



食改いきいき レシピ
大根の薄くず煮

◆材料(2人分)
大根 150g
にんじん 50g
生しいたけ 30g
鶏ひき肉 30g
グリーンピース 20g
だし汁 300cc
塩 小さじ1/2弱
みりん 小さじ1
土しょうが 10g
水溶性片栗粉 ※片栗粉・小さじ1、水・小さじ2を混ぜたもの

◆作り方
①大根は1.5cm角に切る。にんじんと生しいたけは大根より小さい角切りにする。
②鍋でだし汁を温め、①を入れて煮立ったら、中火にして5~6分待ち、塩・みりんを入れる。
③鶏ひき肉をほぐして加え、あくを取りながら野菜が柔らかくなるまで煮る。おろししょうが・グリーンピースを加え、水溶性片栗粉でとろみをつける。

ポイント
★しょうがを入れると、鶏の臭みがなくなります。
★グリーンピースの代わりに大根の葉を使うこともできます。

【問合せ先】
健康推進課 ☎64-1335

◆栄養価(1人分)
エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム 塩分
74kcal 5.5g 1.5g 30mg 1.0g



同志社女子大 × 広報京たなべ
「学生レポーターが行く」

お水取りで燃やされる籠松明には、普賢寺地区で掘り起こした竹も使われています。「竹送り」は、毎年2月11日の早朝、普賢寺地区から竹を掘り起こし、大御堂観音寺で奈良までの道中安全祈願をした後、参加者が肩で担ぎ運ぶ行事です。



お水取りへ竹送る
京田辺から東大寺へ奉納

毎年3月、奈良の東大寺二月堂では、春を告げる伝統行事「修二会(しゆにえ)」が行われています。井戸から水を汲み上げ観音さまに供えることから「お水取り」と呼ばれ、夜道を照らす籠松明(かごたけのみ)のつながりが増え、今では500人を超える参加者が集まるようになったそうです。松村さんは、「お水取りを支える竹送りも、たくさんの人に支えられて続いています」と話してくれました。

今年、同志社女子大京田辺校地で育った竹も送られるそうです。伝統を守りながらつながりを広げていく竹送りが、未永く続いていけばうれしいと思います。みなさんも、ぜひ参加してみませんか。

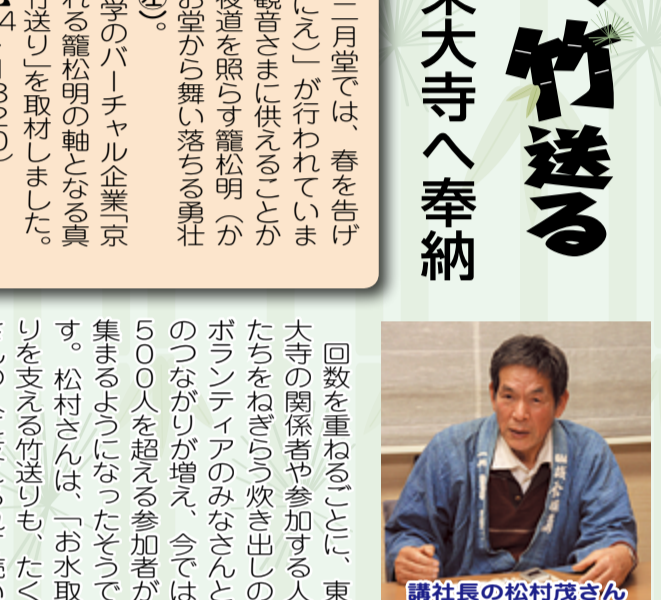
戦争や災害の影響で一時期途絶えましたが、山城松明講社の講社長である松村茂さんや地域のみなさんにより、昭和53年に復活。今年で37回目を迎えます。「竹送りの復活は文獻を参考に手探りで進め、とても難しかった」と当時を振り返る松村さん。

二月堂竹送り
日にち=2月11日(祝)
時間=▼竹の掘り起こし…午前7時45分集合(受け付けは7時30分から) ▼道中安全祈願…午前9時
場所=大御堂観音寺
問合せ先=山城松明講社・桐山 ☎62-3690



「気になる」京田辺④

回数を重ねることに、東大寺の関係者や参加する人々をねぎらう炊き出しのボランティアのみならず、つながりが増え、今では500人を超える参加者が集まるようになったそうです。松村さんは、「お水取りを支える竹送りも、たくさんの人に支えられて続いています」と話してくれました。



京田辺 & 同志社連携事業 全国大学まちづくり政策フォーラムの京田辺

学生の政策提言をお手伝い

全国の大学生・大学院生が本市に集い、市内でのフィールドワークを通じて議論し、3月4日(火)に同志社大学京田辺校地ローム記念館で自分たちが考えた政策を提示します。

申込方法 電話で申し込んでください
しめきり 2月14日(金)午後5時
申込・問合せ先 全国大学まちづくり政策フォーラム 京田辺実行委員会事務局(市民参画課内) ☎64-1314

オペラ・フィガロの結婚を披露
同女大生がイタリア語で卒業公演

同志社女子大学の音楽学科オペラクラスは、卒業公演でオペラ「フィガロの結婚」を披露します。今年、原語であるイタリア語での上演に挑戦。これまで日本語の舞台を観賞していた人も、ひと味違う雰囲気が楽しめます。字幕があるので、イタリア語が分からなくても安心です。

日にち=2月22日(土)
時間=午後2時から(開場は午後1時30分)
場所=同志社女子大学京田辺キャンパス新島記念講堂
演目=フィガロの結婚(モーツァルト〈全4幕・イタリア語上演・字幕付き〉)

大住・普賢寺児童館は、親子教室の参加者を募集します。家庭でもできるふれあい遊びを、親子と一緒に楽しませんか。

期間 4月15日(火)~7月4日(金)
曜日・場所・対象 下表のとおり
定員 各回20人
申込方法 往復はがきの往信用に追加希望クラス・住所・親子の氏名(ふりがな)・子どもの性別と生年月日・電話番号を返信用に住所氏名を書いて希望する児童館へ郵送してください
初めて参加する人は「初めて参加」と書いてください。いずれかの児童館で参加したことがある人は「初めて参加」とはなりません。両児童館へ重複して申し込んだ場合は無効です。
多数の場合は、初めて参加の人を優先します。
しめきり 2月15日(土)(当日消印有効)

市民ふれあいロビーコンサート 演奏者を大募集

あなたの音楽がお昼を彩る

市は、市民ふれあいロビーコンサートの出演者を募集します。あなたの素晴らしい音楽で、お昼のひとときを彩りませんか。

日にち=6月~平成27年3月の市役所開庁日(計6回を予定。木曜日を除く)。出演日は相談して決定します
時間=午後0時20分~0時50分
場所=市役所2階市民ロビー
応募資格=市内を中心に音楽活動をする個人・グループ
発表内容=音楽に限ります
次のような発表はできません▼カラオケ▼窓口業務に支障となる音楽▼宗教・政治活動、営利目的の音楽
応募方法=企画調整室か市ホームページにある申込書を持参・郵送・FAX・電子メールで提出してください
しめきり=3月28日(金)(必着)
応募・問合せ先=企画調整室(〒610-0393 <住所不要>、☎64-1310、FAX 62-3830、メールアドレス kikaku@kyotanabe.jp)

夜回り先生が講演
子どもたちが抱える問題を考える

京田辺市青少年問題連絡協議会は、子どもたちが抱える問題や生きる希望についての講演会を開きます。今、子どもたちはさまざまなストレスを感じながら生きています。私たち大人が彼らにできることを考えてみませんか。

日にち=2月16日(日)
時間=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
申し込み 不要
保育1歳~就学前を希望する人は、2月5日(木)までに連絡してください。
問合せ先=社会教育・スポーツ推進課 ☎64-13394

講師 花園大学 関西大学客員教授の水谷修さん
長く高校の指導教員として勤務し、深夜の繁華街の巡回を続けたことから「夜回り先生」と呼ばれ、現在も子どもたちの非行防止と更生に取り組んでいます。

学ぼう赤ちゃんの不思議
妊娠・授乳期のおすすめレシピも紹介

けいはんな学研都市活性化促進協議会は、赤ちゃんについてのプチフォーラムを開きます。専門家が赤ちゃんの不思議を解説。妊娠・授乳期向けのレシピも紹介します。

日時=3月1日(土)午後4時~6時30分(受け付けは午後3時30分から)
場所=けいはんなプラザ(精華町)
内容=▼赤ちゃん研究の紹介▼ディスカッション▼ビューフェ形式の食事をしながら妊娠・授乳期の食事についての講演・レシピ紹介など
出演者(敬称略)=日本赤ちゃん学会理事長・同志社大学赤ちゃん学研究センター教授の小西行郎、同センター特任准教授の松田佳尚、同センター日本学術振興会特別研究員の嶋田容子、同センター共同研究員学研都市病院小児科医師の渡部基信、同センター赤ちゃん学コーディネーターの小野恭子
定員=80人
参加費(食事代)=1人1,000円。未就学児は1人500円
申込方法=FAXか電子メールで、参加者全員の氏名(ふりがな)・性別・年齢・食事の有無(未就学児のみ)・代表者の住所・電話番号・FAXを連絡してください
FAXはA4用紙(縦)で送信し、電子メールは件名を「けいはんな赤ちゃん学プチフォーラム参加申込」としてください。
しめきり=2月19日(水)(必着)
申込・問合せ先=けいはんな学研都市活性化促進協議会(☎95-5034、FAX 98-2205、メールアドレス akachan@ml.keihanna-plaza.co.jp)

親子教室で遊ぼう

2月15日までに申し込みを

クラス・対象	場所・時間	
	大住児童館	普賢寺児童館
[2歳児クラス] 平成23年4月2日 ~同24年4月1日生まれ	水曜日 午前	金曜日 午前 午後
[1歳児クラス] 平成24年4月2日 ~同25年4月1日生まれ	金曜日 午前	木曜日 午前 午後
[0歳児クラス] 平成25年4月2日 ~9月30日生まれ	木曜日 午前	火曜日 午前 午後

※午前=午前10時~11時、午後=午後1時30分~2時30分

平和を、仕事にする。
平成26年度 春の自衛官募集

◆詳しくはホームページで。自衛官募集 検索

募集種目	資格(平成27年4月1日現在)	受付期限	試験期日
一般幹部候補生	一般 22歳以上26歳未満の人 大学院修了(見込) 26歳未満の人 歯科 専門大学卒(見込) 20歳以上30歳未満の人 薬剤 専門大学卒(見込) 20歳以上28歳未満の人	2/1 出 4/25 函	1次試験 5/10 出 5/11 日
予備自衛官補	一般 18歳以上34歳未満の人 技能 18歳以上の国家免許保有者	4/2 函まで	4/11 函 4/15 函 のうち1日

宇治地域事務所 ☎0774-44-7139 〒611-0031 宇治市広野町西蔵100-30 コムビル2F

市民農園 利用登録者を受け付け

料金は年間6,000円から

市は、岡村・飯岡・宮ノ口地区にある市民農園の利用登録者を受け付けます。市民農園は、地域の農家組合が管理・運営し、休憩所・給水施設なども整備されています。地域との交流を深めながら、野菜を育ててみませんか。

利用開始日=4月1日(火)
区画面積・料金などは右表のとおり。1世帯につき1区画まで

農園名	区画面積	利用料金(年)	貸付期間	貸農機具
岡村いきいき農園 大住丸山 25	20㎡	市内6,000円	1年 ※	あり
飯岡ふれあい農園 飯岡権田 28	30㎡	市内7,500円 市外8,500円		なし
宮ノ口市民農園 宮津鳥羽田 30-1	25㎡	市内6,000円 市外7,000円		なし

※更新可能

登録方法=往復はがきに希望する農園(複数希望可)・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、郵送してください
利用登録希望者が多数の場合は公開抽選で登録順を決定し、空きに応じて利用の案内をします。
しめきり=2月14日(金)(必着)
申込・問合せ先=農政課(☎64-1362)

申込・問合せ先=往復はがきの往信用に追加希望クラス・住所・親子の氏名(ふりがな)・子どもの性別と生年月日・電話番号を返信用に住所氏名を書いて希望する児童館へ郵送してください
初めて参加する人は「初めて参加」と書いてください。いずれかの児童館で参加したことがある人は「初めて参加」とはなりません。両児童館へ重複して申し込んだ場合は無効です。
多数の場合は、初めて参加の人を優先します。
しめきり 2月15日(土)(当日消印有効)