

- 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 働くよろこび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よう



●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/

秋  
を  
見  
つ  
け  
け  
に  
で  
か  
け  
け  
よ  
う



◎向日市観光協会事務局 (産業振興課内、内線241)

10月17日(土) 午後5時30分～8時30分

【雨天は18日(日) 同時刻】

場所/「竹の径」と第6向陽小学校周辺



孟宗竹林に竹垣を連ねた散策道「竹の径」が、水ろうそくを浮かべた竹筒四千本のやさしい灯りに彩られます。

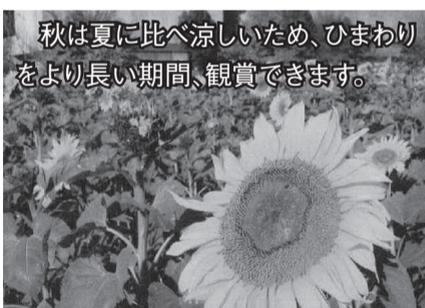
また、第6向陽小では、かぐや太鼓などの演奏会を行います。秋の夜、美しい竹の径を音楽とともに楽しみください。

※「おもてなし処」では、向日市観光協会推奨土産品などの販売コーナーを設けております。

※必ず、懐中電灯をお持ちください。駐車場はありませんので、「竹の径」へは徒歩でお越しください。なお、三脚での撮影は通行の妨げとなりますので、ご遠慮ください。

竹の径・かぐや太鼓の会

▶ ひまわり畑



秋は夏に比べ涼しいため、ひまわりをより長い期間、観賞できます。

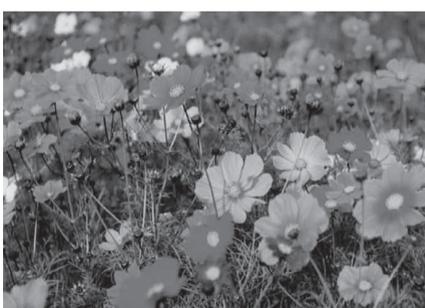


▲上植野コミセン東

向日市民の花「ひまわり」と秋の風物詩である「コスモス」が、この秋、それぞれ市内(地図参照)で、観賞することができます。

気候の良い秋空の下、色鮮やかに咲く花景色を、皆様、どうぞお楽しみください。

▶ コスモス畑



▲寺戸公民館正面

※ひまわり畑は10月下旬、コスモス畑は11月上旬に開花を見込んでいますが、天候や気温などの影響により、若干時期が前後することがあります。

「ひまわり」および「コスモス」の咲き具合について、その時々のお知らせになりたい方は、産業振興課 農政係(内線238)にお問い合わせください。

夕暮れ時に吹く風や、夕焼けの空に秋を感じる今日この頃。自然が紡ぐ花景色や、竹行灯から洩れるろうそくのやさしい灯りなど、向日市ならではの秋の風景を見つげに出かけてみませんか。

◀ 花ハーモニー

10月30日(金)～11月13日(金)

市役所玄関前広場



断がいから自然に垂れ下がる老木の優美な様をかたどったものといわれている「特産けんがい菊」と京都府唯一の産地として知られ、高い栽培技術を誇る「特産ポインセチア」を展示します。

※記念撮影も可能です。

◎産業振興課 農政係(内線238)

# 平成20年度 決算状況

平成20年度の決算が、9月定例市議会で承認されました。  
 一般会計の決算は、歳入148億4,761万円、歳出145億5,648万円、歳入歳出差引総額は2億9,113万円で翌年度に繰越す事業の財源を除いた実質収支は2億4,866万円の黒字となりました。  
 財政健全化の指標である経常収支比率(財政の弾力性を判断する指標)は、前年度と比べ0.1ポイント悪化して95.8%となり、引き続き財政構造は硬直化した状態となっております。  
 また実質公債費比率<sup>\*1</sup>は、前年度に比べ1.1ポイント減の5.3%となりました。  
 (\*1~3の説明は、3ページの「ことばの説明」をご覧ください)

## 平成20年度決算額

区分		歳入	歳出
一般会計		148億4,761万円	145億5,648万円
特別会計	国民健康保険事業	51億1,309万円	50億9,496万円
	老人保健医療	4億6,688万円	4億4,901万円
	後期高齢者医療	4億6,957万円	4億5,212万円
	介護保険事業	28億1,979万円	27億1,152万円
	下水道事業	23億8,841万円	23億7,706万円
	大字寺戸財産区	157万円	143万円
	物集女財産区	211万円	204万円
水道事業会計	収益的収支(税抜)	13億5,667万円	13億807万円
	資本的収支(税抜)	7億142万円	10億2,492万円

### 決算についてのお問い合わせ

一般会計は財政課(内線243)、水道事業会計、下水道事業特別会計は営業課(内線881)  
 介護保険事業特別会計は障害高齢福祉課(内線371)、国民健康保険事業特別会計は医療保険課(内線321)  
 老人保健医療特別会計、後期高齢者医療特別会計は医療保険課(内線359)

## 市民と協働によるまちづくり



私は、「共有」、「共鳴」、そして「共生」によるまちづくりのもと、『市民と協働によるまちづくり』を基本理念に、市民の皆様との直接対話を大切にしながら、常に市民の目線で、市民の立場に立った市政を推進し、市民サービスの向上に努めてまいりました。

また、本市では、長引く厳しい財政状況の中で、限られた財源を最大限に活用し、効率的・効果的な行財政運営を行うため、「行政改革アクションプラン」や「財政健全化計画」に基づき、行政改革に取り組んでいるところであります。

平成20年度は、引き続き、私が皆様にお約束しました「安心と安全」「健康と長寿」「子育てと教育」「未来と活力」「信頼と改革」の5つの柱の実現に向け、本市の将来を見据えた施策、特に、次の世代に引き継げる社会資本の整備に重点を置いて、様々な施策を可能なものから実施したところであります。

また、事務事業の選択と集中、人件費の抑制、物件費の節減合理化など、引き続き、経常的な歳出の削減に努め、一方、歳入面では、国・府支出金などの特定財源、また市税を中心とした一般財源の確保に努めました。

全国の地方公共団体では、国の三位一体の改革や景気の後退を背景に、財政指標が急激に悪化しているところもある中で、本市が、健全財政を維持できておりますことは、市民の皆様への深いご理解の賜でありますことを改めて、深く感謝申し上げます。

私は、今後も市民の皆様が、「ずっと住み続けたい」「もっと住みよい」「やっぱり住んで良かった」と言ってもらえるまちを築いてまいります。

市民の皆様におかれましても、将来の向日葵市のため、ご協力いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

向日市長 久嶋 務

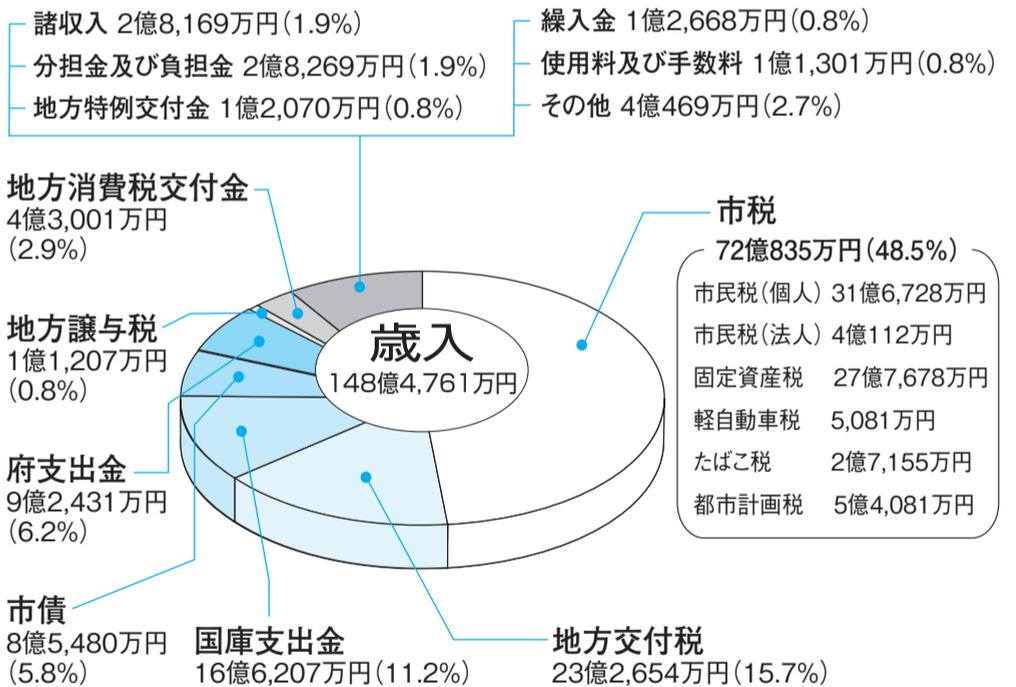
## 一般会計の決算

平成20年度の財政状況は、歳出面では、人件費の抑制や物件費の節減合理化など、経常的な経費の縮減に努める一方、学校施設耐震化事業や道路整備事業に関する普通建設事業費が大幅な増加となりました。

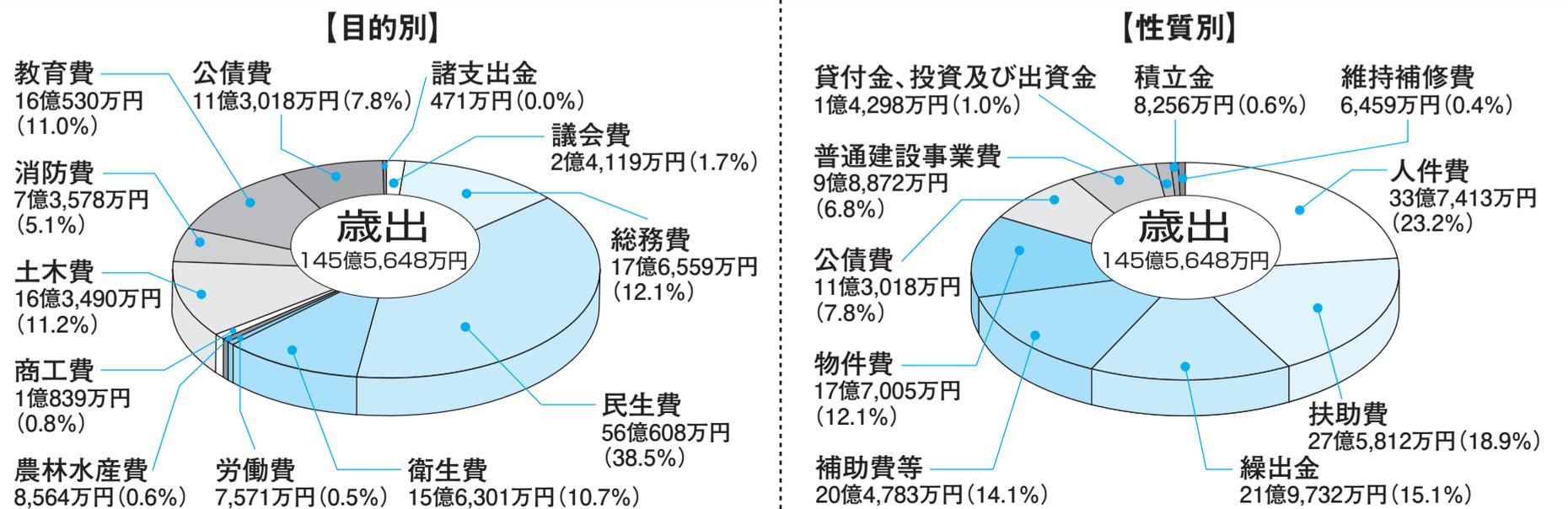
一方、歳入面では個人市民税や固定資産税を中心に市税が、また普通建設事業の実施により国庫支出金などが増加となったものの、なお財源不足が生じたことから臨時財政対策債<sup>\*2</sup>の発行などにより、収支の均衡を図ったところです。

予算執行において、最少の経費で最大の効果があがるよう、経費の削減と効率的な執行に努め、また事務事業の選択と見直しを図り、行財政改革に取り組んだ結果、財政調整基金<sup>\*3</sup>を積み立てることができ、黒字決算となりました。

### 一般会計(歳入)



### 一般会計(歳出)



# 平成20年度に行った主な事業

## 安心と安全のまちづくり

- まちづくり審議会の開催
- 南山急傾斜地崩壊対策事業
- 阪急電鉄東向日駅バリアフリー化工事補助
- 石田川2号雨水幹線整備
- 西部防災センターバリアフリー化整備
- 消費生活相談事業の拡充
- 木造住宅耐震改修補助



▲阪急電鉄東向日駅東口バリアフリー化(平成21年10月現在)

## 健康と長寿のまちづくり

- 生活習慣病予防健診の実施
- 75歳からの健康診査の実施
- 健康診査結果相談会の実施
- 妊婦健康診査の拡充
- 麻しん風しん予防接種の拡充
- 地域健康塾の拡充



▲地域健康塾

## 子育てと教育のまちづくり

- 学校施設耐震化
- 保育園入所定員の増員
- 留守家庭児童会延長育成の実施
- スクールソーシャルワーカーの配置
- 史跡長岡宮跡朝堂院保全整備
- 読書感想文募集の実施



▲学校施設耐震化(西ノ岡中学校)

## 未来と活力のあるまちづくり

- 駅を核とする幹線道路整備事業
- JR向日町駅自由通路等基本設計案の作成
- 阪急洛西口駅東地区土地区画整理事業
- 洛西西幹線用水路改修工事
- 地域活性化会議の設置
- 中小企業振興融資制度の拡充



▲駅を核とする幹線道路整備事業(寺戸町向畑)

## 信頼と改革のまちづくり

- 向日市市民協働推進条例制定
- 市民協働センターの開設準備
- 市民ポストの設置
- 総合計画審議会の開催
- がんばる地域応援事業補助



▲市民協働センター「かけはし」(平成21年4月開設)

# 市民一人当たりの年間支出

計 26万6,193円

民生費 10万2,518円

市民生活の安定と児童福祉、障害者福祉、高齢者福祉などのための経費



総務費 3万2,287円

市が所有する土地や建物など財産の維持管理、職員の給与、広報、統計、選挙、国際交流、市民協働推進などの経費

土木費 2万9,897円

道路、公園などの整備・管理、都市計画などまちづくりのための経費

教育費 2万9,356円

児童生徒の教育環境の向上や学校施設の管理など学校教育のための経費、生涯学習の推進や文化施設の運営など社会教育のための経費



衛生費 2万8,583円

生活習慣病予防など健康対策、環境対策、ごみの収集など、市民



の衛生的な生活を確保するための経費

公債費 2万668円

市債(市の借金)の元金と利子の返済のための経費

消防費 1万3,455円

防災や消防、救急業務のための経費



議会費 4,411円

議会の活動のための経費

商工費 1,982円

中小企業の育成などの商工や観光振興のための経費

農林水産業費 1,566円

農業の振興などのための経費

労働費 1,384円

勤労者住宅資金融資など勤労者を支援するための経費

その他 86円

## ことばの説明

### ※1【実質公債費比率】

地方税や普通交付税などの一般財源のうち、公債費や公営企業債に対する繰出金などの公債費に準ずるもの、一部事務組合負担金のうち公債費に該当するものを含めた実質的な公債費相当額が占める割合

### ※2【臨時財政対策債】

地方財源の不足に対処するため、地方財政法第5条の特例として発行する投資的経費以外にも充てられる地方債

### ※3【財政調整基金】

地方公共団体における年度間の財源の不均衡を調整するために積み立てたもので、大幅な税収減や災害などの予測できない事態に対応するための市の貯金

## 一般会計決算を1か月の家計に例えると

# 向日市の家計簿

市の決算額は規模が大きいため、このままでは実感がわきにくいものです。そこで、市の財政状況をより分かりやすくするために、一般会計決算を1か月の家計に置き換えてみました。1か月の収入を40万円として計算しています。

※収入は、所得税・市市民税や社会保険料を控除した額としています。

### 【決算上の項目】

市税(72億835万円)	月収(給料など)	19万4,195円
地方交付税、国府支出金など(57億2,382万円)	親などからの援助	15万4,202円
繰入金(1億2,668万円)	預貯金の引き出し	3,413円
市債(8億5,480万円)	借金(ローン)	2万3,029円
使用料及び手数料など(7億1,184万円)	雑収入	1万9,177円
繰越金(2億2,212万円)	前月の残り	5,984円
歳入(148億4,761万円)	収入の合計	40万円

### 収入

月収(給料など)	19万4,195円
親などからの援助	15万4,202円
預貯金の引き出し	3,413円
借金(ローン)	2万3,029円
雑収入	1万9,177円
前月の残り	5,984円
収入の合計	40万円

### 支出

食費	9万900円
医療費など	7万4,305円
借金返済	3万448円
光熱水費・家賃	4万7,686円
家の増改築・補修	2万8,376円
子どもへの仕送り	5万9,197円
町内会費など	5万9,021円
預貯金	2,224円
支出の合計	39万2,157円

### 【決算上の項目】

人件費(33億7,413万円)
扶助費(27億5,812万円)
公債費(11億3,018万円)
物件費(17億7,005万円)
普通建設事業費、維持補修費(10億5,331万円)
繰出金(21億9,732万円)
補助費等、投資及び出資金、貸付金(21億9,081万円)
積立金(8,256万円)
歳出(145億5,648万円)

# 水道事業会計と特別会計の決算

## 水道事業会計

平成20年度水道事業会計決算は、生活様式の変化や節水機器の普及などにより、水需要は年々減少しており、収益的収入では、給水収益(水道料金)の減収により、前年度と比べ1,991万円、1.4%の減収となりました。

一方、受水費や鉛給水管取替、公道下の漏水調査・修理など、皆様に安全で良質な水道水を、安定して届けるための費用である収益的支出は、経常経費の削減や府営水道の基本料金の値下げ、企業債の低利への借り換えなどにより、前年度と比べ4,882万円、3.6%減少しました。

この結果、平成20年度の収益的収支は4,860万円の純利益となったことで、2年連続で黒字となり、累積欠損金は7億3,867万円となりました。

今後とも、安全で良質な水道水の供給に努めるとともに、より一層の効率経営に徹していきます。

■**収益的収支** 経営活動に伴う収支で、収入は主に水道料金で、支出は受水費、減価償却費、人件費、修繕費などが含まれます。

区分	決算額(税抜)
収益的収入	13億5,667万円
収益的支出	13億807万円

■**資本的収支** 水道施設の建設改良などにかかる収支で、収入は工事負担金や新規給水加入金、企業債などで、建設改良工事や企業債償還金などの支出財源です。

区分	決算額(税抜)
資本的収入	7億142万円
資本的支出	10億2,492万円

※不足額の3億2,350万円は、減価償却費などの留保資金で補てんしました。

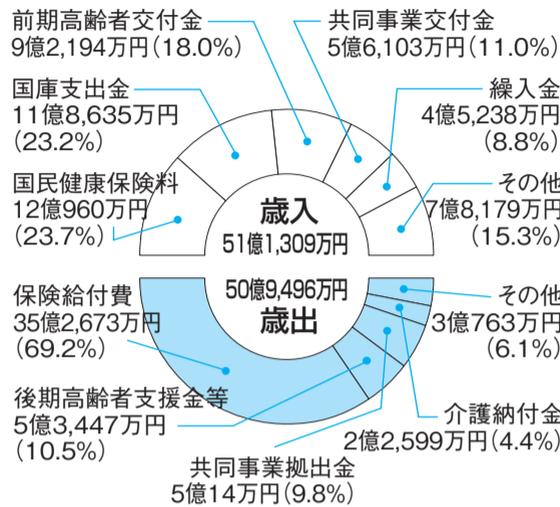
■**主な事業**

老朽配水管の布設替、開発に伴う配水管布設、鉛給水管の取替、公道下の漏水調査や修理など

## 国民健康保険事業特別会計

国民健康保険は、国民皆保険制度に基づき、自営業者の人や退職して職場の健康保険などをやめた人などが加入する医療保険制度です。

平成20年度の決算は、歳入総額で前年度比0.1%増の51億1,309万円、また歳出総額で前年度比0.1%増の50億9,496万円となりました。

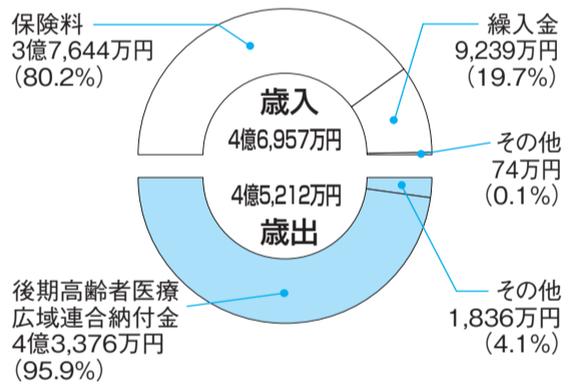


## 後期高齢者医療特別会計

平成20年4月から開始された後期高齢者医療制度における収支を整理したものです。

平成20年度の決算は、歳入総額が4億6,957万円、歳出総額が4億5,212万円となりました。

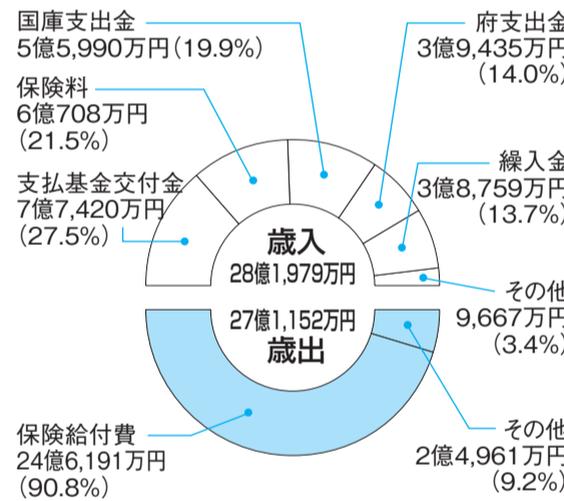
歳入の主なものは保険料で3億7,644万円でした。歳出の主なものは広域連合へ納付する本市で徴収した保険料や保険料の軽減措置に対する負担金などの後期高齢者医療広域連合納付金で4億3,376万円となりました。



## 介護保険事業特別会計

介護保険の被保険者で、要支援認定者または要介護認定者に対して、必要な給付を行うためのものです。

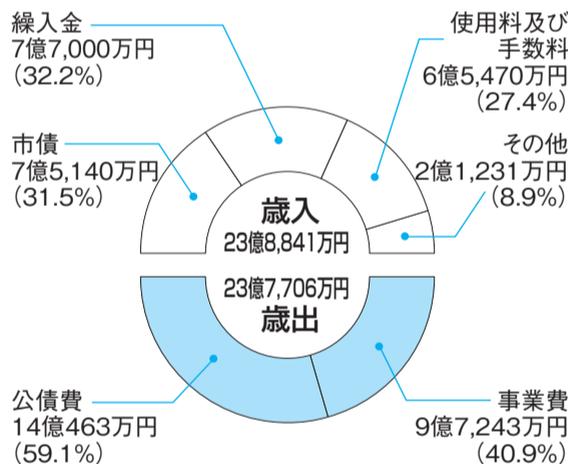
平成20年度の決算は、歳入総額が28億1,979万円、歳出総額が27億1,152万円、対前年度比4.6%増となりました。



## 下水道事業特別会計

平成20年度の決算は、歳入総額が23億8,841万円、対前年度比33.8%減、歳出総額は23億7,706万円、対前年度比33.9%減となりました。

歳入の主なものである下水道使用料は、6億5,427万円、対前年度比1.0%減となりました。歳出の主なものとしては、石田川2号幹線築造工事が挙げられます。



## 財政の健全化判断比率

財政破綻を未然に防ぎ、また財政状況を総合的に把握するために、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」により、各地方公共団体の財政の健全性についての比率を公表することが義務づけられています。

平成20年度決算に基づく本市の比率は次のとおりです。いずれの比率においても、財政・経営状況を改善する計画の策定を義務付けられる基準(財政状況が悪化していると考えられる基準)には該当していません。

■**健全化判断比率**

区分	向日市の比率	早期健全化基準
実質赤字比率 <sup>※1</sup>	—	13.31%
連結実質赤字比率 <sup>※2</sup>	—	18.31%
実質公債費比率 <sup>※3</sup>	5.3%	25.0%
将来負担比率 <sup>※4</sup>	21.1%	350.0%

■**資金不足比率<sup>※5</sup>**

特別会計の名称	向日市の比率	経営健全化基準
水道事業会計	—	20.00%
下水道事業特別会計	—	20.00%

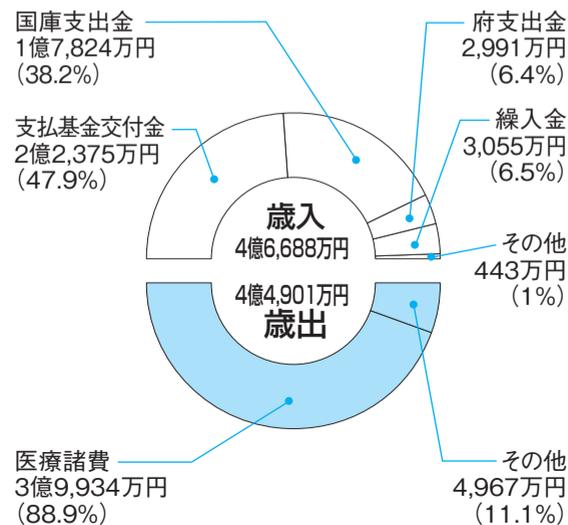
※「実質赤字比率」、「連結実質赤字比率」および「資金不足比率」は、赤字額または資金不足がないため、「—」(該当なし)として表示しています。

- ※1 一般会計などを対象とした実質赤字額の標準財政規模(地方公共団体ごとに標準的な状態で通常収入が見込まれる一般財源の規模。以下同じ)に対する比率
- ※2 全会計を対象とした実質赤字額の標準財政規模に対する比率
- ※3 3ページ「ことばの説明」を参照
- ※4 平成20年度末時点で一般会計などが将来的に支払わなければならない実質的な負債額(公債費、公営企業会計への繰出金、一部事務組合負担金など)の標準財政規模に対する比率
- ※5 公営企業ごとの資金不足額の事業規模(料金収入等の主たる営業活動から生じる収益等の額)に対する比率

## 老人保健医療特別会計

平成20年度の決算は、老人保健医療制度が平成20年4月から後期高齢者医療制度に移行したことから、歳入4億6,688万円、歳出4億4,901万円、前年度に比べ大幅な減少となりました。

歳出の88.9%を占める医療諸費のうち、医療給付費は3億6,465万円、医療費支給費は3,359万円となります。



# がん検診は受診されましたか

## ■保健センターで受けられる「がん検診」■

### 【胃がん検診(完全予約制)】

- 日時／11月2日(月)、4日(水)、10日(火)、11日(水)、12日(木)※時間はお問い合わせください。午後の検診もあり。
- 対象／向日市在住の満40歳以上の方(7月・8月に受けた方は受けられません。)
- 検診内容／検診車による胃レントゲン撮影(バリウムを飲みます)
- 自己負担金／400円(免除制度があります。)
- 申込み／10月26日(月)までに、直接または電話で、健康推進課(内線339、357)へ。定員になり次第締め切り

## ■実施医療機関で受けられる「がん検診」■ (実施期間は11月30日まで。予約不要)

### 【大腸がん検診】

- 対象／向日市在住の満40歳以上の方(今年度受けた方は受けられません。)
- 検診内容／問診、便の検査(検便をして便の潜血反応を調べます)
- 自己負担金／400円(免除制度があります)



### 【大腸がん検診】

- 日時／11月2日(月)、4日(水)、10日(火)、11日(水)、12日(木) 時間はいずれも午前9時～11時30分と午後1時～3時30分
- 対象／向日市在住の満40歳以上の方(今年度受けた方は受けられません。)
- 検診内容／問診、便の検査(検便をして便の潜血反応を調べます。後日指定期間内に、保健センターにて回収)
- 自己負担金／400円(免除制度があります)
- 申込み／直接、保健センターへお越しください。

### 【前立腺がん検診】

- 対象／向日市在住の満55歳以上の男性の方
- 検診内容／血液検査
- 自己負担金／200円(免除制度があります)

実施医療機関は広報むこう8月1日号でご確認いただくか、または健康推進課にお問い合わせください。

## がん検診の自己負担金が無料となる方

- ①満70歳以上の方
- ②満65～69歳で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方
- ③生活保護法による被保護世帯の方
- ④市民税非課税世帯の方

※③、④に該当される方は、受診前に健康推進課で「保健事業等自己負担金無料カード」の発行を受けてください。

お問い合わせ 健康推進課(内線339、357)

# 10月は「シルバー人材センター事業普及啓発月間」です

## ■シルバー人材センターとは

高齢者にふさわしい仕事を一般家庭、企業、官公庁などから請負または委任により引き受け、それぞれに合った仕事を会員に提供することにより、生きがいの充実、福祉の増進、活力ある地域づくりなどを目的に、国および地方自治体の援助を受けて設立された公益的、公共的な団体です。

## ■シルバー人材センターの主な仕事

- 屋内外の一般作業／屋内外清掃・除草など
- 管理分野／施設管理、駐車(輪)場管理など
- 技能分野／大工仕事・植木の手入れなど
- サービス分野／福祉家事援助サービスなど

## ■仕事の依頼

高齢者向きの仕事(臨時的、短期的、軽易なもの)の発注をお待ちしています。

なお、危険、有害な作業など、お引き受けできない仕事がありますのでご相談ください。

## ■会員の募集

向日市に居住する60歳以上の高齢者で働く意欲のある方々の加入をお待ちしています。

なお、会員になられる方は会費(年額3,600円)を納入していただきます。

☎(社)向日市シルバー人材センター ☎932-3987

# 高齢者のインフルエンザ予防接種

新型インフルエンザの予防接種ではありません。

## ■対象■

- ①65歳以上のインフルエンザ予防接種を自らの意思で希望される方
- ②60歳以上65歳未満の方であって、心臓、腎臓、もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があるなど、身体障害者手帳内部疾患一級相当の方で自らの意思で接種を希望される方。いずれも向日市に住民登録のある方

## ■費用■

医療機関窓口で一部負担金1,000円が必要です。ただし、自己負担金免除の制度があります。(生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は自己負担金が免除されます)

## ■接種方法■

委託医療機関(右表)で予約して受けてください(実施期間中1回のみ)。

## ■実施期間■

10月20日(火)～12月31日(木)  
※新型インフルエンザの流行が懸念されていますので、季節型インフルエンザの接種を希望される方はできるだけ早めに接種してください。

## ■予診票発行の手続き■

予診票の発行には、身分を証明するもの(健康保険証など)が必要です。対象の②に該当する方は、身体障害者手帳が必要です。

①接種費用1,000円を負担していただく方で、乙訓管内の委託医療機関で接種を希望される方は、直接医療機関に予約をし、予診票の発行を受けて接種をしてください。インフルエンザ予診票は医療機関に置いてあります。

②生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は、自己負担金免除の制度がありますので市役所に申し出てください。自己負担金免除のインフルエンザ予診票を発行します。

※既に平成21年度保健事業自己負担金無料カードをお持ちの方で乙訓管内の医療機関で接種される方は、無料カードと健康保険証をお持ちの上、直接医療機関で予約してください。

③京都市西京区内の委託医療機関で接種を希望される方は、市役所に申し出てください。向日市用インフルエンザ予診票を発行します。

●上記②③の方の受付期間と場所／10月20日(火)～23日(金) 午前9時～正午、午後1時～4時、市役所第1会議室。10月26日～12月28日は、健康推進課(市役所別館2階)で発行します(土・日曜日・祝日を除く午前8時30分～正午、午後1時～5時)。



## 予防接種の有効性と今年のワクチン

ワクチンの効果は、接種後約2週間から5か月ぐらいです。今年のワクチンの株は A型株(Aソ連型・A香港型)、B型株です。

## 予防接種を受けられない方

- (1) 発熱している方
- (2) 重い急性の病気にかかっている方
- (3) インフルエンザなどの予防接種に含まれる成分によって、アナフィラキシー(通常、接種後30分以内に起こるひどいアレルギー反応のこと。発汗、顔が急に腫れる、全身にひどいじんましんが出る、吐き気、嘔吐、声が出にくい、息が苦しいなどの症状に続き、血圧が下がっていく激しい全身症状です)を起こしたことがある方

- (4) 以前にインフルエンザ予防接種を受けたとき、2日以内に発熱、全身性発疹などのアレルギーを思わせる異常が見られた方
- (5) その他、医師が不適当な状態にあると判断した方

## お医者さんとよく相談しなければならない方

- (1) 心臓、じん臓または呼吸器の機能に、自己の身辺の日常生活が極度に制限される程度の障害がある方
- (2) ヒト免疫不全ウイルスにより、免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある方

## 委託医療機関一覧

医療機関名	電話番号
赤井医院	924 - 3620
あらかわ医院	934 - 5510
岩本医院	935 - 3650
上原医院	922 - 5007
乙訓医療生協医誠会診療所	921 - 0661
角水医院	921 - 7461
川勝内科医院	932 - 2239
きくおかクリニック	921 - 8877
北田整形外科リュウマチクリニック	924 - 2838
胡医院	924 - 2662
笹川医院	933 - 5800
繁本医院	921 - 7520
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
谷村医院	932 - 3023
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
福間医院	921 - 7006
ふじもと整形外科	921 - 3300
堀医院	921 - 3850
森田内科医院	922 - 3700
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

※長岡京市、大山崎町、京都市西京区でも受けられる医療機関がありますので、お問い合わせください。

お問い合わせ 健康推進課(内線333、338)

## 広域連合「京都地方税機構」が設立されました

京都府と府内市町村(京都市を除く)は、税業務を共同で行う広域連合「京都地方税機構」を設立しました。

同機構は、これまで、府や市町村が行ってきた滞納整理や課税業務などの税業務を統合的に行うことにより、納税者の利便性の向上や業務の効率化を図り、一層の公平公正な税務行政をめざします。

平成22年1月に、滞納整理業務から開始し、課税業務の共同化に向けた諸準備も順次進めていきます。

本部を京都府庁内に、地方事務所を府内9か所にそれぞれ設置し、本市は、長岡京市および大山崎町とともに乙訓地方事務所(京都府乙訓総合庁舎内)の所管となります。

○広域連合とは…都道府県や市町村が区域を越えて広域的に事務を処理するために設ける団体で、地方自治法で、特別地方公共団体として位置付けされています。

お問い合わせ 税務課 収納係(内線203、274)

## 平成21年10月 支給分から 65歳以上の年金受給者の皆様へ 公的年金から個人の市・府民税の引き落としが始まります

6月に送付しました平成21年度市・府民税納税通知書でお知らせしましたとおり、10月から市・府民税の公的年金からの引き落としが始まります。

これまでは納付書や口座振替で納めていただいていたが、地方税法の改正により、平成21年10月支給分の公的年金からは、原則として社会保険庁などの公的年金の支払者が市・府民税を引き落とし、市に納入する方法に変更されることになりました。

なお、納付方法が変更されるというもので、新たに納税額が増えるものではありません。

●対象／○4月1日現在、老齢基礎年金などを受けている65歳以上の方で、公的年金などに係る市・府民税が課税される方

○介護保険料が引き落としされている年金を受給している方

### 対象とならない方

- 介護保険料が年金から引き落としされていない方
- 老齢基礎年金などの年額が18万円未満の方
- 引き落としされる税額が老齢基礎年金などの額を超える方
- 障害年金・遺族年金を受給の方(介護保険料の引き落とし対象の方でも対象とはなりません)

●対象税額／公的年金などに係る所得のみに対する所得割額および均等割額を合算した額が、年金の支給時に引き落としされます。

●実施方法／平成21年10月に支給される公的年金から引き落としされます。

○平成21年度の納め方…6月に送付しました市府民税納税通知書に記載された年金に係る税額の半分を、これまでどおり6月と8月に納付書または口座振替により納めていただいています。

残りの半分は10月、12月、平成22年2月の3回で3分の1ずつ、それぞれ支給される年金から引き落としされます。

○平成22年度以降の納め方…4・6・8月支給分から、前年度の2月に引き落としされた税額と同額が、その年度の市府民税の仮徴収として引き落としされます。

また、10月・12月・2月支給分からは、「年税額の年金に係る税額」から「仮徴収分」を差し引いた、「残りの税額の3分の1ずつ」が引き落としされます。

※年度途中で市府民税額が変更になった場合は、年金からの市府民税の引き落としは中止となり、徴収済額を除いた残額のすべてが納付書(これまで口座振替をご利用の方は変更時によっては口座からの引き落とし)での納付方法に切り替わります。

なお、再び年金からの引き落としが始まるのは、次年度10月の年金支給分からとなります。

### (例) 住民税の年税額が6万円(年金所得のみ)の場合

○平成21年度の納め方

月	納付書で納める(普通徴収)		年金から引き落とし(特別徴収)		
	6月	8月	10月	12月	2月
税額	1万5千円	1万5千円	1万円	1万円	1万円
算出方法	年税額の1/4		1/6	1/6	1/6

○平成22年度の納め方

月	年金から引き落とし(特別徴収)					
	4月	6月	8月	10月	12月	2月
税額	1万円	1万円	1万円	1万円	1万円	1万円
算出方法	平成21年度2月と同じ額			平成22年度の年税額の残りの1/3ずつ		

お問い合わせ 税務課 市民税係(内線222、223)



## まちの話題

### 人権擁護委員に委嘱されました

向日市人権擁護委員に、新任として六人部美恵子さん、中川善彦さん、北野節子さん、再任として長谷川輝夫さん、安田佐知子さんが、10月1日付で法務大臣から委嘱されました。任期は3年です。

○六人部美恵子(むとべみえこ)さん

向日町北山13 ☎921-0217

○中川善彦(なかがわよしひこ)さん

森本町春日井28 ☎922-5151

○北野節子(きたのせつこ)さん

鶏冠井町十相10-17 ☎934-9596

○長谷川輝夫(はせがわてるお)さん

寺戸町中村垣内1-2 ☎921-0962

○安田佐知子(やすださちこ)さん

物集女町御所海道30 ☎921-8521

### 小学校新一年生の就学時健康診断

来年4月に小学校に入学する児童(平成15年4月2日～平成16年4月1日生)の就学時健康診断を表のとおり行います。指定された小学校で必ず受けてください。

私立小学校へ入学を予定している児童も通学区の小学校で受診してください。当日、就学時健康診断を受けられない方は、事前に連絡してください。

入学予定校	日程
向陽小学校	11月12日(木)
第2向陽小学校	11月17日(火)
第3向陽小学校	10月26日(月)
第4向陽小学校	10月27日(火)
第5向陽小学校	10月29日(木)
第6向陽小学校	11月19日(木)

※各学校とも受付時間は、午後2時～2時30分です。就学時健康診断の開始は、午後2時です。

☎教育委員会 学校教育課(内線813)

### 失業により住宅を失った方または失うおそれのある方へ

次の方を対象に、6か月間を限度として住宅手当を支給し、さらに市の就労支援員による就労支援を行う事業を10月1日から実施しています。

- 支給対象／①2年以内に失業した方
- ②失業前に、主として世帯の生計を維持していた方
- ③就労能力および就労意欲があり、公共職業安定所へ求職申込みを行う方
- ④住宅を失ったまたは失うおそれのある方
- ⑤原則として収入のない方
- ⑥同居親族の預貯金の合計が単身世帯は50万円、複数世帯は100万円以下であること
- ⑦国などが行う類似の貸付または給付などを受けていない方

●申込み／①～⑦の対象要件にすべて当てはまる方のうち、住宅手当の支給を希望される方は、地域福祉課 地域福祉係(内線346)で申請を行ってください。

向日市立図書館 開館25周年 記念文学講座

お問い合わせ 図書館 ☎931-1181

美を探究した人たち ~向日市を舞台として~

講師:坂井輝久さん(京都市京都創世アドバイザー)

■第1講「“桜”の美を求めて」

11月11日(水) 午後2時~4時

○「櫻守」水上勉:著

○「櫻男行状」笹部新太郎:著

※桜をこよなく愛し、私財を投じて生涯を桜の保護・育成に捧げた笹部新太郎氏をモデルにした作品「櫻守」を鑑賞します。作品の中に、当時の向日町にあった笹部氏の桜苗圃が登場します。



■第2講「“和紙”の美を求めて」

11月18日(水) 午後2時~4時

○「紙漉村旅日記」寿岳文章・しづ:共著

○「繪本どんきほうて」芹沢銈介:画彫

※向日市に住んだ英文学者寿岳文章氏は、和紙研究の第一人者でもあり、自らも世に「向日庵本」といわれる、和紙を使った数々の美しい本を刊行されました。



▲「繪本どんきほうて」部分

- 対象/向日市在住で、全講座受講できる方60人
- 保育/お子様の保育(1歳~小学校就学前)をご希望の方は、講座の申込み時にお申し出ください。
- 申込み/10月15日(木) 午前10時から直接または電話で、図書館(☎931-1181)へ。

老人福祉センター琴の橋 サークル発表会

作品展 10月22日(木)・23日(金)

●時間/午前9時~午後4時

●参加サークル/陶芸月曜同好会、木曜陶芸サークル、俳句竹の会、俳句竹クラブ、川柳サークル、習字友の会、パソコン同好会、生花サークル、もの作りサークル、ふれあい花サークル、趣味サークル、健康体操サークル、アイリス(絵画)、カメラサークル、やさしい折り紙愛好会、クロリティー同好会、ぬり絵サークル、着付サークル、第4向陽小学校児童の作品

交流会 10月22日(木)

○ピンポン交流(午前9時30分~正午)

※上靴をお持ちください

○お茶をいっぱく(午前11時~午後3時) ※無料

○将棋・囲碁交流(午後1時~3時30分)

※老人福祉センター琴の橋は2足制です。上靴またはスリッパをお持ちください。  
※駐車場はありません。車での来所はお断りします。  
※向日市在住の方は、ご覧いただけます。

☎老人福祉センター琴の橋 ☎924-0800、FAX924-0801

舞台発表会 10月23日(金)

●時間/午後0時30分~4時

●参加サークル(出演順)/サロンピーチク、琴の橋吟友クラブ、ハーモニカサークル、詩吟健康クラブ、向日奇術研究会、第4向陽小学校3年生、そよ風ダンスサークル、くれたけ民踊クラブ、太極拳・気功サークル、ソシアルダンスサークル、チェリーフラクラブ

模擬店 10月22日(木)・23日(金)

男の料理教室がきつねうどんを提供します。

●時間/午前11時~午後2時

●場所/ランチルーム(3階)

●料金/○前売:きつねうどん230円、きつねうどんとしめじご飯のセット350円。

○当日:きつねうどん280円

がんばる地域応援事業補助制度

市では、特色のある地域づくりを推進しており、自治会など地域住民のみなさんが主体となって行う自主的で公共性のある活動を応援する補助制度があります。



地域の活性化にむけた次のような活動を計画されている場合は、是非この制度をご利用ください。

- 対象団体/連合自治会(区)、自治会・町内会(複数の自治会などでも可)
- 交付(補助)率など/事業に要した経費の1/2の額。1団体1会計年度1回限り30万円を限度(補助対象となる事業の下限は10万円)。同じ事業を複数年度にまたがり継続して実施する場合は3年を限度
- 交付申請/11月30日(月)までに、申請書に必要事項を記入し、事業計画書・収支予算書などを添付の上、連合自治会(区)を経由して、市にお申込みください。  
※申請書は、市民参画課(市役所本館2階)で配布しているほか、市ホームページ申請書提供サービスからもダウンロードすることができます。

対象となる事業

対象団体が行う地域力の活性化に向けた次のような新たな活動です。

- 環境保全活動(例:放置竹林の拡大防止)
- 子育て支援活動(例:お年寄りなどによる子育て悩み相談室の開設・運営)
- 福祉サービス活動(例:高齢者の移送・配食サービス)
- 防災・防犯活動(例:高齢者・障害者の緊急時非難の支援体制づくり)
- 地域美化活動(例:花いっぱい運動の展開)
- 農村・都市交流活動(例:米作り体験)
- 地域文化活動(例:地域の歴史的建造物などの修復・活動など)
- 地域行事活動(例:伝統的な祭りや芸能の再興)
- 備品整備(例:区事務所事務機器購入)  
※単なる住民の楽しみや懇親のための活動(カラオケ大会、運動会など)は対象になりません。

☎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、市役所のどこの課(担当課名)へのも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

まなぼうや歴史講座

むとべのむらじほんけいちょう 「六人部連本系帳」を読む(2)

●日時/11月7日(土) 午後1時30分~4時

●場所/中央公民館

●内容/向日神社神主六人部氏の古代の歴史

●講師/中村修さん(古代史研究者)

●定員/40人

●参加費/300円

●申込み/10月15日(木)~11月5日(木)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。

雑学講座「知って得する冠婚葬祭マナー」

冠婚葬祭の常識を学びます。

●日時/11月18日(水) 午後1時30分~3時30分

●場所/寺戸公民館

●講師/久保村正高さん(日本風呂敷協会 事務局長)

●対象/向日市在住・在勤の成人50人

●申込み/10月15日(木)から寺戸公民館(☎・FAX 933-0031、土曜日午後と月曜日・祝日を除く)へお申込みください。定員になり次第締め切り。

第2回 ふれあい料理教室

●日時/11月13日(金) 午前10時~午後1時

●場所/市民会館

●内容/調理実習・昼食交流

●対象/向日市在住で65歳以上の方30人

●参加費/300円(材料費、当日徴収)

●持ち物/エプロン、三角巾、筆記用具、上履き  
●主催/向日市社会福祉協議会、向日市食生活改善推進員協議会

●申込み/10月15日(木)から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。定員になり次第締め切り。

市民親睦囲碁大会

レベル別で囲碁の対戦をします。

●日時/10月25日(日) 午後0時30分~5時

●場所/上植野コミセン

●参加費/500円(当日徴収)

●申込み/電話で、上植野コミセン(☎922-3580)へお申込みください(月曜休館)。

■ スポーツ

ゆめパレアむこう 各種教室

■ファミリーピラティス&ベビーマッサージ教室

お父さん、お母さん、お子さんの3人で触れ合うことで、コミュニケーションがとれ、笑顔も増えます。
●日時/10月18日(日) 午後2時~3時
●対象/生後3~12か月の乳幼児と両親6組
●参加費/1,500円

■姿勢スッキリ教室~ボールピラティス&ストレッチ

ミニボールを使用し、体の奥深い筋肉を使うことで体に負担をかけない、キレイな姿勢をめざします。
●日時/10月28日(水) から毎週水曜日(祝日を除く) 全8回、時間はいずれも午後7時~8時
●定員/15人
●参加費/11,500円(継続者は500円割引)

□いずれの教室も□

●場所/ゆめパレアむこう 健康増進センター
●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)へお申込みください。定員になり次第締め切り。
☎ゆめパレアむこう☎934-7770、FAX932-3269

ゆめパレアむこうトレーニング1日体験会

●日時/10月17日(土) 午後3時~5時
●場所/ゆめパレアむこう 健康増進センター
●対象/高校生(16歳)以上の方5人
●申込み/参加費(1,000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)。定員になり次第締め切り。
☎ゆめパレアむこう☎934-7770、FAX932-3269

ワイワイスポーツクラブのハイキング

●日時/11月8日(日)、午前9時にJR向日町駅集合(雨天中止)
●行き先/天ヶ瀬ダムおよび源氏物語ミュージアム(京都府宇治市)
●対象/小学生以上30人(小学生は保護者同伴)
●参加費/交通費(会員でない方は別途参加費500円が必要となります)
●持ち物/弁当、飲み物、そのほか各自必要なもの
●申込み/電話で、ワイワイスポーツクラブ(☎932-7277)または教育委員会 生涯学習課(内線834)へ。定員になり次第締め切り。

■ 学習発表

第7回向日市中学生英語スピーチ大会

●日時/11月8日(日) 午後1時~3時50分
●場所/市民会館
●発表/○1年生...暗唱(1組2人の会話形式)
○2年生...暗唱 ○3年生...スピーチ(自由テーマでのスピーチ、1組2人によるディスカッション)
※京都西山高等学校の生徒による英語劇発表もあります。
☎教育委員会 学校教育課(内線817)



■ 文化・芸能

向日市中学生 第7回美術展・第3回書道展 第13回MOA美術館向日市児童作品展

●日時/10月23日(金)~25日(日) 午前9時~午後5時(25日は正午まで)
●場所/市民会館
☎教育委員会 学校教育課(内線817)

寺戸コミセン合同学習発表会

●日時/10月18日(日) 午前10時~午後4時
●場所/寺戸コミセン
●発表/踊り、コーラス、着付けショー、フラダンス、歌謡
●展示/パッチワーク、刺繍、書道、ペン習字、和裁、木目込み人形、生花、絵手紙
☎寺戸コミセン☎933-8410

■ 天文

天体観望会「惑星と秋の星座」

●日時/11月14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/11月4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。

Application form for the astronomy observation event, including fields for return address, observation date, and participant information.

☎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/○親子でミニ運動会...11月7日(土)
○リトミック...11月14日(土)
○裏山遊び(自然物であそぼう)...11月21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。

■ 福祉

第2回社協まつり

向日市社会福祉協議会とボランティアグループなど地域の福祉関係団体が、日ごろの活動をPRしたり、作品の展示などを行います。
●日時/11月1日(日) 午前9時30分~午後3時
●場所/福祉会館
●内容/模擬店(午前10時15分)、人形劇(午前11時)、合唱・民謡などのミニステージもちつき(正午)、マジックショー、福祉施設・団体作品展示販売、福祉用具展示販売、向日市介護者の会による介護相談など
☎向日市社会福祉協議会☎932-1960、FAX933-4425

初めてでも大丈夫 みんな集まれ ハンドベル演奏

ハンドベルの練習。演奏会も予定しています。
●日時/11月5日~12月17日および平成22年1月14日~2月4日の毎週木曜日全11回、時間はいずれも午後5時30分~6時45分
●場所/福祉会館
●対象/向日市・長岡京市・大山崎町に在住・在勤の障害者・児およびその家族・介護者
●申込み/10月15日(木)~10月23日(金)に向日市社会福祉協議会 障害者地域生活支援センター(☎932-1990、FAX933-4425、土・日曜日・祝日を除く午前8時30分~午後5時)へ。
※練習をサポートしてくれるボランティアを募集しています。詳しくは、お問い合わせください。

こども福祉フェスタ 2009

●日時/11月15日(日) 午前10時~午後4時(受付は、午後3時30まで)
●場所/精華町立体育館・コミュニティセンター「むくのきセンター」(京都府相楽郡精華町)
●内容/講演会、福祉機器の展示・試用など
※講演会、託児をご希望の方は、10月30日(金)までに申込みが必要となります。詳しくは、京都府立こども発達支援センター(☎0774-64-6141)へお問い合わせください。

■ 環境

フリーマーケット リサイクル「ひまわり市」

●日時/10月25日(日) 午前10時~午後2時(予備日:11月8日(日) 同時刻)
●場所/向日市役所本館前駐車場
※当日は駐車場を用意していますが、大変混雑いたしますので、お車の利用をお控えください。
※買い物にはマイバッグをお持ちください。
※例年の開催場所と異なりますのでご注意ください。
※災害の発生、その他緊急対応を要する場合には、中止する場合がありますので、ご了承ください。
☎環境政策課 環境衛生係(内線226、227)



■ 防災

第18回向日市消防団消防訓練錬成会

各地区の消防団が、消防技術を競います。
●日時/11月1日(日) 午前9時30分~11時45分
●場所/第6向陽小学校グラウンド(雨天の場合は、市役所前)
☎向日消防署☎934-0119、FAX922-1190



サービス情報

■ 相談

合同行政困りごと相談

10月19日(月)~25日(日)までの1週間は「行政相談週間」です。週間行事の一環として、合同行政困りごと相談を実施します。お気軽に何でもご相談ください。
●日時/10月27日(火) 午前9時15分~正午
●場所/福祉会館
●参加機関/京都公証人合同役場、民生児童委員、人権擁護委員、向日町警察署、税理士、司法書士、社会保険労務士、行政書士、行政相談委員、京都行政評価事務所、京都地方法務局、向日市社会福祉協議会、向日市
●内容(例)/土地家屋の売買や相続に際しての登記などの諸手続きについて/年金・健康保険の手続きがわからない/国の仕事や市の行政についての意見や苦情/人権、家庭内の民事問題/遺言などの公正証書作成に関する相談/警察安全相談/児童・高齢者などの福祉・生活保護についての相談/在宅介護の問題、成年後見制度、福祉制度やその手続きについて/所得税、相続税、地方税などについての相談/各種法律相談 などについて
※車での来館はご遠慮ください。
☎秘書広報課(内線295)



### 消費者被害無料特別相談

一人30分の無料相談。相談後、必要に応じて担当弁護士に事件処理を依頼できます。

- 日時／○10月17日(土)、24日(土)、31日(土) 午後4時30分～7時
- 10月21日(水)、28日(水) 午後6時～8時30分
- 場所／京都駅前法律相談センター(京都タワービル3階)
- 対象／訪問販売、過量販売、欠陥住宅、悪質リフォーム、未公開株詐欺などで被害を受けた方
- ※借金問題は対象外。
- 申込み／要予約。平日の午前9時～正午、午後1時～5時に、電話で京都弁護士会(☎231-2378)へ。定員になり次第締め切り。

#### ■ 安心・安全

### 防犯ベルの設置に補助金交付

市では、地域の防犯、防災のため、町内会で警報機を設置する場合、費用の10分の3以内(限度額7,500円)で補助を行っています。

また、設備の保守点検、修繕についても補助を行っています。

- 対象／防犯ベルは5戸以上、拡声器は30戸以上の町内会など
- 適用されない建物／寄宿舍、寮および住居以外の建物
- 申込み／補助金交付申請書(環境政策課でお渡しします)に設置対象見取り図、工事見積書、事業実施の理由書を添えて、環境政策課(内線249)へ。

#### ■ 子育て

### 私立幼稚園児の教材費補助

10月1日現在、満3歳以上で向日市に居住し、幼稚園に通園されている園児の保護者の方が対象です。なお、次の幼稚園については、各園から申請手続きをしていただきます。

向陽・まこと・成安・あかね・めぐみ・うぐいす第二・さかいだに・大原野・竹の里・長岡カトリック・京都三ノ宮・洛西せいか・一里塚・むらさき・洛西花園・光華・西山・京都・うぐいす・京都カトリック信愛・桂陽・春日・栄光・同志社・くるみ

上記以外の幼稚園に通園されている園児の保護者は10月23日(金)までに教育委員会 教育総務課(内線802)へご連絡ください。

### 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

覚せい剤、大麻などの薬物使用は一回だけでも「ダメ。ゼッタイ。」を合言葉に、青少年を薬物乱用から守っていきましょう。

☎乙訓保健所 環境衛生室 ☎933 - 1241

### ごみゼロ・向日市一斉クリーン作戦(一斉清掃)の実施について

年末を控え、11月29日(11月の最終日曜日)を「ごみゼロ・向日市一斉クリーン作戦」と定め、道路、公園などにおいて清掃活動を行い、ごみの一掃を図っていきます。

市民の皆様の多数の参加をお願いします。

- 日時／11月29日(日) 午前8時～9時
- ※午前7時の時点で、雨天の場合は中止します。
- 場所／市内一円(道路、公園、河川沿いなどの公共の場所)
- 申込み／11月24日(火)までに電話で、環境政策課 環境衛生係(内線226)へ。参加される方には、ゴミ袋と軍手をお渡しします。
- ※集合時間や場所などの詳しいことは、自治会の回覧などでお知らせします。

### 特定健康診査などは、11月30日までですので、お早めに受診ください

○受診時には、市からの通知様式セットと国民健康保険被保険者証または後期高齢者医療被保険者証が必要です。

「国民健康保険特定健康診査」と「長寿(後期高齢者)健康診査」の対象となる方には、8月末に受診券または案内書と受診票をお送りしています。

○平成21年7月1日以降に向日市国民健康保険に加入され、4月以降に健康診査を受けていない方は、「健康増進法による健康診査」の対象となります。

※健康推進課で事前に「健診セット」の発行を受けてください。

☎健康推進課(内線339,357)

## 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。

#### 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・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／10月25日(日) 午前9時40分～11時
- 場所／京都向日町競輪場内 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)

### 広報むこうに 広告を掲載しませんか

市では、広報紙面の充実と新たな自主財源の確保、また地域経済の活性化を図るため、「広報むこう」に掲載していただける有料広告を募集しています。掲載可能な号など詳しくは、秘書広報課(内線240)までお問い合わせください。



# 気軽に手軽に介護予防

## タオルを使ってストレッチ

今回は、背中やアキレス腱、膝・太ももの後面の筋のストレッチ体操を紹介します。

背中の筋は姿勢を保つために、座るときも、立つときも常に働いているので、負担の大きな部分といえます。

背中の筋の疲労が腰痛の原因になることも少なく

ないため、長時間、座位で作業をした後などには、ストレッチをして疲労を回復させましょう。

また、アキレス腱や膝・太ももの後面にある筋は、タオルを使うことで、伸ばしやすくなります。長い距離を歩いた後などには、しっかりストレッチを行ってください。

### 背中のストレッチ



①肩幅に合わせてタオルを持ちましょう。

②おへそを覗き込むように身体を倒します。

その後、タオルを前に、背中を後ろに押し出すようにしましょう。

このとき、背中後ろにある空気の壁と押し合っているようにします。



### 膝・太ももの後面のストレッチ



①足を左右に開き、右(左)の足の裏にタオルをかけます。

このとき、足のつま先を上に向けた状態にしながら、上半身は、できるだけまっすぐにすることを心掛けましょう。

②両手を引きながら、上半身を右(左)に倒しましょう。

このとき、引くと同時に身体を前へ、足や手の力を抜いて気持ちよい程度に伸ばしましょう。



- ※呼吸は止めないでストレッチしてください。
- ※筋が伸びている部分を意識しましょう。
- ※ストレッチは、気持ちのいいところまでとし、痛みのない範囲で行ないます。
- ※10秒～20秒、ゆっくりと時間をかけて行ないましょう。
- ※常にタオルの両端を引っ張った状態で一連の動作を行ないます。引っ張る強さは自分の筋力に合わせて調節してください。

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

### 激安商品で客を誘い込むSF商法

#### 事例

卵1パック50円、明日はパンが1斤50円など日替わりで安い商品を売る会場の案内を新聞のチラシで見て、毎日広告商品を買って行ったら、店員と仲良くなり、行くたびに健康の話聞いた。

自分の体調の話をする、「血液の循環がよくなり体にいい」と健康食品を勧められ、断りきれずに3日前に50万円分も買ってしまった。よく考えると必要のないものなのになぜ買ってしまったのかと後悔している。解約できないだろう。(70歳代 女性)

#### アドバイス

これはSF商法といって、チラシなどで高齢者を中心に人を集め、会場で無料または極端に安い価格で商品を配り、得た気分させ巧みな話術で雰囲気盛り上げたあと、高額な商品を購入させる商法で催眠商法ともいわれます。

会場で冷静な判断ができずにその場の雰囲気で購入してしまい、あとになって必要のない商品を購入したことや高額すぎることに気づき、後悔することが多いようです。

SF商法に多い商品として健康食品、布団、温熱治療器、磁気マットレスなどがあります。SF商法は法律で「訪問販売」に当たるとされているので、契約から8日間以内であればクーリング・オフができ、事例の場合もクーリング・オフできます。

このような被害にあわないためにも、安易に会場に近づかないようにし、商品が本当に必要なものかよく考え、不要であればきっぱり断りましょう。

SF商法は高齢者が被害にあっていることに気づかないことも多く、普段から周りの人が声をかけるなどのネットワークをつくることも大事なことです。

#### ■一人で悩まず消費生活相談へ■

- 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(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)

#### ■身に覚えのない裁判通知ハガキにご注意■

最近、「民事訴訟裁判通達書」や「民事訴訟裁判告知」などと題し、連絡を求めるハガキが届いたと複数の相談が市に寄せられました。

このようなハガキは絶対に連絡せず、無視してください。判断に迷う場合は相談室にお問い合わせください。

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 ふくろのなかにはなにがある?

ポール・ガルドン再話・絵 ほるぷ出版

ずる賢いキツネは「ぜったいにふくろの中をのぞくなよ」といって、獲物を入れたふくろをおばさんたちに預けます。その約束が破られるたびに、大きな獲物と交換していくキツネは最後には…。

「さんびきのくま」「しょうがパンぼうや」などが有名なアメリカの絵本作家、ポール・ガルドンのくりかえしが楽しい昔話絵本です。

### ■一般図書

- 脳は0.1秒で恋をする 茂木健一郎著 PHP研究所
- 最後の日本人 斎藤明美著 清流出版
- 裁判員の教科書 橋爪大三郎著 ミネルヴァ書房
- 頭がよくなる「マインドマップ」超仕事術 長田武介著 ぱる出版
- おむつに頼らない排泄介護術 青山幸弘著 雲母書房
- ある日突然、詐欺にあったら、どうする・どうなる 石原豊昭ほか著 明日香出版社
- ケガレ 波平恵美子著 講談社
- ジュニア数学オリンピック 2003-2009 数学オリンピック財団編 亀書房
- 宇宙 最新画像でみるそのすべて ニコラス・チータム著 河出書房新社
- QC七つ道具がよ〜くわかる本 今里健一郎著 秀和システム
- 世界で一番やさしい建築基準法 谷村広一著 エクスナレッジ
- 夢うつつ あさのあつこ著 東京書籍
- 墨染の鎧 上・下巻 火坂雅志著 文藝春秋
- 元気でいてよ、R2-D2。 北村薫著 集英社
- 遊びをせんとや生れけむ 久世光彦著 文藝春秋

### ■児童図書

- この人を見よ!歴史をつくった人びと伝 全20巻 プロジェクト新・偉人伝著 ポプラ社
- 「フラフラ」のすすめ 益川敏英著 講談社
- 13歳からの勉強ノート 小野田博一著 PHP研究所
- 学校のまわりでさがせる植物図鑑 全4巻 近田文弘監修 金の星社
- 家族で食育!朝ごはん 全5巻 服部幸應・服部津貴子監修 岩崎書店
- もったいない生活大事典 全7巻 岡本正志監修 学研
- ネコのホームズ 南部和也作 理論社
- おばけなんてないさ せなけいこ絵 ポプラ社
- いちにちおもちゃ ふくべあきひろ作 かわしまなな絵 PHP研究所
- ヘラクレスオオカブトムシのいちばんくん のぶみ作 ひかりのくに
- ぐぎがさんとふへほさん 岸田衿子作 にしむらあつこ絵 福音館書店
- がんばれ!グレイビー キャロライン・ジェイン・チャーチ作 小学館

### 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。

- 日時/10月24日(土) 午前11時～
- 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

