

イベント

▶人権学習総合講座 開講式記念講演

生きているって幸せ

日時 5月23日(土)午後2時～
(開場は午後1時30分～)

場所 八幡人権・交流センター

講師 道志真弓さん(元熊本市人権教育講師)

定員 200人
(入場無料。申込要)

申込み・問合せ 八幡人権・交流センターに電話(☎981-3127)か直接窓口へ



▶キャンプボランティア 研修会

安全管理の知識や、子ども達の指導にあたるキャンプボランティアとしての基礎的な知識を学びます。

日時 6月13日(土)午前10時～
14日(日)午前10時

場所 枚方市野外活動センター
(枚方市穂谷4550)

定員 20人(定員になり次第締切)
対象 青少年育成補導委員会の活動にボランティアとして協力していただける高校卒業(18歳)以上の人

参加費 2,000円(食費・シーツ代等)

申込み・問合せ 5月22日(金)までに電話で社会教育課へ

彩 京街道・淀川2015

4市・1町(宇治市・枚方市・寝屋川市・八幡市・久御山町)が連携して地域の活性化に取り組む「京街道・淀川左岸地域連携会議」において、自治体ごとにまち歩きイベントを開催しています。

やわたでお菓子な クイズラリー

クイズを解いたり、銘菓を味わいながら、国史跡の石清水八幡宮、飛行神社、東高野街道沿いの社寺、松花堂庭園・美術館など市内の名所を巡ります。※クイズ全問正解者には記念品をプレゼント。

日時 5月24日(日)午前9時30分～(受付は午前10時30分まで)

集合場所 石清水八幡宮一ノ鳥居
定員 先着200人
参加費 800円(松花堂庭園入園料など)
申込み・問合せ 5月20日(水)までに観光協会(☎981-1141 FAX981-1132)に電話、FAXまたは直接窓口へ



▶八幡市民オーケストラ 第45回定期演奏会

日時 5月24日(日)午後2時30分～

場所 文化センター大ホール

内容 チャイコフスキー/交響曲第6番 口短調 作品74「悲愴」
ベートーヴェン/交響曲第4番 変ロ長調 作品60 他

客演指揮 中井 章徳さん(出雲芸術アカデミー芸術監督)

入場料 当日1,200円(前売り1,000円)※チケットは文化センターや生涯学習センターで発売中。

問合せ 八幡市民オーケストラ=宇野(☎090-8141-8575)

▶合同就職面接会

ハローワーク枚方・伏見管内の企業8社(予定)が参加する合同就職面接会です。※参加費無料。事前予約不要。

日時 5月26日(火)午後1時～3時(受付は午後0時30分～2時30分)

場所 枚方市立総合福祉会館ラポールひらかた4階大研修室(枚方市新町2丁目1-35)

対象 求職者

持ち物 ハローワークカード(所有者のみ)、履歴書(複数枚)など

問合せ ハローワーク伏見(☎602-8609)、ハローワーク枚方(☎072-841-3363)

▶要約筆記者養成講座(前期)

耳の不自由な人のために話の内容を「速く、正しく、読みやすく」要約し、文字として伝える技術を学んでみませんか。「手書き」と「パソコン」コースがあります。

日時 5月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)、6月4日(木)、11日(木)、18日(木)の全7回。各日、午後0時30分～午後5時※「パソコン」コースは5月31日(日)京都市聴覚言語障害センター(京都市中京区西ノ京東中合町2)での受講も必要。

場所 福祉会館

対象 要約筆記者資格取得を目指す、市内在住・在勤の人

内容 講義と実習

費用 3,400円(テキスト代)

申込み・問合せ 5月6日(水・振)までに障がい福祉課へ電話またはFAX(FAX981-8080)

あなたも一言

今年度、八幡市に採用された職員を代表し、3人からのメッセージを掲載しています。



消防総務課
やまなか ちさと
山中 知伶さん

中学時代から憧れていた消防官になることができました。これから半年間、消防学校に入校し、知識や技術を身に付けてきます。男性と比べ、体格・体力等では劣りますが、女性ならではの視点を生かして市民の皆さんの安心安全を守れるように頑張ります。よろしくお願いたします。



商工観光課
くつわ たくら
久津輪 航さん

入庁して、喜びを感じる反面、個人情報扱う仕事をしていく責任の重さに不安も感じています。市民の皆さんへの丁寧な対応を心掛けながら、先輩や市民の皆さんから多くのことを学び、八幡市に貢献できるように頑張ります。よろしくお願いたします。



橋本幼稚園
さかた けいじ
坂田 悟一さん

年長クラスの担任になり、プレッシャーも感じていますが、これを力に変え、子どもたちと一緒に色々なことに挑戦していきたいです。そして、子どもたちが「自分らしさ」をだしながら園生活を送れるよう、子どもの立場で考え、大切に成長を見守っていきます。よろしくお願いたします。

▶メッセージの掲載希望者募集

6月号への掲載を希望される人は5月1日(金)～5月20日(水)(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。

健康豆知識

知って得する!! 今日から役立つ!!

健康豆知識

うつ病について

職場環境の変化などで、5月は気分が落ち込みやすい時期です。何をやっても楽しくない、何もする気が起きない、といったことはありませんか。日常生活で誰にでも起こりえることですが、その状態が2週間以上続く場合はうつ病の可能性がります。

うつ病の予防

ストレスにいち早く気づき、解消することが大切です。普段以上に気持ちが落ち込んだり、体調がすっきりしない時などは心が疲れを溜めているサインです。こんな時は、しっかり休養をとり、趣味や好きなことに取り組むなど、気持ちのリフレッシュを図りましょう。また、悩み事や問題が生じた場合は、慌てずに問題を整理して解決方法を考え、誰かに相談する

など、一人で抱え込まないようにしましょう。

うつ病の治療

もし、うつ病になってしまった場合は、うつ病が病気であることを理解し、休養することが大切です。一般的な治療として、状態によっては、症状を軽減するために、抗うつ薬などを使った薬物療法を行いながら、職場や家庭の環境を整え、しっかり休養をとれるようにしていきます。そして、カウンセリングや精神療法などの心理的治療で再発防止を図ります。

うつ病は個人差がありますが、適切な治療やケアで回復する可能性が高い病気です。少しでもしんどく感じたら、できるだけ早くメンタルクリニックや精神科、心療内科などを受診しましょう。

問合せ 健康推進課

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

**▶高齢者運転免許証
自主返納支援事業**

市では、高齢者が当事者となる交通事故防止対策として、運転免許を返納した70歳以上の高齢者に写真付き住民基本台帳カードなどを無料交付する支援事業を実施しています。
返納の特典 パスカードまたはコミュニティバス1日乗車券、交通安全グッズ、「運転の卒業証書」
対象 以下のすべてを満たす人
▶本市にお住まいの満70歳以上の人
▶有効期限内に運転免許証を自主返納された人(返納した日から30日以内に申請してください)
持ち物 ▶印かん▶本人と確認できる書類▶申請による運転免許の取消通知書(免許証の返納時に警察署で交付)
その他 この支援は、本人のみ1回限り有効です。
※詳しくは、管理・交通課または市ホームページでご確認ください。
問合せ 管理・交通課

▶寝具乾燥・丸洗いサービス

おおむね65歳以上の高齢者や障がいのある人で、本人や家族では寝具の乾燥や丸洗いをすることができない人が対象です。
実施回数
①乾燥サービス 6、10月、平成28年2月
②丸洗いサービス 8、12月
利用料 ①=1組300円(1回1組3枚まで)、②=1枚200円(1回2枚まで)
申込み・問合せ 各サービスが行われる月の10日までに高齢介護課、または社会福祉協議会(☎983-1504、FAX982-2340)へ

児童福祉週間
5月5日~11日

世界には
君の輝く
場所がある



**▶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 5月22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 5月20日(水)までに電話で高齢介護課へ。

春の全国交通安全運動
5月11日(月)
~5月20日(水)
『目を合わそう』
それが無事故の
愛ことば』

※5月11日(月)午前7時30分~八幡市駅前ロータリーにて啓発活動を行います。
問合せ 八幡警察署
(☎981-0110)、管理・交通課

▶交通遺児奨学金

京都府が支給しています。

区分	支給額(年額)
乳幼児	11,000円
小学生	21,500円
中学生	43,000円
高校生	64,000円
高等学校 入学支度金	35,000円

対象 府内に居住し、陸・海・空の交通事故により親などを亡くした乳幼児、小・中学生、高校生など
申込み 5月29日(金)までに子育て支援課へ申請(6月以降に申請した場合は、翌月分から支給)、民生児童委員および学校(園)長の証明が必要。所得制限はありません。
※京都府が実施している他の奨学金を受けている人は対象外となります。
問合せ 子育て支援課

*** 新鮮野菜等の販売 ***

【松花堂ふれあい市】

日時 毎週土曜日の午前8時30分~10時30分
場所 昭乗広場

※売り切れの節は、ご容赦ください。
問合せ 農業振興課

募 集

**▶佐藤康光杯争奪将棋大会
参加者募集**

日時 6月21日(日)午前9時受付(9時30分開会)
場所 文化センター小ホール
資格 アマチュアの人(過去のこの大会で、B級、C級優勝者は上のクラスで申し込んでください。また、有段者はB級以上への申込みのみ可)
定員

クラス	内容	募集人数
A級	二段以上	各級64人 (先着順)
B級	初段~三級	
C級	四級以下	
ジュニア級 1	小学4~6年生の初級者	各級32人 (先着順)
ジュニア級 2	小学3年生以下の初級者	

※ジュニア級1、2は内容を変更する場合があります。
※ジュニア級は、プロ棋士による多面指し指導、一般対象の指導対局も予定(当日受付)。



参加費 一般2,000円。身体障がい者および中学生以下1,000円。昼食弁当と記念品付。(※申込後、いかなる理由でも返金不可)
競技内容 全局平手戦(日本将棋連盟対局規定準用)。原則として4人1組による予選(2勝通過・2敗失格)後、決勝トーナメント戦。
申込み 社会教育課で受付、または郵便振替用紙に郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢(学生は学校名と学年)・性別・参加希望クラスを記入し、参加費を振り込んでください。現金書留での申込みも可能。

郵便振替口座番号00930-5-225595
佐藤康光杯争奪将棋大会実行委員会

申込期間 5月1日(金)~6月5日(金)(必着)
問合せ 社会教育課

**▶グリーンカーテンで
涼しい夏を**



みどりのつどいグリーンカーテン講習会の参加者を募集します。グリーンカーテンは夏の日差しを和らげ、室温の上昇を抑える環境に優しいものです。講習会の参加者には、ゴーヤの苗(1人3株)をプレゼントします。(袋を持参してください)
日時 ①5月16日(土)②5月17日(日)各日、午前10時15分~11時(受付は午前10時~。雨天決行)
場所 ①文化センター市民ロビー ②生涯学習センター前広場
定員 ①先着150人②先着100人※市内在住・在勤者に限る
申込み 5月1日(金)~14日(木)に、住所、氏名、電話番号、希望日を記入し、郵送・Eメール・FAX・電話で〒614-8501市役所環境保全課(Eメールkankyo@mb.city.yawata.kyoto.jp、FAX982-7988)へ
問合せ 環境保全課

**▶交流事業の
ボランティアを募集**

教育委員会が行う「八幡市ふれあい交流事業」で、知的障がいや自閉症等の障がいのある参加者と一緒に収穫体験やクッキングなどをしていただけるボランティアを募集します。
対象 中学生以上(中学生は市内在学の人のみ)※知識や経験不問。
活動内容 年6~8回の行事で、障がいのある参加者とペアを組み、一緒に交流します。※詳しくは市ホームページをご覧ください。
申込み・問合せ 電話・FAX・Eメールで社会教育課(FAX983-1430、Eメールsyakaikyoiku@mb.city.yawata.kyoto.jp)へ

市民ギャラリー

【俳句】
車窓より 背割の花を 確かめり
水野 正八郎(橋本栗ヶ谷)

【短歌】
池に見る ゆれる桜に 見とれつつ
空の青さと 重ね楽しむ
堀尾 百合子(男山香呂)

堀尾 三代(美濃山幸水)