

- ◆◆◆◆◆ 主な記事 ◆◆◆◆◆
- 宇治川マラソン大会に参加しませんか…2面
 - エコファミリー大募集…3面
 - 11月1日は「市子ども読書の日」…4面
 - 市民情報短信(募集)…5面
 - 情報BOX…6・7面
 - 健康 他…8面

宇治市政だより

10.15
平成 25 年
(2013)
第 1682 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
http://www.city.uji.kyoto.jp/
携帯 http://www.city.uji.kyoto.jp/m/

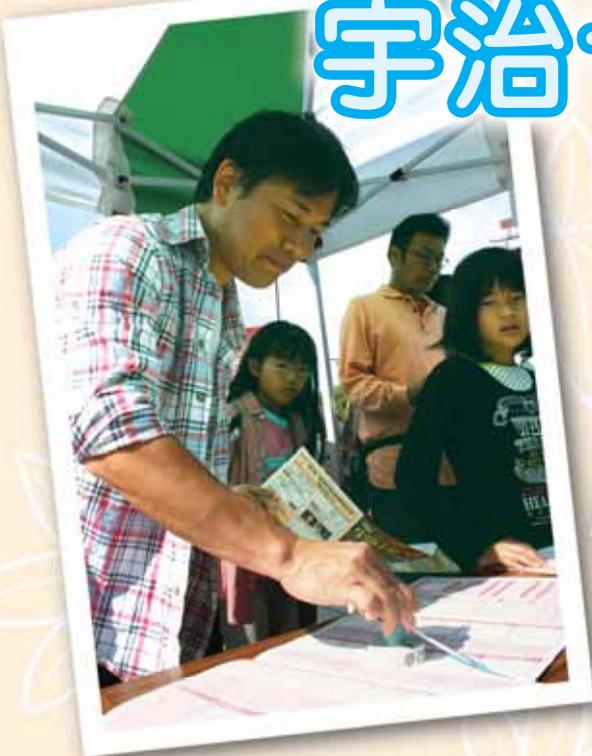
源氏ろまん2013

10月26日(土)・27日(日)、
11月2日(土)・3日(祝)・4日(休)

参加費
無料

※荒天中止

宇治十帖スタンプラリー



**基本コース
(宇治十帖コース)**
10ポイント、約
4.5km(所要時間
約1時間半)

健脚コース
22ポイント、約
13.5km(所要時間
約5時間)



スタンプ台設置時間

午前 9 時半～午後 4 時
(ゴールは、午後 4 時半まで)

宇治十帖の古跡を始め、世界遺産の宇治上神社や平等院、木々が美しい大吉山周辺など、豊かな歴史・文化資源を巡るスタンプラリーです。紫式部と源氏物語に思いをはせ、宇治の歴史と文化に触れてみませんか。皆さんの参加をお待ちしています。 関商工観光課、市観光協会(☎ 23-3334)

スタンプ帳の配布場所

商工観光課、観光センター、観光案内所(JR 宇治駅前・近鉄大久保駅構内)、市の主な公共施設、京阪・JR・近鉄の主要駅

※当初配布したスタンプ帳の内容の一部に誤りがあったため、正誤表を添付したスタンプ帳を各公共施設で配布しています



**特別
ポイント**

源氏物語ミュージアム、黄檗山萬福寺、植物公園、史跡宇治川太閤堤跡

**ゆるキャラ®
ポイント**

宇治十帖スタンプラリー開催期間中、1日に2回だけ、コースのどこかに市宣伝大使「ちはや姫」、ご当地キャラ「チャチャ王国のおうじちゃま」が、記念スタンプを持って登場します。

※特別ポイント及びゆるキャラ®ポイントのスタンプは、踏破・抽選には影響ありません

宇治観光ボランティアガイドの説明

開催日に黄檗山萬福寺、恵心院、宇治上神社、興聖寺で宇治観光ボランティアガイドが史跡などの説明(無料)をします。 関宇治観光ボランティアガイド事務所(☎ 22-5083)

台風 18 号に伴う大雨により被害を受けた皆さんへ

関危機管理課

☑り災証明書の発行

り災証明書とは、災害により被害を受けたことを公的に証明するもので、市が現地の状況調査を行い、同証明書を発行します。被害の程度により、保険などの請求や支援制度の利用などの手続きに必要な場合があります。り災証明書の発行を希望される人は、危機管理課へお問い合わせください。

☑被害を受けた人への支援

この台風により、被害を受けた人への支援を行っています。ただし、り災証明書の被害の程度により、受けられる支援の内容が異なります。支援の内容や適用条件など、詳しくは、危機管理課へお問い合わせください。

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

ちはや姫 初登場

9月20日に「宇治市宣伝大使ちはや姫 贈呈・受納式 およびお披露目会」が市役所1階市民交流ロビーで行われ、宇治ライオンズクラブより、ちはや姫が寄贈されました。

今後、さまざまな催し等に出演します。



▲宇治ライオンズクラブ佐原会長(右)、山本市長(左)と並ぶちはや姫(中央)

図広報課

宇治川マラソン大会に 参加しませんか

宇治川マラソン大会実行委員会事務局(☎22-1150)、生涯学習課

◆とき・ところ…26年2月23日(日)、◎5km 午前10時25分〜◎10km ハーフ午前10時半〜、山城総合運動公園(荒天中止)

◆参加資格…中学生以上
◆種目・定員…下表(表1)のとおり
◆参加費…下表(表2)のとおり

全国各地からたくさんの方々が参加する宇治川マラソン大会の参加者を募集します。参加賞として、大会オリジナルTシャツをプレゼントします。30回目を迎える今回は、当日、インターネットによる生中継を行います。詳しくは、10月15日(火)に開設する宇治川マラソン大会ホームページ(<http://www.uji-taikyou.jp/umarathon30>)をご覧ください。



▲あなたもマラソン大会に参加しませんか

※東北3県(岩手、宮城、福島)在住の人及び同県から宇治市に避難している人は、参加費を返金しません。

◆申し込み…次のいずれかの方法で手続きをしてください。大会要項と払込取扱票は、宇治川マラソン大会実行委員会事務局(生涯学習センター内)や生涯学習課、市の主な公共施設にあります。郵便振替(所定の払込取扱票に必要事項を書き、10月21日(月)〜12月10日(火)(消印有効)に、郵便局へ。インターネットは10月

表1:種目・定員

距離	区分	定員
5 km	A 中学生男子	先着1200人
	B 一般男子(高校生~29歳)	
	C 成年男子(30~39歳)	
	D 壮年男子(40~49歳)	
	E 壮年男子(50~59歳)	
	F 壮年男子(60歳以上)	
	G 中学生女子	
	H 一般女子(高校生~34歳)	
	I 壮年女子(35~49歳)	
	J 壮年女子(50歳以上)	
10 km	K 一般男子(高校生~29歳)	先着1000人
	L 成年男子(30~39歳)	
	M 壮年男子(40~49歳)	
	N 壮年男子(50歳以上)	
	O 一般女子(高校生~34歳)	
	P 壮年女子(35歳以上)	
ハーフ	Q 一般男子(高校生~39歳)	先着1200人
	R 壮年男子(40歳以上)	
	S 一般女子(高校生以上)	

表2:参加費

対象	距離	参加費
中学生	5 km	1500円
	10 km	2500円
高校生	5 km	3000円
	10 km	3000円
	ハーフ	3000円
一般	5 km	3500円
	10 km	4000円
	ハーフ	4000円

笠取小学校で学びませんか

特認入学制度で新1年生を募集

図学校教育課

特認入学とは、校区外のお子さんの入学を一定の条件の下に認める制度です。笠取小学校では、特認入学を希望する来年度の新生を募集します。豊かな自然の中で、伸び伸びとお子さんを育てませんか。

◆入学の条件…次のすべてを満たす人
◎市内在住(笠取第二小学校区に在住の人は除く)で来年度に就学を予定している(平成19年4月2日〜20年4月1日生まれ)
◎就学期間中(入学卒業)、保護者の責任と負担において通学ができる(JR黄檗駅から「通学バス」を運行)
◎保護者が同校の教育全般について理解し協力できる
◎応募方法…10月25日(金)に行う学校見学会に参加ください。後日、校長が面接を行います(面接日は、学校から連絡)。
◆募集期間…10月25日(金)〜11月22日(金)の学校開校日

◆募集人数…2人(多数の場合、公開抽選)
◆とき…10月25日(金)、午後1時半〜3時半
◆内容…授業参観・学校見学・学校説明会
※入学を希望する場合は、必ず見学会に参加してください。
◆申し込み…電話で、同校(☎075-571-0018)へ。なお、学校の様子は、同校ホームページ(<http://www.uji.ed.jp>)に掲載しています。

学校見学会



▶笠取小学校でさまざまな体験をしてみませんか

古典の日記念事業 宇治十帖ものがたり

～源氏を語る子どもたち～

平安装束を着た子どもたちが、宇治十帖朗読劇を熱演します。その他、美しい絵巻による宇治十帖の紹介や平安装束を着て行う朗読体験等もあります。

- ◆とき…11月4日(休)、午後1時半〜(開場は、午後1時)
- ◆ところ…文化センター小ホール
- ◆出演…宇治っ子朗読劇団 ☆Genjiの皆さん
- ◆入場料…無料

先着200人に
文香をプレゼント



手紙や財布などに
香りを入れて、
楽しむ

図文化センター(☎39-9333)

市民文化芸術祭参加事業

図文化自治振興課

市民いけばな展

◆とき・内容…10月19日(土)・20日(日)、◎いけばな展=午前10時〜午後5時(20日(日)は、午後4時まで)◎お茶席=午前10時〜午後4時(20日(日)は、午後3時まで)
◆ところ…宇治公民館
◆入場料…無料(お茶席は、一席300円)



音連ミュージックフェスティバル2013

◆とき…10月27日(日)、午前10時半(開場は、午前10時)
◆ところ…文化センター大ホール
◆入場料…無料

市民写真展

◆とき…11月1日(金)〜4日(休)、午前10時〜午後6時(4日(休)は、午後5時まで)
◆ところ…宇治公民館
◆入場料…無料



市民絵画展については、11月15日号市政だよりで、お知らせします。

エコファミリー大募集

～家庭から始めよう、省エネ生活～

11月～26年2月のうち3カ月間、簡単にできる省エネ生活に取り組む家庭を募集します。最後まで取り組んだ家庭には「エコライフ通信簿」を送付する他、参加者を対象としたエコツアーを実施します。

◆申し込み…「エコファミリー」・氏名・住所・電話番号を、12月27日(金)まで(必着)に、電話・ファクス・Eメールか直接、環境企画課(FAX21-0423、kankyokikakuka@city.uji.kyoto.jp)へ。

環境企画課



資格・条件

市に住民登録があり、使用許可後5年以内にお墓を設置できる人。既に同墓地公園の墓所を使用している人と同一世帯の人は応募できません。

募集区画数・墓所使用料・年間管理料

◎2㎡墓所 52区画(墓所使用料50万円・年間管理料4000円)

◎3㎡墓所 13区画(墓所使用料75万円・年間管理料6000円)

◎4㎡墓所 11区画(墓所使用料100万円・年間管理料8000円)

応募方法

天ヶ瀬墓地公園管理事務所や環境企画課、各行政サービスコーナーにある所定の申込書を、10月

天ヶ瀬墓地公園 墓所使用者を募集します



環境企画課

15日(火)～29日(火)(消印有効)に、郵送か直接、同管理事務所(〒611-0021宇治金井戸7-44、☎39-9205)へ。

使用者と区画の決定

11月7日(木)の公開抽選で決定し、結果は応募者全員に通知します。また、同管理事務所と市役所1階ロビーにも掲示します。

募集日程

募集期間	10月15日(火)～29日(火)
使用墓所抽選日	11月7日(木)
使用許可申請期間	11月7日(木)～17日(日)
使用許可決定日	12月1日(日)
墓所使用料等納付期限	12月24日(火)
墓所使用許可証の交付	26年1月上旬～中旬頃

市暴力団排除条例の骨子

皆さんのご意見を募集します

総務課

23年4月1日から府暴力団排除条例が施行されましたが、府の条例では規制の及ばない範囲を補充し、国、府、市及び市民事業者が相互に連携・協力して暴力団を排除するために、市においても暴力団排除条例を制定することとなりました。この度、その条例の骨子がまとまりましたので、市民の皆さんからの意見を募集します。

対象

次のいずれかに該当する人・団体

提出方法

意見・氏名・住所等の必要事項を書き、11月5日(火)まで(必着)に、郵送・ファクス・Eメールか直接、総務課(〒611-8501住所省略可、

資料の閲覧

本条例の骨子及び所定の用紙は、市役所(同課・市役所1階の行政資料コーナー)、市の主な公共施設、市ホームページで閲覧できます。



親子でエコを楽しもう 宇治環境フェスタ

かけがえのない地球環境を守り、住みやすい生活環境を築いていくため、市民が身近に楽しみながら環境にやさしい活動を楽しく学習・体験できるイベントを開催します。ぜひ、お越しください。

とき 11月10日(日)
午前10時～午後4時

ところ 生涯学習センター・産業会館前駐車場

参加の申し込みが不要な催し

- 自転車発車deわたがし
- 牛乳パックでかわいい小物入れをつくろう!
- 見て知る地球にやさしい住まい
- 大集合! エコカーオールスター!
- かえっこバザール(おもちゃの交換会)・おもちゃの無料修理
- いらなくなったおもちゃをお持ちください。
- 小型家電回収(携帯電話・デジカメなど)
- スタンプラリー(記念品進呈)
- フリーマーケット 他

販売

地元野菜の販売、軽食販売

参加の申し込みが必要な催し

- 10月16日(水)から、環境企画課へ。環境講演会「地球温暖化ってなに? 私たちにできるコト?」
- ◎とき…午前11時～午後0時半
- ◎定員…先着200人
- ◎講師…片平敦さん(気象予報士)
- ◎参加費…無料
- ◎保育…先着3人(希望者は、10月16日(水)から、同課へ)
- 親子でエコ・クッキング
- お鍋で炊くご飯やエコふりかけ、地元野菜を使った炒め物などを作りませんか。
- ◎とき…午前10時～正午
- ◎対象…小学生以上の親子
- ◎定員…先着12組(24人)
- ◎参加費…1組500円
- 木工教室
- 木を使って、楽しくおもちゃを作りませんか。
- ◎とき…午後1時～4時



▲片平敦さん

エコ・クッキングは、東京ガス(株)の登録商標です。

- ◎対象…小学生～(小学校低学年は、保護者要同伴)
- ◎定員…先着23人
- ◎参加費…200円

フリーマーケット 出店者募集

- 「宇治環境フェスタ」のフリーマーケットに出店しませんか。飲食物やリユースを目的としないものの販売は、ご遠慮ください。
- ◆定数…10区画(多数の場合抽選。出店位置は、当日受け付け後に先着順)
- ◆参加費…1区画(横幅3m×奥行2m)500円
- ◆申し込み…10月16日(水)～18日(金)に、電話・Eメールか直接、環境企画課(kankyokikakuka@city.uji.kyoto.jp)へ。

環境企画課

11月1日は「市子ども読書の日」

本の中あふれる夢は星の数

生涯学習課

市では、11月1日を「市子ども読書の日」と定め、この日を中心に子ども読書活動を推進する取り組みを重点的に行っています。

読書活動は、子どもが言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、創造力を豊かなものにし、人生をより深く生きる力を身に付けていく上で、欠くことのできないものです。本を読み聞かせる、家族と一緒に図書館へ行く、読書のイベントに参加する等、子どもが本に親しむ環境作りを大切にしましょう。

地域での催し

図書館を中心とする公共施設では、市子ども読書の日に関連したイベント



▶家庭での読み聞かせの様子



▶学校でのブックトークの様子

トを次のとおり行います。また、その他のさまざまなおはなしの紹介も、市子ども読書活動推進ホームページを開設しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

「おはなし わいわいランド」

◆とき…11月6日(水)、午後3時～4時

◆ところ…西宇治図書館

◆対象…幼児・小学生と保護者

◆内容…人形劇・大型紙芝居等

◆出演…ラディッシュ(人形劇サークル)等

◆参加費…無料

◆問い合わせ…西宇治図書館(☎39・92226)

「おはなしひろば」

◆とき…11月17日(日)、午後2時～2時半

◆ところ…東宇治図書館

◆対象…幼児

◆内容…ストーリーテリング・大型紙芝居等

◆参加費…無料

◆問い合わせ…東宇治図書館(☎39・9182)

「やさしい古典のおはなし」

◆とき…10月25日(金)～11月17日(日)

◆ところ…中央図書館

子ども向けの古典・昔話や絵本の展示・貸し出しを行います。

11月2日は「市教育の日」

「子ども読書フェスタうじ」

教育指導課

学校・家庭・地域の連携の下に、社会全体で教育の充実と発展を図るため、市では11月の第1土曜日を「市教育の日」と制定しています。今年、「子ども読書フェスタうじ」を開催します。

◆とき…11月2日(土)、午前9時半～正午(受け付けは、午前9時)

◆ところ…生涯学習センター(公共交通機関でお越しください)

◆定員…先着200人

◆内容…次のとおり

◆参加費…無料



▲宇治っ子朗読劇団☆ Genji による公演の様子

アクトパル宇治 (☎075-575-3501)

アクトパル宇治の催し

ふるさとを味わおう

大根の収穫や大根炊き、ひき臼を使ったきなこ作りや糀と臼を使って餅つきをします。

◆とき…11月17日(日)、午前10時～午後2時

◆対象…4歳～

◆定員…10家族40人程度(多数の場合抽選)

◆参加費…800円

陶芸教室「入門編」

講師の指導の下、陶芸の基礎を体験します。

◆とき…11月23日(祝)、◎午前の部＝午前10時～正午◎午後の部＝午後2時～4時

◆対象…これから陶芸を始めようとする人

◆定員…各40人(多数の場合抽選)

◆参加費…500円

天文教室「星雲・星団をみよう！」

望遠鏡で星の集まり(星雲・星団)を観察します。星座早見盤や星雲・星団のキーホルダー(ストラップ)も作ります。

◆とき…11月23日(祝)、午後5時～9時

◆対象…4歳～(中学生以下は、保護者要同伴)

◆定員…40人(多数の場合抽選)

◆参加費…600円

◆持ち物…夕食用弁当

申し込み

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、陶芸教室は希望の部を、10月31日(木)(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、☎075-575-3511、<http://www.actpal-ujii.com>)へ。当選者のみ通知。

植物公園

ハロウィンパーティ

10月26日(土)・27日(日)

期間中、仮装パレードに参加する本人に限り、入園料が無料です。園内の装飾やさまざまな催し、同時開催の「ハロウィンの植物」展もお楽しみください。



参加費無料の催し

<仮装パレード&ショー>

ハロウィンの仮装をして、園内のキッズコーナーから花の広場までパレードします。

◆とき…両日、午後1時半～

<仮装衣装等の貸し出しコーナー>

◆とき…両日、◎午前10時～正午◎午後1時～5時

参加費有料の催し

<ハロウィンのフェイス・ペイントを楽しもう♪>

◆とき…両日、午前10時～午後4時

<ジャックオーランタンを作ろう！>

◆とき…10月26日(土)、◎午前10時半～正午◎午後1時半～3時

◆定員…各先着5人

※小・中学生は、保護者要同伴

<ハロウィンにピッタリ!! アメでクモを作ろう!>

◆とき…10月27日(日)、午前10時半～正午

園植物公園(☎39-9387)

宇治市役所 ☎22・3141(代表)

FAX 20・8778(代表)

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

市民参画と市民参加のコーナー

☒=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。

※お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。

■地域コミュニティ推進検討委員会

▷とき…10月21日(月)、午後3時～▷ところ…議会議棟3委員会室▷定員…先着10人▷内容…町内会・自治会の活性化の方策及び地域コミュニティや協働の在り方について 同日、午後2時半～2時50分に、開催場所受付へ。 園文化自治振興課

■まちづくり審議会

▷とき…10月24日(木)、午後2時～▷ところ…市役所8階大会議室▷定員…先着10人程度▷内容…地区まちづくり計画原案への意見について他 同日、午後1時半～1時50分に、開催場所受付へ。 園都市計画課

生涯学習

■ニュースポーツひろば

スポーツのできる服装でお越しください。▷とき・ところ…◎11月9日(土)=西宇治体育館◎11月16日(土)=黄檗体育館、いずれも午前10時～正午▷種目…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、きばれえ等▷参加費…無料▷持ち物…上履き▷保育…就学前まで(希望者は、参加希望日の8日前までに、生涯学習課へ) 園同課

■生涯学習センター

園同センター(☎39-9500、FAX39-9501、✉shogaigakushu@city.uji.kyoto.jp)

＜折り紙ミニ講習会＞10月23日(木)・24日(木)の「折り紙作品」展示中、「わたしのトトロ」「うさぎ」等、講師のオリジナル作品を折る、ミニ講習会を行います。▷とき…10月24日(木)、午後1時～3時▷講師…「茶団子折紙倶楽部」の松井佳容子さん他▷参加費…無料

＜「和紙ちぎり絵『祝祭の午』『招福の午』」ミニ講習会＞11月4日(木)～8日(金)の「ちぎり絵」展示中、来年の干支で

ある「午」の色紙を和紙ちぎり絵で作る、ミニ講習会を行います。▷とき…11月5日(火)、◎午前10時～正午◎午後1時半～3時半▷定員…各先着15人▷講師…「和紙ちぎり絵サークル」の廣野艶子さん他▷参加費…◎「祝祭の午」=1785円◎「招福の午(初心者向け)」=1050円 同日16日(木)から、同センターへ。

＜Uji★手づくり市＞生涯学習活動をしている人たちの成果発表の場として、創作した手作り品を展示・販売します。▷とき…11月9日(土)、午前10時～午後3時

＜おやこっこらんど＞▷とき…11月14日(木)、午前10時～11時半▷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

＜青少年たまり場＞同センターの施設を無料で開放します。▷とき…11月14日(木)、午後6時～10時(未成年の個人・グループは、午後8時まで)▷対象…市内在住・在勤・在学の中学生～30歳程度の人。団体は、過半数が市内在住・在勤・在学の中学生～30歳程度であること 園氏名(団体は、団体名・代表者の名前・年齢)・電話番号・使用日時・目的・人数・施設・備品、代表者が未成年の場合、成人指導者の有無(有りの場合、氏名・連絡先)を、11月13日(木)(1・2階の部屋の使用を希望する場合は、11月7日(木)までに、電話・ファクス・Eメールか直接、同センターへ。

＜生涯学習情報 UJI vol. 55 発行と次号の掲載記事の募集＞10～12月に行う催しの案内等を掲載している情報紙に、同センターの情報紙編集講座受講生による「宇治のステキ情報紙 宇治れぽ」を挟み、市の主な公共施設等で配布しています。また、26年1～3月に市民が行う催し案内等の記事を募集しています。10月31日(木)までに、電話・ファクスかEメールで、同センターへ。

■おやこの食育教室

親子で料理を作りながら、「食育」について考えましょう。▷とき…11月16日

(土)、午前10時～正午▷ところ…木幡公民館▷対象…市内在住の幼児～小学3年生と保護者▷定員…先着10組▷内容…ツナ缶おにぎり、ホイールハンバーグ、あえ物▷講師…市食生活改善推進協議会「若葉の会」の皆さん▷参加費…200円▷持ち物…1組につき米2分の1カップ、エプロン、三角きん、ふきん 同日10月16日(木)から、同館(☎39-9193)へ。

■中央公民館

園同館(〒611-0023 折居台1-1、☎39-9258)

＜土曜日子どもの遊び場＞

10/19(土)	9:30～12:00	木工遊び
11/9(土)	9:30～12:00	わくわくクラフト
	11:00～11:30	おはなしたまはこ

＜生涯学習講座「思いを綴るエッセー講座」＞文章作りを基礎から学び、自分の思いや生き方を伝える喜びを知

り、自己啓発の場とする講座です。▷とき…11月30日(土)、12月7日(土)・14日(土)・21日(土)、26年1月11日(土)、いずれも午後1時半～3時半▷対象…高校生以上で、全回参加できる人▷定員…15人(多数の場合抽選)▷講師…高橋敬子さん(第18回紫式部市民文化賞受賞者)▷参加費…無料(必要に応じて印刷費等の実費負担あり) 園往復はがきに、氏名・住所・電話番号を書き、11月15日(金)まで(必着)に、同館へ。

■小倉公民館まつり

▷とき…◎11月9日(土)、午前10時～午後4時◎11月10日(日)、午前10時～午後3時半▷内容…◎両日=作品展、模擬店◎9日(土)=パッチワーク体験、多肉植物の寄せ植え体験、煎茶のお点前。いずれも定員あり(有料)◎10日(日)=サークル等の舞台発表 園同館(☎39-9274)

人材バンクの展示と体験コーナー

市生涯学習人材バンク登録講師が、日頃の活動について展示と実演を行います。期間中、ミニ講座や作品作りの体験に参加できます。

◆参加費…無料

とき	内容
10/29(土)、10:00～13:00	シャドーボックスとガラスアート体験
10/30(土)、10:00～12:00	丹田式呼吸法の体験
10/31(土)、10:00～13:00	ステンシルを使った作品作り実演
11/1(金)、10:00～13:00	防災・減災に関するミニ講演

園生涯学習課

安心Myコミュニティのための防災減災 ～その時を考える～

東日本大震災の避難者や市職員を交え、参加者同士の体験を語り合いながら、「地震や水害直後の身の回りを想像する～命を守るために今何ができるのか～」をテーマに考えます。

◆とき…12月11日(水)、午後2時～4時

◆ところ…木幡公民館

◆対象…市内在住・在勤・在学の人

◆定員…30人(多数の場合抽選)

◆講師…立木茂雄さん(同志社大学教授)

◆参加費…無料

園生涯学習センター

◆保育…2歳～就学前

◆申し込み…講座名・氏名・住所・電話番号、保育希望者は子の名前・年齢・性別を、11月26日(火)までに、電話・ファクスかEメールで、生涯学習センター(☎39-9500、FAX39-9501、✉shogaigakushu@city.uji.kyoto.jp)へ。

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。

※お電話は番号をよく確かめておかけください

■絆カラオケサークル

第1・3(水)、13:30～15:00。市民会館。月2500円。高澤☎32-6335。初心者大歓迎。

■親子体操なかよし

第1・2・3(金)、11:00～12:00。木幡公民館。月1800円。船越☎080-1437-2633。2歳からの知育体操。

■体と心の健康体操「自強術」

毎週(水)、9:30～10:45・11:00～12:00。南宇治コミセン。月2500円。井垣☎44-7367。新規は後半。

■東宇治童謡歌う会(叙情歌も)

第3(月)、13:00～15:00。福角集会所。300円。吉田☎32-3878。老若男女楽しく歌っています。

■和歌百人一首「せいはいん会」

毎週(水)、9:30～11:30。小倉公民館。月600円。岡田☎22-8025。万葉の和歌を現代詩調でコーラス。

■中高生大人ストリートダンス

毎週(水)、19:00～20:15。スタジオピピット南小倉小東隣。月4500円。岡野☎090-5362-2862。

■少林寺拳法洛南スポーツ少年団

毎週(水)、18:00～21:00(日)9:00～12:00。城南勤労者福祉会館。月7回4千円。鈴木☎075-662-2248。

■スマイル社交ダンス

毎週(水)、13:00～15:30。中央公民館。1ヶ月2000円。中井二郎☎43-8068。

■琴音人 琴伝流大正琴

第2・4(金)、13:00～16:00。菟道ふれあいセンター。1回1000円。日野☎20-3028。初心者歓迎体験自由。

■ソシアルダンス木曜会

毎週(水)、19:30～21:30。宇治公民館。月3000円。能勢☎23-2205。ダンスを楽しく見学、初心者歓迎。

■南部シャトルズ

毎週(土)、15:00～(日)、16:00～。南部小。月500円。加藤☎/FAX33-6293。バドミントン同好の会です。

■宇治若葉句会 俳句の会

第2(水)、13:00～16:00。宇治公民館。月1000円。貴志☎20-1387。初心者歓迎。添削指導も有ります。

■うさふね短歌会 短歌例会

第1・3(水)、13:00～16:00。生涯学習センター。月1500円。平居☎22-5492。初心者歓迎。

■カラオケレッスン 男女OK

第2・4(水)、10:00～12:00。伊勢田集会所。2回2000円。東島☎41-6929。日本歌謡指導連盟講師山内。

■カラオケサークル「響」菟道

第2・3・4(月)、19:30～21:30。菟道集会所。3回2000円。下岡☎22-4281。日本歌謡指導連盟講師山内。

■角谷囲碁・将棋教室

毎週(水)、13:00～17:00。城南勤労者福祉会館。月1500円。角谷☎52-4947。ポケ防止、高齢者歓迎。

■編み物サークル(見学歓迎)

月4回(金)。東宇治コミセン。桂木☎第1・3(月)、10:00～11:30。小倉公民館。月500円。福田☎20-0321。初心者歓迎。見学どうぞ。

■着付 光香会

毎週(水)、10:00～12:00。榎島コミセン。1回1000円。蓮井☎090-3350-9850。苦しくない着付指導。

■シャンソン(ビバシャンソン)

月4回、13:00～14:00。南宇治コミセン。1回千円(入会千円)。黒木蘭☎090-8166-1968。ピアノ伴奏。

■宇治マンドリンアンサンブル

第2(水)、19:30～21:30他。宇治公民館。月2千円。FLORA中塚☎43-6228。ベース、ギターも大歓迎。

■アートフォーラム宇治(AFU)

市民美術振興と交流広場(フォーラム)づくり。所属不問。1000円。事務局☎33-7108(石田)

■USK 書道同好会

第1・3(金)、13:00～16:00。総合福祉会館。月1000円。小林☎24-3354。60歳以上、初心者歓迎。

■開園碁同好会

月4回(土)・(日)、12:30～17:00。開地域福祉センター。月300円。上田☎43-0767。男女・年齢不問。

■詩吟教室「朝日が丘」

第1・3(月)、10:00～11:30。小倉公民館。月500円。福田☎20-0321。初心者歓迎。見学どうぞ。

■ソシアルダンス同好会

毎週(土)、10:00～12:00。宇治公民館3F。月2500円。寺本☎22-2935。楽しいレッスンプロ指導見学可。

■親子えいごリトミック

第2・4(水)、10:00～。榎島コミセン。1000円。古川☎23-9925。カナダの先生と音楽。

■柔道を一緒に楽しみましょう

毎週(水)・(金)、19:00～20:30。南宇治中。月2200円。大槻☎21-8817。柔道着貸与・見学・体験大歓迎。

■男の料理道場 旬彩クラブ

第4(水)、10:00～14:00。東宇治地域福祉センター。月1500円。入会500円。福島☎20-0218。60歳以上。

■社交ダンス「ウェーブ」

毎週(土)、13:00～。城南勤労者福祉会館。月4回3000円。村尾☎090-3942-9852。丁寧なプロ指導。

■ソフトテニス早蕨

毎週(水)、9:00～11:00。東山クレーク。1回300円。高本☎44-1877。女性歓迎。気軽に電話下さい。

■中国語学習サークル三国志

第1・3・4(月)、午前中。木幡公民館。月2000円。辻義政☎/FAX33-0235。中国の文化を知ろう。

～12カ月の子>募集人数…先着1日15組程度 11月15日(金)までに、同協議会へ。

<福祉バザー>▷とき・ところ…◎10月20日(日)、午後1時～=菟道ふれあいセンター◎10月27日(日)、午前10時半～=総合福祉会館◎11月10日(日)、午後1時～=南小倉小学校。いずれもなくなり次第終了 同協議会

<ボランティア研修会>介護予防に必要な健康体操の研修です。▷とき・ところ…◎10月30日(水)、午前10時～11時半=産業会館・午後2時～3時半=城南勤労者福祉会館◎10月31日(木)、午前10時～11時半=東宇治地域福祉センター・午後2時～3時半=コミュニティワークこはた館▷講師…山根光子さん(健康運動実践指導者) 同協議会

<福祉活動にまつわる心温まるエピソードを募集>採用エピソードは、冊子などに掲載します。▷資格…市内在住・在勤・在学の人(1件につき200字以内) 氏名・住所・電話番号を、11月5日(火)まで(必着)に、郵送・ファクス・Eメールか直接、同協議会(〒611-0021宇治琵琶45、FAX 22-5654、mail@uji-shakyo.net)へ。

■犬のしつけ方教室

▷とき・内容…下表のとおり▷ところ…久御山町役場(久御山町島田)。1回目のみ山城広域振興局▷対象…◎講習会=宇治市・城陽市・久御山町在住の人(講習会のみ参加可)◎実技=宇治市・城陽市・久御山町在住で、全日程参加可能な人。飼犬は、生後6カ月以上2歳未満で市町に登録済でかつ、今年度狂犬病予防接種及びその他感染症の予防接種済で、健康であり攻撃性がないこと▷定員…◎講習会=先着20人程度◎実技=先着10組程度▷参加費…無料 10月21日(月)から、山城北保健所(☎21-2191)へ。

Table with 3 columns: 回, とき, 内容. Details about dog training sessions.

※雨天予備日=12/4(水)、14:00～15:00

■宇治・城陽・久御山若者就業フェア

▷とき…10月24日(日)、午後1時～4時▷ところ…産業振興センター▷対象…来春大学等卒業予定者及びおおむね29歳以下の人▷参加費…無料 同京都ジョブパーク(☎075-682-8915)

■秋の市場一般開放

▷とき…10月20日(日)、午前10時半～午後1時半▷ところ…府南部総合地方卸売市場(伊勢田町西遊田)▷内容…西小倉中学校吹奏楽部による演奏、野

菜・果実・花・鶏肉等の即売等 同(株)京都総合食品センター(☎20-2825)

■市公園公社 講演会

緑に関する講演会を行います。▷とき・内容・講師…下表のとおり▷ところ…植物公園▷定員…各先着50人▷参加費…無料(要入園料) 11月1日(金)から、同公社(☎39-9393)へ。

Table with 3 columns: とき, 内容・講師. Details about the lecture.

■城南地域職業訓練センター

同受講料を添え、直接、同センター(☎46-0688)へ。

◎10月22日(火)から受け付け

はじめてのエクセル(活用) 11/22～12/4の(月)・(水)・(金)◎9:30～12:00◎13:00～15:30。12回。定員20人。受講料1万5000円。

◎10月28日(月)から受け付け

ホームページ作成入門 11/28～12/16の(月)・(水)、18:30～21:00。6回。定員20人。受講料1万5000円。

◎10月30日(水)から受け付け

Word2007デザイン 11/30～26/2/1の(土)・(日)、10:00～14:00。8回。定員20人。受講料1万8000円(別途要教材費)。

◎11月6日(水)から受け付け

はじめてのワード(入門) 12/6～20の(月)・(水)・(金)◎9:30～12:00◎13:00～15:30。12回。定員20人。受講料1万5000円。

◎11月7日(木)から受け付け

パソコン技能習得 12/7～26/3/8の(土)・(日)、15:00～18:00。12回。定員20人。受講料2万7000円(別途要教材費)。

◎11月15日(金)から受け付け

介護事務講座(日曜コース) 12/15～26/3/9の(日)、10:00～12:30。12回。定員25人。受講料2万円(別途要教材費)。

■城南勤労者福祉会館

同受講料を添え、直接、同会館(☎46-0688)へ。

◎11月12日(火)から受け付け

レツクック教室 12/12(水)、13:30～16:30。定員16人。受講料1500円。

◎11月14日(木)から受け付け

キムチとチヂミの料理教室 12/14(金)、10:00～13:00。定員20人。受講料1000円(別途要教材費)。

労働保険の成立(加入)手続きはお済みですか 11月は「労働保険適用促進強化期間」です。労働者を一人でも雇用していれば、労働保険(労災保険と雇用保険)に加入する必要があります。 同京都労働局(☎075-241-3213)

■芸術文化フォーラム in 宇治

芸術文化団体の体験教室(茶道、書道、詩吟、弦楽合奏、大正琴、バレエ、フラダンス)に参加しませんか。詳しくは、文化自治振興課にあるチラシか市芸術文化協会ホームページ(☎ http://www.uji-geibunkyou.jp/)をご覧ください。▷参

加費…各教室1000円(全5回) 同同協会・大原さん(☎23-0987)

■京奈道路 夜間通行止め

▷とき…11月5日(火)～16日(土)、午後8時～午前6時(土・日曜日の夜間除く)▷区間…城陽IC～田辺北IC(上下線) 同西日本高速道路(株)関西支社京都高速道路事務所(☎075-632-1230)

10月は「骨髄バンク推進月間」 ドナー登録の方法など、詳しくは、山城北保健所(☎21-2191)へ。

■介護職員初任者研修課程養成講座

▷とき…11月20日(水)～26年3月24日(月)の週3回午後▷ところ…福祉サービス公社中宇治事業所他▷対象…市内在住・在勤・在学の全日受講できる人▷定員…先着20人▷受講料…5万円 同

所定の申込書を、10月16日(水)から、直接、同公社(☎28-3150)へ。

■薬と健康の週間

同山城北保健所(☎21-2191) <かかりつけ薬局(薬剤師)、お薬手帳の活用を>どこの医療機関に掛かっても、1カ所の薬局(かかりつけ薬局)で調剤を受けることが大切です。また、「お薬手帳」は、病院の医師にとって重要な情報となり、より安全に、より早く、より効果的な治療を受けることにつながります。

<無承認・無許可医薬品に注意>無承認・無許可医薬品は、品質・有効性・安全性の確認がないため、絶対に使用しないでください。また、個人輸入された医薬品による健康被害は救済対象とならないため、使用は避けましょう。

源氏物語ミュージアム 連続講座⑥ 能にみる『源氏物語』の女性たち 源氏物語が、室町時代の人々にどう読まれ、どう広がっていったか、「能」を通して考えます。 ◆とき…11月21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…大山範子さん(神戸女子大学古典芸能研究センター非常勤研究員) ◆受講料…500円 ◆申し込み…往復はがきに、催し名・氏名・住所・電話番号を書き、10月31日(木)まで(必着)に、同ミュージアムへ。はがき1枚につき1人まで。 宇治市文化財愛護協会一般財団法人移行記念 源氏物語ミュージアム15周年記念 わたしのおすすめ! 源氏物語スポット探し 市内の源氏物語ゆかりの地を見学します。後日、同ミュージアムで取材記録を展示します。 ◆とき…11月24日(日)、午後1時半～4時 ◆定員…30人(多数の場合抽選) ◆受講料…500円 ◆申し込み…催し名・氏名・住所・電話番号を、11月20日(水)まで(必着)に、電話かEメールで、同ミュージアムへ。 はじめて楽しむ日本の古典芸能 狂言の鑑賞会 初めての人にも分かりやすい「萩大名」「蝸牛」の2作品を上映します。また、物語のあらすじや鑑賞法も紹介します。 ◆とき…12月1日(日)、午後2時～3時半(受け付けは、午後1時半～) ◆定員…100人(多数の場合抽選) ◆出演者…茂山正邦さん(大蔵流狂言師)、茂山茂さん(大蔵流狂言師)他 ◆受講料…1000円 ◆申し込み…往復はがきに、催し名・氏名・住所・電話番号を書き、11月10日(日)まで(必着)に、同ミュージアムへ。はがき1枚につき1人まで。 同源氏物語ミュージアム(〒611-0021宇治東内45-26、☎39-9300、genjimonogatari@city.uji.kyoto.jp)

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。



▲ちはや姫

議会インターネット中継(録画)

9月定例会一般質問の様子を配信中

市議会ホームページ(<http://www.city.uji.kyoto.jp/gikai/>)をご覧ください。

☎議会事務局



相談

閉庁時に国保保険料の納付受付と相談窓口を開設

- ◎休日開庁…10月27日(日)、午前9時半～午後0時半
- ◎夜間開庁…10月31日(木)、午後6時～8時

☎国民健康保険課

お知らせ

JR宇治駅前自動車駐車場の指定管理者の公募

▷対象…法人、その他団体▷指定管理期間…26年4月1日～30年3月31日(4年間) 市ホームページに掲載または交通政策課にある申込書に必要事項を書き、10月15日(火)～11月1日(金)(必着)に、郵送が直接、同課へ。選定結果は、後日通知します。

宇治橋通りわんさかフェスタ

宇治橋通り商店街を歩行者天国にして、楽しいブースが軒を連ねます。▷とき…10月26日(土)、午前11時～ 交通政策課

市民交流ロビーコンサート

オータムコンサート～ピアノとヴァイオリンで織りなす芸術の秋～

◆出演…若谷陽子さん(ヴァイオリン)・寺島有華さん(ピアノ)

◆とき…10月31日(木)、午後0時15分～

◆ところ…市役所1階市民交流ロビー

◆曲目…クライスラー「シンコペーション」他

☎文化自治振興課

＜うー茶ん＞のつどい

お手軽で簡単な魚料理の実習を行います。▷とき…10月31日(木)、午前11時

～午後2時▷ところ…榎島地域福祉センター▷参加費…無料▷持ち物…エプロン、三角きん ☎保健推進課

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。 ☎同センター(☎39-9109)

◎でまえひろば(10:00～15:00)

10/17(水)	西大久保集会所	0歳～就学前の子と親	おもちゃ遊び
10/22(金)	木幡公民館		
10/24(日)	菟道藪里集会所		

◎乳幼児相談(10:00～11:00)

10/17(水)	西部地域子育て支援センター	保健師による「お話タイム」と相談
10/22(金)	東部地域子育て支援センター	保健師による相談など
10/29(木)	南部地域子育て支援センター	保健師・栄養士による相談と計測

◎園庭開放など(10:00～11:30)

10/17(水)	なかよし保育園	雨天支援センター
10/17(水)	宇治保育所◆	雨天中止
10/22(金)	同胞保育園	雨天室内
10/25(日)	木幡保育所	雨天中止
10/29(木)	小倉双葉園保育所	室内でリトミック
10/29(木)	登り保育園	雨天児童館
10/31(土)	大久保保育所	室内でリトミック

◆=10:00～11:00 ※10/25(日)の北木幡保育所は、園舎改修のため中止

市立幼稚園大会

園児と保護者が集い、運動やリズム遊び、ダンス等に取り組みます。▷とき…10月18日(金)、午前9時半～正午(雨天中止)▷ところ…太陽が丘陸上競技場 園学校教育課、各市立幼稚園

健やかからだ講座

▷とき…10月29日(火)、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・在勤・在学の人▷定員…先着40人▷内容…膝の痛みを予防・改善するストレッチと気功▷講師…華学和博さん(健康運動指導士)▷参加費…無料▷持ち物…お茶、タオルなど ☎10月16日(水)から、同館(☎39-

9199)へ。

やましろ農産物直売所フェア

山城地域の23の直売所が連携して、スタンプラリーとレシピコンテスト(応募は、10月31日(木)まで)を行います。▷とき…11月30日(土)まで ☎農林茶業課

10月31日(木)は、市・府民税第3期の納期限です。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!

☎納税課

特別支援教育・啓発の集い

▷とき…11月19日(火)、午前9時50分～正午▷ところ…生涯学習センター▷内容…鋒山智子さん(府総合教育センター特別支援教育部長)による「特別な支援を必要とする子どもの育ちと喜び～一貫した支援を通して～」をテーマにした講演、ワークセンター宇治作業所の皆さんによる和太鼓演奏と歌 ☎教育指導課

10月29日(火)は、住民票の写しの広域交付ができません

住民基本台帳ネットワークシステムに係る機器更改に伴い、10月29日(火)は、市民課窓口で住民票の写しの広域交付(他の市区町村の住民票写しを交付)ができません。また、他の市区町村窓口で、宇治市の住民票の写しの広域交付もできません。

なお、住民票の写し、戸籍全部(個人)事項証明書、印鑑登録証明書などについては、通常通り発行します。

☎市民課

おおばくまつり&スポーツフェスタ

▷とき…12月8日(日)、午前10時～午後3時▷ところ…黄檗体育館▷内容…ステージ・作品発表、スポーツ・遊びコーナー、模擬店など

＜フリーマーケット出店者募集＞

1区画1000円(協力金)で日用品、衣服、玩具などを出店しませんか。▷区画…先着60区画 ☎氏名・住所・電話(ファクス)番号を、10月16日(水)から、ファクスかEメールで、東宇治ふれあいネット事務局(東宇治中学校内、FAX39-9173、☎higasiuji-jhs@uji.ed.jp)へ。 ☎青少年課(☎39-9283)

保護者ふれあい学習会

「夢に向かって咲きほこれ」を演題に、子どもたちの支援について考える講演会を行います。▷とき…11月1日(金)、午後7時～9時▷ところ…市職員会館▷講師…比嘉昇さん(NPO法人夢街道国際交流子ども館理事長)▷参加費…無料 ☎青少年課(☎39-9283)

「中学生の主張」大会

今、中学生は、何を考え、何を悩み、何

を求めているのか。市内11中学校の代表が自分の考えを発表します。▷とき…11月9日(土)、午後1時半～4時▷ところ…文化センター大ホール▷参加費…無料 ☎青少年課(☎39-9283)

会長杯ニュースポーツ大会

「ペタピンゴ」と「スローイングピンゴ」の2種目に挑戦しませんか。▷とき…11月10日(日)、午後1時半～4時▷ところ…南宇治コミュニティセンター(駐車場なし)▷対象…小学生～▷定員…先着50人▷参加費…無料 ☎10月16日(水)から、同センター(☎39-9185)へ。

河原青少年センターまつり「カメレオン・パニック2013」

▷とき…10月26日(土)、午前10時～午後2時半▷ところ…同センター運動広場▷内容…和太鼓演奏、ダンス、ゲームコーナー、模擬店など ☎同センター(☎39-9279)

2013 榎島コミセン文化祭

▷とき・内容…◎10月26日(土)、午後1時～4時半=作品展示◎10月27日(日)、午前10時半～午後4時=作品展示、舞台発表、模擬店、お楽しみ抽選会▷ところ…榎島コミュニティセンター ☎同センター(☎39-9189)

官公署・その他

社会福祉協議会

☎同協議会(☎22-5650)

＜赤ちゃんサロン＞動きやすい服装でお越しください。▷とき…10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…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

＜赤ちゃん広場＞動きやすい服装でお越しください。▷とき…11月1日(金)、午前10時～正午▷ところ…総合福祉会館▷対象…5～8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

＜おしゃべりキャッチボール＞▷とき…11月13日(水)、午前10時～正午▷ところ…総合福祉会館▷対象…35歳以上で第1子を出産した人▷内容…助産師さんとお話

＜赤ちゃんパーク＞動きやすい服装でお越しください。▷とき…11月15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

＜赤ちゃんボランティアを募集＞宇治中学校の授業で、赤ちゃんとの交流を行います。▷とき…◎11月25日(月)・26日(火)、いずれも午前9時半～11時・午後1時～2時半◎11月27日(水)、午前9時半～11時▷対象…首が座った頃

◆車上ねらい・部品ねらいの被害が多発。車から離れる時は「車内からっぽ・ドアロック」問総務課

歴史

宇治史探検 ④3

知る人ぞ知る宇治の豆知識をお話します。 問歴史資料館(☎ 39-9260)

宇治発電所 100年

宇治川は、電気を生み出す川でもあります。現在、宇治・天ヶ瀬・喜撰山の3カ所の発電所で、最大約59万キロワットの電気を作ることができます。これらのうち最も古い宇治発電所は、大正2年(1913年)宇治川電気株式会社により竣工しました。ちょうど100年前のことです。

宇治町では、同社から電力の提供を受け、同年11月23日に町営電気事業を開始します。当日は菟道小学校で開業式が行われ、夜には宇治橋がイルミネーションで彩られました。開業前日の22日、宇治

を訪れた作家の徳富蘆花は、その「予行電飾」に遭遇し、「月なくて水の音さへ真黒な苔の宇治川を、こはそもいかに、赤、青、緑、黄、紫と五彩美しい光がきらめききらめき真一文字に横断している」と記しています。

歴史資料館では、宇治発電所100周年にちなみ特別展「宇治電-水力の時代へ」を11月17日(日)まで開催しています。



▲竣工間もない頃の宇治発電所

宇治市役所 ☎ 22・3141 (代表)

FAX 20・8778 (代表)

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

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。 問事業課

紙パックのその後

飲み終わった紙パックをごみとして捨てていませんか。紙パックはとても貴重な資源です。例えば、1ℓの牛乳パック6枚でトイレットペーパーが1つ作れます。市では、市内公民館や集会所などに回収箱を設置していますので、飲み終わった紙パックはリサイクルしましょう。

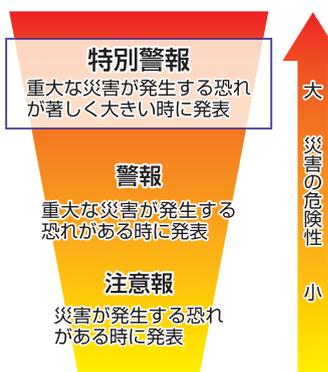


防災

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

「特別警報」の発表が始まっています



気象庁では甚だしい大雨、地震による強い揺れなどが予想され、重大な災害による危険性が高まっていることをお知らせするため、新たに「特別警報」の発表を8月30日より開始しました。そして、9月16日に台風18号による大雨のため、全国で初めて京都府で「特別警報」が発表されました。

「特別警報」が出た場合、数十年に一度しかないような非常に危険な状況にあるため、府防災・防犯情報メールや市ホームページなどによりお知らせします。家族の安否確認、避難所への避難など、直ちに命を守る行動を取ってください。

府防災・防犯情報メール

☒ anzen@k-anshin.pref.kyoto.jp



気象情報や防災情報をお知らせします。メール配信を希望する人は、上記の専用アドレスへ空メールを送信し、登録案内メールに記載されている手続きに従い登録してください。

- 災害時の情報源 FMうじ FM放送 88.8 MHz
- 各家庭で3日分の食料などの備蓄をしましょう

本

新刊の紹介

新しく図書館に入った本を紹介します。 問中央図書館(☎ 39-9256)

『晴れたり曇ったり』

川上弘美著/講談社

数々の文学賞を受賞している著者の日常は、ごく普通の毎日です。でも、その何げない生活の中で、著者の物事に向けるまなざしは実にユーモラスな感性にあふれています。また好きな本のことをつづった個所では、著者は優れた読み手でもあることを実感します。くすりと笑わせる面白さとしみじみ感じ入る示唆の両方を併せ持つ不思議な一冊です。



『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

僕はある日、お母さんと大げんかをして、家を飛び出した。知らない道を走って走って…すると僕の前に<どこか>行きのバスが止まっていた。このバス、なんかへんだぞ。しゃべったり、せんすいていになったり…不思議なバスとの楽しい家出が始まります。



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。 問保健推進課

ご存じですか、健康寿命

「健康寿命」という言葉を耳にしたことはありますか。これは健康上の問題で、日常生活が制限されることなく生活できる期間を指します。この「健康寿命」について厚生労働省では、Smart Life Project(スマート・ライフ・プロジェクト)という取り組みを実施し、「運動」「食生活」「禁煙」の3つの分野から具体的な行動の呼び掛けを行っています。いつまでも元気に健康で楽しい毎日を送れるように、まずは次の3点を心掛けてみてはいかがでしょうか。

◆ 日常動作で生活改善 「毎日プラス10分」

健康を保つためには、日々の適度な身体活動が大切です。ウォーキングの他、庭いじりや掃除など、日常生活の体の動きを1日10分増やすだけで、いきいきとした健康生活に変わります。

◆ 野菜で健康生活 「毎日プラス1皿」

毎日の元気は、バランスの良い食事から。大人が1日に必要とされている野菜の摂取量は350gと言われており、これは日本人の平均摂取量(約280g)にもう1皿加えた量に相当します。

◆ 受動喫煙のない健康社会 「たばこの煙をマイナス」

たばこを吸わないことは健康の大前提。自分が吸わなくても、周囲のたばこの煙を吸うことで、肺がんや心臓病に掛かりやすくなります。

※ Smart Life Projectのホームページ(☒ <http://www.smartlife.go.jp/>)及び啓発ポスターより一部抜粋