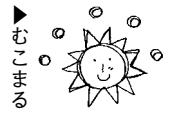


- 市ホームページをリニューアルしました…2面
- 図書館 雑誌のスポンサーを募集します…3面
- 公共施設等総合管理計画を策定します…3面
- くらしの情報…4～5面
- 市民の情報掲示板…5面
- わがまちレガシー…6面



◎ 向日市民憲章 ◎

- 1 住みよいまちを力を合わせつくりましょう
 - 1 すぐれた教育と文化を育てましょう
 - 1 きれいな緑と水と空を守りましょう
 - 1 明るいくらしと福祉のまちをきずきましょう
 - 1 働くよろこびと心のふれあいを大切にしましょう
- (昭和52年11月3日制定)



史跡めぐり 大発見 向日市

～向日丘陵の古墳をめぐる～

2月7日(日) 午前10時～午後3時

事前申込み不要 ※雨天決行・荒天中止

向日丘陵の古墳や史跡長岡宮跡を巡るスタンプラリー「史跡めぐり 大発見向日市～向日丘陵の古墳をめぐる～」を開催します。

昨年、乙訓2市1町と京都市西京区に分布する古墳11基が「乙訓古墳群」として、国の史跡に追加指定されることが決まりました。向日市では、五塚原古墳、寺戸大塚古墳(以上寺戸町)、元稲荷古墳(向日町)、南条古墳、物集女車塚古墳(以上物集女町)の5基が史跡に含まれます。

ふるさとの大切な遺産で、たくさんの魅力や不思議がつまった、地域の歴史の象徴である古墳を通じて、あなたも古代ロマンを感じてみませんか。

●参加方法／午前10時から正午までの間に、向日市文化資料館で受付を済ませ、7か所のチェックポイントを巡ってください。

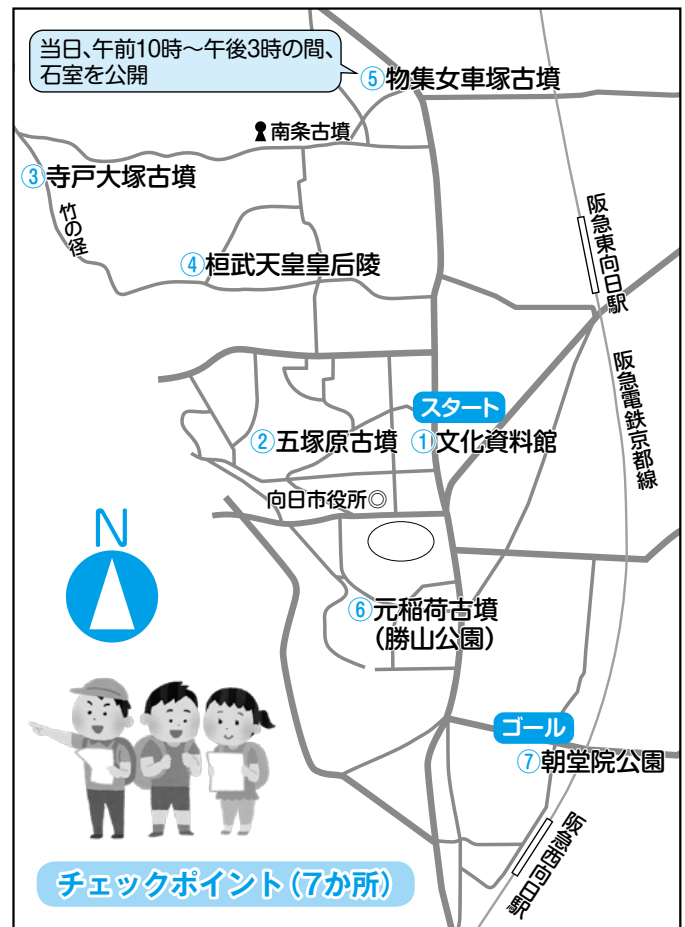
ゴール地点は朝堂院公園(阪急西向日駅西改札口から北へ約100m)です。午前11時30分から午後3時までの間に到着してください。

受付時に地図、史跡解説「大発見向日市」、スタンプ帳(市内の古墳を紹介する冊子)をお渡しします。スタンプを7個集めた方には、ゴール地点で記念品を差し上げます。

●主催／向日市教育委員会、公益財団法人 向日市埋蔵文化財センター



五塚原古墳(寺戸町)



ふるさとに残る古代の遺産「乙訓古墳群」、国史跡に

「乙訓古墳群」は、向日市の5基に加え、恵解山古墳、井ノ内車塚古墳、井ノ内稲荷塚古墳、今里大塚古墳(以上長岡京市)、鳥居前古墳(大山崎町)、天皇の杜古墳(京都市西京区)の計11基です。それぞれに違いがあり、個性あふれる古墳。皆さんも一度足を運ばれてはいかがでしょうか。

向日市	○五塚原古墳(古墳時代前期、前方後円墳、全長約91.2m) ○元稲荷古墳(古墳時代前期、前方後円墳、全長約92m) ○寺戸大塚古墳(古墳時代前期、前方後円墳、全長約95m) ○南条古墳(古墳時代中期、円墳、全長23.5m) ○物集女車塚古墳(古墳時代後期、前方後円墳、全長約46m)
長岡京市	○恵解山古墳(古墳時代中期、前方後円墳、全長約128m、) ○井ノ内車塚古墳(古墳時代後期、前方後円墳、全長約37m) ○井ノ内稲荷塚古墳(古墳時代後期、前方後円墳、全長約46m) ○今里大塚古墳(古墳時代後期、円墳、全長約45m)
大山崎町 京都市西京区	○鳥居前古墳(古墳時代前期末～中期初頭、前方後円墳、全長約54m) ○天皇の杜古墳(古墳時代前期、前方後円墳、全長約83m)

◎公益財団法人 向日市埋蔵文化財センター ☎931 - 3841

より見やすく、より使いやすく 市ホームページをリニューアルしました

市ホームページのデザインを一新し、目的の情報を見つけやすい工夫をしました。

また、市の魅力を広く発信するため「暮らし」サイトと「歴史・観光」サイトの入り口となる総合トップページを作り、昨年10月に公開した「歴史・観光」サイトを目にとまりやすくしました。

以前のホームページの内容は「暮らし」サイトが引き継ぎます。市役所への届出や税金、福祉情報などは「暮らし」サイトからご覧ください。



▲新ホームページの総合トップ画面

向日市ホームページアドレス

HP <http://www.city.muko.kyoto.jp>

○目的の情報を見つけやすく

「暮らし」サイトでは、全ての情報を「暮らしの案内」「子育て・教育」「健康・保健・福祉」「事業者向け」「市政」の5メニューに分類し、全ページの上部に配置しました。それぞれのメニューは、プルダウンでその内容を表示します。

○たくさんの方が閲覧しやすく

文字による情報が見にくい方向けの支援サービス「やさしいブラウザ」の利用や、文字サイズ、背景色、言語の選択ができるようになりました。

○災害情報をより早く

「暮らし」サイト上部にJ-ALERTに連動するエリアを設置し、気象警報などをより早くお知らせします。

☎秘書広報課(内線240)

くらしの道具展

これまでに市民の皆様から寄贈いただいた、明治～昭和30年代ごろに使われていた生活道具や農具などを展示します。

子どもたちには地域の少し昔の暮らしの様子を感じていただき、大人の方には懐かしい暮らしを思い出していただけるように、文化資料館ボランティアが工夫を凝らしました。ぜひお越しください。

●日時／1月22日(金)～3月27日(日)、午前10時～午後6時(入館は5時30分まで)

●場所／文化資料館ラウンジ



☎文化資料館 ☎931 - 1182、FAX931 - 1121

平成27年度 公民館学習発表会

公民館で自主的に活動しているクラブ、サークルが学習の成果を発表します。

■展示発表の部

場 所	開催日	発表内容	お問い合わせ
物集女公民館	2月6日(土) 7日(日)	書、ペン習字、ジャズダンス、フラダンス、カラオケ、ヨガ、太極拳 ※ミニ体験会(7日、午前10時30分～)	☎921 - 0048
寺戸公民館	1月30日(土) 31日(日)	油絵、俳画、ちぎり絵、書、俳句、編物、毛筆ペン、パッチワーク、手芸小物、生花、はがき絵 ※お茶席(抹茶。31日のみ)	☎933 - 0031
鶏冠井公民館	2月13日(土) 14日(日)	生花、絵手紙、ヨガ、健康体操、太極拳、パソコン、ハーモニカ ※太極拳(13日のみ、午後1時～2時) ※ハーモニカ(14日のみ、午後1時～2時30分)	☎921 - 0063
森本公民館	2月20日(土) 21日(日)	書、生花、フラワーアレンジメント ※体操、ダンス、歌謡などクラブ発表 ※コーヒーコーナー(ケーキ付、有料)	☎931 - 1183
上植野公民館	2月20日(土) 21日(日)	編物、絵手紙、生花 ※大正琴(21日のみ、午前11時～11時30分)	☎921 - 0012

※各会場とも土曜日は、午前10時～午後4時。日曜日は、午前10時～午後3時(森本公民館は午後4時まで)。問い合わせは各公民館へ。

☎中央公民館 ☎932 - 3166

第2次向日市男女共同参画プラン 改訂のためのワークショップ

このたび、「第2次向日市男女共同参画プラン」について、社会経済情勢の変化に対応するために見直しを行います。プラン改訂に合わせて、「誰もが自分らしくいきいきと暮らすことができる社会」をつくるには何が必要か、皆さんと一緒に考えるワークショップを開催します。

プラン改訂案の説明のあと、暮らしのあらゆる場面(家庭、地域、職場、メディアなど)で、日頃感じているさまざまな思いを話し合います。

●日時／2月13日(土)午後2時～4時

●場所／市民会館

●講師／竹井恵美子さん(向日市男女共同参画審議会会長・大阪学院大学教授)

●対象／向日市内在住・在勤・在学または市内で活動する団体の方25人

●申込み／電話またはファクス、電子メールで市民参画課(内線250、FAX922 - 6587、電子メール sankaku@city.muko.lg.jp)へ。定員になり次第締め切り。

※保育、手話通訳、要約筆記あり(要予約)。いずれも2月5日(金)までに市民参画課へ。保育は満1歳以上就学前の幼児が対象(定員4人)。

乙訓文化芸術祭「日本舞踊への招待」

乙訓2市1町から11団体28人が出演します。2部構成。第1部は歌謡舞踊が、第2部は長唄・清元などの古典舞踊が披露されます。

●日時／1月31日(日)午後0時30分～(正午開場)

●場所／市民会館ホール

●主催／乙訓文化芸術祭実行委員会

☎市民会館 ☎932 - 3166



先人の結晶を守ろう 1月26日は文化財防火デー

1月26日(火)は「第62回文化財防火デー」、1月23日(土)～29日(金)は文化財防火運動期間です。昭和24年のこの日、奈良・法隆寺の金堂が焼失し、かけがえのない文化財の損失に大きな衝撃を受けました。

先人たちが築いた文化の結晶を後世の人々に伝えていくためにも、皆様に「文化財防火運動」を通して火災予防を呼びかけます。



貴重な文化財を火災から守るため、運動にご協力ください。

☎乙訓消防組合向日消防署・向日市消防団
☎934 - 0119、FAX922 - 1190

企業・商店・団体などの皆様へ 図書館の書架広告を出しませんか

雑誌のスポンサーを募集します

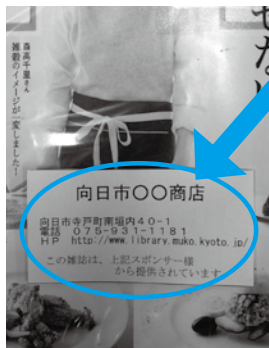
雑誌の購入費用を負担していただくと、提供いただいた雑誌の最新号カバーにスポンサー名などを表示することに加え、書架に広告を掲示します。必要な費用は、雑誌1年分の購入費用のみです。

雑誌コーナーの利用は多く、効果的な広告が期待できます。

掲載イメージ



▲雑誌コーナー



▲雑誌カバー



▲書架広告

- 募集対象／企業、商店、団体など
 - 対象雑誌／平成28年4月発行号から(平成28年2月15日まで受付分) ※以降も随時受付
 - 申込方法／雑誌リストから雑誌を選び、申込書に広告図案(A4サイズ)、会社概要を添付してお申込みください。申込書は図書館ホームページからダウンロードできます。
- ※詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

臨時休館します 図書館

図書館は2月22日(月)～29日(月)まで、コンピューターシステム入れ替えのため休館します。ご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

☎図書館 ☎931 - 1181、HP <http://www.library.muko.kyoto.jp/>

介護者支援金の支給

65歳以上で「要介護3・要介護4・要介護5」の高齢者を在宅で介護している方に、介護者支援金として年額3万円を支給します。

- 対象／次の要件をいずれも満たす方
 - ①2月1日現在、高齢者、介護者とも向日市内に住所を有する方
 - ②介護保険の要介護状態区分が「要介護3・要介護4・要介護5」の65歳以上の高齢者を在宅で介護している主たる介護者
- ※ただし、次の場合は対象になりません。
 - 2月1日に要介護高齢者が特別養護老人ホームなどに入所している場合
 - 2月1日時点で要介護高齢者が病院または介護老人保健施設に引き続き3か月を超えて入院や入所している場合
 - 2月1日以前の3か月間において、要介護高齢者が在宅介護を受けた期間が20日に満たない場合
- すでに、平成27年度介護者支援金(平成27年8月支給分)を受給している場合
- 申請期間／2月1日(月)～15日(月)
 - ※土・日曜日、祝日を除く
- 申請に必要なもの／振込口座のわかるもの、介護保険の被保険者証
 - ※ゆうちょ銀行の場合は、振込用の「店名・預金種目・口座番号」が必要です。
- 支給予定日／3月31日(木)
- ☎高齢介護課 高齢者支援係(内線345)

向日市公共施設等総合管理計画を策定します

向日市では、市役所庁舎をはじめとして、小・中学校や集会施設、公営住宅など、これまで数多くの施設を整備してきました。

ところが、経年とともに多くの施設が老朽化しており、間もなく一斉に更新時期を迎え、その更新費用が多額にのぼることが懸念されています。しかし、財源には限りがあるため、一時期に集中してそれらの対策を行うことは困難です。そこで今後、福祉や教育などのさまざまな市民サービスを維持しながら、これら施設の適正な維持、管理を行っていくことが大きな課題となっています。

建設から数十年経て、社会情勢や市民ニーズなども大きく変化している中で、施設の必要性や維持の方法などについてあらためて検討した上で、効率的かつ計画的に対策を進めていく必要があるため、市では、保有する全ての施設を対象として「向日市公共施設等総合管理計画」を策定します。

この計画では、建物の状況、利用の状況、維持管理コストや将来の建て替え費用など、現存する施設の状況を総合的に検証し、将来の人口や財政力を見据えた上で、長期的な視点により、施設をどのようにマネジメントしていくのが最適なのか、方向性を示すものです。

今後アンケートなどにより、市民の皆さんの意見をうかがいながら策定を進めてまいります。☎市ホームページに公共施設マネジメントに関するパンフレット(PDF)を掲載していますので、そちらもご参照ください。



アンケート調査へのご協力をお願いします

平成28年中に公共施設などに関する市民アンケート調査を行います(市内在住の18歳以上の方の中から無作為に約2,000人をアンケート対象として抽出)。皆様の貴重なご意見を計画に反映していきたいと考えておりますので、アンケート調査票が送付されてきた場合は、ご回答いただきますよう、ご協力をお願いします。

☎総務課(内線272、290)

第8回長岡京音楽祭 長岡京室内アンサンブルニューイヤー・コンサート

- 日時／2月6日(土)午後3時開演(2時30分開場)
- 演奏曲／ハイドン(アンゲラー)「おもちゃの交響曲」、モーツァルト「ディヴェルティメント 二長調」など
- 出演／森悠子、石上真由子、金子鈴太郎、プロペラプロジェクトの子どもたち など
- 入場料(全指定席)／前売りS席4,000円、A席3,000円、B席2,000円(当日各500円増)
- ※未就学児童の入場はご遠慮ください。
- 主催／公益財団法人 京都府長岡京記念文化事業団・長岡京音楽祭実行委員会

京都府長岡京記念文化会館の催し

人形劇団むすび座 アラビアンナイト 「魔法のランプと明日のヒカリ」

- 日時／2月21日(日)午後2時開演(1時30分開場)
- 入場料(全自由席)／大人2,500円、子ども(3歳以上～中学生)2,000円、親子ペア4,000円(当日各500円増)
- ※3歳未満のおさんは保護者の方の膝の上であれば無料です。

●場所／京都府長岡京記念文化会館
☎京都府長岡京記念文化会館 ☎955 - 5711

(仮称)向日市行政不服審査会の設置に関する条例(案)にご意見を

平成28年4月1日に全部改正「行政不服審査法」が施行されるのに伴い、本市はその趣旨に沿い、審査庁の裁決の判断の妥当性をチェックするための第三者機関を設置する「(仮称)向日市行政不服審査会の設置に関する条例」を制定しますので、次のとおり皆様からの意見を募集します。

行政不服審査法は、不服申立て類型の整理や公正性の向上などを図り、国民が簡易迅速な手段で不服申立てができ、その権利利益を救済することを目的としています。

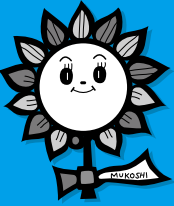
●公表方法／①情報公開コーナー、各地区公民館・コミセ

ン、総務課での閲覧 ②市ホームページに掲載

- 提出方法／1月15日(金)～2月15日(月)に直接または郵送、ファクス、電子メールで提出してください。提出様式は任意ですが、住所、氏名、電話番号をご記入ください。
- 意見の取り扱い／寄せられたご意見の概要と市の考え方を、後日、ホームページなどで公表します。なお、個々のご意見に対しては直接回答いたしません。
- 意見提出・問い合わせ先／〒617 - 8665 総務課(内線254) FAX922 - 6587、電子メールsoumu@city.muko.lg.jp

広告

暮らしの情報



市の催し・サービス情報

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

- 向日市役所への電話でのお問い合わせは、☎931-1111(代表番号)にお掛けください。担当課におつなぎします。
- 向日市役所へのファクスはFAX922-6587、郵便物は「〒617-8665 向日市役所」、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、市役所のどこの課(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。
- ☎=お問い合わせ、HP=ホームページアドレス

催し情報

中央公民館の講座

■市民体験講座

■**間香体験～お気軽にお香を楽しみましょう～**

数種類のお香をたいて、その香りを聞きながら、去来する思いを語り合う気軽な間香体験です。

香炉の持ち方、香の聞き方などを体験学習しながら、「かおり」を楽しみましょう。

- 日時/2月13日(土) 午前10時～正午
- 講師/岡本明子さん(京都西山短期大学 教学課長)
- 対象/向日市在住・在勤の方30人(小学生以上が参加可。ただし低学年は保護者同伴)

■市民教養講座(音楽)

■**童謡・唱歌の世界(第3回)～歌の歴史・由来とともに、みんなで歌いましょう～**

日本人の心に残る曲として、童謡・唱歌があります。メロディーを聞いただけで、古き良き時代の思い出が懐かしくよみがえってきます。童謡・唱歌の歴史やそれぞれの由来、歌の表現力が高まります。歌で広がる楽しいひとときを、ともに過ごしましょう。

- 日時/2月19日(金) 午後1時30分～3時30分
- 講師/島袋章さん(京都西山短期大学教授、音楽家)、八木橋夏子さん(ピアノ伴奏)
- 対象/向日市在住・在勤の方80人

□いずれも□

- 場所/中央公民館
- 持ち物/筆記用具
- 申込み/1月15日(金)から直接または電話、ファクスで中央公民館(☎932-3166、FAX932-1552、休館日と土曜日の午後を除く午前9時～午後5時)へ。定員になり次第締め切り。

明るい選挙推進講演会

■**「18歳選挙にむけての主権者教育 啓発団体と教育現場の紹介と連携を！」**

乙訓選挙管理委員会、明るい選挙推進協議会連絡会は、明るい選挙の推進のため、また、選挙に興味を持っていただくために明るい選挙推進講演会を実施します。

- 日時/2月4日(木) 午後2時～4時
- 場所/長岡京市立図書館
- ※希望者は、向日市役所からバスで送迎します。
- 講師/杉浦真理さん(立命館宇治中学・高等学校教諭)
- 主催/乙訓選挙管理委員会・明るい選挙推進協議会連絡会
- 申込み/1月22日(金)までに電話で、向日市選挙管理委員会(内線294)へ。定員になり次第締め切り。

乙訓地域 防災フォーラム2015 「災害に強い乙訓地域づくり」

災害に備え、今、乙訓地域でできることを皆さんとともに考えるフォーラムです。ぜひ、ご参加ください。

■①在宅医療編■

- 日時/2月2日(火) 午後2時～4時30分(受付1時15分～)

●内容

- 講演「南海トラフ地震に備えた災害医療対策」
講師 野尻孝子さん(和歌山県福祉保健部健康局長)
- パネルディスカッション「災害時に命をつなぐために私たちができること」
- 対象/医療・保健・介護・福祉関係者、行政関係者、民生児童委員、自治会、防災自主組織などの支援に携わる地域の方200人

■②防災食編■

- 日時/2月16日(火) 午後2時～4時(受付1時15分～)

●内容

- 講演「『もしも』に備えよう!災害時でもいつもの食事を～防災食のポイントとコツ～」
講師 今泉マユ子さん(日本災害食学会災害食専門員、管理栄養士)
- 試食(アルファ化米など2～3品、防災食)
- 対象/乙訓地域に在住の方200人

□いずれも□

- 場所/長岡京市立中央公民館 市民ホール
- 申込み/①は1月26日(火)までに、②は2月4日(木)までに、電話またはファクスで、京都府乙訓保健所 保健室(☎933-1153、FAX932-6910)へ。定員になり次第締め切り。

就学前児童交通安全教室

■**「ぼくとわたしの交通安全」**

- 日時/1月22日(金)
①午前10時30分～ ②午後1時30分～
- 場所/市民会館ホール
- 対象/向日市内の幼稚園、保育所、保育園に在籍、または向日市在住の5歳児
- 主催/向日市、向日市交通対策協議会
※申込み不要。開始時刻までにお越しください。
- ☎防災安全課(内線265)

天文館の催し

■天体観望会「月と冬の星座」■

- 日時/2月13日(土) 午後7時～9時(雨天・曇天時は、プラネタリウム室での星空解説のみ)
- 申込み/2月3日(水)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付へ。往復はがきでも申込み可(2月3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(40人)を超えたときは抽選。

↓往信用(表) ↓返信用(裏)…何も書かないでください

617-0005 向日市天文館 天体観望会係	代表者の住所・氏名 をお書きください。	・観望希望日 (2月13日) ・代表者住所氏名 ・代表者電話番号 ・全参加者 氏名・年齢 (※5人まで)
↑返信用(表)	↑返信用(裏)	

■天文学講座 第6講「世界の望遠鏡とすばる望遠鏡の観測疑似体験」■

- 日時/2月21日(日) 午後4時～5時
- 講師/河北秀世さん(向日市天文館名誉館長、京都産業大学教授・神山天文台台長)
- 申込み/1月15日(金)午前9時30分から、直接または電話で天文館へ。定員(80人)になり次第締め切り。
- ※当日午後4時の一般投影は中止します。
- いずれも□
- 場所/天文館
- ☎天文館☎935-3800

ゆめパレアむこう 各種教室

■トレーニング1日体験会■

- 脂肪量や筋力量のチェック後、マシンを体験します。
- 日時/1月21日(木)
○午前10時～正午 ○午後2時～4時
- 場所/ゆめパレアむこう 健康増進センター
- 申込み/参加費(各回500円)を添えて、直接、ゆめパレアむこうへ。電話での仮予約可。定員(各回3人)になり次第締め切り。

■AQUA BODY MAKE

～水中バランス運動で美ボディへ～

- 水中での全身のバランス運動で体幹を鍛え、しなやかで美しいボディラインを目指します。
- 日時/毎週月曜日(祝日を除く)、午前10時～11時15分
- 場所/ゆめパレアむこう 市民温水プール
- 参加費/6回券6,172円(購入日から3か月間有効)
- 申込み/直接、ゆめパレアむこうへ。

■キッズダンス教室■

友達と一緒に、楽しく、かっこよく音楽に合わせてダンスをしてみませんか。見学は随時可能です。

- クラス(対象)・日時・参加費
○幼児クラス(3歳～年長)/月・火曜日の午後3時50分～4時20分のうち月4回、3,086円
- 初心クラス(5歳～小学生)/月・火・水・金曜日の午後4時25分～5時10分、水曜日の午後5時15分～6時、土曜日の午後4時45分～5時30分のうち月4回、3,600円
- 中級クラス(小学生～中学1年生)/月・火・金曜日の午後5時15分～6時15分、土曜日の午後5時45分～6時45分のうち月4回、4,114円
- 中高生クラス(中学生～高校生)/土曜日の午後7時～8時15分のうち月4回、6,172円

- 場所/ゆめパレアむこう 健康増進センター
- 申込み/直接、ゆめパレアむこうへ。
- いずれも□
- 申込み先/ゆめパレアむこう(☎934-7770、休館日を除く午前9時～午後10時)

おはなしひろば

絵本によるおはなしや紙しばいなど、親子、お友だちと一緒に楽しみください。当日、自由にご参加いただけます。

- 日時/1月16日(土) 午前11時～(約45分)
- 場所/図書館
- ※当日、自由にご参加いただけます。
- ☎図書館☎931-1181、FAX931-1081

第2回ふぁみさぼ交流会「絵本をまんやかに、ひろがる笑顔・つながる心」

- 日時/2月15日(月) 午前10時～正午
- 場所/保健センター
- 講師/大井加代子さん(向日市学校図書館支援員)
- 対象/ファミリーサポートセンター依頼会員親子、援助会員
- 持ち物/会員証、つりさげ名札(援助会員)
- 主催/ファミリーサポートセンター
- 申込み/2月8日(月)までに電話またはファクスで、ファミリーサポートセンター(☎・FAX932-7831)へ。
- ※親子同室のため、保育ルームはありません。

0～3歳のこどもの育ちとかかわり方

- 日時/2月8日(月) 午前10時～11時30分
- 場所/子育てセンター「すこやか」
- 講師/是枝佳世さん
- 対象/向日市在住で就学前のお子さんを育てている方
- 申込み/1月15日(金)から電話で、子育てセンター「すこやか」(☎932-7830)へ。
- ※1歳以上のお子さんは保育あり(定員20人、要予約)

子育て支援「ぽっかぽか」

- 日時・内容／○1月21日(木) 園庭開放
○1月28日(木) 親子でつくろう!「オニのおめん」
※汚れてもよい服装でお越しください。
時間はいずれも午前10時～11時30分
- 場所／アスク向日保育園(物集女町森ノ下)
- 対象／0歳～就学前の乳幼児とその保護者
- ☎アスク向日保育園 ☎935 - 5533

子育てサポート「おひさま」

- 日時／1月30日(土) 午前10時～正午
- 内容／0歳、1歳、2歳の造形遊び(ちびっこ発表会を見学される方は午前9時からお越しください)
- 場所／あひるが丘保育園(物集女町北ノ口)
- 申込み／開催日1週間前までに、電話、ファクスで、あひるが丘保育園(☎921 - 0005、FAX921 - 0040)へ。

聴覚障がい者・中途失聴者・難聴者のためのいきいきサロン「卓球バレーで交流しよう！」

- 日時／2月2日(火) 午後1時30分～3時30分
 - 場所／福祉会館
 - 講師／山本啓子さん、向日市身体障害者協会の皆さん
 - 申込み／1月29日(金)までに、向日市社会福祉協議会 障がい者地域生活支援センター(☎932 - 1990、FAX933 - 4425、電子メールchiiki-seikatsu@muko-shakyo.or.jp、土・日曜日を除く午前8時30分～午後5時)へ。定員(15人)になり次第締め切り。
- ※手話通訳者、要約筆記者を配置しています。

第2回介護者リフレッシュツアー

- 日時／3月10日(木) 午前10時～午後3時
- ※市内4か所の集合場所をバスで巡回します。申込み受付時に集合場所と時間をお知らせします。
- 行き先／京都嵐山(日帰りバス旅行)
- 内容／大覚寺拝観(寺院案内、法話)、昼食交流(大覚寺境内)
- ※寺院を歩いて回ります。動きやすい服装でお越しください。
- 対象／向日市在住で65歳以上の高齢者を在宅で介護されている方22人
- 参加費／500円(当日収受)
- 申込み／1月18日(月)～2月1日(月)に電話で、介護者本人が向日市社会福祉協議会 地域福祉課(☎932 - 1961、土・日曜日を除く午前8時30分～午後5時)へお申込みください。定員を超えた場合は抽選で決定し、2月中旬頃に結果を通知します。今年度、初めてリフレッシュツアーに参加される方を優先とします。

第3回ガラシャ街道ふるさと軽トラ市

- 地元野菜や京都府内のご当地グルメ、海産物・特産物が大集合。午前11時から、本部テントで各店舗の「福袋」を購入するための整理券を配布します。
- 日時／1月31日(日) 午前10時～午後1時
- ※荒天時以外決行
- 場所／阪急「西山天王山駅」東側 調子馬ノ池公園周辺
- 主催／長岡京市、京都府山城広域振興局
- ☎長岡京市商工観光課 商工振興係 ☎955 - 9688、FAX951 - 5410

向日町競輪場の「朝市」

- 「むこう愛菜市」出店の農家が、栽培した新鮮な野菜などを直売します。売り切れ次第終了。
- 日時／1月31日(日) 午前10時～
- 場所／向日町競輪場内 第1投票所前
- 主催／向日町競輪場
- 協力／向日市
- ☎産業振興課(内線843)

サービス情報

事業主の方へ 給与支払報告書をご提出ください

給与を支払う事業主は、従業員の平成27年中の給与支払報告書(総括表と個人別明細書)を、平成28年1月1日時点で従業員が居住する市区町村へ提出する義務があります。提出期限は2月1日です。従業員は役員をはじめ、パート、アルバイト、事業専従者など全ての方が対象で、退職者も含まれます。給与支払報告書は、個人住民税を課税するための重要な書類です。正確に記入の上、期限内に必ず提出していただきますよう、ご協力をお願いします。

□給与支払報告書をeLTAXで提出できます□

市は、eLTAX(エルタックス)を利用した給与支払報告書の提出を受け付けています。eLTAXとは、地方税の手続きをインターネットでできるシステムです。詳しい利用手順や事前準備などについては、eLTAXホームページ(<http://www.eltax.jp/>)をご覧ください。

☎税務課 市民税係(内線222、223)

聞こえの相談会

「補聴器を使っているのによく聞こえない」「最近、聞こえにくくなった」「どんな補聴器を買ったら良いかわからない」と悩んでいませんか。

- ご家族のご参加もお待ちしています。
- 日時／①2月3日(水) ②2月20日(土)
- 時間はいずれも午後1時30分～3時30分

●場所／福祉会館

●内容

- ①言語聴覚士による聞こえと補聴器に関する講演、当事者による体験談、便利グッズ紹介など
- ②個別相談(原則予約制)、聴力測定、便利グッズ紹介など

☎向日市社会福祉協議会 障がい者地域生活支援センター ☎932 - 1990、FAX933 - 4425

介護保険の要介護認定を受けている方へ 所得税、市・府民税の障害者控除・医療費控除

■障害者控除■

身体障害者手帳や精神障害者保健福祉手帳などの交付を受けていない方でも、65歳以上の介護保険の要介護(要支援)認定者で身体障害者などに準ずる者と市が認めた場合は障害者控除の対象となります。この場合、控除の手続きには障害者控除対象者の認定が必要となりますので、高齢介護課 介護保険係で申請を行ってください。

■介護サービスの利用料の医療費控除■

介護保険サービスの利用料の中には、領収書を添付して確定申告または市・府民税の申告をすると医療費控除の対象となるものがあります。詳しくは、確定申告書または市・府民税申告書の医療費控除に関する説明をご覧ください。

☎高齢介護課 介護保険係(内線371)

公的年金などを受けている方へ 「源泉徴収票」が送付されます

老齢年金は、所得税法の雑所得として扱われ、課税の対象となっています。

そのため、老齢年金を受けている方には、1年間の年金の支払総額などを記載した「平成27年分公的年金等の源泉徴収票」が1月中旬から下旬にかけて日本年金機構から発送されますので、所得税や市府民税の申告の際に添付書類として使用してください。

源泉徴収証を紛失したときなどは再発行できますので、「ねんきんダイヤル」(☎0570 - 05 - 1165)または京都西年金事務所(☎323 - 1170)までお問い合わせください。

なお、障害年金、遺族年金は課税対象となっていないため、源泉徴収票は送付されません。

国民健康保険 納付相談窓口を設けます

市は国民健康保険料の納付相談窓口を夜間や休日に開設します。期限内に納付が困難な場合や一括納付が難しいときは分割納付もできますので、納付計画をお考えの上、相談してください。



職場の健康保険加入者で国保の喪失届をしていない方は、職場の健康保険証、国民健康保険証、印鑑を持参して、手続きにお越しください。

■夜間納付相談■

- 日時／1月21日(木)、22日(金)、2月18日(木)、19日(金) 午後5時～8時

■休日納付相談■

- 日時／1月24日(日)、2月21日(日) 午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)

※場所はいずれも、医療保険課(市役所別館1階)

□1月、2月は国民健康保険料徴収強化月間□

国民健康保険の医療費は、年々増加傾向にあり、国保事業の運営が厳しい状況です。

市は、1月と2月を強化月間とし、市民負担の公平性と国民健康保険の大切な財源である保険料収入の確保に努めます。保険料の納付には、安全で便利な口座振替で、期限内に納めてください。

納付相談期間中、お仕事などで日中留守の方には、夜間や休日に電話や訪問で納付をお願いすることがありますので、ご理解とご協力をお願いします。

☎医療保険課 賦課収納係(内線325)

市民体育館 4月分利用申請

市民体育館の4月分利用申請受付を2月2日(火)から開始します。

- 受付日時・場所／2月2日(火) 午前9時～10時30分、鶏冠井コミセン

※午前9時の時点で申請に来られている方に対して、申込みの順番を決めるための抽選を行います。午前11時以降は、市民体育館で引き続き受け付けします。

※駐車場がありませんので、車での来館はご遠慮ください。

☎公益財団法人 向日市スポーツ文化協会

☎932 - 5011

市民の情報掲示板



市民の皆様などから寄せられた情報を掲載しています。掲載については秘書広報課(内線240)にお問い合わせください。
※参加費などの記載がないものは無料です。

スポーツ フレンドシップ協定連載 ハンナリーズ編

プランクエクササイズ 北川トレーナーの健康づくりコラム①

消費生活トラブルにご用心



アダルトサイトなどの 被害救済をうたう業者

スマートフォンで無料アダルトサイトの画面を操作中に「登録完了。登録料9万円」と請求画面になった。インターネットで解決方法を検索し、検索結果の上位の事業者に電話したところ、ファクスで契約書を送るので、署名捺印してファクスで送り返し、問題解決手続き費用を振り込むように言われた。信用できるか。



相談事例

アドバイス

相談事例のようにアダルトサイトなどにアクセスして、年齢認証などに答えてだけで一方的に会員登録や入会完了となり、料金を請求されることをワンクリック詐欺と言います。「料金の表示がない」場合や、「年齢確認のボタンを押しただけで有料の契約をするつもりはなかった」場合、契約は不成立であると考えられます。

サイト業者に連絡しない、支払わないことが一番良い対処法です。

アダルトサイトのトラブルを解決するために、インターネット検索をすると、上位に表示されたところを公的機関と勘違いし、相談した先が、探偵事務所や行政書士事務所、解決のための費用を請求されたという相談が寄せられています。探偵や行政書士が、本人に代わって解約や返金交渉して、報酬を得ることは認められていません。

不安なときやお困りのときは消費生活相談室にご相談ください。

■一人で悩まず消費生活相談へ■

悪質商法や訪問販売トラブルなど、消費生活についての疑問・苦情をお気軽にご相談ください。



●相談日時/いずれも祝日、振替休日を除きます。

- 毎週月・水曜日、午前9時～正午、午後1時～4時
- 毎週火・木・金曜日、午後1時～4時

●相談場所/相談室1(市役所本館1階)
☎消費生活相談専用電話 ☎931 - 8168

■土・日曜日、祝日、振休の消費生活電話相談■

緊急を要するクーリング・オフや架空請求などに対する助言を行っています。

(京都府・京都市の共同事業)
●相談日時/土・日曜日、祝日、振替休日、午前10時～午後4時(年末年始を除く)
☎257 - 9002(電話相談のみ)

お問い合わせ 防災安全課(内線265)

安全運転で 快適自転車ライフ ～自転車安全利用五則を守りましょう～

安全ルールを守りましょう

- 飲酒運転、2人乗り、並進は禁止です。
- 夜間はライトを点灯させましょう。
- 交差点での信号順守と一時停止、安全確認をしましょう。



お問い合わせ 防災安全課(内線265)

皆さんこんにちは。今回は体幹を鍛えるトレーニングを紹介します。

最近よく「体幹トレーニング」という言葉を聞きますが、「体幹」とは、一般的には腰から胸の間の胴体部分を指します。なぜ体幹トレーニングが必要かといいますと、この部分の動きが安定すると腕や下肢へ効率よく力が伝わり、機能的な動きを作り出すことができるからです。「でんでん太鼓」を想像してみてください。太鼓の部分が体幹で、ひもが伸びている部分が手足と想像すると、太鼓がこんやくのように柔らかくできていると、ひもやひもの先(太鼓を打つ部分)に回転の力が伝わらず、太鼓を叩く音あまり出ないということが容易に想像できるかと思えます。人間の体も同じで、体の中心部である体幹が安定しないと力が手足に伝わらないのです。

体幹トレーニングと聞くと一般的には腹筋や背筋のトレーニングを想像しますが、今回は体幹を効率よく機能的に鍛えるエクササイズである「プランクエクササイズ」を紹介します。



写真①にあるように、両肘を地面につき体を真っ直ぐ一直線に伸ばします。「プランク」とは直訳すると「厚い板」という意味になりますので、硬く厚い板を作るイメージでトレーニングするのが良いかと思えます。エクササイズのポイントは、脚、お尻、お腹、手のひらを強く絞めるように収縮させ、体が一直線になっている状態を保持します。時間はまずは20～30秒、ハンナリーズの選手は約60秒保持してトレーニングしています。

応用編としては、体を硬く一直線の姿勢を保持した状態で、片肘で横を向いて体を保持する、サイドプランク(写真②)があります。かなり強度が上がりますが、体幹を安定するトレーニングとしてはより機能的となり良いエクササイズになると思います。

皆さんも体の中心を鍛えるトレーニングをぜひ試してみてください。

北川雄一・京都ハンナリーズ
アスレティックトレーナー

初優勝に向けて天王山の戦い! 京都ハンナリーズホームゲーム

- 試合日程/○2月6日(土)午後6時～
- 2月7日(日)午後2時～
- (vs.琉球ゴールデンキングス)

●場所/ハンナリーズアリーナ(西京極)



皆でハンナリーズを応援しよう

お問い合わせ 京都ハンナリーズ ☎050 - 5533 - 5588, FAX671 - 2221



開山・曇開和尚
像(縦106センチ、横41センチ、写真下)

右は、江戸時代後期の画家・岸駒筆。その養子・岸良筆の曇開和尚の繡虎云贊(縦113センチ、横39センチ、写真下左、部分)も市指定文化財で、いずれも収納箱付き。曇開(1768～1836年)は但馬の出身

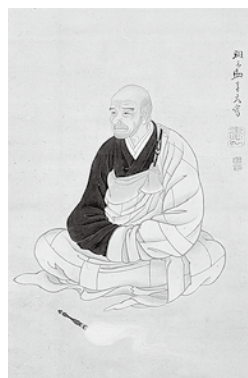
興味深い親子の対比

慶昌院の中興
開山・曇開和尚
像(縦106センチ、横41センチ、写真下)



曹洞宗の高僧で慶昌院をはじめ各地に寺を興した。岸駒筆は禅僧の肖像画である頂相に則り、袈裟姿、如意の杖を持ち、曲座に座る。自ら賛(漢詩文)を書いている。箱の表書きに「天開翁岸駒」の自筆署名がある。岸良筆は黒衣に淡黄の袈裟、松子を前に置き、座っている自由

見任曇開自賛
善界不念違未相
土佐深志胎蓋之
香掃後衣無他仰
初心晚學慈僧彦



情が特徴だ。寺は南禅寺53世伯英徳俊によって応永元(1394)年に開創と伝わり、現在も臨濟宗南禅寺の末寺。この立像は近隣の浄土系寺院の本尊が、寺運衰退のため持泉寺に移され、いつのころから本尊とされているが、開創時の本尊釈迦如来坐像は今、脇壇にある。

市指定文化財を巡る