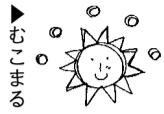


主な記事

- バランスシートで見る向日市の財政状況…2面
- 人口動態職業・産業調査にご協力ください…2面
- くらしの情報…3～4面
- 向日市障害者計画策定委員会市民委員募集…5面
- 市民の情報掲示板…5面
- 街道みちくさウォーク…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ざしましょう
 - 1 働くよる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)

●向日市役所 / 〒617-8665 京都府向日市寺戸町中野20
 ☎075 (931)1111 FAX075 (922)6587
 HP <http://www.city.muko.kyoto.jp/>
 ●編集/秘書広報課(内線240)

3月と4月は、転入・転出などに伴う手続きが多くなる時期です。
 向日市では、転入・転出などの手続きができるよう3月28日(土)、
 29日(日)と4月4日(土)、5日(日)に市役所の一部を開庁し、窓口業
 務を行います。
 平日の開庁時間内に手続きができない方は、ぜひご利用ください。



市役所窓口の一部開庁

3月28日(土)、29日(日)、4月4日(土)、5日(日)
 午前9時～午後1時

取り扱う主な業務	担当課
転入・転出・転居などの住民異動届(住民基本台帳カードを使った特例の転入届を除く)、各種証明書発行	市民課(内線201) ①
課税証明などの各種証明書発行	税務課(内線223) ①
国民健康保険・後期高齢者医療・医療費助成制度(京都子育て支援医療など)の資格取得・喪失・変更手続き	医療保険課(内線332、335) ②
介護保険の資格取得・喪失・変更手続き	高齢介護課(内線371) ②
障害者手帳や自立支援医療などの変更手続き	障がい者支援課(内線340) ②
児童手当などの手続き	子育て支援課(内線349) ②
小・中学校の転校などの手続き	学校教育課(内線818) ③

●開庁場所



※関係機関に問い合わせが必要な場合など、内容によっては当日中に手続きが終了しないこともあります。ご不明な点は事前に各担当課へお問い合わせください。

京都府議会議員一般選挙 4月12日(日)

午前7時～午後8時

期日前投票

4月4日(土)～4月11日(土)
 午前8時30分～午後8時(土・日曜日も投票できます)
 市役所第1会議室(本館東棟)

選挙公報

4月7日(火)ごろ皆様のご家庭に配布します。

投開票速報

この選挙の投票および開票速報(向日市分)は、向日市ホームページでお知らせします。

お問い合わせ 向日市選挙管理委員会(内線510、511)

バランスシートで見る 向日市の財政状況

市民一人当たりの 資産88万 負債29万

平成25年度末の市の財政状況について、新地方公会計モデル(総務省改訂モデル)により、バランスシート(貸借対照表)を作成しました。

地方公共団体は、一般に現金で収入、支出の経理を行っています。しかし、これだけでは市が保有している財産(資産)、将来の負担(負債)などの状況を把握できません。

バランスシートでは、現金の流れだけではなく、不動産などを含めた市が保有する財産(資産)の価値や、借入金などの将来の負担(負債)額の状況を知ることができます。

	平成25年度		平成24年度	
	向日市一般会計	市民1人当たり	向日市一般会計	市民1人当たり
資産合計(A)	477億8442万3千円	88万0千円	466億5001万5千円	86万0千円
有形固定資産	438億2001万2千円	80万7千円	429億864万3千円	79万1千円
投資等	8億7812万3千円	1万6千円	8億7701万4千円	1万6千円
流動資産	30億8628万8千円	5万7千円	28億6435万8千円	5万3千円
負債合計(B)	159億9134万7千円	29万4千円	156億7767万1千円	28万9千円
固定負債	149億3233万6千円	27万5千円	146億2517万6千円	27万0千円
流動負債	10億5901万1千円	1万9千円	10億5249万5千円	1万9千円
純資産合計(C=A-B)	317億9307万6千円	58万6千円	309億7234万4千円	57万1千円

(平成25年度末人口54,290人、平成24年度末人口54,248人)

資産(財産)は？

資産は、市が保有する建物や土地のほか、現金や債権などの財産を指しますが、その主なものは次のとおりです。

- 有形固定資産
 - 学校・図書館など教育関係 約183億6千万円
 - 道路など土木関係 約182億4千万円
 - 保育所・老人福祉センターなど民生関係 約29億5千万円
- 投資等
 - 特定の目的のために積み立てた基金など 約8億8千万円
- 流動資産
 - 現金・預金など 約28億1千万円

負債は？

負債は、地方債(借入金)の償還など将来の市民が負担する一切の債務のことを言いますが、その主なものは次のとおりです。

- 固定負債
 - 地方債(借入金)の借入残高 約121億6千万円
- 流動負債
 - 翌年度に支払う予定金額 約10億6千万円

純資産は？

資産から負債を差し引いた額が純資産であり、平成25年度末では約317億9千万円、市民1人当たり58万6千円の純資産を保有していることになります。

☎財政課(内線285)、FAX922 - 6587

人口動態職業・産業調査にご協力ください

厚生労働省では、人口動態職業・産業調査を実施します。この調査は出生・死亡・死産・婚姻・離婚の人口動態事象と職業や産業との関連を明らかにし、公衆衛生、労働衛生、社会福祉などの基礎資料として活用するためのものです。皆様のご協力をお願いいたします。

□調査対象者

出生・死亡・死産・婚姻・離婚の届け出をされる方

□調査期間

●出生・死亡・死産

平成27年4月1日～平成28年3月31日に発生し、次の期間に届け出られたもの。

- 出生届…平成28年4月13日まで
- 死亡届…平成28年4月6日まで
- 死産届…平成28年4月7日まで

●婚姻・離婚

平成27年4月1日～平成28年3月31日に届け出られたもの。

ただし、調停・審判・和解・請求の認諾または判決により離婚を届け出られた場合、調査期間内に成立・確定または認諾し、平成28年4月9日までに届け出られたもの。

□調査方法

各届け出をされるときに、職業を届け書に記入していただきます(死亡届のみ、併せて産業も記入)。

●調査事項

- 出生届…子が生まれたときの父母の職業
- 死亡届…死亡したときの本人の職業・産業
- 死産届…死産があったときの父母の職業
- 婚姻届…同居を始める前の夫妻の職業
- 離婚届…別居する前の夫妻の職業

※市民課の窓口では「出生・死亡・死産・婚姻・離婚の届け出をされる方(職業・産業例示表)」を備え付けていますので、各届け出をされる方は参考の上ご記入をお願いします。記入方法など、わからない場合は窓口でお尋ねください。

☎市民課(内線212、213)、FAX922 - 6587、電子メールshimin@city.muko.lg.jp

桜まつり

向日神社

4月4日(土) 午前11時45分～午後8時

(かがり火は夕刻～午後8時)

4月5日(日) 午前10時30分～午後5時

- 主催/向日市商工会
- 共催/向日市工業会、向日市商店会、向日えきえきストリート
- 協賛/向日神社、向日市観光協会

☎向日市商工会(☎921 - 2732)

第1回 梅小路フェス!

!Do You KYOTO?!

多くの方にエコへの関心や知識をもっていただくことができるイベントです。

●日時/3月28日(土)、29日(日) 午前10時～午後4時

●場所/梅小路公園(京都市下京区)

☎梅小路フェス! Do You KYOTO? 実行委員会 ☎080 - 6185 - 0512



まちの話題

市内全小中学校・全公民館の空調整備が完了しました

児童の健康管理と学習環境の向上を目的としたエアコン設置工事が、今年度、全ての小中学校で完了しました。

また、昨年6月には物集女、寺戸、森本、鶏井冠、上植野の全地区公民館で空調設備が更新されました。

季節にかかわらず、快適に学習や市民活動が行える環境が整いました。



市内全小中学校の耐震化率100%を達成しました

災害時における児童の安全を確保するための、小中学校校舎や体育館の耐震補強工事が全て完了しました。市内の全小中学校が国の安全基準をクリアし、子どもたちに安心・安全に過ごしていただけるようになりました。

また、体育館ではつり天井の落下防止対策を同時に行い、災害発生時に地域の方たちの避難場所としての役割も果たせるようになりました。



「歴史的風致維持向上計画」(案)への意見募集結果

12月12日(金)～25日(木)に、「歴史的風致維持向上計画」(案)への意見募集(パブリックコメント)を行ったところ、6人の方からご意見が寄せられました。

お寄せいただいたご意見と、それに対する市の考え方をまとめましたので、公表します。

詳しくは、市ホームページ (<http://www.city.muko.kyoto.jp/>) または市役所情報公開コーナー(本館1階)をご覧ください。

企画調整課(内線280)

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

スポーツ

向日市スポーツ文化協会の催し

■京都ハンナリーズバスケットボールスクール■

京都ハンナリーズの現役コーチ、トレーナーがカリキュラムを作成し、バスケットボールのスキルアップとともに社会に必要な力を育てます。

入会特典として、会員証と特製Tシャツをプレゼントします。

●日時/月曜日(毎月3回開催)

○キッズクラス(小学1～3年生)午後6時～7時20分

○ジュニアクラス(小学4～6年生)午後7時25分～8時45分

●参加費/入会金2,700円、月会費4,860円、保険代(年間)800円

※体験は1回1,080円

●申込み/印鑑と参加費をお持ちの上、直接お申込みください。定員(各クラス30人)になり次第締め切り。

■ストレッチ&トレーニング講座■

ウエーブしたストレッチ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/4月14日(火)午前10時～11時

●対象/18歳以上の方11人

●参加費/500円(当日収受)

●申込み/3月16日(月)午前10時から、電話でお申込みください。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。

■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

○4月2日(木)午前10時～11時

○4月10日(金)午後1時30分～2時30分

○4月21日(火)午後7時～8時

○4月29日(祝)午後1時30分～2時30分

●対象/18歳以上の方各日5人(29日のみ15人)

●服装・持ち物/動ける服装、上靴

●申込み/3月25日(水)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

○4月2日(木)午前11時～正午

○4月10日(金)午後2時30分～3時30分

○4月29日(祝)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)

■京都府民総合体育大会

ソフトバレーボール競技 予選会■

市町村交流種目ソフトバレーボール競技(成年の部)向日市代表選手選考のための予選会を行います。優勝チームは第38回京都府民総合体育大会に出場します。

●日時/4月26日(日)午前9時(競技開始は午前9時50分)

●チーム構成/9人=監督1人、選手30歳代4人(男女各2)、40歳以上4人(男女各2)

●対象/平成27年4月1日に規定の年齢になっている向日市在住・在勤の方

●募集数/16チーム(超えた場合は抽選)

●参加費/1チーム1,000円

●申込み/3月15日(日)～21日(祝)までに申込書に参加費を添え、直接お申込みください。

■バレーボールクリニック■

パス、スパイク、ゲームまでの基本練習。

●日時/4月15日(水)午前10時～11時30分

●対象/18歳以上の女性16人

●参加費/600円(当日収受)

●申込み/4月14日(火)の午前10時30分から、電話でお申込みください。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。

□いずれも□

●場所/市民体育館

●申込み先/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)

キッズダンス教室体験会

楽しくダンスを始めてみませんか。幼児クラス(3～6歳対象)、初心クラス(5歳以上)の体験会を実施しています。

●日時

○幼児クラス/毎週月・火曜日の午後3時50分～4時20分

○初心クラス/毎週月・火・水曜日の午後4時25分～5時10分、毎週水曜日の午後5時15分～6時、毎週土曜日の午後4時45分～5時30分

●場所/ゆめパレアむこう

●参加費/1回500円

●申込み/直接または電話で、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。



天文

天文館の催し

■皆既月食特別観望会■

皆既月食を、望遠鏡や双眼鏡で観望します。また、天体観測室で撮影した月の映像をプラネタリウムのスクリーンに中継。ゆっくり座って月を楽しむこともできます。

●日時/4月4日(土)午後7時30分～9時30分

●申込み/3月15日(日)から直接または電話で、天文館へ。中学生以下の方は保護者同伴。定員(120人)になり次第締め切り。

※お車での来場はご遠慮ください。

■天体観望会「木星と春の星座」■

●日時/4月11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/4月1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(4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(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 天体観望会係	向日市 南山82の1 向日町	観望希望日 (4月11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) ↑往信用(裏)

□いずれも□

●場所/天文館

☎天文館☎935-3800、FAX935-4380

■ 図書

大人の朗読会



午後のひととき、朗読の世界に耳を傾けませんか。当日、自由にご参加いただけます。

- 日時／3月17日(火) 午後1時30分～3時
- 場所／図書館
- 内容／「十二月の苺」巖谷小波 作、「松風」竹西寛子 作、「幸福番号」阿刀田高 作、「鬼ぞろぞろ」舟崎克彦 作、「ごめん」唯川恵 作

☎図書館 ☎931 - 1181

■ 文化・芸能

京都・西の観光 ミステリークイズラリー・乙訓歴史探訪ツアー

各ポイントで道先案内人から行き先を聞き出して、乙訓2市1町のおすすめの場所を巡ります。クイズ成績優秀者には景品をプレゼントします。

ゴール地点では、抽選会や物産展、ゆるキャラ撮影会など楽しいイベントもあります。

- 日時／3月21日(祝) 午前9時～午後3時

※受付は朝堂院公園(午前9時～10時)。ゴールは阪急大山崎駅周辺の名所。事前申込み不要。

※途中、電車の利用もできます。運賃は自己負担。

☎産業振興課(内線845)

青少年健全育成「市民ふれあいコンサート」

市内の中学、高校の吹奏楽部などが演奏します。

- 日時／3月21日(祝) 午後1時30分～(1時開場)
- 場所／市民会館ホール

☎教育委員会 生涯学習課(内線835)

■ 講座・教室

まなぼうや「エコ土づくり教室」

「生ごみ堆肥」を使って園芸用の土を作ります。

- 日時／4月17日(金) 午後2時～4時
- 場所／中央公民館
- 講師／谷本於規光さん(野菜づくりの会、土のめぐみ代表)
- 対象／成人30人
- 参加費／320円(教材費含む)
- 持ち物／筆記用具、持ち帰り用袋(3ℓ入る丈夫なもの)
- 申込み／3月16日(月)～30日(月)までに、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834)へ。定員になり次第締め切り。

■ そのほかの催し

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／3月29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844)

サービス情報

■ 子育て

「京都子育て支援医療費受給者証」返却のお願い

■平成14年4月2日～15年4月1日生まれのお子さんがある保護者の皆様へ■

京都子育て支援医療費受給者証の有効期限は3月31日までです。4月以降は使用できませんので、お持ちの方は、医療保険課福祉医療係(内線342)へ返却をお願いします。郵送可。

■ 税

固定資産税の縦覧

平成27年度土地・家屋価格等縦覧帳簿を縦覧できます。市内にある土地・家屋の評価額などを確認できます。

- 期間／4月1日(水)～6月1日(月)午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日、振替休日を除く)
- 場所／税務課 固定資産税係
- 縦覧できる方／納税義務者本人か納税管理人および代理権を有する代理人(委任状が必要)
- 縦覧に必要なもの／印鑑、前年度の納税通知書(ない場合、縦覧する方本人であることが確認できるもの)

☎税務課 固定資産税係(内線225、255)

■ 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。

■ 道路

私道の整備 補助金を交付します

生活環境の向上や交通安全を図るため、町内会などで共同して私道の舗装などの新設や改良を行われる方に対して、私道整備補助金を交付します。

- 主な対象工事内容／路面舗装、雨水排水施設(側溝など)、交通安全施設(カーブミラーなど)の新設・改修など
- 主な対象要件
 - 幅員1.8m以上の通り抜け道路、または幅員2.7m以上の行き止まり道路であること
 - 市長が認定する工事費が5万円以上であること
 - 私道に隣接する土地に、住居に使用する建築物が3戸以上あること
 - 私道の所有者や私道に隣接する地権者など全員の同意を得ていること
 - 明確な道路形態を有し、築造後5年以上経過していることなど
- 施工業者／建設業法に基づく許可を有し、向日市内に営業所を置く建設業者
- 補助率／市長が認定する工事費の上限85%

☎道路整備課(内線210、263、264)

「道路ふれあい月間」標語募集

国土交通省は、毎年8月を「道路ふれあい月間」として、道路の正しい利用や道路愛護活動の推進に努めています。その一環として、平成27年度「道路ふれあい月間」推進標語を広く募集します。

詳しくは、国土交通省のホームページをご覧ください。

- 募集期間／3月31日(火) 必着
- 応募資格／小学生以上

☎国土交通省 道路局 道路交通管理課 総務係 ☎03 - 5253 - 8111

■ 相談

不動産無料相談会

不動産鑑定士が、土地の評価・賃料・権利関係・有効利用などの相談に応じます。

- 日時／4月3日(金) 午前10時～午後4時(受付は3時30分まで)
- 場所／京都商工会議所(京都市中京区)

☎公益社団法人 京都府不動産鑑定士協会 ☎211 - 7662

■ 医療

ひとり親家庭医療の期間延長となる方は申請を

受給者証の有効期限が平成27年3月31日までの方で、4月以降も高等学校に在籍される方は、在学証明書、健康保険証、ひとり親家庭医療受給者証、印鑑を持って、期間延長の手続きをしてください。

有効期限が過ぎた受給者証は使用できませんので、お持ちの方は、医療保険課 福祉医療係(内線334)へ返却をお願いします。郵送可。

福祉医療費受給者証(老人医療分)を郵送します

現在、福祉医療費受給者証(老人医療分)をお持ちの方で、平成27年4月1日に70歳に達していない方には、有効期限が7月31日(7月までに70歳になる方は誕生月の末日)の受給者証を3月末までに郵送します。

老人医療は、平成27年4月1日から、医療機関での自己負担割合がこれまで1割だった方については2割に変更されることになりました。

4月1日以降に医療機関などで受診される際は、今回郵送する新しい受給者証をお使いください。

なお、昭和19年4月2日から昭和20年3月1日生まれの方を対象に老人医療の認定期間が延長されていた「老人医療臨時特例事業」は、平成27年3月31日で終了します。

☎医療保険課 福祉医療係(内線334、342)

老人(65歳以上70歳未満の方)・ひとり親・障がい者・重度心身障がい老人の方の医療費負担を軽減します

老人(自己負担の一部を公費で助成)・ひとり親・障がい(自己負担を公費で助成)の福祉医療制度を受けることができるのは、次のいずれかに該当する方です。いずれも本人、配偶者、扶養義務者に所得制限があります。

申請には健康保険証、印鑑、身体障害者手帳または療育手帳(お持ちの方のみ)が必要です。詳細は、医療保険課 福祉医療係にお問い合わせください。

- 老人医療／65歳以上70歳未満の方で、
 - ①1人暮らしの方
 - ②老人世帯(60歳以上の方のみで構成される世帯)の方
 - ③所得税非課税世帯(世帯員全員が非課税)の方
- ひとり親家庭医療／平成27年3月31日現在で18歳(高校卒業)までのひとり親家庭の児童とその親
- 障がい者医療／65歳未満の方、65歳以上で後期高齢者医療の被保険者でない方で、
 - ①身体障害者手帳1～2級の方
 - ②療育手帳A判定の方
 - ③身体障害者手帳3級で市民税非課税世帯の方
- 重度心身障がい老人健康管理事業／65歳以上の後期高齢者医療の被保険者で、
 - ①身体障害者手帳1～2級の方
 - ②療育手帳A判定の方
 - ③身体障害者手帳3級で市民税非課税世帯の方

☎医療保険課 福祉医療係(内線334、342)

■ そのほかのお知らせ

自動車の登録手続きはお早めに

年度末にあたる3月は、登録手続きが1年中で最も集中します。また、本年4月に税率の見直し実施されることもあり、年度内の車の購入に伴う駆け込み登録が増えることも見込まれます。

3月下旬は、窓口がたいへん混雑し、待ち時間が非常に長くなることが予想されます。手続きは、お早めにお済ませください。

☎近畿運輸局 京都運輸支局 登録部門 ☎050 - 5540 - 2061

危険ドラッグ 買わない・使わない・かかわらない

危険ドラッグの吸引による意識障害や嘔吐、けいれん、錯乱などで、救急搬送されたり、死亡したりする事件が全国で相次いでいます。また、危険ドラッグを吸引して自動車を運転し、交通事故を引き起こす事件なども発生しています。

危険ドラッグは、たった一度の使用でも危険です。またゲートウェイドラッグ(薬物乱用の入り口となる薬物)として、大麻や覚せい剤などの薬物乱用にもつながりかねません。

●個人の所持・使用も違法です

薬事法が改正され、平成26年4月1日から、法で規定される「指定薬物」と「指定薬物が含まれる違法(危険)ドラッグ」が、覚せい剤と同様に、製造・販売だけでなく、個人の所持・使用についても「違法」となり、処罰の対象になりました。

●京都府の条例が施行されました

「京都府薬物の濫用の防止に関する条例」が、平成27年1月から全面施行されました。

〈主な規制内容〉

- 「危険薬物」の製造、販売、使用、所持等の全面禁止
- 「知事監視店舗」を指定し、販売、購入等の手続きを義務化
- 危険薬物である疑いのある物の販売等の「一時停止命令」

詳しくは、京都府ホームページ「京都府薬物の濫用の防止に関する条例の制定について」をご覧ください。

☎防災安全課(内線235)



みんなで応援しよう 京都サンガF.C.

向日市をホームタウンとする京都サンガF.C.のホームゲームに市民の皆様をご招待します。

●日時

- ①4月5日(日)午後2時～
(ジェフユナイテッド千葉)
- ②4月11日(土)午後2時～
(V・ファーレン長崎)

●場所/西京極総合運動公園陸上競技場兼球場(京都市右京区)

●席種/SB自由席(満席の場合はホーム自由席へご案内)

●対象/向日市在住の方各10組20人

●応募方法/3月23日(月)必着。往復はがきで次のとおりお申込みください。はがき1枚につき2人までご招待。応募多数の場合は抽選。

↓往信用(表) ↓返信用(裏)…何も書かないでください

610-0102 向日市 向日市広報ご招待係	代表者の 住所・氏名を お書きください。	代表者の ①氏名(ふりがな) ②住所 ③電話番号 ④希望する いずれかの試合 ※1枚につき2人までご招待
------------------------------	----------------------------	--

↑返信用(表) ↑往信用(裏)

※当選の発表は入場券引換はがきの発送をもって代えさせていただきます。

☎京都サンガF.C.ホームタウン推進課
☎0774-55-7603

向日市障害者計画策定委員会 市民委員募集

障がい者の総合的な福祉施策を計画的に推進し、障害者基本法に基づく障害者基本計画を策定するための委員会です。本市の障がい者福祉施策の今後のあり方を審議します。

- 募集人数/2人程度
※委員総数は20人以内の予定
- 応募資格/次の要件すべてに該当される方
 - 向日市在住で満20歳以上の方
 - 障がい者福祉に関心を持ち、年数回開催する策定委員会に出席できる方
 - 公務員または国・地方公共団体の議会議員でない方
- 任期/平成27年4月1日～平成29年3月31日
- 応募方法/任意の様式に応募動機を800字程度にまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、電子メールアドレスをご記入の上、直接お持ちになるか、郵送またはファクス、電子メールで障がい者支援課へご応募ください。
- 提出締切/3月27日(金)午後5時必着
- 決定の方法/書類選考
- 応募書類の取扱い/受け付けた書類は返却せず、当委員会の公募以外の目的に使用いたしません。
- 提出先・問い合わせ先
〒617-8665 向日市 障がい者支援課
☎931-1111(内線327)、FAX932-0800
電子メール syogai@city.muko.lg.jp

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

腕立て伏せ 北川トレーナーの健康づくりコラム⑥

向日市の皆様こんにちは。今回は腕立て伏せについて紹介させていただきます。これは、単純なようで実はとても奥の深いエクササイズで、正しく行えば健康増進、体力・筋力向上を簡単に行うことができるとても有意義なエクササイズです。腕立て伏せは、一般的に上半身(胸)の筋力トレーニングとされていますが、実は全身を強化できるトレーニングなんです。ベンチプレスでは、上半身の特定の筋肉しか鍛えることができませんが、腕立て伏せは、体幹や下半身の筋群も鍛えることができます。腕立て伏せを行う際のポイントは次のとおりです。

■ポイント■

- ①両足を閉じて、太もも、お尻、腹筋部に力を入れる(収縮させる)
- ②腕は体側に近づけて脇が開かないように
- ③手は胸の高さで中指は真正面を指している
- ④肩をすぼめた状態にならないように維持する
- ⑤首は顎が上がらないように胸に近づけるように維持する



以上のポイントを常に意識して、体を下ろすときにはゆっくりとしたスピードで、上げるときには少しスピードを速めます。また体を上げるときに、指で地面を強く握りながら、手のひらで地面を押しつぶすようにするとより強い力を出すことができます。

腕立て伏せができない場合は、次のような強度の低い腕立て伏せの方法もありますので一度試してみてもいいでしょうか。



北川雄一・京都ハンナリーズ アスレティックトレーナー

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



大学生に多い、友人の紹介「もうけ話」にご注意!

相談事例

息子が先輩からの紹介で、「必ずもうかる」投資について話を聞いてきた。本人には高額な契約金なのに、「借金してもすぐに返せるから大丈夫」と疑わない。心配だ。

アドバイス

「必ず利益が出る」投資やビジネスはありません。大学生を中心に、友人や知人から「契約すれば必ず利益が得られる」といった勧誘を受け、金融投資や、ビジネスに関する教材(DVDなど)を購入してしまうケースがみられます。

しかし、こういった投資や教材は内容が複雑で理解できないものであったり、価値がないことが多いです。さらに、利益が上がるどころか消費者金融で借り入れをして、高額な支払だけが残り、返済に困っているという相談が全国的に多数寄せられています。

また、友人や知人同士での勧誘や紹介などといったやり取りがもとで、人間関係を壊してしまう可能性があります。

断ってもしつこく勧誘することは法律で禁止されています。「不必要なものははっきり断る」ことが大切です。

万が一契約してしまった場合でも、勧誘方法によってはクーリング・オフできる可能性があります。早めに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232)

高齢者の交通安全③

反射材を着けましょう

反射材の装着で、より早くドライバーが発見できます

乾いた地面を時速60kmで走行している普通自動車が歩行者を発見してから止まるまでの距離は約45mです。反射材を身に着けていると自動車から約60m離れていても運転手は歩行者を確認することができます。



お問い合わせ 防災安全課(内線232)



梅ノ木の道標からスポーツセンターなどを過ぎ、物集女街道との交差へ。この辺りに中世の「寺戸」という。

先人しのぶ湯屋跡も

古代には「仏華林山願徳寺」という大寺院で、鎌倉時代に「宝菩提院」の名で密教の道場として再興された。応仁の乱などで伽藍を失ったが、本尊の「菩薩半跏像(一國定)は、変転を経て、今は大原野の勝持寺隣の宝菩提院願徳寺にある。



10年ほど前の調査で、湯釜を備えたかまど跡や石敷き遺構、建物跡などが発見され、平安前期の願

愛称 大原野道 おおはらのみち

阪急東向日駅近くの梅ノ木で西国街道から分岐し、大原野道が始まる。その昔、西方浄土を連想させる西山には、大原野神社や勝持寺をはじめ多数の社寺があった。



「宝菩提院願徳寺」に寄り道する。御旅所の前にあった案内板の「白鳳の泉」写真下IIがある。7世紀ごろから湧き出ていたといわれ、参詣の人々の渴きを潤したのだろう。今も少し清水が滴り落ちて

徳寺の湯屋(風呂)跡で日本最古と分かった。現在は地下保存で見えないが、住宅街の説明板II写真上IIが先人の知恵をしるはせる。道はこの先

