

◆◆◆◆◆ 主な記事 ◆◆◆◆◆

- 市民税・府民税のお知らせ…2面
- 小・中学生沖縄訪問団員を募集…3面
- 介護保険は皆さんの保険料で支えられています…4面
- 市民情報短信(催し)…5面
- 情報BOX…6・7面
- 私、宇治が大好きです 他…8面

宇治市政だより

6.1

平成 24 年
(2012)
第 1649 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://www.city.uji.kyoto.jp/m/>
テレホンサービス ☎ 20-8777

「食」で育む「生命と心と人の輪」うじ

市では、

- ◎生涯にわたって、健全な食生活で元気な体を育む
- ◎「食」を通じて人との会話を楽しみ、豊かな心を育む
- ◎「食」やお茶を通じて、人から人へつなぐ食文化で活力のある次世代を育む

の3つを食育の基本目標として掲げています。この目標を推進するために、市が「市食育ネットワーク」を立ち上げました。その主な活動を紹介します。

図 保健推進課

生産者 流通関係者

消費者

市食育ネットワーク

販売者

現在、生産者・流通関係者・販売者・消費者など17団体が加入しており、それぞれの立場から食育に関するさまざまな取り組みを実施しています。

市民向けの料理教室の開催

地域のサークルや親子、子ども向けの料理教室を開催。バランスの良い食事や正しい食習慣などについてクイズ・ゲーム形式で学びます。



地域のイベントへの参加

- 地元産野菜や加工食品の販売
- 地元学生作成の食育啓発のクイズ
- 紙のお弁当作り
- 宇治茶の試飲・販売 など



小学校での農作物の栽培～収穫のサポート

農産物の種や苗を小学校に提供し、種まき・苗植えから収穫までをサポート。



あさぎり市での地元産農産物・加工食品の販売

- 毎月第2日曜、午前10時～正午(売り切れ次第終了)＝生協東宇治支店(五ヶ庄北ノ庄)
- 毎月第4日曜、午前10時～正午(売り切れ次第終了)＝植物公園駐車場

市食育ネットワークのこれまでの活動や今後の予定について、詳しくは市ホームページをご覧ください。



6月 は 食育月間 毎月 19 日は 食育の日

6月1日は 人権擁護委員の日

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱された民間の人たちです。主な活動は、地元の小学校等と連携して行う「人権の花」運動や街頭啓発などの他、家庭、職場、地域、学校などでのさまざまな悩み事の相談に応じています。市では、毎月第1木曜日に人権擁護委員による人権相談を開設しています。相談は無料で、相談内容についての秘密は厳守されます。

人権相談

- ❖とき…6月7日(木)、午前10時～午後3時
- ❖ところ…市役所2階201会議室

図 人権啓発課

児童手当現況届は6月29日(金)までに

6月上旬に対象者へ「現況届」をお送りします。この届けの提出がないと、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、必ず期間内に提出してください。

なお、提出しないまま2年間が経過すると、受給権が消滅しますのでご注意ください。

❖対象…23年10月から子ども手当を受けていて、4月以降も引き続き児童手当を受けている人

❖提出方法…6月29日(金)まで(必着)に、郵送か直接、こども福祉課へ。

※厚生年金等に参加している人は、受給者の健康保険証の写しを添付

※公務員は職場で手続き

※24年6月より所得制限が設けられるため1月2日以降に転入した人は、1月1日現在住所地の市町村で発行された24年度の課税証明書が必要

図 こども福祉課

皆さんの市民税・府民税は
どのように課税されているのでしょうか

市民税・府民税はどのように課税されているのか、具体的な例をあげて計算方法を紹介します。◎**均等割**…定額で 4,000 円です。なお、所得割額が無い場合や、障害者などで一定の所得以下の場合は減額されます。◎**所得割**…給与所得者の場合、総収入から給与所得控除や社会保険料控除、扶養控除などを引き去った後の課税総所得金額に税率(下表 1)をかけた額から、調整控除額(下表 2)を差し引きます。

具体的な計算例

設例：給与所得者 A さんの場合 家族構成…夫婦・子ども 2 人 妻(年齢 70 歳未満)と子 2 人(年齢 13 歳・17 歳)は所得無し。17 歳の子は一般扶養に該当。13 歳の子は年少扶養に該当。なお、16 歳未満の年少扶養は控除の対象になりません。	平成 23 年中の収支 (単位: 円) 給与収入金額(総収入) 4,980,000 給与所得控除額(所得税法による) 1,536,000 社会保険料額 386,000 生命保険(一般)支払額 80,000 生命保険(個人年金)支払額 100,000
--	---

◎ 均等割 (単位: 円) ◎ 市民税均等割 3,000…① ◎ 府民税均等割 1,000…②	◎ 市民税所得割 <③-⑤> 119,880-4,500=115,380…⑦ ◎ 府民税所得割 <④-⑥> 79,920-3,000=76,920…⑧
--	--

◎ 所得割 (単位: 円) 所得金額 <給与収入金額-給与所得控除額> 4,980,000 - 1,536,000 = 3,444,000…(A) 所得控除 (表 3 参照) 社会保険料控除 386,000 生命保険料控除 (一般) 35,000 生命保険料控除 (個人年金) 35,000 配偶者控除 330,000 扶養控除 330,000 基礎控除 330,000 控除額合計 1,446,000… (B)	◎ 市民税・府民税の額 (単位: 円) 市民税 <①+⑦>= 3,000 + 115,380 = 118,300 (百円未満切り捨て) 府民税 <②+⑧>= 1,000 + 76,920 = 77,900 (百円未満切り捨て) 住民税=市民税+府民税 = 196,200
--	--

表 1 市民税・府民税の税率

	市民税	府民税
均等割	3,000 円	1,000 円
所得割	6%	4%

表 2 調整控除の計算方法

合計課税 所得金額 ※	市民税・府民税調整控除額
200 万円 以下の場合	(①か②のいずれか少ない額) × (市民税 3%、府民税 2%) ①所得税と市民税・府民税の人的 控除額の差の合計額 ②合計課税所得金額
200 万円 超の場合	(①か②のいずれか多い額) × (市 民税 3%、府民税 2%) ①所得税と市民税・府民税の人的 控除額の差の合計額- (合計課 税所得金額- 200 万円) ② 5 万円

※課税総所得金額と課税山林所得金額、課税
退職所得金額を合算した金額

表 3 市民税・府民税の所得控除 (所得税の控除額とは、異なる場合があります)

種 類	控 除 額
①雑損控除	(実質損失額-総所得金額等の合計額×10%)と(災害関連支出の金額-5万円)のうちいずれか多い方の金額
②医療費控除	(支払った医療費の額-保険などで補てんされた額)-(10万円と総所得金額等の合計額の5%のいずれか少ない方の金額)。限度額 200 万円
③社会保険料 控除・小規模 企業共済 等掛金控除	支払金額の全額
④生命保険料 控除	支 払 金 額
	控 除 額
	(1) 15,000 円以下 全 額
	(2) 15,001 円～ 40,000 円 支払金額×1/2+ 7,500 円
	(3) 40,001 円～ 70,000 円 支払金額×1/4+ 17,500 円
⑤地震保 険料控 除	(4) 70,001 円以上 35,000 円
	※支払い保険料に一般のものと個人年金保険料の両方がある場合は、それぞれの控除額を上の算式で計算し合計。限度額 7 万円
	支 払 金 額
	控 除 額
	(1) 50,000 円以下 支払金額×1/2
⑤地震保 険料控 除	(2) 50,001 円以上 25,000 円
	支 払 金 額
	控 除 額
	(1) 5,000 円以下 全 額
	(2) 5,001 円～ 15,000 円 支払金額×1/2+ 2,500 円
⑤地震保 険料控 除	(3) 15,001 円以上 10,000 円
	※地震保険、旧長期の両方がある場合は、それぞれの控除額を合計。限度額 25,000 円

種 類	控 除 額
⑥障害者控除	一般障害者 26 万円
	特別障害者 30 万円
	同居特別障害者 53 万円
⑦寡婦 (寡夫) 控除	一般寡婦または寡夫 26 万円
⑧勤労学生控除	特定の寡婦 30 万円
⑨配偶者控除	26 万円
⑩配偶者特別 控除	(1) 一般 33 万円
	(2) 老人(70歳以上) 38 万円
⑪扶養控除	配偶者の所得金額によって 控除額が異なる
	最高 33 万円
	(1) 一般 (16～18.23～69歳) 33 万円
	(2) 特定 (19～22 歳) 45 万円
⑫基礎控除	(3) 老人 45 万円
	(70 歳以上) 同居老親 38 万円
⑫基礎控除	同居老親以外 38 万円
	33 万円

24 年度からの変更点

16 歳未満の年少扶養親族にかか
る扶養控除の廃止など扶養控除等
が改められました。年少扶養親族で
も、非課税限度算定や障害者控除等
は、これまでどおり適用されます。
また、寄附金税額控除の適用下限額
が 2000 円になりました。

納付は期限内に

24 年度の市民税・府民税
の税額決定・納税通知書と
納付書を 6 月 8 日(金)付で
発送します(非課税の人に
は送付しません)。納期限

期 別	納 期 限
第1期	24 年 7 月 2 日(月)
第2期	8 月 31 日(金)
第3期	10 月 31 日(水)
第4期	25 年 1 月 31 日(木)

までに納付されないと、
別途、督促手数料や延滞
金などの負担が必要にな
ります。必ず納期限まで
に納付してください。口
座振替の場合は、指定金
融機関から、納税通知書
の金額を納期限ごと(一括
納付は第 1 期納期限)に引
き落としします。なお、通
知書は、私立幼稚園の就
園助成費や私立高等学校
学費軽減、育成学級の申
請などに必要です。公営
住宅に住んでいる人も必
要になりますので大切に
保管してください。

課税方法

市民の皆さんに負担し
ていただく個人住民税に
は、市民税と府民税があ
り、それぞれ均等割と所
得割からなっています。
均等割は定額(市民税 3 0
0 0 円、府民税 1 0 0 0
円)、所得割は原則、全国
共通の税率(市民税 6%、
府民税 4%)で課税されま
す。これらは原則として
1 月 1 日現在の住所地の
市町村で、23 年中の所得

会社などに
勤めている人は

に課税されます。市内に
住所を有しない人でも、
市内に事業所や家屋敷等
を有している場合は均等
割のみが課税されます。

年金からの
特別徴収

4・6・8 月支給の年金
から特別徴収される税額

特別徴収といえます。
また、年度途中の退職
などで給与から引き去り
ができなくなるときは、
残りの税額を◎退職時に
一括して引き去り◎普通
徴収(納付書や口座振替に
よる納付方法に変更して
本人が納付、のいずれか
の方法で納めていただく
ことになります。

課税に関する
こと…市民税課
納税に関する
こと…納税課

は、24 年度市民税・府民税
の仮徴収分です。24 年度
市民税・府民税が非課税と
なる人や、年税額が仮徴
収金額より低い人につい
ても、事務手続き上、一旦
は引き去りされますが、
後日還付されます。また、
昨年度の途中で年金から
の特別徴収が中止になっ
た人や今年度から年金か
らの特別徴収の対象とな
る人は、10 月支給の年金
から特別徴収の開始とな
ります(10 月までは、第 1
期・第 2 期の普通徴収にな
ります)。

公的年金等を受給していて
確定申告書の提出が不要となった人へ

公的年金等の収入金額の合計額が 400
万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑
所得以外の所得金額が 20 万円以下の場合、
23 年分から確定申告書の提出は不要
となりました。そのうち、公的年金等
の源泉徴収票に記載されていない所得
控除(左表 3)がある人は市民税・府民税
の申告書を提出することにより、当該所
得控除が税額の算定に適用されます。市
民税・府民税の申告書が必要な人は、市
民税課へ、お問い合わせください。

あがた 県祭り交通規制

図市商工観光課・県祭安全対策推進協議会(宇治商工会議所内 ☎ 23-3101)

規制時間

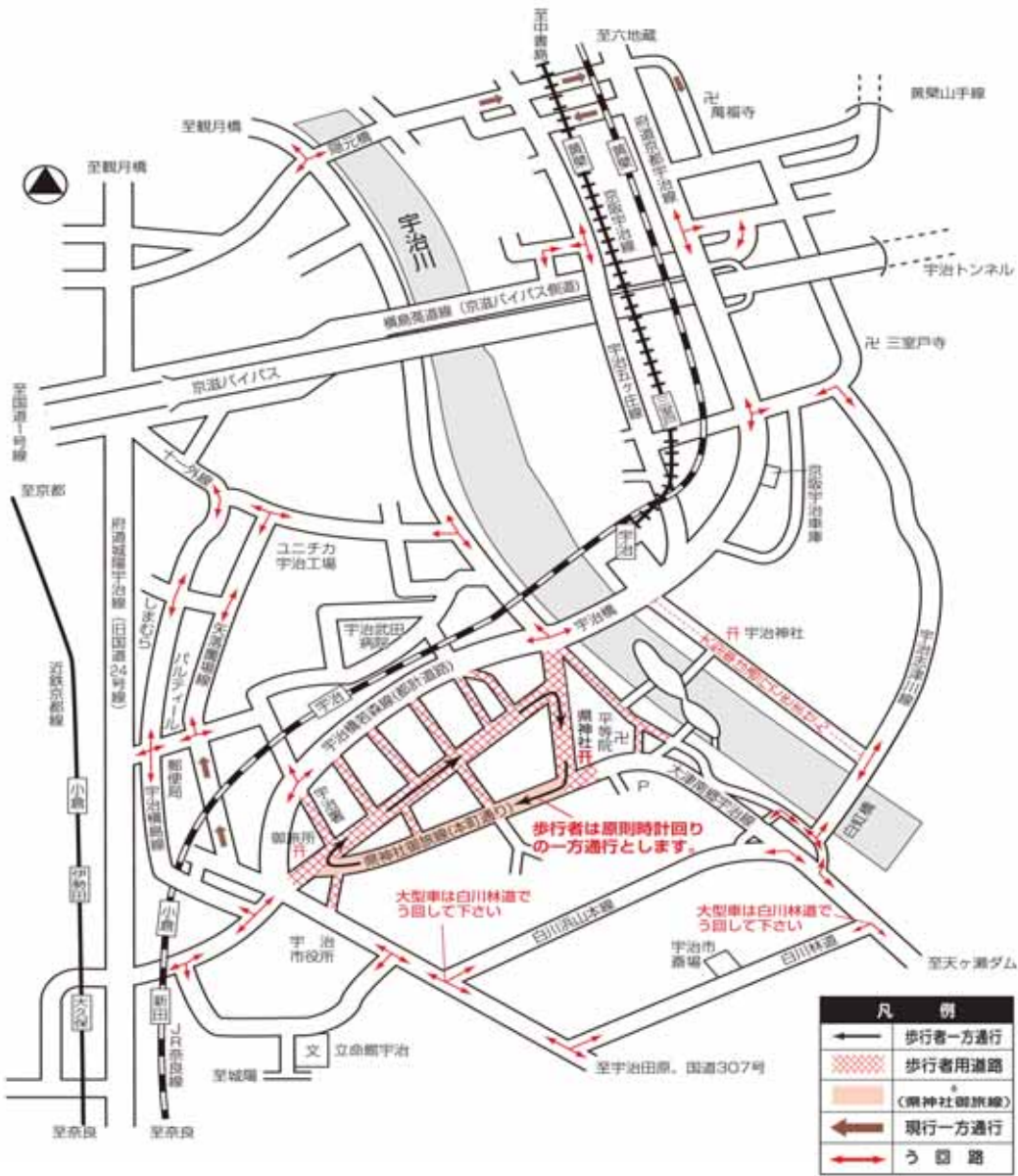
- ◆本町通り
6月5日(火)の正午から
6月6日(水)の午前1時まで
- ◆本町通り以外の指定道路
6月5日(火)の午前10時から
6月6日(水)の午前1時まで

行祭事に関連して、宇治橋若森線(都市計画道路)の通行が一時的に規制されます。
6月5日(火)の午後11時から
6月6日(水)の午前1時まで

臨時交通規制図

付近には駐車する場所も少なく、混雑しますので、車両による見物をご遠慮ください。

宇治警察署 監修



小・中学生沖縄訪問団員を募集

〓 沖縄で平和の大切さを学ぼう

図総務課

市平和都市推進協議会では、次代を担う子どもたちに戦争の悲惨さを知り、人の命の尊さ、平和の大切さを学んでもらうため、沖縄に平和訪問団を派遣します。

- ◆とき：7月25日(水)～27日(金)
- ◆内容：平和祈念資料館・ひめゆりの塔・沖縄戦跡等の見学や戦争体験
- ◆講話の聴講、地元団体との交流会など
- ◆対象：市内在住の小学生・中学生1・2年生(以前に参加した人は応募できません)
- ◆募集人数：40人(多数の場合抽選)
- ◆参加費：5,000円
- ◆申し込み：総務課か市の主な公共施設にある所定の申込書に必要項目を

書くか、「沖縄訪問参加」住所・氏名・電話番号・性別・生年月日・学校名・学年・保護者の氏名・本人自筆の応募動機(360字以上)を書き、6月15日(金)(消印有効)までに、郵送・ファクスか直接、同課(〒611-8501 住所省略可、FAX 20・8778)へ。

◆その他：参加者は、終了後に感想文を提出。また、7月18日(水)の事前研修会と8月7日(火)の事後研修会及び8月15日(水)の市民平和祈念集会にも出席。

平和の絵を募集

平和をイメージした絵を募集します。
◆対象：市内の小・中学

◆申し込み：はがきまたは、はがきサイズの用紙の裏に平和をイメージした絵をカラーで描き、表に住居・氏名・電話番号・学校名・学年を書き、7月31日(火)(消印有効)までに、郵送か直接、同課(〒611-8501 住所省略可)へ。
1人何点でも応募可。応募作品は、8月の平和写真展で展示する他、うち1作品を沖縄訪問団感想文集の表紙に採用します(採用者には記念品を贈呈)。なお、応募作品の返却はできません。

各種検診が無料で受診できます

～対象者には、案内を5月下旬に送付しています～

大腸がん・乳がん・子宮頸がん検診

無料クーポン券を持ち、協力医療機関にて受診してください。

- ♥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1・2の生年月日に該当する女性(大腸がん検診は、男性も対象)※
- ♥有効期限…次のとおり。なお、有効期限を過ぎると無効になります。
○乳がん・子宮頸がん検診＝11月30日(金)まで

○大腸がん検診＝10月31日(水)まで
無料クーポン券を利用せず、宇治市の大腸がん・乳がん・子宮頸がん検診を受診した場合は、検診料の払い戻しはできません。

各種検診対象者一覧

(表1)大腸がん・乳がん・肝炎ウイルス検診

40歳	昭和46年4月2日～昭和47年4月1日生
45歳	昭和41年4月2日～昭和42年4月1日生
50歳	昭和36年4月2日～昭和37年4月1日生
55歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生
60歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生

(表2)子宮頸がん検診

20歳	平成3年4月2日～平成4年4月1日生
25歳	昭和61年4月2日～昭和62年4月1日生
30歳	昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生
35歳	昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生
40歳	昭和46年4月2日～昭和47年4月1日生

※4月21日以降に転入した人は、健康生きがい課へ、お問い合わせください。

上表の対象年齢以外の方は、市政だより5月15日号「健康診査・がん検診が6月から始まります」の記事をご覧ください。

図健康生きがい課

肝炎ウイルス検診

申し込み後に交付する受診票を持ち、各協力医療機関にて受診してください。

- ◆対象者…肝炎ウイルス検診を今までに受診したことがなく、4月20日現在、宇治市に住民票・外国人登録のある、左下表1の生年月日に該当する人※
- ◆実施期限…10月31日(水)まで
- ◆申し込み…申込書に必要事項を書き、下記の方法でお申し込みください。
○郵送＝10月12日(金)まで(必着)に、健康生きがい課(〒611-8501 住所省略可)へ。
○窓口＝10月31日(水)までに、同課へ。
ただし、医療機関によっては実施期限終了直前の場合、受診できないことがあります。お早めに、申し込みの上受診してください。
- ◆なお、10月12日(金)までは、下記の窓口でも申込書の取り継ぎをします。
○行政サービスコーナー
○コミュニティワークこはた館
○コミュニティワークうじ館
○玉池集会所

問市観光協会(☎23-3334)、宇治川観光通船

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。



▲マキノヒメアジサイ

審議会の傍聴

■生涯学習審議会

▷とき…6月13日(水)、午後3時～▷ところ…中央図書館▷内容…生涯学習の振興に関する事項について▷定員…先着5人 圍当日、午後2時半～2時50分に、開催場所受付へ。 圖生涯学習課

生涯学習

■おやこっくらんど

宇治中学校3年生と一緒に遊びます。▷とき…6月14日(木)、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▷参加費…無料 圖同センター(☎39-9500)

■ニュースポーツひろば

▷とき・ところ…◎6月9日(土)=西宇治体育館◎6月16日(土)、7月7日(土)=黄檗体育館、いずれも午前10時～正午▷内容…ショートテニス、ファミリーバドミントン、ラージボール卓球など▷参加費…無料▷持ち物…上履き▷保育…0歳以上。希望者は参加希望日の2日前までに、生涯学習課へ。 圖同課

■障害者スポーツ大会出場者・大会ボランティアスタッフ募集

▷とき…6月30日(土)、午前9時半～午後3時▷ところ…西宇治体育館▷対象…①出場者=市内在住・在勤・在学の障害のある人②ボランティアスタッフ=障害者スポーツに関心のある人▷参加費…無料 圍住所・氏名・電話番号・参加方法(①か②)を書き、6月8日(金)までにファクス・Eメールか直接、生涯学習課(☎39-9501、✉shogaigakushuka@city.uji.kyoto.jp)へ。

■セカンドライフ相談・交流会

生涯学習やボランティア活動を始めませんか。▷とき…7月4日(木)、午後1時半～3時半▷ところ…木幡公民館▷定員…先着30人▷参加費…無料 圍「セカンドライフ」・住所・氏名・電話番号を、

電話・ファクスかEメールで、生涯学習センター(☎39-9500、☎39-9501、✉shogaigakushu@city.uji.kyoto.jp)へ。

■ミニ講習会「ラッピングアート」

ラッピングアート展(6月24日(日)～30日(土))の期間中、ラッピングBOXを2種類作り、バラの飾りでアレンジする講習会を行います。▷とき…6月28日(木)、◎午前の部=午前10時～正午◎午後の部=午後1時～3時▷ところ…生涯学習センター▷定員…各先着15人▷講師…奥山ちづ子さん(ラッピングフィールド宇治)▷参加費…800円▷持ち物…はさみ 圍6月4日(月)～21日(木)に、同センター(☎39-9500)へ。

■土曜日子どもの遊び場

圖中央公民館(☎39-9258)

6/9(土)	11:00～11:30	おはなしたまてばこ
6/16(土)	9:30～12:00	木工作あそび

■エンディング・ノート連続セミナー

老後のために必要なことを書き留めませんか。▷とき…6月16日(土)、30日(土)、7月14日(土)、いずれも午前10時～正午▷ところ…木幡公民館▷対象…市内在住・在勤で全回受講できる人▷定員…先着25人▷参加費…1000円 圍6月4日(月)から、同館(☎39-9193)へ。

■ラテンのリズムであそぼう

オリジナルシェーカーを作り遊びます。▷とき…6月30日(土)、午後1時～2時半▷ところ…木幡公民館▷対象…市内在住の幼児～小学生▷定員…先着30人(保護者同伴可)▷参加費…200円 圍6月4日(月)から、同館(☎39-9193)へ。

■ふれあい読み語り講座

絵本・童話などの読み語りを始めてみませんか。▷とき…6月25日(月)、7月9日(月)、23日(月)、いずれも午前10時～正午(全3回)▷ところ…小倉公民館▷対象…市内在住・在勤の人▷定員…先着20人▷講師…星野祐美子さん(フリー

アナウンサー)▷参加費…無料 圍6月4日(月)から、同館(☎39-9274)へ。

■作って食べよう季節のおかし

「水無月」作りに挑戦します。▷とき…6月23日(土)、午前10時～正午▷ところ…小倉公民館▷対象…市内在住の小学生(3年生以下は保護者同伴)▷定員…先着15人▷参加費…無料▷持ち物…エプロン・三角きん 圍6月4日(月)から、同館(☎39-9274)へ。

■科学の教室

水のマジック浮沈子を作ります。▷とき…6月30日(土)、午前10時～正午▷ところ…広野公民館▷対象…小学生(保護者同伴可)▷定員…先着30人▷参加費…200円 圍6月4日(月)から、参加費を添えて直接、同館(☎39-9276)へ。

■大久保青少年センター

圍く父の日の料理教室>は、6月5日(火)から、同センター(☎39-9281)へ。

<あそびの広場>▷とき…6月9日(土)、午前10時半～正午▷対象…小学生以

上▷内容…囲碁・将棋▷参加費…無料

<父の日の料理教室>▷とき…6月17日(日)、午前9時半～正午▷対象…小学生以上▷定員…先着25人▷内容…焼き包子を作り、お父さんにプレゼントする▷参加費…1人300円

男女共同参画支援センター

圖同センター(☎39-9377)

■UJIあさぎりフェスティバル2012の実行委員を募集

さまざまな催しを通し、男女が共に生き生きと暮らせるまちづくりを考えませんか。▷対象…市内在住・在勤・在学の人▷募集人数…10人(多数の場合選考) 圍住所・氏名・電話(ファクス)番号・応募動機を書き、6月30日(土)まで(必着)に、郵送・ファクス・Eメールか直接、男女共同参画支援センター(〒611-0021宇治里尻5-9ゆめりあうじ、☎39-9378、✉danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp)へ。

男女共同参画週間 UJI のつどい

7月1日(日)、10:00～16:00 男女共同参画支援センター

6月23日(土)～29日(金)は、男女共同参画週間です。男女共同参画社会を目指し、チャレンジをテーマとしたイベントを行います。

ワークショップ(10:30～12:00)

- ❖対象…5～12歳の子と父(母も可)
- ❖定員…15組(多数の場合抽選)
- ❖内容…子どもとの触れ合いを通じ、育児や家事の楽しさを学ぶ
- ❖講師…山田亮さん(楽家事ゼミ主宰)
- ❖申し込み…「ワークショップ」・住所・氏名・電話番号・子どもの年齢を書き、右下記申し込み先へ。



▲山田亮さん

講演会(14:00～15:30)

- ❖定員…100人(多数の場合抽選)
- ❖内容…仕事をテーマに自身の体験談や仕事の中で得たコミュニケーション術について
- ❖講師…谷口キヨコさん(ディスクジョッキー)

- ❖保育…2歳～小学3年生(要予約)
- ❖手話・要約筆記…要予約
- ❖申し込み…「講演会」・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・要約筆記希望者はその旨を書き、下記申し込み先へ。



▲谷口キヨコさん

ここからチャレンジ相談

個人相談=10:00～12:00
グループトーク=13:00～15:00

- ❖対象…女性
- ❖保育…0歳～小学3年生(6月26日(火)までに、要相談)
- ❖申し込み…電話で、同センターへ。

<申し込み先>

6月14日(木)まで(必着)に、郵送・電話・ファクス・Eメールか直接、男女共同参画支援センター(〒611-0021宇治里尻5-9ゆめりあうじ内、☎39-9377、☎39-9378、✉danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp)へ。

圖男女共同参画支援センター

市民情報短信(催し)

市民サークル等が行う催し・募集のコーナーです。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。



掲載申し込みについて ～市政だよりの配布期間が変更～

7月15日号より、配布期間が発行日の前々日・発行日の前日・発行日の3日間に変わります。発行日に行われる「催し」については、前々月の1日から3日間(土・日曜日、祝日を除く)にお申し込みください。

■健康体操、楽しく有酸素運動

6/4(月)10:00～11:15。J A京都やましろ西宇治2階。無料。杉浦☎20-1472。初心者大歓迎。

■宇治川柳会 句会と勉強会

6/6(水)、13:00。中央公民館。500円。田中 荘介 ☎23-8756。宿題「穴」歩く各2句、雑詠1句。

■親と子の音楽リトミック

6/7(木)・21(木)、11:00～12:00。中央公民館。無料。三浦☎22-6243。無料体験&説明会。

■大幣神事見学と説明会

6/8(金)、10:00～12:00。県神社境内。資料代500円。岡井☎52-1312。申込不要。宇治市文化財愛護協会。

■木版画の暑中見舞い制作

6/8(金)・15(金)・22(金)・29(金)、7/6(金)、13:00～16:00。中央公民館。材料費各2000円。渡辺☎/☎55-9066。

■近江商人を訪ねるウォーク

6/10(日)、10:00。JR能登川駅。500円。京都府協会☎075-353-6464。雨天決行14キロ。

■オーリーブランドダンス交流会

6/10(日)、城南勤労者福祉会館。25(月)、市民会館。13:00～16:00。700円。嶋田☎090-8142-9694。

■日曜会社交ダンスを楽しむネ

6/10(日)、13:00～16:00。南宇治コミセン。500円。トミオカ☎090-2112-9666。

■ママさんプラス uji 演奏会

6/10(日)、13:30開演。文化センター大ホール。無料。下野☎090-8823-0599。親子で楽しめます。

■「パール」社交ダンス交流会

6/11(月)・30(土)、13:00～16:00。城南勤労者福祉会館。500円。田村☎22-8811。

■宇治市さわやか歩こう会

6/12(火)・9:45。地下鉄北山駅。宝ヶ池方面。100円。阪本☎22-8556。雨天午前50%以上中止。

■不動産の相続に備えるABC

6/12(火)・19(火)・26(火)、10:00～11:30。御蔵山集会所。無料。老いじたくの会・広兼☎090-8141-1304。

■スポーツ吹矢体験会

6/13(水)・27(水)、10:00～12:00。伊勢田ふれあいセンター。無料。黒田☎24-0494。事前にご連絡を。

■ダンスパーティー城南交流会

6/14(木)・18(月)・28(木)、13:00～16:00。大久保南宇治コミセン300円。田中☎090-9210-8565。

■宇治川柳フォト575

6/15(金)、18:00～19:00。「ゆめりあうじ」3か月1000円。森安がず☎23-5617。

■小学生の初級 硬式テニス

6/16(土)、13:00～。太陽が丘1番コート。無料。サコ☎53-1724。ホームページ 太陽ジュニアテニス。

■子どもと育つ父母の会

6/16(土)、13:30～。南宇治コミセン。500円。窪田☎44-6191。不登校問題の相談・交流。

■バドミントン協会スクール

6/16(土)、14:00～16:00。黄檗体育館。無料。奥村☎080-1405-1770。対象小学4～6年。

■第148回「空いろうの会」例会

6/16(土)・13:00～17:00。東宇治コミセン。500円。太田☎33-4662。不登校・ひきこもり相談等。

■市民歩こう会生駒ぬかた園地

6/17(日)・8:30。近鉄大久保駅。午前降水確率50%以上24(日)。200円。田中☎24-6335。約9km一般向き。

■ハーモニータンゴコンサート

6/17(日)・13:30(開場12:30)。文化センター大ホール。無料。大塚宣子☎21-4199。

■「オアシス」社交ダンス交流会

6/17(日)・7/1(日)、13:00～16:00。南宇治コミセン。各500円。岡本嘉子☎33-0638。若さと健康をダンスで。

■「イーグル」社交ダンス交流会

6/17(日)・24(日)、13:00～16:45。城南勤労者福祉会館。各800円。岩淵☎090-1919-3092。リボン多数有。

■まきのっこ「セタさま」

6/19(火)、10:00～11:30。榎島コミセン。無料。大崎☎20-3907。就園前の子とその保護者。

■わいわいTRY塾・第108回サロン

6/19(火)、13:30～15:30。ゆめりあうじ。300円。大野☎33-0967。宇治茶の家業850年。通園亮太郎氏。

■まちなみ巡り 第15回

6/23(土)、14:00～17:00。広野公民館。無料。京都文教大☎25-2630。要申込・広野地域を巡る。

■フローラ「第18回定期演奏会」

6/23(土)、14:00開演。文化センター。無料。中塚☎43-6228。宇治マンドリンアンサンブル。

■宇治シティフィロ第60回定演

6/24(日)、14:00開演。文化センター大ホール。700円(前売500円)。脇坂☎23-4462。

■ポラン朗読発表会

6/24(日)、13:30～16:00。南宇治コミュニティセンター。無料。松井敏子☎/☎44-3781。

■「認知症ホットタイム」

6/24(日)、14:00～16:00。ゆめりあうじ。初回無料。吉田☎080-1512-6160。若年認知症本人交流会。

■ゲームやTVとのつき合い方

6/28(木)、10:30～12:00。ゆめりあうじ。無料。家庭倫理の会 高居☎29-2611。母親塾。

■豆腐和風ピカタシュリカンド

6/28(木)、13:00～16:30。南宇治コミセン。1500円。西村和子☎43-9855。楽しくお料理作りましょう。

■ルピナス社交ダンスパーティ

6/28(木)・7/26(木)、13:30～16:00。東宇治コミセン。500円。谷口☎080-5360-2281。楽しいダンスを。

■ミニステージ宇治(演奏演技)

7/7(土)、13:00～16:30。文教サテキャン宇治橋通り。無料。上原☎090-3708-8915。飛入可。

■宇治市水泳学園 小学生

8/1(水)～10(金)、8:30～9:30。土・日除く。黄檗プール。4500円。馬淵☎24-0552。連池108-12。7/5(土)締切。

はなしたまてばこ」の皆さんによる素話
▷参加費…無料

■ 6 月の休館日

▷とき… 6 月 4 日(月)・11 日(月)・18 日(月)・25 日(月)・28 日(木)

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・中学生の入場は無料です。 園同園(☎ 39-9387)

■ミヤママギラン展

葉が魅力的なミヤママギラン約 180 鉢を展示します。また、期間中、即売もしています。▷とき…6 月 23 日(土)・24 日(日)

■ 7 月の講習会

園 1 か月前から、同園へ。

涼を呼ぶ水生植物の寄せ植え	7/7 ㊤、13:30～15:30。先着 36 人。参加費 1200 円。
親子講習会「植物公園絵画教室」	7/21 ㊤、9:30～12:00。小・中学生が対象です。講習の後園内で実際に写生をします。参加費無料。
庭木の年間管理②～庭木の夏の水管理～	7/22 ㊤、13:30～15:30。先着 36 人。参加費無料。

■見頃の植物

◎園内＝アジサイ類、ハーブ類、スモークツリー◎温室＝トーチジンジャー、ヘリコニア・ロストラタ、アナナス類

アクトパル宇治

園アクトパル宇治(☎ 075-575-3501)

■星空オープンデー

<金星太陽面通過>▷とき…6 月 6 日(水)、午前 9 時～午後 1 時(雨天中止)▷参加費…無料

<ホタルと星空観察>▷とき…6 月 16 日(土)・23 日(土)、午後 7 時～9 時(受け付けは午後 6 時半～8 時半、雨天中止)▷参加費…無料▷持ち物…懐中電灯

■とれたてじゃがじゃがクッキング

じゃがいもや水菜の収穫体験と野外料理を楽しみます。▷とき… 6 月 23 日(土)・24 日(日)、いずれも午前 9 時半～午後 2 時半▷対象… 4 歳以上▷定員… 40 人(多数の場合抽選)▷参加費… 1 人 600 円▷持ち物…水筒・綿の軍手 2 枚・タオル・ポリ袋 園催し名、参加希望日、代表

者の住所・電話番号、参加者全員の氏名・年齢・性別を、6 月 10 日(日)(消印有効)までに、郵送・ファクスかホームページの専用フォームで、アクトパル宇治(〒601-1392 西笠取辻出川西 1、FAX 075-575-3511、http://www.actpal-uji.com)へ。

官公署・その他

■高等学校奨学金(市民税非課税世帯)の申請

▷対象…学校教育法に規定する高等学校・高等専門学校・特別支援学校の高等部・学校法人が設置した専ら外国人を対象とする学校の高等学校相当課程に在学し 24(または 23)年度市民税非課税世帯で、次のいずれかに該当する世帯の人①母子(父子)世帯②児童世帯③障害者世帯④長期療養者世帯 園所定の申請書・24(または 23)年度市民税非課税証明書・在学証明書・印鑑・口座を確認できるもの・③④の世帯はそれを証明できる書類を、7 月 2 日(月)(23 年度非課税世帯は 6 月 29 日(金))までに、直接、山城北保健所(☎ 21-2191)へ。申請書は、こども福祉課、同保健所にあります。

■社会福祉協議会の催し

子育て中の気分転換と仲間作りに来ませんか。 園同協議会(☎ 22-5650)

◎ところ:総合福祉会館

おしゃべりキャッチボール	6/6 ㊤、10:00～12:00。子どものアレルギーに関する不安や悩みのある人が対象。参加費無料。
赤ちゃんパーク	6/15 ㊤、9～12 か月の子と親が対象。バスタオル持参、動きやすい服装で。10:00～11:30。参加費 200 円。

■赤ちゃんボランティア募集

授業の中で中学生と交流しませんか。▷とき…6 月 25 日(月)・26 日(火)・27 日(水)・29 日(金)、午前 9 時半～11 時半▷ところ…東宇治中学校▷対象…首が座った頃～12 か月くらいの赤ちゃん▷定員… 1 日 15 組程度 園社会福祉協議会(☎ 22-5650)へ。

■城南勤労者福祉センターの講座

園受講料を添えて、直接、同センター(☎ 46-0688)へ。

◎ 6 月 7 日(木)から受け付け

ワード中級	7/7～8/18 の㊤、9:30～12:00。7 回。定員 20 人。受講料 1 万 7500 円。
-------	--

文化センター大ホール公演案内

(開場は、開演 30 分前～)

園文化センター(☎ 39-9333)

ファミリーミュージカル

フランダースの犬



8/5(日)、
① 10:30 ～
② 14:30 ～

▶入場料(全席自由、好評発売中)
★大人券 1000 円
★子供券(3 歳～中学生)500 円

キヨピーとカトヒロの音楽物語
～名曲で旅する世界～

女性 NO. 1DJ として呼び声高い谷口キヨコとテノール歌手として活躍している加藤ヒロユキが出演します。

9/9(日)、14:00 ～

▶入場料(全席指定、6 月 2 日(土)から発売) 前売り 3000 円(当日 3500 円)

6 月・7 月のし尿収集日程				城南衛生管理組合 ☎ 075-631-5171
笠取・炭山				
6/18, 7/9・31	笠取、二尾	6/5・26, 7/18	炭山、池尾	
六地藏				
6/4・25, 7/17	六地藏(JR 以西全域)	6/11, 7/2・24	六地藏(JR 以東全域)	
木 幡				
6/4・25, 7/17	木幡(JR 以西全域)			
6/11, 7/2・24	木幡(JR 以東全域)			
五ヶ庄				
6/4・25, 7/17	北ノ庄、西田、古川、寺界道、大林、谷前、野添、梅林、芝ノ東(JR 以西)、西浦(JR 以西)、新開(JR 以西)、平野(JR 以西)、折坂(JR 以西)、檀ノ東、福角(JR 以西)			
6/5・26, 7/18	日皆田、岡本、上村、大八木島、一里塚、戸ノ内、瓦塚			
6/8・29, 7/23	一番割、二番割、三番割、福角(JR 以東)、折坂(JR 以東)、平野(JR 以東)			
6/11, 7/2・24	新開(JR 以東)、西浦(JR 以東)、芝ノ東(JR 以東)、広岡谷			
菟 道				
6/5・26, 7/18	平町(京滋バイパス以北)	6/6・27, 7/19	大垣内、荒楨(JR 以東)、田中(JR 以東)	
6/7・28, 7/20	西中、東中、段ノ上、大谷、河原、只川、池山、妙見、岡谷、門前、中筋、谷下り(JR 以東)			
6/8・29, 7/23	丸山、荒楨(JR 以西)、田中(JR 以西)、谷下り(JR 以西)、出口、藪里、車田、平町(京滋バイパス以南)、森本、西隼上り、東隼上り			
宇 治・白 川・志津川				
6/7・28, 7/20	志津川	6/6・27, 7/19	東内、又振、紅斉、山田、乙方、山本	
6/11, 7/2・24	蔭山、御廟	6/13, 7/4・26	蛇塚	
6/18, 7/9・31	式番(府道以北)、白川、金井戸、大谷(権現町のみ)、下居(権現町のみ)			
6/19, 7/10	野神(神明幼稚園市道 266 号線以南)、大谷(権現町除く)、池森、米阪、天神、矢落(JR 以北)			
6/20, 7/11	矢落(JR 以南)、若森、式番(府道以南)、半白、樋ノ尻、戸ノ内、野神(神明幼稚園市道 266 号線以北)			
6/21, 7/12	妙楽(県神社御旅線以南 186 番地～)、沓番(県神社御旅線以南)、琵琶、下居(権現町を除く)、善法、東山、里尻(JR 以北)、小桜			
6/1・22, 7/13	妙楽(県神社御旅線以北 1～185 番地)、里尻(JR 以南)、沓番(県神社御旅線以北)、宇文字、蓮華、塔ノ川			
神 明・開 町・羽拍子町				
6/8・29, 7/23	開町	6/14, 7/5・27	宮東	
6/15, 7/6・30	宮北(1～6 番地を除く)、宮西、羽拍子町、石塚(心華寺通以西)			
6/18, 7/9・31	宮北(1～6 番地)、石塚(心華寺通以東)			
広野町				
6/6・27, 7/19	茶屋裏、寺山(JR 以西)、西裏、東裏(JR 以西)、桐生谷(JR 以西)			
6/11, 7/2・24	大開(大開小学校市道広野町 57 号線以西)、丸山、中島			
6/8・29, 7/23	一里山、桐生谷(JR 以東)、東裏(JR 以東)	6/7・28, 7/20	寺山(JR 以東)、尖山、宮谷	
6/12, 7/3・25	大開(大開小学校市道広野町 57 号線以東)、小根尾(旧城南高校グラウンド東側郵便ポスト以東)			
6/13, 7/4・26	小根尾(旧城南高校グラウンド東側郵便ポスト以西)			
大久保町				
6/6・27, 7/19	大久保町(「久保(JR 以東)」除く)	6/7・28, 7/20	久保(JR 以東)	
槇島町				
6/6・27, 7/19	落合、西鳴沢、南落合	6/14, 7/5・27	一ノ坪	
6/21, 7/12	藺場	6/1・22, 7/13	大幡、北内、門口、幡貫	
6/4・25, 7/17	清水、千足、三十五、二十四、十八、十六、目川、本屋敷			
6/5・26, 7/18	十一、吹前、郡、石橋、中川原、大町、島前、五才田、一町田、月夜、外、大川原			
小倉町				
6/6・27, 7/19	新田島、久保、西浦、蓮池、堀池	6/7・28, 7/20	南浦、南堀池	
6/19, 7/10	春日森	6/20, 7/11	天王	
6/12, 7/3・25	西山(近鉄以西)	6/13, 7/4・26	西畑、中畑、奥畑	
6/8・29, 7/23	山際、神楽田(近鉄以西)、老ノ木、寺内	6/14, 7/5・27	神楽田(近鉄以東)、西山(近鉄以東)、東山	
伊勢田町・安田町				
6/13, 7/4・26	中山、大谷	6/11, 7/2・24	毛語	
6/12, 7/3・25	井尻、北山、若林、浮面、中ノ田、名木、中荒、新中ノ荒、ウトロ、南山			
6/6・27, 7/19	遊田、中遊田、西遊田、砂田、安田町			

水道週間

～さあ今日も 水と元気が 蛇口から～ 園水道総務課

水道施設のパネル展示やビデオ上映で水道を学びましょう。アンケート参加者にボトルドウォーターを差し上げます。

月とき… 6 月 6 日(水)、午前 9 時半～午後 4 時

月ところ… 市役所 1 階市民ギャラリー

月参加費… 無料

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/

市HP携帯版QRコード

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。

市 の 人 口 (24年5月1日現在)	世帯数 80,949 世帯 (前月比 289 世帯増)	人 口 193,041 人 (前月比 140 人増)	男 94,076 人 女 98,965 人
------------------------	--------------------------------	-------------------------------	--------------------------

7月15日号の市政だよりから
配布期間が早くなります
問広報課

現行
発行日
発行日の翌日
発行日の翌々日

→

7月15日号～
発行日の前々日
発行日の前日
発行日

保健・衛生・相談

■交通事故相談
▷とき…6月6日(水)・20日(水)、◎午前9時～11時半◎午後1時～4時半 問山城広域振興局(☎21-2101)
■すくすく子育て相談
▷とき…6月13日(水)、午後1時半～4時半▷ところ…山城北保健所綴喜分室(京田辺市田辺) 問同保健所同分室(☎63-5745)へ。
■青少年相談
▷とき…6月19日(火)、午後1時～4時▷ところ…宇治公民館 問保護司会・山田久徳さん(☎32-7463)
■行政相談委員による国や特殊法人に関する相談・苦情等の受け付け
▷とき…6月21日(木)、午後1時～4時▷ところ…市役所2階201会議室▷費用…無料 問広報課
■高齢者等法律相談
▷とき…6月28日(木)、午後2時～4時半▷ところ…東宇治地域福祉センター▷定員…先着5人(1人25分)▷費用…無料 問6月4日(月)から、福祉サービス公社(☎28-3154)へ。

募集

■育成学級指導員補助(臨時職員)
▷対象・勤務期間・時間…◎夏休み学生アルバイト＝大学・大学院・短大・各種専門学校に在学する学生、7月23日(月)～8月31日(金)◎短期アルバイト＝7月2日(月)～8月31日(金)、いずれも午前8時半～午後6時半の間で指定する時間(土・日曜日、8月13日(月)～16日(木)を除く)▷時給…860円(他手当有り) 問市販の履歴書(要写真)を、6月20日(水)までに、本人が直接、こども福祉課へ。
■黄檗公園・西宇治公園のプール監視員(アルバイト)
▷勤務期間・時間…7月14日(土)～9月

2日(日)、午前9時半～午後5時半の間で指定する時間▷勤務地…黄檗公園が西宇治公園▷資格…高校2年生以上(高校生は学校長の許可と保護者の同意が必要)で、期間中継続して勤務出来る人(水泳の出来る人が望ましい)▷募集人数…約40人▷時給…◎大学生・一般＝850円◎高校生＝800円 問黄檗公園(☎39-9249)・西宇治公園(☎39-9251)にある所定の申込書(要写真)を、6月20日(水)までに、直接、希望勤務地へ。
■植物公園受付職員(アルバイト)
名簿に登録後、必要に応じて選考し採用します。▷勤務内容…受付業務他▷資格…パソコン操作と精算業務ができるおおむね45歳までの人▷勤務日時…指定する日の午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日含む)▷時給…787円(他手当有り) 問市販の履歴書(要写真)に必要事項を書き、6月15日(金)まで(必着)に、郵送が直接、植物公園(〒611-0031 広野町八軒屋谷25-1、☎39-9387)へ。

お知らせ

■地域密着型サービス事業所の運営法人公募に係る事業者説明会
(仮称)府営住宅槇島団地内に整備される事業所の公募に係る説明会を開催します。▷とき…6月5日(火)、午後2時～3時半▷ところ…生涯学習センター▷対象…認知症対応型共同生活介護・小規模多機能型居宅介護の事業を実施予定の事業者 問健康生きがい課
5月1日号掲載のアンケートにご協力ありがとうございました
回答のあった中から抽選で「市茶生産組合提供の市内産抹茶」、「源氏物語ミュージアム観覧券」をお送りしました。なお、当選の発表は各発送を持って代えさせていただきます。
問広報課
■親子で一緒にリトミック
裸足で行います。動きやすい服装でお

越してください。▷とき…6月22日(金)、午前10時～11時15分▷ところ…小倉双葉園保育所▷対象…6か月～2歳の子と親▷講師…市保育所保育士▷定員…先着30人 問6月6日(水)から、地域子育て支援基幹センター(☎39-9109)へ。
■地域子育て支援基幹センター
問同センター(☎39-9109)
◎乳幼児相談 10:00～11:30
6/12(水) 南部地域子育て支援センター 就学前の子と親 保健師・栄養士による相談・計測
◎園庭開放 10:00～11:30
6/9(土) 登り保育園(本館) 雨天児童館
◎でまえひろば 10:00～15:00
6/5(水) 西小倉コミュニティセンター
6/7(金) 伊勢田北集会所 就学前の子と親 おもちゃ遊び
6/12(水) 平尾東集会所
6/14(金) 宇治公民館
■ひとり親家庭いきいき事業
▷とき…7月29日(日)▷ところ…リニア・鉄道館(愛知県名古屋市中)、三井アウトレットパーク(三重県桑名市)▷対象…市内在住のひとり親家庭の親子▷定員…先着160人▷参加費…◎中学生以上＝2000円◎2歳～小学生＝1000円 問7月7日(土)までに、連合母子会・岡本さん(☎22-0563)へ。 問こども福祉課
■ひとり親家庭いきいきふれあいキャンプ
▷とき…8月4日(土)・5日(日)(1泊2日)▷ところ…天女の里(京丹後市峰山町。京都駅から送迎バス有り)▷対象…市内在住の父子家庭の親子▷内容…海水浴やレクリエーション等▷定員…30組程度(多数の場合抽選)▷参加費…◎大人＝2000円◎子ども＝1000円 問7月6日(金)までに、地域の民生児童委員が地域福祉課へ。
市民交流ロビーコンサート
市役所1階市民交流ロビー
「あすという日が」心に響け!!
❖出演…はもううぜなかしろ(混声四部合唱)
❖とき…6月6日(水)、午後0時15分～
❖曲目…あの素晴らしい愛をもう一度/あすという日が 他
問文化自治振興課
■ひとり親家庭の親・寡婦対象のパソコン教室(ワード初級)
パソコン貸与制度を取り入れた初心者対象の基礎講座です。▷とき…7月1日～22日の日曜日、午前10時～午後4時(全4回)▷ところ…宇治公民館▷対象…市内在住のひとり親家庭の親が寡婦で全日出席できる人(要予約の保育有り)▷定員…先着12人▷参加費…3000円 問連合母子会・岡本さん(☎22-0563)へ。 問こども福祉課
■コミュニティワークこはた館
問同館(☎39-9199)
＜パソコン教室(ワード初級)＞▷とき…◎夜の部＝6月18日～7月9日

の月曜日、午後7時～9時(全4回)◎昼の部＝6月21日～7月12日の木曜日、午後2時～4時(全4回)▷対象…市内在住・在勤・在学で1コースの全日参加できる人▷定員…各10人(多数の場合抽選)▷講師…湯上裕之さん▷参加費…無料 問講座名・希望コース・住所・氏名・電話(ファクス)番号を、6月8日(金)まで(必着)に、郵送・ファクスか直接、同館(〒611-0002 木幡河原3-12、FAX39-9200)へ。
出前講座 家庭や地域で身近に取り組める雨水対策
6/17(日)、13:30～
❖ところ…生涯学習センター
❖定員…先着200人程度
❖内容…講演、府・市で取り組む雨水流出抑制対策の紹介他
❖講師…神谷博さん(日本建築学会雨水活用建築普及小委員会主査)、島谷幸宏さん(九州大学大学院教授)
❖参加費…無料
❖申し込み…住所・氏名・電話番号を、電話・ファクスかEメールで、雨水対策課(☎ usuitaisaku@city. uji. kyoto. jp)へ。
問雨水対策課
■あたまイキイキ教室ボランティア研修会
参加者をサポートするボランティアの養成研修で「認知症予防におけるボランティアの役割と効果」について学びます。なお、ボランティアは随時募集しています。▷とき…6月15日(金)、午後2時～4時▷ところ…福祉サービス公社中宇治事業所▷参加費…無料 問同公社(☎28-3160)へ。
■ホームヘルパー2級養成講座
開講時間等は、福祉サービス公社中宇治事業所・各地域福祉センターにある他、同公社ホームページに掲載の募集要項をご確認ください。▷とき…6月27日(水)～11月30日(金)▷ところ…同公社同事業所他▷対象…市内在住・在勤・在学で全日受講できる人▷定員…先着25人▷受講料…5万5000円(テキスト代込) 問所定の申込書を、6月4日(月)から、直接、同公社(☎28-3154)へ。
図書館
問中央図書館(☎39-9256)
■6月おはなし会
▷とき・ところ…◎東宇治図書館＝6月6日(水)◎西宇治図書館＝6月20日(水)◎中央図書館＝7月1日(日)、いずれも午後3時半～4時▷対象…幼児～▷内容…手遊び、読み聞かせ、紙芝居等▷参加費…無料
■6月おはなしのへや
▷とき・ところ…◎中央図書館＝6月16日(土)◎東宇治図書館＝6月27日(水)、いずれも午後3時半～4時▷内容…「お

困

こんなときどうする？

消費生活を中心に多くの方が巻き込まれているトラブルを紹介します。 問 商工観光課

副業をするはずが…
出会い系サイトにはご注意ください

Q. 副業ランキングで2位に入っていたサイトで副業をしようと登録したところ「メールの相手をしてくれたら報酬を払う」という人からメールが来て返答をしました。その後「報酬受け取りのため、個人情報交換が必要がある」とサイトから連絡があり、文字化け解除料等のさまざまな料金をクレジットカードで決済して高額になってしまいました。だまされたのでしょうか。

A. 同様の相談は全国的に多発しており、国民生活センターが「詐欺的なサクラサイト商法に

ご用心」という報道発表を4月19日に行い、弁護士会が「サクラサイト被害全国一斉110番」を5月30日に行っています。また、消費生活センターにも多数の相談が入っています。

相談の際には、残っているメールをすべて保存し、今までの経緯をできるだけ詳しくまとめてください。相手が偽物だという立証は非常に難しく、今までの経緯の中でおかしな点を主張していくことになります。メールが全く残っていない上に詳しい経緯を思い出せない場合、交渉は極めて困難です。代金返還を受けられるかどうかはケースバイケースですが、できるだけ早く相談してください。

本

あんな本こんな本

図書館からお勧めの本を紹介します。 問 中央図書館(☎ 39-9256)

『子どもの気持ちが
わからないときに読む本』

杉山由美子著 / 岩崎書店

子どもの心にも大人の心にも染み入る絵本や子育てに関する本を、自身も悩める母でジャーナリストの著者が紹介します。大変な一日だったとしても、一冊でも子どもに絵本を読んであげられたら、愛していることが伝わるはず。今日も親子で頑張った、という気持ちになりませんか。



『イルカの子ディロのぼうけん』

ホラス・ドブス作/へんみさかえ訳/てらかどたかゆき絵/学研

ディロは知りたがり屋のイルカの男の子。小さなディロにとって世界は不思議なことばかりです。「なぜ」、「なんで」、知ることとはドキドキしたり、楽しくなったり、嬉しくなったり、悲しくなったり…。あなたもディロと一緒に、色々なことを知る旅に出ませんか。



映画

今月の映画会

市で行われる上映会をお知らせします。 問 文化センター(☎ 39-9333)

二人囃和



主演の栗塚旭さん来場、映画鑑賞後トーク有り

古都・京都の町家を舞台に夫婦の愛を繊細に綴る珠玉のラブ・ストーリー

▶とき…6月23日(土)、①10:30(開場10:00)②14:00(開場13:30)
▶ところ…文化センター大ホール
▶前売り券…次のとおり
◎一般=1000円(当日券=1200円)
◎60歳以上・障害者・高校生以下=900円(当日券=1000円)

チケットは下記プレイガイドで発売中

文化センター、市観光協会、市観光案内所(JR宇治駅前・近鉄大久保駅構内)、市内各コミュニティセンター、アル・プラザ宇治東、ケイ・ネット平和堂京田辺店

健康

プチ健康塾

元気なカラダになるための豆知識を紹介します。 問 健康生きがい課

「時間栄養学」で
体のリズムを整えてみませんか

自分に合った量やバランスのとれた食事を取ることは大切ですが、そこに「いつ食べるか」を意識すると、ダイエットや体の調子を整えることが、より効果的になります。これが「時間栄養学」で、ポイントは◎朝日を浴びる◎朝食を食べる◎夜早く寝る、の3つです。人の体は、朝日を浴びて朝食を取ることで「朝が来た」と感じ、体のリズムの時計をリセットします。朝食をしっかり食べるために夜早く寝て、1日の食事を12時間以内に取ることで、体の代謝は生まれ持ったリズムで働きます。夜遅くまで働いていると難しいですが、そういう人は、夕食を軽めにして朝食をしっかり取りましょう。また、薬には服用する時間が決められていますが、体に効きやすい時間を考慮しているので、体のリズムを整えることで薬の効き方も良くなります。「時間栄養学」を意識して、ダイエットの成功などを目指しましょう。

成長

満1歳になりました

問 広報課

これからも笑顔を決やさず
元気に育ててね

西村 美宥ちゃん
H 23. 5. 1 ㊥
菟道妙見

募集 23年6月生まれのお子さん。
7日(木)までに、広報課へ。



人

私、宇治が大好きです

宇治市に縁や所縁(ゆかり)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。 問 広報課

食への興味を「おいしく・楽しく」子どもたちへ

うじ食育ボランティア
「こんぺいとう」

開町在住 内崎亜矢子さん(写真左)
木幡在住 西村聡美さん(写真中央)
小倉町在住 中西南子さん(写真右)

「こんぺいとう」は依頼を受けて、調理講習や小学校での食育授業のサポートを行っていますが、この活動は自分たちの食に対す

うじ食育ボランティア「こんぺいとう」は、平成20年に生涯学習センター主催の食育ボランティア養成講座の受講生有志メンバーで立ち上げられました。メンバーは育児世代から孫のいる世代の、料理や食べることが好きな17人で、月に2回ほど企画の打ち合わせや調理実習などを行っています。今回は育児世代の内崎さん・西村さん・中西さんにお話を伺いました。

る勉強でもあり、そこで得たものを家族や周りの人に伝えていけることが魅力と話されます。

食育推進の活動はさまざまで、昨年は小学校で野菜の栽培や収穫の手伝い、調理実習のサポートを行い、食育講座では子どもたちに興味を持ってもらうために食育に関する人形劇を行いました。また、夏休みにはメンバーの子どもたちを対象に調理実習を行い、「活動を通して、子どもが食事を作ることや、栄養などにも興味を持ってくれることが嬉しいです」とのこと。

「これらの活動は、食に関することを発信すると同時に、各メンバーの特技を生かし、知識を学び合うこともできるため、食に関心のある人はぜひとも活動に参加してほしいです。今後は食育ネットワークも活用して、他の団体と連携した活動や、畑や市場の見学など、食材を作るところから流通の現場も通して、食の大切さを伝えていきたいです」と笑顔で語っておられました。



▲「親子クッキング」で人の体を描いたエプロンを使って講義を行う様子