



夢をもち、心ゆたかに たくましく 学びに向かい 未来を拓く子どもの育成

目指す児童像

進んで学び、やりぬく子	一人ひとりのよさや可能性を大切に、主体的に学びに向かい、学んだことに価値や手応えを感じ、粘り強く学んでいく児童を育てます。
仲よく助け合う子	一人ひとりのよさや違いを認め合い、思いやりを行動に移すことのできる児童、人とのつながりを大切に、協働し、より良く生きようとする児童を育てます。
強く、たくましい子	自他の生命尊重を基盤とし、あきらめず粘り強く挑戦し続けていく強くしなやかな意志をもち、心身ともに健康で安全に輝いて生きる児童を育てます。

山田荘小学校は、豊かな自然、歴史、文化と学研都市の教育資源が織りなす素晴らしい教育環境のもと、保護者、地域の皆さん子どもたちへの熱い想いに包まれて、令和元年度は、創立133周年を迎えています。

今年度から本校の学校教育目標を「夢をもち、心ゆたかに たくましく 学びに向かい 未来を拓く子どもの育成」とし、新たなスタートを切りました。

読書タイム

今年度より5分間、全校一斉に読書タイムを毎朝取り入れています。いつも読みかけの本が手の届くところにあり、読書が習慣になる子どもたちに育ってほしいという願いから取り組みました。読書タイムに加え、水曜日は読み聞かせサポーターの皆さんによる読み聞かせを子どもたちは楽しみにしています。

☎山田荘小学校 ☎72-0545、精華町役場学校教育課学校教育係 ☎95-1906



山田荘小学校キャラクター
「やまたん」

地域一斉下校・避難訓練

今年度より月1回の「地域一斉下校」を始めました。5月の地域一斉下校では、教職員も一緒に通学路を歩き、信号を待っているときの並び方、歩道の歩き方などの安全指導や通学路の点検も行いました。また学期に1回、地震や火災、不審者などさまざまな想定のもと、避難訓練を行っています。これからも一人一人の子どもたちが、自分で判断して安全に行動できるように努めていきます。



「学びに向かう力」の育成にむけて

本年度より2年間、京都府教育委員会指定「学びの深化プロジェクト実施校」として研究活動を進めています。本校では、新学習指導要領の趣旨を踏まえて、「育成すべき資質・能力」の視点で子どもたちの具体的な姿を目標として設定したり、「学びに向かう力」を育成するための单元指導計画を構想したりしながら、「主体的・対話的で深い学び」を実現する組織的な授業改善を進めています。



精華町プレミアム付商品券販売開始

10月1日(火)より、精華町プレミアム付商品券の販売を開始します(対象者のみ購入可能)。これは、消費税・地方消費税率の引き上げが子育て世帯や住民税非課税者の消費に与える影響を緩和し、地域における消費を喚起・下支えすることを目的に行う事業です。

○購入時に必要なもの

- ①本人確認書類 窓口で購入に行く方の本人確認書類が必要です。
- ②プレミアム付商品券購入引換券

※子育て世帯(平成28年4月2日～令和元年9月30日までに生まれた子がいる世帯)の世帯主については、9月中頃から順次、購入引換券を発送します。

※住民税非課税者については、現在申請を受け付けています。申請書を提出された方で審査基準を満たす方については、9月中頃から順次、購入引換券を発送します。申請締め切りは12月27日(金)です(消印有効)。

※引換券の再発行は行いません。取り扱いにご注意ください。

※引越などにより旧住所自治体で発行された引換券をお持ちの方は、新住所地の引換券と交換する必要があります。詳しくは新住所地自治体の担当係にお問い合わせください。

○販売価格

1冊4000円(商品券5000円分)

※購入引換券 1枚で5冊まで購入可能です(2万5000円分を2万円で販売)。

○使用可能店舗

町内の登録店舗でのみご使用いただけます。現在使用可能店舗の一覧を町ホームページで公開しています。また、店舗情報一覧は、購入引換券発送時に同封予定です。なお、追加店舗がある場合は、町ホームページでお知らせします。

○その他

精華町商工会で販売される商品券とは別事業です。

○販売時期・販売場所

販売場所	販売日時
下粕郵便局 祝園郵便局 山田荘郵便局 けいはんなプラザ郵便局	10月1日(火)～令和2年1月31日(金) 平日：午前9時～午後5時まで 土・日曜日、祝日：取り扱いしていません。
役場内	10月6日(日)、11月10日(日)、12月1日(日)・12月22日(日)、令和2年1月26日(日) 午後1時30分～4時30分まで

☎社会福祉課共生社会係 ☎95-1904



プレミアム付商品券
購入引換券見本



精華町プレミアム付商品券申請受付中

商品券

申請できる方

・2019年度分の住民税(均等割)が課税されていない方、ただし次の①②のいずれかに該当する方は除きます。

- ①住民税が課税されている方に扶養されている方(生計を一にする配偶者、扶養家族など)
- ②生活保護の受給者など

広告

平田内科医院
◆消化器科◆循環器科◆一般内科
平田真人・平田理佳

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

水曜・日曜・祝日休診
土曜午後休診
駐車15台可
光台 近隣センター南 Phone:0774 95-3400

株式会社 協和電工
NLD

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

有限会社 吉岡商事

総合衣料
吉岡呉服店

京都廣学館高校・精華中学・精華南中学・精華西中学・精北小学校
指定 男女制服・体操服・カバン・シューズ他取扱店

精華町JR下粕駅南 ☎ 93-2111
☎ 93-2110

③商品代金を代引きで支払ってしまっ
 月明細書をチェックしてください。
 ドの請求がある可能性があるため、毎
 なかった場合でも後日クレジットカー
 が入っていても支払う必要はありませ
 ん【注2】。一方、請求書が入ってい
 とわかった場合【注1】、売買契約は
 成立してないため、荷物の中に請求書
 ②受け取った後で注文していない商品だ
 らない。
 ①身に覚えのない商品が届いても受け取
 いない。
 最近、代引きサービスを利用して注文
 していない商品を送りつけられた、また
 海外から送り主不明の小包が届いたとい
 う相談が全国の消費生活センターに寄せ
 られています。次の点に注意してくださ
 い。
 〆A
 〆Q
 自宅のポストに投函された送り主不明
 の小包を開封したところ、中の商品は
 注文した覚えがないものであったため、
 配達業者に問い合わせると、受け取り拒
 否できないと言われました。代金は支
 払っていないし、クレジットカードへの
 請求もありません。外国から送られてき
 たようですが、届いた商品をどうすれば
 良いのか分かりません（30歳代 女性）。
 〆A
 最近、代引きサービスを利用して注文
 していない商品を送りつけられた、また
 海外から送り主不明の小包が届いたとい
 う相談が全国の消費生活センターに寄せ
 られています。次の点に注意してくださ
 い。
 〆A
 〆Q
 自宅のポストに投函された送り主不明
 の小包を開封したところ、中の商品は
 注文した覚えがないものであったため、
 配達業者に問い合わせると、受け取り拒
 否できないと言われました。代金は支
 払っていないし、クレジットカードへの
 請求もありません。外国から送られてき
 たようですが、届いた商品をどうすれば
 良いのか分かりません（30歳代 女性）。

場合は、早急に販売元・発送元に連絡
 し、返品・返金の交渉をしてください。
 ④海外から届いた商品を安易に返送して
 はいけません（商品が関税法上の問題
 となる可能性があるため）。
 ⑤通信販売などを利用している場合、代
 引きなどの支払い方法も含めて家族に
 伝えて、相談する。
 最後に、身に覚えのない商品が届いた
 ときは相乗消費生活センターに相談しま
 しょう。
 【注1】注文をしていない商品を受けとつても
 商品送付があった日から14日を経過した場合は
 販売業者による商品の引き取りに応じる必要は
 ない。
 【注2】請求されないケースもみられるがその
 場合、商品は保管しておくことが望ましい。
 〆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）にご相談ください。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）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-
 25719002）。受付時間は午前10
 時～午後4時です。
 〆問相乗消費生活センター☎72-9955

『冷蔵庫整理で食品ロス削減！キャンペーン』 始めます！

本来食べられるのに捨てられた食品を『食品ロス』と言います。

平成29年に調査したところ、町では1人1日あたり約100gの食品が捨てられていることがわかり、環境省が調査した30自治体の中で2番目に多い値でした。

また、この調査では、町の「燃やすごみ」の約2割を食品ロスが占めていることもわかりました。

傷む前に残さず食べれば食品ロスはなくなり、「燃やすごみ」を2割削減することができます。

また捨てられた食品は、家計にとっても大きな無駄です。京都市では1世帯当たり年間約6万円分の食品が捨てられていると試算されています（4人家族の場合）。しかも、これは町の食品ロス量の半分ほどの廃棄を前提とした計算です。本当に「もったいない」ですね。

そこで町では、9月から11月の3カ月間、「冷蔵庫整理で食品ロス削減！キャンペーン」を実施します。食品ロス削減に向けて、右の3つの取り組みを推進しますので、ぜひご家庭で取り組んでください。



撮影：スタジオ北山山荘 神谷潔

約50世帯の「燃やすごみ」の中に
入っていた「手つかず食品」

週に1度は 冷蔵庫を お片付け

① 傷みやすい食品を、優先的に使う
 ② すぐ使う食品は、冷蔵庫の目線の位置に
 ③ 買い物前に、冷蔵庫の確認を

ソジ
SOGI とは？
 Sexual Orientation と Gender Identity
 の頭文字を合わせた言葉です

SO (性的指向) Sexual Orientation
 → 恋愛対象になる性別/好きになる性別

GI (性自認) Gender Identity
 → 生まれもった体の性別
 → 自分が認識している心の性別

◆多様なSOGIと性的少数者
 人間の性は多様で、LGBTだけでなく誰もがさまざまなセクシュアリティ（性のありよう）を持っています。そのセクシュアリティの要素である「恋愛対象になる性別・生まれもった体の性別・自認している心の性別」をSOGIといいます。
 「恋愛対象が異性で、体の性別と心の性別が同じ」というSOGIの人が多いため、そうではないSOGIの人は性的少数者として生き辛さを抱えがちです。

男女共同参画ミニ通信 vol.82 あなたのSOGIは？

では、あなたの SOGI は？
 下の ☐ の、このあたりだと思うところに、
 印 ☐ をつけてみましょう！

印は、☐ も、
 広範囲の ☐ も、
 複数の ☐ も、
 印がつけられないことも、
 あります

セクシュアリティは
 人と違ってあたりまえ！
 グラデーションのように
 多様です

多様なSOGIを認め合い、互いを尊重し合える社会にしましょう。
 〆問人権啓発課男女共同参画係
 ☎95-11919

恋愛対象になる性別
 女性 ☐ 男性 ☐
 生まれもった体の性別
 女性 ☐ 男性 ☐
 認識している心の性別
 女性 ☐ 男性 ☐

「冷蔵庫スッキリ！食品ロス削減連続講座」
食べ切り料理教室 & 冷蔵庫整理講習会

日時 10月11日(金)
 ①午前11時～午後1時30分②午後2時～3時30分
 場所 むくのきセンター
 定員 先着各25人
 内容 ①「50円料理」でテレビや雑誌で活躍の料理研究家行長先生が捨てる前に考える、使い方、リメイク方法、食べ切り方法を解説。残り物を活用したおいしいレシピの料理教室もあります。②京都府の食の府民大学映像教材「冷蔵庫の整理収納」に出演の整理収納アドバイザー 山本先生が冷蔵庫整理のコツと、そのメリットについて解説。
 講師 ①行長 万里氏（料理研究家）
 ②山本 紗弥香氏（整理収納アドバイザー）
 料金 ①材料費実費負担（500円程度）
 ②無料
 申込方法 9月17日(火)～10月4日(金)までに直接、または電話、ファクスで次のところへ。
 〆問環境推進課資源循環係
 ☎95-11925
 FAX 95-13974

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

税務・会計・相続・贈与・会社設立・建設業許可他
 http://www.fujiharakaikai.com/
藤原総合会計事務所
 税理士・行政書士 藤原 義明
 税理士・行政書士 藤原 庸貴
 税理士・社労士 大倉 康
 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)

入浴車で高齢者の皆様のご自宅を訪問、ご家庭でゆったりと入浴していただけます
 白百合訪問入浴介護ステーション神の園
 電話93-0846
 京都府指定訪問入浴介護事業者 No.2671400071



広報 しょうぼう

救える命救うために

Vol.311



救急出動の中には、救急車で行けば、「早く診てもらえる」、「タクシーだとお金がかかる」などの理由で救急車を要請されることがあります。ところが、このような利用が増えると、本当に救急車が必要としている方、1分1秒を争う容態の方が要請してきたときに救急車が無いといった状況が起こる可能性があります。

本当に救急車を必要としている方が困らないように、救急車の適正な利用にご協力をお願いします。

緊急性のある人がいる状況に遭遇した場合は、すぐに119番通報をしてください。119番通報時は指令員が発生した場所や症状を聞き、現場に救急車が駆けつけます。その時に近くにいる方に応急手当てをお願いすることもあります。いざという時のために応急手当の知識と技術を身に付けておきましょう。

救命講習で、応急手当の知識・技術を指導しています。救命講習の希望については、精華町消防本部まで問い合わせてください。大切な命を救うために、ぜひ受講してください。

問 消防本部・警防課 94-4387

★救急車は大切な救急医療資源

町の人口は、令和元年8月1日現在で3万7374人です。この人口に対して、本町消防本部には救急車は2台しかありません。救急車は、大切な救急資源です。救える命を救うために、必要な人が安心して救急医療を受けることができるよう適正な利用を心がけましょう。

大切な命を救うために適正利用を

全国的に救急車の適正利用について啓発が行われていますが、救急出動件数は増加の一途をたどっています。昨年の町の出動件数は、1400件を上回り（1日平均・約4件）、一昨年より、100件以上増加しています。この出動の半数以上は入院を必要としない軽症の方でした。

★ガソリンの携行缶販売に本人確認などが求められます

7月18日に京都市伏見区で発生した京都アニメーションの火災を受け、ガソリンスタンドで携行缶にガソリンの詰め替えを依頼する際は、次の通り本人確認などが求められます。

- 1 身分証明書（顔写真のある運転免許証など）の提示などによる本人確認
- 2 使用目的、販売日時、販売数量並びに氏名及び住所の記録

これらの措置はガソリンが放火などに悪用される可能性を抑制するためのものです。

問 消防本部予防課設備・危険物係 94-4397

令和元年10月1日(火)から

※平成28年新潟県糸魚川市の大規模火災を踏まえ、平成30年に消防法が改正となりました。

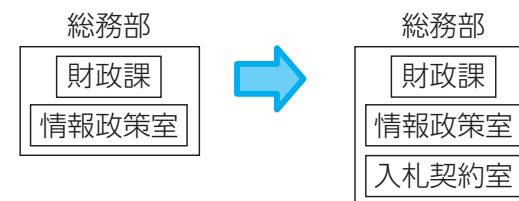
火を使用する全ての飲食店に消火器の設置が必要です。（消防職員が順次、お店の調査に伺います）



入札不正再発防止に向けた組織・機構整備

精華町では、重大事件等調査委員会の答申を受け、外部からの不当な働きかけに職員が応じ、行政が歪められるといった不祥事を二度と起こさない組織づくりを目指し、入札不正再発防止策の一環として、令和元年8月1日(木)付けで、工事執行課と入札執行課の部局の分離を含む組織・機構の整備を次の通り行いましたので、お知らせします。

●総務部に入札契約室を設置しました。

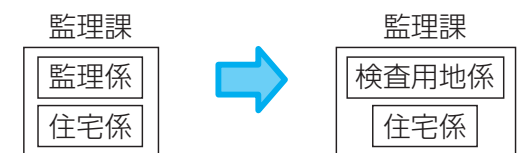


○入札契約室

主な業務…建設工事・業務委託等の請負入札・契約、物品・役務の入札及び契約事務の統括、入札監視委員会 ほか

TEL 95-1935

●監理課の係を変更しました。



TEL 95-1909

問 企画調整課 TEL 95-1900

事件を重大に受け止め、二度とこのような事件を起こさない組織として再生できるよう、町民の皆さまの信頼回復に向け、まい進してまいります。

こちら総合窓口ニュースです！ vol. 30



マイナンバー Q & A

Q. 通知カードやマイナンバーカードを紛失してしまった場合はどうしたらいいですか。

<通知カードを紛失した場合>

警察に遺失届を提出して、受理番号を控えてください。その後、役場で通知カード紛失届を提出し、通知カード再発行申請(手数料1枚500円)、またはマイナンバーカード(初回は無料)を申請してください。

<マイナンバーカードを紛失した場合>

マイナンバーカード機能停止の手続きが必要なため、個人番号カードコールセンター(TEL 0570-783-578)へ電話してください。併せて、警察に遺失届を出していただき、受理番号を控えてください。その後、カードが見つからない場合は、役場でマイナンバーカード紛失・廃止届を提出し、マイナンバーカードを再申請(手数料1枚800円+電子証明書200円)してください。

マイナンバーカードが見つかった場合は、役場でカードの機能停止解除の手続きをします。

※各種手続きには運転免許証などの本人確認書類が必要です。詳しくは問い合わせてください。

※マイナンバーカードの申請には顔写真が必要です。現在無料で写真の撮影サービスを実施しています。ぜひご利用ください。

マイナンバー専用休日窓口

9月29日(日)の午前9時～正午・午後1時～4時45分にマイナンバー専用休日窓口を開設します。事前(開庁時間)に予約が必要です。はがきを参照してください。

問 総合窓口課戸籍住民係 TEL 95-1915

子育て

すくすく

掲示板

今月の子育て支援センター



月 9日	火 10日	水 11日	木 12日	金 13日	土 14日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 【支援センター】	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】	赤ちゃんとの かかわり方教室 (午前10時～11時30分) 【保健センター】	発達支援プレールーム 「あいあいひろば」 (午前10時～11時30分) 【保健センター】	子育て地域パートナー 開催事業 “どんぐりっこひろば” (午前10時～11時30分) 【かしのき苑】	マタニティーサロン (午前10時～11時30分) 【保健センター】
子育てふれあい教室 ＜音楽リズム＞ (午前10時30分～11時30分) 【交流ホール】			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】		
16日	17日	18日	19日	20日	21日
敬老の日 	すくすくプレールーム 開放日 (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 (要申し込み) (午前10時～11時30分) 【支援センター】 	赤ちゃんパパ (要申し込み) (午前10時～11時30分) 【保健センター】 
23日	24日	25日	26日	27日	28日
振替休日 	すくすくプレールーム 開放日 & 絵本のひろば (午前10時～正午) 【支援センター】 おはなしポケット (午後3時～3時45分) 【アピタ精華台店】	子育てふれあい教室 「わらべうたあそび」 (要申し込み) (午前10時15分～11時30分) 【神の園】	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】		
30日	10月1日	2日	3日	4日	5日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム 「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A (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」 (午前10時～11時30分) 【いけたに保育所】		

※■は申し込み終了しました。
※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催しは中止になります。
また、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ご確認ください。

〈対象者〉よちよちひろば：おおむね1歳6カ月まで
とっこひろば：おおむね1歳6カ月以上
にっこりひろば：おおむね0歳以上2歳未満
赤ちゃんサロンA：2～7カ月児
赤ちゃんサロンB：8～12カ月児
問子育て支援センター(こまだ保育所内) ☎98-4001
(会場の所在地)交流ホール：南稲八妻北尻70
保健センター：北稲八間井手ノ元27-1
かしのき苑：南稲八妻砂留22-1
アピタ精華台店：精華台九丁目2-4
高齢者総合福祉施設「神の園」：南稲八妻笛竹41
いけたに保育所：桜が丘三丁目2-2

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

◆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

第2回わらべうたあそび

毎日の生活にわらべうたを取り入れませんか？

▶日 時 9月25日(水) 午前10時15分～11時30分

▶場 所 高齢者総合福祉施設「神の園」(南稲八妻区)

▶対 象 者 町内在住で在宅の満1歳6カ月以上(9月1日現在)の子どもとその保護者

▶定 員 親子15組程度(定員を超えた場合は抽選)
※当選者のみ連絡します。

▶申込期間 9月4日(水)～12日(木)

▶申込方法 町ホームページから「わらべうたあそび」を検索、またはスマートフォンで右の二次元コードから。


赤ちゃんのかかわり方教室

愛情をたっぷりうけて大きくなった1歳～1歳半の赤ちゃんには、“自我”が芽生えてきます。この時期のかかわり方を保育士と一緒に楽しく学びませんか。

▶日 時 10月9日(水) 午前10時～11時30分

▶場 所 保健センター

▶対 象 者 町内在住で在宅の満1歳～1歳半(10月1日現在)の子どもとその保護者

▶定 員 親子20組(定員を超えた場合は抽選)
※当選者のみ連絡します。

▶申込期間 9月17日(火)～25日(水)

▶申込方法 町ホームページから「赤ちゃんのかかわり方教室」を検索、またはスマートフォンで下の二次元コードから。




パパ・ママ講座(ふれあい・運動遊び編)

パパもママも、身体を動かしながら楽しく子育てのコツを学べます。

▶日 時 10月19日(土) 午前10時30分～11時30分

▶場 所 むくのきセンター 多目的ホール

▶対 象 者 町内在住で在宅の、満1歳6カ月以上(10月1日現在)の子どもとその保護者

▶定 員 親子30組(定員を超えた場合は抽選)
※当選者のみ連絡します。

▶申込期間 9月26日(木)～10月7日(月)

▶申込方法 町ホームページから「パパママ講座ふれあい・運動遊び編」を検索、またはスマートフォンで右の二次元コードから。


お誕生日のつどい

同じ誕生月の子どもたちが集まり、みんなで楽しくお祝いしましょう。

▶日 時 毎月第3金曜日 午前10時～11時30分
(9月は20日に開催します)

▶場 所 子育て支援センター

▶料 金 120円

▶申込方法 毎月初めの平日～前日の午後4時に、町ホームページから「お誕生日のつどい」を検索、またはスマートフォンで左ページカレンダーの二次元コードから。

すくすくプレールーム開放日“にっこりひろば”

おもちゃがいっぱいの部屋で親子であそびましょう。

▶日 時 ①第1・4木曜日 午前10時～11時30分
②第2・3木曜日 午後1時30分～3時30分

▶場 所 ①いけたに保育所②子育て支援センター

▶対 象 者 ①、②いずれも町内在住で在宅のおおむね0歳以上～2歳未満の子どもとその保護者

出前おはなし会“おはなしポケット”

親子でいろんな絵本や紙芝居を楽しみましょう。
申し込みは不要です。

▶日 時 毎月第4火曜日(9月は24日に開催します)
午後3時～3時45分

▶場 所 アピタ精華台店 西館1階
(精華町PRコーナー設置スペース)

▶対 象 者 町内在住で在宅の子どもとその保護者

育児サークルに参加しませんか？

町内では、19の育児サークルが各地域を拠点に活動をされています。みんなでワイワイ、子育てを一緒に楽しみましょう。「参加してみようかな～」と思っておられる方は子育て支援センターまで連絡してください。


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



「第11回からだ軽やか塾」受講者募集

30歳～65歳のメタボの改善をめざした減量教室「からだ軽やか塾」を今年は9月29日（日）から開講します。メタボとは、おなかにたまった内臓脂肪に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常といったリスクが重なった状態。内臓脂肪がたまったまま放っておくと、動脈硬化が進行し、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こし、死に至る危険性もあります。

～大好評のダイエット教室に参加しよう～

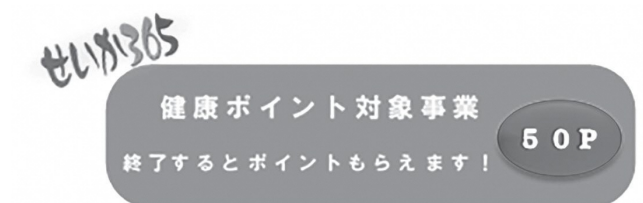
「からだ軽やか塾」をおすすめする理由

保健師や管理栄養士などによる指導とフィットネスクラブを活用した5カ月間のプログラムで、健康的に減量をサポートします。昨年度の結果では、平均で体重2.7kgの減量を達成しています。

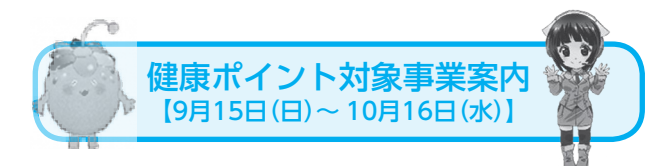
さらにグループで実施することで、同じ減量を目指す方同士で情報共有ができ、効果が上がっています。



- 【日程】** 9月29日（日）～令和2年3月1日（日）全10回
- 【場所】** 町役場、ピノスけいはんな（精華台九丁目2番地4）など
- 【対象者】** 町内在住の30～65歳で、BMI 体重kg÷身長m÷身長mが25以上、または、腹囲が男性85cm以上・女性90cm以上の方
- 【定員】** 25人（定員を超えた場合は町で選定）
- 【内容】** 保健師や管理栄養士によるダイエットに向けた講義、「ピノスけいはんな」での運動レッスン、ウォークイベントや講演会への参加など
- 【申込方法】** 9月17日（火）までに次のところへ。



問健康推進課保健予防係 Ⅸ95－1905



時間や申し込みなどの詳細は、各担当課などへお問い合わせください。

種別	事業名	日程	ポイント
講演講座	①健康講演会	①9月26日（木） 10月3日（木）	①20P
子育て親子参加	②おはなしポケット ③赤ちゃんとの関わり方教室	②9月24日（火） ③10月9日（水）	②10P ③20P
運動体操	④グッドネスラジオ体操 ⑤せいか365体操とストレッチ ⑥むくのきセンター来館ポイント ⑦せいか365いちご体操	④1～4週目の月～土（～9月） 1～4週目の火～日（10月～） ⑤1～4週目の月（～9月） 1～4週目の水（10月～） ⑥休館日を除く全日 ⑦毎月第3水曜に開催（10月～） 日時：10月16日（水） 午前8：10～ 場所：役場図書館前スペース	④⑤⑥10P ⑦20P
健診	⑧健診結果返却会	⑧9月20日（金）・24日（火）、 10月8日（火）	⑧50P
イベント	⑨せいか健康・スポーツフェスティバル	⑨10月14日（祝・月）	⑨30P
365ポイントシート〔注〕	⑩役場受付 ⑪グッドネス受付	⑩10月2日（水）・7日（月） ⑪9月21日・28日、 10月5日・12日 各土曜日	⑩⑪50P

〔注〕365ポイントシートは、2019家族の健康カレンダーを参照ください。

問①⑦⑧⑩健康推進課Ⅸ95－1905②③子育て支援センターⅨ98－4001④⑤⑪大人の健康教室グッドネスⅨ98－3900⑥⑨むくのきセンターⅨ98－0200

◆身近な地域で健康づくりの取り組みが広がっています。
～「住民主体の体操の居場所 Part ②」～

“六丁目若がえり体操”

六丁目若がえり体操では第1・3木曜日に体操を行っています。DVDをお手本にして、いちご体操やズンドコ節などの体操を行っています。

【日時】 第1・3木曜日

午後1時30分～3時

【場所】 光台六丁目集会所

【料金】 100円／回・初回240円（保険代）

町には、現在27カ所の「住民主体の体操の居場所」ができています。体操に参加してみたい方やボランティアに興味のある方、募集中です。次のところへ問い合わせてください。

問高齢福祉課包括ケア推進係 Ⅸ95－1932



問せいか365事務局（健康推進課・高齢福祉課・国保医療課・生涯学習課・企画調整課）Ⅸ95－1905（健康推進課内）

あすなろ お喜楽 278

COOKING



トマトの
洋風スープ

今回は、精華町食生活改善推進員協議会「あすなろ会 コスモス班」が紹介する「トマトの洋風スープ」です。

▶材料（2人分）
トマト130㍑、ベーコン10㍑、えのきだけ50㍑、小松菜20㍑、固形スープのもと2.6㍑、水300cc、塩・こしょう適量

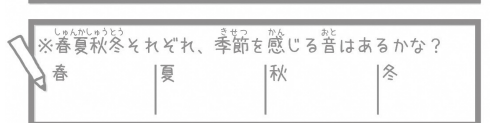
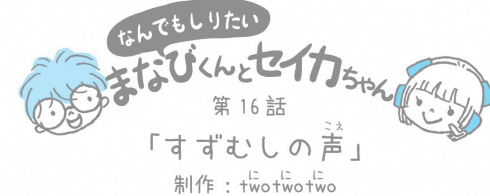
▶作り方
（1）トマトはヘタをとり、1.5㍑の輪切りにする。
（2）えのきだけは3等分に切る。
（3）ベーコンは1㍑幅に切る。
（4）小松菜は1㍑幅に刻む。
（5）鍋に固形スープのもと、水を入れ沸騰させる。
（6）（5）に（2）（3）（4）を入れ、火が通るまで煮る。
（7）（6）に（1）を入れ、ひと煮立ちさせる。
（8）（7）に塩・こしょうを加え、味を調える。

▶1人分の栄養価
エネルギー 415㍑・たんぱく質1.9㍑・脂質2.2㍑・カルシウム24㍑・食物繊維1.8㍑・塩分0.6㍑

毎月19日は食育の日

食育に関心を持とう！！

食育＝「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てること。



まだ暑い日もありますが、セミにかわって鳴き始めるすずむしの声がきこえたら、少しずつ秋に備え体調を崩さないようにしましょう！

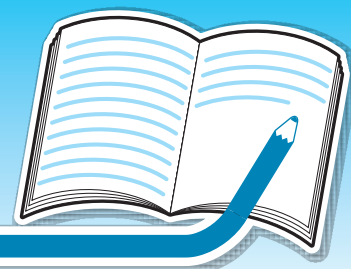
～4コマ漫画の作家プロフィール～

“twotwotwo（ににに）”

精華町在住の芦田さんと五座さんのクリエイターユニット。

絵本や人気ミュージシャンのミュージックビデオや動画制作や町内で子ども向けのワークショップも開催されています。

せいか写真日記



7月14日 日曜日 ☀️

家族みんなで学んで、聴いて、歌おう

親子で一緒に楽しむ！子育て支援イベント「精華ともいくフェスタ2019」が7月14日(日)、地域福祉センターかしのき苑で開催されました。この事業は、町が京都文教大学・京都文教短期大学との連携協定の締結を記念し、両校の持つ子育て・教育に関する高い知見を活用し、子育て世代への支援とすることを目的としています。

初めての開催となる今回は、京都文教大学教授の柴田長生さんによる講演やオペラ歌手の持木 悠さんによるミニコンサートなどが行われました。参加者からは「講演がわかりやすく勉強になりました。ミニコンサートは迫力があり良かったです」との声をいただきました。



持木 悠さんと発声練習する参加者たち

7月26日 金曜日 ☀️

打ち水でヒンヤリ

打ち水で涼を取るイベント「打ち水してみませんか？」を7月26日(金)、せいかガーデンシティ南側歩道で行い、親子連れなど約50人が楽しみました。

このイベントは、精華町商工会青年部の協力を得て開催しています。

午後6時から子どもたちがひしゃくで歩道に打ち水を行い、地表温度は、40度から34度まで下がりました。



涼しくなあれ

8月1日 木曜日 ☀️

みんなで築こう人権の世紀

京都府人権強調月間(8月1日～31日)に合わせた街頭啓発が、8月1日(木)の早朝、町内の各駅前でされました。

京都府では、全ての人々の人権が尊重され、相互に共存しう平和で心豊かな社会を築くために、毎年8月を「人権強調月間」と位置付けて、広く府民に対して様々な啓発事業を実施しています。

当日は、人権擁護委員会を中心に町商工会、町社会福祉協議会、JA京都やましろの職員の皆さんに協力いただき、啓発物品を配布し、一人ひとりが人権問題に対する理解と認識を深めていただくよう呼びかけました。



近鉄山田川駅前での啓発活動

8月4日 日曜日 ☀️

親子で楽しむコンサート

0歳児から入場できる「けいはんなふれあいコンサート2019」が8月4日(日)、けいはんなプラザで開催されました。

「オオサカ・シオン・ウインド・オーケストラ ソロイスト」の演奏で、アニメソングやクラシックから最新曲まで、子どもも大人も笑顔に満ちたコンサートとなりました。指揮者体験や町保育士が登場した手あそびうたメドレーもあり、会場は大いに盛り上がりしました。

終演後の楽器体験コーナーでは、普段なかなか手にすることのできないトランペットなどの楽器に触れ、子どもたちの目が輝いていました。



保育所の先生たちによる音楽に合わせた手あそびうた

8月10日 土曜日 ☀️

平和への願い、けいはんなプラザで

「精華町平和祭典2019」が8月10日(土)に、けいはんなプラザで開催されました。

この祭典では、平和映画としては、比嘉愛未、窪田正孝出演の「飛べ!ダコタ」を上映しました。終戦からわずか5カ月後の佐渡島にある高千村に、イギリス空軍の飛行機「ダコタ」が不時着したところから物語が始まります。つい半年前まで敵国であり、その戦争で家族を失った者や、帰らぬ息子を待つ者など、さまざまな想いを胸に抱く島民たちがイギリス兵と交流する様子は、困っている人たちを助けよう、戦争により他国を憎み続けるのではなく、戦争で悲しい思いをする人がこれ以上増えないような平和な世の中になってほしいという、観た人の心に戦争の悲惨さや平和の大切さを訴える内容でした。

また、アトリウム会場では、戦中・戦後の生活を伝えるポスターや写真パネルなどの展示に加え、平和への思

いを込めて折鶴を折るコーナーを設けました。ポスター、写真パネルは8月13日(火)～23日(金)まで役場図書館前でも展示を行い、平和について考えてもらう機会となりました。



精華町の戦中・戦後の写真を見る来場者

しょうがい 障害のある人もない人も暮らしやすい社会をめざして



平成28年4月1日から障害者差別解消法がスタートし、障害のある人が困らないように配慮することが求められています。ここでは、障害のある人との意思疎通の手段の一つとして手話を紹介しています。今月の手話は1週間の曜日の手話です。まずは「月曜日」～「水曜日」までです。

げつようび 月曜日、月



みぎて おやゆび ひとさ ゆび みか
右手の親指と人差し指で「三日月」の形を描く。

かようび 火曜日、火



みぎて おやゆび こゆび た ゆ
右手の親指と小指を立てて揺らしながら上に上げる。

すいようび 水曜日、水



ゆびさき ひだりむ てのひら うえむ
指先を左へ向け、掌を上に向けた
みぎて 右手を斜め右下へ引く。
(水が流れている様子の表現)

問 社会福祉課障害福祉係 ☎95-1904