



平成29年(2017年)12月1日発行

宇治市政だより

[毎月1日・15日発行]



広報



この地に
住み続け
たい



INDEX[もくじ]

- 02 特集 まちづくりの主役は市民の皆さんです
- 05 療育手帳Bを所持している人も医療費助成の対象に
- 07 育成学級の入級受付
- 10 市民活動団体の紹介を市ホームページで公開

まちづくりの主役は 市民である皆さんです。

「まち（地域）」の主役はそこに暮らす市民の皆さんです。まちの将来像を考えて実現していく「まちづくり」の主役も市民の皆さんです。

まちづくりを進めていくためには、その地域に住むみなさん自身が主体的にまちづくりについて考え、話し合える「場」をつくっていくことが重要です。

市では「宇治市良好な居住環境の整備及び景観の形成を図るためのまちづくりに関する条例」で、地域のまちづくりを目的とした組織を市が「地区まちづくり協議会」として認定することを定め、まちづくりの活動の仕方やルール（地区まちづくり計画）の作成についてサポートをしています。

29年9月に市内で8番目となる「地区まちづくり協議会」の認定を市から受けた「炭山地区まちづくり協議会」の主要メンバーの3人に「炭山地区のまちづくり」について話を伺いました。

炭山地区まちづくり協議会

会長 富部 炎さん
事務局長 桑村 明憲さん
事務局次長 桂 博司さん

まちづくり協議会を立ち上げる背景として、炭山地区の交通の問題がありました。山間部であり公共交通機関がない炭山では、交通手段の問題は住民の大きな関心事です。「住み続けたいと思うが、ひよっとしたら住み続けられないかも……」そんな不安があります。「交通手段がなく困っている住民を何とか助けられないか。」と、昨年の9月から「助け合い移動支援事業」として、住民がボランティアで

運転手として登録し、自家用車で送迎をする取り組みを開始しました。取り組みを進めていく中で、やはり交通とまちづくりはリンクしていることを実感し、協議会を設置することになりました。

29年1月、正式に「炭山地区まちづくり協議会」として、会員20人でスタートしたこの協議会は、「若い人も高齢の人も豊かな自然環境を生かし安心して楽しく住みつけられること」をまちづくりのテーマとしています。

人のつながりと まちづくり

炭山の人口は300人程です。秋祭りなど

は100人以上が参加し、お互いの顔を良く知り交流も出来ている地域です。これまでも町内会や子ども会、婦人クラブでまちを盛り上げる多くの取り組みをしてきました。また、蜚を守るために志津川を綺麗にする活動も長年続けています。まちを良くしていきたいという流れはずっとありました。

その流れの中で協議会立ち上げにあたり「まちづくり……今さら何をやるの？」という声もありました。しかし従来の活動は個々で考え動いていましたが、まちづくり協議会という形でまとまっていくと継続する力にもなっていくのではと考えました。

問題意識と行動

地域が一番の問題は交通。次に自然災害にどう対応していくのか、という問題があります。24年8月の京都府南部地域豪雨災害のときに、炭山ではがけ崩れの被害を経験しました。また同じことが起



▲炭山地区まちづくり協議会会長の富部炎さん（左）と同協議会事務局次長の桂博司さん（右）

こらないようにするためには、山の手入れが必要ではと考えました。有志で立ち上げた「里山の会」では、山の整備や家の周りの危険木の処理を行っています。地域の樹木を種から育て400本くらい植樹してきました。切るばかりではなく、かなり山は変わってきています。

炭山地区も高齢化しています。60代以上の割合は市内平均より低いものの、50代は市内平均より高い。つまり将来的に

は高齢化の問題は避けられません。また、単身世帯の増加や子ども減少。子どもの数が減り続けると小学校はどうなるのかなど、将来を見据えた問題意識を持ち、今やるべきことをやっています。

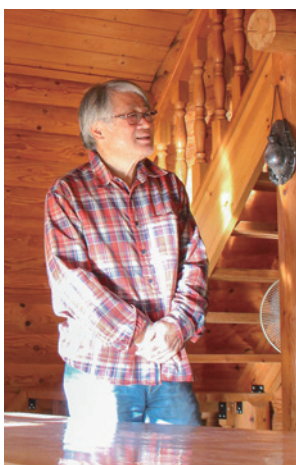
自分たちが出来る事は自分たちでしていこう

「助け合い移動支援事業」は当初は高齢者を対象にスタートしました。今では、小・中学生や高校生、また高齢者以外の大人にも利用の幅が広がっています。子どもたちの「親の力を借りずにまちへ遊びに行きたい」や「買い物にいけない」、「病院にいけない」というニーズに対して、「今やることを今やろう」という声から開始した取り組みは、現在では、運転手が40人くらいになり、地域の結構な人が関わっています。

しかし、住民の出来る範囲でやってい

るので、継続してやっていくことに不安はありません。また、炭山地区が市に対して行っている様々な要望が実現されたとしても、ニーズの全てが満たされる訳ではないでしょう。市と役割分担し連携し、互いに補完しながら、それぞれの役割を充実させていく必要があるのではないのでしょうか。

炭山地区まちづくり協議会では、意見をまとめる時は地域での合意形成を重視しています。強制的にまとめるのではなく思いを持った人が集まり、ふっと息を抜ける組織でないといけないという意識で運営しています。



▶炭山地区まちづくり協議会事務局局長の桑村明憲さん

まちづくりの進め方

自分自身でまちを観察し、まちについて考えてみましょう。
例：タウンウォッチング

まちについて話し合える仲間を作り、まちづくりの目的を明確にしましょう。
例：古いまちなみ等の景観を残していきたい
住みやすいまちの環境を守っていきたい

まちに関する計画や制限を調べてみましょう。

地区まちづくり協議会の設立

生活の中で感じる身近な問題やまちの将来について、話し合う集まりです。

市による認定

地区まちづくり協議会では、目的とするまちづくりの指針、「地区まちづくり計画」を作成することが出来ます。

30年1月から

福祉医療費助成制度(重度心身障害者医療助成制度)を拡充します

療育手帳Bを所持している人も医療費助成の対象になります

これまでの対象者に加え、IQがおおむね75以下の判定を受けた人(※)も制度の対象となります。ただし、市町村民税非課税世帯かつ年度末年齢が満16歳以上の人に限ります。詳しくは年金医療課へ。☎年金医療課 ☎21-0413

対象者(次のいずれかに該当する人)

29年12月まで

- ①身体障害者手帳1・2級を所持している人
- ②IQがおおむね35以下の判定を受けた人
- ③身体障害者手帳3級を所持し、かつIQがおおむね50以下の判定を受けた人

30年1月から

①から③は変更なし

拡充 ④IQがおおむね75以下の判定を受けた人(※)

※療育手帳Bを所持している人で、市町村民税非課税世帯かつ年度末年齢が満16歳以上の人に限ります。

65歳以上で、要支援・要介護の認定を受けている人へ
障害者控除の対象者に認定書を発行します

☎健康生きがい課 ☎内線2347

《特別障害者の区分》

■判断基準と具体的な状態

◎知的障害者(重度)に準ずる人Ⅱ認知症高齢者の日常生活自立度が、おおむね「Ⅲ」以上の人(着替え、食事、排便、排尿が上手に出来ない・時間が掛かる、やたらに物を口に入れる、物を拾い集める、徘徊、失禁、大声・奇声を上げる、火の不始末等)

◎身体障害者(1・2級)に準ずる人Ⅱ障害高齢者の日常生活自立度が、おおむね「B」以上の人(屋内での生活へ食事・排せつ・着替え)に何らかの介助が必要。座位は保持出来るが、日中もベッド上での生活が大半である等)

◎寝たきり高齢者Ⅱ6か月程度以上臥床(がしよ)し、食事・排便等の日常生活に支障のある状態(一日中ベッド上での生活。食事・排せつ・着替えすべてにおいて介助が必要)

■控除額

◎所得税Ⅱ40万円◎住民税Ⅱ30万円

窓口相談

都市計画課の窓口で、まちづくり活動の進め方やまちづくりのルール等の相談を受け付けています。相談内容によっては、同課以外の担当課への紹介等も行います。

出前講座

市の担当職員が地域の会合等に出向いて、まちづくり活動の進め方や利用出来る手法や制度、支援の内容等について、説明を行います。

※住民等が主体となつてまちづくりに関する活動を行う、または行っている10人以上の団体が対象となります。

「地区まちづくり協議会」として認定されると次の支援も受けられます。

専門家派遣

各分野の専門家を派遣してまちづくりに関するアドバイスをを行います(派遣期間・人数に制限あり)。

活動費助成

活動に掛かる経費の一部を助成します(助成回数・額に制限あり)。

活動支援

☎都市計画課 ☎20・8743

井戸端会議

の参加者にお話を聞きました

「井戸端会議では、まちづくりマイスターや地区まちづくり協議会、まちづくりに関心がある人を対象に、まちづくりの専門家によるセミナーやタウンウォッチング等を行っています。参加者同士が情報交換を行い交流を深め、まちづくりに関する知識を身に付け、自身のまちづくりに活かしています。」

1つずつ、実現を目指して

南御蔵山地区まちづくり協議会 役員 星野良子さん

井戸端会議には南御蔵山地区まちづくり協議会での活動をきっかけに参加しています。



黄檗トンネルを活用した観光周遊にも利用出来るバス等の交通手段など、南御蔵山やその周辺の地域の事を考えたアイデアが実現して欲しいと思います。

住んで良かった折居台を合言葉に

第1期まちづくりマイスター 前川英一さん



折居台の自治会長を務める中で、他の自治会や町内会でどのような活動をしているか、また様々な問題にどの様に取り組んでいるか興味を持ちました。そこで市が実施したまちづくりマイスター養成講座を受講し、第1期のまちづくりマイスターとなり井戸端会議にも参加しています。まちづくりの魅力は色んな人と交流出来ることですが、何より自分が住んでいる地域の良さを再確認出来ることです。

まちづくり・景観条例に基づくまちづくりを

南陵町地区まちづくり協議会 会長 清水敬三さん



南陵町地区まちづくり協議会では閑静で快適な住環境と緑豊かなすぐれた景観を、将来にわたって継承し発展させていくことを目的に、地区まちづくり計画を策定し運用しています。

これまでの活動を踏まえ、今後は、まちづくりの観点での防災活動を町内会等と一体となって取り組んでいきたいと思っています。初心を忘れず「まちづくり・景観条例に基づくまちづくり」をこれからも引き継いでいく必要があります。

じんけんシネマ



閩人権啓発課 ☎20・8725

当日は病院などで活躍しているセラピードッグたちと共に命の大切さについて勉強する「セラピードッグがやってくる!!」その他、「親子向けアニメ映画上映会(ペット)」人権啓発パネル展を開催します。命や人権の大切さについて家族や友達と話し合ってみませんか。

※「セラピードッグがやってくる!!」
「映画上映会」は要整理券。12月12日(火)午前9時〜25日(月)に、人権啓発課・男女共同参画課・城陽市市民活動支援課・久御山町総務課窓口で配布します(定員1300人。整理券は1人4枚まで。無くなり次第終了)。
所文化センター大ホール 無料

セラピードッグがやってくる!!



親子向けアニメ映画上映会(ペット)



(C)UNIVERSAL STUDIOS

12月4日から12月10日は
人権週間です

閩人権啓発課 ☎20・8725



1948年12月10日に「世界人権宣言」が採択されたことから、日本では12月4日〜12月10日が人権週間と定められています。本市でも、次の取り組みを行います。

■人権啓発パネル展
人権啓発パネルの展示、啓発物品及びパンフレットの配布をします。

時12月4日(月)〜11日(月)(11日は午後1時まで) 所市役所1階市民ギャラリーコーナー
■京都人権啓発推進会議による街頭啓発
時12月6日(水)午後3時半〜4時半 所近鉄大久保駅

マイナンバー
を利用した
情報連携が始まりました

閩総務課 ☎20-8700

29年11月13日からマイナンバーを利用した情報連携が始まりました。これにより、マイナンバーを利用する一部の手続きで、これまで必要であった一部の添付書類を省略することが出来ます。

どの手続きでどの添付書類が省略出来るのか等、詳しくは、各手続きの担当課に問い合わせてください。



マイナンバー制度に便乗した不正な勧誘や個人情報の取得にご注意ください。



植物公園の
ウィンター・ガーデン

2017

閩植物公園 ☎39・93387

「冬だからこそ楽しめる植物園をテーマに、展示会場だけでなく、温室、野外も含めて冬の見どころ、冬の庭(植物)の楽しみ方を紹介すると共に、クリスマスやお正月など冬の祭事からまねながら植物を利用したクラフトやリースなどを展示し、冬の過ごし方を提案します。」
時12月9日(土)〜24日(日)午前9時〜午後5時(入園は午後4時まで)
《入園料》◎大人500円◎小人250円、毎週土曜日は市内の小・中学生の入園料無料

◎お正月飾りをつくるっ!

時12月16日(土)午後1時半〜3時半

◎庭師と作るデスクトップ門松

時12月23日(祝)午前10時〜正午

◎あさぎり市(農産物販売)

時12月24日(日)午前10時〜(無くなり次第終了)



マンホールカードとは、国土交通省・(公社)日本下水道協会などで作る「下水道広報プラットホーム(GKP)」と自治体が共同で発行する下水道のカード型パンフレットです。コレクションカードとしても人気があり、現在全国の194自治体で27種類のカードが配布されています。この度、宇治市のマンホールカードが初めて加わることに、12月9日(土)から配布を開始します。
市観光センターで1人につき1枚を直接お渡しします。事前予約や郵送は行いません。初回は4千枚を用意しており、無くなり次第増刷予定です。
閩下水道計画課 ☎20・8797

12月9日(土)から
マンホールカードを
無料配布



カードのサイズは縦8・8cm×横6・3cm、裏面にはデザインの内容等を記載しています。

30年度
育成学級の入級を受け付け



30年1月9日(火)から12日(金)まで30年度の育成学級の入級申請の一斉受付を行います。

《対象児童》30年4月2日現在、市立小学校に在学し、保護者が就労や長期の傷病などのために放課後に保護者不在となる家庭の児童
《受付日時・場所》次のとおり
◎各育成学級 30年1月9日(火)午後7時〜8時半
◎市役所1階101会議室 30年1月10日(水)〜12日(金)午前9時〜午後7時

《申請方法》所定の申請書のほか、保護者の勤務証明書などの提出が必要です。詳しくは募集要項で確認出来ます。募集要項や所定の申請書は、12月1日(金)から、各育成学級にもあるほか、市ホームページから印刷も出来ます。
閩こども福祉課 ☎20・8733

お詫びと訂正

市政だより11月15日号に掲載しました内容について、次のとおり誤りがありました。お詫びして訂正いたします。 閩秘書広報課広報係 ☎20・8704

◎2ページ「技能功労者表彰 5職種5人に決定」
《正》 松本茂夫さん
《誤》 松本茂夫さん



来月の健康診査・相談など 問保健推進課 ☎ 20-8728

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。

事業		対象	ところ	とき	その他
3か月児健康診査		29年9月生まれ	健やかセンター	1月17日(水)・29日(月)・30日(火)・31日(水)	個別通知は、12月20日頃に発送します。
10か月児健康診査		29年2月生まれ	市内の指定医療機関 (個別通知に医療機関リストを同封)		個別通知は、12月25日頃に発送します。
1歳8か月児健康診査		28年4月生まれ	健やかセンター	1月12日(金)・15日(月)・16日(火)	個別通知は、12月10日頃に発送します。
3歳児健康診査		26年7月生まれ	健やかセンター	1月19日(金)・22日(月)・23日(火)・24日(水)	個別通知は、12月15日頃に発送します。
離乳食教室		29年8月生まれ	健やかセンター	1月25日(木) 13時10分～15時	☎1月4日(木)から、電話で保健推進課へ
乳幼児相談 (育児相談)		2か月～就学前	健やかセンター	1月10日(水)・11日(木) 9時30分～11時受付	計測、食事・育児・発達相談
			北部地域子育て支援センター	★1月23日(火) 9時50分～11時受付	お話しタイム、計測、保健師・栄養士による相談(栄養士による相談は★印のみ)
			東部地域子育て支援センター	★1月19日(金) 9時50分～11時受付	
			西部地域子育て支援センター		
			南部地域子育て支援センター	★1月16日(火) 9時50分～11時受付	
パパママスタート	母子健康手帳GET記念日～ハッピーマタニティクラス～	市内在住の妊娠期のパパとママ(片方みの参加も可)	健やかセンター	1月12日(金)・30日(火) 10時～11時30分 (受付は9時45分～)	母子健康手帳の交付や、専門職による妊娠期の食事について等の話。保育あり。☎保育のみ必要。電話で保健推進課へ
	おいしい! たのしい! クッキング!			1月18日(木) 10時～13時 (受付は9時45分～)	保育あり。☎電話かEメール(※)で保健推進課へ
	パパ出番ですよ～沐浴にチャレンジ～			1月20日(土) 10時～12時00分 (受付は9時45分～)	☎電話かEメール(※)で保健推進課へ
BCG予防接種		生後6か月～1歳未満	健やかセンター	1月9日(火)・26日(金) 13時15分～14時30分受付	予診票は3か月児健康診査時にお渡ししています。

※＝妊婦氏名・住所・電話番号・年齢・出産予定日、配偶者参加の場合はその氏名、保育希望の有無を ☎papamama-start@city.uji.kyoto.jpへ。

輝け！宇治っ子

平成28年12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12月3日必着)
詳細は市ホームページまで。

子育て応援コーナー

子育てに関する旬な情報をお伝えします。子育て情報誌・市HP内の子育て支援事業カレンダー・LINE@でも情報を発信しています。合わせてご確認ください。



宇治市の子育て支援に関する情報をお届けするLINE@公式アカウントです。QRコードをスマートフォン等で読み込んでください。



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。

でまえひろば 問地域子育て支援基幹センター ☎39-9109

同センターの職員がおもちゃを持って地域の施設に出向き、ひろばを開きます。

ところ	とき
南宇治コミュニティセンター	12月7日(木)9時30分～12時

園庭開放 問地域子育て支援基幹センター ☎39-9109

保育所等の広い園庭を遊び場として開放します(雨天の場合はそれぞれ対応が異なります)。

ところ	とき	雨天時
同胞保育園	12月5日(火)・12日(火) 10時～11時30分	室内
登りこども園	12月5日(火)・16日(土) 10時～11時30分	児童館
宇治保育所	12月8日(金)10時～11時	中止
小倉双葉園保育所	12月11日(月)10時～11時30分	支援センター
大久保保育所	12月12日(火)10時～11時30分	中止
西小倉保育所	12月14日(木)10時～11時30分	中止
木幡保育所	12月15日(金)10時～11時	中止
なかよし保育園	12月19日(火)10時～11時30分	支援センター

その他ひろば・サロンなど

事業名・問い合わせ	ところ・とき	その他
おやこっころんど 問生涯学習センター ☎39-9500	所生涯学習センター 時12月13日(水) 10時～11時30分	☎乳幼児と保護者 ☎リズム遊び、クリスマスグッズの制作、パラバルーン、体操など
赤ちゃんサロン 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時12月14日(木) 10時～12時	☎妊婦、生後1～4か月までの子と保護者 ☎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
赤ちゃん広場 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時12月1日(金) 10時～12時	☎生後5～8か月の子と保護者 ☎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
赤ちゃんパーク 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時12月15日(金) 10時～12時	☎生後9～12か月の子と保護者 ☎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
おしゃべりキャッチボール 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時12月7日(木) 10時～11時30分	☎双子・三つ子などの多胎児と保護者(妊婦含む) ☎参加者同士の交流・情報交換



休日・夜間などの急患診療 病気やけがにより緊急で医療が必要な場合利用出来ます。

休日急病診療所 ☎39-9430 ☎39-9432

場 所	うじ安心館5階(内科・小児科・歯科)
診 療 日	日曜・祝日および振替休日 年末年始(12月31日～1月3日、歯科のみ12月29日～)
受付時間	9時30分～11時30分 13時～16時30分

小児救急電話相談事業 ☎ #8000

(つながらない場合は☎ 075-661-5596へ)

相談時間	19時～翌朝8時 (土曜・祝日・年末年始を除く)は15時～)
------	-----------------------------------

休日・夜間の小児救急体制

軽傷の場合は、まず休日急病診療所または小児救急電話相談を利用してください。

医療機関	宇治徳洲会病院 ☎ 20-1111 ※不定期で実施しています。
	田辺中央病院(京田辺市) ☎ 63-1111
	男山病院(八幡市) ☎ 075-983-0001 ※平日金曜の18時～翌朝8時。



うじ市民活動サポート 事業の企画を募集

市民の皆さんが企画・運営を行う「豊かな暮らしの創造や新しい地域づくりに結びつく事業」、「広く市民に開かれた独創性のあるテーマをもつ事業」をサポートします。詳しくは、生涯学習センターへ。

過去に5回以上本事業の支援を受けていない、市内在住・在勤・在学の個人または団体。団体は、過半数が市内在住・在勤・在学の人であること。

《実施期間》30年4月1日(日)～31年3月9日(土)

《募集数》おおむね10事業以内

《対象事業》講座・講演会・実習・イベント・ワークショップ等

※営利・宗教・政治活動に関わるもの、30年度に市から別に助成を受ける事業は除く(連続する事業の一部が助成対象の場合も含む)

※材料費等の実費分を参加費として徴収可
《支援内容》◎会場と備品の提供◎広報活動への協力◎実施方法についての相談・助言等

《選考》プレゼンテーション(30年1月18日(木)または19日(金))の上、審査会にて選考し、2月中旬に決定

《申請》所定の申請書を、30年1月12日(金)まで(必着)に、郵送・ファクス・メールか同センター窓口(〒611・0021 宇治琵琶45・14、☎39・9500、FAX 39・6501、✉shogaigakushu@city.ujikyo.jp)へ。

市民活動団体の紹介を 市ホームページで公開開始

これまで市政だよりに掲載していた「市民情報短信」を12月から市ホームページに掲載します。登録されている団体の情報を分野別で紹介すると共に、登録団体が開催する催し等を掲載しています。掲載場所は、左記のとおりです。また、「宇治市市民活動」で検索も出来ます。

市民活動団体の登録は、随時受け付けています。詳しくは、秘書広報課係(☎20・8704)へ。



掲載場所

市ホームページの
トップページを開き、
「組織紹介」をクリック

各課の窓口の「秘書広
報課」をクリック

画面左の「広報」「市民
活動団体の紹介」を順
にクリック

30年度の 市民税・府民税から 適用される 税制改正

図 市民税課(☎20・8718)

30年度の市民税・府民税から適用される主な税制度の改正内容をお知らせします。

給与所得控除の見直し

給与収入金額が1千万円を超える場合の給与所得控除の上限額が左表のとおり引き下げられます。

給与所得控除額

年 収 額	給 与 所 得 控 除 額	
	現 行	30年度課税分
1000万円超え 1200万円以下	収入金額×5%+170万円	220万円
1200万円超え	230万円	220万円

医療費控除に関する明細書の添付が必要になります

30年度分の申告から、領収書の提出の代わりに、医療費控除の明細書(※1)または健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」等の添付が必要になります。領収書については5年間自宅で保管してください。

なお、経過措置として、32年度までは従来通り医療費の領収書を添付して申告することも出来ます。

※1 医療費の額、診療等を受けた人の名前、診療等に通った病院の名称、その他参考となるべき事項が記載されたもの

セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)

29年1月1日から33年12月31日までの間、一部の市販薬(スイッチOTC医薬品)を購入した際に、一定の要件のもと、医療費控除の特例が受けられます。購入した年ごとに申告が必要です。また、現行の医療費控除との併用は出来ません。《要件》次のとおり

① 特定健康診査、予防接種、定期健康診査、健康診査、がん検診のいずれかを受けている人。
② 本人または本人と生計を一にする親族に係るスイッチOTC医薬品を購入した場合で、1年間に支払った合計額が1万2千円を超える(1万2千円を超える金額が8万8千円を上限として控除の適用を受けられます。対象商品については、厚生労働省のホームページ等で確認出来ます)。

《申告に必要な書類》

①を明らかにする書類(※2)の添付または提示と、②の明細書(※3)を添付してください。領収書・レシートは5年間自宅で保管してください。また、32年度まではレシート・領収書を添付・提示することにより、明細書の添付に代えることも出来ます。

※2 領収書・健康診断の結果通知表等で、名前と健康診断等の一定の取り組みを実施した年、事業者・保険者・医療機関の名称・医師の名前のいずれかの記載のあるもの。

※3 商品名・金額・購入日・販売店名が記載されていること。



29年度 宇治川塔の島地区 河川改修工事



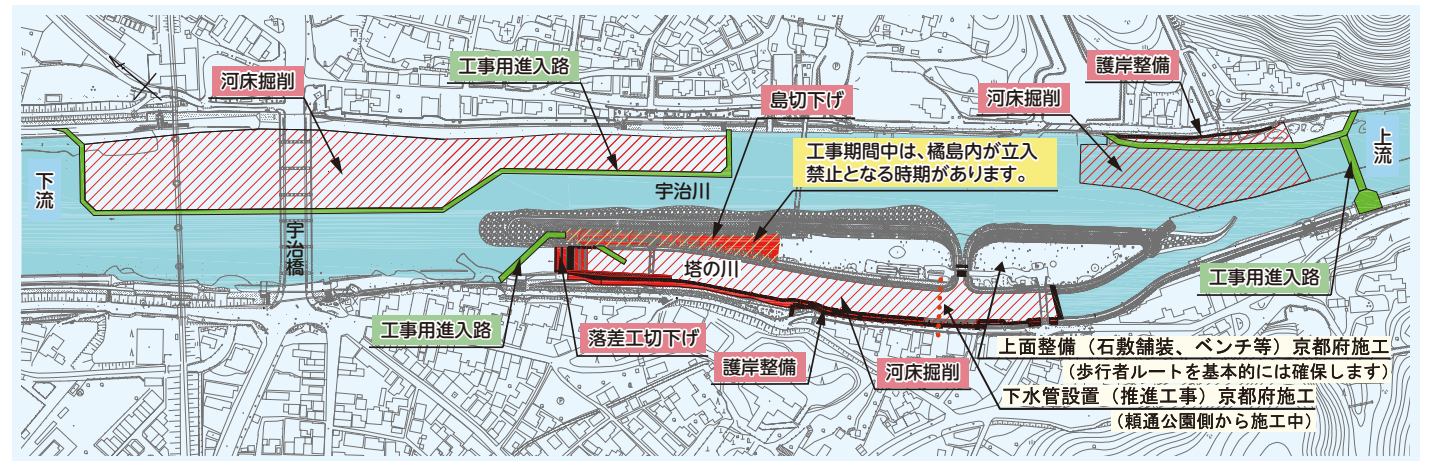
宇治川塔の島地区において、30年6月29日(金)まで河川改修工事を予定しています(護岸整備、河床掘削他)。

また、工事用車両については、安全面及び観光ルートの確保の観点から、地元の商工・観光関係者及び国・府・市と意見調整し、塔の川下流より島内進入を予定しています。

なお、工事期間中は、橋島内が立入禁止となる時期があります。

この工事は、河川の安全性を高めるための工事であり、近隣の皆様には工事期間中は何かとご迷惑をおかけいたしますが、安全に留意し早期完成を目指しますので、工事にご理解、ご協力を賜りますようお願い致します。

●不明な点については国土交通省淀川河川事務所伏見出張所(☎075・611・2281)または府山城北土木事務所道路計画室公園担当(☎62・1731)へ。



インフルエンザの 予防をしましょう



インフルエンザは38度以上の発熱、頭痛・関節痛等、全身症状が強く、併せて鼻水・せきなどの症状も見られ、気管支炎・肺炎等を併発し、重症化することもあります。

人のせき、くしゃみ等で空気中に放出されたウイルスを吸うことによって感染するため、次の点に気をつけましょう。

●手洗い・うがいをしましょう

外出先から帰宅したときや食事の前は必ず行いましょう。

●人ごみを避けましょう

特に、高齢者や慢性疾患を持っている人、疲労・睡眠不足の人。

●室内の乾燥に注意しましょう

室内は加湿器を使う等適度な湿度(50%~60%)を保ちましょう。

●マスクを着用しましょう

十分な栄養と休養をとり、体力や免疫力を高めましょう

●インフルエンザワクチンの接種をしましょう

●健康生きがい課 ☎内線23333



浴室事故に ご注意ください！

寒い時期は脱衣所や浴室と浴槽の湯の温度差に高齢者の体が順応出来ず、浴槽内で意識を失い溺れてしまう事故が多発します。高齢者だけでなく、家族や周りの人が一緒に安全点検し、必要な工夫を心掛けましょう。

入浴時の注意と工夫

●脱衣所や浴室を温めてから入りましょう

●シャワーの温度に気をつけましょう

●家族に声をかけてから入浴しましょう

●入浴前後に十分な水分補給をしましょう

●入浴直前直後の薬の服用は避けましょう

●浴槽は、またぎやすく底は滑らない工夫をしましょう

●飲酒後の入浴は避けましょう

●警防救急課 ☎39・9403

●警防救急課 ☎39・9403



動く広告塔を 利用しませんか

市では、公用車にマグネットシートを貼り付けて「動く広告塔」の利用者を募集しています。公用車は、業務で市内及び京都府内等を走行しているため、様々な場所での宣伝効果が期待出来ます。あなたの仕事を宣伝しませんか。

●定価5枠 ¥1枠1車(ドア両面2枚)あたり月3千円(税込) 他(掲載寸法)縦50cm×横60cm(掲載方法)マグネットシート(掲載者による作製)を車体に貼り付け申所定の申請書に、掲載者の事業内容が分かる書類(会社案内等)及び掲載を希望する広告のデータとデータをカラー印刷したものを添え、郵送か秘書広報課車両係窓口(〒611・8501 宇治琵琶33、☎20・8702)へ。申請書は、市ホームページから印刷も出来ます。



あなたも ゲートキーパーに なりませんか

近年、日本での自殺者数は減少傾向にあるものの、昨年の日本での自殺者数は2万1897人にのぼり、自ら「いのち」を絶つ人は依然として多いのが現状です。少しでも自殺を防ぐためには、「ゲートキーパー」と呼ばれる人の役割がとても重要となります。ゲートキーパーは資格ではなく、誰でもなることが出来ます。

●ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人のことです。

悩みを抱えた人は、「一人に悩みを言えない」、「どこに相談に行ったらよいかわからない」、「どのように解決したらよいかわからない」等の状況に陥ることがあります。その時、周囲の人が「ゲートキーパー」として関わることで、悩みを抱えた人への大きな力となります。

●ゲートキーパーの役割

●「気づき」家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

●「傾聴」本人の気持ち尊重し、耳を傾ける

●「つなぎ」早めに専門家に相談するよう促す

●「見守り」温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

※詳しくは、「ゲートキーパー」で検索出来ます。●地域福祉課 ☎20・87330

記号の説明 時=日時 所=場所 対=対象 定=定員 抽=締め切り後抽選 先=先着で受け付け 内=内容 講=講師 料=参加費・受講料 持=持ち物 他=その他 申=申込方法 問=問い合わせ先 ※次の場合は記載していません (対)だれでも 定なし 料無料 申不要

山城マルシェ in JUR 宇治駅

産業・消費生活・求人

「源氏物語図屏風」をはじめ、新春を寿(ことほ)ぐ画題を中心に展示します。

時12月6日(水)～30年2月18日(日) 午前9時～午後5時(入館は午後4時半まで) 料◎大人500円◎小人250円

他《休館日》月曜日(祝日の場合はその翌日)、年末年始

「源氏物語図屏風」より若紫 (個人蔵)

源氏物語ミュージアム

〒611・0021 宇治東内45-26 ☎39・9300

企画展 春ぐ屏風絵

●図書館の楽しいクリスマス会
当日はサンタさんがやってきます。
時所◎西宇治図書館・東宇治図書館 12月20日(水)◎中央図書館 12月22日(金)、いずれも午後3時～4時 対幼児・小学校低学年 内クリスマス之歌や絵本の読み聞かせ等 問中央図書館、西宇治図書館 ☎39・9226、東宇治図書館 ☎39・9182

友好都市カナダ・カムループス市 トンプソン・リバーズ大学への 市民留学生を募集

授業料等が免除される留学生
《応募資格》市内在住で、両市の友好交流推進に理解があり、既に高校を卒業しているか30年3月に高校を卒業する見込みで、30歳以下の人

その他

《勤務地》市内公立保育所7カ所(相談可)
《職種》保育職員、調理員、用務員(いずれも資格不問)
《勤務時間》次のとおり(いずれも時間相談可)◎午前8時半～午後5時15分◎午前7時～9時、午後4時半～7時(保育職員のみ)
《報酬》◎日額 6820円～7220円◎時間額 880円～1040円(いずれも、資格・業務内容による)
申市販の履歴書(要写真)に、資格を有する人は資格証の写しを添え、本人が保育支援課窓口へ。

●募集人数 2人

料 友好都市盟約締結を記念して、同大学が設けた奨学金制度により、出願料、1学期間の授業料、生徒会費等が免除されます。ただし、渡航費用、滞在費(ホームステイ料等)、医療保険費、教科書代等は本人負担です。

全額本人負担の留学生

《応募資格》授業料等免除の枠から外れた留学希望者及び上記の応募資格に準ずる人。ただし、年齢に上限はありません。
《募集人数》若干名。ただし、市がふさわしいと認めた人に限る。

共通

《留学期間》30年5月1日(火)～8月31日(金)。ただし、オリエンテーションへの出席のため、4月下旬の大学が指定する日に登校が必要です。なお、留学期間の延長は可能です(延長時は全額本人負担)。
《決定方法》提出書類と面接により審査を行い、同大学に推薦します。同大学が審査し、入学を決定します。なお、面接は30年1月10日(水)に実施予定。時間と面接会場は応募者に後日、連絡します。
申募集要項を確認の上、アンケート調査票、志望理由をまとめたレポート(1200字程度、A4サイズ、任意様式)、顔写真2枚(縦4cm×横3cm)、入学願書、成績証明書、ホームステイ調査書、12月15日(金)まで(必着)に、郵送か秘書広報課秘書係窓口(〒611・8501 宇治琵琶33、☎20・8701)へ。なお、募集要項等は、市ホームページから印刷も出来ます。

宇治市役所 ☎22-3141 (代表) ☎20-8779 〒611-8501 (宇治琵琶33)
■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。

情報BOX

今後のイベントや行事の情報をお届けします。

中学・高校生の保育体験

保育所等の子どもとふれあう体験を通して、乳幼児期の子どもの接し方や遊び方を学びます。
時12月25日(月)・26日(火) 午前9時～午後4時(午前9時～正午の保育所等もあり) 所市内の保育所(園)・認定こども

安全・安心

危険物取扱者講習と試験

予備講習会の申込書と受験願書は市内各消防(分)署にあります。
申市防火安全協会(予防課内、☎39・9402)へ。

図書館

中央図書館 〒611・0023 折屋台1-1 ☎39・9256

●異文化交流事業 ベトナム語のおはなし会

ベトナム人講師による、絵本の読み聞かせや文化の紹介等を行います。
時12月17日(日) 午後1時半～2時15分 所中央図書館 対幼児・小学生 定先30人

平成30年度版 「市民カレンダー」と手びき」は発行しません

従来3月に発行していました「市民カレンダーと手びき」は、平成30年度版から発行しません。なお、行事予定や手びき部分の内容については、市政だよりに掲載してお知らせするなど、よりタイムリーに、今まで以上に充実した内容を掲載することにより、市民の皆さんに活用いただけるようになります。
問秘書広報課広報係 ☎20・8704

健康・福祉

くらしの資金冬期貸付事業

《貸付金額》10万円以内
《貸付対象》次の全てを満たす世帯
◎12月1日現在、市に住民登録をしてから6カ月以上在住◎収入が生活保護(生活扶助)基準の1・8倍以下◎原則、冬期ボーナスが10万円を超えない◎生活保護及び中国残留邦人等に対する支援給付を受給していない◎既にこの資金の貸付を受けている世帯は、貸付額の半額以上を返済している
申地区の民生児童委員に相談の上、申込書に家族全員が記載された住民票(12月1日以降発行で、続柄・世帯主あり)を添え、12月15日(金)午後5時までに社会福祉協議会(☎22・5650)へ。

人権・平和

健やかからだ講座

時12月19日(火) 午後2時～4時 所コミュニティワークこはた館 対市内在住・在勤・在学の人 定先40人 内高血圧予防の運動療法 講華字和博さん(健康運動指導士) 問お茶、タオル等 申12月4日(月)から同館 ☎39・9199)へ。

●危険物取扱者試験

時30年2月11日(祝) 所YIC 京都工科大学校(京都市下京区) 他《試験区分》全種全類

●危険物取扱者試験予備講習会

時30年1月12日(金) 午前9時～午後4時半 所生涯学習センター 他《講習区分》乙種第四類



広報うじ

宇治市政だより12月1日号

平成29年(2017年)12月1日発行 第1781号

宇治市政だよりが届かないときは、配布委託先(株)ダイコン
☎0120-01-3912へ

フリー印刷法の基準を満たす印刷用紙、インキを使用しています。
見やすく、読み間違えの少ないフオン
「ユニバーサルデザインフオン」を採用しています。

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 健康生きがい課)

保健師が
健康づくりに役立つ
情報をお届けします

飲みすぎに注意!
お酒と上手に
付き合しましょう。

保健師より
ひとこと

肝臓を
いたわりましょう



今年も残り1カ月です。年末は、忘年会などお酒を飲む機会が多い季節です。みんなでワイワイと食べたり、飲んだりするのはとても楽しいです。しかし、楽しいあまり、つい飲みすぎてしまった...という経験があるのではないのでしょうか。お酒は「百薬の長」と言われていますが、飲みすぎは禁物です。お酒を飲みすぎると、肝臓に負担がかかり、脂肪肝や肥満や高血圧といった生活習慣病を引き起こします。今回は、お酒と上手に付き合うための工夫をお伝えします。

1日の飲酒の目安は?

みなさんは1日にどれくらいのお酒を飲んでいますか?

「節度ある適度な1日の飲酒量」は、純アルコールで約20g程度とされています(厚生労働省)。では、純アルコールで約20g程度はお酒に換算するほどの量の量になるのでしょうか?

純アルコール
20g
の目安



お酒の種類
(アルコール度数)

ビール
(5%)

日本酒
(15%)

ワイン
(12%)

焼酎
(25%)

ウイスキー
(43%)

お酒の量

約500ml
(ロング缶1本)

約180ml
(約1合)

約240ml
(グラス2杯)

約100ml
(約1/2合)

約60ml
(ダブル1杯)

※アルコールを分解する力は、個人差があり、体質的にお酒の弱い人は、これより少ない量が適当です。

つくりましょう 週に2日の休肝日!

毎日の飲酒は肝臓に負担をかけます。肝臓にいつもどおり働いてもらうために休肝日をつくりましょう。休肝日の目安は、週2日程度とされています。週5日連続で飲酒して、2日休肝日を作るのではなく、2〜3日飲酒して、1日休むという方が、肝臓だけでなく、胃や小腸といった他の臓器への負担も軽く出来るのでお奨めです。



家庭で地域で防災対策を (問 危機管理課)

「避難準備・高齢者等避難開始」って?

さまざまな防災情報を
お知らせします

それは、災害が起こりそう
なとき、「高齢者や障害者な
ど避難に時間のかかる人は
避難を開始してください。
それ以外の人も避難の準備
をしておいてください。」
という意味
なのよ。



ちはや姫

今年も全国で水害
があつたでしゅね。
そのときにテレビ
で放送されていた
「避難準備・高齢者
等避難開始」って何
でしゅか?



おうじやま

まず携帯電話の緊急速
報メール(エリアメール)
があるわ。ほかに
は、テレビ、ラジ
オ、SNS、府の
登録制メールな
ど、いろいろな方
法でみんなに伝
えるのよ。



ちはや姫の
ちよつと自慢出来る
豆知識でした!

へ。台風が来た
き等は、この情報
が出る可能性がある
んでしゅね。どう
やってみんなに伝
えるんでしゅか?



レッツ! エコ・リサイクル (問 ごみ減量推進課)

ごみゼロレシピでごみ減量!



- ・野菜を皮ごと使用するため、ごみが減量出来るだけでなく、豊富な栄養素が摂取出来ます。
- ・先に具材をごま油で炒めることで、風味良く仕上がります。
- ・しょうがは体を温める作用があるので、冬のレシピとして最適です。

エコやリサイクル活動に
取り組んでみませんか

野菜丸ごと豚汁

1人分
70kcal

ごみ削減割合
88%
(※通常調理時と比較)

〈材料(4人分)〉

- ・だし汁..... 600g
- ・水..... 900g
- ・かつおぶし..... 6g
- ・昆布..... 6g
- ・豚肉..... 80g
- ・大根(皮ごと)..... 80g
- ・にんじん(皮ごと)..... 40g
- ・ごぼう..... 40g
- ・しいたけ(軸ごと)..... 40g
- ・しょうが(皮ごと)..... 12g
- ・淡色味噌..... 40g
- ・ごま油..... 8g

〈作り方〉

- ① だし汁をとる。
- ② 大根、にんじんを皮ごとよく洗い、大根は5mmの厚さのいちょう切り、にんじんは3mmの厚さの半月切りにする。しいたけを薄切りに(軸も使用)、豚肉を2cmの長さに切る。ごぼうはよく洗い、包丁の背で皮を少しこそげ取り、ささがきにします。しょうがをよく洗い、皮ごと薄切りにする。
- ③ 鍋にごま油を熱し、豚肉を炒める。豚肉の色が変わったら、にんじん、ごぼう、大根、しょうが、しいたけを加え、炒める。
- ④ 全体に油がなじんだらだし汁を入れ、具材に火が通るまで煮込む。
- ⑤ 味噌を溶かし入れ、一煮立ちしたらできあがり。

《京都文教短期大学との共同研究により考案》

〔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

宇治市ホームページ



宇治市公式Facebook



宇治市公式YouTube



<https://www.city.uji.kyoto.jp/>

<https://www.facebook.com/ujicity>

<https://www.youtube.com/user/ujicity>

市の人口 [29年11月1日現在]

・世帯数 83,201 世帯 (前月比+79世帯)
・人口 188,069 人 (前月比+28人)

・男性 91,207 人
・女性 96,862 人

市政だよりへのご意見・ご感想をお寄せください



●「12月1日号について」の読者アンケート
市ホームページから回答できます。



ご意見・ご感想についてその他、はがき、ファクス、メールでも随時受付をしています。
秘書広報課あて ☎obokoho@city.uji.kyoto.jp

UD
FONT