

広報

長岡京

Life
Nagaokakyo 長岡京
ライフ

2024
September
9



今月は
認知症月間



私たちにできること、
まずは知ってみませんか？

かしこ暮らしっく
長岡京

2-5 “知る”ことから始めよう 地域づくり

6-7 夏の思い出&秋のお楽しみ

8-17 情報 INDEX

24 長岡京のきらり◆

など

2人が手に持つ「オレンジリング」は、認知症の人を見守る目印。講座を受講した人に配布しています。あなたも、知るところから始めませんか。

“知る”ことから始めよう 安心して過ごせる地域づくり



認知症の人や介護をしている人、みんなが暮らしやすい地域にするためには、お互いをきちんと理解し助け合うことが大切です。まずはあなたも「知る」ことから始めませんか。

☎高齡介護課 高齡福祉係 ☎955-9713 FAX951-5410



あなたにも知ってほしい 認知症

認知症って何？

記憶・判断力などが低下し、日常生活に支障のある状態が約6か月以上継続すること。脳の細胞の状態が悪くなることで症状が現れます。人によって症状はさまざまです。

私たちにできることは？

まずは認知症についてきちんと理解すること、そして身近な人が認知症になっても抱え込まないことです。市役所や地域包括支援センターで相談できます。市内には、認知症の人を見守る団体や、認知症の人の家族が集まる団体もありますよ。

9月は認知症月間です。あなたや家族、近所の人
が認知症になったときのためにも、イベントに参加
して“自分ごと”として考えてみませんか。

認知症の症状は…



同じことを何度も聞く
置き忘れや紛失が増える
周囲に対して無関心になる



認知症になった人の感じ方は…



「この先どうなるのだろう」と不安になる
どうしたらよいか分からず
混乱して怒りっぽくなる



*症状や感じ方は一例です

インタビュー①

認知症の夫と暮らし、認知症を“自分ごと”として捉える
八木さんにお話を伺いました。

悩みを聞いてもらうことが 気分転換になります

— 長岡京市介護家族の会 八木さん

一緒に生活する中で、「夫は認知症かもしれない」と
思ったきっかけは？

夫はバイクが好きで、よくねじを自分で替えていま
した。そんな中、ある時からねじをやたら買うように。
理由を聞くと「聞いていたものと違うものが届いた」
などと言うことが続いたので、おかしいなと思ったの
がきっかけです。山から下りられなくなる、池にはま
る、バイクで道路の真ん中を走るなどの行動も見られ
たので、すぐ主治医の先生に相談しました。



長岡京市
介護家族の会

介護をしている・して
いた人を中心に、介護
の悩みや認知症の困り事などを共有。

▶活動日時 = 毎月第4☎午後1時～3時

▶場所 = バンビオ

☎同会 渋谷 ☎955-6432

「介護家族の会」に参加して感じたことは？

「悩みを聞いてもらう場がなくて、みんな困ってい
るんだな」と思いました。私もこれまで周りの人にサ
ポートしてもらったので、誰かの助けになればたと参
加しています。ストレスをため込まないためにも、自
分の気持ちを吐き出して「そういうことあるよね」と
共感を得ることが気分転換になります。

認知症のこと 見て、聞いて、体験しよう



認知症のことをよく知っている人も、これまで関わりがなかった人も、気軽に参加できますよ。

☎(一財)長岡記念財団オレンジルーム

☎952-3794 FAX951-9250

10/1^(火) 午後2時～ 不安に感じるのはどんな時？ 認知症 VR 体験会

VRヘッドセットをつけて、認知症の人が見ている世界を体験してみませんか。

▶対象=市内在住・在勤・在学の人(60人)

▶場所=中央公民館 ▶申込=オレンジルームへ



9/4^(水) ～ 10/31^(木) 読書の秋に読んでみよう 認知症に関する本を展示

▶場所=図書館1階

*休館日は16ページをご覧ください。

☎図書館 ☎951-4646 FAX957-0732

10/23^(水) 午後2時～ 講演会「ある日家族が 認知症になったら」 ～身近な人の認知症に気がついたとき 家族や地域にできること～

「介護家族の会」と「みまもる ONE」の会員が、体験談を話します。大型紙芝居や癒やしの音楽の活動をする団体「ブーフーウー京都」の演奏も。

▶対象=市内在住・在勤・在学の人

▶場所=中央公民館 ▶申込=オレンジルームへ



9/19^(木) 午後2時～ 映画上映会 「ばあばは、だいじょうぶ」



(C)2018「ばあばは、だいじょうぶ」製作委員会

認知症になったおばあちゃんの姿を、小学生の孫・翼の視点から描いたヒューマンドラマです。

▶対象=市内在住・在勤・在学の人(200人)

▶場所=バンビオ

▶申込=オレンジルームへ

*日本語字幕なし。

*音声ガイドアプリ未対応。

11/2^(土) 午前10時～ できる範囲で手助けしよう 認知症サポーター養成講座

日常生活で手を差し伸べる「認知症サポーター」。受講者には、理解者の証「オレンジリング」を渡します。

▶場所=産業文化会館 ▶対象=市内在住・在勤・在学の人(50人) ▶要申込

☎東地域包括支援センター

☎963-5508 FAX958-6909



インタビュー②

認知症の人でもそうでない人も、みんながつながる地域を作るために活動する村上さんにお話を伺いました。



いざという時に助け合える 地域のつながりを作りたい

ー 西山コミュニティ研究会 みまもる ONE 村上さん

団体の活動について教えてください。

約10年前から、認知症啓発のために地域住民がすべきことを話し合い、地域のつながりである“ご近所力”を高めるために活動しています。活動を知ってもらうため、地域の祭りでブースを出展することも。もっと新しいつながりができたらと思っています。



西山コミュニティ研究会 みまもる ONE

高台西を中心に、地域で「ひとりぼっち」の人を作らないために活動。赤い羽根共同募金の仕組みを使い、幅広い共感者からの支援を受けている。

“ご近所力”を高めるための活動とは？

高台西地区では、ご近所さんの趣味やペットの有無、民生委員などの役割を書いたマップを作成しました。マップがどんな時に活躍するのかを伝えるマンガと一緒に各世帯に配布し、家の中のすぐ手に取れるところに置いてもらっています。日常のコミュニケーションにも役立ててもらい、いざという時に助け合えるつながりができればうれしいです。



介護者のあなたへ ホッと一息つきませんか

介護をする人も必要とする人も、健康に過ごせることが大切。体を動かし、人との会話を楽しんで気分転換しませんか。



9/10(火)
午前10時～

測定会で
健康状態を知ろう



血管年齢や骨の健康度などを測定します。交通安全のお話や、地域包括支援センターの紹介コーナーもありますよ。

▶場所 = 中央公民館 ▶定員 = 40人

10/15(火)
午後2時～

介護経験者のお話
& いきいき体操



男性介護者や、仕事をしながら介護をしている人の体験談を聞くことができます。理学療法士と一緒に運動することで、気分転換も。

▶場所 = 産業文化会館 ▶定員 = 40人

【共通】

- ▶対象 = 市内在住の人
- ▶申込 = 右記QRか電話・ファクス・メールで高齢介護課へ

申込フォームへ



- ▶介護を必要とする人と一緒に参加できます

☎高齢介護課 高齢福祉係

☎955-9713 FAX951-5410

koureikaigo@city.nagaokakyo.lg.jp



11/27(水)
午後1時30分～

頑張るあなたに癒しを
ハンドマッサージ

セルフハンドマッサージのポイントを教わります。お茶やお菓子を楽しみながら、同じ思いを持つ人と交流しませんか。

▶場所 = 産業文化会館 ▶定員 = 30人



インタビュー③

介護を必要とする妻と暮らし、介護経験を男性同士で共有する場に参加している吉原さんにお話を伺いました。

“悩んでいるのは自分1人じゃない” と気づきました

— 男性介護者サロン 吉原さん

サロンに参加して感じたことは？

介護について、自分と同じように悩んでいる人がいることに気づきました。悩みや困り事を話すだけで気持ちがあっさりします。話を聞いてほしいのはみんな一緒。つながりができたことが私にとっては一番うれしいことで、次の活動日が待ち遠しいです。

これから介護する人に伝えたいことは？

ある日突然始まる介護に家族が戸惑っている間に、介護を必要とする本人は自分のことがどんどんできなくなってしまいます。これを家族だけで抱え込むと、時間や気持ちの余裕がなくなります。介護を必要とする人も家族も、お互いが気持ちの余裕を持てるように、制度や人に助けてもらうことが大切だと思います。

男性介護者サロン

市社会福祉協議会主催の事業。介護をしていた・している・これから考える人が集まって、近況や悩み・困り事などの話や、介護のミニ講座を実施している。

▶活動日時 = 毎月第3㊤午後1時30分～ 3時

▶場所 = きりしま苑

☎市社会福祉協議会

☎963-5137 FAX963-5509



サロンでは、「こんなサービスを受けたよ」などの情報を共有しています。

このまちで自分らしく 暮らし続けるために

判断能力が十分でない人を支援する成年後見制度や、高齢になっても元気に過ごすための活動場所を紹介しません。気になることがあれば、お気軽にご相談ください。

意思決定のお手伝い 権利擁護支援

認知症、知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が十分でない人が、自分らしく安心して地域で暮らし続けられるようにします。

●成年後見制度

財産管理や、介護・福祉サービスの利用契約などの手続きを、本人の意思を尊重しながら支援します。支援する後見人などの選任には、家庭裁判所への申し立てが必要です。申し立てや後見人などの支援を受けるには費用がかかります。市では一定の要件に該当する人に、費用を助成しています。

判断能力が不十分になったときのために、本人があらかじめ結んでおく「任意後見契約」の制度もあります。詳しくは下記へご相談ください。

☎総合生活支援センター ☎963-5137

高齢者：高齢介護課 ☎955-9713

または近くの地域包括支援センター

障がいのある人：障がい福祉課 ☎955-9710

任意後見契約：京都公証人合同役場 ☎231-4338

●福祉サービス利用援助事業 (地域福祉権利擁護事業)

成年後見制度の利用は必要なくても、判断能力に不安がある人へ、福祉サービス利用や日常的な金銭管理の支援をします。市社会福祉協議会が実施しています。

☎市社会福祉協議会 ☎958-6912



詳しくは
厚労省 HP へ

いつまでも元気に過ごすために やすらぎクラブ長岡京

60歳以上の会員が、仲間づくりや生きがいづくりに取り組む「やすらぎクラブ長岡京」。いつまでも元気に過ごすために、あなたも参加してみませんか。

☎やすらぎクラブ長岡京 ☎FAX956-6166

やすらぎクラブ長岡京って何をするとところ？

スポーツ系から文化系まで、共通の趣味を持つ仲間が集まって活動しています。同好会やサークル活動に興味がある人は、ぜひご連絡ください。



手まりサークルの
作品展示

10/18(金)
午後1時～

講演会「人生100年時代 笑いの効能で長生きしましょう」

創立60周年を記念して開催します。
雲迎寺住職で落語家の、久志則行さん(てんご堂雅楽)を招きます。フルートやピアノの演奏も。



▶場所 = 中央公民館

▶対象 = 市内在住の60歳以上

今は関係ない人も、“知る”ことで周りの人を助けることができます。今1人で悩んでいる人は、“知る”ことで同じ悩みを持つ仲間と出会うことができます。これからもこのまちで安心して暮らし続けるために、1人1人ができることから始めてみませんか。

困り事・悩み事は
ご相談ください

☎高齢介護課 高齢福祉係

☎955-9713 FAX951-5410

koureikaigo@city.nagaokakyo.lg.jp





今年の夏も暑かったですね。みなさん、どのように過ごされましたか。6ページでは市内の夏イベントの様子を写真で振り返ります。7ページでは秋イベントの一部をご紹介します

問 広報発信課 広報戦略担当

☎ 955-9660 FAX 955-9703



夏の思い出

& 秋のお楽しみ



若葉カップ



7月25日から4日間、全国各地で予選を勝ち抜いてきた小学生たちが、西山公園体育館などで熱戦を繰り広げました。



段ボールでオリジナル甲冑作り



ジャブジャブ池で水遊び

打ち水大作戦



8月6日
市役所南側駐車場前と
ロングヒル前にて



セブラボの夏市



サマーナイトカフェ



7月26日、8月2日
バンピオ広場公園にて



はにわ 埴輪作り体験



9/7
土

まるごとヘルシーフェスタ



イベント詳細は
こちら

市HP

食や健康がテーマの体験型イベントを今年も開催
します。子どもから大人まで誰でも楽しめる企画が
盛りだくさん。気軽に参加してくださいね♪

時間：午前 10 時～午後 4 時

場所：バンビオ 1 番館 3 階

食育ひろば 午前 10 時～午後 0 時 30 分

クイズやゲームで楽しく「食」について学べます。市内保育所の園児が作成した絵の展示や、タケノコ掘りの気分が味わえるフォトスポットも♪

市の特産品



展示でおいしい食べ方などを紹介します

歯のひろば 午後 2 時～4 時 (受付は 15 分前まで)

乙訓歯科医師会によるお口のチェックや、災害時の口腔ケアグッズの紹介があります。口臭やかむ力のチェックもできますよ♪



他にも、体を動かして遊べるマルシェやウォーキングアプリ「aruku&」の登録・抽選会などがあります。気軽に遊びに来てくださいね。

健康づくり推進課 保健企画担当

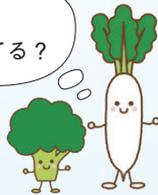
☎ 955-9704 FAX 955-2054



数値で健康チェック

骨健康度や血管年齢、脳年齢などの数値から、健康状態をチェックできます。野菜の充足度など珍しい測定もありますよ♪

野菜、足りてる？



9/7
土

名月の宴

雨天中止

～古城で繰り広げる芸能の夕べ～



時間：午後 6 時～8 時 30 分
場所：勝竜寺城公園

明智光秀・細川ガラシャゆかりの地で、みやびな音楽や舞を楽しみませんか。小学生が作成したランタンと、竹灯籠の明かりが華やかに会場を彩ります。

▶ 演目＝大正琴・尺八・詩吟・日本舞踊・オカリナ・能管など

市文化協会事務局(文化・スポーツ振興課内)

☎ 955-9734 FAX 955-3150

9/8
日

たそがれコンサート



時間：午後 2 時 15 分～5 時
場所：バンビオ広場公園

市内中学校・高校の吹奏楽部が練習の成果を披露します。

▶ 雨天時や熱中症の危険が高い場合は、バンビオメインホールで

▶ 気象警報・熱中症特別警戒アラート発令で中止

市少年補導委員会事務局(生涯学習課内)

☎ 955-9534 FAX 955-9526



あなたの「知りたい!」がきっと見つかる

インデックス 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**
- ▶ 抽選の記載がないものは **先着順** で受付
- ▶ 詳しい内容は各問い合わせ先へご確認ください
- ▶ ㊚マークがついたアドレスは、後ろに「@city.nagaokakyo.lg.jp」が付きます

各課の場所を案内しています!



市ホームページへ



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)

参加しよう

産後ママのストレッチ&抱っこひも講座

主任児童委員企画の講座です。

▶日時・場所=9月27日(金)午前10時～11時30分、中央公民館 ▶対象=首が据わった乳児～よちよち歩きの子とその家族(15組) ▶申込=9月2日(月)午前9時から

㊚地域福祉連携室地域福祉係

☎955-9516 FAX951-7739

市内名店の職人から学ぶ 大人のための和菓子作り体験

喜久春2代目・西山基文さんから教わりながら、2種の和菓子を作ります。



▶日時・場所=9月28日(出)午後3時30分～5時、なかの邸 ▶対象=18歳以上(10人) ▶費用=3,500円(飲み物、土産付き) ▶申込=9月1日(日)から

㊚らしく長岡京事務局

☎090-7356-2855



らしくHPからも申し込み可

似合う色で5歳若見え パーソナルカラー講座

▶日時・場所=9月22日(日・祝)・28日(出)午後2時～4時、中央公民館 ▶対象=市内在住・在勤・在学の人(各回6人) ▶費用=2,000円 ▶申込=9月3日(火)午前11時から

㊚中央公民館

☎951-1278 FAX955-4774

ギャラリー MACHIYA 「わたしの時間」

人形コレクションや衣装、豆本などの作品展示です。

▶日時・場所=9月1日(日)～29日(日)午前9時～午後6時(最終日は午後4時まで)、神足ふれあい町家

㊚神足ふれあい町家

☎951-5175 FAX202-9239

写真と出土遺物で紹介! 長岡京跡 発掘調査成果報告会

▶日時・場所=9月14日(出)午後2時～4時、中央公民館

▶定員=60人

㊚(公財)市埋蔵文化財センター

☎955-3622 FAX951-0427



4時間で巡る! 阪急観光あるき 西国街道の登録有形文化財めぐり

▶日時・集合=10月12日(出)午前9時、阪急西向日駅西口 ▶定員=抽選で30人 ▶費用=400円 ▶申込=9月19日(休)～10月3日(休)に、参加者全員の氏名、年齢、住所、電話番号を下記へ。メールの場合は件名にツアー名(この記事のタイトル)を記載

㊚商工観光課観光戦略担当

☎955-9515 FAX951-5410

㊚syoukoukankou

長岡京市歴史講演会 乙訓最大の古墳・恵解山古墳

恵解山古墳公園の開園10周年を記念して開催。発掘成果や古墳の特徴などを紹介します。

▶日時・場所=10月6日(日)午後1時30分～3時10分、産業文化会館 ▶定員=80人 ▶費用=400円 ▶申込=QRかメールで名前、市町村名、電話番号を送信

㊚NPO法人長岡京市

ふるさとガイドの会 高橋

☎090-7366-3107 FAX954-5523

nagaokakyoguide@yahoo.co.jp



申し込みフォームへ

広告

仕事をしたい60歳以上の方 会員登録してみませんか。

事務サービス
・宛名書き
・賞状書きなど

家事援助サービス
・室内清掃
・食事の支度
・洗濯など

その他
・ポスティング
・簡易な大工など

庭の手入れ
・除草
・剪定
・水やりなど

様々な仕事、お引き受けします!

公益社団法人 **長岡京市 シルバー人材センター**

☎075-955-8000

長岡京市開田 3-3-36
市役所分庁舎3

www.sjc.ne.jp/nagaokakyo/
長岡京市シルバー

長岡美装社(廃棄物収集運搬業)

犯罪・暴力のない 毎日を 作りたい。

活動はInstagramで

活動はFBで

TEL 953-7903
FAX 953-8860



**食品のご寄付を
お願いします**

フードバンク長岡京が、賞味期限まで1か月以上あり、未開封で常温保存可能な食品を受け付けます。
▶日時・場所＝9月4日(水)午前9時～午後5時、市役所新庁舎ロビー ㊟環境業務課 ☎955-9548

**庭木の手入りに役立てよう
はじめての剪定講習会**

樹木医の緑化指導員から、剪定技術を学ぼう！

▶日時・場所＝9月27日(金)午前10時～11時30分、西代里山公園 ▶定員＝10人 ▶費用＝500円 ▶申込＝9月20日(金)午後5時まで
㊟(公財)市緑の協会
☎952-1900 FAX952-1905

**ポールウォークで
大原野神社や大歳神社を巡ろう**

▶日時・集合＝9月13日(金)午前9時30分、中央公民館 ▶対象＝市内在住のおおむね60歳以上(15人) ▶要申込 ▶ポールの無料貸出あり
㊟やすらぎクラブ長岡京
☎FAX956-6166

**メンタルクリニック院長を招く
乙訓親まなびフォーラム**

▶日時・場所＝10月12日(出)午後0時30分～4時、乙訓高校 ▶内容＝講演「ネット・スマホ・ゲーム依存になった子どものために大人ができること」と親まなび講座 ▶申込＝9月26日(木)まで
㊟乙訓教育局社会教育担当
☎933-5130 FAX933-5229

**ヒアリングフレイル予防を学ぼう
高年及び女性の集い**

体操や市の歴史紹介も楽しもう♪
▶日時・場所＝9月29日(日)午後1時～3時30分、バンピオ ▶申込＝9月21日(出)まで
㊟京都府中途失聴・難聴者協会 折坂
FAX954-1475
omichan22@ares.eonet.ne.jp

**コミュニケーションの支援者に
要約筆記者養成講座**

▶日時＝〔共通講座〕10月20日(日)、11月2日(出)・17日(日)〔手書きコース〕来年1月18日(出)、2月1日(出)・22日(出)〔パソコンコース〕来年1月11日(出)・26日(日)、2月23日(日・祝)、いずれも午前10時30分～午後4時30分
▶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＝4,000円(教材など一部自己負担あり) ▶申込＝9月9日(月)～30日(日)
㊟(福)京都聴覚言語障害者福祉協会
☎0774-30-9000
FAX0774-55-7708

スポーツの秋

みんなでいい汗
流しましょ♪

市民大運動会

ガラシャ
ロードレース



10月6日㊟
市内小学校で

(メイン会場は長七小)
*詳細はお問い合わせください。

㊟(公財)市スポーツ協会
☎953-1161 FAX953-1163
spokyo@sports-nagaokakyo.or.jp
文化・スポーツ振興課
☎955-9735 FAX955-3150 ㊟bunka-sports



11月4日(月・休)
午前10時スタート
西山公園体育館とその周辺で

▶種目＝部門ごとの詳細は下記QRから「RUNNET」へ
○タイムを競うレース(年齢・性別ごとの部門あり)
○自分のペースで走るジョギング
▶費用＝各部門により異なる
▶申込＝9月30日(月)までに右記QRから
*今大会から、RUNNETのみで受け付けます。
㊟(公財)市スポーツ協会
☎953-1161 FAX953-1163



申し込みは
こちらから

広告

「子どもらしい子ども」を目指す



一里塚幼稚園

長岡京市開田2丁目2-3
TEL953-0308



LIION HOME
リフォーム&不動産

LINEで見積り

福祉用具レンタル
はじめました!

ライオンホーム
長岡京市今里庄ノ瀬30番地
☎0120-09-1152

知りたい、やりたいが きっと見つかる 市民企画講座

【共通事項】▶場所=中央公民館 ▶対象=
市内在住・在勤・在学の人(小学生以下は保
護者同伴) ▶申込=9月3日(木)午前11時から
☎中央公民館 ☎951-1278 FAX955-4774

●足裏ほぐしと整体で健康を!

《企画：千葉善清》

体と足のつながりや、痛みの予
防・対処法を学びましょう。1回
だけの参加もOKです。

▶日時=9月19日、10月17日、11
月21日の☎午前10時～11時45
分 ▶対象=30～79歳(20人)

●大人の折紙教室-羽の伸びる鶴-

《企画：藤原保子》

▶日時=9月20日
(金)午後2時～4時

▶対象=18歳以
上(10人) ▶費
用=100円



●テーブルで点てる! 楽しむ! 実践「おうち抹茶」

《企画：茶道稽古場一水居

日野真喜》

▶日時=9月21日(土)午前10時
～11時30分 ▶対象=15歳以上
(8人) ▶費用=500円

●呼吸法のイロハから教えます!

《企画：山内式気功体操》

▶日時=[3回連続講座]9月27日
(金)、10月18日(金)、11月14日(木)午
前10時～11時30分 ▶対象=
気功体操未経験の人(10人)

●シニアのためのフォーク・エアロ

《企画：野老暁美》

▶日時=9月29日(日)午後2時～3
時30分 ▶対象=心肺機能に持
病がなく、30分以上歩ける60歳
以上(20人)

●認知症予防と転倒予防に効く スクエアステップ!

《企画：京都でスクエアステップを
広める会おとくに》

▶日時=10月3日(木)午前10時～
11時10分 ▶定員=25人

●懐かしい歌を歌いましょう!

-歌う認知症予防-

《企画：童謡コーラス四つ葉会》

▶日時=10月4日(金)午後2時～4
時 ▶対象=おおむね50歳以上
(50人)

●地域が誇る長岡京市の魅力

《企画：鶴野高資》

▶日時=10月6日(日)午前10時
～11時30分 ▶対象=小学生以
上(30人)

●あき缶をリメイクして植木鉢を 作ろう

《企画：中田政代》

多肉植物の寄せ植えを作ろう!

▶日時=10月8日(火)午後1時30分
～3時30分 ▶定員=6人 ▶費
用=1,500円

●防災かっさで、手軽に心身を セルフケアしましょう

《企画：岡林由美子》

日頃のケアとし
ても、災害時のコ
ミュニケーション
手段としても役立つ「防災かっさ」を学ぼう。



▶日時=10月9日(水)午前10時30
分～11時30分 ▶定員=20人

●誰でも簡単レザークラフト -ポシェット作り-

《企画：アトリエアスラ》

▶日時=10月17日(木)午後2時～
4時 ▶対象=中学生以上(8人)
▶費用=2,000円

●めざせ! イケオジ! 高齢男 性のためのボイストレーニング

《企画：ザ☆御目飯》

▶日時=10月18日(金)午後2時～
4時 ▶対象=50歳以上の男性
(20人)

●童謡・唱歌の世界

《企画：島袋章》

▶日時=10月19日(土)午前10時～
11時30分 ▶定員=30人

●老若男女が楽しめる

タロットリーディング

《企画：辻麗子》

▶日時=[3回連続講座]10月19
日、12月21日、来年1月11日の☎
午後1時30分～3時30分 ▶定
員=15人 ▶費用=700円程度
▶申込締切=10月8日(火)

広告

長岡京病院セミナー

参加無料

住み慣れた場所で、安心して暮らすために
～知っておこう!ちょっと役に立つ介護サービス～

9月27日(金) 14:00～15:00 先着25名
(要ご予約)

講師

金森 千絵子
訪問看護ステーション「ふれあい」所長
今堀 珠里
総心会居宅介護支援事業所 管理者
中楚 正悟
リハビリテーション部主任

お申し込みはこちら ▶▶▶ 075-955-1151

長岡京病院 長岡京市天神1丁目20-10

草刈り・草焼き・防草対策承ります!!

◆台風の備え 大丈夫ですか?
・波板交換 ・雨樋清掃(2階まで)
・お庭清掃 など

◆9月のオススメ◆

先着5組限定 モニター様募集

縦型洗濯機・洗濯槽クリーニング
15,000円⇒30%OFF(モニター条件あり)
お気軽にお問合わせ下さい。

長岡京営業所 損害保険加入
便利屋ころも
090-2099-4663



出店者
募集

あなたの手作り品で ガラシャウィークを彩ろう♪ バンビオものづくり市

▶日時・場所=11月3日(日・祝)・4日(月・休)午前10時～午後4時、バンビオ広場公園
▶費用=1ブース2,500円(2.5メートル×2.5メートル)
▶申込=①希望日 ②名前・店名 ③住所 ④電話番号 ⑤出店品目
⑥車の有無 ⑦ブース数を記入しメールで下記へ。先着順に選考
◎ものづくり市実行委員会 宮崎
☎090-1221-9008 mail.meisei.0220@gmail.com



前日午後5時までに申し込みを 委員会や審議会の傍聴

●地域健康福祉推進委員会

高齢福祉部会

▶日時・場所=10月2日(水)午後2時から、市役所 ▶定員=3人 ▶内容=介護保険事業計画・高齢者福祉計画の進捗報告
◎高齢介護課高齢福祉係
☎955-9713 FAX951-5410

●生活環境審議会

▶日時・場所=10月3日(木)午後2時30分～4時30分、市役所 ▶定員=抽選で5人 ▶内容=第三期環境基本計画の進捗評価と令和7～9年度実施計画の作成
◎環境政策室脱炭素・環境政策担当
☎955-9542 FAX951-5410

人権問題を考えるきっかけに 市民公開講座

いずれも市役所で開催。時間は1時間～1時間半を予定しています。

	日にち	開始時間
①	9月27日(金)	午後6時
②	10月5日(土)	午前10時30分
③	10月11日(金)	午後7時
④	10月30日(水)	午後7時

▶定員=各回40人 ▶内容=①みんなが幸せになるために ②子どもの抱える困難さと子どもの権利 ③災害時要配慮者支援について考える ④過去と未来をつなぐ宇治川の鶴飼
▶要申込 ▶手話通訳・要約筆記・ヒアリンググループ=開催1週間前までに要申込 ▶託児=②のみ。9月27日(金)までに要申込
◎市人権啓発推進協議会事務局(共生社会推進課内)
☎955-3180 FAX951-5410

手話を学んで世界を広げよう 手話教室【前期】

手話サークル体験、あいさぽーター研修あり。後期は来夏に開催予定です。

▶日時・場所=10月4日～11月15日の金午前10時～正午、市役所 ▶対象=初めて手話を学ぶ、市内在住・在勤・在学の人(10人) ▶申込=9月13日(金)まで ▶託児あり。要申込
◎障がい福祉課障がい支援係
☎955-9710 FAX952-0001



詳細は市HPへ

応募しよう

環境保全などへの功労者を表彰 “環境の都”賞推薦者

▶対象=環境保全や自然との共生、環境美化などの活動を10年以上続けている、市内在住・在勤・在学の個人が、活動範囲が原則市内の団体・事業者 ▶応募=9月17日(火)までに推薦調書を下記へ
◎環境政策室脱炭素・環境政策担当
☎955-9542 FAX951-5410
☎kankyouseisaku
〒617-8501(住所記載不要)



詳細は市HPへ

まちをよりよくする活動を応援 みんなの未来をつくるまち活補助金

活動の立ち上げ期を支援する「たねまくコース」の追加募集です。

▶対象=立ち上げ3年以内の、市民向けに広く実施する、別の制度で補助を受けていない事業 ▶補助額=上限10万円 ▶申込=9月2日(月)～30日(月) ▶募集要項などは右記QRから。市役所や市民活動サポートセンターでも配布しています
◎自治・共助振興室地域協働係
☎955-3164 FAX951-5410
☎jichishinkou



詳細は市HPへ

防衛医科大学校学生 看護学科・医学科

▶対象=18～20歳 ▶申込=[看護学科]10月2日(水)まで [医学科]10月9日(水)まで
◎自衛隊京都地方協力本部宇治地域事務所
☎FAX0774-44-7139

会計年度任用職員として採用 子ども家庭相談員

▶対象=保健師・社会福祉士・精神保健福祉士・臨床心理士の資格が、社会福祉主事・児童福祉司の任用資格、幼稚園教諭・保育士・教員の免許を持つ人。諸条件あり ▶募集人数=1人 ▶採用期間=来年4月から1年間(実績に応じて更新あり) ▶勤務時間=平日(週30時間) ▶報酬=月18万6,735円(期末勤勉手当あり。実績に応じて昇給あり) ▶試験=10月7日(月) ▶申込=9月24日(火)必着で必要書類を提出
*詳細は市ホームページに掲載予定。
◎子育て支援課子育て支援係
☎955-9558 FAX952-0001

広告

社会福祉法人 恩賜財団 京都済生会病院
TEL 075-955-0111 (代)
救急受診の際は事前にお電話ください
〒617-8617 長岡京市下海印寺下内田 101 番地 | 阪急西山天王山駅下車、徒歩 5 分 | www.kyoto.saiseikai.or.jp



来年4月から勤務する
保育士を募集

職員採用試験

職種	募集	受験資格
保育士	3人	平成11年4月2日以降生まれの、保育士資格を取得済みで保育士登録が済んでいるか、採用までに取得・登録見込みの人

試験案内は市ホームページからダウンロードできます。

- ▶採用日 = 来年4月1日 ▶一次試験 = 10月27日(日)
- ▶申込 = 10月4日(金)必着。簡易書留で必要書類を下記へ
- ☎職員課人事給与・人材育成担当
- ☎955-9662 FAX951-5410 〒617-8501(住所記載不要)



市HPへ

京都府立大学が実施

食品ロス実態調査モニター2024

- ▶対象 = 日頃から食事の支度や買い物をしている、世帯人数2人以上の30歳以上 ▶期間 = 10~11月と来年2~3月の6週間 ▶内容 = 家庭での食品ロス分別排出と削減取り組み、アンケート回答 ▶報酬 = QUOカード6,000円分
- ▶申込 = 9月15日(日)までに右記QRから
- ☎京都府立大学 食品ロス実態調査モニター担当
- ☎050-1808-5431



募集サイトへ

男女共同参画に関する
意識調査へのご協力を

- 無作為抽出した市内在住の18歳以上2,000人と市内事業所200社に調査票を郵送します。郵送かWebで回答をお願いします。
- ▶期間 = 9月5日(木)~30日(月)
- ☎男女共同参画センター「いこ〜る」プラス
- ☎963-5501 FAX963-5521



詳細は市HPへ

みんなで守ろう交通ルール
秋の全国交通安全運動

- 運動期間は9月21日(土)~30日(月)
- 「古都の秋 ゆずる心で事故ゼロへ」
- 昨年市内で発生した交通事故は128件で、おととしより50件も増えました。出会い頭や追突、右折時の事故が多く発生しており、いずれも増加しています。ドライバーは歩行者を守る運転を、歩行者は反射材などの着用を心がけ、交通事故防止に努めましょう。
- ☎交通政策課交通対策係
- ☎955-9686 FAX951-5410



確認してください

ペットを飼うこと=命を預かること
飼い方・接し方に気を付けよう

- ペットは、その命を終えるまで大切に飼いましょう。特に住宅密集地では、近隣との距離が近く、思いがけない問題が起きることも。犬の放し飼いはしない、野良猫にむやみに餌を与えないなど、近隣の方への配慮をお願いします。
- ☎環境政策室環境保全担当
- ☎955-9685 FAX951-5410

「こころの体温計」で

心の健康状態をチェックしよう

「最近眠れない」「なんだかイライラする」などの症状はありませんか。簡単な質問に答えて、心の健康状態をチェックしてみましょう。ストレス度や落ち込み度が視覚的にわかります。相談窓口の案内もありますよ。



こころの体温計へ

●ゲートキーパーになりませんか

悩んでいる人に気づいて話を聴き、相談機関へつなぐ役割を担います。市では声のかけ方や話の聴き方などを学ぶ研修を開催しています。9月10日(火)~16日(月・祝)は自殺予防週間。あなたにできることを考えてみませんか。

- ☎地域福祉連携室地域福祉係
- ☎955-9516 FAX951-7739

災害時の備えにも

雨水タンクの設置費用助成金

- 災害時の生活用水に、雨水を活用しませんか。
- ▶対象 = 市内の一般住宅や事業所などにこれから設置する80リットル以上の雨水タンク ▶助成金額 = 購入費の4分の3まで(上限45,000円) ▶申請 = 12月末までに申請書を下記へ。予算額に達し次第受付終了 *必ず購入前に申請してください。
- ☎上下水道総務課下水道係
- ☎955-9714 FAX951-2200
- 〒617-8501(住所記載不要)



詳細は市HPへ

ハチや巣には近寄らないで
刺されたときはすぐに対応を

巣の近くで大声を出したり、強い振動を与えたりしないよう注意しましょう。刺されたときはすぐに患部をつまみ、毒液を絞り出してから水洗い。抗ヒスタミン軟膏が有効です。アンモニアは効果がありません。

- 駆除をするときは
- 依頼は京都府ペストコントロール協会(☎0774-46-9873)へ。駆除費用は有料です。市では防護服を無料貸し出ししています。
- ☎環境政策室環境保全担当
- ☎955-9685 FAX951-5410

広告

未就園児保育事業

要予約

カトリックくらぶ

9/10(火)・25(水)

9:30 ~ 10:30



未就園児対象

予約不要

園内見学会

9/21(土)

受付: 9:30~
終了時刻: 10:45 ころ

各イベント内容など、詳しくはホームページをご覧ください



学校法人カトリック京都教区学園

長岡カトリック幼稚園

TEL 075(951)9805

長岡京市今里南平尾17番地
http://www.naga-c-k.ed.jp/



**【予約制】マイナンバーカード
休日の窓口**

▶日時=9月29日(日)午前9時～正午
▶対象の手続き=マイナンバーカードの受け取り、電子証明書の更新、暗証番号再設定、住所変更(転入転居手続きが済んでいる人のみ) ▶申込=9月27日(金)正午までに電話か、市公式LINEで
☎市民課住民記録係
☎955-9564 FAX951-5410



**9月は児童扶養手当の支給月
振り込み日は10日☎です**

7月(新規認定者は認定月)～8月分の児童扶養手当を、指定の口座に振り込みます。翌日以降にご確認ください。全部停止の人や令和5年度の現況届を提出していない人には支給されません。
☎子育て支援課子育て支援係
☎955-9558 FAX952-0001

**大切な遺言書 法務局で預かります
自筆証書遺言書保管制度**

遺言は相続を巡るトラブルの予防に有効な手段ですが、不備があると無効になってしまう場合があります。また、自宅で保管している間に紛失してしまうなどの心配も。この制度では、遺言書に方式不備がないか法務局職員が確認の上、原本と画像データを法務局で厳重に保管し、遺言者が亡くなったときに指定された人へ通知します。詳しくはホームページをご覧ください。
▶費用=3,900円
☎京都地方法務局供託課
☎231-0295 FAX256-2451



**今年度 新たに
「住民税非課税・均等割のみ課税」
となった世帯に支給**

生活応援給付金

物価高騰による負担感が大きい世帯への支援のため給付します。
対象世帯へは、8月下旬に「確認書」を送付しました。申請には期限がありますので、届いたら早めにご確認ください。



【給付額】

1世帯10万円。18歳以下の子ども1人につき5万円加算。
*「令和6年6月3日時点で本市に住民登録がある」「住民税課税者の扶養に入っていない」など諸条件があります。

*「確認書」が届いていなくても、DVなどの理由で本市に避難している場合や、世帯の中に1月2日以降に転入した人がいる場合など、対象となる場合があります。

詳しくは
市ホームページへ ▶▶



昨年度の非課税世帯等給付金(7万円・10万円)対象世帯は、受給の有無を問わず対象外です。

☎給付金コールセンター
☎955-9545 FAX951-5410

40歳以上の
女性が対象

**京都府内の医療機関で
乳がん検診が受けられます**



詳細は市HPへ

【対象】 受診日に40歳以上で、西暦奇数年生まれの女性
*乳がん検診無料クーポン券対象者は、偶数年生まれの人でも受診可。
【内容】 問診とマンモグラフィー検査(エックス線撮影)
【受診期間】 9月～来年2月末
【費用】 800円
*免除制度あり。受診時に満70歳以上の人、後期高齢者医療被保険者、生活保護世帯の人、市民税非課税世帯の人が対象です。

【受診方法】

- ①受診票の発行を申し込む
来年2月14日(金)までに、健康保険証など本人確認ができるものを持って健康づくり推進課へ。市ホームページからも申し込みます。
- ②受診する医療機関へ予約
京都府内指定の医療機関に、直接予約してください。
- ③医療機関で受診する
予約した医療機関へ、受診票を持参してください。



☎健康づくり推進課 ☎955-9704 FAX955-2054

広告

ラストティテニススクール!

お気軽スタートコース(初心者～経験者)

入会金 1ヵ月分受講料
全部合わせて1ヵ月目 **2,980円** (税込)

はじめてセットコース はじめてクラス限定

入会金 1ヵ月受講料
全部合わせて1ヵ月目 **5,980円** (税込)
レッスンチケットプレゼント!

※1期3ヵ月ご継続の方に限ります。

LASTY ラスティテニススクール 京都長岡京校
長岡京市東神足1丁目8-26 JR長岡京駅東口 徒歩3分 TEL.075-955-1760

広告募集

Life
Nagaokakyo

お申し込み、お問い合わせは
広報発信課まで
☎955-9660 FAX955-9703

**下水道への接続工事
費用融資のあっせん制度あります**
●9月10日は下水道の日

お住まいの区域を快適な環境にするため、公共下水道整備済みの区域で下水道に接続をしていない場合は、指定工事業者に依頼してください。市が工事費用借入金の利子を補給する融資あっせん制度があります。



詳細は市HPへ

☎下水道施設課施設係
☎955-9723 FAX953-3505

**年金生活者支援給付金制度
新規の受給には申請が必要です**

年金受給者のうち、収入が一定基準以下の人に、年金に上乗せして支給される給付金です。新たに対象になる人には、9月から順次、案内が届きます。お問い合わせは、日本年金機構給付金専用ダイヤル(☎0570-05-4092)へ。

▶**対象**＝①老齢基礎年金を受給している、前年の年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下で、世帯全員の令和6年度住民税が非課税の世帯に属する65歳以上 ②障害基礎年金が遺族基礎年金を受給している、前年の所得額が約472万1,000円以下の人

*まだ年金を受給していない人は、年金の請求手続き時に申し出てください。

*日本年金機構や厚生労働省を名乗る「なりすまし」詐欺にご注意を。

☎京都西年金事務所国民年金課
☎323-1170 FAX314-8638

**困りごとや意見、お聞きします
行政相談をご利用ください**

「制度や仕組みが分からない」「国への意見や要望がある」などの相談を、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。

市役所での相談日は、毎月18日(☎☎☎☎の場合は翌平日)の午前10時～正午です。受付は11時30分まで。毎月の日程は広報紙(今月は17ページ)でご確認ください。

☎総務省京都行政監視行政相談センター行政監視行政相談課
☎802-1188 FAX802-1180

**新型コロナウイルス
高齢者対象 予防接種**



期間内に1回、委託医療機関で受けられます。接種券の送付はありません。乙訓地域で接種する場合は、委託医療機関で予診票を受け取ってください。
☎健康づくり推進課 ☎955-9704 FAX955-2054

▶**対象**＝高齢者インフルエンザ予防接種の対象者と同じです

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

▶**接種の予約・申込**＝医療機関に直接予約してください

*乙訓地域以外で接種する場合は、事前に健康づくり推進課で申し込みをしてください。

*委託医療機関は、9月下旬に市ホームページで公開する予定です。

▶**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も

▶**接種できる期間**＝10月1日(火)～来年1月31日(金)

*接種開始日は、医療機関によって異なります。

▶**費用**＝3,000円(免除制度あり)

【免除制度の対象者と受診時の必要書類】

○生活保護世帯…生活保護受給者証

○令和6年度市民税非課税世帯…保健事業自己負担金免除カード(事前に申請が必要です。健康保険証などを持って健康づくり推進課へ。接種後の還付はできません。)

高齢者インフルエンザ予防接種は、11月1日(金)から開始予定です。

相談 & 説明会

**補聴器ときこえに関する講演会
きこえの教室**

▶**日時・場所**＝9月19日(木)午後2時から、市役所 ▶**内容**＝言語聴覚士による「補聴器・きこえを補う機器を上手に使うために」の話 ▶手話通訳・要約筆記・ヒアリンググループあり

☎障がい福祉課障がい支援係

☎955-9710 FAX952-0001

☎syougaiukushi

**きて・みて・きいて！
ポリテクセンター見学**

▶**日時・場所**＝9月3日・10日・24日の☎、午後1時～3時、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 ▶**要申込**

☎ポリテクセンター京都訓練課

☎951-7397 FAX951-7393

kyoto-poly03@jeed.go.jp

**がんや難病についての悩み
乙訓保健所で個別相談できます**

●出張がん個別相談

▶**日時**＝9月5日、10月3日の☎、午後1時30分～3時30分 ▶**申込**＝前日午後4時まで

*センターでは、平日の午前9時～正午と午後1時～4時に、電話・対面・オンラインでの相談を実施しています。いずれも予約制です。

☎京都府がん総合相談支援センター

☎0120-078-394

●専門医による難病個別相談

膠原病、神経・筋疾患に関する相談をお受けします。

▶**日時**＝〔膠原病〕10月7日(月)〔神経・筋疾患〕11月1日(金)、いずれも午後1時30分～5時 ▶**対象**＝対象の疾患・その疑いがある人や家族(各4人) ▶**申込**＝〔膠原病〕9月24日(火)まで〔神経・筋疾患〕10月18日(金)まで ▶希望多数の場合、調整あり

☎乙訓保健所保健課

☎933-1153 FAX932-6910

図書館に行こう



図書館 HP

☎ 951-4646 FAX 957-0732

◆ イベントガイド

■ ぶんこピクニック in 勝竜寺城公園

▷ 9月28日(出) 午後3時30分～4時
勝竜寺城公園管理棟(天候が良ければ屋外)
絵本の読み聞かせなど。当日先着8人



▶ 9月16日(月・祝)～25日(水)は、蔵書点検とエレベーター工事のため休館します。休館期間前後も工事をするため、騒音が発生することがあります。



◆ ブックガイド

ぼっち現代文

わかり合えない私たちのための<読解力>入門

小池陽慈 / 著 河出書房新社 / 刊



国語の問い「この時の登場人物の気持ちを答えなさい」に正解はあるのでしょうか。

人が嫌いで、自身を“ぼっち”だと語る現代文講師の著者が、人間関係を考える上で助けになった10冊の本を読み解きます。

お約束通りにいかない心情の解釈は、現代社会にも通じるものがあります。図書館では中高生向けティーンズコーナーにある本ですが、大人にもお薦めの1冊です。

60歳以上のための 憩い



竹寿苑ときりしま苑で開催される、60歳以上が対象のイベント情報やお知らせを集めました。

竹寿苑

☎ FAX 954-6830

主な催しはありません。

きりしま苑

☎ 956-0294 FAX 956-0290

● 空き部屋利用申請(11月分まで)

▷ 9月2日(月)から

● 映画鑑賞会

▷ 9月20日(金)

午前10時から「銀座カンカン娘」

午後1時30分から「愛妻物語」

● 市民カラオケ

▷ 9月27日(金)午後1時30分から

【きりしま苑の各種体操教室】

● 健康いきいき体操

ゴムバンドの伸縮性を利用して体を動かします。

▶ 日時 = 9月9日(月)午後2時30分～3時

● モフトレ

▶ 日時 = 9月30日(月)午前11時～11時30分 ▶ 定員 = 5人 ▶ 要申込



紙面を



リニューアルしました



情報がより見つけやすくなるように、毎号必ず載る情報や、対象が同じイベントをまとめて掲載しています。

これからも、読みやすく分かりやすい広報紙づくりに努めますので、ご愛読よろしくお願ひします。

よろしくお願ひします!



◎ 広報発信課 広報戦略担当

☎ 955-9660 FAX 955-9703

宝くじ
公式サイト

すぐ買える 当たりがわかる クイックワン



宝くじ
公式サイトで
発売中!

宝くじの収益金は、私たちの街の公共事業等に役立てられています。
公益財団法人京都市町村振興協会

ネットでも
買える!



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同時発売

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。

9月17日(火) 発売! 発売期間 9/17(火)～10/17(金) 抽せん日 10/25(金)

宝くじ公式サイト

公益財団法人京都市町村振興協会 各1枚 300円



身に覚えがないなら、すぐに電話を切って！

国際電話番号などからの電話に注意を

消費者
相談

覚えのない「+」から始まる電話番号の着信があったが、不審に思ったので電話に出なかった。留守番電話を再生すると、相手は「NTTファイナンス」を名乗っていて、未納料金があるとの内容や、番号操作を求める自動音声ガイダンスが録音されていた。未納料金に全く覚えがないが、電話が止められないかと心配だ。

知って
おこう

大手通信関連会社の名称をかたり、「+」から始まる国際電話番号で電話をかけて自動音声ガイダンスで番号選択を求める事例が多く発生しています。ガイダンスに従って操作をしてしまうと、架空の利用料金を請求されるなど、トラブルにつながる可能性があります。

「未納料金がある」「このままでは電話が止まる」「裁判になる」などの言葉は、あなたを困惑させ、冷静さを奪います。身に覚えがなければ、即、電話を切ってください。不明な点がある場合は、契約している事業者の本来の連絡先を調べて、自分から問い合わせましょう。

消費者庁ホームページには、具体的な事例の概要などが掲載されています。

☎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)



消費者庁
HPへ

毎週金に
市役所新庁舎
ロビーで販売

心を込めた手作りをあなたに

ほっこりんぐ



障がいのある人が働く事業所で作られた「ほっとはあと製品」を販売しています。売り切れ次第終了します。詳細は市HPへ



詳細は市HPへ

日	時間	販売製品・事業所
6日	午前11時 午後2時30分	昆布製品、アクセサリ、雑貨 など (乙訓の里・乙訓楽苑)
	午前11時30分 午後1時	ホワイトボード、マスコット など (乙訓デイ)
20日	午前11時30分 午後1時	クッキー、ケーキ、創作小物 など (あらぐさ)
	午前11時30分 午後1時30分	弁当、焼き菓子、コーヒー豆 (暮らしランプ・なかの邸)
27日	午前10時30分 午後1時30分	小物、観葉植物、こけ玉植物 など (就労移行支援事業所ステージ)
	午前11時 午後2時30分	アクセサリ、キーホルダー など (スマイルファクトリー向日)

*13日(金)は販売がありません。

☎障がい福祉課 ☎955-9549 FAX952-0001

日祝休の急患は *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

(下海印寺下内田101)



外科 午前9時30分～午後4時

1日 横関整形外科医院 ☎955-4700
(野添2-12-12)

8日 さいのうち医院 ☎955-6850
(神足1-10-6)

15日 向日回生病院 ☎934-6881
(向日市物集女町中海道92-12)

16日 京都済生会病院 ☎955-0111
(下海印寺下内田101)

22日 千春会病院 ☎954-2175
(開田2-14-26)

23日 新河端病院 ☎954-3136
(一文橋2-31-1)

29日 長岡京病院 ☎955-1151
(天神1-20-10)

「小児救急電話相談」☎#8000

相談 午後7時～翌朝8時
時間 土曜日のみ午後3時～翌朝8時

病院受診か救急車を呼ぶか迷ったら
#7119「救急安心センターきょうと」へ

休業・休館

市役所、保健センター きりしま苑、竹寿苑	土・日・祝・休	観光案内所(長岡天神駅前) 長岡京@navi.(西山天王山駅前)	水	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	なし
図書館	月と3・16～25	中央公民館	月と17・24	生涯学習団体交流室	16・23
北開田会館	土午後・日・祝・休	長岡京こらさ	16・23	教育支援センター	
北開田児童館「キッズナ」	日・祝・休	シルバー活動交流フロア	土・日・祝・休	男女共同参画センター	日・祝・休
西山公園体育館	火	あったかふれあいセンター	日・祝・休	総合生活支援センター	
スポーツセンター	なし	神足ふれあい町家	なし	観光情報センター	水
埋蔵文化財調査センター	土と1・15・16・23・29	中山修一記念館	火		

市民無料相談  市公式 LINE で申込ができます リッチメニューから「相談予約」へ		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	家庭児童相談室 ☎953-7710
弁護士相談【毎週⑥・申込先着順、1人30分】  午後1時30分～4時30分 *予約はその週の⑤(祝⑥のときは翌日)から。	総務課 市民相談担当 ☎955-9501 *予約は、 午前8時30分 から受付。	臨床心理士・特別支援教育士等による教育相談  ⑤～⑩ 午前9時～午後5時、教育支援センター	相談専用 ☎963-5533
司法書士相談【申込先着順、1人30分】  11・18日⑥ 午後1時30分～4時30分 *予約は1か月前(⑤⑥⑦のときは直前の平日)から。10月の相談日は9・16日⑥。		心身障がい者相談(聴覚・肢体) 18日(水) 午後1時～4時、市役所	障がい福祉課 ☎955-9549
行政相談 18日(水) 午前10時～正午(30分前まで受付)		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 ☎959-9085
消費生活相談(☎955-3179へ) 平日(④除く) 午前9時～正午、午後1時～4時		精神障がい者連絡員の電話相談 平日 午前10時～午後3時	乙訓やよい会 ☎080-8529-7060
行政書士相談(暮らしや事業の手続き相談) 25日(水) 午後1時30分～4時30分		精神保健福祉相談【申込制】 ⑥ 午後1時～4時、市役所や自宅への訪問	やよい工房久貝事業所 ☎952-9567
女性の一般相談・男性女性の DV 相談  【いずれも面談は申込制】平日 午前9時～午後5時 一般相談 ☎963-5522 DV相談 ☎874-7867	男女共同 参画センター “いこ～る” プラス ☎963-5502	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】2日(月) 午後1時～4時	東地域包括 支援センター ☎963-5508
女性のカウンセリングルーム【申込制】  4・25日⑥ 午後1時30分～4時30分 11・18日⑥ 午前9時30分～午後0時30分		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	高齢介護課 ☎955-9713
女性の法律相談【申込制】  25日(水) 午前10時～正午		福祉なんでも相談室 平日 午前9時～午後4時30分、市役所	福祉なんでも 相談室 ☎955-3177
男性電話相談(☎963-5522へ) 21日(土) 午後2時～4時	ハローワーク職員によるお仕事相談会【申込制】 9日(月) 午後2時～4時、市役所		
特設人権相談 9日(月) 午前10時～正午、市役所 18日(水) 午後1時～3時、市役所	共生社会推進課 ☎955-3180	「乙訓もも」によるひきこもり専門相談会【申込制】 10日(火) 午後2時～4時、市役所	都市計画課 ☎955-9715
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、市役所が自宅へ訪問		不動産無料相談【申込制】 13日(金) 午後1時30分～3時、市役所 *10月の相談日は11日(金)。予約は3週間前から。	
生活習慣病予防・改善の食事相談(管理栄養士) 【20歳以上、申込制・各時間2人】 30日(月) 午後1・2・3時、市役所が保健センター	健康づくり 推進課 ☎955-9704	福祉の総合的な相談・地域づくりに関する相談 ⑤～⑩ 午前8時30分～午後5時	総合生活 支援センター ☎963-5137
		弁護士による無料相談【各センターへ申込制、1人30分】 〔電話〕7日(土) 北包括(☎955-9007)、〔対面〕14日(土) 南包括 (☎957-1119)、21日(土) 西包括(☎323-7889)、24日(火) きりしま苑(☎956-0294)、28日(土) 東包括(☎963-5508)	

定期開催		長岡京音頭保存会の練習日 7日(土)・10日(火)・20日(金) 午後1時30分～3時、産業文化会館	同会事務局 (商工観光課) ☎955-9515	
シルバー人材センター入会説明会 13日(金) 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	ふれあい朝市・夕市 毎週⑤ ▷ 午前9時～9時30分 中央公民館市民ひろば 毎週⑥ ▷ 午前9時～9時30分 勝竜寺城公園駐車場 毎週⑩ ▷ 午後3時～5時 バンビオ広場公園	農林振興課 ☎955-9514 *売り切れ次第 終了します。	
保健師・理学療法士・作業療法士による 転ばぬ先のからだづくり教室【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で8回実施。	健康づくり 推進課 ☎955-9704		海印寺ふれあい市 毎週⑥⑩⑫ ▷ 午前9時～11時、JA 海印寺支店駐車場	JA 海印寺支店 ☎952-3121
普通救命講習(心肺蘇生法・AED等の実技) 【申込制】15日(日) 午前9時～11時 詳細は、乙訓消防組合ホームページへ。	長岡京消防署 ☎957-0119		みのり姫のふれあいマルシェ ▷ 11日(水) 午前10時～正午、JA 乙訓支店 ▷ 19日(木) 午前10時30分～午後2時、JA 神足支店	JA 乙訓支店 ☎951-4384 JA 経済部 ☎932-0003
学校グラウンド夜間照明 10月分の抽選日 18日(水) 午前9時から、市役所会議室402	文化・スポーツ 振興課 ☎955-9735	<div style="background-color: #4CAF50; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> 公共施設の 予約や確認 </div> <p>● 12月使用分 当選の確認…9月15日(日)～25日(水) 申請の締切…9月25日(水)</p> <p>* 申請には利用料金が必要です。各施設の休館日にご注意 ください。お問い合わせ 長岡京市公共施設 <input type="button" value="検索"/></p>		
学校特別教室開放 10月分の受付日 13日(金) 午前9時～正午、右記で	生涯学習課 ☎955-9534			
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	西山公園 体育館 ☎953-1161			
個人開放デー【申込制】 14日(土) 西山公園体育館、21日(土) スポーツセン ター、いずれも午前9時～11時40分	スポーツセン ター ☎951-3363			

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

掲載内容の詳細は、
各問い合わせ先へ。

催しの案内

◆自分らしく輝くフェスタ vol.3 ▷9月14日(出)10時～16時、バンビオ▷販売・ワークショップなどのブース出店と歌・ダンスなどの発表ステージ▷HPあり
☎NPO 法人子育てサークル虹色でんしゃのだ(☎090-7480-7919)

◆彩画会展 ▷9月19日(木)～22日(日・祝)10時～18時(22日は16時まで)、バンビオ▷水彩画・パステル画・日本画・油絵などを50点ほど展示
☎彩画会 川部(☎090-2010-4147)

◆子ども食堂 ▷9月21日、10月26日の①正午～14時、燦燦(開田2-1-22)▷60食限定、アレルギー対応不可▷子ども無料、高校生以上300円▷10月のみ第4④開催 ☎子ども食堂「きらり」今井(☎090-4034-0106)

◆講演会 ▷①9月21日②10月19日の③13時半～16時半、中央公民館▷①「不登校について」市教育支援センター所長 大内氏②「災害に強いまちづくり」市防災・安全推進室長 中村氏▷300円▷HPあり
☎時事問題研究会 小谷(☎951-1776)

◆乙訓ドリームフェスタ▷9月22日(日・祝)11時～17時、アート&テクノロジー・ヴィレッジ京都(大山崎町)▷飲食ブースや子ども向けサイエンスショーなど▷HPあり
☎(公社)乙訓青年会議所 島津(☎080-4651-8263)

◆秋の自然観察会 - 大原野編 - ▷9月23日(月・休)9時、南春日町バス停集合▷大原野の自然・風景・生き物を観察▷300円▷要申込(先着15人) ☎NPO 法人乙訓の自然を守る会 宮崎(otokuni.sizen@gmail.com)



◆ベビー&チャイルド親子リトミック▷9月27日(金)10時40分～11時50分、長岡京こらさ▷音楽に合わせて親子で体を動かします▷500円▷お抹茶体験も▷HPあり ☎ムジクリ企画 小西(☎080-1418-5044)

◆第53回長岡京市囲碁名人戦 ▷9月29日(日)9時半～17時半、中央公民館▷2クラスハンディ戦(おおむね三段以上・二段以下)▷一般2,500円、女性・高校生以下1,500円▷9月20日(金)までに要申込 ☎乙訓囲碁クラブ 椿(☎954-1560、13時～17時)

◆キッズトランポリンスクール(全5回)▷9月30日、10月7・21日、11月11・25日の④16時半～18時、西山公園体育館▷年中～小2▷1回1,100円、5回4,400円▷要申込 ☎長岡京市トランポリン協会 菅谷(nagatora28uketsuke@gmail.com)

◆はじめての茶道～おいしいお茶と共に～▷9月の毎週④14時～15時、サロン天神(14日はバンビオ)▷お茶の点て方、作法などを学べる。手ぶらでOK▷体験1,000円▷要申込 ☎ふれあいサロンさつき会 長谷川(☎090-1905-0925)

◆JFA なでしこひろば IN 乙訓▷10月3日、11月7日、12月5日の④19時～20時半、スポーツセンター▷小学生～高校生の女性▷サッカーの体験教室▷HPあり ☎NPO 法人シュピーレン京都 宮宇地(☎090-8127-8880)

◆長岡京ウインドオーケストラ“キズナ”第11回定期演奏会▷10月6日(日)14時～16時、長岡京記念文化会館▷吹奏楽の有名曲から、聞きなじみのあるポップスまで楽しめる吹奏楽コンサートです▷HPあり
☎山敷(kizuna.nagaokakyo@gmail.com)

◆天橋立トレイルへのお誘い▷10月13日(日)7時～17時、JR長岡京駅からバス▷70歳まで▷日本三景の天橋立で5時間のトレッキング▷7,500円▷雨天中止▷10月6日(日)までに要申込 ☎西山ハイキングクラブ 峯尾(☎090-5669-5272)

◆みんなの作品教室▷10月13日(日)9時半～12時半、バンビオ▷書道・絵画・光の絵などのすてきな作品と仲間づくりが気軽にできますよ。手ぶらで当日参加OK▷1,000円▷FBあり ☎みんなの実行委員会 菊池(☎070-8309-2115)

◆市民ゴルフ秋季大会兼府民総体ゴルフ競技代表選考一次予選▷10月17日(日)8時から、ベニーカントリー倶楽部▷当日11,500円、申込時3,000円▷9月12日(日)18時半～19時半、中央公民館で要申込
☎大会実行委員会 伴野(☎951-0770)

◆からだスッキリ体操～音楽に合わせて～▷毎週④①13時～14時②14時～15時、バンビオ▷60歳以上▷座ってできる筋トレ体操と体をゆっくりほぐしていく体操▷体験500円、月1,000円 ☎ふれあいサロンさつき会 長谷川(☎090-1905-0925)

募集します

◆食を楽しむ会▷毎月第2④9時～正午、中央公民館▷男性のみ▷食事づくり▷入会1,000円、年4,000円、月1,500円▷初心者歓迎。皆で調理を楽しみましょう。体験入会あり ☎竹内(☎090-9708-3654)

◆「男の居場所」の会▷毎週④10時～正午、バンビオ▷シニア男性▷互いに話し合う井戸端会議と分科会▷月1,000円▷HPあり ☎澤山(☎070-3844-9307)

◆長岡京シュピーレン(女子サッカー)▷毎週④、月8回④⑤18時～20時、スポーツセンターなど▷幼児(男女)、小学生～高校生▷会費あり▷HPあり
☎宮宇地(☎090-8127-8880)



読者のお便り 「ど根性ひまわり」が咲きました

東日本大震災の被災地・宮城県石巻市からいただいたヒマワリの種。元気な花を咲かせてくれました!

(西田博司さん)



京都西山はいいぞ！ フォトコンテスト



昨年度の「長岡京市賞」受賞作品

長岡京市・向日市・大山崎町・京都市西京区からなる、京都西山エリアが対象。入賞作品48点は、来年2月1日～3月9日に「ぶらり嵐山」(京都市右京区)で展示されます。豪華副賞も多数！ぜひ応募を♪

▶募集＝エリア内で撮影した自然風景や観光スポットなど京都西山の魅力が伝わる写真。撮影時期は問いません

▶応募方法＝12月8日(日)までに右記QRから

▶結果発表＝来年1月に、京都市ホームページなどで

☎乙訓商工・観光協議会 takenosato.otokuni@gmail.com



投稿フォーム



家庭用品 活用コーナー

無料で譲りたいもの、譲ってほしいものがあれば環境業務課へ。

●譲ります

テーブル、学習机、ビーズクッションなど

●譲ってください

ベビーゲート、子ども用プールなど

*品物の詳細は、市HPに掲載しています。

*修理不要な物に限ります。

*市は品物を預かりません。



7月分

家庭から出た可燃ごみの量

953.97t (前年同月 911.14t)



「捨てようかな」と思ったら リユースにつなげてみませんか

不要になったものを、必要な人に売ったり譲ったりできるサービスがあります。

売りたいときは



市HPへ

譲りたいときは



市HPへ

☎環境業務課ごみ減量推進担当

☎955-9548 FAX955-9955

10月10日(木)
映画上映

お終活 再春! 人生ラブソディ

上映：午前10時30分、午後2時 場所：長岡京記念文化会館
(いずれも30分前開場)



大原千賀子は結婚50周年を迎え、夢だったシャンソン歌手を目指して活動を再開するなど、生活は順風満帆。しかし、ある騒動が持ち上がり…。無事ステージで歌うことはできるのか!?

▶全席自由

▶一般1,300円、シニア・障がい者・3歳以上高校生以下1,100円(いずれも前売りは200円引き。賛助会員は前売り300円引き、当日200円引き)

*音声ガイドアプリUDキャスト対応。

*日本語字幕付き上映。

☎長岡京記念文化会館 ☎955-5711 FAX955-4774

映画チケットを
5人にプレゼント!

プレゼントクイズ PRESENT QUIZ

正解者に抽選で、裏表紙掲載の **きらりさん自慢のお店** 提供賞品が映画チケット「お終活 再春! 人生ラブソディ」が当たります♪

■クイズ

認知症への理解の証、●●●●リング。本市では、「認知症サポーター養成講座」の受講者にお渡ししています。

(ヒントは表紙～5ページ)

どちらか
選べるよ♪



【今月のプレゼント】

Ⓐ ベーカーリーショップヤマグチ 提供
レーズン食パン1本…3人

Ⓑ 映画チケット
「お終活 再春! 人生ラブソディ」…5人

■アンケート

- ・今月号の満足度の5段階評価(1:不満～5:満足)
- ・良かった記事、いまいちだった記事とその理由

■応募方法(締め切り:9月15日(日)消印有効)

- ①クイズの答え ②希望するプレゼント(ⒶかⒷ)
- ③アンケートの回答 ④日頃の思いや、季節の話題など
- ⑤お名前(ペンネームや匿名希望の場合は併記)
- ⑥年代 ⑦住所 を書いて下記へ

〒617-8501(住所記載不要)
長岡京市 広報発信課
9月号プレゼントクイズ係

QRから
カンタン応募



*発送をもって当選発表に代えます。9月30日(月)までに発送予定です。

●先月号の答え…とりこぼ



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

🍎🐧☀️🌸 マークは各施設の開放日です。「申込」の記載がない場合は申込不要、「抽選」の記載がない場合は先着順です。

9月のイベント		施設開放	
1 ㊦		🍎	
2 ㊨			☀️🌸
3 ㊩		🐧	☀️🌸
4 ㊪	A キッズナにあつまれ～		☀️🌸
5 ㊫			☀️🌸
6 ㊬		🍎	☀️🌸
7 ㊭		🍎	☀️
8 ㊮		🍎	
9 ㊯			☀️🌸
10 ㊱	B 子育てミニ教室		☀️🌸
11 ㊲			☀️🌸
12 ㊳		🐧	☀️🌸
13 ㊴	C えほんのひろば	🍎	☀️🌸
14 ㊵		🍎	☀️
15 ㊶		🍎	
16 ㊷			
17 ㊸	D ママのしゃべり場		☀️🌸
18 ㊹	A キッズナにあつまれ～ E Fab Music.		☀️🌸
19 ㊺			☀️🌸
20 ㊻		🍎	☀️🌸
21 ㊼		🍎	☀️
22 ㊽		🍎	
23 ㊾			
24 ㊿			☀️🌸
25 1		🐧	☀️🌸
26 2			☀️🌸
27 3	F 遊びの広場	🍎	☀️🌸
28 4		🍎	☀️
29 5		🍎	
30 6			☀️🌸

中央公民館 ☎951-1278 FAX955-4774

🍎 **児童室の開放** 9:00～17:00 / 就学前の子と保護者(30人)

🐧 **子育てふれあいルーム** 子育てサポーターがいます。気軽に来てね♪
10:00～正午 / 13:30～15:30
3か月～就学前の子と保護者 / 各時間36人

北開田児童館 “キッズナ” ☎955-1110 FAX955-1162

☀️ **キッズルーム**・ 10:00～正午 / 13:00～18:00
遊戯室の開放 遊戯室は午前中のみ / 就学前の子と保護者

A 地域子育て支援センター「たんぼぼ」の指導員と、おもちゃを使った自由遊びやふれあい遊びを楽しもう！育児相談も。
10:30～11:30 / 就園前の子と保護者

F おもちゃを使ったふれあい遊びなど / 10:30～11:30
就園前の子と保護者(5組) / 申込は13日(金)10:00～

きりしま苑 ☎956-0294 FAX956-0290

🌸 **親子遊び部屋開放** 9:30～16:00 / 3か月～3歳頃の子と保護者

B ママのためのご自愛足もみプチレッスン / 10:30～11:00
就学前の子と保護者(10組) / 申込は2日(月)14:00～

D テーマ：幼稚園・保育園どう選ぶ？
10:30～11:30 / 就学前の子と保護者

E 親子で英語ミュージック / 10:30～正午
就学前の子と保護者(15組) / 申込は2日(月)14:00～

10月の催し
ママのためのご自愛足もみレッスン
10月1日(火)10:30～11:30
就学前の子と保護者(10組) / 申込は9月2日(月)14:00～

図書館 ☎951-4646 FAX957-0732

C 絵本の読み聞かせと、選び方の相談会 / 11:00～11:30
就学前の子と保護者

何でも相談してね



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、就園前の子と保護者が利用できます。事前予約の有無など、詳細は各センターにお問い合わせください。

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
エンゼル	月～金曜日、9:00～16:00	土・日曜日 祝・休日	開田保育所	☎953-7711
たんぼぼ			深田保育所	☎955-6262
さくらんぼ	月～金曜日、10:00～15:00 土曜日、9:30～14:30	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



予防接種・健診・教室

健康づくり推進課 ☎955-9705 FAX955-2054

子育て応援教室 場所はいずれも保健センターです。

Hello Baby 教室



- ▶日時=9月28日(土) 9:30～12:30
- ▶対象=市内在住の妊婦とその配偶者・パートナーなど(24組)
- ▶内容=妊娠中から産後の生活の話など
- ▶申込=9月21日(土)まで

1歳3か月歯の教室



- ▶日時=9月30日(月) 10:00～11:00
- ▶対象=市内在住の1歳～1歳3か月頃の子と保護者(20組)
- ▶内容=虫歯予防や歯磨きの話
- ▶申込=9月26日(木)まで

離乳食教室



- ▶日時=9月27日(金) 13:30～14:45
- ▶対象=市内在住の生後5か月～6か月頃の子と保護者(24組)
- ▶内容=離乳初期～完了期の話、試食
- ▶申込=9月26日(木)まで

保育相談 (予約優先)

保育施設への入所手続きや就園前の子育てについて、保育コンシェルジュに相談できます。



- ▶日時=平日9:00から
- ▶場所=新庁舎3階

子育て支援課保育係
☎955-9518 FAX952-0001

各教室の詳細内容は右記QRから。申し込みは市公式LINEから。



市HP



▲LINE リッチメニュー



お友だち登録はこちら

- 🍊 BCG 予防接種
- 🍒 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

対象者には案内を送ります。



健診など



予防接種

* 発達相談は随時 **要申込**

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



よしひ けんま 健磨ちゃん(1歳6か月)



開田

【お父さんお母さんから】
いつも弾ける笑顔をありがとう！
健磨はお父さんとお母さんの元気の源だよ！

うえの げん 上垣 楽ちゃん(5か月)



奥海印寺

【パパとママから】
これからも元気にすくすく大きくなってね！大好きだよ♡

おくの やりっか 奥野谷 六椀ちゃん(1歳7か月)



久貝

【父、母、祖父母一同より】
好奇心旺盛でいつも元気なりっちゃん。みんな大好きだよ！



スクール ぎやらりー

今月は

長岡第八小学校の ステキな作品をご紹介します!



幸せクローバー

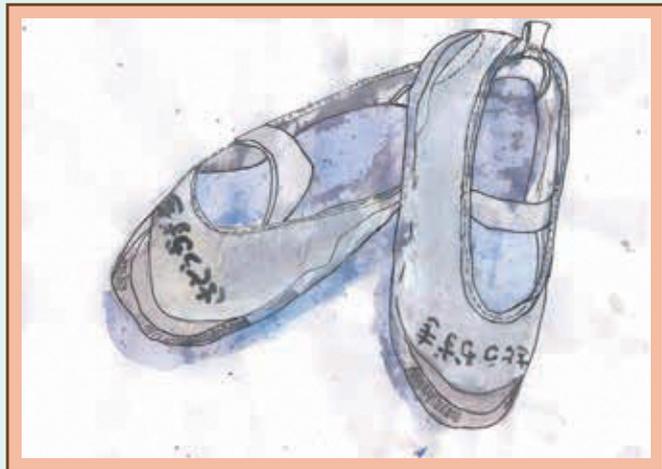
5年生 たばら あいか 田原 愛夏 さん

クローバーの形をしたハートにし、
幸せを感じられるようにした。気分
が上がるように、明るい色を使って、
グラデーションも工夫してはなや
かにした。

ふだんのうわぐつ

4年生 さとう かずき 佐藤 和希 さん

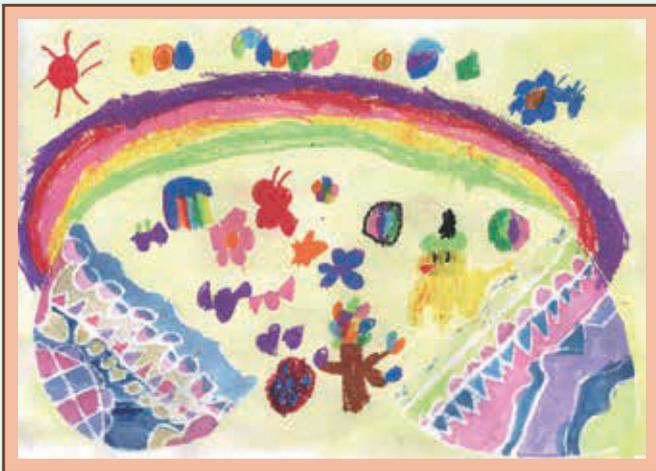
ゴムの曲がり方や、かげの長さを
注意してかきました。よごれの黒さ
をこくしすぎないようにしました。



にじいろパーティー

2年生 いとう はるか 伊藤 遥花 さん

なんしよくもいろをつかうのをくふう
しました。にじを5しよくにしたこと
がうまくかけたなと思いました。



交通事故ゼロへ 安全運転を学ぶ



「夏の交通事故防止府民運動」期間中の7月23日に産業文化会館で、高齢運転者のための安全運転・健康講座が開かれました。映像に合わせてハンドルやブレーキを操作する運転シミュレーターでは、見通しの悪い交差点や駐車車両の陰から、歩行者などが急に現れる危険場面を体験。衝突してしまう参加者もあり、「体験できて良かった。基本に戻って、注意深く運転しようと思った」などの声が上がっていました。

夏休みに自分だけの埴輪を作ったよ



土粘土を使った埴輪作り体験が7月31日、埋蔵文化財調査センターで開催されました。恵解山古墳公園の開園10周年にちなんで、発掘調査で数多く出土した円筒埴輪を制作。余った粘土で動物などの形も作って楽しみました。参加者は「形を整えるのが難しい」「模様を付けるのを頑張った」などと話しながら、両手を赤茶色に染めて、真剣な表情で取り組んでいました。



長岡京★Now

すてきな「まちの話題」みつけたっ！

人口 82,294 人 / 世帯数 38,106 世帯

(8月1日現在)

まちの姿

手作りの甲冑でいざガラシャ祭へ！



8月5・6日、市役所で小学生計36人が段ボールの甲冑を作りました。これから各自で色付けをし、11月のガラシャ祭に「ガラシャ甲冑隊」として参加します。長四小2年の真鍋健太さんは「結構難しかった。真田の赤色に塗りたい」と笑顔。長五小3年の船田遼佑さんは「なるべく強そうな武器をたくさん着けて、背中に旗を着けたい」と教えてくれました。どんな武将が誕生するのか楽しみです。

"みんな"で楽しんだよ ボッチャ交流会



パラリンピックの種目にもなっている、共生スポーツ「ボッチャ」を楽しむ交流会が8月10日、西山公園体育館でありました。乳児から高齢者まで約30人が参加し、競技で使うボールや器具に触れるなどしてボッチャの魅力を味わいました。府民総体出場チームの選考会も同時開催。選考会に出場した長五小1年の小林颯汰さんは「ボールを投げるのが難しかったけど楽しかった」と笑顔を見せていました。



長岡京のことが大好きな市民ライターが、市内できらりと輝く、ステキなひと・もの・ことを紹介するコーナーです。今回は、高齢者がいきいきと過ごすための場を作っている“きらりさん”を紹介します♪

長岡京のきらり

いいひと・もの・こと
みつけたっ

【今月の担当】 しもがわらたけし 下河原 健(ライターネーム：スイモガ)
市民ライターとして、さまざまな活動の場があることにとても感謝しています。私も“きらりさん”の1人になれるよう、頑張っていきたいです。



vol.17 高齢者に、毎日気軽に通える体づくりや地域のしゃべり場として活用してほしい

奥海印寺で38年間、パン屋を営む山口さん。ある“アツイ”思いから、5年前にスポーツクラブ「BASE 1」をオープン。会員のほとんどが高齢者です。

スポーツクラブを始めたきっかけは、近所の高齢者にいつまでも健康に過ごしてほしい、会員同士のコミュニケーションを通して地域を活性化したい、という思いです。「家にこもらず外に歩いて出かけることや、人と接してしゃべることが介護予防になり、コミュニケーションを取ることで、皆さんの顔色もよくなります」と山口さんは話します。会員の中にはみんなと話せるのが楽しいからと、長時間おしゃべりするだけ



◀ 動体視力を鍛える装置と一緒に写る山口さん

今月のきらりさん

やまぐち きよかす
山口 清和さん



▲ トレーニングや会話を楽しむ会員たち



▲ 機材も充実していて、自分のペースで利用できます

で帰る人や、意気投合して食事や旅行をする人もいるそう。「オープンからずっと来てくれている会員の存在や、“ここが居場所になっている”という声が届いています。これからも続けていきたいです」と語る山口さん。「今後は動体視力を競う大会を開き、もっと地域を活性化したいです」と話してくれました。



きらりさん自慢のお店

山口さんが営むお店のオススメポイントを聞きました！



ベーカリーショップ
ヤマグチ

一番人気の「レーズン食パン」は、自家製ラム酒漬けレーズンを使用。30年間変わらない味です。長岡京産のタケノコを使用した「竹の子あんぱん(のこのこ)」もオススメです。

〒奥海印寺森ノ下4 ☎956-1217
○月～金：午前7時～午後5時(金は午後3時)
モーニングは10時まで
喫茶コーナーは午後4時(金は午後3時)まで



市商工会HP

お店からのプレゼント



応募方法は
19 ページへ

「レーズン食パン 1本」



お買い物は
長岡京市で
—まちのお店を応援しよう—