

介護保険 保険料を見直し

皆さんの保険料で支えられています

介護保険は、介護が必要になったとき、誰もが安心して介護サービスを受けられるように社会全体で支え合う制度です。保険料は、40歳以上の人に負担いただいております。次のおり納めていただいております。

40歳以上65歳未満の人(第2号被保険者)に加入されている健康保険の掛金(国民健康保険の場合)に含めて納付(65歳以上の第1号被保険者)に在住の市町村に直接納付

必要に応じて安心して介護サービスを受けられるよう、保険料は忘れずに納付してください。未納期間があると、サービスが必要になったときに一定の制限がかかります。

18年度の保険料額《改定》

第3期介護保険事業計画の見直しにより、18年度から保険料の改定を行いました。低所得者層への配慮から、第1号被保険者(65歳以上の人)及び第1号被保険者が属する世帯の所得に応じて設定している保険料段階について、これまでの6段階を細分化し、8段階にしました。保険料段階別の保険料額(年額)は、左表のとおりです。

なお、17年度の税制改正(老年者非課税措置の廃止)により、本人または世帯員が市民税非課税から市民税課税となり、保険料段階が第4段階、または第5段階に上がる

問 介護保険課



宇治川の鵜飼 6月24日(土)から

宇治川中の島(うかい)で鵜飼が始まります。夏の夕暮れ、皆さんそろってお楽しみください。

期間... 6月24日(土)～9月24日(日)
乗船場所... 府立宇治公園中の島(上流側)
出船時間... 乗合船は午後7時から
貸切船は午後6時半から
受け付けはいずれも午後6時から

料金(税込み)
乗合船 大人(中学生以上) 1,800円
小学生 900円
貸切船(要予約) 10人乗り 25,000円
15人乗り 37,500円
20人乗り 50,000円

予約先... (有)宇治川観光通船 ☎21-2328
問い合わせ... 同通船か、(社)市観光協会 ☎23-3334

65歳以上の人(第1号被保険者)の18年度介護保険料

所得段階	対象となる人	保険料(円)
第1段階	● 老齢福祉年金の受給者で住民税非課税世帯 ● 生活保護の受給者	23,590
第2段階	● 住民税非課税世帯で本人の前年の合計所得金額と公的年金収入額の合計が80万円以下	23,590
第3段階	● 住民税非課税世帯で第2段階に該当する場合を除く	35,390
第4段階	● 本人が住民税非課税で世帯内に課税者がいる場合	47,190
第5段階	● 本人が住民税課税で前年の合計所得金額が200万円未満	58,980
第6段階	● 本人が住民税課税で前年の合計所得金額が200万円以上500万円未満	70,780
第7段階	● 本人が住民税課税で前年の合計所得金額が500万円以上800万円未満	94,380
第8段階	● 本人が住民税課税で前年の合計所得金額が800万円以上	103,810

人(地方税法上の個人住民税にかかる経過措置対象者)は、一定の条件に該当すれば保険料の激変緩和措置(届出不要)の対象になります。対象となる人には「保険料額決定通知書」でお知らせします。

上の人は、原則、特別徴収の対象です。ただし、年金額が年額18万円(月額1万5千円)以上の場合でも、次の人は普通徴収となります。

● 年度の途中で満65歳以上に達した人
● 年度の途中で他の市町村から転入した人
● 年度の途中で保険料額や年金額に変更があった場合

なお、17年度に満65歳になった人や転入した人のうち、18年4月の年金受給時に年齢・退職・遺族・障害年金(年額18万円以上)を受給している人は、原則として、年度の後半(18年10月)から特別徴収に切り替わります。

65歳以上の人の納付方法は、特別徴収(年金から天引き)と普通徴収(市に個別に納付)があり、受給している年金の種類や額によって異なります。年金額が年額18万円(月額1万5千円)以上の人(第1号被保険者)は、原則として、年度の後半(18年10月)から特別徴収に切り替わります。

《特別徴収》
18年2月に年金から天引きで徴収させていただきます。いた人については、2月の徴収額と同額を、4月の支給の年金から徴収させていただきます。6月の仮徴収も同額となりますが、8月の仮徴収については、4月・6月の仮徴収額を含めておむ

保険料の納付方法(65歳以上の)

ね半年分の保険料となるように徴収額を調整します(該当しない場合もあります)。

その上で、年度の後半(10月・12月・翌年2月)に徴収する本徴収額については、前半(4月・6月・8月)の仮徴収額と合わせて1年分の保険料となるように調整します。なお、18年度から遺族・障害年金も特別徴収の対象となりました。対象となる人は、10月支給の年金から天引きが始まりますので、ご注意ください。

《普通徴収》
1年分の保険料を6月から翌年3月までの10期(千円未満の端数は第1期に上乗せ)に分けて、直接市に納付していただきます。口座振替の場合は、納期限日に指定口座から引き落とします。

特別徴収・普通徴収ともに、詳しい納期別の保険料額については6月中旬ごろに送付する「保険料額決定通知書」でご確認ください。

ザ・ハーバード クロコディロス コンサート

(ハーバード大学男声アカペラグループ)
とき... 6月24日(土) 午後2時～
ところ... 植物公園(緑の館)
問文化センター(☎39-9333)

無料
ただし、植物公園の入園料は必要です



保険料の減免制度

市では、次のような事由がある場合、保険料の減免を行っています。

● 被災・風水害・火災等により、財産に著しい損害を受けたとき
● 主たる生計維持者の死亡や失業等により収入が激減したとき
● その他、特別な事情がある場合

詳しくは、「保険料額決定通知書」が届いた後に介護保険課までご相談ください。

◆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◆

宇治市健康まつり

6月24日(土)

10:00 ~ 16:00

生涯学習センター

参加無料



コンピューター体力診断...あなたの体力年齢は?
ボイスクリニック...声で分かる心と体のチェック
脳年齢チェック...あなたの脳年齢は?

ブリケアクラブ(血流チェッカー)...指先の血流で運動不足度をチェック
立ったままできるストレッチ
手作りコーナー...折り紙

楽しくはじめる介護予防...運動・クイズ・寸劇・体操ほか。 10:30 ~ 13:30 ~

ハンドマッサージ...2人1組になってアロマオイルでハンドマッサージ。 10:00 ~ 13:00 ~

健康・栄養相談
社会福祉協議会展示コーナー

地域包括支援センター相談展示コーナー...高齢者の生活に関する相談・展示

お口の相談展示コーナー
食生活改善推進員協議会展示コーナー

デザートとお飲み物...11:00 ~ 14:00(先着100人)有料

パン販売...10:30 ~ (売り切れ次第終了)有料

健康生きがい課

みんなで支えよう 国保の医療費と家族の健康

国民健康保険(国保)は、加入者が病
気やけがなどのとき、保険で治療が受け
られる大切な制度です。しかし、その医
療費は年々増加し続けており、このまま
では国保の財政運営がますます厳しく
なります。一人ひとりが健康増進と医
療費の有効な使い方に心掛けていた
けるよう、ご協力をお願いします。

国保財政のし くみ

国保は、職場の健康保
険など、他の健康保険に
加入していない人などで

構成され、市町村単位で
運営されています。

医療機関の窓口で支払
う「一部負担金」は、医
療費の3割(3歳未満は
2割、70歳以上は1割も
しくは2割)です。残り

また、介護保険制度に
おける第2号被保険者
(40歳以上65歳未満)に
かかる介護納付金につい
て、16年度は約8億円を
支出しています。この
介護納付金の2分の1は

本市の国保会計で16年
度に負担した保険給付費
等(老人保健拠出金を含
む)は約119億8千万
円となっています。

の7割(8割・9割)は
国保で負担し、その内訳
は加入者が納める保険料
や国庫金などからなっ
ています。



医療費は増え 続けています

本市の国保医療費は、
16年度全体で約228億
円(図1参照)です。加
入者1人当たりでは、年
間約38万円になります。
医療費が増えれば、当然
加入者の保険料負担にも
はねかえることになりま
す。一人ひとりの心掛け
で医療費を有効に使うこ
とは重要な課題となっ
ています。

一人ひとりに できること

医療費の節約は、病気
になっても治療しないこ
とではありません。むし
ろ、早めの適切な治療と
日常の健康管理が何より
大切です。
③医療費の節約：
受診をやめよう 重複
べく診療時間内に受診し

介護保険の第2号被保険
者の保険料で賄うこと
なっています。

- ① よう 家庭医をもとう
- ② 適度な運動
- ③ バランスのよい食生活
- ④ 十分な休養

18年度国保ドック受
診補助の受け付けは
終了しています。

ご存知ですか 高額療養費の支給申請



国保加入者が同じ月に同じ医療機関(入院・外来は別。総合
病院では入院時の歯科は別、外来は診療科ごと)に支払った一
部負担金が、下表の「自己負担限度額」を超えた場合、申請に
よりその超えた分が払い戻される高額療養費制度があります。
毎年8月1日に自己負担限度額の世帯区分の判定をします。

自己負担限度額

【70歳未満の人】

上位所得者*1	139,800円(医療費が466,000円を 超えた場合は、超えた額の1%を加算)
一般	72,300円(医療費が241,000円を 超えた場合は、超えた額の1%を加算)
住民税非課税世帯	35,400円

*1 = 上位所得者は国保料算定の基礎となる賦課基準所得金
額が670万円を超える世帯及び所得不明者がおられる世帯

【70歳以上の人(老人保健で医療を受ける人は除く)】

	外来+入院	
	外来(個人単位)	(世帯単位)
一定以上所得者	40,200円	72,300円(医療 費が361,500円を 超えた場合は超えた 額の1%を加算)
一般	12,000円	40,200円
住民税非低所得*2	8,000円	24,600円
課税世帯低所得*2	8,000円	15,000円

*2 = 低所得・の人は入院時に「限度額適用・標準負担額減
額認定証」が必要ですので、国民健康保険課へ申請してください。

●70歳以上の人(老人保健で医療を受ける人は除く)の
自己負担額の計算方法... 月ごとの受診について計
算 外来は個人ごとに計算し、入院された場合は外来
分を含め、世帯内の70歳以上の人(老人保健で医療を受け
る人は除く)で合算 病院・診療所、歯科の区別なく合算

申請手続き...保険証・印鑑・医療機関の領収書・振込 先口座の控えを持って国民健康保険課へ。

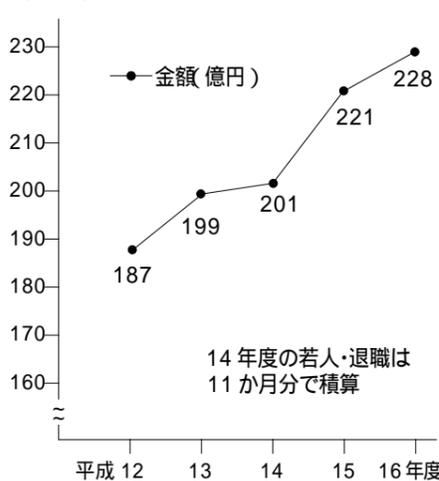
(注)上記のほかに、長期入院等による「多数該当」同一世帯
内での複数受診による「世帯合算」の制度もあります。

入院したときの食事代

入院時の食事代の標準負担額(1食当たり)	
○一般(下記以外の人)	260円
○住民税非課税世帯	過去12か月で90日までの入院 210円
○低所得	過去12か月で90日を超える入院 160円
○低所得	100円

入院時に住民税非課税世帯の人は「標準負担額減額認定証」を、低所
得・の人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」が必要にな
りますので、事前に国民健康保険課へ申請してください。

(図1)宇治市国保年度別医療費の推移



18年度の国保料

18年度の国民健康保険料の通知は、6月15
日(木)に発送の予定です。

18年度国民健康保険料 = 医療分保険料 + 介
護納付金分保険料

《医療分保険料》

1年間の保険料(医療分)は次の + + で
算出されます。この金額が賦課限度額53万円
(国の基準と同額)を超える場合、医療分保険料
は53万円になります。

所得割額
(平成17年中の総所得金額 - 国民健康保険基
礎控除額 < 33万円 >) × 所得割率 < 9.33% >
均等割額
被保険者数 × 25,200円
平等割額
32,200円(1世帯)
賦課限度額...530,000円(国の基準と同額)

65歳以上(昭和15年1月1日以前生まれ)
の人については、前年と同じ年金額であっ
ても、公的年金等控除額の引き下げにより、
保険料が上がる場合があります。

架空請求にご注意を

「国民健康保険庁」を名乗る団体から、督促
状が届いたり、督促の電話がかかってきても、
現金を振り込まないでください。この督促は架空
請求です。「国民健康保険庁」は実在の団体
ではありません。

《介護納付金分保険料》

40歳以上65歳未満の人(介護保険の第2号被
保険者)がおられる世帯は、医療分保険料に介護納
付金分が上乘せられます。介護納付金分保険料は
次の + + で算出されます。この金額が賦課
限度額9万円(国の基準と同額)を超える場合、介
護納付金分保険料は9万円になります。

* 年度途中で40歳になる時は、介護被保険者資
格が発生した月分から算入されます(資格発生
日は40歳の誕生日の前日です)

* 年度途中で65歳になる時は、国保料の当初賦
課時に65歳になる前月分までの介護納付金分
保険料を計算し、医療分保険料と合わせて通知
しています。

所得割額
(平成17年中の総所得金額 - 国民健康保険基
礎控除額 < 33万円 >) × 所得割率 < 2.34% >
均等割額
介護保険の第2号被保険者数 × 7,600円
平等割額
7,100円(1世帯)
賦課限度額...90,000円(国の基準と同額)

国民健康保険料は便利な口座振替で

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省略可)
市役所のホームページは
http://www.city.uji.kyoto.jp/

問 = 問い合わせ・申 = 申し込み
申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。

募集

市立保育所アルバイト職員の登録希望者募集

登録後は、必要に応じて選考し雇用します。夏季のみのアルバイト職員も募集しています。◇職種...保育職員(保育士有資格者もしくは保育に意欲のある人)調理員・用務員 申市販の履歴書(要顔写真)に資格証の写し(保育士資格を持つ人のみ)を添えて、市保育課に本人が持参。年中受け付けています。

夏休みの育成学級 学生アルバイト

◇勤務内容...育成学級指導員の補助◇対象...大学・大学院・短大・各種専門学校生◇勤務日...次の期間のうち20日以上。7月21日～8月31日(8月14日～16日を除く)◇月～金曜◇勤務時間...午前8時半～午後5時(1時間休憩有り)◇時給...860円◇選考方法...書類選考 申市販の履歴書(要写真)で6月22日(木)までに子ども福祉課へ本人が持参。

催し・お知らせ

普通救命講習

「覚えていたらよかった」よりも「覚えていてよかった」応急手当てを学びませんか。◇とき...6月25日(日)午前9時半～午後0時半◇ところ...西小倉地域福祉センター◇内容...心臓マッサージ、人工呼吸、AEDの実技◇定員...先着25人◇受講料...無料 申6月22日(木)までに西消防署(☎39-9413)へ。

カブトムシ&サワガニ大作戦

◇とき...7月9日(日)午前10時～午後3時◇ところ...アクトパル宇治◇内容...アクトパルで育てているカブトムシや「川の広場」に生息するサワガニと触れ合いませんか。カブトムシのプレゼント有り◇対象...4歳以上◇定員...40人(多数の場合は抽選)◇参加費...200円◇持ち物...弁当・水筒・雨具(カッパ)・タオル・レジャーシート 申「カブトムシ&サワガニ大作戦参加希望」代表者の郵便番号・住所・電話番号・氏名・年齢・性別と、参加者全員の氏名・年齢・性別を書き、6月20日(火)消印有効)

までに往復はがきかファクスでアクトパル宇治(〒601-1392 西笠取辻出川西1、☎075-575-3501、FAX 075-575-3511)へ。

コミュニケーション始めよう!～私が選ぶ私の生き方～再就職支援セミナーです。◇とき...内容...下表のとおり。◇ところ...ゆめりあうじ◇対象...再就職に関心のある女性◇定員...先着30人◇参加費...無料◇保育...要予約。0歳～小学3年生 申講座名、住所、氏名(ふりがな)電話、ファクス番号、保育希望者は子どもの名前・年齢を書き、郵送・ファクス・Eメールか持参で、6月29日(木)まで(必着)に同センター(〒611-0021 宇治里尻5-9、☎39-9377、☒ danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp)へ。

7/6(木) <<10:00～12:00>>「私の生き方・働き方を選ぶために」講師=株LCD A代表取締役・川端美智子さん <<13:30～15:30>>交流会「みんなて知ろう、みんなて話そう」

7/7(金) <<13:00～16:00>>自分を生かすコミュニケーション・スキル。講師=株LCD A代表取締役・川端美智子さん

ハッピー食生活教室～ヘルシー・ビューティー～

高血圧・糖尿病・高脂血症・肥満などの兆しのある人だけでなく、健康で若々しくいるために、皆さんご参加ください。◇とき...下表とあり。◇ところ...うじ安心館◇対象...市内在住の人◇定員...各先着30人◇内容...コンピュータ診断 食生活の点検 あなたの適正食事 塩分の少ない食事の工夫・試食など◇持ち物...筆記用具、健康手帳、電卓(20～64歳のみ)。参加費無料 申教室名、年齢区分、住所、氏名、電話番号を、電話かEメールで健康生きがい課 ☒ ous o-kenkou@city.uji.kyoto.jp)へ。

20歳～64歳	6月22日(木)	13:00
65歳～	7月5日(水)	～15:40

私立幼稚園保育料の補助
◇対象...4歳・5歳児の保護者と、18年度の市町村民税所得割課税額が13万5000円以下の世帯の3歳児(今年度中に3歳児になる子を含む)の保護者 申所定の申請書(6月下旬に各園に配付)に18年度の税額(納税)通知書を添えて各園へ。各園を通じ12月に支給予定。 問学校教育課

宇治市障害者スポーツ大会

◇とき...7月2日(日)午前9時～午後3時◇ところ...西宇治体育館◇対象...市内在住・在勤・在学の障害のある人◇参加費...無料 申6月16日(金)までに電話・ファクスか持参で生涯スポーツ課へ。

暮らしに役立つ法律知識(聴覚障害者教室・生活講座)金融や金銭に関する正しい知識を身につけてもらえるよう活動する京都府金融広報委員会と市の同事業です。◇とき...7月1日(土)午前10時～正午◇ところ...生涯学習センター◇内容...遺産相続、遺言、遺産をめぐる争いを超えるための方策◇対象...市内在住・在勤の聴覚障害者とボランティア◇講師...弁護士・土井裕明さん◇定員...先着50人。参加費無料。手話通訳・要約筆記あり 申住所、氏名、ファクス番号を書き、6月23日(金)までに生涯学習課 FAX 21-0400)へ。

やまぶき学級料理教室

◇ところ...6月25日(日)または7月9日(日)の午前10時～午後1時半◇ところ...生涯学習センター◇対象者...市内在住・在勤の心身障害者とボランティア◇定員...各先着25人◇参加費...400円◇持ち物...エプロン・三角巾 申「やまぶき学級料理教室」参加希望日・住所・氏名・電話(ファクス)番号を6月16日(金)までに電話かファクスで生涯学習課 FAX 21-0400)へ。「カブラ広場」遊びサポーター養成講座

毎月1回開いているカブラ広場で活動してみませんか。カブラは子どもも大人も楽しめるフランス生まれの積み木です。◇とき...6月30日(金)午前10時～正午◇ところ...生涯学習センター◇内容...インストラクターによる遊び方の講習◇対象...実際に同広場で活動できる人◇定員...先着20人◇参加費...無料 申電話で住所氏名 電話番号を生涯学習センター(☎39-9500)へ。

減塩梅干しづくり講習会

成人病予防のため、無添加・低塩分の梅干しの作り方を学びませんか。◇とき...6月21日(水)午後1時～3時◇ところ...宇治公民館◇対象...市内在住の人◇定員...先着25人◇指導...市食生活改善推進員協議会「若葉の会」◇参加費...無料。筆記具持参 申6月12日(日)以降に同公民館 ☎39-9272)へ。

木工広場

◇とき...6月17日(日)午前9時半～正午◇ところ...大久保青少年センター◇内容...木切れで自由作品を作る◇対象...小学生以上。親子での参加も可◇参加費...無料 問同センター(☎39-9281)

「18年度版 0,1,2,3さい 宇治子育て情報誌」を発行 子育て広場やつどい、子育てサークル、相談窓口などの情報が満載です。母子手帳交付時や1歳8か月健診時に配布するほか、こども福祉課や各地域子育て支援センター・コミュニティセンター・公民館などにも置いてあります。また、市のホームページからも印刷できます。 問地域子育て支援基幹センター(☎39-9109)

健康展～健康は、自分のからだを知ることから～

健康に関する情報が満載です。気軽にお越しください。◇とき...6月19日(月)～23日(金)午前9時半～午後4時半。ただし、19日は午後1時から 23日は正午まで◇ところ...市役所1階ギャラリーコーナー◇内容...パネル展示 健康相談コーナー。なお、希望者には血圧測定、体脂肪測定、腹囲測定、栄養士による食生活コンピュータ診断を行います。 問健康生きがい課

地域子育て支援基幹センター 問同センター(☎39-9109)

<あじさい村> 10:00～11:30
6/14(水) 西部地域子育て支援センター 2歳～就学前の子とその親 うち、おもちゃ遊び 玉子のトレイで腕時計作り

<なかよしひろば> 10:00～11:30
6/15(木) 東部地域子育て支援センター 0歳以上2歳未満の子とその親 うち、手遊び、おもちゃ遊びなど

<くまのひろば> 10:00～15:00
6/20(火) 紫ケ丘集会所 0歳～就学前の子とその親 おもちゃ遊び、公園での遊びなど

<くろこ広場> 10:00～11:30
6/20(火) 南部地域子育て支援センター 0歳以上2歳未満の子とその親 うち、手遊び、おもちゃ遊び

<親子のひろば> 10:00～11:30
6/28(水) 東宇治幼稚園 2歳～就学前の子とその親 玉子のトレイで腕時計作り

<園庭開放> いずれも雨天中止。
6/16(金) 10:00～11:30 北木桶保育所 木桶保育所
6/19(日) 10:00～11:30 なかよし保育園
6/20(火) 10:00～11:30 小倉双葉園保育所 10:00～11:00 横島保育所
6/22(木) 10:00～11:00 宇治保育所
6/23(金) 10:00～11:30 大久保保育所
7/1(土) 10:00～11:30 登り保育園

高齢者栄養教室

◇とき...6月30日(金)午後2時～4時◇ところ...木幡公民館◇対象...市内在住の65歳以上の人◇定員...先着30人◇内容...「心と体の若がり術～バランスの良い食事摂ってますか～」をテーマに管理栄養士のお話や助言◇参加費...無料 申東宇治北地域包括支援センター(☎33-8270)

第7回大久保駅周辺地区整備構想策定委員会の傍聴

◇とき...6月22日(水)午後2時～◇ところ...産業会館◇内容...「整備構想<素案>の取りまとめ」

ほか◇定員...先着10人 申6月21日(水)午後5時までに都市計画課へ。関連資料は当日市役所1階の行政資料コーナーに置きます。

すこやか食生活教室～魚塾～

旬の魚を使った、健康と環境に優しい料理講座です。◇とき...6月27日(火)南宇治コミュニティセンター(先着30人) 6月30日(金)生涯学習センター(先着30人)いずれも午前10時半～午後2時◇講師...力石さちさん(料理研究家)◇材料費...1000円程度 申6月20日(火)までに市福祉サービス公社福祉情報センター(☎28-3154)へ。

いきいきふれあい事業～親子のふれあいを大切に～

◇とき...7月30日(日)午前8時～午後6時◇行き先...ユニバーサルスタジオ・ジャパン◇対象...市内在住のひとり親家庭の親子◇定員...先着120人◇参加費...中学生以上=3000円 2歳～小学生=2000円 申7月5日(水)までに連合母子会・岡本さん ☎22-0563)へ。 問こども福祉課

官公署・その他

赤ちゃん広場

◇とき...6月16日(金)午前10時～11時半◇ところ...総合福祉会館◇対象...市内在住の7～12か月の子とその親◇内容...参加者同士でのおしゃべり、親子ふれあい遊びなど◇参加費...200円。バスタオル持参。 問社会福祉協議会(☎22-5650)

城南地域職業訓練センター 申いずれも受講料を添えて、同センター(☎46-0688)へ。

6月12日(月)からの受け付け分
はじめ女性、中高年者対象です。のエクセル(活用) 7/12～26の原則月・水・土曜 9:30～15:30(午 前と午後)12回 先着20人(14人)

6月15日(木)からの受け付け分
シスアド(一般) 7/15～8/26(8/12を除く)の土曜 9:30～15:30(午前と午後)12回 先着20人(14人)

6月18日(日)からの受け付け分
PCデータ活用受験3級 7/18～8/4の火・金曜 18:30～21:00。6回 先着20人(14人)

6月20日(火)からの受け付け分
一般・経理事務等講座 宅建物取引主任者受験コース。7/20～9/28の火・木曜 18:30～21:00。21回 先着20人

定員の()内は、うち中小企業の従業員枠。受講料は、 =1万5000円、 =3万円、 =2万円。なお、 は別途教材費が必要。
城南勤労者福祉会館 申いずれも同館 ☎46-0688)へ。

6月13日(火)からの受け付け分
トレーニング教室 7/13(水)・27(水)18:30～20:30。2回。受講料は45歳以上180円・45歳未満250円 先着20人

6月16日(金)からの受け付け分
ソフトエアロストレッチ体操教室 7/16(日)・23(日)10:30～11:30。2回。受講料は1500円 先着30人

宇治市民大学
市民が活躍する大学「宇治市民大学」を更に充実するため、ボランティアスタッフを募集し、養成講座を開きます。

とき・内容：左表のとおり。
ところ：生涯学習センター

日時	テーマ	講師
7/6(木) 13:30～15:30	生涯学習の意義～各地の市民大学の現状～	天理大学人間学部 教授・今西幸蔵さん
7/21(金) 13:30～15:30	企画と運営のポイントを学ぼう	
9/8(金) 13:30～15:00	宇治市民大学の組織と講座の計画	宇治市民大学 運営スタッフ会
9/9(土) 13:00～16:00	宇治市民大学スタッフ体験	

員：20人(多数の場合は抽選) 参加費：無料

お母さんといっしょ

竹岡 駿吾くん(7歳)
優希ちゃん(5歳)
佑芽ちゃん(8か月)
樹美さん
(神明宮東)



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・営利活動などは掲載できません。 <掲載の申し込みは> まず、掲載登録が必要です。また、掲載は催しと募集を合わせて毎月80件程度(多数の場合

抽選)を上限とし、1団体の掲載は1件に限りま。 <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、直後の開庁日から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(〒611-8501住所省略可、☎20-8704、FAX 20-8779)で配付しています。郵送・ファクスでもお送りします。 次回、7月11日号分の原稿受付期間は、6月12日(月)・13日(火)・14日(水)です。

諸事情により、予定が変更になる場合もありますので、事前に主催者(連絡先)へご確認ください。

Table with 6 columns: 催し名等, とき, ところ, 費用, 連絡先, 備考(対象等). Contains various community events like '小学生オセロ大会', '市民公開講座', '国際語エスペラント入門講習会', etc.

Table with 6 columns: 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). Contains various clubs and activities like '市民体験詩吟教室', 'ヒップホップダンス', '囲碁小学生4クラス', etc.