

# 華創

はなそう

2022  
NOVEMBER  
No.716

11

おしとんぼおしとんぼ

宝物だよ

町内保育所令和5年度入所受付／7 精華町地域経済応援ポイントキャンペーン／8 年末、粗大ごみ収集／9 せいかけジョブポイントだより／17 きょういくの窓／19 国際交流員コラム／28

表紙写真：9月26日(月)に行われた子育てふれあい教室



# もしかしたら、DVかな？



DV(ドメスティック・バイオレンス)は、配偶者や交際相手など親密な関係にある相手を、暴力を使って支配することです。女性の約4人に1人、男性の約5人に1人が配偶者などから暴力を受けています。(令和2年内閣府調査)

## 1. DVは なくる・けるだけじゃない

- DVにはさまざまな暴力があります。きつい束縛で自由を奪う、「別れるなら死ぬ」と言って脅す、などもDVです。
- DVは、暴行や傷害など犯罪も含む人権侵害です。
- 子どもがDVを見聞きすることは心理的虐待で、子どもの心身に悪影響を及ぼします。

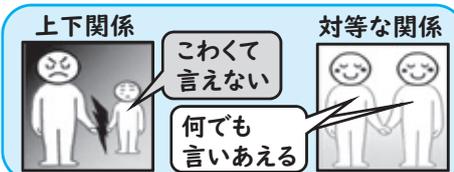


いろんな暴力があるね束縛のしすぎはDVなんだ

暴力の種類	暴力の例
精神的暴力	どなる、ばかにする、人格を否定するような暴言、無視する、物をこわす、なくるふりをする
身体的暴力	なくる、ける、つき飛ばす、髪を引っばる、物を投げつける、刃物をつきつける
社会的暴力	携帯電話やメールをチェックする、交友関係や行動を監視・制限する
性的暴力	セックスを強要する、避妊に協力しない、中絶を強要する、したくないことを強要する
経済的暴力	必要な生活費を渡さない、お金の使い道を細かくチェックする、借金させる
子どもなどを利用した暴力	子どもの前で暴力をふるう、「子どもは渡さない」「実家に危害を加える」と言って脅す

## 2. 役割に違いがあっても「人として対等」

●DVは力のある人が一方的にふるう暴力で、加害者は暴力を使って相手より優位に立ち、相手を支配しようとします。対等な立場で意見や気持ちをぶつけあう「夫婦げんか」とは違います。



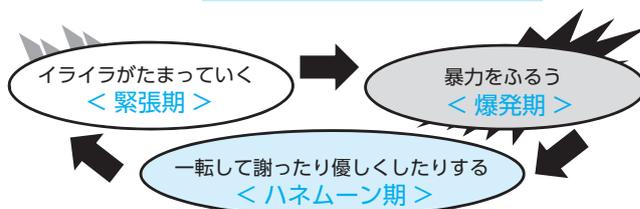
●加害者は相手の意思を尊重せず、相手の傷つきや悲しみに鈍感です。



なぜ好きな人を支配したいの？私はやっぱり対等がいい

## 3. DVのサイクル・離れられなくなるからくり

●DVでは、下図のようなサイクルが繰り返され、エスカレートしていくといわれています。暴力の後で加害者が優しくなるのは、愛情ではなく、イライラや暴力をぶつけられる相手を失いたくないからです。愛情と暴力は共存できません！



●下表は、加害者・被害者にありがちな考え方です。加害者は、自分を正当化して被害者に非があると責めます。被害者は、自分が至らなかったから暴力を受けると思い込まされ、自己肯定感が低下し、DVに気づきにくくなります。

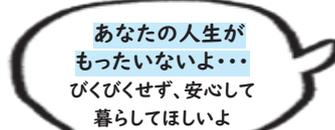
加害者にありがちな考え方 DVをしている自覚が乏しい	被害者にありがちな考え方 DVを受けている自覚が乏しい
自分は正しい / 自分は悪くない 相手より自分の方が偉い 自分を怒らせる相手が悪い 迷惑をかけられ自分こそ被害者 しつけるための暴力は許される 愛があれば従うのがあたり前 相手は自分のもの(所有物)	自分が悪い / しかたがない 自分に落ち度があった 自分さえがまんすればすむ ひとりでは生きていけない 自分は無力だ <b>そんなことないよー!</b>

●繰り返される暴力で、被害者の心身は疲弊しています。将来への不安もあり、簡単には加害者から離れられないのです。



## 4. 悩んでいるあなたへ

●暴力は、ふるわれた人に責任はありません。自分のこと、経済的なこと、住む所や子どものことなど、一度相談してみませんか？



## 暴力は、ふるった人の責任！がまんせず相談しよう！

- \*DV相談プラス 0120-279-889
- 電話・メール 24時間受付
- チャット 12:00~22:00
- メール・チャットは右の二次元コードから



## \*京都府の男性対象「DV加害者更生プログラム」

暴力をくり返さないという更生意欲のある男性対象  
詳細は右の二次元コードから



- \*京都府家庭支援総合センター 075-531-9910 毎日9:00~20:00
- \*京都府南部家庭支援センター 0774-43-9911 平日9:00~17:00
- \*木津警察署 生活安全課 0774-72-0110
- \*精華町人権啓発課 0774-95-1919 平日8:30~17:15

問 人権啓発課男女共同参画係 Ⅸ 95-1919

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

# 11月は「児童虐待防止推進月間」

深刻な児童虐待による事件は後を絶ちません。昨年度、全国の児童相談所での相談対応件数は、過去最多の20万件を超えています。「児童虐待」は、子どもの心身の成長や人格形成に重大な影響を及ぼすばかりでなく、児童が死に至るなど悲惨な事件に発展する危険性があります。

児童虐待から子どもを救うためには、大人たちが子どものSOSにいち早く気付いて、児童相談所などの専門機関につなげることが大切です。

## ▼もしも児童虐待と思ったら…

児童相談所全国共通ダイヤル「189(いちはやく)」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。あなたの連絡が子どもを守り、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。

## ▼もしも子育てに悩んだら…

出産や育児に関する不安や悩みがあれば、1人で抱え込まず、ぜひ気軽に相談してください(匿名も可能)。

「もしかして？」ためらわないで！

いち はやく

189

児童相談所  
全国共通  
3桁  
ダイヤル

お住まいの  
地域の  
児童相談所  
につながります。



**問**子育て支援課子育て支援係 ☎95-1917・☎95-3974  
 宇治児童相談所京田辺支所 ☎68-5520  
 山城こども家庭センターだいわ ☎98-3846  
 木津警察署 ☎72-0110

# 11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間

暴力は、どんな理由があっても、誰に対しても、決して許されるものではありません。DV(配偶者などからの暴力)、性暴力、ストーカー行為など女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害する決して許されない行為です。

## パネル展示・DVD上映

- ▶ **期間**  
11月30日(水)まで
- ▶ **場所**  
町立図書館前 交流スペース(町役場2階)
- ▶ **内容**  
女性への暴力根絶を訴える啓発活動
  - ・DVや性暴力に関するパネル展示
  - ・DVに関するDVD上映
 [上映期間：11月14日(月)～25日(金)(土日は除く)]



昨年度のパネル展示

**問**人権啓発課男女共同参画係 ☎95-1919

## 書籍・絵本の紹介

- ▶ **期間**  
11月30日(水)まで
- ▶ **場所**  
町立図書館
- ▶ **内容**  
女性に対する暴力やDV、虐待などに関する書籍や児童向けの絵本などを紹介



**問**町立図書館 ☎95-1911

# 人権週間12月4日～10日

国では毎年12月4日～10日までを「人権週間」と定め、全国各地で集中的に人権啓発活動を行っています。人権週間にちなみ、精華町でも「精華町人権展2022」としてさまざまな人権啓発事業を行います。この事業は、各種の企画を一体的に実施することで、あらゆる人権問題に関する住民の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。

## 精華町人権展2022

### 人権関連図書特設コーナー

- ▶日時  
11月16日(水)～12月11日(日)
- ▶場所  
精華町立図書館
- ▶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(木)～11日(日)
- ▶場所  
精華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」

### 特設人権ぶらざ

- ▶期間  
11月25日(金)～12月11日(日)
- ▶場所  
精華町役場2階 交流スペース
- ▶内容  
人権擁護啓発ポスターの展示  
(町内小・中学生の作品を展示)

### 精華町人権シネマサロン

- ▶日時  
12月8日(木)、9日(金)
- ▶場所  
京都府立けいはんなホール メインホール
- ▶内容  
映画『梅切らぬバカ』各日3回、計6回上映  
※詳細は町ホームページで確認してください。

### 子育て支援講演会(人権講座)

※詳細は本誌29ページをご覧ください。



【主催】精華町人権啓発推進委員会・精華町

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 画94-3696)



## 人権の花運動

法務局と町の人権擁護委員による「人権の花」運動が、9月30日(金)川西小学校で行われました。

「人権の花」運動は、人権の花として、スイセンを協力し育てることより、命の尊さを実感し、その中で豊かな心を育み、優しさと思いやりの心を体得することを目的としたものです。

同小学校の児童代表が、人権擁護委員からスイセンの球根と人権に関するメッセージを受け取り、子どもたちはあらためて人権の大切さを学びました。子供たちはお互い協力し合いながら、プランターや植木鉢にスイセンの球根を植えました。

# 新型コロナワクチン接種



## オミクロン株対応ワクチン集団接種スケジュール

11月・12月の日程	会場	ワクチン
11月26日(土) 午後2時～6時	KICK	ファイザー社製 (オミクロン株 対応)
11月27日(日) 午前9時～午後4時		
12月3日(土) 午後2時～6時		
12月17日(土) 午後2時～6時		
12月18日(日) 午前9時～午後4時		

対象となる方には接種券または接種案内を順次送付しています。ワクチンの供給量または国の方針により、日程変更がある場合は、町ホームページなどでお知らせします。

▶ **接種対象者** 初回接種(1・2回目)を完了した12歳以上の方

## 小児(5～11歳)の3回目接種について

5～11歳の追加接種(3回目)が可能となりました。対象となる方には2回目接種後、5カ月が経過する時点で送付します。

▶ **接種間隔** 2回目接種から5カ月経過した方

▶ **使用するワクチン** ファイザー社製

## 乳幼児(6カ月～4歳)の初回接種について

乳幼児(6カ月～4歳)への新型コロナウイルスのワクチンが薬事承認されました。今後、対象となる方には個別で接種券を送付する予定です。

接種を希望する場合は下表の医療機関へ電話予約してください。

▶ **接種回数** 3回

▶ **使用するワクチン** ファイザー社製

## 初回接種(1・2回目)がまだお済みでない方へ

オミクロン株対応ワクチンは、初回接種(1・2回目)が完了していないと接種することができませんが、初回接種に使用している従来ワクチンは、年内で国からの供給が終了する予定です。

オミクロン株対応ワクチンの接種を希望される方は、年内に初回接種を受けていただきますようお願いいたします。

## 相談窓口

### ●厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター【ワクチン接種の施策などに関すること】

TEL0120-761770(午前9時～午後9時土日・祝日含む)

※外国語対応可

聴覚障害相談窓口

FAX03-3581-6251

✉corona-2020@mhlw.go.jp

### ●京都府コロナワクチン副反応相談センター【医学的知見が必要となる副反応など専門的なこと】

TEL075-414-5490(365日24時間※外国語対応も可)

FAX075-708-3744

✉coronavaccine-call@pref.kyoto.lg.jp

### ●ファイザー新型コロナウイルスワクチン専用ダイヤル

TEL0120-146-744(午前9時～午後8時平日・土曜のみ)

### ●くすり相談室 COVID19ワクチンモデルナ専用ダイヤル

TEL0120-793-056(午前9時～午後5時30分土日祝日、休業日除く)

そのほか、精華町でのワクチン接種に関する質問などは、下記コールセンターに問い合わせてください。

### ●精華町新型コロナワクチン接種コールセンター

TEL0570-056732(午前9時～午後5時土日・祝日除く)

✉vaccine@town.seika.lg.jp

## 〔1～3回目接種・小児接種・乳幼児接種〕町内個別接種実施医療機関一覧表 ※予約は電話のみ

医療機関名	電話番号	対象者	予約受付時間(日曜・祝日除く)	接種日時 ※備考
くわはら こどもクリニック 精華台四丁目21-14	98-2788	精華町にお住まいで、 ・満6カ月～4歳の乳幼児 ・満5～11歳の児童	診療時間内 ・月～土：午前9時～正午 ・月・火・木・金：午後5時～7時30分	乳幼児：予約時にお伝えします 児童：毎週土曜日 午前9時～9時45分 (詳細時間は予約時にお伝えします)
コマダ診療所 菱田宮川原10	93-1787		診療時間内 ・月～土：午前9時～正午 ・月・木・金：午後6時～8時	毎週火曜日 午後2時～4時 ※3回目のみ実施
芳川医院 桜が丘三丁目24-7	71-0014	精華町にお住まいで、 満12歳以上の方	月～金(木曜日を除く)：午後4時～7時	毎週土曜日 午後1時 (詳細時間は当日正午に問い合わせ要) ※3回目のみ実施
学研都市病院 精華台七丁目4-1	050-7116-7125 (予約専用)		月～土：午後2時～4時	1・2回目：毎週木曜日 3回目：毎週火・土曜日 午後2時30分～4時
精華町 国民健康保険病院 祝園砂子田7	0570-056732 (精華町コールセンター)	精華町にお住まいで、 満18歳以上の方	月～金：午前9時～午後5時 ※接種日前日正午まで	1・2回目：毎週木曜日 3回目：毎週水曜日 午後2時30分

※個別接種実施医療機関は変更する場合がありますので、最新情報は町ホームページや公式LINEで確認してください。



平野航士郎さん(山田荘小6年)

平野航士郎さん(山田荘小6年)が、8月6日(土)に鳥取県湯梨浜町で開催された第17回ジュニアアグリランド・ゴルフ発祥地大会に出場し、小学生個人の部で見事優勝されました。おめでとうございます。



## 令和4年度 精華町二十歳のつどい

令和4年度から「精華町成人式」は「精華町二十歳のつどい」に名称変更し、令和5年1月9日(祝・月)午後1時30分(受付午後1時～)から、京都府立けいはんなホール・メインホールで行います。

対象者は、平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの方です。対象者には案内ハガキ(参加券)を郵送します。町外に転出された方や12月1日以降に転入される方で、精華町での出席を希望される方は、下記のところへ連絡してください。※案内ハガキ(参加券)に記載の確認事項を守ってください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数制限を行いますので、保護者の来場はご遠慮ください。

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、急遽、内容の変更や式典そのものを中止する場合があります。最新情報は町ホームページなどでお知らせします。

☎生涯学習課社会教育係 ☎95-1907

## ご寄贈ありがとうございます

9月21日(水)に株式会社竹千代様より放置竹林対策の一環として、「竹あかり」をご寄贈いただきました。

精華町の環境を守り、良くするとともに、地球の環境を守ることを目指す住民団体である精華町環境ネットワーク会議(STEP)の取り組みとして、竹あかりワークショップなどを実施します。竹あかりを通して、少しでも多くの方々に放置竹林、自然環境、さらには地球環境に興味を持っていただきたいです。



## ご寄附に感謝します

このたび、株式会社ケーケーシー情報システム様から、本町初となる、企業版ふるさと納税制度を活用したご寄附をいただきました。

地域に誇りを持つ教育の推進事業への協力のためご寄附いただいたもので、10月13日(木)には寄附金受納式を執り行い、同社へ杉浦町長から感謝状を贈呈しました。

ご厚志に感謝し、大切に活用させていただきます。



株式会社ケーケーシー情報システム様(右)



株式会社竹千代様(中央)、精華町環境ネットワーク会議様(右)

# 町内保育所 令和5年度入所受付 12月5日(月)から

来年4月からの町立保育所への入所の受け付けを12月5日(月)～9日(金)まで行います。「令和5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等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日現在満6カ月以上で、平成29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。

町内の保育所は次の通りです。

- ・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7日(月)から

保育の必要性の認定を受けるための申請書や保育所入所申込書、令和5年度保育所入所のしおりなどの書類は11月7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・場所は次の通りです。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5日(月)	午後2時～3時	ほうその保育所
12月6日(火)	午後2時～3時	ひかりだい保育所
12月7日(水)	午後2時～3時	せいかだい保育所
12月8日(木)	午後2時～3時	こまだ保育所
12月9日(金)	午後2時～3時	いけたに保育所
12月5日(月)～9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9日(金)まで(必着)に精華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。

## 小規模保育施設でも募集

小規模保育施設「チャイルド・ルーム・ヒナ」(せいかだい保育所北側)・「すもも園」(精華町消防本部南側)でも、若干名の利用児童を募集します。

いずれの施設も0～2歳児が対象。「チャイルド・ルーム・ヒナ」は定員9人、「すもも園」は定員19人での少人数保育を行っています。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。申込書の配布・受付場所は、子育て支援課のみです。

同施設の実施主体は、社会福祉法人京都長尾会です。利用者負担額(保育料)の支払い先は京都長尾会になります。

## 本年度途中入所の受け付けは今月まで

現在、各保育所の途中入所については調整が難しい状況です。12月1日(木)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、あらかじめ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。

☎子育て支援課保育係 ☎95-1917

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)

**おおぞら 鍼灸院**  
 医療保険適用費支給申請できます(保険の恩恵が必ずしもありません)  
 鍼灸師 大空 まきこ ネット予約 詳しくはこちら  

	月	火	水	木	金	土
10:00-12:00	○	×	×	○	○	×
13:00-15:00	○	○	×	○	○	×
16:00-18:00	○	○	×	○	○	×
19:00-21:00	○	○	×	○	○	×

 休水・日・祝日休み  
 桜が丘2-23-21(山田荘小学校正門から北へ150m)  
 ☎0774-26-8511 完備 完全予約制

**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  
 木曜午後休診  
 土曜午後休診  
 光台近隣センター南 Phone:0774 95-3400

**内科・藤木医院**  
 医師 藤木 新治  
 受付時間 精華町JR祝園駅北へ10m  

	月	火	水	木	金	土	日
8:30~11:30	○	○	○	△	○	○	△
17:30~19:30	○	○	○	△	○	○	△

 ☎0774-94-2006 午後は往診

# 精華町地域経済応援 ポイントキャンペーン

対象店舗にて  
PayPay・d払い・au PAY(コード支払い)  
いずれかをご利用のお支払いで

# 最大 20% ポイント還元!

キャンペーン  
期間

2022 11/30 水 まで

付与上限 (1決済サービス事業者あたり)

1回  
あたり

1,000円 相当

期間  
あたり

5,000円 相当



華ちゃん  
©精華町商工会



キャンペーンの詳細な内容・加盟店情報はコチラ

京町セイカ  
©精華町

ポイントの  
付与について

- PayPay** 決済日の翌日から起算して30日後にポイント付与
- au PAY** 2022年12月末までにau PAY残高付与
- d払い** ご利用決済月の翌月末頃に順次進呈 (ポイント有効期限6ヶ月)

ポイント付与や支払い方法などについては一定の条件がありますので、詳しくはキャンペーンページをご確認ください。※本キャンペーンは予告なく変更・終了する場合があります。

## ご利用可能な決済サービス

キャンペーン対象は各店舗に掲示のポスターをご確認ください。



0120-990-634  
24時間受付 ※土日含む365日対応



0120-114-331  
09:30~17:30(土日祝・年末年始除く)



0120-917-396  
10:00~20:00(平日土日祝対応)  
年末年始休業12/29~1/3

【事業主体】精華町商工会

キャンペーン全般に関するお問合せ

精華町地域経済応援  
ポイントキャンペーン事務局

☎0570-078-070

開設時間 平日9:30~17:30  
(年末年始12/30~1/3休業)

# 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。ぜひご活用ください。

## 【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。

問環境推進課資源循環係 95 - 1925

【iOS用】



【Android用】



## せいか祭りでフードドライブブースを設置!

11月も引き続き「食品ロス削減キャンペーン」を開催しています。「せいか祭り」でもフードドライブのブースを設置します。

- ▶ **受付時間** 11月20日(日) 午前9時30分～午後3時30分
- ▶ **受付場所** フィットネスクラブピノ スけいはんな駐車場内
- ▶ **受け付けできる食品**
  - ①常温保存が可能で賞味期限が明記され、期限が1カ月以上あるもの
  - ②未開封で破損していないもの
- ▶ **受け付けできない食品**
  - ①自家製の加工食品
  - ②アルコール飲料・ノンアルコール飲料(料理酒、みりんは可)



そのほか、家庭で冷蔵庫整理を行った写真(整理後)や、家庭で実践している食品ロス削減のためのアイデアを募集しています。詳細は町ホームページを確認してください。



問環境推進課資源循環係 95 - 1925

## 年末、粗大ごみ収集

今年も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時までに出示してください)。各地区の収集日程は次の通りです。

12月1日(木)	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2日(金)	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7日(水)	南(旧府道から西側)、南稲八妻、植田、祝園西一丁目
12月8日(木)	光台
12月10日(土)	山田、桜が丘
12月13日(火)	北ノ堂、馬淵、中(農免道路から東側)、東、西北(農免道路から東側)
12月14日(水)	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16日(金)	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21日(水)	乾谷、柘榴、東畑
12月22日(木)	精華台

※3月に配布した「令和4年度ごみの収集日程表」に記載の日程と同じです。

問環境推進課資源循環係 95 - 1925

# 子宮頸がん予防（HPV）ワクチンを自費で接種された方 接種費用の償還払い

町ではHPV（子宮頸がん）ワクチン

予防接種について、厚生労働省の通知により積極的な接種勧奨を差し控えていましたが、通知が廃止され、令和4年4月から積極的接種勧奨を再開し、平成9年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた女性を対象とし、再度接種の機会を設けているところです。（キャッチアップ接種）



## ▼対象者

以下の条件を全て満たす方

- ① 令和4年4月1日時点で町内に住民登録がある、平成9年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた女性
- ② 16歳となる日の属する年度の末日までに、HPVワクチンを3回接種していないこと。
- ③ 17歳となる日の属する年度の初日から令和4年3月31日までに国内の医療機関でHPVワクチン〔2価ワクチン（サーバリックス）または4価ワクチン（ガーダシル）〕を受け、接種費用を負担していること。

※9価ワクチン（シルガード9）は定期接種対象外のため、償還払いの対象外とします。

④ 償還払いを受けようとする接種回数分、令和4年4月1日以降のキャッチアップ接種を受けていないこと。

## ▼申請期限

令和7年3月31日まで

## ▼償還額

支払った実費（最大3回分まで）に相当する額

※交通費、宿泊費、接種を証明する書類の発行に要した費用などは対象外。

## ▼申請方法

申請書①に②⑤の書類を添えて、健康推進課窓口（2階）へ郵送、または持参してください。書類に不備のない場合、申請を受理してから概ね1カ月程度で振り込みます。

① ヒトパピローマウイルス感染症に係る任意接種償還払い申請書

② 接種費用の支払いを証明する書類（領収書や支払証明書など）原本  
 ※領収書で接種内容および接種回数  
 が判断できない場合は、明細書も提出してください。

※紛失などにより提出できないときは、申請日の属する年度の基準単価での償還払いとなります。

③ 母子健康手帳（「予防接種の記録」欄）や予防接種記録の写し

※③が提出できない方は、代わりにヒトパピローマウイルス感染症に係る任意接種償還払い申請用証明書の提出が必要です。

④ 被接種者の氏名・住所・生年月日が確認できる書類の写し

※申請時住所記載の運転免許証、健

康保険証（両面）、住民票など

※申請者が被接種者と異なる場合は、被接種者と申請者双方の書類の写しが必要です。

⑤ 振込先（金融機関名・支店名・種別・口座番号・口座名義人）が確認できる書類

※振込希望先金融機関の通帳・キャッシュカードなどのコピー  
 申請書などは窓口または町ホームページからダウンロードできます。



申請書などのダウンロードはこちらから



問 健康推進課健康医療企画係 ☎ 951-1905

# 高齢者向けインフルエンザ予防接種

12月26日(月)まで

高齢者向けのインフルエンザ予防接種が始まっています。予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力が付くまで約2週間かかります。接種回数は1回です。

## ▼対象者

- ・接種日現在65歳以上の方
- ・接種日現在60、64歳で、心臓、または腎臓、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1級相当の方(事前に申請が必要)

## ▼接種方法

接種を希望する医療機関・施設によって手続きが異なります。

## それ以外の医療機関の場合

町内実施医療機関(左表)・町内施設、木津川市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・施設に置いてありますので、予約の上、健康保険証を持参して予防接種を受けてください。

## ▼費用

1500円(生活保護世帯の方は、事前に申請をすれば無料)

※防衛省から受けている特定防衛施設周辺整備調整交付金が活用されています。  
健康推進課健康医療企画係 95-11905

## 町内で接種を受けられる医療機関

医療機関名(50音順)	所在地	電話番号
おく内科医院	桜が丘三丁目2番地1 エスペローマ高の原 ウエスト1番館	72-7023
学研都市病院	精華台七丁目4番地1	98-2123
岸田内科医院	精華台二丁目17番地10	95-1771
コマダ診療所	菱田宮川原10番地	93-1787
島谷クリニック	桜が丘四丁目25番地4	66-1850
下里医院	山田下川原22番地2	72-1212
精華町国保病院	祝園砂子田7番地	94-2076
平田内科医院	光台七丁目14番地3	95-3400
藤木医院	祝園西一丁目24番地15	94-2006
古田診療所	祝園門田8番地	93-2216
山田内科クリニック	精華台二丁目10番地94	98-3660
芳川医院	桜が丘三丁目24番地7	71-0014

※診療時間などは、医療機関にお問い合わせください。

# こころの体温計

こころの不安や疲れを感じていませんか。日々の生活で無理が続くと、こころのバランスが崩れやすくなります。こころの体温計では本人や家族・大切な人のストレスや落ち込み度などをスマートフォンやパソコンでチェックすることができます。ぜひ、こころのケアにお役立てください。

## こころの体温計

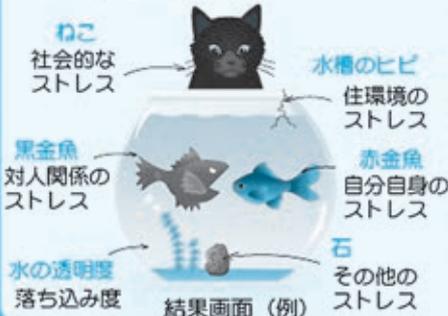
▼パソコンはこちらからご利用いただけます。  
<https://fishbowlindex.jp/seika/demo/index.pl>



こちらの二次元コードからご利用いただけます。

### こころの体温計(本人モード)

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などのストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。



### 家族モード

あなたの大切な方の心の健康状態が分かります。

### 赤ちゃんママモード

産後の不安な心の健康状態が分かります。

### アルコールチェックモード

飲酒が心にどのような影響を与えているのか分かります。

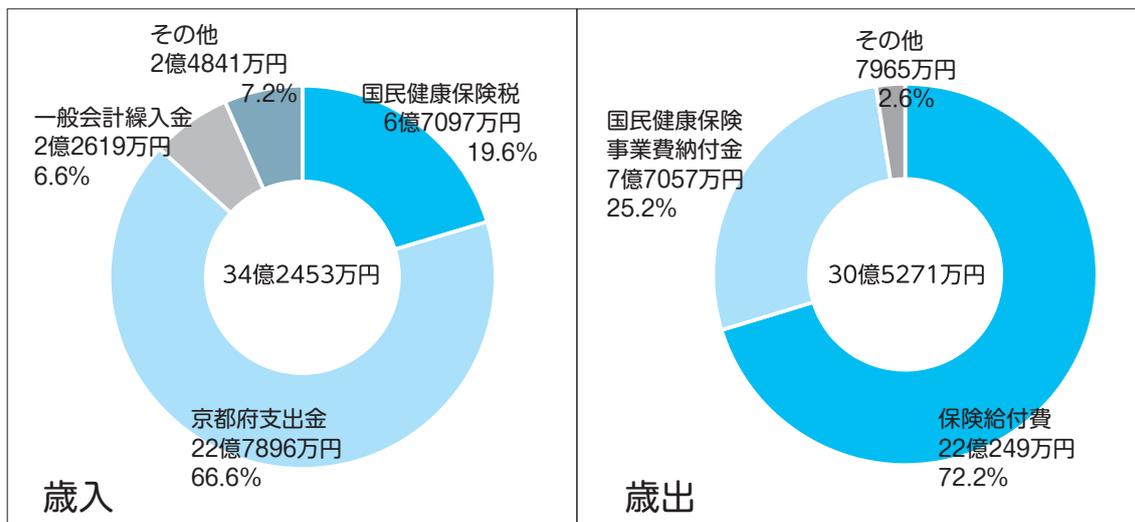
### ストレス対処タイプテスト

あなたのストレス解消法はどのタイプ?

☎社会福祉課共生社会係 95-1904

# 精華町国民健康保険事業特別会計の令和3年度決算

歳入は34億2453万円、歳出は30億5271万円で歳入歳出差引は3億7182万円の黒字決算となりました。ただし、前年度からの繰越金が2億3485万円あり、実質単年度収支は1億3697万円の黒字です。社会保険適用拡大や団塊の世代の後期高齢者医療制度への移行など、今後、歳入の減少が見込まれる一方で、医療技術の発達や被保険者の高齢者比率の増加による保険給付費の増加など、歳出の増加要因は多く、今後、厳しい財政状況となる見通しです。



## ● 1人当たりの診療費

令和3年度の1人当たりの診療費は31万566円で、前年と比較すると1万1706円の増加となっています。これは、受診件数の増加によるもので、理由としては、新型コロナウイルス感染症の影響による受診控えのリバウンドが考えられます。

	令和3年度	令和2年度	増減
1人当たり診療費	31万566円	29万8860円	+1万1706円

## ● 医療費抑制への対策 (健康を維持して医療費を抑制しましょう！)

医療費を抑制するために被保険者の皆さんができる方法をいくつかご紹介します。

- 日頃から食生活、身体活動、睡眠などの生活習慣を整え健康的な生活をする。
  - 定期的に運動する
  - 飲酒は適量に
  - 休養を十分とり、よく睡眠をとる
  - 食事は朝・昼・夕規則正しく食べる
  - 禁煙に挑戦する
  - 健康診断などで定期的に自分自身の健康管理をする
  - 新型コロナウイルス感染症などの予防をする
- 重複受診をしない。
- ジェネリック医薬品を利用する。



問国保医療課国保医療係 95-1929

広告

### 介護付 有料老人ホーム サンシティ木津

ご自宅での生活と比べて  
みませんか？  
まずは資料のご請求、  
お電話ください。



サンシティ木津外観 土地/事業主体非所有

資料請求

京都府木津川市市坂六本木76 ☎ 0120-26-3410

11月12日(土)～27日(日)

個別相談会 要予約/無料

コロナウイルス対策にご協力ください。

<https://hcm-suncity.co.jp/royal/kizu>

詳しくはHPをご覧ください [サンシティ木津](#) 検索

近鉄「高の原」駅より車で5分

# お知らせ します！



## 医療費助成 申請を

昭和32年12月生まれの方へ  
町では、65～69歳で要件を満たす方に、医療費（保険適用分）の一部を助成しています【注】。

申請期間は、11月10日（木）～16日（水）の平日。申請が遅れると受給者証の使用開始日も遅れる場合があります。

【注】対象者には案内を郵送しています。申請した方の内、認定者には令和4年12月から使用できる受給者証を郵送します。

問 国保医療課医療係 95-11929

## 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。

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ます。案内を確認の上、同封のがき（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5年1月4日までに請求手続が完了しますと、令和4年10月分からさかのぼって受け取ることができます。

※令和5年1月以降に請求した場合（請求が遅れた場合）は、請求した月の翌月からの支給となります。

問 ねんきんダイヤル 0570-051165（ナビダイヤル）または03-6700-1165

## 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4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受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4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4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せん。

**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ご不明な点は、京都南年金事務所、または「ねんきん加入者ダイヤル」へお問い合わせください。

問 京都南年金事務所国民年金課 075

1644-1165（代表）、ねんきん加入者ダイヤル 0570-0003-004（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、「国民一人ひとり、『ねんきんネット』等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らす日」として、11月30日（いいみらい）を「年金の日」としています。

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

利用方法には次の2つの方法があります。

- ・ 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、（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 0570-0581555（ナビダイヤル）または03-6700-1144

## マイナンバーカードの健康保険証利用

医療機関・薬局でマイナンバーカードが健康保険証として順次利用開始されています。なお、現在お持ちの国民健康保険・後期高齢者医療被保険者証は、引き続き使用できます。

- マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、次の3点が必要です。
- ①マイナンバーカードを取得していること（通知カードではありません）。
  - ②マイナンバーでマイナンバーカードの健康保険証利用登録が各個人で完了していること。
  - ③医療機関・薬局で、マイナンバーカードの健康保険証利用への対応が完了していること。



マイナンバーカードが保険証利用できる医療機関の目印です。

マイナンバーカードを健康保険証として利用すると次のような利点があります。

- ①就職・転職・引越しをして手元に健康保険証がない期間でも健康保険証として使える。

※健康保険が変更になった際の加入・脱退の届け出は従来通り必要です。

- ②従来の保険証使用に比べ、初診料・調剤料が割安になる。
- ③マイナンバーで特定健診情報や薬剤情報・医療費が確認できる、など。

マイナンバーでの健康保険証利用登録は、マイナンバーカード・カード作成時の暗証番号・カードリーダー機能を用意したスマートフォンなどを用意の上、内閣府ホームページから行えます。



問 国保医療課 95-11929

## いこい広場

新型コロナウイルス感染症の影響などで、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。

生理用品の寄付ボックスを設置しました。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。

### 日時

11月10日(木)・24日(木)  
午後2時～4時

※11月10日(木)のイベントは、「更年期と生理」です。

### 場所

COON(精華町役場2階喫茶スペース)

問 NPO法人プラッツこころく 95-17902



## 宇治税務署からのお知らせ

## インボイス制度説明会 開催日程表

令和5年10月から適格請求書等保存方式(いわゆるインボイス制度)が導入され、インボイスを発行できる「適格請求書発行事業者」となるための登録申請手続は、令和3年10月から受付が開始されています。

制度の概要を知っていただくため、「インボイス制度説明会」と「登録申請相談会」を下記のとおり開催しています。

### ▶説明会・相談会の主な内容

- ・インボイス制度全体の仕組みについて【注】
- ・インボイス発行事業者の登録申請の手続きの説明

※予約制ですので、事前に宇治税務署(下記問い合わせ先)に申し込んでください。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

開催日時	開催場所	定員	留意事項
11月11日(金)	〒611-8588 宇治市大久保町井ノ尻60-3 (宇治税務署別館大会議室) ※来場は、公共交通機関を利用してください。	各20人	【要事前予約】 開催日前日の午後5時までに電話で予約してください。
11月25日(金)			
12月9日(金)			
12月23日(金)			

【注】11月11日(金)の1回目、11月25日(金)の2回目、12月9日(金)の2回目、12月23日(金)の1回目については、消費税の基本的な仕組みから説明します。

軽減税率制度やインボイス制度に関する情報については、国税庁のホームページの「消費税の軽減税率制度・適格請求書等保存方式(いわゆるインボイス制度)」で検索するか、次の二次元コードから。



問 宇治税務署法人課税第1部門 44-4452(直通)

## 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などに役立てて、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、医療費の増加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必要となりますので、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、年に4回、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、12月分の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

後期高齢者医療の医療費のお知らせ

は、毎年1月～10月までの診療分を翌年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 95-11929

### 町営住宅の入居者を募集

町営住宅の入居者を募集します。今回募集する住宅は、2人以上の世帯向け住宅2戸です。単身用世帯向け住宅の募集はありません。

#### ▼受付期間

11月21日(月)～30日(水)の平日午前9時～正午・午後1時～5時・検査住宅課(3階)で受け付けます。募集案内に添付の申込書で申し込んでください。

#### ▼申込資格

次の要件を全て満たす方

- ・町内に住所または勤務地があること
- ・原則、公営住宅の名義人および同居者は申し込み不可。ただし、適正な世帯分離や住宅困窮要件に認められる場合を除く
- ・住宅に困窮していること
- ・公営住宅法で定める収入基準（基準月収入≒15万8000円）以下であること。身体障害者・高齢者（60

歳以上）などの裁量階層世帯は、21万4000円以下であること

・保証能力のある連帯保証人がいること  
と  
・令和4年10月末日納期限までの町税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、保育料、放課後児童クラブ利用料、介護保険料、世帯更生資金、くらしの資金、住宅使用料、上下水道料金などを滞納していないこと

・申込者および同居予定の親族が暴力団員でないこと  
・同居予定の親族がいること  
募集する住宅

団地	所在地	建築年	部屋番号	部屋タイプ	概算家賃(月額)
出森B	大字祝園 小字出森	平8	302	2人以上の世帯向け 3LDK	2万2700円～ 4万4100円
塚本	大字南稻 八妻小字 塚本	平16	206	2人以上の世帯向け 3LDK	2万2400円～ 4万4000円

※申し込みは、1世帯につき1戸に限ります。

※家賃は、申込者と同居予定者の収入により決定します。

※選考は書類審査の上、資格要件を満たす申込者を対象に公開抽選を行います。

### 募集案内

申込方法や申込資格の詳細は、窓口で配布している募集案内に記載しています。必ず募集案内を確認の上、申し込んでください。

#### ▼配布期間

11月30日(水)までの平日午前9時～正午・午後1時～5時

#### ▼配布場所

検査住宅課・人権センター  
問 検査住宅課住宅係 95-11909

### 小・中学校講師登録会

京都府山城教育局では、11月18日(金)・19日(土)に講師登録会を開催します。来年度に小・中学校での講師などを希望の方は、事前に電話で申し込みの上、指定の講師登録票または会計年度任用職員申込書を山城教育局まで持参してください。講師登録票などは山城教育局、精華町教育委員会に用意しているほか、局ホームページからもダウンロードできます。開催期間外も、講師登録などは随時受け付けています。

問 京都府山城教育局学務課(京都府京田辺市田辺明田1) 95-6210274

## 有害鳥獣捕獲の実施

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

### 実施期間

11月19日(土)から12月18日(日)

### 捕獲する種類

イノシシ

### 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るので、入山時には注意してください。

問 産業振興課農業振興係 95-1903

## いらなくなった本で支援

### ホンディングを実施

ホンディングとは、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。

### 実施期間

11月25日(金)～12月1日(木)

### 実施場所

社会福祉課窓口前(2階)

### 寄付できる本

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。

問 社会福祉課共生社会係 95-1904

## シルバー人材センター入会

人生100年時代を生きるシニアの皆さんへ。

①「親友」ではなく「新友」をつくるべし

②「ベスト」ではなく「ベター」でいくべし

③「きょうよう」と「きょういく」をもつべし。「今日用事」がある。「今日行く」ところがある

以上の人生後半3カ条を意識して生活してみたいかがでしょうか。

「息子に勧められ入会しました。センターで新友ができ、用事・行くところがありました。一度入会して、自分の力を発揮したら良いと思います。」(会員の声) 入会説明会

日時 12月1日(木) 午前10時～正午

場所 北稻八間井手ノ元27-1

対象者 町内に在住の60歳以上の方(令和5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

## 犯罪被害者支援に協力を

11月25日(金)から12月1日(木)までの1週

間は、犯罪被害者週間です。

いつもと変わらない日常で、ある日突然犯罪に巻き込まれ、犯罪によって自身や大切な人が命を落としたり、けがを負ってしまうということが今も起きています。

犯罪による被害は、犯罪そのものによって被害者が傷つくだけではありません。

被害者、そのご家族・ご遺族は、その後の生活の中で精神的・経済的にもさまざまな困難に直面しています。

犯罪被害者やそのご家族・ご遺族が置かれている状況への理解と温かい支援の手をお願いします。

問 木津警察署 72-01110

## 交通安全版

### 祝園駅・新祝園駅への送迎は、安全に一般車乗降場で

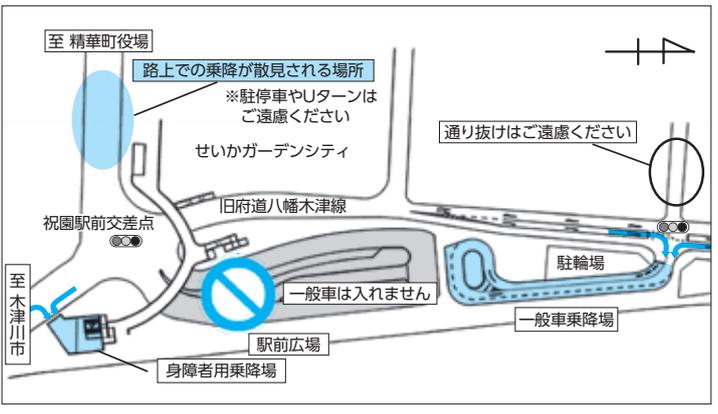
祝園駅・新祝園駅への送迎時に駅前のせいかガーデンシティ付近の路上で停車して乗降させる車両や、乗降後にUターンする車両がしばしば見受けられ、実際にこれらが原因となる交通事故や交通トラブルも多発しています。

「少しの時間だから…」 「他の車もやっているから…」 と思い、路上で無理な乗降やUターンをしていませんか？

比較的交通量の多い朝夕の通勤通学の時間帯に、駅付近の路上での無理な乗降やUターンをすることは、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す。

祝園駅・新祝園駅には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



# 通い放題コース脱毛エステの中途解約にご注意!

男性の脱毛エステの相談は過去最多!

全国の消費生活センターなどには多くの脱毛エステの相談が寄せられています。その中でも「通い放題」「〇年間脱毛し放題」「期間・回数無制限」「永久保証」「△年施術保証」などの長期間の施術を前提とするコースで、中途解約・清算をするときにトラブルが生じたという事例などが目立ちます。相談事例から問題点を考え、トラブルに遭わないためのポイントを見ていきましょう。

## 〈事例〉

- ①永久保証をうたう脱毛を40万円で契約し1回施術後、解約したら10万円請求された。
- ②施術有効期間が3年間といわれ契約したが、中途解約ができる期間は1年だった。
- ③解約になって初めて「18回ほど効果が出る施術だが、返金対象は8回まで」と分かった。

## 〈問題点〉

通い放題と広告・説明された期間と実際の契約内容(有償部分)にギャップがあり、「思った以上に中途解約可能な期間が短かった」というトラブルが多い。

## 〈アドバイス〉

- ①脱毛エステの長期間にわたる契約の場合、中途解約や返金の条件もよく確認し慎重に検討する。
- ②通い放題コースの場合「有償での施術

期間・回数」と「無償での施術期間・回数(アフターサービス)」に分かれているケースが多くあり、全体の施術可能期間だけを見ず、詳細を書面で確認する。中途解約時には施術を受けた回数分の支払いも必要になるので、1回施術を受けるのにいくらかかっているのかという点も認識しておく。

- ③契約前には施術内容や契約条件について理解できるまで説明を受け、分割払いの場合は支払期間・回数などもよく確認する。
- 不安に思ったり、トラブルで困った場合は消費生活センターなどに相談しましょう。

## 消費生活センターに相談を

困ったときは、相乗消費生活センター(木津川市木津上戸15番地・相乗会館1階)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・祝日には、京都府・京都市が共同で設置している「消費生活土日祝日電話相談」で、特定非営利活動法人京都消費生活有資格者の会が受け付けています(☎075-811-9002)。受付時間は午前10時～午後4時です。

問相乗消費生活センター ☎72-9955

## 精華町版ハローワーク

# せいかジョブポイントだより No.3

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

### <せいかジョブポイントの基本的な機能>

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)

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

### <11月開催予定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あなたをお待ちしています! いろいろな施設の話を直接聞くことができます。

日時: 11月18日(金)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)

予約不要。履歴書不要。服装自由。入退場自由。

#### 障害者雇用合同就職面接会

障害のある方の「働きたい」を応援します。

日時: 11月29日(火)午後1時～4時

場所: 精華町交流ホール(町役場2階)

対象: 障害のある求職者(年齢不問)

持ち物: 筆記用具、履歴書(写真添付)、障害者手帳  
をお持ちの方はご持参ください。

#### 面接会 in せいかジョブポイント

求人を提供し、会社説明会と面接を行う場です。

日時: 11月16日(水)午前9時30分～11時30分

場所: 相談室1(町役場2階)

参加企業: スーパーサンフレッシュ柏田駅前モール店

申込先: せいかジョブポイント・ハローワークコーナーへ

イベント・セミナーなど最新の情報は

LINEで確認してください。

友だち登録はこちらから →



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

# こちら総合窓口 ニュースです! vol. 68



## せいか祭りでマイナンバーカードを申請しよう!

せいか祭り会場でマイナンバーカード申請受付窓口を開設します! 当日、マイナンバーカードを申請された方には**セイカちゃんオリジナルグッズをプレゼント**します。申請用顔写真も無料で撮影します。

マイナンバーカード交付申請書をお持ちになった方には、さらに**プレゼント**があります。

お持ちのスマートフォンで申請される場合は、申請サポートもします。ぜひお越しください。

説明だけでも  
聞きに来てね!



マイナンバーカード交付申請書

## 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付・交付・電子証明書の更新を行います。

11月12日(土)・27日(日)、12月10日(土)・25日(日)  
午前9時～11時45分、午後1時～4時45分

※**事前(開庁時間)に予約が必要です。**はがきを用意の上、インターネット、電話またはEメールで連絡してください。

※電子証明書は、有効期限の3カ月前から更新できます。



マイナンバーカードは申請から約1カ月で出来上がります。本人が来庁の上、受け取る必要がありますが、郵送で受け取る方法もあります。

※本人限定受取、または書留の郵便で住所地に送付します。

[持ち物]

- ①通知カード
- ②本人確認書類2点(運転免許証や旅券など1点【注】と、「氏名+生年月日」または「氏名+住所」が記載されたもの1点) 例: 運転免許証と保険証
- ③住民基本台帳カード・マイナンバーカード(お持ちの方)

※申請時には必ず本人がお越しください

【注】詳しくは、予約時に問い合わせてください。

問総合窓口課戸籍住民係 95-1915

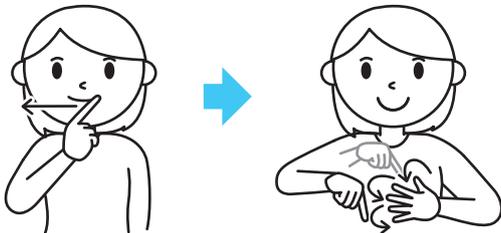
## しょうがい ひと ひと く しゃがい 障害のある人もない人も暮らしやすい社会をめざして



# 手話でコミュニケーション 第78回

### もみじ 紅葉

あか 赤



くちびる あぎて ひと ゆび  
唇を右手人さし指の  
指先で右へ引く  
(口紅の赤さを表現)

こう まえ む しんかん ひろ  
甲を前に向けて指間を広げた  
左手5指に沿って右手人さし  
指で葉形の半円を3つ描く



ホームページでさまざまな  
手話を紹介中

このページでは聴覚障害のある方との意思疎通の方法の一つとして手話を紹介しています。全ての聴覚障害者が手話を使うわけではありませんが、手話をきっかけとして聴覚障害についての理解が広がることを願っています。また、関係団体の皆さんから、聴覚障害がある方の体験や日頃感じていることなど、聴覚障害について多くの方に知ってもらいたいことをさまざまなテーマで発信します。11月は「相楽聴覚言語障害センター」のお話です。

「もしかしてきこえないのかな?」  
という方を見かけたら

皆さんはきこえない方に出会ったことはありますか?  
例えば病院や銀行で繰り返し呼ばれているのに返事がない場合、ひよっとしたらきこえない方かもしれません。最近では呼び出し番号がディスプレイに出たり、バイブで知らせてくれる機械もあり便利になりました。では電車が突然止まった場合はどうしますか? アナウンスを聞きますね。きこえないと感じている方はきこえなかったり不明瞭なために状況が分からず不安な時間を過ごしています。ご自身が落ちついてからでよいので周りを見渡してみてください。困った顔でキョロキョロしている方を見かけたら、声をかけてみてください。



問社会福祉課障害福祉係 95-1904

# きょういくの窓

## 精華西中学校

平成9年に精華町立精華南中学校より分離開校し、今年で26年目を迎えます。校区は東畑・光台・精華台地区で開校当初は153名の小規模校でスタートを切りました。現在、生徒数は16クラス486名となっています。けいはんな学研都市にふさわしい「文武両道」の教育を学校の特色としています。

### (1)教育目標

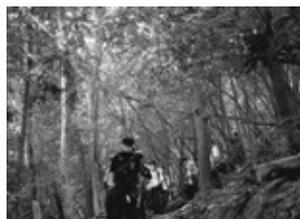
『知性を磨き 豊かな心を持つ たくましい生徒の育成』

### (2)重点目標

- ① 基礎・基本の定着、活用する力の育成、学習意欲の向上など、質の高い学力をはぐくむ。
- ② 人を思いやり、尊重する心をはぐくむ。
- ③ ルールやマナー、社会常識等、規範意識やコミュニケーション能力を高めるなどの社会性をはぐくむ。

### (3)主な行事

#### 《1年 自然体験学習》



今年度は野外活動を中心にクラスの団結を深める取り組みとなりました。展望台までの道のりをクラスで声掛けしながら登り切り、集合写真を撮影。その後、アスレチック

やクラスレクリエーションを楽しみました。

#### 《2年 職場体験》

キャリア教育の一貫として、3年ぶりに実施しました。学校近隣の事業所で3日間の職場体験学習を行いました。多くの事業所や地域の方々にお世話になりました。



#### 《3年 修学旅行》

今年度は九州方面で、平和学習や文化・歴史体験、長崎市市内での班別研修を行いました。いろいろな場所で貴重な体験ができました。



#### 《合唱コンクール》

3年ぶりの実施となりました。1つの学年が体育館に集合し、他学年はオンラインで視聴するというハイブリッド形式での取り組みとなりましたが、素晴らしい合唱を披露してくれました。



#### 《体育大会》

縦割り5色のブロックに分かれ、3年生リーダーを中心に前日までの競技の練習、上級生から下級生へのアドバイスなど、すてきな姿が見られました。当日は各種目で、全校生徒が一致団結して一生懸命に取り組む姿が印象的でした。

#### 《福祉体験学習》

3年生は講師を招校し、車いすアメリカンフットボールの体験を行いました。この体験を通して、障害についての理解を深めました。



#### (4)部活動

- ◆体育系 … 野球、サッカー、陸上競技、ソフトテニス、バレーボール(女子)、バスケットボール、バドミントン、剣道、卓球
- ◆文化系 … 吹奏楽、美術・家庭科、国際交流、将棋・かるた、科学技術

#### (5)地域学校協働本部事業

精華西中学校校区では、学校・家庭・地域が一体となって地域ぐるみで子どもを育てることを目的として地域学校協働本部事業「地域連携プロジェクト」を行っています。環境整備ボランティアの方々には毎週水曜日に草刈りや花植えなどの活動をしていただいています。例年は図書ボランティアの方々には読み聞かせや生徒向け図書案内の発行なども行っていただいています。

#### (6)学校運営協議会

昨年度より学校運営協議会を立ち上げ、「地域と協働、そして、地域に貢献」を合い言葉に、地域学校協働本部と連携・協働しながら、地域・学校協働活動に取り組んでいます。

## 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申し込んでください。

### ◆電話相談(電話番号は本誌38ページ)

- ▶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

## 出前おはなし会“おはなしポケット”

お買い物ついでに親子でお話やふれあい遊びを楽しみましょう！

- ▶日時 毎月第2火曜日 午後3時～3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その保護者
- ▶申込期間 実施日前週の月曜日～金曜日(先着順)

## 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、集まれ！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 (月齢2カ月～7カ月の赤ちゃん)  
毎月第1水曜日(変更の場合あり)
- ◆赤ちゃんサロンB (月齢8カ月～12カ月の赤ちゃん)  
毎月第3水曜日(変更の場合あり)
- ▶場所 保健センター
- ▶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 実施日前週の月曜日～水曜日午後4時まで

### ▶申込方法

各事業の申し込みについてはホームページまたは右の二次元コードから。



## 歯っぴー講座 ～子どもの歯のケアについて～

歯が生え始めた頃の歯磨きや、子どもの歯についてすくすくプレールーム“よちよちひろば”の中で歯科衛生士さんと一緒にお話ししましょう。

- ▶日時 12月5日(月) 午前10時30分～11時30分  
(申込人数により2部制になることがあります)
- ▶場所 子育て支援センター
- ▶対象者 町内在住の0歳～1歳半の未就園の子どもとその保護者
- ▶定員 10組程度  
(定員を超えた場合は抽選)
- ▶申込期間 11月28日(月)～30日(水)



## パパ・ママ講座(ふれあい・運動遊び編)

パパもママも、すくすくプレールーム“とっとこひろば”で体を動かして楽しみましょう！

- ▶日時 12月6日(火) 午前10時15分～11時15分
- ▶場所 こまだ保育所 1階ホール
- ▶講師 深見 智洋氏(幼児体育指導員)
- ▶対象者 町内在住で未就園の満1歳6カ月以上(12月1日時点)の子どもとその保護者
- ▶定員 親子10組程度(定員を超えた場合は抽選)
- ▶申込期間 11月28日(月)～30日(水)

## 子育て応援講座「子育て講座」

絵本やおもちゃを通して、子どもへのかかわり方や子育てのコツを学びませんか？

- ▶日時 12月12日(月) 午前10時～11時30分  
(受付：午前9時40分～)
- ▶場所 精華町交流ホール(町役場2階)
- ▶講師 岩城 敏之氏(キッズいわき・ぱふ代表)
- ▶内容 「笑って学ぶ子育てのコツ～絵本とおもちゃを通して～」
- ▶対象者 町内在住で未就学の子どもの持つ保護者
- ▶定員 先着20人程度(託児は先着10人)  
※託児の対象は2カ月以上の未就園児です。
- ▶申込期間 11月7日(月)～21日(月)

## お誕生日のつどい

同じ誕生日の子どもたちが集まり、お祝いします。

- ▶日時 毎月第3金曜日 午前10時～11時30分
- ▶場所 子育て支援センター
- ▶料金 120円
- ▶申込期間 毎月初めの平日～前週金曜日



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

月	火	水	木	金	土
7日	8日	9日	10日	11日	12日
すくすくプレールーム よちよちひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム とっこひろば (午前10時～正午) 【支援センター】		発達応援プレールーム “あいあいひろば” (午前10時～11時30分) 【保健センター】	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】	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～11時30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 (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】		
14日	15日	16日	17日	18日	19日
すくすくプレールーム よちよちひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム とっこひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	赤ちゃんサロン(B) (午前10時～11時30分) 【保健センター】	すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】	お誕生日のつどい (午前10時～11時30分) 【支援センター】	
すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】					
21日	22日	23日	24日	25日	26日
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 & 絵本のひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	勤労感謝の日 	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) 【保健センター】	赤ちゃんパパ (午前10時～11時30分) 【保健センター】
すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】			子育てふれあい教室 くわらべうた (午前10時15分～11時15分) 【照光寺】		
28日	29日	30日	12月1日	2日	3日
すくすくプレールーム よちよちひろば (午前10時～正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム とっこひろば (午前10時～正午) 【支援センター】		すくすくプレールーム にっこりひろば (午前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) 【保健センター】	
すくすくプレールーム にっこりひろば (午後1時30分～3時30分) 【支援センター】	子育てふれあい教室 (親子でやる気スイッチ) (午前10時～11時) 【交流ホール】				

※  は申し込み終了しました。

※感染症拡大防止のため、全ての事業を予約制とします。感染症拡大状況により、中止・延期する場合があります。

※午前9時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、町内在住の方とします。

#### 〈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：おおむね0歳以上2歳未満のお子さん  
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

#### 〈会場の所在地〉

- ・むくのきセンター：下狛神ノ木8
- ・せいかガーデンシティ店：祝園西一丁目9-46
- ・保健センター：北稲八間井手ノ元27-1
- ・鳥谷公園：光台七丁目42
- ・いけたに保育所：桜が丘三丁目2-2
- ・照光寺：祝園神木段32-1
- ・交流ホール：南稲八妻北尻70

☎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

♥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♥

## 「カフェテラス ラ・メイリー」

このお店では、お野菜たっぷりランチを提供しています。

住 所：桜が丘一丁目23-4

T E L：72-4505

営業時間：午前10時～

定 休 日：水曜日(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お問い合わせください。

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

毎月19日は食育の日

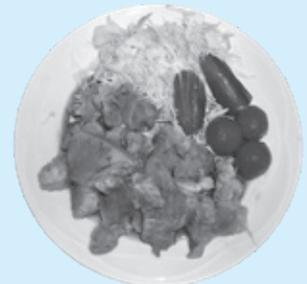
# あすなろ お喜楽

…クッキング…

## COOKING



### ローストポーク



今回は、精華町食生活改善推進員協議会「あすなろ会 青空班」が紹介する「ローストポーク」です。

#### ▶材料(2人分)

豚肩ロースブロック300g<sup>ア</sup>、おろししょうが小さじ1/2、塩こしょう少々  
A：醤油大さじ1/2、みりん小さじ1、砂糖小さじ1

#### ▶作り方

- (1) 豚肩ロースブロックの表面をフォークで刺し、肉の繊維を断ち切る。
- (2) 耐熱ポリ袋に豚肉、おろししょうが、塩こしょうを入れ、豚肉にすりこむ。
- (3) ポリ袋にAを入れ、空気を抜いてしっかり口を縛る。
- (4) 鍋にたっぷり水を入れ底に耐熱皿を入れて沸かし、その上に(3)のポリ袋を入れ、ポコポコと泡が出る状態を保ちながら、30分湯煎する。
- (5) 火を消し、鍋の中でそのまま15分ほど予熱でじっくり火を通す。

#### ▶1人分の栄養価

エネルギー 372<sup>キ</sup>・たんぱく質26.0<sup>ア</sup>・脂質28.8<sup>ア</sup>・カルシウム58<sup>キ</sup>・食物繊維0<sup>ア</sup>・塩分0.9<sup>ア</sup>

## 食育ミニ情報 No.29

### 一匹?一杯?カニの数え方

11月はカニの解禁日。カニの数え方にはいろいろありますが、「生きているときは『匹』、商品となって市場に出ると『杯』」で数えられます。



健康がカラ毎日楽しい!

# せいかい365

さん 3く ご

365  
プロジェクト  
112



## 11月30日は「人生会議の日」です。

自分の言葉で伝えることが難しい状況になることは、誰にでも起こる可能性があります。その際、家族などが治療や処置を判断することになります。

あなたの希望することや気持ちを整理し、元気なうちに自分の思いに沿った医療やケアを伝えることは、大切な人の手助けになるかもしれません。



**人生会議(ACP = アドバンス・ケア・プランニング)**とは、自分らしく最期を迎えるために「受けたい治療や介護をどこまで行うのか・何を優先するか」について整理し、家族や信頼する人などと話し合うことをいいます。

## 人生会議の流れ

①医療やケアをどのように希望するか考え、家族と話し合う

自分の思いや、身体の状態に合わせて①～③を繰り返します

③話した内容を書きまとめる



②医療・介護の専門家と相談し、アドバイスを受ける

人の気持ちは日々変化していくものです。一度話し合ったとしても、その都度内容を見返し、訂正していきましょう。

### ゼロからはじめる人生会議



人生会議の詳細については  
こちら

### 山城南つながるねっと



相楽郡内の医療・介護などについてはこちら

知りたくない・考えたくないという方には、十分な配慮が必要です。また、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。

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(水)～12月15日(木)】

■新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事業中止となる場合があります。町ホームページで確認してください。

種別	問い合わせ先及び事業名	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とつとつひろば		
	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		
乳幼児 健診 教室	②3～4カ月児健診	対象者には個別通知	
	②9～10カ月児健診		
	②1歳6カ月児健診		
	②2歳4カ月児健診		
	②3歳6カ月児健診		
セイカ 歩数計 アプリ	②セイカ歩数計	各自、取り組むことができます。	2P/6000歩 最大60P/月
365 ポイント シート ※	②役場庁舎 2階健康推進課受付	11月24日(木) 午後2時～4時	30P
	③大人の健康教室グットネス 受付(アピタタウンけいはんな西館1階)	11月19日・26日・ 12月3日・10日(土) 午前10時～午後4時	
運動 体操	②いちご体操(役場庁舎 2階図書館前)	11月16日(水) 午前8時10分～	20P
	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	10P
	⑤かしのき苑来館ポイント	休館日を除く全日	
健康 ウォー キング スタンプ ラリー	②せいか365スタンプラリー ※けいはんなプラザ・ピノスけいはんな・けいはんな記念公園水景園入口で台紙を配布します。	11月20日(日) 午前10時～午後3時 ※台紙配布は 午後2時30分まで	30P ※ポイント付与はけいはんなプラザのみです。

3カ所のスタンプを全て押された方にはステキなプレゼントがあります。

※健康ポイント事業の概要については、令和4年度家族の健康カレンダーを参照してください。

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

# 町を守る！



## 消防団の管轄区域は？

精華町消防団は団本部、女性部、各地区13部で構成されています。

### 消防団管轄地域

#### 【団本部・女性部】

町全域

#### 【第1分団】

第1部 菱田、滝ノ鼻、中久保田

第2部 舟、里

第3部 北稻

第4部 僧坊、谷、旭

#### 【第2分団】

第1部 西北、東、中

第2部 南、祝園西一丁目

第3部 南稻、精華台四・五・九丁目

第4部 植田、精華台一・二・三・

六・七・八丁目

第5部 菅井、馬淵、北ノ堂

#### 【第3分団】

第1部 山田、桜が丘一・二丁目

第2部 乾谷、桜が丘三・四丁目、

光台一・四・五・七丁目

第3部 柘榴、光台六・八丁目

第4部 東畑、光台一・三・九丁目

条例定数281名

## 消防団員を募集しています！

今後30年以内に高確率で発生すると言われていた南海トラフ大地震や地球温暖化による豪雨災害などに備え、地域の防災力を強化する必要があります。

私たちのまち、精華町を守るために1人でも多くの方の力が必要です！入団希望の方や、興味のある方は下記の連絡先までご連絡ください。



消防団事務局 ☎94-4473 (精華町消防本部総務課庶務係)

# 地域の「絆」で

近年、豪雨や地震などの自然災害のリスクが増大しています。京都府でも平成24年と平成26年の京都府南部豪雨、平成30年の7月豪雨など大きな災害に見舞われています。そんな中、被害軽減には「事前の備え」と「地域の備え」が必要不可欠になっています。特に「地域の備え」では災害直後の消火や救助などに地域が一体となって取り組むことが求められ、避難所での避難生活では地域みんなで支え合うことが重要です。消防団は地域防災のリーダーとして活動し、地域防災力の強化に取り組んでいます。

## 消防団について

消防団は、消防組織法に基づき全国の各市町村に設置されている組織です。

その構成員である消防団員は、他に仕事を持ちながら、非常勤特別職の地方公務員として「自らの地域は自らで守る」という精神に基づき、消防活動を行っています。



## 消防団活動について

### 平常時の活動

#### 消火訓練

火災現場での活動を想定した放水訓練を行います。

#### 救急救命講習

応急手当や AED の使い方などの講習会を行います。

#### 特別警戒

冬季などの火災多発時期に各地域を巡回し、火災を警戒します。



放水訓練

### 災害時の活動

#### 消火活動

火災発生時には、消火活動を行います。

#### 捜索・救助活動

行方不明者の捜索や救助活動を行います。

#### 水防活動

豪雨や台風などの風水害時に浸水防止活動を行います。



土のうづくり





# 広報 しょうぼう

「11月9日は119番の日」

Vol.349

## 音声での緊急通報が不安な方 『NET119緊急通報システム』

### ★NET119緊急通報システム

『NET119緊急通報システム』は、聴覚や発話の障害により、音声での緊急通報が不安な方が携帯電話・スマートフォンを使って、素早く119番通報ができるサービスです。

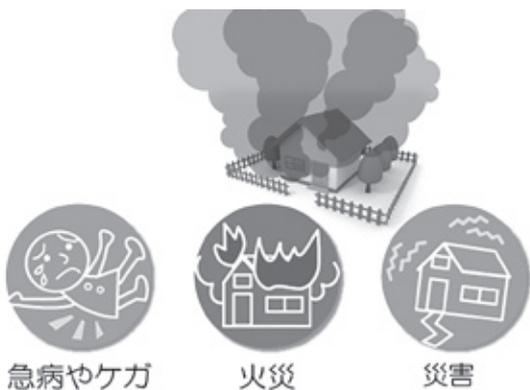
### ★利用の安心ポイント

①全国どこからでも利用可能！  
スマートフォンなどのGPS機能を利用して、全国どこからでも、チャット形式で119番通報することができます。



### ②チャット機能でやりとり可能！

通報は、チャット機能を使って現在の状況を「はい」「いいえ」などのボタンで簡単に回答ができます。



### ▼対象者

聴きとりや音声での通報が困難な方(町内に在住・在勤・在学の方)  
※障害者手帳の交付を受けている必要はありません。

### ▼利用方法

#### ●事前に登録が必要です。

申請書\*を消防本部指令課窓口に出すまたは郵送してください。審査・確認作業に1週間程度かかることがあります。

※消防本部指令課に置いてあるほか、ホームページからもダウンロードできます。

#### ●アプリのダウンロードが必要です。

●スマートフォンなどには次の機能が必要です。

- ・インターネット接続機能
- ・電子メール機能
- ・GPS測位機能

登録を希望される方、質問のある方は次のところへ問い合わせてください。



ホームページ

問 消防本部指令課 〒619-1024 4  
精華町北稲八間寄田長31・☎94-4197



## 住宅用火災警報器を設置しよう！

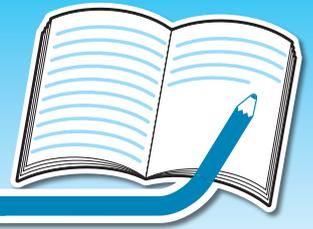
消防法などにより、すべての住宅に『住宅用火災警報器』の設置が義務付けられています。また、設置から10年を経過していると電池切れや故障の可能性があります。いざというときのために 10年を目安に交換・点検を行ってください。

問 消防本部予防課 ☎94-4397



11/9～11/15

# せいか写真日記



9月18日 日曜日 ☀️

## 3年ぶりの熱き戦い

「U-Spirit ウエパー杯2022 けいはんなサイクルレース」が9月18日(日)、精華大通り一帯で行われました。

(一社)京都車連や(株)けいはんな、精華町などで構成する実行委員会が開催しているもので、コロナ禍による開催中止を経て3年ぶり22回目の開催を迎えました。

日本各地の小学生から大人まで400人を超える参加があり、けいはんなプラザを発着点とする1周2.36<sup>キロ</sup>のコースを颯爽と駆け抜けました。

沿道にも約1500人の観客が詰めかけ、大会は大いに盛り上がりました。



9月23日 祝・金曜日 ☁️

## 秋の音色に酔いしれて

けいはんなフィルハーモニー管弦楽団のメンバーによる交流ホールコンサート「音楽のおもちゃ箱19」が、9月23日(祝・金)に開催されました。

弦楽器や管楽器の5グループが出演され、澄んだ美しい音色と息の合ったすばらしい演奏に魅了されました。

来場者からは「それぞれの楽器の音色を味わえる選曲が素敵でした」「心に栄養と安らぎをありがとう」との感想がありました。



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)

株式会社 協和電工  
**NEC**  
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・キッチンなどの詰まりで  
お困りのときは (見積無料)  
株式会社 クリーンサービス山城  
精華町祝園政長 10-1  
電話 0774-94-3241

石碑・彫刻・建築石材  
有限会社 宮本石材店  
精華町祝園西1丁目23-7  
(J R 祝園駅北へ100m)  
☎代 94-2122  
(FAX) 94-4639  
(工場) 93-1064

夢を叶えよう

## Dream Catcher

第5回

## American Thanksgiving

The fall season is the time of the year in which many holidays take place within the United States, one of which is Thanksgiving. In school, Americans are taught that the first Thanksgiving was celebrated in 1621, when the pilgrims first came to North America from England on a ship called the Mayflower. At this time, the pilgrims held a feast celebrating harvest and blessings of the year with the Native Americans. While the significance of the holiday has changed slightly over time, it remains an important time of the year in which families spend time together.

One of the ways in which holidays, including Thanksgiving, have changed over time is in regards to commercialization. While Thanksgiving is a holiday dedicated to showing appreciation to others, this time of the year is widely known for the huge sales that take place on Black Friday, the day after Thanksgiving. The term "black" is now associated with profits for businesses, but this has not always been the case. This term has been historically associated with economic crashes and misfortune which led to the use of "Black Friday" in the 1950s. Due to the fact that Thanksgiving is always celebrated on Thursday, many factory workers started calling in sick the day after Thanksgiving to extend the holiday weekend. It is now commonplace for schools and offices to be closed on both Thanksgiving and Black Friday.

Besides being the biggest shopping season of the year, Thanksgiving is also a time in which many volunteer organizations put together events to help others in need. Thanksgiving is my favorite holiday because I love being able to spend time with family and give back to others in my local community. A few years ago, I volunteered with my mom and aunt and delivered Thanksgiving meals to a few families. It was a very rewarding and memorable experience to be able to make a difference in the lives of others in this way.

## アメリカの感謝祭

アメリカで秋といえば、祝日が多い時期です。感謝祭もその一つです。アメリカの学生は、イギリスからメイフラワー号という船で渡米してきた、ピルグリムと呼ばれる人たちが1621年に最初の感謝祭を祝ったと学びます。ピルグリムは先住民と一緒にその年の作物の収穫や恩恵を祝ったそうです。感謝祭の意味は時間とともに少しずつ変わってきていますが、家族と一緒に時間を過ごす大切さは変わりません。

感謝祭を含め、祝日の祝い方は商業化により変わってきました。感謝祭は他人に感謝を示すことを中心に祝われていますが、ご存じの通り、感謝祭の翌日のブラックフライデーに大規模な買い物が行われます。「ブラック」という言葉は会社の利益を表している言葉ですが、当てはまらない場合もあります。昔から「ブラック」という言葉は経済崩壊と不幸に近い意味を持っている言葉だと思われていました。しかし、「ブラックフライデー」という言葉は1950年代に使われ始め、感謝祭はいつも木曜日に祝っているの、工場働いている多くの方は感謝祭の翌日に工場に電話をして風邪を引いたなどの言い訳をして、4連休にしていました。この出来事により今では、学校と会社は感謝祭の日とブラックフライデー、どちらも休むことが基本となっています。

感謝祭はクリスマスのための買い物をする時期だけではなく、困っている人を手伝えるボランティア団体が活躍する時期です。感謝祭の日、普段会えない家族とゆっくり過ごすことができ、近隣の助けを必要とする人たちを手伝える行事が多いので、一番好きな祝日です。何年か前に、母とおばと一緒に感謝祭の晩ご飯を近くに住んでいる数家族に配りました。こうやって普段きちんと晩ご飯を食べられない方の力になれたことは心に残る体験になりました。

## トロンブリー・ケイトリン(愛称: ケイティ)

米国ミシガン州ニューヘブーン出身。  
1999年1月30日生まれ23歳。町役場では、多文化共生や国際理解など、まちの国際化の仕事を担当。



## Let's Listen !



左の二次元コードから英語の音声を聞くことができます。



# 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。



新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・延期・規模縮小する場合は町ホームページでお知らせします。

## 健康・福祉・子育て

### 就職相談会(しょうがいのある方の相談会)

日時 11月16日(水)、12月21日(水)午前10時～午後3時

場所 しょうがい者就業・生活支援センター「あん」(木津川市木津駅前1丁目10番地)

内容 しょうがいのある方が、ハローワークへの同行、就職に関する手続き・相談、福祉サービス事業所の紹介などを受けられます。

※前記時間以外でも相談可  
問 しょうがい者就業・生活支援センター「あん」/TEL71-0705  
1・TEL71-0705

### 精華町精神障害者グループワーク

日時 ①11月17日(木)②25日(金)③12月5日(月)④15日(水)⑤26日(金)⑥令和5年1月4日(水)⑦27日(金)⑧30日(月)午後1時30分

※①④音楽クラブ、②⑦交流サロン、③⑥書道、⑤ドッグサロン、⑧体操クラブ

場所 ここらく(祝園西一丁目8-1ほつその共生ビル1階)

内容 こころくに不調や不安を抱える方や家族と、グループワークを通して、ひとりではない安心できる時間の共有を目指します。また、生活上の悩みや相談などにも応じます。

問 ここらく(NPO法人プッツ) /TEL95-7902

### 健康講演会

#### デジタル時代の子育て

日時 11月17日(木)午後1時30分～2時30分

場所 精華町交流ホール(町役場2階)

定員 30人

内容 6歳ごろまでの子どもがテレビ・スマホ・タブレット・ゲーム機などを利用する上での注意点についてお話しします。

講師 桑原 勲先生(くわはらこうごもクリニック)

申込期限 11月11日(金)

問 歯と口から考えるからだの健康〜オーラルフレイル〜

日時 11月24日(木)午後1時30分～3時

場所 501・502会議室(町役場5階)

定員 25人

内容 人生100年時代に役立つ、「お口」からの健康についてお話しします。歯科衛生士のミニ講座もあります。

講師 内田 裕也先生(うちだ歯科クリニック)

申込期限 11月21日(月)

問 フレイル〜あなたのその姿勢〜

日時 12月2日(金)午後1時30分～2時30分

場所 精華町交流ホール(町役場2階)

定員 30人

内容 加齢とともに筋力低下、可動域制限、骨粗しょう症が起り、姿勢が悪くなります。その原因と対処法についてお話しします。

講師 山本 浩一先生(山本整形外科)

申込期限 11月25日(金)

問 糖尿病を正しく理解しよう〜偏見のない社会を目指して〜

日時 令和5年1月13日(金)午後1時30分～2時30分

時30分～2時30分

場所 精華町交流ホール(町役場2階)

定員 30人

内容 糖尿病の人もそうでない人も安心して暮らせるように糖尿病の正しい情報を分かりやすくお話しします。

講師 藤木 健吾先生(藤木医院)

申込期限 令和5年1月6日(金)

問 健康推進課成人保健係/TEL95-1905・KENKOU@town.seikagijp

共通 申込方法 電話で次のところへ。 ※耳の不自由な方で要約筆記などが必要な方は3週間前までにEメールで申し込んでください。

### かえの相談会

日時 11月18日(金)、12月16日(金)①午前10時～②午前11時～③午後1時～④午後2時

場所 相楽聴覚言語障害センター(相楽会館内)

対象者 木津川市・相楽郡内に在住で聴覚に不自由を感じている方とその家族

内容 聴こえに関する相談・聴力測定(聴力測定は1時間程度)

申込方法 希望日の1週間前までに「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。

※申し込み数によっては、日時の変更をお願いする場合があります。

す。

問 相楽聴覚言語障害センター/TEL75-2030・TEL72-6862

### 子育て支援講演会(人権講座)「沈黙のヤングケアラー」

日時 11月25日(金)午後3時～4時30分

場所 精華町交流ホール(町役場2階)

講師 黒光 さおり氏(社会福祉士・公認心理師)

※託児あり(10人程度、事前申し込みが必要)

問 子育て支援課子育て支援係/TEL95-1917

### 献血

日時 11月30日(水)午前10時～正午

午後1時～4時

場所 精華町交流ホール(役場2階)

持ち物 献血カード(お持ちの方)、本人自身を証明できるもの(運転免許証、健康保険証など) ※輸血による副作用を少なくするため、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。

問 健康推進課健康医療企画係/TEL95-11905

- 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

## けいはんな赤ちゃん学講座 2022

人のはじまりのサイエンス  
「眠り」の役割

**日時** 12月3日(土)午後1時30分～3時30分(受付午後1時～)  
**場所** けいはんなプラザ ナイル(3階、オンライン(ZOOM))  
**定員** 40人(会場参加・定員を超えた場合は抽選)  
**内容** 脳細胞の働きを元気に保つ「眠り」の役割を正しく理解し、赤ちゃんのよい眠りについて考えましょう。

**講師** 渡部 基信氏(学研都市病院小児科部長、同志社大学赤ちゃん学研究センター副センター長、日本眠育推進協議会理事)  
**申込方法** 11月30日(水)までに、次の二次元コードから。



※授乳、おむつ替えのスペースがあります。  
**問い合わせ** はんな学研都市活性化促進協議会／☎95-5034



## 出張がん個別相談会

**日時** 12月6日(火)午後1時30分～3時30分  
**場所** 山城南保健所

**内容** 保健師や看護師が、がんに関わるさまざまな相談を受けます。

**申込方法** 前日午後4時までの平日午前9時～正午・午後1時～4時に電話で次のところへ。  
 ※次のところでも、平日午前9時～正午・午後1時～4時に相談できます(電話も可)。

**岡京都市がん総合相談支援センター**／☎0120-0781394

## 認知症予防のための地域回想法体験会

**地域回想法体験会**～Zoomオンライン編～

**日時** 12月8日(木)①午前10時～10時40分②午前11時～11時40分  
**場所** オンライン(ZOOM)

**対象** オンライン機器が用意でき、自身で、または家族の協力を得てZoomの操作ができる方  
**定員** 先着各5人  
**内容** Zoomで、地域回想法つなぎ隊と一緒に懐かしい話を楽しみましょう。

**申込方法** 前日までに「氏名・電話番号・Eメールアドレス」を電話またはファクスで次のところへ。

**岡高齢福祉課包括ケア推進係**／☎

95-1932・☎95-13974

## 第3回精華女性講座

「水景園を歩こう」

**日時** 12月9日(金)午前9時集合(けいはんな記念公園水景園前、正午解散)

**場所** けいはんな記念公園  
**定員** 先着25人  
**持ち物** 飲み物、動きやすい服装  
**料金** 200円(当日徴収・保険代など)  
 ※別途入園料(200円)が必要です。

※お釣りのないようになさ  
**申込方法** 11月14日(月)～30日(水)の平日午前8時30分～正午・午後1時～5時15分に電話で次のところへ。

**岡生涯学習課社会教育係**／☎95-1907

## こころ・城陽

**日時** 12月10日(土)午前10時～正午  
**場所** 京都市聴覚言語障害センター

**対象者** 0歳～就学前の間こえづらさのある子どもとその家族、子どもの間こえに不安を感じている家族

**内容** 子どもの耳が聞こえづらいと不安に思っているパパやママ、「にじっこ・城陽」で交流しませんか。手話と音声を使った手遊び歌、絵本の読み聞かせ、工作などを行

います。

**申込方法** 開催前日までに「にじっこ・城陽申込」・氏名・連絡先」を電話、ファクスまたはEメールで次のところへ。

**岡京都府聴覚言語障害センター**／☎30-90000・☎55-1770  
 8・☎nanbunanchoyoji@kyoto-chohen.or.jp

## Nobody's Perfect Program

「子育て中のお母さんへ」

**日時** 令和5年1月20日～3月10日の毎週金曜日(全8回)午前9時20分～11時20分(予備日3月17日(金))

**場所** 町立図書館集会室(1階)  
**対象者** 町内在住の1～5歳児の母親で、原則として全日程に参加できる方  
**定員** 10人程度(定員を超えた場合は抽選)

**内容** 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、グループで話し合いながら「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。

**申込方法** 12月16日(金)午後5時までに(必着)に、申込書を郵送またはファクスで次のところへ。  
 ※申込書は、子育て支援課・町内各保育所・子育て支援センターにあるほか町ホームページから

## 広告

もぐワウンドロードできます。  
 ※後日、参加の可否について通知します。参加決定者は事前にファシリテーターとの個別の事前説明・面談があります(令和5年1月7日(土)に15分程度)。

高齢者の皆さんに“明るく楽しい”一日を提供します  
 ご見学・一日体験、大歓迎です！  
**精華町デイサービスセンター神の園**  
 ☎93-0846  
 京都府指定通所介護事業者  
 No2671400071

**祝園鍼灸院**  
 (祝園漢方薬店併設)  
 施術者 菊池 暁子  
 施術時間 (休日:日曜、祝日)  

	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	○	○	×	○	○	○
16:00～19:00	○	○	○	○	○	×

 電話 0774-93-3108  
 精華町祝園一丁目5-48

# せいかく65プロジェクト

## いきいき健康ウォーク

星のブランコ・紅葉と空中散歩  
を楽しむ

**日時** 11月28日(月)午前9時集合  
(JR祝園駅改札前)、午後3時こ  
る解散(JR河内磐船駅)

※午前7時のNHKニュース画面  
左上に表示される天気予報で  
「大阪府」の午前中の降水確率が  
60%以上の場合中止。

**対象者** 町内在住・在勤の方  
※集団でのウォーキングが難しい  
と判断した場合、参加をお断り  
する場合があります。

**コース** JR祝園駅→JR河内磐  
船駅→京阪河内森駅→京阪私市駅  
↓府民の森・ほしだ園地(交野吊  
り橋・星のブランコなど園内散  
策)→京阪私市駅またはJR河内  
磐船駅(約8キロ・約1万200  
0歩)

**持ち物** 飲み物、マスク、帽子、  
動きやすい服装  
※歩数計の貸し出しはありません。

**料金** 2000円(保険代含む)、別  
途交通費

**問** 健康推進課保健予防係/画95-  
19005

## 軽やか同窓会

### ストレッチ

**日時** 12月7日(水)午前10時30分  
11時30分

**場所** かしのき苑 和室交流広間  
(東・中・西1階)

**定員** 先着20人

**内容** 筋肉の緊張を和らげて、体  
の柔軟性を高めます。

**講師** 南史生氏

**持ち物** 飲みもの、ヨガマット(ハ  
スタオル可)

**料金** 3000円(保険代含む)

### ピラティス

**日時** 11月8日(火)・22日(火)午後0  
時30分～1時30分

**場所** むくのきセンター 多目的  
ホール①(4階)

**定員** 先着30人

**内容** 自身の体を見つめ、骨格を  
意識して、心身を整えます。

**講師** 河合素子氏

**持ち物** 飲みもの、ヨガマット(ハ  
スタオル可)

**料金** 3000円(保険代含む)

**からだ軽やかヨガ**

**日時** 11月18日(金)午前10時30分  
11時30分

**場所** かしのき苑 和室交流広間  
(東・中・西1階)

**定員** 先着20人

**内容** 深い呼吸で体の緊張を緩  
め、心の状態をリラクセスさせ、  
治癒力を高めていきます。

**講師** 河合素子氏

**持ち物** 飲みもの、ヨガマット(ハ  
スタオル可)

**料金** 3000円(保険代含む)

### 親子ピラティス

**日時** 11月28日(月)午前10時～11時

**場所** 保健センター1階

**定員** 先着10組

**内容** 親子でふれあひながらスト  
レッチやリズム運動を行います。

※お菓子やおもちゃはレッスン中  
は使用しないでください。

**講師** 河合素子氏

**持ち物** 飲みもの

**料金** 5000円/組(保険代含む)

※各受け付けは開始時間の30分前  
から

※警報発令時は中止

**対象者** 町内在住・在勤の方

**申込方法** 前日までに「氏名・電  
話番号」を電話またはEメールで  
次のところへ。

**問** 軽やか同窓会/画0900770  
97-11037・minami  
230@kn.jp (連絡先:南)



## マタニティフェア

**日時** 12月18日(日)午前9時40分～  
正午(受付午前9時15分～9時30  
分)

**場所** 精華町交流ホール(役場2  
階)

**対象者** 町内在住の妊婦さんとそ  
の家族

**定員** 15組程度

**内容** プレママ・プレパパが安心  
して出産・育児を迎えられるよう  
に沐浴体験などを行います。

**持ち物** 母子健康手帳、バスタオ  
ル、飲み物

**申込方法** 開催日の2週間前まで  
に直接または電話で次のところ  
へ。

**問** 母子健康包括支援センター(健  
康推進課内)/画95-19331・  
95-19005



## 暮らし

### 税に関する小学生の絵画展

**日程** 11月11日(金)～17日(休)

**場所** 町立図書館前交流スペース  
(役場2階)

**内容** 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」は国税庁ホ  
ムページをご覧ください。

6

### 公開スマホ教室

いまさら聞けないスマートフォン  
の使い方 初級編

**日時** 11月28日(月)午後2時～3時  
30分

**場所** アピタタウンけいはんな  
西館1階エスカレーター前催事ス  
ペース

**定員** 6人(定員を超えた場合は  
抽選)

**内容** スマートフォンの使い方  
がよく分からないなど、初心者  
を対象とした基本的な操作方法  
などの基礎講座です。

**講師** (株)KCN京都スタッフ

**持ち物** スマートフォン、筆記用  
具など

**申込方法** 11月21日(月)までに直接  
または電話で次のところへ。

**問** KCN京都ステーション(アピ  
タタウンけいはんな西館1階)  
/画0120-1114-1368



## パソコンで作ろう年賀状講座

**日時** 12月3日(土)午後1時30分～3時30分  
**場所** 201会議室(町役場2階)  
**定員** 16人(定員を超えた場合は抽選)  
**内容** 年賀状ソフトを使った年賀状文面の作成。  
 ※宛名面の作成はしません。  
 ※画像データの持ち込み利用も可能です。



情報政策室情報政策係／画95-19224



## 文化

けいはんなサイエンスフェスティバル2022  
 中高生によるポスターセッション

**日程** 11月12日(出)

**場所** 奈良県立奈良高等学校、オンライン  
**内容** 科学に興味・関心を持つ学研都市周辺の中高生が、日頃の研究成果を発表します。  
**主催** 奈良県立奈良高等学校  
 ※詳しくは学校ホームページへ。



企画調整課企画係／画95-19000

**第32回ふるさと発見の旅〜旧郡山街道をくぐる〜**  
 知っているようで知らない「古都奈良の文化財」を訪ねる  
 歴史・文化遺産の保存・活用が進む宮内庁平城宮跡歴史公園満喫の旅

**日時** 11月19日(土)午前9時集合(近鉄平城駅前)、午後3時30分散(近鉄大和西大寺駅前)  
**※警報発令時は中止**  
**コース** 近鉄平城駅→日葉酢媛命陵(陵山古墳)→平城天皇陵(市庭古墳)→平城宮跡歴史公園(遺構展示館・東院庭園・いざない館・平城宮跡資料館)→近鉄大和西大寺駅⇨徒歩区間約7キロ

**定員** 先着30人  
**持ち物** 弁当、飲み物、雨具、ビニールシートなど  
 ※うまし館にカフェ・レストランがあります。  
**料金** 300円(小学生100円)

未就学児無料記念缶バッジ付  
**申込方法** 前日までに電話またはEメールで次のところへ。  
**問 NPO法人精華町ふるさと案内の会**／画090-188771  
 4991・furusato\_seika@yahoo.co.jp

## 国会図書館関西館 見学デー

**日時** 11月20日(日)午前10時～午後4時  
**場所** 国立国会図書館関西館閲覧室(地下1階など)  
**内容** せいか祭りに合わせて、書庫ツアーや昔のレコード音源を使用したコンサートなどを行います。

**申込方法** 書庫ツアーのみ申し込みが必要。申し込みは次の二次元コードから。



**問 国立国会図書館関西館総務係**  
 ／画98-11224

## 伝統文化の夢舞台参加者募集

**日時** 11月23日(祝・水)午前10時～午後4時  
**場所** けいはんなプラザ  
**内容** ①伝統文化(吉原太刀振り、水口囃子ほか)発表ステージの観覧②伝統文化・工芸(華道、奈良筆ほか)体験への参加  
**申込期限** 11月14日(月)  
 ※申込方法など詳しくは次の二次元コードから。

**主催** 文化芸術発信強化実行委員会(事務局：京都府文化スポーツ部文化政策室)  
**問 伝統文化の夢舞台二募集事務局**  
 局／画06-4391-0124



**けいはんなプラザ・プチョンサート**  
**in 平城・相楽ニュータウン まちびらき50周年記念イベント**

**日時** 11月26日(土)①午後0時20分～1時②午後1時20分～2時  
**場所** イオンモール高の原(平安コート)2階

**定員** 当日各先着40人  
**内容** 「打楽器アンサンブル」わくわくコンサート①道化師のギャロップほか②プリンク・プレリンク・プランクほか  
**問 けいはんな学研都市活性化促進協議会**  
 ／画95-5034

## 町内文化財めぐり

**事前学習会**  
**日時** 12月3日(土)午前10時～正午

**場所** むくのきセンター第3、4会議室  
**定員** 当日先着40人  
**内容** 今回新たに町指定有形民俗文化財に指定された「春日神社(菱田宮川原)の「繫馬図絵馬」：①」について、精華町文化財愛護会による解説を聞き、学びます。

## 現地見学会

**日時** 12月10日(土)午前10時集合(近鉄狛田駅西改札前)、11時30分散  
**※警報発令時は中止**  
**場所** 春日神社、西方寺(菱田)

**定員** 当日先着40人  
**内容** ①や西方寺などを見学しながら、精華町文化財愛護会による解説を聞きます。

**問 精華町文化財愛護会事務局(生涯学習課内)**  
 ／画95-1907

## 詩吟体験教室

**日時** 12月6日・20日・令和5年1月10日の各火曜日午後1時～3時30分  
**場所** かのき苑 会議室D・E(2階)

**定員** 先着各10人  
**内容** 詩吟体験として、会員と一緒に有名な漢詩を大きな声で吟じ(歌)います。発声練習から漢詩の意味、作者の思いや時代背景について学びながら、漢詩や詩吟を通じて伝統文化に親しみます。

**問 中筋学(指導者)**  
 ／画090-905718736

**国会図書館関西館 開館20周年  
記念講演・シンポジウム**

**日時** 12月8日(木)午後1時15分～午後4時35分  
**場所** オンライン(Webex Meetings)

**定員** 900人

**内容** 山極壽一氏(総合地球環境学研究所所長)による講演「コミュニケーションの進化と図書館の未来」と図書館の専門家らによるシンポジウム「これからの図書館―読書はどう変わる? デジタルでどう変わる?―」  
**申込方法** 次の二次元コードから。



国立国会図書館関西館総務係  
／ 画98-11224

**第21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**

**日時** 12月11日(日)午後1時30分～4時  
**場所** 精華町交流ホール(町役場2階)  
**定員** 先着40人(予定)  
**内容** 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。各賞は審査員の審査と会場の皆さんの投票で決まります。近隣中学校の国際交流部の活動発表や留学の体験発表も予定しています。

**申込方法** 11月18日(金)までにせいかグローバルネットのホームページから申し込んでください。



せいかグローバルネットのホームページ

**問合せ** せいかグローバルネット／  
seika-globalnet@zeus.eonet.ne.jp



**第132回NAIST  
サイエンス塾**

集まれ科学者のたまご達！  
～電気と磁気を操ろう～

**日時** 12月17日(土)①午前10時30分～11時30分②午後1時～2時③午後2時30分～3時30分  
**場所** 高山サイエンスプラザ大研修室(生駒市高山町8916-12)  
**対象者** 小学生(保護者同伴必要)

**定員** 各回12人(定員を超えた場合は抽選)

**内容** 電気と磁石を用いて物を動かす実験などを通じて、電気と磁石の関係を学びます。

**料金** 500円/人

**申込方法** 11月15日(火)まで(必着)に「第132回NAISTサイエンス塾参加希望」・希望時間(第3希望まで)・参加者氏名(フリガナ)・所属学校名・学年・郵便番号・住所・Eメールアドレス・ファクス番号・電話番号・次回募集案内送信可否(Eメールのみ)をはがき、ファクス、またはEメールで次のように。  
※当選者のみ、11月25日(金)までに通知します。

**奈良先端大支援財団**／〒630-0101・生駒市高山町8916-12・画0743172-5815・画0743172-5819・kagaku@science-plaza.or.jp



**けいはんな市民雑学大学  
第154回講座**

**駐在員が見たミャンマー**  
**日時** 11月26日(土)午後2時～4時

**場所** イオンモール高の原「こすもすホール」(4階)

**定員** 当日先着30人

**講師** 今井 昴子氏(KDDI関西総支社職員)

**料金** 100円

**問合せ** けいはんな市民雑学大学／画090-7880-6787(担当:渡辺)

**スポーツ**

**精華町グラウンド・ゴルフ  
協会月例会**

**日時** 11月15日(火)午前9時～(受付午前8時30分)～  
※雨天中止

**場所** 打越台グラウンド

**料金** 100円(当日徴収)

※精華町グラウンド・ゴルフ協会加入の有無は問いません。

**精華町グラウンド・ゴルフ協会**  
／画95-0049(松井)(午後6時～8時)

**小学生スポーツ体験教室  
バレーボール**

**日時** 12月3日(土)午前10時～午後1時

**場所** 東光小学校体育館

**対象者** 町内在住の小学1～5年生の女子

**定員** 先着30人

**実施団体** 精華排球会ジュニア  
**申込方法** スポーツ協会ホーム

ページの申込フォームから。



**精華町スポーツ協会事務局(むくのきセンター内)**／画98-0200



**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30日(水)終日

イベントの詳細は、スポーツ協会ホームページで確認してください。申し込みも随時受け付けます。



スポーツ協会ホームページ

窓口での申し込みは、午前8時30分～午後8時30分に、申込用紙と料金を次のところへ。

**むくのきセンター**／画98-0200

### トレーニング室相談会

トレーナー 小野田 美穂

日時 ①11月8日・15日・22日・29日、  
12月6日・13日・20日の各火曜日  
午前9時～正午

②11月4日・11日・18日、12月2  
日・9日・16日の各金曜日午前9  
時～正午

トレーナー 佐々木 昌弘

日時 11月23日(祝・水)・26日(土)  
午前9時～正午

共通

場所 トレーニング室

料金 トレーニング室利用料

内容 器具の使い方だけでなく、  
筋力・柔軟性向上など、健康にな  
るための相談・指導を行います。  
※人数・トレーナーにより内容は  
変わります。  
※トレーニング室を初めて利用す  
る場合は、要利用者登録。  
※申し込み不要



### スタイルアップトレーニング 体験参加者募集

日時 11月8日・15日・22日・29  
日の各火曜日午後1時30分～2時  
30分

場所 道場

対象者 18歳以上の女性

内容 1キロのダンベルを使った  
トレーニングなどを行い、大きな  
筋肉を刺激し基礎代謝を上げて引  
き締まった健康的な体作りをし  
ていきます。

料金 1回500円

※詳しくはスポーツ協会ホーム  
ページで確認してください。

### 卓球デー

日時 11月9日・16日、12月7  
日・14日の各水曜日午後3時～5  
時

場所 アリーナ

対象者 小学生以上(小学生は保  
護者の同伴が必要)

定員 先着16人程度

持ち物 体育館シューズ

料金 小学生100円・高校生  
以上200円(町外在住者は倍額)

※申し込み不要

### ほほえみスポーツ広場

日時 11月23日(祝・水)午前9  
時～正午

場所 アリーナ

対象者 3歳以上(小学校低学年  
以下は保護者の同伴が必要)

内容 開放エリア：バドミントン  
(時間交代制)・卓球・バスケット  
ボール・ソフトバレーボールほか

持ち物 体育館シューズ

料金 小学生100円・高校生  
以上200円(町外在住者は倍額)

※申し込み不要

### 手作り教室 ストローヒンメリ

日時 ①11月28日(月)②29日(火)午前  
10時～正午

場所 研修室

対象者 18歳以上の方(高校生を  
除く)

定員 先着各6人

内容 ヒンメリとは、麦わらで作  
る北欧オーナメントです。麦わら  
の代わりにストローで作り方を学  
びます。モビールやクリスマスマ  
スオーナメントとして楽しめます。

料金 1000円(材料費含む)  
※当日徴収

申込方法 次の二次元コードから。  
※電話申し込み不可



### 筋膜体操短期教室

日時 12月1日・8日・15日の各  
木曜日(全3回)午前10時30分～11  
時30分

場所 道場

対象者 18歳以上の方(高校生を  
除く)

内容 柔らかくきれいな筋膜を作  
る話題沸騰中の筋膜体操。誰にで  
もできる本格的なエクササイズで  
す。

講師 宮川 晶子

持ち物 タオル、飲み物、マスク

料金 2500円

※電話申し込み不可

### むくのきフィットネススクール 会員募集

①ハワイアンフラ  
日時 月曜日午後1時30分～2時  
30分

②ヨガ&ズンバゴールド  
日時 火曜日午前10時～11時30分

③ピラティス  
日時 水曜日午前10時30分～11時  
30分

④筋膜体操  
日時 木曜日午前10時30分～11時  
30分

⑤たけふみ体操  
日時 木曜日午後1時30分～2時  
30分

⑥ウォーキングエクササイズ  
日時 金曜日午後2時～3時

共通

場所 むくのきセンター

対象者 18歳以上の方(高校生を  
除く)

年会費 2500円

※年会費のほかに各教室参加につ  
き料金が必要(1回500円・  
ヨガ&ズンバゴールドのみ70  
0円)

### けいはんな記念公園の催し物

#### 水景園のいけばな教室

日時 11月10日(木)・24日(木)午後1  
時30分～4時

場所 水景園 観月楼 研修室

内容 500年の歴史を持ついけ  
ばな「池坊」の美の流儀を日本庭園  
で学びませんか。資格を取りたい  
方のほか、どなたでもニーズに合  
わせて指導します。

料金 2500円(庭園入園料、  
花材費を含む)

申込方法 開催週の月曜日までに  
電話で公園管理事務所へ。



#### 花いっぱい大作戦の会 ～花壇のメンテナンス～

日時 11月12日(土)午前10時～正午

※雨天時は問い合わせてください

場所 水景園受付前集合

内容 花をいっぱい咲かせるため  
のボランティア活動です。どなた  
でも参加OK。

持ち物 軍手、汚れてもいい服装

## ポケットマルシェ in けいはんな記念公園

日時 11月12日(土)・13日(日)午前9時30分～午後3時  
※荒天時中止

場所 芝生広場

内容 アンティーク＆雑貨＆ブリーンのマーケット。公園でお買い物をお楽しみください。

開催 Pocket Marche 実行委員会 / 画080-153364-2345

## 三田崇博写真展

[MYANMAR TIME]

日時 11月12日(土)～23日(祝・水) 午前9時～午後5時(最終日午後4時まで)

場所 観月楼ギャラリー1月の庭

内容 2015年から2016年にかけて民主化に舵を切ったミャンマー各地の名所や世界遺産、そしてそこに暮らす人々を撮影した作品を展示します。13日(日)・19日(土)はギャラリートーク開催。詳細は公園ホームページで確認してください。

料金 庭園入園料

## けいはんな子ども天文クラブ観望会

①木星・土星・天王星・海王星  
②火星最接近

日時 ①11月13日(日)午後6時～8時 ②12月4日(日)午後5時30分～7時

時30分

※雨天判断は開催3時間前にフェイスブックでお知らせします。

場所 芝生広場 西入口付近

内容 子どもたちに宇宙への興味を持ってもらうために星空で多くの天体に触れる機会を提供します。

主催 けいはんな科学共育デザインラボ(<https://www.facebook.com/AstroClubKeihanna/>)



## 水景園無料開放

日時 11月20日(日)午前9時30分～午後3時30分

内容 せいか祭り開催に合わせて水景園を無料開放します。

## けいはんな記念公園クラフトフェスタ

日時 11月27日(日)午前10時～午後4時

※雨天時は前日午後8時に判断  
場所 芝生広場

内容 アート作家の手作り品マーケット。ワークショップとお買い物をお楽しみください。

開催 百貨創作祭実行委員会 / <https://100sosaku.com/>

## ひなっこクラブ(全6回)

日時 12月1日(休) 午前10時～午後1時(第2回以降の日程は問い合わせてください)

※雨天時屋内開催。

場所 水景園受付前集合

対象者 0～3歳児とその保護者  
定員 先着35組

内容 冬の里山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、いきものとの触れ合いなどの自然体験ができます。

料金 1万円/組

申込方法 11月30日(水)までに公園ホームページから。

## 「西平愛作品展 闇を照らす光を描く」

第16回月のアート展受賞者展

日時 12月2日(金)～11日(日)午前9時～午後5時(最終日午後3時まで)

場所 観月楼ギャラリー1月の庭

内容 カシューを用いた独自の世界観を持つ作品を中心に展示します。

料金 庭園入園料

## 水景園の案内

入園料 大人200円・小中学生100円

開園時間 午前9時～午後5時  
※イベントの開催可否・イベント

ごこのコロナ対策はホームページで確認してください。

※入園日時点で60歳以上の方は、生年月日が記載された証明書を提示すると無料になります。

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

問い合わせは けいはんな記念公園管理事務所 / 画93-12200・画93-12688

## 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

平井康三郎&武満徹〜素晴らしき音楽の世界〜

日時 11月9日(水)午後0時15分～0時45分

場所 アトリウム

曲目 平城山(平井康三郎)ほか  
問い合わせは 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95-151115



### 第4回けいはんなこどもCLASSIC塾

～みんなが主役のコンサート～

日時 11月13日(日)午後2時～(午

後1時30分開場)

場所 メインホール  
料金 【前売】一般1300円・子ども700円

※年長児から入場可。

申込方法 次の二次元コードから。

開催 高の原音楽芸術協会 / 画090-12437-11429

### 婚活 in けいはんな

日時 11月26日(土)午後2時～5時(開場午後1時30分)

場所 大会議室ナイル(3階)

対象者 20歳～45歳の独身男女  
内容 全員とお話してできるレットトークタイムや簡単なゲームで交流を深めていく婚活パーティーです。

料金 1000円  
チケット取り扱い 次の二次元コードから。

開催 ぎょうと婚活応援センター(京都府健康福祉部こども・青少年総合対策室) / 画075-122-11158  
チケットに関すること(株)けいはんな事業部 / 画95-151115

### けいはんな歴史講座 精華町南部の古絵図

**日時** 12月13日(火)午後2時～3時30分  
**場所** 大会議室「ナイル」(3階)  
**定員** 40人(定員を超えた場合は抽選)  
**内容** 古絵図を読み解き、光台や桜が丘を含む山田川流域の景観や地名の変遷をたどります。  
**講師** 中川 博勝氏(精華町教育委員会 古文書等調査員)  
**申込方法** 12月7日(水)までに次の二次元コードから。



**問** けいはんな学研都市活性化促進協議会 / TEL 95-5034・FAX 98-2205



### けいはんなフィルハーモニー 管弦楽団演奏会

**日時** 12月11日(日)午後2時～午後1時15分開場  
**場所** メインホール  
**曲目** ①ロッシニ「歌劇」セミラミデ」序曲②ワーグナー「ジークフリート牧歌」③グリーグ「交響曲八短調」  
**客演指揮** ギオルギ・バプアゼ



**料金** 【前売】一般700円・小学生500円、【当日】一般1000円・小学生500円  
※前売り券取り扱いはチケットぴあ(PCコード: 227367)  
※未就学児入場不可。  
**問** けいはんなフィルハーモニー管弦楽団 / TEL 79-13937

**けいはんな充実大人時間講座  
本物の舞台に立てる！  
お豆腐狂言ワークショップ**  
**日時** 令和5年1月21日(土)午前10時

時30分～正午(受付午前10時～)  
**場所** メインホール  
**対象者** 令和5年1月22日(日)公演「笑い初め! 茂山狂言 in けいはんな」のチケット購入者

**定員** 先着20人  
**内容** 狂言舞台に立って、狂言の動きを体験してみませんか? 狂言師から学ぶ、笑いの今と昔。知れば知るほど狂言の魅力のとりこに!  
**講師** 茂山 逸平氏  
**持ち物** 白足袋または白靴下  
**申込方法** 購入したチケットをお手元にご準備の上、次の二次元コードから。



**問** けいはんな学研都市活性化促進協議会 / TEL 95-5034

### けいはんな本気講座 体験してみよう! お豆腐狂言おもしろワークショップ

**日時** 令和5年1月21日(土)午後2時～3時30分(受付午後1時30分～)  
**場所** メインホール  
**対象者** 木津川市、京田辺市、精華町在住の小中学生(保護者の見学可)  
**定員** 20人(定員を超えた場合は抽選)  
**内容** 本番と同じ狂言舞台の上で

狂言の世界を体験してみよう! 舞台の形の秘密を知ろう! 狂言の動きを実際にやってみよう! 狂言って面白い!  
**講師** 茂山 逸平氏  
**持ち物** 白足袋または白靴下  
**申込方法** 令和5年1月16日(月)までに次の二次元コードから。



**問** けいはんな学研都市活性化促進協議会 / TEL 95-5034

### 笑い初め! 茂山狂言 in けいはんな

**日時** 令和5年1月22日(日)午後2時開演(開場午後1時)  
**場所** メインホール  
**出演者** 茂山 逸平ほか  
**演目** 狂言のお話、附子、神鳴  
**料金** 前売2000円、当日2300円(全席指定、税込)  
※大人1名につき小中学生1枚招待券あり(けいはんなオンラインチケットで要予約)  
※発券手数料は招待券でも必要  
**チケット取り扱い**  
11月18日(金)午前10時から、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)より予約・セブンイレブン発券またはローソンチケット(Lコード: 55973)

### 広告

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

●相続・贈与の手続・申告 ●相続税対策・遺言書作成  
●譲渡所得・其他所得の確定申告 ●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・社会保険労務士業務  
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)

※未就学児は入場できません。  
※けいはんなプラザでの窓口販売・電話予約はありません。  
**問** けいはんな学研都市活性化促進協議会 / TEL 95-5034、チケット購入に関すること(株)けいはんな事業部 / TEL 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)	桑原	桑原	桑原	稲田【注1】	桑原	稲田
内科2(午前)	稲田	稲田	本城	奥	稲田	井上衛・福田【注2】
内科3(午前)				本城		
内科(午後)		稲田	本城【注3】		稲田	
外科(午前)	竹内・榎本【注4】	榎本	榎本	竹内	榎本	竹内
整形外科(午前)	千保	千保	井上重	千保	千保	
皮膚科(午前)	松吉【注5】			松吉【注6】		
内視鏡(午前)						担当医【注7】
歯科(午前・午後)	丹羽・担当医	丹羽・栗岡	丹羽・栗岡	丹羽・栗岡	丹羽・栗岡	担当医・竹内【注8】
血液透析	小倉	小倉	担当医	小倉	小倉	吉村
泌尿器科(午後)				小倉	小倉	

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】稲田院長は第1木曜日のみ休診【注2】福田医師は第2週のみ【注3】  
 本城:物忘れ外来初診(予約)【注4】榎本:直腸肛門外来【注5】第2・4週午前11時30  
 分まで【注6】午前11時30分まで【注7】第2・4週【注8】午前:担当医、午後:竹内  
 ※診療時間は午前診が午前9時～正午(歯科は午前9時～午後  
 0時30分)、午後診(予約)が午後2時～4時30分(歯科  
 は午後6時30分・泌尿器科は午後4時まで)。土曜日のみ  
 午前11時30分まで(歯科を除く)。  
 ※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。  
 ※訪問リハビリテーションを実施。詳しくは次のところへ。

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

新型コロナウイルス感染予防の観点から、発熱患者の時間的分離をす  
 るため、当日電話予約制とし、予約がない場合は受診できません。  
 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	6日(日)	内	12月	4日(日)	内
	13日(日)	内・小		11日(日)	内・小
	20日(日)	内・小		18日(日)	内・小
	23日(祝・水)	内		25日(日)	内・小
	27日(日)	内・小		31日(土)	内・小

凡例:内=内科・小=小児科  
 ※予約の受け入れ人数には限りがあるので、受け付けできない  
 場合があります。  
 ※症状によっては、診察できない場合や京都山城総合医療  
 センターなどでの診察となる場合があります。  
 ※受診前には、電話で問い合わせてください。  
 問 相楽休日応急診療所(木津川市木津上戸15番地・相楽会館  
 内)電話 73-9988

## 平日夜間・休日の小児救急

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

子どもが急病にかかったら#8000にダイヤルを。  
 受付時間:午後7時～翌朝8時(土曜日のみ午後3時～翌朝8時)

## 健康に効く処方せん

# 若年者に増える 耳の不調・めまい

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。92回目の今回は、鈴木耳鼻咽喉科(精  
 華町)の鈴木慎二さんのお話です。

耳鳴・聞こえにくい・耳のふさがった  
 感じ・めまいは、メニエール病でみられ  
 る症状です。以前は子育て・介護・お仕  
 事による慢性疲労やストレスが多い年代  
 によく見られましたが、最近では10代、  
 20代の若年者に目立つようになり、小学  
 生でもよく見かけるようになっていま  
 す。

耳鳴・難聴・耳閉感・めまいは内耳へ  
 の血液の流れが良くないと起こりやす  
 く、睡眠不足・ストレス・ホルモンバラ  
 ンスの変化による自律神経の不調や首肩  
 コリが引き金になります。自律神経は血  
 流の調節を含め、全身のあらゆる機能的  
 な調節をしてくれています。

若年者に増加している理由として、目  
 の疲れとそれによる首コリが挙げられま  
 す。長時間にわたる同じ姿勢でのパソコ  
 ンやタブレットに向かっている作業、スマ  
 ホやゲームに夢中になったりして、発症  
 している事例が多く見られます。眼精疲  
 労と首コリにも密接な関係があります。

そのほかに、水分をあまりとらない方  
 や動かない生活をしている方は、体内の  
 水分が循環せずに内耳でリンパ液が滞る  
 ため、内耳圧が上昇することにより発症  
 しやすくなります。以前は気圧が低下す  
 る梅雨や台風時期に多く見られました  
 が、コロナ禍以降は一年通して見られる  
 ようになり、テレワークをされておられ  
 る方にも多い印象にあります。

内耳への血流を改善するお薬や内耳の  
 むくみを改善するお薬による治療もあり  
 ますが、質のよい睡眠、首肩コリ解消、  
 水分を十分にとる、目が疲れないように、  
 よく歩く生活を心がけることが重要で発  
 症予防にもつながります。



問 相楽医師会 電話 73-8222 (火・水・  
 金曜日午後2時～4時)

## 今月の各種相談日

- ▶ **人権・なやみごと相談(人権擁護委員・行政相談員が対応)**  
日時：11月15日(火) 13:30～16:00  
場所：町役場 201会議室(2階) ※人権相談は電話予約可  
☎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)**  
日時：11月11日(金)・17日(木)・25日(金)・30日(水)・  
12月9日(金)・14日(水) 10:00～12:00・  
13:00～15:00 [要申し込み=☎98-3909  
(申し込み専用・平日10:00～16:00)]  
場所：京都大和の家  
☎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：11月16日(水) 13:30～15:00  
場所：町役場 打ち合わせコーナー (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17日(木) 13:30～15:00  
場所：町役場 打ち合わせコーナー (2階)  
☎社会福祉課☎95-1904
- ▶ **社協ふくし&暮らしの困りごと相談**  
日時：11月24日(木) 9:00～12:00(要予約)  
[要申し込み=先着3人・毎月1日(土日・祝日を除く)からの8:30～17:00]  
場所：かしのき苑

- ▶ **社協ふくし&相続相談**  
日時：11月25日(金)、12月13日(火) 13:00～16:00  
[要申し込み=先着3人・毎月1日(土日・祝日を除く)からの8:30～17:00]  
場所：かしのき苑
- ▶ **弁護士による無料法律相談**  
日時：12月14日(水) 13:30～16:00  
(要申し込み=先着5人・7日前からの平日8:30～17:00)  
場所：かしのき苑  
☎精華町社会福祉協議会☎94-4573
- ▶ **税理士による無料税務相談(要予約)**  
日時：11月18日(金) 13:30～16:30(30分/人)  
場所：町立図書館集会所(町役場1階)  
対象者：税理士、税理士法人が関与していない納税者  
☎近畿税理士会宇治支部事務局☎64-6650
- ▶ **スマホ・パソコン基礎相談 出張します!**  
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。  
※要申し込み  
※通常の基礎相談については町ホームページ  
でお知らせします。  
☎IT ゆう事務局(情報政策室内)☎95-1924・  
☎siv@town.seika.jp



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

## 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)

<b>企画調整課</b> TEL 95-1900・FAX 95-3971 ☎kikaku@town.seika.lg.jp	<b>高齢福祉課</b> TEL 95-1932・FAX 95-3974 ☎kourei@town.seika.lg.jp
<b>総務課</b> TEL 95-1910・FAX 93-2233 ☎soumu@town.seika.lg.jp	<b>子育て支援課</b> TEL 95-1917・FAX 95-3974 ☎kodomo@town.seika.lg.jp
<b>財政課</b> TEL 95-1914・FAX 93-2233 ☎zaisei@town.seika.lg.jp	<b>健康推進課</b> TEL 95-1905・FAX 95-3974 ☎kenko@town.seika.lg.jp
<b>情報政策室</b> TEL 95-1924・FAX 93-2233 ☎joho@town.seika.lg.jp	<b>新型コロナワクチン接種対策室</b> TEL 95-1937・FAX 95-3974 ☎vaccine@town.seika.lg.jp
<b>入札契約室</b> TEL 95-1935・FAX 93-2233 ☎nyusatsu@town.seika.lg.jp	<b>環境推進課</b> TEL 95-1925・FAX 95-3973 ☎kankyo@town.seika.lg.jp
<b>自治振興課</b> TEL 95-1934・FAX 93-2233 ☎jichi@town.seika.lg.jp	<b>産業振興課</b> TEL 95-1903・FAX 95-3973 ☎sangyou@town.seika.lg.jp
<b>危機管理室</b> TEL 95-1928・FAX 93-2233 ☎kiki@town.seika.lg.jp	<b>検査住宅課</b> TEL 95-1909・FAX 95-3973 ☎kensa jutaku@town.seika.lg.jp
<b>総合窓口課</b> TEL 95-1915・FAX 95-3974 ☎madoguchi@town.seika.lg.jp	<b>営繕室</b> TEL 95-1933・FAX 95-3973 ☎eizen@town.seika.lg.jp
<b>税務課</b> TEL 95-1916・FAX 95-3974 ☎zeimu@town.seika.lg.jp	<b>建設課</b> TEL 95-1901・FAX 95-3973 ☎kensetsu@town.seika.lg.jp
<b>国保医療課</b> TEL 95-1929・FAX 95-3974 ☎kokuho@town.seika.lg.jp	<b>都市整備課</b> TEL 95-1902・FAX 95-3973 ☎toshi@town.seika.lg.jp
<b>人権啓発課</b> TEL 95-1919・FAX 95-3974 ☎jinken@town.seika.lg.jp	<b>会計課</b> TEL 95-1913・FAX 95-3975 ☎kaikai@town.seika.lg.jp
<b>社会福祉課</b> TEL 95-1904・FAX 95-3974 ☎fukushi@town.seika.lg.jp	

<b>学校教育課</b> TEL 95-1906・FAX 94-5176 ☎gakkyou@town.seika.lg.jp	<b>消防署</b> TEL 94-5630・FAX 94-5493 ☎shoubousho@town.seika.lg.jp
<b>教育支援室</b> TEL 95-1923・FAX 94-5176 ☎edu-shien@town.seika.lg.jp	<b>ほうその保育所</b> TEL 94-3530・FAX 94-3812 ☎housono-h@town.seika.lg.jp
<b>生涯学習課</b> TEL 95-1907・FAX 94-5176 ☎shogaigakushu@town.seika.lg.jp	<b>こまだ保育所</b> TEL 94-3400・FAX 94-3780 ☎komada-h@town.seika.lg.jp
<b>町立図書館</b> TEL 95-1911・FAX 95-3976 ☎tosho@town.seika.lg.jp	<b>いけたに保育所</b> TEL 72-3530・FAX 72-3744 ☎iketani-h@town.seika.lg.jp
<b>議会事務局</b> TEL 95-1908・FAX 95-3972 ☎gikai@town.seika.lg.jp	<b>ひかりだい保育所</b> TEL 95-3651・FAX 95-3652
<b>上下水道課</b> TEL 95-1912・FAX 93-1243 ☎jyogesui@town.seika.lg.jp	<b>せいかだい保育所</b> TEL 98-3866・FAX 98-3855
<b>経理営業課</b> TEL 94-2049・FAX 93-1243 ☎keirielgyo@town.seika.lg.jp	<b>人権センター 交流会館</b> TEL 94-3696・FAX 94-5679
<b>消防本部</b> TEL 94-5119代・FAX 94-5493	<b>人権センター 児童館</b> TEL 94-5679・FAX 94-5679
<b>総務課</b> TEL 94-4473 ☎shoubousoumu@town.seika.lg.jp	<b>かしのき苑(社会福祉課 地域福祉係)</b> TEL 94-5200・FAX 95-1708
<b>予防課</b> TEL 94-4397 ☎shoubouyobou@town.seika.lg.jp	<b>むくのきセンター</b> TEL 98-0200・FAX 98-0118
<b>警防課</b> TEL 94-4387 ☎shouboukeibou@town.seika.lg.jp	<b>環境の森センター・きづがわ</b> TEL 72-1010・FAX 72-1020
<b>指令課</b> TEL 94-4197 ☎shouboushirei@town.seika.lg.jp	

●町役場の窓口受付時間は、平日午前8時30分～正午・午後1時～5時15分です。●目の不自由な方のため、朗読ボランティア「ひびき」の皆さんが本誌を朗読したテープを精華町社会福祉協議会事務局(☎94-4573)や町立図書館で貸し出しています。●本誌のバックナンバーは、町ホームページ、スマートフォンアプリ「マチイロ」からもご覧いただけます。●平日午前8時30分～午後5時15分以外は、ダイヤルインでは電話がつながりません。代表番号におかけください。



# SEIKA

## いっかげつ

### 12月

1日(木) 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 (10:00～12:00)

7日(水) むくのきセンターアーリーナー一般開放(卓球デー)  
むくのきセンター (15:00～17:00)  
2歳4カ月児健康診査(対象児令和2年7月生)  
保健センター (12:50～)

8日(木) 1歳6カ月児健康診査(対象児令和3年5月生)  
保健センター (12:40～)

14日(水) むくのきセンターアーリーナー一般開放(卓球デー)  
むくのきセンター (15:00～17:00)  
3歳6カ月児健康診査(対象児令和元年5月生)  
保健センター (12:40～)

### 11月

16日(水) むくのきセンターアーリーナー一般開放(卓球デー)  
むくのきセンター (15:00～17:00)

22日(火) 9～10カ月児健康診査(対象児令和4年1月生)  
保健センター (12:40～)

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

24日(木) 3～4カ月児健康診査(対象児令和4年7月生)  
保健センター (12:40～)

30日(水) むくのきセンター休館

#### 事業主のみなさまへ

労働保険の成立(加入) 手続はお済みですか

労働者を一人でも雇用していれば労働保険  
に加入する必要があります。

#### お問い合わせ

京都労働局 総務部 労働保険徴収課  
電話 075-279-3220

## 平城・相楽ニュータウン まちびらき50周年記念イベント

平城・相楽ニュータウンのまちびらき50周年を迎えるにあたり、さらなるまちの発展を目指し、イベントを開催します。ぜひお越しください。



日時 11月26日(土)・27日(日) 午前10時～午後4時 ※雨天決行

場所 近鉄高の原駅前広場一帯およびサントウンプラザ「すずらん館」前広場  
※無料駐車場なし。公共交通機関を利用してください。

内容 物販や体験コーナー(一部有料)など。詳しくは右の二次元コードから。

問 関西文化学術研究都市センター株式会社コミュニティ促進部/☎0742-93-3571



### 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……………11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。  
※新型コロナウイルス感染症の影響などで納付が困難な方は  
各窓口にご相談してください。

#### 人の動き(令和4年10月1日現在)

人口 3万6864人(-25)  
男 1万7688人(-10)  
女 1万9176人(-15)  
世帯数 1万5412世帯(+3)  
〔( )内は前月比〕

#### 火災・救急・救助件数(9月)

火災 0件(3/-2)  
救急 116件(1091/+195)  
救助 2件(18/+2)  
〔( )内は今年中の累計/前年同月比〕

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・木)・23日(祝・水)・24日(木)館内整理日、12月28日(水)～1月4日(水)年末年始休館日

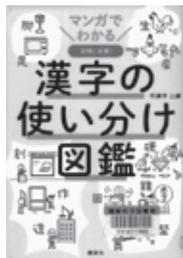
今月のおすすめ本



『くみたくて』

田中 達也

ミニチュア人形の作業員たちが、ちらばったパーツを組み立てて何かを作っています。ばらばらの状態だと分からないけれど、出来上がりを見てみると、せんたくばさみや歯ブラシといった身近な日用品に。でも、よく見てみると、ミニチュア人形たちはその日用品を思いもよらない使い方をしていのです。せんたくばさみはブランコに、歯ブラシは街灯へ。さて、次は何を組み立てるのかな？



『マンガでわかる漢字の使い分け 図鑑』  
円満字 二郎

パソコンやスマホで漢字変換をしようとしたとき、どの漢字が正解か迷ったことはありませんか？知っている漢字でも、改めて聞かれると微妙に違いが分からないことも。この本では、使い分けで迷いがちな漢字について、それぞれの持つイメージをイラストと用例で分かりやすく解説してあります。気軽にページをめくりながら、漢字の使い分けを身に付けてみてはいかがでしょうか。

子どもと本の講座  
「～かがく絵本のできるまで～」

**日 時** 12月7日(水)  
午後2時30分～4時(開場午後2時10分)  
**場 所** 精華町交流ホール(町役場2階)  
**定 員** 先着50人  
**講 師** 百木 一朗氏(造形作家、デザイナー)  
**申込方法** 11月17日(木)から町立図書館、移動図書館の窓口へ直接、電話、または図書館ホームページの申込フォームで申し込んでください。

※託児(2カ月～就学前、先着10人)、要約筆記・手話通訳は事前申し込みが必要。町内在住・在勤のみ、11月25日(金)まで。

※子育て支援センターによる託児でも、子どもたちと絵本を楽しめます。

※「せいか365健康ポイント事業」です。

**主 催** 町立図書館、子育て支援センター、読書ボランティア「おはなしのこぼこ」



移動図書館車「あおぞら号・バーバパパ」運行日程 (11/4～12/27)

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)	15日	6日
舟 (集会所前)	14:10～15:00		20日	
光台八丁目(集会所前)	15:30～16:30			
北ノ堂(集会所前)	13:20～14:00	水曜日 (第1・3週)	16日	7日
菱 田(集会所前)	14:20～15:10		21日	
精華台三丁目(集会所前)	15:30～16:30			
中久保田(集会所前)	13:20～13:50	木曜日 (第1・3週)	17日	1日
東 (集会所前)	14:10～14:50		15日	
桜が丘一丁目(集会所前)	15:20～16:20			
馬 淵(集会所前)	13:20～13:50	金曜日 (第1・3週)	4日	2日
東 畑(集会所グラウンド)	14:20～14:50		18日	16日
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)	8日	13日
旭 (集会所前)	14:50～15:20		22日	27日
滝ノ鼻(防火水槽西)	15:40～16:30			
乾 谷(集会所前)	13:20～13:50	水曜日 (第2・4週)	9日	14日
菅 井(集会所前)	14:20～14:50		14日	
里 (精北小学校前)	15:10～16:10			
山 田(自治会駐車場)	13:20～14:00	木曜日 (第2・4週)	10日	8日
柘 榴(ポンプ庫前)	14:20～14:50		24日	22日
精華台五丁目(集会所前)	15:10～16:10			
中 (集会所前)	13:30～14:00	金曜日 (第2・4週)	11日	9日
光 台(ひかりだい保育所駐車場)	14:30～15:20		25日	23日
西 北(三角田北駐車場)	15:50～16:30			

※運行日は本誌発行日以降の日程のみ掲載しています。



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

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