

- ◆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

**9.15**  
平成 29 年  
(2017)  
第 1776 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>

## 源氏ろまん 2017

問文化自治振興課文化係  
(☎20-8721)

■募集人数：1000人(多数の場合抽選)  
■入場料：無料  
■申し込み：「贈呈式入場希望」、氏名(ふりがな)、郵便番号、住所、電話番号、年齢、入場希望人数(2人まで)を、10月6日(金)まで(消印有効)に、郵送・ファクス・Eメールが文化自治振興課文化係窓口(〒611-8501 宇治琵琶33、FAX 21-0408、✉[murasakishikibu@city.uji.kyoto.jp](mailto:murasakishikibu@city.uji.kyoto.jp))へ。

とき：11月19日(日)  
午後2時～4時半  
ところ：文化センター大ホール

◆第1部／贈呈式  
紫式部文学賞・紫式部市民文化賞の贈呈

◆第2部／記念イベント  
出演：茂山逸平さん(能楽師狂言方)  
「新作狂言―ひめあらし―」  
「源氏物語『葵上』より」  
「講演会」



紫式部文学賞  
紫式部市民文化賞  
贈呈式及び記念イベント

## 源氏ろまん 2017 イベントのご案内

### 源氏物語セミナー：藤原道長と紫式部

■とき…10月14日(土)、午後2時～3時半 ■ところ…源氏物語ミュージアム  
■定員…100人(多数の場合抽選) ■受講料…500円 ■講師…臈谷壽さん(同志社女子大学名誉教授)  
■申し込み…往復はがきに、「源氏物語セミナー」・氏名(ふりがな)・住所・電話番号を書き、9月30日(土)まで(必着)に、同ミュージアム(〒611-0021 宇治東内 45-26)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)。

### 宇治田楽まつり

田楽は、平安時代の代表的な芸能です。宇治の白川を拠点に、白川田楽というプロの集団が宇治離宮祭を始め各地で活躍していたと伝えられています。オリジナルの宇治田楽を更に充実させ、市民の祭りとして盛大に開催します。

■とき…10月21日(土)・22日(日)、◎21日=オープニング/午後2時～、開演/午後2時半～  
◎22日=開演/午後3時～ ■ところ…府立宇治公園中の島 ■観覧料…無料  
※21日のみ雨天時は文化センター大ホールで開催、開演/午後3時～。22日は雨天中止。



### 宇治十帖スタンプラリー

源氏物語「宇治十帖」の古跡を中心に、史跡、自然あふれる宇治川周辺を巡る宇治の名物イベントです。また、ゴールでは「お楽しみ抽選会」があります。

■とき…10月28日(土)・29日(日)、11月3日(祝)・4日(土)・5日(日)  
午前9時半～午後4時(ゴールは午後4時半まで)  
■参加費…無料



◆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。



| ◆市身体障害者相談員     |         |                              |         |         |
|----------------|---------|------------------------------|---------|---------|
| 障害区分           | 氏名      | 住所                           | 電話      | ファクス    |
| 視覚障害           | 今里 忠幸   | 小倉町南浦 15-56                  | 22-3200 |         |
|                | 佐々木 敬介  | 菟道車田 41-49                   | 23-9104 |         |
| 肢体障害           | 秋山 賀津子  | 小倉町南堀池 40-8                  | 24-6533 |         |
|                | 西之原 チサ子 | 槇島町清水 23                     | 23-5274 |         |
|                | 羽野 力    | 伊勢田町大谷 15-1 パデシオン宇治伊勢田 2-617 | 46-2667 |         |
|                | 前田 義治   | 五ヶ庄野添 57-2 市営住宅 4-101        | 32-0305 |         |
|                | 森岡 里美   | 槇島町園場 9                      | 21-4698 |         |
| 聴覚障害<br>(聴覚言語) | 清水 克子   | 宇治蔭山 62-2                    |         | 24-1463 |
|                | 広岡 茂行   | 大久保町平盛 31-1 府営西大久保団地 35-101  |         | 44-5493 |
| 聴覚障害(難聴)       | 西村 篤子   | 木幡南山 4-25                    |         | 33-1119 |
|                | 牧野 登紀子  | 伊勢田町中山 57-16                 |         | 43-1336 |
| 直腸機能障害         | 小田原 俊夫  | 広野町尖山 32-12                  | 46-5225 |         |
| 心臓機能障害         | 土橋 昇    | 神明宮北 22-20                   | 23-6729 |         |
| ◆市知的障害者相談員     |         |                              |         |         |
| 知的障害<br>(保護者)  | 中村 育子   | 宇治矢落 14 ライオンズマンション宇治第 2-603  | 24-2651 |         |
|                | 松村 祐子   | 小倉町春日森 39-3                  | 23-7079 |         |

身体障害者相談員・知的障害者相談員が、障害のある人の悩みを伺います。無料相談会や左表の相談員に直接、問い合わせの上、気軽に相談してください。なお、個人の秘密は固く守ります。

身体障害者相談員は、自分自身が身体障害者手帳を持っています。また、知的障害者相談員は、家族に知的障害者がいる人です。なお、役割は次のとおりです。

# 障害のことで悩んでいませんか

## 身体障害者相談員・知的障害者相談員を紹介します

問障害福祉課 (☎ 21-0419)

### 相談員とは

◎悩み相談：無料相談会や個別に問い合わせでもらう相談で、自らの経験を生かした悩み相談を行っています。

◎関係機関との連携：各種福祉制度の利用が必要な人に、手続き方法を紹介したり、地域の民生児童委員や障害福祉サービス相談支援事業所と連携して、細やかな相談支援につなげていきます。

◎虐待防止と早期発見：障害者虐待防止法の施行に伴い、関係機関と協力し、虐待の防止と早期発見に努めます。

◎虐待防止と早期発見：障害者虐待防止法の施行に伴い、関係機関と協力し、虐待の防止と早期発見に努めます。

### 無料相談会

同相談員による無料相談会を開催します。

※とき：10月2日(月)、午前10時～正午、午後1時～3時

※ところ：市役所1階ギヤラリーコーナー

## 薬と健康の週間

「お薬手帳」、「かかりつけ薬局・薬剤師」を活用しましょう。

複数の薬を服用するときは、薬の重複や飲み合わせに気をつけないといけません。「お薬手帳」に薬局でもらった薬を記録しておく、薬剤師や医師に見てもらうことで、薬の重複や相互作用が起ることを防ぐことが出来ます。

最近では、スマートフォンアプリから「電子版お薬手帳」をダウンロードすることが出来ます。1 台のスマートフォンで家族全員の薬を管理することが出来ると共に、災害時等でも薬の情報を医師等に伝えることが出来ます。

また、「かかりつけ薬局」を決めることで、医師から処方された薬だけでなく、市販薬やサプリメント等の情報も一元的・継続的に管理が出来、「かかりつけ薬剤師」が相談に応じる等、薬による治療がより効果的なものになるよう手伝ってもらえます。

「お薬手帳」、「かかりつけ薬局・薬剤師」を上手に活用しましょう。

### 無承認・無許可医薬品に注意しましょう。

「無承認・無許可医薬品」とは、本来であれば医薬品とみなされるべきものが食品として流通したり、医薬品や保健機能食品でないものに、それと紛らわしい効能・効果等を表示・広告して販売等しているものです。

こうした製品は医薬品医療機器等法に違反しており、品質・有効性・安全性の確認がされていないため、使用することは大変危険です。絶対に使用しないでください。

また、医薬品を海外からインターネットで個人輸入し、使用による健康被害も報告されています。日本国内で正規に流通する医薬品を使用し、重大な健康被害が生じた場合には、救済を図る公的仕組みがありますが、個人輸入した医薬品は救済の対象外です。安易な個人輸入による使用は避けましょう。

問山城北保健所 (☎ 21-2191)

## 臨時福祉給付金(経済対策分)

4 月から受け付けている上記給付金は、**10 月 12 日(木)が申請期限です。**

対象となる人で、申請が済んでいない人は、早めに申請してください。給付金の支給は、申請から約 2 カ月後となります。

- ◆対象…次の全てに該当する人
  - 基準日(28 年 1 月 1 日)時点で、市に住民登録があり、28 年度分の市民税(均等割)が非課税の人
  - 課税者の扶養親族等になっていない人
  - 生活保護等を受給していない人

◆支給額…1 人 1 万 5000 円

◆申請方法…次のとおり

- ◎窓口…地域福祉課
- ◎郵送…10月12日(木)(消印有効)までに所定の封筒で同課へ。

問地域福祉課 (☎ 20-8730)

10月1日号から

# 宇治市政だよりをリニューアルします

市民の皆さんにとって、より読みやすく分かりやすい、「伝わる」広報誌へ

## ♪リニューアルポイント♪

### ①「タブロイド判から A4 判へ」

従来のタブロイド判から、手に取りやすく、家族間での回し読みや保管等がしやすい A4 判になります。

### ②「より伝わる」

1 日号は、市政情報や市民の皆さんが知りたい情報をより分かりやすく伝える「市政特集号」とします。また、「子育てコーナー」を新設します。

15 日号は、イベント情報などのお知らせを中心とした「市政お知らせ号」をお届けします。

### ③「見やすい・探しやすい」

写真やイラストを多く配置し、より読みやすくします。

見出しやインデックスを付け、読みたい記事を探しやすくします。



問秘書広報課広報係 (☎ 20-8704)



# 9月24日は「清掃の日」

## ごみ減量を実践しよう

市では、第2次ごみ処理基本計画に基づき、3R推進・ごみ減量化に取り組んでいます。この計画では、30年度までに、家庭から出る「もえるごみ+もえないごみ」の市民1人1日あたりの排出量を19年度比で24%削減することを目標にしています。28年度の実績値は447グラムで、目標値の416グラムまで、あと31グラムです。ごみ減量のためのヒントを紹介するので、目標達成に向けての協力をお願いします。

### 生ごみは十分に水切りを

「もえるごみ」のうちの約半分は水分です。水分が多く含まれると、焼却する際により多くの燃料が必要となるため、環境への負荷がかかると共に、焼却費用もかさみます。生ごみを出す際は水切りを徹底しましょう。また、野菜のヘタや皮の部分等、廃棄することが分かっていない部分は、水に濡らさないことも有効です。



### 「ごみゼロレシピ」の活用を

市では、京都文教短期大学と共同で、なるべくごみを出さないような料理のレシピ「ごみゼロレシピ」を考案しました。「ごみゼロレシピ」は、

「食材をできるだけそのまま使用すること」または「調理時に発生した廃棄部分を再利用すること」により、ごみがなるべく出ないよう工夫しています。全30のレシピを市ホームページで公開しているので、毎日の食生活に取り入れ、ごみの減量を実践してください。今号8面に、ごみゼロレシピの一例を掲載しています。



### 雑紙はなるべく古紙回収へ

包装紙、紙箱、封筒、紙の芯などのいわゆる「雑紙」は、町内会・自治会で実施している古紙回収に出してください。「もえるごみ」ではなく古紙として回収しリサイクルすること、ごみの減量につながります。な

お、写真や感熱紙、防水加工された紙等は古紙回収に出すことが出来ないで、「もえるごみ」として出してください。回収の日程は町内会・自治会で異なるため、各町内会・自治会へ問い合わせください。



### 拠点回収の利用を

市役所や各公民館・コミュニティセンター等で、「紙パック」「てんぷら油」「ペットボトルキャップ」「蛍光管」「小型家電」の拠点回収を行っています。これらを拠点回収に持ち込むことで、限りある資源を有効活用することが出来ます。ごみの減量につながります。これらを処分する際は、なるべく

岡ごみ減量推進課 (☎ 20-8692)

### 不法投棄は犯罪です！

ごみの不法投棄は「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。「ごみ収集場所以外にごみを捨てる」、「収集日以外にごみを出す」、「事業活動から生じたごみを収集場所に出す」などの行為は不法投棄にあたります。違反者には、投棄したごみの撤去と共に、5年以下の懲役または1000万円以下の罰金が科せられます。ごみの適正な排出をお願いします。

### インターネット版ごみ分別辞典

市では、ごみ分別方法をインターネットで調べることが出来る、インターネット版ごみ分別辞典を導入しています。ごみの出し方がわからないとき、キーワード検索欄に、ごみの品名を入力すると分別方法を簡単に調べることが出来ます。市ホームページからリンクしているの、活用してください。左記QRコードからもアクセス出来ます。



▲QRコード



2020年に東京で開催されるオリンピック・パラリンピックの金・銀・銅メダルを、使用済み携帯電話や小型家電から抽出した金属でつくるプロジェクトが実施されています。本市もこのプロジェクトの趣旨に賛同し、参加しています。市で実施している小型家電の拠点回収を利用することで、皆さんの携帯電話や小型家電がオリンピックのメダルに生まれ変わります。皆さんも協力してください。

#### 主催

東京2020組織委員会・環境省・日本環境衛生センター・NTTドコモ・東京都

#### 小型家電の拠点回収実施場所

各公民館、各コミュニティセンター、市役所本庁舎、開地域福祉センター、ゆめりあうじ ※開館時間内であればいつでも投入可

#### 対象となる小型家電

小型家電回収箱の投入口(20cm×40cm)に入る携帯電話やノートパソコン、カメラ等の家電製品(家電リサイクル法対象品を除く)。

詳しい対象品や、出すときの注意点等については、ごみ分別辞典や市ホームページ等で確認出来ます。

岡ごみ減量推進課 (☎ 20-8692)

## お茶の京都博 EVENT

### お茶の京都・食の祭典

山城各地の様々な食が「Premium」をテーマに集結する山城地域最大の「食の祭典」です。

### へうげもの茶宴 in みかのほら

天下一の茶の湯名人「古田織部」ゆかりの瓶原(みかのほら)で現代風の茶宴を展開します。コスプレのへうげもの(ひょうきんな人、おどけた人)で賑わう会場では、お茶や地元グルメ、子ども向けの催し等

を行います。  
❖とき…10月29日(日)、午前10時～午後4時  
❖ところ…五里五里の丘(城陽市富野)

❖とき…11月3日(祝)、午前10時～午後4時  
❖ところ…恭仁宮跡とその周辺(木津川市加茂町)

岡お茶の京都博実行委員会事務局(京都府企画理事付) (☎ 075-414-4529)

## 宇治茶まつり

- ◆とき…10月1日(日)、午前9時～午後3時
- ◆ところ・内容…次のとおり
  - ◎宇治橋＝名水汲み上げの儀
  - ◎興聖寺＝茶祭式典、茶筌塚供養、茶席
  - ◎宇治上神社＝茶席、点心席
  - ◎府茶業会館＝茶席
  - ◎府立宇治公園橋島＝お茶飲みコンクール、抽選会、竹細工・茶筌などの販売
- ◆茶券(茶席、点心席、抽選券他)…前売2500円(商工会議所、観光協会等で販売)

岡商工会議所 (☎ 23-3101)



＜ダブルダッチを楽しもう＞▷とき…10月22日(日)、午前9時半～11時半▷対象…市内在住の小学生～▷定員…先着20人▷内容…ダブルダッチの体験とパフォーマンス▷参加費…無料▷持ち物…飲み物、タオル、上履き 囲10月3日(火)から、同センターへ。

■中央公民館

囲同館(☎39-9258)  
＜中央公民館まつり＞▷とき…10月7日(土)・8日(日)、午前10時～午後4時(8日は午後3時まで)▷内容…◎両日＝作品展示・模擬店・遊びの広場・ビデオシアター◎7日＝学習体験(押し花・ミニ写真館・木版画摺り)◎8日＝舞台発表

＜押し花アートを体験しませんか＞▷とき…10月19日～11月9日の木曜日、午後1時～4時(全4回)▷対象…18歳以上で、全回参加出来る人▷定員…先着15人▷参加費…1000円 囲9月19日(火)から、参加費を添え、同館窓口へ。

■広野公民館まつり

▷とき…◎10月7日(土)、午前10時半～午後4時◎10月8日(日)、午前10時～午後2時▷内容…舞台発表、作品展示、模擬店等 囲同館(☎39-9276)

■子ども茶道教室

礼儀・作法を学びながら、友達の輪を広げませんか。▷とき…10月14日(土)、11月4日(土)・11日(土)・18日(土)・19日(日)、12月2日(土)・9日(土)、午前10時～11時半▷ところ…宇治公民館▷対象…市内在住・在学の小・中学生で、全回参加出来る人▷定員…先着20人(保護者参加可)▷講師…武部宗幸さん(市茶道連盟)▷参加費…1000円 囲9月20日(水)から、同館(☎39-9272)へ。

■コミュニティワークこはた館

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

＜健やかからだ講座＞▷とき…9月26日(火)、午後2時～4時▷対象…市内在住・在勤・在学の人▷定員…先着40人▷内容…体幹トレーニングでからだ改造▷講師…華学和博さん(健康運動指導士)▷参加費…無料▷持ち物…飲み物、タオル等 囲9月19日(火)から、同館へ。

＜男性のための料理教室＞▷とき…10月24日(火)、午前11時～午後2時▷対象…市内在住・在勤・在学の男性▷定員…10人(多数の場合抽選)▷内容…照り焼きチキンの具だくさん混ぜ寿司、蛤とわかめのお吸い物▷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 囲講座名・氏名・住所・電話(ファクス)番号を、10月11日(火)まで(必着)に、郵送・ファクス・Eメールか、同館窓口へ。

■生涯学習センター

囲同センター(〒611-0021 宇治琵琶45-14、☎39-9500、FAX 39-9501、✉shogaigakushu@city. uji. kyoto. jp)

＜NHK公開講演会 特別展覧会「国宝」＞10月3日(火)～11月26日(日)、京都国立博物館(京都市東山区)で開催される特別展に関連した講演会を行います。▷とき…10月24日(火)、午後2時～3時半▷定員…180人(多数の場合抽選)▷講師…降矢哲男さん(同博物館研究員)▷参加費…無料▷保育…2歳～就学前 囲往復はがきに、「NHK公開講演会」・氏名(ふりがな)・住所・電話番号、保育希望者は子の名前・年齢を、返信用の表にも氏名・住所を書き、10月3日(火)まで(必着)に、同センターへ。1人1枚のみ応募可。

＜近現代史を学ぶ「理念の政治家原敬-政党内閣への道1856～1921-」＞▷とき・内容…下表のとおり▷対象…市内在住・在勤・在学の人▷定員…50人(多数の場合抽選)▷講師…伊藤之雄さん(京都大学大学院教授)▷参加費…1000円(全3回)▷保育…2歳～就学前 囲講座名・氏名・住所・電話番号、保育希望者は子の名前・年齢を、9月15日(金)～10月20日(金)に、電話・ファクス・Eメールか、同センター窓口へ。

| とき      | 内容                                  |
|---------|-------------------------------------|
| 11/2 ㊥  | 「明治維新の没落・陸奥宗光の腹心の外交官―『自由民権』から日清戦争―」 |
| 11/9 ㊥  | 「政党内閣と藩閥官僚戦力との戦い―日露戦争前後―」           |
| 11/16 ㊥ | 「念願の原内閣誕生―国際平和と第1次大戦後の国家経営―」        |

時間は、14:00～16:00

＜宇治の映画の集い「発掘！日本映画」＞「昭和の映画を見に行こう 巨匠・成瀬巳喜男が描く女性たち」をテーマに映画を上映します。▷とき・上映作品…下表のとおり▷定員…各日先着200人▷料金…500円(1日通し券)▷チケット販売…9月19日(火)～11月9日(休)に、氏名・電話番号・希望日・枚数を、同センター窓口へ。電話での予約も受け付けます。

|         | とき          | 上映作品  |
|---------|-------------|-------|
| 11/10 ㊥ | 10:00～11:40 | おかあさん |
|         | 12:30～14:20 | 乱れ雲   |
| 11/11 ㊥ | 10:00～11:40 | めし    |
|         | 12:30～14:30 | 流れる   |

＜Uji★手づくり市出展者募集＞▷とき…11月11日(土)、午前10時～午後3時▷対象…市内在住・在勤・在学の人。団体の場合は、会員の過半数が市民であること▷定数…18区画(多数の場合抽選)▷参加費…◎1区画(200cm×200cm)＝1000円◎備品一式＝500円 囲所定の用紙を、10月11日(火)までに、ファクス・Eメールか、同センター窓口へ。所定の用紙は、市ホームページから印刷も出来ます。

■生涯学習課

囲同課(〒611-0021 宇治琵琶45-14、FAX 39-9501、✉shogaigakushuka@city. uji. kyoto. jp)

＜ニュースポーツひろば＞▷とき…10月14日(土)・21日(土)・28日(土)、午前10時～正午▷ところ…西宇治体育館▷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…運動の出来る服装、上履き▷保育…就学前まで(希望者は、開催日の8日前までに、同課へ)

＜レッツニュースポーツ(秋の教室)＞▷とき…10月13日(金)・20日(金)・27日(金)、11月2日(休)、午後7時半～9時▷ところ…西宇治体育館▷対象…市内在住・在勤・在学の小学4年生～▷定員…各種目先着30人▷内容…ショートテニス、ファミリーバドミントン、ふらば～るバレエ、きばれえ(各種目、見学・体験可)▷参加費…無料▷持ち物…運動の出来る服装、上履き 囲所定の申込書を、9月19日(火)から、郵送・ファクス・Eメールか、同課窓口へ。申込書は、市ホームページから印刷も出来ます。

＜難聴者教室 社会見学＞近江神宮(滋賀県大津市)と大津市歴史博物館(滋賀県大津市)を見学します。▷とき…10月18日(休)、正午(市職員会館前駐車場集合。昼食なし)～午後4時半▷対象…市内在住・在勤の難聴者及びボランティア

## 市民スポーツまつり

- ◆とき…10月9日(祝)、午前9時半～午後3時(雨天中止)
- ◆ところ…府立山城総合運動公園(太陽が丘)
- ◆会場・種目…次のとおり
  - ◎テニスコート＝硬式テニス
  - ◎陸上競技場＝体力テスト、各種健康相談コーナーなど
  - ◎第2競技場＝グラウンド・ゴルフ、ゲートボール、タグラグビー

囲生涯学習課

### 参加費無料・申込不要

- 一、サッカー教室など
- ◎第2・3・4・5 野球場＝ストラックアウト、スピードガン、バッティングマシン、各種ニュースポーツなど
- ◎その他(野外ステージなど)
- ※今年度は体育館、球技場Bでは実施しません。
- ※運動靴、動きやすい服装で参加してください。

## 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。

市民情報短信の市政だよりでの掲載を終了します。

10月1日号から市政だよりをリニューアルします(詳細は本号2面)。リニューアルに伴い、本コーナーの掲載場所を市ホームページへ移行し、新たにスタートします。これまで以上に見やすい・探しやすい新コーナーの掲載時期、募集方法等の内容は、決まり次第、今後の市政だより等で案内します。 囲秘書広報課広報係

■京都蒼龍館(少年剣道)

㊥・㊦午前、自衛隊(黄檗)。㊦・㊧夜、岡屋小。月3500円。白杉☎090-4497-3335。全国大会出場！

■サークル紅(書道)

第1・3 ㊥、10:00～12:00。木幡公民館。月4000円。奥田加代子☎33-2476。見学自由。初心者歓迎。

■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。綾木☎090-9885-4737。プロ指導丁寧初中級。

■広芳会(書道)

第2・4 ㊥、13:30～15:30。広野公民館。月2000円。池添☎44-1502。見学自由歓迎。

■楽友「と金会」将棋

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。

■和太鼓サークル宙 with(F) 月2回㊥・㊦不定期。10:00～12:00。中央公民館。無料。松本☎090-2192-8126。小1以上。親子も歓迎。

■宇治古文書を読む会

第2・4 ㊥、13:00～15:00。小倉公民館。500円。原☎090-6751-8336。江戸暮らし武将手紙等初心者歓迎。

■フラワーサークル NAOKO 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。

■宇治シルバー合唱団「炎」 毎週㊥、13:20～15:30。総合福祉会館3F。月4回2000円。西村☎090-8230-2567。見学・初心者歓迎。

■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。

■ヴォーチェ・スノーラ

第1・3・4 ㊥、19:30～21:30。東宇治中音楽室。月3000円。高辻☎/ FAX 33-1148。混声。歌好きな方歓迎。

■英語リスニング・映画に挑戦 第1・3 ㊥、10:00～11:45。中央公民館。月2000円。山田☎080-5303-2632。中上級者向け。見学大歓迎。

■外国人講師 英会話 ticktack 第1・2・3 ㊥、13:00～14:30。木幡公民館。月3000円。斉藤美都利☎21-3422。初心者歓迎・見学自由。

■木幡カラオケサークル

第2・4 ㊥、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。

■琵琶楽陶苑サークル会員募集 月4回㊥・㊦、9:00～16:00。総合福祉会館。月500円。橋本☎/ FAX 23-3560。体験有無料初心者歓迎。

■社交ダンス「ステップ」

毎週㊥、18:30～。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。

■伊勢田絵画サークル 第2・4 ㊥、9:00～11:00。西宇治中学校4F。月500円。西川☎43-706。初心者大歓迎。

■英会話1対1のリンゴクラブ 第1・3・5 ㊥、14:00～15:30。生涯学習センター。1回200円。上原☎23-1148。見学自由。専用HP有。

■男の料理MCC

第1 ㊥、9:00～12:00。南宇治コミセン。月1500円。谷口武☎43-7238。入会費500円。

■茶の花 琴伝流大正琴

第1・3 ㊥、10:00～12:00。総合福祉会館。月2回1000円。水田☎21-3209。初心者・見学大歓迎。

■英会話をネイティブ講師と 毎週㊥、15:30～17:00。生涯学習センター。月4000円。大竹和子☎24-5438。見学歓迎。

■女声コーラス「しあわせ」

第2・4 ㊥、13:00～15:00。中央公民館。月2000円。西村☎090-8230-2567。初心者大歓迎です。

■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。小松☎/ FAX 43-8937。見学可。

■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。シニア向優しいリズム体操。

▷定員…先着30人▷参加費…430円(障害者手帳の無い人は、580円) 囲講座名・氏名・電話(ファクス)番号、障害者手帳の有無、要約筆記・触手話希望の有無、車いすの有無、同伴介助者の有無を、9月15日(金)～29日(金)まで(必着)に、郵送・ファクス・Eメールか、同課窓口へ。

■京都サンガF.C.

囲生涯学習課または京都サンガF.C. (☎55-7603)

＜ホームゲームご招待＞▷とき・ところ…下表のとおり▷定員及び席種…各10組20人(ホーム自由席) 囲往復はがきに、氏名・住所・電話番号・観戦希望の試合(①～③)、返信用の表にも氏名・住所を書き、①は9月29日(金)、②は10月13日(金)、③は10月27日(金)まで(いずれも必着)に、「京都サンガF.C. 宇治市広報9月15日号」係(〒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。

＜小中高校生ご招待＞▷とき・ところ…下表①・②のとおり▷料金…市内在住・在学の小・中学生、高校生は無料。同伴の大人(保護者)は1人1000円。合計4人まで(大人のみの申込不可)。▷定員及び席種…2試合合計8000人(ホーム自由席。多数の場合抽選) 囲①は10月9日(祝)、②は10月23日(月)まで(いずれも必着)に、京都サンガF.C. ホームページの専用フォーム(<https://s360.jp/form/311-22-1155/>)へ。往復はがきでの申し込みは、観戦を希望する試合(①・②のいずれか)、氏名・住所・電話番号・学校名・学年、返信用の表にも氏名・住所を書き、「京都サンガF.C. キッズスマイルスタジアム係」(〒610-0102 城陽市久世上大谷89-1)へ。

|     |                            |                           |
|-----|----------------------------|---------------------------|
| とき  | ①                          | 10/14 ㊥、15:00～(対 ロアッソ熊本)  |
|     | ②                          | 10/28 ㊥、15:00～(対 横浜FC)    |
|     | ③                          | 11/11 ㊥、14:00～(対 東京ヴェルディ) |
| 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) |                           |



図書館

図中央図書館(☎ 39-9256)  
 <10月のおはなし会>▷とき・ところ…◎10月4日(水)=東宇治図書館◎10月18日(水)=西宇治図書館、いずれも午後3時半～4時▷対象…幼児～▷内容…手遊び、読み聞かせ、紙芝居等▷参加費…無料  
 <10月のおはなしのへや>▷とき・ところ…◎10月7日(土)=西宇治図書館◎10月21日(土)=中央図書館、いずれも午後3時半～4時◎10月21日(土)、午前11時～11時半=東宇治図書館▷内容…「おはなしたまてばこ」の皆さんによる素話▷参加費…無料

<10月の休館日>2日(月)・10日(火)・16日(月)・23日(月)・26日(木)・30日(月)  
 <本と赤ちゃんの仲良しタイム>  
 乳幼児連れの方に気兼ねなく図書館を利用してもらうための時間です。乳幼児向けおはなし会「おはなしのゆりかご」の後、児童書コーナーの案内、絵本探しのお手伝い、本の紹介等を行います。▷とき…9月29日(金)、午前10時～正午▷ところ…中央図書館▷定員…先着20組程度▷対象…乳幼児と保護者

<図書館リサイクル市>不要になった図書を無料で、1人10冊まで持ち帰ることが出来ます(貸出券の提示が必要)。▷とき…10月15日(日)、午前9時～11時半(なくなり次第終了)▷ところ…中央公民館

<読書週間特別企画「ぬいぐるみのおとまり会」>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。おすすめの絵本の紹介・貸出もあります。▷とき…10月22日(日)、午前10時半～11時(お迎えは10月25日(水)～31日(火))▷ところ…中央図書館▷対象…幼児～小学生▷定員…先着15人(ぬいぐるみは1人1つまで)▷参加費…無料 図10月6日(金)から同館へ。本人または家族の貸出券が必要です。おはなし会の方の参加は申込不要。

認知症の人にやさしいまち・うじ×図書館プロジェクト

◆図書展示「認知症をいかに生きるか」  
認知症本人が執筆した本や認知症をテーマとした小説等の図書の展示・貸出を行います。  
▷とき…9月20日(水)～10月1日(日)  
▷ところ…中央図書館  
▷問い合わせ…同館(☎ 39-9256)

◆認知症本人・家族による講話会  
「もっと知りたい認知症」をテーマに講話会を開催します。  
▷とき…9月23日(祝)、午後1時半～3時  
▷ところ…同館  
▷内容…◎認知症本人による講話  
◎認知症本人・認知症コーディネーター・認知症の人と家族の会京都府支部による相談◎もの忘れチェック機器の設置等  
▷問い合わせ…健康生きがい課

源氏物語ミュージアム企画展「史料はかたる！宇治の橋姫」

宇治橋の守り神とも嫉妬の鬼ともいわれる宇治の橋姫。そんな橋姫をまつるといわれる橋姫社は、江戸時代まで、宇治橋西詰にありました。本企画展では、宇治の橋姫を切り口として、江戸時代の古文書をひもとく、地域の歴史を垣間見ます。

12月10日(日)まで、源氏物語ミュージアムと八幡市立松花堂庭園・美術館が連携して、相互割引を実施します。  
他方の観覧券(八幡市立松花堂庭園・美術館の庭園入園券、入園・入館共通券含む)の半券1枚を提示すると、1名が団体料金となります。

図源氏物語ミュージアム(☎ 39-9300)  
◆期間…12月3日(日)まで、午前9時～午後5時(入館は午後4時半まで)  
◆観覧料…◎大人500円◎小人250円  
◆休館日…月曜日(9月18日(祝)、10月9日(祝)は開館)、9月19日(火)、10月10日(火)

官公署・その他

■城南勤労者福祉会館  
 図1カ月前から、受講料を添え、同館窓口(☎ 46-0688)へ。

|               |                                                                  |
|---------------|------------------------------------------------------------------|
| ちぎり絵教室        | 10/19～30/3/15の第3(水)、10:00～12:00。6回。定員15人。受講料3600円(別途要教材費)。       |
| 生け花を楽しむ教室     | 10/21～30/3/17の第3(土)、10:00～12:00。6回。定員15組。受講料3000円(別途要教材費)。       |
| 茶の作法教室        | 11/6～20の月、10:00～12:00。3回。定員15人。受講料1500円。                         |
| 海外旅行のための英会話教室 | 11/10～30/3/30の金、10:00～12:00(休講日あり)。20回。定員30人。受講料1万6000円(別途要教材費)。 |

■城南地域職業訓練センター  
 図1カ月前から、受講料を添え、同センター窓口(☎ 46-0688)へ。

|                     |                                                                  |
|---------------------|------------------------------------------------------------------|
| はじめてのインターネット入門      | 10/21～29の③・④、9:30～15:30。4回。定員20人。受講料1万円(別途要教材費)。                 |
| Excel2013VBAプログラミング | 10/21～11/25の③・④、19:00～21:00(休講日あり)。10回。定員20人。受講料1万5000円(別途要教材費)。 |
| 調剤薬局事務講座            | 10/24～11/21の②・③、9:30～12:00(休講日あり)。8回。定員20人。受講料1万5000円(別途要教材費)。   |
| パワーポイント             | 11/2～20の②・③、18:30～21:00。6回。定員20人。受講料1万5000円。                     |
| ワード応用(デジカメ編)        | 11/4～18の③・④、9:30～15:30(休講日あり)。3回。定員20人。受講料7500円(別途要教材費)。         |

■フリーマーケット出店者を募集  
 市民文化芸術祭の一環です。▷とき…10月29日(日)、午前10時～午後4時▷ところ…文化センター市民広場▷募集数…39店(多数の場合抽選)▷出品物…家庭用品、衣類、古本等。食品、生き物等は不可。▷出店料…1000円(当日持参) 図氏名(ふりがな)・住所・電話番号・取扱商品を、9月28日(木)(消印有効)までに、郵送で、市芸術文化協会(〒611-0023折居台一丁目1、☎ 22-6070)へ。結果は10月初旬までに郵送で通知します。

■福祉サービス公社  
 図同公社(☎ 28-3150)  
 <青春歌声広場>▷とき…10月15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 図9月19日(火)から、同公社へ。

<市生活支援員【39(サンキュー)支援員】養成研修>市では29年4月から、要支援認定等を受けている高齢者に対して、掃除・買い物・洗濯等の家事のみを支援するサービスを開始しています。その担い手として従事出来る人の養成研修を行います。▷とき…10月27日(金)～12月11日(月)(講習は、主に月・水・金の午前、合計39時間)▷ところ…うじ安心館他▷対象…◎市内在住で全日受講出来る人◎受講終了後、市生活支援員として従事を希望する人▷定員…先着20人▷受講料…無料(別途要教材費) 図所定の申込書を、9月19日(火)～10月13日(金)(必着)に、郵送・ファクスか同公社中宇治事業所窓口(〒611-0021宇治琵琶1-3、FAX 28-3154)へ。受講案内・申込

書は、介護保険課・健康生きがい課・各地域福祉センターにもあります。

<介護予防事業ボランティア研修会>「お互い支えあうサポートでいきいき活動しよう」をテーマに研修会をします。ボランティア活動についての話や体操体験、自身の健康づくりが継続出来る活動の紹介を行います。▷とき…9月27日(水)、午後2時～4時▷ところ…うじ安心館▷参加費…無料 図9月16日(土)～27日(水)に、同公社へ。

■ひろのコミュニティカフェ  
 ▷とき…10月9日(祝)、午後1時～3時半▷ところ…広野地域福祉センター▷内容…大開小学校金管バンド演奏、マジックショー、キッズコーナー、バザー等▷参加費…無料 図福祉サービス公社広野事業所(☎ 48-4351)

■淀川大塚切れ100年シンポジウム  
 淀川流域の治水と地域の未来を考えます。▷とき…10月1日(日)、午後1時半～4時半▷ところ…高槻現代劇場(高槻市野見町)▷内容…◎シンポジウム=講演(濱田剛史さん<高槻市長>)、基調講演(藤森涼子さん<気象キャスターネットワーク理事長>)、パネルディスカッション等◎防災たいけんひろば=災害対策車の展示、水中歩行体験等▷定員…先着600人▷参加費…無料 図淀川大塚切れ100年イベント実行委員会事務局(☎ 072-674-7432)

■社会福祉協議会  
 図同協議会(☎ 22-5650)  
 <南部福祉ふれあいバザー>▷とき…9月24日(日)、午前10時～正午▷ところ…南部小学校

<赤ちゃんサロン>動きやすい服装で参加してください。▷とき…9月21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

<赤ちゃんボランティアを募集>  
 西宇治中学校の授業で、中学生と交流します。▷とき…◎11月6日(月)、午前10時半～11時50分・午後0時45分～2時10分◎11月7日(火)、午前9時半～11時・午前10時半～11時50分・午後0時45分～2時10分▷対象…首が座った頃～1歳半程度の子▷募集人数…各日先着18組程度 図10月27日(金)までに、同協議会へ。

<地域で仲間と介護予防～椅子ヨガ～>いつまでも住み慣れた地域でいきいきと自分らしく暮らすために、椅子ヨガを体験してみませんか。▷とき…9

月29日(金)、午前10時～11時半▷ところ…総合福祉会館▷参加費…無料

■サポステ京都南・就活セミナー&個別相談会  
 就職に関するキャリアの専門家(キャリアコンサルタント等)が働く準備・就職支援プランを共に考えバックアップします。▷とき・内容・定員等…下表のとおり▷ところ…産業会館▷対象…15～39歳で仕事をしていない人(学生を除く)やその家族 図地域若者サポートステーション京都南(☎ 54-5380)

|                     |                                                                                   |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 9/29(金)、13:30～14:45 | 「就活スタートアップ講座」=就職活動の進め方について初歩から学ぶ講義形式のセミナー(定員10人)                                  |
| 9/29(金)、15:00～17:00 | 「職業適性診断と個別相談」=パソコンを使った簡単な手順で、職業選択に役立つ適職診断を実施。結果をもとに働く準備、就職支援プランをアドバイス(1人20～30分程度) |

■市内職友の会会員募集  
 年齢、性別は不問です。詳細は同会に電話で問い合わせてください。未経験者には指導出来ます。▷内容…全国の寺社仏閣にお納めする「お守り」の作成等 図同会(☎ 31-8298)

■秋の市場一般開放2017  
 ▷とき…10月15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…◎野菜・果実、花き、鶏肉、水産加工品等の即売◎模擬セリ体験◎キノコ汁試食◎満月堂のライブ◎〈うー茶ん〉サンバde体操◎食育コーナー◎親子体験コーナー(花を育てる)◎JA京都やましろによる加工食品の販売等 図(株)京都総合食品センター(☎ 20-2825)

■環境まつり(施設見学ツアー+フリーマーケット)  
 ▷とき…10月15日(日)、午前10時～午後2時半▷ところ…クリーン21長谷山、リサイクルセンター長谷山、エコ・ポート長谷山(城陽市富野)▷内容…次のとおり◎清掃施設見学ツアー(参加者プレゼントあり)◎フリーマーケット◎衣服譲渡(2点で100円)◎衣服リフォーム教室・ガラス教室等(無料)◎チップ化物プレゼント(先着150人)等 図環境まつり事務局(城南衛生管理組合内、☎ 075-631-0772)

10/1～12/31

赤い羽根共同募金運動

集まった募金は、福祉施設の設備充実や福祉関係団体への支援等、地域福祉のために活用されます。皆様のご支援とご協力をお願いします。 図市共同募金会(☎ 22-5650)

市民参画と市民参加のコーナー

図=問い合わせ  
罫=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)  
罫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

審議会の傍聴  
 ■生涯学習審議会  
 ▷とき…10月4日(水)、午後2時～▷ところ…生涯学習センター▷定員…先着5人▷内容…生涯学習の振興に関する事項について 図当日、午後1時半～1時50分に、開催場所受付へ。関連資料は当日、市役所1階行政資料コーナーで縦覧出来ます。 図生涯学習課

生涯学習・催し等  
 ■大久保青少年センター  
 図同センター(☎ 39-9281)  
 <あそびの広場>▷とき…10月14日(土)、午前10時半～正午▷対象…市内在住の小学生～▷内容…将棋▷参加費…無料  
 <ジャグリングを体験しよう>▷とき…10月14日(土)、午後1時～2時半▷対象…市内在住の小学生～▷参加費…無料



市民交流ロビーコンサート

午後のひととき  
～2本のクラリネット&ピアノ～  
トリオ・コンサート

月出演…トリオ ぽこあぼこ  
月とき…10月6日(金)、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… ニュー・シネマ・パラダイス メ  
ドレー/クラリネット・ポルカ 他

圏文化自治振興課文化係

**健康生きがい課の無料講座**  
 国講座名・氏名・住所・電話番号・生年月日・年齢、①食育サポーター講座・②リフレッシュ講座・③骨粗しょう症予防講座で保育希望者は子の名前・年齢を、⑦家族介護者教室は参加希望日(申込番号)を、9月15日(金)～29日(金)(①食育サポーター講座は10月3日(火)まで。⑦家族介護者教室は10月13日(金)まで)(必着)に、郵送・Eメールが同課窓口(☒oubo-kenkou@city. uji. kyoto. jp)へ。

＜①食育サポーター講座・秋編＞健康づくりのための旬の食材を使った料理教室です。この講座は上記の申込方法の他、宇治公民館窓口でも10月2日(月)まで申し込み出来ます。▷とき…10月17日(火)、午前10時15分～午後1時(受け付けは、午前10時～)▷ところ…同館▷対象…20歳以上の市民(3人まで保育あり)▷定員…16人(多数の場合、今年度参加していない人を優先の上、抽選)▷内容…吹き寄せご飯、さんまの香味焼き、にんじんとれんこんのサラダ、わらび餅風▷参加費…無料▷持ち物…米1/2合、エプロン、三角きん、タオル、ふきん、筆記用具

＜②リフレッシュ講座＞体を気持ちよく動かして、疲れた心をリフレッシュさせる工夫を学びます。▷とき…11月8日(水)、午前10時～11時40分▷ところ…うじ安心館▷対象…20～49歳の市民(保育あり)▷定員…20人(多数の場合抽選)

＜③～測ってみよう骨密度～骨粗しょう症予防講座＞骨密度を測定し、運動や食事等による骨粗しょう症予防を学びます。▷とき… 10月30日(月)、午前9時半～正午のうち2時間程度(受付時間は指定)▷ところ…うじ安心館▷対象… 20～64歳の市民(保育あり)▷定員…60人(多数の場合抽選)

＜④骨コツ★ロコモ予防講座＞ロコモティブシンドローム予防のための運動や食事等の生活習慣について学びます(骨密度測定有り)。▷とき…10月30日(月)、午後1時半～4時のうち2時間程度(受付時間は指定)▷ところ…うじ安心館▷対象… 65歳以上の市民▷定員…70人(多数の場合抽選)

＜⑤今から始める 生涯健脚講座＞綺麗な姿勢を意識し、自分で歩く力を維持するための、効果的な運動を学びます。▷とき・ところ…◎10月31日(火)＝木幡公民館◎11月6日(月)＝広野公民館、いずれも午後2時～4時▷対象…65歳以上の市民▷定員

…各20人(多数の場合抽選)

＜⑥食事で変える 高血圧予防講座＞試食体験を通して高血圧と食生活の関係を知り、血圧管理の大切さを学びます。▷とき…11月1日(水)、午後2時～4時▷ところ…うじ安心館▷対象… 65歳以上の市民▷定員…20人(多数の場合抽選)

＜⑦家族介護者教室～介護者リラックス講座～＞介護者自身の健康づくりと介護者同士の交流を図ります。この講座は上記の申込方法の他、電話でも申し込みが出来ます。▷申込番号・とき・ところ…下表のとおり▷対象…家族の介護をしている人(同居・別居は不問)▷定員…各20人(多数の場合抽選)▷内容…こころとからだのほぐし体操、クラフトづくり、ティータイム等

| 申込番号 | とき      | ところ         |
|------|---------|-------------|
| 1    | 11/2 ㊦  | 西小倉地域福祉センター |
| 2    | 11/7 ㊧  | うじ安心館       |
| 3    | 11/15 ㊨ | 西小倉地域福祉センター |
| 4    | 11/17 ㊩ | うじ安心館       |

◎1・2＝13:30～15:00◎3・4＝10:30～12:00

**暴力追放・少年非行防止住民大会**  
 会場へは無料送迎バスを運行します(要予約)。▷とき…10月7日(土)、午前10時半～11時45分▷ところ…文化センター小ホール▷内容…脇久美子さん(京都府警察本部臨床心理士)による講演、宇治警察署管内の情勢報告等 圏総務課

**市政を見る会**  
 市明るい選挙推進協議会では、市議会一般質問の傍聴と選挙啓発映像「わたしたちが主役！～新しいステージ『主権者教育』～」の鑑賞を実施します。▷とき…9月27日(水)、午前9時～正午▷ところ…市役所8階大会議室他▷対象…市内在住の人▷定員…先着20人▷参加費…無料 国9月19日(火)～25日(月)(25日は正午まで)に、選挙管理委員会事務局へ。

**市民素人茶香服大会**  
 個人戦と団体戦があります。▷とき…10月1日(日)、午後6時～(受け付けは午後5時半～)▷ところ…宇治公民館▷参加費…◎個人＝300円◎団体(5人1組)＝1500円 国◎個人＝氏名・電話番号◎団体＝チーム名、参加者全員の氏名、代表者の電話番号を、9月26日(火)までに、ファクスで、宇治市茶業青年会・山本甚太郎さん(FAX21-2241)へ。 圏農林茶業課

**スリランカ料理教室**  
 市内産の食材等を使います。▷とき…10月26日(水)、午前10時～午後2時▷ところ…木幡公民館▷対象…市内在住の人▷定員…先着20人▷内容…スリランカの郷土料理(チキンカレー、魚のコロッケ、にんじんとリンゴのサラダ、イエローライス)の調理(講師:スリランカ友の会の皆さん)、市の農業紹介▷参加費… 500円▷持ち物…エプロン、三角きん、ふきん、筆記具▷保育…2

歳～就学前(1週間前までに要予約。先着4人) 国9月19日(火)から、同館(☎39-9193)へ。 圏農林茶業課

**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、地産地消等、「食」の視点からエコを学びませんか。アレルギー等がある場合は事前に相談してください。▷とき…9月26日(火)、午前10時半～午後2時▷ところ…東宇治コミュニティセンター▷内容…豚肉のロールフライ、かぼちゃのピザトースト他▷定員…先着20人▷講師… NPO法人使い捨て時代を考える会(eco ット宇治事業所会員)、野菜はともだち委員会▷参加費… 500円▷持ち物…エプロン、三角きん、手ふきタオル 国9月19日(火)～9月25日(月)に、環境企画課へ。

**植物公園**  
 展示会・講習会には入園料が必要です。毎週土曜日は市内の小・中学生の入園は無料です。 圏同園(☎39-9387)

＜10月の展示会＞

|                      |                                                                    |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------|
| タペストリー展<br>10/3㉔～11㉕ | 「花と水のタペストリー絵柄公募」に応募された作品を展示します。アイデアあふれる作品の数々が楽しめます。                |
| おもと銘品展<br>10/14㉖・15㉗ | 日本が誇る古典園芸植物の一つおもとについて、銘鑑に記載されている希少品種や実生により生み出された新しい品種等約200点を展示します。 |

＜11月の講習会＞ 国1カ月前から、同園へ。

|                                  |                                 |           |
|----------------------------------|---------------------------------|-----------|
| 庭木の育て方㉘<br>11/4㉙、<br>13:30～15:30 | 庭木の剪定と冬の管理を学び、剪定や寒肥の実習を行います。無料。 | 先着<br>30人 |
|----------------------------------|---------------------------------|-----------|

＜見頃の植物＞◎園内＝パンパスグラス(9月～10月)、ハギ(9月)、フジバカマ(9月)、シオン(9月)◎温室＝アナナス類、洋ラン類、ディコリスンドラ、バナナ(実)(いずれも9月～10月)

**アクトパル宇治**  
 国催し名、代表者の住所・電話番号、参加者全員の氏名・年齢・性別、②いもほり&クッキングは参加希望日を、各申込期間に、郵送・ファクスがホームページの専用フォームで、アクトパル宇治(〒60

1-1392 西笠取辻出川西1、☎075-575-3501、FAX075-575-3511、HPhttp://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)。

＜①アクトパル秋祭り(申込不要)＞当日、JR宇治駅～京阪宇治駅～アクトパル宇治間の無料送迎バスを運行します(JR宇治駅発＝午前9時半、午前10時15分、午前11時30分、午後0時45分。京阪宇治駅は、JR宇治駅発の5分後)。▷とき…10月9日(祝)、午前10時～午後3時(雨天時は、15日(日)に延期)▷内容…笠取小学生による笠取太鼓の演奏、芋掘り、工作、フリーマーケット等

＜②いもほり&クッキング＞サツマイモの収穫体験とアウトドアクッキングをします。▷とき…10月21日(土)・22日(日)、午後1時～4時▷定員…各10組40人程度(抽選)▷参加費… 1組2500円▷持ち物…水筒、軍手▷申込期間…9月15日(金)～30日(土)(消印有効)

＜③畑体験～植え付けから収穫まで～＞玉ねぎ苗・じゃがいもの植え付けと管理・収穫の農業体験をしてみませんか。▷とき… 11月3日(祝)、30年3月17日(土)、4月28日(土)、6月23日(土)、午前10時～正午▷対象…全日参加出来る家族▷定員… 13家族50人程度(抽選)▷参加費…1家族5000円▷持ち物…水筒、軍手、タオル、段ボール等(野菜収穫時持ち帰り用)▷申込期間… 9月15日(金)～10月12日(水)(消印有効)

＜④アウトドアクッキング＞生地からピザを作ります。▷とき… 11月5日(日)、午前10時～午後2時▷定員…40人(抽選)▷参加費…◎高校生以上＝700円◎子ども＝500円(4歳以下は無料)▷申込期間…9月15日(金)～10月12日(水)(消印有効)

**グラウンド・ゴルフ大会**  
 ▷とき…10月14日(土)、午前9時半～午後3時▷定員…先着100人▷参加費…1000円▷持ち物…大会後大浴場を利用する場合は、シャンプーとタオル 国10月7日(土)～13日(金)に、アクトパル宇治(予約専用電話☎075-575-3535(受付時間は午前9時～午後5時))へ。

10月の宇治シネマ劇場

家族はつらいよ 2



©2017「家族はつらいよ2」製作委員会

圏文化センター(☎39-9333)

さあ、前代未聞の大騒動へ！  
その悲劇も、きっと明日は喜劇になる！  
山田洋次監督作品

▷とき…10月14日(土)、①午前10時半(開場は午前10時)②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  
▷入場料…◎前売券＝800円◎当日券＝1000円

**チケットは下記プレイガイドで発売中**  
文化センター、市観光センター、市観光案内所(JR宇治駅前・近鉄大久保駅構内)、市内各コミュニティセンター、アル・プラザ宇治東、ケイ・ネット平和堂京田辺店  
※文化センターホームページ(HPhttp://ujibunka.or.jp/)からも購入出来ます。



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)



市公式Facebook  
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。  
※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

## 保健・無料相談

### ■閉庁時に国保保険料の納付受付と相談窓口を開設

▷とき…◎休日＝9月24日(日)、午前9時半～午後0時半◎夜間＝9月28日(木)、午後6時～8時 図国民健康保険課

### ■就労相談

▷とき…10月2日(月)・16日(月)、午前9時～11時半▷ところ…市役所1階市民交流ロビー 図京都ジョブパーク(☎075-682-8915)、地域若者サポートステーション京都南(☎54-5380)

### ■不動産無料相談会

▷とき…10月2日(月)、午前10時～午後4時▷ところ…山城広域振興局▷内容…不動産鑑定士による土地の評価・賃料・権利関係・有効利用等の相談 図9月28日(木)までに、電話で、(公)社京都府不動産鑑定士協会(☎075-211-7662)へ。

### ■人権相談

▷とき…10月5日(木)、午前10時～午後3時▷ところ…市役所5階501会議室 図人権啓発課

### ■出張がん個別相談会

保健師または看護師に、がんに関わる相談が出来ます。相談日の前日の午後4時までに府がん総合相談支援センター(京都市南区)に申し込んでください。また、同センターでは、平日の午前9時～正午・午後1時～4時に相談が出来ます。▷とき…10月10日(火)、午後1時～3時半▷ところ…山城北保健所 図同センター(☎0120-078-394)

### ■青少年相談

▷とき…10月17日(火)、午後1時～4時▷ところ…更生保護サポートセンター(宇治琵琶) 図同センター(☎23-2335)

### ■税理士による税務相談センターの開設

▷とき…10月17日(火)、午後1時半～4時半▷ところ…市役所2階201会議室▷対象…税理士または税理士法人が関与していない納税者。税目は不問。▷定員…先着6人(1人30分、予約制) 図近畿税理士会宇治支部事務局(☎64-6650)へ。

### ■高齢者等法律相談

▷とき…10月26日(木)、午後2時～4時半▷ところ…東宇治地域福祉センター▷定員…先着5人(1人25分) 図9月19日(火)から、福祉サービス公社(☎28-3150)へ。

10月16日～22日は、「行政相談週間」行政相談委員による国や特殊法人等に関する相談・苦情等の受け付けを、毎月第3木曜日(午後1時～4時)に行っています。10月は、「一日行政相談」を開催します。  
❖とき…10月19日(木)、午前10時～午後4時  
❖ところ…市役所5階501会議室 図文化自治振興課市民相談係

## 募集

### ■市立小中学校で勤務する講師の登録

必要免許・勤務時期・勤務内容・登録方法等、詳細は教育総務課へ問い合わせてください。 図同課

### ■育成学級指導員(非常勤職員)

▷内容…放課後の児童の遊びや生活の指導及び育成学級の運営全般▷資格…高校卒業程度以上▷報酬(月額)…16万3400円(他手当あり)▷募集人数…若干名▷試験日…履歴書提出時に日程調整 図履歴書(A4サイズ、要写真)を、本人がこども福祉課窓口へ。アルバイトの募集も行っています。

### ■福祉サービス公社臨時職員

▷職種・内容…①デイサービス補助員＝デイサービス利用者の送迎車運転等②契約ホームヘルパー＝利用者宅を訪問しての生活援助や身体介護▷資格等…①普通自動車運転免許を有する70歳未満の人②介護職員初任者研修を終了している65歳未満の人▷給与(時給。いずれも他手当あり)…①835円(別途運転手当あり)②1100円～1500円(経験による加算あり)▷採用人数…①3人②若干名▷試験日・採用日…随時▷勤務地…①西小倉・東宇治事業所②西小倉・東宇治・広野事業所 図履歴書に資格証の写しを添え、郵送か同公社窓口(〒611-

0021 宇治琵琶 1-3、☎28-3150)へ。

## お知らせ

### ■地域子育て支援基幹センター

図同センター(☎39-9109)

#### ◎でまえひろば(9:30～12:00)

|        |               |                |
|--------|---------------|----------------|
| 9/21 ㊦ | 木幡地域福祉センター    | 就学前の子と親でおもちゃ遊び |
| 9/28 ㊦ | 榎島コミュニティセンター※ |                |

※11:00～12:30、「健康講座『小児科の先生のおはなし～家庭でできる小児救急～』」を実施

#### ◎乳幼児相談(受付9:50～11:00)

|        |               |                          |
|--------|---------------|--------------------------|
| 9/27 ㊦ | 西部地域子育て支援センター | 保健師・栄養士による相談・計測・「お話しタイム」 |
|--------|---------------|--------------------------|

#### ◎園庭開放(10:00～11:30)

|        |         |          |
|--------|---------|----------|
| 9/16 ㊥ | 登りこども園  | 雨天児童館    |
| 9/19 ㊥ | 同胞保育園   | 雨天室内     |
| 9/19 ㊥ | なかよし保育園 | 雨天支援センター |

その他のひろばは、「宇治子育て情報誌」をご覧ください。

### ■ファミリー・サポート・センター援助会員募集

子どもを預かること等が出来る人(援助会員)を募集しています。事前に会員登録(無料)の上、次の講習会を受講してください(他、普通救命講習の受講も必要)。▷とき…10月5日(木)、午前9時半～午後4時半▷ところ…ゆめりあうじ▷対象…市内在住の18歳以上の人▷参加費…無料 図9月15日(金)～10月3日(火)に同センター(☎39-9309)へ。

議会生中継及び録画中継  
9月定例会の様子を配信  
本会議や常任委員会の中継配信を行っています。なお、9月定例会は9月19日(火)から開催します。  
市議会ホームページ(<http://www.city.uji.kyoto.jp/gikai/>)をご覧ください。  
図議会事務局

### ■全国幼稚園ウィーク in うじ

「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」をテーマにした作品や幼稚園児の活動写真を展示します。▷とき…9月25日(月)～29日(金)▷ところ…市役所1階ギャラリーコーナー 図学校教育課また

集合住宅等の水道使用に関する届出 図営業課

マンション・アパート等の集合住宅やテナントビルなど、1建築物に1個の市水道メーターを設置して、複数の入居者が水道を使用する場合には、料金の支払いや水道の管理をする人(家主・管理人・管理会社等)を総代人として「総代人選定(変更)届」で市に届ける必要があります。総代人を変更する場合も届出が必要です。

【総代人の人は……】  
集合住宅等の場合は、水道使用開始時や、入居世帯数に変更があった時に、「共有(専用)給水装置使用世帯異動届」を提出する必要があります。この届出がないと世帯数に応じた水道料金の計算が出来ません。なお、この届出内容は次回検針分からの適用となります。

【集合住宅等に住んでいる人は……】  
水道料金の支払いや使用開始・中止の手続きについては、家主や管理会社に確認してください。なお、府営・市営住宅や一部の集合住宅については各戸別に給水契約をしている場合もあります。

は各市立幼稚園

### ■商工観光課

図同課

＜会社説明会＞参加企業や職種等、詳しくは市ホームページで確認出来ます。▷とき…9月21日(木)、午後2時15分～4時15分▷ところ…産業会館▷対象…市内の企業に就職を希望する人

＜地域クラウド交流会＞市内の起業家がプレゼンターとして、自身の事業をPRする同交流会を開催します。当日、応援したい起業家に投票しませんか。また、参加者同士が交流することで、ビジネスマッチングやビジネスパートナー発見の場としても利用出来ます。詳細は市ホームページから確認出来ます。▷とき…10月18日(水)、午後6時～▷ところ…生涯学習センター▷参加費…1000円

### ■子ども手づくり文化祭

▷とき…9月23日(祝)、午前10時～午後3時半▷ところ…中央公民館▷内容…◎展示＝子どもたちの夏休みの工作(約400作品)◎クラフト＝3種類の手づくり作品にチャレンジ◎お茶席＝子どもによるお点前。当日、会場で茶席券を配布(180席限定)。子どものみ参加可、大人は見学のみ。▷参加費…無料 図文化自治振興課文化係

### ■29年度市奨学生を募集

▷対象…次の全ての要件を満たす人(所得制限あり)◎保護者が市内に居住している◎学資の支出が困難である◎他の奨学金を受けていない▷貸与月額…◎高等学校＝国公立6600円、私立1万3500円◎大学＝国公立2万1000円、私立3万円◎高等専門学校＝1～3学年6600円、4・5学年1万2000円 図所定の申請書に在学証明書等を添え、10月2日(月)～20日(金)に、こども福祉課へ。

### ■公共下水道の処理区域が拡大

8月25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＝菟道車田◎洛南処理区＝榎島町一ノ坪・石橋・北内・幡貴。公共下水道が使える地域の人は、出来る限り早く接続工事をしてください。 図下水道管理課

個人番号(マイナンバー)カードの交付通知書(ハガキ)をお持ちの人へ。交付手続きはお早めに。 図市民課



# 歴史

宇治史探検 ⑨⑩

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)

## 思い出の一枚 お待ちしております

当館の展示室へと続くロビーから、時々大きな話し声が聞こえてきます。顔も名前も知らない人のスナップ写真「思い出の一枚」に足を止め、たまたま隣に居合わせた、見ず知らずの人同士が「あの頃はみんなこうでしたなあ。」「そうですねあ。」などと会話を弾ませることがあります。

そこは、それぞれの人生を歩んできた人たちのアルバムの切れ端が、ランダムに年代順に壁面に張りつけてあるにすぎない場所です。でも画像に残る一瞬は、若かりし自分の姿や、親しかった身近な人の事などをついつ

い思い起こします。  
宇治の市民文化は全ての住民により支えられ、明日へと繋がられています。当館の実施している「思い出の一枚」は住民一人一人の大切な記憶を歴史資料として保存し活用しています。こんな取組に、より多くの人の参加をお待ちしています。



▲思い出が交錯する当館のロビー

# 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)

### 『ききりんご紀行』

谷村志穂 著 / 集英社



りんごの産地を巡る旅をした著者が、りんごを毎日食べ続け、食べ比べ、りんごのおいしさとそれを作った人たちの物語を紹介しています。「おいしいりんごの見分け方」「正しい保存方法」など近年の研究成果やりんごを使ったレシピなどが写真入りで掲載されています。読みながら、自然にりんごの知識が身に付き、りんごがますます好きになる一冊です。

### 『だるまちゃんと楽しむ 日本の子どものあそび読本』

加古里子 著 / 福音館書店



草笛やどんぐりのコマ、石蹴り、あやとりなど、長く親しまれてきた日本の遊びを、沢山のイラストで解説した本です。草花や木の実を使って自然と親しむものから、小さな工作、屋外でみんなで遊べるゲームまで、子どもたちが創意工夫を重ねてきた伝承遊びを、絵本「だるまちゃん」シリーズでお馴染みのだるまちゃんが紹介してくれます。素朴ですが、誰もが楽しめます。

# 消防

安全安心なまちづくりへの対応

消防本部からお願い 問警防救急課(☎ 39-9404)

## 「消火栓」や「防火水槽」の付近は駐車禁止！

火災現場で消防車が消火に使用する水は、道路上や歩道脇、公園等に設けられた「消火栓」や「防火水槽」を利用しています。しかし、道路上に違法に駐車された車両により、使えなくなり消防隊の活動に支障を来すことがあります。

「消火栓」「防火水槽」付近に駐車することは法律でも禁止

されています。絶対に駐車しないでください。



# 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。問ごみ減量推進課

## エコエコグラタン 【京都文教短期大学と共同考案】

| ◆材料(4人前)    | <1人前 361kcal> |         |       |
|-------------|---------------|---------|-------|
| ベーコン        | 50g           | 薄口しょうゆ  | 10g   |
| さつまいも(皮ごと)  | 110g          | とろけるチーズ | 80g   |
| 生しいたけ(軸も含む) | 40g           | 無塩バター   | 40g   |
| ごぼう(皮ごと)    | 50g           | 薄力粉     | 40g   |
| ブロッコリー      | 80g           | 牛乳      | 400cc |
| サラダ油        | 3g            | 塩       | 2g    |

### ◆作り方

- ① ベーコンは1cm幅、さつまいもとしいたけはさいの目切り、ごぼうはさがきにする。ブロッコリーの房は一口大、茎はさいの目切りにする。
- ② さつまいも、ブロッコリー、ごぼうを下茹でする。
- ③ フライパンにバターを溶かし、薄力粉を加えて炒め、一旦火から離す。その後一気に牛乳と塩を加え、泡だて器でよく混ぜる。
- ④ ③のだまがなくなったら中火にかけ、とろみがつくまで炒める。
- ⑤ 別のフライパンに油を熱し、ベーコン、ごぼう、しいたけを炒め、薄口しょうゆを加えた後、さつまいもとブロッコリーも加え炒める。
- ⑥ ④を⑤に加えて耐熱皿に分け、チーズを乗せて250℃のオーブンで7～8分焼く。



▲野菜を茎や皮ごと使って、ごみを減量しています。(ごみ削減割合=78% ※通常調理時と比較)

# 健康

笑顔で健やか宇治のまち

健康づくりや食育に役立つ情報をお届けします。 問健康生きがい課

## 生活習慣病シリーズ ⑤

## 糖尿病にまつわるウソ？ホント？(運動編)

### <糖尿病 O×クイズ>

- Q1. ウォーキングは食事の前にする方が糖尿病予防に効果的？
- Q2. 筋トレは糖尿病予防に効果的？
- Q3. 運動した後の水分補給は、アルコール飲料でも良い？
- Q4. 30歳を過ぎてお腹まわりが大きくなってきた…。糖尿病予防は必要？



### <答え>

- A 1: × 糖尿病の予防や治療に効果的な運動時間は、食後の1～2時間までに行うと食後の高血糖が改善するといわれています。また、運動は生活の中で取り入れやすい時間であればいつ行っても良いですが、空腹時の運動は脱水や体調不良をまねく恐れがあるので注意が必要です。
- A 2: ○ スクワットやももあげ、腹筋などの筋力トレーニングで筋力や筋肉量が増すことで、血糖値を下げるホルモン(インスリン)の働き具合が改善することが分かっています。ウォーキングやサイクリングなどの有酸素運動と併用するのが理想ですが、どちらかだけでも糖尿病予防に効果があります。
- A 3: × アルコール飲料には利尿作用があり、水分が飲んだ以上に尿として体から排泄されます。そのため、水分補給はお茶かお水がお勧めです。糖尿病の人で高血糖による多尿の症状がある場合は、脱水症状になることがありますので特に注意が必要です。
- A 4: ○ 内臓脂肪はインスリンの働きを低下させるため、糖尿病になる可能性を高めます。糖尿病の患者さんが一番多いのは60～70歳代ですが、40歳を過ぎる頃から患者数は増加してきます。糖尿病を発症しないための早めの対策と、早期発見のために毎年健診を受けることが大切です。