

第668号
平成31年 3月
2019年



広報 やわた

平成31年(2019年) 2月1日現在
人口7万1342人 前月比 24人減
男:3万4732人 女:3万6610人
世帯 3万2851世帯
動き 出生 49人 死亡 88人
(1月分) 転入 178人 転出 163人

ホームページ
http://www.city.yawata.kyoto.jp/

発行・八幡市役所 編集・政策推進部秘書広報課

〒614-8501 京都府八幡市八幡園内75 電話(075)983-1111 F A X(075)982-7988

広報やわたは、古紙を配合した再生紙と環境にやさしい植物インクを使っています



八幡まちなかどひなまつり「段飾り体験」(八幡源氏垣外、2月11日)

31日	30日	29日	28日	27日	26日	25日	24日	23日	22日	21日	20日	19日	18日	17日	16日	15日	14日	13日	12日	11日	10日	9日	8日	7日	6日	5日	4日	3日	2日	1日	
背割堤さくらまつり(4月7日) 淀川河川公園背割堤地区 18時~21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22日) 文化センター2階第1会議室 13時30分~16時	健康マルシェ(生涯学習センター) 10時~15時	人権相談(八幡人権・交流センター) 13時~16時	桜の日の大型ごみの持ち込み(市役所別館環境業務課) 9時~12時	個別就職相談会(予約制) 市役所1階相談室(北玄閣西側) 10時~14時	年金相談(予約制) 文化センター13階第1講習室 10時~16時	さくらであい館オープン2周年感謝祭(24日) さくらであい館 10時~16時	八幡市人権教育学習講座(松花堂庭園・美術館) 14時~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	オレンジカフェ(地域包括ケア複合施設YMBT) 14時~15時30分	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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~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	オレンジカフェ(地域包括ケア複合施設YMBT) 14時~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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~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	オレンジカフェ(文化センター喫茶室) 14時~15時30分

3月のカレンダー(予定)

今月の主な内容

直通電話番号をお知らせします、計画にご意見を募集、背割堤さくらまつり 2面
安全・安心で住みよいまちづくりをめざして、「わたしたちの談話」プロジェクト 3面
税特集(住民税・所得税・復興特別所得税の申告ほか) 4面
国保からのお知らせ、子育てすくすく 5面

情報ひろば(市政・スポーツ・募集・イベント)、あなたも一言 6・7面
年金、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)、健幸マルシェ開催、健幸掲示板 10・11面
まちの話題(まちゼミin八幡、美濃山遺跡発掘現場見学会、節分行事、八幡支援学校作業学習) 12面



どーも 市長の掘口です

三月は卒業式、新たな出会いのための「別れ」の季節です。細川護熙元首相の著書「ことばを旅する」の中に別れのエピソードが載っています。

「天正十九年(1591年)の春浅い日」豊臣秀吉の勘気に触れた「千利休が死を前にして京から堺に下ったとき、淀川堤でその舟を見送ったふたりの武士」が細川三斎(忠興)と利休の高弟古田織部でした。

直通電話番号をお知らせします

市では、市民の皆さんの利便性の向上を目指し、代表電話番号(075-983-1111)に加えて、各部署への直通電話番号(表)の積極的な運用を進めます。

しますのでご利用ください。

3月1日(金)から、市役所(本庁舎、別館、分庁舎、第二分庁舎)からの電話番号表示は、これまでの代表電話番号から各直通電話番号に変わります。



Table with 4 columns: 部 (Department), 課 (Section), 係 (Division), 直通番号 (Direct Number). Lists various departments like Policy, Finance, and Social Welfare with their respective direct numbers.

Table with 4 columns: 部 (Department), 課 (Section), 係 (Division), 直通番号 (Direct Number). Lists departments like Health, Urban Planning, and Education with their respective direct numbers.

背割堤さくらまつり連携企画 「背割堤×サクラ×未来に」フォトキャンペーン開催!

市インスタグラム公式アカウント「@yawata_40th_official」(QRコード<右>)では、背割堤さくらまつりと連携し「背割堤×サクラ×未来に」フォトキャンペーンを開催します。

- 期間: 3月23日(土)~4月14日(日)
参加手順: ①同アカウントをフォロー、②背割堤で桜を構図に入れて写真を撮影、③ハッシュタグ「#背割堤_サクラ_未来に」#やわふおとの両方をつけて、期間内に各自のインスタグラムアカウント内に写真を投稿



「八幡市市営住宅ストック総合活用計画」と「同長寿命化計画」にご意見を募集

市では市営住宅の供給と住宅ストックの活用について基本的な方針を示す「八幡市市営住宅ストック総合活用計画」、施設の長寿命化を図るための計画として「八幡市市営住宅長寿命化計画」の改定作業を行っています。

- 提出先: 住宅管理課
●提出方法: ①郵送 〒614-8500 1(住所記載不要)住宅管理課
②ファックス送信 9825767

背割堤さくらまつり

ソメイヨシノ約220本で作られる約1.4kmの桜のトンネルが庄巻の背割堤で、今年もさくらまつりを開催します。

- 開催期間: 3月30日(土)~4月7日(日)
●会場: 淀川河川公園背割堤地区
●一般車用の駐車場はありません

さくら近隣公園をライトアップします

ソメイヨシノなど約270本の桜が咲くさくら近隣公園で、ライトアップによる夜桜が楽しめます。

- 開催期間: 3月30日(土)~4月7日(日)午後6時~9時
●会場: 市公園施設事業団(981-6111)、道路河川課(9900033050000)

地域での防災訓練に参加しましょう

いざという時は、隣近所の助け合いが最も大切です。日ごろから、近所の人とコミュニケーションを取り、共助の関係を築いておきましょう。

今年も3月3日(日)に、くすのき地区で、3月10日(日)には、美濃山地区で防災訓練が予定されています。

災害時に円滑に避難できるようにするため、積極的に参加し、防災行動力を高めましょう。



昨年の防災訓練の様子



宝くじ助成金で防災備品を整備

一区自主防災隊は、一般社団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として実施している「ミニユニティ助成事業(宝くじ助成金)を活用して、防災資



機材を保管する物置、ヘルメット、消火バケツ他防災備品の整備を行いました。
 関防災安全課(☎9833・3200)

平成31年春季全国火災予防運動 3月1日(金)~7日(木)

- 3つの習慣
- 寝たばこは、絶対やめる
 - ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する
 - ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す
 - 4つの対策
 - 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する
 - 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する
 - 火災を小さいうちに消すために、住宅用火災警報器を設置する
 - お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる
- 関消防本部予防課(☎981・0304)

住宅防火のちを守る7つのポイント
 3つの習慣・4つの対策

街頭啓発
 日時 3月1日(金) 午前7時30分
 場所 京阪八幡市駅前および橋本駅前

「忘れてない?」
 サイフにスマホに 火の確認
 (平成30年度全国統一防火標語)

火災・救急統計		
消防本部 ☎981-4119		
平成31年1月		昨年同月
火災出動	3件	0件
火災以外の出動	24件	17件
救急出動	394件	347件
搬送人員	371人	324人

4月は統一地方選挙

- 京都府議会議員一般選挙投票日 4月7日(日)
 - 八幡市議会議員一般選挙投票日 4月21日(日)
- 選挙の詳細については、広報やわた4月号でお知らせします。
 関八幡市選挙管理委員会(市役所2階、☎983-5635)



忘れずに投票してね

第二回 徒然草エッセイ大賞 授賞式 3月16日(土)

「第一回徒然草エッセイ大賞」の各賞受賞者が決定しました。
 ホームページに作品掲載
 受賞作品は3月18日(月)以降に、専用ホームページ(<http://www.tsurezure-essay.jp/>)に掲載します。
 まのひ、ぜひご覧ください。

関社会教育課(☎983-3088)



市自治連合会主催の「安全・安心のまちづくりパレード」

自治会は、自分たちが住んでいる地域を住みよくなるために、日常生活に起こる様々な問題の解決や住民

自治会活動

自治会員相互の親睦・交流を深めるためのイベント(夏祭り・社会見学・もちつき大会など)や敬老のつどい、様々な文化活動等を行っています。

清潔で快適な環境をつくるため、公園清掃や地域清掃、資源物回収など環境美化活動を行っています。

いつ起こるか分からない災害へ備えた活動として、防災訓練の実施、子ども高齢者の見守り、防犯パトロールなどを行っています。

地域の身近な情報や、行政などからの情報を回覧板や広報板でお知らせをして

自治会加入に関することや自治会設立のご相談など、お気軽にお問い合わせください。
 関市民協働推進課(☎983・5749)

自治会の役割

自治会とは、同じ地域に住む人たちが、親睦を深め互いに助け合い、身近な問題を解決し、安全で安心な住みよい地域をつくるための最も身近な住民組織です。

現在、市には小学校区を中心とした9地域に48の自治会があり、そのすべてが八幡市自治連合会に加入しています。

自治会に加入しましょう

同士のつながりを強め、互いに協力し合う関係作りを取り組むなど、生活を送るうえで大切な役割を担っています。

今、私たちのまわりでは、核家族化、高齢化や少子化が進み、住民同士のつながりが弱まってきています。

日常生活でのトラブルや犯罪の防止、大規模災害への備えなど多くの課題がある中、自治会が中心となって住民同士が支え合い協力して安全で安心な住みよい地域づくりをめざしています。

自治会活動

自治会員相互の親睦・交流を深めるためのイベント(夏祭り・社会見学・もちつき大会など)や敬老のつどい、様々な文化活動等を行っています。

清潔で快適な環境をつくるため、公園清掃や地域清掃、資源物回収など環境美化活動を行っています。

いつ起こるか分からない災害へ備えた活動として、防災訓練の実施、子ども高齢者の見守り、防犯パトロールなどを行っています。

地域の身近な情報や、行政などからの情報を回覧板や広報板でお知らせをして

自治会加入に関することや自治会設立のご相談など、お気軽にお問い合わせください。
 関市民協働推進課(☎983・5749)

自治会に加入しましょう

自治会の活動

自治会加入に関することや自治会設立のご相談など、お気軽にお問い合わせください。
 関市民協働推進課(☎983・5749)

市は、自治会と連携しながら、誰もが安全で安心して暮らせるまちづくりに取り組んでいます。

自治会とは、同じ地域に住む人たちが、親睦を深め互いに助け合い、身近な問題を解決し、安全で安心な住みよい地域をつくるための最も身近な住民組織です。

現在、市には小学校区を中心とした9地域に48の自治会があり、そのすべてが八幡市自治連合会に加入しています。

地域の課題について必要に応じ市・警察などと連携し、解決に努めています。

自治会は、住民の皆さん一人ひとりの参加と協力で成り立っている、誰もが加入できる地域コミュニティの中心組織です。

人と人とのつながりが希薄化し、無縁社会とまでいわれる中、かつての「向う三軒両隣」が、今大切です。

自治会に加入し、互いに協力し支えあう地域をつくりましょう。

市は、自治会への加入促進と合わせて、自治会のない地域の組織化を支援しています。

自治会加入に関することや自治会設立のご相談など、お気軽にお問い合わせください。
 関市民協働推進課(☎983・5749)

安全・安心で住みよいまちづくりをめざして

「わたしたちの談話」プロジェクト

市では、今年度から、談話・談笑を通じて人と人がつながり、新たな発見や活動に出会う場として、3つの談話からなる、「わたしたちの談話」プロジェクトに取り組んでいます。

談話とは…談話、談笑ができる座談会活動のことを指す造語です。

談話の種類と取組内容

- ①めばえの談話…市民を対象とした談話。防災をテーマに、地震発生時の家具転倒防止講座など、防災に役立つ情報を交えながら、普段からどのように行動すれば良いか考えました。
- ②まちの談話…自治会単位で行う談話。モデル地区で、よりよい地域にするための取り組みを検討しました。
- ③むすびの談話…専門職を対象とした談話。顔の見える関係づくりに向け、各機関で取り組んでいることの紹介を行いました。

今後も「談話」を開催していきますので、皆さんの積極的なご参加をお待ちしています。日程等は決まり次第、広報紙でお知らせします。

福祉避難所協定締結施設が10施設に

市は、2月5日、社会福祉法人 ディアレストと、災害時に特別な配慮を要する高齢者や障がいのある人などを受け入れる『福祉避難所』の設置と運営に関する協定を結びました。

『福祉避難所』は、災害発生時に指定避難所での避難生活が困難な状況にある災害時要援護者をバリアフリー等の環境が整った市内の施設の一部を開放し、一時的に受け入れるための二次的な避難所です。

市では、市内の支援学校や特別養護老人ホーム、介護老人保健施設等と協定を締結しており、今回の協定締結により、10カ所となりました。

災害時要援護者支援対策事業に登録を!

市では、大きな地震や水害が起こった際に、年齢や障がいにより自力で避難することが困難な人を支援する事業に取り組んでいます。福祉総務課で随時、登録を受け付けていますのでご相談ください。

関福祉総務課(☎983-1334)

住民税・所得税・復興特別所得税

文化センター3階申告会場

月	日	曜日	申告の種類	対応者	時間
3月	1	金	公的年金等所得者申告 還付申告 住民税(市民税・府民税) 申告 ※住民税申告は、市役所税 務課市民税係(1階5番窓 口)でも受け付けします。	市職員	受付時間: 午前9時~ 午後4時
	4	月			
	5	火			
	6	水			
	7	木			
	8	金			
	11	月			
	12	火	混雑の状況によっては、長時間お待ち いただくことや、早めに相談受付を終了 させていただく場合がありますので、ご 了承ください。		相談時間: 午前9時~ 正午 午後1時~ 4時
	13	水			
	14	木			
	15	金			

所得税および復興特別所得税の確定申告

文化センター会場では、文化センター1階で受け付けています。

受付時間
午前9時~午後4時(混雑の状況等によっては、長時間お待ちいただくことや、早めに受け付けを終了する場合がありますので、ご了承ください)

※文化センターは午前9時に開館します。それ以前の入館はできませんので、ご注意ください。

受け付けできる申告
公的年金等所得申告および還付申告(平成30年分)

受け付けできない申告
「譲渡所得」、農業・営業土地・建物・株式等の

申告は3月15日(金)まで

忘れずに申告してください

宇治税務署(☎0774-44-4141)

受付時間
午前9時~午後4時
※会場の状況により早め(午後3時頃)に受け付けを終了する場合がありますので、ご了承ください。

住民税の申告

住民税(市民税・府民税)の申告は、市役所1階の税務課(5番窓口)または文化センター会場で受け付けています。申告の必要ない人は、住民税申告書に必要事項を記入し、受付期間中に申告してください。

※所得税額が新たに発生または増減する場合は、宇治税務署または文化センター会場を案内させていただきます。

住民税の申告が必要な人
平成31年1月1日現在、八幡市内に住所があり、平成30年中に所得(収入)があった人など

住民税の申告が不要な人
▽所得税および復興特別所得税の確定申告書を提出している人
▽収入が給与所得のみで、勤務先から「給与支払報告書」が市役所に提出されている人
▽平成30年中に所得が無かった人

※申告が不要な人でも、扶養控除・生命保険料控除・地震保険料控除等の住民税申告をされた場合、住民税額が下がる場合があります。また、平成30年中に所得のなかった人や扶養されている人でも、申告書の提出が

宇治税務署からののお知らせ

軽減税率制度説明会を開催します

宇治税務署管内で軽減税率説明会を開催しています。どなたでもご参加いただけますが、会場の収容人数を超えた場合には、受付を終了する場合があります。あらかじめご了承ください。

日時 ①3月26日(火)、②3月27日(水) 午後2時~3時30分

場所 ①京田辺市コミュニティホール(京田辺市田辺80)、②宇治市生涯学習センター(宇治市宇治琵琶45の14) 宇治税務署法人課税第1部 門(☎0774-44-4452)

バイク等の廃車手続きはすぐに

所有している軽自動車やバイク等が盗難の被害にあったら、すぐに警察に盗難届を提出し、受理番号を持参のうえ、廃車手続きを行ってください。

また、譲渡や解体などをした場合も手続きをお願いします。廃車や名義変更の手続きをされないと、軽自動車税が引き続き課税されることとなります。軽自動車税は4月1日現在の所有者に課税されますので、4月2日以降に廃車や譲渡をされても、その年度の軽自動車税は全額納めていただくこととなります。

手続き先や手続き方法等は車種等により異なりますので、ご注意ください。

車種	登録	廃車	手続き・問合せ先		
●原動機付自転車(総排気量125cc以下)	●農耕作業用自動車(トラクター等)	●小型特殊自動車(フォークリフト等)	●ミニカー	登録 廃車	印かん・ナンバープレート・標識交付証明書・本人確認書類を持参のうえ、手続きをしてください。また、代理人が手続きを行う場合は委任状が必要です。 ◆問合せ 市役所税務課市民税係
●二輪の小型自動車(総排気量250cc以上)	●二輪の軽自動車(総排気量125cc以上250cc以下)	●三輪の軽自動車	●四輪の軽自動車	登録 廃車	◆問合せ 京都運輸支局(☎050-5540-2061)
				登録 廃車	◆問合せ 軽自動車検査協会(☎050-3816-1844)

問税務課市民税係(☎983-2164)

住宅の耐震改修工事で固定資産税を減額

住宅の耐震改修工事を実施した場合、その家屋の固定資産税の2分の1相当額、または3分の2相当額を減額します。

【減額される要件】
▽昭和57年1月1日以前から存在する住宅であること。
▽2020年3月31日までに、現行の耐震基準に適合させるための改修工事を完了していること(費用の合計が50万円を超えるもの)。

【減額の期間】
改修工事が完了した年の翌年度分から、次のとおりその家屋の固定資産税額を減額。
●2020年3月31日までに改修工事が完了...1年間
●通行障害既存耐震不適格建築物に該当する家屋の改修工事が完了...2年間

【減額する額】
改修した家屋の固定資産税額(120㎡相当分までに限る)の2分の1相当額。
※平成29年4月1日以降の改修により認定長期優良住宅に該当することとなった場合は3分の2相当額。

【手続き】
次の書類を改修工事完了後3カ月以内に税務課資産税係へ提出してください。※申請にはマイナンバーの記載が必要です。
①減額申告書
②地方公共団体・建築士事務所に登録する建築士・指定確認検査機関・登録住宅性能評価機関・住宅瑕疵担保責任保険法人のいずれかが発行した証明書
③耐震改修工事の工事内容が記載された明細書・領収書(写し)
④長期優良住宅であることを証明する「認定通知書」(写し)

【その他】その他の減額制度の利用など、詳しくはお問い合わせください。
問税務課資産税係(☎983-2480)

税証明の窓口交付には本人確認書類が必要です

税務課では、第三者からの虚偽やなりすまし等による課税(所得)証明の不正取得を防止し、個人情報の保護を図ることを目的として、窓口で書類提示による本人確認を行っていますので、ご理解、ご協力をお願いします。

交付申請時には、以下の①~③のうちいずれかの本人確認資料(郵送での請求の場合は写し)を持参してください。
①マイナンバーカード、免許証等の官公庁が発行した顔写真付証明書を1点、②健康保険証、介護保険証、年金手帳等のうち2点、③銀行の預金通帳・キャッシュカード、納税通知書等のうち1点と②の書類のうち1点。
コンビニエンスストアで税証明取得
マイナンバーカード(個人番号カード)を利用して、全国のコンビニエンスストア等で最新年度の所得証明書、課税(非課税)証明書を取得いただけますので、こちらでもご利用ください。〔7面に関連記事あり〕

市税・国民健康保険料の納付は便利な口座振替(自動払込)のご利用を

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、各税の納期ごとにわざわざ出向くこともなく、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等すべての税を振替します。

口座振替の申し込みは、市税等取扱金融機関(市外の金融機関には申込書がない場合があります)に申込書がない場合は、またはは納税課で行うことができます。なお、振替は2019年度分からとなります。

市外金融機関で口座振替申込書がない場合は、自宅へ郵送することもできます。郵送を希望される場合は、早めに納税課までご連絡ください。

※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みください。
問税務課納税係(☎983-2480)

国保医療課からのお知らせ

仮徴収額決定通知書を廃止します

国民健康保険料の年金特別徴収を前年度より継続して行う世帯に対し、お送りしている仮徴収額決定通知書を、平成31年度より廃止します。平成31年度の4月から6月までの仮徴収額については、平成30年度の国民健康保険料納付通知書に記載されていますので、そちらをご覧ください。

国民健康保険料等の負担を軽減

非自発的失業者の保険料軽減 会社の倒産や解雇等により失業した国民健康保険(国保)加入者の保険料を軽減します。軽減を受けるには、申請が必要です。

- ▽対象 次の①②の要件をいずれも満たす人。
 - ①離職時点65歳未満
 - ②雇用保険の「特定受給資格者」または「特定理由離職者」と認定されている。
- ※雇用保険受給資格者証に記載されている離職年月日と離職理由コードを確認します。
- ▽軽減方法 失業者の前年給与所得を実際の3割とみなして保険料を算定し、また高額療養費負担限度額等の所得区分の再判定を行います。
- ※給与所得以外の所得や、失業給付金等も対象です。

業者本人以外の国保加入者の給与所得は対象外です。
▽軽減期間 離職日翌日の属する月から翌年度末の間
(例)平成30年3月31日から平成31年3月31日まで失業した人：離職日翌日の属する月から平成31年度までの保険料と離職月の翌月から2020年7月までの高額療養費負担限度額等
▽他の健康保険への加入等により、国保の資格を喪失した時点で軽減は終了となります。

子育て支援医療費 受給者証についてのお知らせ

子育て世代の経済的負担の軽減を図るため、中学3年生までを対象に、入院・通院時の医療費助成を実施しています。

制度対象者のうち、次の人に有効期限を延長した受給者証を3月に送付します。

新小学4年生▶平成34年3月までの受給者証(さくら色)

新中学1年生▶平成34年3月までの受給者証(白色・さくら色)

なお、受給者証発効日の都合上、資格有効期限の元号表記が「平成」となっておりますが、医療機関側で新元号へ読み替えるため、そのままお使いください。
※転入等で、有効期限を延長した受給者証を交付した人には送付していません。

☆生活保護など他の公的医療制度を受けているのに受給者証の届いた人、また、公的医療助成を受けていないのに受給者証の届かない新小学4年生および新中学1年生の人は、国保医療課まで連絡してください。

☆対象年齢の範囲内にもかかわらず、受給者証をお持ちでない人は、お問い合わせください。

助成内容

	0歳～3歳未満	3歳～中学3年生
入院	◇白色受給者証 【自己負担額】 1カ月200円/1医療機関ごと、入院(医科・歯科)別	◇白色受給者証 【自己負担額】 1カ月200円/1医療機関ごと、医科・歯科別
通院	◇白色受給者証 【自己負担額】 1カ月200円/1医療機関ごと、入院(医科・歯科)別	◇さくら色受給者証 【自己負担額】 1カ月200円/1医療機関ごと、医科・歯科別

問国保医療課(☎983-2976)

問国保医療課(☎983-2962)



●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、気軽にご相談ください。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保護者(すくすくの杜は、おむね3歳未満のお子さんとその保護者)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、あいあいポケットは第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)

※市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、共感し合いましょ。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)▶第1・3金曜日(すくすく赤ちゃん※生後2カ月から1歳半)▶第2金曜日(げんきっぴ広場※1歳半からおむね3歳未満)▶第3金曜日(お

誕生日会)

＜あいあいポケット＞

▶月曜～金曜日(お話・砂遊び)▶月曜日(親子で体操・ふれあい遊び)

▶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(親子で体操・ふれあい遊び)

【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＞

▶7日(木)あいあいポケット▶19日(火)すくすくの杜※7日は午前10時～11時30分。

対象 妊婦さんと生後2カ月から6カ月の親子各8組

※あいあいポケットは予約受付中、すくすくの杜は4日から予約開始。

＜ひよこサロン＞

▶19日(火)あいあいポケット

対象 妊婦さんと生後2カ月から6カ月の親子

＜あいあいサロン＞

▶8日(金)あいあいポケット

対象 妊婦さんと生後2カ月から1歳半の親子

＜そよかぜサロン＞

▶15日(金)そよかぜ

対象 妊婦さんと生後2カ月から1歳半の親子

※重複参加可能です。

【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。

▶5日(火)竹園児童センター▶6日(水)橋本児童センター

【赤ちゃんの広場】

妊婦さんと生後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)

▶1日(金)みやこ保育園▶4日(月)橋本児童センター▶8日(金)わかたけ保育園▶11日(月)竹園児童センター▶13日(水)★くすのき保育園

【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。

▶13日(水)八幡市民図書館

【子育て講座】

①「もぐもぐ離乳食」▶5日(火)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、手拭きタオル 子ども エプロン、スプーン、お茶

②「人形劇」▶9日(土)午前10時30分～11時30分、あいあいポケット

対象 生後2カ月から就学前の親子40組

③親子クッキング「おにぎりを作ろう!」▶12日(火)午前10時～11時15分、あいあいポケット

対象 1歳半から就学前の親子15組

持ち物 親子とも エプロン、三角巾、手拭きタオル、お茶

④「はじめての絵本」▶4月9日(火)・23日(火)すくすくの杜▶4月12日(金)・26日(金)あいあいポケット▶4月17日(水)そよかぜ

時間 午後1時30分～2時

対象 講座参加日に生後4カ月から1歳の誕生月までのお子さんとその保護者各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。

⑤①はすくすくの杜、②・③はあいあいポケット(③は1日～)、④は3月1日～15日に受講希望センター(開設日の利用時間内)へ。

【サポート事業】

「足にあった靴の選び方講座」▶3月8日(金)午前10時～11時30分、有都こども園

対象 妊婦さんと生後2カ月からおむね3歳の親子20組程度

持ち物 お子さんの靴(1～2足)

⑥有都こども園※当日の申し込みも可能です。

●保育園の開放日

※育児相談もしています。

※時間は午前10時～11時30分(☆は

午前10時～11時)。

※申込不要。直接、園にお越しください。できるだけ歩いてお越しください。

南ヶ丘保育園(☎981-3125) …▶7日(木)園庭開放

南ヶ丘第二保育園(☎982-3330) …▶4日(月)園庭開放

みその保育園(☎981-8101) …▶4日(月)園庭開放

みやこ保育園(☎981-2511) …▶6日(水)ボールで遊ぼう▶8日(金)園庭開放

わかたけ保育園(☎983-1313) …▶12日(火)園庭開放

ぶどうの木保育園(☎982-9013) …▶☆14日(木)クラスであそぼう▶☆毎週木曜日園庭開放(雨天中止)

くすのき保育園(☎983-1200) …▶20日(水)クッキング(ポテトおやき)・園庭遊び※雨天時は室内。

●こども園の開放日

有都こども園(☎981-0873) …▶5日(火)作って遊ぼう

※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1時～2時

▶毎週木曜日の午前・午後1時～2時

▶毎週金曜日の午前・午後1時～2時

※時間はいずれも午前10時～11時30分、午後は1時30分～4時。

【赤ちゃんの広場】

▶8日(金)午前10時～11時15分

山鳩こども園(☎981-0982) …▶20日(水)親子クッキング「パンやさんになろう」(持ち物:エプロン、三角巾)▶毎週木曜日(祝日)第2木曜日除く)おしゃべりサロン▶毎週金曜日(祝日除く)赤ちゃんサロン

※時間はいずれも午前10時～11時30分。

山鳩第二こども園(☎981-0700) …▶20日(水)ふれあい遊び・ポップコーン作り▶毎週月・火・金曜日(祝日除く、22日まで)かるがも広場

※時間はいずれも午前10時～11時30分。

認定こども園歩学園幼稚園(☎971-5687) …▶7日(木)・14日(木)園庭開放※時間は午前10時30分～11時30分。

▶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 2019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 2019年4月1日～2021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。

問人事課(☎983-1792)

イベント

▶第10回八幡市 精神保健福祉を考えるつどい

日時 3月12日(火)午後1時30分～3時30分(開場は午後1時)※参加費無料。

場所 生涯学習センター ふれあいホール

内容 講演「心の病を家族・当事者・精神科医として経験した私から、伝えられること」講師：夏刈郁子さん(やきつべの怪診察所 医師)

定員 200人

☎・☎3月11日(月)までに、氏名、連絡先を電話またはFAXで障がい福祉課(☎983-2129、FAX972-2520)へ。

▶国登録有形文化財 尼野氏別邸

「大歌堂 中村邸」特別公開 数寄屋花見コンサート

日時 4月6日(土)【第Ⅰ部】午後2時～3時【第Ⅱ部】午後4時～5時(受付は、第Ⅰ部は午後1時40分～、第Ⅱ部は午後3時40分～)

場所 大歌堂 中村邸(八幡山52)

定員 各部30人(先着順)

参加費 500円 ※第Ⅰ、Ⅱ部は完全入替制です。桜観賞は開演前にお楽しみください。

☎・☎3月2日(土)午前9時から電話で受付開始。観光協会(☎981-1141)へ

▶第8回東高野街道 八幡まちかどひなまつり ひな巡り参加者募集

今年も「八幡まちかどひなまつり」を開催します。

期間中は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52カ所)にひな飾りを展示し、訪れる人をおもてなしします。※観覧は無料。

開催期間 3月1日(金)～10日(日)

	日時	集合場所	解散場所
健脚コース(レアな展示館案内)	3月8日(金) 午前10時～	松花堂庭園・美術館	ファミレやわた
欲張りコース(多くの展示を巡ります)	3月3日(日) 午前10時～	カフェ・キャンドル	ファミレやわた
	3月3日(日) 午後1時～3時	ファミレやわた	カフェ・キャンドル
	3月10日(日) 午前10時～	カフェ・キャンドル	ファミレやわた



内容 ①「ひな巡りガイド」を開催※要申込。10～15人の団体予約、個人が10人程度集まれば開催。②くじ引きで手づくりの品がもらえるスタンプラリー

☎・☎3月2日(土)までに、東高野街道八幡まちかど博物館事務局＝増田(☎090-3867-6302)へ

▶宇治茶・山城ごちそうフェスタ

「お茶の京都」山城地域の「食」が一堂に会するグルメイベント。宇治茶や京野菜などおいしい地元食材を使った料理やスイーツが集結。「一坪茶室café」も限定オープン。

日時 3月21日(木・祝)午前10時～午後3時※雨天決行。

場所 城陽五里五里の丘(府立木津川運動公園)(城陽市富野北角14-8)※JR長池駅から徒歩約10分、近鉄寺田駅からシャトルバス運行。駐車場はありません。

入場料 無料。 ※飲食、物販は有料。 問山城広域振興局農林商工部企画調整室(☎0774-21-2392)

▶京都芸術花火2019

日本最高峰の花火師が集結し、音楽とシンクロさせ日本の伝統的な花火を打ち上げる芸術花火! 13,000発もの花火が夜空を彩ります。

日時 5月29日(水)午後7時50分～8時50分(開場は午後5時)

場所 京都競馬場(京都市伏見区陵島渡場島町32)

入場料 スタンド指定席7,560円、コース前イス指定席6,480円(小学生以下2,160円)、ピクニックシート席27,000円(最大5人利用が可能) 定員 27,000人

☎二次先着販売: 3月11日(月)～24日(日)、一般発売: 3月30日(土)～※チケット売切れ次第終了。

ローソンチケット(http://l-tike.com/)、楽天チケット(http://r-t.jp/kyotohanabi)、コンビニ(ローソン・ミニストップ店内Lopp、ファミリーマート店内Famiポート)よりお買い求めください。

問京都芸術花火大会実行委員会(☎761-8608)

▶米田祐二氏の 上映会と講演会

障がい者が夢をもって地域で生き生きと自分らしく生活する姿を上映会と講演会を通して発信します。

日時 3月30日(土)午後1時30分～(入場は午後1時～)※申込不要。

場所 文化センター小ホール

参加協力金 500円※学生は無料。 定員 250人

内容 【上映会】「ぼくは写真で世界とつながる～米田祐二22歳～」、【講演会】～いっしょだよ～「障がいがあっても夢をもって自分らしく地域で暮らす」

問特定非営利活動法人とりぶるはーと(☎・FAX950-0184)

▶第21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 3月16日(土)午後1時30分～4時

場所 有都福祉交流センター※参加無料。申込不要。

講師 公益財団法人モラロジー研究所生涯学習講師

定員 70人

問綴喜モラロジー事務所＝山田(☎・FAX981-1001)

▶八幡市人権教育学習講座

「身近なあたりまえから考える～気づきを大切にしておぼろ人権～」

日時 3月17日(日)午後2時～3時30分※入場無料。当日参加可。

場所 松花堂庭園・美術館講習室

講師 栗本 敦子さん(Facilitator's LABO <えふらぼ>)

定員 100人

問社会教育課(☎983-3088)

あなたも一言

今月は「卒業」をテーマに、お話をきかせていただきました。



上津屋浜町内 森本 朱美さん 朱音ちゃん

先生や友だちに恵まれ、私も子どもも成長できた3年間でした。初めは人見知りでしたが、友だちがたくさんでき、楽しい毎日でした。卒園はさみしいような、うれしいような気持ちですが、これからは楽しみです。小学校でも、友だちと仲良く、勉強をして、元気に学校生活を過ごしてほしいです。



八幡山田 阿地部 凜子さん

運動会で組体操やチームのリーダーをして楽しかったです。組体操は練習が大変だった分、終わった後には達成感とさみしさがありません。まだ卒業する実感はないけれど、中学校では、音楽が好きなので、吹奏楽部に入部するつもりです。勉強は苦手な歴史をがんばって、生活面では、毎日決まった時間に同じ行動ができるようになりたいです。



男山金掘 土岐 隆平くん

クラス対抗リレーでアンカーを走り、1位をとった運動会が思い出に残っています。ほかには、サッカーのクラブチームに入っていて、京都代表として近畿大会に出場できたことがうれしかったです。将来、人から尊敬される人になれるよう、中学生になったら、まず、あいさつや「ありがとう」を言えるようになりたいです。

▶コーナー終了のお知らせ

「あなたも一言」は3月号をもって終了とさせていただきます。ご協力いただきました皆さま、ありがとうございました。

情報ひろば

市の主催・共催・後援のみ掲載

市政情報

▶コンビニエンスストアで 税の証明書が取得できます

マイナンバーカード(個人番号カード)を利用して、住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍の証明等に加えて、税の証明書が全国のコンビニエンスストア等で取得できます。マイナンバーカードを申請のうえ、ぜひご利用ください。

利用時間 土・日・祝日を含む午前6時30分～午後11時

取得できる税の証明書 平成30年度(平成29年1月～12月の所得)の所得証明書、課税(非課税)証明書※年度更新は6月頃を予定。

交付手数料 1通300円(市役所の窓口交付と同様)

サービスを利用いただける人 利用者証明用電子証明書が搭載されたマイナンバーカードをお持ちの人※利用者証明用電子証明書の暗証番号(マイナンバーカードを受領する際に設定した4桁の暗証番号)が必要です。

利用できる店舗 セブン-イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ等の各コンビニエンスストアの店舗や一部のショッピングセンターでコンビニ交付対応のマルチコピー機が設置されている全国の店舗

国税務課(☎983-2164)

▶山手幹線(一部区間)の夜間車両通行止めのお知らせ

新名神高速道路整備に伴い、山手幹線美濃山本郷交差点において、工事車両用の仮設道路を設置する工事を行います。

つきましては、通行する車両の安全を確保するため、山手幹線(美濃山公会堂近傍交差点～美濃山本郷交差点)を夜間通行止めとさせていただきます。

ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願い致します。

規制日時 3月4日(月)～22日(金)の平日午後11時30分～翌朝6時(計14日間規制)※土日祝は実施しません。小雨決行。

▶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する制度を設けています。

対象 技能修得施設に入所する人および継続入所する人
受付期間 3月11日(月)～※入所支度金の支給を受けるためには、施設入所日から60日以内に申請が必要です。

場所 山城北保健所縦書き分室または福祉総務課(第二分庁舎2階)
※申請時に印かん、銀行口座番号、平成30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、手当・年金給付額のわかる書類の写しなど)、合格決定通知書または学生証の写し(4月以降は在学証明書)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。

☎山城北保健所縦書き分室(☎0774-63-5745)

▶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 市内在住で、障がいのある人

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30年9月分～平成31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

☎・☎3月1日(金)～22日(金)に、申請書に必要書類を添付して障がい福祉課(☎983-2129)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。

スポーツ

▶市民レクリエーション 交流会

日時 3月23日(土)午後1時30分～3時30分

場所 文化センター小ホール

内容 3B体操、芯体操、女性レクリエーション、登山、太極拳

対象 市内在住の人

定員 200人

※参加費無料、申込不要。運動のできる服装で直接会場へ。

☎レクリエーション連合=島田(☎090-9053-4593)

▶親子スポーツ体験

各種スポーツを親子で体験できる教室です。スポーツの楽しさを感じてください。※参加費無料。

日時 3月16日(土)午前10時～午後1時

場所 市民スポーツ公園

対象 幼児～高校生と保護者

内容 少年野球・サッカー・ソフトテニス・バスケットボール・バドミントン・レスリング・剣道・柔道・空手道・硬式野球・キッズ教室

☎スポーツ少年団=松本(☎090-4033-6026)

☎レクリエーション連合=島田(☎090-9053-4593)

☎山城北保健所縦書き分室(☎0774-63-5745)

▶スロージョギング教室 & ナチュラルヨガ教室

日時 3月17日(日)午前10時～11時※荒天中止。

場所 淀川河川公園青割堤地区

定員 15人(先着順)

参加費 1,000円

☎淀川河川公園ホームページ(<https://www.yodogawa-park.go.jp/>)の申込みフォームより

☎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)

▶体育協会長杯 グラウンド・ゴルフ大会

日時 4月6日(土)午前9時～(予備日4月9日(火))

場所 馬場市民公園

対象 市内在住者

試合方法 4ラウンド(32ホール)個人戦

参加費 1人500円※当日徴収。

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

☎・☎3月20日(水)までに、代表者が一括して住所、氏名、年齢、性別を記入し、FAXでグラウンド・ゴルフ連盟=藍(☎・FAX983-2550)へ

募集

▶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(3歳～高校生)の健全育成を目的とする団体です。仲間とともに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。詳しくは下記問合せ先まで。

☎リッカー 小学生の男女=田中(☎090-1196-4170)、中学生の男=川端(☎090-5976-6374)

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

☎ソフトテニス 年長～小学生の男女=松本(☎090-4033-6026)、藤田(☎983-2138)

☎空手道 年少～中学生の男女=鷹野(☎972-3355)、長村(☎981-1105)、田中(☎983-9219)

☎サッカー 小・中学生の男女=竹橋(☎090-8757-7175)、久貝(☎981-2138)、坂尾(☎982-0106)、富田(☎982-7305)

☎バドミントン 年少・小・中・高校生の男女=北谷(☎982-6880)

☎リトルシニア(硬式野球) 中学生の男女=松崎(☎080-1470-5318)

☎剣道 年少～中学3年生の男女=西塔(☎983-0642)、藤井(☎090-3053-1988)、中川原(☎090-9051-7770)、日高(☎090-8791-4030)

☎レスリング 小・中学生の男女=田中(京都八幡高校☎981-3508)

☎バスケットボール 小学1～6年生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎バレーボール 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎卓球 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎柔道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎空手道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎少林寺流合気道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎剣道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎柔道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎空手道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎少林寺流合気道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎剣道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎柔道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎空手道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎少林寺流合気道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎剣道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎柔道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎空手道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎少林寺流合気道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎剣道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎柔道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎空手道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎少林寺流合気道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎剣道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎柔道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)

☎空手道 小・中学生の男女=岡田(☎090-6559-1835)



※歩行者・自転車は通行できます。

☎NEXCO西日本 新名神大阪東事務所(☎072-809-4740)

広報やわた 毎月1日に発行する「広報やわた」のお知らせ欄。モノクロの広告です。料金は1面1号、1号1行(縦4.5cm×横6.5cm)1万円です。

お店や会社のPR 広告を掲載しませんか

※1万円以上、会社のホームページのアクセスアップにご活用ください。

市HPトップページにバナー広告

生活情報センターだより

クレジットカードの明細に 身に覚えのない請求



【事例】クレジットカードの利用明細に身に覚えのない請求があった。カードを紛失したことはなく、家族の利用もない。(40歳代・男性)

【アドバイス】身に覚えのない請求があった場合は、まず家族など本人以外の利用がなかったかを確認してください。

事例のような場合は、カードの情報が何らかの原因で漏えいし、偽造カードの作成や、カード情報を使ったネット取引により不正利用された可能性が考えられますので、速やかにカード会社に届出を行ってください。

一定期間内の届出で、不正利用の実態やカードの適正な管理等が確認できれば、支払い義務を負わずに済むことがあります。

クレジットカードによる支払いが一般化した一方で、同様の事例

がたびたび発生しています。

日ごろから、レシート等は保管しておき、毎月の利用明細と確認するようにしましょう。また、カードの悪用を防止するために、①カード裏面には必ず署名する②カードを第三者に使わせないことが大切です。

対応に困ったときは生活情報センターにご相談ください。

☎生活情報センター(☎983-8400、FAX983-8401)

多重債務法律相談【無料】

京都弁護士会より派遣された弁護士が相談に応じます。1人30分。

日時 3月5日(火)午後1時～2時30分、生活情報センター

☎・☎相談日の前日までに要予約。詳しくは生活情報センター(☎983-8400、FAX983-8401)まで。

生活

▶し尿収集日程のお知らせ

☎631-5171
FAX631-6011

3月19日(火)
科手
3月20日(水)
橋本、高坊、大谷、樋ノ口、川口高原
3月22日(金)
八幡木津川以北、森垣内、名残、川口(高原を除く)、双栗、戸津(国道1号線以西)、下奈良(国道1号線以西)、二階堂、長町
3月1日(金)、3月25日(月)
土井、山柴、千束、垣内山、吉野垣内、吉野、柴座、旦所、山路、森、御馬所、葛清池、山本、今田、園内、西島、三本橋、馬場、三ノ甲、香田、五反田、平田、長田、石不動、軸、岸本、東林、高畑、神原、舞台、吉原、渡ル瀬、式部谷、中ノ山、盛戸、源氏垣外、平谷、柿木垣内、小松、城ノ内、河原崎、枚方バイパス沿線
3月4日(月)、3月26日(火)
清水井、松原、広門、植松、女郎花、三反長、隅田口、山下、大芝、男山指月、男山吉井、男山松里、久保田、山田、一ノ坪、砂田、安居塚、福祿谷、月夜田、南山、美濃山、上奈良
3月5日(火)、3月27日(水)
内里、戸津(国道1号線以東)、下奈良(国道1号線以東)
3月6日(水)、3月28日(木)
野尻、岩田、里上津屋、浜上津屋

▶不用品情報

▼ゆずります(すべて無料)
ベビー用品▼ベビーベッド(木製、標準サイズ)家具▼勉強机(木製、キャスター付引出、ハンガーラック付)
その他▼補聴器用電池(PR41、4シート)



△ゆずってください
電化製品△オーディオセット(レコード盤対応)その他△耕うん機(大きめのもの)
※市は情報提供のみ行います。品物の受渡しなどについては当事者間でお願ひします。
☎生活情報センター(☎983-8400、FAX983-8401)

▶大型ごみの持ち込み

1日5点まで(すべて有料)

【祝日】3月21日(木・祝)午前9時～正午
※戸別収集は取り扱っていません。
【平日】月曜日～金曜日、午前8時30分～午後4時30分
※戸別収集は要予約。
場所 市役所別館環境業務課
☎環境業務課(☎983-5340)

▶食用廃油の回収日程表

☎環境業務課(☎983-5340)

13日(水)
上奈良・下奈良・上区・中区・内里・三区公会堂、石清水ビューハイツ、双栗・五区集会所、川口天満宮前、市役所庁舎東側、八幡人権・交流センター、八幡御馬所、南山小西側、柿ヶ谷集会所、福祿谷114・166番地
15日(金)
長町北・樋ノ口集会所、長町児童公園、長町11番地、橋本公民館、橋本栗ヶ谷26番地、ひつじ・やぎ公園、足立寺史跡公園
※回収日の午前8時までに出してください。 ※食用廃油用回収箱を各箇所に設置していますので、食用油の元の容器またはペットボトルに入れて出してください。 ※回収場所が分からない人はお問い合わせください。

図書館コーナー

図書館へのお問い合わせは
◆八幡市民図書館(☎982-7322)
◆男山市民図書館(☎982-4123)

▶3月の図書館休館日

八幡市民図書館
1日(金)、8日(金)、15日(金)、21日(木・祝)、22日(金)、28日(木)、29日(金)
男山市民図書館
4日(月)、11日(月)、18日(月)、22日(金)、25日(月)、28日(木)

NEW BOOK 新着図書紹介

【児童図書】
『かがくのほん』
『歴史ごはん 食事から日本の歴史を調べる 第1巻』
永山 久夫・山本博文/監修



むかしの人は、なにを食べてたのかな?縄文パンや卑弥呼のごはんはどんなのだろう?レシピがあるから、作ってみよう!小学校中学年から。

【成人図書】
しなくていいがまん 小林 麻耶
人間狩り 犬塚 理人
残心 錦木 蓮
光まで5分 桜木 紫乃
ターティペアの大跳躍 高千穂 遙
ゆえに、警官は見護る 日明 恩
私以外みんな不潔 能町 みね子
すみれ屋敷の罪人 降田 天
風牙 門田 充宏
ブルーバード、ブルーバード
アッティカ・ロック
本のある空間で世界を広げる 図書館さんぽ
図書館さんぽ研究会

▶自動車文庫の巡回日程

午後1時に大雨注意報・警報発令時は運休。なお、注意報発令時は、天候により巡回する場合もあります。

30分間停車します	
3月5日(火)、3月26日(火)	
内里(有都福祉交流センター)	14:00～
上津屋里垣内(四季彩館)	14:40～
八幡長町・北(7組ロータリー)	15:30～
橋本栗ヶ谷(メロディハイム希望ヶ丘前)	16:20～
3月6日(水)、3月27日(水)	
男山石城(地域包括ケア複合施設YMBT)	13:20～
岩田岩ノ前(石田神社御旅所)	14:10～
橋本あらかし公園(西入口)	15:00～
西山足立(橋本児童センター)	15:40～
橋本西山本(橋本橋東側)	16:20～
3月12日(火)	
南ヶ丘保育園	14:10～
美濃山御幸(みゆき南公園)	14:50～
ファインガーデンスクエア(ウエストエントランス)	15:30～
男山笹谷(D19棟南側)	16:20～
3月13日(水)	
橋本塩釜(島岡歯科医院前)	13:40～
南ヶ丘児童センター	14:20～
八幡山田(しのめ公園)	15:00～
美濃山幸水(幸水集会所)	15:40～
子ども・子育て支援センター(すくすくの杜)	16:20～
3月19日(火)	
岩田松原(魚清前)	13:10～
ケアハウスポポロ21	14:00～
八幡長町・南(児童遊園)	14:50～
八幡樋ノ口(今井氏宅前)	15:30～
3月20日(水)	
下奈良今里(有都交流センター)	14:10～
川口(まつむし児童公園)	14:50～
有都小学校	15:30～
美濃山小学校	16:20～

▶さくらであい館 オープン2周年感謝祭

八幡の皆さまと共に
おかげさまで2周年!

日時 3月23日(土)、24日(日)
午前10時～午後4時
場所 さくらであい館
内容 新・空中茶室「そら」(お茶席300円)、ステージコンサート、竹細工ワークショップ(参加費200円)、マルシェなど当日受付。先着順。
☎さくらであい館(☎633-5120)

▶日曜大工ボランティア 入門講座

日時 3月10日(日)午前9時30分～正午※参加費無料。
場所 市民協働活動センター
対象 市内在住の人
定員 10人
内容 講演「NPO法人とんかちの活動について」、作業場・作品見学
☎・☎前日までに電話またはメールでNPO法人とんかち事務局=田井(☎080-5336-5507、メールtaimama@chic.ocn.ne.jp)へ

▶2019女性セミナーへの お誘い

日時 4月26日(金)～2020年3月6日(金)
場所 男山公民館など
定員 約40人
内容 講座「『木幡狐』を読む」、「湖南の名社・名刹を訪ねる」バスツアーなど
参加費 5,000円(全11回)、各回申し込みは700円、ツアー等は別途徴収
☎・☎直接会場受付またはやわた女性セミナー=石原(☎・FAX982-0504※電話は午後7時以降、メールjyishihara@gamma.ocn.ne.jp)へ

▶テレフォンボランティア 入門講座

高齢者などにお話し、元気に過ごされているか安否確認をするボランティアの入門講座です。

日時 3月20日(水)午後1時30分～3時30分※参加費無料。
場所 福祉会館
対象 テレフォンボランティアに興味がある人
定員 30人
内容 講演「電話をする上で心掛けていること」、テレフォンボランティアグループTELちゃん活動紹介
☎・☎3月18日(月)までに電話またはFAX、ホームページからの問い合わせメールで、氏名、住所、電話番号を明記し、社会福祉協議会(☎983-4450、FAX983-5798、ホームページhttp://www.yawata-shakyo.or.jp/)へ

▶シニア3楽体操教室

気楽に参加・楽しく続けて・楽な運動で健康と友達をつくりましょう。
定員 1会場各20人
対象 市内在住の60歳以上の人
※会場・実施日・参加費など、詳細は下記までお問い合わせください。
☎・☎電話でシルバー人材センター(☎983-0822)

▶出張がん個別相談会

保健師または看護師が、がんに関わるさまざまな相談をお受けする出張個別相談会です。※前日までに要予約。相談無料。
日時 3月12日(火)午後1時～3時30分
場所 山城北保健所(宇治市宇治若森7-6)
☎・☎電話および対面相談も行っていますので、詳しくは京都府がん総合相談支援センター(☎0120-078-394)へ

国民年金からのお知らせ

こんなときには届出が必要です

国民年金は、国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人が加入しなければなりません。届出は加入時だけでなく、被保険者種別が変わったときにも必要です。

被保険者資格取得届

●20歳になったとき 厚生年金保険や共済組合に加入していない人が20歳になったとき(20歳になると日本年金機構から、国民年金加入に関する届出書が送付されます)

被保険者種別変更届

●会社を退職したとき 60歳まで

に退職し、厚生年金保険や共済組合の被保険者でなくなったとき

●配偶者が退職したとき 配偶者が退職し、会社員や公務員などの被扶養配偶者でなくなったとき(配偶者が65歳に達して第2号被保険者でなくなったときを含む)

●収入が増え、被扶養配偶者でなくなったとき 収入が増え、会社員や公務員などの被扶養配偶者でなくなったとき

退職(失業)時の特例免除

厚生年金に加入していた人が退職(失業)すると、国民年金の加入手続きを行い、国民年金保険料

を納めることになります。ただし、保険料を納めることが経済的に困難である人は、申請によって保険料の納付を免除される制度があります。

通常の特例免除は、申請者本人・配偶者・世帯主の所得が基準の範囲内である必要がありますが、退職(失業)時の特例免除は、退職した人の所得を除外して審査します。

この制度は、退職(失業)した前月から翌年6月までの期間に限り利用できます。

特例免除を申請する場合は、免除申請書に雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票等の公

的機関の証明書の写しを添付して提出してください。

継続免除申請をされた人は所得の申告をしてください

継続免除申請をされた人は所得の有無にかかわらず、毎年、所得審査の対象者全員(申請者本人・配偶者・世帯主)の所得の申告(市・府民税申告または確定申告)をしてください。申告をされていない場合、継続免除申請は却下となりますのでご注意ください。

〒市民課年金係(☎983-2594)、京都南年金事務所国民年金課(☎643-2547)

困ったときはご相談ください

◆弁護士相談

【電話予約制、先着8人】相続・離婚・金銭問題・借地・借家・近隣トラブル・交通事故等の法律相談に弁護士が応じます。時間はいつでも午後1時15分~4時です。1人20分。

Table with 3 columns: 相談日, 場所, 予約開始日. Rows include dates like 3月5日(火) and locations like 文化センター.

※予約は、午前9時から電話で生活情報センター(☎983-8400)へ。利用される人は前回の利用から少なくとも2カ月の間隔を空けてください。

◆司法書士相談

【電話予約制、先着5人】土地建物、登記、契約、相続、消費者金融問題等の法律相談に応じます。時間は午後1時30分~4時です(相談時間は1人30分)。▶3月28日(木)文化センター2階第1会議室※予約は22日(金)午前9時から電話で生活情報センター(☎983-8400)へ。利用される人は前回の利用から、少なくとも2カ月の間隔を空けてください。

◆行政書士相談

一般相続、遺言、官公署への許可可、各種契約書等の書類作成や成年後見制度に関する相談に行政書士が応じます。時間は午後1時30分~4時です。お問い合わせは市民協働推進課(☎983-5749)へ。▶3月7日(木)文化センター2階第1会議室

◆行政相談

国や府、市などの行政に関する苦情や意見・要望を受け付けます。時間は午後1時30分~4時です。お問い合わせは市民協働推進課(☎983-5749)へ。▶3月15日(金)文化センター2階第1会議室

◆人権相談

人権に関わる相談やいろいろな悩みにも人権擁護委員が応じます。ひとりで悩まず、ご相談ください。時間は午後1時~4時です▶3月11日(月)▶25日(月)八幡人権・交流センター(人権啓発課)※電話相談も受け付けます。(☎981-3127)

◆女性相談

恋人や親しいパートナーからの暴力、ストーカー、セクハラなどの女性問題について相談に応じます。場所は八幡人権・交流センター(人権啓発課)です。

【専門相談】(要予約)▶3月14日(木)▶28日(木)午後1時30分~4時30分、詳しくは同センター(☎983-1784)へ。

【一般相談】月曜~金曜日(祝日、年末年始除く)午前10時~午後5時

◆年金相談

【電話予約制】待ち時間を短縮するため予約制になっています。年金相談を希望される人は下記に予約してください。

▶3月22日(金)午前10時~午後4時、文化センター3階第1講習室予約先 京都南年金事務所お客様相談室(☎643-2620)

◆家庭児童相談室

子どものことで心配なことがあれば一緒に考え、助言をします。月曜~金曜日(祝日除く)午前8時30分~午後5時15分、子育て支援課(☎983-3148)

◆児童虐待の通告について

月曜~金曜日 午前8時30分~午後5時15分(緊急時は土日祝日、夜間の対応をします)、子育て支援課(☎983-3148)※府宇治児童相談所京田辺支所(☎0774-68-5520)でも対応します。

◆母子父子家庭相談

母子・父子家庭の皆さんの相談を受け付け、悩みごとを解決する情報を提供します。月曜~金曜日(祝日除く)午前9時~正午・午後1時~4時、子育て支援課(☎983-1112)

◆介護相談

高齢者の介護やひとり暮らし高齢者の生活不安に関する相談と情報を提供します。

地域包括支援センター(月曜~土曜日(祝日除く)午前9時~午後5時)やまばと(☎982-8000)、梨の里(☎982-0125)、美杉会(☎971-3576)、有智の郷(☎972-1000)

※次の在宅介護支援センター(日時は地域包括支援センターと同じ)や高齢介護課(☎983-5471)(月曜~金曜日(祝日除く)午前8時30分~午後5時15分)でも相談できます。京都八勝館(☎982-3883)、京都ひまわり園(☎983-8111)

◆消費生活相談

消費生活全般に関わる相談に、公的資格を持つ専門相談員が応じます。月曜~金曜日(祝日除く)午前9時~正午・午後1時~4時30分、生活情報センター(☎983-8400)

◆ふれあい福祉相談

福祉に関する相談に応じます。まずは、お電話ください。ふれあい福祉センター(☎983-2000)

【常設相談】月曜~金曜日 午前9時~午後4時 社会福祉協議会(時間外の夜間・休日はセンターが委託する機関への転送電話で受け付けます)

【出張相談】火曜~木曜日(祝日除く)午後1時30分~3時30分、八寿園

◆障がい者(児)相談

障がいのある人やその家族からの相談に応じます。時間は午後1時~3時。お問い合わせは障がい福祉課(☎983-2129)へ。▶3月5日(火)生涯学習センター。対象は知的障がい者・聴覚障がい者

◆京都ジョブパーク個別就職相談会

◆サポステ京都南若者個別就労相談

【予約制】予約は商工観光課(☎983-2853)まで 専門相談員が求職者等の就職を支援します。時間は午前10時~午後2時。※事前予約制です。京都ジョブパーク(☎682-8915)、サポステ京都南(☎0774-54-5380)▶3月22日(金)市役所1階相談室(北玄関西側)

短 信

▶2019年度自衛官募集

募集種目 1 予備自衛官補(1 一般、2 技能) 2 幹部候補生(3 一般(大卒程度)、4 一般(院卒者)、5 歯科・薬剤科) 3 一般曹候補生※自衛官候補生は年間を通じて受け付けます。受付期間 1 1【第1回】4月12日(金)まで【第2回】7月1日(月)~9月13日(金) 2 3月1日(金)~5月1日(水) 3 3月1日(金)~5月15日(水) ※1は第1回で予定数に達した場合、第2回は実施しない場合があります。

試験日 1 1【第1回】4月20日(土)~24日(水)【第2回】10月5日(土)~8日(火) ※いずれも期間内から1日を指定します。 2 3・4 5月11日(土)、12日(日)、5月11日(土) 3 5月25日(土) 関応募資格など、詳しくは自衛隊宇治地域事務所(☎0774-44-7139)へ

▶京阪バス 運賃改定のお知らせ

4月1日から、八幡市域の一般路線バス運賃を改定します。改定内容としては、近距離区間の引き上げと長距離区間では引き下げを予定しています。詳しくは、下記にお問い合わせ、または京阪バスホームページをご覧ください。 関京阪バス(株)経営企画室(☎682-2310)

▶梨の里介護予防教室 (第21回)

「はじめよう認知症予防」

日 時 3月16日(土)午後2時~3時※参加費無料。 場 所 介護老人保健施設 梨の里 対 象 市内在住で、65歳以上の入 講 師 吉見 誠さん(梨の里 理学療法士) 関・関当日午後1時までに地域包括支援センター梨の里(☎982-0125)へ

「広報やわた」点字版、音声版CD・カセットテープ あります

◆問い合わせ 【点字版】「さわらび」(代表=小田☎982-2343) 【音声版】「よむよむ」(代表=上原☎981-6803)

▶風しん予防接種の一部助成

風しんの感染拡大防止と先天性風しん症候群の発症防止対策として、予防接種費用の一部を助成します。

対象 A~Cのいずれかに該当する市民。

A 妊娠を希望する女性およびその配偶者(児の父親)

B 現在妊娠している女性の配偶者(児の父親)

C 抗体価が低い妊婦の同居人のうち、抗体価が低い人

※妊娠している女性は、接種できません。また、接種後、2カ月間は妊娠をさけてください。

※すでに風しんにかかったことがある人および麻しん風しんワクチンを2回接種している人は除外します。

対象期間 平成30年4月1日~平成31年3月31日接種分

申請受付期限 4月10日(水)

助成限度額

・麻しん風しん混合ワクチン(MR) = 7,000円

・風しん単独ワクチン(R) = 4,500円

※市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は全額助成。

※接種費用は、医療機関によって異なります。

申請に必要な書類

対象A・Bの場合

①医療機関発行の領収書(予防接種名、接種年月日、接種者の氏名、接種費用、領収印のあるもの)、②印かん、③預金通帳など振込先のわかるもの、④抗体検査結果が記載された書類(抗体検査を受けた人のみ)

対象Cの場合

①~③、⑤抗体検査結果が記載された書類、⑥妊婦の母子手帳、⑦同居人の住所が確認できるもの

申請 予防接種費を全額支払い後、前記の必要な書類を健康推進課に持参し、還付申請をしてください。

申請用紙は、健康推進課または市ホームページから入手できます。

健幸マルシェ開催!

~気付き、体験、出会い~

日時 3月24日(日) 午前10時~午後3時

場所 生涯学習センター

「健幸×歩く」講座

①アシックス健幸ウォーキング教室

歩くときの姿勢や注意点、ウォーキングに適した靴の選び方などを学べます。この機会にウォーキングを始めませんか。※参加費無料。

時間 午前10時30分~11時30分

定員 50人(先着順) 講師 鈴木伸さん(日本ウォーキング協会公認ウォーキング指導員)

☎電話で健康推進課へ

②講演会「歩いてのぼそう、健康寿命」

健康づくりになぜ歩くことが大切なのか?をお話します。※参加費無料。申込み不要。

時間 午後1時~2時

定員 200人

講師 真田樹義さん(立命館大学スポーツ健康科学部教授)



◇近隣スポーツジム5社による運動体験や健康チェック

◇カリスマ講師による筋トレバンド体験教室



◇骨の健康チェック

◇参加特典として、健幸豚汁を無料提供

◇地元野菜即売、多幸(たこ)焼販売

◇参加された人に素敵なプレゼントあり

※駐車場に限りがありますので、公共交通機関でお越しください。

▶高齢者肺炎球菌定期接種

今年度対象者の接種期間は3月31日まで

65歳以上の定期予防接種対象者には個人通知を平成30年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。

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31年3月31日時点)の人(高齢者肺炎球菌ワクチンを定期接種で接種された人は除く)

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)。医療機関発行の領収書(接種者の氏名、接種年月

日、接種費用、予防接種名、領収印(預金通帳など振込先の分かるもののあるもの)、接種済証、印かん、持参し、健康推進課へ。

八幡市協力医療機関

Table with 4 columns: 医療機関名, 住所, 電話番号, 予約. Lists various medical facilities and their contact information.

▶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骨髄等の提供日において八幡市に住所登録がある

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

▶離乳食教室

日時 4月11日(木) 午後1時30分~3時30分

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

☎4月8日(月)までに電話で健康推進課へ(当日欠席のときは必ず連絡してください)。

暮らし生き生き 健康に幸せに 掲示板



【肥満度と心疾患の関係は?】

マレーシアで肥満についての大規模な疫学研究が行われました。体重と死亡率の関係を調査した結果、肥満度が高くなるほど、心疾患での死亡率も高くなることが分かりました。

心疾患の発症率が高いとされる欧米人を対象とした研究では、「高度肥満では心疾患による死亡率は逆に低下する」という肥満のパラドックスが知られていますが、東南アジアでは「肥満になるほど、心疾患の死亡率は高くなる」という結果が得られたといえるでしょう。

【肥満に「ある条件」が加わると?】

肥満のパラドックスの原因はまだ解明されていませんが、研究者の間では、高度肥満(BMI 30~35)ほ

ど早期に心疾患を発症し、適切な医学管理を受けるため、死亡率が低下するという、心疾患大国らしい仮説が支持されています。

肥満のパラドックスを支持する大規模な研究は、日本ではまだ見当たりません。しかし、肥満にある条件が加わることに警鐘を鳴らす研究者が日本にいます。立命館大学の真田樹義教授です。真田教授は世界中の肥満に関する論文を精査し、「肥満も筋力低下も、どちらも心疾患の発症リスクや死亡リスクの有力な原因であり、肥満に筋力低下が加わると、健康リスクを相乗的に高める可能性がある」と指摘します。

【筋力を鍛えるには?】

真田教授らは、ご自分の主観で「少ししんどいと感じるくらい」の低負

荷のトレーニングでも、6週間続けると筋力の改善効果が得られることを報告しています。

【健幸のために、あなた自身ができることは?】

筋トレや運動を身近に感じていただくために、本市は近隣スポーツクラブと連携協定を締結し、事業の相互PRなどの準備を進めています。また、3月24日(日)には、スポーツクラブ5社のご協力をいただき、筋トレやウォーキング、健康に関する学びや出会いを体験していただける「健幸マルシェ」を開催します(詳細は、上記をご覧ください)。当日は、真田教授による講演会も行います。桜の開花とともに、皆さんも運動のある生活を始めてみませんか? 関健康推進課

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。

▶3月の各種健康相談

▼窓口健康相談（要予約）	
19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	
14日（木）	南ヶ丘老人の家
28日（木）	八寿園
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。
※窓口健康相談は事前に健康推進課へ予約を。

健康マイレージ事業 公開抽選会



健康マイレージ事業への応募者の中から、抽選で20人に『健康グッズが選べるカタログギフト』、30人に『「四季彩館」施設利用券』が当たる公開抽選会を実施します。当選者にはその場で景品をお渡ししますので、免許証など本人確認ができるものをお持ちください。※抽選会に参加されていない当選者には、後日郵送させていただきます。

日時 3月15日（金）午前10時～
場所 母子健康センター1階

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～

歯科休日応急診療所は、平成31年3月31日（日）をもちまして廃止します。

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

3月の乳幼児健康診査・すこやか子ども相談のご案内

事業名	会場	日程	受付時間	対象	4月の日程
4カ月児健康診査	母子健康センター	6日（水）	午後1時～2時	平成30年10月21日～11月10日生	17日（水）
		26日（火）		平成30年11月11日～11月30日生	
10カ月児健康相談	母子健康センター	5日（火）	午前9時15分～10時30分	平成30年3月23日～4月11日生	19日（金）
		25日（月）		平成30年4月12日～4月30日生	
1歳8カ月児健康診査	母子健康センター	15日（金）	午後1時～2時	平成29年7月1日～7月23日生	12日（金）
					22日（月）
3歳児健康診査	母子健康センター	19日（火）	午後1時～2時	平成27年9月生	23日（火）
		20日（水）			24日（水）
すこやか子ども相談 ※①	母子健康センター	1日（金）	午前9時30分～10時30分	0歳から就学前までの乳幼児で希望があれば、当日母子健康手帳を持って直接会場へお越しください。（予約不要）	4日（木）
	子ども・子育て支援センター（すくすくの杜）	4日（月）			8日（月）
	子育て支援センター（あいあいポケット）	6日（水）			10日（水）
	八幡人権・交流センター	8日（金）			5日（金）

※各健診の対象者には通知しています。
※①子育て支援センター（あいあいポケット）には駐車場がありません。子ども・子育て支援センター（すくすくの杜）は、南玄関が出入口となります。

【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、栄養相談をします。
◎10カ月児健康相談はふれあい遊び、読み聞かせ、歯みがき指導があります。当日、子ども用の歯ブラシをプレゼントします。
◎1歳8カ月児健康診査、3歳児健康診査は歯科健診、歯みがき指導があります。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。
【すこやか子ども相談内容】身体計測、育児相談、栄養相談、ふれあい遊びをします。身体計測については、2歳までのお子さんが対象となります。



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 3月12日（火）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
次の接種日は、4月10日（水）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10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。

▶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

1回開催。
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）
☎・問NPO法人元気アップAGEプロジェクト（☎080-4242-4734）

▶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」
▶4月5日（金）午後1時30分～3時30分、母子健康センター2階

	場所	日時
①	文化センター	3月4日、11日、18日、25日。各日月曜日。午後2時30分～4時
②	地域包括ケア複合施設YMBT	3月12日、19日。各日火曜日。午後2時30分～4時
③	川口コミュニティセンター	3月13日、20日。各日水曜日。午後2時～3時30分
④	山柴公民館	3月1日、8日、15日、22日。各日金曜日。午後2時～3時30分
⑤	よりのば路（京都八勝館横）	3月1日、8日、15日、22日。各日金曜日。午前10時～11時30分

献 血

日時 3月29日（金）午前9時30分～11時45分、午後1時～3時30分
場所 文化センター
輸血の安全を高めるため、400mlの献血にご協力ください。

店の人が講師 専門知識伝授

第1回まちゼミin八幡



はんだごてでイラストを焼き付ける参加者と店の人(右)

第一回得する街のゼミナール「まちゼミin八幡」が2月1日から28日まで開催され、32の市内商店などの店主らが講師となり、参加者たちに専門知識などを伝授しました。



店の人(右から1人目と3人目)に教わりながら豆たたみを作る参加者たち

「まちゼミ」とは、店の人が講師となって専門的な知識やお得な情報などを参加者たちに教え、こだわりや人柄などを知ってもらうこと。店で店やまちのファン作りを目指す、全国に広がっている取り組み。市では、商工会の主催ではじめての開催となりました。



「節分を前にした2月1日、南ヶ丘第二保育園で節分行事が行われ、園児84人が商工会青年部の部員扮する鬼に向かって豆に見立てた紅白玉を投げ、今年1年の健康などを願いました。

南ヶ丘第二保育園で節分行事

太鼓の音が鳴り響くと、園児たちが集まったホールに4人の赤鬼や青鬼が登場。突然現れた鬼に驚いて、はじめは逃げ回ったり、泣いてしまったりしていた園児たちですが、みんなで勇気を出して紅白玉を投げ、鬼たちを退散させていました。

最後は、鬼と仲直りして、みんなで記念撮影。「はじめは怖かったけど、優しくした」と話すなど、園児たちは節分行事を楽しんでいました。

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。

古代の暮らしに思いはせ

「美濃山遺跡」見学会

京都府埋蔵文化財調査研究センターが発掘調査を行っている「美濃山遺跡」(美濃山出島)の現場見学会が、2月2日に地元の住民や小中学生向け、9日に一般向けに開催されました。

同調査は新名神高速道路の建設に先立ち、同センターが平成27年度から実施しています。

今年度調査では、弥生～飛鳥時代の竪穴建物12基、飛鳥～奈良時代の掘立柱建物27棟を検出。壁面や底面が焼けた焼土坑15基も確認され、鉄器作りの際に生じる

小さな鉄片などが見つかったことから、遺跡はなんらかの手工業生産に携わった工人の集落だと考えられています。

また、多数の土馬やひさご(ひょうたん)形土製品なども出土。ひさご形土製品は、同遺跡の東方に位置する「美濃山廃寺」でしか出土していないことから、同センターの職員は「工人たちが美濃山廃寺の造営に関わったのではないか」と見解を説明するなどし、参加者たちは熱心に話を聞きながら、当時の暮らしに思いをはせていました。



竪穴建物跡を見学する参加者たち(2月2日)

作業学習 交流深める

男山団地 だんだんテラスで実施

八幡支援学校高等部生活デザインコースの2、3年生13人が昨年10月から2月までの毎週火、木曜日、作業学習の様子を見てもらえる取り組み「46~7(よろうな)」を男山中央センター商店街内のだんだんテラスで実施し、地域の人たちとの交流を深めました。

この取り組みは、地域の人たちに気軽に

に立ち寄ってもらい、生徒たちが学習に取り組む姿を見て同校の教育を知ってもらおうと、だんだんテラスの協力を得て実施されました。

生徒たちは、訪れてくれた人たちをお茶やコーヒーなどの飲み物でおもてなししながら、織物や刺し子の作業を実演。3学期からは体験コーナーが設置され、地域の人たちも生徒たちと話したり、作業を手伝ってもらったりしながら、刺し子体験を楽しんでいました。

2年生の山村陽人さんは「(地域の人たちと)お話できて楽しい」と少し照れながら話していました。



地域の人と刺し子をする生徒たち

八幡支援学校高等部