

# KUMIYAMA

まちの総合情報紙 広報くみやま

NO.1114

3 / 1

2023

## TOPIC くみやまマラソン (P6~7)

3年ぶりに開催  
全力で駆け抜け、生まれる絆

## プレゼントクイズ (P25)

<新企画>クイズに答えて  
プレゼントをもらおう

## 青少年主張発表 (P26~29)

小・中学生、高校生12人が  
考えや思いを発表

特集 産後ケア

赤ちゃんと、  
笑顔ですごくすために。



▲気軽に話をするお母さんたちと助産師

## 不安や負担を抱える人は8割～9割

ホルモンバランスの変化や環境の変化により、産後うつ症状の出る人が1割から2割程度いると言われています。

厚生労働省の報告では、妊産婦のうち、妊娠、出産、産後の期間に不安や負担を抱えている人は8割から9割程度いるとされています。

中でも、産後2週間未満の人の不安の内容としては、「十分な睡眠がとれない」「妊娠・出産・育児による体の疲れ」「自分の体のトラブル」と半数以上の方がアンケートに答えています。



ハイハイが得意な吉田知広ちゃん よしだともひろ

# 笑顔のママが好き

笑顔のまま、ありのまま、赤ちゃんとすごせるように

問合せ／子育て支援課

### 国も産後ケアの重要性を認識

平成29年に厚生労働省が「産前・産後サポート事業ガイドライン」及び産後ケアガイドラインを公表し、令和元年には母子保健法が改正され、市町村の事業として産後ケア事業が位置付けられました。そして、令和3年4月からは産後ケア事業が市町村の努力義務となり、国でも産後ケアの重要性が認識されています。

本町でも、保健師や訪問支援員による産前産後のサポートは以前から行っていました。産後うつが発症しやすい時期に専門的なケアを実施するため、令和4年度から産後ケア事業を行っています。

### 母子の愛着形成のために大切

産後ケアは、お母さんの心身の回復を図り、安心して子育てができる環境を整えるものです。良好な母子の愛着形成のためには、お母さんの心身の健康が不可欠で、赤ちゃんも笑顔で接することが大切です。

「笑顔のまま」「ありのまま」

### 久御山町産後ケア事業

	宿泊型	通所型	訪問型
施設・場所	・曾我産婦人科 ・中部産婦人科 ・産後ケア施設 ベビママ	SPA & HOTEL 水春松井山手	自宅
スタッフ	医療スタッフ	助産師	助産師
費用(半額補助を利用のとき)	1泊3,000円 (ベビママは別途 5,000円必要)	1回1,500円	1回1,000円
回数・時間	7泊8日まで (1泊2日で1回)	7回まで (午前11時～午後4時)	3回まで (1回3時間まで)

## 新

たな命を迎えることは、喜びが満ちあふれる一方、「どうしていいかわからない」「悩みを聞いてほしい」など、さまざまな不安や悩みが出てくることも少なくありません。そんなお母さんたちを支援するため、産後1年までのお母さんと赤ちゃんを対象に心身のケアや育児サポートを行う産後ケア事業を行っています。

### ホルモンバランスが変化

産前産後は、女性ホルモン(エストロゲン、プロゲステロン)のバランスが大きく変化することで、脳の神経細胞の働きが変わり、不安や孤独を感じやすくなります。この変化は、愛する我が子を守るための防衛反応で、小さな変化にも敏感に反応するようになります。

また、近年では核家族化が進み、周囲に育児経験者や支援者も少ないため、「不安や悩みを打ち明ける人がいない」「相談する相手がいない」という孤独や不安、疲労が強い中での育児を余儀なくされる家族が多いことも課題となっています。

で過ごせるように産後ケアを通じてサポートしています。

### 自分にあったスタイルで

産後ケアは、「宿泊型」「通所型」「訪問型」の3タイプがあり、病院やホテル、産後ケア施設、自宅などさまざまな場所で受けられます。自分にあったスタイルで気軽に利用してください。

次ページでは、実際に産後ケア事業を利用した3組の家族のコメントを掲載しています。

## 大切なのは、体と心の休息

ママには、育児の役割が加わるので、周りのサポートがないとゆっくりと休めません。

育児に大切なことは、ママの体と心をゆっくり休ませることです。産後ケア事業を利用して、しっかり休息を取ってください。

**妊**娠期間は10か月。妊娠中の体と心は、ホルモンの影響を受けて少しずつ変化していきます。出産後、妊娠期間と同じくらいの期間(約1年)をかけて妊娠前の状態に徐々に戻っていくので、すぐに元通りとはなりません。また、産後の

## 出産後、ギャップを感じるママも多い

が可愛く思えない」など、出産してからのギャップを感じるママも少なくありません。

ママたちの持つ力を引き出し、育児に少しでも前向きになってもらうために私たち専門家がいるので、気軽に相談してください。

**産**後のママやその家族から、「産後は自分たちで何とかできるかもしれない」「他人を頼るには少し抵抗がある」という話をよく聞きます。また、「出産したら母乳はすぐに出ると思っていた」「赤ちゃんがこんなに泣くとは」「自分の子ども



助産師  
谷口 貴子さん



助産師  
藤原 朋子さん

## 訪問型

自宅で助産師のケアを受けられる

### 自宅に助産師が訪問

利用料 1回1,000円

自宅にいながら、おっぱいケアや助産師によるマッサージ、赤ちゃんの身体測定が受けられます。助産師のサポートによる育児技術の練習や悩み相談もできます。



ママから  
ひとこと

### とても優しい助産師さん

新生児訪問のときに、母乳育児への不安を保健師さんに相談したところ、訪問型のケアを教えてくださいました。おっぱいマッサージをしてもらえる、何より家から出なくてもいいので、利用を決めました。

とても優しい助産師さんで、悩みを1つ1つ聞きながら丁寧にケアをしてもらいました。全身マッサージも気持ち良く、凝り固まった体が楽になったことも、とても印象に残っています。

夫は、平日が仕事のため、育児のフォローがどうしても難しい状況でしたが、「身近に相談でき、手を貸してもらっている存在がいたことは、大きな助けとなった」と、夫は言っています。



なかにし まり  
中西 麻里 さん  
すずは  
涼葉 ちゃん

## 宿泊型

産後ケア施設や産婦人科に宿泊してケアを受けられる

### 産後ケア施設ベビママ

利用料 1泊8,000円

※施設への往復は、タクシー利用助成があります。

赤ちゃんを専門家に預けて、ゆっくり睡眠がとれます。美味しい食事の提供や洗濯サービスもあり、また、医療スタッフが24時間常駐するので、安心して過ごせます。



ママから  
ひとこと

### 辛いことがあっても踏ん張れる

私の仕事復帰や夫の育休明けで体調を崩したことがきっかけでベビママを利用しました。最初の面談で、不安なことや過ごし方の希望を細かくヒアリングしてもらい、全スタッフが温かく接してくださいました。「育児で辛いことがあってもまたお世話になろう」、そう思うだけで踏ん張れることがたくさんあります。

パパから  
ひとこと

### 利用後、妻がとても元気に

私が育児に不安を感じ、妻が睡眠不足になったことがきっかけで利用しました。利用後、妻がとても元気になる、産後ケアのありがたさを感じました。



よしだ ちさと、あつし  
吉田 知里 さん、敦史 さん  
ともひろ  
知広 ちゃん

## 通所型

ホテルを日帰り利用し、助産師のケアを受けられる

### SPA&HOTEL水春松井山手

利用料 1回1,500円

※施設への往復は、タクシー利用助成があります。

ホテルの一室や大浴場、リクライナールームが利用でき、赤ちゃんを助産師に預けている間、お風呂に入ったり、食事がとれます。助産師への育児相談もできます。



ママから  
ひとこと

### 助産師さんが見てくれる安心感

「お風呂にゆっくり入りたい。自分の時間がほしい」という思いで利用しました。助産師さんが子どもを見てくれる安心感があるからこそ、一人でお風呂に入ることができ、のんびりできました。最初は自分の時間を過ごすことに罪悪感でいっぱいでしたが、「いかに心穏やかに過ごせるか」で、育児の大変さは変わると感じました。

パパから  
ひとこと

### 夫婦水いらずの時間を過ごせた

年子の育児で夫婦の時間がほとんどない中、妻と2人で昼食をとり、岩盤浴なども利用し、夫婦水いらずの時間を過ごせてありがたかったです。



ひらお りな、しんたろう  
平尾 利奈 さん、真太郎 さん  
みなと  
水人 ちゃん

## PRESENT ~赤ちゃんの誕生を記念して~



赤ちゃんの誕生を記念して、保健師・栄養士が子どもの口の動きや握りやすさを考えた久御山町オリジナルの手作りスプーンをプレゼントしています(令和4年4月1日以降に生まれた赤ちゃんが対象)。

今月の表紙は、このオリジナルスプーンを使って、上手に離乳食を食べる根本一吹ちゃんです。



スプーンの発案者  
たにだ ゆうこ  
栄養士の 谷田 祐子 さん

赤ちゃんの離乳食用に口の動きや握りやすさを考えて、スプーンの幅や、くぼみの深さにこだわって作りました。このスプーンを使って、赤ちゃんとの食事を楽しんでください。

プラスチックのスプーンは嫌がりましたが、このスプーンではたくさん食べてくれます。食べさせやすいところもお気に入り。木のスプーンはなかなか売っていないので、嬉しいです。



表紙写真の  
ねもと ななこ、いぶき  
根本 菜々子 さん、一吹 ちゃん



①互いの健闘を称えて握手、②足を痛めた仲間を助ける絆、③やっと半分、折り返し地点、④苦しいけどここから、⑤堤防治いを颯爽と駆け抜ける、⑥スタート直後は元気いっぱい、⑦10\*<sub>1000</sub>の部スタート、⑧ゴールを見守る皆さん、⑨ボランティアの皆さんが大会運営に協力、⑩治道の応援とタッチ、⑪8\*<sub>1000</sub>時点、ガンバレー、⑫ベストを尽くしてゴール、⑬ゴールを記念して撮影、⑭仲良く手をつないでゴール、⑮溢れ出す達成感、⑯仲間と共に、⑰最高齢は、出島永さん、⑱仲間と記念撮影、⑲全力で駆け抜けた、⑳ゴール後は称え合う

**成績**

各種目1位(敬称略)

小学生男子	井上直人 (10分42秒)
小学生女子	澤口紗奈 (11分12秒)
中学生男子	八尾桂奨 (9分31秒)
中学生女子	南村京伽 (10分25秒)
高校生男子	西山修平 (30分26秒)
高校生女子	高祖 葵 (38分21秒)
一般男子	友田浩一 (35分11秒)
一般男子	加賀爪亮多郎 (34分31秒)
一般男子	古川英治 (37分30秒)
一般男子	吉村章 (39分34秒)
一般男子	吉村章 (39分34秒)
一般男子	松井あれさ (38分00秒)
一般男子	鍋谷さゆり (46分26秒)
一般男子	山本可奈子 (43分30秒)
一般男子	吉田和美 (46分43秒)
一般男子	小国久子 (55分38秒)

1月29日、くみやまマラソンを3年ぶりに開催しました。町内をはじめ、東京都など遠方から790人が参加。ランナーは久御山町の美しい景色を眺めながら颯爽と駆け抜けました。



全力で駆け抜け  
生まれる絆

第33回くみやまマラソン

10\*<sub>1000</sub>の部1位の西山修平さん▶

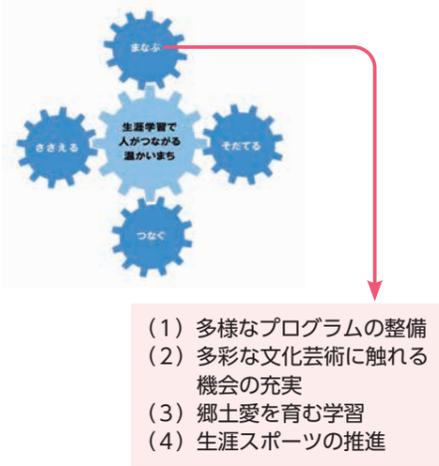


## くみやまタウンキャンパスプラン

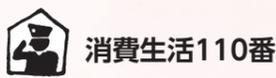
問合せ／生涯学習応援課

生涯学習を推進するために「くみやまタウンキャンパスプラン」を平成16年度に作成しています。

「くみやまタウンキャンパスプラン」は、町全体を大学のキャンパスのようなひとつの学習施設と位置付け「まなぶ」「そだてる」「つなぐ」「ささえる」という4つの視点に関連させながら、生涯学習を通じて人とのつながり、地域が温かいまちをつくることをめざしています。



**郷土愛を育む学習**  
本町には、古代の遺跡から出土した埋蔵文化財をはじめ、寺院が所有する仏像、漁具や民具などの民俗資料など、歴史・文化遺産がたくさんあります。  
雙栗神社(佐山)の本殿や称名寺(佐古)の木造薬師如来坐像は国の重要文化財に、旧山田家住宅(東一口)や玉田神社(森)、雙栗神社拝殿などは国登録有形文化財に、東一口のほとんどは京都府登録無形民俗文化財に登録されているなど、本町には、有形・無形文化財、伝統行事など貴重なものが多く残されています。それらの歴史・文化の保存と継承に努め、積極的に活用することで住民の皆さんが町のことをよく知り、誇りを持てるよう郷土愛を育む学習を推進しています。  
これからも、関係機関と協力し、郷土愛を育む学習を推進していきますので、皆さんも機会を見つけて地域の文化に触れてみましょう。



消費生活110番

### 「老人ホーム入居権」に関する詐欺電話に注意

問合せ／産業・環境政策課

「有料老人ホームや介護施設などに入居する権利(以下「老人ホーム入居権」)を譲ってほしい」という詐欺の電話に関する相談が急増しています。「老人ホーム入居権を譲ってほしい」と持ち掛け、「あなたの名義で申し込みをするので一度あなたが金を支払う必要がある」「権利を譲るために取引実績が必要でお金を振り込む必要がある」などと言葉巧みにお金を支払わせる手口です。

**相談事例**

・「老人介護施設の入居権を譲ってほしい」と言われ、了承したところ、本人からの申し込みだと証明するために1千万円振り込んでほしいと迫られた。  
・「老人ホーム入居権」を他者に譲るためには200万円を振り込

むよう言われ、支払わないと裁判になると脅された。

**消費者へのアドバイス**

「あなたは入居権を持っている」「権利を譲って」、などと持ちかけてくるのは詐欺です。留守番電話機能や発信者番号表示機能を活用し、心当たりのない電話には出ないようにしましょう。やりとりをしてみてくださいも、絶対にお金は支払わないでください。すぐに警察、家族・友人、消費生活センターなどに相談しましょう。

高齢者の消費者トラブルを防ぐには周囲の見守りが必要です。高齢者に異変がないか見守り、異変に気付いたら警察や消費生活センターに相談してください。

★

消費生活のトラブルは、消費者ホットライン「1188(いやや)」、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係「0774(21)2103へ」。  
毎週木曜日午後1時～4時は、消費生活相談員が役場で無料相談を受け付けています。



### 防災コラム②

### 防災ピクニック

問合せ／総務課

これまで、さまざまな災害などへの備えについて紹介してきましたが、各家庭での防災対策は進んでいますか。

防災グッズなどを入れた避難持ち出し袋が実際に使えるか、不足がないかを確認することが重要です。家族で「防災ピクニック」を実施し、防災を身近に考え、備えが十分か確認しましょう。

防災ピクニックとは、実際に避難持ち出し袋を持って出かけ、非常食を食べたり防災グッズの使用方法を確認したりするものです。

簡単な手順は次のとおりです。

**①家族のルールを決める**

まず、町から配布しているハザードマップを用意しましょう。ハザードマップ背表紙の「わが家の

毎年実施している生涯学習事業では、地域文化の再発見とふるさと久御山への理解を深めるため、大学教授や文化財研究者を講師に迎え、講演会を実施しています。

**地域文化の再発見**



**文化祭で郷土史会の特別展示**

3年ぶりに開催した町民文化祭では、「意外と知らない久御山～佐山の歴史と伝説を歩く～」と題した特別展示を行い、佐山地域に残る数々の伝説を通して、文化の息吹と町の歴史の重みを発信しました。



**子ども記者体験**

若い世代に文化財への愛着を持ってもらうため、昨年8月に小学生を対象に開催しました。雙栗神社と称名寺を児童自ら取材し、取材成果を新聞にすることで文化財を知り、理解を深める機会となりました。



**ジュニアふるさと教室**

小学生が国登録有形文化財の旧山田家住宅を見学しました。地域の文化財に触れる機会となりました。



- 災害・避難カード」を使い、災害発生時の集合場所や連絡方法を決めておきます。
- ②ハザードマップを見直す  
危険箇所を確認し、避難所や集合場所などへの経路を決めます。
- ③防災グッズを確認する  
非常食など必要なものを確認し、用意します。
- ④決めた経路を歩いてみる  
経路の途中で危険な場所がないかを確認しながら歩き、目的地へ向かいます。
- ⑤実際に非常食を食べる  
経路の途中や目的地周辺の公園などで、持参した非常食を食べたり、防災グッズの使い方を確認します(難しいときは、自宅で確認作業をしましょう)。
- ⑥防災ピクニックを振り返る  
経路の安全性に問題がなかったか、防災グッズの不足などがなかったかを家族で話し合います。

★

実際に体験することで初めて気付くこともあります。これまでのコラムを参考にしながら「防災ピクニック」に取り組みましょう。

久御山町PRイベント

「黄金の茶室」がJR京都駅に

「JR奈良線複線化開業 展示及び沿線市町PRイベント」が行われます。黄金の茶室を3月18日(土)から21日(火・祝)までの4日間限定でJR京都駅で展示します。18日と19日には、お茶の京都DMO\*が沿線市町のPRイベントを行い、21日には、久御山町が町産の農産物や抹茶、グリーンティなどを販売する久御山町PRイベントを行います。

問合せ／産業・環境政策課

JR奈良線複線化開業

展示及び沿線市町PRイベント

①久御山町「黄金の茶室」展示

- ▶期間 3月18日(土)～21日(火・祝)
- ▶場所 京都駅ビル西口広場

②久御山町PRイベント

- ▶日時 3月21日(火・祝) 午前11時～午後5時
- ▶場所 京都駅ビル西口広場
- ▶内容 「黄金の茶室」見学、抹茶お点前のデモンストレーション、抹茶・てん茶・グリーンティーなどの販売(坂田又兵衛)、野菜・ジャム・おかしなどの販売(久御山町農産物直売所「旬菜の里」)

\* (一社)京都山城地域振興社(通称:お茶の京都DMO)



▲久御山町「黄金の茶室」

久御山町「黄金の茶室」とは

平成29年に京都府が主導した「お茶の京都博」を契機に、町内企業10社の技術を結集して製作した「黄金の茶室」。現在、役場に来庁した皆さんが見学できるよう1階ロビーに展示しています。

製作参画企業など

(制作総指揮) 東京大学川添研究室  
(参画企業、50音順) イーコット株式会社、株式会社カクワ、京都樹脂精工株式会社、コスモ機器株式会社、株式会社サンセイ、中沼アートスクリーン株式会社、ニューリー株式会社、株式会社藤本製作所、株式会社マツダ、洛陽技研株式会社

住民や企業が主体のまちづくりを考えよう

みなくるタウン推進キックオフシンポジウム

今後新たに整備する「新市街地みなくるタウン」を中心とした本町のまちづくりを皆さんにより一層知ってもらうため、シンポジウムを開催します。

産業と居住の融合など、お互いの存在を高めながら「まちづくり」を進めていく仕組みづくりを考えるきっかけにしませんか。

- ▶日時 3月4日(土) 午前10時から
- ▶場所 役場5階コンベンションホール、Zoom
- ▶内容 ①基調講演「(1)みなくるタウンを中心としたまちづくり(信貴康孝町長)、(2)地域住民や地元企業が主体となった持続可能なまちづくり(要藤正任さん(京都大学経営管理大学院特定教授))」、

②トークセッション「地域のきずなを育む久御山町らしい参加と協働のまちづくり」

- ▶トークセッション登壇者 要藤正任さん、東憲彦さん(株)セイワ工業代表取締役、平野典子さん(KUMIDAN団長)、信貴康孝町長
- ▶トークセッションコーディネーター 大庭哲治さん(京都大学経営管理大学院准教授)
- ▶その他 Zoomで視聴する人は、事前申込が必要です。申込フォームから申し込んでください。
- ▶問合せ 新市街地整備課



▲申込フォーム

4月9日は京都府議会議員一般選挙

4月23日は久御山町議会議員一般選挙

あなたの貴重な一票を生かしましょう

4月9日(日)に京都府議会議員一般選挙が、4月23日(日)に久御山町議会議員一般選挙が執行されます。

4年に一度の私たちの代表を決める大切な選挙です。あなたの貴重な一票を政治に生かしましょう。

問合せ／久御山町選挙管理委員会(総務課内)

先の市町村などで投票できます。新型コロナウイルス感染症で宿泊・自宅療養している人も、一定の要件に該当すれば投票できます。

これらの制度も活用し、あなたの大事な一票を無駄にすることのないようにしましょう。



期日前投票って手続きが複雑なの？

選挙の制度(投票日に投票できないときは?)

投票は、選挙当日に決められた投票所で行うことが原則ですが、仕事やレジャーなどの用事があったり、病気などのため投票所へ行けないときは、期日前投票や不在者投票を利用してください。

期日前投票は、選挙当日の前日までに期日前投票所で選挙当日と同じように投票できます。

不在者投票は、病院や老人ホームなどに入院(入所)している人や、仕事などで遠方の市町村に滞在していて投票所で投票できないときに、病院や滞在

投票所入場券裏面の宣誓書(期日前投票所にも備え付けています)に必要事項を記入すること以外は、選挙当日と同じように投票できます。

不在者投票は入院(入所)している施設によっては、投票できないときもあります。

手続きなど詳しくは選挙管理委員会事務局にお問い合わせください。



農業委員会委員・農地利用最適化推進委員を募集

久御山町農業委員会の委員・農地利用最適化推進委員を募集します。

詳細は、ホームページで確認するか、問い合わせてください。

	農業委員	農地利用最適化推進委員
定数	14人 (地域の区分はありません)	大橋辺、北川顔、藤和田、島田、坊之池、中島 2人 西一口、東一口、相島、森、野村 2人 佐山、佐古、林、市田、田井、下津屋、栄 2人
報酬	年額25万9千円	
任期	令和5年7月20日～令和8年7月19日	
募集期間	令和5年3月7日～令和5年4月5日	

▶問合せ

農業委員会事務局  
(産業・環境政策課内)

よろしくお願いします。新自治会長さん  
令和5年 自治会長が決定

令和5年の自治会長が決まりました。  
自治会は、私たちの最も身近な地域コミュニティ組織で、お互いに親睦を深め、助け合い、防災や防犯活動、福祉、環境などさまざまな面で大切な役割

を担っています。  
自治会長は、各自治会の代表で、町とのパイプ役として行政の推進にも重要な役割を担っています。  
問合せ／企画財政課

令和5年久御山町自治会長名簿 (敬称略)

自治会名	自治会長名
大橋辺	飯干 俊彦
リーヴァ淀	森村 尚記
北川顔	村田 義朋
藤和田	樋上 繁治
近協パレス	佐伯 博和
島田	曾束 功
坊之池	岩井 良夫
中島	見館 俊治
西一〇	齊藤 正美
東一〇	川崎 康弘
相島	田口 賀彦
森	築山 通晴
野村	黒川 匠
村東	吉本 麻紀
佐山	坂部 隆
佐古	吉田 武
市田	東 憲彦
田井	田井 廣信
下津屋	田口 文章

自治会名	自治会長名
荒見	松木 智治
新開地	寺田 耕造
松陽台	大西 義弘
下津屋団地	百合 奈津江
サントウン佐山	能勢 直美
鈴間	中西 陽子
下津屋サンハイツ	朝子 愛夫
佐山サンハイツ	中村 優之
清水	星野 良雄
林	中田 岳二
栄1・2丁目	溝内 美絵
栄3・4丁目	佐々木 克幸
ミサワ林	信貴 君子
東佐山団地	押谷 明夫
ハイツ西宇治	水谷 圭佑
久御山団地	濱伊 睦子
西武西林	岡 孝昭
初池	城田 智彦
双栗	平松 竹美

(有料広告)

新型コロナウイルス感染症支援  
水道料金を減額

新型コロナウイルス感染症が経済的・社会的に甚大な影響をもたらしている状況を踏まえ、2月・3月分(4月請求分)の水道料金を減額します。

- ▶対象 本町と給水契約をしている水道使用者
- ▶内容 水道料金のうち基本料金を2か月分全額免除 ※生活困窮世帯などへの減免を受けている人は、4か月分(2月～5月)減額します。
- ▶申込 不要。減額分を差し引いた額で請求します。
- ▶その他 水道メーター検針時に投函する「ご使用水量のお知らせ」は、減額前の料金です。請求時に右表の基本料金を減額します。集合住宅に住ん

でいる人で、管理会社などに水道料金を支払っている人は、管理会社などに確認してください。

▶問合せ 上下水道課

■基本料金一覧表(2か月・税込み)

口径	基本料金	口径	基本料金
20mm以下	2,200円	50mm	55,000円
25mm	3,300円	75mm	132,000円
30mm	6,600円	100mm	242,000円
40mm	26,400円	200mm	1,100,000円

75歳の誕生日から対象  
後期高齢者医療制度

後期高齢者医療制度は、75歳以上の人を対象とした医療保険制度で、75歳の誕生日からすべての人が加入します(65歳以上で一定の障害がある人も対象になるときがあります。生活保護受給者は対象外)。

この制度は、京都府内のすべての市町村が加入する「京都府後期高齢者医療広域連合」が運営していますが、被保険者の利便性を考慮し、各種届出などは居住地の市町村で手続きができます。

被保険者証

75歳の誕生日の2～3週間前に自宅へ送付します。その後は、毎年7月中旬に送付します。

保険料

すべての被保険者が負担します。保険料は、所得割額(被保険者の所得に応じてかかる金額)と均等割額(被保険者全員に均一にかかる金額)の合計額となり、被保険者一人ひとりに賦課されます。

所得の低い人やこれまで会社の健康保険などで被扶養者だった人は、軽減措置があります(自動的に適用されますので、申請は必要ありません)。

保険料の決定通知は、75歳の誕生日から1～2か

月後に自宅へ送付します。その後は、毎年7月中旬に送付します。

納め忘れの保険料はありませんか

保険料の支払い方法は、年金からの支払い(特別徴収)と納付書や口座振替での支払い(普通徴収)があります。被保険者によって支払い方法は異なり、方法についても毎年変わることがあります。

納期限が過ぎた納め忘れの保険料がないか、今一度、確かめてください。保険料の納付には、便利な口座振替をご利用ください。

国民健康保険税を口座振替で支払っていた人で、引き続き後期高齢者医療保険料も口座振替を希望するときは、改めて手続きが必要です。

▶問合せ 国保健康課か、京都府後期高齢者医療広域連合業務課 ☎ 075(344)1219



催しなどは、新型コロナウイルス感染症の状況をふまえ、中止・変更することがあります。詳しくは、ホームページ（QRコード）で確認するか、担当課に問い合わせてください。

### 施設の催し

#### ふれあい交流館 ゆうホール

申込は3月2日(木) 午前9時～8日(水) 午後9時  
【休館日】毎週月曜日。祝日のときは開館  
【申込と費用】全ての教室で事前の申込が必要です。来館か電話で申込をしてください。  
費用は来館申込時か開催日当日にゆうホール窓口（午前9時～午後9時）でお支払いください。

#### 週末の星空観察会

日時／3月4日(土) 午後7時30分～8時30分  
11月と冬の大三角を観察、18日(土) 午後7時30分～8時30分

#### 総合体育館

申込は3月2日(木) 午前9時から  
【休館日】毎週水曜日（祝日は開館）  
【申込と費用】来館か電話で申込をしてください。費用は開催日にお支払ってください。

#### トレーニング機器 使用講習会&相談日

日時／3月5日(日)・25日(土) 午前10時～10時40分、9日・16日(木) 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方法を学び、機器を利用するために必要な講習会。トレーニングプログラムなどをアドバイザーに相談。定員／各15人（先着）  
費用／500円。講習会受講済で相談だけのときはトレーニングルーム使用料だけ必要。持ち物／上靴、タオル、筆記用具、町内在住・在勤・在学の方は、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）



#### 体育館開放スポーツデー

日時／3月11日(土) 午前9時～正

火星と冬の星座を観察（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）  
費用／無料



#### 童謡を楽しむ会

日時／3月8日・22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／80人（先着）  
費用／資料代

#### スマホ相談会

日時／3月9日(木)・29日(水) 午前10時～正午（30分毎の4区分）  
対象／町内在住のおおむね50歳以上の人  
内容／スマホについて些細な質問を受けます。定員／各4人（先着）



#### 手作りアロマ教室

日時／3月10日(金) 午後1時30分～2時30分  
対象／町内在住・在勤の18歳以上の人  
内容／靴下を使って靴用消臭剤と靴用消臭スプレーを作ります。定員／8人（先着）  
費用／500円

午 対象／町内在住・在勤・在学の人  
内容／メインアリーナを無料開放します。その他／種目は、小学生用バスケットボール、バドミントン、卓球など  
申込／不要



#### 体幹トレーニング教室 （夜間の部）

日時／4月10日～5月29日の毎週月曜日（8回コース）  
午後7時30分～8時30分  
対象／15歳以上の人（中学生を除く）  
講師／永井英聡さん  
定員／20人（先着）  
費用／3200円

#### 健康体操教室（前期）

日時／4月11日・25日、5月9日・23日、6月13日・27日、7月11日・25日（いずれも火曜日。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）  
内容／ストレッチとゆるやかな有酸素運動系の動きにより健康の保持増進を図ります。  
講師／本田宣子さん  
定員／25人（先着）  
費用／3200円



費用／500円

#### 小学生（親子）科学教室

日時／3月12日(日) 午前10時～11時30分  
対象／町内在住の小学生と保護者。小学1～3年生は保護者同伴  
内容／科学ビデオの視聴と簡単な実験をします。定員／8組（先着）  
費用／無料

#### 大人ビデオ鑑賞教室

日時／3月15日(水) 午後1時30分～3時10分  
対象／町内在住・在勤で18歳以上の人  
内容／映画「愛しのシバよ帰れ」を鑑賞します。定員／15人（先着）  
費用／無料

#### 脳若返りプロジェクト

日時／3月16日(木) 午前10時～11時30分  
対象／町内在住でおおむね50歳以上の人  
内容／杉板で小物入れを作ります。定員／15人（先着）  
費用／500円

#### 木製ブックスタンドづくり

日時／3月19日(日) 午前9時～正午  
対象／町内在住・在勤の18歳以上の人  
内容／木でスライド式のブックスタンドを作ります。定員／8人（先着）  
費用／千円

#### 春季ヨガ・ストレッチ教室

日時／4月14日～6月23日（5月5日を除く）の毎週金曜日（10回コース）  
1部 午前10時～11時、2部 午前11時15分～12時15分  
対象／15歳以上の人（中学生を除く）  
講師／濱ノ上敦子さん  
定員／各30人（先着）  
費用／各4千円  
その他／1人あたり1申込

#### ピラティス教室（前期）

日時／4月18日、5月2日・16日・30日、6月6日・20日、7月4日・18日（いずれも火曜日。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）  
内容／呼吸法を活用しながら、体幹をゆるやかに鍛えます。講師／吉田久子さん  
定員／25人（先着）  
費用／3200円

#### 春季フラダンス教室

日時／4月18日～6月6日の毎週火曜日（8回コース）  
午前10時30分～11時45分  
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／30人（先着）  
費用／3200円



#### 寄せ植え教室

日時／3月22日(水) 午後2時～4時  
対象／町内在住・在勤の18歳以上の人  
内容／春の花で寄せ植えを楽しみます。講師／石川潤さん  
定員／20人（先着）  
費用／1500円  
持ち物／エプロン、軍手、汚れてもよい服装

#### おうちごはんの達人 かんたん魚料理

日時／3月23日(木) 午前9時30分～正午  
場所／保健センター  
対象／町内在住・在勤の18歳以上の人  
内容／魚料理に挑戦。煮つけと南蛮漬けを作ります（魚の入荷状況によりメニュー変更の可能性あり）。講師／森本みちよさん  
定員／12人（先着）  
費用／1500円  
持ち物／エプロン、三角巾、ふきん



#### 小学生ものづくり教室

日時／3月26日(日) 午前9時～正午  
対象／町内在住の小学生  
内容／エコバッグをステンシルで自分好みにデコレーションします。定員／12人（先着）  
費用／300円

(有料広告)

## 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

### 3月のお楽しみ会「ひなまつり」

日時／3月3日（金） 午前10時30分～11時30分 申込／要申込

### おやひんぽ

日時／3月10日（金） 午前9時30分～11時30分 場所／地域福祉センター2階 申込／不要

### 救急法講習会

日時／3月11日（土） 午前10時30分～正午 対象／ファミリーサポート会員、ボランティア、子育てサークル関係者、就学前の子どもと親 申込／要申込

### 日曜開館

日時／3月12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）

### 親子でピレティス

日時／3月15日（水） 午前10時30分～11時30分 講師／渡邊咲貴子さん

### 学童保育指導員を募集

学童保育（仲よし学級）指導員を募集しています。

**勤務時間**／月～土曜日。平日11時～午後1時30分、6時～土曜日・長期休業期間11時～午後8時、午後5時  
**勤務場所**／御牧・佐山・東角仲よし学級  
**賃金**／時給1097円から その他／週1回、4時間から勤務可。学生歓迎 **問合せ**／生涯学習応援課

### 投票立会人を募集

各種選挙で投票の立会いをする投票立会人の登録を受け付けています。登録した人には選挙の際に従事希望日などの確認をします。

**内容**／投票所の開閉立会い、投票人の投票の立会いなど **業務場所**／選挙人名簿の登録がされている町内投票所か久御山町役場 **対象**／町内在住で、久御山町の選挙人名簿に登録されている人 **報酬**／期日前投票日額9600円、選挙期日の投票日額1万9000円（それぞれ従事時間による調整有） **募集**／2人 **問合せ**／久御山町選挙管理委員会



（総務課内）

費用／無料 申込／要申込

### 地域であそぼう「ていごのひろば」

日時／3月17日（金） 午前9時30分～11時30分 場所／大橋辺公民館 申込／不要

### 3月生まれの誕生会

日時／3月24日（金） 午前10時30分～11時30分 申込／要申込

### kids★Dance

日時／3月25日（土） 午前10時30分～11時30分 講師／松井那緒さん 費用／無料 申込／要申込



## 子育て・教育

### 未就園児遊びの日

子ども園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。

日時／3月22日（水） 午前10時～11時 場所／みまき子ども園、さやまこども園、とうずみこども園 **内容**／園庭開放 **対象**／町内在住の0歳から5歳児と保護者 **持ち物**／動きやすい服・着替え・水筒など **問合せ**／各こども園

### 選挙事務補助員の登録受付

選挙事務補助員の登録を受け付けています。登録した人には、選挙の際に勤務希望日などの確認をします。

**内容**／投票所資料の準備、入場券の発送、期日前投票の受付業務など **業務場所**／久御山町役場 **対象**／常時、選挙事務に従事できる人 **賃金**／時給997円（交通費有） **問合せ**／久御山町選挙管理委員会（総務課内）

### 会社（求人）説明会を開催

商工会、ハローワーク宇治と連携し、久御山町の「求人希望する事業所」と「働きたい人」とをマッチングする会社（求人）説明会を開催します。今回は全て「製造業」の企業で、未経験者でも応募することができます。参加事業者は、(株)セイワ工業、(株)野間製作所、(株)丸山製作所、(株)メカニックスです。ホームページにも掲載しています。

日時／3月16日（木） 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・環境政策課

### 若者や家族の就職相談

日時／3月23日（木） 午後1時30分

### 幼児教育・保育無償化の認定申請

新制度に移行していない幼稚園や預かり保育、認可外保育施設などを利用し、無償化の制度を利用するためには、事前に申請をして認定を受ける必要があります。

新しく入園する人など、4月から無償化の制度に該当する人で、申請していない人は連絡してください。

**問合せ**／子育て支援課



## 求人・就業

### 給食調理員の募集

（会計年度任用職員・一般／補助）

**対象**／18歳以上65歳未満の人 **勤務時間**／午前8時30分～午後5時。月～土曜日の間に5日勤務。応相談 **勤務場所**／東角小学校・さやまこども園他 **賃金**／一般11月額18万2506円、補助11月基本時給997円※一般・補助ともに期末手当支給あり（6・12月の基準日に在籍のとき）、別途交通費支給 **その他**／一般11調理師免許必須、補助11調理師免許がある方が望ましい **申込**／履歴書（写真添付）を提出。郵送可 **問合せ**／学校教育課

### 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	定員	受講料
ワード初級	3月2日（木）～	4月12日～5月10日（水・金）（休講日あり）	午後6時30分～9時	6	10人	17,400円（別途要教材費）
キッズえいごA（はじめて英語を習う人）	3月8日（水）～	4月8日～7月15日（土）	午前10時～10時50分	15	15人	12,000円（別途要教材費）
海外旅行のための英会話教室	3月14日（火）～	4月14日～7月28日（金）（休講日あり）	午前10時～正午	15	20人	16,500円（別途要教材費）

対象／府内在住・在勤の人 申込

（有料広告）



## おしらせ

### 久御山町スポーツ指導者バンク

指導や助言を受けたいスポーツはありませんか。

住民一人ひとりの生涯スポーツへの積極的な取り組みを推進するため、住民の体育・スポーツ活動などを支援し、住民の生涯スポーツ活動の振興を図ることを目的に、久御山町スポーツ指導者バンクを設置しています。指導者の派遣依頼など、詳細は、問い合わせください。

**問合せ**／生涯学習応援課

### マイナンバーカード

#### 夜間専用窓口を開設

交付を行う夜間専用窓口を開設します。

日時／3月9日（木）・28日（火） 午後5時15分～8時 場所／役場1階住民課（3番窓口） **問合せ**／住民課

### 大型有料ごみ収集は要事前予約

引越しや家の片付けなどで発生する多量のごみを一度にごみステーションに出すと地域の迷惑になり、町の収集体制に影響が出ます。一度に多量に出るごみや大型のごみは戸別に収集しますので事前に予約してください。

収集日は毎週木曜日です。職員が自宅の中に入って持ち出すことはできませんので、屑外まで出してください。収集作業終了後、ごみの量に応じて処理手数料を現金で徴収しますので、当日は立会いが必要です。

事前の申告内容物が収集時と大きく違うとき（過少申告）や、町で収集できないもの（消火器、車・バイクのバッテリーやタイヤ、土砂、ブロック、長さが2メートルを超えるものなど）があるときは収集をお断りすることがあります。

問合せ／住民課生活衛生係

### 福祉タクシー利用券の交付

障害のある人が社会的な活動をする一助として、タクシー利用券をお渡しします。利用券は、町と契約する京都府内タクシー事業者で4月1日から利用できます。

ています。

実施には専門知識が必要ですので、業者に委託してください。

- ① 保守点検Ⅱ毎年3回以上（浄化槽の種類により異なります）：京都府登録の浄化槽保守点検業者
- ② 清掃Ⅱ毎年1回以上（浄化槽の種類により異なります）：城南衛生管理組合の許可を得た浄化槽清掃業者
- ③ 定期検査Ⅱ毎年1回：府知事が指

### みんなのコミュニケーション

### ご存じですか？要約筆記

公的機関や病院などで大切な話を聞こえに不自由のある人に伝えるとき、その場で文字にして伝えるのが要約筆記です。

全てを文字化できないので素早く要約します。障害者手帳を持っている人には、要約筆記者を派遣できます。



問合せ／福祉課

対象／身体障害者手帳（視覚、下肢体幹、心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう又は直腸、肝臓）1級から3級の人、療育手帳「A」の人 交付期間／3月20日(月)から 申込／身体障害者手帳か療育手帳・印鑑を持参 問合せ／福祉課

### いきいきホール・介護予防教室 50回以上の参加者に特典

介護予防事業の効果の「見える化」のため、令和4年4月から令和5年2月までの間で、所定のいきいきホール運動教室や介護予防運動教室に50回以上参加した人に特典を贈呈します。

案内が届いたら、「旬菜の里お買い物引き換え券500円分」か「いきいきホール利用券5回分」のいずれかを選んでください。

問合せ／福祉課

### 介護保険料・後期高齢者医療保険料 還付金の請求忘れに注意

所得税の修正申告や保険料の誤納などにより、還付金が発生したときは、請求手続きが必要です。

還付金請求には期限がありますので、未請求の還付通知を持っている人は手続きをしてください。

定する検査機関の（公社）京都保健衛生協会 ☎075(681)1727

その他／浄化槽の管理者を変更したとき、増改築や下水道への接続などで浄化槽の使用を廃止するときは、届出をしてください。 問合せ／産業・環境政策課

### 農業者年金は公的終身年金

農業従事者が加入できる積立方式の年金で、保険料は全額社会保険料控除の対象にできます。

加入要件は、国民年金第1号被保険者または国民年金任意加入者で、年間60日以上農業に従事する65歳未満の人です。

問合せ／農業委員会事務局（産業・環境政策課内）

### 軽自動車などの廃車申請はお早めに

ミニバイクや自動二輪、軽四輪などの軽自動車税は、毎年4月1日時点の所有者に課税されます。

これらの車両を廃車したり、譲渡する人は、4月1日までに下記の窓口へ届け出てください。届出が4月2日以降のときは、令和5年度軽自動車税が課税されますのでご注意ください。

役場職員などがかたった還付金詐欺に注意してください。役場から電話でATMなどの操作を依頼することはありません。

### 共同募金・歳末たすけあい募金

共同募金委員会、民生児童委員協議会、社会福祉協議会を取り組んだ、赤い羽根共同募金と歳末たすけあい運動募金の結果です。

赤い羽根共同募金Ⅱ212万3349円、歳末たすけあい運動募金Ⅱ104万7100円

赤い羽根共同募金の配分金は、子育て支援、高齢者、障害者の各種事業や小・中学校、高等学校の福祉教育の一環に役立てられています。

歳末募金は地域福祉への事業補助に活用しました。ご協力ありがとうございました。

問合せ／社会福祉協会、共同募金委員会、民生児童委員協議会

### 新型コロナウイルスワクチン接種希望者はお早めに

現在、国が進めている新型コロナウイルスワクチン接種は、3月31日で一旦終了となります。接種を希望する人は

ください。3月は窓口が非常に混雑しますので、できるだけ早めに申請してください。

### 申請窓口

▼原動機付自転車、小型特殊自動車Ⅱ 税務課（本人確認書類とナンバープレートを持参）

▼軽四輪Ⅱ軽自動車検査協会京都事務所（京都運輸支局内） ☎050(3816)1844

▼二輪の小型自動車Ⅱ京都運輸支局 ☎050(5540)2061 問合せ／税務課

### 久御山町議会議員一般選挙立候補予定者説明会

4月23日(日)執行予定の久御山町議会議員一般選挙の立候補予定者説明会を開催します。

久御山町議会議員一般選挙の立候補手続きや選挙運動などについて説明しますので、立候補を予定する関係者は出席してください。

日時／3月13日(月) 午後2時から 場所／役場5階会議室51 その他／出席者は1候補者につき

3人以内。当日に立候補届出関係書類を配付 問合せ／久御山町選挙管理委員会（総務課内）



(有料広告)

早めの接種を検討してください。4月以降の接種も予定されていますが、詳細については国からの新たな情報が見え次第、ホームページや広報くみやまでお知らせします。

ワクチン接種希望者の減数に伴い、町内の接種協力医療機関及び接種曜日に変更があります。詳しくはホームページで確認するか、くみやまコロナワクチンコールセンター ☎050(6861)6330に問い合わせてください。

問合せ／国保健康課

### 浄化槽トイレは定期検査が必要

浄化槽式の水洗トイレを使用している家庭などは、浄化槽の正常な機能を保つため、保守点検と清掃、水質に関する定期検査が義務付けられ

### コンロからの火災に注意

コンロからの出火は、建物火災の原因の上位を占めており、特に注意が必要です。その多くが不注意や油断によって発生しています。調理中にコンロに火をつけたまま放置し、その場を離れることで火災となったり、魚焼きグリルや換気扇の油が原因で火災になることもあります。

火災を防ぐために、次のことに注意しましょう。

- ① コンロの使用中はその場から離れないようにしましょう。
- ② コンロの周りに燃えやすい物を置かないようにしましょう。
- ③ 換気扇や魚焼きグリルなどはこまめに掃除しましょう。
- ④ 過熱防止装置などの安全機能付きのコンロを使用しましょう。
- ⑤ 調理の際は、ゆつたりした衣類や袖、裾の広がった衣類を着ないようにしましょう。

また、天ぷら油からの出火の際は、絶対に水をかけてはいけません。もしもの時に備えて、消火器を備えましょう。

問合せ／消防本部



※税金や公共料金の納付は便利な口座振替をご利用ください。  
※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も納付できます。  
※税金や保険料、保育料は一部スマートフォン決済アプリでも納付できます。バーコード印字がない納付書は使用できません。

### 献血車がやって来る

- ▶日時 3月19日(日) 午前10時～11時45分、午後1時～4時
- ▶場所 イオンモール久御山
- ▶持ち物 本人確認ができるもの(運転免許証・健康保険証など)
- ▶問合せ 国保健康課か京都府赤十字血液センター ☎075(603)8800

### 町長と意見交換 シンキくんと語ろう会

町長と地域の皆さんが小規模で自由な雰囲気の中、意見交換を行う事業「シンキくんと語ろう会」を行っています。

- ▶対象 町内在住・在勤・在学の人
- ▶場所 町長室・希望する場所・オンライン
- ▶定員 概ね10人以内
- ▶内容 テーマは、まちづくりや町政に関する話題、一般的な社会問題、文化・歴史など
- ▶その他 時間は1組45分以内。日程は申込受付時に調整
- ▶申込 開催日の14日前までに申込用紙に必要事項を記入し提出
- ▶問合せ 総務課



### 親子ニコニコ子育てサロン

- ▶日時 3月13日(月) 午前10時～正午
- ▶場所 地域福祉センター
- ▶対象 未就園の子どもと保護者
- ▶内容 お別れ会、お楽しみ会
- ▶定員 10組(先着)
- ▶費用 1組200円
- ▶申込 要申込。3月2日(木)～8日(水)
- ▶問合せ 社会福祉協議会

### ゆる体操教室

ゆる体操は、血液や体液の循環を良くし、疲労回復や健康効果が高く簡単に覚えられるやさしい体操です。

- ▶日時 ①3月2日(木)、②3月11日(土)、③3月25日(土) いずれも午前10時～11時
- ▶場所 ①ほっとハウス「チエさん」、②③荒見苑
- ▶講師 町ゆる体操クラブ会員
- ▶申込 不要
- ▶持ち物 バスタオル、飲み物
- ▶問合せ 国保健康課



### おこしやす こもれびプラザ

なごやかな雰囲気楽しく認知症予防に取り組みます。

- ▶日時 ①3月9日(木)、②3月14日(火) 午後2時～3時30分
- ▶場所 ①ゆうホール②荒見苑
- ▶内容 ①認知症予防ゲーム、紙芝居、②認知症予防ゲーム
- ▶費用 無料
- ▶持ち物 飲み物
- ▶申込 はじめて参加する人は要申込
- ▶問合せ 社会福祉協議会

### 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」が行います。

- ▶日時 3月11日(土) 午前9時30分～正午(修理の受付は11時まで)
- ▶場所 ゆうホール
- ▶内容 子どものおもちゃの修理(ものにより修理できない場合があります)
- ▶費用 無料(部品交換が必要なときは要実費)
- ▶その他 使わなくなった動くおもちゃの寄付を受けています。ボランティアを募集しています。
- ▶申込 不要
- ▶問合せ 社会福祉協議会

### 自殺予防啓発講演会

3月は「自殺対策強化月間」です。「大切な人を失うこと」をテーマに講演会を開催します。

遺族支援に対する知識と正しい理解を深め、人との関わりの中で一人ひとりができることを学び、一緒に考えましょう。

- ▶日時 3月13日(月) 午後1時30分から(開場は午後1時)
- ▶場所 役場議会棟4階特別会議室
- ▶対象 町内在住・在勤の人、遺族支援に興味のある人
- ▶講師 龍谷大学社会福祉学科教授の黒川雅代子さん
- ▶費用 無料
- ▶申込 不要
- ▶その他 保育ルーム・手話通訳・要約筆記を希望する人は3月6日(月)までに連絡してください。
- ▶問合せ 福祉課



▲龍谷大学社会福祉学科教授 黒川雅代子さん

### こころのサロン

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、仲間と過ごすサロンを毎月開いています。

- ▶日時 3月3日、17日(金) 正午～午後3時
- ▶場所 役場5階コンベンションホール
- ▶内容 団らんやゲームなど
- ▶費用 無料
- ▶申込 不要
- ▶問合せ 福祉課

### 認知症予防・啓発講演会

本人らしく地域で暮らす、自分づくり・仲間づくり・地域づくりを考えませんか。

- ▶日時 3月8日(水) 午後2時～3時30分
- ▶場所 役場議会棟4階特別会議室
- ▶対象 認知症に関心のある人
- ▶内容 講演「認知症になる前に…認知症になっても…」
- ▶講師 齊藤日出雄さん(社会福祉法人みまき福祉会、佐久大学非常勤講師)
- ▶費用 無料
- ▶定員 30人(先着)
- ▶申込 3月7日(火)まで。いきいきホールか、福祉課へ
- ▶問合せ 福祉課

### くみやま 催し掲示板

#### 旧山田家住宅の一般公開

- ▶日時 3月2日(木)・11日(土)・19日(日) 午前9時から正午(毎月第1木曜日、第2土曜日、第3日曜日)
- ▶場所 東一口35番地
- ▶費用 200円(入館料) ※主屋内は、庭からの見学になります。
- ▶問合せ 生涯学習応援課



#### 春のおたのしみ会

人形劇の上演と大型絵本の読み聞かせをします。

- ▶日時 3月21日(火・祝) 午前11時～11時45分
- ▶場所 ゆうホール3階交遊室
- ▶対象 幼児・小学生と保護者
- ▶費用 無料
- ▶申込 不要
- ▶問合せ 図書館

(有料広告)

「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 8,350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<sup>mm</sup>、横58<sup>mm</sup>、2色刷り)

ここまでが2枠。1回10,000円  
(縦44<sup>mm</sup>、横119<sup>mm</sup>、2色刷り)

ここまでが3枠。1回15,000円  
(縦44<sup>mm</sup>、横180<sup>mm</sup>、2色刷り)

※町の公共性、中立性、品位を損なうおそれのあるもの、法令などに違反、抵触の恐れのあるもの、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。

# 3月 相談

相談名	内容	期日	時間	場所	申込・問合せ
女性相談	女性を対象とした相談や電話相談(夫婦関係や子育ての問題など)	14日(火) 28日(火)	午前11時 ～午後2時	非公開	前日までに総務課へ定員に満たないときは当日も受付
行政相談	国の仕事の要望や苦情の相談	14日(火)	午前10時 ～午後3時	役場1階相談室1	総務課
人権擁護相談	差別やいじめなど人権の相談	14日(火)	午前10時 ～午後3時	役場1階相談室1	住民課
大人から子どもまで障害・発達障害相談	町内在住の障害のある人やその家族を対象とした相談	9日(木)	午前10時 ～午後3時	役場1階相談室1	福祉課(要申込)
こどもの育ち・おとなの自立相談	障害や発達障害、ひきこもりなど本人やその家族を対象とした相談	13日(月) 27日(月)	午後4時 ～6時	久御山しみずの里地域交流スペース	福祉課(要申込)
くらしとしごとの相談	家庭の事情や失業、生活の立て直しで困っている人を対象とした相談	3日(金)	午前10時 ～正午	役場1階相談室2	京都府山城北保健所綴喜分室 ☎0774(63)5745
すこやか養育相談	子育てなどの相談	16日(木)	午後1時～4時 (電話での相談は毎週木曜日の午前11時～午後4時まで)	みまきこども園 さやまこども園 とうずみこども園	みまきこども園 さやまこども園 とうずみこども園
消費生活相談	消費者トラブルの相談	毎週木曜日(祝日を除く)	午後1時 ～4時	役場2階会議室22	産業・環境政策課
教育相談	幼児・児童・生徒や保護者を対象とした子育て・教育の相談	火～金曜日(祝日を除く)	午前10時 ～午後5時	ゆうホール2階教育相談室	教育相談室 ☎0774(46)5640
弁護士法律相談	町内在住・在勤者を対象とした弁護士相談	16日(木)	午後1時 ～3時30分 (相談時間は25分程度)	地域福祉センター1階相談室	社会福祉協議会(定員6人)
心配ごと相談	日常生活の心配ごとの相談	9日(木) 23日(木)	午後1時 ～4時	地域福祉センター1階相談室	社会福祉協議会
ふれあいテレホン相談	電話による相談	—	午前8時30分 ～午後5時	—	社会福祉協議会

## 人口と世帯 (2月1日現在)

人口計	15,489人	(-7)
男性	7,683人	(+8)
女性	7,806人	(-15)
世帯数	7,294世帯	(+5)
		※ ( ) は前月比

防災行政無線の放送内容が聞きとれないときは、お電話ください。

テレフォンサービス (有料)

☎075(631)1280

☎0774(46)6651 問合せ/総務課



# 3月 ごみカレンダー

◎住民課生活衛生係



ごみの分別で迷ったらごみ分別辞典「久御山町 ごみサク」で検索!

収集地域	燃やすごみ	燃やさないごみ	プラマーク製品※1	ペットボトル紙パック	缶ビン	天ぶら油※2	大型ごみ
佐古、新開地、佐山、靱池、双栗、市田、鈴間	月・木曜日	火曜日	金曜日				
田井、荒見、下津屋、下津屋ハイツ、島田、東島田、坊之池、森、野村、村東	月・木曜日	金曜日	火曜日				
下津屋団地	火・金曜日	金曜日	火曜日				
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・金曜日	月曜日	木曜日	1日 15日	8日 22日	8日	事前予約制(有料)
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・金曜日	木曜日	月曜日				
東佐山団地、久御山団地(17～29棟前のごみの集積所)	火・金曜日	水曜日	水曜日				
久御山団地(3～5棟、7棟、10～14棟、34～41棟、43～44棟前のごみ集積所)	水・金曜日	水曜日	水曜日				

使用済小型家電・小型充電式電池は、役場1階ロビー、ゆうホール、クロスピアくみやまに設置している回収ボックスへ。古紙・古布などは地域の集団収集か回収業者に出しましょう。集団収集を実施する団体には補助金が出ます。

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

※2 毎月第2水曜日に地域の集会所などの指定場所に容器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。役場庁舎南側のごみ収集車の車庫内に回収場所を常設しています(平日午前8時30分～午後5時15分)。

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。		
3月8日(水) 3月30日(木)	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	3月9日(木) 3月31日(金)	大橋辺・北川顔・坊之池・森(国道1号以西)・森村東(国道1号以西)・西一口・中島・相島東一口(国道1号以西)

## 問合せ一覧

久御山町役場(代表) ☎075(631)6111/0774(45)0001 FAX075(632)1899

総務課 ☎(631)9991/(45)3922 ✉somu@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)1899	企画財政課 ☎(631)9992/(45)3924 ✉kikaku@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)1899	税務課 ☎(631)9926/(45)3908 ✉zeimu@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)5933
住民課 ☎(631)6114/(45)0014 ✉jumin@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)5933	住民課生活衛生係 ☎(631)9917/(45)3907 ※家庭系ごみに関する問い合わせは、生活衛生係へ	子育て支援課 ☎(631)9904/(45)3905 ✉kosodate@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)5933
福祉課 ☎(631)9902/(45)3902 ✉fukushi@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)5933	地域包括支援センター ☎075(631)9902/(45)3902 FAX075(632)5933	国保健康課 ☎(631)9913/(45)3906 ✉kokuho@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)5933
産業・環境政策課 ☎(631)9964/(45)3914 ✉sangyo@town.kumiyama.lg.jp FAX075(631)6149	上下水道課 ☎(631)9987/(45)3919 ✉suido@town.kumiyama.lg.jp FAX0774(46)0086	建設課 ☎(631)9961/(45)3912 ✉kensetsu@town.kumiyama.lg.jp FAX075(631)6149
新市街地整備課 ☎(631)9903/(45)3904 ✉shigaichi@town.kumiyama.lg.jp FAX075(631)6149	学校教育課 ☎(631)9974/(45)3917 ✉gakkyo@town.kumiyama.lg.jp FAX075(631)6129	生涯学習応援課 ☎(631)9980/(45)3918 ✉shogai@town.kumiyama.lg.jp FAX075(631)6129
議会事務局 ☎(631)9996/(45)0105 ✉gikai@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)3000	会計課 ☎(631)9932/(45)3909 ✉kaikai@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)1899	消防本部 ☎075(631)1515 ✉shobo@town.kumiyama.lg.jp FAX075(632)5382
図書館 ☎0774(45)0003 ✉toshokan@town.kumiyama.lg.jp FAX0774(46)5690	まちの駅クロスピアくみやま ☎075(632)2300 FAX075(632)2001	社会福祉協議会 ☎075(631)0022・FAX(632)3001
子育て支援センター あいあいホール ☎0774(41)2263・FAX(41)2283	老人福祉センター 荒見苑 ☎0774(44)3405・FAX(44)7801	健康センター いきいきホール ☎0774(41)3466・FAX(44)1199
ふれあい交流館 ゆうホール ☎0774(45)0002・FAX(46)5610	総合体育館 ☎0774(44)3700・FAX(44)2203	スポーツ協会(総合体育館内) ☎0774(44)2205・FAX(44)2203
みまきこども園 ☎・FAX075(631)4531	さやまこども園 ☎・FAX0774(43)8644	とうずみこども園 ☎・FAX0774(44)4966

# くみやま夢タワー137 3月のライトアップ

点灯時間 日没後～24時

今日の色 ※毎時00～10分 (10分間)

- ▶～4日(土)
  - 水色…子ども予防接種週間 (3/1～7)
- ▶5日(日)～11日(土)
  - 赤…消防記念日 (3/7)
    - ※昭和23年3月7日に消防組織法が施行
- ▶12日(日)～18日(土)
  - 白…ホワイトデー (3/14)
- ▶19日(日)～25日(土)
  - ピンク・紫…放送記念日 (3/22)
    - ※日本初のラジオ放送
- ▶26日(日)～
  - 青…ブルーリボンキャンペーン (大腸がん啓発月間 (3月))

基本色 ※毎時10～00分 (50分間)

- ①素材色 (白)
- ②春をイメージした色 (ピンク～紫～水色～白～赤)



ロゴマークの使用申請はこちらから

## 今月のプレゼントクイズ (5名様)

クイズとアンケートに答え、応募いただいた正解者の中から抽選でプレゼントが当たります。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。※個人情報、賞品の発送のみに使用します。

### クイズ

産後のお母さんのための事業は？  
産後〇〇事業 (ヒントはP 2～5)

お肉屋さんのハンバーグ＆コロケセット (ハンバーグ3個＆コロケ5個)



今月のプレゼントは、焼肉店「多來多來」のハンバーグ＆コロケセット。多來多來は1994年に開店し、「焼肉の名店焼肉WEST百名店2020」に選ばれているお店です。テイクアウトや店舗での肉の販売もしています。

### 応募

3月15日(水)締切り (消印有効)  
①クイズの答え、②住所、③氏名、④電話番号、⑤広報紙への感想を書いて、ハガキかメールで応募してください (1人1通に限る)。  
<ハガキ> 〒613-8585 久御山町島田ミスノ38番地  
久御山町役場総務課「広報プレゼントクイズ」係  
<メール> somu@town.kumiyama.lg.jp  
件名を「広報プレゼントクイズ」としてください。

たくたく 住所 野村村東240番地  
TEL 075(632)2929



▲詳細は、店舗ホームページ

お店をPRしませんか。広報プレゼントクイズの賞品を提供していただけるお店を募集しています。詳細は総務課秘書広報係までご連絡ください。☎075(631)9991 / ☎0774(45)3922

## 3月の健診・相談・教室

※母子健康手帳を必ずお持ちください。

子育て支援課

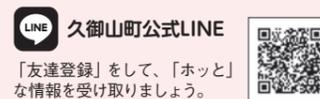
健診	期日	受付時間	対象	場所	内容
3～4か月児健診	28日(火)	対象者に受付時間をずらして案内します。		保健センター	医師による健康診査、ブックスタート 離乳食・保育などの指導
10か月児健診	14日(火)				医師による健康診査 離乳食・保育などの指導
1歳8か月児健診	17日(金)				医師、歯科医師による健康診査 身体的・精神的な発達指導
2歳6か月児歯科健診	16日(休)				歯科医師による健康診査 身体的・精神的な発達指導
3歳児健診	24日(金)				医師、歯科医師による健康診査 身体的・精神的な発達指導

相談・教室	期日	受付時間	対象	場所	内容
パパ&ママ教室 (個別相談)	11日(土)	午後1時～3時	①妊婦とその家族 ②おおむね10か月までの子どもと産婦	保健センター	妊娠、出産、産後、母乳の話(妊産婦) ※2日前までに要申込
ぱくぱく教室	1日(水)	午前9時30分～11時	10か月から離乳食完了までの子どもとその保護者	保健センター	離乳食についての相談 ※2日前までに要申込
乳幼児相談	6日(月)	午前9時30分～11時30分	乳幼児	あいあいホール	発達・育児・栄養などの相談(要申込)
子育て・発達相談 (出張相談)	6日(月) 13日(月) 20日(月)	午前9時30分～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	あいあいホールの休館日を利用して、保健師などが育児や発達に関する相談をお受けします(要申込)

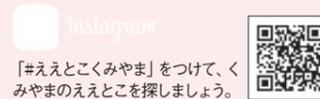
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、「相談・教室」は予約制としています。



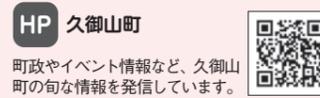
久御山町の情報を、インターネットやSNSなどで発信しています。下記QRコードから読み取り、アクセスすることができます。



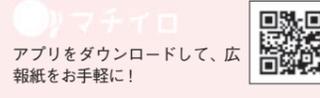
久御山町公式LINE  
「友達登録」をして、「ホット」な情報を受け取りましょう。



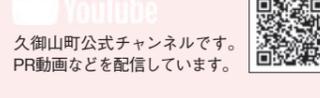
Instagram  
「#ええとこみやま」をつけて、くみやまのええところを探しましょう。



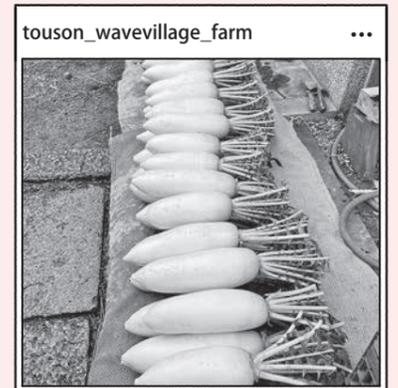
HP 久御山町  
町政やイベント情報など、久御山町の旬な情報を発信しています。



マチイロ  
アプリをダウンロードして、広報紙をお手軽に！



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





佐山小学校6年  
いのくちりお  
井ノ口 凜音 さん

インターネット上では匿名でコメントを書き込めるので、自分の基準で必要以上に相手を攻撃し、自分の正義を押しつけているような気がします。

でも、本当にそのコメントはその人にとって正義なのでしょうか。本当に正義感からコメントを書くなら、正々堂々と自分の名前を出せばいいと思います。人の気持ちを攻撃することが正義だと、私には思えません。単にイジメです。

私は、相手に反対意見を伝えるときには、自分の都合での意見になっていないかに気を付ける必要があると思います。人それぞれ価値観や正義感が違って当たり前です。人に流されず、きちんと自分自身を持つとともに、相手の考えにも耳を傾けられる人になりたいです。



東角小学校6年  
いけだ よしみつ  
池田 吉光 さん

皆さんは、FPSをやったことはありますか。銃を撃ち、敵を倒し、順位を競うゲームです。ゲームに熱中してしまい、つい「死ね」や「殺す」という言葉を使ってしまうことがあります。一度口にした言葉は元には戻りません。ゲームのプログラムみたいにコンティニューなんてできません。

僕には大切な言葉があります。小説家の井上靖さんの「努力する人は希望を語り、怠ける人は不満を語る」という言葉です。ポジティブな行動や言葉はさらなるポジティブを生み出し、ネガティブな行動や言葉はさらなるネガティブを生み出します。一度きりの人生を無駄にしないよう、後悔しないよう、気持ちのこもったポジティブな言葉を使っていきたいです。



御牧小学校6年  
おかもと あみ  
岡本 彩海 さん

いじめや暴力、虐待などのニュースをテレビで見かけると、私はいつも悲しい気持ちになります。

犯罪は、加害者だけでなく、その周りにも「よくないことの繰り返し」が広がっていきます。これを止めるためには、「人との関わり方を学ぶこと」、「学んだことをやってみること」、「協力を学ぶこと」の3つが必要だと考えました。

小学生の私にできることは限られています。私は学校内から変えていきたいです。いじめや暴力をしまわうのは、よくないことです。「よくないことの繰り返し」をなくすためには、みんなが人に寄り添う力を学んでやってみることが必要だと思います。私の行動が誰かを助けられることを信じて、生きていきたいと思えます。



佐山小学校6年  
やまだ なお  
山田 菜緒 さん

みなさんは、言葉の大切さについて考えたことがありますか。たった一つの言葉で、人は傷ついたり、笑顔になったりすると私は思います。

誹謗中傷が原因で芸能人が自殺してしまうというニュースを目にします。こんな辛いことがある世の中ですが、私達ができることもあると思います。それは、良い「言葉の種」を自分達でつくることです。「言葉の種」とは、言われた人の感情を良い方向に変えるきっかけとなる言葉のことです。

私はこれから、今まで以上に言葉の重みを考え、相手の気持ちを考え、発言すること、他人の意見に流されることなく、自分の正しいと思ったことを発言すること、そして素敵な「言葉の種」をたくさんまくことを心がけていきたいと思えます。

正義は難しい

あなたの気持ちとゲームのプログラム

人と人との関わり方

言葉の大切さ



第42回  
久御山町青少年の主張発表会

伝えよう、わたしの考え、  
届けよう、わたしの想い。

青

少年健全育成協議会の主催で、「第42回青少年の主張発表会」が1月21日(土)、ゆうホールで開催されました。

青少年の主張発表会は、青少年が日常生活の中で体験したこと、考え、感じていることを発表することで、社会の一員として自覚を高め、青少年に対する住民の理解を深めることを目的としています。

今年は3年ぶりに一般来場が可能となり、約100人が来場し、町内の小・中学校と久御山高校から選ばれた12人の発表を聴きました。

司会は久御山高校の野間くるみさんと岡本果音さんが、ビデオ撮影は薩摩青空さんと森悠花さんが担当しました。

発表者の皆さんは、緊張した様子でしたが、一人ひとりが思いを込めて精一杯発表しました。小・中・高それぞれの年代でしっかりと自分に向き合い、自分の生き方について考えられた内容で、若い人たちの考え方や生き方は聴いている人の心に刻まれました。

以下、12人の発表内容を紹介します。  
問合せ／生涯学習応援課

※紙面の都合上、原文を一部抜粋・要約して掲載しています。





久御山中学校2年  
むらた ことみ  
村田 琴美 さん

子どもの顔をなくって、父親が逮捕されるといふニュースを見ました。なぜ、自分の子どもなのに大切にできないのだろうか疑問に思いました。虐待を受けていい子どもはいません。愛される価値がない子どもなんていません。



久御山高等学校1年  
なかにし ゆい  
中西 結衣 さん

朝会したら「おはようございます」、昼に会ったら「こんにちは」、帰宅しているときに「おかえりなさい」と言われたら「ただいま」、そんな日々の一言からでいいので近所の人との繋がりを作ってみませんか。その一言だけでみんなが笑顔になったり、地域の安全が守られるはずですよ。



久御山高等学校2年  
とだ るきや  
戸田 琉葵哉 さん

父たちは農業に従事しています。私は幼いころから農業を手伝うことがありました。自分の植えた作物が育つ過程を見て、その作物が直売所に並び、美味しいと言って食べてくれるのを見ていて農業というものに強く惹かれていきました。



久御山高等学校3年  
すなだ ようすけ  
砂田 陽亮 さん

私は、久御山高校剣道部で日本一をめざし、稽古に取り組んできました。面の打ち方で悩んでいたとき、後輩・同期・先輩関係なく、たくさんチームメイトにアドバイスをもらい、改善することができました。

差別のない世の中へ

SDGsが2030年までに達成すべき目標を17個掲げており、性についての差別や偏見の問題としてLGBTQが注目されています。世界ではLGBTQに対する差別と偏見がまだなくなっていないです。インターネットで調べてみると、「LGBTQだと分かったらどう過ごせばいいのかわからない」「公共の場に行きづらい」など苦労や本音が書かれていました。

地域の関わりについて

現在、日本では地域の繋がりが弱くなってきていると言われています。震災などが起こった際には地域での助け合いが不可欠です。そのためには日々のコミュニケーション形成が重要となっているのです。そして、地域住民同士で挨拶を交わすことには防犯効果があるのです。過去には、住民同士のコミュニケーションを図ることを目的とした「挨拶運動」によって空き巣などの被害が皆無になったという報告もあるそうです。

久御山町の農業について

父たちは農業に従事しています。私は幼いころから農業を手伝うことがありました。自分の植えた作物が育つ過程を見て、その作物が直売所に並び、美味しいと言って食べてくれるのを見ていて農業というものに強く惹かれていきました。

部活動で学んだ仲間の大切さ

私は、久御山高校剣道部で日本一をめざし、稽古に取り組んできました。面の打ち方で悩んでいたとき、後輩・同期・先輩関係なく、たくさんチームメイトにアドバイスをもらい、改善することができました。

小さい命を守ろう



東角小学校6年  
すみだ にいな  
角田 仁那 さん

子どもの顔をなくって、父親が逮捕されるといふニュースを見ました。なぜ、自分の子どもなのに大切にできないのだろうか疑問に思いました。虐待を受けていい子どもはいません。愛される価値がない子どもなんていません。

笑顔のある社会



御牧小学校6年  
かたおか ひろき  
片岡 大響 さん

明るい社会とは、人と人が繋がって、苦しいことや辛いことがなく、毎日笑顔で暮らしている、そんな社会だと思います。

よりよい地球にするために



久御山中学校1年  
なかじま かいと  
中嶋 海斗 さん

日本では1人1日あたり900gものごみを出しているそうです。その結果、海や陸の生物たちが死んでいると知りました。今の地球を守るために僕たちができることは、「身近なところから全員で協力する」ということが大切なのではないかと思えます。ごみを分別せずに捨ててしまつと、焼却炉への負担になり、二酸化炭素など有害物質を多く出すことになり、地球温暖化につながります。

ゴミをゴミじゃなくするために



久御山中学校2年  
ながしま ふうた  
長嶋 詩 さん

僕たち中学生にもできることは多くあると思います。例えば、給食で牛乳を飲むときに、コップを持ってくることでストローのごみを減らすことができます。僕はこれから学校や家など身近なところから働きかけをしていきます。そして、何ができるのかを一人ひとりで考えて、よりよい地球をつくっていきましょう。

コロナ禍の自粛生活で整理整頓をしようと思いい、断捨離で出た不要物と家庭ごみの量の多さに驚きました。さまざまなリサイクル方法を知り、私たちが学校でできることを考えました。家や学校ではプリントのごみがよく出ます。そのプリントの裏は白紙の状態のものや、まだ使えるものがほとんどです。そのプリントをごみとして捨てるのではなく、古紙回収などで再利用できるように学校全体で働きかけていくことです。



3月の新着図書を  
紹介します

南海ちゃんの新しいお仕事

新井 素子/著 角川春樹事務所  
そっかしい南海は、実は世界の亀裂を消すことができる特殊能力者。亀裂が見える板橋さんの計らいで、「修復」を仕事にするのだが…。

江戸一新

門井 慶喜/著 中央公論新社  
1657年「明歴の大火」と呼ばれる大火事で江戸は燃え尽きた。切れ者で有名な老中の松平伊豆守信綱は、新たな江戸づくりに乗り出していく。

ガリバーのむすこ (児童書)

マイケル・モーパゴ/作 小学館  
戦争で難民になったオマール少年。叔父のいるイギリスをめざすが、乗った船で遭難。目覚めた先は、あのガリバーが流れついた小人の国だった！

きみだけの夜のともだち (絵本)

セング・ソウン・ラタナヴァン/作 ポプラ社  
こわがりでさみしがりのガスパール。夜と一緒に過ごす友だちがほしいと願うと、うさぎやモグラなどが次々現われ…。

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  
●3月の休館日  
6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、31日(金)



新しい季節のワードローブ

テーマ図書

衣服に関する本

洗濯(クリーニング)屋三十次郎

野中 ともぞ/著 光文社  
優秀な兄にかわり、脳天気な弟の三十次郎が店主として店を継ぐことになった。先代の時代から店を支える荷山長門は店の先行きが心配で…。

家庭科3だった私がワードローブ100%手作り服になりました。

津田 蘭子/著 ワニブックス  
洋裁経験が家庭科の授業以外になかった著者。初心者への挫折の乗り越え方や、失敗しにくい布選びのコツなどを紹介。

イチからつくるワタの糸と布 (児童書)

大石 尚子/編 農山漁村文化協会  
わたしたちの生活に欠かせない衣服。一枚の布を織るためにどのような手順で、手間と時間がかけられているか、ワタの種をまくところから紹介する。

ぼくとお山と羊のセーター (絵本)

飯野 和好/作 偕成社  
たった3軒の集落で育った著者。自給自足で生活していたころの思い出や、育てた羊の毛をつむいだ毛糸を使って、セーターになるまでの1年を描く。

みんなのひろば

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。来庁が困難なときはご相談ください。

息子と母で歩んだ『希望への道』  
人権啓発研修会

1月31日、役場5階コンベンションホールで開催し、約80人が参加しました。脳性まひと闘うプロヴァイオリニストで、東京2020パラリンピックの閉会式でも演奏した式町水晶さんと母の啓子さん(はいこ)を講師に招き、ヴァイオリンを始めたきっかけや、幼少期の体験などの講演と、オリジナル曲を演奏いただきました。「一人ひとりが幸せになるように」と願いが込められた演奏は、参加者の心に響きました。



▲東日本大震災の津波に耐えた奇跡の一本松などで作られた津波ヴァイオリンで演奏する水晶さん

町の自治振興に尽力  
自治功労者を表彰

1月30日、自治功労者の表彰式を行いました。主な功績は次のとおりです(年数は令和4年12月時点)。  
榎田 俊夫さん 交通安全対策協議会委員21年8か月(会長2年8か月)、民生児童委員18年(協議会会長5年)  
内田千代子さん 保護司21年7か月  
村田 和弘さん 消防団員32年(団長4年)  
田口 浩嗣さん 議員10年3か月(副議長2年)



▲①榎田さん、②内田さん、③村田さん、④田口さん

節分にむけて  
恵方巻教室

1月27日、保健センターで恵方巻教室が開かれ、11人が参加しました。節分に向けて、恵方巻に加え、揚げで巻いた変わり巻も作りました。恵方巻は、7種の具材を入れるのが一般的で、縁起が良いとされる七福神に由来しています。参加者は、エビの下処理、干瓢やシタケの味付けを教わり、7種の具材を用意。講師の大谷洋子先生に巻き方のコツを教わりながら、恵方巻を作りました。



▲大谷先生からコツを教わる参加者

鬼はそと、福はうち  
オリジナル豆入れづくり

1月28日、ゆうホールであそびの広場が開かれ、12組の親子が参加しました。あそびの広場は、民生児童委員協議会が季節の行事を通じて子育てを応援するために開催しています。今回は、節分を直前に控え、豆まきに使う豆入れを作りました。子どもたちは、赤の画用紙を貼り付けた箱に角や目、牙の形に切り取られた画用紙を貼り付け、世界に一つだけの豆入れを完成させました。



▲最後に紐を付けて首に掛けられる豆入れが完成

Wedding notice with names and dates. Includes a floral illustration and a vertical banner saying 'おめでとうございます'.

令和5年1月15日から令和5年2月14日までの受付分(敬称略)

# ヘルシークッキング Vol.290

## ●材料 (2人分)

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| ブロッコリー.....1/2個 | =イタリアンドレッシング=  |
| ミニトマト.....6個    | オリーブ油.....小さじ2 |
| プロセスチーズ.....2切  | 酢.....小さじ2     |
| イタリアンドレッシング     | おろしにんにく.....少々 |
| .....小さじ4強      | 塩.....少々       |
|                 | こしょう.....少々    |

## 作り方

- ①ブロッコリーは小房に切り分ける。茎は硬い部分を切り落として柔らかい部分を薄く切る。
- ②鍋にたっぷり湯を沸かし、ブロッコリーの茎を30秒ゆで、小房を加えさらに30秒ゆでる。ゆであがったらざるにあげ水気を切る。
- ③ミニトマトは、洗ってへたを取り、4つ割に。チーズは一口大に切る。
- ④全部を器に彩りよく盛り付け、ドレッシングをかける。

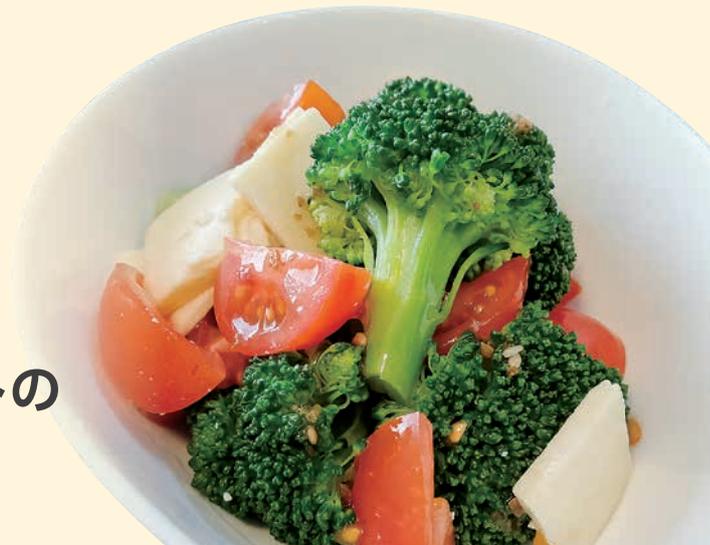
## ブロッコリーとミニトマトのイタリアンサラダ

チーズを使うことで副菜にもタンパク質を取り入れて、ロコモティブシンドロームを予防しましょう。

※ロコモティブシンドロームとは、主に加齢により、運動器の機能が衰えることによって移動機能が低下した状態のことです。

久御山町食生活改善推進員協議会「久味の会」

エネルギー 150キロカロリー／1人分  
塩分 1.0g



# みんなのペット大集合

## 自慢のペットを大募集!

- <対象> 飼い主が町内在住の犬、猫、ウサギなど。動物の種類は問いません。
- <写真の内容> ペットだけでも、飼い主と一緒にでもどちらでもOK。
- <応募方法> メールタイトルを「みんなのペット大集合」とし、本文に①ペットの名前、②動物の種類(例:犬、チワワ)、③飼い主の氏名、④飼い主の住所、電話番号、⑤ペットへのコメント(30字程度)を記入し、somu@town.kumiyama.lg.jpへ。



申込はこちら

河原崎さん家のダンボちゃん (カメ)



コメント  
我家の大切なお姫様♥  
私たち家族を選んでくれてありがとうございます♥

田口さん家のくつくちゃん (マルチーズ・チワワのmix)



コメント  
ヤンチャで甘えん坊くつく