

講座でカジダンデビュー 身の回りの掃除・和食作りにも挑戦

「カジダン」という言葉をご存じですか。「カジダン」は、料理・掃除など「家事」をする「男性」のことを言います。この講座を受講して、あなたも「カジダン」デビューしてみませんか。

【日時・内容・講師】
下表のとおり

【場所】
中央公民館

【対象】
市内に在住・通勤・通学する18歳以上の男性で、2回とも参加できる人

【定員】
20人

多数の場合は抽選し、結果は1月20日(月)以降に郵送します。

【参加費】
500円

初回に徴収します。2回目を欠席されても、返金はありません。

【申し込み】
1月15日(水)当日消印有効

【申込・問合せ先】
市民 企画課(〒610-0393(住所不要)、☎64-1314)

健康は毎日の食事から 男性のためのピンピン教室

市は、男性を対象にピンピン教室(調理編)を開きます。健康に過ごせる体づくりを食事から実践しましょう。みんなで調理をしたり、メニューを考えたり、楽しく自分らしい食生活を身に付けましょう。

【日時・内容】下表のとおり

時間=午前10時～午後1時30分

場所=老人福祉センター宝生苑

対象=市内に在住する65歳以上の男性

定員=10人

初めての人を優先し、多数の場合は抽選します。

費用=無料

申込方法=来庁・電話で申し込み

申込期間=1月6日(月)～17日(金)

申込・問合せ先=健康推進課(☎64-1335)

日にち	内容
1月31日(金)	お料理すると「脳力」アップ
2月14日(金)	バランス食で「若返り!!」
2月21日(金)	おいしい薄味・血管ココロ
2月28日(金)	やってみよう!計画・実践!



「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

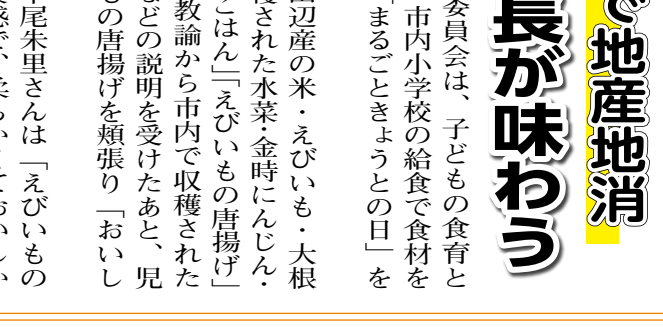


「えびいも」は、形がきれいなえびいもは、おもしろい味です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。



「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。



「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

茶服参加者を募集 2月2日にコミュニティホールで

市と京田辺茶業青年団は、第40回新春茶服展(ちゃかぶき)大会を開きます。中国の茶席の遊びとして唐時代に考えられ、お茶を飲み分ける技術を競うことから開茶会とも呼ばれています。日本では、室町時代に流行した遊びです。

日にち=2月2日(日)

時間=午後1時～4時

場所=コミュニティホール

対象=市内に在住する5人チーム

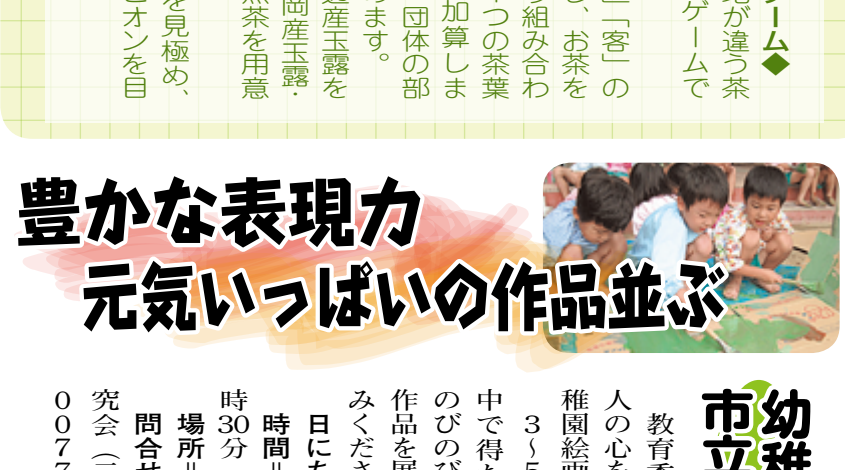
定員=先着8チーム

申込方法=来店か電話で申し込み

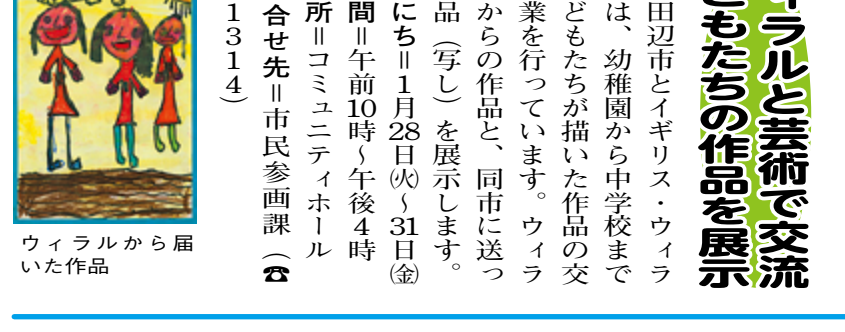
しめきり=1月24日(金)

申込・問合せ先=JA 京都 京田辺支店(☎62-1177)

「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。



「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。



「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

年の始めに初登り 新年の第一歩に甘南備山

文化協会は、新年の第一歩として第50回新春甘南備山初登りを行います。すがすがしい朝に、京田辺市を一望できる山頂まで登りましょう。中学生以下にはプレゼントがあります。

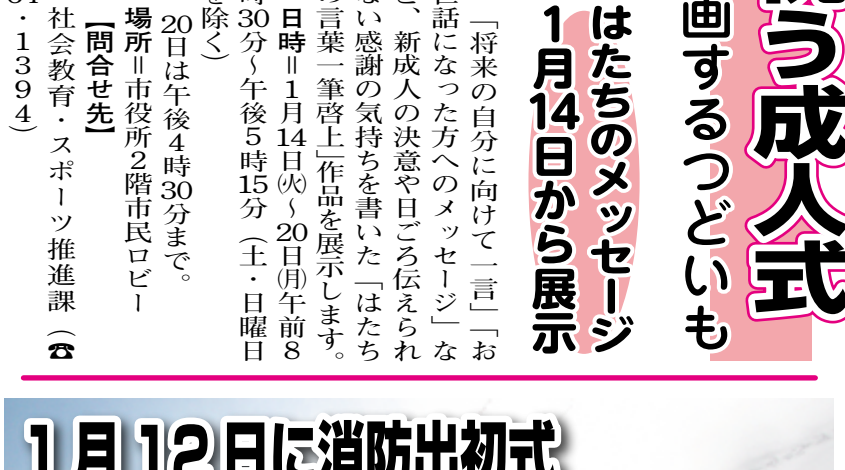
日にち=1月3日(金)(小雨決行)

集合場所・出発時間=▼JR京田辺駅西口・午前8時30分▼新小学校・午前9時

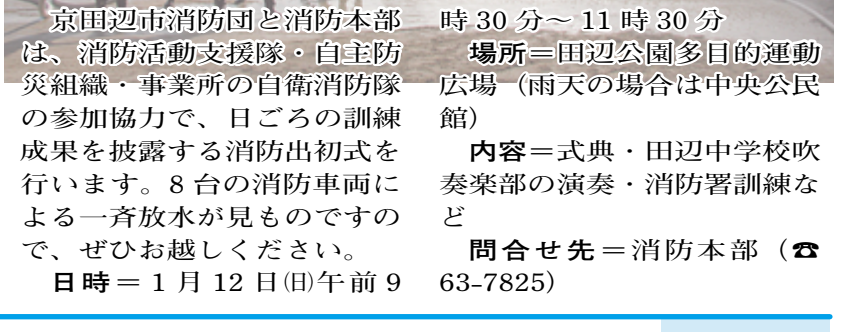
申し込み=不要

問合せ先=京田辺市文化協会(中央公民館内、☎62-2552)

「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。



「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。



「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

祝 門出を祝う成人式 新人が企画するつどいも

「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。



「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

「えびいも」を育てるのは大変な作業です。7・8月に土入れを繰り返す作業は、暑い中での作業です。おいしいえびいもは、おもしろい味です。

平成26年度 広報紙・市ホームページの広告を募集します

● 広報京たなへ ★毎月2回発行(1日号・15日号・1・8月は1日号のみ) ★発行部数は約24,000部

【カラー広告】 規格=縦6.5cm×横11.0cm 掲載料(1コマ)=1回3万円 募集コマ数=1日号4コマ

【モノクロー広告】 規格=縦6.7cm×横4.4cm 掲載料(1コマ)=1回1万円 募集コマ数=1日号20コマ・15日号10コマ

● 市ホームページ ★アクセス数は月約80,000件(数字は参考です) ★トップページにバナーを掲載

バナーサイズ=縦60ピクセル×横140ピクセル 掲載料(1枠)・枠数=1月1万円・18枠

掲載料は、いずれも一括前納のお支払いとなります。

詳しくは、市ホームページ またはお問い合わせください 申込・問合せ先=秘書広報課(☎64-1320)

市民ふれあいコンサート

市は、市役所で音楽を楽しんでもらうため、市民ロビーコンサートを開きます。邦楽のアンサンブルがお昼の30分間を彩ります。ぜひお越しください。

2月12日(水) 午後0時20分～0時50分 市役所2階市民ロビー

出演 邦楽あんさんぶる翔
曲目 地唄「ゆき」
菊重精峰作曲「星空への想い」

問合せ先=企画調整室(☎64-1310)

広報紙に掲載の写真を本人へ差し上げます。ご希望の方は、秘書広報課(☎64-1320)へお問い合わせください。

たばこ対策セミナー

煙にさらさぬ大切な人を守るため

たばこの煙は、喫煙者だけでなく周りの吸わない人の健康も害します。たばこの害から大切な人を守るためにできることや、卒業方法を学びませんか。

日にち=2月6日(木)午後2時～4時 受け付けは午後1時から

場所=保健センター

対象=市内に在住し、「たばこをやめたい」「大切な人をたばこの害から守りたい」と考えている人

内容=講演(テーマ:タバコについて考えよう) 講師:医師の土井たかよしさん・卒業者からのメッセージ(私がたばこをやめた理由)・体験コーナー(酸化酵素濃度・血管年齢測定など)

定員=先着50人

費用=無料

申込方法=健康推進課に電話で申し込み

申込期間=1月6日(月)～31日(金) 土・日・曜日、祝日を除く

歯周病予防講座

知って得する最新歯磨き術

食事を楽しむ健康に過ごすには、しっかりと歯磨き術が大切です。この講座では最新の歯磨き術をマスターしましょう。参加者には歯ブラシを贈呈します。

日にち=3月3日(月)午後1時20分～4時

場所=保健センター

対象=市内に在住する人

内容=講義(テーマ:知って得する歯周病予防の最新情報) 講師:日本歯周病学会認定歯周病専門医の牧草一人さん・実技(テーマ:ピカピカ歯みがき術) 講師:歯科衛生士の和田美登里さん

定員=先着40人

保育あり(6カ月～就学前) 先着15人。

費用=無料

申込方法=健康推進課に電話で申し込み

申込期間=1月6日(月)～2月14日(金) 土・日・曜日、祝日を除く

健康づくりを応援

健康推進課(☎64-1335)