

# 広報 京丹波6

TOWN KYOTAMBA

笑顔と元気にあふれ

活力、地域に戻る

- 32 須知地域振興祭
- 30 まちの話題
- 20 お知らせ版
- 19 図書だより
- 18 表彰
- 16 成年後見支援センター開設
- 15 下水道・浄化槽の利用のお願い
- 14 移住相談窓口開設
- 12 ウェルネス京丹波ポイント事業
- 11 くるみの会のお手軽レシピ紹介
- 10 生産者レポート
- 09 山西智也さんの伏見甘長とうがらし
- 08 くらしのガイド
- 06 成人歯科健診のご案内
- 02 特集 伝え続ける「十文字」ことこの精神  
「健幸」生き活きウェルネスコーナー

5月3日  
須知地域振興祭

## 特集 伝え続ける 十文字こと of 精神

明治3年、下大久保に生まれた十文字こと(旧姓 高畑)さんは、努力を惜しまない秀才少女でした。当時は、学校へ通うことが当たり前ではない時代。ことさんは、教師への道を選びふるさとを離れ、教育者としての人生を歩みます。

「学びたいと願う女性に、教育の機会を与えるべき」という想いをもち続け、52歳のときに学校を設立したことさん。人生をかけて女子教育に全力を注いだ、十文字ことさんの精神を伝えます。



身をきたへ 心きたへて  
世の中に 立ちてかひある  
人と生きなむ

京丹波町の風土が生んだ 偉大なる教育者

# 十文字こと

(1870-1955)

### 下大久保で 生まれたことさん

十文字ことさんは、明治3年、下大久保で農家を営む高畑家に生まれました。10歳のとき、大火事と、母親の失明により、明俊校(のちの明俊小学校)を退学。農作業を手伝いながら、家事をして家族を支えることになりました。勉強が大好きだったことさんは、家事の傍ら勉学に励み、幼いながらも「先生になって教えたい」、「学校をつくりたい」という大志を抱いていました。ことさんが14歳のとき、ことさんの優れた資質を見抜いていた明俊校の教師が、京都府女学校の生徒募集の話を持ち掛けました。

自ら学ぶことを諦めなかったことさんを、下大久保では村をあげて支援。ことさんは試験に合格し教師になる道を選びました。その後、京都や東京の師範学校で教育学を学び、教師となったのです。

### 学校設立へ

鹿児島、京都で教師として活躍後、実業家の十文字大元さん(金門製作所創設者・自彊術開始者)と出会い結婚。

病気がちであった夫を支え、こつこつお金を貯めました。

大元さんは、自分をねぎらい支えてくれた妻、ことさんに「なんでも欲しいものを言いなさい」と尋ねました。すると、ことさんは「学校をつくりたい」と言い、大正11年、ことさんが52歳のときに、長年の夢であった学校を東京の巣鴨に設立。後に、十文字学園と名付けられました。「身をきたへて心きたへて世の中に 立ちてかひある人と生きなむ」の精神の元、創立100年を迎えた今も、ことさんの教育理念が脈々と受け継がれています。

### 故郷、丹波を想う

ことさんは昭和29年、84歳のときに病に倒れました。下大久保からことさんの妹きうさんが見舞いにかけてつけたとき「丹波へ…丹波に連れて帰っておくれ」と語ったといひます。

人生をかけて教育者として女子教育を全うしたことさんの原点は、ふるさとの風土にあります。京丹波で過ごした幼いころの思い出が、いつもことさんの心のなかにあり続けたのです。



ことさんが設立した十文字学園  
幼稚園、中学校、高校、大学、大学院で  
女性教育が行われている

未来へ向けたひとづくりへ  
ことさんが設立した十文字学園と  
京丹波町が相互友好協力協定



# 自彊術体操

ウェルネス  
ことさんが伝えた健康体操

ことさんの榮譽をたたえ、十文字学園の建学理念に共感し、すべての人々がいつまでも健やかで、幸せな生活を送ることができるとして、幸せな現に向けて、5月16日、十文字学園女子大学と本町が相互友好協力協定を結びました。

今後は、十文字学園女子大学と教育、食、健康、福祉などの人材育成、人的交流などを連携し、相互の発展へ向けた取り組みがすすめられていきます。また、「十文字こと顕彰特待生制度」が設けられ、本町から十文字学園女子大学への特待生の受け入れが開始されることとなります。



京丹波町長(左)と志村二三夫学長(右)



毎日体操をする十文字学園の生徒

身をきたえ  
心きたえる

十文字学園が設立されてから、毎朝、自彊術体操といわれる体操が行われています。

自彊術は大正時代、治療師の中井房五郎が考案したもので、治療により難病が快癒した大元さんによって「自彊術」と命名され、組織化した体操として誕生したものです。

「自彊不息(じきょうふまず)」「すなわち、自分を鍛えることをやめな」という精神で教育を進めてきたことさんの想いを具現化しているのがこの体操といわれています。

十文字学園に通う生徒は「毎日やっているうちに、体が柔らかくなったと感じている。私もことさんのように粘り強い女性になりたい」と話していました。



祖母が京丹波町のことについて話してくれることは、食べ物のお話が多かったです。祖母の好物は黒豆と若狭街道を通って届くカレイでした。カレイは、祖母が骨まで焼いて、食べさせてくれた記憶があります。亡くなるまで、京丹波町の食べ物が好きだったようです。

この度は、こうして京丹波町と協定を結ぶことに、大変うれしく思っています。祖母ことも、喜んでいらっしゃるかと考えております。これから京丹波町との交流が増えることを楽しみにしています。

## 十文字一夫理事長

(十文字ことさんの孫にあたる)

年	主な出来事
明治3年	下大久保に生まれる
10	明後校(のちの明後小学校)入学
12	明後校退学
17	京都府女子学校入学
19	京都府尋常師範学校女子部入学
22	女子高等師範学校(現・お茶の水女子大学)入学
26	鹿児島県尋常師範学校に勤める
30	京都府尋常師範学校(現・京都教育大学)に勤める
32	実業家の十文字大元と結婚
大正11	女子高等師範学校の同窓生2名とともに文華高等女学校を開校
昭和4	第3回世界教育会議(スイス)に参加、序で欧米教育視察を行う
11	文華高等女学校長に就任、単独で校地購入、校舎を建築する
12	校名を十文字高等女学校と改称
20	戦火により学校焼失。仮校舎で授業再開。校舎復旧工事開始
22	一部復旧し、仮校舎から復帰
26	藍綬褒章を受ける
29	発病
30	逝去 学園葬
41	十文字学園女子短期大学開学
43	十文字短大附属幼稚園開園
平成8	十文字学園女子大学開学
令和4	学園創立100周年

病院紹介



5類への引き下げ対応について

新型コロナウイルス感染症は、感染症法において「2類相当」から季節性インフルエンザなど同様の「5類」に引き下げられました。国保京丹波町病院では、これまで外来対応医療機関として発熱外来のみの対応をしてきましたが、ゴールデンウィーク明けの5月8日から軽症・中等症対応病院となり施設協力医療機関として入院対応も行うこととなりました。

当院への入院につきましては、軽症の方の中でも呼吸器疾患などで重症化しやすい患者さまや、発熱症状があり入院による経過観察が必要と判断された患者さまなどを対象としています。

外来につきましては、発熱症状など新型コロナの感染を疑われる患者さまや、新型コロナ感染を疑われる方と接触され感染していないか不安に思われる方などを、引続き発熱外来で診察させていただきます。受診希望の方は、これまで通り平日の午前8時30分から発熱外来受診の電話予約をしてください。ただし、検査費用はこれまで公費負担となっていました。5月8日からは患者さまに費用を負担していただくかなければならなくなりましたので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

問：国保京丹波町病院 Tel.86-0220

いきいき健康術



膝の痛み～変形性膝関節症～

変形性膝関節症は、加齢や体重増加などにより関節における骨の表面を覆う軟骨が減少することで起こる病気です。軟骨には痛みを感じる機構はありませんが、骨にはそれがあるため、軟骨の減少により関節面の骨が露出すると、膝関節は自分の体重がかかる箇所ですので骨同士の接触が生じ痛みを感じてしまいます(例えば、骨折した際に、動かしたり痛いところを押したりすることで骨同士が接触し痛みが生じることとほぼ同じです)。

治療として、「生活習慣の改善(体重コントロール)」、「薬物療法」、「運動療法」、「手術療法」などがあります。「生活習慣の改善」は大前提ですが、以上の3つを組み合わせ治療を行います。

**薬物療法:** 飲み薬、貼り(塗り)薬、ヒアルロン酸注射などで炎症による疼痛・腫脹軽減を目指す。

**運動療法:** 膝体操、水中運動などにより膝関節周囲の筋力強化と柔軟性向上を目指す。

**装具療法:** 杖使用や足底板での疼痛軽減を目指しますが、上記と比較して推奨度は高くない。それでも症状の改善が乏しい場合や患者さんの希望

国保京丹波町病院和知診療所  
金曜日の整形外科外来 担当  
はやし だい ち  
林 大智 医師



が強い場合は手術療法を行うことがあります。

今後の治療は、多血小板血漿(PRP)療法が注目されています。自身の血液からPRPを分離・調製し膝関節内に注射する治療で、抗炎症作用、組織修復作用を有するといわれています。現在のところ限られた施設で自費診療とまだまだ普及はしていませんが、治療を受けた約60%の方で症状改善・消失したとの報告もあり、今後のさらなる臨床研究による治療確立が望まれます。

院長先生の Wellnessコラム

かき た ひで はる  
垣田 秀治院長



6月となり梅雨の季節を迎えています。春から夏への移行期でもある6月は、体がまだ暑さに慣れていないこともあり、体調を崩しやすい時期でもあります。

近年、季節の移り変わりが、徐々にではなく急になったような印象があり、体が季節の急な変化にびっくりしているのは私だけでしょうか。熱中症や食中毒もこの時期から多くなります。新型コロナウイルス感染症は5類になりましたが、ウイルスがなくなったわけではありません。私たちの周りには健

康を脅かす危険因子が常に隙をつこうと虎視眈々と狙っています。免疫力を高めてそれらに打ち勝つことも大切です。

食事はバランスよくしっかり摂る、十分に睡眠をとり、疲れをためないようにする、適度な運動も生活の中に取り入れてストレスを発散することも意識しましょう。

夏へと向かうこの時期、私たち自身も体力や免疫力を強化して、夏を乗りきる準備をしていきましょう。

# 熱中症は予防が大事です！ 十分な対策を取って乗り切りましょう



熱中症は近年、5月ごろから多く発生しています。梅雨明けの蒸し暑いころから急に暑くなる時期は、体がまだ暑さに対して十分慣れていません。熱中症は命にも関わる危険な病気ですが、きちんと対策を取っておけば防ぐことができます。

今のうちからできることに取り組み、夏を乗り切りましょう。

## 対策1 暑さを避けましょう

- ・室内では、エアコンを使用し、適正な温度で過ごしましょう  
(扇風機などを併用することで、空気が循環し、エアコンを効率よく使用できます)
- ・外出するときは、暑い日や暑い時間帯を避けて無理のない範囲で行動しましょう
- ・服装は涼しいものにし、日傘や帽子を活用しましょう



## 対策2 こまめに水分補給をしましょう

- ・水分は喉が渴いたときだけでなく、こまめに補給しましょう
- ・いつもより多く汗をかいたときは、スポーツドリンクや塩あめなどで塩分の補給もおきましょう

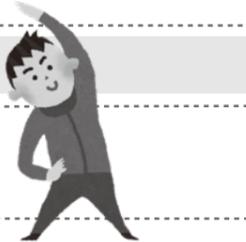
## 対策3 健康管理をしておきましょう

- ・日頃から健康チェックをして、自分の体の状態を知っておきましょう
- ・少しでも体調がよくないときは、無理をせず静養しましょう



## 対策4 今から暑さに備えた体づくりをしておきましょう

- ・暑くなり始めの今から適度な運動をしてみましょう
- ・水分補給は忘れないよう、無理のない範囲でやってみましょう



熱中症にかかるのは屋外だけではなくありません。室内においても多く発生しています。特に幼児や高齢者は注意が必要です。幼児は汗腺の発達がまだ十分でなく、体温調整がうまくできないことで熱中症を起こしやすくなります。高齢者は発汗と血液循環が低下しているために、水分不足になってしまい熱中症を起こしてしまうことがあります。喉が渴いていなくても早めに水分補給をしましょう。

### 『消費生活相談窓口』

京丹波町では、消費生活に関する相談や情報提供をお受けしています。

消費生活に関する連絡・相談先 ※メールでの相談はお受けしていません。

京丹波町消費生活相談窓口  
Tel: 0771-82-3803 相談日: 水・木曜日

南丹市の相談窓口も利用いただけます。  
南丹市商工課内  
Tel: 0771-68-0100 相談日: 月・火・金曜日

一人で悩まずに  
気軽に相談  
してください。



6月1日(木)から12月31日(日)まで

# 成人歯科健診を<sup>〳</sup>無料<sup>〴</sup>、で実施しています

※対象は京丹波町に住所を有し年度末年齢19歳以上の方

### 成人歯科健診でできること

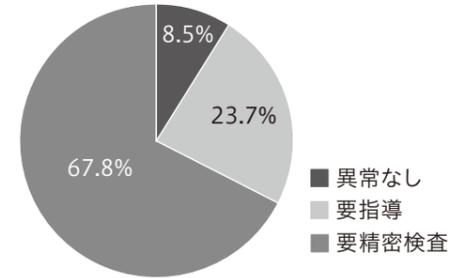
- 歯および歯ぐきの状態の確認(歯周病、むし歯の有無など)
- 口腔状態の確認
- かむ力の評価(75歳以上のみ) など

受診者の7割近くが「要精密検査」と診断されています。要精密検査の内訳は、「歯周ポケット4mm以上(歯周病)」と診断された方が64.3%、「むし歯」と診断された方が31.9%でした。

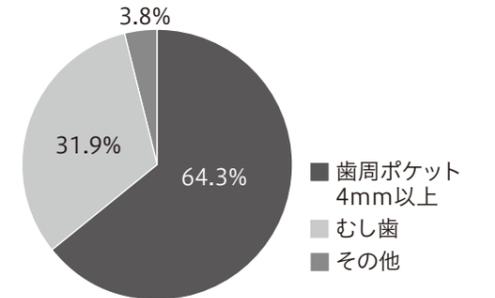
### 歯周ポケットとは?

歯と歯ぐきの境目には「<sup>しにくこう</sup>歯肉溝」という溝があります。健康な歯ぐきでは、この溝は1~2mmです。しかし、歯磨きが十分にできていないと、溝に「歯垢」がたまり、歯ぐきが炎症を起こし溝が深くなります。これが「歯周ポケット」です。歯周ポケットが4mm以上で「歯周病」と診断されます。

### 判定結果(割合)



### 要精密検査者の内訳



### 「歯周病」は、歯を失う原因第1位。全身の健康にも悪影響を及ぼします

歯周病は歯を失う原因になるだけでなく、以下のような病気を発症・進行させるといわれています。歯周病を予防することが全身の健康につながります。

- ・糖尿病
- ・動脈硬化(心疾患、脳血管疾患)
- ・誤嚥性肺炎



### 歯周病を予防するには

- ・定期的に歯科を受診
- ・1日2回以上は歯を磨く
- ・補助具(歯間ブラシ、デンタルフロスなど)を使用

### 京丹波町の成人歯科健診受診率は2%

令和4年度の受診者数は270人であり、ここ数年は対象者数(人口)あたり2%前後の受診率です。また、申し込みをしても期間内に受診されない方が7割近くいます。

### 自分の歯と口の状態を「無料」でチェックするチャンスです

成人歯科健診のお申込みはこちら  
健康推進課 Tel86-1800

※令和5年11月30日(木)まで随時申込ができます  
今年度からWEBでの申し込みが可能になりました!



お申込された方は受診票が届き次第  
歯科医療機関に受診予約を!

詳しくはホームページをご覧ください



問: 健康推進課 Tel86-1800

# 伏見甘長とうがらしの味噌炒め



KYOTAMBA\_TOWN\_KENKO

健康推進課  
Instagramでも  
レシピ配信中!

材料(2人分)  
 伏見甘長とうがらし……100g  
 玉ねぎ ……………100g  
 にんじん ……………20g  
 豚薄切り肉……………100g  
 サラダ油 ……………大さじ1/2  
 すりごま ……………小さじ2  
**A【調味料】**  
 減塩味噌 ……………大さじ1  
 砂糖 ……………大さじ1/2  
 本みりん ……………大さじ1  
 だし汁 ……………25cc

野菜  
摂取量

このレシピの  
1人分の野菜  
1日の目安量

約**110g**  
**350g**



栄養価  
(1人分)

エネルギー:257kcal たんぱく質:12.6g  
 脂質:10.1g カルシウム:24mg  
 食物繊維(総量):2.3g 食塩相当量:0.8g

## 下準備

## 作り方

- 1 フライパンを熱し、サラダ油を入れて中火にし、豚肉とにんじんを炒める。豚肉の色が変われば玉ねぎと伏見甘長とうがらしを入れ炒める。  
 \* 伏見甘長とうがらしはへたを取り、斜め半分切る。  
 \* 玉ねぎは約1cm幅のくし形に切り、にんじんは約3cm長さの短冊切りにする。  
 \* 豚肉は3〜4cm幅に切る。  
 \* A(分量の調味料)を合わせておく。
- 2 玉ねぎが透明になり、全体がしんなりしたら弱火にして、合わせておいたAの調味料を加えてからめながら、汁気が少し残る程度まで炒める。
- 3 器に盛り付け、上からすりごまをかける。

## ポイント!

減塩味噌、だしのうま味、ごまの香りを活用することでおいしく減塩ができます。

# 伏見甘長とうがらし

長さ10〜15cmほどのスラッとまっすぐに伸びるとうがらし。食感がやわらかく、辛味がなく甘いのが特徴。

古くは京都の伏見を中心に栽培されていたことからその名がついたが、いまでは京都の丹波地域での栽培が盛ん。平成元年に京野菜ブランドとして認証され、旧丹波町が産地としての指定を受けたことから熱心に生産されてきた。

お店で買える時期は5月下旬〜9月下旬。



やまにし とも や

【生産者】山智農園代表 山西 智也さん(下山区)

山西さんが伏見甘長とうがらしの生産を始めようと思ったのは、およそ15年前の入院中。“これからは農業の時代”と書かれた新聞記事を見たことがきっかけだと言います。中学生のときから、自分で何かをすることが夢だった山西さんは、実家にあるもので農業をスタート。その時に勧められたのが伏見甘長とうがらしでした。山西さんにとって、農業は初めてのことなので、トマトだと思っていた苗からきゅうりができたこともあったと当時を振り返ります。

今では9棟のハウスを構え、栽培方法に工夫を凝らしながら若手生産者として熱心に栽培に励みます。今年は、ハウスの一部に水封マルチ(湯たんぼ)や、ハウスの内張りトンネル被覆(2重張り)を設置し、出荷時期を早めることに挑戦。試験を重ねることで、どのくらいの収益があるか慎重に吟味しながら栽培プランを練ります。

去年よりも今年、少しでもよいものをつくるため、山西さんの挑戦は続きます。

## 次回紹介する野菜 黒大豆枝豆(新丹波黒)のつくり方

次回、黒大豆枝豆を使ったレシピを紹介します。ぜひ栽培して、料理に使ってみてください。

### ほ場の準備 (100㎡あたりの量を示しています)

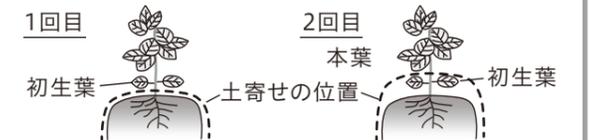
- 1 ほ場選び  
次のようなほ場を選びましょう。  
①排水性がよい ②連作ほ場ではない ③土壌が肥沃
- 2 土づくり  
堆肥などは、冬季に散布しておきましょう。  
完熟堆肥200kg、苦土石灰10kg、BMよりりん4kg
- 3 肥料とうね立て  
基肥は種まき2週間前までに散布します。例:豆豊4kg  
うね幅は130cmを基本とします。

### 種まき

時期は6月10日頃です。種の量は約200g必要です。5cmの深さに2粒ずつ、株間は40cmを目安とします。

### 土寄せ

- 2回に分けて行います。
- 1回目 本葉3〜5枚の頃に初生葉の下まで
  - 2回目 本葉5〜7枚の頃に第1本葉の下まで



### 収穫

10月中旬に莢の厚さが11mm以上になったら収穫できます



お手軽料理レシピを  
調理してポイントを  
貯めよう!

アプリのダウンロードはこちら



iOS版



Android版

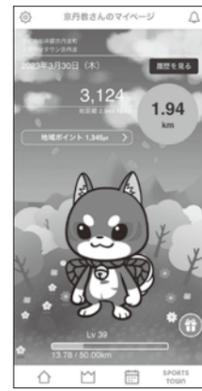


参加の手引きは  
こちら

## ぜひ、アプリのダウンロードを

「スポーツタウンWALKER」を使われていない方は、この機会にぜひダウンロードしませんか？

### 【アプリのダウンロード方法】



ウェルネス京丹波ポイントでは、ウォーキングアプリ「スポーツタウンWALKER」を使用します。お使いのスマートフォンにアプリをダウンロードしてください。



iOS版



Android版

- Sports net IDの登録が必要です
- iOSをご利用の方は、アプリ「ヘルスケア」を事前に動作確認してください
- Androidをご利用の方は、アプリ「Google Fit」を事前にダウンロードしてください

スポーツタウンWALKER

\*既に令和4年度から「ウェルネス京丹波ポイント」に参加されている方は再度ダウンロードする必要はありません。

1日6,000歩以上歩くことで生活習慣病の予防ができるといわれています。また最近では毎日だけでなく、週に数日間でもしっかり歩くことで健康効果が保たれるといわれています。まずは、毎日どれだけ歩いているのか歩数を確認してみませんか？そして、1日中事務仕事などで座っている時間が長い方は、まずは4,000歩から始めませんか？  
また「毎日4,000歩以上歩いている」という方はプラス10分(約1,000歩)歩きませんか？



歩いて! / 参加して! / ポイントを貯めて!  
けんこう  
健幸になろう!

# ぜひ、ウェルネス京丹波ポイントをご活用ください。

問：教育委員会 Tel84-0028 住民課 Tel82-3803 健康推進課 Tel86-1800



## 今年度も ウェルネス京丹波ポイント

京丹波町では令和4年度にウォーキングで「健幸」な生活を送る皆さんを応援する取り組み「ウェルネス京丹波ポイント事業」を行い、多くの方にご参加いただきました。

令和5年度も引き続き4月から「ウェルネス京丹波ポイント」を開始しています。

### ウェルネス京丹波ポイントとは？



POINT

スマホアプリ「スポーツタウンWALKER」で、毎日の歩数や京丹波町主催のイベントへの参加などで貯まるポイントです。

貯まったポイントは、景品の抽選に応募することができます。

### ポイントを集めよう!

ポイントは、毎日の歩数とイベントの参加で、獲得できます。

ウォーキングポイントはこちらです。

4,000歩で 10ポイント	5,000歩で 15ポイント
6,000歩で 30ポイント	7,000歩で 35ポイント
8,000歩で 40ポイント	9,000歩で 45ポイント
10,000歩で 50ポイント	1日最大50ポイント獲得できます!

獲得できるポイントが増えました!  
またポイントを獲得できる歩数のステップが小さくなりました!

### ポイントを貯めて景品に応募しよう!

貯まったポイントで、景品の応募ができます。毎月応募できる景品は、200ポイントで町内飲食店で使える飲食チケット1,000円分が、抽選で20人に当たります。対象の飲食店は毎月変わります。

また、キャンペーンの最後には、京丹波町の特産品が当たる素敵なプレゼントへの応募もできます。どんな特産品があるかは、お楽しみに。



応募!

ティッシュ、お菓子のビニールごみ、ポケットティッシュのケース、生理用品、生理用品の袋、ストロー、ウェットシート(流せないタイプ)など異物の混入により、設備の故障が発生しています。適正な使用にご協力をお願いします！

## 京丹波町下水道、浄化槽の利用のお願い

京丹波町に下水道ができるまでは、トイレは汲み取り式、キッチンや洗面所から出る排水は、家の横の水路を経由して川に流れており、水質の悪化、環境への悪影響など多くの問題がありました。現在は、下水道の整備により、町の環境は大きく改善されました。

この下水道をこれからも安定的に使用していくためには、適正な使用が不可欠であり、町民の皆さんのご協力が必要です。

最近では、下水道への異物の混入が増えており、ポンプなどの下水道設備の故障が頻繁に発生しております。今一度、下水道の使用にあたっては、適正な運用に努めていただきますよう、ご協力をよろしくお願いします。

### ⚠️ 使用上の注意

#### キッチン

- ①キッチンでビニールゴミや野菜のくず、残飯などを流すと宅内の配管で詰まるおそれがありますので、流さないようにしてください。
- ②油は、配管に付着し固形になって詰まりの原因となりますので、流さず所定の方法で処分してください。

#### クリーン枡(分離枡)

- ①クリーン枡は、キッチンからの排水を受けている枡です。油分やゴミなどを取り除くための枡です。月に1回程度、固まりとなった油分やゴミを除去してください。

#### 洗面所、お風呂

- ①髪の毛は、詰まりの原因となっていますので、除去して処分してください。

#### トイレ

- ①ウェットシートは、流せるタイプ、流せないタイプがあります。流せないタイプは詰まりの原因になりますので絶対にトイレに流さないでください。流せるタイプであっても、溶けるのに時間を要しますので、大量に流すことはお控えください。
- ②生理用品、おむつは流さないようにしてください。製品の袋、生理用品などが下水道に混入し、機器の故障の原因となっています。絶対に流さないようにしてください。
- ③トイレットペーパーを使用し、水に溶けない紙類は流さないでください。

#### その他

- ①プラスチック製品、金属製品、布製品など水に溶けないものは絶対に流さないでください。

### 下水道のしくみ 中継ポンプ

下水は、高いところから順に、自然な流れを利用して運びますが、橋を渡す場合や高さなどの関係で一旦高いところまで引き上げて、再び自然な流れで下水を運ぶために、町内約270箇所に中継ポンプを設置しています。

ポンプの詰まりなどが発生した際には、操作盤上部にあるランプが点灯しますので、お気づきになられましたら役場までご連絡ください。 ※自動的に役場に情報が入るしくみにはなっていません。

地域ごとに浄化センター(処理場)を整備しており、下水は処理場に集まり、浄化を行ったのち、川に放流します。各家庭での小さなゴミが集まり、大量のゴミとなって中継ポンプで詰まり、浄化センターでの故障の原因となるため、適正な運用にご協力ください。

問：上下水道課 Tel.83-9105

# KYOTAMBA

## 移住相談窓口開設!!

町では、関係人口の創出・拡大、地域の活性化にむけての取り組みとして、移住定住促進に取り組んでいます。

その取り組みの一つとして、令和5年5月から、移住相談の専用窓口を開設しました。移住に関する相談以外でも、各種イベントのご案内など、さまざまな情報発信を行っていきます。



#### ●場所

道の駅「和」 道路情報センター内

#### ●開設日

ホームページまたはInstagram (@ijusoudan\_kyotamba) よりご確認ください。



ホームページは  
こちら▶

#### 相談員の 川邊弘太です

5月から京丹波町移住相談窓口で相談員を担当することになりました。和知出身で現在も和知に在住しています。



京丹波町移住相談窓口とは京丹波町への移住を検討されている方が移住前の相談をしていただく窓口です。移住を検討されている方の中には、京丹波町へ移住するか悩んでいる、京丹波町へ移住したいけど具体的にどこに住むか決まっていない、移住して起業をしたいなど考えていらっしゃる内容はさまざまです。既に京丹波町へ移住された方の話を聞くと、このような相談をできる場所がなく、移住をしたけれども不安を抱えたまま移住したという意見をよく聞きました。移住をするまでにそんな不安を解消し、少しでも移住生活の手助けになればと考えています。

京丹波町に限らず小さな田舎では人との繋がりがなしには生活することができません。移住前の相談だけでなく、人繋ぎやコミュニティ作りなど移住後のアフターフォローも行なっていきたいと考えていますので、お気軽にお立ち寄りください。

問：企画情報課 Tel.82-3801

# 京丹波町成年後見支援センターを開設しました



京丹波町では、成年後見制度をはじめとする権利擁護支援について、支援を必要とする方が必要な制度や支援を適切に利用できる仕組みをつくることを目的に、役場(福祉支援課内)に、京丹波町成年後見支援センターを設置しました。

京丹波町成年後見支援センターでは、成年後見制度などの広報や利用の促進を行うとともに、制度に関する相談をお受けします。

## 成年後見制度とは

成年後見制度とは、認知症、知的障害、精神障害などの理由で、判断能力が不十分な人を家庭裁判所で選任された成年後見人等(成年後見人・保佐人・補助人)が保護、支援する制度(法定後見制度)です。

成年後見人等は、本人の判断能力の状況によって3つの類型に区分され、それぞれ認められた範囲において財産の管理、契約の締結や取消などを行うことで、本人が安心して生活できるように法的にサポートします。

また、本人に十分な判断能力がある段階で、あらかじめ任意後見人となる人とその人に委任する事務について契約を締結しておいて、判断能力が不十分になった時に必要な

しく、自らの権利侵害に気付かない場合もあります。

こうした状況を受けて、成年後見制度を必要とする人が、適切に制度を利用できる「利用促進」と、京丹波町に暮らす全ての方が、尊厳あるその人らしい生活を継続し、地域社会に参加できるように、司法、福祉、行政など権利擁護支援に携わる多



手続きを行い、本人に代わって定められた事務を行う制度(任意後見制度)もあります。



## 京丹波町成年後見支援センター設置の経緯

認知症高齢者は、全国的に増加傾向にあり、その数は約600万人と推計されており、2025年(令和

様な主体の「地域における連携ネットワーク」の構築と強化を図るため、その中核となる機関として、京丹波町成年後見支援センターを設置しました。

## 京丹波町成年後見支援センターの業務について

京丹波町成年後見支援センターでは、成年後見制度をはじめとする権利擁護支援に関する次の業務を行います。

- ① 制度に関する相談をお受けします
- ② 制度の普及啓発を行います
- ③ 関係者に対する制度の研修を行います
- ④ 関係者間のネットワークの構築と連携強化を行います

福祉支援課 Tel0771-82-1800  
 地域包括支援センター Tel0771-82-0001  
 (福)京丹波町社会福祉協議会地域福祉課 Tel0771-82-0126

面談での相談を希望される場合は、事前にご連絡ください。

問：福祉支援課 Tel82-1800

## 成年後見制度等に関する相談窓口

成年後見制度をはじめとする権利擁護支援に関する相談をお受けします。

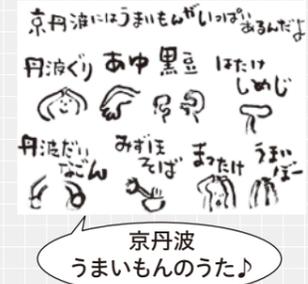
7年)には、700万人に達すると推計もあります。一方で、成年後見制度を利用する人は約24万人です。全国どこに住んでいても、制度を必要とする人が利用できるようにするため、また、利用者が有益であると感じられる制度とするため、制度内容の周知、制度の運用や制度そのものの見直し、担い手の育成など、制度の利用を促進するために、さまざまな課題に対応していく必要があります。

京丹波町においても、人口減少や高齢化の進展を背景として、身近な方から支援が受けられない、孤立や孤独の状態に置かれている人に周囲の人が気付かなくなっている状況が見受けられます。さらに、判断能力の低下などによって、権利擁護支援を必要としている人は、周囲の人に支援を求めることが難

# 図書だより

## 京丹波町図書館開館記念イベント 長谷川義史さん絵本ライブ開催

5月21日(日)に、京丹波町民大学プレ講座の図書館記念イベントとして、絵本作家の長谷川義史さん(はせがわよしふみ)を招き、絵本ライブを開催しました。長谷川さんは、絵本「大阪うまいものうた」に続けて「京丹波うまいものうた」を会場の子どもたちと一緒に即興で作成、参加者と手遊びや歌で楽しみました。絵本を通して平和についての思いを感じるお話や、「だじゃれむかしむかし」などユーモラスなトークを交えた絵本ライブに、会場が笑いの渦に包まれ、子どもも大人も大いに盛り上がりました。



### 第11回子ども読書本のしおりコンテスト入賞作品巡回展示

「子ども読書本のしおりコンテスト」は、4月23日「子ども読書の日」記念事業として、子どもが読書に親しむことを目指して、実施している取組です。  
 期間 7月1日(土)～7月4日(火) 場所 役場 防災会議室  
 町内のこども園、小学校、中学校の子どもたちの作品も展示しています。

### おすすめの本

#### 「茜唄 上・下」

今村 翔吾 著/角川春樹事務所

歴史とは、勝者が紡ぐもの。では、何故『平家物語』は「敗者」の名が題されているのか?『平家物語』が如何にして生まれ、何を託されたか、平清盛最愛の子知盛の生涯を通じて、その謎を感動的に描き切る。平家全盛から滅亡まで、その最前線で戦い続けた知将が望んだ未来とは。



#### 「家でできる!おもしろ科学の実験」

ロブピーティー文 サムピート絵/ほるぷ出版

家にいながら、身近なもので、自分でできる科学の実験をたのしもう!簡単なものから難しいものまで、科学のポイントがわかる70の実験を紹介。解説や実験のアイデアも豊富で、楽しみながら手を動かしてみよう。



## 京丹波町図書館 7月の特集本&行事

★=特集本 ☆=行事

中央館 (京丹波町 中央公民館2階)  
 ★「図書館へようこそ!」  
 ☆「ちいさいこのおはなし会」  
 7月19日(水) 午前10時30分～11時  
 手遊び・紙芝居・絵本の読み聞かせなど  
 問:Tel82-0255  
 (6月20日まではTel82-0988)

こだち図書 (役場1階 交流ラウンジ内)  
 ★「イケ麺パラダイス!!」  
 ☆「音読の会」  
 7月4日(火) 午後1時30分～2時30分  
 どなたでもご参加いただけます。  
 事前申込制  
 申込:Tel82-3850

瑞穂分館 (山村開発センター みずほ1階)  
 ★「夏だからこそ!怖い本」  
 ☆「大人かわいい モビールづくり」  
 7月5日(水) 午前9時30分～11時  
 色画用紙を使って、飾る気球を作ります。  
 カッターを使用しますので、小さいお子さまはご遠慮ください。 先着10人程度  
 問:Tel88-0506

和知分館 (和知ふれあいセンター1階)  
 ★「心も体もクールダウン」  
 ☆「簡単工作イベント」  
 7月8日(土)午後1時30分～3時30分  
 午後2時ごろからおはなし会があります。  
 めばえ号(移動図書館車)も来るよ!  
 問:Tel84-2081

6月29日(木)・7月27日(木)は、町内全ての図書館・分館において、蔵書整理等を行うため休館とします。

## 表彰 28年の保護司活動 竹内文子さんに藍綬褒章

南丹地区保護司会会長の竹内文子さんが、藍綬褒章を受章しました。竹内さんは、知り合いの勧めで保護司になって28年。犯罪や非行をした人たちの立ち直りを助けるため、見守りや指導、相談支援など、更生保護に長年尽くしてきたことが認められ、褒章を受けました。

「保護司は人の気持ちを大事にする仕事です。これからも、心を開いてなんでも話せるおばあちゃんでありたい」と、語る竹内さん。今回の受章を励みに、犯罪や非行のない、安心して暮らせる京丹波町へ向け、保護司の活動に取り組んでいきたいと、気持ちを新たにしていました。



## 表彰 20年の保護司活動 安井安郎さんに感謝状

南丹地区保護司として20年間活動された安井安郎さんが、法務大臣表彰を受賞され、畠中町長に4月27日、受賞の報告を行いました。

出向き、保護司の役割について伝えるなど、地域社会の理解や関心を深める活動に尽力しました。

安井さんはこれまでに、京丹波保護司会会長や、南丹地区保護司会の理事、同会の本部事務局長を歴任しながら、罪を犯した人の社会復帰を支えてきました。また、街頭啓発や町内の学校へ

安井さんは「対象者(犯罪を犯した人)とは、常に同一目線を堅持して自然体、本音で対面することができ、保護司や関係機関の皆さんに感謝しています」と述べました。



## 保護司ってどんな仕事?

犯罪を犯した人が社会に復帰し、再犯を防ぐことを目的に活動するボランティア(非常勤国家公務員)。刑務所や更生施設から解放された人たちが、再び社会で健全な生活をおくるように支援している。また、犯罪を未然に防ぐ活動を行い、地域の安全安心に貢献している。

町立医療施設の診療体制

※都合により担当医師が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

【京丹波町病院】Tel.86-0220

院長 = 垣田秀治

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内科	一般外来 山本航平 (総合内科) 垣田秀治 (総合内科)	中嶋 諒 (総合内科)	山本航平 (総合内科)	坂上 雄 (府立医大/循環器) 横井大祐 (府立医大北部医療 センター/総合内科)	祖父江秀晃 (府立医大/ 内分泌・膠原病)	第2土曜日 中嶋 諒(総合内科) 第4土曜日 山本航平(総合内科)
	予約診察 (午前)	垣田秀治 (総合内科)	井上弘之 (府立医大/ 膠原病・リウマチ)	垣田秀治 (総合内科)	垣田秀治 (総合内科)	第4土曜日 垣田秀治 (総合内科)
	予約診察 (午後)	林 靖彦 (総合内科)	中嶋 諒 (総合内科)	井上弘之 (府立医大/ 膠原病・リウマチ)	中嶋 諒 (総合内科)	
外科	前田武昌 (消化器)	担当医	担当医		担当医	
整形外科	小藤和孝 (明治国際医大)				竹浦信明 (府立医大)	
小児科	北村一将 (府立医大)	北村一将 (府立医大)	生嶋 諒 (府立医大)	西本草太 (府立医大)	北村一将 (府立医大)	第2・第4土曜日 竹下直樹 (府立医大)
小児科予防接種 (予約制)					北村一将 (府立医大) (午後1時～3時)	第2・第4土曜日 竹下直樹(府立医大) (午前10時～11時)
皮膚科 (第1・第3木曜日)				第1木曜日 大西友理 第3木曜日 大下彰史		
精神神経科 (物忘れ外来) (第2火曜日・第2土曜日)		第2火曜日 石川雅裕 (午後1時30分～3時30分)				第2土曜日 石川雅裕 (午前9時～終了時)

- 受付時間：(初診)午前8時30分～午前11時30分 (再診)午前7時～午前11時30分
- 診察時間：午前9時～(午後の内科予約診察、皮膚科、第2火曜日の精神神経科は以下のとおり)
- 内科予約診察(午後)診察時間：午後1時～
- 皮膚科(第1・第3木曜日)受付時間：午後1時～3時30分 診察時間：午後2時45分～
- 精神神経科(物忘れ外来)(第2火曜日)受付時間：午後1時～午後2時30分 診察時間：午後1時30分～
- 小児科予防接種(予約制)診察時間：金曜日(午後1時～)、土曜日(午前10時～午前11時)
- 急患の場合、必ず事前の連絡をお願いします。

【京丹波町病院質美診療所】Tel.86-0586

所長 = 北村一将

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
医 師	北村一将				

○診察日は、毎週月曜日の午後です。○受付時間：午後1時～3時30分 ○診察時間：午後1時30分～4時

【京丹波町病院和知診療所】Tel.84-1112

所長 = 庄林 智

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科 (午前)	担当医	山本航平 (総合内科)	吉岡聖将 (府立医大/ 内分泌・膠原病)	中嶋 諒 (総合内科)	花谷望都子 (府立医大/ 内分泌・膠原病)
内科 (夜間診察)	担当医 (午後5時30分～終了時)				
外科・整形外科 (午前)	庄林 智 (外科一般)	前田武昌 (外科一般) (午前10時～終了時)			林 大智 (明治国際/ 整形外科)

- 受付時間：午前8時30分～11時30分(受付順番表は午前7時から記入可)
- 診察開始時間：午前9時～(毎週月曜日の夜間診察、火曜日午前外科の診察時間は上記記載のとおり)
- 夜間診察(内科)の受付時間：午後3時～6時30分(毎週月曜日(祝日を除く))

【京丹波町病院和知歯科診療所】Tel.84-1154

所長 = 三浦博人

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
歯 科	濱岡秀樹	担当医	三浦博人	三浦博人 濱岡秀樹	担当医	担当医

- 診察時間：午前9時～正午/午後1時～4時30分
- 予約での診察になりますので、事前に電話連絡をお願いします(急患の場合も含む)。

各施設の敷地内は全面禁煙となっております。ご理解とご協力をお願いいたします。

男女共同参画週間

令和5年度キャッチフレーズ

無くそう思い込み、守ろう個性  
みんなでつくる、みんなの未来。

6月23日(金)から29日(木)までの1週間は、男女共同参画週間です。

職場や学校、地域、家庭などそれぞれの場面で、それぞれの個性と能力が発揮できる「男女共同参画社会」の実現に向け、みなさん一人ひとりの取り組みが必要です。

私たちのまわりの男女パートナーシップについて、この機会に考えてみませんか。

“社会を明るくする運動”強調月間

第73回“社会を明るくする運動”  
～犯罪や非行を防止し、  
立ち直りを支える地域のチカラ～

7月は“社会を明るくする運動”強調月間です。  
犯罪や非行の防止と立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、明るい地域社会を築きましょう。

“社会を明るくする運動”京丹波町推進委員会

7月のごみ収集日のご案内 — 混ぜればごみ 分ければ資源 資源を大切に —

- ・収集日当日の午前8時30分までに指定の集積場へ出してください。
- ・丹波地区4と5が統一となりました。グリーンハイツ、下山全域が丹波地区4となります。
- ・新たに、新聞・雑誌も出すことができるようになりました。

	ビニール類		ペットボトル 紙パック/雑がみ ダンボール/新聞・雑誌	ビン/ガラス 陶磁器類/電池	金属/家電 アルミ/粗大ごみ	有害ごみ/蛍光灯 鏡ほか	
丹波地区1	3日(月)	18日(火)	19日(水)	11日(火)		10日(月)	
丹波地区2							
丹波地区3	6日(木)	21日(金)	26日(水)	13日(木)		27日(木)	
丹波地区4							
瑞穂地区1	3日(月)	18日(火)	19日(水)	6日(木)		10日(月)	
瑞穂地区2							
瑞穂地区3							
瑞穂地区4							
和知地区1	6日(木)	21日(金)	26日(水)	4日(火)	24日(月)	27日(木)	
和知地区2							25日(火)
和知地区3							28日(金)

可燃ごみ(生ごみ)収集日

3日(月)、6日(木)、10日(月)、13日(木)、17(月・祝)、20日(木)、24日(月)、27日(木)、31日(月)

広報  
京丹波

お知らせ版

税・案内

町税などの納期限

納期限：6月30日(金)

- 町・府民税(普通徴収・第1期分)
- 国民健康保険税(普通徴収・第3期分)

問：税務課 Tel.82-3802

- 介護保険料(普通徴収・第1期分)

問：福祉支援課 Tel.82-1800

- 水道使用料(5月使用分)
- 下水道使用料(5月使用分)

問：上下水道課 Tel.83-9105

町税などの納税は納期限までに済ませましょう。納期限を過ぎると、督促手数料および延滞金が加算されます。なお、未納の税で納期限から一定期間経過したのものについては、広域連合「京都地方税機構」において徴収業務を行います。

## 道路上に張り出している樹木などの伐採について(お願い)

道路に面した住宅の敷地内に植えられた庭木や生垣または個人が所有する山林の樹木や竹の枝葉などが、境界を越えて道路上にはみ出していると、歩行者や自動車の通行に支障をきたしたり、道路標識やカーブミラーを覆うことにより、交通事故発生のおそれがあります。

道路上にはみ出した樹木などの枝葉により交通事故が誘発された場合は、**樹木の所有者に賠償責任が問われる**ことがあります。

※民法第717条 土地の工作物等の占有者及び所有者の責任

※道路法第43条 道路に関する禁止行為

**所有されている道路沿いの樹木などで、道路の通行に支障をきたすことが予想される場合は、事前に伐採をお願いします。**

なお、緊急の場合は、道路通行の支障となる樹木や竹の枝葉などを予告なく伐採・撤去することがあります。

問:土木建築課 TEL82-3806

## 猫の避妊・去勢手術費用を助成します

猫の増加を抑制し、良好な生活環境を確保するため、飼い猫、飼い主のいない猫の避妊・去勢手術に対し補助金を交付します。

### ●対象

**飼い猫:** 町内において飼い主が所有または占有の意思を持って、継続的に給餌、吸水などの世話をし、管理している猫

**飼い主のいない猫:** 町内に生息する飼い猫以外の猫

### ●補助対象者

町内に住所を有しており、町税を滞納していない人

### ●補助対象経費

猫の避妊・去勢手術

耳カット施術(飼い主のいない猫のみ)

### ●補助金額

猫1匹につき、上限5,000円。

支払った額が補助金の額を下回った場合は、支払った額(1,000円未満切捨て)とします。



詳しくはこちら

問:住民課 TEL82-3803

広報  
京丹波

## お知らせ版

### 「FUKUSHI就職フェア」開催

令和5年度第1回「FUKUSHI就職フェア」(福祉関連合同就職説明会)を開催します。学生・一般求職者など、福祉職場に興味のある方はぜひご参加ください。

●日時 7月17日(日・祝) 午後1時~4時30分

●会場 京都市勧業館「みやこめっせ」階 第3展示場  
※京都市営地下鉄東西線「東山駅」から徒歩約8分

### ●内容

#### 【合同就職説明会】

出展法人ブースで、人事担当者や先輩職員から具体的な話をきくことができます。

※予約不要。入場無料。

※入退場自由。

※出展法人は全て「きょうと福祉人材育成認証制度」の上位認証・認証法人です。

### ●対象者

・学生の方(令和6年3月卒業予定者など)

・一般求職者の方

・福祉・医療系有資格者など

※無資格・未経験の方も歓迎します。

※業界研究を目的とした学生の来場も歓迎します。

主催・問:福祉職場就職フェア実行委員会  
(事務局:社会福祉法人 京都府社会福祉協議会)  
TEL075-252-6297

### 健康器具使用を再開しています

健康器具使用事業を再開しています。ただし、一部の器具(複合型ウエイトリフト等)は使用できませんので、ご了承ください。



●使用曜日 毎週月・木曜日(祝日除く)

●使用時間 午後5時30分~9時

●場所 和知ふれあいセンター 2階

●持ち物 健康器具使用登録証、上靴、タオルなど

●対象 京丹波町在住(高校生以上)または在勤の方で、健康器具使用講習会を受講された方

問:健康推進課 TEL86-1800

## マイナンバーカード等交付 夜間窓口の開設

平日の日中に来庁が困難な方は、この機会をご利用ください。

### ●窓口開設日(いずれも木曜日)

住民課 7月6日

瑞穂支所 7月13日

和知支所 6月22日

※毎月第1木曜日と第3木曜日に住民課で、第2木曜日に瑞穂支所で、第4木曜日に和知支所で開設します。ただし、祝日および年末年始は除きます。

●開設時間 午後5時30分~午後7時

●取扱内容 マイナンバーカード交付

証明書交付(住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書)  
印鑑登録

※原則予約不要。ただし、マイナンバーカード交付通知書(はがき)に記載の交付場所と異なる窓口でのカード交付を希望される方は、開設日の前々日(閉庁日除く)までに予約してください。

※マイナンバーカード交付申請サポートは行なっていません。申請サポートを希望される方は、平日の開庁時間内(午前8時30分~午後5時15分)に住民課または各支所へお越しください。

※マイナンバーカードに格納されている電子証明書の更新や、暗証番号の初期化はできません。

※広域交付住民票、戸籍関係、税関係の証明書などは発行できません。

※転入・転出などの住民異動届、健康保険の届出、町税の納付などはできません。

問・予約:住民課 TEL82-3803  
瑞穂支所 TEL86-0150  
和知支所 TEL84-0200

### 健康器具使用講習会

和知ふれあいセンターの健康器具を使用いただくための講習会です。

●日時 7月27日(木)

1回目:午後6時~7時

2回目:午後7時15分~8時15分

●場所 和知ふれあいセンター 2階

●内容 健康器具の使い方など

●持ち物 上靴、タオルなど

●定員 各回10人まで

●対象 京丹波町在住(高校生以上)または在勤の方

※要予約

問・予約:健康推進課 TEL86-1800

### 京都0円ソーラー

#### 初期費用0円で太陽光パネルを設置しませんか

最大10万円相当額の導入支援もあります。住宅に太陽光発電設備の設置をご検討の方は、ぜひご利用ください。詳細はWebへ。



詳しくはこちら▶

問:(公財)京都市環境保全活動推進協会  
TEL075-647-3535

### みんなのおうちに太陽光

#### 太陽光パネル・蓄電池がおトクに参加登録者募集

共同購入により、太陽光パネル・蓄電池をおトくに購入できる機会を提供します。参加登録は9月5日まで。詳細はWebへ。



詳しくはこちら▶

問:京都みんなのおうちに太陽光事務局  
TEL0120-623-100

### 京都再エネコンシェルジュ

#### 京都再エネコンシェルジュがあなたの家にぴったりの再エネ設備を提案

家庭に再エネ導入を検討されている方は、京都府が認証した再エネの専門家のコンシェルジュにぜひご相談ください。詳細はwebへ。



詳しくはこちら▶

問:京都府地球温暖化防止活動推進センター  
TEL075-803-1128

### スマート・エコハウス促進融資

#### ご家庭でエコ設備の設置をお考えの方に!スマエコ融資でかしこくおとくにエコライフ

スマエコ融資は、府内のご家庭の太陽光や蓄電池などの設置を低金利で支援する制度で、通年で申し込みが可能です。詳細はwebへ。



詳しくはこちら▶

問:京都府総合政策環境部脱炭素社会推進課  
TEL075-414-4298

## 丹波自然運動公園からのお知らせ

### スポーツ事業

#### 教室

##### ●エンジョイテニス

日時 7月5日、19日(各水曜日)  
午後1時30分～4時30分

場所 テニスコート(雨天時体育館)

対象者 18歳以上

参加料 400円

申込 当日受付

##### ●ヨガ教室

日時 7月28日(金) 午後2時～4時

場所 研修室

対象者 どなたでも

参加料 700円

内容 ヨガの基礎を学ぶ

申込 当日受付



#### 大会

##### ●第44回 テニス大会

日時 7月12日(水) 午前9時～

場所 テニスコート

対象者 18歳以上

参加料 2,000円(1ペア)

定員 男女別ダブルス/各32組

申込 6月12日(月)～7月5日(水)まで

※定員になり次第受付終了

#### 自然文化事業

##### ●木工教室

日時 7月22日(土) 午後1時30分～4時

対象者 小学生以上(小学生低学年は保護者同伴)

参加料 2,000円

定員 25人

内容 ミニ椅子作り

申込 6月22日(木)～7月15日(土)

##### ●天体望遠鏡作り

日時 7月29日(土) 午後3時～5時

対象者 小学3年生以上

参加料 3,500円

定員 25人

内容 天体望遠鏡づくり(夜間観望あり)

申込 6月29日(木)～7月22日(土)

##### ●流星群観望会

日時 8月12日(土)  
午後7時30分～9時30分ごろ

場所 ピクニックの丘

対象者 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)

参加料 300円

定員 50人程度

内容 ペルセウス座流星群を観望

申込 7月12日(水)～



#### イベント

##### ●南丹船井レクリエーション協会講習会

日時 7月29日(土) 午後1時30分～4時

場所 京都トレーニングセンター研修室

対象者 どなたでも

入場料 500円

定員 30人

内容 サロン活動や子ども会などのヒントになる研修会。クラフト(夏祭りの飾り、ふうせん金魚、スタンドグラス風飾りほか)、ゲーム紹介など

申込 7月10日(月)まで

申込:住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望の事業名を記入のうえ、下記まで。

※当日受付の事業は申込み不要

問:丹波自然運動公園  
Tel0771-82-1045  
Fax0771-82-0480  
E-mail:kouen@kyoto-tanbapark.or.jp



丹波自然運動公園のホームページはこちら

## 伝統芸能常設館からのご案内

道の駅「和」道路情報センター「伝統芸能常設館」の定期公演・発表会および展示コーナーについてご案内します。

#### 定期公演・発表会

##### ●6月24日(土) 開演 午後1時30分

【伝統芸能】和知人形浄瑠璃会

和知太鼓保存会

【文化サークル】苑の会

なみすい～京丹波吹奏楽団～

##### ●7月22日(土) 開演 午後1時30分

【伝統芸能】文七踊り保存会

【文化サークル】丹波音頭愛好会

なみすい～京丹波吹奏楽団～

#### 展示コーナー

##### ●6月 絵画 五人展

##### ●7月 泰友書道会 書道展

問:道の駅「和」 Tel84-1008

## スリーエー教室の開催について

認知症の予防に役立つゲームを行います。どなたでも参加できます。

●日時 7月4日、18日(いずれも火曜日)  
午前10時～11時30分

●場所 役場内

●利用料 1回100円

●持ち物 お茶、マスク

問:京丹波町地域包括支援センター Tel82-0001

## リフレッシュ体操教室

3B体操を主として音楽に合わせて、3つの道具(ボール、ベル、ベルター)を使って、楽しく身体を動かします。

●日時 7月6日、13日、20日(いずれも木曜日)  
時間は午後1時30分～3時

●場所 健康管理センター

●対象 町内在住、在勤の40歳以上

※要予約

問・予約:健康推進課 Tel86-1800

## 健康体操教室

椅子に座って行う体操教室です。どなたでも参加いただけます。

#### ●日時・場所

7月3日、24日(いずれも月曜日)

午前10時～11時30分 瑞穂保健福祉センター

7月11日、25日(いずれも火曜日)

午前10時～11時30分 役場

7月31日(月)

午前10時～11時30分 和知ふれあいセンター

●利用料 1回100円

●持ち物 お茶、マスク

問:京丹波町地域包括支援センター Tel82-0001

## 献血にご協力ください

●日時 7月10日(月)

午前10時～11時30分

午後0時30～3時30分

●場所 瑞穂保健福祉センター

問:健康推進課 Tel86-1800

## 文化・スポーツ

## 丹波自然運動公園からのお知らせ

### スポーツ事業

#### 教室

##### ●エンジョイテニス(夜間)

日時 7月3日、17日(各月曜日) 午後6時～9時

場所 テニスコート(雨天時体育館)

対象者 18歳以上

参加料 500円

申込 当日受付

##### ●レディーススポーツデー

日時 7月5日、19日(各水曜日)  
午前9時30分～11時30分

場所 体育館

対象者 18歳以上の女性

参加料 300円

内容 健康体操、軽スポーツ

申込 当日受付

##### ●グラウンド・ゴルフのつどい

日時 7月14日(月例会)、21日(各金曜日)  
午前9時～11時45分



場所 球技場

対象者 どなたでも

参加料 300円

内容 グラウンド・ゴルフを楽しむ

申込 当日受付

##### ●障がい者スポーツのつどい

日時 7月11日(火) 午後1時30分～3時30分

場所 体育館

対象者 障がいのある方、介護者およびその家族

参加料 無料

内容 卓球バレー、ボッチャ、フライングディスク、グラウンド・ゴルフなど

申込 当日受付

##### ●太極拳教室

日時 7月14日(金) 午後2時～4時

場所 体育館

対象者 どなたでも

参加料 500円

内容 太極拳の基礎を学ぶ

申込 当日受付



## 「チーム絆」による不登校・ひきこもり相談

不登校やひきこもり傾向にある方とその家族に、個別で相談できる機会を提供し、社会的自立を支援する相談会です。

- 対象者 不登校やひきこもり状態にある方とその家族
  - 相談日時 7月28日(金) 午後1時～5時
  - 相談場所 瑞穂保健福祉センター1階 相談室
- ※要予約

問・予約:地域活動支援センターさんぽ  
Tel86-0062

## くらしの困りごと相談(法律・人権・行政など)

### ●無料法律相談

日時 7月3日(月) 午後1時～3時30分  
場所 和知高齢者コミュニティセンター

### ●くらしの困りごと相談(人権・行政など)

日時 7月12日(水) 午前9時30分～11時30分  
場所 和知高齢者コミュニティセンター

※いずれも無料です。弁護士法律相談は予約が必要ですので、社会福祉協議会丹波支所へ申し込んでください。  
※就労に向けてさまざまな問題を抱え、生活に困窮されている方の相談も受け付けています。

問・予約:京丹波町社会福祉協議会 丹波支所  
Tel82-0126

## こころの健康相談

人間関係で悩んでいる、仕事があまくいかない、誰かに相談してよいかかわからない、誰かに聞いてほしいなど…。本人または家族、職場の同僚、どなたでも、どんなことでも、お気軽にご相談ください。

- 日時 7月13日、27日(いずれも木曜日)  
時間は午前9時30分～午後0時30分
- 場所 瑞穂保健福祉センター1階 相談室

※電話相談可。  
※要予約。  
※もみじヶ丘病院精神保健福祉士が相談に応じます。

問・予約:健康推進課 Tel86-1800

## 弁護士による多重債務法律相談

- 日時 7月25日(火)  
午後5時～午後6時30分(1人30分以内)
- 場所 南丹市園部文化会館「アスエルそのべ」  
(南丹市園部町上本町南2番地22)

●相談料 無料  
※相談は事前予約制となりますので、開催日の前日までにお申し込みください。

問・予約:京丹波町消費生活相談窓口(住民課内)  
Tel82-3803  
府南丹広域振興局 商工労働観光係  
Tel0771-23-4438

## 京都府家庭支援総合センターによる 身体障害者巡回更生相談

- 日時 8月8日(火)  
午前9時30分～10時40分

●場所 亀岡市役所市民ホール

●内容 整形外科医療相談・補装具相談

●申込期限 8月1日(火)  
※要予約  
※身体障害者手帳をお持ちでない方も相談を受けていただけますが、手帳の申請のための診断はできません。

問・予約:福祉支援課 Tel82-1800

## 女性のための相談

女性が元気でイキイキと毎日が過ごせるよう、女性の専門相談員による「女性のための相談」を実施します。夫婦や親子、親戚、地域や職場などの人間関係、育児や教育、老後のこと、夫や恋人からの暴力や暴言、そのほか自分がつらいと思っていることなど、ひとりで悩まないで気軽に相談してください。相談は無料で、秘密は守られます。

- 7月の相談日 7月21日(金)  
①午後0時30分～1時20分  
②午後1時30分～2時20分  
③午後2時30分～3時20分

※要予約  
※詳細は予約時にお伝えします。

問・予約:住民課 Tel82-3803



広報  
京丹波

## お知らせ版



### 無料法律相談

法律問題でお困りの方に、弁護士が応じます。

- 日時 7月3日(月) 午後1時30分～4時30分
  - 予約受付開始日 6月28日(水)
  - 場所 京都府園部総合庁舎1階
- ※要予約

問・予約:府南丹広域振興局  
園部地域総務防災課 総合案内相談コーナー  
Tel0771-62-0360

### 司法書士による登記・法律・多重債務相談

- 日時 7月1日、15日(いずれも土曜日)  
午後1時～4時
  - 場所 道の駅丹波マーケス コミュニティホール
  - 内容 登記・法律・多重債務の相談
- ※無料、要予約

問:京都司法書士会 総合相談センター  
Tel075-255-2566

### 認知症介護相談会

認知症のことやその対応方法、介護などについての、ご自身やご家族などの相談の場です。

- 日時 7月20日(木) 午後1時～4時
  - 場所 役場
- ※無料、要予約

問・申込:京丹波町地域包括支援センター  
Tel82-0001

## 消費生活専門相談員による 消費生活相談

消費生活に関するさまざまな相談を消費生活専門相談員がお受けします。電話による相談のほか、面談相談(要予約)もできます。

メールでの相談はお受けしていません。

- 相談事例  
商品の契約に係るトラブル、クーリングオフの方法、販売業者とのトラブル、借金問題など
- 7月の相談日  
5日(水)、6日(木)、12日(水)、13日(木)、19日(水)、20日(木)、26日(水)、27日(木)
- 相談受付時間 午前9時30分～午後4時
- 相談場所 住民課
- 相談電話番号 Tel82-3803

南丹市の相談窓口も利用できます

- 相談日 月曜日・火曜日・金曜日
- 受付時間 午前9時～午後4時
- 相談電話番号 Tel0771-68-0100  
(南丹市商工課内)

いやや!  
～消費者ホットライン188番(局番なし)～

### 無料税務相談

税金に関する相談に税理士が応じます。相談は、完全予約制で1人あたり30分まで。パソコンによるウェブ会議システムを活用した税務相談(非対面型)です。

- 日時場所  
7月6日(木) 亀岡商工会議所(ガレリアかめおか内)  
13日(木) 園部納税協会1階 会議室  
20日(木) 亀岡商工会議所(ガレリアかめおか内)  
27日(木) 園部納税協会1階 会議室

※時間はいずれも 午後1時30分～4時30分  
※要予約。相談日の前週木曜日の午前中まで。  
※近畿税理士会(園部支部会員)が相談に応じます。

問・予約:園部納税協会 Tel0771-62-0039

## 土地と建物の登記・測量

### しのづか登記測量事務所

代表/篠塚 泰寛 京丹波町須知本町24

TEL. 0771-89-1153

### ◆法務局への申請手続き代理します◆

お気軽にご相談ください。

ホームページに地図あり

- ☑ 土地に関する登記・測量など
- ☑ 建物に関する登記・測量など
- ☑ 土地の境界がはっきりしないとき
- ☑ 建物を相続したが登記簿が無いとき
- ☑ 相続土地国庫帰属制度に伴う土地境界調査



宝くじ  
公式サイト

宝くじがネットで  
購入できる!

宝くじ公式サイト

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)  
TEL 011-330-0777 (有料)

## 7月の健康カレンダー

【注】「〇〇〇セ」は「〇〇〇センター」の略

日(Sun)	月(Mon)	火(Tue)	水(Wed)	木(Thu)	金(Fri)	土(Sat)
						1
2	3	4	5	6	7	8
			妊婦・乳幼児相談 午前10時～ わちこども園			
9	10	11		13	14	15
		乳児後期健診 午後0時45分～ 瑞穂保健福祉セ			マタニティ・産後ヨガ教室 (要予約) 午前10時～ 子育て支援セ	
16	17	18	19	20	21	22
			ベビーマッサージ教室 (要予約) 午前10時～ 子育て支援セ			
23	24	25	26	27	28	29
		3歳児健診 午後0時45分～ 瑞穂保健福祉セ	離乳食教室(中期・後期) (要予約) 午前9時45分～ 瑞穂保健福祉セ			
30	31					

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、予定される事業が延期または中止となる場合があります。  
当日参加の事業については、参加される前にお問い合わせください。

問:健康推進課 Tel86-1800

## 自然との共生を感じる森 わち山野草の森情報コーナー

### 【催しのご案内】

- ◆サボテン・多肉植物展示即売 7月6日(木)～9日(日)
- ◆山野草展示即売 7月15日(土)～23日(日)
- ◆盛夏山野草展 7月27日(木)～30日(日)

### 【園内見ごろ情報】

イトタヌキモ・エゾミソハギ・スイレン・キキョウ・コマツナギ・ツユクサ・ハス・ヤブカンゾウなど

### 【山野草の紹介】

イトタヌキモ  
園内の菖蒲園で見られます。黄色い花を咲かせる食虫植物です。



開園時間:午前9時～午後5時(入園は午後4時まで)

休園日:毎週火曜日

(火曜日が祝日の場合は営業、翌水曜日が休園)

入園料:大人310円、子ども210円

※山野草苗・花苗の販売、寄せ植え・苔玉などの体験教室などもできます(体験教室は要予約)。

※管理棟および温室までは無料。

問:わち山野草の森 Tel84-2041



わち山野草の森  
情報コーナー

## 図書館のご案内

### ●開館日時

図書館	開館曜日	開館時間
①中央館	火～土曜日	午前9時～午後5時
②中央館出張所 こだち図書	火・水・金曜日	午前9時～午後7時
	木・土・日曜日	午前9時～午後5時 (日曜日のみ正午～ 午後1時は昼休み)
③瑞穂分館	火～土曜日	午前9時～午後5時 (正午～午後1時は休館)
④和知分館	火～土曜日	午前10時～午後6時 (正午～午後1時は休館)

※祝日および毎月最終木曜日は全館休館。

問:①Tel82-0255 (6月20日まではTel82-0988)

②Tel82-3850 ③Tel88-0506 ④Tel84-2081

※瑞穂分館は、以下の日はワクチン接種会場となるため臨時休館です。  
7月 8日(土)  
7月15日(土)  
7月22日(土)



広報  
京丹波

## お知らせ版

### 子育て

#### 発達相談

お子さまのことで気になることなどがありましたら、お気軽に健康推進課までお問い合わせください。

#### ●すくすく相談(作業療法士)

7月12日(水)午後、26日(水)午後

#### ●たんぼぼ相談(臨床心理士)

7月24日(月)午前・午後、25日(火)午前

#### ●ひよこ相談(医師) 7月18日(火)午前

#### ●思春期相談(公認心理師) 7月12日(水)午後

※要予約。無料。

※時間は健康推進課にお問い合わせください。

問・予約:健康推進課 Tel86-1800

#### こどもの居場所づくり学習会

京丹波町母子寡婦福祉会では、町内にお住まいのひとり親家庭、または学習支援が必要な小学4年生から6年生を対象に学習会を開催します。先生が丁寧にご指導くださいます。

母子寡婦福祉会の会員・非会員は問いません。

学習会開催日	申込期日
7月8日(土)	6月30日(金)
7月22日(土)	7月14日(金)

#### ●時 間 午前10時～11時30分

#### ●場 所 京丹波町中央公民館

#### ●参加費 無料

#### ●持ち物 筆記用具、宿題や教材、飲み物

問・予約:福祉支援課 Tel82-1800

## 京丹波町子育て支援センターからの お知らせ

### 【子育て支援ルーム開放日】

#### ●京丹波町子育て支援センター

日 時 火・木・金曜日

午前9時30分～午後2時30分

場 所 京丹波町子育て支援センター

#### ●各こども園開放日

京丹波町子育て支援センター内掲示板、京丹波町子育てるんるんカレンダー(町ホームページに掲載)でお知らせしています。たんぼこども園は【たんぼこども園内】、みずほこども園は【山村開発センターみずほ】、わちこども園は【わちこども園内】で開放します。

### 【にこにこひろば】

#### ●木育～水に浮かぶ積み木～

日 時 7月7日(金) 午前10時～11時30分

場 所 京丹波町子育て支援センター

参加費 無料

申込締切 10組(定員になり次第締切)

### 【おひさまひろば・きらきらひろば】

#### ●おひさまひろば(2歳児対象親子通所事業)

日 時 7月4日(火)、11日(火)

午前9時30分～11時30分

場 所 京丹波町子育て支援センター

#### ●きらきらひろば(0、1歳児対象親子通所事業)

日 時 7月12日(水)

午前9時30分～11時30分(2部制)

場 所 京丹波町子育て支援センター

※参加は随時受け付けています。対象者登録制となりますので詳細は京丹波町子育て支援センターまでお問い合わせください。

#### 問・申込:

京丹波町子育て支援センター  
(京丹波町豊田シミ98番地)  
Tel090-1892-2774



子育てるんるん  
カレンダーはこちら

## \*お仕事募集中\*

高齢者の知識・経験・技能を活かし丁寧に仕事をします!!



## 随時 会員募集中

60歳以上の健康で働く意欲のある方、お気軽にお電話下さい!

☎ (0771) 82-0501

(公益社団法人)京丹波町シルバー人材センター  
〒622-0231 京丹波町豊田シミ98番地 京丹波町生涯学習センター内

高齢者活躍人材確保育成事業【京都労働局委託事業】



区民が一丸となって手植えする姿

**京都サンガの活躍と地域の活性化願って**  
**白土の田んぼにアートを描く**  
 白土村つくり会による田んぼアートの田植えが5月21日に行われ、2,400㎡の田んぼに苗が植えられました。  
 白土区では、平成25年から京都サンガF.C.の応援と、住民同士の交流を深めるため、この取り組みを実施しています。  
 今年は、マスコットキャラクターのパーサくんの絵と、今シーズンのチームスローガン「REVUP」を田んぼアートとして描くため、手植え作業に汗を流しました。



掘れた喜びが顔に溢れる 大きなたけのこを力いっぱい押す園児

**力を込めて、うんとこしょ**  
**園児がたけのこ掘り体験**  
 丹波自然運動公園は4月下旬、園内の竹林でたけのこ掘りを体験してもらおうと、町立こども園の園児を招待しました。  
 4月27日には、みずほこども園の園児が公園を訪れ、スタッフと協力して一生懸命にたけのこを掘りました。竹林には、やっこの思いでたけのこを掘った子どもたちの笑い声と歓声が響き渡りました。

**音楽と食と自然を堪能**  
**黒豆ロックフェスティバル**  
 4年ぶりとなる「黒豆ロックフェスティバル」が5月28日、グリーンランドみずほで開催し、多くの来場者にぎわいました。  
 ステージでは、人気ラジオDJの谷口キヨコさんがMCを務め、多数のアーティストによるライブパフォーマンスが繰り広げられました。また、会場では町の特産品を使った料理などのブースが出店。イベントに訪れた来場者らは、美味しい料理を味わいながら、リズムに身を委ね、心地よい時間を過ごしていました。



一体感と興奮に包まれた会場



**子どもたちの笑顔あふれる**  
**毎年恒例 ちびっこまつり開催**  
 丹波自然運動公園で5月5日、恒例のちびっこまつりが開催され、およそ8千人の来場者でにぎわいました。「こどもの広場」を中心に、ツリークライミングやトランポリンコーナーのほか、ドッチビー大会など、さまざまなイベントが開催されました。参加した子どもたちは、友だちや家族とワクワクしながら



人気のツリークライミング体験



ブーンスをめぐり、楽しい思い出を作っていました。

**民生委員・児童委員**  
**町内で街頭キャンペーン**  
 民生委員・児童委員らは、5月12日の「民生委員児童委員の日」に合わせ、12日から18日までの間に町内各地で地域福祉の活動を紹介しました。  
 同委員として活動する西野未好さんは「民生委員・児童委員の活動が皆さんに浸透し、悩みがあれば相談してもらえ関係づくりをしたい」と話していました。



PRチラシとポケットティッシュを手渡す委員

**京都八坂神社御田祭**  
**早乙女による手植え**  
 京都八坂神社に奉納する稲を植える「御田祭」が5月21日、下山地内にある神撰田で行われました。すげ笠に紅と白の着物を着た8人の早乙女が、雅楽の生演奏と巫女の舞に合わせて、苗をゆっくりと手植えしました。  
 この御田祭は、昭和45年から始まり、今年で53年目。昨年までの3年は、新型コロナウイルスの影響で規模を縮小していましたが、今年は本来の姿に戻して開催されました。



心を込めて苗を植える早乙女

祭礼では、神事のほか祇園獅子舞演舞や丹波八坂太鼓の演奏が行われ、参加者らは、疫病退散と五穀豊穡を願いました。

**編集後記**  
 スタッフが撮影した須知のお祭り。たくさんの方の笑顔を見ていると、こちらまで笑顔になりました。 S.U.

**わたしたちの町**

人口	12,835 (-23)
男	6,123 (-9)
女	6,712 (-14)
世帯数	6,131 (0)
6月1日現在 / ( )は前月比	

**今月のほっとする言葉**  
**いい顔してるといいことがやってくる**  
 三笠書房「こころが楽になるほっとする言葉」より

**訂正とお詫び**  
 5月号の12ページにおいて誤りがありましたので訂正し、お詫びします。  
 教職員の異動【転入など】  
 ● 養護教諭 西田真理 (新規採用)  
 ◎ 栄養教諭 西田真理 (新規採用)

**ふるさと応援寄付金**

[令和5年4月]	6,113千円/386件
4月の寄付者 *敬称略	
片山 山治	土橋 重望
中川 晋一	大西 貴之
*寄付者の了解を得ている方のみ掲載しています。	

**募金の受付状況 (令和5年5月31日現在)**

ウクライナ人道危機救援金	188,528円
トルコ・シリア地震救援金	110,337円
※本募金は5月31日をもって終了。日本赤十字社へ募金します。ご協力ありがとうございました。	

**地域おこし協力隊**  
**今月の弱のつぶやき**

**木下弱 プロジェクト**

どーも「他称京丹波町PR大使」を目指している「自称京丹波町PR大使」の木下弱です。  
 自稱京丹波町PR大使として全国、全世界に京丹波町の魅力を伝えるために、「この度「京丹波町の魅力を伝えたい」というプロジェクトを立ち上げましたー！第一弾として特産品黒豆を作って食べてもらうというプロジェクトにしましたー！  
 もちろん黒豆の美味しさは全国的に有名なので、PRする必要なんて無いと思っております。しかし！今回のプロジェクトでは僕が作った黒豆を食べてもらうのではなく、プロジェクトに参加して下さった方と一緒に、一から黒豆を作る「黒豆作り体験」をしようと思えます。畑作業を体験していただき、畑作業の楽しさ、実がなった時の喜び、自分で育てたからこそその美味しさも感じてもらいたいと思っています。  
 5月中旬の時点で10人程このプロジェクトに参加して下さっています。参加してくださる方に京丹波町の綺麗な自然と美味しい空気を感じてもらって京丹波町の事を好きになっていただきたいと思います。  
 木下弱 プロジェクトぜひ応援よろしくお願いたします！  
 京丹波町はええとこー！



5月3日  
須知区で地域振興祭が  
3年ぶりに開催されました。  
地域に笑顔があふれ  
活気が戻ってきました。

