

令和2年(2020年)9月1日発行



宇治市政だより

【毎月1日・15日発行】

September

9/1

第1847号

広報

うじ



INDEX [もくじ]

02 特集

09 新型コロナウイルス感染症対策

12 高齢者の皆さんへの支援施策

その命の
未来のために

1分1秒でも早く、必要としている人のもとへ



新型コロナウイルス感染症
に関する情報を掲載しています

●09ページ
プレミアム付デジタルクーポンを販売 他
●10ページ
感染予防のために 他

本誌「広報うじ」に掲載している情報は8月18日時点の情報です。最新の情報は、市ホームページで確認してください。

その命の未来のために

1分1秒でも早く、必要としている人のもとへ

JR木幡駅前での連携プレイ

森弘基さんの場合

駅の改札で定期券購入の申請書を書いていた時、「人が倒れた」という声が聞こえ、顔を上げたら、20〜30メートル先に人が倒れているのが見えました。私はとっさに駆け出し、気が付いたら、倒れている人の前に立っていました。まずは、倒れている人の首を支えながら慎重に体勢を整え、声を掛けて意識確認をし、頸動脈で脈の確認をしました。意識も脈もなかったため、周りの人に119番通報とAEDの手配をお願いして、胸骨圧迫（心臓マッサージ）を始めました。AEDの1回目の放電をした後、2回目の解析をしたところ、「使用は不要」と出たので、胸骨圧迫を続けながら救急車を待ちました。

以前に自分の父が心停止で倒れ、心肺蘇生の重要性を実感していたのと、理学療法士として医療現場で働く者として、「何かあった時は自分がなくてはならない」という意識があったため、突然のことにも対応出来たのだと思います。実際に心肺蘇生をするのは初めてのことで、「間違っているかも…」という不安はありました。でも、「心肺停止から1分経過するごとに10%救命率が下がってしまう。自分はこの手を放すことは出来ない。」という思いで行動していました。



宮本洋子さんの場合

「人が倒れた」という声に驚いてそちらの方を見ると、若い男性が駆け寄るのが見えました。その男性が、倒れている人の意識確認をした後、心臓マッサージを始めました。心臓マッサージをしながら、119番通報とAEDの手配を周りの人に依頼していました。私はAEDが駅にあることを思い出し、AEDの手配は駅員にお任せした方が良く、と思ったので、「119番通報します！」と大きな声で周りに知らせ、携帯電話から119番通報をしました。通報時は、通信指令員が丁寧にわかりやすく誘導してくれたおかげで、私も落ち着いて場所や状況を伝えることが出来ました。救急車が見えた時には、大きく手を振って場所を知らせました。

突然のことでしたが、普通救命講習を受けていたことが、役に立ったのだと思います。日常的にAEDの設置場所を意識して、確認しておくことも大切だと実感しています。



※新型コロナウイルス感染症対策として、身体的距離の確保、マスクの着用、こまめな換気を行いながら、インタビューを実施しました。写真撮影時のみ、マスクを外しています。



警防救急課
上川消防司令補の
いいねポイント

突然の出来事に遭遇し、自分の行動が正しいのか不安になるのは当然です。使命感を持って行動された森さんは、本当に素晴らしいと思います。

「その時」あなたはどうしましたか？

AEDの場所を確認するなど、日頃から意識していたことで、宮本さんや廣野さんは突然の出来事にも素早く対応出来たんですね。

JR木幡駅 駅員

廣野圭介さんの場合

当時、JR木幡駅で勤務中のことで、駅周辺に居た4〜5人が、走って駅員を呼びに来られました。ただごとではない雰囲気、私は駅に設置してあるAEDを持って、現場へ行きました。現場では、男性が心臓マッサージをされていた。私はAEDの使用を補助しながら、119番に電話をしました。

AEDはその時初めて使いました。AEDの使い方については、数年に1度、地域の普通救命講習などを受けて知識を得ていましたが、日常的に使うものではないので、正直なところ一人で使えたかという自信がありません。ただ、何かあった時にどうすべきか、講習で知識を得たり、頭の中でシミュレーションをしたりしていたので、突然のことでも体が動いたのだと思います。

1〜2週間後に、私は消防署に呼ばれ、倒れた方とそのご家族からお礼をさせていただき、退院して元気そうな姿を見ることが出来ました。



川崎弘明さんの場合

祖母に持病があり、私が小学生の頃から、年に何度か救急で搬送されていました。実際に私

自身が119番通報をしたのは、大学生の時でした。突然の発作があり、薬を飲んでも症状が治まらなかったため、両親の指示で119番通報しました。倒れた本人に意識があり、周りに家族もいたため、比較的落ち着いて対応出来たのだと思います。地域の消防団に所属しており、定期的に普通救命講習を受けているので、やるべきことは把握しています。ただ、意識のない家族に、一人で救命処置が出来るかと考えると不安があります。

川崎さんのこれまでの経験や、自分一人ではないという安心感から、落ち着いて対応出来たところが良かったですね。

自宅で起こった 突然の出来事

子どもの様子の急変に、家族はうろたえますよね。田中さんのご家族がそれぞれが出来たことの結果、役割分担が出来たところが良かったですね。

田中真也さんの場合



子どもが1歳頃の時、急に首がカクンと後ろに倒れて白目をむいているのに妻が気付きました。

た。私たち夫婦は軽いパニックのような状態のなか、慌てて119番通報しました。通報している間に、偶然来ていた私の母が子どもを鼻汁を吸い出し、子どもが呼吸を始めました。私は通信指令員に状況を説明し、救急隊に出勤してもらったこととありませんでした。突然の出来事でしたが、今考えると無意識にそれぞれが役割を分担していたように思います。

その日のうちに、かかりつけの小児科に受診して問題ないことを確かめました。



救急の現場から

「キーワード」をのがさない

小西 篤史 消防司令補

119番通報を受ける通信指令室では、通報時に必要な情報を聞き取り、消防隊や救助隊（レスキュー）との連携が必要なのか等、現場に向かう車両の編成を決め、出動指令を行います。通信指令室が救助隊に伝える情報により、その初動が決まります。迅速かつ正確に情報を聞き取り、それを救助隊に伝えられるよう努めています。

通報時は、まず住所を確認し、住所がわからなくても、目印になる建物など、場所が特定出来る情報を伝えるようにしてください。

場所や状況がわかれば、通話と並行して出動指令を行います。救助隊の出動後でも、通報者との会話等から得た情報を無線で救助隊に伝え、必要な資器材等の準備がスムーズに出来るよう情報の共有を図ります。

いつもと違う様子や、突然の異変を感じたときは、迷わず119番通報してください。通信指令員が必要な事項を聞きまですので、誘導に従い、落ち着いて話すようにしてください（一般的な聞き取り例は7ページに掲載しています）。

1秒でも早く駆け付けたい

救急救命士 牧野 正嗣 消防副士長

救急隊の仕事は、重い病気やひどいけがをした人のもとへ1秒でも早く駆け付け、生命を維持させたまま医療機関へ搬送することです。救急隊の存在が、助けを求めている人にとって、安心と生命維持につながった時、救急救命士としてのやりがいを感じます。

傷病者の状況によって緊急度は異なります。例えば、心肺停止の場合は救急救命処置が1分遅れると約10%の生存率低下につながり、窒息の場合は1秒単位で命の危険が迫ります。また、脳梗塞の場合は発症から4.5時間以内の治療により、後遺症の残らないレベルの回復が期待出来ます。一刻も早い病院への搬入が救命や後遺症の有無、社会復帰のスピードを決めていくのです。



脳梗塞は時間との戦い

医療法人 徳洲会 宇治徳洲会病院院長

末吉 敦先生

宇治徳洲会病院は、一次救急や二次救急では対応できない重症・重篤患者に対し高度な医療技術を提供する三次救急医療機関です。同病院では、救命救急センターを設置し、24時間体制で救急患者の受け入れを行うと共に、救急の受け入れ100%を目指しています。院長の末吉先生に、救急車の適正利用についてお話を伺いました。

救急車が適正に利用されない局面が2つあります。一つ目は、本来は救急車を利用すべきでない場合です。酔っぱらって一日に何度も救急車を呼んだり、軽症で救急車を呼んでタクシー代わりに使ったりするケースです。二つ目は、救急車を利用すべきなのに利用しない場合です。強い胸の痛みなどの症状があるにもかかわらず、我慢して救急車を呼ばないなどのケースです。要因としては、救急車を

呼ぶことに強いストレスを感じる人が多かったり、高齢化による判断力の低下などもあったりして、必要な時に救急車を呼べないということが考えられます。

とりわけ痛みを伴わない脳梗塞は、症状が出てすぐには受診せず、治療のチャンス逃してしまうということが多くあります。表情や話し方がいつもと違う、手や腕に力が入らないなどの症状が見られたら、迷わずに救急車を呼んでください。初期に専門病院で治療が出来れば劇的に神経症状が改善しますが、「脳梗塞が完成」とすると脳を救うことが出来ません。まさに時間との戦いです。身体に違和感を覚えたら、通常の受診

脳梗塞の症状「FAST」チェック

Face
顔の麻痺

Arms
腕の麻痺

Speech
言葉の障害

Time
発症時刻、
時間との戦い！

笑顔がゆがむ、腕に力が入らない・上がらない、ろれつが回らないなどの症状が出たら、症状が開始した時間を記録して、すぐに救急車を呼びましょう。

救急隊は要請があればすぐに現場へ駆け付けます。119番通報の内容だけで重症度や緊急度を判断するのは非常に危険なため、傷病者の状態を観察して判断します。だからこそ、いざ現場に着いて、通報者が「優先的に診てほしいから」、「明日から入院だから」と通院目的の人だった場合、「もしこの出動中に心肺停止や重篤な症状で苦しんでいる人が救急車を要請したら。救える命を救えなかったら。」と複雑な気持ちになります。

市民の皆さんによる救急車の適正な利用が、重篤な傷病者に救急車を優先させて、その命や未来を救います。私は、これからも救急救命士として、1秒でも早く必要な人のもとに駆け付け、生命をつなぎ留めるお手伝い出来るよう、仕事に励んでいきたいと思っています。

時間に早期受診をすることも大切です。高齢化により、判断力が低下し、情報も入りにくくなります。家族など周りのサポートが必要であると共に、行政などが高齢者に必要な情報を伝える努力も必要だと思っています。

救急車を呼ぶときは、 落ち着いて、慌てず、ゆっくりと**119**

場所と状況を伝えたら、通信指令員と話している間も、救急車の出動は始まっています。
慌てずに通信指令員の誘導に従い、必要な情報を伝えましょう。

一般的な聞き取り例

1. 救急であることを伝える「火事ですか？救急ですか？」
2. 救急車に来てほしい住所を伝える
3. 具合の悪い人の症状を伝える
4. 具合の悪い人の年齢を伝える
5. 通報した人の名前と連絡先を伝える



**消防車・救急車などの
緊急自動車の走行に
ご協力をお願いします。**
運転中に緊急車両が接近してきたとき、こういった運転をすればよいかを動画で紹介しています。是非ご覧ください。

**救急の電話相談 #7119が
10月1日から始まります**
急な病気やけがで、救急車を呼んだ方がよいのか、今すぐ病院に行った方がよいのかなど迷ったとき、専門家から電話でアドバイスを受けることが出来ます。
詳しくは、9月1日号の同時配布物「**京の救急受診ガイド**」に掲載しています。
※あくまで看護師などによる相談・助言を目的とするものです。呼吸をしない、意識がないなど、緊急と思ったときは、ためらわずに119番で救急車を呼んでください。

119番通報時等の外国語対応
●救急ボイストラ
多言語音声翻訳アプリ「VoiceTra」を活用した救急隊員による外国語対応を行っています。対応言語は、英語・中国語・韓国語・タイ語・フランス語・インドネシア語・ベトナム語・スペイン語・ミャンマー語・ドイツ語・フィリピン語・ロシア語などです。
●多言語通話対応
119番通報時等に、電話同時通訳サービスを利用して、外国語対応を行っています。対応言語は、英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語です。

NET119
聴覚・言語機能障がい等があり、音声による119番通報が困難な人が、スマートフォンや携帯電話のインターネット機能を利用して、いつでも全国どこからでも119番通報出来ます。利用には事前登録が必要です。全地球測位システム（GPS）機能により、通報時に位置情報が送信され、旅行先など市外から通報した場合も、直接あるいは市消防本部経由で現地の消防につながります。詳しくは、市ホームページで確認出来ます。

見逃さないで「119番 救急のサイン」

大人（15歳以上）	子ども（15歳未満）
●顔半分が動きにくい、または痺れる ●顔の片方がゆがむ ●ろれつが回りにくい、うまく話せない ●顔色が明らかに悪い ●突然、手足が痺れる ●突然、片方の腕や足に力が入らない ●突然の激しい頭痛、高熱 ●急な息切れ、呼吸困難 ●胸の中央が締め付けられるような痛みが2～3分続く ●突然の激しい腹痛、持続する激しい腹痛	●唇の色が紫色で、呼吸が弱い ●激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しく、顔色が悪い ●手足が硬直している ●頭を痛がって、けいれんがある ●激しい下痢や嘔吐で水分が取れず、食欲がなく意識がはっきりしない ●激しいおなかの痛みで苦しがり、嘔吐が止まらない

その他、様子がおかしいと感じたら、ためらわずに**119番**で救急車を呼んでください。

救急の電話相談 #7119
(ダイヤル回線からは、☎ **0570-00-7119**)
年中無休 24時間（令和2年10月1日スタート）

小児の救急電話相談 #8000
(ダイヤル回線からは、☎ **075-661-5596**)
午後7時～翌朝8時（土曜日〈祝日・年末年始を除く〉は午後3時～）

**呼吸をしていない、意識がないなど、
緊急と思ったときは、すぐに119**

**救急車が来るまでに、
用意しておく便利なもの**

- 保険証や診察券 ●靴 ●おくすり手帳
- 普段飲んでいる薬 ●現金 など

乳幼児の場合はさらに

- 母子健康手帳 ●紙おむつ ●ほ乳瓶
- タオル など

救急車が来たら、伝えてほしいこと

- 救急隊が到着するまでの様子や変化
- 行った応急手当の内容
- 具合の悪い人の持病、かかりつけの病院、
普段飲んでいる薬、医師の指示 など

新型コロナウイルス感染症対策

市では、市民の皆さんの生命と健康・安全を守ることを第一に、感染拡大の防止と市内経済と市民生活への影響を最小限にとどめるよう、引き続き国や京都府と連携し全力をあげて取り組んでいきます。市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

☎新型コロナウイルス感染症対策本部 ☎22-3141

プレミアム付デジタルクーポンを販売します

☎産業振興課 ☎39-9621

新型コロナウイルス感染症により落ち込んだ市内経済の回復のため、市内店舗で使用出来る同クーポンを販売します。

- 《販売・使用期間》10月1日(木)～3年1月31日(日)
- 《販売額》1冊(500円×13枚〈使用金額6500円分〉)を5千円で販売
- 《購入可能冊数》1人3冊まで(先着順)
- 《販売冊数》2万冊
- 《使用方法》お持ちのスマートフォンで店頭のQRコードを読み取り、使用枚数を選択して決済
- ※購入方法・使用方法の詳細は市ホームページを確認してください。

市ホームページはこちら▶



- 《取扱店舗》市内に店舗がある飲食店、小売店等(大型店・チェーン店・フランチャイズ店とスーパー・コンビニを除く。ただし、単一店舗のみを営営する小規模スーパーは対象)
- 取り扱い店舗を募集！
同クーポンを利用出来る取り扱い店舗を募集します。操作も簡単、設備投資不要で気軽に始められます。
※登録方法・開始日等の詳細は市ホームページを確認してください。

新型コロナウイルス感染症の感染に関する相談

息苦しさや強いだるさ、高熱などの強い症状がある場合はすぐに、発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が4日以上続く場合は必ず、相談してください。

※高齢者や呼吸器疾患等の基礎疾患がある人等は、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状があれば、すぐに相談してください。

●帰国者・接触者相談センター

- 府山城北保健所 ☎21-2911 ☎24-6215 《受付時間》平日 午前8時半～午後5時15分
上記時間外や、外国語での対応を希望する場合は、下記の府健康対策課に相談してください。
- 府健康対策課 ☎075-414-4726 《受付時間》平日、土・日曜日、祝日 24時間対応

●一般的な相談窓口

- 厚生労働省電話相談窓口 ☎0120-565653(フリーダイヤル)《受付時間》午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日も対応)

●予防方法等に関すること

- 健康生きがい課 ☎20-8793 ☎21-0406 《受付時間》平日 午前8時半～午後5時15分

◆その他支援策や相談窓口等については、支援等のしおり(下記参照)を確認してください。

総合案内窓口と支援等のしおり

●総合案内窓口

- 支援策全体の紹介や概要の説明を行い、申請等の担当課を案内しています。
- 《場所》うじ安心館3階
- 《受付時間》平日 午前9時～午後5時

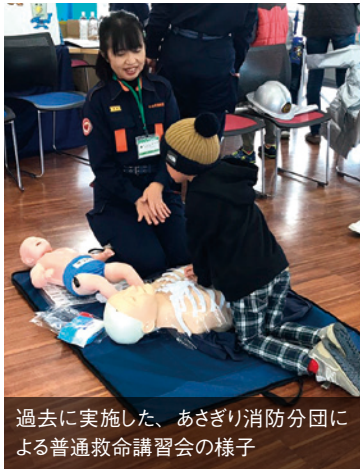
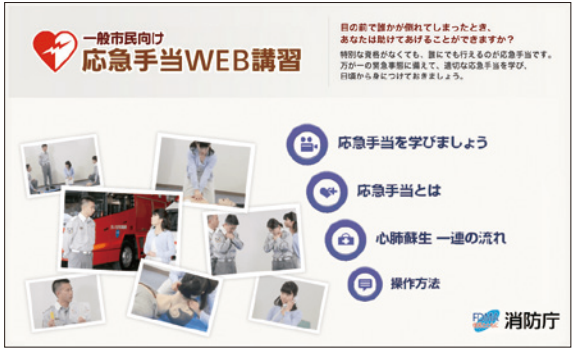
●支援等のしおり

- 各種支援策一覧をとりまとめたしおりを配布しています。
- 《配布場所》総合案内窓口及び市役所各課窓口
- ※市ホームページから印刷も出来ます。
- ※音声版を市ホームページに掲載しています。

消防庁のホームページで「応急手当WEB講習」を視聴出来ます。



消防庁 応急手当 🔍



過去に実施した、あさぎり消防分団による普通救命講習会の様子

事前に総務省消防庁ホームページ「応急手当WEB講習」(約1時間)の受講が必要です。当日は実技講習のみを行います。講習会の参加人数を限定し、同日2グループで行います。

☎10月3日(土) ①午前9時半～10時半(午前9時15分までに集合) ②午前11時～正午(午前10時45分までに集合) 所市職員会館(宇治下居) 対市内在住・在勤・在学の人 定先6人 内心肺蘇生法(胸骨圧迫・人工呼吸・AED使用)の実技講習(特筆記用具・運動の出来る服装・「応急手当WEB講習」の受講証明書を印刷したもの(受講証明書をスマートフォン等で撮影したものを提示も可) 申9月2日(水)から、電話で、警防救急課 ☎39・9403へ。

新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえた心肺蘇生法

新型コロナウイルス感染症が流行している時期に行う心肺蘇生法は、普段と違い注意する点があります。

◎新型コロナウイルス感染症の流行している状況においては、すべての心停止傷病者に感染の疑いがあるものとして対応する

◎大人Ⅱ人工呼吸を行わずに胸骨圧迫とAEDによる電気ショックを実施する

◎子どもⅡ講習を受講し人工呼吸の技術を身につけていて、人工呼吸を行う意思がある場合には、人工呼吸も実施する

※子どもの心停止は、窒息や溺水など呼吸障害を原因とすることが多く、人工呼吸の必要性が比較的高いため



市職員採用試験(消防職)

☎消防総務課 ☎39・9401

《募集職種》消防職

《受験資格》平成6年4月2日～平成15年4月1日に生まれ、学歴は問いませんが、学校教育法による高等学校卒業程度の学力を有し、通勤が1時間以内の人。

※国籍は問いませんが、地方公務員法第16条の規定による欠格条項に該当する人は受験出来ません。

《採用予定者数》若十名

《第1次試験日》10月18日(日)

《採用予定日》3年4月1日

市消防本部指定の申込書と履歴書を9月1日(火)～14日(月)(必着)に、郵送(特定記録郵便のみ可)で同課企画人事係(〒611・0021宇治下居13・2)へ(新型コロナウイルス感染症対策のため窓口での申込受付は行いません)。実施要項等は市ホームページから印刷も出来ます。

活発で明るく、意欲と行動力に溢れる人材を求めています





来月の健康診査・相談など 園保健推進課 ☎ 20-8728

新型コロナウイルス感染症対策として、3月から中止していた BCG 予防接種は 7 月から、乳幼児健診は 8 月から再開しています。中止していた 3 月の対象の人から順に案内をしています。対象となる人には個別でお知らせします。
乳幼児相談、パパママ教室については内容の変更などがあるため、開催状況などについては、市ホームページを確認してください。



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が気軽に集い、遊べる場を紹介します。

園庭開放

☎ 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。

新型コロナウイルス感染症対策として、中止・延期となっているものがあります。開催状況については、市ホームページを確認してください。



市立幼稚園 未就園児活動 各各市立幼稚園

入園前のお子さんと保護者が一緒に楽しめる遊びの広場を開催しています。詳細は各園にお問い合わせください。

ところ	とき
神明幼稚園 ☎ 39-9288	9月9日(水)・18日(金) 10時30分～11時30分 25日(金)9時45分～11時30分
東宇治幼稚園 ☎ 39-9290	9月4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金)・29日(火) 10時30分～11時30分
木幡幼稚園 ☎ 39-9292	9月9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水) 10時～11時

その他ひろば・サロンなど

自宅で体温測定のうえ、マスク着用で参加してください。

事業名・問い合わせ	ところ・とき	その他
赤ちゃんサロン ☎ 社会福祉協議会 ☎ 22-5650	所 総合福祉会館 時 9月24日(木) 10時～12時	対 妊婦、生後1～4か月の子と保護者 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。 ¥200円 持 バスタオル
赤ちゃん広場 ☎ 社会福祉協議会 ☎ 22-5650	所 総合福祉会館 時 9月4日(金) 10時～12時	対 生後5～8か月の子と保護者 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。 ¥200円 持 バスタオル
赤ちゃんパーク ☎ 社会福祉協議会 ☎ 22-5650	所 総合福祉会館 時 9月18日(金) 10時～12時	対 生後9～12か月の子と保護者 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。 ¥200円 持 バスタオル
おしゃべり キャッチボール ☎ 社会福祉協議会 ☎ 22-5650	所 総合福祉会館 時 9月10日(木) 10時～11時30分	対 双子・三つ子などの多胎児(就園前くらいまで)と保護者 内 参加者同士の交流・情報交換。 持 バスタオル



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

●新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受けて、受付時間や診療科目などを変更する可能性があります。受診の前に、電話で問い合わせてください。

医療機関	休日急病診療所 ☎ 0774-39-9430 FAX 0774-39-9432
	場 所 うじ安心館5階(内科・小児科・歯科)
	診療日 日曜・祝日及び 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※ ※「歯科」は13時～14時30分
京都きづ川病院(城陽市) ☎ 0774-54-1111	
※小児科医が対応します。 ※日祝の9時～18時。まずはお問い合わせください。	

小児救急電話相談 ☎ #8000

(つながらない場合 ☎ 075-661-5596)

時間	年中無休、19時～翌朝8時(土曜 祝日・年末年始を除く)は15時～)
----	---------------------------------------

軽症の場合は、まず「小児救急電話相談」を利用してください。

医療機関	宇治徳洲会病院 ☎ 0774-20-1111
	田辺中央病院(京田辺市) ☎ 0774-63-1111
	男山病院(八幡市) ☎ 075-983-0001 ※平日金曜の18時～翌朝8時。

令和元年9月生まれのお子さんを募集します。応募はEメールで受付中です(応募締切9月3日必着)。詳細は市ホームページまで。



本誌「広報うじ」に掲載している情報は8月18日時点の情報です。最新の情報は、市ホームページで確認してください。

市民の皆さんへー感染予防のためにー

「新しい生活様式」を取り入れましょう

新型コロナウイルス感染症感染予防のために日常生活において、身体的距離の確保、マスクの着用、手洗いや、「3密(密集・密接・密閉)」を避ける等の「新しい生活様式」を定着させることが大切です。

●日常生活で気を付ける例

- 買い物
 - ▶ 通販も利用
 - ▶ 1人または少人数ですいた時間に
 - ▶ 電子決済の利用 等
- 娯楽、スポーツ等
 - ▶ 公園はすいた時間、場所を選ぶ
 - ▶ 筋トレやヨガは、十分に人との間隔を
 - ▶ 予約制を利用してゆったりと 等
- 公共交通機関の利用
 - ▶ 会話は控えめに
 - ▶ 混んでいる時間帯は避ける
 - ▶ 徒歩や自転車利用も併用する 等
- 食事
 - ▶ 持ち帰りや出前、デリバリーも
 - ▶ 大皿は避けて、料理は個々に
 - ▶ お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避ける 等
- イベント等への参加
 - ▶ 接触確認アプリの活用を
 - ▶ 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない 等



「新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」の実践例を公表しました」(厚生労働省) (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html) をもとに秘書広報課が作成

新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」をインストールしましょう

COCOA は、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について通知を受け取ることが出来る、スマートフォンのアプリです。詳しくは、厚生労働省のホームページを確認してください。

厚労省 接触確認アプリ 検索



採用支援ツール「スタンバイ・カンパニー」を使った求人作成実践オンラインセミナー

●新型コロナウイルス感染症対策として、オンラインで実施
市内事業所の人材確保支援のため、「市のオススメ求人特集ページ」のWEBページを開設しています。同ページへ求人掲載を希望する市内事業者を対象としたセミナーを開催します。
時 9月23日(水)午後1時半～3時半 対 市内事業所に就業場所があり、人材を募集する企業 ¥無料 他 パソコン・タブレッ

ト等でインターネットに接続出来る環境が必要です。氏名・社名・職種・電話番号・メールアドレスを、9月18日(金)まで(必着)に、ファクスかEメール(件名に「求人作成実践オンラインセミナー参加希望」)で、産業振興課(☎ 39-9621 FAX 39-9622 sangyoushinkouka@city.uji.kyoto.jp)へ。申込者に同セミナーのURLをお知らせします。

特別企画展 宇治を旅する 平等院を旅する

● 源氏物語ミュージアム ● 39・9300●

平等院ミュージアム鳳翔館と共催で、鳳翔館に収蔵される貴重な資料などを通して、平等院をはじめとする宇治の名所を紹介します。

時9月16日(水)～11月29日(日)午前9時～午後5時(入館は午後4時半まで) 《休館日》月曜日(祝日の場合はその翌日) ● 大人 600円 ● 小人 300円

「源氏物語セミナー」

旅という人の生き死に―宇治と平等院に伝わる旅日記から― 時10月10日(土)午後2時～3時半(受け付けは午後1時半から) 所生涯学習センター ● 定価100人 ● 講師 居文彰さん(平等院ミュージアム鳳翔館館長・平等院住職) ● 600円 ● 申込 往復はがきに、「源氏物語セミナー」・氏名(ふりがな)・住所・電話番号を、返信用はがきにも「源氏物語セミナー」と書き、9月30日(水)まで(必着)に、源氏物語ミュージアム(Tel:0021 宇治東内

45・26)へ。1枚のはがきにつき1人まで(持参の場合は、返信用はがきだけで可)。

【特別企画展リレー講座】

平等院ミュージアム鳳翔館と源氏物語ミュージアムの学芸員が行う連続5回の講座です。

9月12日(土)「旅する江戸時代の人びと」

9月26日(土)「日本画の材料技法―絵画修理の現場から―」

10月3日(土)「作品からみる宇治の名所・平等院」

10月24日(土)「喫茶だけではもったいない宇治茶の魅力」

11月7日(土)「夢の浮世の中宿―橋と扇と「私」―」

※いずれも午後2時～3時(受け付けは午後1時半から)

所源氏物語ミュージアム ● 定価20人 ● 各回100円 ● 申込 電話で、9月4日(金)午前9時から各回ごと、開催日の前日までに、源氏物語ミュージアムへ。

《源氏物語セミナー・特別企画展リレー講座 共通》

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じた上で、実施します。 ※当日、午前11時時点で、市内に気象警報のいずれかが発表された場合は、開催を中止します。

※講座の日時・内容などをやむを得ず変更する場合があります。

9月は敬老月間です

● 健康生きがい課 ● 内線2347●

高齢者の皆様へ―市長からのお祝いメッセージ―

皆様のご長寿を、心からお慶び申し上げます。 私たちのふるさと宇治が素晴らしい発展を遂げ、平和で豊かな生活を送ることができま すのも、皆様の長年にわたるご尽力の賜物でございます。

本市におきましては、高齢者の皆様が住みなれた地域において、健やかに生きがいをもつ て、安心して暮らすことができる地域社会と、「健康長寿日本一」の実現を目指してまいりますので、今後とも豊かなご経験をもって温かなご指導とご協力を賜りますようお願いを申し上げます。



宇治市長 山本 正

昨年まで100歳以上の方のお宅を表敬訪問し、お祝いを申し上げますが、今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本お祝いの言葉にかえさせていただきます。

市では、高齢者の長寿をお祝いし、多年にわたり社会に貢献されてきた方々に對し、敬意と感謝の意を伝えることを目的に、9月を「敬老月間」と位置づけ、次の関連事業を実施します。

- ①市内介護施設等で開催される敬老会に市が訪問し、長寿をお祝いたします。
- ②高齢者の社会参加、生きがいづくりに寄与すると共に、多世代交流や地域社会に貢献する人材育成を目的として、高齢者アカデミーを開講します。

高齢者施策

高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で安心して暮らすことが出来るように、様々な支援制度を設けています。

制度の利用には、いずれも申請が必要です。詳しくは、同課へ問い合わせてください。

◆住宅の改修工事の費用の一部を助成 (介護予防安心住まい推進事業)

工事開始前に申請が必要です。

《対象》次の全てを満たす人

- ①市に住民登録があり、市内の住宅で生活している65歳以上の市民税非課税世帯の人
- ②介護保険の認定を受けていない人
- ③安心住まいチェックリストにおいて運動器の機能低下が見られる人

《助成内容》次の工事

- ①手すりの取り付け
- ②段差の解消
- ③床または通路面の材料の変更
- ④引き戸等への扉の取り換え
- ⑤洋式便器等への取り換え

《助成金額》工事費用の3分の2(16万円が限度)

◆家具等転倒防止金具等購入費の助成

地震などの災害時における家具等の転倒を防止し、安全確保を図るために家具等転倒防止金具等を設置する高齢者に、その金具等の購入費用を助成します。なお、金具購入前に申請が必要です。

《対象》市に住民登録がある65歳以上の市民税非課税世帯の人

《助成金額》対象金具購入費用の合算金額(5千円が限度)

◆シルバーホンの設置

急に身体の具合が悪くなった時等に、ボタンを押すだけで消防本部に連絡することが出来る緊急通報装置を貸与・設置します。利用者は機器に付いている「相談ボタン」で24時間365日健康相談が出来、月に1度の「見守りコール」を受けられます。

《対象》次の全てを満たす人

- ①市に住民登録がある65歳以上で、一人暮らしの人または未成年者、重度の心身障害者、寝たきりの配偶者のみと同居している人
- ②本人及び世帯の生計中心者が所得税非課税の人

※貸与・設置、月額利用料は無料ですが、通信費等は自己負担(モバイル型は月額400円＋税)

※②が非該当の場合は、月額利用料と通信費等が自己負担で、貸与・設置可能

◆認知症等高齢者家族介護者へのGPS機器の貸与

認知症等により行方不明になった高齢者等の早期発見、本人及びその家族の不安軽減のため、GPS機能を備えた機器を貸与し、その利用料金を助成します。

《対象》市に住民登録がある40歳以上で、認知症などの理由により、行方不明になる恐れのある高齢者等の家族

《助成内容》初期費用、月額利用料、インターネットや電話での位置検索料金の一部

◆在宅ねたきり者へのリサイクル福祉用具の貸与

寄付された福祉用具を有効活用するため、在宅で寝たきりの人に貸与します。

《対象》市に住民登録がある40歳以上で、家庭において寝たきりの状態にある人等 《貸与対象品目》特殊寝台、車いす、入浴用車いす、エアーマット

※右記の品目は、寄付も受け付けています。詳しくは同課へ問い合わせてください。

◆火災警報器の給付

火災等による被害から高齢者を守り、安全確保を図るために、火災警報器の給付を行います。

《対象》市に住民登録がある65歳以上の一人暮らしで、市民税非課税の人

※過去に給付を受けた場合は、対象外。

《申請方法》市ホームページに掲載している所定の申請書を、担当の民生児童委員へ。同員を通じて給付します。

記号の説明 時＝日時 所＝場所 対＝対象 定＝定員 抽＝締め切り後抽選 先＝先着で受け付け 内＝内容 講＝講師 費＝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 費無料 申不要

次の条件を全て満たす人◎市内在住（笠取第一小学校区に在住の人は除く）で来年度に就学予定 平成26年4月2日～27年4月1日生まれ◎就学期間中（入学～卒業）、保護者の責任と負担において通学が出来る（JR黄檗駅から通学バスを運行）◎保護者が同校の教育活動全般について理解し協力出来る

《応募方法》説明会に必ず参加の上、就学許可願を、募集期間内に同校へ。後日、

特認入学制度 笠取小学校で学ぶ新1年生を募集

新型コロナウイルス感染症対策として、掲載後に事業の中止や延期等が決定される可能性があります。開催状況については、各記事に掲載の問い合わせ先に確認をお願いします。

本誌に掲載の事業に参加する場合は、体温測定等の健康チェックやマスク着用等による咳エチケットの徹底をお願いします。

今後のイベントや行事の情報をお届けします。

情報BOX

ポスティング業者が替わります

市では、市政だより「広報うじ」の配布を、事業者に委託しています。9月1日号から、委託業者が（株）ダイコクになりました。

時9月8日（火）午後4時～6時半 所同 駅南北通路 内農家による新鮮で旬な地元農産物や加工品の直売 問農林茶業課

詳しくは同センターホームページ（HP）http://www.actpal-uji.com/houjin/を確認してください。 問野外活動センター 075・575・3501

山城マルシェ in JR宇治駅

野外活動センター嘱託職員募集

時10月11日（日）・18日（日）・25日（日） 所ネスタリゾート神戸（兵庫県三木市） 対市内在住のひとり親家庭の親子 定先90人 費◎中学生以上113500円◎2歳～小学生11500円 申9月11日（金）まで（必着）に、母子会役員または事務局へ。 問連合母子会 080・5788・8808 051・7019

ひとり親家庭いきいきふれあい事業

校長が面接を行います（日時は学校から連絡）。

時10月20日（火）午後1時半～3時半 内学校説明会・学校見学等 申電話で、同校 075・571・0018へ。なお、学校の様子は、同校ホームページ（HP）http://www.uji.ed.jp/kasatori-es/を確認出来ます。 問学校教育課

説明会



宇治市役所 ☎22-3141（代表） ☎20-8779 〒611-8501（宇治琵琶33）※誌面上の本市の市外局番（0774）の表記は省略しています。 ■気象警報発表時などには、掲載している催しが急きょ中止になる場合があります。 ■各催しの会場への来場には、公共交通機関をご利用ください。

あたまイキイキ教室

認知症を正しく理解して、人との交流や頭の体操を行い、脳を活性化させる教室です。健康講話や、認知機能を活発に働かせるゲーム、指体操などを皆さんと一緒に楽しく行います。

日 時	会 場
10/6～毎週火曜日 午前10時～正午(全22回)	東宇治 コミュニティセンター
10/7～毎週水曜日 午前10時～正午(全22回)	小倉デイホーム
10/8～毎週木曜日 午前10時～正午(全22回)	横島地域福祉 センター
10/9～毎週金曜日 午後2時～4時(全22回)	あいらの杜 宇治五ヶ庄

対市内在住65歳以上の人 定先各16人（前年度に参加していない人が優先） 時飲み物、上履き、下靴入れ、筆記用具、手提げかばん 申9月2日（水）午前9時から、電話で、福祉サービス公社 ☎28-3150へ。 他新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、マスクの着用・教室開始前の手洗いに協力をお願いします。自宅で体温を測り、微熱等、軽い風邪症状が見られる場合でも、教室を休んでください。 問同公社

（仮称）お茶と宇治のまち歴史公園の茶園覆小屋建築イベント開催

現在、同公園の史跡ゾーンでは、茶園として利用された時代を再現すると共に、茶摘み体験が行える修景茶園の整備を進めています。茶園覆小屋建築の参加・体験イベントを計6回に渡り開催します。詳しくはホームページへ。

《第1回の募集》

日 時	内 容
1 9月22日（祝）午後1時半～	木組（上棟祭） 材木に切り込みを入れ、柱・はりを組み立て、その上に棟木を上げる様子を見学します。

所史跡宇治川太閤堤跡修景茶園周辺（京阪宇治駅西側徒歩1分） 定先20人（小学生以下の参加は要保護者同伴） 申9月2日（水）から、電話・ファクス・Eメールで、歴史まちづくり推進課 ☎21-1602 ☎21-0400 05taiko-rekishikoen@city.uji.kyoto.jpへ。 問同課

9月10日～16日は「自殺予防週間」

自殺は誰にでも起こりうる身近な問題です。もし、あなたがひとりで悩みを抱えているなら、誰かに相談してみませんか。「いのちと暮らしの相談ナビ」(http://www.lifelink-db.org) では、生きる支援の総合検索サイトとして、様々な悩みに応じた相談窓口を紹介しています。

【その他の主な相談窓口】

府自殺ストップセンター	月～金曜日（※1） 午前9時～午後8時	☎0570-783-797（※2）
府こころのライン相談（コロナ関連）	3年3月31日（水）まで 月～金曜日 午後7時～10時 土・日曜日、祝日・年末年始 午後3時～10時 （受け付けは午後9時半まで）	
京都いのちの電話	年中無休・24時間対応	☎075-864-4343
よりそいホットライン	年中無休・24時間対応	☎0120-279-338

※1＝祝日・年末年始を除く。
※2＝LINE電話でも利用出来ます。QRコードから友達登録してください。

●関連図書の展示・貸出 9月8日（火）～20日（日）に、市内3図書館にて関連図書の展示・貸出を行います。 問地域福祉課 ☎20-8730





笑顔で健やか宇治のまち

(問 健康生きがい課)

保健師が
健康づくりに役立つ
情報をお届けします

20歳を過ぎたら

2年に1回は「子宮頸がん 検診」を受けましょう！

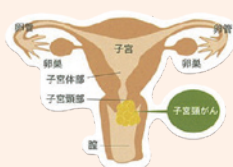
「まだ若いから大丈夫」と油断してい
たら大間違い！
20歳以上の「子宮頸がん」の患者数が、
近年急激に増加しています。

「子宮頸がん」ってどんな病気？

「子宮頸がん」とは、子宮頸部(左図)
という子宮の入り
口付近に発生する
がんです。

入り口付近に発
生することが多
く、婦人科の診察
で発見されやす
く、観察や検査が
比較的容易に出来
ます。また、早期に
発見すれば比較的
治療しやすく予
後の良いがんです
が、進行すると治
療が難しいこと
から、早期発見が
重要です。

「子宮頸がん」の位置



どんな症状が出るの？

子宮頸がんは、正常な状態からす
ぐがんになるのではなく、異形成とい
われる、がんになる前の状態を何年か
経てからがんになります。異形成の時期
では症状がなく、おりものや出血、痛
みはありません。

進行すると、月経中でないときや性交
時に出血したり、濃い茶色や膿(うみ)のよう
なおりものが増えたり、水っぽいおりもの
や粘液が多く出ることがあります。さら
に進むと、下腹部や腰が痛んだり、尿や

便に血が混じることもあります。

検診はどうやるの？

検診方法は、子宮の入り
口を先にブラシのついた専
用の器具で擦って細胞を採
り、異常な細胞を顕微鏡で検査します。

※月経(生理)中は避けて検査を受けてくだ
さい。

※個人差はありますが、痛みはほとんどな
く、時間も15分程度です。

検診を受けるにはどうすればいいの？

20歳以上の人は2年に1回、協力医
療機関にて1600円で受診すること
が出来ます。今年度は20歳以上で、西
暦奇数年(昭和で偶数年、平成は奇数
年)が対象です。宇治市・城陽市・久御
山町以外の府内の医療機関で受診する
場合、事前に申請が必要です(平成11年
4月2日〜12年4月1日生まれの人
は、6月末に送付した無料クーポン券を使
用してください。紛失・転入等の人は問
い合わせてください)。

今年度の受診期限は、 12月28日(月)までです。

なお、市民税非課税世帯等の人は事
前申請により無料で受診することが出
来ます。

詳細は、市ホームページ
(QRコード)または同課へ
問い合わせてください。



保健師 からの メッセージ

子宮頸がんは、進行するまで
自覚症状がほとんどありませ
ん。市では昨年度2487人が受診し
ています。まだ受けていない人はこの
機会にぜひ受診しましょう。

(参考文献・国立がん研究センター がん情報サービス)

家庭で地域で防災対策を (問 危機管理室)



台風って何？

ちはや〜。毎日暑いでしゅね。
台風が来る季節が来たでしゅね。

そうね。台風は最大風速 17m/ 秒以上の
熱帯低気圧のことよ。



台風の強さと大きさに目安はあるでしゅか？

台風の強さは最大風速で分けられるわ。大き
さは風速 15m/ 秒以上(強風域)の半径の距離
で分けられるわ。下の表を目安にしてね。

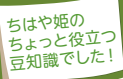


強さの階級分け

階級	最大風速
強い	33m/秒以上〜44m/秒未満
非常に強い	44m/秒以上〜54m/秒未満
猛烈な	54m/秒以上

大きさの階級分け

階級	風速 15m/秒以上の半径
大型(大きい)	500km以上 〜800km未満
超大型(非常に大きい)	800km以上



台風の時は戸締りをして、屋外に置いて
いる飛びやすいものは室内に入れて
ね。風の強い時は外を出歩かないでね。



さまざまな防災情報を
お知らせします

レッツ！エコ・リサイクル (問 環境企画課)

マイバッグを 上手に使ってみませんか。

プラスチック製品は便利ですが、廃棄や地球温暖化などの面では
大きな課題があります。

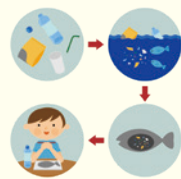
レジ袋の有料化を機会に、繰り返し使えるマイバッグを使ってみ
ませんか。

マイバッグを使うメリット

- ① レジ袋ゴミが減る
- ② 買い物だけでなく、様々な用途に使うことが出来る
- ③ 持ち手がしっかりしていて持ちやすい
- ④ 様々なデザインのものがある

ただし、新型コロナウイルスの流行以降、安全衛生面から使い方
について、注意が呼びかけられています。マイバッグの洗濯・消毒、
複数用意して使い回す等、菌
の温床にならないように工夫
をしてください。

マイバッグを使うことを
きっかけに、「使い捨て」の習
慣を無くしていきましょう。



【発行】宇治市 【編集】秘書広報課 広報係
〒611-8501 宇治市宇治琵琶 33 ☎0774-22-3141 (代表) FAX 0774-20-8779

宇治市ホームページ



宇治市公式 Facebook



宇治市公式 YouTube



https://www.city.uji.kyoto.jp/

https://www.facebook.com/ujicity

https://www.youtube.com/user/ujicity

市政だよりへのご意見・ご感想をお寄せください

ご意見・ご感想は、はがき、ファクス、メールで
随時受付をしています。

秘書広報課まで obokoho@city.uji.kyoto.jp

右のQRコードを読みとって、
市ホームページからも
回答出来ます。



市の人口 [令和2年8月1日現在]

・世帯数 84,676世帯(前月比+5世帯) ・男性 89,763人
・人口 185,443人(前月比-79人) ・女性 95,680人