

M

広報まいづる

AIZURU

Magazine for public relations

2025

8

vol.1074



@maizuru_official

舞鶴、
良い。

市公式 Instagramは
こちら



MAIZURU.OFFICIAL

ヅルいい!
舞鶴

#ヅルいい舞鶴 #myヅルいい
#乳幼児教育ビジョン #夏を快適に

今月の内容

2頁 みんなで育てる舞鶴の
子どもの「笑顔」と「未来」

舞鶴市の乳幼児教育

Educational Environment

舞鶴市乳幼児教育 ビジョン

育てたい
こども像

- ☑ 主体的に取り組むこども
- ☑ 自分も友達も大切にすることも
- ☑ 意欲的に遊ぶこども

保育の現場

- ビジョンに基づいた保育の実践
- 子どもの成長への支援
- 家庭の子育てとのつながり
- 小学校生活へのスムーズな移行



家庭・地域

- 安心と信頼の土台づくり
- 年齢に応じた生活リズム
- 園とのつながり、支え合い

乳幼児教育センター

- 乳幼児教育の質向上のための研修支援
- 園への巡回指導やアドバイス
- 最新の乳幼児教育に関する情報提供
- 架け橋プログラムの研究 (園と小学校をつなぐ取り組み)



保育現場への
バックアップ・
フォロー



みんなで育てる
舞鶴の子どもの
「笑顔」と「未来」

保育所や幼稚園、認定こども園から子どもが帰ってきて「今日は泥遊びをしたよ」と聞いた時、何を想像しますか。汚れて泥だらけになる様子だけを想像するかもしれません。子ども達は日々体験する遊びの一つひとつから「学び」を得て、生きるための力を育んでいます。舞鶴市では0歳から小学校入学前までの乳幼児期の教育に力を入れており、教育機関が組織の垣根を越えて連携するなど、その取り組みは全国的に見ても先進的です。今回はその乳幼児期の取り組みを紹介します。

《乳幼児教育推進課》 家庭と園は子どもの成長を育むパートナー

子どもの健やかな成長には、園での多様な遊びや体験、家庭での温かい関わりが必要です。家庭で絵本の読み聞かせをしたり、一緒に遊んだり、散歩に出かけたりする時間は、子どもが

愛情を感じ、安心して過ごすために大切です。

また、子どもの言葉や気持ちに耳を傾け「すごいね」「頑張ったね」と褒めたり励ましたりすることで、子どものやる気を引き出します。そして、この温かい環境で、大切に育てられる安心感や人への信頼感などは、子どもが園で新しい遊びや体験を「やってみよう」と意欲的に挑戦する土台となり、集団生活の中で、主体性や社会性、探求心を育んでいきます。

家庭と園は密接に連携し、子ども達が安心して心豊かに成長できる環境を共につくり上げていきます。



乳幼児教育の推進体制

舞鶴市は、未来を担う子ども達を地域全体で育てるため「舞鶴市乳幼児教育ビジョン」を策定。さらに、乳幼児教育を推進するための拠点施設として、府内で初となる乳幼児教育センターを設置しました。現在も同センターを中心に、乳

もが発信」をキーワードに、子ども達が自ら環境に関わり、気付き、考え、試行錯誤し、表現しながら夢中になって遊ぶことを重視しています。

幼児教育・発達支援の分野で現場への支援など、さまざまな事業に取り組んでいます。また、0歳から小学校入学前までの子ども達の教育・保育・子育てで大切にしたいことを示し、家庭や地域、保育所、幼稚園、認定こども園などが、子どもを中心に関連し、子育てを支える体制をつくることを目指しています。

また、質の高い乳幼児教育を行うため、専門職である保育士などのスキルアップにも継続的に取り組んでいます。他の園を訪問し、保育の様子を見学する「公開保育」では、学びを生かした保育を自らの園で取り入れるなど、質の高い乳幼児教育が舞鶴市全体に広がっています。

舞鶴市は保護者の皆さんが安心して、子どもを育てられる環境づくりにこれからも取り組んでいきます。

舞鶴市は保護者の皆さんが安心して、子どもを育てられる環境づくりにこれからも取り組んでいきます。

未来を育む環境づくり

現在、市内の各園でこのビジョンに基づいた乳幼児教育の実践が進められています。園では「こどもが真ん中、こどもが主体、こども





友達と遊びをつくる

友達との遊びを繰り返す中で、同じ目標に向かって、相談したり、協力したりします。



好みの固さの泥団子を協力してつくる

ごっこ遊びをする

友達や先生と言葉でやり取りをし、身振りで表現します。役割を相談し、ストーリーをつくる中で、表現力・協働する力が育まれます。



医者となりきるお医者さんごっこ

水や土、砂、草、花などの自然で遊ぶ

水の冷たさや泥の感触、色の変化などを肌で感じ「これはなんだろう」「こうしたらどうなるのかな」と好奇心・探求心が育まれます。



手足を水につけて遊ぶ

身の回りのことへ挑戦

食事の準備や片付けなど、日常のあらゆる場面で「自分で」を経験し、生活習慣の自立へとつながります。

好きな遊びを繰り返し楽しむ

同じ遊びを何度も繰り返すことで、試行錯誤し「次はこうしてみよう」「なんでこうなったんだろう」と考える力が深まります。



おもちゃを繰り返し出し入れする

1歳ごろ

「見て!」と大人へアピール

子どもが何かを見つけて「ほら、見て!」と視線を向けると、先生が笑顔で応えます。自分の気持ちを受け止めてもらう経験を重ねることで、自己肯定感や人への信頼感が育まれます。



手に持った氷を見せる子ども

0歳ごろ

抱っこやスキンシップなど大人との触れ合い

先生との触れ合い、優しい言葉がけの中で、安心できる絆が生まれます。



抱っこによるスキンシップ

遊びの後に話し合う

「楽しかった事」「困った事」「次はどうしようか」などを友達や先生と話し合います。自分の思いを伝え、友達の思いを聞く力を育み、問題を解決しようとする経験に。

さまざまな素材でつくる

さまざまな素材を使い、イメージしたものを作ることで創造力や表現力を育むと同時に、感受性が豊かになります。



花をたたいて色を出す



自分の好きな色・形の氷をつくる

＼ 学びのポイント /

コミュニケーション力・友達と協働する力を育む

＼ 学びのポイント /

好奇心・探求心・思考力・創造力を育む

＼ 学びのポイント /

「自分でやってみたい」の主体性を育む

＼ 学びのポイント /

安心できる場所で人との信頼感を育む

令和8年度保育所・認定こども園（保育所部分）の園児の募集期間が1カ月早くなります!

令和8年度から保育所・認定こども園(保育所部分)の利用を希望する園児の募集期間を1カ月前倒しし「11月1日(土)～14日(金)(窓口での受け付けは、4日(火)から開始)」に変更します。詳しくは、広報まいづる10月号でお知らせします。

《事前に準備を!》
園ごとに特色のある教育・保育を提供しています。ぜひ事前に見学してください。見学を希望する場合は、園に直接問い合わせを。詳しくは市ホームページで確認を。右コードからアクセス可。

園見学はお早めに!



現場で働く保育者へのインタビュー

園での子ども達の遊びの様子を保護者と共有するため、毎日、玄関にクラスごとに写真を掲示しています。これは、園での取り組みを伝えるだけでなく、家庭での様子を聞いて、会話を始めるきっかけとなっています。また、園で取り入れている遊びのアイデアや給食のレシピも紹介し、家庭でも楽しんでもらっています。これからも園と家庭で一体となって、子どもの成長を見守り続けていきます。

ルンビニこども園 二谷 理依 さん



複雑な「困り事」に多機関が連携し寄り添います。 お気軽に相談してください。



誰もが安心して暮らせる地域へ

近年、少子高齢化や核家族化などにより、地域とのつながりの希薄化といった社会構造の変化が急速に進んでいます。これに伴い、8050問題（高齢の親が中高年のひきこもりの子どもを支える

市では、年齢や障害、経済状況にかかわらず、誰もが安心して自分らしく生活ができるよう「重層的支援体制整備事業」に取り組みんでいます。これにより、よりきめ細やかで包括的な支援を提供するとともに、住民同士で支え合い、誰もが安心して暮らせる「地域共生社会」の実現を目指します。

《福祉企画課》

まずはご相談を

この事業は、既存の制度や仕組みを最大限に活用し、多様な困り事に寄り添う包括的な支援体制の構築を目指します。さまざまな制度や支援機関が連携して皆さんの多様なニーズに対応します。世代や属性を問わず、どんな困り事でも受け止めるので、お近くの支援機関に相談してください。

例えば、8050問題のように一つの支援機関だけでは解決が難しい事例

では、複数の機関が連携し、包括的な支援を提供します。また、課題を抱えながらも支援が届いていない人には、アウトリーチ支援（訪問支援など）を通じて、適切な支援につなげることを目指します。さらに、高齢者サロンや子育てひろばなど、既存の事業を活用しながら世代や属性を超えて交流できる地域の居場所づくりを進めます。既存の事業で対応が難しい場合には、本人や世帯の課題、希望

に合う居場所づくりや就業体験などの参加支援にも取り組みます。

みんなでつくる、支え合いのまち

この取り組みを進める上で、地域の皆さんの協力は欠かせません。地域で「最近、あの人を見かけないな」「何か困っている事があるのかな」と感じた時、ちょっとした気遣いや声かけが孤立を防ぎ、抱え込んでいる問題が深刻になる前に助け出

Interview 支援機関の連携で支援につながる

高齢者が住み慣れた地域で安心して生活が送れるよう、日々支援に取り組んでいます。介護や入院・退院、障害、生活支援など、本人や家族からのさまざまな相談に対し、一人ひとりに寄り添ったサービスを検討し、適切な支援へとつなげています。重層的支援体制整備事業が始まってから、より多くの関係機関とつながり、支援の幅が広がったと実感しています。例えば「高齢の母と障害を持つ子の生活に関するケース」では、介護と障害、さらには転居に対する支援も必要でした。この場合、まずは転居を行い、その後、ホームヘルパーや訪問看護の利用など、必要なサービスへ



城北地域包括支援センター
岸本 将文 さん

すきつけになります。もし、地域の中で気になる事や困っている人を見かけたら、相談窓口にご連絡ください。そのひ

と云が、皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らした地域で安心して暮らし続けられる「地域共生社会」を築く大きな力になります。

暮らしの情報

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の定期予防接種

インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の定期予防接種を、10月1日(水)から開始します。次に該当する人の、自己負担金免除申請の受け付けを開始します。詳細は、8月に全世帯に配布するリーフレットか市ホームページで。



左上コードからアクセス可。

【場所】市内協力医療機関

【対象】65歳以上の人か60歳以上65歳未満で一定の基礎疾患がある人

【費用】◆インフルエンザ：1,500円 ◆新型コロナウイルス感染症：4,500円

※市民税非課税世帯の人、生活保護世帯の人は事前の申請で自己負担金を免除。9月12日(金)までに申請された人は9月下旬に結果通知を郵送。以後、順次郵送します

【申し込み方法】市内協力医療機関へ直接予約を。

▼詳しくは、健康づくり課(☎65・0065)へ。

きょうとエコサマー

公共交通に慣れ親しんでもらうことを目的に、府内路線バスや京都市後鉄道できょうとエコサマーを実施します。

【日時】8月25日(月)まで

【内容】保護者1人につき、子ども2人までの小児運賃が無料。詳細はホームページで。下コードからアクセス可。



▼詳しくは、企画政策課(☎66・1042)へ。

現況届の申請は期限内に

現在、下表の手当を受けている人は、各提出期限内に現況届の提出が必要です(対象者には用紙を郵送します)。

手当	提出期限	問い合わせ先
児童扶養手当	9月1日(月)まで	子育て応援課 (☎66・1094)
特別児童扶養手当	8月12日(火)～ 9月11日(木)	
障害児福祉手当	8月12日(火)～ 9月11日(木)	障害福祉・国民年金課 (☎66・1033)
特別障害者手当		
経過的福祉手当		

定額減税不足額の給付金

令和6年分所得税額と定額減税の実績額などが確定し、定額減税をしきれなかった人へ追加で給付を行います。対象者には、8月下旬～9月中旬に案内文を送付します。対象と思われるが、案内が届かなかった場合は8月12日(火)に開設する不足額給付金コールセンターへ問い合わせを。詳細は、市ホームページで。下コードからアクセス可。



【対象】◆昨年度に実施した当初調整給付の支給額に不足が生じる人 ◆本人・扶養親族などが定額減税対象外であり、かつ低所得世帯向け給付の対象世帯の世帯主・世帯員にも該当しなかった人

【問い合わせ先】同センター(☎0120・116・477)

滞納整理月間

8月は滞納整理月間。後期高齢者医療保険料や介護保険料、利用者負担額(保育料)の滞納者に文書や電話などで催告を行います。支払い能力がなくなると納付をしない人に

は、給与や預貯金の差し押さえなど滞納処分を厳正に行います。やむを得ない事情で納付が困難な場合はご相談を。

▼詳しくは、収納推進課(☎66・1025)へ。

令和8年舞鶴市二十歳のついで

【日時】来年1月11日(日)14時～16時

【場所】赤れんがパーク

【申し込み方法】式典参加希望者は、12月19日(金)までに、電話か申し込みフォームで生涯学習推進課(☎68・9223)へ。詳細は、市ホームページで。下コードからアクセス可。本市に住民票がある対象者には10月ごろに案内を送付します。

《二十歳のことは発表者・二十歳宣言の文案を募集》

10月31日(金)までに申し込みフォームか電子メールで同課へ。詳細は、市ホームページで。

《二十歳になる人からの動画を募集》
動画は当日会場で放映予定。申し込みは10月31日までにデータを持参か電子メールで同課へ。

《共通》【対象】平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの人

生活環境課(☎66・1005)

お盆のごみ・し尿の収集について

区分	日程	8月											
		8日(金)	9日(土)	10日(日)	11日(祝)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)	23日(土)	
可燃ごみ収集		○	○	×	×	○	○	○	○	○	○	×	○
不燃ごみ収集		○	×	×	○	○	○	○	×	×	×	○	○
粗大ごみ収集申し込み受け付け		○	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	×
し尿の収集	舞鶴厚生(株)	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	舞鶴保健興業(有)	×	×	×	×	×	○	○	×	×	×	×	×
	(株)アクア	○	○	×	×	○	×	×	×	×	×	○	○
清掃事務所	ごみ搬入	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
リサイクルプラザ	(8時30分～16時)	○	要予約	×	○	○	○	○	×	×	要予約	要予約	

- ※ 不燃ごみの収集が8月15日(金)の地域は、8月23日(土)に収集
- ※ 粗大ごみ収集の申し込み受け付けは平日の8時30分から16時30分まで(受け付け専用：☎64・5953)
- ※ 8月9日(土)・17日(日)・23日(土)のリサイクルプラザへの持ち込みは、事前に予約が必要
予約は平日の8時30分から16時30分までにリサイクルプラザ(☎64・7222)へ
- ※ 可燃・不燃ごみは地域の集積所で排出を。直接搬入が増えると交通渋滞が発生します
- ※ お盆前後はし尿の収集依頼が集中します。収集希望者は早めに申し込みを

市の施設などの地球温暖化対策の結果

第5期舞鶴市地球温暖化対策実行計画に基づき、市の施設などの温室効果ガス排出量を平成25年度の排出量と比べ、昨年度は35・9%削減、9,790ト削減しました。これは、一般家庭約3,900世帯分の年間排出量に相当します。今後も温室効果ガス排出量削減に取り組んでいきます。

▼詳しくは、生活環境課(☎66・1064)へ。

J・A・L・E・R・T緊急情報伝達訓練

J・A・L・E・R・T(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】8月20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◆まじぐるメール配信サービス、市公式ライン：試験メールを一斉に配信
※気象状況などで訓練を中止する場合があります

◆避難行動の確認を

J・A・L・E・R・Tでは、弾道ミサイ

「キャリアアップ助成金 賃金規定等改定コース」説明会

秋に予定されている最低賃金の引き上げに合わせて、事業所が雇用している非正規労働者の賃金を3%以上上げる場合、助成金が受けられる制度の説明会を実施します。

【日時】8月26日(火)・27日(水)13時30分～15時

【場所】ハローワーク舞鶴【定員】先着各15社

【申し込み方法】8月22日(金)までに電話でハローワーク舞鶴(☎75・8609)へ。

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。試験放送をきっかけに、今いる場所での行動をとります。

- ◆屋外にいる人は、近くの堅ろうな建物に避難。建物がない場合はコンクリート塀など物陰に身を隠す、地面に伏せて頭部を守る
- ◆屋内にいる人は窓からできるだけ離れるか窓のない部屋に移動するなど

▼詳しくは、危機管理・防災課(☎66・1089)へ。

市の人口と世帯数



人口 74,179人 (-116人) 世帯 33,714世帯 (-59世帯)
男 37,291人 (-68人) 女 36,888人 (-48人) ※令和7年7月1日現在の推計人口。()内は前月比

進む!まいる!

市政の話題を紹介!

TOPICS 1

7/1

■今年の夏も安全に

海水浴場の海開き

舞鶴市内の海水浴場のオープンに先立ち、神崎・野原・竜宮浜の海水浴場では、海開きの式典が行われました。舞鶴市の海水浴場は、地域住民やボランティアによる清掃活動で美しさが保たれており、京都府が実施する調査では海水浴に適した水質と認められています。美しい海で、舞鶴の夏を楽しみましょう。



TOPICS 3

7/2

■舞鶴の医療の未来を考える

舞鶴市医療機能最適化検討会議

持続可能な医療提供体制の確保に向け、第6回(令和7年度第1回)舞鶴市医療機能最適化検討会議を開催。昨年度の診療実績から将来の推計患者数を見込む中で、再編・統合後の急性期・回復期病院が担うべき患者数や機能の範囲を確認したほか、現在進めているシミュレーションの論点を整理しました。今後は、シミュレーション結果を共有し、公的病院の再編・統合に向けた議論をさらに進めていきます。



市長からのメッセージ

7月は、地域の安全と未来を考える重要な月となりました。海水浴場や道路などまちの環境維持、地域医療の確保、そして日本工営株式会社との連携協定締結まで、安全で美しい、そして未来を見据えたまちづくりを進めました。市民の皆さんの明るい未来のため、舞鶴は進み続けます。

TOPICS 2

7/4

■公共施設の美化にご協力を

舞鶴建設業協会によるクリーン作戦

8月は道路をもっと身近に感じ、その役割や重要性を知ってもらう「道路ふれあい月間」です。期間中は、道路をきれいに保ち、正しく利用してもらうための活動が全国で行われています。舞鶴市でも、舞鶴建設業協会が地域貢献活動の一環として、毎年クリーン作戦を実施。今年は前島ふ頭やしおじプラザ周辺で、85人が清掃活動を行いました。



TOPICS 4

7/14

■デジタル技術でまちづくり

日本工営株式会社とDX推進連携協定締結式

日本最大の建設コンサルタントである日本工営株式会社とインフラの維持管理におけるDX推進の連携協定を締結しました。今後、日本初の取り組みとなる高潮予測ガイダンスを活用した道路の冠水対策の実証事業や、IoT技術を活用したインフラ施設の遠隔監視などを行い、安全・安心なまちづくりを進めていきます。



都市計画原案の閲覧と公聴会の開催

【期間】8月28日(木)～9月11日(木)(必着)
【閲覧場所】都市計画課、西支所、加佐分室、中公民館、南公民館
【内容】都市計画原案の区域内に住所がある人か都市計画原案の利害関係者は、公述申出書で意見を述べることが出来ます。申出書の提出は都市計画課へ。公述申出書の提出があった場合は、9月18日(木)13時30分から市役所別館で公聴会を開催します。詳細は市ホームページで。下コードからアクセス可。



▼詳しくは、都市計画課(☎66・1048)へ。

舞鶴市学校規模適正化ビジョン(案)に関する意見募集

将来に向けて、魅力ある学校づくりを進める際の指針として、本市が目指す望ましい教育環境の考え方を示した「舞鶴市学校規模適正化ビジョン(案)」をとりまとめましたので、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。なお、提出された意見は、そ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)。

【募集期間】8月21日(木)まで

【提出方法】様式は自由。住所、氏名、電話番号を記載し「舞鶴市学校規模適正化ビジョン(案)に関する意見」と明記し、郵送か持参、ファクス、メールで教育未来課へ。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】教育未来課、市政情報コーナー、西支所、加佐分室、各公民館、まなびあむ、東・西図書館。市ホームページにも掲載。下コードからアクセス可。



▼詳しくは、教育未来課(☎66・0028、℡62・9897)へ。

黙とうを捧げましょう 原爆投下の日・終戦記念日

80年前、8月6日に広島市、9日には長崎市に原子爆弾が投下され、一瞬にして多くの尊い人命が失われました。また、8月15日は終戦記念日です。

市では、戦後13年にわたって海外からの引き揚げに大きく関わり、昭和44年には引揚記念公園を、また同63年には引揚記念館を建設し、戦争による悲劇を繰り返さないよう、平和への願いを発信し続けています。犠牲者の冥福と全世界の恒久平和を祈り、誓いを新たにすするため、次の日時に黙とうを捧げましょう。

◇原爆投下の日】
◇広島市：8月6日(木)8時15分

◇長崎市：8月9日(土)11時2分
【終戦記念日】8月15日(金)12時

《福祉企画課》

国勢調査にご協力を

10月1日を調査期日として、全国一斉に「令和7年国勢調査」を実施します。国勢調査は、人口・世帯の実態を明らかにすることを目的に5年ごとに行われる国の統計調査です。調査結果は、地方交付税の算定や衆議院の小選挙区の改定、少子高齢化施策・防災関連の基礎資料など、多岐にわたって活用します。9月20日(土)ごろから、調査票配布のために調査員が自宅を訪問しますので、ご理解とご協力をお願いします。

▼詳しくは、総務課(☎66・1044)へ。

有本千壽子基金条例の廃止

昭和60年、有本千壽子様からの1,000万円の寄付により「有本千壽子基金条例」を創設しました。約40年間、この基金を私立幼稚園の遊具や教育機器の購入費の助成、特色ある教育活動の支援に活用し、子ども達の笑顔と健やかな成長を支えてきました。この度、基金はその役割を終えたため、条例を廃止します。有本様のご厚意に感謝します。

《乳幼児教育推進課》

空き家を売ったり・貸したり・管理したり
など活用法を考えます。

空き家に関する
ご相談なら!!

お気軽にご相談ください。
0773-62-0505

不動産・売買・仲介・賃貸・管理
アイシクス不動産
ITHINKS FUDOSAN
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

レンタル振袖コレクション
FURISODE
Collection

8月16日(土)～開催

キクズル本店・夏の振袖展示会

KIKUZURU 0773-75-1991

【有料広告】

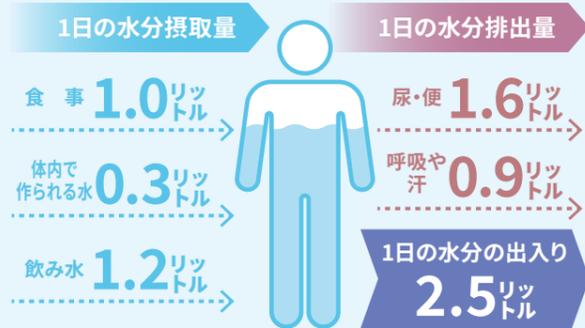
安心安全な水道水で夏を快適に！



暑い夏には、飲用はもちろん、料理、入浴、洗濯など生活のあらゆる場面で水が欠かせません。舞鶴市では安全・安心な水をいつでも使えるよう、24時間体制で水質管理などを行っています。今回は、そんな水の活用方法を紹介します。《上下水道部経営企画課》

夏はより積極的に水分補給を！

体と水の関係



成人が1日に必要とする水分量は、約2.5リットルといわれています。また、人の体の約60%が水分でつくられており、体内の水分量が減ると、熱中症のリスクが高まります。喉の渴きを感じる前にこまめに水分補給をしましょう。

水分摂取のポイント

- コップ1杯の水を1日約10杯飲む
- 特に入浴前と就寝前に1杯ずつ水を飲む

家計にも環境にも優しい水道水

1日1本(500ml)のペットボトルの水を購入して飲むと、年間約36,500円かかり、大きな出費になります。しかし、水道水をマイボトルに入れて飲めば、年間約35円の出費で済み、家計にも優しく、またペットボトルなどのゴミを排出しないため、環境にも優しい選択です。



水道水を「ひと工夫」でもっとおいしく！

何気なく飲んでいる水道水はちょっとした工夫で、よりおいしくなります。



「水を冷やす」とまろやかに

飲み水は、10～15℃くらいが最もおいしく感じられます。冷蔵庫で一晩冷やすと良いでしょう

風味をプラス



レモン汁や果実酢などを数滴落とすと、ビタミンCが塩素を分解し、臭いを和らげ、飲みやすくなります

汗をかく夏こそ湯舟に！

入浴でリフレッシュ



暑い夏はシャワーで十分だと思いませんか。実は夏こそ、湯船に浸かり、心身をリフレッシュし、快適に過ごすのがおすすめです。

【入浴で得られる効果】

- 体が温まることでスムーズな入眠へとつながり、質の良い睡眠が得られます
- 筋肉の緊張がほぐれ、心身がリラックスし、夏バテ予防になります

残り湯は洗濯に再利用を

残り湯は温かいので洗剤が溶けやすく、特に泥汚れやつけ置き洗いに効果的です。入浴剤を入れた場合は色移りに注意し、すすぎはきれいな水道水で行いましょう。

まいつる親善大使プロジェクト

作品を通じて、世界に発信

7月6日、舞鶴市出身で作家の井上奈奈さんに就任いただきました。井上奈奈さんの作品は国内外で高く評価されており『くままでのおさらい』特装版は平成30年の「世界で最も美しい本コンクール」で銀賞を受賞、令和5年には『PIHOTEK 北極を風と歩く』で第28回日本絵本賞大賞を受賞されています。就任式で井上さんは「思い出のある西図書館で大使という大役を仰せつかり、背筋が伸びる思い。これから、作品を通じて舞鶴市に貢献していきたい」と舞鶴への思いを述べられました。



新たに2人が大使に就任！

舞鶴市では、ゆかりのある著名人を大使に任命し、舞鶴の魅力を広くPRしていただくとともに、大使と連携した事業を展開する「まいつる親善大使プロジェクト」に取り組んでいます。《企画政策課》

べられました。就任式終了後には、井上さんと市長との対談や井上さんの最新作『うさぎまでのおさらい』の朗読も行われ、来場された多くの皆さんが、井上さんの紡ぎ出す言葉の世界に引き込まれていました。今後、現在進めている図書館機能の再編や魅力的な図書館づくりに向け、お力添えをいただきます。



作家 井上奈奈さん

舞鶴経済の発展に貢献

7月16日、株式会社日本M&Aセンターホールディングス代表取締役社長の三宅卓さんに就任いただきました。中小企業M&Aの第一人者として長年にわたり経済界の最前線で活躍されている三宅さんは、中学～高校生時代を舞鶴で過ごされるなど、舞鶴市に深い縁をお持ちです。三宅さんは就任にあたり「素晴らしい自然や文化、おいしい食材、そして優しい人々がいる舞鶴を、企業活動を通じて全国に紹介していきたい。地方創生は私のライフワークであり、舞鶴の経営者の皆さんと積極的に交流し、舞鶴経済の発展に貢献したい」と思いを語られました。今後、地域の産業振興や企業支援の取り組みへの助言や協力など、地域活性化にお力添えをいただきます。



実業家 三宅卓さん

事務職

住民票の発行や子育ての相談など、市民と直接関わる窓口の業務から、イベントの企画・運営、舞鶴市全体のまちづくりを考えるなど、さまざまな分野で舞鶴市を支える仕事



入庁4年目
藤原 志穂

保育所への入所調整や経理などを担当しています。入所手続きの窓口業務で、来庁された相談者の悩みに寄り添い、手続きを案内したことで、不安が解消し、笑顔で帰られた時はうれしく思いました。短期間に多くの仕事をしなければならない時もありますが、市民の皆さんが安心して子育てができるよう支援しています。子育てに力を入れている舞鶴市で一緒に子どもの未来を支えていきましょう。

乳幼児教育
推進課



入庁9年目
森下 瑞貴

展示や文化イベントなどの企画・運営を担当しています。繁忙期は休日出勤もありますが、課内で事前に調整を行い、計画的に振替休日を取得しています。また、プライベートで演劇活動に取り組んでいますが、職場全体が休みやすい雰囲気なので、仕事にもプライベートにも全力で打ち込んでいます。この両立できる職場で一緒に働きましょう。

文化振興課



先輩職員からのメッセージ!

技術職

土木や建築、電気などの専門知識を生かし、市民の生活を支える仕事



入庁3年目
真木 航大

道路・河川などの修繕工事の発注や監督業務を担当しています。担当した道路修繕工事では、先輩の助けを得ながらやり遂げ、住民の皆さんからの感謝の声を聞いたときは大きな達成感を感じました。技術職はまちのインフラ整備など、市民の日常生活の基盤を支える仕事です。市民が安心して暮らせるまちづくりを目指して、一緒に頑張りましょう。

土木課

消防職

火災や災害から舞鶴市民の命と財産を守る仕事



入庁2年目
水谷 陽

消火活動や救急活動、防火指導を担当しています。現場は常に緊張感がありますが、市民の安全を直接守っていることに大きなやりがいを感じています。初めての火災現場では想像以上に体力が必要だと痛感し、この経験から日々の体力錬成に一層取り組んでいます。これからも訓練を重ね、先輩からも後輩からも頼られる職員を目指しています。同じ志を持つ人を待っています。

西消防署
警備課

市職員募集

令和8年4月1日採用
舞鶴の未来を動かす。日本一働きやすい市役所で自分らしく輝く

募集職種

- 事務職(中級・初級) ……3人
- 技術職(土木3人・建築3人・設備(電気・機械)2人) ……8人
- 消防職(中級・初級) ……4人

採用試験

【日時】9月21日(日)9時45分から
 【場所】舞鶴市役所
 【申し込み方法】8月29日(金)17時15分までに申し込みフォームで。詳しくは市ホームページで確認を。右コードからアクセス可。
 【問い合わせ先】人事課(☎66・1066)



「日本一働きやすい市役所」を目指す取り組み

働きやすさ
ワークライフ
バランスを重視

時差出勤制度や子育て関連休暇を充実させ、職員一人ひとりのライフスタイルに合わせた柔軟な働き方を支援しています。

成長支援
「学びたい」
を応援

庁内外の研修や自学支援を通じて、職員のスキルアップとキャリア形成を積極的に後押ししています。

安心できる職場
職員を守る
仕組み

メンタルヘルス対策やカスタマーハラスメント対策を強化し、職員が安心して業務に取り組める職場環境を整備しています。



仕事の魅力やプライベートとの両立を伝えるパンフレットを作成しています。詳しくはホームページで。右コードからアクセス可。



お知らせ

催し

引揚記念館(☎68・0836)

●舞鶴・引揚語りの会による「館内語り部ツアーWEEK」

時 8月9日(土)～17日(日)(13日(水)は休館)11時から、13時30分から

●学生語り部による展示案内

時 8月の土・日曜日、祝日、8月12日～15日(13日は休館)、10時～16時 《共通》料 400円(学生150円、市内在住か在学の学生は無料)

平和の鐘を鳴らそう

時 8月15日(金)12時から 引揚記念館内引揚船「興安丸」の時鐘を鳴らし、戦没者を追悼し、世界平和を祈念する 同舞鶴ユネスコ協会事務局(学校教育課内、☎66・1072)

青葉山ろく公園(☎・FAX 62・2339)

●夏休みゴルフ HALF & HALF day 時 8月16日(土)・23日(土)9時～16時 30分 内 グラウンドゴルフとパターゴルフのコースを体験 料 500円(中学生以下250円)

●青空パークヨガ

時 9月19日(金)・26日(金)、10月10日(金)9時10分～10時

海の京都舞鶴7.7.5バザール

時 8月24日(日)10時～15時 場 西市民プラザ 内 手作り雑貨やお菓子の販売 問 F.M.まいづる(☎77・0120)

ふれあいバザー

時 8月24日(日)11時～14時 場 中総合会館 内 バザーやキッズ・軽食コーナーあり 他 8月19日(火)～23日(土)10時～15時(23日は13時から)にバザーで提供する物品を同館で受け付け 問 市ボランティアセンター(社会福祉協議会内、☎62・7044)

東西公共施設まちづくりワークショップ

時 8月31日(日)～11月22日(土)に計4回 内 東・西地区の公共施設について人口減少や施設の老朽化を踏まえた今後の施設のあり方を考える 定 30人(多数の場合抽選) 申 8月29日(金)までに申し込みフォームか電話で資産マネジメント推進課(☎66・1045)へ。詳しくは市ホームページを確認を。 下 コードからアクセス可。

手・指・感覚をたくさん使って遊ぼう

時 8月31日(日)9時30分～10時30分 11時～12時 場 勤労者福祉センター 内 モンテッソーリ教具を使って遊

料 1回1,000円 《共通》詳しくはホームページを確認を。下コードからアクセス可

「舞鶴ふるさと発見」ミュージアムトーク

時 8月17日(日)13時30分～14時30分 場 郷土資料館 内 蛇島などの旧軍施設 同館(☎75・8836)

視覚相談会

時 8月18日(月)11時～15時30分 場 西駅交流センター

内 視覚に関する日常生活での困り事や就労・就学相談、福祉用具の展示、盲導犬の歩行体験、講演会など 他 個別の相談を希望する場合は8月12日(火)までに電話で障害福祉・国民年金課(☎66・1033)へ

ロビーコンサート

時 8月18日(月)12時10分～12時50分 場 市役所市民ホール 内 NPO music clubによるギターやクラリネットの演奏 同文化振興課(☎66・1019)

高等学校軽音楽文化祭国際大会

時 8月21日(木)10時～15時 場 総合文化会館 内 各エリア大会で受賞したバンドと海外の高校生バ

ンドによる演奏 他 前日にはステージ体験会も開催 詳しくは市ホームページを確認を。下コードからアクセス可

認知症について学ぼう

●連続講座 時 8月22日(金)13時30分～14時30分 内 講演「介護サービスを上手に使う」

●認知症介護家族のつどい(交流会)

時 8月22日(金)14時30分～15時30分 対 認知症の人を介護している家族 ●認知症カフェ 時 8月22日(金)13時30分～15時30分 対 認知症の人とその家族 料 100円 《共通》場中総合会館

オープンキャンパス

時 8月24日(日)14時～16時30分 場 京都職業能力開発短期大学校 申 前日までに電話か申し込みフォームで同校(☎75・7609)へ。詳しくはホームページを確認を。下コードからアクセス可。

場 まなびあむ、西市民プラザ、赤れんが3号棟 GORO SKY CAFE nanako、城南会館、KATALab.ほか 内 みずなぎ鹿原学園利用者の作品を巡回展示。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

ぶ 対 生後6カ月～3歳未満児とその保護者 定 先着各5組 申 8月29日(金)までに電話かメールで同センター(☎64・3200)へ。詳しくはホームページで確認を。下コードからアクセス可。

ピオトップ生き物観察会

時 8月31日(日)10時～13時 定 先着40人 料 1,000円(弁当付き) 申 8月27日(木)までに電話か申し込みフォームでふるふるファーム(☎68・0233)へ。下コードからアクセス可。

スキップ楽団コンサート

時 8月31日(日)13時～15時 場 総合文化会館 内 バンドによる演奏やさまざまな楽器の体験 料 1,000円(小学生以下は無料) 他 詳しくはホームページで確認を。下コードからアクセス可

こひつじの苑舞鶴利用者「創作展」

時 9月1日(月)～25日(木)10時～16時 場 サロン「ぼーれぼーれ」 同サロン(☎63・3008、FAX 62・9546)

まいづるまちなかアートラウンド

時 9月1日(月)～来々年3月31日(火)

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

- 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
まなびあむ、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

施設の休館日

舞鶴赤れんがパーク イベント情報
8月 赤れんがバザール 赤パーfarmers'market
3 SUN 同時開催!
29 FRI ふらっと立ち寄る Yoruが
8/9(Sat)~8/17(Sun) 熱帯王国 2025
呪い人形の儀式

京滋信用組合 滋賀支店
2025年8月4日 全店舗同時募集
300万円~1,000万円未満 1,000万円~3,000万円まで
利率 1年 1.0% 3年 1.2%
1年 1.2% 3年 1.3%
シニア・ライフ 年金定期預金
1年 1.00% 3年 1.50%

大人の本格キャンプ入門講座

時 9月20日(出)17時〜20時(雨天中止)
 場 加佐公民館内(テントやタープの張り方を学び、カレーやコーヒーを作る)対 20歳以上定 10人(多数の場合抽選)料 800円(材料代)
 申 9月12日(金)までに電話で同館(☎83・0036)へ。

親子で楽しむクラシックコンサートと音のわくわくコンサート

チケット販売は8月24日(日)から。
 時 11月8日(出)14時から場 総合文化会館内(サクソス四重奏とピアノのコンサート)料 全席指定1,800円(中学生以下800円)
 問 同館(☎64・0880)

教室

加佐地域活性化センター

(☎83・0036)

- **からくりおもちゃ展**
 時 8月9日(出)〜17日(日)
 内 渡辺正枝さんによるリサイクル材料で作ったおもちゃの展示
- **夏休み手作り教室**
 時 8月17日10時〜12時、13時〜15時
 内 身近な材料を使い、おもちゃを作る(定 各10人(多数の場合抽選))
 申 8月13日(水)までに電話で。

陶芸館(☎・FAX 64・3263)

● **ろくろ体験**
 時 8月16日(出)9時30分〜10時30分、11時〜12時、14時〜15時(定 各5人(多数の場合抽選)料 1,400円(中学生以下1,100円)から申 8月11日(祝)までに電話かファクスで。

● **絵付け講座**
 時 8月27日〜11月19日の水曜日に計5回、14時〜16時(定 15人(多数の場合抽選)料 7,500円(別途材料代が必要)申 8月21日(水)までに電話かファクスで。

ランブシェードをつくらう

時 9月6日(出)・7日(日)の2日間、10時〜12時(定 10人(多数の場合抽選)料 3,000円(中学生以下2,400円)申 8月30日(出)までに電話かファクスで。

ろくろ中級

時 9月11日〜12月4日の木曜日に計7回、14時〜16時(対 ろくろ初級修了者定 5人(多数の場合抽選)料 8,000円(別途材料代が必要)申 9月4日(水)までに電話かファクスで。

舞鶴スポーツネットワーク

(東体育館内、☎66・1061)

● **夏休み預かり運動あそびスクール**
 時 8月19日(火)・20日(水)9時30分〜

糖尿病教室

時 8月20日(水)13時30分〜14時30分
 場 舞鶴赤十字病院内(理学療法士と管理栄養士による講演)
 問 同病院(☎75・1920)

公民館人権セミナー

● **南公民館(☎62・0288)**

時 8月21日(木)13時30分〜15時
 内 小川よしのりさんによる紙芝居を交えた講演「紙芝居で世界で繋がりに自由に生きる」

● **西公民館(☎75・6501)**

時 8月22日(金)13時30分〜15時
 場 西駅交流センター内(岡本工介さんによる講演「違いこそが地域の豊かさ」多世代、多様な人々が支え合う、これからの居場所づくり」

11時30分(対 小学1〜3年生(定 先着各8人料 1日2,500円(2日4,500円))

● **キッズストリートダンス無料体験会**
 時 8月19日(火)・26日(火)17時〜17時45分(対 小学生(定 先着各10人

● **個人参加ピククルボール**
 時 8月30日(出)9時30分〜11時30分

場 文化公園体育館
 対 ピククルボール体験会の参加者
 先着10人(料 1,000円)
 《共通》申 当日までに窓口か電話ホームページで。

応急手当普通救命講習1

時 8月27日(水)18時〜21時
 場 東消防署・防災センター
 定 先着20人(申 8月24日(日)までに電話か申し込みフォームで同署(☎65・0119)へ。下コードからアクセス可。

甲種防火管理新規講習

時 9月4日(木)・5日(金)10時〜17時20分(5日は16時20分まで)の2日間
 場 東消防署・防災センター
 定 先着40人(料 1,650円(テキスト代)申 8月24日(日)までに申し込みフォームで消防本部予防課(☎66・0119)へ。下コードからアクセス可。

定 20人(多数の場合抽選)料 700円(軽食付き)
 申 9月10日(水)までに電話で。

救急EXPOinあそびあむ

時 8月30日(出)10時〜12時(場 あそびあむ内(救急処置体験や救急なんでも相談、救急車と消防車の展示
 他 市外在住の人は入館料200円が必要(問 東消防署(☎65・0119)

城南会館(☎78・1800)

● **けしゴムはんこ教室**
 時 8月30日(出)14時〜16時(内 消しゴムではんこを作り、作ったはんこで作品を作る)対 小学4〜6年生(定 先着10人料 1,000円(材料代)申 8月9日(出)前日に電話か窓口で。

モーニングヨガ

時 9月6日(出)8時〜8時45分
 対 18歳以上(定 先着30人
 料 500円(コーヒードリンク代)
 申 8月31日(日)までに電話か窓口で。

田辺城ボランティアガイド養成講座

時 9月6日〜27日の土曜日に計4回、9時30分〜12時(場 西総合会館
 定 先着20人(料 1,000円(資料代)
 他 修了者は田辺城ガイドの会の会員として活動ができる(申 8月22日(金)までに電話で田辺城資料館(☎76・7211)へ。

引き揚げを知ろう! 夏休みスペシャルデー

戦後80年・海外引き揚げ開始80年、ユネスコ世界記憶遺産登録10周年の節目を迎え、シベリア抑留や引き揚げの史実を通して平和の尊さについて学ぶ。

時 8月11日(祝)10時〜20時(場 引揚記念館
 内 ◆1部(10時〜17時)…引き揚げクイズラリーや千人針体験、抑留かるた大会、紙芝居◆2部(夜間特別開館17時〜20時)…キ

ャンドルイルミネーションや山本和恵さんによる「岸壁の妻」の歌唱、ウズベキスタン民族舞踊、立道明美さんによる箏の演奏、発見ミュージアム、ライトバルーンなど。詳しくは市ホームページで確認を。



右上コードからアクセス可
 他 終日入館料無料(問 同館(☎68・0836)

公式 Facebook (フェイスブック)



公式 X (エックス)



公式 LINE アカウント



公式ムービーチャンネル (YouTube)



市の広報番組



Wind of Maizuru
 毎週木曜日、9時35分〜9時45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

不動産無料相談

●正しい不動産の取引 ●宅地・建物・賃貸借問題など
北部不動産無料相談所
 綾部市駅前通2-3(京都銀行様西となり)JR 綾部駅前から徒歩2分
 相談日:毎月第1・第3(立)曜日 相談時間:午後1時〜3時30分
 (※祝日及び休業日を除く)
 ☎0773-40-2535(予約制)



MY PLACE MY PLEASURE
まいぶれ
 ※2023年10月海の京都エリア全域へ!
 舞鶴市・綾部市・福知山市
 京丹後市・宮津市・与謝野町・伊根町

地域の「魅力を発信」する
 『地域情報サイトまいぶれ』
 イベント・グルメ・遊び場
 お土産・宿泊など
 あらゆる情報をご紹介します!

地域情報サイトまいぶれ 海の京都
 (運営:株式会社ホリグチ)

お見積りは無料です
お仕事の依頼は
 公益社団法人
舞鶴市シルバー人材センター
 ☎64-3233 舞鶴市字溝尻150番地の11

(京都労働局委託事業) 高齢者活躍人材確保育成事業
会員募集中!
 舞鶴市にお住まいの60歳以上の方で
 健康で働く意欲のある方
入会説明会 13:30~ 要予約
8月7日(日) [会場] シルバー人材センター
9月4日(日) [会場] シルバー人材センター



子育て

子育て支援基幹ひろば(中総合会館内、☎62・0103)

●さくらんぼひろば
時 8月20日(水)、9月10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

●あかちゃんひろば
時 8月29日(金)10時30分～11時30分
内 ふれあい遊びや絵本の読み語り、子育ての話、母親同士の交流など
対 1歳未満児とその母親、妊娠中の人

●ひよこひろば
時 9月9日(火)・17日(水)・25日(木)10時～11時30分
内 ふれあい遊びや心と体のリラックス体操、交流など
対 4カ月～1歳未満児とその母親(第1子優先)
定 先着10組 申 8月12日(火)～9月8日(月)にアプリ「まいココ」で予約。

あそびあむ(☎65・5050)
●あそびまつり～あそびあむ×遊BixS～

時 8月23日(土)9時30分～16時
内 消防士体験や氷とあそぶ、大道芸人ショー、ミニ縁日など



図書館

西図書館(☎75・5406)

●赤ちゃんおはなし会
時 8月20日(水)11時～11時15分
内 絵本の読み聞かせやわらべうた遊びなど
対 0～2歳児

●えほんのじかん
時 9月6日(土)11時～11時15分
内 絵本の読み聞かせなど 対 3歳以上

東図書館(☎62・0190)

●えほんのじかん
時 8月23日(土)11時～11時15分

子育ての催しに関する情報はアプリでも公開しています。右コードからアクセス可。



●わくわくデイ
時 9月5日(金)・19日(金)9時30分～12時 内 乳幼児専用スペースで自由にあそぶ 対 3歳未満児とその保護者 他 19日は図書館司書による読み聞かせあり

●0歳プログラム～ふくろとあそぶ～
時 9月17日(水)10時30分～11時 対 0歳児とその保護者 定 先着10組 申 9月1日(月)～16日(火)にアプリ「まいココ」で予約。

●1歳プログラム～えのぐとあそぶ～
時 9月24日(水)10時30分～11時 対 1歳児とその保護者 定 先着10組 申 9月1日～23日(木)にアプリ「まいココ」で予約。

健やか子育て教室「ベビーヨガ」
時 9月4日(水)10時～11時30分 場 西総合会館
内 赤ちゃんと一緒にできるヨガでスキンシップをとる 対 3歳未満児とその保護者 定 先着12組
申 9月1日(月)までに電話で子育てひろば「さるなあと」(☎76・8333)へ。

子育てサポート教室～親子でうんどう遊び～
時 9月26日(金)10時～12時 場 総合文化会館
内 親子で遊びながら体を動かす 定 20組(多数の場合抽選) 申 9月19日(金)までに電話でまなびあむ(☎64・4060)へ。

図書館の催しはホームページでも公開しています。右コードからアクセス可。



内 絵本の読み聞かせなど 対 3歳以上

●図書館でなぞとき
時 8月24日(日)・25日(月)10時～18時
内 謎の手紙を解読して、本を探す
対 5歳児～小学生

●赤ちゃんえほんのひろば
時 9月2日(火)11時～11時15分
内 絵本の読み聞かせやわらべうた遊びなど
対 0～2歳児

●読書会
時 9月6日(土)13時30分～15時
内 佐木隆三著『復讐するは我にあり』

●郷土史講座
時 9月5日(金)・12日(金)・19日(金)・28日(日)13時30分～15時 場 西総合会館
内 舞鶴の歴史をひもとく 定 先着各50人 申 各開催日の前日までに電話で西公民館(☎75・6501)へ。

●市民医療フォーラム「知って得る健康講座」
時 9月6日(土)14時～16時
場 赤れんが2号棟
内 透析と口腔ケアに関する講演
問 舞鶴共済病院(☎66・1508)

●パソコン講座(エクセル中級)
時 9月16日(火)～10月7日(火)に計6回、18時～20時 場 商工観光センター
内 関数や複合グラフ、ピボットテーブルの使い方などを学ぶ 対 エクセルの基本操作ができる社会人
定 先着12人 料 10,310円(テキスト代含む) 申 9月9日(火)までに電話かファクス、窓口で同センター(☎64・6800、FAX 65・2666)へ。

●舞鶴医療センター公開講座
時 9月27日(土)13時～15時 場 同センター
内 附属看護学校 内 健康講座と舞鶴元気になっちゃった体操 定 先着20人 申 前日までに電話か申し込みフォームで同校(☎63・4338)へ。下コードからアクセス可。

募集

●再商品の展示・申し込み

時 8月29日(金)までの平日8時30分～16時30分、17日(日)13時～16時30分
場 リサイクルプラザ 内 家具など約150点を展示 申 同プラザに備え付け



●京都の海で漁師をめざす人

京都で漁師になりたい人を支援する漁業者育成校「海の民学舎」の研修生を募集(研修期間は来年4月から2年間)。
時 9月30日(火)選考試験
対 おおむね40歳未満 定 10人
他 初年度授業料:118,800円(授業料返還などの支援制度あり)



●青葉山ろく公園まつりの出店者募集

11月8日(土)・9日(日)に開催する青葉山ろく公園まつりの出店者を募集。
内 飲食や物販、キッチンカー、ワークショップ 定 50店舗(多数の場合抽選) 料 1,000円(出店料)
申 8月31日(日)までにホームページで同園(☎64・5454)へ。下コードからアクセス可。

●舞鶴市民俳句大会
11月9日(日)9時30分から開催する俳句大会の俳句を募集。事前句3句1組で応募してください。
場 中総合会館 対 市内在住の人
他 募集要項は8月29日(金)まで各公民館で配布 問 舞鶴俳句協会の上林さん(☎64・1716)

●自衛官など

防衛大学校(一般)、一般曹候補生、自衛官候補生、航空学生、防衛医科大学校(医科・看護科)、医科・歯科幹部、キャリア採用幹部(陸空)、技術曹(海)、自衛隊奨学生、予備自衛官補(一般、技能)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で。下コードからアクセス可。
問 同事務所(☎63・3272)



●舞鶴ユネスコ協会絵画・作文

●絵画「わたしの町のたからもの」
未来に残したい舞鶴の文化財や自然、風景などが描かれた作品を募集。
●作文「地球社会に生きる」
家族や友達など身近な人たちの関わりから、社会の一員として生き方について考えたことや平和・自然を守ることの大切さについて考えたこと、SDGsについて考えたことなどの作文を募集。
《共通》対 小学4年生～中学生
申 9月30日(火)までに各学校へ。
問 舞鶴ユネスコ協会事務局(学校教育課内、☎66・1072)

●9月19日(金)までに入学願書(水産課備え付け)に必要な書類を添えて府水産事務所(☎0772・25・3030)へ。



市民活動との連携と未来の図書館

図書館では、お話ボランティアによる絵本の読み聞かせや人形劇など、未来を担う子ども達の心を育む活動が行われ、子育て世代にとって安心して利用できる場所であるとともに、高齢者にとっても憩いの場であり、読書会への参加や新聞・雑誌の閲覧などを楽しむ場として利用されています。今後は、学生や働く世代などにも利用してもらえる場所となるよう、それぞれのニーズに合った取り組みを皆さんと一緒に創り上げていく図書館を目指します。

新しい中央図書館では、市民活躍エリアを活用し、皆さんの「好き」や「得意」を生かせる環境を整えていきます。市民同士で教え合う講座や趣味、専門知識を生かしたセミナーなど、皆さんのアイデアを形にするお手伝いをします。そして、分館も含め、多様な市民活動ができる「みんなの広場」を目指します。

これまでの内容は市ホームページに掲載中。下コードからアクセス可。

《図書館課》



大臣表彰、全国大会出場者を紹介

献血運動推進協力団体等
厚生労働大臣表彰を受賞

☆厚生労働大臣表彰
舞鶴献血友の会 参与 大瀧隆信 (清美が丘)
海上自衛隊をはじめ、市内事業所などを積極的に訪問し、献血協力の呼び掛けを行い、献血協力事業所の確保に大きな役割を果たしてきたことなどが評価されたもの

全国大会出場おめでとう
USA All Star Nationals 2025
Mini/Youth 編成 Dance

(3月28日～30日、千葉県)
◆ Youth 編成 Pom 部門 Small : 内野綾弥(岡田小6年)、勝田莉沙(中筋小5年)
(以上、敬称略。学年は大会当時)

ホットな健康情報をお届け マイ健康通信

今月は、暑い夏を元気に乗り切るための生活リズムと食事に関する情報をお届けします。

規則正しい生活とは

人間の体内時計は、25時間周期といわれていますが、規則正しい生活を送ることで、体内時計を24時間に調整しています。

しかし、夜更かしなどで生活リズムが乱れると、朝昼兼用の食事になり、その日初めて取る食事が多くなり、胃腸の調子が悪くなるなど、ホルモン分泌や体内代謝に悪影響を及ぼすので、注意が必要です。体がだるいと感じた時は、生活リズムを見直しましょう。



- ◆ 今日から取り入れたい生活習慣
- ◆ 毎日決まった時間に起きる
- ◆ 目覚めたら光を浴びる(カーテンを開ける、電気をつける)
- ◆ 朝食を取り、体を目覚めさせる
- ◆ ラジオ体操や軽い運動で筋肉を刺激し、脳の目覚めを早める
- ◆ 軽い昼寝をする(30分以内)

夏野菜は元気の源

免疫力の低下や体調不良は、不規則な食事が原因になることがあります。また、冷たい飲み物を好んで飲むと、胃腸が冷え、夏バテにもつながります。そんな時は、旬を迎える夏野菜を積極的に取りましょう。キュウリやトマト、ナス、ピーマンなどには、体の熱を冷まし、夏バテ防止に役立つ栄養素が豊富に含まれているほか、ビタミンなども含んでいます。ホームページで疲労回復レシピを公開しています。下コードからアクセス可。

夏野菜をたくさん食べて、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

《こども家庭しあわせ課》

内容	日時	場所	問い合わせ・その他
就職個別相談	8/13(水)・20(水)・27(水)、9/10(水)	10:00～16:00	ジョブ・サポート まいづる ☎63・0810 @aej3627w
ひとり親家庭自立支援センター巡回相談	8/18(月)	10:00～16:00	
若者サポートステーション出張相談	8/21(木)・28(木)、9/4(木)	10:30～15:30	
就労準備支援相談	8/22(金)、9/5(金)	10:00～16:00	
JP カレッジ	8/22(金)	10:30～12:00 13:00～14:30	
看護職・看護補助者(資格不要)就業相談	9/1(月)	13:30～15:00	
福祉のお仕事相談	9/2(火)	13:00～16:00	
ひとり親家庭就労相談	8/12(火)・26(火)、9/9(火)	10:00～16:00	
看護職・看護補助者(資格不要)就業相談	8/20(水)	13:30～15:00	市役所別館
市役所別館	府ひとり親家庭自立支援センター ☎0773・23・2771		
ハローワーク舞鶴	府北部看護職支援センター ☎0772・46・9002		
市役所別館	教育総務課 ☎66・1070		
支援センターみずなぎ	生活支援センターみずなぎ ☎64・3766		
身障センター	障害福祉・国民年金課 ☎66・1033、FAX62・7957		
市役所別館	高齢者支援課 ☎66・1012		
オンライン(市役所でも可)	高齢者支援課 ☎66・1018		
西総合会館 ※市役所本館	14:00～15:30 ※14:30～15:30		
市役所本館	14:00～15:30		
市役所本館	13:30～15:30		
西駅交流センター	13:30～16:30 ※9:30～14:30	生活支援相談課 ☎66・1006	
市役所本館	13:30～15:30		
西駅交流センター	17:00～18:30		
中丹広域振興局	13:30から	中丹広域振興局 ☎62・2500	
法務局舞鶴支局	10:00～13:30	法務局舞鶴支局 ☎76・0858	
中丹広域振興局	13:30～16:30		
市役所本館	9:00～16:00	女性のための相談室 ☎65・0056	
聴言センター	13:00～16:00	聴言センター ☎64・3911、FAX64・3912	
市役所本館	10:00～15:00	生活支援相談センター ☎66・5001	

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)

8/11(祝) 8:30から	8/23(土) 開業医の診療終了後	8/30(土) 開業医の診療終了後
8/16(土) 開業医の診療終了後	8/24(日) 8:30から	8/31(日) 8:30から
8/17(日) 8:30から	9/6(土) 開業医の診療終了後	
	9/7(日) 8:30から	
舞鶴赤十字病院 ☎75・4175	舞鶴共済病院 ☎62・2510	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

8/11(祝)・17(日) 9:00～18:00 (受け付けは17:30まで)	8/24(日)、9/7(日) 9:00～18:00 (受け付けは17:30まで)	8/31(日) 9:00～18:00 (受け付けは17:30まで)
舞鶴赤十字病院 ☎75・4175	舞鶴共済病院 ☎62・2510	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)、鳥井医院(倉谷、☎75・3111) かめい内科クリニック(南浜町、☎77・8680)

※臨時休診の場合あり。診療時間などはお問い合わせを

お盆のごみの収集 可燃・不燃ごみの収集は8㊦で確認を

休日に開局している処方せん対応薬局

8/24(日)	まいづる薬局本店 (桃山町、☎66・3311)
8/31(日)	まいづる薬局国立前 (倉梯町、☎65・1188)
9/7(日)	フラワー薬局舞鶴店 (浜、☎65・2277)

献血の日程

8/11(祝)	9:30～11:30 13:00～15:30	ジュンテンドー 西舞鶴モール
8/14(木)・17(日)・24(日)、9/7(日)	9:30～11:30 13:00～15:30	らぼーる 西側広場

※400㊦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…9/1(月)	市府民税2期、国民健康保険料3期、介護保険料3期、後期高齢者医療保険料2期
-----------	---------------------------------------

リサイクルプラザの休場	8/15(金)・16(土)・24(日)・29(金)・30(土)、9/7(日)
-------------	--



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8月号で興味・関心を持った記事は何ですか？
3. あなたの夏の思い出を教えてください。

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、8月25日(月)(必着)までに広報広聴課へ。

※応募は1人1回。当選者はアンケートの全てに回答があった人の中から抽選で決定。当選者にのみ通知します
※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



～愛犬の健康と幸せのために～ ペットフード用鹿肉ジャーキー 抽選で10人

舞鶴の豊かな自然が育んだ鹿肉をぜいたくに使用したペットフード(無添加ジャーキー)をプレゼント。

高タンパク・低脂肪でヘルシーな鹿肉のうまみが凝縮されており、愛犬が夢中になるおいしさです。また、香料、保存料、着色料が不使用で安全で安心して食べられる一品です。

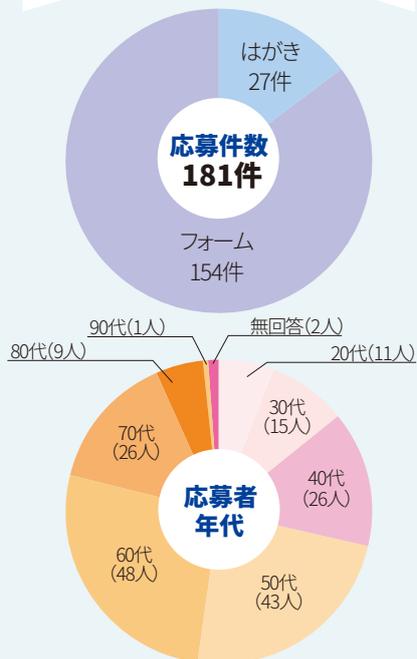
地域と愛犬の幸せを願う思いが詰まったこの優しいジャーキーを、大切な家族である愛犬にお試ください。

【提供】有限会社イズミ(円満寺142-1)
問い合わせはメールで。右コードからアクセス可。



広報まいづる 7月号 読者から寄せられた声

7月9日時点



7月号の人気記事

- 1位 … 夏の京野菜 万願寺甘とう大研究(102票)
- 2位 … 舞鶴市上下水道だより すいすい(34票)
- 3位 … まいづる親善大使プロジェクト始動!(15票)

万願寺甘とうを特集した記事が1位となりました。「農家さんの努力を知り、もっと味わって食べようと思った」「GIマークの意味を初めて知ったが世界に羽ばたくなんてすごい」「万願寺甘とうを未来へつなげたい」「レシピを試してみたい」など、関心の高さを感じるコメントが多くありました。その他にも「生産地が3カ所だけだと知りびっくりした」「こんなにも繊細な野菜だと知らなかった」「もっと万願寺甘とうの魅力が広まってほしい」など、認知度の向上に期待を寄せるコメントもありました。

2位の上下水道の事業を特集した記事には「暑くなるとシャワーなどで水を使うことが増えるので基本料金の無料は助かる」「水道管破裂のニュースをよく見るので気になっていた」「舞鶴市では水道管破裂のようなことが起こらないようにしてほしい」などのコメントがありました。

7月号広報アンケート

- あなたの一押しの万願寺甘とうのおいしい食べ方を教えてください。

素焼きにしょうゆとかつお節の食べ方が人気でした。また、ポン酢やしょうがじょうゆなど、調味料をアレンジし、万願寺甘とう本来の甘みと香ばしさを生かした食べ方も多くみられました。その他、じゃこ炒めや甘辛煮といった料理も定番のようです。また、豚肉で巻いて焼き、塩こしょうや焼肉のたれで味付けをしたり、チーズを乗せたりといったレシピもありました。ぜひお試しください。

さて、本格的な夏となり、子ども達は夏休みを迎えました。子ども達がどんな夏休みを過ごし、どのように成長するのか楽しみですね。

《広報広聴課》