

新春

輝かしい未来に向かって
ともに考え ともに歩もう

2P 新春あいさつ

4P 1年をふりかえって
平成19年の出来事を紹介します

8P みんなの広場
伝統行事「虫供養」など

14P INFORMATION
アルバイト登録者の募集など

22P 久御山の民話
紙芝居「みだ次郎さん」ほか



自立した行財政運営から 確かな歩みを進める一年

久御山町長 坂本 信夫

皆様、新年明けましておめでとうございます。

希望に満ちた輝かしい新春をお迎えになられたことお喜び申しあげます。

新しい年を迎え、改めて、皆様が「住んでよかった、いつまでも住み続けたい」と実感していただけるまちづくりに、全力を傾注する決意であります。

昨年は、国民年金保険料の「記録漏れ」問題をはじめ、食の偽装表示が発覚するなど、国民生活に直接結びつく様々な問題が表面化した一年だったように思います。また、自然環境では猛暑の夏や局地的な大雨など、地球温暖化による影響と思われる異常気象も多く現れましたが、新しい年は、災害のない、平和で、安全、安心して暮らせる一年であってほしいと願っております。

本町におきましては、第4次総合計画に基づき、各種施策を推進していますが、それと併行して行財政改革により、自立した行財政運営をさらに進めるための見直しをおこなっているところであります。

昨年、9月議会において、本町の合併への対応は、当分の間、独自で行政運営を進

めていくことを表明いたしました。本年は、自立した行財政運営から確かな歩みを進める一年にしたいと考えており、財政状況を十分踏まえ、住民福祉の向上のために常に創意工夫して仕事を進めてまいりたいと考えております。

今、日本経済は、景気が回復する傾向にあるといわれながらも、また不安定な状況です。このようななかで本町にあっては、新たな産業振興の場づくりと交流が図れる環境づくりに取り組みたいと考えております。

また、子育て支援策や高齢者対策などでは、実施する施策を横断的に連携させ、強化していくことが必要であると考えており、改めて自治会等における地域力を高める中で、支え合える環境づくりを構築していきたいと思っております。

今後とも、住民の皆様と行政が協働してまちづくりを進めてまいりたいと考えておりますので、引き続きご支援とご協力をお願い申し上げますとともに、皆様のご健勝とご多幸をお祈り申しあげまして、新年のごあいさついたします。

平成20年 2008



自主性を発揮し 地方自治の振興と発展をはかる

久御山町議会議長 水見 正王

新年明けましておめでとございます。
ご家族おそろいで、輝かしい平成20年の新春をお迎えのこととお喜び申しあげます。

町民の皆様には、日ごろから町政ならびに議会の運営に際し、格別のご理解とご協力を賜り心から厚くお礼を申しあげます。

さて、わが国の景気は、バブル崩壊後の長い低迷から脱却し、緩やかに拡大しているとされていますが、米国の景気減速により、世界同時株安、これまでの円安傾向から一転して急激に円高に進むとともに、アジア諸国における石油需要の急激な増加や不安定な中東情勢等を受け、原油価格はかつてない高水準を維持し、物価や企業経営に影響を及ぼすなど、依然として厳しい経済事情にあります。

また、急速に進む少子高齢化や格差問題、さらには三位一体の改革とともに、行財政改革や地方分権の進展、そして、財政健全化法の成立や公会計制度の改革など、行財政を取り巻く状況が激しく変化し、課題も山積しているところであります。

このように地方自治を取り巻く環境はますます多難であり、その舵取りも厳しいものがあります。久御山町では、第4次総合計画に定められた「人輝き 心とらぐ 躍動のまち 久御山」を実現し、自立した

まちをつくるため、安全安心な社会の構築、少子高齢化にともなう支援、教育環境の整備、地域経済の活性化、環境保全対策などに取り組まなければなりません。また、魅力とにぎわいのあるまちづくりをめざした新市街地整備事業をはじめ、国営附帯府営農地防災事業などにおいても、さらなる事業の推進が期待されているところであり、町民の皆様の参画と協働のもと、全力で取り組んでまいりたいと考えております。

地方分権が進むなか、今までと違って地方自治体の自主性がますます求められ、真価が問われる時代にあります。このため、議会の果たす役割は、非常に重要になってまいります。私たち議員もその状況を的確に判断し、自治の振興・発展のため、行政とも十分連携をはかりながら、責務を果たしてまいるとともに、議会は町民の負託にこたえる重要な機関であることを認識し、魅力あるまちづくりのために議員一丸となつて、誠心誠意努めてまいりたいと考えております。

結びに、町民の皆様のご多幸とご健勝をお祈り申しあげますとともに、本年も相変わらぬご支援とご協力を賜りますよう、心からお願ひ申しあげまして、新年のごあいさついたします。



2007

平成19年

一年をふりかえって

町では、住民のみなさんと行政による「協働と連携」のまちづくりをめざして、平成19年は、子育て支援センター建設や新市街地整備事業、のってこバスの本格運行、住民懇談会など多くの事業に取り組みました。今号では、主な出来事を紹介し、平成19年をふりかえってみましょう。



31日 24日 20日 18日 16日 14日 8日 1日 24日 23日 28日 24日 9日 8日 7日

消防出初式
成人式
新春のつどい
南大内土地区画整理組合設立総会
くみやまマラソン
食育推進基本方針を策定
男女共同参画フェスティバル
第1回町議会定例会開会
生徒指導地域づくり連絡会設立総会
中学校卒業証書授与式
幼稚園修了証書授与式
ふれあい福祉まつり&音楽フェスティバル
小学校卒業証書授与式
保育所保育証書授与式
春休み映画大会「ベルナのしっぽ」
役場庁舎KESステップ2取得





22 8 30 29 16 13 9 3 29 22 11 10 9 8 4 1
日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日

役場組織・機構の一部見直しのつてこバス本格運行開始
保育所入所式
京都府議会議員選挙
小学校入学式
中学校入学式
幼稚園入園式
久御山町議会議員選挙
毎月最終日曜日「バスの日」開始
ゆうホール「お楽しみ演奏会」
水防訓練
総合体育大会総合開会式
第1回町議会臨時会開会
生涯学習事業開講式
防災パトロール
第2回町議会定例会開会のつてこバス乗車10万人突破



22 15 10
日 日 日

第4回町議会定例会開会
ファミリーシアター「のんのばあとオレ」
冬休み映画大会「佐賀のがばいばあちゃん」

23 16 11 3・4日
日 日 日 日

ふるさとフェア久御山
戦没者追悼式
住民懇談会
町民文化祭



28 21 15 7
日 日 日 日

町民運動会
子育て支援センター「あいあいホール」愛称決定
町政を見る会
環境まつり・下水道まつり

25 11 6
日 日 日

第3回町議会定例会開会
敬老会
食育ネットワーク記念講演会

25 15 6
日 日 日

久御山中学校生徒オーストラリア派遣出発
平和祈念集会・戦没者追悼サイレン吹鳴
青少協子ども広場、商工会納涼夏まつり

29 23・24 21 14 7 1
日 日 日 日 日 日

参議院議員選挙
平和のための小・中学生広島派遣
夏休み映画大会「名犬ラッシー」
町民プールオープン
歯のひろば
広報紙に有料広告掲載開始

平成20年4月から
国保加入者の
みなさんへ

新しい健診と 保健指導が始まります

40歳から74歳までを対象

町では、平成20年4月から、40歳から74歳までの国民健康保険加入者を対象に、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予防を取り入れた「特定健診・特定保健指導」を実施します。

いつまでも健康でいるためには、予防が何よりも大切。健診を活用することで、少しでも早い時期に生活習慣病を食い止めることができます。

ぜひ、この機会に健診を受診して、みなさんの健康づくりにお役立てください。

1 健診項目に「腹囲」の計測がプラスされます

新しく始まる健診では、内臓脂肪の蓄積状況をみるために、腹囲の測定を取り入れるなど、メタボリックシンドロームが強く疑われる人や予備群の減少をめざして、保健指導を必要とする人への確に選り出すための健診項目が導入されます。

▽診察

問診／身体計測／腹囲測定／血圧測定

▽脂質検査

中性脂肪／コレステロール

▽肝機能検査

▽代謝検査

血糖など

▽尿・腎機能検査

尿たんぱくなど

医師が必要と判断した場合に選択的に受ける健診項目

▽貧血検査

ヘマトクリット値／血色素測定

▽赤血球数

▽心電図検査

▽眼底検査

2 健診を受けた人全員に、 情報提供がおこなわれます

健診受診者全員に対して、個々の健診結果や健診時におこなわれた質問票から、対象者個人に合わせた情報提供がおこなわれます。

対象者が健診結果から、自分の体の

状態を認識するとともに、生活習慣を見直すきっかけとなるようにするものです。

3 保健指導を必要とする人を選び出します

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪に加え、高血糖、高血圧、脂質異常という危険因子を2つ以上持っている状態をいいます。

メタボリックシンドロームの状態になると動脈硬化が急速に進み、心臓病や脳卒中などの循環器病や糖尿病の合併症などの発病につながりやすくなります。

そこで健診結果から、メタボリックシンドロームまたは予備群と判断された人へは、生活習慣病の発症リスクなどから階層化した3つのグループへ情報提供「動機づけ支援」「積極的支援」ごとに生活習慣病に進行しないための保健指導がおこなわれます。（7ページ参照）

内容は、メタボリックシンドロームから脱するための運動や食事を中心とした生活習慣改善の支援です。

特定健診の受け方は

40歳から74歳までの国民健康保険加入者を対象として、1年に1回健診を

実施します。町が委託契約した健診・保健指導機関で受診することとなります。

これまでの健診の受診実態を把握して、受診場所・受診方法など、受診しやすい体制を整えます。

年1回の健診を欠かさないようにしましょう

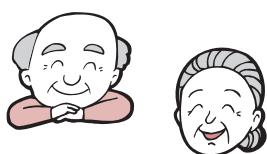
○保険者（市町村）ごとに対象者の受診率や、メタボリックシンドロームの該当者や予備群の減少率目標が定められていますので、特定健診や特定保健指導を受けてもらわないと、その目標が達成できなくなるおそれがあります。

○そうすると、保険者の努力が足りないということになるので、多額の「支援金」の負担が求められ、保険料や保健事業に影響が出る可能性もあります。

○みなさんのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ／国保医療課

健康を守るために
受診しましょう



メタボリックシンドロームの判定基準

■内臓脂肪型肥満

腹囲 男性85cm以上 (内臓脂肪面積
女性90cm以上 (男女とも100cm²以上に相当))



上記に加え、
以下のうち2項目以上が該当
(1項目が該当の場合は予備群)

■高血糖

空腹時血糖 100mg/dl以上 (またはHbA1cが
5.2%以上)

■脂質異常

中性脂肪 150mg/dl以上
かつ/または
HDLコレステロール 40mg/dl未満

■高血圧

収縮期血圧 130mmHg以上
かつ/または 拡張期血圧 85mmHg以上

メタボリックシンドローム

※喫煙習慣も関連リスクとしてカウントされます。

判定基準により、リスクに合わせて保健指導

リスクが重なりだした段階

積極的支援

健診判定の改善に向けて、継続的に実行できるような支援がなされます。

リスクが出現しはじめた段階

動機づけ支援

自分の生活習慣の改善点や実践していく行動などに気づき、自ら目標を設定し、行動につづることができるような支援がなされます。

メタボリックシンドロームのリスクなし

情報提供

健診結果から今の健康状態を把握し、健康な生活を送るための生活習慣の見直しや改善のきっかけとなる情報が提供されます。非該当者だけでなく、全員に実施されます。

▼高額医療費の自己負担限度額 (月額)

所得区分	自己負担限度額	
	外来 (個人ごと)	外来+入院 (世帯ごと)
一定以上の所得がある人 (定率3割負担)	44,400円	80,100円 (医療費が267,000円を超えた場合は、超えた分の1%を加算) 過去12か月間に4回以上高額医療費の支給があった場合4回目以降は44,400円
一般 (定率1割負担)	12,000円	44,400円
低所得者 (住民税非課税世帯など) 定率1割負担	Ⅱ	24,600円
	Ⅰ	15,000円

※入院の場合、1か月の一部負担金は限度額までの負担となります。

入院時の食事代や差額ベッド代などは、支給対象となりません。

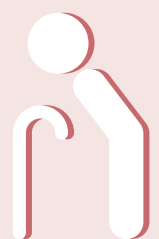
※老人保健受給者証の、一部負担の割合の部分に「自己負担限度額 (一般) 適用」と表記されている人の自己負担限度額は、一般となります。(定率負担は3割)

老人保健では、1か月の医療費の自己負担額が高額になった場合、左表の自己負担限度額を超えた分を、申請により給付する制度があります。該当される人には通知をします。で、老人保健受給者証と健康保険証、

印鑑、預貯金通帳をご持参のうえ、申請してください。
すでに申請された人は、再申請の必要はありません。
問い合わせ/国保医療課

老人保健の高額医療費

ご存じですか



みんなの 広場

みんなが主役
まちの話題! あ・れ・こ・れ



2007 KumiYama
男女共同参画セミナー (12月11日・中央公民館)



2007 KumiYama
ライオンズクラブ「身体障害者合同餅つき大会」
(12月2日・役場中庭広場)

淀大根の出荷

東一口地区

冬の風物詩

町内の東一口地区で、町特産品の淀大根（聖護院大根）の収穫が11月中旬から始まり、出荷作業が最盛期を迎えています。

聖護院大根は、地元では淀大根と呼ばれ、巨椋池干拓田が広がる東一口地区で、早場米を刈り取った後に、裏作として丹精込めて栽培され、東一口淀大根出荷組合（鶴ノ口承太郎組合長）の19軒のみなさんが、1日に各200本から300本を、京都や大阪などの高級料亭や百貨店、関東地方などに向けて出荷しています。

淀大根の大きさは、直径約20㍍、重さ約2㍍で、甘くて苦味が少ないのが特徴で、味がしみこみやすく、長時間煮込んでも煮崩れせずに、口の中でとろけるような食感は、おでんや風呂吹き、ぶり大根などに最適です。

この淀大根の出荷作業は、3月ごろまで続く見込みで、丸くて、真っ白な淀大根が水洗いされ、石垣のように整然と高く積み上げられる風景は、町を代表する冬の風物詩となっています。



早朝から水洗いをして、石垣のように積み上げられた淀大根

伝統行事「虫供養」

光福寺（藤和田）

五穀豊穰に感謝



12月8日、藤和田の光福寺（神居伸行住職）で、農作業で駆除した虫の霊を鎮め、五穀豊穰に感謝する虫供養がおこなわれました。

かつては、各地の農村などでおこなわれていた虫供養も、近年は実施するお寺も少なくなり、光福寺では

毎年、この時期におこなわれ伝統行事を守り伝えています。

法要では、夜に檀信徒が本堂に集まり、住職が読み上げる虫供養の回向文などに合わせて全員で読経し、病魔退散や無病息災を祈願しました。

また、今年は、町婦人ふるさと研究会（大宮満子会長）が作成した、同寺を題材とした紙芝居「みずの御牧の光福寺」を住職自らが読み上げて披露されました。

最後に、この日の朝からゆっくり時間をかけて煮込んだ町特産の淀大根と油揚げ、小豆ご飯を賞味し、和やかに法要を終えました。



全員で回向文を読み上げる虫供養



佐山青少協農業体験学校「大根の収穫」
(12月18日・佐山小学校南農場)



町立3幼稚園合同「作品展」
(12月14日～16日・ゆうホール)

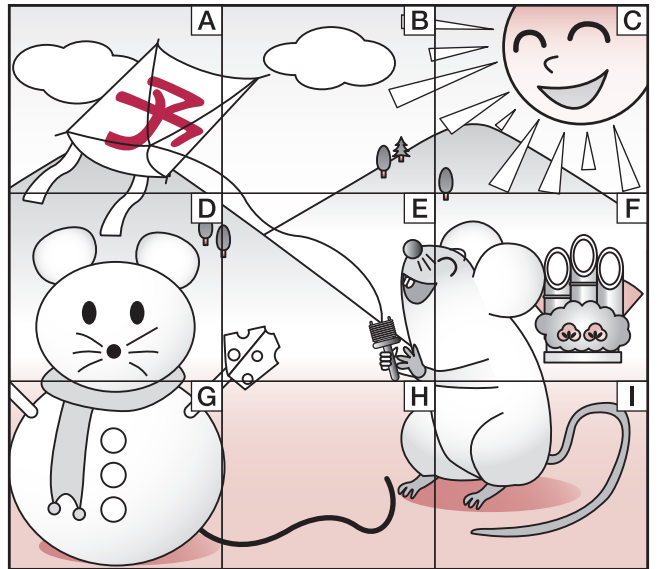
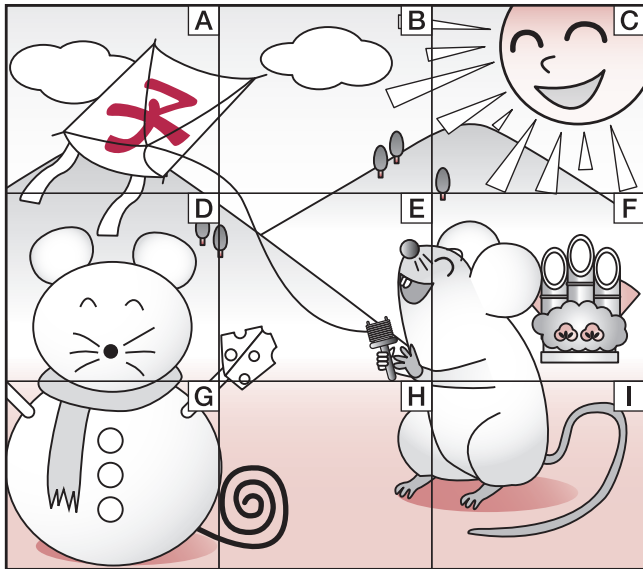


親子サロン&久味の会「楽しい料理講習会」
(12月13日・保健センター)

まちがいさがしクイズ

二つの絵には、7か所の違いがあります。絵をよく見て違いを見つけてください。

正解者の中から、抽選で20人に図書カードをお贈りします。ふるってご応募ください。



おめでとうございます

ご結婚

大字名 夫の氏名 妻の氏名
相島 酒部 幹也 酒部さゆり
林 二神 達也 二神 知都
栄 河村 孝久 河村香奈子

お誕生

大字名 出生児 父・母
藤和田 川谷内隼人 洋平・友香理
相島 西村 陸 九三男奈津子
佐山 西田 和冬 卓司・里織
林 辻川 茉音 啓司・由紀子
市田 青木百々花 和幸・麻衣
下津屋 小林 夢希 弘宜・ゆかり
栄 安藤 巨佑 昌弘・京子

平成19年11月15日から12月14日までの受付分(敬称略)



むかい ゆうな
向 優奈ちゃん

(平成18年4月24日生)

パパとママの大切な優奈へ☆ みんな
な優ちゃんの笑顔が大スキだよ♡
下津屋 父 徳士さん・母 慶美さん

わが家のアイ・ド・ル

ご存じですか 税制改正

市町村が自主性を発揮し、より身近な行政サービスを行うために進められてきた三位一体改革の一環として、平成19年から国の所得税から地方の住民税への税源移譲がおこなわれました。
今号では、改正点のうち個人住民税の住宅ローン控除などについて紹介します。

個人住民税での住宅ローン控除

「住宅借入金等特別控除額控除」（以下「住宅ローン控除」）の適用を受けている人で、税源移譲により平成19年から所得税が下がり、今までの住宅ローン控除額が所得税から引ききれない人については、申告すると平成20年度から28年度までに限り、個人住民税の所得割から減額調整されます。

対象となる人

平成11年から18年中に入居された人で、次の①または②に該当する人です。
①税源移譲により所得税額が減少する結果、所得税の住宅ローン控除限度額が所得税より大きくなり、控除しきれなくなった人
②所得税の住宅ローン控除限度額が所得税額より大きく、税源移譲前でも控除しきれなかったが、税源移譲により控除しきれない額が大きくなった人

※平成18年で住宅ローン控除の適用がなくなった人や税源移譲前と移譲後で控除税額に変更がなく、税源移譲

後の所得税から住宅ローン控除が全部引ききれ、個人住民税での調整が不要な人などは、調整措置の対象となりませんのでご注意ください。

個人住民税の住宅ローン控除額

（平成20年度から28年度まで適用）
次のとおり算出された額をその翌年の個人住民税から控除します。

①と②のいずれか少ない金額から③を差し引いた金額

※①前年分の所得税の住宅ローン控除限度額

②税源移譲前の税率を適用して算出した前年分の所得税額

③税源移譲後の税率で算出した前年分の所得税額

申告方法

対象となる人は、原則として毎年3月15日まで（今年は3月17日まで）に申請書を提出してください。

ただし、次のとおり確定申告書を提出する人と給与所得のみで確定申告書を提出されない人で申告方法が異なりますのでご注意ください。

①確定申告書を提出する人

税源移譲に伴う住民税の経過措置

平成18年分の所得税が課税された人で、平成19年中の所得が前年と比べて大きく下がったことなどにより、平成19年分の所得税がかからなくなった人については、平成19年度分の住民税を税源移譲前の税額まで減額する経過措置があります。

この適用を受けるためには、申告書の提出が必要となります。

対象となる人

次の①・②の両方の要件を満たす人です。

①平成19年度住民税の課税所得金額（申告分離課税分を除く）が、住民税と所得税との人的控除額の差の合計額より大きくなった人。

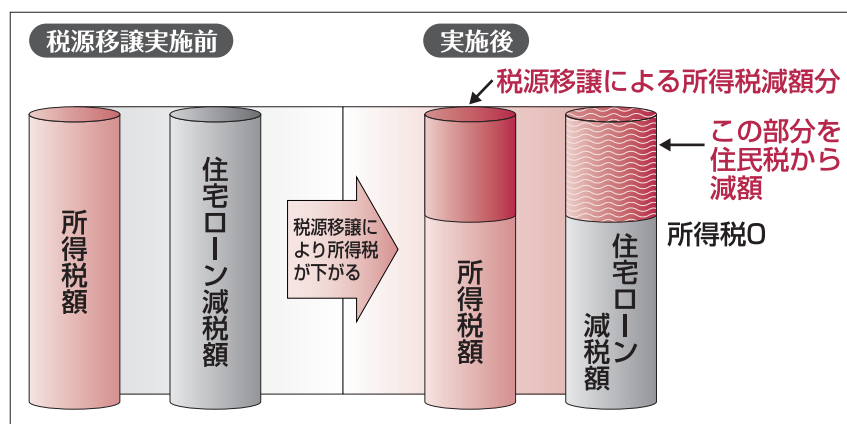
②平成20年度住民税の課税所得金額（申告分離課税分を含む）が、住民税と所得税との人的控除額の差の合計額以下になった人。

申告方法

平成19年度分の住民税を課税した市町村に対し、平成20年7月1日から31日までの間に申告書の提出が必要となります。

さらに詳しい内容については、後日改めて「広報くみやま」や町ホームページなどでお知らせします。

問い合わせ／税務課



確定申告時に「町・府民税住宅借入金等特別税額控除申告書」もあわせて提出してください。（税務署での申告も可能です）
②給与所得のみで確定申告書を提出しない人
「町・府民税住宅借入金等特別税額控除申告書」に源泉徴収票原本を添付して税務課へ提出してください。
※申告書は税務課または税務署で配布しています。また、役場ホームページからもダウンロードできます。

No. 10

また、国民健康保険などの5つの特別会計と水道事業会計の予算執行状況は、表②のとおりです。

地方債（町の借金）の9月末現在高は、一般会計が四十二億四千三百十九万円、公共下水道事業特別会計は四十九億二千八百六十万円となっています。町では、下半期も予算の適正・効率な執行に努めていきます。

(億円) 70 50 30 20 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 20 40 (億円)

歳入

歳出

町税45億9,119万円 70.5% (32億3,733万円)

地方消費税交付金3億6,700万円 56.5% (2億745万円)

国庫支出金5億778万円 8.5% (4,321万円)

府支出金2億4,200万円 18.0% (4,353万円)

繰入金6億3,056万円 53.9% (3億3,970万円)

その他14億7,702万円 25.3% (3億7,308万円)

合計78億1,555万円

歳入

総務費11億2,103万円 39.2% (4億3,950万円)

民生費17億8,000万円 41.9% (7億4,564万円)

衛生費5億5,964万円 46.0% (2億5,768万円)

土木費15億3,111万円 16.3% (2億4,902万円)

教育費11億6,666万円 37.7% (4億4,018万円)

その他16億5,711万円 38.9% (6億4,420万円)

合計78億1,555万円

54.3% (42億4,430万円)

35.5% (27億7,622万円)

〓は収入済および支出済率(金額)

會計名等	歲入		歲出		
	收入 濟額	收入 濟率	支出 濟額	支出 濟率	
國民健康保險	6億4,478万円	41.6%	6億8,569万円	44.2%	
三郷山財産区	757万円	100.1%	613万円	81.1%	
老人保健	6億4,021万円	44.5%	5億6,665万円	39.4%	
公共下水道事業	3億3,079万円	30.0%	2億9,570万円	26.9%	
介護保険	3億2,406万円	39.0%	3億 591万円	36.8%	
水道	収益の収支	2億6,900万円	50.2%	2億2,565万円	41.9%
	資本の収支	812万円	10.5%	5,231万円	27.5%



くみやまマラソン

昨年参加した子どもの保護者の声

- ## 主催者の声

- 問い合わせ／くみやまマラソン実施委員会事務局（総合体
育館内） ☎0774（44）2205





消費生活110番

vol.112

環境問題を考える

◆ごみの量と処理にかかる費用

私たちは普通の生活を送る中で、たくさんのごみを出しています。日本全体のごみの排出量は年間約5,059トンで一人一日あたりに換算すると約1.1キログラムにもなり、ここ数年ほぼ横ばいの状態です。

物を買うときには、その対価を支払いますが、ごみを捨てる場合の対価はどうでしょう。ごみを捨てる対価は、その処理費用を税金から支出するかたちで支払われています。その額は、日本全体では1年間で約2兆円で、国民一人あたりに換算すると約1万5千円になります。

費用がかかるということは、ごみ問題を考える一側面に過ぎませんが、私たち一人ひとりがごみの減量化を意識することが大切です。

◆循環型の社会

アルミ缶やペットボトルなどの資源化できるごみは、市町村の定めに従い分別回収されます。リサイクルには、単に資源の有効利用だけではなく、埋立処分場の延命や焼却に伴う二酸化炭素排出の抑制などの効果もあり、リサイク

ル率は年々向上しています。

しかし、リサイクルはよいことづくめではありません。リサイクルには、新たな資源・エネルギーの投入も必要ですし、その費用もかかります。また、分別収集などのために市町村が追加で支出する費用は、リサイクル自体にかかる費用以上とも言われています。

日本が「循環型社会」をめざすなかで、廃棄物の3R「リデュース（発生抑制）・リユース（再使用）・リサイクル（再資源化）」が重要と言われています。

しかし、現状はリサイクルの意識は高まっているものの、ごみの排出量はなかなか減りません。

今後は、使い捨てではなく詰め替え製品などを使用したり、使用済みの製品も再使用できるようにするなど、私たちが、日ごろからごみ問題に関心を持ち、行動し、ごみの排出量を削減し、環境問題に取り組むことが重要です。

消費生活に関する疑問などは、京都府消費生活安全センター ☎075（671）0004、京都府山城広域振興局商工観光室 ☎0774（21）2103または町産業課へご相談ください。

- ① 1日3食、決まった時間に食べよう
欠食の後はドカ食いしやすく肥満のもとです。朝食を食べていない人は、牛乳や果物など手軽に用意できるもので食べる習慣をつけましょう。
- ② 八分目を守り、食べ過ぎを防ごう
「今日はこれだけ食べる」と食べる量を決めておきましょう。1日単位より週単位で食べる量の調整をしましょう。
- ③ 就寝2～3時間前に夕食を済ませよう
夜間、しかも就寝前の食事は内臓脂肪蓄積に直結するので、寝る前の食事は禁物です。
- ④ 脂っぽいものは控え、副菜を先に食べよう。
脂肪のとり過ぎは内臓脂肪蓄積の

食習慣10のポイント

食べ過ぎ・飲み過ぎを防ぐ

食習慣10のポイント

ワンポイントアドバイス

高血圧や高脂血症、糖尿病などの生活習慣病が単独ではなく、互いに関連して発症し、軽度の段階であってもそれらが重なると、動脈硬化が急速に進行します。

健康
くみやま
21
シリーズ19
No.

- ⑤ なるべく家族や友人と食卓を囲もう
会話を楽しみながらの食事は、早食いや食べ過ぎを防げます。
- ⑥ よくかんで、ゆっくり食べよう
ひと口30回かむことを目標にすれば、少量でも吸収力が向上し、十分満腹となります。
- ⑦ ながら食いやまとめ食いは避けよう
食事をするときには食卓で、食べることに集中しましょう。
- ⑧ 身近なところに食品を置かない
食卓や戸棚など、つい手が出てしまう場所に食品を置かない。また、なるべく買い置きしないようにしましょう。
- ⑨ アルコールと甘味はとり過ぎない
アルコールは適量を守り、週2日は休肝日を守りましょう。菓子類や清涼飲料水は、高エネルギーなので食べ過ぎないようにしましょう。
- ⑩ 外食は単品より、定食類を食べよう
丼ものなどの単品メニューを避け、多種類のおかずが入っている定食や幕の内弁当を選びましょう。

問い合わせ／長寿健康課

長寿社会の到来とともに、すべての人々がそれぞれのライフステージに応じた健康づくりの取り組みなどを定めた「健康くみやま21」の内容を、シリーズで紹介していきます。

図書館

BOOK BOOK BOOK BOOK BOOK

今月のテーマ図書

へねずみの本▽

図書館では、毎月テーマを決めて本を紹介しています。ぜひご利用ください。今月は、干支にちなみ、ねずみに関するオススメの本を紹介します。

オススメ本

「ねずみきょう」（絵本）

一人であらすおばさんから、お経をと覚えて頼まれた二セ坊主が、偶然あらわれたねずみに合わせてお経をつくるという面白い日本の民話を紹介

教育画劇出版

「ねずみのごちそう」（絵本）

自分をねらっているとは知らずに、「お客」のねことふくろうにごちそうを出してあげるねずみ。欲がなく、疑うことを知らないねずみの話を紹介

講談社出版

「知ってるかな？ネズミの生活」（児童書）

世界に1,336種いるネズミの中でも最もかしこいといわれる「家ネズミ」。この本では家ネズミの仲間と生活ぶりをマンガ風に紹介

今泉忠明監修

「ネズミと日本人」（一般書）

十二支でなぜネズミが一番を占めているのか、古来より日本人はネズミとどうかかわってきたかなど、ネズミ博士といわれる著者のネズミの民俗学を紹介

長谷川恩著

【問い合わせ】
【開館時間】
【休館日】

☎0774(45)0003
火・金曜日／午前9時30分～午後7時
土・日・祝日／午前9時30分～午後5時
1日（祝）4日（金）・7日（火）・15日（火）
21日（月）・28日（月）・31日（木）

新着図書の紹介



★さよなら、そしてこんにちは

（萩原浩著）
妻が出産のため入院した病院で、仕事に翻弄される葬儀社勤務の男の姿を描く表題作ほか、全七編。



★幕末の尼將軍―篤姫

（童門冬二著）
幕末の世、大奥をまとめ、さらに徳川家が直面している難事に立ち向かった天璋院篤姫の姿を描く。



★はこはこ?

（アントワネット・ポータイス作）
これは、はこじゃないよ。はこなんかにじゃないんだってば。何かに見立てて遊ぶ楽しい絵本。

本の読み聞かせ推進講座

図書館では、子どもの読書活動推進事業の一環として、本の読み聞かせに関する講座を開きます。お誘い合わせのうえ、お気軽にお申し込みください。

日時／1月18日（金）午後3時～4時30分
場所／ゆうホール3階ミーティングルーム

対象／町内在住・在勤で18歳以上の人

内容／読み聞かせの本選び、読み聞かせの進め方など
講師／子ども文庫やかまし村主宰の永井麻里さん

定員／先着20人

申し込み／1月5日（土）から図書館へ。電話可



■材料(4人分)

じゃがいも……………200グラム
片栗粉……………10グラム
砂糖……………10グラム

スキムミルク……………大さじ2
バター……………小さじ1

作り方

- ①じゃがいもは皮をむいてうす切りにし、蒸し器で軟らかく蒸してから、ボールに移し、片栗粉・砂糖・スキムミルクを加えてこねます。
- ②①をラップで直径4～5センチの円柱（茶筒型）にして、冷蔵庫で20～30分寝かせます。
- ③②を輪切りに8等分し、フライパンにバターを溶かして、両面をこんがり焼きます。
- ④1人2個ずつ皿に盛り付けて出来上がりです。

ヘルシークッキング Vol.108

じゃがいも餅

74*。カロリー／1人分



食生活改善推進員協議会「久味の会」

募 集

アルバイト登録者

町では、アルバイト・パート職員の登録を受け付けています。

職種／一般事務、収集作業員、保育士、幼稚園教諭、保健師、看護師、図書館司書、調理員など
勤務地／役場、保育所、幼稚園、学童保育、図書館など

対象／18歳以上の人（高校生は除く）
賃金／月額5,700円（一般事務の場合）、交通費（規定により支給）

申し込み・問い合わせ／市販の履歴書に写真を貼り、希望の職種をご記入のうえ、総務課へ。

※勤務時間・賃金は、職種によって異なります。

ひとり親家庭 新入学児童を祝い励ます会

町では、民生児童委員協議会と共催で、「ひとり親家庭新入学児童を祝い

励ます会」を開きます。

日時／3月中旬（参加希望者には、あらためてご案内します）

対象／町内在住で来年度4月に小学校に入学する父子・母子家庭の児童

内容／町長、民生児童委員協議会会長からお祝いとお励ましの言葉を送り、記念品を贈呈します。

申し込み・問い合わせ／1月31日（木）までに、社会福祉課へ。電話可

いきいきホール出張プログラム

いきいきホールでおこなっている介護予防プログラムを出張でおこないます。

日時／1月22日から3月11日までの毎週火曜日。全8回 いずれも午前10時～正午

場所／荒見苑
対象／町内在住の60歳以上の人で、8回すべてに参加できる予定の人。

定員／先着20人
費用／1回100円

内 容	時 間
血圧測定・問診・準備体操など	15分
「サッソウいきいき体操」 バランスディスク等を利用した グルーブセッション	30分
「元気ハツラツトレーニング」 高齢者向けの運動機器を使用した トレーニング	30分
整理体操など	15分

申し込み・問い合わせ／午前10時から午後5時までの間に、いきいきホールへ。

保育所入所申し込み

町立保育所の入所申し込みを、次の日程で受け付けます。

詳しくは、現在配布中の「平成20年度保育所入所の手引き」でご確認ください。

受付日程／1月15日（火）～18日（金）
手引き配布場所／各保育所・幼稚園、学校教育課

申し込み・問い合わせ／学校教育課へ。



これからのことを 考える勉強会

知的障がいなどのある人やその家族の人で、将来のことに不安を感じておられる人や今後の生活のことを相談したい人を対象に、勉強会を開きます。

日時／1月23日（水）午前10時～午後2時

場所／役場庁舎5階コンベンションホール

対象／障がいのある人とその家族
内容／権利擁護の講演と個別相談
定員／個別相談については20人（事前申し込みが必要です）

申し込み・問い合わせ／町社会福祉協議会へ。

町職員を募集

平成20年4月1日採用予定の久御山町職員採用試験を、次のとおり実施します。

【第1次試験】

日時／1月19日（土）午前9時から
場所／久御山町役場
職種／保育士・幼稚園教諭
採用予定人員／若干名

受験資格／①昭和56年4月2日から昭和63年4月1日までに生まれた人
②高等学校卒業程度以上の学力を有する人
③保育士、幼稚園教諭の資格・免許の両方を有する人

または平成20年3月末日までに同資格および免許取得見込みの人

試験内容／教養試験、専門試験

【第2次試験】
日時・場所／2月中旬。第1次試験合格者に文書で通知します。

試験内容／作文試験、面接試験

受験申込の方法
受験申込書は1月4日（金）から総務課で配布します。また、町ホームページからも、ダウンロードできます。

受付期間
受験申込書に必要事項をご記入のうえ、必要書類を添えて1月4日（金）から11日（金）までの間に、総務課へ提出してください。郵送による受付はおりません。（土・日曜日を除く、午前8時30分から午後5時まで）

問い合わせ／総務課

親子ニコニコ子育てサロン

町社会福祉協議会では、子育て中の親子を対象に子育てサロンを開きます。多数ご参加ください。

日時／1月17日(木) 午前10時～正午

場所／保健センター調理室

内容／親子で一緒に作る料理教室

定員／15組

申し込み・問い合わせ／1月10日(木)までに、同協議会へ。

※今回は、2歳以上の子どもに限る。

お知らせ

工業統計調査にご協力を

経済産業省の「平成19年工業統計調査」がおこなわれます。

この調査は、毎年、製造業を営む事業所を対象に、1年間の生産活動に伴う製造品の出荷額、原材料使用額などを調査し、製造業の実態を明らかにすることを目的としています。

調査結果は、国や都道府県の施策立案の基礎資料として、また、民間企業や大学など国民生活の幅広い分野で活用されます。

調査員が1月中旬から調査にお伺いしますので、調査票の記入にご協力をお願いします。

なお、調査内容は統計以外の目的には使用されませんので、ありのままご記入ください。

問い合わせ／広報行政課

償却資産申告書・給与支払報告書は1月31日までに

町内で事業を営んでいる法人や個人で、償却資産を所有している人は、平成20年1月1日現在の所有状況を1月31日(木)までに税務課へ申告してください。

また、平成19年中に給料や賃金などの給与を支払った事業主は、金額の多少にかかわらず、給与支払報告書を受給者の平成20年1月1日現在の住所地の市区町村へ1月31日(木)までに提出してください。

問い合わせ／税務課

自立支援医療特別対策事業

特定の障害で手帳をお持ちの人は、対象医療について、自己負担が軽減されます。

自己負担は、1割負担が原則で所得に応じた上限額が設定されます。府外の医療機関で受診された場合は、償還払いとなります。

1月に受診された医療費から給付の対象になります。制度を利用するには、申請が必要です。

対象／呼吸器の機能障害・ぼうこうまたは直腸の機能障害で身体障害者手帳3級の人

対象医療／在宅酸素療法・ぼうこうまたは直腸の機能障害となった原因疾患およびストマ周辺の感染防止などの治療

申請・問い合わせ／社会福祉課へ。

地域に密着した身近な相談相手 新しい民生児童委員さんが決まりました

今回から、本町の民生児童委員は1人増え、次の任期は、平成19年12月1日から3年間です。40人のみなさんになりました。

問い合わせ／社会福祉課

＝敬称略＝

氏名	電話番号	担当区域	氏名	電話番号	担当区域	氏名	電話番号	担当区域
奥見 映子	075(631)0555	大橋辺	吉川 豊子	0774(43)0330	佐古	井川ヒトミ	0774(44)4006	公団
大橋 功	075(631)3218	北川顔、近協パレス	神居 和代	0774(43)1263		寺尾 葉末	0774(45)0326	
西 克彦	075(631)7625	藤和田	加賀爪弘美	0774(43)0160	市田	安藤 芳子	0774(45)0185	公団、双栗
谷村 昌子	075(631)1584	島田、東島田	片岡 教昭	0774(41)7353		山田 公恵	0774(43)8582	公団、北畑
南 順子	075(631)5410	坊之池、中島	大森 英子	0774(22)5150	鈴間	堀池多恵子	0774(43)1153	栄1・2丁目、清水
田口 嗣郎	075(631)2485	相島	黒川 一平	0774(41)7794	田井、荒見	白石 榮子	0774(44)6021	
野村 富雄	075(631)3980	東一口、西一口	大谷 幸雄	0774(43)2415	下津屋	西尾 正	0774(43)2119	栄3丁目
片岡 妙子	075(631)0508		林沼佐代子	0774(44)8829	新開地、下津屋サンハイツ	田村 久子	0774(44)4980	栄3丁目4班、4丁目
辻村千代子	075(631)5601	森、森村東	西森 敦子	0774(46)1157	下津屋団地	藤本三枝子	0774(43)7840	ハイツ西宇治
松本 一夫	075(631)0608	野村、野村村東	岡西 義久	0774(43)0676	東林、北畑	主任児童委員		
神村 凌三	0774(43)0359	佐山	山田 靖彦	0774(43)6435	ミサワ林、粉池			
榊田 俊夫	0774(41)6035		大西 孝司	0774(43)1061	西林、西武西林	鶴ノ口美代子	075(631)7973	御牧校区
岡本 京子	0774(41)7467	松陽台	山崎 泰子	0774(44)5476	東佐山団地	高月 裕子	0774(44)4207	佐山校区
立岡陽太郎	0774(43)6051		大島喜代子	0774(45)2319	公団	岡 知子	0774(43)1905	東角校区

インフルエンザに注意

この冬は、例年にも増してインフルエンザが流行しています。次のことに気をつけて予防しましょう。

- ①人ごみは避ける。
- ②外出時はマスクをし、室内では加湿器などで適度な湿度を保つ。
- ③バランスのよい食事と帰宅時のうがい、手洗いをする。
- ④夜更かしをしないで、睡眠を十分とる。
- ⑤せき・くしゃみの際にはティッシュなどで口と鼻をおさえ、周りの人から顔をそむけましょう。

献血にご協力を

献血は、16歳から69歳まで幅広い層にわたってできる、身近なボランティアです。

本人確認ができるもの（運転免許証、健康保険証など）をご持参ください。

なお、海外旅行から帰国後4週間を経過しない人や、滞在された国によって、献血ができないことがあります。あしからずご了承ください。

詳しくは、京都府赤十字血液センター ☎075 (531) 0111へお問い合わせください。

みなさまの積極的なご協力をお願いします。

日時／1月17日(木) ①午前10時～午後0時15分 ②午後2時～3時30分
場所／①ゆうホール ②中央公民館

問い合わせ／長寿健康課

▼献血方法別の採血基準

事 項	全血献血	
	200ml献血	400ml献血
年 齢	16～69歳	18～69歳
体 重	男性 45kg以上 女性 40kg以上	男女とも50kg以上
最 高 血 圧	90mmHg以上	90mmHg以上
血 液 比 重	1.052以上	1.053以上
献 血 間 隔	4週間以上	男性 12週間以上 女性 16週間以上
年間献血回数	男性 6回以内 女性 4回以内	男性 3回以内 女性 2回以内
年間総献血量	男性 1,200ml以内 女性 800ml以内	

20歳のみなさんへ

日本国内に住む20歳以上60歳未満の人は、学生、会社員、自営業、無職を問わず、全員が国民年金に加入する必要があります。

国民年金は、老後に年金を生涯受け取れるだけでなく、事故や病気で身体に障害が残ったときなどにも受け取れる万一のときにも備えた制度です。

20歳の誕生日前に社会保険事務所から加入案内が届きますので、必要な手続きをしてください。

問い合わせ／京都府社会保険事務所 ☎075 (643) 2547または

住民課

スキップ広場

保育所の遊戯室や園庭に親子が気軽に集まって、一緒に遊びながら子育ての情報交換や交流をします。校区に係なく、どの保育所でも参加できます。申し込みはいりません。お気軽にお越しください。

日時／1月8日(火) 午前10時～11時30分

場所／御牧・佐山・宮ノ後保育所
対象／町内在住の乳幼児とその保護者
内容／お正月遊び
持ち物／着替え・水筒など
問い合わせ／各保育所

ペットは愛情を持って飼いましょ

犬や猫などのペットは、愛情と責任を持って飼いましょ。

そして、他人に迷惑をかけることは、犬を飼ううえでの大切なモラルです。どうしても飼えなくなった犬や猫は、次の日時に連れて来てください。

日時・場所／環境保全課：毎週火曜日（祝日を除く） 午後2時10分～2時20分、府山城北保健所：毎週月曜日（祝日を除く） 午前9時～10時30分

問い合わせ／環境保全課

ふん害防止パトロール開始

飼い犬等のふん害の防止に關し、飼い主のモラル向上等と良好な生活環境の保全と地域の環境美化を促進するた

め、久御山町飼い犬等のふん害の防止に關する要綱が、11月1日から施行されました。

町では、要綱の周知徹底と啓発を図るために、12月からシルバー人材センターに委託し、犬のふん害防止パトロールを開始しました。

犬の散歩の多い時間帯に黄色の帽子、チョッキ、腕章を付け、飼い主が犬の散歩時にフン袋を持っていない場合には、ふん袋や啓発ビラを配布し、ご協力をお願いしています。

問い合わせ／環境保全課

青少年の主張発表会

町青少年健全育成協議会では、第27回青少年の主張発表会を開きます。

当日は、左表の小・中・高校生12人が、生活の中で体験したことや感じたことを発表します。

多数ご来場ください。

日時／1月19日(土) 午前9時30分～正午

場所／ゆうホール
問い合わせ／社会教育課

第27回青少年の主張発表者 (敬称略)

No	学校名	学年	氏 名
1	佐山小	6年	足立 美晴
2	東角小	6年	大里 武
3	御牧小	6年	田中 晴菜
4	佐山小	6年	山本 峻太
5	東角小	6年	村田 来美
6	御牧小	6年	二木 知亮
7	久御山中	1年	小西 千聖
8	久御山中	2年	神居 浩平
9	久御山中	3年	金振 愛美
10	久御山高	1年	廣澤 茜
11	久御山高	2年	岩田 沙也
12	久御山高	3年	則枝 翔

成人式

町では、20歳を迎える新成人のみなさんをお祝いする成人式をおこないます。新成人のみなさん、ぜひご参加ください。

日時／1月14日(祝) 受付：午前10時30分から、式典：午前11時から、交歓会：午後0時30分から2時ごろ

場所／中央公民館

対象／昭和62年4月2日から昭和63年

4月1日までの間に生まれた人
※対象者には、12月上旬に案内を送付しています。届いていない人は、ご連絡ください。

問い合わせ／社会教育課

水道メーターは定期的に確認を

水道メーターの検針は2か月に一度(奇数月)です。ご家庭で定期的にメ

ーターを確認することで、漏水の早期発見につながります。

ご家庭内の漏水修理は、町指定給水工事業者に依頼してください。漏水修理の費用は、自己負担となります。

問い合わせ／水道課

神経系難病相談

日時／1月22日(火) 午後1時～3時30分

場所／府山城北保健所綴喜分室

対象／神経系難病およびその疑いがある人やその家族

※神経系難病：パーキンソン病、多発性硬化症、脊髄小脳変性症、重症筋無力症など

内容／専門医による個別相談と指導・助言

担当医師／独立行政法人国立病院機構 南京都病院リハビリテーション科

医師 岡伸幸医師
定員／先着6人

申し込み・問い合わせ／1月10日(木)から、府山城北保健所綴喜分室 ☎0774(63)5745へ。

所得税の還付申告

平成19年分の確定申告の受付期間は、2月18日(月)から3月17日(月)までですが、還付を受けるための申告は、2月15日(金)以前でも宇治税務署で受け付けています。

該当する人は、混雑が予想される確定申告の期間を避け、少しでも早く還付が受けられるよう、早めに申告してください。

問い合わせ／宇治税務署 ☎0774(4)4141

地域生活支援 サポーター養成講座

山城北中部地域の7市町の社会福祉協議会では、地域で誰もが安心して暮らすことのできる社会づくりを目的とした講座を開きます。

日時／①1月21日(月) 午後1時30分～4時
②1月28日(月) 午後1時～4時30分

場所／①宇治田原町総合文化センター3階研修室 ②久御山町役場庁舎5階コンベンションホール

対象／障害者や高齢者など、福祉課題当事者の地域での生活支援に関心がある人

内容／①「考えていますか?これから

のこと」～権利を守る方法教えます
②「一人で支える」近所パワ～」～身近な支援者ができること

申し込み・問い合わせ／1月11日(金)までに、町社会福祉協議会へ。

財団法人文化 スポーツ事業団

ゆうホール

申し込みは1月5日(木) 午前9時から ☎0774(45)0002
休館日 毎週月曜日(祝日の場合はその翌日)

申し込みと費用

各教室の参加申し込みは、来館または電話のうえ、参加者本人かその保護者などがおこなってください。

定員になり次第、締め切ります。
費用は、1月10日(木)(10日までの教室については開催前日)までに、ゆう

ホール窓口(午前9時～午後8時)へお支払いください。費用の記載がない教室は無料です。

童謡を楽しむ会

日時／1月9日(水)・23日(水) いずれも午前10時～11時30分

対象／町内在住・在勤でおおむね50歳以上の人

内容／先生のピアノに合わせて、童謡などを楽しく歌います。

定員／各60人(申し込みは限りません。当日、直接お越しください。)
費用／資料代のみ必要です。

男女共同参画社会フェスティバル

町では、男女共同参画社会について考えるきっかけとするために、男女共同参画フェスティバルを開きます。申し込みはいりません。多数お越しください。

日時／2月2日(土) 午後1時～3時

場所／ゆうホール

内容／第1部…「男女共同参画プラン推進のための標語」表彰式、

第2部…講演会

演題：「ありのまま、そのままだに生きる」

講師：真屋順子氏・高津住男氏



真屋順子氏



高津住男氏

問い合わせ／社会教育課

※保育ルームをご利用の人は、1月25日(金)までに社会教育課へ申し込んでください。

パソコン教室

▼初めてのエクセル

日時／1月22日(火)・23日(水)・24日(木)

【3回コース】 午後1時30分～3時30分

対象／町内在住・在勤で18歳以上の人
内容／初心者向けの、エクセル教室です。

定員／16人

費用／2,000円(資料代含む)

▼パソコン自習教室

日時／1月17日(木) 午後5時～8時、

23日(水) 午前9時～正午、25日(金) 午後1時～4時

対象／今までにゆうホールのパソコン教室を受講した人

内容／教室のパソコンで、受講内容を自由に自習

していただく

きます。わ

からないこ

とは、指導

員がサポー

トします。

定員／10人

費用／300円



漢字の達人教室

日時／1月19日(土) 午前9時30分～11時

対象／町内在住の小学2～6年生

内容／漢字に慣れ親しみ、文字を丁寧に書くことを学びます。

定員／20人

大人ビデオ鑑賞教室

日時／1月16日(水) 午後1時30分～4時

対象／町内在住・在勤で18歳以上の人
内容／自然・紀行・映画などのビデオを鑑賞します。今回は「世界遺産」と「映画」などです。

定員／25人(申し込みは限りません。当日、直接お越しください。)

漢字出直し塾

日時／1月11日(金)・24日(木) いずれも午前10時～11時30分

対象／町内在住・在勤で18歳以上の人
内容／プリントを使った自習形式で、小学校で習った漢字からもう一度学び直します。

定員／各20人(申し込みは限りません。当日、直接お越しください。)

費用／100円

週末の星空観察会

日時／1月12日(土) 午後6時～7時、19日(土) 午後7時～8時(受け付けは、終了時間の30分前まで)

対象／星空に興味のある人なら、誰でも参加できます。ただし、小学生以下は保護者の同伴が必要です。

内容／天体望遠鏡で星空の観察をします。(雨天・曇りの場合は中止)



子育てサポート「ほほえみ」

日時／1月11日(金)・18日(金)・25日(金) 【3回コース】 午前10時30分～11時30分

対象／町内在住の乳幼児とその保護者
内容／子どもと一緒に遊び、みんなで子育てについてお話をしましょう。

定員／18組

小学生工作教室

日時／1月12日(土) ①午前9時～正午

②午後2時～5時、1月14日(祝)

③午前9時～正午 ④午後2時～5時

※①～④のいずれかから選んでください。

対象／町内在住の小学生(親子での参加も可)

内容／立体工作を作ります。

定員／各10組

費用／400円

小学生(親子)科学教室

日時／1月20日(日) 午前10時～正午
対象／町内在住の小学生。ただし、小学1～3年生は、保護者の同伴が必要です。

内容／大根で電池を作ります。

定員／16組

大津市科学館の見学と琵琶湖の野鳥観察会

日時／1月26日(土) 午前8時50分～午後4時

対象／町内在住で小学生以上の人。
内容／科学展示の観覧と、琵琶湖に飛来する水鳥を観察します。

定員／30人

費用／300円(大人・子ども同額)

総合体育館

申し込みは1月4日(金) 午前9時から
☎0774(44)3700
休館日 毎週水曜日

体育館開放スポーツデー

日時／①1月12日(土) ②26日(土) 午前9時～正午

対象／町内在住・在勤・在学の人

種目／①小学生用バスケットボール、バドミントン、ソフトバレーボール、バスケットボール、卓球 ②小学生用バスケットボール、バドミントン、ソフトバレーボール、ファミリースポーツなど

内容／メインアリーナを無料で開放します。申し込みは限りません。

冬季ヨガ・ストレッチ教室(午前の部)

日時／1月25日から3月14日までの毎週金曜日【8回コース】 午前10時30分～11時30分

対象／15歳以上の人(中学生を除く)

内容／ゆっくり身体を動かしてポーズを取り、心と身体のバランスを整えてストレスを解消します。

定員／先着30人

費用／2,500円

トレーニング機器 使用講習会&相談日

日時／1月11日(金)・15日(火)・24日(木)・
28日(月) 午後7時～8時、13日(日)・
19日(土)・20日(日)・26日(土) 午前10
時～11時

※いずれか一日を選んでください。

対象／12歳以上の人(小学生を除く)
内容／体育館のトレーニング機器の使
用方法などを学び、機器を利用す
るために必要な講習会です。また、
トレーニングプログラムなどをア
ドバイスします。

定員／各先着15人

費用／500円(講習会受講済で相談
だけの場合は、トレーニンググルー
ム使用料のみ必要です。)

太極拳教室

日時／1月28日から3月10日(2月11
日は除く)までの毎週月曜日【6
回コース】 午後1時30分～3時

対象／15歳以上の人(中学生を除く)
内容／太極拳を初歩から学びます。

定員／先着30人

費用／2,000円

ラージボール卓球教室

日時／2月2日から3月1日(2月9
日は除く)までの毎週土曜日【4
回コース】 午後1時30分～3時
30分

対象／18歳以上(高校生を除く)
内容／普通のボールより大きくて軽い

ので、ラリーが続きやすく初心者
でも気軽に楽しむことができます。

定員／先着16人

費用／1,500円

小学生卓球教室

日時／2月2日から3月8日までの毎
週土曜日【6回コース】 午後1
時30分～3時

対象／町内在住の小学4～6年生
定員／先着30人

有料スポーツ施設 使用団体の登録受付

平成20年度の有料スポーツ施設使用
団体の登録を受け付けます。
前年度に登録された団体も再登録が
必要です。

対象施設／総合体育館、中央公園(野
球場・庭球場)、木津川河川敷運動
広場(野球場・球技場)、町民プー
ル前庭球場

資格／町内在住・在勤の10人以上で構
成され、継続的に使用する団体

※代表者は、成人に限ります。
申し込み／1月4日(金)から31日(木)の間
に、総合体育館へ。

中央公民館

申し込みは1月5日(土) 午前9時から
☎075(631)1000
休館日 毎週水曜日

国際交流教室

日時／①1月31日(木) ②2月22日(金)

いずれも午後1時30分～3時30分
対象／町内在住・在勤で18歳以上の人
内容／料理・会話・講演などを通して
国際交流をはかります。

講師／京都府名誉友好大使 ①アリウ
ンジャルガル・ルハグワさん(モン
ゴル) ②崔善々さん(中国)

定員／各20人

費用／各300円

バレンタインケーキ教室

日時／1月29日(火) 午後7時～9時
対象／町内在住・在勤で18歳以上の人
内容／手作りバレンタインケーキを作
ります。

講師／マダムドレッセの松尾伊左雄さ
ん

定員／15人

費用／1,600円



参加申し込みの少ない教室は、開催
を中止または延期することがあります。

相 談

【無料法律相談】

1月17日(木) 午後1時～3時 役場庁
舎1階相談室1 先着6人(要予約)

※申し込みは、広報行政課へ。電話可

【行政・人権擁護相談】

1月22日(火) 午前10時～午後3時 役
場庁舎1階相談室1

【女性のための相談】

1月8日(火)・22日(火) 午前10時～午後
1時 中央公民館1階教養室3号
※面談・電話相談ともに前日までに社
会教育課に申し込みが必要(定員に
満たない場合は当日も受け付けます)

【これからのこと相談】(町社会福祉
協議会)

1月10日(木) 午後1時～4時 地域福
祉センター
※電話相談も受け付けます。申し込み
は同協議会へ。

【心配ごと相談】(町社会福祉協議会)

1月10日(木)・24日(木) 午後1時～4時
地域福祉センター
▽ふれあいテレホン相談
相談専用電話☎075(631)34
21

相談時間 午前9時～午後5時

介護用品リサイクル

【連絡先】

町社会福祉協議会

【讓ってください】

▽車いす

町の人口(前月比)減3人

＜12月1日現在＞

総人口	17,142人
男 性	8,537人
女 性	8,605人
世帯数	6,714世帯

＜11月中の動き＞

出 生	14人
死 亡	8人
転 入	54人
転 出	63人

保健予防のコーナー

笑顔を
キヤッチ!

10か月児健診(12月10日)で
見つけたかわいい笑顔です。



予 防 接 種			
予 防 接 種 名	日(曜)	受付時間	対 象・接 種 方 法
B C G 予 防 接 種	17日(木)	午後1時40分～1時55分	3か月以上6か月未満の乳児 (3～4か月児健診対象者は健診時に接種)

※予防接種を受けるときは、「予防接種手帳」または「予防接種と子どもの健康」をよく読んで、予防票と母子健康手帳をご持参ください。

母 子 保 健				
健 診 名 など	日(曜)	受付時間	対 象	内 容
乳 幼 児 相 談	10日(木)	午前9時30分～11時	乳 幼 児	ことば・しつけ・栄養などの相談
すくすくひろば(親子教室)	11日(金)	午前9時45分～10時	生後10か月～おおむね1歳6か月の乳幼児	1歳前後の育児遊びについてのお話しと自由遊び
10か月児健診	15日(火)	午後1時20分～1時50分	平成19年3月生まれ	医師による健康診査 離乳・保育・栄養などの指導
3～4か月児健診	17日(木)	午後1時20分～2時	平成19年9月生まれ	医師による健康診査、BCG予防接種、離乳・保育・栄養などの指導、ブックスタート
1歳8か月児健診	18日(金)	午後1時20分～2時	平成18年4月生まれ	医師、歯科医師による健康診査、身体的・精神的な発達指導
パパ&ママ教室(第1回)	21日(月)	午後1時～1時15分	妊 婦 と 夫	妊娠中の過ごし方、プレママ体操、交流会
パパ&ママ教室(第2回)	24日(木)	午前11時～11時15分	妊 婦 と 夫	調理実習(妊娠中の栄養)、交流会
3 歳 児 健 診	25日(金)	午後1時20分～2時	平成16年6月生まれ	医師、歯科医師による健康診査、身体的・精神的な発達指導
パパ&ママ教室(第3回)	28日(月)	午後1時～1時15分	妊 婦 と 夫	歯科検診、赤ちゃんの歯の話、交流会
2歳6か月児歯科健診	28日(月)	午後1時20分～1時40分	平成17年6月生まれ	歯科医師による健康診査、予防指導、身体的・精神的な発達指導
離 乳 食 教 室	30日(水)	午後1時～1時15分	満3か月から10か月児の保護者	離乳食の指導、作り方の実習と試食(初期・中期・後期)

健 診 ・ 相 談				
健 診 名 など	日(曜)	受付時間	対 象	内 容
成 人 歯 科 健 診	28日(月)	午後1時～1時30分	40歳以上の人・妊婦	歯科医師による健康診査、歯科衛生士による歯みがき指導

会場は、保健センターです。母子健康手帳・健康手帳をお持ちの人は、必ずご持参ください。
問い合わせ／長寿健康課

社会教育課 ☎631-9980／45-3918
✉syakai@town.kumiyama.kyoto.jp
FAX 075 (631) 6129

水道課 ☎631-9987／45-3919
✉suidou@town.kumiyama.kyoto.jp
FAX 0774 (46) 0086

下水道課 ☎631-9990／45-3920
✉gesuidou@town.kumiyama.kyoto.jp
FAX 0774 (46) 0086

議会事務局 ☎631-9996／45-0105
✉gikai@town.kumiyama.kyoto.jp
FAX 075 (632) 3000

会計課 ☎631-9932／45-3909
✉kaikai@town.kumiyama.kyoto.jp
FAX 075 (632) 1899

消防本部 ☎631-1515
✉syoubou@town.kumiyama.kyoto.jp
FAX 075 (632) 5382

町体育協会(町総合体育館内)
☎0774 (44) 2205 FAX 0774 (44) 2203

いきいきホール
☎0774 (41) 3466 FAX 0774 (44) 1199

荒見苑
☎0774 (44) 3405 FAX 0774 (44) 7801

地域福祉センター(町社会福祉協議会)
☎075 (631) 0022 FAX 075 (632) 3001

御牧保育所 ☎・FAX 075 (631) 2475

佐山保育所 ☎・FAX 0774 (43) 2970

宮ノ後保育所 ☎・FAX 0774 (43) 4906

宇治警察署 ☎0774 (21) 0110

山城広域振興局 宇治総合庁舎
☎0774 (21) 2101 FAX 0774 (21) 2106

山城北保健所
☎0774 (21) 2191 FAX 0774 (24) 6215



1月のごみ・し尿収集日

※1日祝日から3日(木)までの間は、ごみの収集はおこないません。

燃やすごみ		燃やさないごみ		リサイクルごみ	
月・木	佐古・新開地・佐山・粉池・双栗・市田・鈴間・田井・荒見・下津屋・下津屋サンハイツ・島田・東島田・森・坊之池・野村・村東	月	佐古・新開地・佐山・粉池・双栗・松陽台・サントウン佐山・佐山サンハイツ	缶 類 ペットボトル 紙 パ ッ ク	び ん 類 発泡食品トレー 発泡スチロール
		火	市田・鈴間・栄1・2丁目・栄3・4丁目・清水・林・西武西林・ミサワ林・ハイツ西宇治	16日 (第3水曜日)	9日 (第2水曜日) 23日 (第4水曜日)
火・水・金	久御山団地	水	田井・荒見・下津屋・下津屋サンハイツ・下津屋団地・大橋辺・北川顔・藤和田・近協パレス・島田・東島田	※簡単な水洗いをして、分別し中身の見える袋に入れて出してください。 ※びん・ペットボトルは、必ずふたをはずしてください。	
火・金	松陽台・サントウン佐山・佐山サンハイツ・栄1・2丁目・栄3・4丁目・ハイツ西宇治・清水・林・西武西林・ミサワ林・大橋辺・北川顔・藤和田・近協パレス・中島・西一口・東一口・相島・下津屋団地・東佐山団地	木	坊之池・森・野村・村東・中島・西一口・東一口・相島	使用済みてんぷら油	
		金	東佐山団地・久御山団地	9日(第2水曜日) ※指定の場所に、油が入っていた容器等に入れて出してください。	

し 尿		くみもれの場合は、必ず収集口から確認のうえ、翌日（翌日が土曜日・日曜日・祝日の場合はその翌日）に、城南衛生管理組合☎075(631)5171へ連絡してください。	
25日(金)	藤和田・島田・東島田・坊之池（府道以南）東一口（国道1号以东）・森（国道1号以东）・野村・村東・佐山・新開地・佐古・清水・林・市田・田井・荒見・下津屋	7日(月) 28日(月)	北川顔(府道以东)・坊之池(府道以北)・森(国道1号以西)・西一口・東一口(国道1号以西)・中島・相島
		9日(水) 30日(水)	大橋辺・北川顔（府道以西）

町公共機関電話番号等

■久御山町役場(代表)

☎075(631)6111/0774(45)0001

FAX 075(632)1899

■各課別ダイヤルイン等

総務課 ☎631-9991/45-3922

✉soumu@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)1899

企画財政課 ☎631-9992/45-3924

✉kikaku@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)1899

広報行政課 ☎631-9993/45-3926

✉koho@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)1899

税 務 課 ☎631-9926/45-3908

✉zeimu@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)5933

社会福祉課 ☎631-9902/45-3902

✉hukusi@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(631)1807

長寿健康課 ☎631-9903/45-3904

✉tyouzyu@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)5933

住 民 課 ☎631-9904/45-3905

✉jyumin@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)5933

国保医療課 ☎631-9913/45-3906

✉kokuho@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)5933

環境保全課 ☎631-9917/45-3907

✉kankyou@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)5558

建設整備課 ☎631-9961/45-3912

✉kensetu@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(631)6149

産 業 課 ☎631-9964/45-3914

✉sangyou@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(631)6149

都市計画課 ☎631-9966/45-3915

✉tokei@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(632)5558

学校教育課 ☎631-9974/45-3917

✉gakkou@town.kumiyama.kyoto.jp

FAX 075(631)6129

久御山の民話

くみやまのみんな

この紙芝居は、久御山に伝わる民話をもとに、町婦人ふるさと研究会（大宮満子会長）が、昭和60年ごろから制作された作品です。

●みだ次郎さん



巨椋池のほとりの一口に生まれた次郎は、早くに父母を亡くし、勝手気ままに振舞うために悪次郎と呼ばれていた。

ある日、家の前に托鉢のお坊さんが立ち、毎日来るので腹をたてた悪次郎は、真っ赤に焼けた火箸をお坊さんの左ほほに当てた。声も上げずに立ち去ったので、気になり後をつけて行くと、お坊さんは、栗生の光明寺へ入っていった。本堂に入っ

てご本尊を見上げると、釈迦如来の左ほほに焼け火箸のあとがついてあり、びっくりした悪次郎はこれまでの悪行を悔いた。

その後、夢のお告げにより淀川から十一面観音を引き上げ、安養寺に安置した。仏心を持った次郎を、人々は弥陀次郎と呼びほめたたえた。

●金しばりの観音さま



ある日、佐山の松寺に泥棒が入った。足が悪くて歩けない和尚さんの前で、泥棒はお寺の宝物を風呂敷に包んで逃げた。腹にすえかねた和尚さんは、観音菩薩に祈願して「エーイ」と空呪を切った。

和尚さんは、「泥棒が竹藪の中で立ち往生しているに違いない」と、檀家の人に背負われて竹藪に行くと、泥棒が風呂敷を背負ったまま立っていた。泥棒は、恐ろしくなって助けを請うと、和尚さんが再び空呪を切った。すると、泥棒の手足は自由に動くようになり、観音菩薩の靈験のあらたかさに驚き、改心した。

●玉田明神の神馬



聖武天皇の時代のこと、御牧の地より一頭の名馬が天皇に献上された。ある日、この馬がいななき続けた。人々が不審に思っていると、御所の内裏の外で火災が起こった。

それから幾日も経ないのに、馬がいななき続けると、また内裏の外で火災が起こった。すると、馬は、くつわを解き、紅蓮の炎の中に飛び込んで行くと、火はことごとく鎮まり、馬が煙の中から現われた。

このことが天皇に伝わると、玉田大

明神が召された神馬であろうと、この馬を御牧に帰され、御牧郷の人々は、火難除けの神馬として大切に扱った。

●返せ戻せの下津屋まつり



昔々のこと、木津川は下津屋付近で付替えられ、新しい流路は、下津屋を分断してしまつた。室城神社の氏子も木津川をはさんで別れるこ

とになり、祭神も対岸の上奈良の御園神社に分神され、神輿三基と雌雄の獅子頭の配分を協議した。結果、下津屋村は神輿を、上奈良村は獅子頭と決まつた。室城神社の祭りに神輿の舟渡御がおこなわれると、向う岸から「神輿を返せ、神輿を返せ」と叫びだし、下津屋村の見物人が声をそろえて、「獅子を戻せ、獅子を戻せ」とやり返す。このやりとりが面白く、近郷近在の名物となつて、木津川の兩岸は黒山の人でにぎわつたという。

●くぎぬき地蔵物語



関ヶ原の合戦に破れて、御牧郷に帰つて来た御牧三左衛門は、敗戦の苦しみと頭部に受けた傷の痛みで病んでいた。釘抜きで病んでいた。釘抜きには、人々の苦しみを抜き取ってもらえる苦抜地蔵が祀られ、信仰を集めていた。

三左衛門は、早速、祈願すると七日目の満願の夜、夢の中に地蔵さんが現

れて、「今の苦しみは、前世に人を怨んで作つた人形の頭部に五寸釘を打ち呪つたためである。念力で怨みの釘を抜き取ってやろう」とお告げがあり、抜き取った五寸釘を示された。

夢からさめた三左衛門は、頭の痛みもなくなったので、お札に地蔵さんの前に行くと、朱に染まつた五寸釘が置かれていた。居合わせた人々は歓喜しますます信仰を深めた。

●おさんきつね



ある日、川向の異先生が下津屋へ往診に行き、その帰りに渡し舟に乗つたつもりが、だまされて下津屋の墓に来ていた。すると、一人の男が病人を連れて来たので、診察するとお産の陣痛で苦しんでいた。難産の末に無事に子どもは生まれ、男はお礼にお金の包みと折箱のご馳走を置いて帰った。

夜が明け、村人がお墓の前を通ると、蓮華石の上に人が座っていた。よく見ると異先生だったので、声を掛けると先生は昨夜の難産の話をした。村人が、ここはお墓ですよと言うと、昨夜お礼にもらつた金包みと折箱を見せた。すると中から木の葉が出て、ヒラリ、ヒラリと宙にまつたそう。

紹介した紙芝居は、町立図書館で団体利用登録された方等に貸し出していますので、ご利用ください。詳しくは、町立図書館へ問い合わせてください。