



広報

うじ



今さら?
とんでもない!

いくつになってもチャレンジ!



- 02 特集
- 08 宇治市議会議員一般選挙 開票結果
- 09 あがた祭り (交通規制図等)



無料アプリ

カタログポケット
Catalog Pocket

You can read "Uji city News" in 10 languages!

広報うじが
音声で聞ける!
多言語で読める!



宇治市公式 Instagram

宇治の魅力を発信中!! 「#うちの宇治」を付けて、推し写真を投稿してください。





わたい こうそう
綿井 康造さん

目指せ！ 世界最高齢 YouTuber！

昨年、92歳で動画制作を始めた綿井さんにお話を伺いました。きっかけは好奇心。スマートフォンは持っていましたが、カメラ機能は使ったことがありませんでした。動画の講習を受けた理由は、物珍しさからです。「物見高いは江戸の常」というように、私は東京育ちで好奇心旺盛なので、何でも興味を持って積極的に行動しています。これは私の健康の秘訣の一つでもあります。



綿井さんの動画は趣があって面白いです。チャレンジする綿井さんには私も勇気をもらっています。

もりた せいじ
森田 誠二さん 地域映像スタジオ「うじテレビ」代表
市の事業「宇治市文化芸術活動おうえんチャンネル」などで映像制作のワークショップ講師を務めた。「うじテレビ」は宇治の人たちが宇治の魅力を様々な視点から伝えるYoutube番組制作スタジオ。

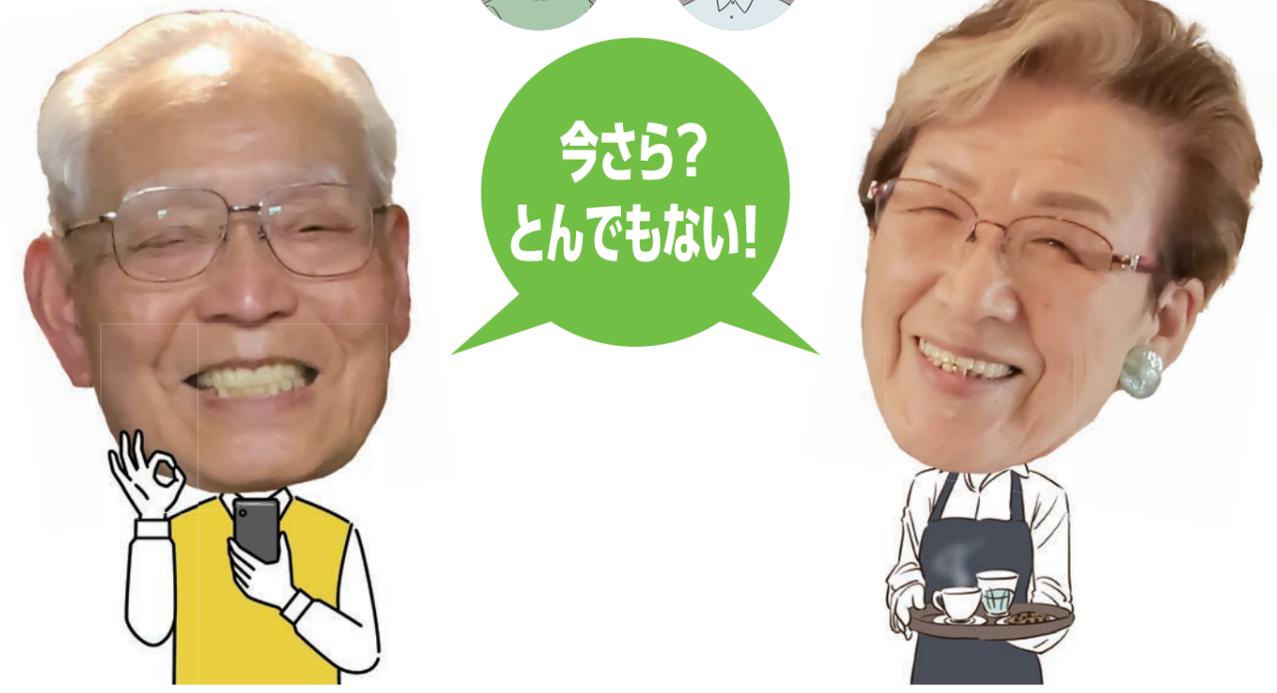
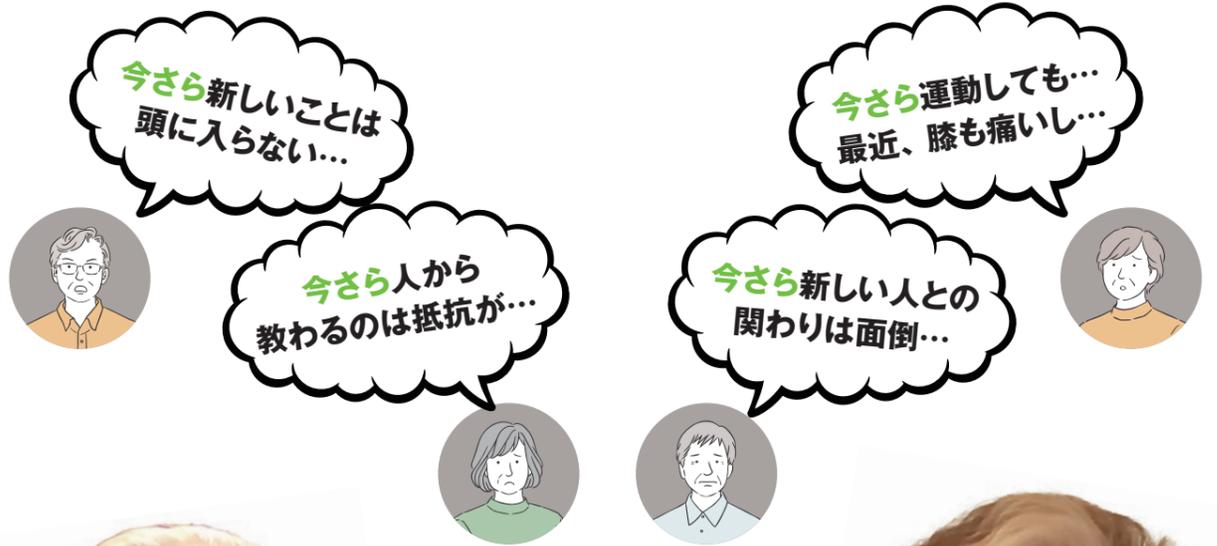


私の動画をYouTubeに掲載し、たくさんの方に見ていただくのは、腕に自信がないのでとても恥ずかしいですが、孫やひ孫に「すごいね」と言われるのは嬉しいです。また、動画制作を難しいと感じたり、操作の仕方を忘れてしまったらということもあります。他の受講生たちに「負けてなるものか」と思い、新しいことにチャレンジしています。

編集もスマートフォンで

講師を務められた「うじテレビ」の森田さんには、講習が終わってからもサポートしてもらっています。分からないことがあればLINEで質問をしています。動画制作は、撮影・編集・アップロード等、全てスマートフォンで完結しています。

綿井さんの動画が掲載されている「うじテレビチャンネル」はこちらから



いくつになってもチャレンジ!

「もう歳だからやめておこう…」年齢を理由に諦めていることはありませんか。人生100年時代を元気に豊かに生きるヒントは、その思い込みを打ち消すことにあるのかも。今号では、年齢に関係なくチャレンジする人を紹介します。あなたも何か始めてみませんか。

岡 長寿生きがい課 ☎22-3141 (代表)



日本では、諸外国に例をみないスピードで高齢化が進行しています。宇治市の高齢化率（65歳以上の人口が総人口に占める割合）は、令和5年4月1日で30%を上回りました。特に75歳以上の方は、今後も増えることが予想されています。このような中、誰もが住み慣れた地域で、健やかに生きがいを持って、安心して暮らすことが出来る地域社会が求められています。

宇治市には、社会や地域で活躍されているパワーあふれる高齢者の方々がたくさんおられます。また、支援が必要な方を地域で支え、御自分の生きがいにつながる「住民主体の通いの場」なども増えてきました。

市民一人ひとりの「生涯現役社会」の実現にむけ、年齢を重ねても何事にもチャレンジ出来る環境の整備、地域社会で活躍出来る仕組み、そして、地域の人々が支え合いながら、共に暮らしていける共生社会を見据えた地域づくりを、今後も進めてまいります。

宇治市長 松村 淳子



楽しいから、
みんなと
一緒だから続く

はつらつトレーニング教室から生まれた
「にこにこクラブ」を紹介

家族に「表情が明るくなった」と言われました!



にこにこクラブ
時 毎週金曜日の午後1時半～3時半
所 西大久保団地第5集会所

「はつらつトレーニング教室」は、これから運動を始めたい人等を対象に運動の継続と仲間づくりを目指す教室です。参加者の募集は、市政だより8月15日号に掲載予定です。

毎週金曜日に「にこにこクラブ」へ来るといのが生活のハリにもなっていて、足の悪い方も手押し車で参加してくれています。興味を持った方は、ぜひ直接会場へ来てみてください。

市の「はつらつトレーニング教室」に参加した後、自分の身体が以前と比べてとても良く動くことに感動し、「絶対に続けなアカン」という気持ちで「にこにこクラブ」を立ち上げました。昨年の4月から始め、今は10人程度が集まっています。体操だけでなく、季節のイベントをする等、毎回楽しくおしゃべりしてたくさん笑っています。

ここに「来る」ことが
生活のハリになっている

代表の西壁さんにお話を伺いました。



にしのかずよ 西壁 和代さん

お客様との会話から
元気をもらえる

カフェは毎週木・金曜日の午前9時半～午後2時に市役所8階で開店しています。「高齢者アカデミー」*の卒業研究でアイデアが生まれ、同アカデミーの卒業生で運営しています。カフェをしていて嬉しいのは、皆さんが来てくれること。皆さんのおしゃべりで元気をもらえます。

*「高齢者アカデミー」について詳しくはページ参照。

市役所8階でコミュニティカフェ「ともいきカフェ遊々(ゆうゆう)」を始めた橋本さんにお話を伺いました。



はしちよ 橋本 よし子さん

なんでも挑戦!
原動力は
ハングリー精神



「ともいきカフェ遊々」の仲間

原動力はハングリーな気持ち

国民学校(現在の小学校)3年生の時に終戦をむかえ、戦中・戦後は、勉強がしたくても出来ませんでした。幼い頃の悔しい気持ち、「興味を持ったことは何でも挑戦したい」ということにつながっているのだと思います。おかげで、今はやりたいと思ったことは何でも出来ます。

いくつになっても出来る

9年ほど前に人工関節の手術をしています。それ以外は健康に恵まれていることもあって、自分がその気になれば何でも出来ると思っています。年齢や健康を理由に諦めるのではなく、まずは身体を動かすことが一番大事です。私もまだ現役で働いています。社会で元気に活躍する高齢者がもっと増えればいいと思います。



高齢者アカデミー受講生募集

京都文教大学・短期大学で開講の「高齢者アカデミー」11期生を募集します。様々な科目を、同世代の仲間や現役の大学生と学びます。学びを通して、新たな発見や出会いを体験してみませんか。

時 9月から2年間(秋学期・春学期)
対市内在住の65歳以上(昭和33年9月1日以前生まれ)の人 定40人程度 ①週1回の科目履修②「宗教・教養」「観光・地域デザイン」「国際文化」「メディア・社会心理」「経済・経営」「公共政策」「臨床心理」「教育福祉」の8つの科目群(約100科目)から1年間で2科目(1学期1科目×2期履修可)

◎アカデミーアワード1回、自主企画や特別講義、グループワーク等

¥各学期1万5千円(別途要教材費)

③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

現役のアカデミー生・大学生による
ミニオープンキャンパス(説明会・事前申込不要)

時 6月9日(金)・19日(月)・28日(水)、7月24日(月)いずれも午前11時～11時50分受け付けは午前10時45分 所 京都文教大学・短期大学(光暁館1階) 定 各回10人 問 同大学社会連携部 フィールドリサーチオフィス(☎25・26300 ㊶:ro@paku.ac.jp)

もしかして?と思ったら...

認知症について

こんな時はご相談ください

- ・最近、物忘れが気になる
- ・どこに専門病院があるかわからない
- ・家族が認知症かもしれないので心配
- ・認知症の介護について知りたい

認知症初期集中支援チーム

※月～金曜日の午前9時～午後5時(祝日・年末年始除く)

認知症コーディネーターが、発症や関わりの初期段階における医療受診や介護サービスについて一緒に考え、サポートします。

- 中宇治地域包括支援センター内
- 北宇治地域包括支援センター内

☎21・81233

※お住まいの地域で担当が違います。詳しくは、長寿生きがい課へ問い合わせてください。

カフェはみんなのほっこり空間



元気で活動している橋本さんたちを見ると、「自分も頑張ろう」という気持ちになります。



早めの相談で安心♪



げんきびと
宇治源輝人講座 受講生募集

健康長寿のヒントがここに！

いつまでも元気ではつらつと輝く人生を送るためのヒントについて学びます。講座受講後には、「健康長寿サポーター※」として登録出来ます。

※地域での自主活動や通いの場（住民主体通所型サービス）のボランティアとして運営に携わるなど、様々な支え合いの活動に参加出来ます。

対 市内在住で3日間の講座に参加出来る人 定員各会場 24人

内容 講義「楽しくボランティア活動をするために」、「わがまちの地域活動を学ぼう～わたし、こんな活動で生きがいを見つけました！～」他

申込 6月1日(木)～15日(木)に、電話または参加申込書をファクスで、福祉サービス公社 ☎ 28-3154 FAX 28-3190へ。参加申込書は公共施設等で配架しています。

会場	日時
東宇治地域福祉センター	6月20日(火) 午前10時～11時半
	6月22日(木) 午後2時～3時半
	6月27日(火) 午前10時～正午
西小倉地域福祉センター	7月6日(木) 午後2時～3時半
	7月11日(火) 午後2時～3時半
	7月14日(金) 午後2時～4時



立ち上げから運営までを
市がサポート！

通いの場(住民主体通所型サービス)

「通いの場」では、地域の住民が主体となって介護予防のための体操やレクリエーションなどを行います。あなたの地域でも「通いの場」を立ち上げてみませんか？

《「通いの場」利用対象者》 要支援1・2の人または基本チェックリストで支援が必要となった人



◀「通いの場」紹介動画はこちらから

団体名	開催場所	開催曜日・時間
つどいの笑舞利	宇治壱番 23 放課後デイサービス calme (ちやるむ) 内	毎週月曜日 午前10時～正午
住民主体通所型サービス「おこしやす」	木幡北山畑 23 ハーモニーやまはた内	毎週火曜日 午前10時～正午
温かなご用聞きねっと「たんぽぽ」	木幡御園 20-152 御蔵山商店街中腹「たんぽぽハウス」	毎週火曜日 午後2時～4時
住民主体通所型サービス「かがやき」	小倉町山際 63-1 西小倉地域福祉センター	毎週木曜日 午前10時～正午
通いの場「里庵」	宇治妙楽 41 大阪屋マーケット内	毎週水曜日 午前10時～正午
通いの場 陽だまり	五ヶ庄戸ノ内 19-1 あいらの杜宇治五ヶ庄 地域交流センター	毎週水曜日 午前10時～正午
通いの場「なっちゃんファーム」	槇島町大幡 64 京野菜 井内農園「はなれ」	毎週日曜日 午後1時半～3時
みんなの平盛	大久保町平盛 91-3 平盛小学校内	毎週火曜日 午後1時半～3時半

「通いの場」を開設し、楽しみながら健康になれる場所づくりを目指す、中田さんにお話を伺いました。

「通いの場」を立ち上げ準備中！

一緒に活動していただけのボランティアの方を募集中です！

なかた かおり
中田 香さん

気軽にのんびり楽しめる場所をつくりたい！

抱えている花は、時期がずれた等の理由で廃棄されてしまう前のもの

気軽に立ち寄れる場所を

花屋を始めて今年で18年を迎えました。お店の周辺の地域全体も高齢化が進み、お客様の中には、新型コロナウイルスの影響で外出が減ったり人との交流が減ったりして、体調を崩される方もいらっしやいました。そのような状況に心を痛め、皆さんが気軽に立ち寄れて、体操などが出来る場所をつくれなかと考えました。



花の香りに癒されます。とても楽しい時間を過ごせました。



を知り、参考にすることが出来ました。詳しくは、7ページを参照。
楽しい時間を過ごす場所に
「通いの場」では、介護予防体操やフラワーアレンジメントに加えて、それぞれの趣味を持ち寄るなど、楽しい時間を過ごしていただきたいと思っています。フラワーアレンジメントでは、時期がずれた等の理由で廃棄されてしまう花を活用しています。4月から5月1回の開催を始めていて、準備が整い次第「通いの場」として週1回開催していきたいです。

「生きがい探しのすすめ」を配布中！

「生きがいづくり」「仲間づくり」に役立つ情報を掲載しています。「仕事」「地域活動」「学び」「趣味」などにカテゴリー化し、情報を掲載。市役所や各公共施設等で配布しています。ぜひ、これからの活動に役立ててください。



あがた祭

6月5日(月)

あがた祭が開催される6月5日(月)～6日(火)未明、図のとおり交通規制が行われます。皆様のご理解・ご協力をお願いします。

岡山県安全対策推進協議会(宇治市観光協会) ☎23・3355

行催事に関して、府道宇治定線(都計道路)の通行が一時的に規制されます。
規制時間 **PM11:00～AM1:00**

歩行者は原則時計回りの一方通行とします。

大型車は白川林道でう回して下さい。

宇治橋通り商店街・県通り・県神社御旅線 周辺

規制時間 | 6月5日 AM10:00から / 6月6日 AM 1:00まで
※県神社御旅線(本町通り)については6月5日 PM0:00から / 6月6日 AM 1:00まで

あがた祭が行われることに伴い、上図のとおり臨時交通規制を行います。付近には駐車場や駐車出来る場所も少なく大変混雑しますので車両による見物はお遠慮ください。

一部の地域でごみ収集の時間が変わります

《対象地域》6月5日(月)に交通規制が行われる次の地域
壱番、下居、善法、塔川、東山、妙楽、蓮華、JR以南の宇文字と里尻

午前8時までにもえるごみを出していただきますようお願いします。

市民の代表が決まりました！ 宇治市議会議員一般選挙 開票結果

4月23日(日)、宇治市議会議員一般選挙の投開票が行われ、
立候補者34人の中から、28人が選ばれました。任期は、4月30日から4年間です。
☎選挙管理委員会事務局 ☎20-8798

～市民の代表28人の顔ぶれ～

西川 美代子 (56歳) 公明(新)① 開 1971票	渡辺 浩司 (39歳) 自民(新)① 広野 2020票	稲吉 道夫 (57歳) 公明(現)④ 小倉 2057票	秋月 新治 (71歳) 維新(現)④ 宇治 2130票	真田 敦史 (46歳) 無所属(現)⑤ 菟道 2136票	中村 麻伊子 (48歳) 自民(現)③ 大久保 3038票	藤田 智晴 (38歳) 維新(新)① 榎島 3631票
今川 美也 (56歳) 国民(現)③ 小倉 1765票	山崎 匡 (45歳) 共産(現)③ 木幡 1795票	鳥居 進 (58歳) 公明(現)④ 広野 1875票	木本 裕章 (37歳) 自民(現)③ 広野 1883票	岡本 里美 (49歳) 無所属(現)③ 榎島 1887票	金ヶ崎 秀明 (52歳) 宇治党(現)③ 木幡 1893票	宮本 繁夫 (76歳) 共産(現)⑥ 伊勢田 1941票
徳永 未来 (43歳) 共産(現)② 広野 1636票	加勢 京子 (51歳) 参政(新)① 六地藏 1638票	坂本 優子 (68歳) 共産(現)⑥ 宇治 1685票	大河 直幸 (44歳) 共産(現)③ 大久保 1713票	佐々木 真由美 (65歳) 無所属(現)② 宇治 1733票	関谷 智子 (69歳) 公明(現)⑦ 五ヶ庄 1741票	西岡 伸子 (47歳) 公明(新)① 榎島 1757票
西川 康史 (59歳) 自民(現)② 伊勢田 1431票	谷上 晴彦 (67歳) 共産(新)① 五ヶ庄 1493票	西川 友康 (43歳) 立民主(現)③ 伊勢田 1513票	角谷 陽平 (42歳) 国民(現)② 志津川 1547票	松峯 茂 (64歳) 立民主(現)⑦ 木幡 1592票	堀 明人 (59歳) 自民(現)⑥ 菟道 1623票	服部 正 (57歳) 立民主(現)③ 白川 1636票

投票結果	
投票者数	59,554人(男28,037人 女31,517人)
有権者数	150,086人(男71,172人 女78,914人)
投票率	39.68%

次点

鈴木 崇義 自民(現) 996票	池本 将孝 自民(新) 1284票	野川 正克 自民(新) 1312票	渡辺 俊三 共産(現) 1405票
		井上 清貴 無所属(新) 436票	吉國 光伸 無所属(新) 636票

※掲載順は上段右から左に得票順。得票が同数の場合は届け出順。
氏名・年齢・所属党派・現元新の別・当選回数・住所・得票数(端数は切り捨て)の順
(年齢・所属党派は告示日時点、敬称略)。

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5年3月生まれ	健やかセンター	7月19日(水)・21日(金)・24日(月)	個別通知は、6月21日頃に発送します。
10か月児健康診査	令和4年8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、6月23日頃に発送します。
1歳8か月児健康診査	令和3年10月生まれ	健やかセンター	7月3日(月)・4日(火)・5日(水)	個別通知は、6月9日頃に発送します。
3歳児健康診査	令和2年1月生まれ	健やかセンター	7月10日(月)・12日(水)・13日(木)	個別通知は、6月14日頃に発送します。
離乳食教室	令和5年2月生まれ	健やかセンター	7月25日(火)	☎7月3日(月)から電話で保健推進課へ。
あんしんかんDEお話しタイム	0歳の子とその保護者	健やかセンター	7月7日(金)・21日(金) 9時30分～11時	参加者同士の交流と保育士による遊びの紹介。☎開催日2週間前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	2か月～就学前	健やかセンター	7月7日(金)・21日(金) 9時15分～11時	計測、栄養(食事)・育児(発達)相談。☎開催日2週間前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	7月6日(木) 10時～11時	計測。
		東部地域子育て支援センター	7月28日(金) 10時～11時	☎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。
西部地域子育て支援センター	7月19日(水) 10時～11時			
ママのためのおはなし会	①妊婦または6か月までの子と保護者 ②6か月～1歳までの子と保護者	健やかセンター	7月11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、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	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)	7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。
	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)	7月10日(月) 10時～11時(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くちの話、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)	7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。
	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)	7月8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	7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。

令和4年5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6月4日必着)。詳細は市ホームページまで →

子育て応援コーナー

子育てに関する旬な情報をお伝えします。子育て情報誌・LINEでも情報を発信しています。併せてご確認ください。

宇治市公式LINEをリニューアルし、市政全般の情報を発信しています。二次元コードをスマートフォン等で読み込んでください。

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

☎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。

開催状況については、市ホームページを確認してください。



その他ひろば・サロンなど

事業名・問い合わせ	ところ・とき	その他
おやこっくらんど ☎生涯学習センター ☎39-9500	生涯学習センター ☎6月29日(木) 10時～11時30分	☎未就学児と保護者 定曲18組 ☎七夕かざりをつくろう、おもちゃ遊びなど ☎6月1日(木)～6月5日(月) 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 ☎社会福祉協議会 ☎22-5650	総合福祉会館 ☎6月22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 持バスタオル・飲み物
赤ちゃん広場 ☎社会福祉協議会 ☎22-5650	総合福祉会館 ☎6月2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 持バスタオル・飲み物
赤ちゃんパーク ☎社会福祉協議会 ☎22-5650	総合福祉会館 ☎6月16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 持バスタオル・飲み物
おしゃべり キャッチボール ☎社会福祉協議会 ☎22-5650	総合福祉会館 ☎6月8日(木) 10時～11時30分	☎妊婦または双子・三つ子などの多胎児(小学生まで)と保護者 ☎双子・三つ子などの多胎児を育てる保護者同士の交流・情報交換 持 持バスタオル・飲み物

休日・夜間などの急患診療 病气やけがにより緊急で医療が必要な場合利用出来ます。

●受診の前に、必ず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事前連絡制です。
当日事前連絡専用電話番号 ☎0774-39-9376

※事前連絡がない場合は受診出来ません。
※事前連絡時に、来院時間をお伝えします。
※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	内科・小児科 (当日電話事前連絡制)	歯科 (事前連絡不要)
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～)		
受付時間	午前9時～11時 午後0時半～4時	午前9時30分～11時30分 午後1時～2時30分
診察時間	午前10時～12時 午後1時～5時	午前10時～12時 午後1時～3時
診察場所	うじ安心館5階	うじ安心館5階

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。

小児救急医療体制 (山城北医療圏)

宇治徳洲会病院 ☎0774-20-1111 ※救命救急センター。24時間小児救急体制を実施。
京都田辺中央病院(京田辺市) ☎0774-63-1111 ※24時間小児救急体制を実施。
男山病院(八幡市) ☎075-983-0001 ※平日金曜の18時～翌朝8時。

京都きづ川病院(城陽市) ☎0774-54-1111
※小児科医が対応。日曜・祝日の9時～13時。
まずはお問い合わせください。

お詫びと訂正
 市政だより5月15日号に掲載しました内容について、次のとおり誤りがありました。お詫びして訂正します。
 ●健康づくり推進課
 ◎5ページ
 ●肝炎ウイルス検診 自己負担金
 《正》70円
 《誤》無料

情報BOX

今後のイベントや行事の情報をお届けします。

児童手当を受給している皆さんへ

《現況届の提出は原則不要》毎年6月に提出していた現況届が4年度から原則不要になりました。一部の受給者については引き続き提出が必要です。対象者には個別に案内を送ります。

《受給資格の審査》受給者の所得が上限限度額以上のために資格喪失となっている人で、前年所得が限度額を下回る場合は、改めて認定請求をする必要があります。詳しくは担当課にお問い合わせください。
 問 とも福祉課

高校生給付型奨学金(市民税非課税世帯対象)の申請

市民税非課税世帯で、次のいずれかに該当する世帯の高校1～3年生(特別支援学校高等部、高等専門学校含む)。他の奨学金制度と併給出来ない場合があります。

宇治市役所 ☎ 22-3141 (代表) FAX 20-8779 〒611-8501 (宇治琵琶33) ※誌面上の本市の市外局番(0774)の表記は省略しています。
 ■気象警報発表時などには、掲載している催しが急きょ中止になる場合があります。■各催しの会場への来場には、公共交通機関をご利用ください。

記号の説明 時=日時 所=場所 対=対象 定=定員 抽=締め切り後抽選 先=先着で受け付け 内=内容 講=講師 料=参加費・受講料 持=持ち物 他=その他 申=申込方法 問=問い合わせ先 ※次の場合は記載していません (対)だれでも (定)なし (料)無料 (申)不要

市民税・府民税の税額決定・納税通知書、納付書の送付
 今年度の市民税・府民税の税額決定・納税通知書、納付書を6月5日(月)付で発送します。第1期納期限は6月30日(金)です。会社等に勤めていて、市民税・府民税を給与から引き去りで納める人には、勤務先を通じて「特別徴収税額の決定通知書」を届けます。
 問 税務課

障害者スポーツ大会
 「愛とふれあいの地域社会」をスローガンに、様々な競技を行います。詳しくはホームページを確認してください。
 時 6月17日(土)午前9時半～午後0時半 所 西宇治体育館 問 文化スポーツ課

広野公民館
 問 同館 ☎ 39・9276

水彩画展
 (一)とも 高齢者 健康・福祉



ホームページ

◎母子(父子)世帯(20歳以上65歳未満の人と同居している場合は申請不可)◎児童世帯◎障害者世帯(手帳要件あり)◎長期療養者世帯 申 7月3日(月)までに、山城北保健所福祉課へ。申請書はこども福祉課、同保健所にあります。 問 同保健所 ☎ 63・5745

高齢者用肺炎球菌ワクチン 予防接種の開始

過去に肺炎球菌ワクチン(23価)の予防接種を受けたことがない人のうち、次のいずれかに該当する市民
 ◎65歳以上で次の生年月日に該当する人

年度末年齢	生年月日
65歳	昭和33年4月2日生 昭和34年4月1日生の人
70歳	昭和28年4月2日生 昭和29年4月1日生の人
75歳	昭和23年4月2日生 昭和24年4月1日生の人
80歳	昭和18年4月2日生 昭和19年4月1日生の人
85歳	昭和13年4月2日生 昭和14年4月1日生の人
90歳	昭和8年4月2日生 昭和9年4月1日生の人
95歳	昭和3年4月2日生 昭和4年4月1日生の人
100歳	大正12年4月2日生 大正13年4月1日生の人

◎満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓または呼吸器の機能障害で極度に日常生活が制限される人及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に介助なしでは日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人(要申請)

同館サークルの水彩画を展示します。
 時 6月15日(木)～17日(土)いずれも午前10時～午後4時(最終日は午後3時まで)
 ● 水墨画展

生涯学習センター

〒611-0021 宇治琵琶45-14
 ☎ 39・9500 FAX 39・9501
 shogaiakushu@city.uji.kyoto.jp

「ふれあいワークショップ」の**出展者募集**
 あなたの手作り作品の魅力を発信しませんか。参加者に「作る楽しさ」を体験してもらいます。
 時 9月9日(土)午前10時～午後3時 問 次の方を満了すること◎手作り作品に関する体験型ワークショップを行うこと(委託、セレクトショップは不可)◎自主運営(設営から撤収作業まで)を行うこと



◎市内在住・在学・在勤の人(団体の場合は会員の過半数が市民) 定 抽11区画(1区画20㎡程度) 申 同センターにある所定の用紙を、7月13日(木)まで(必着)に、郵送・ファクス・Eメールか同センター窓口へ。

●トマトケチャップづくり講習会
 時 6月22日(木)午後1時～4時 問 市内在住・在勤・在学の人 定 先10人 問 市食生活改善推進協議会「若葉の会」 料 1200円 持 エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具 申 6月2日(金)午前9時から、電話か同センター窓口へ。

普通救命講習会
 事前に総務省消防庁ホームページの「応急手当WEB講習」(約1時間の受講が必要です。同日は実技講習のみ行います。
 時 6月10日(土)午前9時半～11時(午前9時15分集合) 問 つじ安心館 問 市内在住・在勤・在学の人 定 先18人 問 心肺蘇生法の講習会 持 筆記用具、運動出来る服装、「応急手当WEB講習」の受講証明書を印刷したもの(受講証明書をスマートフォン等で撮影したものの提示も可) 申 6月2日(金)から、電話かホームページの専用フォームへ。 問 警防救急課 ☎ 39・9403

予防課からのお知らせ
 ●住宅用火災警報器を設置・点検していますか
 住宅用火災警報器は、火災の発生をいち早く教えてくれるものです。正しく設置し、定期的に作動確認する等、適正に維持管理しましょう。交換の目安は10年です。
 ●「意志つなぐ 連携プレー」で 事故防げ
 6月4日～10日は「危険物安全週間」です。家庭や職場での危険物の取り扱いには注意しましょう。



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 活・求人 催し 住まい・環境・資源 その他 相談

記号の説明 時=日時 所=場所 対=対象 定=定員 抽=締め切り後抽選 先=先着で受け付け 内=内容 講=講師 料=参加費・受講料 持=持ち物 他=その他 申=申込方法 問=問い合わせ先 ※次の場合は記載していません (対)だれでも 定なし 料無料 申不要

宇治市役所 ☎ 22-3141 (代表) FAX 20-8779 〒611-8501 (宇治琵琶33) ※誌面上の本市の市外局番 (0774)の表記は省略しています。 ■気象警報発表時などには、掲載している催しが急きょ中止になる場合があります。 ■各催しの会場への来場には、公共交通機関をご利用ください。

UJIあざざりフェスティバル 2023 企画募集

男女共同参画のまちづくりを考えるイベントです。

時 9～10月の土・日曜日(2日間)いずれも午前10時～午後3時 所 男女共同参画支援センター 対 市内在住・在勤・在学の人または市内に活動拠点がある団体
《募集内容》フェスティバルの趣旨に沿ったパネル展示・ワークショップ・音楽等のパフォーマンス等(いずれも自主的に運営が出来る、政治・宗教・営利目的でないものに限る)※申込多数の場合は選考。他の企画と重なる場合は調整。 申 氏名(団体は団体名・代表者名・住所・電話番号・メールアドレス・企画内容(日時希望・材料費等があればその旨も記入)を、6月1日(木)～23日(金)に、ファクス・Eメールか同センター窓口(☎ 39・9378 ☒ juboyumaria@city.uji-kyoto.jp)へ。

山城マルシェ in JR 宇治駅

時 6月13日(土)午後4時～6時半 所 同駅南北通路 対 農家や飲食店による新鮮で旬な地元農産物や加工品の直売 関 農林茶業課



黄檗公園・西宇治公園のプール監視員(臨時職員)の募集

時 7月15日(土)～8月31日(木)午前9時半～午後5時半の指定する時間 対 高校

《東宇治処理区》五ヶ庄北ノ庄 《洛南処理区》宇治塔川、横島町園場・中川原、広野町大開・寺山 関 下水道管理課

6月1日～7日は全国水道週間

水道に関するパネルや給水タンクを展示します。

時 6月1日(木)午前9時～午後4時 所 市役所1階市民交流ロビー 関 水道総務課

府営水道 宇治浄水場 施設公開

普段は見ることが出来ない浄水場施設を見学してみませんか。
 時 6月17日(土)午前10時～午後4時(受け付けは午後3時半まで) 所 府営水道 宇治浄水場 宇治下居 関 府営水道事務 所 総務企画課 ☎ 24・1522

動物愛護写真コンクール作品募集

テーマは「人と動物とのふれあい」です。詳しくは府ホームページを確認してください。
 対 府内在住・在勤・在学の人 《募集作品》◎未発表のもの◎動物愛護の推進になじむもの◎被写体本人の承諾・使用許可を得たもの◎原則、返却なし◎著作権は応募者にあるが、府等が啓発等のために無償で使用出来ること。ネガ、デジタルデータの提出を求める場合あり 関 府生活衛生課



ホームページ ☎ 075・414・4763



2年生(高校生は学校の許可・保護者の同意が必要) 定 40人程度 《賃金(時給)》千円(高校生は980円) 他 説明会と普通救命講習に参加すること(◎黄檗公園 7月1日(土)◎西宇治公園 7月8日(土) 申 所定の申込書を、6月1日(木)～20日(火)に、黄檗公園 ☎ 39・9249・西宇治公園 ☎ 39・9251) 窓 口 へ。受付時に面接を行います。



ヨガ体験とワークショップ

時 7月2日(日)午前10時15分～正午 所 植物公園 定 先 10人 関 今井礼奈さん (MACYURA body and mind) 料 1500円(別途要入園料) 持 運動出来る服装、タオル、水分、ヨガマット(所持者のみ) 申 6月2日(金)～7月1日(土)に、電話か同公園窓口 ☎ 39・9387) へ。講師のEメール(hacyurabody.mind@gmail.com)にも申し込み可。

区域区分・用途地域等の都市計画の変更に係る説明会を開催します

時 6月15日(木)午後7時～、6月18日(日)午後2時～ 所 生涯学習センター 関 都市計画課

公共下水道の処理区域の拡大

3月31日から公共下水道の処理区域が拡大されました。今回新たに使えるようになったのは次の地域の一部です。公共下水道が使える地域の人は、出来る限り早く接続工事をしてください。

乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン券、肝炎ウイルス検診の個別案内の送付

関 健康づくり推進課 ☎ 22-3141 (代表)

5月下旬に対象者に送付しました。4月21日以降に転入した人は、同課にお問い合わせください。

【乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン券】
 対 4月20日現在、市に住民登録のある次の条件に該当する女性

乳がん検診	40歳 (昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生)
子宮頸がん検診	20歳 (平成14年4月2日～平成15年4月1日生)

《有効期間》6月1日(木)～6年2月29日(木)

【肝炎ウイルス検診の個別案内】
 対 今までに受診したことがなく、市に住民登録のある次の条件に該当する人

40歳	昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生
50歳	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生
60歳	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生

《有効期間》6月1日(木)～10月31日(火)



子ども 高齢者 健康・福祉 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・求人 催し 住まい・環境・資源 その他 相談

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

(関 健康づくり推進課)

保健師が健康づくりに役立つ情報をお届けします

京大発、ストレス軽減スマホアプリ

「レジトレ」のモニターに
参加してみませんか?

現代社会はストレスがいっぱい!

現代社会のストレスは年々増加し、働き世代の6割がストレスを感じ、一生の間に一度でもメンタルに不調をきたす人は8割に達するという報告があります。また、メンタル面の病気にかかる人の多くは、働き世代です。

しかし、同じストレスがあっても、元気な人とそうでない人がいるのはなぜでしょうか?

それは、ストレスを受け流すことの出来る心のしなやかさ「レジリエンス」が違うからなんです!



(注) 応募者の中から一定の基準で対象者を選出します。被験対象外となる可能性もありますので、あらかじめご了承ください。

詳しくはこちら

または レジトレ!

レジリエンスはトレーニングで身に付けられる!

京都大学では、スマートフォンを利用して、レジリエンスを高める方法を研究し、手軽にレジリエンスを身に付けられるアプリ「レジトレ」を開発されました。アプリを活用し、レジリエンスを高めてみませんか。

今回、「レジトレ」の効果を検証するためのモニターを募集します。スマートフォンを所有し、研究参加について書面で同意が得られる18歳以上の人



家庭で地域で防災対策を (関 危機管理室)



災害時地域タイムラインを作成しよう!

ちはやー! 災害の情報はたくさんあるけど、自分が住む地域にぴったりの避難情報が欲しいでしゅ!

それなら、災害時地域タイムラインを作成するのが良いわ! いつ・どこへ・どのように避難するかを事前に決めておくことで、いざという時に何をすべきかが分かりやすくなるわ。



なんだか難しそうでしゅ…。一人で作らないとだめでしゅか?

地域みんなで協力して作る事が大切。市ホームページに災害時地域タイムラインの作成支援について書いてあるから、参考にしな!



ちはや姫のちょっと役立つ豆知識でした!

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 (関 環境企画課)

プラスチック汚染の解決のために出来ること

6月5日は「世界環境デー」とされており、毎年異なるテーマの発表が行われ、今年のテーマは「プラスチック汚染の解決策」です。

プラスチックは、焼却時に温室効果ガスが発生し、地球温暖化の原因となっている等、様々な問題を発生させ、世界的な課題となっています。

各国が解決策を講じる中、日本でも取り組みが進んでいます。まずは日常生活の中で出来る取り組みを始めましょう!

エコやりサイクル活動に取り組んでみませんか

個人で出来る取り組み例
エコバッグを使う
マイボトルを使う
マイ箸を携帯する
詰替用のシャンプー等を購入し、ボトルを再利用する
買い物の際は、簡易包装にする
ゴミの分別回収を守る

「エコ・アクション」でポイントゲットしよう!



[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(AI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/



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

右の二次元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。

