



人、自然、科学を結ぶ 学研都市精華町
「はなそう」

せいか

華創

HANASOU

こんなとき、こんな手続きを… 7
スポーツフェス参加選手を募集 … 8
社明運動府作文コンテスト … 14
シニア・スクール2期生募集… 17
相楽消費生活センター開設 … 18
活動のひろば⑰ …………… 20
せいかフォトSCOOP ……… 30



真っ赤で甘～い春の果実

精華のこの季節恒例の名物・イチゴ狩りが2月、川西観光苺園＝右写真＝と、^{はな}華やぎ観光農園＝左写真＝で始まりました。ビニールハウス付近には、すでに道行く人を手招きするかのよう^{はな}に漂う甘い香り。町外からも多くの親子連れやカップルなどが訪れ、鮮やかな赤に染まった「春」の味を満喫していました。

2010

3

seika town times
No.564

知って
納って

健康ひろば

part
137

皮膚の病気にかかったら

皮膚疾患をテーマにした健康講演会が12月2日(水)、保健センターで行われました。写真。講師は、精華町で山村医院を開院されている山村喜一医師。皮膚の病気について、分かりやすいお話をいただきました。今回は、その講演の内容の一部をご紹介します。

水虫治療

夏に発症することが多いです。足の指と指の間の皮膚がめくれてきます。その後、足全体



に発症します。診断は顕微鏡で行います。治療は3〜4カ月間、クリームを塗ります。水虫の菌は湿気を好むため、風通しを良くしておくことが大切です。水虫は足以外にも発症します。これを体部白癬はくせんといいます。塗り薬では治らないこともあり

爪白癬

爪の水虫は多いです。角質が厚くなって皮膚に食い込んでいきます。その状態が進み、周囲が化膿していきます。放っておくと痛くて歩けなくなることもあります。子どもにも発症することがあります。

薬で治療しますが、貧血や肝機能障害などの副作用が出る場合があります。このため、血液

検査をしながらの治療となります。

口唇ヘルペス

ウイルスによって起こります。風邪をひいたりして疲れているとき、顔にできます。主に口唇の周りにできます。ピリピリ、チクチク、ムズムズなどの症状から始まり、その後、赤く腫れて水疱ができます。飲み薬、塗り薬で治療しますが、休養することも大切です。タオルは共有しない方が良いでしょう。

帯状疱疹

水ぼうそうのウイルスが引き起こします。免疫力が低下したときに起こる病気で、体中に起こります。神経に沿って全身に広がり、入院しなくてはならないこともあります。最初はピリピリとした痛みから始まり、まれにがんが併発している場合もあるので注意が必要です。内科的な検査もする方が良いでしょう。

蕁麻疹

非常に多く見られる皮膚疾患です。全身に地図状に広がります。

す。ストレスで起こることがあります。青魚、薬などでも起こることがあります。治療には、抗アレルギー剤を使います。蕁麻疹が出たら、お風呂は控える方が良いでしょう。生ものや山芋、甲殻類、青魚も控えるほうが良いでしょう。

手荒れ(進行性指掌角皮症)

別名を「主婦手湿疹」といいます。主婦をはじめ銀行員、美容師、飲食店の方などによく発症します。進行すると手に亀裂が入り、痛みが生じます。症状が軽い場合は、保湿をします。進行しているときには軟膏(ステロイド)や、ひび割れ修復テープを使用します。皿を洗うときなどは、ゴムで手がかぶれるのを防ぐために、綿手袋を下に着けましょう。皮膚炎はかくと悪化するため、かかないようにすることが大切です。

脂漏性湿疹

赤くなってかゆくなり、フケが出ます。フルフル菌というカビの一種が原因で起こります。専用のシャンプーやリンスで軽く洗うことがあります。生活リズムの乱れやストレス、食事バ

ランスなど、日常生活のなかにも症状を悪化させる要因があります。日ごろの生活を改善することも重要です。

かゆみ

アルコールや香辛料などの刺激物、熱すぎるお風呂に入ったときなどにも起こります。爪を短く切ることが大切です。かゆいときは、やさしくさすりましょう。爪でかくとかゆみが広がります。

体を洗うときには、泡を作って手のひらで広げると良いです。ナイロンタオルを使うとかゆみの原因になることもあります。せっけんはベビー用のものを使ったり、汗をかいたらすぐにシャワーを浴びるということも、かゆみを予防するためには有効な方法です。

一口に皮膚疾患といっても多くの種類があります。乾燥するこの季節、スキンケアをして、皮膚を大切にしましょう。

問い合わせ

衛生課保健衛生係

(☎95-1905)

(FAX95-3974)

予防接種 受けましょう

麻しん・風しん（MR）2、4期の予防接種は、接種期間が今年3月31日まで（接種回数は1回）となっています。接種がまだの対象者は、この日までに接種を受けましょう。

▼対象者

◆2期

平成15年4月2日～16年4月1日生まれの方（小学校就学前の方）

◆3期

平成8年4月2日～9年4月1日生まれの方（中学校1年生に相当する方）

◆4期

平成3年4月2日～4年4月1日生まれの方（高校3年生に相当する方）

個別接種となりますので、表の指定医療機関に予約後、接種を受けてください。

接種の際は、必ず母子健康手帳をお持ちください。接種費用は無料です。診察時間などは直

接、指定医療機関にお問い合わせください。

▶指定医療機関(50音順)

医療機関名	所在地	電話番号
梅田小児科医院	桜が丘四丁目23番地 6	73-9231
コマダ診療所	菱田宮川原10番地	93-1787
創愛クリニック	精華台三丁目12番地 2	95-9171
平田内科医院	光台七丁目14番地 3	95-3400
藤村医院	祝園砂子田 2 番地 1	94-5770
堀井こどもクリニック	祝園西一丁目 6 番地 5	93-3626
芳川医院	桜が丘三丁目24番地 7	71-0014

○問い合わせ

衛生課保健衛生係
(TEL) 95-1905
(FAX) 95-3974

特定健診・
各種がん検診

すすんで 受けましょう

特定健康診査

40歳以上の方が対象です。申し込み先は、加入している健康保険の保険者です。精華町では精華町国民健康保険加入者や後期高齢者医療制度加入者、生活保護世帯の方が対象です。そのほかの健康保険証をお持ちの方は、その健康保険証に記載されている各保険者にお問い合わせください。

がん検診

がん検診は、健康保険の種類は関係ありません。受診日時点で精華町に住民票がある対象の方なら、どなたでも受診できます。



す。

精華町の特定健診・がん検診

健診申込書に希望する健診名と必要事項をご記入のうえ、直接、または郵送で、4月23日（金）までにお申し込みください（消印有効）。健診申込書は平成22年度版「家族の健康カレンダー」や本誌来月号に掲載するほか、衛生課などにも置いてあります。5年間分の健診をまとめて申し込みする方は、申込書は必要ありません。

詳細は、平成22年度版「家族の健康カレンダー」、または本誌来月号をご覧ください。

○問い合わせ

衛生課保健衛生係
(TEL) 95-1905
(FAX) 95-3974



医療法人 社団 医聖会

学研都市病院
TEL.0774-98-2123

整形外科・一般内科・消化器科・循環器科・外科・小児科
脳神経外科・泌尿器科・神経内科・眼科・耳鼻咽喉科
リハビリテーション科・リウマチ科・皮膚科・放射線科
脊椎・脊髄センター・健診センター・人工透析センター

診療時間 AM9:00～12:00 ※救急告示病院
休診日 日・祝日／年末年始（12/31～1/3）



全国ハリカチェーン店
総合ギフトセンター

living life
リビングストア
(有) 粕田百貨

Tel 94-3121(代) Fax 95-0300
京都府精華町近鉄京都線粕田駅前

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	金	土
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○
午後 5:00～7:00	○	○	○	○	○

日・祝日休診
駐車15台可

光台近隣センター南 Phone:0774 95-3400

基本チェックリスト

	質問項目	いずれかに○	
1	バスや電車で1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ
2	日用品の買物をしていますか	0. はい	1. いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0. はい	1. いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ
6	階段を手すりや壁を伝わらずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ
11	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	0. いいえ
12	身長()cm 体重()Kg		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ
14	お茶や汁物などでむせることがありますか	1. はい	0. いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか	1. はい	0. いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. はい	1. いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい	0. いいえ
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1. はい	0. いいえ
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	0. いいえ
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1. はい	0. いいえ
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	0. いいえ
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ

65歳以上に郵送 介護予防のチェックリスト

ご協力お願いします

4月1日まで

介護予防のため心と体の健康度をチェックする質問票「基本チェックリスト」Ⅱ上表Ⅱを3月中旬、65歳以上の方へ郵送します。ご記入のうえ、4月1日(木)までに返信してください。返信していただいた基本チェックリストの結果に基づいて、必要な方には生活機能検査を受けていただきます。受診結果で、生活機能の向上が必要とされた方には、介護予防事業をお勧めしていきます。

これまで基本チェックリストは、町の各種健(検)診の申し込みと合わせて提出していただいていた。今後は、対象者に個別で通知します。

介護予防とは、元気なうちから介護を必要としない生活を目指して行うものです。この取り組みは、将来的に介護が必要となることが心配される高齢者に、介護予防事業に参加し、いきいきと元気に暮らしていただくためにを行います。

生活機能とは？

体や心の機能(心身機能)に加えて、日常生活の動作や家事や仕事をこなす能力、さらに家庭や社会での役割などを含む総合的な機能のことを指します。

対象者は？

今年6月1日の時点で65歳以上の方のうち、要支援・要介護認定を受けていない方です。

流れは？

「基本チェックリスト」の回答結果により、生活機能検査の受診が必要とされた方には、4月中に受診票をお送りします。受診していただいた方のなかで、生活機能の向上が必要とされた方には、介護予防事業のご案内をさせていただきます。

問い合わせ

福祉課介護保険係

(TEL) 95-1904

(FAX) 95-3974

健康維持増進のために
65歳以上町助成券取扱治療所

祝園はりアキ 祝園鍼灸院

TEL・FAX 93-3108

	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	○	○	○	○	○	△
17:00～19:30	○	○	○	○	○	○

日、祝、第2・4土曜休み
京都府鍼灸師会会員 菊池暁子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

有限会社 吉岡商事



総合衣料

吉岡呉服店

南京都高校・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・シューズ取扱店精華町JR下粕駅南 電話 93-2111
93-2110

新型インフル

すべての方が接種できます

ワクチン接種の効果とリスク

ワクチン接種は、重症化や死亡の防止には一定の効果が期待できます。ただし、感染を防ぐ効果は証明されておらず、接種したからといって、感染しないわけではありません。接種後、はれたり、発熱の症状が出たり、ま

れに重篤な症状を引き起こす可能性もあります。この点をご理解のうえ、個人のご判断で接種していただくようお願いします。

※新型インフルエンザのワクチンに関するQ & Aは、厚生労働省ホームページに掲載されています。

<接種費用>

3600円

2 回接種の方で、1 回目と同じ医療機関の場合 2550円

1 回目と異なる医療機関の場合 3600円

※1 歳未満の小児は、予防接種によって免疫をつけることが難しいため、その保護者を優先的に接種することとしています。しかし、1 歳未満の小児にワクチン接種は推奨されませんが、有益性とリスクを十分に考慮したうえでワクチン接種を行うことは差し支えないという国の見解が出ています。

■新型インフルエンザ予防接種公表医療機関(精華町内)

※精華町内に限らず、全国の新型インフルエンザ予防接種受託医療機関で受けられます。

・精華町国民健康保険病院

祝園砂子田 (TEL 94-2076)

・学研都市病院

精華台七丁目 (TEL 98-2123)

・コマダ診療所

菱田宮川原 (TEL 93-1787)

・下里医院

山田下川原 (TEL 72-1212)

・平田内科医院

光台七丁目 (TEL 95-3400)

・藤村医院

祝園砂子田 (TEL 94-5770)

・松川耳鼻咽喉科医院

桜が丘四丁目 (TEL 72-8851)

※医療機関により接種対象の年齢が異なります。

3月31日(水)までに申請手続きを

■新型インフルエンザ接種費用の助成

新型インフルエンザ予防接種の費用について、接種対象者の方で、生活保護世帯と町民税非課税世帯(世帯全員が該当のこと)の方は、無料で受けられます。

※無料接種の対象者で、昨年1月1日以降に精華町へ転入された方は、衛生課までお問い合わせください。

▶府内の医療機関で接種する場合

京都府内の医療機関で接種する場合は、医療機関に予約後、3月31日(水)までに衛生課窓口で公費負担申請をしてください。申請後、該当するかを確認後、「新型イ

ンフルエンザ予防接種券」をお渡しします。接種の際に医療機関へ提出してください。

※すでに接種された方はご相談ください。

▶府外の医療機関で接種する場合

京都府外の医療機関で接種する場合は、接種後、次のものをお持ちのうえ、3月31日(水)までに衛生課で手続きをしてください。必要書類を受理後、審査を経てお支払いします。

- ・ 新型インフルエンザ予防接種済証
- ・ 接種時に医療機関が発行した領収書(新型インフルエンザ接種の金額がわかるもの)
- ・ 印鑑(認印)
- ・ 接種者名義の銀行の通帳
- ・ 新型インフルエンザ予防接種公費負担申請書、新型インフルエンザ予防接種費助成請求書を提出していただきます。(衛生課に置いています)

○問い合わせ

衛生課 保健衛生係(TEL 95-1905・FAX 95-3974)

新型インフルエンザ相談窓口

◆京都府新型インフルエンザインフォメーションセンター
(TEL 075-414-5400・平日午前8時30分～午後8時)

(FAX 075-414-5922)

◆京都府ホームページ

<http://www.pref.kyoto.jp/shinflu/>

◆厚生労働省の電話相談窓口

(TEL 03-3501-9031・平日午前10時～午後6時)

(FAX 03-3501-9044)

◆厚生労働省ホームページ

<http://www.mhlw.go.jp>

国保の被保険者証更新

現在の国民健康保険被保険者証
〔一般被保険者の方は「あさぎ色」、
退職被保険者の方は「藤色」〕は、
有効期限が今年3月31日(水)となっ
ています。

今年4月1日からお使いいただ
く新しい被保険者証は、3月中旬に
各加入世帯へ郵送します。4月に
入ってもお手元に新しい被保険者
証が届かない場合は、住民課国保
係へお問い合わせください。

1人に1枚のカード型に

国民健康保険被保険者証は、こ
れまで1世帯に1枚でしたが、今
回、1人に1枚のカード型に変わ
ります。

保険証の表面の色は一般・退職
共にオレンジ色です。

届いたら、まず内容確認を

新しいカード型の保険証は3月
中に、世帯全員分を世帯主の方に
簡易書留郵便でお届けします。お
手元に届きましたら、住所・氏名
など記載内容の確認をお願いします。
裏面の注意事項もお読みくだ
さい。万一、誤りがある場合は、
すぐに住民課国保係までご連絡く
ださい。

郵便物のあて名は、国民健康保
険未加入者でも世帯主の方になっ
ています。お送りする保険証は国
民健康保険加入者分になっていま
すので、ご確認ください。

簡易書留郵便で郵送するため、
配達日に不在だった場合、郵便局
に留め置きされている場合があります。
不明な場合には、お手数で
すが住民課国保係へお問い合わせ
ください。

国民健康保険税に未納がある世
帯には、通常の被保険者証ではな
く、有効期限が短い「短期被保険
者証」または、国民健康保険に加
入していることを証明する「資格
証明書」の交付となります。これ
らの対象世帯には、別途お知らせ
をお送りします。

70歳以上の前期高齢者の方が医
療機関にかかるときは、このカー
ド型保険証と高齢受給者証を医療
機関に提示してください。

便利になります

保険証が1人に1枚ありますの
で、家族が同じ時間に別々の医療
機関にかかることができます。旅
行などで家を離れる場合も、持っ
て行くことができます。

銀行のカードなどと同じサイズ

ですので、財布などへ入れやす
なっています。

有効期限を確認して

保険証の有効期限は平成24年3
月31日です。有効期限までに長寿
(後期高齢者)医療制度への移行
や、退職者医療制度該当から一般
証への切り替えなどに伴い、有効
期限が短くなっている場合があります。

注意点

今回のカード化に伴い、保険証
のサイズが小さくなっていますの
で、紛失しないように注意してく
ださい。

4月1日以降、有効期限を過ぎ
た旧保険証は、必ず裁断して廃棄
するか、住民課国保係にお返し
ください。

異動届を忘れずに

社会保険への加入や世帯内に異
動があったときは、14日以内に住
民課国保係への届け出が必要で
す。社会保険に加入(扶養も含
む)した場合には、国民健康保険
被保険者証と職場の保険証を持
ちになり、資格喪失の手続きを
してください。届け出がないと、国
民健康保険税が課せられたまま
なり、督促などが行われます。

届かない場合は

簡易書留は、郵便物が直接手渡
されます。

例年、保険証が届かないとの連
絡をいただきますが、配達状況を
確認すると、既に受け取られてい
る場合があります。あて名は世帯
主の方になっていますので、今一
度、ご家庭でご確認をお願いしま
す。

不在の場合は不在連絡票が投函
されますので、再配達の連絡を
し、都合のよい日時にお受け取り
ください。

70〜74歳の自己負担

今年4月〜来年3月の1年間、
医療機関にかかるときの自己負担
割合が1割に据え置かれます。既
に3割負担をいただいている方、
後期高齢者医療制度の対象となる
一定の障害認定を受けた方を除
きます。

これに併せ、70〜74歳の前期高
齢者の方全員へ、新しいカード型
保険証と一緒に、高齢受給者証を
郵送します。

お問い合わせ

住民課国保係

(TEL) 95-11915
(FAX) 95-3974

京都府 最低賃金

時間額

729

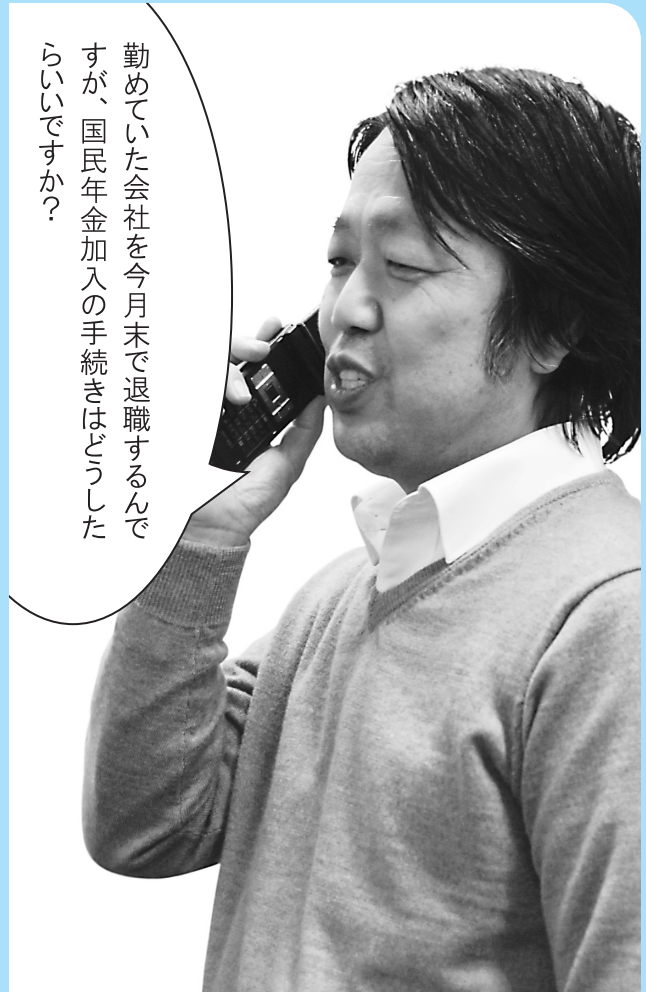
円

に改定
しました

〇問い合わせ 京都労働局 労働基準部 賃金室 (TEL 075-241-3215・FAX 075-241-3222)



手続きは役場でしていただくことになります(※)。60歳になる前に会社を退職されたときは、国民年金第1号被保険者として、60歳の誕生日の前月まで国民年金保険料を納めていただくことになります。あなたに扶養されている60歳未満の配偶者がおられる場合は、その方も国民年金第1号被保険者となり、同様に納めていただきます。保険料については、退職時の特例として免除制度もありますので、ご相談ください。



勤めていた会社を今月末で退職するんですが、国民年金加入の手続きはどうしたらいいですか？

※手続きは、町役場2階・住民課へ下記のものをお持ちください。

手続きが必要な方の年金手帳・認め印・退職された方の厚生年金保険や共済組合などの資格喪失日が確認できる書類(離職票など)

国民年金 こんなとき、こんな手続きを

○問い合わせ 京都南年金事務所(TEL 075-643-2547)・精華町役場 住民課 年金医療係(TEL 95-1915・FAX 95-3974)



手続きは結婚後、ご主人のお勤め先でしてください。ご主人の扶養に入られるということですので、国民年金第3号被保険者となります。保険料は、ご主人の加入しておられる年金制度で負担しますので、個別に納めていただく必要はありません。3号加入の確認は後日、ご本人様あてに日本年金機構京都事務センターから通知が送られてきます。



今度、会社員の彼氏と結婚して、私は会社を退職して専業主婦になるんです。それで、夫の扶養に入るんですけど、国民年金はどんな手続きをしたらいいですか？

第28回精華町総合スポーツフェスティバル

参加選手を募集

4月から10月にかけて開催する第28回総合スポーツフェスティバルの参加者を募集します。全15競技の開催予定は次の通りです。

- ▼4月 ソフトボール（小学生）・ソフトバレーボール・少年野球
- ▼5月 ゴルフ・ゲートボール・テニス・バドミントン・グラウンドゴルフ・軟式野球・ソフトテニス・卓球・ソフトボール（一般）
- ▼6月 バレーボール・バスケットボール
- ▼8月 ボウリング
- ▼10月 空手

○問い合わせ

精華町体育協会事務局（むくのきセンター内）

TEL 98-0200
FAX 98-0118



少年野球

- ▶日 程 4月24日（土）
雨天予備日：4月25日（日）
- ▶場 所 東光小学校 グラウンド
- ▶対 象 者 町内在住の小学生
- ▶申込期間 4月6日（火）～4月16日（金）
- ▶参加費 1チーム2000円
- ▶運営 精華町少年野球連盟

ゴルフ

- ▶日 程 5月11日（火）（雨天決行）
- ▶場 所 美加ノ原カントリークラブ
- ▶対 象 者 町内在住・在勤の方
※精華町ゴルフ協会会員に限ります。
先着30組（120人）
※できるだけ4人一組でお申し込みください。
- ▶定 員
- ▶プレー費 1人8500円（昼食代など）
- ▶会 費 1人3000円（当日徴収）
- ▶申込期間 3月15日（月）～4月9日（金）
- ▶競技方法 Wペリア方式・セルフプレー
- ▶運営 精華町ゴルフ協会

ソフトバレーボール

- ▶日 時 4月18日（日）午後1時～6時
- ▶場 所 むくのきセンター アリーナ
- ▶対 象 者 町内在住・在勤で中学生以上の方
- ▶種 目 女子の部・混合の部
- ▶申込期間 3月15日（月）～4月9日（金）
- ▶参加費 1チーム1500円
- ▶運営 精華町ソフトバレーボール連盟
- ▶その他 ・混合の部は、男2人女2人が常時コートでプレーします。
・なるべく6人以上でお申し込みください。

精華町ソフトバレーボール連盟
審判講習会

- ▶日 時 4月18日（日）午前9時～正午
- ▶場 所 むくのきセンター アリーナ
- ▶対 象 者 第28回総合スポーツフェスティバル参加チームのメンバーで、中学生以上の町内在住・在勤の方
※町外の方は、体育協会加盟クラブ員に限ります。
- ▶申込期間 3月15日（月）～4月9日（金）
- ▶参加費 無料
- ▶運営 精華町ソフトバレーボール連盟
※運動できる服装でお越しください。

4月1日、むくのき休館

むくのきセンターは4月1日（木）、備品・設備点検などのため、臨時休館となります。同日はトレーニング室を含むすべての施設が利用できませんのでご注意ください。

○問い合わせ

生涯学習課 社会体育係
（むくのきセンター内）
TEL 98-0200・FAX 98-0118

せいか健康づくり宣言

いきいき健康ウォーク

東畑地区を歩こう

今まで歩数計をつけたことはありますか。歩数計をつけてみると、普段の生活では意外と歩いていないことに気づいたり、続けて歩くことの励みになったり、いろんな発見があります。おしゃべりを楽しんだり、きれいな景色を見ながら歩くと、自然に歩数も増えてきます。楽しみながら、歩数計を持って歩いて、みんなで健康になりましょう。

- ▶ **日 時** 3月24日(水) (小雨決行・雨天中止)
午前10時、東畑集会所に集合
午後0時30分、同集会所で解散予定
※解散時間が遅くなるので、必要な方は軽食をお持ちください。
- ▶ **コース** 東畑地区(東畑集会所→鳥谷池→専光寺→東畑神社→東畑集会所=約5キロメートル)
- ▶ **定 員** 先着30人

▶ **持 ち 物** お茶・動きやすい服装・くつ・歩数計
※歩数計の種類は問いません。携帯電話の機能でもOKです。お持ちでない方には、お貸しします。ただし、数に限りがあるため、希望者多数の場合は抽選になります。

▶ **申込期間** 3月18日(木) 午後5時まで
▶ **申込方法** 電話で下記のところへ。
▶ **そのほか** 集合場所(東畑集会所)には駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。
・精華くるりんバス「東畑」下車 徒歩1分
・奈良交通「光台八丁目」下車 徒歩約15分

○ **申し込み・問い合わせ**
衛生課 保健衛生係
(TEL 95-1905・FAX 95-3974)

原付・軽自動車の廃車など 今月末までに手続きを

お持ちの原動機付自転車や軽自動車などが、紛失や盗難に遭われた方、廃車を予定されている方は、下記のところで3月末までに必ず手続きをしてください。

4月以降に手続きされると、4月1日現在で算定される平成22年度の軽自動車税が課税されますのでご注意ください。

種 別	廃車先	名義変更
原付バイク(125cc以下)	①	
小型特殊(テラーなど)		
軽自動車(三輪、四輪)	②	
軽二輪車(126~250cc)	②	③
小型二輪車(250cc超)		③

○ **手続き・問い合わせ**

- ① 精華町役場 税務課 住民税係
(TEL 95-1916・FAX 95-3974)
- ② 全国軽自動車検査協会京都事務取扱所
(TEL 075-691-6516)
- ③ 京都運輸支局
(TEL 050-5540-2061)

相楽医師会による新型インフルエンザの集団接種が17日(日)と2月7日(日)の両日、むくのきセンターで行われ、町内の小学生と町立中学校の生徒のうち希望者約600人が受けました。写真。

新型インフル
集団接種に600人



近鉄新祝園駅 東口徒歩1分

なごみ司法書士事務所

〒619-0241 京都府相楽郡精華町大字祝園小学長塚17番地5
http://www.7-5-3.jp



こんな時はご相談ください

- ◎土地の名義変更をしたい
- ◎借金の整理をしたい
- ◎相続登記を考えている
- ◎会社を設立したい
- ◎成年後見制度について知りたい

★ひとりで悩まずご相談ください!★

事前予約制/土日相談可/費用分割可

☎0774-93-3009 受付時間:平日9~18時

税務・会計・相続・贈与、会社設立、建設業許可可

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・社会保険労務士 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

毎週日曜日に新聞折込して下さいます
快適住まいのリフォーム

Refine
パナソニックのリファインショップ

介護保険対象工事・太陽光発電・オール電化・バリアフリー改修・省エネ改修・耐震改修
火災報知器承ります

ネットで検索

リファイン京田辺

Refine 京田辺

京田辺市三山本初メ4 お問合せ
通話料無料 0120(806)200へ

健康のための「ひけつ」探ろう



せいか健康フォーラム2010

3月18日、町交流ホールで

あなたにとって、健康のために大切なものは何ですか。大切にしているものは人それぞれ。“ひけつ”を見つけにきてください。

▶日時

3月18日(木)

◆第1部：午後1時30分～3時20分

◆第2部：午後3時25分～4時

▶場所

精華町交流ホール(町役場2階)

▶内容

◆第1部(講演)

「“健康のために大切なもの”を考えよう～精華町元気生活チェックの結果から～」

精華町民1600人のアンケート結果を見ながら考えます。

講師：人間科学研究所・志賀誠治

「“ひけつ”を学ぼう！」

発表者：健康増進プロジェクトの皆さん

健康体操(せいかいちご体操)や爆笑食育劇などで、動いて笑ってパワーをお届けします。

◆第2部(交流会)

◆そのほか

あすなる会(食生活改善推進員協議会)による、簡単ヘルシーおやつを試食・紹介 ほか

▶申込方法

電話、または直接、衛生課へ。

平成21年度 健康増進プロジェクト

4月から1年間、5つのグループが、自分から元気になれること、みんなが元気になれることを形にしました。いろんな思い、アイデアが健康の“ひけつ”として形になっていきます。活動は、上記のフォーラムのなかで紹介されますので、ぜひ見にきてください。

「さあ！これから塾」

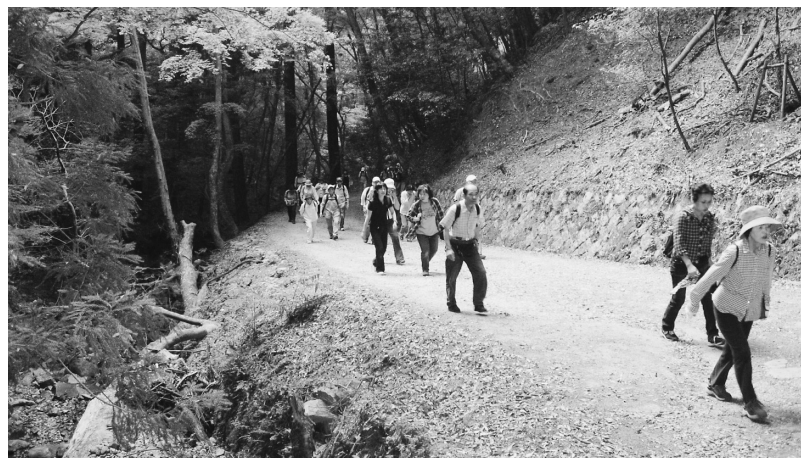
50代、60代のシニアの方を中心とした、健康になるための集まりです。多くの仲間たちが、知恵や技能を出し合いながら、モノ作りをしたり、簡単な料理やお菓子を作っては、おいしく食べながらの語らいの時間を持ちました。また、アコーディオンとともに懐かしい歌を大きな声で歌ったり、ゲームに熱中したり、体を動かしたりして、心と体の健康維持に努めました。青春18切符の旅では、日帰りで行ける名所旧跡などを訪ね、道中のおしゃべりに花を咲かせながら、お互いの元気を実感しました。

多くの人と関わりながら、いろいろ

な情報や知識を得たり、話し相手ができ、友達の輪が広がりました。少しでも楽しい時間が持てるようになればと考えています。



いきいき健康ウォーク



歩数計をつけて、歩く習慣をつけることを目標にしました。
月に1回は、季節を感じたり、歴史を学びながら、みんなで歩きました。本年度は、少し遠出をして、奈良や宇治に出かけました。
歩くことで健康になれることだけでなく、季節や自然、歴史を学び、喜びを味わえることも、健康のひけつです。

食育劇団もぐもぐ



昨年度は精華町内の保育所、幼稚園で約1300人の子どもたちに、「あさごはんを食べよう」をテーマとしたペープサートと寸劇をしました。
本年度も劇団メンバー7人が、保育所や幼稚園で「よくかんで食べよう」をテーマに、公演をしました。劇により、食の大切さを伝えるとともに、子どもたちの喜ぶ姿に、劇団員は元気をもらっています。

せいかいちご体操



体操グループでは、平成20年のグループ結成からメンバー全員の知恵を出し合いながら体操作りに取り組んできました。
完成した「いちご体操」を町民体育大会などのスポーツイベントで披露するほかに、食育劇団もぐもぐと一緒に幼稚園や保育所の子どもたちに伝えてきました。
本年度は、さらに成人から高齢者向けの体操作りに取り組んでいる真つ最中です。ひとりでも多くの人に、体操を通して、体を動かす喜びを感じていただくことを目指しています。

わくわく健康里山の会



「里山」と聞いただけでわくわくする仲間が集まり、東畑の里山ゾーンを中心に活動しています。
毎月第1金曜日の午前9時～正午、下草刈りや畑作りで汗を流しています。せいか祭りでは、里山の木の実や枝を使っての手作り小物ブースを開設し、多くの人でにぎわいました。
里山に入るだけで、気分がリフレッシュでき、元気をもらっています。

○申し込み・問い合わせ

衛生課保健衛生係

(TEL) 95-11905

(FAX) 95-3974

肝機能障害の 身体障害手帳交付 申請を受付中

肝臓機能障害の身体障害者手帳が今年4月から、交付されます。詳しい手続き方法や認定基準の内容、指定医のいる医療機関などについてお知りになりたい方は、お問い合わせください。

対象者

- ・認定基準に該当する肝臓機能障害のある方
- ・肝臓移植を受け、抗免疫療法を受けている方

申請方法

申請書・診断書・顔写真（縦4 cm×横3 cm）を福祉課へ。
※診断書は、身体障害者手帳指定医が作成したものに限りです。

認定基準

主として肝臓機能障害の重症度分類であるChild-Pugh分類

（注）によって判定します。3カ月以上グレードCに該当する方が、概ね身体障害者手帳の交付対象となります。

※診断前の6カ月間にアルコールを摂取している方などは、対象なりません。

（注）肝性脳症・腹水・血清アルブミン値・プロトロンビン時間・血清総ビリルビン値によって、肝臓機能障害の重症度を評価します。

問い合わせ

◆精華町福祉課社会福祉係
TEL 95-11904

(FAX 95-3974)

◆京都府障害者支援課

TEL 075-414-47

33)

交付申請はお済みですか

福祉タクシー等利用券（平成22年度分）

障害者の方へのタクシー料金やガソリン代の一部助成として、福祉タクシー等利用券を交付しています。

平成21年度に同券の交付を受けられた方には、既に案内文をお送りしています。2月26日（金）の期限までに利用券交付申請書を提出しなかった方や辞退していた方、新たに該当者になった方は、随時受け付けていますので、申請してください。

対象者

◆町内在住・在宅で、身体障害者手帳の交付を受けている方のうち、次のいずれかに該当する方

・視覚の障害程度が1級または2級の方

・下肢または移動機能の障害程度が1級または2級の方

※一上下肢の障害程度が、1・2級のうちの肢の障害程度が3級の方を含みます。

・体幹機能の障害程度が1

級または2級の方

・心臓、またはじん臓、呼吸器、膀胱、直腸、小腸の機能の障害程度が1級の方

◆町内在住・在宅で、療育手帳の交付を受けている方のうち、障害の程度（総合判定）欄に「A」の記載がある方

◆町内在住・在宅で、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方

利用期間

平成22年4月～23年3月

申請方法

交付を受けている手帳と印鑑をお持ちのうえ、左記のところに。

※対象者ご本人が窓口で申請される場合、印鑑は不要です。

申請・問い合わせ

福祉課社会福祉係

TEL 95-11904

(FAX 95-3974)

福祉手当を 受けている方へ

3月期の福祉手当（昨年11月～今年2月分）の口座振り込み日は3月31日（水）です。

振り込み先金融機関を変更されている方は至急、次のところへご連絡ください。

福祉手当は、次のいずれかに該当する方を対象としています。今まで申請していなかった方や辞退していた方、新たに該当者になった方は、随時受け付けていますので、申請してください。

対象者

・本町に住所がある18歳以上の方で、身体障害者手帳の等級が1・2級の方

・本町に住所がある18歳以上の方で、療育手帳の交付を受けている方

・本町に住所がある方で、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方

問い合わせ

福祉課社会福祉係

TEL 95-11904

(FAX 95-3974)

統計調査に長年の功績

平成21年度京都府統計功労者表彰式が1月26日(火)、京都市アバンティホールで開催され、精華町では光台八丁目の山戸聡子さんと南地区の傍嶋貞利さんが表彰されました。

お二人は、これまでの統計調査への長年にわたる多大な功績に対して、総務大臣表彰と京都府統計協会会長表彰を、それぞれ授与されました。

おめでとうございます。

〇問い合わせ

企画調整課企画係
(TEL 95-1900)
(FAX 95-3971)

土地・家屋の価格帳簿

縦覧いただけます

町内の土地の価格や家屋の価格などを掲載している縦覧帳簿が来月1カ月間、税務課で縦覧いただけます。お持ちの固定資産とほかの固定資産を比較したい場合などにご利用ください。

- ▶ **日時** 4月1日(木)～30日(金)
午前8時30分～正午・午後1時～5時
※土・日・祝日を除きます。
- ▶ **場所** 税務課(町役場2階)
- ▶ **対象者** 町内にある土地や家屋の固定資産税の納税者、納税者と同一世帯の親族、納税者からの委任状をお持ちの方
- ▶ **内容** ◆土地 所在・地番・地目・地積・価格
◆家屋 所在・家屋番号・種類・構造・建築年・床面積・価格
※償却資産の帳簿はありません。
※課税されていない土地や家屋の掲載はありません。
※所有者名や税額など、個人情報に該当する事項の掲載はありません。
- ▶ **持ち物** 運転免許証など、本人であることが証明できるもの
※納税者が法人の場合には、法人の委任状が必要です。

〇問い合わせ

税務課 固定資産税係
(TEL 95-1916・FAX 95-3974)

給食費など援助

経済的な理由で子どもの義務教育費の負担が困難な方に、経費の一部を援助します。

- ▶ **援助内容** 学用品費・給食費・校外活動費・新入学学用品費・修学旅行費
※生活保護を受けている世帯には、申請によって修学旅行費と医療費の一部も援助します。
- ▶ **対象者** ・生活保護を受けている世帯
・町民税の非課税世帯
・児童扶養手当の支給を受けている世帯
・生活保護を受けていないが、それに準ずる程度の経済的に困難な状況にあり、収入などが生活保護基準額の1.2倍以下である世帯
- ▶ **申請期間** 3月19日(金)まで
- ▶ **申込方法** 申請書に必要事項を記入のうえ、世帯全員の町・府民税課税証明書、または児童扶養手当証書の写しを添えて直接、町内小・中学校、または下記のところへ。

〇問い合わせ

学校教育課 学校教育係
(TEL 95-1906・FAX 94-5176)

赤い羽根募金・歳末たすけあい募金
ありがとうございました



昨年10月1日(木)から全国一斉に始まった赤い羽根募金は、精華町では25万8千4百10円が集まりました。

集められた募金は全額、京都府共同募金会へ納入し、来年度の福祉活動として活用されます。

一方、12月1日(火)から同じく全国一斉に始まった歳末たすけあい募金は、精華町で29万2千831円が集まりました。

集まった募金は、事務費を差し

引き、精華町社会福祉協議会を通じて、一人暮らし高齢者などへのお見舞金や地域のサロン活動助成事業などに充てられました。皆さんのご協力、ありがとうございました。

〇問い合わせ

精華町共同募金会事務局(精華町社会福祉協議会内)
(TEL 94-4573)
(FAX 93-2278)

社明運動 府作文コンテスト 精華台小6年生 2人入賞

「第59回社会を明るくする運動」

の京都府作文コンテストがこのほど行われ、精華町からは精華台小学校6年生・高松美帆さんが小学生の部「京都府推進委員会委員長（京都府知事）賞」、同・橘香奈江さんが「京都新聞社賞」を受賞しました。

この作文コンテストは、社会を明るくする運動の一つとして、次代を担う全国の小中学生に同運動への理解を深めてもらうために開催しているものです。「日常の家庭生活や学校生活のなかで体験したことをもとに、犯罪や非行などに関して考えたことや感じたこと」が作文のテーマで、コンテストは今回で17回目となります。

今回のコンテストには、京都府内全域から小学生2853人、中学生2514人が応募しました。2人の入賞をお祝いするとともに、この作文が一人でも多くの人に読まれ、そして青少年の健全育成・非行防止に活かされることを願い、入賞作品を紹介します。

小学生の部・京都府推進委員会委員長（京都府知事）賞

「あいさつは、笑顔を作る魔法の言葉」

精華台小学校6年 高松 美帆



最近、あいさつをしない子供がたくさんいると母から聞きました。「おはようございます」「こんにちは」「こんばんは。」主にあいさつはこの三つ。（どうして、この三つを言えないかがわからない。）と母がいつていました。私は、母に「知らない人にでもあいさつをしないさい。」と言われていたので、自分から声をかけるようにしています。

私たちの近所では、班に並ぶ

前、家の前に集合します。一番初めにかわす言葉は、「おはよう、にしよう。」というルールを決めています。みんな、ねむそうな声で「おはよう。」といつもいつています。でも、みんなの顔を見て、「おはよう。」と言うと、あい

さつをした後笑顔になります。みんなの笑顔を見ると、とてもうれしいです。それに（よし、今日も一日がんばろう。）と思えます。集合してあいさつをするというルールを決めてから、知らない人にあいさつをしなかった小さい子

たちも、笑顔で「おはようございます。」と少しづつ、言えるようになってきました。それは、とてもうれしいと思います。

もう一つうれしい話があります。いつも、道路に立ってあいさつをして下さっている老夫婦がいま

す。その人たちにいつも笑顔で「おはようございます。」と言っていました。そして、ある日、

「家はどこにあるの。」

と聞かれたので、

「四丁目でじゅくのななめ上の家です。」

と答えました。それは、四年生の時でした。

もうすぐマラソン大会という寒い時でした。

そして、マラソン大会当日、きれいなマラソンも終えて家に帰った時、道路に立って下さっている老夫婦が家の前にいました。（どうしたのだろう。）と思ひ声をかけると、

「やっぱりそうか。」

と、私を見て笑ったのです。私は「どうかされましたか。」

と聞くと、ふうとうをポケットから出して、私にわたしてくるので

す。「なんですか、これは。」

私が聞くと、

「いや、孫が二年生で、マラソン大会の写真をとっていたら、たまにきいて、あいつしてくれてくれる女の子がいたから、写真とって

んやんか。目が悪いから、ぶれたりしてるかもしれへんけどな。わたくしと違って前に聞いたとおりになってみて、あつてるかわからんからインターホンならそうか迷ってんけど、君がちょうどいい時に帰って来てくれたんや。」

と笑顔でいつて下さいました。

「ありがとうございます。」

そう言うと、

「これから、いつもみたいに笑顔で元気よくあいさつしてな。その笑顔がとても生きいきしてて、私たちの元気にもなるんですよ。」

と言って下さいました。私は、

「はい、ありがとうございます。」と言って家にもどりました。家に帰って写真を見てみると、全部私

が真ん中で、ぶれてもいないのです。よく考えると二年生と四年生

は、ルートもちがうし、時間たいてもちがいます。私のためにとって下さり、それに、わざわざ家まで持って来て下さったのです。感謝しても、しきれないほどです。最近

は、少しお話しするぐらいですが、あいさつは、しています。お

ばあさんのほうは、遠くにいて、私を見つけたして、

「おはよう。」
と言って下さるのです。これから、元気よく、笑顔であいさつを



していきたいです。

近所で少し暗い子がいたのですが、あいさつのルールを決めてから、すごく明るくなりました。とつてもうれいしです。私は、「あいさつ」にかかわることを経験してきて、あいさつは、みんなの顔に笑顔を作ってくれる、「魔法の言葉」なんじゃないかなと思いました。

たしかに、あいさつをしても笑顔にならない人がたくさんいます。でもそれは、心から言っていないからじゃないのかな。私は、そう思います。私の中で、あいさつがめんどくさいと思ったことは、ありません。あいさつができない人は、私たち近所のように、自分でルールを作ったり、最初はいややでもいいから、あいさつを試してみたいと思います。

そのうち、あいさつをしないと気持ち悪くなってくる時があると

思います。最初はいいやでも、最後は、笑顔をつくるのを目標にした方がいいと思います。みんなも少しづつ、明るい社会を目指して、あいさつをしていくといいと思います。私も、これからずうつと笑顔に元気で、あいさつをして、社会を明るくしていきたいです。

小学生の部・京都新聞社賞

「笑いで社会を明るくする」

精華台小学校6年 橘 香奈江



私は、何か身近なことで、社会

を明るくできるものはないだろうかと考えてみました。その結果、私が見つけたのは「笑い」です。私には弟と妹がいますが、いつもケンカをします。でも笑っている時は「楽しい。幸せだな。」っと思うから、ケンカする気分になんかなりません。そうすると、家

では笑顔があふれ、ケンカもあまり起こらないと思います。なのでそれが家だけでなく日本全体が、もっと言えば世界全体が「笑い」でいっぱいになれば、社会ももっと明るくなると思います。あらためて考えてみると、私がいつも「幸せだなあ。」と思うのは、笑っている時なのです。

今の世の中、殺人やストーカーなど、暗い事件がひんぱんに起きていますが、どうしてこのような事件が起きるのかということを考えた時、「この人達って、幸せなのか？」と、ふと疑問に思いました。だって、幸せな人が人を殺そうだなんて思ったりしないだろうと思ったからです。おそらく、このように人を殺したり付きま

とったりする人達は、幸せではなかったのではないのでしょうか。その人達をもっと笑いであふれた生活を送っていれば、罪をおかさずにすんだかもしれません。

「笑い」の良いところは、電気や水、お金を使わずに人を明るく楽しく幸せにしてくれるところで

平和にできたらいなと思います。

最近、笑うと体のめんえき力が高まるといわれています。だから、笑えば幸せにもなるだろうし、体のめんえき力も高まり、病

気にかかる人も少しは減るだろうと思います。やはり私は、「笑い」つてすごいなあ、と思いました。

私は、「笑い」は人を幸せにしてくれると思います。でも、どんな時に、どうすれば、人は笑うだろうということを考えてみました。

私は、イヤなことがあったり弟や妹とケンカしたりしても、他に楽しいことをすればそんな気持ちふつ飛んでいきます。他に楽しいことといえば、他の人と笑ったり、お笑い番組を見たり、そのケンカ相手とも笑ったり。おかしいことをみんなで笑い、にぎやかに

いたのにいつの間にかしゃべっちゃって、「あっ、しゃべらないって決めたのに。」と、何かく

やしい気持ちになります。でもそれでいいんだと思います。気付いたらしゃべってた、気付いたら一緒に笑ってた。「ごめんね。」って謝るだけが仲直りじゃない、そういう仲直りの仕方も良いんじゃないか、と私は思います。だから、これも家だけじゃなく、いろんなところでできたら、社会も明るくなるかもしれない、と思いました。

「笑い」は社会を明るくするんじゃないかというのは、自分でもいい発見だな、と思いました。たまたま、笑っている時は幸せだと日頃思うな、ということから始まったことなので、ここまで考えられるというのは、自分でもビックリしています。私は「笑い」で社会は明るくできると信じています。これからも、笑うこと、笑わすことも大切にし、笑いながら生きていきたいです。

〇問い合わせ

人権啓発課啓発係

(TEL) 95-119119

(FAX) 95-33974

地デジ説明会、 再び開催

総務省による、地上デジタル放送を楽しむための説明会を3月13日(土)・14日(日)、むくのきセンターなどで開催します。

町では昨年の9月から10月にかけて、精華町交流ホールや各地区集会所などで同説明会を開催しました。今回は、同じ内容で再び開催するものです。

総務省テレビ受信者支援センターのスタッフが、地デジについて分かりやすく、丁寧に説明します。ご質問にもお答えします。無料で、事前申し込みも必要ありません。

前回参加できなかった方や、再度説明を聞きたい方は、ぜひご参加ください。

3月13日(土)

午後4時～6時／むくのきセンター12階第3会議室

3月14日(日)

午後2時～4時／かしのき苑1階会議室A・B・C

〇問い合わせ

◆日程について

財政課情報システム係

(☎95-1914)

◆内容について

総務省京都府テレビ受信者支援センター説明会事務局

(☎075-253-0817・

平日午前10時～午後6時)

受信障害対策共聴施設 地デジ化助成対象拡充

総務省ではこのほど、受信障害対策共聴施設のデジタル化改修などに關して交付している助成金の対象を、広げることになりました。

これは、ビルの陰などの受信障害対策用の共同受信施設(受信障害対策共聴施設)での地上デジタル放送対応を促進するためのものです。

現在、既に募集中ですが、予算の上限に達した時点で受け付け終了となる予定です。

▼対象者

受信障害対策共聴施設の管理

電気通信サービス モニター募集中

総務省では電気通信サービスに対する意見・要望を聞く「電気通信サービスモニター」を募集しています。

近畿2府4県在住の満20歳以上の方が対象で、定員は130人です。年2回のアンケート回答やモニター会議(年1回・依頼者のみ)への出席が主な活動です。回答・出席者には謝礼金をお支払いします。委嘱期間は今年6月1日～来年3月31日、申込期間は、4月2日(金)までです。

希望者は、はがきの裏面に「郵便番号・住所・氏名(フリガナ)・電話番号・年齢・性別・職

業・Eメールアドレス(任意)・応募動機」を記入し、表面に「モニター希望」と書いて、左記のところへお送りください。

者……有線テレビジョン放送法・有線電気通信法の規定に基づく申請者・届出者またはその者から委任を受けた者。共聴組合(渡し切り補償契約により利用者側に施設が譲渡されている場合などを想定)も含みます。国や地方公共団体などは除きます。

▼対象事業

①受信障害対策共聴施設のデジタル化改修

現在の共聴施設をデジタル化対応に改修するもの

②受信障害対策共聴施設のケ

ブルテレビへの移行

現在の共聴施設を有線テレビジョン放送施設への置き換えにより、地上デジタルテレビ放送の再送信を視聴可能とするもの。ただし、その施設をデジタル化対応のために改修した場合より安価な場合に限ります。

③新設建築物などの影響により、地上デジタルテレビ放送の難視聴が生じる地域で、難視聴解消のために設置される受信障害対策共聴施設その地域で地上デジタルテレビ放送が開始された後に、建築物などが設置されたことによる場合を除きます。

▼助成金額

地上デジタル放送対応に不可欠な施設の設置、置換などに要する総経費に対して以下の額を助成します。

①②……2分の1の額

③……3分の2の額

〇助成金申請・問い合わせ

総務省テレビ受信者支援センター(デジサポ)

(☎0570-093-724・平日午前9時～午後6時)

※助成金申請は、各都道府県のデジサポで受け付けます。デジサポ京都

(☎075-212-9345)

求む、あなたのIT技能

せいか地域ITサポーター募集

皆さんがご持ちのIT技能を、多くの方のために活用しませんか。

基礎相談などの相談業務のほか、町主催パソコン講座のアシスタント講師なども担っていただきます。

サポーターのスキル向上のための研修も随時開催していますので、スキル向上を目指しておられる方も大歓迎です。

ご興味、ご関心のある方は、下記のとこへご連絡ください。

せいか地域ITサポーター登録申請書は、町ホームページ

＜アクセス手順＞

トップページ↓各課の窓口↓情報システム係↓せいか地域ITサポーター↓せいか地域ITサポーター登録

〇問い合わせ

財政課情報システム係(せいか地域ITサポーター事務局)

(☎95-1914)

(FAX 93-2233)



精華中 シニア・スクール

2期生募集



地域住民の学びの場として昨年度からスタートした、精華中学校シニア・スクールの2期生を募集しています。同スクールは、地域に開かれた学校づくりを目指し、中学校の空き教室を利用して開講されているものです＝写真。シニア・ミドル世代の方を対象に行っており、社会教育などで行われている内容を学習します。

ぜひ、ご参加いただき、中学生とともに学び、交流を深めてください。



開講予定講座

講座番号	講座名	コース	定員(人)	講座内容(予定)
1	パソコン	前期	40	パソコンで何かを作ってみましょう。自分のことから始めて、パソコンに慣れましょう。
2	町史・歴史	前期	20	精華町や南山城地域の歴史について、時代やテーマに沿って学習します。
3	押し花	前期	20	生花から額作りまで行います。
4	読み聞かせ	前期	15	読みたい絵本を選び、どのように語れば、聞き手の心の中にお話が届くか「読み聞かせ」の技術を学んでいただきます。
5	手話	前期	35	地域の聴覚障害者の方と交流し、手話で簡単な会話をしましょう。
6	稲作	通年	15	食べておいしい米作りを目指します。水田の土作りから調整作業まで、玄米になるまでを学習します。
7	寄せ植え	前期	25	季節の花を使った「寄せ植え」の講習と実習を行います。
8	ガーデニング	前期	35	ガーデニング手法、植物の育て方、管理の仕方などについて学習します。
9	家庭菜園	通年	20	菜園の土作り、作物に合う土作りや品種、農薬の取り扱い、鍬の使い方などを学習します。
10	健康メニュー	前期	20	健康、食事のとり方などについての講義と調理実習を行います。
11	華道	前期	20	池坊の入門編を講義と実習を通して行います。
12	茶道	前期	15	一服のお茶を通して受講生の皆さんと和みましょう。
13	コーラス	通年	35	懐かしい歌、新しい歌をみんなで楽しく歌いましょう。

※講座回数は各講座によって異なります。

▶日時

- ◆前期 5月6日(木)～10月8日(金)
 - ◆後期 10月12日(火)～平成23年3月24日(木)
 - ◆通年 5月6日(木)～平成23年3月24日(木)
- 毎週火曜日 午前9時45分～午後0時45分(1日3講座)

▶場所

精華中学校

▶対象者

町内在住のシニア・ミドル世代の方(詳しくは右記のところへ)

▶定員

上表の通り(各講座共に先着)

▶受講方法

希望講座を選択し、受講していただきます。

▶申込期間

3月26日(金)まで 受付時間: 平日 午前9時～午後4時

▶申込方法

希望講座を電話で下記のところへ。

▶その他

- ・受講料は無料ですが、講座内容によっては、教材費を徴収します。
- ・講座によっては曜日を変更する場合があります。
- ・今回は前期と通年の講座のみ募集します。
- ・講師の都合で開講できない講座がある可能性があります。ご了承ください。
- ・受講決定通知は4月上旬にお送りします。
- ・4月下旬に受講生対象のオリエンテーションを予定しています。

○申し込み・問い合わせ

精華中学校 シニア・スクール事務局
(TEL 94-2013・FAX 94-2054)

困ったら相談を?

相楽消費生活センター開設



相楽消費生活センターが3月1日(月)、相楽会館1階に開設されました。

同センターは、近年の消費相談の多様化、高度化に対応するためのものです。消費生活相談員を配置し、悪質な訪問販売や架空請求、多重債務などの消費生活に関する相談を受け付け、自主交渉の助言やあつせん、情報提供などを行います。

丁寧に相談に応じます

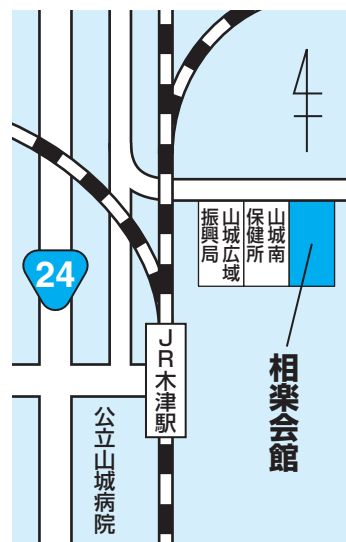
▼自主交渉の助言

「訪問販売で買ったものを解約したいのですが……」

期間内であればクーリング・オフの方法などを助言し、できるだけご自分で解決できるように支援します。

▼苦情処理のあつせん

「契約してから時間が経ちましたが、やはり解約したい……」
「契約に問題があったとき、必要に応じて事業者との間であつせんなどをします。」



▼トラブル予防の情報提供

「変なメールが届いたんですが……」

消費者からの問い合わせに対し、情報提供をします。

※弁護士や司法書士などの専門家の支援が必要な場合は、適切な機関を紹介します。

巡回相談もあります

4月から週1回、相楽郡内の町村で、巡回相談を行います。精華町では今までと同様、町役場で行います(38ページ参照)。「相談に行きたいけど家から遠くて行けない」という方も、近くで相談することができま

ので、気軽ににご相談ください。

身近な味方です

日常生活のなかで、どんなに気をつけていても、ある日突然、消費トラブルに巻き込まれることがあります。

そんなとき「こんなことを聞いても」「仕方ないわ」などと一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

○相楽消費生活センターに関する問い合わせ

相楽郡広域事務組合事務局
(TEL 72-0421)

ひろげよう リサイクルの輪

物品の有効利用をはかるため、再利用品の紹介をしています。産業振興課が窓口となりますが、交渉は直接、本人同士でしていただきます。

【ゆずります】

- パソコン台
(奥行55cm・幅60cm・高さ130cm)
- 学習机(2台)

【ゆずってください】

- 星の光幼稚園男子制服(100cm以上)・靴(15cm以上)

○問い合わせ

産業振興課 商工振興係
(TEL 95-1903・FAX 95-3973)

海外体験補助金を交付

- ▶ **対象者** 町内に1年以上在住し、本年度中に満15歳以上になる方
※既にこの補助を受けた方を除きます。

▶ 要件

- ・ 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を除きます。
- ・ 帰国後、町などが主催する国際化推進事業などに積極的に参加すること
- ・ 上記事業で留学体験などを発表できること
- ・ 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(小論文は本誌・町ホームページなどに掲載)

- ▶ **補助金** 5万円(最高限度額)

- ▶ **申請方法** 出国前に、所定の申請書を直接、下記のところへ。

○申請・問い合わせ

企画調整課 企画係 (TEL 95-1900・FAX 95-3971)

精北小学校

精北小学校では、学校教育目標を「確かな学力と豊かな人間性を身に付け、生きる力に結びつく行動力・実践力のある児童の育成」と定めています。学力の充実・向上、豊かな体験活動の推進、生命や人権の尊重など、子

どもの健やかな成長を目指して教育活動に取り組んでいます。今回は、豊かな体験活動に関する取り組みを一部紹介します。

【自然体験活動】

のどかな田園地という地域の特性を生かし、地元の農家の協力で米やサツマイモ作りを体験しています。

収穫した作物は、給食や調理実習などで使います。



【文化体験活動】

高学年の精北タイムでの大正琴の練習は、同校が継続して取り組んでいる体験活動です。

卒業生を送る会や町内小中学校による文化交流会などで発表します。



【人権教育】

人権教育を全教育活動に位置づけ、推進しています。

本年度は「人権の花運動」にも取り組んでおり、地域の福祉施設などに寄贈する予定です。



【幼保小連携】

幼児期から小学校への円滑な移行を図る観点から、さまざまな機会を通して児童と幼児が触れ合う場を設けています。2年生は手作りおもちゃコーナーを作り、交流しました。



【福祉体験活動】

思いやりのある心を持って助け合う態度や、人として共に生きる心情を培うため、高齢者との交流を図ったり、アイマスクや手話・車椅子の体験学習を行ったりしています。



【生涯学習課との連携】

毎月1回「精華まなび体験教室精北教室」を開催しています。工作・ゲーム・スポーツなど、児童が楽しんで参加できる内容を行っています。



【PTAとの連携】

親子のふれあいや地域との連携を、PTA活動の一つとしています。学校と家庭が協力して児童の健やかな成長を支援しています。学年単位の親子活動や、全校での「精北夏祭り」など多くの活動に取り組んでいます。

「精北夏祭り」には、上記の「精北教室」のスタッフやゲートボール協会の方などの協力も受けています。

