

■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/ (有)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 (1月1日現在)
9,510人(-5)
男4,759人(-5) 女4,751人(0)
出生4人 死亡12人 転入23人 転出20人
3,618世帯(-3) ()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>



空たかく
天まであがれ
ぼくのたこ

目次	02	消防団出初式
	03	新成人120名新たな門出 成人式
	04~05	確定申告が始まります (2月16日~3月15日)

●うぐいす宇治田原幼稚園で凧揚げ/1月13日(金)
冬の澄んだ空中、うぐいす宇治田原幼稚園でお正月の風物詩である凧揚げが行われました。園児たちは、自分で作った凧を空高く飛ばそうと元気にグラウンドを駆け回っていました。

平成29年消防団出初式

防火・防災の決意新たに

町消防団（西西晋作団長）の出初式が1月8日（日）に開催され、気持ちを新たに今年一年間火災や災害が無く、住民が安全に安心して暮らせるよう誓いました。

雨天のため、今年は住民体育館で開催された出初式。消防団、消防団支援隊、京田辺市消防署宇治田原分署、工業団地自衛消防隊（辻井基博隊長、禪定寺婦人防火クラブ（奥谷生江



委員）など、約300人が参加しました。西谷信夫町長は「あらゆる災害から住民の安心・安全を暮らしを守っていただきたい」と式辞。今西団長は「消防団への期待は年々大きくなっている。全員が一つとなって、住民の生命・財産を守るよう、活動していただきたい」と訓示しました。その後、優良団員並びに防火ポスターコンクール入選者への表彰が行われまし

▽浅田真幸▽上田恭久▽浅田賢茂▽小山明男▽田和慶丈▽尾崎智也▽前川一輝▽本田豊和▽田和行雄▽三好真博▽大北翔太▽平田広樹▽林宏樹
「表彰を披露された受章者」
▽京都府知事表彰・精励章▽下岡孝行▽辻井祐介▽谷口和也▽上野義次
▽日本消防協会会長表彰・表彰旗▽宇治田原町消防団
▽日本消防協会会長表彰・功績章▽野村英治
▽日本消防協会会長表彰・功績章▽木原昌宏

■第8回防火ポスターコンクール入選者
▽最優秀賞▽西出彩乃（維孝館中2年）
▽優秀賞▽奥野愛弓（田原小6年）▽白濱菜々美（同）▽吉田空留（同）▽青山昊平（宇治田原小4年）▽大石咲里（同）▽垣内葵羽（同）▽山口飛羽（同）▽勝谷綿心（維孝館中1年）▽清水萌花（同）▽春田雄一朗（同）▽宮井涼香（同）
1 総務課 ☎88・663



↑防火ポスターコンクールで最優秀賞に選ばれた西出彩乃さんに西谷町長から表彰状が渡される



新成人120名 新たな門出

平成29年成人式が1月8日（日）総合文化センターで行われ、振り袖や羽織、真新しいスーツ姿で出席し

た新成人82名が人生の節目に決意を新たにしました。第1部では、新成人を代表して村田壮さんが「本日、



↑懐かしい恩師の登場に沸く会場

成人式を迎え、新成人になったという事は、私たちが正式に大人の仲間入りを果たしたということになります。自らの発言、行動の一つひとつに責任を持って行動していきます」と言葉を述べました。

成人式を迎え、新成人になったという事は、私たちが正式に大人の仲間入りを果たしたということになります。自らの発言、行動の一つひとつに責任を持って行動していきます」と言葉を述べました。

会主催）が行われ、新成人が小・中学生時代お世話になった恩師が登場し、当時に振り返るエピソードを織り交ぜながら新成人にお祝いの言葉を述べられたほか、新成人どうしがお互いに質問し合ったり、昔懐かしい写真が織り込まれた映像を見て、自分達の昔を振り返りながらも、成人し責任ある大人となったことを感じていました。

また、ロビーでは、文化協会の「一筆書きコーナー」が設けられ、新成人が筆を振るいました。

※成人式を欠席されました新成人の方に記念品をお渡します。2月27日（月）までに総合文化センター2階事務局へお越しください。

☎88・5850

家族っていいなま ④

結婚したらどんな生活？育児って大変そうだな。知らないから不安だけど、大変なだけじゃないよ！嬉しいこともたくさんあるよ！

古川さんファミリー（パパ・ママ・5歳の女の子、3歳の女の子、5か月の男の子。南在住）



【町内に住むことにした理由は？】結婚して町内に住みたいという思いがあり、住宅購入の際にちょうど良い物件が実家近くにあったからです。

【パパとお子さんとの関わり方は？】休みの日は、家にいるより公園などに子どもと一緒に行くことが多いです。3人目の子がまだ小さいので、上の2人を連れて遊びに行くことが多いですね。子どもたちはパパが大好きで、パパが帰宅するとパパの取り合いです。

【育児する中で心がけていることは？】「お姉ちゃんだから」という言い方はしないよう、気をつけています。あとは、叱るのは主に私が担当し、2人掛かりで叱らないようにしています。

【3人目のお子さんが生まれて、変わったことは？】

結婚前は、3児の母になるとは思いませんでしたが、子どもを持ったら本当に可愛くて、3人になると、自由な時間はないですが、癒されます。上の2人も弟をととても可愛がっていて、みんなの笑顔が増えました！

古川さん、ありがとうございました！今後も素敵な家族を紹介していきます。登場していただけるご家族を募集中です。☎健康児童課88-6636

Advertisement for 'New Adults' (新成人) featuring photos of graduates and their families. Text includes '新成人にインタビューハタチの抱負' and '視野を広げ、挑戦し続ける'.

Advertisement for 'Kyoto University of Education' (京都南大霊園) with details on plots and prices.

Advertisement for 'UP CARD' (UPカード) by the Chamber of Commerce and Industry of Uji City.

Advertisement for 'Shin-Shin-DO' (新進堂印刷所) with contact information.

Advertisement for 'Community Support' (地域が元気！) by the Community Welfare Association of Uji City.

Advertisement for 'Fire Safety' (太陽光が原因！？) regarding fire prevention and insurance.

確定申告書作成 ホームページ(国税庁)が便利

(メリット)

☆**税務署に出向く必要なし**
作成した申告書等は印刷し、郵送等により税務署に提出することができます。

☆**いつでも利用可能**
確定申告期間中は、自宅で24時間いつでも利用できます。

☆**自動で計算**
毎年の税制改正に対応した自動計算機能により、計算誤りのない申告書を作成することができます。

☆**前年データが利用可能**
作成した申告書等のデータを保存しておけば、翌年の申告でも利用できます。

(利用方法)

- ①自宅のパソコン等から「確定申告書等作成コーナー」にアクセス

国税庁 確定申告書等作成 検索
- ②画面の案内に従って、金額等を入力し、申告書等を作成
- ③申告書等を印刷して郵送等により提出、またはe-Taxにより送信

e-Tax や確定申告書等作成コーナーに関する詳細は国税庁HP (www.nta.go.jp) をご参照ください。

軽自動車税・重課税率について

廃車・名義変更はお早めに
毎年4月1日現在で登録されている軽四輪、原付、バイク、トラクターなどの車両に対しては、軽自動車税が課税されます。

なお、使用していない車両であっても、廃車や名義変更の手続きをせずに放置すると、引き続き税金が課税されます。所定窓口でお早めに手続きを済ませてください。

また、町外へ転出するなどで車両の定置場(停めておく所)が変わる場合にも届け出が必要です。忘れずに手続きを行ってください。

車種別申請窓口

125cc以下のバイク(原付含む)、農耕用トラクターなど宇治田原町の標識が付いた車両＝役場税住民課(☎88-6633)
軽自動車(四輪)＝軽自動車検査協会(☎050-3816-1844)
125cc超のバイク＝京都陸運支局(☎050-5540-2061)

重課税率が適用される車両

新規登録から13年を超える軽四輪の車両について重課税率が適用されます。平成29年度課税については、平成16年3月以前に登録された車両(初年度登録年月により判定)が対象となります。

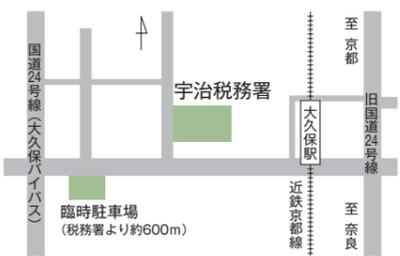
座がわかるもの
※社会保険料の納付金額を
確認できる書類の発行に
ついて、国民健康保険税
と後期高齢者医療保険
料、介護保険料は介護医
療課で行っています。
なお、国民年金保険料
に係る社会保険料控除を
受ける場合は、日本年金
機構から送付される控除
証明書(ハガキ)を必ず
添付してください。

医療費控除相談会

病气やけがで医療費を支
払った方が、ご自身で還付
申告書を作成できるよう
に、相談会を開催します。
日時 2月8日(水) 午前
9時～11時
場所 役場1階第1会議室
持ちもの 診療代、治療代、
薬代等の領収書(平成28年
中に支払った分)

医療費控除 自身や家族の
ために医療費を支払った場
合に、医療費の合計額から
保険金などで補填される金
額を差し引き、そこから10
万円か所得金額の5%(ど
ちらか少ない額)を差し引
いた額(最高200万円)が、
医療費控除の対象となりま
す。対象となる医療費は種
類が様々で、中には対象と
ならないものもあります。
町で受付できない確定申告
次の場合は宇治税務署を
ご利用ください。
・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
・当該住宅において初めて
住宅借入金等特別控除を受
ける方
・このほか、町職員での判
断が難しい場合は、宇治税
務署での申告をお願いします。
ことがあります。

宇治税務署 個人事業者の消費税及び
地方消費税の確定申告は
3月31日(金)まで
期限までに、平成28年分
の「消費税及び地方消費税
の確定申告書」を税務署に
提出し、その税額を納付し
てください。



※その他の確定申告会場は
下表参照のこと。
**確定申告による所得税及
び復興特別所得税の納付**
確定申告による所得税及
び復興特別所得税の納期限
は3月15日(水)です。申
告書の提出後に、納付書の
送付や納税通知等による納
税のお知らせは行っており
ません。納付には便利な振
替納税をご利用ください。
振替納税申込期限 3月15
日(水)
振替日 4月20日(木)
※振替納税の場合には領収
証書が発行されません。
書面による証明が必要な
場合には税務署にて申請
してください。

復興特別所得税の記載漏れにご注意ください

期 間	受付時間	会 場
2月7日(火)・2月8日(水)	午前9時～午後3時 (正午～1時除く) ※混雑の状況により早め に受付を終了する場合があります。	城陽市立福祉センター
2月7日(火)～2月9日(木)		宇治市産業会館 多目的ホール
2月9日(木)～2月15日(水)		木津川市中央交流会館 いずみホール
2月13日(月)・2月14日(火)		京田辺市コミュニティホール
2月20日(月)～2月24日(金)		八幡市文化センター

※土・日曜日、祝日除く。譲渡所得(土地・建物・株式等)の申告及び贈与税、相続税の申告は宇治税務署へ。

確定申告

申告は期限内に

☎ 税住民課 ☎88-6633

役場での受付

2月16日(木)～3月15日(水)
3月5日(日)、11日(土)は休日受付

**申告書類の事前作成と
早めの提出**
住民税(町・府民税)、
所得税及び復興特別所得税
の申告受付を行います。期
限が近づくと窓口が大変混
雑しますのでなるべく早く
済ませてください。
なお、平成28年中申告か
ら、確定申告書等への個人
番号(マイナンバー)の記
入が義務付けられ、本人確
認に係る手続きが厳格化さ
れることに伴い、個人情報
流出のリスク回避と、煩雑
化する本人確認等の手続
の円滑化、来庁者の待ち時
間短縮を図るため、例年
行っていた各区公民館等に
おける出張受付を廃止し、
窓口を一本化して役場のみ
とさせていただきます。

申告受付(役場)
期間 2月16日(木)～3
月15日(水)の平日
休日の受付 3月5日(日)、
3月11日(土)
受付時間 午前8時45分～
午後4時30分(正午～午後
1時除く)
場所 役場1階第1会議室
**所得税及び復興特別所得
税の申告が必要な方**
・個人事業を営む方や配当
不動産の貸付・売却など
の所得がある方
・次の給与所得者▽給与取
入が2,000万円を超
える▽給与所得や退職所
得以外の所得金額の合計
が20万円を超える▽2か
所以上から給与を受けて
いる方など
※公的年金等の収入金額の
合計額が400万円以下
であり、かつその全部が
源泉徴収の対象となる場
合において、公的年金等
に係る雑所得以外の所得
金額が20万円以下である
ときは、所得税及び復興
特別所得税の確定申告は
必要ありません。
※申告が不要な方でも、医
療費控除や住宅借入金等
特別控除を受ける場合、
年度途中の退職等で年末
調整を受けていない場合
などは、源泉徴収された
所得税及び復興特別所得
税が還付されることがあ
ります。

住民税の申告が必要な方
平成29年1月1日現在、
宇治田原町に住所を有する
方は、平成28年中(平成28
年1月～12月)の所得を申
告してください。ただし、
次の方は申告が必要ありま
せん。
申告が不要な場合
・収入が給与のみで、支払
報告書が事業所から提出
されている。
・所得税及び復興特別所得
税の確定申告書提出す
る。
・公的年金収入のみである。
※所得税及び復興特別所得
税の申告が不要の場合で
も、住民税が課税される
ことがあります。医療費
控除や国民健康保険税等
の社会保険料控除など、
源泉徴収票に記載されて
いない控除を受けるには
申告してください。
※平成28年中に所得がない
方も、国民健康保険税や
介護保険料の算定などに
申告が必要です。
**申告にはマイナンバー確
認書類+身元確認書類の
コピーをご準備ください**
平成29年以降に行われる
所得の申告には、マイナン
バーの記載が義務付けられ
たことに伴い、確定申告書
等の提出時に、本人確認書
類の提示が必要となります
が、確定申告書を郵送、ま
たは役場にて受付される場
合には、提示だけでなく写
しの添付が必要となります
のでご準備をお願いします。
申告に必要なもの
▼本人確認書類 ①番号確
認書類(通知カード等)
+②身元確認書類(運転
免許証等)
※マイナンバーカードをお
持ちの方は②は不要
▼印鑑
▼平成28年中の収入金額等
のわかるもの(源泉徴収
票・支払調書等)
▼収支内訳書(事業所得・
不動産所得等がある方)
▼所得控除の証明書類(国
民年金保険料・社会保険
料・生命保険料・地震保
険料等の支払証明書、医
療費の領収証、明細書等)
▼所得税及び復興特別所得
税が還付になる場合は、
申告者本人名義の預金口

申告に際してのお願い
事業所得の収支内訳書、医療費控除の明細書などは、
あらかじめ整理・計算しておいてください。これらが
作成されていない場合、その場で受付できないことも
あります。
収支内訳書作成相談会
営業所得や農業所得など収支内訳書の添付が必要な
方に、収支内訳書の書き方についての相談会を開催し
ます。ただし、青色申告決算書の相談は受付できませ
ん。
日時 2月9日(木) 午前9時～午後4時30分※
正午～午後1時除く
場所 役場第1会議室
持参する物 収支内訳書、年間の収入がわかる資料
や経費がわかる領収書等

役場での確定申告受付時には

本人確認書類のコピーが必要になります。

平成28年分
の申告から



マイナンバー(12桁)の記載
申告書にはマイナン
バーを記載する欄が設け
られており、申告者本人
や控除対象配偶者、扶養
親族及び事業専従者など
のマイナンバーの記載が
必要です。

本人確認書類の写しの添付
マイナンバーを記載した申告書を提出
する際には、申告者本人の本人確認書類
の写し(コピー)の添付が必要です。
※控除対象配偶者、扶養親族及び事業専
従者などの本人確認書類は不要です。
【本人確認書類の例】
例1…マイナンバーカード
例2…通知カード + 運転免許証、公的
医療保険の被保険者証 など

まちかどほっとナウ

Ujitawara Town Topics



切林脇神社の春祭

【旧名】十善社
 【新名】脇神社（ほうけんとうさん）
 【所在地】南脇神1番地
 お十善さんの春祭の呼び名で親しまれている。1日切林地域の守り神（産土神）を祀る。

脇神社春祭は、現在切林自治会によって季節の始めに地域住民の無病息災・家内安全を祈り祀り続けられています。

鎮守の森にある社名脇神社の祭神は産土神（湧神）と伝えられています。祖先達が生活に必要な水が湧き出ると水神を産土神として一日切林村の人々によりお十善さんとして祀り、時の流れに応じた神事を行い現在に至っています。

現在一帯の図面は無く、東南へ和束を経て、伊賀方面に向く起点であって近くにわらじの養塔宝篋印塔（町指定文化財）があり、当時の面影を残しています。

付近の谷合からは美しい清水が湧き出て、「まんぼう」という水路があり、住民の生活用水路として利用されていたという伝承もありますが、現在は切林川の改修工事によりその面影も変わり大井戸と呼ばれる共同井戸が残っていて切林発祥地を偲ばれます。旧家には当初より水の枯れたことの無い井戸もありお十善さんのおかげであると言われます。社殿の建立について記録はありませんでしたが、先人達の伝承から明治初期（3年）神仏分離令が出され、後、官制神社制度が公布され十善は佛教用語のために十善社名を改め、地名を表示し、無格社ながら脇神社と称し併せて社殿も改築されたと推定されます。



昭和30年 補修の実施
 昭和55年 鳥居建設
 昭和62年 11月に社殿の屋根葺き替え

当時は小字脇神1番地であり、付近の地名は、亥子、津山、中畑、岡之藪に囲まれています。

広報モニターさん 谷口真千子さん（南）

乳がん無料クーポン券対象者（※②⑤は平成23年）

女性のがん検診受診促進のため、特定の生年月日に該当する女性に対してすでに発行している「乳がん検診・子宮頸がん検診無料クーポン券」の受診期限が2月末までとなつています。まだ受診されていない方、お申込みされていない方はお早めにお願ひします。

①平成7年4月2日～平成8年4月1日生 ②平成2年4月2日～平成3年4月1日生 ③昭和60年4月2日～平成27年度に町の子宮頸がん検診未受診の方

④昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生 ⑤昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生

子宮頸がん無料クーポン券対象者（※②⑤は平成23年）

高校通学補助の申請
 対象 町内在住で、高等学校（専修学校等含む）に通学している生徒の保護者

▼定期券で通学⇨定期購入補助額

対象 町内在住で、高等学校（専修学校等含む）に通学している生徒の保護者

国民健康保険たより
 『健康意識啓発事業』として、看護師による個別訪問や予防啓発リーフレットの配布を行っています。

申請書の配布 申請書は2月15日（水）から学校教育課、役場1階、京都京阪バス（株）定期券販売窓口に備付け。維中前バス停などの定期券出張販売店にも備付け。教育委員会HPに掲載

●国・団学校教育課（☎88・5850）

中小企業の皆さんへ保証料の補給制度
 対象融資制度
 ▼京都府中小企業融資制度
 ・小規模企業おうえん資金
 ・あんしん借換資金（緊急枠）

対象 平成28年中に利用した方（年2回以上融資を受けた場合はいずれか1回）
 ※交付要件あり

下水道・町設置浄化槽の使用人数に変更があれば届出
 公共下水道や町設置浄化槽を使用している方は、使用人数に変更があれば届出てください。水道水以外の井戸水などを使用している方は、料金が使用人数によって変わります。

●上下水道課（☎88・3337）

暮らしの情報

無料クーポン券による乳がん・子宮頸がん検診の受診は2月末まで

お知らせ
 27年度に町の乳がん検診未受診の方

①昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生 ②昭和45年4月2日～昭和46年4月1日生 ③昭和40年4月2日～昭和41年4月1日生

④昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生 ⑤昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生

子宮頸がん無料クーポン券対象者（※②⑤は平成23年）

平成29年度京都府高校生給付型奨学金等第1次申請

町民税非課税の世帯で、①母子・父子世帯②児童世帯③障がい者世帯④長期療養者世帯いずれかに該当する、高校新1～3年生に奨学金を支給します。要件はお問い合わせください。

申請期限 2月28日（火）
 ●国・府山城北保健所級喜分室（☎63・5745）
 ／健康児童課（☎88・6636）

額から初乗り料金の定期券購入額を控除した額（*）の全額を一定所得以上の世帯は（*）の2/3（*）の1/2

▼定期券以外で通学⇨（*）の1/2

申請期間 3月1日（水）～31日（金）

提出書類 ①申請書②定期券で通学⇨通学定期券の写し③他の手段で通学⇨学生証の写し

※定期券の写しがない期間には補助率が低くなります。

配布を行っています。かかりやすい病気の紹介や簡単にできる効果的な予防方法の案内を行っています。毎日の生活に取り入れ、生活習慣の改善をはじめてみましょう。

対象 町の特定健診や人間ドックを受診された国保加入者のうち、特定保健指導事業（メタボ該当者またはメタボ予備群）や重症化予防事業（糖尿病またはリスクのある者）に該当されない方

●介護医療課（☎88・6610）

申請期限 2月28日（火）

●国・団産業観光課（☎88・6638）

下水道受益者負担金・浄化槽整備推進事業負担金第4期分納入のお願い

2月は第4期分の納期です。該当者には納付書を送っています。2月28日（火）までに納付してください。年払いや一括払いを希望する方はご連絡ください。

●上下水道課（☎88・3337）

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

～健康は歯から～ ●まずはお電話でご予約を●

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9:30～12:30	○	△	○	○	○	○	-	-
午後3:00～8:00	○	△	-	○	○	-	-	-

△火曜 午前9:00～12:00・午後2:00～7:00

中川歯科医院
 総機 ご予約
 011-88-5489

子育て通信

国・地域子育て支援センター ☎88-6622・FAX88-3104

対象者
 ・まいまい赤ちゃんネンネ広場 1才半から就学までの親子
 ・妊婦さんから7ヶ月くらいまでの親子
 ・まいまい赤ちゃんヨチヨチ広場 妊婦さんから就学までの親子及び子育て支援に関心のある方
 ・妊婦さん広場 妊婦さん及び今後出産を希望される方

・まいまいあそびの広場 1才半から就学までの親子
 ・まいまいおでかけ広場 妊婦さんから就学までの親子及び子育て支援に関心のある方

ファミリー・サポート・センター会員募集!
 ・子育てのお手伝いをしてほしい方「おねがいたい」
 ・子育ての援助をしたい方「まかせてたい」
 活動内容：一時的、精神的な援助で双方の合意で行うものです。

1. 保育所や幼稚園等の送迎
2. 保育所や幼稚園、学童保育の開所前後に子どもを預かる。
3. 保護者の通院、買い物、冠婚葬祭、学校の行事等の時に子どもを預かる。
4. 産前産後や保護者が病気で家事ができない時の育児補助。

※活動に際しては、「おねがいたい」から「まかせてたい」への利用料が必要です。

午前7時～午後8時まで 1時間700円
 上記以外の時間1時間800円
 詳しくは、地域子育て支援センターまで問い合わせください。

健康のお便り

寒い冬には高血圧にご用心

春の健康診断で問題なかった血圧も、冬場は高くなっていることがあります。高血圧は、自覚症状がなく、そのまま放置してしまうと心筋梗塞、脳卒中、動脈硬化などの病気を助長し、ある日とつぜん生命を脅かすサイレント・キラー（沈黙の殺し屋）になります。自分の血圧や生活習慣を見直してみてください。

高血圧とは？
 血圧とは、心臓から全身に送り出された血圧が血管を押す時の圧力のことです。健康な人の血圧は、収縮期血圧（上の血圧）が140mmHg未満、拡張期血圧（下の血圧）が90mmHg未満です。このいずれかが上回っている状態が高血圧です。

冬に血圧が高くなるのはなぜ？
 寒さを感じると体温の発散を防ごうとして血管は収縮し、血圧が上昇します。また冬場は運動不足になりがちであったり、新年会など飲食の機会が増え、食べ過ぎや塩分摂取が増えることも血圧を上げる要因になります。

高血圧になりやすい人は？
 高血圧は、原因がはっきりと分からない本態性高血圧と、原因が明らかな二次性高血圧に分けられます。日本人の高血圧の約90%が本態性高血圧で、遺伝や生活習慣等が関係しています。生活習慣では、食塩やアルコール、肥満、喫煙、ストレスなどが高血圧になりやすい因子です。二次性高血圧は、腎臓の病気やホルモン異常（内分泌疾患）などの原因で起こります。

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。

日	月	火	水	木	金	土
日付			1	2	3	4
事業名	臨床心理士による子育て相談（要予約） 13日（月）午後1:00～3:00 子育て支援センター		まいまいネンネ広場 10:00～11:30 子育て支援センター ふれ合いあそび	まいまいおでかけ広場 10:00～正午 緑苑坂自治会館 豆まき	子育てサービス利用支援窓口 平日 午前8:30～午後5:15 月曜日～金曜日のうち週4日	
5	6	7	8	9	10	11
支援センター開放 9:00～11:30	子育て講座 10:00～正午 子育て支援センター 安心の輪 子育てプログラム	まいまいヨチヨチ広場 10:00～11:30 子育て支援センター 布あそび	まいまいおでかけ広場 10:00～正午 南公民館 体あそび ダンス	建国記念日		
12	13	14	15	16	17	18
子育て支援センター	まいまいあそびの広場 10:00～11:30 町立保育所 体育あそび	子育て講座 10:00～正午 子育て支援センター 安心の輪 子育てプログラム	早期の親子関係における健全な愛着形成を目指したプログラムです。 講師：馬見厚珠先生です。（予約制）	まいまいおでかけ広場 10:00～正午 子育て支援センター 玩具作り	妊婦さん広場 10:00～11:30 子育て支援センター 交流会	パパの 子育て応援事業 10:00～11:30 子育て支援センター マタニティー ヘアヨガ
19	20	21	22	23	24	25
	いぎいき 孫育て事業 10:00～11:30 子育て支援センター 助産師による、沐浴指導・ 子育てのお話し	「みんなの家」開放日 毎週火・金曜日 午前10:00～午後3:00 子どもとあそんだりおしゃべりに 利用しましょう！	まいまいおでかけ広場 10:00～正午 禅定寺会館 パネルシアター ダンス	まいまい広場 10:00～正午 子育て支援センター わらべうた お誕生日会		
26	27	28	3月1日	子育てサークル活動日 ママ'sアクション 7日（火）・28日（火）10:30～みんなの家 たんぽぽサークル 20日（月）10:00～住民体育館 わらべうたサークル 24日（金）10:00～子育て支援センター		

Health center

●国・団保健センター ☎88-6636



- 予防・改善の7か条**
1. 減塩…塩分の摂取は6mg / 日未満に抑えましょう
 2. 食物…野菜や果物を積極的に食べましょう（腎臓に持病のある人は医師の指導が必要です）
 3. 減量…BMI（肥満の指標）を25未満に保ちましょう。BMI = 体重kg / (身長m)²
 4. 運動…心臓や脳の持病がなければ、ウォーキングなどの有酸素運動を毎日心がけましょう
 5. 節酒…男性は、ビールなら中瓶1本 / 日、日本酒なら1合 / 日、ワインなら200ml / 日までに控えましょう。女性は男性よりも影響を受けやすいため、さらに少なめにしましょう
 6. 禁煙…タバコを吸うと血圧とともに心拍数も上昇するといわれていますので禁煙を心がけましょう
 7. ストレスを溜めない…自分に合った趣味を持つ、入浴やストレッチなどを取り入れリラックスできる状態を作りましょう

子育て支援センター

2月

日	月	火	水	木	金	土
日付			1	2	3	4
事業名	臨床心理士による子育て相談（要予約） 13日（月）午後1:00～3:00 子育て支援センター		まいまいネンネ広場 10:00～11:30 子育て支援センター ふれ合いあそび	まいまいおでかけ広場 10:00～正午 緑苑坂自治会館 豆まき	子育てサービス利用支援窓口 平日 午前8:30～午後5:15 月曜日～金曜日のうち週4日	
5	6	7	8	9	10	11
支援センター開放 9:00～11:30	子育て講座 10:00～正午 子育て支援センター 安心の輪 子育てプログラム	まいまいヨチヨチ広場 10:00～11:30 子育て支援センター 布あそび	まいまいおでかけ広場 10:00～正午 南公民館 体あそび ダンス	建国記念日		
12	13	14	15	16	17	18
子育て支援センター	まいまいあそびの広場 10:00～11:30 町立保育所 体育あそび	子育て講座 10:00～正午 子育て支援センター 安心の輪 子育てプログラム	早期の親子関係における健全な愛着形成を目指したプログラムです。 講師：馬見厚珠先生です。（予約制）	まいまいおでかけ広場 10:00～正午 子育て支援センター 玩具作り	妊婦さん広場 10:00～11:30 子育て支援センター 交流会	パパの 子育て応援事業 10:00～11:30 子育て支援センター マタニティー ヘアヨガ
19	20	21	22	23	24	25
	いぎいき 孫育て事業 10:00～11:30 子育て支援センター 助産師による、沐浴指導・ 子育てのお話し	「みんなの家」開放日 毎週火・金曜日 午前10:00～午後3:00 子どもとあそんだりおしゃべりに 利用しましょう！	まいまいおでかけ広場 10:00～正午 禅定寺会館 パネルシアター ダンス	まいまい広場 10:00～正午 子育て支援センター わらべうた お誕生日会		
26	27	28	3月1日	子育てサークル活動日 ママ'sアクション 7日（火）・28日（火）10:30～みんなの家 たんぽぽサークル 20日（月）10:00～住民体育館 わらべうたサークル 24日（金）10:00～子育て支援センター		

今月の保健・予防案内

一般・乳幼児健康相談 ☎ [対象] 全年齢
 7日◎ 午前9時30分～11時30分
 助産師の授乳育児相談 ☎ [対象] 授乳育児の悩みがある保護者
 9日◎ 午前10時～正午
 BCG予防接種 [対象] 5か月～1歳未満
 21日◎ 午後1時15分～2時受付
 離乳食教室 ☎ [対象] 生後4～7か月児と保護者
 22日◎ 午前10時～12時
 幼児健康診査 [対象] 1歳6か月～9か月
 27日◎ 午後0時50分～1時30分受付
 乳幼児身体計測 ☎ [対象] 小学校就学前まで
 27日◎ 午後2時30分～3時

●場所 いずれも保健センター
 ◎=要予約
 ●国・団保健センター ☎88-6636

今月の元気はつらつ!若返り塾

おやしエクササイズ（総合文化センター）
 3日◎、17日◎【午前】
 高尾公民館 17日◎【午後】
 郷之口会館 9日◎、21日◎【午後】
 鉾城台自治会館 10日◎、23日◎【午前】
 荒木（やすらぎ荘）16日◎【午後】
 南公民館 2日◎、24日◎【午後】
 岩山会館 2日◎、24日◎【午前】
 緑苑坂自治会館 16日◎【午前】
 禅定寺会館 7日◎、21日◎【午前】
 立川公民館 7日◎、23日◎【午後】
 湯屋谷会館 9日◎【午前】
 奥山田会館 10日◎【午後】
 ※【午前】 = 午前10時～正午
 【午後】 = 午後2時～4時
 ●国・団在宅介護支援センター ☎88-5784

住居の悩みをサポートする住み(家)塾
 村上店長による季節の「寄せ植え園芸講座【明定教室も開催】」
 参加特典
 いまさら人に聞けない**入門薔薇**の栽培セミナー
 大苗をコンテナできちんと育てる法

リファイン京田辺教室 2月25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

講師：クリーンアドバイザー・植込みアドバイザー・英園立業家協会コンパニオン・ディンスタ・作庭家・造園家協会 村田 雅彦

● Panasonic リフォーム Club
 リファイン京田辺 アルス株式会社 0120-806-200
 アルスPanasonic設備機器施工専門店 アルス建築工事専門店
 アルスプラン建築設計事務所 アルス耐震改修専門店

石健会 http://www.sekitetsukai.or.jp
 救急・急患24時間365日受付 小児科・補綴器科 常時対応

日本医療機能評価機構認定病院 / 救急告示病院 / 臨床研修指定病院

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
 アクセス▶ 近鉄南田辺より徒歩2分
 J.R京田辺駅より徒歩3分

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

～健康は歯から～ ●まずはお電話でご予約を●

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9:30～12:30	○	△	○	○	○	○	-	-
午後3:00～8:00	○	△	-	○	○	-	-	-

△火曜 午前9:00～12:00・午後2:00～7:00

中川歯科医院
 総機 ご予約
 011-88-5489

夢語り

ゆめがたり
Dream come true ③

Chiyuki Tujioka

宇治田原小学校6年
辻岡 千幸さん

My Dream



私の絵と声でたくさんの人に 幸せをわけられる人になりたい。

私の夢は「イラストレーター」と「声優」です。この夢を持ち始めたきっかけは、幼いころからアニメが好きで、色々な作品を見ていくうちに「幸せ」「楽しい」と感じるようになったからです。私の名前に入っている「幸」(せ)を私同様アニメが好きの人達に分けられる人になるために、「イラストレーター」や「声優」を目指しています。私は、イラストレーターになるために普段、頭の中に出てきたイメージをすぐに紙に書いたり、他の絵を見て上手なところを取り入れたりしています。和風、近未来SF、ファンシー系など、どんなジャンルの絵でも描けるようにがんばっています。今年の小学校での運動会では赤組のシンボル旗のデザインを任されました。また、声優になるには歌唱力があるので、優しい声や低い声、きれいな声が出せるように一つの曲を歌い分ける練習をしています。将来は、海外のアクション映画の吹き替えや有名な声優さんと共演したいです。

ご協力
ありがとうございます
ございました



おかげさまで70周年

■赤い羽根共同募金 1,019,165円
■歳末たすけあい募金 954,586円

赤い羽根共同募金は、京都府共同募金会を通じて町社会福祉協議会等に配分され、さまざまな事業に活用されます。歳末たすけあい運動の募金は、町社会福祉協議会を通じて一人暮らしのお年寄りへのおせち料理の配食や地域でのふれあいサロンの助成などに活用させていただきました。
 *共同募金の使いみちは、ホームページ「赤い羽根データベースはねっと」でご覧いただけます。
 圖福祉課 ☎88-6635
 社会福祉協議会 ☎88-3294

くとうてん

広報紙「町民の窓」をご覧いただいているみなさま神繩座をご存知でしょうか？神繩座は大蛇に見立てられた大きな縄を縫い上げて、集落の入り口に結び付け、厄災等の侵入を防ぐ伝統的な行事です。1月には禅定寺地区、岩山地区、荒木地区で行われ、今後は2月に立川地区で行われる予定です。神繩座の行事に込められた思いのとおり今年一年間平穏無事な年となるよう祈っております。(H)

わが家のアイドル。



いまにし 桃もこちゃん (5歳10ヶ月)

いまにし 栗子ちゃん (3ヶ月)

ももちゃん、りっちゃん仲良く元気
に大きくなってね!



まつもと 梨希ちゃん (4ヶ月)

産まれて来てくれてありがとう。
可愛い笑顔たくさん みせてね♡



おおきた さらちゃん (3ヶ月)

元気いっぱい大きくなあれ!

投稿募集▶ 元気の子ケツ (80歳以上) 「写真」に、「氏名(ふりがな)」「年齢」「元気の秘訣 (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(0歳0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

【投票日】

2月5日

午前7時～午後8時

宇治田原 町長選挙

【投票できる方】
 日本国民で平成11年2月6日以前に生まれた方で、平成28年10月30日以前に宇治田原町に住民登録(転入)され、引き続き住んでいる方

【期日前・不在者投票期間】

2月1日水～4日土

▶ 期日前投票
 投票日に仕事や旅行などで投票所へ行って投票できない方は役場1階第1会議室で午前8時30分～午後8時まで投票可。投票所入場券が届いている場合は、持参してください。

▶ 不在者投票
 入院中や他市町村に滞在中など一定の事由により投票所へ行けない方のために、入院中の病院や滞在中の市町村で事前に投票できる制度です。詳しくは、施設や選挙管理委員会までお問合せください。

任期満了(2月8日)に伴う宇治田原町長選挙(1月31日告示)の投票日は、2月5日です。私たちの代表を選ぶ大切な選挙です。あなたの大切な一票を投じましょう。なお、開票は投票日当日、午後8時45分から住民体育館で行います。

投票所入場券を持参ください

投票事務を円滑にするため有権者の皆さんに投票所入場券(ハガキ)を郵送でお届けします。投票する際には持参し、投票所の受付に提出してください。入場券をなくしたり、忘れたときは、投票所の受付で申し出てください。また、投票所入場券の裏面に「期日前投票宣誓書」を印刷しております。期日前投票所へお越しになる前に、ご自宅などで宣誓書に記入し、期日前投票所へ持参してください。



宇治田原町選挙管理委員会 事務局 (総務課内 ☎88-6631)