



広報

うじ



02 特集

07 宇治市 少年少女合唱団

08 市政施行記念日に
市政功労者などを表彰

宇治市観光大使
市長と語る

特集

ひらの

よしひさ

平野 佳寿

プロ野球選手(オリックス・バファローズ)

努力の先にあること。



▲少年野球時代の平野選手(本人提供)

「野球を始めたきっかけ」
松村市長以下、市長 平野選手は、日々の努力を積み重ねた結果、メジャーリーグでも活躍されるなどプロ野球選手として成功を収められています。本日は、平野選手に、努力を継続する大切さやご家族への思いなどについて、お話を伺いたいと思います。

平野選手の野球との出会いは、小学生の頃とお聞きしました。

平野佳寿さん(以下、平野) 私が父と家の前でキャッチボールをしていた、それを見た友だちに誘われ、地元の野球チーム「小倉リトルズ」に3年生で入部したのがきっかけです。「小倉リトルズ」は、和気あいあいとした中に厳しさもあり、活気のあるチームという印象でした。自分はまだ野球のことを何も知らなかったため、圧倒されるといった「すごいな」と感じたことを覚えています。

市長「小倉リトルズ」は、今も活発に活動されていますね。平野選手が小学生の頃と言いますと、ちょうど「リーグ」開幕のサッカーブーム真っただ中だったと思いますが、ご兄弟は野球をされて

いたのでしょうか。

平野 それぞれ3歳年のはなれた兄と弟がいるのですが、2人とも「リーグ」開幕の影響を受けて、野球ではなく、サッカーをしていました。そして、私も野球をしながら、休み時間はみんなが好きなサッカーをするなど、実はサッカーの方が好きな時期もありましたね。

市長 当時は、子どもの間でもサッカー人気が急上昇した時期のように記憶しています。平野選手はそうしたチームの中でも、北宇治中学校では野球部に所属されたんですね。平野選手が所属されていたチームですから、野球部はとも強かったのではないですか。

平野 当時の北宇治中学校野球部は、市内で1位・2位を争うレベルではあったものの、山城地域の大会では上位の成績が残せず、京都府の大会にはなかなか

出場できないチームでした。1年生の時は、今も恩師と尊敬する先生に、野球の基礎をみっちり教え込まれ、小学生の頃より練習量が増加し、厳しい指導に毎日ついていくのに必死でした。2年生の時に、顧問の先生が代わり、生徒主体の練習となりました。この時期に、自分で考えて練習をするようになり、自主性が育まれたと思います。

市長 厳しい練習を土台にしながら、自分で考える自主性を学べたことは、その後、平野選手がプロで長く活躍されていることにつながっているのではないのでしょうか。

実は宇治市の職員に、北宇治中学校の平野さんの後輩で、当時バッテリーを組んでいた職員がいます。当時の平野さんの印象を聞いています。

令和6年3月に宇治市観光大使に就任され、プロ野球チーム「オリックス・バファローズ」で投手として活躍されている、平野佳寿選手と松村市長の対談を行いました。宇治市で育ち、現在2児の父親でもある平野選手に「努力を継続する大切さ」や「子育てや家族への思い」についてお話しいただきました。

宇治市観光大使 市長と語る
 ひらの よしひさ

平野 佳寿

努力の先にあること。



対談

まつむら あつこ

宇治市長 松村 淳子

ひらの よしひさ

オリックス・バファローズ 平野 佳寿 投手

令和6年3月に宇治市観光大使に就任され、プロ野球チーム「オリックス・バファローズ」で投手として活躍されている、平野佳寿選手と松村市長の対談を行いました。宇治市で育ち、現在2児の父親でもある平野選手に「努力を継続する大切さ」や「子育てや家族への思い」についてお話しいただきました。

プロファイル 平野 佳寿 選手

昭和59年生まれ。小倉小学校▶北宇治中学校▶府立鳥羽高校▶京都産業大学
 小学3年生で地元の学童軟式野球チーム「小倉リトルズ」へ入部し野球を始めた。中学から大学まで野球を続け、平成18年にオリックス・バファローズ入団。平成30年からメジャーリーグへ(アリゾナ・ダイヤモンドバックス▶シアトル・マリナーズ)。令和3年からオリックス・バファローズに復帰。令和5年には日米通算250セーブを達成し、現在も現役として活躍中。



©ORIX Buffaloes



当時の平野選手の印象



上手い先輩方の中の一人と記憶しており、和気あいあいとしたチームの雰囲気の中、メリハリをもって取り組んでおられました。チームメイトとふざけ合うようなことがあっても、その後一人で黙々と走り込みをされていた姿が印象に残っています。

誰かが見てくれている

平野 私が真摯に取り組む姿を見てもらえていたのは、とても嬉しいです。当時、サッカー部の顧問の先生にも取り組む姿勢を褒めていただいたことがあって、非常に励みになりました。今の学生の皆さんにも「誰

かが見てくれている」ということを意識して取り組んでほしいですし、何かを続けるためには大事なことだと思います。

市長 今の子どもたちはSNS上の言葉や周りの目を気にすることも多いと思いますが、そういった意味ではなく、温かく見守り応援している周りの大人の存在を意識することはとても大事ですよ。

宇治市内の野球場で、平野さんについて思い入れのある球場はありますか。

平野 中学時代の試合は黄檗公園野球場で、小学校の頃の大会の決勝戦などは太陽が丘で行われていました。特に黄檗公園野球場は、中学時代の自分にとってのメイングラウンドとして記憶してい

平野 身長が伸びたのは中学生の頃です。高校生の頃には既に183cm程度ありましたが、1年生の時は体重が60kgも無くてガリガリでした。大学時代の20歳前後で体格がしっかりしてきました。

成功するために大切なことは

市長 目標や成功にたどり着くためには何が必要なのか私自身も日々悩みながら取り組んでいます。平野選手が、大学時代に野球選手として開花されたことはつの成功と言えますが、その成功にたどり着くために大切なことは何でしょうか。

今一番

気を付けていること

平野 一つ言えることは「諦めないこと」です。高校時代に結果が出せず、自分よりも素晴らしい選手が多かった中でも、小学生の頃に抱いた「プロ野球選手になる」という夢を諦めずに挑み続けたことが、自分の中で一番大事なことであったと思います。

また、大学進学も含めて、野球を続けるには金銭的にも負担になったと思うのですが、私が「やりたい」と言ったことに對して、何も言わず送り出してくれた両親には、感謝しています。

す。長年の経験を積まれたからこそ、気を付けておられることもあるのでは。

平野 今まで比較的怪我が少なかったのですが、この数年増えてきており、怪我の怖さを身に染みて感じています。身体づくりの勉強をさらにしていきたいです。

若い選手からも自分のトレーニングとは違う方法を教えてもらうなど、可能な限り多くを吸収していきたいと思っています。

市長 夢を追いつけるためには、日々の努力が大切ということですね。

自分で様々な発見をしてほしい

市長 ここからは、平野さんの家族観やお人柄について、お聞きしていきたいと思っています。

平野さんには小学生のお子様2人いらっしゃるということですが、野球に興味は持たれているのでしょうか。

平野 下の子どもは小学1年生から野球をしています。

市長 お子様に野球のノウハウを伝える等の指導はされますか。

平野 自分の経験からも、幼少期は上から押し付けられることに苦痛を感じ、大学時代に自分で考えて結果を出せたということがあるので、あまり口出しはしていません。

市長 平野さんとして野球に対する知識は深いけれども、お子様に対しては「自分で見つけよう」ということですね。



▲黄檗公園野球場

るので、投手として何度も投げた球場として思い入れが深いです。

市長 黄檗公園野球場は、改修工事を行い、新しくなりました(改修後の黄檗公園野球場の様子を写真で紹介)。近年災害が激甚化する中、黄檗公園全体を防災拠点として整備を進めてきましたが、野球場はグラウンドやスコアボードなどの周辺整備も合わせて実施しています。

平野 実際に改修後の野球場は見たことはないのですが、見違えるほど素晴らしい球場になっていますね。

市長 野球場の人工芝の部分は、ヨガ会場として活用する等、野球以外でも地域の皆さんに楽しんでいた



▲野球場でのヨガ

だけの場所となっています。

平野 野球以外でも、地域の人が利用できるのは良いですね。

市長 また、野球場の周辺では、萬福寺の法堂、大雄寶殿、天王殿の三棟が、昨年国宝に指定されました。萬福寺をはじめ野球場周辺には魅力ある場所がありますので、多くの方に訪れていただけたら嬉しいです。

高校時代に味わった悔しさ

市長 高校時代には甲子園に出場、リリーフ投手として活躍され、大学で野球選手として気にか開花されたのですね。

平野 鳥羽高校の野球部は、当時全学年で約100人の部員があり、公立高校の中で野球に力を入れている学校でした。甲子園は、先輩方に連れて行ってもらい雰囲気味わわせていただいたという印象です。自分の野球人生の中で練習が一番厳しかったのは高校時代で、監督にも気にかけていただいたのですが、結果が出せず、今でも申し訳ないという気持ちが残っています。

ただ、高校時代に活躍できなかった悔しい気持ちバネとなり、大学生の時に身体のパランスも良くなって一気に開花できたのだと思います。

市長 野球選手にとって重要なのは、技術の地下となる体力や土台となる体格ですよ。平野選手の今の理想的と言える体格が形成された時期をお聞きしたいです。

平野 本当にそのとおりで、彼が真剣に向き合ってアドバイスを求めてきた時は教えるというスタンスです。自分で様々な発見をしてほしいし、チームメイトや指導をされている方々と一緒に野球することが、今は大事だと思います。

市長 お子様から「お父さんのように」ピッチャーになりたい「甲子園に行きたい」「プロ野球選手になりたい」と相談されたら、どうされますか？

平野 そうなれば、私も頑張つて一緒にやっていきたいですね。今はとにかく野球を楽しんでほしいです。実は自分が投げるよりも、子どもが投げている姿を見る方が緊張します。

子育てにやさしいまちとは

市長 宇治市では「子育てにやさしいまち実現プロジェクト」に取り組んでいます。子育て中の世帯を、地域で温かく見守りサポートし、「一緒に子育てしていく」という取組です。

宇治で育ち、現在は宇治市外で子育てをされている平野さんにとって「子育てしやすい街」とはどのような街でしょうか。

平野 子育てにかかる金銭的な負担を軽減することも大切ですが、子どもを連れて遊べる施設が多くある街が良いと思います。

市長 アメリカで子育てをされていた経験から感じられた、アメリカと日本の違いはありますか？

親子でいっしょに～安心・安全な～ スマートフォンの使い方講座を開催します

岡東宇治図書館 ☎39-9182)

時3月26日(水) 午後2時～3時半 所東宇治コミュニティセンター 対市内
在住・在学の小学生と保護者 定先10組20人 内親子で知っておきたい正しい
スマホの使い方 講ソフトバンク(株)スマホアドバイザー 他デモ機での受
講(親子各1台) 申3月5日(水) 午前9時から、電話か東宇治図書館窓口へ。



人に優しい
デジタル社会に向けて
スマートフォン講座

©ORIX Buffaloes



平野 アメリカでのグラウンドはあまり整備されていなかった印象ですが、大きい公園や自由に使える球場が多かったように記憶しています。
市長 宇治市でも、子どもも大人もスポーツに親しむ機会を増やし、スポーツを通じて心身ともに健康な生活を送れる魅力あるまちづくりを目指していきたいと思っています。
平野 広野中学校ではナイターの設備を使って夜間の貸出をしていると聞いたことがあります。夜も使える球場が増えればもっとスポーツの輪が広がるのではないのでしょうか。先ほどのお話であった黄檗の人工芝でヨガができる取組など、子どもも大人も楽しめる場所があるの

は良いですね。
市長 西宇治公園には中庭芝生広場を整備しており、乳幼児期の小さなお子さんから安心して遊べる環境をつくっています。幼少期からの体験も大切にしていきたいと考えています。



▲西宇治公園の中庭芝生広場

「家族には感謝しかない」
市長 平野さんにとって、ご家族とはどういった存在なのかお聞かせいただけませんか。
平野 家族には感謝しかありません。アメリカでも家族の支えが無くてはプレーできなかったと思います。両親については、先ほども言いましたが、プロになるまで何も言わずに野球を続けさせてくれたことを本当に感謝しています。
市長 平野さんが目標に向かって歩む環境をご家族がサポートしてくれてきたということですね。
平野 家族のサポートがあつて今の私が

あると言っても過言ではありません。

チームの力に なれるよう活躍したい

市長 最後に、平野さんの今年の抱負をお聞かせいただけますか。

平野 昨年は、自分もチームも不甲斐ない成績だったので、今年はまだ一度優勝して「オリックスが強いんだ」というのを見せたいと思っています。これは自分の使命のように感じています。今は優勝しか考えていません。優勝できたとしても、私自身が投げてなかったら正直面白くないので、チームの力になれるよう自分もしっかり活躍したいです。

市長 今年は蛇年(巳年)ということですが、脱皮を繰り返す蛇のイメージから変化や成長をして活躍する年とも言われています。平野さんもお身体に気を付けていたくださいね、ますます活躍されることを心より願っています。

私たちも平野さんに負けないぐらい、脱皮しながら成長していく年にしていきたいと思っていますので、引き続き観光大使としてお力添えよろしくお願ひいたします。本日はありがとうございました。

平野 ありがとうございます。



対談の様子は
市公式YouTubeで
配信予定です

新入団員募集

楽譜が読めなくても大丈夫です！一緒に歌いませんか。

対市内在住で7年4月に小学2年生～中学1年生になる人
団費、保護者会費等 申新入団員募集チラシ裏面の申込書を、3月1日(土)～4月15日(火)(必着)に、郵送・ファクスか同課窓口(〒611-8501 宇治琵琶33)へ。申込書は同課や公民館、コミュニティセンター等にある他、市ホームページから印刷も出来ます。

第46回定期演奏会

1年間の練習の成果を発表します。演奏会終了後は引き続き卒団式を行います。
時3月16日(日) 午後1時半～4時(開場は午後1時) 所文化会館大ホール

体験入団会

歌って踊って、一緒に楽しく練習しませんか。
時4月12日(土) 午後3時～4時 所文化会館リハーサル室 対市内在住で7年4月に小学2年生～中学1年生になる人 申3月1日(土)～31日(月)に、ホームページ専用フォームへ。



▲市ホームページ

読者の皆様へプレゼント

平野 佳寿 選手のサイン色紙を、抽選で3名にプレゼントします。

申3月10日(月)までに、専用フォームで応募してください。

岡秘書広報課 ☎20-8704)

※1人1回限りの応募となります。

※当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

応募はこちら



3名様に
プレゼント



市制施行記念日に市政功労者などを表彰

とき

3月1日(土)

ところ

文化センター大ホール

閩秘書広報課秘書係 ☎ 20・8701

今日まで市政の発展にご尽力をいただいた市政功労者の表彰を行います。
また、体育・スポーツの振興に貢献された人や団体にスポーツ賞の表彰を、文化の振興に貢献された青少年にジュニア文化賞の表彰を行います。
さらに、市民による善行や優れた地域活動を継続されている人を地域社会貢献者として表彰し、障害者の援護更生に顕著な功績のある人等に
表彰状や感謝状を贈呈される人は、次の皆さんです。(順不同・敬称略)

市政功労者

◆感謝状贈呈

《公平委員会委員》

後藤 美穂

◆表彰状贈呈

《自治功労者》

北村 庄司、赤井 登美子、田中 佳子、
西川 圭子、森岡 俊成、三浦 真、
匿名1人(本人の希望により)

《特別職報酬等審議会委員》
多々 納裕

《篤志者》
匿名1人(本人の希望により)

《集会所管理者》
新谷 和久

《永年勤続職員》
38人

《スポーツ推進委員協議会委員》
河原崎 正良

《少年補導委員》
秋枝 路子、池本 栄子、岡本 里美、
櫻田 正彦、篠 美矢子、白谷 吉弘、
墨谷 まゆみ、竹下 由美、鳥羽
弥恵子、中澤 敬治、中谷 延子、
西村 裕、森ひとみ

《子ども・子育て会議委員》
安藤 和彦、岸 敬子、迫きよみ、
松井 明恵、松井 敏子、松村 祐子

《要保護児童対策地域協議会
委員》
奥西 隆二

《市医》
寺崎 敦子、松崎 修二

《老人ホーム入所判定委員会
委員》
大石 嘉啓

《健康づくり・食育推進協議会
委員》
切明 友子、中村 長隆

《介護サービス相談員》
森下 洋子

《国民健康保険運営協議会委員》
山田 良尚

《都市計画審議会委員》
藤山 裕紀子

《交通バリアフリー検討委員会
委員》
波床 正敏、平尾 和洋

《福祉有償運送運営協議会委員》
石原 宏武

《学校医》
今林 丈士、大石 明人、増井 明

スポーツ賞

《栄誉賞》

島田 麻央(スケート競技)、林
穂之香(サッカー)、山口七穂(アイ
スホッケー)

《優秀選手賞》

芦田 和佳(陸上競技)、井内 菜津美
(陸上競技)、大西 桃花(陸上競
技)、岡田 智絵(テニス)、児玉 一成
(サッカー)、小林 理空(空手道)、佐藤
ゆあ(陸上競技)、田井 滉泰(空手
道)、立川 遼翔(サッカー)、西川 勝之
(フエイトリフティング)、山口 尚子
(弓道)

《ジュニア賞》

青木 空優(アメリカンフットボ
ール)、石尾 悠介(空手道)、内山 碧
(軟式野球)、大垣 心太郎(テニス)、
大藪 詩織(軟式野球)、金沢 純未
(スケート競技)、木下 農(体操競
技)、小泉 啓太郎(水泳競技)、小島
理人(自転車競技)、清水 優桜
(空手道)、高橋 星名(スケート競
技)、田中 絵美莉(空手道)、田中
祐莉(空手道)、堂園 晃大(空手
道)、戸田 樹里(軟式野球)、中川
丸玖(アメリカンフットボール)、
長島 健伸(空手道)、中本 莉空

(テニス)、福元 涼誠(空手道)、
藤原 彩花(ボウリング)、三明 慶祐
(空手道)、麦谷 杏莉(空手道)、
森下 真希(空手道)、山田 恵(ス
ケート競技)、山田 美煌(軟式野
球)、伊勢田ファイターズ(軟式野
球)、宇治柔道会(柔道)

《奨励賞》

浅井 心晴(空手道)、浅井 萌羽(空
手道)、岩本 蓮司(陸上競技)、窪田
樹(ソフトテニス)、斎藤 聖真(柔
道)、塩貝 美乃(空手道)、下農 晴翔
(柔道)、千葉 美樹(武術太極拳)、
辻 創太郎(空手道)、中島 大雅(ソ
フトテニス)、西村 羽叶(陸上競
技)、三宅 璃央(空手道)、向朝輝
(柔道)、森本 結愛(柔道)、吉池 玲
那(卓球)、東宇治中学校女子卓球部
(卓球)、宇治柔道会(柔道)、立命館
宇治中学校女子テニス部(テニス)

《功労賞》

金沢 文姫、加茂 孝祐、喜田 泰司、
木下 喜彦、高津 俊介、椎野 裕美、
辻村 孝彦

ジュニア文化賞

《文化賞》
東宇治中学校吹奏楽部(マーチン

グ)、ラオニン(ポスターセッショ
ン)、京都翔英高等学校吹奏楽部
(吹奏楽)、田中 沙耶(地図作品
展)、廣江 七海(プレゼンテーショ
ン)、前田 自然(アダランス)、山崎
心春(バレエ)

《奨励賞》

宇治中学校吹奏楽部(マーチング)、
京都芸術高等学校映像研究部
(アニメーション制作)、國枝 菜名
(バレエ)

地域社会貢献者

富部 炎、玉井 康義、田邊 浩
初田 隆史、弓指 義弘、井戸 本
道衛

障害者自立更生者等市長表彰

佐瀬 節子、石野 勉、佐藤 正志、
要約筆記サークルやまびこ

優秀政策表彰

子育てにやさしいまち実現プロ
ジェクトチーム、紫式部ゆかりの
まち宇治魅力発信プロジェクト
チーム

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。

◎乳幼児健診等

事業	対象	その他
1か月児健康診査	令和7年3月生まれ	親子健康手帳の交付時に受診券を渡しています。
3か月児健康診査	令和6年12月生まれ	詳細は、3月19日頃に発送する個別通知を確認してください。
10か月児健康診査	令和6年5月生まれ	3月24日頃に発送する個別通知を確認の上、受診期間内に市内の協力医療機関にて受診してください。
1歳8か月児健康診査	令和5年7月生まれ	詳細は、3月10日頃に発送する個別通知を確認してください。
3歳児健康診査	令和3年10月生まれ	詳細は、3月14日頃に発送する個別通知を確認してください。
BCG予防接種	生後6か月～1歳未満	詳細及び予約票は3か月児健康診査時に渡しています。

◎教室

事業	対象	ところ	とき	その他
離乳食教室	令和6年11月生まれ	健やかセンター	4月24日(木)	☑必要。4月1日(火)から電話で保健推進課へ。
あんしんかんDE お話タイム		健やかセンター	4月8日(火) 9時30分～11時	参加者同士の交流と遊びの紹介。 ☑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	4月8日(火) 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	4月28日(月) 10時～11時 (受付は10時～)	計測。 ☑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。
		東部地域子育て支援センター	4月25日(金) 10時～11時 (受付は10時～)	
		西部地域子育て支援センター	4月30日(水) 10時～11時 (受付は10時～)	
パパとママのための 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	4月22日(火) 10時～11時 (受付は10時～)	保育士によるふれあい遊びの紹介、赤ちゃんの発達の話、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。
		健やかセンター	4月18日(金) ①9時30分～10時30分 ②10時30分～11時30分	
パパママ教室	妊婦さんの交流会～助産師とストレッチ～	健やかセンター	4月24日(木) 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口の話、交流タイム。 ☑必要。子の同伴は要相談。開催日の7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～		4月17日(木) 10時45分～11時45分 (受付は10時30分～)	☑必要。子の同伴は要相談。開催日の7日前までにEメール(※2)で保健推進課へ。
	パパとママの沐浴・お世話体験		4月19日(土) 10時～11時45分 (受付は9時45分～)	うじ安心館の工事期間のため、沐浴実習は水を使わず実施する場合があります。☑必要。開催日の7日前までにEメール(※2)で保健推進課へ。

※1＝参加希望日・参加者氏名(ママ・パパ・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(パパとママの沐浴・お世話体験を除く)を☑papamama-start@city.uji.kyoto.jpへ。























輝け！

宇治っ子

令和6年3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3月3日必着)。
詳細は市ホームページまで →





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

☑問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

事前の申込不要です。気軽に参加してください。

事業名・問い合わせ	ところ・とき	その他
おやこっくらんど ☑問生涯学習センター ☎39-9500	☑所生涯学習センター ☑時3月25日(火) 10時～11時30分	☑未就学児と保護者 ☑肉「人形劇を楽しもう(出演：人形劇サークル「ラディッシュ」のみなさん)」、おもちゃ遊び、体操、パラバルーン など
赤ちゃんサロン ☑問社会福祉協議会 ☎22-5650	☑所西宇治体育館 ☑時3月27日(木) 10時～12時	☑妊婦、生後1～6か月の子と保護者 ☑肉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 ☑持バスタオル・飲み物
赤ちゃん広場 ☑問社会福祉協議会 ☎22-5650	☑所西宇治体育館 ☑時3月6日(木) 10時～12時	☑生後7～12か月の子と保護者 ☑肉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 ☑持バスタオル・飲み物
おしゃべりキャッチボール ☑問社会福祉協議会 ☎22-5650	☑所西宇治体育館 ☑時3月13日(木) 10時～11時30分	☑妊婦、未就学の子と保護者 ☑肉子育ての気になることについて参加者同士の交流・情報交換 ☑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。

医療機関	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	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30分～4時
診療時間	内科・小児科 (当日電話事前連絡制)	歯科 (事前連絡不要)
	午前10時～12時 午後1時～5時	午前9時30分～11時30分 午後1時～2時30分
	診療場所	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～)
医療機関 (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。
医療機関	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。



宇治の気象・地震
や防犯の情報
をタイムリーに
受け取りたい！

防災・防犯情報（※）
を LINE でお知らせ！
※京都府防災・防犯メールの内容

① LINE のトーク画面
トップの「受信設定」
をタップ



前日の夜または
当日の朝に、LINE
でお知らせ！

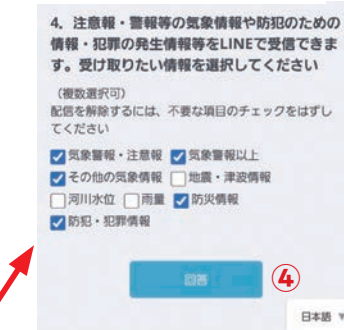
② 表示された画
像の「受信設
定」をタップ



② 表示された画像
の「ごみの定期
配信」をタップ

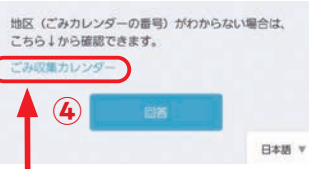
③ ごみ収集カレン
ダーの地区、通
知するごみの種
類、通知の時間
帯を選択

③ 質問 4 で、受け取りた
い情報を選択



④ 「回答」をタップし、
次に表示される画面
の「送信」をタップ
して設定完了！

③ ごみの定期配信（2022年4月1日～）



地区が分からない場合は、
「ごみ収集カレンダー」を
タップして調べられます。

④ 「回答」をタップし、
次に表示される画面
の「送信」をタップ
して設定完了！

3月は自殺対策強化月間です

図地域福祉課 ☎ 20・8730

自殺は決して特別な問題ではなく、誰にでも起こりうる身近な問題です。

もし、あなたの周りに悩みを抱えた人やいつもと様子の違う人がいれば、勇気を出して声を掛け、じっくり話を傾けてください。寄り添うことが、悩みを抱える人にとって、大きな力になります。様々なこころの悩みについて相談出来る窓口を紹介します。



▲「まもろうよこころ」
(厚生労働省特設サイト)

その他の主な相談窓口

- 京都府自殺ストップセンター ナビダイヤル ☎ 0570・783・797（年中無休）
- 京都いのちの電話 ☎ 075・864・4343（年中無休24時間）
- よりそいホットライン ☎ 0120・279・338（年中無休24時間）

関連図書展示・貸出

時 3月18日（火）～30日（日） 所 市内3図書館

自殺対策強化月間関連セミナー 思春期・青年期の自傷・自殺対策と援助要請の育成について

図男女共同参画課 ☎ 39・9377

思春期の心理的課題は多岐に渡りますが、特に自傷と自殺について考えさせ

んか。
時 3月22日（土）午後1時半～ 所 ゆめりあうじ 定 先 ◎会場 1150人 ◎オンライン 11定員なし 講 松田真理子さん（京都文教大学臨床心理学部教授）
他 保育あり（6カ月～小学3年生。会場参加者のみ。） 申 参加区分（会場かオンライン）、氏名（ふりがな）、住所・連絡先（電話かメールアドレス）、保育希望の有無、保育希望の場合は子の名前と年齢を、3月15日（土）までに、電話・Eメールか同課窓口 ☎ ousoumeria@city.uji.kyoto.jp へ。



▲ E メール

マイナンバーカードの 休日交付(事前予約制)

問 マイナンバーカード専用窓口 ☎21-0428)

マイナンバーカードの交付(新規・更新)だけでなく、同カードの申請サポート(無料の写真撮影含む)、電子証明書の発行(新規・更新)、暗証番号の再設定、住所変更等に伴う記載事項の変更(市民課での手続きが済んでいる場合のみ)、健康保険証の利用申込、公金受取口座の登録も出来ます。

時 3月16日(日) 午前9時～午後2時

所 市役所1 階同専用窓口

持 手続きによって異なりますので、お問い合わせください。





▲詳しくはこちら

3月1日～7日は春の火災予防運動

守りたい 未来があるから 火の用心

問予防課(☎39-9402)

▶ お出かけ前には、火の元の確認も忘れずにしましょう！

▶ 住宅用火災警報器の設置・点検をしましょう！本体の交換は10年が目安です！



健康・福祉



情報BOX

京都SKYシニア大学受講生募集

時 5月13日(火)～8年3月
所 京都府立京都学・歴史館、ハートピア京都等
対 概ね50歳以上の人
内定 ◎健康長寿Ⅱ150人◎歴史・京都学

今後のイベントや行事の情報をお届けします。

自然体験Ⅱ40人
¥ 2万4千円～5万7千円
申 受講申込書を、3月3日(月)～31日(月)に、郵送で、(公財)京都SKYセンター「京都SKYシニア大学」係(〒604・0874 京都市中京区烏丸通丸太町下るハートピア京都2階)

Ⅱ 150人◎アクティブシニアライフⅡ 40人◎スマホ活用Ⅱ 50人◎スポーツⅡ 50人◎山城再発見Ⅱ 40人◎京都見聞Ⅱ 80人◎ガイドが魅せる京都Ⅱ 80人×2クラス◎人生100年・探究心Ⅱ 40人◎



時 3月19日(水)午後0時
15分〜0時45分
所 市役所1階市民交流
ロビー
他 自由席・申込不要
《出演者》岡田優花さん
《ジャンル》ピアノソロ
《曲目》ベルガマス組曲 他
問 文化スポーツ課

宇治田楽 公開練習会・動画上映会

10月18日開催の宇治田楽まつりの参加者募集を前に、公開練習会を行います。

踊り・太鼓・篠笛を体験してみませんか



0226)へ。

傾聴ボランティア養成講座

日頃話し相手も少なく
活力を見失いがちな人が
いきいき生活を送れるよ
う、親身に寄り添い傾聴
を行うボランティア養成
講座を開催します。

時 3月26日(水)午後1時半～4時半
所 総合福祉会館
定 先 30人

講 中瀬真弓さん(福)京都いのちの電
話 事務局長)

申 3月3日(月)～19日(水)に、電話で、
社会福祉協議会 ☎22・5650)へ。



か。宇治田楽PR動画上映会も同時開催です。

時3月16日(日)午後1時～3時

所生涯学習センター

持運動出来る服装・運動靴

関宇治田楽まつり実行委員会 ☎090・8147・4499

宇治市先端設備等導入支援補助金

労働生産性の向上を目的とした先端設備等の導入を行う事業者に対し、補助金を交付します。

▲市ホームページ

《補助金額》補助対象経費の2分の1(補助対象設備1件あたり上限50万円、1事業者あたり上限100万円※先端設備等導入計画に従業員に対する賃上げ方針の表明を掲載している事業者は上限200万円)

申8年1月30日(金)まで(消印有効)に、郵送か産業振興課窓口へ。

自衛官の募集

《募集種目》◎一般曹候補生◎自衛官候補生等

※詳しくは「自衛隊京都」でインターネット検索 関宇治地域事務所 ☎44・7139

▲自衛隊ホームページ

催し

かんでんキッズスクール宇治発電所探検隊

SMB C 宇治グリーン発電所
親子で水力発電について学び、普段は入れない発電所内部の見学や職業体験をします。

時 3月26日(水) ◎午前部 午前10時～午後0時半 ◎午後部 午後2時～4時半

所 関西電力(株)宇治発電所
対市内在住の小学5・6年生と保護者(子ども1人につき保護者1人)
定抽各8組

申 3月4日(火)までに、関西電力(株)のホームページへ。
問 関西電力(株)再生可能エネルギー事業本部イベント事務局 (☒ kandenevent-hydropower@a2.kepcoco.jp)

その他

パスポートの申請はお早めに
3月24日の申請受理分から、パスポートが「2025年旅券」に変わります。
●**顔写真ページがプラスチック製になります**
顔写真のページがプラスチック製と

なり、パスポートの偽造・変造防止対策が強化されます。

● **申請から受け取りまでの期間が2週間程度になります**

国立印刷局においてパスポートを集中的に作成することになり、申請から受け取りまでの期間が従来よりも長い日数を要します。海外旅行や留学を予定している人は、早めに申請してください。

● **オンライン申請がお得です**

マイナンバーカードを使って、マイナンバーからオンライン申請をする場合、手数料が400円安くなります。また、オンライン申請の場合はクレジットカードによる手数料の納付も可能です。

問 京都府旅券事務所
所 一 075・352・6655、山城広域振興局パスポート窓口
☎ 24・5362



	オンライン申請	窓口申請
10年用	15,900円	16,300円
5年用	10,900円	11,300円
子ども	5,900円	6,300円
記載事項変更	5,900円	6,300円

▲3月24日以降の申請受付分の手数料



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 (問 健康づくり推進課、男女共同参画課)

保健師が
健康づくりに役立つ
情報をお届けします



3月1日から8日は
女性の健康週間です
「骨活していますか？」

人生100年時代と言われる
ようになり、骨の強さが
ますます重要に
なっています。



骨粗しょう症とは

骨量が減少して骨がスカ
ス力になり、もろくなっ
てしまうことです。男女とも
にかかる可能性がありますが、
特に女性に多く見られ
る病気です。女性ホルモン
である「エストロゲン」が大
きな影響を与えていると言
われています。

なぜ「エストロゲン」は
骨に影響を及ぼすの？

卵巣から分泌されるエス
トロゲンは、古い骨を壊す
細胞の働きを抑え、新しい
骨を作る細胞を活性化させ
ることが分かっています。
エストロゲンの分泌は思春
期に急増し始め、20歳前後

若い世代であっても

骨粗しょう症は、閉経後や
高齢の女性だけに起こること
ではありません。若い女性で
あっても、過度なダイエット
による栄養不足や月経不順、
運動不足、不健康な生活習慣
などによっても発症したり、
骨密度が低下して骨折してし
まう可能性があるため注意が
必要です。

骨活の大切さ

女性の心からだと、一生を
通じてエストロゲンの影響を
受けています。規則正しい生
活やバランスの取れた食生活、
適度な運動と睡眠は、骨の健
康を保つだけでなく、さまざ
まな心身の不調への対処にも
つながります。若いうちから
丈夫な骨を保つために、「骨
活をはじめてみませんか」。

家庭で地域で 防災訓練を

(問 危機管理室)

地震の震度



おうじちゃん

「ちはやー！地震の震度につ
いて教えて欲しいでしゅ！」

「震度は、それぞれの場所での揺れの大きさを0～7の10段階で分けたものよ。今は震度計で観測しているけど、1996年3月までは気象庁職員の体感や周囲の状況から推定していたらしいわよ！」



ちはや姫



おうじちゃん

「へへ。昔は大変だったんでしゅネ！」

「気象庁のホームページに震度ごとの想定被害の説明があるわ。一緒に確認しましょう！」



▲詳しくはこちら



ちはや姫

レッツ！エコ・リサイクル

(問 環境企画課)

太陽光発電ってメリットがあるの？

太陽光発電を設置した住宅が増えていますが、太陽光発電のメリットは何でしょう。また、発電した電気は電力会社に売電すべきか、自分の家で使うべきか、どちらがお得でしょうか。



経済的なメリット

毎月の電気代を削減できます。また、蓄電池を設置し、昼間に発電した電力を貯めて夜間や雨天時に使うと、さらに電気代が節約出来ます。現在の電力購入単価は売電単価の約2倍になっているため、発電した電気は、自分の家で消費する方が経済的なメリットがあります。

災害など、もしもの時の備え

地震や台風などで停電した時にも一定の電気が使用出来、安心です。

ゼロカーボンの推進に貢献

家庭から出るCO₂排出量が削減出来ます。

(環境省資料「太陽光発電の導入拡大に向けて」等から作成)

太陽光発電と蓄電池の
同時設置に対する補助
制度があります！



▲詳しくはこちら

読むだけ！エコ・
アクション・ポイ
ント対象事業



▲ポイント獲得
はこちら

【発行】宇治市

〒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/>

広報SNS



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。

