

“南部コミセン”の愛称で、地域のみなさんに親しまれている南部コミュニティセンターは、働く女性の家とコミュニティ防災センターとしての機能を併せ持つ複合施設として、昭和57年4月に開館しました。

北部コミセン、東部コミセンに続く、市内で3つ目のコミセンとしてオープンした南部コミセンも、今年でなんと40周年。

今号では、40周年を迎える南部コミセンについて、また、10月29日に予定されている40周年記念事業についてお知らせします。

☎市民活動支援課☎(56)4046



「私たちが運営しています！」

# 祝 40周年!!

## 南部コミュニティセンター

(働く女性の家・コミュニティ防災センター)

### ●地域のボランティアが運営しています!

城陽市内に6つあるコミセン。それぞれのコミセンには、地域のボランティアが集まって構成される「コミセン運営委員会」があり、地域に密着したさまざまな事業を企画・実施しています。

南部コミセンでは、「コミセンまつり」「夏まつり」「文化・図書室まつり」などのイベントをはじめ、健康づくり講座や史跡探訪、子ども体験教室や、冬にはイルミネーションを実施するなど、子どもから大人までが楽しめる多種多様な事業を実施しています。これらは全て、月1回開催されている運営委員会の会議で企画・立案され、運営委員が館長や館職員と連携しながら実現に向けて進めていきます。

行政ではなく、市民が自ら地域の施設の運営を担うこの方式は、“城陽方式”とも呼ばれ、各方面から高い評価を受けています。



▲開館から40年目を迎える南部コミセン



▲子どもや家族連れでにぎわう夏まつり

### ●3つの機能で充実した施設

南部コミセンは、市内唯一の就労支援施設である「働く女性の家」としての機能も有しています。働く女性がスキルアップを目指すための講座や、働きたい女性を支援する就労支援講座などを実施しています。また、育児中の方が安心して受講できるよう、お子さんを預けて参加できる講座もあります。

「コミュニティ防災センター」としては、防災倉庫を有し、災害時に必要な資機材や水などの備蓄品を備えるとともに、いざというときには市が開設する指定避難所にもなっており、地域防災の拠点としても欠かせない施設です。

### いつの時代も、地域に愛されるコミセンへ

南部コミセン運営委員会 会長 吉水利明さん

みなさんのおかげで40周年を迎えることができました。厚く御礼申し上げます。コミセンは、生涯学習と地域交流の拠点です。地域のみなさんにご利用いただき、ふれあいを通して、豊かな、明るい、楽しい地域社会を築いていく場です。40年の長きにわたって培われた地域の輪を、さらに一層広げ、時宜に合った事業展開を図っていきたく考えています。

引き続き、みなさんの温かいご支援、ご理解とご協力を南部コミセンへいただきますようお願いいたします。



# 10/29 (土)

開館40周年記念式典&記念イベントを開催します!

### ●記念式典

10:00 ~ 12:00

南部コミセンの開館40周年を記念し、式典を開催します。南部コミセンおよび働く女性の家の運営にご尽力いただいたみなさんへの感謝状の贈呈などを行います。

※一般入場はできませんのでご了承ください  
※式典の間、図書室は閉室します

### ●記念イベント 13:30 ~ 15:30

☎南部コミセン☎(55)1002

記念式典終了後、どなたでもご参加いただける記念イベントを開催します。南部コミセンへ、来館にてお申し込みください。 ※①②各先着50人

#### ①13:30 ~ 14:15 ジャグリングショー/ジャグラーみぞん

“大道芸界の若獅子” ジャグラーみぞんによる、パワフルで楽しいジャグリングショー。

#### ②14:40 ~ 15:30 クロマチックハーモニカ演奏/岡 直弥氏

一度聴いたら忘れられない素敵な音色♪クロマチックハーモニカの生演奏。

広報じょうようは、発行日の3日前から当日までの4日間で直接ポストにお届けしています。配達のお問い合わせは、城陽市シルバー人材センター[☎(52)9486]まで



# 胃がん検診、肺がん・結核検診のお知らせ

- ❗ 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、全ての検診で事前申込が必要です
- ❗ 定員に達し次第、申込受付を終了します
- ❗ 簡単、便利なウェブ申込をご利用ください!

問保健センター  
 ☎(55)1111



◀ウェブ申込はこちら

がんは、早期発見・早期治療ができれば、半数以上が完治します。  
 自覚症状が出る前に、検診によって早期にがんを発見することが大切です!!



## ◆胃がん検診

バリウムの服用後、胃のレントゲン撮影を行います。  
**▶日程** <表①>参照 **▶対象** 城陽市に住民票がある40歳以上(受診時)の人※職場で検診を受けられる人を除く **▶費用** 600円※当日徴収(費用免除制度あり。<表③>参照) **▶注意事項** 食道・胃・十二指腸・小腸・大腸・胆のう・内視鏡ポリープの手術後初めてバリウム検査を受診する人は、主治医の許可がないと受診できません(バリウムが排泄されにくい場合があります)

## ◆肺がん・結核検診

胸部のレントゲン撮影を行います(問診の結果、必要な人は痰の検査あり)。  
**▶日程** <表①②>参照 **▶対象** ○肺がん検診…城陽市に住民票がある40歳以上(受診時)の人 ○結核検診…城陽市に住民票がある65歳以上(受診時)の人 ※職場で検診を受けられる人を除く **▶費用** 無料※痰の検査が必要な人のみ600円(費用免除制度あり。<表③>参照) **▶注意事項** 結果通知は約2カ月後です。血痰・胸痛・声のかれ・息切れ・長引く咳・2週間以上の痰や微熱などが続く場合は、検診を待たずに医療機関を受診してください。血痰が出ている人は検診を受けられません

## 胃がん検診、肺がん・結核検診いずれも

**▶検診当日の持ち物** 筆記用具、記入した受診票・健康チェックカード、市国民健康保険加入者は被保険者証と助成券  
**☎ウェブ**…上記二次元コード、または市ホームページから申し込み ●**郵送**・**ファクス**…10月17日(月)から所定の用紙(保健センター・各コミセン(北部コミセン、青谷コミセンは各仮事務所)・各老人福祉センターに設置※各コミセン・各老人福祉センターでの申込不可)を保健センター〔〒610-0111富野久保田1-1、FAX(55)1140〕へ ●**保健センター**…10月17日(月)・18日(火)は9:00~16:00、10月19日(水)以降は8:30~17:00の時間内に直接 ●**出張申込**…<表④>の受付日時に直接  
 ※いずれの申込方法も10月17日(月)から受付開始。受診票の発行は原則後日郵送  
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ウェブ申込をご利用ください  
 ※希望する日時にならない場合あり

<表①>胃がん、肺がん・結核検診日程

日程		場所
11月	1日(火)午前・午後	保健センター
	2日(水)午前・午後	東部コミセン
	8日(火)午前・午後	イズミヤ大久保店
	14日(月)午前・午後	保健センター
	16日(水)午前・午後	東部コミセン
	18日(金)午前・午後	保健センター
	28日(月)午前のみ	中村会館※駐車場なし

※午後からの検診は、当日朝の食事可(制限あり)  
 ※日程により、開始時間・終了時間が異なります。事前申込の際にご確認ください

<表②>肺がん・結核検診日程 ※胃がん検診はありません

日程		場所
11月	4日(金)午前・午後	保健センター
	28日(月)午後のみ	

※日程により、開始時間・終了時間が異なります。事前申込の際にご確認ください

<表③>費用免除制度対象者 ※事前申込時に要申告

- 受診時に70歳以上の人、65~69歳で後期高齢者医療被保険者証を持っている人
- 生活保護世帯・中国残留邦人等の支援給付受給世帯の人
- 市民税非課税世帯の人
- 市国保被保険者

<表④>胃がん、肺がん・結核検診出張申込受付日程

日程		場所
10月	18日(火)13:30~15:00	東部コミセン
	19日(水)9:30~11:00	イズミヤ大久保店
	20日(木)10:30~11:30	中村会館※駐車場なし

広告



### 事前登録型本人通知制度を実施しています

#### 事前登録型本人通知制度とは

住民票の写しや戸籍謄本などの証明書の不正請求や、不正取得による個人の権利侵害の抑止・防止のため、代理人や第三者が証明書を取得した場合に、その交付の事実を登録した人に通知する制度です。

#### 通知の対象となる証明書

- ・住民票（除票含む）の写し
- ・住民票（除票含む）記載事項証明書
- ・戸籍附票の写し（除附票、改製原を含む）
- ・戸籍謄本または戸籍抄本（除籍、改製原戸籍を含む）
- ・戸籍（除籍含む）記載事項証明書

※通知対象外の請求…○本人、同一世帯員による住民票の写し（記載事項証明書を含む）の請求 ○本人、同じ戸籍に記載されている人や直系の尊属卑属による戸籍証明の請求 ○国・地方公共団体などの公的機関による請求 ○弁護士および司法書士などの特定事務受任者が、裁判・訴訟手続きなどの代理事務に使用するための請求など

#### 通知する内容

- ・交付年月日
- ・交付証明書の種別と部数
- ・交付請求者の種別

#### 登録できる人

- ・城陽市に住民票がある人（あった人）
- ・城陽市に戸籍がある人（あった人）

#### 登録に必要なもの

- ・登録申請書（市民課に設置、または市ホームページからダウンロード）、本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなど）

- ※同世帯であれば、1枚の申請書で世帯員分の申請可
- ※世帯員氏名は本人の自署に限る
- ※法定代理人は資格を証明する書類（戸籍謄本、登記事項証明書など）、任意代理人は委任状と、それぞれの代理人本人確認書類が必要
- ☆登録の変更、廃止…登録した住所・氏名などの変更や登録を廃止する場合は、届け出が必要

#### 登録方法

必要書類を〒610-0195 城陽市役所 市民課へ郵送（本人確認書類のコピーを同封）、または持参 困市民課 ☎(56)4025

### 事業主のみなさんへ

10月は「年次有給休暇取得促進期間」です。年次有給休暇を取得しやすい環境づくりに取り組みましょう。

新型コロナウイルス感染症対策として、新しい働き方・休み方をこれからも続けていくためには、年次有給休暇の計画的付与制度や、時間単位の年次有給休暇制度の導入が効果的です。詳しくはお問い合わせください。

困京都労働局 ☎075(241)3212

### 4校区合同で防災訓練を実施します！

木津川が氾濫すると、市の北部地域では主に近鉄線の西側で最大3～10メートルの浸水が予想されることから「早期の立退き避難区域」に指定しています。そのため、北部地域の4小学校区で、実践的な合同訓練を行います。

なお、当日は訓練に伴う防災行政無線の放送や、安心・安全メールの配信を行います。ご理解とご協力をお願いします。

▶日時 10月30日(日)8:00頃～12:00頃 ▶実施校区 久津川・古川・久世・深谷校区 ▶内容 「早期の立退き避難区域」から市東部の指定避難所への避難訓練、指定避難所の開設・運営訓練 ▶その他 訓練参加者は各校区の自主防災組織が決定

#### ◆開設する避難所

東城陽中学校、久津川小学校、久世小学校、深谷小学校、東部コミセン、陽東苑、久世保育園、地域子育て支援センターひなたぼっこ

※各小中学校では、避難所の開設・運営を参加者に手伝っていただきます

困危機・防災対策課 ☎(56)4045

#### ◆訓練スケジュール

- 8:00頃…市災害対策本部開設
- 9:00頃…市指定避難所開設指示（各校区自主防災組織・市職員による避難所開設・運営）
- 10:00頃…**警戒レベル3** 高齢者等避難発令（避難に時間を要する市民が避難）
- 11:00頃…**警戒レベル4** 避難指示発令（避難が必要な市民が避難）
- 12:00頃…訓練終了

### 10月31日は市民税・府民税（第3期）の納期限です。

納め忘れのないようご注意ください。口座振替をご利用の方は10月31日に振替します。

困税務課納付係

☎(56)4024

**困ったら 一人で悩まず 行政相談へ**

10月17日～23日は **行政相談週間**

行政相談は、国や独立行政法人などの仕事やサービスに関する困りごとなどについて要望を聞き、問題解決の促進を図ることで、行政運営の改善につなげる制度です。

国の行政サービスに関する問題解決のため、助言や関係行政機関に対する通知などを無報酬で行っている、総務大臣から委嘱された民間有識者の行政相談委員が相談に応じます。

▼日時 毎月第2木曜日 午後2時～4時

▼場所 市民活動支援課 ※申込不要・無料。電話相談の場合がありますので、事前にお問い合わせください

**困市民活動支援課** ☎(56)4001

**放火火災を防止** しましょう！

放火は、夜間から明け方にかけて多く発生しています。放火による被害を防ぐために、次のことに注意しましょう。

- 住居以外の倉庫、物置、車庫などもきちんと施錠しましょう
- 建物の周囲に燃えやすい物を放置せず、常に整理整頓しましょう
- 車のボデイカバーは防炎品を使用しましょう
- ごみは、収集日や収集時間などルールを守って出しましょう

困消防本部 ☎(54)0115

**道路は正しく使い** ましょう！

**マナーアップ城陽 みんなの迷惑!?**

無くそう不法占用。迷惑行為はやめましょう

誰もが安心・安全に道路を通行できるようにルールとマナーを守りましょう。

- ◇生け垣や庭木が道路にはみ出さないよう、手入れをしましょう
- ◇側溝や歩道の上に商品や看板、プラントなど物を置くのはやめましょう
- ◇農耕車両などで走行する際は、走行前に付着した土などを取り除きましょう

※心当たりのある人は、除去・撤去をお願いします

困管理課 ☎(56)4017

**交通事故 無料相談** 損害賠償や示談、後

遺障害に関することなど、交通事故相談員が無料で何度でも相談に応じます。被害者・加害者を問わず、お気軽にご相談ください。

▼相談日 毎週火・木曜日 午前9時～正午 午後1時～4時

※申込不要、電話相談可。中止の場合がありますので、事前にお問い合わせください

困市民活動支援課 ☎(56)4001

**教育委員会 10月定例会**

▼日時 10月21日(金) 午後1時30分から

▼場所 市役所401・402会議室 ※議案により非公開となる場合や日時などが変更となる場合がありますので、事前にお問い合わせください

困教育総務課

**もの忘れ相談会**

もの忘れに関する困りごとを相談しませんか？自身のこと、家族のことでも結構です。

▼日時 10月25日(火) 午前10時～11時30分

▼場所 陽東苑 ▼対象 市内在住の人

▼定員 5組程度 ▼費用 無料 ※車での来館は不可

困・困高齢介護課 ☎(56)4031 へ電話・直接

**ひなたぼっこ 子育て支援講座**

リズムであそぼう！

▼日時 11月12日(土) 午前10時30分～11時30分

▼場所 福祉センター ▼対象 市内在

住の親子 ▼定員 先着24組 ▼費用 無料

▼講師 メグ&アキラ

困・困10月29日(土)午前10時からひなたぼっこ(地域子育て支援センター) ☎(55)9260 へ直接・電話

**難聴者のための情報サロン**

聞こえづらく困っている生活のこと、時事ニュースのことなどおしゃべりしませんか。気軽にお越しください。(要約筆記あり)

▼日時 11月14日(月) 午前10時～11時30分

▼場所 福祉センター

※申込不要・無料

困聴覚障害者生活支援センター はーもにい (京都府聴覚言語障害センター内) ☎(30)9000、FAX(55)7708

**認知症サポーター養成講座**

認知症になっても安心して暮らせるまちをつくりませんか。

**認知症サポーターとは** 認知症について正しい知識と理解を持ち、認知症の人が困っている様子を見かけたら声をかけるなど、誰もが暮らしやすい地域をつくりたいという地域をつくるための活動です。

▼日時 10月31日(月) 午前10時～11時30分

▼場所 福祉センター

▼対象 市内在住で認知症支援に関心のある人 ※すでにサポーターになっている人は不可

▼定員 30人 ▼費用 無料 ▼講師 キャラバンメイト

困・困10月26日(水)までに高齢介護課 ☎(56)4031 へ電話

### 第21回城陽市環境フォーラムを開催!

●日時 11月5日(土)10:00~15:30  
●場所 文化パルク城陽市民プラザ ※申込不要・無料

内容	時間	その他
カーボンニュートラル 絵画展示	10:00 ~ 15:30	市内の小・中学生が描いた作品展示
グリーンカーテンフォトコンテスト作品展示		城陽市内で育成されたグリーンカーテン
講演会 「カーボンニュートラルを目指して~地域からの進め方~」	13:00 ~ 13:40	講師:同志社大学名誉教授 新川達郎氏
パネルディスカッション 「カーボンニュートラルに向けて~私たちができること~」	13:45 ~ 14:45	パネリスト:龍谷大学の学生、城陽高校の生徒、市民

### 掲載企業募集! 先着8社!! ~企業紹介誌「ジョーカン」第7号~

商工観光課 ☎(56)4018

城陽で頑張る企業のみなさんを紹介する冊子を作成します。ぜひご応募ください!

- 対象** 次の①~⑤全てに該当する企業
- ①城陽市内に本社または事業所などがある
  - ②ユニークな技術力に自信があり、販路開拓・拡大に意欲がある
  - ③企業連携を促進できる業種である
  - ④ジョーカン第1~6号に掲載されていない
  - ⑤主に企業に対して商品やサービスを提供している
- 10月17日(月)~28日(金)に応募用紙(商工観光課に設置、または市ホームページからダウンロード)を〒610-0195城陽市役所 商工観光課 [FAX(52)3020、Eメール:shoko@city.joyo.lg.jp]へ郵送・ファクス・メール(件名「掲載企業募集について」)

### 産後ケア事業

保健センター ☎(55)1111

出産後のお母さんが安心して子育てができるように、助産師などの専門家が産後1年までのお母さんの心身のケアや、育児を支援します。

	訪問型	宿泊型
<b>実施場所</b>	自宅(助産師が訪問)	中部産婦人科、曾我産婦人科、京都田辺中央病院、井出産婦人科
<b>内容</b>	お母さんの体調管理や休養、乳房のケア、育児相談、赤ちゃんの発育や発達の確認、沐浴や授乳などの助言など	
<b>利用料</b>	1回 2,000円	1泊 6,000円
<b>利用時間</b>	平日9:00~17:00のうち1日2時間30分~3時間	利用開始時間から24時間を1泊として7泊以内

▶対象 城陽市に住民票がある産後1年までの人で、育児への協力者がいない、育児に不安や疲れを感じているなどの人 ※赤ちゃんとお母さんの体調により利用できない場合があります  
●所定の用紙(保健センターに設置、または市ホームページからダウンロード)を保健センターへ持参 ※申請後に利用の可否の審査あり

### 介護者教室 (全3回)

介護者の身体を守る 介助のしかた講座

●日時 第1回:11月1日(火) / 第2回:11月15日(火) / 第3回:11月22日(火)

●場所 南部コミセン  
●対象 市内に住居票があり高齢者を介護している人  
●費用 無料  
●講師 京都きづ川病院 鼻崎裕美氏、中島翔吾氏

### 不妊治療等 助成制度

不妊治療などを受けている人の経済的な負担を軽減するため、治療に要した医療費の原則4分の3を助成しています。

●対象 ○府内に1年以上居住している夫婦 ○各種医療保険の被保険者(生活保護受給者を除く)  
●助成額 治療に要した医療費の自己負担額の4分の3  
●上限額 ○不妊治療など:1年度につき9万円(4月1日~翌年3月31日) ○不育治療など:1回の妊娠につき15万円

### 健康づくり講座

●日時 11月8日(火) 午後2時~3時30分

●場所 保健センター  
●対象 市内在住の人  
●定員 先着20人(うち5人は初めての人のみ)  
●費用 無料  
●講師 健康運動指導士 松本行紀氏

### 薬と健康の週間 10月17日~23日

複数の薬を服用するときは、薬の重複や飲み合わせに注意が必要です。

●日時 11月8日(火) 午後2時~3時30分  
●場所 保健センター  
●対象 市内在住の人  
●定員 先着20人(うち5人は初めての人のみ)  
●費用 無料  
●講師 健康運動指導士 松本行紀氏

### すくすく親子サポートカウンター

すくすく親子サポートカウンター(保健センター内)では、妊娠届出書の受付や母子健康手帳・妊婦健康診査受診券などの発行を行っています。

●日時 11月12日(土) 午前10時~正午  
●場所 京都府聴覚言語障害センター

●対象 0~6歳の聞こえづらさのあるお子さん、ご家族、聴覚障害が心配なご家族、子育て支援がほしいご家族、妊娠中や産後、育児に関する相談を受け付けています。

### ★交流会

子どもの耳が聞こえづらさや不安に思っているパパやママ。

●日時 11月12日(土) 午後1時15分~3時15分  
●場所 京都府聴覚言語障害センター

●対象 0~6歳の聞こえづらさのあるお子さん、ご家族、聴覚障害が心配なご家族、子育て支援がほしいご家族、妊娠中や産後、育児に関する相談を受け付けています。

### ★学習会

聴覚障がいのある人(人工内耳装用者)のお話を聞き、みなで交流しましょう。

●日時 11月12日(土) 午後1時15分~3時15分  
●場所 京都府聴覚言語障害センター

●対象 0~6歳の聞こえづらさのあるお子さん、ご家族、聴覚障害が心配なご家族、子育て支援がほしいご家族、妊娠中や産後、育児に関する相談を受け付けています。

### ぱれっとJOYO (男女共同参画支援センター)

●日時 11月9日(水) 午前10時~正午  
●内容 ○雑誌の写真や文などを切り貼りして、「自分を軸」に話をし、聞き合う  
●対象 女性  
●定員 先着6人  
●費用 無料

●日時 11月16日(日) 午前10時~正午  
●内容 ○雑誌の写真や文などを切り貼りして、「自分を軸」に話をし、聞き合う  
●対象 女性  
●定員 先着6人  
●費用 無料

# 目指せゼロカーボンシティ!

環境課 ☎(56)4061

城陽市は、2050年までにCO<sub>2</sub>などの温室効果ガスの排出量を実質ゼロにすることを目標とする「ゼロカーボンシティ」に挑戦しています。

## 「ごみの減量を目指し、小学4年生への出前授業を開催しました」

新型コロナウイルス感染症の影響で、市内小学4年生のごみ焼却場への社会見学などが中止となったことから、市のごみ行政を取り扱う「衛生センター」の職員が各小学校へ出向く「出前授業」を、令和2年度から開催しています。

授業内容は、ごみ収集運搬業務とごみ分別の必要性をクイズ形式で楽しく学習するものです。現在、多くのごみ分別を市民のみなさんをお願いしていますが、分別することはごみの減量につながり、SDGs(持続可能な開発目標)達成に向けて身近に取り組める内容であること、また、ごみ処理施設やパッカー車で起こる火災は、きちんと分別されていない小型充電式電池やスプレー缶、カセットボンベが原因で発生することなどを説明しました。

最後に、ごみを収集・運搬するパッカー車の説明を行い、収集作業を子どもたちに体験してもらったと同時に、生ごみの水切りが不十分な場合に発生する生ごみ汁の飛散状況を、水を入れたペットボトルを使い再現しました。

この出前授業が、未来の環境のために、子どもたちがごみの分別やごみの減量に取り組むきっかけになればと願っています。



## 私のゼロカーボン宣言

伊藤隆明 さん  
(市環境課職員)

衛生センターでは、遮熱効果でエアコンの使用を抑えることができる「グリーンカーテン」に取り組んでいます。青く輝く地球のために!

## 新型コロナウイルスオミكرون株対応2価ワクチンの接種について

医療機関及び集団接種会場にて3・4回目ワクチン接種を実施しています。60歳以上で4回目未接種の人は、送付済の接種券でオミكرون株対応のワクチンを接種できます。詳細や予約方法については市ホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

☎ 0120(567)792

ばれっと通信 ばれっと JOYO (男女共同参画支援センター) ☎(54)7545

## AV出演被害防止・救済法施行

### ～そのAV出演契約、やめることができます～

以下のようなAV出演被害が生じています。

- ・ SNSでつながった人から紹介されたアルバイトがAV撮影だった
- ・ モデルやアイドルにスカウトされ、撮影会に行ったら裸になることを要求された
- ・ 交際相手と私的に撮影した動画がAVとして売られていた

AV出演被害は、被害者の心身や私生活に将来にわたって悪影響を与える重大な人権侵害です。少しでも怪しいと感じた勧誘には乗らないようにし、氏名・住所・SNSのアカウントなどの個人情報や、学生証や運転免許証などの身分証明書も渡さないでください。

令和4年6月にAV出演被害防止・救済法が施行され、出演者の性別や年齢を問わず、AV出演契約の取り消しなどができるルールが定められました。契約してしまっても、出演し動画などが公表された後でも、契約の取消・解除、また、販売や配信の停止を請求することができます。

1人で悩まず、相談してください!

☎ 性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター 「#8891」

SNS 性暴力に関するSNS相談「Cure time」



城陽市は、京都サンガF.C.のホームタウンです。みんなで京都サンガF.C.を応援しよう!

★まず知ること、全てはそこから ヤングケアラーって!!

▼日時 11月19日(土) 午後1時30分～3時30分

▼対象 ヤングケアラーに関心のある人

▼定員 先着25人

費用 無料

▼講師 立命館大学教授 斎藤真緒氏

▼企画実施 ヘルスメイト城陽

☎ 10月16日(日)からは、れっとJOYOへ直接・電話または市ホームページから申し込み



★パパのための育児スキルアップ講座

▼日時 11月23日(祝) 午前10時～正午

▼対象 妻(パートナー)が妊娠中または出産後1年未満の夫(パートナー)

## ★働く女性の家

お申し込みは、お申し込みの場、受付完了メールをご確認ください

※メール申込の場合は、お申し込みの場、受付完了メールをご確認ください

☎(55)1002

Eメール: hataraku@city.joyo.lg.jp

## 働く女性の家



11月10日(木)時点で申込者が5人に満たない場合は中止

▼費用 ①500円 ②300円(テキスト代)

▼講師 キャリアコンサルタント(株)

その他 多数の場合女性優先。託児あり(生後6カ月～就学前で、①は開催日の3日前、②は開催日の4日前までに要申込)

☎ 10月16日(日)午前10時から件名「パソコン教室 希望する番号、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、託児の有無を明記し、働く女性の家へメール・電話・直接

①ダブルワークを考えると探しやすい方や気を付けておくこと

★再就職準備講座

①ダブルワークを考えると探しやすい方や気を付けておくこと

②オンラインコミュニケーション実践

①オンラインコミュニケーション実践

②オンラインコミュニケーション実践

③オンラインコミュニケーション実践

④オンラインコミュニケーション実践

⑤オンラインコミュニケーション実践

⑥オンラインコミュニケーション実践

⑦オンラインコミュニケーション実践

⑧オンラインコミュニケーション実践

⑨オンラインコミュニケーション実践

⑩オンラインコミュニケーション実践

11月11日(金) 午前9時30分～11時

▼日時 11月11日(金) 午後7時～9時

▼対象 市内在住・在勤の女性、市内在住・在勤中の男性、または市内での就職を希望している人※男性は主に就職水河期世代の人

▼定員 先着7人

費用 無料

▼講師 ハローワーク宇治

その他 託児あり(生後6カ月～就学前で、11月8日(火)までに要申込)

☎ 10月16日(日)～11月9日(水)までに件名「ダブルワークを考えると探しやすい方や気を付けておくこと」で、いずれも開催日の3日前までに要申込

☎ 10月16日(日)午前10時から件名「オンラインコミュニケーション実践」で、いずれも開催日の3日前までに要申込

11月11日(金) 午後7時～9時

▼日時 11月11日(金) 午後7時～9時

▼対象 市内在住・在勤の女性、市内在住・在勤中の男性、または市内での就職を希望している人※男性は主に就職水河期世代の人

▼定員 先着10人

費用 500円(資料代)

▼講師 (株)リリオール 辻本宗宏氏

その他 パソコンまたはスマートフォン、イヤホンマイク持参。託児あり(生後6カ月～就学前で、いずれも開催日の3日前までに要申込)

☎ 10月16日(日)午前10時から件名「オンラインコミュニケーション実践」で、いずれも開催日の3日前までに要申込

11月11日(金) 午後7時～9時

▼日時 11月11日(金) 午後7時～9時

▼対象 市内在住・在勤の女性、市内在住・在勤中の男性、または市内での就職を希望している人※男性は主に就職水河期世代の人

▼定員 先着10人

費用 500円(資料代)

▼講師 (株)リリオール 辻本宗宏氏

その他 パソコンまたはスマートフォン、イヤホンマイク持参。託児あり(生後6カ月～就学前で、いずれも開催日の3日前までに要申込)

☎ 10月16日(日)午前10時から件名「オンラインコミュニケーション実践」で、いずれも開催日の3日前までに要申込

11月11日(金) 午後7時～9時

▼日時 11月11日(金) 午後7時～9時

▼対象 市内在住・在勤の女性、市内在住・在勤中の男性、または市内での就職を希望している人※男性は主に就職水河期世代の人

▼定員 先着10人

費用 500円(資料代)

▼講師 (株)リリオール 辻本宗宏氏

その他 パソコンまたはスマートフォン、イヤホンマイク持参。託児あり(生後6カ月～就学前で、いずれも開催日の3日前までに要申込)

☎ 10月16日(日)午前10時から件名「オンラインコミュニケーション実践」で、いずれも開催日の3日前までに要申込

11月3日(祝) 午前10時～午後3時

▼日時 11月3日(祝) 午前10時～午後3時

▼場所 文化バルク城陽

▼内容 地元特産品販売、ステージショーなど

▼その他 詳細は今後の広報およびホームページをご覧ください

☎ 0120(567)792

☎(52)6866

城陽市ゲートボール連合会

城陽市長杯

ゲートボール大会

▼日時 11月5日(土) 午前9時20分から

▼場所 すばいく城陽

▼対象 市内在住・在勤の人

▼費用(1人) 300円

その他 1チーム5人。チームで申し込み

☎ 10月21日(金)までに城陽市ゲートボール連合会 釜山氏 ☎(53)7794へ電話

11月のソフトテニス教室

▼日時 11月の毎週月曜日 午前10時～午後1時

▼場所 市民体育館

▼費用(1回) 500円

▼持ち物 体育館シューズ、ラケット(貸し出しあり)

☆経験不問 ※申込不要

☎ NPO法人ST・NET 21 杉井氏 ☎(52)7878

# ～城陽市～

## 名木・古木を巡る⑮



### ① 青谷小学校のクスノキ

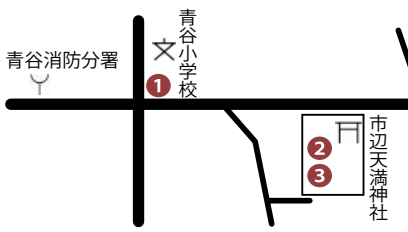
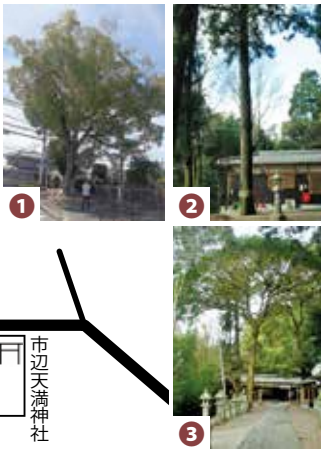
青谷小学校の校門南側交差点の角にあるクスノキです。根張りの部分が発達していることが特徴です。樹高15メートル、幹回り2.9メートル(認定時)

### ② 市辺天満神社のスギ

市辺天満神社拝殿前にあるスギの木です。樹齢は約150年とされ、御神木として守られています。樹高24メートル、幹回り2.6メートル(認定時)

### ③ 市辺天満神社のモチノキ

市辺天満神社境内にあるモチノキの古木です。モチノキとしては市内で最大級のものでされています。樹高15メートル、幹回り1.9メートル(認定時)



城陽市名木・古木については、市ホームページにも掲載しています。

都市政策課 ☎(56)4068

▼日程 令和5年2月26日(日)午後2時から  
※練習日:10月(令和5年2月の土・日曜日)  
▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 練習日に参加できる小学生(高校生)人  
▼定員 先着35人  
▼費用 無料  
10月16日(日)から文化パルク城陽へ直接・電話



★次世代事業 参加者募集!  
◇もうひとつの城陽 ホールdeクワイヤー 合唱団員募集

文化パルク城陽 ☎(55)1010

文パル通信

◇親子で楽しむ! ホールde親子講談 参加者募集  
▼日程 令和5年1月28日(土)午後2時から  
※練習日:10月12月の土曜日 午後2時〜4時  
▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 練習日に参加できる小学生(高校生)とその保護者  
▼定員 先着10組20人  
▼講師 旭堂南龍氏、馬場精子氏  
▼費用 無料  
10月16日(日)から文化パルク城陽へ直接・電話

★JOYOエコミュージアム 令和4年度特別展1 「城陽の至宝」原始から近世まで

▼日時 10月29日(土)12月18日(日)午前10時〜午後5時(入館は午後4時30分まで)  
▼場所 五里こり館  
▼費用 大人200円 小・中学生100円 ※市内在住の小・中学生、65歳以上の人、身体障害者手帳などを持っている人は無料

★歴史民俗資料館友の会 第54回研修見学会 行き先 檀原市博物館 明日香村牽牛子塚古墳など

▼日時 11月5日(土)近鉄寺田駅東側ロータリー 午前9時集合 午後5時解散 ※市のバス利用  
▼定員 先着30人  
▼費用 800円(会員400円)  
▼持ち物 弁当、水筒  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

★歴史民俗資料館友の会 第54回研修見学会 行き先 檀原市博物館 明日香村牽牛子塚古墳など

▼日時 11月6日(日)午後1時30分〜3時30分  
▼場所 五里こり館  
▼対象 小・中学生  
▼定員 先着10人  
▼費用 500円  
10月30日(日)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 11月6日(日)午後1時30分〜3時30分  
▼場所 五里こり館  
▼対象 小・中学生  
▼定員 先着10人  
▼費用 500円  
10月30日(日)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

ゴム製鋳型に低い温度で溶ける金属を流し込んで、ミニ銅鏡を作ります。

★考古学教室 「銅鏡をつくる!」  
▼日時 10月29日(土)12月18日(日)午前10時〜午後5時(入館は午後4時30分まで)  
▼場所 五里こり館  
▼費用 大人200円 小・中学生100円 ※市内在住の小・中学生、65歳以上の人、身体障害者手帳などを持っている人は無料

★歴史民俗資料館友の会 第54回研修見学会 行き先 檀原市博物館 明日香村牽牛子塚古墳など

▼日時 11月5日(土)近鉄寺田駅東側ロータリー 午前9時集合 午後5時解散 ※市のバス利用  
▼定員 先着30人  
▼費用 800円(会員400円)  
▼持ち物 弁当、水筒  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 11月6日(日)午後1時30分〜3時30分  
▼場所 五里こり館  
▼対象 小・中学生  
▼定員 先着10人  
▼費用 500円  
10月30日(日)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 11月6日(日)午後1時30分〜3時30分  
▼場所 五里こり館  
▼対象 小・中学生  
▼定員 先着10人  
▼費用 500円  
10月30日(日)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 11月6日(日)午後1時30分〜3時30分  
▼場所 五里こり館  
▼対象 小・中学生  
▼定員 先着10人  
▼費用 500円  
10月30日(日)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 11月6日(日)午後1時30分〜3時30分  
▼場所 五里こり館  
▼対象 小・中学生  
▼定員 先着10人  
▼費用 500円  
10月30日(日)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 11月6日(日)午後1時30分〜3時30分  
▼場所 五里こり館  
▼対象 小・中学生  
▼定員 先着10人  
▼費用 500円  
10月30日(日)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

★昭和ポップス 懐かしい歌とともにあの頃がよみがえる... 昭和のポップスをどうぞ!  
▼日時 10月28日(金)午後2時から  
▼費用 1500円(会員1000円)  
▼出演 葛井ひかる(ボーカル)、小林理紗(ピアノ)  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

★昭和ポップス 懐かしい歌とともにあの頃がよみがえる... 昭和のポップスをどうぞ!

▼日時 10月28日(金)午後2時から  
▼費用 1500円(会員1000円)  
▼出演 葛井ひかる(ボーカル)、小林理紗(ピアノ)  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 10月28日(金)午後2時から  
▼費用 1500円(会員1000円)  
▼出演 葛井ひかる(ボーカル)、小林理紗(ピアノ)  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 10月28日(金)午後2時から  
▼費用 1500円(会員1000円)  
▼出演 葛井ひかる(ボーカル)、小林理紗(ピアノ)  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 10月28日(金)午後2時から  
▼費用 1500円(会員1000円)  
▼出演 葛井ひかる(ボーカル)、小林理紗(ピアノ)  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 10月28日(金)午後2時から  
▼費用 1500円(会員1000円)  
▼出演 葛井ひかる(ボーカル)、小林理紗(ピアノ)  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

▼日時 10月28日(金)午後2時から  
▼費用 1500円(会員1000円)  
▼出演 葛井ひかる(ボーカル)、小林理紗(ピアノ)  
10月28日(金)午前10時から五里こり館へ電話 ※1人につき2人まで申込可

★テーマ展示案内 「あきつたのしね」 遠足や運動会、散歩で見つける小さな秋... おいしいものや楽しいことを集めて展示しています。  
※10月26日(水)まで  
◇2階成人開架 「素敵な新年を迎える為に」

★テーマ展示案内 「あきつたのしね」 遠足や運動会、散歩で見つける小さな秋... おいしいものや楽しいことを集めて展示しています。

※10月26日(水)まで  
◇2階成人開架 「素敵な新年を迎える為に」

※10月26日(水)まで  
◇2階成人開架 「素敵な新年を迎える為に」

※10月26日(水)まで  
◇2階成人開架 「素敵な新年を迎える為に」

※10月26日(水)まで  
◇2階成人開架 「素敵な新年を迎える為に」

※10月26日(水)まで  
◇2階成人開架 「素敵な新年を迎える為に」

※10月26日(水)まで  
◇2階成人開架 「素敵な新年を迎える為に」

お正月に向けて、おせち料理・大掃除・年賀状など、お正月準備に役立つ本を展示しています。  
※12月27日(火)まで  
★大人のためのおはなし会 朗読「舌切雀」ほか  
▼日時 10月29日(土)午後2時〜2時40分  
▼場所 寺田コミセン  
▼対象 成人  
▼定員 先着15人  
▼講師 朗読の会「スピークル」  
※申込不要・無料

お正月に向けて、おせち料理・大掃除・年賀状など、お正月準備に役立つ本を展示しています。

※12月27日(火)まで  
★大人のためのおはなし会 朗読「舌切雀」ほか

▼日時 10月29日(土)午後2時〜2時40分  
▼場所 寺田コミセン  
▼対象 成人  
▼定員 先着15人  
▼講師 朗読の会「スピークル」  
※申込不要・無料

▼日時 10月29日(土)午後2時〜2時40分  
▼場所 寺田コミセン  
▼対象 成人  
▼定員 先着15人  
▼講師 朗読の会「スピークル」  
※申込不要・無料

▼日時 10月29日(土)午後2時〜2時40分  
▼場所 寺田コミセン  
▼対象 成人  
▼定員 先着15人  
▼講師 朗読の会「スピークル」  
※申込不要・無料

▼日時 10月29日(土)午後2時〜2時40分  
▼場所 寺田コミセン  
▼対象 成人  
▼定員 先着15人  
▼講師 朗読の会「スピークル」  
※申込不要・無料

▼日時 10月29日(土)午後2時〜2時40分  
▼場所 寺田コミセン  
▼対象 成人  
▼定員 先着15人  
▼講師 朗読の会「スピークル」  
※申込不要・無料

▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 成人  
▼定員 先着100人  
▼費用 無料  
▼講師 薬師寺執事長 大谷徹英氏  
10月18日(火)〜11月23日(祝)に図書館へ電話

▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 成人  
▼定員 先着100人  
▼費用 無料  
▼講師 薬師寺執事長 大谷徹英氏  
10月18日(火)〜11月23日(祝)に図書館へ電話

▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 成人  
▼定員 先着100人  
▼費用 無料  
▼講師 薬師寺執事長 大谷徹英氏  
10月18日(火)〜11月23日(祝)に図書館へ電話

▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 成人  
▼定員 先着100人  
▼費用 無料  
▼講師 薬師寺執事長 大谷徹英氏  
10月18日(火)〜11月23日(祝)に図書館へ電話

▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 成人  
▼定員 先着100人  
▼費用 無料  
▼講師 薬師寺執事長 大谷徹英氏  
10月18日(火)〜11月23日(祝)に図書館へ電話

▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 成人  
▼定員 先着100人  
▼費用 無料  
▼講師 薬師寺執事長 大谷徹英氏  
10月18日(火)〜11月23日(祝)に図書館へ電話

▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 成人  
▼定員 先着100人  
▼費用 無料  
▼講師 薬師寺執事長 大谷徹英氏  
10月18日(火)〜11月23日(祝)に図書館へ電話

▼場所 文化パルク城陽ふれあいホール  
▼対象 成人  
▼定員 先着100人  
▼費用 無料  
▼講師 薬師寺執事長 大谷徹英氏  
10月18日(火)〜11月23日(祝)に図書館へ電話

習▼費用 無料 ※多数の場合抽選  
11月14日(月)、③は10月17日(月)までに「伝統文化の夢舞台」募集事務局 〒530-0041 大阪市北区天神橋3-6-26 扇町パークビル1階、☎06(4391)0124へ郵送、またはホームページから申し込み

習▼費用 無料 ※多数の場合抽選  
11月14日(月)、③は10月17日(月)までに「伝統文化の夢舞台」募集事務局 〒530-0041 大阪市北区天神橋3-6-26 扇町パークビル1階、☎06(4391)0124へ郵送、またはホームページから申し込み

習▼費用 無料 ※多数の場合抽選  
11月14日(月)、③は10月17日(月)までに「伝統文化の夢舞台」募集事務局 〒530-0041 大阪市北区天神橋3-6-26 扇町パークビル1階、☎06(4391)0124へ郵送、またはホームページから申し込み

習▼費用 無料 ※多数の場合抽選  
11月14日(月)、③は10月17日(月)までに「伝統文化の夢舞台」募集事務局 〒530-0041 大阪市北区天神橋3-6-26 扇町パークビル1階、☎06(4391)0124へ郵送、またはホームページから申し込み

習▼費用 無料 ※多数の場合抽選  
11月14日(月)、③は10月17日(月)までに「伝統文化の夢舞台」募集事務局 〒530-0041 大阪市北区天神橋3-6-26 扇町パークビル1階、☎06(4391)0124へ郵送、またはホームページから申し込み

習▼費用 無料 ※多数の場合抽選  
11月14日(月)、③は10月17日(月)までに「伝統文化の夢舞台」募集事務局 〒530-0041 大阪市北区天神橋3-6-26 扇町パークビル1階、☎06(4391)0124へ郵送、またはホームページから申し込み

習▼費用 無料 ※多数の場合抽選  
11月14日(月)、③は10月17日(月)までに「伝統文化の夢舞台」募集事務局 〒530-0041 大阪市北区天神橋3-6-26 扇町パークビル1階、☎06(4391)0124へ郵送、またはホームページから申し込み

習▼費用 無料 ※多数の場合抽選  
11月14日(月)、③は10月17日(月)までに「伝統文化の夢舞台」募集事務局 〒530-0041 大阪市北区天神橋3-6-26 扇町パークビル1階、☎06(4391)0124へ郵送、またはホームページから申し込み

▼日時 11月23日(祝)午前10時〜午後4時  
▼場所 けいはんなプラザ(精華町) ▼募集内容 ①伝統文化(吉原の太刀振、水口ばやし 他)の発表ステージの観覧 ②伝統文化・工芸(華道、奈良筆 他)体験 ③オンライン伝統文化(講演、落語 他)体験学

▼日時 11月23日(祝)午前10時〜午後4時  
▼場所 けいはんなプラザ(精華町) ▼募集内容 ①伝統文化(吉原の太刀振、水口ばやし 他)の発表ステージの観覧 ②伝統文化・工芸(華道、奈良筆 他)体験 ③オンライン伝統文化(講演、落語 他)体験学

▼日時 11月23日(祝)午前10時〜午後4時  
▼場所 けいはんなプラザ(精華町) ▼募集内容 ①伝統文化(吉原の太刀振、水口ばやし 他)の発表ステージの観覧 ②伝統文化・工芸(華道、奈良筆 他)体験 ③オンライン伝統文化(講演、落語 他)体験学

▼日時 11月23日(祝)午前10時〜午後4時  
▼場所 けいはんなプラザ(精華町) ▼募集内容 ①伝統文化(吉原の太刀振、水口ばやし 他)の発表ステージの観覧 ②伝統文化・工芸(華道、奈良筆 他)体験 ③オンライン伝統文化(講演、落語 他)体験学

▼日時 11月23日(祝)午前10時〜午後4時  
▼場所 けいはんなプラザ(精華町) ▼募集内容 ①伝統文化(吉原の太刀振、水口ばやし 他)の発表ステージの観覧 ②伝統文化・工芸(華道、奈良筆 他)体験 ③オンライン伝統文化(講演、落語 他)体験学

▼日時 11月23日(祝)午前10時〜午後4時  
▼場所 けいはんなプラザ(精華町) ▼募集内容 ①伝統文化(吉原の太刀振、水口ばやし 他)の発表ステージの観覧 ②伝統文化・工芸(華道、奈良筆 他)体験 ③オンライン伝統文化(講演、落語 他)体験学

▼日時 11月23日(祝)午前10時〜午後4時  
▼場所 けいはんなプラザ(精華町) ▼募集内容 ①伝統文化(吉原の太刀振、水口ばやし 他)の発表ステージの観覧 ②伝統文化・工芸(華道、奈良筆 他)体験 ③オンライン伝統文化(講演、落語 他)体験学

▼日時 11月23日(祝)午前10時〜午後4時  
▼場所 けいはんなプラザ(精華町) ▼募集内容 ①伝統文化(吉原の太刀振、水口ばやし 他)の発表ステージの観覧 ②伝統文化・工芸(華道、奈良筆 他)体験 ③オンライン伝統文化(講演、落語 他)体験学

▼日時 10月22日(土)23日(日)午前9時〜午後4時  
▼場所 京都さつき会常設展示場(寺田大川原45-2) ※申込不要・無料  
☎南都京都市さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

▼日時 10月22日(土)23日(日)午前9時〜午後4時  
▼場所 京都さつき会常設展示場(寺田大川原45-2) ※申込不要・無料  
☎南都京都市さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

▼日時 10月22日(土)23日(日)午前9時〜午後4時  
▼場所 京都さつき会常設展示場(寺田大川原45-2) ※申込不要・無料  
☎南都京都市さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

▼日時 10月22日(土)23日(日)午前9時〜午後4時  
▼場所 京都さつき会常設展示場(寺田大川原45-2) ※申込不要・無料  
☎南都京都市さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

▼日時 10月22日(土)23日(日)午前9時〜午後4時  
▼場所 京都さつき会常設展示場(寺田大川原45-2) ※申込不要・無料  
☎南都京都市さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

▼日時 10月22日(土)23日(日)午前9時〜午後4時  
▼場所 京都さつき会常設展示場(寺田大川原45-2) ※申込不要・無料  
☎南都京都市さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

▼日時 10月22日(土)23日(日)午前9時〜午後4時  
▼場所 京都さつき会常設展示場(寺田大川原45-2) ※申込不要・無料  
☎南都京都市さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

▼日時 10月22日(土)23日(日)午前9時〜午後4時  
▼場所 京都さつき会常設展示場(寺田大川原45-2) ※申込不要・無料  
☎南都京都市さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

**あなたのスマホで体験! キャッシュレス決済体験会**

市内対象店舗で auPAY、d 払い、PayPay を利用すると、20%還元となるキャンペーンを11月に予定しています。キャンペーンの実施にあたり、キャッシュレス決済に不慣れな人を対象に、10月下旬に体験会を開催します。詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☎城陽市お店応援キャンペーン事務局 ☎0120(975)296 市HP▶

**減塩も知識から! 減塩豆知識**

保健センター ☎(55)1111

**塩分摂取の食習慣をチェック!**

京都文教短期大学 食物栄養学科 田中恵子教授

自分に減塩は必要ないと思いませんか? まず、塩分摂取の食習慣をチェックしてみましょう。

- みそ汁やスープを1日2杯以上飲む
- 漬物や梅干し、佃煮などをよく食べる
- ちくわやかまぼこ、ハムやソーセージなどの加工食品をよく食べる
- 干物や塩鮭などをよく食べる
- 食卓で、しょうゆやソースなどの調味料をよくかける
- うどんやラーメンなどの麺類の汁を半分以上飲む
- 市販の総菜やインスタント食品をよく食べる
- 外食や市販の弁当をよく食べる
- 濃い味付けを好む

1つでもチェックが入った人は、減塩に取り組んでください。例えば、みそ汁の場合、だしを効かせて具たくさんにすると減塩できます。加工食品や総菜、弁当は、栄養成分表示の食塩相当量も参考に選り、食べる頻度や量を減らすことをお勧めします。濃い味付けが好みの人は、酸味や香味野菜などを上手に取り入れましょう。ご自分の塩分摂取の習慣を知ることが大切です。

# わがやのアイドル



りつき  
**谷 律輝**  
ちゃん  
令和4年2月18日  
生まれ(枇杷庄)

元気にすくすく成長してね。毎日笑顔があり  
がとう♡これからたくさんの思い出を一緒  
に作っていきましょうね！



ちか  
**井上千嘉**  
ちゃん  
令和3年5月8日  
生まれ(久世)

初めて髪をくくってみたらニコニコ！  
年中無休で愛おしいをありがとう♡



あんな  
**北小路明奈**  
ちゃん  
令和4年1月8日  
生まれ(寺田)

3,824グラムで大きく生まれたあんなちゃん  
誕生日を迎えたあとはインドネシアへ行きま  
す。やっとパパと一緒に住めるね!!

## わがやのアイドル 募集中!!

### 広報じょうように、お子さんの写真を掲載しませんか？

詳しくは市ホームページをご覧ください！ **城陽市 わがやのアイドル**

検索

▶対象 市内在住の未就学児 ※多数の場合抽選

囲・圖保護者の氏名(ふりがな)、子の氏名(ふりがな)・生年月日・性別、住所、電話番号、保護者からのコメント(50字程度)、掲載写真1枚を〒610-0195城陽市役所 秘書広報課 広報広聴係「わがやのアイドル」係 [☎(56)4051、Eメール:koho@city.joyo.lg.jp]へメール(件名「わがやのアイドル」)・郵送・持参

城南地域職業訓練センター		☎(46)0688					
講座名	日程	曜日	時間	回数(回)	定員(人)	費用(円)	
<b>&lt;パソコン講座 初心者コース&gt;</b>							
はじめてのホームページ(入門)	11/18 ~12/2	月・水 ・金	9:30 ~15:30	6	10	16,500	
<b>&lt;パソコン講座 ビジネスコース&gt; ※リモート可</b>							
日商PC検定試験対策 データ活用2級編(エクセル)	11/26 ~1/21	火・土	19:00 ~21:00	14	10	23,100	
▶対象 府内在住・在勤の人 ※教材費別途 囲各講座の開講日の1カ月前から、同センター [FAX(46)0780、Eメール:info@jyonan.ac.jp]へ直接・電話・ファクス・メール							

## し尿収集日程表

圖城南衛生管理組合☎075(631)5171

自治会名など	し尿収集日	
上津屋、八丁、西六反、浜道裏、野原、北陽、大將軍、中道表、平川西部、平川北部、平川南部(市道114号線以北)、平川東部第一(市道114号線以北)、大亀茶屋親善、久世東部(市道105号線以北)、平川東部第二、下大谷、城陽団地、緑ヶ丘、芝ヶ丘、芝ヶ原、西浜道、東大將軍、大將軍中	10/26	11/17
正道、ハイランド南、つつじヶ丘、桜ヶ丘、大谷、城陽南第一・第二・第三、城陽台、上大谷友が丘、友が丘、水度、宮ノ谷、上友ヶ丘	10/27	11/18
東富野、西富野、富野堀口、乾垣内、東敷島、高背、北清水、南清水	10/28	11/21
西垣内、島の宮住宅、大堀、枇杷庄、敷島住宅、富野荘駅前	10/31	11/22
富の里、西ノ口大三戸、水主	11/ 1	11/24
里ノ西、東里ノ西、南里ノ西、梅の里、みどりの里、ひかりの里、広田、東広田、西広田、嫁付団地、久津川団地、久世西部(近鉄以西)、古川商工団地、平川南部(市道114号線以南)、寺田の里、乾城、西ノ口、いずみ、樋尻第一・第二・第三、睦、しょうぶの里、尺後台、塚本(寺田)	11/ 2	11/25
城陽佐伯団地、東ノ口、東ノ口第二、大南、中東、たんぼぼ、小南、水度坂、今橋、今堀、おむろ、若草、若葉、あけぼの、つくし、さくらえん、庭井団地、ひまわり、芝	11/ 4	11/28
久世西部(近鉄以東)、平川東部第一(市道114号線以南)、北東ノ東、久世東部(市道105号線以南)、垣内後西、尺後、北西、北東西、中西	11/ 7	11/29
市ノ久保、市ノ久保第一、市ノ久保宮前、水度参道、鴻ノ巣台、城陽駅前商店街、玉池、市ノ久保第二、市ノ久保有楽、宮の原、大川原、丁子口(寺田)、築留(寺田)、南中芝(寺田)	10/17	11/ 8
長池、長池友が丘、陽光ヶ丘、大和苑	10/18	11/ 9
観音堂(府道以西)	10/19	11/10
観音堂(府道以東)、長谷山、芦原	10/20	11/11
中(府道以東)	10/21	11/14
市辺(JR以西)、十六、奈島(JR以西)、中(府道以西)、川田	10/24	11/15
市辺(JR以東)、五島、奈島(JR以東)	10/25	11/16
収集漏れ(収集口から確認後)や、臨時収集は城南衛生管理組合へお問い合わせください ※土・日曜日、祝日を除く		

## あんぜん NEWS

圖城陽けいさつ☎(53)0110

### 全国地域安全運動実施中

10月11日(火)~20日(木)



警察と、地域安全に資する関係機関・団体が、安全で安心して暮らせる地域社会を実現することを目的に実施する運動です!!

期間中は防犯活動を強化し、みなさんへ注意を呼び掛けます。

- ☆その1 電話でお金の話は詐欺と疑いましょう!
- ☆その2 SNSで相手の分からない取引(売買)はやめましょう!
- ☆その3 自転車盗難の8割が施錠なし。鍵は必ずかけましょう!
- ☆その4 夜間女性の1人歩きは極力控えましょう。遠回りでも明るく人通りが多い道を歩きましょう!
- ☆その5 被害に遭う前に、迷ったらまずは警察へ相談しましょう!



~京都府警察スローガン~

千年を守る 未来を創る



## インフォメーション

※詳しくはそれぞれへお問い合わせください

### 地域公開講演会

▶日時 11月1日(火)9:45～11:25 ▶場所 お茶と宇治のまち交流館「茶づな」▶内容 新たなふるさと宇治の創造に向けて ▶定員 先着100人 ▶講師 宇治市長松村淳子氏 ※申込不要・無

料  
 料 京都市女性の船「ステップあけぼの」柴田氏 ☎・FAX(41)7294

### おいしい適塩 料理教室

▶日時 11月23日(祝)13:30～16:30 ▶場所 城南勤労者福祉会館 ▶対象 府内在住・在勤の人 ▶定員 先着12人 ▶費用 3,000円  
 ㊦・㊧10月23日(日)から城南勤労者福祉会館 [☎(46)0688]へ費用を持参

「サブスクリプション(以下『サブスク』)」とは、定められた料金を定期的に支払うことにより、一定期間商品やサービスを利用できるサービスのことで、一般的に、一度契約をすると解約しない限り自動的に支払いが継続されます。

「動画配信サービスの解約を忘れ、利用していないのに代金の引き落としが続

## 予期せぬサブスクの請求トラブルに注意

く  
ら  
し  
の  
1  
1  
0  
番

消費生活センター ☎(56)4052

いている」などの相談があります。

トラブルを未然に防ぐため、まず契約先の事業者名、サービス内容を確認し、申し込み時に登録した情報は保存しておきましょう。

特にスマホアプリで申し込んだサブスクは、アプリを削除しても契約自体が解除されるわけではありません。申し込む前に解約方法を確認しておきましょう。

困ったことがあれば、消費生活センターに相談しましょう。

## コ ミ セ ン

南部コミセン ☎(55)1002 FAX(56)6040 〒610-0111 富野東田部70-1

**唱歌教室**  
 11月2日(水)10:00～11:30  
 矢島有里氏  
 先着30人  
 参加費10円(資料代)  
 ㊦10月19日(水)10:30から電話

**文化・図書室まつり**  
 「作品展示～菊花・手芸・陶芸・絵手紙・生花などの市民作品～」  
 11月5日(土)13:00～17:00、6日(日)9:00～15:00 ※申込不要・無料

**文化・図書室まつり「シネマクラブ・リバイバル」**  
 ～かつて上映した映画をもう一度お楽しみください～  
 ■11月12日(土)

- ①「あらしのよるに」9:30～11:20 ※小学生以上対象
- ②「マルタのやさしい刺繍」(字幕)11:35～13:05 ※大人対象
- ③「超高速!参勤交代」13:20～15:20 ※大人対象

■11月13日(日)

- ④「ロックスおじさんの秘密の種」9:30～11:00 ※幼児以上対象(幼児は保護者同伴)
- ⑤「北京バイオリン」(字幕)11:15～13:15 ※大人対象
- ⑥「家族はつらいよ2」13:30～15:25 ※大人対象

①～⑥いずれも  
 各回先着20人・無料  
 ㊦10月18日(火)9:00から整理券配布  
 ※電話申込可。電話申込の人は、後日来館の上、整理券受け取り

**明治の鉄道、まぼろしの大仏鉄道遺構めぐり**  
 11月18日(金)JR加茂駅東公園10:00集合・JR木津駅12:30解散  
 ふるさと案内人・かも  
 先着20人※大人対象  
 無料  
 ㊦10月16日(日)10:00から来館・電話※1人につき2人まで申込可

**ベビーと楽しむ「親子3B体操教室」**  
 11月18日(金)  
 ①10:30～11:30 ②11:45～12:45  
 西村加衣氏  
 ①②各先着4組※首が据わった頃～3歳ぐらいの子とその保護者対象・無料  
 ㊦10月21日(金)から来館・電話

青谷コミセン(仮事務所) ☎(53)8273 FAX(56)6042 〒610-0113 中樋ノ上35-6

**パパ・ママと一緒にリトミック体操**  
 ～運動能力は幼児期が大切!～  
 10月26日(水)10:30～11:30 仮事務所  
 深見智洋氏  
 先着親子4組※1～3歳までの未就園児とその保護者対象  
 無料  
 ㊦10月16日(日)10:00から電話

**「大人の健康教室」脳トレ&筋トレでイキイキと!**  
 ～転倒予防・認知症予防～  
 10月27日(木)10:00～11:00 仮事務所  
 伊集院 誉氏  
 先着5人※大人対象  
 無料  
 ㊦10月18日(火)11:00から電話

**京都ですもの第33弾 素敵な町あるき**  
 「山背古道(やましろこどう) 玉水～棚倉」  
 10月28日(金)JR玉水駅13:20集合・JR棚倉駅15:50頃解散 ※雨天中止 岡井毅芳氏  
 先着10人※大人対象  
 参加費100円(資料代)  
 ㊦10月18日(火)10:00から参加費を添え来館

**初めてのタティングレース～アクセサリー作り～**  
 11月2日(水)・17日(木)10:00～12:00  
 仮事務所 佐藤智子氏  
 先着8人・材料費各回500円  
 ㊦10月16日(日)13:00から材料費を添え来館

**はじめての木工**  
 ～自分で作るmyお箸～  
 11月8日(火)13:00～15:00 仮事務所  
 吉田奈津子氏  
 先着6人※大人対象  
 材料費500円  
 ㊦10月26日(水)13:00から材料費を添え来館

今池コミセン ☎(56)0525 FAX(56)6041 〒610-0117 枇杷庄知原15-1

**手芸教室(全2回)**  
 ～初心者向き!クロスステッチを楽しもう～  
 11月4日(金)・11日(金)13:30～15:30  
 生野暉子氏  
 先着10人  
 材料費800円  
 ㊦10月20日(木)9:30から来館・電話

**やさしいピラティス～ゆっくりした動きの中でインナーマッスルを強化しよう～**  
 11月6日(日)10:00～11:30 eiko氏  
 先着8人・無料  
 ㊦10月25日(火)9:30から来館・電話

寺田コミセン(文化パルク城陽内) ☎(55)0010 FAX(55)0197 〒610-0121 寺田今堀1

**子ども科学教室**  
 ～分光筒を作って光のスペクトルを見よう～  
 11月5日(土)13:00～15:00  
 科学クラブ26 藤原 清氏  
 先着15人※小学生対象(1・2年生は保護者同伴)  
 材料費500円  
 ㊦10月16日(日)9:30から材料費を添え来館※1人につき兄弟姉妹の複数申込可

**食の安全教室**  
 ～身体にやさしいみそ作りやレシピのお話～  
 11月9日(水)13:30～15:00  
 ヘルスメイト城陽 中ブロック  
 先着20人  
 無料  
 ㊦10月19日(水)9:30から来館

**片付けのベーシック講座**  
 ～理想の空間で新年を♪～  
 11月17日(木)13:30～15:00 宮前有紗氏  
 先着20人・無料  
 ㊦10月19日(水)9:30から来館

東部コミセン ☎(55)7858 FAX(56)6037 〒610-0121 寺田正道152

**子ども体育教室「なわとびにチャレンジ!」**  
 10月29日(土)  
 ①10:00～11:00  
 ②11:00～12:00  
 カワイ体育教室  
 ①②各抽選10人※①は年中～年長(保護者同伴)、②は小学生対象・無料  
 ㊦10月16日(日)①10:30、②10:45に来館抽選

**健康いきいき体操～関節のお手入れ方法とやさしい目覚め体操～**  
 11月1日(火)13:30～15:00  
 松本行紀氏  
 抽選25人・無料  
 ㊦10月20日(木)10:30に来館抽選※1人につき2人まで申込可

**第22回 東部地区児童絵画展**  
 11月5日(土)12:00～17:00  
 11月6日(日)9:00～15:00  
 申込不要・無料

北部コミセン(仮事務所) ☎(55)1001 FAX(56)6032 〒610-0102 久世荒内137

**第3回子育てサポート「ほのぼのルーム」**  
 ママの産後骨盤ケア～かきらメソッド～  
 11月1日(火)東広田集会所10:30集合・12:00解散 田中恵美子氏  
 先着5組※乳幼児とその保護者対象・無料(母親のみの参加可)  
 ㊦10月19日(水)10:30から電話

**みんなであそび～創作あそび～**  
 11月8日(火)東広田集会所10:45集合・11:45解散  
 先着6組※乳幼児とその保護者対象・無料  
 ㊦10月19日(水)11:00から電話

**みんなであそび～親子交通安全教室～**  
 11月15日(火)城陽警察署10:30集合・12:00解散 城陽警察署  
 先着10組※乳幼児とその保護者対象・無料  
 ㊦10月26日(水)11:00から電話

◆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(㊦・㊧17:00まで) [10月の休館日] ○北部・南部・今池・東部・青谷コミセン…17日(月)・24日(月)・31日(月) ○寺田コミセン…17日(月)・24日(月)・31日(月)

新型コロナウイルス感染症の状況によって、事業が中止・延期になることがあります。実施状況などはお問い合わせください。事業などに参加する際はマスクの着用をお願いします。また、体調がすぐれない場合は参加をお控えください