

◆◆◆◆◆ 主な記事 ◆◆◆◆◆

- 小金井市と災害時相互応援協定を締結…2面
- 明るい選挙 啓発ポスター・標語の募集…3面
- 夏休みは図書館へ…4面
- 市民情報短信(募集)…5面
- 情報BOX…6・7面
- 健康 他…8面



7.15

平成 26 年  
(2014)  
第 1700 号  
●毎月 1 日・15 日発行



発行 宇治市  
編集 秘書広報課

〒611-8501 宇治市宇治琵琶33  
☎ 22-3141(代表)  
FAX 20-8779  
HP <http://www.city.uji.kyoto.jp/>  
携帯 <http://www.city.uji.kyoto.jp/m/>

# 認知症の人にやさしいまち・宇治を 目指して

健康生きがい課

市では、26年4月に、人口に占める65歳以上の高齢者の割合が25%を超え、市の高齢化率は、約10年後には30%に達すると試算しています。

市民それぞれが認知症のことを正しく知り、地域全体で認知症の人を優しく受け入れ、認知症になっても自分らしく暮らせる「認知症の人にやさしいまち・宇治」を目指す、市の取り組みを紹介します。

## 認知症とは

脳や体の病気が原因で、記憶や判断力等の障害が起こり、社会生活が困難になる状態を言います。認知症は、早期の支援で進行を遅らせたり症状を軽くしたりすることができます。

## 認知症初期集中支援チームを設置

市は、府立洛南病院、宇治おうばく病院と連携を強め、府内で初めて「認知症初期集中支援チーム」を設置しました。認知症が疑われる人、認知症の人や家族に対し、医療と福祉の専門職が家庭に訪問し、認知症専門医と共に症状に応じた支援方針を立て、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、しっかりサポートします。

最近もの忘れが多い等、認知症について気になる事や困った事があれば、一人で抱え込まず、まずはお住まいの地域を担当する地域包括支援センター(問い合わせ先は、生き生き手帖をご覧ください)または健康生きがい課に相談してください。

▲れもんカフェでのミニコンサート

## 「れもんカフェ」を開催

れもんカフェとは、市内在住の認知症の人や家族、また認知症の不安がある人や地域の人等が気軽に集えるカフェです。内容は、認知症についてのミニ講座やミニコンサート、参加者同士の交流、専門職のスタッフとの個別相談等です。今年度は、2拠点を増設し、市内6拠点で行います。

### 8月の開催日

とき	ところ	定員	費用
8/3(日)、 13:00～14:00	カフェ頼政道(木幡須留)	-	250円
8/10(日)、 14:00～15:30	地域交流型カフェ・レストラン Reos 槇島(槇島町十一)	先着 40人	300円
8/23(土)、 14:00～15:30	東宇治地域福祉センター	先着 40人	300円

9月以降の予定は、中宇治地域包括支援センター(☎28-3180)へ。

## 認知症に関連した講座(参加費無料)

### 「スリーA」教室

- 脳活性化ゲームを取り入れた認知症予防教室です。
- ◆とき…7月24日(木)、8月28日(木)、9月25日(木)、午前10時半～正午
- ◆ところ…小倉明星園(小倉小学校内)
- ◆対象…市内在住の65歳以上の人
- ◆申し込み…不要。直接、会場へ。問い合わせは、北宇治地域包括支援センター(☎21-8123)へ。

### 認知症予防～こはた“脳力あっぷ”教室～

- 楽しく頭と体を動かしませんか。
- ◆とき…7月25日(金)、8月22日(金)、9月26日(金)、午後2時～4時
- ◆ところ…コミュニティワークこはた館
- ◆対象…市内在住の65歳以上の人
- ◆申し込み…不要。直接、会場へ。問い合わせは、東宇治北地域包括支援センター(☎33-8270)へ。

## 宇治市認知症家族支援プログラム

認知症に関する講義や同じ悩みを抱える家族同士の交流を行います。気軽に参加してください。

- ◆とき・内容・講師…下表のとおり
- ◆ところ…うじ安心館
- ◆対象…初期から中期の認知症の人在宅で介護していて、全回参加できる人
- ◆定員…先着20人
- ◆申し込み…7月16日(水)から、中宇治地域包括支援センター(☎28-3180)へ。初回のみ弁当代500円程度が必要。

とき	内容・講師
9/12(金)※	つくろうネットワーク＝認知症の人と家族の会京都府支部
10/10(金)	学びましょう、認知症のこと＝樋川毅さん(宇治おうばく病院医師)
11/14(金)	上手に使おうサービス利用＝西宇治地域包括支援センター職員
12/12(金)	見つめてみましょう、あなたの心＝認知症の人と家族の会京都府支部
27/1/9(金)	認知症の人との関わり方＝グループホームメイブルリーフ職員
27/2/6(金)	医師と上手に付き合おう＝神野君夫さん(神野医院院長)

午後1時～4時(※は、午前10時～午後3時)

<「認知症連続講座」をインターネットで配信> 府立洛南病院副院長の森俊夫さんによる全10回の講座をライブ配信します。詳しくは、福祉サービス公社ホームページ(HP <http://www.poppo.or.jp/>)をご覧ください。

◆配布は発行日の前々日から3日間。お問い合わせは、(株)ダイコク(フリーダイヤル)☎0120・01・3912へ。

# 小金井市と災害時相互応援協定を締結

24年8月に発生した京都府南部地域豪雨災害の際、災害対応に支援をいただいた東京都小金井市との間で、6月25日に災害時相互応援協定を締結しました。

これにより、福井県越前市、山口県宇部市、沖縄県那覇市と併せ4市と、大規模な災害が起きた際、食料・飲料水及び生活必需品の提供や職員の派遣などの災害時の応急対策について、相互に応援し、協力していきます。



▲同協定締結式での稲葉小金井市長(左)と山本宇治市長(右)

図危機管理課



安全で安心な催しの開催のために

# 市火災予防条例の一部を改正

図予防課 (☎ 39-9402)

25年8月に福知山市の花火大会会場で発生した火災を教訓に、多くの人々が集合する催しに対する一層の防火安全対策を図るため、市火災予防条例の一部を改正しました(7月14日施行)。改正後は、次の2つの催しについては、所定の手続き等が必要で、

## 多数の者の集合する催し

祭礼、縁日、花火大会、展示会、その他の「多数の者の集合する催し」に際

して、必要なことは次のとおり。

- ◎「対象火気器具等」を使用する場合は消火器を準備すること
- ◎「対象火気器具等」を

使用する露店を開設する場合は所轄消防(分)署への届け出をすること

※「多数の者の集合する催し」とは、一時的に一定の場所に不特定多数の人が集まることで混雑が生じ、火災が発生した場合に危険性が高まる催しです。したがって、友人同士等によるバーベキュー、幼稚園で父母が主催する餅つき大会、地域の地蔵盆等のような相互に面識がある人が集まる催しは対象外です。

消防長が定める要件(1日の人出がおおむね11万人以上で、出店露店数が100店舗以上の催し)に該当する大規模な屋外催しを「指定催し」とします。必要なことは、次のとおり。

## 指定催し

電気等を燃料とする器具です。

催しに際して、届け出の要否等は、所轄消防(分)署へご相談ください。なお、本条例の改正内容については、詳しくは、市ホームページをご覧ください。

消防(分)署名	電話番号
中消防署	39-9410
西消防署	39-9413
東消防署	39-9415
榎島消防分署	39-9417

◎火災予防上必要な業務に関する計画の作成と提出(催しを開催する日の14日前までに提出)、及び当該計画に基づく業務を実施すること

# 皆さんの「意見」を募集します

市子ども・子育て支援新制度にかかる各種基準条例の骨子

図こども福祉課、保育課、教育総務課

27年4月に本格施行が予定されている子ども・子育て支援新制度では、家庭的保育事業等の地域型保育事業の認可基準や運営基準、育成学級を始めたとする放課後児童健全育成事業の設備・運営基準等について、市町村が条例を定める必要があります。この度、これらの条例の骨子をまとめたので、市民の皆さんからの意見を募集します。

## 意見を募集する条例

意見を募集する条例は、次のとおり

- ◎(仮称)市特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の運営に関する基準を定める条例
- ◎(仮称)市地域型保育事業の設備及び運営に関する人・団体
- ◎市内在住・在勤・在学

## する基準を定める条例

◎(仮称)市放課後児童健全育成事業の設備及び運営に関する基準を定める条例

## 対象

次のいずれかに該当する人・団体

## 提出方法

◎本市に事務所または事業所を有する個人及び法人、その他の団体  
◎本市に対して納税義務を有する個人及び法人  
◎前記対象の他、各条例の骨子に利害関係を有する人

## 資料の閲覧

各条例の骨子及び所定の用紙は、市役所(こども福祉課・保育課・教育総務課・市役所1階行政資料コーナー)、市の主な公共施設その他、市ホームページで閲覧できます。

## 家族でお出かけ 節電キャンペーン

クールスポットは、夏の昼間に家族そろって外出することにより、家庭での電力消費を削減する取り組みです。右表のクールスポットへ、出掛けませんか。



# クールスポットを実施

図環境企画課

ところ	とき	内容	問い合わせ
文化センター大ホール	8/6 ☽	宇治シネマ劇場「アナと雪の女王」 ◎入場無料(要入場整理券) ※詳しくは、本号情報BOX(6ページ)をご覧ください。	文化センター(☎39-9333)
	8/21 ☽	平和☆ひゅうまん夏フェスタ(アニメ映画上映他) ①一つの花 ②怪盗グルーのミニオン危機一発 ◎入場無料(要入場整理券) ※詳しくは、8月1日号に掲載します。	人権啓発課または総務課
植物公園	7/29 ☽~8/12 ☽ の平日(月曜日休園)	入園料の軽減 ◎小・中学生無料 ◎大人半額(500円→250円)	公園緑地課または植物公園(☎39-9387)
黄檗公園・西宇治公園	7/28 ☽~8/12 ☽ の平日	プール使用料の軽減 ◎小・中学生無料 ◎大人半額(400円→200円)	公園緑地課または黄檗公園(☎39-9249)または西宇治公園(☎39-9251)

# 放置自転車、迷惑です

## 放置自転車のない、安全なまちづくりにご協力を

園交通政策課

放置自転車は、通行の妨げや交通事故の原因になり、点字ブロックや消火栓の上に自転車を放置すると、その機能を妨げます。また、救急車などの緊急車両の走行や活動を妨害することにもなり、人命にかかわる場合もあるため、放置自転車のない安全なまちづくりにご協力ください。

### 駐輪場の利用を

市では、放置自転車をなくすために放置禁止区域を指定し、警告の上、定期的に放置自転車の撤去を行っています。昨年は、市内全域で962台の自転車を撤去しました。中でも近鉄小倉駅周辺(120台)、近鉄大久保駅周辺(193台)、JR六地藏駅周辺(114台)の3駅周辺で全体の約半

### 撤去された自転車は

市では撤去した自転車を、市内2カ所の保管場所に移動します。また、撤去時に自転車に表示されている氏名・住所や防犯登録番号から所有者に連絡をし、速やかに返還できるように努めています。

◆放置禁止場所・返還場所  
所：下表のとおり  
◆返還日：月・水・土・日曜日の午後2時～7時

◆持ち物：◎本人であることが確認できるもの(運転免許証・健康保険証など)◎2000円(移動・保管費用)◎自転車を特定できるもの(自転車の鍵・保証書など)  
なお、撤去後1カ月以内に返還請求がなければ、市が処分します。

### 盗難に遭わないために

盗難に遭った自転車が乗り捨てられ、放置自転車につながる場合があります。盗難に遭わないためにも、自転車を駐輪する際には、必ず鍵を2カ所にかかけましょう。

表:撤去された自転車の返還場所

放置禁止場所	◎ JR・地下鉄六地藏駅近辺 ◎ JR・京阪木幡駅近辺 ◎ JR・京阪黄檗駅近辺 ◎ 京阪三室戸駅近辺 ◎ JR・京阪宇治駅近辺	◎ 近鉄伊勢田駅近辺 ◎ 近鉄大久保駅近辺 ◎ 近鉄・JR 小倉駅近辺 ◎ JR 新田駅近辺
	五ヶ庄保管場所 (五ヶ庄西川原 30-37、☎32-9950)	大久保保管場所 (大久保町北ノ山 106-1、☎46-5999)

## 明るい選挙

## 啓発ポスター・標語の募集

園選挙管理委員会事務局

明るい選挙を推進する上で役立つ、ポスター・標語を募集しています。詳しくは、選挙管理委員会事務局にある他、市ホームページに掲載の募集要項をご覧ください。

### ポスター

◆内容：明るい選挙を推進することを表すポスター1で、使用する啓発標語は「明るい選挙」に限らず、自由に考えてください。

◆応募資格：次のとおり

- ◎ 児童・生徒の部：市内の小・中学校、高等学校の児童、生徒
- ◎ 一般の部：市内在住の人(家族、友人、グループ)

◆応募方法：9月12日(金)まで(必着)に、次の方法で、同事務局へ。

◎ 児童・生徒の部：作品の裏面右下に、学校名・所在地・学年・氏名(ふりがな)を書き、学校を通じて応募

◎ 一般の部：氏名(ふりがな)・住所・年齢を記入。合作の場合は、区分(家族、友人、グループ、職場名

### 標語

◆内容：明るい選挙を推進することを表す標語(おおむね20字以内)

◆応募資格：次のとおり

- ◎ 児童・生徒の部：市内の小・中学校、高等学校の児童、生徒
- ◎ 一般の部：市内在住の人

◆応募方法：9月12日(金)まで(必着)に、次の方法で、同事務局へ。

◎ 児童・生徒の部：作品・学年・氏名(ふりがな)を書き、学校を通じて応募

◎ 一般の部：作品・氏名(ふりがな)・住所・年齢を書き、郵送か直接、同事務局(〒611-8501 住所省略可)へ。



▲放置自転車は、交通の妨げとなり、交通事故の原因にもつながるため、絶対にやめましょう。



▲昨年度のポスター優秀作品(児童・生徒の部)

植物公園ナイター開園 8月1日(金)～3日(日)

## たそがれサマーコンサート&中学校吹奏楽演奏

園植物公園(☎39-9387)

### たそがれサマーコンサート

月とき…各日、午後6時～9時  
月ところ…花の広場 水上ステージ(雨天時は、緑の館展示会場 特設ステージ)

### 中学生吹奏楽演奏

月とき…8月3日(日)、午後1時～5時  
月ところ…緑の館展示会場 特設ステージ

※開園は、午後9時半まで(雨天時も開園)  
※午後4時以降の入園の場合、夜間入園料となります。◎高校生以上=300円(8月1日(金)は、クールスポット期間中の平日になるため、150円)◎中学生以下=無料

—うちのプログラム—  
各日、午前9時から、先着500人の入園者(小学生以上)に配布します。

—お楽しみ抽選会—  
寄せ植えや花苗などが当たります。各日、午前9時から、先着1000人の入園者(小学生以上)に抽選券を配布し、午後5時から抽選会を開催します。



▲昨年度のたそがれサマーコンサートの様子

# 緑のカーテン・緑の棚 コンテストの作品を募集

環境企画課

応募者全員に、参加賞があります。ぜひ、応募してください。

◆応募資格：◎個人・団体、自薦・他薦を問わないが、他薦の場合は管理者の了承があるもの◎市内にある個人の住居や学校などの公共施設、会社、工場、店舗などで、個人・団体が自らの意思で管理する、つる性植物を使った緑のカーテンや緑の棚。例えば、ゴーヤの緑のカーテンや藤棚、ひょうたん棚などで、太陽光を遮ることで、緑陰を作り、地球温暖化防止の効果が期待できるもの。なお、使用するつる性植物の種類は指定はありません。

◆応募期間：7月15日(火)～8月11日(月)(消印有効)

◆応募方法：次のとおり

◎Eメール⇨所定の様式に必要事項を入力し、画像を5枚添付の上、環境企画課(☒kankyokukika@city.ujikyoto.jp)へ送信してください

(画像サイズは、1枚当たり1メガバイト以下)。

◎郵送⇨所定の用紙に必要事項を書き、写真を5枚添え、同課(〒611-8501住所省略可)へ。所定の用紙は、同課・植物公園にある他、市と公園公社のホームページ(☒http://ujicity.jp)から印刷もできます。

◆審査方法：◎1次審査(8月16日(土)～24日(日))  
⇨写真及び書類選考◎2次審査(8月27日(水)予定)  
⇨審査員による現地審査  
◆表彰式：10月12日(日)、緑化フェア式典内

◆規定：次のとおり  
◎学校、公園、庭、山などの花や木、鉢植え植物などの身の周りにある植物、また、緑のある風景などの絵(人や建物が植物とともに描かれているものや実際の植物をテーマにした空想の絵も可)

◎大きさは四つ切り(542mm×382mm)画用紙

◎材料・技法は自由(ただし工作ではなく、絵画であること)◎出展数は1人1点◎未発表の作品

◆応募方法：作品裏面に必要事項を書いた応募票を張り、11月1日(土)～30日(日)(消印有効)に、郵送か直接、植物公園(〒611-0031 広野町八軒屋谷25-1)へ。

◆入賞作品に関する権利は同園に帰属し、今後の広報事業などに使用することがあります。

◆作品の返却を希望する場合は、27年3月6日(金)～8日(日)に、直接、同園へ。

◆作品展示：27年1月21日(水)～3月1日(日)

⇨展示期間を分けて全作品を展示

◆表彰式：27年1月24日(土)、午前10時

植物公園で絵を描こう!

園内で絵を描いて、「花と緑の絵画」コンクールに応募してみませんか。来園者に無料で画板を貸し出し、画用紙を配布します(絵の具などはお持ちください)。

◆とき：7月17日(木)～8月31日(日)

◆入園料：◎大人⇨500円◎小・中学生⇨無料

※クールスポット期間の7月29日(火)～8月12日(火)の平日は、大人半額(500円⇨250円)

宇治市役所 ☎22-3141(代表) FAX20-8778(代表) ☒http://www.city.ujikyoto.jp/

宇治市役所 ☎22-3141(代表) FAX20-8778(代表) ☒http://www.city.ujikyoto.jp/

学校や会社、工場などの団体からの応募もお待ちしています(昨年度の大久保幼稚園の様子)。



植物公園 ☎39-9387

## 夏休みは図書館へ

図書館では、青少年読書感想文全国コンクール課題図書に指定されている本を始め、小・中学生、高校生の皆さんに、夏休みを利用して読んでもらいたい本を用意しています。 ☎中央図書館(☎39-9256)

### 小学校低学年(1・2年)

『まよなかのたんじょうかい』  
西本鶏介 作 / 渡辺有一 絵 / 鈴木出版  
今日はさきちゃんの6歳の誕生日。約束したのに、お母さんは帰ってきません。タクシーの運転手をしているお母さんに、何かあったのでしょうか。



### 小学校中学年(3・4年)

『よかたい先生』  
三枝三七子 文・絵 / 学研教育出版  
水俣病を始め、世界のあちこちで起こる公害病に立ち向かい、50年近く患者さんたちの生活の場に足を運んで診察し続けた医師・原田正純さんの伝記です。



### 小学校高学年(5・6年)

『ふたり』  
福田隆浩 著 / 講談社  
佳純と准一は、同じミステリー作家のファンだと知り仲良くなります。二人はその作家の秘密を探すため、図書館へ通い謎解きに夢中になります。本が好きな二人の友情冒険物語です。



### < 小学校低学年(1・2年) >

『どこかいきのバス』/ 井上よう子 作 / くすはら順子 絵 / 文研出版  
『ミルクこぼしちゃだめよ!』/ スティーヴン・デイヴィーズ 文 / クリストファー・コー 絵 / 福本友美子 訳 / ほるぷ出版  
『ひまわり』/ 荒井真紀 文・絵 / 金の星社

### < 小学校中学年(3・4年) >

『ともたちは、サティール!』/ 大塚篤子 作 / タムラフキコ 絵 / 小峰書店  
『ただいま! マラング村』/ ハンナ・ショット 作 / 佐々木田鶴子 訳 / 齊藤木綿子 絵 / 徳間書店  
『ちきゅうがウンチだらけにならないわけ』/ 松岡たつひで 作 / 福音館書店

### < 小学校高学年(5・6年) >

『マッチ箱日記』/ ポール・フライシュマン 文 / バグラム・イバトゥーリン 絵 / 島式子・島玲子 訳 / BL 出版  
『時をつなぐおもちゃの犬』/ マイケル・モーパーゴ 作 / マイケル・フォアマン 絵 / 杉田七重 訳 / あかね書房  
『カプトムシ山に帰る』/ 山口進 著 / 汐文社

### < 中学生 >

『星空ロック』/ 那須田淳 著 / あすなる書房  
『語りつぐ者』/ パトリシア・ライリー・ギフ 作 / もりうちすみこ 訳 / さ・え・ら書房  
『ホタルの光は、なぜだらけ』/ 大場裕一 著 / くもん出版

### < 高校生 >

『アヴェ・マリアのヴァイオリン』/ 香川宜子 著 / KADOKAWA  
『路上のストライカー』/ マイケル・ウィリアムズ 作 / さくまゆみこ 訳 / 岩波書店  
『生命とは何だろうか?』/ 長沼毅 著 / 集英社インターナショナル

8月31日(日)まで、課題図書の貸出期間は1週間です。ご注意ください。

# 市民参画と市民参加のコーナー

問=問い合わせ

申=申し込み(Eメールで申し込む場合は、件名に催し(講座等)名を入力してください)

申の書いていないものは直接会場へお越しください。

※電話は番号をよく確かめておかけください。



▲チャチャ王国のおうじさま

## 審議会等の傍聴

関連資料は当日、市役所1階行政資料コーナーで縦覧できます。

### 交通バリアフリー検討委員会

▷とき…7月24日(木)、午後1時半～▷ところ…ゆめりあうじ▷定員…先着10人▷内容…交通バリアフリーの現状について等 問当日、午後1時～1時20分に、開催場所受付へ。 問交通政策課

### 都市計画審議会

▷とき…7月30日(水)、午後2時～▷ところ…議会棟第3委員会室▷定員…先着10人▷内容…市風致地区条例の制定に向けた考え方等 問当日、午後1時半～1時50分に、開催場所受付へ。 問都市計画課

### まちづくり審議会

▷とき…8月5日(火)、午後2時～▷ところ…議会棟第3委員会室▷定員…先着10人程度▷内容…地区まちづくり協議会年間活動報告等 問当日、午後1時半～1時50分に、開催場所受付へ。 問都市計画課

## 生涯学習・催し等

### 夏休み親子木工教室

▷とき…8月6日(木)・7日(木)、午前10時～午後3時▷ところ…中央公民館▷対象…小・中学生と保護者▷定員…各20組(多数の場合抽選)▷内容…「キーボックス」を作る▷講師…木工指導集団「WOODY MATE UJI」の皆さん▷参加費…800円▷持ち物…タオル、昼食、飲み物、筆記用具 問往復はがきに、保護者の氏名・住所・電話番号・希望日と子の名前・学年を書き、7月25日(金)まで(必着)に、郵送が直接、同館(〒611-0023折居台一丁目1、☎39-9258)へ。

### 中央公民館の一室を開放

小・中学生、高校生の皆さん、同館の一室を夏休みの自主学習に利用してみませんか。▷とき…7月19日(土)～8月15日(金)、午前9時～午後5時(月曜日は、休館)▷費用…無料 問同館(☎39-9258)

### 榎島コミセンふれあい夏祭り

▷とき…7月26日(土)、午後5時～7時(雨天時27日(日)に順延)▷ところ…榎島

コミュニティセンター▷内容…模擬店(焼きそば、かき氷、生ビール等)、子どもコーナーあり 問同センター(☎39-9189)

### 夏休み子ども理科教室

▷とき・対象・内容…下表のとおり▷ところ…宇治公民館▷定員…各先着20人▷参加費…100円▷持ち物…水筒、筆記用具 問7月17日(木)から、同館(☎39-9272)へ。

とき	対象	内容
8/7(木) 10:00～12:00	市内在住の小・学校高学年	クリップモーターを作ろう
8/8(金)	市内在住の小・学校低学年	身近なものを使って工作をしよう

### おやこっこらんど

▷とき…8月5日(火)、午前10時～11時半▷ところ…生涯学習センター▷対象…乳幼児と保護者▷内容…自由遊び、パラバルーン、体操等▷参加費…無料 問同センター(☎39-9500)

時半▷ところ…生涯学習センター▷対象…乳幼児と保護者▷内容…自由遊び、パラバルーン、体操等▷参加費…無料 問同センター(☎39-9500)

### ニュースポーツひろば

▷とき・ところ…下表のとおり▷内容…ショートテニス、ファミリーバドミントン、ラジボール卓球等▷参加費…無料▷持ち物…運動のできる服装、上履き▷保育(あさのひろばのみ)…就学前まで(希望者は、開催日の8日前までに、生涯学習課へ) 問同課

	とき	ところ
あさのひろば	8/23(土)、10:00～12:00	黄檗体育館
よるのひろば	8/1(金)、19:30～21:00	

# 十二単体験教室

問源氏物語ミュージアム(☎39-9300)

平安時代の貴族の優雅で華やかな装束、十二単。その十二単を説明しながら、着付けていく様子を間近で見学しませんか。

※とき…7月26日(土)、午後2時～3時半(受け付けは、午後1時半～)

※参加費…無料(ただし、展示室に入る場合は観覧料◎大人=500円◎小・中学生=250円)

※申し込み…不要。直接、会場へ。

## ＜プチ着付け体験＞

当日、見学者の中から、十二単のプチ着付け体験者を抽選します。



## 東日本大震災復興支援「とどげよう スポーツの力を東北へ！」

### 全日本中学ボウリング選手権大会

全国から集う中学生トップレベルの熱い戦いを観戦しませんか(観戦無料)。

会場:キョーイチボウル宇治(小倉町神楽田)

#### 7月22日(火)

- 13:30～=開会式
- 14:30～=予選

#### 7月23日(水)

- 8:30～=予選

#### 7月24日(木)

- 8:45～=予選
- 11:15～=決勝戦
- 3位決定戦 12:15～
- 女子優勝決定戦 13:00～
- 男子優勝決定戦 13:45～
- 14:30～=表彰式・閉会式



問生涯学習課

## 市地域公共交通会議の市民公募委員を募集

市では、道路運送法の規定に基づき、地域の実情に即した輸送サービスの実現に必要な事項について、学識経験者や公共交通機関事業者等と共に会議(今年度は、平日の昼間に2回程度を予定)に出席し、意見交換を行う市民公募委員を募集します。

- ◆募集人数…1人
- ◆任期…委嘱の日から2年間
- ◆報酬…会議1回の出席につき9900円(交通費含む)
- ◆応募資格…市内在住・在勤・在学の20歳以上の人
- ◆申し込み…所定の申込書に

必要事項を書き、7月18日(金)～8月1日(金)(必着)に、郵送・Eメール・ファクスが直接、交通政策課(〒611-8501住所省略可、☎koutuseisaku@city.uji.kyoto.jp)へ。所定の申込書は市役所(同課・市役所1階行政資料コーナー)の他、市ホームページから印刷もできます。結果は、申込者全員に通知しますが、選考過程・選考理由は、原則非公開とし、採点基準により市民公募委員を選任しない場合があります。

問交通政策課

# 市民情報短信(募集)

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。

※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、発行日の前々日・発行日の前日・発行日の3日間となりますので、1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。

■ヘルスロード、ダンベル体操 第1・2・3回、13:30～15:00。木幡公民館。1000円。切明友子☎090-2389-0333。無料体験有。女性のみ。

■ストレッチ健康体操自彊術 毎週(木)、10:00～11:30・13:00～14:30。南宇治コミセン。月4回2500円。小嶋☎/ℱ43-8937。見学可。

■紅墨会 漢字仮名を毛筆で 第1・3回、10:00～12:00。木幡地域福祉センター。月2300円。いりえ☎32-8057。楽しい雰囲気です。

■小学生硬式テニスの指導者 毎週(土)、午後。太陽が丘。ボランティア。谷口☎21-2000。テニス技術より子供好きな人大歓迎。

■謡曲教室会員募集 日時不定期(電話して下さい)。宇治公民館。月1000円。日比成之☎24-7760。初心者も歓迎。資料有。

■リフレッシュ健康ダンス 毎週(金)、10:00～11:30。南宇治コミセン。月4回3000円。今井☎20-1532。シニア向優しいリズム体操。

■健康寿命をのばす(自彊術) 毎週(木)、13:30～15:00。毎週(木)、19:30～21:00。大久保小前「さつき」。月3000円。井垣☎44-7367。

■東純司陶芸サークル 毎週(木)、午前中。榎島コミセン。月3回で3000円。東真理子☎43-0410。初心者大歓迎。

■茶の花 琴伝流大正琴 第1・3回(木)、10:00～12:00。総合福祉会館。1回500円。平松☎44-7416。初心者大歓迎です。

■将棋のアマの有段者の研究 毎日、13:00～16:00。ただし(月)をのぞく。福祉会館。無料。立嶋由一☎22-9209。

■男声合唱団東雲 月3回(土)、13:00～。六地蔵 星の奏楽堂。月2000円。田中☎53-7570。歌の好きな男性集まれ。

■ソーシャルダンスアルファ 毎週(木)、13:00～14:30。東宇治コミセン。4回4000円。谷口☎080-5360-2281。経験者プロ講師と。

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

■将棋 楽友「と金会」 第1・2回(土)南宇治コミセン、第3・4回(土)西小倉コミセン、13:00～17:00。年2000円。辻☎44-6760。

■卓球を楽しみましょう 毎週(木)、19:00～21:30。黄檗体育館1F。月1000円。石田☎22-6212。

■映画で英語 第2・4回、10:00～12:00。中央公民館。月2000円。山田☎080-5303-2632。中上級向け。

■園児小学生ダンスと英会話 第1・3回(土)広野公民館、第2・4・5回(土)南宇治コミセン、10:00～11:30。月5000円。伊勢村☎/ℱ43-1715。

■サークル紅(書道) 第1・3回(土)、10:00～12:00。木幡公民館。月2500円。矢部☎31-5781。見学自由。初心者歓迎。

■男の料理サークル鱈菜クラブ 第3回(土)、10:00～13:00。広野地域福祉センター。月1000円。福祉サービス公社三好☎28-3154。

■京都蒼龍館(少年剣道) (土)・(月)午前、(木)・(土)夜。自衛隊(黄檗)又は岡屋小。月3500円。白杉☎090-4497-3335。全国大会出場!

■ボールペン習字 書苑 第1・3回(土)、9:20～又は10:40～。榎島コミセン。月2500円。松江☎/ℱ23-8450。生涯学習に。

■詩吟同好会 月2回(金)、19:30～21:40。榎島コミセン。月1500円。小倉☎090-038-8609。初回本代有300円。

■フラワーサークル NAKO 第2・4回(土)、10:00～12:00。東宇治コミセン。1回2800円ぐらい。天野☎32-5021。花代込。

■女性英会話サークル ESS 月3回(木)、10:00～12:00。南宇治コミセン。月3500円。中田紀子☎21-1987。外人講師、若干名募集。

■宇治シルバー合唱団「炎」 毎週(木)、13:20～15:30。総合福祉会館3F。月4回2000円。西村☎090-2014-0774。見学歓迎。

■木幡カラオケサークル 第2・4回(土)、13:30～15:00。木幡福祉センター。月2500円。高澤☎32-6335。歌の好きな方大歓迎。

■社交ダンス「ハピネス」 毎週(土)、19:30～。榎島コミセン。月3000円。池田☎090-3942-9852。見学自由!プロ指導。

■英会話1対1のリンゴクラブ 第1・3・5回(土)、14:00～15:30。生涯学習センター。1回200円。木村総☎43-6914。見学自由。

■初心者囲碁教室(大人子供) 第1回(土)第2・3・4回(土)、10:30～。畑下囲碁クラブ。月3000円。畑下☎22-0302。プロ棋士伊五段、他4名。

■骨盤調整ヨガ 毎週(木)、11:00～12:00。西小倉コミセン。月3000円。平田☎080-5337-9705。肩コリ腰痛解消に!

■かんたん英会話アケセル 月3回(土)、ゲームやパズル初級16:00～。南宇治コミセン。1回1000円。木村☎090-8794-6954。



ンター▷対象…幼児・小学生と保護者▷参加費…無料 園東宇治図書館(☎39-9182)

官公署・その他

■リサイクル自転車販売会

撤去した放置自転車約20台を販売します。▷とき…7月19日(土)、午前10時～正午(なくなり次第終了)▷ところ…市役所北側駐車場▷価格…5000円～(別途要防犯登録料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)

■城南地域職業訓練センター

園受講料を添え、直接、同センター(☎46-0688)へ。

◎7月23日(水)から受け付け

8/23～10/25の④、10:00～12:30、10回。定員25人。受講料1万8500円(別途要教材費1万2500円)。

◎8月1日(金)から受け付け

9/1～12の④、9:30～15:30、6回。定員20人。受講料1万500円。

■古典の日朗読コンテスト

「源氏物語」「古今和歌集」「今昔物語」「風姿花伝」他、指定範囲の課題作品を、CD、MDがテープに録音の上、応募してください。詳しくは、古典の日推進委員会ホームページ(☎http://www.kotennohi.jp/)をご覧ください。▷審査料…◎一般部門=1500円◎高校生部門・中学生部門=無料 園9月1日(月)まで(必着)に、同委員会(☎075-212-4767)へ。

■植木造園・樹木診断講習会

▷とき…9月1日(月)～10日(水)、午前10時～午後4時(土・日曜日を除く)▷ところ…黄檗体育館等▷対象…職業安定

所で求職登録をした55～69歳で、全日参加できる人(再受講不可)▷定員…15人(多数の場合抽選)▷参加費…無料 園往復はがきに、講座名・氏名・年齢・電話番号・求職番号を、8月11日(月)(消印有効)までに、シルバー人材センター(〒611-0021 宇治東内36-5、☎20-1734)へ。

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

園山城北保健所(☎21-2191)

■思春期フォーラム2014

思春期子どもたちが置かれている現状を学びませんか。午前中は食育・性感感染症予防など保健所事業紹介ブースや血管年齢測定などの啓発コーナー、午後からは基調講演・パネルディスカッションを行います(基調講演・パネルディスカッションは要申し込み)。▷とき…8月9日(土)、午前10時半～午後1時・午後1時～5時▷ところ…生涯学習センター 園7月22日(火)までに、電話・ファクスが直接、山城北保健所(☎21-2191、FAX24-6215)へ。

■社会福祉協議会

園同協議会(☎22-5650) <赤ちゃんパーク>▷とき…7月18日(金)、午前10時～正午▷ところ…総合福祉会館▷対象…9～12カ月の子と親▷内容…ミニプログラムと交流タイム▷参加費…200円▷持ち物…バスタオル <赤ちゃんサロン>▷とき…7月24日(木)、午前10時～正午▷ところ…総合福祉会館▷対象…妊婦と1～4カ月の子と親▷内容…ベビータッチと交流タイム▷参加費…200円▷持ち物…バスタオル

歴史資料館企画展 おぐら池 ～ヘリ・マンナカ・チュウドオリ～ 漁具と農具、写真によって、かつて巨椋池で行われていた漁業や干拓工事、昔の米作りについて紹介します。 ◆とき…9月7日(日)まで ◆入館料…無料 ◆休館日…月曜日・祝日 園歴史資料館(☎39-9260)

家族そろってクールスポットへ 家庭での節電に努めましょう

宇治シネマ劇場 『アナと雪の女王』 「美女と野獣」、「塔の上のラプンツェル」を超える、ディズニー史上最高のスペクタクル・ファンタジー ▷とき…8月6日(水)、◎午前10時半～(開場は、午前10時)◎午後2時～(開場は、午後1時半) ▷ところ…文化センター大ホール ▷参加費…無料(要入場整理券) ※入場整理券は、7月22日(火)、午前10時から、文化センター、各コミュニティセンターで配布します(1人4枚まで、なくなり次第終了)。 園文化センター(☎39-9333)

植物公園 早朝開園「観蓮会」 7月19日(土)～21日(祝)、午前7時～9時 花ハスツアー ♣️とき…午前7時15分～8時 ♣️参加費…無料 象鼻杯 蓮の葉にミネラルウォーターなどを注いで飲みませんか。 ♣️とき…午前7時半～8時半 ♣️定員…各日・各飲み物先着30人 ♣️参加費…◎ミネラルウォーター=50円◎日本酒=100円 蓮葉茶・蓮ブレンド茶の試飲 ♣️とき…午前7時～9時 ♣️参加費…無料 ハスの実スイーツ試食 ♣️とき…午前8時15分～9時 ♣️定員…各日先着100人 園植物公園(☎39-9387)

文化センター開館30周年記念 「ラジオ深夜便のつどい」公開録音 深夜にラジオを聴いている皆さんに、安らぎを届ける「ラジオ深夜便」のアンカーが、スタジオを飛び出して番組をお届けします。 ▷とき…9月6日(土)、午後1時半～4時(開場は、午後1時) ▷ところ…文化センター小ホール ▷内容・出演者…◎第1部「明日へのことば講演会」=神居文彰さん(平等院住職)◎第2部「アンカーを囲むつどい」=明石勇さん(アンカー)、須磨佳津江さん(アンカー) ▷申し込み…往復はがきに、「ラジオ深夜便のつどい」係・氏名・住所・電話番号と返信用の表にも氏名・住所を書き、8月16日(土)まで(必着)に、同センター(〒611-0023 折居台1-1)へ。応募多数の場合は抽選。当選者に送る整理券で2人まで入場可(1歳以上は、要整理券) ※放送予定は、9月26日(金)の午後11時20分～27日(土)の午前5時(NHKラジオ第1)。 ※応募の際の情報は抽選結果の他、NHKが受信料のお願いに使用することがあります。 園文化センター(☎39-9333)

# 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HP携帯版QRコード

市役所のホームページは  
<http://www.city.uji.kyoto.jp/>

☉=問い合わせ  
☎=申し込み(Eメールで申し込む場合は、件名に催し(講座等)名を入力してください)  
☎の書いていないものは、直接会場へお越しください。

※電話は番号をよく確かめておかけください。



▲ちはや姫

## 募集

### ■育成学級指導員(非常勤職員)

▷内容…育成学級の入級児童の保育  
▷資格…高校卒業程度の学力がある人(幼稚園・小学校教諭の免許を有するか保育士の資格を有することが望ましい)  
▷勤務地…市内小学校内にある育成学級▷報酬(月額)…16万1600円▷募集人数…若干名 園市販の履歴書(A4サイズ・要写真)に、作文(テーマ「学童保育指導員にとって大切なこと」・A4サイズ・800字程度・任意様式)を添え、7月31日(木)までに、本人が直接、こども福祉課へ。8月7日(木)に、面接あり。

### ■休日急病診療所看護師(臨時職員)

▷資格…看護師免許を持つ人▷勤務日時…日曜日・祝日・国民の休日及び年末年始(12月29日～1月3日)のうち指定する日の午前9時～午後6時▷賃金(日額)…1万4700円(他手当あり)▷募集人数…若干名 園市販の履歴書(要写真)に必要事項を書き、看護師免許証の写しを添え、7月31日(木)まで(必着)に、郵送か直接、同診療所(〒611-0021 宇治下居 13-2)へ。後日、面接あり。

### ■市立保育所パート保育職員(非常勤職員)

▷内容…正職保育士の勤務時間外に保育を担当▷任用期間…9月1日～27年3月31日(更新あり)▷勤務日時…月～金曜日、午前7時～9時と午後4時半～7時の間で指定する4時間。土曜日、午前7時～9時と正午～午後7時の間で指定する7時間▷勤務地…木幡保育所▷報酬(月額)…12万1500円(他手当あり)▷募集人数…若干名 園市販の履歴書(要写真)に必要事項を書き、保育士資格を有する人は保育士証の写しを添え、7月15日(火)～25日(金)に、直接、保育課へ(代理可、郵送不可)。後日、面接あり。

## お知らせ

### ■地域子育て支援基幹センター

その他のひろばは、「0123さい宇治子育て情報誌」をご覧ください。 園同セ

ンター(☎39-9109)

◎てまえひろば(9:00～12:00)

7/24(水)	中央公民館	就学前の子と親	おもちゃ遊び
7/31(水)	木幡公民館		

◎乳幼児相談(10:00～11:00)

7/22(水)	北部地域子育て支援センター	栄養士によるお話タイム・保健師による相談
7/22(水)	西部地域子育て支援センター	保健師による相談

◎園庭開放(10:00～11:30)

7/17(水)	なかよし保育園	雨天支援センター
7/17(水)	小倉双葉園保育所	雨天支援センター
7/18(木)	北木幡保育所※	雨天中止
7/29(水)	同胞保育園	雨天室内
7/29(水)	登り保育園	雨天児童館

※=10:00～11:00

### ■普通救命講習会

AED(自動体外式除細動器)を使った応急手当を学びませんか。▷とき…7月26日(土)、午前9時～正午▷ところ…うじ安心館▷定員…先着25人▷内容…胸骨圧迫・人工呼吸の実技等▷参加費…無料 園7月16日(水)から、中消防署(☎39-9410)へ。

7月31日(木)は、固定資産税・都市計画税第2期の納期限及び口座振替日です。お忘れなくお納めください。



市税の納付は、便利な口座振替で!

園納税課

### ■環境にやさしいエコットクッキング教室

旬の食材を使った料理を作り、地産地消など「食」の視点からエコを学びませんか。▷とき…8月8日(金)、午前10時～午後2時▷ところ…生涯学習センター▷定員…先着24人▷内容…宇治産のゴーヤを使った料理、トマトそうめん他▷参加費…300円▷持ち物…エプロン、三角きん、ふきん 園7月16日(水)から、環境企画課へ。

### ■市民いけばな展作品募集

10月18日(土)・19日(日)に開催する市民文化芸術祭参加事業いけばな展に、作

品を出してみませんか。▷とき…午前10時～午後5時(19日は、午後4時まで)▷ところ…宇治公民館▷対象…市内在住・在勤・在学の人▷参加費…1瓶1000円 園7月16日(水)～8月22日(金)に、参加費を添え、文化自治振興課文化係へ。

## 夏の交通事故防止府民運動

7月21日～8月20日

### さわやかなマナーが似合う古都の道

夏はレジャーや帰省などにより、交通量が増加します。一人ひとりが交通安全意識を高め、安全運転を心掛けましょう。

園交通政策課

### ■善法夏まつり

盆踊りやステージ発表(保育園児の歌、和広会のコーラス等)、模擬店等を行います。▷とき…8月2日(土)、午後6時～(模擬店は午後5時開始、雨天時は8月3日(日)に順延)▷ところ…善法公園(駐車場なし) 園コミュニティワークうじ館(☎39-9197)

### ■健康診査・がん検診等の協力医療機関を変更します

26年度健康診査・がん検診等において、板倉整形外科医院は閉院となったため、受診ができなくなりました。園国民健康保険課または年金医療課または健康生きがい課

## 宇治市議会 暑中見舞状の自粛などを励行

政治家の寄付は、罰則をもって禁止されています。有権者が勧誘・要求することも禁止されています。また、選挙区内で、暑中見舞状などの時候のあいさつ状(答礼のための自筆を除く)を出すことも禁止されています。寄付行為の禁止と虚礼廃止(暑中見舞状などの自粛)の励行について、市民の皆さんのご理解をお願いします。

園議会事務局

### ■コミュニティワークこはた館

園同こはた館(☎39-9199)  
＜チャレンジクッキング＞▷とき…7月29日(火)、午前11時～午後1時半▷対象…市内在住・在勤・在学で、料理を始めてみたい人▷定員…先着10人▷内容…チンジャオロース、中華風コーンスープ、タピオカココナツミルク▷講師…松野陽さん(大阪成蹊短期大学教授)▷参加費…500円▷持ち物…エプロン、三角きん、ふきん 園7月16日(水)から、同館へ。  
＜映画上映会＞北海道を舞台に、目と耳が不自由なキタキツネを育てる少年と家族の絆を描く物語「子ぎつねヘレン」を上映します。なお、駐車場には限りがあるため、公共交通機関でお越しください。▷とき…8月1日(金)、午後2時～

(開場は、午後1時半)▷定員…50人(要整理券。整理券は、7月16日(水)の午前9時から、同こはた館・同うじ館、人権啓発課、ゆめりあうじで配布します。1人2枚まで、なくなり次第終了)▷入場料…無料

## 源氏物語ミュージアム

### ■連続講座 ちよっとおとなの源氏物語④ 『源氏物語』とその時代

▷とき…8月28日(木)、午後2時～3時半▷定員…80人(多数の場合抽選)▷講師…山本淳子さん(京都学園大学教授)▷参加費…500円 園往復はがきに、講座名・氏名・住所・電話番号を書き、7月31日(木)まで(必着)に、同ミュージアム(〒611-0021 宇治東内45-26、☎39-9300)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

### ■夏休みリサイクル工作教室

リサイクルについてのお話と展示及びせん定枝(廃材)を使ってブローチとペンダントを作ります。▷とき…7月25日(金)、午前10時～正午▷ところ…西宇治図書館▷対象…小学3～6年生▷定員…先着20人▷参加費…100円 園7月16日(水)から、同館(☎39-9226)へ。

### ■地球温暖化を学んで「ソーラーランタンを作ろう！」

▷とき…8月1日(金)、午前10時～正午▷ところ…中央図書館▷対象…小学3年生～(保護者同伴可)▷定員…先着20人▷講師…京都府地球温暖化防止活動センター職員▷参加費…700円▷持ち物…筆記用具、はさみ、のり 園7月17日(木)から、同館(☎39-9256)へ。

### ■夏休みおたのしみ会

▷とき…8月5日(火)、午前10時半～11時半▷ところ…中央図書館▷対象…幼児・小学生▷内容…人形劇サークル「とらごろう」の皆さんによる人形劇▷参加費…無料 園同館(☎39-9256)

### ■夏休み子ども工作教室

小物入れ付きペン立てを作りませんか。▷とき…7月30日(水)、午後1時～4時▷ところ…東宇治コミュニティセンター▷対象…小学3～6年生▷定員…先着20人▷講師…「ギコギコ・トントンくらぶ」の皆さん▷参加費…200円▷持ち物…筆記用具、上履き 園7月18日(金)から、電話で、東宇治図書館(☎39-9182)へ。

### ■Let's Enjoy Together! 英語でおはなし会

AETの先生による英語の絵本のおはなし会(図書館職員が日本語版を読みます)の他、英語の遊びも楽しめます。▷とき…7月23日(水)、午前10時半～11時15分▷ところ…東宇治コミュニティセ

「臨時福祉給付金」及び「子育て世帯臨時特例給付金」の振り込め詐欺や「個人情報」の詐欺に「注意」ください。 園地域福祉課・こども福祉課

# 歴史

## 宇治史探検 ⑤2

知る人ぞ知る宇治の豆知識をお話しします。 〇歴史資料館(☎39-9260)

### おぐら おぐら 小倉と巨椋

歴史資料館では、毎年夏休み前後の期間、巨椋池を企画展で取り上げています。毎年と言っても、展覧会の内容は同じではありません。その時の担当者が今回はどこに焦点を当てるか、何を大きく扱うか等、いろいろと工夫をして構成を考えます。ところが、決まって来館者から寄せられる質問があります。小倉と巨椋、この違いです。

一般に地名の由来については、ほとんどの場合十分な説明ができません。昔から、と言ってもどれくらい昔かも分かりませんが、そのように言い習わされてきたとしか答えられません。ただし、いずれも「おぐら」と発音する小

倉と巨椋に、使い分けがあったことは確かです。小倉は、池の東岸の村や集落の部分に限られます。一方の巨椋は、池そのものを指す場合に用いられてきました。つまりこれまで、前者は陸上、後者は水域と区別されてきたのです。なお、水域であったためでしょうか、第二京阪道路のインターチェンジの名称には「巨椋池」が採用されています。



▲第二京阪道路巨椋池インターチェンジ

# 環境

## レッツ!エコ・リサイクル

身近なことからエコやリサイクル活動に取り組んでみませんか。 〇環境企画課

### 冷房か除湿(ドライ)、どちらが省エネ

エアコンを使用する時、冷房か除湿のどちらを使いますか。暑さ・涼しさには、気温がよく引き合いに出されますが、人間の感覚は温度だけで決まるものではなく、湿度が低い程、涼しく感じます。これは、湿度が低く、風があると、皮膚の表面から汗が蒸発して、体を冷やしてくれるためです。気温が30℃程度の場合、湿度が10%低いと、体感温度は2℃下がります。

エアコンを冷房運転していると、湿度が高くなる傾向があるため、湿度を下げるには除湿運転が効果的です。しかし、エアコンの機種によっては冷房よりも除湿の方が電気代がかかる場合があります。涼しく省エネで生活するには、冷房と除湿をうまく組み合わせるのがお勧めです。

※出典「おもわず、おっと声が出る、温暖化防止のネタブック2010」京都府地球温暖化防止活動推進センター

# 防災

## 家庭で地域で防災対策を

さまざまな防災情報をお知らせします。 〇危機管理課

### 災害時給水井戸の確保にご協力を

市では、17年度より大地震等の災害発生時の生活用水を確保することを目的に、個人や事業所のご協力により、災害発生時に市民の皆さんへの井戸水の提供をお願いしています(6月1日時点で48件。詳しくは、市ホームページをご覧ください)。

断水時の生活用水を確保するため、市民の皆さんがお持ちの井戸の提供(災害時の一定期間の貸与)に、ご協力をお願いします。

協力いただける場合は、現地調査等、登録手続きが必要になるため、危機管理課まで連絡してください。なお、飲料水用途ではないため、検査は実施しません。

- ◆対象…生活用水として利用できる井戸
- ◆登録…申し込み後に行う現地調査の結果、対象要件を満たす場合は、登録承諾書を送付しますので、提出してください。

宇治市災害時給水協力井戸

▲災害時に、左看板が掲示してある家や事業所では、生活用水を提供してもらえます。

- 災害時の情報源 FMうじ FM放送 88.8 MHz
- 各家庭で3日以上(できれば1週間分)の食料等を備蓄しましょう。

# 本

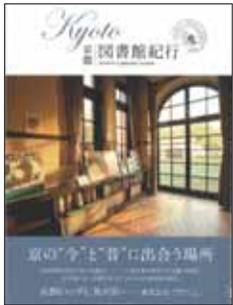
## 新刊の紹介

新しく図書館に入った本を紹介します。 〇中央図書館(☎39-9256)

### 『KYOTO図書館紀行』

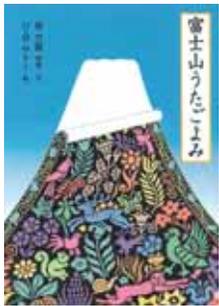
玄光社

京都には個性的な図書館があり、その中の24館が厳選され、紹介されています。京都を深く知りたい人や伝統文化に触れてみたい人は、まず図書館で情報を集めてみてはどうでしょう。一度図書館に足を踏み入れてみれば、その奥深さに魅了されることでしょう。京の「今」と「昔」が発見できる一冊です。



### 『富士山うたごよみ』

俵万智 短歌・文/U. G. サトー 絵/福音館書店  
「サラダ記念日」でベストセラーとなった歌人が、U. G. サトー氏の描く富士山の絵に出会い、初めて子ども向けに短歌を選び書き下ろしました。気持ちを言葉にできた時、また絵を言葉でうたい上げた時、言葉は生きる力になります。短歌でつづった四季と富士山の絵が、年齢を問わず楽しめる一冊です。



# 健康

## こんにちはと笑顔で健やか宇治のまち

市の健康に関する取り組みや市民の皆さんの健康に役立つ情報をお届けします。 〇保健推進課



### 早寝早起き 朝ごはん



生活習慣の乱れは、子どもの学習意欲や体力、気力に影響を及ぼします。大人が子どもに「早寝早起き朝ごはん」を始めとした規則正しい生活習慣を身につけさせ、実践させることが大切です。

#### <早寝早起きの効果>

人間の生体リズムは、脳が毎朝、太陽の光を視覚で認識することで調整されています。これを毎日同じ時間に繰り返すと、次第に自然な目覚めと共に、昼間に活発な「からだ」「あたま」「こころ」の働きが促されるようになります。

また、睡眠中は、その日起こったことや学習したことを繰り返し再生し、知識として蓄積しています。より良い脳を育てるためにも、夜によく眠ることが重要です。特に、子どもの体や脳の成長に欠かせない脳内ホルモンや成長ホルモンは、午後10時から午前2時までの間に活発に分泌されるため、午後9時頃には就寝させるように心掛けましょう。

#### <朝ごはんの効果>

私たちの体は、睡眠中もエネルギーを使っていて、朝にはエネルギーや必要な栄養素が少なくなっています。そのため、朝ごはんは栄養素を補給する必要があります。また、朝ごはんを毎日食べている子ども程、学力調査の平均正答率が高い傾向にあります。朝ごはんを食べると、午前中からしっかり活動できる状態になり、勉強も運動もがんばれます。

※出典 文部科学省

宇治市役所 ☎22・3141 (代表)

FAX 20・8778 (代表)

HP <http://www.city.uji.kyoto.jp/>