



広報

うじ

宇治市政だより  
リニューアル!



極  
×  
抹茶  
||  
宇治



INDEX [もくじ]

- 02 宇治と抹茶
- 06 子育てを地域 みんなでお手伝い  
ファミリー・サポート・センター
- 08 子育て応援コーナー
- 12 高齢者等インフルエンザ  
予防接種が始まります

# 宇治と抹茶



本市は宇治茶発祥の地です。13世紀初め、宇治に、僧の明恵上人が茶を伝えました。室町時代には喫茶の習慣が広がり、宇治茶は一級品の贈答品とされました。16世紀後半になると、宇治では「覆下栽培（おおいしたさいばい）茶園を遮光資材で覆い一定期間光を遮断し育てる方法」と呼ばれる栽培法が開発され、鮮やかで濃緑色のあうまみの強い茶が生まれ、日本随一の評価を得るようになりました。

宇治の抹茶について、28年度の全国茶品評会のでん茶の部で農林水産大臣賞を受賞された白川の茶農家5代目の辻喜代治さんと、市内の茶問屋4代目の桑原秀樹さんに、「宇治と抹茶」について語っていただきました。

## 1年365日の結晶

遮光を行うのが1日早い。雨のため摘採が1日遅れる。それだけで出来具合は大きく変わります。そのため、毎日、365日、芽を観察して、摘採の直前は、実際に茶葉を食べてテイステイングし、摘採の時期を判断します。

結果の答え合わせは一年に一度だけです。自然は毎年同じ条件ではありません。理想とする状態に対して自然から受ける「ふり幅」をいかに小さくするか、経験と技術で挑んでいます。そうして出来た28年度の碾茶は数十年に一度の出来でした。一昨年(27年度)の一番茶を摘んだ後から、摘採まで全ての

タイミングが理想的でした。来年度以降、これに近づけるのが目標となります。まずし、もっと良いものが出来るという意欲を持っています。

## 挫折 —失敗から学んだこと—

茶作りを始めた20歳代の頃、初めて出品茶を作りました。「お茶は畑のフォアグラ」と言われます。大量の肥料を与え、100%に近い遮光をした結果、驚くようなお茶が出来ました。しかし、一度植えたお茶が永年収穫が出来るお茶の木を、一帯全て枯らせてしまいました。当時はごくショックでしたが、お

先人たちの  
伝統製法を受け継ぎ、  
創意工夫を重ねる

白川の茶農家5代目  
辻喜代治さん

「量ではなく質を。」が、宇治茶のあるべき姿だと先代の父からも教わりました。宇治の碾茶の特徴は、「覆下栽培」と「二年に一度だけの人の手による丁寧な摘採」です。一年を通して茶樹に養分を与え、一番茶(その年最初に育った新芽を摘んで作ったお茶)にいかにしてアミノ酸(うま味)を逃がさないように覆いをして遮光し、ピークの時に人の手で摘採をする。この栽培方法は昔から全く変わっていません。科学的にも立証される理に適った先人の教えを丁寧に守っています。その上で現在の気候への対応など様々な創意工夫を宇治の茶農家は行っています。全国の色々なお茶の産地を見てもきましたが、宇治の茶農家の栽培レベルは全国随一です。

この地で、こういうものを作りたいかという理想をしっかりと持って、例年より雨が多い時や猛暑が続くなど最近の気候への対処法は、宇治の茶農家が一体となって考えています。今年度出来た茶より、来年度はもっと品質の高い茶を。再来年度は更に品質の高い茶を作っていきたい。先人から受け継いできたものを自分も次の世代へと繋げていかなければならない。そういう思いで、栽培に適した土壌、気候風土のこの宇治で、労を惜しまずに最高品質の碾茶を作り続けていくから、宇治の抹茶はいつの時代でも変わらず最高級なのです。



覆下栽培が行われている辻喜代治さんの茶園



二重の遮光ネットやよじらずで日照が調整されている

茶の木はここまでやったら枯れてしまう、という上限を知りました。上限を知った経験は今に生きています。それを20歳代で知ることが出来たのは、今となっては良かったと思っています。

## 至極である理由

まず、宇治の土壌、宇治川がつくりだす気候は、お茶を栽培するには最適です。この地を選んだ先人には本当に頭が下がります。

ちょっと  
お茶  
の1

抹茶は高い??

1缶(30g)千円〜2千円程度の宇治抹茶の場合、1服(1杯)あたり1・5gで点てた場合、1服50円〜100円です。自分で点てれば高級な宇治抹茶でも高くないのです。道具も必ず必要なものは茶笥だけです。概ね2千円程度のもので選ぶと良いですよ。



辻喜代治さんが丹精を込め育てた、碾茶「あさひ」

## 宇治市の人こそ 宇治市産のお茶に触れてほしい

後継者が少なくなってきたこと等が原因で、宇治における茶の耕作面積も減少しています。歯止めをかけなければなりません。そのためには、この宇治に住んでいる人にこそ、この地で採れるお茶は世界最高峰であることを知って欲しい。宇治産の抹茶は渋くありません。それをいわゆる抹茶に限らず、スイーツ等何でもいから体験していただきたい。抹茶の概念が変わります。これは全国でも宇治でしか出来ない技術なのです。また、次世代に引き継いでいくことが

必要です。宇治市の市民が皆、日本茶インストラクターになるぐらいお茶に触れていただきたいという思いで宇治茶のPR活動も行っています。特に味覚が優れている幼少期から宇治の抹茶・碾茶に触れていただきたいとの思いで小学校の授業にも宇治市の茶農家は協力しています。大人になって宇治市出身と言ったとき、話はしばしば宇治茶の話になります。その時にしっかりと宇治茶のことを話せるようになって欲しいと思います。

### ちょっと一服 その2

#### 小学校でお茶を学ぶ

市では小中一貫教育の特色ある教育活動として、小学3年生（中学3年生まで「宇治学」）（総合的な学習）を行っています。「宇治で学ぶ、宇治を学ぶ、宇治のために学ぶ」というコンセプトに沿って、小学3年生では、実際に抹茶を点てる体験活動を取り入れながら、宇治茶の学習をしています。将来的にふるさと宇治でも活躍が出来る人材の育成に力を入れる、国内でも珍しい取り組みです。

## 辻喜代治さん

宇治市茶農家「辻喜」の5代目。  
平成28年第70回全国茶品評会てん茶の部 農林水産大臣賞を受賞。この碾茶は、関係者に数十年に1度の出来と言われる。



### ちょっと一服 その3

#### 宇治茶振興のため 「宇治茶の普及とおもてなしの心の醸成に関する条例」を制定しています

平成26年に制定した条例では宇治市民に、宇治茶の伝統・文化や健康に対する効果への理解を深めること、宇治茶振興に関する取り組みに積極的に参加すること、おもてなしの心をもって来客を迎え宇治茶を振る舞い宇治茶の魅力を伝えることなどが書かれています。

## 茶農家とともに

—ホンモンにこだわる—

### 桑原 秀樹さん

（株）桑原善助商店代表取締役社長で、NPO法人日本茶インストラクター協会 元副理事。  
平成24年に「抹茶の研究」を発刊し、第22回紫式部市民文化賞を受賞。

### 宇治の茶業

どの産業にも言えるかもしれませんが、ものを作る「生産者」、生産されたものを売る「販売業者」、そしてそれを買う「消費者」の三者がいる中で、一者だけが「得」をする産業は長続きしません。宇治の茶業が発展し続けるためには、この三者が得をする状態を作らないといけない。生産者の「茶農家」と加工・販売する「茶問屋」だけが得をするのではなく、購入する「消費者」がその茶の品質に「納得」をする。そのためには、宇治では最高級の抹茶を提供出来ますよ、という状況を作らないといけない。茶農家から安く買いたい問屋だけが儲かり、更には品質の悪いお茶を消費者に提供しては、茶業の発展はありません。

私は茶農家からお茶を仕入れるときには、品質が良いものには高値をつけます。そうすることで茶農家はまた翌年も更に良い品質のお茶を生産する資本を得ることが出来ます。また品質が良いお茶に対し高い値が付くという高評価をすることで、他の茶農家も負けじと良いお茶を作ります。

### ニセモノとの戦い



宇治の抹茶は茶道につながる文化性の高く、高尚なイメージがあるため、宇治抹茶入りのお菓子は高級感が出てよく売れます。しかし、よく売れると「ニセモノ」が出てきます。宇治抹茶の名前で、あまり質が良くない抹茶が使われます。これは宇治の碾茶は使われていません。その「ニセモノ」の味が「宇治市内の茶農家が作る最高級の碾茶を石臼で挽いた抹茶」のイメージで消費者には伝わってしまいます。「ニセモノ」がまかり通らないような状況になったら、抹茶のお菓子を食べて嫌いになるということがなくなるのでは。

江戸時代からの宇治茶の歴史を見て「ニセモノ」との戦いでした。宇治はずっと「ホンモン」にこだわり続けてきました。ずっと宇治の抹茶の品質を守ってきたのです。宇治は今後も品質を守っていかなくてはならない産地です。最高級の茶を作ることが宇治における茶業なのです。

## COLUMN

### 抹茶を楽しむ



「抹茶を点てる」という行為はとても敷居が高いと思われがちです。行儀・作法があり、それを知らなければ、点ててはいけないと思う人は多いのではないのでしょうか。しかし、親しい友人をおもてなしする時や家族でたしなむ時は、もっと気軽に抹茶を楽しんでみてはいかがでしょうか。日本茶インストラクターの辻三和子さんに初めてでもおいしく家庭で抹茶を楽しむ方法を教わりました。宇治市公式YouTube「City of Uji（宇治市ちはや茶んねる）」で動画で見ることが出来ます。

また、実演いただいた日本茶インストラクターの辻三和子さんが次の講座を開催します。



**日本茶広場**  
**お茶とお菓子のマリアージュ**  
時 10月18日(水)午前10時～正午  
所 宇治公民館  
料 1000円  
申 辻三和子さん(☎090-3656-6312)

次の施設では、本場の宇治茶と季節のお菓子をお点前体験を通じて楽しめます。

**宇治市営茶室 対鳳庵**  
●営業時間／午前10時～午後4時  
●定休日／なし(年末年始を除く)  
●所在地／宇治塔川1-5

**宇治茶道場 匠の館**  
●営業時間／午前11時～午後5時  
●定休日／水曜日  
●所在地／宇治又振17-1

# 子育てを地域のみんなでお手伝い

ファミリー・サポート・センターをぜひご利用ください

〒39-93009 宇治市ファミリー・サポート・センター



ファミリー・サポート・センターとは？

ファミリー・サポート・センター(ファミサポ)は、「子育て等の手助けをしてほしい人(依頼会員)」を「子育て等のお手伝いをしたい人(援助会員)」がサポートする組織です。同センターでは、依頼会員から援助会員への橋渡しを行っています。

## まず会員登録を

ファミサポを利用するには、まず依頼会員の登録(無料)が必要です。登録は、同センターまたは子ども福祉課窓口へ。



## 援助の内容

### ●子どもの預かり等

《援助内容》保育終了後や保護者のリフレッシュの際の子ども預かり、保育所や小学校、習い事等までの送り迎え、宿泊での預かり(2歳以上1泊に限る)他



### ●家事等支援

《援助内容》赤ちゃんのお世話、きょうだいのお世話や送り迎え、買い物・掃除・洗濯・食器洗い他

《主な活動場所》依頼会員の自宅

## 援助活動の利用料金

- ◆月～金曜日の午前7時～午後8時…1時間700円
- ◆右記以外の時間帯、土日祝、年末年始…1時間800円
- ◆午前0時まで援助を開始した場合の午前0時～7時…1回2800円

## 無料利用券をご利用ください

市では、母子健康手帳等の配布時にファミサポの無料利用券を配布しています。産前2か月から子どもが就学するまで使用出来ます。

## 援助会員も募集中です



援助活動をするためには、援助会員の登録とセンター主催の講習会及び普通救命講習の受講が必要です。

### 援助会員講習会

時10月5日(木)午前9時半～午後4時半(受付は午前9時15分)

### 所ゆめりあうじ

対市内在住で18歳以上の人

### 講市職員

申10月3日(火)までに電話で、ファミリー・サポート・センターへ

## ファミリー・サポート・センターのシステム

### 対象

産前2か月の妊娠期間から小学6年生までの子どものいる方



依頼会員

子育て等の手助けをしてほしいときに援助を依頼できます

3 援助会員の紹介  
援助活動を行ってくれる援助会員を紹介

### 1 援助依頼

電話またはEメールで希望する援助内容や日時等を伝えてください



宇治市ファミリー・サポート・センター

### 対象

子育て等の援助を行うことを希望する18歳以上の方



援助会員

6 援助活動報告  
援助会員はセンターに活動報告をします

### 2 援助活動依頼

依頼内容に応じられる援助会員に依頼

日時の都合がつくときに子育て等をサポートしていただけます

4 援助  
援助会員が援助活動を行います

5 利用料金の支払い  
利用料金を支払います

## 普通救命講習会

心肺蘇生法(胸骨圧迫・人工呼吸・AED実技等)の講習会を行います。

時10月21日(土)

午前9時半～

午後0時半(午前9時15分集合)

所伊勢田救急出張所

対市内在住・在勤・在学の人

先25人

申10月2日(月)から電話で、  
警防救急課(☎39-9403)へ

## 子育て講座

# 笑顔で子育て

～子育てについてみんなでおはなししましょう!～

手遊びやふれあい遊びを子どもと一緒に楽しめます。触れ合いを通して、子どもの成長を感じてみませんか。

時10月13日(金)午前10時～11時半

所ゆめりあうじ

対市内在住の就学前の子と親

先20人

講辻淑子さん(小倉双葉園保育所元所長)



申10月2日(月)～12日(木)に、  
地域子育て支援基幹センター  
(☎39-9109)へ



## 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7月生まれ                       | 健やかセンター                       | 11月15日(水)・24日(金)・27日(月)・28日(火)      | 個別通知は10月20日頃に発送します。  |  |
| 10か月児健康診査          | 28年12月生まれ                      | 市内指定医療機関<br>(個別通知に医療機関リストを同封) |                                     | 個別通知は10月25日頃に発送します。  |  |
| 1歳8か月児健康診査         | 28年2月生まれ                       | 健やかセンター                       | 11月8日(水)・9日(木)・10日(金)               | 個別通知は10月10日頃に発送します。  |  |
| 3歳児健康診査            | 26年5月生まれ                       | 健やかセンター                       | 11月17日(金)・20日(月)・21日(火)・22日(水)      | 個別通知は10月15日頃に発送します。  |  |
| 離乳食教室              | 29年6月生まれ                       | 健やかセンター                       | 11月30日(木)<br>13時10分～15時             | ☎11月1日(水)から、電話で保健推進課へ。   |  |
| 乳幼児相談              | 2か月～就学前                        | 健やかセンター                       | 11月2日(木)・6日(月)<br>9時30分～11時受付       | 計測、食事・育児・発達相談<br><br>お話しタイム、計測、保健師・栄養士による相談<br>(栄養士による相談は★印のみ) |  |
|                    |                                | 北部地域子育て支援センター※1               | ★10月12日(木)、11月21日(火)<br>9時50分～11時受付 |  |  |
|                    |                                | 東部地域子育て支援センター※1               | 10月13日(金)、★11月17日(金)<br>9時50分～11時受付 |  |  |
|                    |                                | 西部地域子育て支援センター※1               | ★10月25日(水)、11月22日(水)<br>9時50分～11時受付 |  |  |
|                    |                                | 南部地域子育て支援センター※1               | ★10月10日(火)、11月7日(火)<br>9時50分～11時受付  |  |  |
| グリーンタウン<br>榎島中央集会所 | ★11月14日(火)<br>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～<br>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<br>(片方みの参加も可)  | 健やかセンター                             | 11月18日(土)・27日(月)<br>10時～11時30分<br>(受付は9時45分～)                  | 母子手帳の交付(27日(月)のみ)や、専門職による妊娠期の食事について等の話。平日のみ保育あり。<br>☎土曜日のみ必要(※2) |
|                    | おいしい! たのしい! クッキング!             |                               | 健やかセンター                             | 11月16日(木)<br>10時～13時<br>(受付は9時45分～)                            | 保育あり。☎電話かEメール(※3)で保健推進課へ。  |
|                    | パパ出番ですよ～沐浴にチャレンジ～              |                               | 健やかセンター                             | 11月18日(土)<br>10時～12時<br>(受付は9時45分～)                            | ☎電話かEメール(※3)で保健推進課へ。   |
| BCG予防接種            | 生後6か月～1歳                       | 健やかセンター                       | 11月7日(火)・29日(水)<br>13時15分～14時30分受付  | 問診票は3か月児健康診査時にお渡ししています。  |  |

※1=各地域子育て支援センターのみ、10月の日程も掲載しています。  
 ※2=29年4月～受付をしているため、定員に達している場合があります。保健推進課へ問い合わせてください。  
 ※3=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10月生まれのお子さんを募集します。  
 応募はe-mailで受付中です。(応募締切10月3日必着)  
 詳細は市HPまで。



# 子育て応援コーナー



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。

## 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                  |
|---------------|---------------------|
| 木幡地域福祉センター    | 10月19日(木)9時30分～12時  |
| 南宇治コミュニティセンター | 10月26日(木)9時30分～12時※ |
| 榎島コミュニティセンター  | 11月2日(木)9時30分～12時   |

※10時30分～11時は出張おはなし会「でまえひろばに西宇治図書館がやってくる!」を実施。

**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    |
|----------|---------------------------------------|--------|
| 登りこども園   | 10月10日(火)・21日(土)<br>10時～11時30分        | 児童館    |
| 宇治保育所    | 10月13日(金)10時～11時                      | 中止     |
| 大久保保育所   | 10月13日(金)10時～11時30分                   | 中止     |
| 同胞保育園    | 10月17日(火)・24日(火)・31日(火)<br>10時～11時30分 | 室内     |
| 西小倉保育所   | 10月18日(水)10時～11時30分                   | 中止     |
| 小倉双葉園保育所 | 10月19日(木)10時～11時30分                   | 支援センター |
| なかよし保育園  | 10月19日(木)10時～11時30分                   | 支援センター |
| 木幡保育所    | 10月20日(金)10時～11時                      | 中止     |
| 善法保育所    | 10月23日(月)10時～11時30分                   | 室内     |
| 北木幡保育所   | 10月25日(水)10時～11時                      | 中止     |

## 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  |
|--------------------------------|---------------------------------------|--|
| おやこっくらんど<br>問生涯学習センター ☎39-9500 | 所生涯学習センター<br>時10月19日(木)<br>10時～11時30分 | ☎乳幼児と保護者<br>☎「めばえ青りんごの会」による交通安全教室、リズム遊び、パラバルーン、体操など                            |
| 赤ちゃんサロン<br>問社会福祉協議会 ☎22-5650   | 所総合福祉会館<br>時10月26日(木)<br>10時～12時      | ☎妊婦、生後1～4か月までの子と親<br>☎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。<br>☎200円<br>☎バスタオル |
| 赤ちゃん広場<br>問社会福祉協議会             | 所総合福祉会館<br>時10月6日(金)<br>10時～12時       | ☎生後5～8か月の子と親<br>☎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。<br>☎200円<br>☎バスタオル      |
| 赤ちゃんパーク<br>問社会福祉協議会            | 所総合福祉会館<br>時10月20日(金)<br>10時～12時      | ☎生後9～12か月の子と親<br>☎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。<br>☎200円<br>☎バスタオル     |
| おしゃべりキャッチボール<br>問社会福祉協議会       | 所総合福祉会館<br>時10月12日(木)<br>10時～11時30分   | ☎宇治市に転入して1年以内の、妊婦と3歳までの子を持つ親<br>☎参加者同士の交流・情報交換                                 |

## 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。

**休日急病診療所** ☎39-9430 FAX 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<br>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<br>(土曜は<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下さい。

|      |                              |
|------|------------------------------|
| 医療機関 | 宇治徳洲会病院※1<br>☎20-1111        |
|      | 田辺中央病院(京田辺市)<br>☎63-1111     |
|      | 男山病院(八幡市)※2<br>☎075-983-0001 |

※1=宇治徳洲会病院は、不定期で実施しています。  
 ※2=男山病院は、平日金曜の18時～翌朝8時。



# 景観は皆さんの財産です。

～暮らす人も、働く人も、みんなで宇治市の景観を考え、守っていきましょう～

宇治市は源氏物語にも描かれた宇治川をはじめ、世界遺産である平等院や宇治上神社など、世界にも誇れる歴史的環境と豊かな自然が調和した美しい都市です。そしてこの景観は後世にも引き継がれるべき財産です。

景観を構成する要素の一つに、屋外に掲げられている広告物も含まれます。土地や建物などに掲出された広告物は、一般道からも見えるため、景観に影響を与えます。

市では、屋外広告物条例等を制定し、景観の保全に取り組んでいます。屋外広告物については必ず申請が必要です。申請方法や規制内容等、詳しくは、歴史まちづくり推進課へお問い合わせください。

問 歴史まちづくり推進課 ☎20-8918

## 屋外広告物とは…

「常時または一定期間継続して、屋外で公衆に表示されるもの」で、看板や広告塔、はり紙などさまざまな種類があります。

## 安全管理の徹底を

平成 27 年 2 月に、札幌市でビルの看板が落下し、歩行者の頭部に当たる事故が発生しました。  
 広告物は雨風にさらされ、時間の経過と共に老朽化します。事故の被害を防止するため、広告物の所有者等は安全管理に努めることが重要です。

## 屋外広告物の種類



**STOP 道路上の違反広告物の一斉取り締まり**

歩行者や車両の通行に支障となるため、電柱やガードレール等に掲出されている立看板、広告旗、貼り紙等の違反広告物の一斉取り締まりを行います。

**10月11日(水)**  
 午前9時半～午後4時(荒天時は翌日)  
 市道、宇治市域の府道・国道24号線

要介護3・4・5の高齢者を  
 在宅で介護している人へ  
**激励金3万円を  
 支給します**

10月上旬に、一定の要件を満たしている人に申請書を送付します。

☎29年10月1日(基準日)に次に該当する介護者

- ・介護を受けている高齢者(65歳以上)が28年10月1日以前から継続して要介護3以上の認定を受けており、120日以上在宅で介護を受けている
- ・介護者及び介護を受けている高齢者双方が28年10月1日以前から継続して宇治市に居住し、かつ住民登録をしている
- ・介護者が介護を受けている高齢者の配偶者か3親等内の親族であり、かつ同居または常時通って直接介護している

※右記以外にも条件があります。詳しくは健康生きがい課へ問い合わせてください。  
 ①申請書を、10月20日(金)まで(必着)に、同課へ

問 同課 ☎内線23209



## 宇治市 防災訓練を開催

災害はいつどこで発生するかを予測することは出来ません。災害が発生した時、行動が出来るように準備をしておきましょう。

本年度の防災訓練は、地震と豪雨による複合災害を想定しています。実際に訓練に参加し、防災意識と災害対応力を高めませんか。防災訓練は誰でも参加出来ます。



時 10月15日(日) 午前9時～正午(荒天中止)  
 所 東宇治中学校  
 内(予定)  
 ・初動対応訓練  
 ・市民参加型訓練・体験  
 ・救助訓練  
 ・自主防災組織展示等の各種展示  
 ・自主防災リーダー避難所開設訓練  
 ・外国人避難訓練等

問 危機管理課 ☎39・9421



## 2017 緑化フェア

10月は「都市緑化月間」です。緑と爽やかな風の中でリフレッシュしませんか。当日は、入園料無料です。

時 10月8日(日) 午前9時～午後4時  
 所 植物公園

内次のとおり

- ◎ グリーントーク(講演会) テーマ「育てる! トミー流ポタージュガーデニング術」 園芸山昌克さん(園芸研究家)
- ◎ チューリップの球根無料配布(先着3千人)
- ◎ 緑のウォークラリービンゴ
- ◎ 緑のフリーマーケット
- ◎ ミニ鉄道運行
- ◎ お茶席
- ◎ 和太鼓演奏
- ◎ マリネラ(ペルー伝統舞踊) 他

※当日、無料シャトルバス(同園)市役所北側駐車場を運行します。

問 公園緑地課 ☎20・8795 または植物公園 ☎39・93807



## 宇治市内の協力医療機関一覧

| 地域     | 医療機関名           | 地域    | 医療機関名            | 地域        | 医療機関名         |
|--------|-----------------|-------|------------------|-----------|---------------|
| 六 地 蔵  | 小田部小児科内科医院      | 白 川   | 不動園診療所           | 伊勢田町      | こうのクリニック      |
|        | 上口医院            |       | 京都ゆうゆうの里診療所      |           | 斎藤小児科医院       |
|        | じんのクリニック        |       | 宇治武田病院           | 開 町       | 広田医院          |
|        | 中村医院            |       | 宇田医院             |           | かわもと整形外科クリニック |
|        | 杉の下整形外科クリニック    |       | スワ診療所            | 大久保町      | あさくら診療所       |
|        | ほそだ内科クリニック      |       | 田中診療所            |           | 小山内科医院        |
|        | 六地藏総合病院         |       | 都倉病院             |           | 芝野耳鼻咽喉科       |
|        | 米田医院            |       | 服部医院             |           | 中村病院          |
| 木 幡    | 大石医院            | 宇 治   | ひろかわクリニック        |           | 松田医院          |
|        | 大石木幡医院          |       | 古川整形外科医院         |           |               |
|        | こう内科クリニック       |       | べっぴん内科・整形外科クリニック | 宇治徳洲会病院   |               |
|        | 小山医院            |       | マキノ耳鼻咽喉科診療所      | 滝本整形外科    |               |
|        | 中西整形外科クリニック     |       | 増井医院             | 中山医院      |               |
| 平 尾 台  | かどさか内科クリニック     | 神 明   | 村澤医院             | 西野医院      |               |
|        | 宇治病院            |       | やまもと医院           |           | 今林医院          |
| 五 ケ 庄  | 宇治おうばく病院        | 南 陵 町 | とだ循環器内科クリニック     | 植田医院      |               |
|        | 藤井おうばく駅前内科クリニック |       | おかもと総合クリニック      |           | 宇治川病院         |
|        | たのべ医院           | 羽拍子町  | 南陵藤井内科           | 大嶋耳鼻咽喉科医院 |               |
|        | 中田医院            |       | 中村医院             | 岡田医院      |               |
|        | 橋本整形外科          | 琵琶台   | こいずみ医院           | 笹平診療所     |               |
|        | 藤井医院            |       | 関医院              | 完岡医院      |               |
|        | 今井内科クリニック       |       | あづま整形外科クリニック     | 高嶋医院      |               |
| 菟 道    | 上田診療所           | 広 野 町 | 高橋内科医院           | 西尾医院      |               |
|        | 大石三室戸医院         |       | 竹中内科医院           | 二宮内科医院    |               |
|        | 谷口内科医院          |       | 徳岡医院             | 鉢嶺医院      |               |
|        | 土井内科            | 伊勢田町  | 村山医院             | 松田整形外科医院  |               |
|        | 原田医院            |       | 浅妻医院             | 宮本医院      |               |
| 原田内科医院 | えんや医院           | 山村内科  |                  |           |               |
| 明 星 町  | いかだ医院           |       | おやいづ医院           |           |               |

※城陽市・久御山町・伏見区(一部)の高齢者等インフルエンザ予防接種協力医療機関で接種できます(詳しくは接種希望の医療機関にご確認ください)。

### 他市町村・協力医療機関以外での接種

接種前に『予防接種依頼書』の発行手続きが必要になります。所定の用紙に、接種希望医療機関名・所在地・電話番号、接種する人の氏名・住所・生年月日を書き、郵送か同課窓口へ。

なお、接種料金は全額立替払いです。後日、払い戻し手続きが必要です(限度額あり)。

# 高齢者等インフルエンザ 予防接種が始まります

☎健康生きがい課 ☎内線 2332

### 免除制度

事前に申請すると接種費用(1500円)が無料になる制度があります。☎高齢者インフルエンザ予防接種の対象者のうち、次のいずれかに該当する人

- ◎生活保護世帯
- ◎市民税非課税世帯
- ◎中国残留邦人等支援給付世帯
- ☎接種前に、一部負担金免除申請書を郵送か同課窓口(〒611・8501 宇治琵琶33)へ。また、12月15日(金)まで、行政サービスコーナー、コミュニティワーカーはた館・うじ館、玉池集会所でも取り次ぎます。確認後、免除者用の予診票を送付します。
- ※免除者用の予診票の発行に10日程度かかるため、余裕を持って申請してください。
- ※接種後に一部負担金の免除申請をしても返金出来ません。

インフルエンザは、高齢者がかかる、肺炎等の合併症を引き起こす確率が高く重症化すると死に至ることもあります。ワクチンが十分な効果を維持する期間は接種後約2週間後から約5カ月とされているため、12月中旬までの接種が効果的です。

☎接種日に次のいずれかに該当する宇治市民

- ◎65歳以上の
- ◎60歳～65歳未満の人で心臓・腎臓又は呼吸器の機能障害で極度に日常生活が制限される人及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に介助なくしては日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある人(申請が必要です。高齢者等インフルエンザ予診票を送付しますので、かかりつけ医に確認後、健康生きがい課へ問い合わせください)。
- 《接種期間》10月20日(金)～12月28日(木)
- 《接種場所》別表の協力医療機関(城陽市・久御山町・伏見区の一部にも協力医療機関があります。接種希望の医療機関に確認してください)
- 《接種回数》1回
- 《接種費用》1500円

☎健康保険証等の本人確認が出来るもの

### 免除対象者以外は申請不要です

## 29年度 高齢者等インフルエンザ予防接種 一部負担金免除申請書

- ◆宇治市にて、下記の内容を確認することに同意します。
- ◆接種後に一部負担金の免除申請をされても返金出来ません。

|  |                                  |                   |               |
|--|----------------------------------|-------------------|---------------|
| 免除申請理由                                     | 該当する項目を○で囲んでください(該当しない人は申請できません) |                   |               |
|  | 生活保護世帯                           | 市民税非課税世帯          | 中国残留邦人等支援給付世帯 |
| 接種希望者(65歳以上)(1枚の申請書で同一世帯の方2名までお申込みできます)    |                                  |                   |               |
| ふりがな                                       | 生年月日                             | 明治・大正・昭和<br>年 月 日 |               |
| ① 接種者氏名                                    | ☐                                |                   |               |
| ふりがな                                       | 生年月日                             | 明治・大正・昭和<br>年 月 日 |               |
| ② 接種者氏名                                    | ☐                                |                   |               |
| 住民票のある住所                                   | 〒 宇治市 電話( )                      |                   |               |
| ◆上記接種希望者以外の20歳以上の【同一世帯の方】の名前・生年月日を記入してください |                                  |                   |               |
| ※一部負担金免除には世帯全員の該当が必要です                     | 氏名                               | ☐                 | 氏名            |
|  | (生年月日 年 月 日)                     | (生年月日 年 月 日)      | (生年月日 年 月 日)  |
|  | 氏名                               | ☐                 | 氏名            |
|  | (生年月日 年 月 日)                     | (生年月日 年 月 日)      | (生年月日 年 月 日)  |
| 送付先  | 〒 電話( )                          |                   |               |

〈特別展〉

# 写真展 よみがえる明治の日本

今年は「明治150年」。宇治や京都を中心に、全国の風景や風俗を、写真館で撮影されたポートレート(肖像写真)、刊行・頒布された写真帖、絵はがき、ステレオグラム(立体視用写真)など、様々な資料から紹介します。

- と き 11月19日(日)まで
- 休館日 月曜日(ただし10月9日(祝)は開館)
- 入館料 ◎200円

◎中学生以下、市内在住の70歳以上の人、障害者手帳等を持っている人=無料  
◎関西文化の日(11月18日(土)・19日(日))=無料

問い合わせ 歴史資料館 ☎39-9260

歴史講座 1

## ピンホールカメラを写そう。

ピンホールカメラを自作し、撮影する講座です。

- と き 10月21日(土)午後1時~4時
- ところ 中央公民館
- 定員 先着20人
- 講師 (一社)日本現代写真家協会
- 参加費 500円(材料費含む)
- 申し込み 10月3日(火)から、電話で歴史資料館へ

歴史講座 2

## 写真絵はがきにみる都市の近代 —別府の事例から—

- と き 11月10日(金)午後2時~3時半
- ところ 中央公民館
- 定員 先着80人
- 講師 松田法子さん(京都府立大学講師)
- 参加費 200円
- 申し込み 10月3日(火)から、電話で歴史資料館へ

歴史講座 3

〈特別展〉

## 写真展 よみがえる明治の日本(展示解説)

特別展のみどころを解説します。

- と き 10月24日(火)午後2時~3時半
- ところ 中央公民館
- 定員 先着80人
- 講師 歴史資料館職員
- 参加費 無料
- 申し込み 10月3日(火)から、電話で歴史資料館へ

## 特別展記念講演会

### 絵はがきから土地を考える

—宇治十帖から「ユーフォニアム」まで 今も続く聖地巡礼の旅—

- と き 11月15日(水)午後2時~3時半
- ところ 中央公民館
- 定員 先着80人
- 講師 細馬宏通さん(滋賀県立大学教授)
- 参加費 200円
- 申し込み 10月3日(火)から、電話で歴史資料館へ

宇治市役所 ☎22-3141 (代表) FAX 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。

敬老訪問 ついででも元気な

## 市長が101歳の 明田コハルさんを訪問

101歳(大正5年3月10日生まれ)の明田コハルさんを9月6日に山本市長が訪問しました。明田さんは玄関先まで軽やかな足取りで市長を迎えられ、市長からは、長寿をお祝いする言葉と共に花束が贈られました。

若い頃は魚をさばくのが得意で、マグロをさばいた経験もある明田さん。現在は、週3日程デイサービスに通い、算数をしたりカラオケをしたり、また、月2回程ショートステイを利用して日々活発に過ごされています。

市長から長寿の秘訣を尋ねられると、「好き嫌いせずになんでも食べる」と話されました。市長が「いつまでも元気な」と声をかけると「ありがとございます」と笑顔で握手を交わされました。

なお、市内の満100歳以上の高齢者は、9月6日現在で94人(男性14人・女性80人)です。

健康生きがい課 ☎内線23347



## 市政だよりへのご意見・感想をお寄せください

10月1日号から宇治市政だよりをリニューアルしました。アンケートは今後とも、市民の皆さんにとって、市政を身近に感じていただき、これまで以上に親しんでいただける広報誌となるように、皆さんのご意見・ご感想を募集します。記事の内容、レイアウトや今後取り上げてほしい話題など、広報誌に関することなら何でも結構です。より良い誌面づくりのために率直なご意見をお聞かせください。ご意見・ご感想は、より良い広報誌づくりの参考にさせていただきます。

現在、次の2つのご意見・ご感想を募集しています。市HPからご回答ください。

- ①「宇治市政だよりのリニューアルについて」の読者アンケート
- ②「10月1日号について」の読者アンケート



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。

《郵便》〒611-8501 宇治市宇治琵琶33 秘書広報課あて  
FAX 20-8779  
✉obokoho@city.uji.kyoto.jp

## 戦没者追悼式

戦没者の霊を慰め恒久平和を祈念して追悼式(無宗教)を行います。  
時 11月10日(金)午前10時半~11時半  
所 文化センター小ホール  
対象者 戦没者の配偶者・子・父母・兄弟姉妹及び3親等以内の親族(付添人可)  
申込 遺族会に加入している人は、遺族会等を通して申し込みを行ってください。加入していない人は、「追悼式参列申し込み」氏名(ふりがな)・

住所・電話番号・生年月日(年齢)・戦没者の氏名・戦没者との続柄・利用する交通機関(市が運行するバス、自家用車、その他)・付添人の有無を、10月13日(金)まで(必着)に、郵送・電話・ファクス・Eメールか地域福祉課窓口に(〒611-8501 宇治琵琶33 FAX 21-0407 Chikifukushi@city.uji.kyoto.jp) 閩地域福祉課 ☎20-8730



## 笑顔で健やか宇治のまち

(問 健康生きがい課)

管理栄養士が健康づくりや食育に役立つ情報をお届けします

### 食欲の秋を 楽しんでみませんか?

まずは楽しく〜!



「1日3度の食事が楽しみで待ち遠しい!」と感じる人はどのくらいいらっしゃるでしょうか? 食事が楽しくなる時を思い浮かべてください……  
「誰かと一緒に食べる時」「おいしく料理が作れた時」「自分の好きなものを食べる時」「誰かに作ってもらった時」……人によって感じる瞬間は違いますが、食べることが楽しくなると、食も進みますね。まずは、食事の時間を楽しみましょう。

「ちよっと気にする」  
そこが大切!



子どもの好き嫌い、大人のメタボや高血圧……食べることに悩みは尽きませんね。例えば、子どもの好き嫌いや食べる量は、親としてはとってても気になることです。すくには子どもにも伝わらなくても、「あれどんな味がするのかな?」「あと一口食べてみよう」といつも少しだけ気にかけてあげること、そこが大切ではないでしょうか。うまくいかない時は「まずは楽しく〜!」と少し肩の力を抜いてみてください。大人でも、メタボや高血圧など健康に気を付けたい時は同じです。毎日気を付けて減塩・減脂・量は控えめ……と楽しく続けられる方は良いですが、なかなかそうはいかないものですよね。

### 『食欲の秋』が きましたよ〜!



秋に旬を迎える食材はたくさんあります。新米、さつまいも、きのこ、くり、柿りんご、さんま、さけなど……皆さんはどれがお好きですか? それぞれの食材には「旬」があり、栄養価が高く流通量も多くなり安価になります。また、私たちに季節の風を運んでくれますよね。おいしい食材にあふれるこの季節、ぜひ皆さんもご自身の手でおいしい食材を手に入れてみてください。稲刈りや芋ほり、果物狩りなど、普段なかなかできない体験も、たまには楽しんでみましょう。スーパーではなく、食材が育ったその場所での秋を感じてください。



## 家庭で地域で防災対策を (問 危機管理課)

### Q. グラグラってきたらどうする?

- 1 家の中は危ない! 一目散に外へ逃げよう!
- 2 机の下に隠れて家具などの下敷きにならないようにしましょう!



さまざまな防災情報を  
お知らせします

### 1 を選んだあなたは… ざんねん…×

慌てて外に飛び出すと危ないわよ。建物の壁や、窓ガラス、瓦が雨のように降ってきて、その破片が道路を覆っていた!ということも。

### 2 を選んだあなたは… 正解!

家具が倒れ、本や食器が空中を飛んだ!机の下などに隠れて、身を守ってね!家具の固定をするなど、転倒しないような工夫も大切よ!

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

## 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!

野菜を皮ごと使うことで、大幅にごみを減量出来ます!

ごみ削減割合 **80%**  
(※通常調理時と比較)

エコやリサイクル活動に  
取り組んでみませんか

### さつまいもきんぴら

1人分  
70kcal

#### 〈材料(4人分)〉

- ・さつまいも(皮ごと) …… 80g
- ・大根(皮ごと) …… 40g
- ・にんじん(皮ごと) …… 40g
- ・ごま油 …… 4g
- ・黒ごま …… 4g
- ・調味料A  
砂糖 …… 4g  
みりん …… 24g  
濃口しょうゆ …… 8g

#### 〈作り方〉

- ① さつまいも、大根、にんじんを4cmの長さの拍子切りにする。さつまいもは、水にさらしておく。
- ② フライパンにごま油を入れ、さつまいもを軽く炒めた後、大根とにんじんを入れてしんなりするまで炒める。
- ③ 弱火にして、合わせておいた調味料Aを②に加え、焦げないように味を絡ませる。
- ④ 仕上げに黒ごまを振り混ぜる。

《京都文教短期大学と共同考案》

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



宇治市公式Facebook  
<https://www.facebook.com/ujicity>



| 市の人口 [29年9月1日現在] |                        |
|------------------|------------------------|
| ・世帯数             | 83,101 世帯 (前月比 25 世帯増) |
| ・人口              | 188,126 人 (前月比 68 人減)  |
| ・男性              | 91,288 人               |
| ・女性              | 96,838 人               |