

11/15

平成21年(2009年)

No.946

広報 むこう

◎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 きれいな緑と水と空を守りましょう
- 1 働くよこごと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ざしましょう



●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) ●編集 秘書広報課 ●http://www.city.muko.kyoto.jp/

人権週間 ヒューマンウィーク in おとくに

ひとひと 女と男の

国際連合は、昭和23年(1948年)第3回総会で世界人権宣言が採択されたのを記念し、昭和25年(1950年)第5回総会において、世界人権宣言が採択された12月10日を人権デーと決めました。

我が国では、12月10日の人権デーを最終日とする1週間を人権週間と定めており、人権尊重思想の普及高揚のための活動が各地で展開されます。

市民の皆様も身近なことから人権について考えてみましょう。

いきいきフォーラム

12月12日(土) 午前10時～午後4時30分 市民会館ホール

このフォーラムは、女性も男性も一人の人間として人権が尊重され、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開催します。

午前の部

■映画上映 「ドリームガールズ」(字幕:戸田奈津子) ■
午前10時～午後0時30分(午前9時30分開場)



モータウン全盛の60年代から70年代を背景に、女性ボーカル・グループが辿る波瀾万丈のサクセスストーリーを華麗に綴る。

(C)表記
(c)2006 DreamWorks LLC and Paramount Pictures. All Rights Reserved. (c)2007 DreamWorks LLC and Paramount Pictures. All Rights Reserved.

午後の部

■講演「字幕の中に人生 ～ひとひとともに豊かに生きる～」戸田奈津子さん■
午後2時～4時30分(午後1時30分開場)



東京都出身。津田塾大学英文科卒。
好きな映画と英語を行かせる職業として、字幕づくりを志す。門は狭く、フリーの翻訳などをしながらチャンスを待つあいだ清水俊二氏に字幕づくりの手ほどきを受け、1970年に「野生の少年」「小さな約束」などの字幕を担当する。
さらに20年近い下積みを経て、1980年「地獄の黙示録」で本格的なプロとなり、その後、今までに担当した作品は1,500本を超える。

また、来日する映画人の通訳を依頼されるなど、長年の友人も多い。

(主な作品)

「E.T.」「インディーズ・ジョーンズ」「スター・ウォーズ」「パイレーツ・オブ・カリビアン」「ダ・ヴィンチ・コード」「レッド・クリフ」など多数

※午前の部・午後の部とも整理券が必要です。

- 定員/420人
- 一時保育/満1歳以上就学前までの幼児対象。午前・午後の部とも、定員10人。12月4日(金)までにお申込みください。
- ※手話通訳、要約筆記あり
- ※車いす席あり。12月4日(金)までにお申込みください。
- 整理券/11月24日(火)から市内の主な公共施設で配布
- 申込み・お問い合わせ/市民参画課☎931-1111(内線291)、FAX922-6587
- 電子メール sankaku@city.muko.lg.jp

同時開催

- NPO法人など活動紹介パネル展
子育て支援「ねこぼす」、NPO法人Aunjia(アウンジャ)、NPO法人働きたいおんなたちのネットワーク、京都人権啓発推進会議
- 人権啓発パネル展
- 人権相談室(人権擁護委員)
- ※ただし、人権相談室は、午前10時～正午のみ開催



昨年度に行ったパネル展の様子

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、山城人権ネットワーク推進協議会、京都人権啓発推進会議、京都府

お問い合わせ 市民参画課(内線291)

2009 向日市まつり



子どもたちに人気のキャラクターショー「仮面ライダーW(ダブル)」をはじめ、向日かぐや太鼓など多彩なステージや、昔遊びコーナーなどの「遊びの広場」、市民がつくる「市民ふれあい広場」など、盛りだくさんの内容です。
家族お揃いで秋の一日をお過ごしください。

11月21日(土) 午前10時～午後4時
22日(日) 午前10時～午後3時
場所:向日町競輪場

主な内容

ふるさとステージ、農業コーナー(新鮮な野菜、鉢花の直売、農産物品評会・展示・販売など)・商工コーナー(飲食店、生活用品、食料品、工業製品など展示・販売など)・市民ふれあい広場・遊びの広場・相談・PR・展示(小中学生優秀作品展、緑化ポスター展など)

お問い合わせ
向日市まつり実行委員会事務局・市民参画課(内線250、369)



まちの話題

「市長への手紙」平成21年度前半のまとめ

市政についての市民の皆様のご意見がメール・ファックス・手紙で市長へ直接届く制度を設けています。今年の4～9月は、合計77人の方から100件にもおよぶ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、歩道の整備など道路についてのご意見などが14件と最も多く、市の制度などについてが9件、JR向日町駅や交通安全についてのご意見がそれぞれ8件と続きました。

ご意見やご提言をいただいた皆様には、市長から直接回答をお送りしていますが、今回は、個人が特定されるものなどを除き紹介します。

Q 地域健康塾を利用していますが、体の調子がよくなりました。ストレッチ体操、インストラクターの方の健康や食事の話、本当にすばらしいと思います。寺戸コミセンでは多くの人で場所が狭い感じです。

今後もこんな活動をどんどん進めてください。
(寺戸町、70歳代、女性)

A 地域健康塾につきましては、地域の高齢者の皆様が軽体操や健康についての話題などを通じて交流ができる場として、平成17年から実施しています。

今回、「体の調子がよくなりました」とのご意見をいただき、とても嬉しく思うとともに、今後の励みとしていきます。

Q JR向日町駅を車いすでホームまで行けるようにしていただきたいです。

どうしても電車でないと行けないところもあり、今のJR向日町駅は車いすでは使用できないため、JR京都駅へは、タクシーで桂川駅へ行ったり、阪急、地下鉄を利用して行くことになります。

また、JR向日町駅と阪急東向日駅までの道は怖い思いをすることが多いです。
(寺戸町、60歳代、女性)

A JR向日町駅につきましては、ホーム連絡通路が幅の狭い地下道となっているため、駅の利用者、特に障害のある方や高齢者の方々にとって大変利用しづらい状況です。

このため、駅舎の改築についてJR西日本と協議をするなかで、東西自由通路の整備を計画しています。

これにより、駅舎にエレベーター、エスカレーターの設置や身障者用駐車スペースの確保などバリアの無い、誰もが安全で快適に利用できる本市の東の玄関口にふさわしい駅となるよう考えています。

また、ご指摘の駅周辺道路の拡幅整備につきましては、最優先事業として位置づけ、一刻も早く通行者の安全が確保できるよう努めます。

Q 上植野町馬立の向日町郵便局前の交差点は交通量が多く、大型トラックやダンプカーなどもスピードをあげて進入してきます。

横断中の歩行者(特に児童や高齢者)が大変危険です。車両と歩行者をわける信号にできないのでしょうか。

また、ドライバーに注意を促す方法はないのでしょうか。
(上植野町、40歳代、男性)

A ご指摘の交差点は、主要幹線道路である「西京高槻線と府道中山向日線」が交差し、トラックやダンプなどの大型車両が多数通行しています。

向日町警察署に、同交差点の安全対策を申し入れ、同署では適宜、朝、夕に警察官による監視活動を実施されています。

ご要望の歩車分離式の信号機は、歩行者の安全が確保できる反面、激しい交通渋滞を引き起こす可能性もあり、慎重な検討が必要であります。

今後、向日町警察署とも協議を重ね、安全対策を進めていきます。

Q 向日市の道路は狭く、また歩道に凹凸があり、車いすがたがたして困っています。障害者にもやさしい道路にしてください。
(寺戸町、70歳代、男性)

A 「向日市バリアフリー基本構想」を策定し、道路や駅、公共施設などのバリアフリー化を順次進めています。

向日町サティ前の道路につきましては、平成18年度から拡幅改良事業に着手しています。平成24年度の完成をめざし、歩道の拡幅や舗装改良など、バリアフリー化を図ります。

また、寺戸町梅の木付近の石畳は、整備するべき道路として、本年度から、測量や設計などの調査を予定しています。

これからもより良いまちづくりに取り組んでいきます。

地域の発展に貢献された方々に向日市ひまわり栄誉賞



「向日市ひまわり栄誉賞」の表彰式が10月17日、市民会館で行われました。

この賞は、さまざまな分野にわたって地域の発展に貢献された方や、市民の模範となるような行動をされた方などに贈られるものです。平成20年度に創設され、その表彰式は毎年、市制施行日である10月1日前後に行われます。

表彰式では、自治振興や地域の安心・安全の推進に長年携わってこられた方、新型インフルエンザ対策のためのマスクを市に寄贈し保健衛生の向上に寄与された団体、人命救助を行った方のほか、文化、芸術、スポーツなどの分野で功績のあった個人13人、7団体に表彰状などが手渡されました。

きっと来る その日に備えて

■木造住宅耐震改修事業費補助■

- 対象／昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅
- 耐震診断の結果、評点が1.0未満と診断されたもの
- 交付予定戸数／2戸
- 補助金交付額／木造住宅耐震改修設計および工事に要する費用の額の2分の1(ただし、当該額が60万円を超える場合は60万円)。
- 申込み／次の書類を提出してください。



- 申請書(受付で配布)
- 耐震改修工事等見積書(設計事務所および工事施工業者等の記名、捺印のあるもの)
- 耐震診断結果報告書(写し)
- 耐震補強計画書(①位置図(案内図)、平面図②補強計画図(その他補強方法を示す図書)③耐震改修後の建物についての総合判定)
- 賃借住宅などについては、所有者の同意書
- 受付期間／12月28日(月)まで(土・日曜日・祝日を除く、午前9時～午後5時)

■木造住宅耐震診断事業■

- 対象／昭和56年5月31日以前に着工され完成している木造住宅で、1戸当たりの延べ床面積が240㎡以下、延べ床面積の半分以上が住居として使用されているもの
- 募集戸数／8戸
- 申込み／申込書(受付で配布)、印鑑、建築確認通知書または住宅(家屋)の登記簿謄本などをお持ちください(写し可)。耐震診断問診票を記入していただきます。

※長屋または共同住宅においては、全住戸の申込書、もしくは同意書が必要です。

- 費用／1戸あたり30,000円のうち自己負担2,000円
- 受付期間／1月29日(金)まで(土・日曜日・祝日を除く、午前9時～午後5時)

□いずれも□

- 受付場所／環境政策課 市民安全係
- ※応募戸数が多数の場合は、選考します。

☎都市計画課 営繕係 (内線258、282)

☎環境政策課 市民安全係 (内線235、249)

「第5次向日市総合計画(案)」への意見募集の結果

平成22年度をスタートとする新しい市の総合計画「第5次向日市総合計画(案)」について、平成21年9月15日から10月14日まで意見募集(パブリックコメント)を行いました。ご意見は寄せられませんでした。

なお、「第5次向日市総合計画(案)」は、市ホームページまたは市役所情報公開コーナー(本館1階)でご覧いただけます。

☎企画調整課 (内線280)

女性の人権ホットライン

～電話相談所を開設～

京都府人権擁護委員連合会では、女性をめぐる家庭内(夫婦、親子、パートナーからの暴力など)、職場内(セクシャル・ハラスメントなど)の悩みごと、近隣間のもめごと、ストーカー行為などについて女性の人権擁護委員が秘密厳守で電話による相談に応じます。相談は無料です。

●相談日時／○11月16日(月)～20日(金) 午前8時30分～午後7時

○11月15日(日)・21日(土) 午前10時～午後5時

●相談所／京都府方法務局 人権擁護課

☎0570-070-810(ナビダイヤル 全国共通)

☎市民参画課 (内線291)

新型インフルエンザワクチン接種

新型インフルエンザウイルスは、感染力は強いのですが、多くの方は感染しても軽症のまま回復しています。また、タミフルなどの治療薬も有効です。ただし、大多数の人に免疫がないため、感染が拡大する可能性があることや、糖尿病・ぜん息などの基礎疾患がある方、そして妊婦の方などが重症化する可能性があることが心配されています。

新型インフルエンザの予防接種は、感染することによる**重症化や死亡の防止に有効であるとされており**、重症化リスクが高い方を優先的に接種していくこととしています。



■優先接種対象者および接種開始の目安■ ※接種時期など変更される場合がありますのでご確認ください。

優先接種対象者	接種開始の目安
妊婦 ^{*1} および基礎疾患 ^{*2} を有する方	11月9日以降順次接種開始
幼児(満1～6歳)、小学1～3年生	12月後半～順次接種開始
1歳未満の乳児の保護者など	平成22年1月以降順次接種開始
小学4～6年生、中学1～3年生、高校1～3年生に相当する年齢の方 65歳以上の方	平成22年1月以降順次接種開始

○^{*1}妊婦…保存剤が添加されていない妊婦専用ワクチンの供給が11月中旬以降となる予定です。接種を希望される方は**かかりつけの産婦人科医療機関**にご相談ください。

○^{*2}優先接種となる基礎疾患…慢性呼吸器疾患(ぜんそくなど)、慢性心疾患(心臓病など)、代謝性疾患(糖尿病など)、腎機能障害(特に人工透析されている方など)、ステロイド内服などによる免疫機能不全、小児科領域の慢性疾患などで入院中または通院中の方が対象となります。**詳しくは、かかりつけ医**にご相談ください。

11月9日から妊婦の方と基礎疾患をお持ちの方へのワクチン接種が開始されています。

■予防接種の方法など■

○予防接種は**完全予約制**となりますので、事前にかかりつけ医療機関に予約をしてください。

かかりつけ医療機関で接種できない場合は右表の医療機関にお問い合わせください。

○新型インフルエンザ予防接種は任意接種です。

■接種費用■

全国一律で第1回目3,600円、第2回目2,550円(1回目と異なる医療機関で接種する場合は3,600円)となり、全額自己負担となります。ただし、生活保護世帯・市民税非課税世帯の方は、接種費用が免除されます。

■接種費用免除の手続きの方法など(生活保護世帯・市民税非課税世帯の方が対象です)■

●京都府内で接種をされる方／

接種を受ける前に健康推進課で「新型インフルエンザ予防接種券」の交付の手続きをしてください。

「新型インフルエンザ予防接種券」を医療機関に提出すると接種費用が免除されます。

※申請していただいてから接種券の発行は1週間程度かかります。

○場所／健康推進課(別館2階)

○時間／午前9時～正午、午後1時～5時(土・日曜日・祝日を除く)

○持ち物／健康保険証・母子健康手帳など本人確認ができるもの

※すでに「保健事業自己負担金無料カード」の発行を受けている方はご持参ください。

※原則、医療機関で接種の予約をしてから、接種費用免除の手続きをしてください。

●京都府外で接種される方／

接種費用を一旦医療機関にお支払いください。後ほど接種費用をお支払いします。

※領収書と接種済証が必要となります。詳しくは、健康推進課にお問い合わせください。



■お問い合わせ■

●新型インフルエンザ予防接種について／

○京都府インフォメーションセンター(平日の午前8時30分～午後8時) ☎414-5400、FAX414-5922

○新型インフルエンザ相談窓口(乙訓保健所、平日の午前8時30分～午後5時15分) ☎933-1153、FAX932-6910

●接種費用免除について／

○健康推進課(平日の午前8時30分～午後5時15分) ☎931-1111(内線333、338)、FAX935-1346

●新型インフルエンザワクチンQ&A／

○厚生労働省の新型インフルエンザワクチンに関するホームページ(<http://www.mhlw.go.jp/>)

新型インフルエンザ予防接種受託医療機関

市内の公表されている受託医療機関(10月30日現在)

医療機関名	電話番号
あらかわ医院	934-5510
岩本医院	935-3650
上原医院	922-5007
加藤小児科	922-0794
乙訓医療生協 医誠会診療所	921-0661
きくおかクリニック	921-8877
耳鼻咽喉科ふるかわクリニック	922-3387
鈴木内科外科診療所	922-2077
第二京都回生病院	934-6881
武田医院	933-2161
土井医院	924-5577
中本医院	921-0605
花安小児科医院	921-2533
ひらいクリニック	921-0520
廣瀬診療所	934-0688
堀医院	921-3850
山下医院	921-1039
よこばやし医院	922-2468
洛西医院	921-0609
若江医院	921-0544

※公表されている医療機関以外にも接種を行う医療機関がありますので、かかりつけの医療機関にご相談ください。

向日市以外の受託医療機関については、「京都健康医療よろずネット」ホームページ(<http://www.pref.kyoto.jp/iryoy/1216872081428.html>)でご確認ください。

京都府立医科大学健康セミナー(共催) 向日市スポーツ指導者研修会

●日時／11月28日(土) 午前10時～11時30分

●場所／市民会館

●講演テーマ／「子どものスポーツを考える」

●講師／濱岡建城さん(京都府立医科大学小児循環器・腎臓病学 教授)

●主催／向日市教育委員会、京都府立医科大学

※予約は不要です。会場が満員になり次第締め切ります。

☎教育委員会 生涯学習課(内線834)

交通死亡事故が多発しています

次のことに心掛けましょう。

●道路を横断するときは、一度止まって確実な安全確認をしましょう。

●自転車事故の多くは交差点やその付近で発生しています。しっかりと安全を確かめましょう。

●「秋の日はつるべ落とし」といいます。反射材や白っぽい物を身につけ、目立つ工夫をしましょう。

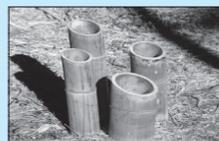
●シートベルトとチャイルドシートを確実に着用しましょう。

「竹の径・かぐやの夕べ」で使用した竹筒を無料配布します

●場所／市役所産業振興課

●締切り／11月末まで(竹筒がなくなり次第終了)

●申込み／ご希望の方は、直接、またはお電話で向日市観光協会事務局(産業振興課 商工観光係、内線241)へ。
※11月21日(土)、22日(日)に向日町競輪場で行われる「2009向日市まつり」会場内、向日市観光協会コーナーでも配布します。



市議会の開催予定

11月30日(月) 本会議(提案説明) / 議場

12月9日(水) 本会議(一般質問) / 議場

10日(木) 本会議(一般質問) / 議場

11日(金) 本会議(予備日) / 議場

14日(月) 厚生常任委員会 / 大会議室

15日(火) 建設環境常任委員会 / 大会議室

16日(水) 文教常任委員会 / 大会議室

17日(木) 総務常任委員会 / 大会議室

21日(月) 本会議(委員長報告・討論・採決) / 議場

※時間はいずれも午前10時からです。

※どなたでも傍聴いただけます。

※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)

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・教育などのサービスなど、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(ファックスはFAX922-6587、郵便物は〒617-8665 向日市役所)、電子メールはinfo@city.muko.kyoto.jp)にお送りください。※ファックス、郵便物、電子メールには、市役所のどの課(担当課名)への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参加していただけます。
- ☎=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

子どもまなぼうや教室「秋の花を生けよう」

- 日時/11月29日(日) 午前10時～正午
- 場所/中央公民館
- 内容/秋の花を自由に生けます。
- 講師/田井中由江さん(人材ほっとバンク登録)
- 対象/小学生10人(家族の参加可)
- 参加費/900円(材料費、保険代含む)
- 持ち物/工作ハサミ、筆記用具、持ち帰り用袋
- 申込み/11月16日(月)～25日(水)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。

まなぼうや講座「生け花教室」

- 日時/12月13日(日) ①午後1時15分～3時、②午後3時～5時
- 場所/中央公民館
- 内容/正月花の「おもと」を生けます。
- 講師/島せつ子さん(人材ほっとバンク登録)
- 対象/成人16人(各部8人ずつ)
- 参加費/1,800～2,100円(材料費含む)
- 持ち物/ハサミ、剣山(約9cm)、持ち帰り用袋
- 申込み/11月16日(月)～12月2日(水)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。

福祉講演会「前向きになれる気分転換方法」

- 日時/12月7日(月) 午後1時30分～3時30分
- 場所/福祉会館
- 内容/育児や介護疲れなど、ストレスからの気分転換(リラックス)方法について、音楽療法を交えながら学びます。
- 講師/東田和子さん(音楽療法士)
- 対象/向日市在住の方50人
- 申込み/向日市社会福祉協議会 地域福祉係

(☎932-1961、土・日曜日・祝日を除く午前8時30分～午後5時)へ。

金箔工芸 講座

- 日時/12月1日(火) 午後1時30分～
- 場所/上植野公民館
- 講師/宍戸悦子さん(金箔手工芸研究会主宰)
- 対象/向日市在住の成人30人
- 参加費/2,300円(材料費)
- 持ち物/タオル、筆記用具、テレフォンカード
- 申込み/11月16日(月) 午前9時から、直接または電話で上植野公民館(☎・FAX921-0012)へ(土曜日午後と日曜日、祝日を除く)。定員になり次第締め切り。

子どもまつぼっくりリツリー教室

- 長いまつぼっくり(ドイツウヒ)でクリスマスツリーをつくります。
- 日時/12月6日(日) 午前10時～11時
 - 場所/市民体育館
 - 対象/平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの幼児・小学1～2年生の児童とその親20組
 - 講師/芥川さん(リアル・リンク京都 子育て支援・環境教育事業)
 - 参加費/800円
 - 申込み/11月17日(火) 午前10時から、参加費を添えて、市民体育館(☎932-5011)へ。定員になり次第締め切り。

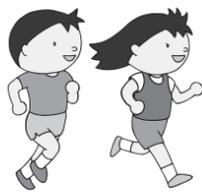
講演会「ご存知ですか 遺言と成年後見制度」

- 日時・内容/○12月2日(水) 午後1時30分～3時30分、「遺言作成のすすめ」 ○12月16日(水) 午後1時30分～3時30分、「知って安心成年後見制度」
- 場所/福祉会館
- 講師/岩城寿英さん(社団法人 成年後見センター・リーガルサポート京都支部会員、司法書士)
- 対象/向日市在住の方50人
- 申込み/11月16日(月) から、向日市地域包括支援センター(☎921-1550、日曜日・祝日を除く午前8時30分～午後5時)へ。定員になり次第締め切り。どちらか1日のみの参加でも可。要約筆記を希望される方はお申し出ください。

スポーツ

第20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9.19kmをチーム全員が力を合わせ、タスキをつなぎます。
- 日時/11月28日(土) 午後1時45分～
 - 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、乙訓地方小学校体育連盟
 - ※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)



女性バレーボールクリニック(初心者向き)

- 日時/12月17日(木) 午前10時～11時30分
- 場所/市民体育館
- 内容/パス、スパイク、ゲームまでの基本練習
- 対象/16歳以上の女性12人
- 参加費/600円
- 申込み/12月16日(水) 午前11時から、電話で市民体育館(☎932-5011)へ。定員になり次第締め切り。

背骨&骨盤から身体キレイに～ジャイロキネシス～

- 体が硬い方、高齢の方でも安心。椅子に座ってのエクササイズです。骨盤・背骨をしなやかに動かすことで、肩こりや腰痛などの悩みを解消。
- 日時/11月27日(金) から毎週金曜日、全10回 午後2時～3時30分
 - 場所/ゆめパレアむこう 健康増進センター
 - 定員/12人
 - 参加費/14,000円(継続者13,500円)
 - 持ち物/ヨガマット(お持ちでない場合、販売します)
 - 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。定員になり次第締め切り。

天文

天体観望会「惑星と秋～冬の星座」

- 日時/12月12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)
- 場所/天文館
- 申込み/12月2日(水) までに、天文館にある申込書に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円を添えて受付へ。往復ハガキでも申込み可。中学生以下の方は保護者同伴。一枚で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	向日市向日町 南山公園の1	観望希望日 (12月12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)

☎天文館☎935-3800、FAX935-4380

子育て

子育てサポート「おひさま」

- 日程・内容/○リトミック…12月5日(土)
- 裏山遊び(自然物であそぼう)…12月12日(土)
- お正月あそびNO.1…12月26日(土)
- ※時間はいずれも午前10時～正午
- 場所/あひるが丘保育園(物集女町北ノ口)
- 申込み/開催日の1週間前までに電話、ファックスであひるが丘保育園(☎921-0005、FAX921-0040)へ。

■ 環境

エコサイクルフェスティバル

■京都環境フェスティバル会場(エコサイクルコーナー)■

●日時・場所／11月21日(土)、22日(日) 午前10時～午後4時、パルスプラザ(京都市伏見区)

●内容／パネル展示、高機能自転車やウェアの展示、自転車競技の映像放映、エアロバイク発電競争

■向日町競輪場会場■

●日時・場所／11月29日(日) 午前10時10分～午後5時、向日町競輪場

●内容／円広志のトーク&ライブショー、BMXプロライダーの演技、自転車安全教室・乗り方教室、メッセージ脚力No.1決定戦、パネル展示

※向日町競輪場会場では、新鮮な野菜や花の朝市「むこう愛菜市」も開催されます。

☎向日町競輪場 ☎921-0321、FAX921-0335

■ 文化・芸能

向日市まつり「剪画体験コーナー」

向日市まつり会場内の国民文化祭紹介ブースにおいて、剪画を体験できるコーナーを設置します。

●日時／11月21日(土)、22日(日) ①午前10時30分～正午 ②午後1時～2時30分

●場所／向日市まつり会場内(中央投票所の中)

●対象／高校生以上各回20人

●申込み／第26回国民文化祭 向日市実行委員会事務局・市民参画課(内線291)へ。

**長岡京室内アンサンブル
ニューイヤーコンサート**

●日時／平成22年1月24日(日) 午後3時開演(2時30分開場)

●場所／京都府長岡京記念文化会館

●演奏曲目／ディヴェルティメント ニ長調(モーツァルト)、弦楽合奏のセレナーデ ハ長調(チャイコフスキー) ほか

●入場料(全席指定)／4,000円(前売り)、4,500円(当日) ※未就学児の入場はご遠慮ください。

☎京都府長岡京記念文化会館 ☎955-5711



サービス情報

■ 医療

障害・母子・老人(65歳以上で一人暮らし・老人世帯・所得税非課税世帯)の方が病院にかかった場合の福祉医療制度

障害・母子(自己負担分を公費で助成)・老人(1割または3割負担)の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。

●障害者医療／65歳未満の方および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

●母子医療／平成22年3月31日現在で18歳(高校卒業)までの母子家庭の児童とその母親

●老人医療／65歳以上70歳未満の①一人暮らしの方 ②老人世帯の方 ③所得税非課税世帯の方

●重度心身障害老人健康管理事業／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342、334)

■ 相談

認知症家族相談会

認知症の介護について、一人で抱えて悩んでおられませんか。お気軽にご相談ください。

●日時／12月11日(金) 午前10時～午後3時

●場所／寺戸公民館

●対象／認知症の方とその家族

●申込み／11月16日(月)から、向日市地域包括支援センター(☎921-1550、日曜日・祝日を除く午前8時30分～午後5時)へ。

■ 福祉

「くらしの資金」貸付け

一時的にお金のやりくり困ったり、緊急に資金を必要とする方のために、「くらしの資金」の相談を受け付けます。

●受付期間／12月1日(火)～11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

●申込み／向日市社会福祉協議会 地域福祉係(☎932-1961)へ。

年末調整の説明会

●日時・場所／○11月26日(木) 午後1時30分～3時30分、長岡京市立中央公民館市民ホール

○11月27日(金) 午前10時～正午・午後1時30分～3時30分、京都府中小企業会館2階大ホール(右京区西院東中水町17)

●対象／給与の支払いをする方

※事前に送付する「年末調整のしかた」などの説明書を持ってお越しください。

※駐車場はありません。

☎右京税務署(源泉所得税担当) ☎311-6366



広告

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。掲載については、秘書広報課(内線240)へ。

向日町競輪場の「朝市」

「むこう愛菜市」出店の農家が、栽培・収穫した新鮮な野菜や花を直売します。売り切れ次第終了。

●日程／11月29日(日) 午前10時10分～

●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238)



気軽に手軽に介護予防

タオルを使って筋肉トレーニング(1)

そろそろコートが欲しくなる季節、寒さで外での活動を控えがちですが、そんな時こそ、軽い筋力トレーニングでシェイプアップしてみませんか。

今回は、タオルを使って内転筋と大胸筋を主に鍛える方法を紹介します。

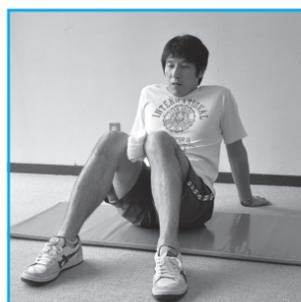
内転筋は太ももの内側の筋で、その上部は骨盤につながっているため、内転筋が弱ると、骨盤の安定性が低下し、下半身全体が緩んで太く見えてしまいます。膝の内側にタオルをはさんで力を入れることで簡単に

内転筋を鍛えることができます。この体操は、太ももだけでなく、腰から下の下半身を細くすることも期待できます。

大胸筋は胸の前部左右にあり、腕を押し出すなどに作用する筋です。大胸筋は腕や肩など上半身を使う多くの動きに働くので、大胸筋を鍛えることにより、腕や肩の動きが力強くなります。

また、大胸筋は胸の張りを保つために重要な筋ですので、鍛えるとバストアップ効果もあります。

内ももスッキリトレーニング



①足を肩幅ぐらいに広げ、膝を立てた状態にして座ります。

その際、両手は後ろで上半身を支えるようにしましょう。

②左右の膝の内側で丸めたタオルを挟みます。

③右左の膝で丸めたタオルを押し合ったり、緩めたりを繰り返します。

胸を引き締めるトレーニング



①両手の指をくんで、左右の肘の内側で丸めたタオルを挟みます。この際、肘は胸の高さまで持ち上げましょう。

②肘を胸の高さで保ちながら、左右の肘で丸めたタオルを押し合ったり、緩めたりを繰り返します。

※力を入れるのに4秒間ぐらいかけ、力を抜くのに4秒間ぐらいかけて、運動はゆっくりと行いましょう。

※10回～15回、繰り返し行いましょう。

※動かしている筋(体の部分)を意識しながら行いましょう。

※呼吸はとめないで行いましょう(力を入れる時に息を吐く、力を抜くときに息を吸う)。

お問い合わせ 障害高齢福祉課(内線345)



消費者トラブルにご用心

賃貸住宅の敷金返還トラブル

事例

賃貸マンションを退去したので、貸主に契約時に預けた敷金27万円の返還を求めた。

しかし、貸主は壁紙を張り替えるためのリフォーム代やハウスクリーニング代が必要だということで、その費用を敷金から差し引かれてしまった。

結局、室内で傷つけた箇所はないにもかかわらず、敷金はほとんど戻らなかった。(30歳代 男性)

アドバイス

賃貸住宅に関するトラブルの中で最も多いのが敷金の返還に関する問題です。敷金は、借主が家賃を滞納したり、部屋を傷つけたり壊したりした場合の修復費用に備えるために貸主に預け入れるお金で、貸主に家賃の滞納や不注意による破損などが無い限り、全額返還されるものです。

借主は退去に際して原状回復をしなければなりません。賃貸契約における原状回復義務とは、住宅を入居時の状態に完全に戻すことではありません。

通常の使用によって生じた畳や壁の退色、家具の設置による変色や凹み、テレビや冷蔵庫の後部壁面の黒ずみなどについてはそのまま貸主に返せばいいとされています。これは普通の生活をして生じた損耗の修理費用は、家賃に含まれていると考えられるからです。

事例の場合、契約書にリフォームやハウスクリーニングをする特約がなければその費用を敷金から差し引く根拠がなく、貸主は敷金を返さなければなりません。特約がある場合でも必要性、合理性、合意がない場合など特約の効力が否定されることがあります。

話し合いで解決するのが基本ですが、解決しない時は、貸主にリフォームなどの明細を求め、納得できない部分について文書で敷金の返還を求めましょう。それでも解決できないときは少額訴訟を利用する方法があります。

詳しくは消費生活相談室までご連絡ください。

■一人で悩まず消費生活相談へ■

専門の相談員による相談を行っています。個人で対処しようとせず、相談をご利用ください。

- 相談日/毎週水曜日(午前10時～午後4時)、毎週月・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)

■土・日曜日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)
- 土・日曜日午前10時～午後4時
- ☎257-9002(電話相談のみ)

お問い合わせ 環境政策課 市民安全係(内線235、249)

新着図書



今月の一冊

1001匹きの虫をさがせ!

エマ・ヘルブラフ作
テリ・ガウアー絵
PHP研究所

絵本の中に世界中の虫が1001匹も隠れています。

砂漠・ジャングルの地面・熱帯の木の上などなかなか行くことのできないところもあれば、花壇や野菜畑、落ち葉の下など身近なところもあります。

すべての場面にでてくる虫が1種類あります。どんな虫かな?

■一般図書

- 藤原道長「御堂関白記」全現代語訳 上・中・下巻 倉本一宏訳 講談社
- 江戸大名廃絶物語 新人物往来社編 新人物往来社
- ルポ資源大陸アフリカ 白戸圭一著 東洋経済新報社
- ユダヤ人を救った動物園 ダイアン・アッカーマン著 亜紀書房
- コーチングの基本 鈴木善幸監修 日本実業出版社
- 年金のことならこの1冊 原智徳・桶谷浩共著 自由国民社
- トイレの話をしよう 世界65億人が抱える大問題 ローズ・ジョージ著 日本放送出版協会
- 旬の野菜の栄養事典 吉田企世子監修 エクスナレッジ
- 赤ちゃんがすくすく育つ!妊娠中の食事 大越郷子・是澤光彦監修 西東社
- 形別魚のおろし方 柴田書店編 柴田書店
- 石窯づくり早わかり 須藤章著 創森社
- 手軽で簡単ハギレで作る革小物 スタジオタッククリエイティブ
- 風の王国 官兵衛異聞 葉室麟著 講談社
- 買おうかどうか 岸本葉子著 双葉社
- グラグ57 上・下巻 トム・ロブ・スミス著 新潮社

■児童図書

- 知っとくナットク世界ワンダークイズ101 森茂岳雄監修 日本標準
- すぐできる環境調査 全7巻 梅沢実監修 学研
- 生徒が生徒を募集中!?! イノウエミホコ作 ポプラ社
- 山田守くんはためきです 市川宣子作 飯野和好絵 小学館
- ママはおしゃべり 山中恒作 小峰書店
- ザグドガ森のおばけたち やえがしなおこ文 アリス館
- トウルビンとメルクリンの不思議な旅 ウルフ・スタルク作・絵 小峰書店
- 伝記絵本ライブラリーシリーズ 全12巻 ひさかたチャイルド
- さんせい! 宮西達也作・絵 フレーベル館
- こがねぐも 甲斐伸枝作 八木沼健夫監修 福音館書店
- コウノトリはどこへいく アンドレア・ペトルリック・フセイノヴィッチ作 講談社

おはなしひろば



絵本によるおはなし、紙しばい、手遊びなどを、親子、お友だちと一緒に楽しみください。

(きつぷらいぶらりーおはなしまつり 2009の第1部として開催します。)

- 日時/11月29日(日) 午後1時30分～
- 場所/図書館
- ※当日、自由にご参加いただけます。

お問い合わせ 図書館 ☎931-1181

