



## いちご



NO. 293

せいちょう せいりょう せいりょう  
精華町やさしい日本語版広報紙れいぞうこせいりょう しょうひん さくげん  
冷蔵庫整理で食品ロス削減！もくじ  
目次れいぞうこせいりょう しょうひん  
冷蔵庫整理で食品ロス削減！ 1すく いのち すく  
救う命を救えるために 2ちょう  
町のニュース 3-4ちょう  
町のイベント 4-5QUICK LIST +  
あすなろCOOKING 6しせつ  
施設のスケジュール 7すば せいちょう  
素晴らしい精華町 8れんらくじょうほう  
連絡情報 8つき ことば  
月の言葉 8せいちょう  
精華町のPRマスコット  
きょうまち  
京町せいかていきてき れいぞうこ かたづ  
「定期的に冷蔵庫を片付  
けなことだけで食品ロスを  
削減できますので、片付  
けは頑張りましょう！」やく せたい ふつかかん も なか はい  
約50世帯・2日間の燃やすごみの中に入っ  
ていた「手つかず食品」また、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分かりまし  
た。いた まえ のこ た しょうひん も わりさくげん  
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  
あたり年間約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、精華町はこの倍の量を廃棄しています。ほんとうに  
「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、食品ロス削減に向けて、次の3つの取り組み  
を推進します。ぜひご家族で取り組んでください。しゅう いちど れいぞうこ かたづ  
週に一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

いっしょ がんば しょうひん さくげん  
一緒に頑張っ、食品ロスを削減しましょう！



すく いのちすく  
救える命 救うために

全国的に救急車の適正利用についての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件を上回っており(1日・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。



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、本当に救急車を必要としている方、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。苦しんでいる人が救急車を待たなくてははいけないのでは、救急車の本当の意味がなくなってしまうです。自分が良ければそれでいいのではなく、人のことを考え思いやる気持ちが大事です。

今後も住民みんなで助けあい、本当に救急車を必要としている方が救急車を利用できるように、救急車の適正な利用にご協力をお願いします。

きゅうきゅうしゃ たいせつ きゅうきゅういりょうしげん  
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、大切な救急医療資源です。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出来るために適正な利用を心がけましょう。



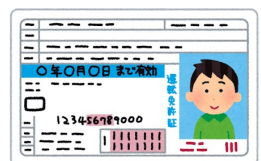
★ガソリンの携行缶販売に本人確認などが求められます!!

令和元年7月18日に発生した京都市伏見区の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です。





## す 住みよいまちにするために — こ ぎかい 子ども議会

れいわ がんねん どせい ちやう こ ぎかい ちやうやくば かい  
令和元年度精華町子ども議会を7月25日（木）、町役場6階の  
ぎかい ぎじょう おこな  
議会議場で行いました。

この取り組みは、子どもたちが精華町を住みよいまちにするため  
ひ おも こ ぎいん ていあん しつもん  
に、日ごろ思っていることを、子ども議員となって提案・質問し、  
たい ちやうちやう きやういくちやう かんが かんそう いけん の  
それに対して町長や教育長が考えや感想・意見などを述べる  
へいせい ねん ど はじ じっし いらい こんかい かいめ むか  
もので、平成2年度に初めて実施して以来、今回で29回目を迎えます。

しゅつせき こ ぎいん ちやうない しょうがっこう ねんせい だいひやうごうけい  
出席した子ども議員は、町内5小学校の6年生の代表合計1  
にん ぎじょう だいひやうしつもん ひとり しつもんだい た せい ちやうちやう  
5人。議場での代表質問では、一人ずつ質問台に立ち、精華町を  
す ていあん おこな  
より住みやすくするための提案を行いました。

ちやう もんだい えがお まち たの こうえん りやう  
「町のさまざまなごみ問題」「笑顔でくらせる町にするために」「楽しく公園を利用するため  
しつもん ていあん ていあん たい ちやうちやう きやういくちやう  
に」などの質問や提案がありました。提案ひとつひとつに対し、町長と教育長は、これまでの  
と く こんご てんぽう の  
取り組みのほか、今後の展望を述べました。

だいひやうしつもん あと ちやうちやう こ ぎいん きねんひん ぞうてい おこな  
また、代表質問の後、町長から子ども議員に記念品の贈呈が行われました。



## マイナンバーQ&A

つうち ふんしつ ばあい  
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。

### A. <通知カードを紛失した場合>

けいさつ いしつとどけ ていしゅつ じゅりばんごう ひか あと やくば つうち  
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  
ふんしつとどけ ていしゅつ つうち さいはつこうしんせい てすうりやう まい  
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  
しやかい むりやう しんせい  
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>

き の うていし てつづ ひつよう こじんばんごう  
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  
でんわ あわ けいさつ いしつとどけ だ じゅりばんごう ひか あと  
-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、  
み ばあい やくば ふんしつ はいしとどけ ていしゅつ  
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  
さいしんせい てすうりやう まい でんししょうめいしよ  
再申請(手数料1枚800円+電子証明書200円)してください。

み ばあい やくば き の うていし かいじよ てつづ  
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。  
かくしゅてつづ うんでんめんきよしやう ほんにんかくにんしよるい ひつよう くわ と あ  
※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。  
しんせい かおじやしん ひつよう げんざいむりやう しやしん さつえい じっし  
※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。





ちょう  
町のニュース

う みず  
打ち水でヒンヤリ 7月26日(金)

打ち水イベントで涼を取る打ち水イベントを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、町商工会青年部の協力をを受けて開催しています。

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。



おやこ  
親子でクラシックコンサート 8月4日(日)

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ists」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。



ちょう  
町のイベント

きょうしつ だい き  
ハワイアンフラ教室(第2期)

内容: ゆったりとしたハワイアンミュージックにあわせて、踊ることで無理なく  
体幹を鍛えて、心と身体を癒してくれます。

日時: 10月7日・21日・28日、11月11日・18日・25日の各月曜日(計6回)  
午後1時30分～2時30分

場所: むくのきセンター 道場

対象者: 18歳以上の方

定員: 先着20人

持ち物: タオル、筆記用具、飲み物、靴下(冷対策)

料金: 3000円

申込方法: 9月24日(火)までの午前8時30分に、直接むくのきセンターへ。

※申し込み後のキャンセル不可。





ちょう  
町のイベント



かんげつ ゆう  
観月の夕べ

内容: 「月夜の音楽会」で生演奏を聴きながら、観月橋から中秋の名月を眺め、秋の夜長を楽しみませんか。

日時: 9月14日(土)・15日(日) 午後5時30分～9時  
場所: 水景園  
料金: 無料

つき みちやかい  
お月見茶会

内容: 観月の夕べ当日開催のお茶席。立礼でお点前の披露があります。

日時: 9月14日(土) ①午後1時～4時30分、②午後5時30分～9時  
各回30分前に受付終了

場所: 水景園 観月楼  
料金: 500円(お茶菓子付き)

※別途庭園入園料が必要  
※雨天の場合は ①開催 ②中止



だい かい つき てん  
第14回 月のアート展

内容: 公園のシンボルの「月」をテーマにさまざまなジャンルのアート作品が展示されます。

日時: 9月14日(土)～10月6日(日) 午前9時～午後5時  
(夜間営業日は延長)

場所: 水景園 観月楼 ギャラリー 月の庭  
料金: 庭園入園料(200円)

AUTUMN JAZZ Part 1

内容: 秋の夕暮れの日本庭園でジャズを楽しみませんか。ゲストは銀音じゃず楽団のみなさます。

日時: 10月5日(土) 午後6時～7時  
料金: 庭園入園料(200円)





## あすなろ COOKING

にほんりょうり すこ み おも かい つか じぶん いえ  
日本料理を少しだけ身につけたいと思いませんか。あすなろ会のレシピを使って、自分の家で  
にほんりょうり つく こんかい ようふう  
も日本料理を作ってみましょう！今回は、「トマトの洋風スープ」です！

### ● 材料(2人前)

|                      |                           |
|----------------------|---------------------------|
| トマト…………… 130g        | こけい<br>固形スープのもと…………… 2.6g |
| ベーコン…………… 10g        | みず<br>水…………… 300cc        |
| えのきだけ…………… 50g       | しお<br>塩・こしょう…………… 適量      |
| こまつな<br>小松菜…………… 20g |                           |



### ● 作り方

1. トマトはヘタをとり、1.5<sup>センチ</sup>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<sup>センチ</sup>幅に切る。
4. 小松菜は1<sup>センチ</sup>幅に刻む。
5. 鍋に固形スープのもと、水をいれ沸騰させる。
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。

### ● 栄養情報(1人前)

|       |        |                         |      |
|-------|--------|-------------------------|------|
| エネルギー | 41kcal | たんぱく質<br>しつ<br>しょくもつせんい | 1.9g |
| カルシウム | 24mg   | 食物繊維                    | 1.8g |
| 脂質    | 2.2g   | えんぶん<br>塩分              | 0.6g |



## QUICK LIST

クイックリストへようこそ！すぐ使える  
おもしろ たんご しょうかい  
面白い単語を紹介しします。

こんげつ ぎょるい  
今月のテーマ：魚類

フィードバックをお願いします！このリ  
ストはじゅうぶん？ 学びたいことがあ  
りましたらお気軽に教えてください！



1. 鮭 - salmon
2. 鮑 - abalone
3. 鮪 - tuna
4. 鯨 - whale
5. 鰯 - European pilchard / sardine
6. 鯰 - Japanese catfish
7. 鰯 - Japanese mackerel
8. 鯛 - sea bream
9. 鰹 - skipjack tuna / bonito
10. 秋刀魚 - Pacific saury
11. 海老 - shrimp
12. 帆立 - Japanese scallop
13. 牡蠣 - oyster
14. 蟹 - crab

単語



ちょう  
町のイベント

けいはんなプラザ・プチコンサート

けいはんなプラザのアトリウムロビーで開催されるミニクラシカルコンサートシリーズ。2つのセッションがあります。

きよくもく

曲目:

① 喜びの島／ドビュッシー

バイオリンソナタ／ドビュッシー

にちじ

日時:

① 9月18日(水) 午後0時15分～0時45分



せいかちょう しせつ

精華町の施設のスケジュール

そうらくきゅうじつおうきゅうしんりょうじょ

相楽休日応急診療所のスケジュール※

| ひ<br>日にち  | しんりょうかもく<br>診療科目    | ひ<br>日にち   | しんりょうかもく<br>診療科目    |
|-----------|---------------------|------------|---------------------|
| 9/8(日)    | ないか しょうにか<br>内科・小児科 | 10/6(日)    | ないか しょうにか<br>内科・小児科 |
| 9/15(日)   | ないか<br>内科           | 10/13(日)   | ないか<br>内科           |
| 9/16(祝・月) | ないか<br>内科           | 10/14(祝・月) | ないか<br>内科           |
| 9/22(日)   | ないか しょうにか<br>内科・小児科 | 10/20(日)   | ないか しょうにか<br>内科・小児科 |
| 9/23(祝・月) | ないか<br>内科           | 10/22(祝・火) | ないか しょうにか<br>内科・小児科 |
| 9/29(日)   | ないか しょうにか<br>内科・小児科 | 10/27(日)   | ないか しょうにか<br>内科・小児科 |

ほけんセンター

| ひ<br>日にち | じかん<br>時間 | しょうさい<br>詳細                 |
|----------|-----------|-----------------------------|
| 9/10(火)  | 午後1時～4時   | さい げつじけんこうしんさ<br>1歳6カ月児健康診査 |
| 9/11(水)  | 午後1時～4時   | さいじしかけんこうしんさ<br>2歳児歯科健康診査   |
| 9/17(火)  | 午後1時半～3時半 | きょうしつ しょくじへん<br>パパママ教室～食事編  |
| 9/19(火)  | 午後1時～4時   | げつじけんこうしんさ<br>3～4カ月児健康診査    |
| 9/25(水)  | 午後1時～4時   | げつじけんこうしんさ<br>9～10カ月児健康診査   |
| 10/1(火)  | 午後1時～4時   | さい げつじけんこうしんさ<br>3歳6カ月児健康診査 |
| 10/4(金)  | 午後1時～4時   | さい げつじけんこうしんさ<br>1歳6カ月児健康診査 |
| 10/8(火)  | 午後1時～4時   | さいじしかけんこうしんさ<br>2歳児歯科健康診査   |

そうらくきゅうじつおうきゅうしんりょうじょ い まえ かなら でんわ

※相楽休日応急診療所に行く前に必ず電話してください  
TEL: 0774-73-9988

むくのきセンター

| ひ<br>日にち | じかん<br>時間      | しょうさい<br>詳細       |
|----------|----------------|-------------------|
| 9/11(水)  | 午後3時～5時        | たつきゅう ひ<br>卓球の日   |
| 9/18(水)  | 午後3時～5時        | たつきゅう ひ<br>卓球の日   |
| 9/25(水)  | —              | きゅうかん<br>休館       |
| 9/29(日)  | 午前9～正午<br>しょうご | ほほえみスポーツ広場<br>ひろば |
| 10/2(水)  | 午後3時～5時        | たつきゅう ひ<br>卓球の日   |
| 10/9(水)  | 午後3時～5時        | たつきゅう ひ<br>卓球の日   |

すば せいにかちょう  
素晴らしい！精華町



にやくおうじ しきかない  
若王寺の敷地内

わたし まち せいにかちょう  
私たちの町、精華町

1955年に発足された精華町は京都府の南西部にあり、京都府の京田辺市と木津川市と奈良県の生駒市の付近です。関西文化学術研究都市の主な町として、歴史を維持しながら文化の創造や科学の推進を重視するまちづくりを取り組んでいます。

せいにかちょう じしや にやくおうじ  
精華町の寺社：若王寺

精華町の下粕に位置している若王寺は平安時代に天台宗の高層・円珍が開いた寺の関連寺院だったと言われています。若王寺には、阿弥陀如来坐像（平安時代後期の作・10～11世紀）、智証大師坐像（重要文化財・平安時代後期の作）、仏教の鐘である梵鐘（桃山時代の作）などいくつかの貴重な文化財が保管されています。精華町には、若王寺を含めてお寺がたくさんあります。若王寺の歴史をもっと知りたい方はぜひ訪問してみてください！

せいにかちょうや くば  
精華町役場  
きかくちょうせい  
企画調整課

きょうとふ そうらくぐん せいにかちょう  
京都府相楽郡精華町  
みなみいなやづまきたじり ばんち  
南稲八妻北尻70番地

TEL: 0774-95-1900

FAX: 0774-95-3971

EMAIL: cir@town.seika.lg.jp

こま とき  
困った時には…

こうほうし しつもん  
広報紙「いちご」について質問あるときは：

せいにかちょう こくさいこうりゅういん れんらく せいにかちょう す いえ とど  
精華町の国際交流員に連絡してください。また、精華町に住んでいて、「いちご」を家に届けて  
ひと れんらく

ほしい人がいましたら、連絡してください！

にほん せいにかつ こま  
日本での生活で困ったときは：

こくさいこうりゅういん れんらく  
国際交流員に連絡してください。

TEL: 0774-95-1900 FAX: 0774-95-3971 EMAIL: cir@town.seika.lg.jp

（国際交流員）または kikaku@town.seika.lg.jp（企画調整課）

しつもん  
ビザなどについての質問があるときは：

きょうとし こくさいこうりゅうきょうかい きょうとしききょうくあわたぐちとりいちよう き せいにかつ  
京都市国際交流協会（京都市左京区粟田口鳥居町2-1）に聞いてください。ビザや生活の  
そうだん まいつき どうようび よやく ひつよう おこな えいご ちゅうごくご かんこくご  
問題などについて相談できます。ビザの相談は毎月の1・3土曜日（予約が必要）に行っています。英語、中国語、韓国語、スペイン  
ご そうだん せいにかつそうだん まいしゅうか ようび にちようび おこな  
語で相談できます。生活相談は毎週火曜日～日曜日の午前9時から午後9時まで行っています。

TEL: 074-752-3511 ホームページ: <http://www.kcif.or.jp/>

せいにかちょう  
精華町がSNSもやっています！

つき ことば  
月の言葉

Facebook



ホームページ



セミ  
Cicada

ちゅうがた むし にほん なつ かっぱつ と き たか  
セミは中型の虫で日本の夏に活発になり、オスは途切れることなく高  
こえ な きゅうあい し ちじょう  
い声で鳴き、メスに求愛することで知られています。セミの地上での  
さいだいじゅみょう しゅうかん せいちょう ねんかん いっしょうがいの たいはん  
最大寿命は2週間ですが、成長には6年間かかって、一生の大半を  
ちちゅう すご むがい とつぜん と ひと と き  
地中で過ごします。無害ですが、突然飛ぶので人にぶつかる時もありま  
なつ き つ

す。夏にセミにぶつからないように気を付けてね！  
きょうとふこくさいこうりゅういん み  
京都府国際交流員のブログを見てみてください！  
<http://tabunkakyoito.wordpress.com/>