

▶元気アップ!体力測定会

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。

日時 ①3月3日(火)午前9時30分~11時30分、②3月3日(火)午後1時30分~3時30分、③3月4日(水)午前9時30分~11時30分、④3月4日(水)午後1時30分~3時30分、⑤3月6日(金)午後2時~3時

場所 ①文化センター、②地域包括ケア複合施設YMBT、③よりば路(八幡館横)、④山柴公民館、⑤福祉会館

対象 市内在住の60歳以上の入定員 20人(各会場先着順)

内容 握力、歩行速度、いすからの立ち上がりなど

国・園 2月19日(水)午後5時まで、直接窓口または電話で、健康推進課(☎983-1116)へ

▶高血圧予防教室

~楽しく続けられる方法を紹介します~

日時 ①1月28日(火)、②2月12日(水)、③3月3日(火)。いずれも、午後1時30分~3時30分(受付は午後1時~)※参加費無料。

場所 母子健康センター 定員 25人(先着順)

内容 ①基礎知識「正しく測ろう!血圧の測り方を実習します!」②食生活「食事で下げよう!あなたの食べ方を診断します」③運動「運動で下げよう!楽しく続けられる運動をご紹介します」※医師から運動を制限されている人は③はご遠慮ください。

持ち物 筆記用具、健康手帳(お持ちの人)※③はタオル、飲み物、運動できる服装と上靴

国 1月24日(金)までに、直接窓口または電話で、健康推進課(☎983-1115)へ

▶シニア世代のための低栄養予防料理&運動教室

日時 2月4日(火)午前10時~午後2時

場所 八幡人権・交流センター 対象 市内在住・在勤の20歳以上の人

費用 500円(調理実習材料費)※当日徴収。受講キャンセルは、1月31日(金)午前中まで可能。期限以降は準備の都合上、材料代を徴収します。

定員 16人

内容 ①ミニ栄養学講座・調理実習、②DKエルダーシステムを使った椅子に座ったままできる運動

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記用具 国・園 1月6日(月)から、直接窓口または電話で、八幡人権・交流センター(☎981-3127)へ

▶減塩みそ手づくり教室

家族の健康を守るため、減塩で無添加のみそをつくってみませんか。

日時 ①2月28日(金)、②3月17日(火)。各日とも、午前10時~11時、午前11時~正午、午後1時~2時。

場所 文化センター3階第4講習室

参加費 1口3,000円(麹2kg、大豆1kg、塩400g)※出来上がりは4kg強。

定員 各14口(先着順。1日42口) 持ち物 エプロン、手ふき、みそを入れる容器など

国・園 開催日の2週間前までに健康推進課(☎983-1115)へ

▶くらしのセミナー

知って備えよう成年後見制度・相続・遺言~自分のため、家族のため、地域のため~

日時 1月30日(木)午後2時~4時※参加費無料。

場所 男山公民館 対象 市内在住の人

定員 40人(先着順) 講師 久保 雄嗣さん(く公社)

成年後見センター・リーガルサポート京都支部 司法書士

国・園 セミナー前日までに、電話で生活情報センター(☎983-8400)へ

イベント

▶第23回松花堂新春書初め席書大会・第39回書初め展の合同作品展

書初め席書大会と書初め展の合同作品展です。書初め展では作品を募集しています。入館無料。

合同作品展 日時 1月21日(火)~2月2日(日)午前9時~午後5時※入館は午後4時30分まで(最終日は4時まで。入館は午後3時30分まで)。

場所 松花堂庭園・美術館

書初め展

課題 下表のとおり

作品受付 1月14日(火)正午~午後3時に市民交流センターへ持参(1人1点限り。出品料200円)。その他 学校へ提出する場合は表装不要。個人で提出する場合は出品表(下記参照)を作品下に添付し、作品を仮巻に貼ってください。

Table with 2 columns: 学校名, 学年, 氏名

園席書大会=松花堂庭園・美術館(☎981-0010)、書初め展=文化協会書道部会 安藤(☎981-7531)

Table with columns: 学年等, 課題語句, 書体等, 用紙, 署名

令和2年 背割堤さくらまつり
今年も桜の時期に「令和2年背割堤さくらまつり」を開催します。イベント期間中は、さくらマルシェやさくらであいクルーズなどを開催し、毎年約45万人が訪れる大変にぎわうお祭りです。
日時 3月28日(土)~4月7日(火)午前9時~午後5時
場所 淀川河川公園背割堤地区
園 淀川河川公園管理センター(☎633-5120)、商工観光課(☎983-2853)

▶第22回やわた男女共同参画るーぶフェスティバル

日時 2月1日(土)午前10時~午後4時

場所 八幡人権・交流センター

内容 【午前の部】午前10時~正午

▶体験教室(ヨガ・健康体操)※定員30人▶模擬店(炊き込みご飯・豚汁・コーヒーなど)▶パネル展示▶フリーマーケット【午前11時30分~午後0時30分】▶お茶席(立礼でお茶とお菓子のふるまい)(予定)

【午後の部】午後1時15分~4時

▶開会式▶団体紹介▶映画「日是好日」上映※定員200人。入場無料。当日直接会場へお越しください(先着順)。

園 人権啓発課(☎981-3127)

▶第36回綴喜青少年の主張大会

青少年が日常生活や学校生活で感じたことや、大人や社会に訴えたいことを発表します。市内の小中学生4人が参加します。※入場無料。申込不要。

日時 1月26日(日)午後1時~4時

場所 井手町立自然休養村管理センター(綴喜郡井手町大字井手小字二本松)

園 社会教育課(☎983-3088)

▶防災講演会

~心は流されない~ 東日本大震災の津波からの生還

日時 1月19日(日)午後2時45分~3時45分(開場は午後2時30分~)※状況によっては、開場時間が遅れる場合があります。

場所 生涯学習センター

講師 横山 幸雄さん(総務省消防庁災害伝承10年プロジェクト語り部)

その他 講演会の前に、京都府警察音楽隊のコンサートと、上演中に地震の発生を想定した避難訓練を行います。コンサートから参加する場合は、生涯学習センターだより1月号をご覧の上、お申し込みください。防災講演会のみ参加は、申込み不要です。

園 防災安全課(☎983-3200)

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

※1月11日(土)初市。

※売り切れの節は、ご容赦ください。

園 JA京都やましろ八幡市支店(☎981-1315)

情報ひろば

市の主催・共催・後援のみ掲載

市政情報

▶家族介護者教室と昼食交流会

1部では、移乗、起居、転倒時等の介護方法を学び、講師を交えた昼食交流会を行います。2部では、認知症に関する講演や認知症予防の体験を体験します。

日時 2月6日(木) 午前10時30分～午後2時30分
場所 文化センター
対象 要介護1以上の介護認定を受けている人を在宅で介護する市内在住の人(要介護者1人につき1人まで参加可)
定員 40人(申込多数の場合は抽選)
講師 後藤 祐貴さん(八幡中央病院 理学療法士)
参加費 1,000円
■・■ 1月10日(金)までに高齢介護課(☎983-3594)へ

▶成人式

日時 1月13日(月・祝) 午前10時30分～
場所 文化センター
※駐車台数が限られていますので、公共交通機関をご利用ください。
■ 社会教育課(☎983-3088)

▶2020年農林業センサスを実施します

2月1日(土)を基準日として、農林業に係るすべての世帯および法人を対象に2020年農林業センサスを実施します。

この調査は、農林業の実態とその変化を明らかにすることを目的に、5年に1度実施される重要な統計調査であり、調査の結果は、農林行政の基礎資料として幅広く活用されます。

1月中旬から調査員が農林業を営むすべての世帯および法人を訪問し、一定の条件を満たした世帯および法人に調査票を配布し回収します。オンラインでの回答も可能です。なお、調査票に記入された事項については、統計以外での目的には使用されません。調査へのご理解とご協力をお願いします。

■ 総務課(☎983-2115)

▶今冬の節電・省エネのお願い

冬は、エネルギー消費量が多くなります。地球温暖化を防止するため、無理のない範囲で、節電・省エネにご協力をお願いします。

■ 節電・省エネのポイント

- ・あたたかい服装をしよう
- ・あたたかい食事をとろう

- ・厚手のカーテンで保温を
- ・家電は「省エネ家電」を選ぼう
- ・運動をして体温アップ
- ・あたたかいグッズを使おう
- ・湯たんぽで足元からぽかぽか
- ・暖房は室温20度を目安に
- ・みんなでひとつの部屋に集まって過ごそう

■ 環境保全課(☎983-2795)

募集

▶令和2年度市民総体社会人サッカー登録チーム募集

市民総体(八幡フットサルリーグ) ※随時募集中。

■ 指定の申込用紙に必要事項を記入し、2月7日(金)必着で八幡サッカー協会事務局(☎982-1482、FAX982-1492)へ

▶「第37回八幡市展」作品募集

展示日時 4月3日(金)～5日(日)

午前10時～午後5時(5日は午後4時まで)
展示会場 松花堂庭園・美術館
出品対象者 市内在住・在勤・在学の人(中学生以下は除く)
出品料 1点につき1,200円※1種目につき1人1点。

■ 募集要項の中の出展申込書に必要事項を記入し、出品料を添えて3月7日(土)午後1時～3時に文化センター2階第1会議室へ提出。
※募集要項は社会教育課、市民交流センター、市内各公民館にあります。
■ 文化協会(☎983-9202、火・木・金の午前9時～午後4時)へ

部門	作品種目	作品の規格
書の部	かな、漢字、調和体、篆刻、その他	縦200cm×200cm以内(軸装または額装)
絵画の部	日本画、水墨画、油絵、水彩画、版画、デザイン、その他	30号以内(軸装または額装)
工芸の部	手工芸、その他美術工芸作品	●平面作品 縦200cm×横200cm以内 ●立体作品 縦100cm×横100cm×高さ180cm以内
陶芸の部	陶器、磁器、楽焼、その他	
写真の部	風景、人物、動植物、静物、その他	全紙以内(額またはパネル)

スポーツ

▶八幡市民初春のつどい

ウォークラリー&お茶を一服

ゴール後には温かいお茶がふるまわれ、主催者が設定した時間にゴールした人には賞品をプレゼントします。お気軽にご参加ください。※参加費無料。

日時 1月12日(日) 午前9時～正午※午前9時までに集合。午前9時30分一斉スタート。雨天中止(小雨決行)。
集合場所 松花堂庭園・美術館駐車場※車での来場はご遠慮ください。
対象 市内在住、在勤者、近隣市町住民
コース 松花堂庭園・美術館～市役所～石清水八幡宮頓宮(高良神社)～エジソン記念碑前～石不動～①N T T中継所～さつき近隣公園～②さ



くら近隣公園～松花堂庭園・美術館 ※①、②チェックポイント。
■ 当日集合場所で、午前8時30分から受付
■ 体育協会、文化協会(☎983-9202、平日の午前9時～午後4時)

▶第42回市長杯ダブルス卓球大会

日時 2月15日(土) 午前9時～午後6時
場所 市民体育館
対象 市内在住、在勤、在クラブ
参加費 1人500円(当日徴収。中学生以下は無料)
種目 ▶男女別ダブルス・初級の部 男女別ダブルス=リーグ戦後、順位別トーナメント戦
▶混合ダブルス・初級の部 混合ダブルス=トーナメント戦
※パートナーは抽選で決定しますが、パートナーを決めての申込みも可能。
■・■ 2月5日(水)必着で、ハガキに住所・氏名・年齢・性別・所属・参加種目・電話番号を記入し、〒614-8295八幡市欽明台中央30-1 卓球連盟=浦入賢一郎(☎983-8324)へ※電話での申込不可。

講座・教室

▶市民対象 障害者差別解消法研修

日時 2月4日(火) 午後1時30分～3時※参加費無料。申込不要。
場所 文化センター3階第3会議室
講師 中村 正さん(社会福祉法人滋賀県聴覚障害者福祉協会 びわこみみの里 所長)、五十嵐 恵子さん(びわこみみの里 職員)、聴導犬ポッキーくん
テーマ 聴導犬(ほじょ犬)をご存じですか?～聴覚障がいのある人の暮らしを支えて活躍しているほじょ犬のことを学びます～
■ 障がい福祉課(☎983-2129、FAX972-2520)

▶要約筆記入門講座

耳の聞こえの不自由な人へ話の内容をその場で文字にして伝える通訳活動を学びませんか。
日時 1月27日、2月3日、2月10日。各日月曜日。全3回。午後1時～4時30分※参加費無料。
場所 福祉会館
内容 聴覚者への理解を深めるための講義と実技学習
■・■ 1月24日(金)までに障がい福祉課(☎983-2129、FAX981-8080)へ

▶健康体操教室

歌いながらできる健康づくり

DKエルダーシステム(最新音響機器)で、音楽・体操・映像などを使ったプログラムを行います。歌って、動いて、健康になりませんか。
日時 1月22日(水) 午後1時30分～3時※参加費無料。
場所 八幡人権・交流センター
対象 市内在住・在勤の人
定員 30人
■・■ 1月17日(金)までに、高齢介護課(☎983-5471)へ

▶中小企業向け働き方改革講座

中小企業経営に役立つ「知っておきたい「働き方改革」の基礎知識」

企業の労働時間や賃金制度など、就業規則の改定が必要となる「働き方改革関連法」の解説をします。社会保険労務士による個別相談会も実施します。
日時 2月6日(木) 午後2時～4時※参加費無料。
場所 文化センター3階第3会議室
対象 中小企業の経営者や人事労務管理担当者
■・■ 電話で商工観光課(☎983-2853)へ

広報やわた ●毎月1日に発行する「広報やわた」のお知らせ版、モノクロの広告です。
料金は1回(号)、1枠(縦4.5cm×横6cm)1万円です。

お店や会社のPR 広告を掲載しませんか

●1カ月1万円。会社のホームページのアクセス数アップにご活用ください。
●広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。 敬請注意 ●

市HPトップページに **バナー広告**