

5月26日、食中毒の季節を前に、レインボー星よりアフロ博士と助手のリリーが正しい手洗い方法を子どもたちに教えるため河原保育所に訪れ、手洗い教室を開きました(=写真)。

博士と助手の「魔法のくすり」と称したでんぶん糊を手につけ、普段通りに手洗い。次に、「魔法の水」と称したイソジンの希釈液に漬けると洗い残しが真っ黒に染まり、子どもたちはビックリ。その後、みんなで正しい洗い方を確認しながら、ツメや指の間など黒くなった箇所をきれいに洗い流しました。



河原保育所で手洗い教室
洗い残しを確認

市の人口
平成21年6月1日現在 世帯数 24,344世帯
男 30,611人 女 32,136人 合計 62,747人

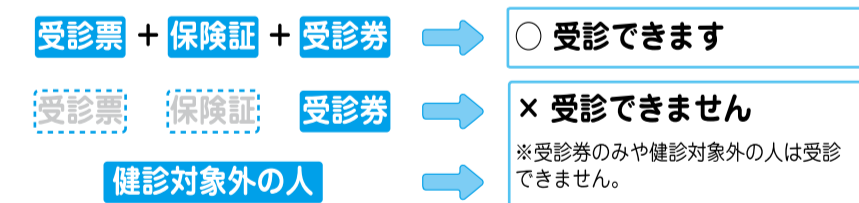
メタボの判定基準

<p>腹囲 男性 85 cm以上 女性 90 cm以上</p> <p>内臓脂肪面積 男女とも 100 cm²以上に相当</p> <p>内臓脂肪型肥満</p>	+	<p>血糖 空腹時血糖値 110 mg / dL以上 または HbA1C 値 5.5%以上</p> <p>脂質 中性脂肪値 150 mg / dL以上かつ / または HDL コレステロール値 40 mg / dL未満</p> <p>血圧 収縮期血圧値 130 mm Hg 以上かつ / または 拡張期血圧値 85 mm Hg 以上</p>	<p>の3項目のうち、 ●2項目以上が該当… メタボ(基準)該当者 ●1項目該当… 予備群 ●該当項目なし… 非該当</p>
---	---	---	--

(※糖尿病・高血圧症または脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している人を除く)

特定健診の受け方

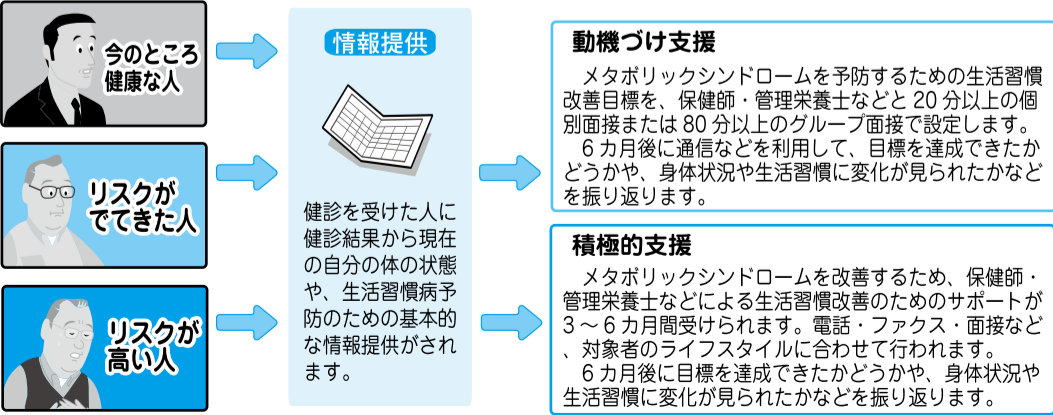
受診票・国民健康被保険者証(保険証)・受診券を持って受診してください。
いずれかを忘れると受診できません。



健診には血液検査があります。受診する場合は、できるだけ空腹時に受診してください。

情報提供から特定保健指導へ

健診結果に応じてグループ分けされ、保健指導のレベルを設定。特定保健指導対象者には保健師や管理栄養士などから個人の健康状態やライフスタイルに合わせて保健指導が行われます。



>> 特定健診・特定保健指導Q&Aは2面をご覧ください。

生活習慣病を早期発見・改善
特定健康診査の受診を

平成20年度から、健康保険制度の保険者(市町村国保・府県管掌健康保険・健康保険組合など)による、メタボリックシンドロームをはじめとする生活習慣病の予防・改善に重点を置いた「特定健康診査」特定保健指導が始まりました。市では、京田辺市国民健康保険の被保険者を対象に「特定健康診査」「特定保健指導」を行います。ほかの健康保険などに加入している人は、それぞれの保険者が行う特定健康診査を受診してください。

特定健康診査は、腹囲測定によって内臓脂肪をチェックし、併せて生活習慣病の危険因子を検査することで、メタボリックシンドロームの該当者や予備群を早期に見つけることができます。6月末に、本市国保に加入している対象年齢の人に送付する受診票や受診券などと国民健康保険被保険者証を持参し、指定医療機関で必ず受診しましょう。期間 7月1日(水)～8月31日(月) 対象 市国民健康保険被保険者で昭和

9年8月1日から同45年3月31日生まれの人
なお、本市国保の人間ドックを受診する人は、人間ドックの検査項目に、特定健康診査の項目がすべて含まれていますので、改めて特定健診を受診することはありません。
健診項目 問診・身体計測・尿検査・血圧測定・血液検査・医師による診察(基準に該当する人は、心電図・眼底検査を行います)
費用 無料
実施場所 指定医療機関。後日送付される案内書類を確認してください。
問合せ先 国民健康保険課(☎64・1332) 健康介護課(☎64・1335)

市の文化財に2件指定

教念寺と寿命寺の仏像

教育委員会は、市文化財保護委員会(井上満郎委員長)の建議を受け、6月1日付けで教念寺(章内)の「木造阿弥陀如来坐像」と寿命寺(興戸)の「木造阿弥陀如来及び両脇侍像」を市の文化財に指定しました。これで市指定文化財は14件になりました。

新たに決まった市指定文化財は次のとおりです。

「木造阿弥陀如来坐像 教念寺所蔵」(一纏)
 教念寺の本尊で高さ73・9cmの平安時代中期に製作された像です。教念寺は元禄5年(1692)開創と伝えられますが、それよりも古い像であり、くわしい伝来は不明です。



阿弥陀如来坐像 (教念寺所蔵)



左から、勢至菩薩・阿弥陀如来・観音菩薩 (寿命寺所蔵)

「ヒノキ」かとみられる針葉樹で作られ、削削(わりはぎ)造りで定印を結びます。

骨太の体つきで、太い鼻梁と引き締まった口元などから偉大な印象を与え、平安時代前期(9世紀)の力強い作風を引き継いでいることを推察させますが、整った衣文や製作技法から、10世紀の製作と考えられます。

市内には10世紀の彫刻作例は少なく、その期の本格的な作風と構造を備えた貴重な像です。

「木造阿弥陀如来及び両脇侍像 (寿命寺所蔵・三纏)」
 市内最大の半丈六の大きさの定印阿弥陀如来坐像(高さ136・5cm)に、等身の観音勢至立像(高さ152・8、154・5cm)が脇侍になる三体で、平安時代後期12世紀にさかのぼる完備した三尊例として注目される像です。

近年の修理で像全体に新しい漆箔が置かれていますが、表面観察でも都(京都)にいる正当な仏師により製作された、作風の安定した美しい像であることがわかります。当時の京都の上流貴族による仏像に比肩できる作例であり、市を代表する仏像のひとつと考えられます。

寿命寺は浄土宗の高僧袋中上人により再興された寺で、上人筆という『三尊修補縁』が保管されています。

問合せ先▶社会教育課(☎64・1393)

図書館だより

中央図書館☎65-2500

7月の移動図書館「かなび号」巡回表

曜日	地区名	駐 車 場 所	巡回時間	巡回日
火曜日	新興戸	新興戸公民館北50m	3:00~3:30	7
	飯岡	飯岡バス停前	3:40~4:10	
	山本	山本出荷場精米所前	4:20~4:50	
水曜日	水取	水取公民館前	3:00~3:30	14
	普賢寺	普賢寺公民館前	3:40~4:10	
	多々羅	多々羅公民館西側	4:20~4:50	
水曜日	天王	天王バス停前	3:00~3:30	1
	高船	高船農産加工センター前	3:40~4:10	
	打田	打田公民館前	4:20~4:50	
日曜日	松井	松井里市公園東50m	2:30~3:00	8
	山手	わくわく公園東南角	3:20~4:00	
	健康村	健康村公民館前	4:20~4:50	
木曜日	三山	三山小学校北100m	2:50~3:30	2
	江津	江津公民館前	3:40~4:10	
	宮ノ口	宮ノ口白山公園	4:20~4:50	
日曜日	南山	南山公園	2:50~3:20	9
	高木	高木公民館前	3:30~4:00	
	興戸	興戸公民館西200m	4:20~4:50	

★中央図書館・北部分室(北部住民センター内)・中部分室(中部住民センター内)で借りられた本も、移動図書館で返すことができます。
 ★貸出券は中央図書館・北部分室・中部分室で共通して使えます。
 ★その場で貸出券をお作りしますのでお気軽にご利用ください。
 ★雨天の場合、巡回は中止となります。

新しい本の紹介

『社会人のための基本マナー』
 主婦の友／編者
 株式会社主婦の友社／出版

社会人として好感度をアップするポイントが、写真とイラストでわかりやすく解説されている最新版です。ビジネス・慶弔・贈答・お金に関するマナーのほか、テーブルマナーなど、ビジネスシーンから日常のおつきあいまで、働く上で必要な基本マナーが満載!!。安心して社会人スタートを切るために、知っておきたいことがすべて載っています。

ぜひ、ページをめくって、「基本マナー」を身につけてください。



中央図書館(映画会)

今月は、「着物姿の女性」特集です。
 ▼7月4日…長崎ぶらぶら節▼11日…SAYURI▼18日…化粧師▼25日…大奥
 いずれも土曜日の午前10時30分から。

地域・団体に講師を派遣

悪質商法被害の防止と早期解決

市は、ますます巧妙化する悪質商法による被害の未然防止と早期解決を図るため、区・自治会、老人クラブなどの地域や団体の消費生活講座に講師を派遣します。

講座では、悪質商法の具体的な手口やクーリングオフの仕方などから、悪質商法の被害者にならないポイントや被害にあったときの早期解決のためのポイントをわかりやすくお話しします。地域や団体に、一緒に学びましょう。



日時▶平日午前9時~午後5時の希望日時を、事前に連絡してください。
 それ以外の日時を希望の場合は、ご相談ください。

会場▶申込者が用意してください
 講師料▶無料
 申込・問合せ先▶産業振興課(☎64・1319、FAX64・1359、メールアドレス sangyo@kyotanabe.jp)

チェーン作りを見学

市と椿本チエインは、昨年に引き続き椿本チエイン京田辺工場で「夏休み親子工場見学会」を開きます。

日常生活のさまざまな場所に使われている「チェーン」ができる様子をみなさんの目で確かめてみませんか。世界最小のチェーンから最大のものまで見学できます。たくさんのご参加をお待ちしています。

日時=7月23日(木)、8月4日(火)・5日(木)。いずれも午前9時10分~午後0時30分
 集合時間・場所=▼午前8時40分・JR京田辺駅▼午前8時50分・市役所北側駐車場。集合場所からはバスで送迎します(送迎バス以外での来場はご遠慮ください)
 対象=市内に在住する小学校1~6年

女性交流支援ルーム 立ち寄ってみませんか

グループの交流や活動支援・女性の悩み相談

女性交流支援ルーム「ポケット」は、各種情報を収集・提供し、グループ間の交流・各種団体の多様な活動など、女性の抱えるさまざまな悩みの相談を受け、男女共同参画社会の促進を図ることを目的とした施設です。

開室日時▶月々金曜日の午前10時~午後6時
 休室日▶土・日曜日、祝日、年末年始、アル・プラザ京田辺の休業日
 【情報ライブラリー(無料)】
 男女共同参画などに関する図書・DVDなどの閲覧・貸し出しを行っています。インターネットを閲覧することもできます

【交流スペース(無料)】
 どなたでも自由に利用できるフリースペースです
 【コピー機▶1枚10円。利用時は職員にお申し出ください
 【印刷機▶製版代1版100円。用紙は持ち込み。利用には、情報ボックスなど利用団体への登録が必要
 【女性の相談室(無料)】

女性交流支援ルーム「ポケット」
 〒610-0334京田辺市田辺中央五丁目2・1「アル・プラザ京田辺2階」☎ FAX65・3709、メールアドレス sanakaku@kyotanabe.jp

女性交流支援ルーム「ポケット」
 〒610-0334京田辺市田辺中央五丁目2・1「アル・プラザ京田辺2階」☎ FAX65・3709、メールアドレス sanakaku@kyotanabe.jp

女性交流支援ルーム「ポケット」
 〒610-0334京田辺市田辺中央五丁目2・1「アル・プラザ京田辺2階」☎ FAX65・3709、メールアドレス sanakaku@kyotanabe.jp