

■発行・編集/宇治田原町役場総務部総務課

☎ 610-0289

京都府綴喜郡宇治田原町大字荒木小字西出10番地

TEL (0774) 88-2250

FAX (0774) 88-3231

■印刷/南新進堂印刷所 宇治市宇治妙楽9

町民の窓

Ujitawara Public Relations

●人のうごき (2月1日現在)
9,516人(+6)
男4,760人(+1) 女4,756人(+5)
出生5人 死亡14人 転入27人 転出12人
3,624世帯(+6) ()内は前月比

町長直通メール nishitani@town.ujitawara.kyoto.jp 町長直通FAX 88-2011 ホームページアドレス <http://www.town.ujitawara.kyoto.jp>



目次 03
07
08

第3回就職支援セミナーを3月24日(金)に開催
少子化対策事業 婚活応援講演会
西谷町長就任のごあいさつ

●保育所 抹茶体験/2月6日(月)
保育所年長児(48名)が高田美貴子先生・食育協力者さんの指導のもと抹茶体験を行いました。園児さんたちは、美味しくても、少しほろ苦い抹茶を姿勢正しくいただきました。



町外にお住まいの方へ 「町民の窓」ふるさとだよ

- 内容** 毎月、広報うじたわら町民の窓に「お便り」を添えてお届け
- 対象** 宇治市原町に以前お住まいで、現在町外にお住まいの方
町内在住者のお申込みで、町外のご家族・お友達などに宛ててお送りすることもできます。
- 費用** 郵送料1,680円分の切手（140円×12月）
- 申込み** 申込書に必要な事項を記入のうえ、郵送料（切手1,680円分）を添えて郵送か持参。申込書は総務課で配布、町HP掲載

● 総務課 ☎88-6631/FAX88-3231

第34回京都府茶品評会 京都府知事賞優勝旗 日本緑茶発祥の地・宇治市原町へ



↑京都府知事賞優勝旗を掲げる西谷町長

第34回京都府茶品評会及び平成28年度京都府優良品種茶園品評会褒賞授与式が2月10日(金)、宇治茶会館(宇治市)において開催され、茶品評会かぶせ茶の部において、産地として京都府知事賞を受賞した本町に京都府知事優勝旗が授与されました。

また、茶品評会において農林水産大臣賞及び京都府知事賞を受賞した勝谷健士さんをはじめ特別賞受賞者の並木泰義さん、茶園品評会で特

第3回 就職支援セミナー

3月24日(金)午後5時30分
総合文化センター(参加無料)

採用実績あり!

に役立つ情報満載のセミナーを開催します。専門家による講演や、社長・人事担当者による企業紹介のほか、第1回、第2回参加企業の求人情報も揭示します。採用実績のあるこのセミナー、今回が今年度最終回です。

日時 3月24日(金) 午後5時30分～8時
場所 総合文化センター3階研修室1

内容 ①業界研究「ものづくり業界の魅力と働き方」
②町内事業者紹介(4社程度)

対象 主に町内在住の学生(高校、専門学校、大学、大学院等)及びその保護者。既卒者、町外在住の方も参加可

定員 先着40名(事前申込制)

【前回までのセミナー参加企業】
第1回(平成28年12月26日) ㈱あいや、㈱黒坂塗装工業所、㈱エフケイ、㈱ヤマコー
第2回(平成29年1月6日) 須河車体㈱、朋和産業㈱、㈱阪口製作所、小野工業㈱

セミナー参加者の声

● 全く知らないことがあったので参考になった
● 就職活動のポイントが知れた
● 子どもにもセミナー内容をしっかりと伝えたい
● 企業の方から直接話が聞けて大変貴重だった など

● 総務課 ☎88-6631/FAX88-3231

寺子屋 うじたわら学び塾 冬季事業報告

昨年夏に開講した寺子屋「うじたわら学び塾」の第二弾を冬休み期間を中心に行いました。子どもたちが「自ら」意欲的・主体的に学び考える場を創出するために始めた当事業。今回は「冬のまなび」「英語」「漢字」をテーマに5つの講座を設けたところ、延べ200人あまりの子どもたちの参加がありました。



① だるま落とし 最後のコマも軽快にクリア ② 大学生(京都府立大学競技かるた部)と真剣勝負 ③ あやとりで何ができるかな ④ 細やかな手ほどきで気分は薬(わら)職人

「冬のまなび」では、冬休みならではの事業を実施。日本のお正月(伝統文化)に触れることをコンセプトに「しめ縄教室」「競技かるた&昔あそび」を開講。しめ縄づくりでは、失敗しながらも講師の丁寧な指導により、立派な作品がいくつも完成しました。競技かるた(百人一首)では、真剣な眼差しで札と向きあつた子どもたち。羽子板などの昔遊びではリラックスしながらも講師の丁寧な指導により、立派な作品がいくつも完成しました。競技かるた(百人一首)では、真剣な眼差しで札と向きあつた子どもたち。羽子板などの昔遊びではリラックスしながらも講師の丁寧な指導により、立派な作品がいくつも完成しました。

また、「冬の星空観察会」では、天体望遠鏡を使用し月や金星などを観察しました。レンズ越しに見える鮮やかなクレーターに子どもたちは大興奮でした。その他には、維孝館中学校の1・2年生を対象にした英検対策講座や漢字検定(準会場)も寺子屋事業の一環として開催しました。次年度も、まちぐるみで取組を進めていきます。

● 教育委員会 ☎88-5850



「冬のまなび」では、冬休みならではの事業を実施。日本のお正月(伝統文化)に触れることをコンセプトに「しめ縄教室」「競技かるた&昔あそび」を開講。しめ縄づくりでは、失敗しながらも講師の丁寧な指導により、立派な作品がいくつも完成しました。競技かるた(百人一首)では、真剣な眼差しで札と向きあつた子どもたち。羽子板などの昔遊びではリラックスしながらも講師の丁寧な指導により、立派な作品がいくつも完成しました。

また、「冬の星空観察会」では、天体望遠鏡を使用し月や金星などを観察しました。レンズ越しに見える鮮やかなクレーターに子どもたちは大興奮でした。その他には、維孝館中学校の1・2年生を対象にした英検対策講座や漢字検定(準会場)も寺子屋事業の一環として開催しました。次年度も、まちぐるみで取組を進めていきます。

● 教育委員会 ☎88-5850

こちら消防分署

宇治市原町分署 ☎88-5500

消しましょう その火その時 その場所で

春の火災予防運動実施中3月1日(水)～7日(火)

住宅防火 いのちを守る7つのポイント

3つの習慣

- ①寝たばこをしない
- ②ストーブから燃えやすいものを離す
- ③ガスコンロ等の使用時はそばから離れない

4つの対策

- ①逃げ遅れを防ぐため住宅用火災警報器を設置する
- ②寝具や衣類からの火災を防ぐため防災製品を使う
- ③火災を小さいうちに消すために住宅用消火器等を設置する
- ④お年寄りや身体の不自由な方を守るため隣近所の協力体制をつくる

がんばってます! 消防団 Fire Busters

地域の歴史と文化を守る 文化財防火訓練

文化財防火週間にあわせ、1月22日(日)に文化財防火訓練が行われました。出火場所は御林山の山頂付近に鎮座する熊蔵神社。神社付近からの出火を想定し、消防団、分署が連携・協力のもと、消防訓練を行いました。

終了後、今西団長は「地元地域、分署、消防団が連携し、訓練を行った。住民の生命・財産はもとより、地域の宝物である歴史と文化を地元地域と協力し、守っていく必要がある」と講評しました。

● 総務課 ☎88-6631

税の申告はお済みですか

町・府民税、所得税及び復興特別所得税申告期限は3月15日(水)

申告期限の直前では会場が大変混雑しますので、なるべく早くお済ませください。所得税及び復興特別所得税の納付期限は申告と同じ3月15日(水)です。期限までに申告納付しないと、延滞税などがかかる場合があります。役場での申告受付は、午前8時45分～午後4時30分(正午～午後1時を除く)です。

青色申告などには「青色申告をする方」「土地、建物、株式などの譲渡所得のある方」「住宅借入金等特別控除を初めて受ける方」は役場で確定申告を受付できません。宇治税務署をご利用ください。

ホームページで申告書を簡単作成
所得税及び復興特別所得税の確定申告書を国税庁HPで簡単に作成できます。郵送で提出もできますので、ぜひご利用ください。詳しくは国税庁HPまで。

● 国税住民課 ☎88-6633 / 宇治税務署 ☎44-4141

消防団員募集
資格 18歳以上の町内在住・在勤者
● 総務課 ☎88-6631

住生活のサポートする住まい(家)づくり

村上市長による季節の「寄せ植え園芸講座」(明定教室も開催)

いまさら人に聞けない **バラと野菜づくり**

リファイン京田辺教室 3月18日10時45分～12時

受講料1000円/回 定員10名 応募多数の場合抽選

● Panasonic リフォーム Club
リファイン京田辺 アルス株式会社 ☎120-806-200

医療法人社団 石錠会 http://www.sekitsukai.or.jp

救急・急患24時間365日受付 小児科・産婦人科 常時対応

田辺中央病院

TEL 0774-63-1111

〒610-0334 京田辺市田辺中央六丁目1番地6

～健康は歯から～ ●まずはお電話でご予約を●

急募 衛生士・助手

雇用形態 正社員・アルバイト
*初心者・新卒の方大歓迎

診療時間 月 水 木 金 土 日 祝

午前9:30～12:30 〇 △ 〇 〇 〇 〇 -

午後3:00～8:00 〇 △ - 〇 〇 - -

△火曜 午前9:00～12:00 午後2:00～7:00

中川歯科医院

TEL 88-5489

京都南大霊園

水代葬 1区画 48.8万円

〒611-0021 京都府宇治市宇治金井1723

TEL 0120-24-8452

おかげさまで20周年～
宇治市原町と共にこれからも～
よろしく願い申し上げます。

UP CARD

● 宇治市原町商業振興協同組合

ビジネスからパーソナルまで

90年の歴史の中で培った経験やノウハウと、最新のデジタル技術と設備を駆使してお客様のニーズにお応えします。

SINCE 1914

Shin Shin-DO

有限会社 新進堂印刷所

〒611-0021 宇治市宇治妙楽9(あけだま町)
TEL (0774) 22-3024
FAX (0774) 23-0649

平成29年度子ども茶道教室
 対象 小学2年生以上の児童(1年生は要相談)
 定員 先着20名
 日時 毎月2回(土) 午前10時30分~正午
 ※日程は3か月ごとに決定
 場所 総合文化センター和室「宗円庵」
 講師 裏千家・早麻会 高田美貴子さん
 内容 伝統文化・茶道に親しみ、作法を学びます。
 教材費 ふくさセット2,786円、お菓子2,310円(770円×3月)
 ④・⑤ 社会教育課(☎88・5850)

平成29年度絵画教室(子ども) ゆめ・アトリエ
 対象 年少児童~中学生
 定員 先着10名
 日時 4月から毎月2回(土) 午後1時~4時(初日=4月15日)
 場所 総合文化センター研修室2
 講師 画家(現代童画会会員) 江本佳寿子さん
 内容 創作活動をとおして

高校通学費補助
 申請期限は**今月末**
 対象 町内に在住し、高等学校(専修学校、各種学校含む)に通学している生徒の保護者(支給期間は中学校卒業後3年間)

不妊治療等にかかった医療費の一部を助成します
 対象 ①町内に住所を有する夫婦(人工授精の助成を申請される場合は、婚姻の届出をしている夫婦に限る) ②各種健康保険に加入している方 ③生活保護による扶助を受けていない世帯
 ①医療保険適用の不妊治療と医療保険適用外の人工授精②医療保険適用の不妊治療③医療保険適用と不育症の治療
 ※特定不妊治療(体外受精、顕微授精、男性不妊治療)への助成は京都府が実施。詳しくは、府HP「不妊に悩む方への助成事業等について」参照
 助成額 医療費の自己負担額の1/2。上限額は対象治療により次のとおり。
 ①一年間で6万円(人工授精を含む場合は10万円)
 ②一回の妊娠につき10万円
 申請期限 治療日翌日から一年以内
 ※申請書等様式は町HPからダウンロード可
 「妊婦治療等の相談窓口」 「妊婦治療等」の相談窓口
 妊産出・不妊ほっとコール(京都府立医科大学付属病院内) 助産師などが不妊(不育を含む)や妊娠出産に関する相談に応じます。毎週火・金曜日 午前9時15分~午後1時15分/午後2時~4時(祝日、年末年始を除く) ☎075・253・6180
 健康児童課(☎88・6636)

「農産物」のクイズ正解
 先月発行の農産物だより(No.30)に掲載していたクイズの正解は次のとおり。
 「あーBー4」
 「農産物だより」のクイズ正解
 先月発行の農産物だより(No.30)に掲載していたクイズの正解は次のとおり。
 「あーBー4」

お茶の京都博 二〇一七年四月開宴
 京都府南部山城地域の12市町村が舞台
 Discover Premium Green お茶の京都
 オープニングイベント
 さくら茶会
 2017年4月1日(土)・2日(日) 10:00~16:00
 ■淀川河川公園背割堤地区 [八幡市]
 会場へは公共交通でお越し下さい。
 ▶無料バス「かぐや姫・さくら周遊バス」運行
 向日市、長岡京市、大山崎町のJR・阪急の主要駅
 ↓八幡市(さくらであい館)
 ▶京阪八幡市駅、JR山崎駅からレンタサイクルが利用できます。

お茶の京都博のさくらイベント
 ・宇治川さくらまつり(宇治市)
 ・京田辺市花見week2017(京田辺市)
 ・井手町さくらまつり(井手町)
 ・木津川の流れ橋、桜つつみ、浜茶をめぐるウォーク(城陽市)
 ・南山城村さくらまつり(南山城村)
 ・笠置さくらまつり(笠置町)
 ・地域が元気! さくら福祉まつり(宇治田原町)
 道の駅「お茶の京都みなみやまの村」オープンイベント「お茶の京都 イーस्टゲートオープンフェス」
 4/15(土) 9:00~ ■南山城村大学北大河原R163沿い
 【お問合せ】お茶の京都博実行委員会事務局(京都府企画理事付) 075-414-4529

暮らしの情報
 暮らしの情報
 暮らしの情報

お知らせ
 3月
 日 月 火 水 木 金 土
 5 6 7 8 9 10 11
 12 13 14 15 16 17 18
 19 20 21 22 23 24 25
 26 27 28 29 30 31

お知らせ
 10月に支援センターが引っ越し、広く新しくなり、たくさんのママや子ども達が来てくれるようになりました。
 子ども同士が自由にあそび、ママ同士が交流できるあそび場です。相談室もありますので、何か困ったことや不安なことがあるときは遠慮なく相談してください。冷蔵庫や電子レンジもありますので、お昼ごはんを食べてゆっくり過ごすこともできます。プレイルームも広くなり、ボールプールやベビーコーナーもあります。誘い合ってください。

現在働いているママ・これから働こうとするママへ
 働きに出て、もっと子どもに目や手や気持ちかけたいと思っても、現実には時間が...ということもあるでしょう。
 でも大丈夫! 1日1分でもいいですから、抱きしめて「元気でいてくれてありがとう! ママうれしいよ!」と伝えてください。ママの思いは子どもの心に響きます。

健康のお便り
 Health center
 保健センター ☎88-6636

春の体調管理~気温の変化にご注意を~
 春は寒い冬から気温が上がり、着るものも薄着になります。1日のうちの最高気温と最低気温の差が一番激しいのがこの季節です。
 気温差で体が冷えやすくなります。健康な人の体温は約36.5度と言われます。体温が高いと細胞の新陳代謝が活発になり免疫力も上がります。体温が下がると基礎代謝が低下し、免疫力も下がるので病気にかかりやすくなります。がん細胞も体温が低下していると増殖しやすいと言われています。

体をあたためる方法
 ・カーディガンやストールを使い、体温調節を行う。特に太い血管が通っている首、手首、足首、大きな筋肉のお腹、腰、太ももの全面をあたためると体が温まりやすい。
 ・入浴はシャワーだけで済ませず、のぼせない程度のお湯に10分はつかる様にする。
 ・朝食は必ず摂る。朝食を抜くと体温を上げるためのエネルギーが入ってこないため体温が上がりにくい。
 ・体に負担をかけないストレッチや運動を行う。

かかとの上げ下ろし
 かかとの上げ下げ運動を20回ほど繰り返します。ふくらはぎの筋肉が血管を刺激して血流を促します。足のラインもきれいになります♪

簡単にできる手のマッサージ
 1. 手全体にハンドクリームを塗る
 2. 指の側面をさする
 3. 指をらせん状に揉む

子育て通信
 子育て通信
 子育て通信

お知らせ
 10月に支援センターが引っ越し、広く新しくなり、たくさんのママや子ども達が来てくれるようになりました。
 子ども同士が自由にあそび、ママ同士が交流できるあそび場です。相談室もありますので、何か困ったことや不安なことがあるときは遠慮なく相談してください。冷蔵庫や電子レンジもありますので、お昼ごはんを食べてゆっくり過ごすこともできます。プレイルームも広くなり、ボールプールやベビーコーナーもあります。誘い合ってください。

現在働いているママ・これから働こうとするママへ
 働きに出て、もっと子どもに目や手や気持ちかけたいと思っても、現実には時間が...ということもあるでしょう。
 でも大丈夫! 1日1分でもいいですから、抱きしめて「元気でいてくれてありがとう! ママうれしいよ!」と伝えてください。ママの思いは子どもの心に響きます。

健康のお便り
 Health center
 保健センター ☎88-6636

春の体調管理~気温の変化にご注意を~
 春は寒い冬から気温が上がり、着るものも薄着になります。1日のうちの最高気温と最低気温の差が一番激しいのがこの季節です。
 気温差で体が冷えやすくなります。健康な人の体温は約36.5度と言われます。体温が高いと細胞の新陳代謝が活発になり免疫力も上がります。体温が下がると基礎代謝が低下し、免疫力も下がるので病気にかかりやすくなります。がん細胞も体温が低下していると増殖しやすいと言われています。

体をあたためる方法
 ・カーディガンやストールを使い、体温調節を行う。特に太い血管が通っている首、手首、足首、大きな筋肉のお腹、腰、太ももの全面をあたためると体が温まりやすい。
 ・入浴はシャワーだけで済ませず、のぼせない程度のお湯に10分はつかる様にする。
 ・朝食は必ず摂る。朝食を抜くと体温を上げるためのエネルギーが入ってこないため体温が上がりにくい。
 ・体に負担をかけないストレッチや運動を行う。

かかとの上げ下ろし
 かかとの上げ下げ運動を20回ほど繰り返します。ふくらはぎの筋肉が血管を刺激して血流を促します。足のラインもきれいになります♪

簡単にできる手のマッサージ
 1. 手全体にハンドクリームを塗る
 2. 指の側面をさする
 3. 指をらせん状に揉む

子育て通信
 子育て通信
 子育て通信

お知らせ
 10月に支援センターが引っ越し、広く新しくなり、たくさんのママや子ども達が来てくれるようになりました。
 子ども同士が自由にあそび、ママ同士が交流できるあそび場です。相談室もありますので、何か困ったことや不安なことがあるときは遠慮なく相談してください。冷蔵庫や電子レンジもありますので、お昼ごはんを食べてゆっくり過ごすこともできます。プレイルームも広くなり、ボールプールやベビーコーナーもあります。誘い合ってください。

現在働いているママ・これから働こうとするママへ
 働きに出て、もっと子どもに目や手や気持ちかけたいと思っても、現実には時間が...ということもあるでしょう。
 でも大丈夫! 1日1分でもいいですから、抱きしめて「元気でいてくれてありがとう! ママうれしいよ!」と伝えてください。ママの思いは子どもの心に響きます。

健康のお便り
 Health center
 保健センター ☎88-6636

春の体調管理~気温の変化にご注意を~
 春は寒い冬から気温が上がり、着るものも薄着になります。1日のうちの最高気温と最低気温の差が一番激しいのがこの季節です。
 気温差で体が冷えやすくなります。健康な人の体温は約36.5度と言われます。体温が高いと細胞の新陳代謝が活発になり免疫力も上がります。体温が下がると基礎代謝が低下し、免疫力も下がるので病気にかかりやすくなります。がん細胞も体温が低下していると増殖しやすいと言われています。

体をあたためる方法
 ・カーディガンやストールを使い、体温調節を行う。特に太い血管が通っている首、手首、足首、大きな筋肉のお腹、腰、太ももの全面をあたためると体が温まりやすい。
 ・入浴はシャワーだけで済ませず、のぼせない程度のお湯に10分はつかる様にする。
 ・朝食は必ず摂る。朝食を抜くと体温を上げるためのエネルギーが入ってこないため体温が上がりにくい。
 ・体に負担をかけないストレッチや運動を行う。

かかとの上げ下ろし
 かかとの上げ下げ運動を20回ほど繰り返します。ふくらはぎの筋肉が血管を刺激して血流を促します。足のラインもきれいになります♪

簡単にできる手のマッサージ
 1. 手全体にハンドクリームを塗る
 2. 指の側面をさする
 3. 指をらせん状に揉む

親子で一緒にあそんだり、育児の情報交換の場「地域子育て支援センター」
 お気軽にお越しください。
 開設日時▶平日午前9:00~午後4:30
 子育てに関する相談も受け付けています。

お知らせ
 10月に支援センターが引っ越し、広く新しくなり、たくさんのママや子ども達が来てくれるようになりました。
 子ども同士が自由にあそび、ママ同士が交流できるあそび場です。相談室もありますので、何か困ったことや不安なことがあるときは遠慮なく相談してください。冷蔵庫や電子レンジもありますので、お昼ごはんを食べてゆっくり過ごすこともできます。プレイルームも広くなり、ボールプールやベビーコーナーもあります。誘い合ってください。

現在働いているママ・これから働こうとするママへ
 働きに出て、もっと子どもに目や手や気持ちかけたいと思っても、現実には時間が...ということもあるでしょう。
 でも大丈夫! 1日1分でもいいですから、抱きしめて「元気でいてくれてありがとう! ママうれしいよ!」と伝えてください。ママの思いは子どもの心に響きます。

健康のお便り
 Health center
 保健センター ☎88-6636

春の体調管理~気温の変化にご注意を~
 春は寒い冬から気温が上がり、着るものも薄着になります。1日のうちの最高気温と最低気温の差が一番激しいのがこの季節です。
 気温差で体が冷えやすくなります。健康な人の体温は約36.5度と言われます。体温が高いと細胞の新陳代謝が活発になり免疫力も上がります。体温が下がると基礎代謝が低下し、免疫力も下がるので病気にかかりやすくなります。がん細胞も体温が低下していると増殖しやすいと言われています。

体をあたためる方法
 ・カーディガンやストールを使い、体温調節を行う。特に太い血管が通っている首、手首、足首、大きな筋肉のお腹、腰、太ももの全面をあたためると体が温まりやすい。
 ・入浴はシャワーだけで済ませず、のぼせない程度のお湯に10分はつかる様にする。
 ・朝食は必ず摂る。朝食を抜くと体温を上げるためのエネルギーが入ってこないため体温が上がりにくい。
 ・体に負担をかけないストレッチや運動を行う。

かかとの上げ下ろし
 かかとの上げ下げ運動を20回ほど繰り返します。ふくらはぎの筋肉が血管を刺激して血流を促します。足のラインもきれいになります♪

簡単にできる手のマッサージ
 1. 手全体にハンドクリームを塗る
 2. 指の側面をさする
 3. 指をらせん状に揉む

子育て支援センター
 子育て支援センター
 子育て支援センター

お知らせ
 10月に支援センターが引っ越し、広く新しくなり、たくさんのママや子ども達が来てくれるようになりました。
 子ども同士が自由にあそび、ママ同士が交流できるあそび場です。相談室もありますので、何か困ったことや不安なことがあるときは遠慮なく相談してください。冷蔵庫や電子レンジもありますので、お昼ごはんを食べてゆっくり過ごすこともできます。プレイルームも広くなり、ボールプールやベビーコーナーもあります。誘い合ってください。

現在働いているママ・これから働こうとするママへ
 働きに出て、もっと子どもに目や手や気持ちかけたいと思っても、現実には時間が...ということもあるでしょう。
 でも大丈夫! 1日1分でもいいですから、抱きしめて「元気でいてくれてありがとう! ママうれしいよ!」と伝えてください。ママの思いは子どもの心に響きます。

健康のお便り
 Health center
 保健センター ☎88-6636

春の体調管理~気温の変化にご注意を~
 春は寒い冬から気温が上がり、着るものも薄着になります。1日のうちの最高気温と最低気温の差が一番激しいのがこの季節です。
 気温差で体が冷えやすくなります。健康な人の体温は約36.5度と言われます。体温が高いと細胞の新陳代謝が活発になり免疫力も上がります。体温が下がると基礎代謝が低下し、免疫力も下がるので病気にかかりやすくなります。がん細胞も体温が低下していると増殖しやすいと言われています。

体をあたためる方法
 ・カーディガンやストールを使い、体温調節を行う。特に太い血管が通っている首、手首、足首、大きな筋肉のお腹、腰、太ももの全面をあたためると体が温まりやすい。
 ・入浴はシャワーだけで済ませず、のぼせない程度のお湯に10分はつかる様にする。
 ・朝食は必ず摂る。朝食を抜くと体温を上げるためのエネルギーが入ってこないため体温が上がりにくい。
 ・体に負担をかけないストレッチや運動を行う。

かかとの上げ下ろし
 かかとの上げ下げ運動を20回ほど繰り返します。ふくらはぎの筋肉が血管を刺激して血流を促します。足のラインもきれいになります♪

簡単にできる手のマッサージ
 1. 手全体にハンドクリームを塗る
 2. 指の側面をさする
 3. 指をらせん状に揉む

子育て支援センター
 子育て支援センター
 子育て支援センター

お知らせ
 10月に支援センターが引っ越し、広く新しくなり、たくさんのママや子ども達が来てくれるようになりました。
 子ども同士が自由にあそび、ママ同士が交流できるあそび場です。相談室もありますので、何か困ったことや不安なことがあるときは遠慮なく相談してください。冷蔵庫や電子レンジもありますので、お昼ごはんを食べてゆっくり過ごすこともできます。プレイルームも広くなり、ボールプールやベビーコーナーもあります。誘い合ってください。

現在働いているママ・これから働こうとするママへ
 働きに出て、もっと子どもに目や手や気持ちかけたいと思っても、現実には時間が...ということもあるでしょう。
 でも大丈夫! 1日1分でもいいですから、抱きしめて「元気でいてくれてありがとう! ママうれしいよ!」と伝えてください。ママの思いは子どもの心に響きます。

健康のお便り
 Health center
 保健センター ☎88-6636

春の体調管理~気温の変化にご注意を~
 春は寒い冬から気温が上がり、着るものも薄着になります。1日のうちの最高気温と最低気温の差が一番激しいのがこの季節です。
 気温差で体が冷えやすくなります。健康な人の体温は約36.5度と言われます。体温が高いと細胞の新陳代謝が活発になり免疫力も上がります。体温が下がると基礎代謝が低下し、免疫力も下がるので病気にかかりやすくなります。がん細胞も体温が低下していると増殖しやすいと言われています。

体をあたためる方法
 ・カーディガンやストールを使い、体温調節を行う。特に太い血管が通っている首、手首、足首、大きな筋肉のお腹、腰、太ももの全面をあたためると体が温まりやすい。
 ・入浴はシャワーだけで済ませず、のぼせない程度のお湯に10分はつかる様にする。
 ・朝食は必ず摂る。朝食を抜くと体温を上げるためのエネルギーが入ってこないため体温が上がりにくい。
 ・体に負担をかけないストレッチや運動を行う。

かかとの上げ下ろし
 かかとの上げ下げ運動を20回ほど繰り返します。ふくらはぎの筋肉が血管を刺激して血流を促します。足のラインもきれいになります♪

簡単にできる手のマッサージ
 1. 手全体にハンドクリームを塗る
 2. 指の側面をさする
 3. 指をらせん状に揉む

まちかどほっとナウ

Ujitawara Town Topics

悪霊退散・無病息災 熊蔵神社と神縄座

2/11

神縄座といえば町内では荒木・禅定寺・糠塚地区等で催されていますが、糠塚集落の神縄座が最大規模と聞いています。

そこで、糠塚集落の神縄座の由来と経過について述べたいと思います。

まず、熊蔵神社と神縄座の関係ですが、熊蔵神社の例祭は、その年の当屋が宮守となり4月11日・9月11日・12月11日・正月3ヶ日とし、4・9・12月は宮司が司ることになっています。

次に、神縄座ですが起源は定かではありませんが、戦国時代の末期か文禄時代以降の推定で古い歴史があると思います。また、由来については、天災や人災及び集落内の過事や罪の穢れを払うことで、悪魔が集落に入らないよう集落の入り口（神縄の杜）に奉納すると言い伝えがあります。

この行事は、糠塚集落で人生の辛酸に堪え、それぞれ与えられた任務を果たした長老が順次勤行する風習で、毎年2月8日（現在では2月11日の建国記念日）に集落（現在は奉賛会）挙げて参加しています。

なお、当屋は年長順であり、先に述べたように熊蔵神社の宮守と神縄座の行事を司ることになっています。

また、当屋にあたった者は長寿でめでたいということと名譽なこととされています。

神縄座の当日は、当屋宅（現在は糠塚自治会館）に集まって神縄（しめ縄）を縫い上げ、神縄は浄土寺前で住職により「正念」の作法が行われ神縄式が無事に終わると全員で「神縄の杜」へ奉納されます。

この伝統ある行事が、子々孫々と続くことを願っています。



広報モニター（立川）森田克己さん

空家をまちづくりにフル活用 空家バンク運営に向けた協力協定締結

2/17



↑左から西谷信夫町長、千振和雄会長、野川正克支部長

食改の窓 No.192

今月のレシピ「ブロッコリーの和風サラダ」

ブロッコリーはビタミンCが豊富です。茎の部分にもβ-カロテンが多く、捨てずに食べることをおすすめします。

今月の食改さん
大谷陽子さん
第2班（南）
菜の花やかぼちゃをプラスしても美味しいですよ。おすすめです。

作り方
①ブロッコリーは1口大に切って茹でる。
②人参は千切りにして茹でる。
③切り干し大根は戻してから、茹でる。
④①②③ホールコーンとAの調味料とシーチキンを混ぜ合わせる。

材料 (4人分)
ブロッコリー.....200g
人参.....60g
ホールコーン.....20g
切り干し大根.....4g
シーチキン.....1缶(80g)
A「酢.....大さじ1/2
淡口しょうゆ.....大さじ1/2
三温糖.....大さじ1/2
すりごま.....大さじ1/2
食塩.....少々
こしょう.....少々

(1人分) エネルギー 96kcal 蛋白質 6.4g 脂肪 5.3g カルシウム 43mg 塩分 0.7g

おめでとうございませう

日本赤十字社金色有功章
株式会社宇治田原製茶場
永年勤続退任民生委員・児童委員表彰
藤堂昌見さん

下水道に早期接続を

下水道が整備された区域の方は、速やかに下水道へ接続することが法律で定められています。公衆衛生や河川などの水質改善のためにご協力をお願いします。なお、接続工事は、町排水設備指定工事店に依頼し、事前許可を受けてから行ってください。

下水道の適正な使用を

下水道へは、何を流してもよいというわけではありません。処理場では、皆さんのお家から出た汚水を、微生物の働きとろ材により、河川に流せるように処理し塩素で消毒後、田原川に放流しています。処理ができない次のものは、流さないでください。

- ▼(台所) 使用済み天ぷら油・サラダ油、野菜くず、残飯
- ▼ガソリン、シンナー、アクリル、接着剤
- ▼洗剤、漂白剤、洗剤類
- ▼油、塗料、接着剤
- ▼ペットの糞尿
- ▼その他、燃やさないものは流さないでください。

剪定枝チップ化物の無料配布

剪定枝チップは、雑草の抑制や水分保持に効果があり、マルチング材や肥料材料として家庭菜園などに利用できます。

配布料金 無料

配布方法 軽から4t車までのダンプまたはトラックで各自配布場所まで

健康

麻しん・風しん予防接種 第2期のお知らせ

麻しん・風しんの第2期の予防接種はお済みですか。麻しん・風しんの予防接種は2回接種することで免疫を強固にします。まだ受けていない方は早めに接種してください。

国民健康保険たより

医療費が増えると、自己負担分が家計を圧迫し、増える医療費に対応するため、国保税が高くなってしまう可能性もあります。休日や夜間の医療機関の医療費は、通常よりも高く設定されています。緊急でなければ、平日の診療時間内に受診しましょう。

家族介護者のつらさ

介護者同士で、普段抱えている悩みや疑問を話してみませんか。「認知症の人と家族の会」から相談員を招き体験談を語っていただきます。認知症の有無に関わらず、在宅で介護している方ならどなたでも参加できます。

募集

文化協会会員募集
加盟団体で協調しながら、まちの芸術や文化の普及と振興と住民の心の豊かさ向上に寄与することを目的に活動している文化協会が、現在9分野31の個人・団体が登録しています。一緒に活動していただける新会員を募集しています。

自衛官募集

募集種目と資格
①幹部候補生（一般） 20歳以上26歳未満の方（22歳未満は大卒（見込含）。大学院修士課程修了者等（見込含）は28歳未満）
②幹部候補生（歯科・薬剤科） 専門の大卒（見込含）20歳以上30歳未満の方（薬剤は20歳以上26歳未満。薬学修士学位取得者は28歳未満）
③予備自衛官補（一般） 18歳以上34歳未満の方
④予備自衛官補（技能） 18歳以上で国家免許資格等を有する方（資格により53歳未満・55歳未満）

宇治田原町少子化対策事業 婚活応援講演会

婚活時代のおせっかい～婚活の現状、周りの人ができること～

日時 3月11日(土) 午後2時～3時15分(午後1時30分開場)

場所 総合文化センター 研修室1

講師 婚活ブームの火付け親 しろかわとうこ 白河 桃子氏

入場無料 定員90名 ※募集〆切3月3日(金)

健康児童課 ☎88-6636



同時募集 商工会青年部主催「坐禅で、まじめに婚活」(3月26日(日)開催)も3月3日(金)まで募集を受け付けています。詳しくは商工会内事務局(☎88-4678)までお問合せください。

坐禅婚活

音楽に親しむつどい ロビーコンサート

会場 総合文化センター 2階ロビー
日時 3月19日(日) 午後2時～3時
出演 あきかぜ(ギター・カホン・シンバル等)

演奏曲目
真っ赤な太陽
リバーサイドホテル
コーヒールンバ
今はもうだれも
ほか

あきかぜの活動風景

お知らせ

●図書館のホームページには知りたい情報がいっぱい！
休館日カレンダーや新刊情報など、身近な情報を町のホームページに掲載しています。
http://www.town.ujitawara.kyoto.jp/

●図書館からのお願い
みんなが気持ちよく利用できるようマナーとルールを守りましょう。
・図書館資料は大切に扱います。
・本などの水濡れにご注意ください。
・館内での飲食や携帯電話のご使用はご遠慮ください。

今月の予定

休館日	7・14・21・28(火)
	22日(水・振替休館)
	30日(木・館内整理日)
おはなし会	①11日(土) 11:00~ ②25日(土) 11:00~
「絵本のじかん」交流会	30日(木) 10:00~

町立図書館 ☎88-5852

読んでみたい この一冊

山や海・季節の花々など、風景写真のテーマには多いのですが、本書では現存する古い校舎に光を当てています。本来の役目を終えてもなお遺され、愛され続けているのは、この校舎で学んだ多くの方々の思い出が詰まっているからでしょうか。

1ねん〜くみの1にち

いよいよ4月から1年生りだれども心配。小学校って、どんな所なんだろう？

そんなみんなには、そおと、ある小学校の、1年生の1日を教えてくださいましょう。

どうです？小学校って、嬉しいところ？おもしろいところ？みんながワイワイ、ニコニコそんなところだと思いませんか？

定点撮影の写真で1日を追っ絵本です。

川島 敏生/写真・文



絆で輝く 未来を創る 交流のまちづくり

西谷町政
心あらたに
スタート

任期満了に伴う宇治田原町長選挙で、無投票当選した西谷信夫町長が2月9日（木）、初登庁し第二期西谷町政がスタートした。

第一期(H25.2.9~29.2.8) 町政のあゆみ

第一期は、官民一体で設立された「都市計画道路宇治田原山手線の早期完成を求める住民会議」とともに都市計画道路宇治田原山手線整備の促進、観光振興計画の策定などを行いました。

また、子育てしやすいまちを実現するために、府に先駆けて子育て支援医療費の支給や保育料の負担軽減、高校生通学費補助の拡充も行い、地域子育て支援センターの移設拡充等、町による子育てサポート体制を整えました。さらには、全住民が安全に安心して暮らせるまちを実現するため、地域みまもりステーションの建設、さらに防災拠点となる新庁舎建設に向け取り組んできました。

そして、今後の羅針盤となる第5次まちづくり総合計画を平成28年3月に策定するなどまちの課題解決に日夜力を注いできました。

第二期(H29.2.9~)

力を合わせて「百万一心」心と絆を大切にしまちづくり

少子高齢化、人口減少が進む中、人と人が絆で結ばれ、20年、30年、そして50年先の未来に「希望」と「責任」がもて、「住んでいる人」も、「住んでいない人」も、「好きやねんうじたわら」と言われる明るい未来ある宇治田原町をつくるため、住民の皆さん

や企業・団体の方々とともに「百万一心」によるまちづくりを、国や京都府とも連携して進めていきます。



→町職員から花束を受け取る西谷町長

これからのまちづくり

人と地域を結びまちな 宇治田原山手線の整備

平成35年供用開始予定である新名神高速道路が町内を通ることを好機と捉え、利便性、安心・安全、土地利用の推進の観点から、まちづくり1丁目1番地の政策として「都市計画道路宇治田原山手線の早期完成を求める住民会議」と連携し、官民一体で都市計画道路宇治田原山手線の整備を進めていきます。

新しいまちのランドマーク 新庁舎建設事業

現在の役場庁舎は建設されてから57年余りが経過

し、耐震診断で著しく耐震性に劣ると指摘されており、耐震改修工事には多額の費用が必要となります。

また、平成25年台風第18号による豪雨では、役場庁舎に隣接する堤防も非常に危険な状態に陥りました。これらのことから、風水害、震災および事故などすべての災害応急対策活動の司令塔としての役割に重点を置き、宇治田原山手線整備とも連動させた、将来のまちづくりの拠点にふさわしい庁舎の建設に取り組みます。

元氣あふれるまち

人口減少対策・移住 定住対策の推進

「第5次まちづくり総合計画」及び「まち・ひと・しごと創生総合戦略」に掲げている①まちの活力（まちに若者を呼びこみ、働く場を確保 戦略②うじたわらっ子育み（若い世代の希望をかなえ、元氣なうじたわらっ子を育む）戦略③安心・住みよいまち（地域で見守り、安心で暮らしやすいまちをつくる）戦略を積極的に進めていきます。



↑住民らに拍手で出迎えられる西谷町長

くとうてん

今年に入り宇治田原町の郷にも何度か大雪が降りました。昼間は、過ごしやすい気温の時もあるのですが、やはり夜になると冷え込みます。暑さ寒さも彼岸までと言われるように、4月に入ればばかばか陽気が待っていると思います。まだまだ寒い日が続きます。まだまだ寒い日が続きます。皆様お風邪などを引かれないようお過ごしください。(H)

わが家のアイドル。



あらい そうた 新井 颯太ちゃん(7ヶ月)

元気に大きくなってね



あさだ りょう 浅田 良ちゃん(10ヶ月)

いつも可愛い笑顔をありがとう！大きくなってね



あいかわ つばき 荒河 椿ちゃん(1歳2ヶ月)

いつもみんなを笑顔にしてくれてありがとう！！

投稿募集中▶元氣のヒケツ(80歳以上)「写真」に、「氏名(ふりがな)」、「年齢」、「元氣の秘訣(50文字以内)」、「電話番号」を添えて、郵便かEメール。ご希望があれば、広報担当者が写真撮影に伺います。▶わが家のアイドル(乳幼児)写真と、子どもの「氏名(ふりがな)」、「年齢(〇歳〇か月)」、「メッセージ(25字以内)」をお送りください。■投稿先 総務課広報 ☎88-6631 〒610-0289(住所記入不要) Eメール info@town.ujitawara.kyoto.jp