

所得税などの障害者控除

障害者手帳などの交付を受けている方は、所得税・町民税の所得に障害者控除の適用を受けることができます。障害者手帳などの交付を受けていない方でも、65歳以上で寝たきりの方や、認知症の状態などが一定の基準に該当し「障害者控除対象者認定書」の交付を受けることができた方は、同様に控除の適用を受けることができます。



障害者が働く場の見学会

しうがい者就業・生活支援センター「あん」が主催する「障がい者が働く場の見学会」が開催されます。障害のある方を多数雇用する特例子会社として設立された(株)JR西日本あいウェルを見学します。

- ▶日 時 1月24日(木)
正午、JR木津駅東側ロータリーに集合
午後4時30分、同ロータリーで解散
先着50人
- ▶定 員 1月18日(金)までの平日
受付時間：午前8時30分～正午・午後1時～5時
- ▶申込方法 「氏名・所属・電話番号」を電話、またはファックス、Eメールで下記のところへ。
問い合わせ

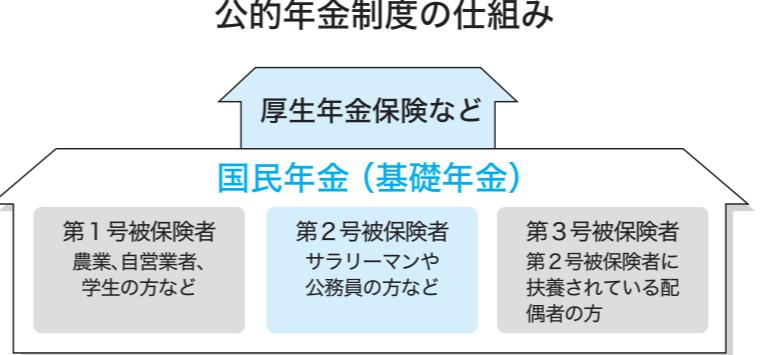
- 問い合わせ
福祉課介護保険係
(℡95-1904)
- 申し込み・問い合わせ
しうがい者就業・生活支援センター「あん」
(℡86-5056・FAX 86-5105)
(E-mail : job.an@life.or.jp)

町内在住の65歳以上の方で、確定申告などのため「障害者控除対象者認定書」の交付が必要な方は、左記のところにお問い合わせください。

20歳になつたら国民年金

国内に居住する20歳以上60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、国民年金の保険料を納めることになります。収入などがなく保険料の支払いが困難な場合は「学生納付特例制度」(学生のみ)や「若年者納付猶予制度」(30歳未満)などの保険料免除制度があります。

国民年金(基礎年金)には次の3つのメリットがあります。



2階建て構造

年金手帳は大切に保管を

日本の公的年金制度は、上図のようないく「世代と世代の支え合い」が基本です。公的年金制度では、すべての制度に共通して使用される基礎年金番号が使われています。国民年金や厚生年金に加入すると、基礎年金番号が記載された年金手帳が交付されます。加入記録や保険料の納付状況などは、この番号で管理されます。年金手帳は年金に関する手続きの際に必要です。大切に保管してください。

- 問い合わせ
総合窓口課年金係
(℡95-1915)

世代と世代の支え合い

▼老後を支える
老齢基礎年金
▼病気やけがで障害の状態になつたとき
に支える
▼加入者が亡くなつたとき、子のある配偶者、子を支える
遺族基礎年金

行政サービス 年末年始の休み

区分	12月						1月			
	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)	31日(月)	1日(祝・火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
町役場	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○
町立図書館	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×
証明書等自動交付機[町役場・精華町住民サービスコーナー(桜が丘地区)]	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○
下狛郵便局内の証明発行	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○
精華町交流ホール(町役場2階)	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○
かしのき苑	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×
むくのきセンター	▲	▲	▲	×	×	×	×	×	×	▲
打越台グラウンド・テニスコート・池谷公園テニスコート	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×
精華西中学校グラウンド・テニスコート・体育館	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
精華町国保病院	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○
し尿くみとり	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○

○……平常通り・×……休み・▲……施設点検のため午後5時に閉館

※テニスコート・グラウンドの1月以降ご利用分の申請は、1月4日(金)からです。

※精華町国保病院について、12月31日(月)は午前9時～正午、桑原名誉院長による特別診療を行います。このほかの×の日も、緊急患者の診療は可能です。

老人医療費助成 昭23年2月生の方へ

町では、65歳以上70歳未満の方に、医療費(保険適用分)の一部を助成しています【注1】。

助成は申請が必要です。申請が認定された方には1月中旬、黄色の受給者証(2月から使用可能)を郵送します。

上記の対象者にはご案内を郵送しています。申請は、受給者証交付申請書・対象者の保険証・印鑑をお持ちください【注2】。申請期間は1月11日(金)～18日(金)の平日【注3】で、手続きは代理の方の来庁や郵送でも可能です。

【注1】60歳未満の方と同居する所得課税世帯や、一定所得を超える世帯などは該当しません。【注2】①で本人・世帯で平成24年1月2日以降、精華町に転入した方がいる場合は、その方の23年中の所得額と控除額を証明する書類(住民税課税対象所得額が表示されているもの)も必要です。【注3】申請が遅れると受給者証の使用開始日も遅れる場合があります。

○問い合わせ 国保医療課 医療係(℡95-1929)

町子育て支援医療費助成 平22年1月2日～2月1日生の子を持つ保護者の方へ

3歳から小学校卒業までの方が外来医療費の助成を受けるには、現在お持ちの白色の受給者証とは別の受給者証を受けるための申請が必要です。申請した方には1月中旬、さくら色の受給者証(2月から使用可能)を郵送します。白色の受給者証は、これからも入院医療費の助成に利用できます。

上記の対象者にはご案内を郵送しています。申請は、受給者証交付申請書・対象者の保険証・印鑑をお持ちください【注2】。申請期間は1月11日(金)～18日(金)の平日【注3】で、手続きは代理の方の来庁や郵送でも可能です。

【注1】60歳未満の方と同居する所得課税世帯や、一定所得を超える世帯などは該当しません。【注2】①で本人・世帯で平成24年1月2日以降、精華町に転入した方がいる場合は、その方の23年中の所得額と控除額を証明する書類(住民税課税対象所得額が表示されているもの)も必要です。【注3】申請が遅れると受給者証の使用開始日も遅れる場合があります。

○問い合わせ 国保医療課 医療係(℡95-1929)

パソコン教室 受講者募集！



町教育委員会では後期パソコン教室の受講生を募集します。

コース	講習内容	日 程	時 間	内 容	受講料
A	パソコン入門	2月4日(月)・7日午前9時 (木)・14日(木)・18日(月)・21日(木)	30分～正午	パソコンの起動終了・マウスの操作・文字の入力・インターネットの利用・Eメールの送信	3000円 (テキスト代など・講習初日に徴収)
B	Excel 入門	2月25日(月)・28日(木)・3月4日(月)・7日(木)	午前9時30分～正午	Excel の基本操作・データや関数の入力・グラフや住所録の作成	3000円 (テキスト代など・講習初日に徴収)

▶場 所 むくのきセンター 第1会議室(2階)

▶対象者 町内在住・在勤の18歳以上で次の条件をすべて満たす方

- ・パソコン操作に慣れていない方、または初めての方
- ・上記の日程にすべて参加できる方

※高校生を除きます。

▶定 員 各16人(定員を超えた場合は抽選)
※これまでに当選したことのない方を優先します。

▶申込期間 1月16日(水)まで(消印有効)
受付時間：午前8時30分～正午・午後1

▶ 申込方法 次のいずれかの方法でお申し込みください。

◆往復はがき
往復はがきの往信裏面に「①住所②氏名
(ふりがな)③電話番号④希望コース」
を、返信表面に「郵便番号・住所・氏名」
を記入のうえ、右記のところへ。

- ◆Eメール
件名に「パソコン教室申し込み」、本文に上記①～④を入力のうえ、下記のところへ。
- ◆窓口
返信用の官製はがき表面に「郵便番号・住

▶ そのほか

- ・講師は、パソコン教室「アミィ」講師と、せいか地域IT サポーターのスタッフです。
- ・携帯電話からの申し込みはできません。
- ・申し込み後「Itschool (auto reply)」から自動返信メールを送信しますので、ご確認ください。
- ・パソコンは会場の備品を使います[Windows 7(Microsoft Office 2010)]。

○申し込み・問い合わせ
〒619-0285(個別番号・住所記入不要)
精華町役場 生涯学習課 パソコン教室担当
(TEL 95-1907)
(E-mail : ITschool@town.seika.kyoto.jp)

「デジタル写真で簡単・おしゃれなスライドショー」講座を1月31日(木)、むくのきセンターで開催します。

デジタルカメラで撮った数々の思い出、パソコンのなかに保存したままになつていませんか。同講座では、写真にメッセージと音楽を添え、おしゃれなスライドショーを作成します。作ったスライドショーは、DVDを作成することでテレビでも見られます。

パソコンと写真データは主催者が用意します。

※共に同じ内容です。

午前9時30分～正午・午後1時～3時
30分

※多くのきセンター第1会議室（2階）

町内に在住・在勤の方
※高校生以下を除きます。

共に16人（定員を超えた場合は抽選）

対象者

定員

件名を「デジタル写真活用講座申込」として、本文に「①住所②氏名（ふりがな）③電話番号④受講希望時間帯（午前または午後）⑤パソコン使用経験年数⑥」この最近のパソコン使用頻度（1週間に1度など）を明記のうえ、左記のところへ。

◆往復はがき

裏面に右記①～⑥を、返信表面に「郵便番号・住所・氏名」を明記のうえ、左記のところへ。

窓口

返信用はがきを直接、左記のところへ。

受付時間／平日午前9時～正午・午後1時～5時

※電話での申し込みは「遠慮ください」。

○申し込み・問い合わせ

〒619-10285（個別番号・住所記入不要）精華町役場財政課情報システム係
(Eメール shashin@town.seika.kyoto.jp)

※受講の可否は
ルで送信します（往復はがき・窓口
でお申し込みの方には郵送で）。

介護保険高額介護(介護予防)サービス費

介護保険では、1ヶ月の利用者負担が一定の上限額を超えたとき、その超えた分が払い戻されます。ここでの利用者負担額には、福祉用具購入費、住宅改修費・利用者負担額や施設での食費・居住費・日常生活費などは含まれません。

▶利用者負担段階と上限額

利用者負担段階	世帯の状況	利用者負担の上限額
第1段階	・老齢福祉年金の受給者で、本人や世帯全員が住民税非課税の方 ・生活保護の受給者の方	1万5000円
第2段階	本人や世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入が80万円以下の方	1万5000円
第3段階	本人や世帯全員が住民税非課税で、第2段階以外の方	2万4600円
第4段階	上記以外の方	3万7200円

▶ **申請方法** 高額介護(介護予防)サービス費申請書を下記のところへ。

※申請以降、該当するごとに、自動的に申請した
口座に振り込まれます。

○申請・問い合わせ
福祉課 介護保険係(☎ 95-1904)

要約筆記ボランティア募集

耳の聞こえない方や聞こえにくい方のために、話し言葉を分かりやすくまとめて文字にし、通訳する「要約筆記ボランティア」の養成講座を2月～3月、町役場で行います。同ボランティアは、町内で行われる講演会や敬老会などで活動します。講師は要約筆記サークル「ひまわり」。基本はパソコンによる要約筆記ですが、手書きによるものも学習します。受講は無料です。

▶日 時 2月13日・20日・27日・3月6日・
13日の各水曜日(全5回) 午後1時
30分～4時

▶場所 町役場 201会議室(2階)
▶対象者 町内在住・在勤で、講座終了後、「ひ

まわり」に入会し、第2・4水曜日の同サークルの例会に出席でき、パソコン基本操作ができる方

- ▶ **定 員** 先着約10人
- ▶ **申込期間** 1月25日(金)までの火～土曜日
- ▶ **申込方法** 電話、またはファックス、Eメールで下記のところへ。

○申し込み・問い合わせ
かしのき苑
(TEL94-5200・FAX93-2278)
(E-mail : fukushi@town.seika.kyoto.jp)

総合スポーツフェスティバル 1400人の大熱戦

第30回精華町総合スポーツフェスティバルが4月から10月にかけて開催されました。種目は、野球やバレー、テニスなど13競技。約1400人が熱戦を繰り広げました。

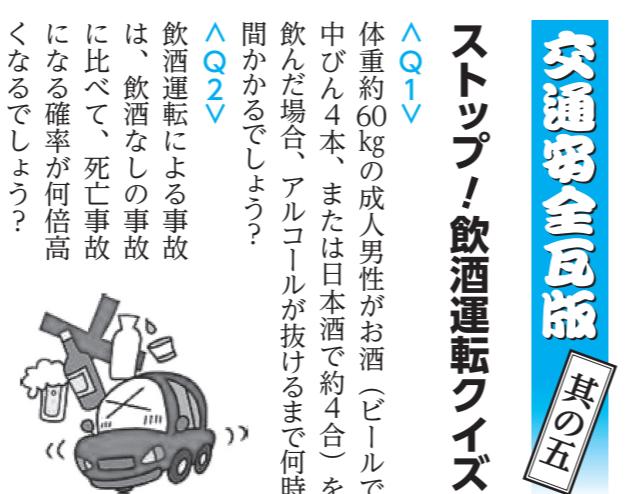
各種目の優勝チーム・選手

少年野球	学童Aの部	精華アトムズ
	学童Bの部	精華アトムズ
	学童Cの部	精華アトムズ
ソフトバレー ボール	混合の部	team TOPS 虎
	女子の部	トゥインクル
ゲートボール		光台
ソフトテニス	男子中上級	吳竹 佑麻・佐名 佑翔
	女子中上級	長瀬 涼香・吉藤 愛海
	女子初級	濱田 夏帆・落部 優里香
テニス (ダブルス)	男子	磯山 健一・松尾 誠
	女子	伊坂 彩・竹本 宏子
グラウンド ゴルフ	団体	僧坊GGクラブ
	個人男子	山口 利忠
	個人女子	東 民子
卓球	男子	藤森 淳二・西脇 元生
	女子	長谷川 穂・東口 泰奈
ゴルフ		岩井 勝則
バレーボール	女子	精和 M.V.C
	女子中上級	坂口 愛・板原 淳子
バドミントン (ダブルス)	女子初級Aブロック	岡田 聰子・嶺元 洋子
	女子初級Bブロック	大石 薫子・三村 万実
	女子初級Cブロック	坂口 恵里・岡本 永実

部	男子	精華西中学校
	女子	精華西中学校
バスケット ボール	精華アトムズ	
ボウリング	森 英雄	
幼年	櫻井 侃	
小学1年	谷口 菜々香	
小学2年	石井 翔	
小学3年	伊勢 真友花	
小学4年	伊野 レン	
小学5年	伊井 達輝	
小学6年	民野 夢佳	
中学生	小久保 麗	
高校生・一般	民野 誠也	
団体	学研都市Aチーム	
空手	櫻井 侃	
形の部	森本 現輝	
平林清海 (45分16秒)	阪本 風莉	
60歳以上 多賀和敏候 (44分11秒)	丸野 拓真	
同女子 大石融 (36分35秒)	吉岡 望	
60歳以上 吉岡幸代 (26分51秒)	伊井 達輝	
40歳以上 大石融 (36分35秒)	錦乙穂 (46分10秒)	
10km 山下善彦 (21分17秒)	奥村康仁 (37分53秒)	
40歳以上 矢田洋平 (19分22秒)	同女子 橋谷優華 (20分42秒)	
60歳以上 池田浩久 (16分21秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
40歳以上 60歳未満男子 奥村康仁 (37分53秒)	同女子 山下善彦 (21分17秒)	
10km 大石融 (36分35秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
60歳以上 60歳未満男子 奥村康仁 (37分53秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
5km 相田翠月 (13分19秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
中学生以上 40歳未満男子 奥村康仁 (37分53秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
稻田樹 (10分42秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
中学生以上 男子 相田翠月 (13分19秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
同5・6年男子 稻田樹 (10分42秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
同5・6年女子 今西智信 (9分38秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
中学生以上 男子 田坂優奈 (13分03秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
中学生以上 女子 相田翠月 (13分19秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	
同5・6年男子 稻田樹 (10分42秒)	同女子 吉岡幸代 (26分51秒)	

○問い合わせ 精華町体育協会事務局(むくのきセンター内)(☎ 98-0200)

Q1の答え／体格、体质、性別で異なりますが、約12～13時間かかるといわれています。夜にお酒を飲み睡眠を取った翌朝でも、アルコールが完全に抜けるとは限りません。気をつけましょう。Q2の答え／死亡事故になる確率は約8.7倍も高くなります(警察庁調べ)。



○問い合わせ
総務課行政110番係

(☎ 95-11910)



精華を駆けたアスリートたち

精華マラソン

第5回精華マラソンが11月4日(日)、むくのきセンター周辺で行われました。稳やかな天候のなか、296人の選手たちは、木津川河川敷や八幡木津自転車道を疾走。ゴールの同センターを目指して白熱レースを展開しました。各部門の優勝者は、次の通りです。

- ◆ 小学生1・2年男子 谷口悠弥(13分21秒)
- ◆ 同1・2年女子 細田卓杜(12分01秒)
- ◆ 同3・4年女子 杉原未来(13分11秒)
- ◆ 同3・4年男子 德田実由(18分06秒)

- ◆ 同5・6年女子 田坂優奈(13分03秒)
- ◆ 中学生以上男子 相田翠月(13分19秒)
- ◆ 中学生以上女子 今西智信(9分38秒)
- ◆ 同5・6年男子 稲田樹(10分42秒)

- ◆ 中学生以上男子 田坂優奈(13分03秒)
- ◆ 中学生以上女子 今西智信(9分38秒)
- ◆ 同5・6年男子 稲田樹(10分42秒)

登記事項証明書は、登記・供託オンライン申請システム(<http://www.touki-kyoutaku.net.moj.go.jp/>)で請求する

と、窓口での請求よりも安くなります。同システムでの請求は、郵送が1通570円、窓口での受け取りが1通

登記事項証明書は、登記・供託オンライン申請システム(<http://www.touki-kyoutaku.net.moj.go.jp/>)で請求する

と、窓口での請求よりも安くなります。同システムでの請求は、郵送が1通570円、窓口での受け取りが1通

支払方法は原則、ペイジー対応のATM、またはインターネットバンキング、モバイルバンキングによる前払いです。送料は無料ですが、速達や書留を希望する場合は有料です。



○問い合わせ
京都地方法務局木津出張所
(☎ 72-10265)

午前9時～正午・午後1時～4時
【注】同年度の町の物品役務の契約にかかる人札参加資格を得るためには、この申請が必要です。

物品役務の平成25・26年度入札参加資格審査申請【注】の受け付けを2月1日(金)～15日(金)、財政課(町役場5階)で行います。申請の詳細や様式は、冊子として同課に置いています。町ホームページからもダウンロードできます。

午前9時～正午・午後1時～4時
【注】同年度の町の物品役務の契約にかかる人札参加資格を得るためには、この申請が必要です。

○問い合わせ
財政課財政管理係
(☎ 95-11914)

25・26年度 物品役務の入札参加資格審査 2/1から申請受付

550円になります(窓口での請求は1通700円)。

システムの利用時間は、年末年始を除く平日の午前8時30分～午後9時です。支払方法は原則、ペイジー対応のATM、またはインターネットバンキング、モバイルバンキングによる前払いです。送料は無料ですが、速達や書留を希望する場合は有料です。

活動のひろば

精華町音楽連盟
コーラス 麦わら帽子

34

フォークにポップ、みんな楽しく♪



大雪に見舞われたシカゴ

Winter Woes

Winter in Seika is cold. Really cold. That's been said (and felt) so many times that it doesn't even bear repeating. Having grown up in frigid Rhode Island and gone to college in even more frigid Chicago, people often express surprise that I hold up so poorly in the winter here. After all, both Rhode Island and Chicago are much colder than Seika, and they also get more snow. So what gives? Well, the main factor there would probably have to be the difference in indoor heating.

In America, indoor heating and insulation are the norm. Most Americans ride out the winter by turning up the thermostat. In Japan, indoor heating in homes is rather uncommon, and most people here seem to survive with a combination of layering and space heating. As an environmentalist, I actually do appreciate that. However, there are times when indoor heating is really nice. For instance, one time in Chicago, I had a fever and had to use sweaters and blankets to stave off the chills. Here in Japan, that would be barely enough to keep me warm even when I'm not sick!

That being said, I've found some other ways to stay warm here. Sipping a cup of tea or hot chocolate while watching TV is quite cozy. Hot dishes like *nabemono* do wonders. And warming up with friends under the *kotatsu* can be a lot of fun.

Maybe there are upsides to being cold after all!

A HAPPY
NEW YEAR

第10代国際交流員コラム 毎日が冒険

Every Day is an Adventure

5



石油ファンヒーター



体を温めるカイロ

冬の不満

精華町の冬は寒いです。寒くてたまりません。それはもう言われなくても分かるぐらい何度も言われ、感じました。私は寒いロードアイランド州で育ち、さらに寒いシカゴの大学に通っていたので、「寒い」というと「精華町の冬はシカゴとかと比べたらましでしょう?」と驚く人が多いです。確かに、ロードアイランド州もシカゴも精華町より寒いですし、雪もたくさん降ります。なぜ精華町でも苦労するかというと、やはり寒さ対策に違いがあるからです。

米国では、断熱と暖房が昔から普及しています。多くの人は、暖房を入れて冬の寒さをしのぎます。日本では、それに比べ洋服の重ね着やストーブなどのスペースヒーターの方がよく使われています。私は環境保全に賛成なので、日本のエコが良いと思いますが、米国の方方が助かることもあります。例えば、シカゴでは熱のせいで寒気がしたとき、セーターを着たり毛布をかぶったりすると、もともと室内の温度が高く保たれているので、体がすぐ温まります。日本だと、厚着をしてもそんなに温まらないでしょう。

それでも、日本では温める工夫をいくつか見つけました。お茶やココアをすりながらテレビを見ると気持ちが良いです。鍋物などの温かい食べ物は助かります。また、友達と一緒にこたつに入ったりして温かくするのは楽しいと思います。

寒さは、やはり良いところもあるかもしれません。

ペルコビッツ・スティーブン

米国ロードアイランド州出身の22歳。今年7月から精華町第10代国際交流員(CIR)として勤務。主な仕事は英語版広報紙「いちご」の製作をはじめとした外国人住民の生活支援や学校などでの国際交流活動。趣味は、音楽鑑賞・料理・ジョギング。「日本語に磨きをかけるよう、日々頑張ります!」



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・同音楽連盟に加盟する「コーラス 麦わら帽子」の中島美和子さんにお話を伺いました。

歌好きが集い発足

10数年前に、当時の仲間で発足したのが始まりです。現在はさまざまな歌好きの人たちが集まり、自分たちの好きな歌を自由に歌っています。

練習、そして地域での発表も

練習は、毎週木曜の午後1時半から3時半までです。指導者や伴奏者がいないため、基本的に自分たちで意見を出し合いながら歌唱力を高めています。昨年からは月1回、講師をお招きしてアドバイスを頂いています。

選曲の傾向は、フォークソングやニューミュージックなど、なじみやすいものが主流。音源はキーボードを使用しています。舞台発表の場では、鍵盤ハーモニカで音をとつてからアカペラで歌います。

週1回の活動のほか、地域の皆さんで発表する機会も多くあります。文化フェスティバルやチャリティーフェスティバル、北ノ堂サロン、福祉施設や団体の催し……とさまざまです。

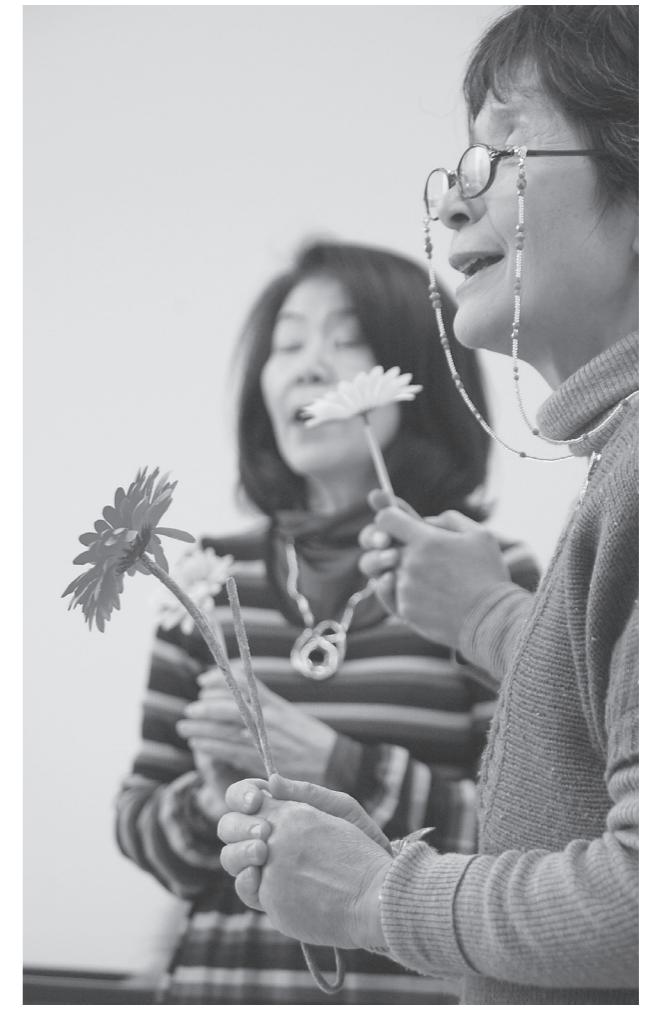
「みんなで楽しく歌おう!」をモットーに、和気あいあいと活動しています。歌うことが好きな方、少しでも関心がある方はぜひ一度、見学・体験にお越しください。



美しいハーモニーが生まれる瞬間



一人ひとりがアイデアを出しやすい空気



歌詞に合わせて色とりどりの花を手に

無料クーポンの配布対象者

子宮がん

年齢	対象者の生年月日
20歳	平成3年4月2日 ～4年4月1日
25歳	昭和61年4月2日 ～62年4月1日
30歳	昭和56年4月2日 ～57年4月1日
35歳	昭和51年4月2日 ～52年4月1日
40歳	昭和46年4月2日 ～47年4月1日



町では節目の年齢の方に、子宮がん・乳がん・大腸がん検診の無料クーポン券を配布しています。左表に該当し、平成24年4月20日以降に精華町へ転入した方、クーポン券を紛失した方は、下記にお問い合わせください。

▼子宮がん検診

2月1日(金)～13日(水)の平日
午前9時～11時・午後1時～3時

▼乳がん検診

1月31日(木)～2月13日(水)の平日
午前9時～11時・午後1時～3時

▼大腸がん検診(検便・問診票の提出のみ)

1月31日(木)～2月13日(水)の平日
午前10時～正午・午後1時～4時

※いずれの検診も精華町交流ホール(町役場2階)で行います。また、大腸がん検診の受診を希望しない方は、検便容器の返却にご協力をお願いします(2月13日(水)まで)。

受け忘れて
ませんか?
がん検診

無料クーポン対象の方へ

乳がん・大腸がん

年齢	対象者の生年月日
40歳	昭和46年4月2日 ～47年4月1日
45歳	昭和41年4月2日 ～42年4月1日
50歳	昭和36年4月2日 ～37年4月1日
55歳	昭和31年4月2日 ～32年4月1日
60歳	昭和26年4月2日 ～27年4月1日

○問い合わせ
健康推進課保健予防係
(TEL 95-1905)

1/15までに提出を

医師・保健師などの届け出

医師や薬剤師などの資格を持ち、右表に該当する方は、1月15日(火)までに医療従事者・調理師届を提出してください。届出票の用紙は、各保健所に置いているほか、下記ホームページからもダウンロードできます(○内数字は右表の番号)。

①厚生労働省ホームページ(<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/soshiki/toukei/tp121115-01.html>)または「医師・歯科医師・薬剤師の皆様に届出のお願い 厚生労働省」で検索)。

②京都府ホームページ(医療課・<http://www.pref.kyoto.jp/iryo/>)

③京都府ホームページ「食の安心・安全きょうと」(<http://www.pref.kyoto.jp/shyoku-anshin/> または同名検索)

[注1]住所地が京都府の場合を含みます。

[注2]詳しくは京都府ホームページをご覧ください。

○問い合わせ

山城南保健所(TEL 72-4300)

届け出が必要な方	勤務地	届出先
①医師・歯科医師・薬剤師	有資格者全員	京都府内 [注1]
②保健師・助産師・看護師・准看護師	平成24年12月31日現在、業務に従事している方	京都市を除く京都府内 京都市内 京都府医療課 (TEL 075-414-4754)
②歯科衛生士・歯科技工士	平成24年12月31日現在、業務に従事している方	京都市内 京都市を除く京都府内 管轄の府内保健所
③調理師	平成24年12月31日現在、業務に従事している方	京都府内 [注2] 管轄の府内保健所 京都府生活衛生課 (TEL 075-414-4759)



「老年内科診療とは～地域での認知症予防～」と題して10月26日(金)、岸田内科医院(精華台二丁目)の岸田秀樹医師の講演を開催しました。2030年には、65歳以上の10%超に及ぶとも推計される認知症。症状や予防、家族のサポートなどについて紹介します。

老後を笑顔で暮らす

認知症とは

認知機能は記憶や知識、言語、理解、思考、判断などの総称です。認知症は、成年期以降に起こる認知機能障害(知能障害)により、日常生活や社会生活に支障をきたす状態をいいます。

認知症は次のようなものがあります。
・失語(理解できず言葉が出ない)
・失行(物の使い方が分からなくなる)
・記憶障害(もの忘れ)
・失認(近所で迷子になるなど)
・遂行機能障害(料理を作ることができなくなるなど)
・心理症状(幻覚・妄想)
・行動異常(攻撃性・徘徊・異食など)

脳血管性認知症の原因・予防

脳血管障害で起きる認知症は、脳出血や脳梗塞で脳の血管が詰まつたり、破裂したりするのが原因です。脳梗塞などを繰り返すたびに症状が進みます。予防には、高血圧や糖尿病などの生活習慣病に気をつけることが必要です。

認知症予防のために

認知症の進行を抑えるには、環境や家族の接し方も大きく影響します。しかし、立ちはだかり添うことが大切です。介護サービスなども活用し笑顔で暮らせる環境を心がけましょう。

第2期健康増進計画 パブリックコメント 聞かせてほしい あなたの意見

現在、策定を進めている第2期精華町健康増進計画について、同計画書の素案に対するご意見を募集します。素案の策定は、住民ワークショップや精華町市民健康づくり推進協議会などのご意見をもとにしています。

今回いただいたご意見は、町の考え方などとともに公表します。

▶募集期間

1月16日(水)～2月15日(金)

▶計画素案(意見様式)の閲覧・配布場所

- ・町ホームページ
- ・町役場 健康推進課(2階)、町立図書館、かしのき苑、むくのきセンターなど

▶募集対象者

町内在住・在勤・在学の方

▶提出方法

意見様式などに住所・氏名・電話番号を明記のうえ、ファックス、または郵送、Eメールで下記のところへ。

▶そのほか

- ・ご意見の内容以外(住所・氏名など)は公表しません。
- ・ご意見、提案に対して個別の回答はしません。
- ・募集の趣旨から、個別の案件や事業などに関するご意見などは、活用できないことがあります。

○提出・問い合わせ

〒619-0285(個別番号・住所記入不要)
健康推進課 保健予防係
(TEL 95-1905・FAX 95-3974)
(E-mail : kenko@town.seika.kyoto.jp)

- ・症状／①進行する②進行しない
- ・自覚／①困難②している
- ・体験したこと／①全体を忘れる②一部分を忘れる
- ・生活への支障／①あり②なし

○問い合わせ
健康推進課保健予防係
(TEL 95-1905)

認知症の半数を占めるアルツハイマー型認知症は次のようなものがあります。

○問い合わせ

不妊治療を受けた方へ

町や京都府では、不妊治療や特定不妊治療にかかる費用の一部を助成しています。詳しくは、左記の窓口または町ホームページをご覧ください。



きょういくの窓

7

精華中学校



地域に貢献する学校づくり

精華中学校は平成21年に学校運営協議会を発足させ、本格的に「コミュニティ・スクール」の取り組みを進めています。これは、保護者や地域の皆さんが学校運営に参画することで地域に開かれ、愛され、貢献できる学校を目指すものです。ここでは同校の年間の主な活動を紹介します。

▶シニア・スクール

「コミュニティ・スクール」の取り組みの一つで、シニア・ミドル世代の方がパソコンや押し花、寄せ植えなどを学ぶ教室です。本年度は17講座に講座数が拡大し、182人の地域の方々が受講生として参加し、本校で学習されています。生徒たちとの交流の場も設け、地域の方々とのつながりを深めています。

▶オープンスクール(年11回)

保護者・地域の皆さんに、学校を公開しています。

▶PTAあいさつ運動(年4回)

生徒会本部役員、各学年のリーダーも参加します。

▶花いっぱい運動(1年生／6月・12月)

クラスごとに工夫をこらし、花壇に花を植えます。

▶交流教育(2年生／6月・2月)

府立南山城支援学校との交流。共生することの大切なことを学びます。今年で28年目を迎えます。

▶体育大会(9月)

3年生のリーダーを中心に、4つのブロックに分かれ、競技をします。全校で「精華音頭」も踊ります。

▶学習発表会(10月)

合唱や英語暗唱のコンクール、吹奏楽部やシニア・スクール(コーラス)の発表、各種展示を行います。

▶職場体験学習(2年／11月)

3日間にわたり、町内のいろいろな事業所で仕事を体験。職業への理解を深め、職業観・勤労観を育みます。

▶福祉体験学習(1年／11月)

手話・点字・車いす体験など、町内のサークルの方など

を講師として招き学習します。

▶収穫祭(10月)

授業=右写真=やシニア・スクール講座を通して育った作物の収穫を、地域の方



と祝います。吹奏楽部のコンサート、豚丼・ふかし芋の無料配布、小学生向けの部活動体験、お笑いライブなどを通して、地域の方との交流を深めています。

▶人権学習・意見発表会(12月)

クラス代表による意見発表会も行い、いじめや差別などを許さない態度を育みます。

▶キャリア教育(1年生／2月)

さまざまな分野で活躍する町内の社会人の方を講師(キャリアアドバイザー)として招き、2年生での職場体験学習につなげます。

このほか、学力充実に向けた取り組みでは、毎週月曜日の7校時目や夏休み・冬休みを利用した補充学習などを行っています。



さらに情報教育や国際理解教育など、多角的に教育の充実を図っています。

部活動では、全国大会・京都府大会に出場した陸上競技部、京都府吹奏楽コンクールで金賞を受賞し関西大会京都府代表となった吹奏楽部=写真=をはじめ、精一杯活動を取り組んでいます。

部活動では、全国大会・京都府大会に出場した陸上競技部、京都府吹奏楽コンクールで金賞を受賞し関西大会京都府代表となった吹奏楽部=写真=をはじめ、精一杯活動に取り組んでいます。

○問い合わせ 精華中学校(94-2013・94-2054)・精華町役場 学校教育課 学校教育係(95-1906)

町では、保険適用の治療と人工授精が対象となります。

▼対象者
京都府内に引き続き1年以上住所を有する夫婦(事実婚を含む)で、各種医療保険に加入している方※人工授精の治療費を申請する場合は婚姻の届け出をしていることが前提となります。

▼助成額
不妊治療に要する被保険者負担額の2分の1(限度額あり)

▼申請方法
診療日から1年内に申請書・医療機関証明書・請求書を直接、左記のところへ。

※必要書類は次のところに置いているほか、町ホームページからもダウンロードできます。

京都府では、特定不妊治療(体外受精・顕微授精)が対象で、対象者は次の要件を満たしている方となります。ただし、卵子採取に至らない場合を除きます。

・京都府内(京都市以外)に住所を有す

・婚姻の届け出をしている。

・妊娠の届け出をしている。

・指定の医療機関で治療を受けている。

・特定不妊治療が必要と医師に診断されている。

・夫婦の前年所得合計が730万円未満。

・申請期間は原則、治療終了日の年度内です(助成回数・助成額は限度あり)。

町では、保険適用の治療と人工授精が対象となります。

京都府内に引き続き1年以上住所を有する夫婦(事実婚を含む)で、各種医療保険に加入している方※人工授精の治療費を申請する場合は婚姻の届け出をしていることが前提となります。

※必要書類は次のところに置いているほか、町ホームページからもダウンロードできます。

ホームページをご覧ください。

来年度に放課後児童クラブの利用を希望する方の受け付けを行います【注】。利用申込書は1月4日(金)から、町役場・子育て支援課(2階)と各放課後児童クラブの窓口で配布します。

▼実施日時(開所日時)

◆月～金曜日

◆土曜日

◆午前8時30分～午後6時

◆春・夏・冬休み、そのほかの学校休業日(学校の振替休日など)

◆午前8時30分～午後6時

◆午前8時30

子育て

すくすく

掲示板

今月の子育て支援センター

月	火	水	木	金	土
7日	8日	9日	10日	11日	12日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 子育て支援センター	すくすくプレールーム 「とっこひろば」 (午前10時～正午) 子育て支援センター	赤ちゃんサロンA (午前10時～正午) 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
すくすくいけたに (午前10時～正午) いけたに保育所	子育てふれあい教室 (わらべうた) (要申し込み) (午前10時15分～11時30分) 保健センター				
14日	15日	16日	17日	18日	19日
成人の日	すくすくプレールーム 開放日 (午前10時～正午) 子育て支援センター	赤ちゃんサロンB (午前10時～正午) 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	お誕生日のつどい (要申し込み) (午前10時～正午) 子育て支援センター	子育てふれあい教室 (音楽リズム) (要申し込み) (午前10時15分～11時30分) 精華町交流ホール
	にこにこ相談 (要申し込み) (午前9時45分～11時) いけたに保育所				
21日	22日	23日	24日	25日	26日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 子育て支援センター	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) 子育て支援センター		親子のつどい (要申し込み) (午前10時～正午) 子育て支援センター		
すくすくいけたに (午前10時～正午) いけたに保育所					
28日	29日	30日	31日	2月1日	2日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 子育て支援センター	すくすくプレールーム 「とっこひろば」 (午前10時～正午) 子育て支援センター		食育講座 (おやつ・食事編) (要申し込み) (午前10時～11時30分) むくのきセンター		子育てふれあい教室 (音楽リズム) (要申し込み) (午前10時15分～11時30分) むくのきセンター
すくすくいけたに (午前10時～正午) いけたに保育所					
4日	5日	6日	7日	8日	9日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 子育て支援センター	すくすくプレールーム 「とっこひろば」 (午前10時～正午) 子育て支援センター	赤ちゃんサロンA (午前10時～正午) 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

（対象者）赤ちゃんサロンA：7カ月児まで、赤ちゃんサロンB：8～12カ月児、よちよちひろば：おおむね1歳半まで、とっこひろば：おおむね1歳半～就園前

○問い合わせ 子育て支援センター（こまだ保育所内）（TEL 98-4001）

育児相談

子育てや子どもの発育などについて、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、電話で子育て支援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も相談を受けています。

・ひかりだい保育所：午前9時～午前11時30分

・せいかだい保育所：午前8時30分～午後4時

絵本のひろば

子育て支援センターの「すくすくプレールーム」、いけたに保育所の「すくすくいけたに」のなかで、おはなしサークル「おはなしのこばこ」による「読み聞かせ会」を開催しています。親子で絵本に親しみましょう。1月～3月の予定は次の通りです。

▶ すくすくプレールーム（子育て支援センター）

1月22日・2月26日・3月26日の各火曜日

▶ すくすくいけたに（いけたに保育所）

2月18日（月）

※時間はいずれも午前10時30分～11時です。

おもちゃの広場「さくらんぼ」

いろいろおもちゃがいっぱい。気軽に集い、交流でき、安心して楽しめる場です。参加は無料ですが、材料費が必要な場合に徴収することがあります。

▶ 日 時

毎月第2・4水曜日（祝日は休み）

午前10時～正午（申し込み不要）

▶ 場 所

かしのき苑 ふれあい大ホール

▶ 対 象 者

町内在住の乳幼児とその保護者

▶ 内 容

・おもちゃなどを使っての遊び場の提供

・おもちゃの貸し出し

・乳幼児への遊びの指導 ほか

▶ 運 営

子育て支援グループ「さくらんぼ」

ボランティアスタッフ募集

おもちゃの広場「さくらんぼ」では、いろいろな工作的補助、おもちゃの出し入れやおもちゃの修理などを行うボランティアスタッフを募集しています。申し込み・問い合わせは町役場子育て支援課（TEL 95-1917）へ。

育児サークル紹介コーナー

▶ ちっちゃんもんクラブ

◆活動日時 第3木曜日 午前10時～正午

◆活動場所 桜が丘三丁目集会所

◆対象者 未就園児とその保護者

▶ かおりサークル

◆活動日時 第2・4火曜日 午前10時～正午

◆活動場所 精華台一丁目集会所

◆対象者 精華台一丁目住の未就園児と保護者

▶ 東畠とんがり帽子

◆活動日時 月1回程度 午前10時30分～正午

◆活動場所 東畠公民館

◆対象者 未就園児とその保護者

▶ 親子サークル「どんぐり」

◆活動日時 第3水曜日 午前10時30分～正午

◆活動場所 精華台二丁目集会所

◆対象者 精華台二丁目自治会員の未就園児と保護者

▶ 南区育児サークル「ミックスジュース」

◆活動日時 第3月曜日 午前10時～正午

◆活動場所 南区公民館

◆対象者 未就園児とその保護者

▶ 8(はっち)

◆活動日時 第4月曜日 午前10時～正午

◆活動場所 光台八丁目集会所

◆対象者 光台八丁目自治会員の未就園児と保護者、妊婦の方

▶ 小子(こねずみ)クラブ

◆活動日時 第4火曜日 午前10時～午後2時

◆活動場所 植田区集会所

◆対象者 未就園児とその保護者

▶ すまいる

◆活動日時 第1木曜日 午前10時～正午

◆活動場所 桜が丘三丁目2番地1 エスペローマ高の原ウエストゾーン1番館206号室

◆対象者 子育て中の保護者など

▶ わんぱくキッズ

◆活動日時 月1回程度(時間未定)

◆活動場所 北ノ堂集会所・近辺の公園 ほか

◆対象者 北ノ堂地区・同地区周辺在住の未就園児とその保護者

▶ 育児サークル「たけのこ」

◆活動日時 第1・4木曜日 午前10時～正午

◆活動場所 馬渕集会所

◆対象者 馬渕地区在住の未就園児とその保護者



ひとりで悩まないで…… 子ども虐待に気づいたら……

児童相談所全国共通ダイヤル 0570-064-000