広報 Public Relations Kyotanabe City
京たなべ
11/15 平成20年（2008年） No.623

緑化まつり　新生児を対象に苗木プレゼント

田辺公園多目的運動広場では11月３日、緑化まつりが行われ、花や樹木を求める多くの市民でにぎわいました（＝写真㊤）。

市は、パンジー苗の無料配付や新生児を対象にナンテンやヒラドツツジなど７種類の中から、保護者が選んだ苗木をプレゼントしました。

新生児の誕生を記念に苗木を受け取りにきた親子らは、石井市長から手渡され、喜んでいました（＝写真㊦）。

市の人口

平成20年11月1日現在　世帯数 24,027世帯
男 30,470人 女 31,892人 合計 62,362人

市民文化祭　作品展や舞台発表 日ごろの成果披露

11月１・２日に、田辺中央体育館や中央公民館などでは、恒例の市民文化祭が開かれ、サークルなどの作品展や舞台発表が催されました。また、多数の模擬店が並び、いけばな展や絵画展、文化講演会なども行われ、多くの人が訪れました。

同体育館には館内いっぱいに展示ブースが設置され、絵画・絵てがみなどの作品を一同に展示。訪れた人は趣向を凝らした作品や子どもたちが描いた絵などに足を止め、熱心に見入っていました。

また、同公民館大ホールでは、京田辺市歌謡昂会による歌謡発表で舞台が幕開けし、ハーモニカ合唱や日本舞踊など23の演目が披露されました。どの舞台も観客から大きな拍手が送られ、子どもたちが出る舞台では保護者たちが熱心にビデオ撮影していました。

中央公民館の大ホールでハーモニカ演奏するサークルのメンバー

中央体育館に展示された作品などを見学する人たち

連休３日間に多数の来場者
秋の催しにぎわう

園児たちが遊技を披露

多くの参加者でにぎわうバーニングアート体験とリンリン♪タウン京田辺㊦

ADAM祭　市民と学生が交流し 環境への取組を実践

同志社大学京田辺校地の学園祭「同志社京田辺祭（ＡＤＡＭ祭）」が市民文化祭と同日の二日間、同キャンパスで開かれました。メーン会場では、田辺東・大住幼稚園のお遊戯や田辺・大住中学校吹奏楽部の演奏が披露されたほか、さまざまなアーティストや若手芸人によるステージが繰り広げられていました。また、市民と学生がワークショップで進めてきた「リンリン♪タウン京田辺」など市民が参加できるイベントも多数用意され、訪れた親子連れなどが学生との交流を楽しんでいました。

同祭は、大学と住民とのつながりを深めようと企画されたもので、今年で４回目。昨年から国産間伐材を使った割りばしや洗って再利用する「リユース食器」を模擬店で導入しており、目標に掲げていた「環境にやさしいお祭り」を実践していました。

人権擁護委員 松井氏を選任

市の人権擁護委員に10月から松井啓二さん（大住ケ丘二丁目、62歳）が法務大臣から委嘱されました。

10月８日、市役所で京都地方法務局宇治支局長から委嘱状の伝達を受けた松井さんに、石井市長は「市民の人権擁護と人権意識の高揚に、ご尽力をお願いします」と今後の活躍に期待を寄せていました。これからは、人権思想の啓蒙啓発や相談事業にご活躍いただきます。

人権擁護委員（敬称略）＝▼松井啓二（大住ケ丘）、☎63・2581▼岡山稔（薪）、☎63・2244▼小畠壽子（大住）、☎62・0336▼上村清彦（東）、☎62・3537▼大鉢美智子（三山木）、☎62・2168▼稲川康子（普賢寺）、☎62・2991

問合せ先＝人権啓発推進課（☎64・1336）

委嘱状の伝達を受ける松井啓二さん㊧

「人権の花」水仙を桃園小学校へ贈呈

「相手の立場になって考え、人を思いやることができる心を持てるようになってください」と、10月24日に人権擁護委員の小畠壽子さんと岡山稔さんが人権の花「水仙」の球根120球・植木鉢72個などを桃園小学校へ贈りました。子どもたちは、「みんなで大切に育て、地域の人に喜んでもらえるようにきれいな花を咲かせます」と受け取りました。

プランターに球根を植えたばかりの児童たち

「人権の花」運動は、法務省が水仙の花の栽培から鑑賞を通じて、人権意識の高揚を図るため行っています。

ハートフルフェスタ
桂七福さんの人権落語と講話
「差別をなくす最高の笑顔を」

入場無料　12月6日㈯ 午後1時30分 中央公民館

落語家の桂七福さんが出演

市と教育委員会は「ハートフルフェスタ」を開き、桂七福さんによる講演や子どもの作品展示を行います。

桂七福さんは、上方落語家四代目桂福団治の弟子として入門。いじめ体験本「うわごと」を発刊後、人権をテーマに笑いと心にしみる落語・講演活動をされています。また、徳島県人権広報番組のメーンパーソナリティとしても活躍中です。

【講演】

日時＝12月６日㈯午後１時30分から（受け付けは、午後１時から）

場所＝中央公民館

内容＝「差別をなくす最高の笑顔を」をテーマに、落語家の桂七福さんによる人権落語と講話

費用＝無料

【参加方法】

申込不要。ただし、子どもの保育（幼児）を希望する人は、11月28日㈮までに申し込んでください

【作品展示】

市内の幼児・児童・生徒の人権に関する感性豊かな作品を、次の日程で巡回展示します

▼12月６日㈯・７日㈰…中央公民館**▼12月10日㈬～14日㈰**…北部住民センター**▼12月17日㈬～23日㈷**…中部住民センター

【申込・問合せ先】

▼人権啓発推進課（☎64・1336）▼社会教育課（☎64・1393）

発行／京田辺市　〒610-0393 京都府京田辺市田辺80、☎(0774)63-1122、FAX(0774)63-4781、http://www.kyotanabe.jp/

くらしの情報
information of Kyotanabe

記号の見方
㊐＝対象、㊀＝内容、㊝＝人数
㊛＝費用、㊥＝申し込み
✉＝メールアドレス、㊢＝ホームページ
問＝問合せ先、場＝問合せ先＋申込先

市への郵便物は、「〒610-0393　○○課」で。時間は24時間表記です。

お知らせ

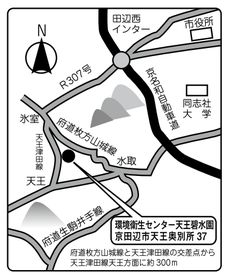
住生活総合調査にご協力ください

国土交通省では、都道府県・市町村の協力のもと、12月1日㈪に全国で「平成20年住生活総合調査」を行います。この調査は、住生活基本法に基づく住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で必要となる基礎資料を得るために、居住環境を含めた住生活全般に関する実態や居住者の意向・満足度などを総合的に調査するもので、5年ごとに行っています。今回は10月に行われた住宅・土地統計調査（総務省）に回答いただいた世帯の中から、全国で約10万世帯を対象に行います。京都府では、無作為抽出した約2,700世帯に調査をお願いします。11月24日㈪から12月7日㈰まで統計調査員証を持った調査員が、対象となった世帯を訪問しますので、調査をお願いするみなさんには重ねてお手数をおかけしますが、ご協力をお願いします㊐計画建築課（☎64-1341）

年末調整説明会

11月26日㈬14時～16時、コミュニティホール㊋宇治税務署による平成20年分年末調整の説明㊐宇治税務署（☎44-4141）

チップ材を無料配布！



市は、公共緑地などの剪定樹木を粉砕処理し、チップ化したものを無料配布します。家庭菜園などで利用を希望する市民の人は配布場所に直接取りに来てください。12月6日㈯・7日㈰9時～11時30分と13時～15時、環境衛生センター天王碧水園▼チップ材を入れる袋、スコップなどは各自で持参してください▼チップ材が無くなり次第、終了します▼重機による積み込みを希望する人は、1回の配布につきブルドーザーのバケツ1杯までとします㊐環境衛生センター甘南備園（☎62-4328）

自動車の省エネルッスン

【エコドライブ10のすすめ】

①やさしい発進②加減速の少ない運転③早めのアクセルオフ④エアコンの使用を控えめに⑤アイドリングストップ⑥エンジンをかけたらすぐ出発⑦ルート計画・渋滞情報などのチェック⑧タイヤの空気圧をこまめにチェック⑨不要な荷物は積まずに走行⑩渋滞などをまねくことから、違法駐車はやめましょう

【自動車の省エネ行動による省エネ効果】（年間）

ガソリン	年の節約	CO2削減量
ふんわりアクセル「eスタート」※		
83.57L	約11,370円	194.0kg
加減速の少ない運転		
29.29L	約3,980円	68.0kg
早めのアクセルオフ		
18.09L	約2,360円	40.2kg

※発進時、5秒間で20km/h程度に加速をした場合。

出展：㈶環境情報普及センター「低公害車ガイドブック2007」、㈶省エネルギーセンター「家庭の省エネ大辞典2008年版」㊐環境課（☎64-1366）

健康・福祉

ふとん丸洗いサービス

▼回収＝12月8日㈪・9日㈫▼納品＝12月15日㈪・16日㈫㊀市内に在住する介護が必要な満60歳以上の人で、在宅での寝たきり期間が3カ月以上の一人での外出が困難な人㊁ふとんの丸洗いと乾燥㊛無料㊥11月27日㈭まで㊐社会福祉協議会（☎62-2222）

高齢者保健福祉計画委員会を公開

12月1日㈪14時から行う、第4回市高齢者保健福祉計画委員会を一般に公開します㊀市民または高齢者サービスを利用している人と家族㊝15人（多数の場合は抽選します）㊥11月28日㈮12時まで。当日13時45分までに会場にお集まりください㊐健康介護課（☎64-1373）

催し・募集

'08やましろのくに

11月29日㈯12時からと30日㈰10時から、社会福祉センター㊁人形劇、創作劇、手話劇、音楽と語りなど。プロによる人形劇もあります。両日「人形をつくろう」のコーナー（㊛200円）があります㊛子ども（4～18歳）800円、大人1,200円㊐きょうと児童青少年演劇まつりやましろのくに実行委員会・太田（☎68-2214）

京都eラーニング塾

府下市町村・府・大学で運営するインターネットを利用して受講する講座です。京都eラーニング塾の㊢http://info.pref.kyoto.lg.jp/el/から申し込んでください【eラーニングで学ぶ－いいとこ取り「源氏物語」】㊁「宇治十帖」に範囲を限定し、ストーリー展開の順に解説します。講師は愛知淑徳大学常勤講師の外山敦子さん㊥11月30日㈰まで▼インターネット講座…全3回㊛無料▼スクーリング…1月10日㈯13時30分から、源氏物語ミュージアム㊝先着50人㊛500円㊐京都文教大学フィールドリサーチオフィス（☎25-2630、✉eln@po.kbu.ac.jp）【大山崎町建物探訪講座～近代の名建築をめぐる～】㊁大山崎山荘美術館などの近代建築を紹介し、その価値に触れていただく講座です。講師は大山崎町職員。配信期間は12月31日㈬まで㊥11月30日㈰まで㊛無料㊐大山崎町生涯学習室文化芸術グループ（☎075-956-2101）

サンタが街にやってくる

12月23日㈷18時ごろから㊀市内に在住する就学前幼児㊁市青年団員がサンタクロースの仮装をし、保護者から預かったプレゼントを子どもたちに届けます。サンタクロースとの触れ合いによって子どもたちに夢を与え、健やかな育成を目指し行います㊝50組（多数の場合は抽選します）㊛1人300円㊥往復ハガキの往信用に「サンタ希望」・住所・氏名・電話番号・子どもの名前と年齢・自宅までの略地図を、返信用の表に住所・氏名を書いて、12月5日㈮（当日消印有効）までに送付してください。なお、プレゼントの事前持込については別途連絡します。食品・生物・壊れやすいものはお届けできません。また、包装などは主催者側ではできません㊐京田辺市青年団（中央公民館内、〒610-0331京田辺市田辺丸山214、☎62-2552）

商工会嘱託職員を募集

市商工会は、嘱託職員を募集します㊁商工会館の管理・案内・取り次ぎおよび管理事務など。雇用期間＝平成21年4月1日～同22年3月31日。更新あり。勤務形態＝▼月～金曜日…17時～22時▼土・日曜日、祝日…8時30分～22時（二交替制）㊝1人㊥12月5日㈮（必着）までに履歴書を郵送してください㊐京田辺市商工会（〒610-0334京田辺市田辺中央四丁目3-3、☎62-0093）

かがやきおせち料理教室

12月6日㈯10時～14時、中央公民館㊁元調理師学校講師の寺尾明子さんによるおせち料理教室。エプロン・三角巾・ふきん1枚を持参してください㊝先着25人（会員を優先します）㊛1,500円㊐京田辺ネットワークの会かがやき・谷村（☎・FAX63-2778）

スポーツ

ブシドー☆キッズ武道を体験しよう

12月21日㈰10時から（受け付けは9時から）、同志社大学デイヴィス記念館㊀小学校1～6年生㊁各種武道の体験（1人2種目）。剣道・居合道・合気道・日本拳法・空手道・少林寺拳法・柔道・相撲（希望通りにならない場合もあります）㊝150人㊛500円（付き添いの保護者は無料）㊥☎・ハガキ・FAX・メールで①体験希望種目（8種目の中から希望順位を1から8まで書いてください）②住所③氏名④学年⑤性別⑥電話番号⑦武道経験や子どもの体質など⑧車で来場希望の人は、車種・ナンバーを書いて12月5日㈮までに申し込み㊐「ブシドー☆キッズ」実行委員会（地域GP推進室内、〒610-0394京田辺市多々羅都谷1-3嗣業館2F、☎65-7003、FAX65-7007、✉jt-chii2@mail.doshisha.ac.jp）

寄付

◎**無名会**（チャリティーゴルフ）が福祉のために、20万円。

◎上村勝さんが日本絵画（横江智恵子さん作「ベテスダの花」）を寄付。

横江智恵子さん作「ベテスダの花」

イスラエルのエルサレムにあるベテスダの池に生える草花を文様のように描いた作品。市の木である「南京はぜ」が華麗に描かれています。

自転車走行の知識と技術を競う

市内7小学校から40人の児童が参加した交通安全子ども自転車大会が10月26日、田辺中央体育館で行われました。この大会は、競技を通じて、子どもたちに自転車安全走行の知識と技術を身につけてもらおうと開かれました。

学科テスト後の走行テストでは、「前よし。後ろよし」と元気よく周囲を確認。右左折・停止の合図を手信号で正確に行っていました。子どもたちは緊張した面持ちでしたが、走行を終えると、ほっとした様子で声援を送る家族や友達に笑顔を見せていました。

ピンを左右によけながら走行

山手東自治会が交通安全活動で受賞

山手東自治会が京都府交通対策協議会表彰を受賞。交通安全意識の高揚・普及活動を積極的に推進し、地域の交通安全に取り組んだことが評価されました。

石井市長に受賞報告をする里井自治会長ら

市民の環で環境を守り育てる
～きょうたなべ環境市民パートナーシップの取り組み～
②てくてく見て歩きの会

てくてく見て歩きの会は、京田辺市内を見て歩こうというグループです。「京田辺の良いところ・悪いところ探し」と名付けたエコ・ウォーキングでは、市民にも参加を募って名所を巡り、穴場を探します。また、歩きながら途中のゴミも拾っています。

第1～6回は、市内の名所旧跡や知られていない史跡を見てきましたが、9月に開いた第7回からは、「水」をテーマに歩いています。今回は、木津川に流れ込む河川の調査や秋の七草を探しました。河川敷には30種類以上の草花が咲いていて、その多さと美しさに約30人の参加者からは「新しい京田辺を発見した」と感動の声が上がりました。

第8回エコ・ウォーキングは、1月に予定しています。甘南備山周辺で手原川の源流探しと真っ赤に色付くタマミズキの実を鑑賞します。

問合せ先＝きょうたなべ環境市民パートナーシップ事務局（環境課内、☎64-1366）

秋の褒章・叙勲
おめでとうございます

市内から秋の褒章で瑞宝中綬章1人、瑞宝単光章1人、危険業務従事者叙勲で瑞宝双光章1人、瑞宝単光章2人が受章されました。

★秋の褒章
【瑞宝中綬章】
清野住和さん
【瑞宝単光章】
中井敏二さん

★危険業務従事者叙勲
【瑞宝双光章】
立元成功さん
【瑞宝単光章】
安達肇さん
吉本政夫さん

冬休み 留守家庭児童会
12月1日から5日まで受付
対象は1～4年生

教育委員会は、冬休みなどに留守家庭児童会に入会を希望する児童の入会申し込みを受け付けます。

対象者＝市立小学校に通学する小学校1～4年生で、冬休みとその前後の給食未実施期間中に保護者が仕事などで保育する人がいない家庭の児童

開設期間＝12月18日㈭～平成21年1月8日㈭。ただし、日曜日・祝日と12月29日㈪～1月3日㈯を除く

開設時間＝▼**短縮授業中**…放課後～午後6時30分▼**冬休み中の平日**…午前8時～午後6時30分▼**土曜日**…午前8時～午後5時30分

設置する留守家庭児童会・人数＝▼田辺東・80▼田辺・80▼草内・40▼大住・40▼桃園・80▼新・60▼三山木・40▼松井ケ丘・110

人数には、現在、在籍している児童を含みます。人数を超えたときは、ほかの留守家庭児童会への入会となります。なお、現在、在籍している児童は改めて申し込みする必要はありません。

費用＝▼**負担金**…3千360円（減免措置があります）▼**スポーツ安全保険料**…500円▼**同振込手数料**…100円

申込方法＝社会教育課または各留守家庭児童会に備え付けの申込書に、保険費用・就労状況証明書（父母とも必要）などを添えて申し込んでください。郵送による申し込みはできません

受付期間＝12月1日㈪～5日㈮

受付時間＝午前8時30分～正午と午後1時～5時

問合せ先＝社会教育課（☎64-1393）

絵本 読み聞かせで親子のふれあい
地域子育て支援センター
親子70人が参加

絵本の読み聞かせを通して、親子のふれあいの大切さを学んでもらおうと、市地域子育て支援センターが「絵本を楽しもう」をテーマにした講習会を中央公民館で開きました。

10月23日に行われた講習会には約70人の親子が参加。図書館職員が絵本選びや読み聞かせのポイント、ブックスタートの開始時期などを説明しました。

子どもに将来経験してほしいストーリーが描かれた絵本を選ぶなど絵本の選び方や、子どもが読んでほしいときに一緒に読んであげるなど読み聞かせのポイントが紹介されると、保護者はうなずきながら熱心に聞き入っていました。

また、講話後には、実際に図書館職員による絵本の読み聞かせや同センター保育士による大型絵本の読み聞かせと手遊びが行われ、読み聞かせの仕方を学びながら親子で楽しんでいました（Ⅱ写真）。

同センター長の関根眞治さんは、「たくさんの絵本の中からどんな絵本を子どもに選んであげたらいいのか迷うお母さんも多いと思います。このような講習会は今回初めてですが、お母さんたちからも好評だったので、これからも続けていきたいです」と話していました。

国民年金
老後を安心して過ごす支え
保険料の納め忘れはありませんか

国民年金は、現役世代が高齢者世代の生活を支える「世代間扶養」のしくみで、老後を安心して過ごすための大きな支えとなるものです。また、ケガや病気などが原因で障害の状態になったときや加入者が亡くなったときなど、万が一のときに安心して過ごすための経済的な支えとなるものです。

年金を受け取るには、国民年金に加入しているだけでなく、毎月の保険料を納めることが必要です。納め忘れがあると、将来受け取れる年金が少なくなったり、受け取れなくなることがあります。また、ケガや病気で身体に障害が残った場合に支給される障害基礎年金や、加入者が亡くなったときに遺族に支給される遺族基礎年金が受け取れなくなることもあります。

保険料を納め忘れている人は、早めに納付してください。なお、2年を経過すると時効で納めることができなくなります。

●保険料の納付は口座振替で

納め忘れをなくすには、手間と時間が省ける口座振替が便利で安心です。全国の銀行・信用金庫・農協・漁協・信用組合・労働金庫で手続きできます。

なお、現金で納付する場合は、社会保険庁から送付される納付書で金融機関・コンビニエンスストアで納めてください。

●納付が困難なときは免除制度などをご利用ください

経済的な理由により保険料を納めることが困難な場合には、保険料の免除・納付猶予制度、学生納付特例制度がありますので、市民年金課または京都南社会保険事務所へご相談ください。

なお、免除・納付猶予・学生納付特例が承認されない場合もあります。

問合せ先＝▼市民年金課（☎64-1333）▼京都南社会保険事務所（☎075-643-2547）

住宅用火災警報器設置されましたか

戸建て住宅、店舗併用住宅、共同住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。寝室・階段・台所などに設置しましょう。

また、要介護やひとり暮らし高齢者、重度障害者などには、火災警報器の費用を一部助成する制度があります。

問合せ先
▼消防本部（☎463-7826）
▼健康介護課（☎646-1373）
▼社会福祉課（☎646-1372）

不要な入れ歯を社会のために

社会福祉協議会は、使わなくなった入れ歯の回収をしています。回収ボックスは、社会福祉センター、コミュニティホール前、老人福祉センター常磐苑・宝生苑の4カ所に設置。不要な入れ歯は、汚れを取り除いて熱湯・消毒剤で消毒しポリ袋に入れ、回収箱BOXへ。

社会福祉センターの回収ボックス

回収された入れ歯の貴金属を集めてリサイクル。その収益が同会や日本ユニセフ協会に寄付され、地域福祉、飢えや病気に苦しむ世界の子どもたちへの支援に役立てられます。

一休とんち大賞 入賞作品が決定

薪小6年生が川柳の部で佳作！

晩年を本市で過ごした一休和尚にちなみ、観光協会が全国から作品を募っていた「一休とんち大賞」の入賞作品が決定。11月2日に表彰式を行いました。

今回は、日常生活の風景を素直に表現したものや、現代の世相をユーモアに表した作品949点が集まり大賞・優秀賞など15作品が選出。

大賞の京都府知事賞には、こばなしの部で望月要さん（大阪府大阪市）、エッセイの部で三上和輝さん（大阪府箕面市）、川柳の部で高畑潤さん（東京都多摩市）が選ばれました。

こばなしの部　大賞

「親子」

大阪府大阪市・望月要さん

「息子の成績が伸びないのは、授業のレベルが低いからです」

校長と教頭を前にして、彼女はもう二時間以上も熱弁をふるっていた。

「担任をかえてください」

「分かりました。検討いたします」

最後には校長に頭を下げさせ、彼女は満足して家路についた。子どものためにより良い環境を要求するのは、親として当然のことだ。

家に帰った彼女は、息子が知らない男女と一緒にリビングにいるのを見て目を丸くした。

「その人たちは誰なの」

問いつめる彼女に、息子が答えた。

「新しい両親だよ」

絶句する彼女に、息子は冷静に続けた。

「僕の成績が伸びないのは、親のレベルが低いからなんだ。だから、親をかえたんだよ。より良い環境を要求するのは、子どもとして当然のことだろ？」

エッセイの部　大賞

「夏の忘れ物」

大阪府箕面市・三上和輝さん

空は突き抜けるように青く、スコアボードの文字は暑さで歪んで見えた。

高校野球地区予選、決勝七回の裏。一点リードで迎えた二死満塁のピンチ。この試合最大の山場に球場は異様な雰囲気だった。

僕らは、タイムを取りマウンドに集まった。

スタンドのざわめきがやけに遠くに感じられた。真夏の連戦、極度の緊張の連続に、皆の顔は疲れていた。

ベンチから伝令が走ってきた。彼は、一度も試合に出たことが無い。ピンチになると監督の指示を全力で走って伝えにくる、それが彼の役目だ。その時も彼は全力で、そしてやっぱり笑顔で走ってきた。

僕らは彼を急かして、監督の指示を聞いた。

伝令の彼は言った。

「ごめん、走ってくる間に忘れてしまったよ」

呆然とする僕らに、彼は笑いながら続けた。「そんなことより帽子を取ってみろよ」。

僕らは言われるがままに、帽子をとった。

そしてひさしの裏を見つめた。僕らは、ひさしの裏に、自分自身に対しての言葉をマジックで書きこんでいた。「自分を信じろ」「真向勝負」「堅守」、それぞれの言葉を書き込んでいた。

ふと、伝令の彼の帽子に目がいった。そこにはこう書かれていた。「友を信じて走る」。

試合に出ることのできない彼は、僕らを信じることしかできないのだ。僕らは顔を見合わせた。そして、大きく一度だけ声を掛けて、それぞれに散らばった。

結局、試合は逆転で負けてしまった。人目もはばかちずに泣いたのを覚えている。

あの時、伝令の彼は本当に監督の指示を忘れていたのか。その後一度だけ聞いたことがある。彼は言った。

「どうだろうな。そのこと自体、忘れてしまったよ」。

爽やかな夏の終わり。

川柳の部　大賞

東京都多摩市・高畑潤さん

通知表　空気を読んで　そっと出す

【川柳の部　佳作】
京田辺市・北村裕太さん

仏とは　見えぬ姿に　力あり

薪小学校6年生の北村裕太さんが川柳の部で見事入選し表彰されました（＝写真）。

北村さんは、「作品は、一休寺で仏様の絵を描いているときに思いつきました。受賞するとは思っていなかったので、びっくりしました」と受賞の感想を話してくれました。

図書館だより

12月の移動図書館『かんなび号』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	2 16
	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	
	水取	水取公民館前	3:00～3:30	9 19 (金)
	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	3 17
	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	
	山手	わくわく公園東南角	2:40～3:20	10 24
	松井	松井里ケ市公園東50m	3:40～4:10	
	健康村	健康村公民館前	4:20～4:50	
木曜日	三山木駅前	JA田辺南支店南100m	2:50～3:30	4 18
	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	
	南山東	南山公園	2:50～3:20	11 25
	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	

お知らせ
- ★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

『小学生のキッチンでおやつマジック』
村上祥子／料理制作・監修
学習研究社／発行

『小学生の～』とタイトルにはありますが、実は「まぜる、溶かす、レンジでチンする」など、日ごろ料理をしていてそうなることはわかっているけれど、なぜと問われると答えられなかった、理科オンチの大人にこそ有意義な本かもしれません。

子どもたちは日ごろ、食べもので遊んだりすると叱られてしまいますが、この実験は最後にはどれもおいしく楽しく食べられるので大丈夫。いろんな食材や調理器具に触れることのできるお料理の入門書でもあります。一度挑戦してみてください。

田辺公園プールレポート

シリーズ

「みんなのプールですこやかライフ」

腰痛改善のための水中ウォーキング（後編）を紹介します。

腰痛の改善には、腹筋の強化と腰部の筋肉のリラックスが必要です。

⑦「ヒザ回し前歩き」～太もも・脇腹の強化～
ヒザを横から前に回しながら、前向きに進みます。

⑧「抱え込みジャンプ」～脚・腹部の強化～
ジャンプして、両ヒザを腕で抱え込みます。

⑨「かかとタッチ（サイド）」～腹部の強化＆シェイプアップ～
ヒザを曲げて脚を横に上げ、同じ側の手でかかとを触ります。左右交互に行います。

⑩「かかとつかみジャンプ」～腹部・でん部の強化～
両脚を肩幅より広めに開いてジャンプし、背中側で両手でかかとにタッチします。

ほかの運動と同様に、運動の前後にはウォーミングアップ（プールサイドでバタ足をしたり、脚を回したり、水を蹴り上げたり、首・肩・腕などのストレッチを行います）や、クールダウン（脚・腰・腹部・肩・腕・でん部・体側・首のストレッチを行い、最後に大きく深呼吸を行う）を行いましょう。

次回は、肩こり改善に効果のある水中ウォーキング法を紹介します。

問合せ先＝田辺公園プール（☎65-3113）