第687号 ^{令和2年}**10**月 2020年



盛やわた

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 FAX(075)982-7988

令和2年(2020年) 9月1日現在

人口7万564人

前月比 54人減

男:3万4337人 女:3万6227人

世帯 3万3295世帯

動き 出生 19人 死亡 59人 (8月分) 転入 172人 転出 186人

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



今月の主な内容

市議会第3回定例会、第7次行財政改革実施計画を改定、るーぷ計画Ⅲ素案にご意見を募集 2面新型コロナ関連特集(新型コロナウイルスに関する支援策について、八幡おうえん飲食券) 3面税務課からのお知らせ、国保の届け出は14日以内に 4面大きくな~れ、子育てすくすく、【開催予告】「やわた秋写んぽ」フォトキャンペーン 5面令和3年成人式は二部制で開催、登録型本人通知制度 6面10月は3R推進&食品ロス削減月間、マイナポイントなどについて 7面

子育で特集(令和3年度保育園・幼稚園・認定こども園の入園一次募集) 8・9面情報ひろば(市政、イベント、講座・教室、スポーツ、募集) 10・11面

相談、年金、短信、生活、図書館

12・13面

保健医療(健康診査・相談、予防接種、がん検診ほか)、健幸掲示板 14・15面まちの話題(京都: Re-Search 2020 in 八幡、歯磨き指導、敬老のハガキ投函、今月のこの人) 16面

円としました。

京都府

り市民対象のグリーンカーテンづくりの

八幡市環境市民ネットは、長年にわた

普及啓発などの活動を行っています。

過環境保全課(☎983・2795)

環境保全功労者表彰

長=原田守)が受けられました。

主な一般会計補正予算案

傾向と対策

の場においても、行政においても うことをよく聞きましたが、生活

玉

同じことがいえると思います。

に開会され、市は令和2年度補正予算案など5

第7次行財政改革実施計

第7

次行財政改革実施計画

を改定

幡

市男女共同参画

プラン

令和2年八幡市議会第3回定例会が9月2日



まり昨年度の決算を市議会で審議市にとっては、年度の後半が始 れたとか。 けられることにちなんで名づけら 守神様を残して、出雲大社に出か ・認定していただく月となりま 10月は旧暦で神無月。一部の留

はおおむね黒字となっています。 業会計で純損失を生じている以外 受験勉強で「傾向と対策」とい 令和元年度の決算状況は水道事

の皆さまのご協力をお願いしま

く努力してまいりますので、市民 できるよう現状に甘んじることな

令和2年(2020年)10月

产算案等

9月2日~10月14日

案を提出し、10月14日に審議される予定です。 報告2件、9月24日には契約案件1件など3議 議案を提出し、開会日に審議した報告1件を除 く4件について9月24日に可決されました。 般会計歳入歳出決算の認定等について8件と また追加議案として、9月3日に令和元年度

市議会第3回定例会

は次のとおりです。

円とし、水道事業会計は1 歳入歳出予算の総額を37 度の一般会計と国民健康保 た。国民健康保険特別会計 6億800万円としまし 0万円を追加し、補正後の の3件です。 算総額を75億9千260万 は700万円を追加し、予 **険特別会計、水道事業会計** 補正予算案は、令和2年 一般会計は2億6千48

千17万6千円を追加し、 算総額を20億5千24万8千 8㎡を不動産会社へ売却す 地元管理の市有地7千41 る財産の処分について議会 ちづくり方針具体化に向け 60万円-▽村中名義等財産処分費1 を講じる公共交通事業者等 ▽新型コロナウイルス対策 **過財政課(☎983・16** の議決を求めました。 たアンケート調査業務費6 億1千130万円▽健幸ま に対する支援費250万円 その他、八幡南山にある など。

> 続可能な行財政運営に向 する実施計画に基づき、 年度の取組実績と令和2年 取り組んでいます。 和3年度までを計画期間と 画を改定しました。 度以降の取り組みの追加等 今回の改定では、令和元 現在、令和元年度から令 事務事業の見直し等に

対して実施が62件、約3億 を行いました。 ついては、設定件数8件に 2千万円の財政効果を上げ 令和元年度の取組件数に

進、未収金の徴収率向上な ました。 令和2年度は、 もに、さらなる市民サービ 営住宅等の長寿命化計画推 千万円の財政効果額を見込 67件の取り組みで約2億9 スの向上に取り組むなど、 どに引き続き取り組むとと

今後、少子高齢化に伴う

り、市税の増収が見込まれ 障関係費の増大や庁舎の建 ない状況にある中、社会保 生産年齢人口の減少によ 化対策など多額の財政需要 て替え、公共施設等の老朽

んでいます。

令和元年度の

推進…約2億4千300万 ●公共施設等長寿命化計画

2千700万円 ・就学前施設の再編…約1 福祉センター民営化…約

千万円 止…1千万円 歯科休日応急診療所の廃

功労者表彰を八幡市環境市民ネット(会し、その功績をたたえる京都府環境保全

顕著な功労があった個人および団体に対

環境保全活動や環境保全行政の推進に

だけます。 (**19**0000

うな状況に対応した持続可 況は歳入と歳出のバランス 能な財政構造の確立を目指 が見込まれ、本市の財政状 います。そのため、このよ を維持していくことがより でまいります。 し、行財政改革に取り組ん 一層厳しくなると予測して

> 女共同参 力を十分

3(八幡軸63)八幡人権。 ①郵送 〒614・807 法で提出してください。 明記し、次のいずれかの方

交流センター内

人権啓発

目指して、

お互いに

本計画

は、男性も女性も

あなたのご意見、住所

所

氏名、電話番号を

主な取組実績および効果額

ものです。 進してい

③市ホームページからメー

②ファックス送信

9000

4545

構成する

※計画書については、 ームページや閲覧コーナー (市役所2階)でご覧いた 市木

> ▽募集対象 ~20日(火) ▽募集期間 を募集します。

固政策推進課

様式に定

めはありません。

▽提出方法 提出いただく

ご了承ください。

間人権啓発課(☎981

|勢調 査 回答はお済みですか

10回答は お願いします。 月7日までに

100000 B

在そして将来を見据えた対策を講悪いとは言えません。しかし、現

じることは必要です。

現在の市財政の黒字基調が維持

制

到

玉

查

の状況を踏まえたもので、一概に

して挙げられますが、法律や当時 前例踏襲主義は行政の悪い例と

日本に住んでいるすべての人 世帯が対象です。 国勢調査は10月1日現在、 は、

してください。

まのご自宅を訪問し、調査書 類を郵便受けに入れるなどし てお配りしています。 調査員が9月中旬から皆さ

限りスマホやパソコンを使 ターネット回答が困難な場合 ご協力をお願いします(イン 感染拡大防止のため、できる ったインターネット回答に 回答は新型コロナウイルス 郵送による提出も可能で し、画面の案内に沿って回答 クセスキーを使ってログイン 記載されたログインIDとア ちらのQRコードから回答サ ※インターネット回答は、

実施本部 要な場合は、国勢調査八幡市 ない場合や追加の調査票が必 なお、調査書類が届いてい までご連絡くださ

ネット回答利用ガイド」に 布した「インタ できます。調査 書類とともに配 イトにアクセス 間国勢調査八幡市実施本部(☎983-1198) 10月31日 (土) まで 設置期間 午前9時~午後8時(土・日 開設時間 ・祝日は午後5時まで)

	火災·救急	CALL TO SERVE	
消	防本部 🕿 9	81-4119	
令和2年1月~8月	見累計()	内8月分	昨年同期累計
火災出動	2件	(0)	10件
火災以外の出動	170件	(33)	158件
救急出動	2,409件	(365)	2,722件
搬送人員	2,266人	(331)	2,523人

事業所や事務所を有する人 勤・在学の人または市内に とめました。この素案につ え、学識経験者や各種関係 な施策を市全体として推 別にかかわらず個性と能 いて、皆さまからのご意見 参画プラン懇話会」にてご 団体の代表者、公募委員で アンケートの結果を踏ま 意見をいただき、素案をま びも責任も分かち合い、性 このたび、市民・事業所 人権を尊重し、喜 くために定める 画社会の実現を 「八幡市男女共同 に発揮できる男 そのために必要 市内在住・在 10月1日(木) 案

ご意見等の受付および個別 ▽その他 ル送信 回答はいたしませんので、 八幡人権・交流センター、 巾役所2階閲覧コーナー、 ージでご覧いただけま 人権啓発課)へ持参 電話、口頭での

す。 生涯学習センター、 ▽素案の閲覧場所

素案は 流センターおよび市ホーム ④八幡人権・交流センター 有都交

新型コロナウイルスに関する支援策について

支援策の詳細や最新情報は、市ホームページまたは担当課までお問い合わせください。



特別定額給付金(新生児分)



国の特別定額給付金の基準日の翌日(令和2年4月28日)以 降に生まれた新生児に対し、1人当たり10万円を給付します。 ▽対象世帯 4月28日から令和3年4月1日までに生まれ、 本市で最初に住民登録された新生児、かつ令和2年8月11日 時点で本市に保護者の住民登録がある世帯

▽申請方法

▽申請期間 令和3年4月30日(金)まで

ご自宅に必要書類を送付しますので、申請書と添付書類を同封の返信用 封筒に入れて返送してください。

|8月12日(水)||以降に出生届の手

子育て支援課窓口で手続きの案内をします。

▽振込日 毎月15日までの申請受付で、その月の月末に振込予定。 闘生活支援課(☎983-1123)、子育て支援課(☎983-1112)

ひとり親世帯臨時特別給付金



新型コロナウイルス感染症による子育て負担の増加や収入 の減少等の影響を受けているひとり親世帯を支援するため、 給付金を給付します。

▽申請方法 表の②~④に該当する人は、令和3年2月26日 (金) までに子育て支援課へ申請が必要です。

13		対 象	給付額	申請
	1	令和2年6月分の児童扶養手当の支給を受けている人	1世帯5万円	不要
基本給	2	公的年金等を受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止される人(未申請の人も含む)	※第2 子以降 1人あ	要
付	3	新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準となっている人	たり3 万円を 加算	要
追加給付	4	基本給付の対象①②に該当する人のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した人	1世帯 5万円	要

※給付金の対象となる人の要件によって申請手続きが異なります。申請書 類等詳しくは市ホームページをご覧ください。

問子育て支援課(☎983-1112)

公共交通事業者等支援金

新型コロナウイルス感染症対策をしながら、営業を続ける公共交通事業 者等に対し、支援金を給付します。

対象車両 令和2年4月1日時点で市内営業所に所属し、市内で営業する

支援金額

バス1台あたり20,000円 タクシー1台あたり10,000円 圖管理・交通課 (☎983-5144)

住居確保給付金



離職等により住居を喪失またはその恐れがある場合、求職 活動を行うことなどを要件に、一定期間の家賃相当額(上限 あり)を、貸主等に直接支給します。

▽対象者 離職・廃業から2年以内または休業等により収入 が減少し、離職等と同程度の状況にある人

※申請要件など詳しくはQRコードからアクセスし、確認してください。 間生活支援課(☎983-1138)

八幡市中小企業者等おうえん給付金

市内の中小企業者等のうち、国の持続化給付金等の各種給付金を受けて いない、または受ける予定のない事業者で、売り上げが15%以上減少した 人に対し、給付金を給付します。

給付額

1事業者につき5万円

10月26日(月)~12月25日(金)

申請方法

給付金事務局まで申請書類を郵送していただく予定です。

※給付金事務局はまだ開設されていません。事務局、申請書類等につきま しては10月26日(月)に市ホームページにてお知らせします。

圖商工観光課 (☎983-2853)

※事務局開設後は事務局までお問い合わせください。

使用期間 10月15日(木)~令和3年2月28日(日)

住民生活および飲食店等の経済活動 支援のため、全世帯に5,000円分の飲 食券を配付します。さらに、70歳以上 の人には、長寿祝いとして1,000円分 分の飲食券を追加配付します。



飲食券入手に関する手続きは不要です。

利用できる取扱店の一覧は、飲食券に同封

※飲食券取扱店は随時追加されますので、

最新情報は市ホームページでご確認くださ

▽配付対象 令和2年8月11日現在、本市

市民の皆さまへ

し発送します。

110

10枚綴)

さらに、令和2年12月31日までに70歳以 上となる人には、1人につき1,000円(500 円×2枚綴)を追加配付

▽配付方法・配付時期

世帯主宛に10月7日ごろ から順次ゆうパックにて発



※11月になっても届かない場合は、お問い 合わせください。

事業者の皆さまへ

八幡おうえん飲食券が利用できる取扱店を 募集しています。

対象店舗 京都府の「新型コロナウイルス感 染拡大予防ガイドライン推進宣言事業所」の ステッカーが交付された店舗のうち、次のい ずれかに該当する店舗(スーパーマーケット、 コンビニエンスストアは対象外)。

- ●市内で飲食店営業許可または喫茶店営業許 可を取得し、営業している店舗
- ●食品の製造業の営業許可を取得し 小売販売を行っている店舗

※ステッカーの交付は、商工会へお申し込み ください。

取扱店募集期間 12月25日(金)午後5時まで ※応募方法などは、市ホームページの募集要 項をご覧ください。

■· 固商工会(☎981-0234)

詳細につきましては、下記までお問い合わせ ください。

間商工観光課(☎983-2853)

70歳以上の人への追加配置飲食券に関すること= 付 と―高齢介護課(1983

配偶者からの暴力等を理由に 八幡市に避難されている人へ 令和2年8月11日時点で事情により住民票を 移すことができなかった人は、申出手続きをす ることで世帯主でなくても飲食券を受け取るこ とができます。

に住所を有する世帯の世帯主 ▽発行額 1世帯あたり5,000円 (500円×

(例)前年度と今年度の市・府民税の年税額が6万円(年金 所得のみ) の場合

■特別徴収を開始する初年度の納め方【表 1】

令和2年(2020年)10月

徴収方法	納付書や口座(普通	振替で納める 徴収)	年金から引き落とし (特別徴収)			
徴収月		2期(8月末)		2 14 4 1-74 D	• .	
税額	1万5千円	1万5千円	1万円	1万円	1万円	
算出方法	年税額の1	1/4ずつ	年税額	01/	6ずつ	

■前年度に特別徴収だった人の翌年度以降の納め方【表 2 】

沙川立士	年金から引き落とし(特別徴収)							
徴収方法		仮徴収	*	本徴収				
徴収月	4月	6月	8月	10月	12月	2月		
税額	1万円	1万円	1万円	1万円	1万円	1万円		
算出方法	前年度の年税額 の1/6ずつ			(本年度の年税額-仮徴収)の1/3ずつ				

㈱三菱UFJ銀行を指定され 末で終了します。口座振替で の取り扱いは、令和3年3月 税・料の窓口納付、口座振替 扱金融機関やコンビニ等で納 ている人については、他の取

㈱三菱UF J銀行における 次の金融機関への新規登録を

お願いします。 口座振替納付取扱金融機関 ゆうちょ銀行・郵便局(近

の本店・支店

畿2府4県)と次の金融機関 問会計課(☎983·112 働金庫 枚方信用金庫、

扱い 銀行における 付書によるお支払い、または につい 7

税・料等の取り

UF

泉州銀行、南都銀行、三井住 な銀行、三井住友銀行、 友信託銀行、関西みらい銀行、 京都銀行、みずほ銀行、 京都信用金庫、京都中央信用 やましろ農業協同組合、 近畿労 りそ 京都

年金から天引きします。 収される人は8月まで仮徴 則年度から継続して特別徴

12月、2月の3回に分けて、 だき、残りの税額は10月、 たは口座振替で納めていた 分を今までどおり納付書ま

特別徴収が中止になる場合 次の①から⑤のいずれか

·府民税(第3期分

納期限は

徴収の対象となる人(4月 特別徴収の初年度【表1】 10月から新たに年金特別 ん。なお、納税方法は選ぶことができません。 民税の税率や税額が変更になったわけではありませ この制度は、納税方法を変更するもので、市・府

収【表2】

特別徴収)し、

府民税を年金支給時(年6回)に年金から天引き

市に納付する制度です。

年金特別徴収は65歳以上の人の公的年金に係る市

特別徴収(本徴収)しま ら仮徴収した税額を差し引 12月、2月)は、年税額か まった本年度の後半(10月、 特別徴収(仮徴収)します。 6分の1相当額を年金から 8月)は、前年度の税額の いた残りの税額を年金から 年度の前半(4月、6月、 6月に市・府民税額が決

期

11月2日(月)

る市・府民税の年税額の半

っている人)は、年金に係

保険料が年金特別徴収とな

1日現在65歳以上で、

介護

②年度途中で転出した ⑤1回あたりの特別徴収税 ④税額に変更があった ③死亡した 特別徴収が中止となった ①介護保険料の年金からの 振替による納付(普通徴収) が中止され、納付書か口座 に該当する場合は特別徴収 に変更となります。

> されます。 ※②④については、 要件の下、

間税務課市民税係(☎98 特別徴収が継続 ますので、ご了承願いま された税額は後日還付され ます。その場合、特別徴収 特別徴収される場合があり ため、中止の時期により、 ※年金からの特別徴収中 止処理までに時間がかかる

一定の

り大きくなった

徴収

府

3.1113)

差し引いた残りの受給額よ 額が年金から介護保険料を

玉

保

0

届け出

は14日以

内

o

険です。家族の加入してい る健康保険などの扶養(同 きない人が加入する健康保

国保医療課に届け出てくだ

認定長期優良住宅

を新築し

た場合に

固

定資

産税を減額

の1月31日までに申請して

健康保険協会(協会けん せん。健康保険には、全国 険に加入しなければなりま 私たちは何らかの健康保 健康保険組合(組合 **過国保医療課国保係(☎983・2962)**

これらの健康保険に加入で 康保険があります。 健保)、共済組合などの健 国民健康保険(国保)は、

居していなくても加入でき

た健康保険の任意継続の保

た場合は、必ず 脱退の手続きが必要になっ などに伴って国保の加入や 就職や退職、転入や転出

ます。 険に加入されない場合は、 合や、それまで加入してい 国保に加入することになり る場合あり)に入れない場

交通事故にあった時も 交通事故にあった時は、

治療を受けていただけます すぐに国保医療課に届け出 立て替え、 ば国民健康保険証を使って てください。届け出をすれ (一時的に国保が医療費を 加害者に請求し

その間の医療費は全額自己 ません(遡及制度)。また、 負担となります。 保険料を納めなければなり 生した月までさかのぼって なく、国保の加入資格が発 加入手続きが遅れると 届け出をした日からでは ます)

(例) 令和2年5月に会社を辞めて、10月に国保の加入届け出をした場合 令和2年5月 令和2年10月 (国保加入資格発生) (届け出をしたとき) 保険証が無いので 医療費全額自己負担 さかのぼって保険料を納付 ―

できます

マイナンバーカードを使って、カー ド所有者本人分の税の証明書が全国の コンビニ等で取得できます。

コンビニ等にあるマルチコピー機を って、案内画面に表示される「行政 サービス」のメニューを選択し、 に従って操作してください。

※利用にはマイナンバーカードとカー ド受領時に設定した4桁の暗証番号が 必要です。

取得できる証明書

令和2年度所得証明書、課税(非課 税)証明書

※確定申告等により所得に変更があっ た場合は、証明書への反映までに時間 がかかる場合があります。

サービスの利用時間

午前6時30分~午後11時(土・日・ 祝日含む)

※12月29日~1月3日は利用不可。

交付手数料

1通300円

※利用可能な店舗や利用方法など、詳 しくはお問い合わせください。

間税務課市民税係(☎983-1113)

※口座振替申込書を自宅へ郵 (市外の金融機関には申込 書がない場合あり)、または 送することもできます。郵送 税務課で受け付けしていま を希望される場合は、早めに 税務課収納係までご連絡くだ さい。

市税(料)は、行政サービスを提供するうえで大

切な財源です。納期限までに市税取扱金融機関、

納期限までに納付されず滞納となった場合は、 促状(督促手数料100円を加算)を送付後に京都地

方税機構(京都府と府内25市町村〈京都市を除く〉

の税業務を行う広域連合)に徴収権限を移管します。

ンビニまたは市役所で納付してください。

す。 10月15日 (木) までに手続 きをすると、納期が11月末の 固定資産税第4期分、国民健 康保険料第6期分から振替で きます。

便利な口座振替の利用を

口座振替は市税取扱金融機

※ゆうちょ銀行の口座振替

口座振替ができる税目等

市・府民税(普通徴収)、 固定資産税・都市計画税、軽 自動車税、国民健康保険料 **間**税務課収納係(**②**983-2481)

> 住宅の場合は、居住部分の ④床面積が50㎡以上(併用

床面積が50㎡以上)280

所以下であること

は、直接、ゆうちょ銀行へ申

し込みください。

0㎡(居住部分に限る)を ①令和4年3月31日までに の1を減額します。 ▼住宅の種類 上限に固定資産税額の2分 した場合、1戸当たり12 認定長期優良住宅を新築

部分の割合が全体の床面 ③併用住宅の場合は、 ていること ②京都府知事の認定を受け 新築されたもの 積の2分の1以上である 居住

築後7年間) 手続き

を添えて、

新築された翌年

3.2480 過稅務課資産稅係

住宅であることを証明する 書類(認定通知書)の写し 造および耐火構造住宅は新 (3階建て以上の準耐火構 認定を受けて新築された

新築の翌年度から5年間 減額期間

> 11 置と重ねて受けることはで 付してください。 きる書類を提示してくださ 記載が必要となるため、 ※申請書にマイナンバ イナンバーと本人確認がで ※従来の新築住宅の減額措 郵送の場合は写しを添

きません。詳しくはお問い 7

入仲良 前え 田だ 「くすくすく育ってね。 学が萌も 人と絵え 5 P h



市政ニュー

赤ちゃ 本もと N 産まれたよ 嶺 結 衣い h 5 P 歳





瞳那ちゃん(5歳) 咲花ちゃん(1歳) 今年、初海!!2人で砂遊びをして 楽しみました。また来たいね。☺

ACKING BURGERSON

공 写

無邪気な笑顔、いたずらっ子 な顔など、表情豊かなお子さん のナイスショットをどんどんお 寄せください(掲載イメージは 上記をご覧ください)。

対象 市内在住の就学前のお子 さん

掲載枠数 3枠(状況に応じて 掲載数は変動します)

応募方法 お子さんの写真に、

次の内容を添えて、メール (hi syo@mb.city.yawata.kyoto.j p) で応募もしくは直接窓口に お越しください。

①子どもの氏名(ふりがな)・ 生年月日・年齢・性別

②メッセージ・コメント(全角 30文字以内)

③住所※掲載はしません。 ④保護者氏名(ふりがな) ⑤電話番号

応募締切 掲載希望月の前月の 5日まで※11月号掲載分は10月 5日(月) (窓口受付は土日祝 を除く)まで。

その他

・モノクロ写真および加工写真 は不可。

紙面のスペースに合わせてト リミングする場合があります。

・写真は返却しません。

・応募多数の場合は、先着順で 掲載写真を決定します。※掲載 希望の重複により数カ月後の掲 載となる場合があります。

・前回の掲載から1年以上経 過していれば、再度掲載可能で す。

圖秘書広報課 (☎983-1087)

市内在住の妊婦さん、および生後 2カ月~就学前のお子さんとその保 護者(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)を 対象に、親子で遊ぶ場、子育て相談、 発達相談(予約制。利用時間内に各 センターへ)、育児の情報交換の場 を無料で提供しています。各種事業 など詳しくは、上記のQRコードか ら市ホームページをご覧ください。

▶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

▶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。

※新型コロナウイルス感染拡大防止 のため、利用時間・人数等に制限が あります。

すくすくの杜(2972-1085)

▶赤ちゃんの広場

手遊びやふれあい遊びをしましょ う。※園へ事前予約要。離乳食展示 あり。

日 時 14日(水)午前10時~11時 15分

場所くすのき保育園

対 象 妊婦さんと生後2カ月~1 歳半くらいの親子

はじめての絵本



センターでは、赤ちゃんにはじ めての1冊をプレゼントしていま す。

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

日程や場所、申込など、詳しく は上記のQRコードから市ホーム ページをご覧いただくか、各セン ターまでお問い合わせください。

●子育て支援センター あいあいポケット(2983-8747)

二子育て支援センタ そよかぜ(**☎**981-5009)

時間午前10時~11時30分(▲は午前10時~11時、△は午 前10時30分~11時30分、■は午前10時30分~正午、□は 午前11時~正午)。

※持ち物や対象など、詳しくは右記のQRコードから市 ホームページをご覧いただくか、各園までお問い合わせ ください。



	園名	日程
保	男山 ☎982-0701	2日(金)▲園庭開放 16日(金)▲つくって食べよう
保育園	くすのき 3 983-1200	30日(金)ハロウィンかざりをつくろう
幼稚園	なるみ 2 982-3368	21日(水)■ハロウィンパーティー(25組予約制)
	山鳩 ② 981-0982	毎週金(9日除く):山鳩ぴっぴクラブ
認定	山鳩第二 ② 981-0700	2日(金)・23日(金)かるがも広場 (各日5組予約制)
こども園	歩学園 幼稚園 ②971-5687	15日 (木) △園庭開放 22日 (木) △体を動かして遊ぼう 29日 (木) △お楽しみ会
	早苗幼稚園 ☎981-2268	21日 (水) □玉入れ・つなひき 28日 (水) □スタンプあそび (6人予約制)

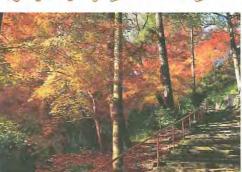
八幡市× 从 八幡市観光協会 × 【KE「HAN 連携企画

期間 11月1日(日)~12月13日(日)

市、観光協会、京阪ホールディング ス株式会社で連携し、「八幡の秋」を テーマにしたフォトキャンペーンをイ ンスタグラムで開催します。

参加方法や特典など、詳しくは広報 やわた11月号でお知らせします。

問秘書広報課(☎983-1087)



右上=石清水八幡宮参道ケーブル 右下-淀川河川公園背割堤地区 左=神應寺





全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達試 験に伴い、市内36カ所の防災行政無線から下記の日時・内容で 放送が流れます。試験放送のため、避難をする 等の必要はありませんので、ご注意ください。

▽日時 10月7日(水)午前11時

▽内容 「(チャイム) これは J アラートのテストです (3回 繰り返し)。こちらは八幡市です。(チャイム)」

●防災行政無線テレホンサービス

防災行政無線の放送内容が聞き取れなかった場合や、もう一

度聞きたい場合は、下記の電 話番号へお掛けください。

☎982−2484、982−2485

※市ホームページでも放送内容を確認することができます。

災害時生活用水協力井戸に登録を

災害による断水時に、市民の皆さま の生活用水を確保するため、個人や事 業所が所有する井戸を災害時協力井戸 として登録していただける人を募集し ています。



登録要件

①生活用水として使用可能な水量・水質であること ②井戸水をくみ上げるための設備があること

③災害などの断水時に無償で近隣住民に井戸水を提供していた だけること

④井戸枠などがあり安全であること

⑤井戸の所在地の公表を了承していただけること

登録方法

所定の用紙(防災安全課に設置〈市ホームページからもダウ

ンロード可〉)を防災安全課に持参 ※必要な場合は、市が水質検査を実施し

ます。 ※登録井戸には標識をお渡ししますの で、見える場所に設置をしてください。 ※写真は実際に登録いただいた井戸で



間防災安全課(☎983-3200)

第3回 八幡市地域公共交通会議 を開催しました



このほど、将来の公共交通を 協議する「第3回八幡市地域公 共交通会議」を国、府、バスお よびタクシー事業者、住民、学 識経験者など約30人の参加のも と開催しました。



会議では、南北バス路線要望

や橋本地域オンデマンド交通の現状報告のほか、公共交通事業 者や行政による新型コロナウイルス感染症への対応について報 告され、委員から多くの意見が寄せられました。

会議の議事録につきましては、市ホームページにて公開して おりますので、ご覧ください。

問管理・交通課(☎983-5144)

宝くじ助成金でテーブルなどを整備

双栗自治会は、一般財団法人自 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コ ミュニティ助成事業(宝くじ助成 金)を活用して、テーブル・複合 機等の整備を行いました。

圖市民協働推進課 (☎983-5749)



令和3年成人式は

令和3年の成人式は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のた め「二部制(午前・午後)」とし、感染拡大防止対策を講じた上 で開催することになりました。皆さまのご協力をお願いします。



日にち 令和3年1月11日(月・祝) 場 所 文化センター

該当者(11月1日現在、本市に住 民登録のある人)には12月中に案内 状をご自宅に送付します。

対象となります。

登録申請書、本人確認書類(運

本人申請の場合

た証明書の種類と枚数、

請求者

証明書の交付年月日、

交付し

▽通知内容

必要書類

-部(男山中学校区・男山第1 学校区にお住まいの新成人

午前10時30分~

((男山第三中学校区・男山東

時間 午後1時30分~

対象 平成12年4月2日~平成13年 4月1日生まれで、本市に在住の人。 ※市外へ転出された人も参加できま

※駐車台数が限られておりますの で、公共交通機関をご利用ください。 ※新型コロナウイルス感染症の状況 により、中止や変更をする場合があ ります。

登

録

通

知

制

を実

施

ま

間社会教育課(☎983-3088)

登録できる人

受付以降の交付請求から通知の ※有効期限はありません。 (過去にあった人) 籍や住民票が八幡市にある

法定代理人、

くはお問い合わせください。 する書類などが必要です。 は省略可) 法定代理人であることを証明 代理人による申

り住民票が消除されたときは、 を受けたとき、居所不明等によ 通知書が返戻されてきたとき ※変更届書の未届けにより本人 登録を取り消します。 ※登録者が死亡または失踪宣告 登録を取り消す場合があり

ます。 止請求の抑止や不正取得による ものです。この制度により、 則の登録が必要です(郵送によ 者に交付した場合、事前に登録 や戸籍謄本等を代理人や第三 制度を利用するには、 その事実を通知する 市が住民票の写

の世帯員署名欄に署名・押印し 申請を委任する場合は、 が同一世帯の人に限る) ※家族の代表者 届け出てください(委任状 (住民票の世帯 に登録 申請書

があります。 いと、本人通知ができない場合 を提出してください。届出がな 止をしたい場合は、必ず届出書に変更が生じた場合や登録の廃 転免許証、

い。 生証などを2点提示してくださ い。 ※顔写真付き証明書がない場合

は通知できません。 ▽登録事項の および廃止の届け出

※交付請求者の氏名・住所など

を意見たまで箱

あなたの意見・提案を お寄せください

令和元年度に寄せられた 意見・提案件数

70.70 170.711.27	
区分	件数
福祉・健康・子育て	14
交通・道路・河川・公園・ 都市整備・上下水道	38
環境	6
商工業・観光	0
教育・文化	16
市職員	3
公共施設・財政・政策全般	25
消防・防災	6
その他	11
計	119

これからの市政を皆さんと共に進めるた め、まちづくりについてのご意見やご提案を お寄せください。

必ず市長が拝読した上で、担当部課に調査 ・研究や対応などを指示し、匿名以外にはお 返事をさせていただきます(返事は文書で行 いますので、必ず住所を記載してください)。

記入されたご意見等は、市役所1階案内力 ウンターに設置する「たまて箱」に投かんし てください。また、公民館等にある記入用紙 (切手不要)を使って、郵送(〒614-8501「や わた ご意見たまて箱」) やFAX (2982-7988)、市ホームページの専用フォームから メール送信することもできます。

※商品のPRや営業、個人に対する誹謗中傷 など「やわた ご意見たまて箱」の趣旨に反 するものについては堅くお断りいたします。 聞秘書広報課 (☎983-3893)

は

品

肖儿

沙或

間

食品ロスを減らそう!

(市政ニュース

まだ食べられるのに捨てられてい る食品(食品ロス)が、日本では年 間約612万トン発生していると推計 され、国民一人当たりに換算すると、 毎日お茶碗約1杯分(約132g)が 捨てられていることになります(農 林水産省および環境省「平成29年度 推計」)。

市では、食品ロスの削減とごみの 減量に向け、「3キリ運動」を推進 しています。

ご家庭においても、できることか らご協力をお願いします。

①使いキリ

食材は必要な分だけ購入し、無 駄なく使い切りましょう。

●冷蔵庫をチェック

定期的に冷蔵庫の食材をチェ

ックし、賞味・ 消費期限切れに なる前に使い切



●買いすぎない

買い物に行く前に食材の在庫 をチェックし、使い切れる必要 な分だけ購入。

●アレンジして使い切る

余ったおかずもアレンジして 食べきる。

【例】カレーを作りすぎたら、 カレーうどんやカレーチャーハ ンにアレンジ。

2食ベキリ

料理は残さず、おいしく食べき りましょう。

●おうちでは

料理は食べき れる量だけ作 り、残さず食べ



る。食べきれなかった場合は、 冷蔵・冷凍で保存する。

●外食時は

食べきれる分だけ注文し、残 さず食べる。

3水キリ

生ごみを出すときは水気をしっ かり切りましょう。

●ぬらさない

野菜のヘタなど使えない部分 は洗う前に切り落とし、できる だけぬらさな

●ひとしぼり

110

三角コーナー や水きりネット を活用。生ごみを出す前に「ぎ

ゅっ」とひとしぼり。 ●乾燥させる

お茶がら、コーヒーかす、果 物の皮などは、一晩おいて乾燥 させる。

リデュース (Reduce) ごみを出さない ようにする

- ●食品の食べ残しをしな い、外食時も食べられる分 だけ注文する。
- 買い物にはエコバックを

リユース

(Reuse)

ものを大切に

シャンプーなどは中身を

リサイクル

(Recycle)

使える状態に戻す

●資源物とごみをきちんと分別

ペットボトルやビン、缶は簡

単に水洗いし、ペットボトルの

キャップとラベルはプラマーク

●紙パックは水洗いし、切り開

ごみをもう一度

何度も使う

持参する。 ● 外出時 はマイボ トルを持 参する。

し使う。

して出す。

製品として出す。

き、乾かしてから出す。



●使えるものは交換・修理 などをして大切に使う。

ご家庭で3Rを実践し、環境に優しい生活をり組みでごみを減らすことができますので、普段の生活でも次のようなちょっとした取

●要らなくなったものは捨

てずに 必要な 人に譲 詰め替え、ボトルを繰り返る。





らして、循環型社会を形成していくためのの行動の頭文字をまとめたもので、ごみを3R(スリーアール)は、ごみを減らす3

ワードとなります

スプレー缶やカセットボンベ は中身を完全に使い切ってから 穴をあけずに出す。

●古新聞や古紙は資源回収に出

●リサイクルされた製品を選ん で購入する。





マイナポイントに乗じた 詐欺にご注意ください

総務省の職員や市役所職員、 その関係者等が以下を行うこと は絶対にありません!

●マイナンバーや金融機関の口 ○ 座番号、口座の暗証番号、資産 の情報、家族構成などの個人情 報を聞くこと。



- ●通帳やキャッシュカードを預かったり、確認し たりすること。
- ●金銭の要求や手数料の振込みを求めること。

怪しいな?と思ったら、 遠慮なくご相談ください。

- ●警察相談専用電話(☎#9110) または最寄りの警察署
- ●消費者ホットライン (☎188)

マイナポイント全般のご相談

間マイナンバー総合フリーダイヤル

0120 - 95 - 0178

平日:午前9時30分~午後8時 土日祝:午前9時30分~午後5時30分 ※紛失・盗難によるマイナンバーカードの一 時利用停止は24時間365日対応しています。

マイナンバーカードの手続きに お時間をいただいています

特別定額給付金のオンライン申請やマイナ ポイントの申し込みなどがあり、大変多くの 人からマイナンバーカードの申請を受け付け ております。

そのため、マイナンバーカードの受け取り に関する通知書の発送やご予約にお時間をい ただいております。

マイナンバーカードをご希望の人はお早め に申請いただき、来庁の際はお時間に余裕を もってご来庁いただきますようお願いいたし ます。

※マイナンバーカードの受け取りは、原則ご 本人のみです。お仕事や学業が多忙といった

マイナンバーカードの 電子証明書の更新について

マイナンバーカードに搭載さ れている電子証明書には5年の 有効期限あり、有効期限前に更 新をお知らせする通知をお送り しています。

有効期限を過ぎると、コンビ 二交付やe-Tax等が利用できなくなりま すが、有効期限後でも、マイナンバーカード に電子証明書を再発行する手続きは可能で す。

なお、更新手続きの際は、交付の際に設定 した暗証番号の入力が必要です。暗証番号を 忘れてしまった場合は、再設定を行っていた

間市民課(☎0570-078-614)

マイナポイント予約・申込の手続き場所 マイナポイント手続きスポットについて





マイナポイントの予約・申込は、市役所の :: ほかに次の場所でも手続きをすることができ ます。対応するスマートフォンをお持ちでな いなど、ご自身での設定が困難な人もご利用 いただけます。

- ■郵便局
- ●セブン銀行ATM(セブン-イレブン)
- ローソン
- ●ドコモショップ
- ●auショップ リフトバンクショップ
- ●ヤマダ電機

※マイナポイント手続スポットはこ ちらのQRコードから検索できま

※マルチコピー機やATMでは手続きできな いキャッシュレス決済サービスもあります。 ※楽天ペイ・楽天カードについては、キャッ シュレス決済サービスアプリからのみ申し込 みができます。上記の手続スポットでは申し 込みできません。

※マイナンバーカード交付後、電子証明書更 新および発行後24時間はマイナポイントの手 続きができませんので、ご注意ください。

②保育園・③幼稚園・3認定こども園位置図 八幡市駅 西遊寺保育園 くすのき保育園 (つ) つぼみ保育園 橋本幼稚園 八幡幼稚園 ぶどうの木保育園 (*) 南ケ丘第二保育園 八幡第四幼稚園 早苗幼稚園 国道1号 有都こども園 山鳩こども園 山鳩第二こども園 歩学園幼稚園

※今年度は各施設での密集 幼稚園課で受け付

受付窓口 8時30分~19時30分~19時6 時まで

集の対象 内在住または 、保育を必要とする 日までに本市に転入 に入園基準」をご必要とする理由に

保育園や認定これのとおり、保育園部分)で保護される場合は、教育給付認定2号認定が高齢では、教育のとおり、保育認定)がは、教育のとおり、保育を受けるに該当する理由に該当するには、教育を対したが、 りる必要が で保育を希 が必要で が必要で が必要で が必要で

3号認定(保育認定) 育·保育給付認定 2

令和2年(2020年)10月

認定こども園

を避けるため、 市職員によ る各園での出張受付は中止

れ保

■保育を必要とする理由

埋 田	内 谷
①就労	外勤、内職、自営業等で1カ月あたり64時間 以上労働することが常態である場合
②妊娠・出産	妊娠中または産後間もない場合 (妊娠から産後おおむね2カ月)
③疾病・障がい	病気にかかり、もしくは負傷し、または心身 に障がいを有している場合
④介護・看護	同居の親族(長期入院などをしている親族を 含む)を常時介護または看護している場合
⑤災害復旧	災害等の復旧にあたっている場合
⑥求職活動	求職活動を継続的に行っている場合(2カ月)
⑦就学	大学、職業訓練学校等に就学している場合
8その他	その他、上記に類する状態と市長が認める場 合

入園手続き(保育園および認定こども園 <保育園部分>)

1申請書等配布	
(10月1日~)	

申請書等の必要書類

たは各園で配布

※市ホームページか

18時以降(八幡保育園・ 単苗幼稚園は18時30分以 降)の保育に、保育料とは 別に必要となり、無償化の 対象外となります。 公立保育園の延長保育料 公立保育園の延長保育料 で定めていますので、各 で定めていますので、各 園にお問い合わせください。

2 申請書提出 (10月26日~11月6日)

入園希望者は保育・幼 知書等を自宅に郵送

※2 京都市との協定により、八幡長町・樋ノ口・川口高原地域の児童に限り、15人の入所枠を用意しています。

※3~5歳児の

ぎ考にご覧ください。

(2月中旬ごろ) 保育の必要性等を確認し、 利用先を調整後、入園手続 きの案内とともに内定通知 書、教育・保育給付認定通

3内定

4検診を受診 5 説明会 (必ず参加) 案内に記載され 案内に記載された説 明会に出席。重要事 項の説明を受け、同

し、入園決定

減免の決定 意書に署名・捺印

らも印刷可 ※令和3年4月から転園を希望される場合も、新たに申請が必要です。 ※新型コロナウイルス感染症の動向等により対応を変更する場合があります

保育園・認定こども園(保育園部分)募集一覧表(※1)

(令和2年10月現在)

区分	園名	定員 (人)		電話番号	通常保(保育短問		時間外•延	
					平日	土曜日	平日	土曜日
	南ケ丘	70	八幡小松20-12	981-3125	8:30~16:30	8:30~12:30	7:30~18:00	7:30~16:30
上公	南ケ丘第二	90	八幡三反長9	982-3330	"	"	"	11
五 参	みその	120	八幡園内92-1	981-8101	//	//	7:00~19:00	7:00~16:30
生後打日目から私立	山鳩 (認定こども園)	250	男山金振14-1	981-0982	"	11	- //	11
1	男山	210	男山石城6-1	982-0701	8:00~16:00	8:00~13:00	//	//
が私力	ぶどうの木	135	男山美桜 6 - 5	982-9013	8:30~16:30	8:30~12:30	//	7:00~18:00
6 4	くすのき	120	八幡吉野垣内3-1	983-1200	"	//	"	.//
	山鳩第二 (認定こども園)	170	欽明台西47-1	981-0700	//	//	//	7:00~16:30
生後	4カ月以上						37.51	
私立	西遊寺	50	橋本中ノ町45	981-4837	8:30~16:30	8:30~12:30	7:00~19:00	7:00~17:0
4 13	有都(認定こども園)	80	内里北ノ口21-4	981-0873	8:30~16:30	8:30~12:30	7:30~18:00	7:30~16:3
後立	わかたけ	150	男山笹谷5-12	983-1313	"	"	7:00~19:00	7:00~16:3
6	八幡	60	八幡清水井75	981-7491	8:00~16:00	8:00~13:00	7:30~19:00	7:30~16:3
自私	歩学園幼稚園(認定こども園)	134	欽明台東1-2	971-5687	8:30~16:30	8:30~16:30	7:00~19:00	7:00~19:0
	The state of the s	100	FFL1: 1: 1: 07 0	981-2268	0 . 00~17 . 00	9:00~17:00	7 . 20~10 . 00	7 . 30~10 . 0
生後6カ月以上公立 私立	早苗幼稚園(認定こども園)	120	男山吉井27一8	901-4400	9 . 00 - 17 . 00	9 . 00 11 . 00	1 . 00 - 19 . 00	1 . 00 10 . 00

保育園・幼稚園・認定こども園の入園一

10月26日(月)から11月6日(金)まで

保育園・公立幼稚園・認定こども園の入園募集を行います。 入園を希望される施設により必要書類が異なります。次の内容をご覧いただ

き、受付期間内に提出書類をそろえて申請してください。

問 保育・幼稚園課 (☎983-1866<保育園・認定ご ども園>、☎983-1107<幼稚園>)または各園へ

公立幼稚園・認定こども園(幼稚園部分)募集一覧表

園名	所在地	電話番号	募集人	募集人数(人)(※1)		保育時間		
	IN 11 IE	电响电力	3歳児	4歳児	5歳児	3歳児	4 · 5歳児	
八幡幼稚園	八幡今田38	981-0180	20	35	35	平日8:45~11:30		
八幡第三幼稚園	男山美桜17	982-8566	20	35		午後保育(※2)		
八幡第四幼稚園	男山松里1	982-2447	20	35	35			
橋本幼稚園	橋本中ノ池尻 15‐1	982-0607	20	35	35	• 1月~:週4回		
有都こども園	内里北ノロ 21 - 4	981-0873		75		平日8:45~13:00	月・火・木・金曜日 8:45~14:30 水曜日 8:45~13:00	

募集人数には、在園児を含みます(有都こども園は2号認定児も含んだ人数です)。なお、状況によ り募集人数を変更する場合があります。

※2 公立幼稚園の3歳児は、園児にできるだけ無理のない保育時間を設定しています。

◎公立幼稚園の午後保育の日は、お弁当が必要です。

◎全園で保育終了から16時30分まで預かり保育を実施しています。預かり保育は別途利用料が必要ですが、 市から認定を受けた人は一定の上限まで無償化の対象です。

◎園区はありませんので、第1~3希望を記入し、第1希望の園へ提出してください。

◎募集人数を超えた場合、抽選となることがあります。

入園手続き(公立幼稚園および有都こども園<幼稚園部分>)

申請書等配布 (10月1日~)

申請書等の必要書類を保育・幼 稚園課または各園で配布 ※市ホームページからも印刷可

2 申請書提出 (10月26日~11月6日)

入園希望者は第1希望の幼稚園また はこども園に申請書等を提出 ※転入予定者は、保育・幼稚園課へ

3 内定 (12月末まで)

入園手続きの案内とともに内定 通知書、教育・保育給付認定通 知書等を郵送

4 説明会 (必ず参加)

案内に記載された説明会に出席。 重要事項の説明を受け、同意書に 署名・捺印し、入園決定

※有都こども園の1号認定児には、2号・3号認定児と同じ令和3年2月中旬ごろに内定通知書と教育・保育給付認定通知書等を自宅に郵送します。 ※新型コロナウイルス感染症の動向等により、対応を変更する場合があります。

よくある質問

幼稚園・保育園・認定こども園の

幼稚園

3歳児(一部の園は満3歳児)~5歳児のお 子さまが通う施設です。保護者の就労状況等に かかわらず利用することができます。

0歳児~5歳児のお子さまが通う施設です。 保護者が就労しているなど「保育を必要とする 理由」がある場合に利用することができます。 認定こども園

援施設です。3歳児(一部の園は満3歳児)以 りません。 上は、保護者の就労状況等が変化した場合でも、 継続して同じ施設に通うことができます。

令和3年4月からの入園は できなくなりますか。

入園一次募集期間終了後も募集します。た だし、入園一次募集期間に申込んだ人が優先さ 非課税世帯等の保育料が無償となります。 れますので、なるべく入園一次募集期間中の申 込みを行ってください。

望園にお問い合わせください。

) 園によって保育料等の料金は 異なりますか。

A 0歳児~2歳児の保育料は、保護者の収入 保育園と幼稚園の特長を合わせ持つ子育て支等により市が算定するため、園による違いはあ

> 延長料金(預かり保育料)や教材費等の実費す。 料金ほか、給食、制服、通園バス等の有無につ いては園によって異なります。

保育料等の無償化について

幼稚園・認定こども園(幼稚園部分)の満3 歳児~5歳児、保育園・認定こども園(保育園部

また、保育料のほかにも、幼稚園、認定こど も園(幼稚園部分)の預かり保育や、一時預か 私立幼稚園、私立認定こども園(幼稚園部分) り、認可外保育施設、病児保育事業、ファミリ は園で募集しているため、期間等の詳細は、希 ーサポートセンターの利用料が無償化の対象で す(上限あり。別途申請が必要)。

※給食費・教材費・行事費等の実費料金は、無 償化の対象外です。

A 満3歳児は、3歳の誕生日の前日からその 年度の3月31日までのお子さまのことをいいま

3歳児は、4月1日時点ですでに3歳に達し ているお子さまのことをいいます。



学時間認定)

私立認定こども園

だけます。手続き 希望される園でする。 でする。 でする。 でする。 でする。 でする。

へ ご確認く

有都こども園 (幼稚園部分) よび

《平成29年4月1日生 《平成29年4月1日生 《平成29年4月2日

保育料 「工成28年」 「工成28年」 無償です。

平成27年4月 月2日

ださい。

▶令和2年度

要約筆記者養成講座(前期)

要約筆記は耳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 訳活動です。要約筆記者資格を取得 するための養成講座です。

日 時 11月2日(月)、9日(月)、 16日(月)、26日(木)、30日(月)、 12月7日(月)、14日(月)の全7 回。各日、午後0時30分~5時(12 月14日〈月〉のみ午後 0 時30分~5 時30分.)

場所福祉会館

対 象 市内在住・在勤・在学の人 で要約筆記資格を目指す人

費 用 3,670円 (テキスト代) 内 容 講義と実技実習

11・**11**10月23日(金)までに、電話 またはFAXで、障がい福祉課(♂ 983-2129、FAX972-2520)へ

▶令和2年度

女性に対する暴力をなくす 運動啓発講座

怒りはコントロールできる ~コロナの時代の アンガーマネジメント~

日 時 11月12日 (木) 午後2時~ 3時30分(受付は午後1時30分から) ※参加費無料。

場 所 八幡人権・交 流センター大ホール 定 員 30人(先着順) 講 師 井上 泰世さ ん(株式会社ナースハ ート代表取締役)



聞・問11月10日(火) までに、直接窓口または電話で八幡 人権・交流センター(☎981-3127) へ※保育(1歳~就学前児)をご希 望の人は、11月6日(金)までにお 申し込みください。

▶元気アップ体操教室

音楽体操、筋トレ、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 運動教室です。

	場所	日時
1	文化セン ター	10月5日、19日、26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YM BT	10月13日、20日、27日。 各日火曜日。 午後2時30分~4時
3	よりば路 (京都八 勝館横)	10月2日、9日、16日、 23日。 各日金曜日。 午前10時~11時30分

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)!! ■初回参加時は、下記問い合わせ先 まで電話でお申込みください ■特定非営利活動法人 元気アップ AGEプロジェクト (全080-4242-

4734)

▶健康体操教室

音楽・映像を使った健康づくり

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、体を動かして、健康になりませ んか。



日 時 10月27日 (火) 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 15人

11・間10月26日(月)までに、高齢 介護課(☎983-5471)へ

▶令和2年度甲種防火管理者 資格取得講習会

日 時 11月17日(火)午前9時~ 午後4時30分、11月18日(水)午前 8時45分~午後4時20分の全2日 場 所 京田辺市コミュニティホー ル(京田辺市田辺80)

参加費 5,170円 (テキスト代) 定 員 20人 (先着順)

■・間10月26日(月)~30日(金) の午前9時~午後4時に、申込書に 必要事項を記入し、消防本部予防課 (☎981-0304) へ※申込書は、市ホ ームページからダウンロードまたは 消防本部予防課窓口で入手できま す。

▶認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の 人やその家族を見守り、応援する人 を養成します。

日 時 10月27日 (火) 午前10時30 分~11時50分※参加費無料。

場 所 有都福祉交流センター 対 象 府内在住・在学・在勤の人 員 20人

車・間10月26日(月)までに、電話 で京都ジョブパーク福祉人材コーナ — (☎682-8915)

▶第27回梨の里介護予防教室

認知症サポーター養成講座

日 時 10月17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 市内在住の65歳以上の人 講 師 四方 勇太さん(介護老人 保健施設梨の里 理学療法士)

■・問当日午後1時までに、電話で 地域包括支援センター梨の里(☎ 982-0125) ^

▶令和2年度

男女共同参画社会啓発講座

男性の立場から取り組む 男女共同参画

日 時 10月19日(月)午後2時~ 3時30分(受付は午後1時30分から) ※参加費無料。

場 所 八幡人権・交流センター大 ホール

定 員 30人(先着順)

講 師 多賀 太さん (関西大学文 学部教授)

■・問10月16日(金)までに、直接 窓口または電話で八幡人権・交流セ ンター(☎981-3127)へ※保育(1 歳~就学前児)をご希望の人は、10 月13日 (火) までにお申し込みくだ 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(いずれも先着10組)。 パート1・2「デンタルケア&妊娠 中の食事&絵本のお話」

日 時 10月9日(金)午後1時30 分~3時30分(受付は午後1時15分 から)

場 所 母子健康センター2階

パート3「出産の準備と育児のお話」 日 時 10月30日(金)午後1時30 分~3時30分(受付は午後1時15分 から)

場 所 母子健康センター2階 ■・間電話で健康推進課(☎983-1115) ^

▶離乳食教室

日 時 10月22日(木)午後1時30 分~3時

場 所 文化センター3階第4講習

定 員 おおむね7組(先着順) 持ち物 筆記用具、母子健康手帳

内 容 離乳食の調理見学(試食は ありません)

■10月16日(金)までに電話で健康 推進課(②983-1115)へ(当日欠席 のときは必ず連絡してください)

▶市長杯 グラウンド・ゴルフ大会

日 程 11月14日(土)※予備日11 月17日(火)。

場所市民スポーツ公園

対 象 市内在住の人

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)

■10月20日 (火) までに住所・氏名 ・年齢・性別を代表者が一括記入し FAXでグラウンド・ゴルフ連盟= 居上 (FAX982-8765) へ

間グラウンド・ゴルフ連盟=横田 (2982-5828)

▶2020年度 第29回理事長杯 チーム対抗戦テニス大会

第687号

お 知 ら せ

日 時 ①【6~7部】10月25日(日) ※予備日11月22日(日)。②【4~ 5部】11月1日(日)※予備日11月 23日(月・祝)。③【1~3部】11 月15日(日)※予備日11月29日(日)。 ④【チーム対抗入替戦】12月13日(日) ※予備日12月20日(日)。①~③午 前9時~午後6時、④午前9時~午 後4時。

場 所 市民スポーツ公園

対 象 市テニス協会会員、または 市内在住・在勤の非会員で6~12人 で構成されるチーム(代表者は市内 在住者)※理事長杯チーム対抗戦テ ニス大会の申込みと同時に協会の団 体登録を行います。

募集人数チーム 新規チームを5~ 10チーム募集※チーム対抗入替戦と してリーグ戦を行います。

試合方法 リーグ戦、3ダブルス、 1セットマッチ (ノーアドバンテー ジ・5-5タイプレーク)

参加費 1チーム8,000円

■10月3日(土)午後6時~7時に 抽選会場(市民交流センター)で申 込用紙と参加費を添えて申し込みく ださい。抽選会は午後7時~8時。 問テニス協会=有馬(☎090-2197-5288、FAX320-3693)

▶介護支援サポーター 登録者募集

介護保険施設でボランティア活動 (話し相手、レクリエーションのお 手伝いなど)を行っていただけるサ ポーターを募集しています。※サポ ーター登録者は実績に応じてポイン トを獲得し、貯まったポイントを換 金できます。登録には、講習会(2 回1セット)の受講が必要です。 サポーター養成講習会

日 程 10月13日(火)・15日(木)、 各日午前9時15分~11時50分

場所八寿園

対 象 市内在住で65歳以上の人 (要介護認定を受けている人は除く) 定 員 20人 (先着順)

受講料 無料

・問社会福祉協議会介護支援サポ ーター事業所(八寿園内 ☎981-0098) に電話か直接窓口へ

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

広告を掲載しませんか

カ月 1万円。 会社のホームページの 市HPトップページに ●1カ月1万円。 アクセス敬アップに バナー広告 広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。 秘書広報課 ◆

第687号

市の主催・共催・後援のみ掲載

市政情報

▶第11回特別弔慰金請求の 受付をしています

対 象 昭和6年9月18日以後の事 変または戦争による戦没者等の遺族 (遺族は戦没者等の死亡当時、生ま れていたことが要件。なお、子につ いては胎児も含まれる)。ただし、 令和2年4月1日現在において遺族 年金などを受給できる人がいる場合 は該当しません。

支給順位 ① 弔慰金受給権者、② 子、 ③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉 妹、⑦1年以上戦没者等と生計関係 があった三親等内の親族(先順位の ご遺族お1人に支給)

支給額面 額面25万円、5年償還の 記名国債

請求期間 令和5年3月31日まで 請求手続 福祉総務課

間福祉総務課(☎983-3058)、京都 府地域福祉推進課(☎414-4616)

▶オレンジカフェ電話相談

オレンジカフェ再開までの間、ほ っとあんしんネット(地域包括支援 センター) の専門職がオレンジカフ ェの時間に認知症についての電話相 談を受け付けます。お気軽にご相談 ください。

日 時 ①10月15日(木)午後2時 ~3時30分、②10月16日(金)午後 2時~3時30分

電話相談先 ①ほっとあんしんネッ ト梨の里(☎982-0125)、ほっとあん しんネット有智の郷(2972-1000)、 ②ほっとあんしんネットやまばと (☎982-8000)、ほっとあんしんネ ット美杉会(2971-3576)

※ほっとあんしんネットは上記電話 相談日時以外も、相談を受け付けて います。

問高齢介護課(☎983-5471)



10月1日▶12月31日

八幡市に住んでいる外国人のみなさまへ 外国人向けの多言語相談を実施します

景都府の多管語生活相談が八幡市で実施され ます。

広報やわた

生活や言葉で菌ったこと、絹鯵筅がわからない ことなど、誰でも外国語で相談できます。

20か国語(ベトナム語、電国語、ポルトガル 語、シンハラ語など)で絹鯵できます。

予約、お釜はいりません。

相談できる首 ①10 第27 首(火)、②11 第27 首(釜)、 ③12月22首(火)、④苓和3年1月29首(釜) 相談できる時間 午前10時~ 定午、午後1時~ 3時

箱談できる場所 党化もシター2階第1答議室

問合わせ 市民協働推進課(2983-5749)

▶令和2年度 八幡市戦没者追悼式

日 時 11月6日(金)午前10時30 分~(入場は午前10時20分まで)

場 所 文化センター4階小ホール

定 員 10人(先着順) ※平服でお越しください。

■・闘参列を希望される人は10月2 日(金)午前9時~16日(金)午後 5時に、電話で福祉総務課(☎983-3058) ^

▶来年度小学校入学予定者の 健康診断

新型コロナウイルス感染症の拡大 防止対策を行った上で、令和3年度 小学校入学予定者を対象とした健康 診断を実施する予定です。

検査項目は、内科検診・歯科検診 視力検査・聴力検査・発音検査の 5項目です。

日程など詳細は、決まり次第、市 ホームページにてお知らせします。 また、対象者には案内を郵送します。 **間**学校教育課(**☎**983-1126)

▶第42回八幡市 障がい者スポーツ大会の 中止について

11月に開催を予定しておりました 第42回八幡市障がい者スポーツ大会 は、新型コロナウイルス感染症が拡 大している中、皆さんの安全を考慮 し、中止いたします。ご理解・ご協 力をお願いいたします。

| **□**障がい福祉課(**②**983-2129)

▶第34回八幡市 青少年の主張大会の 中止について

11月3日 (火・祝) に開催を予定 しておりました第34回八幡市青少 年の主張大会は、新型コロナウイ ルス感染症が拡大している中、皆 さんの安全を考慮し、中止いたし ます。ご理解・ご協力をお願いい たします。

間社会教育課(2983-3088)

イベント

▶さつまいも·落花生収穫体験

収穫の喜びを秋空の下で満喫しま せんか。

日 時 10月17日(土)、18日(日) 各日2部制(①午前9時~10時20 分、②午前10時30分~11時50分) ※雨天時(当日午前7時30分時点の 降水確率が「NTT177天気予報 電話サービス」で60%以上)は、17 日=24日(土)、18日=25日(日) に延期。

場 所 岩田西嵐の体験畑に現地集

参加費 1口1,000円 (落花生2株 とさつまいも4株)、1口600円(さ つまいも4株)

募集口数 各部先着35口(1人2口 まで)※駐車場5台まで。

持ち物作業のできる服装、飲み物、 いも掘り用具、収穫物持ち帰り用の

■10月2日(金)~7日(水)に電 話で四季彩館(2983-0129)へ

間八幡農業ボランティアの会会長= 井尻(2090-5976-3767) ※会員を 随時募集しています。

新型コロナウイルス感染症予防について

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のために、「3つの密」 の回避、マスクの着用、石けんによる手洗いや手指消毒用アル コールによる消毒の励行など、引き続き、ご協力をお願いいた します。

接触感染に注意

飛沫感染とあわせて、接触感染にも注意が必要です。人は無意識 に顔を触っています。ウイルスのついた手で顔を触ると、感染リス クが高まります。

手洗いの、5つのタイミング

公共の場所から 帰った時

咳やくしゃみ、 鼻をかんだ時



ご飯を食べる時



病気の人の

ケアをした時



新型コロナウイルス感染症の感染に関する相談

次のような症状がある場合は、 すぐに相談してください。

①息苦しさ (呼吸困難)、強いだ るさ(倦怠感)、高熱などの強い 症状のいずれかがある

重症化しやすい人で、発熱や咳な 症専用相談窓口(☎414-4726)

どの比較的軽い風邪の症状がある ③上記以外の人で、発熱や咳など 比較的軽い風邪の症状が4日以上 続く場合や、強い症状がある場合 や解熱剤などを飲み続けている人 ②基礎疾患がある人や高齢者など 固京都府新型コロナウイルス感染

生活情報センターだより

海外からの「建文していない 植物の種」の送り付けに注意!



【事例1】

国際郵便で袋入りの黒い種子のよ うなものが私宛に郵送されてき た。身に覚えがない。どう対処す べきか。 (70歳代・女性)

[事例2]

昨日、ポストに私宛の国際郵便が 届いた。開封すると植物の種子が 入っていたが、注文した覚えはな い。どうしたらいいか。 (30歳代

[アドバイス]

心当たりの無い種子が届いて も、庭やプランターに植えないで ください。また種子がビニール袋 に入っている場合は、ビニール袋 を開封しないでください。植物防 疫法の規定により、商業用、研究 用、個人消費用等の目的や数量に かかわらず輸入検査を受けなけれ ば、種子などの植物は輸入ができ ません。輸入時の検査に合格した 場合は、外装に合格のスタンプ(植 物検査合格証印)が押されます。 もし、植物検査合格証印のない植 物が届いたら、そのままの状態で 最寄りの植物防疫所(京都府の場 合は神戸植物防疫所☎078-331-2376) に相談してください。注文 していないのに、植物の種子を一 方的に送り付けられても売買契約 は成立しませんので、代金を支払 う義務はありません。また、商品 の送付があった日から14日を経過 したときは、事業者による商品の 引き取りに応じる必要もありませ ん。気になることがあれば、生活 情報センターにご相談ください。 間生活情報センター(☎983-8400、

▶淀川河川公園からの イベントのお知らせ

ナチュラル・ヨガ教室

日 時 10月18日(日)、11月15日 (日)、12月20日(日)各日、午前 9時15分~10時15分(受付は午前9 時から)

場 所 さくらであい館および背割 堤地区

定 員 10人(先着順)

ーナー)

参加費 1,000円(1人) 講 師 山田 祥子さん(ヨガトレ

親子でかんたんフィットネス

日 時 10月18日(日)、11月15日 (日) 各日、午前10時~11時(受付 は午前9時30分から)。

場 所 さくらであい館および背割 堤地区

定員 親子5組(先着順) 500円 (1人) 参加費

講師 山田 勇太さん (健康運動 指導士)

背割堤 秋の野草教室

植物の種を探して「たね図鑑」を 作ります。

日 時 10月17日 (土) 午前10時~ 午後 0 時30分※小雨決行。

所 さくらであい館および背割 堤地区

定 員 15人(小学生以下は保護者 同伴)

参加費 300円 (小学生以上) ■各イベントは淀川河川公園ホー ムページ (https://www.yodogawa -park.go.jp/) からお申込みくださ

間淀川河川公園さくらであい館(☎ 633-5120)

▶「かかりつけ薬局(薬剤師)」 お薬手帳を 活用しましょう

「かかりつけ薬局(薬剤師)」と して、いつも利用する薬局を1つに 決めることで、医師から処方された 薬だけでなく、市販薬やサプリメン トなどの情報も一元的・継続的に管 A X 983-5798)

FAX983-8401)

理してもらうことができ、薬による 治療がより効果的なものになるよう お手伝いをしてもらえます。

また、複数の薬を服用するときな ど、「お薬手帳」に薬局でもらった 薬を記録し、薬剤師や医師に見ても らうことで、薬の重複や相互作用が 起こるのを防ぐことができます。ス マートフォンを使った「電子版お薬 手帳(京都e-お薬手帳)」は、災 害時などでも医師に薬の情報を伝え ることができ便利です。

「かかりつけ薬剤師・薬局」、「お 薬手帳」を上手に活用しましょう。 問京都府山城北保健所衛生課(☎ 0774-21-2198)

▶環境まつりの中止と 3R推進月間イベントの 開催について

例年10月に開催している「環境ま つり」は新型コロナウイルス感染症 拡大防止の観点から、中止すること とします。

なお、城南衛生管理組合では10月 の3R推進月間に、ごみ処理の現場 やごみの減量・分別の大切さをより 多くの人に認識していただくための 啓発イベントを、ウェブおよび広報 紙で実施します。プレゼント企画も ありますので、ぜひご応募ください。

詳しくは、10月掲載の組合ホーム ページ (https://www.jyonaneikan. jp/index.html)または10月6日(火) 発行の組合広報紙「エコネット城南」 をご覧ください。

圊城南衛生管理組合総務課(☎631-0772)

▶八幡市ろうあ協会 女性部企画講演会

「ろうあ者の活動」 ~京都市の例から~

日 時 10月20日(火)午前10時~ 11時40分※申込み不要。参加費無料。 場 所 男山公民館 3 階大会議室 講 師 吉田 正雄さん (聴覚障害 者協会)

間社会福祉協議会(☎983-4450、F

▶し尿収集日程のお知らせ

間城南衛管

2631-5171 FAX631-6011

10月19日 (月)

科手

10月21日 (水)

橋本、高坊、大谷、樋ノ口、川口高原 10月2日(金)、10月23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

10月5日(月)、10月26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、 百野、宋脞、旦所、川路、森、御馬所、 菖蒲池、山本、今田、園内、西島、三 本橋、馬場、三ノ甲、沓田、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

10月7日(水)、10月28日(水)

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、福禄谷、 月夜田、南山、美濃山、上奈良

10月9日(金)、10月30日(金)

内里、戸津(国道1号線以東)、下奈 良(国道1号線以東)

10月13日(火)

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) 家具▼座敷机 (W153・D86・H34、 こげ茶色)その他▼衛星放送用パラ ボラアンテナ (SONY110度CSア ンテナSAN-40BK1、48cm) (P anasonic、54cm)▼家庭園芸室内 用温室(ガラス製、ヒーター付〈昭 和精機工業製〉、棚4段〈本宏製作 所製〉、W84・D44・H150) △ゆずってください

家具△2段ベッド(できれば木製、 上下分離型) (無料)

※市は情報提供のみ行います。品物 の受渡し等については当事者間でお 願いします。

間生活情報センター(☎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】10月はありません。 【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 **圖環境業務課(☎983-5340)**

▶食用廃油の回収日程表

間環境業務課(☎983-5340)

14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、 柿ケ谷集会所、福禄谷114・166番地

16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 栗ケ谷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

※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

※回収場所が分からない人はお問合せ 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)

▶10月の図書館休館日

八幡市民図書館

2日(金)、9日(金)、16日(金)、 23日(金)、29日(木)、30日(金) 男山市民図書館

5日(月)、12日(月)、19日(月)、 26日(月)、29日(木)

BOOK 新着図書紹介

【児童図書】〈えほん〉 『4さいのこども

って、なにがすき ?]

ウィリアム・コー ル/さく トミー ・ウンゲラー/え こみや ゆう/



ジャングルジムにのぼったり、か けっこしたり、でんわでおしゃべり したり。すきなことって、いーっぱ いあるよね!きみはどんなことがす きかな?幼年から。

【成人図書】

生きる! 嵐山 光三郎 陽眠る 上田 秀人 虜囚の犬 櫛木 理字 蟬かえる 櫻田 智也 やわらかい砂のうえ 寺地 はるな 榆 周平 食王 オールドタイムズ 本城 雅人 女だてら 諸田 玲子 プロジェクト・インソムニア

結城 真一郎 悪霊じいちゃん風雲録 輪渡 颯介

▶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。

新型コロナウイルス感染症の流 行状況によっては、急きょ運行 を中止または予約貸出のみの運 行となる場合があります。

30分間停車します

10月6日(火)、10月27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)	
八幡長町・北(7組ロータリー)	15:30~
橋本栗ケ谷 (メロディハイム希望ヶ丘前)	16:20~
10月7日 (水)、10月28日 (:	水)
FR. L. T. L. D. C. LL. L. D. L. T. L. T. L. T. L. D. C. L.	

男山石城(地域包括ケア複合 13:20~ 施設YMBT)

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)

南ケ丘保育園 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~

16:20~ 男山笹谷(D19棟南側) 10月14日 (水 橋木恒谷(自岡崎科医院前)

何华生 (四回四个区的时)	10.40
南ケ丘児童センター	14:20~
八幡山田(しののめ公園)	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~

13:10~
14:00~
14:50~
15:30~

-		15:30~
1	10月21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~

困ったときは ご相談ください

第687号

◆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 ずれも午後1時15分~4時です。1 人20分。

相談日	場所	予 約 開始日
10月6日 (火)	文化センター	9月29日 (火)~
10月13日 (火)	2階第1会議室	10月6日 (火)~
10月20日	生活情報センター	10月13日 (火)~
11月10日 (火)	文化センター 2階第1会議室	11月4日(水)~

※予約は、午前9時から電話で生活 情報センター(2983-8400)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 110

◆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)。▶10月22日(木) 生活情報センター※予約は15日(木) 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、官公署への許認可、 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) **△**。

▶10月1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) ^。

▶10月16日(金)文化センター2階 第1会議室

◆くらしと仕事の相談

経済的にお困りの人やご家族からの 生活、仕事などの相談に専門の相談 員が応じます。月曜~金曜日(祝日 除く)午前8時30分~午後5時15分、 生活支援課(☎983-1138)

◆ひきこもり相談窓口

ひきこもりで悩んでおられる人やご 家族からの相談に応じ、必要とする 支援を紹介します。専門の支援員が ご自宅などに訪問することもできま す。月曜~金曜日(祝日除く)午前 8時30分~午後5時15分、生活支援 (20774-54-5380) ▶10月15日(木) 課(2983-1138)

国民年金からのお知らせ

遺族基礎年金について

次の①から③に該当する人が亡 くなられたときに、その人によっ て生計を維持されていた「子のあ る配偶者」または「子」に支給さ れます(「子」とは、18歳到達年 度の末日までの子、もしくは20歳 未満で1級・2級の障がいの状態 にある子をいいます)。

①国民年金の被保険者

②国民年金の被保険者であった人 で、日本国内に住所がある60歳以 上65歳未満の人

③老齢基礎年金の受給資格期間が 25年以上ある人

ただし、①②の場合は、死亡月 の前々月までの被保険者期間のう ち、保険料納付済期間と免除期間 額の4分の3です。 を合わせた期間が3分の2以上必

いことになっています)。

る配偶者」が受ける場合、基本額 一方を選択することになります。 (781,700円) に子の加算額(1 人目と2人目の子はそれぞれ 224,900円、3人目以降は1人に つき75,000円)を加えた額です。

寡婦年金について

国民年金の第1号被保険者とし て保険料を納めた期間(免除期間 を含む)が10年以上ある夫が亡く なられた場合に、10年以上婚姻関 計を維持されていた妻に60歳から 65歳までの間支給されます。年金 額は、夫の第1号被保険者期間に 基づいて計算された老齢基礎年金 兄弟姉妹です。

ただし、死亡した夫が障害基礎 要となります(死亡日が令和8年 年金の受給権者だったことがある 3月末日までのときは、死亡した 場合や、老齢基礎年金を受けてい 人が65歳未満であれば、死亡日が たとき、また、妻自身が老齢基礎 含まれる月の前々月までの直近1 年金の繰上げ支給を受けている場 年間に保険料の未納がなければよ
合、寡婦年金は支給されません。

なお、寡婦年金と死亡一時金の 遺族基礎年金の額は、「子のあ 両方を受けられる場合、どちらか

死亡一時金について

国民年金の第1号被保険者とし て保険料を納めた月数が36月以上 ある被保険者が、老齢・障害基礎 年金のいずれも受けないまま死亡 したとき、死亡者と生計を同じく していた遺族に死亡一時金が支給 されます。

ただし、その死亡により遺族基 係が継続していて、夫によって生 礎年金を受けられる遺族がいる場 合には支給されません。請求でき る遺族の範囲・順位は、死亡者の 配偶者・子・父母・孫・祖父母・

> 死亡一時金の額は、保険料を納 めた月数に応じて決まっています (120,000円~320,000円)。

間京都南年金事務所お客様相談 室(☎644-1165) ・市民課年金 係(2983-2594)

◆人権相談

人権に関わる相談やいろいろな悩み に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▶10月12日(月) ▶26日(月)八幡人権・交流センタ 一(人権啓発課)▶20日(火)生涯 学習センター※電話相談も受け付け ます。(2981-3127)

◆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)

▶10月8日(木)▶22日(木)午後 1時30分~4時30分、詳しくは同セ ンター (2983-1784) へ。

【一般相談】月曜~金曜日(祝日、 年末年始除く)午前10時~正午・午 後1時~5時

◆年金相談

【電話予約制】

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。

▶10月23日(金)午前10時~午後4 時、文化センター3階第2講習室 予約先 京都南年金事務所お客様相 談室 (2643-2620)

◆ 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(2682-8915)、サポステ京都南 市役所1階相談室(北玄関西側)

◆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(② 983-3148)

※府宇治児童相談所京田辺支所(☎ 0774-68-5520)でも対応します。

◆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 (**2983-3148**)

◆母子父子家庭相談

母子・父子家庭の相談に応じます。 月曜~金曜日(祝日除く) 午前9時~正午•午後1時~4時、 子育て支援課(2983-1112)

◆介護相談

高齢者の介護やひとり暮らし高齢者 の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 待ち時間を短縮するため予約制にな 日〈祝日除く〉午前9時~午後5時) やまばと(2982-8000)、梨の里(2011) 982-0125)、美杉会(2971-3576)、 有智の郷(2972-1000)

> ※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(2983-8111)

◆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(2983-8400)

◆ふれあい福祉相談

福祉に関する相談に応じます。ふれ あい福祉センター(**②・FAX983**-2000)

【常設相談】月曜~金曜日 午前9 時~午後5時 社会福祉協議会(時 間外の夜間・休日は留守番電話また はFAXで受け付けます)

【出張相談】火曜~木曜日(祝日除 く)午前10時~正午、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。▶10月6日(火)福 祉会館。対象は知的障がい者・肢体 障がい者※相談の際は、マスクの着 用をお願いします。

短 信

▶京都府最低賃金を据え置き

1時間当たり909円

京都府内の事業所で働く労働者 (パート・アルバイトを含む)に適用 される最低賃金については、引き続 き「時間額909円」が適用されます。 ※特定の産業については、京都府 最低賃金よりも高い金額で、特定 (産業別) 最低賃金が定められて いる場合がありますので、ご注意 ください。

問京都労働局(☎241-3215)

▶ハロウィンジャンボ宝くじ

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と 「ハロウィンジャンボミニ」を2種 類同時販売しています。この宝くじ の収益金は市町村の明るく住みよい まちづくりに使われます。

販売価格 各1枚300円 発売期間 10月20日 (火)まで 間公益財団法人京都府市町村振興協 会(2411-0200)

健康診査・がん検診を受けましょう!

※費用は無料

実施期間10月31日(土)まで (6、7は令和3年2月27日<土>まで)

お知らせ

■ 特定健康診査・後期高齢者健康診査 (受付:国保医療課)

6月にすべての対象者に案内を送付しています。受診券や受診票を紛失 された場合は、国保医療課までご連絡ください。再交付します。

特定健康診査 甲丛不要

対 象 市の国民健康保険に加入している40~74歳の人※令和2年6月1 日以降に市の国民健康保険に加入した人は国保医療課窓口で10月 30日(金)に申込みが必要。郵送は、10月23日(金)必着。

後期高齢者健康診査 申込不要

対 象 市の後期高齢者医療被保険者(施設入所者・長期入院患者は原則 除く)※令和2年8月1日以降に市の後期高齢者医療保険制度に 加入した人は国保医療課窓口で10月30日(金)までに申込みが必 要。郵送は、10月23日(金)必着。

特定健診・後期高齢者健診共通

容問診、身体計測、血圧測定、検尿、血液検査(血糖、血中脂質、 腎機能、肝機能、貧血等)、心電図等

場 所 指定医療機関(詳しくは国保医療課にお問い合わせください) 間国保医療課(☎983-2962)

▶令和2年度特定健診結果説明会

日 時 ①10月27日(火)、②11月24日(火)各日、午後2時~3 時(午後1時30分から受付)

所 ①母子健康センター、②男山公民館

対 象 市の国民健康保険加入者で、令和2年度特定健診または市 助成の人間ドックを受診した人

20人 定

健診結果の見方について、栄養士による食事改善術

団・間実施日の2日前まで(土・日、祝日はその前日まで)に国保 医療課(2983-2962)へ

2 前立腺がん検診 一部申込必要 (市外で受診する人のみ)

対 象 55歳以上の男性(令和3年3月31日基準)※前立腺がんで治療中 の人やPSA値経過観察中の人を除く。

血中PSA値測定

場 所 指定医療機関(詳しくは、健康推進課にお問い合わせください)

申込み 市内で受診する場合住所・氏名・生年月日が確認できるもの、お よび健康保険証を持参し、直接、実施医療機関へ。 京田辺市・井手町・宇治田原町で受診する場合事前に健康推進課 への申込み(右記)が必要です。

3 肝炎ウイルス検診 要用込

対 象 40歳以上(令和3年3月31日基準)で過去に受診したことのない人 内 容 問診、血液検査(B型肝炎ウイルス抗原・C型肝炎ウイルス抗体 検査)

場 所 指定医療機関(詳しくは、健康推進課にお問い合わせください)

4 大腸がん検診 申込不要

対象 40歳以上(令和3年3月31日基準)の人

内 容 問診、検便(便潜血反応)

場 所 指定医療機関(詳しくは、健康推進課にお問い合わせください) ※市外医療機関では受診不可。

申込み 住所・氏名・生年月日が確認できるもの、および健康保険証を持 参し、直接、市内の実施医療機関へ※事前予約は不要。

集団検診のご案内 12月に実施予定(健康推進課への事前申込み要)。詳 細は広報やわた11月号でご案内します。

5 生活習慣病予防健康診査 要申込

対 象 40歳以上(令和3年3月31日基準)の生活保護受給者

容問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、心電図検査等

場所指定医療機関

申込み 生活支援課で「生活保護受給証明書」の交付を受け、10月30日(金) までに健康推進課窓口へ

6 子宮頸がん検診 要申込

対 象 20歳以上(令和3年3月31日時点)の女性※令和元年度に市の検 診を受けた人(クーポン券受診者含む)は除く。

容 問診、婦人科内診、子宮頸部細胞診

場 所 京都府下の指定医療機関(市内は大塚産婦人科医院、おさむら産 婦人科)

7 乳がん検診 一部申込必要

対 象 40歳以上(令和3年3月31日時点)の女性のうち西暦が奇数年生 まれの人※乳房形成術を受けたことのある人、妊娠中の人、ペー スメーカーを装着している人、胸部の皮下に医療器具を埋め込ん でいる人は受診できません。

内 容 問診、マンモグラフィ(40歳代:2方向、50歳以上:1方向)

所 京都府下の指定医療機関(男山病院、京都八幡病院、田辺中央病 院は申込不要。直接医療機関へ予約)※期限間際は予約が混み合 います。余裕をもって受診してください。

※西暦が偶数年生まれで令和元年度に市の検診を未受診の人のうち、検診 を希望される人は健康推進課までお問合せください。

申込方法 2・3・6・7共通(2は市外で受診する人のみ)

健康推進課で申し込み、またはハガキに希望検診名・住所・氏名・生年 月日・満年齢・電話番号・受診する医療機関名(子宮頸がん検診・乳がん検 診・前立腺がん検診の場合)を記入し、郵送。※子宮頸がん検診は、医療機 関名の記入がない場合、市内用の案内を送付します。

申込期限 前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診=10月30日(金)まで※ 郵送は10月23日(金)必着。子宮頸がん検診・乳がん検診=令和3年1 月29日(金)まで※郵送は令和3年1月31日(日)消印有効。 圖健康推進課保健係 (☎983-1115)

▶高齢者(65歳以上)のインフルエンザ予防接種

接種期間 10月12日(月)~令和3年1月30日(土) 申込期間 10月1日(木)~令和3年1月15日(金)

対 象 ①65歳以上②60歳~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能障が いがあり、身体障害者手帳の内部障害1級と認定されている人 ※①・②いずれも年齢は接種日基準、市内に住民票がある人。

費 用 1,500円(市民税非課税世帯・生活保護世帯の人は、接種前に健 康推進課で免除申請すると無料になります)※【表①】参考。

事前申込方法 申請書に記入し健康推進課へ提出してください(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)。

予防接種の申込方法

① 市内指定医療機関【表②】で接種希望 自己負担1,500円(市民税課税世帯)

直接医療機関へ(市への 申込不要)※保険証また は各種受給者証を持参

市内指定医療機関で接種希望 無料(市民税非課税世帯·生活保護世帯)

事前申し込み →健康推進課へ

健康推進課へ

③ 他市の医療機関等で接種希望 ※世帯とは、同じ住民票にのっている家族。

※②・③の接種後の申請はできません。

医療機關名	住所	電話番号	高齢者 インフルエンサ 予約 (2)	各種模 健診 粉 2
あさか内科医院	男山泉	468-3712	要	要
市岡整形外科クリニック	男山泉	874-7617	要	
いばら木整形外科医院	八幡三本橋	983-5656	不要	
入江医院	男山長沢	983-1718	不要	
大塚産婦人科医院	男山長沢	982-1866	要	
大森医院	橋本栗ケ谷	971-0033	不要	不要(※3)
小川医院	男山泉	963-5790	要	要
長村内科医院	内里内	981-1023	要	要
男山病院	男山泉	983-0001	要	要(※4)
かたやまクリニック	欽明台中央	982-8181	要	要
京都八幡病院	川口別所	971-2001	要	不要
工藤内科クリニック	橋本東原	982-0151	不要	要
小糸医院	男山金振	983-5110	不要	不要
しげまつ耳鼻咽喉科医院	男山長沢	981-8733	要	
下野医院	八幡平谷	981-0030	不要	不要
たまがきあやこ キッズクリニック	欽明台中央	205-1646	要	
となみクリニック	八幡樋ノ口	633-5565	不要	要
なかじま整形外科・ リウマチクリニック	欽明台中央	971-0012	要	
中村診療所	八幡山柴	981-0510	要	要
にのゆ耳鼻咽喉科医院	八幡三本橋	981-8878	要	
ふじさわ 皮膚科クリニック	欽明台北	972-2860	不要	
みぎはし医院	男山竹園	981-0282	要	要
みのやま病院	欽明台北	983-1201	要	要
みよし内科・消化器科	八幡柿ケ谷	981-6860	要	要(※5)
もりおか耳鼻咽喉科医院	男山金振	972-5733	要	
やすだこどもクリニック	欽明台西	971-1102	要	
山下医院	橋本向山	982-2310	不要	不要
八幡中央病院	八幡五反田	983-0119	不要	不要
渡部医院	男山八望	982-2525	要	要

※1インフルエンザワクチンの入荷・準備状況は、各医療機関で異なります。10 月中の接種を希望される人は、念のために各医療機関にお問い合わせください。 高齢者インフルエンザの予約受付時間は各医療機関の診察時間内。

※2各医療機関の予約受付時間は診察時間内。ただし、男山病院は平日午前9時 ~午後4時30分・土曜日の午前9時~11時30分、となみクリニックは木曜日以外 の平日。

※3大森医院は木曜日午前のみ予約制で対応。

※4男山病院は大腸がん検診以外の実施を一時中断している場合があります。

※5みよし内科・消化器科は前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診のみ実施。

※特定健診・後期高齢者健診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診は、京田辺市 ・井手町・宇治田原町の指定医療機関でも受診できます。市外で受診を希望され る人は、事前に各医療機関にご確認ください。

[受診の際のお願い]

・当日、ご家庭で必ず体温を測ってから受診してください。 ※発熱している場合は、受診できません。

・マスク着用で、密集・密接を防ぐ協力をお願いします。

・医療機関の指示に従ってください。

わたん

う

◆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。

◎健康推進課で実施する事業は市 に暴風警報が発令(午前の事業は 午前7時時点、午後の事業は午前 11時時点) されている場合中止と なります。

▶10月の各種健康相談

20日(火)午前9時30分~11時 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。

■事前に保健係(☎983-1115)へ

15日(木)午前9時30分~11時 南ケ丘老人の家

22日(木)午前9時30分~10時30分 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。上記の施設以外でも、日時・ 場所などご希望がある場合はご連 絡ください。

▶異なるワクチン間の 接種間隔の改定について

令和2年10月1日から、定期接種 実施要領の改定に伴い、異なるワク チン間の接種間隔の制限が一部変更 されることになりました。

今後は注射の生ワクチン同士の場 合のみ接種してから27日以上あける こととし、その他のワクチンについ ては制限がなくなりました。

ただし、同一ワクチンを複数回接 種する際の接種間隔の制限は従来通 りとなりますので、ご注意ください。 圖保健係 (☎983-1115)

☎983 − 3001

診療日 日曜日・祝日・年末年始 八幡園内73-3 (市役所北側) 所 診療科目 内科•小児科

受付時間 午前11時30分~午後5時30分 診療時間 正午

新型コロナウイルス感染症予防の観点か ら、事前に電話にて診察予約をお願いし ます

小児救急医療

次の医療機関では、休日・夜間に小児 専門医または救急総合診療科医が当直 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) 24時間365日
- ●田辺中央病院(☎0774-63-1111) 24時間365日

も医療電話相談

☎#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

10月の乳幼児健康診査·すこやか子ども相談のご案内 圖保健係(☎983-1115)

事業名	会 場	日程	受付時間	対 象	11月の日
4 为月児健康診査	母子健康センター	110 (74)	午後1時~2時	令和2年6月1日~6月2	10日 (火)
4刀刀兀陡脉形直	母 丁 健康 ピングー	140 ()()	1.67 LM 7 M	日生	25日(水
10カ月児健康相談					
1歳8カ月児 健康診査	母子健康センター	新型コロナウイルス感染症予防のため、予約制で実施します 者には個別通知します。		ます。対	
3 歳児健康診査					
すこやか 子ども相談	母子健康センター	1日(木)	午前 9 時30分~ 11時	すこやか子ども相談は当面の間「母子健康センター」でのみ完全予約制で実施します。 0 歳から就学前までの乳幼児で希望があればお電話で予約の上、お越しください。	5日(木

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・延期となる場合は、個別連絡、市ホームページなどでお知ら せします。

※各健診の対象者には通知しています。

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル、体調確認票、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カ月児健康相談は当日、子ども用の歯ブラシをプレゼントします。

◎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 ■保健係(☎983-1115)

【集団予防接種】

BCG予防接種

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、母子健康センターでのBCG予防接種は予約制で実施します。 対象者には個別に案内を送付します。

また、当面の間、市内一部の医療機関での個別接種も選択できるようになります。個別接種を希望される人は、 事前に必ず健康推進課までご連絡ください。

【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)、ロタ(※③)

※①特例対象者(平成12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。

※③10月1日から令和2年8月1日以降に生まれた人を対象に定期接種になります。ロタウイルスワクチンは2 種類あり、予防効果や安全性に差はありませんが、接種回数などが異なりますので、同じ種類のワクチンで接種 を完了してください。

【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。

▶歯周疾患健診

受診期間 10月1日(木)~12月25 日(金)

場所市内協力医療機関

対象 令和2年度に40歳、50歳、 60歳、70歳になる人(対象者には必 要書類を9月末までに郵送)

内 容 問診、口腔内検査(現在の 歯の状況、喪失歯の状況、歯周組織 の状況および口腔清掃状態)、検診 結果の判定、結果の通知・説明と結 果に基づく指導

費 用 無料(検診内容以外は有料) 持ち物検診票、健康保険証など生 年月日が確認できるもの、歯ブラシ 問予防係 (☎983-1117)

▶出張がん個別相談

日 時 10月13日 (火) 午後1時~ 3時30分※要予約。相談無料。

場所山城北保健所(宇治市宇治 若森7-6)

■・間実施日の前日までに、電話で 京都府がん総合相談支援センター (20120-078-394、平日の午後4時ま で)へ

暮らし生き生き 健康に

【サルコペニアをご存知ですか?】

サルコペニアとは、加齢に伴う筋 量低下とそれに伴う筋力低下や身体 けて肩幅くらいに広げ、3秒かけて 機能の低下のことです。原因は、運 ゆっくりおしりを下げ、3秒かけて 動不足や栄養不足など、1つに特定 ゆっくり立ち上がることがポイント できることもありますが、複数の原 因が連鎖して引き起こされることも 考えられます。サルコペニアになる と、1人で日常生活を送ることがで きなくなってしまうこともありま

【サルコペニアを予防する方法】

サルコペニアを予防する方法の1 つが、筋トレです。筋トレといって も器具を使うような難しいものでは なく、自宅でできる簡単なもので大 丈夫です。筋量の低下は40歳ごろか ます。下半身の筋力低下を防ぐため に、ここでは下半身を中心とした筋 トレをご紹介したいと思います。

【下半身の筋力アップを図る方

法]

下半身を鍛えるには、自宅でも簡 単にできるスクワットがおすすめで す。スクワットを行う場合は、椅子 の前に立ち、足のつま先を正面に向 です。まずは、これを1日10回3セ ット行ってみましょう。足腰に不安 がある人は、できる範囲で実践して みてください。

【「やわた健幸しんぶん」の紹介】

市では、7月から「やわた健幸し んぶん」を毎月15日前後に全戸配布 しています。「やわた健幸しんぶん」 では、健幸づくりに関する連携協定 を結んでいるスポーツクラブなどが 自宅でできる運動動画や健康づくり に役立つ情報などを紹介していま ら始まり、脚の筋力は腕と比較して す。市役所の健康コーナーにも設置 10%以上低下しやすいと言われてい していますので、ご覧いただき、皆 さんの健康づくりにご活用くださ 110

間健康増進係(☎983-1116)

この事業は、 京都府と実

登山家 (奥右) や写真家 (奥右から2人目) の話を聞く参加者たち (だんだんテラス)

路する予定です。

人、滞在しながらヒント探す

ら創作のヒントを探しま が八幡市内に滞在しなが の若手アーティスト6人 発見を生かしてアートプロ 6日に実施され、 earch 2020 想を練る「京都:Re―S ジェクトや作品プランの構 八幡」が8月24日~9月 20~30代

風土や歴史を調査。また、 的としています。 引き出してもらうことを目 滞在を通して、若手アーテ ら実施しており、 巡ったり、地域の人に話を 行委員会により平成28年か 施市町村などで構成する実 聞いたりしながら、 宮やさくらであい館などを ィストに芸術でその魅力を 参加者たちは石清水八幡 地域での



滞在期間中の成果を報告する参加者(松花堂美術館)

郵便局のポストにハガキを投函する園児

ました。

たハガキをポストに投函し の園児35人が祖父母にあて

9月18日、八幡第三幼稚園

敬老の日」を前にした

催される展覧会で作品を披を進め、来年度に市内で開

参加者たちは制作

ドバイスを受けるなどしま 登山家らを講師に迎え、ア

線で活躍する写真家や

この日に向けて、 園児た

幡市環境市民ネットの会員

ないことをやりたいです を深めて、八幡でしかでき

抱負を話していました。

会いが活動の糧になりまし くて話しやすく、人との出

んは「八幡の人は距離が近

写真家の佐々木香

に。より調査や人との関係

キで届けようと、毎年、「敬父母へ感謝の気持ちをハガ らえるようになっていまり、祖父母から返事がも 往復ハガキを使用してお 老の日」にあわせて実施。 たちを大切にしてくれる祖 この行事は、 いつも園児

気持ち「届きますように」

ちはハガキを準備。園で育てたオクラを使ったスタンプや手形を押したり、祖父母の似顔絵を書いたりしてハガキを彩り、「大好きだい」「いつもありがとう」などのメッセージを添えま した。 ると、「届きますと 背伸びをしてハガキ き、順番にポストに して園の近くの郵便 当日は4、5歳児 いしていました。 わせておいたが代表

まちの話題などを紹介しています。このページでは、市民の皆さんの 身近な話題や、広報紙についての意見を、 市民の皆さんの活躍や

虫歯予防シュッシュッ

わかたけ保育園 5歳児、歯磨き練習

9月1日、わかたけ保育園 の5歳児27人が、虫歯を予防 するため歯科衛生士から正し い歯の磨き方などを教わりま

市内の各園では、園児たち にいつまでも健康な歯を維持 してもらおうと、毎年、歯科 衛生士を講師に迎えて指導を 行っています。

はじめに、園児は虫歯にな らないための習慣などを勉 「食事は一口30回かむ」 「食べた後は歯磨きをする」 などの話を熱心に聞いていま

した。

例年だと普段使っている歯 ブラシで歯磨きの練習をしま すが、今回は新型コロナウイ ルスの影響からマスクをつけ たまま歯磨き指導が受けられ るよう、園児たちは折り紙や テープを使って手作りした歯 ブラシを用意。歯科衛生士か ら歯ブラシの持ち方、前歯や 奥歯、歯の裏側の磨き方を教 わると、かわいらしい歯ブラ シでしっかりと練習していま した。



八幡市環境市民ネット

<プロフィール> 市内で環境保全の啓発活動を行うボ ランティア団体。「令和2年度京都府 環境保全功労者表彰」を受賞。平成14 年に発足し、現在の会員数は16人。

今月のこの人 府環境保全功労を受賞

八幡市環境市民ネットが、「令和2年度京都府環 境保全功労者表彰」を受けられました。

「団体発足から18年。これまでの活動を評価して いただき、うれしいです」と受賞の喜びを語る原田 会長。

同団体は、府内で先駆けてグリーンカーテンの普 及活動や、環境学習として市内の公立幼稚園や保育 園で、自作の大型紙芝居や環境クイズを実施するな ど、様々な啓発活動を行っています。

「子どもたちの笑顔や環境に対する前向きな意見 が、活動の原動力です。活動する中で、継続してグ リーンカーテンづくりに取り組む人が多かったり、

エコバッグを所持する人 が増えたりと、環境への

関心が高まっていることを実感します」と話します。 「今後も環境問題は続いていきます。より多くの

環境学習の労幼稚園児に

人に八幡市環境市民ネットを知ってもらえるよう、 市民の目に触れる活動を継続していきます」と、活 動の輪を広げながら、エコ意識の普及に取り組んで いきます。

本コーナーでは、市にゆかりのある人物を紹介 していきます。自薦・他薦問わず、紹介希望者を 募集していますので、詳しくは、市ホームページを ご覧いただくか、秘書広報課へお問合せください。