

◆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。



7.15

平成 29 年
(2017)
第 1772 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>

放置自転車をなくし、 暮らしやすい安全なまちへ

自転車は健康に良く、環境にも優しい乗り物として、気軽に利用出来ます。しかし、利用者のマナー次第では社会の迷惑となり、危険な障害物にもなります。市では、「市自転車の駐車秩序の確立に関する条例」に基づき、放置自転車対策として市内各鉄道駅周辺を自転車放置禁止区域に指定し、定期的に放置自転車の撤去を行っています。放置自転車のない安全なまちづくりに協力してください。 図 交通政策課 (☎ 20-8727)

★自転車を放置すると

放置自転車は、車両通行の妨げや交通事故の原因になるだけでなく、特に歩道では、視覚障害者や車いす利用者にとって、非常に危険な障害物となります。また、救急車などの緊急車両の活動を妨害することにもなり、人命にかかわる場合もあります。

★駐輪場の利用を

自転車放置禁止区域に放置されている自転車は、警告のシールを貼り、撤去しています。28 年度は、530 台を撤去しました。通勤・通学などで自転車を利用する際は、市内各駅周辺の駐輪場を利用してください。駐輪場の場所がわからない場合は、同課へ問い合わせてください。

▶自転車放置禁止区域には看板が立っています。



▲歩道に放置された自転車が、通行者の妨げになります。

★撤去後

撤去した自転車は五ヶ庄保管場所に移送します。また、自転車の防犯登録番号から判明した所有者には、はがきで通知を行い返還しています。なお、撤去後 6 カ月間引き取りがない自転車は処分します。

◇返還日時…月・水・土・日曜日、午後 2 時～7 時

◇返還 (保管) 場所…五ヶ庄保管場所 (五ヶ庄西川原 30-37、☎ 32-9950)

◇持ち物…◎本人確認が出来るもの (運転免許証・健康保険証・マイナンバー (個人番号) カード・学生証等) ◎自転車の鍵、保証書等の自転車を特定出来るもの ◎2000 円 (撤去及び保管費用)



▲自転車保管場所周辺の位置図

★盗難に遭わないために

盗難にあった自転車が乗り捨てられ、放置自転車につながるケースがあります。盗難に遭わないためにも、駐輪する際は 1 カ所ではなく、前後の 2 カ所に鍵をかけましょう。

～自転車の交通ルール～

免許所持の必要がなく、普段何げなく乗る自転車。そんな自転車の意外と知られていない交通ルールの一部を紹介します。

🚲 自転車は車道が原則、歩道は例外

自転車はあくまでも軽車両です。車道を走るのが原則です。

※ 13 歳未満、70 歳以上、身体の不自由な人は歩道の走行が可能です。ただし、歩行者優先です。

🚲 車道の左側を通行

🚲 「自転車歩道通行可」の標識があるところでは、車道寄り部分を徐行する

🚲 13 歳未満はヘルメットを着用

🚲 夜間はライトを点灯

🚲 信号無視禁止

🚲 飲酒運転禁止

🚲 2 人乗り運転禁止

🚲 2 台以上の並走禁止

🚲 「止まれ」の標識があるところは、必ず一時停止

🚲 傘差し運転禁止 (固定器具も禁止)

🚲 スマホ等を操作しての運転禁止

🚲 自転車に乗っての犬の散歩は禁止

このような違反行為で摘発された場合、罰則 (懲役、罰金、科料) が科せられます。また、違反行為を 3 年間のうち 2 回以上摘発された自転車利用者は、自転車運転者講習の受講が義務付けられています。

交通ルールを守り、安全に快適に自転車に乗りましょう。

府の条例改正により、30 年 4 月 1 日から自転車を利用する全ての人に対し、**自転車保険**の加入が義務化されます。自転車保険に未加入の人は、この機会に加入しましょう。



▲昨年度のポスター優秀作品(児童・生徒の部)

◆内容…明るい選挙を推進することを表すポスターで、使用する啓発標語は「明るい選挙」に限らず、自由に考えてください。

◆応募資格…次のとおり

- ◎児童・生徒の部…市内の小・中学校、高等学校の児童・生徒
- ◎一般の部…市内在住の人(家族、友人、グループ、職場等での合作も可)

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

ポスター

◆応募方法…9月8日(金)まで(必着)に、次の方法で、選挙管理委員会事務局へ。

◆内容…明るい選挙を推進することを表す標語(おおむね20字以内)

◆応募資格…次のとおり

- ◎児童・生徒の部…市内の小・中学校、高等学校の児童・生徒
- ◎一般の部…市内在住の人

◎児童・生徒の部…作品の裏面右下に、氏名(ふりがな)・住所・年齢を記入。合作の場合は、区分(家族、友人、グループ、職場名等)・全員の氏名(ふりがな)・住所・年齢を書き、代表者に二重丸をして、同事務局窓口へ。

標語

◆応募方法…9月8日(金)まで(必着)に、次の方法で、同事務局へ。

明るい選挙

啓発ポスター・標語の募集

良い政治が行われるには、選挙が明るく正しく行われなければなりません。そのために、明るい選挙を推進する上で役立つ、ポスター・標語を募集します。詳しくは、市ホームページに掲載の募集要項を確認してください。応募作品はいずれも1人1点までで、自作のものに限ります。展示・啓発資材等に使用します。なお、使用に際し、応募者の氏名(合作は代表者名)・学校名・学年を公表します。

問選挙管理委員会事務局(☎20-8798)

要介護・要支援・事業対象者の認定を受けた人へ

介護保険負担割合証を7月中旬に送付します

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

問介護保険課(☎20-8731)

平和★夏ひゅうまんフェスタ

問人権啓発課(☎20-8725) 総務課(☎20-8700)

映画上映会その他、平和訪問団員の平和学習報告、「平和の絵」展、戦争遺品展「戦時下の暮らし」、人権啓発パネル展、人権擁護委員会による啓発物品の配布や障害者福祉施設の模擬店なども行います。

映画上映など(文化センター大ホール)

とき 8月23日(水)、午前9時～午後5時

入場整理券は8月4日(金)、午前9時から配布

午前の部

- 午前10時～(開場は午前9時半)
- ◆小・中学生の平和訪問団員による平和学習成果の報告(手話・要約筆記あり)
- ◆映画上映「SING(シング)」(日本語吹替え・字幕あり)

午後の部

- 午後2時～(開場は午後1時半)
- ◆戦争体験アーカイブ第一巻「忘れられないあの光景」(字幕なし)
- ◆映画上映「SING(シング)」(日本語吹替え・字幕あり)



※定員は各1300人
※各部とも入場整理券が必要です。整理券は8月4日(金)、午前9時から、人権啓発課、総務課、男女共同参画支援センター(ゆめりあうじ)、コミュニティワークうじ館・同こはた館、各公民館、大久保青少年センターで配布します(先着順で1人4枚まで。無くなり次第終了)。
※手話・要約筆記の申し込みは8月14日(月)までに人権啓発課へ。

入場自由(整理券不要)の催し



戦争遺品展「戦時下の暮らし」

- ◆とき…7月15日(土)～9月10日(日)(月曜日・祝日は休館)
- ◆ところ…歴史資料館
- ◆内容…市平和都市推進協議会に寄贈された戦争遺品を含む、子ども向け雑誌や軍服等の戦争関連資料を展示し、戦時下の暮らしを振り返ります。



平和のお話会

- ◆とき…8月23日(水)、午後1時～1時20分
- ◆ところ…中央図書館
- ◆内容…平和の大切さや命の尊さをテーマにした絵本の読み語りをします。
- ◆対象…幼児～小学校低学年



「平和の絵」展

- ◆とき・ところ…次のとおり
- ◎8月1日(火)～22日(火)＝市役所1階市民交流ロビー
- ◎8月23日(水)、午前9時～午後4時＝中央公民館
- ◆内容…市内小・中学生を対象に募集した「平和の絵」の展示を行います。

文化センター大ホール、中央公民館、歴史資料館、中央図書館の各会場にスタンプを設置し、平和☆ひゅうまんスタンプラリーを実施します。

緑のカーテン・緑の棚 コンテスト作品募集

応募者全員に、参加賞があります。ぜひ、応募してください。

※募集部門：◎一般部門

◎個人の住居◎事業所部

門◎学校などの公共施設

会社、工場、店舗

※店舗兼住宅で、居住部

分が半分以上を占める場

合は、一般部門とします。

※応募資格：◎個人・団

体、自薦・他薦は問わな

いが、他薦の場合は管理

者の了承があるもの◎つ

る性植物を使った緑のカ

ーテンや緑の棚。例えば、

ゴーヤの緑のカーテンや

藤棚、ひょうたん棚など

で、太陽光を遮ること

緑陰を作り、地球温暖化

防止の効果が期待出来る

もの。

応募方法

7月18日(火)～8月1日(火)(消印有効)に次の方法で応募してください。

◎Eメール◎所定の用紙

に、画像を5枚添付し、

環境企画課(☒kankyou

kikakuka@city.uji.kyo

to.jp)へ(画像サイズが

合計15メガバイトを超え

※使用するつる性植物の種類

の指定はありません。

※審査方法：◎1次審査

(8月5日(土)～13日(日))

◎写真及び書類選考◎2

次審査(8月中旬予定)

◎審査員による現地審査

※表彰式：9月20日(水)、

市役所にて表彰します

(市長賞・公園公社理事

長賞など)。

る場合は、複数回に分けて送信してください。

◎郵送◎所定の用紙に、

写真を5枚添え、同課

(〒611-8501宇

治琵琶33)へ。所定の用

紙は、植物公園にもある

他、市ホームページから

印刷も出来ます。

なお、応募には建物の

全景を含めた、作品の全

体写真を必ず1枚含めて

ください。

提出書類は市及び公園

公社が審査・展示などに

使用し、原則、返却しません。詳しくは同課へ。



市内の学校でも取り組んでいます。

問環境企画課
(☎ 20-8726)

関西夏のCOOL CHOICE

省エネ・低炭素型の製品・サービス・行動などを選択し、地球温暖化防止に努めましょう。

❖取り組み例…次のとおり

- ◎エアコンなどを買い換えるなら省エネ家電を選ぶ
- ◎公共交通機関を利用する
- ◎軽装で過ごす
- ◎使用していない機器の電源はOFFにする

～みんなで出かけクールシェア～

クールシェアは、夏の昼間に家族全員で「クールスポット」などに外出し、家庭での電力消費を削減する取り組みです。公共交通機関を利用して、公共施設やレジャー施設などへ出かけてみませんか。

家族で利用出来る公共施設、夏期期間中のイベントなどは市ホームページ(右記QRコード)や府ホームページ(<http://www.pref.kyoto.jp/>)で確認出来ます。



問環境企画課(☎ 20-8726)

夏休みは図書館へ

青少年読書感想文全国コンクール課題図書

図書館では、青少年読書感想文全国コンクール課題図書に指定されている本を始め、小・中学生、高校生の皆さんに、夏休みを利用して読んでもらいたい本を用意しています。 問中央図書館(☎39-9256)

小学校低学年(1・2年)

『ばあばは、だいじょうぶ』

楠章子 作/いしいつとむ 絵/童心社

つばさは、ばあばが大好きです。逆上がりが出来なくても、計算問題が解けなくても、「つばさは、だいじょうぶだよ」と言ってくれます。そんなばあばが、「わすれてしまう」病気になるってしまい、つばさは、受け入れることが出来ません。ある日、ばあばがいなくなり……感動に包まれる絵本です。



その他の課題図書

『なにがあってもずっといっしょ』/ くさのたき 作 / つじむらあゆこ 絵 / 金の星社
『アランの歯はでっかいぞこわーいぞ』/ ジャーヴィス 作 / 青山南 訳 / BL 出版
『すばこ』/ キム・ファン 文 / イ・スンウォン 絵 / ほるぷ出版

小学校高学年(5・6年)

『霧のなかの白い犬』

アン・ブース 著 / 杉田七重 訳 / 橋賢亀 絵 / あかね書房

小さい頃から犬が大好きだったジェシー。真っ白いシェパードの子犬、スノーウィがやってきて大喜び。けれど、スノーウィを飼うことになった理由には、謎に包まれた祖母の過去が関係していました。ジェシーの悩みと戦争の歴史が交差する、深い悲しみと寛容を描いた物語です。



その他の課題図書

『チキン!』/ いとうみく 作 / こがしわかおり 絵 / 文研出版
『ぼくたちのリアル』/ 戸森しるこ 著 / 佐藤真紀子 絵 / 講談社
『転んでも、大丈夫』/ 臼井二美男 著 / ポプラ社

小学校中学年(3・4年)

『耳の聞こえないメジャーリーガー ウィリアム・ホイ』

ナンシー・チャーニン 文 / ジェズ・ツヤ 絵 / 斉藤洋 訳 / 光村教育図書

「ストライク」や「セーフ」などの審判のジェスチャー、チーム内のサインを考案し、観客を熱狂させた、聴覚障がいを持つ選手、ウィリアム・ホイの活躍を描いた楽しい伝記です。



その他の課題図書

『くろねこのどん』/ 岡野かおる子 作 / 上路ナオ子 絵 / 理論社
『空にむかってともだち宣言』/ 茂木ちあき 作 / ゆーちみえこ 絵 / 国土社
『干したから…』/ 森枝卓士 写真・文 / フレーベル館

< 中学生 >

『円周率の謎を追う』/ 鳴海風 作 / 伊野孝行 画 / くもん出版
『ホイッパーウィル川の伝説』/ キャシー・アッペルト 著 / アリスン・マギー 著 / 吉井知代子 訳 / あすなろ書房
『月はぼくらの宇宙港』/ 佐伯和人 作 / 新日本出版社

< 高校生 >

『フラダン』/ 古内一絵 作 / 小峰書店
『ストロベリーライフ』/ 荻原浩 著 / 毎日新聞出版
『犬が来る病院』/ 大塚敦子 著 / KADOKAWA

高校生の「ストロベリーライフ」は、課題図書選定前から予約多数のため、貸出期間は通常通りの3週間とします。

植物公園の催し等

園植物公園 (☎ 39-9387)

7 月 19 日(水)～ 8 月 31 日(木)は小・中学生入園無料期間です。

たそがれサマーコンサート&中学校吹奏楽演奏

夏季のたそがれ時に中学生の吹奏楽演奏、音楽愛好団体による歌・演奏・ダンスなどを楽しみませんか。

◆とき…次のとおり

○たそがれサマーコンサート＝ 8 月 5 日(土)・6 日(日)、午後 6 時～ 9 時半(入園は午後 9 時まで)

○中学校吹奏楽演奏＝ 8 月 5 日(土)、午後 1 時～ 3 時半(予定)

◆ところ…次のとおり

○たそがれサマーコンサート＝花の広場水上ステージ(雨天時は緑の館展示会場特設ステージ)

○中学校吹奏楽演奏＝緑の館展示会場特設ステージ



うちわ無料配布

各日、午前 9 時から、先着 500 人の入場者(小学生以上)に配布します。

高校生と一緒に遊ぼう～りつうじ子ども植物園～

立命館宇治高等学校の生徒が園内で植物の楽しさや面白さを伝えます。

◆とき…7 月 25 日(火)、午前 10 時～ 11 時半

※ 30 分～ 60 分程度。当日随時受け付けます。

※定員に達した場合は、上記時間内でも受け付けを終了します。

◆対象…4 歳～小学生(保護者要同伴)

◆定員…先着 30 人

◆内容…藍の生葉たたき染め

◆参加費…無料

「花と緑の絵画」作品展の作品を募集

◆応募資格…3 歳～中学生

◆規定…次のとおり

○テーマ＝植物公園内に咲く花・木や鉢植え植物や同園内の緑のある風景(他の施設で描かれた作品は対象外になります)

○大きさ＝四つ切り(542 mm × 382 mm)画用紙(学校などで使用している画用紙の大きさが異なる場合は要事前問合わせ)

○材料・技法＝自由(ただし工作ではなく、絵画であること)

○出展数＝ 1 人 1 点(ただし未発表の作品であること)

◆応募方法…作品裏面に、必要事項を書いた応募票を貼り、7 月 15 日(土)～ 12 月 15 日(金)(消印有効)に、郵送か同園窓口(〒 611-0031 広野町八軒屋谷 25-1)へ。

※展示作品は後日返却します。

作品展示

◆展示期間… 30 年 2 月 14 日(水)～ 2 月 25 日(日)

※全作品を展示

※氏名、学校名、学年、題名を表記

◆展示場所…同園緑の館



アクトパル宇治 ちびっこキャンプ

子どもだけでのテント宿泊やアウトドアクッキング、記念品作りを体験してみませんか。

♠とき…8 月 19 日(土)、午後 1 時～ 20 日(日)、午後 2 時(1 泊 2 日)

♠対象…小学生

♠定員…40 人(抽選)

♠参加費…3000 円(京阪宇治駅とアクトパル宇治間の送迎を利用する場合は別途要送迎代 1200 円)

♠持ち物…水筒、軍手、着替え

♠申し込み…催し名、参加者全員

の氏名・年齢・性別・送迎(要・不要)、保護者の氏名・住所・電話番号(緊急連絡先)を、7 月 28 日(金)(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、FAX 075-575-3511、HP <http://www.actpal-uji.com>)へ。当選者のみ通知(当落に関わらず通知を希望する場合は、往復はがきで申し込みが必要)。

園アクトパル宇治 (☎ 075-575-3501)

消費生活親子教室の参加者募集

“生活を楽しくしてくれるお菓子”の製造過程において、消費者の安全・安心を守るため、企業がどのように工夫して製造をしているのかを見学することが出来ます。

◆とき…8 月 23 日(水)、午後 0 時 20 分～ 5 時

◆ところ…明治なるほどファクトリー大阪(大阪府高槻市。宇治市役所集合・解散)

◆内容…お菓子が作られる様子等の工場見学

◆対象…小・中学生とその保護者

◆定員…先着 30 人(15 組程度)

◆参加費…無料

◆申し込み…7 月 18 日(火)から、電話で、文化自治振興課市民相談係へ。



園文化自治振興課市民相談係 (☎ 20-8713)

企画展

源氏ワンダーランド関連事業

9 月 10 日(日)まで開催の企画展「源氏ワンダーランドー貴族のジョーシキ！？ー」に伴い、関連事業を行います。なお、8 月 14 日(月)は開館します。

源氏探検

休館日を利用した感性を刺激するミュージアム体験です。観覧料は不要です。

◆とき…8 月 7 日(月)・21 日(月)、◎午前 10 時～◎午後 1 時半～(45 分程度)

◆対象…小学 4 年生まで(幼児は保護者要同伴)

◆定員…各先着 10 人

◆申し込み…7 月 16 日(日)から、電話で、同ミュージアムへ。

もう少し聞かせて！(ギャラリートーク)

企画展担当者が展示作品の解説をします。観覧料が必要です。

◆とき…8 月 12 日(土)、◎午前 10 時半～◎午後 1 時半～(30 分程度)

◆対象…概ね小学 5 年生～

ワークショップ 点でナゾる！

絵画などのコピーの輪郭にそって穴をあけ、モノの見え方を意識します。情報ゾーン(無料)で行います。

◆とき… 8 月 6 日(日)・13 日(日) 14 日(月)・20 日(日)、午前 9 時半～午後 4 時(途中入退場可)

◆対象…幼児～(幼児は保護者要同伴)

園源氏物語ミュージアム (☎39-9300)

市民文化芸術祭参加事業

市民いけばな展 作品募集

10 月 21 日(土)・22 日(日)に開催する、市民いけばな展に、作品を出してみませんか。

♣とき…午前 10 時～午後 5 時(22 日は、午後 4 時まで)

♣ところ…宇治公民館

♣対象…市内在住・在勤・在学の人

♣参加費… 1 瓶 2000 円(お茶券代含む)

♣申し込み…参加費を添え、7 月 18 日～8 月 10 日の火～金曜日、午前 10 時～正午に、市芸術文化協会事務局窓口(文化センター内)へ。



園市芸術文化協会 (☎ 22-6070)

市民参画と市民参加のコーナー

問＝問い合わせ
囲＝申し込み(Eメールで申し込む場合は、件名に催し(講座等)名を入力してください)
囲の書いていないものは直接会場へお越しください。
※電話は番号をよく確かめておかけください。



▲チャチャ王国のおうじさま

生涯学習・催し等

■生涯学習センター

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

＜おやこっころんど＞▷とき…8月4日(金)、午前10時～11時半▷対象…乳幼児と保護者▷内容…リズム遊び、大型絵本、パラバルーン、体操等▷参加費…無料

＜Uji★手づくり市出展者募集＞▷とき…9月9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、8月9日(木)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。

■夏休み子ども理科教室

▷とき・対象・内容…下表のとおり▷ところ…宇治公民館▷講師…島宗宏さん(市立中学校教諭)▷定員…各先着20人▷参加費…100円▷持ち物…水筒、筆記用具 囲7月18日(火)から、同館(☎ 39-9272)へ。

とき	対象	内容
8/9(金)	市内在住の小・学校低学年	物質にふれよう
8/10(土)	市内在住の小・学校高学年	科学のふしぎ

※時間は、午前10時～正午

■夏休み親子木工教室

「のび～る本立て」を作ります。▷とき…8月3日(木)・4日(金)、午後1時～4時▷ところ…中央公民館▷対象…市内在住の小・中学生と保護者▷定員…各先着20組▷講師…木工指導集団「WOODY

MATE UJI」の皆さん▷参加費…500円▷持ち物…タオル、飲み物、筆記用具 囲希望日、氏名・住所・電話番号と子の名前・学年を7月18日(火)、午前9時から、同館(☎ 39-9258)へ。

■生涯学習課

問同課

＜ニュースポーツひろば＞▷とき・ところ…下表のとおり▷内容…ショートテニス、ファミリーバドミントン、ラージボール卓球等▷参加費…無料▷持ち物…運動の出来る服装、上履き▷保育(あさのひろばのみ)…就学前まで(希望者は、開催日の8日前までに、同課へ)

	とき	ところ
あさのひろば	8/26(土)、10:00～12:00	西宇治体育館
よるのひろば	8/18(金)、19:30～21:00	黄檗体育館

＜屋外ニュースポーツひろば＞▷とき・ところ…◎8月1日(火)・8日(火)・24日(木)=西宇治中学校◎8月3日(木)・22日(火)=東宇治中学校、いずれも午後7時半～9時▷内容…グラウンド・ゴルフ、ペタンク、ターゲットバードゴルフ▷参加費…無料(用具貸し出し可)▷持ち物…運動の出来る服装

■コミュニティワークこはた館

問同館(☎ 39-9199)

＜健やかからだ講座＞▷とき…7月25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…肩痛を改善する運動療法▷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、タオル等 囲7月18日(火)から、同館へ。

＜ふれあいコンサート＞素敵な生演奏と歌声を楽しむ交流会です。当日駐車場は利用出来ません。▷とき…8月17日(木)、午後2時～3時半(開場は、午後1時半)▷定員…先着60人▷出演…東宇

治高等学校吹奏楽部(吹奏楽)、アップルパイ(アンサンブル)、つばねよりこさん(音楽セラピー)▷入場料…無料

■善法夏まつり

人と人との交流を深め、真に人権が尊重されるまちづくりを目指して開催します。▷とき…7月29日(土)、午後6時～(模擬店は午後5時～、雨天時は7月30日(日)に順延)▷ところ…コミュニティワークうじ館(駐車場なし)▷内容…盆踊り、ステージ発表(コーラスや保育所園

児の歌等)、模擬店等 問同館(☎ 39-9197)

■親子手作り教室

「アニマルモビール作り」を行います。▷とき…7月30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…小学生と保護者▷定員…先着20組▷参加費…無料▷持ち物…はさみ、カッターナイフ 囲7月16日(日)、午前9時から、同センター(☎ 39-9185)へ。

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用は周囲の人から誘われて好奇心や興味本位で手を染めるケースが多くみられます。「やせられる。」「気分が良くなる。」等の甘い誘い文句や、覚せい剤を「エス」「スピード」等と呼んで乱用薬物とは分からないように誘われることもあります。薬物乱用に対する理解を含め、絶対に手を出さないという自覚が大切です。

問山城北保健所(☎ 21-2191)

京都サンガ F.C. ホームゲームご招待&宇治市応援デー



© KYOTO.F.C.

とき	① 8/20(日)、午後(対 大分トリニータ)
	② 9/2(土)、午後(対 レノファ山口FC)
	③ 9/23(金)、午後(対 湘南ベルマーレ)
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)

♣ホームゲームご招待

※とき・ところ…上表のとおり(試合開始時間は京都サンガ F.C. のホームページ<http://www.sanga-fc.jp/>で確認出来ます)

※定員及び席種…各10組20人(ホーム自由席)※満席の場合、他席種

※申し込み…往復はがきに、氏名・住所・電話番号・観戦希望の試合(①～③のいずれか)、返信用の表にも氏名・住所を書き、①は8月4日(金)、②は8月18日(金)、③は9月8日(金)まで(必着)に、「京都サンガ F.C. 宇治市広報7月15日号」係(〒610-0102 城陽市久世上大谷 89-1)へ。はがき1枚に2人まで。

♣宇治市応援デー

※とき…上表①のとおり

※申し込み…市民特別優待は、8月19日(土)、エスコートキッズ募集は、8月4日(金)までに、ホームページの専用フォーム(<http://www.sanga-fc.jp/news/info_detail/36621/>)から応募出来ます。

＜市民特別優待＞

◆定員及び席種…50組100人(SB 自由席。多数の場合抽選)

◆優待価格…◎大人=1500円◎小中高校生=700円

＜エスコートキッズ募集＞

選手と手をつないでピッチに入場します。

◆対象…5～12歳

◆定員…5人(多数の場合抽選)

問生涯学習課または京都サンガ F.C.(☎ 55-7603)

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。

掲載の申し込みは、市政だよりの配布期間が、発行日の前々日・発行日の前日・発行日の3日間のため、1日に行われる「催し」の掲載については、前々月の1日から3日間(土・日曜日、祝日を除く)にしてください。

■宇治「と金会」例会

7/23(日)、13:00～17:00。ゆめりあうじ。無料。西村 ☎ 22-6910。初心者～有段者歓迎。

■らくらくキーボードサークル 第2・4(土)、14:00～。南宇治コミュニティセンター。月2000円。森下 ☎ 090-7758-2481。見学お気軽に。

■ソーシャルダンス アルファ 毎週(金)、13:00～15:30。東コミセン。月4000円。綾木 ☎ 090-9885-4737。プロ指導。初・中級。

■宇治向陵剣道教室 毎週(金)・(土)、北宇治中。毎週(金)、南宇治中。月2500円。松浦 ☎ 24-2093。時間他詳細は松浦へ。

■体操サークル、チャームミズ 毎週(金)、10:00～11:30。宇治公民館。月1500円。小畑 ☎ 26-1270。リズムにのってストレッチ見学可。

■囲碁サークル「風鈴会」

月3回(金)、12:30～16:30。木幡福祉センター。月500円。清水 ☎ 31-4190。入会1000円級位者歓迎。

■リフレッシュ健康ダンス 毎週(金)、10:00～11:30。南宇治コミュニティセンター。月4回3000円。今井 ☎ 20-1532。優しいリズム体操&ダンス。

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

■社交ダンス「ハピネス」 毎週(土)、19:30～。榎島コミセン。月3000円。池田 ☎ 090-3942-9852。見学自由！プロ指導。

■謡曲・松涛会

第1(水)・第3(金)、13:00～。総合福祉会館3F。月500円。馬場 ☎ 22-6508。謡曲に興味ある方見学に。

■広芳会(書道)

第2・4(水)、13:30～15:30。広野公民館。月2600円(教本含)。池添 ☎ 44-1502。見学・初心者歓迎。

■習字・春畦会

第1・3(火)、14:00～16:00。東宇治コミセン。月1200円。今村 ☎ 33-3481。見学歓迎。

■ヨーガサークル

毎週(土)、14:00～15:30。宇治公民館。月2000円。上坊 ☎ 20-3851。初心者歓迎。体験無料。

■ECクラブ会員募集

毎週(土)、9:30～10:45。菟道ふれあいセンター。月3500円。大松 ☎ / FAX 24-6734。話せる英会話学習。

■楽しく学ぶ中国語「謝々」

第1・2・4(水)、13:00～15:00。老ノ木集会所。月1500円。川崎 ☎ 22-8054。初めての方も見学大歓迎。

■フラワースクール NAKO

第2・4(土)、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。

■木幡カラオケサークル

第2・4(土)、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。

■健康寿命を延ばす・自彊術 毎週(土)、13:30～15:00。毎週(土)、19:30～21:00。大久保小前「さつき」。月3000円。井垣 ☎ 44-7367。

■ヴォーチェ・スノーラ

第1・3(水)、19:30～21:30。東宇治音楽室。月3000円。高辻 ☎ / FAX 31-1148。一緒に歌ってみませんか。

■茶の花 琴伝流大正琴

第1・3(水)、10:00～12:00。総合福祉会館。月2回1000円。水田 ☎ 21-3209。初心者大歓迎致します。

■ボールペン習字 書苑

第1・3(土)、9:20～又は10:40～。榎島コミセン。月2500円。松江 ☎ / FAX 23-8450。体験歓迎。

■宇治シルバー合唱団「炎」

毎週(土)、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。

■社交ダンス「チェリー」

毎週(土)、18:30～。菟道ふれあいセンター。月3千円。田代 ☎ 090-3942-9852。体験無料◎プロ指導。

■タップネス懐かしや音楽講座

第1・3(水)、13:30～15:00。宇治公民館。1回1000円。古島 ☎ 21-3863。指運動で脳の活性化。

■詩吟同好会

月2回(土)、19:30～21:40。榎島コミセン。月1500円。小倉 ☎ 090-3038-8609。初回本代有300円。

■サークル紅(書道)

第1・3(水)、10:00～12:00。木幡公民館。月2500円。奥田加代子 ☎ 33-2476。見学自由。初心者歓迎。

■すみれコーラス歌う仲間募集 第1・3・4(土)、10:00～12:00。小倉公民館。月2500円。高橋 ☎ 20-5117。歌の好きな方大歓迎です。

■琵琶楽陶苑サークル会員募集

月4回、(土)・(金)、9:00～16:00。総合福祉会館。月500円。橋本 ☎ / FAX 23-3560。体験無料有。初心者歓迎。

■そろばんサークル 募集

毎週(土)、17:00～18:00。開福祉センター。月4回2000円。中村 ☎ 43-4146。1年生より。教材費無料。

■社交ダンス「ステップ」

毎週(土)、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。

■ベビーリトミック

第2・4(土)、10:00～11:00～。堀池幼稚園。1回500円。古川 ☎ 090-50-3941。4ヶ月～1歳・1歳～4歳。

■英語リスニング・映画に挑戦

第1・3(水)、10:00～11:30。中央公民館。月2000円。山田 ☎ 080-5303-2632。中上級者向け。見学大歓迎。

■親子体操 Hoy ! ほっぷ

毎週(金)、12:00～13:10。黄檗体育館。月4回3千円。山本 ☎ 090-3676-5573。2歳～入園前幼児と保護者。

■男の料理 MCC

第1(水)、9:00～12:00。南宇治コミュニティセンター。月1500円。石田 ☎ 43-5036。入会費500円。

■伊勢田絵画サークル

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

■親子で手話を始めませんか 第3(土)、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。

■一から始める和太鼓！！

月2回、(土)・(日)、不定期。黄檗自衛隊。1回1000円。堀部 ☎ 090-7096-0341。小人も大人も大歓迎。

り)他▷講師…力石さちさん(料理研究家)▷参加費…◎市内在住＝ 2500 円◎市外＝ 3000 円▷持ち物…タッパー

＜青春歌声広場＞▷とき…8 月 6 日(日)、午後 1 時半～ 3 時半▷ところ…広野地域福祉センター▷対象…市内在住・在勤の人▷内容…生バンドによる伴奏▷定員…先着 50 人▷参加費…200 円▷持ち物…飲み物

■社会福祉協議会

同協議会(☎ 22-5650)

＜赤ちゃんサロン＞動きやすい服装で参加してください。▷とき…7 月 20 日(木)、午前 10 時～正午▷ところ…総合福祉会館▷対象…妊婦、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

＜在宅高齢者介護者リフレッシュ事業＞在宅で要介護者を介護している人のリフレッシュとお互いの交流を深めます。▷とき…11 月 18 日(土)、午前 11 時～午後 1 時半(受け付けは、午前 10 時半～)▷ところ…京料理宇治川旅館(宇

治蓮華)▷対象…介護保険で要介護 3 以上の認定を受けている 65 才以上の高齢者市民を、在宅で介護している市民▷定員…70 人(多数の場合抽選)▷内容…介護者同士の交流・会食 等▷参加費…200 0 円 国所定の申込書を、8 月 31 日(木)(消印有効)までに、郵送・ファクスか同協議会窓口(〒 611-0021 宇治琵琶 45、FAX 22-5654)へ。

■「シルバー美術展」の作品募集

9 月 16 日(土)・17 日(日)に京都パルスプラザで開催する「SKY ふれあいフェスティバル 2017・シルバー美術展」に展示する美術作品(日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真)を募集しています。この美術展は、29 年度開催予定の「ねんりんピック富山 2018 美術展」の京都府代表作品(京都市域を除く)の選考も兼ねています。▷対象…おおむね 60 歳以上のアマチュアの人▷出品料…無料 国(公助)京都 SKY センターに所定様式を請求のうえ、8 月 4 日(金)までに、同センター(☎ 075-241-0226)へ。

宇治青少年こころの電話
(☎ 24-0800)

「宇治青少年こころの電話」は 36 年前に開設以来、電話相談員(ボランティア)が約 4 万件の相談を受けています。

子どもからはいじめや友だち、学校のことを、ご家族からはいじめや不登校、発達に関わる課題などの相談を受けています。また近年は、思春期から成人期までの人からの、引きこもりやうつ症状などの精神的な訴えな

どが増えていています。

困ったり、悩んだりしていることを宇治青少年こころの電話で話してください。

※悩んでいる本人、家族など、誰でも相談出来ます。

※名前は聞きません。

研修を受けた電話相談員がじっくり話を聞き一緒に考えます。



海上保安学校・海上保安大学校 学生採用試験

30 年 4 月入校の学生採用試験を行います。申し込みには原則インターネット環境とプリンターが必要です。インターネットでの申し込みが出来ない場合は第八管区海上保安本部人事課へ問い合わせてください。

◎申込専用 URL(HP) <http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

試験種目	学校学生	大学校学生
受付期間	7/18 ㉔、9:00～7/27 ㉕	8/24 ㉕、9:00～9/4 ㉖
受験資格	①29 年 4 月 1 日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して 5 年を経過していない人及び 30 年 3 月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの人 ②高等専門学校の第 3 学年の課程を修了した人で、29 年 4 月 1 日において当該課程を修了した日の翌日から起算して 5 年を経過していない人等、人事院が①と同等の資格があると認める人	①29 年 4 月 1 日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して 2 年を経過していない人及び 30 年 3 月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの人 ②高等専門学校の第 3 学年の課程を修了した人で、29 年 4 月 1 日において当該課程を修了した日の翌日から起算して 2 年を経過していない人等、人事院が①と同等の資格があると認める人

同第八管区海上保安本部人事課(☎ 0773-76-4100)

認知症家族支援プログラム受講者募集

認知症の原因・介護・治療等について講義を通して学ぶと共に、同じ悩みを抱える介護者同士で日ごろの悩みや思いを話し、交流を行います。

❖とき・内容・講師…右表のとおり

❖ところ…うじ安心館

❖対象…初期から中期の認知症の人を在宅で介護している人で、全 6 回の講座を受講出来る人

❖定員…先着 20 人

❖参加費…無料(初回のみ昼食代 500 円程度必要)

❖申し込み…7 月 18 日(火)～9 月 4 日(月)に、中宇治地域包括支援センターへ。

とき	内容・講師
9/8 ㉔ 10:00～15:00	「つくろうネットワーク」＝認知症の人と家族の会京都府支部
10/13 ㉔ 13:00～16:00	「学びましょう、認知症のこと」＝樋川毅さん(宇治おうばく病院医師)
11/10 ㉔ 13:00～16:00	「上手に使おうサービス利用」＝東宇治南地域包括支援センター職員
12/8 ㉔ 13:00～16:00	「見つめてみましょう、あなたの心」＝認知症の人と家族の会京都府支部
30/1/12 ㉔ 13:00～16:00	「認知症の人との関わり方」＝グループホーム事業所等職員
30/2/9 ㉔ 13:00～16:00	「医師と上手に付き合おう」＝医師

同中宇治地域包括支援センター(☎ 28-3686)

府こころの健康推進員養成講座

府こころの健康推進員は、精神障害者の良き理解者として、一府民の立場から精神障害者の自立と社会参加を促進するために活動しています。精神障害者を含む全ての人を大切にす地域社会をつくるため、府こころの健康推進員の養成講座受講者を募集します。

❖とき・ところ・内容…下表のとおり

❖対象…府内(京都市を除く)に

住所地があり、講座の全課程を受講出来る人。講座終了後、府こころの健康推進員として府内(京都市を除く)で活動出来る人。

❖費用…無料(交通費は自己負担)

❖申し込み…所定の申請書を、8 月 18 日(金)まで(必着)に、郵送・ファクスか山城北保健所福祉室窓口(〒 611-0021 宇治若森 7-6、FAX 24-6215)へ。後日、受講決定通知を送付します。

	とき・ところ	内容
	南部会場(府精神保健福祉総合センター〈京都市伏見区〉)	
1 日目	9/12 ㉔ 13:30～17:00	開講式・オリエンテーション こころの病気の理解と対応 精神保健福祉の歴史と現状
2 日目	9/19 ㉔ 13:30～16:40	ゲートキーパー研修から学ぶ面接技法 ゲートキーパー研修実習(ロールプレイ)
3 日目	9/26 ㉔ 13:30～16:40	アルコール依存症について アルコール依存症の相談支援
4 日目	10/3 ㉔ 13:00～16:40	地域で使える社会資源について 障害者支援施設の取り組み
5 日目 6 日目	10 月～11 月に受講者と調整の上、各半日程度実施	市町村グループワーク、精神科デイケア、障害者施設等の見学実習
7 日目	12/5 ㉔ 13:30～16:30	こころの健康推進員活動について 養成講座の振り返り 閉講式・修了証書交付

※北部会場(南丹勤労者福祉会館)もあります。詳しくは、同保健所へ。

同山城北保健所福祉室(☎ 21-2193)

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＝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。



▲ちちはや姫

無料相談

■高齢者等法律相談

▷とき…7月27日(木)、午後2時～4時半▷ところ…西小倉地域福祉センター▷定員…先着5人(1人25分) Ⓐ7月18日(火)から、福祉サービス公社(☎28-3150)へ。

募集

■保健師・看護師(非常勤職員)

▷内容…電話による特定健康診査の受診勧奨及び健康相談業務等▷資格…保健師または看護師の資格を持ち、パソコンの基本操作が出来る人▷任用期間…随時～10月31日▷勤務日時…月～金曜日、午前8時半～午後5時15分(祝日を除く週1～3日程度。応相談)▷報酬(日額)…◎保健師＝1万1369円◎看護師＝9377円(他手当あり)▷募集人数…1～2人 Ⓐ市販の履歴書(要写真)に、保健師または看護師の免許証の写しを添え、郵送か、国民健康保険課窓口へ。後日、面接あり。

■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 Ⓐ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。

お知らせ

市民交流ロビーコンサート

300回記念
SUMMER FRESH CONCERT2017
～Anniversary 夢への扉～

⌚出演…西村ピアノ・ヴァイオリン
ラボの仲間たち
⌚とき…7月27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…ベニスのゴンドラの歌／チャルダッシュ 他

Ⓐ文化自治振興課文化係

7月31日(月)は、固定資産税・都市計画税第2期の納期限及び口座振替日です。お忘れなくお納めください。

キャッシュカード利用で、口座登録が出来ます(4金融機関)



Ⓐ納税課

■地域子育て支援基幹センター

Ⓐ同センター(☎39-9109)

◎乳幼児相談(受付9:50～11:00)

7/19(水)	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・「お話タイム」
7/25(火)	南部地域子育て支援センター	保健師による相談・計測・「お話タイム」
7/26(水)	東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・「お話タイム」

◎園庭開放(10:00～11:30)

7/18(水)	同胞保育園	雨天室内
7/20(金)	なかよし保育園	雨天支援センター
7/22(土)	登りこども園	雨天児童館

その他のひろばは、「宇治子育て情報誌」で確認してください。

■ためしてナッ得！健康のすすめ

運動・栄養・口腔の健康に関する講義と実技を行います。▷とき・ところ…下表のとおり▷対象…市内在住で65歳以上の人▷定員…各30人(多数の場合抽選)▷参加費…無料 Ⓐ講座名・氏名・住所・電話番号・生年月日・希望の番号(下表①～⑥)を、8月4日(金)まで(必着)に、郵送・Eメールか健康生きがい課窓口(✉oub o-kenkou@city.uji.kyoto.jp)へ。

	とき	ところ
①	9/6(水)	うじ安心館
②	9/8(金)	東宇治地域福祉センター
③	9/12(火)	西小倉地域福祉センター
④	9/21(水)	南宇治コミュニティセンター
⑤	9/25(月)	コミュニティワークこはた館
⑥	9/29(金)	開地域福祉センター

※時間はいずれも13:30～16:00

■羽戸山老人園芸ひろば(羽戸山一丁目)の利用者を募集

▷対象…昭和32年9月2日以前生まれで、市内在住かつ市内に住民登録があ

り、他の園芸ひろばの利用または申し込みをしていない人。なお、他の園芸ひろばの利用者または待機者で今回応募する人は、現在利用または待機している園芸ひろばの辞退届を提出してください。▷区画数…55区画程度(多数の場合抽選)▷区画の広さ…約10㎡(1世帯1区画)▷利用期間…9月1日(金)～31年8月15日(木)▷利用料金…年額1200円 Ⓐ本人か代理人が印鑑を持ち、次のいずれかの受付場所へ。◎菟道北集会所＝7月19日(水)、午前10時～11時◎健康生きがい課＝7月19日(水)～26日(水)、午前8時半～午後5時15分(19日(水)のみ、正午から受け付け。)

夏の交通事故防止府民運動

7月21日～8月20日

ひまわりに
無事故を願う
夏の京

期間中の活動

◎7月21日(金)＝夏の交通事故防止府民運動スタート啓発(アル・プラザ宇治東)
◎7月26日(水)＝自転車の安全利用の推進啓発(フレンドマートG宇治市役所前)
◎8月3日(木)＝迷惑駐車追放三色パトロール(東宇治地域)
◎8月8日(火)＝歩行中・運転中のスマホ等の使用の根絶啓発(フレンドマート宇治店)

Ⓐ交通政策課

図書館

■夏休み工作教室

木工で「手回しハンドル式ジャンプ人形」を作ります。▷とき…8月2日(水)、午後1時半～3時45分▷ところ…東宇治コミュニティセンター▷対象…小学3～6年生▷定員…先着16人▷講師…「ギコギコ・トントンくらぶ」の皆さん▷材料費…200円▷持ち物…上履き Ⓐ7月20日(木)、午前9時から、電話で、東宇治図書館(☎39-9182)へ。

■夏休みおたのしみ会～人形劇がやってくる～

人形劇サークル「とらごろう」が「おおかみとこやぎ」等の楽しい人形劇を行います。図書館職員による読み聞かせも行います。▷とき…8月1日(火)、午後1時～2時▷ところ…中央図書館▷対象…幼児～小学生 Ⓐ同館(☎39-9256)

源氏物語ミュージアム

■連続講座④ 垣間見る薫一結ばれない垣間見一

▷とき…8月17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…吉海直人さん(同志社女子大学教授)▷参加費…500円 Ⓐ往復はがきに、連続講座④・氏名(ふりがな)・住所・電話番号を書き、7月30日(日)まで(必着)に、同ミュージア

ム(☎39-9300、〒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)。

官公署・その他

■リサイクル自転車販売会

市が撤去した放置自転車を販売します。▷とき…7月22日(土)、午前10時～正午(雨天決行、なくなり次第終了)▷ところ…市役所北側駐車場前▷販売台数…約20台▷価格…5000円～(別途要防犯登録料500円) Ⓐ市リサイクル自転車販売協議会事務局「同胞の家」(☎20-4080)

■ハローワークプラザ城南

仕事を探している人の相談や仕事の紹介、求人情報の提供を行っています。パートタイムもフルタイムも紹介出来ます。▷開所時間…平日、午前8時半～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)▷ところ…大久保町上ノ山 Ⓐ同プラザ(☎46-4010)

■地域若者サポートステーション 京都市南

それぞれの状況にあった働く準備、就職支援プランを共に考え、サポート・バックアップします。就職に関するキャリアの専門家が就職・転職活動についての疑問や不安など、個別の相談に応じます。▷開所時間…午前10時～午後7時(水・日曜日、祝日及び年末年始を除く)▷ところ…城陽市寺田▷対象…15歳から39歳で仕事についていない人(学生を除く)またはその家族 Ⓐ同ステーション(☎54-5380)

■城南地域職業訓練センター

Ⓐ受講料を添え、同センター窓口(☎46-0688)へ。

◎7月20日(木)から受け付け

ホームページ作成入門	8/20～9/24の(水)・(金)、9:30～12:00。6回。定員20人。受講料1万5000円。
------------	---

◎7月25日(火)から受け付け

調剤薬局事務講座	8/25～9/19の(火)・(金)、9:30～12:00。8回。定員20人。受講料1万5000円(別途要教材費)。
----------	---

◎7月30日(日)から受け付け

はじめてのエクセル(活用)	8/30～9/11の(月)・(水)・(金)、9:30～15:30。6回。定員20人。受講料1万5000円。
---------------	---

◎7月31日(月)から受け付け

医療事務講座	8/31～11/20の(月)・(水)、18:30～21:00(休講日あり)。22回。定員20人。受講料3万5000円(別途要教材費)。
--------	---

■福祉サービス公社

Ⓐ7月18日(火)から同公社(☎28-3150)へ。

＜こだわりの料理教室－お持ち帰りで水ようかん－＞▷とき…7月28日(金)、午前10時～午後3時▷ところ…東宇治地域福祉センター▷定員…先着20人▷内容…水ようかん、昼食(おにぎ

歴史

宇治史探検 ⑧⑧

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)

「茶音頭」

「地域の盆踊りで使いたいの
で、『茶音頭』の歌(音源)を貸し
て欲しい。」と高齢の女性からお
電話をいただきました。

この音頭は正式には「宇治音
頭」といいます。昔からの宇治の
住民には「茶音頭」と言った方が
通りが良いかもしれません。「宇
治のな、茶おんど」の歌詞で始ま
るこの音頭は、昭和の初め全国
各地でご当地ソングのように競
い合って制作された民謡の一つ
です。発表後、瞬く間に宇治の各
所で行われる盆踊りのお馴染み
となります。

その方も終戦間近の国民学校の
時代、全学年で父兄と共に踊
りを楽しんだことをまるで昨日

のこのように話しておられま
した。

当初のレコードは回転数の多
いSP盤、昭和38年にはEP盤
で復刻され広く普及しました。
戦前同様、小学校では運動会に、
地域では盆踊りに欠かせない曲
目となりました。40年代前半、
流行の第2のピークを迎え、そ
の後昭和50年代半ば頃まで市
内のほぼ全ての小学校の運動会
で踊られていたようです。しか
し現在では菟道小学校ただ一校
だけになっています。



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)

『賞味期限のウソ 食品ロスはなぜ生まれるのか』
井出留美 著 / 幻冬舎

日本では、ほとんどの食品の賞味期限は実
際より2割以上短く設定されています。消費
者の多くは賞味期限を1日でも過ぎると食品
を捨てたり、買物の際は、棚の奥から期限が先
の商品を選びがちです。また小売店も期限よ
り前に商品を撤去します。その結果、日本は、
まだ食べられる食品を大量に廃棄する「食品
ロス」大国となっています。本書はこうした
「食品ロス」構造を企業と消費者の双方向から
解き明かしています。



『ケータイくんとフジワラさん』
市川宣子 作 / みずうちさとみ 絵 / 小学館
電器屋さんで一番古いケータイくんは、廃
棄される寸前にフジワラさんというおじい
さんに買われていきました。しかし、フジワラ
さんはケータイくんを使うことなく、何日も仏
壇の上に置き放しにしていました。

そんなある日、フジワラさんを訪ねてやっ
てきた孫娘のりちゃんがケータイくんを見
つけたことから、フジワラさんとケータイく
んの生活は大きく変わっていきます。



環境

レッツ！エコ・リサイクル

エコやリサイクル活動に取り組んでみませんか。 問環境企画課

暑い夏にタコときゅうり！

夏野菜であるキュウリには、体を冷やす効果
があり、ぽりぽりとした歯ざわりから減退しがちな
夏場の食欲を増進させます。また、タコにはコレス
テロールを体外に排出する作用がある「タウリン」が多く含まれ、
疲労回復にも効果があります。さらに、酢には血流をよくする働
きがあるといわれ、昔から疲労回復によいとされてきました。蒸
し暑いこの時期に、さっぱりとしたタコとキュウリの酢の物を食
べ、冷房の使用を減らして、元気に夏本番を迎えたいものです。



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

防災・防犯情報が携帯電話で受け取れます

市では京都府防災・防犯情報メールの配信システムを活用し、
次のような情報を発信しています。

- 平常時
 - 防災や防犯に関するお知らせ
 - その他安全・安心に関する情報
- 災害発生時
 - 避難勧告などの情報
 - 河川溢水や道路の通行止めなどの情報
 - その他の被害情報など
- 登録方法

メール配信の登録は無料です。メール配信を希望する人は、
携帯電話から下記のメールアドレスに空メールを送信して
下さい。返送される登録案内メールに書かれている手続きに
従い登録をして下さい。

送信先アドレス: anzen@k-anshin.pref.kyoto.jp



- 災害時の情報源 FMうじ FM放送 88.8 MHz
- 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。

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③

糖尿病にまつわるウソ？ホント？

<糖尿病 O × クイズ>

- Q1. 家族に糖尿病の人がいないので糖尿病にはかからない？
Q2. 甘党ではないから糖尿病にはかからない？
Q3. 血糖値は高めだが、尿糖は出ていないし、喉が渇くような症
状もないから大丈夫？
Q4. 血糖値を下げるインスリンの働きは歳をとっても変わらない？

<答え>

- A 1 : × 家族に糖尿病の人がいなくても、糖尿病の人はたくさんいます。糖尿病は生活習慣病の一つです。暴飲暴食、偏った食事、運動不足、肥満、ストレスなど生活の中に糖尿病の要因がたくさんあります。
- A 2 : × 甘党でなくても、アルコールや炭水化物を多量に摂取する人は、糖質が体の中にたくさん取り込まれ、高血糖状態になりやすいです。高血糖状態が続くと、インスリンの働きが低下し糖尿病にかかりやすくなります。
- A 3 : × 一般的によく知られている症状「尿に糖が出る」「喉が渇く」「多飲」などは初期の段階では出ないことが多いです。糖尿病であることに気づかず、症状が進行している場合があります。空腹時血糖値の他にHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)の値が高ければ、糖尿病と診断されることがありますので、初期の段階で見つけるためにも定期的に健康診断を受けましょう。
- A 4 : × 血糖値を下げる働きがあるインスリンは、60歳を過ぎるとインスリンの量自体が3分の2に減少すると言われ、加齢とともに効力も弱くなっていきます。若いころと同じ量を食べていたり、同じ食べ方をしていると、血糖値が十分に下がりきらないことがありますので、腹八分目を心掛けましょう。

