

No.054

2026

1

January

広
報

かめおか

Kameoka City Monthly Newsletter



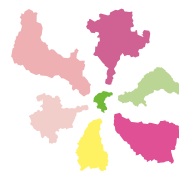
新春特別企画 P4～7

食農と環境そしてアートで輝く「京都丹波」の未来へ
「ありのまま」の京都丹波が、日本を元気にする

亀岡お知らせばん P10～

子育て情報カレンダー P12～13

注意！ 亀岡インターが一定期間、閉鎖されます P22



京都丹波
みどりの
里まつり

 亀岡市
KAMEOKA CITY

輝く未来へ、 新たなステージの 幕開け

亀岡市長
かつら かわ たく ひろ
桂 川 孝 裕

謹んで新年のごあいさつを申し上げます。市民の皆さまにおかれましては、健やかに令和8年の新春をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

また、旧年中は市政の運営に格別のご支援とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年、亀岡市は市制施行70周年という節目の年を迎えました。この記念すべき年に、かめおか乳幼児教育センターの開設や石田梅岩記念館の完成、国際安全都市と銘打ったアジア大会の開催など、多岐にわたる事業を展開してまいりました。

10月にガレリアかめおかで開催いたしました記念式典では、市民の皆さまとともに70年の歩みを祝い、未来への新たな一歩を踏み出しました。式典では、市の発展に貢献いただいた人への特別表彰をはじめ、日頃から交流を深める国際交流都市の皆さまから祝福をいただくなど、改めて国際的な絆を確認しました。

また、年間を通じて実施した数々の記念事業は、郷土への愛着を深め、多くの市民の皆さまに参画いただいたことで、喜びを分かち合う素晴らしい時間となりました。

これから一つひとつの事業が、本市の輝かしい未来への礎となり、まさに「新たなステージ」へと踏み出した一年であったと実感しております。そして、いよいよ本年の9月18日には、国内最大級となる花と緑の祭典「第43回全国都市緑化フェアin京都丹波―京都丹波みどりの里まつり」が開催されます。亀岡市、南丹市、京丹波町の2市1町を舞台に、「環境」「食農」「芸術」をテーマに開催するこのイベントは、私たちが誇る亀岡の豊かな自然環境や魅力を全国に発信し、未来を担う子どもたちへとつないでいく絶好の機会です。地域全体の活性化につなげ、市民の皆さまとともに盛り上げてまいりたいと考えております。

70年の歴史を礎に、市民の皆さまが誇りと愛着を持てる「選ばれるまち」の実現に向け、全力で取り組んでまいりますので、本年も変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げます。

皆さまのますますのご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます、年頭のあいさついたします。



亀岡市の 持続可能な まちづくりを目指して

亀岡市議会議長
お かわ かつ み
小 川 克 己

市民の皆さまにおかれましては、令和8年の新春を健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。亀岡市議会を代表して、慎んでごあいさつを申し上げます。

本年は、秋に亀岡市、南丹市、京丹波町の2市1町が協力し、京都丹波地域の色豊かな環境、食農、芸術をテーマとして「第43回全国都市緑化フェアin京都丹波―京都丹波みどりの里まつり」が開催されます。このイベントを通じて緑の大切さと環境保全への意識が高まり、持続可能な地域の発展につながることが期待されます。

また、大規模災害時の地域防災拠点として、「かめおか防災広場」の整備が進められ、安全安心で持続可能なまちづくりに向け、大きく前進することが期待されます。議会は地域の未来を守るために防災対策の強化や地域の声を反映した取組を推進し、地域の活力向上に貢献してまいります。

これらの期待に応えるためには、議会がチェック機能を高めることはもとより、開かれた議会の取組を進め、市民の皆さまの声にしっかりと耳を傾けていく必要があります。

議会では本年も積極的な広報広聴活動を展開し、議会だよりの発行、議会モニター制度の実施、街頭インタビューとわがまちトークの開催など、市民の意見を議会に反映させる取組を工夫してまいります。また、ガレリアかめおかでの議会中継のパブリックビューイングの実施や市内小学生を対象とした夏休み子ども議場見学会を開催し、議会に関心を高めていただく取組を進めていきます。議会モニター制度については、モニターの皆さまに各種会議を傍聴やインターネットなどで視聴していただき、ご意見をお伺いする中で、議会活性化につなげてまいりたいと考えております。

今後とも、市民の代表者としての責務を果たすべく、24人の議員一同が、身と心を引き締め、市民福祉の増進のため議会活動に取り組んでまいりますので、本年も変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げます。

結びにあたり、皆さまのご健勝とご多幸を祈念申し上げます、年頭に当たってのご挨拶いたします。

緑化フェアって？

全国都市緑化フェアは、住民一人ひとりが
みどりの大切さを知るとともに、みどりを守
り、たのしめる知識を深め、みどりをもたらす
快適で豊かな暮らしがあるまちづくりを進め
るため、昭和58(1983)年から毎年、全国各
地で開催されている「花と緑の祭典」です。

京都丹波みどりの里まつりをきっかけに
「こころ豊かなライフスタイル」による新たな
時代の幸福社会の実現につなげます。

名称

第43回全国都市緑化フェア in 京都丹波

愛称

京都丹波みどりの里まつり

テーマ

食農と環境そしてアートで輝く「京都丹波」

開催期間

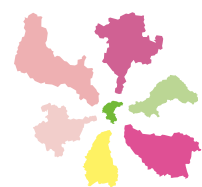
令和8(2026)年
9月18日(金)～11月8日(日)

主催者等

提唱：国土交通省
主催：京都府、亀岡市、南丹市、京丹波町、
公益財団法人都市緑化機構

シンボルマーク

にしいちちょうの花



2市1町の樹々に咲く花をイメージ。
型取られた花びらがそれぞれのまちの形を表しています。

イメージキャラクター



亀岡市、南丹市、京丹波町のマスコットキャラクター。
左から「京丹波味夢くん」、「明智かめまる」、「さくらちゃん」
をフェア用にアレンジ。



2026.9.18 - 11.8 / 52 Days of Discovery
「ありのまま」の京都 丹波が、日本を元気にする

ここでは対談
内容の一部を
要約してお伝
えます。

1月1日公開 /



▲動画を見る

向けた想いを語りました。この様子は、京
丹波町自主放送番組やフェア公式You t
ubeで1月1日から公開します。ぜひご
覧ください。

また、京都丹波にお越しいただき、感じた
「緑の大切さ」を都市部に持ち帰ることで「み
どり豊かなまちづくり」を推進していくとい
う、これまでのフェアとは異なる「都市緑化
を形づくりまします。
いよいよ開催年を迎え、主催する2市1町
の首長が集まり、みどりの里まつり開催に
取り組む決意を表明し、今後の取り組みに
取り組む決意を表明し、今後の取り組みに
取り組む決意を表明し、今後の取り組みに



▲首長対談収録の様子

ART & THE STAGES

世界が注目する、創造の源流。



京都丹波には、京都市立芸術大学などのO Bをはじめ、多くの芸術家が在住し活動中です。それは、この地域が緑豊かで美しい自然景観を誇っているからです。土、水といった豊かな環境を活用し、自らの芸術を研ぎ澄ませて活動できる土壌がこの京都丹波には存在します。

そのような人たちの協力を得ながら、「京都丹波みどりの里まつり」そして、花と緑の空間を魅力的に構成していきたいと考えています。

— 桂川孝裕 亀岡市長

アートで輝く京都丹波とは



環境 —
京都丹波ならではの自然環境とは

京都丹波は、山、川、水田、畑が一体となって地域を形づくっており、そこには音生の研究林のような非常に深い森もあります。多様な表情を持つ自然の美しい景観が特徴だと考えています。

これらの自然の魅力は、古くからの文化や歴史、そしてそこで生活する人々の暮らしが絶妙に調和することでつくられています。ぜひ、自然の美しさとその形づくってきた人々の暮らしをご覧ください。

— 西村良平 南丹市長

LANDSCAPE

暮らしが創り出す、絶妙な調和。

FEAST of THE MIST

霧が育む、ごちそう。



食農 —
京都丹波が誇る食と農の魅力とは

古くから京の都の台所と呼ばれてきた京都丹波。その豊かな源流には清らかな水と盆地特有の寒暖差があります。秋から冬に立ち込める幻想的な「丹波霧」が、この地の作物の旨みを凝縮させてくれるのです。

亀岡の京野菜、南丹のお米、京都丹波の黒大豆・大納言小豆などは、まさにこの丹波が育んだ「自然の芸術品」です。すばらしい自然と、そこから生まれる食の恵みを京都丹波フェアで体感してください。

— 梶中源一 京丹波町長

未来へのメッセージ

京都丹波の希望溢れる未来へ



FUTURE

「京都丹波」が巻き起こす、イノベーションを体感せよ。



京丹波町 フェア拠点



京都府立丹波自然運動公園と、わち山野草の森

わち山野草の森には、ヘビウリの「緑のトンネル」が整備されたほか、12haの園内に約900種類の山野草や花木が生育する自然そのままのオアシススポットをお楽しみください。

南丹市 フェア拠点



園部公園

かつて城の一部だった公園。美しい芝生広場など多様な人々が集える場として整備工事中です。背後には、任天堂のゲームクリエイター宮本茂氏が幼少期に遊び、「スーパーマリオ」のアイデアのもとになったとされる小麦山があります。ぜひ山頂へ！

亀岡市 フェア拠点



京都・亀岡保津川公園と亀岡運動公園

京都・亀岡保津川公園は、約14ヘクタールの農地を活用し「オーガニックビレッジパーク」として整備する先進的な取り組みです。亀岡運動公園では、チェルシーフラワーショーにおいて金メダルを13回獲得の石原和幸氏がメインガーデンを制作。約800万本の夢コスモス園も隣接。

元気なうちから、あなたの生き方や、 もしもの時、どうしたいかを話し合う「人生会議」

「誰もがいつか亡くなる」
—もしもの時、あなたの想いを
周りの大事な人に伝えるために
人生会議があります



協力してくれたのは、市内在住のご家族。
3世代が集まった機会に、人生会議を行いました。

私たち 人生会議も してみました

実際の感想を聞いてみましょう！

なかなか切り出しにくい話題ですが、とても有意義な時間でした。考えや想いはこの先変わっていくかもしれないけれど、現在の考えや想いを伝えることで、深い満足感のようなものを得ることができました。(40代)

命の大切さを改めて考えました。こういう機会があったから話せましたし、みんなのことも聞けたと思います。(11歳)

緊急事態は想像できないけど、緊急事態を話し合うことは大切だと思う。だから、今日は話し合えてよかったです。(13歳)



話し合いのきっかけに 実際にやってみましょう！

皆さんの想いを書き留めるためのシート
「亀岡市版ACP」わたしの想い」を作成しています。



人生会議 記録用シート
「わたしの想い」

ここではその一部を紹介。ぜひ実際にやってみて、話し合いのきっかけにしてください。
理由をきくことで話がふくらみ、想いを知るきっかけになりますよ。

01

あなたにとって大切なことはどんなことでしょうか？今（現在）の気持ちを整理しながら考えてみましょう。(3つ程度まで複数回答可)

- 家族や友人のそば（ご自宅）にいること
- 今まで通りの生活が続けられること
- 身の周りのことが自分でできること
- できる限り治療が受けられること
- ひとりの時間が保てること
- 家族の負担にならないこと
- 大切な人に想いを伝えること
- その他（具体的に書いてください）

02

病気やケガなどによって、日常生活を続けることが困難になったら、どのように過ごしたいと思いますか。

- できるだけ長く生きるための治療やケアを受けたい
- 命は短くなる可能性はあるが、積極的な治療は受けたくない
- 痛みや苦しさなどを軽減するための緩和治療やケアは受けたい
- その他

03

人生の最終段階になったとき、どこで過ごしたいですか？

- 自宅
- 病院
- ホスピス・緩和ケア病棟
- 施設
- その他

実際のシートはホームページを確認してください。
健康増進課の17番窓口や、図書館（市内の全6館）にも置いてあります。



話し合ったことを記録したら、お薬手帳に挟んだり、ポーチなどに入れて分かりやすい場所で保管しましょう。



記録用シート
「わたしの想い」はこちら

「人生会議」ってなに？

誰と、いつ話すの？

「人生会議」という言葉に初めて触れる人も多いのではないのでしょうか。専門家チームに聞いてみました。

人生会議とは？

「人生会議」とは、もしものときのために、あなた自身が望む医療やケアについて考え、信頼する大切な人たちと共有し合うことです。ACP(アドバンス・ケア・プランニング)の愛称です。



▲厚生労働省が定める
ロゴマーク

人生会議って、お年寄りだけの話？

いいえ、全世代対象です。事故や病気などで急に意思表示ができなくなることは、どんな世代にも訪れる可能性があります。元気なうちに始めることが大切です。

何を決めればいいのか？

あなたの好きなこと、大切にしていることや、どんな最期を迎えたいかをたくさん話しておくことです。

そして、その内容を書きとめ共有し、気持ちの変化があれば何度でも書きかえてください。

医師からのメッセージ

医療へのかかり方はいろいろですが、在宅で最期を迎えたい場合は、地域のかかりつけ医をもっておくことが大切です。主役は住民一人一人。自分ごととして相談窓口を知っておきましょう。



ひがしはら内科眼科クリニック院長
医学博士 東原 博司 先生

専門家チームの紹介

亀岡市では、医療・介護・福祉の専門家が集まり、医療・介護の切れ目のない提供体制づくりや、市民の皆さんの想いが尊重されるような仕組みづくりを目指して活動しています。

人生会議 記録用シート
「わたしの想い」はこのチームで考えています！



「人生会議」いつやるの？
「今でしょ！」

▲亀岡市地域医療・介護・福祉連携推進会議
ACP 運用部会の皆さん

関連書籍を読んでみよう

図書館では、今回の特集に合わせて企画展示を行っています。
特別企画
「わたしの人生 どうしちゃう？」
中央館、大井分館、ガレリア分館、馬堀分館
1月末日まで



▲(右) このあと どうしちゃう？
作：ヨシタケ シンスケ
出版：プロズ新社
(左) 恋ちゃんはじめての看取り
おばあちゃんの死と向き合う
著者：國森 康弘 文・写真
出版：農山漁村文化協会（農文協）

「人生会議」何から始めたら良いか 分からない、という人へ

健康増進課へお問い合わせください。
相談内容に応じて、各種適切な関係機関へもおつなぎします。

TEL 所 市役所1階17番窓口
25.5004



▲地域包括支援センター

おしらせばん

記号の説明

時=とき

所=ところ

内=内容

対=対象

定=定員、募集人数

内=内容

期=締め切り、募集期間

他=その他

¥=料金など

講=講師

TEL=電話

申=申し込み

問=問い合わせ先

HP=ホームページ

FAX=ファクス

対=どなたでも

定=特になし

¥=無料

申=不要

次の場合は記載していません

募集

亀岡生涯学習市民大学
第7講座受講生募集



ガレリアかめおか
ホームページ

時 1月17日(土)午後1時30分～3時30分
所 ガレリアかめおか2階大広間
内 藤堂高虎と丹波亀山城太守
講 藤田達生さん (三重大学名誉教授・教育学部特任教授)
申 一度の申し込みで全講座受講できます。申し込みがまだの人は1月12日までにがき、申し込みフォーム、メール (kouga@bellia.or.jp)、来館で受付。住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明記し、生涯学習かめおか財団「市民大学」係へ
定 応募者は全員受講可能(応募受付の返信はしません)
問 (公財) 生涯学習かめおか財団
TEL 29・27001 (市民力推進課)

かめおか自然アカデミー特別講座

「香りの教室」茶葉の循環を体験しよう！
時 1月24日(土) 午前10時～正午
所 亀岡市交流会館 定 20人
※応募多数の場合抽選。
講 日本鳥類保護連盟京都 八木昭さん
申 問 1月20日(火) 午後5時までに、申し込みフォームより申し込み。
昨開催の様子



市ホームページ



イメージ図



市ホームページ

「香りの教室」茶葉の循環を体験しよう！
時 2月7日(土) 午前10時～正午
所 Circular Kameoka Lab (サーキュラーかめおかラボ)
対 小学4年生以上20人
※応募多数の場合抽選。
講 NIMBUS STUDIO
イ・ギョニアさん
申 問 1月27日(火) 午後5時までに、申し込みフォームより申し込み。
【共通】
TEL 21・9340 (環境政策課)

案内

減塩バランス食教室のご案内



高血圧は万病のもと。減塩バランス食について聞いて、作って、食べて、一緒に考えてみませんか。
時 2月14日(土)午前10時～午後1時
所 ガレリアかめおか料理実習室
内 減塩バランス食料理の調理実習・試食管理栄養士による講話と健康相談
対 18歳～74歳の市民
定 20人(応募多数の場合は抽選)
申 問 1月30日(金)までに、申し込みフォームか市役所健康増進課へ電話にて申し込み。
TEL 25・5004 (健康増進課)



市ホームページ

ふれあいスポーツデー



市ホームページ

時 1月17日(土) 午後7時～9時
所 亀岡運動公園大体育館
内 卓球やバドミントン、ニユースポーツ体験コーナー、子どもが楽しめるコーナーもあります。
¥ 1人200円(中学生以下・60歳以上は100円、就学前の幼児は無料)
他 飲み物、体育館シューズ持参(シューズがないと参加不可)
問 市役所5階生涯スポーツ課
TEL 25・5055 (生涯スポーツ課)

障害者控除対象者の認定

身体障害者手帳などの交付を受けていない65歳以上(令和7年12月31日現在)の人で、介護保険の要介護認定を受けていると、所得税や個人住民税の障害者控除対象者として認定できる場合があります。
対 ▼屋内での生活はおおむね自立しているが、介助なしには外出できない人または、より重度の人
▼日常生活に支障をきたすような症状や行動・意思疎通の困難さが家庭外でも見られ、誰かが注意している必要がある認知症の人または、より重度の人
※主治医意見書、認定調査票の記載事項で判断します。
申 問 市役所1階高齢福祉課(21番窓口)
TEL 25・5081 FAX 24・3070 (高齢福祉課)

文化資料館 資料公開と説明会(全3回)

それぞれの資料について紹介し、利用方法を説明します。
時 ①1月17日(土)、②2月21日(土)、③3月14日(土)、各午前10時～11時
内 ①亀岡市議会関係資料・個人宅に伝来した市制施行当時の貴重資料
②昭和時代の広告・資料館所蔵の昭和時代の広告やチラシ
③昔の道具・資料館所蔵の昔の道具や民具
所 文化資料館ロビー(古世町)
定 各10名程 申 当日受付

「食」にひと手間講座
「春のお味づくり」



市ホームページ

時 2月14日(土) 午前10時～1時
所 保津文化センター1階料理教室
内 みその仕込みを行い、ランチ(具たくさんみそ汁、ご飯)を作ります。
定 20人(応募多数の場合は抽選)
¥ 1人1,000円
申 問 1月20日(火)〈必着〉までに、申し込みフォーム・メール・FAX・はがきのいずれかで、①2月14日参加希望②郵便番号・住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥食物アレルギーの有無・品目を記入し次へテ621-8501(住所不要) 亀岡市農林振興課
TEL 25・5036 FAX 25・4400
keizai-sounu@city.kameoka.lg.jp (農林振興課)



市ホームページ

亀岡市交流会館「カメロックン」スポーツクライミング教室(初心者向け)
時 1月25日(日) 午前10時～11時30分
午後1時30分～3時
定 各回先着10人 対 7歳以上
所 亀岡市交流会館(カメロックン)
他 通常使用料(詳細は市ホームページ)にて申し込み。
開 開催日2日前午後5時までに申し込みフォームにて申し込み。
TEL 26・5001 (市民力推進課)



問 文化資料館(月曜日休館)
TEL 22・0599 (文化資料館)

マッサージサービス事業

時 1月22日(木)、25日(日) 午前10時～午後3時
所 総合福祉センター2階教養娯楽室
内 高齢者向けの低額マッサージサービス
対 市内在住のおおむね70歳以上の人
定 各日18人(申し込み多数の場合は抽選)
¥ 1,000円(施術1回40分)
申 1月14日(水) 午前9時から正午、午後0時30分から午後3時までの間に、電話で亀岡市視覚障害者協会事務所(総合福祉センター内)へ申し込み。
TEL 22・1311 問 担当者 酒井
TEL 25・1109 (高齢福祉課)

令和7年度第3回
危険物取扱者試験予備講習会
(2種第4類試験対策)



京都中部広域消防組合
ホームページ

時 1月25日(日) 午前9時15分～午後4時30分 所 亀岡消防署
内 危険物取扱者試験の受験に際し、必要な予備知識を習得するための講習会です。
対 定 受講希望者(先着20人)
¥ 危険物安全協会員、その従業員および学生5,000円、非会員7,000円
※テキスト・例題集が別途必要。
申 1月23日(金)まで※申込書は亀岡市危険物安全協会事務局(亀岡消防署予防課予防係内)で配布。 問 亀岡消防署予防課予防係
TEL 22・9583 (自治防災課)

これで安心！安全なスマホの使い方講座(集合型スマホ教室)

場 所	月 日	時間・内容	定 員
亀岡市役所別館3階会議室	1月26日(月)	①午前の部 午前10時～正午(受付午前9時30分～) ②午後の部 午後1時30分～3時30分(受付午後1時～) ※午前の部と午後の部の内容は同じです。 ※ご予約の回が最低開催人数に満たない場合、別の回への移動をお願いすることがあります。あらかじめご了承ください。	各回最大20人(先着順)
	2月3日(火)		
	2月6日(金)	～これで安心!安全なスマホの使い方講座～ ・安全なパスワードの設定、管理方法、忘れの場合 ・不審なメール、メッセージ、通知への対処 ・不安を感じた場合の相談先 ・インターネットを安全に使うために ・SNSでの詐欺にあわないために	

スマートフォンやインターネットを安心・安全に使うための知識を学べる無料のスマホ教室を開催します。講座形式のスマホ教室です。専門スタッフが対応します。
対 スマートフォンの操作に不慣れな人、スマホをお持ちでない人など
申 受講希望日の3日前までに 亀岡市情報政策課(TEL 55-9454)へ電話か、次のQRコードからお申込みください。
※定員になり次第、受付を締め切ります。お早めにお申し込みください。(情報政策課)



詳しくは市ホームページへ



市ホームページ

自衛隊各種採用試験のご案内

種 目	概 要	資 格	受け付け締め切り	第1次試験期日
自衛官候補生	入隊後任期毎に継続または就職(転職・進学)を選択できるコース	18歳以上33歳未満	年間を通じて行っています。	受付時にお知らせします。

※詳細は下のQRコードよりご確認ください。
採用説明会のご案内
時 午前10時～正午/午後1時～3時/午後3時～5時
※土・日曜日、祝休日は要予約
所 亀岡募集案内所(古世町西内坪 34-26)
内 自衛官の仕事と生活、採用種目について説明します。
対 どなたでも
受け付け
問 防衛省自衛隊 亀岡募集案内所 TEL 24-4170
京都地方協力本部ホームページ「自衛隊 京都」で検索(自治防災課)



自衛隊京都地方協力本部
ホームページ

各種納期のおしらせ

2月2日(月) 納期限 市税や各種料金の納付には、口座振替が大変便利です。また、以下の納付方法もできます。 ●コンビニで納付できるもの 市府民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険料・後期高齢者医療保険料、介護保険料、上下水道料金、保育所保育料、公立保育所副食費			
し尿くみとり手数料	12月分	資源循環推進課	TEL 24-9600
後期高齢者医療保険料	第7期分	保険医療課	TEL 25-5026
国民健康保険料	第8期分	保険医療課	TEL 25-5025
保育所(園)保育料 公立保育所副食費	1月分	保育課	TEL 25-5028
介護保険料	第8期分	高齢福祉課	TEL 25-5182
市営住宅使用料	1月分	建築住宅課	TEL 25-5048
くらしの資金貸付償還金	1月分	地域福祉課	TEL 25-5073
かめおか児童クラブ負担金	1月分	社会教育課	TEL 25-5199

信号機のない横断歩道では、歩行者が優先です！
ドライバーは、一時停止をして道を譲ってください

エコトピア亀岡へのごみの持ち込みは事前予約が必要です。予約はこちらから



子育て情報カレンダー 1/10~2/9

各アイコンの説明



時間



場所



対象



費用

保健センターのお知らせ

月	火	水	木	金	土	日
<p>12</p> <p>おたふくかぜワクチン接種 支援を行っています 対 接種日時点で1歳 詳しくは▶ </p> <p>KIRI no KO 市民割引チケット配布中！ すべての営業日で使えます 令和7年度 市民割引チケットの利用は 令和8年3月31日まで</p> <p>詳しくはこちら </p>	<p>13</p> <p>かめおっこ出前ひろば 「だるまさんをつくってあそぼう・交流会」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 図書館中央館 👤 未就園児と保護者</p>	<p>14</p> <p>ひよこひろば 「ふれあい遊びとリフレッシュ体操、1歳のお祝い」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 7カ月~12カ月の子と保護者</p> <p>親と子ののびのび子育てサロン 「お正月あそび」 🕒 午前 10:30 ~ 正午 🏠 人権福祉センター 👤 未就学児と保護者</p>	<p>15</p>	<p>16</p> <p>ファミサポ利用体験会 🕒 ①午前 9:30 ~ 11:30 ②午前 10:00 ~ 正午 ③午後 1:15 ~ 3:15 ④午後 1:30 ~ 3:30 🏠 かめおっこひろば 👤 新規おねがい会員、既会員で利用したことがない人</p> <p>COCO いく 「ベビーマッサージ&助産師さんと話そう」 🕒 午前 10:00 ~ 11:30 🏠 一時保育りとおぼ 2F 👤 生後1カ月半~はいはいするまでの子と保護者 1,200円</p>	<p>17</p>	<p>18</p>
<p>1</p>	<p>21</p> <p>ひよこひろば 「保健師による子どもの発達と子育てについてのお話・ふれあい遊び」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 妊娠中~6カ月の子と保護者</p>	<p>22</p>	<p>23</p> <p>プレびよひろば 「赤ちゃんおもちゃを作りながら交流しましょう」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 産前産後の人とパートナー</p>	<p>24</p>	<p>25</p>	<p>2/1</p> <p>カンガルーひろば「たんぼぼちゃんと一緒に節分遊びをしよう」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 1歳以上の子と保護者</p>
<p>26</p> <p>ファミサポ会員交流会 「春のお花を生けましょう」 🕒 午前 10:00 ~ 11:30 🏠 世代間交流室 👤 ファミサポ会員、ファミサポに関心がある人</p>	<p>27</p> <p>子育ての悩みごと 「話してみよう聞いてみようひろば~子育ての相談場所 はじめの一歩に~」 🕒 午前 10:00 ~ 11:30 🏠 かめおっこひろば 👤 子育て中の人</p> <p>東部児童館「ベビトレヨガ教室」 🕒 午前 10:30 ~ 11:30 🏠 東部児童館キッズハウス 👤 未就園児(首すわり~3歳)と保護者</p>	<p>28</p> <p>ひよこひろば 「栄養士によるすくすく相談、風船であそぼう、1歳のお祝い、ふれあい遊び」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 7カ月~12カ月の子と保護者</p>	<p>29</p>	<p>30</p> <p>おやっこひろば 「段ボールであそぼう」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 1歳以上の子と保護者</p>	<p>31</p>	<p>8</p> <p>多胎育児家庭交流会 「一緒に遊ぼう! 交流しよう!」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 多胎育児家庭、多胎児を妊娠中の人とパートナー</p>
<p>2</p> <p>ガレリアあそびの森 かめまるランド(1階) 予約サイトから予約が必要。 ※亀岡市民は無料 休 み 毎週木曜日、年末年始(12/29~1/3)は休館 木曜日が祝日の場合は翌日が休館</p>	<p>3</p>	<p>4</p> <p>ひよこひろば「音の出るおもちゃで遊ぼう・ふれあい遊び」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 妊娠中~6カ月の子と保護者</p> <p>ゆりかごひろば 「助産師さんとお話しましょう」 🕒 午前 10:30 ~ 11:30 🏠 ゆりかごひろば 👤 未就園児と保護者</p>	<p>5</p>	<p>6</p> <p>おやっこひろば 「親子でリトミックを楽しもう」 🕒 午前 10:00 ~ 11:00 🏠 かめおっこひろば 👤 1歳以上の子と保護者</p>	<p>7</p>	

健診・相談	とき・対象者など
①パパママ教室 《予約制》	1月27日(火) 🕒 午前 10:00 ~ 正午 👤 妊娠7カ月以降の妊婦とその家族
②育児相談 《予約制》	1月26日(月)、2月9日(月) 🕒 午前 9:30 ~ 11:15 👤 乳幼児とその保護者
③母乳育児サロン 《予約制》	1月14日(水) 🕒 午前 10:00 ~ 正午 👤 妊娠6カ月以降の妊婦とその家族
④離乳食教室 《予約制》	1月28日(水) 🕒 午後 1:30 ~ 3:00 👤 生後5か月頃の乳児の保育者
⑤乳幼児健康診査 ※時間は個別案内	👤 4か月/11か月/ 1歳6か月/3歳健診
⑥BCG 集団接種 ※詳細は個別案内	👤 生後7カ月の乳児



保健センター

愛称は「BCCome+」!
あなたの子育てをサポートします。



問い合わせ

①②③④⑤ とも家庭課 母子健康係 TEL 24-5016
⑥ 健康増進課 TEL 25-5004

申し込み・問い合わせ

カレンダー記載の事業の詳細は、次の QR コードから確認してください(ラインの色に対応しています)。基本的に要申し込みとなります。各問い合わせ先に申し込んでください。

亀岡市ファミリー・サポート・センター

TEL 24-9192 FAX 29-3666



亀岡市子育て支援センターかめおっこひろば

TEL 29-2710 FAX 29-3666



NPO法人亀岡子育てネットワークゆりかごひろば

TEL 080-3836-8990



NPO法人亀岡子育てネットワーク一時保育りとおぼ

TEL 20-1556



亀岡市人権福祉センター

TEL 23-0582



亀岡市東部児童館

TEL 23-0945

1月の参加者募集カレンダー 1/10～2/9



所 総合福祉センター **TEL 24-0294** **FAX 24-3071** (できるだけ公共交通機関での来館にご協力をお願いします) 総合福祉センターホームページ
受付時間: 午前9時～午後6時30分、日曜日は午後5時まで(火曜日・祝休日は休館) ※詳細は問い合わせてください。

女 働く女性の家	障 障害者福祉センター	老 中央老人福祉センター	登 登録グループ主催事業
甲 1月10日(土)午前9時から 対 市内在住・在勤の女性 ※ 一部例外あり	甲 1月10日(土)午前9時から 対 障がいのある人やその介助者・関係者など ※ 一部例外あり	甲 今月の参加者募集はありません 対 市内在住の60歳以上(申込時)の人 ※ 一部例外あり	甲 1月10日(土)午前9時から 対 どなたでも ※ 一部例外あり

※以下のカレンダーには募集する講座等の開催日または初回を記載しています。
※いずれも原則先着順で受け付けます。併せて受付時に託児、手話通訳、要約筆記の申し込みも受け付けます(実施日の1週間前まで)。
※各事業の詳細や申し込みについては、必ず事前に問い合わせさせていただくか、総合福祉センターホームページを確認してください。

日	月	火	水	木	金	土
		休館日				1/10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
2/1	2	3	4	5	6	7
◀亀岡市総合福祉センターからのお知らせ▶ 亀岡市総合福祉センターは「コミュニティセンター」「障害者福祉センター」「中央老人福祉センター」「働く女性の家」「勤労青少年ホーム」の5つの機能をもった複合施設です。健康で文化的な福祉社会の発展のため、市民の皆さんのふれあいの場となるような事業や登録グループの活動支援も行っております。ぜひ、ご利用ください。						
8	9					

◆上記カレンダー以外で受け付けを開始する講座		
2月12日(木)	女 ママ・パパのなかよしサロン(親子同室)	午前10時～11時30分 【今月のあそび:ヒンメリ作り】
2月12日(木)	登 カラオケサークルA・B・C合同発表会(体験会)	午前10時～午後4時 期 1月31日(土)午後5時まで
2月16日(月)	登 生け花サークル体験会	午後1時～3時 期 2月6日(金)午後5時まで ¥ 1,100円 (材料費)
2月21日(土)・22日(日)	女 保存食講座「減塩みそづくり」全2回	2/21:①午後1時～ ②午後2時～ 2/22:①午前10時～ ②午後1時30分～ ¥ 1,000円 材料費 5,200円(出来上がり8kg)

令和8年度入札参加資格審査申請の受付日程について

令和8年度入札参加資格審査申請の受け付けを次のとおり実施します。亀岡市の入札参加を希望する場合は、申請してください。

申請の種類	対 象	資格年度	提出期間
建設工事、測量・建設、コンサルタントなど	市内業者	令和8年度	1月19日(月)～26日(月)
	市外業者	受け付けはありません。	
物品・役務	市内・市外業者	令和8年度・令和9年度	1月29日(木)～2月16日(月)
小規模修繕工事参加希望者登録	市内業者のみ	令和8年度・令和9年度	2月18日(水)～26日(木)

◀「注意事項」▶

- ◆「物品・役務」は、これまでの紙申請からインターネットを利用した電子申請(BID-ENTRY)に変更し、紙での提出は不要となります。市外業者は1申請につき1,540円(税込)のBID-ENTRYシステム利用料が必要です(市内業者は無料)。詳しくは市ホームページで確認してください。
- ◆ 建設工事、測量・建設、コンサルタントなどの市内業者、物品・役務の市内・市外業者、小規模修繕工事参加希望者(市内業者)については令和7年度有資格業者も申請が必要です。



市ホームページ

- 甲 ◆建設工事、測量・建設、コンサルタントなど、物品・役務各提出期間内にBID-ENTRYにて電子申請を完了(詳しい申請方法や様式、要領などは市ホームページに掲載しています)
- ◆小規模修繕工事参加希望者登録提出期間内にLoGoフォームにて電子申請または紙の申請書を提出
- 問 市役所3階契約検査課 閉庁日(土・日曜日、祝日)を除く
TEL 25-5009 ⑤ sikkou-kanri@city.kameoka.lg.jp
※申請要領および申請書類は、市ホームページからダウンロードできます(市役所1階市民情報コーナーでも閲覧可)。

(契約検査課)

令和7年分確定申告に関する園部税務署からのお知らせ

〇すでに約7割の人が「e-Tax」で申告しています！

確定申告期間中は、毎年多くの人が確定申告会場に会場されるため、会場内が大変混雑します。お手持ちのスマートフォンやパソコンを利用して、自宅などから「e-Tax」で申告書等を作成・送信すれば、会場へお越しいただく必要はありませんので、ぜひ、自宅などからe-Taxをご利用ください。
☆国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に沿って金額などを入力するだけで確定申告書等を作成することができ、作成した確定申告書等は、そのままe-Taxで送信できます。自動計算されるため、計算誤りの心配もありません。



国税庁ホームページ

確定申告書等作成コーナー 検索

☆e-Taxを利用して確定申告書等を作成・送信するためには、①「マイナンバーカード」(2種類のパスワードを含む)と「マイナンバーカード読取対応のスマートフォン」または②e-Tax用の「ID・パスワード」が必要です。
マイナンバーカードを利用してマイナンバーと連携すれば、給与などの収入に関する情報や、医療費、ふるさと納税などの控除に関する情報を一括取得し、確定申告書の該当項目に自動入力することができます。
②の「ID・パスワード」は、令和7年10月1日より新規発行を停止しておりますので、マイナンバーカードの取得を検討してください。



マイナンバー連携特設サイト

〇説明会を開催します

開催日	開催場所	開催時間	開催内容	注意事項
1月14日(水)	亀岡市役所1階 市民ホール	午前10時～正午	消費税申告説明会	・確定申告書の受け付けや個別相談はできません。 ・説明は一部AIによる自動音声で行います。
		午後1時～2時	確定申告説明会(所得税)	
		午後2時～3時	決 算 説 明 会	
		午後3時～4時	農業収支説明会	

〇給与所得者(サラリーマン)や年金受給者のための還付申告会場

会場名	開設期間	開設時間など
ガレリアかめおか 1階コンベンションホール	2月5日(木)～6日(金)	相談受付時間 午前9時30分～午後3時(提出のみは午後4時まで) 【昼休みの時間帯は、少人数の職員で対応しています。ご了承ください】

※上記の会場では「土地・建物・株式などを売却された所得」、「山林所得」、「贈与税」や「相続税」に関する相談はできません。
※初日(2月5日(木))の午前中は大変な混雑が予想されますので、長時間お待ちいただく可能性があります。
※還付申告会場の来場者数によっては、早めに相談受け付けを終了する場合があります。

〇国税の納付は簡単便利なキャッシュレス納付で！

所得税・個人事業者の消費税の納税には、振替納税をぜひご利用ください。
振替依頼書は、次の3stepでオンラインで提出できます。
Step ① e-Taxにログイン
Step ② 振替口座の情報を入力
Step ③ 「提出」ボタンを押して送信



詳しくはこちら

問 園部税務署 TEL 0771-62-0340

(税務課)

詳しくはこちら

〇国税に関するご質問・ご相談は電話相談センターへ！

国税に関するご質問・ご相談は、国税相談専用ダイヤル 0570-00-5901へ(全国一律番号のナビダイヤル。受付は土・日・祝日および年末年始を除く日の午前8時30分～午後5時)。
その他、国税庁ホームページでは、タックスアンサー(一般的な質問)やチャットボット(質問への回答)を掲載しておりますので、国税に関するご質問・ご相談に、ぜひご利用ください。



詳しくはこちら

マルシェ大原野

京都西山のふもと大原野の採れたて野菜や手作り加工品が並びます。
1～5月頃はイチゴも入荷予定!
時 毎週火曜日:午前9時～11時30分、
第1・3土曜日:午前9時～正午※売切れ次第終了
所 JA京都中央大原野支店前
(京都市西京区大原野灰方町179)※駐車場あり
問 大原野農産物等直売所運営協議会事務局
(JA京都中央大原野支店内)
TEL 075-331-0211(土日祝除く)

POP UP! 西京

西京区役所東庁舎1階区民交流ロビーで、誰でも気軽に立ち寄れるイベントとして開催! 本とコーヒー、おやつ、こっぺぱん、手作りキーホルダーや壁紙を使った雑貨が大集合!世代を問わず楽しく過ごせる「ヒトバ」(人と場をつなぐ場所)も合わせて実施します!
● 毎週火曜日および金曜日
1月19日(月)～23日(金) その他日程も開催中!
● 西京区役所東庁舎1階区民交流ロビー※駐車場あり
● 問 西京区役所地域力推進室まちづくり担当
TEL 075-381-7197



▲POP UP! 西京
詳細はこちら

(市民力推進課)

スマホで簡単！令和8年度分から個人住民税の電子申告がスタート！

令和8年1月5日から「マイナンバーカード」を利用して個人住民税（市・府民税）に関する申告ができます。

◎個人住民税の申告とは？

○個人住民税の申告義務のある人

前年所得がある人は、1月1日に住所のある市区町村に所得について申告する必要があります。

※ただし次のいずれかに該当する人は申告の必要はありません。

- ① 税務署に所得税の確定申告を提出した人
- ② 給与所得のみであり、勤務先で年末調整を行い、勤務先からお住まいの市区町村に給与支払報告書が提出されている人
- ③ 公的年金等の所得のみであり、公的年金等の源泉徴収票に記載されている以外の控除を受けない人 など

○個人住民税の申告義務はないが、申告した方が良い人

- (例) ・所得証明書や非課税証明書等が必要な人
・国民健康保険や後期高齢者医療保険の対象となる人
・児童扶養手当を受給している人
・各種福祉サービスや給付、助成申請等にあたり必要な人 など

◎こんなに便利！

- ・市役所に出向くことなく自宅などから **24 時間いつでも申告** できます
- ・申告書の記載・印刷・郵送も **不要**
- ・控除額は **自動で計算** されるので計算間違いの心配もありません

スマートフォンやパソコンから eLTAX 個人住民税電子申告システムに簡単にアクセスできますので、ぜひご利用ください。

このほかスマートフォン等での申告の詳細については、ホームページをご覧ください。

問 市役所 1 階税務課市民税係 (10 番窓口) TEL 25-5012



申告は
こちら



(税務課)

国民年金保険料は口座からの引き落としが便利です

国民年金保険料の口座振替は、毎月指定した口座から引き落としされるので納め忘れの心配がありません。金融機関などへ行く手間が省けてとても便利です。

保険料をまとめて前払い（前納）する制度を利用すると、現金（納付書）で月々保険料を納付した場合に比べ、割引されお得です。

●保険料（令和7年度参考）

支払方法		本来納付額	1 回あたりの納付額	割引額
翌月末振替	毎月末日に前月分の保険料を振替	17,510 円	17,510 円	なし
当月末振替（早割）	毎月末日に当月分の保険料を振替（口座振替のみ）	17,510 円	17,450 円	60 円
6 カ月前納	4 月分から 9 月分の保険料を 4 月末日に、10 月分から翌年 3 月分の保険料を 10 月末日に振替	105,060 円	納付書 104,210 円	850 円
			□ 座 103,870 円	1,190 円
1 年前納	1 年度分（4 月分から翌年 3 月分）の保険料を 4 月末日に振替	210,120 円	納付書 206,390 円	3,730 円
			□ 座 205,720 円	4,400 円
2 年前納	2 年度分（4 月分から翌々年 3 月分）の保険料を 4 月末日に振替	425,160 円	納付書 409,490 円	15,670 円
			□ 座 408,150 円	17,010 円

※振替日が、土・日曜日、祝日、年末年始に当たる場合、翌営業日が振替日となります。

※ 2 年前納の本来納付額 425,160 円の内訳は、次のとおりです。

【令和7年度分保険料 17,510 円×12 カ月＝210,120 円、令和8年度分保険料 17,920 円×12 カ月＝215,040 円の合計】

●前納を選択した場合の初回の振替対象期間について

振替方法に前納（6 カ月前納、1 年前納、2 年前納）を選択する場合、年度の途中からでも口座振替によるまとめ払い（前納）が可能で、6 カ月前納を申し込みされ、初回振替日が5月末から9月末となる場合は、9月までの保険料は翌月末払い（割引なし）になります。

詳しくは日本年金機構ホームページへ▶



●手続きに必要なもの

本人確認ができるもの（運転免許証、マイナンバーカードなど）、基礎年金番号の確認ができるもの、預金通帳、通帳届出印

日本年金機構ホームページ
(振替対象期間について)

●申し込み

年金事務所、市役所市民課国民年金係（1 階 4 番窓口）に備え付けの「口座振替納付（変更）申出書」に必要事項を記入し、年金事務所（郵送可）、金融機関、市役所市民課国民年金係の窓口提出してください。

※申し込みから、手続きが完了し引き落としが開始されるまでに 2 カ月程度かかります。

問 京都西年金事務所

TEL 075-323-1170

問 市役所 1 階市民課国民年金係（4 番窓口）

TEL 25-5020 FAX 25-5021

(市民課)

令和8年2月のし尿くみとり日程 資源循環推進課 サークュラー推進係 TEL 24-9600

お願い

- ★くみとり日の5日前までにくみとり旗をバキューム車から見えるところに掲示してください。掲示がない場合は依頼がないものとしてくみとらないことがあります。
- ★くみとり量は作業時にしか確かめることはできません。大雨などにより雨水が混入したと思われる場合は、確認のため立ち会いをお願いします。

- ★作業場所の状況（雑草・障害物・蜂などの害虫）によって作業できないことがありますので、作業場所付近の環境整備・安全確保をお願いします。
- ★転居、名義変更、処理方法の変更（下水接続など）などがあった場合、届け出が必要です。担当部署 (TEL 24-9600) まで連絡してください。

従量料金は、1リットル当たり15円です。【計算方法】くみとり量(リットル)×15円＝従量料金となります。

●臨時くみとり(臨時料金1,050円が必要)などの申し込みは、(公財)環境かめおか TEL 23-1213へ

※くみとり日は予定であり、作業状況により前後することがあります

くみとり日	2日(月)～6日(金)	9日(月)～16日(月)	17日(火)～20日(金)	24日(火)～27日(金)
篠町	王子(唐櫃越を除く)、篠、馬堀	森	山本、見晴、柏原、野条、広田浄法寺	王子(唐櫃越)
つつじヶ丘	—————	東つつじヶ丘都台	東つつじヶ丘曙台、西つつじヶ丘	—————
宮前町	神前	—————	猪倉(湯ノ花平を除く)、宮川	猪倉(湯ノ花平)
東本梅町	—————	—————	東本梅町	—————
本梅町	—————	東加舎(塩脇)	西加舎、井手、平松、中野	東加舎(塩脇を除く)
畑野町	千ヶ畑(高橋2・3・5、鎌ヶ谷西山) 広野(城山、金山、閉亀1～3)	千ヶ畑(高橋2・3・5、クルビ谷) 広野(平井) 土ヶ畑(布子谷1～2)	広野(平井、権現、白砂、箱木原閉亀4、烏帽子) 土ヶ畑(牛道、大タワ)、千ヶ畑	広野(箱木原、権現、白砂) 左記以外の土ヶ畑
東別院町	—————	鎌倉(見立)、雁松	鎌倉(見立)	鎌倉、神原、小泉、東掛、南掛栢原、大野
西別院町	—————	笑路、柚原、万願寺(大堂除く)	笑路、柚原、万願寺(大堂除く)	犬甘野、万願寺(大堂)、寺田寺ヶ谷、大槻並、神地

●臨時くみとり(臨時料金1,050円が必要)などの申し込みは、南丹清掃株式会社 TEL 22-4488へ

※くみとり日は予定であり、作業状況により前後することがあります

くみとり日	2日(月)～3日(火)	4日(水)～10日(火)	12日(木)～19日(木)	20日(金)～27日(金)
亀岡地区	—————	荒塚、下矢田、内丸、追分、上矢田、三宅、中矢田、南郷、古世、北古世、紺屋、旅籠、西、横、突抜、安町大池、下矢田町安行山	余部町風ノ口・蚊又・五反田常盤、宇津根、安町小屋場	—————
曾我部町	—————	—————	寺、中、春日部、口山、大飼、法貴	学ヶ丘、夫婦ヶ池団地、南条西条、重利、穴太
上記以外の地域	稗田野町	馬路町、旭町、千代川町	河原林町、吉川町、大井町	千歳町、保津町

20歳になる人へ これだけは知っておきたい国民年金の手続き

1 国民年金の加入について

20 歳になった人（厚生年金の加入者を除く）には、20 歳になってから、おおむね 2 週間以内に日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」、「基礎年金番号通知書」、「国民年金保険料納付書」、「国民年金の加入と保険料のご案内」、「保険料免除・納付猶予申請書」、「学生納付特例制度申請書」、「返信用封筒」が送付されます。「基礎年金番号通知書」は加入する年金制度の変更手続きや年金請求の際に必要になりますので、大切に保管してください。

2 保険料の納付について

「国民年金加入のお知らせ」に同封している「国民年金保険料納付書」で保険料^{*1}を納めてください。金融機関やコンビニエンスストア、郵便局での納付・電子決済などもできます。口座振替やクレジット納付も可能^{*2}です。

※ 1 令和7年4月分～令和8年3月分の国民年金保険料 17,510 円（月額）

令和8年4月分～令和9年3月分の国民年金保険料 17,920 円（月額）

※ 2 口座振替・クレジット納付は別途申し込みが必要です。

3 保険料の免除・納付猶予制度について

保険料を納められないときは、「国民年金加入のお知らせ」に同封している「保険料免除・納付猶予申請書」または「学生納付特例制度申請書^{*1}」を提出^{*2}してください。

※ 1 学生であることの証明が必要です。

※ 2 前年所得が基準以上ある場合は、保険料が免除・猶予にならない場合があります。

4 追納制度について

保険料免除・猶予の承認を受けた期間がある場合は、保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。将来受け取る年金額を増やすために、10 年以内であれば、後から保険料を納付することができます。

※免除・猶予の承認を受けた期間の翌年度から数えて3年度目以降に追納する場合は、当時の保険料額に一定額が加算されます。

5 手続きをしない場合のデメリットについて

万が一のことが起こったときに、年金が受け取れません。年金は、老後に受け取るだけではありません。障がいや死亡といった不測の事態が生じたときに「障害年金」や「遺族年金」を受け取ることができない場合があります。

保険料の納付または保険料の免除・猶予制度を利用してください。

詳細はこちら（動画案内も視聴可）



市ホームページ



日本年金機構ホームページ
(動画による案内もあります)

問 市役所 1 階市民課国民年金係（4 番窓口）

TEL 25-5020 FAX 25-5021

(市民課)



亀岡市では、地域の魅力を活かした新しいまちづくりに挑戦しています。

その一環として、亀岡市をフィールドに新たなビジネスに挑戦する人々を応援する取り組みを進めています。

本年度は、「雇用」「環境」「にぎわい」をテーマに約30人の学生がビジネスアイデアを検討・実行します。イベント内容は今後、一部変更になる可能性があります。最新の情報は随時ホームページで更新します。

かめおか 共創支援 プロジェクト

／ 亀岡市発 ／

新たなビジネスチャレンジを応援！

にぎわい



「一緒に作ろう！子どもたちの未来」をテーマに地域の子どもの「体験・経験・人間関係」を広げるためのイベントを企画。市内の子ども向け体験コンテンツを1カ所に集約し子どもの可能性に気付く場所をつくります。最先端の顔認証技術を活用した取り組みも予定中です。

環境



子どもたちに「環境を考える第一歩」を届けたいという思いから廃材を活用した謎解きゲームを企画。楽しくも真剣に遊びながら自然と環境意識を高められる体験を提供します。参加者（小学生対象）も近日中に募集開始です。

雇用



学生が企画する新感覚の就活イベントを開催！まさに就職活動と向き合う学生だからこそ思いつく「スポーツ」や「カフェトーク」など特色のある方法で、市内外の若者が「亀岡で働きたい！」と思える地元企業と学生の接点づくりに取り組みます。

イベントの詳細はホームページをチェック ➡



地域のニュースを写真で報告

京都亀岡ハーフマラソン2025



#今年のゲストスターは
#京都サンガ酒井選手
#3kmコースでは #ランナーとして登場



#仲間と共に #見事完走
#記念タオルを掲げて
#笑顔でポーズ

小豆の収穫



#大納言小豆 #あんこ
#河原林町 #12月中旬から収穫

亀岡市の人口と世帯数

令和7年11月30日現在

人口		85,637人(32人減)
内訳	男	41,599人(10人減)
	女	44,038人(22人減)
世帯数		40,649世帯(1世帯増)
11月に転入した人		156人(33人減)
11月に転出した人		135人(55人減)
11月に生まれた人		34人(2人減)
11月に死亡した人		87人(1人増)

() 内は前月比増減数

やさしい健康講座 第192回

市民の皆さんの健康に関して、今回は亀岡市立病院の内科医長が、専門分野についてお話しします。

便秘について

亀岡市立病院 内科医長

小山友季

今回は、皆さんがご困りになる頻度の高い「便秘」についてです。下剤を使用される人が多いと思いますが、下剤を使う前に気をつけていただきたいこと、薬を使う前に自身でできる便秘解消の工夫をお話します。

便秘は大きく分けて、便の通過を妨げる障害物が腸にできている場合と、腸自体の運動が低下している場合の2つがあります。前者の場合、下剤では腸に負担をかけ腹痛や出血を招く恐れがありますので、下剤の使用は避けましょう。「便が細い」「便に血液が付いている」などの異常信号があれば、受診を検討してください。

異常信号がない場合は「腸活」してみよう。腸内環境を整えて腸活動を改善させるためには、腸内細菌の善玉菌を育てることが大事です。善玉菌である乳酸菌やビフィズス菌はヨーグルト、納豆、みそなどの発酵食品に多く含まれています。これに加えて、善玉菌のエサになる難消化性オリゴ糖や食物繊維と一緒に摂取することで、相乗効果で腸活動が改善され、便通もスムーズになります。これらは大豆、ゴボウ、タマネギ、バナナ、蜂蜜などに多く含まれます。

「便秘のときはヨーグルトとバナナを食べなさい」と親がよく言っていました。が間違ってたんですね。

運動公園各種事業

延期・中止の場合は、運動公園ホームページに掲載し、申込者に連絡します。

事業名	とき	ところ・対象・持ち物など	定員	費用
トレーニングルーム 無料体験	1月18日(日) 午前10時～正午 午後3時～5時 午後6時～8時	所 運動公園体育館トレーニングルーム 対 トレーニングルーム「承認証」を持っていない人(16歳以上) 持ち物: 運動しやすい服装・館内シューズ・汗拭きタオル・飲み物	各時間帯 10人 (先着順)	無料

※初回講習会受講希望の人は運動公園体育館事務所まで問い合わせてください。

事業名	利用可能日時	対象・内容	定員	費用
トレーニングルーム ①月会費制利用会員 ②シニア利用会員	営業日の午前9時～午後9時30分 【休館日:火曜日】	対 ①65歳未満の人 ②65歳以上の人 内 16歳以上(承認証を持っている人)が月会費制になると休館日を除く1カ月間に何度でも利用できます(毎月更新制) ※運動公園体育館事務室窓口で手続きをお願いします。	各100人 (先着順)	① 3,000円 ② 2,500円

《スポーツ教室》 随時見学・体験可能です。詳しくは体育館事務所まで問い合わせてください。

事業名	とき	ところ・対象・持ち物	定員	参加料
子ども バスケットボール 教室	2月5日・12日・19日・26日 (各木曜日/4回開講) ①はじめてクラス 午後5時45分～6時35分 ②初級クラス 午後6時35分～7時50分 ③中級クラス 午後7時50分～9時20分	所 運動公園体育館小体育室 対 ①4歳～小学校2年生 ②小学校3年生～6年生 ③小学校5年生～中学生 持ち物: 運動しやすい服装・館内シューズ・汗拭きタオル・飲み物・バスケットボール(あれば)	各クラス 20人 (先着順)	各クラス 5,500円 ※月により開講回数が変わります。 ※入会時にTシャツ代3,300円または4,500円が必要です。
トランポリン 教室	2月2日・9日・16日 (各月曜日/3回開講) ①はじめてクラス 午後4時50分～5時50分 2月5日・12日・19日・26日 (各木曜日/4回開講) ②はじめてクラス 午後4時50分～5時50分	所 運動公園体育館フィットネスルーム 対 5歳～小学校3年生 ※はじめての人歓迎 持ち物: 運動しやすい服装・靴下・汗拭きタオル・飲み物	各クラス 7人 (先着順)	①月曜日クラス 4,125円 ②木曜日クラス 5,500円 ※月により開講回数が変わります。
【新規開講】 体操/脳トレ 教室	2月4日・18日(各水曜日/2回開講) 午後3時15分～4時00分	所 運動公園体育館フィットネスルーム 対 シニア層・体力に自信のない人 ※はじめての人歓迎 持ち物: 運動しやすい服装・館内シューズ・汗拭きタオル・飲み物	20人 (先着順)	2,750円
英語体操教室	【第2学期】期間1月～4月 1月 10・17・24・31日 2月 7・14・21・28日 3月 7・14・21・28日 4月 4日 (各土曜日/13回開講) 午前10時～11時10分	所 運動公園体育館フィットネスルーム 対 5歳～小学校6年生 ※はじめての人歓迎 持ち物: 運動しやすい服装・汗拭きタオル・飲み物	12人 (先着順)	入会金 10,000円 受講料 28,600円 ※学期内の受講料となります。 ※学期途中の入会はお相談ください
チアダンス教室	2月4日・18日・25日 (各水曜日/3回開講) ①はじめてクラス 午後4時20分～5時20分 ②はじめてクラス 午後5時30分～6時30分	所 運動公園体育館小体育室 対 ①②ともに4歳～小学校6年生 ※はじめての人歓迎 持ち物: 運動しやすい服装・館内シューズ(お持ちの人はダンスシューズ)・汗拭きタオル・飲み物	①②ともに 20人 (先着順)	①②ともに4,950円 ※月により開講回数が変わります。 ※その他、Tシャツ代、ポンポン代などが必要ですのでお問い合わせください。
子ども テニス教室	2月4日・18日・25日 (各水曜日/3回開講) 午後6時～7時 ※雨天中止	所 運動公園テニスコート 対 10歳以下もしくは テニスを始めたばかりの子ども ※未経験者大歓迎 持ち物: 運動しやすい服装・飲み物、テニスシューズ・ラケット(あれば) ※ラケットは無料で貸し出します	各日 20人 (先着順)	1受講につき1,000円 ※回数券10,000円(4カ月有効) ※前日までにお申し込みください。

※ 初回参加日当日に運動公園体育館事務室の窓口でお支払いください。 他 開始の10分前には運動公園体育館事務室の窓口に来てください。

申 問 1月10日(土)から来館または電話にて事業名・参加者の氏名・年齢・電話番号を運動公園体育館事務室(指定管理者亀岡市パークコモンズ) 25-0372(午前8時30分～午後6時45分まで、火曜日休館) (都市整備課)

ふるさとバス・コミュニティバスをご利用ください
行先に合わせたバスを、バスナビで検索しましょう♪



住民票、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書は交付機での発行がお得です。
コンビニ端末交付機の場合= 200円(市役所1階にもあります) 市役所窓口の場合= 400円

事業名	とき	ところ	内容	問い合わせ先
ソフトテニス教室	1月18日(日)・24日(土)・25日(日) 午前9時～11時	亀岡市文化資料館 テニスコート	対 亀岡市・南丹市在住の小・中学生 定 20人 期 前日まで 申 電話かメール	亀岡ソフトテニススポーツ少年団 鈴木 一彰 TEL 090-5168-9240 ✉ kazuaki19600320@gmail.com
講座 “気になる子” への関わりがぐっと楽になる！	1月19日(月) 午後0時30分～2時30分	ガレリアかめおか 2階研修室	神経発達症支援の視点や心理学に基づく関わり方を、対話ワークショップ形式で考えます。 対 発達障がいや不登校、引きこもりのお子さんがいる人やその支援者 ¥ 3,000円 申 HP申込フォームから	ポノ 凹凸さん育児保護者サークル ✉ ponoponokyoto@gmail.com HP https://pono-9.jimdosite.com
よみきかせ、朗読、口の健康体操、司会スピーチの基礎入門サロン	1月19日(月) 午後1時30分～3時	かめおか市民活動推進センター 会議室	読むことや話すことが好きな人、にがてな人この指とまれ! 定 5人	アナウンス研究会 やまだ TEL 090-3627-0021
令和8年度ボーイスカウト入隊者募集説明会	1月25日(日) 午前10時～正午(午前9時30分受付)	ガレリアかめおか 3階かめおか市民活動推進センター	対 ビーバースカウト(小学1・2年生)、カブスカウト(小学3～5年生)、ボーイスカウト(小学6年生～中学2年生)まで男女(途中入隊可) 他 20歳以上の指導者も募集中(野外活動などに興味、関心のある人大歓迎)	日本ボーイスカウト京都連盟 亀岡第一団 いりえ 団委員長 入江 TEL 090-1596-7595
第13回亀岡市高齢者将棋大会	1月31日 (土) 午前9時～午後5時	ガレリアかめおか 2階牛松研修室	対局(予選リーグ、決勝トーナメント) 対 概ね60歳以上 定 30人(先着順) ¥ 1,200円 期 1月20日(火)まで 申 電話、ハガキ(①住所・②氏名・③電話番号)	大会事務局 ないだ かずひこ 谷田 和彦 (〒621-0854亀岡市下矢田町大末12-14) TEL 090-7341-8515
バラの栽培講習会	2月1日(日) 午前10時～正午	ガレリアかめおか 響ホール	バラ栽培のコツを学ぶ 講 紫加田 達矢さん(Noisette(ノワゼット)) ¥ 2,000円(バラ苗木1本を進呈) 期 1月16日(金)まで 申 氏名(ふりがな)、電話番号、住所をHPお問い合わせフォーム・はがき 他 バラ苗木持ち帰り用袋持参	(公財)亀岡市都市緑花協会 (〒621-0014吉川町穴川背戸田29) HP http://www.midorihana.or.jp
第41回亀岡市老人クラブ連合会「趣味の作品展」	2月5日(木) 午後1時～5時 2月6日(金) 午前10時～午後4時	ガレリアかめおか 響ホール	クラブ活動等で創作した手工芸品・絵画などの作品を、一堂に展示します。	亀岡市老人クラブ連合会事務所 (亀岡市総合福祉センター内) TEL 20-9063
映画「104歳、哲代さんのひとり暮らし」上映会	2月7日(土) ①午前10時30分～ ②午後1時30分～	ガレリアかめおか 大広間	広島県尾道市の山あいで一人暮らしを続ける石井哲代さんの日々を見つめるドキュメンタリー ¥ 1,200 円	亀岡映画センター はらだ 原田 TEL 22-2585
凹凸育児おしゃべり会ponoカフェ	2月10日(火) 午後3時30分～4時30分	開かれたアトリエ (市役所地下1階)	子育ての悩みや疑問を話す会 対 発達障がいや不登校、引きこもりのお子さんがいる人、子育ての悩みを抱える人 ¥ 100円(飲物代) 申 HP申込フォームから	ポノ 凹凸さん育児保護者サークル ✉ ponoponokyoto@gmail.com HP https://pono-9.jimdosite.com
第21回 亀岡市介護予防サポーター講座	2月17日(火)、20日(金)、24日(火)、27日(金) 午後1時20分～4時40分	ガレリアかめおか 響ホール・研修室	地域の健康づくりをお手伝いする介護予防サポーターを養成する講座。(運動・栄養・口腔などの講演と実技) ¥ 6,000円(テキスト代込み) 期 2月6日(金)まで 申 チラシに付属のハガキかWEB	NPO法人元気アップAGEプロジェクト 担当:横山 TEL 080-4242-4734 HP https://www.city.kameoka.kyoto.jp/soshiki/26/81044.html
第3回 和の心と所作を学ぶダンスワークショップ	2月21日(土)～23日(月) 午前9時～午後4時	大本本部 (丹波亀山城跡)	世界で活躍する表現者から和の心と所作を学ぶワークショップ ¥ 45,000円 期 2月10日(火)まで	一般社団法人いのり なんえ 南江 TEL 090-9613-6916 ✉ 202inori@gmail.com
2026かめおか緑花フェア参加者募集(選考あり)	4月19日(日) 午前9時30分～午後4時	ガレリアかめおか	展示・物販・ステージ出演(展示・物販は花や緑に関連するものに限り) 期 1月30日(金)まで 申 HPから申込用紙をダウンロードし都市緑花協会に持参・郵送 他 詳細はHP	(公財)亀岡市都市緑花協会 (〒621-0014吉川町穴川背戸田29) HP http://www.midorihana.or.jp
2025年度書き損じハガキ回収プログラム	3月31日(火) 必着		カンボジアの地雷被害を無くす為、書き損じハガキなどを集めて換金し、地雷撤去団体へ寄付。ハガキ3枚で1mの地雷原撤去費用に。 対 書き損じ・未使用ハガキ、未使用切手、未使用テレカ、QUOカードなど 申 郵送	(一財)カンボジア地雷撤去キャンペーン宛 (〒814-0002福岡市早良区西新1-7-10-702) TEL 092-833-7575

亀岡市消費生活センターからのお知らせ

《定期購入「返品」だけでは解約になりません》

【トラブル事例①】

ネット広告で見たサプリを注文した。1 回だけのお試しのつもりだったのに、2 回目が届いたので送り返した。すると、請求書だけが送られてきた。支払う気はないので放置していたら法律事務所から通知が来た。どうしたらよいか。

【トラブル事例②】

SNSの広告を見てお試し商品の美容液を買った。その後同じ商品が届いたが、注文した覚えがないのでその旨と解約希望の書面を同封して返品した。その後も請求書などは届いていたが無視していたところ、先日、法律事務所からこの請求について最終通知のような封書が届いた。商品が手元がないのに請求されるとは納得がいかない。

【消費者へのアドバイス】

- 低価格やお試しなどを強調する広告を見て、1 回だけのつもりで商品を注文したら実は定期購入だったというケースがあります。
- 自分は1 回しか注文していないからと、商品を返送したり受け取り拒否したりしても、それだけでは解約にはならないので注意しましょう。
- ネットで購入する際は、最終確認画面などで定期購入になっていないか、解約方法・条件・支払総額などをしっかり確認しましょう。また、これらの記載はスクリーンショットで必ず保存しましょう。
- 誤認するような表示があった場合などには、申し込みを取り消せる場合があります。困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センターなどにご相談ください。

問 消費者ホットライン 全国共通3 桁ダイヤル 1 8 8 (お住まいの地域の消費生活センターにつながります)
【亀岡市消費生活センター】市役所 1 階市民課内 (5 番窓口) **TEL** 25-5005 **FAX** 25-5021 (消費生活センター)

各種団体の事業

掲載している行事・案内などは開催の延期・中止をすることがあります。

記号の説明	対 =対象 定 =定員、募集人数 期 =締め切り・募集期間 ¥ =料金など 他 =その他 申 =申し込み TEL =電話 FAX =FAX ✉ =Eメール HP =ホームページ ※次の場合は記載していません。 対 =どなたでも 定 =特になし ¥ =無料 申 =不要
-------	--

事業名	とき	ところ	内容	問い合わせ先
第92回保津川寄席(新春公演)	1月10日(土) 午後1時～4時 (午後0時30分開場)	ガレリアかめおか 響ホール	玄人顔負けのレベルの高さがウリの素人寄席 定 150人(前売り券) ¥ 600円(当日1,000円) 原則前売り券を事前連絡の上、安町ホーム和の家にて購入	かめおかまちの元気づくりプロジェクト 松尾 TEL 090-3848-8676 HP https://kame-genki.org
生涯スポーツデー	1月10日(土) 午後1時30分～5時	亀岡運動公園 大体育館	卓球、バドミントン、バスケットボール、幼児用遊具など、様々なスポーツ運動体験。 ¥ 幼児・障がい児・者無料、小・中学生100円、高校生・60歳以上200円、一般300円	亀岡市スポーツ協会 TEL 24-8385 HP https://kameoka-sports.jp/
亀岡ジュニアソフトテニスクラブ体験参加者募集	1月10日、17日、24日、31日(各土) 午前9時～正午 1月14日、21日、28日(各水)午後7時～9時	亀岡運動公園 テニスコート/ 亀岡運動公園体育館	対 小学2年生～4年生 ¥ 500円 期 随時 申 電話 他 運動のできる服装で参加。ラケットは準備します。	亀岡市ソフトテニス連盟 やまうち てるゆき 山内 照幸 TEL 090-8216-9823
盲導犬育成チャリティー新春ダンスパーティー	1月11日(日) 午後2時～4時	ガレリアかめおか コンベンションホール	未経験者歓迎の社交ダンスパーティー。めぐりあい・フリーダンスタイム・ゲーム、ディスコ、盲導犬のパフォーマンスなど ¥ 1,000円(見学・未経験者無料)	亀岡社交ダンスサークル しおみ 塩見 TEL 090-5907-6164
子供将棋教室	1月11日(日) 午後1時～3時	ガレリアかめおか 2階研修室	対 小・中学生 定 8人 申 電話先着順 ¥ 200円	亀将クラブ たい 田井 TEL 090-3833-0771
第16回 丹波七福神めぐり新春ハイキング	1月12日(月・祝) 午前9時30分～午後3時30分	JR亀岡駅北口1階集合	「ふるさと亀岡ガイドの会」同行のもと巡る新春に縁起のよいハイキング ¥ 500円(保険・資料代)、小学生以下無料 他 昼食、飲み物、雨具等持参 申 当日受付 ※中止は当日午前7時に決定	JR亀岡駅観光案内所 TEL 22-0691 当日、酒井 TEL 090-6907-6549
第187回市長杯・教育長杯争奪囲碁大会	1月17日(土) 午前9時～午後5時 (受付午前8時30分)	亀岡地区自治会館	ふれあいを兼ねて囲碁を5局楽しみます。棋力に応じてクラス分けをします。 ¥ 1,000円 他 昼食、飲み物各自用意	亀岡市高齢者囲碁クラブ くろみづ 黒満 TEL 090-7093-4200 さとう 佐藤 TEL 090-5673-5983
亀岡わかくさねっと(おしゃべりカフェ)	1月18日(日) 午前10時30分～午後3時30分	安町ホーム和の家(安町)	生きづらさを感じている人などに向けたフランクな集いの会 定 10人(要予約) ¥ 500円	亀岡わかくさねっと 松尾 TEL 090-3848-8676 HP https://kame-genki.org/wakakusa
京都府知事杯シニア・ジュニアeスポーツ大会	1月18日(日) 正午～午後4時(解散予定)	京都サンガスタジアム4階 eスポーツZONE	対 60歳以上および小・中学生 <チーム構成> ・シニアチーム:60歳以上3人 ・混成チーム:60歳以上2人+小中学生1人 ・ジュニアチーム:小中学生3人	京都eスポーツ振興協議会 HP https://www.besporter.jp/Kyoto2025/Toiawase.html
ふれあい将棋サークル	1月18日(日) 午後1時～4時30分	ガレリアかめおか 2階研修室	対 18歳以上 定 9人 申 電話先着順 ¥ 300円	亀将クラブ たい 田井 TEL 090-3833-0771

ご利用ください「おくやみ窓口」 予約 **TEL** 56-8582
～死亡届に伴う市役所関係の手続きがまとめてできます～

20

注意

亀岡インターが一定期間、閉鎖されます

京都縦貫自動車道 亀岡 IC

大山崎方面入口 舞鶴方面出口 終日閉鎖

期 大山崎方面入口（篠方面へ向かう際）

1月19日(月) 午後8時

～1月30日(金) 午前6時

期 舞鶴方面出口（篠方面からお越しの際）

1月19日(月) 午後8時

～3月1日(日) 午前6時

京都縦貫自動車道亀岡IC(大山崎方面入口、舞鶴方面出口)にて料金所新設のための工事が行われます。終日閉鎖となりますので、高速道路利用の際はご注意ください。

亀岡IC閉鎖時は国道9号の混雑が予想されますので、極力「大井IC」のご利用をお願いいたします。

図 NEXCO西日本 新名神京都事務所

☎ 075-595-4931 受付(平日午前9時～午後5時)

大井IC

道の駅 ガレリアかめおか

亀岡市街

加塚

入れません

1/19 夜～

1/30 朝

重利

出られません

1/19 夜～

3/1 朝

曾我部町

篠IC

第15店目

環境にやさしいお店

River Friendly Restaurants

「リバーフレンドリーレストラン」へようこそ

駅近で味わう本格イタリアン

アザレア

Azalea

扉を開けるとピザのいい香りが食欲をそそる、ホテルの1階に店を構えるレストランです。

シェフの前田さんにリバーフレンドリーレストラン登録の経緯を伺うと、「店の前の広場で遊ぶ子どもたちにお水を提供できたらと『給水スポット』に登録したのがご縁です」と話されました。

また、食べられなかった分は持ち帰りOKにされており、フードロス対策にも取り組まれています。

ピザ釜で焼き上げる熱々のピザがお店のイチオシ。ぜひご賞味ください!

お店の情報

地図も掲載

亀岡駅北1丁目7-7

サンロイヤルホテル亀岡駅前 1F

☎ 0771-23-1100

🕒 午前11時～午後9時(月曜日・年始定休)

🚗 有料(近くのコインパーキングを利用してください)

リバーフレンドリーレストランとは?

ごみを減らす、リサイクルに取り組む、給水スポットに登録するなどの一定の条件を満たすお店を認定する亀岡市独自の制度です。

登録店舗募集中!

問 環境政策課 ☎ 21-9340

健康けいじばん

事業名・とき

ところ

対象・内容など

申し込み・問い合わせ

キラリ☆ココカラ介護予防塾

①1月21日(水)、午後2時～3時30分

②1月26日(月) 午前10時～11時30分

①ガレリアかめおか

②市役所1階市民ホール

運動を中心とした介護予防の入門講座

対 65歳以上 定 20人

持ち物

筆記用具、飲み物、タオル(首に掛けられる長さ)

開催日の1週間前までに、電話か申し込みフォームから健康増進課

☎ 25-5004

申し込みフォーム

献血のお願い

体重が50kg以上で、男性は17～69歳、女性は18～69歳の健康な人(65歳以上の献血については、60～64歳の間に献血経験のある人)に限ります(400ml献血限定)。

所 カインズ亀岡店(大井町) 時 1月24日(土)午前9時30分～11時45分/午後1時～3時30分

所 保健センター 時 1月28日(水)午前10時～11時30分/午後0時45分～3時30分

所 アル・プラザ亀岡(篠町) 時 2月8日(日)午前9時30分～11時45分/午後1時～3時30分

ご意見・ご感想をお聞かせください

広報クイズ

2026年9月18日から52日間開催される第43回全国都市緑化フェア in 京都丹波の愛称は？

京都丹波〇〇〇の里まつり

正解者の中から抽選で5人に図書カードをプレゼント!

「クイズ」

〇〇に入る文字はなんでしょう。

「ご意見・ご感想」

今月で、よかった・ためになった記事とその理由を教えてください。

ウェブページからの応募はこちら↓

はがきの場合、クイズの答え、ご意見・ご感想、住所、氏名、年代、電話番号を書いて〒621-8501(住所不要)市広報プロモーション課へ。

【締め切り】令和8年1月31日(土)必着

広報かめおか12月号広報クイズの答え「ヤングケアラー」でした。たくさんのお応募ありがとうございました。

サンガ×亀岡 NEWS 55

史上最高のサンガ!感動をありがとう!

2025シーズン J1リーグ 3位!!

1年間の総観客数 328,133人

(YBCルヴァンカップ・天皇杯含む)

12月6日のホームで迎えた最終戦、ヴィッセル神戸戦を、2-0の完封勝利で締めくくったサンガ。

シーズン前の壮行会で曹監督が語った「タイトルを取る」という力強い宣言どおり、サンガは1年を通して「サンガらしいアグレッシブなサッカー」を貫いてくれました。

選手・スタッフのみなさん、感動をありがとう。そして、来シーズンこそタイトルへ!

シーズンを通じて総力戦で粘り強く戦い抜き、惜しくもタイトルには届かなかったものの、今年のサンガは京都全体、そして亀岡を大きく盛り上げてくれました!

無料相談カレンダー 2026年 1月10日～2月9日

掲載している行事・案内などは開催の延期・中止をすることがあります。

1/13(火)	●特設人権相談 第2・4月曜日実施(祝日の場合は翌日)	午後1:30～4:30 / 市役所2階200会議室 申 問 市役所5階人権啓発課 TEL 25-5018 FAX 22-6372
14(水)	●法律相談 《先着9人・前日までに予約を》	午後1:30～4:40(1人20分) / 市役所1階市民相談室 申 問 市役所1階市民課市民相談係 TEL 25-5005 FAX 25-5021
15(木)	●行政相談 ●交通事故巡回相談 《前日までに予約を》 ●女性の相談室 フェミニストカウンセリング 《先着3人・予約制》 ●障害者相談員による定例相談会	午後1:30～4:00 / 市役所1階市民相談室 申 問 市役所1階市民課市民相談係 TEL 25-5005 FAX 25-5021 午前9:00～11:30、午後1:00～4:30 / 南丹広域振興局(亀岡総合庁舎)3階第5会議室 問 南丹広域振興局総合案内相談コーナー TEL 22-0108 FAX 24-4683 ①午前10:30～②午前11:30～③午後0:30～(1人50分) / 総合福祉センター3階相談室 申 問 市役所5階人権啓発課 TEL 25-7171 FAX 22-6372 午後1:00～3:00 / 亀岡市総合福祉センター2階 団体事務室 問 市役所1階障がい福祉課 TEL 25-5189 FAX 25-5511
16(金)	●京都府ナースセンター出張相談窓口	午後1:30～4:00 / ハローワークプラザかめおか(安町) 申 問 京都府ナースセンター TEL 075-222-0316 FAX 075-222-0528
17(土)	●不動産相談 《予約不要》 ●建築相談 《予約不要》	午後1:30～3:30 / ガレリアかめおか2階研修室 問 市役所2階都市計画課 TEL 25-5047 FAX 23-5000 午後1:30～3:30 / ガレリアかめおか2階研修室 問 市役所2階建築住宅課 TEL 25-5089 FAX 23-5000
18(日)	●LGBTQ+相談窓口個別相談会 《予約制》	①午後2:00～②午後3:00～(1人50分) / 総合福祉センター3階相談室 申 問 市役所5階人権啓発課 TEL 25-5075 FAX 22-6372 jinken-keihatsu@city.kameoka.lg.jp
21(水)	●法律相談 《先着9人・前日までに予約を》 ●行政書士による無料相談会 (相続・遺言、不動産関係、外国人の生活など)	午後1:30～4:40(1人20分) / 市役所1階市民相談室 申 問 市役所1階市民課市民相談係 TEL 25-5005 FAX 25-5021 午後1:30～4:00 / ガレリアかめおか2階研修室 申 問 京都府行政書士会 TEL 075-692-2500
22(木)	●カウンセリング@ホーム (若者の相談室)《先着2人:予約制》 ●税務相談 《相談日1週間前の午前中までに予約を》	午後7:00～9:00(1人50分) / 総合福祉センター3階相談室 申 問 総合福祉センター内勤労青少年ホーム TEL 24-0294 FAX 24-3071 ※託児、手話通訳、要約筆記も受け付けます。 午後1:30～4:30 / 亀岡商工会議所 申 問 (公社) 園部納税協会 TEL 0771-62-0039
26(月)	●特設人権相談 第2・4月曜日実施(祝日の場合は翌日)	午後1:30～4:30 / 市役所2階200会議室 申 問 市役所5階人権啓発課 TEL 25-5018 FAX 22-6372
27(火)	●多重債務無料法律相談 ●ひとり親家庭自立支援センター巡回相談 《10日前までに予約を》	午後5:00～6:30 / 南丹市園部文化会館 申 問 市役所1階市民課市民相談係 TEL 25-5005 FAX 25-5021 午前10:00～午後4:00 / ハローワークプラザかめおか(安町) 申 問 京都府ひとり親家庭自立支援センター TEL 075-662-3773
28(水)	●法律相談 《先着9人・前日までに予約を》	午後1:30～4:40(1人20分) / 市役所1階市民相談室 申 問 市役所1階市民課市民相談係 TEL 25-5005 FAX 25-5021
29(木)	●税務相談 《相談日1週間前の午前中までに予約を》	午後1:30～4:30 / 園部納税協会 申 問 (公社) 園部納税協会 TEL 0771-62-0039
2/4(水)	●法律相談 《先着9人・前日までに予約を》	午後1:30～4:40(1人20分) / 市役所1階市民相談室 申 問 市役所1階市民課市民相談係 TEL 25-5005 FAX 25-5021
5(木)	●カウンセリング@ホーム (若者の相談室)《先着2人:予約制》	午後7:00～9:00(1人50分) / 総合福祉センター3階相談室 申 問 総合福祉センター内勤労青少年ホーム TEL 24-0294 FAX 24-3071 ※託児、手話通訳、要約筆記も受け付けます。
6(金)	●司法書士相談 《予約優先》 (登記・相続・成年後見など)	午後6:00～9:00 / ガレリアかめおか2階研修室 申 問 京都司法書士会事務局 TEL 075-255-2566 HP https://siho-syosai.jp/
7(土)	●女性の相談室 フェミニストカウンセリング 《先着3人・予約制》 ●不動産相談 《予約不要》 ●空き家相談会 《予約不要》 ●建築相談 《予約不要》	①午前10:30～②午前11:30～③午後0:30～(1人50分) / 総合福祉センター3階相談室 申 問 市役所5階人権啓発課 TEL 25-7171 FAX 22-6372 午後1:30～3:30 / 市役所1階市民ホール 問 市役所2階都市計画課 TEL 25-5047 FAX 23-5000 午後1:30～3:30 / 市役所1階市民ホール 問 市役所2階都市計画課 TEL 25-8520 午後1:30～3:30 / 市役所1階市民ホール 問 市役所2階建築住宅課 TEL 25-5089 FAX 23-5000
9(月)	●特設人権相談 第2・4月曜日実施(祝日の場合は翌日)	午後1:30～4:30 / 市役所2階200会議室 申 問 市役所5階人権啓発課 TEL 25-5018 FAX 22-6372

2月10日(火)以降の開催で予約が必要な相談

2/20(金)	●相続相談 《先着5人、2月2日午前9時から予約受付》	午後1:30～4:20(1人30分) / 市役所1階市民相談室 申 問 市役所1階市民課市民相談係 TEL 25-5005 FAX 25-5021
---------	--------------------------------	--

常設の無料相談

■の開設日は月～金曜日です(祝休日、年末年始を除く)。●はガレリアかめおかの開館日に開設します。

- 市民相談 午前9時～正午、午後1時～4時30分(閉庁日を除く毎日)
／市役所1階 市民課 市民相談係 問 TEL 25-5005 FAX 25-5021
- 消費生活相談 午前9時～正午、午後1時～4時30分(閉庁日を除く毎日)
／市役所1階 消費生活センター 問 TEL 25-5005 FAX 25-5021
- 女性の相談室 一般相談(電話・来所) 午前10時～午後4時(閉庁日を除く毎日)
／市役所5階 人権啓発課 問 TEL 25-7171 FAX 22-6372
- 国民年金相談 午前9時～正午、午後1時～4時(閉庁日を除く毎日)
／市役所1階市民課 国民年金係 問 TEL 25-5020 FAX 25-5021
- 生活相談(生活困窮など) 月曜日～金曜日(土・日曜日、祝休日、年末年始を除く)
午前9時～正午、午後1時～5時 / 亀岡市生活相談支援センター 問 TEL 56-8039
- 福祉なんでも相談窓口・亀岡市ひきこもり相談支援窓口
月曜日～金曜日(土・日曜日、祝休日、年末年始を除く)午前9時～午後5時
／市役所1階地域福祉課 地域福祉係 問 TEL 25-5029

- 亀岡市ひきこもりサポート事業相談窓口
月曜日～金曜日(土・日曜日、祝休日、年末年始を除く) 午前10時～午後4時
／学びの森(南つつじヶ丘) 問 TEL 20-6562
- (福)亀岡市社協福祉総合相談
月曜日～金曜日(土・日曜日、祝休日、年末年始を除く) 午前9時～午後4時30分
／ガレリアかめおかふれあいプラザ内 (福)亀岡市社会福祉協議会(余部町) 問 TEL 23-5110 tiikufukusi@fukukame-net.or.jp
- 家庭児童相談
月曜日～金曜日(閉庁日を除く) 午前9時～正午、午後1～4時
／亀岡市保健センター(BCome+)内 こども家庭課 こども支援係 問 TEL 25-5138
- 外国人住民の生活相談(多言語相談)
ガレリアかめおか開館日(第4木曜日、年末年始)を除く毎日 午前10時～午後4時
／ガレリアかめおか3階 かめおか多文化共生センター 問 TEL 56-8160 FAX 56-8165 kameokatabunka@gmail.com

※「QRコード」は(株)デンソーウェブの登録商標です。

発行：亀岡市／市長公室広報プロモーション課
TEL 0771・22・3131(代) FAX 0771・24・5501
〒621-18501 亀岡市安町野々神8番地
office@city.kameoka.lg.jp

「広報かめおか」令和8年1月号

No. 054

ともに生きる



プラごみゼロ

亀岡市ホームページ



亀岡市
イベントカレンダー



亀岡市公式
SNSなどのリンク集



UD FONT 広報かめおかは、ユニバーサルデザインフォントを使用しています。