

国民年金保険料
離婚したり事実婚関係を解消したりする際、厚生年金の保険料納付記録を当事者間で分割することができます（離婚分割）。分割には、次の2つの方法があります。

双方の合意による請求

婚姻期間中の厚生年金保険料納付記録（標準報酬）は、当事者双方からの請求で分割できます。分割についてと案分割合を合意のうえ、年金事務所に厚生年金の分割請求手続きを行います。
案分割合とは、当事者それぞれの標準報酬の合計額における、分割により増額となる側の分割後の持ち分割合を示したものです。条件は次の通りです。
・平成19年4月1日以降に離婚、または事実婚関係を解消している。
・当事者双方の合意や裁判手続きにより、年金分割の割合を定めている。
・請求期限（離婚をした日の翌日から2年）を経過していない。

3号分割制度による請求

婚姻期間中に国民年金第3号被保険者であった方は、請求することで相手方の保険料納付記録を2分の1ずつ当事者間で分割できます。条件は次の通りです。
・平成20年5月1日以降に離婚、事実婚関係を解消している。
・平成20年4月1日以降に、二人のどちらかに国民年金第3号被保険者期間が

ある。
・請求期限（離婚をした日の翌日から2年）を経過していない。
問 京都南年金事務所お客様相談室 075-644-1165

がんばった人探しています

町民文化・スポーツ賞候補募集
町では、平成28年度精華町民文化賞・同スポーツ賞の選考に向け、皆さんからの推薦を募集しています。

両賞は、町の文化・スポーツの発展に著しく貢献した個人・団体に授与するものです。個人は町内に住所があること、団体は町内に活動の拠点を置いていることが条件です。

推薦は、推薦調書を直接、町役場・生涯学習課（3階）に提出してください
【注】 推薦調書を元に、選考委員会で厳正に選考します。募集は平成29年1月27日（金）まで。表彰の種類は次の通りです。基準は町ホームページをご覧ください。

▽精華町文化賞・文化功労賞・文化奨励賞・ジュニア文化賞・精華町スポーツ賞・スポーツ奨励賞・ジュニアスポーツ賞
【注】 推薦調書は、町ホームページからもダウンロードできます。また、ジュニア文化賞・ジュニアスポーツ賞の推薦は、在学先の学校長の推薦書（形式自由）も必要です。

問 生涯学習課社会教育係 095-1907

知りたい！犬のしつけ方

2月、保健所などで教室

犬のしつけ方教室が2月、山城南保健所などで行われます。犬のしつけ方でお困りの方は、お申し込みください。普段から、ほかの人に迷惑をかけないように、しっかりと犬をしつけましょう。

日時

①平成29年2月3日（金）②10日（金）③17日（金）午後1時30分～2時30分（①のみ3時30分まで、予備日：2月24日（金））

場所

①山城南保健所・講堂
②・③山城広域振興局木津総合庁舎テニスコート（山城南保健所隣）

対象者

2歳未満の犬の飼い主で、木津川市・相楽郡内在住の方
※登録している犬で、狂犬病予防ワクチンやほかの混合ワクチンを接種済みであることが必要です。

定員

①先着20人
※②・③は犬同伴が5人。飼い主のみの見学が15人となります。

内容

①犬の習性・しつけ方・犬の健康管理についての講習（飼い主のみ）
②・③はじめてしつける基本のトレーニング

申込方法

平成29年1月19日（木）午前10時以降に「住所、氏名、電話番号、犬の名前・年齢・種類、登録・注射の有無・実技

希望の有無」を電話で次のところへ。
問 山城南保健所環境衛生室・衛生担当 072-4302

むくのきで自習しよう

むくのきセンターは12月5日（月）～平成29年2月21日（火）、会議室を学習室として開放します。自習や読書などにご利用ください。

一人で自習ができる小学生以上が対象。時間は午前9時～午後8時。午後5時以降は中学生以上のみとなります。

定員は毎日先着10人。料金は100円です。小学生の場合、保護者が利用の手続きをしてください。

注意事項

・グループでの利用はできません。
・ほかの人の迷惑となる行為はご遠慮ください。
・飲食物・ゲーム機は持ち込めません（パソコンは可）。
・食事（昼食のみ）は休憩コーナーをご利用ください。

・音が出るものはご遠慮ください。
・筆記具などの貸し出しはありません。

・12月26日（月）～平成29年1月4日（水）は、休館日のため利用できません。

問 むくのきセンター 098-0200

がんばる人を応援します

文化・スポーツ振興奨励金

広域的な文化イベントを主催する方やスポーツの全国大会などに出場する方に、振興奨励金を支給します。

本年度にイベントの開催や大会への出場が決定した際、申請により奨励金を支給します。開催・出場後には実績報告書の提出が必要です。原則、申請受け付けは平成29年3月末までです。

支給額は内容の規模によって異なります。申請書と実績報告書は、町ホームページからもダウンロードできます。

問 生涯学習課社会教育係 095-1907

飛び立とう世界へ

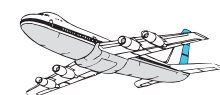
海外体験補助金

町では、海外留学や海外での国際協力活動にかかる費用を補助しています。

補助の限度額は5万円。渡航前の時点で、精華町に継続して1年以上住民登録し、本年度中に満15歳以上になる方が対象です。以前にこの補助を受けた方は受けられません。

希望者は、出国の約1カ月前までを目安に、申請書【注】を直接、下記に提出してください。補助条件は次の通りです。

・自費で30日以上、海外留学や海外での国際協力活動を行うこと（企業などからの派遣や観光旅行は不可）
・帰国後、町が主催する国



シルバー人材センター

「花いっぱい！」表彰

町では「きれいなまちづくり運動」を推進していますが、その一環として、今年も「きれいなまちづくりコンクール」を開催しました。

環境美化を目的に描かれた幼・小・中学校の子どもたちの美化推進ポスターは、各校から合わせて409点が寄せられ、厳正な審査の結果、最優秀賞6人、優秀賞6人の計12人が選出されました。

また美化活動グループ中の各部門で「自治体・団体」4団体と「個人」2人が選ばれ、11月20日（日）の「せいか祭り会

際化推進のための催しなどに積極的に参加し、留学体験などを発表すること
申請時と帰国後に留学などに関する小論文を提出すること
※小論文は町ホームページで公開します。
【注】 町ホームページからもダウンロードできます。

問 企画調整課企画係 095-1900

かしのき苑全館停電

12月10日（出）19日（月）、精華町地域福祉センターかしのき苑は電気設備工事のため全館停電となり、ご利用いただけません。苑内で事業を行っている事業所については次の通りです。

▽精華町社会福祉協議会地域福祉課・南部地域包括支援センター：同協議会デイスーパーセンター2階へ移転。（094-4573・098-13559）

▽かしのき放課後児童クラブ：精華台小学校へ移転予定。利用者には、個々に案内通知しています。「社会福祉法人京都長尾会（せいかだいい保育所内）」098-13866

▽精華町つどいの広場さんりんしゃ：20日（火）まで休館。「NPO法人そら093-13814」

▽喫茶こころ：期間中は休業。「相楽作業所」093-13277
ご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。

問 精華町地域福祉センターかしのき苑 094-15200

入会説明会

日時：12月20日（火）午前10時
対象者：町内在住の60歳以上の方

シルバーさるん

日時：①12月12日（月）②20日（火）③1月13日（金）午前10時～午後3時
※②は「クリスマス会」を開催します。詳しくは27ページをご覧ください。

問 精華町シルバー人材センター 098-0510

木村要町長コラム



地域力、住民力に感謝

さまざまなイベントが催される秋、嬉しいことがたくさんありました。

10月23日、障害児者ふれあいの集い。精いっぱいゲームや競技に挑戦して、笑顔があふれていました。

10月29日、精華西中学校の創立20周年記念式典。全生徒による合唱の発表や卒業生の講演があり、会場は終日にぎわい、希望に満ちていました。

同日、精華中学校で第7回収穫祭。コ

無料おためし期間に注意

今回はインターネットサイトなどの無料おためしサービスに関する相談を紹介します。

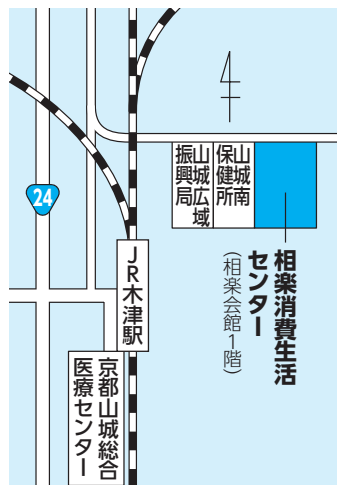
＜Ｑ＞

インターネットショッピングサイトを利用するため会員登録をしようとしたところ、無料会員とは別にいろいろな特典のある特別会員がありました。登録後半年間はおためしで無料だと書かれていたのですが、期間終了後に無料会員に切り替えればよいと思い、特別会員で登録をしました。その後、登録したことを忘れてしまい、クレジットカードの請求で解除していなかったことに気付いたのは、1年近く経ってからでした。すぐに解除しようとしたが解除の方法がよく分かりません。連絡先の電話番号も書かれていないので困っています。(40歳代女性)

＜Ａ＞

無料で一定期間特別なサービスを受けられる、いわゆるおためしサービスはよくあります。ですが、相談のケースのように期限内の解除を忘れてしまうと料金が発生するので注意が必要です。さらに、解除の方法がわからなければ手続きを完了することができず、追加の料金がかかり続けることにもなりかねません。

この相談の場合、消費生活センターで事業者のホームページを調べたところ、やはり電話番号は記載されていませんでした。しかし、メールで対応する窓口の



記載が見つかったので相談者にはそのことを伝え解除手続きをするよう助言しました。

このような期限付き無料おためしサービスはいろいろなところで実施されており、お得だと思って選びがちですが、おためしの期限を忘れないように注意して利用しましょう。

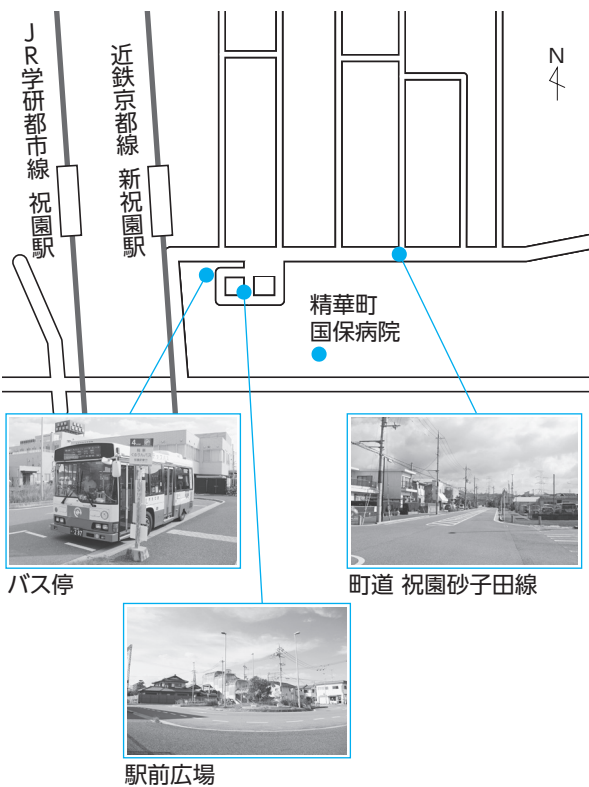
消費生活センターに相談を

困ったときは、相模消費生活センター（木津川市木津上戸15番地・相模会館1階「右地図」）にご相談ください。受付時間は平日の午前9時～午後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、特定非営利法人京都消費生活有資格者の会が受け付けています（☎075-1257-9002）。受付時間は午前10時～午後4時です。

問 相模消費生活センター ☎72-9955

くるりんバス紀行



たまにはちょっと途中下車

北ルートと南ルートの2ルートで運行する精華くるりんバスには、42カ所のバス停があります。このシリーズでは、皆さんに精華くるりんバスをもっと知っていただくため、各バス停付近の注目スポットをご紹介します。普段利用しないバス停にも、少し足を伸ばしてみませんか。

AROUND 12 ～祝園駅東口～

祝園駅西口から北ルートに向けて出発し、8つ目にあるバス停が「祝園駅東口」バス停です。

多くの路線バスが行き来し、にぎやかな印象の西口とは対照的に、乗り入れているバスが精華くるりんバスのみの東口は静かな雰囲気です。

このバス停は精華町国保病院の最寄りのバス停であるため、病院から下泊・菱田方面へ向かう多くの方々に利用されています。

東口から東へと伸びる町道 祝園砂子田線沿いにはハナミズキの木が植えられていて、毎年4月下旬ごろにきれいな花が咲きます。

道路の両側には歩道と街路灯が整備され、散策コースとしても最適です(往復約750m)。

来春、桜の花見シーズンが終わった後は、ハナミズキの花を眺めながら軽く身体を動かしてみたいはいかがでしょうか。

問 都市整備課 まちづくり計画係 ☎95-1902

障害のある人もない人も暮らしやすい社会をめざして



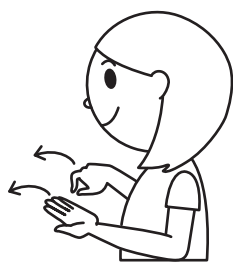
「平成28年4月1日から障害者差別解消法がスタートし、障害のある人が困らないように配慮することが求められています。ここでは、障害のある人との意思疎通の手段の一つとして手話を紹介しています。12月は、「クリスマス」「プレゼント」「サンタクロース」です。「クリスマス」+「プレゼント」と手話で表して、プレゼントを渡してみませんか？

クリスマス



人差し指で「×」の印を作り、左右斜め下へ引き下ろす。もみの木の形を表現。

プレゼント(をする)、贈り物(をする)、土産(をあげる)



左手掌の上方に下向きの右手2指を置き、同時に前へ出す。

サンタクロース



左手拳を左肩の前に置き、丸めた右手を顎から握りながら下ろす。口ひげと袋を担ぐ姿を表現。

問 福祉課 障害福祉係 ☎95-1904

男女共同参画ミニ通信 Vol.49

デートDVってどんなこと？

交際相手との間で起こる暴力のことを「デートDV」といいます。内閣府の調査では、女性の5人に1人、男性の10人に1人が交際相手から暴力を受けています。そして、被害を受けた女性の約6割、男性の約4割が交際相手と別れています【注】。デートDVでは、男女ともに加害者にも被害者にもなりやすく、デートDVが別れる原因の一つになっているといえます。では、具体的にどんなことがデートDVにあたるのでしょうか。

まず知ろう「デートDV」

デートDVは殴る蹴るなどの身体的暴力だけを指すものではありません。交際相手との間でこんなことはありませんか？

- ・髪を引っ張る、物を投げつける
- ・侮辱する、脅す、無視する
- ・頻繁なメールや電話、行動の監視
- ・メールのチェック、交友関係の制限
- ・お金や物を貢がせる、お金を返さない
- ・性行為の強要、性的画像の撮影

何か心あたりがあれば、気づかないうちにデートDVを受けていたり、相手の気持ちを傷つけていたりする可能性があります。 「好き同士なら相手に何をしても許される」「愛しているから相手に何を束縛する」などの間違った思い込みがある

と、相手に執着したり力で支配しようとしたりしがちです。しかし、自分と相手は独立した別の人格です。「彼氏」「彼女」だからといって、相手を自分の思い通りにすることはできません。逆に、相手の気持ちを考えることが必要なのです。

何かおかしいと思ったら

自分が嫌だと思うことは、勇気を出して相手に「辛い」「やめてほしい」と言葉にして伝えましょう。我慢して耐えていると、エスカレートしていくことがあります。「ひどいことをした後、謝ったり優しくしたりする」のを繰り返すのがDVだからです。交際相手からひどいことをされたり、侮辱されたりしても、「好きだから」と許していませんか。対等な関係で築くために、二人の関係を見直してみることが大切です。

何かおかしいと思ったら、友人や信頼できる第三者の意見を聞いてみましょう。まわりの人の方が、二人の関係を客観的に見ることが出来ます。困った時は、早めに相談機関に相談しましょう。

【注】内閣府「男女間における暴力に関する調査」平成26年

問 人権啓発課 男女共同参画係 ☎95-1919



広報 しょうぼう

電気製品からも出火

Vol.278

電気製品による火事にご用心！

近年、オール電化の建物が増加し、電気製品も普及しているなか、火災の発生件数は全国的に減少傾向となつていますが、電気機器などが必ずしも安全というわけではありません。

精華町の火災傾向

過去5年間の火災件数は38件

精華町における、火災の主な出火原因の件数は次のとおりです。

電気機器・配線……………8件
放火・放火の疑い……………5件
こんろ……………5件
野焼き……………4件
タバコ……………3件

このように、電気機器などによる火災が一番多く発生しており、今後も十分な注意が必要です。

電気機器などの火災が増加傾向

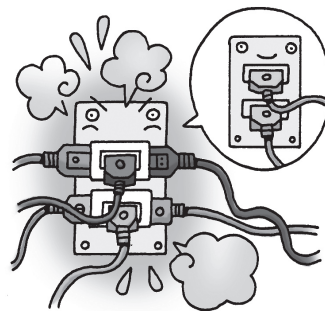
電気機器などは必ずしも火災が起こらないというわけではありません。使用者の不注意から出火に至ったとの報告も多く、経年劣化も無視できません。電気機器などを使用する際はもちろんですが、使用しない際の管理も徹底する必要があります。

精華町では、電気製品の誤使用や過電流などの電気による火災が増加傾向となっております。

電気機器などの安全な取り扱い

電気機器などは、不注意や誤った使用方法から火災になる場合があります。次のことに注意して使用しましょう。

- ① 漏電した際に、電気を逃がすためのアースを取り付けましょう。
- ② 濡れた手で、プラグやスイッチに触れるのはやめましょう。
- ③ 電気量の制限を超えたタコ足配線はやめましょう。
- ④ 電気コードは家具など重いものに挟まれないように気を付けましょう。
- ⑤ 10年以上使用した電気製品は、異常な「音」「振動」「におい」に注意しましょう。



問 精華町消防署 94-5630

大切な家族を守る「住宅用火災警報器」

設置場所

全ての寝室・台所・階段の天井など

消防法などにより全ての住宅で

設置が義務！

※住宅用火災警報器は10年を目安に交換しましょう！



活動のひろば

茶道倶楽部「座」

64

町内で活躍する団体・個人にお話を伺い、その活動などを紹介するこのコーナー。今回は、精華町文化協会茶・華道連盟加盟、茶道倶楽部「座」Ⅱ岡本きくよ代表（北ノ堂地区）ほか部員の皆さんにお話を伺いました。

裏千家茶道を学ぶ

「茶の湯とはただ湯を沸かし点ててのむばかりと知るべし」と、利休道歌にあるように、気を張らずに月3回、かしのき苑の和室でお稽古しています。

気軽に茶道を

「茶道は敷居が高い」というイメージがありませんか？実際は、気軽に体験し

茶を習い、日本文化に出会う

ていただけるものです。茶道の奥深さに魅了されながら楽しく活動しています。

「茶道の作法や立ち振る舞いは、日常生活にも役立ち、楽しくお稽古しています」（60歳代・女性）

「初めて知る茶道の奥深さに感動しながら、なかなか身に付かない頭の衰えにいら立ちつつも、楽しんでいます。先生にも感謝しています」（50歳代・女性）

私たち、お茶を楽しんでいます
～部員の皆さんの声～



丁寧にお茶を点てる

「年をとって、上手にできませんが、何度もうっくり丁寧に教えていただいて、少しでもできるようになりました」（70歳代・女性）

「茶道は、非日常の世界とっていい。最初は戸惑いましたが、作法を習ううちに、どんな意味があるのかを知り、理にかなった動きをしていることに感謝しています」（60歳代・女性）



お稽古の様子

問 茶道倶楽部「座」（代表…岡本）
93-13902



“東光小版”認知症サポーターズ養成講座

東光小学校では、平成24年度より「精華町キャラバンメイト連絡協議会」と連携し「“東光小バージョン”認知症サポーターズ養成講座」を実施しています。

認知症についての正しい知識を身に付ければ、自分に何ができるかを考え出します。相手の気持ちをくんだり、やさしく声をかけたり。そのように、地域の一員として行動する一人ひとりの子どもたちが、これからの町の大きな力になっていきます。まさに「やさしい人づくり・やさしい町づくり」その基盤学習としてふさわしいと考えます。

4年生

4年生では、はじめて講座を受講し、その証に「オレンジリング」を付けてもらいます。講座を受けた児童たちは、お年寄りにやさしくしようという気持ちとともに、それだけではなく、友だちや年下の子どもたちにもやさしくしようと思います。



5年生

5年生では、サポーター模擬体験講座を受けます。寒い雨降りの日に薄着のお年寄り、何度も道を尋ねるお



年寄り、レジで戸惑うお年寄りなどの対応について考え、自分にできることを見つけていきます。

6年生

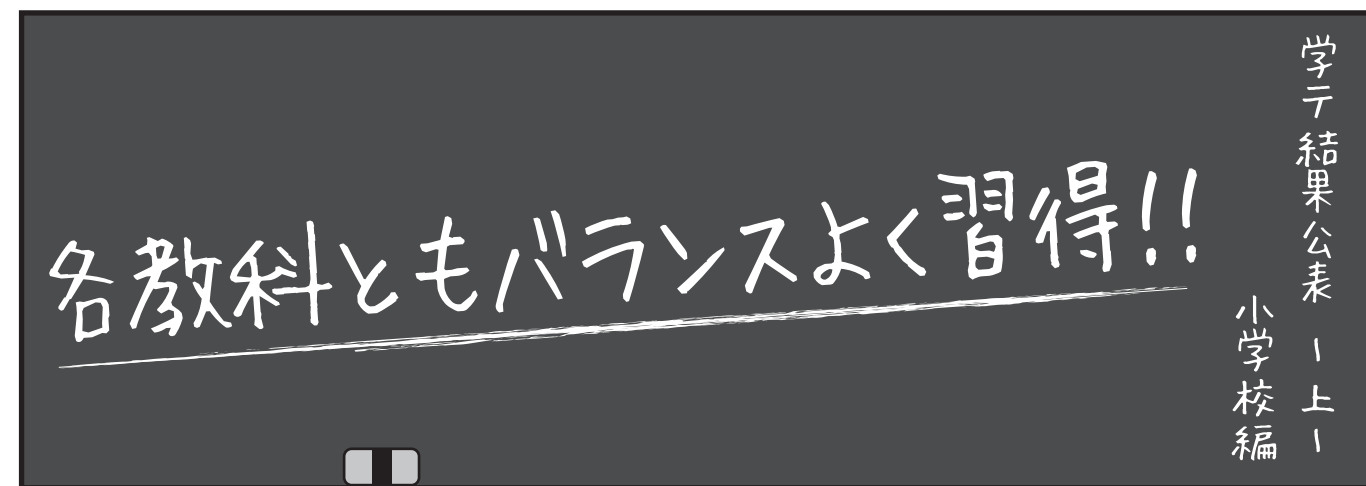
6年生では、高齢者総合福祉施設(特別養護老人ホーム)「神の園」でサポート実習を行います。子どもたちは交流するための準備をして実習に向かうのですが、すべてが自分たちの思い通りに運べるわけではありません。でも、その体験が本当の理解につながります。実習終了後、再びキャラバンメイトの方に、お年寄りの方々の心境などを説明していただき、体験を生かした展望を持つための振り返り学習をします。



オレンジリングを持った児童が毎年増え、まちにやさしさと笑顔があふれてきています。

なお、取り組みの一部はACジャパンのCMで放映中です。ACジャパンのホームページでもご覧いただけます。

問 東光小学校 95-0400・精華町役場 学校教育課 学校教育係 95-1906



4月19日(火)に実施された平成28年度「全国学力・学習状況調査」の結果を3回シリーズでお知らせします。今回はその1回目として、小学校の状況について掲載します。

なお、結果については一度だけのテストであることや、特定された範囲の出題であることを考慮のうえ、ご覧ください。

▼対象者
・小学6年生
389人

▼調査内容
・教科に関する調査
国語
A問題・B問題
算数
A問題・B問題
・質問紙調査
学習意欲・学習方法・学習環境・生活の諸側面などに関する質問紙調査

「A問題」とは…
身に付けておかなければ後の学年などの学習内容に影響を及ぼす内容や、実生活において不可欠であり常に活用できるようになっていくことが望ましい知識・技能など。

「B問題」とは…
知識・技能などを実生活のさまざまな場面に活用する力やさまざまな課題を解決するために構想を立て実践し、評価・改善する力など。

問 教育支援室 教育支援係 95-1923

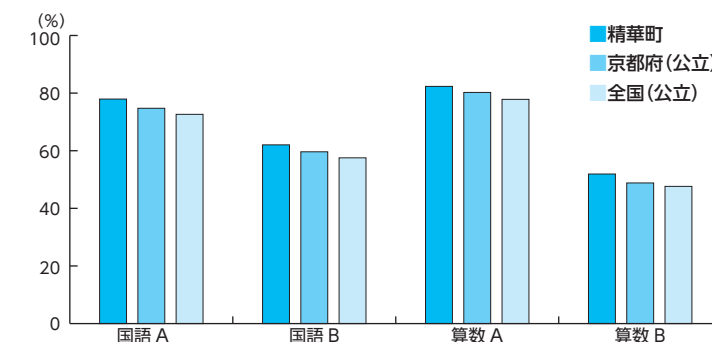
調査結果の概要

国語のA問題では、これまでに学習した漢字を正しく読んだり書いたりする問題やローマ字を書く問題では特に優れていました。しかし、物語における登場人物に関する問題では課題が残りました。B問題では「話す・聞く能力」の領域で課題が残りましたが、記述式問題では「読む・書く能力」で優れていました。

一方、算数のA問題では、関数領域で全国平均を大きく上回る結果となり、学習の成果が見られました。また、B問題では、記述問題で課題が見られました。各学校では、これらの調査結果を詳細に分析し、子どもたちの学力向上に向け、授業改善に生かしていきたいと考えています。

なお、町ホームページでは、各分野の全国平均との比較を示したグラフや詳細な分析を掲載していますので、ぜひご覧ください。

正答率の比較



学習風景



小学校における学習風景：担任の先生と外国語指導助手(ALT)による外国語活動の様子

正答率の比較から、精華町の結果は、国語・算数とも京都府平均や全国平均を上回る結果となりました。各教科ともバランスよく、基礎・基本が習得できていると言えます。

子育て

すくすく

掲示板

今月の子育て支援センター

月 5日	火 6日	水 7日	木 8日	金 9日	土 10日
すくすくプレールーム よちよひろば (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	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		マタニティーサロン (午前10時～11時30分) 保健センター
12日	13日	14日	15日	16日	17日
すくすくプレールーム よちよひろば (午前10時～正午) 支援センター	すくすくプレールーム とっこひろば (午前10時～正午) 支援センター 子育てふれあい教室 ＜音楽リズム＞ (午前10時15分～ 11時30分) 精華町交流ホール			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   スマートフォン 携帯電話	
19日	20日	21日	22日	23日	24日
すくすくプレールーム よちよひろば (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	にこにこ相談 (要申し込み) (午前9時30分～11時) 支援センター	天皇誕生日 	
26日	27日	28日	29日	30日	31日
すくすくプレールーム よちよひろば (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				
1月9日	10日	11日	12日	13日	14日
成人の日 	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A (午前10時～11時30分) 保健センター 【注】	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		マタニティーサロン (午前10時～11時30分) 保健センター

※ は申し込み終了しました。
 ※午前9時の時点で京都府山城南部地域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。
 〈対象者〉よちよひろば：おおむね1歳6カ月まで 〈会場の所在地〉保健センター：北稻八間井出ノ元27番地1
 とっこひろば：おおむね1歳6カ月以上 精華町交流ホール：町役場2階
 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
 【注】第1水曜からの変更 問子育て支援センター（こまだ保育所内）☎98-4001

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お申し込みください。

電話相談

◆日 時 月～金曜日 午前10時～午後4時

◆場 所 町内各保育所・子育て支援センター

※下記の保育所では土曜日にも相談を受けています。

- ・ほうその保育所：午前8時30分～正午
- ・いけたに保育所：午前8時30分～正午
- ・こまだ保育所：午前8時30分～正午
- ・ひかりだい保育所：午前9時～11時30分
- ・せいかだい保育所：午前8時30分～午後4時

発達応援プレールーム「あいあいひろば」

▶日 時 毎月第2木曜日(変更の場合あり)午前10時～11時30分

※12月は8日(木)に開催します。

▶場 所 保健センター

▶対 象 者 町内在住で在宅の子どもとその保護者

▶内 容 子どもの発育への不安や悩みを相談できるプレールームです。おもちゃがいっぱいの部屋で、親子でいっしょに遊びながら、臨床心理士や保育士が相談に応じます。申し込みは不要です。

パパママ講座「講演会2」

▶日 時 平成29年1月21日(土)午前10時～11時30分

▶場 所 むくのきセンター第3・4会議室(2階)

▶対 象 者 町内在住で在宅の第1子の保護者および町内在住の初産婦とその夫

▶定 員 先着約30組(託児は20人)

▶内 容 「笑って学ぶ子育てのコツ」～はじめての子育てで大切にしたいこと～

▶申込期間 12月9日(金)～18日(日)

▶申込方法 町ホームページから

『パパママ講座「講演会2」』を検索、または右の二次元コードから。
 

スマートフォン 携帯電話

▶その他 託児を希望される場合は「託児希望の申し込み」フォームからお申し込みください。

赤ちゃんとかかわり方教室

愛情をたっぷり受けて大きくなった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いっしょに楽しく学びませんか。

▶日 時 平成29年1月25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(1月1日現在)の第1子とその保護者
 ▶定 員 先着25組程度
 ▶申込期間 12月19日(月)～28日(水)
 ▶申込方法 町ホームページから『赤ちゃんとかかわり方教室』を検索、または右の二次元コードから。
 
 スマートフォン 携帯電話

第3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 平成29年1月26日(木)午前10時15分～11時30分

▶場 所 高齢者総合福祉施設「神の園」

▶対 象 者 町内在住で在宅の満1歳6カ月以上(1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)

※当選者にのみ連絡します。

▶内 容 わらべうたに親しみ、親子で触れ合いながら楽しめます。

講師：奥 朗子(わらべうたサークル“おてんとさん”代表)

▶申込期間 12月21日(水)～28日(水)

▶申込方法 町ホームページから

『わらべうたあそび』を検索、または右の二次元コードから。
 

スマートフォン 携帯電話



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



愛称が決定「いっちー」！

精華町健康づくり運動「せいか365」の広報キャラクターの愛称が、町内の皆さんから寄せられた作品を基に、このたび決定しました。

愛称は「いっちー」

「いっちー」は、「いちごちゃん」や「いちごくん」など、「いちご家の人々」とともに、「せいか365」のPRをしているキャラクターです。これまでから広報誌やチラシにも登場しており、目にされた方も多いのではないのでしょうか。

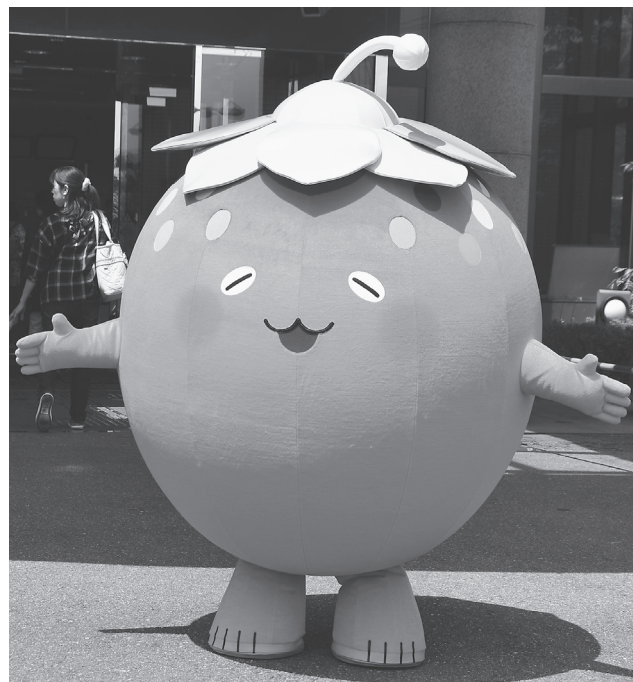
ただ、愛称など、特定の呼び名はなく、「いちご家に迷い込んでいるいちごの妖精」として活動してきました。



愛称募集を9月20日まで行ったところ、町内から39点に及ぶ応募をいただきました。

そして10月12日、京都府立大学大学院の東あかね教授を委員長とした愛称募集選考委員会が開かれ、熱心な議論のなかで「いっちー」という名前が選定されました。

これからは、素敵な愛称とともに、皆さんとお会いできる機会が増えるかもしれません。これからの「いっちー」の活躍に乞うご期待ください。



「精華町子ども祭り」で食育推進活動！

10月15日(土)に開催された「精華町子ども祭り」において「食育コーナー」を設置し、食育推進活動を行いました。「食育コーナー」は、庁内の食育関係課で構成された精華



健康に関するパネル展示



参加者には記念品を進呈

町食育推進庁内連絡調整会議が実施するもので、「食事バランスガイド」や「地元野菜」、「特産品の紹介」、「食品ロス」の展示、「食事アンケート」による「食」の実態調査、子どもが楽しみながら「食」について学ぶ「クイズ」や「ゲーム」など。

器に入った豆や輪ゴムなどをおはしで移動する「おはしゲーム」や、魚やごはん、野菜などのカードを竿で釣り上げてバランスの良い食事を作成する「食事カード釣りゲーム」は、子どもも大人も大興奮！「おはしの達人シール」や「野菜博士シール」を胸に、笑顔で会場を後にされました。

会場ではほかにも、精華町食生活改善推進員協議会による「子どもお料理教室」の開催や「毎月19日は食育の日」の啓発に合わせ、栄養バランスの良いお料理レシピの配布、また「せいか食育劇団もぐもぐ」が「ぬりえコーナー」を設け、健康増進計画マスコットキャラクターの啓発にも取り組みました。

問せいか365事務局(健康推進課・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)

「セイカ歩数計」でウォーキング

「せいか365」のアイテム、その名も「セイカ歩数計」。あなたのウォーキングのお供に、京町セイカといっしょに歩いて、健康寿命を延ばしましょう。高精度&低消費電力を実現しました。アプリは、Google Play または App Store から取得できます(無料)。「セイカ歩数計」で検索してみてください。

※対応機種・OS は、アンドロイド4.0.3以降を搭載したスマートフォンとiphoneです。下の二次元コードからダウンロードできます。



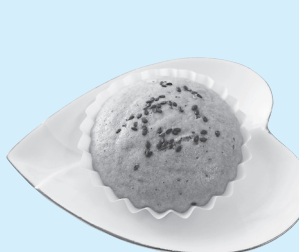
スマートフォン用



iphone 用



あすなろ お喜楽 245



黒糖蒸しケーキ

今回は、精華町食生活改善推進員協議会「あすなろ会」浅田美樹さん(桜が丘一丁目)が紹介する「黒糖蒸しケーキ」です。

▶材料(8個分)

黒砂糖130g、水100g、薄力粉150g、ベーキングパウダー小さじ1と1/2、卵白大1個、サラダ油大さじ2、黒いりゴマ少々

▶作り方

①鍋に黒砂糖と水を入れ、火にかけ溶かして冷ます。

- ②薄力粉とベーキングパウダーを合わせふるっておく。
- ③ボウルに卵白を入れ、固く泡立てる。
- ④③に①を少しずつ加える。
- ⑤④に②を加え混ぜる。
- ⑥⑤にサラダ油を入れ、全体をよく混ぜ合わせる。
- ⑦⑥をカップに入れ、黒いりゴマをふりかける。
- ⑧⑦を蒸し器で10分間蒸す。

▶1人分の栄養価

エネルギー 158kcal・たんぱく質2.3g・脂質3.4g・カルシウム60%・食物繊維0.4g・塩分0.1g

毎月19日は食育の日

早ね 早おき
朝ごはん

