華創（はなそう）

Seika Town Newsletter HANASOU!!
2026 NOVEMBER 11
No.764

「華創」は町ホームページや
アプリ「マチイロ」でも読めます



特集

人生会議って知っていますか？

人権について考えよう／4　むくのきセンターにベビーケアルームを設置／5　町内保育施設　令和９年度入所受付　12月７日(月)から／6　年末の粗大ごみ収集／7　自動運転バスの体験試乗会／8　令和８年分　年末調整(キャッシュレス納付含む)説明会について／12

いい看取り・いい看取られ

11月30日は
人生会議の日

人生会議って知っていますか？

家族はさいごをどこで迎えたいのかな？誰とどんなふうに過ごしたいのかな？

あまり考えたくないけど、いつかはさいごのことも考えないと…

家族にさいごまで自分らしい生き方をさせてあげたい

さいごに受ける医療って言われても想像がつかない

「人生会議（ACP＝アドバンスケアプランニング）」とは、自分がどのような医療を受けたいか、あるいは受けたくないのか、また、どこで人生の最期を過ごしたいかなど、医師やケアマネージャーなど医療や介護の専門職から必要なサポートを受けながら、家族なども交えて、希望や考えを明らかにしていくための話し合いをすることをいいます。

11月30日は人生会議（ACP）の日です。ぜひ人生の最終段階における医療・ケアについて考えるきっかけにしてください。

01
人生会議はどのようにするの？

人生会議はみんなで

1.「自分らしく生きること」を大切な視点として、まずは自分の最期の迎え方を考えましょう。
2. そして、大切な人と共有することが重要です。家族なども本人の声をきちんと聞いて、人生の最期と向き合いましょう。

※自分の思いや体の状態、家族などの状況は変化します。右の①～③をくりかえしていくことが大切です。

※人生会議は無理に行うものではありません。心に余裕があるときに行いましょう。

①人生の最期の迎え方について自分で考え家族などと話し合う



②医療・介護の専門家（医師やケアマネージャー）と相談する



③話した内容を書きまとめる



02
DNAR は選択肢の一つ

DNAR とは、本人や家族の意思に基づいて、心停止や呼吸停止した場合に心肺蘇生※を行わないという意思表示のことです。

※心肺蘇生とは：胸骨圧迫（心臓マッサージ）、人工呼吸など

ご本人が DNAR を希望されていても、家族などから救急要請があれば救命処置をしなければなりません。
「本人の声」を聞いておくことで、もしものときも家族などが代弁でき、精神的な負担を軽減できます。
よく話し合い、大切なご本人の意思を救急隊に伝えてください。



03
考えてやってみよう

町役場２階の精華町交流ホール前で11月30日(月)まで展示を行っています。
アンケートやクイズを通して、人生会議について考えてみませんか？
また、サロンなどの通いの場で、医師から人生会議やDNARについてもお話しています！
医師の話と一緒にカードゲーム（そうらくエンディングカード）も体験できます。
カードゲームはレンタルも可能です！



前回展示の様子



問 高齢福祉課
包括ケア推進係
TEL 95－1932

町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

人権について考えよう

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

11月は、こども家庭庁が定める「秋のこどもまんなか月間」です。その一環である「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」は家庭や学校、地域全体で児童虐待について深く考えていこうとする取り組みです。この機会にこどもの権利を守る大切さについて考えましょう。

もしも児童虐待かもしれないと思ったら

児童相談所全国共通ダイヤル「189（いちはやく）」は24時間対応で、近くの児童相談所につながります（匿名も可能）。緊急の場合は「110番」に連絡を。あなたの連絡がこどもを守り、子育てに悩む保護者を支援するための大きな一歩になります。

こどもの人権を守るために

一人ひとりがこどもの権利について理解を深め、こどもを一人の人間として尊重するとともに、虐待を「家庭の問題」とせず、地域社会全体のものとして捉え、考えていく必要があります。

親子のよりよい関係を築くために

子育て支援講演会
「親のイライラがなくなる！スマホ・ゲームのルール決め決定版」

日時 11月30日㈰午後1時30分～3時30分
場所 防災保健センター みらっぷ（町役場庁舎北側）1階 成人健診室
講師 石田勝紀氏（一般社団法人 教育デザインラボ 代表理事）
対象者 町内在住・在勤の方
託児 要約筆記あり（事前申し込み要）
定員 先着80人
申込方法 11月19日㈭まで下の二次元コードから。
問 こども家庭課家庭支援係 ☎95－1931



児童相談所虐待対応ダイヤル
イチ ハヤ ク
189
通話無料 匿名可能 秘密厳守

精華町人権展2026

12月4日～10日の「人権週間」にちなみ、本町でも「精華町人権展2026」として、さまざまな人権啓発事業を行っています。あらゆる人権問題に関する理解を深めるとともに、人権尊重思想の普及と高揚を図ることを目的としています。

特設人権ぷらざ

期間 11月20日㈭～12月10日㈭
場所 町役場2階 交流スペース
内容 人権啓発ポスターの展示（町内小・中学生の作品を展示）

人権関連図書特設コーナー

期間 11月20日㈭～12月10日㈭
場所 町立図書館
内容 図書館内に人権関連図書を配架するコーナーを設置



人権標語懸垂幕の掲示

期間 12月1日㈫～10日㈭
場所 町役場 庁舎南側 壁面
内容 人権週間の周知『育てよう一人一人の人権意識』

精華町人権シネマサロン

期間 12月3日㈭・4日㈮
場所 京都府立けいはんなホール メインホール
内容 映画『35年目のラブレター』各日3回、計6回上映（字幕上映・初回を除く）

子育て支援講演会

※詳しくは本ページ上段をご覧ください。
問 精華町人権啓発推進委員会事務局（精華町人権センター内 ☎94－3696）

固定資産評価審査委員会委員選任

令和8年度精華町議会定例会9月会議で町議会の同意を得て、固定資産評価審査委員会委員が選任されました。

選任されたのは、藤原義明さん（9期目）、村島和明さん（4期目）、中川真一さん（1期目）の3人です。

固定資産評価審査委員会委員は、固定資産課税台帳に登録された価格（評価額）に関する不服申立の内容について、審査決定します。

任期は9月28日～令和11年9月27日の3年間です。



藤原義明さん
（光台六丁目）



村島和明さん
（植田地区）



中川真一さん
（菱田地区）

公平委員会委員再任

令和8年度町議会定例会9月会議で町議会の同意を得て、福田一仁さんが公平委員会委員に再任（2期目）されました。

公平委員は、法律の定めるところにより、町職員の勤務条件に関する措置や町職員に対する不利益処分を審査し、これらについて必要な措置を講じることが職務とされています。

任期は12月20日～令和12年12月19日の4年間です。

むくのきセンターにベビーケアルームを設置

むくのきセンター2階　休憩コーナーにベビーケアルーム「mamaro」を設置しました。

周りを気にせず、ちいさなお子さまへの授乳やおむつ替えも安心して行えるようになりました。スポーツやイベントの利用時はもちろん、お気軽にご活用ください。

問むくのきセンター℡98－0200



ブルーインパルスの展示飛行

航空自衛隊奈良基地の開庁70周年記念行事に合わせて、11月22日（日）に奈良県上空でブルーインパルスの展示飛行が実施される予定です。なお、今回の飛行にあたって、奈良基地の一般開放は行われません。

問航空自衛隊奈良基地広報室℡0742－33－3951

町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

町内保育施設
令和９年度入所受付 12月７日(月)から

来年４月からの町内保育施設の利用申請の受け付けを12月７日(月)～11日(金)まで行います。「令和９年度保育所入所のしおり」をよく読んで申し込んでください。

保育の必要性をチェック

保育所への入所を申し込みできるのは、保護者が次のいずれかの理由で保育できない場合です。

□就労
□妊娠・出産
□保護者の病気・障害
□同居または長期入院などをしている親族の介護・看護
□災害復旧
□求職活動
□就学
□虐待やＤＶの恐れがあること
□そのほか、上記に類する状態として町が認める場合

※すでに保育を利用している子どもがいて、育児休業取得中も、引き続き利用が必要である場合は継続入所が可能です(新規入所は不可)。

対象は満６カ月から

今回募集するのは、来年４月１日時点満６カ月以上で、令和３年４月２日以降に生まれた０～５歳児です。

募集人数はいずれの年齢も若干名です。

町内の保育所は次のとおりです。

・ほうその保育所
・こまだ保育所
・いけたに保育所
・ひかりだい保育所(公設民営)
・せいかだい保育所(公設民営)

申込書配布は11月９日(月)から

保育施設の利用申請に必要な書類や令和９年度保育所入所のしおりなどは、11月９日(月)からの平日に町内各保育所・子育て支援課(町役場２階)で配布します。また、町ホームページからもダウンロードできます。

受け付けは全保育所と役場で(郵送可)

申込日時・場所は次のとおりです。必要書類に不備がある場合は、受け付けできません。

受付日	受付時間	受付場所
12月７日(月)	午後２時～３時	こまだ保育所
12月８日(火)	午後２時～３時	ひかりだい保育所
12月９日(水)	午後２時～３時	せいかだい保育所
12月10日(木)	午後２時～３時	いけたに保育所
12月11日(金)	午後２時～３時	ほうその保育所
12月７日(月)～11日(金)	午前９時～11時30分・午後１時～４時30分	子育て支援課(町役場２階)

※郵送の場合は、12月11日(金)まで(必着)に町役場子育て支援課(〒619－0285 住所記入不要)宛に郵送してください。

小規模保育施設・認定こども園(保育部分)も募集

町内の小規模保育施設および認定こども園の保育部分について、若干名の利用児童を募集します。町内の施設は次のとおりです。

・チャイルド・ルーム・ヒナ
・すもも園
・認定こども園　光が丘幼稚園(保育部分)
・認定手続き中　精華聖マリア幼稚園(保育部分)
・認定手続き中　星の光幼稚園(保育部分)

利用の申し込みには、認定を受けるための手続きが必要です。受付場所は、子育て支援課のみです。

本年度途中入所の受け付けは今月まで

12月１日(火)以降は、原則として本年度の途中入所を受け付けません。詳しくは、下記に問い合わせてください。

また、本年度の途中入所を申し込んでいて保留になっている方のうち、来年度も入所を希望する場合は、あらためて保育の必要性の認定を受けるための手続きと保育利用の申し込みが必要です。

問子育て支援課保育係☎95－1917

広 告（掲載広告の内容は、町が提供するものではありません）

相続登記　遺言作成　相続税金　遺産分割　相続対策　空家対策
相続無料相談会
相続登記が義務化されました
相続発生後3年以内に相続登記をしないと、裁判所の過料の適用対象となります
まずはお気軽にお電話ください
＜事前予約制＞　電話またはメールにてご予約ください
【開催日時】11月27日（金）９：30～12：00
【会　　場】むくのきセンター（町立体育館）２階 第3会議室
〒619-0245 京都府相楽郡精華町下狛神ノ木８番地　TEL (0774) 98-0200
TEL (0774)28-3911
メール info@eagletry.co.jp
相続相談センター
＜運営＞タル谷総合法務経営事務所
〒611-0021 京都府宇治市宇治妙楽182-13
代表司法書士 樽谷義之 京都司法書士会登録784号
▲予約サイト

年末の粗大ごみ収集

12月に各地域で年末の粗大ごみ収集を実施します。収集日を守り、出し忘れのないよう注意してください(収集日の朝8時までに出してください)。各地区の収集日程は次の通りです。

※3月に配布した「令和8年度ごみの収集日程表」に記載の日程と同じです。

12月 2日（水）	⑥の地域：南（旧府道から西側）、南稲八妻、植田、祝園西一丁目
12月 3日（木）	①の地域：菱田（農免道路から東側）、滝ノ鼻、舟（農免道路から東側）、中久保田
12月 8日（火）	②の地域：北ノ堂、馬渕、中（農免道路から東側）、東、西北（農免道路から東側）
12月 9日（水）	④の地域：菱田（旧府道から西側）、僧坊（旧府道から西側）、谷、北稲八間（旧府道から西側）、旭
12月10日（木）	⑨の地域：光台
12月12日（土）	③の地域：菱田（旧府道から東側）、里、僧坊（旧府道から東側）、舟（農免道路から西側）、狛田一丁目、狛田二丁目
12月12日（土）	⑤の地域：南（旧府道から東側）、菅井、北稲八間（旧府道から東側）、西北（農免道路から西側）、中（農免道路から西側）
12月12日（土）	⑧の地域：山田、桜が丘
12月16日（水）	⑦の地域：乾谷、柘榴、東畑
12月24日（木）	⑩の地域：精華台

精華町ごみ分別アプリ配信中

町では、ごみの減量・リサイクルの促進や排出マナーの向上を図るため「精華町ごみ分別アプリ」を配信しています。お住まいの地域の「ごみ収集カレンダー」、ごみの分別を確認できる「ごみ分別辞典」、ごみ出し忘れ防止のための「アラート機能」など、便利に使えるさまざまな機能があります。ぜひ活用してください。

【アプリの主な機能】

■ホーム画面

今週、今日、明日、明後日などのごみ収集日を確認できます。



■ごみ分別辞典

ごみの分別方法を品目ごとに検索できます。



■ごみの出し方

ごみの種類ごとに出し方を確認できます。



■アラート機能

ごみ出しを忘れないように、ごみ収集日をお知らせします。



【アプリのダウンロード方法】

右の二次元コードまたは「App Store」「Google Play」から「精華町 ごみ分別アプリ」で検索してダウンロードしてください。

【iOS 用】 【Android 用】

問環境推進課資源循環係☎95－1925

広 告（掲載広告の内容は、町が提供するものではありません）



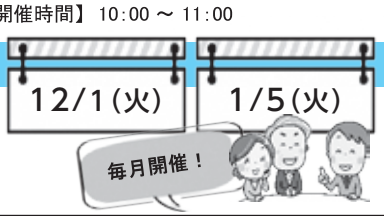
生かそう！あなたの知識と経験

公益社団法人
精華町シルバー人材センター

〒619-0236　京都府相楽郡精華町植田川佐31番地
TEL:0774-98-0510　FAX:0774-98-0670

京都労働局委託事業　高齢者活躍人材確保育成事業

入会説明会のご案内
【開催時間】 10:00 ～ 11:00



町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

みんなで体験、未来を体感

自動運転バスの体験試乗会


実証で走行する自動運転バス
(Tier IV 社製 Minibus2.0)


遠隔監視イメージ

町と京都府では、交通事業者や通信事業者などと連携し、持続可能な地域公共交通を確保するために、自動運転バスの社会実装に向けた実証事業に取り組んでいます。

町内での実証期間中、自動運転バスの試乗会を実施しますので、ぜひこの機会に皆さんも、交通の未来を体験してみませんか？

開催期間

12月16日(水)～19日(土)・24日(木)
①午前 9 時～10時35分
②午前10時～11時35分
③午前10時20分～11時56分
④午後 1 時～ 2 時35分
⑤午後 1 時20分～ 2 時56分

実施内容

以下含む約1.5時間のツアーを予定
・実証事業説明
・遠隔監視室の見学
・自動運転バス試乗

対象

３歳以上の方。小学生以下は保護者の同伴が必要です。妊婦・車椅子の方は安全のためご乗車できません。

申込方法

事前申し込みが必要です。(各時間ごとに先着13人)
※詳しくは次の二次元コードから。
※参加費無料

申し込みフォーム➡

留意事項

大雨・降雪などの悪天候時は、安全確保のため手動運転への切替または運行中止となる場合があります。運行中止の場合は、原則として前日までにご連絡しますが、当日の天候状況により急遽変更となる場合がありますので、ご了承下さい。

試乗ルート

けいはんなオープンイノベーションセンター（KICK)→光台住宅エリア→祝園駅→ KICK 循環ルート(約11㌔)を予定。



出典：国土地理院ウェブサイト(GSI HOME PAGE - 国土地理院)
精華町地図データを基に、京都府けいはんな自動運転の通信システム実証コンソーシアム作成

事業概要

レベル４自動運転車の持続可能な社会実装に向けて、通信や AI を活用した複数監視員で複数車両を監視する遠隔監視の技術実証を行います。

参加団体

ソフトバンク(株)、日本電気(株)、NTT ドコモビジネス(株)、アイサンテクノロジー（株)、(株)本田技術研究所、奈良交通(株)、A-Drive（株)、同志社大学モビリティ研究センター、(一社)京都府タクシー協会、精華町、京都府

※本試乗会は、総務省 令和８年度「地域社会 DX 推進パッケージ事業(自動運転レベル４検証タイプ)」の一環として実施します。

問企画調整課未来企画係℡95－1900

行政情報コーナー
お知らせします！



高齢者向けインフルエンザ・新型コロナウイルス感染症定期予防接種

予防接種は令和9年1月31日㈰まで受けられます。接種回数は1回です。

▼**対象者（共通）**
・接種日現在65歳以上の方
・接種日現在60歳～64歳で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、その障害が身体障害者手帳1級相当の方（事前申請が必要）

▼**費用**　インフルエンザ：2000円、新型コロナウイルス感染症：5000円（生活保護世帯の方は、事前に申請をすれば無料）

▼**接種方法**
・町内指定医療機関の場合：接種に必要な予診票は、各実施医療機関に置いていますので、予約の上、マイナ保険証などを持参して予防接種を受けてください。
・町内指定医療機関以外の場合：健康推進課での申請が必要となります。医療機関に予約をする前に、健康推進課に問い合わせてください。事前申請なく接種された場合は、任意接種の扱いとなり、全額自費での接種となりますのでご留意ください。

問健康推進課成人保健係☎95－1905

町ホームページ

精華町こども家庭センター

妊娠・出産・育児の総合相談窓口

町では、妊娠・出産から子育て期を通じた相談場所として、「こども家庭センター」を防災保健センターみらっぷ（町役場庁舎北側）内に開設しています。保健師・助産師・相談員などのスタッフが相談に応じています。

▼**対象者**
町内在住の妊産婦および0～18歳までのお子さんとその家族

▼**相談内容**
妊娠・子育て相談、発達相談、就学相談、家庭・養護相談など

問こども家庭課☎95－1931

「お薬手帳」使っていますか？

「お薬手帳」に薬や検査結果などの個人の健康記録を記載しておき、それを薬剤師や医師、歯科医師に見せることで、薬の重複や相互作用を防ぐことができます。特に「電子版お薬手帳」は、服用タイミングなどのアラート機能や過去に処方・調剤された薬剤情報の把握・管理を容易にするマイナポータルと連携した機能などの活用で安心安全な医療につなげることができます。

また、災害時に携帯することで、自分が服用している薬を、確実に医療従事者に伝えることができます。ぜひ活用してください。

問山城南保健所衛生係☎72－4302

医療費のお知らせ

国民健康保険・後期高齢者医療保険

医療費のお知らせでは、被保険者の皆さんが病院や診療所などで治療を受けられた医療費総額などについてお知らせしています。自身や家族の健康状態の管理に役立てて、健康や医療に関心を持ち元気で健康に生活することにより、医療費の伸びの抑制だけでなく医療保険の健全な財政運営にもつながるものとの考えから送付しています。

また、送付している医療費のお知らせは確定申告の医療費控除を受ける際に利用できますので、必要に応じて保管してください。

国民健康保険に加入の方

国民健康保険の医療費のお知らせは、6月、9月、1月、3月上旬に送付しています。

医療費のお知らせを確定申告の医療費控除に利用する場合は、6月、9月、翌年1月上旬（予定）に送付の医療費のお知らせ（1月～10月診療分記載）を使用してください。

また、11月、12月診療分については、翌年3月上旬に送付予定です。

なお、翌年3月上旬送付分が届くまでに、医療費控除を申告される場合は、11月と12月の診察分が含まれていませんので領収書を保管して自身で対応をお願いします。

後期高齢者医療保険に加入の方

後期高齢者医療保険の医療費のお知らせは、毎年1月～10月までの診療分が翌年2月に京都府後期高齢者医療広域連合から発送されています。

医療費のお知らせを確定申告の医療費控除に利用する場合は、11月と12月の診療分が含まれていませんので、領収書を保管して、自身で対応をお願いします。

※11月、12月診療分の医療費のお知らせは、毎年、翌年の7月に京都府後期高齢者医療広域連合から発送されています。

問国保医療課☎95－1929

町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

年金生活者支援給付金

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。（65歳以上で老齢基礎年金受給中かつ世帯全員の市町村民税が非課税である方）

新たに受け取りの対象になる方には、9月1日以降順次、日本年金機構より請求可能な旨のお知らせが送付されています。案内を確認の上、同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し必ず提出（郵送）してください。

※令和9年1月4日までに請求手続が完了しない場合は、令和8年10月分から令和9年1月分を受け取ることが出来ず、請求した月の翌月分からの支給となります。

問ねんきんダイヤル☎0570-05-4092（ナビダイヤル）または☎03-5539-2216

国民年金保険料は控除対象

国民年金保険料控除証明書

令和8年1月1日～9月30日までに国民年金保険料を納付された方に対し、『社会保険料（国民年金保険料）控除証明書』（以下、控除証明書）が11月上旬に送付されます。

社会保険料を支払った場合に、その支払った金額について所得控除をうけることができます。これを「社会保険料控除」といいます。控除できる金額は、その年に実際に支払った金額の全額です。

国民年金保険料は、国民健康保険や健康保険、厚生年金保険料などを納めたときと同様に「社会保険料控除」の対象となります。

※令和8年中に本年度分や来年度分までの保険料を前納した場合や、過去の未納となっている保険料の納付、免除などの承認済期間の保険料を追納された場合にも、令和8年分の社会保険料控除の対象となります。

控除を受けるには

社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、国民年金保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。今回送付される控除証明書、または現金による納付書支払いの場合に発行されている領収書を必ず添付してください。

なお、本年10月1日～12月31日までに納付された国民年金保険料については、例年、翌年2月上旬ごろに日本年金機構から郵送されますので、確定申告の際に添付の上、申告してください。

家族の分を納めたら？

生計を一にする配偶者やそのほかの親族が負担すべき国民年金保険料を家族（親族）が納めた場合には、その金額を納めた方の社会保険料控除の対象とすることができます。

控除証明書の内容について

控除証明書に記載されている内容について不明な点は次のところへ。

問京都南年金事務所国民年金課☎075-644-1165（代表）、ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004（ナビダイヤル）または☎03-6630-2525

11月30日は「年金の日」

厚生労働省では、平成26年から毎年11月30日（いいみらい）を「年金の日」としています。「年金の日」は、国民一人ひとりの老後の経済設計に思いを巡らせることを目的にしています。

この機会に、自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」を利用すると、パソコンやスマートフォンからいつでも自身の年金記録を確認できるほか、次のようなさまざまな機能が利用できます。

・将来の年金見込額の試算
・電子版「ねんきん定期便」の閲覧
・受給に関する各種通知書の確認　など

利用するには次の方法があります。

・マイナポータルからログイン
・日本年金機構のホームページからログイン

詳しくは、日本年金機構ホームページ（ねんきんネット）で確認してください。

日本年金機構ホームページ

問ねんきんネット専用ダイヤル☎0570-058-555（ナビダイヤル）または☎03-6700-1144

労働保険の成立（加入）手続き

11月は労働保険未手続事業一掃強化期間

「労働保険」とは、「労働者災害補償保険（労災保険）」と「雇用保険」とを総称した言葉であり、常勤、パート、アルバイトなどの名称や雇用形態にかかわらず、労働者を1人でも雇っている事業は原則、強制適用事業であり、成立手続を行う義務があります。

厚生労働省では11月を「労働保険未手続事業一掃強化期間」とし、全国において集中的な活動を展開します。このため、京都労働局においても、労働保険精度の重要性を理解していただくために、パンフレット・リーフレットを活用し、未手続事業場に対して積極的な加入勧奨を行います。また、自主的に成立手続を行わない事業主に対しては、職権による成立手続を行います。

本活動の趣旨についてご理解をいただくとともに、労働保険制度の円滑な運営についてご協力をお願いします。

問京都労働局労働保険徴収課☎075-279-3220

放課後児童クラブ受付開始

11月30日㈪から、令和9年度分の放課後児童クラブの利用申し込みを受け付けます。申込書は同日から、子育て支援課（2階）と各放課後児童クラブの窓口で配布します。継続利用の場合も申し込みが必要です。

▼**開所日時**
・月～金曜日　児童の下校時～午後6時
・土曜日　午前8時～午後6時
・春・夏・冬休み、そのほかの学校休業日（学校の振替休日など）　午前8時～午後6時
※延長利用は平日午後6時～7時（別途月額2000円必要）

▼**対象者**
次の全ての要件を満たす児童
・令和9年4月1日時点で、小学校（特別支援学校小学部含む）に在学する町内在住の児童
・共働きやそのほかの事情で、保護者が昼間不在の家庭の児童

▼**利用料**
児童1人5000円（月額）
※日割り計算はしません。

▼**申込方法**
11月30日㈪～12月28日㈪の平日午前9時～正午・午後1時～5時に「利用申込書・就労証明書・そのほか利用申し込みに必要な書類（町が指定する書類）」を子育て支援課へ（郵送可）。
※ひかりだい放課後児童クラブ（民設民営）は直接、同児童クラブ（☎95－3820）に申し込んでください。
※定員を超える場合は、原則として低学年・ひとり親家庭の児童を優先します。面接を行う場合もあります。

問子育て支援課子育て支援係　〒619－0285（住所記入不要）☎95－1917

町ホームページ

いらなくなった本で支援

ホンデリングを実施

ホンデリングとは、皆さんの家庭でいらなくなった本の寄贈を受け、その売却代金を寄付として犯罪被害に遭った方への支援活動に役立てる、公益社団法人全国被害者支援ネットワークの活動です。

▼**期間**
11月24日㈫～12月1日㈫

▼**場所**
社会福祉課窓口前（2階）

▼**寄付できる本**
平成23年以降に出版され、ISBNコード（規格品番）がある本です。バーコードの有無は関係ありません。
※平成22年以前に出版された本は寄付できません。
本の最終ページに記載されている出版日を確認してください。



ISBN978-4-1234-5678-9
ISBN見本
ISBNとは国際標準図書番号です。
上記のような表記で書籍の裏表紙等についています。

問社会福祉課共生社会係☎95－1904

ここいこ広場





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る居場所の提供などを行っています。

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。

▼**11月のテーマ**　家族「どうしてうちの人（子）はこうなの？」

▼**日時・場所**
①11月11日㈬午後2時～4時・COCONI（町役場2階喫茶スペース）
②11月27日㈭午後6時～8時・ほうその共生ビル1階ここらく

問NPO法人プラッツここらく☎95－7902

木津川一斉清掃

木津川流域のごみを一斉に拾う木津川一斉清掃を相楽5市町村で行います。木津川を一緒にきれいにしましょう！

▼**日時**　11月29日㈰午前9時30分～10時30分（予備日：12月6日㈰）

▼**場所**　木津川河川敷開橋周辺

▼**その他**　軍手やヒバサミ、ゴミ袋は事務局で準備しています。

問木津川を美しくする会精華町支部事務局（環境推進課内）☎95－1925

ごみ、たばこのポイ捨て禁止

町では、平成23年3月に「精華町まちをきれいにする条例」を制定後、ポイ捨て禁止などの啓発を行ってきましたが、依然として、一部の方によるごみやたばこなどのポイ捨てが続いています。

これからの季節は空気などが乾燥するため、火を消したつもりでポイ捨てをしたたばこが原因で、火災が発生することもあります。

道路やあき地は、ごみ箱ではありません。地域のごみをボランティアで回収されている方もおられます。自分が出したごみは、自分自身が責任を持って持ち帰り、処分してください。

きちんとマナーを守ってきれいな町にしていきましょう。

問環境推進課環境保全係☎95－1925

広告

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・祝日休診
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

シルバー人材センター会員募集

「まだまだ元気で働きたい」「誰かの役に立ちたい」「何か始めてみたい」とお考えの元気な60歳以上の会員の方にご希望に合わせてお仕事を紹介しています。無理のない範囲で働きながら、これまでに培ってきた知識や経験を地域で活用していただけます。

またボランティアや講習会・研修会もあり健康づくりや新しい出会いと生きがいにもつながります。より充実した毎日のためにまず「一歩」スタートしてみませんか？興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

入会説明会

▼**日時** 12月1日㈫午前10時～11時

▼**場所** 植田川佐31番地

▼**対象者** 町内に在住の60歳以上の方（令和9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☎98－0510

シルバー人材センター
ホームページ

令和8年分　年末調整（キャッシュレス納付含む）説明会について

「令和8年分　年末調整説明会」を開催します。
説明会への参加は事前予約制としておりますので、下記連絡先へ電話にてお申し込みください。
なお、申込状況などにより、ご希望に添えない可能性がありますことをあらかじめご了承ください。
※当日は「源泉所得税のキャッシュレス体験コーナー」も設置します。

開催日時		開催場所	定員	留意事項	連絡先
11月17日(火)	【第1部】 午前10時～正午 【第2部】 午後1時30分～ 3時30分	文化パルク城陽 ふれあいホール （城陽市寺田今堀1番地）	各回 150人 （参加無料）	開催日前日午後5時までに電話で**事前予約が必要** ※土日祝日を除く	宇治税務署 法人課税第1部門 ☎44－4457 （直通）

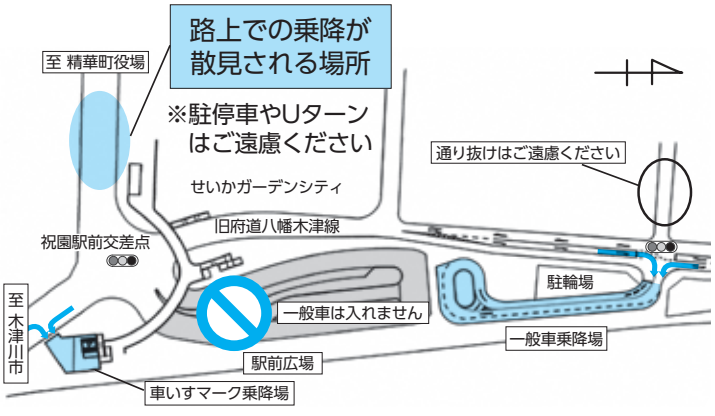
交通安全瓦版

祝園駅・新祝園駅への送迎は、安全に一般車乗降場で

祝園駅・新祝園駅への送迎時に駅前のせいかガーデンシティ付近の路上で停車して乗降させる車両や、乗降後にUターンする車両がしばしば見受けられます。

これらは、他の車両通行を妨害し、交通事故などの発生原因となる危険な行為であり、実際にこれらが原因となる交通事故や交通トラブルも発生しています。

また、祝園駅前広場南側の車いすマーク乗降場は、障害や高齢、難病で歩行が困難な方、あるいはけが人や妊産婦で一時的に歩行が困難な方のための乗降場ですが、利用対象ではない方の利用により、適切な利用の妨げとなっている状況も見受けられます。



祝園駅・新祝園駅には誰でも安全に利用することができる一般車乗降場が整備されていますので、送迎時は一般車乗降場を適切に利用し、あなた自身や大切な人を守るために、マナーと思いやりを持った運転を心掛け、誰もが安全で安心して通行できる道路をみんなで作り上げましょう。

問自治振興課自治支援係☎95－1934

こちら総合窓口ニュースです！ vol. 116



マイナンバーカード（個人番号カード）とは

マイナンバーカードを利用して以下のことができます。

- **本人確認**：マイナンバーカード１枚で可能
- **オンライン手続き**：マイナアプリを利用した引っ越し手続き（転出届の提出）やパスポートの申請など
- **コンビニ交付サービス**：コンビニのマルチコピー機で、住民票や戸籍などの公的な証明書の取得
- **電子証明書を利用したサービス**：パソコンやスマートフォンでの確定申告（e-Tax）などの電子申請
- **健康保険証（マイナ保険証）**：病院や薬局で健康保険証としての利用　など



①セキュリティコード［カードに設定している暗証番号（電子証明書）とは異なりますのでご注意ください］②カード本体の有効期限（発行日から10回目の誕生日（未成年は５回目）まで③電子証明書の有効期限（年齢問わず発行日から５回目の誕生日まで）④マイナンバー（個人番号）

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・申請受け付け・電子証明書の更新。11月８日（日）、12月19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。**（当日の予約はできません。）
※予約希望日の45日前から直前の開庁日まで予約可能です。
◎申請・更新の予約→電話で予約してください。
◎受け取り予約→予め役場から送付したはがきを用意の上、インターネット・電話で予約してください。※電子証明書の更新は、有効期限の３カ月前から可能です。

受け取り予約はこちらから

問総合窓口課戸籍住民係TEL95－1915

京都府最低賃金について

京都府最低賃金は、**令和８年11月16日**から、時間額**1180円**に改正されます（**58円**引き上げ）。
京都府最低賃金は、雇用形態を問わず、府内すべての使用者・労働者に適用されます。

問京都労働局賃金室TEL075－241－3215

広 告（掲載広告の内容は、町が提供するものではありません）

株式会社 協和電工
電気設備の創案・提案致します。
電気の事ならお任せ下さい。
精華町祝園中ノ町14-14
TEL 0774-95-0800
ELECTRONIC ADVISOR

トイレ・キッチンなどの配管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

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

山城南地域 就業フェア　木津川市・相楽郡などで
看護職・看護補助者のお仕事をお探しの方へ
日時 11/17（火） 14:00～16:00
会場 けいはんなプラザ5階中会議室「黄河」
参加無料
主催・問い合せ 京都府看護協会京都府ナースセンター 075-222-0316
★ 再就業や転職をお考えの方
★ 年齢や経験も気にせずご参加ください
★ 当日参加もOK

町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

第26回 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、７月～８月の夏休み期間中に実施した「きょうとエコサマー」の結果についてお知らせします。

「きょうとエコサマー」の実施結果

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、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る「きょうとエコサマー」を毎年実施しています。

町では、今年度も精華くるりんバス・精華町デマンド交通を対象に実施しましたので、その結果をお知らせします。



◆実施結果
実施期間　７月17日(金)～８月31日(月)
利用者数　精華くるりんバス　：22人(４日間の調査期間中の利用人数)
精華町デマンド交通：16人

町では、地域の集まりに出向いての乗り方出前講座など、公共交通が身近な存在となるような独自の取り組みも行っています。

11月15日(日)に開催予定のせいか祭り2026では、公共交通の PR を目的に、鉄道やバスも含めた公共交通ブースの出展を予定していますので、ぜひお越しください！

問都市計画課まちづくり計画係☎95－1902



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.27

「せいかジョブポイント」は、精華町とハローワーク京都田辺が協同で令和３年７月に開設しました。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＞

福祉職場・保育施設　合同就職フェア

保育・福祉の仕事に就きたい！ 今は育児や介護に忙しいけれど復帰する日のために情報収集したい…、ブランクがあって不安…、資格がないけど大丈夫かな。そんなあなたをお待ちしています。
個別ブースで各施設の説明を直接聞くことができます。

日　時：11月18日(水)午後１時30分～３時30分
場　所：精華町交流ホール(町役場２階)
対象者：お仕事をお探しの方。来春新卒の方、子育て世代などの方も歓迎。
その他：予約不要、履歴書不要、服装自由、入退場自由
※参加事業所、求人内容など詳細は、町ホームページ、チラシ、自治会回覧などでお知らせします。

問ハローワーク京都田辺(☎65－8609)またはせいかジョブポイントへ。


昨年度の同フェアの様子

【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。
町役場で開催されるイベント・セミナーなどの情報は LINE で確認できます。
町ホームページ(新着情報)には、町内の求人情報を毎週掲載しています。

友だち登録はこちらから→



相楽消費生活センターからのお知らせ

今すぐチェック！〝フィッシング詐欺〟の手口（前編）

今月から2カ月にわたり、今、急増している「フィッシング詐欺」についてお知らせします。フィッシング詐欺とは、パスワードやID、暗証番号、クレジットカード番号などの個人情報をだまし取り、クレジットカードなどを不正利用する犯罪行為です。当センターにも「自分が持っていないクレジットカード会社名で引き落としができていないというメールが届いた」などの相談が寄せられています。

【事例】

◎宅配業者名でSMSが届いた。ちょうど荷物が届く予定だったので、SMSに書かれていたURLをクリックして、IDやパスワードなどを入力した。しかし、その後11万円を不正利用されていたことが分かった。

◎「ETCカードを更新するように」とのメールが頻繁に入るようになった。所有しているクレジットカード会社発行のETCカードの手続きが必要なのかと思い、URLを開いてメールアドレスやパスワード、クレジットカード番号などを入力した。その後、覚えのない決済があり、1万2000円が使用されていた。

【対策】

◎日頃利用している事業者などからのメールでも、ブックマークした正規のURLや正規のアプリからアクセスすることを習慣にする

◎フィッシングサイトに情報を入力してしまったら、同じID・パスワードなどを使いまわしている場合は変更し、クレジットカード会社や金融機関などに連絡する

◎クレジットカードの利用明細はこまめに確認する

◎クレジットカードを必要最低限の利用限度額に設定する

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」TEL 188（いやや！）**をご利用ください。

問相楽消費生活センター TEL 72－9955



男女共同参画ミニ通信 vol.168

パープルリボンに込められた意味

毎年11月12日～25日は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。パープルリボンは、女性に対するあらゆる暴力をなくしていこうという思いを表すシンボルです。

◆パープルリボンのはじまり

パープルリボンの活動は、1994年、アメリカ・ニューハンプシャー州のベルリンという小さな町で、女性に対する暴力の被害当事者によって始まった運動です。暴力を経験した人たちを中心に「女性への暴力を許さない」、「女性への暴力の根絶」という思いを社会に伝える活動として始まり、現在では世界各地に広がっています。

◆DVは特別な話ではありません

DV（配偶者や恋人など、親密な関係にある人からの暴力）は、特別な人に起こるものではありません。警察への年間のDV相談は9万8289件、配偶者暴力相談支援センターでは12万7996件と相談件数は増加傾向ですが、この件数（※）は氷山の一角で、実際にはもっと多くの暴力が起こっているといわれています。

「これってDVなのかな」

「相談するほどのことではないかも」

「誰にも言えない…」

そんな思いから、誰にも相談できずにいる人もいます。私たち一人ひとりがDVを「関係のないこと」と考えず、身近な人の変化に気づき、話を聴き、必要な支援につなぐことが大切です。町でも女性相談支援員が相談に応じます。

◆パープルリボンに、あなたの思いを

町では皆さんにパープルリボンのシールを貼っていただく啓発活動を行います。「暴力を許さない」、「お互いを尊重する」、「安心して相談できる町に」といった思いをリボンに込めてシールを貼ってください。あなたの一枚が、誰かの安心につながるかもしれません。

「女性に対する暴力をなくす運動」
啓発パネル展
・啓発場所　精華町交流ホール前（町役場2階）
・啓発期間　11月11日～30日

※出典　警察庁「令和7年におけるストーカー事案、配偶者からの暴力事案等、児童虐待事案等への対応状況」、内閣府男女共同参画局「配偶者暴力相談支援センターにおける相談件数等（令和6年度分）」

問人権啓発課男女共同参画係 TEL 95－1919

町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

広報しょうぼう

「11月9日は119番の日」

Vol .397



119番の日

消防に対する正しい理解と認識をさらに深めるとともに、防火防災意識の高揚、地域ぐるみの防災体制の確立を目的として、昭和62年より11月9日が「119番の日」と制定されました。

住民からの的確な119番通報は、皆さまの生命、身体および財産を守る迅速かつ確実な消防活動につながります。

How to 119番通報

迅速・確実な消防活動のために

一刻一秒を争う消火活動や救急・救助活動のために119番通報は重要なものです。

通報の受信は管轄する消防本部の指令室で行っています。年間の通報件数は全国で約1014万件（令和6年中）にのぼっており、約3秒に1回通報をしていることになります。町においても、年間約2600件の通報があります。

いつ、通報する場面に遭遇するか分かりません。もしものときのために、119番通報にあたっての留意事項を紹介します。

①一般的な留意事項

119番通報の際、消防本部の指令員は「**火事ですか？救急ですか？**」と聞きます。続いて、次のような情報をお尋ねしますので、落ち着いて対応してください。

＜火事の場合＞

発生場所、氏名、何が燃えているか（建物の場合、何階か）、ケガ人や逃げ遅れた人はいないかなどを確認します。

＜救急の場合＞

発生場所、氏名、誰がどうしたのか（急病か事故か、事故の場合はどのような事故か）などを確認します。

適切な病院搬送を行うため、傷病者の年齢、持病、かかりつけの病院などをお尋ねする場合があります。また、傷病者への胸骨圧迫（心肺蘇生法）などの応急手当をお願いすることがあります。

②携帯電話からの通報にかかる注意点

近年、携帯電話による通報は、町の通報総数の約6割を占めています。現在、携帯電話からの通報時に、通報者の位置情報が消防本部に通知されるシステムが導入されています。しかし、位置情報が確認できない場合もありますので、次の2点のご協力をお願いします。

＜通報場所の住所の確認＞

分からない場合は、道路の標識、目印となる建物名などを確認していただくことがあります。

＜通報後も携帯電話の電源は入れたまま＞

確認のため、消防本部から折り返しの電話をかけることがあります。

③音声以外の119番通報

聴覚や発話に障害があり、電話などによる音声での通報が困難な方が通報を行える手段として、ファクスやスマートフォンなどのインターネットを活用した119番通報を受け付けています。利用の方法については、お問い合わせください。

問消防本部指令救急課指令係☎94－4197・FAX94-5493・✉shoubourei@town.seika.lg.jp

住宅用火災警報器を設置しましょう！

消防法などにより、全ての住宅に「**住宅用火災警報器**」の設置が義務づけられています。また、設置から10年を経過している場合には、電池切れや故障の可能性がありますので、**10年を目安に交換**するようにしてください。

＜住宅用火災警報器の主な設置場所＞

①寝室　②台所　③階段の天井部分（２階に寝室がある場合）



問消防本部予防課☎94－4397

第16代国際交流員コラム
Around the World
第2回

Fall Holidays in America and Germany

Fall is in full swing! Fall is one of my favorite times of year in Japan, as the leaves are so beautiful and the temperature is absolutely perfect. I love visiting temples and shrines as well as going on hikes. However, I like fall all around the world not just in Japan, so today I'd like to share some fall holidays in America and Germany with you all!

First, I will discuss American fall holidays. I'm sure many of you are familiar with Halloween, which just took place this past weekend. I loved going trick-or-treating as a kid, and when I was a teenager it was a lot of fun to help my parents hand out treats and see all the cute costumes kids would wear. I also got to eat all the leftover candy when the night was over! Adults will often host costume parties on Halloween, so people of all ages can enjoy this holiday. I think that is why it's one of the most popular holidays of the entire year.

Thanksgiving is also very well known, and widely celebrated in the United States. I always looked forward as we would get a few days off for "Thanksgiving Break" every year. Thanksgiving dinner is always delicious, and there's lots of leftover turkey and sides for the following couple of days.

In Germany, there are some events which you don't see anywhere else. The most well-known of these is Oktoberfest. Despite the name, it usually starts in mid-September and goes until early October. It is held every year in Munich, where my grandparents live, and it has been going for almost two hundred years. Oktoberfest is known for one thing : beer. Only two types of beer are served, but every year millions of liters get consumed. It is also a place to enjoy traditional Bavarian food as well as music and various tents and stands. I have never been to Oktoberfest myself, but my relatives have been many times and I would love to go one day.

I hope you enjoyed reading about these fall holidays. I think all of these events can be found in Japan as well, so please look out for them if you have interest!

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。

ドイツとアメリカの秋の行事

秋真っ盛りです！日本の四季の中で、秋は私の好きな季節の一つです。葉がとても美しく色づき、気温がちょうどいいからです。神社やお寺を訪れたり、ハイキングをしたりするのが好きです。しかし、日本だけでなく世界各地の秋も好きなので、今回はアメリカとドイツの秋の行事などを紹介したいと思います。

まず、アメリカの秋の行事について紹介します。先週末に行われたばかりのハロウィーンは、皆さんもよくご存じだと思います。子どもの頃は「トリック・オア・トリート」をするのが楽しみでした。10代のころは、両親がお菓子を配るのを手伝ったり、子どもたちのかわいいコスチュームを見たりするのがとても楽しかったです。ハロウィーン後には、余ったお菓子を食べることもできました！大人もハロウィーンに仮装パーティーを開くことが多いので、子どもだけではなく、あらゆる世代の人がこの行事を楽しむことができます。それが、ハロウィーンが一年で最も人気のある祝日の一つである理由だと思います。

感謝祭（サンクスギビング）もよく知られていて、アメリカでは広く祝われています。毎年「感謝祭の休暇」で数日間休みになるのを楽しみにしていました。感謝祭の食事はいつもとてもおいしく、しばらくは残った七面鳥や付け合わせ料理を楽しむことができます。

ドイツには、ドイツならではのイベントがいくつかあり、その中でもっとも有名なのはオクトーバーフェストです。名前に「オクトーバー」と付いていますが、実際には９月中旬から10月初旬まで開催されています。私の祖父母が住んでいるミュンヘンで開催されており、約200年近く続いている伝統的な行事です。オクトーバーフェストといえば、何といってもビールです。提供されるビールは２種類だけですが、毎年何百万ﾘｯﾄﾙも消費されます。また、バイエルンの料理、音楽や、さまざまな屋台を楽しむことができます。私はオクトーバーフェストにはまだ行ったことがありませんが、親戚は何度も行っているので、私も行ってみたいと思っています。

アメリカとドイツの秋の行事について読んでくれてありがとうございました。これらのイベントは全て日本でも経験することができるので興味があればぜひ調べてみてください！

シャッテンマン・ルーカス　Lucas Schattenmann
米国ミネソタ州ミネアポリス出身。
2003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。



町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

「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。



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

「COCONI」

役場庁舎２階にあるこのお店では、**エネルギー表示メニュー・塩分ひかえめメニュー**を提供しています。(お弁当の予約もできます)

住　　所：南稲八妻北尻70(町役場２階)
Ｔ Ｅ Ｌ：95−7902(代表)
営業時間：午前11時15分〜午後２時
定 休 日：土日・祝日(臨時休業あり)





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。

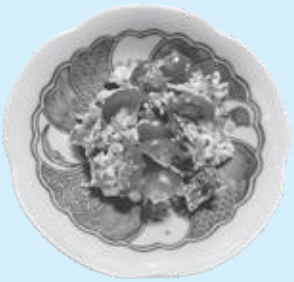
問せいか365事務局（健康推進課・高齢福祉課・国保医療課・生涯学習課・企画調整課）℡95−1905(健康推進課内)

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「水菜と油揚げの白和え」です。

364

水菜と油揚げの白和え



▶材料(２人分)
コーン缶40㌘、水菜１株(40㌘)、ミニトマト４個(40㌘)、油揚げ１/３枚(10㌘)
Ａ：絹豆腐１/３丁(100㌘)、すりごま(白)大さじ１(６㌘)、みそ大さじ１/２(９㌘)、砂糖小さじ１(３㌘)

▶作り方
(1)絹豆腐とコーン缶はそれぞれ水気を切る。
(2)水菜は３〜４㌢の長さに切る。ミニトマトは４等分に切る。
(3)油揚げはオーブントースターで焼き目がつくまで、２〜３分焼く。粗熱を取り、短辺を半分にし、１㌢幅に切る。
(4)ボウルにＡを入れ、混ぜ合わせる。
(5)(4)に水菜、コーン、ミニトマト、油揚げを入れて混ぜ合わせる。

▶１人分の栄養価
エネルギー 103㌔㌍・たんぱく質5.9㌘・脂質5.5㌘・カルシウム136㍉㌘・食物繊維2.5㌘・塩分0.6㌘

食育ミニ情報 No.77　11月24日は「和食の日」

和食は、ご飯を中心に、主菜・副菜・汁物を組み合わせることで、さまざまな食品を取り入れやすく、栄養バランスを整えやすい食事です。また旬の食材を取り入れたり、だしの「うま味」を生かしたりすることも和食の魅力の一つです。この機会に、旬の食材やだしを取り入れながら、家族みんなで和食を楽しみましょう。





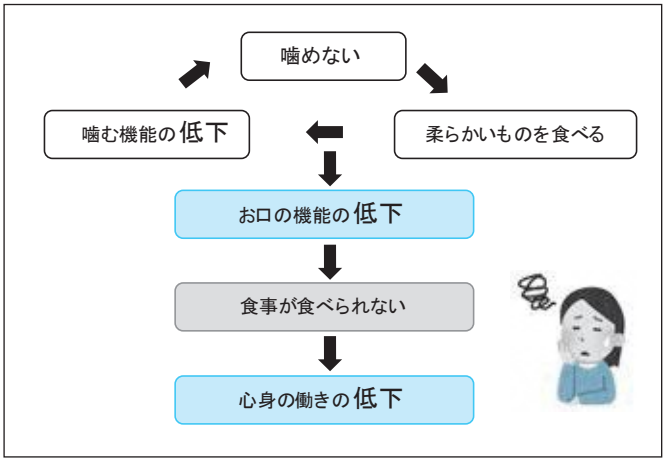
フレイル予防で健康長寿！
オーラル（お口）フレイルを予防しよう

オーラルフレイルとは？

口のケア（オーラルケア）がおろそかになったり、飲み込む力・噛む力が弱まることにより口の機能が衰えることをいいます。

健康への影響は？

口の機能が衰えると、柔らかいものを食べるようになり、噛む力は低下します。また、食欲の低下から低栄養となり全身の機能低下につながります。



オーラルフレイルセルフチェック

オーラルフレイルかどうか日々の生活を振り返ってみましょう。**3点以上**はオーラルフレイルの危険性があります。

□半年前と比べて、固いものが食べにくくなった（2点）
□お茶や汁物でむせることがある（2点）
□義歯を入れている（2点）
□口の乾きが気になる（1点）
□半年前と比べて、外出が少なくなった（1点）
□さきイカ、たくあんくらいの固さの食べ物を噛めない（1点）
□歯を磨くのは1日に1回以下（1点）
□1年以上歯科受診をしていない（1点）



資料：日本歯科医師会「オーラルフレイル当てはまるものはありますか？」

定期的な口のケアが大切です！

オーラルフレイルは人と話をしたり、ブクブクうがいをするなど口の体操をしたり、口のケアをすることで予防できます。また、いつまでも元気に若々しくあるために、かかりつけ医で定期的に歯科健診を受けましょう。

問高齢福祉課包括ケア推進係☎95－1932

健康ポイント対象事業ご案内

11月16日（月）～12月15日（火）

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	21ページ『子育てすくすく掲示板』をご覧ください。	20P
	①とっとこひろば		
	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		
	②5歳児健診		
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
運動体操	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
	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	
町内交通	⑥くるりんバス ⑥デマンド交通	アプリ版のみ	5P/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（アプリ版のみ）	5P/日

問①子育て支援センター☎98－4001　②こども家庭課☎95－1931　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　⑥都市計画課☎95－1902



町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

育児相談

子育てや子どもの発育などの相談に応じています。

◆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

１歳までの赤ちゃんを育児されている方、あつまれ！身体計測をしたり、助産師さんと一緒におしゃべりしましょう。

◆赤ちゃんサロンA　12月２日(水)
◆赤ちゃんサロンB　12月９日(水)　※第２水曜日に変更
▶場　　所　防災保健センター　みらっぷ
▶対 象 者　町内在住で未就園の２カ月～12カ月の子どもとその保護者
▶持 ち 物　バスタオル
▶講　　師　岡 いくよ氏(助産師)
▶申込期間　実施日前々週の水曜日～前週の水曜日

1歳からのぴよぴよサロン

赤ちゃんの頃とはまた違った様子を見せるようになった子どもとのかかわりについて、親同士みんなで子育ての話をしましょう。

▶日　　時　12月４日(金)午前10時～11時30分
▶場　　所　防災保健センター　みらっぷ
▶対 象 者　町内在住で未就園の１歳以上の子どもと保護者
▶申込期間　11月18日(水)～25日(水)



食育講座(後期・完了期編)

離乳食の進め方や必要性、簡単メニューの紹介などを講義や調理実習を通して楽しく学びます。(調理実習後に試食があります。)

▶日　　時　12月８日(火)午前10時～11時30分
▶場　　所　むくのきセンター調理室(３階)
▶対 象 者　町内在住で未就園の子どもの保護者および妊婦の方
▶料　　金　400円
▶申込期間　11月２日(月)～25日(水)
▶そのほか　２カ月～未就園児向けの託児があります。

▶申し込み方法
各事業の申し込みについては、町ホームページまたは右の二次元コードから。

町ホームページ

マタニティサロン

子育ては妊娠期から。親子(母子)健康手帳をもらったら、マタニティサロンにでかけてみませんか。

▶日　　時　12月19日(土)　午前10時～11時30分
▶場　　所　防災保健センター　みらっぷ
▶対 象 者　町内在住の妊婦さんおよびご家族
▶内　　容　助産師による個別の体調確認・近況報告など　交流会・マタニティ体操・フリートークなど
▶持 ち 物　親子(母子)健康手帳
▶講　　師　岡 いくよ氏(助産師)
▶申込期間　11月24日(火)～12月16日(水)

にこにこ相談

子どもの成長につれて「どれぐ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増えてきますね。そんなときは保健師や栄養士に相談してみましょう。

▶日　　時　12月16日(水)午前10時～11時30分
▶場　　所　防災保健センター　みらっぷ
▶対 象 者　町内在住の未就園の子どもと保護者
▶申込期間　11月30日(月)～12月９日(水)

出前おはなし会“おはなしポケット”

※申込不要

親子でおはなしやふれあい遊びを楽しみましょう！

▶日　　時　12月21日(月)午前11時～11時30分
▶場　　所　せいかガーデンシティ２階西側広場
▶対 象 者　町内在住で未就園の子どもと保護者

ひとり親世帯乳児用紙おむつ支給事業

町内で寄せられた赤い羽根共同募金を財源として、毎月１回自宅まで紙おむつを２パック無料で配達する子育て支援事業です。

●対象者　町内在住で次の両方の条件を満たす方。
①児童扶養手当を受給している世帯(全部停止の方は対象外)
②満２歳までの子を養育している世帯
●申込方法　申請書と次の書類を精華町共同募金委員会事務局へ提出してください。
①児童扶養手当証書
②対象児童の生年月日が確認できる公的書類
●利用者負担金　無料

精華町社会福祉協議会ホームページ

詳しくは右の二次元コードから。
問精華町共同募金委員会事務局(精華町社会福祉協議会法人運営室内)☎94－4573



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……
児童相談所全国共通ダイヤル　TEL　いち　はや　く　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 11月 の予定

月	火	水	木	金	土
9日	10日	11日	12日	13日	14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】 子育て応援講座 （午前10時～11時30分） 【みらっぷ】 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】	すくすくプレールーム とっとこひろば （午前10時～正午） 【支援センター】 食育講座 「初期・中期編」 （午前10時～11時30分） 【むくのきセンター】	つながり野外ひろば “なかよし” （午前10時15分～11時30分） 【鳥谷公園】	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） 【みらっぷ】 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】	子育てふれあい教室 「わらべうた」 （午前10時15分～11時15分） 【照光寺】	
16日	17日	18日	19日	20日	21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】 おはなしポケット （午前11時～11時30分） 【せいかガーデンシティ】 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】	すくすくプレールーム とっとこひろば （午前10時～正午） 【支援センター】 子育てふれあい教室 〈親子でやる気スイッチ〉 （午前10時15分～11時15分） 【むくのきセンター】	赤ちゃんサロン（B） （午前10時～11時30分） 【みらっぷ】	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】	赤ちゃんとパパ （午前10時～11時30分） 【みらっぷ】
23日	24日	25日	26日	27日	28日
勤労感謝の日 	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】 子育てふれあい教室 〈親子でやる気スイッチ〉 （午前10時15分～11時15分） 【むくのきセンター】		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30分～11時） 【みらっぷ】	
30日	12月1日	2日	3日	4日	5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 にっこりひろば （午後1時30分～3時30分） 【支援センター】	すくすくプレールーム とっとこひろば （午前10時～正午） 【支援センター】	赤ちゃんサロン（A） （午前10時～11時30分） 【みらっぷ】	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】	1歳からの “ぴよぴよサロン” （午前10時～11時30分） 【みらっぷ】	

※プレールーム、つながり野外ひろば以外の事業は予約制です。 ※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。
※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。中止する場合は、インスタグラムに掲載しますので確認してください。

〈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
とっとこひろば：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

問子育て支援センター（こまだ保育所内）TEL98－4001

〈会場の所在地〉
・防災保健センター みらっぷ：南稲八妻北尻70（町役場庁舎北側）
・むくのきセンター：下狛神ノ木8
・鳥谷公園：光台七丁目42
・照光寺：祝園神木段32－1
・せいかガーデンシティ：祝園西一丁目9－46（2階西側広場）
・いけたに保育所：桜が丘三丁目2－2

町役場関係部署などのファクス番号・Eメールアドレスは30ページに掲載しています。

せいか写真日記

8月15日土曜日

鉄道ジオラマをつくりました！

かしのき苑で、夏休み鉄道ジオラマ創作教室を実施しました。

講師は、ふれあいまつりやこどもすこやか suku-suku フェスタなどのイベントで活躍されている鉄道ジオラマ同好会。親子や中学生が熱心に思い思いの鉄道ジオラマをつくり、楽しい夏休みの一日となりました。



9月24日木曜日

みんなで楽しく手作り体験

視覚障害者教室を実施し、兵庫県のてっちゃん工房（ケンテツデリカフーズ）を訪れました。

かまぼこやちくわの手作り体験を行い、焼きたてのちくわを食べた参加者からは「出来たてがとっても美味しい！」との声が聞かれ、楽しまれた様子でした。



9月23日水・祝曜日

【生涯学習講座】かけっこ教室

むくのきセンター ふれあい交流広場で「たのしく学ぼう！かけっこ教室」が開催されました。

精華町スポーツ協会の講師から、かっこよく走れるフォームなどを学びました。参加者からは「速くなった気がする！運動会が楽しみ！」などの声が聞かれました。



10月3日土曜日

【生涯学習講座】親子サッカー教室

精華台小学校で「親子サッカー教室」が開催され約30組の親子が参加しました。

講師に京都サンガＦ．Ｃ．のスクールコーチを招き、親子で仲良くサッカーを楽しみました。参加者からは「楽しかったです！家でもコーチに教えてもらった練習を頑張ります」などの声が聞かれました。



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 11月18日㈫、12月16日㈫　午前10時～午後3時
場 しょうがい者就業・生活支援センター ジョブあん（木津川市木津駅前1丁目10番地）
内 しょうがいのある方が、ハローワークへの同行、就職先の相談、就労系福祉サービス事業所の紹介などを受けられます。
申 次のところへ。
※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 ジョブあん**／TEL 71－0701・FAX 71－0705

令和8年度　健康講演会

●第3回「無理なく、楽しく学ぶ！生活習慣病と薬のおはなし」
日 11月25日㈫午後1時30分～2時30分
内 気になる血圧や血糖値、コレステロール値の対策からお薬の疑問まで、楽しく学べる健康講座
講 土井康平氏・坂本早加氏（学研都市病院 薬剤師）

●第4回「歯周病と全身とのかかわり」
日 12月16日㈫午後1時30分～2時30分
内 歯周病は口の中だけの問題ではなく、からだ全体のいろいろなことと関係があるというお話をします。
講 吉田俊彦氏（よしだ歯科クリニック歯科医師）

【共通】
場 防災保健センター みらっぷ（町役場庁舎北側）
申 講演1週間前までに次の二次元コードから、または電話で次のところへ。

申し込みフォーム

マタニティフェア

日 11月29日㈰午前9時30分～正午（受け付け午前9時15分～9時30分）
対 町内在住の妊婦とその家族など（妊婦・家族のみの参加も可）
定 20組程度
場 防災保健センター みらっぷ（町役場庁舎北側）2階
内 助産師の話・ペアマッサージ・妊婦体験・育児体験（おむつ交換や沐浴）
持 親子（母子）健康手帳、バスタオル
申 11月17日㈫までに次の二次元コードから。

申し込みフォーム

問 **健康推進課成人保健係**／TEL 95－1905

その他の健康講演会の詳細はこちら→

町ホームページ

相楽中途失聴・難聴者協会例会

日 11月29日㈰午前10時～正午
場 かしのき苑
対 相楽地域の市町村に在住または在勤の中途失聴者・難聴者
内 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 開催日の前日までに【相楽中途失聴・難聴者協会例会申込】・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 **相楽中途失聴・難聴者協会**／FAX 34－6616（相楽聴覚言語障害センター）・✉t0108n@ou.tcok.jp（西岡）

献血

日 12月1日㈫午前10時～正午・午後1時～4時
場 防災保健センター みらっぷ（町役場庁舎北側）
持 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、パスポート、写真付き公的免許証など）
※輸血による副作用を少なくするため、400ミリリットル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**／TEL 95－1905

回想法体験会　なつかしい話をしよう会（音楽会編）

日 12月11日㈮午後1時30分～3時30分
場 町役場2階 交流ホール
対 町内在住・在勤の方
定 先着30人
内 ながたんバンド（ふるさと案内人の会）が演奏する懐かしい音楽を聴きながら、昔の事を思い出す回想法をつなぎ隊（※）と一緒に体験してみませんか？
※つなぎ隊…町で地域回想法を広めているボランティア
申 12月10日までに次のところへ。
問 **高齢福祉課包括ケア推進係**／TEL 95－1932・FAX 95－3974

きこえの相談会（定期相談会）

日 12月18日㈮①午前10時～②午前11時～③午後1時～④午後2時～
場 加茂青少年センター
対 相楽郡・木津川市にお住まいで聴こえに不自由を感じている方とその家族
内 聴こえに関する相談、聴力測定（聴力測定をご希望の方は1時間程度）
申 12月1日㈫～16日㈬に「氏名・年齢・住所・電話番号（ファクス番号）・相談内容・希望時間帯」を電話またはファクスで次のところへ。
※申込数によっては、時間帯の変更をお願いする場合があります。
問 **相楽聴覚言語障害センター**／〒619－1152・木津川市加茂町里中森101番地（加茂青少年センター内）・TEL 34－6611・FAX 34－6616

日＝日時　場＝場所　対＝対象者　定＝定員　内＝内容　講＝講師　持＝持ち物　申＝申込方法　問＝問い合わせ先

申込方法が記載されていないものは申し込み不要です。

ノーバディーズ・パーフェクト・プログラム
Nobody's Perfect Program
～子育て中のお母さんへ～

日令和9年1月19日～3月9日の毎週火曜日(全8回)午前9時20分～11時20分[予備日3月16日㈫]
場防災保健センター みらっぷ(町役場庁舎北側)
対町内在住の1～5歳の子どもの母親で、原則として全日程に参加できる方
定10人程度(定員を超えた場合は抽選)
内子育てについて関心のあること、不安に感じることなどを、グループで気軽に話しながらあなたらしい子育てを見つけていく場です。ファシリテーター(進行役)がサポートしながら進めますので話すのは苦手という方でも安心して参加できます。
申12月18日㈭まで(必着)に、次の二次元コードから。

町ホームページ

※後日、参加決定者は事前にファシリテーターとの個別の説明・面談があります。(令和9年1月12日㈪中の15分程度)
問こども家庭課家庭支援係／TEL 95－1931

文化

令和8年度企画展示「冒険する園芸―庭先から世界へ」

日11月13日㈮～28日㈯　午前10時～午後6時
※11月18日㈬・22日㈰・23日(祝・月)を除く。
※11月15日㈰は午後4時まで。
場国立国会図書館関西館 地下1階 大会議室
内国立国会図書館の所蔵資料から、「園芸」に励んだ人々の情熱、まだ見ぬ植物や美しい色・カタチの探求などを「冒険」に見立てて紹介します。江戸時代に出版された浮世絵から、18世紀イギリスで刊行された植物学雑誌、そして現在もなじみ深い月刊誌まで、多様な資料が織りなす「冒険の世界」をお楽しみください。
問国立国会図書館関西館・資料案内／TEL 98－1341

第40回ふるさと発見の旅―秋―JR関西本線ウォーク編

精華から絶景発見の旅！ 知っているようで知らない、大河原～笠置への道を辿ります。東海自然歩道銀の帯コースと飛鳥路旧大和街道・布目川の甌穴(おうけつ)など・・・、見所満載の木津川沿い、晩秋の景色をたっぷり楽しみます。

日11月28日㈯午前8時50分集合(JR祝園駅改札口前)～午後3時ごろ解散(JR笠置駅前)
※小雨決行・気象警報発令時は中止
定30人
コJR祝園駅～JR大河原駅→恋路橋／恋路谷神社→十一面観音摩崖仏→東海自然歩道→潜没橋→天照御門神社→布目川の甌穴→布目川発電所→笠置橋上流の巨岩→JR笠置駅＝約7キロ
持弁当、飲み物、ビニールシート、雨具
¥500円(小学生100円、未就学児無料)
※資料・記念缶バッジ付き
※交通費は実費
申11月27日㈭までにLINE公式アカウント「(公式)精華町ふるさと案内人の会」から、または電話、Eメールで次のところへ。
問NPO法人 精華町ふるさと案内人の会／TEL 080－9980－0004・✉furusato_seika@yahoo.co.jp

けいはんなフィルハーモニー管弦楽団 演奏会

日12月6日㈰午後2時開演(午後1時15分開場)
場京都府立けいはんなホール メインホール
内ベートーヴェン作品のみで構成したプログラムをお届けします。指揮：上田真紀郎、曲目：ベートーヴェン作曲「コリオラン」序曲・交響曲第8番・交響曲第7番
演けいはんなフィルハーモニー管弦楽団
¥一般1000円、小学生500円
チ当日午後1時から会場前で販売。
問けいはんなフィルハーモニー管弦楽団／✉info@kpo.jp

第8回けいはんなこどもCLASSIC塾～みんなが主役のコンサート～

日12月13日㈰午後2時開演(午後1時30分開場)
場京都府立けいはんなホール メインホール
内プロのステージでは大人気ジャズトリオ(宮川真由美、金関環、安藤歌那)の演奏、声楽曲、けいはんな万博テーマ曲をお届け。地域の子どもとミニオーケストラとの共演、親子コーラス(公募中)の演奏も。
¥一般1000円、高校生以下500円(年長児から入場可)
チ①奈良市北部会館3階ロビー(11月29日㈰、12月6日㈰ 午後1時～5時)
②協会へのEメールまたは電話予約
③ウェブチケット

詳細はこちら
高の原音楽芸術協会ホームページ

問高の原音楽芸術協会事務局／TEL 090－2437－1429・✉takanohara.music@gmail.com

せいかグローバルネット「第25回日本語による外国人のメッセージコンテスト」観覧者募集

日12月13日㈰午後2時～4時30分
場精華町交流ホール
定先着50人
内日本で暮らす外国人の方が、文化や習慣の違いをどのように感じているかなど、多様な体験や思いを日本語で話すメッセージコンテストです。近隣中学校の部活動発表や町民の留学体験発表も予定しています。
申11月27日㈭までに次の二次元コードから。

せいかグローバルネット ホームページ

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



けいはんな歴史講座特別編
「歴史が物語になるとき～『鴨川ホルモー』から20年、作家活動の歩みを語る～」

日12月19日㈭午後2時～3時30分
場けいはんなプラザ3階 ナイル
定300人(抽選)
内小説家・万城目学氏をお招きして、創作の背景や歴史とフィクションを融合させる発想、作品に込めた思いなどを伺います。
申11月25日㈬午後1時～12月4日㈭に、次の二次元コードまたはけいはんなプラザホームページから。
※12月9日㈬までに当選者にEメールで連絡します。当日、受付でEメールの提示が必要です。

申し込みフォーム

問けいはんな学研都市活性化促進協議会／☎95－5034

明和電機ワークショップ おもしろ楽器「バウガン」をつくろう!



日令和9年1月9日㈯午後2時～3時30分
場けいはんなプラザ5階 黄河
対小学3年生以上
定24人(抽選)
内工作キットを使って、犬のようにわんわんと吠える「バウガン」を作って演奏しよう! 令和9年1月30日㈯開催の明和電機コンサート(有料)の参加者は、作った楽器を当日持参して演奏できます!
講土佐信道氏(明和電機・社長)ほか
¥1000円
申11月25日㈬午前10時～12月14日㈰に、次の二次元コードまたはけいはんなプラザホームページから。

申し込みフォーム

問けいはんな学研都市活性化促進協議会／☎95－5034

第7回京田辺市音楽コンクール
～金賞受賞でオーケストラと共演できるコンクール～

日【予選会場審査】令和9年1月16日㈯・17日㈰、【本選会】3月28日㈰
場【予選会場審査】京田辺市商工会議所 キララホール、【本選会】京都府立けいはんなホール メインホール
内金賞受賞でオーケストラとの共演ができるピアノのコンクール。予選は動画と会場の2通りの審査が選べます。
¥7000円～



日令和9年1月30日㈯午後3時開演(午後2時15分開場)
場けいはんなプラザ メインホール
内大ヒット電子楽器「オタマトーン」でおなじみの中小企業スタイルの音楽ユニット「明和電機」と、さまざまなナンセンスマシーンが登場。マシンと明和電機の人間力がほとばしる、豪華なライブは必見です!
¥【前売り】一般4000円、高校生以下1500円 【当日】一般4500円、高校生以下2000円
※全席指定
※高校生以下のチケットをご購入の方は、当日年齢のわかる書類をご持参ください。
※3歳未満は保護者の膝上鑑賞無料(座席が必要な場合は有料)

明和電機 ライブコンサート 松コース in けいはんな

問京田辺音楽家協会／☎66－5450

京田辺音楽家協会ホームページ

宝くじまちの音楽会
岩崎宏美・岩崎良美～ふれあいコンサート～

日令和9年2月14日㈯午後4時30分開演(午後4時開場)
場京都府立けいはんなホール
¥前売2000円、当日2500円(宝くじ助成による特別料金)
※全席指定
※未就学児は入場できません。
※チケット購入は1人4枚まで。
チ①けいはんなオンラインチケットサービス(けいはんなプラザホームページから予約し、セブン－イレブンで発券) ②ローソンチケット(Lコード:53084)
チ11月17日㈫午前10時～①けいはんなオンラインチケット(けいはんなプラザホームページから予約し、セブン－イレブンで発券) ②ローソンチケット(Lコード:54121) ③町役場5階企画調整課窓口(平日午前10時～正午、午後1～5時)
※電話予約・けいはんなプラザの窓口販売はありません。
※前売で完売した場合、当日券の販売はありません。

けいはんなホームページ

問けいはんな学研都市活性化促進協議会／☎95－5034

暮らし

税に関する小学生の絵画展

日11月11日㈬～17日㈫
場町立図書館前交流スペース(町役場2階)
内11月11日～17日は「税を考える週間」です。納税意識の向上を図ることを目的として、町内の小学生が「税金でつくられているもの」をテーマに描いた絵画を展示します。
※「税を考える週間」については、国税庁ホームページをご覧ください。

国税庁ホームページ

問税務課住民税係／☎95－1916



※電話予約・窓口販売はありません。

けいはんなホームページ

問(株)けいはんな／☎95－5115

日=日時 場=場所 対=対象者 定=定員 内=内容 講=講師 ¥=料金 チ=チケット取り扱い 申=申込方法 問=問い合わせ先

申込方法が記載されていないものは申し込み不要です。

空き家無料個別相談会（要予約）

日 12月10日㈭午後1時～4時（30分枠／組）
場 町役場2階 相談室1
対 町内に空き家を有する方とその家族、町外に空き家を有する町内在住の方
持 相談する物件の登記事項証明書、固定資産税通知書、間取り図、現地写真など
申 12月1日㈫～9日㈬に次のところへ。
※空きがある場合は、当日参加も可能です。
問 特定非営利活動法人京都空き家相談センター（担当：清水、田中）／TEL 090－3489－4300

せいか365あすなろクッキング
骨粗鬆症を予防しよう!!カルシウムたっぷりメニュー

日 12月12日㈯午前10時～
場 かしのき苑 2階調理教室
対 町内在住の方
定 先着12人
内 たらのカレームニエルきのこ添え、小松菜と切干大根のナムル、白い餃子スープほかカルシウムたっぷりのメニュー全5品（メニューは変更になる場合があります）
講 精華町食生活改善推進員協議会（あすなろ会）
持 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、筆記用具
¥ 300円（当日徴収。おつりのないようご準備ください。）
申 11月17日㈫～12月4日㈮の平日午前9時～正午・午後1時～5時に直接または電話で次のところへ。
問 健康推進課健康医療企画係／TEL 95－1905

木津川市環境イベント「エコフェスきづがわ」
脱炭素で笑顔あふれる未来へ！

日 12月12日㈯・13日㈰午前10時～午後4時
場 イオンモール高の原2階 平安コート
内 ・環境問題に関する展示など
・瓶原土地改良区による大井手用水のジオラマ展示、実演
・三重中央開発㈱による再生プラスチックの体験展示
・京都府地球温暖化センターによる省エネを学べるカード釣り体験
【12月12日のみ】
・関西電力㈱による風力発電体験
・㈱すぎもとによる省エネリフォームの提案
・フードバンク木津川によるフードドライブ
【12月13日のみ】
・ペットボトルの一生を体験できる「プラのきもち」すごろくゲーム
・木津川市こどもエコクラブによるクリスマスカード作り
問 【主催】木津川市環境課／TEL 75－1215、【協力】精華町環境推進課／TEL 95－1925

スポーツ



GO!GO!ハンナリーズ！チアダンス教室

日 11月29日㈰①午前10時～11時②午前11時30分～午後0時30分
場 むくのきセンター4階 多目的ホール
対 ①5歳～小学2年生②小学3年生～6年生
定 各回先着30人
内 未経験でも大丈夫！みんなで楽しくレッツチアダンス！
講 京都ハンナリーズ チアダンススクールコーチ
持 室内用シューズ
申 11月12日㈭正午～24日㈫までに、次の二次元コードから。

申し込みフォーム

問 生涯学習課社会体育係／TEL 95－1907

たのしく！みんなで！スポーツをはじめよう!! プレスポーツ教室



日 12月19日㈯午前9時～10時30分
場 むくのきセンター4階 多目的ホール
対 5歳～9歳
定 先着30人
内 投げる、跳ぶ、走る！みんなと一緒に楽しく体を動かして「できた」を増やしてみよう！
講 山下氏、白石氏、京牟礼氏（精華町スポーツ協会）
持 室内用シューズ
申 11月16日㈪正午～12月11日㈮までに、次の二次元コードから。

申し込みフォーム

問 生涯学習課社会体育係／TEL 95－1907



むくのきセンター主催事業

むくのきセンター休館日
・11月11日㈬・25日㈬　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／TEL 98－0200

卓球デー



日 11月18日、12月2日・16日の各水曜日 午後3時～5時
場 アリーナ
対 小学生以上（小学生は保護者同伴要）
定 先着16人程度
持 体育館シューズ
※ラケットは無料貸し出しあり
¥ 小・中学生200円、高校生以上300円
※町外在住者は倍額

クッキングスクール

●具だくさんグラタン

日11月18日㈬午後3時～5時
定先着4人
内野菜がたっぷり入ったグラタンをホワイトソースから作ります。

●クリスマスアイシングクッキー

日12月2日㈬午後3時～5時
定先着6人
内好きな形のクッキーを焼いて、好みの色のアイシング(粉砂糖に卵白を混ぜたもの)を作り、クリスマスデザインに仕上げます。

【共通】
場調理実習室
対小学生以上の方
持エプロン、ハンカチ、上履き、持ち帰り容器
¥2500円(アプリ申し込み2300円)
申本会ホームページまたはアプリから。
※キャンセルする場合は前日午後4時までに連絡してください。

シニアスクール

●ヘルシーつくね定食

日11月27日㈮午前10時30分～午後0時30分
場調理実習室
定先着4人
内一品ずつ説明しながら、一人ひとりのペースで調理します。料理初心者の方も歓迎。
持エプロン、三角巾、スリッパ、持ち帰り用タッパー
¥2800円(当日徴収)

●いきいき健康教室

日①①12月1日㈫・②12月8日㈫ ②③12月15日㈫・④12月22日㈫ いずれも午前9時30分～10時30分
場第5会議室
定各先着12人
内運動不足の解消・筋力低下の防止・健康維持を目的に、運動初心者でも簡単にできるストレッチやリズムトレーニングを行います。①冷え性、むくみ解消！青竹ふみ体操②簡単！年末年始にお家でできるトレーニング教室
※①と②は重複申し込みできません。
¥300円(当日徴収)

●オレンジポマンダー



日12月2日㈬午前10時～正午
場研修室
定先着8人
内クリスマスの飾りとして、香りの魔除けオレンジポマンダーを作ります。フレッシュなオレンジに、クローブを刺しスパイスをまぶすところまで行います。持ち帰って乾燥させ、リボンで飾りつけて完成です！
¥1500円(当日徴収)

【共通】
対60歳以上の方
※「オレンジポマンダー」は、11月20日㈮時点で定員に満たない場合、18歳～59歳の方も受け付けます。
申本会ホームページ、LINE、電話、ファクス、または窓口へ。
※キャンセルする場合は前日午後5時までに連絡してください。
※デマンド交通を利用して来館した場合は100円引き。デマンド交通乗務員が発行する領収書をお持ちください。

カルチャースクール

和室で茶道体験

日11月30日㈪午前10時～正午
場和室
対18歳以上の方
定先着10人
内広い和室でお抹茶を点ててみませんか？畳の歩き方や茶道具の使い方も楽しく体験できます。椅子もご用意します。
¥1000円
※薄茶飲むだけ参加：干菓子付き500円、和菓子付き700円
申11月29日㈰までに、本会ホームページから、または窓口へ。



けいはんな記念公園の催し物

水景園の案内

入園料 大人220円、小中学生・65歳以上110円
※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もあります。
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。
問けいはんな記念公園管理事務所／TEL 93-1200・FAX 93-2688

水景園特別夜間開放 紅葉ライトアップ

日11月29日㈰までの金・土・日曜日、祝日 日没～午後9時
場水景園
内美しく配置された紅葉と小滝が織りなす庭の造形美。夜になると滝の流れが止まり、水面は水鏡(みずかがみ)となって、真っ赤に色づいた紅葉の姿を映し出します。
¥庭園入園料
※11月15日㈰は無料

心の保健室「もみじと水と万博」megumi 写真展

日11月20日㈮～23日㈷・月)午前9時～午後9時
場水景園 ギャラリー月の庭
内秋の紅葉や水の写真作品に加え、昨年大阪・関西万博を訪れた際の記録を含む数百点を展示。
¥庭園入園料

花いっぱい大作戦の会 ～花壇のメンテナンス～

日11月21日㈯午前10時～正午
※雨天時は問い合わせてください。
場遊具広場横花壇
内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。
持軍手、汚れてもいい服装
※未就学児は保護者同伴要
¥庭園入園料

紅葉ライトアップ×にほんの芸能

日11月21日㈯午後6時～7時
場水景園各所
内精華町を中心に継承されている日本の芸能などを披露。ライトアップされたモミジのなか、古典の美をお楽しみください。
演新殿神社の能舞「翁」、せいか太鼓波布理ほか
¥庭園入園料



日＝日時 場＝場所 対＝対象者 定＝定員 内＝内容 演＝出演者 持＝持ち物 ¥＝料金 申＝申込方法 問＝問い合わせ先

申込方法が記載されていないものは申し込み不要です。

百貨創作祭 at けいはんな記念公園

日11月22日㈰午前10時～午後4時
※雨天中止(前日午後8時に判断)
場芝生広場
内クラフト作家の手作り品マーケット。
問**百貨創作祭実行委員会**／https://100sosaku.com/

紅葉ライトアップツアー

日11月22日㈰・23日㈷・24日㈪・28日㈯・29日㈰　午後6時～7時
場水景園
内モミジ提灯を手にスタッフのガイドを聴きながら、飛び石エリアからライトアップされたモミジをお楽しみいただけます。
¥500円(庭園入園料含む)
申次の二次元コードから。





けいはんな記念公園イベントページ

ひなっこクラブ(第1回／全6回)

日11月26日㈬午前10時～午後1時
場芽ぶきの森
対0～3歳児とその保護者
内冬の「芽ぶきの森」を舞台とした自然体験プログラム。親子で落ち葉あそび、たき火体験、いきものとのふれあいなどの自然体験ができます。(雨天時屋内開催)
¥親子1組1万1000円(全6回分)
申次の二次元コードから。



ひなっこクラブ申し込みサイト

共いこま山の子会

第20回月のアート展最優秀賞受賞者　イシバシオサム作品展

日11月28日㈯～12月13日㈰の午前9時～午後5時(最終日は午後4時30分まで)
場水景園　ギャラリー月の庭
内第20回月のアート展で最優秀賞を受賞した作家による個展。ミクストメディアで作品づくりを続ける作家の、軌跡をたどる展覧会。
¥庭園入園料

芽ぶきの森でリース作り(2回連続講座)

日11月28日㈯・12月13日㈰午前10時～正午
場水景園　受付前集合
対小中学生(小学2年生以下は保護者同伴要)
内第1回　芽ぶきの森散策、第2回　クリスマスリース作り
¥1000円(全2回分、庭園入園料含む)
申次の二次元コードから。



けいはんな科学共育デザインラボホームページ

けいはんな子ども天文クラブ天体観望会

～冬の星座と星団、星雲～

日11月29日㈪午後6時～8時
※雨天・曇天中止(判断はイベント開催3時間前に公式フェイスブックで告知)
場芝生広場 西入口付近
内子どもたちに宇宙への興味を持ってもらうため、星空を観察し、さまざまな天体に親しむ機会を提供します。
主けいはんな科学共育デザインラボ



けいはんな科学共育デザインラボフェイスブック

けいはんなプラザの催し物

れじフェス・美まつりPLUS in けいはんなプラザ

日11月22日㈰午前10時～午後4時
場イベントホールほか
内健康や美容にまつわる魅力的なブースが大集合！毎日をもっと元気に、美しくするヒントを見つけに、お気軽にお立ち寄りください。
共(株)けいはんな事業部
問**(株)ICHIHACHI**／☎0742-94-5208

けいはんなプラザ・プチコンサート

日①11月25日㈬②12月9日㈬　午後0時15分～0時45分
場アトリウム
内オープンスペースで開催している音楽会。心地よい生演奏をお気軽にお楽しみください。
※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**けいはんなプラザ・プチコンサート実行委員会(株)けいはんな**／☎95-5115

けいはんな映画劇場「35年目のラブレター」



日12月3日㈭①午前10時30分～②午後2時～③午後6時～4日㈮④午前10時30分～⑤午後2時～⑥午後5時30分～
※②～⑥は日本語字幕付き
場メインホール
内読み書き出来ない夫と幸せを教えてくれた妻が歩んだ人生。心温まる感動の実話。
¥一般1100円、60歳以上800円、ぷらZOメール割引クーポン提示800円
問**(株)けいはんな**／☎95-5115

KEIHANNA Choir's Christmas

日12月13日㈰午後6時～7時
場アトリウム
内クリスマスを歌で楽しむコンサート。大きなクリスマスツリーを囲んで心躍る時間を一緒に過ごしませんか。
問**(株)けいはんな事業部**／☎95-5115

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）	小嶌祐	小嶌祐	小嶌祐	稲田	小嶌祐	稲田
内科２（午前）	稲田	稲田	稲田	奥	稲田	井上衛・福田【注１】
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）				小嶌綾		
腎臓内科（午後）		山内				
内視鏡（午前）					担当医【注2】	担当医【注3】
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３週のみ【注３】第１週のみ

受付時間
【医科】　午前９時～正午
　　午後予約診　午後２時～４時30分
【歯科】　午前９時～11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）
TEL94－2076・FAX93－2818

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）。
11・12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）。

11月	8日（日）	内	12月	6日（日）	小
	15日（日）	内		13日（日）	内・小
	22日（日）	内・小		20日（日）	内
	23日（祝・月）	内・小		27日（日）	内・小
	29日（日）	内・小		31日（木）	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）TEL73－9988

平日夜間・休日の小児救急

月～水・金：田辺中央病院（TEL63－1111）
木：京都山城総合医療センター（TEL72－0235）
土：学研都市病院（TEL98－2123）
日・祝・休：京都山城総合医療センター（TEL72－0235）
※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TEL72－4301

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 140

「腹痛を軽く考えないで－知っておきたい原因と受診の目安」

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。140回目の今回は、島谷クリニックの島谷英彦（しまたにひでひこ）さんのお話です。

腹痛は、子どもから高齢者まで誰にでも起こりうる身近な症状です。「食べ過ぎたかな」「治るだろう」と様子を見ることも多いですが、中には早急な治療が必要な病気が隠れていることもあります。

腹痛の原因はさまざまです。胃腸炎や便秘、食べ過ぎなど比較的軽いものから、胃・十二指腸潰瘍、胆石、膵炎、尿路結石、虫垂炎（いわゆる盲腸）、腸閉塞など治療が必要な病気まで幅広くあります。また、女性では月経に伴う痛みや卵巣・子宮の病気が原因となることもあります。

みぞおちの痛みは胃・十二指腸や膵臓、右上腹部の痛みは胆のうや肝臓、右下腹部の痛みは虫垂炎、下腹部の痛みは腸や膀胱、女性では婦人科の病気の可能性があります。

腹痛に加えて、発熱、繰り返す嘔吐、血便や黒色便、黄疸（おうだん）、意識障害、冷や汗が出るといった症状がある場合は注意が必要です。特に、突然の激しい腹痛や、お腹が板のように硬くなる場合は、緊急の治療が必要なことがあるため、速やかに医療機関を受診してください。お腹の動脈瘤（どうみゃくりゅう）破裂や、お腹の血管がさける大動脈解離、胃腸の壁に穴があく消化管穿孔（せんこう）、腸を栄養する血管が詰まる腸管膜動脈血栓症などの場合、命に関わる緊急事態であり、時間との勝負になります。高齢者や糖尿病のある方では、重い病気でも痛みが軽く感じられることがあり注意が必要です。

一方で、軽い胃腸炎や食べ過ぎによる腹痛では、水分を十分に補給し、消化の良い食事を心がけながら安静にすることで改善する場合が多いです。ただ、市販の鎮痛薬は病気の診断を難しくすることがあるため、安易な服用は避けてください。

腹痛はありふれた症状ですが「我慢すれば治る」と決めつけることは危険です。症状の改善が見られなかったり、判断に迷う場合は躊躇せず医療機関を受診しましょう。また、小さな子どもは痛みの場所をうまく伝えられないことも少なくありません。「いつもと様子が違う」と感じたら、早めに受診することが大切です。

受診時には、「どこが、いつから、どのように痛いのか」を正確に伝えられる様に心掛けてください。



問健康推進課成人保健係TEL95－1905

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：11月16日（月）13：30～16：00
場所：201会議室　※人権相談は電話予約可
問人権啓発課TEL95－1919・自治振興課TEL95－1934

▶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：11月11日（水）・13日（金）・17日（火）・19日（木）・24日（火）、12月4日（金）・8日（火）10：00～12：00、13：00～15：00
予約：TEL98－3909（予約専用・平日10：00～16：00）
場所：京都大和の家
問人権啓発課TEL95－1919

▶あんしん相談（民生児童委員が相談に応じます）
日時：11月18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：11月19日（木）13：30～15：00
場所：相談室1（町役場2階）
問社会福祉課TEL95－1904

▶弁護士による無料法律相談（要予約）
日時：12月9日（水）13：30～16：00
予約：先着5人・7日前からの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：12月24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：①12月8日（火）②12月25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：①イマージュサロン②かしのき苑
問精華町社会福祉協議会TEL94－4573

▶出張年金相談
日時：11月20日（金）10：00～15：00（要予約＝平日8：30～17：15）
場所：木津川市役所
問京都南年金事務所TEL075－644－1165

▶税理士による無料税務相談（要予約）
日時：11月20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
※相談は1人1回までです。
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
予約サイト

▶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）
TEL95－1924・✉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

TEL94－2004（代表）　FAX93－2233（総務課）

●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」からもご覧になれます。●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。

企画調整課
TEL95－1900・FAX95－3971
✉kikaku@town.seika.lg.jp

総務課
TEL95－1910・FAX93－2233
✉soumu@town.seika.lg.jp
人事係　TEL34－6500
✉jinji@town.seika.lg.jp

財政課
TEL95－1914・FAX93－2233
✉zaisei@town.seika.lg.jp

デジタル推進室
TEL95－1924・FAX93－2233
✉digital@town.seika.lg.jp

入札契約室
TEL95－1935・FAX93－2233
✉nyusatsu@town.seika.lg.jp

自治振興課
TEL95－1934・FAX93－2233
✉jichi@town.seika.lg.jp

危機管理室
TEL95－1928・FAX93－2233
✉kiki@town.seika.lg.jp

総合窓口課
TEL95－1915・FAX95－3974
✉madoguchi@town.seika.lg.jp

税務課
TEL95－1916・FAX95－3974
✉zeimu@town.seika.lg.jp

国保医療課
TEL95－1929・FAX95－3974
✉kokuho@town.seika.lg.jp

人権啓発課
TEL95－1919・FAX95－3974
✉jinken@town.seika.lg.jp

会計課
TEL95－1913・FAX95－3975
✉kaikei@town.seika.lg.jp

社会福祉課
TEL95－1904・FAX95－3974
✉fukushi@town.seika.lg.jp

高齢福祉課
TEL95－1932・FAX95－3974
✉kourei@town.seika.lg.jp

子育て支援課
TEL95－1917・FAX95－3974
✉kodomo@town.seika.lg.jp

健康推進課
TEL95－1905・FAX95－3974
✉kenko@town.seika.lg.jp

こども家庭課（こども家庭センター）
TEL95－1931
✉mirap@town.seika.lg.jp

環境推進課
TEL95－1925・FAX95－3973
✉kankyo@town.seika.lg.jp

農政課・農業委員会事務局
TEL95－1903・FAX95－3973
✉nousei@town.seika.lg.jp
Seika-nogyoiinkai@town.seika.lg.jp

商工推進室
TEL34－0234・FAX95－3973
✉shoukou@town.seika.lg.jp

検査住宅課
TEL95－1909・FAX95－3973
✉kensajutaku@town.seika.lg.jp

営繕室
TEL95－1933・FAX95－3973
✉eizen@town.seika.lg.jp

建設課
TEL95－1901・FAX95－3973
✉kensetsu@town.seika.lg.jp

都市計画課
TEL95－1902・FAX95－3973
✉toshi@town.seika.lg.jp

市街地整備室
TEL95－5300・FAX95－3973
✉shigaichi@town.seika.lg.jp

学校教育課
TEL95－1906・FAX94－5176
✉gakkyou@town.seika.lg.jp

防災食育センター（学校教育課）
TEL66－6108・FAX66－6109
✉gakkyou@town.seika.lg.jp

教育支援室
TEL95－1923・FAX94－5176
✉edu-shien@town.seika.lg.jp

生涯学習課
TEL95－1907・FAX94－5176
✉shogaigakushu@town.seika.lg.jp

町立図書館
TEL95－1911・FAX95－3976
✉tosho@town.seika.lg.jp

上下水道課
TEL95－1912・FAX93－1243
✉jyogesui@town.seika.lg.jp

経理営業課
TEL94－2049・FAX93－1243
✉keirieigyo@town.seika.lg.jp

消防本部
TEL94－5119㈹・FAX94－5493
消防総務課　TEL94－4473
✉shoubousoumu@town.seika.lg.jp
予防課　TEL94－4397
✉shoubouyobou@town.seika.lg.jp
警防課　TEL94－4387
✉shouboukeibou@town.seika.lg.jp
指令救急課　TEL94－4197
✉shouboushirei@town.seika.lg.jp

消防署
TEL94－5630・FAX94－5493
✉shouboushо@town.seika.lg.jp

議会事務局（議事課）
TEL95－1908・FAX95－3972
✉gikai@town.seika.lg.jp

ほうその保育所
TEL94－3530・FAX94－3812
✉housono-h@town.seika.lg.jp

こまだ保育所
TEL94－3400・FAX94－3780
✉komada-h@town.seika.lg.jp

いけたに保育所
TEL72－3530・FAX72－3744
✉iketani-h@town.seika.lg.jp

ひかりだい保育所
TEL95－3651・FAX95－3652

せいかだい保育所
TEL98－3866・FAX98－3855

人権センター　交流会館
TEL94－3696・FAX94－5679

人権センター　児童館
TEL94－5679・FAX94－5679

かしのき苑（社会福祉課 地域福祉係）
TEL94－5200・FAX95－1708

むくのきセンター
TEL98－0200・FAX98－0118

環境の森センター・きづがわ
TEL72－1010・FAX72－1020



SEIKA いっかげつ

11月

8日(日)	ほほえみスポーツ広場(アリーナー般開放) むくのきセンター　(9：00～12：00)
11日(水)	むくのきセンター休館
18日(水)	卓球デー（アリーナー般開放) むくのきセンター　(15：00～17：00)
25日(水)	むくのきセンター休館

12月

1日(火)	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) (植田川佐31番地)
2日(水)	卓球デー（アリーナー般開放) むくのきセンター　(15：00～17：00)
9日(水)	むくのきセンター休館
16日(水)	卓球デー（アリーナー般開放) むくのきセンター　(15：00～17：00)
20日(日)	ほほえみスポーツ広場(アリーナー般開放) むくのきセンター　(9：00～12：00)

11月の納税・納付

○国民健康保険税(普通徴収分) …… 第６期分
○後期高齢者医療保険料(普通徴収分) …… 第５期分
○介護保険料(普通徴収分) …… 第５期分
○利用者負担額(保育料) …… 11月分
○放課後児童クラブ利用料 …… 11月分
○水道料金・下水道使用料 …… 10月分
○町営住宅使用料 …… 11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８年10月１日現在)

人　口	３万5317人(－70)
男	１万6967人(－35)
女	１万8350人(－35)
世帯数	１万5603世帯(－12)

〔(　)内は前月比〕

火災・救急・救助件数(９月)

火　災	０件(３／－５)
救　急	121件(1151／－36)
救　助	１件(18／＋１)

〔(　)内は今年中の累計／前年同月比〕

広 告（掲載広告の内容は、町が提供するものではありません）

●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
税理士・行政書士業務(各種相談対応します)
FSK 藤原総合会計事務所
https://www.fujiharakaikei.com/
木津川市木津宮ノ内95-9 (いずみホール前)
☎0774-72-7711(代) (P有り)



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
(ＪＲ祝園駅北へ100m)
☎(代) 94-2122
(FAX) 94-4639
(工場) 93-1064

TAX PLANNING & MANAGEMENT SERVICE
公認会計士 税理士 荒堀政男事務所
https://arahorikaikei.com/
〒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)

毎日が楽しい！
～懐かしい顔と笑顔でいっぱい～
≪精華町デイサービスセンター神の園≫
☎ 0774-93-0846
「1日体験」・「ご見学」大歓迎♪

華創（はそう）
令和8年11月号
令和8年11月6日発行
（毎月第1金曜日発行 ※1月号を除く）

図書館カレンダー

11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					

12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、11月3日（祝・火）・24日（火）振替休館・26日（木）館内整理日、12月24日（木）館内整理日・28日（月）～1月4日（月）年末年始



今月のおすすめ本



『読書嫌いのための図書室案内』
青谷 真未 著

楽そうという理由で図書委員になった本が大嫌いな高校2年生の荒坂浩二は、司書の河合先生から廃刊となっていた「図書新聞」の再刊を任されることに。活字中毒の同級生の藤生蛍とともに、新聞に載せる読書感想文を集める中で、依頼した相手から次々と不思議な条件をつけられる。その理由を探るうちに、過去に学校で起きた出来事や、それぞれの抱える秘密が明らかに。読書嫌いの主人公と、本や人との出会いをめぐる青春ミステリー。



『ギアナ．夜間飛行』
あべ 弘士 著

赤道直下・ギアナ高地のR山に伝わる「光る子ども」と「竜」の言い伝えの謎を調べるため、ヒコーキきょうだいがジャングルへと向かう。夜の空を飛びながら、彼らが目にしたものとは――。作者のあべ弘士さんが実際にギアナを旅した経験をもとに描いた、大自然の美しさと不思議に出会える冒険絵本。満天の星、雄大な山々、そして夜のジャングル。まるで一緒に空を飛んでいるような臨場感を味わえる一冊。

本の病院

「あなたの大切な一冊心を込めて修理します！」

ページが破れたり、表紙が外れたり…など傷ついてしまった本を修理します。

「まだまだ大切に読みたい！」という本があれば、ぜひお持ちください。

図書館カウンターにて受け付けします。

受付日：12月9日（水）～11日（金）
対　象：町内在住・在勤・在学の方
定　員：各日先着10冊（1人1冊まで）

録音図書貸し出しを行っています

町内在住・在勤学の、視覚障害者をはじめ、高齢や病気などで活字による読書が困難な方、体調などにより本を持ったりページをめくることが難しい方を対象に、音声に収録された図書（録音図書）の貸し出しを行っています。

利用するには登録が必要となります。詳しくはお尋ねください。

移動図書館車「あおぞら号・バーバパパ」運行日程　(11/6～12/25)

地域（場所）	時間	曜日	11月	12月
僧　坊（集会所前）	13:20～13:50	火曜日（第1・3週）	17日	1日 15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）	18日	2日 16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）	19日	3日 17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　渕（集会所前）	13:20～13:50	金曜日（第1・3週）	6日 20日	4日 18日
東　畑（集会所グラウンド）	14:20～14:50			
桜が丘四丁目（集会所前）	15:10～16:10			

地域（場所）	時間	曜日	11月	12月
桜が丘二丁目（池谷公園）	13:20～14:20	火曜日（第2・4週）	10日	8日 22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）	11日 25日	9日 23日
菅　井（集会所前）	14:20～14:50			
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）	12日 26日	10日 24日
柘　榴（ポンプ庫前）	14:20～14:50			
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）	13日 27日	11日 25日
光　台（ひかりだい保育所駐車場）	14:30～15:20			
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
TEL0774-94-2004(代)・FAX0774-93-2233(総務課)
https://www.town.seika.kyoto.jp
〒619-0285（個別番号）
京都府相楽郡精華町大字南稲八妻小字北尻70番地
※本誌記載内容は変更が生じる場合があります。

UD FONT by MORISAWA
PRINTED WITH SOY INK 地球環境に配慮した用紙とインクを使用しています。
FSC www.fsc.org ミックス 紙｜責任ある森林管理を支えています FSC® C007718