

健康・福祉・子育て

① 軽やか同窓会
軽やか健康講座

日時 3月14日(木)午後1時30分～3時
場所 かのき苑 大ホール
対象者 町内在住・在勤の方
定員 先着30人
持ち物 水分、ヨガマットまたはバスタオル、筆記用具
料金 100円(保険代含む)

② 軽やかストレッチ

日時 3月15日(金)、27日(水)午前10時～11時30分
場所 かのき苑 軽運動室
対象者 町内在住・在勤の方
定員 先着20人
内容 みんなで集まって楽しくワイワイと体をほぐします。
持ち物 水分、ヨガマットまたはバスタオル
料金 100円(保険代含む)

《共通》

就職相談会(しょうがいのある方の相談会)

日時 3月26日(火)、4月23日(火)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 障害のある方が、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。※右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「あん」／☎71-0070

シアのための健康づくり講座 若返り大作戦 さわやか運動編

日時 3月28日(木)午後1時30分～3時30分
場所 精華町交流ホール(町役場2階)
対象者 町内在住のおおむね65歳以上の方
定員 先着70人
内容 参加者と同年代の講師による講話と簡単なエクササイズ。
講師 山根 光子氏(健康運動実践指導者)
持ち物 浴用タオル、飲み物
申込方法 前日までの平日午前8時30分～正午・午後1時～5時に、電話で次のところへ。

関精華町役場福祉課包括ケア推進係／☎95-1904、あんしんサポート南部(精華町南部地域包括支援センター(かのき苑内))／☎94-4573、あんしんサポート北部(精華町北部地域包括支援センター(高齢者総合福祉施設神の園内))／☎94-5677

アクティブ・プラス+
運動に特化した短期集中予防サービス

日時 4月5日(金)～6月25日(火)の火・金曜日(全23回)午前10時～11時30分

場所 精華町社会福祉協議会デイサービスセンター・生きがい健康支援室(2階)

対象者 地域包括支援センターが実施する基本チェックリストに該当する方、もしくは要支援の認定を受けている方

定員 18人

内容 頭と身体のトレーニング

料金 2000円/月

申込方法 お住まいの地域担当の(南部・北部 地域包括支援センター)にご相談ください。

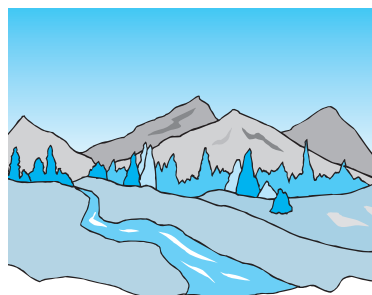
関精華町社会福祉協議会・通所介護課／☎98-3924

いきいき健康ウォーク
馬見古墳群とチュリップ観賞を楽しむ

日時 4月10日(水)午前9時15分集合(近鉄新祝園駅改札前、午後3時30分頃解散(馬見丘陵公園内))
 ※午前7時の時点でNHKニュースの画面左上に表示される天気予報で「奈良県北部」の午前中の降水確率が60%以上の場合、中止します。

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、参加をお断りすることがあります。

コース 近鉄新祝園駅→大和八木駅(乗り換え)→五位堂駅(下車)→かつらぎの道→三吉石塚古墳→竹取公園→馬見丘陵公園(昼食後現地解散・自由散策)※帰路は箸尾駅または池辺駅より7キロ・約1



万1000歩

持ち物 お茶、弁当、帽子、歩きやすい服装・靴、歩数計

※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

主催 せいか健康づくりプロジェクト「いきいき健康ウォーク」

関健康推進課保健予防係／☎95-1905

広告

車のことなら すべてご用命ください

相楽自動車(株) 民間車検

車検、钣金、新車中古車販売、事故救援、自動車保険
 J A京都やましろ、自治労共済、同志社大学指定工場

下粕 ☎94-2541

第13代国際交流員コラム

フアカ・イホウ Huaka'i Hou — 新たな冒険

第7回

Rounding Out the (Fiscal) Year

As we head into March, government offices, private businesses, and schools across Japan are abuzz with activity in preparation for the end of the current fiscal year and the coming new one. While the new calendar year starts on January, April signals the start of the new fiscal year in Japan. April 1st holds broad importance in many aspects of Japanese life. The school year beings around this time as well; and for some fresh university graduates, it's their first step into the working world.

Unlike Japan, a uniform fiscal year tradition is mostly absent in America. The federal government's fiscal year starts in October and ends in September. A majority of state governments start in July and end in June, with the exception of four states (Alabama, Michigan, New York, and Texas) that decided to establish their own system.

New school years are up to the discretion of the school, but most start around late July or early August after a 2-3 month long summer break. Meanwhile, businesses are free to determine their own fiscal years, resulting in a mishmash of different start dates for each company. Naturally, the lack in consistency can lead to confusion on occasion, but the wheels of the economy continue to turn despite it.

Whether you're finishing the fiscal year or school year, be sure to finish strong and carry that momentum into April!

ギギ・ギャヴィン Guigui Gavyn

米国ハワイ州オアフ島出身。
 1993年1月27日生まれの26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。



年度の終わりに

3月に入ると、今年度の締めくくりと新年度の準備で、全国の役所、企業や学校がバタバタしています。新年は1月から始まりますが、日本では、新年度の始まりは4月です。新学年が始まり、新卒の社会人が最初の一步を踏み出す4月1日はすごく大事な日です。

日本と違って、アメリカでは、統一した年度の習慣はありません。連邦政府機関の年度は10月から9月までにわたり、46州の州政府機関は7月から6月までです。残りの4州(アラバマ州、ミシガン州、ニューヨーク州とテキサス州)は独自の年度制度を実施しています。

新学年がいつ始まるかは各学校に任せられていますが、だいたい2～3カ月間の長い夏休みが終わった後、7月下旬または8月上旬に始まります。一方、企業は独自の年度を決定できるため、各会社の年度の始まりは大きく異なります。もちろん、統一していないので混乱も招きますが、国の経済はなんとか進んでいきます。

年度の最終準備をしても、学年の最終の宿題を仕上げて、最後まで頑張って、その調子で新年度を迎えましょう!

精華町とノーマン市

30年以上にわたるフレンドシップ関係

精華町とアメリカのオクラホマ州ノーマン市は姉妹都市であることをご存じですか。2005年9月に精華町とノーマン市が姉妹都市提携を結びました。

1985年から、京都府とアメリカのオクラホマ州が姉妹府州関係を始め、それ以降、精華町とノーマン市も約20年にわたる友好関係を続けてきました。

この間、精華町は関西文化学術研究都市の中心地として、ノーマン市はオクラホマ大学を拠点とした学術研究都市として、互いに共通したまちの成長を続けてきました。姉妹府州20周年にあたる2005年に、姉妹都市提携を締結し、交流の姿を新たにしました。今年で姉妹都市として13年目を迎えます。



ノーマン市の旗

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	桑原・船津【注1】	桑原	荒川
内科 2（午前）	稲田	稲田	稲田	奥	稲田	井上衛・福田【注2】
内科 3（午前）				本城【注3】		稲田
内 科（午後）		稲田・本城【注5】			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	井上重	千保		
皮膚科（午前）	松吉			松吉		
内視鏡（午前）						小梶【注4】
歯科（午前・午後）	竹内・東	竹内・栗岡	栗岡・谷	竹内・栗岡	竹内・栗岡	竹内・林
血液透析	小倉	小倉・川村	藤井	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】桑原医師は第2・4週、船津医師は第1・3・5週【注2】福田医師は第2週のみ【注3】一般内科および物忘れ外来再診【注4】第2・4週【注5】本城：物忘れ外来初診（予約）
※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・矯正歯科・口腔外科・小児歯科。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）
☎94－2076・☎93－2818

相楽休日応急診療所の日程					
3月	3日（日）	小	4月	7日（日）	内
	10日（日）	内		14日（日）	内・小
	17日（日）	内		21日（日）	内・小
	21日（祝・木）	小		28日（日）	内・小
	24日（日）	内・小		29日（祝・月）	内・小
	31日（日）	内・小		30日（祝・火）	内

凡例：内＝内科・小＝小児科
※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などでの診察となる場合があります。
※受診前に、電話でご確認ください。
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）☎73－9988

平日夜間・休日の小児救急	
月～水・金	田辺中央病院（☎63－1111）
木	京都山城総合医療センター（☎72－0235）
土	学研都市病院（☎98－2123）
日・祝	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ご確認ください。	
※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☎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）	

日本人の死亡原因の第4位は肺炎です。肺炎で死亡する人の97％は65歳以上で、90歳以上では死亡原因の第2位になります。

とりわけ高齢者の肺炎の70％以上が誤嚥（えん）に関係していると言われています。食べ物や飲み物を飲み込むことを嚥下（えんげ）と言います。嚥下障害があると食べ物や飲み物、胃液などが誤って気管や気管支内に入ります。これが誤嚥です。

誤嚥によって細菌が唾液や胃液と一緒に肺に流れ込んで起こる肺炎が誤嚥性肺炎です。嚥下障害のある高齢者では再発を繰り返すため、耐性菌が発生して抗菌剤が効きにくくなってしまいます。そのため治療が難しく高齢者の死亡原因となっています。

寝たきりの方や介護を受けている方に多い肺炎ですが、健康な方でも加齢による嚥下機能の低下や脳血管障害、パーキンソン病などの神経疾患などで咳反射や

健康に効く処方せん

誤嚥性肺炎にご注意

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。48回目の今回は、飯田医院（木津川市）の医師・飯田泰啓さんのお話です。

嚥下機能が低下すると起こりやすくなります。食事のときは問題なく飲み込めていても、眠っているときなど、知らない間に鼻、のど、口腔内の分泌物の誤嚥を繰り返していることもあるので注意が必要です。

嚥下性肺炎では発熱、せき、喀痰（痰を吐くこと）などの症状を訴えないことも多く、何となく元気がない、身体がだるいだけのこともあります。食事中にむせ込む、常に喉がゴロゴロ鳴っている、唾液が飲み込めない、食事に時間がかかる、痰が汚いなども疑わしい症状です。重症になると、血液中の酸素濃度が低下して呼吸不全で命に係わることにもなります。

予防のためには、食後すぐに横にならないで、2時間程度座っている、少しずつ食べ物を口に入れて、よく嚥んでゴックンと顎を引いて飲み込むなどの飲食時の意識付けや誤嚥予防の体位保持が重要です。睡眠中の誤嚥を予防する簡単な方法は、睡眠時に頭の位置を少し上げておくことです。また、口の中の雑菌を減らして清潔を保って、嚥下反射を改善させるための口腔ケアに心がける事も必要です。肺炎球菌は誤嚥性肺炎の主な起因菌の一つですので、肺炎球菌ワクチン接種も大切な予防対策の一つです。

問相楽医師会☎73－8222（火・水・金曜日午後2時～4時）



嚥下機能が低下すると起こりやすくなります。食事のときは問題なく飲み込めていても、眠っているときなど、知らない間に鼻、のど、口腔内の分泌物の誤嚥を繰り返していることもあるので注意が必要です。

嚥下性肺炎では発熱、せき、喀痰（痰を吐くこと）などの症状を訴えないことも多く、何となく元気がない、身体がだるいだけのこともあります。食事中にむせ込む、常に喉がゴロゴロ鳴っている、唾液が飲み込めない、食事に時間がかかる、痰が汚いなども疑わしい症状です。重症になると、血液中の酸素濃度が低下して呼吸不全で命に係わることにもなります。

予防のためには、食後すぐに横にならないで、2時間程度座っている、少しずつ食べ物を口に入れて、よく嚥んでゴックンと顎を引いて飲み込むなどの飲食時の意識付けや誤嚥予防の体位保持が重要です。睡眠中の誤嚥を予防する簡単な方法は、睡眠時に頭の位置を少し上げておくことです。また、口の中の雑菌を減らして清潔を保って、嚥下反射を改善させるための口腔ケアに心がける事も必要です。肺炎球菌は誤嚥性肺炎の主な起因菌の一つですので、肺炎球菌ワクチン接種も大切な予防対策の一つです。

問相楽医師会☎73－8222（火・水・金曜日午後2時～4時）

花いっぱい大作戦の会
さえずり小道周辺の下草刈り

日時 3月16日（土）午前10時～正午
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。
服装 軍手、汚れてもいい服装でお越しください。
※活動の詳細は、メーリングリストの登録が必要です。
※雨天時はお問い合わせください。

こども絵画教室「アトリエこも・ど」第9回作品展

日時 3月29日（金）～31日（日）午前9時～午後5時 最終日は午後4時まで
場所 水景園 観月楼 ギャラリー月の庭
内容 幼児から中学生の子どもたちによる絵画・工作・造形作品の展示です。
料金 庭園入園料 95～1905

水景園の案内

入園料 一般200円・小中学生100円
開園時間 午前9時～午後5時
定休日 12月28日～1月4日
※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。
問けいはんな記念公園管理事務所／

けいはんな映画劇場（3月）空飛ぶタイヤ

日時 3月15日（金）・16日（土）①午前10時30分②午後1時30分③午後6時30分④（16日の③は午後4時15分）
場所 メインホール
チケット 一般1000円・小学生・60歳以上・けいはんなプラザ友の会会員700円（当日券）

けいはんなタイ・フェスティバル

日時 3月23日（土）・24日（日）午前10時～午後5時
場所 日時計広場 イベントホールほか
※公共交通機関での来場に協力をお願いします。
内容 タイとの交流を契機にタイ・フェスティバルを開催します。美味しいタイフードを堪能し、タイの音楽・舞踊・ミニ講演をお楽しみください。
問（株）けいはんな事業部／☎95－1115

けいはんな記念公園の催し物

第10回相楽木綿作品展

日時 3月11日（月）～17日（日）午前10時～午後5時
場所 水景園 観月楼 ギャラリー月の庭
内容 明治初期～昭和10年代に相楽地区で作られていた木綿の、復元と伝承を目指す相楽木綿の会の作品発表展。同会主催の相楽木綿織り教室の生徒の作品も併せて展示。
料金 庭園入園料

第3回親子で楽しもう！せいかお宝発見ウォーク

日時 3月24日（日）午前9時～正午（受付は午前10時30分まで）〔警報発令時は中止〕
場所 芝生広場
内容 自然のお宝発見ウォークラリーを開催。親子でワクワクを体験！
問まち歩き・お宝発見ウォーク実行委員会（健康推進課内）／☎95－1905

春色コンサート～声楽アンサンブル～

日時 3月31日（日）午後2時～3時
場所 水景園 観月楼 地階
内容 声楽アンサンブル「幸の会」の皆さんが出演。春のひとときに童謡やクラシックの合唱をお楽しみください。
料金 庭園入園料

けいはんなプラザの催し物

けいはんなプラザ・プチコンサート

日時 ①3月13日（水）②27日（水）午後0時15分～45分
場所 アトリウムロビー
曲目 ①E・エルガー…愛の挨拶 作品12 ②岡野貞一…朧月夜、プッチーニ…オペラ「蝶々夫人」よりあの桜の枝を揺すって花の二重唱
問けいはんなプラザ・プチコンサート実行委員会（業務委託先 My Rhythm音楽事務所）／☎95－3361（担当…加賀見・中村）

けいはんなタイ・フェスティバル 特別上映 すれ違いのダイアリーズ

日時 3月23日（土）①午前10時30分②午後1時30分③午後4時15分※24日（日）は上映なし
場所 メインホール
料金 500円※当日券のみ、各種割引券使用不可
問（株）けいはんな事業部／☎95－1115

※前売り券はありません。
問（株）けいはんな事業部／☎95－1115

3月

6 日(水)	むくのきセンターアリーナー一般開放(卓球デー) むくのきセンター（15：00～17：00）
8 日(金)	1歳6カ月児健康診査 保健センター（13：00～）
9 日(土)	認知症カフェ DON Café どんぐりハウス（下狛中垣内96－1） （13：00～16：00）
11 日(月)	シルバー人材センター趣味の教室(絵てがみ教室) シルバー人材センター（10：00～14：00） シルバーさろん シルバー人材センター（10：00～15：00）
12 日(火)	2歳児歯科健康診査 保健センター（13：00～）
13 日(水)	3歳6カ月児健康診査 保健センター（13：00～） むくのきセンターアリーナー一般開放(卓球デー) むくのきセンター（15：00～17：00）
19 日(火)	絆カフェ 社協デイサービスセンター（11：30～15：30） 9～10カ月児健康診査 保健センター（13：00～）
20 日(水)	3～4カ月児健康診査 保健センター（13：00～） むくのきセンターアリーナー一般開放(卓球デー) むくのきセンター（15：00～17：00）
23 日(土)	認知症カフェ DON Café どんぐりハウス（下狛中垣内96－1） （13：00～16：00）

3月の納税・納付

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などが
ありますのでご注意ください。

○国民健康保険税(普通徴収分)……………第10期分
○後期高齢者医療保険料(普通徴収分)……………第9期分
○介護保険料(普通徴収分)……………第9期分
○保育料……………3月分
○放課後児童クラブ利用料……………3月分
○水道料金・下水道使用料……………3月分

24日(日) むくのきセンターアリーナー一般開放(ほほえみスポーツ広場)
むくのきセンター（9：00～12：00）

27日(水) パパママ教室～育児編～
保健センター（13：30～15：30）
むくのきセンター休館

28日(木) シニアのための健康づくり講座～さわやか運動編～
精華町交流ホール(町役場2階)
（13：30～15：30）



4月

1 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～） むくのきセンター休館
2 日(火)	シルバー人材センター趣味の教室(絵てがみ教室) シルバー人材センター（10：00～14：00） シルバーさろん シルバー人材センター（10：00～15：00）
3 日(水)	むくのきセンターアリーナー一般開放(卓球デー) むくのきセンター（15：00～17：00）
10 日(水)	シルバーさろん シルバー人材センター（10：00～15：00） シルバー人材センター趣味の教室(デッサン教室) シルバー人材センター（13：00～15：00） むくのきセンターアリーナー一般開放(卓球デー) むくのきセンター（15：00～17：00）
12 日(金)	1歳6カ月児健康診査 保健センター（13：00～）
13 日(土)	認知症カフェ DON Café どんぐりハウス（下狛中垣内96－1） （13：00～16：00）

人の動き(平成31年2月1日現在)

人 口 3万7445人(－21)
男 1万8046人(－7)
女 1万9399人(－14)
世帯数 1万4911世帯(－2)
〔()内は前月比〕

火災・救急・救助件数(1月)

火 災 1件(1／＋1)
救 急 151件(151／＋14)
救 助 1件(1／±0)
〔()内は平成31年中の累計／前年同月比〕

今月の各種相談日

- ▶**人権・なやみごと相談**
日時：3月15日(金) 13：00～16：00
場所：町役場 201会議室（2階）
問人権啓発課☎95－1919・総務課☎95－1910
- ▶**精華町こころの相談室**
日時：3月13日(水)・22日(金)・25日(月)、4月4日(木) 10：00～15：00
〔要申し込み＝☎ 98－3909（申し込み専用・平日 10：00～12：00・13：00～16：00）〕
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：3月20日(水) 13：30～15：00
場所：町役場 打ち合わせコーナー（2階）
- ▶**ハローワーク京都田辺出張相談会**
日時：3月22日(金) 13：00～15：30（受付15：00まで）
場所：町役場 201会議室（2階）
- ▶**障害者生活相談**
日時：3月28日(木) 13：30～15：00
場所：町役場 打ち合わせコーナー（2階）
問福祉課☎95－1904

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)**

企画調整課 TEL 95－1900 ・FAX 95－3971 ✉kikaku@town.seika.lg.jp	健康推進課 TEL 95－1905 ・FAX 95－3974 ✉kenko@town.seika.lg.jp
総務課 TEL 95－1910 ・FAX 93－2233 ✉soumu@town.seika.lg.jp	環境推進課 TEL 95－1925 ・FAX 95－3974 ✉kankyo@town.seika.lg.jp
危機管理室 TEL 95－1928 ・FAX 93－2233 ✉kiki@town.seika.lg.jp	産業振興課 TEL 95－1903 ・FAX 95－3973 ✉sangyou@town.seika.lg.jp
財政課 TEL 95－1914 ・FAX 93－2233 ✉zaisei@town.seika.lg.jp	監理課 TEL 95－1909 ・FAX 95－3973 ✉kanri@town.seika.lg.jp
情報政策室 TEL 95－1924 ・FAX 93－2233 ✉joho@town.seika.lg.jp	建設課 TEL 95－1901 ・FAX 95－3973 ✉kensetsu@town.seika.lg.jp
総合窓口課 TEL 95－1915 ・FAX 95－3974 ✉madoguchi@town.seika.lg.jp	都市整備課 TEL 95－1902 ・FAX 95－3973 ✉toshi@town.seika.lg.jp ※区画整理係 TEL 95－5300
税務課 TEL 95－1916 ・FAX 95－3974 ✉zeimu@town.seika.lg.jp	会計課 TEL 95－1913 ・FAX 95－3975 ✉kaikei@town.seika.lg.jp
人権啓発課 TEL 95－1919 ・FAX 95－3974 ✉jinken@town.seika.lg.jp	学校教育課 TEL 95－1906 ・FAX 94－5176 ✉gakkyou@town.seika.lg.jp
福祉課 TEL 95－1904 ・FAX 95－3974 ✉fukushi@town.seika.lg.jp	教育支援室 TEL 95－1923 ・FAX 94－5176 ✉edu-shien@town.seika.lg.jp
子育て支援課 TEL 95－1917 ・FAX 95－3974 ✉kodomo@town.seika.lg.jp	生涯学習課 TEL 95－1907 ・FAX 94－5176 ✉shogaigakushu@town.seika.lg.jp

- ▶**社協ふくし&相続相談**
日時：①3月12日(火) ②3月22日(金) ③4月9日(火) 13：00～16：00（要申し込み）
場所：①③せいかガーデンシティ2階②かしのき苑
- ▶**社協法律相談**
日時：3月13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
※過去3カ月で受けていない方を優先します。
問精華町社会福祉協議会☎94－4573
- ▶**出張年金相談**
日時：3月27日(水) 10：00～16：00（要申し込み＝平日8：30～17：00）
場所：木津川市役所 北別館
問京都南年金事務所☎075－643－2620
- ▶**無料税務相談**
日時：3月22日(金) 13：30～16：30
場所：町役場 相談室1（2階）※要予約
問近畿税理士会宇治支部事務局☎64－6650
- ▶**パソコン基礎相談**
日時：3月13日(水)・20日(水)・27日(水)、4月3日(水) 13：30～16：00
場所：町立図書館前交流スペースまたは201会議室（町役場2階）
問情報政策室☎95－1924

町立図書館 TEL 95－1911 ・FAX 95－3976 ✉tosh@town.seika.lg.jp	こまだ保育所 TEL 94－3400 ・FAX 94－3780 ✉komada-h@town.seika.lg.jp
議会事務局 TEL 95－1908 ・FAX 95－3972 ✉gikai@town.seika.lg.jp	いけたに保育所 TEL 72－3530 ・FAX 72－3744 ✉iketani-h@town.seika.lg.jp
上下水道課 TEL 95－1912 ・FAX 93－1243 ✉jyogesui@town.seika.lg.jp	ひかりだい保育所 TEL 95－3651 ・FAX 95－3652
経理営業課 TEL 94－2049 ・FAX 93－1243 ✉keirieigyo@town.seika.lg.jp	せいかだい保育所 TEL 98－3866 ・FAX 98－3855
消防本部 TEL 94－5119 代・FAX 94－5493	人権センター 交流会館 TEL 94－3696 ・FAX 94－5679
総 務 課 TEL 94－4473 ✉shoubousoumu@town.seika.lg.jp	人権センター 児童館 TEL 94－5679 ・FAX 94－5679
予 防 課 TEL 94－4397 ✉shoubouyobou@town.seika.lg.jp	かしのき苑 TEL 94－5200 ・FAX 93－2278
警 防 課 TEL 94－4387 ✉shouboukeibou@town.seika.lg.jp	むくのきセンター TEL 98－0200 ・FAX 98－0118
指 令 課 TEL 94－4197 ✉shouboushirei@town.seika.lg.jp	環境の森センター・きづがわ TEL 72－1010 ・FAX 72－1020
消防署 TEL 94－5630 ・FAX 94－5493 ✉shoubousho@town.seika.lg.jp	お電話の際は、おかけ間違いのないよう十分にご注意ください。
ほうその保育所 TEL 94－3530 ・FAX 94－3812 ✉housono-h@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があります。精華町社会福祉協議会事務局や町立図書館で貸し出していますので、ご利用ください。テープの配達も行いますので同協議会(☎94－4573)にお問い合わせください。
●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。
●1月4日より午前8時30分～午後5時15分以外は、ダイヤルインでは電話がかかりません。代表番号におかけください。

大人の本

『うちのご飯の60年』阿古 真理
『パンの文化史』舟田 詠子
『パンラボ』池田 浩明
『わらのごはん』船越 康弘・船越 かおり
『有元葉子のご飯料理』有元 葉子
『サンドイッチノート』柴田書店(編)
『奈良まちはじまり朝ごはん』いぬじゅん
『卵のふわふわ』宇江佐 真理
『真夜中のパン屋さん 午前0時のレシピ』大沼 紀子
『あつあつを召し上がれ』小川 糸
『今日もごちそうさまでした』角田 光代
『ほかほか路ごはん』坂井 希久子
『最後の晩ごはん 旧友と焼きおにぎり』梶野 道流

『パン屋を襲う』村上 春樹
『かもめ食堂』群 ようこ
『食堂のおばちゃん』山口 恵以子
『ランチのアッコちゃん』柚木 麻子
『ごはんの時間 井上ひさしがいた風景』井上 都
『こんがり、パン』赤瀬川 原平ほか

子どもの本

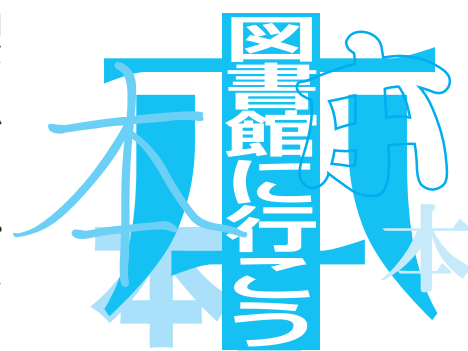
『世界が見えてくる身近なもののはじまり 1パン』井田 ゆき子
『ごはんはおいしい』ぱくきょんみ
『あつあつほかほか! ごはん』小松 光一(監修)
『つくってあそぼう 10 パンの絵本』かたおか ふさこ
『カレー男がやってきた!』赤羽 じゅんこ
『すずめのおくりもの』安房 直子
『魔女の宅急便』角野 栄子
『ごはん たべよ』大阪YWCA千里子ども図書館
『ぼんちんぱん』柿木原 政広
『からすのパンやさん』かこ さとし
『ねこのパンやさん』ポージー・シモンズ

○第7回 子ども読書本のしおりコンテスト 作品展示

京都府教育委員会・京都府図書館等連絡協議会主催の「子ども読書本のしおりコンテスト」の入賞作品と町内の方の応募作品を展示します。

- ・期間 3月13日(水)～24日(日)の開館日
- ・場所 町立図書館

朝食は、ごはんとパンどっち派ですか？
主食として今や、両者の支持は拮抗しているかもしれない。まして、朝はパン、昼は麺、夜はごはんというパターンもよくありますよね。ほかほか炊き立てごはんも、こんがり焼き立てパンも、どちらもたまりません。今月は、ごはんとパンにまつわる本を紹介します。



今月のテーマ 「ごはんとパン」

亡くなった家で暮らしています。そんなテツコに恋人の岩井さんが突然プロポーズ。なんとなく続いていたギフとテツコの平穏な生活に波風が立ち始め…。人が変わってゆくことの過酷さ、また、だからこそ人は救われるという言葉が胸を打ちます。登場人物たちすべてが愛おしくなってしまう珠玉の一冊です。



『昨夜のカレー、明日のパン』

木皿泉

28歳のテツコは、夫のカズキ亡き後もカズキの父を「ギフ」と呼び、義母も夫も

おむすびとニワトリのみるとんくんも全部詰めました。そして、駅に向かったハンジユクさんに、いろいろ不思議なことが起こります。このお話は、ページの最後の言葉が次のページの始めの言葉にしりとりでつながっていく、おもしろいお話です。繰り返し何回も読んで楽しんでください。



『とさかにごはん』

スズキ コージ

ある日、旅に出ることにしたハンジユクさん。リュックに下着や歯みがきセット、

休館日と移動図書館車「あおぞら号・バーバパパ」の運行予定

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1 D	2
3	4	5 A	6 B	7 C	8 H	9
10	11	12 E	13 F	14 G	15 D	16
17	18	19 A	20 B	21	22 H	23
24	25	26 E	27 F	28 G	29	30
31						

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 A	3 B	4 C	5 D	6
7	8	9 E	10 F	11 G	12 H	13
14	15	16 A	17 B	18 C	19 D	20
21	22	23 E	24 F	25 G	26 H	27
28	29	30				

■：休館日、A～H：移動図書館の巡回場所……A：①谷(集会所前)②僧坊(京都廣学館高校前)③舟(集会所前) B：①南(新祝園駅東側駅前広場)②北ノ堂(集会所前)③菱田(集会所前) C：①旭(集会所前)②東(人権センター駐車場)③中久保田(集会所前) D：②乾谷(集会所前)③東畑(集会所グラウンド) E：①中(集会所前)②滝ノ鼻(防火水槽西側)③桜が丘一丁目(集会所前) F：①精華台(三丁目集会所

前)②桜が丘二丁目(池谷公園前)③山田(自治会駐車場) G：①菅井(集会所前)②西北(三角田北駐車場)③里(精北小学校前) H：①馬淵(集会所前)②光台(ひかりだい保育所駐車場)③柘榴(出荷場前)
①午後1時20分～2時10分②午後2時30分～3時20分③午後3時40分～4時30分

岡町立図書館 ☎ 95-1911・☎ 95-3976 [午前10時～午後6時(土日は午前9時～午後5時)]

この印刷物が不要になれば、「その他のリサイクルできる紙」または「雑誌」として古紙回収に出してください。