

お知らせ

# なんたん

発行

南丹市

第395号

令和4年

6月24日発行

<https://www.city.nantan.kyoto.jp/www/>

## 目次(ページ)

- ・お知らせ(1~4)
- ・人材募集(4)
- ・相談会(4~6)
- ・子育て支援(催し)(6~8)
- ・催し(8~13)
- ・園部地域情報(13)
- ・美山地域情報(13)
- ・なんたんテレビ番組表(14)

## お知らせ

### 停電情報の確認方法について

夏場、特に雷雨や台風発生時には、落雷や強風に伴う飛来物接触、倒木などにより停電することがあります。お住まいの地域が停電した場合は、関西電力送配電HPで確認していただくか、同社コンタクトセンターへ問い合わせてください。

#### ●停電情報アプリ

スマートフォンに停電情報が届く「停電情報アプリ(関西電力送配電)」もありますので、ご利用ください。



「停電情報アプリ」

関西電力送配電コンタクトセンター

☎0800-777-3081(通話無料)

関西危機管理対策室

☎(0771)68-0021

### マイナンバーカード臨時申請窓口を開設します

マイナンバーカードをまだ申請されていない南丹市民の方を対象に、申請に必要な顔写真の撮影と申請書の受付を行う臨時申請窓口を開設します。申請時に本人確認ができた場合は、カードは後日郵送で受け取れます。事前予約は不要ですが、来場者多数の場合はお待ちいただくことがありますのでご了承ください。

●日時 7月9日(土)

午後1時~5時

●場所 市民課窓口

●対象者 南丹市在住のマイナンバーカード未申請者(15歳未満の方および成年被後見人の場合は法定代理人の同行が必要)

●持ち物 通知カード、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)、本人確認書類(AまたはB、有効期間内のもので最新のものに限り)

A:顔写真付きの官公署発行のもの1点(運転免許証、旅券、身体障害者手帳など)

B:「氏名・生年月日」または「氏名・住所」の記載があるもの2点(健康保険証、年金手帳、学生証、診察券など)

☎市民課

☎(0771)68-0005

### 7月は「社会を明るくする運動」強調月間です

今年で第72回を迎えた「社会を明るくする運動」は、「～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～」をキャッチフレーズにすべての国民が、犯罪や非行の防止と、あやまちを犯した人の立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。

南丹市でも、毎年、強調月間の期間中に啓発活動を行っています。

☎人権政策課

☎(0771)68-0015

### 新型コロナウイルスの感染拡大の防止について

催しに参加される時は、マスク着用・手指消毒・検温にご協力ください。

37.5度以上の熱がある場合は参加を控えてください。

掲載している内容は変更になる場合がありますので、事前に問い合わせ先に確認いただきますようお願いいたします。

依然、新規陽性者の発生が続いていることから、引き続き、マスクの着用、手洗い、手指の消毒、3密の回避など基本的な感染防止対策の徹底と体調に不安がある時は外出を控えるなど感染防止にご協力をお願いします。

## 国民健康保険限度額適用認定証等の更新について

現在交付している国民健康保険限度額適用認定証および限度額適用・標準負担額減額認定証については、有効期限が令和4年7月31日となっています。

8月1日以降も入院や手術等で高額な医療費が見込まれる方は、7月1日(金)から申請の受付をいたしますので、支所および市民課の窓口で手続きをしてください。

7月1日(金)から7月15日(金)までに申請をしていただくと7月下旬に新しい各認定証を郵送いたします。なお、7月19日(火)以降に申請された場合は、8月以降に順次郵送します。

●**受付開始** 7月1日(金)

＜**注意事項**＞

- ・令和4年度の所得申告をしていない国民健康保険加入者がいる世帯は、最も高い所得区分で判定されます。正しい所得区分で判定するために、必ず所得の申告をしてください。
- ・国民健康保険税に滞納がある世帯の方には、「限度額適用認定証」を交付できない場合があります。
- ・オンライン資格確認等システムを導入された医療機関では、原則として、各認定証の提示が不要となります。
- ・既に各認定証をお持ちの方への個別のご案内は行いません。

☎市民課

☎(0771)68-0011

## 国民健康保険税の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響による収入の減少など、一定の条件に該当する国民健康保険の被保険者を対象に、国民健康保険税の減免を行います。

●**減免の対象となる被保険者と減免の割合**

(1)全額減免

新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った世帯の方。

(2)主たる生計維持者・被保険者全員の減免対象年度の前年の所得に応じて減免額を算出

新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入の減少が見込まれる世帯の方で、主たる生計維持者について次の①～③に該当すること。

①事業収入や給与収入など、収入の種類ごとに見た収入のいずれかが、減免対象年度の前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること。

※ただし、保険金、損害賠償などにより補填された金額を控除した額とします。

②減免対象年度の前年の所得の合計が1,000万円以下であること。

③収入減少が見込まれる種類の所得以外の減免対象年度の前年の所得の合計が400万円以下であること。

●**減免対象となる保険税**

①令和3年度末に資格を取得したことなどにより令和4年4月以後に納期限が設定されている令和3年度相当分の保険税

②令和4年4月1日から令和5年3月31日までの間に納期限が設定されている令和4年度分の保険税

●**減免の申請期間**

令和5年3月31日まで

●**必要書類** ①減免申請書、②確定申告書(控)や源泉徴収票、給与明細書など主たる生計維持者の減収した月の収入状況が確認できる書類

☎市民課

☎(0771)68-0011

✉shimin@city.nantan.lg.jp

## 介護保険料の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響による収入の減少など、一定の条件に該当する介護保険の第1号被保険者(65歳以上)を対象に、介護保険料の減免を行います。

### ●減免の対象となる被保険者と減免の割合

#### (1)全額減免

新型コロナウイルス感染症により、その属する世帯の主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った第1号被保険者

#### (2)主たる生計維持者の減免対象年度の前年中の所得に応じて減免額を算出

新型コロナウイルス感染症の影響により、その属する世帯の主たる生計維持者の事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入の減少が見込まれ、次の①および②に該当する第1号被保険者

①事業収入や給与収入など、収入の種類ごとに見た収入のいずれかが、前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること

※ただし、保険金、損害賠償等により補填された金額を控除した額とします。

②収入減少が見込まれる種類の所得以外の減免対象年度の前年中の所得の合計額が400万円以下であること

### ●減免対象となる保険料

①令和3年度末に資格を取得したことなどにより令和4年4月以降に納期限が設定されている令和3年度相当分の保険料

②令和4年4月1日から令和5年3月31日までの間に納期限が設定されている令和4年度分の保険料

●減免の申請期間 令和5年3月31日まで

●必要書類 ①減免申請書、②確定申告書(控)や源泉徴収票、給与明細書など主たる生計維持者の減収した月の収入状況が確認できる書類

問高齢福祉課

☎(0771) 68-0006

✉k-fukushi@city.nantan.lg.jp

## 国民年金保険料の免除について

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」があります。令和4年度分(令和4年7月分から令和5年6月分まで)国民年金保険料免除の受付は、令和4年7月1日から開始されます。市役所または年金事務所手続きをしてください。また、失業などにより保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方はご相談ください。申請時点の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請することができます。保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると障害年金や遺族年金を受けられない場合があります。

問ねんきん加入者ダイヤル：

☎(0570) 003-004

※050で始まる電話でおかけになる場合はTEL (03) 6630-2525 (一般電話)

問日本年金機構京都西年金事務所

☎(075) 323-1170

〒615-0883 京都府京都市右京区西京極南大入町81

## ヘルプマークを配布しています

内部障害や難病の方など援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方がいらっしゃいます。周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるようヘルプマークを配布しています。ヘルプマークを身につけている方を見かけたら、席をお譲りいただくなどの思いやりのある行動をお願いします。

●**対象の方** 義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としている方。

●**配布場所** 南丹保健所福祉課もしくは社会福祉課および各支所総務課

●**配布方法** 希望者に対し無料で配布

☎南丹保健所福祉課

☎(0771) 62-0361

☎社会福祉課

☎(0771) 68-0007

## 令和4年度くらしの資金貸付(夏期分)のご案内

くらしの資金貸付制度は、病気や失業、不慮の事故、災害など、思わぬ災難に見舞われて、生活のためにどうしても緊急一時的な資金を必要としている家庭に活用していただくための貸付制度です。令和4年度夏期貸付の申し込みを受け付けます。

●**受付期間** 7月1日(金)～7月15日(金)

●**貸付額** 10万円以内

●**返済方法** 毎月割賦償還(最長20回)

☎南丹市社会福祉協議会本所

☎(0771) 72-3020

☎各事務所

園部☎(0771) 62-4125

八木☎(0771) 42-5480

日吉☎(0771) 72-0947

美山☎(0771) 75-0020

## 人材募集

### 自衛隊各種採用試験に関するご案内

#### <航空学生>

●**概要** 自衛隊パイロットを養成します。

●**受付期間** 7月1日(金)～9月8日(木)

●**試験期日** 9月19日(月・祝)

#### <一般曹候補生>

●**概要** 基幹要員である陸・海・空曹を養成します。

●**受付期間** 7月1日(金)～9月5日(月)

●**試験期日** 9月15日(木)～9月18日(日)の間でいずれか1日

#### <自衛官候補生>

概要所要の教育を経て3カ月後に2等陸・海・空士に任官します。

●**受付期間** 年間を通じて受付

●**試験期日** 受付時にお知らせします。

#### <採用説明会について>

##### ●**日程**

・月曜～金曜

午前10時～午後5時

・土、日、祝日 事前予約制(平日営業時間内での予約をお願いします)

●**会場** 亀岡募集案内所

●**内容** 自衛官の仕事と生活および採用種目についての説明

●**対象** どなたでもご参加いただけます。

☎防衛省自衛隊 京都地方協力本部 亀岡募集案内所

☎(0771) 24-4170

🌐京都地方協力本部ホームページ「自衛隊 京都」で検索

## ハロートレーニングを受講してみませんか

ハロートレーニングは、就職に必要な知識や技能を学ぶことができる公的制度です。キャリアアップや希望する就職を実現するために必要な職業スキルや知識を習得することが出来ます。

●**内容** パソコンスキル、介護、経理事務、WEB系(プログラマー、WEBデザイナー)、電気設備など



ホームページ

☎ハローワーク園部

☎(0771) 62-0246

## 相談会

### 京都府(園部総合庁舎) 無料法律相談のお知らせ

法律問題でお困りの方のために、弁護士による無料法律相談を実施し、問題解決のお手伝いをしています。お気軽にご利用ください。

●**日時** 7月4日(月)

午後1時30分～4時30分

※1人20分以内

●**場所** 京都府園部総合庁舎 1階

●**定員** 8人(先着順)

●**申込方法** 6月29日(水)午前9時以降に電話でお申し込みください。

☎京都府南丹広域振興局園部地域総務防災課

☎(0771) 62-0360

## 南丹市無料法律相談会のお知らせ

南丹市では、京都弁護士会にご協力いただき、無料法律相談会を開催します。お気軽にご利用ください。

●**日程** ①7月12日(火)、②26日(火)

●**時間** いずれも午後1時～4時

●**場所** 日程①市役所八木支所1階市民ルーム、日程②市役所美山支所1階小会議室

●**定員** 6人(先着順)

※1人30分以内

●**申込方法** 前日正午までに電話でお申し込みください。

☎総務課

☎(0771) 68-0002

## 「無料税務相談」について

公益社団法人園部納税協会では、近畿税理士会園部支部の税理士によるさまざまな税金に関する相談をウェブ会議システムを活用して非対面型で行っています。

●**日時** 7月7日(木)、14日(木)

※時間はいずれも午後1時30分～4時30分

●**場所** 園部納税協会1階会議室

●**申込方法** 前週木曜日の午前中までに電話でお申し込みください。

☎園部納税協会

☎(0771) 62-0039

## 「行政書士による無料相談会」開催のお知らせ

相続、成年後見、農地などの不動産売買・賃貸、各種許認可手続などでお困りやお悩みの方、まちの身近な法律家・行政書士が相談に応じます。

相談は無料で予約も不要ですので、お気軽にお越しください。

●**日時** 7月13日(水)

午後1時30分～4時

●**場所** 南丹市八木市民センター研修室(南丹市役所八木支所3階)

☎京都府行政書士会第3支部

☎(075) 692-2500

## 多重債務無料法律相談のご案内

借金の返済でお悩みの方を対象に、弁護士が相談に応じます。借金問題は必ず解決できます。まずはお問い合わせください。

●**日時** 7月26日(火)

午後5時～6時30分

※1人30分以内

●**場所** 園部文化会館会議室

●**申込方法** 7月25日(月)午後4時までに電話でお申し込みください。

※上記以外の無料相談会場もご案内しています。まずはご相談ください。

☎南丹市消費生活相談窓口(商工課内)

☎(0771) 68-0100

☎南丹広域振興局商工労働観光係

☎(0771) 23-4438

## 「特設人権相談」開設のお知らせ

さまざまな人権問題に関わる悩みの相談に、南丹市人権擁護委員が応じます。

お気軽にご相談ください。

●**日時** 7月19日(火)

午後1時30分～4時

●**場所** 日吉生涯学習センター

●**申込方法** 電話でお申し込みください。

☎京都地方法務局園部支局

☎(0771) 62-0208

## 就職に係る個別相談会を開催します

京都ジョブパークのキャリアアカウンタによる個別相談会を開催します。お気軽にご連絡ください。

●**日時** 7月20日(水)

午後2時～4時

●**場所** 八木東部文化センター

●**内容** 就職活動に関する相談や悩みに対してのアドバイスなど

●**定員** 3人(先着順)

●**申込方法** 7月15日(金)午後4時までに電話でお申し込みください。

☎人権政策課

☎(0771) 68-0015

## 行政相談委員による定例相談所の開設について

総務省では、行政に対する皆様のご意見をお聴きし、行政運営に反映させるため、行政相談を行います。

●**日時** 7月12日(火)

午後1時30分～3時30分

●**場所** 美山支所1階会議室

☎総務省 京都行政監視行政相談センター 行政監視行政相談課

☎(075) 802-1100

☎総務課

☎(0771) 68-0002



## 身体・知的・精神障害者相談員の紹介

南丹市では、障がいのある方やご家族が地域で身近に相談できるよう、市民の方を障害者相談員として委嘱しています。秘密は厳守しますので、お困りの際はお気軽にご相談ください。また、各地域の地域活動支援センターで月1回「なんでも相談日」を開催しています。

	身体障害者相談員	知的障害者相談員	精神障害者相談員
園部	山本 美佐子 080-1411-8612	大嶋 久美子 0771-62-2864	小林 義博 090-8826-8660
	奥村 史代 0771-42-4002	中川 佐由美 0771-42-3357	平松 シゲ子 0771-42-2898
日吉	木村 幸子 0771-72-0687	塩貝 範子 0771-72-0572	山本 和美 090-2111-8209
	戸本 節子 0771-75-0736	菅生 哲二 090-1449-6983	上野 清美 0771-77-0251

☎社会福祉課 ☎(0771)68-0007

### 7月のなんでも相談日のお知らせ

南丹市が委嘱している身体障害者・知的障害者・精神障害者相談員が、障がいに関する相談に応じます。日ごろの悩みや不安を相談員に相談してみませんか。

- 7月16日(土)  
午後1時～3時  
そよかぜ美山
- 7月22日(金)  
午後1時～3時  
障害者支援施設京都太陽の園分場(陽だまり)
- 7月25日(月)  
午後1時～3時  
そよかぜ八木
- 7月26日(火)  
午後1時～3時  
そよかぜ日吉(おいで家)

☎社会福祉課  
☎(0771)68-0007

### 子育て支援(催し)

#### ファミサポ「人形劇 まんてんげきじょう」

南丹市ファミリー・サポート・センター会員の全体交流会として、人形劇を上演します。

子どもも大人もいっしょに楽しみましょう。(非会員も参加可)

- 日時 7月16日(土)  
午前10時50分～正午  
(受付：午前10時30分)
- 場所 国際交流会館地階コスモホール
- 内容 人形劇団京芸「まんてんげきじょう」(約1時間)
- 対象 次のいずれかにあてはまる方(小学生以下は保護者同伴)
  - ①南丹市ファミリー・サポート・センター会員とその家族
  - ②南丹市在住・在勤の方とその家族
- 定員 100人(先着順)
- 申込方法 7月8日(金)までに住所・氏名・電話番号・参加人数を電話でお申し込みください。

☎南丹市ファミリー・サポート・センター(子育てすこやかセンター内)

☎(0771)68-0082

☎子育て支援課

☎(0771)68-0017

### 子育てすこやかセンター 8月事業のお知らせ

#### <共通事項>

- 申込方法 事前に来所いただくか、電話でお申し込みください。8月の事業の申し込み受付は、7月1日(金)から行います。
  - 集合時間 開始時間の15分前にはお集まりください。
  - 参加人数 10組まで
- #### <ベビーマッサージ>
- 日時 8月9日(火)  
午前10時30分～11時30分
- ※バスタオルをご持参ください。

### <親子でヨガを楽しもう(1歳〜)>

●日時 8月10日(水)  
午前10時30分~11時30分  
※ヨガマットまたはバスタオルを持参ください。

### <親子リトミック>

●日時 8月24日(水)  
午前10時30分~11時30分

### <子育て広場 1歳〜>

●日時 8月4、18、25日(木)  
午前10時30分~11時30分

●内容 水遊び  
※水着(水遊び用パンツ)、オムツ、タオル、帽子、着替えをご持参ください。

☎子育てすこやかセンター

☎(0771)68-0082

### すくすくやぎっこ 「みんなおいでよ!」

子どもたちもお母さんも、お友達になって楽しく遊びましょう。

●日時 7月5日(火)  
午前10時~11時  
(受付:9時30分~)

●場所 八木市民センター3階子育て支援ルーム

●対象 0~3歳までの未就園児とその保護者

●内容 手形シールアート

●持ち物 水筒、手拭きタオル、マスク

●参加費 500円(昼食が必要ない方は300円)

☎子育て支援ボランティア「すくすくやぎっこ」

☎090-3993-1236

### 子育てつどいの広場「ほこぼくらぶ」(7月)

#### <各ひろば共通事項>

○各ひろばとも、南丹市全域から参加できます。【無料】

○主に保育所、幼稚園に入所・入園されるまでの子、その保護者や妊婦さんが対象で

す。

○お茶、オムツなど、お子さんに必要な物をお持ちください。

○要申込の講座は、事前にお電話ください。

○予定を変更する場合があります。南丹市ホームページ、NPO法人グローアップLINE・フェイスブック・インスタグラム、電話にて確認をお願いします。

#### <八木ひろば>

●日時 毎週月~金曜日 第3土曜日の午前10時~午後3時

●場所 コミュニティスペース「気になる木JUJU(ジュジュ)」(八木防災センター向かい側)

※毎週月・水・金曜日の午後3時~6時、同場所で、みんなの居場所「seedbase(シードベース)」を開催します。こちらは、小学生や地域の方も利用できます。  
※車は市役所八木支所に駐車してください。

#### <園部ひろば>

●日時 毎週火曜日の午前10時~午後3時

●場所 第1・第3火曜日は園部南部コミュニティセンター  
第2・第4火曜日は横田公民館

#### <日吉ひろば>

●日時 毎週水曜日の午前10時~午後3時

●場所 日吉生涯学習センター2階第1会議室

#### <美山ひろば>

●日時 毎週木曜日の午前10時~午後3時

●場所 美山保健福祉センター

#### <絵本の日>

「絵本はまだ早いかな」と悩むお父さんお母さんに向けて、親子の時間を作るきっかけになる本を紹介します。

○日吉ひろば 7月6日(水)

○美山ひろば 7月14日(木)

○八木ひろば 7月22日(金)

○園部ひろば(横田公民館)  
7月26日(火)

●時間 午前11時~11時30分

●参加費 無料

#### <託児付き講座「外カフェ」>

##### 【要申込】

いつも子育てや家事に待たなしのお母さんたち。たまには自分についてお話ししませんか。お子さんはスタッフがお預かりします。(毎回テーマを設定します)

○八木ひろば 7月8日(金)

○日吉ひろば 7月20日(水)

●時間 午前10時15分~正午 ※先着5組

●参加費 300円

#### <マタニティ カフェ>

##### 【要申込】

長いようで短いマタニティライフ…。同じ気持ちで、同じ地域で、同じ時間をすごしている人と情報を共有できるって素敵ですよ。楽しくお茶をしながら、お話しして気分転換しませんか。

●日時 7月21日(木)

午前10時30分~正午

●場所 コミュニティスペース「気になる木JUJU」

●対象 妊婦さんとそのご家族

●参加費 300円

#### <産後からだケア>【要申込】

出産でダメージを受けた骨盤底筋を放っておくと、様々なトラブルに。まずは自分の骨盤の状態を知って、ケアを始めましょう。

●日時 7月15日(金)

午前10時~正午

※先着7人(託児付き)

●場所 コミュニティスペース「気になる木JUJU」

●講師 女性専用ボディセラピスト 安藤智華子さん

●対象 おおむね産後6カ月くらいまでの産婦さん

●参加費 700円

## <スローエイジング>【要申込】

ヨガで身体の状態を感じ、リンパマッサージ・ツボを用いて内臓を温めます。肩こり・冷え・月経痛・産後の不調・更年期症状など、女性の心と身体を整える講座です。最後にはリラクゼーションタイムがありますよ。

●日時 7月25日(月)

午前10時～11時30分

※先着15名程度

●場所 コミュニティスペース「気になる木JUJU」

●講師 女性専用ボディセラピスト 安藤智華子さん

●対象 どなたでも参加できます。

●参加費 1,500円、託児付き2,000円

## <おめでとうの日>

ひろばに来ているみんなで、お誕生日をお祝いします。

○園部ひろば(横田公民館) 7月12日(火)7・8月生まれ対象

○八木ひろば 7月27日(水)7月生まれ対象

●時間 午前10時30分～正午

●内容 うた、読み聞かせ、写真入りお誕生日カードづくりなど



LINE



Facebook



NPO\_GROWUP

Instagram

問NPO法人グローアップ

☎080-3857-8119

## 催し

### JRハイキング「天満宮と日本最後の城」お知らせ

●日時 7月2日(土)

午後2時～4時30分

●集合場所 JR園部駅西口  
ロータリー集合解散

●内容 徒歩で約5kmを歩き、天満宮と園部城ではガイドが紙芝居で何故日本一かの理由を、分かりやすくお話しします。

●参加費 100円

※雨天・気象警報発令時は中止

☎(一社)園部文化観光協会

☎(0771)62-0050(平日午前10時～午後3時)

### 「わっかっか! 歌声喫茶」を開催します

懐かしい童謡・唱歌や昭和の歌を生伴奏で一緒に歌い、楽しいひと時を過ごしませんか。

●日時 7月3日(日)

午後2時～3時30分

●場所 スプリングスひよし  
2階交流サロン

●定員 20人(先着順)

●運営協力金 500円

※中学生以下は無料

※水分補給用の飲み物をご持参ください。

☎わっかっか!

☎080-9753-9402

✉wakkakka2014@gmail.com

### 「外国人のための日本語教室」を行っています

日本語を勉強したい外国人の方へ

外国人の方がボランティアと1対1で日本語の勉強をします。日曜日か木曜日のどちらかで勉強します。お金はいりません。期間の途中からでも参加できます。(無料)

住所、名前、電話番号を、「申込、問合せ先」に知らせてください。

●日、時間、場所

7月3日から9月22日までの予定をお知らせします。

①日曜クラス 毎週日曜日(8月14日は休み)

午前9時から10時30分

国際交流会館2階

②木曜クラス 毎週木曜日(8月11日は休み)

午後6時30分から8時

国際交流会館2階

③美山クラス 毎週日曜日(8月14日は休み)

午後2時から3時30分

美山文化ホール2階

外国人の日本語支援に関心がある方は、事前に協会に連絡のうえ、いつでも見学に来てください。

☎南丹市国際交流協会

☎(0771)63-1840(火・水・木・金 午後0時30分～4時30分)

FAX(0771)63-1841

✉nantania@office.zaq.jp



## 元気アップ体操教室のお知らせ

懐かしい曲や明るい音楽に合わせて気持ち良く体を動かすリズム体操、筋トレ、脳トレ、ストレッチを行います。南丹市介護予防サポーター「元気アップなんたん」の仲間と一緒に、週1回楽しく動いて加齢や外出自粛による体力低下を防ぎましょう。

### ●日程

会場	時間	日程
旧摩気小学校(園部)	午前10時15分～11時45分	7月4日、11日、25日、 8月1日、8日、22日、29日、 9月5日、12日、26日 (各月曜日)
こむぎ山健康学園 (園部)	午後2時～3時30分	7月7日、14日、28日、 8月4日、18日、25日、 9月1日、8日、15日、22日 (各木曜日)
美山保健福祉センター (美山)	午後2時～3時30分	7月5日、12日、19日、26日、 8月9日、23日、30日、 9月13日、20日、27日 (各火曜日)
八木老人福祉センター (八木)	午前10時15分～11時45分	7月8日、15日、22日、29日、 8月5日、19日、26日、 9月2日、9日、16日 (各金曜日)
八木市民センター防災 ルーム(八木)	午後2時～3時30分	7月5日、26日、 8月2日、9日、23日、30日、 9月6日、13日、20日、27日 (各火曜日)
殿田とーくほーる (日吉)	午前10時～11時30分	7月8日、15日、22日、29日、 8月5日、19日、26日、 9月2日、9日、16日 (各金曜日)
胡麻基幹集落センター (日吉)	午後2時～3時30分	7月8日、15日、22日、29日、 8月5日、19日、26日、 9月2日、9日、16日 (各金曜日)

- 体操指導** 「元気アップなんたん」(南丹市介護予防サポーター)
  - 参加費** 500円/回 10回前払いは3,500円(上記日程で10回有効)
  - 申込方法** 電話でお申し込みください。
- ☎NPO法人元気アップAGEプロジェクト(横山) ☎080-4242-4734  
☎保健医療課 ☎(0771)68-0016

## 花ノ木医療福祉センター情報発信事業参加者募集

- 日時** 7月9日(土)  
午前10時～11時30分  
(受付:午前9時30分)
- 場所** 花ノ木医療福祉センター多目的室
- 内容**
  - ・「遊びは学びー乳幼児の発達と探索、それを支える環境とはー」
  - ・赤ちゃん学の視点から幼児期の「あそび」の意味や関連する発達について

※赤ちゃん学とは、小児科学・発達心理学・発達神経学・脳科学・保育学・ロボット工学など多様な視点から赤ちゃんや子どもを研究する異分野融合型の学問

●講師 同志社大学 赤ちゃん学研究センター 研究者 嶋田容子さん

●定員 30人(先着順)

●対象者 保護者・地域の支援者(保育士、幼稚園教諭、児童デイ・放課後デイ支援員など)

●申込方法 7月4日(月)までに名前、ふりがな、電話番号、EメールアドレスをFAXまたはEメールでお申し込みください。

☎花ノ木医療福祉センターリハビリ係(板垣・中西)

☎(0771)23-0701

☎(0771)22-8348

✉hananoki@chive.ocn.ne.jp

## 「なんたん健幸ポイント2022」の追加募集について

「なんたん健幸ポイント2022」に参加される方を追加募集します。

活動量計を身に付けてウォーキングや健康づくりに関するイベントに参加することでポイントを貯め、貯めたポイントを商品券に交換できます。ぜひ、皆さんご参加ください。

●対象 市内在住・在勤の20歳以上の方

●参加費 1,000円

●募集人数 500人(先着順)

●参加条件 説明会に参加できること。アンケート調査に協力できること。

●申込方法 7月1日(金)～8月10日(水)に電話・FAX・申込フォームからお申し込みください。



申込フォーム

### ●説明会日程

	開催日	時間	場所
1	8月30日(火)	午前9時～10時30分	日吉生涯学習センター
2		午前11時～午後0時30分	
3		午後1時30分～3時	
4		午後3時30分～5時	
5	8月31日(水)	午前10時～11時30分	美山保健福祉センター
6		午後1時～2時30分	
7		午後3時～4時30分	
8	9月1日(木)	午前9時～10時30分	園部文化会館
9		午前11時～午後0時30分	
10		午後1時30分～3時	
11		午後3時30分～5時	
12		午後6時～7時	
13	9月3日(土)	午前9時～10時30分	八木市民センター
14		午前11時～午後0時30分	
15		午後1時30分～3時	
16		午後3時30分～5時	

※説明会で健幸ポイント専用の活動量計をお渡しします。

☎保健医療課 ☎(0771)68-0016 ☎(0771)63-0653

## 「南丹市介護予防サポーター養成講座」受講生募集

健康と運動のコツを楽しみながら身につけ、介護を受けずに末長く暮らせる地域を作るためのサポーター(応援者)になりませんか。

●**目的** 介護予防と健康づくりに関する基礎知識を身につけ、家族や自分自身の介護予防と、ボランティアとして地域の体操教室に参加するなど、できる範囲で介護予防に取り組むサポーターを養成する。

●**対象** 市内在住で次のいずれかに該当する方  
・地域と自分自身の健康づくりに関心がある方  
・地域のために何か活動したいと思っている方  
・家族や友人が介護を受けずに健康でいられる方法を知りたい方

●**内容** 運動・お口の健康・栄養など、介護予防と健康づくりに関する基礎知識

### ●講座プログラム

月日	時間	講座テーマ
8月26日(金)	午前9時30分～10時30分	オリエンテーション・仲間づくりのゲーム
	午前10時45分～11時45分	音楽体操でサビない体と頭を作ろう【実習】
8月31日(水)	午前9時30分～11時45分	元気を測る体力測定【実習】
9月2日(金)	午前9時30分～10時30分	介護予防サポーターの活躍事例
	午前10時45分～11時45分	手と腕を強くする筋トレ【実習】
9月7日(水)	午前9時30分～10時30分	高齢者の心身の特徴
	午前10時45分～11時45分	食事はあなたの健康を作る ～栄養の知識～
9月9日(金)	午前9時30分～10時30分	転倒予防の音楽体操【実習】
	午前10時45分～11時45分	お口は元気な体の入り口 ～口腔衛生の知識～
9月14日(水)	午前9時30分～10時10分	足腰を強くする筋トレ【実習】
	午前10時20分～11時	さまざまな体力の話
	午前11時10分～正午	修了式・交流会

※可能な限り、全てのテーマを受講してください。

※なんたん健幸ポイント対象事業です。

●**場所** 国際交流会館コスモホール

●**定員** 30人(先着順)

●**申込方法** 7月29日(金)までに電話でお申込みください。

固保健医療課

☎(0771)68-0016

# 広告掲載欄

掲載料 1枠11,000円(税込)(1回)

発行部数 12,100部

発行回数 月2回発行

秘書広報課

(0771)68-0065



くわしくは、こちら

## わらべうたベビー・キッズマッサージ教室7月

歌って見つめて語りかけながらおこなう親子教室です。

●日時 7月13日(水)

①ベビー・プレママクラス：午前10時～10時50分

②キッズクラス：午前11時～11時50分

●定員 いずれも7組(先着順)

●場所 八木市民センター子育て支援ルーム

●対象者

①生後2か月～1歳までの赤ちゃんと保護者、妊娠中で安定期以降の妊婦さんまたはご家族

②ハイハイ時期～3歳のお子さんと保護者

●参加費 1組1,000円/1回  
※お子様が二人以上の場追加500円/1人

●持ち物 バスタオル、飲み物

●申込方法 開催日の2日前までに電話または申込フォームからお申し込みください。



申込フォーム

問おだ まみ

☎050-3559-3751

## 健康セミナー・自カアップ体操体験会参加者募集

健康を手にする、維持をするには「身体の手入れ」が欠かせません。手入れの必要性を身体の仕組みからわかりやすく学び、実践することで身体の変化を体感していただきます。

<健康セミナー(学習編)>

●日時 7月14日(木)

午後7時30分～9時

●場所 ガレリアかめおか

●講師 北園忠美さん

●定員 80人

●申込方法 7月11日(月)までに電話でお申し込みください。

<自カアップ体操体験会(実践編)>

●日時・場所

・1回目7月21日(木) ガレリアかめおか

・2回目7月28日(木) アスエルそのべ

・3回目8月4日(木) ガレリアかめおか

いずれも午後7時30分～9時

●講師 中島光章氏(南丹けんこう美人)

●定員 各30人(先着順)

●申込期限

・1回目7月18日(月・祝)

・2回目7月25日(月)

・3回目8月1日(月)

●申込方法 申込期限までに電話でお申し込みください。

問南丹けんこう美人中島光章  
☎090-3171-0413

## 健康づくり教室を開催します

●日時 7月13日、27日(各水曜日)午前10時30分～正午

●場所 五ヶ荘地域活性化センター(森の学び舎 五ヶ荘)

●内容 健康体操、健康教室、福祉・介護に関する相談、サロン

※事前申し込みは不要です。

問住みよいむらづくり協議会  
☎(0771)73-0605

## 丹波自然運動公園からお知らせ

<グラウンド・ゴルフのつどい>

●日時 7月1日(月例大会)、8日、15日(各金曜日)午前

9時～11時45分

●場所 球技場

●参加費 300円(当日受付)  
<エンジョイテニス(夜の部)>

●日時 7月4日、18日(各月曜日)午後6時～9時

●場所 テニスコート

●参加費 400円(当日受付)

●対象 18歳以上

<レディーススポーツデー>

●日時 7月6日、20日(各水曜日)午前9時30分～11時30分

●場所 体育館

●内容 健康体操、軽スポーツ

●参加費 300円(当日受付)

●対象 18歳以上の女性の方

<エンジョイテニス(昼の部)>

●日時 7月6日、20日(水)午後1時30分～5時

●場所 テニスコート

●参加費 300円(当日受付)

●対象 18歳以上

<太極拳教室>

●日時 7月8日、22日(各金曜日)午後2時～4時

●場所 体育館(23日は旧宿泊所会議室)

●内容 太極拳の基礎を学ぶ

●参加費 500円(当日受付)

●定員 30人

<障がい者スポーツのつどい>

●日時 7月12日(火)午後1時30分～3時30分

●場所 体育館

●内容 卓球バレー、ボッチャ、フライングディスク、グラウンド・ゴルフなど

●参加費 無料(当日受付)

<木工教室>

●日時 7月23日(土)午後1時30分～4時

●場所 旧宿泊所会議室(予定)

●内容 ミニ椅子作りに挑戦しよう。

●参加費 1,200円

- 定員 25人
- 対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)
- 申込方法 7月16日(土)までに、住所、氏名、年齢、電話番号をはがき、FAX、Eメールのいずれかでお申し込みください。

### <天体望遠鏡作り>

- 日時 8月6日(土) 午後3時～5時
- 場所 管理棟 無料休憩室
- 内容 自分だけの天体望遠鏡を作ろう!
- 参加費 3,000円(三脚は別途料金・カメラ三脚代用可能)
- 定員 25人
- 対象 どなたでも
- 申込方法 7月6日(水)～7月30日(土)に、住所、氏名、年齢、電話番号を、はがき、FAX、Eメールのいずれかでお申し込みください。  
ご参加される前に開催状況を必ずご確認ください。

### 園丹波自然運動公園

TEL (0771) 82-1045

FAX (0771) 82-0480

✉kouen@kyoto-tanbapark.or.jp

〒622-0232 京都府船井郡京丹波町曾根崩下代110-7

## 園部地域情報

### 「摩気高山子ども未来塾」塾生募集

令和4年度の塾生を募集します。「学ぶことは楽しい」をキーワードに、旧摩気小で年間11回土曜日に開催します。詳しくは園部小学校と園部第二小学校で配布の資料をご覧ください。

- 対象 園部小学校と園部第二小学校の児童
- 申込方法 7月1日(金)までに申込書を旧摩気小(〒622-0055園部町穴人

市場111)へ郵送、FAX(0771-63-2853)、または旧摩気小のポストに投函ください。

※申込書がない場合は、「小学校名」「学年」「男女」「児童氏名」「保護者氏名」「住所」「電話番号」を記載し提出してください。

園小林康夫

TEL 080-4253-6489

## 美山地域情報

### 元気アップ体操を開催します

- 日時 7月1日(金)、15日(金)午後2時～3時30分
- 場所 美山文化ホール1F 会議室
- 参加費 300円/回
- その他 動きやすい服装と靴、飲み物は持参してください。

園元気にすごせるまち宮島協議会 倉内

TEL 080-9756-8051

### 元気にすごせるまちお出かけツアー

「移動手段のない高齢者の支援」として、お出かけツアーを行います。女性スタッフが付き添い安心して買い物などが楽しめます。

- 日時 7月15日(金) 午前9時頃、ご自宅に伺います。
- 対象 宮島地区在住の高齢者の方で移動手段のない方、もしくは遠方までの運転に自信のない方
- 行き先 宮島地区ならびに園部方面
- 参加費 500円/人
- 申込方法 電話でお申し込みください。

園宮島振興会

TEL (0771) 75-5100

## 南丹市メール配信サービスにご登録ください

南丹市ではスマートフォン、携帯電話、パソコンなどのメール機能を活用した情報配信サービスを行っています。登録は送信アドレス宛てに空メールを送信いただき、返信されたメールに従い手続きをお願いします。

※迷惑メールの受信拒否設定などをされている方は、空メール送信前に送信元メールアドレスの受信許可を行ってください。

### <子ども安心メール>

市内の幼児や小中学生などの保護者向けに不審者や危険動物の出没などの情報を配信します。

### ●空メール送信先

✉touroku.nantan-edc@raiden.ktaiwork.jp



### ●受信許可が必要なアドレス

✉nantan-edc@raiden.ktaiwork.jp

### <なんたんメール>

南丹市に關係する各種警報、大雨情報、竜巻注意報、土砂災害警戒情報、震度3以上の地震情報などが発表された場合、メール配信されます。

### ●空メール送信先

✉info.nantan-city@raiden.ktaiwork.jp



### ●受信許可が必要なアドレス

✉nantan-city@raiden.ktaiwork.jp

園秘書広報課

TEL (0771) 68-0065



★は初回放送です。 ※番組内容を変更する場合があります。ご了承ください。

7月	1 金	2 土	3 日	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土	10 日	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金		
6	00	JA		★JAトピックス				★JAトピックス									
	15	消防関連番組				生活情報/サクッと運動				みんなで歌おう							
	30	健康いきいき番組 △元気アップ体操 △ピンピン! 健幸のツボ															
7	00	もぎW	★もぎたてニュース サタデー			★もぎたて ウェンズデー			★もぎたてニュース サタデー			★もぎたてニュース ウェンズデー					
	30	警察関連番組				消防関連番組				生活/サクッと							
8	00			★美山小学校4年生 グリーンワールド			★美山小学校 6年生修学旅行			★八木西小学校 5年生若狭合宿			★八木東小学校 5年生宮津合宿				
	30	園部第二小 修学旅行															
9	00	週 報															
	30	写真で振り返る 美山中2年校外学習			★写真で振り返る 美山中1年校外学習			★図書館だより				★ぼこハグ					
10	00	レシピ	★おいしくたのしくごちそ うさま▽レシピ				おいしくたのしく ▽レシピ		レシピ			レシピ					
	30	八木中3年 修学旅行	★園部小学校 5年生宮津合宿				★園部第二小学校 5年生宮津合宿			★園部第二小学校 青空音楽会			★美山小学校 5年シーワールド				
11	00	美山中3年 修学旅行															
	30	文 字 放 送										文 字 放 送					
0	00	もぎW	もぎたてサタデー			もぎたてW			もぎたてサタデー			もぎたてウェンズデー					
	30	JA		JAトピックス				JAトピックス									
	45	みんなで歌おう				警察関連番組				消防関連番組							
1	00	園部第二小 修学旅行	美山小4年 グリーンワールド			美山小6年 修学旅行			八木西小5年 若狭合宿			八木東小5年 宮津合宿					
	30																
2	00	週 報															
	30	美山中2年校外学習			美山中1年校外学習			図書館だより				ぼこハグ					
3	00	もぎW	もぎたてサタデー			もぎたてW			もぎたてサタデー			もぎたてウェンズデー					
	30	八木中3年 修学旅行	園部小5年 宮津合宿				園部第二小5年 宮津合宿			園部第二小 青空音楽会			美山小5年 シーワールド				
4	00	美山中3年 修学旅行															
	30	河 川 カ メ ラ										河川カメラ					
5	00	もぎW	もぎたてサタデー			もぎたてW			もぎたてサタデー			もぎたてウェンズデー					
	30	週 報															
6	00	園部第二小 修学旅行	美山小4年 グリーンワールド			美山小6年 修学旅行			八木西小5年 若狭合宿			八木東小5年 宮津合宿					
	30																
7	00	週 報															
	30	JA		JAトピックス				JAトピックス									
	45	生活情報/サクッと運動				みんなで歌おう				警察関連番組							
8	00	もぎW	もぎたてサタデー			もぎたてW			もぎたてサタデー			もぎたてウェンズデー					
	30	週 報															
9	00	八木中3年 修学旅行	園部小5年 宮津合宿				園部第二小5年 宮津合宿			園部第二小 青空音楽会			美山小5年 シーワールド				
	30	美山中3年 修学旅行															
10	00	文 字 放 送															
	30	美山中2年校外学習			美山中1年校外学習			図書館だより				ぼこハグ					
11	00	もぎW	もぎたてサタデー			もぎたてウェンズ			もぎたてサタデー			もぎたてウェンズデー					
	30	週 報															
		金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	

◇株式会社KCNなんたん 営業時間：午前9時～午後6時

TEL (0771) 63-6300 FAX (0771) 63-5300 info@kcn-nantan.jp www.kcn-nantan.jp

【発行】南丹市秘書広報課 ☎622-8651 南丹市園部町小桜町47