

くみやま

平成25年
12/1
No.892

歩きにくかった水の中

総合防災訓練

10月27日におこなわれた防災訓練では、子どもから高齢者まで参加し、いざという時の身を守る体験をしました。
大雨で冠水している道路を歩く「水中歩行体験」では、「くまがしほどの水でこんなに歩きにくいなんて」と改めて水の怖さを実感していました。（2～3ページに訓練の様子を掲載）

主な内容

- 大規模災害時の行動と役割を確認・・・②
- 久御山中学校が職場体験学習・・・④
- 戦没者追悼式、障害者週間・・・⑥
- 人権週間、久御山町職員を募集・・・⑦
- 明るい選挙啓発ポスター・標語 特選・入選作品・・・⑧

- 図書館コーナー・・・⑨
- インフォメーション・・・⑩
- 保健予防のコーナー・・・⑪
- みんなの広場・・・⑫
- 12月のごみ等収集日程・・・⑬

総合防災訓練

大規模災害時の行動と役割を確認

昭和28年台風13号災害から60年目にあたり、町では、10月27日久御山町役場で災害時に対応するための体験型の総合防災訓練をおこないました。

「長雨により河川水位が上昇しているなか、巨大地震が発生」という想定のもと、約1,000人が参加して避難や初期消火、救助訓練などを住民の皆さんと公的機関が一緒に取り組み、大規模災害発生時における果たすべき役割を確認しました。

実際の災害時も行政や消防、各種団体、そして地域の皆さんが連携して対応する必要があります。災害時にどのような行動をとる必要があるのか、振り返ってみました。

今回の総合防災訓練は、公的機関がとる行動の確認とともに、住民の皆さんが災害時に自分の力で自分自身を守っていただく「自助」と地域の団結で身を守る「共助」の向上を目指して実施したものです。



災害対策本部で情報を収集

水防

消防団による積土のう工法・釜段工法の披露と、参加者による土のう作り体験がおこなわれました。



「釜段工法」を披露する消防団員



参加者も土のう作りを体験

消火

初期消火に対応するために、消防団員による小型ポンプ操作法の披露と、参加者による消火器訓練がおこなわれました。火災は、初期消火が大事です。家庭に消火器を備えてまずは初期消火のできる体制を整えましょう。



消火器訓練で初期消火を

炊き出し

自衛隊の炊き出しとともに、参加者がおにぎりを作り、配布する訓練を実施しました。避難所では、乾パンなどでは体と心が持ちません。そのため避難所ごとに協力して炊き出しをしていかなければなりません。



心を込めて炊き出しを

避難行動

緊急速報メールの受信とともに、自宅で皆さんが身を守る安全行動をとる「シェイクアウト訓練」を呼びかけ、実施していただきました。その後、各自治会ごとに集まって避難所へ避難しました。



各自治会ごとに避難所へ

救助

災害時には多数の負傷者を重症度や緊急度を考慮して救出・治療・搬送の優先度を決定していく必要があります。そのためのトリアージ訓練が日赤や久御山南病院によりおこなわれました。また救命措置や緊急時の簡易担架作りの体験がおこなわれました。災害時には、多数の負傷者が発生するため、自分たちで心臓マッサージや搬送など救急救命措置をおこなう必要が生じます。



救命訓練も体験



負傷者にトリアージ・タグを付ける



手当ての優先順位を決める「トリアージ」

自助・共助の大切さを学ぶ

当日は朝日放送「おはよう朝日です」などでおなじみの気象予報士で防災士でもある正木明さんによる「今伝えたい防災の話」の講演がありました。災害時には、自助・共助・公助が互いに連携し一体となることで、被害を最小限にできるとともに、早期の復旧・復興につながります。中でも正木さんは、災害発生時の自助・共助の大切さを訴えられました。



避難行動を

とるためには、平常時に自分の避難場所、浸水の深さなど日常知識と避難勧告などの情報を得る努力の両方が必要で、片方だけでは自助の避難ができないので、「平常時から情報収集を」と呼びかけられました。

「自助」とは、家庭で日頃から災害に備えたり、災害時には事前に避難したりするなど、自分で自分を守ること。

「共助」とは、地域の災害時要援護者の避難に協力したり、地域の人々と消火活動をおこなったりするなど、周りの人々と助け合うこと。

「公助」とは、役場や消防・警察などによる救助活動や支援助資の提供など公的支援のこと。

各種体験・展示

水中歩行・水没ドア体験や、地震車による揺れ体験など、災害時の状況を再現して体験しました。水中歩行・水没ドア体験では、足首程度の冠水で、すでに歩きにくいことや、30cmの冠水でドアを開けて逃げられないことを体験しました。



パネルで水害の怖さを再認識



いざという時は毛布などでも担架の代わりになります



避難所ではダンボールでプライバシーを確保



水位が30cmになると子どもの力ではドアが開きません

知った、学んだ働くことの喜び、苦勞

久御山中学校 職場体験学習

久御山中学校2年生160人は、11月6日から8日までの3日間、町内外の43事業所で職場体験学習をおこないました。学習は、実際に体験することで、職業について具体的に理解するとともに、働くことの喜びや苦勞を学ぶなど、自分の将来を考えるきっかけとして、毎年事業所のご協力で実施しています。町内の事業所で体験した6人の中学生のインタビューをお届けします。

■久御山南病院

久御山中学校2年 本多 明日香さん

医療機関の仕事に興味があったのと、将来は外科医のような人命を救える仕事に就きたいと思い、この職場を選びました。

初日は手の洗い方やシーツの整え方、体の向きを変える体位交換などを教えてもらいました。その時、患者さんとコミュニケーションを取る

ことで安心してもらえることも勉強になりました。今回の体験は将来にいかすことができると思います。



体位交換の仕方を教わる本多さん

■イオン久御山店

久御山中学校2年 石川 三紗季さん

子ども用の服やおもちゃをダンボール箱から取出して商品棚に並べたり、万引き防止用のシールを商品に貼ったり、店内掃除などを体験させていただきました。

お店の人はお客さんと会う度に挨拶と笑顔が出ていて、すごくいい感じの職場でした。今回学んだ接客の



子ども服売り場で服をたためる石川さん

知識・経験はきっと役に立つと思います。

■京都機械工具(株)

久御山中学校2年 稲垣 陽人さん

僕はモノづくりの基本である工具に興味があったので、自動車用の工具などを生産している会社に来ることができてよかったです。

初日は、ねじ回しを組み立てたり、部品をビニール袋に入れたりしました。立ち仕事でしたが、周りの人はとても明るくて話しかけやすく、辛く



モノづくりの会社で体験する稲垣さん

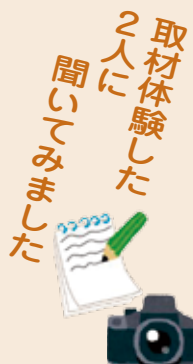
はなかったです。モノを作る会社に勤めたいと思っているので、今回の経験はきっと身に付くと思います。

このページに掲載した6人の中学生へのインタビュー取材、原稿は、久御山町役場で体験学習をした中島陸さんと樋口匠さんの2人が「広報誌づくり」の体験として作成したものです。

お二人にも感想を伺ってみました。

久御山中学校2年 中島 陸さん
公務員を目指しているので、役場はどんな仕事かな、と思って体験しました。

インタビューをすることは初めてで、最初はすごく緊張しましたが、やり遂げて充実感でいっぱい



仕事の厳しさや、やりがいを 体得できれば

久御山中学校 光島 正豪校長

将来、職業人として社会で働くにあたって、知見を広めるため、毎年キャリア教育として取り組んでいます。

社会にはルールやマナーがあり、どんな仕事でも厳しさややりがいがあります。そんなところを体得してくれたらと思います。また、町内には多くの事業所がありますので、理解を深めて地元に対する愛着、誇りを持ってくればと思います。

体験を通して働くことへの関心と、将来の希望につながることを期待しています。

お忙しい中、生徒のために体験学習を受け入れていただいた事業所の皆様に心からお礼を申し上げます。登下校中の中学生を見かけたら、声をかけてあげてください。ご協力ありがとうございました。

ご協力いただいた
43事業所の皆さん
ありがとうございました

■パーハセブンファイブ店

久御山中学校2年 後田 向日璃さん

美容に興味があったので美容専門のお店に行きたいと思いました。

実際に仕事をしてみて、髪の毛を巻くのが難しかったです。しかし、お店の人たちが優しく丁寧に教えてくださったので、だんだんと上手になってきました。

特に頑張ったことは、髪をバラ



髪の手入れの指導を受けている後田さん(右)

スよく綺麗にするとところで、思っていた以上に難しかったです。いい経験になりました。

■町立図書館

久御山中学校2年 田中 雄輝さん

本は想像力を最大に引き出せるところがすごいと思っているので、この職場を希望しました。

実際に仕事をしてみて、色々な本を見ることができて楽しいけれど、来館者が多くて忙しかったです。

気を付けなければと思ったことは、学校で教わった報告・連絡・相談の



本の貸し出しを体験する田中さん

「ほうれんそう」を意識して仕事をする大切さでした。将来本をたくさん読んで科学者になりたいです。

■佐山小学校

久御山中学校2年 古谷 竜太さん

将来、学校の先生になりたいくて、この職場を希望しました。学校では6年生の勉強のお手伝いをするようになりました。中学校と比べて授業時間が短く、進むのがゆっくりなので、教え方がすごく難しかったです。

児童とのコミュニケーションはうまくいったけど、黒板にうまく字を



6年生のクラスで体験する古谷さん

書くことは想像以上に難しかったです。将来、この経験を生かせる職場で働きたいです。



佐山小学校でインタビューする樋口さん

取材は初めてで、緊張してうまくしゃべることができなかったけれど、色々なことを聞くことができました。こんな仕事もあることを知って勉強になりました。

久御山中学校2年 樋口 匠さん
パソコンが得意なので、事務の仕事がしてみたいと思っていました。



取材をもとに原稿を作る中島さん

です。カメラや原稿を書くことも少し慣れて、楽しかったです。

白菊を献花し、平和の誓い新たに

戦没者追悼式

久御山町戦没者追悼式が11月8日、中央公民館で挙行され、遺族や来賓ら約210人が、戦没者228柱



戦没者に白菊を献花し手を合わせる参列者

のご冥福をお祈りするとともに、二度と悲惨な戦争を繰り返すことのない恒久平和への誓いを新たにしました。

式辞で信貴康孝町長は「現在の平和と繁栄は、戦争によって尊い命を落とされた犠牲の上に築かれています。戦争の教訓を深く心に刻み、史実を風化させることなく、次世代

に平和の大切さを語り継いでいかなければならない」と誓いました。

父親を故郷に帰る船の中で戦病で亡くされた、内田重信さん(東一口)は、船の中で家族を思いながら死んでいった父の気持ちを思うと、涙が止まりません。戦争を二度と繰り返さないこと、命の大切さを語り継ぎ、平和な社会へ努力することを誓います」と、遺族代表の言葉を述べられました。

このあと、遺族や来賓、参列者が白菊を献花し、戦没者のご冥福をお祈りました。

第2部では、落語家・桂春蝶さんの講演「明日ある君へ」知覧特攻物語」の講演と、口笛奏者・儀間太久実さんの演奏がありました。

12月3日～9日 障害者週間 身近なこととして考えよう

「障害者週間」は、私たちが誰もが障害や障害者への関心と理解を深めるとともに、障害者が自立と積極的な社会参加の意欲を高めることを目指して定められています。

町では、「新障害者福祉計画」で、地域での自立の促進、利用者本位の支援、すべての人に住みよいまちづくりの推進を基本的な視点として定め、障害者施策を展開しています。私たちも、障害者福祉を身近なこととして考えてみましょう。

■相談窓口

障害のある人が「いつでも、どこでも」安心して総合的なサービスを受けられるよう相談窓口として、役場住民福祉課のほか、次の機関や町の委嘱を受けた相談員が相談をお受けしています。日常生活や障害福祉サービスの利用などお気軽にご相談ください。

■関係機関

・相談支援事業所「わお」(久御山町 森) ☎ 075(632)1576、

FAX 075(874)5510

・障害者生活支援センター「はーもにー」(城陽市枇杷庄)

☎ 0774(55)5981

FAX 0774(55)5982

【身体障害者相談員】

岸 喜代至

☎ 075(631)2058

武元 貴久男

☎ 075(631)0095

服部 浩子

FAX 0774(44)

4253

問合せ/住民福祉課



すいスイ 水道 No.8 水道に関するトラブル

■水道水が濁っている

配水管の工事や火災の際に消火栓を使用したなどに、配水管の中を流れている水の速さや方向が変化し、それが原因で一時的に水が濁る場合があります。このような場合は、しばらく水を流しておく、水の濁りがなくなり、きれいな水になります。

水道水の濁りは、不可抗力的に発生するものなので、そのことにより損害が発生した場合でも、補償はいたしかねますので、ご理解いただきますよう、よろしくお願いします。

■水が出ない

町が施工する配水管の工事などで断水をする場合は、あらかじめチラシをお配りしたり、訪問させていただいたりして、該当する地域の皆さんに連絡させていただいています。

アパートやマンションなどの共同住宅にお住まいの人は、受水槽のポンプの故障や、受水槽の清掃などで水が出なくなることがあります。そのような場合は管理会社や家主さんに連絡してください。

■水道水が白い

水道管の中に入った空気が、無数の小さなアワになり、水の中に入っているためです。しばらく水を流しておく、次第にアワがなくなり、きれいな水になります。そのまま使用していたいて差し支えありません。

■悪質業者による浄水器の訪問販売にご注意！

訪問販売の手口で、水に含まれる塩素に反応

平成26年4月採用予定

久御山町職員

募集

町では、平成26年4月1日採用予定の久御山町職員を募集します。募集職種・受験資格・試験日程等は、次のとおりです。

■募集職種

土木技術職

■採用予定人員

若干名

■受験資格

- ① 昭和53年4月2日から平成8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

■試験日等

【第1次試験】

日時／平成26年1月11日(土) 午前9時から 場所／久御山町役場 試験内容／教養試験、土木の専門試験

【第2次試験】

日時・場所／2月上旬。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、個別面接試験

■受付期間

12月2日(月)～20日(金)

午前8時30分～午後5時(土・日曜日を除く)

■受験申込書など

- ・受験申込書は、12月2日(月)から総務課で配布。町ホームページ(<http://www.town.kumiyama.lg.jp>)からもダウンロードできます。
- ・受験申込書に必要事項をご記入のうえ、必要書類を添えて総務課へ提出してください。郵送による受付はございません。

問合せ／総務課

人権は、「人間が人間らしく生きる」「私たちが「幸せに生きる」ための権利であり、だれにとっても身近で大切なものです。

人権は、日ごろの思いやりの心によって守られるもので、お互いの人権を守ることは、日常生活の一番基本のルールです。

しかし、現実の社会では重大な人権侵害であるいじめや虐待など、予



12月4日～10日「人権週間」

みんなで考えよう人権の大切さ

どもたちが犠牲になる痛ましい事件が連日のように報じられており、さらに、出身地や性別、年齢、障害があることなどを理由として差別を受けるといふ問題が依然として発生しています。

毎年12月4日から10日までは「人権週間」です。一人ひとりが人権を尊重することの重要性を正しく認識し、他人の人権も十分配慮した行動がとれるよう人権問題を考えましよう。

人権週間の期間中の12月4日(水)午後3時30分から、イオン久御山店で、人権意識の向上を目指して啓発活動をおこないます。

■人権相談

人権侵害と思われるような不当な差別や暴行・虐待などは、一人で悩ま

ず、役場総務課または住民福祉課へご相談ください。また、毎月第2火曜日は、町の人権擁護委員が人権擁護相談をお受けしています。

人権擁護委員は法務大臣から委嘱された人権擁護活動をおこなう民間のボランティアで、久御山町では、4人の委員が活動しています。

相談内容によっては、法務局や役場など関係機関と連携しながら解決に向けて相談者を支援していきます。

相談は無料。秘密は固く守られます。

今月の相談日は12月10日(火)です。時間は午前10時～午後3時まで。場所は役場1階相談室です。

問合せ／総務課 住民福祉課

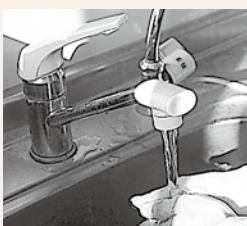
する水質検査をその場で実演し、不安をおおったうえで、高額な浄水器の購入を迫る悪質な業者が存在します。

塩素は殺菌のために注入しているもので、水道水には必ず入っていますので問題ありません。上下水道課では、絶えず水質の監視・検査をおこなっており、安全な水を安定して供給できるよう努めています。

■道路で漏水を発見したときは

ご自宅の近所や通勤・通学途中などの道路や歩道で、水が漏れているのを発見された場合は、恐れ入りますが、上下水道課にご連絡ください。上下水道課の職員が現場に調査に伺い、対応します。ご連絡の際にお名前・ご住所等をお伺いすることがありますが、あくまで道順などの確認のためですので、ご了承ください。

問合せ／上下水道課





【ポスター部門 ★特選・入選】

特選

田井 風花 久御山中学校1年



特選

花田 あいね 久御山中学校1年

特選

池田 虎之介 東角小学校6年



特選

幸 佐山小学校6年



入選

内田 明虹 久御山中学校1年



入選

荒木 柚乃 東角小学校6年



入選

加藤 哲平 東角小学校6年

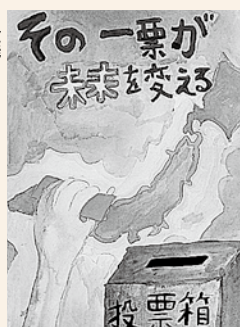
入選

藤井 はな 佐山小学校5年



入選

石原 幸弥 佐山小学校5年



明るい選挙啓発 ポスター・標語

特選・入選 作品

町明るい選挙推進協議会では、「明るい選挙啓発ポスター」と「標語」を募集していましたが、その審査を9月17日に実施。応募のあったポスター84点、標語462点を厳正に審査し、ポスター部門で特選4点、入選6点、標語部門で特選18点を選びました。

両部門の特選作品は、京都府の2次

審査に出展し、ポスター部門で東角小学校6年の池田虎之介さんの作品が京都府明るい選挙推進協議会会長賞に、佐山小学校6年の荒井幸さんの作品が佳作に選ばれました。

特選・入選作品は、明るい選挙の啓発に活用させていただきます。

【標語部門 ★特選】

投票日 私の意見 伝えよう

西村 美紅 久御山中学校 2年
捨てないで 大人しかない その一票

樋口 もえ 久御山中学校 1年
意志表示 しっかり伝えて 住み良い国に

川崎 瑞希 久御山中学校 1年

大切な選挙権を 捨てないで
平井 優那 久御山中学校 1年
その一票 子どものみらいも せおつて
田中 隆光 御牧小学校 6年
選挙って、大人の大事な仕事だよ。

藪内 祐佳 御牧小学校 6年
その一票 いついれるの：今でしょ!!
曾東 眞生 御牧小学校 6年

投票日 未来へのきつぷを 手にもつて
福田 彩乃 御牧小学校 6年

選挙はね 輝く未来を 守るもの
小原 涼 御牧小学校 5年

一票で みらいを変えよう 変えさせよう
信貴 未来 佐山小学校 6年

いけないの? 行つて未来を 変えようよ!

塩川 千尋 佐山小学校 6年
一票が 未来を作る とびらだよ

東 穂高 佐山小学校 5年
ぼくたちの 未来を決める この一票

池田虎之介 東角小学校 6年
一票は 明るい未来を 支える

日下 朋哉 東角小学校 6年
一票を 進んで入れよう 自分から

谷口 翔 東角小学校 6年
一票のおもみを知つて いざとつひよう

野村 風太 東角小学校 5年
小さくて 大きな一票 入れてみよう

連記 滉平 東角小学校 5年
その一票 明るい社会の 第一歩

宮村 絢名 東角小学校 4年

12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	24	25	26	27	28
29	30	31				

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

昼田とハッコウ

山崎 ナオコーラ／著 講談社

引きこもりがちな本屋の三代目ハッコウと双子のように育つたいとこの昼田。家業の危機を救うべく二人は立ち上がる!?

さわらびの譜

葉室 麟／著 角川書店

代々弓術を伝える家に生まれた伊也は、幼い頃から稽古をし「弓矢小町」と呼ばれるまで成長する。想い人も現れるが、妹の縁談相手にその名が上がり…。

花びら姫とねこ魔女

朽木 祥／作 こみね ゆら／絵 小学館

ありきたりが嫌いな花びら姫は、妖精たちの怒りをかい、魔法をかけられる。それを解くには特別なねこが必要だった。

サンタさんのトナカイ

ジャン・ブレット／作・絵 徳間書店

エルフのティーカはサンタからトナカイの世話を任される。イブは近づいてくるが、トナカイのしつけは一向に進まず…。

今月のテーマ図書

クリスマスまであと何日？

子どもたちには待ち遠しい、年に一度のクリスマス。今月は「クリスマス」をテーマにおすすめの本を紹介します。

おすすめ

まるごとクリスマススペシャル

コタシマアコ／著

かもがわ出版

ツリーを飾ったり、パーティーをしたり。クリスマスを思いっきり楽しもう。

はじめてのリースと花飾り

井越和子／著

主婦の友社

クリスマスカラーを使ったリースや、木の枝で作る星形のリースなど、様々なタイプのリースの作り方を紹介。

もしも、ぼくがサンタクロースとともだちだったら… (児童書)

富田陽子／作・YUJI／絵

くもん出版

もしも僕がサンタと友達だった

わたしのゆきちゃん (児童書)

いしいつとむ／文・絵

童心社

テレビに出てくるくまの子アツハちゃんみたいに、ほんととみんなと笑いたい…。女の子は、サンタに「アツハちゃんをください」とお願いしました。

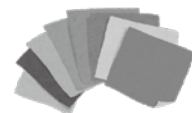


折り紙教室

図書館では、折り紙教室を開きます。

日時／12月10日(火) 午後

後1時30分～3時30分 定員／20人



“少しでも”の飲酒が悲惨な結果に 年末の交通事故防止

■飲酒運転の根絶

「これくらいなら」「少しの距離だから」といった安易な気持ちで飲んだ一杯が、一生かかっても償えないほどの悲惨な事故を引き起こすこととなります。飲酒運転は絶対にやめましょう。

■夜間の交通事故防止

夜間の外出は、目につきやすい明るい服装や、「夜光反射材」を身に付けてみましょう。自転車は夜間走行は前照灯を点灯し、反射材を効果的に活用しましょう。



「年末の交通事故防止府民運動」が12月11日から31日まで実施されます。

年末は、交通量の増加や飲酒する機会が増えることによ

って交通事故が多発します。一人ひとりが交通事故がいかに悲惨な結果をもたらすかを改めて自覚し、思いやりのある安全運

転を心がけましょう。



募集・催し

保育所 入所申込の受付

平成26年度の
町立保育所入所申
込の受付をおこな
います。



なお、平成25年度から継続して入所
を希望する人は、保育所から通知をし
ますので手続きをしてください。

対象児童／平成20年4月2日から
25年9月30日までに生まれた乳幼児。
年度の途中で「生後6か月児」以上に達
したときは、その翌月から対象となり
ます。**入所基準**／保護者や同居の家族
のいずれもが仕事や病気、介護などの
理由で児童を保育できないと認められ
る場合。＊入所基準を満たす場合、必
要な期間入所できます。**書類配布**／各
保育所及び学校教育課で12月2日(月)か
ら配布します。**受付期間**／平成26年1
月9日(木)から17日(金)まで同課で受け付
けます。

問合せ／学校教育課

急募 保育士(臨時職員)

町では、御牧・佐山・宮ノ後の各保
育所の保育士を募集します。

雇用期間／随時／平成26年3月31
日(雇用期間心相談) **対象**／18歳以上
で保育士の資格がある人 **賃金**／時給
970円 **勤務時間等**／月々金曜日、
午前8時30分～午後5時。土・日・祝
日は休み **勤務場所**／いずれかの保育
所 **募集人員**／各保育所若干名 **申
込・問合せ**／履歴書(市販)に写真を貼
付のうえ、いずれかの保育所へ

消防団新入団員



消防団は、「自分
たちの地域は、自分
たちで守る」を基本
理念に、火災発生時
の消火活動や飛び火の警戒、地震災害
時の救助や避難誘導、大雨による水防
活動など、あらゆる災害から住民の生
命財産を守るため献身的な活動をおこ
なっています。

今年9月に襲来した台風18号によ
り河川が増水した際にも、河川の警戒
や住宅地への浸水被害を防ぐため水防
活動を実施するなど、消防団の活動が
住民の皆さんには無くてはならないも
のとなっています。

現在久御山町消防団は、2分団10部
と女性消防団で編成され、194人の
団員が、自分の仕事を持ちながら、地域
の安全・安心のために活動しています。
しかし、近年、入団希望者が減少し高齢

化が進んでいる状況で、皆さんの力を
必要としています。特に若い人たちの
入団をお待ちしています。ご協力をお
願いします。

問合せ／消防本部

男女共同参画セミナー 親子クッキング

町では、男女共同参
画社会を推進するため、
親子で参加できる料理
教室を開きます。ご家
族でご参加ください。



日時／12月15日(日) 午前10時～正
午 **場所**／久御山町中央公民館 料
理実習室 **対象**／就学前児童とその
親(町内在住または在勤) **内容**／親子
クッキング(家族でピザづくり) **講師**
／クックピール 高月裕子さん **費
用**／1人600円 **申込**／12月6日(金)
までに総務課へ ※当日、保育ルーム
を開設しますので希望者は申込時にお
知らせください。

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。校区に関
係なくどの保育所でも参加できます。
申込はいりません。

日時／12月11日(水) 午前10時～11
時30分 **場所**／御牧・佐山・宮ノ後保
育所 **内容**／園庭開放 **対象**／町内在
住の乳幼児とその保護者 **持ち物**／着
替え・水筒 **問合せ**／各町立保育所へ

こころのサロン



町では、家にひ
きこもりがちで、
こころの健康に不
安のある人を対象
に、仲間と交流しながらゆつくりと過
ごしていただくサロンを毎月開いてい
ます。お気軽にご参加ください。

日時／12月6日(金)・20(金) 午前11時
～午後2時 **場所**／中央公民館 **内容**
／料理作り **問合せ**／住民福祉課

あそびの広場

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。クリスマスを
みんなで楽しめましょう。申込はいり
ません。お気軽にお越しください。

日時／12月24日(火) 午前10時～11
時30分 **場所**／あいあいホール **対象**
／町内在住で就学前の幼児とその保護
者 **内容**／クリ
スマス会 **問合
せ**／住民福祉課



親子ニコニコ子育てサロン (クリスマス会)

社会福祉協議会では、子育てサロン
をおこないます。多数ご参加ください。
日時／12月9日(月) 午前10時～午
後0時30分 **場所**／地域福祉センタ
ー2階 **内容**／親子でツリー作り・ミニ
会食ほか **対象**／就園前の子どもと保

護者 定員／20組 参加費／2,000円(1人) 申込・問合せ／12月5日(木)までに同協議会へ。

おもちゃ病院(おもちゃの修理)

ボランティアグループ「おもちゃ病院」では、おもちゃの修理をおこないます。

日時／12月14日(土) 午前10時～正午
(修理の受付は午前11時迄) 場所／ゆうホール 内容／子どものおもちゃの修理 修理費／無料(部品交換が必要な場合は実費必要) その他／ボランティアスタッフが修理しますが、修理ができない場合があります。申込／予約不要(当日修理会場へお持ちください) ※使わなくなった動くおもちゃの寄附をお受けしています。再利用します。 問合せ／社会福祉協議会

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」を予定しています。



日時／平成26年3月中旬(参加希望者には、改めてご案内します) 対象／町内在住で、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 申込・問合せ／平成26年1月31日(金)までに住民福祉課へ。電話可

城南勤労者福祉会館の講座

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
スタンドグラス教室	12/11(水)～	H26/1/11～H26/3/15	毎週土曜日	9:30～12:00	10	9人	9,000円(教材費) 初心者 5,000円 経験者 10,000円
親子体操教室	12/21(土)～	H26/1/21～H26/2/11	毎週火曜日	10:00～11:30	4	15組	2,000円

城南地域職業訓練センター パソコン講座 (初心者コース)

講座名	受付日	期間	曜日	開講時間	回数	募集定員	受講料等
はじめてのワード(活用)	12/6(金)～	H26/1/6～1/22	月・水・金	① 9:30～12:00 ② 13:00～15:30	12	20人	15,000円
はじめてのエクセル(入門)	12/24(木)～	H26/1/24～2/5	月・水・金	① 9:30～12:00 ② 13:00～15:30	12	20人	15,000円

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

ソフトバレーボール交流大会

日時／1月19日(日) 午前9時から 場所／総合体育館 種目／①男子の部 A(男性4人、年齢18歳以上) ②男子の部 B(男性4人、35歳以上で合計年齢が160歳以上) ③女性の部 C(女性4人、年齢18歳以上) ④女性の部 D(女性4人、35歳以上で合計年齢が160歳以上) 募集チーム数／先着30チーム 参加費／3,000円(登録チームは1,000円) 申込・問合せ／12月20日(金)までに、町体育協会(社会教育課内)へ。

お知らせ

事業主の皆さん
個人住民税は特別徴収で納めてください

現在、京都府内の市町村と京都府では、個人住民税の特別徴収を推進しています。

個人の住民税(個人の市町村民税及び府民税)は、納税義務者である従業員が1月1日現在に在っている市町村に納付していただく必要があります。

特別徴収とは、給与支払者(事業主)が、所得税の源泉徴収と同様に、毎月の給与から従業員等の個人住民税を差し引いて、市町村に納入していただく制度です。

法令の規定により、原則として、所得税の源泉徴収義務がある給与支払者(事業主)には、特別徴収義務者として、パート・アルバイト・役員等を含む全

申込／受付開始日以降に受講料を持参の上、教室や講座を実施する会館・センターへ。(電話・ファックス・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(宇治市伊勢田町中ノ荒21-8) ☎ 0774(46) 0688・0780
HP <http://www.lyonan.ac.jp>



ての従業員等の個人住民税を、特別徴収していただくことが義務付けられています。(事業主や従業員等の意思による徴収方法の選択はできません) 給与支払者(事業主)で、個人住民税の特別徴収を実施していない場合は、法令に基づいた適正な特別徴収の実施をお願いします。

●特別徴収のメリット

・個人住民税の税額計算は市町村がおこないますので、所得税のように事業主が税額の計算や年末調整をする手間がかかりません。

・従業員は、金融機関に向いて納税する手間が省け、納付を忘れる等の心配がありません。

・年税額を12回に分けて支払うため、納期が年4回である普通徴収(納税義務者が直接納付)より1回あたりの負担額が少なくなります。

●手続き等について

毎年1月31日までに、給与支払報告書(総括表・個人別明細書)を、給与の支払いを受けている従業員が1月1日現在に在っている市町村に提出してください。その際に、総括表等(表紙)に「特別徴収で記載してください」。

その他、記載方法等においてご不明な点がありましたら、従業員等の住所地の担当課へお問い合わせください。

問合せ／税務課



家屋を取り壊したら申告を

今年中に家屋の一部または全部を取り壊した人は、至急に税務課に申告してください。



固定資産税・都市計画税は、1月1日現在の建物の状況によって課税されます。取り壊しの申告をされないと、家屋がないにもかかわらず固定資産税などを課されることになります。

家屋を新築または増築されたお宅には、家屋の評価にお伺いしますので、ご協力をお願いします。

問合せ／税務課

農業委員会委員選挙人名簿の登載申請書の提出

農業委員の選挙人名簿は、有権者が毎年1月1日を基準日として登載申請書を提出していただき、調製します。

この選挙人名簿は、一般の選挙人名簿と異なり、申請方式となっております。登録要件をすべて満たしている人が申請することで、選挙人名簿に登載され、農業委員選挙の際に投票できることとなりますので、期限までに申請をしてください。

なお、申請書類は12月中旬に地区農家組合長により各農家に配布、回収されますが、申請書類がお手元に届かない場合は、農業委員会事務局へお問い合わせください。

提出期限／平成26年1月7日(火) **提出先**／久御山町農業委員会(産業課内) **登録要件**／①平成26年1月1日現在で久御山町に住所を有する人、②平成26年3月31日現在で年齢が満20歳以上の人、③10アール(1,000㎡)以上の農地を耕作している人及びその同居の親族、配偶者で耕作に従事している人、あるいは10アール(1,000㎡)以上の農地を耕作している農業生産法人の組合員等、④年間おおむね60日間以上耕作に従事している人

問合せ／久御山町農業委員会(産業課内)

火葬料の補助

住民基本台帳に登録されている人が死亡または妊娠4か月以上で死産されて、火葬された場合に、火葬をおこなった人にその費用の一部を補助します。

補助額／申請者が負担した火葬料と「火葬場が設置されている市町村の住民が負担する火葬料」の差額の7割

問合せ／環境保全課

葬祭費の支給申請

国民健康保険または後期高齢者医療に加入されていた人が死亡された場合、その葬祭費をおこなった人(喪主)に5万円の葬祭費を支給します。ただ

し、社会保険から埋葬料が支給された場合、葬祭費の支給はできません。

申請・問合せ／印鑑と喪主が確認できる書類(会葬礼状など)、葬祭費の受取口座がわかるものを「持参のうえ、国保医療課へ。死亡された人の保険証を返却していない場合は、保険証もご持参ください。

12月1日～31日 歳末たすけあい運動

新たな年を迎える時期に、支援を必要とする人たちが地域で安心して暮らすことができるように、「歳末たすけあい運動」が始まります。



皆さんから寄せられた善意の募金は、久御山町の福祉を必要とされる人に活用されます。今年も、この活動を支えてくださる募金にご協力をお願いします。

問合せ／社会福祉協議会

危険物取扱者試験

試験の種類／全種全類 **試験日**／平成26年2月16日(日) **場所**／京都市

(YCC京都工科大学校) **申込・問合せ**／書面申請：12月24日(火)～平成26年1月7日(火)までに、消防本部に備え付けの願書に必要事項を記入のうえ、(一財)消防試験研究センター京都府支部

(〒602-8054 京都市上京区出水通油小路東入ル京都府庁西別館3階

☎075-411-0095)へ(原則、

郵送)。電子申請(インターネット申請)：(一財)消防試験研究センターのホームページにアクセスし、所定の画面から情報を入力してください。受付／12月21日(土)～平成26年1月4日(土) (二財)消防試験研究センター電子申請室 ☎0570(07)1000へ。その他／危険物取扱者試験の予備講習会については、消防本部予防課へお問い合わせください。

救急・急患 24時間365日対応



大切にします
こころからだ やすらぎを
社会医療法人 岡本病院(財団)
<http://www.okamoto-hp.or.jp>

地域医療支援病院／京都府災害拠点病院(地域災害医療センター)
京都府がん診療連携病院／京都府地域リハビリテーション支援センター

第二岡本総合病院

京都府宇治市神明石塚 54 番地の 14 ☎0774-44-4511(代表)

おかもと総合クリニック

京都府宇治市神明石塚 54 番地の 18 ☎0774-45-4110(代表)

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。



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、差別やいじめなどの人権に関する相談。

12月10日(火) 午前10時～午後3時
役場庁舎1階相談室1

【弁護士無料法律相談】(社会福祉協議会)

町在住または在勤の人のための弁護士による無料相談。

12月19日(木) 午後1時～3時30分
地域福祉センター 先着6人(要予約)
相談時間は1人25分程度。

【司法書士無料法律相談】(社会福祉協議会)

町内に住または在勤者を対象とした金銭トラブル・相続・贈与・不動産の売買・登記・多重債務に関する相談

12月19日(木) 午後1時～3時30分
地域福祉センター 先着6人(要予約)。

【消費生活相談】

消費生活に関する相談・助言。
毎週水曜日 午前10時～午後4時
役場2階会議室22

【すこやか養育相談】

保育所では子育てについての色々な相談をお受けしています。

12月19日(木) 午後1時～4時 佐山・御牧・宮ノ後保育所

※電話での相談は毎週水曜日の午前11時から午後4時までお受けします。

【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

12月10日(火)、24日(火) 午前10時～午後1時 ※面談・電話相談ともに前日までに総務課に申込を。定員に満たない場合は当日も受け付けます。

【心配ごと相談】(社会福祉協議会)

12月12日(木)、26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】(社会福祉協議会)

電話によるいろいろな悩みごと相談。
専用電話：075(631)3421 相談時間：午前8時30分～午後5時

【これからのご相談】(社会福祉協議会)

12月12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。申込は同協議会へ



町の施設

ふれあい交流館 ゆづりホール

申込は12月3日(火) 午前9時から
【休館日】毎週月曜日 23日(月)は開館
24日(火)は休館。年末年始は、12月28日(土)から1月4日(土)まで休館します。1)承ください。

【申込と費用】

各教室の参加申込は、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12月8日(日)までにゆづりホール窓口(午前9時～午後9時)へ。費用の記載がない教室は無料です。

週末の星空観察会

日時・内容／12月7日(土) 午後6時～7時。月と金星を観察。21日(土) 午後8時～9時。木星と冬の星座を観察。受付は、当日の終了時間の30分前まで 対象／星望に興味のある人 ※ただし、小学生以下は保護者同伴で。雨天・曇天の場合は中止。

パソコン教室

▼これから始めるパソコン(ワード編Ⅱ)



日時／12月10日(火)・11日(水)・12日(木)・18日(水)の4回コース 午後1時30分～3時30分
対象／町内に住または在勤で18歳以上の人 内容／ワード編Ⅰからのステップアップコース。色々な文書作りに取り組みます(7月開催と同一内容の教室)。定員／16人 費用／3,000円(テキスト代別途必要)

童謡を楽しむ会

日時／12月11日(水) 午前10時～11時30分 対象／町内に住・在勤で概ね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、直接お越しください。) 費用／資料代のみ必要。

漢字出直し塾

日時／12月13日(金)・20日(金) 午前10時～11時30分 対象／町内に住または在勤で18歳以上の人 内容／プリント

大人ビデオ鑑賞教室

日時／12月18日(水) 午後1時30分～2時30分 対象／町内に住または在勤で18歳以上の人 内容／今月は「大自然」のビデオを鑑賞。定員／25人(申込不要。当日、直接お越しください。)

昭和57年～昭和59年製のトヨミ石油ファンヒーターを探しています



〒467-0855 名古屋市瑞穂区桃園町5番17号
株式会社 トヨミ
フリーコール
0120-104-154
(お客様よりお知らせ頂きました個人情報は、商品の交換目的以外には使用いたしません)

現在の石油ファンヒーターはPSCで定められた安全装置が全機種についております

脳若返りプロジェクト

日時／12月19日(木) 午前10時～11時30分
対象／町内在住の概ね50歳以上の
内容／楽しい学習プログラムで脳の若返りをはかります。定員／30人(申込不要。当日、直接お越しください。)

フラワールンジメント教室

日時／12月22日(日) 午前9時30分～正午
対象／町内在住または在勤で18歳以上の人
内容／季節の花でアレンジメント。定員／16人 費用／1,500円

文化施設見学会

日時／12月25日(水) 午前9時～午後5時30分
対象／町内在住の18歳以上の人
内容／姫路城と好古園見学
定員／30人 費用／1,500円



漢字の達人教室

日時／12月7日(土) 午前9時30分～10時30分
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

身近な野鳥観察会

日時／12月14日(土) 午前9時～正午
対象／町内在住の小学生以上の人※小学2年生以下は保護者同伴で。
内容

／巨椋池干拓田を中心に町内に棲む野鳥を観察。定員／20人

小学生工作教室

日時／12月15日(日) ①午前9時～正午 ②午後2時～5時 21日(土) ③午前9時～正午 ④午後2時～5時
※①～④のいずれかを選択。対象／町内在住の小学生
内容／ペーパークラフトを作ります。定員／各8人

小・中学生のための囲碁教室

日時／12月21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

小学生フラワールンジメント教室

日時／12月22日(日) 午後1時30分～4時
対象／町内在住の小学3～6年生
内容／季節の花でアレンジメント。定員／16人 費用／800円



小学生(親子)科学教室

日時／12月23日(月) 午前10時～正午
対象／町内在住の小学生とその保護者。1～3年生は保護者同伴で。
内容／「フンシャ」と「バクハツ」の実験をします。定員／10組

中央公民館

申込は12月2日(月) 午前9時から
※申込の少ない教室は、開催を中止します。

止または延期することがあります。
【休館日】毎週水曜日。年末年始は、12月28日(土)から1月4日(土)まで休館します。ご了承ください。

くみやまファミリーシアター ミュージカル「ゼロ弾きのゴースト」

日時／12月8日(日) 午後3時開演(午後2時30分開場) 場所／中央公民館ホール 入場料／ファミリー券1,000円(大人1人と子ども1人) 子ども券400円(3歳以上中学生以下) 大人券800円 入場券は中央公民館、ゆづホール、総合体育館で販売中です。



迎春寄せ植え教室

日時／12月19日(木) 午後1時30分～3時30分
対象／町内在住または在勤で18歳以上の人
内容／お正月用の寄せ植えを学びます。講師／石川潤さん 定員／20人(先着順) 費用／2,000円 持ち物／軍手、エプロン(汚れてもよい服装、筆記用具)

正月料理教室

日時／12月21日(土) 午前10時～正午
対象／町内在住または在勤で18歳以上の人
内容／お正月料理に挑戦します。講師／石田基宏さん 定員／20人(先着順) 費用／2,000円 持ち物／エプロン



ン・三角巾・ふきん・タオル

総合体育館

申込は12月2日(月) 午前9時から
【休館日】毎週水曜日(祝日の場合は開館) 年末年始は、12月29日(月)～1月3日(金)まで休館します。ご了承ください。

トレーニング機器使用講習会 & 相談日

日時／12月5日(木)・10日(火)・20日(金) 午後7時～7時40分
12月8日(日)・15日(日)・22日(日)
午前10時～10時40分 ※いずれか希望する一日。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機器を利用するために必要な講習会です。トレー



創業31年 まごころこめてお手伝い

京都ペット 葬儀社 年中無休

お迎え・個別火葬・納骨供養
日本ペットランド
京都府京都市伏見区向島庚申町42

075-601-0009

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、トレーニングルーム使用料のみ必要)

体育館開放スポーツデー

日時／12月14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**／バスケットボール(小学生用、一般)、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で開放。申込不要。お気軽にお越しください。

冬季ヨガ・ストレッチ教室

日時／1月10日から3月14日までの毎週金曜日(10回コース) 1部：午前10時～11時 2部：午前11時15分～

冬の省エネ

大作戦



今年の夏は大変な猛暑でした。ご家庭や事業所では、様々な省エネ対策に取り組まれたものと思えますが、実は冬の暖房は夏よりも多くの電気を使用し、夏以上の省エネ対策が必要となります。冬の省エネに取り組みましょう

■エアコン、ガス・石油ファンヒーター

▼設定温度は20℃を目安にし、着るもので工夫しましょう。▼外出時や就

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(きばあつこ)

定員／各先着35人 **費用**／各3,500円



ベリシーエイプ教室

日時／1月16日～2月27日までの毎週木曜日(6回コース。2月6日を除く) 午前10時30分～11時45分 **対象**／15歳以上の人(中学生を除く) **内容**／ベリダンスの動きでウエストシェイプや骨盤矯正など。講師／高橋恭子さん(たかはしきょうこ) **定員**／先着40人 **費用**／2,100円

子育て支援センター あいあいホール

【休館日】毎週日曜日(第2日曜日を除く)、月曜日、祝日。年末年始

寝時は15分位前に暖房を切り、余熱で過ごしましょう。

■電気カーペット、電気こたつ

▼カーペットと床の間に断熱マットを敷くなど、熱が床から逃げない工夫をしましょう。▼こまめな温度調整

暖房は夏より多くの電気を使用

■温水洗浄便座

を心がけましょう。
▼使用しないときは、便座のふたを閉めて放熱を防ぎましょう。▼寒さにあわせて、便座や洗浄水の温度調整をおこないましょう。

は、12月28日(土)から1月6日(月)まで休館します。ご了承ください。

地域であそぼう「つどいのひろば」

日時／12月6日(金)・20日(金) 午前9時30分～11時30分 **場所**／大橋辺公民館

日曜開館

日時／12月8日(日) 午前8時30分～午後5時(ブレイクルーム利用は午前9時～午後4時)



ALTと英語で遊ぼう

ALT(外国語指導助手)と一緒に楽しい時間を過ごしましょう。
日時／12月12日(木) 午前10時～11時

■お風呂・シャワー

▼浴槽の湯量に注意し、間隔を空けずに入浴しましょう。▼シャワーの出っぱなしはやめましょう。▼洗濯は、お風呂の残り湯を利用してまとめて洗いましょう。

■自動車

▼駐停車時のアイドリングストップを心がけましょう。▼不要な荷物は降ろし、負荷を減らしましょう。▼積極的に公共交通機関を利用し、近くへは自転車や徒歩で出かけましょう。

問合せ／環境保全課

時30分

親子ひろば

日時／12月13日(金) ※1回開催 午前9時30分～11時30分 **場所**／地域福祉センター2階視聴覚室

ベビーマッサージ

日時／12月18日(水) 午前10時30分～正午 **費用**／乳児1人につき300円 **申込**／12月11日(水)までにあいあいホールへ

クリスマス ミニコンサート



久御山ハーモニーの皆さんと一緒にクリスマスソングを楽しく歌いましょう。

日時／12月21日(土) 午前11時～11時30分

クリスマス会

サンタクロースは来るかな?
日時／12月24日(火) 午前10時～11時30分

12月の誕生会

12月生まれのお友だちのお誕生会です。みんなでお祝い。写真入りの誕生カードをプレゼントします。12月21日(土)までに来館のうえ、申込を。



日時／12月26日(木) 午前11時20分～

いきいき健康教室 栄養編

「生活習慣病を予防する」を目標に、お料理をしながら、自分の健康を見つめてみましょう。今回のテーマは「高血圧を防ごう」です。自分や家族の健康づくりに、塩分控えて、バランスのとれた食生活を楽しく学習しましょう。

日時／12月12日(木) 午前10時～午後2時(受付は午前9時30分～10時) **場所**／町保健センター調理実習室 **対象**／40歳以上の住民 **内容**／調理実習(日常の食生活でできる工夫)、保健師・栄養士による講話など **献立**／豚ヒレ肉の香草焼き、ほうれんそうのごまいそあえ、ニンジンのみそミルクスープ、簡単アップルパイ **献立内容**は変更になる場合があります。 **持ち物**／エプロン、三角巾、手拭タオル、筆記用具等 **定員**／16人(先着順) **申込・問合せ**／12月2日(月)～12月9日(月)までに長寿健康課へ。電話可

くみやま「いきいき教室」

いきいきホールでは「くみやまいいきき教室」を開催します。

初心者でも安心してご参加いただけるストレッチを中心とした教室から、エアロビクス、ボールエクササイズなど全13種類の教室です。



献血

冬場は血液が不足しがちですので、皆さまの積極的な協力をお待ちしています。

本人確認ができるもの(運転免許証、健康保険証など)または、献血カードをご持参ください。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。

目的に合わせて、様々な教室から選んでいただけます。ゆっくりと、体力づくりや健康づくり、仲間づくりをしてみませんか。

日時／平成26年1月5日(日)～3月22日(土) 午前10時15分から ※毎日3～5教室を開催しています。 **対象**／町内在住で40歳以上。継続して参加できる人 **定員**／各10人(定員を超える教室は抽選します) **費用**／満60歳以上…1回100円 満60歳未満…1回200円 **申込・問合せ**／12月3日(火)から、同ホールへ

くみやまいいきき教室紹介

◆ボールエクササイズ



柔らかい大きなボールに乗って、バランス運動や筋力トレーニングのほか、音楽に合わせてリズム体操です。普段使われない骨盤周りの筋肉を使うことで、腰痛の予防にも効果的。遊び感覚で体を動かしていただける教室です。

◆サッソウいきいき体操

椅子に座って全身の柔軟体操をゆっくりとおこないます。また、肩や腰・骨盤周りをほぐす運動や、音楽に合わせてリズムカルに動くチェアピクスなど様々な体操で体を動かします。ゆっくりとした運動ですので、どなたでもご参加いただけます。

対象／16歳～69歳までの人 ただし、16～17歳の人は200mlのみ可能で、65歳以上の方は、60～64歳の間に献血経験のある人に限り献血ができます。 **日時**／12月4日(水) 午前10時～正午、午後1時～3時30分 **場所**／イオン久御山店・南東側店内入口(クロスピーアくみやま側) **問合せ**／長寿健康課または、京都府赤十字血液センター ☎075(531)0111

健康くみやま21 NO.89 シリーズ



心も体も健康でいきいきと生活するために「食」はとても大切です。その大切な「食」について考え、実践することができ、人を育てることが「食育」です。

今号は「食育」を進めるための取組についてお知らせします。

①適切な食事と運動、そして歯と口の健康づくりで生活習慣病の予防と改善を目指します。

健康を維持するために、自分の体に見合ったバランスのとれた食事と、適度な運動をおこないましょう。また、食べ物を噛むことは食事を味わうだけでなく、食べ過ぎを防ぎ、肥満など生活習慣病の予防や改善に効果があります。しっかりと噛んで食べましょう。

②規則正しい食生活と共食を通じたコミュニケーションを大切にします。

健康な体づくりは食育から

核家族の増加やライフスタイルの多様化により、朝食を食べない人や、間食、夜食をいつも食べる人が増えてきています。規則正しい生活を送るために、規則正しい食習慣を身につけましょう。

また、共食とは家族や友人と一緒に楽しく食事をすることです。よりおいしく、より楽しく、さらに食事を通じて知識や食事のマナーを身につけるためにも一緒に食事をする時間を大切にしましょう。

③地域の食文化の伝承と地産地消を促進します。

地域で昔から食べられていた郷土料理、四季折々に食べられる行事食などの食文化を次の世代に伝承していきます。

地産地消とは地元で生産された食材を地元でおいしくいただくことです。地元の食材を使用した食事は、新鮮で栄養価も高く安心して食べるができます。積極的に取り入れましょう。



★次号から、実際に食育推進の担い手となる、「家庭」、「地域」、「保育所・幼稚園・小中学校」、「行政」での、具体的な取組について掲載します。 **問合せ**／長寿健康課

笑顔を キャッチ!

1歳8か月児健診(11月15日)で見つけたかわいい笑顔です。



母子保健

健診名など	日(曜)	受付時間	対象	内容
離乳食教室	5日(木)	午前10時00分～10時15分	3～10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)
パパ&ママ教室(第4回)	7日(土)	午後1時00分～1時15分	妊婦と夫	助産師によるお産の話、沐浴実習、交流会
1歳8か月児健診	13日(金)	午後1時20分～1時40分	平成24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	16日(月)	午後1時20分～1時50分	平成25年1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(火)	午後1時20分～2時00分	平成25年8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	20日(金)	午後1時20分～2時00分	平成22年5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
乳幼児相談	25日(水)	午前9時30分～10時30分	乳幼児	発達・育児・栄養などの相談

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。
問合せ/長寿健康課

麻しん風しん混合ワクチン 予防接種を受けましょう

麻しん風しん予防接種は、第1期と第2期の2回接種することになっています。対象の人で、まだ受けていない人は、京都府内の小児予防接種協力医療機関で予約のうえ、接種してください。(久御山町・宇治市・城陽市以外の医療機関で接種を希望される場合は、事前に長寿健康課へお問い合わせください。)

下記の対象者は無料で接種を受けられます。ただし、第2期対象の人は、平成26年3月31日までは無料ですので、早めに接種してください。

《予防接種対象者》

第1期…生後12か月～24か月未満
第2期…平成19年4月2日生～平成20年4月1日生

問合せ/長寿健康課



高齢者等インフルエンザ 予防接種

町では、高齢者等のインフルエンザ予防接種を推奨しています。インフルエン

ザワクチンが十分な効果を維持する期間を考慮し、今年も流行前の12月中旬までに協力医療機関で予約のうえ、接種することをお勧めします。

対象／満65歳以上の人または満60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器機能障害またはHIVによる免疫機能の低下による障害で日常生活が極度に制限される人 **期間**／12月28日(出)まで
接種回数／1回 **費用**／1,000円(免除制度があります。) **接種場所**／久御山町・宇治市・城陽市・京都市伏見区の高齢者等インフルエンザ予防接種協力医療機関 ※北川顔地区及び藤和田地区の人は、となみクリニックでも接種できます。

上記以外で予防接種を受ける人は、事前に長寿健康課に連絡してください。



●免除制度

対象者／生活保護世帯・町民税非課税世帯などに属する人 ※事前に長寿健康課で免除手続きが必要です。なお、接種後の払い戻しはありません。

問合せ/長寿健康課

おめでとう
ございます

秋の叙勲

■旭日双光章／地方自治功労

眞下 多一 さん

(栄3丁目・81歳)

昭和62年に久御山町公平委員会委員に就任、平成元年からは同委員長を務め、25年6月の長きにわたって町職員の身分保護や公正な人事権行使のために指導力を発揮されました。

委員就任当時はいわゆる「バブル経済」の始まりであり、変動する社会情勢の中、常に公平・公正な人事行政の推進に貢献、尽力されました。

この間、男女雇用機会均等やセクハラ・パワハラなど様々な社会問題がありましたが、「長く務められたのは町の人事が適正であったから」。受章については、「まさか自分が、という忸怩(じくじ)たる思いです。大変名誉な章をいただき、町の名に恥じないように今後もできる限りのことをしていきたい」と、語られました。



■瑞宝単光章／消防功労

宮川 繁美 さん

(栄1丁目・65歳)

昭和55年に消防団に入団、平成18年から団長に就任するなど通算30年7月にわたって、地域の安全・安心のために尽力されました。

入団当時、栄地域は人口は多いものの、団組織がなく「これは何とかなくては」と、林地域から独立して第1分団第4部の結成に努力されました。

平成18年には、消防団長に就任。第一線で指揮をとる一方、後輩の育成に力を注ぎ、「いざというとき、現場で力を発揮するには、日ごろの厳しい訓練があってこそ」と、団員にコミュニティに気を配りながら、「プロ意識」を徹底しました。

受章の知らせを聞いて「名誉なことですが、私一人の力ではない。家族はもちろん、周りの多くの人の理解と協力のおかげ」と、感謝されていました。



運動会などで秋の一日を楽しむ

障害者の集い

10月30日、総合体育館で「障害者の集い」がおこなわれ、障害者や民生委員など84人が参加、ミニ運動会で体を動かしたあと、みんなで一緒に昼食をとったり、マジックショーや合唱などで秋の一日を楽しみました。

運動会では、赤・白・黄・緑に分かれてタンバリンやカスケットなどを取り入れた個性あふれる応援合戦から始まり、玉入れやパン食い競争などに元気いっぱいに取り組みました。



真剣に的をめがけて球を入れる参加者

お誕生										ご結婚									
地区名										地区名									
出生児										夫の氏名・妻の氏名									
父・母																			
//	//	栄	//	//	下津屋	//	林	佐古	森	林	//	佐山	島田	地区名	おめでとうございます				
小山	金井	角	玉村	高井	山本	熊田	梅田	清水	勝本	木村	吉田	西村	袋布	夫の氏名・妻の氏名					
琥成	俊	明日菜	郁斗	蒼介	大雅	望愛	悠有	穂花	一輝	晋一	光	直久	学	夫の氏名・妻の氏名	おめでとうございます				
敦史・沙杏	修・真希子	哲郎・真紀	幸士・綾香	久・理世	寛大・雅衣	伸樹・綾	和宏・三七子	優・聡美	洋滋・美佐	木村田希子	吉田 亜妃	西村 真奈	佳代	夫の氏名・妻の氏名					

平成25年10月15日から11月14日までの受付分(敬称略)

フォークダンスなどで交流 あいあいホールで高齢者とほのぼのの交流会

シニアクラブ連合会女性部と荒見苑フォークダンスサークルは、10月29日、子育て支援センターあいあいホールを訪問、1～2歳児の親子と交流しました。

核家族化が進み、家庭では高齢者と幼児が触れ合う機会が少なくなった中で、世代を超えた交流をと、年に2～3回訪問しています。

この日は、27人が、マイムマイムなどフォークダンスや童謡を披露、一緒に歌ったり踊ったりして、和やかな雰囲気になっていました。参加した女性部員は「普段接することがなく、子どもにかえたみたいでとても楽しい」と、にこやかに話されていました。



▲フォークダンスで楽しく交流

個性ある作品や舞台発表に感動

第38回久御山町民文化祭

第38回久御山町民文化祭が、11月2日・3日に中央公民館と中庭で開催され、町内サークルや愛好家による作品展示や舞台発表、模擬店、久御山学園音楽祭などで、終日賑わいました。

作品展示では、絵画や書道、写真、陶芸などの力作が所狭しと並び、幼児から高齢者まで町民の個性ある作品に来場者は真剣な表情で見入っていました。出演の部は、コーラスや新舞踊、朗読などの発表があり、観客から拍手がおくられていました。また、出店の部では、手作りの食べ物の販売などで祭り気分を盛り上げました。



▲久御山学園音楽祭で合唱する園児たち



▲すてきな音色を届けた中・高校生の吹奏楽



▲見事な作品に見入る来場者



▲おいしい食べ物も販売

わがやのアイドル



佐々木 彩乃ちゃん(10か月)
イタスラ好きな女の子です!
いっぱいご飯食べて大きくなるぞ!!



堀 幹奈・陽向ちゃん
(1歳・3歳1か月)
いつまでも姉妹仲良く
元気いっぱい大きくなってネ☆



吉田 あかりちゃん(11か月)
元気に生まれてきてくれてありがとう
笑顔がステキな優しい女の子になってね

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。		
12月12日(木) 1月7日(火)	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	12月13日(金) 1月8日(水)	北川顔（府道以東）・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
		12月18日(水)	東一口（国道1号以西）
		12月17日(火) 1月10日(金)	大橋辺・北川顔（府道以西）

年末年始のし尿収集

年末年始のし尿の臨時収集(有料)
の予約は、受付件数に限りがありま

すので、お早目をお願いします。
また、定期収集に関するお問い合わせは、年末は12月27日(金) 午後5時15分までに、年始は1月6日(月) 午前

8時30分以降にご連絡ください。連絡先は、城南衛生管理組合業務課 ☎075(631) 5171。

▼対象
①町内に所在し、自ら居住する住宅に太陽光発電システムを設置し、国の補助制度住宅用太陽光発電導入支援復興対策補助金の交付決定通知を受けてから1年以内の個人
②町内に所在する事業所に太陽光発電システムを設置し、国の補助制度(新エネルギー等事業者支援対策補助金)の交付決定通知を受けてから1年以内の中小企業者
▼補助金額／1キロワット当たり3万円(対象①の上限額10万円、対象②の上限額30万円)
▼注意／本年度の予算額に達した時点で終了
申請・問合せ／環境保全課



太陽光発電システム設置に補助
町では、地球温暖化防止と新エネルギーの普及促進を図るため、太陽光発電システムを設置する個人及び中小企業者に、その費用の一部を補助します。

古紙・古布等リサイクルの補助金
不要になった古紙・古布等は、分別して地域の集団回収や古紙回収業者に出しましょう。町では、自治会や子供会などがおこなう古紙・古布等の集団回収に対し、補助金を交付しています。
▼対象となる団体／営業を目的とせず、古紙類を定期的かつ継続的に資源回収業者に引き渡すことができる団体(毎年、団体登録が必要です)。
▼対象となる古紙類／新聞紙・雑誌・段ボール・古布(ウエス)
▼補助額／回収量1kg当たり7円
問合せ／環境保全課

消費生活110番

vol.182

子どもたちのインターネットトラブル



年末年始、子どもたちはクリスマスプレゼントやお年玉を期待していることでしょう。ゲーム機やスマートフォンを欲しがるとも多いのではないのでしょうか。親は根負けしてそれらを買い与えることになることも…。
そこでちょっと注意を向けていただきたいことがあります。それはインターネットでのトラブルです。
スマートフォンはもちろんですが、最近のゲーム機も無線でインターネットに接続できるものが増えています。インターネットの機能やマナーを知らない子どもたちは、機器を触っているうちにインターネットに接続することを覚え、トラブルに巻き込まれる可能

性が高くなるのです。
例えば、チャットという機能を使って他人の悪口を書き込むとか、迷惑になるような書き込みをすることで社会問題になっています。将来の就職に影響するなど、子どもたちの未来を潰すことがないよう周りも気をつけたいものです。また、親が把握できない人と子どもが出会うケースが増える可能性が高いですから、悪意ある者の毒牙に子どもたちがかからないようにしなければなりません。
そこで、子どもたちにそれらの機器を与える場合でも、次のことを押さえておくといのではないのでしょうか。
①使わなくなって解約したスマート

フォンを子どもたちに勝手に使わせない(無料の無線接続でインターネットにつなげることは可能だから)。
②ゲームの内容、課金の仕組みなど、利用方法を子どもたちと話し合い、約束を守らせる。
③親のクレジットカード、インターネットサイトのID・パスワードの管理には細心の注意を払い、子どもに使わせない。
トラブルに巻きこまれたら、1人で悩まず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)または役場産業課へご相談ください。

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

大型ごみ
年末の大型ごみ(有料)の収集は、12月26日(木)が最終日です。申込は、12月25日(水)までです。ただし、予約状況により年内の収集をお断りする場合があります。年始は、1月6日(月)から受付をします。収集は、1月9日(木)からです。

リサイクルごみ	
缶 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
4日(第1水曜日)	11日(第2水曜日)
18日(第3水曜日)	25日(第4水曜日)

* 年末年始は、特別収集をしますので収集日を確認してください。
収集時間は通常と異なる場合がありますのでご注意ください。

燃やすごみ		燃やさないごみ
通常どおり収集します	26日(木)	通常どおり収集します
通常どおり収集します	27日(金)	通常どおり収集します
収集はありません	28日(土)	収集はありません
全地域収集	29日(日)	
全地域収集	30日(月)	通常どおり収集します
収集はありません	31日(火)～ 1月 5日(日)	収集はありません
通常どおり収集します	1月 6日(月)	通常どおり収集します

* 簡単な水洗いをして分別し、無色透明または白色半透明の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。
* ペットボトルのキャップは、無色透明または白色半透明の中身の見える袋に入れて「燃やすごみの日」に、ラベルは、はがして「燃やさないごみの日」に出してください。

使用済み天ぷら油
11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。

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

長寿健康課 ☎ 631-9903/45-3904
✉ choju@town.kumiyama.lg.jp
FAX 075(632) 5933

国保医療課 ☎ 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(632) 5558

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

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

議会議務局 ☎ 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(社会教育課内)

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

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

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

御牧幼稚園 ☎・FAX 075(631) 4531

佐山幼稚園 ☎・FAX 0774(43) 8644

東角幼稚園 ☎・FAX 0774(44) 4966

11月1日現在 久御山町の人口 16,535人(男8,219人、女8,316人) 世帯数 6,778

クロスピアくみやま産業祭

12月1日(日) 午前10時〜午後3時 場所／クロスピアくみやまバスターミナル



水菜は、壬生菜と間違われやすいのですが、葉の切れ込みがギザギザしているのが水菜で、ギザギザが無いのが壬生菜です。近年サラダや付け合わせ、炒めものなどとして使われるようになり、全国的によく知られるようになりました。

久御山町では、もともとは鍋用に大株に育てていましたが、最近は種まき後50日ほどの鍋にもサラダにも適した大ききで収穫して販売されるものが多くなりました。

水菜は、臭みの無いタンパクな味わいですが、あの独特のシャキシャキ感とおいしさは、葉柄(白い部分)にあるため、浅い黄緑



水菜

水菜は、京都を中心に関西で栽培されてきたので「京菜」とも呼ばれ、壬生菜と並び京都の伝統野菜の一つです。京都や大阪では、寒さに比較的強い性質から、野菜が不足しがちな冬に収穫できることもあり、京都では古くから親しまれてきた野菜です。

京都の冬の到来告げる伝統野菜

色のもので葉柄と葉の割合が1対1のものがおいしいそうです。

ただ、葉柄の部分が、今年のように雨が多いと傷んでしまつたため育てるのが難しいそうです。

また、栄養面での水菜は、抗酸化作用のあるβカロテンが豊富に含まれているので、老化予防・がん予防などに効果が期待できるほか、風邪予防や免疫力の向上によいビタミンC、貧血予防に効果がある鉄分や葉酸などバランスよく栄養が含まれており、風邪をひきやすい時期や女性にありがたい野菜です。

取材させていただいた生産農家は、しゃぶしゃぶで肉に巻いてごまだれにつけて食べるのがお勧め、鍋の時もごまだれが良いそうです。

「とれとれ野菜直送便」は、久御山の野菜の魅力を、農産物直売所運営協議会の協力でお届けしています。



ヘルシークッキング

vol.179 あじの生姜焼き



●材料 (4人分)

あじ(三枚おろし1枚70g)	4枚	片栗粉	適量
塩	少々		
小麦粉	小さじ2	タレ	
玉ねぎ	1個	酒	大さじ2
しいたけ	8個	しょう油	大さじ1
水菜	80g	みりん	大さじ2
サラダ油	大さじ1、小さじ1	おろし生姜	大さじ4

作り方

- ① あじは薄切りにして軽く塩をふって小麦粉をまぶす。
- ② 玉ねぎ、しいたけはくし形に切る。
- ③ フライパンに油を熱して、あじを焼く(中火)。火が通ったら皿に移しておく。
- ④ 「③」のフライパンの油をふき取って、「②」の野菜を炒める。
- ⑤ 「④」に「③」のあじを戻し、Aのタレの調味料を入れてからめる。
- ⑥ 火を止めて、水菜を加える。(食感を活かすため水菜は最後に入れる)

エネルギー
151 キロカロリー／1人分
塩分 0.9 グラム

おろし生姜をたっぷり使うことで、しょう油などの塩分を減らした一品です

長寿健康課