# けいはんな科学体験フェスティバル2020

科学工作や科学体験など、楽しいプログラムがいっぱい。

科学のふしぎやおもしろさを体験しよう!

けいはんな学研都市や周辺地区の研究機関、企業、教育団体、教育関係 者が一堂に会し、科学をテーマにしたイベントを開催します。

日 時 2月11日(祝・火)午前10時~午後4時

場 所 けいはんなプラザ イベントホール

対象者 おおむね小学生(一部対象年齢の制限あり)

※来場の際はなるべく公共交通機関を利用してください。 (駐車台数に限りがあります〈駐車場有料〉。)

詳細は次の二次元コードかホームページ(https://kscan.jp/) で確認してください。随時更新しています。



問けいはんな科学コミュニケーション推進ネットワーク(K-Scan) ■95-1900(精華町企画調整課内)









# 精華町プレミアム付商品券購入は

# 1月31日(金)まで!

~使用期限は2月29日(土)まで~

現在販売している精華町プレミアム付商品券は、1月31日をもって販売が終了しますので、注意してください。 商品券は次の場所で購入できます。

# ○町内郵便局

(下狛郵便局、祝園郵便局、けいはんなプラザ郵便局、山田荘郵便局) 1月31日までの平日午前9時~午後5時まで

## ○町役場 201会議室

1月26日(日)午後1時30分~4時30分

精華町プレミアム付商品券が使える期限は2月29日(土)までです。 期限内に使い切れなかった分の商品券の返金は行いません。

精華町プレミアム付商品券の購入には購入引換券が必要です。

※購入引換券の交付申請の受け付けは終了しています。

間社会福祉課共生社会係295-1904



町内店舗で使用できる商品券 1セット5000円分を4000 円で販売しています。1人5 セットまで購入していただけ ます。使用可能店舗は町ホー ムページに掲載しています。



# 新たなコミュニティー拠点が始動

町の南部地域のコミュニティー拠点確保のため、社会福 祉法人芳梅会が運営する[さくらホール]を活用する協定を 締結しました。サークル活動や各種教室などの活動に広く 利用してください。

詳しい利用方法や利用規程については、運営主体である 社会福祉法人芳梅会「ファイン桜が丘」まで問い合わせてく ださい。

# ▶利用時間

1月4日~12月28日(土日・祝休日含む)の午前9時~ 午後9時 ※令和2年は1月6日(月)から開館。

## ▶場所

ファイン桜が丘

(桜が丘三丁目1番地6 エスペローマ高の原内)

利用日の6カ月前(町内在住・在勤以外の方は1カ月前) から5日前までに電話予約の後、現地にて本申し込みを 行ってください。

# ▶ホール概要

広さ:133.29平方流

備品:机、椅子、プロジェクタ、スクリーンなど

# ▶ホームページ

http://www.houbaikai.com/lacal/

利用日区分	基本利用	<b>夕</b> 应		
目的区分	平日	土日・祝	冷暖房費	
通常利用	410円	620円	200円	
営利利用	820円	1240円	200F)	

## ▶利用上の注意

音楽活動(ダンスを含む)など、楽器や音響設備を使用す る活動にはご利用いただけません。





暮らし・税

問社会福祉法人芳梅会ファイン桜が丘■75-1831、精華 町役場協働のまちづくり推進室協働推進係四95-1934

# 宝くじ助成で地域の活力アップ

精華台三丁目自治会はこのほど、一般財団法人自治総 合センターの助成を受け、地域での催し・清掃に活用で きる次のような備品を購入されました。

この助成は、宝くじ普及に向け、同センターが地域コ ミュニティの自発的な活動に対して支援しているもので す。主に宝くじの売り上げを財源としています。

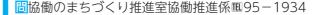
申請方法など、詳しくは次のところへ問い合わせてく ださい。

# ▶助成購入備品

デジタルフルカラー複合機・ ドキュメントフィーダー・サ プライテーブル・プロジェク ター・モバイルスクリーン・ カラーテレビ・TV壁掛け金 具・ビデオムービー・デジタ ルカメラ・充電式草刈機









# 「みんなで築こう」人権の世紀」 ~考えよう 相手の気持ち 未来へ

# 山城人権フェスタ in せいか

日時 2月1日(土)午前10時~午後4時

場所 けいはんなプラザ

# ≪1部≫

子ども映画上映会

メインホール: 整理券必要

定員 1000人

午前10時~正午(開場午前9時20分)

※聴覚に障がいのある方もともに楽しめるよう、 日本語字幕をつけて上映します。





# 世代を超えて愛され続ける、ディズニーの不朽の名作を

空前のスケールで実写映画化!

ニーが空前のスケールで実写映画化!

貧しくも清らかな心を持ち、人生を変えたいと願っ ている青年アラジンが巡り合ったのは、王宮の外の世 界での自由を求める王女ジャスミンと、"3つの願い" を叶えることができる"ランプの魔人"ジーニー。果た

世代を超えて愛され続ける『アラジン』を、ディズ して3人はこの運命の出会いによって、それぞれの "本当の願い"に気づき、それを叶えることができるの

> 胸躍る"冒険アクション"と、困難を乗り越えてつか んだ"真実の愛"を描いた、全ての人に贈る究極のエン ターテイメント。

# ≪その他のイベント≫

午前10時~パネル展示、模擬店出店、団体出展など

# 整理券の配布(1月7日(火)~、問い合わせ先で整理券を配布します)

※整理券の配布は先着順で、代表者1人につき各部5人分まで可能です。 ※託児(生後6カ月から就学前まで)または手話通訳を希望される方は、 1月24日(金)までに問い合わせ先へ申し込みください。



# 広 告(掲載内容については各広告主に問い合わせてください)

体を動かして、健康寿命をのばそう!!

令和元年度 入会説明会 会場/当センター2階 時間/10:00~12:00

2月3日(月)

3月2日(月)

公益社団法人精華町シルバー人材センター

# つなげよう 違いを認め合う心~

# ≪2部≫

メインホール:整理券必要

定員 1000人

開場 午後1時10分~

オープニング 午後1時40分~

典 午後2時10分~

講演会 午後2時30分~ 舞の海 秀平

『可能性への挑戦

~一度きりの人生、

後悔したくない~』



環境·美化

# 舞の海 秀平さん

プロフィール

山形県の高校教師の内定が決まっていたにもかかわ らず、周囲の反対を押し切って、夢であった大相撲入 りを決意。身長が新弟子検査基準(当時)に足りなかっ たため、頭にシリコンを入れて新弟子検査に合格。

角界最小の身体ながら、「猫だまし」、「八艘飛び」など ファンを驚かせる数々の技を繰り出し、"技のデパー ト"の異名をとる。1999年11月の引退までに、技能 賞を5回受賞。

現在は、NHK 大相撲解説者などを務めるほか、テ レビ・ラジオなど幅広く活躍中。

生まれ故郷の青森県鰺ヶ沢町の「ふるさと大使」。 2011年より近畿大学経営学部客員教授に就任。

# けいはんなプラザ 北・南新駐車場の案内



- ●当日は混雑が予想されますので、時間に余裕をもって来 場してください。
- ●駐車場台数に限りがあります。公共交通機関での来場に 協力をお願いします。

【最寄り駅:近鉄「新祝園駅」JR「祝園駅」、近鉄「学研奈 良登美ヶ丘駅」より路線バス】

「北駐車場」「南駐車場」を合わせて利用いただきますようお願いします。 駐車料金無料 来場の方は、駐車券を受付窓口にお持ちください。

主催:ひゅうまんねっとやましろ(山城人権ネットワーク推進協議会) 共催:精華町、京都・山城人権啓発活動地域ネットワーク協議会

後援:精華町人権啓発推進委員会

引山城人権ネットワーク推進協議会事務局(精華町人権啓発課内)

■95-1919\(\text{inken@town.seika.lg.jp}\)



広告

有限会社 吉岡商事



京都廣学館高校・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・シューズ他取扱店

精華町JR下狛駅南 🕮 93-2111 🖾 93-2110

車のことなら すべてご用命ください

# 相楽自動車㈱

JA京都やましろ、自治労共済、同志社大学指定工場

下狛 ☎94-2541

石碑・彫刻・建築石材

精華町祝園西1丁目23-7

どで申

止されていますので、事前の連絡もなく突然の訪問での買い取り勧誘は法律で禁物品を引き渡す必要はありません。特に、 契約をしても、 取り業者は家に入

2 5 7

絡先や買い オフ制度があります オフ制度などにつ し入れすることによって、 取った物品と価格、 クー

います。一方、訪問購入にはクーリング・面を消費者に渡すことが義務付けられて 拒むことができます で契約を解除することができます。また 日目として8日間は購入業者に書面な の8日間は物品の引き渡しを「引渡し拒絶権」が認められ 書面を受けた日を いて記載された書 無条件 リン

# 今回は悪質な訪問購入について紹介しま

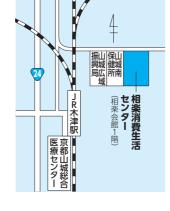
ラブルもあると聞きます。業者が訪問し業者が貴金属類などを強引に買い取るト

たいと思い、来訪を了承しました。 ような点に注意すればよ聞きます。業者が訪問し 一自宅の不用品を買い取る

購入業者は買 や制度が法律で定めらいては、消費者を保護 取り時に連

れています。 いですかってきた際、

# 悪質な訪問購 困ったときは消費生活センター用されませんので、注意しましょグ・オフをはじめ、訪問購入の規 相談してください ただし、 D V D (2輪除く)、家具、 一部物品 振山 保山 興城 健城 局広 所南 域 ムソフト類、 訪問購入の規定が適 は、 大型家電、 有価証券 しょう。 ク



# 費生活セ ンター に相談を

日の午前9時~階)に相談して 日の午前9時~正午・午後1時~4時噌)に相談してください。受付時間は(木津川市木津上戸15番地・相楽会館 ったときは、 (年末年始を除く) 相楽消費生活センタ 受付時間は平 4 時 で

す

の会が受け付けています(囮075-非営利活動法人京都消費生活有資格者 「消費生活土日祝日電話相談」 午後4時です 107います 107います 24時で、 京都市が共同で設置 で、 してい 特定 る

# 男女共同参 を作 信

は

問買

ら、いくつかのトピックスを紹介します。しですか。今回は、れ・い・わの頭文字か令和初のお正月、皆さんはいかがお過ご

などへ

本

日本では同性婚は認められてい全体の2・7%を占めています。 など、 治体が認める「パートナーシップルを「結婚に相当する関係」 の多様化を背景に、 に令和になるのを待って婚姻届を出した 婚姻の一 多くのカップ 性的少数者 平均寿命の延びやライフスタイル離婚や死別で単身世帯になった人畑の一方、結婚せずシングルで暮ら は記憶に新 L G B T 今や単身世帯は世帯 いところです ・いっ のカック として自 のカック として自 9年5月 ませ

切りに全国の自治体で進んでの導入が、平成27年の東京都

平成2年の東京都渋谷区を皮

男性の育児休暇取得率は少しずつ上昇に自身も成長する男性のことをいいます。イクメンとは、子育てを楽しみ、自分 まっており、日本では妻の育児間は1時間23分で諸外国の半 ある夫の1日あたりの育児・家事関連時 %にとどまっています。 ていますが、 平成30年調査ではまだ6・ は妻の育児 また、

ひとりが幸せな社会のために」

いくのは私たち一人ひとり

役割分担意識。ある」に代表さ 「男は外で働き、 割を超えていましたが、 に代表されるよう っましたが、平成19年には。昭和54年調査では賛成がされるような固定的な性別さった。 女は家庭を守るべきで

反対が5割を超え、 て役割や行動を決められることを望ま 反対の割合が増えています。 人が増えて いるのです 平成28年ではさら

調和させることをいいます 発などの活動を自ら希望す ライフ・バ を自ら希望するバランスで、地域生活、個人の自己啓ィイフ・バランスとは、仕 は年々増加 ランスとは、

年以降はずっと上回っており、用者と無業の妻からなる世帯」 重要なテ 無業の妻からなる世帯」 にとってもワ らっていくのは私たち一人ひとり始まったばかりの令和という 「共働き世帯」 9万世帯に増えました。 ーマになって ク・ ライフ・ は います が時代

# こちら総合窓口ニュースです! Vol. 34



町役場と住民サービスコーナー(桜が丘エスペローマ高 の原内)にある「証明書等自動交付機」を令和2年3月に「マ イナンバーカード専用証明書自動交付機」へ入れ替える予

入れ替え後は、印鑑登録証・町民カードで証明書が取れ なくなります。この機会にマイナンバーカードを作りま

# マイナンバーカード休日(出張)申請受付を実施

日にち	会場
1月19日(日)	桜が丘三丁目集会所
1月26日(日)	町役場(2階特設ブース)

〔時間〕 午前10時~正午・午後1時~4時

たくさんの方にマイナンバーカードを作っていただくた めに、休日(出張)申請受け付けを行います。申請に必要 な顔写真は無料で撮影します。

※交付申請書がある方は持ってきてください。

マイナンバーカードは申請から約1カ月で出来上が ります。本人が来庁の上、受け取る必要があります が、郵送で受け取る方法もあります。

※本人限定受取の郵送で住所地に送付します。

〔持ち物〕

①通知カード

②住民基本台帳カード(持っている方)

③本人確認書類2点(官公署発行の写真付きのもの) 点と、氏名+生年月日または氏名+住所が記載され

例:運転免許証と保険証

※本人が申請時にお越しください。

# マイナンバー専用休日窓口

1月26日(日)は出来上がったマイナンバーカードの受 け取りもできます。

事前(開庁時間)に予約が必要ですので届いたはがきを 参照してください。

問総合窓□課戸籍住民係囮 95-1915

# 障害のある人もない人も暮らしやすい社会をめざして

# 第44回

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。今月の手話は干支の「イノシシ」 と「ネズミ」です。

# イノシシ



両手人差し指の指先を前に向けて (5 りょう)き しゅきば あらう しの両脇につけ、「牙」を表す

# ネズミ



# 伝え合う力を育み、伸ばす

精華南中学校は、昭和63年に開校し、今年で創立32年 目を迎えます。全校生徒は現在7クラス(特別支援学級を 含む) 157人です。

学校教育目標は、「確かな学力、豊かな人間性、健康や体 力など『生きる力』を備えた生徒の育成」です。この教育目 標に向けて各分野で取り組みを進め、「開かれた学校」、「地 域から信頼される学校」づくりを目指しています。

# 教科学習

熱心に学習する生徒の願 いに応えるため、質の高い 授業づくりに努めていま す。特に、全ての生徒が「わ かる、できる」ように工夫、



配慮された授業を目指して取り組みを進めています。

# 道徳

今年度より教科としての道徳の授業を展開しています。 豊かな人間性を育み、社会や人との関わりについて考え、 話し合う時間を大切にしています。

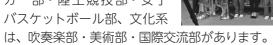
# 生徒会活動



いじめ追放を目指す「オレン ジリボンキャンペーン | の取り 組みは、今年度で12年目を迎 えました。また、全校合唱「ふ るさと」も精華南中学校の伝統 として代々引き継がれ、3年

生が中心となって1、2年生を指導する取り組みも定着し、 全校生徒が協力して質の高い合唱を作り上げています。

体育系は、野球部・サッ カー部・陸上競技部・女子 バスケットボール部、文化系



今年度、吹奏楽部が京都府吹奏楽コンクールで、3年連 続金賞に輝きました。また、京都府代表として13年ぶりに 関西大会に出場し、素晴らしい演奏を披露しました。

# 総合的な学習の時間

キャリア教育や人権などの課題について、探究的な学習 活動を進めています。特に、学習のまとめとして行うプレ ゼンテーションでは、パワーポイント、壁新聞、スライド などを活用し、学んだことをよりわかりやすく伝えるため に工夫を凝らすなど、力を入れて取り組んでいます。

- ▶ 1 年生 食育・人権学習・学研都市企業訪問学習ほか
- ▶2年生 京都班別学習・職場体験学習・人権学習ほか
- ▶3年生 修学旅行・進路学習・人権学習ほか

# 学校行事など

今年度から、暑い中での体育大会の取り組みを避けるた め、体育大会と文化学習発表会の開催時期を入れ替えまし た。これまでと違うパターンに戸惑う場面もありました が、どちらの行事でも3年生が中心となり生徒の自主的な 活動による取り組みとなりました。

また、命を大切にする学習の一つとして、非行防止教室や普 通救命講習、薬物乱用防止教室なども積極的に行っています。

本校を会場に年に2回開催される[元気づくり教室]で は、参加された皆さんに合唱を披露して本校のおもてなし としています。

問精華南中学校画72-5222、精華町役場学校教育課学校教育係画95-1906

# 数学・英語とも・府を超える

調査結果の概要

0)

問題で

一読

む

書く

0)

学習領域で

全国を上回

います。 スよく習

根拠を明

諸側面などに関する質問紙調査意欲・学習方法・学習環境・生

シリ、国学力・学 4月8日 結果を掲載します 今回は、 ズでお知らせ 学習状況調査」 日に実施さ

学テ結果公表

中学校編

調査内容

※昨年度まで別々に 教科に関する調査

題され

7

国語・

「主として

『知識』

に関す

『活用』

に関する問

教育支援室教育支援係回95 文を正確に書くこ

9 2 3

# 平均正答率



ることができる」

「事柄が成り立つ理由を説明す

などの記述式の問題に

に関して

数学の問題で

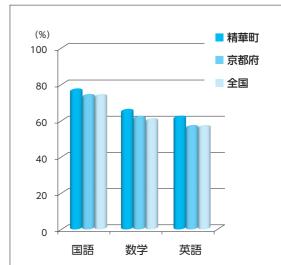
「数と式」

「図形

の各領域とも

特に「伝えたい事柄につ

英語の問題「話す」に回答する生徒



英語の調査結果は、「読む・書く・聞く」の合計で集計され、「話す」の結果は、全国の参考値のみで、都道府県別 の公表は行われていません。

# 9 9

# 

# 今月の子育て支援センタ

ラ月の丁月に又版ピンソー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・					
月	火	水	木	金	±
6 ⊟	7日	8 ⊟	9日	10⊟	11日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時〜正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム 「とっとこひろば」 (午前10時~正午) 【支援センター】 にこにこ相談 (要申し込み) (午前9時45分~11時15分) 【いけたに保育所】	赤ちゃんサロンA (午前10時〜11時30分) 【保健センター】 ※ <b>第1水曜日から変更</b>	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】 すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午後1時30分~3時30分) 【支援センター】		マタニティーサロン (午前10時~11時30分) 【保健センター】
13⊟	14⊟	15⊟	16⊟	17日	18⊟
成人の日	<b>すくすくプレールーム</b> <b>開放日</b> (午前10時〜正午) 【支援センター】	<b>赤ちゃんサロンB</b> (午前10時〜11時30分) 【保健センター】	すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午後1時30分~3時30分) 【支援センター】	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】	
20⊟	21⊟	22⊟	23⊟	24⊟	25⊟
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時~正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム 「とっとこひろば」 (午前10時〜正午) 【支援センター】		すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午前10時~11時30分) 【いけたに保育所】		赤ちゃんとパパ (要申し込み) (午前10時~11時30分) 【保健センター】
27⊟	28⊟	29⊟	30⊟	31⊟	2月1日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時〜正午) 【支援センター】	<b>絵本のひろば</b>     (午前10時〜正午)   【支援センター】	****		lo i	
(午前10時30分~11時30分) 【支援センター】	(午後3時〜3時45分) 【アピタ精華台店】		_	<i>V B</i>	
3 ⊟	4⊟	5 🖯	6 🖯	7日	8日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時~正午) 【支援センター】	すくすくプレールーム 「とっとこひろば」 (午前10時〜正午) 【支援センター】	<b>赤ちゃんサロン A</b> (午前10時~11時30分) 【保健センター】	すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午前10時~11時30分) 【いけたに保育所】		マタニティーサロン (午前10時~11時30分) 【保健センター】

※午前9時の時点で精華町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。 また、発令前に中止する場合は、町ホームページに掲載しますので確認してください。

〈対象者〉よちよちひろば:おおむね1歳6カ月まで とっとこひろば:おおむね1歳6カ月以上

にっこりひろば:おおむね0歳以上2歳未満

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 問子育て支援センター(こまだ保育所内) ■98-4001 〈会場の所在地〉いけたに保育所: 桜が丘三丁目2-2 保健センター:北稲八間井手ノ元27-1

アピタ精華台店:精華台九丁目2-4

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申し込んでください。

# 電話相談

時 月~金曜日 午前10時~午後4時 ◆日

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。

・ほうその保育所 午前8時30分~正午

午前8時30分~正午 ・いけたに保育所

・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

# 

「離乳食を始めるタイミングは?」「何からすればいい の?」「始めてみたけれどちょっと聞きたいことが・・」な ど、疑問が出てきます。実際の離乳食を見て、硬さや量が 学べます。申し込みは不要です。

**) 日 時** 1月27日(月)午前10時30分~11時30分

所 子育て支援センター

# 赤ちゃんとのかかわり方教室 ……………

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。この時期の関わり 方を保育士と一緒に楽しく学びませんか。

**▶日 時** 2月19日(水)午前10時~11時30分

▶場 所 保健センター

▶対象者 町内在住で満1歳~1歳6カ月(2月1日現 在)の未就園の子どもとその保護者

定 員 20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。

▶申込期間 1月14日(火)~21日(火)

▶申込方法 町ホームページから「赤ちゃん」 とのかかわり方教室」を検索、 または右の二次元コードから。



# 

パパも赤ちゃんとの時間を楽しみましょう!

時 2月22日(土) 午前10時~11時30分

所 保健センター

▶対象者 町内在住で在宅の2カ月~

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。

**容** 赤ちゃんとの触れ合い遊びを楽しんだり赤 ちゃんとの関わり方を学びます。

師 岡 いくよ氏(助産師)



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。

12カ月(2月1日現在)の子どもとその父親

▶申込期間 1月22日(水)~2月3日(月)

▶申込方法 町ホームページから「赤ちゃん」 トフォンで右の二次元コードか **回**る。



福祉·介護

# 食育講座「おやつ・食事編」 ………………

野菜たっぷりのバランスのとれた食事と、おいしくて簡 単に作れるおやつを作ってみませんか。

時 2月18日(火)午前10時~11時30分

**所** むくのきセンター調理室(3階)

▶対象者 町内在住で満1歳(2月1日現在)以上の未就 園の子どもの保護者

員 15人(定員を超えた場合は抽選) ※当選者にのみ連絡します。

金 400円 ※当日徴収

▶申込期間 1月22日(水)~29日(水)

▶申込方法 町ホームページから「食育講座」を検索、また は右の二次元コードから。

▶その他 2カ月~就園前児向けの託児も あります。調理実習後、親子で 一緒に試食します。







# 

中学3年生が赤ちゃんと触れ合い、お母さんの話を聞き ます。命の大切さ、男女が理解しながら生活することの大 切さを学びます。協力いただける方は申し込んでくださ (1<sub>o</sub>

時 ①3月2日(月)②10日(火) 午前9時30分~正午

**所** ①精華南中学校②精華中学校

▶対象者 0~1歳の赤ちゃんとその保護者

▶申込期間 1月8日(水)~2月7日(金)

▶申込方法 申込用紙を郵送で子育て支援センターへ。 ※申込用紙は、町役場(生涯学習課)と子育て 支援センターに置いているほか、町ホーム ページからもダウンロードできます。









# 健康づくりの輪を広げよう!

# せいか365プロジェクト活動育成セミナー

健康で豊かな生活を送るためには、「病気を予防する力」 と「元気を増やす力」この2つのバランスが大切です。

町では住民・地域・行政が一緒になって町に元気を増や そうと、5つのプロジェクトが活動しています。前回(華 創12月号参照)は2つのプロジェクトを紹介しました。今 回は3つのプロジェクトを紹介します。

# ·緒に元気になる仲間募集中!

# ☆「みんなのやりたいが実現できるコミュニティ スペースづくり」プロジェクト

ここに来たら、来た人みんなにスポットがあたる ような[ハレ]の場づくりをしています。古民家を 使った催しを計画中!

興味のある方連絡してください。

# ☆「寺子屋」プロジェクト

つながりがたくさんできれば、いろんな問題が解

決できる!地域のお寺などで さまざまな体験を通じて、人 と人とのつながりを作ってい

メンバーを募集しています。



## ☆ 「DIY」プロジェクト

みんなでわいわいと機械で木材を切ったり、組み立 てたり、机や椅子など日常生活で使えそうなものを 作っています。

初心者から職人さんまでいろ いろな人が月一回集まり、活動 しています。

一緒に作ってみませんか?



間健康推進課保健予防係皿95-1905

# 健康ポイント対象事業案内 【1月13日(祝・月)~2月12日(水)】



時間や申し込みなどの詳細は、各担当課へ問い合わせて ください。

種別	事業名	日程	ポイント
講演講座	①健康講演会	①1月17日(金)	①20 P
子育て 親子参加	②おはなしポケット ③離乳食なになに講座 ④赤ちゃんとのかかわり方講座	②1月28日(火) ③1月27日(月) ④2月12日(水)	②10 P ③④20 P
健診	<ul><li>⑤令和元年度健(検)診受診者ポイント</li><li>★令和元年度に受けた特定健診、がん検診の結果票を持参いただいた方に1回ポイントを付与します。</li></ul>	⑤1月23日(木)~ 31日(金)の平日 午前9時~11時/ 午後1時30分~ 3時30分 場所:交流ホール	⑤50 P
運動体操	⑥グットネスラジオ体操 ⑦せいか365体操とストレッチ ⑧むくのきセンター来館ポイント ⑨せいか365いちご体操	61~4週目の 火〜日曜 ⑦1~4週目の水曜 ⑧休館日を除く全日 ⑨毎月第3水曜に開催 日時:1月15日(水) 午前8:10~ 場所:役場図書館前 スペース	678 10P 920P
365 ポイント シート 〔注〕	⑩役場受付 ⑪グッドネス受付	⑩2月3日(月)· 5日(水) ⑪1月18日·25日、 2月1日·8日 各土曜日	10:1050 P

# (注) 365ポイントシートは、2019家族の健康 カレンダーを参照してください。







「セイカ歩数計アプリ」と 「せいか 365 健康ポイント」が 連携しました。



# 精華町 地域回想法

# 昔の思い出を、話して、聞いて、認知症予防

地域のサロンで「めんこで遊んだ」「女子は ゴム跳びで遊んでた~」と昔の遊びで盛り上が り、笑い声も聞こえてきます。

サロンなどの地域で若いころの出来事や思 い出を語り合う"回想法"を広める活動をして いるのが「地域回想法リーダー つなぎ隊」です。

いろいろな方と昔の話題をきっかけに聞いたり話したりすると、忘れて いた出来事、記憶を思い出し、交流することで脳の活性化につながります。

# おもいでカフェOPEN

これまで地域に出向いて 実施していましたが、月に 2回定例で回想法をするカ フェをOPENすることとな りました。

# 地域回想法 おもいでカフェ

日時 第1·3木曜日 (申込要) 午後1時30分~3時30分

場所 藤村邸 (南稲八妻堂垣内30) 料金 200円/回(飲み物・茶菓子代含む)

問つなぎ隊 藤村皿 090-7758-3099

<mark>問</mark>せいか365事務局(健康推進課・高齢福祉課・国保医療課・生涯学習 課・企画調整課) 295-1905(健康推進課内)





和風ポタージュ

今回は、精華町食生活改善推進員 協議会「あすなろ会 コスモス班」が 紹介する「里芋の和風ポタージュ」 です。

## 材料(2人分)

里芋110分、玉ねぎ30分、サラダオイル3分(小さじ1杯弱)、 コンソメ1.4分 (小さじ1/2杯強)、水150湯、牛乳200湯、 味噌3分、塩・こしょう少々、あさつき少々

- (1)里芋を洗い、皮つきのままレンジに4分ほどかけ、粗熱を取る。
- (2)(1)の皮をむき薄切りにする。
- (3)玉ねぎを薄切りにし、油で炒める。
- (4)(3)に(2)とコンソメと水を入れ、柔らかくなるまで煮る。
- (5)(4)に味噌を入れ、ミキサーにかける(裏ごしでも良い)。
- (6)(5)を鍋に移し、牛乳を加える。
- (7)(6)が滑らかになったら火を止め、塩・こしょうで味を調える。
- (8)(7)を器に盛り、あさつきを散らす。

エネルギー 124脚・たんぱく質5.2分・脂質5.4分・カルシウム 120 烈・食物繊維1.6 ②・塩分0.4 ②

# 毎月19日は食膏の日

「食べる力」=「生きる力」 食育 実践の「環」を広げよう!





暮らし・税

福祉·介護

健康·医療

環境·美化

糖·稍(

文化·学習

スポーツ

そのほか

制作: two two two







↑ ※みんなはどんなお正角あそびをしたかな?



た いがかねいがつ ・ むかしおそ し ひと ぁたら せだい つた 食べ正月寝正月もいいですが、昔の遊びを知る人が、新しい世代に伝え たが、いたが、いた。ネロいがかって楽しみ、お互いにいつもと違う刺激を得られる正月もいいてすよね。

~4コマ漫画の作家プロフィール~ "twotwotwo (ににに)"

精華町在住の芦田さんと五座さんの クリエイターユニット。

絵本や人気ミュージシャンのミュー ジックビデオや動画制作や町内で子ど

も向けのワークショップも(34ページ に掲載)開催されています。

# 

# 11月20日水曜日 - 一一

# 感謝の思いを込めて

日(水)にかけて、町内の保育所と幼稚園の園児が町役場を 訪問しました。

園児たちは「いつも私たちのためにお仕事をしてくれて ありがとう」と、心のこもった花束や手作りのプレゼント を杉浦町長などに手渡しました。



交流ホール前で記念撮影する園児たち

# 11月28日木曜日 😃

2年間の任務を控えた梶原大嗣さん(精華台四丁目)が、町 長を表敬訪問しました。

梶原さんは中国の北京地球村環境教育センターへ派遣予

定で、子ども向けのキ ャンプなどを通して日 本の環境教育や食育手 法の紹介など活動をさ れる予定です。子ども たちの自然を大切にす る心を育てるような活 動をしたいとの抱負を 語られました。



町長に抱負を語る梶原さん

広告(掲載内容については各広告主に問い合わせてください)

災害対応についての研修会を11月29日(金)に消防本部 で開催し、協会会員25人が参加しました。研修会では危 険物規制を担当する消防職員が講師となり、町のハザード

マップの情報 を基に各危険 物施設に応じ た日々の安全 管理や災害対 応についての 研修を行いま した。



グループごとに災害対応を検討

# 11月30日土曜日 - 💓

(土)に、精華町交流ホールで開催しました。

町内の小学生が5月~8月のうちの12週間、毎日環境 に関する日記を書いた「環境日記2019」の取り組みの優秀 者に対する表彰式が行われるとともに、最優秀者による取 り組みの感想などの発表、上前木精華町環境推進委員会委

員長による環境日記の 取り組みに関する講評 のほか、京都府地球温 暖化防止活動推進セン ターによる地球温暖化 に関する説明や、太陽 光発電で作った電気を 蓄え、暗くなると光る ソーラーハウス工作教 室が行われました。



環境日記の入賞者

# 12<sub>F</sub>1<sub>F</sub>H<sub>ER</sub> -

# いちごのまちを語ろう

パネルディスカッション[いちごのまちを語ろう!!]を 12月1日(日)、図書館集会室で開催しました。神戸大学 大学院の木原菜穂子特命助教のコーディネートで、観光農 園の井上さん、イチゴ生産者・野菜ソムリエの清水さん、 いちごスイーツ専門店の渡部さん、スイーツコンシェルジ ュの仲山さん、山梨県農業移住者の村田さん、6次産業化 中央サポートセンタープランナーの北川さんの6人が集ま り、イチゴ牛産者の現状から新規就農者の呼び込みなど牛 産性向上、いちごスイーツ店のこだわりと品質向上、販売 拡大や販売戦略、イチゴを核としたまちづくりへの意見を いただきました。

後半は、町内産の朝採りイチゴを味わった後、観光農園 研究者・農業者・住民・学生などの参加者が一緒に、「い ちごのまち精華町」のブランドづくりについて、活発な議 論を交わしました。



活発な意見を交わす参加者たち

# 12月2日月曜日 🏸

人権が尊重されるまちづくりの進展を願い、人権週間

(12月4日~10日)に合わせた街頭啓発を12月2日(月) の早朝に町内の各駅前で行いました。

人権擁護委員 や町商工会、町 社会福祉協議会、 JA京都やまし ろなどの協力に より、啓発用物 品を配布し、 人ひとりが人権 問題に対する理 解と認識を深め るよう呼びかけ ました。



JR祝園駅での街頭啓発

# 12月8日日曜日 😃

第18回日本語による外国人のメッセージコンテストが 12月8日(日)、精華町交流ホールで開催されました。約 80人の観覧者の前で、7カ国10人の外国人の方が日本で 生活する中での体験談や考えなど、さまざまな思いを日本 語で発表しました。

外国人による発表のほか、海外留学体験者による留学先 での体験発表や、精華西中学校国際交流部、木津南中学校 チャレンジ部による活動発表も行われました。



メッセージコンテストの参加者全員で記念撮影

広告

◆消化器科◆循環器科◆一般内科 平田真人・平田理佳

水曜·日曜·祝日休診 十曜午後休診 駐車15台可

光台近隣センター南 Phone:0774 95-3400





