

# 華創

はなそう

2026  
JULY  
No.760

7

「華創」は町ホームページや  
アプリ「マチイロ」でも読めます

子どもも大人も、集中学習！夏の  
自習室開放！／2 ツアー・オブ・  
ジャパン2026JPF 京都ステージ  
／3 水道基本料金を半額減免  
(6・7月分)／5 畑ノ前公園遺跡  
の杜 整備工事に伴う一部閉鎖／5  
せいか祭り2026学研ミュージック  
ストリート出演者募集！／6 物価  
高騰により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／8

写真8 「ひまわりの絆プロジェクト」で育てたひまわりと  
子どもたちの様子(こまだ保育所)  
(詳しくは28ページへ)

夏の自習室が  
パワーアップ!

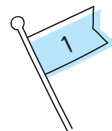


# 子どもも大人も、 集中学習！ 夏の自習室 開放！

美しい景観の特等席、本に囲まれた落ち着いた空間、課題に集中できる部屋。あなたの夏の挑戦を応援するため、3つの自習室を用意しました。

いつもと違う環境で、「集中」して課題に取り組みませんか？大人の方の学び直しなども大歓迎です！

※利用の際は、各施設のルールやマナーを守ってご利用ください。



## 精華町立図書館

(精華町南稲八妻北尻 70 番地)

開催期間：年中（図書館休館日を除く）

開催時間：火～金 午前 10 時～午後 6 時  
土・日 午前 9 時～午後 5 時

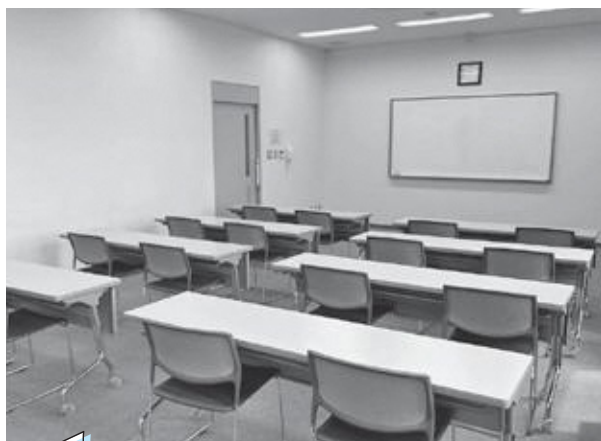
料 金：無料

利用時間：3 時間制（1 時間延長可能）

申し込み：予約不要 受け付けで手続き



町ホームページ



## むくのきセンター 会議室 3

(精華町下狛神ノ木 8)

開催期間：7 月 21 日（火）～ 8 月 25 日（火）の平日

※第 2・第 4 水曜日は休館日のためお休み

開催時間：午前 9 時～午後 5 時

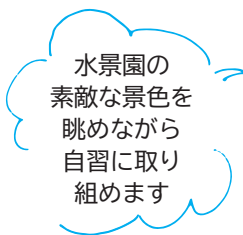
※7 月 31 日（金）のみ午前 9 時～正午

料 金：無料

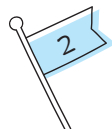
利用時間：制限なし

申し込み：予約不要 受け付けで手続き

※7 月 28 日（火）は、研修室（3 階）に場所が変更となります。



水景園の  
素敵な景色を  
眺めながら  
自習に取り  
組めます



## けいはんな記念公園 水景園 観月楼 1 階

(精華町精華台 6-1)

開催期間：7 月 1 日（水）～ 8 月 31 日（月）の平日

開催時間：午前 9 時～午後 5 時（最終入園午後 4 時 30 分）

料 金：小中高生（町内在住）無料

※一般、65 歳以上、町外の小中高生は庭園入園料が必要

利用時間：制限なし

申し込み：予約不要 受け付けで手続き

※受付名簿に氏名などの記入が必要です。

【精華町教育委員会・けいはんな記念公園共催事業】

☎生涯学習課 95-1907

けいはんな記念公園管理事務所 93-1200

# ツアー・オブ・ジャパン 2026 JPF京都ステージ



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2026 JPF京都ステージ」が5月25日(月)に開催されました。

16チーム96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TEAM UKYO所属のトンマーズ・ダーティ選手！京田辺市と精華町をまたぐコース沿いでは約4万8000人の観客が選手たちにエールを送っていました。

また、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見せていました。

ツアー・オブ・ジャパン京都ステージの開催にあたっては、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、誠にありがとうございました。大きな事故もなく無事に開催することができました。今後もご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。



問 自治振興課地域協働係 095-1934



みんなの元気塾前 (東畑)



けいはんなプラザ



ゴール地点



日時計広場



ヘアピンカーブ (東畑)



左2人目から伊吹さん、上原さん（株式会社環境総合リサーチ）

危険物施設による災害のない町を目指し尽力されたことへの表彰

京都府立京都学・歴史館で6月12日(金)、令和8年度京都府危険物安全大会が開催され、株式会社環境総合リサーチけいはんな事業所が優良事業所として、伊吹重樹さん（株式会社ジェヌインアーランドデー）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。

おめでとうございます。



良品計画と防災協定締結

「無印良品 精華台」で6月5日(金)、町と株式会社良品計画との「地域防災及び災害時における物資供給等に関する協定」を締結しました。

この協定は、地域全体の防災力の向上と、災害が発生した場合に、必要な物資などを迅速かつ円滑に供給する体制を整えるなど、相互の連携と協力を目的としています。

○協定事項

- ・ 地域防災対策に関する事項
- ・ 防災用の設備の供給に関する事項（電子通信機器用充電ステーションの設置）
- ・ 災害時における物資供給に関する事項

☎ 危機管理室 95-11928

仲間と一緒に楽しく歌おう♪ 少年少女合唱団・団員募集

楽しいイベントがたくさん。合唱団と一緒に歌いませんか。



町では、子どもたちが合唱を通じてより良い仲間づくりを進め、心豊かな人間として成長することを目指して【精華町少年少女合唱団】を創立し、小・中学生の団員が毎週土曜日にかしのき苑などで元気に活動しています。見学・体験は随時受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください。

**募集対象** 小・中学生

**練習日** 毎週土曜日 午後2時～4時30分

**練習会場** かしのき苑など

**料金** 団費(月額)2000円(出演費、運営費など)

※制服代は約1万～1万4000円(一部1年間貸与あり)



親子2代で合唱団員に！  
新入団の合唱団員にインタビュー！

松本宗真さんへ（新入団）  
1. 合唱団に入ったきっかけ、参加してみようですか？楽しい？  
お姉ちゃんと一緒に歌いたかったから。  
難しいけど歌うのが楽しい！



左から和樹さん、春香さん、宗真さん

松本春香さんへ（お姉ちゃん）  
2. 合唱団活動はどうですか？楽しい？大変？お友達はできた？  
他の学校のお兄さんやお姉さんといろんな歌を練習して歌えるようになるのが楽しいです。弟（や新しくお友達）も入団したので、一緒に仲良く歌いたいです！

3. 印象に残っているイベントは？  
クロネココンサートでオーケストラと一緒に歌ったことがとても良かったです。

松本和樹さんへ（お父さん）  
4. 合唱団への想い、合唱団創立20周年への想い  
20年前の合唱団発足当時は、まさか自分が親となり、再びこの合唱団に関わることになるとは思っていませんでした。20周年という節目の年に、卒団生としてだけでなく保護者としても関わることができ、大変嬉しく思っています。これからも精華町に子どもたちの明るい歌声が響き続け、地域に親しまれる合唱団として歩みを重ねていかれることを願い、温かく見守っていきたいと思います。

☎ 生涯学習課 95-1907

✉ seika.bgc.jimu@town.seika.lg.jp



## 企業版ふるさと納税制度を 活用したご寄附



5月20日(水)、株式会社サンワイ・スマイルバンク様より、企業版ふるさと納税制度を活用した「まちの魅力を引き出す情報発信の強化事業」として、スタンド付テレビ1台をご寄附いただきました。

庁舎2階に設置し、町の情報発信手段として有効に活用させていただきます。ありがとうございます。



## 「ご寄附に感謝します」

6月2日(火)、桜が丘つながるプロジェクト様より、ご寄附をいただきました。

ご寄附は、寄附者様のご意向に沿い、子どもを育むまちづくりに関する事業として、大切に活用させていただきます。

ありがとうございます。

- 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

## 水道基本料金を半額減免(6・7月分)

物価高騰の影響を受ける家庭や事業者の皆さまを支援するため、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、水道の基本料金の半額を減免します。申し込みは不要です。

※従量料金【注】は減免の対象ではありませんのでご注意ください。

【注】一般家庭では11立方メートルから従量料金が発生します。

### ▼対象者

町と給水契約があるすべての水道使用者(官公庁を除く)

### ▼対象月

6・7月分  
(7月定例検針での計量分が主な対象です。)

### ▼減免額の参考

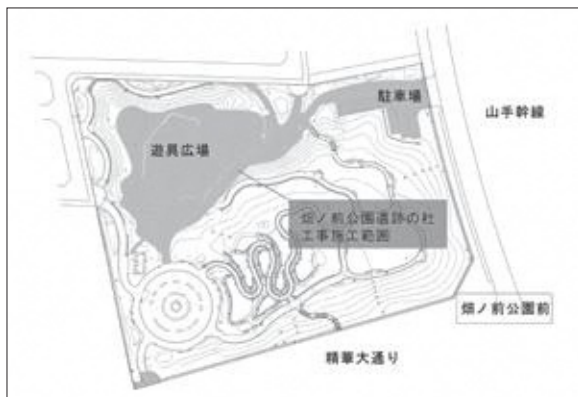
一般家庭でご使用の場合の減免額(税込み)は次のとおりです。

- ・メーター口径13ミリメートル…454円(2カ月分で908円)
- ・メーター口径20ミリメートル…528円(2カ月分で1056円)

問 経理営業課営業係 94-2049

## 畑ノ前公園遺跡の杜 整備工事に伴う一部閉鎖

老朽化に伴う遊具などの更新や駐車場、園路を含めた公園の再整備を行うため、下記のとおり公園の一部を閉鎖します。



### 対象公園および閉鎖範囲

畑ノ前公園遺跡の杜(精華台一丁目)の駐車場・遊具広場・一部園路

※工事中は安全確保のため、現地の掲示や交通誘導員の指示に従ってください。

### 閉鎖期間

7月～令和9年3月末(予定)

問 建設課管理係 95-1901

11月15日(日)  
開催決定!

# せいか祭り2026 学研ミュージックストリート 出演者募集!

## ▶ 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)

- 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
- 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1時15分～3時30分

## ▶ 出演時間

1団体につき15分間

## ▶ 出演(募集)団体数

- ・芝生広場15団体
  - ・メインホール8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

8月20日(木)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。

※写真はパンフレットに掲載します。縦10㍻×横14㍻以上、データの場合は縦1440pixel×横2030pixel以上のもの



町ホームページ

を用意してください。

※受け付け後、審査の上、9月中旬に抽選結果の通知を行います。

※1団体につき、1申し込みでお願いします。

## ▶ そのほか

- ・舞台スペースには限りがあります。
- ・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は、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2026 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。

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㍻ × 横19.2㍻	8万円
B	縦9.3㍻ × 横14.4㍻	5万円
C	縦6.2㍻ × 横9.6㍻	4万円
D	縦3.1㍻ × 横9.6㍻	2万円
E	縦3.1㍻ × 横4.8㍻	1万円

# 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

消費期限などの表示をチェック!

寄り道しないで  
まっすぐ帰ろう

肉・魚はそれぞれ  
分けて包む

できれば  
保冷剤(氷)  
などと一緒

point 2

### 家庭での保存

帰ったらすぐ冷蔵庫へ!

入れるのは7割程度に

肉・魚は汁が  
もれないように  
包んで保存

停電中に庫内温度に  
影響を与える扉の  
開閉は控えましょう

冷蔵庫は  
10℃以下に  
維持

冷凍庫は  
-15℃以下に  
維持

point 3

### 下準備

冷凍食品の  
解凍は  
冷蔵庫で

タオルやふきんは  
清潔なものに交換

ゴミはこまめに  
捨てる

こまめに  
手を洗う

肉・魚を  
切ったら洗って  
熱湯をかけておく

井戸水を使っていたら  
水質に注意

肉・魚は生で食べる  
ものから離す

野菜も  
よく洗う

包丁などの器具、  
ふきんは洗って消毒

point 4

### 調理

加熱は十分に  
(めやすは中心部分の  
温度が75℃で1分以上)

台所は  
清潔に

作業前に  
手を洗う

電子レンジを使う  
ときは均一に  
加熱されるようにする

調理を途中で  
止めたら  
食品は冷蔵庫へ

point 5

### 食事

食事の前に  
手を洗う

盛り付けは  
清潔な器具、  
食器を使う

長時間室温に  
放置しない

point 6

### 残った食品

時間が経ち過ぎたり  
ちょっとでも怪しいと思ったら、  
思い切って捨てる

作業前に  
手を洗う

手洗い後、  
清潔な器具、  
容器で保存

湿めなおすときは  
十分に加熱する  
(めやすは75℃以上)

早く冷えるように  
小分けする

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

物価高騰により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

申請期限  
**12月28日(月)まで**

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するため、国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用して「**精華町農業資材価格高騰対策助成金**」を交付します。

### 交付対象者

- 下のチェックシートで確認してください。
- ※ 1農業者につき1年度内1回まで。
- ※ 同一世帯は1つの農業者とします。

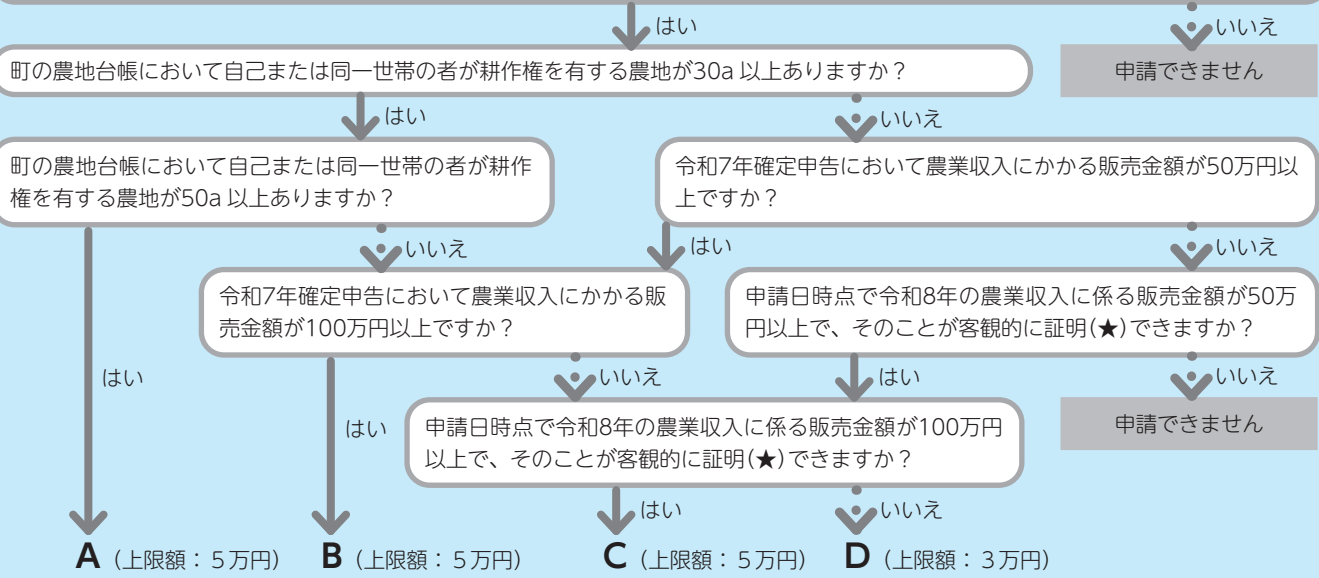
### 交付金額

- 農業資材の購入にかかる経費の2分の1(上限額あり)
- ※ 令和8年1月以降に購入した資材の経費に限ります。
- ※ 他の補助金の交付を受けた資材は対象外です。
- ※ 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)や用途の判別しにくいもの(燃料、光熱水費など)は対象外です。

### チェックシート

申請日時時点で次の①～④全ての要件を満たしますか？

- ① 町に住所または事業所がある。
- ② 町の農地台帳において、農地の耕作権を有する者(同一世帯の者)である。
- ③ 令和8年1月以降に農産物の販売実績がある。
- ④ 今後も継続して農業に従事する意志がある。



★客観的に証明…販売先が作成したもの、販売先に渡した領収書(控)など(自家販売報告書などの販売先とのやりとりを伴わないものを除く)

申請する場合は、チェックシートの区分をもとに以下の必要書類を用意のうえ、農政課へ提出してください。

※委任状による申請はできません。

<b>必要書類</b>	<b>【共通】</b>	⑦口座情報(口座番号、名義人など)が確認できる通帳などの写し	<b>【D】</b>
	① 精華町農業資材価格高騰対策助成金支給申請書兼請求書	<b>【A】 無し</b>	町の農地台帳において自己または同一世帯の者が耕作権を有する農地が30a未満の方は、
	② 誓約及び同意書	<b>【B】</b>	⑧令和7年確定申告書(控)
	③ 経費内訳書	⑧令和7年確定申告書(控)	⑨令和7年分収支内訳書(控)
④ 町内に住所または所在地を有することがわかる書類	⑨令和7年分収支内訳書(控)	<b>【C】</b>	または
⑤ 令和8年1月以降に購入した農業資材の名称、購入日および支払済であることが確認できる書類(領収書の写しなど)	⑧令和8年1月以降の出荷販売実績(100万円以上)が確認できるもの(販売先、取引日、農作物および金額の記載がある書類。自家販売実績報告書を除く。)	⑧令和8年1月以降の出荷販売実績(50万円以上)が確認できるもの(販売先、取引日、農作物および金額の記載がある書類。自家販売実績報告書を除く。)	
⑥ 令和8年1月以降の出荷販売実績が確認できるもの(販売先が作成した取引日、農作物および金額の記載がある書類)			

# お知らせ します！



## 国民健康保険加入者の方へ

70歳から74歳までの方  
「国民健康保険資格確認書」は8月1日  
(土)から切り替わります。

有効期限が令和8年7月31日(金)までの  
資格確認書は、8月1日(土)以降使用でき  
ません。新しい資格確認書は、7月下旬  
に送付します。マイナ保険証の方には資  
格情報のお知らせを送付します。なお、  
資格確認書に負担の割合が記載されてい  
るため、高齢受給者証の発行はありません。

問 国保医療課 国保係 95-1929

## 後期高齢者医療

### ① 資格確認書の更新

7月中旬に、8月1日(土)から使える  
新しい後期高齢者医療資格確認書(藤  
色)または資格情報のお知らせを送付  
します。

85歳以上の方には、全員に資格確認  
書を送付します。84歳以下の方には、

### ② 保険料の通知に関するお知らせ

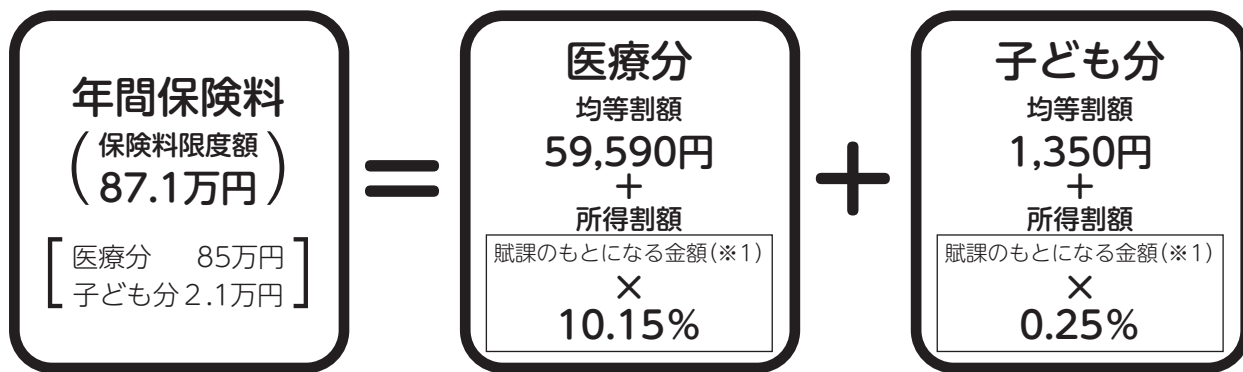
次の2点の両方に該当する場合に資格  
情報のお知らせを送付し、該当しない  
場合には資格確認書を送付します。  
① マイナ保険証を直近1年間において  
6回以上利用している

② マイナ保険証を直近3カ月において  
1回以上利用している  
現在お持ちの資格確認書(橙色)  
は有効期限が令和8年7月31日(金)です。

令和8年度(令和8年4月~令和9  
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  
均等割額が軽減されます。

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、当分の間、所得割額  
はかかりません。また、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8年度の後期高齢者医療制度保険料(年額)



※1 賦課のもとになる金額…前年中の総所得金額等-基礎控除額(43万円)

なお、令和8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。

#### 均等割額の軽減判定所得の基準の変更内容

軽減割合	改正後(令和8年度)	改正前(令和7年度)
7割(※2)	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×31万円)+{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×30万5000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×57万円)+ {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×56万円)+ {10万円×(給与所得者などの数-1)}以下の世帯

※2 医療分は7.2割

問 国保医療課 医療係 95-1929

介護保険 負担限度額の設定

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高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82.65万円以下の方	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82.65万1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

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。

金額など詳しくは問い合わせてください。

▼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

(上図)

※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。

☎高齢福祉課高齢介護係 05-11932

国民年金保険料免除・納付猶予

令和8年度分申請を7月から受け付け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7年度分(令和7年7月～令和8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8年度分

国際電話に気を付けて

▶国際電話が特殊詐欺の犯行に利用され、被害が多発しています。

固定電話の対策をしましょう

- ①国際電話利用休止手続き(無料)
  - ②防犯機能付き電話機の使用
  - ③留守番電話機能の活用
  - ④電話帳機能や番号表示サービスの活用
- などの対策をしましょう。

スマートフォンはアプリのインストールを

警察庁が推奨する詐欺対策アプリ(無料)が提供開始されたので、ぜひインストールし、詐欺電話をブロックしましょう。

アプリのインストールはこちらから→



その他

国際電話利用休止手続きの申し込みをご希望の方はウェブ申請でも可能です。

「国際電話不取扱受付センター」と検索してください。

申込用紙で手続きをされたい方はお近くの警察署・交番へ。

☎木津警察署生活安全課 072-0110



保険料免除制度

(令和8年7月～令和9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】。

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)に応じた次の4段階となります。
- ・4分の1免除／1万3440円納付
- ・半額免除／8960円納付
- ・4分の3免除／4480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6年12月31日以降に離職している場合）

【注】申請は、原則として毎年必要です。ただし、前年度分（令和7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時までに総合窓口課（2階）へ。

## マイナンバーカードをお持ちの方

マイナポータル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。



マイナポータル

※手続きにはマイナポータルの「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）  
・ 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

## 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月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月の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。

問 京都市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 95-1915

## クーリングシエルト（指定暑熱避難施設）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クーリングシエルトとして指定しています。クーリングシエルトとして指定されている施設は、熱中症特別警戒アラートが発表されていなくても利用できますので、熱中症になりそうな日には、ぜひご利用ください。

詳しくは町ホームページをご確認ください。



町ホームページ

問 環境推進課環境保全係 95-1925

## 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7年度の使用済み小型家電のリサイクル回収量は、5650キロでした。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×15センチ）から入れることができるものに限ります。

### ▼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。

・ 回収ボックスに投入された使用済み小型家電は返却できません。

### ▼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

## オオキンケイギクの繁殖防止

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られる黄色の花です。町でも、山手幹線や精華大通りなどで繁殖していますが、繁殖力が非常に強くほかの生態系に影響を与えることから、特定外来生物に指定されており、駆除していく必要があります。

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してください。



町ホームページ

問 環境推進課環境保全係 95-1925

## 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6年12月31日以降に離職している場合）

【注】申請は、原則として毎年必要です。ただし、前年度分（令和7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時までに総合窓口課（2階）へ。

## マイナンバーカードをお持ちの方

マイナポータル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。



マイナポータル

※手続きにはマイナポータルの「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）  
・ 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

## 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月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月の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。

問 京都市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 95-1915

## クーリングシエルト（指定暑熱避難施設）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クーリングシエルトとして指定しています。クーリングシエルトとして指定されている施設は、熱中症特別警戒アラートが発表されていなくても利用できますので、熱中症になりそうな日には、ぜひご利用ください。

詳しくは町ホームページをご確認ください。



町ホームページ

問 環境推進課環境保全係 95-1925

## 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7年度の使用済み小型家電のリサイクル回収量は、5650キロでした。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×15センチ）から入れることができるものに限ります。

### ▼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。

・ 回収ボックスに投入された使用済み小型家電は返却できません。

### ▼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

## オオキンケイギクの繁殖防止

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られる黄色の花です。町でも、山手幹線や精華大通りなどで繁殖していますが、繁殖力が非常に強くほかの生態系に影響を与えることから、特定外来生物に指定されており、駆除していく必要があります。

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してください。



町ホームページ

問 環境推進課環境保全係 95-1925

## ペットの散歩時の注意

柵で囲まれた私有地外での犬の放し飼いは、「リード（引き綱）をつけない散歩」は、法律で禁止されています。ペットと散歩をするときは必ずリードを付け、ペットの行動を制御できるようにしてください。

また、リードが長すぎると、とっさのときに対応できない場合もあるため、適切な長さで散歩させましょう。

車やバイク、自転車などで人やペットの近くを通行するときは、スピードを落とし、気を付けて通行しましょう。

ペットと散歩されている方も、人や自転車、車などが近くを通るときには立ち止まったり、ペットを引き寄せたりするなど、安全に配慮してください。

問 環境推進課環境係 係 095-11925



## 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、農業者などからの情報提供に基づき、捕獲に取り組みます。

① 9月30日(水)まで

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(土)～31日(月)

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 係 095-11903



## いっしょ広場



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。

テーマ

小物づくり

日時・場所

- ① 7月8日(水)午後2時～4時・COC ONI (町役場2階喫茶スペース)
  - ② 7月24日(金)午後6時～8時・ほうそくの共生ビル1階こちら
- 問 NPO法人プラッツこちら 係 095-17902

## 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76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 係 095-11919

## シルバー人材センター会員募集

シルバー人材センターでは健康で働く意欲のある方に地域に密着したお仕事を紹介しています。

- ・ まだまだ元気に働きたい
- ・ 地域の役に立ちたい
- ・ 人とのつながりを大切にしたい
- ・ そんな方にぴったりです。

これまでの経験や得意なことを生かしながら無理のない範囲でお仕事ができます。またサロンや講習会、研修会などもあり、仲間づくりや健康づくりにもつながります。この夏新しい一歩を、はじめてみませんか！まずはお気軽に説明会へお越しください。

### 入会説明会

日時 8月3日(月)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 係 098-10510



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。



奈良学習センター  
ウェブサイト

### ▼出願期間

第1回は8月31日(月)まで  
第2回は9月9日(水)まで

問 放送大学奈良学習センター 画0742  
12017870

## 夏の交通事故防止府民運動

令和8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

「運転は 気配り 目くばり 思いやり」

### ▼実施期間

7月21日(火)～30日(木)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。

・こどもと高齢者の交通事故防止

・自転車・特定小型原動機付自転車の  
交通ルールの理解・遵守の徹底  
・飲酒運転・ながら運転の根絶  
問 自治振興課自治支援係 画9511934

## 海で楽しく遊ぶための注意点

海水浴を安全に楽しむために、次のことを守りましょう。

- ・監視員がいない海水浴場で泳がない
- ・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  
溺れた人を助けるために、水に入るのは危険です。安全な場所から浮く物を投げるなどしましょう。

また、プレジャーボートを利用するときは、見張りの徹底などの海のルールを守るとともに、海で遊ぶときは、ライフジャケットを着用し、事故を防止しましょう。

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。

マリンレジャー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 画0773176141

20

## 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 画95-1925



## 自衛官を募集

2等陸・海・空士(任期制自衛官)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28日(金)まで	1次：9月19日(土)・26日(土) 2次：10月15日(木)～22日(木) 3次：(海) 11月20日(金)～12月16日(水) (空) 11月14日(土)～12月17日(木)	18歳以上24歳未満の者 [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1日(火)まで	1次：9月18日(金)・19日(土) 2次：10月18日(日)・19日(月)・21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) ※1	9月10日(木)まで	1次：9月16日(水)・17日(木) 2次：9月23日(祝・水)・24日(木)・26日(土) 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 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ホームページ

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





- 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
- 防災・防災
- その他

## マイナンバーカードを利用した証明書交付サービスの停止について

下記の日程につきまして、システムメンテナンスのため、マイナンバーカードを利用した町の証明書交付サービスは終日ご利用いただけません。

サービス停止日：7月28日(火)・29日(水)

役場および住民サービスコーナー（エスペローマ高の原内）のマイナンバーカード専用証明書自動交付機、全国のコンビニエンスストアなどのマルチコピー機の全てがご利用いただけません。

ご迷惑をおかけしますが、必要な証明書はお早めにご準備いただきますよう、ご理解ご協力をお願いします。

## 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申請受け付け・受け取り・電子証明書の更新を行います。

7月12日(日)、8月22日(土)

予約可能な時間：午前9時～11時45分

※事前予約要(当日の予約不可)

※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→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。

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122回



「精華町手話言語の普及及び障害特性に応じた多様なコミュニケーション手段の利用の促進に関する条例」が令和8年4月に制定されました。

条例愛称：伝わる気持ち つながる未来、精華町手話言語・多様なコミュニケーション条例

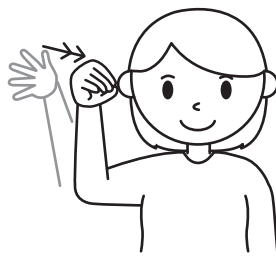
この条例は、手話やほかのコミュニケーションの方法をひろめ、だれもが安心して暮らせる社会をつくることを目的としています。町は、すべての人が、障害があるかないかにかかわらず、お互いを尊重しながら、共に暮らしていける町をめざします。

大切なのは、相手に合った方法で「伝えること」「わかり合うこと」です。



◀ ホームページで過去に掲載した手話を紹介中

### 情報



ひらみぎてのしとを閉しながらてこ開いた右手の5指を閉しながら手の甲を2回耳に引き寄せる。

### 保障



たひだりておやゆびまわみぎてゆびも立てた左手親指の周りを右手の指文字「ホ」形で囲むように回す。

問社会福祉課共生社会係 95-1904



# 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.25

「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。

**オープン5周年を迎えました！(これまで延べ1万2000人以上の方にご利用いただきました)**  
はじめての方も仕事や生活のご相談にぜひご利用ください。



ハローワーク相談コーナー  
(職業相談・職業紹介)

お子さま連れでも安心してお越しください。



求人票閲覧コーナー

求人検索機が利用できます。  
求人情報誌もお持ち帰りできます。



精華町相談コーナー  
(生活相談)

生活の困りごとは福祉相談員(町職員)と一緒に考えます。

\*雇用保険・職業訓練の業務は取り扱っていません。  
ハローワーク京都田辺または木津までお願いします。  
雇用保険受給中の方のジョブポイントでのご相談は求人活動実績にカウントされます。



ハローワーク掲載コーナー

**【せいかジョブポイント】** 町役場2階(健康推進課横) Ⅸ95-9001(直通)

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。友だち登録はこちらから→

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。



# 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。

町内では「くるりんバス」と「デマンド交通」が対象です。

ぜひこの機会にご利用いただき、町内をおでかけしてください。

◎期間 7月17日(金)～8月31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人が同伴で乗車してください。

(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 くるりんバス・デマンド交通以外の対象の交通機関など、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。



問都市計画課まちづくり計画係Ⅸ95-1902

相楽消費生活センターからのお知らせ

## 儲け話に関するトラブルに「注意！」

「いったん振り込みしてしまうと、被害回復が困難です！」

SNSで表示された儲け話に興味を持ってお金を振り込んだが、追加費用を支払わないと出金できなかつたり、支払い先と連絡が取れなくなるといったトラブルが発生しています。当センターにも「知人から海外の銀行口座に入金すると月利10割になると言われ契約し、数年間は毎年配当があったが、ここ2年近く配当がなく不安」という相談が寄せられています。注意すべき事例を紹介します。

- 海外の業者が日本の金融商品取引法に基づき登録を受けずに勧誘を行っているケース
- 金融商品取引法に基づき登録を受けていない業者などがセミナーやSNSなどを通じて若年者を勧誘し、消費者金融などから借入れさせて投資をさせているケース
- 暗号資産で海外事業者に投資すると大儲けできると勧誘し、配当の支払いや預かった暗号資産の払い戻しに応じないケース

このようなトラブルでは、いったんお金の振り込みをしてしまうと被害を回復することが困難です。

投資勧誘を受けた場合には、業者登録の有無なども確認し、契約するつもりが

なければきつぱりと断りましょう。

投資にはリスクがあります。必ず利益が出るという説明や、極端な高利回りをうたう内容には注意してください。

金融庁のホームページでは、金融商品取引業の免許・許可・登録を受けている業者の一覧や、暗号資産の利用者向けの注意喚起の情報が確認できます。

少しでも不安に思ったら消費生活センターにご相談ください。

**相楽消費生活センターは**  
(住所：木津川市木津上18番地1)  
**京都府木津総合庁舎に**  
**仮移転しています**

## 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(いやー)番をご利用ください。

☎相楽消費生活センター☎72-19955



## 男女共同参画ミニ通信 Vol.164 性被害から子どもを守ろう

夏休みは、水遊びやお祭りなど楽しい機会が増える一方で、大人の目が届きにくくなる時間も増え、子どもが受ける性被害のリスクが高まる時期でもあります。家庭や地域で子どもを守る意識を持つことが大切です。

### ◆見えにくい子どもの性被害

子どもの性被害は、自宅や親戚宅、学校や塾などで、信頼している人や顔見知りにより起こることもあり、子どもも被害と気づけず、周囲の人も気づきにくいのが特徴です。近年はSNS上で年齢や性別を偽って近づいてきた加害者に、言葉巧みにだまされて、性的画像を送らされる被害も増えています。また被害は性別に関係なく、男の子にも及びます。性被害は回数や期間に関係なく、子どもとその家族の心身に長く影響し、時にはその人生を大きく変えてしまいます。性加害は暴力であり、重大な犯罪です。

### ◆自他の心身への「尊重」を育てる

子どもが「NO」と言えるように、就学前や小学校低学年のうちから、日常の場面でプライベートゾーンについて話しておきましょう。体や性について自然に興味を持つ子どもに対して隠そうとせず、正しい知識や体の仕組みを伝えることが重要です。小さな頃から少しずつ学

ぶことで、子ども自身の安全と自己肯定感を大きくむことにつながります。

また、子どもを加害者にさせないために、家庭や地域で「人を大切にすることを育てることも大切です。」

・「自分がいやだと思ふことはしない」、「いやと言われたらやめる」

・自分だけでなく、相手の体や心の境界を尊重する

・SNSでも相手の気持ちを尊重し、いやな感じがしたら周りに相談する  
 これらを子どもが日常的に繰り返す学習が、子どもの性被害や性加害を防ぐ土台になります。

“プライベートゾーン”  
 □と水着でかくれるところ



- 
- 胸
- おしり
- 性器

自分のからだは  
 自分だけのとっても大事なものです

### ◆親子で学ぶきっかけに

今月から8月末まで、精華町交流ホール前でプライベートゾーンのパネル展を開催します。絵本や展示を親子で見ながら、「自分の体も相手の体も大切にすることが大切」を話し合うきっかけにしてください。

☎人権啓発課男女共同参画係☎95-1919





# 広報 しょうぼう

「熱中症対策」

Vol.393

## 熱中症対策

こまめな水分補給を

熱中症弱者とは

万が一のときは…

### ① 高齢者

元々、体内の水分量が少なく、汗をかきにくいいため、熱が逃げにくくなっています。また、口渇感を感じにくいいため、水分摂取回数が少なくなり、熱中症になりやすくなります。

### ② 持病のある人

利尿薬の服薬や糖尿病の影響による多尿など原因はさまざまですが、体内の水分が減少することで、熱中症になりやすくなります。

### ③ ひとり暮らしの人

家族の見守りがないことで、軽微な異常に気づきにくく、気づいたときには重症化しているケースが多々あります。

日頃から、喉が渇く前のこまめな水分補給を行ってください。可能であれば、ナトリウムが含まれたスポーツ飲料を摂取してください。

熱中症には3段階の重症度があります。

### ① I度熱中症

めまいや大量の発汗、こむら返りが見られる状態です。

この場合は、冷所での安静、体表の冷却や水分補給で改善が見られます。

### ② II度熱中症

頭痛や嘔吐、判断力の低下が見られる状態です。

この場合は、医療機関での受診が必要になってきます。

### ③ III度熱中症

熱射病といわれる状態で、痙攣発作や意識障害が見られ、肝臓や腎臓に障害が出ます。

この場合は、入院加療が必要となります。

問 消防本部指令救急課 ☎ 94-4197



救急安心センターきょうと／救急車を呼ぶ？迷ったときには・・・

# # 7 1 1 9

救急の電話相談窓口 (24時間365日対応)

問 消防本部指令救急課 ☎ 94-4197



# 第23回 大きくはばたこう! Giant Leaps!

第15代 国際交流員コラム



日本語

英語

## Independence Day in America

American Independence Day occurs on July 4th, the day the "Declaration of Independence" was signed, which declared the states in America free from the rule of Great Britain after the Revolutionary War. Since then, it has become a national holiday, and many people celebrate Independence Day, or the 4th of July, through different ways and customs. This time, I would like to talk about the 4th of July in America.

Independence Day is very important to the identity of America. America's characteristics of individualism and patriotism most likely originate from the Revolutionary War, and has become a major part of American culture. Because of this, many Americans celebrate Independence Day through a variety of different ways. The most common are parades, spending time with family, having a barbecue, setting off fireworks, and more. Many people will decorate their houses with American flag decorations and wear red, white, and blue (the colors of the America flag) on that day. Food and desserts at barbecue parties are usually red, white, and blue to go along with the Independence Day theme as well. In some places, historic reenactments of battles in the Revolutionary War take place. It is a day that many spend with their family and express their love for America.

I always enjoyed the Fourth of July in America because my family and my relatives would go to a lake in Michigan and spend the week there. My family did not travel often, so spending a week at the lake was always my favorite summer event. There, we would ride in a speedboat and do fun things like water tubing, water skiing, and swimming in the middle of the lake. On the 4th of July, everyone would work hard and make a variety of delicious foods like salads, casseroles, and desserts. Then, everyone would light sparklers or fireworks as the sun set. When it became dark, everyone gathered around the campfire and watched the beautiful firework show hosted by the town as we ate delicious s'mores, and I have many precious memories of this time.

The Fourth of July is a national holiday that represents the importance of freedom in America. America is called "The Land of the Free", and Independence Day culture shows that. If you go to America during the Fourth of July, it is sure to be an interesting experience!

## アメリカの独立記念日

アメリカの独立記念日は、独立戦争後にイギリスの支配から解放されたことを宣言する「独立宣言」という文書が署名された7月4日です。独立以来、祝日と定められ、多くのアメリカ人はさまざまな方法や習慣を通じて独立記念日、いわゆる「フォース・オブ・ジュライ(7月4日)」を祝っています。今回は、アメリカの独立記念日についてお話ししたいと思います。

独立記念日は、アメリカ人のアイデンティティにとって非常に重要な日です。個人主義や愛国心といった特徴は、おそらく独立戦争によって生まれ、アメリカの文化における重要な一部となってきました。そのため、多くのアメリカ人はさまざまな方法で独立記念日を祝います。パレード、家族との集い、バーベキュー、そして花火などが最も一般的です。当日は、アメリカ国旗で家を飾り付けたり、赤、白、青の組み合わせ(アメリカ国旗の色)の服を着たりする人々が多く見られます。バーベキューで出される料理やデザートも、独立記念日のテーマに合わせて、赤、白、青になることがあります。場所によっては、独立戦争の戦いを再現した歴史的なイベントが開催されることもあります。家族と共に過ごし、アメリカへの愛を表す日なのです。

私は家族と親戚でミシガン州にある湖で過ごして、独立記念日をいつも楽しんでいました。私の家は家族旅行があまりなかったので、湖の近くで一週間を過ごすことが一番好きな夏の予定でした。そこでは、スピードボートに乗ったり、ウォーターチュービングや水上スキー、そして湖の真ん中で泳いだりと楽しいことをしました。7月4日には、みんながサラダやキャセロール、デザートなどのさまざまなごちそうを一生懸命作りました。そして、日が沈むときに手持ち花火や小さな打ち上げ花火を楽しみました。暗くなってくると、キャンプファイヤーの周りに集まり、街で開催される花火大会を見ながら美味しいスモア(焼いたマシュマロと溶かしたチョコレートを2枚のクッキーで挟んだデザート)を食べました。あのときの大切な思い出はたくさんあります。

7月4日は、アメリカにおける自由の大切さを象徴する祝日です。アメリカは「自由の国」と呼ばれており、それを表しているのが独立記念日の文化です。もし7月4日にアメリカに行けばきっと面白い経験ができるでしょう!

### 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24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  
音声聞くことができます。

# せいか写真日記



5月20日水曜日

## せいかマチスコープ「華やぎ観光農園」

地域の魅力を再発見することを目的としたこの生涯学習講座では、参加者は華やぎ観光農園のハウス内を見学し、同園の井上さんから、町の特産品である「いちご」の栽培の奥深さや収穫の楽しさについて説明を受けました。皆さん興味津々といった様子で聞き入っていました。

最後にいちごのお土産もいただき、参加者からは「来年は実際にいちご狩りに行ってみたいです」といった感想が聞かれました。



6月14日日曜日

## 精華町ふれあいまつり

かしのき苑で実施されたこのイベントは、ボランティア活動を通じて、住民の皆さんと高齢者、障害者の皆さんが共に楽しみ、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、落語などのステージ、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。



5月30日土曜日

## 初夏の和歌山で親睦を深めて

聴覚障害者教室が開催され、和歌山県を訪れました。

黒潮市場では、新鮮な海の幸などを堪能。手話を交えた賑やかなランチタイムや、お買い物を楽しみました。

午後は和歌山城を散策。白亜の天守閣をバックに、参加者同士の交流も深まる穏やかな一日となりました。



6月19日金曜日

## 家族そろって食事を

食育の街頭啓発を、祝園駅東西連絡通路で行いました。精華町食生活改善推進員協議会「あすなる会」などと、のぼり旗を揚げ「あすなるお喜楽クッキング」のレシピなどを配りながら、家族などでそろって食事する「共食」の大切さを呼びかけました。

町では、精華町食育推進計画に基づき「食を育む、食で育む精華町」を基本理念とした食育の取り組みを、食育関係団体と連携し実施しています。



## 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** 防災保健センター みらっぷ
- ▶ **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。

- ▶ **日 時** 7月24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8日(土) 午前10時～11時30分
- ▶ **場 所** 子育て支援センター
- ▶ **対 象 者** 町内在住の妊婦さんおよびご家族の方
- ▶ **申込期間** 毎月月初めの平日～開催される週の水曜日

## 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6日(木) 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子どもと保護者

## お誕生日のつどい

同じ誕生月の子どもたちが集まり、お祝いします。

- ▶ **日 時** 8月21日(金) 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

## 第2期音楽リズムであそぼう!

親子で体を動かしながら、子育ての中で大事にしていきたいことなどを学びましょう。※3回シリーズです。

- ▶ **日 時** 9月7日(月)・14日(月)、10月5日(月)  
いずれも午前10時30分～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6カ月以上(開催日現在)の子どもと保護者
- ▶ **内 容** 親子で音楽リズムを楽しみながら、子育てに大切な心構えが学べます。  
講師：NPO法人こらぼねっと京都
- ▶ **申込期間** 8月3日(月)～26日(水)

## 食育講座「おやつ・食事編」

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などを、講義と調理実習で楽しく学びます。

- ▶ **日 時** 9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1歳(開催日現在)以上の子どもの保護者
- ▶ **定 員** 10人程度(定員を超えた場合は抽選)
- ▶ **料 金** 500円
- ▶ **申込期間** 8月3日(月)～26日(水)
- ▶ **そのほか** 2カ月～就園前児向けの託児があります。  
※調理実習と親子で試食があります。



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
6日	7日	8日	9日	10日	11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) 【みらっぷ】		マタニティサロン (午前10時～11時30分) 【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】	食育講座 「後期・完了期編」 (午前10時～正午) 【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 (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】		
13日	14日	15日	16日	17日	18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) 【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】	赤ちゃんパパ (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】					
20日	21日	22日	23日	24日	25日
海の日 	すくすくプレールーム にっこりひろば (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】	ここに相談 (午前9時45分～11時30分) 【いけたに保育所】	
27日	28日	29日	30日	31日	8月1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 & 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～正午) 【支援センター】		
おはなしポケット (午前11時～11時30分) 【元氣塾】					
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】					

※プレールーム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インスタグラム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〉

- ・ むくのきセンター：下粕神ノ木8
- ・ 防災保健センター みらっぷ：南稲八妻北尻70(役場庁舎北側)
- ・ いけたに保育所：桜が丘三丁目2-2
- ・ みんなの元氣塾：東畑荒内45-1

### 〈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。



目印は  
コレ

- 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
- 福祉・介護
- 年金・保険
- 暮らし・税
- 健康・募集

## ♡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♡

### 「ももふく」

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：**山田下川原3-6ベスト山田川ビル1階  
(近鉄山田川駅から徒歩1分)

**営業時間：**午前11時～午後3時

**定休日：**火曜日と第1・3月曜日



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お問い合わせください。

問合せ先 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**



## ごまプリン



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「ごまプリン」です。

#### ▶材料(4人分)

すりごま30g<sup>ア</sup>、砂糖100g<sup>ア</sup>、牛乳250g<sup>ホ</sup>、粉ゼラチン5g<sup>ア</sup>

#### ▶作り方

- (1) 鍋にすりごま、砂糖、牛乳を入れ、砂糖が溶けるまでかき混ぜながら中火で加熱する。
- (2) 砂糖が溶けたら、粉ゼラチンをふり入れて溶けるまで弱火で加熱する(沸騰させない)。
- (3) (2)を器に入れ、粗熱をとる。粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やし固める。

#### ▶1人分の栄養価

エネルギー 186kcal<sup>ホ</sup>・たんぱく質4.7g<sup>ア</sup>・脂質6.4g<sup>ア</sup>・カルシウム159mg<sup>ホ</sup>・食物繊維0.9g<sup>ア</sup>・塩分0.1g<sup>ア</sup>

### 食育ミニ情報 No.73

#### ごまの栄養について

ごまには特有の成分のゴマリグナンやビタミンEなどさまざまな栄養素が含まれています。ゴマリグナンにはセサミンやセサモリンなどの強い抗酸化作用が含まれており、肝機能をサポートしたり、生活習慣病予防、アンチエイジング効果が期待されています。





## 「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。

問 京都府山城南保健所環境衛生課 画 72-4302



## 健康ポイント対象事業ご案内

7月16日(木)～8月15日(土)

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赤ちゃんパパ		
乳幼児 健診・ 教室	②つながり野外ひろば	対象者には個別通知	20P
	②マタニティフェア		
	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		
セイカ 歩数計 アプリ	②3歳6カ月児健診	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
	②5歳児健診		
	②セイカ歩数計		
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	5P
町内 交通	⑥くるりんバス	アプリ版のみ	5P/日
	⑥デマンド交通		
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画98-4001 ②こども家庭課画95-1931  
③大人の健康づくり教室グットネス画98-3900 ④むくのきセンター  
画98-0200 ⑤かしのき苑画94-5200 ⑥都市計画課画95-1902

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)

家事援助  
作業

**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

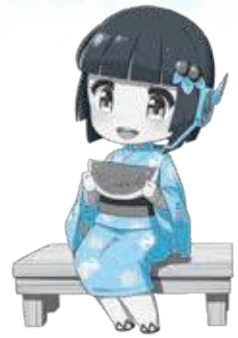
**入会説明会のご案内**  
【開催時間】10:00～11:00

8/3(月)

9/1(火)

毎月開催！

# 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)

- ☐ 7月15日(水)、8月19日(水) 午前10時～午後3時
- ☑ 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)
- ☑ 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。
- ☑ 次のところへ。
- ※ 前記時間以外でも相談可
- ☑ しょうがい者就業・生活支援センター ジョブあん / ☎ 71-10701・☎ 71-10705

### ぴゅあくらぶ 発達特性のある子どもの保護者の集いの場

- ☐ 7月21日(火) 午前10時～11時30分
- ☑ 防災保健センター みらっづ(町役場庁舎北側) 2階 多目的ルーム
- ☑ 発達に特性のある子どもの保護者
- ☑ 保護者同士での交流や相談先、就園・就学などの情報交換ができます。
- ☑ 開催日の前日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

☑ とも家庭課母子保健係 / ☎ 95-11931

☐ 日時 場 場所 ☑ 対象者 ☑ 内容 滞 持ち物 ☑ 申込方法 ☑ 問い合わせ先

### 相乗中途失聴・難聴者協会例会

- ☐ 7月26日(日) 午前10時～正午
- ☑ 場 かしのみ苑
- ☑ 相乗地域の市町村に居住または勤務する中途失聴者・難聴者
- ☑ 困 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。
- ☑ 開催日前日までに「相乗中途失聴・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。
- ☑ 相乗中途失聴・難聴者協会 / ☎ 34-6616(相乗聴覚言語障害センター)・☎ 0108n@outlook.jp (西園)

### きこえの相談会(定期相談会)

- ☐ 8月21日(金) ①午前10時～②午前11時～③午後1時～④午後2時～
- ☑ 場 木津川市役所1階 相談室3
- ☑ 相乗郡・木津川市にお住まいで聞こえに不自由を感じている方とその家族
- ☑ 困 聞こえに関する相談、聴力測定(聴力測定をご希望の方は1時間程度)
- ☑ 8月3日(月)～19日(水)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。
- ☑ 相乗聴覚言語障害センター / ☎ 619-11152・木津川市加茂町里中森101番地(加茂青少年センター内)・☎ 34-6611・☎ 34-6616

### 献血

- ☐ 8月7日(金) 午前10時～正午・午後1時～4時
- ☑ 場 防災保健センター みらっづ(町役場庁舎北側)
- ☑ 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、400ml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。
- ☑ 健康推進課健康医療企画係 / ☎ 95-11905



## 広告

### 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

大切な暮らしをずっと支えます！  
《安心と笑顔を届ける訪問介護》

### 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

### 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

# 暮らし

**ブルーベリーの摘み取り**  
 ざくろいきいき農園で摘み取り体験してみませんか

日 7月24日(金)～9月10日(休)まで  
 (予定)

場 精華町大字柘榴地内  
 摘取袋、長靴、長袖・長ズボン  
 着用、虫よけグッズ

入園料1500円(摘み取り1キまで含む)・1キを超えた分は1キごとに1500円

摘み取り予定日の3日前までに電話で次のところへ。

問 ざくろいきいき農園組合／画 72-6101(担当:藤原)

## 普通救命講習会

日 8月16日(日)午前9時30分～午後0時30分

場 町消防本部  
 定 先着10人

心肺蘇生法、AEDの使用法、異物除去法、止血法など

申 7月31日(金)までに次の二次元コードから確認のうえ、メールまたは電話で次のところへ。



町ホームページ

問 消防本部指令救急課救急係／画 94-4197・shouboushi@town.seika.lg.jp

# 文化

**国際交流員エミリーさんとお別れ会**

日 7月11日(土)午前11時20分～午後0時40分

場 7月末で任期を満了される国際交流員ヒエルマ・エミリーさんのお別れ会をします。歌・ダンス・おしゃべりなど交流会も行います。昼食にサンドウィッチを用意します。各自でスナック・軽食などご持参ください。

¥ 500円(昼食代)

申 電話で次のところへ。

問 せいかグローバルネット／画 90-12191-9864(脇田)

## オーケストラコンサート

日 7月12日(日)午後2時～4時

場 同志社女子大学京田辺キャンパス 新島記念講堂

演 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

問 同志社女子大学学芸学部事務局(音楽学科)／画 65-18501

## 合唱団Rite 第17回定期演奏会

日 7月19日(日)午後2時～4時(午後1時15分開場)

場 なら100年会館 中ホール

¥ 1500円(高校生以下500円)

子 なら100年会館内チケットセンター 画 0742-341011

問 合唱団Rite／画 080-1530510579(森本)

## 第133回 せいか小さな旅 武内神社 de 座学

府登録文化財「武内神社本殿(附棟札16枚)」とは、武内神社名譽宮司のお話をお聞きます。

日 7月25日(土)午前9時集合(町役場北玄関前、正午解散(同所))

※警報発令時は中止  
 定 20人

場 町役場→北稻八間武内神社／この家→町役場 画 2

¥ 500円(小学生100円)記念缶バッジ付き

申 前日までに、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／画 080-999800-0004・furusato\_seika@yahoo.co.jp

## たのしく学ぶエデュテイメント教室 サイエンスショー



日 7月25日(土)午前10時～  
 場 かしのみ苑ふれあい大ホール  
 町内在住・在勤の方  
 定 50人

講 福岡亮治氏(大阪成蹊大学教育学部准教授)

申 7月21日(火)までに、電話または次の二次元コードから。



申し込みフォーム

問 生涯学習課社会教育係／画 95-1907



## 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)

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

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

●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

税理士・行政書士業務(各種相談対応します)  
**藤原総合会計事務所**  
 FSK  
<https://www.fujiharakaikai.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)

## 夏休み工作教室

日 7月25日(土)午後1時～  
 場 かしのみ苑会議室A・B・C  
 定 小学生(町内在住)20人  
 夏休みの自由研究にぴったり!身近なアイテムを使って「紙コップスピーカー」を作ろう。  
 関 精華おもちゃ病院  
 申 7月21日(火)までに、電話または次の二次元コードから。



精華おもちゃ病院 ホームページ  
 申し込みフォーム

## けいはんなロボット体験教室

日 ①7月28日(火)②29日(水)③30日(木)  
 午後1時30分～4時  
 場 けいはんなプラザ3階 ナイル  
 関 精華町・木津川市・京田辺市に在在の小学4・5・6年生  
 ※会場後方で保護者見学可  
 定 各回20人(定員を超えた場合は)



## 抽選

※過去未参加の人優先  
 ※1人1回の参加とします。  
 関 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。  
 関 けいはんなジュニアロボットクラブ  
 申 7月17日(金)までに、次の二次元コードから。



申し込みフォーム

## 夏休みイベント『Let's DIY ワークショップ』

日 8月9日(日)①午前9時30分～②午前11時～③午後1時～④午後2時30分  
 ※開始10分前には来場してください。  
 関 けいはんな学研都市活性化促進協議会/画95-5034

場 かしのみ苑1階 創作室  
 関 年中から小学生まで(小学2年生以下は保護者同伴要)  
 定 各回先着15人  
 関 ①③バスケット☆ゴルフ、②ボードラインアート、④ボードラインアートまたはバスケット☆ゴルフ  
 【バスケット☆ゴルフ】木や針金を使ってバスケット☆ゴルフを

日 日時 場 場所 関 対象者 定 定員 関 内容 関 講師 関 持ち物 関 料金 関 申込方法 関 問い合わせ先

作ろう。木のばねをコントロールしてシユート!  
 【ボードラインアート】木の板に釘を打ってモールをかけると名前がうき上がるボードラインアートを飾ろう!  
 関 600円(材料費・保険料含む)  
 申 7月4日(土)午前8時～19日(日)午後8時に、次の二次元コードから。



申し込みフォーム

※汚れても良い服装でご参加ください  
 関 健康推進課成人保健係/画95-1905

## かしのき苑・夏休み鉄道ジオラマ創作教室

日 8月15日(土)午後1時～5時  
 場 かしのみ苑 創作室  
 関 町内在住・在勤の方(小学生以下は保護者同伴要)  
 定 10人(定員を超えた場合は抽選)  
 関 精華町鉄道ジオラマ同好会  
 関 ¥530円(材料費・保険料含む)  
 申 7月24日(金)までに「氏名・年齢



## けいはんな本気講座『はじめの上方落語』

関 かしのみ苑(火)～土曜日の午前8時30分～正午・午後1時～5時/画94-5200・画95-1708・fukushi@town.sei.kai.g.jp  
 ※8月17日(月)から参加確認メールを順次送信します。(要返信)  
 関 けいはんな学研都市活性化促進協議会/画95-5034



申し込みフォーム

日 8月23日(日)①午前10時～11時10分②午後1時～2時10分  
 場 けいはんなプラザ3階 ナイル  
 関 小中学生と保護者  
 ※1家族4人まで  
 ※小学生は保護者同伴要  
 定 各回先着120人  
 関 落語のしぐさはどうやってやるのかな? お囃子について知ろう。生の落語を聞いてみよう!  
 関 桂二乗氏、桂團治郎氏、桂三豆氏  
 関 扇子、手ぬぐい(お持ちの方)  
 申 7月13日(月)午前10時～8月13日(木)に、次の二次元コードから。



## 広告

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



電話

0774-94-3241

精華町祝園政長 10-1



申し込みフォーム

# 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8日(水)・22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

むくのきセンター / 画 98-0200

## 夏休み子ども教室

小学生

長い夏休みに、新しいことに取り組みきっかけとなるようなさまざまな教室を開催します！

むくのきサマースクール：スポーツ・カルチャー・クッキングがスクールがたたくさん！

わくわくスポーツ体験：さまざまな競技スポーツの無料体験！

申次の二次元コードから。



スポーツ協会ホームページ

## トレーニング室相談会

①7月6日・13日・27日、8月3日・10日・17日・24日・31日

の各月曜日午後1時～3時

②7月15日・29日、8月5日・19日の各水曜日午前9時～正午

③7月9日・23日、8月13日・27日の各木曜日午前9時～正午

場 トレーニング室

内 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。

※ 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。

## カルチャースクール 輪っか de 四角マット



①7月13日(月)午前10時～正午

場 研修室

※ 18歳以上の方(高校生を除く)

定 先着10人

内 かつしたはぎの輪っかを手編みして、四角いマットを作ります。

※ ツートンカラーのクロス模様にも挑戦します。初めての方でも簡単ですよ！

※ 5000円

申7月12日(日)までに本会ホームページから。

## 卓球デー

①7月15日・29日、8月5日の各水曜日午後3時～5時

場 アリーナ

※ 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定 先着16人程度

※ 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

## シニアスクール 和風ミートソースパスタ

①7月24日(金)午前10時30分～午後0時30分

場 調理実習室

※ 60歳以上の方

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。

※ 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)

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、100円割引引き。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。

## 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)

①7月26日(日)午前9時～正午

場 アリーナ

※ 3歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)

※ 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

※ ニュースポーツエリア：ピックルボール  
※ 体育館シューズ  
※ 中学生100円、高校生以上200円  
※ 町外在住者は倍額

## 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

①7月22日(水)②8月5日(水)

午後0時15分～0時45分

場 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。

※ 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 / 画 95-5115

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)

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

## 町民相続無料相談会

<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】7月27日(月)10:00~12:00

【会場】むくのきセンター(町立体育館)2階 第4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

町民相続相談センター

<運営> タル台総合法律経営事務所  
〒611-0021 京都府宇治市宇治妙楽182-13  
代表司法書士 梅台義之 京都司法書士会登録784号

まずはお気軽に  
お電話  
ください



▲予約サイト

## 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。  
**問い合わせ** 記念公園管理事務所  
 〒931-2000 福93-12688

### コペルニクス

～夏の講座～  
 7月12日(日)午前10時30分～正午  
 場ビクターセンター  
 小学生  
 宇宙について楽しく学び、季節ごとの星空を徹底解説するプラネタリウムとワークショップ。  
**¥5000円**  
 ※同伴の保護者は無料  
 申込みはホームページから。



てんもんぶホームページ

日 日 時 場 場所 対 対象者 内 内容 持 持ち物 料 料金 申 申込方法 問 問い合わせ先

### 夏色コンサート ソプラノとクラヴィチェンバル のデュオ

7月12日(日)午後2時～3時  
 場水景園  
 内 普段あまり耳にしない古楽器の響きとさまざまな時代の美しいうたのコラボレーションをお届けします。  
**¥庭園入園料**

### 市田智美陶芸展 器とあなた と私の居場所

7月18日(土)午前10時～午後5時  
 7月19日(日)午前10時～午後4時  
 場水景園 ギャラリー1月の庭  
 内 陶芸のオブジェ、器を通じて、ひとときのやすらぎを感じていただけます。  
**¥庭園入園料**

### 花いっぱい大作戦の会 ～花壇のメンテナンス～

7月18日(土)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。  
 雨軍手、汚れてもいい服装

### セミの羽化を見よう

7月18日(土)午後6時～8時  
 場芝生広場

## ひまわりの絆プロジェクトとは

平成23年に京都府内において交通事故で亡くなった男の子が大切に育てていたひまわりの種を引き継ぎ、その種を育てて、ひまわりを开花させることで、命の大切さを学び、被害者支援への理解を深めさせることを目的に実施している活動です。



表紙の写真のひまわりは、町内での取り組みの一つとして、こまだ保育所で昨年子どもたちと一緒に育てたものです。

内 夜にセミの羽化を観察します。  
**¥3000円**  
 ※同伴の保護者は無料  
 申 電話にて公園管理事務所へ。

### 遊べるヨウカイ〜涼しく楽しめる ハンズオン展示

7月25日(土)～8月30日(日)午前9時～午後5時  
 場水景園 ギャラリー1月の庭  
 内 子ども向けのクールスポットを兼ねたヨウカイ空間でわいわい遊べる展示を行います。おもしろかわいい妖怪と遊ぼう！申込制のワークショップも予定しています。  
**¥庭園入園料**

### 相楽木綿伝承館夏休みワークショップ

①スピンドルで糸紡ぎ  
 ②枠織り機でミニマットづくり  
 7月26日(日)②8月21日(金)午後1時～4時(2回連続講座)  
 場水景園 研修室  
 内 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。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。  
**¥3000円(2回分)**  
 ※別途庭園入園料要  
 申 相楽木綿伝承館(福08001618619233)へ。

## 広告

**サマージャンボプレミアム12億円**  
(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)  
**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)  
 この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
 プレミアム：1枚 500円 / ジャンボ・ミニ：1枚 300円  
**6月30日③種類同時発売!**  
 クーちゃん  
 発売期間 6/30(火)～7/31(金)  
 公益財団法人京都市町村振興協会

～お庭や駐車場・外構などの困りごとはありませんか?～  
**樹木剪定・除草・庭じまい  
 新築外構・外構リフォーム**  
**株式会社 森忠建設造園**  
 精華町南福八妻蔭山33番地  
 ☎ 94-4759  
 森忠建設造園

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)  
 ☎(代) 94-2122  
 (FAX) 94-4639  
 (工場) 93-1064

## 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)	小島祐	小島祐	小島祐	稲田	小島祐	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)				小島綾		
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)  
 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	5日(日)	内	8月	2日(日)	内
	12日(日)	内		9日(日)	内
	19日(日)	内・小		11日(祝・火)	小
	20日(祝・月)	内		16日(日)	内
	26日(日)	内・小		23日(日)	内・小
				30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(電話72-0235)  
 ※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

# デジタルメディアと子どもの育ち

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。136回目の今回は、くわはらこどもクリニックの桑原勲さんのお話です。

近年、子どものスマートフォンやSNSの利用をめぐり、世界各国で規制の動きが広がっています。オーストラリアでは2025年12月、16歳未満の子どもがSNSを利用することを禁止する法律が施行されました。フランス、オランダ、イタリア、ニュージーランドなどでは、すでに学校でのスマホ使用が禁止または制限されており、アメリカでも州によっては学校内でのスマホ使用を制限・禁止する法律が可決されています。背景には、子どもの心身の発達に対するデジタルメディアの影響への懸念があります。

世界保健機関(WHO)は、乳幼児のスクリーン時間について、2歳未満は利用しないこと、2～4歳でも1日1時間未満(少ないほど望ましい)とするガイドラインを示しています。日本小児科医学会も同様の提言を行っています。さらにアメリカ小児科学会では、より具体的な指針を示しており、1歳半まではデジタルメディアの使用を避けること(遠くの家族とのビデオ通話は可)、1歳半～2

歳では良質な内容を1日1時間までとし、必ず保護者と一緒に利用すること、2歳以降も内容を選び、時間を決めて使うことが勧められています。また、大人自身も、子どもと遊ぶときや食事中、寝室ではデバイスを使わないよう心がけることが大切だとされています。

一方、日本では、「令和6年度青少年のインターネット利用環境実態調査」によると、1歳児のインターネット利用時間は平均102分で、約17%の子どもが1日に3時間以上利用していると報告されています。

乳幼児期、特に2歳未満は「発達の感受性期」と呼ばれる重要な時期です。この時期には脳が急速に発達し、親子の愛着関係、言葉の発達、情緒、社会性、視力、生活リズム、体の動きなど、さまざまな発達の基礎が育まれていきます。また、この時期に身についた生活習慣は、その後の成長にも影響するといわれています。

感受性期におけるデジタルデバイスの使用は、この時期の子どもの心身の発達に大切な時間と体験を奪ってしまうことにもなります。感受性期にある子どもの健全な成長を守るためには、国際的な指針や科学的知見に基づき、大人が責任を持って利用環境をコントロールしていくことが求められています。

問 健康推進課成人保健係 電話95-1905

## 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：7月15日(水) 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 ☎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15日(水)・23日(木)・27日(月)・29日(水)、8月4日(火)・6日(木)・10日(月) 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15日(水) 13:30~15:00  
場所：相談室1(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16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

- ▶ **税理士による無料税務相談(要予約)**  
日時：7月17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
- ▶ **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)

●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**  
TEL 95-1900・FAX 95-3971  
☎kikaku@town.seika.lg.jp

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

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

**議会事務局(議事課)**  
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  
**人事係** TEL 34-6500  
☎jinji@town.seika.lg.jp

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

**学校教育課**  
TEL 95-1906・FAX 94-5176  
☎gakkyou@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

**子育て支援課**  
TEL 95-1917・FAX 95-3974  
☎kodomo@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

**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

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

**教育支援室**  
TEL 95-1923・FAX 94-5176  
☎edu-shien@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

**子ども家庭課(防災保健センター みらっぶ)**  
TEL 95-1931  
☎mirap@town.seika.lg.jp

**生涯学習課**  
TEL 95-1907・FAX 94-5176  
☎shogaigakushu@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

**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  
☎tosho@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

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

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

**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

**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  
☎keirieigy@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

**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

**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

**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

**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

**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

**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

**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

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

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



# SEIKA

## いっかげつ

### 7月

- 8日(水) むくのきセンター休館

---

- 15日(水) 卓球デー (アーリーナー一般開放)  
むくのきセンター (15:00~17:00)

---

- 22日(水) むくのきセンター休館

---

- 26日(日) ほほえみスポーツ広場(アーリーナー一般開放)  
むくのきセンター (9:00~12:00)

---

- 29日(水) 卓球デー (アーリーナー一般開放)  
むくのきセンター (15:00~17:00)

### 8月

- 3日(月) 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)

---

- 5日(水) 卓球デー (アーリーナー一般開放)  
むくのきセンター (15:00~17:00)

---

- 12日(水) むくのきセンター休館

---

- 19日(水) 卓球デー (アーリーナー一般開放)  
むくのきセンター (15:00~17:00)

---

- 23日(日) ほほえみスポーツ広場(アーリーナー一般開放)  
むくのきセンター (9:00~12:00)

---

- 26日(水) むくのきセンター休館

#### お詫びと訂正

広報誌「華創」5・6月号に次の誤りがありました。訂正してお詫びいたします。

#### ▼華創5月号22ページ 広報しょうぼう 班長 第一分団 第三部

【誤】中務尊文  
【正】島川宗久

#### ▼華創6月号10ページ 国保税の納付を忘れずに

【誤】6月中旬に、町の国民健康保険(以降「国保」)に加入している方に令和7年度の国民健康保険税(以降「国保税」)納税通知書を送付します。  
【正】6月中旬に、町の国民健康保険(以降「国保」)に加入している方に**令和8年度**の国民健康保険税(以降「国保税」)納税通知書を送付します。

#### ▼華創6月号19ページ 第15代国際交流員コラム Giant Leaps ! 大きくはばたこう!

「Let's Listen!」の二次元コードが掲載されていませんでした。音声は町ホームページの華創6月号掲載ページからお聞きいただけます。

### 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8年6月1日現在)

人 口 3万5433人(-25)  
男 1万7037人(-18)  
女 1万8396人(-7)  
世帯数 1万5599世帯(+1)  
〔( )内は前月比〕

#### 火災・救急・救助件数(5月)

火 災 0件(2/±0)  
救 急 123件(629/+3)  
救 助 5件(12/+4)  
〔( )内は今年中の累計/前年同月比〕

## 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21日(火)振替休館・30日(木)館内整理日、8月11日(祝・火)・27日(木)館内整理日

### 今月のおすすめ本



#### 『私の孤独な日曜日』 月と文社 編

たとえば日曜日の夕方。一日の終わりが近付くと、「また何もせぬまま過ぎてしまったな」とか、「なかなか充実した日だったな」などいろいろな考えませんか。この本は17人の書き手がそれぞれの日曜日のひとり時間の過ごし方、大事にしていることやふとしたつづやきをつつらと綴っています。束の間であっても自分のための時間、何をしても何もなくても別にいいじゃないかと、どこか楽な気持ちになりますよ。



#### 『くものなまえ』 荒木健太郎

空にかんではいるくも。きせつや天気、空の高さなどによって生まれるくもはさまざま、おいしそうなくもやかっこいいくも、それぞれになまえがついています。「空となかよくなる・天気の写真えほん」シリーズは、空気のかたまり・パーセルくんがくもや天気のしくみをわかりやすく案内してくれます。大人の方には『読み終えた瞬間、空が美しく見える気象のはなし』もおすすめです。ぜひ、親子で空を見上げていろんなくもをさがしてみてください。

### 夏休み特別版「こわ～いおはなし会」

夏の夕方に、部屋をくら～くして、こわいおはなしをします。

日時 7月31日(金) 午後4時～4時30分

場所 精華町立図書館2階

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



### なりきり司書たいけん

本の貸し出しや返却、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 8月12日(水)・13日(木)  
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、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16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。

### 移動図書館車「あおぞら号・バーバパパ」運行日程 (7/3～8/28)

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)	7日	4日 18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)	15日	5日 19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)	16日	6日 20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)	3日	7日
東畑(集会所グラウンド)	14:20～14:50		17日	21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)	14日	25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)	8日	12日
菅井(集会所前)	14:20～14:50		22日	26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)	9日	13日
柘榴(ポンプ庫前)	14:20～14:50		23日	27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)	10日	14日
光台(ひかりだい保育所駐車場)	14:30～15:20		24日	28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。