

# くみやま

令和元年  
7/1  
No.1026

泥の中って、  
意外と気持ちいいね！

御牧小学校が田植え体験を6月20日に行いました。学校運営協議会、PTA役員、おやじの会などの協力のもと、2年生と5年生の児童が次々と稲の苗を植えていきました。

# 久御山町は野鳥の宝庫！？

かつて久御山町周辺には、久御山町よりもはるかに大きな池「巨椋池」が広がっていました。まちの北東部に広がっていた巨椋池は昭和16年に干拓され、巨椋池干拓田は「野鳥の宝庫」となっています。

なかでも、干拓田を流れる一級河川古川周辺では、数多くの野鳥に出会うことができます。野鳥とは、自然に成育し、繁殖している鳥です。外来種や放鳥した鳥は含みません。

日本全体の野鳥の数は、約550種、京都全体では約340種存在します。

久御山町は河川や水路が多く、巨椋池干拓池以外の場所でも、野鳥を観察することができます。多くの鳥を見ることが出来る環境は、久御山町の自然の豊かさや住環境の良さを表しています。その鳥について皆さんが関心を持ち、まちの良さを改めて知る機会になればと思います。

普段何気なく見ている景色の中にある鳥を見つけてみませんか。



## 町制施行65周年記念事業 「町の鳥」募集

### 募集内容

- 久御山町のシンボルとしてふさわしい「鳥」の名称とその理由
- 久御山町民に親しまれているもの
- 久御山町の自然などとかかわりの深いもの
- 久御山町の歴史・文化にちなんだもの

### 募集締切

7月19日(金)【必着】

### 応募資格

町内在住・在勤・在学者

### 応募方法

ホームページ、町内の公共施設にあるチラシに必要事項記入して、各施設の窓口へ提出するか、郵送・FAX・メールで総務課へ提出してください。

チラシ配布場所は、総務課、中央公民館、ゆうホール、総合体育館、荒見苑です。

### 窓口で提出

総務課、中央公民館、ゆうホール、総合体育館、荒見苑

▼郵送・FAX・メールで提出  
総務課

### 審査方法・発表等

応募件数などを参考に、「久御山町町の鳥選定委員会」で審査、選考して最終決定します。

10月1日開催の「町制施行65周年記念式典」で発表します。

### その他

応募したい鳥の名称が分からない場合、鳴き声や見た目の特徴、見かけた場所だけの記入も可。1人1点。

問合せ 総務課

### 町の花 さつき



ツツジ科の常緑低木で6月頃、鮮やかな紅紫色の花を数多く付けます。  
(昭和47年3月制定)

### 町の木 さざんか



初冬、白色が淡紅色の五弁の大きな花を付ける常緑樹です。  
(昭和47年3月制定)

### 野鳥がいるポイント

巨椋池干拓池のほかにも、古川沿い、木津川堤防、町内の田園地域で野鳥を観察することができます。

### 準備するもの

野鳥を観察するときの服装は、野鳥をおどろかさないうえに、地味で動きやすいものに。靴も軽くて足音がしないものが最適です。

持ち物は、双眼鏡、野鳥図鑑、メモ帳、筆記用具、望遠レンズをつけたカメラがあると最適です。

### 観察のポイント

観察のポイントは、最初にいただいた特徴をつかむこと。大きさや、形、目立つ部分、飛び方、泣き声を覚えておきましょう。

つばさ、くちばしなども特徴をとらえやすい部分です。メモやスケッチ、写真を撮影して、後で図鑑で調べて見ましょう。

町登録文化サークル

サークル活動に参加しませんか

◎社会教育課・中央公民館

久御山町には27の登録文化サークルがあり、会員同士の交流や地域での活動を目的に、自主的に運営しています。

入会希望や活動内容の見学の受付を行っています。新たなサークル結成についても募集中です。新規登録については社会教育課までお問い合わせください。

■中央公民館活動サークル（令和元年5月1日現在）

サークル名	活動内容	活動日
久御山ハーモニー	合唱	毎週木曜日
大正琴すみれ	大正琴	毎週土曜日
歌謡サークル さくら	カラオケ	第1、3火曜日
SWING HEART's	軽音楽	第1、3、4土曜日
クックピープル	調理	第4火曜日
パンサークル	パン作り	第3月曜日
わかかさ会	書道	第2、4木曜日
如月会	書道	第2、3木曜日
久御山俳句会	俳句	第3月曜日
茶道サークル	茶道	第1、3火曜日
美好会	絵画	第3土曜日
画友クラブ	絵画	第1月曜日

サークル名	活動内容	活動日
久御山写真同好会	写真	第2日曜日
絵手紙 和	絵手紙	第2金曜日
絵手紙 ひまわり	絵手紙	第1金曜日
銭太鼓	銭太鼓	第2、4火曜日
真多呂人形サークル	木目込み人形	第2、4金曜日
久御山町ふるさと研究会	学習	第2火曜日
京都府女性の船久御山ブロック	学習	第2日曜日

■ゆうホール活動サークル（令和元年5月1日現在）

サークル名	活動内容	活動日
花の会	フラワーアレンジメント	第1火曜日
Painting Bee	トールペイント	第2土、第4火曜日
陶芸クラブ	陶芸	第1、3土曜日 第2、4火曜日
木曜会	陶芸	毎週木曜日
陶遊会	陶芸	第2、4金曜日
手話サークル いちご	手話	第1、3水曜日
久御山町英会話サークル	英会話	第2、4火曜日
デジカメクラブ 久写御	デジカメ	第4日曜日



▲SWING HEART's



▲久御山写真同好会



▲久御山ハーモニー



▲大正琴すみれ



▲パンサークル



▲茶道サークル

スマホアプリ「マチイロ」

広報くみやまをアプリで無料配信中

◎総務課

まちの情報をより手にしやすくするため「広報くみやま」のスマホアプリでの配信を開始します。

マチイロのメリット

- ・スマホでいつでもどこでも、広報紙を見ることができます。
- ・広報紙を登録すると、プッシュ通信で自動配信されます。
- ・スマホなら小さい文字も拡大して読むことができます。
- ・気になる記事をスクラップして、保存することができます。

利用方法

- ①スマホの機種に応じて、アプリ「マチイロ」をダウンロード
- ②アプリを起動して、「性別」・「生年月日」・「お住まいの地域」・「興味のある分野」を入力

- ③利用開始をタップして登録完了。
- ④広報紙の追加をタップして「久御山町」を検索
- ⑤広報くみやまの「読者になる」をタップすると、自動配信されます。



ダウンロードはこちら

「警戒レベル」を指標に

避難の判断をしましょう

◎総務課

昨年の平成30年7月豪雨(西日本豪雨)の被害などを踏まえ、内閣府は災害時に避難行動が容易になることを目的に、「避難勧告等に関するガイドライン」を改定し、防災情報を5段階の警戒レベルに分けました。

「避難勧告」「避難指示(緊急)」が、速やかに避難

する必要がある「警戒レベル4」にあたるなど、避難のタイミングを明確化しました。

今後、町が発令する避難情報や、国・京都府などの機関が発令する防災気象情報等に、警戒レベルの数字が追加されます。

■防災情報の警戒レベル分け

危険度	警戒レベル	防災気象情報等	住民がとるべき行動
高い ↑ ↓ 低い	5	災害発生情報、大雨特別警報など	命を守るための最善の行動
	4	避難勧告、避難指示(緊急)、氾濫危険情報など	速やかに避難
	3	避難準備・高齢者等避難開始、氾濫警戒情報、洪水警報、大雨警報など	避難に時間を要する住民は避難開始、他の住民は避難準備
	2	洪水注意報、大雨注意報など	避難行動の確認
	1	早期注意情報	災害への心構えを高める

つまり💡  
警戒レベル3は…  
避難に時間のかかる人は避難してください。  
警戒レベル4は…  
全員避難してください。  
警戒レベル5は…  
**命を守る最善の行動を!**

皆さんの一票を  
参議院議員通常選挙

町選挙管理委員会事務局（総務課内）

任期満了に伴う参議院議員通常選挙が、今夏に行われます。投票は、「選挙区選挙」と「比例代表選挙」の2種類です。久御山町の選挙人名簿に登録され、投票できる人には、個人ごとに投票所入場券をお送りします。

当日に投票できない人は期日前投票

投票日に仕事やレジャーなどで投票に行くことができない人は、「期日前投票」をご利用ください。

手続きは簡単です。投票所入場券の裏面か期日前投票所に備えつけの「宣誓書」に必要事項を記入するだけで通常の投票と同じように投票できます。

病院や老人ホーム、滞在先で投票できます

選挙管理委員会が指定した病院、老人ホーム等に入院(入所)している人は、その病院等で不在者投票ができます。

遠方に滞在のため、投票日当日や期日前投票期間に投票できない人は、滞在先の市区町村選挙管理委員会にて不在者投票ができます。

身体に障がいなどがあるとき自宅で投票できます

身体障害者手帳や戦傷病者手帳、介護保険被保険者証をお持ちの人で、一定の要件に該当するとき、

自宅などで投票用紙に記入して郵送する「郵便等による不在者投票」ができます。

あらかじめ久御山町選挙管理委員会から「郵便等投票証明書」の交付を受ける必要があります。時間を要することもありますので、手続きなどはお早めにお済ませください。

詳しくは、選挙特集号で

選挙期日や投票所、期日前投票期間などの情報は、選挙特集号に詳しく記載しますのでご覧ください。

全員で未来へつなごう その一票

～久御山町明るい選挙啓発標語特選～  
(久御山中学校 川村響也さんの作品)



第35回京都市まちとみどり  
写真コンクール

京都市都市計画協会  
☎075-414-5326 FAX075-414-5329

「まちの水と緑」「まちの緑と公園」「緑とのふれあい」など都市の緑と緑化に関する京都市内の写真を募集します。

▶規格 四つ切り(ワイド含む)またはA4サイズのカラー写真。

▶点数 1人3点まで

▶応募方法 8月30日(金)までに京都市庁、久御山町役場などで配布するチラシに添付の応募票(コピー可)に、必要事項を記入して、応募作品の裏面に貼り付けて下記送付先へ送付が持参。チラシは京都市ホームページからもダウンロード可

▶送付先 京都市建設交通部都市計画課(〒602-8570。住所不要)

東京2020オリンピック  
聖火ランナー募集

東京2020オリンピック聖火リレー  
京都市実行委員会(京都府スポーツ振興課内)  
☎075(414)4249

オリンピック聖火ランナーを8月31日まで募集します。応募はインターネットに限ります。

応募資格・方法などは、公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会のホームページか京都市の募集ページで確認してください。



大会組織委員会ホームページ

健康の知識と技術を学びませんか  
食生活改善推進員養成講座

国保健康課

「食」をはじめとする健康に関する基礎知識と技術を学び、「健康づくり」を実践するボランティアの養成講座を開催します。

▶対象 町内在住で講座終了後、食生活改善推進員協議会「久味の会」の一員として食生活改善ボランティア活動ができる人

▶日程・内容 下表(年間11回を予定。変更の可能性有)

▶会場 保健センターなど。受講者には改めて連絡

▶定員 20人 ▶受講料 無料

▶申込 7月2日(火)～7月17日(水)に国保健康課へ。電話可

日程と内容

日程	午前10時～正午	午前11時～3時
7月31日(水)	—	【開講式・講義】食育、年代別食生活、食事バランスガイド(1時30分～3時30分)
8月7日(水)	【講義】久御山町の健康状況、生活習慣病予防	—
8～9月	—	【実技】身体活動と運動(健康教室運動編に参加)
9月3日(火)	【講演】健康日本21とこれからの健康づくり課題	—
9月18日(水)	【調理実習】生活習慣病予防の食事	—
10月23日(水)	【調理実習】こどもの食事とおやつ	【講義】食品衛生と食環境保全
11月12日(火)	【調理実習】若い女性・単身者の食事	【講義】歯の健康管理
12月5日(木)	【講義】献立の組み立て方	—
1月16日(木)	【調理実習】高齢者の食事	—
2月17日(月)	【調理実習】食育と地場野菜	【講義】食生活改善推進員の地区組織活動
3月	—	【講義・閉講式】健康づくりと食生活改善推進員の活動

町民プールを無料で利用  
ふれあい券を配付

社会教育課

子どもたちが家族や友達とのふれあいを深め、保護者負担の軽減を図るためふれあい券を配付します。

▶配付対象 0歳から中学3年生までの町内在住・在学の人

▶配付方法 町内のこども園、小・中学校に通っている人は、各園・校をとおして配付。それ以外の方は郵送(配付時期がすぎても届かないときは、社会教育課へ連絡を)。

▶配付時期 6月下旬～7月上旬

▶利用方法 ふれあい券に必要事項を記入して町民プールの改札口へ提出

7月13日(土) オープン  
町民プール

総合体育館

▶期間 7月13日(土)～8月31日(土) 午前10時～午後5時(券売は午後4時まで)

▶料金 大人500円、高校生300円、小・中学生200円、幼児100円(3歳以下は無料)

▶入場券は7月1日から前売り 総合体育館で7月1日(月)～12日(金)の開館日に入場券を事前購入できます。7月13日(土)以降は、町民プールの窓口だけとなります。また、入場券の有効期限は8月31日(土)までのため、計画的に購入してください。

## 国民年金保険料の免除申請

経済的な理由などで国民年金保険料を納めるのが困難なときは、申請により保険料の納付を免除が猶予される制度があります。

免除(猶予)されている期間は、老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格要件として扱われます。免除や猶予を受けず保険料を未納のままにすると、将来の年金(老齢年金)や、身体の障害や死亡といった不測の事態のための「障害年金」や「遺族年金」が受け取れないことがあります。

各申請には所得審査がありますが、審査の対象となる人が失業した等の理由があるときは、それを考慮した審査が受けられます。

### 保険料免除申請

申請して承認されると承認期間(7月から翌年の6月まで)の保険料の全部または一部が免除されます。本人・配偶者・世帯主の所得審査を行い、所得に応じて決まります。承認期間は老齢基礎年金の年金額にも一部反映します。

また、免除された保険料は、10年以内であれば後から納めることができ、将来受け取る年金額を増やすこともできます(3年目以降は加算金が付きます)。

### 納付猶予申請

50歳未満の人が対象で、申請して承認されると承認期間の保険料を後払いにすることができます(10年以内。3年目以降は加算金が付きます)。

本人と配偶者だけの所得審査を行い、承認期間は

7月から翌年6月までです。

### 学生納付特例申請

学生が対象で、申請して承認されると在学中の保険料を後払いにすることができます(10年以内。3年目以降は加算金が付きます)。

本人の所得審査を行い、承認期間は4月から翌年3月までです。

▶**必要書類等** 年金手帳、印鑑、学生は学生証など、退職(失業)した人は雇用保険受給資格者証など

▶**申請** 国保健康課か、京都南年金事務所 ☎075(644)1165

※いずれの制度も過去期間は2年1か月前まで申請可。

※継続申請の承認を受けている人で、今年度も引き続き同じ免除(猶予)区分を希望するときは申請不要。

▶**問合せ** 国保健康課か、ねんきん加入者ダイヤル ☎0570(003)004、050で始まる電話からは03(6630)2525へ

■所得基準の目安 (単位：万円 カッコ内は収入換算)

区分	単身	夫婦(1人扶養)	夫婦+子2人(3人扶養)
全額免除	57(122)	92(157)	162(257)
一部納付	1/4納付	93(158)	142(229)
	半額納付	141(227)	195(304)
	3/4納付	189(296)	247(376)
		335(486)	

※所得控除等は個人によって異なるためこの表は目安です。

## 後期高齢者医療保険料の決定

7月中旬に後期高齢者医療制度加入者全員に、令和元年度後期高齢者医療保険料の決定通知書を送付します。

保険料の納付が年金からの天引きでない人や、口座引き落としでない人には、納付書を同封しますので、コンビニエンスストアまたは金融機関等で納めてください。

問合せ／国保健康課

## 後期高齢者医療被保険者証の更新

現在お持ちの被保険者証の有効期限は令和元年7月31日までです。

7月中旬に新しい被保険者証を簡易書留で郵送しますので、住所・氏名等に間違いがないかご確認ください。

問合せ／国保健康課

## 高齢受給者証を更新します

国民健康保険に加入中の70歳以上の人がお持ちの高齢受給者証の有効期限は7月31日です。新しい受給者証は、7月中旬から順次お送りします。

期限切れの受給者証は、8月1日以降に破棄するか、国保健康課へ返却してください。窓口負担割合は前年の所得によって変更になる場合があります。

問合せ／国保健康課

## 福祉医療費受給者証を更新

現在お持ちの福祉医療費受給者証の有効期限は7月31日となっています。新しい受給者証は、資格審査後、7月中旬から順次お送りしますので、期限切れの受給者証は、8月1日以降に破棄するか、国保健康課まで返却してください。

### ▶福祉医療制度とは

病院で治療を受けたときに支払う医療費の自己負担分を公費で助成する制度で、次の三つがあります。

いずれの制度も所得制限があるので、平成31年1月2日以降に町に転入した人は、前住所地の課税証明書等が必要なときがあります。

他の公費負担医療制度を受給している人は、申請時にその受給者証を持参してください。生活保護世帯の人は対象外です。

### 老人医療費助成制度

次のいずれかに該当する65歳～69歳の人を対象で、医療費の自己負担割合が2割(現役並所得者は3割)になります。併せて高額療養費に関する自己負担限度額が軽減されます。

①昭和25年8月2日以降生まれの人

世帯全員が所得税非課税

②昭和25年8月1日以前生まれの人

次のいずれかに該当する人

(1)18歳未満または60歳以上だけで構成される世帯に属する人(所得制限あり)

(2)18歳以上60歳未満の人と同世帯で、全員が所得税非課税(18歳以上60歳未満の人が、寝たきりや中度以上の障害がある場合は(1)に該当)

▶**申請** 健康保険証と印鑑を持参して国保健康課へ**重度心身障害者医療費助成制度**

次のいずれかに該当する重度の障害がある人が対象で、医療費の自己負担分を全額公費で負担します。

①身体障害者手帳の等級が1・2級の人

②重度の知的障害者(療育手帳の判定がA)

③身体障害者手帳の等級が3級で中度の知的障害者(療育手帳の判定がB)

▶**申請** 健康保険証・障害の程度を証明するもの(身体障害者手帳や療育手帳など)・印鑑を持参して国保健康課へ。

### ひとり親家庭医療費助成制度

次の全てに該当するひとり親家庭の親と子が対象で、医療費の自己負担分を全額公費で負担します。

①ひとり親家庭の親と同居する子がいるか、親のいない子がいること

②「①」の子が、18歳以下であること(満18歳に達する日以後、最初の3月31日までの期間)、または18歳以上で高等学校に在籍中であること

▶**申請** 健康保険証・ひとり親家庭が確認できるもの(児童扶養手当証書や遺族基礎年金証書など)、印鑑を持参して国保健康課へ

## 後期高齢者医療保険料軽減特例の見直し

高齢者と若者の世代間の公平が図られるよう負担能力に応じて保険料の軽減率が変わります。

### 均等割額の軽減

①これまで9割軽減だった人

総所得金額等(被保険者全員+世帯主)が33万円以下かつ、被保険者全員が年金収入80万円以下(その他の各種所得がない)の世帯の人は、均等割額が特例的に9割軽減でしたが、今年度から8割軽減に変わります。

介護保険料の軽減の対象や、年金生活者支援給付金の支給の対象になる場合があります。

②これまで2割、5割軽減だった人

右表のとおり改定します。

③被扶養者であった人

75歳になる前日までに、ご家族の会社の健康保険などで被扶養者だった人の均等割額は、平成30年度は特例により資格取得後3年目以降も5割軽減でしたが、令和元年度から3年目以降の軽減が廃止されます。

問合せ／国保健康課

	現行	改定後
軽減割合	総所得金額等(被保険者全員+世帯主)が下記の基準を超えない世帯	
5割	基礎控除額(33万円)+27.5万円×被保険者の数	基礎控除額(33万円)+28万円×被保険者の数
2割	基礎控除額(33万円)+50万円×被保険者の数	基礎控除額(33万円)+51万円×被保険者の数



**納涼グラウンド・ゴルフ大会**

町体育振興会では、皆さんの交流と親睦、健康の保持増進を図るため、納涼グラウンド・ゴルフ大会を開催します。健康マイレージ対象事業です。

**日時**／8月3日(出) 午後6時から  
(雨天時は8月4日(日)の午後6時に延期)  
**場所**／中央公園野球場  
**対象**／町内在住の人  
**費用**／1000円  
**申込**／7月5日(金)までに各自  
自治会(加入していない人は社会教育課へ)  
**問合せ**／社会教育課



**臨時職員を募集  
学童保育(仲よし学級)指導員**

**募集職種**／①常勤指導員②特別支援指導員③代替指導員 **応募資格**／①は教員免許が保育士資格等を所持する人が児童福祉事業に2年以上の勤務経験

／あいあいホール **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**／使わなくなった動おも  
ちやを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

**おひききやまおひききやま**

町社会福祉協議会では、認知症の人  
やその家族、その他関心のある人な  
ど、誰もが自由に立ち寄ることができ  
る地域の居場所を開いています。

**日時**／7月9日(火) 午後2時～4時  
**場所**／荒見苑 **内容**／認知症サポー  
ト講座 銭太鼓 **費用**／2000円(コ  
ピー・お菓子付) **問合せ**／同協議会

**リビングサロン**

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  
がらゆつこゆつこすごうことができるサ  
ロンを毎月開いています。

**日時**／7月5日(金)・19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

**男ひとりの過(り)方(料理教室)**

65歳以上のひとり暮らしの男性を対  
象に、日々の生活の料理に関する困り  
ごと解決や参加者の交流を目的に料理

がある人、②③はできれば教員免許が  
保育士免許を所持する人 **雇用期間**／  
9月1日～令和2年3月31日(更新の  
可能性有) **勤務時間等**／①②平日は午  
後1時30分～6時、長期休業期間・土  
曜日(午前8時～午後5時)③月～土曜  
日のシフト制。平日は午後2時～6時、  
長期休業期間・土曜日は午前8時～午  
後5時 **賃金**／①時給1030円②時  
給千円③時給千円、基本給5千円 **勤**  
**務場所**／御牧・佐山・東角小学校内の  
いずれかの仲よし学級 **募集人数**／若  
干名 **問合せ**／社会教育課

**読書感想文課題図書**

第65回青少年読書感  
想文全国コンクールの  
課題図書をそろえてい  
ます。貸出期間は一週  
間以内です。 **問合せ**  
／図書館



**夏のスタンプラリー**

本や雑誌などを借りてスタンプを集  
めてください。抽選で粗品をプレゼン  
トします。

**日時**／7月2日(火)～8月30日(金) 図  
書館開館時間中 **問合せ**／図書館

**旧山田家住宅の一般公開**

**日時**／7月4日(水) 13日(土)、21日(日)  
午前9時～正午(毎月第1木曜日、第

教室を行います。

**日時**／7月26日(金) 午前10時～午後  
2時 **場所**／中央公民館調理実習室  
**内容**／メニュー：なすびとミンチの炒  
め煮・野菜サラダ・みそ汁 **定員**／20  
人 **費用**／500円 **申込・問合せ**／  
7月23日(火)までに町社会福祉協議会へ

**いきいきハツラツ塾**

健康センター「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  
による「介護予防プログラム」を、老  
人福祉センター荒見苑などに出張して  
行います。

**日時**／左表。午前10時～11時30分  
**対象**／町内在住で60歳以上の人 **内容**  
／介護予防グループレッスン「サッソ

**いきいきハツラツ塾出張日程**

場所	開催日
久御山町役場	7月9日、12月10日
クロスピアくみやま	10月1日、11月12日、 令和2年1月7日、2月4日、3月3日
楽生苑	10月8日、11月19日、 令和2年1月14日、2月11日、3月10日
荒見苑	10月15日、11月26日、 令和2年1月21日、2月18日、3月17日

2土曜日、第3日曜日) **場所**／東一  
35番地 **入館料**／2000円 **問合せ**／  
社会教育課

**「社会を明るくする運動」  
講演会と標語の表彰式**

町社会を明るくする運動推進委員会  
では「犯罪や非行のない明るい地域社  
会」をめざして、講演会と小・中学生  
の標語の表彰式を行います。申込不要。

**日時**／7月19日(金) 午後2時から  
**場所**／役場5階「ペンションホール」  
**内容**／京都保護観察所企画調整課長の  
細木直久さんによる講演「更生保護の  
心をひろげる」 **標語表彰式**／特選4  
点 入選12点 **問合せ**／住民福祉課



**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  
おもちゃの修理を行います。

**日時**／7月14日(日) 午前10時～正  
午(修理の受付は午前11時まで) **場所**

いきいき体操」や介護予防筋力向上  
トレーニング「元気ハツラツトレニ  
ング」など **費用**／1回1000円 **定**  
**員**／各24人(久御山町役場は30人) **申**  
**込・問合せ**／同ホール ☎0774(4  
1)3466。1回だけの参加可

**あそびの広場**

町民生児童委員協議会では、お父さ  
んやお母さんの子育てを応援する「あ  
そびの広場」を開きます。申込不要で  
す。

**日時**／7月6日(出)  
午前10時～11時30分  
**場所**／ゆづホール **対**  
**象**／町内在住で就学前  
の幼児とその保護者  
**問合せ**／住民福祉課



**スキップ広場**

こど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  
係なくこのこども園でも参加できます。

**日時**／7月9日(火) 午前10時～11時  
30分 **場所**／さやまこども園、みまき  
こども園、さやまこども園、みまき  
こども園(水あそび) **対象**／町内在住の0  
～2歳児とその保護者 **持ち物**／着替  
え・水筒 **問合せ**／さやまこども園、  
みまきこども園

(有料広告)



(有料広告)



## 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でも結構です。

**日程** / 左表 **対象** / 市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** / 夕食材料費100円 **申込・問合せ** / 開催日の2日前までに母子寡婦(さつき)会南るり江さん ☎0774(45)0284 (午後6時～9時)へ

区分	水曜開催	金曜開催
7月	13日、10日、17日、24日、31日	15日、12日、19日、26日
8月	17日、14日、21日、28日	12日、19日、16日、23日、30日
時間	午後4時30分～8時	
場所	ほっとハウス「チエさん」	
内容	遊び、学習サポート、夕食づくり	

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%。

## 生活習慣病予防のための健康教室 栄養編

「生活習慣病を予防する」を目標に自分の健康について考えてみませんか。今回のテーマは「免疫力を上げる食

事でがん予防」です。

**日時** / 7月24日(水) 午後1時30分～午後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** / 栄養士による講話と試食持ち物 / 筆記用具など **費用** / 無料 **定員** / 20人 **申込・問合せ** / 7月2日(火)～17日(水)に国保健康課へ。電話可



## おやこの食育教室

食生活改善推進員協議会「久味の会」では「選ぶ力」「味のわかる力」など、子どもの食育力を養う「おやこの食育教室」を開きます。

夏休みの思い出に親子一緒に、食育を考えながら楽しく料理を作ってみませんか。

**日時** / 7月29日(月) 午前10時から **場所** / 保健センター調理実習室 **対象** / 町内在住のこども園の年長児、小学生とその保護者。4年生以上は子どもだけの参加可。送迎は保護者でお願いします **定員** / 20人 **費用** / 1人300円 **献立** / お楽しみ献立 **持ち物** / エプロン、三角巾、タオル、筆記用具



## 歯と口の健康を保つことの効果とは

歯や口の健康は、食事や会話を楽しんだり、生活の質を確保したりするための重要な役割を果たしています。

近年、誤えん性肺炎や糖尿病などの全身疾患と口腔の健康が、相互に影響し合っていることが指摘されています。昨年行った町民アンケート結果によると、16歳以上の約2人に1人がこの1年間に歯科健診を受けていない状況です。自身で行なう口腔ケアと併せて、町が実施する歯科健診や、かかりつけ歯科医への定期健診などで、むし歯や歯周病の予防・早期治療を行います。

### 【歯と口の健康を保つ効果】

- ▼口腔内へのむし歯や歯周病の予防・口腔内の清潔維持・歯の喪失予防・口腔機能の低下やオーラルフレイル(口腔機能の虚弱)の予防
- ▼全身面へ糖尿病などの全身疾患リスクの低減・誤えん性肺炎の予防・低栄養、フレイル(全身の虚弱)やサルコペニア(筋肉量の減少)の予防
- ▼生活面へ生活の質の維持(食へる楽しみなど)・活動や交流の維持(会話を楽しむ、一緒に食事をするなど)

### 【家庭での取り組み】

- ▼乳幼児期へよく噛んで食べるよう促す・大人が仕上げみがきを行なう・フッ素入り歯磨き粉などを使う・歯科医院や健診などでフッ素塗布をしてもらう
- ▼少年期へよく噛んで食べる・丁寧な歯磨き習慣を身につける・フッ素入り歯磨き粉などを使う
- ▼青年期へよく噛んで味わって食べる・糸ようじ、歯間ブラシなどを使う・適切な生活習慣を身につける・定期的に歯科健診を受ける
- ▼高齢期へ会話や歌うなどして日常的に口腔機能を使う・状況に合わせて食べ物を選択する・お口の体操、唾液腺のマッサージをする・必要に応じて入れ歯などを使用する

### 【町の歯と口の健康に関する健診】

- ▼幼児へ1歳8か月児健診、2歳6か月児歯科健診、3歳児健診
- ▼児童生徒へこども園、小中学校の歯科健診、フッ化物洗口(小学校のみ)
- ▼妊婦へ妊婦歯科健診
- ▼成人へ成人歯科健診、後期高齢者歯科健診

問合せ / 国保健康課

その他 / 食物アレルギーがあるときは申込時にお知らせください **申込・問合せ** / 7月2日(火)～19日(金)に国保健康課へ。電話可

## 献血

7月1日～31日は「愛の血液助け合い運動」実施期間です。

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** / 7月16日(火) 午前10時～正午、午後1時～4時 **場所** / イオン久御山店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府赤十字血液センター ☎075(603)8800

## 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、就職相談会を実施します。

**日時** / 7月25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**

### ■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
夏休み・電子プログラミング教室	7/2(火)～	7/22～8/26(月)	10:00～11:30	6	小学4年生～中学3年生8名(保護者同伴可)	受講料 9,000円 テキスト 1,000円 教材費 10,000円

### ■城南地域職業訓練センター講座

はじめてのワード(活用)	7/9(火)～	8/9～8/26(月・水・金)	9:30～15:30	6	10人	15,000円
はじめてのエクセル(活用)	7/28(日)～	8/28～9/9(月・水・金)	9:30～15:30	6	10人	15,000円

X・郵送不可) **問合せ** / 府立城南勤労者福祉会館・城南地域職業訓練センター(宇治市伊勢田町新中ノ荒21-8) ☎0774(46)06888、077800

## 工場見学バスツアー

精密部品の加工や大型機械の製造現場など、普段見ることのできないものづくりの現場を見学してみませんか。町外の人も参加できます。

### 【Aコース】

**日時** / 8月3日(出) 午前8時45分集合 午前11時45分解散予定 **見学企業** / 京都E-C(株)、(株)マシモト

(有料広告)



## 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・在勤の人 **申込** / 受付開始日以降に受講料を持参し、実施する会館・センターへ(電話・FAX)

### 【Bコース】

**日時** / 8月9日(金) 午前8時45分集合 午前11時45分解散予定 **見学企業** / (株)阪村機械製作所、(株)セイワ工業

▼集合場所 / 中央公民館前 **対象** / 保護者1人につき小学3年生以上の子ども2人まで **定員** / 各コース15人 **費用** / 1人あたり160円 **申込・問合せ** / Aコースは7月26日(金)、Bコースは8月2日(金)までに希望のコース、参加者全員の名前・生年月日・住所、保護者の電話番号を記載し、FAXかメールで産業課へ



## 下水道排水設備工事責任技術者の試験

京都府下水道協会では認定試験を実施します。

**日時** / 受験講習 10月27日(日)の午後1時30分から 認定試験 11月3日(日・祝)の午後1時30分から **対象** / 京都府下で下水道排水設備工事責任技術者として、排水設備工事に従事することを希望する人 **申込・問合せ** / 7月1日(月)～16日(火)に役場上下水道課に備え付けの申込書に必要事項を記入して同課へ

### 杉山愛さん講演会

「夢は叶うー思い続ける大切さ」

日時／8月10日(出) 午後1時30分～3時  
場所／ホテルグランヴィア京都 講師／元プロテニスプレーヤーの杉山愛さん 定員／100人 費用／無料  
申込／7月5日(金)の午前9時～19日(金)の午後5時までに厚生会のホームページから申込みを 問合せ／(一財)京都市町職員厚生会 ☎075(411)0084



### 淀川河川公園フォトコンテスト

淀川河川公園では「あなたの好きな淀川河川公園の風景」をテーマにフォトコンテストを開催します。プロアマ問わず応募可能。詳細は同公園ホームページで確認してください。  
応募期限／11月30日(出)まで(必着)

応募条件／①平成30年11月以降に撮影したもの、②淀川河川公園が被写体か同公園内から撮影のもの、③被写体が人物の場合は本人の同意を得ていること  
応募方法／①同公園ホームページの専用フォームからJPEGデータをアップロード、②インスタグラムアカウントをフォローしハッシュタグ「井淀川河川公園フォトコンテスト2019」を付けて投稿、③六つ切りかA4サイズにプリントしたものを郵送 各賞／

皆さんのご理解と協力をお願いします。(中央公民館を含みます)

### 問合せ／行財政課



### 滞納税の徴収は京都府税機構で

京都府税機構(以下「税機構」)は、京都府と府内25市町村(京都市を除く)が構成する広域連合で、税業務を共同で行うために設立されました。各自自治体が行っていた税金の申告や納付などの窓口を、将来的に一本化するにより、徴税コストの削減を図るとともに、納税者の利便性の向上と公平公正な税行政をめざしています。

### 滞納税の徴収は税機構で

納期限から一定期間を経過した町税の滞納案件は、税機構に移管して滞納整理などの徴収業務を取り扱います。移管対象者には「督促状兼移管通知書」でお知らせしますので、移管以降の納税相談は税機構へご連絡ください。

### 納税証明書の発行は町で

町府民税や軽自動車税などの納税証明書の発行は移管前・移管後にかかわらず、税務課の窓口で取り扱います。税機構では納税証明書は発行できませんのでご注意ください。

金融機関等の窓口で納付(納入)した場合、入金の確認に日数がかかる場

最優秀賞1作品、優秀賞3作品等、計20作品を選出予定 問合せ／淀川河川公園管理センター ☎06(69)94(0000)



### 出張がん個別相談会

京都府がん総合相談支援センターではがんに関する相談を受け付けます。日時／7月9日(火)、8月13日(火) いずれも午後1時～3時30分 場所／京都府山城北保健所(山城広域振興局宇治総合庁舎内) 相談費／同センターの保健師が看護師 相談料／無料 予約／実施日の前日午後4時までに同センター ☎0120(0)78(3)94へ ※同センターでは電話、対面相談を、月～金曜日(祝日・年末年始を除く)の午前9時～正午、午後1時～4時に実施しています。

### 聴覚障害児デイサービス

聴覚障害児デイサービス実行委員会では聴覚障害児デイサービスを行います。日時／7月24日(水)、8月1日(木)・4日(木)・5日(月)・7日(水)・9日(金)・19日(月)・21日(水)・23日(金)。全9回。午前10時～午後3時 場所／京都府聴覚言語障害センター(城陽市)など 対象／聴覚障害のある小学生・中学生やその兄弟・友達(高校生以上はボランティア)

合がありますので、領収書を持参ください。

### 問合せ

○納期限から一定期間を経過し、「督促状兼移管通知書」が到達した以降の納付の相談などについて…京都府税機構山城中部地方事務所(宇治市伊勢田町新中ノ荒21番地の8。京都府立城南勤労者福祉会館1階) ☎0774(46)65008  
○納期限までの納税相談や課税内容について…町税務課

### あいさつ運動

### 地域の絆をへん

地域の中で、積極的「おはよう」「こんにちは」とあいさつすること、子どもも大人もお互いに顔見知りになることができます。会話が生まれれば「地域の絆」が強くなります。「あいさつ」から地域の子どもたちを育てる環境をつくりましょう。現在「あいさつ運動」をさらに広めていくための啓発活動に使用する新しいスローガンを募集中です。皆さんからのご応募ください。

採用者には秋頃、表彰状の贈呈を行うとともに、町内に新標語で作成したのぼりを設置します。

応募期限／7月31日(水)まで(必着) 対象／町内在住・在勤者 応募方法／住所、氏名、年齢、電話番号、あいさ

## おしらせ

児童手当現況届の提出はお済みですか  
6月分以降も引き続き児童手当を受給するためには、現況届の提出が必要です。この届出がないと6月分からの手当を受けることができません。

また提出していない人は、受給者の健康保険証の写し・印鑑を持参して、子育て支援課へ提出してください。

問合せ／子育て支援課

### 長期優良住宅に対する固定資産税の減額

一定の要件を満たす住宅は、新築から5年間(3階建以上の耐火または準耐火構造の中高層住宅は7年間)分の家屋に係る固定資産税額が減額されます。

### 住宅要件

つ運動スローガンを記入し社会教育課へ。郵送、FAX、メール可 問合せ／社会教育課

### レンタサイクルの利用時間延長

クロスバイクみやまのレンタサイクルの利用時間を試行として、午後7時まで延長しています。試行期間は10月31日(木)までです。

問合せ／産業課

### 農業者年金は、国民年金に上乗せした公的年金制度

■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。

■年金の種類／納めた保険料と、その運用益で年金額が決まる積立方式(確定拠出型)の年金です。

■保険料／月額2万円～6万7千円(千円単位)の間で自分で決めることができ、随時見直しできます。

■税制上の優遇措置／支払った保険料は、全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税の節税につながります。

■年金の受給／年金は原則65歳から生涯支給されます。80歳前に亡くなった場合、80歳までに受け取れるはずであった年金に相当する額が、死亡一時金として遺族に支給されます。

次の全ての要件を満たす住宅。

- ①長期優良住宅の普及の促進に関する法律に規定する認定長期優良住宅
- ②長期優良住宅の普及の促進に関する法律の施行の日(平成21年6月4日)～令和2年3月31日までの間に新築した住宅
- ③居住部分の床面積が50平方メートル(二戸建住宅以外の貸家住宅の場合は40平方メートル)以上280平方メートル以下
- ④居住部分の床面積が、全体の床面積の2分の1以上

### 減額の範囲・減額額

住宅部分の床面積120平方メートルを限度として、家屋に関する固定資産税額の2分の1が減額されます。

### 減額期間

- ・一般の住宅：新築後5年間
- ・3階建以上の耐火が準耐火住宅：新築後7年間

### 必要な書類

認定長期優良住宅に係る固定資産税(減額)申告書・京都府から交付された「認定通知書」の写し

■申告・問合せ／新築した翌年の1月31日までに必要な書類を添えて税務課へ

### 役場庁舎敷地内を全面禁煙

健康増進法の一部改正され、受動喫煙の防止を推進するため、役場でも7月1日から敷地内を全面禁煙にします。

問合せ／町農業委員会事務局(産業課内)

### 農地利用状況調査を実施します

7月から8月に農業委員が町内の全ての農地を対象に調査を実施します。皆さんの農地に立ち入る場合がありますので、ご理解と協力をお願いします。

遊休農地は、耕作の意思などを確認し、農地を有効利用するための指導を行います。

遊休農地を放置すると病害虫の発生で周辺住民や農地耕作者に被害を与え、不法投棄・放火などの被害に及ぶ恐れがあるので、自分の農地を守るためにも、適正に管理しましょう。

問合せ／町農業委員会事務局(産業課内)

### サマージャンボ宝くじ サマージャンボミニを発売

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよくなりますに使われます。

発売期間／7月2日(火)～8月2日(金) 当選金／サマージャンボ宝くじ1等15億円×20本(当せん本数は発売総額600億円・20ユニットの場合)、サマージャンボミニ1等3千万円×40本(当せん本数は発売総額240億円・8ユニットの場合) 抽選日／8月14日(水)

税金や保険料、保育料、上下水道料金はコンビニエンスストアで納付できます。 ※バーコード印字がない納付書は使用できません。



### 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ!」

薬物乱用は周囲の人から誘われて好奇心や興味本位で手を染めるケースが多々みられます。

「やめられる」「気分が良くなる」などの甘い誘いや匂いや覚せい剤を「エス」「スリート」などと呼んで乱用薬物とはわからないように誘われることもあります。

薬物乱用に対する理解を深め、絶対に手を出さないことが自覚が大切です。薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ!」

問合せ／京都府山城北保健所 ☎0774(21)20912

### 7月は熱中症予防強化月間

熱中症は、毎年7月から8月に多く発生し、特に梅雨明けで蒸し暑く、急に暑くなる7月は、体が暑さに慣れていないため、例年熱中症による救急搬送者数や死者数が急増しています。

熱中症は体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能がうまく働かないことが原因で起こります。特に、小さい子ども、高齢者、体調不良の人、肥満の人、普段から運動をしていない人は注意しましょう。

#### 熱中症を防ぐポイント

▼暑さを避ける＝屋外では、日陰を選んで歩いたり、日傘をさしたり、帽子をかぶったりしましょう。

▼服装を工夫する＝汗を吸収してくれる吸水性に優れた素材の服や下着を着ましょう。

▼こまめに水分を補給する＝暑い日には、知らず知らずのうちに汗をかくので、こまめに水分を補給しましょう。

▼急に暑くなる日に注意する＝梅雨の合間に突然気温が上がった日など、体がまだ暑さに慣れていないときは、熱中症が起きやすくなりますので注意しましょう。

▼健康管理をする＝暑さに備えた体調づくりをしましょう。

▼個人の条件を考慮する＝熱中症の発生には、その日の体調に影響します。前の晩に深酒をしたり、朝食を抜いたりした状態で暑い環境に行くのは避けましょう。

▼集団の場ではお互いに配慮する  
＝お互いに注意喚起をしましょう。

問合せ／消防本部



### 7月は河川愛護月間

毎年7月は「河川愛護月間」、7月7日は「川の日」です。

この期間は、河川に関心を持ち、河川愛護への理解を深めるために、河川愛護運動を実施していきます。

くれる、身近で大切な自然空間です。みんなで大切な川を守りましょう。

問合せ／都市整備課

### 7月10日は府民防犯の日

7月10日～19日は「府民防犯の日」です。今年度の重点項目は①高齢者の詐欺被害防止②自転車盗対

### 消費生活110番 オンラインの旅行予約に注意

旅行予約サイトは手軽にホテルや航空券を予約することができます。しかし、契約条件や予約内容について消費者自身で確認する必要があります。確認が不十分で、思いがけないキャンセル料が発生するなどのトラブルに遭遇する可能性があります。旅行予約サイトの運営事業者が海外に所在するとき、トラブルが生じた際に、言語や商習慣の違いから日本の事業者の場合より解決が難しくなることもあります。

#### 【消費者へのアドバイス】

- ・サイト運営事業者の基本情報を確認する
- ・顧客対応窓口の情報を確認する
- ・契約条件や予約内容(日程等)を確認する
- ・予約後、予約内容をすぐに確認する
- ・予約内容が確認できる画面等の写しを保管する

★  
消費者トラブルに関する相談は、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労働観光室 ☎0774(21)2103、毎週木曜日午後1時～4時には、消費生活相談員が無料相談を役場で受け付けています。

### 相談

役場等では各種相談をお受けしていただけます。

日時／7月9日(火) 午前10時～午後3時  
場所／役場1階相談室1  
内容

／国の仕事についての要望や苦情の相談  
問合せ／総務課

#### 【女性相談】

日時／7月9日(火)・23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

#### 【人権擁護相談】

日時／7月9日(火) 午前10時～午後3時  
場所／役場1階相談室1  
内容  
／差別やいじめなど人権に関する相談  
問合せ／住民福祉課

#### 【障害に関する相談】

日時／7月11日(木) 午前10時～午後4時  
場所／役場1階相談室1  
対象  
／町内在住の障害のある人やその家族  
申込・問合せ／住民福祉課

#### 【耳の聞こえも相談】

日時／7月17日(水) 午前10時30分、11時30分、午後1時30分、2時30分、1人1時間  
場所／ゆうホール  
申込  
・問合せ／聴覚障害者生活支援センター  
・はーもに ☎0774(30)0900  
☎0774(55)77008

#### 【くまのこいの相談】

日時／7月5日(金) 午前10時～正午  
場所／役場1階相談室  
対象／家庭の事情や失業、生活の立て直しで困っている人  
問合せ／京都府山城北保健所  
綴喜分室 ☎0774(63)70745

#### 【消費生活相談】

日時／毎週木曜日 午後1時～4時

場所／役場2階会議室22  
申込・問合せ／産業課

#### 【すこやか養育相談】

日時／7月18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時までお受けします)  
申込・問合せ／みまき・さやま・とつずみの各こども園と分園

#### 【教育相談】

日時／毎週火～金曜日(祝日を除く) 午前10時～午後5時  
場所／ゆうホール2階教育相談室  
対象／町内在住の幼児・児童・生徒や保護者  
申込・問合せ／教育相談室 ☎0774(46)5640

#### 【おせい相談】

日時／7月11日(木)・25日(木) 午後1時～4時  
場所／地域福祉センター  
申込・問合せ／町社会福祉協議会

#### 【介護相談】

日時／7月25日(木) 午後1時～4時  
場所／地域福祉センター  
申込・問合せ／町社会福祉協議会

#### 【弁護士無料法律相談】

日時／7月18日(木) 午後1時～3時30分  
相談時間は1人25分程度  
場所  
／地域福祉センター  
対象／町内在住・在勤者  
定員／6人  
申込・問合せ  
／7月2日(火)から町社会福祉協議会へ

#### 【福祉サービス利用援助事業に関する相談】

日時／7月11日(木) 午後1時～4時  
場所／地域福祉センター  
対象／認知症や知的障害のある人、高齢者の虐待被害防止、高齢者の詐欺被害防止、自転車盗対策

日時／7月11日(木) 午後1時～4時  
場所／地域福祉センター  
対象／認知症やもの忘れのある人、知的や精神障害のある人で、日常的な金銭管理や通帳の管理が不安な(できない)人(電話相談も受付)  
申込・問合せ／町社会福祉協議会

#### 【ふれあいテレホン相談】

専用電話／075(63)3421  
相談時間／午前8時30分～午後5時  
問合せ／町社会福祉協議会

#### 【申込と費用】

各教室の参加申込は、来館か電話をして、参加者本人かその保護者などが行ってください。定員になり次第、締め切ります。

#### 【休館日】

16日(火)は休館  
15日(月)は開館



ふれあい交流館  
ゆうホールの催し

漢字の達人教室・  
えんぴつ書き方道場

日時／7月6日(土) 午前9時30分～10時30分  
対象／町内在住の小学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

#### 【はじめての野外炊飯教室】

日時／7月7日(日) 午前11時～午後1時  
雨天中止  
対象／町内在住の小中学生と保護者(親子で参加を)  
内容／飯ごうを使った炊飯を学びます  
定員  
／10組程度  
費用／1人200円

#### 【童謡を楽しむ会】

日時／7月10日(水)・24日(水) 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／60人  
申込不要。当日、直接会場へ  
費用／資料代

#### 【脳活返りフロッシエクト】

日時／7月11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  
定員／30人  
申込不要。当日、直接会場へ

#### 【まちの施設】

ふれあい交流館  
ゆうホールの催し

#### 【申込と費用】

各教室の参加申込は、来館か電話をして、参加者本人かその保護者などが行ってください。定員になり次第、締め切ります。

### 漢字出直し塾

**日時**／7月12日(金)、19日(金) 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**／30人 申込不要。当日、直接会場へ **費用**／100円

### 週末の星空観察会

**日時と内容**／7月13日(土) 午後8時～9時11分と木星・土星などを観察 7月20日(土) 午後8時～9時11分と木星・土星・夏の星座を観察。受付は終了時間の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



### 木津川観察教室

**日時**／7月15日(月) 午前9時～正午。雨天、河川増水時中止 **対象**／町内在住で小学生以上。小学3年以下は保護者同伴。親子、大人だけの参加可 **内容**／木津川(流れ橋周辺)へ行き、自然観察 **持ち物**／水筒、帽子



### トレーニング機器使用講習会 & 相談日

**日時**／7月6日・20日(土) 午前10時～10時40分、7月8日・22日(月) 午後7時～7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法など、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 **その他**／町内在住・在勤・在学の人、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)

### 親子フラダンス教室

**日時**／7月20日～8月24日の毎週土曜日。6回コース。午前10時30分～11時30分 **対象**／町内在住・在学の年長・小学3年生の子と保護者 **定員**／黒川まさみさん **費用**／600円



### ピラティス教室(夜間の部)

**日時**／7月22日～9月9日(8) 8月12

子、タオル、濡れてもよい靴、着替え **定員**／20人

### 大人ヒテオ鑑賞教室

**日時**／7月17日(水) 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**／映画「ニフチカ」鑑賞 **定員**／25人。申込不要。当日、直接会場へ



### 陶芸チャレンジ教室

**日時**／7月21日(日) ①午前9時30分～正午 ②午後1時30分～4時 **対象**／町内在住の小学生以上。小学3年生以下は保護者同伴。親子、大人だけの参加可 **内容**／粘土から焼き物作り **定員**／各16人 **費用**／1人500円



### 小・中学生のための囲碁教室

**日時**／7月27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

### 幼児からの物づくり教室

**日時**／7月28日(日) 午前9時～正午

日を除く)の毎週月曜日。7回コース。午後6時30分～7時30分 **対象**／15歳以上の人(中学生を除く) **講師**／吉田久子さん **定員**／20人 **費用**／2800円

### かんたんピラティス教室(中期)

**日時**／8月6日・20日、9月3日・17日、10月1日・15日、11月5日・19日。火曜日の8回コース。午前9時15分～10時15分 **対象**／15歳以上の人(中学生を除く) **講師**／吉田久子さん **定員**／20人 **費用**／3200円

### 有料スポーツ施設使用団体登録受付

令和元年度有料スポーツ施設使用団体の登録を受け付けます。  
**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**／①久御山町在住・在勤者で構成される10名以上の団体(テニス、ソフトテニス、6人以上)。  
②定期的に継続してスポーツ施設を利用する団体 **申込**／7月30日(火)まで



### 小学生工作教室

**日時**／表No①～⑫から選択 **対象**／町内在住の小学生。親子での参加可 **内容**／木で万年カレンダーを作ります **定員**／各8人 **費用**／300円

月日(曜)	No	時間
7月23日(火)	①	午前9時～正午
24日(水)	②	午後2時～5時
25日(木)	③	午前9時～正午
25日(木)	④	午後2時～5時
26日(金)	⑤	午前9時～正午
27日(土)	⑥	午後2時～5時
30日(火)	⑦	午前9時～正午
31日(水)	⑧	午後2時～5時
8月1日(木)	⑨	午前9時～正午
2日(金)	⑩	午前9時～正午
7日(水)	⑪	午後2時～5時
8日(木)	⑫	午前9時～正午

**対象**／町内在住の幼児や小学校低学年児童とその保護者 **内容**／親子で「物づくり」を楽しみます。簡単な工作をします(小学生は、小学生工作教室と同内容です) **定員**／6組 **費用**／幼児は無料、小学生は300円



### 親子で工作教室

**日時**／7月28日(日) 午後2時～5時 **対象**／町内在住の小学生とその保護者 **内容**／親子で「物づくり」を楽しみます。(小学生工作教室と同内容です) **定員**／6組 **費用**／300円



### 中央公民館の催し

申込は7月2日(火) 午前9時から  
申込人数の少ない教室は、開催を中止・延期することがあります。  
【休館日】毎週水曜日

### ゆかた着付け教室

**日時**／7月12日(金) 午後6時30分～8時 **対象**／町内在住・在勤で18歳以上の人 **内容**／浴衣の着付けで夏の装いとマナーを学びます **講師**／岡西和美さん **定員**／20人 **費用**／200円 **持ち物**／浴衣、半巾帯、下着(裾除け・襦袢など)、腰紐二本、伊達締め、前板



### 寄せ植え教室

出前講座として開催場所をゆうホーに移動して実施します。  
**日時**／7月25日(水) 午後1時30分～3時 **対象**／町内在住・在勤で18歳以上の人 **内容**／季節の草花を使って寄せ植え作り **講師**／石川潤さん **定員**／20人 **費用**／1500円 **持ち物**／エプロン、軍手、汚れてもよい服装



### 町制施行65周年記念 ゆうホール開館20周年記念イベント 科学工作まつり

**日時と内容**／①8月3日(土) 午後2時～5時 ②「さおばかり」と「太陽高度計にもなる日時計」を工作 ③8月4日(日) 午前10時～正午 ④「シングルレンズ顕微鏡」を工作 ⑤午後2時～5時 ⑥「ウォーキング・トリケラトプス」を工作 **対象**／町内在住の小学生以上。親子、大人だけの参加可 **定員**／各15人 **費用**／1000円  
申込は7月2日(火) 午前9時から



### 総合体育館の催し

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

### 日曜開館

**日時**／7月14日(日) 午前8時30分～午後5時(プレイルーム使用は午前9時～午後4時)



### 地域であそぼう「いごの会」

**日時**／7月19日(金) 午前9時30分～11時30分 **場所**／栄1・2丁目自集会所  
**日時**／7月25日(木) 午前10時30分から

### おやこひろば

**日時**／7月26日(金) 午前9時30分～11時30分 **場所**／地域福祉センター

### ベビーマッサージ教室

**日時**／7月31日(水) 午前10時40分～11時40分 **対象**／生後2か月からハイハイを始めるまでの赤ちゃん **講師**／医療法人保科医院助産師の保科千晴さん **定員**／10組(要予約) **費用**／1000円

燃やすごみ	
月・木	佐古、新開地、佐山、初池、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、リーヴァ淀、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、リーヴァ淀、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、初池、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、リーヴァ淀、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、初池、双栗、市田、鈴間

リサイクルごみ	ペットボトル・紙パック
	3日(第1水曜日) 17日(第3水曜日)
	缶・ビン
	10日(第2水曜日) 24日(第4水曜日)

\*ペットボトルのキャップとラベルは、はずして「プラマーク製品」として出してください。

使用済み天ぷら油
10日(第2水曜日)

※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。



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。	
7月4日(木) 7月26日(金)	藤和田、島田、東島田、東一口(国道1号以東)、森(国道1号以東)、森村東(国道1号以東)、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	7月5日(金) 7月29日(月)
		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)

## 夏の省エネ クールビズで快適に

環境省では、夏場の室内温度を28℃(目安)に設定したライフスタイル(クールビズ)を推奨されています(体調や体質に合わせて調整することも大切です)。  
夏場は日中の消費電力量の約半分をエアコンが占めます。エアコンの使い方を見直し、夏の省エネに協力をお願いします。



▼室温の冷やしすぎに要注意!  
体を冷やし過ぎる状態が続くと冷えに慣れて汗をかかなくなり、汗腺が退化して体温調整機能が働かなくなる危険性があります。特に発育期の子供や体温調節機能が低下した高齢者には注意が必要です。

▼エアコンを快適に使うポイント  
・こまめにエアコンのフィルターを清掃し、エアコンの効き目を維持する  
・ドアや窓を閉める  
・扇風機を効果的に活用して冷房効率を上げる  
・室外機のまわりに物を置かないようにし、屋根などを付け直射日光を避ける

・テレビなど家電からの放熱が冷房効率に影響しないよう、使用しない家電の電源はこまめに切る  
・冷却ジェルシートなどの冷感グッズを活用する

▼「クールシェア」という方法も  
夏の省エネ対策には「クールビズ」だけでなく、涼しい場所に集まって涼を共有する「クールシェア」という方法もあります。  
・部屋ごとにエアコンを稼働せず、一つの部屋に集まり、一家団らんを心がける。  
・図書館などの公共施設や大型商業施設・カフェなど涼しい場所に行く。

問合せ/環境保全課

## 自然観察会

森の木を使ったキーホルダー作りや、昆虫や植物等の野外観察をとおして自然環境の保全の意義について楽しく学びます。

日時/8月5日(月) 午前9時中  
中央公民館前集合。午後4時解散(交通渋滞により遅れる可能性有) 行先/宇治市総合野外活動センター「アクトパル宇治」 対象/町内在住・在学の小学3年～6年生 定員/20人(定員を超える場合は抽選) 費用/320円 持ち物/弁当、水筒、筆記用具、タオル、帽子など 申込・問合せ/7月2日(火)～8日(月)に環境保全課へ(土・日曜日を除く。午前9時～午後5時。代理申込不可)

### 光化学スモッグにご注意

光化学スモッグは気温が高く、風の弱い日に発生しやすい大気汚染で、子どもを中心に、目がチカチカしたり、のどが痛くなったりします。

今年には夏だけに限らず、5月に注意報が発令されています。注意報や警報が発令されたときは、消防本部に吹き流しを掲出するなどしてお知らせしますので、軽視せずできるだけ屋外に出ないようご注意ください。

症状が出たら、目を洗ったり、うがいをして、安静にして、京都府山城北保健所 ☎ 0774(21)2913か環境保全課へ連絡してください。

### ごみ出しは午前8時30分の直前!

可燃ごみ、不燃ごみ、缶やびん、ペットボトルなどの資源ごみを回収していますが、町や町が委託する業者以外の者がごみを持ち去っていただくことがあります。環境パトロールや警告看板を設置するなどして対策を講じていますが、依然として持ち去り行為が見受けられます。

収集日当日の早い時間にごみを出すごみを抜き取られやすくなります。また、ガラスなどの被害を受けやすくなり、ごみの散乱の原因にもなります。できるだけ回収が始まる午前8時30分の直前にごみを出すようにご協力をお願いします。

問合せ/環境保全課

## 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

### 課別ダイヤルイン等

総務課 ☎ 631-9991/45-3922  
☎ somu@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(632)1899

行財政課 ☎ 631-9992/45-3924  
☎ gyoza@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(632)1899

税務課 ☎ 631-9926/45-3908  
☎ zeimu@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(632)5933

住民福祉課 ☎ 631-9902/45-3902  
☎ jumin@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(632)5933

子育て支援課 ☎ 631-9904/45-3905  
☎ kosodate@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(632)5933

国民健康課 ☎ 631-9913/45-3906  
☎ kokuho@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(632)5933

環境保全課 ☎ 631-9917/45-3907  
☎ kankyo@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(631)6149

都市整備課 ☎ 631-9961/45-3912  
☎ toshi@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(631)6149

産業課 ☎ 631-9964/45-3914  
☎ sangyo@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(631)6149

上下水道課 ☎ 631-9987/45-3919  
☎ suido@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 0774(46)0086

新市街地整備室 ☎ 631-9903/45-3904  
☎ shigaichi@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(631)6149

学校教育課 ☎ 631-9974/45-3917  
☎ gakkyo@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(631)6129

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

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

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

消防本部 ☎ 631-1515  
☎ shobo@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 075(632)5382

図書館 ☎ 0774(45)0003  
☎ toshokan@town.kumiyama.lg.jp  
FAX 0774(46)5690

まちの駅クロスピアくみやま  
☎ 075(632)2300 FAX 075(632)2001

子育て支援センター あいあいホール  
☎ 0774(41)2263 FAX 0774(41)2283

老人福祉センター 荒見苑  
☎ 0774(44)3405 FAX 0774(44)7801

健康センター いきいきホール  
☎ 0774(41)3466 FAX 0774(44)1199

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

社会福祉協議会  
☎ 075(631)0022 FAX 075(632)3001

地域包括支援センター  
☎ 075(631)0033 FAX 075(631)0132

ふれあい交流館 ゆうホール  
☎ 0774(45)0002 FAX 0774(46)5610

総合体育館  
☎ 0774(44)3700 FAX 0774(44)2203

中央公民館  
☎ 075(631)1000 FAX 075(632)0031  
みまきこども園 ☎ FAX 075(631)4531  
さやまこども園 ☎ FAX 0774(43)8644  
とうずみこども園 ☎ FAX 0774(44)4966  
みまきこども園分園 ☎ FAX 075(631)2475  
とうずみこども園分園 ☎ FAX 0774(43)4906

6月1日現在 久御山町の人口 15,987人(男7,944人、女8,043人) 世帯数7,073

広報に掲載された人で、希望者には写真を差し上げます。役場3階総務課秘書広報係へお越しください。来庁が困難な場合は、ご相談ください。

## 青空のもとで世代間交流 田井まなび塾

5月26日、田井まなび塾がグラウンドゴルフ大会を開催しました。NTT淀総合運動場のサブグラウンドに集まった40人が、それぞれ、数名のグループに分かれてプレーを開始しました。日差しが照りつけ、気温が高い中、テントの下で水分補給や休憩をとりながら、参加者は元気いっぱい、夢中になってプレーを楽しみました。



▲一打に集中をする参加者

## 真剣、笑顔もあふれる グラウンドゴルフ大会

6月6日、町シニアクラブ連合会が「町長杯・シニアクラブ連合会会長杯グラウンドゴルフ大会」を開催し、135人のシニアクラブ会員が交流を深めました。競技は各単位シニアクラブ選出の団体戦と個人戦が行われ、上位3位までにカップ・盾と賞状が贈られました。【団体戦(町長杯)】優勝・松陽台松寿会B。【個人戦(会長杯)】優勝・安西修二さん(松栄会)。



▲勢い良くスイングをする参加者

## 子育て世代、多数集まる クロスピア市



▲より笑った子の勝ち。「にこちゃんずもう」

5月26日、クロスピア市を開催し、久御山町産の米と宇治茶を使用したお茶漬けの販売、DUFFやVOGのライブ、キッズダンス・フラダンスのステージライブ、模擬店の出店がありました。クロスピアくみやまから宇治茶バスの運行、ワイヤーママ京都主催の「にこちゃんずもう」の催しもあり、会場は盛り上がりを見せました。

## カメラ撮影に熱中 職場体験学習



▲カメラとパソコンはお手のもの！

6月5日から7日までの期間、久御山中学校2年生の生徒が町内外の事業所などで職場体験をしました。役場にも山内越翔さん(林)と四方里月葉さん(林)が訪れ、事務作業や広報業務を体験しました。広報業務では、6月6日開催、シニアクラブ連合会主催の「グラウンドゴルフ大会」取材。写真は山内さんが撮影、見出しは四方さんが考えたものです。

# くみやま人

—くみやまヒーロー・リサーチ部—

Vol.18



## 子育てママを応援 みんなで協力できることが さくらんぼの魅力

＜ボランティアサークル・さくらんぼ＞  
日野 真由美さん

【ひの・まゆみ】平成17年に久御山町に転入。下津屋在住。小学3年生、6年生、中学2年生の3児の母。子育てをするお母さんのリフレッシュや仲間づくりを応援する、ボランティアサークル「さくらんぼ」の代表。持ち前の明るい性格でサークルを盛り立てる。



いつも笑顔のさくらんぼのメンバー

—サークルについて教えてください

**日野さん** ボランティアサークル「さくらんぼ」は、月1回、社会福祉協議会と共催する、親子ニコニコ子育てサロンの運営をしています。親子ニコニコ子育てサロンでは、子育てをするお母さんのリフレッシュや仲間づくりを目的に、いろいろな催しを行います。

—催しはどんなことをしていますか

**日野さん** ハーバリウムなどのものを作ったり、クッキングをしたり、動物園や鉄道博物館などへお出かけもしたりします。夏の流しそうめん、秋のみかん狩りというように毎年恒例の催しもあります。毎年参加すると「今年のみかんは甘いね」といった話もできるので楽しいです。

—さくらんぼに入ってきたきっかけは

**日野さん** ニニコサロンに何度か通っているうちに「一緒にしませんか」と声をかけてもらったことがきっかけです。久御山町に転入し、広報紙に載っているイベントの中で興味のあるものに通っていたら、いつの間にかさくらんぼに入り代表になっていました(笑)。

—さくらんぼに入ってからの変化は

**日野さん** 行く先々で「あっ！」ってあいさつをする人が増えました。顔が広くなりましたし、いろいろなところで交流ができるようになったことが良かったことだと思います。

—さくらんぼの魅力は

**日野さん** みんなで集まって作業をしながらわいわいできることです。あとは、ずっと小さい子どもを見ることができるところです。活動

をとおして、小さな子どもと関わることはリフレッシュになりますね。

—ニコニコサロンは人気だとか

**日野さん** 来てくれた人が来月の予約をしてくれることもあります。楽しみに待っていてくれる人もいます。サロンの中で仲良くなった人もいて、人の輪が広がっている気がします。最初はあまり話ができなかったけれど、参加しているうちに、徐々にうちとけていきます。

—催しで工夫していることは

**日野さん** 毎年同じものにならないようにしています。「これおもしろそうやな」と話しながら考えます。「お金や手をかけず、簡単にできるもの」を意識しています(笑)。企画が決まれば「これ買ってあげるね」「これ作ってね」と手分けして動けるので、あとは早いと思います。

—たいへんなお仕事

**日野さん** 「たいへんじゃない？」と言われることもあります。全く思いません。必ず参加しなければいけないということもないですし、このサークルは誰かが必ずやってくれます。私ができるときは「じゃあやるね」と誰かが動いてくれるので、安心感がありますね。

—最後に一言お願いします

**日野さん** ニニコ子育てサロンは毎月しています。ぜひ顔を出してみてください！

★

ボランティアサークル「さくらんぼ」の活動に興味のある人は、メンバーの小川映子さん ☎090(9)2007(5)365か町社会福祉協議会へ



新着図書

7月の新着図書を  
紹介します。

同潤会代官山アパートメント

三上 延/著 新潮社

昭和と共に誕生し、その終わりと共に解体された日本最初の集合住宅。その一室から始まった、4世代にわたる家族の物語。

白昼夢の森の少女

恒川光太郎/著 KADOKAWA

8月の満月の夜、するすると延び始めた鶯が小さな町を覆い尽くした。鶯は人々を取り込んで…。表題作をはじめ、10の短編を収録。

おれんち、動物病院

山口 理/作 文研出版

動物嫌いの勇希は獣医の父に反発しながらも、動物病院にやってくる動物たちとふれあう中で、次第に心を開いていき…。

いないいないばあさん

佐々木 マキ/作 偕成社

おばあちゃんと一緒に歩いていたら、いつのまにかおばあちゃんがいなくなった。僕があちこち探していると…。楽しいナンセンス絵本。

図書館だより

●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

●7月の休館日

1日(月)、8日(月)、16日(火)、22日(月)、29日(月)、31日(火)



夏がやってきた!!



テーマ図書

「夏」を満喫する  
おすすめ本を紹介します。

そうめん

満留 邦子/著 成美堂出版

つゆと薬味のバリエーション。汁めん・あえめん・ご当地そうめん。冷・温それぞれ楽しめる、そうめん尽くしの一書。

毎日、ハッカ生活。

北見ハッカ愛好会/著 大和出版

天然の万能薬「ハッカ」の身近な活用法を案内。夏は肌をひんやりさせたり、虫よけスプレーとして使用も◎。

魔法のレッスンはじめます (児童書)

長井 るり子/作 出版ワークス

魔法にあこがれる親友と一緒に、ばあばの修行を受けるつばさ。心を美しく、体を健やかにすごし…。ひと夏の少女の成長を描く。

夏のあらしとムーミンロール (絵本)

トーベ&ラルス・ヤンソン/原作 絵 徳間書店

「海のうたがきこえる貝がら」を探しに海へ出たムーミンと仲間たち。島に着くとニョロニョロたちも集まり始め…。

7月の健診・相談・教室

※母子手帳を必ずお持ちください。

◎子育て支援課

検診	期日	受付時間	対象	場所	内容
3～4か月児健診	30日(火)	午後1時20分～1時40分	平成31年3月生まれ	保健センター	医師による健康診査、ブックスタート、離乳・育児・栄養などの指導
10か月児健診	23日(火)	午後1時20分～1時50分	平成30年8・9月生まれ		医師による健康診査、離乳・育児・栄養などの指導
1歳8か月児健診	19日(金)	午後1時20分～1時40分	平成29年10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歳児健診	26日(金)	午後1時20分～2時20分	平成27年12月生まれ 平成28年1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
相談・教室	期日	受付時間	対象	場所	内容
ぱくぱく教室	3日(水)	午前9時45分～10時	10か月から離乳食完了までの子どもと保護者	保健センター	※2日前までに要申込 離乳食についての相談、試食、親子遊び
乳幼児相談	8日(月)	午前9時30分～10時30分	乳幼児	あいあいホール	発達・育児・栄養などの相談
子育て・発達相談 (あいあいホール出張相談)	8日(月) 22日(月) 29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
パパ&ママ教室 (もく浴編)	20日(土)	午後1時～1時15分	妊婦とその家族・ おおむね10か月までの子どもと産婦		保健センター

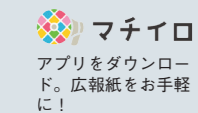
笑顔をキャッチ

1歳8か月健診(6月21日)で見つけたかわいい笑顔です

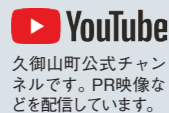


Like SNS

久御山町の情報を、インターネットやSNSなどで発信しています。下記QRコードから読み取り、アクセスすることができます。



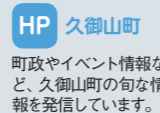
マチイロ  
アプリをダウンロード。広報紙をお手軽に!



YouTube  
久御山町公式チャンネルです。PR映像などを配信しています。



Instagram  
#ええとこくみやまをつけて、久御山町のええとこを探しましょう。



HP 久御山町  
町政やイベント情報など、久御山町の旬な情報を発信しています。



お誕生		ご結婚	
地区名	出生児	地区名	夫の氏名・妻の氏名
下津屋	木村 将道・昭美	佐山	町田 卓大・美希
林	神山 敢太・樹莉	林	岩元 薫・楓
北川顔	村田 珠々花	地区名	夫の氏名・妻の氏名
市田	福本 茉白	地区名	出生児
市田	福本 崇之・尚美	地区名	父・母
林	石塚 明莉	林	岩元 知也・美咲
林	岩本 百愛	林	岩本 知也・美咲
田	東 結心	田	萩田 逢聖
田	萩田 逢聖	田	萩田 貴裕・恵
田	萩田 貴裕・恵	田	萩田 公章・千裕
田	萩田 公章・千裕	田	萩田 孝誠・詩織
下津屋	奥野 翔貴	下津屋	奥野 孝誠・詩織
下津屋	奥野 翔貴	下津屋	奥野 翔貴
栄	谷口 結愛	栄	谷口 結愛

令和元月5月15日から令和元年6月14日までの受付分(敬称略)

# ヘルシークッキング

## vol.246 切干し大根の松前漬け風

がごめ昆布の粘りは体内から余分なコレステロールなどの排出に役立ちます。数の子の代わりにスーパーフードのキヌアを、するめの代わりに切干し大根を使った、コレステロール0の松前漬けです。

国保健康課

### ●材料 (4人分)

- 切干し大根 (乾) .....60g (つけだれ)
  - キクラゲ (戻し) .....40g
  - がごめ昆布 (乾:刻み) .....30g (無い場合は刻み昆布で代用)
  - パプリカ (赤) .....120g
  - キヌア (ゆで・無くて可) .....適量
- ④のつけだれ
- しょうゆ .....大さじ2
  - 酒 .....大さじ4
  - 酢 .....大さじ2
  - 砂糖 .....大さじ2



生活習慣病予防の健康教室 (栄養編) (平成31年2月25日)

エネルギー 104 キロカロリー / 1人分  
塩分 1.3 グラム

### 作り方

- ① 切干し大根とキクラゲは水戻しをしたあと、さっとゆでて食べやすい長さに切る。
- ② がごめ昆布はさっと水洗いして、食べやすい長さに切る。
- ③ パプリカはせん切りしてさっとゆでる。
- ④ 小鍋にAの調味料を合わせて火にかけ、煮立ったら火を止めて冷ます。
- ⑤ タッパーなどに①～③の食材を入れて、④のつけだれをかけ、30分以上 (できれば一晩以上) 冷蔵庫で漬け込む。
- ⑥ ⑤を混ぜて器に盛つけ、キヌアを散らす。

## わがやのアイドル ~くみやまっ子登場!!~



**牧村 怜ちゃん (6歳)**  
ピカピカの1年生の怜ちゃん! 甘えん坊で心配もあるけど、元気に学校生活を楽しんでね!



**松村 宣明・宥明ちゃん**  
(1歳3か月・3歳) 仲良し兄弟で、いつも助けてもらってます。元気に生まれてきてくれてありがとうございます。

**くみやまっ子の元気な笑顔を募集!**  
【対象】0~9歳の町内在住のお子さん  
【応募方法】メールタイトルを「わがやのアイドル応募」とし、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

7月になりました。梅雨入りが遅くなりましたが、暑さには注意をしたいですね。外出中に立ちくらみをしてしまい、6月でも油断してはいけないと反省しました。水分をしっかりとり夏をのりきりしましょう▼高校時代に写真部だった先輩との会話で「昔はフィルムカメラで撮った写真を自分で現像していた」と聞きました。手間と時間をかけて物事に取り組むことは、毎日せかせかしてしまっている今だからこそ、必要かもしれないと思いました▼全国広報広聴研究大会に研修として行ってきました。全国の広報担当者との交流はとても良い経験になりました。今号では紙面も少し変更しています。これから、試行錯誤をしていきたいと思えます。コツコツ積み上げていくことを大切にしたいですね。

総務課 秘書広報係 繁光

