



広報

つじ



INDEX [もくじ]

02 特集

06 12月4日～10日は人権週間

07 31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

10 31年度育成学級の入級申請の一斉受付

12 12月3日～9日は障害者週間

捨てれば「ごみ」、生かせば「資源」

図ごみ減量推進課 20・8762

身近な環境問題である「ごみ」。私たちは、毎日、モノを捨てることでごみを生み出しています。

私たちの生活は、地球にある多くの資源によって支えられています。ごみとして出すモノも、もともとは資源です。例えば、スーパーのレジ袋は石油、包装紙はパルプという木材から作られています。

しかし、資源には限りがあります。モノをごみとして捨てることは、資源を失っていることになります。

私たち一人ひとりが、ごみを減らし、そしてごみを作らないということを心掛け、限りある資源を大切にしていくために、みんなで一緒に考えてみましょう。

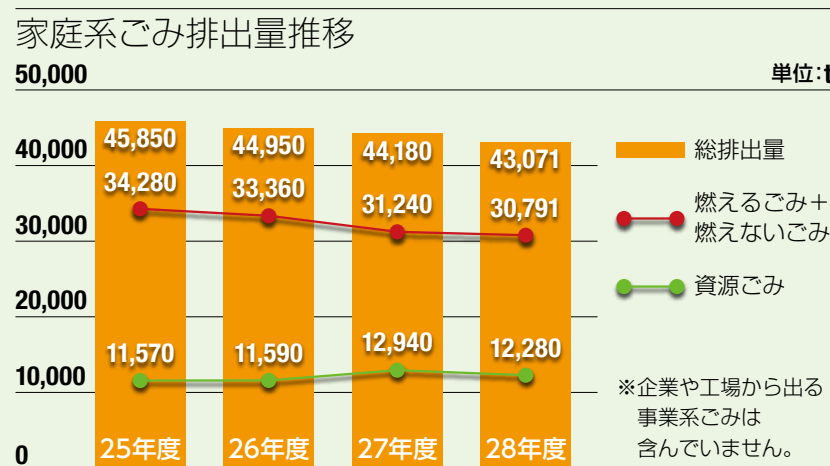
私たちの住む
宇治の環境を守るため、
一緒に考えよう!!



笠取第二小学校 4年生の3人
左から朴 遊帆さん、福田 陽斗さん、高井 侑羽さん

宇治市のごみ事情を覗いてみよう

◎家庭から出るごみの排出量



人ひとりが意識を高め、更なるごみの減量に努めていきましょう。

◎処理費用

28年度のごみ処理にかかった費用は、25億円(運搬・処理等)でした。これを市民1人当たりに換算すると年間約1万3千円もの負担をしていることになります。

燃えるごみだけで一日の
収集量が約120t…。
地球上最大の動物
シロナガスクジラと
同じ重さやん!!

こんなにたくさんのごみが出るんや…。



シロナガスクジラ

市の燃えるごみは

ここで処理しています。



クリーンパーク折居
膜構造を採用し軽量化を実現したことが評価され、「次世代煙突」が「2018年グッドデザイン賞」を受賞しました。

ごみを減らす理由

そもそも
何でごみを減らさ
なあかんのやろ?



ごみを減らす理由は
主に4つあるよ。



① 限りある資源を大切に

みんなが着ている服や毎日食べているご飯などは、天然の資源から作られているんだ。資源は無限にあるわけじゃないから、ごみが増えることは、資源を無駄にしていることになるんだ。

② 環境を守る

ごみを燃やすと、地球温暖化の原因となるCO₂が発生すると言われてるんだ。地球温暖化が進むと、気温が上昇し、異常気象や、僕たち動物が住む自然環境にも、大きく影響してくるんだよ。

③ 埋立地の限界

ごみを燃やした後に出る灰は埋立処理となるんだ。でもね、埋立場所にも限りがあって、灰を埋める場所はどこでも作れるものではないんだよ。

④ 費用削減

ごみは、運ぶのにも、燃やすのにも、燃やした後の灰を埋め立てるのにもたくさんのお金がかかるんだよ。



なるほど!! 環境を守るためには、みんなで協力してごみを減らし、地球の資源を大切にしなあかね。

ごみを減らす方法

ごみを減らすには、
どんな方法があるんやろ?



ごみを減らす方法に、
「リサイクル」があるよ。



バックン
(市リサイクル
推進キャラクター)

リサイクルとは、使い終わったモノをもう一度資源に戻し、新しいモノを作ることだよ。ごみの中には、まだ使える資源がたくさん眠っているんだ。ごみが燃やされて埋め立てられるか、リサイクルによって資源に生まれ変わるかは、ごみを捨てるときの分別で決まるんだよ。

※リサイクルの詳細は、

次ページをチェック!

NEW

環境を守るために、 こんな取り組みも しています!

自宅にしながら商品を購入出来るインターネット通販、便利ですね。しかし、配達車からのCO²排出や、物流業界における労働環境の観点から、配達ロスが深刻な問題となっています。

このたび、環境省が「宅配の再配達削減に向けた実証事業」の一環として、市内にオープン型宅配ボックスを設置します。



◎オープン型宅配ボックスとは？

駅、スーパーマーケット、コンビニエンスストア、ドラッグストア、公共施設等に設置され、不特定多数の消費者が受け取り可能な宅配ボックスです。利用者はネット通販等での受け取り先に宅配ボックスを指定し、好きな時間に荷物が受け取れます。市にはPackcity Japanが展開する「PUDOステーション」が設置されます。

(実証事業の期間：31年3月下旬まで)

◎設置場所

六地藏・木幡・大久保地域を中心に市内の公共施設、商業施設等に順次設置します(15カ所程度)。詳しくは環境省のホームページ(<https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/butsuryu/opentakuhaibox/>)で確認出来ます。



◎利用方法

利用する宅配会社によって異なります。詳しくはPUDOのホームページ(http://www.packcity.co.jp/our_service)で確認出来ます。
環境企画課 ☎20-8726



▼水切り実験
生ごみの約80%は水分です。水を切らないとごみはどうなるか、実験します。

環境教育の様子を 少しご紹介♪

環境教育
市では、職員が幼稚園や保育所、小学校、中学校に出向いて、ごみの分別やリサイクルについて学習する、環境教育を行っています。年齢に合わせて、紙芝居や、ごみ分別ゲームを用意し、楽しく学べるように工夫しています。また、パッカー車の内部が見えるスケルトンパッカー車「うじのすけ」で、収集の実演を行っています。



うじのすけ



①笠取第二小学校
想像以上に水が飛び散り、みんなびっくりしていました。

●実験から分かること
ごみに水分が多く含まれると、パッカー車投入時に飛び散ったり、焼却するときに燃えにくくなるのが分かりました。

●実験から分かること

【結果】
水が入っていないビニール袋は一瞬で燃えましたが、水が入ったビニール袋は全く燃えませんでした。

【結果】

②ビニール袋燃焼実験
水の入っていないビニール袋と水の入ったビニール袋を燃やして、燃え方の違いを見る実験
みであれば、生ごみに含まれた水分が道路などに飛び散ることになり、危険かつ不衛生です。



②横島中学校
今年度から中学校でも環境教育を実施。ごみの減量について話し合うグループディスカッションでは様々な意見が出ました。

生ごみを捨てるときは、しっかりと水を切ってください。水をしっかり切ることは、ごみの飛散防止や、焼却コストの削減につながります。

宇治市
職員の制服や
作業着等も
ペットボトルからリサイクルをして作られました!

アルミ缶は「電気の缶詰」と言われるほど、電気を使いますが、リサイクルで作ると、97%の電力を節約出来ます!

紙パック6枚でトイレットペーパー1個になります!

雑紙として、お菓子やティッシュの箱もリサイクル出来る古紙に出せます!

◎主なリサイクルをして出来るモノ

そうだね。それから、そもそも「ごみを作らない」という意識も大事なんだよ。お店にはたくさんのモノが売っているけど、買う前に本当に必要かどうか、考えることが大切だね。

ごみを出す人が、きちんと分別すれば、資源を無駄にしないで済むね。

ごみの分別や、回収場所等については、各家庭に配布している「ごみ分別辞典」をご覧ください。

←便利なインターネット版もあります。

不要品は断ろう
不要なものは断ろう
マイバッグを使いましょう
余計なフーリングは断ろう

買い物計画を立てよう
必要な物だけ買いましょう
メモ帳を作り、衝動買いを控えよう

今日から出来る! ごみを作らないために出来ること

31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

☎市民税課 ☎20-8718

配偶者控除・配偶者特別控除の見直し

①配偶者控除

配偶者控除額が下表のとおり見直されました。また、合計所得金額が1,000万円を超える納税義務者については、**配偶者控除の適用を受けることが出来なくなります。**

納税義務者(扶養する人)の 合計所得金額 配偶者の合計所得金額		900万円以下	900万円超 950万円以下	950万円超 1,000万円以下	【参考】 収入が給与所得のみの場合の 給与収入金額
		1,120万円以下	1,120万円超 1,170万円以下	1,170万円超 1,220万円以下	
		控 除 額			～1,030,000円
70歳未満 (控除対象配偶者)	～380,000円	33万円	22万円	11万円	
70歳以上 (老人控除対象配偶者)		38万円	26万円	13万円	

※配偶者の合計所得金額が35万円(給与所得のみの場合の給与収入金額が100万円)を超えると、従来どおり配偶者自身は課税の対象となる可能性がありますのでご注意ください。

②配偶者特別控除

配偶者特別控除額が下表のとおり見直され、配偶者特別控除の対象となる配偶者の合計所得金額が**38万円超123万円以下とされました。**

納税義務者(扶養する人)の 合計所得金額 配偶者の合計所得金額		900万円以下	900万円超 950万円以下	950万円超 1,000万円以下	【参考】 収入が給与所得のみの場合の 給与収入金額
		1,120万円以下	1,120万円超 1,170万円以下	1,170万円超 1,220万円以下	
		控 除 額			1,030,001円～1,550,000円 1,550,001円～1,600,000円 1,600,001円～1,667,999円 1,668,000円～1,751,999円 1,752,000円～1,831,999円 1,832,000円～1,903,999円 1,904,000円～1,971,999円 1,972,000円～2,015,999円 2,016,000円～
380,001円～ 900,000円		33万円	22万円	11万円	
900,001円～ 950,000円		31万円	21万円		
950,001円～1,000,000円		26万円	18万円	9万円	
1,000,001円～1,050,000円		21万円	14万円	7万円	
1,050,001円～1,100,000円		16万円	11万円	6万円	
1,100,001円～1,150,000円		11万円	8万円	4万円	
1,150,001円～1,200,000円		6万円	4万円	2万円	
1,200,001円～1,230,000円		3万円	2万円	1万円	
1,230,001円～		0円	0円	0円	

※配偶者の合計所得金額が35万円(給与所得のみの場合の給与収入金額が100万円)を超えると、従来どおり配偶者自身は課税の対象となる可能性がありますのでご注意ください。

**京都人権啓発推進会議による
街頭啓発**
時12月7日(金)午後3時～4時
所コナナンJR宇治駅北店(宇治里尻)
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(火)～10日(月)
(10日は午後1時まで)
所市役所1階ギャラリーコーナー

今年「世界人権宣言」から70年になります。1948年12月10日、国連第3回総会において世界で初めて人権の国際的な保障をうたった「世界人権宣言」が採択され、1950年に12月10日が「世界人権デー」と定められました。日本では、法務省と全国人権擁護委員連合会がこの日を最終日とする1週間、12月4日～10日を入権週間と定め、人権尊重思想の普及高揚を図るためにさまざまな行事が行われています。

閏人権啓発課 ☎20・8725

12月の人権相談

毎月1回、人権擁護委員がさまざまな困りごとや悩みごとの相談に応じています。相談は無料です。また、事前の申し込みは不要ですので、お気軽に会場へお越し下さい。
時12月6日(木)午前10時～午後3時
所市役所5階501会議室

人権啓発ビデオの貸し出し

人権問題を理解、認識してもらうために、職場や地域、学校、家庭での学習材料として啓発ビデオ、DVDの無料貸し出しを行っています。



じんけんシネマ

in じょうよう

友情、思いやり、やさしさなど、人権尊重の大切さと呼びかける啓発フェスタです。

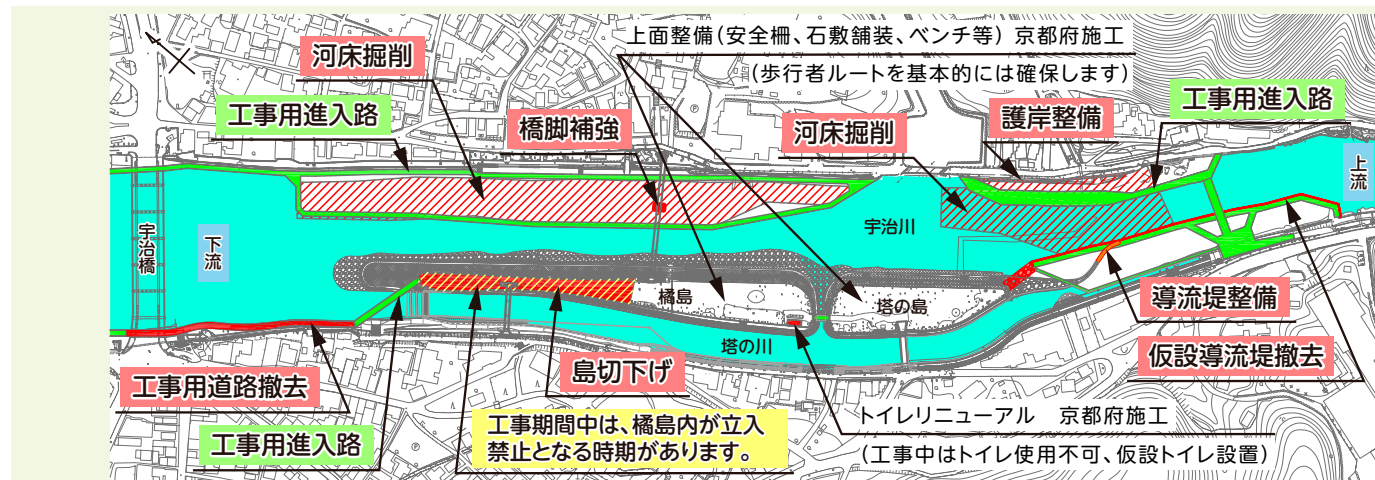
時12月26日(水) ◎午後1時～3時半＝人KENまもる君と人KENあゆみちゃんによる人権啓発、人権啓発パネル展示、啓発物品の配布◎午後1時半～3時半＝映画上映「SING/シング」(日本語吹替・字幕あり)

所文化パルク城陽(城陽市寺田)

※映画上映会には、要入場整理券。12月11日(火)午前9時から人権啓発課・男女共同参画課・城陽市市民活動支援課・久御山町総務課の各窓口で配布します(定員300人。整理券は1人4枚まで。無くなり次第終了)。

閏人権啓発課 ☎20-8725

©Universal Studios.



宇治川塔の島地区において、30年10月中旬頃から河川改修工事を実施しております(塔の島、橋島上面整備工事は、12月10日(月)から工事予定)。
なお、工事期間中は、塔の島、橋島内の一部で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。

平成30年度 宇治川塔の島地区 河川改修工事

問い合わせ

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。





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。



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	30年9月生まれ	健やかセンター	1月16日(水)・24日(木)・28日(月)・29日(火)	個別通知は、12月20日頃に発送します。
10か月児健康診査	30年2月生まれ	市内の協力医療機関	個別案内にある受診期間を参照してください。	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	29年4月生まれ	健やかセンター	1月9日(水)・10日(木)・11日(金)	個別通知は、12月10日頃に発送します。
3歳児健康診査	27年7月生まれ	健やかセンター	1月18日(金)・21日(月)・22日(火)・23日(水)	個別通知は、12月15日頃に発送します。
離乳食教室	30年8月生まれ	健やかセンター	1月25日(金)	☎必要。1月4日(金)から電話で受付開始します。
乳幼児相談(育児相談)	2ヶ月～就学前	健やかセンター	1月7日(月)・8日(火) 9時30分～11時	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22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18日(金) 9時50分～11時受付	
		南部地域子育て支援センター	1月15日(火) 9時50分～11時受付	
パパママ教室	ハッピーマタニティクラス	健やかセンター	1月21日(月) 10時～11時30分 (受付は9時45分～)	助産師などによる妊娠期の体のことやおくちのケアについて等の話。☎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17日(木) 10時～13時30分 (受付は9時45分～)	保育あり。☎必要。電話かEメール(※1)で保健推進課へ。
	これで安心♪ 赤ちゃんのお世話体験		1月12日(土) 10時～11時30分 (受付は9時45分～)	☎必要。電話かEメール(※1)で保健推進課へ。
	パパ出番ですよ～沐浴にチャレンジ～		1月19日(土) 10時～12時00分 (受付は9時45分～)	
BCG予防接種	生後6ヶ月～1歳未満	健やかセンター	1月15日(火)・31日(木) 13時15分～14時30分受付	予防接種は3か月児健診時にお渡ししています。

※1＝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。



平成29年11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。



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。

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
登りこども園	12月4日(火)・22日(土)10時～11時30分
小倉双葉園保育所	12月14日(金)10時～11時30分
同胞こども園	12月4日(火)・11日(火)10時～11時30分
宇治保育所	12月7日(金)10時～11時
大久保保育所	12月12日(水)10時～11時30分
木幡保育所	12月14日(金)10時～11時
西小倉保育所	12月13日(木)10時～11時30分
なかよし保育園	12月18日(火)10時～11時30分

市立幼稚園 未就園児行事

問各市立幼稚園

入園前のお子さんと保護者が一緒に遊べる行事を毎月開催しています。詳細は各園にお問い合わせください。

ところ	とき
大久保幼稚園 ☎39-9286	12月5日(水)・11日(火)・14日(金)・19日(水) 10時30分～11時30分 19日(水)は要予約
神明幼稚園 ☎39-9288	12月5日(水)・12日(水)・14日(金)・18日(火) 10時30分～11時30分 7日(金)9時30分～11時30分
東宇治幼稚園 ☎39-9290	12月4日(火)・7日(金)・11日(火)・18日(火) 10時30分～11時30分 18日(火)は要予約
木幡幼稚園 ☎39-9292	12月6日(木)・11日(火)・13日(木)・19日(水) 10時～11時 19日(水)は要予約

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 問生涯学習センター ☎39-9500	所生涯学習センター 時12月21日(金) 10時～11時30分	☎乳幼児と保護者 ☎クリスマスを楽しもう(パラバルーンやダンス、体操もあります)
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20日(木) 10時～12時	☎妊婦、生後1～4か月までの子と親 ☎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7日(金) 10時～12時	☎生後5～8か月の子と親 ☎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14日(金) 10時～12時	☎生後9～12か月の子と親 ☎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13日(木) 10時～11時30分	☎双子・三つ子などの多胎児と親 ☎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。

●比較的症状の軽い患者さんに対応します。

医療機関	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、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
医療機関	京都きづ川病院(城陽市) ☎54-1111
	※小児科医が対応します。
	※日祝の9時～18時。まずはお問い合わせください。

小児救急電話相談 ☎ #8000

(つながらない場合 ☎ 075-661-5596)

時間	年中無休、19時～翌朝8時(土曜・祝日・年末年始を除く)は15時～)
----	------------------------------------

軽傷の場合は、まず「休日急病診療所等」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。
医療機関	田辺中央病院(京田辺市) ☎ 63-1111
医療機関	男山病院(八幡市) ☎ 075-983-0001 ※平日金曜の18時～翌朝8時。



「ゲートキーパー」についての詳しい情報は、厚生労働省のホームページ
(http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougaishahukushi/jisatsu/) から入手することができます。

厚生労働省 自殺対策



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2万1127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。そうした中で、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、「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。そうしたときに、周囲の人が「ゲートキーパー」として関わることで、悩みを抱えた人の支援となり、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、声をかけてください。

傾聴…本人の気持ちを尊重し、耳を傾けてください。

つなぎ…早めに専門家に相談するよう促してください。

見守り…温かく寄り添いながら、じっくりと見守ってください。

ゲートキーパーに特別な資格はいらず、誰でもなることができます。

あなたも大切な人のゲートキーパーになりませんか？

緑化のススメ

家の緑化を一步スズメてみませんか？

市民の皆さんや企業等からの寄付金を積み立てて、その利息を元に様々な緑化助成事業を行っています。
詳しくは公園公社 ☎39-9393) へ。

		助成内容	主な助成条件	助成額(植栽工事費の1/2)
緑化助成事業	生垣緑化	ブロック塀を取り壊し生垣を新設する場合	延べの長さ：3m以上	<総額限度額> 100,000円
		生垣を新設する場合		<総額限度額> 50,000円
	庭先緑化	庭先に樹木を新たに植栽する場合	緑化面積：3㎡以上 植栽樹木目安：低木15本、中木6本、高木1本以上	<総額限度額> 50,000円
	駐車場緑化	芝や地被植物を用いて駐車場を新たに緑化する場合	緑化面積：3㎡以上	<総額限度額> 50,000円
記念植樹事業	壁面緑化	つる性植物を用いて、塀、フェンスなどの外構や建物の壁面を新たに緑化する場合	緑化面積：3㎡以上	<総額限度額> 50,000円
	記念植樹事業	個人が結婚などを記念して植樹する場合や地域団体が活動の節目を記念して植樹する場合、樹木を配布します		
	プランター貸出事業	町内会や商店街などが道路に面した部分に花飾りを行う場合、プランターに用土と花苗をつけて貸与します		

子どもを連れて市役所を利用する皆さんへ

問こども福祉課 ☎20-8733)

「来庁者子育て支援コーナー」を利用してください

「来庁者子育て支援コーナー」では、子ども連れで市役所に来た人が、窓口で手続き等をしている間、保育士が子どもを一時的に預かります。また、保育士や専門相談員が、子育て相談や子育て支援事業の紹介等を行います。

時 平日、午前9時～午後4時半(予約不要・無料)
※専門相談員は、月・水曜日(正午～午後1時を除く)

所 市役所1階市民交流ロビー

対 次のとおり

- ◎来庁者の子どもの一時預かり＝おおむね生後2カ月～就学前の子
- ◎子育て相談・子育て支援事業の紹介等＝妊婦、18歳未満の子がいる家庭

おもちゃや絵本を用意しています



パネル展

ひろばにおそびにきてね♪

問こども福祉課 ☎20-8733)

子育てひろばをポスターで紹介します。
近くのひろばを見つけてくださいね！



時 12月3日(月)～14日(金)

所 市役所1階市民交流ロビー



31年1月8日(火)から11日(金)

31年度育成学級の
入級申請の一斉受付

対象

31年4月2日現在、市立小学校に在学し、保護者の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

とき・ところ

次のとおり

◎31年1月8日(火)

午後7時～8時半(すべての育成学級(市内20か所)

◎31年1月9日(水)～11日(金)

午前9時～午後7時(市役所1階101会議室)

申し込み

所定の申請書のほか、両親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して下さい。募集要項や申請書は、12月3日(月)からこども福祉課とすべての育成学級で配布するほか、市ホームページから印刷も出来ます。

問こども福祉課 ☎20・8733)



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 参=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 参無料 申不要

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」
をクリックし、
画面左の「広報」「市民活動
団体の紹介」を順にクリック

市ホームページでは、市民活動
団体の情報を分野別で紹介すると
共に、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。

団体が、市ホームページに掲載
を希望する場合は登録が必要で
す。また、登録団体であれば、「F
Mうじ」に出演して活動をPRす
ることも出来ます。詳しくは、秘
書広報課広報係 ☎20・8704
へ。

市民活動団体を
紹介しています
～ 掲載場所のご案内 ～

ママのためのおはなし会
「災害への備え」

妊婦や赤ちゃんのいる家庭に必要な
防災用品の準備、家族との情報共有等、
普段から災害に備える対策について話
します。

時 31年1月8日(火)午前10時～11時
所 うじ安心館 対 妊婦または概ね6カ
月までの子と保護者(6カ月を超える場
合は定員が空いている場合のみ参加可)
定 先12組 対 母子健康手帳、バスタオ
ル 他 兄弟も一緒に参加可(保育なし)
申 催し名(参加希望日)、保護者の氏
名・住所・電話番号、子の氏名・生年
月日、兄弟参加の有無(参加の場合は氏
名・年齢)を、電話かEメールで、保
健推進課 (☐papamama-start@city.
ujikyo.to.jp) へ。

情報BOX

今後のイベントや行事の情報をお届け
します。

こども

生涯学習・スポーツ

ふれあいボウリング

時 12月23日(祝)午前10時～正午(受け付
けは午前9時半) 所 キョーイチボウ
ル宇治(小倉町神楽田) 対 小学3～6
年生(保護者要同伴)と家族 定 先50人
内 ボウリング2ゲーム(外部講師「プロ
ボウラー」による指導あり) 申 所定の
申込書を、12月10日(月)まで(必着)に、
郵送・ファクスか市ボウリング協会窓
口 (〒611・0042 小倉町神楽田55-1
キョーイチボウル宇治内 ☎22・
3927) へ。申込書は、申し込み先の
他、生涯学習課、ラピュタボウル宇治
東にもあります。 問 同協会・山本さ
ん ☎90・9044・3623

府ヘルプマーク・市ヘルプカード

府ヘルプマーク
を身に付けた人を見
かけたら、座席を譲
るなどの配慮をお
願いします。
また、市ヘルプカ
ードを提示され
た場合は、ヘルプ
カードに書かれた
内容に応じて支
援をしましょう。

あなたの支えが必要です。
ヘルプカード
宇治市
市ヘルプカード

府ヘルプマーク

郵便等による不在者投票が出来ます

問 市選挙管理委員会事務局 ☎20-8798

郵便等による不在者投票

手帳等に、次のいずれかの記載がある人は、自らの記載
で郵便等による不在者投票が出来ます。

手帳等の種類	障害名等	障害の程度
身体障害者手帳	両下肢、体幹または移動機能の障害	1級または2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸または小腸の障害	1級または3級
	免疫または肝臓の障害	1級～3級
戦傷病者手帳	両下肢または体幹の障害	特別項症～第2項症
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸または肝臓の障害	特別項症～第3項症
介護保険被保険者証	要介護5	

代理記載制度

郵便等による不在者投票の対象者で、かつ、手帳等に次の
いずれかの記載がある人は、代理人の記載により投票す
ることが出来ます。

手帳等の種類	障害名等	障害の程度
身体障害者手帳	上肢または視覚の障害	1級
戦傷病者手帳	上肢または視覚の障害	特別項症～第2項症

いずれの制度の利用にも、事前に交付される「郵便等投票
証明書」が必要です。「郵便等投票証明書」は、いつでも
同事務局で交付申請が出来ます。詳しくは、同事務局へ問
い合わせてください。

12月3日～9日は障害者週間

障害のある人もない人も、お互いにか
げがえない個人として尊重し合いなが
ら共に生きる社会を実現するためには、
私たち一人一人が、様々な障害への理解
を深めると共に、それぞれの障害に合っ
た配慮をする、思いやりの気持ちが大切
です。 問 障害福祉課 ☎21・0419
☎22・7117

●障害のある人の作品・製品展示会

時 12月20日(木)～31年1月18日(金)
所 市役所1階ギャラリーコーナー

内 作品展示、製品の展示販売、
作業の実演

●聴覚障害者のある人へ
～ 要約筆記者の個人派遣～
聴覚障害のある人に文字を書いてコ
ミュニケーション支援をする要約筆記者
の派遣を行っています。医療機関での受
診・相談の他、冠婚葬祭、自治会活動等
の社会生活上必要な場合にも派遣を行
います。

申 1週間前までに障害福祉課へ。

安全・安心



危険物取扱者講習と試験

岡市防火安全協会事務局（〒611・0002・1
宇治下居13-2 予防課内） ☎39・9402

●危険物取扱者試験予備講習会

時 31年1月11日（金）午前9時〜午後4時
半 所 生涯学習センター 定 先 48人 料 予
◎府危険物安全協会連合会員・従業員、
学生 115千円 ◎その他 17千円 申 申込
書を、31年1月10日（木）まで（必着）に、
郵送か同事務局窓口へ。郵送の場合は、
現金書留で返信用封筒を要同封。

●危険物取扱者試験

時 31年2月10日（日） 所 Y・C 京都工
科大学校（京都市下京区） 料 ①甲種 6
500円 ◎乙種 4500円 ◎丙種 36
00円 申 受験願書を、12月21日（金）
〜31年1月7日（月）（消印有効）に、郵送
で、（一財）消防試験研究センター（京都府
支部）〒602・8054 京都市上京区出水
通油小路東入る 京都府庁西別館3階）
へ。同センターホームページの専用
フォーム（☎http://www.shoubo-
shiken.or.jp）からも申し込み出来ます。

文化・芸術・歴史

図書館

中央図書館 〒611・0023 折居台1-1
☎39・9256 ☎39・9256 FAX 39・9257

植物公園

〒611・0031 広野町八軒屋敷25-1
☎39・9387 FAX 39・9388

詳しくは同園ホームページ（☎http://
www.uji-citypark.jp/botanical/）で確
認出来ます。毎週土曜日は市内の小・
中学生の入園は無料です。

ウィンター・ガーデン2018

「冬だからこそ楽しめる植物園」を
テーマに、冬の見どころ、冬の庭（植
物）の楽しみ方を紹介します。期間中は
冬のスタンプリー等の催しを行います。

時 12月8日（土）
〜31年1月27日
（日）午前9時〜
午後5時（入園は
午後4時まで）
他 《休園日》月曜
日（祝日の場合は
翌日）、12月28日
〜31年1月4日



住まい・環境・資源

リサイクル教室

時 12月19日（水）◎午前10時〜正午◎午
後1時〜3時 所 ゆめりあうじ 図 市
内在住の人 図 ①ガラス教室「キャンド
ルスタンド」②衣服教室「大島で作る変
わりブローチ」 定 ①各5人 ②各7人

図書館の楽しいクリスマス会

クリスマスの歌や絵本
の読み聞かせなどを行い
ます。当日はサンタが
やってきます。



時 所 ◎12月19日（水）11東宇治図書館・西
宇治図書館 ◎12月21日（金）11中央図書
館。いずれも午後3時〜4時 図 幼児〜
小学校低学年 問 各図書館（◎東宇治図
書館 ☎39・9182 ◎西宇治図書館
☎39・9226）

児童書図書展示

「ドキドキ☆ワクワククリスマス」

絵本「メリークリスマスおかみさん」
や「クリスマス★オールスター」など、ク
リスマスの話を描いた絵本や紙芝居等を
展示、貸し出しします。

時 12月4日（火）〜24日（休） 所 中央図書
館 問 同館

産業・消費生活・求人

市立保育所 臨時職員登録

必要に応じて選考し、随時任用し
ます。

《勤務内容》保育職員、調理員、用務員
（主に園内美化業務）（いずれも資格不問）
《勤務日時》①午前8時半〜午後5時15分
（相談可）②午前7時〜9時、午後4時半
〜7時（②は保育職員のみ）
《報酬》◎日額 116930〜7320円

その他

議会生中継及び録画中継 12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、12月定例会は12
月4日（火）から開催します。市議会
ホームページ（☎http://www.city.uji-
kyoto.jp/gkain/）をご覧ください。
問 議会事務局

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 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、31年5月1日時
点で大学、大学院、専門学校に在籍ま
たは在籍見込みの30歳以下の人
《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、学生ビザ申請費、
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

◎時間額 11894〜1049円（資格、業務
内容による） 申 市販の履歴書（要写真）
に、保育士資格を有する人は保育士証の
写しを添え、本人が保育支援課窓口へ。

育成学級指導員（非常勤職員）

《勤務内容》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）》16万3800円（他手当あ
り）

《募集人数》若干名

《試験日》随時実施（応募の際に日程調整）
申 履歴書（A4サイズ、要写真）を本人が
こども福祉課窓口へ。アルバイトも募集
しています。詳しくは同課へ。

山城マルシェ in JR宇治駅

時 12月7日（金）午後4時〜7時 所 同駅
南北通路 図 農家による新鮮で旬な地元
農産物と加工品の直売 問 農林茶業課

催し

世代間交流 しめなわづくり

時 12月15日（土）午前9時半〜11時半
所 大久保青少年センター 図 小学生〜
（保護者も参加可） 問
西大久保学区福祉委員
会の皆さん 問 同セン
ター ☎39・9281



《応募資格》授業料等免除の枠から外れ
た留学希望者及び前記の応募資格に準
ずる人。ただし、年齢の上限はありません。

《募集人数》若干名

●共通

《留学期間》31年5月1日（水）〜8月9
日（金）。ただし、オリエンテーション
に出席するため、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31年1月9日（水）に実施予定。
時間と場所は応募者に後日、連絡しま
す。

申 募集要項を確認の上、必要書類を、
12月17日（月）まで（必着）に、郵送か秘
書広報課秘書係窓口へ。なお、募集要
項等は、市ホームページから印刷も出
来ます。

市政を見る会

時 12月12日（水）午前9時〜正午 所 市
役所8階大会議室 他 図 市内在住の人
定 先 20人 内 市議会の傍聴、選挙啓発
映像「池上彰の特別講座 若い人の投票
で何が起きるのか？」の鑑賞 申 12月3
日（月）〜11日（火）（11日は正午まで）に、
電話で、市選挙管理委員会事務局（☎
20・8798）へ。

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 調=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（図）だれでも 定なし 料無料 申不要

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。



笑顔で健やか宇治のまち

(問 健康生きがい課)

保健師・管理栄養士が
健康づくりに役立つ
情報をお届けします

市民の皆さんの

「減塩」の状況って!?



※「手軽で美味しい減塩食の推進に向けてのアンケート(平成30年2月)」より

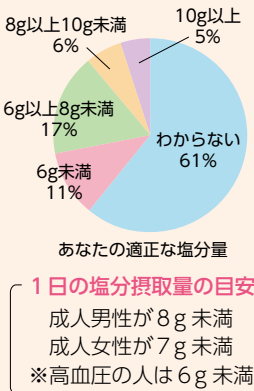
宇治市民は減塩意識が高い！

「減塩を心がけていますか？」の質問に対して、「いつも心がけている」「時々心がけている」と答えた人が7割以上でした。多くの人が、普段から減塩を意識して生活しています。

でも、適正な塩分摂取量知らない

「自身の1日あたりの塩分量は何g程度以下がよいと思いますか？」の質問に対して、「わからない」と答えた人が約6割でした。

一度、栄養成分表示を参考にし、どれだけの塩分を摂っているのかを見てみましょう。意外なものにも塩分は入っていますよ。



外食や惣菜を利用する人は
塩分摂取量が多い

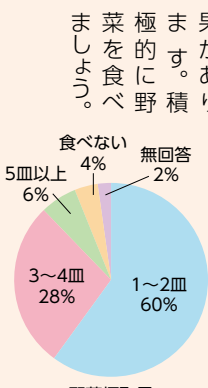
昼食や夕食で、週3回以上外食や惣菜を利用する人は、ハムやソーセージ、うどんやラーメン等の麺類、インスタント食品の利用頻度が高く、

「濃い」「こってり」の味付けを好む傾向にあることが分かりました。外食等を利用するときは、食べ過ぎないように注意したり、汁を残したり等、ちよつとした工夫で減塩することが出来ます。また、インスタント食品等を利用するときは、栄養成分表示の食塩相当量を参考にしてみましょう。

野菜の摂取量が少ない

野菜は小鉢で5皿程度(1日350g)摂取することが理想です。しかし、5皿以上と答えた人は1割以下しかおらず、1〜2皿と答えた人が約6割、3〜4皿と答えた人が約3割でした。

野菜を食べると、体内の余分な食塩(ナトリウム)の排泄を促してくれる効果があります。積極的に野菜を食べましょう。



健康生きがい課では、「宇治市、適塩できえんははじめました。」を合言葉に、さまざまな取り組みを進めています。

12月8日・9日は、アルプラザ宇治東にて「買い物ついでに健康づくり・食育フェスタ」を開催します。その中でも、減塩に関するコーナーを実施しますので、ぜひ一度足を運んでみてください。お待ちしています。



「宇治市くらしの便利帳 2018」の「防災情報」お詫びと訂正のお知らせ

問危機管理室 ☎39-9421

平成30年10月に発行した「宇治市くらしの便利帳」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。

	誤	正
◎55ページ 上部注釈部分	想定雨__	想定雨量
◎56ページ 凡例(茶色斜線部分)	家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)	家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)
◎61ページ 上部注釈部分	山科川	弥陀次郎川、戦川・新田川

『宇治市くらしの便利帳』は10月末日までに市内の各家庭に配布をしました。届いていない場合には秘書広報課広報係(☎20-8704)まで問い合わせください。



レッツ！エコ・リサイクル(問ごみ減量推進課)

残さず食べてごみ減量！



- ・捨ててしまいがちな大根の葉を使うので、ごみを減らすことが出来ます。
- ・大根の葉は根に比べてビタミンとカルシウムが豊富に含まれていますので、常備菜として健康をサポートします。



エコやリサイクル活動に取り組んでみませんか

大根葉の常備菜

〈材料〉(作りやすい分量)

- 大根葉 …… 100g
- ちりめんじゃこ …… 10g
- いりごま(白) …… 3g
- ごま油 …… 2g
- 酒 …… 5g
- 砂糖 …… 5g
- 濃口しょうゆ …… 5g

〈作り方〉

- ① 大根葉と茎を細かく刻む。
- ② フライパンにごま油を入れ熱し、①をしんなりするまで炒める。
- ③ しんなりしたら、ちりめんじゃこを入れ、さらに炒め、しょうゆ、砂糖、酒で味つける。
- ④ 水気がなくなるまで炒めた後、最後にごまをふる。

《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 [30年11月1日現在]

・世帯数 83,733世帯(前月比+60世帯)
・人口 187,296人(前月比+6人)

・男性 90,762人
・女性 96,534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出来ます。



ご意見・ご感想は、はがき、ファクス、メールで随時受付をしています。
秘書広報課あて ☎obokoho@city.uji.kyoto.jp