



レベル4は危険のサイン！

警報・注意報

が変わります！

一般的に6～10月は大雨による災害が起こりやすい「出水期」。この時期を前に、警報・注意報などを表す「防災気象情報」が一部新しくなります。特に大きな変更点は、警報・注意報が5段階の警戒レベルに合わせて発表されること。これにより情報がシンプルになり、直感的に避難の判断をしやすくなります。他の変更点と合わせて確認し、発表された場合には市からの避難情報に注意しましょう。

☎危機・防災対策課☎(56)4045

変更点をチェック！

！ これからの防災気象情報

5月29日から、警報・注意報などを表す「防災気象情報」が新しくなります。これまでの警報・注意報と呼び方が一部変わっているのでチェックしましょう。

主な変更点

○警報・注意報の情報名が「レベル」付きに変更

大雨や土砂災害などの警報・注意報の名前の前に5段階の「レベル」（災害発生の危険度に応じた避難行動を示す目安）が合わせて表示されます。

【例】旧：大雨警報

新：レベル3大雨警報



ポイントなので
押さえておこう！

○「危険警報」（警戒レベル4相当）の追加

警戒レベル4相当の情報として「危険警報」が新設されます。重大な災害が起こる可能性が高く、危険な場所からの全員避難を促す目安として発表されます。

新しくなった防災気象情報一覧

警戒レベル	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮	とるべき行動
5相当	レベル5 氾濫 特別警報	レベル5 大雨 特別警報	レベル5 土砂災害 特別警報	レベル5 高潮 特別警報	命の危険 直ちに安全確保！
4相当	レベル4 氾濫 危険警報	レベル4 大雨 危険警報	レベル4 土砂災害 危険警報	レベル4 高潮 危険警報	危険な場所から 全員避難！
3相当	レベル3 氾濫 警報	レベル3 大雨 警報	レベル3 土砂災害 警報	レベル3 高潮 警報	避難に時間がかかる人は 早めに避難！ 避難の準備など
2	レベル2 氾濫 注意報	レベル2 大雨 注意報	レベル2 土砂災害 注意報	レベル2 高潮 注意報	避難行動を確認！ 避難場所や避難ルート、 タイミングなど
1	早期注意情報				災害への心構えを高める

○「河川氾濫の危険度」の伝え方の変更

洪水警報・注意報が廃止され、木津川や宇治川などの大きな河川の氾濫は氾濫警報・注意報として、その他の小さな川の氾濫は大雨警報・注意報として発表されます。



▲詳しくはこちら

災害が起こりそうな時は
市の情報を「GOサイン」に！

災害時は、SNSなどでデマや古い情報が拡散することがあります。混乱しないためにも、「市が発信する情報」に基づいて避難行動をとるようにしましょう。

情報を逃さないために…

市のLINE公式アカウントや安心・安全メール、防災行政無線など、複数の方法で発信します。自分に合った情報収集の手段を今のうちに登録しておきましょう。



LINEは情報が届くと通知が来るので便利だね！



城陽市公式
LINE



安心・安全
メール

自分の身の回りは「キキクル」でチェック！

気象庁の「キキクル」を使えば、自分の周辺（1キロ四方）にどの程度の危険が迫っているか、10分ごとに地図上で確認できます。市の情報と合わせて活用するのがおすすめです。



危ないところが色でわかるよ！

キキクル
はこちら



日頃から避難の準備を！

避難が必要なときに慌てないように、今できる準備は早めにしておきましょう。あらかじめ防災ブックなどを確認して非常時の動き方を決めておくことや、自分の身の回りを整えておくことが避難の第一歩です。

ハザードマップで周囲をチェック！

防災ブックでハザードマップを確認し、自宅周辺が浸水しやすい場所か、土砂災害の危険があるかをチェックしましょう。今いる場所が避難の必要な場所かどうかを知ることが大切です。

備蓄品・非常用持ち出し袋の準備

災害発生時はライフラインが止まることも考えられます。非常時に備えて3～7日分の食糧などを備蓄しておき、貴重品や避難用具などとまとめて持ち出せるよう、持ち出し袋を準備しておきましょう。

持ち出し袋はすぐに持ち出せるよう、玄関近くなどの見えやすい場所に保管しておきましょう。

詳しくは防災ブックに載ってるよ！



防災ブック
はこちら



6月から特定健康診査やがん検診などが始まります

☎健康推進課 (55) 1111

期間 6月1日(月)～10月31日(土)

◎乳がん・子宮頸がん検診は、令和9年2月27日(土)まで
◎健診(検診)は年1回。2回目以降は全額自己負担

	特定健康診査	健康診査	大腸がん検診	前立腺がん検診	乳がん検診 ※1※2	子宮頸がん検診※2	成人歯科健診	後期高齢者歯科健診	肝炎ウイルス検診	
対象	40～74歳の市国保被保険者(今年度中に40歳になる人を含む) ※人間ドックの受診補助利用者は不可	後期高齢者医療被保険者 ※人間ドックの受診補助利用者は不可	生活保護世帯・中国残留邦人などの支援給付受給世帯	受診時に40歳以上の人	受診時に50歳以上の人で、西暦奇数年生まれの男性	受診時に40歳以上で、西暦奇数年生まれの女性	受診時に20歳以上で、西暦奇数年生まれの女性	昭和30・40・50・60年度、平成7・17年度(4月1日～3月31日)生まれの人	昭和25年4月1日～昭和26年3月31日生まれの後期高齢者医療被保険者	今年度中に40歳以上になる人でこれまで肝炎ウイルス検診を受けたことがない人
費用	無料	無料	700円	500円	1,200円	1,100円	無料	無料	600円	
内容	問診、血圧測定、身体測定、尿検査、血液検査(検査前10時間以上絶食)など		問診、便潜血検査	血液検査	問診、マンモグラフィ	問診、内診、細胞診	歯と口腔内の健診	歯と口腔内の健診、飲み込む機能の検査	問診、血液検査	
受診方法	マイナ保険証または資格確認書を持って健診協力医療機関で受診		マイナ保険証または資格確認書を持って検診協力医療機関で受診		マイナ保険証または資格確認書を持って検診協力医療機関で受診		歯科健診協力医療機関(市ホームページに掲載)へ要予約		市ホームページから申し込み、もしくは健康推進課へ直接・電話	

※1 心臓ペースメーカー・V-Pシャント(脳室-腹腔シャント)・CVポート(中心静脈ポート)を装着している人、乳房形成(豊胸術など)をしたことがある人、妊娠中の人は対象外
 ※2 乳がん・子宮頸がん検診において、西暦偶数年生まれで、令和7年度対象かつ未受診の女性は、事前に健康推進課に要申込

【費用免除制度があります】 次の①～③いずれかに該当する人

- ①市民税非課税世帯…受診前に健康推進課へ申請(申請受付後、受診票を該当者へ6月中旬以降に順次発送します)
 - ②生活保護世帯・中国残留邦人等の支援給付受給世帯…受診前に福祉課へ申請
 - ③受診時70歳以上の人・後期高齢者医療被保険者…マイナ保険証または資格確認書を協力医療機関で提示
- ※受診後の申請や払い戻しはできません

【がん検診費用の助成制度】 ☎国保医療課国保年金係 (56) 4038

市国保被保険者には、助成制度があります。協力医療機関に受診費用助成申請書(助成券)を持参の後、国保医療課に申請してください。

【がん検診推進事業(乳がん・子宮頸がん検診)】

対象者には、5月末に無料クーポン券を郵送します。

詳しくはホームページへ▶



健診(検診)協力医療機関

★宇治市・久御山町の協力医療機関でも受診可

★子宮頸がん検診は、府内の協力医療機関でも受診可。詳しくは、健康推進課へお問い合わせください

地域	医療機関名	電話番号	特定健診健康診査	大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス	その他
久津川	大槻内科医院	☎(58)0232	○	○	
	岡野医院	☎(56)7780	○	○	
	狩野内科	☎(56)5567	○	○	
	鎌田クリニック	☎(57)0118	○	○	
	きだ内科クリニック	☎(54)5456	○	○	
	きづ川クリニック	☎(54)1113	○	○	
	京都きづ川病院	☎(54)1111	×	×	乳がん
	コクラ医院	☎(52)2479	○	○	
	腎・泌尿器科おおねクリニック	☎(66)3581	○	○	
	整形しまだクリニック	☎(66)7681	○	○	
	武智診療所	☎(66)4308	○	○	
	とくだ小児科内科	☎(53)4970	○	○	
	はら内科クリニック	☎(58)2088	○	○	
	伊勢村医院	☎(56)3290	○	○	
寺田	うめかわ内科クリニック	☎(54)7808	○	○	
	大原クリニック	☎(54)0148	○	○	
	岡田診療所	☎(52)7772	○	○	

地域	医療機関名	電話番号	特定健診健康診査	大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス	その他	
寺田	酒井クリニック	☎(54)5900	○	○		
	佐々木レディースクリニック	☎(53)3735	×	×	子宮頸がん	
	佐々木整形外科	☎(55)7123	○	○		
	杉山医院	☎(52)2713	○	○		
	中島内科	☎(34)0800	○	○		
	ハヤシクリニック	☎(56)6441	○	○		
	水田乳腺クリニック	☎(57)2211	○	×	乳がん	
	森澤医院	☎(52)5303	○	○		
	山口整形外科	☎(57)0120	×	○		
	山野医院	☎(52)5015	○	○		
	富野	鹿野医院	☎(52)0441	○	○	
		鈴木診療所	☎(55)6233	○	○	
		富野荘やまもと内科クリニック	☎(56)8688	○	○	
		堀土内科医院	☎(52)1428	○	○	
安見内科医院		☎(55)0633	○	○		
青谷	たつみ内科クリニック	☎(55)1937	○	○		
	ほりうち医院	☎(56)5330	○	○		
	南京都病院	☎(52)0065	○	○		

Ⓜ



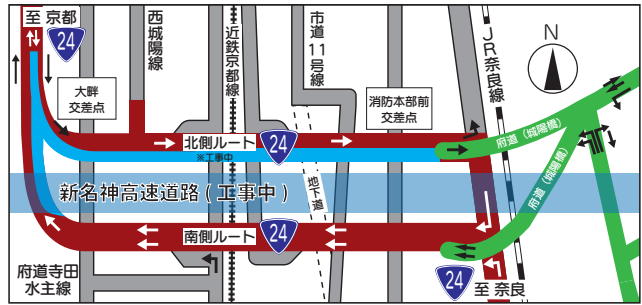
5月31日(日)21:00から

国道24号寺田金尾～寺田新池区間および府道山城総合運動公園城陽線(城陽橋)の走行車線が順次切り替わります

国道24号寺田金尾～寺田新池区間の走行車線が現在の片側1車線から東行1車線・西行2車線に切り替わります。

5月31日(日)21:00から切り替えの準備に着手しますので、交通誘導員に従って通行してください。

また、府道山城総合運動公園城陽線(城陽橋)の西行車線が新橋に切り替わり、東行1車線・西行2車線の走行車線となります。



聞国道…京都国道事務所 ☎075(351)3300

府道…京都府道路建設課 ☎075(414)5256

給食センター南側交差点の右折レーンを供用開始します

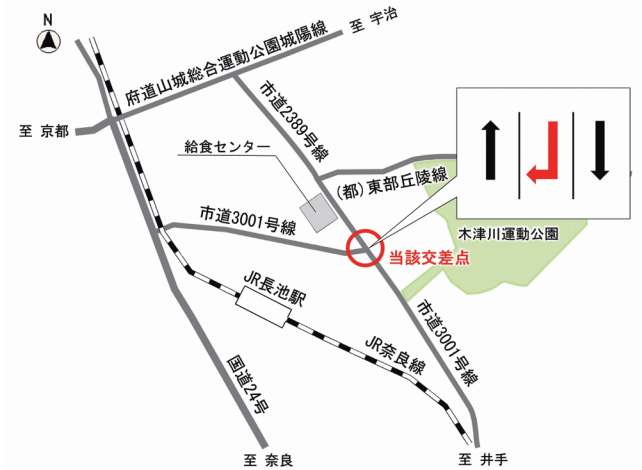
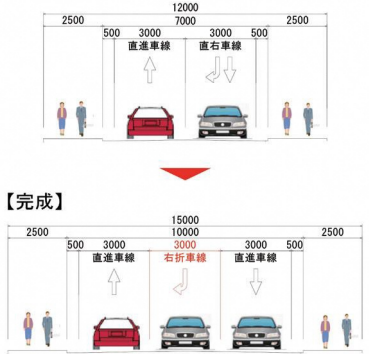
市道2389号線(給食センター南側交差点)の右折レーンを5月16日(土)【現況】

に供用開始します。

供用後は、右折待ちによる交通渋滞が緩和され、円滑な交通の確保が期待されます。

なお、供用開始日は工事の進捗状況などにより、変更が生じる場合があります。

聞土木課 ☎(56)4073



全国瞬時警報システム(Jアラート)試験・緊急地震速報訓練を実施します

聞危機・防災対策課 ☎(56)4045

訓練では、屋外スピーカーから大きな音で放送が流れます。緊急時に備えて全国一斉に試験実施するものですので、あらかじめご了承ください。

全国一斉情報伝達試験 ※いずれも11:00

6月3日(水)、8月26日(水)、11月11日(水)、令和9年2月3日(水)

緊急地震速報訓練 ※いずれも10:00

6月17日(水)、11月5日(木)

教育委員会 5月定例会

▼日時 5月20日(水) 午前10時から ▼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
聞学校教育課 ☎(56)4003

令和8年 経済センサス活動調査を実施 ぜびインターネットで「ご回答ください!」

この調査は、令和8年6月1日現在で、我が国のすべての産業分野における事業所・企業の経済活動の状況を全国的・地域別に明らかにすることを目的に、国が実施する重要な統計調査です。全国のす

多重債務 無料法律相談

消費者金融などに多額の借金を抱えてお困りのみなさん、多重債務問題は解決できます。

参列者を募集します 全国戦没者追悼式

▼日程 8月14日(金) 15日(土) ▼場所 日本武道館 ▼対象 ①戦没者などの配偶者・子・孫・ひ孫・兄弟姉妹・おい・めい・兄弟姉妹の孫 ②戦没者などの子・兄弟姉妹・孫の配偶者 ③戦没者など18歳未満の人(原則中

専門家のアドバイスに耳を傾け、生活を立て直しませんか?まずはお電話ください。 ※秘密厳守
▼日時 6月5日(金)、12月4日(金) 午後5時~6時30分(1人30分以内) ▼場所 福祉センター ▼定員 各日先着3人 ▼費用 無料
聞・團商工観光課 ☎(56)4019へ直接・電話

年金額を増やしたい人へ 付加年金を「ご存じですか」

国民年金の第1号被保険者・任意加入被保険者は、希望により付加年金の制度を利用できます。 ※第3号被保険者・国民年金基金加入者は利用不可
月々の定額保険料1万7920円(令和8年度)に付加保険料

学・高校生)とその親族など ※過去に2度参列した人は不可。初めての人優先。戦没者など1人につき2人以上での参列希望の場合、事前にご相談ください。その他基準あり。詳しくはお問い合わせください。 ▼定員 若干名
聞・團5月29日(金)までに本人確認書類を持参の上、福祉課 ☎(56)4030へ直接 ※持っている人は障害者手帳を持参

年金額を増やしたい人へ 付加年金を「ご存じですか」

◆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
◆道路側溝や歩道の上に商品や看板、プラ

(400円)をプラスして納めると、老齢基礎年金に付加年金額が上乘せられます。手続きした月から納付することができ、支払った保険料は全額社会保険料控除の対象となります。
聞・團国保医療課国保年金係 ☎(56)4090へ電話・直接

腸管出血性大腸菌(O157など)による食中毒に注意しましょう

0157などの腸管出血性大腸菌による感染は、菌が付着した飲食物を食べたり飲んだりすることで起こります。感染者の約半数は、3~8日の潜伏期間の後、水様性の下痢を発生し、激しい腹痛、血便などの症状が現れることもあります。初夏から初秋にかけて多く発生し、特に乳幼児、

ンターなどの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、走行前に車両に付着した土などを取り除きましよう
※心当たりのある人は、除去または撤去をお願いします
聞管理課 ☎(56)4017

食中毒予防の3原則

①菌を付けない 調理前に石けんや消毒液で十分に手洗いを
②菌を増やさない 新鮮食品はすぐに冷蔵庫へ入れる
③菌をやっつける 食品(特に肉類)は中心まで十分加熱する
聞健康推進課 ☎(55)1111

高齢者、抵抗力が弱い人に感染すると、重症化することがあります。予防のためには、生肉を使った肉料理を避けること、また、75℃で1分以上加熱すると菌が死滅するため、よく加熱することが大切です。
聞健康推進課 ☎(55)1111



あき地の除草はお早めに

あき地は個人の財産であり、所有者・管理者は自らの責任で管理することが原則です。美しい環境づくりのため、あき地の所有者・管理者は、雑草の刈り取りなど適正な管理

あき地の除草はお早めに

あき地は個人の財産であり、所有者・管理者は自らの責任で管理することが原則です。美しい環境づくりのため、あき地の所有者・管理者は、雑草の刈り取りなど適正な管理

留守宅の火災に注意！

留守宅の火災は発見が遅れ、大きな火災につながる可能性があります。出掛ける前には必ず火の元の点検をしましょう。

また、放火対策として家の周りは常に整理整頓し、燃えやすいものを置かないようにしましょう。

また、放火対策として家の周りは常に整理整頓し、燃えやすいものを置かないようにしましょう。

申請はお済みですか？

交通遺児奨学金等 5月29日(金)まで

申請は5月29日(金)まで

申請は5月29日(金)まで

交通遺児奨学金等 5月29日(金)まで

申請は5月29日(金)まで

交通遺児奨学金等 5月29日(金)まで

申請は5月29日(金)まで

交通遺児奨学金等 5月29日(金)まで

申請は5月29日(金)まで

交通遺児奨学金等 5月29日(金)まで

ひとり親家庭奨学金等の申請はお済みですか

申請期限 5月29日(金)

申請が遅れた場合、減額または不支給となります。

ひとり親家庭奨学金等の申請はお済みですか

申請期限 5月29日(金)

申請が遅れた場合、減額または不支給となります。

ひとり親家庭奨学金等の申請はお済みですか

申請期限 5月29日(金)

申請が遅れた場合、減額または不支給となります。

ひとり親家庭奨学金等の申請はお済みですか

申請期限 5月29日(金)

申請が遅れた場合、減額または不支給となります。

ひとり親家庭奨学金等の申請はお済みですか

申請期限 5月29日(金)

申請が遅れた場合、減額または不支給となります。

もの忘れ予防教室

日時 6月4日(木)

難聴者のための情報サロン

日時 6月8日(月)

もの忘れ予防教室

日時 6月4日(木)

難聴者のための情報サロン

日時 6月8日(月)

もの忘れ予防教室

日時 6月4日(木)

難聴者のための情報サロン

日時 6月8日(月)

もの忘れ予防教室

日時 6月4日(木)

難聴者のための情報サロン

日時 6月8日(月)

もの忘れ予防教室

日時 6月4日(木)

難聴者のための情報サロン

日時 6月8日(月)

令和8年度あそびのひろば

市内の保育施設では、家庭で育児をしている

令和8年度あそびのひろば

市内の保育施設では、家庭で育児をしている

令和8年度あそびのひろば

市内の保育施設では、家庭で育児をしている

令和8年度あそびのひろば

市内の保育施設では、家庭で育児をしている

令和8年度あそびのひろば

市内の保育施設では、家庭で育児をしている

陽幸苑 大正琴体験教室

日時 6月2日(火)

陽幸苑 大正琴体験教室

日時 6月2日(火)

陽幸苑 大正琴体験教室

日時 6月2日(火)

陽幸苑 大正琴体験教室

日時 6月2日(火)

陽幸苑 大正琴体験教室

日時 6月2日(火)

趣味の体験講座

①盆踊り講習会 「盆踊りを広めたい」

日時 6月13日(土)

趣味の体験講座

①盆踊り講習会 「盆踊りを広めたい」

日時 6月13日(土)

趣味の体験講座

①盆踊り講習会 「盆踊りを広めたい」

日時 6月13日(土)

趣味の体験講座

①盆踊り講習会 「盆踊りを広めたい」

日時 6月13日(土)

趣味の体験講座

①盆踊り講習会 「盆踊りを広めたい」

日時 6月13日(土)

6月1日(月)は軽自動車税の納期限です。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6月1日(月)に振替します

軽自動車税納付確認システム(軽JNKS)の運用開始に伴い、軽自動車(250cc超の二輪を含む)の車検の際、原則納税証明書の提示を省略することができます。

また、令和8年度から、口座振替の人へ毎年送付していた車検用納税証明書兼口座振替済通知書は送付しません。ただし、納付および口座振替直後に車検を受ける場合など、従来通り納税証明書の提示が必要となる場合があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

税務課納付係 ☎(56)4024 ホームページはこちら▶

府からのお知らせ

6月1日(月)は自動車税(普通自動車など)の納期限です。5月上旬に納税通知書を郵送していますので、納め忘れのないよう、ご注意ください。

岡山城広域振興局 ☎(23)5400

梅の郷青谷づくり事業 観光協会 ☎(56)4029

ホタル観察会

青谷川流域に飛翔するゲンジホタル、青谷の里山に生息するヘイケホタルを観察します。

▶日時 6月6日(土)ヴィラ城陽前駐車場20:00集合・21:00解散 ▶観察場所 親水公園 ▶定員 先着15人 ▶費用 無料 ▶持ち物など 懐中電灯、虫除け、長袖、長ズボン、履きなれた靴

5月16日(土)~6月4日(木)10:00までに観光協会へ電話※水曜日を除く

水生生物観察会

青谷川に生息する昆虫や魚を採取し、観察しませんか。

▶日時 6月7日(日)ヴィラ城陽前駐車場9:30集合・12:00解散 ▶定員 先着30人 ▶費用 無料 ▶持ち物など お茶、タオル、ビニールシート、持っている人はメダカ網・虫メガネ、長靴または濡れてもよい靴、長ズボン

5月16日(土)~6月4日(木)10:00までに観光協会へ電話※水曜日を除く

城陽旬菜市直売所18周年記念イベントを開催

▶日時 5月23日(土)・24日(日) ▶場所 城陽旬菜市直売所 ▶内容 1,000円以上お買い上げで抽選会に参加でき、当選者には「卵(6個入り・1パック)」をプレゼント!外れた場合も、各日先着50人に「ポット苗(2個)」を差し上げます。ポイント2倍、フリーマーケットなど開催予定


岡山城陽旬菜市運営協議会事務局(農政課内) ☎(56)4005

広告

蓮池薫さん人権講演会「夢と絆」

▶日時 5月26日(火)15:00~16:30 ▶場所 文化パルク城陽ふれあいホール ▶講師 新潟産業大学経済学部 特任教授 蓮池 薫氏 ▶その他 手話通訳・要約筆記・託児(生後6カ月~小学生)・車いす席希望者は、5月21日(木)までに市民活動支援課へ申し込み。申し込みがない場合、手話通訳などは行いません ※申込不要・無料

岡山・岡山城人権ネットワーク推進協議会事務局(市民活動支援課内) ☎(56)4001 へ直接・電話





▲ファミリーコンピュータの製造番号

歴史民俗資料館には「民具」と呼ばれる資料があります。民具とは、一言でいえば暮らしに使う道具のことで、人々の生活文化を明らかにするために役立ちます。資料館には民具を含む民俗資料が非常に多くあります。今回はそのうち

ちの一つであるファミリーコンピュータを取り上げてみます。「ファミリーコンピュータは民具である」と唱えられたのは令和2年です。令和8年に、令和2年の説を昇華させた研究があります。その内容を紹介します。画像は資料館が所蔵しているファミリーコンピュータの裏側に貼られているシールで、製造番号である「H1128491」が印刷されています。工業製品は同じものが大量に製造されますが、この視点で見ると、同じファミリーコンピュータでも唯一の資料になります。では、このファミリーコンピュータはどのような資料なのでしょう。平成19年、このファミリーコンピュータは資料館に寄贈されました。寄贈者は昭和45年〜平成8年までの28年間、城陽駅前商店街で玩具店「るるんショップ」を営んでいた田中清氏です。

そしてこのファミリーコンピュータはその店頭で試遊機として使われていたことが分かっています。これはとても重要なことです。これまでファミリーコンピュータがどのように使われていたかに関する議論では、家庭で遊ぶために購入するという消費者の使い方が語られていました。ですが、「H1128491」のファミリーコンピュータは店頭での試遊機だったため、家庭での使われ方とは異なります。つまり、売る側の使われ方があることが新しく明らかになりました。

民具、とりわけ工業製品を考えた上で重要なのは、同じ資料でも視点を変えると使われ方が異なる点です。今後、工業製品は博物館資料として収蔵されていくことが予想されます。その際に、こうした視点での取り扱いが必要になってきます。

民具、とりわけ工業製品を考えた上で重要なのは、同じ資料でも視点を変えると使われ方が異なる点です。今後、工業製品は博物館資料として収蔵されていくことが予想されます。その際に、こうした視点での取り扱いが必要になってきます。



五里ごり館 (歴史民俗資料館) ☎(55)7611 No.417

民具としてのビデオゲーム

民具としてのビデオゲーム。ファミリーコンピュータは民具である。これはとても重要なことです。これまでファミリーコンピュータがどのように使われていたかに関する議論では、家庭で遊ぶために購入するという消費者の使い方が語られていました。ですが、「H1128491」のファミリーコンピュータは店頭での試遊機だったため、家庭での使われ方とは異なります。つまり、売る側の使われ方があることが新しく明らかになりました。

山背(やましろ)古道おはなし探訪 & ホタル観賞

日時 6月13日(土) 山背古道おはなし探訪: 午後6時〜7時30分

場所 井手町まちづくりセンター 椿坂

内容 講演「山背古道お茶探検隊のあゆみ」

費用 無料

定員 20人

申し込みは 申し込みは 申し込みは

電話 ☎(82)5212

雑誌を気の向くままに、ちよきちよき、ペタペタ、コラージュづくりなど

日時 6月10日(水) 午前10時〜12時15分

場所 ひなたぼっこ

対象 市内在住の人

費用 無料

定員 5人

申し込みは 申し込みは 申し込みは

電話 ☎(55)9260

健康ストレッチ

日時 5月20日(水) 午前9時30分〜11時30分

場所 ひなたぼっこ

対象 市内在住の人

費用 無料

定員 5人

申し込みは 申し込みは 申し込みは

電話 ☎(55)9260

歌声ひろば

日時 5月21日(木) 午前10時30分〜11時30分

場所 ひなたぼっこ

対象 市内在住の人

費用 無料

定員 5人

申し込みは 申し込みは 申し込みは

電話 ☎(55)9260

JOY KIDS は

日時 6月5日(金) 午前10時30分〜11時30分

場所 鴻の巣保育園

対象 市内在住の未就学児と保護者

費用 無料

定員 20人

申し込みは 申し込みは 申し込みは

電話 ☎(55)9260

求職中の男性も歓迎! パソコン教室

日時 6月の毎週火曜日(全5回) ①午前10時〜12時 ②午後1時〜3時 ③6月25日〜7月16日のいずれも木曜日(全4回) 午後7時〜9時

内容 ①エクセルスタートアップ講座(データ入力、表作成、数式の入力、関数の基礎、グラフ作成など) ②ワードスタートアップ講座(文書の新規作成、既存の文書の編集、画像の挿入など) ③よく使う関数をマスターしよう(合計、平均など仕事でよく使う関数を実務例でマスター)

5月のソフトテニス教室

日時 5月18日・25日、6月1日のいずれも月曜日 午前10時〜午後1時

場所 市民体育館

市民総スポ ラージボール卓球大会(ダブルス)

日時 6月13日(土) 午前9時30分から(午前9時受付・抽選会)

場所 市民体育館

5月度シニアバドミントン練習会

日時 5月20日(水) 午後1時〜3時

場所 市民体育館

種目 男子・女子・混合ダブルス※2種目まで出場可

対象 市内在住・在勤の人、球連盟に加入しているクラブ員、連盟主催の大会練習会参加者、社会教育関係団体に登録しているサークル所属者

費用 (1人)1種目につき500円(会員400円)

第4回ポータル大会

日時 6月20日(土) 午後1時から(午後12時30分集合)

場所 市民体育館

対象 市内在住・在勤の女性、市内在住で求職中の男性※就職水戸期世代

定員 ①各10人※多数の場合、女性優先

費用 ①②各1500円・③770円 ※テキスト代

講師 キャリアコンサルタント(株) その他 託児あり(各先着4人。生後6カ月〜就学前で要申込)。貸し出しPCあり

5月度シニアバドミントン練習会

日時 5月20日(水) 午後1時〜3時

場所 市民体育館

種目 男子・女子・混合ダブルス※2種目まで出場可

対象 市内在住・在勤の人、球連盟に加入しているクラブ員、連盟主催の大会練習会参加者、社会教育関係団体に登録しているサークル所属者

費用 (1人)1種目につき500円(会員400円)

第4回ポータル大会

日時 6月20日(土) 午後1時から(午後12時30分集合)

場所 市民体育館

種目 男子・女子・混合ダブルス※2種目まで出場可

対象 市内在住・在勤の人、球連盟に加入しているクラブ員、連盟主催の大会練習会参加者、社会教育関係団体に登録しているサークル所属者

費用 (1人)1種目につき500円(会員400円)

ぱれっとJOYO (男女共同参画支援センター)

ぱれっとJOYO女性相談

- 子育てもやり終えた。これからどうしよう!
○昔のことだけど あれは性被害だったの?
○ずっと親との関係に悩んでる...

そのモヤモヤ整理しましょう! 女性相談員と一緒に考えます

一般相談(電話・面接) 予約不要/1人50分
毎週月・火曜日...13:30~16:00
毎週金・土曜日...9:30~12:00

専門相談(面接) 要予約/1人50分
原則、第3水曜日...9:30~12:30
原則、第2・4土曜日...13:30~16:30
※初回は、一般相談をご利用ください

法律相談(面接) 要予約/1人30分
原則、奇数月の第1水曜日...13:30~16:30
※相談日時は変更する場合があります
予約・問い合わせは専用電話 ☎(56)5076

鴻ノ巣山運動公園

☎(55)6222

★エアロビクス教室①

A 初級

▶日時 6月8日～8月3日の毎週月曜日(全8回) 10:00～10:45

B 初・中級

▶日時 6月8日～8月3日の毎週月曜日(全8回) 11:00～11:45

A・Bいずれも

▶対象 16歳以上 ▶定員 各30人※多数の場合抽選 ▶費用 5,000円 ▶講師 (株)ノーザンライツ・コーポレーション 中西架気氏 ▶持ち物 体育館シューズ

☎5月18日(月)9:00～10:00に鴻ノ巣山運動公園へ電話・直接

★ZUMBA①

▶日時 6月17日～8月5日の毎週水曜日(全8回) 10:00～11:00

▶対象 16歳以上 ▶定員 先着30人 ▶費用 5,000円 ▶講師 東條智美氏 ▶持ち物 体育館シューズ

☎5月20日(水)9:00から鴻ノ巣山運動公園へ直接・電話

★ピラティス①

▶日時 6月18日～8月6日の毎週木曜日(全8回) 19:00～19:45

▶対象 16歳以上 ▶定員 先着30人 ▶費用 5,000円 ▶講師 (株)ノーザンライツ・コーポレーション 川西隼司氏 ▶持ち物 体育館シューズ

☎5月21日(木)9:00から鴻ノ巣山運動公園へ直接・電話

★スポーツレクリエーションクラブ①

▶日時 5月29日～7月3日の毎週金曜日(全6回) 10:00～11:30

▶対象 16歳以上 ▶定員 先着30人 ▶費用(1回) 300円 ▶持ち物 体育館シューズ

☎5月29日(金)に鴻ノ巣山運動公園へ直接

市民総スポ
バスケットボール
大会



▼日時 6月21日(日)午前9時から
▼場所 市民体育館
▼対象 市内在住・在勤の18歳以上の人で構成されているチーム
▼種目 一般男子・女子の部
▼定員 各種目先着6チーム
▼費用 (1チーム) 4000円
☎6月5日(金)までに所定の用紙(スポーツ協会に設置)に費用を添え、城陽市スポーツ協会「☎(56)5034」へ直接
☎城陽市バスケットボール協会 森氏 ☎090(1153)5038

文パル通信

文化パルク城陽
☎(55)1010

★作品募集!
公募展アートギャラ
リー2026

▼部門 平面・立体
▼対象 15歳以上(中学生不可)
▼費用 1000円(高校生無料)
▼審査員 太田垣 實氏 他
▼その他 作品搬入は9月12日(土)
☎5月17日(日)～9月8日(火)に所定の用紙(文化パルク城陽総合受付・各コミセンに設置)に費用を添え、文化パルク城陽総合受付(午前9時～午後5時)へ持参

時)へ持参

★参加者募集!
①こばやし先生のワークショップ「世界に一つのストーンペインティング」
②谷口先生のワークシヨップ
「楽しもう!紙粘土Doo! Vol.2」

▼日時 ①7月26日(日)午前10時～午後4時
②8月16日(日)・22日(土)午後1時～4時
▼対象 ①未就学児・中学生※未就学児は保護者同伴 ②15歳以上(中学生不可)
▼定員 ①②各先着15人
▼費用 ①無料 ②1000円(高校生無料)
▼講師 ①こばやしさとみ氏 ②谷口淳一氏

☎5月17日(日)から所定の用紙(文化パルク城陽総合受付・各コミセンに設置)に費用を添え、文化パルク城陽総合受付(午前9時～午後5時)へ持参

プレイルーム
☎(55)1900

★京都教育大学児童文化研究会「さわらび」の学生さんと工作やゲームを楽しみましょう
①工作教室
▼日時 5月17日(日)午前10時30分～11時30分
▼場所 プレイルーム
▼対象 乳幼児とその保護者
▼費用 無料
▼講師 城陽警察署
☎プレイルームへ直接・電話

保護者同伴) ▼定員 先着20人程度 ※申込不要・無料

②人形劇・ゲーム・絵本 など

▼日時 5月17日(日)午後2時30分～3時30分
▼場所 文化パルク城陽第4会議室
▼対象 小学生以下(幼児は保護者同伴)
※申込不要・無料

★幼児交通安全教室
交通ルールについて楽しく学びます。
▼日時 5月28日(木)午前10時30分～11時30分
▼場所 プレイルーム
▼対象 乳幼児とその保護者
▼費用 無料
▼講師 城陽警察署
☎プレイルームへ直接・電話

★0歳からのプラネタリウム
(コスモホール)
☎(55)7667

泣いちゃっても大丈夫!親子で楽しめるコンサート
▼日時 5月29日(金)午前10時30分から
▼費用 大人(高校生以上)800円、子ども(4歳～中学生)300円、3歳以下無料
▼出演 東まゆみ(エレクトーン)
▼曲目 可愛くてごめん、ライラック、シンデレラメドレー 他
※申込不要。チケットは窓口にて購入

五里こり館
(歴史民俗資料館)
☎(55)7611

★おかげ踊り講習会

▼日時 5月16日(土)午前10時～正午
▼場所 寺田コミセン
※申込不要・無料

★考古学教室 「和同開珎をつくる」

▼日時 5月24日(日)午後1時30分～3時30分
▼場所 五里こり館
▼対象 小学生以上
▼定員 先着10人
▼費用 200円
☎5月17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



★春の資料紹介関連事業「文化財3Dモデルをつくる」

スマートフォンやタブレットを使って土器をスキャンして3Dモデル作りを体験しよう!
▼日時 5月31日(日)①午後1時30分から②午後2時から③午後2時30分から
▼場所 五里こり館
▼定員 ①③各先着6人
▼費用 無料
▼持ち物 スマートフォンまたはタブレット※iPhone 12以降推奨、事前に「Scanner」アプリを要
☎5月24日(日)午前10時から五里こり館へ電話

★資料館友の会共催 文化財講座

▼日時 6月7日(日)午後1時30分～3時30分
▼場所 五里こり館
▼対象 小学生以上
▼定員 先着10人
▼費用 200円
☎5月31日(日)午前10時から五里こり館へ電話



★勾玉教室 「勾玉をつくる」

▼日時 5月30日(土)午後2時～2時40分
▼場所 図書館1階
▼内容 大人が楽しめる朗読など
▼定員 先着15人
▼講師 きらり
※申込不要・無料

図書館
☎(53)4000

★テーマ展示案内 ◇1階児童開架

「よんでよんで!」
書架では目にとまりにくい絵本たちが「よんで!よんで!」と呼びかけていますよ。ぜひ手にとってください。(5月27日(水)まで)

「城陽市の最新文化財情報」

▼日時 6月6日(土)午後2時～3時(午後1時30分開場)
▼場所 寺田コミセン
▼定員 先着30人
▼費用 無料
▼講師 市職員
☎5月30日(土)午前10時から五里こり館へ電話



減塩も知識から! 減塩豆知識

健康推進課 ☎(55)1111

減塩は健康リスクの管理 一決め手は栄養成分表示

カップスープ	
栄養成分表示	1食当たり
エネルギー	99kcal
たんぱく質	2.5g
脂質	1.9g
炭水化物	17.8g
食塩相当量	1.5g

塩分量をチェック!
健康リスクの管理の第一歩

食生活には、食中毒などさまざまなリスクがあります。中でも、日々の食事の内容は、長い時間をかけて健康に影響し、その積み重ねがさまざまな健康リスクを高めることがあります。世界195カ国を対象とした、がんや循環器疾患などの非感染性疾患と食事との関係を調べた研究では、食塩の取りすぎが世界共通の重要課題であることが示されました。世界全体では全粒穀物の摂取不足が最大の要因ですが、日本では食塩の取りすぎが第一位です。これは日本人の健康課題として減塩が特に重要であることを示しています。

食事による健康リスクは、「どれだけ取るか」という量の問題と深く関係します。したがって、健康リスクを管理するためには、現状の摂取量を正しく把握することが欠かせません。減塩の場合は、食品に含まれる塩分量を知ることが第一歩となります。味の濃さや感覚だけに頼っていると、減塩しているつもりでも取りすぎになりがちです。食品や調味料の栄養成分表示を確認し、塩分量を把握することから始めましょう。その小さな確認の積み重ねが、将来の健康につながります。



5月24日 日

申込不要・無料
雨天決行・荒天中止

9:00～9:30に各スタート地点で
地図や記念バッジを配布します

スタート地点

城陽市発 JR城陽駅東口

木津川市発 木津川市役所正面玄関前

ゴール地点：**井手町まちづくりセンター椿坂**

約12キロメートル 途中リタイアOK!

山背古道推進協議会事務局 (木津川市観光商工課内) ☎(75)1216

城陽市・井手町・木津川市にまたがる散歩道「山背古道(やましろこどう)」。山背古道春のは～ふウォークは、そのおよそ半分にあたる約12キロを、自分のペースでのんびり楽しく歩く、春の恒例イベントです。ゴールを目指してもよし、寄り道したり疲れたら途中でやめてもよしの自由な旅。ぽかぽか陽気の中、自然たっぷりのおだやかな景色を楽しみませんか。

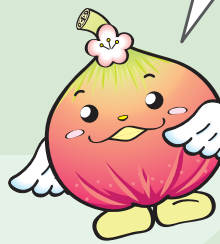
※必要に応じて水筒や雨具などを持参してください

市公式 Instagram

ふらり城陽

アクセスはこちらから

市公式Instagramのハイライトで、山背古道の景色を紹介しているよ!



ほっとコーナー

- ・中天満神社
 - ・JR棚倉駅前
- 飲食のサービスや販売などがあります。



ご注意! 有害獣の捕獲

農政課 ☎(56)4005

イノシシ・シカの有害獣による農作物被害防止のため、銃器による捕獲を行います。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

▶日時 5月24日～6月14日の毎週日曜日 8:30～17:00 ▶場所 中・市辺地区

あんぜんNEWS 城陽けいさつ ☎(53)0110

ちかん・盗撮ZERO

～あなたができることは、ゼロじゃない～

5月は、通勤・通学時間帯を中心に、混雑する電車内や駅構内で痴漢や盗撮といった犯罪が増えてくる時期です。周りで**痴漢や盗撮の被害で困っている人**を見かけたり、助けを求められた時、あなたにできることがあります。

- ◆被害者に優しく声を掛ける
痴漢ヘルプカードを活用して、優しく声を掛けてください
- ◆被害者の代わりに110番通報をする
あなたが代わって犯人の特徴や逃走方向を通報してあげてください
- ◆周囲の人や駅員に協力を求める
1人で犯人を捕まえようとせず、周囲の人や駅員に協力を求めましょう
- ◆警察に情報提供をする
目撃から時間が経過していても、情報提供をお願いします

～京都府警察スローガン～
千年を守る 未来を創る

し尿収集日程表 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、東大將軍、大將軍中	5/19	6/9
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	5/20	6/10
東富野、西富野、富野堀口、乾垣内、東敷島、高背、北清水、南清水	5/21	6/11
西垣内、島の宮住宅、大堀、枇杷庄、敷島住宅、富野荘駅前	5/22	6/12
富の里、西ノ口大三戸、水主	5/25	6/15
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)	5/26	6/16
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	5/27	6/17
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	5/28	6/18
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)	5/29	6/19
長池、長池友が丘、陽光ヶ丘、大和苑	6/1	6/22
観音堂(府道以西)	6/2	6/23
観音堂(府道以東)、長谷山、芦原	6/3	6/24
中(府道以東)	6/4	6/25
市辺(JR以西)、十六、奈島(JR以西)、中(府道以西)、川田	5/15	6/5
市辺(JR以東)、五島、奈島(JR以東)	5/18	6/8

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

ポイ捨て行為は条例違反です(2万円以下の過料)。ごみは持ち帰りましょう

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

市民の暮らし 無料相談会

▶日時 5月20日(水)13:00~16:00 ▶場所 NPO法人きらっと ▶内容 相続、遺言、各種契約書などの書類作成や、成年後見制度に関する相談に行政書士が応じます
☎京都府行政書士会第7支部 ☎070(8537)1305

第51回京都さつき会 花季展示会

さつき盆栽や山野草などを展示します。
▶日時 5月23日(土)・24日(日)9:00~17:00 ▶場

所 京都さつき会常設屋外展示場(寺田大川原45-2)
※申込不要・無料
☎京都さつき会 梅原氏 ☎(52)5534

講演「文学に見える城陽の歴史」

久世の鷺坂や久世の社が登場している万葉集、現在の京都病院の医師だった上田三四二さんは青谷の製材所を歌に詠んでいます。
文学から城陽の歴史を覗いてみませんか。
▶日時 6月6日(土)14:00~16:00 ▶場所 ぱれっとJOYO(男女共同参画支援

「大手電話会社の代理店を名乗る会社から、『アナログ回線の老朽化により、今までの固定電話が使えなくなるため、切替工事が必要です』と電話がかかってきた。工事をしないと固定電話は使えなくなってしまうのでしょうか。」という相談がありました。

東西電話会社が提供している加入電話

固定電話が使えなくなる？

くらしの110番

消費生活センター ☎(56)4052

センター) ▶定員 先着25人 ▶講師 小西 亘氏
※申込不要・無料。マスク着用
☎城陽の緑と文化財を守る会 杉浦氏 ☎080(5359)6749

(固定電話)のうち、メタル設備を利用した加入電話は令和8年4月から令和17年度までに光回線、モバイル回線を用いたサービスへの移行を段階的に実施すると発表しています。移行に関しては申し込みが必要ですが、移行対象者には書面などが個別に送付されるとのことです。すぐに固定電話が使えなくなるということはありません。サービス移行に便乗した光回線などの勧誘には気を付けましょう。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。

伝言板

<お誘い>■タロット&癒しのヒーリング気功体験~タロットの不思議さとヒーリング気功のチカラを体験~
5月24日(日)・28日(木)、6月10日(水)のいずれも11:00~18:00/北部コミセン※予約制。1人ずつ体験 ☎河原 ☎080(4391)4080



コミセンだよりはこちら▶

北部コミセン ☎(55)1001 FAX(56)6032 〒610-0101平川広田67	
ストレッチ体操教室 らくらく体操 椅子かきら 5月19日(火)13:30~15:00 田中恵美子氏	※男性歓迎 飲み物、ヨガマット(持っている人)持参 申込不要・無料
大人のための心ほっこりおはなし会 ~語りを楽しみましょう~ 6月2日(火)10:30~11:30 城陽おはなしサークル	先着15人・無料 ☎5月19日(火)10:00から来館・10:15から電話

東部コミセン ☎(55)7858 FAX(56)6037 〒610-0121寺田正道152-1	
ゆるり体操 ~ゆるめて動いて体スッキリ~ 5月22日(金)11:00~12:00 中司美嘉氏	申込不要・無料

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	
初めてでも大丈夫! トールペイント体験 ~長く使える晴雨兼用傘にお花を咲かせよう~ 6月14日(日)13:00~15:00 堤 郁子氏	先着10人 材料費2,500円 ☎5月17日(日)9:30から材料費を添え来館
第64回パル市楽座出店者募集! ~フリーマーケット~ 6月21日(日)10:00~15:00 文化パルク城陽市民プラザ	先着30ブース※業者・生鮮食品不可(食品は要相談) 出店料(1ブース)1,500円 ※複数ブース申込可 ☎5月16日(土)9:30から出店料を添え来館

今池コミセン ☎(56)0525 FAX(56)6041 〒610-0117枇杷庄知原15-1	
うたごえサロン ~歌って・笑って・ホット一息~ 5月26日(火)13:30~15:00 松井 忍氏	先着20人 無料 ☎5月16日(土)9:30から来館・電話
健康ダンス教室 ~ダンスを通じて心もカラダも健康に~ 5月28日(木)10:00~11:00 せいぞう氏	先着6人 無料 ☎5月19日(火)9:30から来館・電話
ラージボール卓球教室(全3回) ~レベルアップを目指す方むき~ 6月7日・14日・21日のいずれも日曜日 14:00~16:00 堀内厚彦氏	先着12人※中級レベル以上対象 無料 ☎5月27日(水)9:30から来館・電話

青谷コミセン ☎(53)8273 FAX(56)6042 〒610-0114市辺五島7-82	
お手軽な筋トレ&ストレッチ ~筋肉に意識を向けて動きましょう~ 6月2日(火)10:00~11:00 miho氏	先着10人※大人対象 無料 ☎5月21日(木)10:00から来館・電話
ストレス解消音楽療法~ステキな音楽に包まれてリラクゼーションタイム~ 6月9日(火)13:30~14:30 音楽療法士 石角朋美氏	先着12人※大人対象 無料 ☎5月19日(火)10:00から来館・電話
ストレッチポール教室~のんびり・ゆるっと・体ほぐして体幹アップ!~ 6月11日(木)10:00~11:00	先着10人・無料 ☎5月19日(火)11:00から来館・電話
幼児教室第2回「えいごであそぼ」 ~外国の先生から学ぼうEnglish~ 6月13日(土)10:00~10:45 Julian氏	先着10組※3~5歳の幼児とその保護者対象・無料 ☎5月20日(水)10:00から来館・電話
子ども英会話教室 ~外国の先生から学ぼうEnglish~ 6月13日(土)11:00~11:50 Julian氏	先着10人※小学1~3年生対象 無料 ☎5月20日(水)10:30から来館・電話

南部コミセン ☎(55)1002 FAX(56)6040 〒610-0111富野東田部70-1	
唱歌教室 6月3日(水)10:00~11:30 矢島有里氏	参加費10円(資料代)・テキスト「心のうた」持参※購入希望者は1,100円別途。初回は貸出本あり 申込不要
おもしろ歴史講座「豊臣兄弟が造った京都」 6月6日(土)13:30~15:00 山村純也氏	先着30人 無料 ☎5月16日(土)から来館・電話
将棋の広場 6月13日(土)9:30~11:30 平居 修氏	※小学生~大人対象 申込不要・無料
大人の卓球 6月14日(日)13:00~15:00 中村徹雄氏	※大人対象 申込不要・無料
心地よいシンプルヨガ教室 6月17日(水)10:00~11:30 垣内早恵子氏	先着35人(初心者歓迎) 無料 ☎5月27日(水)9:30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) [5月の休館日] ○北部・南部・今池・東部・青谷コミセン…18日(月)・25日(月) ○寺田コミセン…18日(月)・25日(月)