

- ◆◆◆◆◆ 主な記事 ◆◆◆◆◆
- 蛍ナイトー開園…2面
 - 市民参画と市民参加のコーナー…3面
 - 市民情報短信(募集)…3面
 - 健康診査・がん検診が6月から始まります…4面・5面
 - 情報BOX…6・7面



5.15
平成22年
(2010)
第1600号
● 毎月1日・15日発行

発行 宇治市
編集 広報課
〒611-8501 宇治市宇治琵琶33
☎ 22-3141 (代表)
FAX 20-8779
ホームページ
<http://www.city.uji.kyoto.jp/>
携帯 <http://m.city.uji.kyoto.jp/>
テレホンサービス ☎ 20-8777

年に1度は検(健)診を

◎私は、健康が自慢だから…



▲趣味や地域活動に忙しいAさん(72歳)

元気に暮らしていても、年齢とともに心身の機能は低下していきます。年に1度は生活機能評価を受けてみませんか？

◎私は、毎日時間がないから…



▲なかなか休みの取れないBさん(44歳)とCさん(44歳)

毎日忙しいんですね。でも、気付かないうちに中性脂肪やコレステロールの値が上がっているかも。一度、特定健康診査を受けてみませんか？

◎そろそろ自分の健康が気になるんだけど…



▲今年40歳になったDさん

女性の場合、40歳くらいから乳がんのリスクも高まります。Dさんは特定健康診査の他、乳がんなどの検診も受けられますよ。



健診で生活習慣病を予防

健康診査は、心臓病・脳卒中・糖尿病といった生活習慣病の“芽”が出ていないかどうかをチェックする機会です。生活習慣病は、進行するまで自覚症状が出にくく、軽く考えてしまいがちです。でも、実際に市の健診を受けに来た人の33.9%は、何らかの生活習慣病の“芽”が見つかっています。定期的に健診を受けて、早めに生活習慣病の“芽”を摘み取りましょう。

がん検診で早期発見・早期治療

がんは、医学の進歩等により、早期の段階で発見し、適切な治療を行うことで多くが治癒します。例えば、乳がんの場合、手術後5年の生存率は早期発見で約95%と高い確率となっています。「がん検診」でがんを“早期”の段階で見つけることは、がんの死亡率を下げるのに非常に有効と言えます。

詳しくは、4面・5面の「健康診査・がん検診が6月から始まります」をご覧ください。

5月30日～6月5日は ごみ減量・リサイクル推進週間

問ごみ減量推進課
事業課

5月30日から6月5日はごみ減量・リサイクル推進週間です。これを機会に、ごみを出す前に、ものを買う前に、本当に必要なものか、本当に必要なのかを考えてみましょう。

買い物のときから ひと工夫

「まだ使えるものを捨ててしまう」「本当は必要のないもので買ってしまった」ということはありませんか。ごみの減量はものを買うところから始まっています。ごみの量を減らすために、まずは必要なものを必要な分だけ買うように

心がけ、余計なものは買わないようにすることが大切です。

また、買うものを選ぶ時もリサイクルできるものを選んで、環境にやさしい素材を使用した製品を買ったりすることで、ごみの減量につながっていきます。

壊れてからも ひと工夫

ちよつと壊れたからといってすぐに捨てたりしていませんか。壊れたものも修理すればまだ使えるものもあります。使わなくなったものでも、リサイクルショップで引き取ってもらえ

るかも知れません。ほしいうという人がいるかもしれません。

きちんと分別で リサイクル

リサイクルできるものは分別しましょう。これらは別の製品として再生利用されます。分別が行われないと、これらの資源ごみは焼却または埋め立て処分されてしまい、そのままごみとなってしまうのです。

ごみを出すときは ルールを守って

缶・びん・ペットボトル・発泡トレー類を出すときは軽く水洗いをして

その1 今からできること ごみになるものを買わない・作らない



買い物袋を持参する

必要な量を買う

その2 ごみにする前に 'ものを簡単に'ごみ、にしない

ものを大切にする



修理する

譲る

リサイクルショップの活用

～宇治市花と緑のコンテスト～ 「庭部門」「街並みの花緑部門」作品募集

宇治市花と緑のコンテストの作品を募集します。「庭部門(きれいな庭づくりをしているところ)」「街並みの花緑部門(きれいな街づくりに貢献しているところ)」を募集します。つる性植物による緑のカーテン・緑の棚部門は、7月以降に募集予定です。

♣**庭部門**とは…市内にある個人の庭やベランダ、テラス、または会社、工場、店舗や集合住宅の共有地などで、花や緑を個人、団体(ボランティアも含む)がみずから管理しているところ。

♣**街並みの花緑部門**とは…市内にある一般多数の人々が見ることができるところで、花や緑を個人、企業、団体(ボランティアも含む)がみずからの意思で管理

しているところ。

◎**対象**…作品が市内にあるもの。他薦の場合は管理者の了承があるものに限る。個人・団体、自薦・他薦を問いません。

◎**募集期間**…5月15日(土)～6月20日(日)(当日消印有効)

◎**応募方法**…所定の応募用紙に必要事項を書き、必要な資料を添えて、郵送もしくは直接、植物公園(〒611-0031 広野町八軒屋谷 25-1、☎39-9387)へ。提出書類は同園及び公園公社が使用し、原則、返却しません。所定の応募用紙は同園にあります。

◎**表彰式**…10月17日(日)、2010緑化フェア式典内で入賞者を表彰します

問植物公園(☎39-9387)



ください。汚れが付いていると、リサイクル処理

に負担をかけてしまいます。生ごみなどの「もえるごみ」を出すときは十分に水切りをして、ごみの重さを減らすことも、ごみの減量に効果的です。スプレー缶・ボンベ缶は必ず使い切り、穴を空けずに中身の見える袋で他の「もえないごみ」と分けて出して下さい。ライターも使い切ったあと、中身の見える袋に入れて他の「もえないごみ」と混ぜないように出して下さい。

植物公園

蛍ナイター開園

5月29日(土)～6月20日(日)
午後9時半まで開園
(入園は午後9時まで。月曜休園)

◎開園区域

・午後7時半まで＝全区域。ただし、温室は午後4時半～6時は閉鎖。
・午後7時半から＝蛍観賞区域・緑の館・主な園路。混雑時は観賞区域への入場制限を行う場合があります。

◎入園料金

・午後4時まで＝大人500円・子ども250円
・午後4時以降＝大人300円・子ども150円

◎期間内の催し

・蛍ミニコンサート＝6月6日(日)・13日(日)、午後6時～7時
・模擬店＝6月5日(土)・6日(日)・12日(土)・13日(日)、午後5時半～8時半

◎無料シャトルバス

市役所駐車場と植物公園バス停を結びます。期間中の土・日曜日、午後5時～9時半に15分ごとに運行。

※観賞区域内では、フラッシュの有無を問わず、写真・ビデオの撮影、携帯電話の使用を禁止します。

※模擬店は雨天中止です。

※蛍の飛ぶ状況や催しの詳細は、電話でお問い合わせいただくか、同園ホームページ(<http://www1.biglobe.ne.jp/~ucbpark>)でご確認ください。

問植物公園(☎39-9387)

◆土・日曜日は駐車場が混み合います。シャトルバスか公共交通機関をご利用ください。
◆6月5日(土)は県祭りのため、交通渋滞及び駐車場の混雑が予想されます。できるだけ、公共交通機関をご利用ください。



▲植物公園に舞うホタルの群れ。あなたも幻想的な時間を楽しみませんか

宇治市役所

☎22・3141 (代表)

FAX 20・8778 (代表)

市民参画と市民参加のコーナー

審議会などの傍聴やパブリックコメントの募集のほか、市民の皆さんと一緒にさまざまな事業に取り組んでいる生涯学習センターや公民館、男女共同参画支援センターからのお知らせを掲載します。圖は「問い合わせ」、圍は「申し込み」、圍が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。



審議会などの傍聴

■まちづくり審議会の傍聴

▷とき…5月27日(木)、午後6時～▷ところ…市役所8階大会議室▷定員…先着10人程度▷内容…地区まちづくり協議会の認定等 圍当日、午後5時50分までに開催場所受付へ。 圖都市計画課

■男女共同参画審議会の傍聴

▷とき…5月21日(金)、午後3時～▷ところ…男女共同参画支援センター▷定員…先着5人▷内容…宇治市男女共同参画計画〔(仮称)第3次U・Iあさぎりプラン〕の策定にかかるアンケート調査及びワークショップの実施について等 圍当日、午後3時までに直接会場へ。 圖男女共同参画課(☎39-9377)

男女共同参画支援センター

■からだを整える簡単レッスン～骨盤体操と腹式呼吸～

▷とき…6月19日(土)、午後1時半～3時半▷ところ…男女共同参画支援センター▷定員…女性40人(多数の場合抽選)▷講師…澤田いづみさん(医師)▷保育…0歳～小学3年生(要予約) 圍講座名・氏名・郵便番号・住所・連絡先(電話・メールアドレス)・保育希望の場合は子どもの名前(ふりがな)と年齢を書き、郵送・ファクス・Eメールまたは直接、6月10日(木)まで(必着)に同センター(〒611-0021 宇治里尻5-9 ゆめりあ うじ

内☎39-9377、FAX 39-9378 図 danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp)へ。

生涯学習センター・公民館

■初心者向け英会話～英語で宇治を案内しよう～

▷とき…6月9日～7月7日の毎水曜日、午後2時半～4時(全5回)ところ…生涯学習センター▷対象…市内在住・在勤・在学の人▷定員…40人(多数の場合は、初めて応募した人を優先して抽選)▷講師…市英語指導助手(AET)と日本人助手▷費用…1000円▷保育…あり(2歳～就学前) 圍「英会話希望」・氏名(ふりがな)・住所、電話番号・保育の有無(希望者は子どもの名前・年齢・性別)を書き、5月25日(火)まで(必着)に、電話・ファクス・Eメールで同センター(☎39-9500、FAX 39-9501、図 shogaigakushu@city.uji.kyoto.jp)へ。

■おやこっこらんど

親子でふれあい遊びを楽しみます。▷とき…5月25日(火)、午前10時～11時半▷ところ…生涯学習センター▷対象…乳幼児とその保護者

■人形劇フェスティバル出演者募集

公民館やコミュニティセンター、集会所などで、子どもを対象とした活動に取り組んでいるみなさん、日常の活動を大勢の前で、発表してみませんか。▷とき…8月28日(土)、午後1時～▷ところ…文化センター小ホール▷参加資格…市内

で活動しているアマチュアの人やグループ▷募集内容…人形劇・影絵・おはなし・紙芝居・ペープサート・ミュージカル・OHP・ジャグリングなど 圍住所・氏名(グループの場合はグループ名・代表者名)・電話番号・参加内容を書き、5月31日(月)まで(必着)に、電話、郵送かファクスで、中央公民館(〒611-0023 折居台1-1、☎39-9258、FAX 39-9259)へ。

■「手作りスバゲティ」にチャレンジ

▷とき…5月29日(土)、午前10時～正午▷ところ…宇治公民館▷対象…市内在住の小学生▷定員…先着30人▷参加費…100円(材料費)▷持ち物…エプロン、三角きん、筆記用具、飲み物 圍5月

17日(月)から、同館(☎39-9272)へ。

■女声コーラス入門講座

スコットランド民謡を教材にして、呼吸法や発声法を基礎から学びます。▷6月1日(火)・8日(火)・22日(火)、いずれも午前10時～正午▷ところ…小倉公民館▷対象…市内在住の女性▷定員…先着30人▷講師…中島比沙子さん(声楽家) 圍同館(☎39-9274)へ。

■映画会

▷とき…5月22日(土)、午後1時半～3時半▷ところ…大久保青少年センター▷対象…幼児以上(保護者との参加も可)▷内容…アトム ATOM 圖同センター(☎39-9281)

「夏休み子どもフェア」コーナー出展者募集

小学生を対象に、まなび・遊び・手作りの楽しさを体験できるイベントを行います。子どもたちに夏休みの思い出をプレゼントしませんか。▷とき…7月27日(火)・28日(水)、いずれも午前10時～午後3時▷ところ…生涯学習センター▷出展内容の例…◎体を動かして遊ぶコーナー(ダンス、音楽など)◎自由研究のきっかけとなるようなコーナー(理科の実験、歴史クイズなど)◎手作りの体験ができるコーナー(工作・料理など)

▷展示日程…開催する2日間のうち、◎両日の全日◎いずれかの全日◎いずれかの半日の3通り▷申し込み…希望日程・出展内容・氏名(団体の場合は、団体名と代表者氏名)・住所・電話番号を書き、5月25日(火)まで(必着)に、電話・郵送・ファクス・Eメールか直接、生涯学習センター(〒611-0021 宇治琵琶45-14、☎39-9500、FAX 39-9501、図 shogaigakushu@city.uji.kyoto.jp)へ。 圖生涯学習センター(☎39-9500)

香山リカ講演会～しがみつかない生き方～

6月23日(火)～29日(火)は男女共同参画週間です。市では、男女共同参画社会の形成に向けて、「男女共同参画週間UJIのつどい」を行います。▷とき…6月27日(日)、午後1時半～▷ところ…男女共同参画支援センター▷定員…100人(多数の場合抽選)▷保育…2歳～小学校3年生(要



予約)▷手話・要約筆記…要予約▷申し込み…住所・氏名・電話番号・保育希望者は子どもの名前・年齢、手話通訳・要約筆記の希望者はその旨を書き、郵送・ファクス・Eメールで5月31日(月)まで(必着)に、同センター(〒611-0021 宇治里尻5-9 ゆめりあ うじ内、☎39-9377、FAX 39-9378 図 danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp)へ。

圖男女共同参画支援センター(☎39-9377)

市民情報短信(募集)

市民サークル等が行う催しのコーナーです。予定が変更になる場合もありますので、掲載されている電話番号へ事前にご確認ください。

※お電話は番号をよく確かめておかけください。

■森林保全「フォレスターうじ」第3回(金)、9:30～。天ヶ瀬森林公園。年2000円、入会金1000円。木曾☎090-9270-0763。1日体験OK。

■舞踊「光柳会」毎週(金)、18:30～22:00。榎島コミセン。団体2000円、個人有。川嶋☎090-8162-9105。

■社交ダンス 講師有資格者毎週(金)、13:00～15:00。東宇治コミセン。1回1600円。山下☎090-1144-7030。正しいダンスを楽しく。

■フォークダンス友の会第1・2・3回(金)、13:00～15:00。木幡公民館。月1500円。別府☎23-9178。初心者歓迎。一緒に踊りましょう。

■男声合唱団 東雲月3回(金)、13:00～15:00。六地藏会館。月2000円。芝村☎/ FAX 33-0560。歌の好きな男性集合!

■フラワーサークルNAOKO第2・4、10:00～12:00。東宇治コミセン。1回2500円位。天野☎32-5021。花代込。

■アンサンブル アルシス第1・3回(金)、13:00～。広野公民館。楽譜代他年2000円。下村☎43-5006。フルートでアンサンブルを!

■琴伝流・大正琴大開サークル第1・3回(金)、13:00～12:00。広野・三軒家集会所。月2000円。谷☎43-4626。初心者歓迎。

■フォークダンス ジョイ第1・3回(金)、13:00～16:00。東宇治コミセン。1回500円。山本寛典

☎32-5622。簡単な踊りです。

■水彩画サークル楽画会第2・4回(金)、10:00～12:00。西小倉コミセン。月2000円。うちだ☎23-1420。入会費1000円。見学大歓迎。

■将棋 楽友「と金会」第1・2回(金)、南宇治コミセン。第3・4回(金)、西小倉コミセン。13:00～17:00。年2000円。吉島☎090-5041-0076。

■創作油絵レ・クルール第1・4回(金)、19:00～21:00。中央公民館。月3000円。木村敏子☎/ FAX 21-3633。初心者大歓迎。

■水晶会第2・4回(金)、10:00～12:00。小倉公民館。月2000円。小瀧光代☎24-4336。淡く優しい透明水彩。

■リトミック宇治 スポ少毎週(金)、16:00～17:30。黄檗体育館。月3000円。山本☎090-3676-5573。年長～小学生。体力づくり。

■英会話リングクラブ第1・3・5・回(金)、14:00～15:30。生涯学習センター。1回300円。木村稔☎43-6914。

■ストレッチ軽量ダンベル体操第1・3・5回(金)、13:30～15:00。木幡公民館。月1000円。安達佳子☎32-8996。女性の方のみ。

■宇治シルバー合唱団「炎」毎週(金)13:20～15:30。総合福祉会館3階。月4回2000円。小林博。事務局☎090-2014-0774。

■はまゆう ダンスレッスン月4回(金)、13:00～17:00。西小倉コミセン。2階第一会議室。月2000円。山口幸雄☎22-5989。

■初心者囲碁教室第1回(金)第2・3・4回(金)、10:30～12:00。畑下囲碁クラブ。月3000円。畑下☎22-0302。プロ四段井澤他4名。

■宇治児童文学サークル第2回(金)、10:00～12:00。小倉公民館。月750円。北森紀子☎/ FAX 33-0963。

■究極のダイエット誰でも可能第2・4回(金)、10:00～12:00。市民会館。無料。秋月☎090-7493-3255。事前に要連絡。

■童謡叙情歌を楽しむ会第3回(金)、南宇治コミセン。第4回(金)小倉公民館。13:30～15:00。各200円。久保幸子☎/ FAX 24-0349。

■フォークソングを楽しむ会第1回(金)南宇治コミセン。第2回(金)小倉公民館。10:30～12:00。各200円。大槻☎/ FAX 23-4449。

■着物サークル「都」第1・3回(金)、13:00～17:00。広野公民館。1回500円。尾上☎090-9053-7363。見学歓迎。

■体と心の健康体操「さつき」(金)13:30～15:00。(金)10:00～11:30。大久保小学校南門前「さつき」。月3000円。井垣☎44-7367。健康作り「自彊術」。

■プレピアニスト(金)月2回、14:00～15:00。東宇治コミセン。1回1000円。塚元☎/ FAX 33-4633。未就学児と保護者。

■キッズヒップホップと英会話(金)10:00～11:30。広野公民館または南宇治コミセン。月4000円～4500円。伊勢村☎/ FAX 43-1715。

■サンシャイン卓球クラブ毎週(金)、13:30～16:30。西宇治体育館。1回500円。清水☎/ FAX 23-

0786。初心者大歓迎。

■アンダンテ社交ダンス毎週(金)、13:00～15:00。宇治市開町26。月4回4000円。仁井田☎090-8384-2319。プロ指導有。

■社交ダンス「ハピネス」毎週(金)、19:00～22:00。榎島コミセン。月4回3000円。池田☎090-3942-9852。FAX 56-1501。見学自由。

■宇治郵趣倶楽部 切手類収集第3回(金)、13:30～16:00。宇治公民館。年2400円。荒木裕美☎/ FAX 32-0512。初心者大歓迎。

■コーラスぼこぼこ毎週(金)19:30～21:30。北榎島小学校。月4回3000円。高井ゆり☎/ FAX 20-1404。

■すみれコーラス歌う仲間募集第1・3・4回(金)10:00～12:00。小倉公民館。月2200円。岡田☎/ FAX 23-6671。見学大歓迎お気軽に。

■女性かんたん英会話アクセル月3回(金)、一般13:00～、フリートーク15:30～。南宇治コミセン。月4000円。木村☎090-8794-6954。

■中国語教室(無料体験あり)月4回(金)16:00～18:00、19:00～21:00。西大久保団地第1集会所。月6000円。田(テン)☎090-5896-7995。入会金不要。

■日本ボーイスカウト宇治5団第1・3回(金)、10:00～12:00。宇治神社境内。見学無料。花房☎21-3041、FAX 24-3901。年長～小5。要連絡。

■謡曲一緒に楽しみませんか第1・3回(金)。木幡公民館。月2500円。川上典子☎32-3106。

■社交ダンス「チェリー」毎週(金)、18:00～22:00。宇治公民館。月4回3000円。山本☎090-3942-9852。体験無料。◎プロ指導。

■ソシアルダンス黄檗第2・3・4回(金)19:30～21:00。東宇治コミセン。月3500円。高橋淑

子☎090-8885-9733。見学歓迎。

■フォークダンス「すずらん」毎週(金)、13:30～15:50。月4回。南宇治コミセン。月1500円。岡村光芳☎、22-4343。初心者歓迎。

■認知症友の会月1回(金)(祝)、14:00～16:00。ゆめりあうじ。初回無料。16:00～17:00(個別相談)。要問合せ。吉田☎/ FAX 43-4876。

■歌とリズム遊び・リトム月2回(金)(金)。榎島コミセン。1回3000円。梶村☎090-3627-0174。1歳半頃～未就学児対象。お気軽に!

■女性合唱「小さな星たち」第1・4回(金)、小倉公民館。第3回(金)、伊勢田ふれあいセンター。13:30～15:00。月1500円。小坂☎/ FAX 28-2912。

■榎島剣道スポーツ少年団毎週(金)9:00～12:00。(金)19:00～21:00。榎島小学校。月2500円。五十嵐昇☎、23-4453。無料体験有。

■女声コーラスモナリザ毎週(金)、20:00～22:00。西宇治中学校音楽室。月4回3000円。林☎43-7624。アラフォーさんから大歓迎。

■仮名漢字の毛筆及び硬筆毎月第1・3回(金)、10:00～12:00。木幡地域福祉センター。月2300円。藤井☎/ FAX、32-2139。書を楽しみませんか。

■社交ダンスTSD木曜クラブ第1・2・4回(金)、13:30～16:00。西小倉コミセン。月2000円。吉田英子☎/ FAX、41-7777。入会金1000円。

■広野写真会撮影会及び勉強会毎月第3回(金)、18:30～月1回撮影。広野公民館。月1500円。山口恒夫☎/ FAX、46-0639。指導・木村正司。

■英会話サークル キンプク第1・2・4回(金)、13:30～15:30。城南勤労者福祉会館。月5000円。玉村☎/ FAX 44-9176。米人講師と楽しく。

健康診査・がん検診が 6 月から始まります



♣国民健康保険や後期高齢者医療制度などに加入している人は特定健康診査・健康診査を、また、各種がん検診を下表のとおり行います。
■国民健康保険課・年金医療課・健康生きがい課



- 個別がん検診を受診できるのは住民基本台帳等に登録している人です。
- 検(健)診は各1回のみ受診でき、2回目以降は全額自己負担になります。
- 検(健)診の結果は、実施主体である市に報告されることをご了承ください。
- 検(健)診の申し込みは本日から受け付けます。ただし、一部負担金の免除申請をした人は、6月11日(金)以降に必要書類をお送りします。
- 受診後に一部負担金の免除申請をされても受け付けできませんのでご注意ください。



検(健)診名		対象者	期間	一部負担金	内容	持ち物・受診場所・申し込みなど	問い合わせ
特定健康診査		40歳以上(23年3月31日までに40歳になる人を含む)で市国民健康保険(国保)に加入している人	6月1日(火) 10月30日(土)	1000円	◎問診 ◎身体計測 ◎理学的検査 ◎尿検査 ◎血液検査 (医師の判断により実施する項目は、心電図・貧血検査・眼底検査)	国民健康保険被保険者証・(免除券)。各協力医療機関(下表)へ。 ＜次に該当する人は、一部負担金が免除されます＞ ◎昭和13年3月31日以前に生まれた人(申し込み不要) ◎昭和13年4月1日以降に生まれ、国保非課税世帯に属する人(申し込み必要) ※「特定健診一部負担金免除希望」・住所・氏名・国保証の記号番号(左上の各4桁の数字)を書き、受診前に郵送か直接国民健康保険課(〒611-8501住所省略可)へ。免除券をお渡しし	国民健康保険課
健康診査		後期高齢者医療制度被保険者で保険者番号39262043の保険証を持つ人		無料		後期高齢者医療被保険者証。各協力医療機関(下表を参照)申し込み不要。	年金医療課
		◎受診日に満40歳以上の生活保護世帯の人 ◎受診日に満40歳以上の中国残留邦人等の支援給付世帯の人		無料		受診票。 各協力医療機関(下表)へ。 申し込み必要。「申込票」を健康いきがい課へ。	
生活機能評価		受診日に満65歳以上の人(介護保険の認定を受けていない人)		無料	◎基本チェックリスト ◎問診等	保険証等。 各協力医療機関(下表)へ。 申し込み不要。	
個別検診	大腸がん検診	受診日に満40歳以上	6月1日(火) 11月30日(火)	700円	◎問診 ◎免疫便潜血反応検査	保険証等。 各協力医療機関(下表)で受診申し込み不要。	健康生きがい課
	肝炎ウイルス検診	40歳以上(23年3月31日までに40歳になる人を含む)で今までにこの検診を受けたことがない人		800円	◎問診 ◎血液検査	保険証等。申し込みが必要。 「申込票」を健康いきがい課へ後日、肝炎ウイルス検診協力医療機関一覧表と受診票を送付します。	
	成人歯科健診	次のいずれかの期間に生まれた人 ◎昭和44年4月～45年3月 ◎昭和34年4月～35年3月 ◎昭和24年4月～25年3月 ◎昭和14年4月～15年3月		500円	◎口腔内診査	保険証等。 申し込みが必要。 「申込票」を健康いきがい課へ後日、成人歯科健診協力医療機関一覧表と受診票を送付します。	
	乳がん検診	受診日に満40歳以上、西暦で奇数年[元号(明治・大正・昭和)で偶数年]生まれの女性 ※無料クーポン券の対象者(右記参照)		1500円	◎問診 ◎視診 ◎触診 ◎マンモグラフィ検査	保険証等。 各協力医療機関(下表)で受診申し込み不要。	
	子宮頸がん検診	受診日に満20歳以上、西暦で奇数年[元号(明治・大正・昭和)で偶数年。ただし、平成は奇数年]生まれの女性 ※無料クーポン券の対象者(右記参照)		1100円	◎問診 ◎視診 ◎内診 ◎細胞診	保険証等。宇治市(下表参照)・城陽市の協力医療機関は、申し込み不要。上記以外の府内の産婦人科医療機関で受診する場合は、事前に申し込みが必要(府内の国公立医療機関では、受診できません)。「申込票」を健康いきがい課へ。	
集団検診	胃がん・肺がん・結核検診	11・12月の実施予定です。詳しくは、10月の市政だよりに掲載します。					

申し込み

成人歯科健診、肝炎ウイルス検診、宇治市・城陽市以外で子宮頸がん検診を希望する人、生活保護世帯等で健康診査を希望する人、検(健)診一部負担金の免除申請をする人

「申込票」の希望する欄に✓印を付け、必要事項を書き、郵送か持参で健康生きがい課(611-8501 住所省略可)へ。確認後、6月11日(金)以降に受診票を送付します。検(健)診当日は、受診票を持参してください。なお、22年度から行政サービスコーナーに申込票を置いて、申し込みの取り継ぎをします。ただし、10月15日(金)まで。
※電話・ファクス・Eメールでの受け付けはしません。

申込票

平成22年	氏名	(男・女)
生年月日	明・大・昭・平	年 月 日 満(歳)
住所	宇治市	〒 -
検(健)診申し込み		
☐ 肝炎ウイルス検診 (今までに受けたことがない人)		
☐ 成人歯科健診 (対象年齢の人)		
☐ 子宮頸がん検診を宇治市・城陽市以外で受診する人		
検(健)診一部負担金免除申請(該当する世帯に○印をしてください) ※下記に該当することを確認しますのでご同意ください 昭和13年4月1日以降に生まれた人で下記1～3に該当する人(昭和13年3月31日以前に生まれた人は申し込み不要です)		
1. 生活保護世帯		
2. 市民税非課税世帯		
3. 中国残留邦人等支援給付世帯		
希望する検(健)診に✓をしてください ・ ☐ 大腸がん ・ ☐ 乳がん ・ ☐ 子宮頸がん ・ ☐ 肝炎ウイルス (今までに受けたことがない人) ・ ☐ 成人歯科 (対象年齢の人) ・ ☐ 生活保護世帯等健康診査		
※受診後に検(健)診一部負担金の免除申請をされても返金できません。ご了承ください。		

子宮頸がん検診・乳がん検診の無料クーポン券を配布

子宮頸がん検診・乳がん検診をより多くの人に受診してもらうため、検診の無料クーポン券を配布します。対象者には、5月末に郵送の予定ですので協力医療機関にて受診してください。なお、クーポン券を利用せず宇治市の検診を受診した場合は、検診料の払い戻しはできません。
●対象者…4月20日現在、宇治市に住民票・外国人登録のある、下表の生年月日に該当する女性。ただし、4月21日以降に転入した人は、健康生きがい課にお問い合わせください。
●有効期間…6月1日(火)～11月30日(火)。有効期間を過ぎると無効になります。

○子宮頸がん検診		○乳がん検診	
20歳	平成元年4月2日～平成2年4月1日生まれ	40歳	昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生まれ
25歳	昭和59年4月2日～昭和60年4月1日生まれ	45歳	昭和39年4月2日～昭和40年4月1日生まれ
30歳	昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれ	50歳	昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生まれ
35歳	昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生まれ	55歳	昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生まれ
40歳	昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生まれ	60歳	昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれ

協力医療機関

診療時間などは各医療機関にお問い合わせください。

地域	医療機関名	電話番号	健康診査	大腸がん検診
六地蔵	六地蔵総合病院	33-1717	○	○
	小田部小児科内科医院	32-6205	○	○
	上口医院	38-2128	○	○
	中村医院	31-5237	○	○
	米田医院	33-4737	○	○
木 幡	大石医院	31-8354	○	○
	大石本幡医院	33-0306	○	○
	小山医院	31-5455	○	○
	こう内科クリニック	32-1457	○	○
	神野医院	31-4874	○	○
平尾台	中西整形外科クリニック	38-2559	○	○
	八田医院	31-8902	○	○
	かどさか内科クリニック	31-1077	○	○
	宇治病院	32-6000	○	○
	今井内科クリニック	31-5189	○	○
五ヶ庄	おうばく駅前内科クリニック	33-2828	○	○
	たのべ医院	33-8178	○	○
	中田医院	38-2477	○	○
	西堀診療所	33-2931	○	○
	橋本整形外科	31-4511	○	○
	藤井医院	31-8355	○	○

地域	医療機関名	電話番号	健康診査	大腸がん検診
菟 道	上田診療所	22-7586	○	○
	大石三室戸医院	24-0306	○	○
	谷口内科医院	22-2211	○	○
	土井内科	24-1885	○	○
	原田内科医院	23-5839	○	○
明星町	原田医院	33-3411	○	○
	いかだ医院	23-1736	○	○
	宇治武田病院	25-2500	○	○
	板倉整形外科医院	24-1051	—	○
	宇田医院	23-2166	○	○
宇 治	スワ診療所	22-5068	○	○
	田中診療所	21-2253	○	○
	都倉病院	22-4521	○	○
	服部医院	22-1111	○	○
	増井医院	21-2063	○	○
神 明	松井整形外科医院	23-2055	○	○
	村澤医院	21-1731	○	○
	森川医院	21-2016	○	○
	本村医院	24-3481	○	○
	山本外科医院	23-7974	—	○
	第二岡本総合病院	44-4511	○	○

地域	医療機関名	電話番号	健康診査	大腸がん検診
神 明	あかまつ内科クリニック	22-7831	○	○
	中村医院	41-6500	○	○
	羽拍子町	48-1240	○	○
	こいずみ医	48-1240	○	○
	京都ゆうゆうの里診療所	28-1895	○	○
白 川	琵琶台	20-0012	○	○
	あづま整形外科クリニック※	43-5101	○	○
	竹中内科医	41-6259	○	○
	高橋内科医	44-0644	○	○
	徳岡医院	43-8952	○	○
広野町	村山医院	41-2835	○	○
	山下内科医	41-7741	○	○
	京都工場保健会宇治支所	48-1279	○	—
	浅妻医院	44-0888	○	○
	えんや医院	23-5331	○	○
伊勢田町	おやいづ医	41-6013	○	○
	金本伊勢田	20-3727	○	○
	鉢瀧医院	43-0218	—	○
	広田医院	43-4533	○	○
	かわもと整形外科クリニック	46-5151	○	○
大久保町	あさくら診	43-4181	○	○
	上ノ山古岡	46-3211	○	○
	小山内科医	46-3211	○	○

地域	医療機関名	電話番号	健康診査	大腸がん検診
大久保町	中村病院	44-8111	○	○
	松田医院	44-7064	○	○
	矢田皮膚泌尿器科医院	41-6250	○	○
	小林診療所	21-4725	—	○
	中山医院	23-8010	○	○
槇島町	西野医院	22-7883	○	○
	宇治川病院	22-1335	○	○
	宇治徳洲会病院	20-1111	○	○
	石川医院	22-4551	○	○
	今林医院	21-4522	○	○
小倉町	植田医院	21-6111	○	○
	岡田医院	24-7755	○	○
	笹平診療所	21-4523	○	○
	完岡医院	21-2507	○	○
	高嶋医院	23-5513	○	○
下村医院	都倉病院	22-4521	○	○
	堀江医院	21-4701	—	○
	松田整形外科医院	21-4628	○	○
	宮本医院	21-3934	○	○
	山内内科	28-4331	○	○
	万木内科医院	23-7778	○	○

地域	医療機関名	電話番号	健康診査	大腸がん検診
小倉町	西尾医院	23-8511	○	○
	二宮内科医院	28-3101	○	○

※の医療機関は、後期高齢者医療制度に加入している人のみ受診できます。

子宮頸がん・乳がん検診 協力医療機関

医療機関名	電話番号	子宮頸がん	乳がん
宇治病院	32-6000	○	○
重永医院	32-5525	○	—
神谷産婦人科医院	24-0097	○	—
宇治武田病院	25-2500	—	○
都倉病院	22-4521	○	—
第二岡本総合病院	44-4511	○	○
稲垣産婦人科医院	43-6185	○	—
曾我産婦人科	20-0006	○	—
宇治徳洲会病院	20-1111	○	○
下村医院	21-4716	○	—

源氏物語ミュージアム

園同ミュージアム(☎ 39-9300)
■平安時代の物語② 伊勢物語
▷とき…6月18日(金)、午後2時～3時半▷定員…80人(多数の場合は抽選)▷テーマ…伊勢物語▷講師…野口孝子さん(同志社女子大学非常勤講師)▷参加費…500円 園往復はがきに「連続講座第2回」・住所・氏名(ふりがな)・電話番号、また返信用のはがきにも住所・氏名を書き、5月30日(日)まで(必着)に同ミュージアム(〒611-0021 宇治東内45-26)へ。1枚のはがきに申し込みは1人(持参の場合は返信用はがきだけで可)

図書館

■本を大切に～利用できない本の展示～
▷とき…5月18日(火)～30日(日)▷内容…市民の財産である図書館の本の利用マナーの向上を図るため、落書きされた本・汚された本・切り取られた本など、約30冊を展示します。 園中央図書館(☎ 39-9256)
■本の修理見学会
▷とき…5月21日(金)・28日(金)、午前10時半～11時半 園中央図書館(☎ 39-9256)
■ホップステップおたのしみ会
▷とき…5月26日(水)、午後3時～4時▷ところ…東宇治コミュニティセンター▷対象…幼児～小学校低学年▷内容…紙芝居や「おはなしたまてばこ」の皆さんによる素話▷参加費…無料 園東宇治図書館(☎ 39-9182)

アクトパル宇治

園アクトパル宇治(☎ 075-575-3501)
■遊びの広場
敷地内を使った探検クイズやカブトムシの幼虫プレゼント抽選会、竹の剣玉づくりなど。▷とき…6月6日(日)、午前10時～午後3時
■とれたてじゃがじゃがクッキング
じゃがいも掘りやじゃがいもを使った野外料理を楽しみましょう。▷とき…◎6月12日(土)◎6月13日(日)、いずれも午前9時半～午後2時半▷対象・定員…4歳以上、各40人(多数の場合は抽選)▷参加費…500円▷持ち物…水筒・軍手(綿のもの)2枚・タオル 園「とれたてじ

ゃがじゃがクッキング参加希望」・参加希望日・代表者の住所・郵便番号・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、はがき・ファクスで5月25日(火)(消印有効)までにアクトパル宇治(〒601-1392 西笠取辻出川西1、FAX 075-575-3511)へ。当選者のみはがきで通知します。

植物公園

展示会・講習会には入園料が必要です。毎週土曜日は市内の小・中学生の入園は無料です。 園植物公園(☎ 39-9387)
■春の盆栽展
▷とき…5月18日(火)～23日(日)▷内容…草物盆栽など約60点を展示、23日(日)午後1時半から会場でミニ講習会「盆栽の寄せ植えと小品盆栽の仕立て方」を行います。
■さつき花季展～銘木を飾ろう(中品盆栽)～
▷とき…5月27日(木)～30日(日)。▷内容…サツキ(席飾り、盆養木、銘花)約60点と山野草約30点を展示、29日(土)、午後1時から当日参加の「さつきの手入れ講習会」を行います。
■樹木医と学ぶ庭木の年間管理①～樹の育つ仕組みの講義と剪定・取り木の実習～
▷とき…6月19日(土)、午後1時半～3時半▷定員…先着30人▷費用…無料▷内容…樹の育つ仕組みについて講義、アジサイ・ツツジなどの剪定と取り木の実習 園5月19日(水)から同園へ。

■家庭での病害虫防除
▷とき…6月26日(土)、午後1時半～3時半▷定員…先着30人▷費用…無料▷内容…家庭園芸でよく発生する病害虫の予防や防除についての講義 園5月26日(水)から同園へ。

官公署・その他

■コイヘルペスウイルス病のまん延防止について
コイヘルペスウイルス病(KHV病)の感染拡大を防止するため、川や湖、釣堀などで釣ったコイを他の川や湖、池などに放さないようご協力をお願いします。 園京都府水産課(☎ 075-414-4996)
■河川愛護モニター募集
22年7月～23年6月の間に宇治川に行き、見たこと・感じたことを月1回以

上報告すると、謝礼として月4500円程度の支給があります。▷対象…市内在住の20歳以上の人 園園「河川愛護モニター募集」・氏名・年齢・性別・住所・電話番号・職業・自治会などの活動経歴・活動できる範囲・応募理由・過去のモニター経験を書き、5月31日(月)まで(必着)にはがき・ファクスで淀川河川事務所(〒573-1191 枚方市新町2-2-10 ☎ 072-843-2861、FAX 072-841-3443)へ。

■22年地価公示を発表

地価公示は、都市計画区域内の各地域で標準的な使われ方をしている土地を選んで、その適正な土地価格を公表し、土地を売買する際の目安となるものです。地価公示は、市用地課、同行政資料コーナー、各図書館のほか、国土交通省のホームページ(<http://tochi.mlit.go.jp/>)で閲覧できます。 園市用地課

■リサイクル自転車販売会

放置自転車約40台を販売します。▷とき…5月22日(土)、午前10時～正午(なくなり次第終了。雨天決行)▷ところ…市役所北側駐車場前▷価格…5000円～(防犯登録料500円) 園市リサイクル自転車販売協議会事務局『同胞の家』(☎ 20-4080)

■気象警報・注意報を市町村ごとに発表

京都地方気象台では、地域名で発表していた気象警報・注意報について、5月27日(木)(予定)から、注意警戒の必要な地域をよりわかりやすくするため、市町村を単位として発表します。なお、テレビやラジオなどで警報・注意報が放送されるときは、これまでどおりの地域名でお知らせする場合があります。 園京都地方気象台防災業務課(☎ 075-841-3006)

■城南地域職業訓練センター

園受講料を添えて同センター(☎ 46-0688)へ。
＜ワード初級＞▷とき…6月21日(月)～7月8日(水)の月・木曜日、午後6時半～9時(全6回)▷定員…先着20人▷受講料…1万5000円。5月21日(金)

から受け付け。

＜はじめてのワード活用＞▷とき…6月28日(月)～7月9日(金)の月・水・金曜日、午前9時半～午後3時半(全12回)▷定員…先着20人▷受講料…1万5000円。5月28日(金)から受け付け。

＜ビジネススキルアップ講座ワード2007＞▷とき…6月29日(火)～7月16日(金)の火・金曜日、午後7時～9時(全6回)▷定員…先着20人▷受講料…1万2000円(教材費別途必要)。5月29日(土)から受け付け。

■ステンドグラス教室

▷とき…6月19日(土)～8月28日(土)の土曜日、午前10時～正午(全10回)▷ところ…城南勤労者福祉会館▷定員…◎初心者＝先着3人◎経験者＝先着5人▷受講料…受講料8000円(教材費別途必要) 園5月18日(火)から受講料を添えて、同会館(☎ 46-0688)へ。

■商工会議所

園同会議所(☎ 23-3101)
＜日商簿記6月2級＞▷とき…6月2日(水)～6月11日(金)(土・日曜日を除く)、午後6時半～9時(全8回)▷定員…30人▷費用…1万5000円
＜日商簿記6月3級＞▷とき…5月31日(月)～6月11日(金)の月・水・金曜日、午後6時半～9時(全6回)▷定員…30人▷費用…1万1000円

＜日商販売士3級検定試験合格力養成講座＞▷とき…6月3日(水)～7月6日(火)の火・木曜日、午後6時半～9時(全10回)▷定員…10人▷受講料…1万8000円

＜福祉住環境コーディネーター3級講座＞▷とき…6月7日(月)～7月8日(水)の月・木曜日、午後7時～9時(全10回)▷定員…10人▷受講料…1万8000円
■赤ちゃん広場

▷とき…5月21日(金)、午前10時～11時半▷ところ…総合福祉会館▷対象…おおむね7～12か月の子と親▷内容…ふれあい遊び(動きやすい服装で)▷持ち物…バスタオル▷参加費…200円 園社会福祉協議会(☎ 22-5650)

～男女共同参画社会の実現に向けて～ 市民企画事業奨励事業を募集します

団体・グループが自主的に行う男女共同参画社会の実現に向けた事業に対し、奨励金を交付します。講演会、パフォーマンス、啓発ハンドブックや調査・研究など、事業の形式は問いません。

❖対象事業…23年3月末までに終了する事業で、次のすべてを満たすこと。
◎男女共同参画社会の実現のために企画された、不特定の市民を対象とする
◎男女共同参画支援センターを会場とする(審査会で認めた場合を除く)
◎市などから助成を受けていない
◎行う事業の経費が奨励金の額(5万円・10万円)を超える

❖応募対象者…次のすべてを満たす5人以上の団体。
◎メンバーに、市内に在住、在勤、在学する者を含んでいる
◎原則3年以上の活動実績がある
◎営利・宗教・政治活動を主たる目的としていない

❖申し込み…男女共同参画支援センターにある指定の申請書に必要事項を書き、5月18日(火)～6月20日(日)に、直接、同センター(〒611-0021 宇治里尻5-9 ゆめりあ うじ内)へ。プレゼンテーションを6月24日(木)に行い、審査のうえ、指定された事業に予算の範囲内で交付します。申し込み期間中、申請書の記載方法や内容などの相談に応じます。希望する場合は、事前にお知らせください。

園同センター(☎ 39-9377)

～暮らしを見直し、

家計も助かる～

エコファミリー夏版募集

省エネ生活にチャレンジしてみませんか。

「テレビを見ないときは消す」「冷房の温度設定は28℃にする」など、日常生活でできる夏のエコ活動に7月から3か月間取組んでいただきます。終了後に活動内容を審査し、エコファミリーとして認定されたご家庭には認定証が交付されます。また、活動報告をいただいた全てのご家庭にエコグッズを進呈します(認定証とエコグッズは23年3月頃にお渡しします)。

▷申し込み…6月21日(月)までにEメールまたは直接、環境企画課(☎ kankyokikakuka@city.uji.kyoto.jp)へ。

町内会・自治会が私道の整備をする際の補助制度

工事費の80%、交差点部の横断側溝工事は工事費の90%を補助

申請期間 12月28日(火)まで

下記の条件を満たしていても対象外となる場合があります。工事開始後の申請は補助金の交付対象になりませんので、事前に道路建設課へご相談下さい。

- ▶対象…これから私道を整備する町内会・自治会(個人は対象外)。
▶対象となる道路…次の要件を満たす私道
①不特定多数の人が利用
②現況で幅員が2.5m以上
③現況道路に側溝などの排水設備がある
④道路建設工事が完了して3年以上経過
▶対象となる工事…次のいずれか。
・舗装の新設及び補修工事
・道路側溝等の改良及び補修工事



▲整備後状況

園同課

情報BOX

市役所への電話・郵便は
☎22-3141(代表)
FAX20-8778(代表)
〒611-8501(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・囲＝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。

催し

5月22日は 歯のひろば

一生付き合う歯を大切にするために、お口の健康チェックを受けてみませんか。



▷とき…5月22日(土)、午前10時～午後2時▷ところ…うじ安心館▷内容…お口の健康チェック・フッ化物体験・歯みがき指導・歯周病チェック(先着100人)・歯科相談・パネル展示・丈夫な歯をつくるおやつ紹介や試食・人形劇など。 ※当日は、会場が非常に混雑します。お越しの際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。

園保健推進課

■介護者のためのリラックス講座

体操やティータイムでストレス解消しましょう。▷とき・ところ…◎5月31日(月)、午後1時半～3時＝うじ安心館◎6月16日(水)、午前10時半～正午＝西小倉地域福祉センター▷対象…同居・別居を問わず家族の介護をしている人▷定員…各先着20人▷参加費…無料 園健康生きがい課

■今日からチャレンジ・卒煙講座

▷とき…6月21日(月)、午後1時半～3時半▷ところ…うじ安心館▷対象…市内在住の20歳以上で、禁煙に関心のある人、喫煙者の家族で禁煙を勧めたい人▷定員…30人(多数の場合は抽選)▷参加費…無料 園講座名・住所・電話番号・氏名・生年月日・年齢を書き、5月24日(月)まで(必着)に郵送・Eメールで健康生きがい課(☎oubo-kenkou@city.uji.kyoto.jp)へ。

■元氣力アップ講座～腰痛予防～

▷とき…6月18日(金)・29日(火)、いずれも午後1時半～3時半▷ところ…うじ安心館▷対象…65歳以上の市民で、両

日参加できる人。運動制限・治療中の人は医師と要相談▷定員…30人(多数の場合は抽選)▷参加費…無料 園講座名・住所・電話番号・氏名・生年月日・年齢を書き、5月24日(月)まで(必着)に郵送・Eメールで健康生きがい課(☎oubo-kenkou@city.uji.kyoto.jp)へ。

■血管を若々しく保つ食生活教室

▷とき・対象…◎6月16日(水)＝20～64歳◎6月22日(火)＝65歳以上の市民、いずれも午後1時半～3時45分▷ところ…うじ安心館▷定員…30人(多数の場合は抽選)▷参加費…無料 園講座名・希望日・住所・電話番号・氏名・生年月日・年齢・性別・身長を書き、5月24日(月)まで(必着)に郵送・Eメールで健康生きがい課(☎oubo-kenkou@city.uji.kyoto.jp)へ。

お知らせ

■低所得者への上下水道料金軽減制度

所得の低いご家庭の上下水道料金(簡易水道・飲料水供給事業を含む)を軽減するため「低所得者用料金制度」があります。▷対象…21年中の所得額が次の認定基準額以下の世帯。◎1人＝67万6000円◎2人＝125万4000円◎3人＝166万6000円◎4人＝183万1000円◎5人以上＝4人を超える1人につき43万9000円を加算した額。 園所定の申請書に関係書類(所得証明書等前年の所得を証明するもの)を添えて営業課へ(印鑑が必要)。

5月31日(月)は
軽自動車税の納付期限です。
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!

園納税課

■社会保険労務士による「ねんきん定期便」の相談窓口

日本年金機構から送付された「ねんきん定期便」について、社会保険労務士による相談窓口を次のとおり開きます。▷とき…5月28日(金)、午前9時～午後5時(正午～午後1時は除く)▷ところ…市役所1階年金医療課 園同課

■まちづくり地域セミナー参加者募集

▷とき・ところ…◎6月5日(土)＝東宇治地域福祉センター◎6月19日(土)＝南宇治コミュニティセンター、いずれも午前10時～▷内容…宇治市まちづくり・景観条例の説明、専門家による講演。▷定員…各先着80人▷参加費…無料 園郵便番号・住所・氏名・電話番号を書き、6月5日(土)分は5月28日(金)6月19日(土)分は6月11日(金)まで(必着)に郵送・電話・ファクス・Eメールで都市計画課(FAX21-0409、☎matishin@city.uji.kyoto.jp)へ。

閉庁時に国保保険料の 納付受付と相談窓口を開設

〈開設日時〉

◎休日閉庁…5月16日(日)・22日(土)・23日(日)・30日(日)、いずれも午前9時半～午後0時半
◎夜間閉庁…5月20日(木)・27日(木)、いずれも午後6時～8時

保険料の納付と納付相談、保険証の更新を受け付けます。ご来庁の際は地下1階の夜間受付(地下警備員室)でその旨をお伝えください。なお、入り口は地下1階のみです。

園国民健康保険課

■地域密着型サービス事業所整備に係る事業者説明会

市では、地域密着型サービスの基盤整備を進めています。22年度・23年度に整備を予定する地域密着型サービスの事業者を公募により選考するため、説明会を行います。▷とき…5月25日(火)、午前10時半～正午▷ところ…生涯学習センター▷対象…市内において地域密着型サービス実施を予定する事業者 園健康生きがい課

■地域子育て支援基幹センター

園同センター(☎39-9109)

◎でまえひろば	10:00～15:00
5/18(火) 六地藏公会堂	0歳～就学前の子とその親 おもちゃ遊びなど
5/25(火) 広野友が丘東集会所	
5/27(木) 大和田集会所	
◎保健師相談	10:00～11:00
5/18(火) 南部地域子育て支援センター	
5/25(火) 北部地域子育て支援センター	
5/27(木) 西部地域子育て支援センター	
◎園庭開放	10:00～11:30
5/17(月) 同胞保育園	雨天室内
5/18(火) 西小倉保育所(※)	雨天中止
5/20(木)	なかよし保育園分園「あいあい」
	雨天室内
	宇治保育所(※)
5/21(金)	大久保保育所
	雨天中止
	北木幡保育所
5/21(金)	木幡保育所
	雨天中止
	小倉双葉園保育所
5/29(土)	雨天室内
	登り保育園

(※)＝10:00～11:00

■普通救命講習会

AED(自動体外式除細動器)を使用した心肺蘇生法などの講習会を行います。講習受講者には修了証を交付します。当日は実技主体の講習会ですので動きやすい服装でお越しください。▷とき…5月29日(土)、午前9時半～午後0時半▷ところ…南宇治コミュニティセンター

▷内容…胸骨圧迫(心臓マッサージ)・人工呼吸・AEDなどの実技▷定員…先着25人▷受講料…無料 園西消防署(☎39-9413)へ。

家屋全棟調査

市では家屋の全棟調査を行っています。6月は榎島町・五ヶ庄・木幡と、これまで不在等で調査のできなかった家屋や敷地の広い工場等についても順次調査を行います。調査は、土・日曜日、祝日に行う場合もあります。

*調査員は耐震診断やリフォームなど、調査以外のお願いをすることはありません。なりすましには十分ご注意ください。

園資産税課

■健やかからだ講座

元気なからだづくりのために、正しい筋力トレーニング法や生活習慣病を改善する気功法を学びましょう。▷とき…5月25日(火)、◎午後1時半～3時◎午後3時15分～4時45分▷ところ…コミュニティワークこはた館▷対象…市内在住の人▷定員…各先着20人▷内容…腰痛改善の運動と気功法▷講師…華学和博さん(健康運動指導士)▷参加費…無料(お茶、タオル等は各自で持参) 園同館(☎39-9199)へ。

■黄檗公園～テニス教室～

▷とき…5月20日(木)～7月1日(木)の木曜日、午前10時～正午(全7回)▷ところ…同公園人工芝テニスコート▷定員…◎初級者＝先着15人◎中級者＝先着15人▷参加費…4900円▷持ち物…ラケット 園申込用紙に必要事項を書き、参加費を添えて同公園(☎39-9249)へ。

市民交流ロビーコンサート

＊春のうらららコンサート＊

播摩夏奈さん(ソプラノ)
堀川はるみさん(ピアノ)

5月28日(金) 午後0時15分～
市役所1階市民交流ロビー

曲 踊り明かしたい
目 ふるさとの四季 ほか
園文化自治振興課

■慰霊巡拝事業

戦没者遺族による旧主要戦域への慰霊巡拝を行います。▷参加条件…◎戦没者の遺族(配偶者・父母・子・兄弟姉妹)◎健康状態が良好(航空機等による長途の旅行及び気候風土の異なる地域における旅行に耐えられる者)◎原則として80歳以下▷費用…自己負担有り(一部を補助)▷予定地域…①イルクーヅク州②ザバイカル地方③アムール地方④ハバロフスク地方⑤東北地方⑥インドネシア⑦東部ニューギニア⑧ミャンマー⑨マリアナ諸島⑩トラック諸島⑪フィリピン⑫ギルバード諸島⑬硫黄島 園地域福祉課へ。

カムループス市を訪問 中学生団員を募集

現地青少年との親善交流を通して国際性豊かな青少年を育てるため、友好都市カナダ・カムループス市に中学生を派遣します。

※とき…8月16日(月)～23日(月)

※対象…市内在住の中学生

※募集人数…10人(応募多数の場合は抽選)

※参加費…約13万円(旅券申請費用や個人的費用を除く)

※申し込み…所定の申込書と作文(400字詰め原稿用紙3枚)を5月17日(月)～6月4日(金)(必着)に郵送か直接、秘書課へ。募集要領や申込書は同課と各市立中学校にあるほか、市ホームページからも印刷ができます。

園同課



写真展 昭和の子どもたち

ー暮らしと風景の中でー

市民の皆さんから提供いただいた写真の中から、選りすぐりの子どもたちの写真約200点をご覧に入れます。

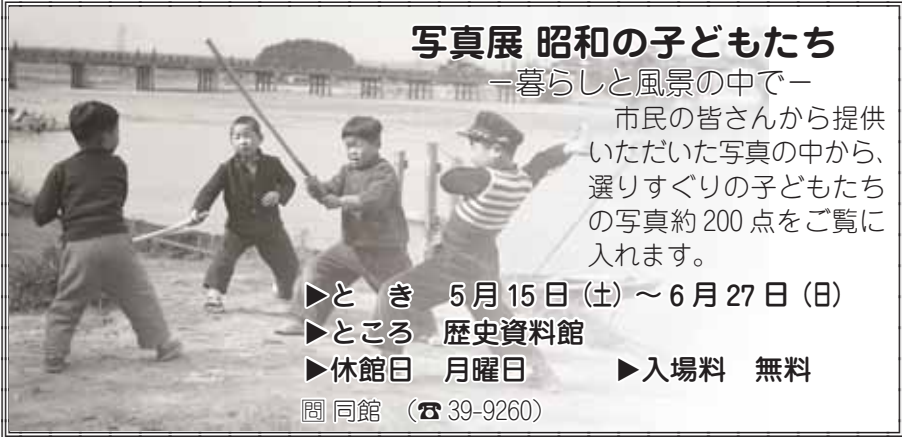
▶とき 5月15日(土)～6月27日(日)

▶ところ 歴史資料館

▶休館日 月曜日

▶入場料 無料

園同館 (☎39-9260)



本

新刊の紹介

新しく中央図書館に入った本を紹介します
 中央図書館 (☎ 39-9256)

『ラクガキ・マスター 描くことが 楽しくなる絵のキホン』

寄藤文平著 美術出版社

教科書やメモ用紙等の余白に落書きをした経験は誰にでもあるでしょう。落書きであれば、美術の教科書のように色々と考えたりせず、心の赴くまま自由に描くことが出来ます。考えや思いを文字にするのではなく、絵にすることで考えがまとまることもあります。この本はそんな落書きの教科書です。あなたも落書きを楽しんでみませんか。



『モマの火星探検記』

毛利衛作 講談社

宇宙飛行士の毛利衛さんが書いた SF 小説です。今から 23 年後の 2033 年に、人類は初めて火星に到達します。



物語には、最近の科学技術情報や、実際に宇宙へ 2 回行った著者の宇宙観や生命観のほか、実際に宇宙を知る著者ならではの描写が盛り込まれています。

大人が読んで楽しいサイエンスファンタジーです。

歴史

宇治史探検 ②

知る人ぞ知る宇治の豆知識をお話します
 歴史資料館 (☎ 39-9260)

宇治川に初めて橋が架けられたのは、大化の改新の翌年、大化 2 年 (646 年) とされており、わが国の現存する橋の中で、最も古い歴史を誇ります。宇治は、当時の都の奈良と京都を結ぶ重要な場所でした。宇治橋は、何度も戦乱や洪水・地震などにみまわれながら、交通の要衝としてだけでなく、緑豊かな山なみを背に流れる宇治川の自然、周囲にたつ社寺や古跡とともに、歴史や文学の中で何度もその姿を表舞台に現れます。



▲明治時代後期の宇治橋西詰

架けられたのは、大化の改新の翌年、大化 2 年 (646 年) とされており、わが国の現存する橋の中で、最も古い歴史を誇ります。宇治は、当時の都の奈良と京都を結ぶ重要な場所でした。宇治橋は、何度も戦乱や洪水・地震などにみまわれながら、交通の要衝としてだけでなく、緑豊かな山なみを背に流れる宇治川の自然、周囲にたつ社寺や古跡とともに、歴史や文学の中で何度もその姿を表舞台に現れます。

宇治橋西詰

宇治茶

地産地消を目指して

地元で生産される食材を中心に料理などを紹介します
 広報課



▲八十八夜茶摘みの集いの様子

5 月は、その年に初めて萌え出した新芽からつくられる「新茶」の季節です。ビタミンなど体に良い成分を豊富に含み、いろいろな効果を持った「総合機能性飲料」であるお茶のあれこれを紹介します。

◎緑茶の主な成分

◆カテキン

お茶の「渋味」「苦味」を作り出している成分です。強い抗酸化作用があり、動脈硬化や高血圧、ガンなどの生活習慣病の予防に効果があります。

◆ビタミン C

壊血病やガン、風邪を予防するのに必要な成分です。量ビタミン C は熱に弱いですが、お茶に含まれているカテキンの作用により、ビタミン C の効果を保ちます。

◆フッ素

歯の再石灰化を助け、虫歯菌の活性化を抑えます。また、歯の表面を強くし、虫歯にならないための抵抗力をつけます。



◎美味しい煎茶の淹れ方

- ①人数分の茶碗にお湯を 8 分目ほど入れて冷めます (上級茶で 60℃ 程度)。1 人分の湯量は、上級茶で 60 ミリリットル程度です。
- ②お茶の葉を急須に入れます。3 ～ 4 人分で 10 グラム程度です。少人数のときは、ちょっと多めに入れましょう。

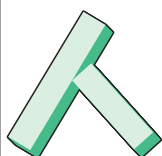


- ③湯冷まししたお湯を急須に注ぎ、60 秒くらいお茶が浸出するのを待ちます。
- ④お茶を注ぐ分量は均等に、濃淡の出ないように廻し注ぎます。最後の一滴までお茶は絞りきりましょう (2 煎目はお湯を入れてから 10 秒ほど待ちます)。

出典：(社)日本茶業中央会「お茶にしようよ！」／京都府茶協同組合「宇治茶大好き」

宇治市役所

☎ 22・3141 (代表)
 FAX 20・8778 (代表)



私、宇治が大好きです

宇治市に縁や所縁があり、何かに一生懸命に取り組まれている人をご紹介します
 広報課

宇治リーディングボランティア (URV) は、目の不自由な人々に、市政だよりをはじめとした行政からのお知らせや、新聞や雑誌・書籍などの情報を提供するボランティア団体です。昭和 52 年に誕生し、現在、約 40 人の会員が総合福祉会館で活動されています。

インタビューにお邪魔した 4 月 27 日は、市政だよりの 5 月 1 日号の吹き込み作業の真っ最中。会員の皆さんは、それぞれ担当する部分を何度も読み返し、内容を十分に頭に入れてからマイクに向かいます。会員の山田綾子さんは「最近ではイラスト



や表、グラフなどが多いので、単に数字を読むだけでなく、内容がリスナーの皆さんにきちんと伝わるように読むようにしています。原稿を見る目を閉じて自分の声を聞くと、新たな発見があることも」とのこと。

マイクに向かった山本和子さんは、URV で活動を始めて 9 年

「目を閉じて、自分の声を聞いてみる」

目。「この道 30 年以上の先輩もおられますし、まだまだ勉強することがたくさんあります。この活動を通じて自分の見聞が広まることも楽しみのひとつ。」と語る山本さん。実際にマイクに吹き込むときは、読むスピードやアクセントの置き方など、今でも緊張することがあるそうです。

会員の皆さんは「リスナーからのありがたいの声が一番うれしい」と声を揃えて言います。代表の石田泰資さんは、「最近では映画の副音声の吹き込みも始めています。行政情報から本や新聞まで、さまざまな情報を提供するので、会員の人数が足りないのが悩み。興味のある人は、いつでも見学に来ていただければ嬉しいです」と話されていました。

宇治リーディング

ボランティアのみなさん



▲平成 20 年に受賞した緑綬褒章