

### 主な記事

- 「平和書道展」作品募集……………2面
- 給付金の申請・支給準備を進めています…3面
- 5月31日は「世界禁煙デー」……………4面
- くらしの情報……………5~7面
- 市民の情報掲示板……………7~8面
- 子育て支援情報……………8面
- 各種日程・公共施設の休館日……………9面
- むこうし くらしとれきしのモノがたり…10面

## 歯は一生のパートナー



6月4日から10日までは「歯と口の健康週間」です。

歯は私たちの健康と深くかかわっています。歯が健康で、ものをよくかめれば、胃や腸に負担をかけずに、全身に栄養をいきわたらせることができます。また、歯が欠けていると、はっきり発音できず、会話がスムーズにいかない恐れもあります。健康的で豊かな生活をする上で、歯の健康は欠かせません。

## 歯のひろば

6月14日(土) 午後2時~4時  
保健センター

年に一度は口の中の健康チェックをしてみませんか。

●対象/向日市在住の方

●内容

歯科健診、歯科相談、歯科衛生士による歯磨き指導、食育コーナー(クイズ、食生活改善推進員による展示など)、体験コーナー(咬合力テスト、骨強度測定、血管年齢測定)

※骨強度は、歯科健診・相談を受けた50歳未満の方が対象。血管年齢測定は、歯科健診・相談を受けた50歳以上の方が対象。どちらも定員30人。

●主催/京都府乙訓歯科医師会、向日市役所

●共催/一般社団法人京都府歯科医師会、京都府歯科衛生士会

※車での来場はご遠慮ください。



## 虫歯と歯周病にならないために

### ■虫歯と歯周病

虫歯菌は、食事などでとった糖分を餌にしてベトベトしたすみを作ります。このプラークと呼ばれるすみの中で、虫歯菌は酸を出して歯の表面を溶かしていきます。これが虫歯です。

また、歯周病とはプラーク中の歯周病菌が毒素を出すことで、歯ぐきに炎症がおこり、その炎症が進んで、歯を支えている骨や、歯の根元と骨を結ぶ靭帯が毒素で溶けてしまった状態をいいます。

### ■予防方法

虫歯や歯周病にならないためには、食事のたびにこまめに歯みがきをし、プラークを除去することが最も身近で効果的な方法です。うがいをして口内を洗浄すること、食事の時によくかんで唾液の分泌を促すことも有効です。それでも、歯ブラシの届きにくい歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目、かみ合わせ部分は虫歯になりやすいところです。正しい歯磨きと、定期的な歯科医の検診を心がけましょう。

## 歯とライフステージ

### 妊産婦

「歯周病菌」がおこす炎症によって、早産が多くなることがわかっています。また、妊娠中は口の中の環境も変化し、虫歯や歯肉炎にかかりやすくなります。お腹の赤ちゃんのためにも妊婦さん自身のためにも口の中を清潔に保ちましょう。

妊娠初期から赤ちゃんの歯の元は作られています。赤ちゃんの歯の質は、妊娠中のお母さんの栄養で決まります。バランスのとれた食事を摂取することが大切です。



### 乳児期~学童期



乳歯の虫歯は永久歯に悪い影響を与えます。乳歯は抵抗力が弱いので、虫歯が速く進行します。生え変わるからと放っておかないようにしましょう。また、かみ合わせに重要な「六歳臼歯」は、6歳前後で生えてくる最初の永久歯ですが、乳歯が抜けて生え変わるのではなく、一番奥の乳歯の奥から生えます。気づかれにくいのに、生えてすぐの歯は弱いため「六歳臼歯」は虫歯になりやすい歯です。

虫歯は周囲の大人から口移しなどでうつります。家族全員で予防を心がけましょう。

### 成人期

50歳代の6割以上は歯周病にかかっているというデータがあります。歯周病は歯を失う原因になるばかりでなく、歯周病菌に抵抗するために体内で作られる物質が、心臓や肺などの臓器に悪影響を及ぼします。また、歯周病菌が影響して、インスリンの働きを低下させ、糖尿病を悪化させる一方、糖尿病は歯周病を悪化させることがわかっています。ほかに歯周病を悪化させる要因として、喫煙、歯並びなどがあります。



### 高齢期



年をとると唾液が出にくくなり、高齢者の80%に歯周病の症状があるといわれています。歯周病は誤嚥性肺炎にも関係しています。誤嚥とは食べ物や異物を気管内に飲み込んでしまうことで、誤って肺に入った歯周病菌により肺が炎症をおこすことがあります。高齢者や、気管に入り込んだ異物を外へ出すことが困難な人がなると重症化しやすく、生命にもかかわります。歯が一本もなく総入れ歯の方も、入れ歯が汚れていると、誤嚥性肺炎をおこしやすくなります。

## 歯のクイズ

① 8020運動とはどんな運動でしょう？

- A. 満80歳で20%以上の歯を残そうとする運動
- B. 満80歳で20本以上の歯を残そうとする運動
- C. 満80歳で20歳若く見える歯を残そうとする運動

② 歯のエナメル質と同じ硬さのものはどれ？

- A. ダイヤモンド B. 水晶 C. ガラス

③ 奥歯が1本なくなると

かむ力はどうなるでしょう？

- A. ほとんど変わらない B. 2割減る C. 半分になる

答えは7ページへ

## 「平和書道展」作品募集

市は、昭和59年11月3日に「世界平和都市宣言」をしました。この宣言の理念に基づき、平和行動計画を策定し、さまざまな平和施策を展開しています。

その一環として、今年も市内在住の小学4年生を対象に、平和の尊さ・大切さを題材とした書道作品を募集します。



▲昨年の市長賞作品



▲昨年の教育長賞作品

- 応募資格／向日市在住の小学4年生
- 応募期間／6月2日(月)～30日(月)
- 作品の規格
  - 毛筆で半紙(習字用の横24cm、縦34cmぐらい)に縦書き
  - 「ともだち」「平和」「自由」の中から一つ選択
  - 作品の左側余白に学校名、氏名を明記。
- ※1人1点に限ります。なお、向日市内にある公立小学校在学の小学4年生の児童は、学校を通じてご応募ください。
- 表彰／表彰作品は広報紙で紹介し、また、8月9日(土)開催の「平和と人権のつどい」会場(市民会館)に展示し、表彰式を行います。その後、西向日ギャラリーなどで展示します。
- 送付・お問い合わせ先／市民参画課(内線250) 〒617-8665 住所不要 FAX922-6587 電子メール sankaku@city.muko.lg.jp

## 広島市平和祈念式 参加者募集

- 行き先／広島市平和記念公園
- 日程・内容／8月5日(火)～6日(水)
- ※新幹線利用
  - 1日目：市民の皆様から募集した平和の折り鶴を捧げます。平和記念公園や資料館なども見学。
  - 2日目：広島市平和祈念式に参列
- 宿泊先／メルパルクHIROSHIMA(ダブルの2人部屋で宿泊)
- 対象／向日市在住の小学生(3年生以上)1人とその保護者1人のペアを2組(応募者多数の場合は抽選で決定)
- ※参加者には感想文の提出をお願いします。また、7月下旬に日程の説明と折り鶴伝達式を市役所で行います。
- 費用／宿泊費・交通費は市が負担しますが、1組あたり1,000円程度の自己負担が必要。そのほか食費や施設見学費などは、自己負担。
- 申込み／必ず1組につき1枚のはがきで、小学生と保護者それぞれの氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、小学生の学年、住所、続柄、電話番号を記入して、6月20日(金)必着で市民参画課(〒617-8665 住所不要)へ。

### ■ 平和の折り鶴募集 ■

広島市平和記念公園の「原爆の子の像」に捧げる折り鶴を募集しています。7月31日(木)までに、必ず糸に通して数を数え、市民参画課へお持ちください。

☎市民参画課(内線250)

## 「家事場のパパヂカラ」 平成26年度 キャッチフレーズ 男女共同参画週間 6月23日～29日

男女が、互いにその人権を尊重しつつ喜びも責任も分かち合い、性別にかかわらず、その個性と能力を十分に発揮することができる男女共同参画社会の実現をめざして、平成11年に制定された基本法施行日の6月23日から29日までの1週間が「男女共同参画週間」と定められています。

期間中、国や地方公共団体などは、さまざまな行事や広報活動を予定しており、向日市は6月14日に記念講演会を開催します。

### 男女共同参画週間 記念講演会

### 「女性がいきいきと 働き続けるためのヒント」



講師：中西佳代子さん(信用金庫支店長)

- 日時／6月14日(土)午前10時～正午
- 場所／市民会館
- 講師／中西佳代子さん(信用金庫支店長)
- 保育／1歳～就学前(定員5人)。6月6日(金)までに予約してください。
- 手話通訳、要約筆記／ご希望の方は、6月6日(金)までに予約してください。
- 申込み／電話、ファクス、電子メールで、市民参画課(内線291、FAX922-6587、電子メールsankaku@city.muko.lg.jp)へ。定員(40人)になり次第締め切り。

☎市民参画課(内線291)

## 「京都府女性の船」参加者募集

京都府は、地域づくり・NPO活動などに関心のある女性や、職場でさらに能力を発揮したい女性を対象に学習・交流の機会を提供する「京都府女性の船」事業を次の要領で実施します。

- 日程／9月5日(金)～9月8日(月) (8月9日に事前研修、10月11日に事後研修)
- 訪問地／北海道
- 研修概要／講義、課題別グループ学習、全体発表、意見交換会、現地活動団体との交流、社会見学など
- 対象／京都府内に居住または勤務するおおむね20歳以上の女性で、次の各項に該当する方
  - ①地域や職場の課題解決や活性化のために、さらに能力を発揮して活躍したいという意欲のある方
  - ②健康で、この研修に十分耐えうる体力のある方
  - ③団体生活に適応できる方
  - ④事前研修から事後研修までの全てに参加できる方

※過去の「京都府女性(婦人)の船」の参加者については、その経験を生かして現在就業・活動などをしており、今回初めて参加する方をサポートする役割を果たす意志のある方に限り10人程度参加できます。

ただし、原則として過去2年以内の参加者は除きます。

- 参加費／35,000円以内
- 申込み／6月26日(木)までに郵送で、市民参画課(〒617-8665 住所不要、内線250)へ。
- 提出書類
  - ①参加申込書
  - ②作文「現在の活動・関心と京都府女性の船で学びたいことなどについて」をテーマに、400字以上1200字以内。
- ※①②とも書類は、市民参画課で配布しています。
- ☎京都府府民生活部 男女共同参画課 ☎414-4292 HP <http://www.pref.kyoto.jp/josei/annai.html>

◇◇◇障がい福祉サービスをご利用の皆様へ◇◇◇

## 「障がい児支援利用計画・サービス等利用計画」説明会

障害者総合支援法により、障がい福祉サービスをご利用の皆様は「サービス等利用計画」の作成が必要となっています。

乙訓圏域障がい者自立支援協議会は、広く皆様にご理解いただく機会として「計画相談」説明会を開きますので、ぜひご参加ください。

- 日時・場所／ご都合の良い日にご参加ください。
  - ①7月1日(火)午前10時～正午、大山崎町立中央公民館
  - ②7月7日(月)午後1時～3時、向日市福祉会館
  - ③7月11日(金)午後7時～9時、長岡京市立産業文化会館
- 対象／障がい福祉サービス利用希望者とその家族
- 申込み／①は6月17日(火)②は6月23日(月)③は6月27日(金)までに、電話またはファクスで、氏名、住所、連絡先、参加を希望する日(①～③)を乙訓圏域障がい者自立支援協議会事務局(☎954-7939、FAX959-9086)へ。
- ※手話通訳、要約筆記を希望する方は、申込み時にお伝えください。

## 消費増税に伴う臨時給付金 申請・支給の準備を進めています

平成26年4月からの消費税率引き上げに伴い、臨時の給付金を支給します。現在、申請・支給手続の準備を進めています。具体的な方法などが決まり次第、速やかにお知らせいたします。

### ■臨時福祉給付金■

- 支給対象者／基準日(平成26年1月1日)時点で向日市の住民基本台帳に記録されており、平成26年度分の市民税(均等割)が課税されない方  
※市民税(均等割)が課税されている方の扶養親族や生活保護制度の被保護者となっている場合などは対象外。
- 支給額／支給対象者1人につき10,000円。支給対象者の中で次に該当する方は5,000円を加算。
  - 高齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金等の受給者など
  - 児童扶養手当、特別障害者手当等の受給者など

☎向日市臨時福祉給付金事業実施本部  
☎931-1111

### ■子育て世帯臨時特例給付金■

- 支給対象者／基準日(平成26年1月1日)時点で、平成26年1月分の児童手当(特例給付を含む)受給者のうち、平成25年中の所得が児童手当の所得制限額に満たない方
- 対象児童／支給対象者の平成26年1月分の児童手当(特例給付を含む)の対象となる児童  
※臨時福祉給付金の対象者と生活保護の被保護者などは対象外。
- 支給額／対象児童1人につき10,000円  
※臨時福祉給付金と重複して受給することはできません。



☎子育て支援課(内線349)

### ☐専用相談ダイヤル☐

臨時福祉給付金、子育て世帯臨時特例給付金に関するご相談は、厚生労働省の専用相談ダイヤルをご利用ください。

- 相談日時／平日(土・日曜日、祝日、振替休日を除く)午前9時～午後6時  
☎0570-037-192

### ☐不審な電話、郵便物にご注意☐

臨時福祉給付金、子育て世帯臨時特例給付金について市や厚生労働省が、ATMで振り込みを依頼したり、個人情報照会することは絶対にありません。

不審な電話がかかってきたり、郵便が届いた場合は、警察署などにご相談ください。



## 児童手当 現況届の提出を忘れずに

児童手当の現況届は、受給している方が、引き続き受給要件を満たしているかを6月1日現在で確認する手続です。現況届の提出は児童手当法第26条で定められています。現況届を提出しないと、6月分以降の児童手当を受けられなくなることがありますので、忘れずに申請してください。

現況届は受給者宛に送付します。6月を過ぎても届かない方はお問い合わせください。ただし平成26年5月以降に初めて向日市で認定請求した方(5月に第1子が生まれた方、5月に転入した方など)は、今年度は届出を省略できるため送付はありません。

- ※平成26年1月2日以降に向日市へ転入された方は、1月1日現在住民登録のあった市区町村長発行の平成26年度所得証明書の提出が必要です。受給者の平成26年度所得(控除後のもの)が所得制限限度額以上の場合には手当額が児童1人につき月額5,000円になります。

- ※1 平成25年12月31日現在、生計を維持した税法上の扶養親族数。
- ※2 収入額の目安は、給与収入のみで計算していますので、ご注意ください。

### 所得制限限度額表(6月分の手当より)

扶養親族等の合計数(※1)	所得制限限度額	収入額の目安(※2)
0人	622万円	833万3,000円
1人	660万円	875万6,000円
2人	698万円	917万8,000円
3人	736万円	960万円
4人	774万円	1002万1,000円

☎子育て支援課 子育て支援係(内線349)

## 市議会の開催予定

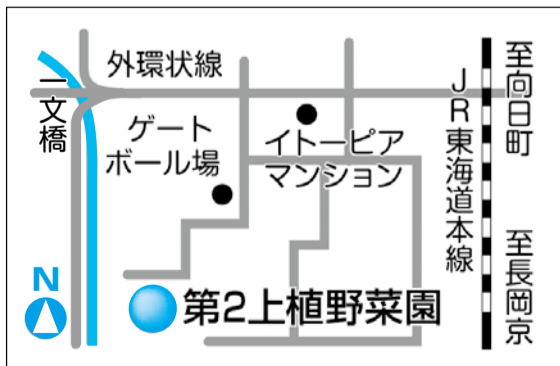
6月6日(金)	本会議(一般質問)／議場
9日(月)	本会議(一般質問)／議場
10日(火)	本会議(予備日)／議場
12日(木)	厚生常任委員会／大会議室
13日(金)	建設環境常任委員会／大会議室
16日(月)	総務文教常任委員会／大会議室
18日(水)	本会議(委員長報告・討論・採決)／議場

※時間はいずれも午前10時からの予定です。  
※どなたでも傍聴していただけます。  
※議案の内容は、市ホームページで公表しています。また、一般質問の事項は、公共施設などで事前に公表します。

☎議会事務局 庶務係(内線318)

野菜や花づくりを  
楽しもう

## 市民健康農園 利用者を募集



- 場所／第2上植野菜園
- 募集区画数／8区画(1区画約15㎡)
- 賃料／5,400円
- 期間／平成26年7月1日～平成27年3月31日

☎産業振興課 農政係(内線844)

- 対象／向日市に住民登録している20歳以上(4月1日現在)で、徒歩または自転車で農園に行くことができる方
- 申込み／6月10日(火)までに、往復はがきで申込み(消印有効。往復はがき以外は受付不可)。

### ■往復はがき記入方法■

↓往信用(表) ↓返信用(裏)・・・何も書かないでください

□ 617-8665 向日市役所 産業振興課 宛て (第2上植野菜園申込み)	□ □ □ □ □ □ □ □ 返信 住所・氏名 をお書きください	・住所 ・氏名 ・生年月日 ・電話番号
↑返信用(表)	↑往信用(裏)	

- ※市民健康農園「物集女菜園」を利用されている世帯は、申込みできません。また、同一世帯で複数の申込みはできません。
- ※申込者が予定区画数を超えた場合は、公開抽選をします。詳しくは、返信はがきで通知します。

## 市長雑感 74



### 細川ガラシャ

細川ガラシャは明智光秀の娘として生まれ、38歳の波乱万丈の人生を送りました。

向日市を含め10市1町でつくる大河ドラマ誘致推進協議会が展開する「細川ガラシャ(明智光秀)」の誘致運動はまだ実りませんが、これからも粘り強く取り組んでいきます。

向日市長 久嶋 務

# 5月31日は「世界禁煙デー」

5月31日～6月6日は「禁煙週間」

たばこの煙には、喫煙者がフィルターを通して吸う煙(主流煙)と、火のついた部分から立ちのぼる煙(副流煙)の2種類があり、200種類以上の有害物質が含まれています。

たばこの煙を吸うと、肺がんをはじめとする多くのがん、虚血性心疾患、脳卒中、肺気腫などの慢性閉塞性肺疾患、胃潰瘍などを発症しやすくなります。

また、妊娠中の喫煙は、母体や胎児の発育に悪影響を与え、早産や自然流産、低体重児が生まれるリスクが高くなり、乳幼児突然死症候群の危険因子にもなりうるということが報告されています。

禁煙を手助けしてくれる方法はさまざまあります。自分に合った方法を見つけ、チャレンジしませんか。

### ■たばこの3大有害物質

タール、ニコチン、一酸化炭素は、たばこの3大有害物質と呼ばれています。タールには発がん物質や発がん促進物質、毒性物質が含まれ、一酸化炭素は動脈硬化を促進させるといわれています。3大有害物質は主流煙よりも副流煙の方が数倍から数十倍高い濃度で含まれ、たばこを吸う人はもちろん、たばこを吸わない周囲の人の健康を脅かします。

## ◆たばこをやめたいと思っているあなたへ◆

「今さらやめたって…」と思っている人も多いのではないのでしょうか。禁煙を始めるのに遅すぎるといことはありません。禁煙後の体調の変化は明らかで、健康になっていく様子が実感できます。

### Q. どうして禁煙は難しいの?

A. 「ニコチン依存」という薬物依存症だからです。

たばこを吸うと「ホッとする」のは、ニコチンが切れてイライラする、落ち着かない、集中できないなどの禁断症状が解消されるからです。喫煙習慣の本質はニコチン依存にあります。ニコチン依存度をチェックしてあなたにあった禁煙方法を見つけましょう。

### 自力で禁煙が難しい場合には、禁煙補助剤がおすすめです

ニコチン置換療法は、たばこから摂取していたニコチンを、一時的に禁煙補助剤に置きかえることで、つらい禁断症状を緩和させ、ニコチンの量を減らしながら、最終的にニコチン依存から脱出する方法です。薬局、薬店で購入可能な禁煙補助剤には、ニコチンガム、市販用ニコチンパッチがあります。

また、一定の条件を満たせば、禁煙補助剤だけでなく専門家のサポート(禁煙外来)を保険診療で受けることができ、確実に禁煙しやすくなります。

☎健康推進課 (内線 337)

## 国民健康保険証を使って柔道整復師などの施術を受けられた方へ

柔道整復師の施術や、はり・きゅう、あんま、マッサージの施術は、健康保険が使える場合と使えない場合があります。市は施術を利用された方へ、正しい知識をもって適切な施術を受けていただくために、お知らせ用のチラシを送付しています。

また施術所から市への保険請求に誤りがないかを確認するための照会文書も同封しています。照会文書が届きましたらご回答ください。

なお、照会により知り得た個人情報、施術内容の確認や医療費適正化にかかる事務処理に限定し、ほかの目的には一切使用しません。

点検業務の一部は、民間業者に委託して実施します。チラシや照会文書に関する問い合わせは、株式会社 コアジャパン 療養費事務センターへ。

〒550-0005 大阪市西区西本町3-1-51  
☎0120-18-0231(土・日曜日、祝日、振替休日を除く午前9時～午後5時30分)

☎医療保険課 (内線326、332)

6月20日まで

## 乳がん検診予約受付中

- 日程／7月15日(火)、16日(水)、18日(金)、24日(木)、25日(金)
  - 時間／午後0時30分、1時、1時30分、2時、2時30分、2時45分
  - 場所／保健センター
  - 対象／40歳以上の女性で、2年に1回受診できます。今年度は、和暦で偶数年生まれの方
  - 検診内容／視触診、マンモグラフィ検査
  - 自己負担金／600円(満70歳以上の方、満65歳から69歳で「後期高齢者医療被保険者証」を持っている方、生活保護法による被保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は、免除制度がありますので、お問い合わせください)
  - 申込み／6月20日(金)までに直接または電話で、健康推進課(内線336、339、357、土・日曜日を除く午前8時30分～正午、午後1時～5時)へ。保健センターでは受付できません。定員(1日あたり約70人)になり次第締め切り。
- ※心臓ペースメーカー装着の方や、妊娠中・妊娠の可能性のある方、授乳中の方など受診できない方がいます。事前にご相談ください。



## まちの話題

### ワクチン費用の助成や絵本配布に日東薬品が800万円を寄付



市は5月19日、上植野町に本社がある日東薬品工業株式会社(北尾哲郎社長)から800万円の寄付を受けました。

「地域の子育て支援に役立ててほしい」との意向から、平成22年から毎年ご寄付いただき、総額4,000万円に上りました。寄付金はHib(インフルエンザ菌b型、通称ヒブ)ワクチン接種費用の助成や乳幼児の健診時に絵本を配るブックスタート事業などに活用しています。

久嶋市長は「今年も寄付をいただき、本当にありがとうございます」とお礼の言葉を述べると、北尾社長は「今後も寄付を続けていきたい。ぜひ有効に使ってください」と語りました。

## 人権擁護委員制度をご存じですか 6月1日は人権擁護委員法が施行された日

人権擁護委員は、それぞれの市町村で地域住民の人権が侵害されないように常に注意を払い、人権が侵害されたときは、その相談を受けるとともに、被害者救済のため、速やかに適切な処置をとります。また、街頭広報活動や人権教室などを通じて、人権の大切さについて理解を深めてもらうための活動もしています。

人権擁護委員は、人権擁護に理解のある方を市町村長が推薦し、法務大臣から委嘱された方々です。

### ■特設人権相談■

人権擁護委員が皆様の相談に応じます。

●日時／6月2日(月)午前10時～午後3時 ●場所／福祉会館



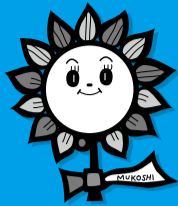
## 向日市人権擁護委員 (五十音順・敬称略)

相談は無料で、秘密は守られます。

- |        |                           |               |
|--------|---------------------------|---------------|
| ○井上西子  | 森本町山開 9                   | (☎921 - 4055) |
| ○風谷千賀子 | 寺戸町永田 11 - 33             | (☎933 - 7115) |
| ○北野節子  | 鶏冠井町十相 10 - 17            | (☎934 - 9596) |
| ○杉田善孝  | 寺戸町北前田 8 - 12             | (☎921 - 7955) |
| ○高山紀公子 | 寺戸町岸ノ下 25 - 118           | (☎934 - 1864) |
| ○永井恵子  | 上植野町北小路 1                 | (☎921 - 0480) |
| ○長谷川輝夫 | 寺戸町中村垣内 1 - 2             | (☎921 - 0962) |
| ○安田佐知子 | 物集女町御所海道 30               | (☎921 - 8521) |
| ○横田幸雄  | 上植野町車返 8 - 12 サープス西向日 610 | (☎933 - 9288) |

お問い合わせ 市民参画課 (内線 276)

# くらしの情報



## 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

### 講座・教室

#### ヘルスセミナー血管元気術「隠れ糖尿病編」～少し上がり始めた血糖値のために～

「血糖値が少しずつ上っているけど、放っていても大丈夫だろうか」「隠れ糖尿病、糖尿病予備群とはなんだろう」などの不安を解消して、元気な毎日をめざしましょう。

- 日時/①6月25日(水)午前10時～正午  
②7月2日(水)午前10時～正午
- 場所/保健センター
- 内容/2回シリーズの教室です。  
①身体の仕組みと、血糖値を上げる原因について考えます。血管年齢を測定します。  
②血管年齢測定結果の見方について。自分にあった食べ方を考えます。
- 対象/おおむね70歳までの向日市在住の方25人
- 持ち物/健診結果表(受診した方のみ)、筆記用具
- 申込み/6月2日(月)～16日(月)に、健康推進課(内線336、339、357)へ。定員になり次第締め切り。

#### ふしぎ発見!理科教室(第1回)「ものまわりの流れの力」

水や空気の流れの中でのものまわりに働く力を、ピンポン玉やスプーンを使った実験で学んだり、飛行機の羽の形について調べます。

- 日時/6月28日(土)午前10時～11時30分
- 場所/中央公民館
- 講師/森啓充さん(京都技術士会)
- 対象/小学4～6年生30人
- 持ち物/はさみ、1リットル牛乳の空きパック2つ(1つは予備)を開かないでお持ちください。
- 申込み/6月3日(火)から直接または電話、ファクスで中央公民館(☎932-3166、FAX932-1552)へ。定員になり次第締め切り。

### 親子体験教室

#### 吹きガラス

- コップを作製します。作品は後日引き取り。
- 日程/7月12日(土)～8月10日(日)の毎週土・日曜日
- 時間/午前9時15分～、午前10時15分～、午前11時15分～、午後1時15分～、午後2時15分～、午後3時15分～
- 対象/小学5、6年生とその保護者、各回1組
- 参加費/2,000円

#### バーナーワーク

- トンボ玉を作製します。
- 日程/7月12日(土)～8月10日(日)の毎週土・日曜日の午前と午後開催
- 対象/小学5、6年生とその保護者、各回2組
- 参加費/2,000円

#### キルン

- ガラスプレートを作製します。作品は、後日引き取り。
- 日程/7月12日(土)、13日(日)、26日(土)、27日(日)、8月9日(土)の午前と午後開催
- 対象/小学4～6年生とその保護者、各回5組
- 参加費/500円

#### スタンドミラー

- 日程/7月19日(土)、20日(日)、8月2日(土)、3日(日)、10日(日)の午前と午後開催
- 対象/小学4～6年生とその保護者、各回3組
- 参加費/800円

#### いずれの教室も(吹きガラス教室を除く)□

- 時間  
○午前の部 午前9時15分～  
○午後の部 午後1時15分～
- 場所/クリーンプラザおとくにリサイクルプラザ
- 申込み/6月16日(月)～30日(月)に、電話でクリーンプラザおとくに(☎957-6686、平日の午前9時～午後5時)へ。
- ※定員を超える応募があった場合は抽選をします。  
※小学生は18歳以上の保護者同伴でご参加ください。  
※向日市、長岡京市、大山崎町在住・在勤・在学者以外の方は、参加費が2割増になります。

### 初夏のプリザーブド・アートフラワー 大人のクラフト教室

生花を長く楽しみ、保存できるように加工したプリザーブドフラワーの技術を使って、あじさいとバラのさわやかなアレンジメントを作ります。アレンジメントは素敵なインテリアとして置いたり、壁にかけたりすることができます。

- 日時/6月25日(水)午前10時～11時30分
- 場所/市民体育館
- 講師/下島和美さん
- 対象/18歳以上の方10人
- 参加費/2,000円(当日徴収)
- 申込み/6月3日(火)午前10時から電話で、公益財団法人向日市スポーツ文化協会(市民体育館内、☎932-5011)へ。定員になり次第締め切り。
- ※申込みが5人以下の場合は、開催を中止します。

### 平成26年度甲種(新規)防火管理に関する講習会

2日間で消防法第8条に規定する防火管理者の資格を取得できます。テキスト代4,960円が必要です。

- 日時/7月9日(水)午前8時50分～午後5時、7月10日(木)午前9時～正午
- 場所/乙訓消防組合消防本部(長岡京市神足)
- 申込み/6月23日(月)～27日(金)午前9時～午後5時に、各消防署や消防本部にある受講申込書に必要事項を記入のうえ、写真(最近6か月以内に撮影した無帽、無背景、正面上3分身の縦4cm・横3cm)を貼付して、お申し込みください。
- ☎乙訓消防組合消防本部 予防課☎953-6042

### まなぼうや講座「子ども生け花教室」

- 季節の花を初夏らしく生けます。
- 日時/6月15日(日)午前10時～11時30分
- 場所/中央公民館
- 講師/田井中由江さん(人材ほっとバンク登録)
- 対象/小・中学生10人
- 参加費/1,000円(材料費を含む)
- 持ち物/工作用はさみ、持ち帰り用袋
- 申込み/6月2日(月)～10日(火)に、生涯学習推進サークル「まなぼうや」事務局・教育委員会生涯学習課(内線836)へ。定員になり次第締め切り。

### 剪画「うちわ教室」

- 簡単な剪画の技法でうちわを作ります。
- 日時・場所  
○6月17日(火)午後2時～4時、寺戸コミセン  
○6月24日(火)午前10時～正午、物集女コミセン
- 講師/大月透さん(剪画作家)
- 対象/向日市在住・在勤の方、各日15人
- 参加費/500円
- 申込み/6月1日(日)から、直接または電話で、会場の物集女コミセン(☎921-1514)または寺戸コミセン(☎933-8410)へ。いずれのコミセンも土曜日午後と月曜日を除く午前9時から午後5時まで受け付け。定員になり次第締め切り。



### 趣味・教養講座 初めての方でも楽しめるフラワーアレンジメント教室

- 日時/6月25日(水)午後1時30分～3時30分
- 場所/寺戸公民館
- 講師/島せつ子さん(フラワーアレンジメント教室主宰)
- 対象/向日市在住・在勤の方25人
- 参加費/1,500円(材料費)
- 持ち物/はさみ(枝切りまたは花用)、持ち帰り用袋
- 申込み/6月1日(日)～18日(水)に、直接または電話で寺戸公民館(☎933-0031、土曜日午後と月曜日、祝日を除く午前9時から午後5時)へ。定員になり次第締め切り。

**家計も助かる夏の省エネ教室**

省エネ・節電は、地球温暖化防止や家計の支出削減につながります。ゴーヤーなどのグリーンカーテンは日差しを遮り、空調を節約できます。当日はゴーヤーの苗を配布する予定です。

- 日時／6月12日(木) 午後2時～4時
- 場所／乙訓保健所(上植野町馬立8)
- 定員／30人
- 持ち物／筆記用具、ゴーヤーの苗を持ち帰る袋
- 申込み／6月2日(月)～6日(金) 午前9時～正午、午後1時～5時に、電話で乙訓保健所 環境衛生室 環境担当(☎933-1341)へ。

**■ スポーツ**

**キッズダンス教室(幼児クラス)見学者募集**

- 日時／毎週月・火曜日のうちどちらかをお選びください。時間はいずれも午後3時50分～4時20分。
- 場所／ゆめパレアむこう 健康増進センター
- 対象／3歳～5歳児若干名
- 参加費／月3,086円
- 申込み／電話で、ゆめパレアむこう(☎934-7770、休館日=9ページを参照=を除く午前9時～午後10時)へ。1日体験(参加費1,000円)もできます。定員になり次第締め切り。

**スポーツひろば**

小スペースで卓球やバドミントンなどを楽しんでいただける時間を月曜日と木曜日に月4回程度設けています。1時間ごとの入替制で、午後3時から6時まで利用できます。電話でお申込みいただけますので、お気軽にご利用ください。

- 日時／6月5日(木)、16日(月)、23日(月)、30日(月)
  - 午後3時～4時
  - 午後4時～5時
  - 午後5時～6時
 ※準備、後片付けの時間を含みます。
- 場所／市民体育館
- 種目(スペース)／卓球(1～4台)、バドミントン(1面)、ショートテニス(1面)など
- 利用料金／各時間1スペース500円(当日徴収。ラインテーブル代は別途必要)
- 申込み／前日の午前10時から電話で、公益財団法人 向日市スポーツ文化協会(市民体育館内、☎932-5011)へ。利用時間や種目、面数などをお伝えください。2区分以上の利用もできます。

**第37回京都府民総合体育大会市町村対抗競技 ゴルフ競技向日市代表選手の選抜予選会**

- 日程／7月17日(木)
- 場所／るり溪ゴルフクラブ
- 費用／500円(プレー費などは別途)
- 申込み締め切り／6月20日(金)
- ※申込用紙は公益財団法人 向日市スポーツ文化協会、向陽ゴルフセンターに置いてあります。また、スポーツ文化協会ホームページからダウンロードもできます。
- ☎公益財団法人 向日市スポーツ文化協会 ☎932-5011、FAX934-1657

**卓球クリニック**

- 指導員のもと、卓球の基本練習をします。
- 日時／6月19日(木) 午前9時15分～11時15分
  - 場所／市民体育館
  - 対象／18歳以上の未経験者、初心者14人
  - 参加費／700円(当日徴収)
  - 申込み／6月3日(火) 午前9時30分から、電話で公益財団法人 向日市スポーツ文化協会(市民体育館内、☎932-5011)へ。定員になり次第締め切り。
  - ※申込みが7人以下の場合は、開催を中止します。

**ストレッチ & トレーニング講座**

ウエーブしたストレッチリングを使って体をほぐしたり、軽い筋力トレーニングをして、姿勢の崩れや肩こり、腰痛を解消、軽減します。

- 日時／6月30日(月) 午前10時～11時
- 場所／市民体育館
- 対象／18歳以上の方11人
- 参加費／500円(当日徴収)
- 申込み／6月3日(火) 午前11時から、電話で公益財団法人 向日市スポーツ文化協会(市民体育館内、☎932-5011)へ。定員になり次第締め切り。
- ※申込みが4人以下の場合は、開催を中止します。

**■ 天文**

**天文学講座 第1講「ブラックホールとは」**

現役の天文学者から、最新の観測結果など本格的な天文学が学べる講座です。

- 日時／6月29日(日) 午後4時～5時
- 場所／天文館
- 講師／中道晶香さん(京都産業大学神山天文台主任研究員)
- 申込み／6月1日(日) から、直接または電話で、天文館(☎935-3800)へ。定員(80人)になり次第締め切り。
- ※当日午後4時のプラネタリウム一般投影はありません。

**■ 子育て**

**子育てセンター うたサークル会員募集**

- 12月にあるクリスマス会の発表に備えて、みんなが歌を楽しみませんか。経験・年齢は問いません。
- 日時／7月3日(木) 午前10時～11時30分。毎月1回の練習を予定しています。
  - 場所／市民会館
  - 対象／向日市在住の未就園児親子20組、子育てに関心のある方
  - 申込み／6月2日(月) から電話で、子育てセンター「すこやか」(☎932-7830)、またはファミリーサポートセンター(☎932-7831)へ。

**子育てサポート「おひさま」**

- 日時／6月21日(土) 午前10時～正午
- 場所／あひるが丘保育園(物集女町北ノ口)
- 内容／リトミック
- 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。

**サービス情報**

**■ 人材募集**

**留守家庭児童会 夏休みアルバイト指導員募集**

- 留守家庭児童会は、放課後や学校の長期休みに、共働きなどのため保護者が昼間家庭にいない子どもたちが過ごす場です。健康で子どもが好きな人を募集します。
- 勤務日時／7月22日(火)～8月25日(月) 午前8時～午後6時の間で4～8時間
  - ※土・日曜日と8月12日～14日は除く。
  - 時間給／940円
  - 対象／高校卒業以上の、健康で子どもが好きな方
  - 勤務場所／留守家庭児童会の施設(市内各小学校)
  - 申込み／7月11日(金) までに、市販の履歴書(写真貼付)に必要事項を記入の上、直接、教育委員会 生涯学習課(内線835)へ。

**整理員アルバイトの募集**

- 業務内容／出土土器の洗い・接合(細かい作業あり)、電子図面作成、事務作業全般(パソコン使用)、整理箱(15kg) 運搬など
- 募集人数／若干名
- 雇用期間／6月下旬～11月末
- 応募資格／向日市在住の方
- 勤務場所／公益財団法人 京都府埋蔵文化財調査研究センター(寺戸町南垣内)
- 雇用条件／○月～金曜日の午前8時30分～午後5時、終日勤務できる方
  - 日給7,000円(交通費なし)
  - 月15日上限の勤務
- 応募方法／6月5日(木)、6日(金)に電話で、公益財団法人 京都府埋蔵文化財調査研究センター(☎933-3877、午前9時～午後4時30分)へ。
- ※応募時に、面接・試験の日時をお知らせします。面接時に履歴書をお持ちください。

**地区プール監視員アルバイト募集**

- 勤務日時／7月下旬～8月上旬(土・日曜日を除く)の午前8時30分～午後5時で3.5～6時間(学校により異なる)
- 勤務場所／市内小学校のプール
- 対象／高校生以上で泳げる健康な方15人程度(ただし、高校生は保護者の承諾書が必要)
- 時間給／930円
- 申込み／6月27日(金) までに、市販の履歴書(写真貼付)に必要事項を記入し、直接、教育委員会 学校教育課(土・日曜日、正午～午後1時を除く午前9時～午後5時)へ。承諾書は窓口で配布します。また、市ホームページからダウンロードもできます。応募多数の場合は、書類審査の上、選考します。
- ※勤務期間前に、普通救命講習(7月23日に3時間程度)と学校との調整会議(1時間程度)があります。
- ☎学校教育課(内線813)

**■ 子育て**

**幼稚園就園奨励費補助金制度**

- 私立幼稚園に通う3～5歳児の保護者が対象です(満3歳に達した幼児が途中入園した場合も対象となります)。
- 各幼稚園を通じて配布される「保育料等減免措置に関する調書」に必要事項を記入し、幼稚園に提出してください。
- ※幼稚園から調書の配布を受けていない方は、教育委員会 教育総務課(内線802)へご連絡ください。

**平成26年度留守家庭児童会の入会申請(学校夏休み期間)**

- 両親の共働きなどのため、学校夏休み期間に家庭での保護が困難な児童(小学1～4年生)を対象に、児童の健やかな育成を図ります。
- 入会期間／7月19日(土)～8月25日(月)
  - 申請書／6月2日(月) から生涯学習課と各留守家庭児童会施設で配布。市ホームページからダウンロードもできます。
  - 提出書類／①夏季入会申請書 ②就労証明書 ③住民票謄本 ④平成25年度住民税課税証明書または非課税証明書 ⑤返信用封筒と92円切手(2人以上の入会申請は140円切手)
  - ※③、④は住民票および税情報の閲覧に同意する場合不要。
  - 申請受付／6月16日(月)～20日(金)に、直接、生涯学習課(正午～午後1時を除く午前8時30分～午後5時15分)へ。郵送不可。
  - 入会決定／6月下旬に結果を郵送で通知。
  - ☎教育委員会 生涯学習課(内線835)

■ 教育

京都府高校生給付型奨学金の申請受付 (1～3年生)

●支給対象／向日市在住で、申請時における直近の市民税が非課税である母子・父子世帯(母または父以外に20歳以上65歳未満の方が同居していない世帯)、児童世帯、障がい者世帯(父や母が身体障害者手帳3級以上などの世帯)、長期療養者世帯に属し、京都府のほかの奨学金を受けていない高校生。

※母子・父子・児童世帯の年齢基準日は平成26年3月31日

●申込み／6月2日(月)～7月1日(火)までに、申請時における直近の市民税非課税証明書、在学証明書、印鑑、通帳など口座情報のわかるもの、身体障がい者世帯・長期療養者世帯の場合はそれを証明するものを持参し、教育委員会 学校教育課(内線818) または乙訓保健所 福祉室(☎933-1154)へ。

■ 相談

障がい者相談員相談会

障がい者相談員が相談に応じます。  
●日時／6月16日(月) 午後1時～3時  
●場所／市役所本館 市民相談室  
●対象／身体障がい者とそのご家族  
※予約は必要ありません。  
☎障がい者支援課(内線324、FAX932-0800)

がん総合出張相談

●日時／6月5日(木)、7月3日(木)、8月7日(木) 午後1時～3時30分  
●場所／乙訓保健所  
●申込み／電話で、京都府がん総合相談支援センター(☎0120-078-394)へ。  
※京都府がん総合相談支援センターでは通常相談(電話または面接)を平日(祝日・振替休日・年末年始を除く)の午前9時～正午、午後1時～4時に実施していますので、こちらもご利用ください。

■ そのほかのお知らせ

事業主の方へ

平成26年度労働保険年度更新はお早めに

平成26年度労働保険料(労災保険・雇用保険)の申告納付期間は、7月10日(木)までです(土・日曜日を除く)。

「労働保険概算・確定保険料・石綿健康被害救済法一般拠出金申告書」で、7月10日(木)までに申告納付をお済ませください。

また、昨年度と同様「石綿健康被害救済法」に基づく一般拠出金の申告納付も併せて申告納付してください。

なお、申告納付は京都労働局(〒604-0846 京都市中京区両替町通御池上ル金吹町451)、最寄りの金融機関や郵便局などでも受け付けています。

☎京都労働局 総務部 労働保険徴収課  
☎241-3213、FAX241-3233

特定疾患医療受給者票の有効期間を延長します

難病の医療費助成について新たな制度の導入が予定されているため、現在、特定疾患医療受給者票をお持ちの方は、平成26年度に限り、12月31日まで有効期間を延長します。手続きの必要はありません。

有効期間を延長した特定疾患医療受給者票は、9月30日までに乙訓保健所から送付する予定です。詳細は、5月末頃に乙訓保健所から個別に送付した案内文をご確認ください。

☎京都府乙訓保健所 保健室  
☎933-1153、FAX932-6910

献血

400ml献血にご協力をお願いします。  
●日時／6月20日(金) 午前10時～11時45分、午後1時～3時30分  
●場所／向日市役所  
●対象／17歳～69歳の男性、18歳～69歳の女性(65歳以上の方の献血は、60歳～64歳の間に献血経験のある方)  
☎健康推進課(内線337)

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。参加費などの記載がないものは無料です。詳細は各問い合わせ先にお尋ねください。  
※掲載については秘書広報課(内線240)へお問い合わせください。

歯のクイズ 答え

- ① B 「8020(はちまる・にいまる)運動」は「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。自分の歯が20本以上あれば、食生活に満足することができるといわれています。ぜひ「8020」をめざしてください。
- ② B
- ③ C

### 6月1日から 「事前登録型本人通知制度」を 開始します

この制度は、向日市に住民登録や本籍のある人が事前に登録しておくことで、代理人または第三者に住民票の写しなどが交付されたときに、その事実を通知するものです。

- 対象／向日市に住民登録または戸籍がある方
- 通知対象となる証明書の種類／住民票の写し、住民票記載事項証明書、戸籍謄本・抄本、戸籍記載事項証明、戸籍の附票の写し  
※除票や除籍を含む。
- 通知の内容
  - 交付年月日
  - 交付証明書の種別と枚数
  - 交付請求者の種別(代理人または第三者)
- 登録手続きに必要なもの
  - 登録申請書(市ホームページからダウンロードできます)
  - 本人確認書類(運転免許証、パスポート、顔写真入りの住民基本台帳カードなど)
  - 法定代理人の場合はその資格を証明する書類、法定代理人以外の場合は委任状
  - 認印
- 登録受付／6月2日(月)から市民課へ。

☎市民課(内線213)

### 平成26年度危険物安全週間(6/8⑧~14⑔)

#### 「危険物 読みはまっすぐ ゼロ災害」

##### ■セルフ式ガソリンスタンドにおける注意点■

ガソリンの可燃性蒸気は少しの火花で引火し、火災に至ることがあります。給油の際は次のことに注意してください。

- 給油口を開ける前は、給油設備などにある静電気除去シートに触る。
- 給油ノズルは給油口の奥まで差し込み、レバーを完全に握って給油する。
- 自動的に給油が止まったら、継ぎ足しをしない。特に二輪車は自動的に給油が止まらない場合があります。

☎乙訓消防組合 向日消防署 ☎934 - 0119



## 子育て支援情報

子育て支援の催しや各種健診など、子育てについての情報をお知らせします。

### 子育てセンターから

#### ■親子遊びの日

- ぶちぴよルーム(6か月未満)…6月4日(水)午後1時30分~3時、子育て支援センター「さくら」
  - ぴよぴよルーム(6か月~1歳未満)…6月11日(水)、19日(木)午後1時30分~3時、子育て支援センター「さくら」
  - よちよちルーム(1歳~1歳半未満)…6月25日(水)午後1時30分~3時、子育て支援センター「さくら」
  - とことこルーム(1歳半~2歳未満)…6月18日(水)午前10時~11時30分、子育てセンター「すこやか」
  - ひまわりほっとルーム(0歳~1歳半未満)…6月2日(月)、16日(月)午後1時30分~3時、子育て支援センター「ひまわり」
- ※いずれも予約不要

#### ■絵本の日

- こすもす絵本館(第5保育所)…6月13日(金)
  - ひまわり絵本館(第6保育所)…6月6日(金)
- ※いずれも午前10時~11時30分、予約不要

#### ■園庭開放

- 第2保育所…6月19日(木)
  - 第5保育所…6月5日(木)
  - 第6保育所…6月12日(木)
- ※いずれも午前10時~11時30分、雨天中止、予約不要

#### ■さくら施設開放

- 2歳未満は毎週火曜日と木曜日
  - 2歳以上は毎週水曜日と金曜日
- ※時間はいずれも午前10時~11時30分

#### ■地域交流(つながりスペース)

- 物集女公民館…6月12日(木)
  - 物集女コミセン…6月26日(木)
  - 上植野公民館…6月5日(木)
- ※いずれも午後1時30分~3時、予約不要
- 物集女コミセン…6月4日(水)
  - 上植野コミセン…6月10日(火)、24日(火)
- ※いずれも午前10時~11時30分、予約不要

#### ■すこやか講座

「心と身体をほぐすリフレッシュ体操」  
ふんわり~すこやかに~しっとり~毎日が  
楽しめるように

- 日時／6月30日(月)午前10時~
- 場所／子育てセンター「すこやか」
- 講師／高木睦江さん(日本アメリカンダンス協会講師)
- 対象／向日市在住で就学前のお子さんを育児している方
- 服装・持ち物／動きやすい服装、バスタオル、お茶
- 保育／1歳以上、定員20人、要予約
- 申込み／6月2日(月)から電話で、子育てセンター「すこやか」(☎932 - 7830)へ。

### 健康診査・教室など

- プレママスクール 6月12日(木)、26日(木)  
開催時間／午前9時30分~正午
  - 乳児前期健診 6月4日(水)  
受付時間／午後0時50分~2時45分
  - 乳児後期健診 6月18日(水)  
受付時間／午後0時50分~2時45分
  - 1歳9か月児健診 6月10日(火)  
受付時間／午後0時50分~2時45分
  - 3歳児健診 6月11日(水)  
受付時間／午後0時50分~2時45分
  - 離乳食教室 6月17日(火)  
受付時間／午前9時15分~9時30分
  - 健康・栄養・転入児相談 6月9日(月)、23日(月)  
受付時間／午前9時30分~11時
- ※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(内線333、338)

- ☎子育てセンター「すこやか」  
(保健センター2階) ☎・FAX932 - 7830
- ☎子育て支援センター「さくら」  
(第1保育所内) ☎922 - 0004
- ☎子育て支援センター「こすもす」  
(第5保育所内) ☎932 - 1819
- ☎子育て支援センター「ひまわり」  
(第6保育所内) ☎935 - 0267

- 子育てセンター・子育て支援センター来所・電話育児相談／毎週月~金曜日(祝日を除く)、午前9時~午後4時。申込みは電話で子育てセンター「すこやか」へ。
- 第2保育所・育児相談／毎週金曜日(祝日を除く)、午前10時~午後3時。申込みは同保育所(☎931 - 4001)へ。
- 家庭児童相談室・出張相談(子育てや家庭生活に関する相談に応じます)／毎週月曜日(祝日を除く)、午前10時~午後4時。子育て支援センター「さくら」(第1保育所内)。

※子育てセンター、子育て支援センター、保育所には駐車スペースがありません。  
お車での来所はご遠慮ください。





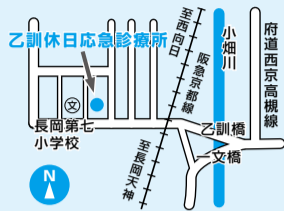
## 健康づくり情報

休日診療や地域健康塾など、健康づくりについての情報をお知らせします。

### 休日・祝日診療

#### 内科・小児科

乙訓休日応急診療所  
(長岡京市今里北ノ町39-4、☎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

【6月の当番】受診前に電話でご確認ください。

- 6月1日(日) 洛西医院 ☎921-0609
- 6月8日(日) 堀口医院 ☎953-8627
- 6月15日(日) 向日回生病院 ☎934-6881
- 6月22日(日) 長岡京病院 ☎955-1151
- 6月29日(日) 済生会京都府病院 ☎955-0111

☎健康推進課(内線339、357)

### 地域健康塾

向日市在住の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。お茶などの飲み物、タオル、上履き(福祉会館のみ)などは各自でお持ちください。



【午前の部】午前9時30分～11時

物集女公民館	6月3日、10日、17日、24日	西向日コミセン	6月4日、11日、25日
寺戸公民館	6月4日、25日	上植野コミセン	6月6日、13日、20日、27日
寺戸コミセン	6月11日、18日	向日台団地集会所	6月6日、13日、20日、27日
森本公民館	6月3日、10日、17日、24日	西部防災センター	6月2日、9日、16日、23日
鶏冠井公民館	6月5日、12日、19日、26日	福祉会館	6月2日、9日、16日、23日
向日コミセン	6月5日、12日、19日、26日		

【午後の部】午後1時30分～3時

鶏冠井コミセン	6月5日、12日、19日、26日	上植野コミセン	6月4日、11日、18日、25日
上植野公民館	6月2日、9日、16日、23日	福祉会館	6月6日、13日、20日、27日

☎高齢介護課(内線345)

## 市税などの納期限

6月30日(月)	市・府民税第1期 国民健康保険料第1期 介護保険料第1期
----------	------------------------------------

## むこう愛菜市(朝市)

地元農家の農産物直売会です。

- 毎週土曜日、保健センター
- 毎週火曜日、市民温水プール

時間はいずれも午前8時30分～9時。農産物の数量や状況によって、早く終了します。

※「むこう愛菜市」に出店していただける向日市の農家の方を募集しています。詳しくは、産業振興課 農政係(内線844)へ。

## 老人福祉センター情報

### 桜の径

- 血圧測定 6月2日(月)、16日(月)午後1時30分～、相談室
- 男性の太極拳・気功講座 6月5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)午前10時～、大広間
- 高齢者交通安全教室 6月6日(金)午後1時30分～、大広間

☎老人福祉センター 桜の径☎934-1515  
琴の橋☎924-0800

6月1日～7日は

## 第56回 水道週間

「おいしいな だいじなお水 ごくごくり」

## 公共施設の休館日

- 市役所/毎週土・日曜日
- 市民会館/毎週月曜日
- 保健センター/毎週土・日曜日
- 図書館、文化資料館/毎週月曜日、6月3日(火)
- 天文館/毎週月・火曜日 ○市民体育館/6月12日(木)
- ゆめパレアむこう(保健増進センター)/6月12日(木)、26日(木)
- ゆめパレアむこう(市民温水プール)/6月12日(木)、19日(木)、26日(木)
- 福祉会館/毎週日曜日
- 老人福祉センター桜の径・琴の橋/毎週日曜日
- 中央公民館、寺戸公民館/毎週月曜日
- 物集女・森本・鶏冠井・上植野公民館/毎週日曜日
- コミュニティセンター/毎週月曜日

## 各種相談日程

### 無料法律相談(予約制、1人30分)

- 6月9日(月) 午前9時～11時30分、市民相談室  
予約は6月5日(木) 午前9時から電話でのみ
- 6月16日(月) 午前9時～11時30分、市民相談室  
予約は6月12日(木) 午前9時から電話のみ  
※定員は各5人です。定員になり次第締め切り。

☎秘書広報課(内線295)

### 困りごと相談

行政相談委員や人権擁護委員、民生児童委員、行政書士などが相談に応じます。

- 6月10日(火)、24日(火) 午前9時15分～正午(受付は午前11時30分まで)、福祉会館  
※予約不要。車での来館はご遠慮ください。

☎秘書広報課(内線295)

### 無料公証相談

- 6月10日(火) 午前9時15分～正午(受付は午前11時30分まで)、福祉会館  
※直接会場へお越しください。

☎京都公証人合同役場☎231-4338

### 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、苦情をお気軽にご相談ください。

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

☎消費生活相談専用電話☎931-8168

### 女性のための相談(予約制、1人50分)

女性カウンセラーがあなたの悩みや問題の整理をお手伝いします。6月のテーマは「シングルで生きていくこと」です。DV相談は年間を通じてお受けします。

- 6月11日(水)、25日(水) 午後1時10分～4時

☎市民参画課 予約専用電話☎931-1144

### 年金相談

社会保険労務士が相談に応じます。

- 6月5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木) 午前10時～正午、午後1時～4時、市民相談室

☎市民課 年金係(内線216、246)

### 心の健康相談(予約制)

- 6月3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火) 午後1時～5時、市役所

☎障がい者支援課(内線324)、FAX932-0800

### 経営安定特別相談

- 税務専門相談/6月3日(火)、17日(火)
- 経営専門相談/6月10日(火)

いずれも午後1時～4時30分、商工会館  
経営専門訪問相談も実施しています。ご希望の方は電話で向日市商工会へ。

☎向日市商工会☎921-2732

### 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悩みや心配、子どもの虐待について相談に応じます。

- 月～金曜日、午前9時～午後4時、家庭児童相談室(保健センター2階)

☎家庭児童相談室☎933-1199

### 広報むこう5月15日号 掲載記事の訂正

広報むこう5月15日号6ページに掲載しました、「考えよう『人権』」の記事の文言に誤りがありました。次のとおり訂正いたします。

(誤) 間隔乏しい(正) 感覚乏しい

☎秘書広報課(内線240)

# むこうし くらしとれきしのモ、がたり



## 新着図書



### 今月の一冊

はのはのはなし

中西翠文 絵  
山本孝 アリス館

ある日、歯がいたくなつたこうたくん。どうしたんだろうと、鏡で口の中をのぞいてみたら、歯から葉っぱがはえていました。一体全体、なんの葉っぱなんだろう。こうたくん、こっそり葉っぱを育ててみることに…。

#### ■一般図書

- 池上彰の教養のススメ 池上彰 著 日経BP社
- 生きる力、絵本の力 柳田邦男 著 岩波書店
- ブラックホールに近づいたらどうなるか? 二間瀬敏史 著 さくら舎
- 世界の奇妙な生き物図鑑 サー・ピルキントン=スマイズ 著 エクスナレッジ
- ネット依存症から子どもを救う本 「うちの子って大丈夫?」と思ったら読む本 樋口進 監修 法研
- ナタリー・ベルジュロンのスカーフSTYLE BOOK ナタリー・ベルジュロン 著 双葉社
- キャラ弁つくっちゃおう! momoさん直伝のご当地&季節キャラ ブティック社
- 死ぬまでに絶対行きたい世界一周 食の旅 西川治 写真・文 PHP研究所
- 街場の五輪論 内田樹・小田嶋隆 著 朝日新聞出版
- 役者がわかる! 演目がわかる! 歌舞伎入門 犬丸治 監修 世界文化社
- 星よりひそかに 柴崎友香 著 幻冬舎
- 私に似た人 貫井徳郎 著 朝日新聞出版
- 迫りくる自分 似鳥鶏 著 光文社
- 直木賞受賞エッセイ集成 文藝春秋 編 文藝春秋
- ジュリアン・ウェルズの葬られた秘密 トマス・H・クック 著 早川書房
- バニヤンの木陰で ヴァディ・ラトナー 著 河出書房新社
- フランス紀行 ブノワ・デュトルトル 著 早川書房

#### ■児童図書

- ビブリオバトルを楽しもう 谷口忠大 監修 粕谷亮美文 さ・え・ら書房
- 算数が好きになる本 芳沢光雄 著 小松亜紗美 絵 講談社
- ビジュアル食べもの大図鑑 WILL子ども知育研究所 編 金の星社
- 脳と運動のふしぎな関係 野崎大地 著 くもん出版
- 新幹線・特急ぜんぶ百科 交通新聞社
- はじめてでもおどれる! ストリートダンス入門 EXILE PROFESSIONAL GYM ダンス 監修 小学館
- ラスコーの洞窟 エミリー・アーノルド・マッカーリー 絵・文 小峰書店
- 『赤毛のアン』と花子 村岡恵理 文 学研教育出版
- クグノビックリバコ いたうひろし 作 偕成社
- 氷の上のプリンセス 風野潮 作 講談社
- プラスマンとカズカズせいじん みやにしたつや 作・絵 坪田耕三 監修 学研教育出版
- ヒートアイランドの虫たち 藤原幸一 写真・文 あかね書房
- あつ、ひっかかった オリヴァー・ジェファーズ 作・絵 徳間書店
- マイケル・ジョーダン デロリス・ジョーダン ロスリン・M.ジョーダン 作 カディール・ネルソン 絵 汐文社
- かしの木の子もりうた ロバート・マンチ 原作 細谷亮太 文 いせひでこ 絵 岩崎書店
- いぬのロケットお話を書く タッド・ヒルズ 作 新日本出版社
- しろおうさまとくろおうさま こすぎさなえ 作 たちもとみちこ 絵 PHP研究所
- 999ひきのきょうだいのおとうと 木村研 文 村上康成 絵 ひさかたチャイルド



▲上植野の番水割表(上植野区有文書)

六月になると、向日市の東部や北部の水田に青々とした苗がそよぎ、水路には豊かに水が流れます。米作りには、稲の生育にあわせて、田に水を入れたり抜いたりすることが肝心です。桂川右岸の主要な水路である洛西用水(昭和四〇年完成)が整備されるまで、地域の農家は必要な水の確保に苦しんできました。

### 上植野の番水割表



左の写真は、上植野地区に全農家を八〜九軒で一組、四組ごとに一



▲上植野区有文書(江戸期から昭和期)

残る江戸期から昭和期の約七千点の区有文書に含まれる「番水」の組分け表です。番水とは、水不足の時に、時間制限をして順番に引水することをいいます。田の面積によって時間を配分するのが一般的ですが、上植野では所有面積にかかわらず、家を単位として時間を配分していました。

上植野は、桂川を水源とする水路から遠く、物集女や寺戸のようにため池ももたないため、用水に苦労してきた地区です。かつては小畑川に二本の伏樋(川床の下に設けた水路)を通し、和井川・小井川として利用するほか、田のそばの各所に設けた井戸が主な水源でしたが、近隣地区と比べても充分ではありませんでした。上植野の米作りを支えるために、表がいかに大切なものであったかがわかります。



▲小井川伏樋の仕様図(明治27(1894)年、小嶋家文書) 板石を組み合わせて作った管が川底を通る

☎文化資料館 ☎931 - 1182、FAX931 - 1121

## 環境 とともに考えよう



6月は環境月間です。私たちが暮らす地球は、現在さまざまな環境問題を抱えています。中でも重要な問題のひとつが、地球温暖化。二酸化炭素などの温室効果ガスが地球から大気圏外への放熱を妨げるため、温室効果が進み、地球が温暖化しています。

省エネやリサイクルは、エネルギー消費を抑え、二酸化炭素の排出を減らすための大切な取り組みです。衣・食・住の観点からライフスタイルを見直し、環境に優しい生活を送りましょう。

**衣** 温度調節のしやすい服装で節電し、不要な衣服は捨てずにリサイクルしましょう。

**食** 買い物や調理方法の工夫が省エネにつながります。食材は食べる分だけ買い、産地の近い旬のものを選びましょう。

**住** 家電製品は効率的に使い、車の運転は加減速を減らすなどエコドライブを心がけましょう。

### ネットワーク会議登録団体紹介① 「はり湖周辺の自然を守る会」

はり湖池や五塚原古墳周辺の景観・自然・緑地・古墳を守るため、清掃活動などを続けています。

はり湖池の森周辺の清掃に、ぜひご参加ください。ボランティア保険に加入しています。小雨決行。

- 日時/6月8日(日)午前10時～
- 集合場所/五塚原古墳頂上
- ☎はり湖周辺の自然を守る会事務局の森安さん ☎931 - 0785



☎環境政策課 (内線 234、FAX922 - 6587、電子メール kankyo@city.muko.lg.jp)

お問い合わせ 図書館 ☎931 - 1181

