

くみやま

平成31年
1/1
No.1014

輝かしい一年のはじまり

主な 内容

- P2～3 …… 平成31年 年頭のごあいさつ
- P4～5 …… ワーウィック・ステート・ハイスクール×久御山中学校
- P7 …… 平成30年度上半期 まちの財政状況
- P11～17 …… インフォメーション
- P20 …… くみやま人(内田和加奈さん)
- P21 …… みんなのひろば

今月の 表紙

皆さんあけましておめでとうございます。今年も
よろしく願いいたします。今月の表紙は、お正月
にぴったりの日の出の写真です。流れ橋から撮影し
た日の出の光が木津川にきれいに反射しています。

町内外に魅力発信 京都南の『きらめく』まちに

久御山町長 信貴 康孝

新年あけましておめでとございます。
皆様には、清々しい新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。また平素から町政各般にわたる格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

今年は町制が施行されて65周年を迎えます。これまで町の発展に寄与いただいた先人や先輩諸兄の皆様に心から感謝申し上げます。今後においても、本町をより発展させるため、「第5次総合計画」において、本町の将来像として掲げております『つながる心 みなぎる活力 京都南に「きらめく」まち』夢いっぱいコンパクトタウン くみやま』の具現化に向け、全力を傾注して参りたいと心を新たにしているところであります。

また、今年は「平成」という一時代が幕を閉じようとしております。夢多き新たな時代の幕開けと同時に、本町でも70周年に向けて力強い一歩を踏み出す年としたいと考えております。

さて、昨年は地震や台風により、本町においても住宅被害、また事業所や農業関係に甚大な被害が出るなど、全国各地で自然災害が発生しました。このような

状況の中、現在、災害時における住民の皆様への情報伝達手段として、町内全域に避難情報を一斉に知らせる「同報系防災行政無線」の整備を行っており、今年の4月から運用を開始する予定としております。さらに昨年の11月には、洪水と地震の際に取るべき行動などを1冊にまとめた「ハザードマップ」を更新し、町内全戸に配布いたしました。今後においても、引き続き様々な災害の発生を想定しながら、常に危機管理意識を持ち、災害に備えたいと考えております。

ところで、日本経済は「景気は緩やかに回復している」と言われておりますが、海外経済についても、アメリカやEU諸国、中国、新興国の経済の先行き等について、留意していく必要があります。

一方本町では、平成29年度決算におきまして、実質単年度収支が3年連続黒字となりましたが、依然予算を許さない財政状況にあります。こうした中、計画期間の最終年度を迎える「総合戦略」について、「第5次総合計画」との整合のもと、「人口減少問題の克服」や「地域経済の活性化」に向けたまちづくりを力強く推



進して参ります。

また、多くの人々が集う場所として、新たな居住や企業の事業展開の期待に応える土地利用を推進するため、「新市街地（仮称）みなくるタウン」整備事業を進めると同時に、「久御山町魅力発信検討会議」をはじめ、あらゆる機会や地域資源を利用し、本町の魅力や特色を広く発信したいと考えております。

さらに、さやまごども園に続くとうずみごども園の整備など就学前教育や子育て環境の充実、特別養護老人ホームの整備支援などの高齢者福祉などにも力を入れて参ります。これからも限られた財源を有効かつ効率的に活用し、本町の特長ある戦略的な行政経営の取組を進めて参る所存でございますので、皆様のご指導・鞭撻を賜りますよう、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

今年の干支は「亥」です。亥は勇気と行動力の象徴であり、障壁を乗り越えて幸運をもたらすと言われております。町制施行65周年を迎えるにあたり、皆様の幸せを第一に考え、この節目の年を住民の皆様や企業の方々のご参画のもと、町

たします。

全体をともに盛り上げて参りたいと考えておりますので、ご理解ご協力いただきますよう、お願い申し上げます。

結びに、住民の皆様のご一年のご健勝とご多幸、さらなるご繁栄を心からお祈り申し上げます、新年のご挨拶とい

町制施行65周年を迎え 発展する久御山をめざし

久御山町議会議長 戸川 和子

新年あけましておめでとございます。皆様には、輝かしい平成31年の新春をお迎えになり、心からお喜び申し上げます。また、日頃から町行政の推進ならびに議会活動に對しまして、格別のご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

今年は、30年間続いた「平成」の時代から新元号へと改元される歴史的な1年の始まりとなる年であり、新たな時代の始まりが希望と活気に満ちあふれた素晴らしい年となるよう祈念いたす次第です。

昨年の内閣府発表の月例経済報告では、日本経済は「緩やかに回復している」とされておりますが、本町の財政状況におきましては、消費税率の引上げに伴い、今後は、法人住民税の一部が国税化されるなど税収の減が懸念されるところで

す。
また、昨年は地球温暖化の影響もあり、大型台風の上陸や集中豪雨が発生し、6月には大阪府北部地震など多くの自然災

害に見舞われ、本町にも大型台風による大きな被害が発生いたしました。

本町は、このような自然災害を想定した5年に一度の総合防災訓練を実施し、同報系防災行政無線を使用した屋外スピーカーによる情報伝達の体験や自主防災会、防災関連機関との連携、町協定先との災害時の応援など、防災に対する意識の再確認をする機会となり、久御山町議会においても議会災害対策連絡本部を立ち上げ訓練に参加し、常日頃からの防災意識の大切さを再確認いたしました。

さて、今年、久御山町は町制施行65周年の記念すべき年を迎えます。

昭和29年10月1日に御牧村と佐山村の二村が合併し、誕生して以来65年間、心新たに本町の発展のため尽力された先人の知識や経験のもと、夢のあるまちづくりに向け大きく一歩を踏み出す節目の年となります。

町議会といたしましても、まちの将来



像として『つながる心 みなぎる活力 京都南に「きらめく」まち』夢いっぱいコンパクトタウン くみやま』の実現をめざした第5次総合計画の実効性を検証し、安全・安心な社会の構築をはじめ、住民福祉の向上や教育の充実などを進めて参るため、その果たすべき役割と責任を自覚し、精一杯努めて参りたいと考えております。

また、本町議会におきましては、引き続き住民の皆様に関われた議会をめざし、政治倫理に伴う議員活動と親しまれる議会づくり、住民の皆様の声を聞くことができる機会のための地域懇談会や議会見学会などに取り組んで参ります。

どうか、本年も変わらぬご支援とご協力を賜りますよう、心からお願ひ申し上げますとともに、本町の限らない発展と皆様方のご健勝とご多幸をお祈りし、新年のご挨拶といたします。

①温かく迎えられるW・H・Sの生徒たち ②紹介ビデオの発表 ③剣道部の演技に驚きの表情 ④オーストラリアの歌を披露
⑤あっちむいてホイ! ⑥南校長との交流 ⑦サイコロゲームの一コマ ⑧交流のあとの笑顔 ⑨旧山田家住宅で着物の着付けや茶道を体験
⑩美術の授業でスマートを楽しみました ⑪思い出の記念撮影 ⑫別れを惜しむ両校の生徒



両校の絆、さらに深まる ワーウィック・ステート・ハイスクール ×久御山中学校

オーストラリアのワーウィック・ステート・ハイスクール（W・H・S）と久御山中学校は、平成7年に姉妹校盟約を締結して以来、相互訪問やホームステイをとおして絆を深めてきました。

今年は、W・H・Sの生徒が久御山中学校を訪問する年で、12月11日～17日まで、ホームステイをして日本の文化に親しみました。

12日に、久御山中学校で歓迎式典が行われました。W・H・Sの15人の生徒が体育館に入場すると、久御山中学校の生徒が盛大な拍手で出向かえ、W・H・Sの生徒の一人ひとりが舞台上に立って、自己紹介をしました。そのあと、久御山中学校の生徒による町の紹介があり、剣道部の模範演技が行われました。続いて、W・H・Sの生徒がオーストラリアや自校の紹介、オーストラリアの歌を歌って、式典を終えました。

そのあとの授業体験では、W・H・Sの生徒は久御山中学校の生徒と一緒に、スゴクゲームや百人一首、墨汁を使ったスマート体験など、日本の文化に親しみました。また、休日には、各ホストファミリーで充実した時間をすごしました。別の日には、東一口のふるさとを学ぶ会の協力を得て、旧山田家住宅で着物の着付けや茶道を体験し、日本の文化を楽しみました。



久御山中学校
南 亮司 校長

本校は、ワーウィック・ステート・ハイスクールと平成7年に姉妹校盟約を結びました。それ以来、両校生徒の相互訪問やホームステイをとおして、親善・友好の輪を広げてきました。

生徒にとって異なる文化や習慣を持つ人と関わることは、戸惑いこともあるかと思いますが、その経験はたいへん意義のあることだと考えています。実際に、この事業をきっかけに英語の先生になった生徒もいると聞いており、生徒に何かしらのきっかけを与えることができる事業だと認識しています。

今回の交流では、ワーウィック・ステート・ハイスクールの生徒に、食べ物や文化を学び、良い思い出をたくさん作ってもらい、楽しい時間をすごしてもらったことができて良かったと思います。そして、本校の生徒たちには、今回の経験を生かして、異なる文化への理解や人と積極的に関わる力を磨いていって欲しいと思います。

男女共同参画推進標語 入選作品を選考

男女共同参画社会について考えるきっかけとして、広く住民などに標語を募集したところ、中学生の部127点、一般の部74点の応募がありました。応募のあった作品について、11月13日に開催した町男女共同参画推進懇話会で審査・選

■中学生の部

最優秀賞	つくり合おう未来へ続く男女の輪	山口 輝
優秀賞	お互いが意見を言い合っ平等社会	福本 佳正
優秀賞	手をとって助け合おうよ誰とでも	百合香菜子
優秀賞	男女の差個性に変えて楽しい社会	田中 美羽
佳作賞	差別なくみんなできずく男女の輪	山下 承輝
佳作賞	男女共に活躍できる社会をめざそう	永富 佑奈
一般の部		
最優秀賞	思いやり君の笑顔が見たいから	寺石 知生
優秀賞	「ありがとう」気持ちは言葉で伝えよう	南 り江
佳作賞	家事育児介護も持ちつ持たれつシェアして	家田 洋子
佳作賞	いつまでも男の子だから女の子だからと言わないの！	中島眞智生

ワクに文字を埋めて、二重枠のマス

文字を並べ替えて言葉を作成してください。正解者の中から抽選で20人に500円分の図書券をプレゼントします。【ヒント】京都タワーより6倍高い久御山町のランドマーク。くみやま〇〇〇〇〇137。【対象】町内在住または在勤の人。【応募方法】ハガキに①答え②住所・氏名・年齢③広報紙へのご意見を記入して、久御山町役場総務課へ。1人1通に限る。【締切】1月10日(木)必着!!。正解と当選者は2月1日号で発表します。

【タテのカギ】①空き家情報を集め、移住希望者等にインターネットで発信する仕組み②色々な才能を持っていること③灰を水に浸して上澄みをすくった液④ネギマンやまゆまるなどの〇〇キャラ⑤昨年10月から開始。久御山町公式〇〇〇〇グラム⑥宝くじのイメージキャラクター。〇〇ちゃん⑦金属で造られた貨幣⑧新しく出た丼

新春 20人にプレゼント クロスワードパズル

①		②		③		④
			9	⑤		
10	⑥					
11				12	⑦	⑧
				13		
14					15	

【ヨコのカギ】①東北地方の〇〇県。きりたんぼ鍋③日本各地の河川で釣れる。10cmから30cmの大きさの川魚⑨クロスピアくみやまで借りることができる。レンタカー〇〇〇⑩中心的な役割でその組織を動かしたり、管理監督を行う人材⑪酒場、飲酒店のこと⑫わずか、ちよっとを言いかえると⑬新市街地の名称。みなくる〇〇〇⑭おせち料理で食べる習慣がある。「丼が出る」縁起の良い食物⑮ことわざ。鶴は千年〇〇は万年

消費生活110部

成人になったら注意したい消費者トラブル

成人を迎えた人は、親の同意は必要なく、自分の意思で自由に契約することができます。一方で、契約でのトラブルの責任は皆さん自身が負うことになり、成人になったばかりの人を狙い打ちする悪質な業者による消費者トラブルも多数発生しています。

スマートフォン(スマホ)やSNSが生活の一部になっていますが、ネット通販でトラブルになったり、SNSで知り合った人にマルチ取引やもうけ話の勧誘をされてトラブルになったりすることもあります。成人になると巻き込まれやすくなる事例についてお知らせします。

【事例1】スマホでダイエット用飲料の期間限定モニターに申し込んだら定期購入だった。業者の電話がつかまらない。

【事例2】脚を細くしたいと思い、人気プロガーが行ったというエステ店で500円の体験を受けたところ、30万円の全身痩身コースを勧められた。断ったが分割の支払いを勧められ契約してしまった。

【事例3】スマホでSNSを見ていたところ、相談にのるだけで30万円もらえるという副業サイトを見つけ会員登録したが、詐欺サイトだという書き込みがあった。登録の際に免許証等の画像を送ってしまった。

■消費者へのアドバイス

- ①契約トラブルを防ぐためにも、契約することに責任を持ち、軽い気持ちで契約しない。ネットの情報に流されない。
- ②「今すぐ決めて」などと契約をせかされてもその場で契約しない。
- ③簡単に大金を稼げるということはあり得ない。もうけ話は信じない。
- ④借金やクレジット契約を勧められても、お金がなければ契約しない。

不安に思ったり、トラブルに巻き込まれた場合は、消費者ホットライン「188(いやや!)」に電話し相談するようにしましょう。

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気軽にご相談ください。詳しくは、役場産業課へお問い合わせください。

公表

平成30年度上半期 まちの財政状況

住民の皆さんから納めていただいた税金や、国や府の支出金などがいく入り、どのように使われているかを知っていただくため、年に2回まちの財政状況を公表しています。今回は平成30年度上半期(4月1日～9月30日)の状況をお知らせします。

予算額は昨年同期比8.6%減

■一般会計

平成30年度一般会計の歳入歳出予算額(9月補正後)は、73億6434万円(1万円未満四捨五入。以下同し)です。歳入の収入済額は42億4311万円

(収入率57.6%)、歳出の支出済額は28億3417万円(支出率38.5%)となっています。前年度同時期と比べて、予算額は6億8921万円(86%)減少しています。収入済額は町税の減収により288万円、財政調整基金などからの繰入金として2億3431万円減少してい

ます。各科目の執行状況は表①のとおりです。

■特別会計・水道事業会計・下水道事業会計

国民健康保険などの四つの特別会計と水道事業会計、下水道事業会計の予算執行状況は、表②のとおりです。

■地方債

町の借金である地方債の9月末現在高は、一般会計が35億3594万円となっています。

町では、下半期も各種事業に対し、予算の適正・効率的な執行に努めていきます。

問合せ／行財政課

表①

一般会計 歳入

科目	予算額	収入済額	収入率
町税	44億9,713万円	29億3,777万円	65.3%
地方消費税交付金	4億6,934万円	2億7,079万円	57.7%
国庫支出金	4億6,700万円	1億8,039万円	38.6%
府支出金	4億4,086万円	5,342万円	12.1%
繰入金	3億7,959万円	3億7,628万円	99.1%
その他	11億1,042万円	4億2,446万円	38.2%
合計	73億6,434万円	42億4,311万円	57.6%

一般会計 歳出

科目	予算額	支出済額	支出率
総務費	13億3,753万円	4億3,766万円	32.7%
民生費	24億3,341万円	9億8,929万円	40.7%
衛生費	5億3,376万円	2億2,360万円	41.9%
土木費	6億4,429万円	2億 608万円	32.0%
教育費	10億1,329万円	3億8,872万円	38.4%
その他	14億 206万円	5億8,882万円	42.0%
合計	73億6,434万円	28億3,417万円	38.5%

表② 特別会計の状況

■国民健康保険

予算現額	収入済額	9億 55万円	収入率	42.0%
21億4,314万円	支出済額	7億5,409万円	支出率	35.2%

■三郷山財産区

予算現額	収入済額	450万円	収入率 69.0%
653万円	支出済額	247万円	支出率 37.9%

■介護保険

予算現額	収入済額	6億4,667万円	収入率 45.0%
14億3,592万円	支出済額	5億4,639万円	支出率 38.1%

■後期高齢者医療

予算現額	収入済額	8,101万円	収入率 35.9%
2億2,536万円	支出済額	5,532万円	支出率 24.5%

■水道事業

収益的収支	収入予定額	収入済額	収入率
	5億2,978万円	2億6,510万円	50.0%
	支出予定額	支出済額	支出率
	5億7,490万円	2億6,380万円	45.9%
資本的収支	収入予定額	収入済額	収入率
	2億 708万円	553万円	2.7%
	支出予定額	支出済額	支出率
	3億7,087万円	3,198万円	8.6%

■下水道事業

収益的収支	収入予定額	収入済額	収入率
	8億 777万円	3億8,360万円	47.5%
	支出予定額	支出済額	支出率
	7億7,534万円	3億5,630万円	46.0%
資本的収支	収入予定額	収入済額	収入率
	2億4,386万円	8,858万円	36.3%
	支出予定額	支出済額	支出率
	4億1,401万円	1億4,783万円	35.7%

Kumistagram

ID : meronpan_kawa
📍kumiyama,kyoto

♡ いいね! 16,108件

町内で撮影した写真にハッシュタグ #ええとこくみやま をつけて投稿すると... その中から毎月一枚をお届けします。

町公式インスタグラム くみやまのええとこ 見つけませんか

「Instagram公式アカウント」でまちの風景やイベントの様子を中心に投稿しています。利用者にも「#ええとこくみやま」をキーワードに投稿してもらうことで、なかなか気づかない、久御山町の「いいところ」を発見していきます。くみやまの「ええとこ」をみんなで発見しませんか。

登録はこちらから! →

kumiyama_town

まちのええとこ発信中
みんなで投稿しましょう!

Kumiyama
トピック
topic

クリスマスケーキ作りに夢中
男女共同参画セミナー

問合せ—総務課



協力しながらケーキ作りをする参加者

12月23日、男女共同参画セミナー「クリスマスケーキを親子で作ろう!」が中央公民館で催され、11組26人が参加しました。この事業は、男女が共に一人の人間として理解し合い、支えあって生きる「男女共同参画社会」の実現の気運を高めることを目的に実施しています。この催しをきっかけに、家族で話し合ってもらおうと親子で参加できる催しを実施しました。参加者は親子で話をしながらケーキ作りに夢中になっていました。

Kumiyama
トピック
topic

初応募で優良賞を受賞
第31回近畿市町村広報紙コンクール

問合せ—総務課



賞状と盾

第31回近畿市町村広報紙コンクール(毎日新聞社・毎日文化センター主催)で、「まちの総合情報誌『広報くみやま』9月1日号」が優良賞(最優秀賞・優秀賞の次点)を受賞しました。9月1日号は、交流を楽しみながら運動ができる施設、いきいきホールの特集記事などを掲載しました。講評では、笑顔の写真やコンテンツの幅広さ、「まちの総合情報誌」という広報紙としてのテーマも評価されました。

自己肯定感と学習時間が向上

平成30年度全国学力・学習状況調査結果から

昨年4月、小学校6年生と中学校3年生を対象に実施された「全国学力・学習状況調査」結果がまとまりました。調査は、教科に関するもの(国語と算数・数学と理科)と生活習慣や学習環境などに関するものです。

なお、この調査は児童・生徒の学力や学習状況、生活状況の特定の一部分であることに留意して、これからの学習指導の改善に役立てています。

●教科に関する調査

小・中学校では、どの教科も全国平均を少し下回る結果となりましたが、小学校では前回に比べ理科の正答率に伸びが見られました。

また、中学校では、国語・理科でこれまでより高い正答率となりました。

●生活に関する調査

これまで本町では、児童・生徒における「自己肯定感の低さ」が課題でした(表1)。各学校で「褒める」「認める」「寄り添う」働きかけを意図的に行うとともに、家庭や地域での励ましの言葉かけをしていただくことで、(表2)のような結果を得ることができました。

また、「家庭学習時間の少なさ」も課題でした(表3)。各学校の取組から児童・生徒の意識向上が図られたた

けでなく、ご家庭の声かけが増えたこともあり、少しずつではありますが、家庭学習の習慣化につながってきました(表4)。

●家庭へのお願い

中学校3年生の希望進路実現をめざしていくためには、学校・家庭・地域が「町ぐるみで子育て」していくことが不可欠です。各学校では、次のことを大切だと捉え、子どもたちを支援しています。各家庭でもお子様とじっくり話をしてみてください。

①学力の向上に向けて

- ・児童・生徒に規則正しい生活習慣(特に睡眠時間確保)を身につけさせる。
- ・放課後の時間の使い方や内容について話し合い、家庭学習の充実を図る。

②言語力の育成に向けて

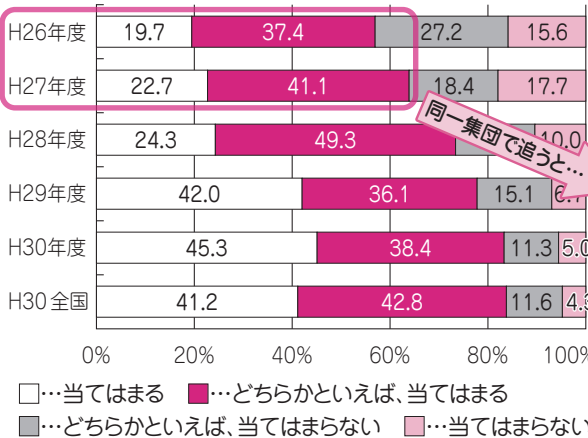
- ・子どもたちの話をしっかりと聞き、子どもたちの思いを受け止める。
- ・家族のコミュニケーションを深める時間を作る。

③自己指導能力の育成に向けて

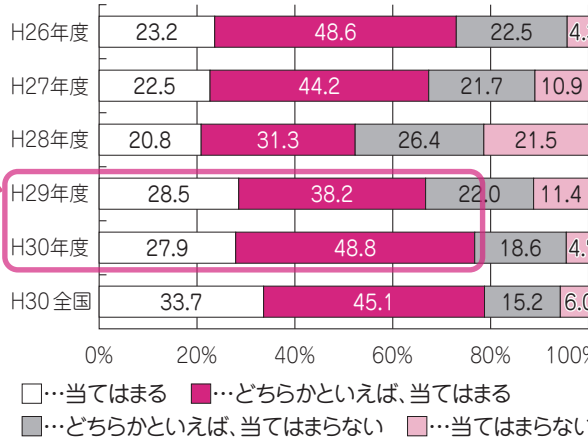
- ・「教え込み」ではなく、寄り添い、見守りながら「育てる」意識を持つ。
- ・子どもの言動を褒める、励ます、認めるよう心がける。

問合せ／学校教育課

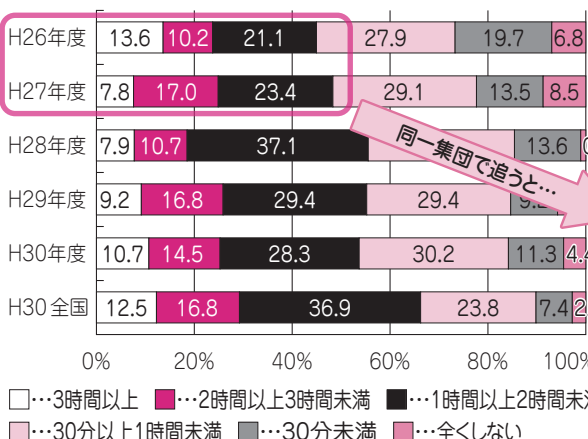
■表1 自分には、よいところがあると思いますか(3小学校)



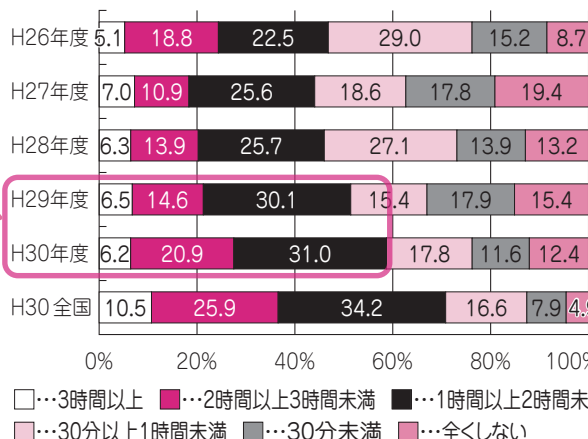
■表2 自分には、よいところがあると思いますか(中学校)



■表3 学校の授業時間以外に普段(月～金)、1日当たりどれくらいの時間、勉強をしますか(3小学校)



■表4 学校の授業時間以外に普段(月～金)、1日当たりどれくらいの時間、勉強をしますか(中学校)



町体育振興会では家族や友達同士の親睦を深めるため、スキーバスツアーを開催します。スキー教室もあります。

スキーバスツアー

■一般公開
日時／1月12日(出)・20日(回) 午前9時～正午 (毎月第1木曜日、第2土曜日、第3日曜日に公開していますが、1月の第1木曜日は公開しません)
場所／東一口35番地 入館料／200円
問合せ／社会教育課

■発表者 (敬称略)

順番	学校名	学年	氏名
1	佐山小	6年	芳川 知奈
2	東角小	6年	戸田あいり
3	御牧小	6年	山田 莉子
4	佐山小	6年	藤田 悌玄
5	東角小	6年	浅野 成史
6	御牧小	6年	袖岡 奈々
7	久御山中	1年	喜多 優心
8	久御山中	2年	片岡 豊晶
9	久御山中	3年	福原 百萌
10	久御山高	1年	松本 陸
11	久御山高	2年	田中真悠子
12	久御山高	3年	丸井 秀道

町青少年健全育成協議会では、第38回青少年の主張発表会を開催します。当日は、小・中・高校生12人が、体

1月19日(土) 青少年の主張発表会

日時／2月24日(日) 午前6時～午後7時
場所／福井県南条郡今庄365スキー場 対象／町内在住の人 定員／45人(1グループ1～5人) 参加費／大人14千円、子供(小学生以下)13千円(バス・高速代・保険料・入浴代を含む。ただし、スキー、スノーボード、ウェアのレンタル、スキー教室は個人負担) 申込・問合せ／1月7日(月)の午前9時から18日(金)の午後5時までに、社会教育課に備え付けの申込書に参加料とレンタル料を添えて、町体育振興会事務局(社会教育課内)へ(中学生以下の場合、保護者1人以上必要)



町体育振興会では家族や友達同士の親睦を深めるため、スキーバスツアーを開催します。スキー教室もあります。

災害時の食生活講習会

もしもの災害時、食生活の備えを考えていますか？ 久味の会の会員による講習会を開催します。保存食を利用した調理実習もあります。



新春恒例の消防出初式を行います。消防職員、消防団員、町内事業所の自衛消防隊員が一堂に会し、防火意識の高揚を図ります。また、直上曲水や消防職員と消防団員が一斉放水を披露しますので、ご見学ください。



1月13日(日) 消防出初式

日時／1月19日(土) 午前9時30分～正午
場所／ゆづホール 問合せ／社会教育課

『広報くみやま』に広告を掲載しませんか

有料広告募集

発行部数 8,300部、毎月1日号に掲載
問合せ／総務課秘書広報係

ここまでが1枠。1回5,000円
(縦44㍍、横58㍍、2色刷り)

ここまでが2枠。1回10,000円
(縦44㍍、横119㍍、2色刷り)

ここまでが3枠。1回15,000円
(縦44㍍、横180㍍、2色刷り)

※町の公共性、中立性及び品位を損なうおそれのあるもの、法令等に違反、抵触のおそれのあるもの、風俗営業と規定される業種など掲載できないものがあります。詳しくは、お問い合わせください。

インフォメーション

2019 1 January



催し・募集

旧山田家住宅特別公開と大根炊き

町では国登録有形文化財の旧山田家住宅の特別公開を行います。特別公開日には、東一口のふるさとを学ぶ会が東一口産の淀大根を使った「大根炊き」の販売を100食限定で行います。柔らかく甘みがあるとてもおいしい大根です。文化財とともに堪能ください。

特別公開(大根炊き)

日時／1月13日(日) 午前9時～正午
場所／東一口35番地 入館料／200円

一般公開

日時／1月12日(出)・20日(回) 午前9時～正午 (毎月第1木曜日、第2土曜日、第3日曜日に公開していますが、1月の第1木曜日は公開しません)

問合せ／社会教育課

1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		

〈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

●は休館日です



今月のテーマ図書

家族っていいな

新年はみなさん、家族と共に過ごされましたか？ 今月は、読んで心もほっこりする「家族」がテーマです。

お・す・す・め・本

ぜんりゃくパパへ

講談社／編 講談社

138人の子どものたちからパパへ贈るラブレター集。自筆で懸命に書いた手紙からは、パパへの感謝

謝・愛情が伝わる心温まる本。

ペコロスのいつか母ちゃんにありがとう

岡野雄一／著 小学館

認知症が進行する母と向き合った5年間。今は亡き母との想い出を、ユーモアを交えながらも淡々と、息子目線で振り返る。

唐木田さん物語

（児童書） 毎日新聞出版

猫がいなければ息もできない

村山由佳／著 ホーム社
5匹の猫と暮らす著者。中でも長年苦楽を共にしてきた〈もみじ〉は特別な存在…。愛猫〈もみじ〉との最後の1年をつづったエッセイ。

メガネくんとハダシくん

二見 正直／さく 偕成社
パジャマでごはんを食べるメガネくんと、着替えてから食べるハダシくん。時にケンカをしながらも絆を深めていく2匹のクマのお話。

どこがながいかわかる？

みやにしたつや／作・絵 金の星社
キリンは、どこが長いかわかる？ ソウやネズミ、カメレオンは？ 親子で楽しめる絵本。

おりがみの会

図書館職員による「おりがみの会」を開催します。申込不要です。

日時／1月19日(土) 午後2時30分～3時
場所／ゆづホール2階ボラントリアルーム 対象／3歳以上

ご意見をお寄せください 子どもの読書活動推進計画

子どもの読書活動推進計画(第二次推進計画)の策定を進めるため、皆さんからの意見を募集します。

募集期間／1月24日(木)まで(必着)

閲覧方法／計画(案)は、役場社会教育課や図書館などの町施設窓口または町ホームページで閲覧できます 提出方法／持参または郵送、FAX、Eメールで社会教育課へ。持参の場合は図書館でも可 問合せ／社会教育課・図書館

おめでとう20歳 成人式

今年20歳を迎える新成人を祝つ、成人式を行います。新成人の皆さん、ぜひご出席ください。

日時／1月14日(月・祝) 午前11時から(受付は午前10時30分から) 場所／式典Ⅱ役場5階コンベンションホール、交歓会Ⅱ中央公民館 対象／平成10年4月2日～平成11年4月1日に生まれた人。対象者には、12月上旬に案内を送りました。届いていない場合はご連絡ください。内容／式典、記念撮影、交歓会 連絡先・問合せ／社会教育課

■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
世界の料理教室(ハルン・タインお菓子教室)	1/5(土)～	2/2(土)	13:30～16:00	1	20人	900円

■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
はじめてのエクセル入門	1/24(木)～	2/24～3/16(土・日)	9:30～15:30	6	15人	15,000円

このほかにも講座があります。お問い合わせください。

対象／府内在住または在勤の人
申込・問合せ／同ステーション京都南

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

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。履歴書の添削や個別相談を行います。

日時／1月24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

若者や家族の就職相談

日時／1月11日(金)・18日(金) 正午～午後3時
場所／中央公民館
内容／カラオケやゲーム
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。校区に關係なくこのこども園でも参加できます。

日時／1月9日(木) 午前10時～11時30分
場所／さやまこども園、みまき・とつすみこども園分園
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／さやまこども園、みまき・とつすみこども園



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も受け付けます。

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、夕食材料

区分	水曜開催	金曜開催
1月	9日、16日、23日、30日	4日、11日、18日、25日
2月	6日、13日、20日、27日	1日、8日、15日、22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%

費1000円
申込・問合せ／町母子寡婦(さつき)会 南るり江さん

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／1月13日(日) 午前10時～正午(修理の受付は午前11時まで)
場所／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／ものにより修理できない場合があります。使わなくなった動くおもちゃを再利用しますので、寄付をお受けしています
問合せ／同協議会

ドクター(新会員)募集

おもちゃ病院では、いきいきできる場がたくさんあります。仕事を終えて「これからどうしよう」と思っている人など、ドクター(新会員)として活動してみませんか。原則毎月第2土曜日に開院します。



親子「こども育てサロン」

町社会福祉協議会では、未就園の子どもと保護者を対象にサロンを行います。

日時／1月15日(火) 午前10時～正午
場所／保健センター2階調理室
内容／クッキング(クッキー作り)
定員／10組
参加費／1組2000円
申込・問合せ／同協議会

込／受付開始日以降に受講料を持参のうえ、実施する会館・センターへ(電話・FAX・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)0688、0780

町内企業の会社(求人)説明会

町では、町商工会、ハローワーク宇治と連携し、事業所と求職者をマッチングする会社(求人)説明会を開催しています。

1月の参加事業者は、洛陽化成(株)プラスチック加工工業、(株)セイワ工業(産業機械部品製造業、(株)野間製作所)プラスチック加工工業、(株)さわらぎプラスチック加工工業です。

日時／1月16日(水) 午後2時～4時(受付は3時30分まで)
場所／クロスピアくみやま2階交流室
問合せ／産業課

保育教諭・給食調理補助員の募集(臨時職員)

町では、①保育教諭と②給食調理補助員(臨時職員)を募集しています。

雇用期間／随時～3月31日(更新の可能性あり)
資格／①18歳以上で保育士資格または幼稚園教諭免許を有する人②免許不要
勤務時間等／①②月～金曜日(土・日曜日、祝日休み)の午前8時30分～午後5時。曜日時間等応相談①夕方延長(午後7時まで)や早朝時間(午前7時30分から)も募集

込・問合せ／1月4日(金)～9日(水)に同協議会へ

地域の居場所
「おこしやすこもれびプラザ」

町社会福祉協議会では、認知症の予防や介護相談など、地域や家族の支援を手助けするため、みんなで楽しいひと時をすごすカフェを開いています。認知症の人もその家族も地域の人も参加自由。コーヒーを飲みながらゆっくりしていただける場所です。

日時・場所／①1月8日(火) 午後2時～4時②荒見苑③1月10日(木) 午後2時～4時④ほっとハウス「チエさん」(ゆうホール角の信号を北へ30%の民家)
内容／①認知症予防ゲーム②健康笑顔応援講話③認知症や介護相談など。※予約不要ですが、認知症や介護相談はあらかじめ予約を
参加費／2000円(コーヒー・お菓子付)
予約・問合せ／同協議会



男ひとりの過(こ)し方(料理教室)

65歳以上のひとり暮らしの男性を対象に、生活での料理のレパートリーを増やし、参加者同士の交流を目的に料理教室を開催します。今回はお正月で、疲れ気味の胃腸を癒やす料理を考えています。

日時／1月18日(金) 午前10時～午後2時
場所／中央公民館調理実習室
メニュー／鶏の手羽先煮、キャベツの

賃金／①時給1030円②時給900円
勤務場所／①各こども園②各小学校・こども園
募集人員／若干名
申込・問合せ／学校教育課

臨時職員登録者を募集

町では臨時職員の登録を受け付けています。

職種／一般事務、保育教諭、用務員、調理補助員など
勤務地／役場、こども園など
対象／18歳以上64歳未満の人(高校生は除く)でエクセルやワードなどの簡易なパソコン操作ができる人
賃金／時給900円。勤務時間、職種で異なります。交通費(規定により支給)
申込・問合せ／町ホームページから履歴書をダウンロードし、写真を貼付のうえ、希望の職種を記入し総務課へ



おしらせ

競争入札等参加資格審査申請の受付

平成31・32年度に町が発注する工事等の競争入札等に参加する事業所の資格審査申請を、次の日程で受け付けます。この資格審査申請は、平成31・32年度の2年間有効です。

申請は、▼建設工事▼測量・建設コンサルタント業務等▼物品供給・役務提供等の3部門で受け付けます。希望

『広報くみやま』に広告を掲載しませんか

有料広告募集

発行部数 8,300 部、毎月 1 日号に掲載
問合せ／総務課秘書広報係

サラダ、すまし汁 定員20人 費用／500円
申込・問合せ／1月15日(火)までに町社会福祉協議会へ

いづのサロン
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っくりとすごしていただくサロンを毎月開いています。

する部門全てに申請が必要です。なお、上下水道事業でも使用しますので上下水道課への提出は不要です。

受付期間／1月15日(火)～2月15日(金)
申請方法・問合せ／行財政課窓口または町ホームページからダウンロードして申請要領を入手し、記載している書類を原則郵送で同課へ

水道管の凍結にご注意を

水道管は、気温がマイナス4度以下になると凍って破損することがあります。特に水道管がむき出しになっている所や風当たりの強い所は、ご注意ください。

■凍結を防ぐには
水道管や蛇口にスポンジやタオルなどの保温材を巻きつけ、ぬれないようにその上からビニールテープなどを巻いてください。

注意

■凍って水が出ないときは
蛇口を全開にして、凍った部分にタオルなどをかぶせて、ぬるま湯をゆっくりかけて溶かしてください。急に熱湯をかけるとひび割れや破損することがあります。

■水道管が破裂したとき
メーターボックス内にある止水栓を閉めて、町指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。

漏水修理にかかる費用は、全て自己負担となります。

問合せ／上下水道課

償却資産申告書 給与支払報告書は
1月31日(木)までに

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

また、平成30年中に給料や賃金などの給与を支払った事業主は、金額の多少にかかわらず、給与支払報告書を受給者の住所地(平成31年1月1日現在の市区町村)へ1月31日(木)までに提出してください。

問合せ／税務課

中小企業・小規模事業者の皆様へ
軽減税率対策補助金制度

平成31年10月1日から消費税率が10%に引き上げられ、それと同時に消費税軽減税率制度が実施されます。

中小企業・小規模事業者等に対しては、複数税率対応レシの導入や、受発注システムの改修等が必要になる場合に、これに要する経費の一部を補助する国の制度があります。

詳しくは、軽減税率対策補助金事務局ホームページをご覧ください。

問合せ／軽減税率対策補助金事務局
申請窓口 ☎0570(081)2221-1317(受付は午前9時～午後5時、土日曜日、祝日を除く)

仲よし学級の入級受付

教育委員会では、仲よし学級(学童

保育)の平成31年度入級申請を受け付けます。

対象／町内在住の小学1～6年生で、保護者が仕事や病気、看護のために家庭で保育が受けられない児童

開設時間／平日Ⅱ児童の下校時～午後7時、土曜日及び長期休業期間Ⅱ午前8時～午後7時(土曜日は午後5時まで) ※午後6時以降の保育は別途申込が必要

使用料／1か月5千円。ただし同一世帯で2人以上入級の場合は、2人目から半額。午後6時以降の保育にかかる使用料は、児童1人につき1時間100円 申込／1月21日(月)～2月8日(金)に入級申請書と勤務証明等を社会教育課へ提出(継続申込に限り、仲よし学級でも可) その他／申込状況により入級を待っていただくことがあります。申込が定員を超えた場合、学年等を考慮して入級を決定します 問合せ／社会教育課

平成31年度就学援助制度の申請

町では、経済的理由で就学困難な児童・生徒を対象に、学用品費・校外活動費・修学旅行費・給食費・医療費(う歯・結膜炎・中耳炎などの疾病)があり、学校で治療の指示を受けた場合に限り、を援助します。

この制度を希望する人は、各小・中学校備え付けの受給申請書に、必要事項を記入して各学校、または学校教育課に提出してください。認定に当たっては、ご家庭の収入額などを審査します。現在、就学援助を受けている人も

(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。

保険料の国庫補助／39歳までに加入した一定の要件を満たした人(認定農業者かつ青色申告者等)は、月額4千円から1万円の国庫補助を最長20年間受けることができます。ただし、国庫補助を受ける期間の保険料は月額2万円に固定され、加入者は2万円から国庫補助額を差し引いた金額を負担することになります。詳しい要件等は町農業委員会事務局へお問い合わせください。

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。仮に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。

問合せ／町農業委員会事務局
(産業課内)



司法書士無料相談
～相続・遺言推進月間～

相続や登記など法律問題について、無料で相談をお受けします。
日時／2月2日(土) 午後1時～4時(予約制ではありません) 場所／ウロ

毎年度申請が必要です。

また、平成31年4月に入学する児童・生徒(生活保護世帯を除く)に対しては、入学準備金を早期支給します。早期支給を希望される場合は、1月9日(水)までに申請書を提出してください(申請書類は就学通知書に同封しています)。なお、支給は2月中旬から下旬を予定しています。

要保護認定基準

生活保護家庭を要保護として認定します。

準要保護認定基準

世帯の「合計所得金額から社会保険料控除額を引いた金額」が「生活保護基準の1.3倍」未満の世帯を準要保護として認定します。

平成31年5月31日までの申請は、平成29年中の所得で算定し、平成31年6月1日以降の申請は、平成30年中の所得で算定します。ただし、申請月によって支給金額が異なります。

提出期限／1月9日(水)(期限をすぎた場合も随時受け付けていますが支給が遅くなります) 問合せ／学校教育課

ご意見をお寄せください

「第2次健康くみやま21・久御山町食育推進計画」中間評価報告(案)

町では、「第2次健康くみやま21・久御山町食育推進計画」中間評価報告(案)を策定しました。皆さんからのご意見を募集します。回答は町ホームページに公表します。個別での回答は



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／1月8日(火) 午前10時～午後3時 場所／役場1階相談室1

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／1月8日(火) 22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

【すこやか養育相談】

ごとも園では、子育てについての相談をお受けしています。

日時／1月17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)

【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／ゆづホル2階教育相談室(予約は電話で教育

いたしかねますので、ご了承ください。

募集期間／1月24日(木)まで(必着)

閲覧方法／中間評価報告(案)は、ゆづホールなどの町施設窓口、または町ホームページで閲覧できます 提出方法／任意の用紙に「第2次健康くみやま21・久御山町食育推進計画 中間評価(案)」と記載のうえ、住所・氏名を明記し、持参または郵送、FAX、Eメールで国保健康課へ 問合せ／国保健康課

20歳の皆さんへ
国民年金の加入手続きを

国民年金は、全ての公的年金の基礎となる制度です。日本国内に住む20歳以上60歳未満の人は、全員が国民年金に加入します。(公的年金制度は、現役世代が納める保険料で高齢者の年金を負担するという「世代と世代の支え合い」が基本です)

国民年金は、老後に生涯にわたって受けられるだけでなく、事故や病気や身体に障害が残ったときや、死亡したときにその遺族が年金を受け取れるなど、万一のときにも備えています。

20歳の誕生日の前に日本年金機構から加入案内が届きますので、必要な手続きをしてください。

問合せ／国保健康課または、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)

ひきこもり相談窓口「チーム絆」

京都府では、民間支援団体と協働し

相談室 ☎0774(46)5640へ)

【心配ごと相談】(町社会福祉協議会)

日時／1月10日(木)・24日(木) いずれも午後1時～4時 場所／地域福祉センター

【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

【介護相談】(町社会福祉協議会)

日時／1月24日(木) 午後1時～4時 場所／地域福祉センター

【へんごんごんの相談】

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。

日時／1月4日(金) 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

【認知症専門相談】(地域包括支援センター)

日時／1月15日(火) 午後2時～4時 場所／地域福祉センター ※要予約

【弁護士無料法律相談】(町社会福祉協議会)

町内在住または在勤者を対象とした弁護士による無料相談。
日時／1月17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 申込／1月4日(金)から同協議会へ。6人まで

【ふれあいテレホン相談】(町社会福祉協議会)

電話による色々な悩みごとの相談。
専用電話／075(631)3421
相談時間／午前8時30分～午後5時(6ページ)続へ

「福祉サービス利用援助事業に関する相談」(町社会福祉協議会)
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)人に対して、自立した生活を支援するための相談。電話相談もお受けします。
日時／1月10日(木) 午後1時～4時
場所／地域福祉センター

町の施設

ふれあい交流館 ゆうホール

申込は1月5日(土) 午前9時から
【休館日】毎週月曜日。14日(月・祝)は開館。15日(火)は休館。
【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行ってください。定員になり次第締め切ります。
費用は1月11日(金)までにゆうホール窓口(午前9時～午後9時)へお支払いください。費用の記載がない教室は無料です。

週末の星空観察会

日時／1月6日(日)の午前9時30分～10時30分Ⅱ部分日食を観察。12日(土)Ⅱ月と冬の星座を観察。26日(土)Ⅱ冬の星空を観察。12日と26日は、午後6時30分～7時30分(受付は当日の終了時間

30分前まで。雨天・曇天は中止) 対象／星空に興味のある人。小学生以下は保護者同伴

童謡を楽しむ会

日時／1月9日(水)・23日(水) 午前10時～11時30分 対象／町内在住または在勤でおむね50歳以上の人 内容／先生のピアノに合せて、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

漢字出直し塾

日時／1月11日(金)・25日(金) 午前10時～11時30分 対象／町内在住または在勤で18歳以上の人 内容／プリントを使った学習形式で、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

漢字の達人教室・えんぴつ書き方道場

日時／1月12日(土)
午後2時～3時 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

陶芸チャレンジ教室

日時／1月13日(日) ①午前10時～正

午②午後1時30分～3時30分(①②のいずれか選択) 対象／町内在住の小学生以上。小学2年生以下は保護者同伴。親子・大人だけの参加可 内容／粘土から焼きものを作ります 定員／各12人 費用／500円

小学生将棋・オセロ大会

日時／1月14日(月・祝) 将棋の部Ⅱ午前9時30分～正午、オセロの部Ⅱ午後1時30分～4時
30分 対象／町内在住の小学生 内容／将棋・オセロ大会 定員／各24人

大人ビデオ鑑賞教室

日時／1月16日(水) 午後1時30分～3時40分 対象／町内在住または在勤で18歳以上の人 内容／映画「心の旅路」を鑑賞 定員／25人。申込不要。当日、直接会場へ

脳若返りプロジェクト

日時／1月17日(木) 午前10時～11時30分 対象／町内在住のおむね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

博物館見学と野鳥観察会

日時／1月20日(日) 午前9時～午後

中央公民館の催し

申込は1月5日(土) 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

素敵なお菓子作り教室

親子でバレンタインに向けたお菓子作りに挑戦します。
日時／2月2日(土) 午前9時30分～正午 対象／町内在住または在学的小学3～6年生とその保護者 講師／平野義和さん 定員／10組 費用／児童1人あたり500円 持ち物／エプロン、三角巾、ふきん

アイデア工作教室

ウールの着物地を利用して簡単コサージュを作ります。
日時／2月3日(日) 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 講師／長谷川寿美さん 定員／15人 費用／300円

ちぎり絵教室

初心者から始めるちぎり絵の教室です。
日時／2月14日(木) 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 講師／鵜ノ口美代子さん 定員／10人 費用／千円

4時 対象／町内在住の人。ただし、小学2年生以下は保護者同伴 内容／琵琶湖博物館の見学と琵琶湖で野馬観察をします 定員／30人 費用／小・中学生200円、大人千円

小学生(親子)科学教室

日時／1月26日(土) 午前10時～正午 対象／町内在住の小学生とその保護者。小学1～3年生は保護者同伴 内容／てこの実験と卒ばかりの製作 定員／10組

小・中学生のための囲碁教室

日時／1月27日(日)
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

総合体育館の催し

申込は1月4日(金) 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

日時／1月8日(火)・24日(木)Ⅱ午後7時～7時40分、1月13日(日)・20日(日)Ⅱ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法など、機器を利用するた

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

おやこひろば

日時／1月11日(金)・25日(金) 午前9時30分～11時30分 場所／地域福祉センター2階

日曜開館

日時／1月13日(日) 午前8時30分～午後5時(ブレイクーム使用は午前9時～午後4時)

地域であそぼう「ついでにわんぱく」

日時／1月18日(金) 午前9時30分～11時30分 場所／栄1・2丁目集会所

親子でニラピー＆エクササイズ教室

親子で気持ちよく体を動かしましょう。

日時／1月22日(火) 午前10時30分～11時30分 講師／健康運動指導士の松本行紀さん 定員／15組(要予約)

ベビーマッサージ教室

日時／1月23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とその保護者 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) 参加費／300円

有料スポーツ施設
調整予約団体の登録受付
平成31年度有料スポーツ施設調整予約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町内在住また

体育館開放スポーツデー
日時／1月12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。お気軽にお越しください

めに必要な講習。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 その他／町内在住または在勤・在学者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)

エアロビクス教室(夜間の部)

日時／1月21日から3月18日までの

小学生卓球教室
日時／2月2日から3月9日までの毎週土曜日。6回コース。午後1時30分～3時 対象／町内在住または在学的小学4～6年生 講師／町卓球協会 定員／20人 費用／600円

冬季フンドレス教室

日時／1月22日から3月12日までの毎週火曜日。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

は在勤者で構成される10人以上の団体。ただし、テニス・ソフトテニスは6人以上②定期的に継続して施設を利用する団体 申込・問合せ／1月4日(金)～31日(木)に総合体育館へ

定員について、抽選の場合は「(定員を超える場合は抽選)」と注釈を入れます、それ以外は先着です。

1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)	7日(月) 21日(月) 28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	7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)	10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	18日(金)	午後1時20分 ～1時40分	平成29年 4月生まれ	医師、歯科医師による健康診査、 身体的・精神的な発達指導
3～4か月児健診	22日(火)	午後1時20分 ～1時40分	平成30年 9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	25日(金)	午後1時20分 ～2時20分	平成27年 6月・7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	29日(火)	午後1時20分 ～1時50分	平成30年 2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(12月14日)で
見つけたかわいい笑顔です。



生活習慣病予防の健康教室

運動編

生活習慣病を運動面から見直してみよう。今回のテーマは「始めよう運動基礎講座」正月太りや運動不足、気になりませんか?」です。

日時／1月21日(月)・28日(月)、2月4日(月)の3回コース。午後2時～3時30分
場所／総合体育館サブアリーナ 対象／おおむね20歳以上の人(運動制限のない人) 内容／正しい姿勢やウォーキング、体幹トレーニングなど、普段運動をされない人も手軽に学べるチャンスです。保育付きですので、小さなお子さんのいる人にも参加していただけます 講師／健康運動指導士の小嶋拓平さん 定員／20人(保育定員は10人) 費用／無料 持ち物／筆記用具など 費用／無料 定員／20人 申込・問合せ／1月4日(金)～23日(水)に国保健康課へ。電話可

ち物／上靴・飲み物・タオルなど。運動しやすい服装でお越しください 申込・問合せ／1月7日(月)から国保健康課へ

栄養編

生活習慣を食生活面から見直してみませんか? 今回のテーマは「スローカロリーで高血糖を防ごう」です。食生活に食物繊維をうまく取り入れることで、血糖値の上昇をゆるやかにする工夫などを考えましょう。

日時／1月30日(水) 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、高血糖予防についての講話と試食(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／1月4日(金)～23日(水)に国保健康課へ。電話可

「医療費のお知らせ」をお届けしています

町では、国民健康保険に加入している皆さんに、「ご自身の診療などにかかった医療費を確認し、健康管理と医療費への関心を高めてもらうため、3か月ごとに「医療費のお知らせ」をお届けしています。受診者名のほか、受診年月や日数、医療費の金額(費用額10割)、受診した医療機関等の名称などを領収書などで確認し、万が一、間違いや分からないことがあれば、お問い合わせください。

また、所得税法改正により、平成29年の所得税確定申告から、医療費の領収

書を添付する代わりに「医療費のお知らせ」を用いて医療費控除を行うことができるようになりました。

しかし、現在町がお届けしている様式では、国が定める要件を満たしていないため、確定申告には利用できません。

「医療費のお知らせ」は今後、国の要件に合わせて見直しますが、平成30年分確定申告では利用できませんので、税務署所定の「医療費控除の明細書」のご記入をお願いします。 問合せ／国保健康課

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、「がんと診断されて頭が真っ白」「誰

子育て
おうえん
PART.10

予防接種と子どもの健康

●どうして予防接種が大切なのか

赤ちゃんは、お母さんのお腹の中にいるときに病気に対する抵抗力をもらって生まれてきます。その抵抗力は、百日せきは生後3か月ほどで、麻疹(はしか)は生後1年ほどで自然になくなってきます。

そのため、この時期をすぎると、予防接種などで赤ちゃん自身が抵抗力を高めて病気を予防することが必要です。

●予防接種の種類

予防接種には、町が実施している定期予防接種とそれ以外の任意予防接種があります。

平成30年10月1日現在、定期予防接種は10種類のワクチンがあり、それぞれのワクチンによって対象者や接種期間、接種間隔などが決まっており、無料で受けることができます。

また、ワクチンは生ワクチンと不活化ワクチンの二つに分類されます。生ワクチンは細菌やウイルスの毒性を弱めたもので、接種することで、その病気にかかる場合と同じように抵抗力ができます。発熱や発疹などの軽い症状が出ることもあり、十分な抵抗力ができるのに約1か月かかります。

不活化ワクチンは、細菌やウイルスを殺し抵抗力を作るのに必要な成分を取りだして毒性をなくして作ったもので、体

献血

身近なボランティア、献血にご協力ください。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。



日時と場所／1月27日(日) 午前10時～正午、午後1時～4時IIイオン久御山店1階憩いの広場、1月29日(火) 午後1時30分～4時II中央公民館 その他／16歳以上は60歳以上は65歳以上は60歳以上は65歳の間に献血経験のある人に限りです 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



内で細菌やウイルスは増殖しないので数回接種する必要があります。また、年月が経つと抵抗力が下がってくるので、一定の間隔で追加接種が必要になってきます。

●予防接種を受ける前に

予防接種を受けても、間隔が間違っていたり、体調が悪かったりすると、効果が得にくくなってしまいます。また、アナフィラキシーショックを起こしたことがある場合など予防接種を受けることができない場合もあります。

予防接種を受ける前に、お子さんの健康状態を確認し、必ず予防接種手帳で接種予定のワクチンの説明を熟読するようにしましょう。

そして、スケジュールをあらかじめ立て、接種間隔などの確認をしておくようにしましょう。

問合せ／子育て支援課

おめでとうございます

ご結婚



地区名	夫の氏名・妻の氏名
東一口	松岡 匡治・松岡 衣織
佐山	大曲 孝弘・大曲 幸子
林	張田 敦博・張田 遥
三國	豊久・三國 輝美

お誕生



地区名	出生児	父・母
佐古	奥田 侑飛	能匡・志緒里
澤田	一知花	健・美穂
澤田	結一花	健・美穂
清水	花	優・聡美
林	奥野友津稀	雄毅・優佳
市田	井上 華果	兼一・優子
杉川	莉心	昂彦・華成
田井	野阪 成	明・遥
南	ちあき	知良・絵里
安井	七星	健人・知子

平成30年11月15日から12月14日までの受付分(敬称略)

おいしいお餅に笑顔あふれる 3こども園で お餅つき

12月4日、町内のみまき・さやま・とうずみこども園でお餅つきが行われました。先生が手本を見せたあと、園児たちもきねを一生懸命持ち上げて、お餅をつきました。

ついたお餅は、先生が食べやすいサイズに整え、きなこなどで味付け。園児たちはお餅をおいしそうにほおばっていました。

①勢いよくお餅をつきます(とうずみこども園)②おいしいお餅に笑顔があふれます(みまきこども園)③先生の餅つきに注目する子どもたち(とうずみこども園)④餅つきの様子に目線が釘付け(さやまこども園)



お正月にいろどりを 正月料理教室

正月を彩る一品を料理人から教わる正月料理教室が12月15日、中央公民館で開催され、7人の参加者が料理を楽しみました。この日の献立は、揚げた鴨を漬け地につける鴨コース、黒豆をワントンの皮で包んで揚げる黒豆のおひねり揚げ、卵を片栗粉や砂糖などと混ぜ合わせて作る岩石卵です。参加者は、料理人の先生に質問をしながら、料理に熱中していました。



▲黒豆のおひねりを揚げる参加者

佐山小で大きく実った ダイコンの収穫



▲両手いっぱいダイコンを収穫する児童

佐山農業体験学校のダイコンの収穫が佐山小学校で12月14日に行われ、3年生児童が大きく実ったダイコンを収穫しました。この事業は、佐山校区青少年健全育成協議会の協力のもと行われています。9月に種まきをしたダイコンは、例年以上に大きく成長したとのことでした。

同会のメンバーは「収穫の楽しさを子どもたちに味わってもらえれば」と事業の意義について話してくれました。

くみやま人

—くみやまヒーロー・リサーチ部—

Vol.12

東京で磨いた感性 クリエイティビティで 情熱のある仕事がしたい



マガジンハウスで編集デザインに携わった雑誌(ELLE japonなど)

＜アートディレクター＞
内田 和加奈さん(55歳)

【うちだ・わかな】1963年、山梨県都留市生まれ。立教大学文学部を中退し、デザインの道に。東京の出版社「マガジンハウス」の編集部に勤務後、仕事名「夏木わかな」としてフリーのアートディレクターなどで活動。2005年より東一口に移住。パブリックイメージ(企画デザイン)に所属し、ウェブショップを開設、さらに地域に密着した活動を展開する。



—デザインの道に進んだきっかけは—
内田さん 元々は古典文学が好きで、大学でも古典に心酔していました。けれど、東京の街で遊ぶうちに、現実の世界と背のびして勉強しているような古典とのギャップに違和感を感じ、次第にリアリティを持って生きたいと思うようになりました。ファッション誌に憧れ、「こんな仕事がしたい」と思ったことがデザインの仕事につながるきっかけでした。等身大の自分を見つめ直したのです。

—「マガジンハウス」就職のきっかけは—
内田さん 大学を中退したあとは、昼は講談社でアルバイトをし、夜間のエディタースクールに通いました。そこで提出した課題を講師が評価してくれて「良かったらやってみない？」と声をかけていただき、当時「ELLE japon」や「anan」などを出版していた「マガジンハウス」に就職しました。

—「マガジンハウス」での思い出は—
内田さん 「anan」は当時週70万部を売り上げるベストセラーでした。マガジンハウスですごした20代、30代は充実の日々でした。異業種間交流もさかんだったこともあり、主体的に仕事ができなかつたかと思うようになりました。そして「会社員として雇われているデザイナー」ではなく「フリーランス」として仕事をしていこうと思いました。

—退社後は何をされていましたか—
内田さん 約1か月間、フランスのパリで美術館やギャラリー、映画など文化的アート関連に浸り、暮らすように滞在しました。帰国後、代官山のセレクトショップで店員の傍ら、カタログ制作やイベント企画なども手掛けました。また、雑誌フィカロジャポンの取材に同行し、フランスやイタリアを中心に10か国以

上に足を運びました。30代、40代は多様な出会いの中で、自由に仕事を選択していました。

—久御山町への移住の経緯は—
内田さん 都市計画の関係でセレクトショップが閉店することになり、店の備品を売ろうとオークションサイトを見ていたとき、とても珍しいフォント(字体)の資料本が、格安で出品されていた。「こんな安い値段でいいんですか？」とメールを送って知り合ったのが、今の夫です。笑。それまでは東京で仕事をしていくと思っていましたが、インターネットの普及で、どこにいても仕事のやりとりが可能になったことで、平成17年から久御山町に移住することにしました。

—今はどのような活動をしていますか—
内田さん デイレクターの夫と2人でパブリックイメージというデザイン事務所を活動しています。地元ではテクノパン(パン屋さんのバッグやポスター制作、企画提案など)をしています。本職はグラフィックデザインですが、オリジナルトートバッグのインターネット通販など、さまざまなことに取り組んでいます。発案して形になっていく過程から、仕上がりを見届けるといふ喜びもあります。

—仕事をしつづけたことは—
内田さん 絶対に通らないと思っていたコンペに通ったことやその社員の人々がデザインのラフを大切に飾っていたときはうれしかったです。デザイナーみよりに尽きますね。

—これから取り組みたいと思うことは—
内田さん いつも「クリエイティビティ」が私のテーマです(笑)。情熱を持って仕事をしていきます。久御山町はのびのびがたつぷりある魅力的なまちです。住民ですから、町のために尽力したい思いがあります。町の事業所さんとも新しい企画ができたかと思っています。

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	

12月1日現在 久御山町の人口 16,108人(男7,991人、女8,117人) 世帯数7,040

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。		
1月11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	1月12日(土)	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）

■生ごみを減らす
生ごみはカラスにとって食料となります。食材はできるだけ使い切り、食べ残しのないようにして生ごみを出さないように工夫しましょう。

■中を見えないようにする
生ごみをセロにすることは困難です。そのため、生ごみがあることをカラスに分かりにくくすることが重要です。生ごみを出せるだけ「ごみ袋の中心に入れたり、新聞紙などで包むなどすること」で被害を減らすことができます。

■ごみ出しの時間を守る
前日の夜や収集したあとにごみを出す時、ごみが放置される時間が長くなり、カラスに荒らされやすくなります。きれいな環境を維持するためにも「ごみ出しの時間（収集日当日の午前8時30分の少し前まで）」を守りましょう。

■注意／①購入前に、必ず環境保全課

■補助金で雨水タンクを設置しませんか
町では、環境施策や防災対策の一つとして、雨水貯留施設（雨水タンク）設置の補助をしています。雨水タンクは、庭の水やりや花木の散水に活用でき、省エネにも有効です。この機会に補助金を活用して、雨水タンクを設置しませんか。

■注意／①購入前に、必ず環境保全課

■カラスネットなどを使用
カラスが「ごみ」にふれることができないように、「ごみ袋をしつかりとカラスネットの中に入れて出してください」。また、ブルーシートで覆つのも効果があります。

※ネットの使い方を間違つと…
せっかくカラスネットを使っても「ごみ袋がはみ出ていたり、ネットの上に置いてしまつと効果を発揮しません」。

■補助対象経費／雨水タンク本体と雨どいからの分岐接続に必要な付属備品の購入に要する費用
■補助金額／前記の補助対象経費（千円未満切り捨て）の4分の3で、上限は4万5千円

■補助対象経費／雨水タンク本体と雨どいからの分岐接続に必要な付属備品の購入に要する費用
■補助金額／前記の補助対象経費（千円未満切り捨て）の4分の3で、上限は4万5千円

■古紙・古布などのリサイクルに補助金
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行う古紙・古布等の集団回収に対し、補助金を交付しています。

■対象／営業を目的とせず、古紙類を定期的・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、事前に団体登録が必要）
■対象古紙類／新聞紙・雑誌・段ボール・古布（ウエス）・雑紙
■補助額／回収量1kgあたり5円

■注意／環境保全課

ヘルシークッキング

vol.240 根菜汁

干しいたけの戻し汁など野菜のうまみを生かした薄味の根菜汁です。根菜に含まれる豊富な食物繊維には、血糖値の上昇をゆるやかにする働きがあります。

国保健康課



エネルギー 69 キロカロリー／1人分
塩分 1.0 グラム

●材料 (4人分)

A	干しいたけ …… 4枚	だし汁 …… 300ml	
	水 …… 300ml	C	片栗粉 …… 小さじ2/3
B	大根 …… 200g		水 …… 小さじ2/3
	ごぼう …… 100g		しょうゆ …… 小さじ4
	にんじん …… 100g		細ねぎ …… 適量
	れんこん …… 120g		

作り方

- ① 干しいたけはAの水に漬けて戻し、石突きを切り取って4等分に切る。戻し汁は残しておく。細ねぎは斜めの薄切りにしておく。
- ② Bの野菜は全て小さめの乱切りにする。
- ③ 鍋にAのしいたけの戻し汁としいたけ、②の野菜、だし汁を入れてやわらかくなるまで煮る。
- ④ Cをよく混ぜ、③に入れてとろみをつけ、しょうゆで味を調え、器によそい、細ねぎをちらす。

●●● わがやのアイドル ～くみやまっ子登場!!～ ●●●



つかさ あきら
加賀爪 士・晃ちゃん
(7か月・2歳7か月)
元気に健康で兄弟仲良くね♪



めいな ここな
橋本 芽依奈・心菜ちゃん
(6か月・2歳2か月)
ずっと仲良し姉妹でいてね♡



なつ こうた
今村 奈津・幸太ちゃん
(3歳・7か月)
しつかり者の奈津姉ちゃんと一緒に「幸太。仲良く元気に大きくなあれ！」

編集後記

あけましておめでとうございます。皆さんにとって昨年はどのような1年でしたか。また、今年の抱負は決めましたか。私は後悔のないように全力で1年を駆け抜けたと思います▼今月のトピックは、12月上旬に京丹後市で開催された市町村対抗の駅伝大会に出場した折のことです。しんどい思いながら走っていると、地域住民の人が声援をおくってくれました。手を振り応援に励みながら走っていると、とても元氣になり、走りきることができました▼そのことから思ったことは「人からの応援やコミュニケーションってやっぱり自分の力になる！」ということでした。応援し合えるように、人とコミュニケーションが取りたいと思う出来事でした▼広報紙に関しては、見た人に「おっ！」と思ってもらえるように頑張っていますので、今年も広報くみやまをよろしく願います！

総務課 秘書広報係 繁光