



広報

長岡京

とっただぞ!! 全国2位!!

若葉カッパで市スポーツ少年団が準優勝

第32回若葉カッパ全国小学生バドミントン大会で、全国から集まった男女各48チームの中、市バドミントンスポーツ少年団が大活躍。巧みなプレーとチームワークで勝利を重ね、男子は見事準優勝。メダルと笑顔がキラリと輝きます。女子もベスト16入りという好成績を収めました。本当におめでとう!!!

(8月1日、西山公園体育館で)

*市バドミントンスポーツ少年団の高橋監督のインタビューも。詳しくは裏表紙で。

まちの姿

●7月

出生71人・死亡49人

／救急車の出動248回／家庭から出たごみ1294.54トン(前年同月1332.38トン)

／平均気温27.5℃(27.0℃)

●8月1日現在 人口80,737人・世帯数35,478世帯／65才以上20,822人

●6月

交通事故13件(同17件)

長岡京市のふるさと納税は、**中身で勝負!**

あなたの**応援**が、まちの**魅力**を創る!

街をより元気にしたい!そのために、市のふるさと納税を「京都・長岡京応援寄附金」としてリニューアルし、3つのプロジェクトを立ち上げました。さらに魅力あるまちにするために、あなたの応援が必要です。市外にお住まいのご家族・親戚・友人などにふるさと納税の輪を広げてください。皆さんのあたたかいご支援を、心よりお待ちしております。

長岡京市長 中小路 健吾



ふるさと納税の 原点に立ち返ります!

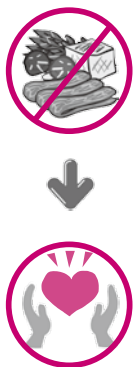


① あなたの寄付がカタチに

寄付先を左記3つのプロジェクトから選択できるようになりました。寄付者は寄付金ができるようにまちをつくるの目目で確認でき、市は事業を充実させ、その気持ちに応えます。

② 高価な返礼品には頼りません

豪華な返礼品合戦が繰り広げられているふるさと納税。市では本来の趣旨に立ち返り、皆さんの気持ちすべてを事業に活かし、寄付してよかったと思える満足感をお届けします。



③ 支払い方法がより便利に

インターネットを利用したクレジットカード決済が可能に。Yahoo! 公金支払いを利用し、個人情報などの管理も徹底します。

総務課 総務係

☎ 9555・9547
FAX 9511・5410

そもそもふるさと納税って?

生まれ育ったまちや縁のある地域などに応援したい気持ちを、寄付を通じて実現する制度です。確定申告などにより寄付額のうち2千円を超える部分が所得税・住民税から一定の上限まで引かれます。

クレジットカード決済の方法って?

- ふるさと納税の申請を市へ(申請書か市ホームページの申込みフォームから。クレジットカード支払いとお伝えください)
- 市から支払い番号と確認番号をメールか郵送でお知らせ。
- Yahoo! 公金支払いサイトで、必要な番号などを入力し、支払い完了。



市内に住んでいても寄付できるの?

できます。ただ、市外の人に、市のふるさと納税を広めていただく方が、より市への応援になります。周知用のリーフレットがありますので、市総務課に連絡をいただければ、ご自宅へお送りします。

Forest

京都西山再生プロジェクト

「カブトムシ・オオムラサキたちのくらす森」

★生物多様性に富んだ森にしたい！

都市近郊にある貴重な緑の資源である西山は、長く人々に愛されてきました。しかし今、生活様式の変化などにより、生き物が住みにくい森へと変わりつつあります。カブトムシやオオムラサキなど、多様な生き物が暮らすことのできる森として再生し、人や生き物にとって豊かな森を作ります。

★植樹で森づくり

クヌギやエノキなどの苗木を、道沿いには景観を彩るヤマザクラやカエデなどの苗木を660本植樹します。

★お礼に代えて

- ①植樹エリアにネームプレート¹の設置
- ②植樹体験への案内



目標額 800 万円

内訳 森林整備費用として、苗木の植樹、不要木の伐採、シカの食害防止ネットの設置、日照量確保のための草刈りなどに使用します。

Illumination

スターライトイルミネーション in バンビオ「流れ星に願いを」

★冬の風物詩をもっと楽しく、美しく！

冬の澄んだ空気に幻想的な空間を演出するイルミネーション。毎年JR長岡京駅前で行っていますが、まだまだ規模も小さく、知名度も高くありません。イルミネーションの充実を図り、より多くの人に、神秘的で心温まる感動を味わっていただけるようにします。

★竹行燈とLEDのコラボレーション

竹のふるさとらしい個性的な輝きを演出するために竹行燈200本を設置。JR長岡京駅東口と中心市街地の街路樹にも拡充します。

★お礼に代えて

- ①イルミネーションの様子をアルバムでお届け
- ②ネームプレート¹の設置
- ③イルミネーションへの案内



目標額 1,800 万円

内訳 イルミネーション費用として、竹行燈200本(300万円)、LED 10万个(900万円)、街路樹120本への電飾費用(600万円)に使用します。

Books

子どもたちに本を贈ろうプロジェクト

★いっぱいの本で子どもの未来を創りたい！

本は、文章以外にも絵の描き方や色使いなど、さまざまな面で子どもの表現力や想像力を養います。市内10小学校に、各学年に適した幅広い種類の本を増やし、豊かな表現力を持った心を育みます。

★グローバルな感性を育む

これからの社会の中で活躍する豊かな感性や国際的な感覚を持った子どもを育てるために、英語の図書などを含めた多様な本を購入します。

★お礼に代えて

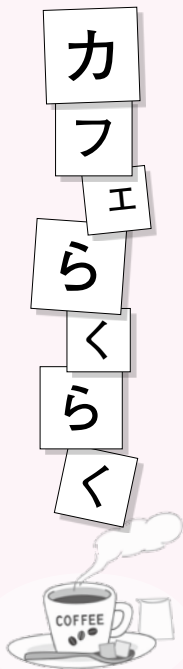
- ①購入する本のリクエストが可能
- ②読書感想文集をお届け
- ③子どもからのメッセージをお届け



目標額 年間 100 万円

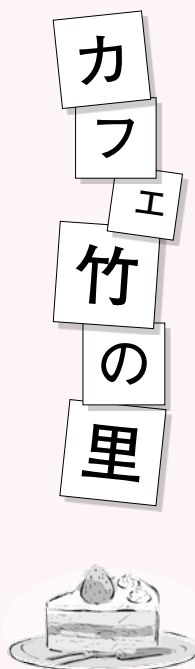
内訳 図書購入費用として、1校あたり10万円をめどに、低・中・高学年それぞれに適した本を購入します。

9/20(火) OPEN



- ▼日時 毎月第2・第4火曜日、午後2時30分～4時30分
- ▼場所 〓サービス付き高齢者向け住宅「next 洛楽」内 (神定屋敷53の3)
- ▼対象 〓おおむね長岡第三中学校区の65歳以上の人
- ▼費用 〓喫茶での飲み物代(フンドリンク制)300円から

9/16(金) OPEN



- ▼日時 毎月第2・第4金曜日、午後1時30分～3時30分
- ▼場所 〓特別養護老人ホーム竹の里ホーム内 (奥海印寺走田1の1)
- ▼対象 〓おおむね長岡第四中学校区の65歳以上の人
- ▼費用 〓お茶代100円

地域の人々で集まる、憩いの場 認知症対応型カフェ 新しく2カ所にオープン



認知症の人にも対象に含めた、高齢者向けのコミュニケーションカフェが新たにオープン！脳トレや体操などのプログラムも実施しています。地域の人とゆったりしたひとときを過ごしながら、認知症について考えてみませんか。

☎(一財)長岡京記念財団オレンジルーム
952-3794 FAX 951-9250

オープニングイベント

- ① カフェ竹の里…9月16日(金)午後1時30分から
- ② カフェらくらく…9月20日(火)午後2時30分から

●あなたの健康年齢は何歳？(先着各20人)

血管年齢・骨密度・脳年齢を測定

●元気になるメニュー

メニューボランティアによる

上手なお化粧講座



●飲み物をおいしく頂くための講座

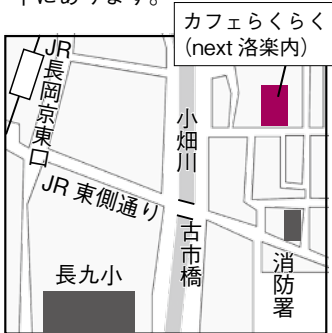
① コーヒー専門店ウニール京都長岡さん

による、おいしいコーヒーの淹れ方講座

② 茶道の先生一瀬陽子さんによる、

抹茶の親しみ方講座

「カフェらくらく」は、今年の夏にオープンした食事や介護、生活相談などのサービス付き高齢者向け住宅「next 洛楽」の中にあります。



① ピノカフェ

(土井医院内、長岡1丁目3-17)

- ▶日時 = 9月23日(金)午後1時30分
- ▶対象 = 認知症の人やその家族
- ▶内容 = ドッグセラピー
- ▶要300円

② カフェきりしま荘

(きりしま荘内、長岡2丁目3-32)

- ▶日時 = 毎月第2・第4水曜日、午後1時30分から
- ▶内容 = 脳トレなどのプログラム
- ▶無料

③ カフェすずかけ

(喫茶すずかけ内、緑が丘1の1)

- ▶日時 = 毎週火曜日午前10時～午後3時
- ▶内容 = 第3火曜日は医師などによる相談
- ▶無料

④ カフェ井ノ内

(井ノ内公民館内、井ノ内南内畑33)

- ▶日時 = 毎月第4火曜日午後1時30分から
- ▶内容 = 脳トレなどのプログラム
- ▶無料



薄れゆく父の記憶を探す旅へ

「サクラサク」上映会

9月21日(水)午後7時(午後6時30分開場)
中央公民館市民ホール
入場無料・申込不要



▼定員 250人

▼あらすじ 大手家電メーカーに勤務する俊介は、一見すると順風満帆なサラリーマンだったが、家庭では妻・昭子との関係が冷え切り、次第に息子、娘との関係も破綻していく。そんな生活の中、同居する父の俊太郎が認知症を発症したことから、俊介は家族との絆を取り戻すべく、家族連れ出し父親の故郷へ旅をする。

認知症の父親と、家族を顧みず仕事に没頭してきた息子、その家族の再生をテーマに描いた、さまざまな短編小説を映画化。

9月21日は

世界アルツハイマーデー

◆アルツハイマー病って？

アルツハイマー病は、認知症の疾患のひとつで、認知症全体の50%を占めます。また、高齢者に多く発病がみられることが特徴です。症状は、物忘れから始まり、徐々に見当識や、判断能力の障がいなども現れ、病気の進行によっては寝たきりになる場合もあります。

◆なぜ9月21日なの？

1994年9月21日に国際アルツハイマー病協会が国際会議を開催し、その初日を記念日として宣言したことから、9月21日を「世界アルツハイマーデー」と決めました。その日を中心にして、世界ではさまざまな啓発活動が行われています。京都府では、ポスターやリーフレットでの周知、そして本市でも「サクラサク」の上映などにより、認知症への理解を呼びかけています。

認知症は、誰にでも起こりうる病気です。この機会に一度、認知症について考えたり、家族で話し合ったりしてみませんか。

◆ものわすれ検診をしています

対象者には7月上旬に案内を送付しています。詳しくは高齢介護課(☎955-9713)までお問い合わせください。

きりしま苑

秋のフェスティバル

どなたでも参加でき、見に来ていただけます。一緒に健康づくりをしませんか？お気軽にお越しください。

▶日にち=①9月12日(月) ②13日(火) ③14日(水) ④15日(木) ⑤16日(金)

▶時間=①午前9時30分から ②～⑤午後1時30分から

▶場所=きりしま苑

▶内容=①カラオケ登録団体による歌の競演 ②童謡コーラス四つ葉会によるコーラスとノエ・アイラナによるフラダンス ③「自炊で健康」～健康的な生活を支える食事づくりとは～講師は大阪成蹊短期大学調理・製菓学科教授の阪本美奈子さん。要申込 ④ポップバンドによるハーモニカの演奏 ⑤竹の子クラブによる大正琴の演奏

*上記の期間は、川柳や詩、絵などの作品展示も行っています。

☎きりしま苑

☎956-0294 FAX956-0290

あったかふれあいセンター

健康特別講座(全3回)

▶日時・場所=①9月24日(土) ②10月8日(土) ③22日(土)、午前10時～正午、あったかふれあいセンター

▶対象=可能な限り3回とも参加できる人(先着20人。50～60歳代中心)

▶内容=①健やかな生活とは ②健康食品とどうつきあったらいいのか ③正しい姿勢が健康を作る

▶講師=①京都府立大学大学院食保健学科教授の東あかねさん ②薬剤師で消費生活アドバイザーの太田浩子さん ③ウォーキング指導士の中川慶子さん

▶費用=各回300円

▶申込=9月16日(金)までに下記へ



☎あったかふれあいセンター

☎FAX963-5555

所有者は適正な管理を！

空き家の実態調査をします

空き家が周囲に及ぼす影響



放置された空き家は、近隣住民に危険を伴う影響を及ぼすことがあります。所有者は、これらが原因で事故などが発生した場合は、責任を問われることがあります。

① 瓦や外壁が落ちる

建物が老朽化していると、瓦や外壁が落ちたり、倒壊する可能性があります。大変危険です。



② 草木の繁茂・越境

木が道路にはみ出ると、通行の妨げや事故の原因になります。また、蚊などの有害生物が大量発生する原因にもなります。



③ 動物のフン被害

動物が住みつくくと、フンなどで臭気が発生し、迷惑です。



空き家所有者必見！「特定空家等」



「特定空家等」は、保安上著しく危険であったり、衛生上有害、景観を損なっている、生活環境の保全のため放置できないなどの状態にある空き家のことです。

① 「空き家対策特別措置法」

命令違反には罰金・代執行も

近年の空き家問題を受け、昨年度に「空き家対策特別措置法」が完全施行されました。これにより、右記のような「特定空家等」に認定されると、市町村は助言や指導、勧告、命令が行えるようになります。それでも適正な管理がなされない場合は、代執行（解体など）とその費用の請求ができるようになります。また、命令に従わない場合、50万円以下の罰金に処せられることもあります。

② 税金の控除がなくなることも

住宅が建つ土地の場合、「住宅用地特例」によって、土地にかかる固定資産税が最大6分の1、都市計画税が最大3分の1にまで軽減されています。ところが「特定空家等」に認定され勧告を受けると、これらの控除は受けられなくなるおそれがあります。

近年、人口減少や高齢化などが原因で空き家が増え、周辺環境へ深刻な影響を及ぼすなど、全国的な社会問題となっています。市では、空き家を適正管理する必要性の周知と有効活用策の実施を進めるため、「長岡京市空家等対策計画」を平成29年度中に策定します。計画策定の基礎資料とするため、市全域を対象に実態調査を行います。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

問 都市計画課空家政策担当 ☎ 955・9743 FAX 951・5410

調査員が見回ります
敷地内には入りません

- ▼対象家屋 自治会からの調査報告や、水道の閉栓状況などから、空き家と思われる家屋
- ▼調査期間 10月上旬までを予定。月～金曜日の午前9時～午後5時（土曜日の場合もあります）
- ▼調査内容 表札・ポストの確認や、建物の外観目視、写真撮影など
- ▼委託業者 国際航業株式会社
- ▼服装 帽子、腕章を着用の上、身分証明書を携行



◆あなたも「空き家所有者」になるかも？
他所にいくつか住宅をお持ちの人も、定期的な点検・管理をお願いします。

◆空き家のこともおまかせ！不動産無料相談
毎月第3火曜日の午後1時～4時、市役所市民相談室で「不動産無料相談」を行っています。今月は20日（火）、随時予約可能です。

*予定は毎月1日号「情報BOX」コーナーに掲載。

暮らしにまつわるお知らせあれこれ

Info! 自然とともに生きるまちへ

推薦してください “環境の都” 賞

市では、環境保全などに貢献された個人や団体などを表彰する「長岡京市“環境の都”賞」を設けています。自薦・他薦を問いません。推薦調書様式は、市ホームページと右記環境政策室で入手できます。

- ▶資格＝①おおむね10年以上の活動歴があること ②【個人】市内在住、在勤、在学であること【団体や事業者】活動範囲が原則として市内であること

▶応募＝9月30日(金)までに、推薦調書に必要事項を記入し、下記へ

〒617-8501 (住所記載不要)

☎環境政策室環境政策担当

☎955-9542 FAX951-5410

kankyouseisaku@city.nagaokakyo.kyoto.jp

Info! まちなみを描きに歩き出そう

まちなみ絵はがきコンテスト作品募集～長四中校区編～

あなたのお気に入りの「心に残るまちなみ」を絵はがきに描いて応募してください。

- ▶対象＝市内在住・在勤・在学でアマチュアの人
▶応募内容＝官製はがきサイズで厚さ2ミリ以下(縦横自由)。写真・印刷物は不可。1人につき4点まで。長岡第四中学校区エリアから、誰でも見ることができるところを描いたもの。

▶応募方法＝作品の裏側に応募票を貼付し下記へ。応募票は、下記や図書館、中央公民館、バンビオに置いています。

▶応募締切＝9月30日(金)必着
〒617-8501 (住所記載不要)

☎都市計画課計画・景観担当

☎955-9521 FAX951-5410

Info! 今年も見逃さない!

主役決定の瞬間！ガラシャ祭公開抽選会

ガラシャ祭を彩る輿入れ行列の配役を公開抽選します。お玉・忠興など、祭りを盛り上げる主役たちが決定する瞬間にあなたも立ち会ってみませんか。

▶日時＝9月4日(日)午前10時～11時30分

- ▶場所＝市役所4階大会議室A
*電話のかけ間違いにご注意を。
☎ガラシャ祭実行委員会事務局
☎FAX959-1299



昨年のガラシャ祭の主役たち

Info! 引き続き登録する場合は申請を

公共施設予約システム 利用者登録更新の申請開始

利用者登録更新の申請期間が変更されました。主な施設では、10月1日(土)から申請が始まります。中央生涯学習センターでは、現在受付中です。

- ▶申請＝各施設の窓口へ
▶更新後の有効期限＝平成32年5月31日まで
*右記の施設に、全施設の申請書を置いています。ホームページからもダウンロードできます。提出書類は各施設により異なります。詳しくは各施設へ。

施設名	登録更新の申請期間	お問い合わせ
中央生涯学習センター	【メインホール・ギャラリー・特別展示室】10月20日(木)まで 【学習室など時間貸し施設】 来年2月20日(月)まで	963-5500
西山公園体育館	10月1日(土)～ 来年2月15日(水)	953-1161 (市体育協会)
スポーツセンター		955-1121
長岡公園テニスコート		955-5440
産業文化会館		955-2100
多世代交流ふれあいセンター		951-1278
中央公民館		

Info! 総合教育会議の結果

教育大綱の決定と中学校給食の方向性を確認

● 教育大綱の決定

市教育振興基本計画のうち、計画の理念と基本方向に掲げる①基本理念、②教育施策の目標、③施策展開において重視すること、を市教育大綱とすることを決定しました。詳しくは市ホームページと市役所情報コーナーで見られます。

● 中学校給食の方向性

① 調理施設は「親子方式」

同じ校区内にある小学校の給食施設で調理し、中学校へ運搬する親子方式で行います。小学校の給食施設を改築することで、施設の老朽化を併せて解決します。長岡第四中学校は、近くにある長岡第五小学校の給食施設が更新されて間がない上に、自校分の調理能力しかないことや、他に調理できる学校がないため、敷地内に給食施設を建設し、自校調理方式で行います。



受入校	調理校
長岡中学校	長岡第六小学校
長岡第二中学校	長岡第十小学校
長岡第三中学校	長岡第八小学校
長岡第四中学校は自校調理方式	

② 提供は「食缶方式」

衛生面や食の指導面で、より高い効果が得られるとの判断から、小学校と同様の食缶方式で提供の準備を進めます。運搬には保温食缶などを使用するため、どの学校でも温かい給食が食べられます。

③ 開始時期

改築がしやすい長岡第十小学校を調理校とする長岡第二中学校は平成30年内に、他の中学校は順次平成31年度末までの実施を目指します。

* 中学校給食の詳細は次号で改めてお知らせします。

☎ 学校教育課 学校教育係 ☎ 955-9533 FAX 951-8400

Info! 姉妹都市10周年を祝おう!

秋の伊豆の国市と時代まつり 市民訪問団の参加者募集

旧伊豆長岡町など3町が合併して誕生した静岡県伊豆の国市。旧町時代から交流を育んできました。姉妹都市10周年を祝う市民訪問団に参加しませんか。

▶ 日にち = 11月5日(土)・6日(日) ▶ 行程 = 【初日】市役所⇒大井川鐵道のSL機関車に乗車⇒日本一のつり橋三島スカイウォークから富士山を一望⇒記念式典・交流会⇒源泉かけ流し温泉があるホテルで宿泊【2日目】伊豆の国市内観光⇒時代まつりのパレード⇒市役所
▶ 定員 = 先着35人 ▶ 費用 = 2万7,000円(会員2万5,000円) ▶ 申込 = 10月7日(金)までに下記へ



世界遺産の韮山反射炉と富士山

～ “長岡” の名が結んだ縁～ 昭和49年に長岡京市観光協会が同じ「長岡」の名を持つ伊豆長岡町を訪問したことから交流がスタート。平成17年に伊豆長岡、にらやま 韮山、おおひと 大仁の3町が合併し、伊豆の国市となっても、スポーツや商工観光分野など幅広い交流を続けています。



PRキャラクター
てつざえもん
韮山反射炉

☎ 長岡京市友好交流協会事務局(秘書課内) ☎ 955-9500 FAX 951-5410

【お詫びと訂正】 広報長岡京 8月1・15日合併号、8ページに掲載の社会福祉大会受賞者の住所に誤りがありました。お詫びして訂正します。[誤] 井上明夫さん(調子1丁目) [正] 井上明夫さん(滝ノ町2丁目)

暮らしにまつわるお知らせあれこれ

Info!

ご近所さんと楽しく体を動かそう♪

10月2日(日)は 第54回 長岡京市民大運動会



自治会を通じて参加者を募集します。自治会に入っていない人で参加を希望する場合は、9月16日(金)までに下記へ連絡してください。各校区のプログラムは、9月15日発行の「体協だより」に掲載します。

▶日時=10月2日(日)午前9時から(小雨決行) ▶会場=市内各小学校(メイン会場は神足小学校)

*雨天の場合は10月9日(日)に延期します。

☎文化・スポーツ振興室スポーツ振興係 ☎955-9735 FAX955-9526

(公財)長岡京市体育協会 ☎953-1161 FAX953-1163

Info!

長岡京市発祥のニュースポーツ☆

第13回 全国ファミリーバドミントン大会

全国ファミリーバドミントン大会への出場者を募集。日頃一緒に汗を流している仲間と参加しませんか。

▶日時=11月6日(日)午前8時から ▶会場=西山公園体育館 ▶種目=①〔1部〕大会 No.1を決定 ②〔2部〕交流試合 ③〔小学生の部〕 ▶参加資格=平成28年度日本ファミリーバドミントン協会に加盟登録したチーム。②・③は左記加盟登録したチーム同士の混成チー

ムでも可 ▶参加チーム数=先着で①・②32チーム ③8チーム ▶参加料=チームごとに①・②3,500円 ③500円 ▶申込み=9月11日(日)午後5時までにエントリー用紙を記入しファクスで下記へ。申込方法などの詳細は下記へ。

☎日本ファミリーバドミントン協会事務局(西山公園体育館内) ☎953-1161 FAX953-1163

Info!

大人も子どもも秋はスポーツ!

体育協会のスポーツスクール

【西山公園体育館】

①ライフキッズスポーツクラブ 親子で運動あそび

▶日時=9月24日、10月1・15・22日、11月5日の土曜日、午前10時15分～11時15分 ▶対象=3歳～就学前の子とその親(抽選で25組) ▶費用=親子2人で1,000円 ▶申込=9月3日(土)～7日(水)にファクスで。詳細は下記へ

☎(公財)ライフスポーツ財団

☎06-6170-9886 FAX06-6170-9887

②バレーボール(全6回)

▶日時=9月16日～11月25日の隔週金曜日、午後4時40分～5時50分 ▶対象=市内在住の小学1年生～6年生(先着で20人) ▶費用=3,500円

③ソフトバレーボール(全5回)

▶日時=9月23日～11月18日の隔週金曜日、午後4時40分～5時50分 ▶対象=市内在住の小学1年生以上。親子で参加も可能(先着で20人) ▶費用=3,500円

【スポーツセンター】

④キッズサッカー(全10回)

▶日時=9月15日～12月1日の毎週木曜日、午後4時～5時 ▶対象=市内在住の5・6歳(先着で各10人) ▶費用=6,800円

⑤小学生バスケットボール(全6回)

▶日時=10月1・15・22・29日、11月12・26日の土曜日、午後3時30分～5時30分 ▶対象=市内在住の小学2～5年生(先着で5人) ▶費用=3,500円

⑥小学生テニス(全8回)

▶日時=10月4日～11月29日の毎週火曜日(10月11日を除く)、午後4時～5時30分 ▶対象=市内在住の小学1年生(先着で10人) ▶費用=5,500円

⑦キッズテニス(全8回)

▶日時=10月4日～11月29日の毎週火曜日(10月11日を除く)、午後4時～5時30分 ▶対象=市内在住の未就学児(先着で10人) ▶費用=4,500円

【共通事項】▶申込=①以外は電話でそれぞれの施設へ。②～⑤9月1日(木)受付開始 ⑥～⑦9月6日(火)受付開始

☎西山公園体育館 ☎953-1161 FAX953-1163

スポーツセンター ☎951-3363 FAX951-3666

見直そう生活習慣！

メタボ

をやっつけろ！

メタボは生活習慣病のもと

日本で、がんに次いで多い死因である心疾患や脳血管疾患の危険性が高まる「メタボリックシンドローム(メタボ)」。腹囲が男性85cm、女性90cm以上の人は要注意です。

メタボの根底にあるのは、皮下脂肪ではなく内臓脂肪です。内臓脂肪が蓄積されると、高血糖、高血圧、脂質異常症などがおこりやすくなり、これらが重複すると、動脈硬化が進行しやすくなります。

高血糖や高血圧などの症状を薬で治療しても、内臓脂肪の蓄積を改善しなければ、からだの負担は重いまま。いつ脳卒中や心筋梗塞などの重い症状につながるかわかりません。

特定健診でチェック！

「特定健康診査(特定健診)」を受けて、腹囲や血圧、血糖や脂質などの数値が基準値(左ページの枠内)を超えた人は、「特定保健指導」の対象となります。

特定保健指導では、太りにくい食事の摂り方や、健康的にやせるポイント、リバウンドを防ぐ方法な



メタボリックシンドロームは、心疾患や脳血管疾患のリスクを高めます。まずは特定健診を受けて自分のからだを調べてみませんか。

☎国民健康保険課 国保係

☎955-9511 FAX951-1929

どを学ぶことができます。また、毎回身体計測を行うので、効果を実感できます。

* 特定保健指導の対象者には、市の保健師や管理栄養士が自宅へ訪問する場合があります。

* 国民健康保険に加入する、40歳以上の人を対象に行っている市の特定健診は、10月31日までです。7月に送付したピンク色の受診券をなくした人は、国民健康保険課で再発行します。保険証と印鑑を持って窓口へ。

* 特定保健指導の対象者には、9月中旬から利用券を送付します。参加場所は市主催の教室のほか、済生会京都府病院、千春会病院、長岡京病院、コ・ス・パ長岡京から選べます。

* 国保以外の被保険者は、それぞれの健康保険にお問い合わせください。

20・30歳代の健康診査

予約不要で健診を受診できます。直接会場へお越しください。

▼実施期間 9月13日(火)～15日(木)

▼受付時間 午後1時15分～2時45分

▼場所 保健センター。予約不要

▼対象 平成29年3月31日時点で年齢が20～39歳の市民(昭和52年4月1日生～平成9年3月31日生)

▼内容 尿検査、身体計測(腹囲)、血圧測定、診察、血液検査、個別相談

▼費用 1千円(免除制度なし)

▼結果 約1カ月後に郵送します

▼託児(予約制) 午後4月から3歳未満の乳幼児(先着で各日15人)。電話で健康医療推進室へ

* 3歳以上のお子さんや保護者と離れにくいおさんは、一緒に会場を回ることができます。

* 受付開始時間直後と初日は、混雑が予想されます。

* 腹囲測定がありますので、お腹まわりを締め付けない服装でお越しください。

* 空腹での受診が望ましいですが、食事を摂取していても検査可能です(お茶や水は、普段どおり摂取してください)。

* 左記窓口で、事前に検尿容器をお渡しできます。

☎健康医療推進室

☎955・9704

FAX 955・2054



楽しく発汗！食べて実感！

-市の特定保健指導-

シェイプアップ教室



健康的にやせるポイントをしっかり学びます！音楽に合わせた簡単な運動や、栄養バランスが良くておなかも満足する食事体験など、生活習慣病予防に最適な教室です。

◆お手軽コース シェイプ2回教室

▷初回= 12月9日(金)午前か来年2月10日(金)午前

▷対象年齢= 30～74歳

◆しっかり取り組む シェイプ4回教室 ←オススメ！

▷初回= 来年3月8日(水)の午前

▷対象年齢= 30～64歳

◆今すぐ相談したい人・教室に行けない人はシェイプ個別相談

▷日時・場所= 随時(1時間程度)、保健センターか市役所
▷対象= 30歳以上 ▷内容= 個人に合わせた健康的にシェイプアップするための話、身体計測

【共通事項】▷対象= ①か②に該当する市民 ①腹囲が男性85^{センチ}・女性90^{センチ}以上 ②BMIが25以上。社会保険など国保以外の人や、特定保健指導の対象者以外も可
▷申込= 健康医療推進室へ。現在受付中

* 治療中の方は、医師と相談の上、お申し込みください。

◎健康医療推進室 保健活動担当

☎955-9704 FAX955-2054



「バランスの良い食事を実際に食べ、頭とおなかで納得。「これならできる」と実感できます。」

当てはまったら
要注意!

特定保健指導の対象でない人も健診結果の数値と比べてみよう

⑦高血糖…空腹時血糖が100mg / dl以上か、HbA1cが5.6%以上

⑧脂質異常…中性脂肪が150mg / dl以上か、HDL コレステロールが40mg / dl未満

⑨高血圧…収縮期血圧が130mmHg以上か、拡張期血圧が85mmHg以上

* 服薬治療中の方は、特定保健指導の対象から外れます。

* 特定保健指導の対象は、腹囲が男性85^{センチ}以上・女性90^{センチ}以上の人か、BMI(体重^{キログラム}÷身長^{メートル}÷身長^{メートル})が25以上で、⑦～⑨のいずれかに当てはまる人です。

季節の香りを届ける緑のたより② 花菜がっなぐ笑顔の絆

今年オープンした西代里山公園には農業体験農園があります。6月には市内保育所や幼稚園の園児・小学生がもち米を植え、さんさんと降り注ぐ日差しを浴びて稲穂がふっくらと育っています。この10月に稲刈りを行い、その後餅つきも体験します。稲刈りが終わった後の農園では、今度は市の特産物である花菜の植えつけや摘み取りを体験してもらおう予定です。

* この西代里山公園の農園だけでなく、駅前の花壇や市役所にも花菜を植えて、まち中を黄色に彩ろう!と準備を進めています。この時植え付ける花菜の苗は、市内の公園や花壇の維持管理に取り組んでいる、緑のサポーターの皆さんがタネから育てるものです。「タネから花いっぱい大作戦!」と題し、家庭にある卵パックを利用して、花菜の苗づくりに取り組んでいます。

* このまちに笑顔の花があふれるよう、緑のサポーターの皆さんと一緒に、幸せの苗づくりを進めていきます。

花菜の見頃は3～4月。来年の春には市内のあちこちで、そよ風にゆれる黄色い花菜を見ることができるよう。

◎(公財)長岡京市緑の協会
☎952・1900



子ども記者通信

中長 アーリントンの 中高生が来校

米国アーリントンからの訪問団の中高生14人が7月8日、長中にやって来ました。生徒会本部と、春にアーリントンを訪問した生徒4人を中心に歓迎会を開きました。



プログラミング成功！おめでとう

続いて授業と一緒に受け、音楽では、この日のために練習してきた英語の歌詞の「エーデルワイス」を合唱しました。訪問団の生徒も声を合わせてくれました。プログラム言語に取り組む技術の授業では、訪問団のみんなはキーボードを打つのが早くてびっくりしました。家庭科では、お手玉を作りました。英語で説明するのは難しく、戸惑いましたが、その分、交流を深めることができました。できたお手玉を三個使って、わたしたちよりも上手に遊べる訪問団の生徒もいました。ホームステイ先の家に帰ってから、お手玉を楽しむ人がいたそうで、日本の文化を知ってもらえてよかったです。

長岡中学校 3年
三上さちほ 佐野瑠以子 徳永朋大
長尾沙奈 中西智也

中二長 修学旅行は延期 になったけれど

長岡第二中学校では、5月23・24日の2日間、生徒会本部役員、3年生学級委員、PTA本部役員が早朝から校門に立ち、「熊本地震募金活動」を行いました。2日間だけでしたが、たくさんの方が募金に協力してくれたことに感動するとともに、助け合うことや、自分たちができることを行動に移すことの大切さを学ぶことができました。



多くの募金が寄せられました

また、3年生は地震の影響で修学旅行が延期になってしまい、新しいクラスが仲良くなる機会がなくなり少し不安がありました。そこで生徒会本部で話し合い、「学年レク学級対抗全高リレー」を行いました。男装、女装、借り物競走などを盛り込んだユニークなリレーは熱く盛り上がり、思いやりのある学年の良さを見つけることができました。また、クラスレクも行い、絆を深めることができました。2学期は、体育大会、文化祭、修学旅行などがあります。生徒会本部で工夫し合い、行事を重ねる度に成長し、より良い思い出を作れるようにしていきます。

長岡第二中学校
宮崎美由 吉川遼祐
堀口那月 徳永みさき 椿大地

くらしの中の

人権

●No.281

近年、訪日・在留外国人は増加傾向にあります。皆さんの身近にも、日本で生活している外国の人がいるのではないのでしょうか。さて、そのような人たちにとって、日本は暮らしやすい環境が整っているのでしょうか。

まち中では、英語や中国語、韓国語表記はよく見かけるようになりましたが、市街地を離れると目にするのは少なくなります。外国人であることを理由に、アパートへの入居や宿泊施設の利用を拒否されるなどの問題もあるようです。

このように、言葉の壁や文化の違いから、不当な扱いを受けたと感じる方も少なからずいるのではないのでしょうか。さらには、特定の民族や国籍の人々を排斥する差別的言動、いわゆるヘイトスピーチが公然と行われてい

ような状況もなかなか改善していません。

グローバル化によって、人やモノの交流が盛んになりました。一方で、言語・宗教・文化・習慣等の違いを認め、お互いに受け入れ合う本当の意味でのグローバル化はまだまだ進んでいないように思います。

私たちも、海外へ行けば外国人です。異国の地で不安に思うこと、憤りを感じることも同じくあるでしょう。相手の立場に立ち、配慮すべき点に気づき、認めていくことが、誰もが過ごしやすい社会に近づく一歩になると思います。

身近なところ、できることから少しずつ、思いやりの心を持って過ごしていきたいですね。

(長岡京市人権教育・啓発推進計画推進本部)



人権の花「水仙」

感動！市出身の高橋選手がリオ五輪で健闘

リオオリンピック出場の競泳選手高橋美帆さんを応援するため、自治会有志後援会がパブリックビューイングを行いました。高橋選手は女子400メートル個人メドレーに登場。競技が始まると、会場は「行け！頑張れ！」という熱のこもった声援と大きな拍手に包まれました。残念ながら決勝進出とはなりませんでしたが、参加者は「地元からオリンピック選手が出るなんて本当にすごいこと。誇りに思う」と話していました。（8月7日、粟生自治会館で）



炎天下の戦い！プロレスがやってきたぞ

市で初となるプロレスの街頭試合が、ものづくり市と同時開催され、延べ200人が観戦を楽しみました。レスラーたちが計3試合を行い、数々の技を披露。プロレスを見るのが初めてという子どもも「(悪役レスラー)怖かったー！けど面白い！」と大はしゃぎ。イベントを手がけたプロレスリングFREEDOMSの西山さんは、「今後もこのような無料イベントや、大きな試合の開催を行い、このまちを盛り上げていきたい」と意気込みを語りました。（8月7日、バンビオ広場公園で）



ぐるり長岡京

まちの話題あれこれ

around Nagaokakyo

夏をアツく楽しむ！サマーナイトカフェ



7月22日～8月5日の毎週金曜日、今年もサマーナイトカフェが開催されました。市民バンドらが出演し、J-POP、ジャズ、アフリカ音楽などさまざまなジャンルの演奏が行われました。客席からは声援やアンコールが湧いたり、子どもたちが出演者に駆け寄ってはしゃいだりと、会場は大いに盛り上がりました。焼きそばやフランクフルト、ビールなどの出店もあり、訪れた人は、わいわいとにぎわう雰囲気の中、夏の夜のパフォーマンスを楽しんでいました。

（7月22日、バンビオ広場公園で）

新しい祝日「山の日」に工作をしたよ♪



新しい国民の祝日「山の日」を記念した「山の日DIY(工作)ワークショップ」が、7月にグランドオープンした西代里山公園で行われ、子どもから大人まで35人が参加しました。参加者は、西山産の木材を使い、カフトレイ作りを体験。工具を使うのが初めてだという小学2年生の女の子は、始めは怖そうな様子でしたが、講師の手助けを受けながら作業をしていくうちに「楽しい！」と笑顔に。ヒノキの香る管理棟の室内で、自然と親しみ、夏の思い出を作りました。

（8月11日、西代里山公園内の管理棟で）



あなたのコーナー

読者のお便りや
サークルからのお知らせ

伝言板

催しの案内

廃油の回収▼9月3日(出)10月1日(出)、10時〜正午、産業文化会館裏プレハブ内▼小雨決行◎長岡京市生活学校・生活会議片山(☎951100993)

2訓 DREAM フェスタ▼9月4日(日)11時半〜16時半、天王山夢ほたる公園(大山崎町字田明寺)▼地域諸団体PRブース、体験型防災ブース、飲食ブース、参加者全員で創る巨大アート◎(公社)乙訓青年会議所 達城(☎090047632272)

親子で英語ミュージック▼①9月5日(月)10時半〜11時半、バンビオ ②16日(金)10時〜正午、きりしま苑▼未就学の子と親▼②のみ300円(茶菓子代) ◎おやこのいっぽの会 塩見(☎0900338655295)

ママたちのリサイクル&手作り市▼9月5日(月)、10月13日(木)、10時〜12時半、大山崎町多目的広場(名神高速高架下)▼フリーマーケット▼雨天決行▼車はお乗り合わせで◎コムズママ木戸(☎09008488078000。平日9時〜14時)

おぼんざい料理教室 夏・秋編▼9月7日(水)、10時〜14時、バンビオ▼講師は三条万菜はせがわ店主の長谷川光雄さん▼1500円▼先着15人▼要申込 ◎ヨリガピース 萩谷(☎090057936978)

写経〜心のくもりをはらって笑顔に〜▼9月14日(水)、10月12日(水)、10時〜正午、バンビオ▼500円(会場費、お茶・お菓子代など) ◎ふれあいサロンさつき会 長谷川(☎9527945)

総会・講演会「長岡京跡の轍」▼9月17日(出)、13時半〜16時半、寺戸公民館向日市寺戸町)▼講演テーマ「長岡京の道路と轍」など▼300円(資料代)▼HPあり ◎乙訓の文化遺産を守る会 長谷川(☎090092847321)

洛西フォトクラブ第17回写真展▼9月17日(出)〜19日(祝)、10時〜18時、バンビオ ◎安田(☎95110884)

ファミリートランポリン教室(全4回)▼9月17日、10月1日・8日・22日の土曜日、13時〜14時半、西山公園体育館▼親子で4回5千円▼9月1日(水)受付開始 ◎長岡京トランポリン協会 稲田(☎08039664683)

双子・多胎児ママ交流会▼9月18日(日)、9時45分〜正午、中央公民館▼多胎児妊娠中の人、小学生までの多胎児の保護者▼多世代の交流と子育ての情報交換▼4歳〜小学生は託児あり ◎NPO法人いんぷあんと

「チーム絆」乙訓心きこもり相談サテライト▼9月22日(祝)、13時半〜15時半、バンビオ▼社会参加に不安のある若者と

くらしのインフォメーション

音声ガイダンスを利用した不審電話

▶自宅の固定電話に「料金が未納になっているため、2時間後に回線を止めます。問い合わせが必要な場合は電話機の“9”を押してください」という、大手電話会社をかたる自動音声流れた。▶ガイダンスに従って“9”を押すと、電話口に出た人に住所・名前・生年月日などの個人情報聞かれ、答えると電話が切れた。▶他には、電話口に出た人から「電話料金を返還する」と言われ、ATMへ行くように言われた。という事象が発生しています。▶大手電話会社では、自動音声ガイダンスによる回線利用停止通知や料金請求をすることはありません。▶「回線を止める」との言葉に慌てず、不審な電話は相手にせず切るようにしましょう。▶不審な電話に困ったら、一人で悩まずに下記までご相談ください。

◎長岡京市消費生活センター ☎955-3179
月・水〜金曜日の午前9時〜午後4時
(正午〜午後1時を除く)

女性のための創業塾▼9月20日(火)・27日(火)、10時〜16時、産業文化会館▼エステやネイルなどのサロン開業を目指す女性▼2千円▼HPあり ◎長岡京市商工会(☎95118029)

あなたの健康づくりには健康料理サロン▼9月21日(水)、10時半〜13時、バンビオ▼鶏肉梅酒焼きなど全6品▼1500円(会場費、食材費など)▼要申込。9月17日(出)以降はキャンセル料要 ◎ふれあいサロンさつき会 長谷川(☎9527945)

第47回長岡京市囲碁名人戦▼9月22日(祝)、9時半〜18時半、中央公民館▼2クラスハンディ戦▼一般2500円、女性・高校生以下1500円(弁当、賞品、参加賞代など) ◎乙訓囲碁クラブ 中川(☎95411560)

「チーム絆」乙訓心きこもり相談サテライト▼9月22日(祝)、13時半〜15時半、バンビオ▼社会参加に不安のある若者と

秋の自然観察会▼9月24日(出)、9時20分に阪急バス「小塩」停留所(善峯寺方面・阪急東向日駅からバスあり)集合。14時

家族を対象とした相談・交流▼HPあり ◎NPO法人若者と家族のライフプランを考える会 田中(☎2018073)

彩画会展覧会▼9月22日(祝)〜25日(日)、10時〜18時(25日は16時まで)、バンビオ▼洋画、日本画、水彩画等 ◎彩画会 植松(☎9524231)

ベビダンダンス▼9月23日(金)、10時半〜11時、バンビオ▼未就学の子と親▼まだまだこの辰巳史子さん ◎おやこのいっぽの会 富岡(☎090073674943)

チャイルドマッサージ▼9月23日(金)、10時半〜正午、長岡京こらさ▼クラシック音楽を聴きながらマッサージと簡単なトミック▼500円▼米粉ドーナツでオファ会も▼HPあり ◎ムジクリ企画 小西(☎080014185044)

秋の自然観察会▼9月24日(出)、9時20分に阪急バス「小塩」停留所(善峯寺方面・阪急東向日駅からバスあり)集合。14時

まで▼100円▼弁当・水筒持参▼HPあり
 ◎乙訓の自然を守る会 高橋(☎952・1580)

リトミックでサークル体験▼9月27日(火)、10時半～11時半、きりしま苑▼6月～3歳の子と親▼講師は音のおもちゃ箱の川内尚美さん▼要申込。先着で10組
 ◎ぼっぼの会平松(☎080・1430・1598)

いのが教えてくれること〜月経・赤ちゃん待ち・妊娠・お産・子育て・更年期▼9月27日(火)、10時～11時半、産業文化会館▼鍼灸師 田中寿雄さんの講演会▼700円▼HPあり◎このめ食堂土居 (conome.kitchensalon@gmail.com)

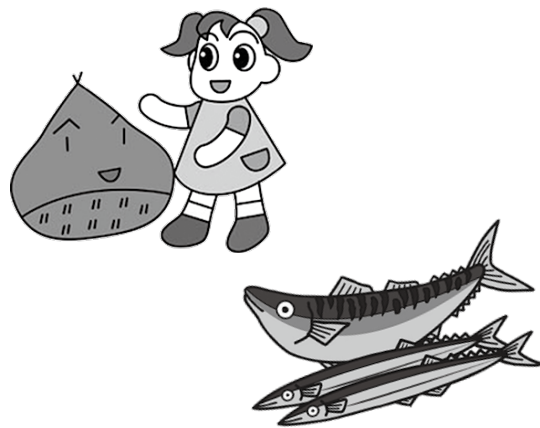
長岡京市の歴史的な文化景観の眺望視点を探り▼9月28日(水)、阪急長岡天神駅に9時30分集合。14時まで▼市内西部の眺望と歴史を巡る▼300円▼弁当、飲み物、筆記具持参◎乙訓地名詩編纂「チーム乙訓」鶴野(☎952・5790)

大人のための英会話・韓国語入門▼10月8日(土)、13時半～14時半(英語)、15時～16時(韓国語)、バンビオ▼外国人講師とやさしい基礎会話▼全8回5千円(週1回)◎国際文化交流協会 前田(☎10時～18時に090・6489・2803)

助産師Day▼毎月第1・3・5日、第2回、10時15分～11時半、おやこの広場「さくらんぼ」▼妊婦、未就園児と親▼助産師による産前産後ケア相談◎NPO法人いんふあんroom(インフアン)は(☎952・6388)

募集します

琴成会(琴曲)▼毎月第1・3回、13時～17時、中央公民館▼入会千円、月2500円▼お琴を楽しむ人たちの会。初心者歓迎◎河上(☎954・8343)



PRESENT QUIZ

正解者3人に図書カード*(500円分)が当たる!



クイズ 長岡京市の○○○○○○○は、中身で勝負! (ヒントは2ページ)

応募方法 ①クイズの答え ②広報紙を読んで良かった記事や写真とその感想 ③住所・名前(ふりがな)・年齢(記載は任意)・電話番号 ④楽しい話題や日ごろの思いなど一言 ⑤内容を紙面で紹介することの可否(匿名、ペンネーム希望の場合はその旨も)を書いて、ハガキ、FAXまたは電子メールで下記へ。応募は1人1通限り。賞品の発送をもって当選の発表に代えます。

締め切り 9月15日(木)、当日消印有効

【投稿や作品も募集中】写真やイラスト、絵手紙などの作品も募集しています。投稿文は、趣旨を変えない範囲で加筆・省略する場合があります。掲載者には、図書カード500円分を差し上げます。

【伝言板の利用方法】掲載文の詳細については、各問い合わせ先へ。掲載申し込みは、広報発信課の窓口へ。

●先月号の答え…東部社会実験 ●正解 21 / 応募 21

【あて先】〒617-8501 (住所記載不要)

長岡京市役所 広報発信課
 広報戦略担当

☎955-9660 FAX 955-9703

電子メール kouhou@city.nagaokakyo.kyoto.jp

伝言板への掲載申し込みについて
 ■申し込みは、発行日の1カ月前までに広報発信課へ。申込用紙は広報発信課にあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。
 ■掲載できないものは次のとおり
 ▼宮利活動・政治活動・宗教活動につながるもの。また、つながるといふ誤解が生じかねないもの▼主催者が講師となる催し▼自宅で行う催しも原則掲載できません
 ■掲載の可否を判断するため、①会則や規約 ②会員名簿 ③会計報告などの提出をお願いしています。
 伝言板の掲載内容について
 ■掲載できる文字数は次のとおり
 催し約108文字(6行分)
 募集約90文字(5行分)
 ■掲載できる回数は次のとおり
 催し2カ月に1度
 募集1半年に1度

無料で譲ってほしいもの、譲りたいものがあれば環境業務課へ。
 ●譲ります
 タンス、座敷用机、キャスターボード、幼児用椅子、足裏マッサージ機、子ども用トイレ訓練グッズ、中型犬用犬小屋、二段ベッド、旅行用かばん、地球儀ほか
 ●譲ってください
 絵本、カメラバッグ、ノートパソコン、回転椅子、ベビーカー、マシン、デジタルチューナー、大人用自転車、レコードプレーヤー、CDラジカセ、電子ピアノほか
 *品物は修理が不要な物に限ります。
 *市役所で品物は預かりません。

Reuse



家庭用品
 活用コーナー
 環境業務課
 ☎9555・9548

無料

ほかにも多くの品物が登録されています。ホームページにも掲載しています。随時受け付けているため、お問合わせ時点で無くなっている場合があります。



いずれも対象は60歳以上の市民

●竹寿苑 ☎FAX 954-6830

第40回市長杯玉突き大会 ▷15日(休)午前10時から
▷申し込みは、1日(休)~12日(月)に竹寿苑窓口へ。電
話とファクスでの申込は不可

●きりしま苑 ☎956-0294 FAX 956-0290

映画鑑賞会 ▷30日(金) ①午前10時から「駅前旅館」②
午後1時30分から「エノケンの孫悟空」

カラオケ大会 ▷2日(金)・23日(金)の午後1時から

親子できりしま苑に行こう！

●親子ミニ体験教室

▷6日(火)の午前10時30分から11時まで ▷対象
は3カ月~3歳の子と保護者 ▷アルバム作り
▷講師は大友佳奈さん ▷申込不要 ▷無料

●親子で参加 フォト教室 ~スマートフォン編~

▷29日(木)の午前10時から正午まで ▷対象は3カ
月~3歳の子と保護者(先着10人) ▷ピントやばか
し方、写真の構図を学ぶ ▷講師はフォトグラファ
ーの松田千夏さん ▷当日はスマートフォンを持参
▷上記へ。5日(月)午後1時30分受付開始 ▷無料



西山公園体育館 ☎953-1161 FAX 953-1163

moushikomi@sports-nagaokakyo.or.jp

スポーツセンター ☎951-3363 FAX 951-3666

西山公園体育館トレーニング室利用説明会〔申込制〕

▷3日(土)・25日(日)の午前10時~11時、7日(水)・16日(金)・
21日(水)・30日(金)の午後2時~3時、8日(木)・17日(土)の
午後6時~7時 ▷18歳以上(先着各7人) ▷受講料
1,300円、顔写真(3cm×2.5cm)、上履きが必要 ▷運動
できる服装で参加してください ▷現在受付中。電話か
電子メール(名前・年齢・電話番号を記載)で要申込。詳
しくは長岡京市体育協会のホームページをご覧ください

個人開放デー〔申込制〕

▷西山公園体育館 10日(土) ▷スポーツセンター 24日(土)
▷種目 卓球、バドミントン、ファミリーバドミントン、
ショートテニス、トランポリン(西山公園体育館のみ)
▷午前9時~11時40分 ▷申し込みは、開放デー前日
午後7時~8時か当日午前8時30分~10時に、電話で
各施設へ ▷1グループにつき1コート(1台)、40分
まで ▷用具貸出あり ▷体育館シューズ持参 ▷費
用など、詳細は上記へ



☎951-4646 FAX 957-0732

対面朗読サービス〔申込制〕 ▷対象
は視覚障がい者 ▷利用する人は図
書館へ連絡してください

おはなしとブックトークの会 ▷10
日(土)午後2時30分~3時 ▷対象
は小学生 ▷2階おはなしコーナー

子どもの本を読む会 ▷15日(休)午前
10時~正午 ▷3階大会議室

子どもの広場 ▷17日(土)午後2時~
2時30分 ▷対象は幼児~小学校
低学年 ▷3階大会議室

えほんのひろば ▷27日(火) ①午前10
時30分~11時 ②午前11時30分~
正午 ▷3階大会議室 ▷対象は6
カ月~3歳未満の子と保護者 ▷絵
本の読み聞かせ、パネルシアター、
手あそびなど

book guide



一 一般書 『勤勉は美徳か?』

大内伸哉／著
光文社／刊

現代日本の労働者は、厳しいノルマや長時間労働などで大きなストレスを抱えています。日本特有の雇用・休暇文化やワークライフバランスの見直しが必要です。「幸福に働き、生きる」ために、再考するきっかけにしませんか。日本の雇用や働き方について、労働法の研究者からヒントと提案が示されています。



旧 児童書 『お金さえあればいい? -子どもと考える経済のはなし-』

浜矩子／著

クレヨンハウス／刊

お金は、何のためにあるのでしょうか? 経済って何? いざ聞かれると難しいものです。「お金さえあればいい」と考えるひとはたくさんいますが、それだけでしあわせになれるとは限りません。お金や世界経済について、楽しいイラストとともにわかりやすく説明されています。



乳幼児

- 4カ月児健診 ▷27日(火) ▷対象は平成28年5月生まれ
- 1歳8カ月児健診 ▷29日(木) ▷対象は平成27年1月生まれ
- 3歳6カ月児健診 ▷28日(水) ▷対象は平成25年3月生まれ ▷朝一番の尿をお持ちください
- 【受付時間＝上記3健診とも】**▷1日～14日生まれ…午後1時から(3歳6カ月児健診は午後0時45分から)
▷15日～24日生まれ…午後1時30分から ▷25日～31日生まれ…午後1時50分から
- *問診票を記入のうえ、母子健康手帳を持って午後2時までにお越しください。
- 離乳食教室【申込制】**▷2日(金)午前10時～11時30分
▷対象は平成28年3月生まれの子の保護者 ▷電話で健康医療推進室へ
- 10カ月児教室**▷6日(火)▷対象は平成27年11月生まれ▷母子健康手帳、問診票を持参▷受付時間は、午前9時30分～9時45分か午後1時15分～1時30分のいずれかを選択

- B C G 予防接種**▷8日(木)午後1時15分～2時30分
▷対象は生後3カ月～1歳の誕生日の前日までの子

**B型肝炎の予防接種が
10月1日から定期接種に**

▷対象は平成28年4月1日以降生まれの子で、1歳の誕生日の前日まで(母子感染予防のB型肝炎ワクチンの接種を受けた人は対象外)▷接種は府内委託医療機関で(医療機関の一覧は、4月～8月15日生まれの人に9月下旬に送付する予診票に同封)▷任意接種で既に1～2回接種済の人は、不足分の回数を接種▷3回目の接種までは、最短で20週(約5カ月間)かかります。1歳を過ぎると全額自己負担になるので、余裕を持って接種を受けてください

一般

- 集団がん検診【申込制】**胃がんと乳がん検診の申し込み忘れはありませんか。女性は、胃がんと乳がん検診を同日午後に受診できる「セット検診」もあります。▷検診名、名前、生年月日、電話番号を記入し、健康医療推進室へ。ハガキ・電子メール・市のホームページでも予約可
- ながおきょう健康塾 骨コツ測定会【申込制】**▷10月24日(月)①午後1時②午後2時▷保健センター▷対象は市内在住の20～64歳の人▷先着各15人▷骨密度測定、結果説明、骨の健康を保つお話(生活編・食事編)▷講師は健康医療推進室の保健師と管理栄養士▷電話で健康医療推進室へ。1日(木)受付開始
- 出前「転ばぬ先のからだづくり教室」【申込制】**転倒予防の教室を作業療法士や理学療法士などが行います。▷週1回程度で約2カ月間。1回約1時間▷自治会館や自宅など▷対象は市内在住の65歳以上で、3人

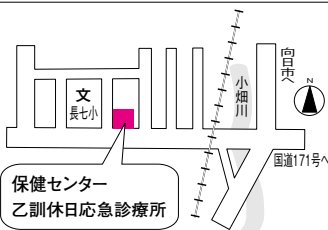
- 以上のグループ▷先着3組程度▷DVDかビデオデッキ、イスなどが必要▷電話で健康医療推進室へ。1日(木)受付開始
- 生活習慣病予防・改善のための食事相談【申込制】**▷26日(月)①午後1時30分②午後2時30分③午後3時30分▷保健センターか市役所健康医療推進室▷対象は市内在住の20歳以上の人▷先着各2人▷管理栄養士による個別食事相談▷電話か健康医療推進室窓口へ
- *病気の状態により、相談を受けられない場合があります。
- 整形相談会【申込制】**▷16日(金)午後1時30分～3時(1時20分受付開始)▷保健センター▷先着30人▷腰が痛くて困る、どんな治療法があるか聞きたい、といった悩みを相談できます。整形外科医によるミニ講演、医師を囲みでの相談会、家庭でできる体操指導など▷9月9日(金)までに電話で健康医療推進室へ。1日(木)受付開始

日曜・祝日の急患は *外科の当番医は、変更になる場合があります。テレホンサービス(☎953-3900)で確認を

■内科・小児科

午前9時30分～午後4時(昼休憩あり)

乙訓休日応急診療所 ☎955-3320
(今里北ノ町39-4)



● ■外科 午前9時30分～午後4時

- 4日 森本医院 ☎956-3000
(天神1-12-12)
- 11日 北田整形外科 ☎924-2838
(向日市寺戸町小畑9-6)
- 18日 新河端病院 ☎954-3136
(一文橋2-31-1)
- 19日 済生会京都府病院 ☎955-0111
(今里南平尾8)

- 22日 新河端病院 ☎954-3136
(一文橋2-31-1)
- 25日 長岡京病院 ☎955-1151
(開田4-9-10)

夜間も安心『小児救急電話相談』

午後7時～翌朝8時 ☎#8000(携帯可)
ダイヤル回線からは ☎661-5596
(土曜日は午後3時～翌朝8時)

★京都府の相談窓口につながります。

*担当医の休憩などにより、時間帯によってはすぐに対応できない場合があります。

●情報 BOX は、23 ページから始まります。

子どもの遊び場



●子育てふれあいルーム

▶9月6日(火)・14日(水)・28日(水)の午前10時～正午と午後1時30分～3時30分、中央公民館 ▶対象は生後3カ月～就学前の子と保護者 ▶子育てサポーターがいます ▶28日(水)には子育て支援センター「たんぼぼ」乳幼児相談員による「子育てミニ情報」も

☎中央公民館

☎951-1278 FAX955-4774

●きりしま苑 親子遊び部屋開放日

▶9月5日(月)・6日(火)・20日(火)・26日(月)・27日(火)、午前9時30分～午後4時 ▶対象はおおむね生後3カ月～3歳頃までの子どもと保護者

☎きりしま苑(JR長岡京東・長九小南)

☎956-0294 FAX956-0290

●北開田児童館“キッズナ”

▶月～土曜日(祝日を除く)、午前10時～正午と午後1時～6時 ▶対象は18歳未満。就学前の子は保護者同伴

☎北開田児童館(長岡1丁目26-27)

☎955-1110 FAX955-1162

朝市・夕市



とれたて旬の野菜を販売しています。

●ふれあい朝市・夕市

毎週月曜日 午前8時30分～9時

中央公民館市民ひろば

毎週木曜日 午前8時30分～9時

勝竜寺城公園駐車場

毎週土曜日 午後4時～6時

バンビオ広場公園

●ふれっしゅ交流市

毎週月・水・土曜日 午前8時～10時

金ヶ原の湯川酒店前

●海印寺ふれあい市

毎週火・木・土曜日 午前9時～11時

JA 京都中央 海印寺支店駐車場

*品切れになり次第終了します。

*ごみ減量のため、袋をご持参ください。

*ペットの入場はお断りします。

☎農林振興課農業振興係

☎955-9514 FAX951-5410

9月の休業・休館日

●市内の施設

市役所、保健センター きりしま苑、竹寿苑	☎☎☎
図書館	☎と1日、20日
中央公民館	☎と20日
西山公園体育館	☎
スポーツセンター	なし
長岡京こらさ	☎
シルバー活動交流フロア	☎☎☎
あったかふれあいセンター	☎☎
観光案内所(長岡天神駅前)	☎
長岡京@navi.(西山天王山駅前)	平日

●バンビオ1番館(総合交流センター)

市民交流フロア 中央生涯学習センター	なし
生涯学習団体交流室	
市民活動サポートセンター	
教育支援センター	☎☎
女性交流支援センター	
総合生活支援センター	
観光情報センター	☎

9月の市民無料相談		教育相談【予約制】	教育支援センター	相談専用	
祝日などの関係で相談日が変わることがあります。		月～土曜日 9:00～17:00		☎963-5533	
弁護士相談【予約制・定員6人】 木曜日13:30～16:30 *予約は月曜日、午前8時30分から先着順 *22日(祝)はお休みです	市民相談・消費者行政担当 ☎955-9501	発達相談【予約制・随時】 保健センター 子育て相談会のお知らせ (相談受付は午前10時30分まで) 7日(水) 9:30～11:00 保健センター 12日(月) 10:00～11:00 海印寺保育園 16日(金) 10:00～11:00 さくらんぼ 21日(水) 10:00～11:00 深田保育所 26日(月) 9:30～11:00 きりしま苑	健康医療推進室 ☎955-9704		
司法書士相談【予約制・定員6人】 14日(水)・21日(水) 13:30～16:30		リハビリ相談(作業療法士・理学療法士)【予約制】 月～金曜日 9:00～16:00 保健センター		インゼル ☎953-7711 たんぼぼ ☎955-6262	
行政相談(相談受付は午後3時30分まで) 20日(火) 10:00～12:00、13:00～16:00		すべて市役所1階 市民相談室で		乳幼児育児相談 月～金曜日 9:00～16:00	
消費生活相談 平日(火曜日を除く)9:00～12:00、13:00～16:00				家庭児童相談・子どもSOSテレホン相談 月～金曜日 9:00～16:00 市役所分庁舎3	家庭児童相談室 ☎953-7710
行政書士相談(暮らしや事業の手続き相談) 23日(金) 13:30～16:30	都市計画課 ☎955-9743	一般相談・DV相談 面接相談【予約制】・電話相談(専用☎963-5522へ) 月～金曜日 9:00～17:00	女性交流支援センター ☎963-5502		
不動産無料相談(空き家対策を含む)【随時(予約可)】 20日(火) 13:00～16:00 市役所市民相談室	人権推進課 ☎955-3180	女性のカウンセリングルーム【予約制】 14日(水)・21日(水) 9:30～12:30 7日(水)・28日(水) 13:30～16:30			
特設人権相談(相談受付は午後3時30分まで) 8日(水)・20日(火) 10:00～12:00、13:00～16:00 市役所市民相談室	障がい福祉課 ☎955-9549	女性の法律相談【予約制】 28日(水) 10:00～12:00			
心身障がい者相談(知的・肢体) 20日(火) 13:00～16:00 市役所分庁舎3	障がい福祉課 ☎955-9710	高齢者の虐待などに関する相談 月～金曜日 8:30～17:15	高齢介護課 ☎955-9713		
精神保健福祉相談【予約制】 月・火曜日 13:00～16:00 市役所分庁舎3	障がい福祉課 ☎955-9710	高齢者と介護家族のための臨床心理士相談 【予約制・定員3人】 13日(火) 13:00～16:00	東地域包括支援センター ☎963-5508		
障がい者の虐待に関する相談 乙訓障がい者月～金曜日 8:30～17:15 虐待防止センター	同センター ☎959-9085				
福祉なんでも相談室 月～金曜日 9:00～16:30 市役所分庁舎3	☎955-3177				

講座

イベント

募集

その他

臨時福祉給付金の申請

年金生活者等支援臨時福祉給付金(障がい基礎年金・遺族基礎年金受給者向け)と平成28年度臨時福祉給付金の申請をしてください。

【共通事項】

▶**対象者**＝平成28年1月1日時点で市内に住居登録があり、平成28年度分の市民税(均等割)が非課税の人(課税者に扶養されている人、生活保護受給者は対象外) ▶**申請**＝9月23日(金)～来年1月23日(月)に、郵送か市役所北棟4階大会議室Bへ ▶対象者と思われる人には、9月20日(火)以降に市から申請書を送付 ▶支給は1回限り

●年金生活者等支援臨時福祉給付金(障がい基礎年金・遺族基礎年金受給者向け)

賃金上昇の恩恵を受けにくい低年金受給者などへの支援のための給付金(障がい基礎年金・遺族基礎年金受給者向け)の申請受付を行います。

▶**対象者**＝今年5月分の障がい基礎年金・遺族基礎年金などの受給者(すでに「年金生活者等支援臨時福祉給付金(高齢者向け)」を受給した人は対象外)

▶**支給額**＝対象者1人につき3万円

●平成28年度臨時福祉給付金

消費税率引き上げに伴う家計負担の軽減策としての給付金の申請受付を行います。

▶**支給額**＝対象者1人につき3,000円

◎社会福祉課臨時福祉給付担当(分庁舎2)

☎955-9712 FAX951-5410

開田保育所(屋内避難所)の移転について

屋内避難所である開田保育所が、神足3丁目(神足小学校敷地内西側)へ移転しました。場所を確認してください。防災ハザードマップは、お手数ですが各自で修正していただき、お間違えの無いようお願いします。

◎防災・安全推進室防災・危機管理担当

☎955-9661 FAX951-5410

傍聴しませんか

* 申込は前日午後5時までに担当課へ。

●長岡京市廃棄物減量等推進審議会

▶**日時・場所**＝9月6日(火)午後2時～4

時、市役所 ▶**定員**＝抽選で3人 ▶

内容＝一般廃棄物処理基本計画改定

◎環境業務課ごみ減量推進担当

☎955-9548 FAX955-9955

kankyoyoumu

@city.nagaokakyo.kyoto.jp

●図書館協議会

▶**日時・場所**＝9月23日(金)午後2時から、図書館 ▶**定員**＝3人程度 ▶**内**

容＝図書館の運営について ▶**申込**＝9月9日(金)受付開始。ファクス不可

◎図書館

☎951-4646 FAX957-0732

京都府地域力再生プロジェクト支援事業交付金 受付開始

▶**対象団体**＝地域住民が主体的に参画し、地域力再生に取り組む団体

▶**対象事業**＝環境保全、子育て支援、共助型福祉、地域美化、地域産業の振興など ▶**交付内容**＝対象事業費のおおむね3分の2以内。限度額あり ▶**申込**＝9月1日(木)～30日(金)に、申請書を持って市の各団体関係課か自治振興室へ

◎京都府府民力推進課

☎414-4452 FAX414-4230

仕事や就職のことで「困ったこと」がある人へ

●福祉なんでも相談室

就職活動などに不安がある人には、仕事探しのお手伝いをしています。

▶**月～金曜日**、午前9時～午後4時30分。予約不要(予約優先)

●9月のハローワーク出張職業相談

▶**日時・場所**＝9月20日(火)午後2時～4時、福祉なんでも相談室 ▶**内容**＝職員の就労相談 ▶前日までに要予約

◎福祉なんでも相談室(分庁舎3)

☎955-3177 FAX951-7739

●出張ハローワークin乙訓

▶**日時・場所**＝9月9日(金)午前10時～午後3時(正午～午後1時は休憩)、パンピオ1番館6階 ▶**内容**＝職業相談と職業紹介 ▶予約不要

◎ハローワーク京都七条

☎341-5526

市民献血デー

▶**日時・場所**＝9月9日(金)午後2時～

4時、新河端病院 ▶献血量は400ml

◎社会福祉課地域福祉・労務係(分庁舎3)

☎955-9516 FAX951-7739

きて・みて・きいて！ ポリテクセンター見学

▶**日時・場所**＝9月13日(火)・20日(火)・27日(火)午後1時～3時30分、ポリテクセンター京都 ▶**対象**＝離職中・離職予定で職業訓練の受講を考えている人 ▶**内容**＝製造ライン技術科(電気設計コース)の体験訓練、実習

場見学など ▶**申込**＝電話で下記へ

◎ポリテクセンター京都訓練課

☎951-7397 FAX951-7393

平成28年長岡京市第3回議会定例会

●本会議

9月 1日(木) 開会日 提案説明など

7日(木) 第2日 一般質問

8日(木) 第3日 一般質問・質疑・付託

29日(木) 最終日 採決など

●委員会(※は前の会議終了後から)

9月 1日(木)・決算審査特別委員会※

8日(木)・予算審査常任委員会※

9日(金)・総務産業常任委員会

・予算審査常任委員会

第1分科会※

12日(月)・建設水道常任委員会

・予算審査常任委員会

第2分科会※

13日(火)・文教厚生常任委員会

・予算審査常任委員会

第3分科会※

14日(水)・決算審査特別委員会

(第2・第3分科会)

15日(木)・〃(第1・第2分科会)

16日(金)・〃(第1・第3分科会)

26日(月)・〃(小委員会)

27日(火)・予算審査常任委員会(採決)

・決算審査特別委員会(採決)※

・議会運営委員会※

*いずれも午前10時からです。

*一般質問通告要旨は、9月2日(金)～8日(木)の間、市役所南棟1階「市民情報コーナー」や市ホームページでご覧いただけます。

*本会議は市ホームページでインターネット中継しています。

◎議会事務局 ☎955-3148

▶日にち・場所＝①10月15日(土)長岡第八小学校 ②22日(土)長岡第四小学校 ③11月12日(土)長岡第七小学校
▶時間＝午前9時30分～11時30分
▶対象＝6カ月～2歳の子と家族(先着各5組) ▶申込＝電話で下記へ
㊟社会福祉課地域福祉・労政係(分庁舎3)
☎955-9516 FAX951-7739

**ちょっとエコ生活に貢献！
リユース品を譲ってください**

家庭で不要な品物を無料で譲ってください。集まったリユース品は、市のイベントで販売され、売上金は市環境基金に寄付されます。
▶募集品＝大人服(未使用)、子ども服、おもちゃ、絵本、かばん、食器(未使用)など。チャイルドシートや自転車、電化製品や大型家具などは取り扱いません ▶受付期間＝9月1日(木)～16日(金)の平日に下記窓口へ持参
㊟環境業務課ごみ減量推進担当
☎955-9548 FAX955-9955

講 イベ 募 他
その他

子どもを交通事故から守ろう！

9月5日(月)は「子どもの交通事故防止推進日」です。登下校時間帯に、自宅近くの通学路で「黄色いもの」を身につけて声をかけてあげてください。
㊟交通政策課交通対策係
☎955-9686 FAX951-5410

プレミアム商品券発行します

●今年もやります リフォーム工事券
▶対象＝市民。市内の自宅などのリフォーム工事などに利用可能 ▶詳

しくは同時配布のチラシを参照

●ガラシャ商品券

来年1～3月頃に使用できる「ガラシャ商品券」の発行を予定しています。詳細は10月頃広報紙で案内予定です。
㊟長岡京市商工会
☎951-8029 FAX958-2473

出張がん個別相談会

▶日時・場所＝9月1日(木)、10月6日(木)午後1時～3時30分、乙訓保健所 ▶相談員＝保健師が看護師 ▶申込＝前日の午後4時までに下記へ
*下記でも平日に相談ができます。
㊟京都府がん総合相談支援センター
☎0120-078-394

**食育標語へのご応募
ありがとうございました**

7月2日(土)の「ながおきょう食育ひろば」当日来場者の投票によって、最優秀賞と優秀賞が決まりました。
▶最優秀賞＝「ねえ母ちゃん どうしてトマト 食べないの」近藤怜子さん(馬場) ▶優秀賞＝「朝食べて 元気モリモリ お出かけた！」岩坪良雄さん(梅ヶ丘)、「よく噛んで 好き嫌いなく 残さずに」井上澄子さん(下海印寺)
㊟健康医療推進室保健活動担当
☎955-9705 FAX955-2054

**シルバー人材センター
入会説明会**

▶日時・場所＝9月15日(木)午前9時30分から、開田自治会館3階(開田3丁目2-5) ▶対象＝市内在住の60歳以上で、働く意欲のある人 ▶持ち物＝筆記用具 ▶途中入場は不可
㊟(公社)長岡京市シルバー人材センター
☎955-8000 FAX955-8002

9月10日㊟は下水道の日

生活環境の向上や河川の水質保全に役立つ下水道。お住まいの区域を快適にするため、すみやかに下水道への接続を。工事費用は市に融資あっせん制度があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。
㊟下水道課施設係
☎955-9723 FAX953-3505

看板の設置には許可が必要！

屋外広告物を設置・表示する際は、京都府屋外広告物条例に基づいて市が定める規則に従い、市への申請が必要です。また、9月1日(木)～10日(土)は「屋外広告物適正化旬間」ですので、設置している場合は安全点検にご協力ください。
㊟都市計画課計画・景觀担当
☎955-9521 FAX951-5410

**安心が一目で分かる
防犯モデルマンション登録制度**

身近な街頭犯罪や侵入犯罪が増加するなか、警察庁や国が連携して「共同住宅に係る防犯基準」を策定しました。この基準を基に共同住宅の施設や防犯設備などを審査して、「防犯モデルマンション」に認定する取り組みが進んでいます。認定を受けたマンションには、ステッカーが貼られるので、安全性が一目でわかります。認定の基準など、詳しくは下記ホームページをご覧ください。
㊟NPO 法人京都府防犯設備士協会
☎583-5340

京都府防犯設備士協会

学校グラウンドの夜間照明

団体登録講習会・10月使用分の抽選会
▶団体登録講習会(予約制)
【対象】18歳以上の市内在住・在勤者(高校生を除く)が10人以上の団体と市体育協会加盟のスポーツ少年団
【講習会】新規登録時に3人の受講が必要。平日の午前8時30分～午後5時15分に随時開催。時間外は要相談
【申込】電話かファクスで右記へ

▶抽選会 9月26日(月)午前9時から 市役所北棟4階 大会議室 A で。使用料とハンコが必要
【利用施設】長四小・長九小・長四中。小学校は午後6時～9時。中学校は午後7時～9時。1時間800円
㊟文化・スポーツ振興室 スポーツ振興係
☎955-9735 FAX955-9526

学校特別教室開放

【使用日と受付日】
10月1日～31日使用 …9月15日(木)
10月16日～31日使用 …9月30日(金)
*午前9時～正午に生涯学習課へ
【開放日】月・水・金曜日の午後7時～9時。土曜日の午後1時30分～9時
【使用料】600円。1教室2時間以内
㊟生涯学習課(図書館内)
☎955-9534 FAX954-8500

～名月の宴～

古城で繰り広げる芸能の夕べ

古典芸能を中心とした芸能発表です。秋の夜のひとときを、こころ豊かに過ごしませんか。

▶日時・場所＝9月10日(土)午後6時～8時30分、勝竜寺城公園(雨天時は11日(日)に順延)▶内容＝琴、詩吟、日舞、尺八、三味線、独唱など。▶神足小学校の児童たちも参加する野点あり(300円)

☎長岡京市文化協会事務局(文化・スポーツ振興室文化振興係内)

☎955-9734 FAX955-3150



次] 11月中旬 ▶詳しくは下記へ
☎乙訓消防組合消防本部総務課総務係
☎953-6033 FAX953-1190

市臨時職員

●保育士

▶対象＝保育士の資格を持つ人 ▶募集人数＝3人 ▶勤務時間＝平日午前8時30分～午後5時(早出・遅出勤務、土曜勤務あり)。勤務地により時間の変更あり ▶勤務地＝市内公立保育所 ▶賃金＝日額7,875円、時給1,050円 ▶採用期間＝来年3月31日まで(随時採用。更新あり) ▶申込＝写真(5cm×4.5cm)、ハンコ、資格証明書の写しを持って下記へ
☎こども福祉課保育係(分庁舎3)

☎955-9518 FAX952-0001

●健康医療推進室の臨時職員

▶募集職種＝①保健師 ②助産師 ③看護師 ▶対象＝応募職種の免許を持ち、地域活動に意欲のある人。パソコン操作ができる人。健診・訪問経験者歓迎 ▶募集人数＝①～③とも若干名 ▶業務内容＝①健(検)診、相談、各種教室、訪問、母子保健、成老人保健全般 ②訪問、母子保健全般 ③乳幼児健診、集団予防接種、検診など ▶勤務時間＝相談 ▶勤務地＝健康医療推進室、保健センターなど ▶時給＝①1,350円 ②1,330円 ③1,300円 ▶申込＝下記へ
☎健康医療推進室保健活動担当

☎955-9520 FAX955-2054

kenkouryou@city.nagaokakyo.kyoto.jp

はっぴいバス10周年 あなたとはっぴいバスの思い出

▶募集作品＝①作文(メッセージなども可)・川柳 ②絵・絵ハガキ ③写真 ▶応募について、詳しくは公共施設に配架のチラシをご覧ください。先着で記念品を贈呈
☎交通政策課交通政策担当

☎955-3160 FAX951-5410

小・中学生とふれあう 赤ちゃんボランティア

小中学生が赤ちゃんとはふれあい、命の大切さなどを学ぶために、協力いただける赤ちゃんを募集中です。

男性介護者交流会

▶日時・場所＝9月17日(土)午後1時30分～3時30分、バンビオ ▶対象＝市内在住で家族を在宅介護している男性、将来の介護に対して不安や悩みを持つ男性 ▶申込＝9月16日(金)までに下記へ ▶入退場自由
☎東地域包括支援センター(バンビオ内)
☎963-5508 FAX958-6909

講 イベ 募 他

募集します

きりしま苑非常勤職員

▶募集職種＝①ケアワーカー ②ホームヘルパー ③ガイドヘルパー ④介護支援専門員 ▶対象＝②③のみヘルパー2級などの資格を持つ人 ④介護支援専門員の資格を持つ人 ▶勤務時間＝①④午前8時30分～午後5時30分(完全週休2日。応相談)、②③応相談 ▶時給＝①830円～ ②1,230円～ ③1,000円～ ④1,200円(①～③は処遇改善交付手当加算あり) ▶選考＝面接と作文 ▶申込＝履歴書、資格証の写しを持って下記へ(試験日は後日指定) ▶詳しくは下記へ

☎きりしま苑

☎956-0294 FAX956-0290

乙訓消防組合の 消防士・救急救命士

▶募集職種＝①消防士 ②救急救命士 ▶募集人数＝6人程度(うち②は2人程度) ▶採用予定日＝来年4月1日 ▶試験日＝〔第1次〕10月8日(土)〔第2次〕10月23日(日)〔第3

講 イベ 募 他

イベント

9月毎週金曜日は「ほっこりんぐ」 市役所でほっとはあと製品販売

▶2日(金)午前11時から…季節の花苗・コケ玉・多肉植物など(草のたね)

▶9日(金)午前11時から…昆布製品・縫製品など(乙訓の里・乙訓楽苑)

▶16日(金)午前11時から…洋菓子・竹製品・縫製品など(バスハウス)

▶23日(金)午前10時30分から…小物入れ・ポチ袋・正座枕など(乙訓若竹苑)

▶30日(金)午前11時30分から…スープ・パン・焼き菓子(やよい工房久貝事業所)

☎障がい福祉課社会参加支援係(分庁舎3)

☎955-9549 FAX952-0001

無料ネイルケア・ ハンドマッサージ体験

▶日時・場所＝9月3日(土)午前10時～午後1時、バンビオ1階市民交流フロア児童室付近 ▶対象＝主に児童室を利用している子と母親 ▶内容＝カラーリング(20分)かハンドマッサージ(15分) ▶講師＝ベルエibel美容専門学校の学生 ▶申込不要

☎中央生涯学習センター(バンビオ内)

☎963-5500 FAX963-5504

長岡京竹あそび2016に向けて 竹切り・竹筒作りをしませんか

▶日時＝9月3日・10日・17日・24日の土曜日、午前9時～午後3時

▶集合＝午前9時に中央公民館 ▶

申込＝各開催日の前日までに下記へ

☎長岡京竹あそび連絡協議会の渡辺さん

☎090-7755-9238

13日(火)までに要予約 ▶申込=下記へ。9月1日(木)午前9時受付開始
☎女性交流支援センター(バンビオ内)
☎963-5501 FAX963-5521
josei-c@city.nagaokakyo.kyoto.jp

市民ワークショップ 「100年後もミンナソラノシタ」

～福島を応援して社会が広がった私たち～
東日本大震災の原発事故で大きな影響を受けた福島の子育てを応援している「ミンナソラノシタ」。その活動で感じたことや、女性が直面する生き方の問題などについて、グループの若いママたちと一緒に考えます。
▶日時・場所=9月30日(金)午前10時～午後0時30分、バンビオ ▶定員=先着40人 ▶託児=1歳～就学前(先着6人)。9月23日(金)までに要予約 ▶申込=下記へ
☎長岡京エンパワーネットの星野さん
☎FAX954-7646
hiro316@jg8.so-net.ne.jp

みんなで学ぼう市民公開講座 ～私と部落問題～

▶日時・場所=9月8日(木)午後7時～8時30分、市役所4階大会議室A ▶定員=先着60人 ▶講師=NPO法人ヒューマン・ライツ・アドバンス・堺事務局長の井上和希さん ▶申込不要
*託児・手話通訳・要約筆記の申込は9月5日(月)までに下記へ。
☎市人権啓発推進協議会事務局
☎955-3180 FAX951-5410

神足ふれあい町家の催し案内

●第10回神足ふれあい町家倶楽部
▶日時=9月17日(土)①午前10時～正午 ②午後1時～5時 ▶内容=①おしゃべりタイムとカセットで聞く「日本文学集」②悠久の世界と心にしみみる朗読「京都の寺の昔話」[愛顔感動ものがたり] ▶講師=朗読グループ「竹笛」のみなさん ▶申込不要
●第8回神足ふれあい町家ゼミナール
▶日時=9月24日(土)午後1時30分～3時 ▶定員=先着50人 ▶内容=「ふれあい町家の今昔物語 江戸から平成へ」ふれあい町家の歴史を紐解く! ▶講師=市生涯学習課の橋本さん

▶申込=下記へ。9月1日(木)受付開始
【共通事項】▶場所=神足ふれあい町家 ▶駐輪・駐車場なし
☎神足ふれあい町家
☎951-5175 FAX202-9239

危険物取扱者試験予備講習会

▶日時・場所=10月15日(土)午前9時～午後4時30分、乙訓消防組合消防本部 ▶種別=乙種第4類 ▶受講料=一般6,000円。乙訓防火・危険物安全協会会員などは4,000円
▶申込=9月1日(木)～10月14日(金)の平日午後5時までに各消防署へ
☎長岡京消防署庶務予防課
☎957-0119 FAX957-4357

中央公民館の講座や催し

●男女共同参画講座「心スッキリおかたづけ講座」(全3回)
▶日時・場所=①10月6日(木) ②18日(火) ③27日(木)午前10時～正午、中央公民館 ▶対象=就業意欲があり、全回に参加できる市内在住の女性(先着20人) ▶内容=①「片付け≠捨てる」片付けの思い込みを整理して片付けのステップを学ぶ ②前回学び自宅で実践した内容を楽しく発表 ③後回しになりがちだった「片付け」を夢を叶えるツールに変換 ▶講師=ちいのおかたづけポケット代表の水口智恵美さん ▶託児=6カ月～就学前(先着8人) ▶申込=電話で下記へ。9月15日(木)午前10時受付開始
●環境教育ミーティング「海外ボランティア活動とリフレッシュメント」
▶日時・場所=9月15日(木)午後6時30分から、中央公民館2階講座室 ▶定員=当日先着70人 ▶内容=海外を中心にボランティア活動をしている横山(たけひろ)亮泰さんの体験談や滞在国の状況説明など ▶持ち物=筆記用具 ▶申込不要
●子どもエコ教室「里山たんけんにいこう!」
▶日時・集合=9月25日(日)午前9時～正午、光明寺参門前 ▶対象=市内在住の小学生(3年生以下は保護者同伴要。先着20人) ▶講師=乙訓の自然を守る会会員 ▶申込=電話で

下記へ。9月3日(土)午前11時受付開始
●多文化共生子育て講座「長岡京で子育てを楽しもう!第2回」
Michaelaさんが、出身国フィリピンの子育てについて話します。
▶日時・場所=10月7日(土)午前10時～11時30分、中央公民館 ▶対象=市内在住で子育て中の人 ▶申込=電話か下記窓口へ。ファクス不可。
9月2日(金)午前11時受付開始
*英語と中国語の通訳あり。日本人のみ要申込・定員あり(先着10組)。
☎中央公民館
☎951-1278 FAX955-4774

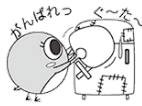
一部屋に一鉢、花と緑を 日本庭園の剪定講習会

▶日時・場所=9月15日(木)午後1時30分～3時30分、勝竜寺城公園 ▶定員=先着10人 ▶費用=500円 ▶申込=9月5日(月)・6日(火)の午前9時～午後5時に電話で下記へ。ファクス不可
☎(公財)長岡京市緑の協会
☎952-1900 FAX952-1905

クリーンプラザおとくに ガラス工芸教室

▶内容=①バーナーワーク ②キルン ③スタンドグラス風プレート作り ④サンドブラスト ▶日にち=①9月14日・28日、10月26日、11月16日・30日、12月14日の水曜日 ②9月14日(水)、11月30日(水) ③9月28日(水)、12月14日(水) ④平日随時
【共通事項】
▶時間=午前9時～正午か午後1時～4時 ▶申込=電話で下記へ ▶対象や費用など、詳しくは下記へ ▶乙訓2市1町に在住・在勤・在学でない人は、参加料が2割増し
☎クリーンプラザおとくに
☎957-6686 FAX957-6687

アクアパルコ洛西
ジュニアサッカースクール(全6回)
▶日時=9月5日から毎週月曜日、①午後4時から ②午後5時から ▶対象=①小学1・2年生 ②小学3～6年生 ▶費用=6回6,000円 ▶申込=下記へ
☎アクアパルコ洛西(洛西浄化センター)
☎951-9161 FAX951-9162



情報BOX

2016(平成28)・9・1号

*このコーナーは左から右にお読みください。 *費用の記載がないものは無料です。
 ●市役所(代表) ☎075-951-2121 FAX075-951-5410(開庁時間 平日午前8時30分～午後5時)
 ●ホームページ <http://www.city.nagaokakyo.lg.jp/>

講座・講演会

手話にチャレンジ! 入門編 (全12回)

▶日時・場所=9月16日～12月9日の金曜日(10月28日を除く)、午前10時～正午、北開田会館 ▶対象=市内在住・在勤・在学の16歳以上の人(抽選で20人) ▶講師=市ろうあ協会会員ほか ▶費用=希望者のみ DVD 付テキスト代3,240円 ▶申込=住所・名前・電話番号・テキストと託児の要否(要の場合は人数・年齢)を書いて、9月12日(月)(消印有効)までに下記へ
 ☎955-9710 FAX952-0001
 syougai-fukushi@city.nagaokakyo.kyoto.jp

耳のことなんでも相談会

▶日時・場所=9月6日(火)午後1時～3時30分、市役所分庁舎3 ▶内容=きこえの検査、補聴器や困りごとなどの言語聴覚士による個別相談、支援団体や活動の紹介 ▶申込不要
 ☎874-4477 FAX874-4478

京都府同行援護従事者養成研修

目が見えない、見えにくい人の外出を支援します。

●一般課程

▶日にち=10月13日(木)・15日(土)・17日(月)・19日(水) ▶対象=未受研の人

●応用課程

▶日にち=10月20日(木)・21日(金) ▶対象=一般課程を修了した人、資

格を持つ人

【共通事項】

▶場所=南部アイセンター(城陽市)ほか ▶申込=9月7日(水)までに下記へ
 ☎955-9549 FAX952-0001

見えない方・見えにくい方へ 集まって学びましょう

▶日時・場所=9月21日・10月19日・11月16日・12月21日の水曜日 ①午前10時30分～正午 ②午後1時～3時、産業文化会館3階(エレベーターはありません) ▶対象=京都府南部在住の人 ▶内容=①個別相談、点字・パソコン・プレクストーク・白杖の使い方など各種訓練 ②各回のテーマに沿った訓練や情報交換。テーマは、9月21日(水)「視覚障がい者の防災」、10月19日(水)「墨字を書こう」、11月16日(水)「趣味の紹介 遊具で楽しむ」、12月21日(水)「わいわいサロン(来年度の話)」 ▶申込=①のみ要予約。下記へ
 ☎463-6455

介護職員などによる 喀痰吸引等研修(第3号研修)

●基本研修

▶日時・場所=10月15日(土)午前9時30分～午後4時30分、10月16日(日)午前9時～午後4時、乙訓福祉会「乙訓の里」 ▶定員=40人程度 ▶費用=1万2,000円(研修費用と事務手数料) ▶申込=電子メールで下記へ

●フォローアップ研修

▶日時・場所=10月16日(日)午前10時～午後0時20分、乙訓福祉会「乙訓の里」 ▶対象=過去に乙訓福祉会で第3号研修の基本研修を受講した人(先着30人) ▶詳細や申込に

ついては、乙訓福祉施設事務組合ホームページをご覧ください

☎乙訓福祉会ライフサポート事業所

☎874-7373 FAX874-6510

lifes.otokunif@iaa.itkeeper.ne.jp

介護職員初任者研修講座

受講後は、介護職員初任者研修(旧ヘルパー2級課程)修了者となります。

▶日時=〔講義・演習〕10月11日(火)～11月24日(木)のうち週3回、午前9時～午後5時〔実習〕12月1日(木)～来年1月27日(金) ▶場所=〔講義〕地域福祉センター〔演習・実習〕乙訓2市1町や近隣の施設など ▶対象=福祉サービス事業所で働く意欲のある人(先着20人) ▶費用=8万円(乙訓2市1町の施設に就業予定の人は4万円)。テキスト代、実習費用など別途要 ▶申込=9月30日(金)までに下記へ
 ☎963-5508 FAX963-5509

パパもママも子育て講座「前向き子育てトリプルPに学ぶ」子育てのコツ

▶日時・場所=9月18日(日)午前10時～正午、中央公民館 ▶対象=小学1～4年生の保護者(先着70人) ▶託児=6カ月～就学前(抽選で10人)。9月1日(木)受付開始 ▶申込=9月12日(月)までに電話かファクス(住所、名前、電話番号、講座名、託児希望の人は子どもの氏名、年齢、託児の抽選に外れた時の出欠を記載)で下記へ
 ☎955-9558 FAX952-0001

子育て支援講座

子どものやる気を引き出す! 「お母さんのためのコーチング」

▶日時・場所=9月20日(火)午前10時30分～午後0時30分、バンビオ ▶定員=先着20人(市内在住・在勤・在学の人優先) ▶内容=子どもが自分で考えて行動することができるよう、子どものやる気を引き出すコーチング・スキルを学ぶ ▶講師=産業カウンセラーでキャリアコンサルタントの武田由利子さん ▶託児=1歳～就学前(先着12人)。9月



第32回若葉カップ全国小学生 バドミントン大会 準優勝 長岡京市バドミントン スポーツ少年団(男子)

いつの時代も、どこであったても、子どもたちの笑顔と夢は「宝物」です。長岡京市バドミントンスポーツ少年団の男子チームが、7月29日から8月1日まで西山公園体育館で開かれた第32回若葉カップ全国小学生バドミントン大会で、初の準優勝と大健闘。指導陣が新しい強化練習を取り入れ、選手たちが熱心に取り組んだ成果でした。

大会は1988(昭和63)年の京都国体・バドミントンが西山公園体育館で開かれたことがきっかけで始まりました。長岡京市の男女チームは「開催地枠」として毎年出場しています。日ごろは毎週



トレーニングメニューを改善して挑んだ大会で、見事好成績を収め、笑顔の市スポーツ少年団。

将来に向かい、若葉大きく育って

2回の定期練習を続けてきましたが、今年度からは、毎月1回、朝から夕方までの「1日練習」もしています。しかも、近畿圏や福井、愛知、岐阜などからチームを招き、試合をしてプレーに磨きかけました。また、定期練習では立命館大学のバドミントン部員が子どもたちの指導してくれるようになりました。

若葉カップでは、日本バドミントン協会U-13(13歳以下)強化指定選手の衣川真生(うきがわまこと)主将を軸にシングルスだけでなくダブルスも強化し、チームワークもバッチリでした。予選リーグ初戦で実力を出せて、高橋光雅監督は「選手たちが(勢いに)のりましたね」と、頼もしく見守りました。予選リーグから決勝トーナメント準決勝までの5試合を危なげなく勝ち進み、決勝では惜しくも敗れましたが、最後まで元気なプレーを見せてくれました。また、第27・28回大会連続3位だった同少年団女子チームは、今回も予選リーグを突破しました。

実は、今夏のリオ五輪バドミントン日本代表9人中、なんと7人が若葉カップの出身経験があります。高橋監督は「少年団で基礎技術と頑張れる心を養ってあげたい。将来、大きく育ってくれば」と、楽しみにしています。

いたずらざかり

*掲載の申し込みは広報戦略担当(☎955-9660)へ。



おおの ゆいちゃん (2歳9カ月)
りくちゃん (4カ月)
大野 結依ちゃん
里空ちゃん

【両親から】毎日元気でにぎやかな二人。これからどんな姉弟になっていくのか楽しみです。

調子1丁目



なかやま こはるちゃん (5カ月)
中山 心春ちゃん

【パパ・ママから】可愛い笑顔で皆を幸せにしてくれる心春ちゃん。これからも楽しい思い出をたくさん作っていきましょう。

久貝2丁目



みぎた れなちゃん (3歳5カ月)
りさちゃん (9カ月)
右田 麗奈ちゃん
梨紗ちゃん

【パパ・ママから】やんちゃなレナちゃん、穏やかなリサちゃん。2人共優しく芯の強い子に育って欲しいと思っています。

友岡3丁目