

市の人口	
(平成5年10月1日現在)	
世帯数	61,924世帯 (前月比15世帯増)
人口	182,407人 (前月比22人増)
男	90,094人
女	92,313人

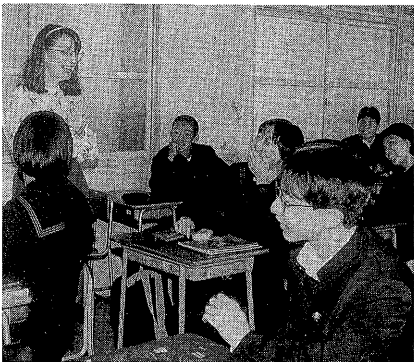
宇治市政だより

10/21
平成5年
(1993年)
第1005号

発行 京都府宇治市
〒611 京都府宇治市
宇治琵琶33番地
☎ (0774) 22-3141
編集 広報課
●毎月1日・11日・21日発行

インタビュー カムループスからの新しい英語指導助手

日本の文化にひかれて



ボニーさんは自分のこと、カムループスのことなどを紹介し、続いて、生徒たち一人ずつに質問英語をしゃべることへの緊張感が、ボニーさんの楽しい雰囲気と和らいていきました。これから、各中学校を回っていかれます。(10月6日、東宇治中学校で)

「AETとして日本に来られたきっかけとは?」「小学校の教師をしているので日本の学校生活について知りたいと思うんです。日本の文化に興味があったというところからあります。」
「実際の授業の印象は?」「来る前は日本の生徒はみんな授業中は静かに先生の言うことを聞いて、宿

日本の中学生は シャイ!!

「もともとシャイな子で思っています。でも実際には、個性豊かないろいろな生徒がいてカナダとあまり変わり

お気に入りの煎茶と “なすのはさみ揚げ”

「ところで、宇治には随分慣れたようですが、カナダの友達に宇治を紹介するときは?」「やっぱり、平等院などのお寺や神社、あと対馬庵ですね。」

その国の習慣を 受け入れるのが大切

「日本の生活での苦労はありますか?」「パスの書き方、電話帳、看板の横書きが漢字で書いてあるので、ほとんど読めないんです。」「そういう時にはどうするんですか?」「周りの人に尋ねます。」



ボニー・クリスティソンさん

宇治市には、海外に3つの友好都市があります。今年の7月、そのうちの1つカナダのカムループス市から3代目AET(英語の指導助手)としてボニー・クリスティソンさんがやって来ました。カムループスでは小学校教師をしていて、今回は休職しての来日。ボニーさんは来年7月いっぱいまで、市内の9つの中学校を回り、英語の授業のお手伝いなどをします。ゆっくり話せば日本語もほとんど理解できるというボニーさんに、インタビューしました。



「市営茶室の対馬庵に行かれたんですか。日本茶は気に入りましたか。」「日本茶は気に入りました。」「煎茶ですか、抹茶ですか?」「えっ、詳しい。(笑)」「煎茶はなかなかおいしいんですけど、抹茶は苦いんです。」「普段は日本料理を作っているんですか?」「カナダ料理です。シンパルなのでそんなに手間は掛かりません。日本料理なら、なすのはさみ揚げが好きですね。自分でもよく作ります。」「フランスでも何年か過ごされたというんですけど、最後は、いろいろな面での生活がうまく過さなくて、コソを覚えてください。」「やはり、自分の国と同じ習慣を期待しないこと。食生活の問題とか生活の根本にかかわることを含め、その国の文化や習慣を受け入れることが大切。」「あ、自分から積極的にいろいろなクラブに入るなと、打ち解けていくようにするんです。」「ありがとうございます。」

宇治十帖スタンプラリー

10月23日～11月3日の
土・日曜、祝日に開催



源氏物語の一場として、今年も「宇治十帖スタンプラリー」を行います。開催日は十月二十三日・二十四日・三十一日・十一月一日・二日・三日・四日・五日・六日・七日・八日・九日・十日・十一日・十二日・十三日・十四日・十五日・十六日・十七日・十八日・十九日・二十日・二十一日・二十二日・二十三日・二十四日・二十五日・二十六日・二十七日・二十八日・二十九日・三十日・三十一日。コースは、宇治十帖の吉原を中心に、宇治のまち歩きを自然と満喫できるもので、基本コース(約四・七キロ)と健脚コース(約九・七キロ)の二つがあります。また、「紫式部文学賞」授賞式がある十一月十四日の午後、文化センターで抽選を行います。特別賞をお渡しします。問い合わせは文化観光課(内線2233)へ。主催：宇治市・宇治市教育委員会・紫式部文学賞イベント実行委員会

言狂



目録
○ 名川 大蔵
○ 大蔵 潤
○ 大蔵 呼

出演
茂山千之丞ほか
11/20(土)
午後6時～
文化センター
小ホール

前売り券 2500円で好評発売中(当日3000円増)。全自由席
問い合わせ・電話予約：(財)宇治市文化センター (020・2111)
市文化センター/市観光協会/観光案内所(宇治橋西詰・近鉄大久保駅南口)/松下時計店(伊勢田センター前)/小山瑞泉堂(西宇治高校正門西)/うさぎ堂(近鉄小倉駅前)/あたり屋(横島家ヶ丘団地12号店)/東楽茶屋(宇治小学校西)/手芸とカメラのマツモト(御蔵山商店街)/宇治書店(宇治橋通り商店街)/西小倉コミュニティセンター/富士書房(近鉄久津川駅前)/アルプラザ城陽(城陽市)/藤田薬局(宇治田原町)

市政だより11月1日号は、10月31日(日)に新聞折り込みします。限りある資源を大切に◆

都市に緑と公園を

10月は都市緑化月間です

■緑の相談所・園芸相談

専門家が園芸の相談に応じたり、実技指導をしたりします。

▶専門家による園芸指導



■ペットの健康相談

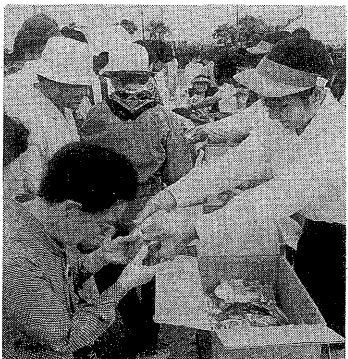
ペットの健康や正しい飼い方について、獣医が相談に応じます。

■花木・園芸資材など展示即売

■花苗・球根など無料配布

引き換え券を会場内の緑化啓発コーナーで随時お渡しします。引き換えは午前11時ごろと午後3時ごろから(数に限りがあります)。

▲当日は、花の苗や球根を無料でお渡しします



◎駐車場に限りがあります。車でのご来場はご遠慮ください。

◎都合によりイベントの内容を変更する場合があります。

問い合わせ

環境保全課(内線2252)
公園緑地課(内線2417)

’93宇治市緑化フェア開催

10/31(日)午前10時半～午後3時 小雨決行

黄檗体育館前広場で 入場無料

第11回全国都市緑化きょうとフェアプレイベント

十月三十一日(日)午前10時半から、黄檗体育館前広場で「'93宇治市緑化フェア」を開きます。これは、市民一人ひとりの緑化意識を高めていただくこと、第十一回全国都市緑化きょうとフェアのプレイベントとして、市と(財)宇治市公園公社が行うものです。秋の一日、ご家族そろって多彩なイベントをお楽しみください。

■緑化啓発コーナー

■きょうとフェア啓発コーナー

平成6年に開催される第11回全国都市緑化きょうとフェアを紹介します。

■朝霧緑の少年団紹介コーナー

少年団の活動を写真などで紹介します。

■木とのふれあいコーナー

木工教室を開きます。

■名木百選紹介コーナー

東宇治地域の「宇治市名木百選」を写真で紹介。

■生活排水コーナー

生活排水の啓発ビデオの上映などを行います。

■ふれあい動物広場

ミニ動物園でかわいい動物たちと一緒に遊びましょう。



▲昨年の木工教室では知恵の輪をつくりました

10月31日(日)

太陽が丘

午前10時から

午後4時半

雨天決行

府民祭典
宇城久会場

問い合わせ

京都府宇治地方振興局内
府民祭典宇城久地域実行委員会事務局

(公)21・2101

○飛行船が太陽が丘を中心に、宇治市・城陽市・久御山町内の上空を飛行

○中央広場では各市町コーナー、様々な情報コーナーと即売コーナー

○管内小・中学生によるハーフトイムコンサート、和太鼓「渦」の音楽イベント

○高齢者ゲートボール大会、少年サッカー大会、中学生女子ソフトボール大会、テニス講習会のスポーツイベント

○子供向けイベント
○子供もチャレンジランニング宇城大会、ふわふわ・キャラクタージュン(クレヨンしんちゃん)、ミニSL、冒険の森わんぱく大将、木工教室、探鳥会の子供向けイベント

○午前10時から野外ステージで総合開会式
○子どもチャレンジランニング宇城大会、ふわふわ・キャラクタージュン(クレヨンしんちゃん)、ミニSL、冒険の森わんぱく大将、木工教室、探鳥会の子供向けイベント

○午前10時から野外ステージで総合開会式
○子どもチャレンジランニング宇城大会、ふわふわ・キャラクタージュン(クレヨンしんちゃん)、ミニSL、冒険の森わんぱく大将、木工教室、探鳥会の子供向けイベント

1人で悩まないで、お母さん

～離乳食のお話～



離乳食は、できるだけ、愛情いっぱいの手作りで

乳幼児期の食生活に 健康の基盤が

「これからお母さんになる人は、食生活に非常に関心があると思いますが、妊娠中の食生活の注意点は？」
「妊娠中だからといって食生活に神経質になりすぎる必要はありません。ただ、大切な赤ちゃんのためと何事にも意欲的に取り組める時期ですから、日々の食生活を見直すいい機会なんです。味付けが濃すぎないでください。」

離乳食で「かむ」習慣を

「成長の過程で離乳食の果たす役割は？」
「成長の過程で離乳食の果たす役割は、赤ちゃんが乳を飲むことから、飲み物をかみつぶし、飲み込むことを覚える発達過程で必要になるのです。なぜ離乳食が大切かというと、この時期にむく動作（咀嚼）の練習に慣らすことが、幼児期以降、よくかんで食べられるようになる基礎となり、その後の発達と健康に影響するからです。」

これからお母さんになる人、新しくお母さんになった人、子育てに関して悩みや不安はありませんか？ 何かあった時には、市の保健予防課にご相談を。保健婦や栄養士も聞いていますので、ぜひご参加ください。
今回は、教室で栄養の話や調理実習を担当している小川寛子栄養士に、赤ちゃんにとってとても大切な「離乳食」の話をお聞きしました。

●保健予防課(22・3141、内線2263)

今度は離乳食ですね。

「近年の研究では、離乳食から幼児期にかけての食生活が、肥満や、動脈硬化などの成人病の出現に大きく関係していると考えられています。生涯、健康に過ごすための基盤は、乳幼児期の食生活にあると言えます。」



保健予防課・小川寛子栄養士

素材そのものの味を大切に

「かむ」ことを覚える以外に、離乳食の役割は？
「赤ちゃんは、離乳食を食べることで、味覚の発達を促すことができます。素材そのものの味を大切にするのが、赤ちゃんの味覚を育てるポイントです。大人でも結構、味の濃いものを食べますが、赤ちゃんは、素材そのものの味を大切にするのがポイントです。大人でも結構、味の濃いものを食べますが、赤ちゃんは、素材そのものの味を大切にするのがポイントです。」

母親教室・離乳食教室

保健予防課では次の教室を開いています。もう、出産や育児の悩みを1人で抱えている必要はありません！ 友達作りも兼ねて、ご参加を。日程や会場は5年度版「市民カレンダー」と「手びき」に掲載しています。



体操でリラックス。母親教室(10月1日、保健医療センター)



楽しみなご料理を覚え、友達もできる。母親教室調理編(10月30日、宇治公民館)

●母親教室
妊娠の不安、不安なく赤ちゃんを育て、育ててもらうための準備。前・後編の両方。対象：妊娠中の人。な

●母親教室調理編
お産の経過と産後(さる)の生活/安産のための補助動作・呼吸法・赤ちゃんの育て方。対象：妊娠中の人。な

●母親教室
お産の経過と産後(さる)の生活/安産のための補助動作・呼吸法・赤ちゃんの育て方。対象：妊娠中の人。な

とっておき 離乳食 メニュー

★クリーム煮(離乳食中期)

これは離乳食中期のメニューのため、味付けはしていますが、塩・こしょうをすれば歯が痛いとときの栄養補給に、また、材料を大きく切れば大人用のメニューにもなります。

【材料】

鶏肉(さき)小1/2本 (牛乳 80cc)
にんじん 10g (小麦粉 5g)
たまねぎ 10g (バター 5g)
ほうれん草 10g

【作り方】

① にんじんはほうれん草は柔らかくゆで、みじん切りにする。つづいておきます。

② 鶏肉はゆで、ごく細くスルメ状にさいておきます。

③ 熱した牛乳にバターを溶かし、小麦粉を入れて弱火でよくいため、牛乳を少しずつ加え、なめらかなのは

離乳食教室のメニューから一品をご紹介します。教室でもおいしい好評で、栄養満点！ ぜひお試しください。

★ホクホクどろろ

大人でもおいしく食べられます。

【材料】

じゃがいも 50g
かたくり粉 5g
クッキングチーズ 5g
バター 5g

【作り方】

① じゃがいもは皮をむいてゆで、熱いうちによくつぶしておきます。

② ①にチーズとかたくり粉を加えて練り、2つ3つに分けて丸め、焼きます。

③ フライパンにバターを溶かし、両面をこんがりきつめに焼きます。