



広報

うじ



みんなが輝く

～社会とつながる～

02/ 特集 09/ 新型コロナウイルス感染症対策
10/ 子育て応援コーナー 12/ ご意見募集 13/ 情報BOX



新型コロナワクチン接種

追加(3回目)接種

《対象者》ワクチン2回接種完了者
《接種時期》2回目接種から概ね8カ月以上経過後

3年3月～4月に2回目接種完了した人に、追加接種の接種券・「予約方法のご案内」をお送りしました。今後、段階的に対象者へ接種券等をお送りします。

※他の自治体で2回目接種後、宇治市へ転入した人等は追加接種の接種券の発行申請が必要です。詳しくは9ページに掲載しています。

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

●9ページ ワクチンに関する問い合わせ 他

本誌「広報うじ」に掲載している情報は11月16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。

12月で宇治市政だよりは創刊70周年♪





表紙の写真は、同施設の利用者やスタッフの皆さんです。

社会福祉法人同胞会

イサク事業所

- 就労移行支援
- 就労継続支援 A 型
- 就労継続支援 B 型
- 生活介護



イサク事業所では、就労を通して思いやり支え合う「人とのつながりの輪」を大切にしています。働く場所は、カフェなどのお店や農園、作物の加工場など、利用者の個性を大切にしながら、自ら役割を認識し、働く楽しさ、喜び、やりがいを感じていけるように取り組んでいます。また、各領域のプロと共に働くことで、技術の習得やもの作りの楽しさを伝えることも大切にしています。

農園は宇治市と宇治田原町にあり、作物の運搬や野菜の収穫、野菜の袋詰め、納品等の作業を行います。作業の難易度に合わせ、一人ひとりに応じた作業を、農事組合法人「コヘレト農園」と協力しながら取り組んでいます。農園で作った作物は、主に施設内の給食の材料として使用し、お米は100%自給しています。

農作物は、なるべく自然なカタチで育てたいので、有機肥料で育てています。農業を始めた当初は、野菜の葉が虫に食べられてリース状になっていましたが、農業のプロの指導のもと、今では立派な野菜が作れるようになりました。



ベビーリーフを収穫する様子



大きく育ったものを選んで収穫しています。

利用者
こにしりょうすけ
小西 良亮さん

作業は楽しいです。土をいじるのが好きです。

利用者
たおつとむ
田尾 勉さん



スタッフに
聞きました

スタッフ
かわたともよ
河田 智代さん



みんなで大切に育てる野菜は地元の方々にも好評です



カフェ Rigoletto
伊勢田町毛語 149-4 ☎ 21-5512

利用者の皆さんは、自然の風を感じながら土をいじると気持ちがいいのか、畑に出ると機嫌が良いようです。また、作業内容を良く把握されていて、野菜の種類によっては収穫にスタッフが付かなくても出来るようになってきました。

農園で作った野菜やお米は「カフェ Rigoletto (リゴレット)」の直売所で販売しています。ナスの販売時は行列が出来たり、ベビーリーフはすぐに完売したりと、地元の方を中心に大変好評をいただいています。心をこめて大切に育てた野菜を、ぜひ皆さんにも食べていただきたいです。

自分らしさを大切に、
働くよるこびややりがいを



みんなが輝く

～社会とつながる～

障害のある人が自立して生き生きと暮らしていけるような社会は、誰にとっても暮らしやすく活力のある社会と言えるのではないのでしょうか。働くことは、お金を得るためだけではなく、働くことで人や社会とつながるためのものでもあります。今号では、障害者の就労等を支援する事業所で働く皆さんを紹介し

ます。障害のある人の働く姿を知り、関心を持つことが活動の支援につながります。障害のある人もない人も生き生きと輝ける「共に生きる社会」へ、皆さんもその第一歩を踏み出してみませんか。

☎ 障害福祉課 ☎ 21-0419

※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。

今号では、次の障害福祉サービスを提供する事業所を紹介します。

就労移行
支援

一般企業等への就労を希望する人に、働く場を提供すると共に、知識及び能力の向上のための必要な訓練を行います。

就労継続
支援 A 型

一般企業等での就労が困難な人に、働く場を提供すると共に、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。
A型＝雇成型 B型＝非雇成型

就労継続
支援 B 型

生活介護

常に介護を必要とする人に、日中、施設内で入浴・排せつ・食事の介護等を行うと共に、創作的活動や生産活動の機会を提供します。

宇治市には、障害者手帳をお持ちの方が約1万人おられます。障害の症状や程度は人によって様々で、外見からは分からない内部的な障害、生まれた時から障害や、病气や事故、年齢を重ねることによって生じる障害もあります。

障害とともに生きることが決して特別なことではありません。宇治市では、障害のある人もない人も分け隔てられることなく、互いに人格と個性を尊重し合える「地域共生社会」の実現を目指しています。そのためには、私たち一人ひとりが、障害とともに生きることに興味と理解を深め、障害のある人の思いに寄り添うことが大切です。

障害のある人が住み慣れた地域で自立した生活を営むことができ、地域づくりの一員となるよう、関係機関と連携し、包括的な支援体制の整備に取り組んでまいります。

宇治市長
まつむら
松村 淳子



心をこめて
作っています!

障害のある人の作品・製品展示会を、次の期間に市役所などで行います。

●市役所1階市民交流ロビー

時12月20日(月)～4年1月14日(金)

☑作品展示、製品販売、作業実演

●ゆめりあうじ

時12月2日(木)～15日(水)

☑作品展示



●参加事業所(予定)

事業所名	住所	電話	主な作品・製品
天ヶ瀬ワークスあすなろ	白川東山 15	24-2011	ドライフラワー、ポチ袋
宇治川福祉の園	槇島町石橋 13	25-7091	クッキー、ビーズアクセサリ
槇島福祉の園	槇島町石橋 13-6	20-8060	アクリルたわし、弁当
志津川福祉の園	志津川西山 15-2	20-9902	陶器、マスク、干支グッズ
同胞の家	小倉町西山 44-4	20-4080	さおり織り製品、染め和紙
イサク事業所どうほうの家	伊勢田町毛語 149-4	21-0139	羊毛フェルト
ワークセンター宇治作業所	五ヶ庄二番割 5-2	32-2024	パン、焼き菓子、縫製
デイセンター宇治作業所			デコまぐねっと、胸花
宇治作業所のびのび	五ヶ庄梅林 72-8	66-4841	麴、精米
みくすはあつ	小倉町老ノ木 13-1 宇治小倉マンション 221号	23-7920	手づくり雑貨
ゆめハウス	宇治若森 30-2	23-5193	手作りクッキー、和紙織り
生活介護施設クローバー	宇治天神 12-3	23-2129	缶バッジ
あい工房	西笠取下荘川西 25	075-585-7839	陶器、織物、マスコット
スマイルワーク大久保事業所	広野町茶屋裏 8-5 シャーメゾン井上II 1F	41-2588	和雑貨、おしゃれマスク
さくらんぼうの樹	小倉町神楽田 1-3	23-3811	マスク、アクセサリ

製品の一部は、市役所1階(市民課待合ホール横)のショーケース「うじ・はんどめいどボックス」で常時展示・販売しています。詳しくは、障害福祉課へ問い合わせください。



宇治市役所での取り組み

会計年度任用職員(アルバイト職員)

☎ 人事課 ☎ 20-8703

市役所での勤務を通じて、一般企業への就労や社会的自立につなげることを目的に、知的・精神障害のある人を会計年度任用職員(アルバイト職員)として任用しています(面接試験あり)。庁舎内の軽作業や書類の仕分け・配布等の一般事務補助作業等、ご本人の適性を考慮した業務を行っています。

市政だより配布業務

☎ 秘書広報課 ☎ 20-8704

宇治市政だより(広報うじ)の全世帯各戸配布業務について、一部地域を障害者支援施設(5施設)に委託しています。



利用者
なかむら ももか
中村 百花さん

自主製品として、缶バッジ等の制作を行っています



▲同施設で制作された缶バッジ

社会福祉法人こもれび

生活介護施設
クローバー

生活介護

地域社会との繋がりを通して「ほっ」と集まれる場所へ

クローバーは、平成7年4月、養護学校を卒業後に通所する場がない4人のために、保護者とボランティア数名で活動を開始しました。重度の障害のある人の日中活動の場として、共に楽しく豊かに過ごそうという基本理念は今でも変わっていません。
知的障害のある人や知的障害を伴う重複障害のある人が、地域社会の人々との出会いの中でお互いを認め合い、それぞれが主体的に地域に根差して生活出来るよう、様々な人が集まれる「ほっ」とする場所づくりを目指しています。それぞれの個性や持っている力を引き出して、利用者本人が生きがいを持って生活を楽しめ、社会と接点を持つためのサポートが出来るように活動しています。

スタッフに
聞きました



スタッフ
つばい ゆい
坪井 悠衣さん

●疫病退散の願いを込めて

以前は、頻繁に一緒に買い物に出かけて、お店の人とのコミュニケーションを楽しんでいました。百花さんは出かけるのが好きなので、新型コロナウイルスの影響で出かける機会が減った今の状況は淋しいと言っています。しかし、現在の状況を受け入れ、私がデザインした「アマビエ(※)」の缶バッジを作る担当として、使命感を持って取り組んでいます。注文が多い時期は、二人で疫病退散の願いを込めてたくさん缶バッジを作りました。

※アマビエは、疫病などに関する予言をしたと伝えられる日本の妖怪。新型コロナウイルスの感染拡大で、疫病退散のためのキャラクターとして有名になった。

●信頼出来る関係性

百花さんが17歳の頃から、約9年間のお付き合いになります。もともと客観的に物事をとらえる性格でしたが、周りとの信頼関係も深まり、気遣いもしてくれました。

意思疎通は、目や唇の動き、表情を読み取ることでしています。彼女ははっきり意思表示出来る人です。真面目ですがお茶目な所もあります。クローバーでは利用者として看護師ということになりますが、周りからは「親友のようだね」と言われ、信頼し合っています。

●おしゃれが好き

百花さんの意向を聞いて、私が彼女の爪にネイルシールを貼り、色を塗ることも。同年代の女性がしていることで彼女がやりたいと思うことは、全てやらせてあげたいという気持ちで接しています。

また、百花さんには出来る範囲で社会貢献がしたいという気持ちがあり、長い髪が好きで髪を伸ばしていたことから、お母さんの提案で、病気などで髪の毛を失った子どものためのヘアドネーション(髪の毛の寄付)をされています。



利用者
あさい もえか
浅井 萌花さん

社会福祉法人南山城学園

カフェ & 工房さびゅいえ

就労移行支援



今年の4月からこの事業所を利用しています。ケーキを作ったり洗い物をしたりする作業が好きです。夢は、ペットショップで働くことです。



さびゅいえ (SAPPUYER) とは、フランス語で「寄り添う」という意味の言葉で、就労移行支援事業所として、障害のある人の就労訓練を兼ねているカフェと工房です。就労に必要な知識及び能力の向上のため、必要な訓練を行い、原則として2年以内の企業就職を目指します。カフェに併設された食品加工の工場を活用し、調理を中心とした作業を通してスキルを身に付けるほか、働く上で必要な体力や社会人基礎力(「報告・連絡・相談」、マナー等)も習得します。

カフェと工房での作業を通して、スキルやマナーを身につける

ここを企業への就職のワンステップとしてほしい

社会人として必要な基礎を身につける

あいさつや身だしなみの大切さ等、社会人としての基礎知識を学ぶ講座を受けていただけます。また、「地図を見ながら目的地に行く」等、社会人として当たり前求められる行動の経験がない利用者もいるので、トレーニングの中で経験し、身に付けていただけます。

「出来ること」を優先した就職支援

利用者の方の希望を定期的に聞きながら就職支援を行います。仕事探しの際は「やりたいこと」より「出来ること」を優先に勧めています。今出来ること、もう少し頑張ったら出来ることを見極め、「出来た」という達成感を体験してほしいと考えています。

就職後も利用者や職場と繋がり、定着を支援

就職先の企業へ話を聞きに行ったり、利用者の悩みなどの相談を聞いたりすることで、より長く安心して働けるようにサポートしています。利用者の就職後の悩みとして多いのが人間関係です。「体調不良等で休んだ後に出勤しにくい」等、本人が直接言えない場合は、代わって勤務先に伝えることもあります。まずは伝え方を教えて自分で解決するようにしています。

就職先の企業には、どのようなサポートが必要なのか、「指示をする際は写真を使うと伝わりやすい」など、利用者の苦手な部分なども事前に伝えます。

スタッフに
聞きました



スタッフ
くわた たかし
鎌田 剛さん



カフェ&工房さびゅいえ
宇治蔭山9番地11
☎ 23-0320

社会福祉法人山城福祉会

志津川福祉の園

就労継続
支援B型

生活介護



陶芸や織物などの生産を通して、豊かな人生の自己実現へ

志津川福祉の園では、知的障害のある人たちの尊厳が守られ、豊かな人生を現出来るよう支援しています。18歳以上の知的障害のある人で、雇用されるのが困難な方が通所し、独立して生活していくことに必要な訓練を行い、仕事を通じて自立していくことを目的としています。生産事業は、「自主企画・自主生産・自主販売」を目標とし、陶芸、織物、縫製、農業等を行っています。

20年ほど陶芸の作業をしています。最後の仕上げの磨き作業が好きです。



利用者
よした かつし
吉田 知史さん

来年の干支の虎の置物を制作する様子

陶芸は楽しいです。恐竜が好きで、恐竜をかたどった作品を「京都とっておきの芸術祭」(*)に出展しました。



▲「京都とっておきの芸術祭」(*)【陶芸の部】で京都府知事賞を受賞した作品
※障害のある人が参加する芸術祭(京都府が開催)

利用者
はやし あまひこ
林 晃彦さん



「お茶と宇治のまち交流館(茶づな)」の「玉露の淹れ方体験」等で使うお皿です。

スタッフに
聞きました

スタッフ
うえだ けんじろう
植田 健二郎さん

利用者によって作業の内容に得意・不得意があるので、注意深く観ながら、それぞれの強みを活かせるようにサポートしています。苦手なことや難しいことにもチャレンジして、作業の幅を広げられるようにも工夫しています。作るところから仕上げるところまで作業を細分化し、なるべく利用者の力で制作してもらえることを目指しています。

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

新型コロナワクチン接種3回目接種券の発行手続き(他自治体で2回接種した人等対象)

☎市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0570-085-567

新型コロナワクチン追加接種(3回目接種)の接種券等を送付するにあたり、下記にあてはまる人は発行手続きが必要となります。※下記以外の人は、申請の必要はありません。

- 対象者
 - ・他自治体で2回接種後、宇治市に転入してきた人
 - ・3年3月～4月に2回接種が完了しているが、12月6日時点で手元に3回目用接種券が届いていない人
 - ※11月29日に、3年3月～4月に2回接種が完了している人(医療従事者等)に3回目用接種券を送付しました。
 - ※3年5月中に2回接種が完了している人には、12月中・下旬に送付予定です。以降、2回接種が完了した日からおおむね8カ月が経過する日の2～4週間前に送付予定です。
 - (ワクチンの供給状況により変更する場合があります。)
- 申請に必要な書類
 - 下記の書類を、郵送か健康づくり推進課窓口へ。
 - ・接種券発行申請書
 - ※申請書は健康づくり推進課窓口にある他、市ホームページから印刷も出来ます。
 - ・2回接種が完了した記録が分かるもの(接種済証、接種記録書、接種証明書等)
 - ・委任状
 - ※申請者と被接種者が異なる場合のみ

ワクチンに関する問い合わせ

- 市新型コロナワクチン接種コールセンター
 - ☎0570-085-567 (聴覚障害等で電話での問い合わせが困難な場合は、☎39-9418 ☎corona@city.uji.kyoto.jp)
 - 《受付時間》午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く) 《相談内容》ワクチン接種の予約に関することや接種券の紛失等
 - ※メールやファクスでの問い合わせは、時間差が生じる可能性があります。

発熱等の症状のある人の相談

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。医療機関を直接受診せず、まずかかりつけ医に電話相談してください。かかりつけ医を持たない場合や休日・夜間は、きょうと新型コロナ医療相談センターに相談してください。※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。

- きょうと新型コロナ医療相談センター
 - ☎075-414-5487 ☎075-414-5990 ☎coronasoudan@pref.kyoto.lg.jp 《受付時間》365日24時間
 - ※メールやファクスでの問い合わせは、時間差が生じる可能性があります。

総合案内窓口と支援等のしおり

- 総合案内窓口
 - 生活・経済面等での支援について、相談窓口や担当課を案内しています。
 - 《場所》うじ安心館3階(危機管理室内)
 - 《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。

障害のある人もない人も

共に生きる社会を目指して

☎障害福祉課 ☎21-0419

12月3日～9日は
障害者週間

障害のある人もない人も、お互いにかげがえのない個人として、尊重し合いながら共に生きる社会を実現するためには、私たち一人ひとりが、様々な障害への理解を深めると共に、それぞれの障害に合った配慮をする、思いやりの気持ちが大切です。

思いやりのある行動を

～ヘルプマークとヘルプカード～

外見からは分からなくても、街中や公共交通機関など生活の様々な場所で、周囲からの配慮や援助を必要としている人がいます。ヘルプマーク(ストラップ)を身に付けた人を見かけた場合は、座席を譲る等の配慮をお願いします。また、宇治市ヘルプカードを提示された場合は、ヘルプカードに書かれた内容に応じて支援をお願いします。



ヘルプマーク



ヘルプカード

聴覚障害のある人へ～要約筆記者の個人派遣～

身体障害者手帳の有無に関わらず、聴覚障害のある人に、文字を書いてコミュニケーション支援をする要約筆記者の派遣を行っています。医療機関での受診・相談の他、冠婚葬祭、自治会活動などの社会生活上必要な場合にも、派遣を行います。申請は1週間前までに障害福祉課まで。

身体障害者相談員・知的障害者相談員

自身が身体障害者手帳を持っている、または障害者の家族である相談員が障害のある人の悩みを伺います。他にも、必要に応じて手続きの説明や地域の関係機関へつなげたり、関係機関と協力して虐待の防止と早期発見に努めたりしています。市ホームページで相談員の名簿を確認出来ます。直接、相談員に問い合わせてください。なお、個人の秘密は固く守ります。

郵便等による不在者投票制度

☎選挙管理委員会事務局 ☎20-8798

●郵便等による不在者投票

次の表に該当する人は、自らの記載で郵便等による不在者投票が出来ます。

手帳等の種類	障害名等	障害の程度
身体障害者手帳	両下肢、体幹又は移動機能の障害	1級又は2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸又は小腸の障害	1級又は3級
戦傷病者手帳	免疫又は肝臓の障害	1級から3級まで
	両下肢又は体幹の障害	特別項症から第2項症まで
介護保険被保険者証	心臓、じん臓、呼吸器、小腸又は肝臓の障害	特別項症から第3項症まで
		要介護状態区分が要介護5

●代理記載制度

郵便等による不在者投票の対象者で、かつ、次の表に該当する人は、代理人の記載により投票することが出来ます。

手帳等の種類	障害名等	障害の程度
身体障害者手帳	上肢又は視覚の障害	1級
戦傷病者手帳	上肢又は視覚の障害	特別項症から第2項症まで

いずれの制度の利用にも、事前に交付される「郵便等投票証明書」が必要です。「郵便等投票証明書」は、いつでも同事務局で交付申請が出来ます。申請書類は同事務局にある他、市ホームページから印刷も出来ます。身体障害者手帳、戦傷病者手帳または介護保険被保険者証の写しを添えて申請してください。《郵便等投票証明書の有効期間》
 ◎身体障害者手帳、戦傷病者手帳＝郵便等投票証明書の交付日から7年
 ◎介護保険被保険者証＝介護保険被保険者証に記載の認定の有効期間末日まで

新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては、乳幼児健康診査事業、BCG予防接種事業、各教室等の実施を急遽延期することがあります。延期の場合は、市ホームページ等に掲載し、後日、振替日の連絡をします。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	令和3年9月生まれ	健やかセンター	1月19日(水)・21日(金)・24日(月)	個別通知は、12月20日頃に発送します。	
10か月児健康診査	令和3年2月生まれ	市内の協力医療機関	個別案内にある受診期間を参照してください。	個別通知は、12月24日頃に発送します。	
1歳8か月児健康診査	令和2年4月生まれ ※対象時期は前後する可能性があります。	健やかセンター	1月5日(水)・6日(木)・7日(金)	個別通知は、12月10日頃に発送します。	
3歳児健康診査	平成30年7月生まれ ※対象時期は前後する可能性があります。	健やかセンター	1月12日(水)・13日(木)・17日(月)・18日(火)	個別通知は、12月15日頃に発送します。	
離乳食教室	令和3年8月生まれ	健やかセンター	1月27日(木)	☎必要。1月4日(火)から電話で保健推進課へ。	
あんしんかんDEお話タイム	0歳の子とその保護者	健やかセンター	1月14日(金) 9時30分～11時00分	参加者同士の交流と保育士による遊びの紹介。☎必要。12月24日(金)から電話で保健推進課へ。 ※実施日の受付時間は予約時に指定。	
乳幼児相談(育児相談)	2か月～就学前	健やかセンター	1月14日(金) 9時15分～11時00分	計測、食事・育児(発達)相談。☎必要。12月24日(金)から電話で保健推進課へ。 ※実施日の受付時間は予約時に指定。	
		北部地域子育て支援センター	1月13日(木)午前10時～11時	計測。☎必要。開催日2週間前から電話で各地域子育て支援センターへ。 ※実施日の受付時間は予約時に指定。	
		南部地域子育て支援センター	1月18日(火)午前10時～11時	計測。☎必要。開催日2週間前から電話で各地域子育て支援センターへ。 ※実施日の受付時間は予約時に指定。	
ママのためのおはなし会	①妊婦または6か月までの子とその保護者 ②6か月～1歳までの子と保護者	健やかセンター	1月18日(火) ①9時30分～10時30分 ②10時30分～11時30分	保育士によるふれあい遊びの紹介、発達相談員による講話、参加者同士の交流タイム。☎必要。Eメール(※1)で保健推進課へ。	
パパママ教室	ストレッチでボディケア	市内在住の妊娠16週以降の妊娠中のママとパパ(ひとりでの参加も可)	健やかセンター	1月28日(金)10時～11時00分 (受付は9時45分～)	助産師による妊婦体操、歯科衛生士によるお口のケアの話、交流タイム。☎必要。子の同伴は要相談。開催日の4日前までにEメール(※2)で保健推進課へ。
	プレママの食事～知っておきたい栄養の話～	市内在住の体調が落ちつかなかった妊娠中のママとパパ(ひとりでの参加も可)	健やかセンター	1月20日(木)10時45分～11時45分 (受付は10時30分～)	保育あり。☎必要。開催日の4日前までにEメール(※2)で保健推進課へ。
	これで安心♪赤ちゃんのお世話体験	市内在住の妊娠24週以降の第1子を妊娠中のママとパパ(ひとりでの参加も可)	健やかセンター	1月15日(土)10時～11時30分 (受付は9時45分～)	☎必要。Eメール(※2)で保健推進課へ。
	パパ出番ですよ～沐浴にチャレンジ～	市内在住の妊娠24週以降の第1子を妊娠中のママとパパ(ひとりでの参加も可)	健やかセンター	1月22日(土)10時～11時30分 (受付は9時45分～)	☎必要。Eメール(※2)で保健推進課へ。
BCG予防接種	生後6か月～1歳未満	健やかセンター	1月11日(火)・27日(木)・28日(金)	予診票は3か月児健康診査時にお渡ししています。	

※1 = 参加希望日・参加者氏名(ママ・赤ちゃん等)・住所・電話番号・赤ちゃんの生年月日(妊婦の場合は出産予定日)・赤ちゃんの兄弟参加の有無を☎papamama-start@city.uji.kyoto.jpへ。
 ※2 = 参加希望日・妊婦氏名・住所・電話番号・妊婦生年月日・出産予定日・配偶者参加の場合はその氏名・食物アレルギーの有無(プレママの食事に参加の方のみ)・保育希望の有無を☎papamama-start@city.uji.kyoto.jpへ。

輝け! 宇治っ子

令和2年12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12月3日必着) 詳細は市ホームページまで。

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。

園庭開放 問地域子育て支援基幹センター ☎20-8733
 保育所等の広い園庭を遊び場として開放します。

その他ひろば・サロンなど 自宅で体温測定のうちえ、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
おやこっくらんど 問生涯学習センター ☎39-9500	所生涯学習センター 時12月17日(金) 10時～11時	☎乳幼児と保護者 定額15組 ☎クリスマス飾りをつくろう、おもちゃ遊びなど ☎12月6日(月)～8日(水)。詳しくは市ホームページを確認してください。
赤ちゃんサロン 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時12月9日(木) 10時～12時	☎妊婦、生後1～4か月の子と保護者 ☎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 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時12月3日(金) 10時～12時	☎生後5～8か月の子と保護者 ☎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 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時12月10日(金) 10時～12時	☎生後9～12か月の子と保護者 ☎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 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時12月2日(木) 10時～11時30分	☎双子・三つ子などの多胎児(小学6年生まで)と保護者 ☎参加者同士の交流・情報交換 持バスタオル

ところ	とき
神明幼稚園 ☎39-9288	12月1日(水)・7日(火)・17日(金)※17日(金)は要予約 10時30分～11時30分
東宇治幼稚園 ☎39-9290	12月3日(金)・10日(金)・17日(金)※17日(金)は要予約 10時30分～11時30分
木幡幼稚園 ☎39-9292	12月3日(金)・10日(金)・17日(金)※17日(金)は要予約 10時～11時

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。

●新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては、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。

休日急病診療所 ☎0774-39-9430
「内科・小児科」の診療は下記のとおり当日電話予約制です。
当日予約専用電話番号 ☎0774-39-9376
 ※予約の受け入れ人数には限りがあり、受け付け出来ない場合があります。

診療日	診療時間	
	内科・小児科(当日電話予約制)	歯科(予約不要)
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～)	午前9時～11時 午後1時～4時	午前9時30分～11時30分 午後1時～2時30分
診療時間	午前10時～12時 午後1時～5時	午前10時～12時 午後1時～3時
診療場所	うじ安心館5階	うじ安心館5階

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	住所	電話番号
宇治徳洲会病院	宇治市	☎0774-20-1111
京都田辺中央病院(京田辺市)	京田辺市	☎0774-63-1111
男山病院(八幡市)	八幡市	☎075-983-0001 ※平日金曜の18時～翌朝8時。



ご意見を募集中

① 第3期 地域福祉計画(初案)

問地域福祉課
〒611-8501 宇治琵琶 33 番地
☎ 20-8730 FAX 21-0407
✉ chiikifukushi@city.uji.kyoto.jp

社会情勢や法改正等を踏まえて、地域福祉の推進に関する事項を一体的に定める「第3期地域福祉計画(初案)」を作成しました。

② 第2次 教育振興基本計画(初案)

問教育総務課
〒611-8501 宇治琵琶 33 番地
☎ 20-8755 FAX 21-0400
✉ kyouikusoumuka@city.uji.kyoto.jp

市教育委員会では、教育基本法第17条第2項に基づき、宇治市の教育の指針となる「第2次教育振興基本計画(初案)」を作成しました。

③ 第2次 図書館事業計画(初案)

問中央図書館
〒611-0023 折居台1丁目1
☎ 39-9256 FAX 39-9257
✉ chuuoushousho@city.uji.kyoto.jp

図書館は、生涯にわたる読書や学びを支え、生活や地域活動の中で必要な情報を提供する拠点として重要な役割を担っています。市図書館では、そうした役割を果たし効果的に図書館を運営するための目標や施策を定めた「第2次図書館事業計画(初案)」を作成しました。

④ 子どもの読書活動推進計画(第三次推進計画)(初案)

問生涯学習課
〒611-0021 宇治琵琶 45-14
☎ 20-8758 FAX 39-9501
✉ shogaigakushuka@city.uji.kyoto.jp

子どもの読書活動は、子どもが言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、創造力を豊かなものにし、人生をより深く生きる力を身に付けていく上で欠くことの出来ないものです。本市の子どもの読書活動を推進するための計画である「子どもの読書活動推進計画(第三次推進計画)(初案)」を作成しました。

【対象者】(次のいずれかに該当する人)
 ・市内在住・在勤・在学の人
 ・本市に事務所又は事業所を有する個人及び法人その他団体
 ・本市に対して納税義務を有する個人及び法人
 ・上記対象者のほか、本計画(初案)に利害関係を有する人

【意見の提出】
 書面に、氏名・住所・意見等を、12月24日(金)まで(必着)に、郵送・ファクス・Eメールが各担当課窓口、または主な公共施設に設置する「市民の声投書箱」へ。また、ホームページのフォームからも入力出来ます。
 ご意見に対する個別の回答はしませんが、ご意見の概要とそれらに対する考え方をまとめ、後日公表します。

【資料の閲覧】
 計画(初案)及び所定の様式は、各担当課や市役所1階行政資料コーナー、主な公共施設の他、市ホームページで閲覧出来ます。

4年度育成学級の入級申請一斉受付

問子ども福祉課 ☎ 20・8733
 時◎4年1月11日(火) 午後7時～8時半
 所◎1月12日(水)～14日(金) 午前9時～午後7時
 市役所1階例会議室 問4年4月1日

現在、市立小学校に在学し、保護者の就労や長期の傷病などのために放課後に保護者不在となる家庭の児童(甲)所定の申請書の他、両親の勤務証明書などの提出が必要で、詳しくは募集要項で確認してください。募集要項や申請書は、12月1日(水)から同課と全ての育成学級で配布する他、市ホームページから印刷も出来ます。

障害者の区分

判断基準	控除額
◎知的障害者(軽度・中度)に準ずる人=認知症高齢者の日常生活自立度が、「IIa」「IIb」の人 ◎身体障害者(3～6級)に準ずる人=障害高齢者の日常生活自立度が、「A1」「A2」の人	◎所得税=27万円 ◎住民税=26万円

特別障害者の区分

判断基準	控除額
◎知的障害者(重度)に準ずる人=認知症高齢者の日常生活自立度が、「III」以上の人 ◎身体障害者(1・2級)に準ずる人=障害高齢者の日常生活自立度が、「B」以上の人	◎所得税=40万円 ◎住民税=30万円

る場合、「障害者または特別障害者に準ずる者」として、税の申告手続きにより、所得税と市・府民税の障害者控除を受けることが出来ます。市は申告手続きに必要な認定書を発行します。

が10万円を超えない◎生活保護及び中国残留邦人等に対する支援給付を受給していない◎既にこの資金の貸し付けを受けている世帯は、貸付額の半額以上を返済している

戦没者遺骨をご遺族の元へ

厚生労働省では海外等で収集した戦没者遺骨をDNA鑑定によりご遺族の元へ返還する事業を行っています。詳しくは同省ホームページを確認してください。

問厚生労働省鑑定調整室 ☎ 03・35595・2219

▲ホームページはこちら

後期高齢者医療制度人間ドックの申請～ウェブ申請も出来ます～

人間ドック受診補助(1万円(定額)を希望する人は、市ホームページを確認の上、申請してください。※今年度中に1回限り 問後期高齢者医療制度に加入している人、または、4年3月31日までに75歳の誕生日を迎え、後期高齢に加入する人(受診は加入後、入院中の人や今年度健康診査を受診した人は補助を受けられません。 甲4年2月16日(水)まで、ウェブ申請が、申請書を郵送または同課窓口へ。なお、申請書は市ホームページから印刷も出来ます。

問健康づくり推進課

▲ホームページはこちら

情報BOX

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。開催状況は、各記事に掲載の問い合わせ先に確認をお願いします。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の徹底をお願いします。

障害者控除対象者認定書を発行

今後のイベントや行事の情報をお届けします。

65歳以上で、要支援・要介護の認定を受けており、身体障害者手帳等の交付を受けていない人が、一定の基準に該当す

くらしの資金冬期貸付事業

失業や病気・事故などで生活にお困りの世帯に、生活資金の貸し付けを行います。

貸付金額◎10万円以内(既にこの資金の貸し付けを受けている場合は、10万円から未返済の額を除いた金額)

貸付条件◎無利子、無担保

貸付対象◎次の全てを満たす世帯◎12月1日現在、市に住民登録があり、6カ月以上在住◎収入が生活保護(生活扶助基準)の1.8倍以下◎原則、冬期ボーナス

うーちゃ学校

「意外と知らない!? 足育体験!」

足の大切さを知り、正しい靴の選び方や歩き方を学びませんか。

時◎4年1月9日(日) 午後1時～2時半 所アル・プラザ宇治東 問小学1～3年生とその親 問靴の選び方・履き方等の指導、足裏センサー体験 定抽10組 申12月20日(月)までに、メールで、NPO法人まちづくりねっと・うーじ(☐ u-chagakko@jnt-alliance.com)へ。

税・年金・保険 生涯学習・スポーツ 安全・安心 人権・平和 文化芸術・歴史 産業・消費生活 催し 住まい・環境・資源 その他 相談

●住宅ローン控除の特例の延長等

①消費税率10%で住宅を取得した場合に、住宅ローン控除の控除期間10年が13年になる上乗せ措置について、次の契約期限と入居期限を満たす人も、適用を受けることが出来るようになります。

②①に該当する場合で床面積が40平方メートル以上50平方メートル未満の住宅についても、適用を受ける年分の合計所得金額が千万円以下である場合、住宅ローン控除の適用を受けることが出来るように

契約期限	注文住宅	2年10月～3年9月
	分譲住宅等	2年12月～3年11月
	入居期限	3年1月～4年12月

なりません。

●子育てに係る助成等の非課税措置
 保育を主とする国や自治体からの子育てに係る助成等について非課税になります。対象範囲は子育てに係る施設・サービスの利用料に対する助成(ベビーマッサージ、認可外保育施設等の利用料、一時預かり・病児保育などの子を預ける施設の利用料等に対する助成)です(4年度～3年中所得の申告から適用)。

●特定配当等及び特定株式等譲渡所得金額に係る申告手続の簡素化
 市民税・府民税における特定配当等及び特定株式等譲渡所得金額に係る所得の全部について源泉分離課税(申告不要とする場合に、原則として確定申告書の提出のみで申告手続が完結出来るよう、確定申告書に市民税・府民税に係る附記事項が追加されました(4年度～3年中所得の申告から適用))。

関市民税課

宇治市民写真展

一般市民応募者と宇治写真協会に在籍の写真クラブによる写真展を行います。



時 12月10日(金)～12日(日)午前9時～午後5時(12日(日)は午後4時まで) 所 産業会館 関宇治写真協会会長 中井正寛 さん ☎ 090・62002・4458(0)

防犯講演会「犯罪のないまちづくりのために」

12月10日～19日は市民安全・安心推進旬間です。犯罪のない明るく住みよい地

域社会の実現に向けて、私たちが出来ることを一緒に考えてみませんか。

時 12月22日(水)午後2時半～4時 所 産業会館 定 宛 100人 関近藤勇一さん(宇治警察署生活安全課)

じんけんフェスタinじょうよう

時 12月26日(日)午後1時～3時半 所 文化パルク城陽(城陽市寺田今堀1) 定 宛 160人 関人権啓発パネル展示、ミニコンサート(府人権啓発イメーションング広め隊(鮎川めぐみさん、ミュージックアンサンブルVVO)、映画上映会「プリンチ」※日本語吹替、字幕あり 関入場整理券は、12月14日(火)午前9時から、人権啓発課、男女共同参画課、城陽市市民活動支援課、久御山町総務課で配布(1人4枚まで。無くなり次第終了) 関人権啓発課 ☎ 20・8725



ミュージックアンサンブル VIVO



鮎川めぐみさん



「プリンチ」
 ©2018 Universal Studios. All Rights Reserved.

12月4日～10日は人権週間

市では次の取り組みを行います。

●人権啓発パネル展

時 12月6日(月)～10日(金) 所 市役所1階市民交流ロビー 関小・中学生が描いたポスター・パネルの展示

●啓発ビデオの貸し出し

① 小学校低学年と保護者 定 宛 30人
 ② 赤ちゃんクリスマス会 0・1・2!
 クリスマスにちなんだ手あそび・赤ちゃん絵本の読み聞かせなどを行います。
 時 12月22日(水)午前10時半～11時10分 対 2歳までの子と保護者 定 宛 10組

西宇治図書館

関同館 ☎ 39・9226

図書館の楽しいクリスマス会

ストーリーテリング、パネルシアター、大型紙芝居等を行います。サンタさんがプレゼントを持ってやって来ます。
 時 12月21日(火)午後3時～3時45分 所 西小倉地域福祉センター 関市内在住・在学の幼児～小学生と保護者 定 宛 25人
 申 12月1日(水)午前9時から、電話か、同館窓口へ。

JAまつり2021

市内産の野菜やくだもの、花の他、抹茶を使用したタルト等を販売します。
 時 12月4日(土)午前10時～午後1時 所 JA京都やましろ中宇治支店 関同支店 ☎ 22・1241



12月定例会の様子を生中継及び録画配信

本会議や常任委員会等の中継配信を行っています。12月定例会は11月30日(火)から開催します。市議会ホームページ(https://www.city.yuji.kyoto.jp/st/gkajimukyoku)をご覧ください。 関議事事務局

図書館

中央図書館 〒611・0023 折居台1-1 ☎ 39・9256 FAX 39・9257

中央図書館の楽しいクリスマス会

クリスマスソングや絵本の読み聞かせなどを行います。サンタさんに会いに来ませんか。
 時 12月17日(金)午後3時～3時半 所 中央公民館 対 幼児～小学校低学年と保護者 定 宛 30組 申 12月2日(木)から、電話か同館窓口へ。



東宇治図書館

関同館 ☎ 39・9182

《共通》関東宇治コミュニティセンター

時 12月8日(水)午前9時から、電話か、同館窓口へ。参加は①②どちらか。参加者にはクリスマスプレゼントがあります。

①人形劇だよー図書館の楽しいクリスマス会

はびるべパペットさんによる人形劇、大型絵本の読み聞かせを行います。
 時 12月22日(水)午後2時～3時 関3歳

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 健康づくり推進課)

まずは自己点検!

1 BMIで肥満度をチェック

計算式:体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

18.5未満	18.5以上～25未満	25以上
低体重(やせ)	普通体重	肥満

※BMIが22になるときの体重が標準体重で、最も病気になりにくい状態であるとされています。

2 内臓脂肪の蓄積をチェック

ウエスト周囲径(おへその高さの腹囲)

男性 85cm以上	女性 90cm以上
-----------	-----------

＼気を付けて!思わず食べちゃうその一口/

毎日50kcal余分にとると、1年後には約2.6kgも体重が増加する結果に……。50kcalはあめ玉3個、チョコレート10g、マヨネーズ大さじ1/2程度。



保健師が健康づくりに役立つ情報をお届けします

メタボ撃退! お腹の脂肪を減らすコツ!

今年の健康診断は受けましたか? 新型コロナウイルスの影響による外出自粛で、お腹周りが気になる方もおられるのではないのでしょうか。体重増加の主な原因は、過食と運動不足です。年末年始のイベントを上手に乗り切り、一年を締めくくります。



運動は組み合わせが効果的

脂肪を燃やす有酸素運動に、筋肉量を増やして代謝を上げる無酸素運動を加えると、より効果的です。

有酸素運動 ウォーキング、水泳、サイクリング、リズム体操など

無酸素運動 腹筋・腕立て伏せ・スクワットなど



「おうじやま体操」(有酸素運動)

参考文献:厚生労働省 e-ヘルスネット
「内臓脂肪減少のための運動」

低カロリーの おすすめ副菜

カロリー控えめな一品を取り入れてみませんか。

「水菜のみそ和え」(材料2人分)一人分のエネルギー 25kcal

〈材料〉 水菜………40g
白菜………30g
にんじん………20g

A だし………小さじ2
砂糖………小さじ1
みそ………大さじ1/2
ゆずの皮………少々

〈作り方〉

- ① 水菜は根を切り長さ3cmに切る。白菜は長さ3cmの細切り、にんじんは薄切りで長さ3cmの千切りにする。
- ② 鍋に湯を沸かし、にんじんをさっとゆで、水菜、白菜も湯通ししてざるに上げ水気を切る。
- ③ ボウルにAを入れ混ぜ合わせ②を加えて和える。
- ④ 器に③を盛り、ゆずの皮を千切りにして上に散らす。

レシピ提供:市食生活改善推進員協議会「若菜の会」

家庭で地域で防災対策を (問 危機管理室)



教えて!ちはや姫 その7

地点別浸水シミュレーション 検索システム(浸水ナビ)について

おうじやま

ちはや一!ハザードマップで浸水する深さはわかるでしゅけど、どのくらいの時間で水が来るのか知りたいでしゅ!

国土交通省のホームページ(※)で、いつ・どこが・どれくらい浸水するというアニメーションやグラフを見ることが出来るわ。

※『地点別浸水シミュレーション検索システム(浸水ナビ)』
<http://suiboumap.gsi.go.jp/>



自宅や職場等が何時間で浸水が始まって、どれくらい浸水するのかを事前に知っておくことで、対策ができるでしゅね。

そうね。避難にかけられる時間や、備蓄の量もイメージできるわね。被害を最小限にとどめるために、事前に確認してみてね。



ちはや姫

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 ごみ減量推進課)

残さず食べてごみ減量!



みかんと にんじんのサラダ



〈作り方〉

- ① にんじんは千切りにし、塩をまぶし、しばらくおく。
- ② みかん1個半は、皮をむき、小房にわけ、房を半分は薄く切る。
- ③ 残りのみかん1/2個を絞る。
- ④ ボウルに酢、塩、はちみつ、コショウ、オリーブオイル、みかんの果汁を合わせる。
- ⑤ ①のにんじんをよくしばり、④のボウルに入れて和える。
- ⑥ 皿に盛り、②のみかんとパセリを飾る。

(京都文教短期大学との共同研究により考案)

●ポイント

- ・にんじんとパセリは丸ごと使い、みかんは実の部分を使用しています。
- ・みかんの四分の一を絞ってドレッシングに加えます。
- ・にんじんを皮ごと使用しますが、よく塩もみをするので食べやすくなります。

[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) ☎0774-20-8779



手続きなど各種問い合わせは、市ホームページで「ちはや姫(A1チャットボット)」が365日24時間お答えします♪

宇治市
ホームページ

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



広報 SNS



各 SNS の詳細は QR コードから確認出来ます。



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。



※1日号に掲載していた「市の人口」は、15日号に掲載しています。