

広報 京丹波6

TOWN KYOTAMBA

堂本杜和さん

坂井柊さん

ふんぽさんは

須知高校教育魅力化
コーディネーターです！

- 02 特集 須知高校教育魅力化
コーディネーター
- 04 スマホと一緒に、ひと歩き
ウェルネス京丹波ポイント事業
- 06 〓 健幸〓
生き活きウェルネスコーナー
- 08 図書だより
- 09 ぐらしのガイド
- 10 スマートフォン相談会
- 11 お知らせ版／弱のつぶやき
- 20 まちの話題
- 23 生産者レポート
- 24 くるみの会のお手軽料理レシピ



授業の様子も
取材!

特集

須知高校教育魅力化 コーディネーター

京丹波町唯一の高校、須知高校。

さらなる発展のため「須知高校魅力化プロジェクトビジョン」の施策のひとつとして「須知高校教育魅力化コーディネーター」が着任しました。

坂井 柊さん

東京都出身。今年春に大学を卒業し、京丹波町で地域おこし協力隊として就職。



堂本 杜和さん

兵庫県出身。前職は栃木県の高校で魅力化コーディネーターとして勤める。



「総合的な探究の時間」の授業
5月22日
須知高校では、京丹波町をフィールドに生徒自らの興味・関心に基づいてテーマを設定し、課題研究を行う、探究学習を進めています。冬には研究成果発表会が予定されており、この日はコーディネーターが先生として授業を行いました。

授業では探究学習を進める前段階として「なぜそのテーマに取り組みたいのか」を見つめ直す時間となりました。コーディネーターから「テーマを自分事にするのが大切」と説明があり、生徒たちはペアになって、お互いにテーマ設定の理由や誰のために役立つのか、などを質問し合い、テーマの核を探りました。行き詰った際にはコーディネーターから助言を受けながら、研究への糸口を探っていました。

堂本さんは授業の締めくくりに「自分の興味・関心でやっていくことがゆくゆくは社会のため、日本、世界に広がっていく可能性がります。まずは目の前のことに一生懸命取り組んで、可能性を広げていきましょう」と伝えました。

「京丹波町は地元の兵庫県丹波市に近く、親近感があります。前職のコーディネーターの任期満了をきつかけに、さまざまな縁があったて現在は須知高校のコーディネーターとして働いています。地域を盛り上げる一端を担えることを、大変うれしく思います。

探究学習では、生徒一人ひとりの相談相手になり、よりよい学習となるように、背中を押してあげられるようなアドバイスを心がけていきます。」

「大学では教育学を専攻し、教育実習にも参加しました。その経験から、学校の中と外をつなげることの重要性を実感し、それを仕事にしたいと思い、コーディネーターに応募しました。

須知高校の生徒たちが興味・関心のある事柄を探し、学びを深め、自信を持ってやりたいことをいきいきと取り組める環境を整えたいと考えています。町初の試みですので、皆さんの期待に応えられるよう精一杯努めます。」

【生徒の感想】

2年 永井 涼太さん



コーディネーターのお二人は年齢が近く、相談しやすいです。今日の総合的な探究の時間では、自分のテーマを掘り下げて考えることができました。

コーディネーターの仕事

学校では何をしているの？

口丹管内で初めて導入された「教育魅力化コーディネーター」として、地域おこし協力隊の枠組みで3年間の任期で堂本さんと坂井さんが採用されました。二人は普段から須知高校に勤務し、授業のサポートを行っています。また、須知高校が力を入れて取り組む「総合的な探究の時間」で、二人がカリキュラムを考えて授業を行い、生徒の学びを支えています。

魅力化はどう進めるの？

須知高校ホームページやSNS（Instagram）の運営・投稿といった情報発信も二人の役割です。生徒たちの授業の様子を撮影し、デザインや文章など、一から作り上げて発信しています。さらに、学校説明会のチラシやポスターの制作も担っています。須知高校に興味を持つ方へのオンライン個別説明会では、各学科の特徴や魅力を伝え、皆さんと須知高校をつなぐ窓口になります。



コーディネーター二人が撮影・デザインしたチラシ（右）とポスター（左）



毎月20名様に
当たる!

町内飲食店で使える

飲食チケット1,000円分

※毎月対象飲食店は変わります

毎月
抽選 200ポイント

今年度は対象店舗を
拡大!

町内飲食店で使える

飲食チケット500円分を
応募者全員にプレゼント!

奨励
賞 1,500ポイント

令和7年度 歩数ランキングTOP10

令和7年度の利用実績に基づいた、
総歩数(年間)のランキングです。

1位 みよ1949(70代) 6,836,031歩

2位 ひろかずさん(80代) 6,677,454歩

3位 まめた8(70代) 6,415,202歩

4位 CHE(40代) 6,311,937歩

5位 mkt530(60代) 5,389,329歩

6位 Kichimame(60代) 5,071,546歩

7位 フラミンゴ310(70代) 5,038,892歩

8位 313(60代) 5,024,444歩

9位 りんごりんご(80代) 4,980,022歩

10位 Toshiko(70代) 4,978,024歩

毎日6,000歩
以上歩くと

生活習慣病を
予防できると
いられています!



問：教育委員会 TEL84-0028 税住民課 TEL82-3803 健康推進課 TEL86-1800

スマホと一緒に、ひと歩き ～スポーツタウンWALKERのご紹介～

ウォーキングアプリ「スポーツタウンWALKER」では日々の歩数が自動で記録され、歩数に応じてポイントが貯まります。町や地域活動に取り組む団体が実施するイベントなどへの参加でもポイントが貯まり、そのポイントで素敵な景品に応募ができます。さあ、健康生活をはじめてみませんか?

1

まずは /

「スポーツタウンWALKER」をダウンロード ※ダウンロード 無料

App Store
からダウンロード

Google Play
で手に入れよう



(注)

- 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」と「ヘルスコネク」を事前にダウンロードしてください。
- 詳しくは町ホームページをご確認ください。

このアイコンが
目印!



2

歩いて、イベントに参加してポイントを貯める

毎日もらえるポイント

4,000歩	10pt
5,000歩	15pt
6,000歩	30pt
7,000歩	35pt
8,000歩	40pt
9,000歩	45pt
10,000歩	50pt

1日最大
50ポイント!

ウォーキングイベント

6月	ノルディック ウォーキング教室	10月	ノルディック ウォーキング教室
7月	みんなで!! 健幸ウォーキング	1月	みんなで!! 健幸ウォーキング
9月	みんなで!! 健幸ウォーキング	3月	みんなで!! 健幸ウォーキング

グラウンド・ゴルフ大会や
町主催の健康講座への参加、
日常生活の取組もポイントの対象です。
農作業、図書館利用…… 30ポイント
健康診断、ラジオ体操…… 50ポイント など



※日程・内容は変更となる場合があります。詳しくは京丹波あんしんアプリでお知らせします。



褥瘡について

外科
しょうばやし さとし
庄林 智 医師
国保京丹波町病院和知診療所長

褥瘡^{じよくそう}とは、長時間同じ姿勢でいることで皮膚やその下の組織が圧迫され、血流が悪くなってできる傷のことです。「褥」は座ったり寝たりする時の敷物を意味し、この上で擦れてできる傷なので、一般には「床ずれ^{とこ}」と呼ばれ、寝たきりの方や車いすを使用する方に多くみられます。



褥瘡は特に仙骨部、かかとや太ももの外側などの骨が出ている部分に起こりやすく、原因は圧迫だけでなく、体のずれや摩擦、汗や尿による湿り、低栄養や加齢による皮膚の弱さなども関係します。そのため、高齢者では体調不良で数日間寝込んだだけでも褥瘡が発生することがあり、予防として定期的な体位変換、体圧分散マットレスの使用、皮膚の清潔保持、十分な栄養と水分の管理などが大切です。



治療では、まず圧迫を取り除き、傷の深さや感染の有無に合わせてケアを行います。近年の褥瘡治療では、「創傷湿潤環境^{そうしょうしつじゅん}」を保つことが重視されています。以前は傷を乾燥させる治療が一般的でしたが、近年は適度な湿りを保って治す「湿潤療法」が重視されています。創傷被覆材^{ひふくざい}を用いて傷を保護



したり、穴あきのラップで包んだオムツ素材を用いたりして滲出液^{しんしゅつえき}を調整しながら治癒を促します。また、壊死した組織がある場合は取り除き、感染が疑われる場合は洗浄や抗菌薬などを使用します。

褥瘡は一度できると治療に時間がかかるため、早期発見と予防が非常に大切であり、最近では医師や看護師だけでなく、栄養士、薬剤師、理学療法士などがチームを結成し、栄養、姿勢、排泄、生活環境まで多職種が連携してケアを行うことが求められています。



～健幸～生き活きウェルネス

コーナー

京丹波町にお住まいの皆さんが健やかで幸せに「健幸」で暮らせるように……。国保京丹波町病院では、病気になる前の「予防医療」を大切に病気を患ってからもその人なりに幸せに暮らせるよう「地域包括ケアシステム」を充実し町民一人ひとりの健幸Wellness—ウェルネス—を目指しています。

院長先生の Wellnessコラム

かき た ひで はる
垣田 秀治院長

食中毒とその予防

蒸し暑い梅雨になりました。この時期に注意したいのが食中毒です。

今回は食中毒の種類とその予防についてのお話です。食中毒の原因としては下記のようなものがあります。

<食中毒の原因>

①サルモネラ菌

生卵や加熱不十分な鶏肉料理が原因で食後半日～1日で吐き気や下痢、発熱などの症状が出ます。

②腸炎ビブリオ菌

生の魚や貝などの魚介類（刺身、寿司など）が原因で食後数時間から1日で下痢、腹痛などの症状が出ます。

③黄色ブドウ球菌

人の皮膚や鼻、口の中にいる常在菌で、加熱した後に手作業をする食べ物（おにぎり、巻き寿司、お弁当など）が原因となり、食後1～数時間で吐き気、腹痛などの症状が出ます。

④カンピロバクター

生や加熱不十分な鶏肉料理、汚染された飲料水、生野菜などが原因で食後数日で下痢、発熱、吐き気などの症状が出ます。

ほかにも腸管出血性大腸菌やノロウイルス、E型肝炎ウイルスなどが原因としてあります。



<食中毒の予防3原則>

- ①つけない
- ②増やさない
- ③やっつける

食中毒の予防として手洗いは基本中の基本、調理器具も清潔に保ちましょう。購入した食品はなるべく早く冷蔵や冷凍保存し、調理後はできるだけ早く食べるようにしましょう。また多くの原因菌は十分な加熱で死滅することが多いので、加熱不十分な調理とならないように注意しましょう。

今からやってくる暑い夏を乗りきるためにも、体調は万全にしておきたいですね。

電子レンジの使い方を再チェックしませんか？

電子レンジは火を使わない調理器ですが、庫内の汚れや加熱のし過ぎ、誤った使い方などで発煙や発火などの事故につながることがあります。



事例1

レンジでレトルト食品の温めを食品の表示通りにしなかった。温めだすとレンジ内で発火したがすぐに対処した。これで大丈夫か。

事例2

家電量販店で購入した電子レンジでとろみのあるスープなどを温めると庫内で爆発する。電子レンジの問題ではないか。

事例3

電子レンジであんまんを温めていたら突然発火。温め過ぎると固くなるとは表示されているが、発火の記載はない。

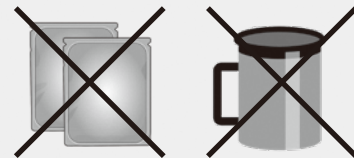


1 食品の加熱し過ぎに注意

加熱し過ぎると食品が発煙・発火することがあります。食品のパッケージや、梱包のレシピをよく見て、加熱時間は適切に設定しましょう。液体の場合は突沸の危険もあります。

2 電子レンジで使える容器か確認

冷食のアルミパッケージやレトルトのアルミパウチも使えません。金属類は使えないため、間違えると発煙・発火し、電子レンジが壊れることもあります。



3 庫内は清潔に保つ

庫内の汚れを放置していると、こびり付きや錆の原因となるほか、発煙・発火の原因にもなります。こまめにお手入れをしましょう。



庫内で発煙・発火したときは、動作を停止させて電源プラグを抜き、扉を開けずに煙や火が収まるのを待ちましょう

『消費生活相談窓口』

※メールでの相談はお受けしていません

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。

一人で悩まず
気軽に利用
してください。

相談日：水・木曜日
午前9時30分～午後4時

京丹波町税住民課内 TEL:0771-82-3803

相談日：月・火・金曜日
午前9時～午後4時

南丹市商工観光課内 TEL:0771-68-0100

相談される曜日で
連絡先を
ご確認ください。

京丹波町図書館 図書だより

歯と口の健康週間・食育月間にちなんだ企画展示をしています

6月4日(木)～10日(水)は歯と口の健康週間、6月は食育月間です。これにちなんで、図書館全館で「歯の本・食育の本」を展示し、対象の本を借りられた方に歯ブラシをプレゼントしています。この機会に歯や食育について本を手にとってみてください。なお、歯ブラシのプレゼントは無くなり次第終了します。



おすすめの本

「ルカとチカ」

長野 まゆみ 著／講談社

幻想的な作風で作品の多くがロングセラーとなる長野まゆみさんの最新作は、幼い頃に母を亡くしたルカとチカの、複雑な家族に見守られながらも成長していくやさしい物語。昭和の純文学のような、どこか懐かしく、温かい気持ちになります。



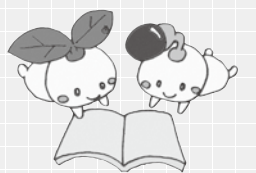
「旅の短篇集 春夏」

原田 宗典 著／角川書店

2026年本屋大賞超発掘本。世界の旅先で出会う、ありそうでなさそうな、不思議な大人のおとぎ話。全ての物語が見開きで完結する短いストーリーで構成され、走馬灯を眺める様に駆け抜けていきます。



新しい本



朝日のあたる病院 本城雅人 著／光文社
脳のなかの免疫、免疫のなかの心 モンティ・ライマン 著／みすず書房
一冊でわかる サウジアラビア史 関真興 著／河出書房新社
働く親のための サバイバルガイド 岸畑聖月 著／文響社
すぎきらい 中川ひろたか 作
かわしまななえ 絵／アリス館
京都折り紙と差別の千二百年 磯前順一 著／亜紀書房
遠い標的 八木莊司 著／新潮社
デコピンのとくべつないちにち 大谷翔平 ぶんファニー・リム 著／ポプラ社
小屋を作る本 2026 / キャンプ ほかにも続々入荷中

京丹波町図書館 7月のイベント

イベント情報 https://www.town.kyotamba.kyoto.jp/kakukakarasagasu/kyoikuiinkai_shakaikyoikuka/gyomuannai/library/8279.html



京丹波町図書館イベント情報はこちら

イベント

☆淳ちゃんの農園相談 秋冬野菜講座 中央館
7月18日(土) 午後1時30分～3時
秋冬野菜の栽培についてイチから学べる講座です。

☆ちいさいこのおはなし会 中央館
7月22日(水) 午前10時30分～11時
手遊びや紙芝居、絵本の読み聞かせなどをを行います。

☆大人のためののたのしむ音読 中央館
7月24日(金) 午後1時30分～2時30分
声を合わせてみんなで音読をします。

☆ジャズと朗読のゆうべ 第2弾 こだち図書
7月31日(金) 午後6時～7時
どなたでもご参加いただけます。 参加無料

京丹波町図書館への問合せ

中央館(京丹波町中央公民館2階)
午前9時～午後5時 TEL0771-82-0255

こだち図書(役場本庁舎1階交流ラウンジ内)
火・水・金 午前9時～午後7時
木・土・日 午前9時～午後5時 TEL0771-82-3850

瑞穂分館(山村開発センターみずほ1階)
午前9時～午後5時 TEL0771-88-0506

和知分館(和知ふれあいセンター1階)
午前10時～午後6時 TEL0771-84-2081

※日曜は、こだち図書以外休館です。また、月曜、祝日および毎月最終木曜日は、全館休館です。その他、臨時休館などのお知らせは、京丹波あんしんアプリで配信します。

風しん予防接種費用助成

「先天性風しん症候群」発生を予防するための対策として、麻しん風しん(MR)、風しん(R)予防接種費用を一部助成します。

●対象

- ①接種当日、京丹波町に住民票を有する者で妊娠を希望する女性であり、かつ抗体検査などにより、抗体価の低い方。
- ②接種当日、京丹波町に住民票を有する者で、妊娠をしている女性の同居者で、抗体検査などにより、抗体価の低い方。ただし、妊娠をしている女性の抗体価が低い場合とする。

※HI法またはEIA法による検査で、HI価が1:16以下、あるいはEIA-IgG価8.0未満を「抗体価が低い」と判定

●助成対象予防接種

- ・麻しん風しん(MR)予防接種
- ・風しん(R)予防接種

●助成金額

麻しん風しんワクチン(MR) 7,000円
風しんワクチン(R) 4,300円

予防接種費用が助成金額を下回る場合は低い方の金額を助成。生活保護世帯の人は、接種費用全額を助成。

※助成回数は1人1回のみ

●助成接種期間

令和8年4月1日～令和9年3月31日

●申請方法

医療機関で予防接種を受け、費用を全額支払い後、健康推進課窓口ですみやかに申請してください。

【必要書類】

- (1)京丹波町予防接種費用助成金交付申請書兼請求書
- (2)風しん予防接種補助事業申請確認書
- (3)医療機関発行の予防接種領収書の原本(氏名、予防接種名、接種日、金額の確認ができるもの)
- (4)対象者①の場合は、抗体検査結果のわかるもの
対象者②の場合は、本人の抗体検査結果と、同居している妊娠中の女性の母子手帳と、抗体検査結果(母子手帳に記載されていれば不要)および同居の有無が分かる書類
- (5)申請期限 令和9年4月5日(月)まで

●風しん予防接種費用助成方法

風しん予防接種費用助成金交付申請書および医療機関発行の領収書にて審査の後、助成決定者には、決定交付金額を指定口座に振り込みます。助成決定者には決定通知書を送付し、助成対象とならなかった場合は通知書を送付します。

問:健康推進課 Tel86-1800

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(火)

- 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:税住民課 Tel82-3803

- 介護保険料(普通徴収・第1期分)

問:総合福祉課 Tel82-1800

- 水道料金6月分(5月使用分)
- 下水道使用料6月分(5月使用分)

問:上下水道課 Tel83-9105

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。

男女共同参画週間

令和8年度キャッチフレーズ あなたらしさが、社会のチカラ

6月23日(火)から29日(月)までの1週間は、男女共同参画週間です。男女ともに自らの個性と能力を最大限に発揮できる「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組が必要です。私たちのまわりの男女の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。

問:税住民課 Tel82-3803

特定医療費(指定難病)医療受給者証をお持ちの方へ

現在お持ちの受給者証の継続申請受付を行います。継続申請をされる方は、期間内に手続きを行ってください。

●受付期間

7月31日(金)まで ※土・日・祝日を除く
午前9時～正午、午後1時～4時45分

●場所 京都府南丹保健所

※詳細は継続申請案内をご確認ください。
(対象者の方に5月末ごろ郵送します。)

問:京都府南丹保健所 保健課
Tel0771-62-2979

参加者募集!

京丹波町にお住まいの方
スマートフォン操作が不安な方
困っていることなんでも聞いてください!

参加
無料

スマートフォン相談会

スマートフォンの操作や京丹波あんしんアプリの操作まで相談できるスマートフォン相談会を開催します。ぜひ、この機会にスマートフォン、タブレット操作などについてお尋ねください。

開催スケジュール

各時間帯定員3名(先着順)

※スマートフォンの相談会を開催します。お持ちのスマートフォンを持参してください。
(スマートフォンがなくても相談を受けられます)

日程	会場	時間
7月14日(火)	瑞穂保健福祉センター 1階相談室	①午前11時～11時45分 ②午後1時～1時45分 ③午後2時～2時45分 ④午後3時～3時45分
7月28日(火)	京丹波町役場 1階小会議室	①午前11時～11時45分 ②午後1時～1時45分 ③午後2時～2時45分 ④午後3時～3時45分
8月4日(火)	和知支所 1階応接室	①午前11時～11時45分 ②午後1時～1時45分 ③午後2時～2時45分 ④午後3時～3時45分
8月18日(火)	京丹波町役場 1階小会議室	①午前11時～11時45分 ②午後1時～1時45分 ③午後2時～2時45分 ④午後3時～3時45分
9月8日(火)	京丹波町役場 1階小会議室	①午前11時～11時45分 ②午後1時～1時45分 ③午後2時～2時45分 ④午後3時～3時45分
9月29日(火)	京丹波町役場 1階小会議室	①午前11時～11時45分 ②午後1時～1時45分 ③午後2時～2時45分 ④午後3時～3時45分

お申込み
・
お問合せ

お申込み・お問合せ等は下記にご連絡ください。
スマートフォン相談会 受付窓口
(運営:株式会社ZTV)

【受付時間】午前10時～午後7時

☎0120-071-655



京丹波町
KYOTAMBA TOWN

×



町立医療施設の診療体制

令和8年6月1日現在

※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】Tel86-0220

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	瑞慶覧聡太 (総合内科)	瑞慶覧友香 (総合内科)	藤田凱斗 (総合内科)	担当医 (府立医大／ 膠原病・リウマチ) 横井大祐 (府立医大北部医療 センター／総合内科)	瑞慶覧聡太 (総合内科)	第2土曜日 瑞慶覧聡太(総合内科)
		中嶋 諒 (総合内科)					第4土曜日 偶数月:瑞慶覧友香 奇数月:藤田凱斗 (総合内科)
	予約診療 (午前)		垣田秀治 (総合内科)	北井順也 (府立医大／ 膠原病・リウマチ)		垣田秀治 (総合内科)	第4土曜日 垣田秀治 (総合内科)
	予約診療 (午後) (☎:午後1時～)	中嶋 諒 (総合内科)	藤田凱斗 (総合内科)	瑞慶覧聡太 (総合内科)	垣田秀治 (総合内科)	瑞慶覧友香 (総合内科)	
外科		前田武昌 (消化器)	担当医	山岡延樹 (中部医療センター)	担当医	担当医	
整形外科		小藤和孝 (明治国際医大)				松下英浩 (府立医大)	
小児科		川合 満 (府立医大)	担当医	吉村悠希 (府立医大)	西村敏希 (府立医大)	金山拓誉 (府立医大)	第2土曜日 喜多優介(府立医大) 第4土曜日 井上 聡(府立医大)
小児科予防接種 (午前10時～11時) (予約制)					西村敏希 (府立医大)		第2土曜日 喜多優介(府立医大) 第4土曜日 井上 聡(府立医大)
皮膚科 (第1・第3木曜日) (☎:午後1時～3時30分 ☎:午後2時45分～)					第1木曜日 足立尚弥(福知山市民) 第3木曜日 高溝真成(福知山市民)		
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(東舞鶴医誠会) (☎:午後1時～2時30分 ☎:午後1時30分～)				第2土曜日 石川雅裕 (東舞鶴医誠会)

- 受付時間: (初診)午前8時30分～11時30分 (再診)午前7時～11時30分
○診察時間: 午前9時～(午後の内科予約診療、皮膚科、第2火曜日の精神神経科は上記表記載のとおり)
○急患の場合、必ず事前の連絡をお願いします。
○☎は受付時間、☎は診察時間

【京丹波町病院質美診療所】Tel86-0586

所長＝瑞慶覧友香

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
総合内科				瑞慶覧友香	

○診察日は、毎週木曜日の午後です。○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】Tel84-1112

所長＝庄林 智

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科 (午前)	瑞慶覧友香 (総合内科)	中嶋 諒 (総合内科)	担当医 (総合内科)	瑞慶覧聡太 (総合内科)	藤田凱斗 (総合内科)
内科 (夜間診療)	担当医 (午後5時30分～)				
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～)			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時から記入できます。)
○診察時間: 午前9時～(毎週月曜日の夜間診療、火曜日午前外科の診療時間は上記表記載のとおり)
○夜間診療(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】Tel84-1154

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	三浦博人	三浦博人	三浦博人	三浦博人	三浦博人 第1・3・5金曜日	三浦博人 第2・4土曜日

- 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。

マイナンバーカード等交付夜間窓口

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

税住民課 6月18日(木)、7月2日(木)、16日(木)
瑞穂支所 7月9日(木)
和知支所 6月25日(木)、7月23日(木)

※毎月第1・3木曜日に税住民課、第2木曜日に瑞穂支所、第4木曜日に和知支所で開設(祝日、年末年始は除く)。

●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
- ・マイナンバーカード電子証明書更新、暗証番号初期化
- ・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の関係事務は、本人の来庁に限ります。

※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)に税住民課または支所へお越しください。

※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。

※住民異動届(転入・転出など)や健康保険の届出、町税の納付などはできません。

問・予約: 税住民課 Tel82-3803
瑞穂支所 Tel86-0150
和知支所 Tel84-0200

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。

	プラスチック資源ごみ			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(金)	13日(月)	23日(木)	22日(水)	9日(木)	―	27日(月)
丹波地区2							
丹波地区3	7日(火)	16日(木)	27日(月)	29日(水)	10日(金)	―	1日(水)
丹波地区4							
瑞穂地区1	3日(金)	13日(月)	23日(木)	22日(水)	7日(火)	―	27日(月)
瑞穂地区2							
瑞穂地区3							
瑞穂地区4	7日(火)	16日(木)	27日(月)	29日(水)	3日(金)	28日(火)	1日(水)
和知地区1						30日(木)	
和知地区2						31日(金)	
和知地区3							

可燃ごみ(生ごみ)収集日

2日(木)、6日(月)、9日(木)、13日(月)、16日(木)、20日(月・祝)、23日(木)、27日(月)、30日(木)

土地と建物の登記・測量

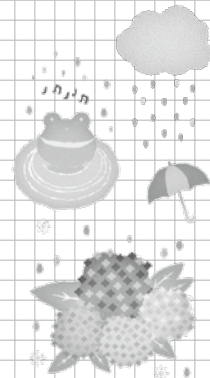
しのづか登記測量事務所

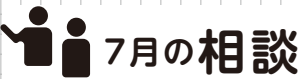
代表／篠塚 泰寛 京丹波町須知本町24

TEL. 0771-89-1153



皆さまのおかげをもちまして、
開業20周年を迎えることができました。





7月の相談

7月の相談		日時	場所	問
		内容		
消費生活相談	水・木曜日(祝日除く) 1日(水)、2日(木)、8日(水)、9日(木)、 15日(水)、16日(木)、22日(水)、 23日(木)、29日(水)、30日(木)	役場本庁舎	税住民課 Tel82-3803	
	※南丹市の相談窓口も利用できます。【相談日】月・火・金曜日 午前9時～午後4時 【相談電話番号】0771-68-0100(南丹市商工観光課内) ※消費者ホットライン 【相談電話番号】(局番なし)188番			
くらしの困りごと相談 (法律・人権・行政など) 無料法律相談	6日(月) 午前1時～3時30分	和知高齢者 コミュニティセンター	京丹波町社会福祉協議会 地域福祉課 Tel82-0126	
	※要予約(5人まで)			
無料法律相談	6日(月) 午後1時30分～4時30分	園部総合庁舎1階	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	
	※要予約 7月1日(水)から受付開始 先着順8人			
無料税務相談	2日(木)、16日(木) 午後1時30分～4時30分	亀岡商工会議所 (ガレリアかめおか内)	園部納税協会 Tel0771-62-0039	
	9日(木)、23日(木) 午後1時30分～4時30分	園部納税協会1階 会議室		
	※要予約(相談希望日の前週木曜日の午前中まで。) ※パソコンによるウェブ会議システムを活用した相談			
こころの健康相談	9日(木) 午前9時30分～午後0時30分	瑞穂保健福祉センター1階 相談室	健康推進課 Tel86-1800	
	※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。 ※予約の上、電話相談もできます。			
女性のための相談	8日(水)、22日(水) ①午後2時～2時50分 ②午後3時～3時50分	南丹市内 (詳細は予約時にお伝え します。)	税住民課 Tel82-3803 LINE予約はこちら (南丹市役所LINE)	
	※要予約 女性専門相談員が相談に応じます。			
京都府家庭支援 総合センターによる 身体障がい者 巡回更生相談	10日(金) 午前9時45分～11時	京丹波町役場1階 防災会議室	総合福祉課 Tel82-1800	
	※医療相談(肢体不自由)・補装具相談・障害福祉サービス・その他(生活相談) ※要予約 7月3日(金)まで ※身体障害者手帳をお持ちでない方も相談可。手帳の申請のための診断はできません。			
司法書士 相談会	司法書士 法律・登記 無料相談会	18日(土) 午後1時～4時	丹波マーケス	京都司法書士会 総合相談センター Tel075-255-2566
	相続・遺言 相談センター	21日(火) 午後2時～4時	京都地方法務局 園部支局	京都司法書士会 相続・遺言相談センター Tel075-585-4113
	亀岡市相談会	3日(金) 午後6時～9時	ガレリアかめおか	京都司法書士会 総合相談センター Tel075-255-2566
※要予約(webサイト、電話)				

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!!

(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】



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

京丹波町シルバー人材センターHP→



子育て

すくすくカレンダー

●乳児前期・後期健康診査

7月21日(火) 午後 瑞穂保健福祉センター

●1歳6カ月児、2歳児、3歳児健康診査

7月14日(火) 午後 瑞穂保健福祉センター

●妊婦・乳幼児相談[妊婦、生後から入園前まで]

7月2日(木) 午前10時 京丹波町子育て支援センター

【持ち物】母子手帳、バスタオル

●ベビーマッサージ(要予約)

[生後2カ月から1歳ごろまで]

7月24日(金) 午前10時 京丹波町子育て支援センター

【持ち物】母子手帳、バスタオル、着替え

●マタニティ・産後ヨガ教室(要予約)

[妊娠5カ月から産後1年ごろまで]

7月10日(金) 午前10時 京丹波町子育て支援センター

【持ち物】母子手帳

※当日参加の事業については、事前にお問い合わせください。

※妊産婦、新生児、乳幼児の電話・訪問相談を随時実施しています。

問・予約:健康推進課 Tel86-1800



子育てるんるん
カレンダーはこちら



Instagramは
こちら

小学校1年生を迎える前のお子様と 保護者の皆さま

「もうすぐ1年生 就学に向けてのリーフレット」
を京丹波町ホームページに掲載しています。入学までの流れやよくある疑問をQ&A形式で紹介し、学校生活の様子をイラストで楽しくご案内しています。ぜひ、お子様とご一緒にご覧ください。

問:健康推進課 Tel86-1800



くわしくはこちら

発達支援事業

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。

●たんぼぼ相談(臨床心理士) 7月13日(月)午前・午後
7月14日(火)午前

●すくすく相談(作業療法士) 7月 7日(火)午後
7月28日(火)午後

●いちご相談(言語聴覚士) 7月28日(火)午前・午後

●ひよこ相談(医師) 7月 1日(水)午前

●思春期相談(公認心理師) 7月15日(水)午後

※無料、要予約。

※日時のお問い合わせは健康推進課まで。

問・予約:健康推進課 Tel86-1800

障がいに関する日常生活での困りごとなどお気軽にご相談ください

身体障害者相談員・知的障害者相談員として、障がいのある方やそのご家族などの、日常生活でのさまざまな相談に応じていただきます。お気軽にご相談ください。

	丹波地域	瑞穂地域	和知地域
身体障害者相談員	さかもと ひろし 坂本 博(Tel82-1026) わかまつ たかこ 若松 孝子(Tel82-1206)		たにくち さとみ 谷口 智美(Tel84-0855) かたやま としあき 片山 俊明 (Tel090-8575-8635)
知的障害者相談員	みつの まなみ 三野 真奈美(Tel82-2876)	やまうち こ 山内 みや子(Tel86-0289)	かまべ きょうこ 鎌部 京子 (Tel090-5256-8124)

※任期:令和8年4月1日から令和10年3月31日まで

問:総合福祉課 Tel82-1800

頭と体の体操教室

頭と体の体操教室では、認知症の予防や転倒予防に役立つゲームを行います。どなたでも参加いただけますので気軽にお越しください。

●日 時 7月7日(火)、21日(火)
午前10時～11時30分

●場 所 役場本庁舎
●対 象 どなたでも
●参加料 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

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】

◆夏の山野草展 7月2日(木)～5日(日)
◆山野草展示即売 7月11日(土)～20日(月・祝)
◆盛夏の山野草展 7月23日(木)～26日(日)

【園内見ごろ情報】

スイレン・キキョウ・ネジバナ・ハギ・ヤブカンゾウ・ムクゲ・イトタスキモ・エゾミソハギなど

【山野草の紹介】

ボタンクサギ：落葉低木で濃桃色の小さな花が集まり、半球状の花を咲かせます。葉をちぎると臭い匂いがします。



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、翌水曜日が休園日)

入 園 料：大人350円、小学生250円

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

※管理棟、温室までは無料。

問・予約：わち山野草の森
TEL84-2041 FAX84-2045
E-mail : sanyasou@zc.ztv.ne.jp
HP: http://www.zc.ztv.ne.jp/sanyasou/



わち山野草の森
情報コーナー

広報
京丹波
お知らせ版

認知症サポーター養成講座の開催について

高齢化が進むなか、認知症は誰にとっても身近なものとなっています。住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、地域での見守りや支え合いが大切です。「認知症サポーター養成講座」では認知症について理解を深め、地域でできる支援を学びます。「困っておられる方に自然に声がかけられる」そんな地域づくりの一歩として、ぜひご参加ください。

●日 時 7月6日(月) 午後1時30分～3時30分
●場 所 京丹波町生涯学習センター学習室
(京丹波町豊田シミ98番地)
●対 象 京丹波町在住・在勤の60歳以上の方

問・申込 (公社)京丹波町シルバー人材センター TEL82-0501
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、バルター)を使って、楽しく身体を動かします。

●日 時 7月2日(木)、16日(木)、30日(木)
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

転ばん！体操教室

椅子に座って行う健康体操教室です。どなたでも参加いただけますので気軽にお越しください。

●日時・場所 7月10日(金)、17日(金)、24日(金)
山村開発センターみずほ
7月3日(金)、31日(金) 瑞穂保健福祉センター
7月14日(火)、28日(火) 道の駅 丹波マーケス
7月1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)
和知ふれあいセンター
午前10時～11時30分

●対 象 どなたでも
●参加料 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

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1年生から6年生までを対象に学習会を開催します。

母子寡婦福祉会の会員・非会員は問いません。

開催日	申込期日
7月4日(土)	6月26日(金)
7月18日(土)	7月10日(金)

●時 間 午前10時～11時
●場 所 京丹波町中央公民館2階
●参加料 無料
●持ち物 筆記用具、宿題や教材、飲み物

問・申込：総合福祉課 TEL82-1800

試験・求人

求人

町の雇用対策の一環として、町内事業所などから情報提供のあったものを掲載しています。

丹波ワイン(豊田鳥居野96)
TEL82-2002(お問合せは平日午前9時から午後5時)

職 種	レストラン・ショップスタッフ
賃 金	1,200円～/時(未成年1,122円～)
勤務日数	週1日～(応相談)
勤務時間	シフト制 (実働3～8時間でご相談) 午前9時～午後5時の間で変動



お問い合わせ
&申込はこちら

(公財)京都府立丹波自然運動公園協力会
(曾根崩下代110-7) TEL82-0560 総務課

職 種	公園内の維持管理業務において 現場作業の調整、草刈り・修繕・施設整備 などの進行管理
賃 金	10,000円～/日
勤務日数	週5日程度
勤務時間	午前8時30分～午後5時15分 (所定労働8時間)

職 種	公園内の維持管理作業全般
賃 金	1,122円～/時間
勤務日数	週5日程度
勤務時間	午前9時～午後5時(所定労働7時間)

育ての親(里親)になりませんか

さまざまな事情により家庭で生活できない子どもを育ててくださる里親を募集しています。関心のある方はご相談ください。

※お住まいの地域を担当する
児童相談所が窓口です。

問：京都府家庭支援総合センター
TEL075-531-9606



くわしくはこちら

オンライン里親相談会

京都府では、さまざまな事情により家庭で生活できない子どもを育ててくださる里親の募集をしています。里親の登録や里親制度について関心のある方を対象とした個別のオンライン相談会を実施しています。

●日 時 毎月第3金曜日
午後1時～4時(1人約30分)

問：京都府家庭支援総合センター
TEL075-531-9650



くわしくはこちら

職 種	パターゴルフ場の管理運営業務、受付、利用者対応、場内整備など
賃 金	144,000円～/月
勤務日数	週5日程度
勤務時間	午前8時30分～午後5時15分 (所定労働8時間)

職 種	宿泊施設・トレーニングセンターにおける夜間対応業務 (夜間施設利用受付、支払い対応など)
賃 金	1,300円～/時間
勤務日数	週5日程度
勤務時間	午後5時15分～9時15分(所定労働4時間)

職 種	宿泊施設厨房での調理業務全般
賃 金	1,150円～/時間
勤務日数	応相談
勤務時間	午前6時～午後2時、午後1時～9時 (所定労働7時間)2交代で勤務

職 種	道の駅 味夢の里 維持管理業務
賃 金	9,600円/日
勤務日数	週4日程度
勤務時間	午前8時30分～午後5時30分 (所定労働8時間)

職 種	宿泊棟のリネン業務全般
賃 金	1,122円～/時間
勤務日数	応相談
勤務時間	午前9時～正午(所定労働3時間) 午前9時～午後3時(所定労働5時間) 2交代で勤務

ひとりで悩まず、弁護士へ。

綾部法律相談センター
0772-68-3080
平日 9:15-16:30

京都弁護士会
KYOTO BAR ASSOCIATION



丹波自然運動公園からのお知らせ

●木工教室

日 時 7月25日(土) 午後1時30分～
 対 象 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 40人(2部制)
 内 容 木材で作品づくりに挑戦しよう
 申 込 6月25日(木)～7月18日(土)

●流星群観望会

日 時 8月12日(水) 午後7時30分～9時30分ごろ
 場 所 陸上競技場
 対 象 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)
 参加料 500円
 定 員 100人程度
 内 容 ペルセウス座流星群を観望しよう
 申 込 7月12日(日)～

イベント

●いとまrché(いとまルシェ)

日 時 7月16日(木) 午前11時～午後4時
 場 所 京都トレーニングセンターロビー(予定)
 内 容 平日マルシェ
 手作り品など販売、キッチンカーなど飲食販売
 入場料 無料
 その他 出店者募集中!
 詳しくはホームページをご確認ください。

その他

●公園ファミリープールオープン

日 時 7月15日(水)～8月31日(月)
 午前9時～午後5時(最終入場は午後4時30分)
 入場料 一般 850円 高校生 600円
 小・中学生 350円 幼児 150円
 内 容 ウォータースライダー、25mおよび遊泳プール、
 せせらぎプール、造波プール
 ※ジャグジープールは中止

その他 きょうと子育て応援パスポート対象施設

申込:必要事項【住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加希望の事業名】を記入の上、下記の方法でお申し込みください。
 ・郵送 ・FAX ・メール
 ※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

中間マージン一切なし! 雨漏り ゴミ詰まり

雨どい修理専門店へ

「広報京丹波を見た」と、お電話ください!

宝塚中央店
あまとい屋 中岸工務店

担当直通: 070-4172-5790

地域おこし協力隊 今月の弱^{じやく}のつぶやき



田植え体験

ども、暑さに完封負けの木下弱です。
 先月の話になりますが、田植え体験をしました。恥ずかしながら初めての田植えでした。京丹波町に住んで5年経つのに聞わず、今まで田植えをしていなかったのは恥ずべきことです。恥ずかしいです。顔から火が出てます。穴があったら入ってますし無くても穴を掘って入ります。

今回の田植え体験は4アールくらいの田んぼを15人ほどで植えていくものでした。横一列に並んで後ろに下がりながら苗を植えていきます。なかなか難しいです。想像していた以上に歩くのが大変なのと苗を植えるのをどうしても慎重に過ぎてしまうこともあり2時間ほどで半分くらいしかできませんでした。大変な作業でしたが、みんなでワイワイしながらの作業はすごく楽しかったです。もう半分はトラクターで田植えをしていました。一瞬で終わりました。トラクターの凄まじさを見せつけられました。手作業で田植えを体験したからこそ、大変さが分かり機械のありがたさも感じる事ができた田植えでした。裸足で田んぼに入ると爪の間に泥が入って洗うのが大変なことも感じられた田植えでした。

来年もやりたいなあ。来年は長靴履いてやりたいなあ。
 京丹波はええところ。

P.S. 先月もお伝えしたのですが、「じゃくふえすTHE FINAL」という僕木下弱が主催するお笑いイベントが8月1日(土)にわちふれあいセンターで開催されます。地域おこし協力隊としての最後のイベントです。ぜひお越しください。興味ある方はjakufes@gmail.comまでご連絡ください。



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6日(月)、20日(月・祝) 午後6時～9時
 場 所 テニスコート
 対 象 18歳以上
 参加料 500円
 申 込 当日受付
 ※悪天候の場合、中止になる場合があります。

●レディーススポーツデー

日 時 7月1日(水)、8日(水)
 午前9時30分～11時30分
 場 所 京都トレーニングセンター
 パフォーマンスルーム
 対 象 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3日(金)(月例会)、10日(金)
 午前9時～11時45分
 場 所 球技場
 対象者 どなたでも
 参加料 500円
 申 込 当日受付



●障がい者スポーツのつどい

日 時 7月14日(火) 午後1時30分～3時30分
 場 所 体育館
 対 象 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10日(金) 午後2時～4時
 場 所 体育館
 対 象 どなたでも
 参加料 500円
 申 込 当日受付



グリーンランドみずほからのお知らせ

●卓球・バドミントンを楽しむ日

日 時 7月7日(火)、14日(火) 午前9時～正午
 場 所 グリーンランドみずほ体育館
 参加料 300円
 申 込 当日受付
 ※ラケット・ボールレンタル無料
 ※体育館シューズ持参

●第30回グラウンド・ゴルフ交流会

日 時 7月11日(土) 午前9時45分開会
 場 所 グリーンランドみずほ(グラウンド・ゴルフ場)
 参加料 500円
 内 容 3ラウンド24ホールストロークマッチ個人戦
 (天然芝赤青黄コース)
 定 員 144人
 ※事前予約制



ホームページはこちら

問:グリーンランドみずほ
 TEL86-1512

●エンジョイテニス

日 時 7月1日(水)、8日(水)
 午後1時30分～4時30分
 場 所 テニスコート
 対 象 18歳以上
 参加料 400円
 申 込 当日受付



●ヨガ教室

日 時 7月24日(金) 午後2時～3時30分
 場 所 京都トレーニングセンター宿泊部屋
 対 象 どなたでも
 参加料 700円
 申 込 当日受付



自然文化事業

●天体望遠鏡作り

日 時 7月18日(土) 午後3時～5時
 対 象 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18日(木)～7月11日(土)

相続登記 不動産登記 役員変更 名義変更 抵当権抹消

山内司法書士事務所

0771-84-1162

遺言・終活、後見・死後事務委任契約

お気軽にご相談下さい!

京丹波町市場前橋36番地1

司法書士 山内保志 (やまうち やすし)



たけのこ掘り体験

大きなたけのこいっぱい！

4月20日、丹波自然運動公園でみずほこども園の園児たちがたけのこ掘り体験を行いました。園児たちはスコップを手に一生懸命、土を掘っていきました。公園の職員がサポートし、立派なたけのこをたくさん収穫することができました。

子どもたちは大きなたけのこが採れると満足そうな表情を浮かべ、友だちと協力しながら運んでいました。

たけのこ掘りの後は、土の中にいたカブトムシの幼虫を見つけてとても喜んでいました。



頑張って掘ったたけのこを並べ微笑む園児ら

アズビル山武財団から奨学金

夢を叶える手助けに

本町と包括連携協定を締結しているアズビル山武財団による、須知高校生・林業大学校関係者への奨学金贈呈式が、4月28日に役場本庁舎で執り行われました。この奨学金は町内で夢を叶えようと努力する生徒らを応援するために贈られるものとなり、昨年から始まり、今年で2回目となります。

贈呈式には奨学生5人とアズビル山武財団や町・学校関係者らが出席し、奨学金を受け取った生徒らは奨学金への感謝と将来の夢を一人ずつ語りました。



アズビル山武財団常務理事長(左)と目録を手にする須知高校生(右)

瑞穂小学校 田植え体験

一本一本、心を込めて

5月22日、瑞穂小学校の5年生が鎌谷区の田んぼで田植え体験を行いました。

苗の植え方やお米の説明を聞いたあと、田んぼに入り、初めての感触に「おもしろい」と声を弾ませていました。児童たちはそれぞれのペースで田植えを行い、水カマキリなどの生き物と触れ合いながらの体験となりました。



一つ一つ丁寧に植える児童

て作り上げることで魅力が倍増し、お互いの町にとって素晴らしい作品となった」と感想を語りました。

このGREEN GREENモンブランは両町のふるさと納税返礼品として提供されています。



モンブランを手にする畠中町長(左)と勝谷町長(右)



緑色の抹茶栗ペーストの栗の渋皮煮が2つ並ぶモンブラン

地域を支える活動をPR

身近な相談相手を知って

5月12日から18日の「民生委員・児童委員の日 活動強化週間」に合わせ、委員による街頭啓発が5月20日、道の駅「和」で行われました。

民生委員・児童委員は、地域の方々の悩みや困りごとを聞き、適切な機関へつなぐ役割をボランティアで行っています。

この日は、民生委員・児童委員がどのような活動を行っているかが分かりやすく記載されたチラシとティッシュを用意して、道の駅「和」に訪れた方々へ笑顔で手渡し、交流しました。



チラシを手渡して活動を伝える委員

スポーツで活躍する選手に
激励金贈呈

挑戦する選手を応援

須知高校の西田葉名さんが、岐阜県で開催される「U18 ホッケー女子 ユースアジアカップ」に日本代表選手として出場することから、京丹波町より激励金が贈られました。激励金制度は今年度から新設され、スポーツ活動で優秀な成績を収め、国際・全国大会などに出場する町内の選手に贈られるものです。

目録を受け取った西田さんは「昨年のアジア大会での経験を生かし、今大会では優勝に貢献し、結果で恩返ししたい」と目標を語りました。



目録を持ち微笑む西田さん(左)と畠中町長(右)

ホッケーフェスティバル開催

ホッケーで広がる交流の輪

ホッケー協会と教育委員会主催のホッケーフェスティバルが4月26、29日にグリーンランドみずほホッケーグラウンドで開催され、町内外から約650人が参加しました。競技力向上と参加者同士の交流を目的に行われ、会場では年齢や性別を問わず熱戦が繰り広げられました。観戦席では声援や拍手が飛び交い、終始にぎやかな雰囲気包まれていました。

参加者は「経験者が試合を引っ張



ホッケーを楽しむ子どもたち

てくれたおかげで、信じてパスを出すことができました。勝つことができて嬉しいですよ」と笑顔を見せ、ホッケーを通じた交流を楽しんでいました。

京都八坂神社御田祭

豊作を願い手植え

初夏の青空のもと、尾長野区で京都八坂神社の御田祭が行われました。50年以上続くこの行事は毎年多くの来場者に見守られながら行われており、今年は下山小学校の児童らが地域学習のために見学に訪れていました。

神饌田では、赤と白の衣装に身を包んだ早乙女8人が雅楽と巫女の舞に合わせ、五穀豊穡を祈願して苗を一株ずつ植え進めました。田植えのあと、獅子舞の演舞や丹波八坂太鼓



厳かな空気の中、苗を植える早乙女

保存会による勇壮な太鼓演奏が披露されました。

きゅうり

約95%が水分でできており、パリッとした食感とみずみずしさが特徴の夏野菜です。低カロリーなうえ、むくみ解消に役立つカリウムなどが含まれています。

【野間さんのおすすめ料理】

きゅうりのお漬物

生産者レポート

【生産者】
の ま とも き
野間 智樹さん(坂原区)

農業をはじめたきっかけは？
元々は自動車関連の仕事をしていましたが、5年ほど前に子どもが小学校に入学するのをきっかけに、農業を始めました。農業は想像していたよりも忙しくて、毎日休む間もなく野菜の様子をみています。今はきゅうりのほかに、オクラやトウガラシなどの野菜を栽培しています。

なぜ、きゅうりの栽培を？
きゅうりは苗を畑に植えてから収穫までの期間が短いのが特徴の夏野菜です。露地栽培の場合、6月下旬頃から収穫時期になりますが、私のハウスでは5月頃から収穫が始まります。収穫した野菜は道の駅「和」に出荷しています。購入された方からは「包丁で切ったときの吸いつきが違う」と言っていたことがあり、印象に残っています。

赤ちゃんきゅうり

苦労することは？

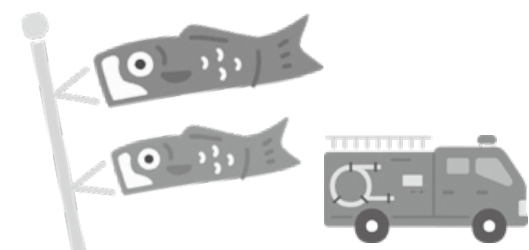
水分、肥料のバランスが難しいです。肥料が多いと害虫がつきやすくなります。農業を始めた頃は、アブラムシなどの害虫が多くついていました。土壌検査を行ったところ、肥料が多いことが分かり、肥料を減らしてみると年々害虫が減り、今年はほとんどつかなくなりました。

また、肥料のバランスは実の形に直結します。肥料と水が適度だと、まっすぐで綺麗な実になるんですよ。消費者の方はまっすぐなものよりも、曲がっていて本数が多く入っているほうが良いみたいですけどね(笑)。

もう一点、暑さにも悩んでいます。ハウス内の温度が非常に

高くなります。昨年の夏は50度を超え、80本の苗のうち10本の成長点が枯れてしまいました。今年も暑いので気を付けないといけませんね。

今後の目標
つるおろしを1本から2、3本と増やし、どの方法が一番収穫量が多くなるかを試行錯誤しています。「つるおろし」とは、高く伸びた主茎を支柱の下方へずり下げ、成長点を低い位置に戻す栽培技術のことをいいます。今年できゅうりを育てて3年目。今後さらに収穫量を増やせるように励んでいきたいです。



ちびっこまつり
親子で楽しむコーナー盛りだくさん！毎年こどもの日に開催される丹波ちびっこ祭りが、今年も丹波自然運動公園で行われました。

幅広い種類のキッチンカーやパトカー！消防車・自衛隊車両に乗って記念撮影ができるコーナーなど、さまざまなブースが並びました。ステージでは、バルーンショーや優雅なフラダンスが披露され、観客の皆さんが手拍子をしながら楽しむ姿が見られました。

今年は、秋に開催予定の「全国都市緑化フェアin京都丹波」のPRブースが設けられ、子どもたちは町産の木材を使ったキーホルダー作りに夢中になって取り組んでいました。

編集後記

4月から入庁し、少しずつですが広報紙の制作をさせていただいております。今月号はちびっこまつりの写真を組ませていただきました。ぜひお読みいただけますと幸いです。今後ともよろしくお願いいたします！ E.F

赤ちゃん紹介コーナー

こんにちは赤ちゃん



なかたに しゅ か
中谷 種嘉ちゃん
(豪秀・結弥)
辻村区/R8.4.18生
「大好きなことを見つけて、元気に楽しく！」

ふるさと応援寄付金

【令和8年4月】15,625,000円/704件

4月の寄付者

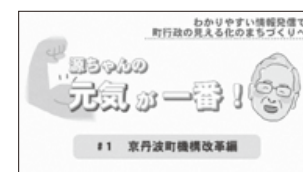
※敬称略

片山 山治 中野 博人 富松 俊貴
市川 俊秀 小泉 丹二

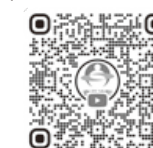
※寄付者の了解を得ている方のみ掲載しています

番組の新コーナーを YouTubeで配信！

京丹波ウィークリーで放送した新コーナー「源ちゃんの元気が一番！」を京丹波町の公式YouTubeにアップロードしています。今回は畠中町長と木下弱さんが機構改革について説明しています。ぜひご覧ください！



公式チャンネルはこちら／



きゅうりと牛肉の甘辛炒め

材料(2人分)

きゅうり	160g	
牛肉(切り落とし)	80g	
土生姜	5g	
にんじん	40g	
長ねぎ(白ねぎ)	10g	
白炒りごま	6g(小さじ2)	
塩	少々	
A	こしょう	少々
	酒	小さじ1
	しょうゆ(濃い口)	大さじ1弱
B	砂糖	大さじ1弱
	ごま油	大さじ1/2



エネルギー	185kcal	たんぱく質	9.7g
脂質	11.7g	カルシウム	70mg
食物繊維(総量)	2.0g	食塩相当量	1.0g

栄養価
(1人分)

野菜
摂取量

このレシピの
1人分の野菜 約 **108g**
1日の目標量 **350g**



作り方

- きゅうりは、めん棒で叩くか板ずりをして、三等分に切り、5〜6cmの斜め切りにする。
- 牛肉は食べやすい大きさに切り、Aの調味料を振り、軽くもむ。
ポイント 牛肉は酒などで下味を付けると柔らかくなります。
- 土生姜とにんじんは千切りにする。長ねぎは千切りにし水にさらす。フライパンにごま油を熱し、千切りにした土生姜を炒め、②の牛肉を加えて中火で炒める。
- 牛肉の色が変わればにんじんを加えて炒め、①のきゅうりを入れて強火で炒め合わせる。
ポイント 水気が出てくるので強火で手早く、炒め過ぎない。
- 全体に火が通ったら中火にしてBの調味料を加えて軽く混ぜ、火を止める。器に盛り、ごまを振りかけねぎを盛り付けたら完成。

〈今月の季節の食材きゅうり〉

水分とカリウムが多く含まれ、利尿作用があるのでむくみの解消に効くといわれています。夏の暑気払いなど身体を冷やしてくれる野菜です。



お手軽料理レシピを
調理してポイントを
貯めよう！

スポーツタウン
WALKER

アプリの
ダウンロードは
こちら



iOS版



Android版

心がほっとする、温まる言葉やエピソード

町内から募集した作品を紹介します。

学校から帰ってきた時にお母さんとお父さんに「おかえり。」と言ってもらえるし、かつている犬がちかくに来てわらってくれるので、心がほっとしてあんしんします。(小学生)