

■ 主な内容

- 2-3 保育所など入所希望を受け付け
- 4-5 【健康・福祉】・ピンピン教室
- 6-7 【催し・募集】・【お知らせ】



桃園 HBC 男子



薪小学校 HBC 女子



京田辺4チームがすべて入賞!
アベックで

全国制覇



高い跳躍からのジャンプシュート



スピードに乗ったドリブルで相手ディフェンスをすり抜ける



横断幕を広げて場内を一周する歓喜のウイニングラン



上村市長から、勝利を称える握手とともに優勝メダルが贈られる



力強いシュートで相手チームのゴールを揺らす



大きく手を伸ばして飛ぶ鉄壁のディフェンス



優勝の瞬間を迎え喜びを爆発させる選手たち



日本一に導いてくれた監督を感謝の気持ちを込めて胴上げ

8月1日から5日間、小学生ハンドボールの聖地・京田辺で、第32回全国小学生ハンドボール大会が開かれました。

今年は史上最多となる85チームが集結。本市から出場した桃園ハンドボールクラブ（HBC）男子と薪小学校HBC女子が京都府初のアベック優勝を飾り、本市の男子チームは3年連続、女子チームは14年ぶりの全国制覇を果たしました。また、地元から出場した4チームすべてが3人以上の入賞となり、京田辺勢が大活躍の大会となりました。

男子決勝は、桃園HBCが富山代表の窪スポーツ少年団ハンドボール部と対戦。終盤まで白熱したシーズンゲームを展開し、1点差の接戦を制して2年ぶりの優勝を果たしました。女子決勝は、薪小学校HBCが松井ヶ丘小学校HBCとの地元対決に勝利し、昨年の男子に続き2連覇を達成しました。

全国の小学生ハンドボールの皆さん、お疲れさまでした！そして、感動をありがとう！

詳しい試合結果は、全国小学生ハンドボール大会特設HP（=二次元コード）で確認できます。



松井ヶ丘小学校 HBC
女子準優勝・男子3位入賞

本市から開催地代表として出場した松井ヶ丘小学校HBCは、女子が準優勝、男子が3位入賞を果たし、男女ともに活躍しました。



ロビーコンサート

市は、お昼のひとときを音楽で楽しんでもらうために、市民ふれあいロビーコンサートを開きます。どなたでも自由に鑑賞できますので、ぜひお越しください。

日にち 9月24日(火)
時間 午後0時20分～0時50分
場所 市役所2階市民ロビー
出演 京田辺市民管弦楽団から4人(写真)

内容 1.バイオリン・キーボードによる演奏
曲目 1.見上げてごらん夜の星を・日本の四季メドレー・エトピリカなど

問合せ先 企画調整室(☎64・1310)

募集

【申込・問合せ先】職員課 ☎64-1324

臨時職員 パート職員

市は、市役所や保育所などに勤務する臨時職員・パート職員を募集します。

資格の有無・時間などによって異なります。

◎保健師
資格＝保健師免許を有する人
勤務日・時間＝平日午前8時30分～午後5時15分
賃金＝月額210,700円
期末手当(年間で月給1ヵ月分)があります

◎保育士
資格＝保育士資格を有する人
勤務日・時間＝平日午前8時30分～午後5時15分
賃金＝月額173,600円。期末手当(年間で月給1ヵ月分)があります

◎保育パート
資格＝不問
勤務時間＝▼平日午前7時30分～9時▼平日午後4時30分～6時30分
賃金＝時間額980円～1,250円

◎一般事務
資格＝窓口対応・パソコン入力などができる人
勤務時間＝平日午前8時30分～午後5時15分
賃金＝月額141,800円
【申込方法】市ホームページで確認するか、問い合わせてください

敬老会

笑いは万能薬

市は、高齢者の健康・長寿を祝い、楽しいひとときを過ごしてもらうため、敬老会を開きます。

日にち 10月19日(土)午前9時30分～11時45分(開場は午前9時から)

場所 田辺中央体育館

希望者はバスで送迎します。なお、会場には空調設備がありませんので、温度調節できる服装でお越しください。

対象 昭和24年12月31日までに生まれた人

内容 1.漫談・ものまね歌謡ショーなどの演奏会
出演(敬称略) 1.月亭八方・プレイバック百恵・キタノ大地・祝祭太鼓團あつぱれ

申込方法 9月中旬に郵送する往復はがきの返信用を郵送してください

しめきり 9月27日(金)(必着)

申込・問合せ先 高齢介護課(☎64・1373)

京田辺 & 同志社連携事業



同志社スポーツを応援!! ペアチケットプレゼント

同志社大学は、地域の皆さんに同大学体育会クラブを応援してもらうため、同志社スポーツ観戦ペアチケットをプレゼントします。

試合日程などは、各競技連盟のホームページで確認してください。

対象＝市内に在住・通勤・通学する人
種目・枚数＝▼硬式野球…25組▼ラグビー…35組▼アメリカンフットボール…20組

関西リーグの全試合共通観戦券で、1試合のみ有効です。転売はできません。

多数の場合は抽選し、当選者にはチケットを郵送します。

応募方法＝はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号・勤務先か学校名(市外の人)・「(競技名)観戦チケット希望」を書いて郵送してください。市ホームページの専用フォームからも申し込みできます

応募は1組につきはがき1枚・1種目のみです。

しめきり＝9月13日(金)(必着)

応募・問合せ先＝市民参画課(〒610-0393 <住所不要>、☎64-1314)

初心者向けスポーツ教室 (KDSC) 大学生から楽しく学ぼう

京たなべ・同志社スポーツクラブ(KDSC)は、同志社大学京田辺キャンパス(Let's ちゃれんGボールのみ同志社女子大学)で、学生とふれあいながらスポーツの魅力を楽しめる教室を開きます。

◎フリークライミング(全2回)
日にち＝10月19日(土)・26日(日)
時間＝午前10時～正午
対象＝市内に在住・通勤・通学する中学生以上
定員＝10人
参加費＝2,400円。親子・きょうだいでの参加は1人2,000円
しめきり＝9月25日(水)(必着)

◎Let's ちゃれんGボール(全3回)
日にち＝10月19日(土)・26日(日)、11月2日(日)
時間＝▼第1部…午後0時30分～1時45分▼第2部…午後2時～3時15分
対象＝▼第1部…市内に在住・通園(所)する3歳(年少)～6歳(年長)▼第2部…市内に在住・通学する小学校1～3年生
定員＝各部20人
参加費＝3,600円。きょうだいでの参加は1人3,000円
しめきり＝9月25日(水)(必着)

◎アーチェリー(全2回)
日にち＝11月10日(日)・24日(日)
時間＝午後2時～3時30分
対象＝市内に在住・通勤・通学する小学校5年生以上
定員＝20人

参加費＝2,400円。親子・きょうだいでの参加は1人2,000円
しめきり＝10月23日(水)(必着)

◎ハンドボール(全3回)
日にち＝11月24日(日)、12月1日(日)・8日(日)
時間＝午前10時～11時30分
対象＝市内に在住・通学する小学生
定員＝30人
参加費＝3,600円。きょうだいでの参加は1人3,000円
しめきり＝11月6日(水)(必着)

◎陸上(全2回)
日にち＝11月24日(日)・12月15日(日)
時間＝午後1時～2時30分
対象＝市内に在住・通学する小学生
定員＝60人
参加費＝2,400円。きょうだいでの参加は1人2,000円
しめきり＝11月6日(水)(必着)

【申込方法】往復はがきの往信用に、教室名・住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号・緊急連絡先・学校名と学年・保護者氏名(小学生以下のみ)を書いて郵送するか、未記入のはがきを京たなべ・同志社スポーツクラブか社会教育・スポーツ推進課へ持参してください

はがき1枚につき1人のみ。多数の場合は抽選します。

【申込・問合せ先】京たなべ・同志社スポーツクラブ事務局(田辺中央体育館内、〒610-0331 京田辺市田辺丸山19、☎090-6968-9600)

参加費＝2,400円。親子・きょうだいでの参加は1人2,000円
しめきり＝10月23日(水)(必着)

◎ハンドボール(全3回)
日にち＝11月24日(日)、12月1日(日)・8日(日)
時間＝午前10時～11時30分
対象＝市内に在住・通学する小学生
定員＝30人
参加費＝3,600円。きょうだいでの参加は1人3,000円
しめきり＝11月6日(水)(必着)

◎陸上(全2回)
日にち＝11月24日(日)・12月15日(日)
時間＝午後1時～2時30分
対象＝市内に在住・通学する小学生
定員＝60人
参加費＝2,400円。きょうだいでの参加は1人2,000円
しめきり＝11月6日(水)(必着)

【申込方法】往復はがきの往信用に、教室名・住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号・緊急連絡先・学校名と学年・保護者氏名(小学生以下のみ)を書いて郵送するか、未記入のはがきを京たなべ・同志社スポーツクラブか社会教育・スポーツ推進課へ持参してください

はがき1枚につき1人のみ。多数の場合は抽選します。

【申込・問合せ先】京たなべ・同志社スポーツクラブ事務局(田辺中央体育館内、〒610-0331 京田辺市田辺丸山19、☎090-6968-9600)

第1希望の保育所(園)名	受付日時・年齢(クラス)	受付場所
認定こども園 松井ヶ丘保育園	11月5日(火) 午前:9時30分～11時30分 午後:1時30分～5時	コ/ミニテイル
みみづく保育園	11月6日(水) 午前:0・4歳 午後:1・5歳	コ/ミニテイル
	11月7日(木) 午前:2・3歳 午後:0・4歳	
認定こども園 こもれび	11月7日(木) 午前:0・4歳 午後:1・5歳	コ/ミニテイル
	11月8日(金) 午前:0・4歳 午後:1・5歳	
三山木保育所	11月11日(月) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	コ/ミニテイル
	11月12日(火) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	
河原保育所	11月12日(火) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	コ/ミニテイル
	11月13日(水) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	
草内保育所	11月13日(水) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	コ/ミニテイル
	11月13日(水) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	
南山保育所	11月13日(水) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	コ/ミニテイル
	11月13日(水) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	
大住保育園	11月13日(水) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	コ/ミニテイル
	11月13日(水) 午前:0・2・4歳 午後:1・3・5歳	

各年齢(クラス)は令和2年4月1日時点の満年齢

子育て支援課(☎64・1376)

子育てサロン「ひよこ」

日にち 9月18日(水)
時間 午前10時～11時30分
場所 中部住民センター
対象 草内・田辺東小学校区に在住する1歳6カ月程度までの乳児
内容 ▼赤ちゃんを楽しむミニミニ運動会▼保健師による身体測定・育児相談(自由参加)

親子体操
日にち 9月18日(水)
時間 午前10時～11時15分
場所 中部住民センター
対象 2・3歳児
内容 ジュニアスポーツ指導員による運動遊び。ボール・なわとび(持っている人)・上靴などを持参してください

おひさまサロン
日にち 9月12日(木)
時間 午前10時～11時30分
場所 そよかぜ子育てサポート
対象 6カ月以上の未就園児
内容 歌遊び・手遊びを通じて地域の交流を深めよう
定員 先着12組
費用 1組200円(おやつ代)
申込方法 電話で申し込んでください
申込・問合せ先 そよかぜ子育てサポート(☎62-9672)

親子体操

日にち 9月18日(水)
時間 午前10時～11時15分
場所 中部住民センター
対象 2・3歳児
内容 ジュニアスポーツ指導員による運動遊び。ボール・なわとび(持っている人)・上靴などを持参してください

小規模特認校 普賢寺小学校
来春 入学希望者を募集

市は、小規模特認校制度を採用している普賢寺小学校へ入学を希望する児童を募集します。

小規模特認校制度は、小規模で特色ある教育活動を行う学校に就学を希望する場合、市内のどこからでも入学・転校を認める制度です。

入学を希望する児童と保護者は、学校の雰囲気を感じられる授業見学会(同日午前にかれる学習発表会も見学可)と特認校説明

【応募資格】本市に住民登録がある児童
通学方法などの条件があります(通学費の補助制度があります)。
【募集人数】1年生＝10人程度
2～6年生＝若干名
【応募方法】学校教育課か教育委員会ホームページにある申出書を、学校教育課へ提出してください。

市は、市内の保育所(園)と認定こども園(保育所部分)の令和2年4月入所希望を受け付けます。

なお、受付状況によっては、希望どおりに入所できないことがあります。

【対象】
次のすべてに該当する世帯
▼児童保護者とも本市に在住・住民登録しているか転入が確定している
▼保護者が次のいずれかに該当し、児童を保育できない
就労している、妊娠中、出産後間がない、傷病・障がいがある、同居の親族を介護・看護する、災害復旧にあつたっている、求職活動中、就学・職業訓練中、虐待・DVの恐れがあるなど

【申請書類の配布】
期間 10月1日(火)から
土・日曜日、祝日を除きます。
時間 午前8時30分～午後5時15分(正午・午後1時を除く)
場所 コ/ミニテイルホール

【問合せ先】子育て支援課(☎64・1376)

きょうだいが在所(園)している場合に限り、各保育所(園)・認定こども園でも10月1日(火)・11日(金)に配布します。また、代理人による受け取りもできますが、申請世帯の状況(父母の仕事内容・就業時間・休業期間など)が分かる同居の親族や別居の祖父父母などに限ります。

【受付日時など】左表のとおり
指定の時間に来所できない場合は、同日の午後5時～6時に受け付けます。なお、市外の認定こども園・保育所部分・幼稚園部分から保育所部分への変更を含むや、そのほかの保育施設(企業主導型保育事業所など)への入園希望者は、次の期間に受け付けます。
期間 11月5日(火)・13日(水)・土・日曜日を除きます。
時間 午前9時30分～午後5時(正午・午後1時を除く)
場所 コ/ミニテイルホール

子育てサロン「ひよこ」

日にち 9月18日(水)
時間 午前10時～11時30分
場所 中部住民センター
対象 草内・田辺東小学校区に在住する1歳6カ月程度までの乳児
内容 ▼赤ちゃんを楽しむミニミニ運動会▼保健師による身体測定・育児相談(自由参加)

親子ふれあいあそび
日にち 9月30日(月)
時間 午前10時～11時
場所 大住児童館
対象 1・2歳児(平成28年4月2日～同30年4月1日生)
内容 運動会ごっこ
定員 先着30組
申込方法 9月20日(金)午前10時以降に電話で申し込んでください
申込・問合せ先 大住児童館(☎68-2225)

親子ふれあいあそび

日にち 9月30日(月)
時間 午前10時～11時
場所 大住児童館
対象 1・2歳児(平成28年4月2日～同30年4月1日生)
内容 運動会ごっこ
定員 先着30組
申込方法 9月20日(金)午前10時以降に電話で申し込んでください
申込・問合せ先 大住児童館(☎68-2225)

【受付期間】11月5日(火)～13日(水)
【授業見学会・特認校説明会】日にち＝10月26日(土)
時間＝▼授業見学会…午後1時45分から(受け付けは午後1時30分から) ▼特認校説明会…午後2時45分から
なお、学習発表会は、午前9時40分～10時40分です。
場所＝普賢寺小学校
【問合せ先】▼学校教育課(☎64-1392) ▼普賢寺小学校(☎65-0053)

今月中に手続きを!

幼児教育・保育の無償化

私立幼稚園・認可外保育施設などを利用している人が10月からスタートする幼児教育・保育の無償化の適用を受けるためには、今月中に市の認定を受ける必要があります。手続きをしていない人は、忘れずに申請書などを提出してください。

詳しくは、市ホームページで確認してください。

【問合せ先】幼稚園・認定こども園幼稚園部分・預かり保育事業＝学校教育課(☎64-1392)
保育所(園)・認定こども園保育所部分・企業主導型保育事業所・認可外保育施設など＝子育て支援課(☎64-1376)

普賢寺小学校の特色

▼少人数の良さを生かし、一人ひとりに合わせた指導の充実▼自然に恵まれた環境を生かした体験学習や、地域の社会人講師による授業▼地域全体で子どもを育み、豊かな心の育成と人とのふれあいを大切にしたい教育▼住所地の中学校が田辺中学校への進学が選択可

普賢寺小学校の特色

認知症の人を早期にサポート

専門職が認知症初期集中支援チームを組み、認知症の人へ早期の支援を行っています。認知症で困っている人や不安がある人は相談してください。
相談・問合せ先＝地域包括支援センター あんあん市役所 ☎63-1268

認知症家族交流会

認知症について「悩みを相談したい」「話を聞いてほしい」と思ったことはありませんか。介護をする者同士、不安や苦勞を語り合いませんか。
日にち＝10月31日(木)
時間＝午後1時～3時
場所＝老人福祉センター宝生苑
対象＝市内に在住し、認知症の人を介護する家族
定員＝先着15人
申込方法＝電話で申し込んでください
申込・問合せ先＝地域包括支援センター あんあん市役所 ☎63-1268

認知症カフェ

物忘れに不安がある人や、認知症の人や家族、地域住民などが気軽に集えるカフェを開いています。
場所・問合せ先＝▼リエゾン健康村 ☎68-1765 ▼**田辺中央病院** ☎63-1111 ▼**洛和グループホーム京田辺** ☎68-1266 ▼**やすらぎの杜** ☎68-5800

RUN伴2019に声援を

RUN 伴(ラントモ)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たすきをつなぎ、ゴールを目指すイベントです。
 今年も、オレンジのTシャツを着たRUN 伴の一行が京田辺市を通りますので、見かけたら、ぜひ温かい声援を送ってください。
日にち＝10月19日(土)
問合せ先＝地域包括支援センター あんあん市役所 ☎63-1268

認知症リンクワーカーによる相談

認知症リンクワーカーは、府の養成研修を受講した、認知症の人や家族をサポートする専門職です。病氣と向き合いながら地域とのつながりを持って生活できるよう、相談を受け付けています。
日にち＝毎月第3水曜日
時間＝▼午前10時～10時50分▼午前11時～11時50分
場所(予定)＝介護老人保健施設やすらぎ苑
対象＝市内に在住する認知症の人と家族
申込方法＝電話で申し込んでください
申込・問合せ先＝地域包括支援センター あんあん市役所 ☎63-1268

認知症の人に優しいまち

オレンジリングのつどい

「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」がテーマの学習・交流会です。住み慣れたこのまちで、いつでも安心して暮らしていけるように一緒に考えませんか。
日にち＝10月5日(土)
時間＝午後1時～3時30分
場所＝社会福祉センター
対象＝市内に在住・通勤する人
テーマ＝認知症の人を介護する家族から見た安心して暮らせるまちとは
定員＝先着50人
申込方法＝電話か来所で申し込んでください
申込・問合せ先＝地域包括支援センター あんあん宝生苑 ☎68-0705

認知症の人が働くまあいいかカフェ

メディアでも注目を集める、認知症の人の「働きたい」という思いを叶えるレストラン「注文をまちがえるレストランテ」がプロデュースする「まあいいかカフェ」が1日限定でオープンします。
日にち＝10月12日(土)
時間＝午前11時～午後2時
場所＝イオリカフェ 松井山手店(ブランチ松井山手内)
問合せ先＝まあいいか labo きょうと・平井 ☎090-3354-3445

健康・福祉

福祉用具貸与費用の自己負担額を助成

身体に障がいのある人が、介護保険を利用して福祉用具の貸与を受けた場合の自己負担額を助成します。
申請対象Ⅰ 1～6月の福祉用具貸与の自己負担分
対象者 福祉用具Ⅱ左表のとおり申請方法Ⅱ介護保険自己負担額の領収書(写し可)、介護保険被保険者証・身体障害者手帳の写し、印鑑、振込先が分かるものを持参してください。
 新たに申請する人や口座を変更する人は、通帳の写し(名義・支店名・口座番号が分かるページ)が必要です。
申請期間 9月2日(月)～30日(月)申請問合せ先Ⅱ障害福祉課 ☎64・1372

福祉用具名	下肢機能障害	体幹機能障害
車いす 車いす付属品	1～3級※	1～3級
歩行器	1～5級	
歩行補助つえ	1～6級	

※下肢機能障害4級以下でも、上肢機能障害が2級以上の場合は対象となります。ただし、内部障害は対象外です。

後期高齢者健康診査

期間Ⅱ9月2日(月)～10月31日(木)
場所 市内指定医療機関
 対象者に送付する案内で確認してください。
対象Ⅱ 後期高齢者医療制度の被保険者。対象者には受診案内を郵送します。
 特定健診の受診者や人間ドック

福祉タクシー利用券・福祉ガソリン代を助成

平成31年度・令和元年度分の福祉タクシー利用券・福祉ガソリン代金助成金の交付申請を受け付けています。
申請がまだの人は、早めに手続きしてください。
 なお、助成の対象となるのは、申請日以降の利用分です。
対象Ⅱ 視覚障害Ⅰ～Ⅲ級▼下肢または体幹機能障害Ⅰ～Ⅲ級▼上下肢機能障害Ⅰ～Ⅱ級▼心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓および白内障不全ウイルスによる免疫機能障害のいずれかがⅠ級▼平衡機能障害Ⅲ級▼療育手帳の障害程度Ⅰ-A▼精神障害者保健福祉手帳の障害程度Ⅰ級
申請方法Ⅰ 福祉タクシー利用券・福祉ガソリン代金助成金交付申請書 助成対象であることが確認できる障害者手帳印鑑、通帳を持参してください。
しめきり 令和2年3月31日(火)
申請・問合せ先Ⅱ 障害福祉課 ☎64・1372

福祉タクシー利用券・福祉ガソリン代を助成

平成31年度・令和元年度分の福祉タクシー利用券・福祉ガソリン代金助成金の交付申請書 助成対象であることが確認できる障害者手帳印鑑、通帳を持参してください。
しめきり 令和2年3月31日(火)
申請・問合せ先Ⅱ 障害福祉課 ☎64・1372

楽しく歩いて健幸に全4回 ウォーキング教室 歩歩塾

市は、楽しく・楽に歩く「ウォーキング教室・歩歩塾を開きます。正しいフォームだけでなく、靴の選び方や日々の足のケアについて学ぶ講座です。効果的なウォーキングで健康(けんこう)になりましょう。
日にち 内容Ⅱ▼10月2日(木)：ウォーキングの基本を知ろう▼10月16日(木)：自分の足を測ろう▼10月29日(火)：骨強度を測定しよう▼11月12日(火)：市内を歩こう
場所 保健センター

自殺予防週間

9月10日～16日は「自殺予防週間」です。市は、3月に策定した「京田辺市「生きる」支援計画」に基づき、さまざまな事業を行っています。同週間に、自分自身や周囲の人の心の健康について考えましょう。
ひとやすみコール
 心身の不調、経済的な問題、家庭のことで就職活動などで悩んでいる人やその家族を対象とした電話相談窓口です。相談の秘密は厳守されます。
相談窓口 ☎63・7088
開設日 Ⅱ毎週月・水曜日(祝日を除く)
開設時間 Ⅱ午後5時30分～8時

二の体温計

インターネット上で、あなたや家族が直面する「ストレスや落ち込み」を度を入力すると、親しみを込めて、あなたの状態を簡単にチェックできます。右記の二次元コードからアクセスできます。
自殺予防ゲートキーパー養成研修会(基礎編)
 市は、悩んでいる人に気付いて必要な支援につなげ、見守る人を養成する自殺予防ゲートキーパー養成研修会を2回開いています。詳しくは、広報ほっと京田辺までお知らせします。
時間 Ⅱ午後1時30分～3時30分
場所 社会福祉センター
問合せ先Ⅱ 障害者生活支援センターふらっと ☎68・1070

介護の広場

日にちⅡ9月30日(月)
時間 Ⅱ内容Ⅱ▼午後1時～2時30分：認知症の症状や対応などについて学ぶ▼2時45分から：介護講座「テーマⅡ嚥下障害について」講師Ⅱ田辺中央病院言語聴覚士の川原英貴さん・在宅介護の実践・介護食の試食
場所 社会福祉センター
申込方法Ⅱ 電話で申し込んでください
申込・問合せ先Ⅱ 社会福祉協議会 ☎68・5005、FAX 65・3883

安眠のための8つのこと

▼就寝・起床時間を一定にする
 ▼睡眠時間にごとわらな▼早朝に太陽の光を浴びる▼適度な運動をする▼自分流のストレッチやヨガを見つめる▼寝る前にリラックスタイムをとる▼寝酒はやめる▼快適な寝装づくりを
 なお、同週間に合わせて市役所2階市民ロビーで展示を行っています。
期間 Ⅱ9月10日(火)～13日(金)
問合せ先
障害福祉課 ☎64・1372

ひだまりの会

日にちⅡ9月24日(火)
時間 Ⅱ午後1時30分～3時
場所 社会福祉センター
対象 Ⅱ市内に在住する高齢者
内容 Ⅱ歌声喫茶・手遊び
定員 Ⅱ先着30人
申込方法Ⅱ 電話で申し込んでください
しめきり 9月18日(木)
申込・問合せ先Ⅱ 社会福祉協議会 ☎68・5005、FAX 65・3883

介護者交流会

日にちⅡ9月17日(火)
時間 Ⅱ午後1時30分～3時
場所 Ⅱ三木福祉会館
対象 Ⅱ在宅で介護する人
申込方法Ⅱ 電話で申し込んでください
申込・問合せ先Ⅱ 社会福祉協議会 ☎68・5005、FAX 65・3883

楽しく体力づくり ピンピン教室

	秋コース	冬コース	内容
	日にち	日にち	
1	10月 8日(火)	12月 17日(火)	オリエンテーション・体力測定
2	10月 15日(火)	12月 24日(火)	簡単リズム体操・肩こり腰痛予防体操
3	10月 29日(火)	1月 7日(火)	ストレッチについて講話・リズム体操
4	11月 5日(火)	1月 14日(火)	ジムボール実技・マシントレーニング
5	11月 12日(火)	1月 21日(火)	ウォーキング実技・マシントレーニング
6	11月 19日(火)	1月 28日(火)	リズム体操・マシントレーニング
7	11月 26日(火)	2月 4日(火)	生活習慣病予防講話・体力測定
8	12月 3日(火)	2月 18日(火)	下半身引き締め体操・マシントレーニング

参加者募集
 市は、ピンピン教室の参加者を募集します。
日にち 内容Ⅱ上表のとおり
時間 Ⅱ午後2時～3時30分
対象 Ⅱ市内に在住する65歳以上で、介助なく自立して参加できる人
定員 Ⅱ各コース25人。多数の場合は初めの人を優先し抽選します
申込方法Ⅱ 電話で希望コースを申し込んでください
しめきり 9月13日(金)
申込・問合せ先Ⅱ 健康推進課 ☎64・1335

作ってみよう！ 減塩みそ

カラダにやさしい 初めての人が対象

食生活改善推進員協議会は、初めての人を対象に、減塩みそづくり講習会を開きます。高船地域の米で作った麹と国内産の大豆で、減塩みそ(約5kg)を仕込みます。
日にち 内容Ⅱ▼11月8日(金)…大豆の引き渡し・集金▼11月15日(金)…みそ作り。
時間 Ⅱ午後2時から
場所 Ⅱ中央公民館
対象 Ⅱ市内に在住し、2日とも参加できる人
定員 Ⅱ40人
費用 Ⅱ2,490円
申込方法 Ⅱ往復はがきの往信用に、郵便番号・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
しめきり 9月13日(金) (必着)
申込・問合せ先 Ⅱ食生活改善推進員協議会事務局(健康推進課内、〒610-0393(住所不要)、☎64-1335)

フィットネス編

専門の運動指導士が、健康長寿の体力づくりを丁寧にサポートします。トレーニングジムの利用が初めての人でも気軽に参加できます。
場所 Ⅱフィットネスクラブ「コス・パ松井山手」
費用 Ⅱ2千円

運動編

鍼灸整体師によるつぼ刺激を組み合わせた体操で、体幹や筋肉を整えて楽に動ける体づくりを目指します。
場所 Ⅱ老人福祉センター常磐苑
費用 Ⅱ無料

公民館で再講習 10月4日に受け付け

過去の受講者で、もう一度講習を受けたい人は、各地域の公民館で行う講習会に参加できます。
申込方法 Ⅱ10月4日(金)午前10時～11時に中央公民館へ来館してください

要約筆記委任員養成講座(全6回)

日にちⅡ9月19日(月)～10月24日の毎週木曜日
時間 Ⅱ午前9時30分～正午
場所 Ⅱ社会福祉センター
対象 Ⅱ市内に在住・通学する人
内容 Ⅱ要約筆記の基礎知識と方法を学び、難聴者の現状についての理解を深めます
定員 Ⅱ先着20人
申込方法Ⅱ 電話・FAXで申し込んでください
申込・問合せ先Ⅱ 社会福祉協議会 ☎62・2222、FAX 65・4962

妊婦中・産後ママ骨盤ケア講座

日にちⅡ9月24日(火)
時間 Ⅱ午前10時～11時30分
場所 Ⅱ社会福祉センター
対象 Ⅱ妊娠中・産後の女性
内容 Ⅱ妊娠中・産後の肩こり、腰痛改善のセルフケア▼抱っこひもの付け方など
定員 Ⅱ先着5人
費用 Ⅱ500円
申込方法Ⅱ 電話・LINE・電子メールで申し込んでください
申込・問合せ先Ⅱ ママミニオン 青山 ☎84・6372、LINE E @m3989c、メールアドレス oais.kazuya.321@gmail.com

同行援護従業者養成研修

一般課程
 日にちⅡ10月2日(木)・6日(日)・9日(水)・11日(金)
時間 Ⅱ午前9時～午後5時
場所 Ⅱ府情報コミュニケーションプラザ(城陽市)・キャンパスプラザ京都(京都市)など
定員 Ⅱ先着30人
費用 Ⅱ1万2千590円
応用課程
 日にちⅡ11月6日(木)・7日(木)
時間 Ⅱ午前9時～午後5時
場所 Ⅱ府情報コミュニケーションプラザ(城陽市)
定員 Ⅱ先着20人

外反母趾改善つば講座

日にちⅡ9月24日(火)
時間 Ⅱ午後1時30分～2時30分
場所 Ⅱコミュニケーションスペースゆり庵
内容 Ⅱ冷えやむくみ、転倒の原因になる外反母趾を改善するセルフケアつば療法を学びます
定員 Ⅱ先着7人
参加費 Ⅱ800円
申込方法Ⅱ 電話か電子メールで申し込んでください
申込・問合せ先Ⅱ 健康つば愛4 ☎090・1198・4808、メールアドレス tshakikai@gmail.com

費用Ⅱ9千590円

府内で同行援護に従事しているか、従事しようとする人
申込方法 Ⅱ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Ⅱ 京都ライトハウス内 北区紫野花ノ坊町11、☎075・463・5669

広報紙に掲載の写真をご本人へ差し上げます。ご希望の人は「秘書広報課」☎6413020へ

※市に著作権があるもの限りです



知って役立つ消費生活講座

日にち 9月30日(日)
時間 午後1時30分～3時
場所 女性交流支援ルーム
対象 市内に在住・通勤・通学する人

キッズ茶ムリエ工定

市は、子どもの頃からお茶に親しんでもらう「キッズ茶ムリエ検定」の参加者を募集します。
日にち 10月20日(日)
時間 午後1時～4時45分

国際交流協会 ウェルカムパーティー

日にち 10月12日(土)
時間 午前10時30分～午後4時
場所 中央公民館

けいはんな学研都市 7大学連携市民公開講座

日にち 9月13日(金)
時間 午後1時～5時
内容 ①「テーマ：仮想現実(VR)が心身に及ぼす影響とリハビリテーション医療への応用」



Table with 3 columns: 種別, 納期限, 問合せ先. Includes items like 市・府民税, 国民健康保険料, etc.

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。
滞り続いた場合、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府税務機関が行います。

し、当選者には10月13日(日)までにお知らせします。
申込方法 ①はがきか任意の用紙に、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・参加会場(社会福祉センター)・電話番号を書いて郵送・FAXするか、山城こみねつとホームページ(LandingPage)の専用フォームで申し込んでください。

NAI-STサイエンス塾 月のクレーター脱出大作戦

日にち 10月12日(土)
時間 午前10時～11時30分
午後1時～2時30分
午後3時～4時40分

いけばな協会展

日にち 9月14日(土)
時間 午前9時30分～午後5時(15日は午後4時30分まで)
場所 コミュニティホール

ふるさと納税返礼品 協力事業者を募集

市は、ふるさと納税への返礼品の提供に協力してもらえる事業者を募集しています。
詳しくは、市ホームページで確認するか、問い合わせてください。

また、作業時は20～30分断水します。
ご協力をお願いします。
作業期間 ①検針日が奇数月の地域：9月中旬～10月中旬
②検針日が偶数月の地域：10月中旬～11月中旬

自転車・バイクの盗難が多発

市内で自転車・バイクの盗難が多発しています。被害の半数以上が鍵のかけ忘れによるものです。
盗難被害に遭わないために、次の点を中心掛けましょう。

あなたの事業所・団体に男女共同参画推進員を

あなたの事業所や市民団体に、性別にかかわらず能力を発揮できる環境づくりを進めるための男女共同参画推進員を配置しませんか。
同推進員には、資料・情報の提供やセミナーへの講師派遣など、男女共同参画の取り組みを強化するための支援を行います。

耐用年数を迎えた水道メーターを取り替え

市は、計量法で定められた検定期間(耐用年数8年)が満了する水道メーターを毎年無料で取り替えます。
対象となる家庭などには事前に案内を郵送し、証明書を携帯した市上下水道協同組合の作業員が取替作業を行います。

国際交流協会 ウェルカムパーティー
日にち 10月12日(土)
時間 午前10時30分～午後4時
場所 中央公民館

いけばな協会展

日にち 9月13日(金)
時間 午後1時～5時
内容 ①「テーマ：仮想現実(VR)が心身に及ぼす影響とリハビリテーション医療への応用」

ふるさと納税返礼品 協力事業者を募集

市は、ふるさと納税への返礼品の提供に協力してもらえる事業者を募集しています。
詳しくは、市ホームページで確認するか、問い合わせてください。

また、作業時は20～30分断水します。
ご協力をお願いします。
作業期間 ①検針日が奇数月の地域：9月中旬～10月中旬
②検針日が偶数月の地域：10月中旬～11月中旬

自転車・バイクの盗難が多発

市内で自転車・バイクの盗難が多発しています。被害の半数以上が鍵のかけ忘れによるものです。
盗難被害に遭わないために、次の点を中心掛けましょう。

あなたの事業所・団体に男女共同参画推進員を

あなたの事業所や市民団体に、性別にかかわらず能力を発揮できる環境づくりを進めるための男女共同参画推進員を配置しませんか。
同推進員には、資料・情報の提供やセミナーへの講師派遣など、男女共同参画の取り組みを強化するための支援を行います。

耐用年数を迎えた水道メーターを取り替え

市は、計量法で定められた検定期間(耐用年数8年)が満了する水道メーターを毎年無料で取り替えます。
対象となる家庭などには事前に案内を郵送し、証明書を携帯した市上下水道協同組合の作業員が取替作業を行います。

女性の就職を応援 自分に合う仕事見つけよう
日にち 9月27日(金)
時間 午前10時30分～正午
午後1時～2時30分
午後2時30分～4時

増え続ける不登校問題を考える

日にち 9月14日(土)
時間 午前10時～正午
場所 社会福祉センター

古文書を読む会

日にち 9月14日(土)
時間 午前10時～正午
場所 社会福祉センター

ふるさと納税返礼品 協力事業者を募集

市は、ふるさと納税への返礼品の提供に協力してもらえる事業者を募集しています。
詳しくは、市ホームページで確認するか、問い合わせてください。

また、作業時は20～30分断水します。
ご協力をお願いします。
作業期間 ①検針日が奇数月の地域：9月中旬～10月中旬
②検針日が偶数月の地域：10月中旬～11月中旬

自転車・バイクの盗難が多発

市内で自転車・バイクの盗難が多発しています。被害の半数以上が鍵のかけ忘れによるものです。
盗難被害に遭わないために、次の点を中心掛けましょう。

あなたの事業所・団体に男女共同参画推進員を

あなたの事業所や市民団体に、性別にかかわらず能力を発揮できる環境づくりを進めるための男女共同参画推進員を配置しませんか。
同推進員には、資料・情報の提供やセミナーへの講師派遣など、男女共同参画の取り組みを強化するための支援を行います。

耐用年数を迎えた水道メーターを取り替え

市は、計量法で定められた検定期間(耐用年数8年)が満了する水道メーターを毎年無料で取り替えます。
対象となる家庭などには事前に案内を郵送し、証明書を携帯した市上下水道協同組合の作業員が取替作業を行います。

普通救命講習
日にち 9月13日(金)
時間 午前9時～正午
場所 消防署

いけばな協会展

日にち 9月14日(土)
時間 午前9時30分～午後5時(15日は午後4時30分まで)
場所 コミュニティホール

ふるさと納税返礼品 協力事業者を募集

市は、ふるさと納税への返礼品の提供に協力してもらえる事業者を募集しています。
詳しくは、市ホームページで確認するか、問い合わせてください。

また、作業時は20～30分断水します。
ご協力をお願いします。
作業期間 ①検針日が奇数月の地域：9月中旬～10月中旬
②検針日が偶数月の地域：10月中旬～11月中旬

自転車・バイクの盗難が多発

市内で自転車・バイクの盗難が多発しています。被害の半数以上が鍵のかけ忘れによるものです。
盗難被害に遭わないために、次の点を中心掛けましょう。

あなたの事業所・団体に男女共同参画推進員を

あなたの事業所や市民団体に、性別にかかわらず能力を発揮できる環境づくりを進めるための男女共同参画推進員を配置しませんか。
同推進員には、資料・情報の提供やセミナーへの講師派遣など、男女共同参画の取り組みを強化するための支援を行います。

耐用年数を迎えた水道メーターを取り替え

市は、計量法で定められた検定期間(耐用年数8年)が満了する水道メーターを毎年無料で取り替えます。
対象となる家庭などには事前に案内を郵送し、証明書を携帯した市上下水道協同組合の作業員が取替作業を行います。

9月1日は防災の日 災害への備え万全に
9月1日は防災の日、8月30日～9月5日は防災週間です。地震・風水害などへの備えは万全ですか？
市は、家庭で確認しておきましょう。
市は、毛布や水・食料などの備蓄を計画的に進めています。しかし市の備蓄は、家屋の全壊などで家庭から備蓄品を持ち出せなかった人数分を想定しているため、避難者全員に提供できない可能性があります。
防災ガイドブックなどを参照し、非常備蓄品・持出品を用意しておきましょう。非常備蓄品には、水や乾パンなどのほか、簡易トイレなどの衛生用品も必要です。
また、ハザードマップなどで、家族や近所の人と緊急時の避難場所を確認しておきましょう。
■防災情報メールに登録を
あらかじめ登録したメールアドレス宛てに、地震や気象警報などの防災情報を電子メールで配信することができます。全国どこでも京田辺市の防災情報を受信するのが特徴です。災害への備えとして登録しておきましょう。
登録方法=次の専用ホームページにアクセスし、画面に従って登録してください。二次元コード(=下図)からもアクセスできます
▼携帯電話・スマートフォンから… http://panasender.jyohou-station.jp/Kyota-Main/mobile/main.html
▼パソコンから… http://panasender.jyohou-station.jp/Kyota-Main/
問合せ先=安心まちづくり室 (☎64-1307)

9/20~26 動物愛護週間
終生飼養できるかよく考えマナーを守り責任と愛情を持って飼います
外出時は必ず適切な長さのリードをつけましょう
猫は室内環境を整え室内で飼いましょう
散歩中にトイレをしたら糞を回収しペットボルの水などで洗い流しましょう
飼う前も、飼ってからも考えよう
環境課 ☎64-1366

なごみ伝言板



【敬老の日】

PRESENT Quiz クイズ

ヒントは広報紙の中に!!

全小ハンド市内○チーム入賞

京田辺産
はちみつ
3名様



はがきに次の質問の回答と郵便番号・住所・氏名・年齢・日中連絡がつく電話番号を書いて郵送してください。応募は広報紙のほか、京田辺市eモニター(たなモニ)でも受け付けています。

- ①「○」に入るクイズの答え(数字)
- ②興味を持った記事と感想
- ③秋を感じる市内の景色
- ④「○○の秋」といえば

正解者の中から抽選で3名様に、京田辺産のはちみつをプレゼントします。個人情報(賞品の発送のみに使用します。また、いただいた意見や感想は広報紙などで紹介する場合があります。なお、ご意見に対する個別回答はできませんのでご了承ください。

当選発表は、賞品の発送をもって代させていただきます。

しめきり=9月13日(金)(当日消印有効)

応募・問合せ先=秘書広報課(〒610-0393 住所不要)、☎64-1320)

先月号の答え:ワールド「マ」スターズゲームズ
応募者数は34人でした。

◆人口が増え続けている理由(20歳代)◆市内の外国料理のお店(60歳代)

Readers Square 読者の広場

広報ほっとと京たなべに寄せられた読者の皆さんの声をお届け!

【京田辺のココが知りたい!】

「挑戦してみたいスポーツ」

◆山登り(40歳代)◆水泳(70歳代)◆数年前にして

代)◆おすすめの散歩コース(40歳代)◆市内の夜景スポット(20歳代) 水辺の散策路は、豊かな自然の中で気軽に運動が楽しめる散歩コースです。また、田辺公園花見山からは京都市内の夜景が一望できてとてもきれいです。皆さんが京田辺のことに興味を持ってくださって、とてもうれしいです。

代) いた卓球(20歳代)◆持久力はないが、フルマラソンの完走(70歳代) 残暑が厳しいですが、まもなくスポーツの秋到来。京田辺のシンボルでもある甘南備山は、たくさんの方々がハイキングが楽しめるのでおすすめです。また、市や田辺中央体育館では、スポーツに気軽に親しめるイベントを行っています。無理のない範囲で楽しく体を動かして、健康(けんこう)になりましょう!

ど用心!くらしの中の事故

~その製品、安全に使っていますか?~

シリーズ⑥高齢者に多いこんな事故に注意!

【事例①】

鍋で料理中に、隣のコンロのやかんを動かそうとしたところ、コンロの火が衣服に着火した。

【原因と対策】

やかんを動かそうとした際に、コンロに近づき過ぎたため着火した。

▼肉眼で見える炎に比べ、赤外線カメラで見た炎は鍋



底から大きくはみ出しています。コンロに近づき過ぎると、はみ出した炎や熱で衣服に着火するので注意が必要です。

▼毛足の長いものや、袖口が垂れ下がったデザインの衣服は着火しやすいので特に気を付けましょう。

【事例②】

庭木を切ろうと砂利の敷地に脚立を置き、脚立の天板をまたいで作業していたところ、バランスを崩して転倒し、手首を骨折した。

【原因と対策】

砂利などの上に設置したため脚立がぐらついた。脚立の天板をまたいで作業し、またいだ状態から降りようとしたためバランスを崩した。

▼砂利・傾斜など不安定な場所で使用しない。

▼脚立をまたいで使用しない。

▼天板に乗って作業をすることを禁じている製品もありますので、取扱説明書を必ず確認してください。



【問合せ先】

消費生活センター(産業振興課内、☎63-1240(平日午前9時~午後4時。正午~午後1時を除く))

参考:独立行政法人製品評価技術基盤機構

9/29日 みんなの力でまちを美しく

市民一斉清掃

9月29日(日)は、まちの美化活動を行う“クリーンアップ京田辺”市民一斉清掃の日です。みんなで使う場所をみんなの手で美しくし、より良い生活環境をつくりましょう。

市は、清掃活動を行う市民団体・事業者を

支援するため、ごみ袋・土のう袋を支給し、集められたごみを当日の午後に収集します。ごみは、必ず分別してください。

なお、ごみ袋の寄付とごみ収集に、市建設業協会の協力をいただいています。

日にち=9月29日(日)

場所=公園・道路・河川などの公共施設

申込方法=実施する団体は、9月13日(金)までに実施予定表を提出してください

申込・問合せ先=環境課(☎64-1366)



台湾茶

皆さん、こんにちは! 大家好!

大家好(ダージャーハオ)! 国際交流員(CIR)のホー・イーチン(愛称メリー)です。

京田辺市で生産が盛んな玉露は、旨味が強く、おもてなしのお茶として知られています。今号では、玉露との類似点もある台湾茶を紹介します。



◎台湾の茶文化

台湾茶は、台湾で生産されるお茶のことで、ルーツは日本茶と同じく中国茶にあります。香りが高いのが特徴で、味とのバランスを大切にしています。

台湾茶と中国茶の違いは主に産地で、台湾茶は台湾、中国茶は中国で生産されます。主なお茶の種類は、台湾茶は烏龍茶で、中国茶は緑茶です。台湾ではごく少量ですが、緑茶・

紅茶なども生産されています。

烏龍茶の色といえば、茶色をイメージすると思いますが、台湾では金色に近く、発酵の程度によっては、少し赤っぽくなったり、オレンジ色になったりします。

◎おもてなしはお茶で

日本では、接待でお酒を酌み交わすことが多いですが、台湾では、「大切な場面で酔っ払うと契約ができない」との考えから、お酒は飲みません。お客さんをもてなすときは、主人が小さな急須で烏龍茶を淹れながら、会話や話のリズムをコントロールします。主人がよく話をするなら、お客さんもたくさん話しますが、逆なら、お客さんもあまり話しません。主導権はお茶を淹れる主人が握っています。

台湾でも、晩ご飯が終わった後は、みんな家でリビングに集まってお茶を飲みながら歓談します。お茶はリラックスしてコミュニケーションを図るためのツールと言えます。私も友人が家に遊びに来た際には、台湾から持ってきた台湾茶と茶器(=写真)で、お茶を淹れてもてなします。



3回講座 台湾茶の淹れ方体験も!

フォルモサ茶会

市は、台湾茶の歴史・文化を学び、台湾茶器を使った台湾茶の淹れ方体験などが楽しめる台湾茶の入門講座を開きます。

日にち=10月13日(日)・20日(日)・27日(日)

時間=午前10時30分~正午

場所=中部住民センター

対象=市内に在住・通勤・通学する中学生以上で、原則すべての回に参加できる人

定員=20人。多数の場合は抽選します
参加費=無料

申込方法=市公共施設に配架する申請書に、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・託児(生後6カ月~就学前)を希望する場合は子どもの名前と年齢を書いて、来庁・FAX・郵送してください。市ホームページの専用フォームから申し込みできます

しめきり=9月27日(金)午後5時

申込・問合せ先=市民参画課(〒610-0393 住所不要) ☎64-1314、FAX 64-1305)

出前講座 受付中

メリーと一緒に茶を飲んで、カナダや台湾の文化を学ぼう!

詳しくはホームページで

問合せ先:市民参画課(☎64-1314)

