



市制施行40周年



書初め席書大会(松花堂美術館別館、1月21日)

28水	27火	26月	25日	24土	23金	22木	21水	20火	19月	18日	17土	16金	15木	14水	13火	12月	11日	10土	9金	8木	7水	6火	5月	4日	3土	2金	1木
人権相談(八幡人権・交流センター) 13時~16時	普通救命講習1(消防本部) 9時~12時			年金相談(予約制)文化センター3階第1講習室 10時~16時	女性専門相談(予約制)八幡人権・交流センター 13時30分~16時30分	司法書士相談(予約は15日)生活情報センター 13時30分~16時	弁護士相談(生涯学習センター) 13時~16時	人権相談(八幡人権・交流センター) 13時~16時	平成29年度障害者差別解消法市民研修文化センター3階第3会議室 13時30分~15時30分			行政相談(文化センター2階第1会議室) 13時30分~16時	個別就職相談会(市役所1階相談室北玄閣西側) 10時~14時	オレシカフェ(文化センター喫茶室) 14時~15時30分		振替休日	八幡市文化協会音楽連盟設立20周年記念第15回やわた市民音楽祭(夢・希望・未来)文化センター大ホール 13時~16時10分	建国記念の日			女性専門相談(予約制)八幡人権・交流センター 13時30分~16時30分		障がい者(児)相談(肢体・聴覚)橋本公民館 13時~15時		2018山城人権フェスタinやわた文化センター大ホール 10時~16時	八幡市ウォーキングの日	ふれあい福祉相談(出張相談・毎週火水木)八幡市ウォーキングの日

2月のカレンダー(予定)



今月の主な内容

計画素案にご意見募集、コミュニティバスやわた記念乗車券販売、お茶で一服 2面
 税特集(住民税・所得税・復興特別所得税の申告) 3面
 譲渡所得等の申告、口座振替の利用を、水道管の凍結にご注意ください 4面
 子育てすくすく、プラスチック製容器包装の回収について 5面

年金、情報ひろば(市政・イベント・募集)、あなたも一言 6・7面
 相談、短信、生活、図書館 8・9面
 保健医療(健康診査・相談、予防接種ほか)、健幸掲示板 10・11面
 まちの話題(成人式、初春のつどい、美濃山遺跡発掘調査見学会、人形劇ワークショップ) 12面

「やわたスマートウェルネスシティ計画」素案にご意見募集

市では、誰もが健やかで幸せな生活を送ることができるよう「やわたスマートウェルネスシティ」の推進に向けて、市民の皆さんの「健康」づくりを取り組んでいきます。

この取組を更に推進していくことを目的に、具体的な方針や取り組み方を定めた「やわたスマートウェルネスシティ計画」の素案をまとめました。

この素案について、市民

- ① 郵送または持参 〒614-8501 (住所記載不要) 健康推進課
- ② FAX 982-7988
- ③ 市ホームページ内の「お問い合わせフォーム」からメール送信
- ④ 計画素案の閲覧場所
- ⑤ 計画素案の具体的な内容につきましても、市ホームページ、市役所2階の閲覧コーナーおよび健康推進課窓口と市内公共施設等で、

① 郵送または持参 〒614-8501 (住所記載不要) 健康推進課

② FAX 982-7988

③ 市ホームページ内の「お問い合わせフォーム」からメール送信

④ 計画素案の閲覧場所

⑤ 計画素案の具体的な内容につきましても、市ホームページ、市役所2階の閲覧コーナーおよび健康推進課窓口と市内公共施設等で、

コミュニティバスやわた 記念乗車券販売

利用者100万人突破を記念

平成17年2月6日から運行を開始した「コミュニティバスやわた」の利用者が100万人を突破しました。



これを記念して、「記念一日乗車券」を運行開始記念日の2月6日(火)から販売します。

▽販売数 限定1000枚(先着順)

▽費用 1枚300円

▽販売場所 管理・交通課(市役所2階)、市民体育館、生涯学習センター、四季彩館、京阪バス男山営業所

◆問い合わせ 管理・交通課、京阪バス男山営業所(☎982-7721)

4月1日から 自転車保険の加入が義務化されます

京都府では、近年の自転車事故の高額賠償事例などを受け、「京都府自転車法の安全な利用の促進に関する条例」が改正され、自転車保険の加入が義務付けられました。

詳細については、府ホームページまたは自転車保険専用ホームページ、同専用

コールセンターへ。

◆問い合わせ きょうと自転車保険専用コールセンター(☎0570-001-382) ※午前9時～午後6時、土日祝および年末年始を除く。通話料がかかります。

◆問い合わせ 京都府山城北土木事務所(☎0774-62-0714)

修理固成

現在、来年度予算案を編成しているところですが、

現庁舎は実際の使用を考えると耐震補強は困難との調査結果を踏まえ、費用対効果を勘案し、また、平成32年度までの地方交付税の特例措置も活用できることから市議会とも相談し、建て替えることにいたしました。一方で、今後5年間の市財政の予測をいたしますと、人口減少・少子高齢化の影響を受け約25億円の歳入不足が生じるという結果となります。

このため、これまでの政策を再検討し、「政策の選択、そして創造」を旨に取り組みんでいます。

修理固成は、「古事記の国生み神話」の中で言われる言葉で、天の沼矛を渡す際に、「このたまたよる国を」とつくりかためなせ」と読みます。状況、スケール等は異なりますが、読みと漢字の意味を合わせ今の施策を未来の八幡市づくりのために、つくり固めていく予算案とすべく頑張ります。

平成29年 火災救急救助の統計まとめ

消防本部は、平成29年中に市内で発生した火災件数や救急・救助等の出動状況等をまとめました。総出動件数は3971件、1日平均約10.9件でした。

◆ 救急出動件数は3733件、搬送した人数は3482人でした。主な内訳は、急病が2312人(約66%)、一般負傷457人(約13%)、交通事故395人(約11%)となっています。

車両5件となっています。その他に火災以外の出動として焼却・危険物流出等が188件、救助出動が32件ありました。

平成29年1月～12月累計()内12月分	28年同期累計
火災出動 18件 (1件)	23件
火災以外の出動 220件 (19件)	249件
救急出動 3733件 (312件)	3781件
搬送人員 3482人 (295人)	3518人

◆問い合わせ 消防本部(☎981-4119)

お茶の京都博

2～3月の EVENT

- 「お茶の京都はうすきょうたなべ」をオープン!
- 全国玉露のうまい淹れ方コンテスト大会(本選)
- お茶の京都博「一坪茶室ver～」
- 全国茶香大会
- お茶の京都博テイクオフパーティー

府道京都八幡津自転車道線(通称サイクリングロード)は、自転車・歩行者専用道路です。バイクや自動車(一部、農耕車へ許可車)は除くは走行できません。

◆問い合わせ 京都府山城北土木事務所(☎0774-62-0714)

自転車専用道 バイクや自動車は走行禁止です

府道京都八幡津自転車道線(通称サイクリングロード)は、自転車・歩行者専用道路です。バイクや自動車(一部、農耕車へ許可車)は除くは走行できません。

◆グンゼスポーツ株式会社と災害時の応援協定締結

市は、災害時における乳幼児の避難先を確保するため、平成29年12月、グンゼスポーツ株式会社京都八幡店舗の一部を指定緊急避難場所として提供していただく協定を締結しました。

◆問い合わせ 防災安全課

お茶で一服

「お茶の京都博」の開催にあわせ、お茶に関連した話題を連載していきます。第11回(最終回)は、「空中茶室シンポジウム」についてです。

空中茶室シンポジウム

空中茶室「閑雲軒」を現代に

1月21日(日)、国宝石清水八幡宮が鎮座する男山にあった空中茶室「閑雲軒」と茶文化について考える「空中茶室シンポジウム」を文化センターで開催しました。

同シンポジウムは基調講演と専門家を交えたパネルディスカッションで構成。参加者約200人が専門家の話を聞きながら、今はなき閑雲軒に思いを巡らせていました。

◆基調講演 北川原温教授(東京藝術大学)は、「閑雲軒をモチーフに、市と共同で新・空中茶室『そら』」写真制作。折り畳み式の一枚の紙からなる、持ち運びが手軽な茶室で、世界中に閑雲軒を紹介して歩けるものである」と紹介。また一方で、「閑雲軒への期待と夢は未



パネルディスカッションの様子

来へ残り、今後も議論していくことが復元につながる」とも話しました。

◆パネルディスカッション 北川原教授をはじめ、建築、歴史、考古学の専門家4人と田中恆清宮司(石清水八幡宮)が「閑雲軒を現代によみがえらせ、未来につなげていけないか」を語り合い、参加者と一緒に議論を深めていきました。

また、「今後は石清水八幡宮内を活動拠点に創設された『一財』石清水なつかしい未来創造事業団」でも議論が継続できないかと提言がありました。

◆問い合わせ 商工観光課・秘書広報課

平成29年分

住民税・所得税・復興特別所得税
文化センター3階に申告会場

開設期間

2月14、15、26日～3月15日

忘れずに申告しましょう

私たちが安心して生活していくためには、警察、消防、学校、道路、公園などの公共施設や公共サービスが必要です。国や地方公共団体(都道府県や市区町村)が、社会保険の充実、住宅や道路、河川等の整備、教育や科学技術の振興などの事業を進める主な財源は、税金によって賄われています。

税の申告は、私たちの暮らしを豊かで快適にするための財源を確保する大切な手続きです。また国民健康保険料や介護保険料などの算定、児童手当などの受給判定にも必要です。忘れずに申告しましょう。

住民税(市民税・府民税)

◆問い合わせ 課税課

住民税の申告は、市役所1階の課税課市民税係(5番窓口)へ。

住民税の申告が必要な人

▼平成30年1月1日現在、八幡市内に住所があり、平成29年中に所得(収入)があった人

▼平成29年中(1月1日～12月31日)の所得金額の多少にかかわらず、事業専従者控除を受けようとする人

▼公的年金(外国で支払われる年金を除く)収入だけの人

▼雑損控除や医療費控除等の所得控除を受けようとする人

▼公的年金収入以外に所得があり、所得税および復興特別所得税の確定申告が不要な人

▼給与所得者で、給与所得・退職所得以外の所得がある人

▼ふるさと納税のワンストップ

▽雑損控除を受けるとき
▽国民年金に加入している人
▽保険料の控除証明書
▽生命保険料、地震保険料控除証明書
▽雑損控除を受けるとき
▽国民年金に加入している人
▽保険料の控除証明書
▽生命保険料、地震保険料控除証明書
▽雑損控除を受けるとき
▽国民年金に加入している人
▽保険料の控除証明書
▽生命保険料、地震保険料控除証明書

【申告時に持参】
▽国民健康保険に加入している人は平成29年中に支払った領収書(提示または、その額を申告してください)

③以下の書類を一点
本人の通知カード、本人のマイナンバーカード、本人の健康保険証、任意代理人の場合は、委任状(委任者の住所・氏名・生年月日・押印、代理人の住所・氏名・生年月日、申告書を代理人に提出させる旨を記載)。法定代理人の場合は、戸籍謄本

文化センター3階申告会場

Table with columns: 月日曜日, 申告の種類, 対応者, 時間. Includes dates 2/14, 2/15 and various tax categories like '公的年金等所得者申告'.

※2月16日からは宇治税務署でも確定申告会場を開設します。開設時間午前9時～午後5時(受付は午後4時まで)

Table with columns: 月日曜日, 申告の種類, 対応者, 時間. Includes dates from 2/26 to 3/15 and categories like '市職員のみ' and '公的年金等所得者申告'.

土曜日と日曜日は申告の受け付けを行っておりません。

①従来の医療費控除を受けるとき
②医療費の明細書(領収書の添付は不要ですが、5年間の保管が必要です)
③医療費通知(医療費の明細書として使用できます。記載のある医療費の領収書は保管不要です)
④医療費通知は、原則、6つの項目(①被保険者等の氏名、②療養を受けた年月、③療養を受けた者、④療養を受けた病院・診療所・薬局等の名称、⑤被保険者等が支払った医療費の額、⑥被保険者等の氏名)が記載されているものに限ります。

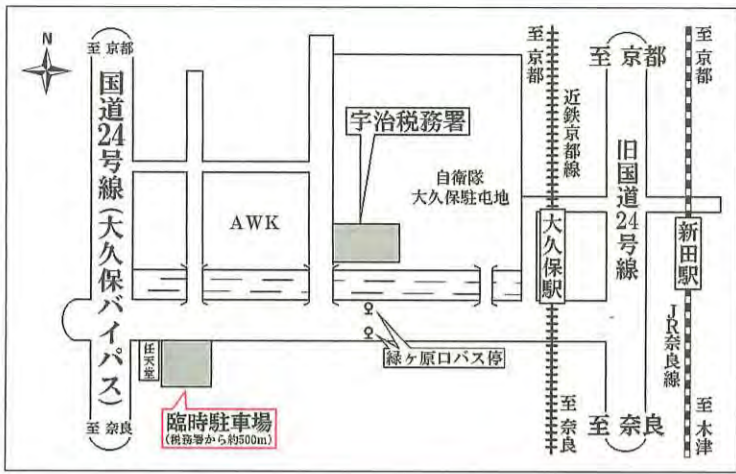
収入が給与所得のみで、勤務先から市に「給与支払報告書」が提出されている人
▼平成29年中に所得が無かった人

所得税および復興特別所得税の申告が必要ない人も扶養控除・生命保険料控除・地震保険料控除等の住民税の申告をされた場合、住民税額が下がる場合があります。

所得税および復興特別所得税(国税)
◆問い合わせ 宇治税務署
☎0774-444141

【事業所得者等】
▽事業所得(営業等・農業)や利子所得、配当所得、一時所得、不動産所得、譲渡所得、雑所得、山林所得などがあり、納付税額が生じる人、または源泉徴収された税額が還付になる人
●市文化センター申告相談会場
住民税の申告の「●申告に必要なもの(ただし、2月26日以降、マイナンバー関係書類は原本の「写し」が必要)。「八幡市から送付されるプレ申告書」は使用不可。申告相談者の口座情報がかかるもの(還付申告の場合のみ)

宇治税務署からのお知らせ



譲渡所得等の申告は 宇治税務署確定申告会場へ

土地や建物、株式等の「譲渡所得」や「住宅借入金等特別控除」、「平成28年分以前の確定申告」、「贈与税」、「相続税」の申告等は、直接、宇治税務署へお越しください。

※八幡市文化センターの会場では受け付けをいたしません。

●申告期間 2月16日(金)～3月15日(木)。2月15日(木)以前は還付申告に限ります。

※土・日を除く。ただし、2月18日(日)と25日(日)は受け付けします。

●受付時間 午前9時～午後4時

※混雑の状況によっては、長時間お待ちいただくことや、早めに(午後3時頃)受け付けを終了させていただく場合がありますので、ご了承ください。

※税務署の駐車場は2月8日(木)からご利用いただけません。車でお越しの際は、臨時駐車場(左の地図)をご利用ください。

※税務署ではコピーサービスを行っていません。

e-Tax データ送付! 便利な 申告書の作成は 国税庁ホームページの **「確定申告書等作成コーナー」** で!!

画面の案内に従って金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、所得税および復興特別所得税、消費税および地方消費税の確定申告書や青色申告決算書などが作成できます。

また、作成したデータは、「e-Tax(電子申告)」を利用して提出できます。

※ e-Tax の利用に際しては、事前に次のものを準備する必要があります。(マイナンバーカードなどの電子証明書、ICカードリーダライタ)

公的年金等を受給されている人へ

次の①と②の両方に該当する場合は、所得税および復興特別所得税の確定申告(提出・納税)が不要です。

① 公的年金等の収入金額の合計額が、**400万円以下**
② 公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が、**20万円以下**

ただし、①と②の両方に該当する場合でも、所得税および復興特別所得税の還付を受けられる人は、確定申告書の提出が必要です。

ご注意ください!
所得税および復興特別所得税の確定申告が不要でも、住民税の申告が必要な場合があります。
住民税に関しては、市役所課税課市民税係におたずねください。

◆問い合わせ 宇治税務署 ☎0774-44-4141
(自動音声案内に従って電話機を操作してください)

安心して確実に 口座振替が便利 納め忘れもありません

市税

口座振替を利用すると、納期限の日に指定の口座から自動的に振替(払込)します。このため、各税の納期ごとにならざるや出向くこともなく、納め忘れもありません。

振替は各納税義務者の税目単位で行います。軽自動車税は、所有されている軽自動車すべての税を振替します。

口座振替の申し込みは、市税取扱金融機関(市外の金融機関には申込書がない場合あり)または納税課で行うことができます。

振替は平成30年度分からとなります。市外金融機関



国民健康保険料
後期高齢者医療保険料
介護保険料

皆さんに納付していただいた保険料で、各保険制度は成り立っています。保険料は、皆さんが病気やケガをしたとき、また介護が必要となったときに安心して治療や介護サービスが受けられる大切な財源です。

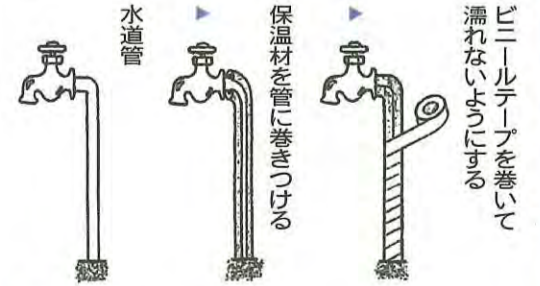
国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料は納期限内に、忘れず納付してください。納付には、安心・確実な口座振替をご利用ください。

水道管の凍結にご注意ください

気温が氷点下4度以下の厳しい寒さになると防寒の不完全な水道管内では、水が凍り破裂する可能性があります。凍結は屋外に配管された次のようなところで多く発生します。

- ・管が露出(むき出し)しているところ
- ・風あたりの強いところ

★防寒対策としては
下の図のように、保温材を管に巻きつけ、保温材自体が水に濡れないように上からビニールテープ等でしっかり巻いてください。



★水道管が破裂したら
メーターボックス内にある元栓(止水栓)を閉めてから、八幡市指定給水装置工事業者へ修理をご依頼ください。同事業者は、市ホームページをご覧ください。上水道課へお問い合わせください。

◆問い合わせ 上水道課

◆問い合わせ 納税課

※ゆうちょ銀行の場合は、納税課で受け付けできません。ゆうちょ銀行で申し込んでください。

◆問い合わせ 納税課

油による下水道の詰まりを防ぐために

近年、市内で、油脂やごみの不適切な処理および排出によって下水道管が詰まる事案が発生しています。

油脂が固まって管内が詰まると、汚水が排水できなくなり、マンホールから溢れてしまいます。このような事態が発生すると、周辺地域の衛生環境に多大な悪影響となり、原因者には清掃等にかかる費用を負担いただくこととなります。さらに、第三者に損害等を与えた場合はその賠償責任も負うこととなります。

市では、油脂等の詰まりによる下水道管閉塞事故を未然に防ぐため、定期的なパトロールや店舗等を直接訪問し、グリース阻集器(油水分離槽)の清掃状況を点検しています。

飲食店等を営業されている皆さんにおきましては、次の1～4をご確認いただき、下水道の適切な維持管理にご協力ください。

1 飲食店等を営業されている皆さんにおきましては、次の1～4をご確認いただき、下水道の適切な維持管理にご協力ください。

2 3カ月に1回

3 店舗規模や排水状況に応じて汚れがひどい場合は清掃頻度を多くする

4 掃除した油分などは、廃棄物として適切に処理する

◆問い合わせ 下水道課

利用ください。

納期限を過ぎると督促状が送付され、督促手数料や延滞金が増加されます。

保険料納付に困難な事情がある場合は、そのまま放置せず、早めにご相談ください。

■滞納国民健康保険料を京都府地方税機構へ移管
4月から国民健康保険料(督促手数料、延滞金含む)の滞納整理事務を「京都府地方税機構」へ移管します。

これにともない、4月以降の納付相談は京都府地方税機構で行っていただくこととなります。

◆問い合わせ 保険料収納課

1 店舗等の規模に応じたグリース阻集器の設置

2 グリース阻集器の定期的な清掃

3 厨房排水に関する留意事項

4 洗剤は薄めて使用するなど使用量を削減する

・高温水は水を加えるなど冷やしてから流す

・廃食油は流さない

・調理器具や食器は紙や布でふきとってから洗う

4 グリース阻集器の維持管理方法

・既設阻集器へのばっ気装置追加設置は禁止

・バスキットの掃除は毎日実施

・グリースの掃除は1週間に1回

・底に溜まったゴミ等沈殿物の掃除は1カ月に1回

・排水トラップ内部の掃除は2～3カ月に1回



●子ども・子育て支援センター すくすくの杜 (欽明台東2-1/☎972-1085)

●子育て支援センター あいあいポケット (男山指月3-11 指月児童センター内/☎983-8747)

●第二子育て支援センター そよかぜ (八幡三反長9 南ヶ丘第二保育園内/☎981-5009)

【子育て相談】
子育てについての悩みや困ったことなど、気軽に相談ください。月曜～金曜日(祝日除く)午前9時～正午、午後1時～4時

【発達相談】
子どもの発達についての相談に応じます。(予約制)
▶受付=月曜～金曜日(祝日除く)午前9時～正午、午後1時～4時
▶相談日=月曜～金曜日(全支援センター)

【常時開設】
市内在住の妊婦さん、および就学前のお子さんとその家庭(すくすくの杜は、おおむね3歳未満のお子さんとその保護者のみ)を対象に、親子で遊ぶ場、子育て相談、育児の情報交換の場を無料で提供しています。

▶開設日=月曜～金曜日(全支援センター)および土曜日(すくすくの杜のみ、あいあいポケットの第2土曜日のみ)

▶利用時間=午前9時～正午、午後1時～4時
▶休館日=祝日および年末年始(12月29日～1月3日)
※山城中部に気象警報が発令されている場合は休館となります。

◎常設プログラム
親子で同じ体験をして、共感合いましょう。詳細は各センターにお問い合わせください。

＜すくすくの杜＞
▶月曜～土曜日(体操・お話)▶金曜日(みんなであそぼう)▶第3金曜日(お誕生日会)▶第3金曜日(すくすく赤ちゃん※生後2カ月から1歳半)▶第4金曜日(げんきっこ広場※1歳半からおおむね3歳)

＜あいあいポケット＞
▶月曜～金曜日(お話・砂遊び)▶月曜日(体操)▶火曜日(みんなであそぼう)

＜そよかぜ＞
▶月曜～金曜日(お話)▶火曜日(みんなであそぼう)▶木曜日(体操)

【サロン】
子育てについて、お母さん同士で気軽におしゃべりしましょう。時間は午前10時～11時15分。

＜ママカフェ＞
▶19日(月) あいあいポケット▶27日(火) すくすくの杜
対象 妊婦さんとおおむね生後2カ月から6カ月の親子
※あいあいポケットは5日から、すくすくの杜は13日から予約受付。

＜ひよこサロン＞
▶8日(木) あいあいポケット
対象 妊婦さんとおおむね生後2カ月から6カ月の親子
＜あいあいサロン＞
▶5日(月) あいあいポケット
対象 妊婦さんとおおむね生後2カ月から1歳半の親子
＜そよかぜサロン＞
▶9日(金) そよかぜ
対象 妊婦さんとおおむね生後2カ月から1歳半の親子

【あそびの広場】
妊婦さんと1歳半から就学前の親子が対象。時間は午前10時～11時30分。※重複参加可能です。

▶2日(金) 竹園児童センター▶14日(水) 橋本児童センター
【赤ちゃんの広場】
妊婦さんとおおむね生後2カ月から1歳半くらいの親子が対象。赤ちゃんと一緒に手遊びやふれあい遊びをしましょう。時間は午前10時～11時15分。保育園で行う赤ちゃんの広場は各保育園へ事前に申し込みを、それ以外の場所は直接会場までお越しください(重複参加可能です。★は離乳食展示あり)。

▶6日(火) みその保育園、★わかたけ保育園▶7日(水) 橋本児童センター、南ヶ丘保育園、みやこ保育園▶8日(木) 南ヶ丘第二保育園▶14日(水) ★くすのき保育園▶16日(金) 竹園児童センター

【お話の出前】
生後6カ月から就学前のお子さんを対象に、絵本の読み聞かせなどをします。子育て相談もできます。時間は午前10時30分～11時30分。

▶1日(木) 八幡市民図書館▶23日(金) 竹園児童センター▶26日(月) 市民交流センター

【双子(多胎児)交流会】
双子以上のお子さんがある人または妊娠中の人が対象。親子で自由に遊び、交流をしましょう。子育て相談もできます。

▶19日(月) 午前10時～11時15分、すくすくの杜
【子育て講座】
①「ボールあそび」▶6日(火) 午前10時～11時30分、あいあいポケット
対象 1歳半から就学前の親子15組

②「もぐもぐ離乳食」▶14日(水) 午前9時30分～11時30分、すくすくの杜
対象 生後7カ月から11カ月の親子6組
持ち物 大人エプロン、三角巾、手ふきタオル(子ども)食食用エプロン、スプーン、飲み物

③「もぐもぐ・カミカミ離乳食」▶15日(木) 午前9時30分～11時30分、橋本公民館
対象 生後7カ月から1歳半の親子8組
持ち物 大人エプロン、三角巾、手ふきタオル(子ども)食食用エプロン、スプーン、飲み物

④「はじめての離乳食」▶22日(木) 午前9時30分～11時30分、八幡人権・交流センター
対象 生後2カ月から7カ月の親子8組
持ち物 大人エプロン、三角巾、手ふきタオル(子ども)食食用エプロン、スプーン、飲み物

⑤お父さんの子育て講座「ふれあって遊ぼう」▶24日(土) 午前11時～11時20分、すくすくの杜
対象 妊婦さんと生後2カ月からおおむね3歳の親子

⑥「交通安全教室」▶28日(水) 午前10時30分～11時30分、あいあいポケット
対象 妊婦さんと生後2カ月から就学前の親子

⑦「絵本デビュー講座」▶④3月6日(火)・20日(火) すくすくの杜▶⑧3月9日(金)・23日(金) あいあいポケット▶⑨3月14日(水) そよかぜ
時間 午後1時30分～、2時～
対象 講座参加日で生後4カ月以上になる0歳の親子各5組(先着順)
※親子で絵本事業や過去の同講座で絵本を受け取られた人は対象外となります。

持ち物 母子手帳または子育て支援医療費受給者証
絵本リスト ①いないいないばあ②おててがでたよ③がたんごとんがたんごとん④いやだいやだ⑤くだもの
※上記から好きな絵本を1冊選んで、申し込んでください。

申し込み ①・③・④・⑥はあいあいポケット(①は1月22日～、③は1月29日～、④は5日～、⑥は13日～)、②は5日～すくすくの杜、⑤は申込不要、⑦は2月1日～15日に受講希望センターへ。

【わかたけ保育園】(☎983-1313) …▶9日(金) 園庭開放

【八幡保育園】(☎981-7491) …▶5日(月) 豆まき

【山鳩保育園】(☎981-0982) …▶21日(水) 作ってあそぼう!!

【男山保育園】(☎982-0701) …▶☆2日(金) 園庭開放「みんなで豆まき」▶☆27日(火) ベビーマッサージ・ベビーダンス

【ぶどうの木保育園】(☎982-9013) …▶☆1日(木) 紙であそぼう(給食あり)▶☆毎週木曜日園庭開放(雨天中止)

【くすのき保育園】(☎983-1200) …▶21日(水) クッキング(れんこん磯辺焼き)・季節の造形遊び

【山鳩第二保育園】(☎981-0700) …▶9日(金) 園庭開放▶14日(水) お味噌汁を作ろう

●幼稚園の開放日
※時間は午前10時～11時30分(▲は午前10時30分～正午)。※申込不要。直接、園にお越しください。

【八幡幼稚園】(☎981-0180) …▶5日(月) 園庭開放▶21日(水) 楽器で遊ぼう

【八幡第二幼稚園】(☎981-6950) …▶20日(火) 音楽で遊ぼう▶28日(水) 園庭開放

【八幡第三幼稚園】(☎982-8566) …▶1日(木) 園庭開放▶19日(月) ちびっこコンサート

【八幡第四幼稚園】(☎982-2447) …▶20日(火) ミニコンサート▶27日(火) 園庭開放

【橋本幼稚園】(☎982-0607) …▶20日(火) 一緒に歌おう②!(ミニチャイルドコンサート)▶26日(月) 園庭開放

【なるみ幼稚園】(☎982-3368) …▶▲7日(水) プラバンでキーホルダーを作ろう!

●こども園の開放日
【有都こども園】(☎981-0873) …▶20日(火) 園児とあそぼう

※時間は午前10時～11時30分。※申込不要。直接、園にお越しください。

▶毎週月曜・火曜日の午前・午後・ちびっこ広場、毎週金曜日の午前・午後(びよびよらんど(祝日を除く)(各5組予約制)

▶月曜～金曜日の午前・午後(育児相談(各1組予約制)
※時間はいずれも午前は10時～11時30分、午後は1時30分～4時。

【赤ちゃんの広場】
▶16日(金) 午前10時～11時15分

【認定こども園歩学園幼稚園】(☎971-5687) …▶1日(木)・15日(木) 園庭開放(予約制)▶22日(木) 楽器で遊ぼう

※時間はいずれも午前10時30分～11時30分。

【認定こども園早苗幼稚園】(☎981-2268) …▶14日(水) 「おしばいごっこ」公開▶28日(水) スタンプ遊び(予約制)

※時間はいずれも午前11時～正午。

ペットボトル本体はではありません!

ペットボトルは資源物として個別に回収しています(キャップ・ラベルは取り除きプラスチック製容器包装へ)。お近くの資源物回収場所の専用回収容器にお出してください。お近くに回収場所がない場合や、回収場所まで出しに行くことが困難なときは、「燃やさないごみ」としてお出してください。

お願い
ペットボトルやカンは、つぶして資源物回収容器にできるだけ多くの量が入られるように、ペットボトルやカンは、つぶしてお出してください。

汚れの取れないプラスチック製容器包装は 燃やすごみへ



汚れていたり、においの取れない状態のプラスチック製容器包装は、リサイクルできないため、処理場で燃やすごみに再分別されます。プラマークがついていても、汚れの落ちないものについては、燃やすごみにお出してください。

◆問い合わせ 環境業務課

国民年金からのお知らせ

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます

国民年金保険料(その年の1月1日~12月31日に納付した分)は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」は、①平成29年1月1日~9月30日に国民年金保険料を納付した人には昨年11月上旬、②平成29年10月1日~12月31日に初めて国民年金保険料を納付した人には、2月上旬に日本年金機構本部から送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、納付された本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに

送られた控除証明書を添付して申告してください。

もし、控除証明書を紛失された場合は、下記の専用ダイヤルへお申し出ください。

ねんきん加入者ダイヤル 3月15日(木)まで ☎0570-003-004(ナビダイヤル)

※一般の固定電話の場合、市内通話料金でご利用いただけます(携帯電話等の場合は、通常の通話料金がかかります)。

※050から始まる電話の人は、☎03-6630-2525にお電話ください。

公的年金等の源泉徴収票が送付されます

厚生年金・国民年金の「老齢年金」など、老齢(退職)を支給事由とする公的年金は、税法上「雑所得」として所得税の課税対象となります。

この内、「老齢年金」の額が108万

円以上(65歳以上の人は158万円以上)の人については、所得税を源泉徴収することになっていきます。

日本年金機構から、平成29年1月~12月に「老齢年金」を受け取られている全員に平成30年1月下旬に源泉徴収票が送付されます。

源泉徴収票は、税務署で年金以外に給与収入があり確定申告するときや、源泉徴収の還付を受けられるときに添付する必要があります。

もし、源泉徴収票を紛失された場合は、下記へお申し出ください。

なお、「障害年金」や「遺族年金」については非課税のため、源泉徴収票の送付はありません。

ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165(ナビダイヤル)

※050から始まる電話の人は、☎03-6700-1165にお電話ください。

問合せ 市民課年金係、京都南年金事務所国民年金課(☎643-2547)

あなたも一言

今回は、新成人の皆さんから「将来の夢」をテーマにメッセージをいただきました。



男山吉井

能澤 美風さん

私の夢は、児童の心に寄り添える小学校の教員になることです。現在は幼稚園からの夢に向かって、大学で教職の勉強に励んでいます。夢を叶えることで、どんなときも私の味方でいて、一番近くで応援し続けてくれた母に恩返しをしたいです。



男山石城

竹井 秀輔さん

私の夢は、理学療法士になり、多くの方が元気に生活するための助けになることです。現在は専門学校に通い、日々、勉強に励んでいます。将来は八幡市の病院で働き、八幡市に貢献できる成人になりたいと思っています。



男山美桜

小栗 旺雅さん

私の夢は、ゲームクリエイターになることです。現在はゲーム系の知識を学ぶ専門学校に通っており、その中でもゲームプランナーという職につくため、一生懸命努力しながらゲームを制作しています。将来は、自分の企画したゲームを通じて、人の人生を変えられるようなゲームクリエイターを目指したいです。

メッセージの掲載希望者募集

4月号への掲載を希望される人は2月1日(木)~2月20日(火)(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。

八幡人権・交流センターまつり

広げよう!仲間のわ つくろう!人権のわ

日時 3月3日(土) 午前10時~午後4時 ※入場無料。

場所 八幡人権・交流センター

内容

第1部 午前10時~ マジックショー MASAさんのマジックショー



MASAさん

第2部 午後1時30分~

人権学習総合講座受講生による「ゴスペルライブ」 佐久間レイさん(声優・歌手・脚本家)による講演「絆の大切さ~いのちはひとつにつながっている~」



佐久間レイさん

※その他、人権学習総合講座の作品展示や模擬店もあります。

定員 各部ともに先着150人 ※講演において、手話通訳・要約筆記を希望される人は、2月21日(水)までに下記へお申し込みください。

問合せ 八幡人権・交流センター(☎981-3127、FAX983-4545)

募集

市アルバイト登録者募集

市では、次の職種のアルバイト登録者を募集しています。

募集職種 一般事務、幼稚園教諭、保育士、保育補助員、看護師、保健師、庁務員、給食調理員、図書館司書、ごみ収集技術員、放課後児童クラブ支援員

※勤務時間や賃金は、職種、職場、資格の有無によって異なります。なお、必要に応じて、登録者の中から雇用していきますので、必ず雇用があるとは限りません。予めご了承ください。

応募条件 平成30年4月1日現在、満18歳以上65歳未満の健康な人 ※高校生は応募できません。

登録有効期間 平成30年4月1日~平成32年3月31日の2年間

応募方法 市指定の登録申込書に必要事項を記入し、写真(縦4cm×横3cmで単身、無帽、正面、胸上サイズ)を添付のうえ、人事課へ提出してください。 ※登録申込書は人事課にあります。

問合せ 人事課

就労促進対策 パソコン集中講座

日時 3月6日(火)~9日(金)の4日間 ①ワード2010講座(午前9時~正午)、②エクセル2010講座(午後1時~4時) ※②の最終日はパワーポイント2010講座。

場所 八幡人権・交流センター 定員 各講座11人(応募多数の場合は就職活動中の40歳から60歳の人を優先して抽選)

費用 各講座400円(教材費)

申込み・問合せ 2月1日(木)~14日(水)に郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、就職活動の有無、参加講座(Aワード講座のみ、Bエクセル講座のみ、Cワード・エクセル講座両方)を八幡人権・交流センター(☎981-3127、FAX983-4545)に電話、FAX、または直接窓口へ ※郵送は不可。

市民農園の利用者募集

市民農園の入園者を募集しています。

場所	① 野尻正畑	② 大芝
面積	33㎡	16.5㎡
利用料	19,800円/年	8,400円/年
区画	15区画	4区画

※①は給水施設、農機具、個人ロッカー、トイレ、休憩棟、駐車場あり。利用期間は8月31日まで。利用料は月割。対象 市内在住・在勤の人 申込み・問合せ 農業振興課、または市ホームページにある申込用紙に記入し、提出。(先着順)

市民ギャラリー

【俳句】

天高く

昇るタコに

夢かける

梅崎 信子(男山石城)

※みなさんの作品で、広報やわたの紙面を飾ってみませんか。応募作品の一部を、このコーナーで紹介いたします。作品は俳句、川柳、短歌、イラスト、写真、詩など(写真、イラストに関しては、100字程度で説明を添えてください)。1人1作まで。毎月5日までに、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明記して、〒614-8501市役所秘書広報課「作品」係へ送ってください。

情報
ひろば

市役所への問い合わせは
☎983-1111(代)
FAX982-7988へ
市の主催・共催・後援のみ掲載

市政情報

▶要介護認定を受けている人の税金控除について

市では、介護保険制度の要介護認定を受け、一定の要件を満たしている人に確定申告や市民税申告の税金の控除に使用できる「障がい者控除対象者認定書」「おむつ代医療費控除確認書」を発行しています。

障がい者控除対象者認定書

手帳をお持ちでない人でも「障害者控除」や「特別障害者控除」が受けられます。判定基準日は、控除を受ける所得のあった年の12月31日または死亡日になります。

※「身体障害者手帳」「療育手帳」「精神障害者保健福祉手帳」「戦傷病者手帳」などをお持ちの人や、非課税で申告の必要がない人は不要です。

おむつ代医療費控除確認書

寝たきりの高齢者などがおむつを使用している場合は、医療費控除の対象となることがあります。

初めて控除を受けるときは、医師の発行する「おむつ使用証明書」が必要です(様式は高齢介護課にあります)。控除を受けて2年目以降は、市が発行する「おむつ代医療費控除確認書」で控除が受けられます。

※要件などの詳細につきましては、高齢介護課までお問い合わせください。確認書の申請書類は、高齢介護課窓口や市ホームページで入手できます。

※窓口で申請される人は、印かんが必要です。

問合せ 高齢介護課

▶健幸アンバサダー養成講座

各種疾患・運動・栄養・ダイエット・認知症・若返りなど、健康に関する情報を「ロコミ」で人々に伝えていく「健幸アンバサダー」になりませんか? たくさんのご応募お待ちしております。

日時 2月12日(月・振)午前10時~午後1時

場所 文化センター小ホール

対象 市内在住・在勤の人

定員 先着100人

内容 健康情報講座、情報伝達力向上講座、筋トレ体験講座、まちづくり情報講座

持ち物 筆記用具

申込み・問合せ 2月9日(金)必着で、電話または郵送で、「健幸アンバサダー養成講座受講希望」と記載の上、氏名、住所、電話番号を記入し健康推進課(〒614-8501八幡園内75)へ

▶介護サービス費が高額になったとき

在宅・施設サービスの1カ月あたりの利用者負担額の合計額(同じ世帯に複数の利用者がある場合は世帯の合算額)が、【表】の負担上限額を超えた場合、申請により超えた額を高額介護サービス費として支給する制度があります(すでに申請されている人は手続き不要です)。

◆食費・居住費や日常生活費などの保険給付対象外の利用者負担額

◆住宅改修費、福祉用具購入費の1割負担額

◆保険給付の支給限度額を超える利用者負担額

利用者負担階級区分	負担上限額
生活保護を受けている人	
利用者負担を15,000円に減額することで生活保護の受給者とならない人	個人15,000円 世帯15,000円
市民税非課税世帯の人	世帯24,600円
市民税非課税世帯で、合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の人	個人15,000円 世帯24,600円
市民税非課税世帯で老齢福祉年金を受給している人	
市民税課税世帯の人	世帯44,400円(※1)
医療保険制度における現役並み所得者相当の人(※2)	世帯44,400円

※1 1割負担の人のみの世帯は、平成29年8月から3年間、年間上限額が446,400円となります。

※2 現役並み所得者相当の人とは、同一世帯内に65歳以上で課税所得145万円以上の第1号被保険者がいて、65歳以上の人の収入が単身の場合で383万円以上、2人以上の場合で520万円以上ある世帯の人。

問合せ 高齢介護課

▶高校生給付型奨学金の支給について

府では、市民税非課税世帯で①母子・父子世帯、②児童世帯、③障がい者世帯、④長期療養者世帯のいずれかに該当する高校生のお子さんに、奨学金等を支給しています。※①は父母を除く20歳以上65歳未満の人と同居の場合は原則、申請できません。③は障がいの程度要件があります。

対象 高校新1~3年生

受付期間 2月1日(木)~2月28日(水)

場所 福祉総務課または山城北保健所綴喜分室

※申請時には印かん、銀行口座番号等がわかるもの、平成29年度非課税証明書、合格決定通知書または生徒手帳の写し、③④世帯の場合はそれを証明する書類が必要です。

問合せ 山城北保健所綴喜分室(☎0774-63-5745)

イベント

▶第20回八幡市ニューモラル講演会

思いやりの心を育てよう

日時 2月17日(土)午後1時30分~4時※参加無料。申込不要。

場所 有都福祉交流センター

講師 公益財団法人モラロジー研究所社会教育講師

定員 50人

問合せ 綴喜モラロジー事務所=山田(☎・FAX981-1001)

▶やわた再発見! 観光フォトコンテスト2017作品展

日時 2月24日(土)~26日(月)午前9時30分~午後4時※入場無料。26日は午後3時まで。

場所 文化センター展示室

問合せ 観光協会(☎981-1141)

▶普通救命講習I

日時 2月25日(日)午前9時~正午※参加費無料。

場所 消防本部

対象 16歳以上の市民および市内在勤・在学の人

定員 30人

内容 成人に対する心肺蘇生法(胸骨圧迫、人工呼吸)、AED(自動体外式除細動器)の取り扱い
講師 救急救命士および消防職員
その他 テキストは当日配布します。筆記用具を持参し、実技に適した服装で参加してください。講習終了後、修了証を交付します。自動車の駐車スペースがございませんので、公共交通機関、バイクまたは自転車でお越しください。

申込み・問合せ 2月24日(土)までに電話で消防本部警備課救急係(☎981-1849)へ

▶スロージョギング教室 & ヨガ教室

日時 2月18日(日)、3月18日(日)午前10時~11時※荒天中止。

場所 淀川河川公園 背割堤地区

定員 各教室各日20人(先着順)

参加費 1,000円

申込み・問合せ 電話で、淀川河川公園管理センター守口サービスセンター(☎06-6994-0006)へ

▶淀川水系一斉美化アクション

2~3月の期間に、淀川水系(木津川・桂川・宇治川・淀川)の7エリアで連携して清掃活動を行います。

▶第11回月川河川クリーン大作戦

日時 3月4日(日)午前9時~11時30分※雨天時は3月11日(日)。

集合場所 かわきた自然運動公園

※第7回木津川流石クリーン大作戦

日時 2月11日(日・祝)午前9時~10時30分※雨天時は2月18日(日)。

集合場所 流れ橋左岸または川口市市民公園

対象 高校生以上の団体または個人※中学生以下は要大人同伴。

申込み ①氏名(団体名)、電話番号②氏名(団体名)、住所、電話番号、参加場所、参加人数を記入し、FAXで淀川管内河川レンジャー事務局(FAX611-2271)へ。

問合せ ①淀川管内河川レンジャーアドバイザー=仁枝(☎・FAX631-6606) ②淀川管内河川レンジャー事務局上流域流域センター(☎611-2246)または淀川河川事務所木津川出張所(☎0774-62-0075) ※②はいずれも平日の午前9時~午後5時

健康マイレージ事業 締め切り迫る!

2月13日(火)まで受け付け


申請期間 2月13日(火)必着

各種検(健)診や市内団体が実施する健康に関する教室などに参加し、50ポイント貯まった人は、①②いずれかを選択。申請忘れがないようにご注意ください。※申請は1人1回。

①景品と交換 クオカード・図書カード・八幡市スポーツ施設(市公園施設事業団)利用券(1,000円分)

②社会貢献 市内の保育園・幼稚園・小中学校などへ寄付(1,000円分) ※さらに、申請者の中から抽選で50人に「健康グッズ」などをプレゼント!!

申請方法 申請書に記入しチャレンジシートを添えて健康推進課へ郵送、または直接窓口へ。



市内協力医療機関

Table with 4 columns: 医療機関名, 住所, 電話番号, 予約. Lists various hospitals and clinics in the city with their addresses, phone numbers, and whether appointments are required.

高齢者肺炎球菌ワクチン任意接種費用の一部助成

高齢者肺炎球菌ワクチンを任意で接種される費用の一部を助成します。

対象 65歳以上(平成30年3月31日時点)の人(健康保険を適用して接種する人は除く)

助成額 4,000円(助成は1人1回)

【予防接種の受け方】 全額を医療機関に支払い、後日、助成の申請をしてください(申請書は健康推進課窓口や市ホームページから入手できます)。

もの)、接種済証、印かん、預金通帳など振込先の分かるものを持参し、健康推進課へ。

高齢者肺炎球菌定期接種

65歳以上の定期予防接種対象者には個人通知を4月に郵送しています。60歳以上65歳未満(接種日当日)で、身体障がい1級と認定されている心臓・腎臓・呼吸器機能障がいのある人、およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人も対象となります。詳しくは、健康推進課へお問い合わせください。

インフルエンザに 注意しましょう 予防のポイント

- ①石けんでこまめに手を洗う
②十分な睡眠と栄養をとる
③適度な湿度(50~60%)を保つ
④外出時はマスクを着用
⑤予防接種を受ける

健康に幸せに

暮らし生き生き 掲示板

【65歳以上の「7人に1人がかかる病気」とは?】

厚生労働省は、日本の認知症患者数が約462万人、認知症の前段階の軽度認知障害が約400万人であるとの推計値を発表しています。これは日本の65歳以上人口の「7人に1人が認知症、4人に1人が認知症または認知症予備群」の計算になります。

【そもそも、認知症って?】

認知症とは、記憶や行動の障害により、日常生活を営めない状態を指します。認知症の代表であるアルツハイマー型認知症の病因は特定されていませんが、脳にアミロイドβというタンパク質が蓄積することで脳神経細胞を死滅させるという仮説が有力です。また、認知症になりやすい人の特徴として、2011年にカリフォルニア大学のパーズ博士らが、「認知症の最大の原因は運動不足」であることを報告し、現在は認知症の新しい常識として認識されています。認知症の根治薬(認知症のない

状態に戻る薬)はまだなく、現在は症状の進行緩和効果が主体です。そのため、早期発見・早期治療が重視されるようになり、現在は認知症前段階の「軽度認知障害」の発見が重要視されています。

【認知症と軽度認知障害の違いは?】

軽度認知障害とは、物忘れなどはあっても日常生活にはあまり支障がない状態を指し、「治る可能性のある認知障害であること」が最大の違いです。この軽度認知障害の改善について、画期的な研究が日本にあります。国立長寿医療研究センターの島田裕之博士らが発表した「コグニサイズ」です。コグニサイズとは、運動と脳トレを組み合わせる(2つの課題を同時に行う)ことを言い、運動と脳トレを単体で行うよりも、認知障害の改善効果が高いことが報告されています。現在は、コグニサイズにより認知障害の発症そのものを予防できるのか、国立長寿医療研究センターと大府市(愛知県)で大

元気アップ!体操教室

音楽体操、筋トレ、脳トレ、ストレッチ、体の動きをよくする体操など、動いて笑って、体と頭と心を元気にする体操教室です。会場毎に週

Table with 2 columns: 場所, 日時. Lists the locations and dates for the '元気アップ!体操教室' sessions.

元気アップ!体力測定会

無理なく!楽しく!簡単な体力測定で、日常生活や歩行に必要な体力の状況を確認できます。参加費無料。

Table with 2 columns: 日時, 場所. Details the date and location for the '元気アップ!体力測定会'.

※①午前9時30分~11時30分、②午後1時30分~3時30分

対象 市内在住の60歳以上の人 定員 20人(各会場先着順)

内容 握力、歩行速度、いすの立ち上がりなど

申込み・問合せ 2月16日(金)までに健康推進課に電話または直接窓口へ。

がん患者生殖機能温存療法助成

京都府では、将来、子どもを産み育てることを望む小児、思春期・若年がん患者が、希望を持ってがん治療に取り組むことができるよう、生殖機能温存療法助成事業を実施しています。

生殖機能温存療法とは、生殖機能が低下する、または失う恐れのあるがん治療開始前に、精子、卵子、卵巣組織を採取して凍結保存する、または卵子を採取して受精させ、その胚(受精卵)を凍結保存するまでの一連の医療行為をいいます。 問合せ 詳しくは京都府健康福祉部健康対策課(☎414-4766)

1回開催。申込不要。

参加費 1回500円(初回は参加費無料。お得なパスポートもあります) 申込み・問合せ NPO法人元気アップAGEプロジェクト(☎080-4242-4734)

骨髄ドナー助成事業

市では、公益財団法人日本骨髄バンクが実施する骨髄・末梢血幹細胞提供あっせん事業において、骨髄等の提供をした人に助成金を交付します。

対象 次のいずれにも該当する人 ①骨髄等の提供を行った日に、八幡市に住所を有している

②他の自治体等から当該骨髄等の提供に対して助成を受けていない 申請期限 骨髄等の提供から90日以内

助成額 入院や面談に要した日数に2万円を乗じた額(1回の提供につき14万円が上限)

申込み・問合せ 申請書(窓口または市ホームページから入手可)に必要な書類を添えて健康推進課へ

助産師「保健師」「看護師」募集

勤務内容 新生児訪問、乳幼児健診、成人検診、予防接種など

賃金 助産師・保健師:時間額1,451円、看護師:時間額1,359円

勤務開始日・時間 相談に応じ決定します。健康推進課へご相談ください。

問合せ 健康推進課

休日応急診療所

☎983-3001

診療日 日曜日・祝日・年末年始 場所 八幡園内73-3(市役所北側) 診療科目 内科・小児科、歯科 受付時間 午前11時30分~午後5時30分 診療時間 正午~

小児救急医療

次の医療機関では、休日・夜間に小児専門医が当直し、小児救急患者を診察します。

●男山病院(☎983-0001) 毎週金曜日(祝日は除く) 午後6時~翌朝8時

●宇治徳洲会病院(☎0774-20-1111) 診療時間は直接病院へお問い合わせください。

●田辺中央病院(☎0774-63-1111) 24時間365日

小児救急医療電話相談

☎#8000 または ☎661-5596

小児科担当看護師や小児科医師が、休日、夜間の電話相談に応じます。 相談時間 午後7時~翌朝8時 ※土曜日は午後3時~翌朝8時



規模な研究が進んでいます。

【健康であるために、あなた自身ができることは?】

認知症予防策のコグニサイズを日常的に取り入れる方法は簡単です。それは「歩きながらの計算」です。島田博士らのグループでも実際にこの方法が用いられ、足し算や引き算、掛け算などを行うことが脳トレの課題として使われています。また複数の人で取り組む方法として「しりとりに」や「古今東西」「夏の野菜は?」「トマト!」など、課題に対する答えを想起するゲーム、「川柳を創る」など、歩きながら頭を使うゲームもコグニサイズの課題として用いられています。いずれも40~60分を週に1回以上の実施が理想的ですが、いきなり長時間取り組んでも続かないため、10分から始めてみるのが推奨されています。「ウォーキング+α」であなたも自分でできる認知症予防に取り組んでみませんか。 問合せ 健康推進課

保健医療

市役所への問い合わせは
☎983-1111 (代)
FAX982-7988へ

◆保健コーナーに関する問い合わせは、健康推進課へ（個別に問い合わせがあるものを除く）。
◎乳幼児健診や予防接種を受ける前に、あらかじめ質問票や予診票を記入してから会場までお越しください。
◎予防接種を受ける前に、冊子「予防接種と子どもの健康」をよくお読みください。
◎母子健康手帳を忘れずに持参ください。

▶マタニティスクール

これからお父さん、お母さんになる人が対象。申し込みは電話で健康推進課へ（いずれも先着20組）。

パート1「デンタルケア&絵本」

▶2月1日（木）午後1時30分～4時、母子健康センター2階

パート2「体調管理のコツと簡単レシピ（試食）&先輩ママとの交流会」

▶2月15日（木）午後1時30分～4時、文化センター3階第6講習室

パート3「出産の準備と育児」

▶2月24日（土）午前9時30分～正午、母子健康センター2階

※次回は4月です。

▶離乳食教室

日時 2月15日（木）午後1時30分～4時

場所 文化センター3階第4、6講習室

定員 おおむね先着15組

持ち物 エプロン、手ふき、筆記用具、おむつ、ミルク、母子健康手帳
申込み 2月13日（火）までに電話で健康推進課へ。

▶母子栄養強化事業を廃止します

近年、妊婦健康診査の充実により適正な健康管理ができるようになったこと、また、妊産婦および乳幼児への栄養指導の取り組みにより必要な栄養摂取ができるようになったことなどから、平成30年3月31日をもって本事業を廃止します。なお、平成30年3月31日までに申請した人については、支給期間が終了するまでの間は支給いたします。

▶2月の各種健康相談

▼窓口健康相談（要予約）
20日（火）母子健康センター 40歳以上が対象。保健師が健康に関する相談に応じます。
▼高齢者健康相談
15日（木）南ヶ丘老人の家
22日（木）八寿園
26日（月）都老人の家・有都福祉交流センター 65歳以上が対象。血圧測定と検尿の後、保健師が健康相談に応じます。

※時間は午前9時30分～11時。都老人の家・有都福祉交流センターは午後1時30分～2時30分。
※窓口健康相談、高齢者健康相談の都老人の家・有都福祉交流センターの実施分は事前に健康推進課へ予約を。

2月の乳幼児健康診査・育児健康相談のご案内

事業名	会場	日程	受付時間	対象	3月の日程
4カ月児健康診査	母子健康センター	6日（火）	午後1時～2時	平成29年9月11日～9月30日生	9日（金）
		26日（月）		平成29年10月1日～10月20日生	26日（月）
10カ月児育児健康相談 ※①	男山公民館	1日（木）	午前9時30分～10時30分	平成29年3月生 ※上記以外の乳幼児も希望があれば、当日母子健康手帳を持って直接会場へお越しください。計測・相談に応じます。（予約不要）	1日（木）
	母子健康センター	2日（金）			2日（金）
	美濃山コミュニティセンター	5日（月）			5日（月）
	橋本公民館	6日（火）			6日（火）
	子育て支援センター（男山指月）	7日（水）			7日（水）
	八幡人權・交流センター	9日（金）			9日（金）
1歳8カ月児健康診査	母子健康センター	23日（金）	午後1時～2時	平成28年5月25日～6月18日生	16日（金）
		20日（火）			28日（水）
3歳児健康診査	母子健康センター	20日（火）	午後1時～2時	平成26年8月生	13日（火）
		21日（水）			14日（水）

※各健診の対象者には通知しています。

※①男山公民館・子育て支援センターには駐車場がありません。

【持ち物】母子健康手帳、質問用紙

【健診内容】身体計測、内科診察（健診のみ）、育児相談、発達確認をします。

◎1歳8カ月児健康診査、3歳児健康診査は栄養相談、歯科健診（ブラッシング指導）があります。歯ブラシをお持ちください。

◎3歳児健康診査は視力検査と尿検査があります。尿検査は、健診当日の朝の尿を容器にとってお持ちください。

けんこう大使
やわたん



育児健康相談が変更になります

育児健康相談は平成30年4月から下記の表のとおり、「10カ月児健康相談」と「すこやか子ども相談」に変更となります。

	10カ月児健康相談	すこやか子ども相談
対象	10～11カ月児	0歳から就学前までの乳幼児
会場	母子健康センター	子ども・子育て支援センター すくすくの杜 子育て支援センター あいあいポケット 八幡人權・交流センター 母子健康センター
内容	身体計測、発達確認、問診・相談、栄養相談、ふれあい遊び・読み聞かせ、歯磨き指導	身体計測、育児相談、栄養相談、ふれあい遊び・読み聞かせ

※開催日は決定次第お知らせします。なお、10カ月児健康相談の対象者には個別通知します。

定期予防接種のお知らせ

【集団予防接種】

BCG予防接種

生後1歳に至るまで（標準的には生後5カ月～8カ月に達するまで）に1回接種を受けてください。事前の予約は不要です。

日時・場所 2月14日（水）午後1時20分～2時20分・母子健康センター

持ち物 母子健康手帳、予診票

次回の接種日は、3月12日（月）です。

【個別予防接種】

対象者には個別通知を行っています。送付された予診票と母子健康手帳、健康保険証など、住所が確認できるものを必ず持参して、予診票裏面の指定医療機関にて対象年齢内に接種を受けてください。

ヒブ・小児用肺炎球菌、B型肝炎、四種混合（ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ）、麻しん風しん混合（MR）、水痘、二種混合（ジフテリア・破傷風）、日本脳炎（※①）、子宮頸がん予防ワクチン（※②）

※①特例対象者（平成9年4月2日～平成19年4月1日生）に当てはまる人で日本脳炎の接種が完了していない人は、20歳未満の間に接種可能。

※②現在、積極的勧奨（個別通知）を行っていません。接種にあたってはその有効性と副作用が起こるリスクを十分に理解した上で受けるようにしてください。

【注意事項】

◆接種の際は、母子健康手帳・予診票が必ず必要です。（個別接種の場合は、健康保険証などの住所が確認できるものも必要）

◆母子健康手帳・予診票を忘れた場合、接種を受けることができませんのでご注意ください。

◆通知が届かない人や転入された人、予診票を紛失された人は健康推進課まで申し込みください。（電話申込可）

◆市外での接種を希望する人は、2週間前までに健康推進課へご連絡ください。

▶不妊治療費を一部助成

対象 市内在住で、かつ京都府内に1年以上住所を有する夫婦（婚姻未届けで事実婚関係にある男女を含む。ただし、人工授精にかかる医療費の助成を申請する場合は戸籍上の夫婦に限る）

対象となる治療および助成金額

- (1)不妊治療 (ア) 保険適用分：自己負担額2分の1（1年度あたり限度額6万円）
- (イ) 人工授精：自己負担額2分の1（1年度あたり限度額10万円）
- (2)保険適用される不育治療原因検査、ヘパリン療法等：自己負担額2分の1（1回の妊娠につき限度額10万円）

(イ)人工授精：自己負担額2分の1（1年度あたり限度額10万円）

(2)保険適用される不育治療原因検査、ヘパリン療法等：自己負担額2分の1（1回の妊娠につき限度額10万円）

※(1)の(ア)、(イ)両方を受けた場合、限度額は(イ)と同額。

申請に必要な書類

- ①不妊治療等助成金交付申請書、②各種医療機関等証明書、③不妊治療等助成金交付請求書

申請 診療日の翌日から起算して1年以内に上記①～③を健康推進課へ郵送または持参。1年以上経過すると対象外となります。ご注意ください。

※申請書は健康推進課窓口や市ホームページから入手できます。

※なお、体外受精および顕微授精、男性不妊治療については、京都府の特定不妊治療助成が受けられる場合があります。詳しくは山城北保健所（☎0774-21-2911）にお問い合わせください。

誓いの言葉を述べる櫻井匠さん(右)と能澤美風さん



成人式 希望胸に新たな一歩

新成人の門出を祝う「成人式」が1月8日、文化センター大ホールで行われました。色鮮やかな振り袖や袴、スーツ姿の新成人465人(対象者663人)が出席し、成人としての第一歩を踏み出しました。

同式典は、和太鼓サークルの演奏で盛大に幕を開け、続いて堀口市長と森川議長が新成人にお祝いの言葉を贈りました。

新成人を代表して櫻井匠さんと能澤美風さんが、国宝石清水八幡宮がある市で、大切な仲間と成人式を迎えられたことを喜ぶとともに、「成人としての自覚を忘れることなく、責任ある行動と人を思いやる優しい心を持って社会に貢献することをここに誓います」と、誓いの言葉を述べました。

式典終了後には同センター小ホールで、母校の先生たちを招いた「新成人のつどい」が行われました。新成人たちは久しぶりの再会に、近況や思い出話に花を咲かせたり、記念撮影をしたりと、楽しいひとときを過ごしていました。



恩師とともに笑顔を見せる新成人

1月13日、「美濃山遺跡発掘調査見学会」が美濃山出島で行われ、男山東中学校と美濃山小学校、有都小学校の児童、生徒とその家族など約130人が参加しました。

新名神高速道路の建設工事に伴い発掘調査が実施されており、今回、弥生時代後期から奈良時代までの竪穴式住居や掘立柱建物跡の跡などが確認されました。

同会は、一般公開に先立ち、校区の児童、生徒に見

弥生後期から 奈良時代 竪穴式住居や掘立柱建物跡



説明を聞きながら、竪穴式住居跡を見学する参加者たち

学してもらおうと、男山東中学校区学校支援地域本部と京都府埋蔵文化財調査研究センターが主催。

参加者たちは、同センター職員から、竪穴式住居や掘立柱建物についての説明を聞いた後、発掘現場へ移動。建て替えの跡や水が外に流れ出るように作られた溝、実際に柱が立っていた跡などを見学し、遺跡から垣間見える当時の人々の生活に思いをはせていました。

家族で参加した川村優那さん(11)は、「学校では学べなかった詳しい話や、遺跡の実際の大きさが分かり、貴重な体験ができました」と話しました。

美濃山遺跡発掘調査を見学

まちの話題

このページでは、市民の皆さんの活躍やまちの話題などを紹介しています。身近な話題や、広報紙についての意見を、秘書広報課までお寄せください。



発着点の松花堂庭園・美術館からスタートする参加者

初春のつどい ウォークラリー&お茶を一品 名所や旧跡 歩き初め

1月7日、「初春のつどい ウォークラリー&お茶を一品」が行われ、参加者約200人が、松花堂庭園・美術館を発着点に、新春の歩き初めを楽しみました。

同イベントは、体力づくりと市民の交流を目的に、体育協会、文化協会が毎年主催。コースは石清水八幡宮やさくら近隣公園など市内の名所や旧跡を巡ります。

参加者は、約6kmのコースをそれぞれのペースで歩き、途中に設けられた2カ所のチェックポイントでスピードくじやクイズに挑戦。

ゴール会場では、参加者全員にお茶とお菓子が振る舞われ、主催者が設定した時間でゴールした参加者には「タイム賞」として、賞品が贈られました。

参加した伊東康幸さん(44)は、「ほどよい距離感で、さくっと歩いて良かったです。タイム賞とスピードくじが当たり、まさかもらえると思っていなかったのうれしいです」と話しました。

人形劇 演じて学ぶ

くすのき小5年生80人

1月22日、くすのき小学校の5年生80人が、人形劇団芸芸による「人形劇ワークショップ」の授業を受けました。

この授業は府が主催する「文化を未来に伝える次世代育み事業」の一環で、同小学校では平成27年度から行われ、今年で3回目。

劇団員から人形の種類や構造の説明を受けた後、児童たちは3人1組で、3人



「大きなカブ」の人形劇を披露する児童たち

遣い人形の基本的な動作を学びました。児童は、胴体と右手・左手・両足を動かす3つに役割を分担。3人の呼吸を合わせながら、人形を歩かせたり、踊ったりさせました。

後半は、児童が2グループに分かれ、「大きなカブ」の劇を練習。劇団員から「カブを引っ張るときには、足を踏ん張るように」などのアドバイスをもらい、人形を生き生きと見せる工夫を取り入れていました。

最後に、各グループが劇を披露。演じる側も観る側も、個性豊かな人形の動きに笑顔を見せながら楽しんでいました。