

平成29年(2017年)10月1日発行



宇治市政だより
[毎月1日・15日発行]

広報

うじ

宇治市政だより
リニューアル!



極
×
抹茶
||
宇治



INDEX [もくじ]

- 02 宇治と抹茶
- 06 子育てを地域 みんなでお手伝い
ファミリー・サポート・センター
- 08 子育て応援コーナー
- 12 高齢者等インフルエンザ
予防接種が始まります

宇治 抹茶と

本市は宇治茶発祥の地です。

13世紀初め、宇治に、僧の明恵上人が茶を伝えました。室町時代には喫茶の習慣が広がり、宇治茶は一級品の贈答品とされました。16世紀後半になると、宇治

では「覆下栽培（おおいしたさいばい）茶園を

遮光資材で覆い一定期間光を遮断し育てる方法」と呼ばれる栽培法が開発され、鮮やかで濃緑色のあ

るうまみの強い茶が生まれ、日本随一の評価を得るようになりまし

た。

宇治の抹茶について、28年度の全国茶品評会のでん茶の部

で農林水産大臣賞を受賞された白川の茶農家5代目の辻喜代治さんと、市内の茶問屋4代目の桑原秀樹さんに、「宇治と抹茶」について語っていただきました。

宇治の抹茶で「おもてなし」をしてみませんか。

先人たちの
伝統製法を受け継ぎ、
創意工夫を重ねる

白川の茶農家5代目
辻喜代治さん

「量ではなく質を。」が、宇治茶のあるべき姿だと先代の父からも教わりました。

宇治の碾茶てんちゃの特徴は、「覆下栽培」と二年に一度だけの人の手による丁寧な摘採てくさいです。一年を通して茶樹に養分を与え、一番茶（その年最初に育った新芽を摘んで作ったお茶）にいかにしてアミノ酸（うま味）を逃がさないように覆いをして遮光し、ピークの時に人の手で摘採をする。この栽培方法は昔から全く変わっていません。科学的にも立証される理に適った先人の教えを丁寧に守っています。その上で現在の気候への対応など様々な創意工夫を宇治の茶農家は行っています。全国の色々なお茶の産地を見てもありますが、宇治の茶農家の栽培レベルは全国随一です。



覆下栽培が行われている辻喜代治さんの茶園



二重の遮光ネットやよしずで日照が調整されている

1年365日の結晶

遮光を行うのが1日早い。雨のため摘採が1日遅れる。それだけで出来具合は大きく変わります。そのため、毎日、365日、芽を観察して、摘採の直前は、実際に茶葉を食べてテイスティングし、摘採の時期を判断します。

結果の答え合わせは一年に一度だけです。自然は毎年同じ条件ではありません。理想とする状態に対して自然から受ける「ふり幅」をいかにして小さくするか、経験と技術で挑んでいます。

そうして出来た28年度の碾茶は数十年に一度の出来でした。一昨年(27年度)の一番茶を摘んだ後から、摘採まで全ての

タイミングが理想的でした。来年度以降、これに近づけるのが目標となりますし、もっと良いものが出来るという意欲を持っています。

挫折

— 失敗から学んだこと —

茶作りを始めた20歳代の頃、初めて出品茶を作りました。「お茶は畑のフォアグラ」と言われます。大量の肥料を与え、100%に近い遮光をした結果、驚くようなお茶が出来ました。しかし、一度植えつけたら永年収穫が出来るお茶の木を、一帯全て枯らせてしまいました。当時はすごくショックでしたが、お

この地で、こういうものを作りたいかという理想をしっかりと持って、例年より雨が多い時や猛暑が続くなど最近の気候への対処法は、宇治の茶農家が一体となって考えています。今年度出来た茶より、来年度はもっと品質の高い茶を。再来年度は更に品質の高い茶を作りたい。先人から受け継いできたものを自分も次の世代へと繋げていかなければならない。そういう思いで、栽培に適した土壌、気候風土のこの宇治で、労を惜しまずに最高品質の碾茶を作り続けていくから、宇治の抹茶はいつの時代でも変わらず最高級なのです。

茶の木はここまでやったら枯れてしまう、という上限を知りました。上限を知った経験は今に活かしています。それを20歳代で知ることが出来たのは、今となっては良かったと思っています。

至極である理由

まず、宇治の土壌、宇治川がつくりだす気候は、お茶を栽培するには最適です。この地を選んだ先人には本当に頭が下がります。

ちょっと股

その1

抹茶は高い？

1缶(30g) 千円〜2千円程度の宇治抹茶の場合、1服(1杯)あたり1・5gで点てた場合、1服50円〜100円です。自分で点てれば高級な宇治抹茶でも高くないのです。

道具も必ず必要なものは茶筌だけです。概ね2千円程度のもので選ぶと良いでしょう。



辻喜代治さんが丹精を込め育てた、碾茶「あさひ」

宇治市の人こそ 宇治市産のお茶に触れてほしい

後継者が少なくなってきたこと等が原因で、宇治における茶の耕作面積も減少しています。歯止めをかけなければなりません。そのためには、この宇治に住んでいる人にこそ、この地で採れるお茶は世界最高峰であることを知って欲しい。宇治産の抹茶は渋くありません。それはいわゆる抹茶に限らず、スイーツ等何でもいいため体験していただきたい。抹茶の概念が変わります。これは全国でも宇治でしか出来ない技術なのです。また、次世代に引き継いでいくことが

必要です。宇治市の市民が皆、日本茶インストラクターになるくらいお茶に触れていただきたいという思いで宇治茶のPR活動も行っています。特に味覚が優れている幼少期から宇治の抹茶・碾茶に触れていただきたいとの思いで小学校の授業にも宇治市の茶農家は協力しています。大人になって宇治市出身と言ったとき、話はしばしば宇治茶の話になります。その時にしっかりと宇治茶のことを話せるようになって欲しいと思います。

辻喜代治さん

宇治白川の茶農家「辻喜」の5代目。
平成28年第70回全国茶品評会てん茶の部 農林水産大臣賞を受賞。この碾茶は、関係者に数十年に1度の出来と言われる。



ちょっと股

その2

小学校でお茶を学ぶ

市では小中一貫教育の特色ある教育活動として、小学3年生（中学3年生まで「宇治学」（総合的な学習）を行っています。

「宇治で学ぶ、宇治を学ぶ、宇治のために学ぶ」というコンセプトに沿って、小学3年生では、実際に抹茶を点てる体験活動を取り入れながら、宇治茶の学習をしています。将来的にふるさと宇治でも活躍が出来る人材の育成に力を入れる、国内でも珍しい取り組みです。

ちょっと股

その3

宇治茶振興のため

「宇治茶の普及とおもてなしの心の醸成に関する条例」を制定しています

平成26年に制定した条例では宇治市民に、宇治茶の伝統・文化や健康に対する効果への理解を深めること、宇治茶振興に関する取り組みに積極的に参加すること、おもてなしの心をもって来客を迎え宇治茶を振る舞い宇治茶の魅力を伝えることなどが書かれています。

茶農家とともに

—ホンモンにこだわる—

桑原 秀樹 さん

(株)桑原善助商店代表取締役社長で、
NPO法人日本茶インストラクター協会
元副理事。

平成24年に「抹茶の研究」を発刊し、
第22回紫式部市民文化賞を受賞。

宇治の茶業

どの産業にも言えるかもしれませんが、ものを作る「生産者」、生産されたものを売る「販売業者」、そしてそれを買う「消費者」の三者がいる中で、一者だけが「得」をする産業は長続きしません。宇治の茶業が発展し続けるためには、この三者が得をする状態を作らないといけません。生産者の「茶農家」と加工・販売する「茶問屋」だけが得をするのではなく、購入する「消費者」がその茶の品質に「納得」をする。そのためには、宇治では最高級の抹茶を提供出来すよ、という状況を作らないといけません。茶農家から安く買い問屋だけが儲かり、更には品質の悪いお茶を消費者に提供しては、茶業の発展はありません。

ニセモノとの戦い

宇治の抹茶は茶道につながる文化性の高く、高質なイメージがあるため、宇治抹茶入りのお菓子は高級感が出てよく売れます。しかし、よく売れると「ニセモノ」が出てきます。宇治抹茶の名前で、あまり質が良くない抹茶が使われます。これは宇治の碾茶は使われていません。その「ニセモノ」の味が「宇治市内の茶農家」が作る最高級の碾茶を石臼で挽いた抹茶のイメージで消費者には伝わってしまいます。「ニセモノ」がまかり通らないような状況になったら、抹茶のお菓子を食べて嫌いになるということがなくなるのでは。江戸時代からの宇治茶の歴史を見ても「ニセモノ」との戦いでした。宇治はずっと「ホンモン」にこだわり続けてきました。ずっと宇治の抹茶の品質を守ってきたのです。宇治は今後も品質を守っていかなければならぬ産地です。最高級の茶を作るのが宇治における茶業なのです。



COLUMN

抹茶を楽しむ



「抹茶を点てる」という行為はとても敷居が高いと思われがちです。行儀・作法があり、それを知らなければ、点ててはいけないと思う人は多いのではないのでしょうか。しかし、親しい友人をおもてなしする時や家族でたしなむ時は、もっと気軽に抹茶を楽しんでみてはいかがでしょうか。日本茶インストラクターの辻三和子さんに初めてでもおいしく家庭で抹茶を楽しむ方法を教わりました。宇治市公式YouTube「City of Uji(宇治市ちはや茶んねる)」で動画で見ることが出来ます。

また、実演いただいた日本茶インストラクターの辻三和子さんが次の講座を開催します。



日本茶広場 お茶とお菓子のマリアージュ

時 10月18日(水)午前10時~正午
所 宇治公民館
¥ 1000円
申 辻三和子さん(☎090-3656-6312)

次の施設では、本場の宇治茶と季節のお菓子をお点前体験を通じて楽しめます。



宇治市営茶室 対鳳庵

- 営業時間/午前10時~午後4時
- 定休日/なし(年末年始を除く)
- 所在地/宇治塔川1-5



宇治茶道場 匠の館



- 営業時間/午前11時~午後5時
- 定休日/水曜日
- 所在地/宇治又振17-1





子育てを地域のみんなでお手伝い

ファミリー・サポート・センターをぜひご利用ください

☎ファミリー・サポート・センター
(039・93309)

ファミリー・サポート・センターとは？

ファミリー・サポート・センター(ファミサポ)は、「子育て等の手助けをしてほしい人(依頼会員)」を「子育て等のお手伝いをしたい人(援助会員)」がサポートする組織です。同センターでは、依頼会員から援助会員への橋渡しを行っています。

まず会員登録を

ファミサポを利用するには、まず依頼会員の登録(無料)が必要です。登録は、同センターまたはごども福祉課窓口へ。



ファミリー・サポート・センターのシステム

対象

産前2か月の妊娠から小学6年生までの子どものいる方



依頼会員

子育て等の手助けをしてほしいときに援助を依頼できます

対象

子育て等の援助を行うことを希望する18歳以上の方



援助会員

日時の都合がつくときに子育て等をサポートしていただきます

④ 援助

援助会員が援助活動を行います

⑤ 利用料金の支払い

利用料金を支払います

③ 援助会員の紹介

援助活動を行ってくれる援助会員を紹介

⑥ 援助活動報告

援助会員はセンターに活動報告をします

① 援助依頼

電話またはEメールで希望する援助内容や日時等を伝えてください



宇治市
ファミリー・
サポート・センター

② 援助活動依頼

依頼内容に応じられる援助会員に依頼

援助の内容

●子どもの預かり等

《援助内容》保育終了後や保護者のリフレッシュの際の子ども預かり、保育所や小学校、習い事等までの送り迎え、宿泊での預かり(2歳以上1泊に限る)他

☎生後2か月〜小学校6年生

《主な活動場所》援助会員の自宅

●家事等支援

《援助内容》赤ちゃんのお世話、きょうだいのお世話や送り迎え、買い物・掃除・洗濯・食器洗い他

☎産前2か月〜1歳に達するまで

《主な活動場所》依頼会員の自宅

援助活動の利用料金

◆月〜金曜日の午前7時〜午後8時…1時間700円

◆右記以外の時間帯、土日祝、年末年始…1時間800円

◆午前0時までには援助を開始した場合の午前0時〜7時…1回2800円



無料利用券を ご利用ください

市では、母子健康手帳等の配布時にファミサポの無料利用券を配布しています。産前2か月から子どもが就学するまで使用出来ます。

援助会員も 募集中です



援助活動をするためには、援助会員の登録とセンター主催の講習会及び普通救命講習の受講が必要です。

援助会員講習会

☎10月5日(木)午前9時半〜午後4時半(受付は午前9時15分)

☎ゆめりあうじ

☎市内在住で18歳以上の人

☎市職員

☎10月3日(火)までに電話で、ファミリー・サポート・センターへ

普通救命講習会

心肺蘇生法(胸骨圧迫・人工呼吸・AED実技等)の講習会を行います。

☎10月21日(土)

午前9時半〜

午後0時半(午前9時15分集合)

☎伊勢田救急出張所

☎市内在住・在勤・在学の人

☎25人

☎10月2日(月)から電話で、
警防救急課 ☎39-9403へ



子育て講座

笑顔で子育て

～子育てについてみんなで
おはなししましょう!～

手遊びやふれあい遊びを子どもと一緒に楽しめます。触れ合いを通して、子どもの成長を感じてみませんか。

☎10月13日(金)午前10時〜11時半

☎ゆめりあうじ

☎市内在住の就学前の子と親

☎20人

☎辻淑子さん(小倉双葉園保育所元所長)

☎10月2日(月)〜12日(木)に、
地域子育て支援基幹センター
☎39-9109へ



子育て応援コーナー

子育てに関する旬な情報をお伝えします。子育て情報誌・市HP内の子育て支援事業カレンダー・LINE@でも情報を発信しています。合わせてご確認ください。



宇治市の子育て支援に関する情報をお届けするLINE@公式アカウントです。QRコードをスマートフォン等で読み込んでください。

子どもと一緒に遊びに行こう 就学前のお子さんと保護者の方が気軽に集い、遊べる場を紹介します。

でまえひろば 岡地域子育て支援基幹センター ☎39-9109
同センターの職員がおもちゃを持って地域の施設に出向き、ひろばを開きます。

ところ	とき
木幡地域福祉センター	10月19日(木)9時30分～12時
南宇治コミュニティセンター	10月26日(木)9時30分～12時※
槇島コミュニティセンター	11月2日(木)9時30分～12時

※10時30分～11時は出張おはなし会「でまえひろばに西宇治図書館がやってくる!」を実施。

園庭開放 岡地域子育て支援基幹センター ☎39-9109
保育所等の広い園庭を遊び場として開放します(雨天の場合はそれぞれ対応が異なります)。

ところ	とき	雨天時
登りこども園	10月10日(火)・21日(土) 10時～11時30分	児童館
宇治保育所	10月13日(金)10時～11時	中止
大久保保育所	10月13日(金)10時～11時30分	中止
同胞保育園	10月17日(火)・24日(火)・31日(火) 10時～11時30分	室内
西小倉保育所	10月18日(水)10時～11時30分	中止
小倉双葉園保育所	10月19日(木)10時～11時30分	支援センター
なかよし保育園	10月19日(木)10時～11時30分	支援センター
木幡保育所	10月20日(金)10時～11時	中止
善法保育所	10月23日(月)10時～11時30分	室内
北木幡保育所	10月25日(水)10時～11時	中止

その他ひろば・サロンなど

事業名・問い合わせ	ところ・とき	その他
おやつこらんど 岡生涯学習センター ☎39-9500	所 生涯学習センター 時 10月19日(木) 10時～11時30分	対 乳幼児と保護者 内 「めばえ青りんごの会」による交通安全教室、リズム遊び、パラバルーン、体操など
赤ちゃんサロン 岡社会福祉協議会 ☎22-5650	所 総合福祉会館 時 10月26日(木) 10時～12時	対 妊婦、生後1～4か月までの子と親 内 ミニプログラムと参加者同士の交流タイム。動きやすい服装で参加してください。 料 200円 持 バスタオル
赤ちゃん広場 岡社会福祉協議会	所 総合福祉会館 時 10月6日(金) 10時～12時	対 生後5～8か月の子と親 内 ミニプログラムと参加者同士の交流タイム。動きやすい服装で参加してください。 料 200円 持 バスタオル
赤ちゃんパーク 岡社会福祉協議会	所 総合福祉会館 時 10月20日(金) 10時～12時	対 生後9～12か月の子と親 内 ミニプログラムと参加者同士の交流タイム。動きやすい服装で参加してください。 料 200円 持 バスタオル
おしゃべり キャッチボール 岡社会福祉協議会	所 総合福祉会館 時 10月12日(木) 10時～11時30分	対 宇治市に転入して1年以内の、妊婦と3歳までの子を持つ親 内 参加者同士の交流・情報交換

休日・夜間などの急患診療 病気やけがにより緊急で医療が必要な場合利用出来ます。

休日急病診療所 ☎39-9430 FAX 39-9432

場 所	うじ安心館5階(内科・小児科・歯科)
診 療 日	日曜・祝日および振替休日 年末年始(12月31日～1月3日、歯科のみ12月29日～)
受付時間	9時30分～11時30分 13時～16時30分

小児救急電話相談事業 ☎#8000 (つながらない場合は☎075-661-5596へ)

相談時間	19時～翌朝8時 (土曜は<祝日・年末年始を除く>は15時～)
------	------------------------------------

休日・夜間の小児救急体制

軽傷の場合は、まず休日急病診療所または小児救急電話相談を利用してください。

宇治徳洲会病院※1 ☎20-1111
田辺中央病院(京田辺市) ☎63-1111
男山病院(八幡市)※2 ☎075-983-0001



※1 = 宇治徳洲会病院は、不定期で実施しています。
※2 = 男山病院は、平日金曜の18時～翌朝8時。



予防接種については、市ホームページまたは子育て情報誌を確認してください。

事業	対象	ところ	とき	その他
3か月児健康診査	29年7月生まれ	健やかセンター	11月15日(水)・24日(金)・27日(月)・28日(火)	個別通知は10月20日頃に発送します。
10か月児健康診査	28年12月生まれ	市内指定医療機関 (個別通知に医療機関リストを同封)		個別通知は10月25日頃に発送します。
1歳8か月児健康診査	28年2月生まれ	健やかセンター	11月8日(水)・9日(木)10日(金)	個別通知は10月10日頃に発送します。
3歳児健康診査	26年5月生まれ	健やかセンター	11月17日(金)・20日(月)・21日(火)・22日(水)	個別通知は10月15日頃に発送します。
離乳食教室	29年6月生まれ	健やかセンター	11月30日(木) 13時10分～15時	☎11月1日(水)から、電話で保健推進課へ。
乳幼児相談	2か月～就学前	健やかセンター	11月2日(木)・6日(月) 9時30分～11時受付	計測、食事・育児・発達相談 お話しタイム、計測、保健師・栄養士による相談 (栄養士による相談は★印のみ)
		北部地域子育て支援センター※1	★10月12日(木)、11月21日(火) 9時50分～11時受付	
		東部地域子育て支援センター※1	10月13日(金)、★11月17日(金) 9時50分～11時受付	
		西部地域子育て支援センター※1	★10月25日(水)、11月22日(水) 9時50分～11時受付	
		南部地域子育て支援センター※1	★10月10日(火)、11月7日(火) 9時50分～11時受付	
		グリーンタウン 榎島中央集会所	★11月14日(火) 9時50分～11時受付	
パパママスタート	市内在住の妊娠期のパパとママ(片方のみの参加も可)	健やかセンター	11月18日(土)・27日(月) 10時～11時30分 (受付は9時45分～)	母子手帳の交付(27日(月)のみ)や、専門職による妊娠期の食事について等の話。平日のみ保育あり。 ☎土曜日のみ必要(※2)
			11月16日(木) 10時～13時 (受付は9時45分～)	保育あり。☎電話かEメール(※3)で保健推進課へ。
			11月18日(土) 10時～12時 (受付は9時45分～)	☎電話かEメール(※3)で保健推進課へ。
BCG予防接種	生後6か月～1歳	健やかセンター	11月7日(火)・29日(水) 13時15分～14時30分受付	問診票は3か月児健康診査時にお渡ししています。

※1=各地域子育て支援センターのみ、10月の日程も掲載しています。

※2=29年4月～受付をしているため、定員に達している場合があります。保健推進課へ問い合わせください。

※3=妊婦氏名・住所・電話番号・年齢・出産予定日、配偶者参加の場合はその氏名、保育希望の有無を☎papamama-start@city.uji.kyoto.jpへ。



平成28年10月生まれのお子さんを募集します。
応募はe-mailで受付中です。(応募締切10月3日必着)
詳細は市HPまで。



景観は皆さんの財産です。

～暮らす人も、働く人も、みんなで宇治市の景観を考え、守っていきましょう～

宇治市は源氏物語にも描かれた宇治川をはじめ、世界遺産である平等院や宇治上神社など、世界にも誇れる歴史的環境と豊かな自然が調和した美しい都市です。そしてこの景観は後世にも引き継がれるべき財産です。

景観を構成する要素の一つに、屋外に掲げられている広告物も含まれます。土地や建物などに掲出された広告物は、一般道からも見えるため、景観に影響を与えます。

市では、屋外広告物条例等を制定し、景観の保全に取り組んでいます。屋外広告物については必ず申請が必要です。申請方法や規制内容等、詳しくは、歴史まちづくり推進課へ問い合わせてください。

☎ 歴史まちづくり推進課 (☎20-8918)

屋外広告物とは…

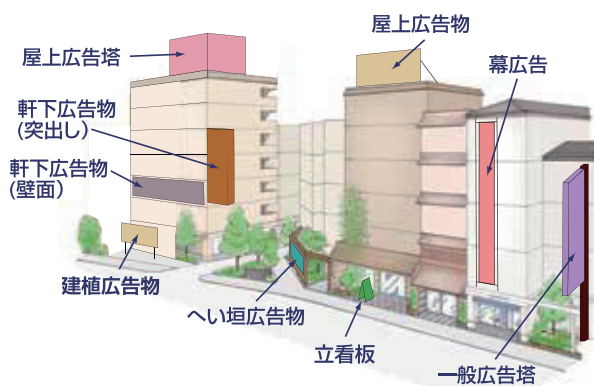
「常時または一定期間継続して、屋外で公衆に表示されるもの」で、看板や広告塔、はり紙などさまざまな種類があります。

安全管理の徹底を

平成 27 年 2 月に、札幌市でビルの看板が落下し、歩行者の頭部に当たる事故が発生しました。

広告物は雨風にさらされ、時間の経過と共に老朽化します。事故の被害を防止するため、広告物の所有者等は安全管理に努めることが重要です。

屋外広告物の種類



道路上の違反広告物の 一斉取り締まり

歩行者や車両の通行に支障となるため、電柱やガードレール等に掲出されている立看板、広告旗、貼り紙等の違反広告物の一斉取り締まりを行います。

10月11日(水)

午前9時半～午後4時(荒天時は翌日)
市道、宇治市域の府道・国道24号線

記号の説明

時=日時 所=場所 対=対象 定=定員 抽=応募多数の場合抽選 先=先着で受け付け 内=内容 講=講師 ￥=参加費・受講料
 持=持ち物 他=その他 申=申込方法 問=問い合わせ先 ※次の場合は記載していません (対)だれでも (定)なし (￥)無料 (申)不要

要介護3・4・5の高齢者を
 在宅で介護している人へ
**激励金3万円を
 支給します**

10月上旬に、一定の要件を満たしている人に申請書を送付します。

対29年10月1日(基準日)に次に該当する介護者

- ・介護を受けている高齢者(65歳以上)が28年10月1日以前から継続して要介護3以上の認定を受けており、120日以上在宅で介護を受けている

- ・介護者及び介護を受けている高齢者双方が28年10月1日以前から継続して宇治市に居住し、かつ住民登録をしている

- ・介護者が介護を受けている高齢者の配偶者か3親等内の親族であり、かつ同居または常時通って直接介護している

※右記以外にも条件があります。詳しくは健康生きがい課へ問い合わせてください。

申申請書を、10月20日(金)まで(必着)に、同課へ

問同課 ☎内線2329



宇治市
防災訓練を開催

災害はいつどこで発生するかを予測することは出来ません。災害が発生した時、行動が出来るように準備をしておきましょう。

本年度の防災訓練は、地震と豪雨による複合災害を想定しています。実際に訓練に参加し、防災意識と災害対応力を高めませんか。防災訓練は誰でも参加出来ます。

時10月15日(日) 午前9時～正午(荒天中止)

所東宇治中学校

内(予定)

- ・初動対応訓練
- ・市民参加型訓練・体験
- ・救助訓練
- ・自主防災組織展示等の各種展示
- ・自主防災リーダー避難所開設訓練
- ・外国人避難訓練等

問危機管理課 ☎39・9421



2017
緑化フェア

10月は「都市緑化月間」です。緑と爽やかな風の中でリフレッシュしませんか。当日は、入園料無料です。

時10月8日(日) 午前9時～午後4時

所植物公園

内次のとおり

- ◎グリーントーク(講演会)テーマ「育てる! トミー流ポタージュガーデンング術」(富山昌克さん(園芸研究家))
- ◎チューリップの球根無料配布(先着3千人)

- ◎緑のウォークラリービンゴ

- ◎緑のフリーマーケット

- ◎ミニ鉄道運行

- ◎お茶席

- ◎和太鼓演奏

- ◎マリネラ(ペルー伝統舞踊) 他

※当日、無料シャトルバス(同園～市役所北側駐車場)を運行します。

問公園緑地課 ☎20・8795) または植物公園 ☎39・9387)



高齢者等インフルエンザ 予防接種が始まります

インフルエンザは、高齢者がかかる
と、肺炎等の合併症を引き起こす確率が
高く重症化すると死に至ることもありま
す。ワクチンが十分な効果を維持する期
間は接種後約2週間後から約5カ月とさ
れているため、12月中旬までの接種が効
果的です。

接種日に次のいずれかに該当する宇治
市民

◎65歳以上の人

◎60歳～65歳未満の人で心臓・腎臓又は
呼吸器の機能障害で極度に日常生活が制
限される人及びヒト免疫不全ウイルスに
より免疫の機能に介助なくしては日常生
活がほとんど不可能な程度の障害がある
人(申請が必要です。高齢者等インフル
エンザ予診票を送付しますので、かかり
つけ医に確認後、健康生きがい課へ問い
合わせください)。

《接種期間》10月20日(金)～12月28日(木)
《接種場所》別表の協力医療機関(城陽
市・久御山町・伏見区の一部にも協力医
療機関があります。接種希望の医療機関
に確認してください)

《接種回数》1回

《接種費用》1500円

※健康保険証等の本人確認が出来るもの

免除制度

事前に申請すると接種費用(1500
円)が無料になる制度があります。
◎高齢者インフルエンザ予防接種の対象
者のうち、次のいずれかに該当する人

☎健康生きがい課 ☎内線 2332

免除対象者以外は申請不要です

29年度 高齢者等インフルエンザ予防接種 一部負担金免除申請書

◆宇治市にて、下記の内容を確認することに同意します。
◆接種後に一部負担金の免除申請をされても返金出来ません。

免除申請理由	該当する項目を○で囲んでください(該当しない人は申請できません) 生活保護世帯 市民税非課税世帯 中国残留邦人等 支援給付世帯		
接種希望者	(65歳以上) (1枚の申請書で同一世帯の方2名までお申込みできます)		
① 接種者氏名	ふりがな	生年月日	明治・大正・昭和 年 月 日
② 接種者氏名	ふりがな	生年月日	明治・大正・昭和 年 月 日
住民票のある住所	〒 - 宇治市 電話 ()		
◆上記接種希望者以外の20歳以上の【同一世帯の方】の名前・生年月日を記入してください			
※一部負担金免除には世帯全員の該当が必要です	氏名 (生年月日 年 月 日)	氏名 (生年月日 年 月 日)	
	氏名 (生年月日 年 月 日)	氏名 (生年月日 年 月 日)	
送付先	〒 - ※上記住所と違う場合のみ記入してください 電話 ()		

- ◎生活保護世帯
- ◎市民税非課税世帯
- ◎中国残留邦人等支援給付世帯
- ◎接種前に、「一部負担金免除申請書」を郵送か同課窓☎(〒611・8501 宇治 琵琶33)へ。また、12月15日(金)まで、行政サービスコーナー、コミュニティワーカーはた館・うじ館、玉池集会所でも取り次ぎます。確認後、免除者用の予診票を送付します。
- ※免除者用の予診票の発行に10日程度かかるため、余裕を持って申請してください。
- ※接種後に一部負担金の免除申請をしても返金出来ません。

記号の説明

時=日時 所=場所 対=対象 定=定員 抽=応募多数の場合抽選 先=先着で受け付け 内=内容 講=講師 参=参加費・受講料
 持=持ち物 他=その他 申=申込方法 問=問い合わせ先 ※次の場合は記載していません (対)だれでも (定)なし (参)無料 (申)不要



宇治市内の協力医療機関一覧

地域	医療機関名	地域	医療機関名	地域	医療機関名
六地蔵	小田部小児科内科医院	白川	不動園診療所	伊勢田町	ここのクリニック
	上口医院		京都ゆうゆうの里診療所		斎藤小児科医院
	じんのクリニック	宇治	宇治武田病院	開町	広田医院
	中村医院		宇田医院		かわもと整形外科クリニック
	杉の下整形外科クリニック		スワ診療所	大久保町	あさくら診療所
	ほそだ内科クリニック		田中診療所		小山内科医院
	六地蔵総合病院		都倉病院		芝野耳鼻咽喉科
	米田医院		服部医院		中村病院
木幡	大石医院		ひろかわクリニック		松田医院
	大石木幡医院		古川整形外科医院		上ノ山吉岡医院
	こう内科クリニック		べっぷ内科・整形外科クリニック	槇島町	宇治徳洲会病院
	小山医院		マキノ耳鼻咽喉科診療所		滝本整形外科
中西整形外科クリニック	増井医院	中山医院			
中西整形外科クリニック	村澤医院	西野医院			
平尾台	かどさか内科クリニック		やまもと医院	小倉町	今林医院
五ヶ庄	宇治病院	神明	とだ循環器内科クリニック		植田医院
	宇治おうばく病院		おかもと総合クリニック		宇治川病院
	藤井おうばく駅前内科クリニック	南陵町	南陵藤井内科		大嶋耳鼻咽喉科医院
	たのべ医院		中村医院		岡田医院
	中田医院	羽拍子町	こいずみ医院		笹平診療所
	橋本整形外科	琵琶台	関医院		完岡医院
	藤井医院		あづま整形外科クリニック		高嶋医院
	今井内科クリニック	広野町	高橋内科医院		西尾医院
菟道	上田診療所		竹中内科医院		二宮内科医院
	大石三室戸医院		徳岡医院	鉢嶺医院	
	谷口内科医院		村山医院	松田整形外科医院	
	土井内科	浅妻医院	宮本医院		
	原田医院	伊勢田町	えんや医院	山村内科	
	原田内科医院		おやいづ医院		
明星町	いかだ医院				

※城陽市・久御山町・伏見区(一部)の高齢者等インフルエンザ予防接種協力医療機関で接種できます(詳しくは接種希望の医療機関にご確認ください)。



他市町村・協力医療機関以外での接種

接種前に『予防接種依頼書』の発行手続きが必要になります。所定の用紙に、接種希望医療機関名・所在地・電話番号、接種する人の氏名・住所・生年月日を書き、郵送か同課窓口へ。

なお、接種料金は全額立替払いです。後日、払い戻し手続きが必要です(限度額あり)。

敬老訪問 いっまでも元気で

市長が101歳の 明田コハルさんを訪問

101歳(大正5年3月10日生まれ)の明田コハルさんを9月6日に山本市長が訪問しました。明田さんは玄関先まで軽やかな足取りで市長を迎えられ、市長からは、長寿をお祝いする言葉と共に花束が贈られました。

若い頃は魚をさばくのが得意で、マグロをさばいた経験もある明田さん。現在は、週3日程「デイサービス」に通い、算数をしたりカラオケをしたり、また、月2回程ショートステイを利用して日々活発に過ごされています。

市長から長寿の秘訣を尋ねられると、「好き嫌いせずになんでも食べる」と話されました。市長が「いっまでも元気です」と声をかけると「ありがとございます」と笑顔で握手を交わされました。

なお、市内の満100歳以上の高齢者は、9月6日現在で94人(男性14人・女性80人)です。

☎健康生きがい課(☎内線2347)



市政だよりへのご意見・ ご感想をお寄せください

10月1日号から宇治市政だよりをリニューアルしました。

アンケートは今後とも、市民の皆さんにとって、市政を身近に感じていただき、これまで以上に親んでいただける広報誌となるように、皆さんのご意見・ご感想を募集します。記事の内容、レイアウトや今後取り上げてほしい話題など、広報誌に関することなら何でも結構です。より良い誌面づくりのために率直なご意見をお聞かせください。ご意見・ご感想は、より良い広報誌づくりの参考にさせていただきます。

現在、次の2つのご意見・ご感想を募集しています。市HPからご回答ください。

- ①「宇治市政だよりのリニューアルについて」の読者アンケート
- ②「10月1日号について」の読者アンケート



ご意見・ご感想についてその他、はがき、ファクス、メールでも随時受付をしています。

《郵便》〒611-8501 宇治市宇治琵琶33 秘書広報課あて

FAX 20-8779

✉ obokoho@city.uji.kyoto.jp

戦没者追悼式

戦没者の霊を慰め恒久平和を祈念して追悼式(無宗教)を行います。

時 11月10日(金)午前10時半～11時半

所 文化センター小ホール

対戦没者の配偶者・子・父母・兄弟姉妹及び3親等以内の親族(付添人可)

申遺族会に加入している人は、遺族会等を通して申し込みを行ってください。加入していない人は、「追悼式参列申し込み」氏名(ふりがな)・

住所・電話番号・生年月日(年齢)・

戦没者の氏名・戦没者との続柄・利用する交通機関(市が運行するバス、

自家用車、その他)・付添人の有無

を、10月13日(金)まで(必着に、郵

送・電話・ファクス・Eメールか

地域福祉課窓口に(〒611・8501宇

治琵琶33 ☎ 21・0407

Chikitukushi@city.uji.kyoto.jp) <

☎地域福祉課(☎20・8730)



〈特別展〉

写真展 よみがえる明治の日本

今年は「明治 150 年」。宇治や京都を中心に、全国の風景や風俗を、写真館で撮影されたポートレート(肖像写真)、刊行・頒布された写真帖、絵はがき、ステレオグラム(立体視用写真)など、様々な資料から紹介します。

と き 11月19日(日)まで

休館日 月曜日(ただし10月9日(祝)は開館)

入館料 ◎200円

◎中学生以下、市内在住の70歳以上の人、障害者手帳等を持っている人=無料

◎関西文化の日(11月18日(土)・19日(日))=無料

問い合わせ 歴史資料館 ☎39-9260

歴史講座 1

ピンホールカメラを写そう。

ピンホールカメラを自作し、撮影する講座です。

と き 10月21日(土)午後1時~4時

ところ 中央公民館

定員 先着20人

講師 (一社)日本現代写真家協会

参加費 500円(材料費含む)

申し込み 10月3日(火)から、電話で歴史資料館へ

歴史講座 2

写真絵はがきにみる都市の近代 —別府の事例から—

と き 11月10日(金)午後2時~3時半

ところ 中央公民館

定員 先着80人

講師 松田法子さん(京都府立大学講師)

参加費 200円

申し込み 10月3日(火)から、電話で歴史資料館へ

歴史講座 3

〈特別展〉

写真展 よみがえる明治の日本(展示解説)

特別展のみどころを解説します。

と き 10月24日(火)午後2時~3時半

ところ 中央公民館

定員 先着80人

講師 歴史資料館職員

参加費 無料

申し込み 10月3日(火)から、電話で歴史資料館へ

特別展記念講演会

絵はがきから土地を考える

—宇治十帖から『ユーフォニアム』まで 今も続く聖地巡礼の旅—

と き 11月15日(水)午後2時~3時半

ところ 中央公民館

定員 先着80人

講師 細馬宏通さん(滋賀県立大学教授)

参加費 200円

申し込み 10月3日(火)から、電話で歴史資料館へ



UJISHIのコラム 各課からのコラムをご紹介します!

笑顔で健やか宇治のまち

(問 健康生きがい課)

管理栄養士が健康づくりや食育に役立つ情報をお届けします

食欲の秋を 楽しんでみませんか?

まずは楽しく〜!

「1日3度の食事が楽しみで待ち遠しい!」と感じる人はどのくらいいらっしゃるでしょうか? 食事が楽しくなる時を思い浮かべてください……

「誰かと一緒に食べる時」「おいしく料理が作れた時」「自分の好きなものを食べる時」「誰かに作ってもらった時」……人によって感じる瞬間は違いますが、食べることが楽しくなると、食も進みますね。まずは、食事の時間を楽しみましょう。

「ちよっと気にする」
そこが大切!



子どもの好き嫌い、大人のメタボや高血圧……食べることに悩みは尽きませんね。例えば、子どもの好き嫌いや食べる量は、親としてはとつても気になるところです。すくには子どもに伝わらなくても、「これどんな味がするのかな?」「あと一口食べてみよう」といつも少しだけ気にかけてあげること、そこが大切ではないでしょうか。うまくいかない時は「まずは楽しく〜!」と少し肩の力を抜いてみてください。大人でも、メタボや高血圧など健康に気を付けたい時は同じです。毎日気を付けて減塩・減脂・量は控えめ……と楽しく続けられる方は良いですが、なかなかそうはいかないものですよね。



毎日は難しくても、いつも頭の片隅に「味付けは薄く」「揚げ物は控えめに」「食べすぎず腹八分目」「野菜をとろう」とちよっと気にしておくことが大切なのではないでしょうか。

『食欲の秋』が きましたたよ〜!



秋に旬を迎える食材はたくさんあります。新米、さつまいも、きのこ、くり、柿りんご、さんま、さけなど……皆さんはどれがお好きですか? それぞれの食材には「旬」があり、栄養価が高く流通量も多くなり安価になります。また、私たちに季節の風を運んでくれますよね。おいしい食材にあふれるこの季節、ぜひ皆さんもご自身の手でおいしい食材を手に入れてみてください。稲刈りや芋ほり、果物狩りなど、普段なかなかできない体験も、たまには楽しんでみましょう。スーパーではなく、食材が育ったその場所で秋を感じてください。



家庭で地域で防災対策を (問 危機管理課)

地震!? Q. グラグラってきたらどうする?

- 1 家の中は危ない! 一目散に外へ逃げよう!
- 2 机の下に隠れて家具などの下敷きにならないようにしましょう!

どちらかな?



あなたならどうする??



さまざまな防災情報を お知らせします

1 を選んだあなたは… ざんねん…×

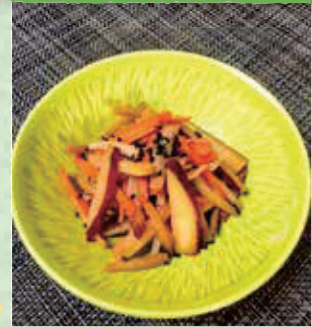
慌てて外に飛び出すと危ないわよ。建物の壁や、窓ガラス、瓦が雨のように降ってきて、その破片が道路を覆っていた!ということも。

2 を選んだあなたは… 正解!

家具が倒れ、本や食器が空中を飛んだ!机の下などに隠れて、身を守ってね!家具の固定をするなど、転倒しないような工夫も大切よ!

- 災害時の情報源は **FMSO** FM放送 88.8MHz
- 各家庭で3日分以上(できれば1週間分)の食料等を備蓄しましょう。

レッツ! エコ・リサイクル (問 ごみ減量推進課)



ごみゼロ レシピで ごみ減量!

野菜を皮ごと使うことで、大幅にごみを減量出来ます!

ごみ削減割合 **80%**
(※通常調理時と比較)

エコやリサイクル活動に 取り組んでみませんか

さつまいもきんぴら

1人分 70kcal

〈材料(4人分)〉

- ・さつまいも(皮ごと) …… 80g
- ・大根(皮ごと) …… 40g
- ・にんじん(皮ごと) …… 40g
- ・ごま油 …… 4g
- ・黒ごま …… 4g
- ・調味料A
砂糖 …… 4g
みりん …… 24g
濃口しょうゆ …… 8g

〈作り方〉

- ① さつまいも、大根、にんじんを4cmの長さの拍子切りにする。さつまいもは、水にさらしておく。
- ② フライパンにごま油を入れ、さつまいもを軽く炒めた後、大根とにんじんを入れてしんなりするまで炒める。
- ③ 弱火にして、合わせておいた調味料Aを②に加え、焦げないように味を絡ませる。
- ④ 仕上げに黒ごまを振り混ぜる。

《京都文教短期大学と共同考案》

[発行] 宇治市 [編集] 秘書広報課
〒611-8501 宇治市宇治琵琶 33 ☎22-3141(代表) FAX 20-8779

宇治市ホームページ
<https://www.city.uji.kyoto.jp/>



宇治市公式Facebook
<https://www.facebook.com/ujicity>



市の人口 [29年9月1日現在]	
・世帯数	83,101 世帯 (前月比 25 世帯増)
・人口	188,126 人 (前月比 68 人減)
・男性	91,288 人
・女性	96,838 人