

働く喜びと家族のうるおいを大切に、産業とくらしの調和のとれたまちをつくりましょう

発行 長岡京市役所 951-2121
京都府長岡京市開田 1丁目1-1
編集 秘書広報課 毎月2回発行

女性の視点で住みよい地域社会を



▲月平均ポリタンク8個分を回収する「廃食油と粉せつけん交換会」

長岡京市生活学校

若い世代にも 広く浸透

あなたは、油ものを揚げた後の廃食油をどうしていますか。この廃食油が粉石けんに変わることをご存じでしょうか。変わるといっても廃食油と粉石けんを交換しているだけです。油が捨てられることなく環境保全に役立ちます。この交換を行っているのが、長岡京市生活学校です。市生活学校では、市内の女性たちが住みよい地域社会を目指し身近な生活課題に取り組んでいます。今回は、市生活学校の活動ぶりを紹介します。

「今日は、これだけたくさんしました。よろしく願いします」。真夏の暑い日差しが照り続けるなか、産業文化会館の駐車場北側に人が集まっています。よく見るとそれぞれ手にはポリタンクを提げています。ポリタンクの中身は家庭用の廃油(食用油など)。

市生活学校の四人が、廃食油を別のポリタンクに移し、粉石けんを渡すなど、忙しく作業をしています。廃食油一・八リと粉石けん(洗濯用)二百gを交換できるのですが、毎月平均してポリタンク八個分を回収しています。集めた廃食油は業者が引き取り、この廃食油を使って出来た粉石けんを廃食油を出してくれた市民に還元するシステムになっています。

市生活学校では、廃食油と粉石けんの交換を活動の柱の一つに挙げています。二十年前ほど前に始められ、一度平成6年2月に中断したものの、現在まで毎月一回、続けられています。一回で平均十五、二十人が交換に訪れます。特にここ数年は若い層にも浸透。常連の人たちの声は「家庭用油の処分に困っていたので、大変助かっています」「家庭用油を出して粉石けんがもらえるのでうれしいです」と大変好評です。

市生活学校の古谷和子運営委員長(柴の里)は「家庭の台所から、きれいな川、美しい海を守るために実践しています。一人でも多くの人に、関心を持って来てもらいたいのですが、交換日以外に黙って廃食油を置いていくのだけはやめてほしい」と呼びかけます。9月の廃食油と粉石けんの交換は7日(土)午前10時から産業文化会館駐車場北側で行います。

府内最古参の 生活学校

市生活学校は、毎日の暮らしの中で困っていたり、疑問に思ったりしたことを具体的に解決することを目的に昭和43年9月に結成されました。府内の生活学校の内一番歴史が古く、年を経るごとにメンバーが高齢となり減ってきてはいるものの現在は三十人が活動しています。

活動方法は事前活動として取り上げた課題に対し、資料を集め現場を見学した後、その課題に関係するメーカーや商店などと話し合う対話集会を持ちます。そこで決まったことを確認・PRする事後処理活動を実践し地域課題を解決していきます。

冒頭で紹介した廃食油と粉石けんの交換を中心に、市生活学校では、市民文化祭りや長岡京ガラシャ祭に環境の大切さを訴え出展するなど積極的に活動してきました。とりわけ再生品(詰め替え品を含む)の利用拡大に努め、廃食油から石けんを作る指導、販売を手掛けました。また環境問題にとどまらず、高齢者問題や人権問題についての学習会も開催し、豊かなまちづくりのために、幅広い運動を展開しています。古谷運営委員長は「来年は創立三十周年を迎えます。これまで支えてくれた歴代の運営委員長やメンバー、お世話になった各団体と一緒に祝いたい」と笑顔で話します。

市生活学校の活動に興味を持ち参加してみたいと思う人は、古谷和子さん(0952・1925)へ。対象は、市内在住の女性です。

ペーパーボトル も対象に

わたしたちを取り巻く社会は豊かになり、日々あふれんばかりの物やサービスの中で暮らしています。こうしたライフスタイルの変化が大量生産・大量消費の生活習慣を生み出しました。その結果、家庭から出るごみの量も増え新しいリサイクルシステムを構築する必要性が出てきました。

市生活学校では「ごみ問題」について、他の市に例を見ない先駆的な実践活動により、業者や市と連携したりリサイクルシステムを確立。牛乳パック回収運動に始まり、生ごみを原料とした肥料を作るEMボカシなどに力を入れ、市民の間にも広がりました。

市でも、市民の協力を得ながら環境の保全とリサイクル社会の実現に向けて、府内で初めてのエコストア制度を導入したり、家庭の生ごみをたい肥化して利用したエコ農園事業を実施したりしています。

また、ジュニア環境探検隊を結成して、次代を担う子どもたちに、環境の大切さを知ってもらう機会を設けています。環境問題は、行政・市民・業者の三者が一体となって取り組まなければなりません。古谷運営委員長は、8月中旬から市内のスーパーでペットボトルの回収が始まっているのを受けて「生活学校でも、市民に呼びかけ集めて持っていく予定です」と意欲的に話します。来年に三十周年を控えた市生活学校が、地域活動のリーダー役として活躍することを期待します。



▶7月20日、市内のスーパーで行われた「環境・人にやさしいライフスタイル展」に参加

の日 生きがいのある長寿社会めざし

老人保健福祉週間 9月15日～21日



高齢体験教室

9月14日(土)
午前10時～正午
老人保健施設
アゼリアガーデン

内容

- ・擬似高齢体験
- ・介護機器の展示
- ・階段昇降機の実演

80歳になると、どういうこと? 擬似体験機器をつけて加齢による老いを体験し、高齢者の気持ちや身体への理解を深めましょう。
※申込みは、9月10日(火)までに老人保健施設アゼリアガーデン(☎957・1112)へ。

こんな医療制度があります

制度名	対象者	所得制限	受診時の負担金
老人保健法による医療	①70歳以上の人 ②65～69歳で、重度の障害を持つ人	なし	外来 1,020円/月 入院 710円/日
老人(福祉)医療	65～69歳で、次のいずれかの人 ①ひとり暮らしの人 ②老人世帯 ③所得税非課税世帯	本人の所得制限 扶養数 基準額 0人 159万5千円以内 1人 197万5千円 " 2人 235万5千円 " 配偶者・扶養義務者の所得制限は下欄(重障老人健康管理事業)と同じ	入院 600円/日 食事 (10月から) 760円/日
重障老人健康管理事業	老人保健法による医療の受給者で ①身体障害者手帳が1～3級の人 ②療育手帳がA判定の人	本人・配偶者・扶養義務者の所得制限 扶養数 基準額 0人 606万1千円以内 1人 631万円 " 2人 652万3千円 " 3人 673万6千円 "	外来 入院 } なし 入院 600円/日 食事 (10月から) 760円/日

※所得制限は、前年の総所得から障害者・配偶者・医療費・社会保険料などの控除を差し引いた金額です。

申請には、加入している健康保険証・ハンコ・重度の障害がある人は身体障害者手帳などが必要です。また、現在老人保健法による医療を受けている人で市民税非課税世帯の人は、入院時の食事負担金を減額する制度があります。
※詳しくは、高齢福祉課医療係へ。

高齢化が進むなかで、だれもが生きがいを持ち、健康で安心して暮らせる社会を築いていきましょう。そのために、市民一人ひとりが高齢者問題を自分の問題として考えていきたいものです。

ご存じですか シルバー人材センター

会員募集

〔シルバー人材センターは〕
(社)長岡京市シルバー人材センターは、市に在住のおおむね60歳以上の人が会員になります。臨時的・短期的な就業を通じて、会員の健康と生きがいをづくり、地域社会への貢献のために活動しています。発注者とセンターの間で、仕事の請負・委任を行い、会員が仕事をしています。
〔登録会員は〕現役を引退した高齢者で、健康で働く意

欲のある人が会員として活躍しています。センターは、公共機関・事業所・一般家庭から依頼のあった臨時的・短期的な就業を会員に提供します。その際には、会員の豊かな経験・知識や技術・技能を生かせるよう、会員の希望職種を優先します。就労した会員には、配分金の形で報酬が支払われます。
〔会員になると〕センターでは、単に就労を提供するだ

けでなく、会員の親睦を深めるための事業も行っています。また、次のような同好会も活動しています。
▼歳美会(毛筆クラブ)。毎月例会と展示会などを行っています。▼NS交友会(カメラクラブ)。毎月の例会と作品展示、親睦旅行、社会奉仕活動を行っています。
※詳しくは、(社)市シルバー人材センター(分庁舎3内 ☎955・8000)へ。

三味線や大正琴の演奏など

	午前10時50分～11時40分	午後1時30分より上映
9月9日(月)	三味線バラエティ 柴の里つくしの会	映画鑑賞会(エノケンシリーズ) 孫悟空
10日(火)	大正琴演奏 雅民謡会大正琴部	千万長者
11日(水)	三味線バラエティ 柴の里つくしの会	猿飛佐助
12日(木)	大正琴演奏 雅民謡会大正琴部	ちゃっさり金太
13日(金)	三味線バラエティ 柴の里つくしの会	びっくりしゃっくり時代

9月14日(土) 午前9時～正午
・講演会(午前10時～)、「勝龍寺城と山崎合戦」講師は前長岡京市長の五十嵐辰男さん
・1階テイルーム見学会
・健康機器体験利用
※自動車でお越しの方は、きりしま苑東側駐車場(2番～13番)をご利用ください。

市民なら、どなたでも参加できます。お気軽にお越しください。
※詳しくは、きりしま苑(☎956・0294)へ。

竹寿苑 第20回 市長杯玉突き大会

9月24日(火) 午前10時～午後3時

▼参加資格 60歳以上の市民 ▼受付期間 9月2日(月)～12日(木)
※詳しくは、竹寿苑(☎954・6830)へ。

参加者募集

日ごろの文化活動の成果を、発表してみませんか。

第34回 市民文化まつり

〔作品展示の部〕
11月1日(金)～4日(休)、中央公民館と図書館で
▼書道 半切以内で縦書き
▼絵画 彩石画・押絵・ちぎり絵 八号以内
▼写真 四ツ切以内
▼俳句・川柳・短歌 大色紙以内
▼アートフラワー・陶芸・木彫・盆石・紙粘土など立内
▼アートフラワー・陶芸・木彫・盆石・紙粘土など立

体作品 50cm以内 ▼盆栽・菊・生花など ▼出品料 作品一点につき三百円(一人一点に限りません)。団体で出品する場合は、お問い合わせください。
〔芸能発表の部〕11月2日(土)・3日(祝)、京都府長岡京記念文化会館で
▼日舞・コーラス・琴・詩吟・尺八・民謡・洋舞・吹奏楽・謡曲など舞台発表全般 ▼出演料 部門によって違うので、お問い合わせください
※申込みは、9月10日(火)までに生涯学習課文化係まで所定の用紙を提出してください。

初心者 教室

グラウンドゴルフ

▼とき 9月17日・10月1日の毎週火曜日、午前9時～11時
▼ところ 長岡公園
▼対象 市内在住の勤労の人
▼参加費 二百円 ▼定員 五十人(先着順) ▼雨天の場合は、現地で中止決定

初心者 教室

ゲートボール

▼とき 9月19日(木)・26日(木)、10月3日(木)・9日(水)・17日(木)、午前9時～11時30分
▼ところ 長岡公園ゲートボール場
▼対象 市内在住(勤)の人 ▼参加費 五百円 ▼定員 五十人(先着順) ▼雨天の場合は、現地で中止決定
※いずれも申込みは、直接または電話で9月12日(木)までに、スポーツ振興課体育係へ。

対象者を拡大 母子家庭医療制度

母子家庭医療制度の対象者基準が一部拡大され、三親等以内の人が扶養する18歳までの両親のいない児童でも、制度が利用できるようになりました。
この制度は、医療機関に受診の際の健康保険の一部負担金を、公費で負担するものです。ただし、扶養義務者などの所得が基準額以内であることが必要です。
▼申請時に必要なもの 健康保険証・ハンコ・児童扶養手当、遺族年金などを受給している人はその受給証書
※詳しくは、高齢福祉課医療係へ。

EMポカシ菌を使った生ごみ堆肥の作り方



※(1)①～③を容器が満杯になるまで繰り返す。
(2)満杯になってからそのままの状態、1週間～30日放置する。
(3)容器は直射日光が当たらないところに保管する。
(4)生ごみはその日のうちに処理し、細かくして水分を切ってから投入する。
家庭から出る生ごみから、堆肥をつくるために必要なEMポカシ菌をあっせんします。
▶対象＝市内に在住(勤・学)の人 ▶あっせん商品＝300g入EMポカシ菌 ▶あっせん価格＝一袋100円(消費税含む)
※申込みは、9月6日(金)までに電話で生活環境課環境係へ。申込み時に受渡し/代金の支払い方法をお知らせします。

家庭の生ごみから
堆肥をつくる
EMポカシ菌

あっせんします

救急フェア

高齢者の急病
予防と応急処置

講師 乙訓医師会 檜垣 勝 さん

▶実習＝救急蘇生法
(人工呼吸法)

9月6日(金)
午後2時～4時
中央公民館市民ホール
入場無料

※詳しくは、健康推進課へ。

交通安全フェア



9月23日(祝)
午前10時～午後3時
長岡自動車教習所

＜内容＞

▶平安騎馬隊の乗馬体験コーナー ▶交通安全の絵・ポスターコンクールの入賞者表彰 ▶おもしろ自転車コーナー ▶シートベルト体験コーナー ▶パトカーコーナー ▶安全運転診断コーナー ▶救急コーナー ▶クイズオリエンテーリング ▶ミニ消防車・救急車展示コーナー ▶ふれあいランド(風船コーナー・模擬店コーナー・ふわふわドームコーナー)など

※先着1000人に記念品を用意しています。詳しくは、生活環境課交通安全係へ。

糖尿病

ミニ教室

糖尿病についての知識や食事・運動療法について学びましょう。

▼とき 9月19日(木)、午後1時15分～4時 ▼ところ 向陽保健所 ▼対象 糖尿病(境界型も含む)の人とその家族など
※申込みは、9月18日(水)までに向陽保健所保健指導課(☎933・1151)へ。

アトピー性皮膚炎って?

回	と き	内 容
1	9月13日(金)	講話「アトピー性皮膚炎とは」 講師は西陣病院医師の加藤佳子さん 交流会、個別相談(予約制)
2	26日(木)	講話「食事除去・スキンケアについて」 講師は武田総合病院医師の伊藤節子さん 交流会

※時間と場所はいずれも午後2時～4時、向陽保健所。

肌がカサカサしている赤ちゃん。遊んでいても、ついついかいてしまう子。アトピー性皮膚炎かとも思いますが、お母さんへ。

市民

手話教室

初級講座です。手話を覚えたい人など、どなたでも参加できます。

▼とき 9月13日(金)10月18日の毎週金曜日(全六回)、午後7時～9時 ▼ところ 産業文化会館 ▼費用 無料
※申込みは、9月10日(火)までに社会福祉課障害福祉係へ。

や子どもたちを困らせるアトピー性皮膚炎って、どんな病気か一緒に勉強しましょう。
▼保育ルーム有り(予約制)
※申込みは、向陽保健所保健指導課(☎933・1151)へ。

施設見学会

10月2日(水)
午後1時～4時30分
見学施設
クリーンプラザおとくに
(ごみ処理施設)

アサヒビール
大山崎山荘美術館
▶参加費＝無料 ▶対象＝乙訓2市1町に在住(勤)している人 ▶定員＝50人(先着順)

講演会

容器包装リサイクルに向けて

講師
京都新聞論説委員
寺嶋 晃 さん

10月8日(火)
午後2時～4時
乙訓総合庁舎2階
第2会議室
会費無料

※施設見学と講演会の申し込みは、向陽保健所衛生課(☎933-1151)へ。

街頭PR 阪急長岡天神駅
9月25日(水) 午後2時

クリーン・リサイクル運動を展開

環境衛生週間
9月24日～10月1日

敬老
9月15



老人教養講座

9月20日(金)
午後1時30分～3時
中央公民館
3階市民ホール

健康な生活を送るよう一緒に学びましょう。お気軽にご参加ください。
▼対象 60歳以上の市民
▼入場料 無料 ▼定員 二百人(予約は不要です)
※詳しくは、高齢福祉課高齢福祉係へ。

洛西浄化センター 下水処理施設公開

9月8日(日)午前9時～午後4時
▶施設見学＝午前10時と午後2時
▶催し物＝作文コンクール結果発表、アニメ映画上映
下水道関連の展示、抽せんなど
▶来場者には記念品を進呈
※詳しくは、(財)京都府下水道公社(☎955-4591)へ。

男と女の幸せを探る

講師 産経新聞社文化部長 細見三英子 さん

現在、国会の提案待ちになっている民法改正案には「選択的夫婦別姓」制度が盛り込まれています。この制度は、日本の家制度に根ざしている

夫婦同姓を見直すというものであり、世論調査でも賛否がほぼ同数になっています。このような中で、女性が今までの価値観や慣習などに左右されないで、自分らしく充実した人生を送る方法を探っていきます。(保育あります)
※申込みは、生涯学習課女性政策係へ。

と き	テ ー マ
9月12日(木)	結婚の意味を問う ～「愛のために」結婚する時代～
19日(木)	夫婦のこれから ～真のパートナーシップを築く～
26日(木)	家族のきずな ～家制度からの解放～

※時間と場所は、いずれも午後7時～8時30分、中央公民館講義室で。

名月の宴

古城で繰り広げる
琵琶・祇園太鼓・尺八
琴・詩吟・詩舞の調



9月14日(土)午後6時～8時30分
(雨天のときは15日)入場無料

勝竜寺城公園

特別出演
筑前琵琶 岡田旭洋 さん
祇園太鼓 杉本崇奉 さん

▷当日は、お茶券(野点)を250円で贈ります。
※詳しくは、生涯学習課文化係へ。

9月くらしのカレンダー

1 日	府民総体兼社会人バドミントン大会（9:00～、西山公園体育館） 役＝休	16 休	市長杯争奪バレーボール大会（9:00～、西山公園体育館） 役、図、公＝休
2 月	きりしま苑11月団体利用調整会議（9:30～、きりしま苑） 西山公園体育館市内登録団体10月分抽せん会（9:00～、西山公園体育館） ことばの相談〔予約制〕対象／言葉に問題のある乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 図、公＝休	17 火	長岡公園ゲートボールコート抽せん会（9:30～、分庁舎3会議室） 精神発達相談〔予約制〕対象／乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 税相談〔予約制〕（10:00～15:00、市役所市民相談室） 2歳児健診 対象／6年8月生まれ（13:30～14:50、保健センター） 生活相談（10:00～15:00、竹寿苑） 図、公、休＝休
3 火	精神発達相談〔予約制〕対象／乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 図、休＝休	18 水	2歳児健診 対象／6年8月生まれ（13:30～14:50、産業文化会館） 移動図書館車（14:45～15:30、金ヶ原自治会館前。15:45～16:30、長岡第十小学校東側道路） 心身障害者相談（10:00～16:00、分庁舎3） 心配ごと相談（10:00～16:00、社会福祉協議会） 人権・行政相談（10:00～16:00、市役所市民相談室）
4 水	母子健康相談 対象／妊産婦と乳幼児（9:30～11:00、保健センター） 移動図書館車（14:45～15:30、金ヶ原自治会館前。15:45～16:30、長岡第十小学校東側道路） 9カ月児健診 対象／7年11月生まれ（13:30～14:50、保健センター） 健康相談（13:30～15:00、竹寿苑）	19 木	精神発達相談〔予約制〕対象／乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 健康相談（13:30～15:00、竹寿苑） 母親教室 対象／6・7月に母子手帳をもらった人（13:30～16:00、保健センター） 登記相談〔予約制〕（13:30～16:30、市役所市民相談室） 弁護士相談〔予約制〕（13:30～16:30、市役所市民相談室）
5 木	精神発達相談〔予約制〕対象／乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 9カ月児健診 対象／7年11月生まれ（13:30～14:50、産業文化会館） 弁護士相談〔予約制〕（13:30～16:30、市役所市民相談室）	20 金	母子健康相談 対象／妊産婦と乳幼児（9:30～11:00、中央公民館） 映画上映「男はつらいよ／翔んでる寅次郎」（13:00～14:30、竹寿苑） 映画鑑賞会「銀座カンカン娘」ほか（10:00～、13:30～、きりしま苑）
6 金	きりしま苑カラオケ大会 対象／60歳以上の市民（13:00～、きりしま苑） 機能訓練の相談と指導 対象／病気などで心身の機能が低下している40歳以上の 人、又はその家族（13:30～15:30、保健センター） 離乳教室 対象／8年4月生まれの乳児の母親（9:30～12:00、保健センター）	21 土	子どもの広場（14:30～15:30、図書館） 役＝休
7 土	飼えなくなった犬・ネコの引き取り 毎週火曜日、9:00～10:30、向陽保健所 役＝休	22 日	市民スポーツフェスティバル・ファミリーバドミントン市町村交流大会（10:00～、西山公園体育館） 役＝休
8 日	はばたけ杯小学生バレーボール大会（9:00～、西山公園体育館） 役＝休	23 祝	乙訓地区少年剣道交流大会（9:00～、西山公園体育館） ふれあい朝市（9:00～品切れまで、市民ひろば） 役、図、公＝休
9 月	ふれあい朝市（9:00～品切れまで、市民ひろば） 母子健康相談 対象／妊産婦と乳幼児（13:30～15:30、北開田会館） ことばの相談〔予約制〕対象／言葉に問題のある乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 人権相談（10:00～16:00、市役所市民相談室） 図、公＝休	24 火	母子健康相談 対象／妊産婦と乳幼児（9:30～11:00、きりしま苑） 対面朗読サービス〔予約制〕（10:15～16:00、図書館） 4カ月児健診 対象／8年5月生まれ（13:30～14:50、産業文化会館） 精神発達相談〔予約制〕対象／乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 第20回市長杯玉突き大会（10:00～、竹寿苑） 図、公、休＝休
10 火	対面朗読サービス〔予約制〕（10:15～16:00、図書館） 精神発達相談〔予約制〕対象／乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 休＝休	25 水	移動図書館車（14:45～15:30、城の里公民館前。15:45～16:30、神足四ノ坪児童公園前） 4カ月児健診 対象／8年5月生まれ（13:30～14:50、保健センター）
11 水	移動図書館車（14:45～15:30、城の里公民館前。15:45～16:30、神足四ノ坪児童公園前） 休＝休	26 木	子供の本を読む会（10:15～12:15、図書館） 精神発達相談〔予約制〕対象／乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 弁護士相談〔予約制〕（13:30～16:30、市役所市民相談室）
12 木	精神発達相談〔予約制〕対象／乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 弁護士相談〔予約制〕（13:30～16:30、市役所市民相談室）	27 金	トレーニング講習会（18:30～20:30、西山公園体育館） 機能訓練の交流会（13:30～15:30、保健センター）
13 金	機能訓練の交流会（13:30～15:30、保健センター） 長岡公園テニスコート10月使用分抽せん会（9:00～、市役所大会議室）	28 土	近畿総合個人バドミントン選手権大会（9:00～、西山公園体育館） 役＝休
14 土	小学生のためのおはなし会（11:00～12:00、図書館） 無料開放デー〔バドミントンと卓球〕（9:00～12:00、西山公園体育館） ※体育館シューズ、ラケット、シャトル、ピン球を持参のこと 役＝休	29 日	第10回長岡京オープン会長杯争奪卓球大会（9:00～、西山公園体育館） 役＝休
15 祝	トレーニング講習会受付（9:00～、西山公園体育館） 第8回シルバー卓球交流会（9:00～、西山公園体育館） 役＝休	30 月	個人開放デー（18:00～20:30、西山公園体育館）※一人300円（高校生以下は100円）体育館シューズ、ラケット、シャトル、ピン球を持参のこと 母親教室 対象／6月・7月に母子手帳をもらった人（13:30～16:00、保健センター） ことばの相談〔予約制〕対象／言葉に問題のある乳幼児（9:00～16:00、保健センター） 図、公＝休
		10/1 火	

※予約の申込みは、弁護士相談・税相談・登記相談＝秘書広報課広報広聴係へ。精神発達相談・ことばの相談＝健康推進課母子保健係へ。対面朗読サービス＝図書館へ。

休＝閉庁・休館日を表わします。役＝市役所、竹寿苑、きりしま苑、保健センターなど 図＝図書館 休＝西山公園体育館 公＝中央公民館

各種相談	とき（祝日を除く）	ところ	内容
消費生活相談	火・金曜日、10:00～16:00	市役所	消費生活に関する苦情など
学校教育相談〔予約制〕	月～金曜日、10:00～17:00。土曜日、9:00～12:00	教育センター	子どもの教育上の悩みならなんでも 申込み・相談＝☎952-5151
家庭児童相談	月～金曜日、9:00～16:00	市役所分庁舎3	家庭における児童のことならなんでも ☎953-7710
こどもSOSテレホン相談	月～金曜日、第2・4日曜日、9:00～16:00		子ども自身が家庭生活や友人関係などで困っていること ☎953-7710
地域子育て支援センター	月・水・金曜日、9:00～12:00	開田保育所	子育てのことならなんでも☎953-7711
職業相談	月～金曜日、9:00～16:00	市役所分庁舎3	パート労働 ☎955-0506 高齢者の雇用・求職 ☎951-8727
女性の悩み相談〔予約制〕	木曜日、13:00～15:00	市役所	女性の様々な悩みに対するカウンセリングなど ☎955-9609

○市民相談室＝市役所南棟1階 ○図書館＝天神4丁目1-1（☎951-4646） ○保健センター＝今里北ノ町39-5（☎955-9062）
○西山公園体育館＝長法寺谷山1（☎953-1161） ○中央公民館＝天神4丁目1-1（☎951-1278） ○老人憩の家＝長岡1丁目37-20
○きりしま苑＝東神足2丁目15-2（☎956-0294） ○竹寿苑＝粟生西条8（☎954-6830） ○産業文化会館＝開田3丁目10-16
○社会福祉協議会＝きりしま苑内3階（☎955-5601） ○婦人教育会館＝長法寺谷山13-1（☎955-6941）
○教育センター＝天神4丁目1-1（☎952-5151） ○北開田会館＝長岡1丁目31-15（☎955-8844）

日曜・祝日の急患はすぐ

〈外科〉テレホンサービス 953-3900

案内は午前7時30分～午後6時
診療時間は午前10時～午後6時
乙訓医師会では、輪番当直医制を敷いて
休日の急患の診療にあたっています。

〈内科・小児科〉955-3320

乙訓休日応急診療所（今里北ノ町39-4
長岡第七小学校東隣）
診療受付時間は午前9時30分～午後4時



アイデア作品展

9月7日(土)・8日(日)

午後1時～(8日は10時～) 図書館3階大会議室

市内の小学生が、夏休みに取り組んだ自由研究や工作の作品展です。アイデアあふれる作品の数々をぜひ見に来てください。

※詳しくは、教育センター(☎952-5151)へ。

あなたのコーナー

募集

●夢クラブ △フラワースタイルをします

●毎月第一・三火曜日、午後1時30分～3時30分(9月は、10日です)、中央公民館で△入会金千円、会費は月二千五百円 △詳しくは、兼藤弓枝(☎952-6021)へ

●スマイル体操 △夏の疲れをとり、生き生きスマイルでい汗流しませんか △毎週金曜日、午前10時～11時30分、中央公民館で △入会金千円、会費は月二千円 △詳しくは、田中ゆかり(☎953-5720)へ

●英語で遊ぼう! 幼児英語サークル △英語の歌や指遊びなどで英語に親しみましょう △対象は、1歳6か月～4歳の未就園児とその保護者 △毎週木曜日、午前10時30分～11時30分 △ロイオとおくとに和室で △入会金千円、会費は月四千円 △詳しくは、野々部知子(☎951-1855)へ

●手作り成人を祝う会実行委員 △来年新成人になる身体障害者を祝う会の実行委員を募集します △賛同してくれる人ならどなたでも △詳しくは、村上久代(☎953-8180)へ

●「年ととも安心」市民フォーラム実行委員 △福祉サービス向上をめざすフォーラムの企画・運営に協力してください △毎月第三金曜日、午後1時～4時、きりしま苑会議室で △詳しくは、高橋社会を考える会の松村(☎952-2918)へ

●西山ハイキング △9月8日(日)、午前9時～11時、8時50分に西山公園体育館正門集合 △長法寺裏山から野山まで先導者と一緒歩きませんか △会費は、保険代として百円 △詳しくは、里山歩き会の大畑(☎953-4919)へ

●ボイスカウト長岡第四団バザー △9月1日(日)、午後2時30分～4時、産業文化会館で △手作り作品、余剰品、古本、植木などを販売します △スカウト募集コーナーも開設します △詳しくは、藤田(☎952-8185)へ

●史跡めぐり △9月12日(木)、午前10時～正午、京都国立博物館で △講師は京都府教育委員会委員の堤圭三郎さん △入場料は四百円 △詳しくは、めりーごーらんの吉野陽子(☎954-8492)へ

●高橋福祉サービスを知る講座 △9月18日(水)、午後7時～9時、中央公民館二階学習室で △テーマは「需要の多いデイサービスについて」 △参加費は三百円 △詳しくは、高橋社会を考える会の松村(☎952-2918)へ

●エストウディアンティナフイロドリノ第二回演奏会 △10月5日(土)、午後6時30分、京都府長岡京記念文化会館で △マンドリンとギターでクラシックの名曲を △入場料は千円(高校生以下五百円) △詳しくは、瀬藤有紀(☎0720-555-4097)へ



家庭用品活用コーナー

「譲りたい」「譲ってほしい」と思ったら、生活環境課消費生活係へご連絡ください。

譲ります
ベッドメリー、ローラースケート(女性用23.5cm)、LPガス

譲ってください

ひな人形(60年・70年)

湯沸かし器、ベビーラック、植木鉢、クローゼット、ベッド(シングル・ベビー用)、ベビー用おまる、全自動洗濯機、ベビー用食卓、ベビー用いす、ワープロ、ピアノ(アップライト)、衛星放送用のアンテナ、自転車(18インチ)、エアコン、手動式芝刈り機

以上前のもので古いもの、自転車(26インチ)、ピアノ(グランド・アップライト)、冷凍冷蔵庫、チャイルドシート、留守録機能付電話、ベッド(折りたたみ・二段)、タンス(洋・整理)、プロパンガス用ガスコンロ、ベビーカー(A・B型)、子ども用自転車(補助輪付き)、食器棚、掃除機、パソコン

「万病に効果」「簡単ダイエット」など、タイトルが大見出しになった健康食品の雑誌広告やチラシを、最近よく目にします。みなさんも、興味をひかれたことがあるのではないのでしょうか。

しかし、健康食品はあくまで食品です。医薬品のような治療効果を期待するものではありません。効能・効果をうたうような体験談、商品自体の粉々らしい表示、販売員のセールストークなどに過大な期待を寄せるのは危険です。

健康食品は、長期間飲まないと言われて、大量に購入し高額な契約をしたという話も聞きます。しかし、体質に合わないことも多くあります。身体の異常を訴えてもなかなか解約に出来ない場合もありますので、試供品で試すか少量だけの購入にしましょう。もし、身体に不調があったら、直ちに飲食を中止して医師に相談してください。

栄養分は、普通の食品から摂取することが基本原則であり、栄養バランスと運動が健康を作り出す。健康食品もむやみに購入するのではなく、慎重に選ぶことが必要です。



食中毒にご注意を!

予防の原則を習慣に

食中毒がよく発生するのは、初夏から初秋にかけての時期です。しかし、病原性大腸菌O157の特徴などを考えると予防は一年中を通して行い、食中毒予防の原則を習慣づけることが大切です。

洗浄(細菌を付着させない)

●流水と石けんで手を洗う(特に調理前・食事前・帰宅時・トイレの後はいいねいに、タオルもこまめに交換する。外出先では、私用のハンカチやタオルを使用する) ●食品

はよく洗う(野菜や果物など洗える食品はいいねいに洗う) ●調理器具は清潔に(包丁とまな板は、食材ごとに洗う。煮沸できるものは煮沸し、ほかのものは家庭にある塩素系漂白剤などで消毒する)

保存(細菌を増殖させない)

●調理後は早く食べる(時間がたつと、菌が付いて増える恐れがある) ●保存する場合合は冷蔵庫へ(ただし、冷蔵庫の過信は禁物。ドアの開閉のたびに庫内の温度は上昇する) ●加熱(細菌を死滅させる)

生活情報とびくす

健康食品にご注意

30

購入するのではなく、慎重に選ぶことが必要です。

CITY 情報

◆女性の会史跡めぐりハイキング(あけぼの大学ホリデイ講座)

大人も子どもも一緒に出かけ、初秋の市内でふるさとを再発見しましょう。

●9月16日(休)、午前9時、中央公民館市民ひろば集合(小雨決行) ●コースは中央公民館～埋蔵文化財センター～寂照院～走田神社～今里大塚古墳～中央公民館(全行程3時間) ●参加費は無料 ●定員は50人(先着順) ●講師は市教育委員会の中尾秀正さん ●申込みは、9月10日(火)までに栗林真沙子(☎952-7597)または鈴木惇子(☎953-5567)へ。

◆第4回乙訓グラウンドゴルフ交歓大会

対象は乙訓2市1町に在住の愛好者 ●10月13日(日)、午前9時30分から向日市立寺戸中学校で(雨天の場合は20日、向日市立第3向陽小学校で) ●定員は192人(先着順) ●参加費は500円 ●申込みは、9月20日(金)までに長岡京市グラウンドゴルフ協会の片岡利之(☎951-6228)へ。

◆第10回長岡京オープン会長杯争奪卓球大会

9月29日(日)、午前9時から西山公園体育館で ●競技は男子・女子ダブルス、一般男女シングルス、壮年男女シングルス(45歳以上)。各競技ともトーナメント方式 ●参加料はダブルス1,400円(市卓球協会会員は1,000円)、シングルス700円(同会員は500円) ●壮年の部は粒高・アンチ系ラバーの使用不可 ●表彰は各種目ともベスト8以上 ●申込みは、9月15日(祝)、午後6時～6時30分に長岡第9小学校体育館へ ●詳しくは、田中克則(☎954-7300)へ。

◆難病講演会と個別相談

対象は脊髄小脳変性症の人とその家族 ●9月12日(木)、午後1時45分～3時30分、向陽保健所で ●講演のテーマは「脊髄小脳変性症とうまくつきあう法」、講師は京都専売病院院長の西谷裕さん ●個別相談は予約制 ●申込みは9月6日(金)までに、向陽保健所保健指導課(☎933-1151)へ。

◆行方不明の人をさがす相談所

全国で亡くなられた人で、身元のわからない人の写真や持ち物を公開します。家出人の発見のための相談も受け

付けます。 ●9月3日(火)～9日(月)、午前9時～午後5時、西本願寺境内「接待所」(京都市下京区堀川通り七条上る)で ●詳しくは、向日町警察署(☎921-3151)へ。

◆国際交流事業助成金第2期募集

市友好交流協会では、多くの市民に国際交流に参加してもらうため、海外の友好・姉妹都市を訪問する人(2人以上の団体)に、費用の一部を助成します。

●第2期の申込み期間は、9月2日(月)から13日(金)まで ●対象になる訪問地は、寧波市(中国)とアーリントン(アメリカ) ●詳しくは、市友好交流協会(秘書広報課秘書係内)へ。

◆向日町郵便局からのお知らせ

郵政省では、国民のボランティア活動に対する関心の高まりに答えるため、全国1,442局の郵便局で、ボランティアに関する情報提供を行っています。向日町郵便局ロビーに設置しているモニターテレビで利用できますので、ぜひお越しください。

●放映時間は、月曜・水曜日の午前10時～10時30分と金曜日の午後1時～1時30分 ●番組内容は毎月改定。番組表は郵便局に掲出 ●主な内容は、

①国際ボランティア貯金の概要など ②開発途上国の紹介 ③草の根ボランティア活動の紹介 ④ボランティア・国際協力に関する作文優秀作品紹介 ※このほかに、パソコン通信とインターネットでも同様の情報を提供しています。詳しくは、向日町郵便局貯金課(☎921-0295)へ。

◆再就職向け講習会

社会保険労務事務科

対象は府内在住の女性で、期間中すべて出席できる人 ●10月7日(月)～11月25日(月)の毎週月・水(木)・金曜日、午前9時30分～午後3時30分、京都府民総合交流プラザで ●定員は30人 ●講習内容は社会保険労務事務の基本的知識の習得

パソコン科

対象はワープロの基本操作を習得している府内在住の女性で、期間中出席できる人 ●10月14日(月)～12月3日(火)の毎週月・火・木・金曜日、午後1時～5時、京都府民総合交流プラザで ●定員は20人 ●講習内容はパソコン3級試験の受験まで

※いずれも受講料は無料(教材費は受講者負担)、申込みは9月4日(水)～6日(金)にハンコを持って京都府女性就業サービスセンター(京都市南区新町九条下 京都府民総合交流プラザ東館2階 ☎692-3443)へ。

防災週間 8月30日～9月5日

9月3日(火)午前9時～正午

村田機械(株)総合グラウンド

(JR長岡京駅東側)

この訓練は、防災の日(9月1日)に合わせ、地域防災計画に基づいて実施します。

「阪神・淡路大震災」を教訓にして、関係機関の連携強化や市民の防災意識を高めることを目的としています。

訓練当日は、午前9時の訓練開始の合図として、市役所屋上のサイレンが2回(約1分間)鳴りびびります。また、訓練には大型のヘリコプターが参加します。近隣の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。なお、会場周辺では一部の区間で道路の迂回などの通行規制が行われますので、ご協力をお願いします。

総合防災訓練

▶「自分たちの街は自分たちで守ろう」と柴の里自治会で8月24日(土)に自主防災会が結成されました。



まちかど

トビックス

長岡京から14人が出場

小国くん全国大会へ

近畿中学総体

各県府の大会で、上位の成績を収めた選手達が集う近畿中学総体は、8月7日(水)から兵庫県で開催されました。長岡京市からも、十四人の選手が参加し入賞を目指しました。参加したのは、長岡中から水泳・バドミントン(女)の十人です。このうち、長岡第三中の小国祐亮くん(3年)が男子バドミントン・シングルスで準優勝。全国大会に進みました。

国民年金 サラリーマンの奥さん

サラリーマンの奥さんが、第三号被保険者として取り扱われるためには、認定を受ける届が必要で、この届を忘れると、納めなくてもよい保険料を納めたり、将来年金を受給できなくなったりすることがあります。手続きがまだの人には、今すぐ届を出してください。

誕生月には

現況届の

提出を

老齢基礎年金・老齢年金・遺族基礎年金・障害基礎年金などを受けている人は、年一回、誕生月の初めごろに社会保険事務センターから現況届の用紙(ハガキ)が送られてきます。この届は、必要事項

健康診断や病気の早期発見・早期治療のために、国保人間ドックをご利用ください。

▼対象は国民健康保険の加入者で、①満20才以上の人 ②国民健康保険の資格を取得して一年以上の人 ③保険料を納付している人 ▼費用は自己負担金、男性五千五百円・女性六千円。受診時に医療機関で支払ってください。

▼実施医療機関は済生会京都府病院、京都桂病院

※申込みは、国民健康保険証とハンコを持って、国保年金課国保係へ。

国保 人間ドック

乙訓障害者スポーツのつどい

9月29日(日) 午前10時～正午 大山崎町体育館

だれでも参加できます。スポーツのできる服装で上ばきを持参してください。受付は当日です。

▶種目=卓球バレー、車いすハンドボール、卓球、ローリングボール、アーチェリー、エアライフル、軽スポーツ

※詳しくは、社会福祉課障害福祉係へ。

マッサージサービス

70歳以上の人を対象に、マッサージサービスを行っています。時間はいつでも午前10時～午後2時。一人一回30分程度で費用は五百円です。

▼開田自治会館 10月1日(火)、11月5日(火)

▼竹寿苑 10月15日(火)、11月19日(火) ▼老人憩の家 10月8日(火)、11月12日(火)

※申込みは、それぞれ実施日の3週間前までに市社会福祉協議会(☎955・5601)へ。竹寿苑の申込みは、苑でも受け付けます。余裕があれば、当日会場でも受け付けます。

長岡公園テニスコート

10月使用分抽せん会

9月13日(金)午前9時 市役所北棟四階大会議室

▼午前9時現在の参加者を対象に抽せんを行い、使用者を決定します。土・日曜日及び祝日の使用限度区分を超える参加者があつた場合は、抽せんにより申込みができないこともあります。

▼当日はハンコと使用料を持参のこと。使用料納入後、許可書を発行します。

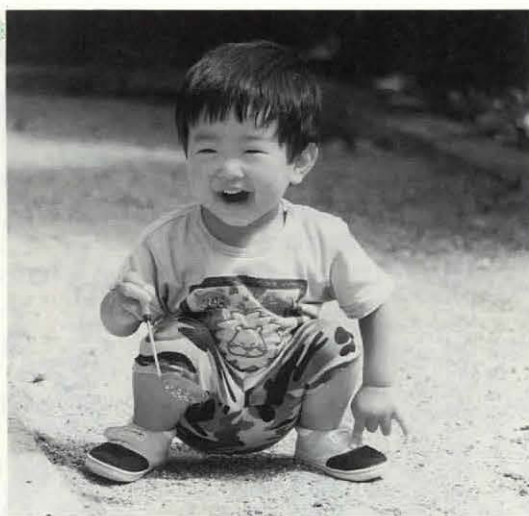
※詳しくは、都市整備課公園緑地係へ。



矢野

凌佑くん

(1歳8カ月)



矢野慎宏・みどりさんご夫妻の長男(開田3丁目)

長岡京歴史散歩

49

下海印寺遺跡の製塩土器

—奈良時代の地方集落—

昭和59年に下海印寺上内田でおこなった発掘調査で、奈良時代の、地面を細かく掘りくぼめた穴が検出されました。そこからは「製塩土器」と呼ばれる、塩造りに用いられた土器が大量に出土しました。この周辺ではほかの調査でも製塩土器が見つかっており、この地域では塩を多く消費していたようです。

いつの時代でも塩は人間が生きていくために必要な食品であると共に、儀式などにも欠かせない重要な用途もつていました。四方を海に囲まれた日本では、塩は海水を煮詰めて造っていました。この海水を煮詰める器が「製塩土器」です。当然のことながら、塩を造った場所は海岸部で、畿内周辺では若狭湾・瀬戸内沿岸、和歌山県の海岸部などで製塩遺跡が多数発見されています。

では、なぜ海から遠く離れた下海印寺で大量の製塩土器が出土したのでしょうか。

海岸部で造られた塩は、土器に附着したままの状態では使えず、運ばれたようです。それにしても下海印寺遺跡での出土量は多すぎます。塩が食用目的で消費されたとしたら、大勢の人たちが集められていたことが想定されます。また食用以外の特殊な用途のために大量に使用したとも考えられます。

下海印寺遺跡は小泉川左岸の段丘上の遺跡ですが、ここから下流に少し下ったところ、友岡四丁目には白鳳時代に造営された頼岡廃寺が所在しています。このことから友岡周辺に、当時全国的にもまだ数少ない「寺院」をつくれるだけの勢力を持った豪族がいたことがわかります。当然その勢力基盤には当遺跡も含まれていたことでしょう。下海印寺遺跡から出土する大量の製塩土器は、このような豪族集団の活動を示すものとして、今後検討していかなくてはなりません。

