

ふり向けば、気になる。好きになる。

広報むこう

2023年8月号

MIUKO



向日市

古都のむこう 魅力のふるさと

\\ 知ろう! \\
妊婦さん
特集

maternity
妊娠期から、
新しい命を
みんなで支えよう。

妊婦さんはどの時期にどのような
身体の変化が起こるのかな？
私たちにできることは？





知る①

どの時期にどのような身体の変化が起こるのかな？

妊娠月数別に、妊婦さんの身体の変化・よくある症状を見てみましょう。

1か月 2か月 3か月 4か月 5か月 6か月 7か月 8か月 9か月 10か月

症状は人によってさまざまのため、体調に合わせて適度に休みをとることが重要です！

"つわり"の症状が出る
高頻度で吐き気が襲う「吐きつわり」や、空腹になると吐き気が起こるため常に食べていたくなる「食べつわり」などがあります。

貧血の症状が出る

静脈瘤*ができやすくなる
※女性ホルモンの影響により、足や股などにできやすくなるコブのようなもの。

体重はあまり増えない 体重増加がピーク 体重増加がだんだんなだらかになる

「眠い」「あくび」「疲れる」「だるい」などの症状が出る → 「休みなさい」のサイン！リラックスを

#Point

妊娠中の体重増加はどのくらい？ ※個人差あり
～適正な体重増加の目安～

妊娠期間中の体重増加量の目安は、妊娠前のBMI(体格指数)によって異なります。

BMI	非妊娠時の体格区分	目標体重増加量
18.5未満	やせ	12*~15kg
18.5~25未満	標準	10*~13kg
25~30未満	肥満1度	7*~10kg
30以上	肥満2度以上	上限5kg

※おなかの中の赤ちゃんが健やかに成長していくための、最低限必要な体重増加量。 参考/令和3年日本産婦人科学会

あなたの目標体重増加量の目安は何kgまで？

- STEP 1 BMI(体格指数)を割り出す
▶ 妊娠前の体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)
- STEP 2 STEP1で分かったBMIの目標体重増加量上限値(上記の表を参照) + 妊娠前の体重(kg)

#Point

お腹が張りやすい妊婦さんは
リラックスタイムが大切

内臓の圧迫を抑え、腎臓や子宮にたくさん血液が届くように、横になりリラックスすることが大切です。大きくなった子宮で血管を圧迫しないように、**左側を下にして横になりましょう。**

立つよりは座る、座るよりは横になることを心がけ、少しでも「しんどいな」と思ったら、**工作中やお出かけ中も無理せず、まずは体位を変えてみましょう。**

好きなことや楽しみを想像して精神面のリラックスも♪



特集

ふり向けば、気になる。好きになる。

MUKO

令和5年(2023年)8月1日発行
広報むこう No.1191

妊娠期から、新しい命を
みんなで支えよう。…… 2

- 水道料金の基本料金を減免します… 8
- 市の新しい副市長、教育長が就任… 9
- くらしの情報… 12
- 子育て支援情報… 22
- 健康づくり情報… 24
- 各種相談日程… 25
- 図書館だより… 26
- スポーツフレンドシップ協定連載(ハンナリーズ編)… 27

maternity 妊娠期から、新しい命を みんなで支えよう。

本市では毎年、約420人の新しい命が誕生しています。誕生までの間、妊婦さんにはさまざまな身体の変化が起こります。妊娠期はお腹に赤ちゃんがいる状態のため、妊婦さんの身体・心の変化が他者には分かりにくく、妊婦さんが一人で悩むことも少なくありません。そこで今月号では、「妊娠期から、新しい命をみんなで支えよう。」をテーマに、ぜひ知っていただきたい妊婦さんの身体の変化や食事のこと、周りの人たちができるサポートなどをいくつかご紹介します。妊婦さんを知って、新しい命をみんなで支えましょう。

いろいろなQuestion



知る①
どの時期に
どのような身体の変化
が起こるのかな？

知る③
私たちにできることは？
市のサポートは
何があるんだろう？

知る②
妊婦さんはどんな食事を
取るのがいいのかな？

- 市役所への窓口来庁や電話でのお問い合わせは、平日午前8時30分から午後5時15分までです。電話は、各担当課の直通電話(または代表番号 ☎931-1111)にお掛けください。
※公民館やコミセンなどの公共施設は、各施設の開館時間内をお願いします。
- 市役所へのファクスは ☎922-6587、郵便物は 〒617-8665 向日市役所(住所不要)、電子メールは ☐info@city.muko.lg.jpにお送りください。
※ファクス、郵便物、電子メールには、市役所のどの課(担当課名)宛てかをお書きください。
- 参加費などの記載がないものは、無料でご参加いただけます。

詳しい情報は、QRコードから市ホームページをご確認ください。



☎=お問い合わせ ☐=ホームページアドレス
☎=ファクス ☐=電子メールアドレス

広報むこうは市ホームページでご覧いただけます。
<https://www.city.muko.kyoto.jp/>
市公式SNSはQRコードからご覧ください。



【まちのうごき】(令和5年7月1日現在)
住民基本台帳人口
人口 56,538人 世帯数 25,617世帯
(男性 27,113人、女性 29,425人)
推計人口
人口 56,026人 世帯数 23,695世帯
(男性 26,645人、女性 29,381人)

健康推進課 ☎874-2697

次ページ：高血圧や糖尿病のサイン。気をつけたい身体の変化



知る②

妊婦さんはどんな食事を取るのがいいのかな？

妊婦さんもパートナーもバランスの良い食事が基本です。

主食、主菜、副菜を基本とすることで、必要な栄養素をバランスよく取ることができます。もちろん、つわりの時期は食べられるものだけでもOKです。家族みんなでバランスの取れた食事を心がけましょう。

ご飯やパン
麺類など

主食

炭水化物は、体内に吸収されるとブドウ糖に変わります。ブドウ糖は脳がエネルギーとして利用できる唯一の栄養素です。極端な制限は、集中力の低下や身体のだるさにつながります。

肉、魚、卵
大豆製品など

主菜

タンパク質は筋肉や血液、ホルモンや細胞膜を生成するなど、重要な役割を担う成分で、赤ちゃんの身体をつくる主成分でもあります。妊娠中期は通常に比べ5g増、後期は25g増のタンパク質を摂取するように心がけましょう。

野菜、キノコ類
海藻など

副菜

ビタミンやミネラル、食物繊維は、主に身体の調子を整える役割があります。野菜は種類によって含まれる栄養素が異なるので、いろいろな種類を組み合わせてみましょう。



#Point

妊娠時におさえておきたい栄養素とは？

- 葉酸
妊娠計画中や妊娠初期に積極的に取りたい赤ちゃんの発育に不可欠な栄養素です。
▶多く含む食品／ブロッコリー、ホウレンソウ、マンゴー、大豆製品など
- 鉄
赤ちゃんに栄養や酸素を届ける血液の主成分です。
▶多く含む食品／赤身の肉や魚(マグロ、カツオ)、ホウレンソウ、大豆製品など
- カルシウム
身体の機能を維持・調節し、骨や歯の材料になります。
▶多く含む食品／ちりめんじゃこ、牛乳、ヨーグルト、大豆製品など

#Point

1日に取るといい野菜は350g それってどれくらい？



↑この分量が350gです↑

350gのうち120gは緑黄色野菜(色の濃い野菜)を取りましょう。緑黄色野菜には、葉酸やビタミンが多く含まれているため、赤ちゃんが成長するときに必要な栄養も摂取できます。難しいと感じる方も、少しずつ野菜の量を増やし、湯がくなど工夫をしながら習慣づけをしていきましょう。

知る①

高血圧や糖尿病のサイン 気をつけたい身体の変化

妊娠すると、出産するための身体づくりが行われるため、妊婦さんにはさまざまな身体の変化が起こります。中でも、妊娠中の血圧上昇や尿に含まれる蛋白や糖の増加は、気をつけたい身体の変化の一つで、「妊娠高血圧症候群」や「妊娠糖尿病」の可能性があるサインです。これらは妊娠中の「一時的な症状」ではなく、40〜60歳頃に生活習慣病になりやすい「警告」を表している場合が多いため、妊娠前から注意することが大切です。

#Point



親子健康手帳を確認してみよう

親子健康手帳の「妊娠中の経過」ページや血液検査の結果を見ながら、確認してみましょう。

【確認ポイント】

- 妊娠週数の経過に伴い、血圧が上がってきていないか
- 尿に蛋白や糖が出てきていないか



CHECK

妊娠糖尿病

血糖値が100mg/dl以上の方やリスク因子を持つ方は妊娠糖尿病の可能性があるので、詳しい検査を行う必要があります。血糖値が高いと、母子ともにさまざまな合併症が生じやすくなります。適正な体重増加を心がけ、食事や運動など、生活習慣を意識し実行することにより血糖値の上昇を防ぎましょう。

妊娠糖尿病になりやすい方

- 35歳以上の方
- 肥満の方
- 4,000g以上の赤ちゃんの出産歴がある方
- 原因不明の流産・早産・死産の経験がある方
- 血縁者の中に糖尿病の方がいる方
- 妊娠高血圧症候群の方
- 羊水が多い方

CHECK

妊娠高血圧症候群

妊娠期間中は血圧が高くなりすぎないように注意しましょう。血圧が高いと、血管が収縮して血流が滞り、赤ちゃんへ十分な酸素や栄養が行き届かないほか、妊婦さん自身も分娩時や産後の身体に負担がかかります。急激な体重増加、過剰な塩分摂取に注意することで血圧上昇を防ぎましょう。

血圧が上がりにくい方

- 20歳未満または35歳以上の方
- 肥満の方 初産婦 多胎妊婦
- 妊娠初期の血圧が高めの方
- 血縁者の中に血圧の高い方がいる方
- 持病(腎疾病、糖尿病など)がある方
- ストレスが多い方
- 運動不足の方
- 生活リズムが不規則の方
- 塩分を過剰に摂取している方

あなたは大丈夫？

CHECK

妊娠高血圧症候群や妊娠糖尿病の影響、なりやすい人の特徴、対処法を紹介します。

妊娠中の過ごし方などが学べる教室



予約不要

プレママスクール & プレママサロン

プレママスクールでは、妊娠中の日常生活の過ごし方や出産の知識が学べ、プレママサロンでは気になることや心配なことを助産師と参加者同士で気軽に相談できます。マタニティ体操など、身体を動かす運動もあります。



パートナーの方との参加も大歓迎です。

パートナーの方必見!

妊婦さんの気持ちになってみませんか?

妊娠後期の妊婦さんの体験ができるセットを用意しています。座る・しゃがむ・寝転ぶ動作のほか、階段やトイレを約10Kgの重さを付けた状態では「どうなるのか」が体験できます。

やってみよう



お悩み相談、子育て情報を提供 子育てコンシェルジュ

妊娠・出産・子育てに関する心配ごとや気になることを保健師などの専門職がお聞きします。妊婦さんに限らず、パートナーの方など、どなたからの相談にも応じ、それぞれに合ったサポートをご案内しますので、ぜひご利用ください。



～このようなお悩みをよくいただきます～



Q. 職場にいつ頃伝えればいいのでしょうか?

A. 身体に負担がかかる仕事を避けてもらうことが必要です。自身で言いにくい場合は、母性健康管理指導連絡カード*を活用し、早めに伝えましょう。
※厚生労働省ホームページ参照



Q. 妊娠中から産後にかけての支援はどのようなものがありますか?

A. 妊娠全期間を通して相談を受け付けており、妊娠8か月頃にアンケートを送付しています。また、生後2か月頃には家庭訪問を実施し、赤ちゃんの体重測定や成長発達、子育て支援拠点などについて保健師や助産師が助言、相談に応じます。



知る③

私たちにできることは?市のサポートは何があるんだろう。



職場や街中で...思いやりのある行動で妊婦さんを支えましょう。

妊婦さんの身体に起こる変化や状況を理解し、手を差し伸べることから始めましょう。新しい命を支えるため、マタニティマークを通した妊産婦にやさしい環境づくりにご協力ください。

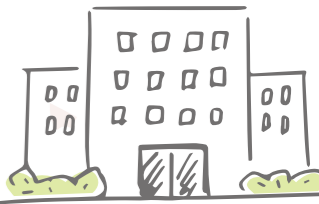
見かけたら 思いやりの行動を!



妊婦さんを表す「マタニティマーク」

▶ 私たちにできること

- 体調の悪そうな妊婦さんに気づいたら声をかけましょう
- 電車やバスなどで妊婦さんに席を譲りましょう
- 妊婦さんの近くでは喫煙をやめましょう
- 感染予防に努めましょう



妊婦さんが細菌やウイルスに感染すると胎児に影響を及ぼすことがあるため、感染予防が大切です。

特に風しんに感染すると、産まれてくる赤ちゃんが「先天性風しん症候群」になり、難聴など大きな影響を与えます。麻しん風しん混合ワクチンまたは風しんワクチン接種費用の一部を助成していますので、対象者や申請方法など詳しくは下記QRコードからご覧ください。

対象者や申請方法など詳しくはこちら



子宮頸がん検診

定期的に受診しましょう。

20歳から未来を考えよう



子宮頸がんは、20代後半以降から増え始め、特に30〜40代の女性で近年増加傾向の「がん」です。早期のうちほとんど自覚症状がありませんが、感染から平均5〜10年かけて発症するため、異常を感じてからでは手遅れになる場合がある危険な病気です。

早期であれば、子宮を摘出せずに治療できるため、妊娠や出産も可能です。向日市でも毎年、20歳以上を対象に検診を実施していますので、早いうちから2年に1度を目安に定期的な検診を受け、早期発見・治療により、がんになるリスクや死亡リスクを減らしましょう。

早期発見した場合 93.7%

早期発見しなかった場合 25.4%

5年生存率 (出典/余存がん協加盟施設における5年生存率)

令和5年度対象者

市内在住で、西暦で偶数年生まれの満20歳以上の女性(昭和で奇数年、平成で偶数年生まれ)

自己負担金/800円

【自己負担金無料対象者】

○令和5年度子宮頸がん無料クーポン検診対象者(平成14年4月2日〜平成15年4月1日生まれの方)

○市民税非課税世帯の方

○生活保護世帯の方

○満70歳以上の方

■受診方法

●向日市、長岡京市で受診する場合

▼健康保険証を持参の上、直接、委託医療機関を受診してください。

●向日市、長岡京市以外の委託医療機関で受診する場合

▼事前に本人確認書類(健康保険証など)を持参の上、健康推進課または保健センターで受診票の発行を受けてから、委託医療機関を受診してください。本市が発行した受診票を持たずに受診した場合、全額自己負担です。

委託医療機関はこちら!



健康推進課 ☎874-2697

市の新しい副市長、教育長が就任

副市長



鈴木 英之(62歳)

五十棲敏浩前副市長の任期満了に伴う後任として、7月1日付けで選任されました。



中地 則元(59歳)

本市のまちづくりを更にスピード感をもって進めていくため、7月1日付けで選任されました。

☎人事課 ☎874-1992

教育長



山本 真也(61歳)

永野憲男前教育長の退任に伴う後任として、7月1日付けで任命されました。

少年を非行から守る府民運動 「乙訓地区大会」設立50周年記念大会

- 日時/8月26日(土)午前9時20分～正午(午前9時開場)
- プログラム

①式典

②講演・ショー

- 講演「最近における少年の非行情勢について」
谷村彰裕さん(京都府警察本部生活安全部少年課少年サポートセンター副所長(警部))
- サイエンスショー「マジック実験ショー」
科学楽狂さん、科学ちきんさん(全日本科学漫才研究会)

③京都府警察音楽隊の演奏とカラーガード隊の演技

④平安騎馬隊、乙訓少年補導委員、市民などによるパレード

※雨天時パレードは中止します。

※パレードに参加される方は運動靴でご参加のうえ、帽子の着用、飲み物の持参など十分な暑さ対策をお願いします。

- 場所/①～③永守重信市民会館(式典・講演会場)、④向日町競輪場(パレード会場)

※車でお越しの方は京都向日町競輪場第4駐車場をご利用ください。



☎生涯学習課 ☎874-2987

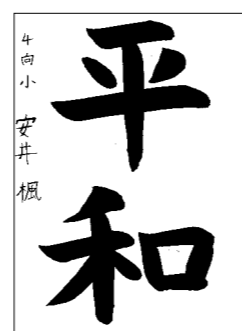
平和への思いを込めた 平和書道展の 入賞作品が決定

市内の小学4年生を対象に募集した平和書道展には、587点の作品が寄せられ、審査の結果、次の方々が入賞しました。



市長賞

高橋 里緒さん
(向陽小学校)



教育長賞

安井 楓さん
(第4向陽小学校)

入賞作品50点(市長賞、教育長賞、優秀賞、入選)の展示

- 日程/8月1日(火)～20日(日)
- 場所/永守重信市民会館

☎広聴協働課 ☎874-1409

皆さまの暮らしを支援 水道料金の基本料金を減免します

物価高騰の影響を受けた市民の皆さまと市内事業者の方々への支援の一環として、水道料金の基本料金の減免を行います。

- 実施内容/1期分(2か月分)の基本料金を減免

※下水道使用料は対象外

- 実施方法/令和5年8月または9月検針分の水道料金から基本料金を減額した料金で請求します。

※お住まいの地区により時期が異なります。

※料金の請求は、9月または10月です。

※今回の減免にあたり、手続きは必要ありません。

- 対象者/市と直接給水契約している水道使用者

※官公署は対象外です。

※集合住宅の居住者で、市と直接契約のない方は、管理会社などにご確認ください。

- 減免金額/使用されている水道の口径により異なります。(右表参照)

☎営業課 ☎874-3421

口径	水道料金 減免金額(税込)
13mm	1,980円
20mm	2,464円
25mm	5,280円
40mm	24,200円
50mm	55,000円
75mm	110,000円
100mm	165,000円
125mm以上	275,000円

向日市低所得世帯支援給付金

☎地域福祉課 給付金担当 ☎874-3457

- 支給対象

基準日(令和5年6月1日)において、向日市の住民基本台帳に記録されている方のうち、世帯全員の令和5年度分の住民税均等割が非課税である世帯

- 支給額/1世帯につき3万円

⚠ 給付金の詐欺にご注意ください

- 支給手続

支給対象世帯の皆さまに確認書などを順次発送しますので、必要事項を記入の上、返送してください。その後、ご指定の口座に振り込みます。

※世帯の中に、令和5年1月2日以降に転入した方がいる場合は、郵送時期が異なる場合があります。

- 締切日/10月31日(火) ※消印有効

ようこそ！永守重信市民会館⑤

今回紹介するのは、絵画などの展示ができる「ギャラリー」です。

ホワイエ内にある、幅5.9m×高さ2.8mのギャラリーは、絵画・写真・彫刻・工芸・書などを展示し作品展などを開催いただけます。ぜひ、ご利用ください。



☎市民会館 ☎874-2120



PHOTO DIARY まちの話題

6/10 歯のひろば

お口と体の健康チェックができる「歯のひろば」が4年ぶりに保健センターで開催されました。バラエティに富んだブースが設けられ、子どもから大人までの幅広い世代が自身の健康状態と向き合いました。



6/13 第6向陽小学校 旭米田植え体験

6月13日(火)に第6向陽小学校にて、子どもたちが田植えの体験を行いました。地元農家の方や市民団体の方からアドバイスを聞き、一つ一つ丁寧に作業を進め、田植えの楽しさや大変さを実感しました。



6/13 日東薬品工業株式会社 善行表彰式

市は6月13日(火)、日東薬品工業株式会社さまから「向日市の未来を担う子どもたちの健やかな成長に役立ててほしい」と800万円の寄附を受けました。

安田市長は、「平成22年から長年に渡りご寄附いただきありがとうございます。」と感謝の言葉を述べました。



6/21 船越咲希さん 表敬訪問

第32回日本クラシック音楽コンクール全国大会(ヴァイオリン部門幼児の部)にて3位入賞(1位2位なし)、第34回京都子供のためのヴァイオリンコンクール(園児B部門)にて金賞・奨励賞を受賞された船越咲希さんが、6月21日(水)に来庁され、安田市長に報告を行いました。



『向日市くらしの案内(2024年保存版)』への広告掲載にご協力ください

全ての市民の皆さまに向日市をふるさとだと思っただけ、誰もが安心して暮らせる地域づくりのため、必要な情報を掲載した「向日市くらしの案内」を更新し、発行します。

官民協働事業(発行・監修/向日市、共同発行・広告販売・製作・配布/株式会社サイネックス)としての取り組みです。民間事業者が編集・印刷製本・配布の費用を全て広告収入で賄い、市が各種行政情報を提供し、編集作業の支援を行うという方法で、市民サービスの向上とともに、市内事業所や各種団体の広告掲載は、地域経済の活性化にもつながると考えています。

事業者さま宛に順次案内をお送りしておりますので、官民協働事業の趣旨をご理解いただき、事業のPRの機会として、ぜひご協力いただきますよう、お願いします。

☎企画広報課 ☎874-1398



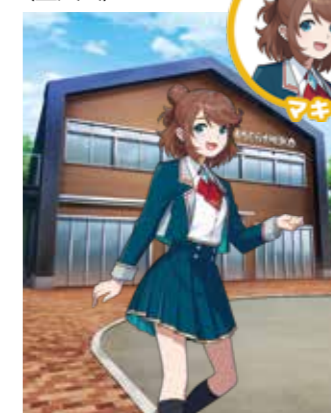
▲2022年保存版(参考)

向日市が舞台のゲーム 「アヤカシホライズン」がリリースされました

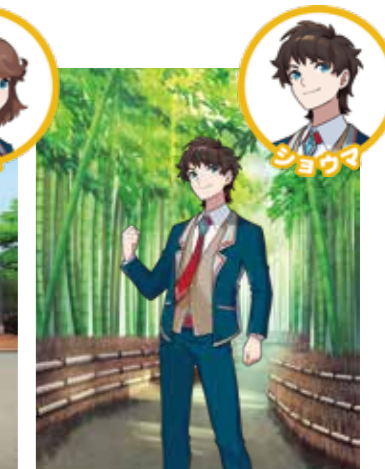
向日市を舞台にした体験型のパズル・アドベンチャーゲーム「アヤカシホライズン」がリリースされました。ゲーム内には、「竹の径」や「観光交流センターまちてらすMUKO」など、見慣れた向日市の風景が登場します。市内を散策することでチャレンジできるクエストや専用ストーリーも搭載されていますので、ゲームを楽しみながら向日市のさまざまなスポットを巡ってみませんか。



〈主人公〉



CV/堀場 美希



CV/伊藤 雄貴

〈その他のキャラクター〉



CV/鬼頭 明里



CV/小野 賢章



▲アヤカシホライズン
公式ホームページ

ほかにも魅力的なキャラクターがたくさん登場!

- インストール方法/ App Store、Google Playで「アヤカシホライズン」と検索し、アプリをダウンロードしてください。
※一部アプリ内課金あり
- 開発/ 株式会社マインドシフト(グリモワールゲームズ)
- 協力/ 向日市、株式会社船井アソシエイツ
- ※ゲームに関するお問い合わせは株式会社マインドシフト
(☒grimoire_games_support@mindshift.co.jp)へ。

☎企画広報課 ☎874-1347

広げよう心のバリアフリー

～ 内部障がい～

内部障がいには、心臓機能障がい、腎臓機能障がい、呼吸器障がい、ぼうこう・直腸機能障がい、小腸機能障がい、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫機能障がい、肝臓機能障がいがあります。外見からはわかりにくいので、周りの人に理解されにくい障がいです。

進行性の疾患がある場合、症状の変化に不安を抱えたり、継続的な医療や介護が必要な方もおられます。定期的な通院、本人による自己管理、周囲の理解ある配慮などにより生活のリズムを守り、体調を維持することが大切です。

■配慮の例

- 風邪などをうつさないよう特に配慮する。
 - 長時間立ち続けることがないよう、着席を勧める。
 - 多機能トイレを障がいのない人が長時間利用しないように配慮する。
 - 電車、バスなどで混雑時には電子機器の電源を切るよう配慮する。
- (参考: 京都府障害のある人もない人も共に安心していきいきと暮らしやすい社会づくり条例に係るガイドライン)

まちで戸惑っている方を見かけたときは、「なにかお困りですか?」「私にできることはありますか?」と顔を見て声をかけてみてください。

☎障がい者支援課 ☎874-3593、☎932-0800

チェック



ハート・プラスマーク

身体内部を意味する「ハート」マークに、思いやりの心を「プラス」。人を思いやる大切さと願いを込めた「思いやりの心を増やす」マークです。

市のサービス情報・催し

福祉・教育のサービス、教室・文化・芸能の催しなど、市からのお知らせを中心に掲載しています。



- ☎=お問い合わせ
🏠=ホームページアドレス
📠=ファクス
✉=電子メールアドレス

税・年金・保険

追納制度をご利用ください

国民年金保険料の免除などを受けた期間がある場合は、全額納付した場合と比べて受け取る老齢基礎年金額が低額となりますが、後から納付(追納)することにより、年金額を増やすことができます。
保険料の免除もしくは納付猶予を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、承認を受けた当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされますので、早めの追納をお勧めします。
※追納ができるのは追納が承認された月の前10年以内の免除期間のみです。
※老齢基礎年金の受給対象者は利用できません。
◎市民課年金係 ☎874-2841
◎京都市西年金事務所 ☎323-1170

2月9日(金)

胃がん検診

- 検診期間/9月1日(金)~令和6年1月31日(水)
● 検診内容/胃カメラ検査
● 対象/西暦で偶数年生まれの満50歳以上の市民
※妊娠中、妊娠の可能性がある方、入院中の方、胃疾患で治療中の方、胃全摘手術後の方、抗血栓薬を服用中の方は、胃がん内視鏡検診を受診できません。
● 自己負担額/2000円
● 申込期間/8月1日(火)~12月28日(木)
● 申し込み/直接または電話で健康推進課(東向日別館、☎874-2697)へ。
● 受付/直接または電話で健康推進課(東向日別館、☎874-2697)へ。
● 実施時期/令和6年1月~3月の平日午前中
● 場所/京都第一赤十字病院健診センター
● 対象/次のいずれも該当する方
○ 令和5年4月1日時点で児童扶養手当を受給している方
○ 京都市内(京都市を除く)に居住す

市税などの納期限

8月31日(木)

- 市・府民税第2期
国民健康保険料第3期
介護保険料第3期
後期高齢者医療保険料第2期

後期高齢者医療「高額介護合算療養費」「限度額適用認定証」の申請を

高額介護合算療養費
同世帯内で後期高齢者医療などの医療保険と介護保険の両方から給付を受け、年間(8月~翌年7月)の自己負担限度額の合計が500円を超えた場合、申請すると超えた額が支給されます。
※該当者には申請書をお送りしています。
限度額適用認定証
医療機関の窓口での支払いを自己負担限度額までにする場合は、事前に限度額認定証の交付申請が必要です。
申請/後期高齢者医療被保険者証を直接、医療保険課(東向日別館)へ。
※すでに認定証をお持ちの方は7月に新しい認定証をお送りしています。
◎医療保険課 ☎874-2798

福祉・健康

新型コロナウイルス接種情報

初回接種を終了し、最後のワクチン接種日から3か月以上が経過した方は、8月31日までの間、一人1回オミクロン株対応2価ワクチンを接種できます。
● 接種対象/高齢者(65歳以上)、基礎疾患を有する方(12~64歳)、医療従事者など、5~11歳の方
※個別接種は、各医療機関へお問い合わせください。個別接種医療機関がわからない場合はコールセンターへ。
※ワクチン接種は任意です。強制されるものではありません。
◎向日市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
☎0120-4896654

京都市子育て支援医療費助成制度の受給者証が新しくなります

京都市制度の拡充に伴い、新しい京都市子育て支援医療費受給者証を8月下旬に郵送します。
● 対象/0歳~小学6年生
※現在、受給者証をお持ちでない方は、別途、交付申請が必要です。子どもの名前が記載された健康保険証を持参の上、直接、医療保険課(東向日別館)へ。
◎医療保険課 ☎874-2798

子育て・教育

出張ハローワークひとり親全力キャンペーン

ひとり親家庭の親の方などを対象にお仕事の相談に応じます。
● 日時/8月31日(木)午後1時~4時
● 場所/子育て支援課(東向日別館)
● 内容/お仕事相談
● 対象/ひとり親家庭の親など
◎子育て支援課 ☎874-2647

令和5年度就学義務猶予免除者等の中学校卒業程度認定試験

試験日/10月19日(木)
試験場所/京都府庁別館
申し込み/9月1日(金)までに郵送で文部科学省へ。

募集

令和5年度乙訓消防組合消防士募集

※受験案内や願書などは学校教育課にあります。申込みは、案内などに同封されている専用封筒を使用してください。
◎学校教育課 ☎874-2998
● 採用予定/令和6年4月1日
● 採用予定人数/若干名
● 試験日・試験科目
○ 第1次試験/9月17日(日)、基礎能力試験、作文試験
○ 第2次試験/10月中旬、体力測定
○ 第3次試験/11月上旬~中旬、個別面接
● 受付期間/8月1日(火)~23日(水)
※募集要項など詳しくは、乙訓消防組合ホームページ(☎https://www.otokuni19-kyoto.jp/)を確認してください。消防本部総務課と管内各消防署でも採用試験案内を配布します。
◎乙訓消防組合消防本部総務課
☎952-0119

催し

介護予防エクササイズ教室

日時/8月17日(木)午後2時~3時30分

お忘れなく現況届・所得状況届

対象者には案内をお送りしますので、期限までに提出してください。提出がなると2年が経過すると時効となり、受給資格がなくなりますので、ご注意ください。
● 児童扶養手当、特別児童扶養手当
提出期間(期日厳守)
○ 児童扶養手当
8月1日(火)~31日(木)
○ 特別児童扶養手当
8月10日(木)~9月11日(月)

提出場所/直接、障がい者支援課(東向日別館)へ。

8月19日(土)、20日(日)午前9時~正午も窓口がご利用いただけます。

特別障害者手当、障害児福祉手当

提出期間(期日厳守)
8月10日(木)~9月11日(月)
提出場所/直接、障がい者支援課(東向日別館)へ。
◎障がい者支援課 ☎874-2574

がん検診

乳がん検診
● 検診期間/9月1日(金)~令和6年2月29日(木)
● 検診内容/マンモグラフィ
● 対象/西暦で偶数年生まれの満40歳以上の女性市民
● 自己負担金/800円
● 申込期間/8月1日(火)~令和6年

広告

Large empty rectangular box for advertisements.

●申込み／8月1日(火)～15日(火)の間に直接または電話で高齢介護課(東向日別館、☎874・2576)または北地域包括支援センター(☎934・6887)、中地域包括支援センター(☎921・1550)、南地域包括支援センター(☎921・0061)へ。定員(20人)になり次第締め切り。

認知症予防脳いきいき教室

●日時／9月8日～12月8日の毎週金曜日(全12回)午前10時～正午
※11月3日(祝)、24日(金)を除く

●場所／健康増進センター
●対象／65歳以上の方
●参加費／1回300円
●申込み／8月1日(火)～10日(木)の間に直接、高齢介護課(東向日別館)またはお住まいの地域の包括支援センター(前述参照)へ。定員(15人)になり次第締め切り。

◎高齢介護課 ☎874・2576

**ぽっこりおなか改善！
フィットネス教室**

家庭でも楽しみながら気軽にできる、安全で効果的な運動の体験教室です。

●日時
○8月28日(月)、10月30日(月)／午前9時30分～11時30分
○9月25日(月)／午後1時30分～3時30分
●場所／保健センター

**実務でさりげなく印象美人！
美文字レッスン**

基本的な文字の書き方やバランスをマスターし、文字美人を目指します。

●日時／9月6日(水)午前10時～正午
●場所／女性活躍センターあすもあ
●講師／本多真理子さん(マザーズ・ジヨブカフェ 研修講師)
●持ち物／ボールペン(太さ0.5～1mm程度)、筆ペン

●申込み／氏名、連絡先を電話またはファクス、電子メール、あすもあInstagram(前述QRコード参照)のダイレクトメッセージで広聴協働課(☎874・1409、☎922・9587、✉kyodoko@city.muko.g.jp)へ。定員(15人)になり次第締め切り。

※保育(生後6か月～就学前)が必要な方は、8月31日(木)までに広聴協働課へ。

●対象／市内在住で20歳以上の方
●服装・持ち物／動きやすい服装、筆記用具、バスタオル、飲み物
●申込み／直接または電話で健康推進課(東向日別館、☎874・2697)へ。定員(各日20人)になり次第締め切り。
※医療機関受診中の方は主治医にご相談ください。

環境市民講座

「太陽光ってすごい！作って学ぼう！ソーラーバースデーカード！」

●日時／8月21日(月)午後2時～4時
●場所／永守重信市民会館
●内容／ソーラーバースデーカード作り
●講師／京都府地球温暖化防止活動推進センタースタッフ

●対象／市内在住の小学生とその保護者
●持ち物／筆記用具、工作物持ち帰り用の袋、飾り付け用折り紙やテープ、カラーペンなど

●申込み／8月1日(火)から電話で環境政策課(☎874・2189)へ。定員(20組)になり次第締め切り。

**女性応援セミナー「しなやかな心を作るマインドフルネスストレスを
やわらげる脳のトレーニング」**

●日時／8月18日(金)午前10時～正午
●場所／女性活躍センターあすもあ
●講師／丸田和賀子さん(特定社会保険労務士、産業カウンセラー)
●持ち物／筆記用具

乙訓地域要約筆記講座

●日時

○共通講座／9月16日(土)、10月7日(土)、28日(土)
○手書きコース／11月11日(土)、26日(日)、令和6年1月21日(日)
○パソコンコース／令和6年1月14日(日)

いずれも午前10時～午後4時
●場所／福祉会館、長岡京市産業文化会館、大山崎ふるさとセンター
※日によって変わります。

●対象／向日市、長岡京市、大山崎町に在住・在勤・在学の18歳以上の方
●受講料／4000円(テキスト代)
●申込み／8月24日(木)までに、住所氏名、年齢、連絡先、希望コースを電話またはファクスで、障がい者支援課(☎874・3593、☎932・0800)へ。

※自宅学習あり。京都府要約筆記者養成講座「前期課程」に相当し、講座終了後は「後期課程」が受講できます。

令和5年度緑化ポスターの募集

「都市緑化月間」緑化推進事業の一環として、緑の大切さや緑豊かなまちづくりの必要性を題材にしたポスターの作品を募集しています。

●応募資格／市内在住・在学の小学6年生
●規格／用紙は4つ切り(51cm×36cm)

文化資料館の催し

くらしのなかの戦争展「戦争と学校」

毎夏、文化資料館では、市民の皆さまからご提供いただいた戦争に関する資料を展示し、平和を考える機会の一つとしています。

昨年秋、向日市内で学校における近代教育が始まって150年を迎えたことを機会として、今年は「戦争と学校」をテーマに展示します。日中戦争勃発から太平洋戦争終結までの8年間の学校について、前後の時代も交えながら市民寄贈の資料や写真、映像で振り返ります。

●日時／8月5日(土)～9月18日(祝)
●場所／文化資料館



■タイアップ企画

図書館では「みんなで考えよう平和」をテーマに図書の展示貸出を行います。

●日時／8月5日(土)～24日(木)

**課題解決型体験学習
戦国時代へタイムスリップ！—西岡衆をさぐる—**

室町時代から戦国時代の乙訓で約70年間自主独立を維持して地域を治めていた武士集団の西岡衆について、座学や製作活動、体験活動など全10回のプログラムを通じて学習します。

詳しい情報は随時、文化資料館ホームページでお知らせします。

●日時・内容(全10回)
①8月27日(日)午前9時30分～正午／武士の生活体験(書状)
②9月10日(日)午前9時～午後3時30分／紙製かぶと作り
③9月24日(日)午前9時30分～正午／武士の生活体験(茶の湯、連歌)
④10月1日(日)午前9時～午後0時30分／城見学(物集女城など)
⑤11月5日(日)午前9時30分～正午／戦について学習・体験
⑥12月10日(日)午前9時30分～正午／武士の生活体験(乗馬体験)
⑦12月17日(日)午前9時30分～正午／武士の生活体験(寄合体験)
⑧12月24日(日)午前9時～正午／振り返りと交流(発表会準備など)
⑨令和6年1月14日(日)午前9時～正午／活動のまとめ
⑩2月4日(日)午前10時～11時／学習発表会
●対象／市内在住・在学の小学4年生～中学3年生で原則全回参加できる方
●申込み／8月5日(土)から、直接または電話で文化資料館へ。定員(20人)になり次第締め切り。
※場所と講師は各回で異なります。

で、縦書き横書きは自由

●注意／ポスター内に標語を明記し、用紙裏面の右下に学校名、住所、氏名(ふりがな)を記入

●申込み／9月1日(金)～8日(金)の間に直接公園交通課へ。
◎公園交通課 ☎874・2943

**ピアノリレーコンサート
～みんなのベーゼンドルファー～**

47名40組の方がリレーのよここピアノを弾きつなぐコンサートです。さまざまなジャンルの曲が演奏され、どなたでもご鑑賞いただけます。

●日時／8月11日(祝)午前10時～午後4時
●場所／永守重信市民会館
◎市民会館 ☎874・2120

**ふしぎ発見！理科教室
おいしい水をつくってみよう**

●日時／8月26日(土)午前10時～11時30分
●場所／寺戸公民館

●内容／浄水場のしくみを学び、凝集沈殿ろ過などの実験をします。講師／橋本隆さん(京都技術士会理科支援チーム 技術士)

●対象／市内在住・在学の小学4～6年生
●参加費／300円(材料費)
●持ち物／筆記用具
●申込み／8月1日(火)～10日(木)

に電話で中央公民館事業担当(☎932・3166)へ。定員(20人)になり次第締め切り。

**市民教養講座
「スマホデビューからもう一歩！」**

●日時／9月1日(金)①午前の部午前10時～正午 ②午後の部午後1時30分～3時30分

●場所／永守重信市民会館
●内容／LINE、Googleレンズ②LINE、スマホ決済
●講師／ソフトバンク株式会社スマホアドバイザーの皆さん

●対象／市内在住の概ね60歳以上でスマートフォンを使いこなしたい方
●持ち物／筆記用具

※スマートフォンは主催者側で用意
●申込み／8月1日(火)から電話で中央公民館事業担当(☎932・3166)へ。定員(各部20人)になり次第締め切り。

初めてのピラティス講座

～こころもからだもリフレッシュ～
ゆっくりとした動作で体幹を強化し、姿勢を整えることができます。ピラティス講座を実施します。

●日時／9月14日～12月14日の第2、4木曜日、午後1時30分～2時30分
●場所／老人福祉センター桜の径
●対象／市内在住の60歳以上の女性で次のいずれにも該当する方

- 7回継続して参加できる方
- ピラティスの経験がない方
- 医師から運動制限されていない方
- 講師/Mayさん(ピラティスインストラクター)
- 持ち物/タオル、飲み物、上履き
- 申込み/8月2日(水)～10日(木)の間に、直接または電話で老人福祉センター桜の径(☎934・1515)へ。定員(14人)になり次第締め切り。

天文館の催し

■むこう星だより

夏の夜空をかざるヘルセウス座流星群
 たくさんの方の流星を見るには、今年は8月12日(土)～14日(月)がおすすです。いずれも真夜中から夜明けにかけて数が多くなると予想されています。流星は四方八方から飛び出しますので、ヘルセウス座だけでなく、広く空を見渡してみてください。

■秋の天文教室「コペルニクス以後の宇宙探求の紆余曲折」

- 日時/9月9日(土)午後1時30分～2時30分
- 対象/小学4年生以上の方
- 講師/甲斐正博さん(天文館ボランティア)
- 持ち物/筆記用具
- 申込み/8月5日(土)から直接または電話で天文館へ。定員(12人)になり次第締め切り。
- ※天文館に駐車場はありません。

そのほかのお知らせ

全国瞬時警報システム(リアルタイム)の全国一斉情報伝達訓練

- 場所/乙訓消防組合大山崎消防署
- 申込み/8月1日(火)～18日(金)の間に直接、向日消防署救急係へ。定員(15人)になり次第締め切り。
- ※WEB講習で自己学習の後、修了テストに合格された方のみが申込み可。
- ※詳しくは乙訓消防組合のホームページを確認してください。
- ☎向日消防署救急係 ☎934・0119

- 地震や武力攻撃などを想定し、Jアラートを使用した防災・防犯メールでの情報伝達訓練を行います。災害に備えて防災・防犯メールに登録をお願いします。
- 日時/8月23日(水)午前11時～
- ※緊急速報メール・エリアメールは配信されません。地震の発生や気象警報の発表に伴い、訓練を中止することがあります。
- 登録方法/QRコードを読み取り、空メールを送信して手続きを行うことができません。

※QRコードを読み取ることができない方はメールアドレス(☒bousai.nuko-city@raiden.ktawork.jp)にEメールを送信してください。

☎防災安全課 ☎874・2164



■天体観望会「秋の星座と惑星」

- 日時/9月16日(土)午後8時～9時
- (雨天・曇天時は、星空解説のみ)
- 申込み/9月1日(金)までに、天文館にある申込書に必要事項を記入の上、郵便はがきを添えて受け付けへ。往復はがきでも申込み可(9月1日必着)。中学生以下の方は保護者同伴1枚で5人まで記入可。定員(30人)を超えたときは抽選。
- ※天文館に駐車場はありません。
- ☎天文館 ☎935・3800

向日市スポーツ推進委員の催し

■早期ラジオ体操・モルック体験

- 日時/8月6日(日)午前7時～8時
- ※雨天中止
- ※当日参加で申込みは不要です。
- 場所/市民ふれあい広場(向日市民体育館南側)
- 早期ボールウォーキング
- 日時/9月10日(日)午前7時集合
- 場所/向日市役所本館(竹の径)
- 対象/1時間程度歩ける18歳以上の市内在住・在勤の方20人
- 申込み/8月1日(火)から電話で健康増進センターへ。
- ☎健康増進センター ☎932・5122

向日市民体育館の催し

①卓球クリニック

- 日時/8月22日(火)午前10時～11時30分

運転免許証を自主返納される方を支援します

- 対象/市内在住の方で運転免許証を自主的に返納された方
- ※運転免許証の返納から1年以内に申請してください。
- ※運転免許証の更新を行わず、失効された方は対象になりません。
- ※運転免許の内容の一部だけを返納された方は対象になりません。
- 支援内容/公共交通機関利用券など2000円分(次のいずれか1つ)
- ※デポジット代500円分を含む場合があります。
- 「ふるさとむこうバス」乗車券
- 阪急バスブランドパス65「ブランドパス70」または「hatical」購入補助券
- ヤサカバス回数券購入補助券
- JR西日本COCA
- 市内タクシー事業者の乗車割引券
- 申請方法
- ①警察署などで運転免許証を返納し、「申請による運転免許の取消通知書」を受け取る。
- ※自動車運転免許試験場、京都駅前運転免許更新センター、向日町警察署、交番予約制で返納できます。
- ②申請による運転免許の取消通知書、本人確認書類(マイナンバーカード、運転経歴証明書、健康保険証など)を持参の上、公園交通課で向日

●定員/8人

●参加費/800円

②幼児運動教室

- 日時/9月8日～10月13日の毎週金曜日(全6回)、午後3時15分～4時15分
- 対象/年中～5年生の方8人
- 参加費/4200円
- ③少年少女運動教室
- 日時/9月8日～10月13日の毎週金曜日(全6回)、午後4時30分～5時30分
- 対象/小学1～3年生8人
- 参加費/4200円
- ④サッカークリニック
- 日時/9月18日(祝)午前9時30分～11時
- 対象/市内在住の5歳～小学2年生30人
- 講師/京都サンガF.C. コーチ
- ⑤バスケットボールクリニック
- 日時/9月18日(祝)午後1時～3時
- 対象/市内在住の小学4～6年生50人
- 講師/京都ハンナリーズ コーチ
- いづれも□
- 場所/市民体育館
- 持ち物/上履き、動きやすい服装、飲み物、タオル
- ※①はラケット、⑤はボールが必要です。
- 申込み/①は8月2日(水)午前10時から、②③は同日午前9時から電話で向日市スポーツ文化協会(☎932・5122)、④⑤は8月14日(月)午前11時から向日市スポーツ文化協会ホームページ(<https://mukosca.jp/>)へ。

市運転免許証自主返納支援事業の申請をする。

- ③公共交通機関利用券などを受け取る。
- ※後日審査終了の連絡をしますので、公園交通課でお受けください。

■向日市高齢者運転免許証自主返納支援協賛事業もご利用ください

- 対象/市内在住の65歳以上で、有効期間内の運転免許証を自主的に返納された方
- 内容/協賛店舗で特典サービスを受けられます。
- 利用には、運転経歴証明書が必要です。※本事業にご協力いただける事業者を募集しています。ぜひご応募ください。
- ☎公園交通課 ☎874・2943

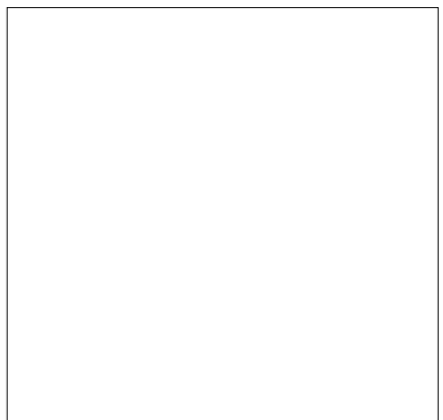
「精霊送り」のお供物は8月16日中に

児童公園、都市公園や各公民館などにお供物を取る容器を配置します。お供物は8月16日(水)中にお出しください。
- 回収日/8月17日(木)
- ※衛生上の観点からできるだけビニール袋に入れ、夕方にお出しください。もやごみとしてもお出しいただけます。
- ☎環境政策課 ☎874・2189

8月は耐震月間 耐震改修促進イベント実施

内容/専門家への無料相談、体験コーナーを実施。パネル展示や啓発マンガもご覧いただけます。

広告



第17回乙訓消防技術競技会参加チーム募集

- 日時/10月20日(金)午後1時～4時
- ※雨天中止
- 場所/三菱ロジスネクスト(株)総合グラウンド(長岡京市勝竜寺14番)
- 内容/消火器操作競技、屋内消火栓操作競技
- 対象/向日市、長岡京市、大山崎町に所在があり、自衛消防隊を組織している事業所
- 申込み/8月1日(火)～18日(金)の間に直接、乙訓消防組合消防本部予防課へ。
- ☎乙訓消防組合消防本部予防課 ☎953・6036

「普通救命講習」成人に対する応急手当方法

- 日時/8月20日(日)午前9時～11時

- 日時/8月26日(土)午前10時～午後6時
- 場所/イオンモール京都桂川
- ☎公共建物整備課 ☎874・2869

令和5年度第1回向日市役所消防訓練

- 向日市役所で消防訓練を実施します。市民の皆さまのご理解・ご協力をお願いします。
- 日時/8月10日(木)午後2時～3時
- 場所/市役所本館、永守重信市民会館
- 内容/避難訓練、応急救護訓練、初期消火訓練、救出訓練など
- ☎総務課 ☎874・1623

交通安全の心得帳

交差点通過時の安全確認おこたるな！
 ～8月19日はバイクの日～

二輪車は、ほかの車両運転者から見えにくい特性があります。特に交差点では、対向右折車両に見落とされることが原因の事故が多発しています。

バイクで交差点を通過する際は、「相手は正しく自分を見ているのか」などを意識して、安全な速度と方法で安全運転に努めましょう。



道路等美化ボランティア募集

●対象要件／市が管理している道路などの美化活動を定期的に行っていただける個人・団体(個人の場合は成人、団体の場合は代表者が成人であること)

- 活動の内容
○活動区域内の空き缶や吸い殻など散らごみの収集
○収集が困難な不法投棄物に係る情報の提供
○そのほか道路などの美化に必要な活動

●支援内容

- ほろつき、ちりとり、軍手、ごみ袋など美化活動に必要な用具
○活動中の事故に備えたボランティア活動保険

◎道路整備課 ☎874-2896

8月は道路ふれあい月間

■「気持ちいい 道路であじさい」



道路ふれあい月間は、道路の正しい利用方法や、重要性を知り、道路を広く、美しく、安全に利用する機運を高め、道路愛護活動の推進を図る期間です。期間中、市では道路パトロールの強化、不法占用物件の撤去や道路清掃などを行います。

乙訓文化芸術祭「合唱フェア」出演団体を募集

- 日時／令和6年2月11日(祝)午後0時30分開演
●場所／長岡京記念文化会館
●参加費／1団体につき5500円
●対象／乙訓地域で1年以上活動している6人以上(指揮者・伴奏者は除く)のアマチュア合唱サークル・団体
※録音した音楽や、電源を必要とする楽器の使用は不可。

●申込方法／8月1日(火)～9月1日(金)の間に、所定の申込書に記入の上、「合唱フェア」推進委員会事務局へ。
●申込書は、長岡京市のホームページからダウンロードできます。

※9月14日(木)午後7時から長岡京市役所で第1回推進委員会を開催します。団体の代表者は、ご出席ください。
◎乙訓文化芸術祭「合唱フェア」推進委員会担当事務局 ☎955-9734

京都西山スタンプラリー2023

京都西山や乙訓地域を巡るスタンプラリーに参加しませんか。期間中に集めたスタンプの数で、抽選に応募できます。
●日時・場所／8月1日(火)～11月10日(金)、スポット数38か所
※詳しくは京都市西京区のホームページをご覧ください。

◎京都市西京区洛西支所地域力推進室 ☎332-9318

●道路ふれあいスケジュール

- 不法占用物件の撤去／8月3日(木)
○道路合同パトロール／8月9日(水)
○広報活動／8月10日(木)
○道路清掃／8月23日(水)

◎道路整備課 ☎874-2896

8月は人権強調月間

「人権」は、すべての人間が生まれながらに持っている、人間が人間らしく生きていくための、誰からも侵害されない基本的な権利であり、また、個人として尊重され、安全で安心して生活を送るために欠くことのできない権利です。

一人ひとりの人権が尊重され、人権という普遍的文化が息づく「共生社会」を実現するためには、私たち一人ひとりが、人権問題を「自分自身にも関わりのあること」として受け止め、身近な人権問題について関心を持つことが大切です。

そのため市では、さまざまな差別や人権問題の解決に向けて、啓発活動講座やイベントを積極的に実施しています。

■全国一斉「子どもの人権相談」強化週間
京都地方事務局、京都府人権擁護委員連合会は、「子どもの人権相談」を設け、いじめ・体罰・不登校・児童虐待など、子どもの人権に関わる問題全般について、子ども

令和5年度京都府統計グラフコンクール作品募集

- 部門／手書き統計グラフの部、パソコン統計グラフの部
●対象／京都府内に在住・在勤・在学の方
●提出／9月6日(水)までに郵送で京都府政策企画部企画統計課(〒602-8570 京都市上京区下立売通新町西入敷ノ内町)へ。

※募集要領や応募作品票は、京都府ホームページからダウンロードできます。
◎京都府総合政策環境部企画統計課 ☎414-4487

令和4年度京都府統計グラフコンクール入賞作品展示

- 日時／8月2日(水)～31日(木)
●場所／図書館
◎総務課 ☎874-1483

見えにくい方・見えない方のための京都府視覚相談会

- 日時／8月21日(月)午前10時30分～午後3時30分
●場所／福祉会館
●内容
①個別相談(日常生活の困りごとなど)
※要予約
②福祉用具等相談・体験(機器の展示や盲導犬の体験など)
③「就労・就学」に関する相談(鍼灸の学校の案内や視覚に不安をお持ち

人権委員(人権擁護委員)が、専用電話による相談に応じます。秘密厳守です。

- 相談時間／8月23日(水)～29日(火)平日午前8時30分～午後7時、土・日曜日午前10時～午後5時

●専用電話／☎0120-007-1110
※強化週間以外の平日も人権擁護委員または法務局職員が相談を受けています。
※LINEによる相談も実施しています。



◎広聴協働課 ☎874-1409

公園での花火は禁止です

公園内の花火は施設や植物などに引火し火災発生の原因となるうえ、近隣の住民の方に対し、騒音や危険が及ぶ迷惑行為となるため、市内全ての公園で禁止しています。

公園は、さまざまな人が利用する憩いの場です。他の利用者や近隣にお住まいの方に迷惑がからないよう、ルールを守って楽しく利用しましょう。

◎公園交通課 ☎874-2943

空き家は早めの台風対策を

住んでいない空き家をお持ちの場合、台風が来る前に屋根瓦やアンテナの状態、飛びそうなものがないかなど、確認をお願いします。また、近所の人と連絡先を交換し、非常時に備えてください。

空き家の管理方法にお困りの場合は、お持ちの空き家の自治体にご連絡

ちの児童の相談など)

- 申込み／8月14日(月)までに電話またはファクスで、障がい者支援課(☎874-2574、FAX932-0800)へ。

◎京都府家庭支援総合センター 障害グループ ☎531-9608

省エネ電気導入にかかると

京都府などの制度

- 太陽光発電設備共同購入事業
「みんなのおうちに太陽光」
共同購入により、太陽光パネル・蓄電池をおトクに購入できます。
●参加登録期間／9月5日(火)まで
※詳しくはQRコードからホームページをご覧ください。



◎京都みんなのおうちに太陽光事務局 ☎0120-6233-1000

京都府住宅用太陽光発電初期費用ゼロ事業「京都0円ソーラー」

初期費用を事業者が負担することで、太陽光発電設備を0円で導入できるサービスです。事業者は負担した初期費用を、売電や利用者から支払われる利用料で回収します。

※詳しくは、京都0円ソーラーフォームのQRコードをご覧ください。



◎京都市環境保全活動推進協会 ☎647-3535

ください。

●乙訓地域の空き家担当

- 向日市公共建物整備課 ☎874-2869
○長岡京市都市計画課 ☎955-9715
○大山崎町建設課 ☎956-2101(代)

◎公共建物整備課 ☎874-2869

みんなのひろば

備えて安心！遺言と成年後見制度

成年後見制度や福祉サービス利用援助事業、遺言をテーマに講演会を実施します。

- 日時／9月19日(火)午後1時30分～3時30分

●場所／福祉会館
●対象／市内在住の方、福祉・医療・保健関係者で市内在勤の方

●講師／松田達也さん(公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート京都支部 司法書士)

- 申込み／8月1日(火)～9月8日(金)の間に、電話またはファクスで向日市社会福祉協議会 地域福祉推進課(☎932-1960、FAX933-4425)へ。定員(50人)になり次第締め切り。

日本遺族会「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」参加者募集

- 実施地域／マリアナ諸島、東部ニューギニア、ビスマーク諸島、インド、ソロモン諸島、フィリピン、台湾・パシフィック、マーシャル・ギルバート諸島、中国

○特定地域／東部・西部・ニューギニア、ミャンマー
●参加費／10万円
●参加資格／戦没者遺児
●申込み／電話で一般財団法人 京都府遺族会事務局(☎393-6050)へ。

◎一般財団法人 日本遺族会事務局 ☎03-3261-5521

ラフィ・ベサリアンピアノリサイタルー歴史・文化の架け橋へー

- 日時・場所／8月5日(土)午後7時～9時、永守重信市民会館
●内容／国際的ピアニストのラフィ・ベサリアンさんによるピアノ演奏会

●参加費／入場料(全席指定)S席4000円、A席3000円
●申込み／チケットぴあ(Pコード247-510)

◎物集女宗入公四百五十回忌記念事業実行委員会の中西さん ☎080-3036-3035

あおぞら図書館

- 日時・場所／8月5日(土)午前10時～午後2時、寺戸来迎寺



Zero Carbon

さあ進もう ゼロカーボンの むこうがわ

再生可能エネルギーについて考えてみよう～太陽光発電～

今月号は、再生可能エネルギーの一つ、太陽光発電についてお伝えします。
日常的に使用している電気の大半は、化石燃料によって発電されており、多量の温室効果ガスを排出しています。一方、太陽光や風力などの再生エネルギーは、温室効果ガスを排出しないため、地球温暖化防止対策には、再生可能エネルギーへの転換が有効とされています。

太陽光発電とは

太陽電池をたくさん集めたソーラーパネルに、太陽の光をあてて電気を作る発電方法です。
太陽光発電は、資源枯渇の心配がなく環境への影響が小さいほか、非常用電源として利用できるなど、さまざまなメリットがあります。

太陽光発電設備など補助金の拡充

向日市ではゼロカーボンを推進するため、国の交付金事業を活用し、家庭用や事業所用の太陽光発電設備の導入にかかる補助金を大幅に拡充しています。
家庭用の太陽光発電設備は、従来の補助金と併用できますので、ぜひご利用ください。
※詳しくはQRコードから市ホームページをご確認ください。
※19ページでは京都府などが実施している「みんなのおうちに太陽光」や「京都0円ソーラー」を紹介していますので、併せてご確認ください。



▲補助金ホームページ

●内容／本の交換や持ち帰り、図書館のように本を読むなど、本を片手に自由にゆったりと過ごすイベントです。紙芝居もあります。
※ワークショップ代など一部有料。
◎てらっハウスの福井さん
☎921-0343

良い睡眠とは

健康セミナーを開催します。
●日時・場所／8月8日(火)午後1時30分～3時、老人福祉センター桜の径
●対象・参加費／市内在住の60歳以上の方、1000円(資料代)
●持ち物／老人福祉センター桜の径の利用証、飲み物、上履き
※参加にはサークル登録が必要となります。

◎老健会の葛本さん ☎931-5053
山林・竹林・まち・人の分断を埋める公募デザインワークショップ
竹と木を融合したプロダクト(工芸品)を作りませんか。
●日時・場所／8月19日(土)、9月2日(土)午前10時～午後3時、女性活躍センターあすもあ
●内容／デザイン企画をはじめ、模型作りや制作、発表を行います。
●講師／賀来寿史さん、小山裕介さん
●申込み／電子メールで数の傍の小関さん(☎yabunosoba@gmail.com)へ。

浮世絵版画実演会〜葛飾北斎「神奈川沖浪裏」のひみつ〜

●日時・場所／9月2日(土)午前10時30分～正午、午後2時～3時30分、永守重信市民会館
※開場各回30分前

●内容／浮世絵の代表作、葛飾北斎富嶽三十六景「神奈川沖浪裏」の摺りの実演と解説
●講師／公財アダチ伝統木版画技術保存財団
●参加費／入場料(自由席)各回1500円
●申込み／チケットぴあ(Pコード763-509)

◎京都乙訓ふるさと歴史研究会の中西さん ☎080-3036-3035

向陽らく楽体操参加者募集

●日時・場所／毎月第2・4火曜日午後1時30分～3時、特別養護老人ホーム向陽苑
●内容／介護予防体操で身体機能の維持・改善
●対象／市内在住の65歳以上で、自分で通える方
●持ち物／タオル、飲み物
●定員／10人

◎向陽苑 ☎921-0026

子どもの舞台鑑賞応援隊

●日時・場所／9月14日(木)午前10時

～正午、長岡京市中央生涯学習センター(バンビオ1番館内)
●内容／舞台鑑賞を子ども達に届ける活動の支援
●対象・参加費／舞台鑑賞イベントに興味のある方、1000円(保険料)
●申込み／電子メールでNPO法人おとくにパオの田畑さん(gaevent@yahoo.co.jp)へ。
◎NPO法人おとくにパオの田畑さん ☎955-4366

向日市視覚障がい者の活動サポーター登録募集

視覚障がい者の支援や補助をしてくださるサポーターを募集します。経験不問です。
●対象／福祉活動に熱意のある方
※行事の開催など、サポートが必要な時に電話で依頼します。
※サポート内容は依頼時に説明します。
◎京都府視覚障害者協会向日支部の木村さん ☎933-1702

長岡宮まぢづくり協議会

長岡宮内裏跡の上に位置する旧上田家住宅でさまざまなイベントを開催します。
■小林榮子(101歳)人形展
●日時／8月6日(日)まで
■藍染サークル作品展
●日時／8月2日(水)～20日(日)
■旧暦で学ぶ七夕まつり
●日時／8月20日(日)～27日(日)

向日町警察署発 安心安全ニュース

大麻で若者の検挙が急増中

昨年、京都府内で薬物乱用により、高校生を含む31人の少年が検挙され、一昨年に続き30人を超える高水準で推移しています。
その原因の一つにインターネットなどに氾濫している大麻に関する間違った知識や情報が影響していることが考えられ、注意が必要です。

■大麻の有害性

- 知覚の変化／時間や空間の感覚がゆがむ
 - 学習能力の低下／短期記憶が妨げられる
 - 運動失調／瞬時の反応が遅れる
 - 精神障害／統合失調症やうつ病を発症しやすくなる
 - IQの低下／短期・長期記憶や情報処理速度が下がる
 - 薬物依存／大麻への欲求が抑えられなくなる
 - 大麻は、有害な薬物で依存性があり、記憶力の低下や幻覚・妄想を引き起こします。誤った情報に惑わされず、正しい知識と断る勇気を持ちましょう。
- ◎向日町警察署 ☎921-0110
違法薬物110番 ☎451-7957

広告

○セタコンサート・山村有佳里フルートの夕べ(先着70人)／8月20日(日)午後5時30分～7時
○折り紙教室／8月27日(日)午前10時～正午、午後2時～4時
■片山秀雄画展
●日時／8月22日(火)～9月3日(日)
■「第7回桓武天皇研究サロン」
●日時／8月19日(土)午後1時30分～4時30分(要予約)
●参加費／500円(資料代)
■篠友子パッチワークと和の小物展
●日時／8月29日(火)～9月10日(日)
◎上田さん
☎090-9627-8913

■「164回煎茶に親しむ会」

●日時／8月13日(日)午前10時30分～午後3時(要予約)
●対象・参加費／市内在住の方、700円(お茶、お菓子代)
◎煎茶道方円流高日さん
☎090-1905-0513

□いずれも□
●場所／旧上田家住宅

サマージャンボ宝くじ発売

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
●発売／8月4日(金)まで
●抽せん日／8月18日(金)
◎公益財団法人京都市町村振興協会
☎411-0200

子育て支援拠点などの催し

問い合わせ	事業名	日時	ほか
つどいのひろば ねこぼす ◎NPO法人子育て 支援ねこぼす ☎203-7738	歯科衛生士さんの日	8月25日(金)午後1時~2時 45分	●対象/乳幼児とその保護者 5組 ●講師/伊藤姫美さん ●場所/つどいのひろばねこ ぼす ■いずれも ●申込み/8月1日(火) から電話で、NPO法人 子育て支援ねこぼす (木・日曜日を除く午 前10時~午後3時)へ。
	①助産師によるトーク	8月31日(木)午前10時30分 ~11時45分	●対象/市内在住で、0~2歳 児のお母さん8人 ●講師 ①塩見直美さん(musubi 助産院) ②児島優美さん(アロマ× クレイサロンこち) ●場所/ラポスパコ ※保育あり8人
	②お家でできる簡単 なアロマテラピー		
あひるが丘こども園 ☎921-0005	おひさま(ヨガ)	8月12日(土) 午前10時~11時	●対象/乳幼児とその保護者 ●場所/あひるが丘こども園 ●持ち物/お茶 ●申込み/電話で、あひるが丘こども園へ。
まこと幼稚園の催し ◎まこと幼稚園 マナ・ハウス ☎921-2202 🌐https://makoto kids.jp/mannahouse/  さまざまな イベントを実施中	まこと幼稚園 マナ・ハウスの イベントなど	8月 7日(月)午前9時30分~11時30分/身体測定 10日(木)/ベビーマッサージ 26日(土)/まこと幼稚園で夏祭りを楽しもう ※歩行ができる1~3歳の未就園児とその保護者 28日(月)/みんなであそぼう ※詳しくはマナ・ハウスまでお問い合わせください。 電話の受け付けは午前9時30分~午後4時30分です。 イベント受け付けは、8月1日(火)からです。 ※9月2日(土)に実施する「幼稚園のお砂場で遊ぼう」の予約は、 8月17日(木)からです。	

子育て支援情報

子育てセンターの催し

◎子育てセンター「すこやか」(保健センター2階) ☎・🌐932-7830

事業名	日時	場所	
年齢別遊びの日	ぶちびよルーム (7か月未満)	8月7日(月)午前10時~11時15分	子育て支援センターさくら
	とことこルーム (1歳4か月~2歳未満)	8月21日(月)午前10時~11時15分	子育てセンターすこやか
	さくらほっとルーム (1歳7か月未満)	8月21日(月)午前10時~11時15分	子育て支援センターさくら
	こすもすほっとルーム (1歳4か月未満)	8月17日(木)、24日(木)、31日(木) 午前10時~11時15分	子育て支援センターこすもす
	ひまわりルーム (0歳~未就園児)	8月3日(木)、28日(月)午前10時~11時15分	子育て支援センターひまわり
絵本館	こすもす絵本館	8月4日(金)	午前10時~11時15分 子育て支援センターこすもす
	ひまわり絵本館	8月25日(金)	
施設開放 さくら	2歳未満	毎週火曜日と木曜日 (8月15日を除く)	午前10時~11時15分 子育て支援センターさくら
	2歳以上	毎週水曜日と金曜日 (8月16日、祝日を除く)	
つながりスペース	物集女コミセン	8月2日(水)	午前10時~11時15分
	物集女公民館	8月23日(水)	
	寺戸コミセン	8月29日(火)	
	上植野コミセン	8月8日(火)、22日(火)	

■すこやか親子講座「親子でのんびりのび〜ガムランを聴きながら〜」
●日時/8月29日(火)午前10時~11時
●場所/子育てセンターすこやか
●講師/インドネシア伝統芸能団 ハナ☆
ジョス
●対象/市内在住の未就園児とその保護者10組
●持ち物/飲み物、ヨガマットまたはバスタオル
※動きやすい服装でお越しください。
●申込み/8月1日(火)から電話で子育てセンターすこやか(☎932-7830)へ。

※予約は不要です。
※各施設には駐車スペースがありません。車での来所はご遠慮ください。

子育ての相談

子育てセンターと子育て支援センターでは、来所または電話で育児相談ができます。
毎週月~金曜日(祝日を除く)午前9時~午後4時
◎子育てセンター「すこやか」(保健センター2階) ☎・🌐932-7830

健康診査・教室など

- プレマスクール
8月2日(水)
開催時間/午後1時30分~3時30分
- プレマサロン
8月25日(金)
開催時間/午前10時~11時30分
- 乳児前期健診
8月3日(木)
受付時間/午後1時~2時45分

- 乳児後期健診
8月1日(火)
受付時間/午後1時~2時45分
- 1歳9か月児健診
8月8日(火)
受付時間/午後1時15分~2時45分
- 3歳児健診
8月9日(水)
受付時間/午後1時15分~2時45分
- 離乳食教室
8月23日(水)
受付時間/午前9時30分~9時45分

- 健康・栄養・転入児相談
8月7日(月)
受付時間/午前9時30分~11時
 - 予防接種(BCG)
8月4日(金)
受付時間/午後1時10分~2時30分
- ※場所はいずれも、保健センター
(寺戸町東野辺31)
◎健康推進課 ☎874-2697

わが家の アイドル

就学前のおさまの
写真大募集

応募はメールで受付中です。
詳細は、市ホームページをご確認ください。



各種相談日程

Various Consultation

区分	各種相談・内容	日程	場所・問い合わせ
法律	無料法律相談(予約制(電話のみ)、1人30分) 弁護士が相談に応じます。 ※定員は各5人。相談時間の指定不可。 市内在住の個人が対象。 ※8月7日(月)、9月4日(月)は女性弁護士が相談に応じます。	8月7日(月)午前9時15分～11時45分 ※予約は8月3日(木)午前9時から	女性活躍センターあすもあ ☎ 874-1409
		8月21日(月)午前9時15分～11時45分 ※予約は8月17日(木)午前9時から	
		8月28日(月)午前9時15分～11時45分 ※予約は8月24日(木)午前9時から	
		9月4日(月)午前9時15分～11時45分 ※予約は8月31日(木)午前9時から	
暮らし	困りごと相談 相続、登記、債務整理、年金、人権や労働問題など、幅広くご相談ください。	8月22日(火)午前9時15分～正午(受け付けは11時30分まで、待ち人数により変更する場合あり)	福社会館 ※車でのご来館はご遠慮ください。 ☎ 874-1409
	女性のための相談(予約制、1人50分) 女性カウンセラーが相談に応じます。	8月9日(水)、23日(水)午後1時10分～4時	☎ 874-1144
	男性のための相談(電話相談) 男性のさまざまな悩みや不安について男性相談員が相談に応じます。	8月4日(金)午後7時～9時(受け付けは午後8時30分まで)	☎ 950-0205
	年金相談(予約優先) 社会保険労務士が相談に応じます。	8月3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)午前10時～正午、午後1時～4時	東向日別館 ☎ 874-2841
	心の健康相談(予約優先) 精神保健福祉士が相談に応じます。	8月1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29日(火)午後1時～5時	東向日別館 ☎ 874-2574 ☎ 932-0800
	消費生活相談 悪質商法や訪問販売のトラブルなど、消費生活についての疑問、困りごとをお気軽にご相談ください。	月～金曜日(祝日を除く)、午前9時～正午、午後1時～4時 土・日曜日、祝日、振替休日(年末年始を除く)、午前10時～午後4時 ※お急ぎの場合	本館1階 相談室1 ☎ 931-8168 ※要事前連絡 ☎ 118 ※電話相談のみ
	経営安定特別相談 市内中小工業者の経営の改善と強化を図るため、税理士などが相談に応じます。	税務専門 8月1日(火)、15日(火)午後1時～4時30分(受け付けは4時まで) 経営専門 月～金曜日(祝日を除く)、午前9時～午後5時15分	向日市商工観光振興センター ☎ 921-2732 ※要事前連絡
	社会福祉協議会「仕事と暮らしに関する相談窓口」 自分らしい働き方や就職先の相談、レベルに合わせたパソコン学習を行います。安心してご相談ください。	8月4日(金)、18日(金)、25日(金)午後1時～4時	福社会館 ※車でのご来館はご遠慮ください。 ☎ 874-2564 向日市社会福祉協議会 ☎ 932-1961 ※要事前連絡
	障害者相談員による相談会 障がいのある方の生活における困りごとなどの相談会です。	8月21日(月)午後1時～3時	東向日別館 ☎ 874-2574 ☎ 932-0800
	家庭児童相談 家庭で子どもを養育する上でのさまざまな相談に応じます。	月～金曜日(祝日を除く)、午前9時～午後4時	東向日別館 ☎ 933-1199
子育てコンシェルジュ 子育てに関する悩みの相談、子育て情報を提供します。	月～金曜日(祝日を除く)、午前8時30分～正午、午後1時～5時	東向日別館 ☎ 874-3687	

健康づくり情報

Health Promotion Information

地域健康塾

市内在住の65歳以上の方を対象とし、健康チェック(血圧測定など)、軽体操、交流会などをします。

●健康塾への参加は1人1か所です。

【午前の部】午前9時30分～11時

物集女公民館	8月1日、8日、22日
寺戸公民館	8月2日、23日
寺戸コミセン	8月9日
森本公民館	8月1日、8日、22日
鶏冠井公民館	8月3日、10日、24日
鶏冠井コミセン	8月3日、10日、17日、24日
上植野コミセン	8月4日、18日、25日
向日コミセン	8月3日、10日、17日、24日
西向日コミセン	8月2日、9日、23日
向日台団地集会所	8月4日、18日、25日
西部防災センター	8月7日、21日、28日
福社会館	8月7日、21日、28日

【午後の部】午後1時30分～3時

上植野公民館	8月7日、21日、28日
上植野コミセン	8月2日、9日、23日
福社会館	8月1日、8日、22日 8月4日、18日、25日

☎**874-2576**

休日・祝日診療

●内科・小児科

乙訓休日応急診療所

(長岡京市下海印寺下内田101番地、☎955-3320)

受付時間/午前9時30分～午後4時



●外科

診療時間/午前9時30分～午後4時

【8月の当番】受診前に電話でご確認ください。

8月6日(日)	北田整形外科 ☎924-2838
8月11日(祝)	向日回生病院 ☎934-6881
8月13日(日)	京都済生会病院 ☎955-0111
8月20日(日)	長岡京病院 ☎955-1151
8月27日(日)	京都済生会病院 ☎955-0111

☎**874-2697**

公共施設の休館日

- 市役所、保健センター
毎週土・日曜日・8月11日(祝)
- 図書館、文化資料館、旧上田家住宅
毎週月曜日、8月1日(火)
- 永守重信市民会館
8月10日(木)
- 天文館
毎週月・火曜日、8月11日(祝)
- 寺戸公民館
毎週月曜日、8月11日(祝)

- 物集女・森本・鶏冠井・上植野公民館
毎週日曜日、8月11日(祝)、14日(月)～17日(木)
- コミュニティセンター
毎週月曜日、8月11日(祝)、14日(月)～16日(水)
- 老人福祉センター桜の径・琴の橋、福社会館
毎週日曜日、8月11日(祝)
- 女性活躍センターあすもあ
毎週木曜日、8月14日(月)
- 観光交流センターまてらすMUKO
毎週火曜日
- 健康増進センター
8月10日(木)、24日(木)

スポーツフレンドシップ協定 連載

KYOTO HANNARYZ 編

◎京都ハンナリーズ
☎050-5533-5588、☎671-2221



京都で、全員で勝ちたい

—自身の魅力は—
「タフな部分が大きく評価されていると思っています。どちらに転ぶかわからないルーズボールを必死に取ってきまして、そこには自信があります。得点力をもっと伸ばして、オフフェンスに絡んでいけば自分も良い選手になっていけると感じています。今シーズンは、



ルキーシーズンを終えた小西聖也。京都府出身で向日市民の皆さまにも身近に感じていただける選手の1人です。広報むこう2月号に引き続き、今月号では今シーズン京都ハンナリーズの躍進の起爆剤となる活躍を見せた小西選手に、来シーズンへの意気込みを伺いました。

来季は自分が得点しさらに充実したプレーを

—昨シーズンと今シーズンを振り返って—
「開幕直後はプレータイムを得ることができませんでしたが、試行錯誤して考えながらバスケットボールに取り組みました。試合に出ないことには、Bリーグの強度やプレーしていく感覚を肌で感じることはできません。実戦で得た経験はとて大きかったです」

—今シーズン得た課題を—
「60試合戦い抜くことがどれだけタフなことかを身をもって知りました。それと、チームの完成度。京都は後半になればなるほど良いチームになっていきました。その完成度をもっと早く高めていかないと良い成績は残せません。来シーズンはもっと早く完

自分が得点を挙げることもよりも味方の選手が得点を挙げる場面を作るプレーが中心だったので、来シーズンは自分が直接得点を挙げていきたいです」

事前の準備をしっかりと早く完成度を高めたい

—今シーズン印象に残った瞬間は—
「富樫選手(千葉ジェッツ)に3ポイントシュートを決められた時ですかね。同点になり延長戦にもつれ込んで負けた試合です。試合に出ている以上は責任があります。「これだけはやらなくてはいけない」というミスをしたので、あのようなシーンでも対応できるように、事前の準備や想定をしっかりとした上で最大限のプレーをしなければならな



—来シーズンを目標して—
「京都で全員で勝ちたいです。チームがひとつになることが重要で、自分はまだ年齢的にも若いですが、チームメイト、スタッフとしっかりコミュニケーションを取って勝利のためにバスケットボールをします。新しい選手も加入して、メンバーも変わります。プレータイムをもらえる保証もありません。また一からのスタートです。そこは競争なのでプレータイムを得られるようにしっかりと準備をして、信頼を勝ち取れるようにハードワークしていきます」

—プロになってからの変化は—
「応援されていると感じる機会が増えました。飲食店でも声を掛けられる機会が増えましたし、イベントでもたくさんブースターの皆さまが足を運んでくれたり、ホームゲームでも多くの方が応援してくれるようになって、「プロになったんだ」と実感できました。でもそれはチームの選手だけじゃなくて、フロントスタッフの方々が、オフシーズンからバイウイークまでシーズン中と同様に、常にチームのために頑張ってくださいっているからで、すごく感謝しています」

応援増え「プロ」実感ハードに信頼を勝ち取る

—プロになってからの変化は—
「応援されていると感じる機会が増えました。飲食店でも声を掛けられる機会が増えましたし、イベントでもたくさんブースターの皆さまが足を運んでくれたり、ホームゲームでも多くの方が応援してくれるようになって、「プロになったんだ」と実感できました。でもそれはチームの選手だけじゃなくて、フロントスタッフの方々が、オフシーズンからバイウイークまでシーズン中と同様に、常にチームのために頑張ってくださいっているからで、すごく感謝しています」

Library Information

図書館だより

公式ホームページ <https://www.city.muko.kyoto.jp/kurashi/tosyokan/index.html>

向日市立図書館

京都府向日市寺戸町南垣内 40 番地の1

開館時間 午前10時～午後6時
電話番号 931-1181
F A X 931-1081

8月の休館日カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		①	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

●=休館日



おすすめ新着本 一般図書

寝煙草の危険
マリアーナ・エンリケス／著
宮崎真紀／訳
国書刊行会

死んだはずの子どもが大量にあふれかえる街、寝煙草の火で老婆が焼け死ぬ臭いで目覚める夜更け…。アルゼンチンのホラー・プリンセスの異名を持つ著者の恐怖を集めた短編集。

- 『人はどこまで合理的か 上下』
スティーブン・ピンカー／著 橘明美／訳 草思社
- 『近世史を学ぶための古文書「候文」入門』
佐藤孝之／監修・著 宮原一郎／著
天野清文／著 天野出版工房
- 『親子で楽しむ星空の教科書』
渡辺潤一／著 渡辺好恵／著 講談社
- 『さっと！つるっと！夏麺 暑さに負けない！
厳選80題』 重信初江／著 池田書店
- 『ミライの源氏物語』
山崎ナオコーラ／著 淡交社
- 『セクシャル・ルールズ』
坂井希久子／著 PHP研究所



おすすめ新着本 児童図書

それよりこわい
村中李衣／作
近藤薫美子／絵
佼成出版社

学校の帰り道、ふたりの男の子がこわいものを言い合っています。病院の屋上、ドアが開かないエレベーター、宇宙遊泳の緊急事態、でもそれよりもっとこわいものは？

- 『いつか君に出会ってほしい本 何度でも読み返したい158冊』 田村文／著 河出書房新社
- 『こども経済教室 世の中のお金の動き・社会のしくみがわかる本』
田中久稔／監修 バウンド／著 カンゼン
- 『絵で見て楽しい！はじめての歌舞伎』
漆澤その子／著 神谷一郎／絵 すばる舎
- 『ぼくらは星を見つけた』
戸森しるこ／著 講談社
- 『てんごく』
新美南吉／詩 長野ヒデ子／絵 のら書房
- 『えらいこっちゃ！はじめてのプール』
かさいまり／文 ゆーちみえこ／絵 アリス館



虹いろおはなし会

ボランティア「朗読グループ虹いろ」によるおはなし会です。『赤いろうそくと人魚』(小川未明／著)など、「色」をテーマにした作品をお楽しみください。

●日時／8月27日(日)午前10時45分～11時45分
※申込みは不要です。当日図書館までお越しください。
※定員(20人)になり次第締め切り。

夏休みに臨時的自習室を開設します

●日時／8月8日(火)～11日(祝)、15日(火)～18日(金)
午前10時30分～午後5時30分
●対象／市内在住の小学5年生以上
●定員／10人
※事前の申し込みは不要です。
※学習の目的以外では利用できません。

場所／いずれも図書館



@mana.05160815

●場所／寺戸町・京都向日町競輪場
散りかけていましたが3人とプリン(愛犬)で可愛く撮りました。



@01_01_27

●場所／寺戸町・向日町駅前郵便局
たけのこりんのポストを探し回って撮影しました！



@nazekimigaore

●場所／向日町・向日神社
子どもを幼稚園に連れて行った帰り道に、御霊神社を照らす美しい朝の光を撮りました。



@mmpipipi

●場所／上植野町・桜並木
春の桜並木もいいですが、緑に色づいた並木道も素敵な場所です。



@ki_.rem

●場所／物集女町・北ノ口公園
咲き始めの桜を、公園とともにおさめました！

向日市を
推し活

大！
募集中

#むこ推し



応募方法

- step 1 向日市公式インスタグラム
@mukomuko784をフォロー
- step 2 あなたが見つけた向日市のおき(推し)の瞬間・魅力を撮影
- step 3 「#むこ推し」と「#向日市」のハッシュタグをつけて自身のInstagramに投稿



▶応募に関する注意事項など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



☎企画広報課 ☎874-1398

「広報むこう」は原則、発行日の3日前から発行日までの間で各戸配布しています。配布に関するご要望などは、公益社団法人 向日市シルバー人材センター (☎ 932-3987、FAX 934-8600) へ。

向日市民憲章

- 1 住みよいまちを力を合わせつくみましょう
- 1 きれいな緑と水と空を守りましょう
- 1 働くよろこびと心のふれあいを大切にしましょう
- 1 すぐれた教育と文化を育てましょう
- 1 明るいくらしと福祉のまちをきずきましよう



むこまる

(昭和52年11月3日制定)

