JP カレッジ 13:00～14:30 15:00～16:50 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>療育相談 13:30～15:30 支援センターみずなぎ ※申し込みが必要</p>	<p>13 巡回市民・行政相談 13:30～15:30 西総合会館</p> <p>●京都 JP カレッジ 13:00～14:30 15:00～16:50 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>14 ●就職個別相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>女性面接相談 11:00～14:10 フレアス舞鶴 ※申し込みが必要</p> <p>高齢者・障害者権利擁護相談 (財産管理・遺産相続・遺言など) 13:00から 市役所別館 ※申し込みが必要</p>	<p>8 ●若者サポートステーション出張相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>9 ●自立就労個別相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>10 ●救急・急病診療 開業医の診療終了後 舞鶴医療センター ☎62・2680</p> <p>立命館大学法律相談 13:30～16:30 西駅交流センター ※申し込みが必要</p>	
<p>●救急・急病診療 8:30から</p> <p>●小児科一次診療 9:00～18:00 舞鶴赤十字病院 ☎75・4175</p> <p>舞鶴市休日急病診療所の一次救急医療 ☎63・4970</p>	<p>19 ●救急・急病診療 8:30から</p> <p>●小児科一次診療 9:00～18:00 舞鶴共済病院 ☎62・2510</p> <p>●福祉のお仕事出張相談会 13:00～17:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>人権なんでもお気軽相談 (電話も可) 9:00～12:00 法務局舞鶴支局</p> <p>●マザーズジョブカフェ巡回相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>療育相談 13:30～15:30 支援センターみずなぎ ※申し込みが必要</p>	<p>20 聞こえの相談 13:00～16:00 聴言センター ※申し込みが必要</p> <p>人権なんでもお気軽相談 (電話も可) 9:00～12:00 法務局舞鶴支局</p> <p>土地家屋調査士相談 13:30～15:30 市役所本館</p> <p>公証相談 13:30～15:30 市役所本館</p> <p>●京都 JP カレッジ 27 13:00～14:30 15:00～16:50 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>21 ●就職個別相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>15 ●若者サポートステーション出張相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>16 ●弁護士市民法律相談 13:00から 市役所本館 ※9/14、8:30～12:00に申し込み定員11人</p> <p>●自立就労個別相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>17 ●救急・急病診療 開業医の診療終了後 舞鶴赤十字病院 ☎75・4175</p>	
<p>●救急・急病診療 8:30から</p> <p>●小児科一次診療 9:00～18:00 舞鶴共済病院 ☎62・2510</p> <p>舞鶴市休日急病診療所の一次救急医療 ☎63・4970</p>	<p>26 ●福祉のお仕事出張相談会 13:00～17:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>人権なんでもお気軽相談 (電話も可) 9:00～12:00 法務局舞鶴支局</p> <p>●マザーズジョブカフェ巡回相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p> <p>療育相談 13:30～15:30 支援センターみずなぎ ※申し込みが必要</p>	<p>27 ●京都 JP カレッジ 13:00～14:30 15:00～16:50 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>22 ●救急・急病診療 8:30から</p> <p>●小児科一次診療 9:00～18:00 舞鶴医療センター ☎62・2680</p>	<p>23 ●自立就労個別相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>24 ●救急・急病診療 開業医の診療終了後 舞鶴共済病院 ☎62・2510</p>	
<p>●救急・急病診療 8:30から</p> <p>●小児科一次診療 9:00～18:00 舞鶴共済病院 ☎62・2510</p> <p>舞鶴市休日急病診療所の一次救急医療 ☎63・4970</p>	<p>25 ●救急・急病診療 8:30から</p> <p>●小児科一次診療 9:00～18:00 舞鶴共済病院 ☎62・2510</p> <p>舞鶴市休日急病診療所の一次救急医療 ☎63・4970</p>	<p>28 定例教育委員会の傍聴 14:00から 市役所別館</p>	<p>29 ●若者サポートステーション出張相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>	<p>30 ●自立就労個別相談 10:00～16:00 ジョブ・サポ ※申し込みが必要</p>		

【申し込み日にご注意】

- 弁護士市民法律相談と弁護士府民法律相談の申し込み日は決まっています。
- 各種就業相談 ジョブ・サポまいづる ☎63・0810 【働く場ガイドを公開中】

◆ごみの収集

19日の祝日の可燃ごみと不燃ごみは通常の通り収集。22日の祝日は可燃ごみの収集を休みます。不燃ごみは通常の通り収集。

納付のお知らせ (納期: 9月30日金)

- ◆国民健康保険料 (4期)
- ◆介護保険料 (4期)
- ◆後期高齢者医療保険料 (3期)

日	受付時間	会場
8日(休)	9:30～12:00 13:45～16:00	西消防署 京都府漁業協同組合
9日(金)	9:30～13:00、14:00～15:30	舞鶴グランドホテル
20日(火)	9:30～11:30、12:30～15:30	市役所
28日(水)	9:30～11:00、12:00～16:00	舞鶴高専
29日(木)	14:00～16:00	舞鶴共済病院

※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

当番会社 17時以降は、市役所 ☎62・2300 か 西支所 ☎75・2250 へ

柿前川管工事 工業所 ☎75・1198

●休日・土曜日の救急・急病診療 (内科・外科) の受診は、できる限り昼間の時間帯にお願いします。また、軽症などの緊急を要しない症状の場合は、できる限り平日の診療時間内に「かかりつけ医」での受診をお願いします。

●舞鶴市休日急病診療所の一次救急医療 (内科) の受診は、9時～12時 (受け付けは11時30分まで) と13時～17時 (受け付けは16時30分まで)。舞鶴医療センター敷地内。

●休日の小児科一次診療の受け付けは、17時30分まで。

おやんぽろば

時9月10日(土)10時30分～11時30分
場中総合会館内遊びの紹介や保護者同士の交流など対1～2歳児とその保護者

時9月11日(日)10時30分～11時30分
定先着10組

《小学生対象の体験プログラム》時9月25日(日)10時30分～11時30分先着10人

《共通》☎電話かあそびあむの窓口で。

よちよち広場 ☎63・4821

よちよちパーク

時9月23日(金)10時～12時 場中総合文化会館
内子ども服や育児用品、おもちゃなどのフリーマーケット

《出店者も募集(無料)》
定先着23店 時9月2日(金)から電話で。

秋の寄せ植え教室

時9月29日(木)10時30分～11時30分
講ガールズプランナーの林エミコさん
定先着8人
料3,000円

時9月2日(金)から電話で。
22226へ。

おやんぽろばフェスティバル

時10月6日(木)10時～11時30分
場中総合文化会館
内食育のお話や親子での運動など
対よちよち歩き未就園児
料1,000円

秋の全国交通安全運動

9月21日(水)～30日(金)、「京の秋 ゆとりとマナーで 事故防止」をスローガンに秋の全国交通安全運動を実施。一人ひとりが交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践し、交通事故を防止しましょう。

《運動の基本》

- ◆子どもと高齢者の交通事故防止
- 《運動重点》
- ◆夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止 (反射材用品などの着用の推進及び自転車前照灯の点灯の徹底)
- ◆後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ◆飲酒運転の根絶

ポリテクカレッジで新たな技術を習得

ポリテクカレッジ京都では、主に中小企業に勤める人を対象に、業務に必要な技術・技能・知識のレベルアップを図るための短期間のセミナーを行っています。

コース名・受講料	日程
管理技術 製造業に活かす品質管理技法 (10,000円)	10/1、11/5、12/3
機械設計・製図技術 機械設計製図技術 (20,500円)	10/3～7
測定・検査技術 ひずみゲージと応力測定技術 (12,000円)	10/17・18
安全 ヒューマンエラー防止実践手法 (11,500円)	10/22・23
機械加工技術 フライス盤実践技術 (高精度加工編 29,500円)	10/5～8
	10/24～28

【日時】上表のとおり。いずれも9時～16時
【定員】各10人
【その他】企業ニーズに応えるオーダーメイド型セミナーも実施。同校ホームページ (<http://www.3jeed.or.jp/kyoto/college/business/index.html>)でも紹介。同セミナーを活用して技術力の向上に取り組まれる市内中小企業等に対して、**対象経費の一部(4分の3)を市が助成。**
▶詳しくは、ポリテクカレッジ京都 ☎75・4341 へ。

お探しします。舞鶴での新しいお部屋。

不動産・売買・仲介・賃貸・管理

アイシクス不動産(有)

京都府知事(2)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 TEL0773-62-0505

キクヅルフォトスタジオ

| 七五三 | 成人式 | フォトウエディング | etc. |

KIKUZURU Photo Studio 京都府舞鶴市魚屋 0773-75-1991

◎市の広報番組

Wind of Maizuru 毎週木曜日、12:40～12:50。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。

まいづる
元気人

地球に身体にやさしい料理びりを広めたい

食育・料理研究家
食生活指導士
谷口久美子 さん

広報まいづる7月号からスタートした企画「まいづるレシピ帖」(20ページ掲載)で市の特産品や市で生産される旬の農水産品を使った誰でも簡単に作れる料理レシピの考案者でもあり、料理教室などで食の面から健康や舞鶴の地元産品の地産地消を呼びかけておられる食生活指導士の谷口久美子さんにお話を伺いました。

料理から環境や健康を考えられる教室を

私は、男性料理教室や親子料理教室、無添加の減塩みそ作りなどを開催しており、料理を作りながら、環境や健康、食の教育につながる話を織り交ぜるようにしています。「食べ残しを別の料理にアレンジすれば捨てずにおいしく食べられること」「水を切っていない生ごみを燃やすと焼却炉を傷めること」「素材は余すことなく調理してごみを減らすこと」という「食べきり」「水きり」「使いきり」の3つの「きり」で、環境への負荷を減らすなど「主婦の心がけ」を男性や子ども達にも実践してもらえような教室にしています。

簡単レシピ作って食べて健康に

料理のレシピは、2つのことを意識しています。1つ目は、どの家庭にもある食材や調味料で簡単に作れること。普段使わない食材や調味料を使ったり、手の込んだ料理は、味も見ても確かに目を引きますが、せっかく習ったも家では作らなかつたり、他に使い回しにくい調味料や食材は使い切れずに結局捨てられて

しまいます。これらを「食品ロス」といい、飲食店の食残しやスーパーなどで廃棄される食品のほか、家庭からも多くの「食品ロス」が生じています。ありふれた食材で作れる簡単なレシピにすることで食材を無駄にせず、日ごろから作ってもらえるようにしています。

また、料理はアレンジするものだと思っています。生徒の皆さんに、その日作ったレシピをそっくりそのまま覚えるのではなく、特売や旬の材料、冷蔵庫の中身など、その時にある食材を上手に使えるようになってもらうことが大切だと思っています。

2つ目は、身体にいい料理であること。日々の食生活の積み重ねが、身体を健康にも病気にもします。糖分や塩分の取りすぎにならないよう、薬味や酸味といったほかの味を加えたり、出汁を利かせることで糖分と塩分を抑えても美味しくなるような料理を考えています。そうやって簡単に健康にも配慮した料理を心がけているので「妻に無理やり参加させられたが、すっかり料理にはまって台所に立つようになった」という男性料理教室の生徒さんの話

しや、「レシピをアレンジして残り物や安売りの食材を上手に使う」といった生徒の皆さんの話しを聞いた時には達成感を感じます。

舞鶴の食材を日々の食卓に

地元の食材や特産品を使えば、輸送にかかると環境負荷もなく、地域の生産者も活性化します。「まいづるレシピ帖」では万願寺甘とうや舞鶴のお茶、今月号では地元の魚を美味しく食べられるレシピを考えました。また、料理教室では舞鶴特産の京の伝統野菜「佐波賀だいこん」を使った料理を作ったことがあります。特長である大きくてたくさん獲れる葉やむいた皮まですべて利用できるように考えました。佐波賀だいこんは、まだ万願寺甘とうのように有名ではありませんが、地域の皆さんが葉っぱまでおいしく食べられる佐波賀だいこんを買って、料理することが生産の拡大につながり、舞鶴の特産品が地産地消されるという連鎖を生むと思っています。旬を迎える冬にはレシピを紹介しようと思っていますので、ぜひ佐波賀だいこんを食べてみてください。

まいづる
花図鑑

vol. 121

本州以南の日当たりの良い山地の路肩などに生える多年草。

針金状の茎は地面を這って広がり、長さは一メートルを超える。葉は3出複葉で小葉は丸く長さ1〜2センチで表面にも短毛がある。夏から秋にかけて、葉腋に2〜4個の花を密集してつける。花は白色で長さ7〜8センチの蝶型花で旗弁(上部の花弁)の下部に紅紫色の斑点が2個ある。上部には1〜3個の閉鎖花(開かない花)をつける。名前の由来は「猫萩」で全体に毛が生えていることから。

【協力】瓜生勝朗

市文化財保護委員(植物分野)



ネコハギ
(マメ科)

見ごろ 7〜9月頃

