

青少年問題の悩みなどお気軽に



宇治こころの電話
24-0800

(日曜・祝日除く毎日午前9時～午後6時)

宇治市政だより

6/11

昭和62年
(1987年)

第776号

発行 京都府宇治市

編集 広報課

〒611 京都府宇治市
宇治琵琶33番地

電話 (0774) 22-3141

●毎月1日・11日・21日発行

雨期に備えて

溝・といなどの点検を

六月十一日は入梅、まもなく本格的な雨の季節がやって来ます。市では、雨期を前に防災パトロールを実施。的確な対策活動をするため、市内の災害危険箇所をチェックしました。みなさんも、これからは気象情報に十分注意すると共に、浸水などの被害を最小限にとめるために、溝やといなどを点検し雨期に備えましょう。

毎年、雨期になると集中豪雨による浸水や土砂崩れなどの被害が、全国的に発生しています。昨午内では、七月の集中豪雨で、民家の家が崩れ、



▲市内の宅地造成地や道路工事現場など、集中豪雨の時に危険が予想される箇所を視察。(6月3日)

落ちて、家族が避難したり、側溝や中小河川が溢れ、民家が床上・床下浸水したり、路肩が崩れ道路が通行止めになるなど被害が相次ぎました。このため市では、雨期を前に

に六月三日(四日)の両日、池田市長をはじめ府下の関係者七人が防災パトロールを実施。市内の造成地や中小河川を集中豪雨が及ぶ場合、防災上危険な場所を、

身近な環境整備で被害を最小限に

大雨による被害を最小限にとめるため、身近な環境整備活動から始めよう。側溝や水路にたまったゴミや土砂で水の流れが妨げられ、わづかな雨でも水があふれやすくなるため、

大雨による被害を最小限にとめるため、身近な環境整備活動から始めよう。側溝や水路にたまったゴミや土砂で水の流れが妨げられ、わづかな雨でも水があふれやすくなるため、

激しい降雨時
気象情報に注意を
雨期に付きもののが、大雨・洪水などの注意報や警報です。雨の降り方が激しいと、テレビやラジオの気象情報に注意してください。

大雨による被害を最小限にとめるため、身近な環境整備活動から始めよう。側溝や水路にたまったゴミや土砂で水の流れが妨げられ、わづかな雨でも水があふれやすくなるため、

6月定例会 市議会

総額3億9千万円を計上

一般会計補正予算案

六月宇治市議会定例会は、六月十一日に開かれ、六月十九日までの会期で開かれ予定。この定例会には、六十年度一般会計補正予算第一号案をはじめ、二補正予算案、下水道事業・老人保健事業補正後の予算総額は、百七十七億六千八百八十八万三千七百五十五円三千三百七十九円と見込まれる。

補正予算案の主な内容は次のとおりです。

溝掃除で出た泥・ゴミの回収
町内会や自治会などで溝掃除を行った時の泥や土砂などは、市が回収し、また、側溝の砂を入れたプラスチック製の無料お貸しします。溝掃除をする一週間前までに、市役所環境事業課(22-3141)へご連絡ください。なお、貸付には必ず新聞紙を貼る必要があります。

市民参加の第九を 合唱団員募集



宇治市文化センター(保育室有り)で指導・伊吹新一さん(入団費三千円)が中心となり、宇治市教育委員会・宇治市市民文化センター・折居台二丁目一(22-3141)へ電話で直接連絡。(文化センター)

農業委員会委員選挙 立候補予定者説明会

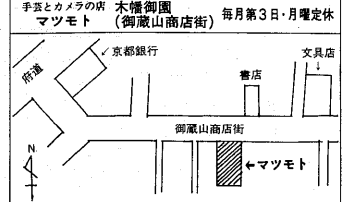
七月五日告示、七月十二日に執行予定の農業委員会委員選挙立候補予定者に対する説明会を開催します。立候補を予定されている人は、必ずご出席ください。宇治市選挙管理委員会

木幡御園の市役所連絡所が変わります

6月16日から

「手芸とカメラの店マツモト」へ

木幡御園の市役所連絡所「若田書店」は、六月十六日から「手芸とカメラの店マツモト」に変わります。マツモトは、御園山商店街の中程にあり、定休日(毎月第三日・月曜日)です。住所：戸籍簿・抄本、身分証明書、母子健康手帳などは、市役所連絡所を利用して交付を受けることが出来ます。市役所連絡所について問い合わせは、市役所市康課(22-0000)へ。(市民課)



設置場所	設置店名	休業日
木幡御園(前原木幡御園50m)	ジーン・書店	日曜日
五ヶ庄芝(東(宇治小学校前))	紫雲堂薬局	定休なし
横島町南南(12の通り)	あたりや	木曜日
小倉町西(近鉄小倉駅前)	カメラのうき堂	金曜日
伊勢田町(西(宇治高校西側))	小山 隆 泉堂	定休なし
広野町(近鉄大久保駅東側)	7-11(アットあき)	日曜日
羽田子町(大園マーケット横)	松下 計 店	水曜日

高騰を続ける医療費

適正な医療費で国保の健全化を

本市の六十一年度国民健康保険会計は、国庫支出金の増額、保険料収納率の向上、レセプト点検の強化などで単年度約四千万円の黒字見込みとなりました。しかし、歳出の大部分を占める医療費は高騰を続け、まだ三億六千万円の累積赤字が残っています。今後とも国保財政の健全化に向け、医療費の適正化を始めた取り組みをなお一層行いますので、市民の皆さんのご理解とご協力を願います。

61年度末で 3億6千万円の累積赤字

本市の昭和六十一年度の国民健康保険事業特別会計は当初単年度で大幅赤字が出る見込みでしたが、国庫支出金の増額、保険料収納率の向上、レセプト点検の強化など医療費適正化対策により、単年度約四千万円の黒字見込みとなりました。

しかし、歳出の大部分を占める医療費の伸びは、六十年度の伸び(対前年度二・一

財政健全化への 取り組みを展開

現在、六十一年度の国保会計決算見込みについて、概算で歳入総額約十三億八千万円、歳出総額約十三億八千万円、差し引き約三億六千万円の赤字となる見込みです。

この中には、五十六年度から繰り越した六十年度末赤字分約四億円を含んでいます。この前年度累積赤字額から、本年度累積赤字額は、本年度収支差額を差し引いた差が、単年度収支となります。

したがって、六十一年度は、約四千万円の単年度黒字となります。

このように収支が好転した要因としては、次のようなことが考えられます。

①医療費適正化対策を強化し、六十一年度からレセプト内容点検の専任職員を配置し、内容点検の充実を図ったこと。

②医療費通知の内容充実、及び昨年三月議会でも採択された「病床数をこれ以上増やさない要請」を踏まえ、

進捗を強いられることとなり、これまで以上に、市民の皆さんとご理解とご協力を願います。



病気は早期発見、早期治療が一番大切です。

〈表1〉
60・61年度1人当り医療費の比較

医療項目	60年度(A)	61年度(B)	(B)/(A) × 100	60年度全平均(C)	(A)/(C) × 100
入院	431,479	443,539	102.80	272,388	158.41
入院外	245,206	267,234	108.98	188,502	130.08
歯科	15,243	16,276	106.78	12,950	117.71
療養の給付	693,441	728,607	105.07	494,169	140.32
若人分					
入院	39,832	45,014	113.01	40,153	100.81
入院外	45,071	49,874	110.66	41,338	109.03
歯科	11,384	11,629	102.15	12,326	92.36
療養の給付	96,640	106,872	110.59	96,692	99.95
老健以外分					
入院	131,547	106,930	81.29	95,807	137.30
入院外	116,466	115,919	99.53	100,167	116.27
歯科	20,607	18,921	91.82	18,009	114.43
療養の給付	269,716	243,049	90.11	221,084	122.00

※療養の給付は(入院・入院外・歯科)と薬剤の合計

③老健法の改正により、老人保健拠出金が削減されたこと。

61年度の 医療費の動向

六十一年度医療費の増減は、老健分費用が全体で三・六%伸びていますが、一方、一六%の伸びは、五・〇七%の伸びに引き上げられています。

このことは国保加入者内、老健対象者が年間八%増えているからで、一人当たり入院分が減少し、一人当たり入院外分が増加していることがわかります。全体として医療費は年々増え続けていることを示しています。

老健以外医療費は、退職者の一人当たり医療費は、全体でマイナスイ・〇%と落ち込んでいます。これは、対象者の伸びが大きく、老健分と同じことがいえます。また、若人分は国保加入者に占める割合が低下傾向を示しています(表2)が、入院分の伸びが著しく、退職者分と併せて老健以外の伸びを底上げする大きな要因となっています。

〈表2〉 国保加入者の伸び率と構成比率

	61年度/60年度	構成比率	61年度
若人分	99.21%	79.16%	77.43%
退職分	112.16%	9.11%	10.07%
老健分	108.13%	11.73%	12.50%
合計	101.44%	100%	100%

〈表3〉
61年度国保医療費の対前年度伸び率

医療項目	伸び率
入院	111.13%
入院外	117.83%
歯科	115.44%
療養の給付	113.69%
老健以外分	
入院	106.35%
入院外	110.21%
歯科	101.63%
療養の給付	107.61%
国保総医療費	110.27%

62年度予算 総額五十億円を超える

六十一年度の国保会計の歳入・歳出予算総額は、五千億三千七百九十九万二千円となっています。これは、対前年度当初対比二・七八%の伸びとなっています。

歳入では、国保事業運営の土台となる保険料、国庫支出金の割合が高く、併せて八五%を占めています。このことは、自主財源としての保険料の納付がいかに大切かを示しています。

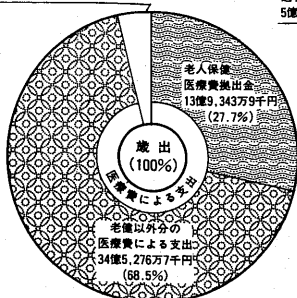
歳出は、医療費関係経費が総額の九六・二%を占めています。また、保健活動の充実・医療費適正化対策経費として人

間ドッグ検査補助費を二千六百九十八万円を計上している。また、前年度の所得や家族数などが変われば、保険料は増減します。

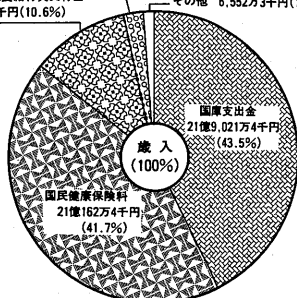
なお、六十一年度の保険料通知書は、六月十日ごろに郵送をお願いします。

62年度国民健康保険特別会計予算
(総額50億3,779万1千円)

人間ドッグ、レセプト点検
その他 1億9,158万5千円(3.8%)



一般計繰入金 1億4,418万3千円(2.9%)
退職者医療費給付金 5億3,624万7千円(10.6%)
その他 6,552万3千円(1.3%)



〈表4〉
62年度 保険料率

所得割	9.2/100
均等割	14,900円
平等割	25,400円
賦課限度額	37万円

保険料の納期内納付と医療費節減のご協力を願います。

六十一年度の保険料率は、すべて前年度増額となりました。ただし、前年度の所得や家族数などが変われば、保険料は増減します。

なお、六十一年度の保険料通知書は、六月十日ごろに郵送をお願いします。

健康づくりのページ

だるい
根気がない
目まいがする...

あなたは疲れていませんか

疲労は病気への警戒信号

健康

疲労は、からだのエネルギーが不足している状態です。エネルギー不足は、からだのさまざまな機能を低下させ、免疫力を弱めます。その結果、病気にかかりやすくなります。

栄養の偏り、不足、運動不足、ストレス、睡眠不足などが原因で、エネルギーが不足します。エネルギーを補給し、疲労を解消することが、健康を維持するための第一歩です。

栄養の偏りや運動不足、加えて様々なストレス……。いずれも我々の体質を弱め、体力を損なう大きな要因です。心身の変調も、結局は、外からの負荷に対して体質・体力が弱いために生じる疲労から。今回は、栄養や運動と並んで健康を支える三本柱の一つである、休養の大切さについて考えてみましょう。

人の生活は、よく「過距離」
として例えられる。長干場
を走り抜くのは、過距離の
分配が必死。短距離走者の
ような走りではない。そこを
走らなければならない。そこ
は、まさに過距離（？）といは
れたい。ここが、
疲勞は、体が休養
を要する量ではない。
私たちが、この信号を
正しくキャッチして

十分休養を取らなければ
なりません。疲れたら過距離休
み。このリズムが肝要です。

疲勞は、肉体的疲勞、精神的
疲勞、また急性疲勞、慢性
疲勞に大別されます。休養と
は、基礎的な休息と休養と
するのですが、この方法
だけでなく、たじろぐとい
うのは、疲勞が上がりまゝに
食事・睡眠などで消費したエ
ネルギーを、補給したり、

手軽に出来るストレス解消法の1つに、ドイツの精神医学者が催眠をもとに開発した自律訓練法があります。

[illegible]

疲労回復には、何よりも充分な睡眠が大切。睡眠中には新陳代謝によって疲労物質が除かれ、エネルギーが蓄えら

入浴後疲労を回復し、気分、腰を入浴だけではなかなか

一般健康診査——実施中

直接、医療機関へ

子宮ガン検診——受け付け中

詳しくは、5月11日号の市政だよりで

転換にもなつて、ストレス解
 放に役立ちます。しかし、食
 後多くの食糧の消化力を
 低下させます。また、血圧の
 高い人が熱い湯に入るのは
 危険です。

スポーツ
レクリエーション

複雑なストレスは、心体に
 強い疲労をもたらします。
 睡眠や入浴だけでは、なかな
 かに回復できません。

実施中

受け付け中
 市の市政だよりで

が回復することが出来ません
 こんな場合は、スポーツで
 レクリエーションで、ストレスの転
 換を図りましょう。日々の煩
 わさを忘れ、適度に体を動
 かすことで、清らかな気持ち
 になつて来ます。

スポーツ旅行、ハイキン
 グを、機嫌のよい、また、最盛
 期を持つもの、その最盛
 期を絵画「日曜大工部員」
 ・将棋を備へ、金のレクリエー
 ションなど、何でも結構です。
 自分の趣味に合ったものを見
 つけて、積極的な生活をおく
 ることが必要です。

(保健予防課)

目 的	入 浴 法	効 果
肉体的疲労回復	43℃前後のお湯に10分間くらい入る。	スポーツや仕事などの筋肉の疲れがとほぐされる。
精神的疲労回復	40℃前後のお湯に10～20分くらい入る。	副交感神経の機能が高まり、心身共にリラックスする。
運 動 不 足	43℃ぐらいのお湯に3～4分出たり入ったりを2～3回繰り返す。	温度による刺激で筋肉がとほぐされる。
ストレス解消	39～40℃ぐらいのお湯に20～30分入る。または43～44℃の高温のお湯のお湯にと入る。	末梢より血管の血行を盛んにし、頭に集中しがちな血流を分散する。 緊張がとほぐされ、ストレス解消に効果的。



自己診断21のポイント

- ①最近、急に仕事量が増え、責任も重くなっている。
- ②残業も含め、10時間以上仕事する日がほとんどだ。
- ③夜から深夜の仕事がほとんど。勤務時間も不規則。
- ④こしばらく休日をとったことがなく、仕事でつづけている。

- ① たばこ1日30本以上吸うヘビースモーカー。
- ② ここ数カ月、毎晩酒を飲んでおり、そのほとんどが
つき合い酒。
- ③ 1日にコーヒーを4〜5杯以上飲む習慣が1年以上
続いている。

- ①高血圧、心臓病、糖尿病などの持病がある。
- ②最近体のだるい感じがとれず、まためっきり根気がなくなった。
- ③この所、体重が急激に増えている。または極端にやせてしまった。
- ④ここ数カ月、酒を飲んでも以前ほどうまくないし、

(A)(B)(C)の項目全部に該当する人は、今倒れてもおかしくない状態。全体で9つ以上に該当する人も、直ちに医師の指導を。

21日・伊勢田小学校

国体豆知識

その②②

まず投手は、投球前に投手板を両足で踏み、ファーストベースとサードベースを結ぶ線に両肩を合わせます。そして、体の前でボールを両手で持ち、バッターに面して完全に停止しなければなりません(図1)。こ

投球法は 下手投げの3タイプ

このボールを持つ左手を、度々右へ引いてから投球する。ウィンドミル・モーション(図3)。

ボールを持つ左手を二回回して投球する。

エイト・フィギュア・モーション(図4)。

また、この3タイプの投げ方でも、完全な手投げではない。腰に接するまでに通過しなければなりません。次回もこれの投球法について、お話します。(国体事務局)

話します。(国体事務局)

トン、卓球グラウンド
フ、ゲートボール▼参
…無料▼準備品：上靴
ンディアカ、バドミント
卓球のみ)▼申し込み
日、直接会場へ。

子どもキャンプ

▼とき…7月25日(土)～26日(日)(小雨決行)▼ところ…炭山キャンプセンター▼対象…市内在住の小学校4～6年生▼定員…50人(先着)

順)▼参加費…三千円(説明
会で集めます)▼申し込み:
問い合わせ…市民体育課へ
電話で▼親子合同説明会:
7月12日(日)、午前9時半

正午、中央公民館▼主権……
宇治市野外活動協会。

府立学校

体育施設の開放

昭和六十二年度府立学校
育施設の開放予定日です。

▼とき・ところ…右下表

市民体育のお知らせ

市民体育課・☎②②3141

とおり▼利用出来る団体：スポーツ活動を目的として、10人以上で構成された団体▼利用手続：①開校校の学校開放運営委員会に登録申請を提出して登録②学校開放運営委員会に使用許可申請書を提出して許可を受ける▼問い合わせ

夏具持男才泳講習会
▼とき：7月11日(土)～8月28日(金)ころ・伏見教場など・参加費：登録料四千円、受講料二万一千円・申し込み・問い合わせ：詳しくは、京都臨水会水泳学園事務所(京都市左京区丸太町通新道東入ル南・075-6611275)
へ。6月21日(土)の午後1時から5時まで、伏見南部公園内・伏見教場で出張受け付けあり▼主催：臨水会水泳学園

せ：各学校へ

地域の郷土史講座

くくまの ルーツを探る

▼「愛國めぐり」は、野栗
隈山の名で、名木川と丘
上に、万葉集に詠まれている
野・久保。今回は、この地蔵・扇町部を中心に、
その移り変わりについて学
びます。

▼日程・内容：土表のと
おり、いずれも午後一時半
～三時半▼ところ：広野公
民館 対象：市民・定員：二
五〇※保育者もついで二百
五十円▶申し込み、問ひは
わが「広野公民館」☎049-
4400へ。(広野公民館)

回	月 日	内 容	講 師
1	6 / 19(金)	・開講式 地名と地形の特徴	公民館職員 文化財保護課指導員 若原英次さん
2	6 / 26(金)	・交通と集落とのつながり	
3	7 / 3(金)	・地域の姿貌	
4	7 / 9(木)	・産業の施策	
5	7 / 17(金)	・まとめ、話し合い	公民館職員

お知らせ

ふごえ教室

とき：7月4日(中)18日
いずれも午後1時半～3
▼ところ：小倉公民館▼
：妊娠後期(妊娠5カ月)
王冠、そのほか、家笑

手足・目が不自由な人の
巡回更生相談
京都府の主催で行います。
とき：7月2日(日)、25日(土)
ところ：京都市民会館

1時〜3時とところ：総合福祉
 社会館内容：身体障害者
 手帳の交付や再交付に必要な
 診断（申請には印鑑と顔写真

人ガイドヘルパー

講習会
講 習 会
き、7月2日(木) 午後
4時~5時、木曜公
▼内容：一人歩きが出来
ない不自由な人を、病院
受所などの公共施設、方
な診断(申請は障害者手帳に現在
使用中の補装具が必要)▼相
談：無料▼問い合わせ：福祉
課(☎3314)へ。
(福祉課)

聖バルナバ助産婦学院 左古かず子さん

うぶごえ教室の日程表

回	月日	テーマ	講師
1	7/4 (土)	胎内から始まる子育て ○「生命誕生の神髄」(ビデオ) ○妊娠・出産に対する考え方 一胎中からわかる赤ちゃんの個性 ○経産後半期に起こり易い異常と予防	聖バルナバ助産婦学院
2	7/11 (土)	積極的に取り組むお産 ○お産の生理、最近のお産事情 と生殖技術の進歩 ○“わたしのお産”(ビデオ) 一夫と共に取り組むお産 一お産の準備・呼吸法・リラクセス法	左右かずす子
3	7/18 (土)	子供が持つ可能性を無限にひき出せる親をのぞいて ○新生児の生理・保育 ○母乳育児を楽しく ○親としての役割・責任 座談会：フリートーキング	左右かずす子

うし びょう き なお
牛の病気を治した
く げ
お公家さん



五ヶ庄岡屋に産土神の許波多神社が鎮座し、地元の信仰を集めています。元は今場所からすつと東の、黄檗公園の近くにあります。が、明治になつてここに移されました。この神社は、昔は柳大明神と呼ばれていました。今からおよそ千三百年前、天皇の位を遡つて、大友皇子と大海人皇子(後の天武天皇)の間で争いが起こりました。その時、大海人皇子が、大津から吉野へ向かう途中、この神社に参拝

牛が次々に死んで行きました。薬を飲ませても、一向に良くなりません。そこで村の人々は、近衛信尋に牛の病気を治して欲しいと頼みました。五ヶ庄は古くから近衛家の莊園(領地)で、別荘もあり、近衛家と深い関わりがあったのです。それで信尋は、

神ならは
死をうしと思やほせぬ
つまり、慈悲の心をたれく
ださる柳大明神よ、死ぬこと

儼々たるる柳の

ふるさとむかし話

48