



# 集い ふれあい 学び合い… 東部コミセン 開館30周年



地域のみなさんのふれあいの拠点として、「コミセン」の愛称で親しまれるコミュニティセンター。市内6館のコミセンの一つ、東部コミセンが、多くの人に愛され、利用されながら、今年開館30周年を迎えました。今号では、30周年の東部コミセンを中心に、みなさんの暮らしに根づくコミセンの魅力をご紹介します。

## 開館30周年 東部コミセン

### ある日の東部コミセン



#### 唱歌教室

いい歌、いい声、いい顔で…  
この日、東部コミセンの大集会室兼発表室では唱歌教室が行われていました。「まっかな秋」「小さな秋見つけた」「虫の声」…のびやかな歌声が響きます。11月26日の式典では城陽市歌が披露されます。

清水寺の舞台をイメージさせる人工地盤を設け、その上に建設された東部に「東部コミセン」としてオープンしました。

開館。その後、施設の老朽化や利用者の増加に伴い、平成2年11月に遊水池である正道池に、新たに「東部コミセン」としてオープンしました。

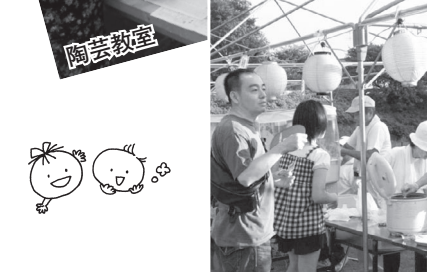
今年開館30周年を迎えた東部コミセン。館内には、文化財などの展示コーナーが設けられたロビーや、講演会などが行われる大集会室兼発表室、蔵書数約2万4千冊の図書室、絵画や陶芸などのサークル活動ができる創作室、そのほか軽運動室や集会室などが設けられています。東部コミセンは、昭和56年に当時の久世児童館を改修し、「東部第一コミセン」として開館。その後、施設の老朽化や利用者の増加に伴い、平成2年11月に遊水池である正道池に、新たに「東部コミセン」としてオープンしました。



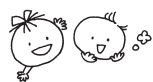
陶芸教室



ふれあい「ミニ動物園」



ふれあい夏の夕べ。毎年、たくさんの人でにぎわいます。



### 東部コミセン 開館30周年記念事業

日程 11月26日(土)  
場所 東部コミセン  
大集会室兼発表室

- 第1部 式典/11:00~
- 第2部 イベント ※無料  
・プレゼンテーション「東部コミセン30周年～地域の皆さまとともに～」/13:00~13:30  
・落語会…笑福亭晃瓶・笑福亭鉄瓶/13:45~14:45

4046

生涯学習推進課 ☎56

市内6館のコミセン  
市内には現在6館のコミセンがあります。昭和55年に北部コミセンがオープンし、56年に東部第一コミセン、その翌年に南部コミセンができました。平成2年には今池コミセンの開館とともに東部第一を改称した東部コミセンが現在地に、さらに7年には青谷コミセン、寺田コミセンが開館しました。年間の利用者数は6館で42万人にものぼり、1日平均1,400人が利用されています。コミセンは地域のコミュニティづくり、人と人

たかさんの人に愛され、親しまれるコミセン。その魅力は何でしょうか。コミセンの利用者は小さな子どもから高齢者まで幅広く、活用のされ方も、各種イベントや講座、講演会、図書室の利用、サークル活動…とさまざま。また、コミセンは、ボランティアとして

身近な施設  
コミセンはだれもが自由に利用できる身近な施設。ここにはたくさんの出会いとふれあいがあります。イベントにサークル活動に、ぜひご利用ください。コミセンを拠点に地域コミュニティの輪が広がりますように…。

コミセン。周辺には遺跡や文化財が存在するともに、久世・深谷・寺田校区を対象にエリア人口が最も多く、年間利用者も12万人を超える市内最大のコミセンです。多様なニーズに応えるため、趣向を凝らしたさまざまなイベントや教室が開かれ、ここでの出会いをきっかけに、サークルもたくさん生まれています。また、かつて児童館として



#### 運営委員会会長 伊部一郎さん

幅広い世代の地域住民のみなさんにご利用いただき、今年30周年という節目を迎えました。これまで先輩のみなさんが築かれてきたものをしっかりと未来へ橋渡しするとともに、さらなる充実を図っていききたいと思います。

地域のみなさんが生きがいをもって生活できる潤いのある豊かな住みよい地域社会のため、コミセンは、ふるさとづくりに大きな役割を果たす拠点です。コミセンから地域を盛り上げていきたいですね。



#### 開館当時の運営委員 堀井明男さん

開館当時を振り返ると、たくさんの思い出がありますが、中でも当時はまだ珍しい「男の料理教室」を開いたことが印象的です。男は仕事、女は家事という考えがまだまだ根強く残る中で、多くの人に興味を持っていただき、ご参加いただきました。みなさんとても上手で、にぎやかなひとときでした。

コミセンは、自由に集える場、いろんな人と顔を合わせ、人の輪が広がる場です。人間関係の希薄化・複雑化が叫ばれる今だからこそ、多くの人にご利用いただき、人の「つながり」を感じていただきたいです。

コミセン	所在地	電話番号
北部コミセン	平川広田67	☎(55)1001
東部コミセン	寺田正道152	☎(55)7858
南部コミセン	富野東部70-1	☎(55)1002
今池コミセン	枇杷庄知原15-1	☎(56)0525
青谷コミセン	市辺五島7-1	☎(53)8273
寺田コミセン	寺田今堀1	☎(55)0010



表① 胃がん、肺がん・結核検診日程

Table with 3 columns: Date, Venue, Capacity. Rows include dates from 11/30 to 12/12 and venues like 保健センター, 北部コミセン, 青谷コミセン.

☆胃がん・肺がん検診同時受診者を優先するため、午前中の肺がん検診のみの受診者の受付時間...9:30から

※1 時間は9:30から。胃がん・肺がん検診同時受診者を優先するため、肺がん検診のみの受診者の受付時間...10:00から

表② 肺がん・結核検診のみの日程

Table with 2 columns: Date, Venue. Row: 11/30(水) 北部コミセン

表③ 費用免除対象者

Table listing categories of fee exemption: 受診時満70歳以上の人, 医療被保険者証を持っている人, etc.

■合算対象期間について
合算対象(年金額には反映しませんが、老齢基礎年金の受給資格)期間の対象: ①昭和61年3月までの厚生年金・共済年金加入者の配偶者であった期間、もしくは平成3年3月までの学生であった期間に、国民年金に任意加入しなかった期間

確定申告は難しく...
確定申告は難しく...
確定申告は難しく...

- 11/28(月)開催 暮らしの困りごと合同相談
1 行政相談
2 行政書士相談
3 司法書士相談
4 労働相談
5 税務相談
6 人権相談
7 交通事故相談
8 法律相談(要予約)

肺がん・結核検診
胸部のレントゲン撮影をします。
◆日程 表①・②参照※
◆対象 肺がん検診: 満40歳以上の市民
○結核検診: 満65歳

ママパパ教室
☆クッキングコース
妊婦さん同士の交流をもちながら、妊娠・出産時のワンポイント講習を行います。
◆日時 12月2日(金) 午前10時~午後2時
◆場所 保健センター

健康じょうよう21
中ブロック健康教室
セラピー
エクササイズ&
心身リラクゼーション
◆日時 12月5日(月) 午前10時~11時45分
◆場所 福祉センター

国民年金の高齢任意加入制度
老齢基礎年金を受給するためには、60歳までに保険料を納めた期間(厚生年金・共済年金の加入期間を含む)と、保険料の免除を受けた期間、合算対象期間を合わせて25年以上が必要です。

確定申告書作成講座
確定申告は難しく...
確定申告は難しく...

暮らしの困りごと合同相談
11/28(月)開催
相談登記・労働問題・税金・人権・交通事故など

胃がん検診、肺がん・結核検診
バリウム服用後、胃のレントゲン撮影をします。
◆日程 表①参照
◆対象 満40歳以上の市民
○職場で検診を受けられる人を除く
◆費用 600円(当日徴収) ※費用免除などの制度あり(表③参照)
◆持ち物 健康手帳(会場でも発行)、国民健康保険加入者は被保険者証・受診費用助成券(記入して持参)

ママパパ教室
☆クッキングコース
妊婦さん同士の交流をもちながら、妊娠・出産時のワンポイント講習を行います。
◆日時 12月2日(金) 午前10時~午後2時
◆場所 保健センター

健康じょうよう21
中ブロック健康教室
セラピー
エクササイズ&
心身リラクゼーション
◆日時 12月5日(月) 午前10時~11時45分
◆場所 福祉センター

国民年金の高齢任意加入制度
老齢基礎年金を受給するためには、60歳までに保険料を納めた期間(厚生年金・共済年金の加入期間を含む)と、保険料の免除を受けた期間、合算対象期間を合わせて25年以上が必要です。

確定申告書作成講座
確定申告は難しく...
確定申告は難しく...

暮らしの困りごと合同相談
11/28(月)開催
相談登記・労働問題・税金・人権・交通事故など

胃がん検診、肺がん・結核検診
バリウム服用後、胃のレントゲン撮影をします。
◆日程 表①参照
◆対象 満40歳以上の市民
○職場で検診を受けられる人を除く
◆費用 600円(当日徴収) ※費用免除などの制度あり(表③参照)
◆持ち物 健康手帳(会場でも発行)、国民健康保険加入者は被保険者証・受診費用助成券(記入して持参)

ママパパ教室
☆クッキングコース
妊婦さん同士の交流をもちながら、妊娠・出産時のワンポイント講習を行います。
◆日時 12月2日(金) 午前10時~午後2時
◆場所 保健センター

健康じょうよう21
中ブロック健康教室
セラピー
エクササイズ&
心身リラクゼーション
◆日時 12月5日(月) 午前10時~11時45分
◆場所 福祉センター

国民年金の高齢任意加入制度
老齢基礎年金を受給するためには、60歳までに保険料を納めた期間(厚生年金・共済年金の加入期間を含む)と、保険料の免除を受けた期間、合算対象期間を合わせて25年以上が必要です。

確定申告書作成講座
確定申告は難しく...
確定申告は難しく...

暮らしの困りごと合同相談
11/28(月)開催
相談登記・労働問題・税金・人権・交通事故など

胃がん検診、肺がん・結核検診
バリウム服用後、胃のレントゲン撮影をします。
◆日程 表①参照
◆対象 満40歳以上の市民
○職場で検診を受けられる人を除く
◆費用 600円(当日徴収) ※費用免除などの制度あり(表③参照)
◆持ち物 健康手帳(会場でも発行)、国民健康保険加入者は被保険者証・受診費用助成券(記入して持参)

ママパパ教室
☆クッキングコース
妊婦さん同士の交流をもちながら、妊娠・出産時のワンポイント講習を行います。
◆日時 12月2日(金) 午前10時~午後2時
◆場所 保健センター

健康じょうよう21
中ブロック健康教室
セラピー
エクササイズ&
心身リラクゼーション
◆日時 12月5日(月) 午前10時~11時45分
◆場所 福祉センター

国民年金の高齢任意加入制度
老齢基礎年金を受給するためには、60歳までに保険料を納めた期間(厚生年金・共済年金の加入期間を含む)と、保険料の免除を受けた期間、合算対象期間を合わせて25年以上が必要です。

確定申告書作成講座
確定申告は難しく...
確定申告は難しく...

暮らしの困りごと合同相談
11/28(月)開催
相談登記・労働問題・税金・人権・交通事故など

家庭内の危険物の事故を防ごう!!
■灯油ポリタンクなどの保管のポイント
①子供の手の届かないところに置く
②温度が高くなる場所には置かない
③フタは確実に閉める
※使用中は火気厳禁。また、石油ストーブなどは火を止めてから給油し、定期的に換気しましょう
■消防本部
☎(54)0115



観葉植物の冬越し

お部屋のインテリアとして年間を通じて緑を楽しむことができる観葉植物は、寒さが苦手です。今回は観葉植物の冬越しのポイントについてご紹介します。



☆寒さに弱い観葉植物

観葉植物は熱帯や亜熱帯が原産のものが多いため、寒さに弱く、気温の低下とともに生育が鈍り、冬場には休眠状態となります。このような性質から本格的な冬の訪れを前に冬越しの準備をする必要があります。屋外に置いているものは室内に取り込み、置き場所にも注意します。

☆室内での置き場所

室内では、暖房器具の近くは避けます。乾燥しやすいことと、昼夜の温度差が大きいことで植物がダメージを受けるためです。日中はできるだけ暖かい窓際に置き、日差しに十分当ててやります。夜間は、急激に温度が下がり冷気が葉を傷めるため窓際から離します。同じ室内でも床面より天井に近いほど暖かいので、棚やテーブルの上に置くことによいでしょう。

☆冬越し中の水やり

冬の間は根も生育を休んでいる状態ですので、水を吸い上げる力が弱っており、水をやり過ぎると過湿となり根腐れの原因となります。水やりは1週間に1回程度、午前中の温かい時間にやるようにします。冬場は鉢土を乾かし気味にすることがポイントで、乾燥気味にすることによって耐寒性が高まります。ただし、室内が乾燥しているため霧吹きで葉や茎に適度な湿度を与える必要があります。加湿器の近くに観葉植物を置くのも1つの方法です。

詳しいことは、緑の相談員にお尋ねください。

緑のワンポイント・アドバイス

都市計画課 (56)4068

生活のしづらさなどに関する調査

新たな障がい者施策を実施していくための資料として障がいのある人を対象に、厚生労働省が市町村を通じて実施します。

シルバー農園の利用者を募集します!

高齢者の生きがいと健康づくりのため、シルバー農園の利用者を募集します。現在、利用している人や利用待機者となっている人も、今回改めて申請が必要です。

らせをすでに配布しています。調査員の訪問を希望しない場合は、お電話ください。 圃福社課 ☎(56)4033

▼対象 抽出調査区域(市内3地区)に在住の人のうち:○身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を持っている人 ○上記の手帳は持っていないが、発達障がい・難病・慢性疾患などの長引く病気やケガにより日常生活のしづらしい人 ▼調査日 12月1日~12月上旬 ▼調査方法 調査員が訪問し、調査趣旨の説明や、対象者の有無の確認、調査票の配布を行います。調査票は郵送で回収※対象者は、調査についてのお知

高年齢者の生きがいと健康づくりのため、シルバー農園の利用者を募集します。現在、利用している人や利用待機者となっている人も、今回改めて申請が必要です。 ▼対象 平成24年4月1日現在、市内に住所を有する満60歳以上の人 ▼利用期間 平成24年4月1日~27年3月31日 ▼利用料(1区画) 年額3,000円(里ノ西は4,000円) ▼抽選会日程 表①参照 ▼抽選方法 各農園ごとに抽選

表① 抽選会日程

農園名: 区画数・1区画の面積 [住所]	抽選会開始日時・会場 ~時間厳守~
南川顔: 48区画・15㎡ [寺田南川顔34]	12月9日(金) 10:00 福祉センター
観音堂: 30区画・15㎡ [観音堂東浦123~126]	12月13日(火) 10:00 福祉センター
林ノ口: 58区画・15㎡ [寺田林ノ口11]	12月13日(火) 14:00 福祉センター
新池: 53区画・15㎡ [寺田新池60・61]	12月14日(水) 10:00 福祉センター
荒内: 39区画・15㎡ [久世荒内142・143]	12月15日(木) 10:00 北部コミセン
里ノ西: 96区画・20㎡ [久世里ノ西123~125]	12月15日(木) 14:00 北部コミセン
指月: 36区画・15㎡ [平川指月104・105]	12月16日(金) 10:00 北部コミセン

男女共同参画支援センター ☎(54)7545

パパと コドモのあそび ヤッホー倶楽部 K+キッズ商会企画

日時 12月4日(日)午前10時~午後3時30分

雨天決行。開催時間中は出入り自由です。 ▼場所 青少年野外活動センター1 友愛の丘 ▼内容 ○おいしい薫製とお昼ごはんを作る ○落ち葉やハンモック、ブランコで遊ぶ ○もの作りなど ▼対象 おおむね2歳~小学生の子どもと父親、祖父など ▼費用 親子1,000円 ※子ども1人につき300円追加。施設・駐車

スポーツ

12月のソフトテニス教室

日時 12月5日・12日 いずれも月曜日 午前10時~午後1時 ▼場所 市民体育館 ▼費用 1回500円 ▼持ち物 上靴(ラケットの貸し出しあり) ☆経験不問 ※申込不要

圃NPO法人 ST・NET 21 荒川氏 ☎(52)9544、平野氏 ☎(52)4006

文パル通信

五里ごり館 (歴史民俗資料館) ☎(55)7611

☆手作り ワークシヨップ④ 「季節の料理をつくらう!」

ワンプレートおせち」

日時 12月11日(日)午後1時~4時 ▼場所 寺田コミセン ▼内容 ナッツごまめ、なます、伊達巻、お雑煮作りなど ▼対象 小学校高学年以上

2011 サッカーフェスタ・イン城陽

日時 12月18日(日)9:40受付~15:00 ※雨天決行 ▼場所 サンガタウン城陽 ▼内容 親子サッカー教室...10:00~10:50 ① 幼児親子サッカー教室 [対象:市内在住の年中・年長児と保護者30組 ※要申込] ② 小学生親子サッカー教室 [対象:市内在住の小学1~3年生と保護者30組 ※要申込] 交流試合...11:00~12:00 ○サンガチームVS中学校サッカー部員 ○中学校クラブ対抗試合 [ピンゴゲーム]...12:15~13:00 豪華賞品が当たります!参加自由 ※ピンゴカードは先着300人 少年団サッカー大会...13:00~15:00

圃○親子サッカー教室...11月29日(火)消印有効で、往復ハガキに、① ② いずれかの親子サッカー教室希望・子どもの氏名(ふりがな)・年齢(学年)・性別・参加保護者氏名・郵便番号・住所・電話番号を明記し、〒610-0121 寺田樋尻45-26 城陽市教育委員会 文化体育振興課「2011サッカーフェスタ・イン城陽」係へ郵送 ※多数の場合抽選 圃文化体育振興課 ☎(56)4048

場使用料別途 ※申込不要

■気になる!わたしたちの暮らし講座

すぷらうと企画

日時 12月20日(火)午後1時30分~3時30分

場所 ばれっとJOY

内容 家族とわたしより円滑な家族のコミュニケーションのため

▼定員 先着25人

▼費用 無料 ▼講師 関西福祉科学大学教授 得津慎子氏 ▼その他 就学前までの子の保育あり ※先着7人

圃電話

寺田西総合型地域スポーツクラブ [12月・1月のスポーツ教室]

種目	日程
ファミリーバドミントン	火曜日 19:30~21:30
ソフトバレーボール	木曜日 19:30~21:30
ラージボール卓球	土曜日 13:30~15:45 ※第1土曜日は休み。
	日曜日 13:00~15:45 ※第4日曜日は9:00~12:00 12月4日(日)は休み
市民ラージボール卓球教室	12月23日、平成24年1月9日のいずれも祝日 13:00~16:00

▶場所 寺田西小学校体育館 ▶費用 ピンター1回200円 (会員・中学生以下は無料) ▶その他 体育館シューズ持参。12月28日(水)~平成24年1月4日(水)は休み ※申込不要 圃同クラブ三浦氏 ☎(53)3186

年金 Q&A

免除を受けた期間の保険料を納めたいのですが...

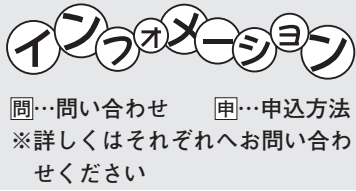
Q: 失業中に免除を受けていた期間があります。就職したので、その期間の保険料を納めたいと思いますが、納めることができますか。

A: 経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合は、申請により保険料の全額、または一部が免除される「申請免除制度」、30歳未満の人を対象にした「若年者納付猶予制度」、学生を対象にした「学生納付特例制度」があります。これらが承認された期間は、年金を受け取るために必要な受給資格期間には算入されませんが、受け取る年金額は全額納付した場合より少なくなります。このため、これらの期間は10年以内であれば追納することができるようになっており、将来受け取る年金額を増額するためにも、追納することをお勧めします。

なお、免除などの承認を受けた年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合は、経過期間に応じた加算額が上乗せされます。追納希望の申し出・問い合わせは年金事務所へお願いします。

圃京都南年金事務所 ☎075(643)2547、市国保医療課国保年金係 ☎(56)4038





☎…問い合わせ ㊦…申込方法
※詳しくはそれぞれへお問い合わせください



市民公開講座

「グリーンケアについて学ぶ～
離別や死別の悲しみに寄り添い、共に生きるために～」

病气や事故、自死などによって大切な人を亡くしたとき、人は大きな悲しみ(グリーン)に直面します。大きな悲しみを抱え、嘆いている人にどのようなことができるのでしょうか。この講座では、グリーンに関する基礎的な知識や「グリーンケア」について学び、地域や社会で何ができるのかを考えます。

▶日時 11月28日(月)13:00(開場12:40)～15:00 ▶場所 鴻の巣会館 ▶講師 関西大学人間健康学部助教 金子絵里乃氏、京都文教大学心理臨床センター臨床心理士 倉西 宏氏 ※申込不要・無料 ㊦特定非営利活動法人で・らいと 渡辺氏☎(56)6008

いつまでも青春!元気地域流

高齢介護に焦点を当てながら、住み慣れた地域で明るく・楽しく・安心して暮らしていくためには何が必要かを「見る・知る・つながる」をキーワードにみなさんと一緒に考えます。

▶日程 12月4日(日)09:30～12:00…映画「ただいま、

それぞれの居場所」・からだほぐし体操/文化パルク城陽ふれあいホール 013:00～16:00…食育講座・リンパトリートメント・ネイル/文化パルク城陽 第3・第4会議室 ▶費用 映画…前売300円・当日500円(その他は一部実費。昼食は希望者のみで料金別途) ※申込不要 ㊦笑顔と元気の会☎080(5364)7934

市障がい者のつどい

▶日時 12月4日(日)10:00～11:45 ▶場所 福祉センター ▶内容 〇講演…中途失明の人による盲導犬と歩む自分史・オカリナ演奏/濱本捷子氏 〇アトラクション…フラダンス ※申込不要・無料 ㊦市障がい者のつどい実行委員会☎(56)4044

～受講者募集～

成年後見制度活用講座「元気なあなた!老後は安心ですか?」

▶日程 12月11日(日)受付13:00から・講演会13:30から・個別相談会15:00～16:30 ▶場所 ゆめりあ宇治 ▶内容 〇講演会「成年後見の概要と任意後見制度」/社会福祉士事務所代表 高嶋康伸氏 〇個別相談会/京都社会福祉士会権利擁護センターぱあとなあ京都会員 ▶定員 70人 ▶費用 一般500円・京都社会福祉士会会員300円(資料代ほか) ※個別相談は無料 ㊦㊦12月1日(木)までに、所定の用紙(福祉課・高齢介護課などに設置)に必要事項を明記し、(社)京都社会福祉士会 [〒602-8143京都市上

消火器は一般ゴミのように収集していないため、処分にお困りになっていませんか。消火器を安全に回収してリサイクルする「消火器リサイクルシステム」をご案内します。リサイクルシールがついた消火器は、リサイクル料が無料で(送料が必要な場合があります)、消火器リサイクル推進センターが紹

くらしの110番

消火器のリサイクルシステムって何?

消費生活センター ☎(56)4052

京区猪熊通丸太町下ル仲之町519 京都社会福祉会館2階、☎・Fax075(803)1574]へファクスまたは郵送

～参加しませんか～ 市民でつくる 夢いっぱいイルミネーション

みんなで自分たちの住むまちをライトアップしませんか。ご参加をお待ちしています。

▶日時 11月27日(日)9:00～16:00 ※イルミネーション点灯日時…12月1日(木)17:15から ▶場所 寺田駅前広場から文化パルク城陽への遊歩道 ▶その他 電球は協議会で用意 ※申込不要・無料 ㊦寺田駅前まちづくり協議会 奥田氏☎(53)5187

ホテル救出大作戦



府の工事が予定されている青谷川で、工事中ホテルの幼虫を一時的に避難させます。みなさんのご協力をお願いします。

▶日程 12月4日(日)ヴィラ

介する業者が回収するシステムに統一されました。

シールのついていない古い消火器もセンターに連絡すれば回収業者を紹介してもらえますが、リサイクル料金や送料が必要です。宅配便による回収も可能で、専用コールセンター [☎0120(822)306] に申し込むと、回収用の専用箱が自宅に届きます。費用はリサイクル料や送料込みで全国一律2,310円です。ただし、回収できないものもあります。詳しくは消火器リサイクル推進センター [☎03(5829)6773] へお問い合わせください。

～自衛官等募集～ 陸上自衛隊 高等工科学校生徒

①推薦 ②一般 ▶試験日 ①平成24年1月7日(土)～9日(祝)の指定する1日 ②1次…平成24年1月14日(土)・2次…平成24年1月28日(土)～31日(火)の指定する1日 ▶対象 ①②いずれも、平成24年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子で、中学校卒業または中等教育学校の前期課程修了者(平成24年3月見込含む)※推薦は学校長の推薦などが必要 ▶受付期間 ①12月16日(金)まで ②平成24年1月6日(金)まで ㊦㊦自衛隊 宇治地域事務所☎(44)7139



～参加しませんか～ 梅林部会の竹きり&炭焼き &正月飾りづくり作業

▶日時 12月5日(月)・18日(日)9:30～12:00 ▶場所 中梅林(龍福寺裏山) ▶持ち物など 作業できる服装、帽子、タオル、お茶 ㊦㊦各作業日の前週の木曜日までに、梅の郷青谷づくり事務局 [☎(56)5124]へ電話

伝言板

<お誘い>■出前講座 車いす講習と専門医の「骨粗鬆症対策について」11月29日(火)13:00～16:00 福祉センター 瀬古☎(52)3413



Table with 2 columns: Event Name/Details and Location/Contact Info. Includes events like 青谷コミセン, 北部コミセン, 高年齢福祉もちつき大会, etc.

Table with 2 columns: Event Name/Details and Location/Contact Info. Includes events like 寺田コミセン, 第43回パル市楽座, 今池コミセン, etc.

◆申し込みや問い合わせは、各コミセンへ [開館時間] 9:00～21:00(申込は17:00まで) [11月の休館日] 〇青谷・北部・南部・今池・東部コミセン…月・祝 〇寺田コミセン…21日(月)・24日(木)・28日(月)

休日急病診療所☎(55)1112 (内科・小児科) ▶場所/保健センター内 [歯科は宇治市休日急病診療所☎(39)9430] ▶受付時間/9:50～11:30・13:00～16:30 ※日曜日・祝日のみ

蛇口からそのまま飲める 安くて安全 おいしい城陽の水道水