

くみやま

平成30年

9/1

No.1006



特集

笑顔。交流。いきいき。健康。

主な
内容

- P6～7 …… 水害の危険があるとき、わたしたちはどう動くのか
- P8 …… 特定健康診査・健康診査で健康な生活を
- P14 …… 図書館のコーナー
- P15～23 …… インフォメーション
- P26 …… くみやま人（河原崎彩子さん）
- P27 …… みんなの広場

今月の
表紙

いきいきホールの運動教室でウォーミングアップの体操に取り組む参加者の様子です。今月号は、さまざまな年代の人が交流を楽しみながら運動することができる「いきいきホール」の魅力をお伝えします。



健康づくりのため、笑顔で楽しくいきいきホールを利用する皆さん

「運動することは体に良いはずだけど、
続かない…」

「運動したいけど、気持ちが入らない…」
そんな経験はありませんか。

簡単な運動でも、少しハードな運動もみんなで
取り組めば頑張ることができます。
みんなで楽しく健康づくり、仲間づくり、
生きがいに取り組みましょう。



いきいきホールでは出張プログラムも実施
しています。写真は、栄1・2丁目集会
所で定期開催される「いきいきすこやか
塾」で撮影。皆さんのいきいきとした表
情が印象的です。

いきいきホール
☎0774(41)3466

40歳からはじめる運動施設

ふれあい交流館「ゆうホール」の近くに、にぎやかな会話であふれる施設があります。楽しく健康づくり、仲間づくりができる健康センター「いきいきホール」です。いきいきホールは「いつまでも健康やかに、楽しく健康づくり、仲間づくり、生きがいに」をキャッチフレーズに、のびのびとゆっくり運動ができる施設です。

ホール内には、エアロバイクやウォーキングマシン、筋力トレーニングマシンなどを備えたトレーニングルームがあり、町内在住で40歳以上の人であればいつでも使用することができます。いきいきホールのスタッフが目的や体

人気のミツ

力に合ったプログラムを作成して指導するので、初めての人も安心して利用することができます。

2階にはくつろぎサロンとしてマッサージチェアや畳のコーナーなどを設置し、運動後のリラクゼーションなどに利用することができます。そして、友人や仲間と話をしたり、趣味や余暇活動に利用できるオープンスペース（デイルーム）もあり、貸切スペースとして利用することもできます。

利用者からは「スタッフが親切で好きです」「気さくに、上手に話してくれまう」とスタッフが絶賛する声や「運動することが気持ちがいい」「運動を続けることで体が

軽くなる」と運動することの効果を感じることができます。

中には、いきいきホールがオープンしてから15年間、通い続けている人もおり、利用者の人々から愛される施設であることが分かっています。

はじめての人も気軽に

初めて利用する人は、まず受付で来館台帳、登録書の記入を行い、健康状態アンケートや血圧測定、問診などで、専門のスタッフと健康状態の確認などを行います。

健康状態の確認が終わったらスタッフが、その人に応じた運動プログラムを作成。しっかり運動に慣れるまで、機器の使い方などを説明します。最後に、運動後の体の状態を血圧測定や問診などで再度確認し、利用証を受け取って終了です。

エアロビクスなどの教室も

いきいきホールでは、1クール・3か月・12回の「くみやまいいきき教室」も開催しています。初めての人も安心して行うことができるストレッチを中心とした教室から、緊張を取り除き、身体機能の向上を目的としたボールエクササイズやエアロビクスなど13種類の教室があり、自分の目的や体力に合わせて気軽に参加できます。



(写真上)デイルームでの会話が弾みます (写真下左)入口の正面受付には、みんなに人気のスタッフが (写真下右)運動だけでなく、コミュニケーションを欠かしません

いきいきホール プロフィール



《所在地》
久御山町佐古外屋敷254番地1
《開館時間》
午前9時から午後8時まで
《休館日》
毎週月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始(12月28日から翌年1月4日)
《対象者》
町内在住で40歳以上の人
※デイルーム・くつろぎサロンは、町内在勤で40歳以上の人も利用可
《利用料》
トレーニングルーム等使用料・いきいき教室参加料
1回200円(40～59歳)、1回100円(60歳以上)

いきいきホール スタッフ 小嶋 拓平さん



いきいきホールは、年齢が離れている人と一緒に運動をすることができる施設です。どの年齢でも取り組めるよう運動メニューを考えています。また、その人の体力レベルにあったメニューも用意して、本人が「やってよかった」と自信を持てるように工夫しています。

「最近変わったね。姿勢が良くなったね。と友達から言われました」と利用者の人が運動の成果を報告してくれるときはうれしいです。これからも利用者に満足していただけるように頑張りたいと思います。

豊富な出張プログラム

いきいきホールでは、各種教室で実施している運動プログラムを自宅から近い場所で、気軽に参加することができるよう、三つの「出張プログラム」を用意しています。「運動はした方が良く」と分かっていく機会がない」「いきいきホールは遠くに行くことができない」という人は、必見です。

いきいきホールのスタッフが集会所などに出張し、皆さんをサポートします。トレーニングマシンを使った少しいきいきハツラツ塾は、い

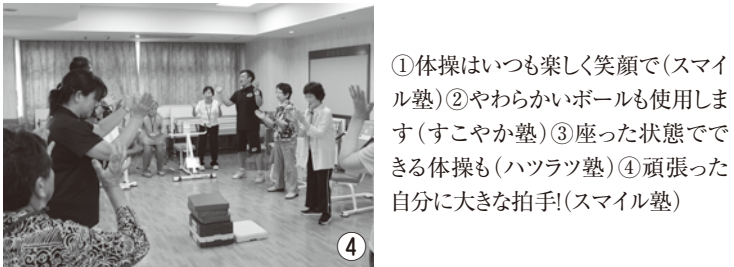
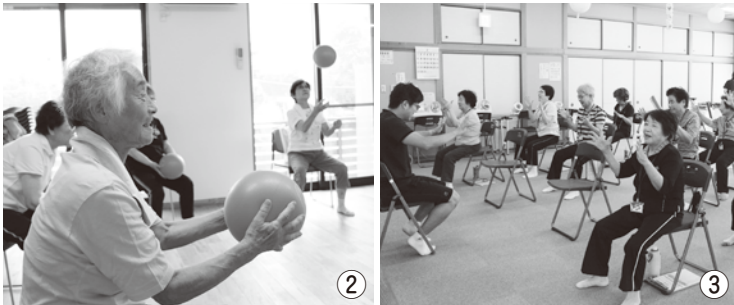
きいきホールで開催しているトレーニングマシンなどを使用した介護予防プログラムを町内の施設で実施し、介護が必要になることをできる限り予防するため、より多くの人に運動をしてもらおうというものです。

椅子に座って行うストレッチや音楽に合わせてリズムカルに動くいす体操などをする「サッソウいきいき体操」やトレーニングマシンを使用したエクササイズを行います。少しハードなトレーニング

きいきすこやか塾は、いきいきホールの運動プログラムをより身近な場所で体験してもらうため、各地域の住民が主体となって町内の集会所などで実施するものです。

すこやか塾の魅力は、開催する地域の人が集まって運動を楽しむことができることで、参加者からは「知っている人も多くて通いやすい」「にぎやかであつという間に終わってしまします」と好評です。

※いきいきすこやか塾の開催時間など、詳細はお問い合わせください。



①体操はいつも楽しく笑顔で(スマイル塾)②やわらかいボールも使用します(すこやか塾)③座った状態でできる体操も(ハツラツ塾)④頑張った自分に大きな拍手!(スマイル塾)

いきいきスマイル塾

いきいきスマイル塾は、加齢とともに低下する体力や日常生活能力を維持し、可能な限り自立した生活を送ることができるよう、さまざまなプログラムを行います。

転倒を予防する体操や筋力の低下を抑える運動、いつでもおいしく食事ができるように「お口」の機能を維持するための話、脳を刺激し認知症などを予防する「脳トレーニング」を効果的に組み合わせています。



いきいきホール スタッフ 赤松 美優 さん

トレーニングルームでの運動指導や、くみやまいきいき教室を担当しています。からだの柔らかさには自信があります。ぜひいきいきホールで一緒に運動しましょう。

今すぐできる 簡単! 腰痛解消ストレッチ

腰痛を改善するためには、全身のストレッチや筋力トレーニングなどの運動が効果的ですが、すぐに行うことは難しいと思います。「体が固まってきた」と思ったら、今すぐできる、簡単で効果的なストレッチから始めてみましょう。1セット・1種類するだけで、十分効果があるので、無理をせずにできるところから始めてください。

①肘はできるだけ体の真横に(基本姿勢)



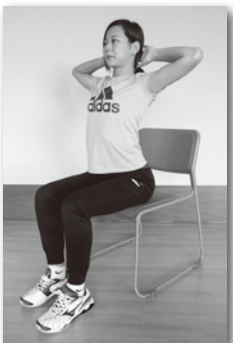
背筋を伸ばし、肘ができるだけ体の真横にくるようにしましょう。腰が反りすぎないように注意しましょう。

②背中を丸めましょう



おへそをのぞき込むように背中を丸めます。首を引っ張りすぎないように注意しましょう。

③後ろに反りましょう



後ろへ反らせていきます。胸をひらくようにして、斜め後ろの方へ伸びていくように意識します。腰の反りすぎに注意しましょう。

④体側を伸ばしましょう



体を右側へ倒していきます。左側の体側が「伸びているな」と感じる大切です。左側も同じように行います。

⑤体をねじりましょう



後ろを見るように体を右側へねじります。体が傾かないように注意しましょう。左側も同じように行います。

ワンポイント!

全ての動きで息を吐きながら行い、息を吐ききりましょう。動き終わったら、息を吸いながらゆっくりと戻るようにしてください。

長時間同じ姿勢で作業をしたり、座っていて体が固まってきたと思ったら、ぜひ行ってみてください。



水害の危険があるとき わたしたちはどう動くのか

昭和28年の大水害を経験してから65年が経ちます。久御山町ではこの大水害以降、大きな災害は起きていませんが、近年予想をはるかに上回る降雨が各地で頻発しています。

7月に発生した西日本豪雨(平成30年7月豪雨)では、堤防の決壊や河川の水があふれることにより甚大な被害を受けた自治体が多くありました。

また、ダムの放流や避難所などの情報が錯そうし、混乱を招くこともありました。今回は、水害時「わたしたちはどう動くのか」と題し、災害時の行動指標となる情報についてお伝えします。

問合せ／総務課

水害の可能性が 高い久御山町

久御山町は山城盆地の中で最も低いところに位置し、宇治川と木津川に挟まれています。また、町内や宇治市、城陽市などで降った雨は、古川や巨椋池排水路を経由し東一口地区に集まります。

また、大きな河川である木津川や宇治川では、ダムで河川の水をせき止め、放流量を調整することで、河川の水があふれないようにします。しかし、広域な河川流域で雨が降り続くことによって、調整が追いつかなくなり、河川氾濫が発生することがあります。

昭和28年9月に発生した台風13号では、久御山町の連続雨量が217mmを記録しました。台風による風雨が衰えたあと、木津川・淀川は危険水位を突破しました。

木津川の堤防では消防団による土の積みにより決壊をまぬがれましたが、淀川の満水により、木津川、桂川が宇治川へ逆流。宇治川左岸現在の伏見区向島大黒付近が決壊し、御牧村・佐山村の両村は水没しました。

しかし、この災害では、幸いなことに死者は出ず、人的な被害も最小限に食い止めることができました(負傷者は御牧村・佐山村合わせて23人)。これは、明治期の洪水を経験した高齢者たちが冷静に行動し、

的確な判断と支持を与えて避難したことによるものとされています。

自分の地域で出ている 緊急情報に注視を

災害の規模に応じて町は、避難に関する情報を発令します。避難に関する情報には、①避難準備・高齢者等避難開始、②避難勧告、③避難指示(緊急)の3段階があります(7ページ左上表参照)。避難に関する情報は、スマートフォンや携帯電話の緊急速報メールや町の広報車、ホームページ、ラジオ(FM宇治放送)、テレビなどで確認することができます。

緊急速報メールは、所持するスマートフォンや携帯電話の機種や設定により受信できないものもあるので、注意が必要です。

また、今回の集中豪雨では、桂川の河川上昇が著しく、大橋辺地区に「②避難勧告」を発令しました。

町内の一部地域に発令することもあるので、災害の発生する可能性があるときは、「自分の住む地域」でどのような緊急情報が発令されているのか、自身で内容をよく確認することが大切です。

浸水害に注意しましょう

久御山町では山林や急傾斜地が存在しませんが(飛び地の三郷山を除く)。そのため、町内で土砂災害の危険性はありませぬ。気象庁が発表

する気象警報の中に「大雨警報」が存在します。大雨警報は、「土砂災害」と「浸水害」の2種類に分けられます。京都府内の市町村で「大雨警報」が発令されているにも関わらず、久御山町では「大雨注意報」の発令にとどまる場合がありますが、それは、他の市町村で土砂災害による「大雨警報」が発令されているためです。

緊急時は自身で 判断をする必要も

避難情報、河川水位情報など災害に関する情報はNHKデータ放送で確認することができます(データ放送は、BSデジタル放送や地上デジタル放送で実施しているもので、リモコンの「dボタン」を押すことで

利用することができます)。そして、緊急度が高い場合には、自身で確認した情報を元に自身で避難を判断する必要もあります。

避難情報が出る前に 自身で備えることが大切

緊急時は情報を取得し、いち早く行動に移すことが重要です。その際、

自身の安全確保のため、避難所への経路や持ち出し品を決めておきましょう。

また、災害が夜間や暴風雨時に発生したときの第二・第三の安全確保として、近くの高い建物や住宅の2階なども含めて、あらゆる事態を想定し、自身の身を守る最善策を決めておきましょう。

■町が発信する緊急情報

名称	住民に求める行動
避難準備・ 高齢者等避難開始	◇避難に時間のかかる高齢者や障がい者などの要配慮者は避難所へ避難する。 ◇急激な水位上昇の恐れがある河川沿いは準備でき次第、避難が強く望まれる。 ◇その他の人は、避難の準備を整える。
避難勧告	◇速やかに避難所へ避難する。 ◇外出することでかえって命に危険が及ぶ状況では、近くの安全な場所へ避難するか、自宅内のより安全な場所へ避難する。
避難指示(緊急)	◇まだ避難していない人は直ちに避難所へ避難する。 ◇外出することでかえって命に危険が及ぶ状況では、近くの安全な場所へ避難するか、自宅内のより安全な場所へ避難する。

知事と水害を考えるタウンミーティング ～災害に強いまちづくりに向けて～

昭和28年災害の体験談や防災対策の現状と課題などを知り、水害時に命を守るためどう行動するべきか考える機会とするため「水害を考えるタウンミーティング」を開催します。なお、タウンミーティングの内容はラジオ(FMうじ88.8^{メガヘルツ})で放送されます。



■日時／9月23日(日) 午後2時30分～5時

■場所／旧山田家住宅

■第1部／基調講演(午後2時30分～3時15分)

登壇者(敬称略)

・松村 光朗(町文化財保護審議会会長・郷土史会員)
～昭和28年の大水害の体験談～

■第2部／タウンミーティング(午後3時30分～5時)

パネラー(敬称略)

・西脇 隆俊(京都府知事)
・松村 光朗(町文化財保護審議会会長・郷土史会員)
・村田 和弘(町消防団長)
・澤 達大(京都文教大学総合社会学部准教授)
・信貴 康孝(久御山町長)

■定員／30人

■申込／①住所、②氏名、③電話番号を総務課へ。
電話可

■ラジオ放送／9月25日(火) 午後6時から(FMうじ88.8^{メガヘルツ})

10月31日(水)まで!

40歳以上の国保・後期高齢者医療保険加入者の皆さん

特定健康診査・健康診査で健康な生活を

町では40歳以上の国民健康保険加入者と後期高齢者医療保険の被保険者を対象に、特定健康診査・健康診査を行っています。無料で受診ができますので、この機会に自身の健康について見直してみませんか。

なお、町国民健康保険・後期高齢者医療保険以外の保険に加入している人は自身の加入する健康保険組合などにお問い合わせください。

問合せ／国保健康課

生活習慣病が死亡の大きな要因に

生活習慣病とは、不適切な生活習慣が主な原因となる糖尿病、高血圧症、脂質異常症、脳卒中などのことを言います。

近年、生活習慣病が増加し、死亡の大きな要因となっています（表1参照）。生活習慣病を予防するためには、定期的に体の状態をチェックし、管理することが大切です。

生活習慣病の要因の一つとしてメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群。以下「メタボ」とする）があります。メタボとは、「内臓脂肪型肥満」に加え、①高血圧である、②血糖値が高い、③HDL（善玉）コレステロールが低い、または中性脂肪が高い、の三つのうち、二つ以上に当てはまる状態を言います。

また、内臓脂肪がたまると、脂肪細胞から糖尿病や高血圧症、脂質異常症を引き起こす物質が多く分泌され、血糖値、血圧、中性脂肪、コレステロール値に異常が出やすくなるので、注意が必要です。

町のメタボ該当者の割合は、男性が32.4%（図1参照）、女性が12.8%（図2参照）です。メタボ該当者は、女性より男性の方が多く、増加傾向にあります。また、京都府や全国と比較しても該当者の割合が高くなっていることが分かります。

診査結果を元に町の保健師がサポートします

このような現状を踏まえ、町では「特定健康診査等実施計画」を策定し、生活習慣病予防に努めています。

また、メタボに着目し、生活習慣病の予防・改善に重点を置いた特定健康診査・特定保健指導を実施しています。特定健康診査の検査項目は、問診、身体計測、診察、尿検査、血液検査で、医師の判断により心電図、貧血検査、眼底検査を実施します。

この結果を元に、生活習慣病の発症リスクが高いと思われる人を対象に、電話などによる保健指導を町の保健師などが行います。

実施場所

久御山町、宇治市、城陽市の協力医療機関です。直接、医療機関で受診してください。予約が必要な場合もありますので、ご注意ください。協力医療機関の詳細は、国保健康課に問い合わせるか、町ホームページで確認ください。

持ち物

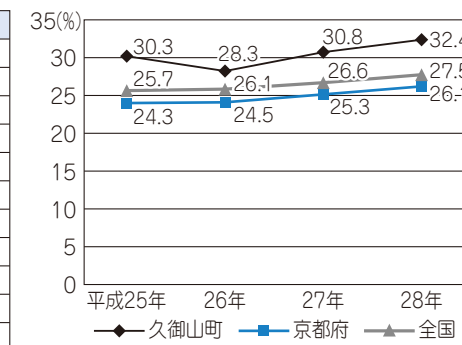
- ①町国民健康保険に加入し、今年度中に40歳以上となる人⇩保険証
- ②町内在住で、後期高齢者医療の被保険者⇩保険証
- ③生活保護世帯、中国在留邦人等支援給付世帯で、今年度中に40歳以上となる人⇩受診票（事前に免除申請が必要。詳しくは、国保健康課へ）

表1 主な死因別死亡数の割合(平成29年)

死因	割合
悪性新生物(腫瘍)	27.8%
心疾患(高血圧性を除く)	15.2%
脳血管疾患	8.2%
老衰	7.6%
肺炎	7.2%
不慮の事故	3.0%
誤えん性肺炎	2.7%
腎不全	1.9%
自殺	1.5%
血管性及び詳細不明の認知症	1.5%
その他	23.4%

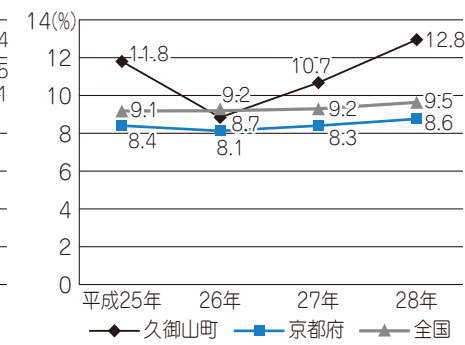
出典:平成29年人口動態統計月報年計(概数)(厚生労働省)

図1 男性メタボ該当者の割合比較



出典:国保データベースシステム 地域の全体像の把握

図2 女性メタボ該当者の割合比較



出典:国保データベースシステム 地域の全体像の把握

9月28日(金)は、敬老会へお越しください

皆さんの健康と長寿をお祝いして、今年も「敬老会」を9月28日(金)にコンベンションホールで開催します。記念式典後のアトラクションでは、桂きん枝(落語)、野々村あい(演歌歌謡ショー)、豊栄家幸輝(太神楽曲芸)が登場します。どなたでも入場することができます。

日時・内容

9月28日(金) 午後1時30分～3時30分。開場は午後0時45分予定

第1部式典 午後1時30分から

第2部アトラクション 午後2時30分から。開始時間は、第1部の進行状況により前後することがあります。

会場

役場5階コンベンションホール

送迎バスを運行

敬老会会場へは、左表のとおり臨時送迎バスを運行しますので、お近くのバス停からご乗車ください。

米寿など特別高齢者にお祝いの品贈呈

長年社会の発展に寄与された高齢者に対し、敬老会でお祝いの品を贈呈し

ます。対象は、平成30年9月1日現在、久御山町に在住し、住民基本台帳に1年以上登録されている満77歳(喜寿)、満88歳(米寿)、満99歳(白寿)と、町内最高齢の人です。

対象の人には、既にご案内を送付しています。敬老会にぜひお越しください。なお、敬老会に参加できない人は、後日ご自宅へ送付します。

贈呈するお祝いの品

★満77歳、満88歳、満99歳…1万円相当の品物

★最高齢者…3万円相当の品物

問合せ／住民福祉課

臨時送迎バス発車時刻・場所一覧表

号車	発車時刻	場 所
1	12:30	新成田バス停
	12:31	栄町バス停
	12:34	西栄町バス停
	12:37	久御山団地バス停ロータリー(南向き)
	12:40	久御山団地南バス停(南向き)
2	12:30	佐古バス停(東向き)
	12:35	垣内バス停(西向き)
	12:40	佐山小学校前
	12:45	工業団地(五差路南側)
	12:52	下津屋バス停
3	12:35	林バス停
	12:37	旧佐山東代バス停(ラーメン第一旭前)
	12:39	佐山バス停
4	12:25	旧市田バス停(府道沿バス停車帯)
	12:27	(株)PSオートサービス前(旧太陽自動車)
	12:31	まちの駅イオン久御山店前
	12:35	ファミリーマート久御山森店前
	12:36	旧御牧バス停※
	12:38	近協バレス停留所(のってこタクシー)
	12:42	大橋辺公民館向かい側
	12:45	北川顔バス停
	12:48	藤和田バス停
	12:25	相島停留所(のってこタクシー)
5	12:35	東一口 ローソン前(西側)
	12:38	前川橋停留所(のってこタクシー)
	12:39	旧桜並木口バス停
	12:39	排水機場前停留所(のってこタクシー)
	12:40	西一口停留所(のってこタクシー)
	12:42	旧相島西バス停(南向き)※1
	12:44	中島停留所(のってこタクシー)※2
	12:46	坊之池停留所(のってこタクシー)

交通事情等により到着が遅れる場合があります。
※1 旧バス停の屋根が目印です。
※2 中島公会堂前です。

—ゾーン30—

このマーク ご存知ですか

左上の写真(①・②・③)は、町内にある「ゾーン30」を示す標識などです。「ゾーン30」は、最高速度30^{キロ}の区域を設定し、歩行者などの安心・安全を確保するためのものです。今回はゾーン30について取り上げます。問合せ／都市整備課



ゾーン30とは

「ゾーン30」とは、生活道路における歩行者などの安全な通行を確保することを目的として、一定の区域を定め、最高速度30^{キロ}の速度規制を実施するものです。

交通安全対策の多くは、道路や交差点を中心とした問題解決を図ります。一方で、「ゾーン30」は、幹線道路などに囲まれた居住地域に交通規制などを実施することで、その地域の人々が安全に生活できるよう努めるものです。平成30年4月30日現在、京都府内で85か所が「ゾーン30」として整備されています。

町内の3か所に ゾーン30を設定

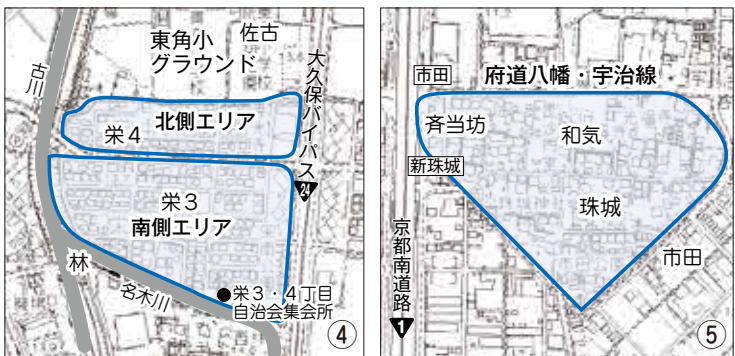
住民の安全な生活を守るため、平成28年、町内の3か所に「ゾーン30」を設定・整備しました。設定場所は、「栄3丁目・栄4丁目」(④)と「市田和気・珠城」(⑤)です。

京都府警察本部ではゾーン30の規制効果を高めるため、平成30年5月から毎月30日を「ゾーン30の日」として設定し、地域住民や警察署をはじめとした行政機関などと協働で啓発活動などを実施しています。

町では、初の「ゾーン30の日」となる5月30日、栄で街頭啓発を行い、また、市田でも7月30日に行いました。早朝から地元住民と町交通安全対策協議会委員や宇治警察署、町職員など



▲街頭啓発でプラカードを掲げ、ゾーン30の周知を図る参加者(市田)



▲ゾーン30
「栄3丁目」・「栄4丁目」

▲ゾーン30
「市田和気・珠城」

速度規制はどうして30^{キロ}か

が集まり、「ゾーン30」を周知するプラカードなどを掲げ、「ゾーン30」へ進入していくドライバーなどに対して啓発活動を行いました。

歩行者と車両の交通事故では、車両の速度が時速30^{キロ}を超えると致死率が急激に高まるため、制限速度を30^{キロ}としています。

また、幅の狭い道路では、歩行者や自転車を運転する人が死傷する事故の割合が高くなっていることから、ゾーン30の整備が有効であることを裏付けることができます。

秋の全国交通安全運動

秋の全国交通安全運動が9月21日～30日まで実施されます。

取り組みの重点は①子供と高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止②夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止③全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底④飲酒運転の根絶⑤二輪車の交通事故防止です。

この機会に、一人ひとりがあらためて交通安全の意識を高めましょう。

■**周りに見る心の余裕が事故防止**
(秋の全国交通安全運動スローガン)

生産性向上特別措置法に基づく

先端設備等導入計画の認定について

町では、国の生産性向上特別措置法に基づき、「導入促進基本計画」を策定し、国の同意を得ました。この基本計画に基づき、先端設備等を導入する計画である「先端設備等導入計画」を策定し、本町が認定した中小企業者は、一定の要件を満たした「先端設備等導入計画」に基づいて新たに取得した設備について、固定資産税の課税標準額が当初3年間「ゼロ」になります。

なお、計画の認定と、固定資産税の特例は、対象となる企業規模・設備等の要件がそれぞれ異なります。 申請・問合せ／産業課

認定を受けることができる 中小企業者

中小企業等経営強化法第2条第1項に該当する中小企業者は、先端設備等導入計画の認定を受けることができます(下表)。また、本町が認定するのは、町内にある事業所で設備投資をするものに対してです。

主な要件

中小企業者が、計画期間内に労働生産性を一定向上させるため、先端設備等導入計画を策定し、本町の導入促進基本計画等に合致する場合に認定を受けることができます。申請・認定は、設備取得前であることが必須条件です。
計画期間／計画認定から3年、4年または5年の期間で目標を達成する計画であること

必要な書類

と。認定経営革新等支援機関(※3)で、事前確認を行った計画であること
※3 詳しくは、中小企業庁のホームページでご確認ください。

- ① 先端設備等導入計画に係る認定申請書
- ② 先端設備等導入計画に関する確認書(認定経営革新等支援機関確認書)
- ③ 町税完納証明書
- ④ 購入しようとする設備等のカタログの写し

【税制措置の対象となる設備(※4)を含む場合】

- ⑤ 工業会等による先端設備等に係る生産性向上要件証明書の写し
- ⑥ 先端設備等に係る誓約書(⑤の追加提出を行う場合)(※5)
- ※4 詳しくは、町ホームページでご確認ください。

※5 先端設備等導入計画の申請・認

■中小企業等経営強化法第2条第1項に定める中小企業者

業種分類	資本金の額または出資金の総額	常時使用する従業員の数
製造業その他 ※1	3億円以下	300人以下
卸売業	1億円以下	100人以下
小売業	5千万円以下	50人以下
サービス業	5千万円以下	100人以下
ゴム製品製造業 ※2	3億円以下	900人以下
ソフトウェア業または情報処理サービス業	3億円以下	300人以下
旅館業	5千万円以下	200人以下

※1 「製造業その他」は、上記「卸売業」から「旅館業」以外の業種が該当。
※2 自動車または航空機用タイヤ及びチューブ製造業並びに工業用ベルト製造業を除く。

その他

固定資産税の特例措置は、対象となる要件及び必要書類が異なります。詳しくは町ホームページでご確認ください。また、申告時期に広報くみやまでもお知らせします。

町内企業向け 展示会活用セミナー

町と町商工会では、町内企業の販路拡大を支援するため、展示会活用セミナーを実施します。

セミナーでは、売上を伸ばすための展示会のノウハウについて学びます。売上を伸ばしたい企業やこれから展示会に出展していくことを検討している企業はぜひ参加ください。

日時／10月2日(火) 午後2時～4時
場所／町商工会館 **定員**／25人
申込／町商工会 ☎075(631)6518 **問合せ**／産業課

Kumiyama
イベント
event

熱い戦いの幕開け
9月30日(日)は、町民運動会

問合せ—社会教育課



▲昨年の町民運動会で、力いっぱい綱を引く参加者

第52回久御山町民運動会を9月30日(日)に開催します。スポーツを楽しみながら地域の皆さんと交流・親睦を深めましょう。
駐車場は役場駐車場だけです。できるだけ徒歩や自転車、公共交通機関、乗り合わせでお越しください。久御山中学校には、駐車できませんのでご注意ください。
■日時／9月30日(日) 午前9時～午後4時
※雨天の場合は10月7日(日)に延期
■場所／久御山中央公園野球場

Kumiyama
トピック
topic

平和への決意、声を大にして
広島派遣団出発式

問合せ—社会教育課



▲派遣団を代表して決意を述べる御牧小6年の大宮さん(右)と小原さん

生きることの大切さと平和の尊さを、町内の小学生や中学生に学んでもらおうと実施している「平和のための広島派遣事業」の出発式が、7月23日に行われました。
式では、広島平和記念公園へ届ける折り鶴を、東角小学校6年生の向優奈さんと森下実結さんが受け取りました。
そのあと、派遣団を代表し御牧小学校6年生の大宮理心さんと小原心さんが「二度と悲惨な戦争を起こさないよう学習してきます」と決意を述べました。

Kumiyama
トピック
topic

公共交通の課題解決に向け協定締結
地域連携サポートプラン

問合せ—新市街地整備室



▲締結式に臨む近畿運輸局の藤井浩二(左)と信貴康孝町長

7月27日、公共交通の課題解決のため、近畿運輸局と「地域連携サポートプラン」協定を締結しました。
この協定は、自治体の公共交通に関する課題を近畿運輸局が現地に赴き、意見交換やワークショップなどをおして、課題解決に向けた提案書を交付するというもので、今回の協定締結は府内で3番目になります。
協定締結後、町では近畿運輸局からさまざまなサポートを受けながら「久御山町地域公共交通網形成計画」の策定を進める予定です。

Kumiyama
トピック
topic

航空機乗員養成所での経験、鮮明に語る
平和祈念集会

問合せ—総務課



▲戦時中の練習機「赤とんぼ」を手に体験談を語る石本さん

平成最後の終戦記念日となる8月15日、町の平和祈念集会が行われ、約100人が参列しました。
最初に町役場正面の平和記念碑前で戦没者への黙祷を捧げ、信貴町長が平和都市宣言文を朗読。場所を庁舎1階ロビーに移し、町長挨拶のあと、佐山小学校6年の藤田梯玄さんが広島派遣事業での体験を発表しました。
そのあと、昭和時代に町に存在していた京都航空機乗員養成所※4期生の石本登志夫さんが登壇。「久御山町の平和が続くことを祈っています」との思いを語りました。
※民間航空機の乗員養成所。戦争末期には陸軍に接收された。

平成29年度温室効果ガス排出量
役場庁舎など

町では、久御山セービングプラン第4期計画(地球温暖化対策実行計画)に基づき、役場庁舎など町関連施設から排出される二酸化炭素などの温室効果ガスの削減に取り組んでいます。平成29年度の取組結果についてお知らせします。

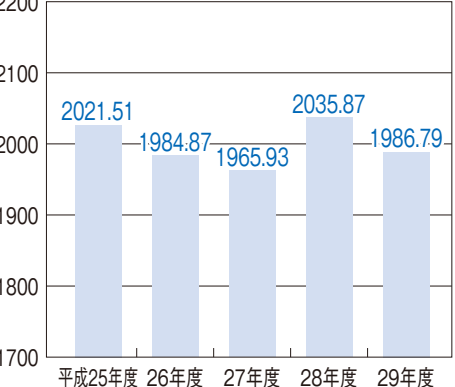
■取組結果
平成29年度温室効果ガスの総排出量は、二酸化炭素に換算して1986・79ト、前年の総排出量と比べると49・08ト(約2・41%)減少し、セービングプラン第4期計画で掲げる目標値1966・41トより20・38ト(約1・04%)の超過となりました。

■実状
電気・都市ガス・ガソリン等のエネルギー使用を最小限に抑えるため、電気機器や空調機器、給湯器、公用車等を効率良く使用して温室効果ガスの排出量削減に努めています。一方で、気候変動の影響や施設の老朽化により電気使用量が増加するなど、行政サービスを維持・提供する上でエネルギー使用の制限が徹底できないところもあり、目標値内に総排出量を抑えることが難しくなっています。

■主な取組
▼夏・冬のエコスタイルの実践▼空調機器の適温化(冷房28℃、暖房19℃)の徹底▼昼休み中、支障が生じない程度の全面及び半面消灯▼エレベーターの間引き運転などです。
皆さんのご家庭や事業所でも、温室効果ガス削減に向け、節電などの取り組みにご協力ください。

「久御山セービングプランとは」
役場庁舎や小中学校、こども園、荒見苑などの町関連施設の事務や事業活動により排出される温室効果ガス(二酸化炭素、メタン、一酸化二窒素など)の総排出量を削減に向けて節電や抑制などの取組を実施する計画です。 問合せ／環境保全課

温室効果ガス総排出量(t-CO2)



年度	総排出量(t-CO2)
平成25年度	2021.51
26年度	1984.87
27年度	1965.93
28年度	2035.87
29年度	1986.79

町職員(土木技術職)を募集します

●申込受付9月3日(月)～19日(水)

平成31年4月1日採用予定の久御山町職員採用試験(土木技術職)を次のとおり実施します。

【第1次試験】
■日時／10月14日(日) 午前9時から
■場所／久御山町役場
■試験内容／教養試験、土木専門試験、職場適応性検査
【第2次試験】
■日時・場所／11月上旬以降。第1次試験合格者に文書で通知
■試験内容／個別面接試験、作文試験
★
○採用予定日・人数／平成31年4月1日・若干名

○受験資格／①平成4年4月2日から平成13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
○受験申込書／9月3日(月)から総務課で配布。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記入し、必要書類を添えて9月3日(月)～19日(水)に、総務課へ提出してください(郵送不可)
○受付時間／土・日曜日、祝日を除く、午前8時30分から午後5時まで
問合せ／総務課

宝くじ助成金で
公会堂備品を整備
東一口自治会

東一口自治会では、公会堂のエアコンや冷蔵庫、パソコンの自治会備品を、(一財)自治総合センターのコミュニティ助成金を受けて整備しました。
この助成事業は、同センターが宝くじの普及広報と、地域コミュニティの発展を目的に、宝くじ収入を財源として自治会などに助成しているものです。最近では、下津屋団地自治会が集会所のコピー機とパソコン、栄1・2自治会が集会所のエアコンや冷蔵庫などを整備しています。
問合せ／行財政課



▲助成金で整備された公会堂のエアコン

13 まちの総合情報誌 広報 くみやま 平成30年9月1日

まちの総合情報誌 広報 くみやま 平成30年9月1日 12

久御山町及び宇治市・城陽市の明るい選挙推進協議会と、京都府選挙管理委員会・京都府明るい選挙推進協議会では、「府政を見る会」を実施します。

日時／9月10日(水) 午前9時～午後4時頃 内容／京都府農林水産技術センター茶業研究所(宇治市)の見学とけい

府政を見る会

男女共同参画セミナー
親子で寄せ植えづくり

男女共同参画社会について考えるため、男女共同参画セミナーを開催します。ご家族でご参加ください。

日時／9月22日(土) 午前10時～正午
場所／中央公民館研修室1号 対象／町内在住または在勤の小中学生とその親講師／フラワー&グリーン・SAHOの人長佐保さん 定員／15組 参加費／1組500円 申込・問合せ／9月3日(月)～12日(水) 午前9時～午後5時に総務課へ(保育ルームの希望は申込みに併せてお伝えください)

催し・募集



2018 9 September

Information
インフォメーション

にほん語支援ボランティア養成講座

町では、(公財)京都府国際センター

9月9日は「救急の日」です。救急医療や救急車の正しい利用方法、救急業務等について理解・認識を深めてもらうため、「救急フェア」を開催します。

日時／9月9日(日) 午前9時30分～11時30分 場所／イオンモール久御山店1階憩いの広場 内容／救急車の展示、救急啓発チラシ・啓発グッズの配布、京都岡本記念病院と合同で、心肺蘇生法の説明・実技指導など 問合せ／消防本部



9月9日(日) 救急フェア

暴力追放少年非行防止住民大会

暴力の追放と、少年非行防止及び健全な育成を願い、関係機関と共催で住民大会を開催します。申込不要です。

日時／9月29日(土) 午前10時から
場所／役場5階コンベンションホール 内容／第1部式典 第2部京都府警察本部少年課の脇久美子さん(臨床心理士)による講演「思春期の心と行動」 問合せ／総務課

はんなプラザ(精華町)で京都府議会の傍聴 対象／町内在住の人 定員／10人 参加費／無料(昼食は参加者負担) 申込・問合せ／9月11日(火)までに町選挙管理委員会事務局(総務課内)へ。電話可

と共催で外国人の日本語学習を支援するボランティア養成講座を開催します。

久御山町には現在14か国、500人を超える外国人が暮らしています。地域に暮らす外国人にとって、言葉でのコミュニケーションは暮らしを豊かにするため、その国の文化を学ぶためにとても重要な手段です。

講座では支援活動に必要な基礎知識と指導方法を身につけるため、経験豊かな講師が指導します。

日頃、何気なく使っている母国語を見直す良い機会にもなりますので、ぜひご参加ください。

日時／9月15日・11月10日(11月3日を除く)の毎週土曜日。全8回。午前10時～正午 場所／ゆうホール視聴覚室 対象／町内在住、在勤の18歳以上の人 定員／20人 受講料／無料 問合せ／社会教育課

ライジボール卓球教室(秋期)

町卓球協会では、ライジボールに親しみ、技術の習得や継続的な活動を行うため、ライジボール卓球教室を開催します。

日時／10月5日、12日、19日、26日。いずれも金曜日。4回コース。午後7時45分～9時45分 場所／総合体育館 参加資格／オープン 定員／20人 参加費／3500円(初回10月5日に持参) 1回の場合は千円 申込・問合せ／10月1日(月)必着!!までに同会会長 松本茂樹さん ☎090(3)169)7752へ

救急・急患 24時間 365日対応

救急告示病院・地域がん診療病院・地域医療支援病院・災害拠点病院・地域リハビリテーション支援センター



大切にします
ここからだ やすらぎを

社会医療法人 岡本病院(財団)

京都岡本記念病院

近鉄大久保駅より「無料送迎バス」を運行しております



京都府久世郡久御山町佐山西ノ口 58 番地
TEL.0774-48-5500(代表)

(有料広告)

おりがみの会

図書館職員による「おりがみの会」を開きます。申込不要です。

日時／9月15日(土) 午後2時30分～3時 場所／ゆうホール2階ホール ティアルーム 対象／3歳以上

旧山田家住宅の一般公開

日時／9月6日(水)、8日(金)、16日(日) 午前9時～正午(毎月第1木曜日、第2土曜日、第3日曜日) 場所／東一口35番地 入館料／200円 問合せ／社会教育課

音楽と味わいのタペ

秋の風物詩、中秋の名月にちなみ、旧山田家住宅で音楽(尺八・マンドリン)とお茶を味わうイベントを開催します。歴史ある場所でお月見をしながら、音楽と団子、お抹茶を賞味し、プレミアムひと時をすごしませんか。

日時／9月24日(月・休) 午後7時集合、午後9時解散 場所／旧山田家住宅 募集人数／30人 お茶券代／500円(当日集金) 内容／グループ① 午後7時～7時45分 お抹茶 午後7時45分～8時 音楽鑑賞(30分間)、午後8時～8時45分 施設見学、午後8時45分～9時 音楽鑑賞(30分間)、グループ② 午後7時～7時45分 施設見学、午後7時45分～8時 音楽鑑賞(30分間)、午後8時～8時45分 施設見学、午後8時45分～9時 音楽鑑賞(30分間) 申込・問合せ／9月3日(月)からグループ①か②を選び、氏名・連絡先を電話で社会教育課へ

9月の図書館スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 30	24	25	26	27	28	29

●は休館日です

〈開館時間〉
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

NEW 新着図書の紹介

雨降る森の犬 馳 星周／著 集英社
母親との確執を抱える中学生の雨音は東京を離れ、夢科に住む伯父のもとに身を寄せた。そこには、ワルテルという犬がいて…。

人生百年時代の「こころ」と「体」の整え方 五木 寛之／著 PHP研究所
病は「治す」のではなく、「治める」もの。大切なのは「不調を生み出さない」工夫…。百歳まで元気に生きるヒントが満載の1冊。

十年屋 時の魔法はいかがでしょう? 廣嶋 玲子／作 静山社
捨てられないもの、捨てたくないものを10年間、魔法で預かる「十年屋」。大事なぬいぐるみを手に、リリがお店に入ると…。

みえるとかみえないとか ヨシタケ シンスケ／さく 伊藤 亜紗／そうだん アリス館
宇宙飛行士のぼくが降り立ったのは、目が三つある人の星だった。違いを考える絵本。

防災・減災
わたしたちができること
今月は、防災月間です。一人一人が防災に対する意識を持ち、災害に備えるための本を紹介しします。

お・す・す・め・本
気象災害から身を守る大切なことわざ
三木 春奈／著 河出書房新社
「台風にはお返しがある」や「三の酉は火事が多い」など、ラジオで紹介した気象にまつわることわざをまとめた一冊。

命を守る水害読本
命を守る水害読本編集委員会／編著 毎日新聞出版
日本で発生した近年の大水害を写真や資料と共に振り返る。気象の基礎知識や減災への取り組みも網羅している。

災害・防災図鑑 すべての災害から命を守る (児童書)
C e m i環境 防災研究所／監修 文溪堂
日本のさまざまな自然災害の起こり方・原因・備えについて解説。巻末には過去の災害データなどの資料もついている。

あのとそとにきみがいた。(児童書)
やじますみ／作・絵 ポプラ社
二年前の熊本地震で被災したイラストレーターが現場の様子を絵本化。懸命に活動する中学生ボランティアの姿に希望を見いだす。



今月のテーマ 図書



吉田類さんによる講演会

（一財）京都市府市町村職員厚生会では、第一線で活躍する人から学ぶ講演会を開催します。

日時／10月22日（月） 午前10時30分～正午（終了後午後1時まで日本酒の試飲会）
場所／ホテルグランヴィア京都 講師／酒場詩人・イラストレーター 吉田類氏 定員／100人 参加費／無料 **申込・問合せ**／9月3日（月）午前9時から21日（金）午後5時までに、（一財）京都市府市町村職員厚生会 ☎075(411)0008
1のホームページから  ホームページ 申し込んでください

おもちゃ病院（おもちゃの修理）

町社会福祉協議会のボランティアグループ「おもちゃ病院」では子どものおもちゃの修理を行います。
日時／9月8日（出） 午前10時～正午（修理の受付は午前11時頃まで）
場所／ゆづホール 修理費／無料。部品交換が必要な場合は要実費 **申込**／予約不要。当日修理会場へお持ちください
その他／使わなくなった動くおもちゃの寄付をお受けしています。ものにより修理できない場合があります **問合せ**／同協議会

献血

身近なボランティア・献血にご協力ください。献血をする際は、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週間を経過していないなど、献血ができないことがあります。

日時／9月9日（日） 午前10時～正午、午後1時～4時 **場所**／イオンス御山店1階憩いの広場 **その他**／16、17歳の人は200mlだけ可能です。65歳以上の人は60、64歳の間に献血経験のある人に限ります **問合せ**／国保健康課または京都市府赤十字血液センター ☎075(531)0111

難病（膠原病）医療相談

膠原病やその疑いのある人、ご家族の人の相談を専門医がお受けし、指導・助言します。無料です。

日時／9月26日（水） 午後1時～3時30分 **場所**／京都府山城北保健所（宇治市） 医師／福田亘先生（京都第一赤十字病院リウマチ内科部長 定員／6人 **申込・問合せ**／9月3日（月）から電話で同所 ☎0774(21)2911へ
※膠原病とは…免疫の異常などで皮膚、関節、筋肉、血管などに病変が生じる病気です。全身性エリテマトーデス、慢性関節リウマチ、強皮症、多発性筋炎などがあげられます。

高齢者世帯交流会

町社会福祉協議会では、町内にお住まいの高齢者世帯や一人暮らしの高齢者を対象に交流会を開きます。

日時／9月21日（金） 午前10時15分～

風しんまたは麻しん風しん混合予防接種の費用助成

町では、安心して妊娠・出産できるよう「先天性風しん症候群」発生を予防するための風しんまたは麻しん風しん混合予防接種費用の一部を助成します。

■対象／町の住民基本台帳に記載のある、次のいずれかに該当する人
(1) 妊娠を希望する女性で、抗体検査結果等により、抗体価の低い人
(2) 妊娠をしている女性の同居者で、抗体検査結果等により、抗体価の低い人。ただし、妊娠をしている女性の抗体価が低い場合とする。
※妊娠を希望する女性及び抗体価が低い妊婦の同居者は、京都府の制度を利用し、抗体検査を無料で受けることができます。

■接種回数

一人1回だけ
■接種の注意／現在妊娠している人は接種を受けることができません。また、接種前1か月から接種後2か月は避妊する必要があります。

■助成額

医療機関に支払った額の

曜日（全19講座と現場研修1回、1月2日は休講） 午後1時～3時 **場所**／ゆづホール **対象**／町内在住または在勤で入門課程を修了した人 **定員**／10人（定員を超える場合は抽選） **費用**／無料。ただし、平成25年度以前修了者の人は最初にテキスト代3千円（税別）必要ですが、全講座の半数を

■助成対象となる接種期間／平成31年3月31日（日）まで（接種後は速やかに申請してください）

■申請方法／医療機関で全額支払ったあと、子育て支援課窓口で償還払いの手続きをしてください。

■必要書類等

①被接種者氏名・予防接種名・接種金額・接種日・医療機関名が明記された領収書の原本
②被接種者本人の抗体価が低いことが確認できるもの（抗体価検査の結果等）
③印鑑
④振込先のわかるもの
※上記必要書類等がない場合はご相談ください。

問合せ／子育て支援課

男女共同参画の標語を募集

町では、男女がお互いに認めあい、思いやりをもって、自分らしく生きていける社会（男女共同参画社会）を表現した標語を募集します。家事や育児、介護など、身近なテーマや、ワーク・ライフ・バランスを実現するためのユーマアあふれる個性的な作品をお待ちしています。選ばれた人には、記念品をお贈りします。

午後1時50分 **場所**／役場5階コンベンションホール **内容**／午前の部 輪投げ、午後の部 会食・3日体操 **参加費**／500円 **申込**／9月5日（水）までに地域の民生児童委員または同協議会へ **問合せ**／同協議会

「おやじのたまりばカフェ」ボランティア養成講座

町社会福祉協議会では、「何かしたい」「地域で新しい活動をしたい」など、行き場を求めている中高年の男性の「おやじによる、おやじのための」居場所作りを進めています。
男性がいつでも憩える場所として、コーヒーを飲んでくつろいだり、音楽を聴いたり、本を読んだりできるような居場所作りで活躍できるボランティアを養成します。

日時／①10月17日（水）②10月24日（水）

京都府聴覚言語障害センターの事業

聞こえに不安のある人の交流研修会
宇治市源氏物語ミュージアム鑑賞

京都府在住の人で聞こえに不自由を感じている人とその家族などを対象に交流研修会を実施します。

日時／10月21日（日） 午前10時～午後3時 **場所**／源氏物語ミュージアム・総合福祉会館（宇治市） **集合場所**／近鉄大久保駅（9時15分）→JR宇治駅（9時30分）→京阪宇治駅（9時40分）
↓現地（9時50分） **参加費**／1500円 **申込・問合せ**／10月12日（金）必着
※までに、はがきまたは電話、FAX、メールに①氏名②住所③連絡先④バスを希望する場合は乗車場所、身体障害者手帳所持の有無、ボランティア保険加入の有無を記入して、同センターへ
■南部難聴幼児サポートセンター事業
にじっこ・城陽

聞こえにくい友達やママ友・パパ友と交流しましょう。
日時／9月8日・10月13日・11月10日・12月8日。いずれも土曜日。午前11時～午後2時 **場所**／京都府聴覚言語障害センター（城陽市） **対象**／聞こえにくい子どもとその家族、子どもの聞こえに不安を感じている家族、聞こえにくい両親や聞こえる兄弟 **参加費**／無料（材料費などが必要な場合有）

募集期間／9月3日（月）～10月1日（月）

対象／①中学生の部（町内在住または在学）②一般の部（町内在住または在学、在勤で高校生以上の人）
申込・問合せ／ゆづホール、中央公民館、役場1階総合受付などに備え付けの応募用紙（町ホームページからもダウンロード可）に必要な事項を記入し総務課へ。郵送、メール可



いずれも午前10時～正午 **場所**／ほつとハウス「チエさん」 **内容**／①久御山町内外で活躍している男性からの話②コーヒーの淹れ方講座や交流会今後の活動について **対象**／定年退職した人や、何か活動を始めたい男性 **申込・問合せ**／9月3日（月）～10月12日（金）同協議会へ

不登校・ひきもり支援団体、親の会など意見交換・交流をしませんか

支援団体や親の会・家族の会、関心のある一般市民、行政機関などがひきこもりに関する聞いてほしいことや聞きたい事などについて意見交換をします。申込不要です。

日時／9月8日（出） 午後1時30分～4時 **場所**／城陽市立福祉センター **参加費**／無料 **問合せ**／ほつこりスペース「あい」 ☎0774(38)5011

申込／FAXまたは電話で①氏名②住所③連絡先④子どもの年齢、聞こえを同センターへ
■問合せ先（同センター）
〒610-0121 城陽市寺田林ノ口11番64 ☎0774(30)9000、FAX 0774(55)7708、✉kikoe-shien@kyoto-chosen.or.jp

要約筆記者養成講座

要約筆記とは、聴覚障害のある人（難聴者・中途失聴者）のために、話の内容を文字で伝える筆記通訳です。会議や講演などで支援する人を養成します。

日程／共通 10月11日・25日、11月8日・22日 **手書きコース** 12月6日、1月31日、2月7日 **パソコンコース** 12月20日、1月24日、2月14日。いずれも午前10時～午後4時 **会場**／京都府聴覚言語障害センター（城陽市）
受講資格／要約筆記者として登録し、活動が可能な人。パソコンコースの希望者は、実技講座にノートPC（Windows7以上）を持参できる人。パソコンの基本操作と1分間におおむね70字以上入力ができる人 **受講料**／無料。ただし、テキスト代3600円と教材などの自己負担有 **申込・問合せ**／9月25日（水）までにFAXまたはハガキで、①住所②氏名③年齢④連絡先を記入し、京都府聴覚言語障害センター・京都府要約筆記者養成講座事務局（〒610-0121 城陽市寺田林ノ口11番64 ☎0774(30)9000、FAX 0774(55)7708）へ

消費生活110

光回線サービスに関する勧誘トラブルに引き続きご注意

平成27年2月1日から、NTT西日本が光回線サービスの卸売りを開始し、卸売りを受けた多くの事業者が光回線サービスに参入し、固定電話やインターネットのプロバイダーなどの独自サービスを組み合わせでさまざまな料金や契約形態で販売しています。

しかし、十分に消費者に契約内容を説明しない事業者や、料金が安くなると言われて契約したら、説明されていないオプションが契約に入っており、高額な請求を受ける等多くのトラブルが発生しています。

町では、このようなトラブルについて、様々な場面で啓発してきましたが、引き続き多くの相談が寄せられています。

トラブルを防ぐためには、
①現在の契約内容を確認しましょう。
②勧誘されたら、事業者名やサービス名、連絡先等、契約内容等を十分に確認しましょう。

③契約後に解約したいと思った場合は、すぐに事業者に申し出ましょう。

④1人で決めるのではなく、家族と相談して決めましょう。不安に思ったり、トラブルにあったりした場合は、消費者ホットライン「188(いやや!)」に電話し、相談しましょう。

★
役場では、毎週木曜日に消費生活相談員が無料相談を受け付けています。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労働観光室 ☎0774(21)2103でも相談を受け付けています。決してひとりで悩まずにお気軽にご相談下さい。詳しくは、役場産業課へお問い合わせください。



ターは作品の裏面に、住所・氏名・年齢(学校名・学年)を、標語は所定の応募用紙または、官製はがきの裏面に作品と住所・氏名・年齢(学校名・学年)を記入し、9月7日(金)までに総務課へ。町立小・中学校へ通学している児童・生徒は、学校へ提出

■その他
①第1次審査で入選作品を選び、その中から優秀作品を京都府の第2次審査に出品します。
②応募作品は明るい選挙推進のための啓発活動に使用します。
③標語作品は返却しません。

町豊かな心づくり推進協議会では、展覧会の作品を募集します。出展者には、記念品を贈呈します。

■第3回くみやま自然と緑の展覧会 作品募集
町豊かな心づくり推進協議会では、展覧会の作品を募集します。出展者には、記念品を贈呈します。

■第3回くみやま自然と緑の展覧会 作品募集
町豊かな心づくり推進協議会では、展覧会の作品を募集します。出展者には、記念品を贈呈します。

作品(彩色方法自由※彩色のない作品については要相談)その他未発表のオリジナル作品で1人1作品に限る。作品裏面等に出品者名、住所を記入。作品の搬出入は、出展者でお願いします

■第3回くみやま自然と緑の展覧会
開催期間／9月28日(金)～10月5日(金) 午前8時30分～午後5時15分(9月29日(土)は休設、9月30日(日)と10月5日(金)は正午まで開設) 場所／役場庁舎1階ロビー 問合せ／環境保全課

学生③防衛医科大学校医学科学生④防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生) 対象／①18歳以上27歳未満の人②推薦③高卒(見込)④21歳未満の人(推薦は高等学校長の推薦等が別途必要)⑤総合選抜⑥一般⑦高卒(見込)⑧21歳未満の人(自衛官は23歳未満)⑨④高卒(見込)⑩21歳未満の人 受付期間／①通年②推薦・総合選抜③9月5日～7日④一般⑤9月5日～28日⑥④9月5日～28日 受付・問合せ／宇治地域事務所(宇治市広野町西裏71-5 S・COKUBO202号室) ☎0774(44)7139



住宅・土地統計調査にご協力を

住宅・土地統計調査は、総務省が実施する「統計法」に基づいた基幹統計調査で、昭和23年から5年ごとに行われ、今回は15回目の調査に当たります。10月1日を基準日として、全国約370万世帯を対象とした住生活における最も基本的な調査で、結果は、国や地方公共団体の住生活基本計画の成果指標の設定や、耐震や防災を中心とした都市計画の策定などに利用されます。

調査の対象となる世帯には、今月から調査員が訪問して調査書類を配布します。回答は、インターネットまたは紙の調査票での回答をお願いします。

問合せ／行財政課

京都南部シヨブ博

京都シヨブパークでは、京都南部地域に所在する50社による合同企業説明会を開催します。予約、履歴書不要です。ぜひお越し下さい。詳しくは、京都シヨブパークのホームページをご覧ください。

日時／9月24日(月・休) 正午～午後4時(受付開始午前11時30分から) 場所／文化パルク城陽 対象／平成31年3月大学等卒業予定者及び卒業後3年以内の人、35歳未満の若年求職者 問合せ／京都シヨブパーク ☎075(966)8615

若者や家族の就職相談



地域若者サポートステーション京都南では、出張相談会を実施しています。

9月は、働いていない若者やその家族の相談を受け付けます。

日時／9月27日(木) 午後1時30分～3時30分 場所／クロスピアくみやま(無料駐車場有) 対象／15歳～39歳の人で仕事についていない人(学生を除く)やその家族 費用／無料 申込・問合せ／同ステーション京都南 ☎0774(54)5380

あなたの就職をサポートします

■城南勤労者福祉会館の教室

講座名	受付開始日	期間(曜日)	開講時間	回数	募集定員	受講料等
楽しい絵画教室(初心者コース)	9/10(月)～	10/10～H31/3/27(第2・4水)	10:00～12:00	12	10	10,000円 別途要教材費
楽しい絵画教室	9/10(月)～	10/10～H31/3/27(第2・4水)	13:00～16:00	12	15	12,000円 別途要教材費
楽しい中国語教室	9/13(木)～	10/13～H31/3/9(土)	18:00～19:30	20	15	12,000円 別途要教材費

■城南地域職業訓練センター講座

講座名	受付開始日	期間(曜日)	開講時間	回数	募集定員	受講料等
介護事務講座	9/9(日)～	10/9～11/16(火・金)	9:30～12:00	12	20	20,000円 教材費9,100円

この他にも講座があります。お問い合わせください。

城南勤労者福祉会館の教室&城南地域職業訓練センター講座

対象／府内在住または在勤の人 申込

町産業振興の架け橋 コーディネータが活躍しています

町では、企業間連携や企業と産業支援機関・行政の連携・交流により、町内企業が活性化していくための支援の一つとして、平成28年11月から産業振興コーディネータが活動しています。

本町の産業の実態を把握し、より有効な産業施策に繋げていくため、製造業を中心に巡回して近況をお聞きしたり、町の制度を紹介したりし

ています。「町内企業でこんな加工ができるのは?」「何か便利な補助金は?」など、経営等に関する困りごとお気軽にご相談ください。

▼町産業振興コーディネータ
松尾憲さん(中小企業診断士)
勤務場所／月曜日・町商工会 ☎075(631)6518 FAX 075(631)6750、火・金曜日・クロスピアくみやま
問合せ／産業課



町明るい選挙推進協議会を募集

町明るい選挙推進協議会では、政治や選挙に関する意識を高め、明るい選挙の実現と投票参加を呼びかける活動を行っています。

選挙や政治に関心のある人、意見やアイデアをお持ちの人など、一緒に活動していただける人を募集しています。

対象／町内在住または在勤のおおむね18歳以上40歳未満の人 任期／2年(平成30年10月1日～平成32年9月30日) 活動内容／啓発事業等についての意見交換、選挙時や町行事での啓発

入選者には賞状と記念品を、応募者全員に記念品をお贈りします。応募はそれぞれ1人1点に限りですので、ご注意ください。

応募資格／町内在住または在学の人 応募規格／ポスターは四つ切りまたは八つ切り画用紙で、色彩、標題は自由。標語はおおむね20文字以内で自作、未発表のもの 応募方法・問合せ／ポス

第2次健康くみやま21・久御山町食育推進計画 町民アンケートにご協力ください

町では、平成26年3月に策定した「第2次健康くみやま21・久御山町食育推進計画」(平成26年度～35年度)について、アンケート調査を実施します。

この調査は、今年度が計画の中間年となるため、取り組みの達成度を評価することにも、今後の活動や取り組みが効果的に推進できるよう検討する基礎資料とするためのものです。

町内に住民登録のある16歳以上の日から無作為に千人を抽出し、調査票をお送りします。お手元に届いた人は、回答にご協力をお願いします。

問合せ／国保健康課

子育て支援医療 入院は18歳まで対象

町が実施している子育て支援医療は、通院は中学校を卒業するまで、入院は満18歳になる年度末までを対象としています。ただし、結婚している人(事実婚を含む)や、他の福祉医療受給者は対象外です。

中学校卒業後、18歳になる年度末までの間に入院したときは(平成29年9月以降の診療に限り)、一日医療費を病院等の窓口で支払ったあと、役場国保健康課へ還付申請をしてください。後日差額分を支給します。

申請・問合せ／対象者が入院し、医療機関で医療費を支払ったあと、支払っ

た医療費の領収書(原本)と保険証、印鑑、保護者の口座情報の分かるもの(預金通帳等)を持参のうえ国保健康課へ

国民年金保険料納め忘れは 後納制度のご利用を

国民年金の保険料の納め忘れはありませんか。納め忘れれた保険料がある



と、将来、受け取る年金額が少なくなったり、年金そのものを受け取れなくなる場合があります。納め忘れれた保険料は、通常、2年前までさかのぼって納めることができますが、平成30年9月30日までの間は、後納制度により5年前までさかのぼって納めることができます。

納め忘れれた保険料のある人は、ぜひご利用ください。

問合せ／ねんきん加入者ダイヤル ☎0570(003)004(0500で始まる電話からは03(6630)2525)または京都府年金事務所 ☎075(643)2547 ※問合せの際は、年金手帳など基礎年金番号が分かるものをご用意ください

義援金にご協力を

大阪北部地震災害や米原市竜巻災害、西日本7月豪雨災害などで被害に遭われた人の支援のため、本町と日本赤十字社京都府支部山城区久御山分区及び久御山町共同募金会(久御山町



社会福祉協議会)と共同で義援金活動に取り組んでいます。

町内の関係機関に義援金箱を設置していますので、ご協力をお願いします。お寄せいただいた義援金は、日本赤十字社と京都府共同募金会とおして被災された人々にお届けします。

また、日本赤十字社へ直接振り込みされる場合は、国保健康課にお問い合わせください。

義援金箱設置場所

▽役場庁舎1階ロビー▽町社会福祉協議会マユツホールマクロスピアくみやま▽総合体育館▽荒見苑

問合せ／国保健康課

9月10日～16日 自殺予防週間

自殺予防週間は、自殺や精神疾患についての正しい知識を身につけ、偏見をなくし、命の大切さや自殺の危険を示すサインや危険に気付いたときの対応方法等について理解を深めることを目的に設定されました。

自殺は誰にでも起こり得る身近な問題です。もしあなたが悩みを抱えているなら、また、あなたの家族や周りの人に、いつもと様子が違うな...と感じられる人がいるなら、思い切って相談してみませんか。

相談窓口

○京都府自殺ストップセンター ☎0570(783)797(月～金曜日、午前9時～午後8時。年末年始・祝日を除く) ○京都いのちの電話 ☎075(864)4343(年中無休24時間)

さわやかグリーンキャンペーン2018 9月23日(日・祝)

町豊かな心づくり推進協議会では、9月23日(日・祝)を「町内一斉清掃の日」と定め、清掃活動を行います。皆さんの積極的な参加をお願いします。



自治会内やその周辺などで集めた空き缶や紙くずなどのごみは、無色透明または白色半透明(新聞紙の活字が読める程度)のごみ袋に入れ、役場敷地内に設置したコンテナへ搬入してください。搬入時間は、午前9時から正午までです。なお、家具などの大型ごみや家電リサイクル品、パソコン、農業用機械器具、ビニールシート類、タイヤ、バッテリー、バイク、剪定枝などと家庭ごみは搬入できず、お持ち帰りいただく場合もありますので、ご了承ください。

問合せ／環境保全課

住宅耐震改修の固定資産税減額

平成32年3月31日までに、建築基準法に基づく現行の耐震基準に適合するよう住宅の改修工事をする、翌年度分の固定資産税について120平方メートルを上限とし2分の1(長期優良住宅の認定を受けて改修した場合は3分の2)が減額される制度があります。ただし、バリアフリー・省エネ改修工事等による減額と同時に適用できません。

要件／▼昭和57年1月1日以前に建てられた住宅で、過去にこの制度を

適用したことのないもの▼工事費が50万円(税込)を超えるもの

必要書類／▼耐震基準に適合した工事であることを証明する書類(町または建築士などが発行)▼耐震改修に要した費用を証明する書類▼長期優良住宅化改修の場合は長期優良住宅の認定を受けて改修したことを証明する書類

申請方法／耐震改修後3か月以内に必要書類を添えて、税務課へ

問合せ／税務課

水道メーターを交換します

10月1日(月)から31日(木)までの期間で検定期間満了を迎える水道メーターを交換します。

対象のご家庭や事業所には、お知らせのハガキを送付します。交換作業は、腕章をした町委託業者の俵津田(☎075(631)5138)が行います。ご不在の場合でも作業を実施します。水道メーター交換後は、一時的に水が濁ることがありますので、メーター近くの散水栓や蛇口から、しばらく水を流してください。

交換作業中は水道が使えませんので、都合の悪い日があるときは、事前に町委託業者へご連絡ください。ご協力をお願いします。

問合せ／上下水道課

農地の貸し借りは 正規の手続きで

農地の貸し借りについて、正規の手

続きをしないと、「賃借権の時効取得」によって農地が戻ってこないなどトラブルの発生のもとになります。

このようなことにならないように、農業経営基盤強化促進法に基づく手続きをしましょう。

この法令に基づく賃借(農地の利用権設定)は、契約期間が終了すれば、地主に農地を返還しなければならぬことになっており、賃した農地が戻ってこないということはありません。詳しい手続き方法等は町農業委員会事務局へお問い合わせください。

また、贈与税または相続税の納税猶予制度の適用を受けている農地の貸し借りは、納税猶予が打ち切られたり、「20年営農継続」の免除事由の変更等が必要で、貸し借りをする前に一度同事務局へご相談ください。

問合せ／同事務局(産業課内)

農業者年金は、国民年金に 上乗せした公的年金制度です

農業者年金は、農業従事者がより安心して老後生活を送ることができるように、国民年金に上乗せした公的な年金制度です。加入対象や保険料は次のとおりです。



■加入対象者／国民年金第1号被保険者(月額400円の付加年金に加入必要で、年間60日以上農業に従事する60歳未満の人。

相談

行政・人権擁護相談

行政相談は、国の仕事についての要望や苦情の相談、人権擁護相談は、差別やいじめなど人権に関する相談。

日時／9月11日(火) 午前10時～午後3時 場所／役場1階相談室1

消費生活相談

日時／毎週木曜日 午前10時～午後4時 場所／役場2階会議室22

女性のための相談

女性の子育てや介護、家庭の問題、仕事、対人関係などの相談。日時／9月11日(火)・25日(火) 午前10時～午後1時 申込／面接・電話相談

とも前日までに総務課へ。定員に満たない場合は当日も受け付けます

すこやか養育相談

こども園では、子育てについての相談をお受けしています。

日時／9月20日(木) 午後1時～4時

場所／みまき・さやま・とつずみの各こども園と分園(電話での相談は毎週木曜日の午前11時～午後4時まで受けします)

教育相談

町内在住の幼児・児童・生徒や保護者を対象に、教育や子育てについての相談をお受けしています。

日時／毎週火・金曜日(祝日を除く) 午前10時～午後5時 場所／ゆつホール2階教育相談室(予約は電話で教育相談室 ☎0774(46)5640)

【心配ごと相談】(町社会福祉協議会)

日時／9月13日(木)、27日(木) いずれも午後1時～4時 場所／地域福祉センター

【介護相談】(町社会福祉協議会)

日時／9月27日(木) 午後1時～4時

場所／地域福祉センター

【介護相談】(町社会福祉協議会)

日時／9月5日(木) 午前10時～正午 場所／役場1階相談室 問合せ／京都府山城北保健所総務分室 ☎0774(66)5745

家庭の事情や失業などで困っていたり、生活を立て直したいけれど、どうしたらよいか分からない、そんな悩みに、相談支援員が解決のお手伝いをします。

小学生バスケットボール教室
 日時／9月22日(土) 午前9時～12時
 10月27日(10月20日を除く)の毎週土曜日。5回コース。午後1時～2時30分 対象／町内在住または在学の小・中学生4～6年生 講師／吉川幸孝さん 定員／20人 費用／500円



体育館開放スポーツデー
 日時／9月8日(土) 午前9時～正午
 対象／町内在住または在勤・在学の人
 種目／小学生用バスケットボール、バスケットボール、バドミントン、ソフトバレーボール、卓球、輪投げなど
 内容／メインアリーナを無料開放。申込不要

町民利用施設



時7時40分、9月15日(土)・23日(日)・祝日午前10時～10時40分(いずれか1日選択) 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を学び、機器を利用するために必要な講習会。トレーニングプログラムなどのアドバイス 定員／各15人 費用／500円。講習会受講済で相談だけの場合は、トレーニングルーム使用料だけ必要 持ち物／上靴、タオル、筆記用具、町内在住・在勤・在学の人には本人確認ができるものが必要(運転免許証、社員証、学生証など)

秋季フンドゥス教室
 日時／10月16日～12月4日の毎週火曜日。8回コース。午前10時30分～正午 対象／15歳以上の人(中学生を除く) 講師／黒川まさみさん 定員／35人 費用／3200円



ヨガストレッチ教室(夜間の部)
 日時／10月15日～12月3日の毎週月曜日。8回コース。午後7時～8時
 対象／15歳以上の人(中学生を除く)
 講師／本田宜子さん 定員／20人 費用／3200円

秋季ヨガストレッチ教室
 日時／10月12日～12月21日(11月23日を除く)の毎週金曜日。10回コース。1部午前10時～11時 2部午前11時15分～午後0時15分 対象／15歳以上の人(中学生を除く) 講師／木場敦子さん 定員／各35人 費用／各4千円



小学生バドミントン教室
 日時／9月22日～10月27日の毎週土曜日。6回コース。午後3時～4時30分 対象／町内在住または在学の小・中学生 講師／中田美栄子さん 定員／30人 費用／600円

漢字出直し塾
 日時／9月14日(金)・28日(金) 午前10時～11時30分 対象／町内在住または在勤・在学の人 内容／漢字の復習と練習。定員／60人。申込不要。当日、直接会場へ 費用／資料代

童謡を楽しむ会
 日時／9月12日(水)・26日(水) 午前10時～11時30分 対象／町内在住または在勤・在学の人 内容／童謡の歌唱とピアノの伴奏。定員／60人。申込不要。当日、直接会場へ 費用／資料代

小学生(親子)科学教室
 日時／9月9日(日) 午前10時～正午
 対象／町内在住の小・中学生とその保護者。ただし、1～3年生は保護者の同伴が必要 内容／科学ビデオの視聴と簡単な実験 定員／10組



漢字の達人教室・えんぴつ書き方道場
 日時／9月8日(土)・22日(土) 午前9時30分～10時30分 対象／町内在住の小・中学生2年生以上(大人の参加可) 内容／漢字学習と書写教室を同時並行開催 定員／20人

アイデア工作教室
 日時／9月25日(火) 午後1時30分～4時30分 対象／町内在住・在勤で18歳以上の人 内容／発泡トレイや消しゴムで、絵手紙や落款などを作る「遊び印」を作ります 定員／15人 費用／300円 講師／長谷川寿美さん



チャレンジ教室(真多呂人形教室)
 日時／9月14日、10月5日・19日(いずれも金曜日)の午前9時30分～11時30分 対象／町内在住・在勤で18歳以上の人 内容／木目込の真多呂人形を作ります 定員／5人 費用／2500円 持ち物／エプロン 講師／真多呂人形サークル

寿司教室
 日時／9月13日(木) 午後1時30分～4時 対象／町内在住または在勤で18歳以上の人 内容／さば寿司などを作るコツを学びます 講師／田井義章さん 定員／20人 費用／2200円 持ち物／エプロン、三角巾、ふきん

中央公民館の催し
 申込は9月2日(日) 午前9時から
 申込人数の少ない教室は、開催を中止または延期することがあります。
 【休館日】毎週水曜日

大人ビデオ鑑賞教室
 日時／9月19日(水) 午後1時30分～3時50分 対象／町内在住または在勤・在学の人 内容／木で折ったみこしかけを作ります 定員／10人 費用／4000円

大人木工教室
 日時／9月17日(月)・祝日 午前9時～正午 対象／町内在住または在勤で18歳以上の人 内容／木で折ったみこしかけを作ります 定員／10人 費用／4000円

週末の星空観察会
 日時／9月16日(日)の午後7時～8時
 11月と惑星を観察。29日(土)の午後7時～8時11時と火星と木星、夏の星座を観察。受付は当日の終了時間の30分前まで。(雨天・曇天中止) 対象／星空に興味のある人。小学生以下は保護者同伴



小学生工作教室
 日時／9月16日(日) ①午前9時～正午②午後2時～5時 ①②のいずれか選択 対象／町内在住の小・中学生 内容／木で折ったみこしかけを作ります 定員／各10人 費用／4000円



9月のお楽しみ会
 職員によるお楽しみ会を毎月開催しています。
 日時／9月27日(木) 午前10時30分～



あいあいクッキング教室
 日時／9月22日(土) 午前10時～11時30分 定員／10組(要予約) 参加費／3000円

親子で3B体操
 親子で音楽に合わせて体を動かしましょう。
 日時／9月11日(火) 午前10時30分～11時30分 定員／15組(要予約)

日曜開館
 日時／9月9日(日) 午前8時30分～午後5時(フリータイム使用は午前9時～午後4時)

子育て支援センター

あいあいホールの催し
 【休館日】毎週日曜日(第2日曜日を除く)、月曜日・祝日

総合体育館の催し
 申込は9月2日(日) 午前9時から
 【休館日】毎週水曜日
 (祝日の場合は開館)

トレーニング機器使用講習会&相談
 日時／9月3日(月)・20日(木) 午後7時～

小・中学生のための囲碁教室
 日時／9月29日(土) 午前9時30分～11時30分 対象／町内在住の小・中学生と保護者 内容／囲碁を基礎から楽しく学びます 定員／20人

小学生将棋・オセロ大会
 日時／9月24日(月)・休 ①将棋の部 ②オセロの部 ③午後1時30分～4時30分 対象／町内在住の小・中学生 定員／各24人



脳若返りプロジェクト
 日時／9月20日(木) 午前10時～11時30分 対象／町内在住のおおむね50歳以上の人 内容／楽しい学習プログラムで脳の若返りを 定員／30人。申込不要。当日、直接会場へ



で18歳以上の人 内容／映画「錨を上げて」を鑑賞 定員／25人。申込不要。当日、直接会場へ

9月の母子保健				
健診名など	日(曜)	受付時間	対 象	内 容
※子育て・発達相談 (あいあいホール 出張相談)	3日(月) 10日(月)	午前9時～ 午後4時30分	おおむね中学校 卒業までの子 どもの保護者	あいあいホールの休館日を利用し て、保健師等が育児や発達に関す る相談をお受けします
※乳幼児相談	3日(月)	午前9時30分 ～10時30分	乳幼児	発達・育児・栄養などの相談
パパ&ママ教室 (第2回)	6日(木)	午後1時～1時15分 午後2時～2時10分	妊婦とその家族(要申込) おおむね10か月までの 子どもと産婦(要申込)	産前・産後ヨガ、保健師の話
1歳8か月児健診	14日(金)	午後1時20分 ～1時40分	平成28年 12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
3～4か月児健診	18日(火)	午後1時20分 ～1時40分	平成30年 5月生まれ	医師による健康診査、離乳・保育・ 栄養などの指導、ブックスタート
3歳児健診	21日(金)	午後1時20分 ～2時20分	平成27年2月生まれ 平成27年3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
10か月児健診	25日(火)	午後1時20分 ～1時50分	平成29年 10月生まれ	医師による健康診査、 離乳・保育・栄養などの指導

会場は、保健センター(※は、あいあいホール)です。母子健康手帳をお持ちの人は、必ずご持参ください。
問合せ／子育て支援課

笑顔をキャッチ!

1歳8か月児健診(8月24日)で
見つけたかわいい笑顔です。



ひとり親家庭を応援する 子どもの居場所づくり

ひとり親家庭の子どもや親が気軽に集まれる場所を設けて、遊びや学習、ご飯作りなどをしてひとり親家庭の応援をします。都合の良い時間からの参加可。

日程／左表 **対象**／町内のひとり親家庭の小学生とその保護者 **定員**／10人 **参加費**／無料。ただし食材料費100円 **申込・問合せ**／開催日の2日前までに町母子寡婦(さつき)会南るり江さん ☎0774(45)0284(午後6時～9時)

区分	水曜開催	金曜開催
9月	5日、12日、19日、26日	7日、14日、21日、28日
10月	3日、10日、17日、24日、31日	5日、12日、19日、26日
時間	午後4時30分～8時30分	
場所	ほっとハウス「チエさん」	
内容	遊び、学習サポート、夕食作り	

ほっとハウス「チエさん」は、ゆうホール角の信号のある交差点を北へ約30%

スキップ広場

いごも園の遊戯室や園庭に親子が気軽に集まり、一緒に遊びながら子育ての情報交換や交流をします。校区に関係なくのごとも園でも参加できます。

日時／9月4日(火) 午前10時～11時30分 **場所**／さやまこも園 みまき・とづみこも園分園 **内容**／園庭開放 **対象**／町内在住の0歳から2歳児とその保護者 **持ち物**／着替え・水筒 **問合せ**／さやまこも園、みまき・とづみこも園分園

生活習慣病予防の 健康教室 栄養編

生活習慣病を食生活面から見直してみませんか。

今回のテーマは「コレステロールと食事のおはなし」です。高コレステロール血症など脂質異常症予防の食事について、一緒に学習しませんか。

日時／9月27日(木) 午後1時30分～3時 **場所**／保健センターすこやかルーム **対象**／おおむね40歳以上の人 **内容**／栄養士による食生活を中心とした、脂質異常症予防についての講話、試食(レシピ紹介) **持ち物**／筆記用具など **費用**／無料 **定員**／20人 **申込・問合せ**／9月3日(月)～21日(金)に国保健康課へ。電話可 **※健康マイレージ対象事業**

リビングサロン

町では、家にひきこもりがちで心の健康に不安のある人を対象に、仲間と交流しながらゆつくりとすごしていただくサロンを毎月開いています。

日時／9月7日(金)・21日(金) 正午～午後3時 **場所**／中央公民館 **内容**／昼食 団らんやカラオケ、ゲーム **問合せ**／住民福祉課

おいやすこもびプラザ

町社会福祉協議会では、認知症の予防

子育て おうえん PART.6

●誕生から首がすわるまで

首がすわるまでの赤ちゃんは、お母さんのお腹の中にいたときのように、背中を少し丸め、手を前に出し、手足が軽く曲がった姿勢で抱いてあげるようにしましょう。この姿勢をとることで、赤ちゃんは無駄な筋肉の緊張をせず、リラックスして母乳やミルクを飲んだり、抱かれる心地よさを感じることが出来ます。

腹筋や背筋に力が入り、頭を後ろに反らせるような姿勢となる、長時間の縦抱きなどはしないようにしましょう。

●首のすわりから寝返りまで

首がすわってくる3～4か月頃になると、声や音、がする方に目を向けたり、動くものを目で追つこと(追視)ができるようになります。また、腹はいたの姿勢にする、手や肘で上半身を支えるようになってきます。

この時期は、また自力で姿勢を変えることはできないので、大人が声をかけてあげながら、仰向けや腹はい、足だけをひっくり返して寝返りを促してあげるなど、赤ちゃんが新たな姿勢になったことを自分で感じれるような働きかけをしてあげましょう。スキップをとりながら、心地よい気持ちのやりとりを楽しみたいものです。

●寝返りからハイハイまで

5～6か月頃になると、赤ちゃんは、仰向けに寝ていると足を手でつかんでめたりすることが増え、背中と床の接触面が小さくなることで重心が移動するようになり、寝返りができるようになってきます。腹はいたの姿勢も安定し、体をひねって横にある

1歳までの赤ちゃん(遊び編)

おもちゃに手を伸ばす姿も出てきます。赤ちゃんが自分の体に触れて認識できる楽しさを大切にしつつ、姿勢を変えてでも「つかんでみたい」といった周囲への好奇心につながるような遊びを取り入れてあげましょう。

●ハイハイからお誕生日まで

ハイハイができるようになる10か月頃には、ハイハイからお座りやつかまり立ちへといった姿勢の移行がスムーズになり、自分の行きたいところへ移動できるようになります。また、細かいものをつかんだりなど手先の操作も上手になってきます。

モノの操作ができた赤ちゃんは、大人の動作をまねしたり、「ちようたい」「どろろ」などのやりとりを楽しみを感じてくるようになります。また、繰り返しの動作の中で、大人が話す言葉の意味が少し分かってくるようになります。

安全面の配慮をしながら、日常生活の中で、赤ちゃんが自分でできる機会を大切にしておきましょう。絵本を読んだり、手遊びしたり、親子で遊びを楽しみながら、豊かな心を育てあげましょう。

●ブックスタート事業に取り組んでいます

町では、赤ちゃんの保護者が絵本を通してふれあいが楽しめるよう、3～4か月児健診でブックスタート事業に取り組んでいます。図書館職員による絵本の紹介や、ボランティアによる読み聞かせ、絵本のプレゼントなどを行っています。詳しくは、3～4か月児健診の案内または子育て支援課へお問い合わせください。

問合せ／子育て支援課

おめでとつございます

ご結婚



地区名

夫の氏名・妻の氏名

地区名

林 木下 拓人・木下 彩美
田井 樹井 敏・樹井 恵美

お誕生



地区名

出生児

父・母

地区名

藤和田 橋本 音 彰・早
島田 田井 真汰 一真・淳美

地区名

東一口 佐々木 結 卓也・陽満里

地区名

佐山 吉本 実莉 昌平・鮎美

地区名

佐古 可畑 遼悟 直樹・麻衣子

地区名

林 増田 笑愛 悠輔・舞優香

地区名

林 梶村 真菜果 真司・加奈子

地区名

下津屋 南 朝陽 佑太・千晶
栄 伊吹 綾人 雅人・美香
宮崎 裕大 茂男・裕子

ものづくりの現場。子どもたちに ものづくり探検バスツアー

子どもたちに、普段見ることのできないものづくりの現場を見学してもらおうと「ものづくり探検バスツアー」が8月10日開催されました。この日のツアーには、4組8人の親子が参加。精密板金加工などを手がける(株)マツモトでは、作業工程の説明を受け、機械を使って板を折り曲げる作業や溶接作業などを見学しました。「工場での作業を初めて見て楽しかった」と子どもたちにも好評でした。



▲機械が動く様子を見学する子どもたち(株)マツモトにて)

外国語指導助手(ALT)着任 セイラ・ハード・エリザベスさん

8月から久御山中学校の外国語指導助手(ALT)として着任したセイラ・ハード・エリザベスさん(オーストラリア)が8月6日に町役場を訪問しました。日本の文化に興味があり、14日間、東京や大阪、京都に滞在した経験もあるというセイラさんは「子どもたちに英語を楽しんでもらい、学びたいという気持ちを持ってもらえるように頑張りたい」と意気込みを話しました。



▲着任したセイラ・ハード・エリザベスさん(中央)

みんなで作り、みんなで楽しむ おやこの食育教室



▲みんなと協力して調理に取り組む参加者

7月30日、子どもたちに「食べ物を選ぶ力」や「味のわかる力」などを育んでもらおうと「おやこの食育教室」が行われ、24人が参加しました。この日のメニューは、デコレーション寿司や鶏むね肉のバンバンジー風、小松菜とコーンのおかかマヨ、ワカメ入りかきたま汁、ミルクくずもち。参加者は料理に夢中になって取り組み、できあがったご飯と一緒に楽しみながら食べました。

一面に輝く黄金の稲穂 早場米の収穫



▲黄金色に輝く稲穂を手際よく収穫する内田さん

8月15日、東一口の巨椋池干拓田で早場米の収穫が行われました。町内の東一口から市田にかけての干拓田では、秋から特産品の淀大根を生産するため、9月までに収穫できる早場米が生産されています。生産者の内田雅嗣さん(東一口)によると「今年は猛暑の影響で収穫時期が例年より早い」とのことです。一面にたわわと実った早場米は、手際良く次々と収穫されました。

くみやま人

—くみやまヒーロー・リサーチ部—

Vol.8

地域での活動が私の原点 絵をとおして つながりをつくりだす



絵をとおして、地域のファンが増えればと話す河原崎さん

＜イラストレーター＞
河原崎 彩子さん(31歳)

【かわらざき・あやこ】1986年生まれ。藤和田出身。御牧小学校、久御山中学校、銅駝美術工芸高等学校、京都精華大学を経て、「地域おこし協力隊」として長野県などのまちで活動し、現在フリーのイラストレーター、ペンネーム「絵かきミクロ」として活躍中。1児の母、夫と祖母のいる兵庫県丹波市で黒毛和牛の繁殖農家を営む。



— 絵を描くようになったきっかけは —
河原崎さん 私の家は農家だったので、自分たちで考えて遊んでいました。絵を描くこともそのうちのひとつで、兄弟と一緒に絵を描いたりしていました。保育園でも絵をよく描いていたと思います。

— 地域での活動をはじめたきっかけは —
河原崎さん 卒業間際に当時の「田舎で働き隊」の募集を大学で見たことがきっかけです。当時は就職氷河期でたいへんな時期だったので、1年間の活動ですが、長野県の栄村へ行くことにしました。

— 栄村では、何をしましたか —
河原崎さん 地域紹介のチラシ作りや地域活動のガイドマップ作り、雪のイベントを企画して開催することなどをしていました。それまでは他の地域に行って住むことがなかったので、文化が違ふことにとても驚きました。

— 栄村はどんな地域でしたか —
河原崎さん 「何でこんな何も無いところに来たんだ」と言われることもあったけど、食べ物はおおむね自給自足でおいしいし、自然も豊か。「お茶を飲んでいきな」と知らない人でも家にあげます。人のつながりが強く、すごく温かい。まるで地域全体が家族のようで、私にとってはすごく豊かに感じました。

— その経験が絵に与えたことは —
河原崎さん 体験したことを自分の絵に落とし込むことができました。自分の中でしっくりくる作品ができるようになり、喜んでもらったり、知らないことを知ることによりがいを感じ、絵を描くことを仕事にしたいと思うようになりました。

— 地域での活動をとおして感じたことは —
河原崎さん 田舎ってたいへんだけど豊かな

Check!

ブログ
「みぎ手とひだり手。」



Facebook
「絵かき ミクロ」



ところもある。けれど、「地域に根付いた暮らしや知恵が過疎や高齢化で、続けられない、残せない、そして消えていく…」そんな現実を見ると、さびしい気持ちになります。

— そこで始めた取り組みがあるとお聞きしました —
河原崎さん 自分に何ができるかを考えたとき、今ある文化や風習を絵に描いて形に残すことだと、これまでの経験をとおして感じました。ありのままの姿を絵に描き、その風景をいろいろな地域で紹介する「旅する風景画展」を行っています。美術館やギャラリーではなく、公民館や図書館など、みんなが使った場所で行います。

— 河原崎さんから見た久御山町は —
河原崎さん 地元は観光地ではないし、紹介できる場所はないと思っていましたが、外に出ることで地域の良さに気づきました。なんとなく落ち着くし、なつかしく感じます。

— 最後に今後の活動への思いを —
河原崎さん 私の描いた絵を見て他の地域のことを知ってもらったり、ファンになる人が増えたらいいと思います。まちに関わる人が増えれば、それに触発され、地元の人に自分の地域の良さを感じてもらえると思います。ゆくゆくはいろいろな地域を巡り、日本一周をしたいと思っています。

燃やすごみ	
月・木	佐古、新開地、佐山、粕池、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
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、久御山団地（17棟～29棟前のごみ集積所）
水・金	久御山団地（3棟～5棟、7棟、10棟～14棟、34棟～41棟、43棟～44棟前のごみ集積所）

燃やさないごみ	
月	松陽台、サントウン佐山、佐山サンハイツ、大橋辺、北川顔、藤和田、近協パレス、中島、西一口、東一口、相島
火	佐古、新開地、佐山、粕池、双栗、市田、鈴間
水	東佐山団地、久御山団地
木	栄1・2丁目、栄3・4丁目、清水、ハイツ西宇治、林、西武西林、ミサワ林
金	田井、荒見、下津屋、下津屋サンハイツ、下津屋団地、島田、東島田、坊之池、森、野村、村東

プラマーク製品	
月	栄1・2丁目、栄3・4丁目、清水、ハイツ西宇治、林、西武西林、ミサワ林
火	島田、東島田、坊之池、森、野村、村東、田井、荒見、下津屋、下津屋団地、下津屋サンハイツ
水	東佐山団地、久御山団地
木	松陽台、サントウン佐山、佐山サンハイツ、大橋辺、北川顔、藤和田、近協パレス、中島、西一口、東一口、相島
金	佐古、新開地、佐山、粕池、双栗、市田、鈴間

町公共機関電話番号等	
久御山町役場（代表） ☎ 075 (631) 6111/0774 (45) 0001 ☎ 075 (632) 1899	
課別ダイヤルイン等	
総務課 ☎ 631-9991/45-3922 ✉ somu@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 1899	上下水道課 ☎ 631-9987/45-3919 ✉ suido@town.kumiyama.lg.jp ☎ 0774 (46) 0086
行財政課 ☎ 631-9992/45-3924 ✉ gyozai@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 1899	新市街地整備室 ☎ 631-9903/45-3904 ✉ shigaichi@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (631) 6149
税務課 ☎ 631-9926/45-3908 ✉ zeimu@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 5933	学校教育課 ☎ 631-9974/45-3917 ✉ gakkyo@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (631) 6129
住民福祉課 ☎ 631-9902/45-3902 ✉ jumin@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 5933	社会教育課 ☎ 631-9980/45-3918 ✉ shakyo@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (631) 6129
子育て支援課 ☎ 631-9904/45-3905 ✉ kosodate@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 5933	議会事務局 ☎ 631-9996/45-0105 ✉ gikai@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 3000
国保健康課 ☎ 631-9913/45-3906 ✉ kokuho@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 5933	会計課 ☎ 631-9932/45-3909 ✉ kaikei@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 1899
環境保全課 ☎ 631-9917/45-3907 ✉ kankyo@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (631) 6149	消防本部 ☎ 631-1515 ✉ shobo@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (632) 5382
都市整備課 ☎ 631-9961/45-3912 ✉ toshi@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (631) 6149	図書館 ☎ 0774 (45) 0003 ✉ toshokan@town.kumiyama.lg.jp ☎ 0774 (46) 5690
産業課 ☎ 631-9964/45-3914 ✉ sangyo@town.kumiyama.lg.jp ☎ 075 (631) 6149	まちの駅クロスピアくみやま ☎ 075 (632) 2300 ☎ 075 (632) 2001
子育て支援センター あいあいホール ☎ 0774 (41) 2263 ☎ 0774 (41) 2283 老人福祉センター 荒見苑 ☎ 0774 (44) 3405 ☎ 0774 (44) 7801 健康センター いきいきホール ☎ 0774 (41) 3466 ☎ 0774 (44) 1199 体育協会(総合体育館内) ☎ 0774 (44) 2205 ☎ 0774 (44) 2203 社会福祉協議会 ☎ 075 (631) 0022 ☎ 075 (632) 3001 地域包括支援センター ☎ 075 (631) 0033 ☎ 075 (631) 0132 ふれあい交流館 ゆうホール ☎ 0774 (45) 0002 ☎ 0774 (46) 5610 総合体育館 ☎ 0774 (44) 3700 ☎ 0774 (44) 2203 中央公民館 ☎ 075 (631) 1000 ☎ 075 (632) 0031 みまきこども園 ☎ ☎ 075(631)4531 さやまこども園 ☎ ☎ 0774(43)8644 とうずみこども園 ☎ ☎ 0774(44)4966 みまきこども園分園 ☎ ☎ 075(631)2475 とうずみこども園分園 ☎ ☎ 0774(43)4906	

8月1日現在 久御山町の人口 16,068人(男7,967人、女8,101人) 世帯数6,990

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・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。		
9月20日(木)	藤和田、島田、東島田、東一口（国道1号以东）、森（国道1号以东）、森村東（国道1号以东）、野村、野村村東、佐山、新開地、佐古、清水、林、市田、田井、荒見、下津屋	9月21日(金)	大橋辺、北川顔、坊之池、森（国道1号以西）、森村東（国道1号以西）、西一口、中島、相島、東一口（国道1号以西）

犬や猫などのペットは愛情を持って大切に飼いましょう

ペットのふんなどで周辺環境へ悪影響を及ぼさぬよう、次のことに注意して適正に飼ってください。
（ご近所とも良好な関係を保ち、ペットと大切な時間がすごせるよう、飼い主のみなさんのご協力をお願いします。）

犬を飼われる皆さんへ

▼犬のふんは持ち帰りましょう。
散歩のときは「ふん袋の携帯」などごん放置の防止にご協力をお願いします。また、電信柱等への放尿（マーキング）は、悪臭の原因になるなど不衛生で不快に感じられる場合があるので、「ペットボトルに水を入れて携帯」し、水で流すなどの処理をしてください。

▼散歩中や遊びの最中は必ずリードなどでつなぎ、交通事故や誤食を防ぎましょう。
▼適度な運動をさせ、適切な食事管理を行い、ストレスが原因で過剰に吠えたりすることなどを防ぎましょう。

犬の登録と狂犬病予防注射

犬を取得した日（生後91日以上）の犬から30日以内に犬の所在地の役場で登録を済ませ、犬の鑑札交付を受けてください。また、年に1回は狂犬病予防注射を接種し、注射済票の交付を受けてください。これらは、狂犬病予防法で犬の所有者に義務づけられています。なお、交付された鑑札や注射済票は、犬の首輪などに付けるよ

うにしてください。

※鑑札交付や注射済票交付の際、交付手数料が必要になります。

猫を飼われる皆さんへ

▼庭や公園でふんをしり、草花を荒らしたりすることなどがないように、また、交通事故に遭わないように「室内飼い」や「首輪をつける」などの対策をしてください。

▼飼い主が不明の猫には、無責任に餌を与えないこともふん害防止等の対策につながります。餌を与えるなら責任を持って飼うなどし、周辺の人とのトラブル防止にご協力ください。

▼ペットは、終生大切に飼いましょう
犬猫などペットの飼い主は、そ

の動物の命が終えるまで適切に飼育する「終生飼養」の責任が、動物の愛護及び管理に関する法律で定められています。愛情を持っていつまでも大切に飼いましょう。

問合せ／環境保全課

ペットのトイレ用砂は燃やすごみへ

家庭で使用した猫などのトイレ用砂（猫砂）を公園や河川敷に投棄すると悪臭の原因になり、不法投棄にもなります。トイレ用砂は、ふんだけをトイレに流し、残った砂を「燃やすごみの日」に出すようにしましょう。

問合せ／環境保全課

剪定枝チップ化物、無料配布します

①個人等小口利用者向け

城南衛生管理組合では、循環型社会形成に向けたリサイクルシステムの構築の一環として、城南衛生管理組合管内（久御山町など3市3町）に在住、または在勤の人を対象に、公園などの樹木・街路樹・家庭の庭木などの剪定枝をチップ化して無料配布します。

①個人等小口利用者向け②農家等大口利用者向け（事前申込制）に分けて配布します。

②農家等大口利用者向け

配布期間／9月18日（火）～21日（金）
午前9時～午後4時（正午～午後1時を除く）
配布場所／旧奥山リユースセンター（城陽市寺田奥山1-61 ☎ 0774(52)3581
クリーン21長谷山）、クリーンピア沢（八幡市八幡第1番地 ☎ 075(631)0835（施設課））

※指定の場所に、油の入っていた容器等に入れて出してください。
ごみステーションは、指定場所ではありません。

なお、役場庁舎南側の塵芥収集車車庫内に、平日の午前8時30分～午後5時15分まで回収場所を常設しています。



ヘルシークッキング

vol.236 オレンジ風味のキャロットラペ

キャロットラペとはフランスの家庭料理で、ニンジンをフレンチドレッシングで和えたサラダのことで、^{ベータ}βカロテンがたっぷり含まれています。

オレンジの甘みでフレンチドレッシングの砂糖をカットしました。

国保健康課



エネルギー 68 キロカロリー／1人分
塩分 0.1 グラム

●材料(4人分)

にんじん ……160g(小1本)
オレンジ ……2個

A { オリーブ油 ……小さじ8
酢 ……小さじ4
塩 ……少々
こしょう ……少々
豆苗 ……2/3パック

作り方

- ① ニンジンを細く切る。
- ② オレンジの皮と薄皮をむく。(薄皮をむくときに出る果汁はボウルで受ける)
- ③ ボウルにAと②の果汁を入れ、よく混ぜて、①②を加えてあえる。
- ④ 皿に盛りつける直前に豆苗をあえ、器に盛る。

※豆苗はアクが少ないので、生のまま食べることができですが、独特の豆の香りが苦手な人はさっとゆでてください。

わがやのアイドル ~くみやまっ子登場!!~



宮野 杏睦・莉子ちゃん
(2歳10か月・9か月)
たくさん笑って、たくさん泣いて、
ずっと仲良し姉妹でいてね♡



西坂 聡太ちゃん
(2歳2か月)
いつも元気いっぱい聡太ちゃん。
これからもたくさん遊ぼうね!

くみやまっ子の 元気な笑顔を募集!

【対象】町内在住の小学生までのお子さん【応募方法】メールタイトルを「わがやのアイドル応募」とし、写真を添付。本文に(1)お子さんの氏名(ふりがな)、(2)生年月日、(3)保護者の氏名、(4)住所、(5)電話番号、(6)お子さんへのコメント(30字程度)を記入し、somu@town.kumiyama.lg.jp(秘書広報係)へお申し込みください。

編集後記

真夏の暑さが落ち着いてきましたが、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。9月は運動会の季節! 町内の運動会に取材に行くことはもちろん、職場の運動会にも参加して、汗を流せたらと思っています。この頃です▼9月1日号は、「いきいきホール」に密着し、特集を組みました。取材を終えて印象に残ったことは、いきいきホールのスタッフや利用されている人がとても親しみやすく接してくださることでした▼実際に利用者と一緒に運動に挑戦しましたが、しっかりとした運動メニューが用意されていて、運動したあとは「いい運動をしたな」とすっきりとした気持ちになりました▼今回の記事で、少しでもいきいきホールの魅力が伝わればいいなという気持ちを込めて、編集後記とさせていただきます。取材にこころよく協力してくださった皆さんありがとうございました。

総務課 秘書広報係 繁光