

華創

はなそう

2025
JULY
No.748

7

アバターロボットのお買い物

(詳しくは P.3 「けいはんなアバターチャレンジ」の記事へ)

ツアー・オブ・ジャパン2025 / 2 けいはんなアバターチャレンジ / 3 せいか祭り2025開催決定&学研ミュージックストリート出演者募集! / 5 せいか写真日記 / 27



ツアー・オブ・ジャパン 2025

国内最大規模の国際自転車ロードレース「ツアー・オブ・ジャパン2025 JPF京都ステージ」が5月19日(月)に開催されました。16チーム95人の選手が熱戦を繰り広げ、みごと区間優勝を手にしたのは宇都宮ブリッツェン所属の岡篤志選手！

コース沿いでは約4万6000人の観客が選手たちをエールを送っていました。また、フィニッシュ地点近くのけいはんなプラザや東畑集会所・みんなの元気塾では特産品やグルメなどの出店が集い、多くの来場者で賑わいをみせていました。

ツアー・オブ・ジャパン京都ステージの開催には、周辺地域の住民・企業の皆さまをはじめ、ボランティアの皆さまにも多大なご協力をいただき、大きな事故もなく無事に開催することができました。

誠にありがとうございます。今後もご支援・ご協力をよろしく願います。

自治振興課地域協働係

TEL 95-11934





精華大通りでのパレードの様子



けいはんな万博 2025

けいはんなアバターチャレンジ

精華大通りで5月25日(日)、けいはんな万博のメインイベントの一つ、けいはんなアバターチャレンジが開催されました。けいはんなプラザから遠隔操縦するアバターロボットが、けいはんな学研都市(京都市・大阪府・奈良県)の8市町のキャラクターフィギュアを載せて、大通り車道を行進後、じゃんけんポン・地藏盆・スラローム&山登り、買い物競争の競技に出場しました。当日はたくさんの来場者で賑わい、人とアバターロボットの連携プレーを楽しみました。

じゃんけんポン

START!!

アバターロボットと人間がじゃんけん対決

01

02 地藏盆

インターフォンを上手に押して京町セイカを呼び出そう



03

スラローム & 山登り

スロープや障害物をアバターロボットが乗り越えます

04

買い物競争

アバターロボットがマクドナルドでお買い物

GOAL!!



7月25日(金)

スタートアップフェスティバル

スタートアップを通して未来社会を体感

地域の協力を得てスタートアップ企業が取り組んでいる先端技術や革新的なアイデアの社会実装の発表と展示・体験デモをはじめ、高校生のビジネスアイデアワークショップや日台混合チームによる「学生課題解決コンテスト」など、充実のプログラムを展開します。ぜひご参加ください!

場所: けいはんなプラザ

内容: PoC チャレンジの発表、リバースピーチ、高校生ビジネスアイデアワークショップなど



イベントページ



けいはんな万博 2025
ホームページ

問 けいはんな万博2025運営協議会事務局

TEL 98-2245

✉ info@keihannaexpo.org

長年の功績、栄えある受章



杉浦町長

木村要さん

令和7年春の叙勲がこのほど発表され、本町から次の方が受章されました。おめでとうございます。

▼旭日小綬章

木村要さん（元精華町長） 北稲八間地区
（地方自治功労）



京都府危険物安全協会連合会長表彰



（左から）ニデック株式会社ニデックけいはんなテクノロジーセンター井上さん、森田さん、上原さん

立命館大学朱雀キャンパスで6月13日（金）、令和7年度京都府危険物安全大会が開催され、ニデック株式会社ニデックけいはんなテクノロジーセンターが優良事業所として、上原宏之さん（株式会社環境総合リサーチ）が優良従業員として、一般社団法人京都府危険物安全協会連合会長表彰を受賞されました。これは町内の危険物施設による災害のない町を目指して日夜活動されてきた功績が認められたものです。また、京都府危険物安全協会連合会が創立40周年を迎えられましたので、森田英照さん（精華町危険物安全協会会長）が創立40周年記念会長表彰を受賞されました。おめでとうございます。

青色防犯パトロール活動を開始！



このたび、木津防犯推進委員協議会狛田支部では、「自らの地域の安全は自らの手で守る」の考えのもと、青色防犯パトロール活動を新しく始めました。パトロールにより地域の監視力を高め、犯罪の未然防止を図ったり、地域住民への声かけを行い安心感を与えるなど、地域の防犯意識の向上に力を発揮しています。

問 危機管理室 ☎95-1928

祝園分屯地における火薬庫等の整備に係る住民向け工事説明会

工事の実施に伴う周辺への影響を踏まえ、精華町民の皆さまを対象として、防衛省（近畿中部防衛局）による工事説明を実施します。

日時：①7月24日（木）
②7月26日（土）
①・②共に、午後7時～8時30分

受付：午後6時30分～

対象：精華町民

会場：町役場2階交流ホール

注意事項：

- 拡声器、のぼり旗、プラカードの使用など、他の参加者に迷惑となる行為および物品の持ち込みは禁止します。
- 会場内での写真撮影、録音および録画は禁止とさせていただきます。
- 報道機関によるカメラ撮影などが入る可能性がありますので、ご了承ください。

問 企画調整課 ☎95-1900

せいか祭り2025

10月12日(日)開催決定& 学研ミュージックストリート 出演者募集!



今年はいつよりも1カ月早い開催です!

▶ 出演ジャンルなど

- ①ポップスやロック、ジャズなどの楽器演奏・コーラス
- ②ダンスや舞踊などの舞台パフォーマンス

▶ 開催場所・時間(予定)

- ・開催場所 (けいはんな記念公園芝生広場(以下「芝生広場」))
開催時間 午前9時30分～午後3時30分
 - ・開催場所 (けいはんなプラザメインホール(以下「メインホール」))
開催時間 午後0時30分～3時30分
- ※舞台スペースには限りがあります。ご了承ください。

▶ 出演時間

1団体につき15分間

▶ 出演(募集)団体数

- ・芝生広場16団体
- ・メインホール9団体

※出演希望団体が多数の場合、出演時間が短くなるほか、抽選を行うことがあります。

▶ 申込方法

7月22日(火)午後5時まで(必着)に「出演申込書・出演者写真・活動内容を収録した媒体(DVD、CDなど)」を、郵送または直接、せいか祭り実行委員会事務局へ。

※「出演申込書」は町ホームページからダウンロードしてください。



町ホームページ

※写真はパンフレットに掲載します。縦10㍍×横14㍍以上、データの場合は縦1440pixel×横2030pixel以上のものを用意してください。
※受け付け後、審査の上、出演いただくことになった団体のみに対して8月中に通知を行います。
※1団体につき、1申し込みでお願いします。

▶ そのほか

- ・①の音響機材やドラムスは事務局で用意します。
- ・出演料は無料ですが、会場までの交通費など、出演に必要な費用は出演者の自己負担となります。
- ・出演団体は、せいか祭りや学研ミュージックストリートの開催趣旨に賛同していただける方々となります。政治的・宗教的な活動を行う団体や、法令に抵触する団体、公序良俗に反する団体は出演をお断りします。
- ・「出演申込書」に記載された個人情報、学研ミュージックストリートの運営目的以外には使用しません。
- ・活動内容を収録した媒体は原則として返却しません。
- ・使用する音楽の権利などについては、出演者側で手続きをお願いします。

○申し込み・問い合わせ

〒619-0285(住所記入不要)
せいか祭り実行委員会事務局(自治振興課内)
☎95-1934

「せいか祭り」は、住民の皆さんの楽しみや誇りとなるイベントとして、地域の活性化や町内外の方々の交流を目的に開催しているお祭りです。楽器演奏やダンスなど、せいか祭りを明るく華やかに彩る「学研ミュージックストリート」を盛り上げていただける方々を募集しますので、ぜひ、積極的に応募してください。

せいか祭り2025 協賛・広告掲載募集!

「せいか祭り」成功に向け、協賛・広告掲載を広く募集します! 詳しくは、下記までお問い合わせください。

協賛・広告にご協力いただける場合は、以下のとおり、せいか祭り実行委員会が製作するパンフレットなどに貴社名を掲載させていただきます。

◇協賛の場合:「協賛機関」として

◇広告の場合:「広告機関」として(広告希望の原稿を掲載)

【参考: 広告サイズ】

広告規格	掲載サイズ	料金
A	縦9.3㍍ × 横19.2㍍	8万円
B	縦9.3㍍ × 横14.4㍍	5万円
C	縦6.2㍍ × 横9.6㍍	4万円
D	縦3.1㍍ × 横9.6㍍	2万円
E	縦3.1㍍ × 横4.8㍍	1万円

問 せいか祭り実行委員会事務局(自治振興課内) ☎95-1934

地籍調査事業を始めます

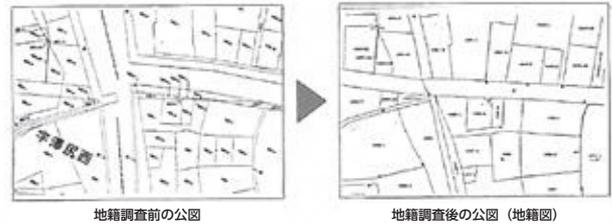
町では、皆さまの貴重な財産である「土地」の情報を正確に把握し、土地トラブルの防止や土地利用の促進、災害からの早期復旧や公共事業の円滑化などを図るため「精華町地籍調査事業基本方針」および「精華町地籍調査事業実施計画」を定め、国土調査法に基づく地籍調査を令和7年度より実施します。

地籍調査って何？

地籍調査の「地籍」とは「土地の戸籍」のことです。
各個人に「戸籍」という情報があるように、各土地ごとの所在や面積、所有者などの情報が「地籍」です。
この地籍について土地一筆ごとの所在地や形、地目、面積、所有者などを調査・確認し、精密な測量を行い、地籍の明確化を図るために実施される調査が「地籍調査」です。

なぜ地籍調査をするの？

土地に関する記録は、法務局の「公図」と「登記簿」により管理されていますが、これらの多くが明治初期のもので、当時の測量技術などの問題もあり、土地の形状や境界などが現実と異なっている場合が多く、また、登記簿に記載されている土地の面積も正確でない場合があるのが実態です。
地籍調査は、土地の基礎的な情報である地籍を明確にし、それぞれの土地の保全を図ることを目的として実施される調査です。

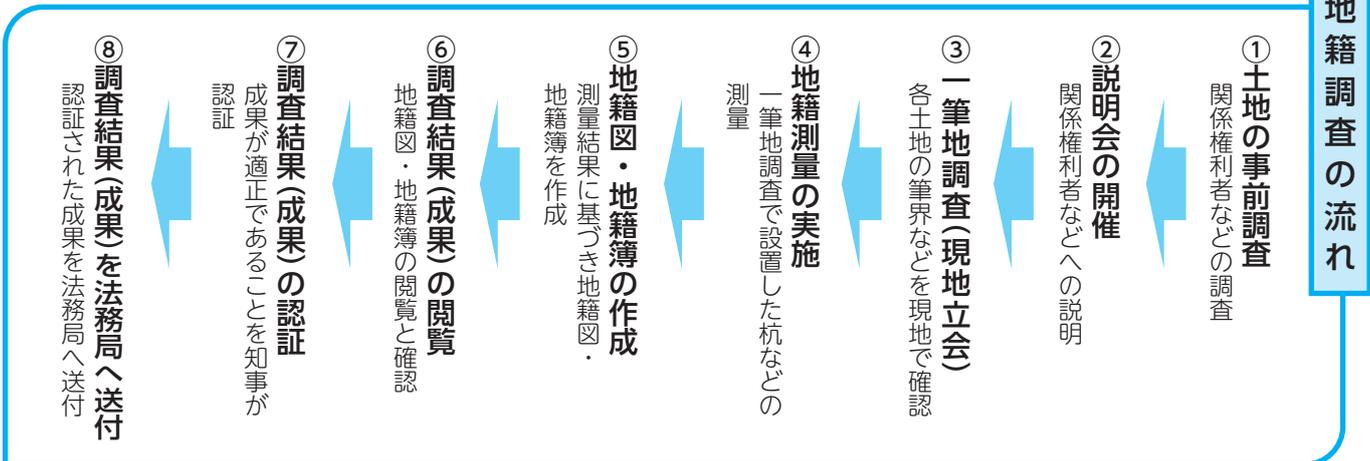


※図は国土交通省のホームページより引用

地籍調査の効果って何？ 主な効果として…

- 土地トラブルの防止 土地境界を正確に復元できるので土地に関するトラブルを未然に防止できます。
- 土地利用の活性化 登記情報の信頼性が向上し、土地利用や土地取引が円滑にできます。また、町が計画する各種公共事業の効率化にも役立ちます。
- 災害復旧の迅速化 災害が起きても、各土地の情報が記録されているので、迅速な復旧が可能となります。
- 課税の適正化・公平化 土地の正確な面積などの情報により、公平で適正な課税が図れます。

← ← ← ← 1地区あたり、この流れを3年から4年の期間をかけて調査を実施します → → → →



※精華町地籍調査に関する詳細は、町ホームページをご覧ください。

7～9月は食中毒予防月間

家庭でできる 食中毒予防の6つのポイント

point 1

食品の購入



point 2

家庭での保存



point 3

下準備



point 4

調理



point 5

食事



point 6

残った食品



食中毒予防の3原則

食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

厚生労働省

戸籍に記載される振り仮名の通知書を送付

5月26日に施行された改正戸籍法により、氏名のフリガナが戸籍の記載事項に追加されました。

施行日を基準日として、本籍地が精華町の方へ、戸籍に記載される予定のフリガナをお知らせする「戸籍に記載される振り仮名の通知書」を7月上旬より順次発送します。

通知書は住民票の情報を参考に作られており、原則として戸籍の筆頭者宛に郵送します。通知書は戸籍単位で作成し、同一戸籍内で同じ住所の方へは一緒に郵送します。1通につき最大4人まで記載されるため、2通以上に分かれて届くこともあります。同一戸籍内でも別住所の方へは、住所ごとに郵送します。

本籍地が町外の方は、本籍地市区町村から郵送されます。(通知書の発送時期は、本籍地によって異なります。)

通知されたフリガナの内容を、必ず確認して下さい！

通知されたフリガナが正しい場合

届出は不要です。

早期に氏名のフリガナを戸籍や住民票に記載したい場合は、フリガナの届出をすることで記載することができません。

通知されたフリガナが普段使用しているものと異なる場合

令和8年5月25日までに正しいフリガナの届出が必要です。

※フリガナの拗音・促音(「イ」「ヤ」「ユ」「ヨ」「ツ」の大小)の違いについても、普段使用しているものと異なる場合は届出が必要です。

フリガナの届出について

届出方法

下記いずれかの方法で届出してください

- ・マイナポータルからオンライン届出
- ・町役場窓口へ届書を提出
- ・届書を本籍地へ郵送

届出期間

令和8年5月25日(月)まで

※令和8年5月25日までに届出が無かった場合、お送りする通知書に記載のフリガナを戸籍に記載します。

☎【一般的なフリガナの制度や届出方法に関して】法務省コールセンター☎0570-05-0310

【その他お問い合わせについて】精華町総合窓口課戸籍住民係☎95-1915

マイナポータル
からの届出は
こちら



届出方法の確認や
届書ダウンロード
はこちら



自衛官を募集

自衛官候補生は随時募集しています。

種別	受付期間	試験期日	資格
航空学生	8月29日(金)まで	1次：9月20日(土)・27日(土)※1 2次：10月16日(木)～23日(木) 3次：(海) 11月21日(金)～12月17日(水) (空) 11月15日(土)～12月18日(木)	海：18歳以上23歳未満の者 空：18歳以上24歳未満の者 海・空ともに高卒または高専3年次修了者(いずれも見込み含む)
一般曹候補生(2回目)	9月2日(火)まで	1次：9月14日(日)・16日(火)・17日(水) 2次：10月12日(日)・13日(祝・月)・15日(水) いずれか1日を指定します。	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)
予備自衛官補(2回目)※2	9月11日(木)まで	1次：9月14日(日)・16日(火) 2次：9月23日(祝・火)・24日(水)・28日(日) いずれか1日を指定します。	一般：18歳以上52歳未満の者 技能：18歳以上で国家免許資格などを有する者(資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満)

※1 9月27日試験は、状況により実施されない可能性があります。

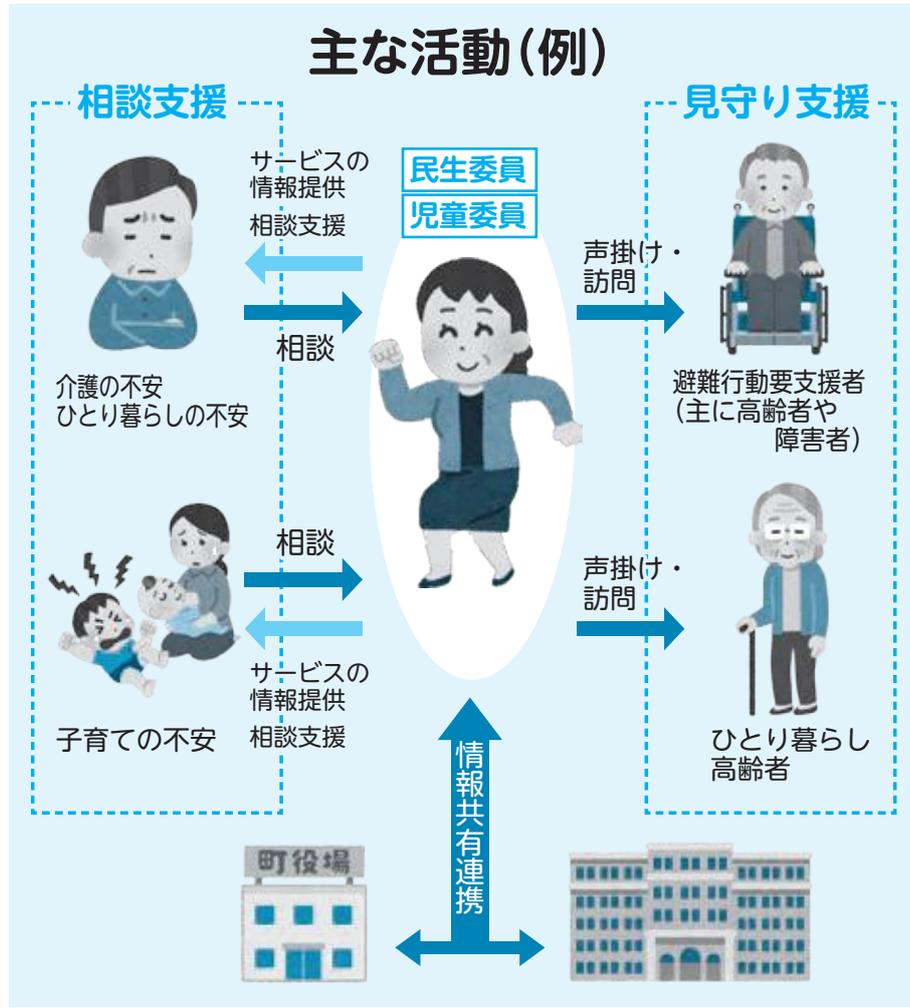
※2 状況により、2回目試験は実施されない場合があります。

詳細は下記で確認してください。

☎自衛隊京都地方協力本部(<https://www.mod.go.jp/pco/kyoto/>)☎075-803-0821、宇治地域事務所☎44-7139

- 選挙・募集
- 暮らし・税
- 年金・保険
- 福祉・介護
- 健康・医療
- 環境・美化
- 教育・子育て
- 文化・学習
- スポーツ
- 防災・防災
- その他

問 社会福祉課 共生社会係 95-11904



民生委員・児童委員を募集

民生委員・児童委員は、自らも地域住民の一員として、担当の区域で高齢者や障害のある方の安否確認や見守り、子どもたちへの声掛けなどを行っています。また、地域住民の身近な相談相手として、役場や専門機関とのつなぎ役になります。

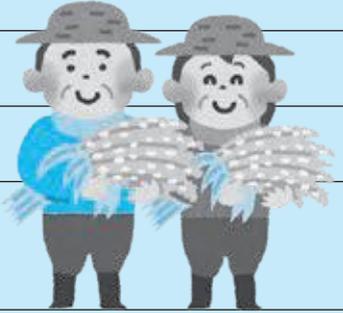
民生委員・児童委員の任期は3年で、再任が可能です。町では、民生委員・児童委員の定数64人に対し、現在62人が活動しています。

誰もが安心して暮らせる地域づくりのお手伝いをしていただける方の応募をお待ちしています。

農業資材価格高騰対策助成金

物価高騰により、農産物生産に必要な肥料価格や燃料価格が高騰し、経費負担が増大している町内の販売農業者を支援します。

助成対象者	町内在住の農業を営む販売農業者
助成の対象	令和7年1月以降に購入した農業資材
助成金の額	農業資材の購入にかかる経費の2分の1 (上限5万円) ※1年度につき補助対象者1人につき1回限りの交付
申請方法	申請書類に次の書類を添え、農政課に申請してください。 <ul style="list-style-type: none"> 購入した農業資材の内容および購入日が確認できる書類(領収書の写しなど) 令和7年1月以降の出荷販売実績が確認できるもの(売上伝票など) 精華町内に住所または所在地を有することがわかる書類(マイナンバーカードなど) 口座番号と口座名義(カタカナ)が確認できるもの(通帳の写し)
申請期間	8月15日(金)から令和8年2月10日(火)まで



※申請書類などは、申請期間に農政課の窓口や町ホームページ、JA 経済倉庫で入手してください。
 ※農業以外に使用できる汎用性の高いもの(長靴、作業服など)などは対象外です。

問 農政課 農業振興係 95-1903

行政情報コーナー

お知らせ します！



医療費助成 申請を

昭和35年8月生まれの方へ
町では、65～69歳で要件を満たす方に、医療費（保険適用分）の一部を助成しています。

申請期間は7月9日(水)～16日(水)の平日。申請が遅れると受給者証の使用開始日も遅れる場合があります。

※対象者には案内を郵送しています。申請した方のうち、認定者には8月から使用できる受給者証を郵送します。

問 国保医療課医療係 95-11929

国民健康保険加入者の方へ

70歳から74歳までの方
「国民健康保険高齢受給者証」は8月1日から切り替わります。

有効期限が令和7年7月31日までの受給者証は8月1日以降使用できません。新しい受給者証は、7月下旬に送付します。

問 国保医療課国保係 95-11929

後期高齢者医療

① 被保険者証などの更新

7月中旬に、8月1日(金)から使える新しい後期高齢者資格確認書(だいたい色)を送付します。現在お持ちの被保険者証または資格確認書(うぐいす色)は有効期限が7月31日(木)です。

② 保険料の通知に関するお知らせ

令和7年度(令和7年4月～令和8年3月分)の保険料については、京都府後期高齢者医療広域連合が算定し、7月中旬に町から保険料額決定通知を送付します。保険料は世帯(被保険者全員と世帯主)の所得の合計に応じて均等割額(5万6340円)が7割、5割、2割軽減されます。

また、制度加入の前日まで会社の健康保険や協会けんぽ、共済組合の被扶養者だった方は、資格取得時から2年間は均等割額が5割軽減されます(国民健康保険や国民健康保険組合の加入者は該当しません)。

▶ 京都府における令和7年度の後期高齢者医療制度保険料 (年額)



なお、令和7年度は均等割額の軽減判定所得の基準が変更となっています。

問 均等割額の軽減判定所得の基準の変更内容

問 国保医療課医療係 95-11929

軽減割合	改正後(令和7年度)	改正前(令和6年度)
7割	43万円+ {10万円×(給与所得者などの数-1)} 以下の世帯	43万円+ {10万円×(給与所得者などの数-1)} 以下の世帯
5割	43万円+(被保険者数×30万5000円)+ {10万円×(給与所得者などの数-1)} 以下の世帯	43万円+(被保険者数×29万5000円)+ {10万円×(給与所得者などの数-1)} 以下の世帯
2割	43万円+(被保険者数×56万円)+ {10万円×(給与所得者などの数-1)} 以下の世帯	43万円+(被保険者数×54万5000円)+ {10万円×(給与所得者などの数-1)} 以下の世帯

国民健康保険税の賦課限度額の一部引き上げ

令和7年4月1日から、国民健康保険税の医療分、後期高齢者支援金等分について、賦課限度額（課税額の上限）を引き上げました。介護分は変更ありません。

- ・医療分 65万円→66万円
- ・後期高齢者支援金等分 24万円→26万円

令和7年度の国民健康保険税の税率表

	医療分 (0歳～74歳)	後期高齢者支援金等分 (0歳～74歳)	介護分 (40歳～64歳)
①所得割額	(令和6年中の総所得金額など －43万円)×7.85%	(令和6年中の総所得金額など －43万円)×2.45%	(令和6年中の総所得金額など －43万円)×2.20%
②均等割額	2万6000円×被保険者数	9000円×被保険者数	9500円×被保険者数
③平等割額	2万5000円	7000円	5500円
小計	小計A【①+②+③】 賦課限度額66万円	小計B【①+②+③】 賦課限度額26万円	小計C【①+②+③】 賦課限度額17万円
世帯の国民健康保険税額＝小計A＋小計B＋小計C			

問 国保医療課 国保係 95-1929

国民健康保険税の軽減判定所得の基準変更

国民健康保険においては、世帯主と国民健康保険加入者の所得の合計金額が軽減判定所得の基準以下の世帯に対して、国民健康保険税（以降「保険税」という）の均等割額と平等割額の軽減を行っています。令和7年4月1日から、保険税の軽減判定所得の基準が一部変更となり、軽減対象者を拡大しました。

軽減判定所得の基準の変更内容

軽減割合	改正後 (令和7年度)	改正前 (令和6年度)
7割	43万円＋ {10万円×(給与所得者などの数－1)} 以下の世帯	43万円＋ {10万円×(給与所得者などの数－1)} 以下の世帯
5割	43万円＋(被保険者数×30万5000円)＋ {10万円×(給与所得者などの数－1)} 以下の世帯	43万円＋(被保険者数×29万5000円)＋ {10万円×(給与所得者などの数－1)} 以下の世帯
2割	43万円＋(被保険者数×56万円)＋ {10万円×(給与所得者などの数－1)} 以下の世帯	43万円＋(被保険者数×54万5000円)＋ {10万円×(給与所得者などの数－1)} 以下の世帯

ただし、表中の「給与所得者など」は、一定の給与所得者と公的年金などの支給を受ける方を指します。

また、表中の「被保険者数」については、同一世帯で国民健康保険から後期高齢者医療制度の被保険者に移行した方も含みます。

問 国保医療課 国保係 95-1929

障害基礎年金の受給

障害状態確認届（診断書）の提出

障害基礎年金を受給している方は、「障害状態確認届」（診断書）を、診断書提出年の誕生日の末日までに提出する必要があります。

「障害状態確認届」（診断書）の用紙は次回の診断書提出予定年が案内されている全ての方へ、診断書提出年の誕生日の3カ月前の月末に送付されます。

対象とならない方には、診断書は送付されていませんので提出は不要です。

東京都南年金事務所お客様相談室 075-644-1165（代表）、精華町役場総合窓口課年金係 95-11915

介護保険 負担限度額の設定

介護保険では、施設サービスや短期入所サービスを利用する場合、食費・居住費は自己負担となりますが、申請により減額となる場合があります。

金額など詳しくはお問い合わせください。

▼対象サービス

- ・特別養護老人ホーム・老人保健施設
- ・介護医療院の食費と居住費
- ・短期入所生活介護・短期入所療養介護
- ・介護予防短期入所生活介護・介護予防短期入所療養介護の食費と居住費

▼対象者

利用者負担段階	対象者
第1段階	・世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む）が市区町村民税を課税されていない方で老齢福祉年金を受給されている方 ・生活保護などを受給されている方 かつ、預貯金などが単身で1000万円（夫婦で2000万円）以下の方
第2段階	・世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む）が市区町村民税を課税されていない方で合計所得金額と課税年金収入額と非課税年金収入額の合計が年間80万9000円以下の方 かつ、預貯金などが単身で650万円（夫婦で1650万円）以下の方
第3段階①	・世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む）が市区町村民税を課税されていない方で合計所得金額と課税年金収入額と非課税年金収入額の合計が年間80万9001円以上120万円以下の方 かつ、預貯金などが単身で550万円（夫婦で1550万円）以下の方
第3段階②	・世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む）が市区町村民税を課税されていない方で合計所得金額と課税年金収入額と非課税年金収入額の合計が120万1円以上の方 かつ、預貯金などが単身で500万円（夫婦で1500万円）以下の方

※第2号被保険者の方の預貯金などの上限額は単身で1000万円（夫婦で2000万円）です。

▼申請方法

介護保険負担限度額認定申請書および本人と配偶者名義の預金通帳などを次のところへ。

※該当者には介護保険負担限度額認定証を交付します。利用施設で提示してください。

問 高齢福祉課高齢介護係 95-11932

国民年金保険料免除・納付猶予

令和7年度分申請を7月から受付中国民年金保険料の免除・納付猶予申請は、原則として年度ごとに必要です。

令和6年度分（令和6年7月～令和7年6月分）の国民年金保険料が免除・納付猶予されている方で、令和7年度分（令和7年7月～令和8年6月分）も、収入の減少や失業などにより保険料を納めることが経済的に難しく、引き続き免除・納付猶予を希望する場合は申請が必要です【注】。

保険料免除制度

本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下の場合や失業した場合に申請し承認されると、保険料の納付が免除になります。免除される額は、本人・世帯主・配偶者の前年所得（1月～6月までに申請する場合は前々年所得）に応じて次の4段階となります。

・4分の1免除／1万3130円納付

・半額免除／8760円納付
・4分の3免除／4380円納付
・全額免除／納付なし

保険料猶予制度

20歳～50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合や失業した場合に申請し、承認されると保険料の納付が猶予されます。

▼申請に必要なもの

・離職票、または雇用保険受給資格者証（判定対象者が令和5年12月31日以降に離職している場合）

【注】申請は、原則として毎年度必要です。ただし、前年度分（令和6年度分）の保険料について全額免除、または納付猶予の承認を受けた方で、前回までの申請時に翌年度以降も申請を行うこと（継続審査）を既に希望している場合は、申請は不要です。

▼申請方法

平日午前8時30分～正午・午後1時～5時まで総合窓口課（2階）へ。

マイナンバーカードをお持ちの方

マイナンバーカードから国民年金保険料免除・納付猶予などの電子申請ができます。電子申請なら、自宅や職場で24時間いつでも、スマートフォンやパソコンから申請ができます。

※手続きにはマイナンバーの「利用者登録」が必要です。

▼対象手続

・国民年金第1号被保険者加入の届出（退職後の厚生年金からの変更など）



マイナンバー

・国民年金保険料免除・納付猶予の申請

・国民年金保険料学生納付特例の申請
・国民年金付加保険料の申出（辞退）・該当（非該当）の届出

・国民年金産前産後免除該当の届出
・口座振替納付（変更）申出兼還付金振込方法（変更）申出

・口座振替辞退申出

問 京都市南年金事務所国民年金課 075-644-1165（代表）、精華町役場総合窓口課年金係 95-1915

重度心身障害老人健康管理事業

受給対象者証の様式変更

重度心身障害老人健康管理事業では、毎年8月に更新を迎えるため、7月中旬ごろに新しい受給対象者証を郵送します。

これまでは同事業対象の方へ受給対象者証としてシールを交付していましたが、令和7年8月の更新から様式がシールからはがきサイズの用紙に変わります。

保険情報を紐づけたマイナンバーカードまたは資格確認書と併せて医療機関などの窓口で提示してください。これまでの様式と新しい様式とで、使い方に変更はありません。

なお、令和6年12月2日以降、同事業に新規認定された方は、当初から新しい様式の受給対象者証を交付しています。

問 国保医療課医療係 95-1929

重慶心身障害老人健康管理事業 対象者証	
受給者氏名	
住所	
氏名	
生年月日	
有効期間	
発行機関 及び印	
交付年月日	

新しい受給対象者証

し尿くみ取り手数料改定のお知らせ

10月1日(水)からし尿くみ取り手数料が143円/10^{リットル}（現行128円）になります。

今回のし尿くみ取り手数料の改定は、令和元年10月1日の消費税の改定によるものを除くと、平成27年10月1日以来10年ぶりの改定で、10年前と比べ、人件費の増加や物価の上昇による直接経費の増加に伴い、くみ取りという生活と密接した業務を安定的・継続的に行うため、収集・運搬コストに関する経費を実態に応じて適正化するため実施するものです。ご理解・ご協力をお願いします。

10月1日以降のくみ取り時には、新券（143円/10^{リットル}）が必要となります。

使用できなくなった古いくみ取り券は、環境推進課の窓口で申請すれば、後日口座振り込みにより還付を受けることができます。

問 【し尿くみ取り手数料に関して】相楽広域行政組合事務局 72-0421 【し尿くみ取り券の購入などに関して】環境推進課資源循環係 95-1925

幼稚園就園に補助金

町では、幼児教育の普及と充実を図るため、補助金を交付しています。申請方法などの詳細は町ホームページから確認してください。



町ホームページ

対象者

私立幼稚園に満3歳以上の子どもを通園させている町内在住の保護者

補助金額

子ども1人当たり月額3000円

問 学校教育課学校教育係 95-1906

殺虫剤・除草剤使用に配慮

住宅地で殺虫剤や除草剤を使用すると周りに飛散し、迷惑をかけてしまう恐れがあります。

住宅地で殺虫剤や除草剤を使用する場合は、使用方法を必ず守り、風向きや時間帯を考慮するなど、周辺への配慮を心掛けてください。

問 環境推進課環境保全係 95-1925

使用済み小型家電リサイクル

令和6年度の使用済み小型家電のリサイクル回収量は、5190^{キログラム}でした。ご協力ありがとうございました。

今年度も引き続き使用済み小型家電の回収をしています。回収対象は、町ホームページで確認してください。

いずれの品目もボックスの投入口（25

センチメートル×15センチメートル）から入れることができるものに限りです。

注意事項

・回収対象以外の品目は、入れないでください。

・乾電池は取り外し、各地区集会所などに設置している使用済み乾電池回収ボックスに入れてください。

・回収ボックスは返却できません。

回収ボックス設置場所

町役場、むくのきセンター、精華町コミュニティホール、かしのき苑、MEGAドン・キホーテUNY精華台店、コープ祝園駅店、けいはんなプラザ

※各施設の開館・営業時間に利用することができません。

問 環境推進課資源循環係 95-1925

みんなのおうちに太陽光

参加登録者募集

共同購入により、太陽光パネル・蓄電池をお得に購入できます。参加登録は9月4日(木)まで。登録および詳細は次の二次元コードから。



京都府×京都市特設ページ

問 京都みんなのおうちに太陽光事務局 0120-1623-1100



町ホームページ

スマート・エコハウス促進融資

スマエコ融資は、府内のご家庭による太陽光や蓄電池などのエコ設備の設置を低金利で支援する制度で、通年で申し込みが可能です。詳しくは次の二次元コードから。



京都府ホームページ

申し込み・相談先

京都銀行、京都信用金庫、京都中央信用金庫、京都北都信用金庫、関西みらい銀行、JABANK京都（府内の本店支店）

問 京都府脱炭素社会推進課 075-1414708

京都府住宅脱炭素化促進事業補助金

冬は暖かく、夏は涼しい省エネ住宅を新築・購入する府民の方に最大40万円が交付されます。新しい生活を検討中の方、積極的に申請してください。詳しくは次の二次元コードから。



京都府地球温暖化防止活動推進センターホームページ

問 京都府地球温暖化防止活動推進センター 075-1803-1129

オオキンケイギクの繁殖防ごう

オオキンケイギクは、5〜7月ごろにかけて、全国各地の河原や道端などで見

オオキンケイギクを持ち帰ったり、植えたりしないようにお願いします。詳細は町ホームページで確認ください。



町ホームページ

問 環境推進課環境保全係 95-11925

有害鳥獣捕獲の実施

町では有害鳥獣による被害防止のため、農家などからの依頼に基づき、状況を見ながら捕獲に取り組みます。

① 7月1日(火)〜9月30日(火)

▼ 捕獲する種類 イノシシ、アライグマ、ヌートリア

▼ 捕獲方法 捕獲わなを使用

② 8月1日(金)〜31日(日)

▼ 捕獲する種類 イノシシ、カラス、ドバト、キジバト、ヒヨドリ、ムクドリ、スズメ

▼ 捕獲方法 銃器を使用

町内山間部を中心にイノシシ捕獲用わなを設置しています。設置場所付近には注意喚起の標識がありますので、入山時には注意してください。

問 農政課農業振興係 95-11903

指定暑熱施設（クーリングシエルト）の指定

町では住民の皆さんや町に来られた方々に向けて、熱中症特別警戒情報（熱中症特別警戒アラート）が発表された際の暑さをしのげる場所として、町役場の一部などを指定暑熱避難施設（クーリングシエルト）として指定しています。熱中症特別警戒情報（熱中症特別警戒アラート）が発表された場合は、普段以上に熱中症対策を徹底しましょう。詳しくは町ホームページを確認してください。

問 環境推進課環境保全係 95-11925

こいの広場



公式LINE

さまざまな困難や不安を抱えている女性の方などが、気軽に訪れることができます。居場所の提供を行っています。

会場には生理用品の寄付ボックスがありますので、不要になった未使用の生理用品の寄付にご協力をお願いします。

▼ 7月のテーマ 「小物づくり」

▼ 日時・場所

① 7月10日(木)午後2時〜4時・COC

ONI（町役場2階喫茶スペース）
 ② 7月25日(金)午後6時〜8時・ほうその共生ビル1階こころく

問 NPO法人プラッツこころく 95-7902

社会を明るくする運動

「社会を明るくする運動」犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラは、全ての人が、犯罪や非行の防止と、犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動で、今年で第75回を迎えます。

安全で安心な暮らしに向けて、犯罪や非行をした本人が過ちを悔い改め、立ち直りに向けた努力を行うことは当然ですが、犯罪や非行が繰り返されないためには、本人の立ち直りを支える家庭や地域づくりが大切です。

町では保護司、更生保護女性会員などの皆さんが立ち直りを支える活動をしています。

「更生保護の日」である7月1日からの1カ月は「社会を明るくする運動強調月間」です。これを機に自分には何ができるのか、皆さんで考えてみませんか。

問 人権啓発課啓発係 95-11919

頑張る人を応援します

文化・スポーツ振興奨励金

広域的な文化事業を主催する方や、スポーツの全国大会・世界大会に出場する方に、振興奨励金を支給します。

本年度に事業の開催や大会への出場が決定した際、申請により奨励金を支給します。申請は事業または大会が開催される前にしてください。開催・出場後には実績報告書の提出が必要です。

支給額は内容の規模によって異なります。申請書と実績報告書は、町ホームページからもダウンロードできます。

問 生涯学習課社会教育係 95-11907

精華町上下水道事業審議会

委員募集

今後の町の上下水道事業の経営や将来計画などについて、審議する委員を募集します。審議会は年2回程度の予定ですが、審議内容によっては随時開催します。

▼ 募集人数 2人

▼ 任期 令和7年11月1日から2年間

▼ 応募資格 次の条件を共に満たす方

・ 町内在住で、令和7年7月1日時点で満18歳以上

・ 平日昼間に開催の審議会に出席可能

▼ 報酬 8000円/日

▼ 申込方法

7月31日(木)までの平日午前9時～午後5時に、応募用紙を直接、郵便、ファクス、またはEメールで経理営業課へ

【注】

そのほか

・ 応募用紙に①本町上下水道事業の経営や将来計画に関する提案や意見②自己アピールや審議会参加に対する意欲を書いてください。

・ 応募用紙は返却できません。

・ 応募多数の場合は、応募書類を基に町選考委員会で2人を選考します。

・ 選考結果は、9月末日までに郵送で通知します。

・ 委員として選出された場合は、氏名を公表します。

【注】 応募用紙は上下水道部事務所または町ホームページから。Eメールの場合は、件名を「審議会委員募集」としてください。

問 経理営業課(上下水道部事務所内)

〒619-0241 精華町祝園門田14番地1・ 画 94-2049・ 画 93-11243・ 画 keirigyotown.seika.jp

高齢者などのごみ出し支援制度に係る検討会

委員募集

高齢化や核家族化の進展などに伴い高齢者のみの世帯が増加し、家庭からの日々のごみ出しに課題を抱える事例が生じていることから、町の実情にあわせた高齢者などのごみ出し支援制度に係る検討委員を一般公募します。

▼ 募集人数 2人以内

▼ 応募資格 次のすべての条件を満たす方

・ 町内在住で18歳以上
・ 町のごみ問題や高齢化問題などに関

心があり、より良い町を築くための意欲がある

▼ 業務内容 検討会への出席(1年度内3回(予定)、平日開催、1回あたり1~2時間程度)

※本委員への報酬はありません。

▼ 申込方法

7月25日(金)まで(必着)の平日午前8時30分～正午・午後1時～5時に、任意の用紙に「住所・氏名(フリガナ)・生年月日・町内居住年数・職業・電話番号・Eメールアドレス(ある場合)・町における高齢者などのごみ収集の現状と課題について書いた400字程度の作文」を郵送、ファクス、またはEメールで次のところへ。

問 環境推進課資源循環係 95-11925

画 kankyotown.seika.jp

シルバー人材センター会員募集

短い梅雨が明け、暑さで体調が崩れやすい時期です。自然と家にいる時間が増え、外出する機会が減っていませんか? 一度、シルバー人材センターの入会説明会に足を運んでみてはいかがでしょう。仕事を通じて、新しい友達を作る絶好の場所です。毎月初めに説明会を開催しています。同センターがどのような活動をしているのかを丁寧に説明します。

質問があれば、個々に対応します。秋から何か新しいことを始めたいなど考えているならば、この夏から準備をしてはいかがでしょうか。不安なことがあれば、同センターのメンバーがサポートしま

す。興味を持たれた方は、ぜひお問い合わせください。

入会説明会

▼ 日時 8月1日(金)午前10時～11時

▼ 場所 北稻八間井手ノ元27-1

▼ 対象者 町内に在住の60歳以上の方(令和8年3月31日までに60歳を迎える方歓迎)

問 精華町シルバー人材センター 画 98-0510

510



シルバー人材センターホームページ

放送大学入学生募集

放送大学は、10月入学生を募集しています。

放送大学は通信制の大学で、学位取得はもちろん、キャリアアップや資格取得、趣味や教養を深めるための生涯学習の拠点として広く門戸を開いています。学ぶ意欲さえあれば、15歳から入学でき、学位も取得できます。資料請求は次のところへ。

出願期間

第1回は8月29日(金)まで、第2回は9月11日(木)まで

問 放送大学奈良学習センター 画 074212017870

選挙・募集

暮らし・税

年金・保険

福祉・介護

健康・医療

環境・美化

教育・子育て

文化・学習

スポーツ

防犯・防災

その他

令和7年度ファミリー・サポート ト援助会員養成講座開催!

精華町ファミリー・サポート・センターは、地域の中で安心して子育てができる環境づくりを目的とし、援助を受けたい人と援助をしたい人がそれぞれ会員となり、センターが仲介してお互いの信頼関係のもと有料で助け合いをしている組織です。

仕事や家事の合間などに活動していただけの方を募集しています。援助をするためには養成講座の受講が必要です。詳しくは、次の二次元コードから社協ホームページ・社協公式LINEを確認してください。



社協ホームページ



社協公式LINE

問 精華町社会福祉協議会法人運営室 94
14573・✉ houjunnnei@seikasho
akyoo.or.jp

精華町権利擁護・成年後見センター

当センターでは認知症や知的障がい、精神障がいなどによって、物事を判断する能力が十分でなく、契約行為や財産の管理などに支障のある方が不利益を被ることがないように、成年後見制度の利用を推進しています。

成年後見制度は家庭裁判所への申し立てにより本人を保護し、法的に支援する人を選任する制度です。

・認知症状が進み、今後の金銭管理が不安な両親のために。
・障がいのある子がいる。両親亡き後が心配。
・遠方にいる両親が、知らない間に高額なものを何度も購入しているようだ。
・このようなお困りごとがありましたら、精華町権利擁護・成年後見センターにお気軽にご相談ください。

問 精華町社会福祉協議会 精華町権利擁護・成年後見センター 94-4573

夏の交通事故防止府民運動

令和7年夏の交通事故防止府民運動が実施されます。

交通ルールの遵守、交通マナーの実践を習慣づけることにより、交通事故を減らしましょう。

運動スローガン

『京の夏
マナー遵守で 涼やかに』

実施期間

7月21日(祝・月)～30日(水)までの10日間

運動重点

期間中は次の運動重点を特に意識しましょう。

- ・子どもと高齢者の交通事故防止
- ・歩行者の安全確保
- ・自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用
- ・飲酒運転・ながら運転の根絶

問 自治振興課自治支援係 95-11934

海で楽しく遊ぶための注意点

海で泳ぐ際は、監視員がいる「海開きをしている海水浴場」で泳ぎましょう。海水浴を安全に楽しむために、次のことを守りましょう。

- ・天気が悪いとき、波が高いときは泳がない
- ・遊泳禁止区域では泳がない
- ・お酒を飲んだら泳がない
- ・小さな子どもから目を離さない
- ・離岸流に流された時は、海岸に戻ろうとせず、海岸と平行に泳いで脱出しましょう。
- ・海岸で津波フラッグを見かけたらすぐに高いところへ避難しましょう。



津波フラッグ

海の事件・事故は「118番」(海上保安庁緊急通報用電話番号)へ通報してください。

海を安全に楽しむための「ウォーターセーフティガイド」を次の二次元コードから確認できます。



海上保安庁ホームページ

問 舞鶴海上保安部 0773-17614120

打ち水でクールダウン

昔からの夏場の涼を感じる知恵として、庭や玄関先にまいた水が蒸発する際に地面の熱を奪うことを利用する「打ち水」が行われてきました。夏に家庭で簡単にできるエコな取り組みとして、注目を集めている「打ち水」で、暑い夏にひとときの涼を感じましょう。

「打ち水」にはお風呂の残り湯やタンクに溜めた雨水などを再利用しましょう。町では、雨水を溜めるタンクの設置に対して補助金を交付しています。

問 環境推進課環境保全係 95-1925



こちら総合窓口ニュースです！ vol. 100



証明書は便利なコンビニ交付サービスで取得

マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書が搭載されたもの)をお持ちの方は、コンビニエンスストアやスーパーなどに設置しているマルチコピー機から住民票の写しなどの証明書を取得できます。

※役場・住民サービスコーナー(桜が丘エスペローマ高の原内)の機械もマイナンバーカード専用です。

○取得できる証明書

戸籍の全部(個人)事項証明書(本籍地が精華町の方)・住民票の写し・住民票記載事項証明書・印鑑登録証明書(印鑑登録している本人のみ)・所得証明書(本人のみ)・課税(非課税)証明書(本人のみ)

※精華町にお住まいで本籍地が精華町以外の方は、コンビニに設置してあるマルチコピー機から本籍地の市区町村へ戸籍証明書のコンビニ交付利用登録申請が必要です。

○取得できる店舗

全国のセブン-イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ、イオンリテール、平和堂、スーパーサンフレッシュ狛田店など、マルチコピー機を設置している店舗

○利用時間(年末年始、メンテナンス日を除く)

午前8時30分～午後5時15分(役場・住民サービスコーナー)
午前6時30分～午後11時(コンビニエンスストア)
※スーパーなどは各店舗の営業時間

マイナンバー専用休日窓口(予約制)

マイナンバーカードの受け取り・申請・電子証明書の更新

- 7月13日(日)、8月16日(土)
- 予約可能な時間：午前9時～11時45分

※事前に予約が必要です。

※予約希望日の45日前から予約可能です。

- 申請・更新の予約→電話で予約してください。
- 受け取り予約→あらかじめ役場から送付したはがきをご用意のうえ、インターネット・電話にてご予約ください。

※電子証明書の更新は、有効期限の3カ月前から可能です。

問総合窓口課戸籍住民係 95-1915

インターネット予約はこちら

障害のある人もない人も暮らしやすい社会をめざして

手話でコミュニケーション

第110回

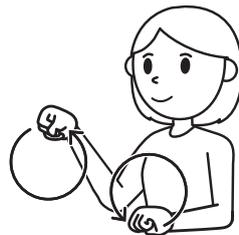


「手話は見る言葉」とも言われます。全ての聴覚障害者が手話を使うわけではありませんが、意思疎通の方法の一つとして手話を紹介しています。手話をきっかけとして聴覚障害についての理解が広がることを願っています。

今年、東京2025デフリンピックが開催されます。デフリンピックとは、デフ+オリンピックのことです。デフ(Deaf)は、英語で「耳が聞こえない」という意味です。デフリンピックは国際的な「聞こえない・聞こえにくい人のためのオリンピック」です。

第1回のデフリンピックは、1924年にフランスのパリで開催されました。東京2025デフリンピックは、100周年の記念すべき大会であり、日本では初めての開催になります。4月から8月までは、デフリンピックで行われる競技の手話を紹介しています。

じてんしゃ 自転車、サイクリング



上下に置いた両手拳で円を描いて交互に回す(自転車をこぐ様子)

ボウリング



親指、中指、薬指を曲げ、ボウリングの玉を投げるしぐさをする



◀ ホームページで過去に掲載した手話を紹介中

問 社会福祉課共生社会係 95-1904

消費生活センターからのお知らせ

子どものスマートフォンにはペアレンタル コントロール機能を利用していますか

子どもが無断でオンラインゲームに課金してしまったりという保護者からの相談が多く寄せられています。特に、スマートフォンやタブレット端末での小学生・中学生の無断課金に関する相談が目立ち、本センターでも「小学生の息子が8月ごろからアプリ課金を始めており、しばらくは少額の課金のため気付かなかったが、12月ごろに課金がエスカレートして総額45万円ほど使っていた」という相談がありました。以下の子どもの無断課金が生じやすい理由・アドバイスを参考にしてください。

【理由】①保護者のアカウントにログインした状態で遊ばせると、子どもが保護者の決済を利用してしまふ②保護者のアカウントでログインしている状態では、たとえ決済の都度、承認を得る設定にしていたとしても、子どもがその設定を変更できてしまふ③子ども用に契約したスマートフォンであっても、「ペアレンタルコントロール」機能を利用していないければ、無断でキャリア決済が可能になる④保護者が決済完了メールを見落としていたため、課金に気づかなかった⑤子ども自身にお金を使っているという認識がない場合がある

【アドバイス】①保護者のスマートフォンで遊ばせる場合は、保護者のアカウント

には必ずログオフしておく②保護者の古いスマートフォンや子ども専用のスマートフォンの遊ばせる場合は、子ども専用のアカウントを作成し、ペアレンタルコントロール機能を利用して保護者が管理する③決済時の承認（パスワード、指紋認証、顔認証など）を設定する④クレジットカード、キャリア決済を適切に管理する⑤日頃から決済完了メールや明細を確認する⑥子どもと一緒に対策を考える（課金の仕組み、無料の範囲、課金のルール、お金の価値や使い方について）トラブルが生じた場合はすぐに消費生活センターなどに相談しましょう。

**相楽消費生活センターは
4月28日(月)から
京都府木津総合庁舎に
仮移転しました**
(住所：木津川市木津上戸18番地1)

消費生活センターに相談を

困ったときは、相楽消費生活センターに相談してください。受付時間は平日の午前9時～正午・午後1時～4時です。
 土日・祝日（年末年始を除く）は、「消費者ホットライン」☎188(じやー)番をご利用ください。

☎相楽消費生活センター☎72-99955

男女共同参画ミニ通信 Vol.152 一歩踏み出したい女性に働き方を提案



◆多様な働き方を選択できる時代
 近年、働き方改革の推進などにより雇用や就業形態の多様化が進んでいます。コロナ禍前はなじみの薄かったテレワークやリモート会議も一般的となりました。多様な働き方を選ぶことができ、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）が実現すると、仕事へのやりがいや私生活での心のゆとりに繋がりが、誰もが自分らしく生きることができる社会に繋がります。

◆令和6年度の事業の様子
 令和6年度は、講師に起業サポートアドバイザーの上原ゆなさんをおよびし「精華町女性起業家への歩み方（初級編）」として、全5回の連続基礎講座を開催しました。「起業の骨格をつくる」をテーマに起業をするための思考や行動、成功するためのアクションプランなどについての講義

があり、受講生からは、中級編を望む声や「知識や技術よりも、まずは自分の心と向き合う事が大切だと思った」というマインドセットの重要性への気づきの声もありました。
 その他ゲストスピーカーとして町内で活動実績のある企業診断士による起業に必要なお金の話や、町内の女性起業家の方から起業のきっかけの話を聞きました。

◆デジタル人材や起業に興味がある方は
 希望の多かったステップアップ研修を令和7年度に実施します。詳細は決まり次第お知らせしますので、少しでも気になった方はぜひ参加してください。



講座の様子
 グループワークでは参加者同士の会話が弾み、つながりも生まれました。

☎人権啓発課男女共同参画係☎95-19



精華町役場にも、ハローワークがあります。

せいかジョブポイントだより No.19

町とハローワーク京都田辺が協同で令和3年7月に開設した「せいかジョブポイント」。2カ月ごとに情報を発信しています。

<今後のイベントスケジュール>

京都ジョブパーク JP カレッジセミナー

「ストレスとの上手な付き合い方」

何をストレスに感じるかは人によってちがいます。ストレスとはどんなものかを知り、性格診断から自分の傾向を知り、ストレスとの付き合い方を考えます。

日時：7月31日(木)午後1時30分～3時

場所：201会議室(町役場2階)

講師：藤井 裕美子 氏(JP カレッジ リーダー)

対象：どなたでも受講可能(定員：先着20人)

受講料：無料

申し込み先：京都ジョブパーク JP カレッジ
 (☎075-693-7328)へ電話、または
 右の二次元コードからお申し込みください。



ジョブこねっと
ホームページ

障害者対象合同就職面接会

障害のある方の「働きたい」を応援します。

日時：9月19日(金)午後1時～4時

場所：精華町交流ホール(町役場2階)

対象者：・府内で就職を希望する障害のある方
 (年齢不問)

・来春高等学校(特別支援学校を含む)
 卒業予定者は見学のみ可能です。

※詳細は案内チラシと華創9月号および町ホームページなどでお知らせします。

☎一体的実施事業事務局[(株)東京リーガルマインド] ☎075-276-6864

【せいかジョブポイント】 町役場2階(健康推進課横) ☎95-9001(直通)

職業相談・職業紹介(ハローワーク相談コーナー)、生活相談(精華町相談コーナー)を行っています。

利用時間：月～金曜日(祝日・年末年始を除く)午前9時～午後4時30分。

イベント・セミナー・求人情報など最新の情報は [LINE](#) で確認できます。

[友だち登録はこちらから→](#)

町のホームページには、就業場所が町内の新着の求人情報を掲載していますので、ぜひご覧ください。



せいか交通だより

町では、精華くるりんバスやデマンド交通の運行をはじめ、町内の公共交通環境の改善に取り組んでおり、取り組み状況などについて「せいか交通だより」として皆さんにお知らせしています。

今回は「きょうとエコサマー」の実施についてお知らせします。

「きょうとエコサマー」を実施します！

下記の期間において、保護者1人につき小学生2人までの路線バスなどの運賃が無料になります！

京都府では、未来を担う子どもたちに公共交通に慣れ親しんでもらうきっかけを作り、環境負荷の少ない公共交通への利用転換を促す取り組みとして、「きょうとエコサマー」を実施しています。

精華町内ではくるりんバスに加え、今年からデマンド交通もお使いいただけます。

ぜひこの機会に利用いただき、町内をおでかけしてください。

◎期間 7月19日(土)～8月25日(月)

◎町内対象路線 精華くるりんバス・精華町デマンド交通

◎利用方法 (1)保護者(引率者)1人同伴で対象の路線バスなどに乗車してください。

(2)運賃支払い時に、運転士に「エコサマー」と申告し、大人運賃のみお支払いください。

◎その他 精華くるりんバス・精華町デマンド交通以外の公共交通も対象となります。

詳しくは右上の二次元コードを読み取って内容を確認してください。



京都府ホームページ

☎都市計画課まちづくり計画係 ☎95-1902



広報

しょうぼう

「自分は熱中症にならないと思ひ込んでいませんか？」

Vol.381

「熱中症」に気を付けよう！

毎年、精華町でも熱中症によって多くの方が救急搬送されています。猛暑で気温と湿度が高くなるため注意しましょう。

熱中症の予防と対処方法

今年の夏も40度を超える猛暑が予想されています。熱中症の予防方法は、こまめに水分補給を行うことです。喉が渇いていなくても、こまめに水分を取ることが大切です。次に、暑さを避けることです。屋外や日差しが強い場所をなるべく避け、屋内に居たとしても、クーラーや扇風機などを使用し環境を整えましょう。保冷剤などで、体を冷やすのも予防の一つです。

もし、熱中症になってしまった場合は、風通しの良い場所や、クーラーが効いている室内に移動し、水分補給を行い安静にしましょう。また、脱げる衣服は脱ぎ、締め付けの強いベルトやネクタイなどをゆるめると、風通しが良くなり、効率よく体を冷やすことができます。さらに、保冷剤などを首、脇、股などに当てることで、さらに熱を下げるができます。

熱中症の症状とは？

熱中症とは、気温や湿度が高い場所にいると体調が悪くなってしまいう症状のことです。

熱中症の代表的な症状は

- ①めまいでフラフラする。
- ②大量に汗をかいたりする。
- ③体温が急に上がる。

そのまま放置して症状が悪化すると、頭痛や嘔吐などの症状が出ます。さらには、痙攣や失神などの症状や意識障害が生じ、最悪の場合は**死に至る場合**もあります。

特に高齢者や乳幼児は注意！

体温調節がうまくできなかつたり、体調の変化に気づきにくい乳幼児や高齢者は、熱中症になりやすいとされています。したがって、乳幼児や高齢者は一人にせず、皆さんで助け合いましょう。命の危険があると判断した場合には、ためらわずに119番通報し、救急車の要請をしてください。



問消防署警備第一係 電話 94-15630

令和7年度 甲種防火管理新規講習を開催します。

精華町消防本部では、相楽中部消防組合消防本部と合同で甲種防火管理新規講習を行います。この講習は防火管理業務に必要な知識および技能を習得するためのものです。(全課程を修了された方には修了証が交付されます。)

☆開催日時／令和7年8月19日(火)・20日(水)／2日間

☆講習場所／むくのきセンター4階多目的ホール

☆受付期間／7月1日(火)～31日(木)

☆受付場所／消防本部予防課 (電話 94-4397)

※詳しくは町ホームページで確認してください。



町ホームページ



きょういくの窓

精華南中学校



確かな学力、豊かな人間性、健康や体力などの「生きる力」を育む学校を目指して

本校は昭和63年に開校し、精華西中学校区との分離などを経て、今年度で開校38年を迎えました。現在は全校生徒126人の小規模校です。小規模ならではの長を生かし、生徒一人ひとりに寄り添った丁寧な指導と、日常的なコミュニケーションを大切にしています。また、保護者や地域の皆さまの温かなご支援をいただきながら、生徒たちの「生きる力」を育む教育を目指しています。ここでは今年度の学校行事や総合的な学習の時間などを通して、生徒たちが仲間と協力し、主体的に学ぶ姿を紹介します。活動を通じて広がる視野や深まる学びは、生徒たちの未来を支える確かな力となっています。

《1年生「精華町役場見学」～地域貢献プロジェクト～》

1年生は総合的な学習の時間で「精華町役場について知る」をテーマに、出前授業を受けた後、役場見学を行いました。

出前授業では、町職員から役場の組織や町議会の仕組みについて学び、生徒たちは自分たちの生活が多くの人の働きによって支えられていることを実感しました。

見学当日は議場の見学や議会傍聴など、実際の現場に触れることで理解を深める貴重な機会となりました。

役場で働く人々の姿から、地域のために働くことへの関心が芽生えた生徒もあり、自分たちの町を改めて見つめ直す、貴重な学びの時間となりました。

《2年生「大学訪問・京都班別研修」》

2年生は、大学の学びや日本の文化にふれる特別な一日を過ごしました。事前に班ごとで訪問先の大学や文化遺

産、利用する交通手段、移動ルートなどを調べ、自分たちで計画を立てることで、主体的に考え行動する力を養いました。午前中は大学を訪問し、職員や学生との案内で施設見学を行いました。大学の雰囲気を感じながら、将来の進路について考える良い機会となりました。学食での昼食も特別な体験で、生徒たちの笑顔があふれていました。

午後は京都市内の世界文化遺産を巡り、日本の歴史や伝統文化にふれるとともに、外国人観光客と英語で交流する場面もあり、英語学習の成果を実感できました。自分たちで考え、学び、ふれあい、発見できた充実の一日となりました。



《3年生「修学旅行・沖縄方面」》

3年生は「心躍る修学旅行」をテーマに、沖縄で学びと体験に満ちた3日間を過ごしました。

時折の雨にも気持ちはゆるまず、エイサーなど沖縄の伝統文化を肌で感じ、マリンスポーツや工芸体験では笑顔があふれました。国際通りでの班別行動では、買い物や食事を通して仲間との絆を深めることもできました。

最終日は平和祈念資料館やひめゆりの塔を訪れ、戦争の悲惨さや命の尊さに静かに思いを馳せました。平和学習にも高い関心をもって取り組んできた生徒たちは、展示に真剣な眼差しを向け、講話に耳を傾けながら、学びをさらに深めていました。

心動かされ、視野が広がる、かけがえのない旅となりました。



育児相談

◆来所相談

- ▶ **場 所** 子育て支援センター
※事前に電話で同センターにお申し込みください。

◆電話相談

- ▶ **日 時** 月～金曜日 午前10時～午後4時
- ▶ **場 所** 町内各保育所・子育て支援センター
※下記の保育所では土曜日にも相談を受けています。
 - ・ほうその保育所：午前8時30分～正午
 - ・いけたに保育所：午前8時30分～正午
 - ・こまだ保育所：午前8時30分～正午
 - ・ひかりだい保育所：午前9時～11時30分
 - ・せいかだい保育所：午前8時30分～午後4時

赤ちゃんサロン

助産師や保育士と一緒に話したりふれあい遊びをして育児を楽しみましょう。

◆赤ちゃんサロンA：毎月第1水曜日(変更の場合あり)

- ▶ **対 象 者** 月齢2カ月～7カ月の赤ちゃん

◆赤ちゃんサロンB：毎月第3水曜日(変更の場合あり)

- ▶ **対 象 者** 月齢8カ月～12カ月の赤ちゃん

[A、Bともに]

- ▶ **場 所** 精華町保健センター
- ▶ **講 師** 岡 いくよ氏(助産師)
- ▶ **持 ち 物** バスタオル
- ▶ **申込期間** 各赤ちゃんサロン実施日前々週水曜日～前週水曜日まで



にここ相談(乳幼児相談)

「どれくらい大きくなったかな?」「離乳食のすすめ方は?」など気になることがいっぱい。そんなときは保健師や栄養士に相談してみましょう。

年間予定につきましては「せいか子育て情報誌“Suku Suku” 2025」をご覧ください。

- ▶ **日 時** 7月25日(金)午前9時45分～
- ▶ **場 所** いけたに保育所
- ▶ **申込期間** 利用日の1カ月前～1週間前まで
- ▶ **対 象 者** 町内在住で未就園の子どもとその保護者
- ▶ **申込方法** 電話で子育て支援センターにお申し込みください。(平日の午前9時から午後5時まで)

マタニティサロン

親子(母子)手帳をもらったら、マタニティサロンに参加してみませんか。

- ▶ **日 時** 8月2日(土) 午前10時～11時30分
- ▶ **場 所** 子育て支援センター ※変更の場合あり
- ▶ **対 象 者** 町内在住の妊婦さんおよびご家族の方
- ▶ **申込期間** 7月22日(火)～30日(水)

子育て応援プレールーム「あいあいひろば」……(申込不要)

子育ての不安や悩みを相談できるプレールームです。おもちゃのある部屋で、親子で一緒に遊びながら臨床発達心理士や保育士が相談に応じます。プレールームの中で、懇談会やふれあい遊びを楽しみましょう。

- ▶ **日 時** 8月7日(木) 午前10時～11時30分
- ▶ **場 所** 保健センター
- ▶ **対 象 者** 町内在住で未就園の子どもとその保護者

お誕生日のつどい

同じ誕生日の子どもたちが集まり、お祝いします。

- ▶ **日 時** 8月22日(金) ※第4金曜日に変更
午前10時～11時30分
- ▶ **場 所** 子育て支援センター
- ▶ **参加費** 200円
- ▶ **申込期間** 毎月月初めの平日～実施日前週水曜日まで

食育講座(おやつ・食事編)

栄養士による、食事の話を聞いた後、野菜たっぷりのバランスのとれた食事と、おいしくて簡単に作れるおやつの紹介があります。

- ▶ **日 時** 9月3日(水)午前10時～11時30分
- ▶ **場 所** むくのきセンター研修室(3階)
- ▶ **対 象 者** 町内在住で未就園の1歳以上(開催日現在)の子どもとその保護者
- ▶ **定 員** 10組程度(定員を超えた場合は抽選)
- ▶ **参加費** 500円
- ▶ **申込期間** 8月4日(月)～20日(水)
※2カ月～就園前児向けの託児もあります。
※調理実習と親子で試食があります。

精華町子育て支援センター 公式Instagram



K0DDM02005K0S00ATE

▶ 申込方法

各事業の申し込みについては、町ホームページまたはInstagram、またはこちらから。



町ホームページ



毎月19日「きょうと育児の日」は、家庭・職場・地域が一体となって子育て支援を推進する日です。



ひとりで悩まないで…… 子ども虐待に気づいたら……
児童相談所 いち はや く
全国共通ダイヤル TEL **1 8 9**

子育て

すくすく

掲示板

今月の子育て支援センター  の予定

月	火	水	木	金	土
7日	8日	9日	10日	11日	12日
すくすくプレールーム よちよちひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム とっこひろば (午前10時～正午) 【支援センター】		子育て応援プレールーム “あいあいひろば” (午前10時～11時30分) 【保健センター】		マタニティサロン (午前10時～11時30分) 【支援センター】 ※場所変更の場合あり
すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】	おはなしポケット (午後3時～3時30分) 【元気塾】		すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】		
14日	15日	16日	17日	18日	19日
すくすくプレールーム よちよちひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム とっこひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	赤ちゃんサロン(B) (午前10時～11時30分) 【保健センター】	すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】	お誕生日のつどい (午前10時～11時30分) 【支援センター】	赤ちゃんパパ (午前10時～11時30分) 【保健センター】
すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】					
21日	22日	23日	24日	25日	26日
海の日 	すくすくプレールーム にっこりひろば & 絵本のひろば (午前10時～正午) 【支援センター】		すくすくプレールーム にっこりひろば (午前10時～11時30分) 【いけたに保育所】 (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】	にこにこ相談 (午前9時45分～11時30分) 【いけたに保育所】	
28日	29日	30日	31日	8月1日	2日
すくすくプレールーム よちよちひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム とっこひろば (午前10時～正午) 【支援センター】		すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】		マタニティサロン (午前10時～11時30分) 【支援センター】 ※場所変更の場合あり
すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】					

※プレールームとおはなしポケット以外の事業は予約制です。

※午前8時30分の時点で精華町に気象警報が発令された場合は、子育て支援センターの事業は中止になります。
発令前に中止する場合は、町ホームページおよびInstagramに掲載しますので確認してください。

※支援センター事業への参加は、町内在住の方とさせていただきます。

〈会場の所在地〉

- ・支援センター（こまだ保育所内）：下狛浄楽76、77、78
- ・保健センター：北稲八間井手ノ元27-1
- ・みんなの元気塾：東畑荒内45-1
- ・いけたに保育所：桜が丘三丁目2-2

〈対象者：町内在住の方〉

- よちよちひろば：おおむね1歳6カ月までのお子さん
- とっこひろば：おおむね1歳6カ月以上のお子さん
- にっこりひろば：0歳～就園前のお子さん
- 赤ちゃんサロン(A)：2カ月～7カ月の赤ちゃん
- 赤ちゃんサロン(B)：8カ月～12カ月の赤ちゃん

☎子育て支援センター(こまだ保育所内) 98-4001

「食の健康づくり応援店」

「食の健康づくり応援店」とは、「野菜たっぷり」や「塩分ひかえめ」メニューの提供、「エネルギー表示」「食物アレルギー表示」など、食を通じた府民の健康づくりに積極的に取り組む飲食店などのことです。

ステッカーがあるお店には、「野菜たっぷり」や「塩分ひかえめ」「エネルギー表示」のいずれかのメニューが3品以上、または全メニューに「食物アレルギー表示」があります。



- 健康・医療
- 環境・美化
- 教育・子育て
- 文化・学習
- スポーツ
- 防災・防災
- その他
- 健康・医療
- 年金・保険
- 暮らし・税
- 福祉・介護
- 健康・医療

♡きょうと 健康 おもてなし「食の健康づくり応援店」登録店情報♡

「Shukran」

このお店では、「野菜たっぷりメニュー」を提供しています。

住所：南稲八妻谷ノ池51-4

TEL：090-3445-1515

営業日時：月・木・金曜日 午前11時～午後3時30分

(ランチタイムのみの事前予約制)

インスタグラムのダイレクトメールにて問い合わせてください。



営業時間の変更や臨時休業をされている場合があります。詳細については各店舗に問い合わせてください。

問合せ：365事務局（健康推進課・高齢福祉課・国保医療課・生涯学習課・企画調整課） ☎95-1905（健康推進課内）

毎月19日は食育の日

あすなろ お喜楽

...クッキング...
COOKING

今回は、精華町食生活改善推進員協議会（あすなろ会）が紹介する「あじのカレーソテー夏野菜」です。

▶材料（2人分）

あじ中サイズ（3枚おろし）2枚（200㌔）、塩こしょう少々、小麦粉大さじ1、カレー粉大さじ1、オリーブオイル大さじ1/2（6㌔）、トマト中1/6個（25㌔）、きゅうり1/4個（20㌔）、玉ねぎ1/4個（15㌔）、パプリカ1/8個（15㌔）

★オリーブオイル小さじ1、酢大さじ1、砂糖0.8㌔、塩1.5㌔

▶作り方

- (1) あじはペーパーで水分を拭き、塩こしょうをして小麦粉とカレー粉を合わせたものをまぶす。
- (2) フライパンにオリーブオイルをひいて熱し、あじを入れてこんがり両面を焼いて火を通す。
- (3) トマト、パプリカは1㍎の角切り、きゅうりはいちょう切り、玉ねぎは粗みじん切りにする。
- (4) ボウルに(3)と★の調味料を入れて混ぜ合わせる。
- (5) 皿にあじを並べ、(4)をかけ冷やしてから食べる。

▶1人分の栄養価

エネルギー 196㌔・たんぱく質20.8㌔・脂質10㌔・カルシウム89㌔・食物繊維1.7㌔・塩分1.0㌔



あじのカレーソテー夏野菜



食育ミニ情報 No.61 あじの栄養について

あじには血中の中性脂肪値を下げて血栓を防ぎ血液をサラサラにしてくれる働きがあるEPA、脳を活性化させる働きがあるDHAが含まれています。その他にもタウリンが含まれており、中性脂肪やコレステロールを減らす働きや肝臓で胆汁酸の分泌を促進したり、肝細胞の再生を促進したりする効果があります。





「オーバードーズ」は安全？ 違法じゃないから安心？

医薬品、特にかぜ薬や咳止めの薬などを、かぜや咳の症状を抑えるためではなく、感覚や気持ちに変化を起こすために大量に服用することを指して、「オーバードーズする」「ODする」と言われています。

医薬品は少しの量で体に大きな作用を起こします。たくさん飲んでしまうと、体に大きなダメージを与えてしまいます。

SNSなどで「ODをしたら楽しくなった」「つらい気持ちがODで和らいだ」といった体験談を見て、つらい気持ちや、なんだかもよもやしていたりといった気持ちや生きづらさを解消しようと「オーバードーズ」をする人が多いようです。

「オーバードーズ」がやめられない方、また、そのご家族や支える皆さんも、一人で悩まず、誰かに相談をしてみてください。身近な人に話すのが難しければ、専門家に相談できる窓口もあります。

つらい気持ちやODをやめたくてもやめられないことについては精神保健福祉センターに、医薬品の正しい使い方については京都府薬務課までご相談ください。

☎京都府山城南保健所環境衛生課 72-4302

ヘルストロンのご利用を！

かしのき苑に、頭痛や肩こり、慢性便秘、不眠症などの症状を和らげる効果があるといわれている交流高圧電界保健装置「ヘルストロン」(*)があります。

設置場所は、1階のエントランスです。5台あり、利用料は無料です。利用の際は備付けの使用簿に必要事項を記入してください。

*ヘルストロンは、電極と電極の間に通電することで形成された電界に体を置き、体のさまざまな症状を緩和する健康機器のことです。



健康ポイント対象事業ご案内

7月16日(水)～8月15日(金)

種別	事業名	日程	ポイント
子育て 親子参加	①よちよちひろば	23ページ「子育て すくすく掲示板」を ご覧ください。	20P
	①とっこひろば		
	①にっこりひろば		
	①お誕生日のつどい		
	①赤ちゃんサロンA・B		
	①マタニティサロン		
	①音楽リズム		
	①赤ちゃんとパパ		
	①つながり野外ひろば		
乳幼児 健診・ 教室	②マタニティフェア	対象者には個別通知	
	②3～4カ月児健診		
	②9～10カ月児健診		
	②1歳6カ月児健診		
	②2歳4カ月児健診		
	②3歳6カ月児健診		
セイカ 歩数計 アプリ	②セイカ歩数計	各自、取り組むことが できます。	1P/2000歩 (カードと連 携した場合は 2P/6000歩) ※最大60P/月
	③グットネスラジオ体操	第1～4週目の(火)～(日) 午前9時50分～ (雨天中止)	10P/日
運動 体操	④むくのきセンター来館ポイント	休館日を除く全日	5P
	⑤かしのき苑来館ポイント	休館日を除く全日	
その他	健康ポイント協賛店 来店ポイント	一部店舗に限る	5P/日

※健康ポイント事業の概要については「令和7年度せいか健康だより」を参照してください。

☎①子育て支援センター 98-4001 ②健康推進課 95-1905 ③大人の健康づくり教室グットネス 98-3900 ④むくのきセンター 98-0200 ⑤かしのき苑 94-5200

利用時間 火～土曜日：午前9時～午後10時、
日曜日：午前9時～午後5時
(月曜日・祝日・年末年始を除く)
【注】館内清掃などにより利用できない日があります。
☎かしのき苑 94-5200 FAX 95-1708

第11回 大きくはばたこう! Giant Leaps!

第15代 国際交流員コラム

Drive-ins & Road Trips

When speaking of America, it is often said that it's "car society" has had a strong influence on American culture. Compared to Japan, there are less public transportation services, and it is very vast, making owning a car an absolute necessity. That's why this time, I would like to introduce the American culture created in this car society, namely "Drive-ins" and "Road Trips."

"Drive-ins" are a memorable part of American culture, and are entertainment facilities where you can enjoy food, watch movies, and more all while staying in your car. Drive-ins, and by extension, America's car society, were created in the 1950s. Due to the prosperity and technological innovation of the post-war period, drive-in culture grew rapidly and became the symbol of the new, post-war lifestyle. It was a big fascination of that time as it offered many people a new experience, and was cheaper than going to a movie theater. Even though the popularity of drive-ins gradually decreased with the passage of time, presently, it is thought to be an American cultural legacy filled with retro charm. The present-day "drive-throughs" were created from the culture of drive-ins, which are popular all around the world even now.

Just because drive-ins are not as popular as they were before does not mean there is no other culture similar to it. For example, there are also "road trips," or "driving trips." Although you are able to do a road trip anywhere, America's special characteristic is the vastness itself. For example, according to the Internet, if you cross Texas from the east side to the west by car, it would take around 14 hours! Instead of taking an airplane, there are a lot of Americans who make use of the long time and go on trips on the way to their destination. While they are driving, they will sing songs with friends or family, stop at interesting places briefly, and more. Even though it takes a long time, it feels like time passes in an instant. There are even attractions geared towards people who are going on road-trips.

In America, owning a car and the possibility of driving for a long time is an obvious thing. However, if you are with friends or family, something as commonplace as a car can become fun. That is why drive-ins and road trips have become a unique part of American culture.

ドライブイン&ロードトリップ

アメリカといえば、「車社会」がアメリカの文化に強く影響していると言われます。日本と比べると、交通機関が少なく、国土が広いので、車を持つことは必要不可欠です。そのため今回は、車社会において発生したアメリカの文化、すなわち「ドライブイン」と「ロードトリップ」について紹介したいと思います。

「ドライブイン」とは、アメリカ文化の印象的な一部で、車に乗ったままで食事を楽しんだり、映画を見たりできるエンターテインメント施設です。ドライブイン、ひいてはアメリカの車社会は、1950年代に誕生しました。戦後の繁栄と技術革新によって、ドライブイン文化も急速に発展し、戦後の新しいライフスタイルの象徴となったのです。多くの人々に新しい体験を提供し、映画館に行くより安かったことから、当時の人々にとって大きな魅力でした。時代とともに、ドライブインの人気は低下していきましたが、現在では、レトロな魅力を持っているアメリカの文化的遺産として考えられています。ドライブインの文化から現在の「ドライブスルー」が作られ、今も世界中で人気があります。

ドライブインが昔より人気ではないからといって、そのような文化が他にないというわけではありません。例えば「ロードトリップ」、つまり「ドライブ旅行」もあります。どこでもドライブ旅行ができるとはいえ、アメリカの特徴は広さです。例えば、インターネットによると、テキサス州を東側から西側に車で横断すると、約14時間がかかるほど広いのです！ 飛行機で行くかわりに、その長い時間を生かして、目的地に向かう途中で旅行をしたりするアメリカ人が多いです。運転しながら友達や家族と歌を歌ったり、一旦面白い場所に立ち寄りたりします。長い時間がかかっても、あつという間に過ぎるようになります。ロードトリップをしている人向けの面白い観光地もあります。

アメリカでは、車を持っていて、長い時間運転するのは当たり前のことですが、友達や家族といると、車のような日常的なものが楽しくなります。だからこそ、ドライブインとロードトリップは、アメリカならではの文化の一部となりました。

ビエルマ・エミリー Emily Bierma

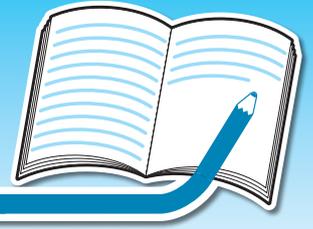
米国インディアナ州デモット出身。
2001年生まれの23歳。町役場では、多文化共生や国際理解など、まちの国際化の仕事を担当。



Let's Listen !

左の二次元コードから英語の音声を聞くことができます。

せいか写真日記



5月3日祝・土曜日

京都ハンナリーズのホームタウンに!

島津アリーナ京都にて、B.LEAGUE で活躍するプロバスケットボールチーム「京都ハンナリーズ」のホームタウンに、精華町を含む京都府内全26市町村の加盟を発表するセレモニーが開催されました。

2025-26シーズンよりホームタウンとなり、スポーツ振興や町のプロモーションなどで多様な連携を進めていきます。



提供：京都ハンナリーズ

6月8日日曜日

第5回 Sports Day

せいかグローバルネットとの共催による国際交流イベント「第5回 Sports Day」をむくのきセンターで開催し、地域住民の方や外国人の方など67人とボランティアスタッフ14人が参加しました。

ベトナムのゲームやアメリカのダンス、おっかけ玉入れ、お箸リレーなどの各種のスポーツやゲームを通じて、参加者みんなで体を動かして交流しました。

せいかグローバルネットで国際交流ボランティアスタッフとして活動したい方は、次のところから。語学力や国籍は問いません。

☎せいかグローバルネット / ✉ seikaglobalnet@gmail.com



6月8日日曜日

精華町ふれあいまつり

第30回精華町ふれあいまつりが、地域福祉センターかしのき苑で開催されました。

このイベントは、ボランティア活動を通じて、住民の皆さんと高齢者、障害者が共に楽しみ、交流を図り、福祉の輪を広げることを目的に行われています。

当日は、町内で福祉活動に尽力された方々に対する表彰、サークル発表やボランティア紹介、手話パフォーマンスなどのステージ、各種団体の展示や販売コーナーなどさまざまな催しがあり、多くの来場者で賑わいました。

なお、物品販売の収益の一部は、日本赤十字社を通じて義援金として寄付されます。



生活・イベント情報コーナー

華手帖



参加費・受講料などが記載されていないものは無料、申込方法が記載されていないものは申し込み不要です。

健康・福祉・子育て

就職相談会(しょうがいのある方の相談会)

日時 7月16日(水)、8月20日(水) 午前10時～午後3時
場所 しょうがい者就業・生活支援センター「あん」(木津川市木津駅前1丁目10番地)
内容 しょうがいのある方が、ハローワークへの同行・登録手続き、就職先の相談、福祉サービス事業所の紹介などを受けられます。
 ※前記時間以外でも相談可
問 しょうがい者就業・生活支援センター「あん」／☎71-0770
 1・☎71-07705

日時 7月27日(日)午前10時～正午
場所 木津川市役所庁舎北別館(木津川市木津南垣外15番地2)
対象者 相楽地域の市町村に居住

または勤務する中途失職者・難聴者
内容 聞こえにくい方が集い、日常での悩みや課題を話し合います。要約筆記・手話通訳も用意していますので、安心してご参加ください。
申込方法 開催日前日までに「相楽中途失職・難聴者協会会申込」氏名・連絡先」をファクスまたはEメールで次のところへ。
問 相楽中途失職・難聴者協会／☎34-6616 相楽聴覚言語障害センター・☎10108n@outlook.jp (西岡)

なごい・COCCO

日時 7月28日(月)午前10時～正午
場所 喫茶・COCCO(町役場2階入り口東側)
対象者 介護者とその家族、過去に介護経験のある方、高齢者の家族の方、独居の高齢者
定員 20人
内容 交流と情報交換を通じて介

護者のリフレッシュを図ります。
料金 100円(お茶・お菓子代)
申込方法 7月21日(祝・月)までに電話、ファクス、Eメールで次のところへ。
問 精華町介護者と家族の会 代表 五十嵐／☎95-3148・☎0900-5665-0035・☎33544ml@kinet-tv.ne.jp

献血

日時 8月1日(金)午前10時～正午・午後1時～4時
場所 精華町交流ホール(町役場2階)
持ち物 献血カード(お持ちの方)、本人自身を証明できるもの(運転免許証、健康保険証など)
 ※輸血による副作用を少なくするため、400ミリの献血にご協力ください。年齢・体重・比重検査などによっては献血をお断りすることがあります。

問 健康推進課健康医療企画係／☎95-11905

性と生のおはなし会・親子講座

第1回
日時 8月3日(日)①午後1時30分～3時②午後3時30分～5時
対象者 5歳～小学校低学年の児童とその家族
第2回
日時 8月31日(日)①午前10時～11時30分②午後1時～2時30分③午

後2時45分～4時15分
対象者 小学校高学年の児童とその家族
【共通】
場所 木津川市東部交流会館
定員 各回10家族
内容 いのちのはじまり・生と生殖について正しい知識を伝え、男女・親子が共に尊重し合い、大切にしようという思いを育むことを目的に、年齢に応じた講座を実施します。各回テーマ：①赤ちゃんはどこからきたの②自分のからだを大切にしよう③大人になるってどういうこと
料金 1家族あたり1講座につき2500円
 ※複数の講座を受けていただくと割引があります。詳しくはお問い合わせください。
申込方法 次の二次元コードから。



木津ほのぼの助産師の会 リットリンク

問 木津ほのぼの助産師の会／☎90-11027-8957(谷口)

相楽児童発達支援センター ひまわり夏のついで

日時 8月7日(木)午後2時～3時30分
場所 相楽児童発達支援センター「ひまわり」相談室
対象者 不登校や学校への行き渋りがある小学生とその保護者
定員 5組程度

暮らし

STEP映画会 エビの履歴書



制作：特定非営利活動法人 アジア太平洋資料センター(PARC)

日時 7月18日(金)午後1時30分～(午後1時15分開場)
場所 入札室(町役場3階)
内容 わたしたちが食べているエビのほとんどは輸入です。エビがどこでどのように育ち、その土地の人たちと環境にどんな影響を与えているのかなどはなかなか伝わってきません。エビを育てるアジアの国々の現場取材し、育てる人と食べる人の関係を考えました。※環境をテーマにした映画を鑑賞後、参加者で振り返りをします。

**関精華町環境ネットワーク会議S
TEP事務局(精華町環境推進
課内)／画95-11925**

ブルーベリーの摘み取り

ぜひこのいきいき農園で摘み取り体験してみませんか

日時 7月25日(金)～9月5日(金)まで(予定)

場所 精華町大字柘榴地内

持ち物 摘取袋、長靴、長袖・長ズボン着用、虫よけグッズ

料金 入園料1500円(摘み取り1キロまで含む)・1キロを超えた分は1キロごとに1500円

申込方法 摘み取り予定日の3日前までに電話で次のところへ。

関ぞくろいきいき農園組合／画090-7113-13542(担当：藤原)

精華女性の会 第1回女性講座

あなたは大丈夫？事例から学ぶ詐欺の手口

日時 7月31日(木)午後1時30分～午後3時

場所 かのき苑会議室ABC

対象者 町内在住・在勤の女性

定員 先着15人

内容 消費生活センターに寄せられた近年の事例を紹介。身近にせまる詐欺の手口を学ぶことによって自分の身を守る知識をつけましょう。

講師 渡邊孝子氏(消費生活相談員)



持ち物 せいか365健康ポイントカード
※ポイント事業(20P)です。
申込方法 7月22日(火)までに電話または次の二次元コードから。
共催 精華女性の会



関生涯学習課社会教育係／画95-11907

第2回生涯学習講座

ドローンで学ぶ防災とプログラミング



日時 8月2日(土)午前10時～11時30分
場所 かのき苑ふれあい大ホール

対象者 町内在住・在勤の方

※中学生未満は保護者同伴必要(子ども1人につき保護者1人)。

定員 20人(抽選)

内容 町を守るためのドローンの防災での活用場面や法律、ルールを学び操縦体験を行う。ドローンには手動操縦、自動操縦があることを学び、ドローンプログラミングを体験して最後に発表を行う。

講師 内田 佳奈氏(株)エデュスカイ

持ち物 せいか365健康ポイントカード、筆記用具

※ポイント事業(20P)です。
申込方法 7月18日(金)までに電話または次の二次元コードから。抽選の当選者にはメールで後日連絡します。



関生涯学習課社会教育係／画95-11907

文化

オーケストラコンサート

日時 7月13日(日)午後2時～4時

場所 同志社女子大学京田辺キャンパス 新島記念講堂

出演者 指揮：森 香織・関谷弘志(同志社女子大学講師)、管弦楽：同志社女子大学音楽学科管弦楽団

関同志社女子大学学芸学部事務局(音楽学科)／画65-18501

合唱団 Rinte 第16回定期演奏会

日時 7月20日(日)午後2時～(午後1時15分開場)

場所 なら100年会館中ホール

曲目 ただそれだけのことなのに、5人の作曲家による「民謡」ほか

料金 1500円(高校生以下500円)

チケット取り扱い なら100年会館内チケットセンター画0742-134-01111
合唱団 Rinte／画0800-5305-10579(森本)

第123回 せいか小さな旅施設巡り編

知っているようで知らない「精華町消防本部・消防署」、普段は見られない施設を見学し、私たちの安全を守る仕事に携わる消防士の諸活動について学びます！

日時 7月26日(土)午前9時15分

町役場北側駐車場集合、正午消防本部消防署解散

※小雨決行(気象警報発令の場合中止)

定員 30人

内容 (予定)消防署の説明、庁舎施設内見学1階2階、消防車・救急車の見学、消防活動の紹介、消防士体験、防火衣体験、消火器体験、記念撮影など。

※緊急出勤発生時は、内容が一部変更または中止となる場合もあります。

コース 役場北側駐車場→精華町消防本部消防署→精華町役場II約1キロ

持ち物 飲み物、雨具など

料金 500円(小学生100円・未就学児無料) 記念缶バッジ付き

申込方法 前日までに電話またはEメールで次のところへ。

関NPO法人精華町ふるさと案内の会／画0800-19980-00004・✉furusato_seika@yahoo.co.jp

※LINE公式アカウント「精華町ふるさと案内人」でも申し込み可。

和製ハープの世界 大正琴体験

日時 7月27日(日)①午前10時30分～正午②午後1時30分～3時

※時間内随時体験可

場所 ガーデンモール木津川1階セントラルコート

定員 各30人程度

内容 ほとんどの楽器が大陸シルクロードを南下して日本に輸入されて進化を遂げて現在にいたりますが、大正琴は唯一日本で誕生した楽器です。日本生まれの大正琴にふれてみませんか？

関琴伝流大正琴楽遊／画0900-83800-4805(村上)

けいはんなロボット体験教室

日時 7月29日(火)・30日(水)・31日(木)
 午後1時30分～4時(受付午後1時10分)

場所 けいはんなプラザ ナイル(3階)

対象者 精華町・京田辺市・木津市に在住の小学4・5・6年生

※過去未参加の人優先

定員 各日20人(1人1日の参加とします。定員を超えた場合は抽選)

内容 センサーで制御するロボットをプログラムし、コースを走らせてタイムを計測しよう。

講師 けいはんなジュニアロボットクラブ

申込方法 7月17日(木)までに、次の二次元コードから。



※申込者全員に7月22日(火)までに結果を連絡します。
問い合わせ はんな学研都市活性化促進協議会／画95-5034

夏休み工作教室

夏休みの宿題や自由研究に！

みんなで作って遊ぼう！

日時 8月3日(日)午後1時～4時

場所 かのき苑1階会議室

対象者 町内在住の小中学生

定員

20人(定員を超えた場合は抽選)
内容 紙コップスピーカーでメ

ロビンを鳴らそう！

料金 500円

申込方法 7月25日(金)までに氏名、学年、住所、電話番号を記入し、Eメールまたは次の二次元コードから。



精華おもちゃ病院 メールアドレス

主催 精華おもちゃ病院／seikaomochaboyoin@gmail.com
 ※申込者全員に7月27日(日)にメールで結果を連絡します。

精華町社会福祉協議会精華町ポランティアセンター／画94-4573

夏休み科学実験教室

いろいろな身近な植物のひみつをさがそう

日時 8月23日(土)①午前10時30分～正午②午後1時～2時30分

場所 高山サイエンスプラザ2階(生駒市高山町8916-12)

対象者 小学生(保護者同伴要)

定員 各回12人(抽選制)

内容 学校で育てる植物たちを、くわしくみんなで調べてみよう。今まで知らなかった植物の世界に出会えるかも。

料金 500円/人

申込方法 7月18日(金)まで(必着)にイベント名称、希望時間(第2希望まで)、参加者氏名(フリガナ)、学校名、学年、住所(郵便番号)、Eメールアドレス、電話・ファクス番号、次回募集案内送信

可否(Eメールのみ)をEメール、ファクス、または、はがきで次のところへ。
 ※当選者のみ、7月31日(木)までに通知します。

問奈良先端大支援財団／〒630-0101・生駒市高山町8916-12・画0743-7215810・FAX0743-7215819・E:kakaku2@scien.ce-plaza.or.jp

スポーツ

精華町グラウンド・ゴルフ協会月例会

日時 7月15日(火)午前9時～(受付午前8時30分)

※雨天中止

場所 打越台グラウンド

持ち物 グラウンド・ゴルフ用具一式(貸し出し可)

料金 100円(当日徴収)

※精華町グラウンド・ゴルフ協会加入の有無は問いません。

問精華町グラウンド・ゴルフ協会／画0800-423910254(安福/午後5時～8時)

精華町ゲートボール連盟合同月例会

日時 7月17日(木)午前9時～(受付午前8時50分)

場所 ふれあい・交流広場
対象者 町内在住・在勤の方

持ち物 ゲートボール用具一式(貸し出し可)
申込方法 当日現地にて受け付け
 ※精華町ゲートボール連盟会員加入の有無は問いません。
問精華町ゲートボール連盟／画090-2700-8892(奥田/正午～午後4時)

むくのきセンター主催事業

むくのきセンター 休館日
 7月9日(水)・23日(水) 終日

イベントの詳細・申込方法は、スポーツ協会ホームページをご覧ください。



スポーツ協会ホームページ

問むくのきセンター／画9810200

卓球デー

日時 7月16日・30日、8月6日・20日の各水曜日午後3時～5時

場所 アリーナ

対象者 小学生以上(小学生は保護者の同伴が必要)

定員 先着16人程度

持ち物 体育館シューズ

料金 小中学生200円・高校生以上300円(町外在住者は倍額)

広告

TAX PLANNING & MANAGEMENT SERVICE
荒堀政男事務所
 公認会計士 税理士
<http://www.koma.co.jp/ara1.htm>
 〒619-0241 京都府相楽郡精華町祝園門田11番地10
 TEL.0774(93)2205(代) FAX.0774(93)2207(代)

高齢者の皆さんに、家庭での生活の援助
 身体介護サービスを提供します。
ホームヘルプ 神の園
 ☎ 93-0846
 京都府指定訪問介護事業者
 No.2671400071

●相続・贈与の手続・申告 ●相続税対策・遺言書作成
 ●譲渡所得・その他の所得の確定申告 ●法人税・消費税の申告 ●月次損益・決算 ●法人設立 ●建設業許可
藤原総合会計事務所
 税理士・行政書士業務(各種相談対応します)
<https://www.fujiharakaikei.com/>
 木津川市木津宮ノ内9-9 いずみホール前
 ☎ 0774-72-7711 (代) P有り

トレーニング室相談会

日時 ①7月8日・15日・22日・29日、8月5日・12日・19日・26日の各火曜日午前9時～正午 ②7月11日・18日・25日、8月1日・8日・15日・22日・29日の各金曜日午前9時～正午

【共通】

場所 トレーニング室
内容 器具の使い方だけでなく、筋力・柔軟性向上など、健康になるための相談・指導を行います。
料金 トレーニング室利用料
※トレーニング室を初めて利用する場合は、要利用者登録。

筋膜体操短期教室

日時 7月17日・24日・31日の各木曜日(全3回)いずれも午前10時30分～11時30分

場所

道場

対象者 18歳以上の方
内容 柔らかくきれいな筋膜を作る、誰にでもできる本格的な筋膜体操エクササイズです。姿勢改善、疲労回復や美肌効果、ダイエット効果がありません。

持ち物 タオル、飲み物、ヨガマット(貸し出し可)

料金 2500円(一括納入)
申込方法 本会ホームページから、または受講料を添えて窓口へ。

体操クラブ(リトルクラス)夏休み無料体験会

日時 7月24日(休)、8月7日(休)午後3時～4時

場所

道場

対象者 年中・年長(町外可)
内容 走る・ジャンプする・バランスをとるなど運動の基礎を中心に体を動かす楽しさを知ってもらい、ケガの予防、体力・運動能力の向上を目指します。

持ち物 タオル、上靴、飲み物
申込方法 本会ホームページから。

ほほえみスポーツ広場

夏休み特別企画で小学生無料(町外在住者含む)

日時 7月27日(日)午前9時～正午

場所

アリーナ

対象者 3歳以上(小学2年生以下は保護者の同伴が必要)
内容 開放エリア：バドミントン(時間交代制)・卓球・バスケットボール・ソフトバレーボールほか

持ち物 体育館シューズ
料金 中学生1000円・高校生以上2000円(町外在住者は倍額)

むくのきフィットネススクール

令和7年度会員募集

日時

①ピラティス

月曜日午前11時～正午、水曜日午前10時30分～11時30分

②ハワイアンフラ

月曜日午後1時30分～2時30分

③ヨガ&ズンバゴールド

火曜日午前10時～11時30分

④スタイルアップトレーニング

火曜日午後1時30分～2時30分

⑤筋膜体操

木曜日午前10時30分～11時30分

⑥ヨガ入門&コアトレーニング

木曜日午後1時30分～2時30分

⑦コンディショニング&リンパヨガ

金曜日午前10時～11時

⑧ウォーキングエクササイズ

金曜日午後1時30分～2時30分

【共通】

場所 むくのきセンター

対象者 18歳以上の方(高校生を除く)

※④のみ女性限定

年会費 3700円

※年会費のほかに各教室参加につき料金が(1回5000円・ヨガ&ズンバゴールドのみ7000円)

※体験の場合は1回10000円(ヨガ&ズンバゴールドのみ12000円)

けいはんな記念公園の催し物

水景園の案内

入園料 大人2200円・小中学生・65歳以上1100円

開園時間 午前9時～午後5時

※イベントの開催可否は公園ホームページでご確認ください。

※障害者手帳やきょうと子育て応援パスポートの提示で無料、25人以上の団体割引などありません。

援けいはんな記念公園管理事務所
〒931-2000 福井県福井市
TEL 931-2000 FAX 931-2008

ARTCOM2025

日時 7月12日(土)～24日(木)午前9時～午後5時(24日は午後3時まで)

場所

水景園

内容 「環境と表現」をテーマに京都芸術大学総合造形コースの学生たちの作品が、けいはんな記念公園の水景園や観月楼を彩ります。日本庭園とアートのコラボレーションをお楽しみください。

料金

庭園入園料

夏色コンサート

日時 7月12日(土)午後2時～3時(雨天開催)

場所

水景園 観月楼 地階

内容

男女二重唱とピアノ。J-POP・童謡・唱歌・ミュージカルなどを歌います。

出演

e.p.o.c

料金

庭園入園料

広告(掲載内容については各広告主に問い合わせください)

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

各1枚 300円
7月11日(金)2種類同時発売!
発売期間 7/11(金)～8/11(月)
公益財団法人京都府市町村振興協会

トイレ・キッチンなどの詰まりでお困りのときは(見積無料)
株式会社 クリーンサービス山城

精華町祝園政長 10-1
電話 **0774-94-3241**

石碑・彫刻・建築石材
有限会社 宮本石材店

精華町祝園西1丁目23-7 (J.R祝園駅北へ100m)
TEL (代) 94-2122 (FAX) 94-4639 (工場) 93-1064

- 催事・募集
- 暮らし・税
- 年金・保険
- 福祉・介護
- 健康・医療
- 環境・美化
- 教育・子育て
- 文化・学習
- スポーツ
- 防犯・防災
- その他

水景園のいけばな教室

日時 7月17日(木)午後1時30分～4時

場所 水景園

内容 550年の歴史を持ついけばな「池坊」の美の流儀を日本庭園で学びませんか。資格を取りたい方のほか、どなたでもニーズに合わせて指導します。

料金 3000円(庭園入園料、花材費込み)

申込方法 開催週の月曜日までに電話で公園管理事務所へ。

花いっぱい大作戦の会

～花壇のメンテナンス～

日時 7月19日(土)午前10時～正午

※雨天時は問い合わせてください。

場所 遊具広場横花壇

内容 花をいっぱい咲かせるためのボランティア活動です。どなたでも参加OK。

持ち物 軍手、汚れてもいい服装



相楽木綿伝承館夏休みワークショップ

シヨップ

日時 7月27日(日)、8月24日(日)いずれも午後1時～4時

場所 水景園 相楽木綿伝承館

対象者 小学生以上(低学年は保護者同伴)で両口参加可能な方
定員 6人

内容 自分でつむいだ糸で、ミニマットを織ってみませんか。夏休みの宿題にも最適ですよ。スピンドル(糸つむぎ機)とミニマットはお持ち帰りいただけます。第1回：スピンドルで糸紬ぎ、第2回：枠織り機でミニマットづくり。

料金 3000円(および庭園入園料)

申込方法 電話で相楽木綿伝承館(☎0800-61860-9233)へ。

おもちゃ箱がひっくりかえった！ ムシムシ工作大集合

日時 7月29日(火)～8月29日(金)午前9時～午後5時

場所 水景園 ギャラリー1月の庭

内容 この世にいるムシ、いないムシ、工作作家のおもちゃ箱からムシムシ工作が大集合！身近なリサイクル素材から虫たちを創り出す、「作る楽しみ」「遊ぶ楽しみ」を一緒に。週末ワークショップも開催します。

料金 庭園入園料

コペルニクス夏の講座

日時 8月3日(日)午後5時～6時

30分(雨天開催)

場所 ビジターセンター

対象者 小学生

定員 先着10人

内容 マイ望遠鏡を作って月を観察しよう！

料金 2500円(望遠鏡キット代・入園料含む)

申込方法 てんもんぶホームページから。

共催 てんもんぶ



てんもんぶホームページ

星空カフェ

日時 8月3日(日)午後7時～8時30分

※雨天中止(曇天の場合も中止。当日午後3時時点で開催の可否を判断します。)

場所 水景園

内容 夜の公園で天体望遠鏡を眺めましょう。ガイドが星空をご案内します。

共催 てんもんぶ

花いっぱい大作戦の会

～花壇のメンテナンス～

日時 8月9日(土)午前10時～正午

※雨天時は問い合わせください。

場所 遊具広場横花壇

内容 花をいっぱい咲かせるためのボランティア活動です。どなたでも参加OK。

持ち物 軍手、汚れてもいい服装

けいはんなプラザの催し物

けいはんなプラザ・プチコンサート

日時 7月23日(水)午後0時15分～45分

場所 アトリウム

※演奏曲の詳細はけいはんなプラザホームページを確認してください。

問い合わせはんなプラザ・プチコンサート実行委員会(株)けいはんな
☎95-5115

大阪交響楽団「けいはんな 未来への扉」

日時 10月5日(日)午前2時30分

場所 メインホール

出演 指揮：田中 祐子氏、演奏：大阪交響楽団

曲目 アイダ、新世界より、E.Tのテーマほか

料金 一般4000円、ぶらZO会員3800円、高校生以下1000円

チケット販売 7月25日(金)午前10時～

申込方法 けいはんなオンラインチケット、ローソンチケット
問い合わせはんな事業部/☎95-5115

広告

生かそう！あなたの知識と経験

健康で働く意欲のある皆さんをお待ちしています

高齢者活躍人材確保育成事業



場所は
こちら

施設管理

入会説明会

会場/保健センター2階
時間/10:00~11:00

日程

8月1日(金)

9月1日(月)

公益社団法人 精華町シルバー人材センター

〒619-0244 京都府相楽郡精華町北福八間井手ノ元27番地1 (川西小学校南)
TEL:0774-98-0510 FAX:0774-98-0670

精華町国保病院の外来担当医

診療科目	月	火	水	木	金	土
内科1(午前)	桑原		桑原	稲田	桑原	稲田
内科2(午前)	稲田	稲田		奥	稲田	井上衛・福田【注1】
内科3(午前)	小島					
泌尿器科(午前)		小倉			小倉	
内科(午後)		稲田			稲田	
外科(午前)	竹内		竹内	竹内	竹内	竹内
整形外科(午前)	千保	千保	千保	千保	千保	
皮膚科(午前)	松吉【注2】			松吉【注3】		
腎臓内科(午後)		山内				
内視鏡(午前)					担当医【注4】	担当医【注5】
歯科(午前・午後)	丹羽・担当医	丹羽・谷	丹羽・谷	丹羽・谷	丹羽・谷	担当医
血液透析	山内	山内	山内	山内	山内	吉村

診療担当医は変更になる場合があります(日曜日・祝休日は休診)。
 稲田:内科・循環器科、奥:循環器科、井上衛・福田:リウマチ・膠原病【注1】福田:第2週のみ【注2】第1・3・5週午前11時30分まで【注3】午前11時30分まで【注4】第3週のみ【注5】第1週のみ

受付時間

【内科】午前9時～正午 ※土曜日は午前11時30分まで
 午後予約診 午後2時～4時30分
 【歯科】午前9時～午後0時30分 午後1時30分～4時
 ※歯科は一般歯科・口腔外科。インプラントも随時行っています。血液透析は、通院の送迎が可能。

問精華町国民健康保険病院(医療法人医仁会)
 電話94-2076・93-2818

相楽休日応急診療所の日程

当日電話予約制です。(受け入れ人数には限りがあります)
 7・8月の診療科目は次の通りです(急に変更になる場合があります)。

7月	6日(日)	内	8月	3日(日)	内
	13日(日)	内・小		10日(日)	内・小
	20日(日)	内・小		11日(祝・月)	小
	21日(祝・月)	内		17日(日)	内
	27日(日)	内・小		24日(日)	内・小
				31日(日)	内

凡例:内=内科・小=小児科
 ※予約受付時間は午前8時30分～午後0時30分、診療時間は午前9時からです。
 ※症状によっては、診察できない場合や京都山城総合医療センターを紹介する場合があります。
 ※受診前に電話でお問い合わせください。
 問相楽休日応急診療所(木津川市木津清水27番地24・木津保健センター内)電話73-9988

平日夜間・休日の小児救急

月～水・金:田辺中央病院(電話63-1111)
 木:京都山城総合医療センター(電話72-0235)
 土:学研都市病院(電話98-2123)
 日・祝・休:京都山城総合医療センター
 ※受診前に、上記医療機関へ電話で確認してください。
 ※診察時間は、平日が夕方5時～翌朝8時30分、土日・祝休日が朝8時30分～翌朝8時30分です。
 問山城南保健所 企画調整室電話72-4301

子どもが急病にかかったら #8000にダイヤルを。

健康に効く処方せん

ウォーキング していますか?

このコーナーでは、相楽医師会(相楽郡・木津川市)の医師が健康についてアドバイスします。124回目の今回は、とうじ診療所の田路吉朗さんのお話です。

常日頃の診療時の会話で「ウォーキングあるいは運動されていますか?」という質問は耳にタコが出来るほど聞かされていると思いますが、なぜ医者はウォーキング・運動にこだわるのでしょうか? 糖尿病では

1. エネルギー消費の増大
2. インスリンの働きを高める効果
3. インスリンによらない急性血糖降下作用

の3つの大きな効果により血糖値の改善が期待できるとあります。

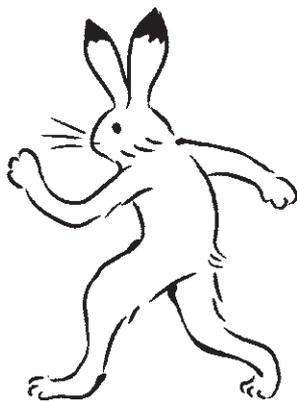
これは運動のインスリン様作用「筋細胞表面に糖輸送担体(GLUT4)が移動発現することによる」さらに運動の積み重ね効果などとして以前より提唱されていますが、それ以外にも心肺機能の向上、血圧降下、ストレス発散、睡眠の質を高める、サルコペニア肥満を防げる、フレイル・ロコモティブ症候群への進行を予防できる、感染症の重症化リスクが低下する、エイリアン脂肪が落ちる、「心筋梗塞」「脳卒中」に効く、最近では、「腎

臓病」に効く、「肺炎」に効く、「13種類のがん」予防に効く、「不安」「ストレス」「うつ」に効く、「睡眠時無呼吸症候群」に効く、「認知症」「MCI(軽度認知障害)」に効く、などなど、数えればキリがないほど良いことづくめなのです。まさに、健康の玉手箱やー!なのです。

ただし、糖尿病において運動を禁止すべきものとして、空腹時血糖250mg/dl以上、尿ケトン体陽性、眼底出血、腎不全、虚血性心疾患、骨・関節疾患がありますが、ほとんどが良いことばかりなのです。だから「運動されていますか?」なのです。

そこで、具体的には、1回30～60分程度、最低でも週2～3回を継続することが重要! 1日トータル1万歩が理想です。

お孫さんと、卓球、ボール投げ、バドミントンなどなど。一緒に楽しめたら、こんな幸せなことはないですよね?



問相楽医師会電話73-8222(火・水・金曜日午後2時～4時)

今月の各種相談日

▶ **人権・なやみごと相談**(人権擁護委員・行政相談委員が対応)
 日時：7月15日(火) 13:30～16:00
 場所：501会議室(町役場5階) ※人権相談は電話予約可
 問 人権啓発課☎95-1919・自治振興課☎95-1934

▶ **精華町こころの相談室**(臨床心理士などが相談に応じます)(要予約)
 日時：7月16日(水)・25日(金)・28日(月)、
 8月4日(月)・8日(金)
 10:00～12:00、13:00～15:00
 予約：☎98-3909(予約専用・平日10:00～16:00)
 場所：京都大和の家
 問 人権啓発課☎95-1919

▶ **あんしん相談**(民生児童委員が相談に応じます)
 日時：7月16日(水) 13:30～15:00
 場所：打ち合わせコーナー(町役場2階)

▶ **障害者生活相談**(障害者相談員が相談に応じます)
 日時：7月17日(木) 13:30～15:00
 場所：相談室1(町役場2階)
 問 社会福祉課☎95-1904

▶ **弁護士による無料法律相談**(要予約)
 日時：8月20日(水) 13:30～16:00
 予約：先着5人・8月6日からの8:30～17:00
 (土日・祝日を除く)
 場所：かしのき苑

▶ **社協ふくし&住まいの困りごと相談**(要予約)
 日時：8月28日(木) 9:00～12:00
 予約：先着3人・毎月1日からの8:30～17:00
 (土日・祝日を除く)
 場所：かしのき苑

▶ **社協ふくし&相続相談**(要予約)
 日時：8月22日(金) 13:00～16:00
 予約：先着3人・毎月1日からの8:30～17:00
 (土日・祝日を除く)
 場所：かしのき苑
 問 精華町社会福祉協議会☎94-4573

▶ **税理士による無料税務相談**(要予約)
 日時：7月18日(金)
 13:30～16:30(30分/人)
 場所：相談室1(町役場2階)
 対象者：税理士、税理士法人が関与していない納税者
 申込方法：右の二次元コードから
 問 近畿税理士会宇治支部事務局☎uji.soudan@gmail.com



▶ **スマホ・パソコン基礎相談 出張します!**(要予約)
 お近くの集会所(個人宅不可)でIT サポーターが相談に応じます。
 ※通常の基礎相談の日程などについては町ホームページでお知らせします。
 問 IT ゆう事務局(デジタル推進室内)
 ☎95-1924・☎ siv@town.seika.lg.jp



町ホームページ

町役場ダイヤルイン・メールアドレス
 TEL 94-2004 (代表)
 FAX 93-2233 (総務課)

社会福祉課
 TEL 95-1904・FAX 95-3974
 ☎fukushi@town.seika.lg.jp

学校教育課
 TEL 95-1906・FAX 94-5176
 ☎gakkyou@town.seika.lg.jp

消防署
 TEL 94-5630・FAX 94-5493
 ☎shoubousho@town.seika.lg.jp

企画調整課
 TEL 95-1900・FAX 95-3971
 ☎kikaku@town.seika.lg.jp

高齢福祉課
 TEL 95-1932・FAX 95-3974
 ☎kourei@town.seika.lg.jp

防災食育センター(学校教育課)
 TEL 66-6108・FAX 66-6109
 ☎gakkyou@town.seika.lg.jp

議会事務局
 TEL 95-1908・FAX 95-3972
 ☎gikai@town.seika.lg.jp

総務課
 TEL 95-1910・FAX 93-2233
 ☎soumu@town.seika.lg.jp

子育て支援課
 TEL 95-1917・FAX 95-3974
 ☎kodomo@town.seika.lg.jp

教育支援室
 TEL 95-1923・FAX 94-5176
 ☎edu-shien@town.seika.lg.jp

ほうその保育所
 TEL 94-3530・FAX 94-3812
 ☎housono-h@town.seika.lg.jp

財政課
 TEL 95-1914・FAX 93-2233
 ☎zaisei@town.seika.lg.jp

健康推進課
 TEL 95-1905・FAX 95-3974
 ☎kenko@town.seika.lg.jp

生涯学習課
 TEL 95-1907・FAX 94-5176
 ☎shogaigakushu@town.seika.lg.jp

こまだ保育所
 TEL 94-3400・FAX 94-3780
 ☎komada-h@town.seika.lg.jp

デジタル推進室
 TEL 95-1924・FAX 93-2233
 ☎digital@town.seika.lg.jp

環境推進課
 TEL 95-1925・FAX 95-3973
 ☎kankyo@town.seika.lg.jp

町立図書館
 TEL 95-1911・FAX 95-3976
 ☎toshou@town.seika.lg.jp

いけたに保育所
 TEL 72-3530・FAX 72-3744
 ☎iketani-h@town.seika.lg.jp

入札契約室
 TEL 95-1935・FAX 93-2233
 ☎nyusatsu@town.seika.lg.jp

農政課・農業委員会事務局
 TEL 95-1903・FAX 95-3973
 ☎nousei@town.seika.lg.jp
 Seika-nogyoinkai@town.seika.lg.jp

上下水道課
 TEL 95-1912・FAX 93-1243
 ☎jyogesui@town.seika.lg.jp

ひかりだい保育所
 TEL 95-3651・FAX 95-3652

自治振興課
 TEL 95-1934・FAX 93-2233
 ☎jichi@town.seika.lg.jp

商工推進室
 TEL 34-0234・FAX 95-3973
 ☎shoukou@town.seika.lg.jp

経理営業課
 TEL 94-2049・FAX 93-1243
 ☎keirielgyo@town.seika.lg.jp

せいかだい保育所
 TEL 98-3866・FAX 98-3855

危機管理室
 TEL 95-1928・FAX 93-2233
 ☎kiki@town.seika.lg.jp

検査住宅課
 TEL 95-1909・FAX 95-3973
 ☎kensajutaku@town.seika.lg.jp

消防本部
 TEL 94-5119代・FAX 94-5493

人権センター 交流会館
 TEL 94-3696・FAX 94-5679

総合窓口課
 TEL 95-1915・FAX 95-3974
 ☎madoguchi@town.seika.lg.jp

営繕室
 TEL 95-1933・FAX 95-3973
 ☎eizen@town.seika.lg.jp

消防総務課 TEL 94-4473
 ☎shoubousoumu@town.seika.lg.jp

人権センター 児童館
 TEL 94-5679・FAX 94-5679

税務課
 TEL 95-1916・FAX 95-3974
 ☎zeimu@town.seika.lg.jp

建設課
 TEL 95-1901・FAX 95-3973
 ☎kensetsu@town.seika.lg.jp

予防課 TEL 94-4397
 ☎shoubouyobou@town.seika.lg.jp

かしのき苑(社会福祉課 地域福祉係)
 TEL 94-5200・FAX 95-1708

国保医療課
 TEL 95-1929・FAX 95-3974
 ☎kokuho@town.seika.lg.jp

都市計画課
 TEL 95-1902・FAX 95-3973
 ☎toshi@town.seika.lg.jp

警防課 TEL 94-4387
 ☎shouboukeibou@town.seika.lg.jp

むくのきセンター
 TEL 98-0200・FAX 98-0118

人権啓発課
 TEL 95-1919・FAX 95-3974
 ☎jinken@town.seika.lg.jp

市街地整備室
 TEL 95-5300・FAX 95-3973
 ☎shigaichi@town.seika.lg.jp

指令救急課 TEL 94-4197
 ☎shouboushirei@town.seika.lg.jp

環境の森センター・きづがわ
 TEL 72-1010・FAX 72-1020

会計課
 TEL 95-1913・FAX 95-3975
 ☎kaikai@town.seika.lg.jp

●町役場の窓口受付時間は、平日午前8時30分～正午・午後1時～5時15分です。●本誌のバックナンバーは、町ホームページ、スマートフォンアプリ「マチイロ」からもご覧いただけます。●平日午前8時30分～午後5時15分以外は、ダイヤルインでは電話がつながりません。代表番号におかけください。●目の不自由な方などのため、朗読ボランティア「ひびき」の皆さんが本誌を朗読した音声を町ホームページの華創のページで聞くことができます。

競争・募集
 暮らし・税
 年金・保険
 福祉・介護
 健康・医療
 環境・美化
 教育・子育て
 文化・学習
 スポーツ
 防災・防災
 そのほか



SEIKA

いっかげつ

7月

- 9日(水) むくのきセンター休館
- 10日(木) 5歳児健康診査①(対象児令和2年7月生) 保健センター (12:30~)
- 11日(金) 5歳児健康診査②(対象児令和2年7月生) 保健センター (12:30~)
- 16日(水) むくのきセンターアリーナ一般開放(卓球デー) むくのきセンター (15:00~17:00)
- 23日(水) むくのきセンター休館
- 27日(日) むくのきセンターアリーナ一般開放(ほほえみスポーツ広場) むくのきセンター (9:00~12:00)
- 29日(火) 3~4カ月児および9~10カ月児健康診査(対象児令和7年3月生および令和6年9月生) 保健センター (12:30~)

30日(水) むくのきセンターアリーナ一般開放(卓球デー) むくのきセンター (15:00~17:00)

31日(木) 1歳6カ月児健康診査(対象児令和5年12月生) 保健センター (12:30~)

8月

- 1日(金) シルバー人材センター入会説明会 シルバー人材センター (10:00~11:00)
- 5日(火) 5歳児健康診査(対象児令和2年8月生) 保健センター (12:30~)
- 6日(水) むくのきセンターアリーナ一般開放(卓球デー) むくのきセンター (15:00~17:00)
- 7日(木) 3歳6カ月児健康診査(対象児令和4年1月生) 保健センター (12:30~)
- 8日(金) 2歳4カ月児健康診査(対象児令和5年3月生) 保健センター (12:30~)
- 13日(水) むくのきセンター休館
- 20日(水) むくのきセンターアリーナ一般開放(卓球デー) むくのきセンター (15:00~17:00)

7月の納税・納付

- 固定資産税・都市計画税……………第2期分
- 国民健康保険税(普通徴収分)……………第2期分
- 後期高齢者医療保険料(普通徴収分)……………第1期分
- 介護保険料(普通徴収分)……………第1期分
- 利用者負担額(保育料)……………7月分
- 放課後児童クラブ利用料……………7月分
- 水道料金・下水道使用料……………6月分
- 町営住宅使用料……………7月分

便利な口座振替のご利用を

※各納付書に記載の所で、期限までに納めてください。
※納付が遅れると、督促手数料や延滞金がかかることがありますので注意してください。

人の動き(令和7年6月1日現在)

人口 3万5908人(-56)
男 1万7236人(-26)
女 1万8672人(-30)
世帯数 1万5582世帯(-13)
〔()内は前月比〕

火災・救急・救助件数(5月)

火災 0件(7/+4)
救急 120件(653/+29)
救助 1件(8/+2)
〔()内は今年中の累計/前年同月比〕

広告(掲載内容については各広告主に問い合わせてください)

内科・藤木医院

一般内科・糖尿病内科・循環器内科・腎臓内科
医師 藤木 新治・藤木 健吾
精華町JR祝園駅北へ10m

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~11:30	○	○	○	○	○	○	○
16:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○
17:30~19:30	○	○	○	○	○	○	○

☎0774-94-2006 午後は訪問診療

土地・建物の調査 測量 表示に関する登記

中川登記測量事務所

土地家屋調査士・測量士
中川 真一

精華町菱田前川原16-1
近鉄狛田駅北側煤谷川沿い
TEL 94-3143

平田内科医院

◆消化器科◆循環器科◆一般内科
平田真人・平田理佳

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 5:00~7:00	○	○	○	○	○	○

水曜・日曜・祝日診療
午後診療は月曜のみ
行います

光台 近隣センター南 Phone:0774 95-3400

図書館カレンダー 7月

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		

8月

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						



■：休館日

図書館休館日・・・毎週月曜日、7月22日(火)振替休館・31日(木)館内整理日、8月12日(火)振替休館・28日(木)館内整理日

今月のおすすめ本



『花屋さんが言うことには』

山本幸久 著

グラフィックデザイナーを夢んでいた紀久子が就職できたのは食品会社の営業職。しかし、その会社は過酷な勤務を強いられるブラック企業だったため退職した。そんな時、生花店を経営する李多と知り合い、そこでアルバイトすることに

なる。

季節の花や、花を愛する店の仲間とお客たちに囲まれて変わっていく再生の物語。各章ごとに花の名前が冠され、それぞれの花言葉とストーリーを知ることができます。ふと花屋に寄ってみたいくなりますよ。



『プッチェットのぼうし』

中脇初枝 再話

ぼうしをかぶったおとこのこプッチェットは、ある日お気に入りのすてきなぼうしを失くしてしまいます。ともだちのチョケットが持っているのを見つけ、返すようにたのみましたが、「パンをくれなきゃ、ぼうしはあげない」と言われてしまいます。パン屋はミルクを、め牛は草を…と、プッチェットは行くさきでつぎつぎに注文をつけられてしまいます。はてさてぼうしはもどってくるのでしょうか？ くり返しが楽しい、イタリアで語りつがれてきたむかしばなしです。

なりきり司書たいけん

本の貸出や返却、資料検索などのカウンター業務や修理など、図書館司書の仕事を体験します。

日時 第1回 8月13日(水)
第2回 8月14日(木)
いずれも午前9時～午後0時30分

対象 小学4～6年生(町内在住)
定員 各回6人(先着順。初めての方を優先します)
持ち物 エプロン、お茶、動きやすい服装、運動靴
(サンダルは不可)

参加費 無料

申込方法 7月17日(木)午前10時から町立図書館、移動図書館へ直接または電話で申し込んでください。

夏休み特別版「こわいおはなし会」

日時 7月30日(水)午後4時～4時30分

場所 図書館 おはなしのへや

対象 どなたでも(内容は子ども向けです)

定員 先着20人

内容 夏の夕方に、部屋をくら～くして、こわいおはなしをします。こわいの好きな子、あつまれ～!!
※暗いのがこわいお子さんご注意ください。
途中からの入室はできません。

移動図書館車「あおぞら号・バーバパパ」運行日程 (7/4～8/28)

地域(場所)	時間	曜日	7月	8月
僧坊(集会所前)	13:20～13:50	火曜日 (第1・3週)	15日	5日 19日
舟(集会所前)	14:10～15:00			
光台八丁目(集会所前)	15:30～16:30			
北ノ堂(集会所前)	13:20～14:00	水曜日 (第1・3週)	16日	6日 20日
菱田(集会所前)	14:20～15:10			
精華台三丁目(集会所前)	15:30～16:30			
中久保田(集会所前)	13:20～13:50	木曜日 (第1・3週)	17日	7日 21日
東(集会所前)	14:10～14:50			
桜が丘一丁目(集会所前)	15:20～16:20			
馬淵(集会所前)	13:20～13:50	金曜日 (第1・3週)	4日	1日
東畑(集会所グラウンド)	14:20～14:50		18日	15日
桜が丘四丁目(集会所前)	15:10～16:10			

地域(場所)	時間	曜日	7月	8月
桜が丘二丁目(池谷公園)	13:20～14:20	火曜日 (第2・4週)	8日	26日
旭(集会所前)	14:50～15:20			
滝ノ鼻(集会所北)	15:40～16:30			
乾谷(集会所前)	13:20～13:50	水曜日 (第2・4週)	9日	13日
菅井(集会所前)	14:20～14:50		23日	27日
里(精北小学校前)	15:10～16:10			
山田(自治会駐車場)	13:20～14:00	木曜日 (第2・4週)	10日	14日
柘榴(ポンプ庫前)	14:20～14:50		24日	28日
精華台五丁目(集会所前)	15:10～16:10			
中(集会所前)	13:30～14:00	金曜日 (第2・4週)	11日	8日
光台(ひかりだい保育所駐車場)	14:30～15:20		25日	22日
西北(三角田北駐車場)	15:50～16:30			

※運行日は本誌発行日以降の日程のみ掲載しています。



編集・発行：精華町役場 総務部 企画調整課
TEL 0774-94-2004(代)・FAX 0774-93-2233(総務課)
https://www.town.sekaiakakyo.jp

〒619-0285 (個別番号)
京都府相楽郡精華町大字南稻人妻小字北尻の番地
※本誌記載内容は変更が生じる場合があります。