

◆気象警報発表時などには、掲載している催しが急きょ中止になる場合があります。

◆各催しの会場への来場には、公共交通機関をご利用ください。

宇治市政だより

7.15

平成 28 年
(2016)

第 1748 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/>

FB <https://www.facebook.com/uji.city>

あなたの声で情報を届けてみませんか ～宇治リーディングボランティアの会員を募集～

視覚に障害のある人が聴覚や触覚から情報を得るためのお手伝いをしませんか。今回は市内の音訳ボランティアグループを紹介します。
図秘書広報課広報係(☎ 20-8704)、障害福祉課(☎ 21-0419)



宇治リーディングボランティアとは

宇治リーディングボランティア(URV)は、視覚に障害のある人に代わって新聞や雑誌などの内容を読み、CD やテープに録音して情報を届ける音訳ボランティアグループです。昭和 52 年に設立し、現在の会員数は 37 人。主に総合福祉会館で活動しています。

活動内容

URV では、市政だよりを始めとする行政からのお知らせを音訳する他、新聞からの拾い読み、雑誌の音訳、個人から依頼があった本の音訳、バリアフリー上映会のための副音声付けなど様々な活動を行っています。現在、利用している視覚障害者(リスナー)は約 50 人です。また、URV の活動などを紹介する「さわやかメール」の作成もあります。他にも、視覚障害者と URV の会員との交流会を開き、リスナーの要望や意見を活動に反映する機会としたり、募金活動や講座・イベントでボランティア活動をしたりしています。

リスナーの声

市視覚障害者協会の今里忠幸さん・弘美さんの声を紹介します。

❖「私たち夫婦は URV の発足当初から市政だよりや身近な生活情報を切れ目なく届けてもらっています。年々変化する福祉サービスを始めたとした様々な情報を手に入れ、必要なものを日常に取り込むための貴重な定期便となっています」

リーディングボランティア初級講座

視覚障害者の生活について勉強しながら、音訳を学びませんか。尺八演奏家であり、自身も先天性の視覚障害を持つ安田知博さんなどが講師を務めます。

- とき…9月16日～11月4日の金曜日、午後1時半～3時(全8回)
- ところ…総合福祉会館
- 対象…市内在住の高校生以上
- 定員…先着20人
- 受講料…無料
- 申し込み…8月19日(金)までに、宇治ボランティア活動センター(総合福祉会館内、☎ 22-5650)へ。

入会及び利用方法

URV では、これからも引き続きリスナーに情報を届けていくため、幅広い年齢層の参加を求めています。初級講座に参加しなくても URV に参加できます。活動や入会については、宇治ボランティア活動センター(総合福祉会館内、☎ 22-5650)へ問い合わせてください。

また、URV を利用してみたい人も同センターへ問い合わせてください(テープなどは無料で郵送します)。

URVの皆さんに話を聞きました

Q. 音訳をする時に気を付けていることは何ですか。

A. マイクの向こうにリスナーがいることを意識しながら、分かりやすく伝わるようにはっきり読んでいます。時には話し言葉に言い換え、リスナーに寄り添うような気持ちを大切にしています。また、写真や地図などについても様子を分かりやすく説明しています。内容を正確に伝えるには、自分自身が理解しないといけないので、市政や催しに関心を持つようにしています。

Q. やりがいを感じる時はどんな時ですか。

A. リスナーからの「役立ったよ」や「ありがとう」などの声に励まされ、助けになっていることを実感します。また、音訳の技術を高めることや新しい知識が増えることは、生活を大変充実させてくれます。同じ思いの仲間が出来たことも嬉しく、いつも会話が弾みます。活動には苦労もありますが、仲間と一緒にやり遂げると達成感があり、次も頑張ろうと思います。

Q. 興味を持っている人へメッセージを。

A. 行政のお知らせから本や新聞まで、様々な情報を提供するの

で、会員の人数が足りないことが悩みです。また、より多くの人に活動に参加していただきたいです。最近、パソコンによる編集や CD 作成が主流のため、パソコンの操作が出来る人も歓迎します。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。



原稿が届くと、辞書やアクセント辞典などで念入りに下調べ。マイクに吹き込む時は、読む速さやアクセントの置き方に気を配ります。

明るい選挙 啓発ポスター・標語の募集

選挙管理委員会
事務局(☎ 20-8798)

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、市ホームページに掲載の募集要項を確認してください。応募作品は、展示・啓発資料等に使用します。なお、使用に際し、応募者の氏名(合

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、職場等での合作も可)

◆規格：色彩は自由。画用紙の四つ切り(542mm×382mm)、八つ切り(382mm×271mm)、もしくはそれに準ずる大きさ。

標語

◆内容：明るい選挙を推



▲昨年度のポスター優秀作品
(児童・生徒の部)

応募方法

いずれも1人1点、自

◆ポスター：9月9日(金)まで(必着)に、次の方法で、選挙管理委員会事務局へ。

◎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

等)・全員の氏名(ふりが

◎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、職場等での合作も可)

◎児童・生徒の部：作品の裏面右下に、学校名・所在地・学年を書き、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、郵送か同事務局窓口(〒611-8501 宇治琵琶33)へ。

要介護・要支援認定を受けた人へ

介護保険負担割合証を送付します

介護保険課
(☎ 20-8731)

介護保険 負担割合

2割負担の人

要介護・要支援認定を受けた人に対して、8月から使う「介護保険負担割合証」を7月中旬に送付します。介護保険サービスを利用する際の1割もしくは2割の利用者負担の割合が記載されています。介護保険サービスを利用する時は、必ず介護保険事業所や施設に提示してください。

第1号被保険者(65歳以上の人)で次の全てに該当する人

◎世帯内の65歳以上の人の「年金収入とその他合計所得金額(※2)」の合計が単身で280万円、2人以上の世帯で346万円以上

※2 「その他合計所得金額」とは、合計所得金額から年金の雑所得を除いた所得金額

1割負担の人

◎第1号被保険者で前記の「2割負担の人」に該当しない人

高齢者日常生活支援事業

健康生きがい課(内線 2329)

高齢者の人が住み慣れた地域で安心・安全に暮らせるよう、日常生活支援サービスの利用料の減免を行います。詳しくは、健康生きがい課へ問い合わせてください。

◆対象…満 65 歳以上の市民税非課税世帯の市民

◆内容…高齢者日常生活支援事業実施団体が実施する訪問理美容、配食、その他日常生活支援サービス。また、「市高齢者家具等倒壊防止金具購入費助成事業」利用の際の写真撮影や金具の買い物・取り付けに係る代行サービス。

◆減免額…年間 5 千円を上限に利用料の 2 分の 1 以内

高齢者日常生活サポート団体立ち上げ等支援事業

日常生活の支援を希望する高齢者に対し、地域のボランティア等が、掃除、買い物等を有償(低額)で支援する団体の立ち上げや事業拡大に要する経費を助成します。

◆対象…社会福祉法人、NPO 法人、一般財団法人、町内会・自治会等の非営利団体

◆助成上限額…右表のとおり

◆申請期限…29 年 1 月 31 日(火)



支援者登録人数	金額
5 ～ 10 人	5 万円
11 ～ 15 人	10 万円
16 ～ 20 人	15 万円
21 人以上	20 万円

臨時福祉給付金、 障害・遺族年金受給者向け給付金

配偶者からの暴力を理由に、宇治市に避難している人へ

配偶者からの暴力を理由に、宇治市に避難している人で、基準日の28年1月1日時点で住民票を移していない人であっても、一定の要件を満たす場合は、実際に住んでいる宇治市に支給申請ができます。詳しくは地域福祉課へ。

なお、両給付金については、受付開始に向けて準備を進めています。手続等の詳細が決まり次第、市政だよりや市ホームページ等でお知らせします。

地域福祉課(☎ 20-8730)

宇治市役所

☎ 22・3141 (代表)

FAX 20・8778 (代表)

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

天ヶ瀬ダム プロジェクションマッピング

8月6日(土)・7日(日) 午後7時～10時(荒天中止)

天ヶ瀬ダムの観光資源化に向けた検証実験として、ダムをスクリーンに「プロジェクションマッピング」を行います。併せて、ダム堤頂で「ダム・テラス」を行います。夜の天ヶ瀬ダムをお楽しみください。当日は、平等院南門前からシャトルバスを運行します。
※当日、当選者以外の観覧はできません。当選はがきを持参してください。

- とき…下表のとおり
- 対象…小学生以上(小・中学生は保護者要同伴)
- 定員…各日先着 700人
- 参加費…無料
- 申し込み…代表者の住所・電話番号、参加者全員の氏名・年齢・性別・希望日時(第3希望まで)を、7月25日(月)(消印有効)までに、郵送かファクスで、天ヶ瀬ダム観光資源化社会実験事務局(〒530-0005 大阪市北区中之島2-2-2、℡06-4706-3323)へ。または、淀川ダム統管理事務所ホームページの専用フォーム(<https://www.kkr.mlit.go.jp/yodoto/>)からも申し込みできます。

希望日時	8/6(土)	① 18:50 ② 19:20 ③ 19:50 ④ 20:20 ⑤ いつでもよい
	8/7(日)	⑥ 18:50 ⑦ 19:20 ⑧ 19:50 ⑨ 20:20 ⑩ いつでもよい

〒530-0005 大阪市北区中之島2-2-2、℡06-4706-3323

「花と緑の絵画」コンクリートの作品を募集

植物公園 (☎ 39-9387)

- 応募資格…3歳～中学生
- 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(人や建物が植物と共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)
- 大きさは画用紙の四つ切り(542mm×382mm)
- 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、応募票を貼り、11月1日(火)30日(水)(消印有効)に、郵送か、植物公園窓口に(〒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。
- 作品は後日返却します。
- 作品展示…29年1月24日(火)～2月5日(日)
- 展示期間を分けて全作品を展示
- 表彰式…29年1月21日(土)、午前10時～

あなたはいいけど……

その自転車、迷惑になっていませんか

交通政策課 (☎ 20-8727)

放置自転車は、通行の妨げや交通事故の原因になるだけでなく、点字ブロックの機能を妨げることで、視覚障害者や車いすを利用する人等にとって危険な障害物になります。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、人命に関わる場合もあるため、放置自転車のない安全な街づくりにご協力ください。

駐輪場の利用を

市では、放置自転車対策として市内各鉄道駅周辺を放置禁止区域に指定し、定期的に放置自転車の撤去を行っています。昨年度は、市内全域で5

17台の自転車を撤去しました。中でも近鉄大久保駅周辺(186台)、JR六地蔵駅周辺(63台)、JR宇治駅周辺(56台)の3駅周辺で全体の半数以上を占めています。通勤・通学などで自転車を利用する際は、駐輪場を

撤去された自転車は

利用してください。市では、撤去した自転車を五ヶ庄保管場所に移送します。また、自転車に表示されている防犯登録番号から判明した所有

- 者には、はがきで通知し、速やかに返還できるように努めています。
- 返還(保管)場所…五ヶ庄保管場所(五ヶ庄西川原、☎ 32-9950)
- 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・健康保険証等) ●2000円(移動・保管費用) ●自転車特定できるもの(自転車の鍵・保証書等)

なお、撤去後6カ月間引き取りがない自転車は、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カ所にかけましょう。



放置自転車は、通行の妨げになります。

平和☆ひゅうまん夏フェスタ

子ども向け映画上映の他、平和訪問団員の学習報告や「平和の絵」展、企画コーナー「国民学校の日」、人権啓発パネル展、人権擁護委員による啓発物品の配布、障害者福祉施設の模擬店なども行います。 園人権啓発課(☎ 20-8725)、総務課(☎ 20-8700)

小・中学生の平和訪問団員による平和学習成果報告 子ども向け映画上映

- ◆とき・内容…下表のとおり
- ◆ところ…文化センター大ホール(要入場整理券)

とき	内容
午前10時～ (開場は午前9時半)	◎小・中学生の平和訪問団員による平和学習成果の報告(手話・要約筆記は要申し込み) ◎映画上映「ミニオンズ」(日本語吹替・字幕あり)
午後2時～ (開場は午後1時半)	◎映画上映「おこりじぞう」(字幕なし) ◎映画上映「ミニオンズ」(日本語吹替・字幕あり)

- ※定員は各1300人
- ※入場整理券は、8月4日(木)、午前9時から、人権啓発課、総務課、男女共同参画課(ゆめりあうじ)、コミュニティワークうじ館・同こはた館、各公民館、大久保青少年センターで配布します(1人4枚まで。なくなり次第終了)。
- ※手話・要約筆記の申し込みは、8月12日(金)までに、ファクスかEメールで、人権啓発課(℡20-8778、✉ jinkenkeihatsu@city.uji.kyoto.jp)へ。



©2015 Universal Studios. All Rights Reserved.

入場整理券は、
8月4日(木)、
午前9時から配布

とき

8月24日(水)

入場
無料

ところ

文化センター大ホール・中央公民館・歴史資料館・中央図書館

「平和の絵」展

市内の小・中学生から応募のあった「平和の絵」を展示します。

- ◆とき…午前9時～午後4時
- ◆ところ…中央公民館

企画コーナー「国民学校の日」

国民学校児童の登校から下校までを時間軸で紹介し、戦時下の教育について知る機会とします。

- ◆とき…午前9時～午後5時
※7月16日(土)～9月11日(日)の期間中、開催(月曜日・祝日休館)。
- ◆ところ…歴史資料館

平和のお話会

平和の大切さや命の尊さをテーマにした絵本の読み聞かせをします。

- ◆とき…午後1時～1時20分
- ◆ところ…中央図書館
- ◆対象…幼児～小学校中学年

緑のカーテン・緑の棚 コンテストの作品募集

応募者全員に、参加賞があります。ぜひ、応募してください。

◆募集部門：◎一般部門
◎個人の住居◎事業所部
門◎学校などの公共施設、
会社、工場、店舗など

◆応募資格：◎自薦・他薦は問わないが、他薦の場合は管理者の了承があるもの◎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。

※使用するつる性植物の種類の指定はありません。

◆募集期間：7月15日(金)～8月2日(火)(消印有効)

◆応募方法：次のとおり
◎Eメール◎所定の様式に、画像を5枚添付し、環境企画課(☒kankyou@kikaku@city.ujikyoto.jp)へ(画像サイズが合計5メガバイトを超える場合は、複数回に分けて送信してください)。

◎郵送◎所定の用紙に、写真を5枚添え、同課(〒611-8501宇治琵琶33)へ。所定の用紙は、植物公園にもある他、市と公園公社のホームページ(<http://ujicytpark.jp>)から印刷もできます。

◆審査方法：◎1次審査(8月6日(土)～15日(月))
◎写真及び書類選考◎2次審査(8月19日(金)予定)
◎審査員による現地審査◎
◆表彰式：10月30日(日)、環境フェスタにて表彰

◆審査方法：◎1次審査(8月6日(土)～15日(月))
◎写真及び書類選考◎2次審査(8月19日(金)予定)
◎審査員による現地審査◎
◆表彰式：10月30日(日)、環境フェスタにて表彰

▲団体での取り組みも応募してみませんか(昨年度の応募作品)。



▶昨年度の市長賞受賞作品

植物公園 20 周年記念『観蓮会』早朝開園

7 月 23 日(土)・24 日(日)、午前 7 時～

- 両日
- 23 日のみ
- 24 日のみ
- ◆蓮案内(午前 7 時半～8 時)
 - ◆蓮ヨガ(午前 7 時半～7 時 45 分)
 - ◆蓮葉茶・蓮ブレンド茶の試飲(午前 7 時半～9 時)
 - ◆象鼻杯(午前 8 時～9 時)
蓮の葉に注いで飲みませんか(各日先着 50 人。参加費＝◎ミネラルウォーター 50 円◎炭酸水 50 円◎日本酒 100 円)。
 - ◆蓮に関連した食品の試食
 - ◆蓮の花プレゼント(午前 9 時～)
当日、抽選で 10 人にプレゼントします(1 人 1 本)。



たそがれサマーコンサート

7 月 30 日(土)・31 日(日)

- たそがれサマーコンサート
- 月とき…各日、午後6時～9時半
- 月ところ…花と水のタペストリー前の水上ステージ(雨天時は、緑の館)
- うちわのプレゼント
- 各日、午前 9 時から、先着 500 人の入場者(小学生以上)に配布します。



※開園は午後9時半まで(入園は午後9時まで。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 ◎中学生以下＝無料

問植物公園(☎ 39-9387)

青少年読書感想文全国コンクール課題図書

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。問中央図書館(☎ 39-9256)

- 小学校低学年(1・2 年)
『ひみつのきもち ぎんこう』
ふじもとみさと 作/田中六大 絵/金の星社
いじわるや自分勝手なことをすると黒コイン、勇気を出したりすると銀コインが貯まる「きもちぎんこう」。ある日、「きもちぎんこう」から不思議な手紙が届きます。「きもちぎんこう」のひみつとは。
- 小学校中学年(3・4 年)
『さかさ町』
F. エマーソン・アンドリュース 作/ルイス・スロボドキン 絵/小宮由 訳/岩波書店
リッキーとアンの兄妹が乗っていた汽車が、突然後ろ向きに走り出しました。二人はそのまま「さかさ町」という不思議な町に着きます。何もかもが反対の「さかさ町」とは。
- 小学校高学年(5・6 年)
『大村智ものがたり』
馬場錬成 著/毎日新聞出版
大村智先生は、2015 年に「寄生虫によって起こる感染症の治療法の発見」によって、ノーベル生理学・医学賞を受賞しました。「人のまねは絶対にしない」と自分自身に言い聞かせ、いつも全力で、新しいことに挑戦し続けてきた大村先生の人生を描いた本です。



- < 小学校低学年(1・2 年)>
『アリとくらすむし』/ 島田たく 写真・文 / ポプラ社
『ボタンちゃん』/ 小川洋子 作 / 岡田千晶 絵 / PHP 研究所
『みずたまのたび』/ アンヌ・クロザ 作 / こだましおり 訳 / 西村書店
- < 小学校中学年(3・4 年)>
『コロッケ先生の情熱! 古紙リサイクル授業』/ 中村 文 文 / 佼成出版社
『二日月』/ いとうみく 作 / 丸山ゆき 絵 / そうえん社
『木のすきなケイトさん』/ H. ジョゼフ・ホプキンス 文 / ジン・マケルマリー 絵 / 池木佐恵子 訳 / BL 出版
- < 小学校高学年(5・6 年)>
『ここで土になる』/ 大西暢夫 著 / アリス館
『茶畑のジャヤ』/ 中川なをみ 作 / 鈴木出版
『ワンダー』/ R. J. パラシオ 作 / 中井はるの 訳 / ほるぷ出版
- < 中学生 >
『生きる』/ 森越智子 作 / 谷口広樹 絵 / 童心社
『ABC! 曙第二中学校放送部』/ 市川朔久子 著 / 講談社
『白いイルカの浜辺』/ ジル・ルイス 作 / さくまゆみこ 訳 / 評論社
- < 高校生 >
『シンドラーに救われた少年』/ レオン・レイソン 著 / 古草秀子 訳 / 河出書房新社
『タスキメシ』/ 額賀澤 著 / 小学館
『ハーレムの闘う本屋』/ ヴォーンダ・ミショー・ネルソン 著 / R. グレゴリー・クリスティ イラスト / 原田勝 訳 / あすなろ書房

8 月 31 日(水)まで、課題図書の貸出期間は 1 週間です。

市民参画と市民参加のコーナー

問＝問い合わせ
囲＝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)
囲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。

■都市計画審議会

▷とき…7月25日(月)、午後6時～▷ところ…産業会館▷定員…先着 10 人▷内容…宇治都市計画道路(宇治伊勢田線)の変更について 囲当日、午後 5 時半～5 時 50 分に、開催場所受付へ。 囲都市計画課

■情報公開審査会

▷とき…7月26日(火)、午後2時～▷ところ…市役所 8 階大会議室▷定員…先着 5 人▷内容…27 年度情報公開制度実施状況の報告等 囲当日、午後 1 時半～1 時 50 分に、開催場所受付へ。 囲総務課

生涯学習・催し等

■生涯学習センター

囲同センター(☎ 39-9500、FAX 39-9501、✉ shogaigakushu@city.uji.kyoto.jp)

<おやこっくらんど>▷とき…8月

文部科学大臣杯
全日本中学ボウリング選手権大会

観戦無料
ところ
キョーイチボウル宇治
(小倉町神楽田)

7/25(月)

■ 13:30 ～＝開会式
■ 14:30 ～＝予選

7/26(火)

■ 8:30 ～＝予選

7/27(水)

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

競技の進行により時間を変更する場合があります。
 囲生涯学習課

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。

掲載の申し込みは、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 日間のため、1 日に行われる「催し」の掲載については、前々月の 1 日から 3 日間(土・日曜日、祝日を除く)にしてください。

■書翠睦会 毛筆・硬筆・筆ペン

第 2・4 ㊦、10:00 ～ 12:00。中央公民館。月 1500 円。松田☎ 21-5475。資格取得可・初心者歓迎。

■ストレッチ健康体操自彊術

毎週㊦、10:00 ～ 11:30、13:00 ～ 14:30。南宇治コミセン。月 4 回 2500 円。小舩☎/FAX 43-8937。見学可。

■園児小学生ストリートダンス

毎週㊦、19:30 ～ 20:45。スタジオビビッド(南小倉㊦東隣)。月 4500 円。岡野☎ 080-4645-2862。

■フラワースークル NAKO

第 2・4 ㊦、10:00 ～ 12:00。東宇治コミセン。1 回 3000 円ぐらい。天野☎ 32-5021。花代込。

■リフレッシュ健康ダンス

毎週㊦、10:00 ～ 11:30。南宇治コミセン。月 4 回 3000 円。今井☎ 20-1532。優しいリズム体操&ダンス。

■ソーシャルダンス アルファ

毎週㊦、13:00 ～ 15:30。東コミセン。月 4000 円。谷口☎ 080-5360-2281。プロ指導。初、中級募集。

■外国人講師を囲んで英会話

毎週㊦、15:30 ～ 17:00。生涯学習センター。月 4000 円。大竹和子☎ 24-5438。若干名。見学可。

■すみれコース歌う仲間募集

第 1・3・4 ㊦、10:00 ～ 12:00。小倉公民館。月 2500 円。山内☎ 23-7278。見学大歓迎お気軽に。

話かファクスで、渡辺さん(☎ / FAX 21-8212)へ。

■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、ラージボール卓球 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) 囲同課

	とき	ところ
あさのひろば	8/27(㊦)、10:00 ～ 12:00	西宇治体育館
よるのひろば	8/5(㊦)、19:30 ～ 21:00	黄檗体育館

■小倉蓮の実教室特別講座「うたごえ広場」

小倉蓮の実教室受講生と歌やトークを楽しみます。▷とき…7月26日(火)、午前 10 時～正午▷ところ…小倉公民館▷対象…市内在住の人▷定員…先着 20 人▷講師…佐々木昭道さん(草津幼稚園園長)▷参加費… 無料▷持ち物… 飲み物 囲 7 月 19 日(火)から、同館(☎ 39-9274)へ。

■夏休み親子木工教室

便利ラックを作ります。▷とき… 8 月 4 日(木)・5 日(金)、午後 1 時～4 時▷ところ

…中央公民館▷対象…市内在住の小・中学生と保護者▷定員…各先着 20 組▷講師…木工指導集団「WOODY MATE UJ」の皆さん▷参加費…500 円▷持ち物… タオル、飲み物、筆記用具 囲希望日、氏名・住所・電話番号と子の名前・年齢・学年を 7 月 16 日(土)から、同館(☎ 39-9258)へ。

■初めてのロボットづくり

モーターと紙コップでロボットを作ります。▷とき…8月6日(土)、午後2時～4 時▷ところ…木幡公民館▷対象…市内在住の小学 4 年生以上▷定員…先着 15 人▷参加費…300 円 囲 7 月 19 日(火)から、同館(☎ 39-9193)へ。

■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▷講師…島崇宏さん(市立中学校教諭)▷定員…各先着 20 人▷参加費…100 円▷持ち物…水筒、筆記用具 囲 7 月 19 日(火)から、同館(☎ 39-9272)へ。

とき	対象	内容
8/8(㊦)	市内在住の小学校低学年	光に関する工作
8/9(㊦)	市内在住の小学校高学年	星に関する工作

※時間は、午前 10 時～正午

京都サンガ F.C. 宇治市応援デー

◆とき…8月21日(日)、午後7時～(対 北海道コンサドーレ札幌)
◆ところ…西京極総合運動公園 陸上競技場兼球技場(京都市右京区)

市民招待

無料でスタジアムに招待します。
◆定員及び席種…50 組 100 人 (SB 自由席)
※満席の場合、他席種
◆応募方法…往復はがきに、氏名・住所・電話番号、返信用の表にも氏名・住所を書き、7 月 29 日(金)まで(必着)に京都サンガ F.C.「宇治市応援デーご招待」係(T 610-0102 城陽市久世上大谷 89-1)へ。はがき 1 枚につき 2 人まで。ホームページの専用フォーム(☎https://s360.jp/form/31122-1157/)からも応募できます。



© KYOTO.P.S

囲生涯学習課または京都サンガ F.C.(☎ 55-7603)

エスコートキッズ募集

選手と手をつないでピッチに入場します。
◆対象…5 ～ 12 歳
◆定員…5 人(多数の場合抽選)
◆応募方法…7 月 29 日(金)までに、ホームページの専用フォーム(☎https://s360.jp/form/31122-1158/)から応募できます。

特別優待

「7 月 15 日号宇治市政だよ」または宇治市民であることが分かるものをチケット総合センター窓口③で提示すると観戦チケット(SB 自由席)を割引します。
◆優待価格…◎大人 = 1280 円
◎小・中学生、高校生 = 640 円

■サークル紅(書道)

第 1・3 ㊦、10:00 ～ 12:00。木幡公民館。月 2500 円。栗津亮子☎ 31-4735。見学自由。初心者歓迎。

■社交ダンス「ステップ」

毎週㊦、19:30 ～。中央公民館。月 3000 円。岩佐☎ 090-9627-1035。プロ A 級。ペア指導。初心者歓迎。

■木幡カラオケサークル

第 2・4 ㊦、13:30 ～ 15:00。木幡地域福祉センター。月 2500 円。高澤☎ 32-6335。歌の好きな方大歓迎。

■卓球を楽しみましょう

毎週㊦、19:00 ～ 21:30。黄檗体育館 1 F。1 回 300 円。1 カ月 100 0 円。石田☎ / FAX 22-6212。

■楽友「と金会」

第 1・2 ㊦南宇治コミセン。第 3・4 ㊦西小倉コミセン。13:00 ～ 17:00。年 2000 円。辻☎ 43-8427。見学可。

■伊勢田絵画サークル

第 2・4 ㊦、9:00 ～ 11:00。西宇治中学校 4 F。月 500 円。西川☎ 43-5706。初心者大歓迎。

■珠算サークル 珠算暗算指導

毎週㊦、17:00 ～ 18:00。開福祉センター。月 4 回 2000 円。中村☎ 43-4146。2 年生より。教材費無料。

■親子で手話を始めませんか

第 3 ㊦、10:00 ～ 11:30。総合福祉会館。無料。田保橋☎ 33-3664。中学以上単独参加可・見学自由。

■tick tack

第 1・2・3 ㊦、13:00 ～ 14:30。木幡公民館。月 3000 円。永井まさ子☎ 090-9214-4323。

■堀池柔道教室(少年少女)

毎週㊦(㊦休)、18:00 ～。堀池幼稚園。月 3000 円。吉村☎ 23-4625。見学・初心者歓迎。

■陶悠会(陶芸サークル)

月 3 回㊦、9:00 ～ 12:00。中央公民館。月 1000 円。辻田☎ / FAX 21-4474。入会お待ちしています。

■紅墨会(書道)

第 1・3 ㊦、10:00 ～ 12:00。木幡地域福祉センター。月 2300 円。木村☎ 38-0432。初心者見学歓迎。

■セカンドライフ夢を語る会

7/21(㊦)、13:30 ～ 15:30。宇治公民館。見学無料。森田☎ 24-0976。



◆マイナンバー制度に便乗した不正な勧誘や個人情報取得にご注意ください。 囲総務課

■認知症家族支援プログラム

認知症に関わる原因・介護・治療等について学び、また同じ悩みを抱える介護者同士で日頃の悩みを話しませんか。▷とき・内容・講師等…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を在宅で介護している、全回参加できる人▷定員…先着 20 人▷参加費…無料(初回のみ昼食代 500 円程度必要) 閏 8 月 29 日(月)までに、中宇治地域包括支援センター(☎ 28-3686)へ。

とき	内容・講師等
9/2 金、10:00～15:00	「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
10/7 金、13:00～16:00	認知症の基本的な知識「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)
11/11 金、13:00～16:00	サービスのいろいろ「上手に使うサービス利用」= 東宇治北地域包括支援センター職員
12/9 金、13:00～16:00	介護の仕方と介護者の心「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
29/1/13 金、13:00～16:00	「認知症の人との関わり方」= グループホーム事業所等職員
29/2/10 金、13:00～16:00	医師との関わり方、薬について「医師と上手に付き合おう」= 医師

■青春歌声広場

▷とき…8 月 7 日(日)、午後 1 時半～3 時半▷ところ…西小倉地域福祉センタ

ー▷対象…市内在住・在勤の 50 歳以上の人▷定員…先着 50 人▷内容…生バンドによる伴奏▷参加費… 200 円▷持ち物…飲み物 閏 7 月 19 日(火)から、福祉サービス公社(☎ 28-3150)へ。

■京都文教大学 プロジェクト科目 合同成果発表会

地域や企業、行政と連携し、様々な課題について仮説を立て検証し、課題を解決する「プロジェクト科目」についての発表を行います。▷とき…7 月 16 日(土)、午後 0 時半～▷ところ…同大学(榎島町千足) 閏同大学フィールドリサーチオフィス(☎ 25-2630)

■陸上自衛隊宇治駐屯地「納涼盆踊り」

駐屯地を一般開放し、納涼盆踊りや駐屯地各部隊による模擬売店を実施します。▷とき…8 月 4 日(木)、午後 5 時～8 時半(雨天時は 5 日(金)に順延) 閏陸上自衛隊宇治駐屯地(五ヶ庄官有地、☎ 31-8121)

■山城地域消費生活リレー講座

▷とき…7 月 28 日(木)、午後 1 時半～▷ところ…精華町役場(精華町南稲八妻)▷対象…小学校低学年の子と親▷定員…先着 20 組▷内容…親子で学ぼうお買い物▷参加費…無料 閏「精華町会場」、参加者全員の氏名(ふりがな)、住所、電話番号を、ファクスか E メールで、7 月 22 日(金)までに、NPO 法人コンシューマーズ京都(fax 075-251-1003、✉ syodanren@mc2.seikyuu.ne.jp)へ。 閏府

消費生活安全センター(☎ 075-671-0030)

■在宅高齢者介護者リフレッシュ事業

在宅で要介護者を介護している人の介護疲れの解消とお互いの交流を深めます。▷とき…11 月 26 日(土)、午前 11 時～午後 2 時(受け付けは、午前 10 時半～)▷ところ…花やしき浮舟園(宇治塔川)▷対象…介護保険で要介護 3 以上の認定を受けている 65 才以上の市民を、在宅で介護している市民▷定員…70 人(多数の場合抽選)▷内容…交流・会食・笑いヨガの体験等▷参加費…無料 閏所定の申込書を、8 月 31 日(木)まで(必着)に、郵送・ファクスか社会福祉協議会窓口(〒 611-0021 宇治琵琶 45、fax 22-5654)へ。 閏同協議会(☎ 22-5650)

■ボランティアマッチングサロン

ボランティアをしたい人や団体とボランティアを求めている人や団体をボランティア運営委員がつなぎます。▷と

き…7 月 31 日(日)、午後 1 時半～3 時半▷ところ…総合福祉会館▷参加費… 100 円(喫茶引換券代) 閏宇治ボランティア活動センター(総合福祉会館内、☎ 22-5650)

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用とは医薬品を医療目的以外に使用すること、または医療目的にない薬物を不正に使用することを言います。精神に影響を及ぼす物質の中で、習慣性があり、乱用され、または乱用される恐れのある薬物として、覚せい剤、大麻、MDMA、コカイン、ヘロイン、向精神薬、シンナーなどがあり、これらの取り扱いは法令により禁止または制限されています。薬物乱用は周囲の人から誘われて好奇心や興味本位で手を染めるケースが多くみられます。薬物乱用に対する正しい理解を深め、絶対に手を出さないという自覚が大切です。 閏山城北保健所(☎ 21-2191)

文化センターの催し 閏文化センター(☎ 39-9333)

フォレストコンサート in 宇治

人気混声コーラスグループ「フォレストタ」による待望の宇治公演です。童謡・唱歌・抒情歌・歌謡曲・クラシック歌曲など幅広いジャンルの名曲を歌い上げます。❖とき…11 月 26 日(土)、午後 2 時半～(開場は午後 2 時～)❖ところ…文化センター大ホール❖入場料…5500 円(全席指定)



写真提供: BS 日テレ

チケットは、文化センターで、8 月 10 日(水)から発売

文化センター窓口の他、同センターホームページ(<http://ujibunka.or.jp>)から購入もできます(8 月 10 日(水)のみ、午後 1 時～)。

マリネラ国際コンクール 2016 京都大会

本格的なマリネラ(ペルーの民族舞踊)が鑑賞できます。ペルーと日本の文化交流の他、ラテングルメやペルーの物産販売もあります。❖とき…8 月 14 日(日)、午後 1 時～(開場は午前 11 時～)❖ところ…文化センター大ホール❖入場料…無料(全席自由)



アクトパル宇治の催し

夏休み親子工作デー コーナーラックづくり

夏休みの思い出に、親子で協力して工作を楽しみませんか。

- ♣とき…8 月 7 日(日)、午前 10 時～午後 4 時
- ♣対象…小学生以上(保護者要同伴)
- ♣定員…40 人(抽選)
- ♣講師…木工指導集団「WOODY MATE UJI」の皆さん
- ♣参加費…500 円(別途要材料費 1 セット 1000 円)
- ♣持ち物…弁当、水筒、軍手
- ♣申込期限…7 月 25 日(月)(消印有効)



親子 de キャンプ

常設テントでの宿泊や、キャンプファイア、川遊び、工作、野外炊飯等を通じて、家族同士の交流を深めます。

- ♠とき…8 月 20 日(土)、午後 1 時～21 日(日)、午後 2 時(1 泊 2 日)
- ♠対象…4 歳以上
- ♠定員…10 家族 40 人(抽選)
- ♠参加費…◎大人(高校生以上)=3500 円◎小人(4 歳～中学生)=3000 円
- ♠持ち物…水筒、軍手(綿)、運動靴、1 泊分の着替え、寝袋等
- ♠申込期限…7 月 30 日(土)(消印有効)



＜申し込み共通＞

催し名、代表者の住所・電話番号と参加者全員の氏名・年齢・性別、夏休み親子工作デーは材料数を、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。当選者のみ通知(当落に関わらず通知を希望する場合は、往復はがきで申し込みが必要)。

閏アクトパル宇治(☎ 075-575-3501)

情報BOX

市役所への電話・郵便は
☎22-3141(代表)
FAX20-8778(代表)
〒611-8501(宇治琵琶33)

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(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。
※運動講座は、医師から制限を受けていない人が対象です。
※電話は番号をよく確かめておかけください。



▲ちはや姫

無料相談

■身体障害者相談員・知的障害者相談員による相談会

身体障害者相談員・知的障害者相談員が、自分の経験を生かして、障害についての相談に応じます。▷とき… 7月28日(木)、◎午前10時～正午◎午後1時～3時▷ところ…市役所1階ギャラリーコーナー 問障害福祉課

お知らせ

■公共下水道の処理区域が拡大

6月24日から公共下水道の処理区域が拡大されました。今回新たに使えるようになるのは、次の一部です。◎東宇治処理区＝五ヶ庄一番割、菟道西隼上り・平町◎洛南処理区＝宇治大谷・野神、神明宮東、榎島町石橋、小倉町老ノ木・神楽田・春日森・天王・中畑・東山、広野町小根尾・大開・尖山・東裏、大久保町大竹。公共下水道が使える地域の人へ、出来る限り早く接続工事をしてください。 問下水道管理課

■地域子育て支援基幹センター

◎園庭開放(10:00～11:30)

7/19㊟	同胞保育園	雨天室内
7/20㊟	なかよし保育園	雨天支援センター
7/23㊥	登りこども園	雨天児童館

◎乳幼児相談(受付 9:50～11:00)

7/26㊟	南部地域子育て支援センター	保健師による相談・「お話タイム」・計測
7/27㊟	西部地域子育て支援センター	保健師・栄養士による相談・「お話タイム」・計測

その他、地域子育てひろば等は、「宇治子育て情報誌」を確認してください。
問同センター(☎ 39-9109)

8月1日(月)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！

問納税課

■ためしてナッ得！健康のすすめ

運動・栄養・口腔の健康に関する講義と実技を行います。▷とき・ところ…下表のとおり▷対象…市内在住で65歳以上の人▷定員…各30人(多数の場合抽選)▷参加費…無料 問講座名・氏名・住所・電話番号・生年月日・希望の番号(下表①～⑥)を、8月5日(金)まで(必着)に、郵送・Eメールか健康生きがい課窓口(☎ 06-0-kenkou@city.uji.kyoto.jp)へ。

	とき	ところ
①	9/5㊟、13:30～16:00	コミュニティワークこはた館
②	9/6㊟、9:30～12:00	うじ安心館
③	9/9㊟、13:30～16:00	介護付有料老人ホーム あいらの杜宇治五ヶ庄(五ヶ庄戸ノ内)
④	9/14㊟、9:30～12:00	特別養護老人ホーム 宇治愛の郷(榎島町石橋)
⑤	9/15㊟、13:30～16:00	広野公民館
⑥	9/16㊟、9:30～12:00	小規模特別養護老人ホーム 伊勢田明星園(伊勢田町若林)

■市民いけばな展作品募集

10月15日(土)・16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(16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 問参加費を添え、7月14日(木)～9月9日(金)に、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
歩行者を

きづか
気遣うやさしさ
京の夏

期間中の活動

- ◎7月21日(木)＝夏の交通事故防止府民運動スタート行事(近鉄大久保駅)
- ◎8月3日(木)＝迷惑駐車追放三色パトロール(東宇治地域)
- ◎8月10日(木)＝暴走行為等悪質・危険運転の追放(イトーヨーカ堂六地蔵店＜六地蔵奈良町＞前)

問交通政策課

市民交流ロビーコンサート

小さな音楽家たちが奏でる
ピアノリサイタル

月出演…本間さくらさん・井上結月さん
月とき…7月26日(火)、午後0時15分～
月ところ…市役所1階市民交流ロビー
月曲目…アルゼンチン舞曲集よりⅠ、Ⅱ/幻想即興曲 他
問文化自治振興課文化係

■コミュニティワークこはた館

問同館(〒 611-0002 木幡河原 3-12、☎ 39-9199、FAX 39-9200、☎ jinkenkei.hatsu@city.uji.kyoto.jp)

<チャレンジクッキング>▷とき…8月2日(火)、午前11時～午後2時▷対象…市内在住・在勤・在学で、料理の基礎を学びたい人▷定員…10人(多数の場合抽選)▷内容…鯛あられ揚げ、梅風味のそうめん温玉のせ、できたてわらび餅▷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 問講座名・氏名・住所・電話(ファクス)番号を、7月22日(金)(消印有効)までに、郵送・ファクス・Eメールか同館窓口へ。
<ふれあいコンサート>素敵な生演奏と歌声をお楽しみください。▷とき…8月12日(金)、午後2時～3時半(開場は、午後1時半)▷定員…先着60人▷出演…東宇治高等学校吹奏楽部(吹奏楽)、アップルパイ(アンサンブル)▷入場料…無料

図書館

■東宇治図書館

問「ぬいぐるみの図書館おとまり会」は7月16日(土)から、「夏休み工作教室」は7月20日(水)から、電話で、同館(☎ 39-9182)へ。

<ぬいぐるみの図書館おとまり会>お気に入りのぬいぐるみと一緒におはなし会を楽しんだ後、ぬいぐるみを図書館に“おとまり”させてみませんか。図書館で過ごすぬいぐるみたちの写真を、お迎え時にプレゼントします。▷とき…8月3日(水)、午前11時～11時45分(お迎えは8月4日(木)、午後1時～10日(水)、午後5時)▷対象…未就学児(保護者要同伴)▷定員…先着10人(ぬいぐるみは1人1つまで)▷参加費…無料
<夏休み工作教室>木工で「ちいさいおうち」を作ります。▷とき…8月5日(金)、午後1時半～3時45分▷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16人▷講師…「ゴコゴコ・トントンくらぶ」の皆さん▷材料費…200円▷持ち物…上履き

■夏休みリサイクル工作教室

廃ガラスに絵付けをして風鈴を作ります。また、リサイクルに関する話とリサイクル作品の展示を行います。▷とき

…7月29日(金)、午前10時～正午▷ところ…西宇治図書館▷対象…小学生▷定員…先着20人▷参加費…500円 問7月16日(土)から、同館(☎ 39-9226)へ。

■夏休みお楽しみ会 マジックを楽しもう

「京都ほほえみマジック」による楽しいマジックショーです。図書館職員による大きい絵本の読み聞かせも行います。▷とき…8月3日(水)、午前10時半～11時半▷ところ…中央図書館▷対象…幼児～小学生▷参加費…無料 問同館(☎ 39-9256)

源氏物語ミュージアム

■連続講座 橋をめぐる物語 ④ 宇治川合戦の実像と「平家物語」

▷とき…8月18日(木)、午後2時～3時半(受け付けは、午後1時半～)▷定員…80人(多数の場合抽選)▷講師…川合康さん(大阪大学大学院教授)▷参加費…500円 問往復はがきに、連続講座④・氏名(ふりがな)・住所・電話番号を書き、7月31日(日)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)。

官公署・その他

■城南勤労者福祉会館

問受講料を添え、8月3日(水)から同館窓口(☎ 46-0688)へ。

親子クッキング教室	9/3㊥、10:00～13:00、1回。定員8組。受講料1500円。
-----------	------------------------------------

■城南地域職業訓練センター

問受講料を添え、同センター窓口(☎ 46-0688)へ。

◎7月19日(火)から受け付け

はじめてのエクセル(入門)	8/19～8/31の㊟・㊥・㊦、9:30～15:30、6回。定員15人。受講料1万5000円。
---------------	---

◎7月24日(日)から受け付け

一からのPowerPoint 2013(基礎編)	8/24～9/14の㊟・㊥、18:30～21:00、7回。定員20人。受講料1万3000円(別途要教材費)。
--------------------------	--

◎7月25日(月)から受け付け

エクセル中級	8/25～9/15の㊟・㊥・㊦、18:30～21:00、7回。定員20人。受講料1万7500円。
--------	--

◎7月27日(水)から受け付け

エクセル初級	8/27～10/1の㊥、9:30～12:00、6回。定員20人。受講料1万5000円。
--------	---

◎8月2日(火)から受け付け

はじめてのエクセル(活用)	9/2～9/14の㊟・㊥・㊦、9:30～15:30、6回。定員15人。受講料1万5000円。
---------------	--

■リサイクル自転車販売会

市が撤去した放置自転車を販売します。▷とき…7月23日(土)、午前10時～正午(なくなり次第終了)▷ところ…市役所北側駐車場前▷価格…5000円～(別途要防犯登録料500円) 問市リサイクル自転車販売協議会事務局「同胞の家」(☎ 20-4080)

歴史

宇治史探検 ⑦⑥

知る人ぞ知る宇治の豆知識をお話しします。 問歴史資料館(☎ 39-9260)

宇治茶と「宇治抹茶」

平成8年、茶業界に激震が走りました。世界的なアイスクリームメーカーのハーゲンダッツが抹茶に手を広げ、人気のあるカップアイスの種類にグリーンティーを加えたのです。原材料は高品質を誇る宇治から直接の仕入れとなり、碾茶の入札価格はたちまち前年の1.5倍に跳ね上がったと言います。高価な新商品が消費者の心をつかんでから、抹茶の食品への利用は一段と加速し、生産者や加工業者もそれに合わせた姿勢に転換していきます。碾茶の生産が促されたことは言うまでもありません。

宇治茶について、マーケットは産地と加工業者を限定する一定のルールを設けていますが、抹茶はその適用外です。パッケージの成分表示にある「宇治抹茶」の表記は、そのまま宇治茶や宇治の抹茶であることを保証するものではないのです。



宇治市役所
☎ 22・3141 (代表)

FAX 20・8778 (代表)

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

本

新刊の紹介

新しく図書館に入った本を紹介します。 問中央図書館(☎ 39-9256)



『**屋根裏の仏さま**』
ジュリー・オオツカ 著 / 岩本正恵・小竹由美子 訳 / 新潮社
100年前、夫になる人の写真だけを頼りに渡米した日本人女性の集団がいました。彼女たちは、待ち受けていた偏見や差別、そして日米開戦へと突き進む過酷な運命にさらされながらも、幸せになろうと懸命に生きます。「わたしたち」という主語で語られたそれぞれの人生の物語です。



『**だんまりうさぎとおしゃべりうさぎ**』
安房直子 作 / ひがしちから 絵 / 偕成社
朝から晩まで一言もしゃべらないで、毎日一生懸命畑で働く、一人ぼっちのだんまりうさぎ。ある日、そんなだんまりうさぎのところにやって来たのが、赤いスカートのおしゃべりうさぎでした。お友達が出来ただんまりうさぎの楽しい日々が始まります。

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。 問環境企画課

「あかり」を変えてみませんか

家庭や事業所には多くの照明があるため、一つ一つの消費電力は小さくても全体として大きくなります。下のグラフのとおり(※1)、家庭の消費電力量の13.4%は照明器具の利用によるもので、テレビやエアコンよりも多いのです。

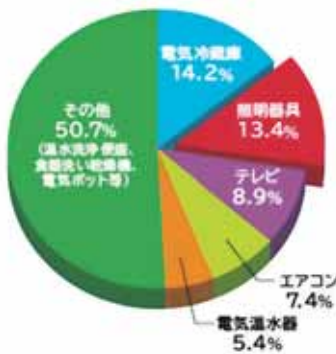
白熱電球の場合、LED電球などの照明に切り替えることで消費電力量が約8割削減できます。蛍光灯の場合、最低2割の削減が可能で、その分電気代が節約できます。例えば、白熱電球の場合は約4カ月、蛍光灯の場合は約1年で投資回収ができます(※2)。

地球温暖化防止と家計の節約のために、ぜひ小さな「あかり」を変えてみませんか。

※1＝経済産業省 総合エネルギー調査会省エネルギー基準部会(第17回)資料

※2＝投資回収は、1日8時間、1年365日使用したと仮定した場合の試算。掛かる時間は購入時の価格や消費電力量、使用実態によって変わります。

家庭における電気の消費構造



参考：あかり未来計画(環境省HP内)

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。 問危機管理課

自力で避難することが困難な人へ

市では、災害が発生した時に自力で安全な場所へ避難することが困難な人(＝要援護者)の安否確認や避難誘導などを、地域で協力して支援する事業の啓発に取り組んでいます。この事業は、要援護者の情報を「災害時要援護者台帳」に登録し、行政と地域が共有することが必要です。登録を希望する人は危機管理課へ申請してください。

また、要援護者の支援団体(自治会・町内会など)も募集しています。災害が発生した時に地域の皆さんが助け合える体制を作るため、ご協力をお願いします。詳しくは同課へ。

- 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。

健康

こんにちはと笑顔で健やか宇治のまち

市民の皆さんに日々の健康づくりで役立つ情報をお届けします。 問教育支援課家庭地域支援係

早起き 早寝 よい睡眠！

日本人の5人に1人は睡眠不足であると言われています。大人はもちろんのこと、特に、育ち盛りの子どもにとって質の良い睡眠を取ることは大切です。睡眠は、体の抵抗力や免疫力を高める他、学習内容の定着や運動能力の向上、豊かな心の育ちに大きな影響を与えます。

❖ぐっすり眠れる5つのポイント

- ①睡眠の2～3時間前に食事を終わらせる。
➡消化器官が働いていると、脳や神経はしっかり休むことができません。
- ②ノンカフェインの飲み物でリラックスする。
➡コーヒーや紅茶などに入っているカフェインは眠りを妨げ

ます。

- ③寝る前にパソコンやスマホを見ない癖をつける。
➡パソコンやスマホの発する光(ブルーライト)は脳を刺激します。スマホを寝室に持ち込まない習慣も大切です。
- ④ぐっすり眠れる環境をしっかりと整える。
➡寝室の温度や湿度、音、光、色彩、香りなどを見直してみましょう。
- ⑤寝る前にストレッチをする。
➡ストレッチをすることで脳や神経に「もう休む時間だよ」と伝えます。

北宇治中学校では、文部科学省の「中高生を中心とした生活習慣マネジメント・サポート事業」の研究協力校として、27年度から睡眠教育に取り組んでいます。詳しくは、同中学校のホームページ(HP <http://www.uji.ed.jp/kitauji-jhs/>)に掲載しています。