# お知らせ

Information

## 市税などの納期限

| 種別 | 納期限 | 問合せ先 |
|---|---|---|
| 固定資産税（第3期） | 10月31日(火) | 税務課 ☎64-1318 |
| 国民健康保険税（第5期） | | 国保医療課 ☎64-1332 |
| 後期高齢者医療保険料（第4期） | | 国保医療課 ☎64-1374 |

▼納期限内に納付されなかったときは、督促状を発送します。督促状を発送した場合は、督促手数料200円を加算します。

▼滞納した場合、延滞金を徴収することがあります。また、滞納分の税の徴収は京都地方税機構が行います。

▼口座振替・自動払込の人は、10月30日(月)までに登録口座の預貯金残高を確認してください。

### 市税の納付は便利な口座振替で

固定資産・都市計画税、市・府民税（普通徴収）、軽自動車税、国民健康保険税（普通徴収）は、口座振替で納付できます。一度手続きすると翌年度以降も継続され、納め忘れがなく便利です。

**取扱金融機関**＝京都銀行・南都銀行・京都信用金庫・京都中央信用金庫・京都やましろ農業協同組合・ゆうちょ銀行

**手続方法**＝振替を希望する月の前月までに、取扱金融機関へ通帳・届出印・納税通知書か納付書を持参してください

申込書は市内の取扱金融機関にあります。市外にある取扱金融機関で手続きする人には、申込書を郵送します。

納税通知書・納付書がない場合は問い合わせてください。

**問合せ先**＝▼税務課（☎64・1318）▼国保医療課（☎64・1332）

### 植栽の適正な管理を

宅地内の植栽が道路へはみ出していると、歩行者・車両の通行の妨げとなるほか、見通しも悪くなり交通事故を引き起こしかねません。剪定など、植栽の適正な管理をお願いします。

**問合せ先**＝施設管理課（☎64・1342）

### ハロウィンジャンボ宝くじ 10月11日から

**販売期間**＝10月11日(水)～31日(火)

**販売場所**＝全国の宝くじ売り場

**内容**＝▼1等…3億円▼前後賞…各1億円など

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

**抽選日**＝11月9日(木)

**問合せ先**＝（公財）京都府市町村振興協会（☎075・411・0200）

### 労働トラブル解決制度

解雇・雇止めなど、労働者個人と事業主間のトラブルを、公平・中立な立場のあっせん員が話し合いで円満に解決します。費用は無料で、秘密は厳守します。

詳しくは京都府ホームページ（www.pref.kyoto.jp/kyorou）をご覧ください。下図のQRコードからもアクセスできます。

**問合せ先**＝京都府労働委員会（☎075・414・5733、FAX075・414・5737）

# 人事

### 教育委員会委員を任命

市は、教育委員会委員に藤原孝章さん（65）＝奈良市＝を再任、上村真代さん（45）＝東古森＝を新たに任命しました。

任期は10月1日からで、藤原さんは4年間、上村さんは2年間です。

### 公平委員会委員を選任

市は、公平委員会委員に木元一志さん（68）＝宮津北浦＝を選任しました。

任期は10月1日から4年間です。

問職員課（☎64・1324）

# 健康・福祉

Health

### RUN伴2017

RUN伴（ラントモ）とは、認知症への理解を深めるため、認知症の人や家族・支援者・一般の人がリレーをしながらタスキをつなぎ、ゴールを目指すイベントです。

今年は7月に北海道稚内市をスタートし、11月に沖縄県うるま市にゴールする予定。京田辺市は京都ルートのゴール地点として、府北部、宇治・城陽・八幡・木津川市、精華町から届けられるタスキを受け取ります。また会場では、健康運動指導士の村田壮さんによる市オリジナル体操を行います。一緒にゴール会場を盛り上げて、温かくランナーを迎え入れませんか。

皆さんの声援が力になります。オレンジ色のTシャツでタスキをつなぐ人たちを見掛けたら、応援をお願いします。

**日にち**＝10月22日(日)

**時間**＝午後3時30分から

**場所**＝市役所正面玄関前

**問合せ先**＝高齢介護課（☎64・1373）

### 認知症予防教室

**日にち・場所**＝▼10月27日(金)…老人福祉センター・常磐苑▼11月6日(月)…社会福祉センター▼11月10日(金)…老人福祉センター宝生苑

**時間**＝午後1時30分～3時30分

**対象**＝市内に在住する60歳以上の人

**内容**＝脳活性化ゲームで脳の機能を刺激し、若返りましょう

**定員**＝各日先着30人

**申込方法**＝電話で申し込んでください

**しめきり**＝10月25日(水)午後5時

**申込・問合せ先**＝高齢介護課（☎64・1373）

### みんなで一緒に考える高齢期の食の講座（全4回）

**日にち**＝10月25日(水)、11月8日(水)・22日(水)、12月6日(水)

**時間**＝午前10時～11時30分

**場所**＝社会福祉センター

**対象**＝市内に在住し、要介護・要支援認定を受けていない60歳以上で、すべての回に参加できる人

**内容**＝高齢者の健康づくりのための食に関する講座

**定員**＝15人

多数の場合は、初めての人を優先し抽選します。

**申込方法**＝電話で申し込んでください

**しめきり**＝10月13日(金)

**申込・問合せ先**＝高齢介護課（☎64・1373）

### 児童手当・特例給付 6～9月分を振り込み

児童手当・特例給付を受給している人には、10月期分（6～9月分）を10月10日(火)～17日(火)に振り込みます（公務員を除く）。

**問合せ先**＝子育て支援課（☎64・1377）

### 聞こえに不自由のある人の学習・交流会

**日にち**＝11月4日(土)

**時間**＝午前11時～午後3時

**場所**＝京都府聴覚言語障害センター（城陽市）

**対象**＝府内に在住し、聞こえに不自由を感じている人や家族

聞こえに不自由のある人と関わっている人や福祉関係者、難聴者が利用する公的機関・事業所関係者も参加できます。

**内容**＝UDトークって何？UDトークを使いこなそう！

希望者は弁当（700円）を予約できます。

**申込方法**＝はがき・電話・FAXで、氏名・住所・電話番号・弁当の有無、UDトーク使用経験の有無を連絡してください

**しめきり**＝10月26日(木)(必着)

**申込・問合せ先**＝京都府聴覚言語障害センター（〒610・0121城陽市寺田林ノ口11・64、☎30・9000、FAX55・7708）

### 見えない・見えにくい人のサテライト事業

**日にち**＝10月11日(水)

**時間・内容**＝▼午前10時30分～正午…個別相談・訓練▼午後1時～3時…サロン「墨字を書こう」

**場所**＝障害者生活支援センターふらっと

**対象**＝見えない・見えにくいことで困っている人

**申込方法**＝個別相談・訓練は電話で申し込んでください

**申込・問合せ先**＝京都ライトハウス鳥居寮（☎075・463・6455）

### 障がいのある人の相談会

肢体・視覚に障がいのある相談員が相談に応じます。障がいによる心配事や悩み事など、気軽に相談してください。

**日にち**＝10月19日(木)

**時間**＝午後2時～4時

**場所**＝社会福祉センター

**問合せ先**＝障害福祉課（☎64・1372、FAX63・5777）

### 難病相談（膠原病）

**日にち**＝10月18日(水)

**時間**＝午後1時～3時30分

**場所**＝山城北保健所（宇治市）

**対象**＝膠原病およびその疑いがある人や家族

**内容**＝京都第一赤十字病院リウマチ内科部長の福田亘さんによる個別相談と指導・助言

**定員**＝先着6人

**申込方法**＝10月3日(火)以降に電話で申し込んでください

**申込・問合せ先**＝山城北保健所（☎21・2911）

### ひだまりの会

**日にち**＝10月24日(火)

**時間**＝午後1時30分～3時

**場所**＝府立洛南寮

**対象**＝市内に在住する高齢者

**内容**＝卓球バレー・カレンダー塗り絵など

**申込方法**＝電話で申し込んでください

**しめきり**＝10月19日(木)

**申込・問合せ先**＝社会福祉協議会（☎62・2222、FAX65・4962）

### 介護者交流会

**日にち**＝10月23日(月)

**時間**＝午後1時30分～3時

**場所**＝社会福祉センター

**対象**＝市内に在住する介護する人

**内容**＝在宅で介護する人の悩み・交流

**申込方法**＝電話で申し込んでください

**申込・問合せ先**＝社会福祉協議会（☎62・2222、FAX65・4962）

# スポーツ

Sports

### 京都サンガF.C.京田辺市応援デー

京都サンガF.C.は、ホームタウン・京田辺市の皆さんへの特別企画が盛りだくさんの「京田辺市応援デー」を開きます。みんなで京都サンガを応援しよう！

**【日時】**

10月28日(土)午後3時から

**【場所】**

西京極総合運動公園陸上競技場兼球技場（京都市）

**【対戦相手】**

横浜FC

■**観戦バスツアー**

**集合時間・場所**＝午後0時30分・田辺中央体育館駐車場

**対象**＝市内に在住・通勤・通学する人、中学生以下は保護者の同伴が必要です

**内容**＝貸切バスで会場まで送迎します。現地では自由行動で、参加者には応援タオルと選手直筆サイン入りクリアファイルをプレゼントします

**定員**＝40人

多数の場合は抽選します。

**参加費**＝1千円。小・中学生、高校生は500円

**申込方法**＝電子メールか往復はがきの往信用に、件名「バスツアー申込」、代表者の住所・氏名（ふりがな）・年齢（学年）・電話番号・勤務先または学校名（市外の人）、参加者全員の氏名（ふりがな）・年齢（学年）・勤務先または学校名（市外の人）を書いて申し込んでください。往復はがきは返信用に住所・氏名を書いてください。1通につき5人まで応募できます

**しめきり**＝10月13日(金)(必着)

■**ホームゲームへご招待**

**対象**＝市内に在住する人

**定員**＝10組

多数の場合は抽選します。

**申込方法**＝往復はがきの往信用に「ホームゲームへご招待」・住所・氏名・電話番号を、返信用に住所・氏名を書いて郵送してください。1枚につき2人まで応募できます

**しめきり**＝10月13日(金)(必着)

■**小・中・高生ご招待**

**対象**＝市内に在住・通学する小・中学生、高校生

**費用**＝無料

同伴の保護者は1千円。

**申込方法**＝往復はがきの往信用に「小・中・高生ご招待」・住所・氏名・電話番号・学校名・学年・人数を、返信用に住所・氏名を書いて郵送するか、京都サンガF.C.ホームページ（https://s360.jp/form/31122-1155）から申し込んでください。下図のQRコードからもアクセスできます。1通につき4人まで応募できます

**しめきり**＝10月23日(月)(必着)

■**優待観戦**

**対象**＝市内に在住する人

**定員**＝100人

多数の場合は抽選します。

**費用**＝1千500円。小・中学生、高校生は700円

**申込方法**＝往復はがきの往信用に「優待観戦」・住所・氏名・電話番号を、返信用に住所・氏名を書いて郵送するか、京都サンガF.C.ホームページ（https://s360.jp/form/31122-1157）から申し込んでください。下図のQRコードからもアクセスできます。1通につき4人まで応募できます

**しめきり**＝10月27日(金)(必着)

■**エスコートキッズ募集**

**対象**＝市内に在住する5～12歳の子ども

**内容**＝試合開始前に選手と手をつないで入場します

**定員**＝5人

多数の場合は抽選します。

**申込方法**＝京都サンガF.C.ホームページ（https://s360.jp/form/31122-1158）から申し込んでください。下図のQRコードからもアクセスできます

**しめきり**＝10月13日(金)

**【申込・問合せ先】**

▼**観戦バスツアー**＝社会教育・スポーツ推進課（〒610・0393（住所不要）、☎64・1394、メールアドレスsports@city.kyotanabe.lg.jp）▼**そのほかの企画**＝京都サンガF.C.「京田辺市応援デー招待」係（〒610・0102城陽市久世上大谷89・1、☎55・7603）

広告

# おたがいさんの心と絆ではぐくむ心豊かなまち

シリーズ②

基本目標1「地域福祉を担う市民活動をみんなで育てよう」

「おたがいさん」の心で助け合い、共に生きる社会を実現するためには、私たち一人ひとりが助け合いの輪を広げる活動を続けることが大切です。今号から、第3期地域福祉計画の4つの基本目標ごとに、私たちの行動目標と取り組み事例を紹介します。

同計画では、地域福祉を担う市民活動をみんなで育てるために、地域福祉に関わる市民・団体を育成し、人々の輪を広げることを行動目標としています。

**【助け合いの輪を広げるために】**

市では、小・中学校での福祉教育の推進や、大学生が地域で活躍できる体制づくりなど、地域や福祉への関心を高め、地域福祉活動の活性化につながる取り組みを進めます。

また、地域では区・自治会やボランティアなど、さまざまな活動が行われています。すでに活動中の皆さんは、幅広い世代が活動に参加できるように情報発信などを工夫しましょう。まだ活動に参加したことがない人は、興味のある活動に参加してみましょう。

**問合せ先**＝社会福祉課（☎64-1371）

### あなたも地域のチカラにボランティア活動の参加者募集

市ボランティア連絡協議会は、ボランティア活動に参加できる人を募集しています。

**申込・問合せ先**＝同会事務局（社会福祉協議会内、☎62-2222）

歩行が困難な人を病院や福祉行事へ送迎する送迎・配食ボランティアグループ「やまびこ」の皆さん

# 京田辺発 健幸 食改いきいきレシピ

## 豚肉と野菜のレモンみそドレッシング

市は、「健康」「幸せ」をキーワードに健康づくり事業を行っています。

今号は、豚肉と野菜のレモンみそドレッシングを紹介します。

ドレッシングは油を使わず、減塩みそでとてもヘルシー。レモンの風味でさっぱりと食べられます。

**問合せ先**＝健康推進課（☎64-1335）

**材料（2人分）**

| | | |
|---|---|---|
| | 豚ロース肉（薄切り） | 140g |
| | タマネギ | 100g |
| | キャベツ | 100g |
| | ニンジン | 20g |
| | シメジ | 40g |
| A | レモン汁 | 大さじ2 |
| A | 減塩みそ | 大さじ2 |
| A | 砂糖 | 小さじ4 |

**栄養価（1人分）**

| エネルギー | たんぱく質 | カルシウム | 塩分 | 脂質 |
|---|---|---|---|---|
| 268kcal | 22g | 60mg | 1.8g | 8.2g |

**【作り方】**

①タマネギは薄切りに、キャベツ・ニンジンは千切りにする。

②シメジは石づきを取り、ほぐす。

③スチームケースに❶❷を入れ、豚肉を平らに載せる。

④レンジに入れ、500Wで4分加熱する。

⑤❹を器に盛り、Aを混ぜ合わせたドレッシングをかける。

**調理のコツ**

★スチームケースがない場合は、クッキングシートで包んで加熱してください。

★レンジで加熱する代わりに、食材をゆでてもおいしく出来上がります。

**健幸レシピがもっと身近に！**

レシピサイト「クックパッド（http://cookpad.com）」にも掲載しています。「京田辺発」で過去のレシピも一発検索！

# ちょっと待った！その契約

実録 消費生活相談の現場より

シリーズ19

「医療費を還付する」といううその電話にご用心！

**【事例①】**

「国保医療課の者です。医療費の還付金のはがきを送ったが連絡がなかったので電話した。振込先の銀行名を教えてほしい」「ATMへ行って手続きをしてほしい」

**【事例②】**

「高額医療費の還付金があるが申請書の提出期限を過ぎている。早急に振込口座を教えてほしい。後で銀行から電話をさせる」

このような電話が市内で多発しています。これは、ATMに誘導し、指示どおりに操作させ、皆さんの口座から相手方にお金を振り込ませる詐欺の電話です。

**【被害防止のポイント】**

▼市の職員が還付金の手続きのためにATMに行くよう連絡したり、口座の暗証番号を尋ねることは絶対にありません。

▼「手続きは今日中」と急かされても慌てないでください。いったん電話を切り、消費生活センターや田辺警察署に相談してください。

**【相談・問合せ先】**

▼消費生活センター（☎63-1240。平日午前9時～午後4時〈正午～午後1時を除く〉）▼田辺警察署（☎63-0110）

広告