

市の人口と世帯数

人口77,855人 (前月比80人減)
男 38,535人・女 39,320人
世帯数28,839 (9月1日現在)

寝たきり生活 さわやかに



▲「この年になると、歯みがきもうまうできません」と笑う井上さんに、分りやすく説明をする西村さん(右)



高齢者だからこそ
十分な栄養を!

歯みがきや入れ歯の手入れを続けることで、食生活の改善にもつながります。十分な栄養をとり、健康な歯を一本でも多く残すようにしましょう。また、そのためには子どものころから、歯を守るための正しい習慣を身につけておくことが大切です。

今月からスタート

在宅で寝たきりの生活を送っている人にとって、歯みがきやうがい、ともすればおろそかになりがちです。しかし、口の中を清潔にし歯を正しい状態に保つことは、全身の健康状態にも、良い影響を与えています。市では、在宅の寝たきりの人などに対し、歯科衛生士が歯みがきの指導などを行う訪問サービス(訪問口腔衛生指導)を、9月より始めました。

歯みがき指導や 入れ歯の手入れ

在宅で療養する寝たきりの人にとって、口の中の手入れは、ともすれば見過ごされがちです。市では、平成8年2・3月に、歯みがきや入れ歯の手入れなどについて、指導をかねた調査を

行いました。

この調査は、寝たきり・痴ほう・虚弱老人とその家族八十五人に対して実施しました。その結果、歯みがきの指導が継続して必要な人が、全体の五二・九%もありました。ま

た、三八・八%の人が、治療が必要だと判断されました。

厚生省と日本歯科医師会では、「8020運動」を呼びかけています。これは、80歳になっても自分の歯を二十本以上保ち、食べる楽しみを持ち続けようという運動です。

これに対し、調査で分かった市内の80歳の人の自分の歯は、平均で約九本でした。

この調査の結果などを受け、市では、歯科衛生士の訪問指導サービスを9月から始めました。対象になるのは、

おおむね40歳以上の寝たきり、または寝たきりに準じる人で、冒頭に紹介した歯みがき指導のほか、入れ歯の手入れ、口の中の清潔に関するアドバイスなどを行います。

口の中を清潔にし、食べ物をしっかりと噛むことができれば、消化機能を高め、脳の機能を活性化するなど全身状態にも良い影響を与えます。

田中さんは「高齢化社会を迎え、在宅の人に対するケアは、歯科医療の面でも大切になっていきます。このサービスで治療が必要な人が見つければ、訪問診療が可能な医師を派遣するなど、医師会としてもできるだけバックアップしたいと思っています」と話します。

全身の状態にも 良い影響を

京都府歯科医師会乙訓支部長で開業医の田中理夫さんは「寝たきりの人は、唾や食べ物が誤って気管支に入り、肺炎になることがよくあります。口の中を清潔にすることで、このような肺炎を

予防できるという報告もあります。又、歯みがきを続けることで口臭がなくなり、介護者との関係がよくなることもあります」と歯の手入れの大切さを訴えます。

笑顔の指導に 緊張もほぐれ

「こんにちは、お変わりありませんか」歯科衛生士の西村弘子さんが、笑いながら話しかけてきます。「わざわざ来ていただいて、ありがとうございます」と答えるのは、井上富貴子さん(うぐいす台)。

井上さんは、8月で93歳になりました。家の中なら何とか動くことができますが、最近ではベッドにすることが多くなりました。「今日は、朝から何をしていたんですか?」井上さんの気持をほぐすために話しかける西村さん。その間にエプロンを付け、手を消毒し、歯鏡やペンライトなどの

道具を手際よく準備します。「いつも、どんな風にして歯をみがいているのかな?」さつそく、歯みがきの指導が始まります。「歯ブラシを四十五度の角度に当てて、小さく横みがきすると、歯と歯の間につまったかすがよくとれるんですよ」西村さんの指導で、井上さんが実際にやってみます。「こうですか?。しんどいもんですかね」二人の間に自然に笑顔が広がります。

その後、西村さんは歯みがきの大切さや、歯と歯の間をみがく歯間ブラシの使い方などを分かりやすく説明していきます。初めは、少しおっかなびっくりだった井上さんも、すっかり安心したのか、西村さんの説明に、冗談を交えて受け答えするようになりました。

現在、市内の寝たきりの人数は、市が把握しているだけでも約九百人。この制度を、寝たきりの人や介護者が少しでも快適な生活を送れるために役立つことを願っています。

訪問口腔衛生指導

- ▼対象 〇おむね40歳以上の寝たきり又は寝たきりに準じる人
 - ▼訪問 〇歯科衛生士と保健婦又は訪問指導員(看護婦)が、一緒に訪問
 - ▼指導内容 〇歯みがき指導・入れ歯の手入れ・治療に関する相談など
 - ▼費用 〇無料
- ※申込みは、健康推進課成人保健係へ。

市民開放講演会

10月5日(土)
午後2時～4時
図書館3階大会議室

「いじめ」が全国的な教育課題になっている今、「いじめ」や家族のあり方についてともに考えてみませんか。多数の参加をお待ちしています。

▼講師 家族療法家の団士郎さん
▼参加費 無料
※詳しくは、教育センター(☎952・5151)へ。

「いじめ」と家族

想いやりの心で彩る 京のみち

秋の全国交通安全運動 9月21日(土)～30日(月)

- 重点目標
- ▶高齢者の交通事故防止
- ▶シートベルトの着用の徹底



放置自転車等を処分します

5・6月に、自転車等放置禁止区域内に放置されていた自転車等については、9月末に処分します。心当たりのある人は、市放置自転車等保管所まで引取にきてください。

▼保管所 東神足2丁目17(神足保育所北隣、☎957・7575) ▼開所日時 月・水・木・金曜日、午後1時30分～4時30分 ▼必要なもの 自転車の鍵、ハンコ、撤去保管料、身分証明書、あなたの自転車等とわかるもの
※詳しくは、生活環境課交通安全係へ。



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
先着1,000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。

来春1年生

〈虫歯治療費〉

補助します

来春4月に小学校に入学する幼児を対象に、虫歯治療費の一部を補助します。対象幼児には、9月末に受診券を送付します。転入などで受診券が届かない人は、健康推進課までお越しください。

▼期間 10月1日(火)～9年3月31日(月)
※詳しくは、健康推進課母子保健係へ。



狂犬病

予防注射と登録(追加)

狂犬病予防法に基づき生後91日以上の飼い犬は、毎年一回必ず注射を受けなければなりません。今年4月実施の集

大腸がん検診

回収日をお忘れなく

対象は、40歳以上の市民です。受診を希望する人は、10月に基本健診と同時に実施する集団検診(会場は保健センター)または、11月1日(金)～12月14日(土)の個別検診(大腸がん検診協力医療機関で実施)で受診できます。

信用保証料の半額を助成

9月の大腸がん検診(集団検診)を受診し、容器を受け取った人の回収方法は次のとおりです。この期間中に提出できない人は、10月の集団検診の回収日に提出することもできます。

▼とき 9月17日(火)～19日(木)、午前9時～午後3時
▼ところ 市役所北棟1階会議室

京都府が実施している緊急融資制度の利用者に対し、信用保証協会へ支払った保証料の半額を助成します。この制度は、病原性大腸菌O-157の影響で売上げが減少し、経営に支障をきたしている中小企業の経営安定を図るために実施するものです。

▼対象になる府の融資制度

- ① 体質強化資金融資制度(地域産業対策資金)
- ② 中小企業振興融資制度(特別小口無担保資金)
- ▼限度額 三十万円
- ▼助成期間 11月22日までに受付をした融資に限る
- ▼申込み先 商工観光課商工係
- ※詳しくは、商工観光課商工係または府向日町地方振興局商工課(☎933・4650)へ。

合注射(登録)を受けていない飼い犬を対象に、次のとおり実施します。

▼とき 9月30日(月)、午後1時30分～2時30分(雨天決行)

▼ところ 長岡京市役所

▼手数料 一匹につき登録料が三千元、注射料が三千元(つり銭のいらぬようお願いします)

※詳しくは、衛生課美化係または向陽保健所(☎933・1151)へ。

CITY 情報

◆不動産無料相談会(京都会場)のお知らせ

10月4日(金)、午前10時～午後4時、京都商工会議所ビル2階第3会議室(京都市中京区烏丸丸太町下ル)で
※詳しくは、(社)京都府不動産鑑定士協会(☎211-7662)へ。

◆乙訓交通安全シンポジウム

9月21日(土)、午前10時～正午、向日市民ホールで ▶内容は講演会「交通安全と私」講師はKBS京都アナウンサーの山崎弘士さん、交通安全体験発表、交通安全朗読劇ほか ▶入料は無料
※詳しくは、向日町警察署(☎921-3151)へ。

◆'96乙訓地域ケアフォーラム

安心して乙訓に住み続けるために、みんなで考えてみませんか。
▶9月28日(土)、午後1時30分～4時30分、中央公民館市民ホールで
※詳しくは、乙訓医師会(☎953-3914)へ。

◆子どもの人権110番

電話相談所開設

京都府人権擁護委員会連合会では、いじめ・体罰・登校拒否・児童虐待など子どもの人権にかかわる問題全般について、子どもの人権専門委員(人権擁護委員)が無料電話相談に応じます。秘密は厳守します。

▶9月24日(火)～27日(金)、午後1時～4時、京都地方法務局内相談所(京都市上京区荒神口通河原町東上生洲町197、☎231-2000)で

◆女性の人権ホットライン開設

女性の人権擁護委員があなたの悩みをお聞きします。人権についての困りごとがありましたら、ご相談ください。

▶9月17日(火)～19日(水)、午前11時～午後3時、女性の人権ホットライン相談室(京都地方法務局人権擁護課内、☎231-6610)で

◆いじめ問題シンポジウム

▶9月19日(木)、午後1時～5時、中央公民館3階市民ホール ▶内容は講演会「臨床心理士から見たいじめ問題」、講師は教育センター教育相談員の中村良之助さん。シンポジウム「いじめ問題の解決に向けて」など
※詳しくは、乙訓教育局(☎933-5130)へ。

◆済生会京都府病院

パネルディスカッション

テーマは「医療における人間性について考える」。このテーマで患者・医師・看護婦・社会福祉士などそれぞれの立場から意見交換をします。また、ご参加の皆さんからも意見をいただき、一緒に考えていきたいと思います。入場無料。

▶9月27日(金)、午後6時～8時、中央公民館3階市民ホールで ▶定員は200人
※詳しくは、済生会京都府病院看護部(☎955-0111内線203)へ。

◆NTT新型交換機切替え工事

NTTではボイスワープ・迷惑電話おことわりサービスなどのサービスの提供が可能なデジタル交換機への切替え工事をします。その際、下記時間帯が通話不能になります。また、電話回線を利用した警報装置を設置している場合は、警報がなることがあります。

なお、ダイヤルQ²で大人向け要素のある番組は、利用できなくなります。ご利用の場合は事前にNTTにお申し込みください。そのほかのダイヤルQ²の番組は引き続き利用できます。

▶9月28日(土)、午前3時5分から10分間程度
※詳しくは、局番なしの「116番」(月

～金曜日、午前9時～午後5時)へ。

◆丹後の秋の味覚とみかん狩り

対象は府内在住の小学校5・6年生
▶11月9日(土)・10日(日)の1泊2日、府立青少年海洋センター(マリンピア)で ▶定員は25人(先着順) ▶活動内容は弁当作り、みかん狩りほか ▶参加費は4,500円

※申込みは、10月8日(火)～31日(木)の午前9時～午後5時の間に、電話で府立青少年海洋センター(☎0772-22-0501)へ。

◆長岡京音頭保存会

長岡京音頭保存会では、長岡京音頭をはじめ全国の民謡を楽しく踊っています。あなたも一緒に踊りませんか。

▶9月20日(金)、午後1時30分～3時、産業文化会館で

◆長岡京市民親睦ゴルフ大会

対象は市内に在住(勤)している人
▶10月18日(金)、午前7時30分から、ベニーカントリー倶楽部(大阪府三島郡島本町)で ▶会費はビジター20,000円、メンバー12,000円 ▶申込みは9月15日(祝)から ▶定員は180人(先着順)

※申込みは、会費の一部5,000円を持参のうえ、(財)市体育協会(西山公園体育館内、☎954-8011)へ。

コスモスタンプラリー

挑戦しませんか



市では、農家や農家組合の協力を得て休耕地を利用したコスモス栽培を行なっています。今年は市内二十八カ所(約一・六ha)で見事な花を咲かせてくれます。秋さくらとも呼ばれるコスモスを楽しみながら、スタンプラリーに挑戦してみませんか。

コスモスマップ(市役所・市観光案内所・京都中央農協各支店で配布)を利用して、市内五カ所のコスモス畑を回

って、スタンプを押ししてください。スタンプの設置期間は10月1日(火)～11月1日(金)です。

五カ所のスタンプが全部集まった人には、先着五百人に参加賞を渡すほか、抽せん会もあります。参加賞の引渡しは、11月10日(日)の午後1時から、ガラシャ祭楽市楽座会場内の農業祭コーナーで。

※詳しくは、農政課農業振興係へ。



第5回 長岡京展 作品募集

〔募集内容〕▼対象：市内に在住(在勤(学))の18歳以上の(人)▼応募期間：12月26日(木)まで▼出品料：一点につき千円▼搬入日：9年2月15日(土)、午前10時～午後3時、中央公民館一階ロビー▼展示会期：9年3月15日(土)・16日(日)、中央公民館市民ホール(入賞・佳作・入選作品のみ)▼賞：市長賞ほか入賞・佳作・入選

〔作品の規定〕▼日本画・洋画(十号二十号)▼書(漢字・かな・調和体・てん刻)▼額装または軸装(てん刻作

品は額装。縦・横は自由。大きさは条幅半切(仕上軸装は規定寸法、額装は173cm×52cm以内)または半折二分の一仕上軸装は規定寸法、額装は90cm×52cm以内)かなについては、全懐紙も可。いずれも積文(縦25cm×横8cm以内)を作品裏面に添付▼写真：大きさは半切、額装またはパネル▼陶芸：縦横5cm～50cm▼各部門とも一人一点で、未発表のものに限ります

※詳しくは、長岡京展実行委員会事務局(生涯学習課文化係内)へ。

てくてく運動入門講座

とき	内容
10月3日(木)	オリエンテーション 講義「ここが違う 運動をする人・しない人」 ストレッチ体操
7日(月)	骨密度・体力・皮下脂肪率・身長・体重・血圧の測定、ストレッチ体操
16日(水)	講義と実技 「どんな運動をだれと・いつ・どれくらい」 個別指導
22日(火)	講義「しっかり食べてしっかり動こう」 ストレッチ体操

※時間はいずれも午後1時30分～4時。場所は16日が西山公園体育館、それ以外は向陽保健所で。

▶対象＝管内在住の30～65歳以下の健康な人
▶定員＝20人(先着順) ▶受講料＝無料
※申込みは、9月26日(木)までに電話で向陽保健所保健係(☎933-1151)へ。

学校開放講座 ストレッチとジャズダンス

とき	内容
10月11日(金)	開講式 美しい姿勢で立ちましよう
25日(金)	リズムののって 楽しく動きましょう ～ストレッチを中心に～
11月8日(金)	～やさしいステップ～
22日(金)	～簡単なコンビネーション①～
12月13日(金)	～簡単なコンビネーション②～
9年1月10日(金)	～簡単なコンビネーション③～
24日(金)	～いろいろなリズムで①～
2月14日(金)	～いろいろなリズムで②～
28日(金)	～いろいろなリズムで③～ 発表会をしてみましよう 閉講式

※時間と場所は、いずれも午後4時30分～5時30分、神足小学校体育館で。

初心者陶芸教室

▼とき：10月2日(水)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、午後1時30分～4時30分
▼ところ：中央公民館1階実習室
▼対象：市内在住の初心者
▼定員：男女各5人
▼持ち物：筆記用具、タオル、エプロン、ビニール袋
※申込みは9月26日(木)、午後2時から抽せん会を行い受講者を決定しますので、材料費二千元を持って中央公民館市民ホールへ。

「くらしのサロン」II期講座

回	とき	内容	講師
1	10月4日(金)	豊かな第二の人生に向けて ～上手なお金の蓄え方・使い方～	ノートルダム女子大学教授 坂本 武人さん
2	9日(水)	悪質な商法から身を守る ～電話勧誘もクーリングオフの対象か?～	弁護士 豊田 幸宏さん
3	16日(水)	知っていますか? エチルアルコールのこんな使い方 ～オリジナル香水づくり～	近畿通商産業局 アルコール課 日本アルコール販売(株)大阪支店

※時間と場所は、いずれも午後1時30分～3時30分、中央公民館2階講座室で。

「心のゆとりにより豊かさを加えて」がテーマです。実りの秋、新しい発見があるかもしれませんよ。I期の講座を受講した人もお申込みください。

※申込みは、9月17日(火)から直接または電話で生活環境課消費生活係へ。

事業所・企業統計調査 ご協力を

10月1日現在で、平成8年事業所・企業統計調査が全国一斉に実施されます。この調査は、統計法に基づいて実施する国の重要な調査です。

調査の対象になるのは、農林漁業を除くすべての事業所です。この調査は、わが国の産業構造や事業活動の実態を

初心者 ワープロ 教室

▼とき：9月25日(水)、午後1時～5時・26日(木)、午後1時～4時
▼ところ：中央公民館二階学習室2
▼対象：市内在住(勤・学)の人
▼内容：ワープロの操作方法・文書づくり・ハガキ印刷など
▼定員：15人 ▼受講料：無料 ▼使用機種：カシオTA1-WINING 900ST ▼申込み：9月下旬に、調査員が調査票の記入をお願いするため、各事業所を訪問します。ご協力をお願いします。

初心者 茶道 教室

正しい歩き方、お茶のいただし方、ふくささばきを勉強します。

▼とき：10月8日・22日・11月12日・26日(いずれも火曜日)、午後1時30分～4時30分
▼ところ：中央公民館2階和室
▼定員：20人(先着順) ▼参加費：千円 ▼持ち物：ふくさ、懐紙
※申込みは9月18日(水)から参加費を持参のうえ中央公民館(☎951-1278)へ

料理講習会

▼とき：10月1日、11月12日、12月17日(いずれも火曜日)、午前9時～正午
▼ところ：中央公民館一階料理室
▼内容：10月は洋食、11月は和食、12月は洋食 ▼定員：10人(先着順) ▼参加費：千五百円 ▼持ち物：エプロン、筆記用具
※申込みは9月18日(水)から参加費を持参のうえ中央公民館(☎951-1278)へ。

ファミリーバドミントン教室

▶とき＝10月5日・12日・26日(いずれも土曜日)、午後7時～9時 ▶ところ＝長岡中学校体育館 ▶参加費＝無料
▶対象＝市内在住(勤)の人 ▶定員＝40人(先着順)
※申込みは、9月30日(月)までに電話でスポーツ振興課体育係へ。

下水道排水設備工事 責任技術者認定試験

(社)日本下水道協会京都府支部では、次のとおり責任技術者認定試験を実施します。

▼対象：下水道排水設備工事責任技術者として、本市に登録を希望する人 ▼とき：12月1日(日) ▼ところ：府中小企業会館 ▼認定試験申請手数料：一万円
※申込みは、10月1日(火)～15日(火)に、下水道管理課管理普及係へ。

長寿おめでとございます

市内に住む男性・女性それぞれの最高齢者を紹介します。また、市内では川原シツカさん(うぐいす台)、水谷千代さん(花山三丁目)の2人が100歳をこえておられます。

百一歳

川原シツカさん(うぐいす台)



9月9日(月)、今井民雄長岡京市長が訪問し、「いつまでもお元気で」と記念品を贈り、長寿をお祝いしました。最近までレース編みをし、日記をつけていましたが、目が少し不自由になり、眼科医の往診を受けています。うなぎ、魚の刺身、野菜などが好物で、食事を楽しみにされています。

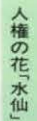
九十八歳

林捨松さん(長岡二丁目)



3年ほど前に体調をくずし、市内の病院に入院しています。現在は動くことが少し不自由ですが、目も見え、耳もよく聞こえます。バナナや甘いものが大好きで、病院の食事もおいしく食べています。

くらしの中の人権



43

歩くのに困るおじいさんがいました。目はかすみ、耳は聞こえにくくなってきています。食事のテーブルについても、

木のお皿(グリム童話集より)

一番安い、みつともない木のお皿が、おじいさんに渡されました。おじいさんは何も言わず、ため息をつきながらパンを食べています。ある日、おじいさんの椅子の前で、息子の子どもが遊んでいました。板きれ二枚切って、夢中になって何かを作っています。息子と息子の妻は、そのかわいい姿を見て、やさしくたずねました。「ほうや、何をつくっているの。」「木のお皿だよ。」「それをどうするの。」「ほくが大きくならたら、お父さんとお母さんに、これで食べさせるの。」「お父さんとお母さんは、ハツと思ひ、互いに顔を見合おせました。」「それ達の良心・真心は今も健在でしょうか。子どもたちが健やかに育ち、高齢の人がやすらかに日常を暮らし、私たちは共に支えあい、共に生きていくことの確かさを実感しているでしょうか。」

ガソリンの価格(8月)

【市消費者モニター調査】
単位:円(消費税込み)

	高値	安値	平均
スタンド価格	111	106	108

市内のガソリンスタンドで扱っている無鉛ガソリン(レギュラー)1ℓあたりの小売価格です。

お礼

平成8年度日本赤十字社員増強運動へのご協力ありがとうございました。社資が八百十九万八千二百七十円に達しました。今後ともご協力をお願いします。

児童福祉手当

9月期を支給

児童福祉手当の9月期(4月~9月分)の支給日は、9月30日(月)です。支給している人は、支給日以降に指定の金融機関で受け取ってください。詳しくは、児童福祉課児童福祉係へ。

国民年金保険料

納め忘れはありませんか

8年4月~9月分の保険料は今月中に納めましょう。納め忘れていたら、万一の事故のとき、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられないばかりか、老後の保障となる老齢基礎年金さえ受けられなくなる場合があります。保険料の納め忘れに注意しましょう。▼保険料(月額)Ⅱ定額一万二千三百円、定額十付加一万二千七百円



西山公園体育館

履きの運動靴をはいてください。ラインテープは指定のものしか使えません。空いていれば翌日から使用日の前日まで、先着順に受け付けます。電話では受け付けません。

11月使用分抽せん会

11月使用分の抽せん会を10月2日(水)に西山公園体育館で行います。時間は市内団体は午前9時から、市外団体は午前10時から。対象は十人以上で構成するクラブ(事前に使用団体登録が必要)です。【開放施設】▼大・小体育室Ⅱバドミントン、バレーホール、バスケットボール、テニスなど ▼武道場Ⅱ柔・剣道など ▼研修室Ⅱ会議や研修など(約五十人収容)

10月分

夜間照明抽せん会 9月20日(金) 午前9時 市役所会議室 夜間照明施設の利用には、事前の団体登録と講習会の受講が必要です。登録用紙はスポーツ振興課にあります。登録できるのは、市内在住(勤)の18歳以上(高校生は除く)の人が十人以上の団体です。講習会は、奇数月に開催します。9月の講習会は18日(水)、午後7時から市役所大会議室で行います。各団体から五人以上の参加が必要です。夜間照明施設は、長岡四・長岡九小・長岡四小のグラウンドです。小学校施設では軟式野球はできません。又、スパイクも使用できません。

【使用区分】準備と後始末の時間を含む▼午前の部Ⅱ 9時~正午 ▼午後の部Ⅱ 1時~3時 ▼午後の部Ⅱ 3時30分~5時30分 ▼夜間の部Ⅱ 6時~9時

【注意】フロア内では上履きの運動靴をはいてください。ラインテープは指定のものしか使えません。空いていれば翌日から使用日の前日まで、先着順に受け付けます。電話では受け付けません。



松井 こと音ちゃん

(3歳2カ月)

みつ希ちゃん

(1歳5カ月)

松井進・友加利さんご夫妻の長女・二女(長岡3丁目)

乙訓統一物価調査

8月分

品目	銘柄等	単位	長岡京市			2市1町平均
			高値	安値	平均	町平均
小麦粉	日清小麦粉 フラワー(1kg)	1袋	243	174	205	202
食パン	中級品(6枚切)	1斤	206	128	173	167
マーガリン	雪印ネオソフト又はパニーマソフト(450g)	1箱	345	193	261	251
牛肉	すきやき用・中(薄切)	100g	494	142	334	336
鶏肉	ブロイラー(若鶏)モモ肉・中	100g	175	70	123	116
鶏卵	白色系・Mサイズ(パック入り)	10個	183	131	165	164
牛乳	雪印又は明治で、3.5%か3.6%牛乳(1ℓ)	1本	234	193	214	210
ばれいしよ	男爵	100g	56	17	32	30
きゅうり	中サイズ	1本	67	25	43	43
キャベツ		100g	38	9	19	22
しょう油	キッコーマン漬口(ポリ容器入り1ℓ)	1本	319	203	277	292
みそ	タケヤミ特産(袋入り・1kg)	1袋	440	306	393	393
砂糖	上白糖(1kg)	1袋	272	131	219	227
食用油	日清サラダ油(ポリ容器入り700g)	1本	451	267	370	381

(消費者モニター調べ)

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

市民のひろば「長岡京」KBS34チャンネルで放映

古城に響く古典音楽の調べ 一名月の宴

9月22日(日)午前10時45分~11時

かつて城が築かれた勝竜寺城公園を舞台に琵琶、祇園太鼓・尺八などが競演する「名月の宴」。今回はこの名月の宴を紹介し

▼使用時間Ⅱ中学校は午後7時~9時、小学校は午後6時~9時 ▼使用料Ⅱ1時間 八百円

※ハンコと使用料が必要です。詳しくは、スポーツ振興課体育係へ。