



ICHIGO
いちご



せいかにちやう にほんごばんこうほうし
精華町やさしい日本語版広報誌

No. 346

2024年5月

もくじ 目次

ネットショッピング時
の詐欺例と対策法 1

ツアー・オブ・ジャパ
ン 2024京都ステ
ージ 2

りょうり、けんこう
料理と健康 3

ちやう
町のニュース・
イベント 4-7

しまいとし
姉妹都市の
ニュース 8

せいかにちやう こうほう
精華町の広報キャラクター
きやうまち
京町 セイカ



“ネットショッピングの際に詐欺の
被害者にならないように気をつけて
くださいね！”

〇〇ペイを使用し金銭を騙し取る新たな手口に気をつけて！

ネットショッピングした商品が届かないという詐欺の手口に加え、販売業者が返金に
応じると言ってキャッシュレス決済サービス(〇〇ペイ)を使用し、金銭を騙し取る新
たな手口が確認されています。「返金」してもらはずがいつのまにか「送金」してしま
ったという相談が寄せられています。

「〇〇ペイで返金します」と言われたら詐欺を疑ってください！

〈事例〉

インターネット通販で7000円のアクセサリを購入した。支払方法は銀行振込みのみで、
事業者へ振込完了メールを送った後、「在庫が欠品しているため、注文をキャンセルし
ます」というメールが届いた。「払い戻しは〇〇ペイで行います」との内容でLINEの友達
登録をするよう指示があり、ビデオ通話で指示をされるが、〇〇ペイに数字を言
われて入力した。何度か「失敗している」と言われ、複数回操作した結果、約10万円
送金してしまった。

〈アドバイス〉

ネットショッピングの代金を銀行振込しているにもかかわらず、返金は決済アプリで行
うのは極めて不自然です。
「〇〇ペイで返金します」と言われたら詐欺を疑い、相手の指示に従ってスマートフォン
などを操作することはせず、最寄りの消費生活センターや警察などに相談してください。

「消費生活フェスタ2024」を開催します

日時 5月18日(土)午前11時～午後4時
場所 イオンモール高の原 3階

消費生活センターに相談を

困ったときは、相楽消費生活センター(木津川市木津上戸15番地・相楽会館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(年末年始を除く)は、「消費者ホットライン」TEL:188(いやや!)番
をご利用ください。



5月20日(月)

9:45

スタート

普賢寺ふれあいの駅

12:45頃

ゴール

けいはんなプラザ西側



たいかいこうしき
大会公式HP



きょうと
京都ステージHP



【前回の様子】

ぜんかい
ようす

こくさいじてんしゃきょうぎれんごう
国際自転車競技連合(UCI)の公認国際自転車

レースの一つ、「ツアー・オブ・ジャパン」の京都ステージが、5月20日(月)に開催されます。

ツアー・オブ・ジャパンは国内最高峰の自転車ロードレースであると同時に、アジア随一の規模・レベルで、多くの来場者で賑わうイベントです。

周辺にお住まいの皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をよろしくお願いします。

9時15分頃～13時頃

交通規制

レース当日はコースおよびコース周辺で交通規制が実施されます。ご理解・ご協力をお願いします。

交通規制と一部バス停の乗降制限・移設のお願い

レースの開催時間帯は、道路の交通規制とそれに伴う一部バス停の乗降制限・移設を行います。周辺にお住まいの皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をよろしくお願いします。

▶ 奈良交通路線バス

精華大通りを東向きに進行するバスは「光台四丁目停留所」「光台三丁目停留所」「けいはんなプラザ停留所」での乗降ができなくなりますので、「光台七丁目停留所」または「ATR停留所」をご利用ください。西向きに進行するバスは、これらの停留所でも乗降できます。

▶ 精華くるりんバス

交通規制実施中は「かしの苑き苑停留所」「東畑停留所」「東畑口停留所」には停車しません。また、祝園駅方面に進行するバスの「けいはんなプラザ停留所」を奈良交通「ATR停留所」に移設します。当日の運行状況によっては、バスのダイヤに大幅な遅れが発生する場合があります。利用者の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をよろしくお願いします。

番外編せいか小さな旅

間近で見るプロの迫力を私たちと体感しませんか！東畑de観戦ポイントの巡り歩き、坂を駆け上がりコーナーを攻める、世界の走りを堪能しよう！

日時：5月20日(月)午前9時集合[けいはんなプラザ東出入口前(ビエラタウン側)]、午後1時解散(けいはんなプラザ前)

※小雨決行(気象警報発令時は中止)

コース：けいはんなプラザ→東畑集会所(トイレ)→鳥谷池前入口・峠の登り道→東畑ヘアピンカーブ→元気塾前→東畑赤水交差点直角カーブ→東畑北除キ交差点→けいはんなプラザ前付近(解散)＝約5キロ

※当日の状況によって観覧場所やコースの変更あり。

定員 30人

持ち物 飲み物、雨具、ビニールシートなど
料金 500円(小学生100円・未就学児無料)

記念缶バッチ付き

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人の会 / TEL 090-8877-4991・furusato_seika@yahoo.co.jp



こんかい せいけいしやうせいかつかいぜんすいしんいんきやうぎかい かい しょうかい そう す たまご
今回は、精華町食生活改善推進員協議会「あすなろ会」が紹介する「ほうれん草の巣ごもり卵」です。

★おすすめポイント★ ほうれん草の 緑、卵の黄色、プチトマトの赤と色鮮やかで、食欲がそそられる 1品です。

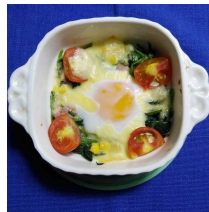
ごはん、パン、どちらにも合う朝ごはんにぴったりのレシピです。

ざいりよう 材料 (2人分)

たまご こ 卵 2個、ベーコン 2枚 (20 グラム)、シュレッダーチーズ 20 グラム、ほうれん草 80 グラム、
プチトマト 4個、粒コーン 20 グラム、バター 4 グラム、塩・こしょう 少々

つく かた 作り方

- (1) ほうれん草は茹でて、2 センチの長さに切る。ベーコンは 1 センチ幅に切る。
- (2) プチトマトは半分に切る。
- (3) フライパンにバターを溶かし、(1)と粒コーンを炒め、塩・こしょうで味付けする。
- (4) 耐熱容器に(3)を入れ、真ん中を少しくぼませ 卵 を割り入れ、卵 の周りにプチトマトとチーズをのせる。
- (5) オーブントースターで 5～6 分焼く。



おすすめの朝
ごはんレシピはこちら

しょくいく じやうほう 食育ミニ情報 No.47

あさ た
朝ごはん食べるといいことがいっぱい②
たいおん じやうしやうこう か
「体温の上昇効果」

ちやうしやうく た たいおん じやうしやう けつりゆう
朝食を食べると体温が上昇して血流がよ
くなります。また食べ物を噛むことで、脳や
いちょう しげき のう からだ め ざ
胃腸が刺激され、脳も体も目覚めます。



ひとりぶん えいようか 一人分の栄養価

エネルギー	157 キロカロリー	カルシウム	125 ミリグラム
たんぱく質	11.7 グラム	食物繊維	1.8 グラム
脂質	10.9 グラム	塩分	0.6 グラム

Healthy Diet, Healthy You

しょく けんこう おうえんてん 「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、食を通じた市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。

「ベーカリーカフェ ブロート」

このお店では、全ての商品にアレルギー表示(特定原材料7品目)を行っています。

住所: 精華台二丁目10-19

TEL : 94-9252

営業時間: 午前 10 時～午後 4 時 30 分(完売次第終了)

定休日 : 月～木曜日、日曜日



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問い合わせてください。



せいか交通だより

町では、コミュニティバスである「精華くるりんバス」の運行をはじめ、町内の公共交通環境の改善に取り組んでおり、取組状況などについて「せいか交通だより」としてお知らせしています。
今回は、3月28日(木)に開催された「第18回 精華町地域公共交通会議」についてお知らせします。

精華町地域公共交通会議が開催されました

精華町地域公共交通会議は、本町における需要に応じた住民の生活に必要な路線バスなどのあり方を協議するための会議であり、学識経験者や住民委員、交通事業者、その他関係機関で構成されています。
前年度に開催した会議では、本町北部地域および東畑地区において、デマンド交通を導入する方針が示されたところですが、今回の会議ではその具体的な内容について議論が行われ、今年度下半期からのデマンド交通の導入(くるりんバスからの切換え)を目指すこととなりました。

公募により運行事業者が決まれば、デマンド交通の運行内容や利用方法について、広報誌や説明会などで周知を行っていきたいと考えています。

会議では、令和3年度以降のくるりんバスの利用状況などについても、併せて、議論が行われました。

第18回精華町地域公共交通会議に関する記事の詳細は次の二次元コードからご確認ください。



証明書コンビニ交付の一時停止

所得証明書・課税(非課税)証明書の年度切り替えに伴い、次の通りマイナンバーカードを利用したコンビニエンスストアでの各種証明書交付サービスを停止します。ご理解・ご協力をお願いします。

▶交付停止日

6月7日(金)終日

▶交付停止する証明書

所得証明書・課税(非課税)証明書

※6月10日(月)以降は、コンビニエンスストアなどで、令和6年度(令和5年中所得等分)の所得証明書・課税(非課税)証明書のみ交付できます。令和5年度以前のものは、町役場での交付となりますので注意してください。

問税務課住民税係 TEL:95-1916

都市公園のマナー守って

公園はみんなの施設ですので利用者がお互いに気持ちよく使えるよう、ルール(法令)・マナーを守りましょう。また、町内の都市公園では、次の行為を禁止しています。

▶条例による禁止事項

- 公園内の施設を傷つけたり汚したりすること
- 竹や木、草花を折ったり、採ったりすること
- 土地の形質を変えたり、土砂を採ったりすること
- 鳥獣類を捕ったり、殺傷したりすること
- 貼り紙や立札、広告を表示したりすること
- 立ち入り禁止区域に立ち入ること
- 指定された場所以外に車両を乗り入れたり、駐車したりすること
- 公園をほかの目的で使用する
- たき火、または火気をもって遊ぶこと
- そのほか、公園の利用や管理に支障のある行為をすること

都市公園のマナーに関するお願い

自転車やバイクの公園内への乗り入れは禁止されています。または、公園入口などに自転車などを駐輪するときには、周囲の迷惑にならないように注意してください。花火やバーベキューなどもできません。ごみは各自で持ち帰りましょう。危険行為やほかの公園利用者の迷惑となる行為はやめましょう。



ポケットマルシェ in けいはんな記念公園

日時: 5月11日(土)・12日(日) 午前9時30分～午後4時

※雨天中止の判断は前日午後6時

場所: けいはんな記念公園の芝生広場

内容: アンティーク&雑貨&グ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。

問い合わせ: Pocket Marche実行委員会/TEL:080-5364-2345



和太鼓体験会

日時: 5月26日(日) 午前10時30分～午後0時30分

場所: かのき苑 ホール

定員: 10人

内容: 「せいか太鼓 波布理」による、和太鼓の体験会。肩こりの解消や

筋力アップ、脳トレに。

持ち物: 飲み物、タオル

申込方法: Eメールで次のところへ

問い合わせ: せいか太鼓 波布理(代表: 新)/atarashi110@yahoo.co.jp



えほんピクニック

日時: 5月26日(日) 午前10時～午後2時

場所: けいはんな記念公園の芝生広場

内容: 芝生の上で、ゴロゴロ自由に、えほんを楽しみませんか？

精華町の移動図書館がやってきます！



芽ぶきの森でたき火ナイト

日時: 5月31日(金)、6月1日(土)・7日(金)・8日(土) 午後5時30分～9時

※雨天中止

場所: けいはんな記念公園の芽ぶきの森

定員: 各日先着3組

内容: 芽ぶきの森で 炎を囲んで過ごす、非日常の時間をお楽しみください。

※料金や申込方法などは公園ホームページから。



第4回Sports Day ～ゆるーいスポーツで国際交流～

日時: 6月2日(日) 午後1時30分～3時30分

場所: むくのきセンターアリーナ

定員: 先着40人(小学4年生以下は保護者同伴が必要)

内容: 外国や日本のスポーツ・ゲームを通じた国際交流イベントです。子ども・大人・

外国人など、年齢や言葉の壁を越えて気軽に楽しく交流しましょう。家族でもぜひご参加ください。

申込方法: 5月7日(火)～24日(金)に次の二次元コードから



せいかグローバル
ネットのホームページ



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。

5月26日(日)、6月22日(土)

受付時間 午前 9時～11時45分

※事前に予約が必要です。交付の予約に

は、はがきをご用意の上、インターネットまたは
電話で予約してください。交付以外(申請、
更新)は電話で予約してください。

※電子証明書は有効期限の3カ月前
から更新できます。



交付の予約
はこちら

マイナンバーカード新規申請の出張訪問の受け付けを行います

(予約制)

マイナンバーカードの新規申請を希望される町内にお住まいの方
で、役場に来庁することが困難な方向けに、職員が自宅などに
出張訪問し、申請の受け付けを行うキャンペーンを実施します。
申請に必要な顔写真も撮影します。訪問可能期間は5月7日
(火)～6月28日(金)(土日祝を除く)です。訪問をご希望の方
は、電話でご予約ください。

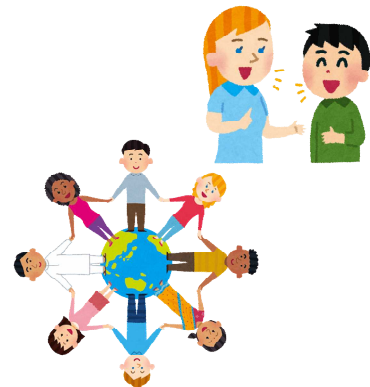


間総合窓口課戸籍住民係 TEL:95-1915

せいかグローバルネット 多文化子育てひろば「いちご一会」

近くに住んでいるいろんな家族と、子育てを楽しみませんか。日本語・外国語での
絵本の読み聞かせ、歌、子育ての話、情報交換などを、やさしい日本語を使って
します。(必要な時は英語も使います)。子どもといっしょに、友だちの輪を広げましょう。
いちご一会では2カ月に1回イベントを開催しています。過去開催したイベントの情報と
今後開催する予定のイベントについては下記のリンクを参考してください。

フェイスブック：<https://www.facebook.com/sgnhiroba>
インスタグラム：https://www.instagram.com/ichigo_ichie_sgn/
ホームページ：<http://www.sgnhiroba.blogspot.com>



せいかグローバルネット 日本語学習サポート

日本語を楽しく勉強しません
か？日本の生活のことも話しま
しょう。いろいろな日本文化も
体験できます。たくさん友だちを
作りましょう！午前のクラスは
子どもと参加できます。



参加したい人は上の二次元コー
ドから連絡してください。

授業

◆ にほんご学習室

火曜日：10時15分～11時45分

◆ 日本語教室

火曜日：19時～20時45分

場所：精華町役場交流ホール ほか

費用：6ヶ月で1000円



詳しい情報は次の二次元
コードからご覧ください。





しゅわ 手話でコミュニケーション

「手話は見る言葉」ともいわれます。全ての聴覚障害者が手話を使うわけではありませんが、意思疎通の方法の一つとして手話を紹介しています。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。



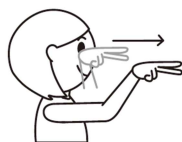
〈今月の手話〉二つの単語を組み合わせて新しい言葉をつくります。

4月と5月は「好き」を使った組み合わせで「〇〇したい」を伝えます。〇〇の単語を入れ替えま

- A. 「見る」 + 「好き」の順に手話を組み合わせると「見たい」になります。
B. 「飲む」 + 「好き」の順に手話を組み合わせると「飲みたい」になります。

好き

① 見る



または

② 飲む



みぎて ひと ゆび なかゆび ひろ みぎめ
右手の人さし指と中指を広げて、右目
もと まえ だ
元から前にまっすぐ出す

みぎて かる まる くち む
右手を軽く丸めて口に向けて
かたむ 傾ける（右手でコップを持って
の 飲むぐさ）

みぎて ゆび ひと ゆび おやゆび
右手の2指（人さし指と親指）を
のど む まえ ひ
喉に向けて、前へ引きながら2指
と
を閉じる

せいにかちょう 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 日にち	しんりょうか もく 診療科目	ひ 日にち	しんりょうか もく 診療科目
5/3 (祝・金)	ないか 内科	5/19 (日)	ないか 内科
5/4 (祝・土)	ないか 内科	5/26 (日)	ないか しょうにか 内科・小児科
5/5 (祝・日)	ないか 内科	6/2 (日)	ないか 内科
5/6 (休・月)	ないか 内科	6/9 (日)	ないか 内科
5/12 (日)	ないか しょうにか 内科・小児科	※行く前に必ず電話してください。(0774-73-9988)	

ほけん 保健センター

ひ 日にち	じかん 時間	しょうさい 詳細
5/10 (金)	午後0時30分～	さい げつじ けんこうしんさ 2歳4カ月児健康診査 たいしょう じれいわ (対象 児令和3年12月生)
5/16 (木)	午後0時30分～	さい げつじ けんこうしんさ 3歳6カ月児健康診査 たいしょう じれいわ (対象 児令和2年10月生)
5/17 (金)	午後0時30分～	さい げつじ けんこうしんさ 1歳6カ月児健康診査 たいしょう じれいわ (対象 児令和4年10月生)
6/13 (木)	午後0時30分～	さい げつじ けんこうしんさ 2歳4カ月児健康診査 たいしょう じれいわ (対象 児令和4年1月生)
6/14 (金)	午後0時30分～	3～4カ月・9～10カ月児 けんこうしんさ たいしょう じれいわ 健康診査(対象 児令和6年2 月生・令和5年8月生)

むくのきセンター

ひ 日にち	じかん 時間	しょうさい 詳細
5/15 (水)	午後3時～5時	たつきゅう 卓球デー
5/22 (水)	—	きゅうかん 休館
5/29 (水)	午後3時～5時	たつきゅう 卓球デー
6/5 (水)	午後3時～5時	たつきゅう 卓球デー
6/12 (水)	午後3時～5時	たつきゅう 卓球デー



2024年のノーマン市での中世フェア

ノーマン市恒例の中世フェアは4月5日(金)から4月7日(日)にリープス公園で行われました。ノーマン市の中世フェアは1997年から毎年開催され、オクラホマ州では一番大きい週末のイベントで、毎年全国から約20万人が参加します。当フェアは、年齢を問わず楽しめる中世文化の体験と催しを通して、訪れた人々が中世にタイムスリップしたかのような気分を味わえます。フェアでは、手作りの衣類や雑貨が売られているマーケットをはじめ、中世時代に食べられたものを販売しているブース、馬上槍試合の大会、演劇や演奏、仮装コンテストなど、様々なアクティビティがあります。13世紀の村がリープス公園内に再現され、剣士や道化師や宮廷など中世の服装をしている人で溢れています。



姉妹都市ノーマン市について

2005年から、精華町とアメリカのオクラホマ州にあるノーマン市は姉妹都市であり、1985年から、京都府とオクラホマ州の府州関係により、友好都市の関係を育んできました。国際的な社会をつくるために、精華町とノーマン市は連携し、国際交流と国際理解の推進に努めています。

精華町役場

企画調整課

京都府相楽郡精華町

南稲八妻北尻70番地

TEL: 0774-95-1900

FAX: 0774-95-3971

EMAIL: cir@town.seika.lg.jp

困った時は...

広報誌「いちご」について質問があるときは？

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」を家に届けてほしい人がいましたら、連絡してください。

精華町での生活で困ったときは？

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 または kikaku@town.seika.lg.jp (企画調整課)

京都府の多言語生活相談

住まい、仕事、行政手続き、医療などの京都府での生活について相談したいことがあれば、京都府国際センター(京都市南区東九条下殿田町70 京都府民総合交流プラザ(京都テルサ)東館3階 TEL: 075-681-4800)の相談窓口聞いてみましょう。日本語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、フィリピン語などの20言語で対応しています。

ホームページ: <https://kpic.or.jp>

SNS もやっています！

フェイスブック



精華町ウェブサイト



京都国際交流員ブログ



精華町交流ホールコンサート

「精華町交流ホールコンサート〜J.S.バッハと彼をめぐるきら星たち〜」を開催しました。

世界で活躍されているパイプオルガン奏者の臼井真奈奈氏を迎え、バッハとその流れをくんだメンデルスゾーンなどの曲を演奏していただきました。

本町のパイプオルガンならではの「チャイムの音色」や豊かな表現力、卓越した演奏に、参加者からは「とても温かく深みのある音に感動した」「まるで外国の景色が見えるようだった」などの感想がありました。

