

流行する前に  
予防接種を受けましょう



# 高齢者等インフルエンザ予防接種 11月1日(月)から行います

インフルエンザに  
かからないために  
インフルエンザは、12  
月から翌年の3月ごろま  
での気温が低く空気が乾

また、高齢者など免疫  
力の低い人がかかると気  
管支炎や肺炎などの合併  
症を引き起こしたり、持  
病が重症化したりする危  
険性も高く、注意が必要  
です。

インフルエンザは、イ  
ンフルエンザウイルスに  
感染することによってか  
かります。普通の風邪と  
よく似ていますが、突然  
の高熱、頭痛、関節痛、  
筋肉痛、のどの痛み、せ  
き、鼻水など、普通の風  
邪に比べ、全身にわたっ  
て症状が強いのが特徴で  
す。

乾燥している季節に流行し  
ます。インフルエンザが  
流行する前から次の予防  
の基本を守りましょう。  
十分な栄養や休息をと  
る 人ごみを避ける  
室内を乾燥させない  
外出時はマスクを着用  
する 手洗いとうがい  
をする。

気温が低く、空気が乾燥するこれか  
らは、インフルエンザが流行する季節  
です。インフルエンザは、普通の風邪  
と異なり、肺炎の併発や持病の重症化  
の危険性もあります。流行する前に予  
防接種を受けましょう。  
問 保健推進課

## 宇治市高齢者等インフルエンザ予防接種協力医療機関

地域	医療機関名	電話	地域	医療機関名	電話
六地蔵	上口医院	38 2128	琵琶台	関医院	20 0012
	小田部小児科内科医院	32 6205		吾妻整形外科医院	43 5101
	六地蔵総合病院	33 1717		高橋内科医院	44 0644
木幡	大石医院	31 8354	広野	竹中内科医院	41 6259
	大石木幡医院	33 0306		徳岡医院	43 8952
	小山医院	31 5455		服部小児科医院	41 6241
	柴田医院	31 8756		山下内科医院	41 7741
	神野医院	31 4874		才田小児科医院	48 3112
	中西整形外科クリニック	38 2559		浅妻医院	44 0888
平尾台	林御蔵山診療所	31 5418	寺山台	えんや医院	23 5331
	かどさか内科クリニック	31 1077		おやいづ医院	41 6013
	宇治病院	32 6000		斎藤小児科医院	23 7696
五ヶ庄	宇治黄葉病院	32 8111	伊勢田	高藤医院	43 6079
	おおばく駅前内科クリニック	33 2828		広田医院	43 0218
	たのべ医院	33 8178		あさくら診療所	46 5151
	中田医院	38 2477		上ノ山吉岡医院	43 4181
	西堀診療所	33 2931		小山内科医院	46 3211
	橋本整形外科	31 4511		田澤内科病院	43 3689
菟道	藤井医院	31 8355	大久保	中村病院	44 8111
	上田診療所	22 7586		松田医院	44 7064
	大石三室戸医院	24 0306		矢田会皮膚泌尿器科	41 6250
	谷口内科医院	22 2211		北尾外科医院	43 4533
明星町	土井内科	24 1885	横島	小林診療所	21 4725
	原田医院	33 3411		西野医院	22 7883
	原田内科医院	23 5839		石川医院	22 4551
白川	いかだ医院	23 1736	宇治	今林医院	21 4522
	不動園診療所	28 4555		植田医院	21 6111
	京都ゆうゆうの里診療所	28 1895		宇治川病院	22 1335
	板倉整形外科医院	24 1051		宇治徳洲会病院	20 1111
	宇治武田病院	25 2500		大嶋診療所	22 2394
	宇田医院	23 2166		岡田医院	24 7755
	高坂医院	21-2323		笹平診療所	21 4523
	勝田外科医院	22 3120		完岡医院	21 2507
	スワ診療所	22 5068		高嶋医院	23 5513
	田中診療所	21 2253		二宮内科医院	28 3101
神明	都倉病院	22 4521	小倉	鉢嶺医院	20 0255
	服部医院	22 1111		堀江医院	21 4701
	増井医院	21 2063		松田整形外科医院	22 1053
	村澤医院	21 1731		宮本医院	21 3934
	森川医院	21 2016		山村内科	28 4331
羽拍子	第二岡本総合病院	44 4511	南陵町	ヨナ八医院	23 8511
	ふれあいクリニック	22 7831		万木内科医院	23 7778
	中村医院	41 6500		松下医院	23 3622
	こいずみ医院	48 1240			

さらにインフルエンザ  
の予防接種を受けると、  
より効果的です。インフ  
ルエンザの予防接種は、  
受けてから抵抗力がつか  
うまでに約2週間かかり、  
その効果の持続は約5か  
月といわれています。な  
るべくインフルエンザが  
流行する前に接種しまし  
よう。

接種方法：左表の協力  
医療機関で個別に接種  
(京都市伏見区城陽市・  
久御山町の協力医療機関  
での接種も可)  
実施期間：11月1日(月)  
～17年1月31日(月)  
接種回数：1回  
費用：自己負担金千円

市では、11月1日(月)か  
ら高齢者等のインフルエ  
ンザ予防接種を行います。  
対象：市に住民登録が  
あり、外国人登録があり、接種  
日に次のいずれかに該当  
する人 満65歳以上(施  
設入居者も含む) 満60  
歳以上65歳未満で、心  
臓・腎臓・呼吸器機能障  
害または、ヒト免疫不全  
ウイルスによる免疫機能  
低下でその疾患による障  
害が身体障害者手帳1級  
程度

接種時には健康保険証  
など、本人確認ができる  
ものを持参してください。  
自己負担金免除  
制度があります

## 予防接種を受けましょう

### 自己負担金免除 制度があります

生活保護世帯や平成16  
年度市民税非課税世帯の  
対象の人は、自己負担金  
が免除されます。該当す  
る人は、下記の自己負担  
金免除申請書(1人ずつ  
記入、コピー可)に記入  
して封筒に入れ、必ず接  
種を受ける前に保健推進  
課(〒611-18501  
住所省略可)へ郵送(申  
請)してください。  
なお、個人情報保護の  
ため、はがきによる受け  
付けはできません。確認  
後、免除者用予診票を送  
付します。

### 協力医療機関以外で 接種を受ける場合

協力医療機関以外でも  
接種を受けることはでき  
ますが、接種料を全額支  
払う必要がありますので  
後日、接種料の還付申請  
をしてください。  
申請の締め切り：17年  
2月28日(月)  
申請先：保健推進課  
なお、還付額は領収書  
の金額から自己負担金  
料がわかる領収書 本

## 高齢者等インフルエンザ予防接種 自己負担金免除申請書

該当する世帯に 印をつけてください。

生活保護世帯
平成16年度市民税非課税世帯

上記事項であることの確認をしますのでご了承ください。

ふりがな	
氏名	Ⓜ (男・女)
生年月日	明・大・昭 年 月 日 (満 歳)
住所	宇治市
電話番号	

キリトリ線

人の銀行口座のわかるも  
の 印鑑 健康手帳  
の 接種記録または医療機  
関で交付された予防接種  
済証  
申請の締め切り：17年  
2月28日(月)  
申請先：保健推進課  
なお、還付額は領収書  
の金額から自己負担金  
料がわかる領収書 本

自己負担金免除対象者  
は、事前に自己負担免除  
申請は不要です。接種後  
に還付制度を利用して  
ください。市が定める範囲  
内(最高限度額4242  
円)で還付します。

上記以外にも「高齢者等インフルエンザ予防接種協力医療機関」の  
水色のステッカーの表示のある医療機関でも接種ができます。

◆この宇治市政だよりは、古紙配合率100%の再生紙を使っています。限りある資源を大切に◆

今まで、市から電話連絡をさせていただいた時に、どこからかかっていた電話なのか分からず、大変ご迷惑をおかけしてました。

このたび、10月10日(日)から発信者番号を通知できるようにになりました。

市の各担当部署の電話番号が家庭用電話機や携帯電話等に通知できるようになりました。ただし、電話を受ける側の家庭用電話機や携帯電話等が発信者番号通知に対応している必要があります。

# 市からの電話は 発信者番号を通知します

各担当部署の電話番号は下表のとおりです。

なお、市の外部施設のうち、公民館・図書館・コミュニティセンターなど「39」の番号を持つ施設については、既に本年8月下旬から発信者番号を通知しています。詳しくは管財課へお問い合わせください。



電話を受ける側に発信者番号が表示されます

市役所 水道庁舎・西館などを含まず。下表参照)	0774-20-0774-21-
市役所の外部施設 公民館・図書館・コミュニティセンターなど)	0774-39-

担当部署(所属課等)	表示される電話番号	担当部署(所属課等)	表示される電話番号
計画推進室	20-8790	建設部 建設総務課	20-8735
企画管理部 総務課	20-8700	用地課	20-8741
秘書課	20-8701	道路課	20-8736
秘書課車両係	20-8702	維持課	20-8737
人事課	20-8703	河川課	20-8738
広報課広報係	20-8704	施設建築課	20-8739
広報課市民相談室	20-8713	住宅課	20-8740
企画課	20-8714	都市整備部 公園緑地課	20-8795
IT推進課	20-8768	都市計画課	20-8743
総務部 財政課	20-8715	建築指導課	20-8794
管財課	20-8717	下水道計画課	20-8797
契約課	20-8716	下水道建設課	20-8745
市民税課	20-8718	下水道管理課	20-8744
資産税課	20-8719	会計室	20-8746
納税課	20-8720	議会事務局	20-8747
市民環境部 文化自治振興課	20-8721	日本共産党宇治市議会議員団控室	20-8749
市民課	20-8722	自民党市民クラブ控室	20-8753
農林茶業課	20-8723	民主市民ネット控室	20-8748
交通対策課	20-8727	公明党宇治市議会議員団控室	20-8751
産業推進課	20-8796	新世会議員団控室	20-8750
商工観光課	20-8724	社会議員団控室	20-8752
人権・同和対策課	20-8725	無所属控室	20-8774
環境企画課	20-8726	選挙管理委員会	20-8798
ごみ減量推進課	20-8762	監査委員・公平委員会・固定資産評価審査委員会事務局	20-8742
事業課	21-0412	農業委員会事務局	20-8754
保健福祉部 社会福祉支援課 社会係	20-8730	公営企業水道部 水道総務課	20-8763
社会福祉支援課 保護係	20-8760	営業課	20-8761
障害者福祉課	21-0419	工務課	20-8764
国保年金課管理係	20-8729	配水課	20-8765
国保年金課年金係	20-8792	教育委員会 教育総務課	20-8755
レセプト審査室	20-8734	学校施設課	20-8756
保健推進課	20-8728	学校教育課	20-8757
こども福祉課	20-8733	教育指導課	21-1879
保育課	20-8732	生涯学習課	20-8758
健康生きがい課	20-8793	生涯スポーツ課	20-8759
介護保険課	20-8731	宇治市土地開発公社	21-0432
指導検査室	21-0401	宇治市駐輪場公社	21-0433

# 17年度 新1年生を募集 笠取小学校 特認入学

## 特認入学とは

校区外のお子さんの入学を、一定の条件のもとに認める制度です。笠取小学校では、特認入学を希望する、来年度の新1年生を募集します。豊かな自然の中で、伸び伸びとお子さんを育ててみませんか。

## 入学の要件

市内在住(笠取第二小学校区に在住の人は除く)で、来年度に就学を予定する人(平成10年4月2日~11年4月1日生まれ)。

就学期間中(入学から卒業まで)、保護者の責任と負担において通学ができること。

## 応募方法

10月15日(金)に行う学校見学会に参加の上、申請書を提出してください。後日、校長が面接を行います(面接日時は学校から連絡します)。

## 募集期間

10月15日(金)から11月26日(金)までの学校開校日

## 募集人数

若干名、応募多数の場合は公開抽選をします。

## 学校見学会

とき: 10月15日(金)、午後1時半~3時半  
内容: 授業参観・学校見学・学校説明会  
入学を希望する場合は、



通学バスを運行

必ず見学会に参加してください(電話で申し込みが必要)。学校の様子は同校ホームページ(<http://www.uji.ed.jp/ksato>)にも詳しく掲載しています。

学校見学会の申し込み: 笠取小学校(☎075-571-0018)

詳しくは学校教育課へお問い合わせください。



生活科の授業 小学校1・2年生

## 「とまの朋の時間」母たちの季節」ビデオ鑑賞

在宅か施設入所(または病院入所)かという選択肢しかなかった中で、重度の心身障害者が地域の中で暮らすことを目的に設置された通所施設「朋」の17年の歩みと、そこに通う障害者と母の日常を追ったドキュメンタリー映画です。この映画を通じて、これからの地域共生社会の在り方を考えてみませんか。

とき: 11月5日(金)、午後7時~9時  
ところ: 男女共同参画支援センター  
定員: 先着50人(当日直接会場へ)  
参加費: 無料  
保育: 2歳~小学3年生(無料)  
保育希望の場合は10月28日(木)まで(必着)に子どもの名前(ふりがな)と年齢を書き、郵送・ファクス・Eメールで男女共同参画支援センター(〒611-0021 宇治市尻屋5-9-9 ゆめりあうじ内、☎39-9377、FAX 39-9378、メールアドレス danjokyoudou@city.uji-kyoto.jp)へ。

# 宇治まなびんぐ2005 実行委員会スタッフ募集



問生涯学習センター(☎39-9500)

トにしたいと考えています。学びとネットワークを広げ深める集いを皆さんのアイデアで企画・運営してみませんか。

応募資格: 市内在住・在勤・在学の18歳以上で平日の日中に参加できる人

募集人数: 若干名  
募集期間: 10月22日(金)まで(必着)

なお、第1回実行委員会を10月29日(金)、午後1時半から予定しています。

申し込み: 氏名・住所・年齢・性別・電話番号(あればファクス番号・メールアドレス)

応募の動機 やってみたい企画内容を書き、郵送・ファクスかEメールで生涯学習センター(〒611-0021 宇治琵琶45-14、☎39-9500、FAX 39-9501、メールアドレス utnogakushu@city.uji-kyoto.jp)へ。

# 防災講演会

## うじ安心館開館1周年記念

とき: 11月1日(月)、午後2時~4時半  
ところ: うじ安心館  
テーマ: 「宇治市周辺の地震活動とその防災」

講師: 京都大学防災研究所 巨大災害研究センター長 教授・河田恵昭さん

定員: 先着50人  
申し込み: 電話かファクス住所・氏名・電話番号を記入して消防本部(☎39-9402、FAX 39-9406)へ。

なお、講演会に先立ち、午後1時からうじ安心館内(指令センターなど)の見学や地震車・はしご車体験乗車、救急普及啓発展示などを行います。

撮影)



黄檗山手線・黄檗トンネル南側入り口付近(9月27日)

# 黄檗山手線が11月3日(祝)開通

## ～ JR 六地蔵駅前交通広場も間もなく完成～

東宇治地域の慢性的な渋滞の解消を図るための幹線道路として、平成9年度に事業着手し、今秋の完成を目指して工事を進めていた黄檗山手線が11月3日(祝)供用開始となります。また、地下鉄東西線延伸事業の開業に合わせて取り組んでいたJR六地蔵駅前交通広場も、間もなく完成します。

**黄檗山手線の供用開始**  
11月3日(祝)午後4時から

黄檗山手線は、東宇治山麓部を南北に貫く新たな交通軸(川東京大線⇄黄檗山手線⇄府道二尾木幡線⇄木幡日野線)の一部として築造してきました。この黄檗山手線が開通することにより、南北の新たな交通軸が完成し、交通が分散することで、東宇治地域の交通渋滞が緩和できると期待されています。



▲黄檗山手線の起点(五ヶ庄二番割)

他の地域に行きづらい状況でしたが、黄檗山手線の開通により、木幡・黄檗の山麓を結ぶ地域間連携が強化されると考えられます。

また、近年、東宇治山麓に拡大してきた住宅地からは、地形的に府道京都宇治線を経由しないと



▲黄檗山手線の位置図

### 宇治の景観を三十一文字で詠じてみませんか

私たちが住む宇治には、誇れる景色が数多くあります。それらを短歌調(五・七・五・七・七)で表現してみませんか。宇治の景観を素材にした歌なら何でも結構です。お気軽に応募してください。

発表... 入選者には直接お知らせするほか、17年2月の本紙や市ホームページに掲載  
表彰... 17年2月に賞状および副賞を贈呈  
応募方法... 11月12日(金)まで(必着)に、応募作品および住所、氏名、電話番号を〒611-8501(住所省略可) FAX 21-0409、Eメールアドレス to:sonnikaikaku@city.uji.kyoto.jp)へ。

また、市公共施設に置いてある「市民の声」投稿箱(左表参照)や市観光センターでも応募できます。なお、電話では応募できません。問い合わせ: 都市計画課

対象: 小学生以上  
応募作品: 未発表のもの。1人何点でも応募できます。応募作品の著作権は応募者に帰属しますが、本市の景観にかかわる活動に使用します。  
選考: 宇治市都市景観審議会

#### 表「市民の声 投稿箱」を設置している公共施設一覧

施設名
市役所(1階玄関案内横)
生涯学習センター
西小倉コミュニティセンター
東宇治コミュニティセンター
南宇治コミュニティセンター
横島コミュニティセンター
木幡地域福祉センター
開地地域福祉センター
西小倉地域福祉センター
広野地域福祉センター
東宇治地域福祉センター
横島地域福祉センター
総合福祉会館
ゆめりあうじ JR宇治駅前市民交流プラザ
うじ安心館(保健・消防センター)
黄檗体育館
西宇治体育館
中央公民館
宇治公民館
木幡公民館
小倉公民館
広野公民館
中央図書館
菟道ふれあいセンター
平盛ふれあいセンター
伊勢田ふれあいセンター
植物公園
アクトバル宇治
源氏物語ミュージアム

#### 宇治景観十帖募集

この駅前交通広場が完成すると、JRと地下鉄と京阪電車の乗り換え客の利便性が向上すると考えられます。なお、供用面積は、六地蔵奈良町地内の6200m<sup>2</sup>です。

記念式典を午後1時から行います。また、式典に引き続き、歩き初めを行います。この歩き初めに市民の皆さんも参加できます。なお、車での来場は遠慮ください。とき: 11月3日(祝)、午後2時ごろ～午後3時ごろ ところ: 黄檗トンネル南側入り口付近

JR六地蔵駅前交通広場の供用開始  
11月19日(金)午後3時から

この駅前交通広場が完成すると、JRと地下鉄と京阪電車の乗り換え客の利便性が向上すると考えられます。なお、供用面積は、六地蔵奈良町地内の6200m<sup>2</sup>です。

黄檗山手線トンネル事故対応訓練を行います  
トンネル内での車両事故を想定した訓練を、市(消防本部・建設部)、宇治警察署により次のとおり行います。とき: 10月28日(木)、午前10時から約1時間

▲ところ: 黄檗トンネル  
当日は、非常警報板(トンネルの前後2か所に設置)のサインレンが鳴り、「事故発生」の表示が点灯し、消防車、救急車パトロールカーが出動しますが、実際の事故と間違えのないようお願いいたします。なお、関係者以外の見学はできません。

### 里道や水路が市の管理になります

建設総務課

国有財産である里道や水路(いわゆる法定外公共物)が宇治市に譲与されます。この法定外公共物とは従来の「道路法」や「河川法」等の適用を受けないものであり、市道や1・2級河川ではありませんが、公図にも無番地長狭物として記載されています。

市では現に不特定多数の利用がある(機能のある)法定外公共物を譲り受けて、平成17年4月から市が管理することとなりますが、適切な維持管理を図る中で、公共の福祉に一層役立てることを目指しています。

これら国より譲与される法定外公共物記載図面を縦覧できます。

縦覧期間...10月12日(火)～25日(月)(土・日曜日除く)

午前9時～午後4時

## 第17回環境まつり

～皆さんの参加をお待ちしています～

環境まつり事務局/城南衛生管理組合 広報情報課 ☎075 631 0825

恒例の「環境まつり」を次のとおり行います。

◆とき... 10月31日(日) 午前10時～午後3時 雨天の場合は11月7日(日)に規模を縮小し、リサイクル市として開催)

◆ところ... 洛南浄化センター運動広場および城南衛生管理組合(クリーンピア沢)

◆イベント内容... \*リユース家具や再生自転車のリサイクル市 \*和服のリフォーム教室(要事前予約) \*フリーマーケット(240店) \*自転車タクシー(乗車した人に、めだかをプレゼント) \*新鮮野菜の朝市 \*エコクッキング教室(要事前予約) \*各種啓発コーナー \*下水道まつりクイズラリー・その他) \*子供遊びの広場など

《シャトルバス時刻表》

バス乗り場	発車時刻	会場へは、CO <sub>2</sub> 削減のため、無料バスをご利用いただくが、自家用車の場合は、できるだけ乗り合わせてご来場ください。
京阪宇治駅ロータリーバス停	8:55 10:25 11:55	
JR宇治駅ロータリーバス停	9:00 10:30 12:00	
城南高校前バス停	9:10 10:40 12:10	
近鉄大久保駅前バス停	9:15 10:45 12:15	
緑ヶ原口バス停(アスタービル前)	9:17 10:47 12:17	
イベント会場への到着時刻	9:45 11:15 12:45	

# 検察審査委員に選ばれたら ご協力をお願いします

問 市選挙管理委員会事務局  
京都検察審査会事務局(京都地方裁判所内 ☎ 075-211-4111)

交通事故や詐欺などの被害に遭ったのに、検察官がその事故を裁判にかけてくれない。このような人のために、検察官が行った処分が正しいかどうか審査する機関として「検察審査会」があります。この検察審査会で審査を行う11人の審査員は、選挙権を持っている市民の中から「くじ」で選ばれます。現在、市選挙管理委員会では、審査員の候補者を「くじ」で選んでいます。選ばれたときには、市民の代表として、この審査にご理解とご協力をお願いします。



献血マスコット「ユートン」

これらの安全対策の環境として、全国一斉に検査目的の献血を排除するために、平成16年10月1日から献血受け付け時に「本人確認が必要な証明書等(運転免許証・保険証・年金手帳など)」を提示し、本人確認がされた後発行されているもの(社員証・学生証・クレジットカードなど) なお、事業所など団体の主催による献血時は、主催者による認証を本人確認の手段とすることが出来ます。

# 献血受け付け時の 本人確認のお願い

現在、日本赤十字社では、輸血用血液の安全性の向上を図るため、輸血による感染の疑いが生じた場合に、さかのぼった調査の実施をはじめとした安全対策が講じられています。

本人確認を行うことになりました。献血の際には、本人確認のできる証明書等が必要になりますので、ご理解とご協力をお願いします。

公共機関が発行する証明書等(運転免許証・保険証・年金手帳など)を提示し、本人確認がされた後発行されているもの(社員証・学生証・クレジットカードなど)へお問い合わせください。



問 保健推進課

## うー茶んメモ

今回は、休養・心の健康を取り上げます。心の健康は、生き生きと自分らしく生きるための大切な要素です。具体的には、自分の感情に気づいて表現できる状況に応じて適切に考え現実的な問題が解決できる。他人や社会とよい関係を築ける。人生の目的や意義を見いだし、主体的に人生を選択するなどです。心の健康は生活の質に大きく影響し、日常生活の喜びや楽しみ、生きがいなども心の健康があつてこそ感じられるものです。

# 楽しく学ぶ人権講座

## ービデオ鑑賞と講演・歌ー

一人ひとりが幸せに生きることや人権が守られることの大切さについて、考えるきっかけとして参加してみませんか。

とき...11月5日(金) 午後1時半~3時半  
内容...ビデオ鑑賞  
「朕(とも)の時間~母たちの季節~」  
ところ...生涯学習センター

とき...11月19日(金) 午後1時半~3時半  
内容...新谷のり子さん(歌手)の講演と歌  
テーマ=命・愛・人権を大切に街づくり  
~私の出逢った唄たち~  
ところ...生涯学習センター

定員...各先着100人  
(当日直接会場へ)  
参加費...無料



問 生涯学習センター (☎ 39-9500)

### ストレス度自己チェック

- ① 家庭内にいろいろ問題があった
- ② 仕事において、多くの変化があった
- ③ 日頃から楽しみにしている趣味等がない
- ④ いつも実践している運動等がない
- ⑤ 気分が沈みがちで、憂うつである
- ⑥ ささいなことに腹が立ち、イライラする
- ⑦ 仕事をやる気がなくなり、疲れやすい
- ⑧ 人に会うのがおっくうで、なんでも面倒くさい
- ⑨ 前日の疲れがとれず朝方から体がだるい
- ⑩ 寝つきが悪く、夢を見ることが多い
- ⑪ 朝、気持ちよく起きられず、気分が悪い
- ⑫ 頭がすっきりせず、頭重感がある
- ⑬ 肩こりや背中、腰が痛くなる

### やけにイライラする人は要チェック!

- ⑭ 食欲がなくなり、しだいに体重が減ってきた
- ⑮ 腹が張り、下痢や便秘を交互に繰り返す
- ⑯ 目が疲れたり、めまいや立ちくらみがある
- ⑰ 急に息苦しくなったり、胸が痛くなる
- ⑱ 手足が冷たく感じたり、汗をかきやすい
- ⑲ よく風邪をひき、治りにくくて長びく
- ⑳ 医者診察を受けたら気のせいだといわれた

＜診断＞ あてはまる項目が  
▶ 5つ以下...いまのところ安心  
▶ 6~10 ...ストレス予備状態  
▶ 11~15 ...ストレス状態  
▶ 16~20 ...ストレス病

市民健康づくり基礎調査結果(14年12月)で、ストレスを感じている人は壮年期(30~44歳)に最も多く、原因として仕事、子育て、家計があげられます。この時期のストレスは子どもへの悪影響も考えられます。心の健康を保つため、適度な運動、バランスのとれた栄養・食生活に努めましょう。心と体の休養には、ストレスの解消やフレッシュアップを心掛け、知人や相談機関で気軽に相談することも必要です。

### 快眠で心も体も「おやすみなさい」

眠ることの目的は、脳(頭)と体全体を定期的に休ませ、疲れを取り除くことです。脳の疲れは、ただ横になっただけではとれず、十分な睡眠が必要です。睡眠が不足することで起こるさまざまな

表1 平成16・17年度京都府身体障害者相談員

氏名	主な相談内容	住所	電話・ファクス番号
麻生 貞子	視覚障害	小倉町蓮池 1-4	☎ 20-0557
今里 弘美	視覚障害	小倉町南浦 15-56	☎ 22-3200
高岸 弘幸	視覚障害	小倉町南浦 87-13	☎ 22-0446
西村 篤子	聴覚障害(筆談)	木幡南山 4-25	FAX 33-1119
芦田 良栄	聴覚障害(筆談)	広野町大開 151-28	FAX 44-9024
久米 征次	聴覚障害(手話)	宇治善法 124-13	FAX 22-0754
高田 弘子	聴覚障害(手話)	広野町新成田 100-12	FAX 44-4235
奥島 誠次	肢体障害	木幡御園 20-186	☎ 32-8356
小山登志子	肢体障害	神明宮東 87 市営住宅 101	☎ 21-3604
藤田 峯子	肢体障害	五ヶ庄福角 50-45	☎ 31-8506
前田 義治	肢体障害	五ヶ庄野添 57 市営住宅 3-301	☎ 32-0305
四方 勉	肢体障害	明星町二丁目 33-36	☎ 23-8761
秋山賀津子	肢体障害	小倉町南堀池 40-8	☎ 24-6255
佐竹 渥子	肢体障害	広野町新成田 31-8	☎ 43-3220
加柴 和男	肢体障害	槇島町石橋 46-2	☎ 23-6111
森岡 里美	肢体障害	槇島町園場 9	☎ 21-4698
酒井 秀一	内部障害	伊勢田町砂田 113-70	☎ 20-4134
小田原俊夫	内部障害	広野町尖山 32-12	☎ 46-5225

# 身体障害者・知的障害者相談員に お気軽にご相談ください

問 障害者福祉課

身体障害者相談員は、自ら身体障害のある人が、また、知的障害者相談員は、知的障害者の保護者やその福祉に関係する人が、それぞれ京都府知事より、障害者からの相談業務などについて、依頼を受けています(表1、表2参照)。いずれも平成16・17年度)。その相談内容は、日常生活・結婚・家庭での養育、官公署での各種手続きなど、さまざまな相談を随時行っています。このほか、次のような定期的な相談も行っています。秘密は守りますので、お気軽にご相談ください。

表2 平成16・17年度京都府知的障害者相談員

氏名	住所	電話番号
江崎 美子	宇治半白 54-27	22-2360
新庄 壽子	槇島町南落合 70-13	22-5377
平井麻紀子	広野町丸山 32-9	45-0604
松田 晶子	小倉町西山 40-1	23-6757
米澤 久子	宇治野神 50-1	24-1075

福祉会館1階相談室  
知的障害者相談  
毎月第3水曜日、午後1時から3時。総合福祉会館3階第4会議室  
いずれも相談は無料。  
詳しくは障害者福祉課(☎ 22-7117)へお問い合わせください。

**情報BOX**

市役所への電話・郵便は  
☎22-3141 (代表)  
〒611-8501 (個別番号のため住所不要)

☎は問い合わせ・車は申し込み  
☎の書いていないものは直接会場へお越しください。

※お電話は番号をよく確かめておかけください。

お知らせ・催し

暴力追放・少年非行防止宇治市・久御山町住民大会

住民の皆さんに、地域から暴力と少年非行を追放しようという意識を高めていただくため行います。▷とき...10月16日(土)、午前10時~▷ところ...久御山町中央公民館(当日会場へは木幡・宇治・広野町の市内3方面から巡回バスを運行)▷内容...特別講演「暴力団との闘い」=弁護士・中島俊則さん、宇治警察署管内の情勢報告など ☎総務課

11月1日(月)は市・府民税第3期の納期限です。お忘れなくご納付ください。

市税の納付は  
便利な口座振替で!

☎納税課

歴史散策「社寺境内図を歩く - 万福寺から三室戸へ -」▷とき...10月20日(水)、午後1時(黄檗山万福寺総門前集合)~約1時間半▷定員...先着30人 ☎歴史資料館(☎39-9260)

歴史講座

▷とき...10月27日(水)、午後2時~3時半▷ところ...中央公民館▷内容...「江戸時代の南山城と建築許可申請」=住環境文化研究所代表・丸山俊明さん▷参加費...無料 ☎歴史資料館(☎39-9260)

市民交流ロビーコンサート

ライト・ジャズ  
バップ影の皆さん  
10月22日(金)  
午後0時15分~45分  
市役所1階市民交流ロビー

☎風笛  
☎ピンクパンサーのテーマほか  
☎文化自治振興課

市立幼稚園大会  
園児と保護者が集い、運動やリズム表現に取り組みます。▷とき...10月13日(水)、午前9時半~正午(雨天中止)▷ところ...太陽が丘陸上競技場 ☎学校教育課

特別天文教室「部分日食自由観望会」  
▷とき...10月14日(木)、午前10時50分~午後0時20分。雨・曇天中止(判断が難しい場合は問い合わせを)▷ところ...アクトパル宇治▷内容...大型望遠鏡などで部分日食を観察▷参加費...無料 ☎アクトパル宇治(☎075-575-3501)

中央公民館まつり  
▷とき...10月16日(土)~17日(日)、午前10時~午後5時(17日は午後4時まで)▷ところ...中央公民館

館▷内容... 両日=展示・ビデオシアター・模擬店・木片遊び  
16日のみ=学習体験コーナー  
17日のみ=舞台発表・もちつき大会・宇治田楽・ビンゴゲーム▷参加費...無料(模擬店のみ有料) ☎同館(☎39-9258)

木幡公民館まつり  
サークルなどの作品展示や発表、模擬店など楽しい催しがあります。▷とき... 展示=10月22日(金)~23日(土)、午前9時半~午後4時(23日は午後3時まで) 発表=10月24日(日)、午前9時半~午後3時▷ところ...木幡公民館 ☎同館(☎39-9193)

読書週間記念講演会「上手な図書館の利用のしかた」本の分類・整理などを知って、もっと上手に図書館を利用してみませんか。講演後、図書館フロアで、体験学習を予定。図書館をよく利用する人でも、新たな発見があると思います。▷とき...11月5日(金)、午後1時半~4時半(午後1時~受け付け) 体験学習(午後3時15分から約1時間)の参加・不参加を受け付け時に確認します▷ところ...中央図書館▷講師...京都精華大学教授・荒岡興太郎さん▷定員...先着30人▷参加費...無料 ☎中央図書館(☎39-9256)

中央図書館  
テーマ図書展示  
四季おりおりの言葉展・秋  
俳句や四季おりおりに応じた言葉・日本語の表現を紹介するほか、秋に関する本、約100冊の展示・貸し出しをします。  
10月15日(金)~31日(日)  
☎同館(☎39-9256)

難聴者教室・社会見学「ろうそく作り体験と城下町探訪」▷とき...10月24日(日)、午前8時45分(総合福祉会館前集合)~午後5時▷行き先...彦根市▷対象...市内在住か在勤の難聴者とボランティア▷定員...先着30人▷費用...1930円(体験料・食事代含む) ☎10月20日(水)までに直接かファクス(住所、氏名、ファクス番号を記入)で生涯学習課 FAX 21-0400へ。

ニュースポーツひろば  
▷とき...11月6日(土)、午前9時半~正午▷ところ...西宇治公園(屋内種目は上靴持参)▷内容...屋内・屋外の各種ニュースポーツの紹介と実践。 屋内=ショートテニス、ファミリーバドミントン、ショット&バックなど 屋外=グラウンド・ゴルフ、ベタンク、ターゲットバードゴルフなど▷参加費...無料 ☎生涯スポーツ課

市民ベタンク交流大会  
ベタンクは、フランスで生まれた少しのスペースで気軽にプレー

ができる鉛の玉を使ったおはじきのようなスポーツです。▷とき...11月6日(土)、午前9時半~正午(雨天中止)▷ところ...西宇治公園(ニュースポーツひろばと同会場)▷内容... 2対2のチーム戦▷チーム編成...1チーム2~4人で出場は2人▷参加費...無料 ☎生涯スポーツ課にある所定の用紙で11月4日(木)まで(必着)に同課へ。

介護予防教室  
☎健康生きがい課  
<転倒骨折予防教室~いつまでも若々しく元気に暮らそう~>  
▷とき...10月22日(金)、午後1時半~3時半▷ところ...宇治病院(C棟5階)▷対象...おおむね60歳以上で介護保険の要介護認定を受けていない人▷定員...先着25人 ☎宇治病院在宅介護支援センター(☎33-8511)

生涯学習センター  
☎同センター(☎39-9500)  
<おやこっころんど>▷とき...10月22日(金)、午前10時~11時半▷ところ...同センター▷内容...西小倉中学校のお兄さんやお姉さんと一緒に、電車ごっこやパラバルーンで遊ぶ▷対象...乳幼児とその親▷参加費...無料

<パイナップルクラブ>▷とき...10月19日(火)、午前10時15分~11時45分▷ところ...東宇治コミュニティセンター▷内容...あかいとみこさんと遊ぼうクラブ、絵本の読み聞かせなど▷対象...乳幼児とその親▷参加費...子ども1人につき300円(材料費とおやつ代)▷持ち物...お茶、タオル

保護者ふれあい学習会  
学校へ行きたいけれど行けない子どもの心を、親はどのように受け止めればよいのか。家庭の役割を考えます。▷とき...10月23日(土)、午後1時半~4時半▷ところ...生涯学習センター▷内容...講演「不登校・ひきこもりの対応について」=京都文教大学人間学部臨床心理学教授・高石浩一さん▷参加費...無料 ☎青少年課(☎39-9283)

体に障害のある人のための相談  
▷とき... 補装具・リハビリ相談など 整形外科=毎週水・金曜日 耳鼻咽喉科=第4水曜日  
施設利用・生活相談など=随時。とも受付時間は午後1時~3時▷ところ...京都府身体障害者更生相談所(城陽市中芦原)▷費用...無料 ☎障害者福祉課

社会福祉協議会  
☎<赤ちゃんボランティア募集>は希望日の前日までに、<パパ広場>は10月25日(月)までに同協議会(☎22-5650、FAX22-5654)へ。  
<赤ちゃんボランティア募集>東宇治中学校3年生と赤ちゃんの交流授業にご協力いただける親子を募集します。▷とき...11月8日(月)・9日(火)・12日(金)=午前10時35分~正午▷ところ...東宇治中学校(駐車場有り)▷対象...おおむね5か月~1歳程度の子とその親▷定員...1日15組程度を予定。連日参加も可。年上のきょうだいの参加も可。  
<パパ広場>▷とき...10月30

日(土)、午前11時~正午▷ところ...総合福祉会館▷対象...7か月~1歳半の子とパパ▷内容...あかいとみこさんと一緒にふれあい遊びをします。その間、ママは別室でお茶とハンドマッサージ▷定員...10組程度▷参加費...1組400円(夫婦と子ども同額) 年上のきょうだいの保育(1人200円)有り。保育を希望する人は10月22日(金)までに同協議会へ。

精神保健福祉普及講演会  
精神障害者とともに地域で暮らすためには、また、支えていくためにはどうしたらよいかを考える講演会です。どなたでもお気軽に参加してください。▷とき...10月29日(金)、午後2時~4時▷ところ...うじ安心館▷内容...講演「障害者の地域生活支援とは」=京都府精神保健福祉総合センター相談員・曾我和博さん 居宅支援事業説明=宇治市の取り組みは?▷参加費...無料 ☎山城北保健所(☎21-2191)か市障害者福祉課

官公署・その他

青年海外協力隊秋募集の「体験談&説明会」  
青年海外協力隊の派遣は、国際協力機構(JICA)が行う政府の事業で、世界の開発途上国で現地の人々と同じ生活をしながら、ともに働き、国づくりに貢献する2年間のボランティア活動です。▷とき...10月17日(日)、午後2時半~▷ところ...ゆめりあうじ▷参加費...無料 ☎京都国際センターJICAデスク(☎075-365-7786)

国際協力写真展~世界の笑顔とともに...ODA 50周年~  
今年で50周年を迎えた日本のODA(国際協力援助)これを機に「国際協力」をテーマとした写真パネル、青年海外協力隊員の活動紹介写真などを展示します。▷とき...10月27日(水)~11月2日(火)(月曜休館)▷ところ...中央公民館 ☎京都国際センターJICAデスク(☎075-365-7786)

みんなでつくる安心の街

全国地域安全運動実施中  
10月11日(祝)~20日(水)  
~地域の安全は地域みんなの力で!~  
あいさつのいきかう街に空き巣なし  
☎宇治警察署(☎21-0110)

宇治商工会議所  
☎同会議所(☎23-3101)  
<ビジネスコンピューティング日商検定3級合格力養成講座>▷とき...11月10日~12月3日の水・金曜、午後6時半~9時。8回▷定員...20人▷受講料...2万5000円(テキスト代含む)

京都府自然観察会  
▷とき...11月14日(日)、午前9時半(京阪宇治駅前集合)~午後3時▷ところ...朝日山▷テーマ...晩秋の源氏物語の山へ▷対象...京都府内に在住・在勤・在学の人(小学生以下は保護者同伴。幼児も可)▷定員...50人▷参加費...無料▷申込期間...10月18日(日)~11月1日(日) ☎府環境企画課(☎075-414-4706)

宇治駐屯地創立53周年記念日行事  
▷とき...10月24日(日)、午前9時~午後3時半▷ところ...宇治駐屯地(黄檗)▷行事内容...記念式典、アトラクション(音楽演奏・宇治田楽・鳳凰太鼓など) 催し(ジープの体験試乗、装備品展示、自衛隊コーナー、ちびっ子広場、文化展、野点、模擬売店など) 車でお越しの場合は西門(隠元橋側)からお入りください。 ☎同駐屯地広報室(☎31-8121内線205)

薬と健康の週間  
10月17日(日)~23日(土)  
知ってる?聞いている?薬のこと  
薬を正しく使うためにも「かかりつけ薬局」をもち、薬をうまく利用しましょう。京都府では、集会などに薬剤師を無料で派遣しています。  
☎山城北保健所(☎21-2198)

秋のさわやかバイクスクール  
▷とき...10月17日(日)、午前9時半~正午(午前9時~受け付け) 雨天の場合は、10月24日(日)▷ところ...大久保自動車教習所▷対象...原付・自動二輪車の運転者▷受講料...無料 ☎宇治警察署(☎21-0110)か最寄りの二輪車販売店へ。

仕事と家庭を考えるセミナー  
10月15日(金)13:30~16:00  
京都国際ホテル [参加費:無料]  
●対象:企業の人事務担当者など150人

【講演】  
「いい企業、仕事と家庭の両立支援」  
樋口恵子さん  
(東京家政大学名誉教授)  
【体験発表】  
「お父さんの育児休業奮闘記(仮題)」  
目黒重幸さん  
(京都新聞社会報道部記者)  
☎京都労働局雇用均等室(☎075-241-0504)

消費税課税事業者届出書の提出はお済みですか  
基準期間(平成15年分)の課税売上高が1000万円を超えた個人事業者で新たに課税事業者となる場合には、税務署へ消費税課税事業者届出書の提出が必要です。提出がまだの方は、お早めに提出してください。消費税の仕組みや手続きなど詳しくは税務署へ。 ☎宇治税務署(☎44-4141)

お母さんといっしょ

川北 ころろ ちゃん(1歳)  
美佐 さん  
(小倉町春日森)



# 市民情報短信 (交差点)

毎月11日号皆さん  
と作るページ

△市民情報短信とは▽  
毎月11日号の最終面に  
掲載しています。掲載内  
容は、市民サークル等が  
行う催しの案内や会員募  
集などです。ただし、宗  
教・政治・明らかな営利  
活動は掲載できません。  
△掲載の申し込みは▽  
まずは、掲載登録が必  
要です。また、掲載は抽  
選による60件で、1団体  
の掲載は1件に限ります。  
△原稿の受付期間▽  
原稿は、掲載希望月の  
前月11日から3日間受け  
付けます。ただし、11日  
が土・日曜、祝日など市  
役所の閉庁日の場合は、  
直後の閉庁日から3日間  
(閉庁日を除く)受け付  
けます(郵送・ファクス  
可)。なお、直接来られ  
る場合の受付時間は、午  
前8時半～午後5時です。  
△資料請求・連絡先▽  
要項と所定の用紙を広  
報課(〒611-8500  
1住所省略可、☎20・8  
704、FAX20・8779)  
で配布しています。郵  
送・ファクスでもお送り  
します。

11月11日号分  
の原稿受付期間  
は、10月12日(火)  
～14日(木)です。

## 催し

催し名等	とき	ところ	費用	連絡先	備考(対象等)
京都文教公開講座「日本文化体験講座」	10月15日②・22日③・29日④、11月19日⑤	京都文教短期大学	4回4000円	田中☎25-2414 FAX25-2455	各午後1時半～3時半
登校拒否の子どもと育つ父母の会	10月16日④・30日⑤、午後1時半～	城南勤労者福祉会館	1回500円	大久保望☎43-5415または☎44-6191	不登校問題の交流学習会
児童文学講演会「あした、出会った少年」	10月16日④、午前10時～正午。公共の交通機関	でお越し下さい 小倉公民館	無料	岩井☎/ FAX44-0256	講師は作家越水利江子さん
マタニティママ ハンドマッサージでリラックス	10月16日④、午後2時～3時半	東宇治地域福祉センター2階	100円	岩井☎/ FAX44-0256	託児無料☎で申込先着10人
「市民歌謡大会 第16回～歌を愛して明るい人生～」	10月17日⑤、午前9時50分～午後4時半	文化センター小ホール	無料	榎村源之輔☎43-3779。日頃の練習成果を	発表します。多数の来場を
第11回新婦人いきいきフェスタ	10月17日⑤、午前10時～午後3時半	生涯学習センター	無料	新日本婦人の会宇治支部☎/ FAX22-5923	
絵手紙教室「りんごの会」発表会	10月19日⑥～11月1日⑦、午前9時～午後5時	宇治郵便局ロビー	無料	辻渥子☎23-0181・三木康枝☎23-6816	老健施設通所の方と合同展
まきのっこ「親子もお友達と楽しもう」	10月19日⑥、午前10時～11時半	横島コミセン	無料	西村敏子☎21-4333	
子育て広場「はやめはやめの台所仕事」料理実習	10月22日⑥、午前10時～正午	南宇治コミセン料理教室	200円	大庭☎/ FAX22-0441 今井☎/ FAX44-1478	託児あり / 一人150円
ごみ問題を考える講演会「エコライフ」に取り組む	10月23日④、午後1時～3時	生涯学習センター第1ホール	無料	鶴田☎24-5748	まなびチャレンジ奨励事業
「留学生と一緒に日本語であそぼう」	10月24日⑤、午後1時～3時	宇治公民館	無料	真田☎/ FAX33-5253	
将棋・楽友「と金会」	10月27日⑧、午前10時～午後5時	西小倉コミセン	年2000円	望月☎43-4587	
宇治市さわやか歩こう会 山の辺の道ウォーク	10月28日⑨、午前9時45分JR宇治駅集合	JR桜井線柳本駅～天理駅付近	100円	谷岡達男☎090-2350-3133。10キロ	JR宇治10時06分発の
難聴者・中途失聴者の研修と交流会	10月29日⑥、午前10時京阪中書島駅北口集合	～午後3時半 伏見を散策	昼食代1500円	西村篤子☎32-2940 FAX33-1119	締切10月15日⑤
宇治けんこう登山愛好会 稲村が岳(奈良県)	10月30日④、午前6時 雨天決行。12キロ	JR宇治駅前集合、バス出発	5000円	20日⑥までに牧原☎/ FAX23-2262へ。	先着30人。
生涯スポーツ教室(バドミントン)	10月30日④、午前10時～午後4時	西宇治体育館	無料	徳田進☎/ FAX32-7372	現地申込
「さつき」社交ダンスパーティ	10月31日④・11月7日⑤、午後1時～4時半	南宇治コミセン	各500円	井垣☎44-7367 11月14日⑥の日	帰りのダンスツアー受付中
京都魔界ウォーク : 鞍馬寺と貴船神社を歩く	10月31日④、午前10時 雨天決行、昼食持参	叡山電鉄貴船口駅前集合	500円	京都府ウォーキング協会☎/ FAX23-2613	11キロ、家族向き
創立15周年記念 第5回 同胞の家つどい	10月31日④、午前9時半～午後3時	同胞の家(小倉町西山44-4)	無料	堀内敦司☎20-4080 FAX20-2230	
「親子音楽めばえリトミック」 初心者対象	11月2日⑧宇治公民館、9日⑨堀池幼稚園別館。	いずれも午前11時～正午	無料	古川☎/ FAX23-9925	1歳児～4歳児 先着10組
〔街角かがく倶楽部〕「差別と迷信」	11月6日④・20日⑤、午前9時半～正午	ゆめりあうじ4階	2回で1500円	田中葉子☎20-1060	小学4年からシルバーまで
秋色のピースネックレスづくり	11月9日⑥、午前10時～正午	生涯学習センター	700円	山田☎31-2102 先着15人。	保育は2歳以上(1人300円)
ムジーク・クライシス室内合奏団 第13回定期演奏会	11月13日④、午後5時半開演(午後6時開演)	文化センター小ホール	800円	白井☎20-5875 今井☎23-1782	今回は「舞曲の魅力」
宇治市バスケットボール協会 ユニチカ宇治杯	12月5日⑩・12日⑪・19日⑫、午前9時～予定	ユニチカ(株)宇治工場内	1団体8000円	協会事務局・林克也☎22-1800 FAX24-5753	開催要項は事務局まで

## 募集

サークル名・活動内容	とき	ところ	費用	連絡先	備考(対象等)
アドバイス・レッスン付 ジョイダンスパーティー	毎週④、午後1時～4時 入会金等不要	南宇治コミセン(大久保駅南)	1回500円	島☎090-3724-7181	プロ指導。楽しめます。茶・菓子付
ソシアルダンス 木曜会	毎週④、午後7時50分～9時50分	宇治公民館	月2000円	馬場泰弘☎/ FAX22-1272	初心者・経験者とも歓迎
あざさる句会(俳句会)	第3④、午後1時半～4時	広野公民館	月2000円	森☎43-9603	初心者歓迎 お気軽にどうぞ
フォークダンス「すみれ会」	第2・4④、午後7時半～9時	西小倉コミセン	月1000円	田中恵美子☎22-8053	初心者歓迎
フォークダンス「すずらん」	毎週④、午後1時半～3時50分	南宇治コミセン	月1500円	岡村光芳☎22-4343	初心者歓迎
フラワーアレンジメントサークル NAOKO	第2・4④、午前10時～正午	東宇治コミセン	1回2500円	天野栄子☎32-5021	月1・2回どちらでも可 花代込
カラオケサークル 毎月1曲新曲マスター	第1・3④、午後8時～9時半	東宇治コミセン	各月2000円	澤喜代☎31-6009	第2・4④午後1時半～3時
MusicBox 親子で英語を学びませんか。	毎週④、午前10時～11時	宇治公民館(市民会館)2F	1回800円	和田朋子☎090-7976-4719	対象...0～3歳児までの幼児
宇治市高齢者合唱団(混声)「おおとり」	第2・4④、午後1時半～3時半	中央公民館	月1000円	金山☎/ FAX23-8527	60歳以上の健康な方
親と子の音楽リトミック	第2・4④、午前10時半～11時半	中央公民館	月1500円	三浦☎/ FAX22-6243	秋の入会募集。若干名、先着順。
ひばり歌謡サークル カラオケ生涯学習	第2・4④、午後2時～4時 月2回	西宇治中学校 音楽室	月1500円	藤沢☎/ FAX44-1634	元気で明るく、唄ってみませんか
社交ダンス(TSDクラブ)	第1・2・4④ 午後1時半～午後3時	西小倉コミセン	各月1500円	土居昭子☎/ FAX22-8764	初心者 中級。入会金1000円
観世流謡曲同好会	第2・4④、午後1時～4時	南陵集会所(JR小倉駅前)	月500円	伊藤☎23-0202	男女で楽しく謡ってます御気軽に
ちぎり絵サークルさわやか	第2④、午後2時～4時	木幡公民館	月800円	楠浦千栄子☎32-2498	初心者歓迎。お気軽に見学下さい
切手等郵便品収集展示サークル、宇治郵便倶楽部	第3④、午後1時半～4時	宇治公民館	年2400円	辻☎/ FAX33-0235	押入やタンスの切手に愛の手を
和紙ちぎり絵 干支...花...バラ等 風景...柿	毎月第1・3④、午後1時～3時	南宇治コミセン	月2回3000円	岩井千代子☎/ FAX45-0466	月1回の参加も可 初心者歓迎
琴伝流 大正琴やまぶきサークル	第1・3④、午後1時～4時	中央公民館	月2000円	中村☎/ FAX22-3124	初心者男女問わずにいいに指導
琴伝流・大正琴きさらぎサークル	第1・3④、午後1時～4時	宇治公民館	月2500円	谷口☎/ FAX21-5688	初心者・男性も可。個人指導します
プレピアニスト 2歳児と保護者の音楽サークル	11月17日⑧～3月まで全10回、午後2時～3時	東宇治コミセン	全10回で1万円	塚元☎33-4633 生田☎090-5246-9510	
ソシアルダンス宇治 社交ダンスで健康と若さを	毎週④、午後7時20分～9時40分 初級・中級	宇治公民館 見学可	月2000円	植崎正孝☎/ FAX32-0489	初心者歓迎。ベテラン指導者有り
ストリートダンススクールDEPARTURE	毎週④午後6時～7時半 毎週⑤午後7時～8時半	東宇治コミセン	1回1200円	木村☎/ FAX33-7481 小学生以下は毎週⑤午後6時～7時半=千円	
横島茶道教室	第2・4④、午後1時～5時	横島コミセン	月3000円	石田津多子☎22-6212	初心者歓迎
俳句サークル「ひろの句会」	第4④、午後1時～4時	南広野集会所	月2000円	宮下由起子☎/ FAX41-7428	初心者歓迎。一句一句の添削指導
社交ダンス・フルール 初心者対象	毎週④、午後7時～8時	小倉公民館1F	月2000円	三澤☎090-4643-4922	入会金無料。ブルース・ジリバから
社交ダンス JA小倉	毎週④、午後7時半～9時半	JAやましる西小倉支店	月4回2500円	岡本☎22-3430	健康のため楽しく運動しませんか
宇治朝霧コーラス	毎週④、午前10時～正午	宇治公民館	月3000円	須知伸☎/ FAX22-4179	経験・年齢を問いません
女たちのパワーブックを読む会 10月22日④～2月19日⑤の間で全5回。いずれも午後1時半～3時半		ゆめりあうじ	5回1500円	岡本☎/ FAX43-5536 第2回(11月6日)内容=講演会)のみ参加可	
宇治シルバー合唱団「炎」: 混声合唱(60歳以上)	毎週④、午後1時20分～3時半	総合福祉会館3階	月1500円	沖田倚子☎22-3477	初心者歓迎。見学お気軽にどうぞ
ブチバンド和み音・楽器演奏及びヴォーカル	毎週④、午後7時半～9時半	木幡公民館	月500円	山下京子☎20-9544 マンドリン・ギター・ヴォーカル経験者募集	
詩吟同好会	第2・4④(月2回)午後7時半～9時半	横島コミセン	月1000円	小倉☎45-2263	初めての方もお気軽に。発声練習
「アトリ工翔」楽しく絵を描いてみませんか?	第2・4④、午前10時～正午	東宇治コミセン	1回1300円	高木☎/ FAX33-6193	「見学自由」どうぞお気軽に。
混声合唱団めしどき・女声合唱コール春の丘	毎週④、午後7時半～9時半	木幡公民館	月2500円	井崎敬子☎23-1982	見学いつでもどうぞ! 初心者歓迎
現代詩コーラスをみんなで楽しもうたいましょ	毎週④(月4回)午前9時半～11時半	小倉公民館	月1500円	森岡☎43-0014	初心者歓迎
宇治市民混声合唱団	毎週④、午後7時～9時(見学どうぞ)	宇治公民館	月3000円	松野正信☎/ FAX46-0687	どなたでも歓迎、特に若い方
サンヒル句会「浮舟」自分の発見・豊かな心の創造	毎月最終④、午後6時～8時	明星町集会所	月1000円	倉田☎/ FAX24-1402	初心者、中・上級者の方 歓迎
「洛南卓球クラブ」健康づくり・友人づくり 毎週④、午前10時半～午後0時半 毎週⑤、午後1時半～3時半		アル・プラザ宇治東	1回600円	上林☎/ FAX23-7577	月4回亀田プロコーチレッスン有