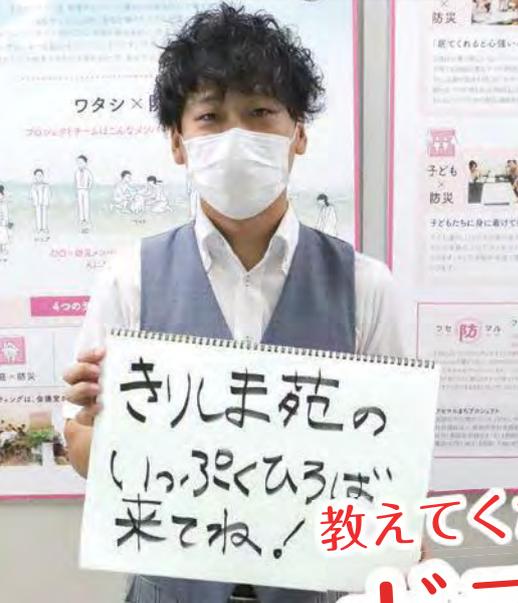
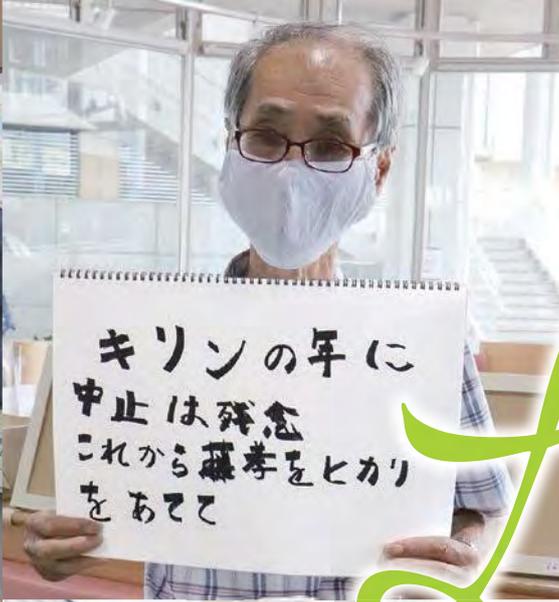




Life

Longkakyō

長岡京
ライフ



ガラシャ祭の思い出

みんなのメッセージをつないで動画に! (詳しくは3ページを見てね)



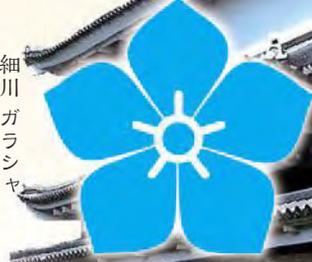
掲載内容は、9月18日時点の情報です。新型コロナウイルスの影響で、内容が変更されている場合がありますので、事前に各担当へお問い合わせください。イベントや催しの情報は、市ホームページでご確認いただけます。引き続き、3密を避け、消毒や手洗いを徹底して感染の拡大を防いでいきましょう。

2-3	ガラシャ祭記念シンポジウム /	9	自分ごと化会議に参加を
4-5	栄養バランス、とれてますか?	10-19	情報インデックス
6	食べとく スタンプラリー	20-21	あなたのコーナー / 長岡京NOW
7	On Air 環境フェア / 成人式	22-23	はぐくみひろば
8	高齢者インフルエンザ予防接種	24	ひと・まち拓く 特別編

<写真>
あなたの「ガラシャ祭での思い出」教えてください! 街中で尋ねると、さまざまな想いが。皆さんはいかがでしょう? 詳しくは3ページへ。

大河ドラマ「麒麟がくる」舞台はいよいよ長岡京市へ

戦国 ロマンに 動画で 巡って 聴いて 染まる 秋



大河ドラマ「麒麟がくる」の物語もいよいよ佳境へ。明智光秀や細川藤孝、ガラシャなどドラマにも登場する人物たちゆかりの長岡京市。この秋は、壮大な歴史ロマンを体験する数々のお楽しみが待っています。乞うご期待！

巡って

聴いて

市内各地の歴史スポットを巡る

10/31± **長岡京まちなか博**

〔詳細は11月号で〕

市内各所にミニ企画展が出現!? 現地のスタンプを押していくとイラストが完成! 完成した人には、限定マスクケースをプレゼントします。秋の風情を感じつつ、まちを巡ってみませんか。

どんな展示か楽しみじゃ!

足踏みスタンプ台が新登場!

ガラシャ祭

11/8 **記念シンポジウム**

「明智光秀と細川ガラシャ」をテーマに、井上章一さん/フレデリック・クレインスさん/呉座勇一さん/郭南燕さんら、日本の歴史・文化研究の第一人者が集結!

来年 **1/16±** **小和田哲男さん 歴史講演会**

〔詳細は12月号で〕

「麒麟がくる」時代考証を務める、小和田さんを招き、光秀が駆け抜けた戦乱の世の実態に迫る!

11月8日から来年1月末の毎週日曜日に、ガラシャや勝龍寺城に関連する映像をYoutube「長岡京ガラシャ祭チャンネル」で順次公開!

11/8 **お輿入れ行列 / 婚礼の儀 再現動画**

小和田哲男さんの監修で、ガラシャ祭の起源となった「玉のお輿入れ」を再現します。美しい映像表現は必見!

11/22 **「近世城郭の原点 勝龍寺城」**

城郭考古学研究の第一人者 千田嘉博さん監修。勝龍寺城の革新性がいま明らかに! 幻の“天守”復元にも挑んだ意欲作です。

動画で

来年 **1/17** **ガラシャ祭応援メッセージ動画 みんなでつくる! ガラシャ祭2020**

皆さんから寄せられた「ガラシャ祭への思い」をつないで、1本の動画につづります。

来年 **1月以降** **一流ガイドがご案内 長岡京市の歩きかた**

歴史研究やまち歩き専門家たちと長岡京市をブラリ。

11/8日

ガラシャ祭 × 国際日本文化研究センター (日文研) 共催シンポジウム

「明智光秀と細川ガラシャ」

～ 戦国を生きた父娘の虚像と実像 ～



日文研 所長
井上 章一さん



日文研 教授
フレデリック・クレインスさん



日文研 助教
呉座 勇一さん



東京大学特任教授
郭 南燕さん



コーディネーター
/ 日文研 特任助教
光平 有希さん

今年3月に出版された「明智光秀と細川ガラシャ」(筑摩書房)執筆陣が、一堂に会すシンポジウム。大河ドラマ「麒麟がくる」放送で注目の集まる明智光秀・細川ガラシャ親子の実像に迫る、最新の研究成果をお届けします。

- ▶ **時間・場所** = 午後2時～4時(開場は午後1時)、長岡京記念文化会館で
- ▶ **定員** = 抽選で400人(市内在住者を優先)
- ▶ **申込** = 官製往復はがきに必要事項を記入し、下記

へ郵送。10月21日(水)必着。

- [往信用裏面] ①郵便番号 ②住所 ③名前・同伴者(1人まで可) ④電話番号
- [返信用表面] ①郵便番号 ②住所 ③名前
- [返信用裏面] 何も書かないでください

【宛先】 〒617-8501 開田1-1-1 長岡京市自治振興室内 長岡京ガラシャ祭実行委員会事務局

* 当選者には整理券を、落選者には10月26日(月)ごろに落選通知を発送します。

☎長岡京ガラシャ祭実行委員会事務局(自治振興室内) ☎ FAX959-1299 ✉ garasha@titan.ocn.ne.jp



教えてください

ガラシャ祭の思い出

新型コロナウイルスの影響で、今年のガラシャ祭は中止になりましたが、その代わりに、ガラシャ祭にまつわる思い出のイラストやメッセージをつないで動画を作成します。皆さんの“ガラシャ祭の思い出”をお寄せください！



送ってください

①写真やイラスト

過去のガラシャ祭での写真や、ガラシャにちなんだイラストなどを送ってください！

②メッセージ

- ・A3くらいの紙に、メッセージを書いて写真に撮って送ってね♪
- ・メッセージのみの場合は、下記QRの投稿フォームから送ってね

例えば

- ★「ガラシャ祭を一言で表すと」
- ★「来年のガラシャ祭には…」
- ★「ガラシャ祭の思い出」



メッセージのみはコチラから

みんなで作る!

ガラシャ祭応援メッセージ動画

▶ 応募方法 =

- ①画像などを添付し、名前・電話番号を記入して、garasha@titan.ocn.ne.jpへ送信
- ②Instagramにハッシュタグ「#ガラシャ祭2020」をつけて投稿

コロナに
負けない
体づくり

栄養バランスが 免疫力を強くする

ウイルスの感染防止には、3密を避けることと、手洗いやマスクの着用が推奨されています。同時に、普段からさまざまな栄養素を摂取し、体の免疫機能を高めておくことがとても重要です。ウイルスに対する抵抗力を維持、強化するための方法を食のプロに聞きました。

☎健康医療推進室 ☎955-9705 FAX955-2054

プロが教える

栄養バランスのよい食事



乱れがちな「免疫機能」

私たちの体には、侵入してくる細菌やウイルスなどの異物を体外へ排除し、体を守る防御機能（免疫）が備わっています。この機能が適切に働くことで、いろいろな感染症から身を守ることができています。

ところが、ストレスや疲労、睡眠・運動不足、過度の飲酒や喫煙などの生活習慣によって、免疫機能は乱れがちに。特に気にしていただきたいのが、食事による栄養バランスの乱れです。

タンパク質は片手に乗る量を

市民アンケート*の結果、約6割の人が、朝食や昼食で、主食・主菜・副菜のそろっていない食事をしていることがわかっています。特にタンパク質は、筋肉だけでなく、免疫細胞をつくる材料にもなります。お肉や魚、卵、豆腐などを「一食あたり、片手の平に乗るくらい」を目安に食べてください。野菜料理などの副菜は、毎食1～2品を意識するとバランスの良い食事になります。

*令和元年度 長岡京市食と健康に関するアンケート

理想は、主食3 : 主菜1 : 副菜2



主食…ご飯や麺、パンなど
主菜…お肉や魚などメインのおかず
副菜…野菜中心のおかず



健康医療推進室
管理栄養士 西 由加里さん

プロが教える

免疫力を高める組み合わせ

11月開催の「第3回ご当地タニタごはんコンテスト」に、近畿・北陸・中部ブロック代表として出場される弓倉さん。薬剤師の資格を持ち、漢方などに精通されています。薬膳ご飯の講師なども務められている薬膳料理のスペシャリストに、免疫力を高める方法について、話を聞きました。



薬膳食育指導士

ゆみくら
弓倉 静英 さん



腸内には、免疫に関わる細胞がたくさんいるので、食事によって、腸内環境を整えておくことが大切です。漢方では、大腸は、肺や鼻などの呼吸器とつながっていると考えられています。大腸の働きを整えることは、外からの抵抗力を高めることにつながるんですよ。



Q.01

お昼はパスタなど、単品で済ませています。一緒に食べるなら？

A. 整腸作用のある食品をプラスで

腸を整える効果がある食材をぜひ一緒に食べてください。秋はキノコがおすすめです。食物繊維が多く、腸を整え、免疫力アップが期待できます。刻んで入れれば、ボリュームアップにもなりますよ。ヨーグルトもオススメです。腸内細菌の状況はひとりひとり違うので、自分に合ったモノを選ぶことがポイントです。



Q.02

サンドイッチには野菜ジュースをプラスするようにしています。これでバッチリ？



A. 体を温めるスープと一緒に

生野菜は、体を冷やす効果があります。冷え性の人は、スープなどで体温のバランスを取りましょう。体温を一定まで上げておくことで、免疫力が高まります。

オススメは野菜スープ。ゆっくり火を入れてスープにすると、栄養を逃がさず食べられます。かぼちゃや玉ねぎは、体を温める効果があるのでスープと相性がいいですね。野菜ジュースを入れてもおいしいですよ。



Q.03

わかってはいるんだけど、続けるのが、大変で…

A. 1週間でバランスが取れていればOK！

毎日の献立を考えるってとても大変ですよ。バランスを意識することも大切ですが、ストレスなく続けることが何より大切です。1日のバランスが上手くいかなくても、1週間単位でみて、バランスがとれていれば十分です！笑顔で過ごすことで、免疫力も上がりますよ。

目指せ！
健康なカラダ！



あなたは何に使った？

新しい生活様式応援券

感染を防ぎながら、活力ある生活をおくるための「新しい生活様式」。市が独自に発行した、お一人5,000円の応援券を使って、一人一人が暮らしの中で実践されています。SNSなどで投稿された、「新しい暮らし」のための使い道を紹介します。

☎広報発信課 ☎955-9660 FAX955-9703
長岡京市新しい生活様式応援券担当
☎951-2121 (代表) FAX951-5410



ホームページで、みなさんから寄せられた使い道を紹介しています。



こんな使い方はどう？

センス長岡京で紹介中！
おうち時間編 / ホテル・テイクアウト編



使い道・アイデア募集に、たくさんの投稿をいただいています

- ・家族へのご褒美に、日頃は食べれない長岡京市のお店で食事します。
- ・徒歩通勤に変更！ 涼しい夏服を買います。
- ・子どもが喜んで使える、可愛いマスクを揃えます！
- ・おうちごはんを美味しくするために、蒸し鍋を買った！

#新しい生活様式応援券 #長岡京 を付けて投稿！
みんなで新しい生活を共有しましょう♪

食べて応援！

新しい生活様式応援券を、使えるお店がたくさん参加！

市内の飲食店がタグを組んだ「たべとくスタンプラリー」が10月から始まります！ スタンプを集めると、豪華賞品が当たるチャンス。期間中にしか食べられない「限定メニュー」を提供するお店もありますよ。おいしく、お得に、スタンプ集めに、今日は何たべとく？

☎長岡京たべとくスタンプラリー運営委員会 (事務局：京・洛西 ぶへい内)
☎956-0727 FAX956-0788

長岡京
たべとく
スタンプラリー

10月1日(木) ▶ 12月27日(日)

参加方法

1 参加店舗でリフレットをとる!!

参加
42店舗



2 食べる! 飲む! テイクアウト!



インスタ、facebookに「#長岡京たべとくスタンプラリー」 「#たべとく」 「#長岡京たべとくスタンプラリー」ハッシュタグを付けてのせてね!

3 スタンプゲッター!!



スタンプ
3つで

豪華賞品が当たる!!

▷ 描いとくコンテスト
食べた料理を描いて応募♪
- 幼児部門・子ども部門・一般部門 -

▷ たべとく!? 企画
スイーツやからあげなど、
店舗共通メニューを食べ比べ!

見るとお腹が空いてくる?
特設ページへアクセス!



ねえねえー、
SDGsってなーに？



えーっと...

年に1度の大型イベント「環境フェア」。今年はラジオで開催します。市内の環境問題に挑む人々をゲストに招き、それぞれの取り組みをわかりやすく紹介。親子で一緒に、身近な“環境”について考える。そんな1日にしませんか。

☎環境政策室 ☎955-9542 FAX951-5410

ラジオプログラム

第1部

10:00~10:40
オープニングシンポジウム

テーマ
SDGs 地球温暖化を考える
- 私たちにできること -



龍谷大学教授
的場信敬 さん



市民活動団体より
片山洋子 さん



DJ
す〜みん



中小路健吾 市長



コーディネーター
木原浩貴 さん

10:45~ 環境の都賞授賞式 / 活動団体紹介

第2部

14:00~15:00
活動団体紹介など

15:05~15:20
子ども環境フェスティバル

ラジオ ネット

今年は と で

ON AIR

環境フェア 2020

10月31日(土) 10:00 放送開始!

協力: コミュニティFM局 FMおとく

市ホームページに特設サイト

ラジオでは紹介しきれないほど、環境活動に取り組む団体はたくさんあります。その活躍をホームページで紹介します。



ホームページでわかる、環境のこと

- ・今のままで、将来どうなるの？
- ・環境問題に対する具体的な対策は？
- ・環境のために、今すぐできることは？

特設ページ



毎年人気の環境検定も、今年はホームページで同時開催。100点取ってみんなに自慢しよう! 環境検定のほかに、「知ってトクする省エネミニクイズ」コーナーもあるよ!

FMおとくには、FM86.2MHz
ラジオ音楽番組無料アプリ
「リスラジ」でも♪



リスラジ公式

来年は二部制で 成人式

2021年1月11日(月・祝)

第一部 10時45分から

第二部 12時45分から

長岡京記念文化会館

来年の成人式は、密を避けるため、同じ内容を2回に分けて行います。一部は主に長中・長二中校区の人、二部は長三中・長四中校区の人が対象ですが、どちらでも入場できます。

対象者には、12月までに「お知らせハガキ」を郵送します。



式の詳細はこちら

■新成人代表あいさつ 募集

二十歳の誓いやお世話になった人への感謝の気持ちなど、成人を代表してスピーチしませんか。応募は10月20日(火)まで。

* 応募多数の場合は選考、スピーチ文(800字程度)作成、担当課との打ち合わせがあります。

■成人式は20歳? 18歳?

成人年齢が18歳に引き下がる2023年以降も、1月に、二十歳を祝う会(仮称)として20歳の人を対象に、お祝い式典を実施します。

☎文化・スポーツ振興室
青少年育成担当
☎955-9546
FAX955-9526

高齢者対象

インフルエンザ予防接種



予防接種には
マスクをして
行きましょう

期間内に1回、京都府内の委託医療機関で受けられます。乙訓地域での接種は、医療機関に直接予約をしてください。乙訓地域以外での接種は、健康医療推進室で事前申込が必要です。

- ▶ **対象** = ①満65歳以上 ②満60～64歳の身体障害者手帳内部障害1級相当の人
- ▶ **期間** = 10月1日(木)～来年1月31日(日)
- ▶ **費用** = 1,500円
- ▶ **持ち物** = 住所・名前・生年月日が確認できるもの(健康保険証など)、②の人は身体障害者手帳

費用が免除される制度があります

対象者	手続き
生活保護世帯	接種時に「受給者証」を医療機関窓口で提示
市民税非課税世帯(令和2年度)	「保健事業自己負担金免除カード」を健康医療推進室で申請(保険証など住所・名前・生年月日が分かるものが必要)し、医療機関窓口で提示

※提示がない場合は有料。接種後の還付は不可。

インフルエンザ予防接種 委託医療機関(長岡京市内)

アサワ医院	海老沢内科医院	済生会京都府病院	田本内科	ほう内科医院
足立医院	大林内科・循環器科クリニック	さいのうち医院	ちかやま内科	堀口医院
猪谷内科医院	岡村医院腎・泌尿器科クリニック	さとう内科	土井医院	マキ皮フ科クリニック
いちまる整形外科クリニック	岡村医院腎クリニック	しまだ耳鼻咽喉科医院	長岡京病院	村西医院
稲田内科	岡村医院腎クリニック	下尾医院	長岡病院	森小児科医院
井上クリニック耳鼻咽喉科・アレルギー科	小原内科・消化器科診療所	新河端病院	なかやま医院	森本医院
伊与田医院	片岡診療所	菅田医院	七岡内科医院	横関産婦人科
いわきクリニック	神部整形外科	鈴木医院	西山病院	横関整形外科医院
馬本医院	くぼた医院	鈴木外科医院	島中診療所	
		すずき内科クリニック	馬場診療所	
		千春会病院	檜垣医院	

※医療機関によって開始日が異なります。事前に医療機関に確認してください。

肺がん検診 事前手続きは不要

- ▶ **対象** = 受診日に満40歳以上の人
- ▶ **費用** = 100円(免除制度あり)
- ▶ **場所・実施日** = 【保健センター】10月20日(火)・21日(水)・22日(木)・30日(金)、11月5日(木)【ローソン長岡京ガラシャ通店】10月23日(金)

※初日や各日程の午前中は混雑が予想されます。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、待ち時間が長くなる場合は、改めての来場をお願いする場合がありますのでご了承ください。

- **検査着の貸し出しはありません**
無地(色付き可)のTシャツが肌着が必要です。持参するか着用して来てください。

乳がん検診

10月から府内の医療機関で受診可能

- ▶ **対象** = 受診日に満40歳以上の女性で、今年度乳がん検診を受けていない西暦奇数年生まれの人
- ▶ **費用** = 800円(免除制度あり)
- ▶ **実施期間** = 10月1日(木)～来年2月28日(日)
- ▶ **事前手続き** = 9月28日(月)～来年2月26日(金)に、本人確認ができるものを持って健康医療推進室へ。窓口で受診票を発行後、医療機関へ予約してください。
※医療機関の詳細は、ホームページで確認できます。
※済生会京都府病院での検診も受け付け中です。

胃がんの集団検診もあります。
がん検診の詳細は、健康づくり年間
日程表やホームページでご確認を。

がん検診の
詳細はこちら



市ホームページ

案内が届いたらぜひ参加を

自分ごと化会議



地域活動の担い手が減っている今、地域を、そこに住むみんなで良くしていくチカラが必要です。地域の新しいルール「(仮称)自治振興条例」。みんなで作るための会議を始めます。

◎自治振興室 市民参画協働担当

☎955-3164 FAX951-5410

jjichishinkou@city.nagaokakyo.lg.jp

▼自分ごと化会議ってなに？

日常生活で感じている身近な事柄から、地域の現状と課題を整理し、「(行政・団体に)どうしてほしいか」ではなく、「(個人・地域に)何ができるか」、「自分はどうありたいか」を考えます。条例をつくる過程で重要な会議です。

10月中旬頃に、無作為抽出で選ばれた16歳以上の市民2,300人に、アンケートと「自分ごと化会議」への参加のご案内を送付します。

自治会って、何のためにあるの？

地域のあれ、もっと〇〇だったらいいのに



必要最低限のご近所付き合いだけじゃだめなのかな…

案内が届いても…



ご心配なく♪



地域の役員やったことないし、知識もないけど行っていいの？

あなただからこそ気付くことがあるはず。会議の参加が地域を知る機会になりますよ♪



平日は仕事をしているから会議に参加できないかも。

会議は土日開催！いつもは参加できない人の意見も貴重です。



知らない人との会議で発言するのって少し勇気がいるなあ。

プロの進行役がみなさんをサポートします！



開催予定

- ▶日程＝令和4年3月末までに全7回土日に開催
①12月12日(土) ②来年1月17日(日)
③以降は令和3年4月から
- ▶場所＝バンビオ
- ▶手話通訳・要約筆記・ヒアリンググループ・託児あり(要申込)

傍聴しませんか？ 第1回 (仮称)自治振興条例検討委員会

条例検討委員が条例の方向性などを話し合います。

- ▶日時・場所＝10月30日(金)午後6時30分から、市役所
- ▶定員＝抽選で5人 ▶申込＝前日午後5時までに上記へ



自分ごと化会議・(仮称)自治振興条例 >>>
詳細はこちら





情報 INDEX

- ▶費用 の記載がないものは 無料
- ▶申込 の記載がないものは 申込不要
- ▶持ち物・応募要項など、詳しくは各問い合わせ先へご確認ください

「もっと知りたい」がきっと見つかる！



- メールアドレスは☒の後ろの文字に「@city.nagaokakyo.lg.jp」を付けてね。
- 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)

- 市ホームページ
<http://www.city.nagaokakyo.lg.jp/>



各記事の詳細は「今月の広報紙」で公開中！

催し

かわいいお花がガラスの中に 手作りハーバリウム教室

▶日時・場所 = 10月24日(出)①午前9時～10時 ②午前10時～11時 ③午前11時～正午、北開田会館 ▶対象 = 小学生以上(①～③とも先着3人) ▶費用 = 1,000円 ▶申込 = 10月1日(木)午前9時から
☉北開田会館
☎955-8844 FAX955-8845



傍聴しませんか

- 児童対策審議会
▶日時・場所 = 10月8日(木)午前10時から、市役所 ▶定員 = 抽選で5人 ▶内容 = 子ども・子育て支援施策や保育施策について ▶申込 = 10月7日(水)午後5時まで
☉子育て支援課子育て支援係(分庁舎3)
☎955-9558 FAX952-0001

●地域健康福祉推進委員会

▶日時・場所 = 10月29日(木)午前10時から、市役所 ▶定員 = 抽選で3人 ▶内容 = 地域健康福祉計画中期計画案について ▶申込 = 10月28日(水)まで
☉社会福祉課地域福祉・労政係(分庁舎3)
☎955-9516 FAX951-7739

●市障がい者ネットワーク連絡調整チーム会議

▶日時・場所 = 11月5日(木)午後1時30分から、産業文化会館 ▶定員 = 5人 ▶内容 = 情報交換や課題検討 ▶申込 = 11月4日(水)午後5時まで(手話通訳・要約筆記が必要な人は10月26日(月)まで)
☉障がい福祉課社会参加支援係(分庁舎3)
☎955-9549 FAX952-0001
☒ syougai Fukushi

“カサンドラ症候群”を知り パートナーとの関係を考えよう

▶日時・場所 = 10月30日(金)午前10時30分～午後0時30分、バンビオ
▶対象 = 女性20人 ▶申込 = 10月2日(金)から(手話通訳・要約筆記が必要な人は10月16日(金)まで) ▶託児 = 1歳～就学前(先着6人)。10月23日(金)までに要申込
☉男女共同参画センター“いこ～”プラス(バンビオ)
☎963-5501 FAX963-5521
☒ danjo-c

季節の遊びや運動を楽しもう 幼児家庭教育学級びよびよクラブ

場所はいずれも中央公民館です。
●後期
▶日時 = 10月29日、11月26日、12月17日、来年1月28日、2月25日の☉、午前10時～11時30分 ▶対象 = 市内在住の2～3歳と保護者(抽選で15組) ▶費用 = 500円(全5回分) ▶申込 = 10月1日(木)午前11時～7日(水)午後5時 ▶託児 = 6か月～1歳(先着3人)。要申込
●特別編「音楽で遊ぼう!! 親子の知育リトミック」
▶日時 = 10月28日(水)午前10時～11時 ▶対象 = 市内在住の2～3歳と保護者(定員8組) ▶申込 = 10月1日(木)午前11時から ▶託児 = 6か月～1歳(定員2人)。要申込
☉中央公民館
☎951-1278 FAX955-4774

たけのこ藪の土入れ体験



春に美味しいたけのこを収穫するために必要な「土入れ」作業を体験しませんか。
▶日時・場所 = 10月31日(出)、11月1日(日)・3日(火・祝)、観光竹林
☉長岡京市観光協会 ☎FAX951-4500

広告

60歳以上の方 様々な仕事、お引き受けします！
会員募集中

チラシ配布 任せ！
家事援助

公益社団法人 長岡京市 シルバー人材センター

長岡京市開田 3-3-36 www.sjc.ne.jp/nagaokakyo/ 075-955-8000
市役所分庁舎3 長岡京市シルバー 075-955-8000

京料理 山水 25th Anniversary

平日昼限定 21食 選べる おばんざい御膳 1,300円

おばんざいは、全種類の中からお好きな五種をお選びください。

ホテル セントノーム京都 JR京都駅八条東口から東へ徒歩3分 075-682-8781

子育てボランティア 養成いろは講座(全9回)

▶日時・場所=10月~来年3月、中央公民館など ▶対象=来年公民館で子育てボランティアとして活動できる人(20人程度) ▶申込=10月1日(木)午前11時~23日(金)
*ボランティア活動には薄謝があります。
☎中央公民館
☎951-1278 FAX955-4774

中央生涯学習センターで ワークショップを開催

場所はいずれもバンピオです。
●* bambioteque 本を贈るためのワークショップ
アンティークの端切れやボタンでブックカバーを作ります。
▶日時=10月25日(日)午後2時~4時
▶定員=10人 ▶費用=1,800円(お土産付き) ▶要申込

●だれでもチーム bambio ! 映像であそぶ会

スマートフォンなどを使って、遊びながら映像作品を作ります。
▶日時=11月7日(土)①午前11時~正午 ②午後1時30分~2時30分
▶定員=①②とも10人 ▶費用=1人500円 ▶申込=10月2日(金)午前10時30分から
☎中央生涯学習センター(バンピオ)
☎963-5500 FAX963-5504

学びは一生の財産 中央公民館で市民企画講座

いずれも中央公民館で開催。①⑥は申込受付中、それ以外は10月1日(木)午前11時から受け付け開始です。

①え~ほん 絵の本ひろば~絵の本を 絵の本ひろばで 楽しみましょ
う~ 《企画:小矢野由美》

表紙が見えるように並べられた300冊以上の絵の本から、自分で選んで楽しみましょ。



▶日時=10月18日(日)午前10時30分~正午と午後1時30分~3時 ▶対象=市内在住・在勤の人(各回先着15人)

②足裏ほぐしと整体で健康を!

《企画:千葉善清》

身体と足のつながりや、痛みの予防策・セルフケア法を学びましょ。
▶日時=10月20日(火)午前10時~正午 ▶対象=市内在住・在勤の20~75歳(先着20人)

③私自身が幸せの発信元

《企画:田野淑子》

▶日時=10月21日(水)午前10時~11時30分 ▶対象=市内在住・在勤のおおむね60歳以上(先着9人)

④わくわくバルーンアート

《企画:吉田篤司》

▶日時=10月24日(土)午前10時~正午 ▶対象=市内在住・在勤の人(先着10人) ▶費用=500円

⑤竹の魅力をもう一度見直そう

《企画:篠崎真》

▶日時=10月25日(日)午後1時30分~4時 ▶対象=市内在住・在勤の15歳以上(先着18人)

⑥アンガーマネジメント キッズ講座

《企画:小野汐里》

「怒りを反射的にぶつけない・自分の要求や感情を適切に表現する方法」を子どもも身につけましょ。

▶日時=10月31日(土)午前10時~11時 ▶対象=市内在住の年長児、小学1~4年生と保護者(先着11組22人) ▶費用=200円

⑦脳が喜ぶ、心が笑う! アートで認知症の予防をしよう

《企画:小西智子》

▶日時=10月31日(土)、11月14日(土)午後2時~3時30分 ▶対象=市内在住・在勤のおおむね50歳以上(先着10人) ▶費用=500円

⑧にほんGO ちょっと!~市民と在住外国人の交流広場~

《企画:日本語クラス長岡京》

▶日時=11月1日(日)午前10時~正午 ▶対象=市内在住・在勤の人(先着18人)

⑨3B体操ですっきり! 体と気持ちをやさしく楽しくほぐしましょ 《企画:福羅敦子》

音楽に合わせて、ストレッチや筋力アップの動きをしてみましょ。

▶日時=11月13日(金)午後2時~3時 ▶対象=市内在住・在勤のおおむね60歳以上(先着15人)

☎中央公民館 ☎951-1278 FAX955-4774 ✉kouminkan

市民企画講座 二次募集

▶対象=市内で活動する個人や団体 ▶実施期間=11月~来年3月 ▶テーマ=①自殺対策や命の尊さ ②男性の生活力向上 ③性の多様性に対する理解 ▶謝礼=1回3,400円(上限2回) ▶申込=11月15日(日)までに企画書を提出
*企画書と募集要項は、市内公共施設や市ホームページで閲覧できます。

広告

ソーシャルディスタンス!
思いやりをもって離れよう

リフォーム&不動産

ライオンホーム | 長岡京市今里庄ノ淵30番地

0120-09-1152 OPEN 10:00 ~ 18:00
CLOSE 毎週水曜日 LION HOME

阪急
観光あるき

大河ゆかりの地・長岡京で 光秀の最期を追体験！

大河ドラマで話題の「明智光秀」。ゆかりの地を巡れば、大河ドラマがより一層楽しめそう♪ 国登録有形文化財の中野家住宅(なかの邸)では、茶室の限定公開とこだわりの弁当も。勝龍寺城の細川藤孝書状版御城印プレゼントもありますよ。

- ▶日時=11月14日(出)午前9時～午後1時
- ▶定員=先着20人
- ▶費用=2,000円(なかの邸のこだわり弁当付き)
- ▶申込=10月12日(月)から



恵解山古墳(明智光秀本陣跡)



勝龍寺城公園



国登録有形文化財中野家住宅(なかの邸)

詳細は右記
QRコードから
チェック!



☎商工観光課観光戦略・地域経済推進担当
☎955-9515 FAX951-5410
✉ syoukoukankou

市内名店の職人から学ぶ ハロウィーン和菓子づくり体験



喜久春2代目、西山基文さんから教わりながら、ハロウィーンの和菓子をつくります。

- ▶日時・場所=10月24日(出)①午前10時30分～11時30分 ②午後1時30分～2時30分、セブン商店街スペース7
 - ▶対象=大人(①②とも先着5人)
 - ▶費用=2,000円(お土産付き)
 - ▶申込=10月1日(休)から
- ☎090-7356-2855



↑申込・詳細はこちら

人権について考えよう 市民公開講座 Part2

- ▶日時・場所=①10月19日(月) ②10月26日(月)、午後7時～午後8時30分、市役所
 - ▶定員=先着各30人
 - ▶内容・講師=①「Choice & Enjoy MY LIFE」パラ・パワーリフティング女子50kg級日本代表の中嶋明子さん ②「コロナ禍と人権」北開田会館人権教育指導員の河村彰一さん
 - ▶要申込
- ☎人権啓発推進協議会事務局(人権推進課内)
☎955-3180 FAX951-5410
✉ jinken

文字で情報を伝える 京都府 要約筆記者養成講座(前期)

- ▶日時=[共通講座] 11月27日、12月4日・11日の㊟ [手書きコース] 12月25日、来年1月15日、2月12日の㊟ [パソコンコース] 12月27日、来年1月24日、2月14日の㊟、午前10時～午後4時
 - ▶場所=[共通講座・手書きコース] 京都府聴覚言語障害センター(城陽市) [パソコンコース] 京都市聴覚言語障害センター
 - ▶対象=受講後、要約筆記者として登録・活動できる人
 - ▶費用=テキスト代3,670円
 - ▶申込=11月13日(金)午後5時まで
- ☎(福)京都聴覚言語障害者福祉協会
☎841-8337 FAX841-8312

相続の登記申請を学ぼう 消費生活講演会

登記申請の基本的な流れなどを、法務局の職員が分かりやすく解説します。

- ▶日時・場所=10月23日(金)午前10時30分～11時30分、市役所
 - ▶対象=市内在住の人(先着30人)
 - ▶要申込(手話通訳・要約筆記が必要な人は10月15日(木)まで)
- ☎総務課市民相談・消費者行政担当
☎955-9501 FAX955-9703
✉ soumu

きりしま苑で開催 高齢者向けの体操講座

いずれも60歳以上が対象です。

- リズム体操～音楽に合わせて体操しましょう～
 - ▶日時=10月20日(火)午後1時15分～1時45分
 - 健康ストレッチ体操～ゴムバンドの伸縮性を利用して体を動かす～
 - ▶日時=10月27日(火)午後2時30分～3時
- ☎きりしま苑
☎956-0294 FAX956-0290

広告

人生100年時代のプラス年金! 自分で入る公的な個人年金。

国民年金基金

- 掛金は全額所得控除
- 基金年金は公的年金控除の対象
- 自由なプラン設計

資料請求、ご相談、お問い合わせは

0120-65-4192

京都市中京区烏丸通三条下ル
饅頭屋町595番地3大同生命京都ビル6階

全国国民年金基金 京都支部



**効果的な運動のポイントを学ぶ
自分サポーター養成講座**

介護予防における運動機能の重要性について、専門職から学びます。
▶日時・場所＝10月27日(木)午前10時30分～11時30分、中央公民館
▶対象＝市内在住の人(先着15人)
▶要申込
☎東地域包括支援センター(バンビオ)
☎963-5508 FAX 958-6909
✉hokatsu@nagaokakyo-shakyo.jp

**乙訓親まなびフォーラム
「言葉ひとつで子どもが変わる」**

▶日時・場所＝10月31日(土)午後1時～3時30分、向陽高校 ▶内容＝講演と親まなび講座 ▶要申込
☎乙訓教育局社会教育担当
☎933-5130 FAX 933-5229

**見えない世界をのぞいてみませんか？
点訳ボランティア公開講座**

▶日時・場所＝10月19日(月)午前10時～正午、産業文化会館 ▶定員＝先着30人 ▶内容＝講演とミニ講座「目の不自由な人のお手伝いって、どうするの？」 ▶申込＝10月16日(金)まで
☎市社会福祉協議会
☎963-5508 FAX 963-5509

**絵画や写真などの力作が
長岡京展受賞作品展**

3月に中止となった展覧会の受賞作品を展示します。
▶日時・場所＝10月16日(金)～18日(日)午前10時～午後5時(18日は午後4時まで)、中央公民館市民ギャラリー、講座室
☎市文化協会事務局(文化・スポーツ振興室内)
☎955-9734 FAX 955-3150

募集します

**電気使用量10%削減を目指す
省エネモニター**

1年で最も電気使用量の増える冬、10%削減を目指しませんか。「省エネ秘伝の書」を基に、無理せず楽しくやってみましょう。
▶定員＝先着10世帯 ▶期間＝11月～来年2月(4か月間) ▶希望者には家庭の電気使用状況を見える化する機械「省エネナビ」を無料で貸し出し



☎環境政策室環境政策担当
☎955-9542 FAX 951-5410
✉kankyouseisaku

**あなたの作品 #おうちギャラリー
リーでウェブ展示しませんか**

創作作品を写真に撮ってメールで送信！市ホームページ内の「#おうちギャラリー」に展示されます。



▶申込＝電子メールに郵便番号、住所、氏名とふりがな、電話番号、作品タイトルと紹介文を記載し、作品データを添付して下記へ
*掲載には審査があります。
*随時更新していますが、公開までに時間がかかる場合があります。
☎文化・スポーツ振興室文化振興係
☎955-9734 FAX 955-3150
✉bunka-sports

**手話通訳資格 生かしませんか
市会計年度任用職員**

▶対象＝昭和31年4月2日以降生まれで、手話通訳士資格か都道府県・政令指定都市認定手話通訳者の資格を持つ人 ▶募集人数＝1人 ▶勤務内容＝手話通訳、福祉人材育成、聴覚障がい者の生活相談支援など ▶採用期間＝来年4月1日から1年間(更新あり) ▶勤務時間＝午前8時30分～午後5時で週4日 ▶勤務地＝障がい福祉課 ▶賃金＝報酬月額189,987円(期末手当あり) ▶選考＝作文、実技、面接 ▶応募＝10月16日(金)必着で、申込書などを提出
☎障がい福祉課障がい支援係
☎955-9710 FAX 952-0001

乙訓福祉施設事務組合 一般職員

▶募集職種＝事務職・指導員職 ▶募集人数＝若干名 ▶採用日＝来年4月1日 ▶1次試験＝10月18日(日) ▶申込＝10月5日(月)～9日(金)に申込書を下記へ持参
*実施要項など詳しくは組合ホームページへ。
☎乙訓福祉施設事務組合総務課
☎954-6507 FAX 958-1639



乙訓環境衛生組合 事務職員

▶募集人数＝若干名 ▶採用日＝来年4月1日 ▶1次試験＝11月8日(日) ▶申込＝10月5日(月)～21日(水)に申込書を下記へ持参
*実施要項など詳しくは組合ホームページへ。
☎乙訓環境衛生組合総務課
☎957-6681 FAX 957-1257



広告



プレテスト&入試説明会

第1回	第2回	第3回
10/4 sun 10:00～12:00 国算型	11/8 sun 10:00～12:00 国算型・ ベシック型	11/28 sat 9:30～12:30 国算理型・国算型・ ベシック型 (プレテストのみ)

※本校ホームページにて、事前にお申し込みください。 ※当日は、上履きをご持参ください。
大阪青凌中学校
〒618-8502 大阪府三島郡島本町若山台1丁目1番1号
TEL:075-754-7754 FAX:075-754-7769
https://www.osakaseiryu.jp

**広告
募集中**



お申込み、お問い合わせは
広報発信課まで
☎955-9660 FAX 955-9703



市・府民税の第3期納期限(口座振替日)は11月2日(月)です。口座振替をご利用の場合は、残高の確認をお願いします。納税には、便利で確実な口座振替をご利用ください。

☎税務課 ☎955-9509

第5次行財政改革大綱案への 意見(パブコメ)

案は、市役所やホームページなどで公開しています。



▶**募集期間**=10月1日(木)~11月2日(月)
*寄せられた意見は、個人情報を除いて公開します。意見への直接回答はしません。

☎総合計画推進課企画総務・行革担当
☎955-9502 FAX951-5410
✉sougoukeikaku

令和3・4年度

入札等参加資格審査の定期申請

▶**対象**=市の入札等に参加を希望する業者 ▶**申込**=12月1日(火)~18日(金)に郵送で(消印有効) ▶**詳細**は下記かホームページで

☎契約課契約係
☎955-9506 FAX951-5410

陸上自衛隊高等工科大学生徒

▶**受験資格**=中学校を卒業(見込み含む)した17歳未満の男子 ▶**受付期間**=一般は11月1日(日)~来年1月6日(水)、推薦は11月1日(日)~30日(月)
*推薦試験は学校長の推薦が必要。
☎自衛隊京都地方協力本部宇治地域事務所
☎FAX0774-44-7139

京都府立農業大学校 学生

▶**推薦**=10月5日(月)まで ▶**前期**=12月3日(木)~16日(水) ▶**後期**=来年1月28日(木)~2月8日(月)
*試験日など詳しくは下記へ。
☎京都府立農業大学校
☎0773-48-0321 FAX0773-48-0322

回答期限は
10月7日(水)

国勢調査

2020

5年に1度の国勢調査が全国一斉に行われています。9月14日から調査員が全世帯を訪問し、回答をお願いしています。国勢調査は、住民票の登録に関係なく、今年10月1日現在に住んでいる市区町村で調査することになっています。調査員が来なかった、調査書類が届いていないなどの場合は、下記へご連絡ください。

●回答は簡単・便利なインターネットで

インターネット回答は、24時間いつでもできます。調査書類と併せて配布された「インターネット回答利用ガイド」に記載されたIDとアクセスキーを用意して、専用サイトにアクセスしてください。

●郵送でも回答できます

インターネット回答が難しい場合は、調査書類と一緒に配布された「郵送提出用封筒」に調査書類を入れて郵送してください。切手は不要です。

●かたり調査に注意!

不審に思ったら、調査員証の提示を求めるか、下記へお問い合わせください。

☎国勢調査長岡京市実施本部(総務課内)
☎955-9547 FAX951-5410



あなたの空き家を

まちの活性化に使いませんか

市には、空き家を“探している人”と“所有する人”をつなぐ「空き家バンク」制度があります。空き家は資産です。この機会に、あなたの資産を有効活用しませんか。

●所得税が軽減されます

相続した空き家を3年以内に売ると、譲渡所得に係る税金が約20%減る制度があります。適用には諸条件があります。

☎都市計画課空き家政策担当
☎955-9743 FAX951-5410

確認してください

本人以外に住民票などを交付したときにお知らせします

住民票や戸籍謄本などを本人の代理人や第三者に交付した場合に、郵送でお知らせする「事前登録型本人通知制度」があります。制度を利用するためには、事前登録が必要です。

▶**登録できる人**=本市に住民登録、戸籍がある人と以前あった人 ▶**申込**=本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)を下記へ持参

☎市民課戸籍窓口係
☎955-9683 FAX951-5410



「いたずらざかり」募集中♪

お子さんの写真、広報紙に載せませんか。対象は未就学児で、きょうだいと一緒にの写真も大歓迎! 電話、ファクス、電子メール、23ページの応募フォームからご応募を。

☎広報発信課広報戦略担当 ☎955-9660 FAX955-9703 ✉kouhou



ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)
ハロウィンジャンボミニ1千万円
(1等1千万円)

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。

ただ今発売中! 各1枚 300円
発売期間 9/23(水)~10/20(火)
公益財団法人京都市町村振興協会

【予約制】マイナンバーカード 時間外・休日交付

いずれも場所は市役所市民課。既に交付申請をしていて、「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書(はがき)」が届いた人が対象です。

●時間外交付

▶日時=10月1日(木)・15日(木)午後7時まで ▶申込=前日の正午まで

●休日交付

▶日時=10月4日・25日、11月8日・29日の☎、午前9時～正午 ▶申込=2日前の正午まで

☎市民課住民記録係

☎955-9564 FAX951-5410

スマホ決済アプリでの納税など 10月1日☎からできます

LINE PayとPayPayが利用できます。個人市・府民税や固定資産税、水道料金など、コンビニエンスストアでの支払いが可能な納付書が発行されている税や料金が対象です。手数料はかかりません。

*30万円を超える納付書は取り扱いできません。

*領収証書が必要な場合は、金融機関がコンビニエンスストアで納付してください。納税証明書の発行には3週間程度かかります。

☎税務課収納管理係

☎955-9509 FAX951-5410

高齢者を介護している人へ サービス等利用費を助成

●介護用品給付券を支給(紙おむつ・尿とりパット)

▶対象=次の全てに該当する高齢者

を介護している人 ①本市に住民登録し、居住している市民税非課税世帯 ②介護保険の認定が要介護3・4・5 ③病院や施設に入院・入所していない ④給付開始月の前月に半月以上在宅で生活 ▶支給内容=1か月4,000円まで使用できる給付券 ▶申込=10月1日(木)～15日(木)に、介護者のハンコ、介護を受けている人の介護保険被保険者証、9月の介護保険サービス利用票の写しを持参 *10月16日(金)以降の申請は、翌月分から給付します。

●介護保険外のホームヘルプ等利用費を助成

▶対象=市内在住で要介護3～5の認定を受けている本市の介護保険被保険者を、居宅で介護している本市

在住の人 ▶支給内容=介護保険被保険者のサービス利用時に使用できる3,000円の給付券を12枚 ▶申込=介護者のハンコ、介護を受けている人の介護保険被保険者証を持参

民生児童委員が訪問します 高齢者実態調査にご協力を

緊急時などにすぐ対応できる体制を整えるため、毎年実施しています。

▶対象=昨年8月1日～今年7月31日に70歳になったひとり暮らしの人、70歳以上だけの世帯になった人(転入・転居者を含む)

☎高齢介護課高齢福祉係

☎955-9713 FAX951-5410

災害に備えた各種訓練を実施 メール配信やサイレン吹鳴

●10月7日☎午前11時

Jアラート情報伝達訓練

全国瞬時警報システム(Jアラート)を使った「防災情報お知らせメール」の伝達訓練です。当日はメールが送信されます。

「防災情報お知らせメール」は、気象警報や災害時の情報を配信する登録制メールです。災害に対する備えとして、ぜひ登録してください。登録には、右記QRコードを読み取り、空メールを送信してください。



☎防災・安全推進室防災・危機管理担当

☎955-9661 FAX951-5410

●10月25日☎午前9時

防災用サイレンを試験吹鳴

防災用サイレンは、災害時に避難勧告などを知らせるときに、消防団を招集するときに鳴らします。当日は、市内7か所のスピーカーから一斉に大きな音が鳴りますが、今回は訓練であり、実際のお知らせではありません。



●10月の最終日曜日は「長岡京市 防災の日」

今年は、新型コロナウイルスの影響で各校区での防災訓練はありませんが、各家庭で備蓄物資や災害発生時の行動などを確認しましょう。

国民健康保険 夜間の窓口 10月28日☎・29日☎ 午後8時まで

国民健康保険課(北棟1階)で

国保の加入・脱退手続きや納付相談など、夜間窓口を開設しています。

●夜間・休日の納付は時間外受付でも
平日…午後5時～10時

土・日・祝日…午前8時～午後10時

*時間外受付(北棟1階)での納付には納付書が必要です。

国保の加入・脱退の手続きは14日以内に行わないと、保険料をさかのぼって請求されたり、医療費が全額自己負担となる場合があります。

☎国保係(給付関係)

☎955-9511 FAX951-1929

管理係(保険料関係)

☎955-9706 FAX951-1929

公共施設の予約や確認

●1月使用分

当選の確認…10月15日(木)～25日(日)

申請の締切…10月25日(日)

*各施設の休館日にご注意ください。

*申請には利用料金が必要です。

●お問い合わせは、各公共施設へ

長岡京市公共施設

検索

令和3～6年度に使用 中学校の教科書が決定

▶国語＝光村図書 ▶書写＝光村図書
▶社会(地理)＝帝国書院 ▶社会(歴史)＝帝国書院 ▶社会(公民)＝帝国書院
▶地図＝帝国書院 ▶数学＝啓林館 ▶理科＝啓林館 ▶音楽(一般)＝教育芸術社 ▶音楽(器楽合奏)＝教育芸術社 ▶美術＝光村図書
▶保健体育＝東京書籍 ▶技術家庭(技術)＝東京書籍 ▶技術家庭(家庭)＝東京書籍 ▶英語＝三省堂
▶道徳＝日本文教出版
◎学校教育課学校教育係
☎955-9533 FAX951-5410

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

薬物は、1度使ってしまうと、効果が切れたときにまた使いたくなり、次第に自分の意志では止められなくなります。薬物には絶対に手を出さない、という自覚が大切です。

◎乙訓保健所環境衛生課

☎933-1241 FAX932-6910

急な病気やけがで困ったら #7119で電話相談

救急車を呼んだ方がいいか、今すぐ病院に行った方がいいかなど、判断に迷ったときはまず「救急安心センターきょうと #7119」へ電話を。24時間年中無休で、専門家からアドバイスを受けられます。緊急だと思ったときは、迷わず119へ。

◎長岡京消防署 ☎957-0119 FAX957-4357



相談 & 説明会

ファミリーサポートセンター 入会説明会

子育て中の人と、援助したい人の相互支援組織です。利用するには、説明会への参加が必要です。

▶日時・場所＝10月24日(土)午前10時～11時30分、中央公民館 ▶主

な活動＝保育施設や放課後児童クラブ、習い事などへの送迎、冠婚葬祭やきょうだいの行事時の預かりなど

*登録希望者は、顔写真(縦3cm×横2cm)、ハンコ、身分証明書を持参。

◎ファミリーサポートセンター(分庁舎3)

☎959-3034 FAX959-3201

市公式ホームページに 広告を掲載しませんか

トップページのアクセス件数は月平均で約12万件！市のホームページで、お店や会社をPRしませんか。

◎広報発信課広報戦略担当

☎955-9660 FAX955-9703

✉kouhou

耳のこと、言語聴覚士に聞こう きこえの相談会

▶日時・場所＝10月20日(火)午前10時～午後4時、ハンピオ ▶定員＝5人 ▶内容＝聴力測定、個別相談(45分) ▶要申込

◎乙訓聴覚言語障害者地域活動支援センター

☎874-4477 FAX874-4478

困りごとや意見 お聞きします ご利用ください 行政相談

行政相談では、「どこに相談したらよいか分からない困りごと」や「国の行政に関する苦情や意見・要望」を、総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員がお聞きします。

市役所での相談日程は、毎月18日の午前9時～正午(受付は11時30分まで)です。毎月の日程は、広報紙(今月は18ページ)で確認してください。

●10月19日(月)～25日(日)は全国一斉 行政相談週間 合同相談所を開設

行政相談週間に合わせ、「行政なんでも相談」を開設します。国や行政に対する困りごとや年金、相続、遺言、登記、労働問題などの相談に専門家が答えます。

▶日時＝10月14日(水)午後2時～4時30分(受付は4時まで)、中央公民館2階講座室 ▶相談員＝司法書士、社会保険労務士、長岡京市、行政相談委員、京都行政監視行政相談センター

◎総務省京都行政監視行政相談センター

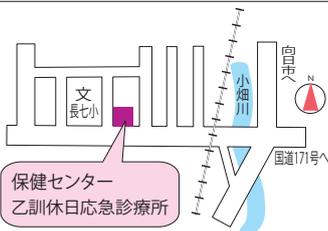
☎802-1100 FAX802-1180

◎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)



*時間帯によっては、すぐに対応できない場合があります。

■外科 午前9時30分～午後4時

4日 北田整形外科 ☎924-2838
(向日市寺戸町小田9-6)

11日 馬場診療所 ☎959-1566
(今里西ノ口7-1)

18日 新河端病院 ☎954-3136
(一文橋2-31-1)

25日 向日回生病院 ☎934-6881
(向日市物集女町中海道92-12)

夜間も安心『小児救急電話相談』
☎#8000(携帯電話可)
看護師または小児科医が対応

▶相談時間＝午後7時～翌朝8時
(土曜日は午後3時～翌朝8時)



きて・みて・きいて！
ポリテクセンター見学

▶日時・場所＝10月13日・20日・27日の㊤、午後0時30分～3時、ポリテクセンター京都 ▶対象＝離職中や離職予定で職業訓練の受講を考えている人 ▶要申込
〇ポリテクセンター京都訓練課
☎951-7397 FAX951-7393

【電話相談】不動産鑑定士による
不動産無料相談会

当日、予約の時間に相談員から電話します。
▶日時＝10月16日(金)午前10時～午後4時 ▶申込＝10月14日(水)午後4時まで
〇(公社)京都府不動産鑑定士協会
☎211-7662 FAX211-7706

裁判所の調停委員による
調停手続相談

交通事故や土地建物、金銭上のもめごとなどに関する調停を進めていくための方法を説明します。
▶日時・場所＝10月19日(月)午前10時～午後3時、向日市商工観光振興センター(寺戸町寺田64)
〇向日町調停協会(向日町簡易裁判所内)
☎931-6043

建設現場で働く人へ
知っていますか 建退共制度

労働者が建設業界で働くことをやめたときに、退職金を支払う国の制度です。掛金は日額310円で、税法上全額非課税となります。
〇建退共京都府支部
☎231-4161 FAX241-3128

おめでとう
ございます

◆文部科学大臣表彰
生涯スポーツ優良団体
長岡京女性スポーツ連絡会

公平委員会委員

就任3期目 畑山和幸さん

任期満了に伴い、畑山和幸さんを再任しました。任期は10月1日から4年間です。
〇監査委員事務局監査係
☎955-9537 FAX951-5410



長岡京 ★ NGW
すてきな「まちの話題」みつけた！

人口 81,010 人 / 世帯数 36,473 世帯
(9月1日現在)

まちの姿

市内2機目の小水力発電 設置へ協定



市は8月21日に(株)DK-Powerと、2機目となる小水力発電設備の設置に関する協定を締結しました。この発電設備では、水道管を流れる水のエネルギーを利用して発電します。2年前に北ポンプ場(井ノ内)に設置したものに続き、今回新たに2機目を東配水池(天神2丁目)に設置します。年間発電量は100メガWhを見込み、売電利益の一部は、今後の環境施策のため市に還元されます。

建築家 坂 茂さんと 災害時協定を締結



紙管を用いて世界中の被災地で仮設住宅などを建設してきた建築家の坂 茂さん。その坂さんが代表を務めるNPO法人ボランティア・アーキテツ・ネットワークと市は、災害時における紙製間仕切りユニット供給に関する協定を締結しました。紙管のフレームに布をかけると、避難所内に簡単に個室空間を作り出すことができます。中小路市長は「コロナ下の避難所は個室化が課題。とても心強い。」と話しました。



60歳以上のための嬉しい

- 竹寿苑 ☎FAX954-6830 催しはありません。
- きりしま苑 ☎956-0294 FAX956-0290
12月分までの空き部屋利用申請は1日(木)から、来年1~3月分の申請は1日(木)~15日(木)で受付。
市民カラオケ ▷9日(金)・23日(金)午後1時30分から(入場制限あり)
映画鑑賞会 ▷16日(金)午前10時から「五人の斥候兵」、午後1時30分から「肉体の門」
季節(生姜)の湯 ▷19日(月)~23日(金)午前9時30分~午後3時 ▷利用証と入浴に必要なものを持参
- 老人憩の家
◎東地域包括支援センター ☎963-5508 FAX958-6909
脳はつつ教室 ▷7日(木)体操とピリヤード ▷21日(木)体操とペタピンゴ ▷各午後1時30分から

心を込めた手作りをあなたに

ほっこりんぐ



毎週金と「0のつく平日」に市役所ロビーで販売中♪

日	開始時間	販売製品	販売事業所
2日(金)	午前11時	クッキー、焼き芋、縫製品、ポストカード、塗り絵	バスハウス
9日(金)	午前10時30分	カードケース、アクセサリ、小物入れ、かばんなど	乙訓若竹苑
16日(金)	午前11時	昆布・紙・縫製品、お茶葉、アクセサリ、小物	乙訓の里・乙訓楽苑
20日(火)	午前10時30分	フェルトキーホルダー、エコバッグ、一筆箋など	友愛印刷
23日(金)	午前11時30分	こっぺパン、菓子パン	カメラア
30日(金)	午前11時30分	季節限定の焼き菓子、プリン、クッキー、手作り品	やまびこ

*各事業所での受注販売「おまかせ!!! ほっこりんぐ」も受付中。詳しくは右記QRへ。
◎障がい福祉課社会参加支援係(分庁舎3)
☎955-9549 FAX952-0001



市民無料相談 相談日は変わることがあります

弁護士相談【申込制・先着6人、1人30分】 ⑧ 午後1時30分~4時30分 *予約はその週の⑧午前8時30分から。 *29日(木)はありません。	総務課 市民相談・ 消費者行政担当 ☎955-9501	心身障がい者相談(視覚・知的) 19日(月) 午後1時~4時、市役所分庁舎3 障がい者の虐待に関する相談 平日 午前8時30分~午後5時15分、 乙訓障がい者虐待防止センター 精神障がい者連絡員の電話相談 ⑨~⑫ 午前10時~午後3時 精神保健福祉相談【申込制】 ⑩ 午後1時~4時、市役所や自宅への訪問 高齢者と介護家族のための臨床心理士相談【申込制・定員3人】 8日(木)午後1時~4時、東地域包括支援センター 高齢者の虐待などに関する相談 平日 午前8時30分~午後5時15分、市役所東棟1階 リハビリ相談(作業療法士・理学療法士)【申込制】 平日 午前9時~午後4時、市役所か自宅へ訪問 生活習慣病予防・改善の食事相談(管理栄養士)【各時間2人・申込制】 19日(月) 午後1時・2時・3時、20歳以上の市民、市役所か保健センター ハローワーク職員によるお仕事相談会【申込制】 19日(月) 午後2時~4時、市役所分庁舎3 福祉なんでも相談室 平日 午前9時~午後4時30分、市役所分庁舎3 特設人権相談 8日(木) 午前10時~正午、19日(月) 午後1時~3時30分、市役所1階市民相談室 弁護士による無料相談 ※電話相談のみ【各センターへ申込制、1人30分】 3日(土)・31日(土)南包括、10日(土)西包括、13日(火)・27日(火)きりしま苑、17日(土)東包括、24日(土)北包括、午前10時~正午	障がい福祉課 ☎955-9549 同センター ☎959-9085 乙訓やよい会 ☎080-8529-7060 やよい工房具事業所 ☎952-9567 同センター ☎963-5508 高齢介護課 ☎955-9713 健康医療推進室 ☎955-9705 福祉なんでも相談室 (分庁舎3) ☎955-3177 人権推進課 ☎955-3180 総合生活支援センター ☎963-5508
司法書士相談【申込制・先着6人、1人30分】 14日(水)・21日(水) 午後1時30分~4時30分 行政相談(相談受付は午前11時30分まで) 19日(月)午前9時~正午 消費生活相談 平日(⑩除く) 午前9時~正午、午後1時~4時 行政書士相談(暮らしや事業の手続き相談) 28日(水) 午後1時30分~4時30分 不動産無料相談(空き家対策含む) ※電話相談 20日(火) 午後1時30分~3時30分 *相談時間内に、右記へ電話を。予約可。 一般・DV相談(面接は申込制) 平日 午前9時~午後5時 【一般相談☎963-5522】【DV相談☎874-7867】 女性のカウンセリングルーム【申込制】 7日(水)・28日(水) 午後1時30分~4時30分 14日(水)・21日(水) 午前9時30分~午後0時30分 女性の法律相談【申込制】 28日(水) 午前10時~正午 男性電話相談(専用☎963-5522へ) 23日(金) 午後7時~9時 家庭児童相談・こどもSOSテレホン相談 平日 午前9時~午後4時、市役所分庁舎3 教育相談 ⑨~⑫ 午前9時~午後5時、教育支援センター	全て 市役所1階 市民相談室 都市計画課 ☎955-9743 男女共同参画センター “いこゝる” プラス ☎963-5502 全て バンビオ6階 家庭児童相談室 ☎953-7710 同相談専用 ☎963-5533		

図書館に 行こっ♪



図書館 Web



☎ 951-4646 FAX 957-0732

■ 子どもの本を読む会 ■

大人を対象とした、子どもの本の読書会
▷22日(休)午前10時～正午 ▷3階大会議室

「えほんのひろば」もあるよ。
22～23ページを見てね!



◆ Book Guide 今月のテーマ： 芸術

一般書 地域発！つながる・集める施設のデザイン
パイ・インターナショナル／編著
パイ・インターナショナル／刊



地域を盛り上げるために生まれた、「人をつなげる・集める」施設を紹介。美しいデザインが各施設をより魅力的なものにしていて、思わず見入ってしまいます。読み終わったら、その場所へ行った気分になれるかも。

児童書 うるさく、しずかに、ひそひそと
ロマナ・ロマニーシン／著 アンドリー・レシグ／著
ひろまつ ゆきこ／訳 広松由希子／訳 河出書房新社／刊



目には見えない“音”の振動や大きさ、高さを、美しい絵で視覚的に感じられる絵本です。世界にあふれている音を、いったん全てシャットアウトして耳を澄ませたとき、聞こえてくるのはどんな音でしょう。

- 新世代至高のおりがみ
山口真／著 西東社／刊
- 世界のコンサートマスターは語る
世界の名門オーケストラから、51人の証言
音楽の友／編 音楽之友社／刊

この本も おすすめ!



- ウィリアム・モリス123
世界一美しいファーストブック
リズ・キャッチボール／画 東京書店／刊
- きらきら あかちゃんごきげん
あらいひろゆき ちよ ともみ かん
新井洋行／著 くもん出版／刊

定期開催

シルバー人材センター入会説明会 14日(休)午前9時30分から(途中入場不可)、60歳以上の市民、開田自治会館(開田3-2-5)	同センター ☎955-8000	転ばぬ先のからだづくり教室(保健師・理学療法士・作業療法士)【申込制・先着順】 65歳以上の市民でつくる3人以上のグループ。自治会館や自宅などに訪問	健康医療推進室 ☎955-9705
長岡京音頭保存会の練習日 2日(金)午後7時から、9日(金)・20日(休)午後1時30分から、産業文化会館	音頭保存会事務局(商工観光課) ☎955-9515	普通救命講習【実技のみ・申込制】 事前に web 講習の受講が必要 詳細は乙訓消防組合ホームページへ	長岡京消防署 ☎957-0119
西山公園体育館トレーニング室利用説明会【申込制・先着順】 18歳以上対象(休館)	西山公園体育館 ☎953-1161	ふれあい朝市・夕市 毎週月 ▷午前8時30分～9時、中央公民館市民ひろば 毎週水 ▷午前8時30分～9時、勝竜寺城公園駐車場 毎週土 ▷午後4時～6時、パンピオ広場公園	農林振興課 ☎955-9514 *売り切れ次第終了、ペットの入場はお断りします。
個人開放デー【申込制・先着順】 10日(土)西山公園体育館、17日(土)スポーツセンター 午前9時～11時20分(変更の場合あり)	スポーツセンター ☎951-3363	ふれっしゅ交流市 毎週月(水)土 ▷午前8時～10時 金ケ原の湯川酒店前	
学校グラウンド夜間照明 11月分の抽選日 21日(休)午前9時から、市役所東棟3階会議室7	文化・スポーツ振興室 ☎955-9735	海印寺ふれあい市 毎週水(木)土 ▷午前9時～11時 JA 海印寺支店駐車場	
新型コロナウイルス感染症の影響で、催しや相談などが中止・変更される場合があります。最新情報は、市ホームページや各問い合わせ先へご確認ください。			

休業・休館

市役所、保健センター、きりしま苑、竹寿苑	±◎	観光案内所 長岡京@navi. (西山天王山駅前)	⊕	パンピオ1番館	市民活動サポートセンター 市民交流フロア 中央生涯学習センター 生涯学習団体交流室	なし
図書館	月と1・20	観光案内所(長岡天神駅前)	⊕		教育支援センター 男女共同参画センター	◎
北開田会館	±午後、◎	中央公民館	月		総合生活支援センター	
北開田児童館“キッズナ”	◎	長岡京こらさ	なし		観光情報センター	⊕
西山公園体育館	⊕	シルバー活動交流フロア	±◎			
スポーツセンター	13	あったかふれあいセンター	◎			

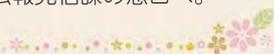
あなたの コーナー



読者のお便りや
サークルからのお知らせ



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。



催しの案内

◆**景観フォーラム2020**▷①10月2日(金)13時半～16時、バンピオ ②10月24日(土)9時半～16時、中央公民館▷各先着10人▷①長岡京の景観を考える 京都大学 川崎先生 ②長岡京の風致保全の実態▷300円▷要申込 〇鶴野(☎080-5712-8695)

◆**親子で英語ミュージック**▷10月6日(火)10時半～11時半、バンピオ▷未就学児と保護者(先着10組)▷ふれあい遊びやリズム遊びを楽しむ▷要申込▷HPあり 〇おやこのいっぽの会 塩見(fabmusic2014@gmail.com)

◆**映画カフェ**▷10月11日(日)12時半～15時半、バンピオ▷映画のお喋り会▷300円▷個包装食品の一品持ち寄り▷HPあり 〇映画カフェ長岡京 船越(☎070-1786-2794)

◆**アフタヌーンライブ ハワイアン&フラ**▷10月11日(日)13時半～15時半、バンピオ広場公園▷ハワイアン&フラの演奏会▷申込不要、気軽に見に来てね 〇ケ・メレ・アロハ・ワイレレ 奥野(☎090-8122-7055)

◆**山崎合戦の故地 小泉川の風景と細川藤孝・古今伝授を歩く**▷10月18日(日)9時、阪急西山天王山駅東口集合▷小泉川流域、走田神社など▷定員20人▷400円▷要申込▷HPあり 〇NPO 法人長岡京市ふるさとガイドの会 高橋(FAX953-3381)

お知らせ & お便りを募集中!

●お知らせ(催し、募集)

▶**文字数・頻度**=【催し】約100字(6行分)、2か月に1回 【募集】約85文字(5行分)、6か月に1回
▶**申込期限**=掲載希望月の1か月前
▶**申込用紙**=下記や市ホームページから入手できます

●お便り(文章や絵、写真など)

伝えたい気持ちやステキな作品などを読者と共有しませんか?



〇広報発信課 広報戦略担当 ☎955-9660 FAX955-9703
✉kouhou@city.nagaokakyo.lg.jp

◆**文化まつり市民大菊花展**▷10月18日(日)～11月15日(日)、光明寺境内▷大菊三本仕立や福助、ダルマ作り、菊盆栽、切花などの花壇展示 〇京都西山菊友会 桂(☎331-1971)

◆**簡単ベビー&チャイルドリトミック**▷10月23日(金)10時40分～正午、長岡京こらさ▷0～2歳半▷簡単リトミックとベビー&チャイルドマッサージ▷手作りおやつあり▷500円 〇ムジクリ企画 小西(☎080-1418-5044)

◆**大人のための英会話講座**▷10月29日(木)18時～19時(中級)、19時半～20時半(初級)、バンピオ▷全8回6,000円 〇国際文化交流協会 前田(☎090-6489-2803、平日11時～16時受付)

◆**第29回どんぐり祭り**▷10月31日(土)9時～正午、放生池広場(光明寺裏)▷雨天時は11月1日(日)に延期▷定員10家族▷大人1人300円▷要申込▷HP

あり 〇乙訓の自然を守る会 川村(otokuni.sizen@gmail.com)

◆**ファミリートランポリンスクール**▷11月7・14・21日 ①12時半～14時半、西山公園体育館▷全3回に参加できる、3歳ごろ～小学生とその保護者(先着21人)▷親子で2,500円(追加 1人500円)▷要申込 〇菅谷(☎090-3709-5705)

◆**第25回 市長杯グラウンドゴルフ大会**▷11月16日(月)8時半～11時半、スポーツセンター▷市内在住・在勤の人▷500円▷10月5日(月)までに要申込 〇同協会 山本(☎090-3629-6045)

募集します

◆**民舞同好会**▷竹寿苑で月2回9時半～14時半、きりしま苑で月1回9時半～正午▷60歳以上▷歌謡舞踊・民踊、楽しく一緒に踊りましょう。初心者も大歓迎 〇藤本(☎090-8206-2071)

まちの魅力一緒に発信しませんか?

SENSE
-NAGAOKAKYO-

市民ライター養成講座

計4回の連続講座を開講します

10月～来年1月で計4回の連続講座を開講します。あなたの記事が、市の魅力発信 WEB サイト「センス長岡京」を豊かに♪ ▶**日時**=①10月24日(土)午前 ②11月14日(土)午前。3・4回開催日は後日決定 ▶**申込**=10月16日(金)までに、右記ホームページ内の申込フォームへ

〇広報発信課 広報戦略担当 ☎955-9660 FAX955-9703



詳しくはこちら

家庭用品 活用コーナー

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（☎955-9548）へ。

●譲ります

PCデスク（座卓タイプ）、サーキ
ュレーター、高枝切りばさみ、パウ
ンサー、ハイローチェア、ベビージ
ム、ベビーチェア（風呂用）など

●譲ってください

ベビーチェア（食事用）、ベビーベ
ッド、扇風機 など

- * 修理不要な物に限ります。
- * 市は品物を預かりません。
- * 品物の詳細はホームページに掲載しています。



もえるごみは
指定ごみ袋で

指定ごみ袋制度 始まっています！

消費者トラブルQ&A

海外から、心当たりのない
商品が届いた。対処法は？



海外から荷物が届いた。家族がネット通販で購入した物かと思い受け取ったが、誰も心当たりはないと言う。未開封で中身はわからないが、どうしたらよいか。

心当たりのない荷物は、安易に受け取らないことが大切です。受け取ってしまった場合は、すぐに配送業者に引き取ってもらえるか尋ねてみましょう。注文していない商品が一方向的に送られてきた場合、そのまま使用せず14日間保管し、その間に業者から引き取りがなければ、商品を自由に処分できます。万一、その後に請求書が届いても支払う必要はありません。

トラブルを避けるために、通信販売などで注文した商品が届く予定がある場合は、家族で情報を共有しておきましょう。単なる業者の発送誤りの場合や、知人からのプレゼントだったとわかる場合もあります。不安なときは下記窓口までご相談ください。

【ご注意ください】 海外などから心当たりのない「種子」が届いた場合は、植物防疫所に連絡が必要です。ビニール袋を開封せずに、まずは下記窓口までお問い合わせください。

☎長岡京市消費生活センター ☎955-3179

受付＝火曜日を除く平日（午前9時～正午・午後1時～4時）



みんなの応募
待ってるよ！

プレゼントクイズ PRESENT QUIZ

抽選で3人に図書カード（500円分）が当たります。



■クイズ 今年の大河ドラマ「麒麟がくる」の主演で、細川ガラシャの父親といえば、明智〇〇。（ヒントは2～3ページ）

■アンケート
今月号の感想を教えてください。（良かった記事、分かりにくかった記事、行ってみよう・やってみようと思ったこと、改善要望など）

■応募方法（締め切り10月15日（木）消印有効）

- ①クイズの答え ②住所 ③名前（ふりがな） ④年齢
- ⑤電話番号 ⑥アンケートの回答 ⑦日頃の思いや季節の話題など一言 ⑧紙面で⑦の内容を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、はがきかファクス、電子メール、QRコードから下記へ。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。

【宛先】〒617-8501（住所記載不要）

長岡京市役所 広報発信課 広報10月号プレゼント係

☎955-9660 FAX955-9703 ✉kouhou@city.nagaokakyo.lg.jp

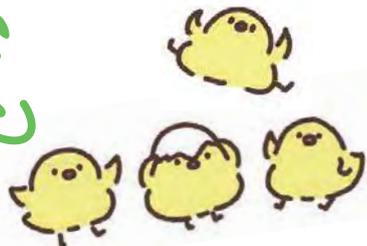
QRコード
から簡単応募



※先月号のプレゼント「桂米朝一門会のペアチケット」は、新型コロナウイルスの影響で公演が中止になったため、図書カードに替えさせていただきました。

●先月号の答え…国勢調査

はぐくみひろば



乳幼児と保護者のためのイベントカレンダー

各ラインやアイコンがある日に利用できます。	月	火	水	木
<p>中央公民館 児童室の開放</p> <p>🕒 9:00～17:00</p> <p>👤 就学前の子と保護者</p> <p>ふれあい</p> <p>子育てふれあいルーム</p> <p>子育てサポーターがいます。各時間7組まで。8組目からは別室にご案内します。</p> <p>🕒 10:00～正午 13:30～15:30</p> <p>👤 3か月～就学前の子</p> <p>📍中央公民館 ☎951-1278 FAX955-4774</p> <p>.....</p> <p>きりしま苑 親子遊び部屋開放</p> <p>親子で遊ぼう！</p> <p>🕒 9:30～16:00</p> <p>👤 3か月～3歳頃の子</p> <p>📍きりしま苑 ☎956-0294 FAX956-0290</p> <p>きりしま苑の最新情報は こちらから→ </p> <p>.....</p> <p>北開田児童館 “キッズナ”</p> <p>キッズルームの開放</p> <p>🕒 ①10:15～11:15 ②13:15～14:15 ③15:15～16:15</p> <p>密集を避けるため、利用時間を分けています。</p> <p>👤 就学前の子と保護者</p> <p>📍北開田児童館 ☎955-1110 FAX955-1162</p>	<p>新型コロナウイルスのため、掲載内容が変更される場合があります。最新情報は、市ホームページや各問い合わせ先へご確認ください。</p>			<p>1</p> <p>北開田児童館 “キッズナ”</p>
	5	6 ふれあい	7	8
	きりしま苑 親子遊び部屋開放			
	12	13	14 ふれあい	15
	19	20 ふれあい	21	22
	<p>きりしま苑 要申込</p> <p>ママのしゃべり場 「習いごとについて」</p> <p>🕒 10:30～11:30</p> <p>👤 3か月～未就学児の保護者</p>		<p>INDEX 10P</p> <p>幼児家庭教育学級 ぴよぴよクラブ(特別編)</p>	
26	27	28 ふれあい	29	
	<p>えほんのひろば 要申込</p> <p>絵本の読み聞かせや 大型絵本でわくわくを</p>		<p>INDEX 10P</p> <p>幼児家庭教育学級 ぴよぴよクラブ(後期)</p>	

27日(火)は **えほんのひろば** **要申込**

🕒 10:30～11:00
11:15～11:45

👤 6か月～2歳の子と保護者 (各回7組)

📍図書館
☎951-4646 FAX957-0732

▷申込＝2日(金)10時から受付
図書館カウンターでも申し込めます。



地域子育て支援センター 遊びの場の提供や育児相談など。未就園児とその保護者が利用できます。現在、**事前予約制**で実施していますので、利用日前日までにお問い合わせください。



何でも相談してね

名称	実施日 (状況により、実施のない場合があります)	閉園日	実施場所	問い合わせ先
エンゼル	月～金曜日、午前9時～午後4時 ※事前予約制(お電話でご確認ください)	土・日曜日、 祝・休日	開田保育所	☎953-7711
たんぽぽ			保健センター	☎955-6262
さくらんぼ	月～金曜日、午前10時～午後3時 土曜日、午前9時30分～午後2時30分 ※事前予約制(お電話でご確認ください)	日曜日、 祝・休日	さくらんぼ	☎952-6388
さんさんの会			海印寺こども園	☎954-5264

10月の健診など

○ 場所は保健センター ○ 発達相談は随時受付 **要申込**



健診・教室名	受付日時・対象者など	新型コロナウイルスの影響で、内容が変わる場合があります。最新の情報を市HPでご確認ください。  健診など  予防接種
BCG 予防接種	8日(木) 13:00～ 予約制。対象者には個別にお知らせしています。	
離乳食教室	教室形式では実施していません。 対象者には個別にお知らせしています。	
1歳3か月歯の教室	対象者には個別にお知らせしています。	
4か月児健診 / 10か月児教室 / 1歳8か月児健診 / 3歳6か月児健診	予約制。対象者には個別にお知らせしています。	

妊娠 - 出産 - 子育てをサポートする「子育てコンシェルジュ」がいます。子育て相談会は中止していますが、個別に相談をお受けしています。育児のことやあなた自身の不安な気持ちなど、どんなことでも遠慮なくご相談ください。

健康医療推進室

☎955-9704 FAX955-2054

金	土	日
2	3 中央公民館 児童室の開放	4
9 お悩みの声が多い 離乳食のこと。 Webで離乳食教室 を配信しています。	10	11
16 INDEX イベントの 詳しい内容は、 「情報 INDEX」 で紹介中！	17 INDEX 11P え〜ほん 絵の本ひろば	18
23 INDEX イベントの 詳しい内容は、 「情報 INDEX」 で紹介中！	24 INDEX 11P わくわくバルーンアート INDEX 16P ファミリーサポートセンター 入会説明会	25
30 きりしま苑 Fab Music. 親子で英語ミュージック教室 🕒 10:30～正午 👤 3か月～未就学児と保護者 (先着10組) 要申込 6日(火)午後2時から受付	31 INDEX 11P アンガーマネジメント キッズ講座	

予防接種 スケジュールの再確認を

● 間隔を空けずに受けられるように
これまで、予防接種を受けるときは、一定の日数を空ける必要がありました。10月からは、同じ種類の予防接種や注射生ワクチン同士を接種する場合以外は、日数を空けずに受けられるようになります。詳しくは、上の「予防接種」のQRコードで紹介しています。予防接種のスケジュールを、かかりつけ医と相談してください。

● ロタウイルスワクチンが 10月から定期接種の対象に

令和2年8月生まれ以降の乳児が対象です。初回接種の標準的な接種期間は生後2か月から生後14週6日までです。

健康医療推進室

☎955-9704

FAX955-2054

いたずらざかり

掲載をご希望の方は、広報発信課へご連絡ください♪

☎955-9660 FAX955-9703 ✉kouhou@city.nagaokakyo.lg.jp



村田
夏寿久ちゃん(5歳)



神足

【母より】
念願のプールで浮き輪で遊べた！
我慢の夏だけどできる範囲で楽しもうね。

野垣
晴ちゃん(1歳2か月)



開田

【ママより】
晴と一緒にいると毎日楽しいよ！
たくさん笑って元気に育ってね！
大好きだよ♡

杉本
望羽ちゃん(0歳1か月)



馬場

【パパ、ママから】
元気に生まれてきてくれてありがとう！
望み多き人生になりますように…。



長岡京たべとくスタンプラリー運営委員会

田中邦彰さん
嶋岡佐織さん

コロナに負けず、
輝く人たち

特別編

「夢は長岡京をグルメシティにすること」と話す田中さん



「ウィズコロナ」の生活に明るい時間を。10月1日から「長岡京たべとくスタンプラリー」(6ページ)がスタートします。自らも飲食店を経営される、運営委員会の田中さんと嶋岡さんに、この取り組みへの思いを聞きました。

— 新型コロナの影響はどうですか。

田中 お客さんは半減しましたね。9割減の店もあると聞きます。緊急事態宣言中は、テークアウトや「長岡京エール飯」が支えになりましたが、解除された後の方が売り上げは厳しい状況になりました。— 苦しい中での企画となりましたね。

田中 昨年に続き、2回目となるこの企画なんですけど、動きだした矢先にコロナに見舞われて。でも今年、参加店舗は3倍に増えたんです。— 皆さん「何かしたい」と思われていたのですね。



「最初はやっぱり不安でした」と語る嶋岡さん

嶋岡 一店一店回って話しました。早く参加していただき、本当に喜んでいきます。一人でできることも、皆で協力し合うと可能になる。絆の

力をあわせて、おいしいとワクワクを届けたい

力はすごいですが、「たべとくスタンプラリー」は、企画段階から運営側が楽しめているので、利用してもらおう皆様にも楽しんでいただけたらと思っています。田中 新しい企画も用意しています。店だけでなく、協賛企業が増えたおかげで、賞品も豊富に用意できました。

— これまで知らなかった市内のお店を発見する楽しさもありますよね。

嶋岡 ホームページや、インスタグラム、フェイスブック、ツイッターを開設し、多くの方に知っていただくように努めています。お気に入りの店を発見する楽しみ、情報を共有するうれしさのようなものが、「コロナ禍」で沈みがちな気持ちから抜け出すきっかけになれば、「おいしい」に「ワクワク」をプラスして、皆さんが再び元気な生活を取り戻せるように願っています。

普段はライバルだと笑いながら話すお二人。一致団結して異例の状況を乗り越えようとする熱意が伝わってきました。

四コマ漫画 光-meter
~ another story ~

細川家の

玉ちゃん

②玉が語る 勝龍寺城

私の生涯を
漫画で紹介
するわ!



お玉ちゃん



*『勝龍寺城関係資料集』 詳細はこちら! →

