

ひとひと 女と男のいきいきフォーラム

12月20日(土)
午後1時30分～(1時開場)
市民会館ホール

●お話と歌「やわらかい心で自分らしく生きる
 ～子育て上手や生き方上手になれなくても～」

「明日からの日々が待ち遠しくなるような、心のこりがほぐれる講演会」と、温かい感想が寄せられる佐久間レイさんの講演会は、ピアニスト・佐田詠夢さんの演奏とともに「語り」「歌」「キャラクターの声」を交えてコンサートのようになり広がられます。

講師 佐久間レイさん(声優、歌手、脚本家)

○プロフィール



アニメや洋画の吹き替え、CM、番組ナレーションをはじめ「命」や「心」をテーマにした物語の脚本を執筆、それを講演会などで「語る」活動を展開。シングルマザーで、経験からあふれる言葉に多くの方が元気をもらっています。

●主な声優／バタコさん(それいけ!アンパンマン)、ミィ(ムーミン)など

**ピアニスト
 佐田詠夢さん**



●主催／向日市、ひとひと女と男のいきいきフォーラム実行委員会

☎市民参画課(内線291)

■実行委員会からメッセージ■

今年も残り少なくなりました。女性も男性も一人の人間として人権が尊重され、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のため、一つ一つの問題を見逃さず、声を上げ、女性も男性も伸びやかに生きられる世の中を目指したいですね。

このたび「ひとひと女と男のいきいきフォーラム実行委員会」では佐久間レイさんをお招きし、肩書き、性別、年齢を脱ぎ捨て、ゆったりと音楽や語りの世界に浸り、一年間の心のこりをほぐす講演会を企画しました。歌とピアノで心をなごませて「誰もが幸せに生きる」ためのすてきな講演です。きっと心が軽くなるはず。一生懸命子育てをされているお母さん、お父さんも、ぜひお子さまと一緒に参加していただきたいです。

年の瀬でお忙しいと思いますが「ひとひと女と男のいきいきフォーラム」にお越しいただき、楽しいひとときをお過ごしください。



整理券を配布します

整理券は11月19日(水)から市内の主な公共施設(市役所、各公民館、コミセンなど)で配布します。定員(420人)になり次第終了。

保育ルーム、手話通訳・要約筆記、車いす席はご予約ください

- 保育ルーム／満1歳以上就学前の幼児、定員10人。
- 申込み／12月10日(水)までに市民参画課(内線291、FAX922-6587、電子メールsankaku@city.muko.lg.jp)へ。

平成27年度から軽自動車税の税率が変わります

地方税法の改正に伴い、軽自動車税に関する市税条例の一部を改正しました。

■原動機付自転車、二輪車等■

平成27年度からの税率は次のとおりです。

車種区分		税率(年額)	
		平成26年度まで	平成27年度から
原動機付自転車	排気量50cc以下	1,000円	2,000円
	排気量50cc超90cc以下	1,200円	2,000円
	排気量90cc超125cc以下	1,600円	2,400円
	ミニカー	2,500円	3,700円
小型特殊自動車	農耕作業用	1,600円	2,000円
	その他	4,700円	5,900円
軽自動車二輪(排気量125cc超250cc以下)		2,400円	3,600円
二輪の小型自動車(排気量250cc超)		4,000円	6,000円
ボートトレーラー		2,400円	3,600円

■四輪、三輪以上の軽自動車■

平成27年3月31日以前に新規登録した車両(初めて車両番号の指定を受けた車両)は、登録後13年間は現在の税率である「①」を適用します。

平成27年4月1日以後に新規登録する車両は、新税率である「②」を適用します。ただし、平成28年4月1日以後の賦課期日(毎年4月1日)現在に、新規登録から13年を超える車両(電気軽自動車などを除く)には、「①」「②」のいずれの場合であっても「③」の経年重課の税率が適用されます。

軽自動車車種区分			税率(年額)		
			①平成27年3月31日以前の新規登録車両	②平成27年4月1日以後の新規登録車両	③新規登録後13年超えの車両(経年重課)
三輪			3,100円	3,900円	4,600円
四輪	乗用	営業用	5,500円	6,900円	8,200円
		自家用	7,200円	10,800円	12,900円
	貨物用	営業用	3,000円	3,800円	4,500円
		自家用	4,000円	5,000円	6,000円

※新規登録した年月は、自動車検査証の「初度検査年月」です。

☎税務課 市民税係(内線222)

原動機付自転車などの 廃車・名義変更はお早めに

原動機付自転車、軽四輪(三輪)自動車などについて、廃車・譲渡などで所有されていない方や、所有者が変わっているのにまだ名義変更されていない方、転出された方は、必ず手続きをしてください。廃車手続きをしないと、引き続き課税されますので、お早めに手続きをお願いします。詳しくは各手続き先へお問い合わせください。

- お問い合わせ
 - 125cc以下のバイク、小型特殊自動車は、税務課(内線222)へ。
 - 軽自動車は、軽自動車検査協会 京都事務所(☎050-3816-1844)へ。
 - 125cc超のバイクは、京都運輸支局(☎050-5540-2061)へ。

傷ついた心をささえる 僕らの手 11月25日～12月1日は「犯罪被害者週間」

犯罪被害者が、被害から立ち直り、再び地域において平穏に過ごせるようになるためには、地域の全ての人々の理解と配慮、それに基づく協力が重要です。

内閣府は、毎月11月25日～12月1日までを「犯罪被害者週間」と定め、国民の理解を深めるための啓発活動などを全国各地で実施しています。

犯罪被害者への理解と配慮が、誰でも安心して暮らせる社会へつながります。お互いの思いやりの気持ちを軸に、地域社会が一体となって支援の輪を広げましょう。

☎防災安全課(内線232)

うれしい話題 届いています

市内の小中学生が、コンクールやコンテストなどで素晴らしい成績を収められました。
受賞者の皆様、おめでとうございます。

■京都府統計グラフコンクール

- 知事賞 伊藤董さん(第3向陽小)
小林健太さん(第3向陽小)

身近な課題をテーマに、ふさわしい観察・調査をして、グラフに表していることが評価されました。

■京都府子ども読書本のしおりコンテスト

- 優秀賞 土井森温さん(第2向陽小)
湯川耕太郎さん(向陽小)
尾崎遼さん(第2向陽小)
竹中凜さん(勝山中)

読書に親しみ、特に感銘を受けた本や印象に残った場面を文と絵でしおりに表現しました。



▲受賞者の皆様

■「少年の主張」京都府大会

- 京都府教育委員会 教育長賞
西村歩華さん(寺戸中)
- 京都府PTA協議会 会長賞
谷田麻依さん(寺戸中)

西村さんは「平和な世界」を、谷田さんは「すべての子どもに教育を」をテーマに自らの意見を堂々と発表しました。

■人権擁護啓発ポスターコンクール

- 優秀賞 川本沙奈さん(向陽小)

京都府内の小中学生などを対象に人権をテーマとしたポスターを募集。基本的人権について深く考えた作品と認められました。

考えよう「人権」

⑩人権擁護委員の活動

ある人に「人権擁護委員ってどんなことをしていますか」と尋ねられました。そのとき「人権擁護委員の制度は、昭和24年制定の人権擁護委員法に基づき、国民に保障されている基本的人権を擁護し、自由人権思想の普及高揚を図ることを目的としています」「活動内容は、人権問題の解決に向けて人権に関する普及啓発、相談などを行っています」と答えました。

今回は、人権擁護委員の活動について、具体的にみていきましょう。少し、人権問題の現状について触れておきます。私たちの身の周りでは、児童虐待、DV、同和地区所在確認事象、障がいのある人や外国人などへの差別など、依然として、人権に関する問題が数多く発生しています。私たちには自由に人間らしく生きていくことができるように基本的人権が憲法で保障されていますが、基本的人権の侵犯を監視・救済、つまり、擁護が強く求められている現状があります。このような現状を踏まえて、人権擁護委員は、人権に関する普及啓発、相談などを行っています。



人権に関する普及啓発活動に「人権の花運動」があります。市内の小学校・幼稚園に配布したスイセンの球根を、子どもたちが協力して育てる取り組みです。スイセンの命を見守り、育てていくことを通して、子どもたちが、思いやりの心を身に付け、自他の命の大切さを実感することを目的とした活動です。また「人権教室」で、子どもたちは人権の大切さを学びます。

相談活動としては、京都地方裁判所、市福祉会館などにおいて人権相談所を開設して、市民の皆様からの人権相談に応じます。相談の中で、相談者の抱えている問題が明らかになれば、その内容に応じ「助言」をしたり、法務局職員と協力して人権侵害事件の調査に当たるなどし、速やかな解決に努めています。

今後も人権擁護委員は、人権問題の現状を見つめるとともに、その解決に向けて、人権擁護活動を行っています。

☎市民参画課(内線276)

ごみゼロ・向日市一斉クリーン作戦

11月23日(祝) 午前8時～10時の間の約1時間

清掃活動を通じ、市民、事業者、行政が一体となって清潔で美しいまちをつくるため、「第11回ごみゼロ・向日市一斉クリーン作戦」を次のとおり実施します。

市民、各種団体、事業所などの皆様、多数のご参加をお願いします。

☎環境政策課(内線227)

- 場所／○市民の皆様 お住まいの町内の道路や公園などの公共の場所
- 各種団体の皆様 活動している拠点を中心に学校、広場、駅など
- 事業所の皆様 周辺の道路など
- 申込み／電話で、環境政策課へ。
参加団体などには、ごみ袋、泥回収袋、軍手を配布します。
- ※上記以外に個人・団体で参加される方は、市役所玄関前に午前8時に集合してください。
- ※車での来場はご遠慮ください。

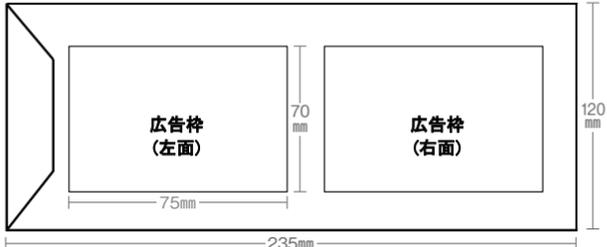
「介護保険窓あき封筒」への広告を募集します

向日市は、要介護認定の結果通知などに使用する「窓あき封筒」の裏面に、有料で一般営業広告を2枠募集します。この機会にぜひご活用ください。

- 掲載期間／平成26年12月から発行した封筒を使い切るまで
- 発行部数／10,000部
- 掲載料／1枠20,000円以上(消費税込み、最低価格)

- 申込み／11月28日(金)までに申込書と広告の原稿案を添えて、高齢介護課(内線322)へ。後日、掲載の可否を通知します。申込書、要領などは高齢介護課で配布しています。申込書は市ホームページからダウンロードもできます。

【介護保険認定関係送付用封筒 裏面(長3)】



【封筒 表面】



市議会の開催予定

※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、本会議初日の翌日に市ホームページで公表します。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)

11月25日(火)	本会議(提案説明)／議場
12月 4日(木)	本会議(一般質問)／議場
5日(金)	本会議(一般質問)／議場
8日(月)	本会議(予備日)／議場
10日(水)	厚生常任委員会／大会議室
11日(木)	建設環境常任委員会／大会議室
12日(金)	総務文教常任委員会／大会議室
16日(火)	本会議(委員長報告・討論・採決)／議場

京都府最低賃金の引き上げ

10月22日から京都府最低賃金(地域別最低賃金)が「1時間773円」から「1時間789円」に引き上げられました。

京都府内の使用者は、この金額より低い金額で労働者(パートタイマー、アルバイトなどを含む)を使用することはできません。

☎京都労働局 労働基準部 賃金室
☎241 - 3215

平成27年4月からスタート

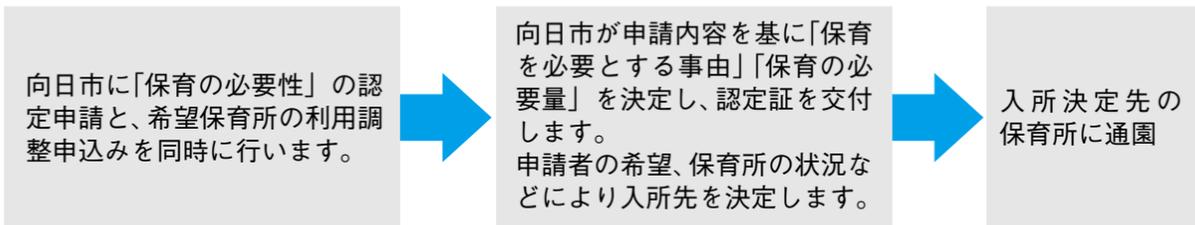
「子ども・子育て支援新制度」

■新制度へ移行すると

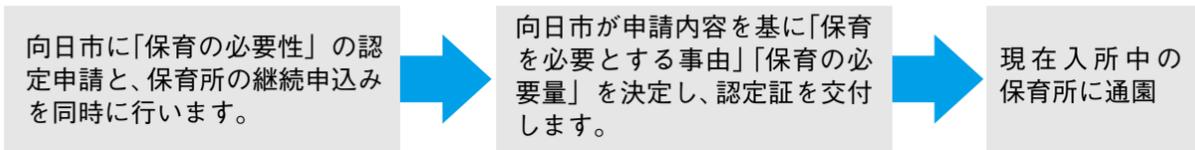
来年度以降の保育所入所申込みには、市への認定申請が必要になります。申請内容を基に「保育を必要とする事由」「保育の必要量」の認定を市が行い、認定書を発行します。

■子ども・子育て支援新制度の利用の流れ

①新規に保育所での保育を希望する場合



②現在、保育所に入所中で、同じ保育所での保育継続を希望する場合



■保育を必要とする事由とは

保護者のいずれもが、次の要件のいずれかを満たす必要があります。

- ①就労（1か月64時間以上であること）
- ②妊娠・出産（入所期間は、出産予定日の前後2か月となります）
- ③保護者の疾病・障がい
- ④同居親族などの介護・看護
- ⑤災害復旧
- ⑥求職活動（入所期間は、離職日または入所日から3か月が限度となります）
- ⑦就学
- ⑧虐待やDVのおそれがあること
- ⑨育児休業取得時に、すでに保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること



■保育の必要量とは（現時点での予定です。今後、国の動向などにより変更することがあります）

①保育短時間利用 月曜日から土曜日の午前8時～午後4時までの最長8時間です。

午前7時	午前8時	午後4時	午後6時	午後7時
認定外保育		通常保育	認定外保育	延長保育

②保育標準時間利用 月曜日から土曜日の午前7時～午後6時までの最長11時間です。

午前7時	午前8時	午後4時	午後6時	午後7時
通常保育				延長保育

※ただし、特別の事情がある場合は、上記の時間以外も認定外保育・延長保育を実施します。認定外保育については、保育料月額とは別に200円/回(午前と午後を利用した場合、400円)、延長保育料については、保育料月額とは別に200円/回が必要となります。保育標準時間認定の方については、保育所に申請していただき、延長保育料を2,500円/月で利用することも可能です。

※認定を受けた利用時間のうち、保育を必要とする時間に保育所を利用してください。認定された全ての時間帯の利用を保証するものではありません。
※保育を必要とする事由に該当しない日については、家庭保育をお願いします。

※申請書の配布時期や、申請提出日については、広報むこう12月1日号に掲載します。

☎子育て支援課(内線348、360)

申請はお早めに 消費税改定に伴う臨時給付金

申請期日は平成27年1月15日(木)まで
■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。1人につき1回限り支給。
※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方などは対象外。

●申請場所/地域福祉課(第4会議室)

☎地域福祉課(内線347)

■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)における平成26年1月分の児童手当・特例給付の受給者で、平成26年度所得が児童手当の所得制限額に満たない方。

※臨時福祉給付金の対象者や生活保護制度の被保護者となっている方、2月分以降から出生・受給者変更などで児童手当を受給された方などは対象外。

●申請場所/子育て支援課

☎子育て支援課(内線349)

事前登録型本人通知制度

これは、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制度です。

※証明書が第三者に交付できないようにする制度ではありません。

●登録できる方

○向日市に住民登録をしている方またはされていた方

○向日市に戸籍がある方またはあった方

●通知対象となる証明書/住民票の写し、住民票記載事項証明書、戸籍謄本・抄本、戸籍記載事項証明書、戸籍の附票の写し
※除票や除籍を含む。

●通知対象となる請求

- ①本人の代理人(委任状による)からの請求
- ②本人以外の第三者からの請求

●通知対象とならない請求

- ①登録した本人、同一世帯員からの住民票の写しの請求
- ②登録した本人、同一戸籍に記載されている人、配偶者、直系尊属・卑属からの戸籍関係証明の請求
- ③国・地方公共団体からの公用請求
- ④裁判、訴訟、紛争処理手続きなど代理業務を理由とした請求

●通知の内容/証明書の交付年月日、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)
※請求者の氏名や住所は通知しません。

●登録期間/無期限(登録の廃止届があった場合や登録者が死亡した場合などは、登録が抹消されます)

●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/市民課(内線213)へ。

ごみ減量のための「4R」

ごみを減らすポイントである4つのR。4つのRはごみを減らしていく上で効果的で、資源の有効利用に役立ちます。生活の中で、自分だけの4つのRを探してみましょう。

Refuse(リフューズ) 断る

すぐ捨ててしまいがちな、レジ袋や包装紙はもらわないよう、マイバッグやマイ風呂敷を持っていきましょう。

※市は、毎月10、20、30日をノーレジ袋・マイバッグ運動デーとしています。

Reduce(リデュース)ごみを減らす

買い物をするときは、大安売りやセール品が目がいきがちですが、本当に必要なものなのか考えてから、購入しましょう。

不要なものを買わない、家に持ち込まないよう心がけることが大切です。

Recycle(リサイクル) 再生利用

使い終わったものを捨てるときは、資源として生かせるよう、ルールに従って分別し、リサイクルルートに乗せましょう。ものはなるべく大切に使い、最後の最後にリサイクル、そんな気持ちが必要です。

Reuse(リユース) 再使用

今あるものをできる限り利用するなど、手を加えればほかの用途に使うことができないか、考えてみましょう。

また、丈夫で長く使えるものや、修理できるか(してもらえるか)などを考慮して購入することが大切です。

☎環境政策課(内線226、227)

「市長への手紙」85件 平成26年度前半のまとめ

開かれた市政を進めるため、市は市民の皆様の市政に対するご意見やご提言がメール、ファクス、手紙で市長へ直接届く「市長への手紙」事業を行っています。

今年の4～9月は、合計59人の方から85件の貴重なご意見やご提言をいただきました。

内容を項目別にみると、ご意見は福祉、道路、教育、環境など多岐にわたっています。

「市長への手紙」をいただいた方

手紙	メール	ファクス	市民ポスト	合計
27	17	4	11	59

項目別件数

項目	件数	項目	件数
交通安全	10	障がい者福祉	3
市内交通	10	競輪場	2
施設利用	10	防犯・防災	2
環境	6	保育・児童福祉	1
図書館	6	高齢者福祉	1
道路	4	JR向日町駅	1
教育	4	上下水道	1
職員	4	その他	20
		合計	85

☎秘書広報課(内線295、FAX922 - 6587)

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

平成25年度 第2次向日市男女共同参画プランの実施状況

本プランは、3基本目標・8基本課題・20基本施策で構成され、各課においてその事業実施に努めています。このたび、平成25年度事業の実施状況を取りまとめましたのでお知らせします。

基本目標	I 誰もが認め合うまちにしましょう (人権尊重、自立意識の育成、暴力の根絶)	II 誰もが出番と居場所があるまちにしましょう (女性と男性のあらゆる分野への参画促進)	III 誰もが安心安全健康に暮らせるまちにしましょう (身近な男女共同参画の推進)
基本課題	①人権尊重・男女平等意識を高めます ②主体的な選択ができる教育・学習を推進します ③女性に対するあらゆる暴力を根絶します	④政策・方針決定過程への女性の参画を推進します ⑤やりがいのある働く場づくりを推進します ⑥地域のみんで元気なまちをつくります	⑦健康な暮らしと安心な子育て・介護を支えます ⑧みんなの男女共同参画を広めます
基本施策	①固定的な性別役割分担意識の解消に向けた市民への働きかけ ②男女共同参画の視点に立った社会制度・慣行の見直し ③国際社会理解と市民平和運動の推進 ④男女平等を推進する教育・学習 ⑤多様な選択を可能にする教育・学習 ⑥女性に対する暴力防止対策の強化 ⑦相談体制の整備 ⑧被害者支援システムの整備・充実	⑨女性リーダーの発掘・育成・活用 ⑩審議会などへの女性登用促進 ⑪女性職員の登用促進 ⑫就業における男女共同参画の推進 ⑬ワーク・ライフ・バランスの普及・促進 ⑭多様な活動への男女の参画促進 ⑮あらゆる人の社会参加の推進	⑯生涯にわたる女性の健康支援 ⑰子育て支援の充実 ⑱介護環境の充実 ⑲男性、子どもにとっての男女共同参画 ⑳生活上の困難に直面する男女への支援
実施事業数	47 (49)	35 (32)	32 (34)
全事業数	68	55	50

※カッコ内は平成24年度の数値です。

※詳しくは、市ホームページまたは情報公開コーナーで閲覧できます。

☎市民参画課(内線291)

催し情報

講座・教室

まなぼうや講座の催し

歴史講座(2)

「向日市史」で上植野町の歴史を読みます。

- 日時/12月6日(土)午後2時～4時
- 講師/長谷川澄夫さん(「向日市史」近世執筆委員)
- 対象/成人30人
- 参加費/400円(資料代など)
- 持ち物/筆記用具

生け花教室

正月花の「おもと」を生けます。

- 日時/12月7日(日)
①午後1時15分～3時 ②午後3時～5時
- 講師/島せつ子さん(まなぼうや会員)
- 対象/①成人7人 ②成人8人
- 参加費/1,800～2,100円(花材料費を含む)
- 持ち物/はさみ、剣山(約9cm以上)、持ち帰り用袋

いすれも

- 場所/中央公民館
- 申込み/11月17日(月)～12月1日(月)までに、向日市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834)へ。定員になり次第締め切り。

学校支援ボランティア養成講座

「読書で実践!こころの体操 -子どもと一緒に本を読もう-

- 日時/12月17日(水)午前10時～正午

- 場所/市民会館
- 講師/今関信子さん(児童文学作家)

- 申込み/電話またはファクスで、教育委員会 生涯学習課(内線834、FAX931 - 2555)へ。定員(60人)になり次第締め切り。

広告

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/11月30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
- ☎産業振興課(内線844)

※「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 農政係へお問い合わせください。



個人事業税は期限内に納付しましょう

個人事業税(第2期分)の納期限は12月1日(月)です。お送りしました納付書により、金融機関や府の納税窓口、コンビニエンスストアで納期限までに納付してください。

☎京都西府税事務所 個人事業税課 ☎326 - 3346

人権研修会「これからの人権教育で大切なこと～人権教育の最近の動向をふまえて～」

- 日時／12月13日(土) 午前10時～11時30分
- 場所／市民会館
- 講師／上杉孝實さん(京都大学 名誉教授)
- 申込み／12月11日(木) までに、電話またはファクスで教育委員会 生涯学習課(内線834、FAX931 - 2555)へ。定員(60人)になり次第締め切り。
- ※手話通訳・要約筆記、一時保育あり。要予約ですので、12月5日(金)までにお申込みください。



趣味・教養講座「寄せ植えを楽しむ」～クリスマスから新春に向けて～

- 日時／12月18日(木) 午前10時～正午
- 場所／寺戸公民館
- 講師／中山加奈子さん(園芸店経営)
- 対象／向日市在住・在勤の方30人
- 参加費／1,500円(材料費)
- 持ち物／軍手、移植コテ、少し大きめの持ち帰り用袋2つ
- 申込み／12月2日(火)から、直接または電話で寺戸公民館(☎933 - 0031、月曜日と土曜日午後を除く午前9時～午後5時)へ。定員になり次第締め切り。

天文

天文館の催し

■天体観望会「惑星と秋～冬の星座」

- 日時／12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／12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(12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	向日市向日町	観望希望日 (12月13日)
向日市南山区	向日市向日町	代表者住所氏名
向日市天文館	向日市向日町	代表者電話番号
向日市天文館係	向日市向日町	全参加者氏名・年齢 (※5人まで)

↑返信用(表) ↑往信用(裏)

■クリスマスコンサート

- アコーディオンやギター、ピアノの生演奏をお楽しみください。当日夜の星空解説もあります。
- 日時／12月20日(土) 午後3時30分～4時30分
 - 出演／U - full (ウフル)さん
 - 申込み／11月15日(土) から、直接または電話で天文館(月・火曜日、祝日を除く)へ。定員(80人)になり次第締め切り。
 - ※当日午後のプラネタリウム一般投影はありません。
- いずれも□
- 場所／天文館
 - ☎天文館 ☎935 - 3800、FAX935 - 4380

子育て

子育てサポート「おひさま」

- 日時／12月6日(土) 午前10時～正午
- 内容／リトミック
- 場所／あひるが丘保育園(物集女町北ノ口)
- 申込み／開催日1週間前までに電話またはファクスで、あひるが丘保育園(☎921 - 0005、FAX921 - 0040)へ。

スポーツ

向日市スポーツ文化協会の催し

■トレーニング講習会

トレーニング室を利用するための講習会です。申込み時に、登録料(1,000円)と顔写真(3cm×2.5cm)が必要です。



- 日時
 - 12月5日(金) 午後1時30分～2時30分
 - 12月10日(水) 午後7時～8時
 - 12月16日(火) 午前10時～11時
 - 12月21日(日) 午後1時30分～2時30分
- 場所／市民体育館
- 対象／18歳以上の方各日5人(21日のみ15人)
- 服装・持ち物／動ける服装、上靴
- 申込み／11月25日(火) 午前10時から直接お申込みください。定員になり次第締め切り。

■トレーニングアドバイスタイム

すでにトレーニング室登録証をお持ちの方に、トレーニングの方法や、器具の使い方などをアドバイスします。

- 日時
 - 12月5日(金) 午後2時30分～3時30分
 - 12月16日(火) 午前11時～正午
 - 12月21日(日) 午後2時30分～3時30分
- 対象／市民体育館のトレーニング室登録証をお持ちの方
- 服装・持ち物／動ける服装、上靴、登録証、トレーニング室利用料(300円)

■スポーツデー

家族や友人とバドミントンや卓球をしませんか。事前予約なしでお楽しみいただけます。支柱やネット、卓球台は準備してあります。



- 日時／12月13日(土) 午前9時30分～11時30分
- 場所／市民体育館
- 参加費／1人300円(当日徴収)
- 服装・持ち物／動ける服装、上靴、用具
- ※用具は若干、貸し出しあり。

■京都府民総合体育大会駅伝競走

向日市代表選手 参加者募集

平成27年2月8日(日)に福知山市で開催される京都府民総合体育大会駅伝競走に、向日市代表として参加する選手を選考します。



- 日時／12月14日(日) 午前10時～ ※雨天決行
- 場所／向日町競輪場内 陸上トラック
- 種目／一般男女3,000m、高校男女3,000m、中学男女1,500m
- 参加条件
 - ①今年4月30日以前から駅伝競走参加時まで、引き続き京都府民であること
 - ②居住地、勤務地のいずれかが向日市内であること。ただし、前年の大会と異なる市町村から出場できるのは、転居、転勤または就職の場合とする
 - ③異なる市町村で他の競技に参加していないこと
 - ④一般、高校の部は、3,000mの記録が12分以内であること。中学の部は、1,500mの記録が6分以内であること
- 申込み／12月10日(水) までに電話で、公益財団法人向日市スポーツ文化協会へ。
- ☎公益財団法人向日市スポーツ文化協会 ☎932 - 5011

ゆめパレアむこう トレーニング1日体験会

- 日時／11月20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／受講料(各回500円)を添えて、直接、ゆめパレアむこう(☎934 - 7770、休館日を除く午前9時～午後10時)へ。電話での仮予約可。定員(各回3人)になり次第締め切り。

第25回乙訓地方小学生駅伝大会～乙訓ふるさとふれあい駅伝～

- 乙訓地域の小学校18校が参加し、大山崎小学校から向日市民体育館までの6区間9.28kmをチーム全員が力を合わせ、たすきをつなぎます。
- 日時／11月22日(土) 午後1時45分～ ※小雨決行
 - 主催／向日市教育委員会、長岡京市教育委員会、大山崎町教育委員会、乙訓地方小学校長会、乙訓小学校体育連盟
 - ※駅伝大会開催中、交通規制がかかります。
 - ☎教育委員会 学校教育課(内線814)

サービス情報

国民年金

11月30日は「年金の日」

厚生労働省は「国民一人一人、『ねんきんネット』等を活用しながら、高齢期の生活設計に想いを巡らしていただく日」として、11(いい)月30(みらい)日を「年金の日」としました。

この機会に「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでも年金記録を確認できるうえ、将来の年金受給見込額について、年金記録を基にさまざまなパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」は、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、京都西年金事務所(☎323 - 1170)にお問い合わせください。

福祉

生活にお困りの方の自立相談窓口

失業などにより、将来的に生活困窮になる心配のある方や家族が就職できず悩んでいる方など、さまざまな問題でお困りの方の相談を向日市社会福祉協議会の職員がお聞きし、経済的、社会的な自立を支援します。

「生活に困っているが、どこに相談したら良いかわからない」など、そんなときは一度、向日市社会福祉協議会 地域福祉係へお問い合わせください。

- 相談時間／月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前10時～午後5時
- 場所／福祉会館
- 対象／向日市在住で、経済的な問題などで生活にお困りの方(生活保護を受給されている方は対象外)
- ☎向日市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎932 - 1961

「暮らしの資金(冬期)」貸し付け

- 疾病や失業などで一時的にお金のやりくりが困ったり、緊急に資金を必要とする方のために「暮らしの資金」の貸し付け相談を受け付けます。
- 受付期間／12月1日(月)～12日(金) 午前9時～午後4時(土・日曜日を除く)
 - ※要予約
 - 貸付限度額／1世帯あたり10万円以内
 - 相談窓口／向日市社会福祉協議会 地域福祉係(☎932 - 1961)へ。

■ 人材募集

向日市立保育所 アルバイト保育士募集

- 対象／保育士登録が完了している方
- 勤務時間／午前8時30分～午後5時(時差勤務あり)
- 時間給／1,000円
- 申込み／市販の履歴書(写真貼付)に必要事項を記入し、保育士証(写し)を添えて子育て支援課保育係(内線344)へ。



平成26年度自衛官等募集

- 募集種目／陸上自衛隊高等工科学校生徒
- 受付期間／平成27年1月9日(金)まで
- ※推薦は12月5日(金)まで
- ※試験期日など、詳しくはお問い合わせください。
- ☎自衛隊京都地方協力本部 ☎803 - 0820
- 自衛官募集相談員の小山市次さん ☎922 - 6459
- HP <http://www.mod.go.jp/pco/kyoto/>

向日市子ども会指導者連絡協議会「大地」メンバー募集

- 向日市子ども会指導者連絡協議会「大地」に加入していただける方を募集しています。
- 子どもたちと一緒に、さまざまな体験学習を通じてリーダーに求められる知識や技術を身に付けませんか。
- 活動内容／ジュニア・リーダー養成講座における受講生の指導、活動補助(例) 野外炊飯事業、運動会、クリスマス会などの企画・運営
 - ※ジュニア・リーダー養成講座は、市内の小学5年生～中学3年生を対象にさまざまな体験学習を通じて、自分から物事に取り組む姿勢や仲間と一緒にひとつのものを作り上げていく力を身に付けることを目的とした事業です。
 - 募集対象／向日市内在住または在学でおおむね16～30歳までの方
 - 申込み／教育委員会 生涯学習課(内線835、電子メール gakusyu@city.muko.lg.jp)へ。

■ そのほかのお知らせ

動物の飼育に関するお願い

ペットを飼うことは、そのペットが生涯にわたり快適な環境で暮らせるよう愛情と責任を持つことです。



- 動物を虐待したり遺棄することは、法律で禁止されています。動物は命ある生き物です。飼い主は、家庭動物などの習性をよく理解し、最後まで愛情を持って飼いましょう。
- 飼い主は、飼育する動物が人に危害を加えたり近隣に迷惑をかけたりにすることがないように、責任を持って飼いましょう。
- 犬を飼うときは、市への登録と年1回の狂犬病予防注射が法律で義務付けられています。飼い主は責任を持って、必ず登録と注射を行いましょう。
- ☎環境政策課(内線226)

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。

スポーツ フレンドシップ協定連載 ハンナリーズ編

運動後の栄養摂取は必ず 北川トレーナーの健康づくりコラム④

向日市の皆様こんにちは。今回は食欲の秋ということで、栄養についてお話したいと思います。今回のお話は特に部活動などをされているお子さんや学生さんにお伝えできればと思います。

■ゴールデンタイムを逃すな■

運動により人間はエネルギーを消費します。特に運動直後は「疲れ」を感じますが、これはダメージを受けた体がそれを修復するための材料を求めているサインとなります。特に運動直後30～45分の間が「ゴールデンタイム」といわれており、この間に何らかの栄養を摂取することが大事です。

スポンジをイメージしていただきたいのですが、運動直後の状態がちょうどスポンジの水分がなくなっている状態です。このタイミングで栄養を摂取すると、スポンジが水を一気に吸い上げるように、とても効率よく体内に栄養を取り込むことができます。部活動などの運動直後にしっかりした食事を摂るといのは、時間的環境的にも難しくなりますので、メインの食事をする前の間食として、摂取しやすい軽食(バナナ、おにぎり、サンドイッチ、エネルギーゼリー、プロテインなど)を用意し、運動後速やかに摂取することが肝要です。

人間は体内のエネルギーが枯渇すると、自分の体の筋肉をエネルギーとして使い始めます。つまり、一生懸命トレーニングしても、ゴールデンタイムに何らかの栄養摂取がないと、筋肉が使われて結果的に筋肉量が減少していく、という事態にもなりかねません。

■栄養摂取までもがトレーニングの全て■

京都ハンナリーズでは、練習直後や練習中にも速やかに栄養を取れるように、バナナ、エネルギーゼリー、プロテインを用意しています。疲労回復の促進、けがの予防、筋肉量減少の予防のためにも、常にこのゴールデンタイムを意識して、栄養摂取までもがトレーニングの全てという意識をもち、活動していただければと思います。

(北川雄一・京都ハンナリーズ
アスレティックトレーナー)



▲栄養摂取をしやすい軽食(バナナ、エネルギーゼリー、プロテインなど)

家族や友達、お子さんと みんなで京都ハンナリーズを応援しよう

- 11月22日(土)午後6時～、23日(日)午後4時～ (vs.新潟アルビレックスBB)
ハンナリーズアリーナ(京都市右京区)
- 12月13日(土)午後6時～、14日(日)午後2時～ (vs.富山グラウジーズ)
京都府立山城総合運動公園(太陽が丘)体育館(宇治市広野町)



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

消費生活トラブルにご用心



インターネットショッピング 支払い方法など事前にチェックを

相談事例

ネットで欲しい商品を見つけたが、ネットショッピングは初めてで不安。トラブルも多いと聞くと、どのようなことに注意すればよいか教えてほしい。

アドバイス

ネットショッピングは、相手の対応を気にすることなく、好きなときにいつでも利用することができて大変便利ですが、実際の商品を見ることができないため、イメージとは違っていたり、代金を前払いで支払ったが商品が届かず、業者と連絡が取れなくなったなどのトラブルが起こっています。また、最近では実在するサイトを模倣した「なりすましサイト」や「海外通販サイト」によるトラブルも急増しています。

ネットショッピングを利用する際には、店のサイトの記載事項をよく読み、次の点に注意してください。

- ①住所、電話番号、代表者または責任者の氏名などが書かれていますか。
必ず確認し、これらに不備がある店からは購入しないほうが安全です。
- ②支払い方法を確認しましょう。
前払いや代金引換の場合、商品を受け取る前、あるいは商品を確認する前に代金を支払うことになり、危険性が高くなりますので避けたほうが安心です。
- ③返品に関する記載はありますか。
返品に関する記載内容を必ず確認しましょう。通信販売にはクーリング・オフ制度がありません。しかし、返品に関する記載がない場合、商品到着後8日以内であれば、消費者が送料を負担することで返品ができます。
- ④注文した内容、業者からのメールや確認画面は保存しましょう。
- ⑤商品が到着したら中身をチェックしましょう。
万一、注文品とは違うものや、壊れた商品が届いた場合、すぐに店に連絡しましょう。
不安なときやお困りのときは、消費生活相談室までご相談ください。

■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

お問い合わせ 防災安全課(内線235)

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」 麻薬・覚せい剤乱用防止運動実施中

薬物乱用は、周囲の人から誘われて好奇心や興味本位で手を染めるケースが多くみられます。「やせられる」「気分が良くなる」などの甘い誘い文句や覚せい剤を「エス」「スピード」などと呼んで、乱用薬物とは分からないように誘われることもあります。

薬物乱用に対する理解を深め、絶対に手を出さないという自覚が大切です。

☎乙訓保健所 環境衛生室 ☎933 - 1241



西国街道 式
右手に東向日駅を見て阪急京都線の踏切を渡ると、目につくのが築神講の常夜灯。写真左。「太神宮」と刻まれており、1842(天保13)年に、伊勢参りの講のひとつ・築神講の手で建てられた。今は、家並に隠れているが、かつては明かりが灯され西国街道を往来する人々の安全を守っていた。

温かい地域のつながり

歩を進めると、大原野道との分岐に、梅ノ木の道標が4本ある。「大原の神社」ほっぽばだい(宝善菩提院)を受け止めているようだ。

お地蔵さんの祠も多く、この600メートルの間に3か所ある。一番北の地蔵さんは「お早うございませう。今日も一日お

「元気で」のメッセージ。南は「六万地蔵尊」の祠に7体の地蔵さん。隣接する町内会の人々が花や水を世話している。「珍しい。南向きで、縁起がよい」そうだ。夜は提灯に明かりがつく。隣の愛宕灯籠にも灯が入る。写真右。街道と地域の人の温かいつながりが伝わる。

