

東高野街道

第4回八幡まちかど雛まつり

東高野街道をにぎやかな街並みにしようと、今年も旧暦の時期に「八幡まちかど雛まつり」を開催します。期間中はメイン会場の飛行神社や、京阪八幡市駅から松花堂庭園・美術館までの街道筋の各所(約50カ所)に雛飾りを展示し、訪れる人をおもてなしします。



開催期間 4月1日(水)~12日(日) 内容

メイン会場(飛行神社資料館3階ホール)

七段の段飾り雛(約10基)や、入口横に二宮忠八の故郷である愛媛県八幡浜市真穴の雛飾りを展示。入場時間 午前9時~午後4時 ※入場料として大人300円、小学生~高校生200円が必要です(小学生未満は無料)。

まちかど会場(東高野街道筋にある商店、社寺、公共施設など)

開店(所)時間中、各施設や店舗などのウィンドウに合わせた変わり雛やつるし雛などを展示。問合せ 飛行神社資料館(☎982-2329)

人権教育学習講座

子どもの「いま」への向き合い方は?

日時 3月14日(土)午後2時~3時30分

場所 松花堂美術館講習室

講師 渡辺 毅さん(穀雨企画室代表)

定員 100人

※入場無料。申込不要。

※保育(事前申込要)、要約筆記、手話通訳あり。

問合せ 社会教育課

募集

スポーツ少年団親子体験の参加者募集

問合せ スポーツ少年団=松本(☎982-0967)

Table with 4 columns: 種目, 日時・場所, 種目, 日時・場所. Lists various sports activities like 野球, サッカー, ソフトテニス, バスケ, 柔道, 剣道, レスリング, 空手道, バトントワリング, 硬式野球.

スポーツ少年団体験入団の参加者募集

スポーツ少年団はスポーツ活動を通じた青少年(幼児~高校生)の健全育成を目的とする団体です。仲間とスポーツを楽しみませんか。4月1日からの体験入団を随時受け付けています。詳しくは下記問い合わせまで。

サッカー 小学生の男女=藤田(☎090-3280-2948)、中学生の男=森本(☎982-1482)

少年野球 小学生の男女=巽(☎982-2022)、中村(☎982-3226)

ソフトテニス 小学生の男女=松本(☎982-0967)、藤田(☎983-2138)

柔道 小・中学生の男女(幼児も可)=鷹野(☎972-3355)、長村(☎981-

-1105)、田中(☎983-9219)

空手道 小・中学生の男女=森(☎981-9191)、久貝(☎981-2138)、坂尾(☎982-0106)、富田(☎982-7305)

バトントワリング 小・中・高校生の男女(幼児も可)=亀崎(☎070-5266-9055)

硬式野球(中学生) 中学1~3年生の男女=松崎(☎982-7870)、吉本(☎080-3806-7905)

剣道 小・中学生の男女(幼児も可)=西塔(☎983-0642)、藤井(☎090-3053-1988)、中川原(☎090-9051-7770)

レスリング 小・中学生の男女=浅井(☎981-3508(京都八幡高校))

バスケボール 小学1~6年生の男女=阪下(☎981-7092)、大野(☎981-1028)

スポーツ

市長杯争奪

ママさんバレーボール大会

日時 5月10日(日)午前9時~午後6時

場所 市民体育館

対象 市内在住・在勤者のママさんで編成されているチーム

参加費 1チーム3,000円

試合方法 9人制、リーグ戦

申込み ハガキに代表者の住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、4月3日(金)必着で〒614-8022八幡東浦5 市民交流センターへ。4月15日(水)に市民交流センターで抽選会を行います。

問合せ 市ママさんバレーボール連盟(☎983-9202)

健康フェスティバル

生活習慣や運動不足からくる体の痛みや不調などを改善できる運動を講習します。※申込不要。

日時 ①3月5日(木)午前10時~正午、②12日(木)午前9時45分

~10時45分

場所 ①文化センター リハーサル室、②橋本公民館

内容 ①芯体操、②3B体操

対象 市内在住・在勤の人

参加費 無料

問合せ 定兼(FAX981-3824)

市民ギャラリー

俳句: 初仕事 酒の匂いの残りをり 浅井 知子(男山美桜) 七重八重 降りくる雪のしじまかな 河田 兼市(八幡北浦) お正月 晴れ着脱がすを 嫌がりぬ 河田 眞由美(八幡北浦) 埋火や 老いし女将の 艶話 濱口 峻(西山足立) 初電話 御神酒の香の 漏れて来る 吉川 せい子(八幡長田) 短歌: 雪の朝 並ぶダルマの 数かぞえ 赤く冷たい 孫の手を抱く 亀井 三代(美濃山幸水) その後は 追いて此の地に 居を定め その子は 逝いて 吾は老いたり 品川 正次(八幡舞台)

あなたも

一言

皆さんからいただいたメッセージを掲載しています。



欽明台中央

溝上 恵美子さん(右) 栄喜さん(中央) 敦子さん(左) ふみちゃん(中央下) さとちゃん(左下)

八幡市に引っ越してきて4年。娘たちが生まれ、子育てを通じてたくさんの出会いがありました。これからも家族みんなが元気に過ごせ、娘たちがすくすく大きくなりますように。



男山弓岡

小林 里紀さん(中央) 莉久くん(左) 冬来くん(右)

運動が苦手な莉久が竹馬に上手に乗れるようになった姿を見た時は涙が出そうでした。卒園しても、園でやってきたことを思い出して頑張ってるね。お兄ちゃんが卒園すると不安もあるだろうけど、冬来もたくさんのお友達を作ってるね。



西山和気

松本 富美子さん(左) 男山指月 矢西 美和子さん(中央) 橋本石ヶ谷 藤澤 ゆみ子さん(右)

男山香呂 青江 竜人くん(右下) 昨年12月に、地域子育て支援施設、おひさまテラスを男山香呂に開設しました。子育て中のお母さんが実家のように気軽に立ち寄り、楽しめる場所にしていきたいです。

メッセージの掲載希望者募集

5月号への掲載を希望される人は3月1日(日)~3月20日(金)(電話・窓口受付は土日祝を除く)に秘書広報課へ。 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。

情報ひろば

市役所への問い合わせは
☎983-1111 (代)へ
市の主催・共催・後援のみ掲載

市政情報

▶障がい福祉施設への通所交通費の助成

公共交通機関を利用して、障がい福祉施設へ通っている人の交通費を助成します。

対象 市内在住の障がい者対象となる施設
生活介護施設、自立訓練施設、就労移行・継続支援施設、地域活動支援センターⅢ型

対象期間 平成26年9月分～平成27年2月分

助成額 障がい者割引適用後の鉄道・バスの往復運賃の2分の1

必要書類 施設が証明する通所証明書、定期券を購入している場合はその写し

申込み・問合せ 3月2日(月)～20日(金)に、申請書に必要書類を添付して障がい福祉課へ
※申請書や通所証明書の様式は障がい福祉課にあります。

▶専門医による認知症相談会を実施します

本人や家族等からの、物忘れ、認知症他、心の悩みに専門の医師が相談をお受けします。

日時 3月27日(金)午後2時～

場所 文化センター2階第1会議室

対象 65歳以上の市民またはその家族、関係機関

定員 2組(予約制。相談時間は1組30分)

申込み・問合せ 3月25日(水)までに電話で高齢介護課へ

▶技能修得資金の支給について

府では、低所得世帯のお子さんの技能修得施設(専門学校(看護師および准看護師学校養成所を除く))への入所を支援するために、技能修得資金を支給します。

対象 技能修得施設に入所される人および継続入所される人

受付期間 3月2日(月)～20日(金) ※福祉総務課での受付期間は3月16日(月)まで。

場所 山城北保健所縦喜分室または福祉総務課(第二分庁舎2階)

※申請時には印かん、銀行口座番号、平成26年の世帯全員の所得が分かる書類(源泉徴収票、確定申告の写しなど)が必要です。

※収入基準や対象施設など、詳細はお問い合わせください。

問合せ 山城北保健所縦喜分室地域福祉担当(☎0774-63-5747)

イベント

▶八幡桜まつり

臨時駐車場をご利用ください

「八幡桜まつり」の開催に伴い、来訪者と車で淀川河川公園背割堤地区出入口の交通混雑が予想されるため、同公園内の駐車場が閉鎖されます。

閉鎖期間 3月31日(火)～4月12日(日)(予定) ※桜まつりは4月1日(水)～12日(日)(予定)開催。

臨時駐車場 かわきた自然運動公園



をご利用ください。なお、臨時駐車場は協力金1,000円が必要です。

※桜の開花情報や、「八幡桜まつり」の詳細は、観光協会ホームページへアクセスしてください。

問合せ 観光協会(☎981-1141)

▶やわた再発見! 観光フォトコンテスト2014 作品展示会

日時 ▶3月7日(土)～13日(金) 午前10時～午後4時 ※13日は正午まで。8日午前10時～表彰式・専門家による講評を実施。

場所 八幡ふれあい館(京阪八幡市駅改札前)

問合せ 観光協会(☎981-1141)



八幡市観光協会理事長賞を受賞した川和子さんの作品「八幡市木下」

▶第6回みんなで創る福祉のつどい

～みんなが主役 福祉の輪～

日時 3月14日(土)午前10時30分～午後3時

場所 福祉会館

内容 ▶体験コーナー(車いす、竹細工など) ▶遊びコーナー(魚つり・射的ゲーム、昔遊びなど) ▶模擬店(焼きそば、たこ焼き、豚汁など) ▶フリーマーケット ▶ステージ発表 ▶展示(とびっきり作品、おもいやり標語作品) ▶ピンゴ大会 ▶米田 祐二さんドキュメンタリー映画上映 ▶その他(抽選会、スタンプラリーなど)

問合せ 社会福祉協議会(☎983-4450)

▶世界で一つのスピーカーを創ろう

自分だけのオリジナル・デザインのスピーカーを製作し、いろいろな工夫で音の違いが楽しめます。

日時 3月28日(土)午後1時30分～4時30分

場所 文化センター

対象 市内の小・中学生とその保護者

定員 先着10組

参加費 1,000円(材料費)

申込み・問合せ 参加者氏名、学年、保護者同伴の有無等、電話番号を電話またはメールで枚方テクノカレッジ(☎090-8793-8965 Eメール: hirakata-tec-nt@polka.ocn.ne.jp)へ

▶桜の人気スポット 「石清水八幡宮」「松花堂」「背割堤」を訪ねて

地域の歴史を学びながら、ガイドと一緒に八幡の桜スポットなどを歩いて巡ります。 ※小雨決行。

日時 4月8日(水)午前10時30分～

場所 松花堂庭園入口集合

コース 松花堂庭園～昭乗広場(昼食)～正法寺～善法律寺～泰勝寺～石清水八幡宮～展望台～八幡市駅～背割堤(距離約5km)

定員 30人(先着順)

参加費 800円(入園料・ケーブル代・保険代など) ※昼食は各自で持参。

申込み・問合せ 3月1日(日)～31日(火)午後5時までに、電話かFAXで観光協会(☎981-1141、FAX981-1132)へ

▶おやじたちのコンサート パートⅣ



平成23年の国民文化祭において開催された「おやじたちのコンサート」の盛り上げを継承・発展させるため、パートⅣを開催します。

フォーク・ロックなどのアマチュアミュージシャンたちが集い、楽しく、活気あるステージを展開します。

日時 3月8日(日)午後1時～

場所 文化センター大ホール

ゲスト 茶木 みやこさん(ミュージシャン)

出演バンド 30、SEP・TONS OKU・duo NAZUKI・M-ON・SELFISH・すろおだうん・流れ橋・メタボリックス・E*Band・THE COKES(順不同)

※入場無料。

問合せ おやじたちのコンサート実行委員会事務局(文化センター内)(☎971-2111)

健康豆知識

■ 朝食について ■

「お腹がすいていない」「食べる時間がない」など、さまざまな理由で朝食を食べない人が年々増加傾向にあります。気持ち良く1日をスタートさせるためにも、できるだけ朝ごはんを食べるようにしましょう。

- 効果**
- ①脳にエネルギーを供給…脳が働くためのエネルギーであるブドウ糖を供給することで、脳が活性化され、集中力や記憶力の向上が期待できます。
 - ②体を目覚めさせる…胃や腸などの消化器官が動いて、作り出された熱によって、睡眠中に下がった体温や血糖値が上がり、頭も体も活動できる状態になります。
 - ③健康な体をつくる…朝食を抜くと、昼食や夕食で1日に必要なエネルギーを摂取することになり、食後にエネルギーをあまり消費しない夕食の量が増えてしまいます。3食でバランスよくエネルギーを摂取することで、肥満や生活習慣病の予防になります。

- 理想的な朝食**
- 和食、洋食にかかわらず、炭水化物・たんぱく質・脂質・ビタミン・ミネラルをバランスよくとることが大切です。ごはんやパンに多く含まれる炭水化物は、脳や体のエネルギー源のブドウ糖になり、ビタミン・ミネラルは栄養素をエネルギーに変えるのに必要です。また、卵、肉、魚、乳製品などに多く含まれるたんぱく質は体温を上げる効果があります。
- 習慣づけるために**
- 夕食の量を減らす…朝起きた時に適度な空腹感を感じられるようになります。
 - 少し早めに起きる…早めに起きて少し活動すると、体も目覚めて朝食をおいしく食べることができます。
 - 簡単に作れる朝食を工夫…なかなか時間が取れない人は、前日の夜に準備をしたり、前日の晩ご飯の残り物を温めたりしてみましょう。
- 問合せ** 高齢介護課