

- 1 住みよいまちを力を合わせつくります
- 1 きれいな緑と水と空を守りましょう
- 1 働くよこぎ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ょう

●向日市役所(〒617-8665 京都府向日市寺戸町中野20) ●編集 秘書広報課 ●電話 075(931)1111 ●http://www.city.muko.kyoto.jp/

5.29 [水] 午前0時~午後9時

チャレンジデー 2002

向日市は、市制施行30周年を記念し、“健康づくりにチャレンジ”を合い言葉に、国際的なスポーツイベント「チャレンジデー2002」に参加します。今回、国内では向日市を始め82の市町村がエントリーし、対戦相手は北海道の滝川市に決まりました。当日の5月29日は、向日市内であれば、どこでどんなスポーツをしていただいても結構です。みなさんの参加をお待ちしています。

運動して報告するだけ!

参加方法は、向日市で15分以上運動をして報告するだけ。みなさん、チャレンジデーに参加しましょう!

いつ?どこで?なにを?

5月29日(水)午前0時から午後9時までの間で15分以上運動やスポーツすればOK!

事前登録・実施報告は?

当日までに、市役所などの公共施設にあるチャレンジBOXに登録用紙(5月1日号広報むこう1面に掲載)を入れるか事務局にファックス(☎075-922-6587)して、事前登録してください。当日に変更がなければ連絡の必要はありません。事前登録ができなかった場合は、当日の実施報告(☎0120-07-1309)をしてください。

参加率を当てて記念品をGET!

当日の参加率を当てるクイズに正解すれば、オリジナルグッズがあります。当選の発表は記念品の発送をもってかえさせていただきます。向日市の今回の目標は40.0%です!

事前登録ができなかった場合は、当日の実施報告のみでも可能ですが、即日集計の混雑を避けるため、できる限り事前登録にご協力をお願いします。

チャレンジデー5月29日(水)には、こんな事業を行います。

- 0:00 ミッドナイト・ウォーク in バンブーロード コース 市役所→竹の径 集合時間 前日5月28日(火)午後11時45分
- 10:00 エアロビクス in 向日 ①市民体育館(指導:坂本満知子氏) ②物集女公民館(指導:京都テルサ) ③鶏冠井公民館(同)
- 19:00 おどりDEナイト 盆踊りや竹馬を使った遊びを市民ふれあい広場(市民体育館南側)で行います。午後9時前には、向日かぐや太鼓によるカウントダウンが行われます。※お楽しみ抽選会もあります。また、老人クラブ連合会や軽スポーツ協会等も、この日に合わせて事業を計画されています。

5月29日の「チャレンジデー2002」に参加してください

今回で27回目を迎える「歯のひろば」を5月19日に保健センターで開催します。子どもたちからお年寄りの方まで、食生活も含めた口腔全体の健康づくりを考える場として、歯科医師会や歯科衛生士会の協力で、毎年この時期に行っています。

会場には、虫歯や歯周病を予防するため、歯科健診をはじめ、歯みがきや食生活の指導などが行われ、毎回多数の市民で賑わいます。

また、人形劇団による歯にちなんだ人形劇なども上演されますので、親子で歯の大切さを学んでください。歯科健診などの費用は無料です。



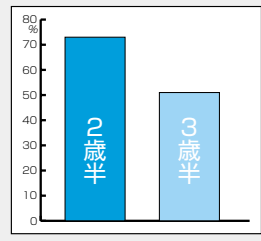
みんなで歯の健康チェック

- 歯科健診・相談** むし歯や歯周病はないですか?歯科医師にしっかりチェックしてもらいましょう。
- 歯みがき指導** 歯のみがき残しは、自分では分りにくいものです。みがき方をチェックしてください。
- フッ化物洗口** フッ化物は歯の質を強くし、虫歯予防にも効果があるとされています。
- 人形劇** 人形劇団による楽しい歯のお話です。
- 展示食** 食生活改善推進員さんによる、食生活から見た歯の健康についての展示です。

お問い合わせ 健康管理課 内線 338

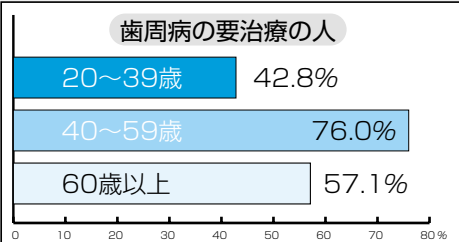
昨年の「歯のひろば」の結果から

DATA1 仕上げ磨きで虫歯予防!



自分できれいに磨けるようになる小学校低学年頃までは、大人の仕上げ磨きが必要ですが、グラフからわかるように、3歳半で仕上げ磨きをしている人は半数です。そのため、せっかく2歳頃まで虫歯なしだったにもかかわらず、3歳半で虫歯ができる子どもが増えています。虫歯がないか、歯のひろばでチェックしましょう。

DATA2 歯周病(歯そろうろう)の予防は20歳代から!



昨年の歯のひろば来所者のうち、20~30歳代の人でも、40%以上に歯周病がみられました。歯周病(歯そろうろう)は歯が抜ける最大の原因です。大人の方も、歯のひろばを利用して、歯ぐきの健康状態をチェックしてみてくださいか?

100万人のスポーツデー

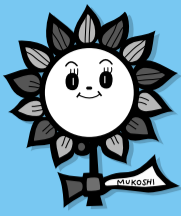
事前登録は5月28日までに

向日市 vs 滝川市

滝川市 北海道

お問い合わせ 向日市健康都市推進室・社会教育課 931-1111

INFORMATION



市の催し・サービス情報

INFORMATION

インフォメーション

講座・スポーツの催し、サービスの案内など、市からのお知らせを中心に掲載しています。

〒617-8665 向日市役所
☎075-931-1111(代表)
FAX 075-922-6587
info@city.muko.kyoto.jp

EVENT INFORMATION

催し物情報

講座・教室

健康づくりの仲間

ヘルスサポーター21養成講習会

自分自身の健康に関心を持ち、健康増進のための食事や運動について、食生活改善推進員さんと一緒に考えてみませんか。

【第1回】

日時 / 6月20日(木) 午前10:00~正午
内容 / 講義と調理実習

【第2回】

日時 / 6月25日(火) 午前10:00~11:30
内容 / 講義とエアロビクス

場所 / 両日とも保健センター

対象 / 向日市民20人(2回とも参加できる方)

保育 / 希望の方はお子さんを保育します。要予約・定員10人

申込み / 電話で健康都市推進室(内線277・278)へ。定員になり次第締切ります。

からだまるごと健康教室



「健康のために何かやってみようかなあ...」と思っている方大募集!! プールや体力チェックなどの運動あり、からだ

の学習あり。からだまるごとを考えてみませんか。

日時 / 6月10日(月)・18日(火)・25日(火)・7月8日(月)・16日(火)・30日(火)の全6回・午後1:30~3:30(7月16日のみ午前9:30~11:30)

場所 / 保健センター・市民温水プール

対象者 / 向日市民30人(男女各15人)

すべての回に参加できる方

費用 / 市民温水プール利用料600円

申込み / 5月15日(水)から健康管理課(内線333)へ。定員になり次第締切ります。

子どもふれあい講座「楽しい陶芸教室」

日時・内容 / 【第1回】6月22日(土) 午前9:30~正午・形作り 【第2回】7月31日(水) 午前9:30~11:00・絵付け 【第3回】8月10日(土) 午前10:00~11:00・作品わたし
場所 / 中央公民館

講師 / 植田恭司さん、吉田順一さん
対象 / 向日市内在住の小学校4年生以上25人
申込み / 6月1日(土)から材料費500円を添えて中央公民館☎932 3166へ。定員になり次第締切り。

緑化園芸教室



日時 / 6月6日(木) 午後1:30~3:30

場所 / 市民会館

内容 / 「初夏の観葉植物の寄せ植え」森田祐次郎氏

対象 / 向日市民40人

参加費 / 1,000円(教材費)

申込み / 5月24日(金) 必着 までに往復ハガキに、氏名・住所・年齢・園芸教室に対する意見を記入の上、都市整備課へ申込み。定員を超えた場合は抽選。

共催 / 都市整備課、市民憲章推進協議会
☎都市整備課公園緑地係(内線267)

「歌と人生」歌は健康の源・人生の応援歌

日時 / 6月8日(土) 午後1:00~4:00
場所 / 寺戸公民館

講師 / 東出敬三さん(社団法人日本音楽著作権協会会員、社団法人日本作曲家協会会員など)
対象 / 向日市内に在住・在勤する成人80人

申込み / 5月16日(木)から、寺戸公民館☎933 0031へ。定員になり次第締切ります。(電話可。土曜日午後と月曜日除く)

第1回「ふれあい料理教室」

日時 / 6月13日(木) 午前10:00~午後1:00
場所 / 市民会館

対象 / 市内在住の65歳以上の一人暮らしの方および高齢者のみで構成された世帯の方30人

参加費 / 300円(材料費)

申込み / 5月15日(水)から5月24日(金)までに電話で社会福祉協議会地域福祉係☎932 1961へ。定員になり次第締切ります。

ピアカウンセリング公開セミナー

ピア(仲間)カウンセリングについて学びませんか。

日時 / 6月1日(土) 午後1:00~4:30

場所 / 長岡京市立地域福祉センターきりしま苑

講師 / 樋口恵子氏(全国自立生活センター協議会代表・ピアカン認定委員会委員長)

対象 / 乙訓2市1町在住の身体障害者20人(申

込み多数の場合は抽選)

申込み / 5月24日(金)までに乙訓障害者地域生活支援センター「キャンパス」☎957 6999・FAX 952 2597へ。(FAXで申込みの場合、住所、氏名、電話・FAX番号、障害名を記入。手話通訳、要約筆記が必要な場合はその旨も記入)

☎社会福祉課障害者福祉係(内線308)

まなぼうや講座「ウェルネス・リラクゼーション」

日時 / 6月1日(土)・6月29日(土) 午後1:30~3:30
場所 / 中央公民館

内容 / ウェルネスの健康法を学び、呼吸・音楽・香りを使ったリラクゼーションタイムを過ごす。

講師 / 野崎康明さん(同志社女子大学教授)

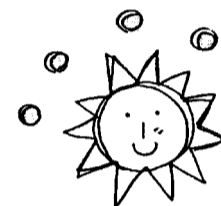
定員 / 30人

参加費 / 1回300円(全2回600円)

申込み / 5月15日(水)から生涯学習推進サークル「まなぼうや」事務局・教育委員会社会教育課内(内線325)へ。

市民憲章

市民憲章推進協議会 総会・記念講演会



日時 / 5月23日(木) 午後1:30~

場所 / 市民会館

内容 / 【総会】午後1:30~、【記念講演会】午

後2:30~、「子どものしつけは親がする。親のしつけは誰がする?」永井由美子さん(島本国際交流協会事務局長)

講演会参加の方、先着30人に卓上花を進呈
☎秘書広報課市民相談係(内線251)

歴史・文化

文化資料館ラウンジ展示「物集女車塚古墳」



乙訓の6世紀を代表する前方後円墳、物集女車塚古墳から出土した土器や埴輪、武具や馬具、冠などの装飾品を展示しています。

展示期間 / 開催中(6月9日(日)まで)

■併催「武者人形展」■

江戸から明治・大正・昭和期の武者人形を展示
☎文化資料館☎931-1182

日曜談話会「ウォークマップを作ろう!」

身近な史跡や文化財をめぐる歩く地図作りです。

日時 / 5月26日(日) 午後2:00~4:00

場所 / 文化資料館

☎文化資料館☎931-1182

物集女車塚古墳石室一般公開

5月27日~31日

物集女車塚古墳の春の一般公開が始まります。物集女町南条にある車塚古墳は、全長約45m、後円部直径30m、高さ8mの6世紀中頃に作られた前方後円墳です。普段は非公開の石室をこの機会に探索してください。

●一般公開日時

5月27日(月)~31日(金) 午前10:00~正午・午後1:15~4:30

●申込み

5月15日(水)から電話で文化資料館☎931 1182へお申込みください。(午前10:00~午後5:00)

物集女車塚古墳



物集女車塚古墳は、昭和58年度から数回にわたり文化財調査が行われました。平成4年から7年にかけての古墳調査・整備では、金銅製冠の断片や馬具、鉄製の武器などの貴重な副葬品が発見されました。

観光

向日市観光協会設立総会

向日市の新しい魅力を創るために、みなさんの知恵とエネルギーに期待しています。

日時 / 5月17日(金) 午後2:00 ~ 4:00

場所 / 市民会館

入会ご希望の方は、向日市観光協会設立発起人会事務局(産業振興課商工観光係内・内線239)へ。

福祉

障害者(児)ふれあいレクリエーション

日時 / 6月9日(日) 午前9:00 ~ 午後5:30

行き先 / 堺・緑のミュージアム「ハーベストの丘」

対象 / 向日市内在住の心身障害者(児)およびその介護者80人

参加費 / 1人2,000円(昼食付)

申込み / 5月15日(水)から5月24日(金)までに向日市社会福祉協議会地域福祉係(☎932 1961・FAX 933 4425)へ参加費を添えて直接お申し込みください(受付時間:午前10:00 ~ 午後5:00)。申込多数の場合は抽選。

キリン福祉財団家族介護者リフレッシュサポート事業

【Aコース・観劇会】9月27日(金) 午前10:30 ~ 午後4:00・梅田コマ劇場「五木ひろし特別公演」観劇・昼食【Bコース・旅行会】9月25日(水) ~ 26日(木)有馬温泉と神戸散策(1泊2日)

対象 / 向日市内在住で日常的に高齢者または障害者(加齢に伴う障害者を含む)を介護している家族の方5人(過去4年間に一度もこの企画に参加していない方に限る)

参加費 / 無料(ただし、集合場所までの往復交通費および代替介護費用については、参加者負担)

申込み / 向日市社会福祉協議会地域福祉係(☎932 1961)へ。定員になり次第締切ります。

身体障害者巡回更正相談

日時 / 5月21日(火) 午後1:00 ~ 3:00

場所 / 福祉会館

申込み / 社会福祉課障害者福祉係(内線347)へ。

自然

天体観望会

Table with 2 columns: 開催日, タイトル. Lists dates from 6月8日 to 3月8日 and corresponding star viewing titles like '金星と初夏の星座'.

時間は、いずれも午後7:00 ~ 9:00

雨天・曇天の場合は中止します。

申込み / 各開催日の10日前まで

「観望会申込書」(天文館にあります)を利用 / 必要事項を記入の上、官製ハガキまたは連絡用ハガキ代50円を添えて天文館へ。

「往復ハガキ」を利用 /

天体観望会往復はがきの記入例. Includes a diagram of a postcard with fields for address, return address, and observation details.

☎天文館☎935-3800

SERVICE INFORMATION

サービス情報

福祉

ご相談ください 京都府母子福祉推進員

京都府母子福祉推進員は、母子家庭および寡婦のみなさんの生活問題など、母子福祉全般についての相談員として、京都府知事から委嘱されています。お気軽にご相談ください。

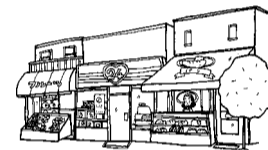
京都府母子福祉推進員(敬称略・順不同)

Table with 3 columns: 氏名, 電話番号, 住所. Lists names and contact info for staff members like 山口幸子, 棟方槇子, etc.

お問い合わせ / 児童家庭課(内線349)

統計調査

6月1日は商業統計調査



6月1日は全国一斉に商業統計調査が行われます。

この調査は、商業の実態を明らかにし、国や都道府県・市区町村における商業の育成、中心市街の活性化など流通産業施策のための基礎資料となるものです。

全国の卸売業、小売業を営むすべての事業所が対象となります。

5月下旬から調査員が各事業所に伺いますので、ご協力をお願いいたします。

☎総務課行政係(内線294)



COMMUNICATION CORNER

人と人をつなぐ 市民の情報掲示板 コミュニケーションコーナー

クラブ・サークルなどの会員募集や催しに関する情報をお寄せください。必要事項を書いて掲載希望日の1か月前までに郵送、FAX、電子メールなどで秘書広報課広報係(内線240)へ送ってください。...

会員募集

- 軽スポーツクラブ 【ショートテニス】スポンジボールを使用、スポーツ経験や年齢を問わず楽しめます。木曜日午後7:30、第4向陽小学校。月会費500円。【ハイキング】府立植物園「山草会」の催しに合わ

せる。会費は当日の交通費などの実費のみ。☎榎本さん☎922-9138

- 空手 幼児から大人まで、男女問わず、空手道を通して、健やかな人間づくりを楽しく、わかりやすく指導します。火曜日:向陽小学校・午後6:00、木曜日:第2向陽小学校・午後5:00。☎和島さん☎935-5215

- 向日クラブ(社交ダンス) 毎週木曜日午後7:30、市民会館。月会費2,000円。☎太田さん☎933-6427

- グローアップ(硬式テニス) 毎週火曜日午後7:00、市民体育館。月会費2,000円。☎多賀さん☎922-7238

催しなど

- ボンボン山清掃登山(クリーンハイク) 登山道の清掃ボランティアに参加しませんか。6月2日(日) 午前9:00阪急長岡天神駅改札口集合。善峰寺~杉谷~ボンボン山~灰方頂上で「つどい」。申込みは西山ハイキングクラブの上田さん☎957-0355へ。

「向日市環境基本計画・環境行動指針」を発行しました

「向日市環境基本計画」および「環境行動指針」の冊子ができました。

「向日市環境基本計画」は、第4次向日市総合計画に掲げる「快適な環境とやすらぎのあるまちづくり」を具体化するため、向日市のめざすべき環境像とそれを達成するための長期的な目標と施策の方向性を示したものです。また「環境行動指針」は、基本計画に基づき、環境に配慮した行動を例示しています。



「向日市環境基本計画」目次~CONTENTS~

- 第1章 計画の基本的事項
■第2章 向日市の環境を取り巻く状況
■第3章 計画の目標
■第4章 環境保全施策
■第5章 計画の推進と進行管理
■資料編

●定価530円(税込み)
※「環境行動指針」と2冊セット
※環境政策課窓口で販売しています。

向日市ホームページでもご覧いただけます



「環境行動指針」目次~CONTENTS~

- 第1節 環境行動指針の目的
■第2節 主体別環境行動指針
■第3節 地域別環境行動指針
■用語解説

●「向日市環境基本計画<概要版>」を各自治会を通じて各ご家庭に配付します。5月中旬に手元に届かない場合はご連絡ください。

お問い合わせ 環境政策課(内線232)

SERIES

環境 ENVIRONMENT

みんなが優しくむまち

うるおい 環境都市むこう

空気のすがすがしさを保つために 自動車などから出る大気汚染物質の排出を減らそう

空気を汚す主な原因に自動車の排ガスがあります。自動車の排出するガスは、代表的な大気汚染物質である窒素酸化物( NOx )や粒子状物質( PM )を含んでいます。これらの物質は人体へも影響を及ぼします。みんなで排出を減らしてきれいな空気を保ちましょう。

大気汚染物質が及ぼす悪影響

窒素酸化物( NOx ) / 物が燃える時に空気中の窒素が酸素と結合して発生します。自動車エンジンなどのように燃焼温度が高温になるほど発生量が多くなります。高濃度で呼吸器に悪い影響を与えるほか、光化学スモッグや酸性雨の原因になります。

粒子状物質( PM ) / 粒子状態で空気中に存在するもの。そのうち粒径10ミクロン以下のものを浮遊粒子状物質( SPM )といひます。高濃度で肺や気管などに沈着し、せき、た

ん、呼吸困難など呼吸器に悪影響を及ぼす。また、発ガン性のおそれも指摘されています。

次のような行動をしましょう

- 通勤、通学や買い物には、バスや電車などの公共交通機関を積極的に利用する。
- 近い場所には、徒歩や自転車などを積極的に利用する。
- 駐車時の unnecessary アイドリングをしない。
- 自家用車を購入するときは、低公害車を選択する。
- 野外焼却( 野焼き )をしない。



お問い合わせ 環境政策課環境対策係(内線232)

BOOKS

BOOKS INFORMATION 新着図書のご案内

PICK UP

【児童図書】



「もしも、そばにいぬがいたら」 河原まり子作 偕成社

「もしも、そばにいぬがいたら、まいにち、いっしょにさんぼするわ。たとえあめがふっても、かさをさしてあるくんだもん。...」犬が大好きな少女の思いを描いた絵本。

一般図書

- 人のぬくもりに涙がでる話 岡庸子著 青春出版社
- 寝台列車の旅 「サライ」編集部編 小学館
- 教えてゲッチョ先生!昆虫の?が!になる本 盛口満著 山と溪谷社
- 和布のパッチワーク小物 ブティック社
- はじめての育児大百科 婦人生活社
- ロバート・キャパ ロバート・キャパ著 クレオ
- 案外、知らずに歌った童謡の謎 合田道人著 祥伝社
- 俳句入学 鷹羽狩行著 日本放送出版協会
- 魚の棲む城 平岩弓枝著 新潮社
- 流砂 藤田宜永著 講談社
- 百歳ゆきゆきて 宇野千代著 世界文化社
- 9月11日の英雄たち リチャード・ビッチョート著 早川書房

児童図書

- 挑戦!科学実験クイズグランプリ 山村紳一郎著 合同出版
- 子どもが作る料理&お菓子ブック 藤野嘉子著 グラフ社
- アリになったカメラマン 栗林慧写真・文 講談社
- じゃがいもレストランへいらっしゃい 横山充男編 ポプラ社
- 影の王 スーザン・クーパー作 偕成社
- ピロードうさぎ マージェリイ・ウィリアムズ文 童話館出版
- シンドバッドの冒険 L・ゼーマン作 岩波書店
- いのちは見えるよ 及川和男作 長野ヒデ子絵 岩崎書店
- 空とぶくじら みなみらんぼう作 篠崎三朗絵 学研
- おばあちゃんの時計 G・マッコリー文 S・ランバート絵 評論社
- おぼえている? M・ベック文 A・ボナム絵 ひくまの出版
- ぐりとぐらのおおそうじ 中川李枝子文 山脇百合子絵 福音館書店

お問い合わせ 図書館 ☎931-1181

健康 HEALTH

“おなかの中の小さな命”にやさしい生活送ってますか 妊娠をきっかけに生活を見直してみよう

おなかの中の小さな命は、40週という時を経て、体重は約3kg身長は約50cmに成長し、新しい家族として誕生します。

今、おなかの中に小さな命を宿した妊婦さんがしてあげられることは、まず、妊婦さん自身が健康であることです。

「睡眠を十分にとり生活リズムを整えること」「バランスよく食事をとること」「適度な運動と休養をとること」そして「心豊かに生活を送ること」が妊

婦さんと赤ちゃんの健康を守ることにつながります。 マタニティスクールに参加されている妊婦さんたちは、赤ちゃんのために、妊娠中の過ごし方や食生活のことなど、熱心に耳を傾けておられたり、自分の生活を振り返られたりされています。妊婦さんたちの日常生活の様子(主に睡眠・食事・運動について)をきいてみると...

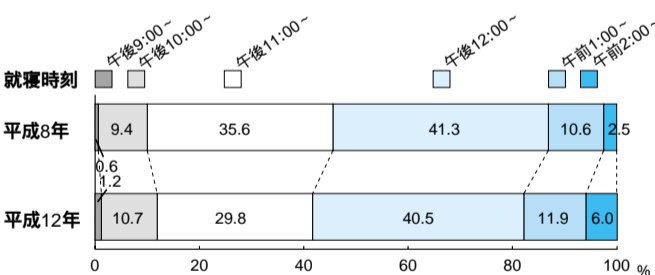
約6割の妊婦さんが午前0時に降に就寝しており年々遅くなっています。十分な睡眠がとれず生活リズムも夜型の人が増えていきます(グラフ参照)。

食事は朝食にパンと飲み物程度で、軽く済ませている人が半数ほどおられます。

運動に関しては、マタニティスイミングに通って積極的にからだを動かしている人もいれば、運動不足になっている人もいます。

それぞれのライフスタイルや価値観は違っても、家族みんなが健康で過ごせるよう、妊娠をきっかけに生活を見直してみよう。

妊婦の就寝時刻の推移



お問い合わせ 健康管理課(内線333、338、339、357)

市制施行30周年記念 30th ANNIVERSARY

MUKO CITY 30th ANNIVERSARY

テーマ「つなぐ」のもと、さまざまな催しを展開

まずはチャレンジデー2002 みんなで「健康都市むこう」の実現をめざそう

市制施行30周年記念事業は、テーマ「つなぐ」に沿って展開されます。

主な市制施行30周年記念事業

健康づくりにチャレンジ(チャレンジデー2002) 同規模の自治体と15分間以上運動した住民の参加率を競うことにより、市民の連帯意識を高め、心とこころをつなぎます。

市民企画事業の調査

市民応募で決定した「(仮)長岡京のドラマ化」は、先人が築いた都「長岡京」を市民みんなでドラマ化に向けて取り組むことで、人とひと、時代と時代

をつなぎます。

人材ほっとバンクむこうの開設

何かについて「教えたい市民」と「学びたい市民」。こうした人たちをつなぐのが「人材ほっとバンクむこう」です。

「むこうまち」を歩こう

健康づくりだけではなく、市の地域資源を再認識できるウォーキング大会とし、人とまちをつなぎます。

市制施行30周年記念「向日市まつり」

市制施行された昭和47年に焦点をあて、展示や遊び体験などを、向日市まつりで開催し、時代と時代をつなぎます。

健康都市への心をひとつに

記念事業の第1弾として、5月29日に「健康づくりにチャレンジ~チャレンジデー2002~」が開催されます。勝つことがチャレンジデー本来の目的ではありませんが、勝敗を決める住民参加率は、市民の健康づくりの意識、まちの連帯意識を示す一つの指標と考えられます。健康都市の実現をめざす向日市としては、ぜひ好成績を収めたいところです。健康づくりに関心がなかった人も、チャレンジデーをきっかけに、何か体を動かすことを始めて、一緒に「健康都市むこう」をめざしませんか。