

# 健康教室

## 元気に生きるヒントを学ぼう

いなば町家で

### 「宮津の健康教室」開催



10月19日、新  
浜通りに面する

いなば町家を会  
場に「宮津の健  
康教室」が開催  
されました。

教室を主催す  
る宮津地域創生  
ネットは、宮津  
武田病院、京都  
工芸繊維大学、  
新浜自治会、宮

津高校などと共に、様々な地域活性化プロジェクトを行っており、今年度は「健康」をテーマとして取り組まれています。

第1回目となるこの日は「食事・栄養」と「健康運動」がテーマ。町家の土間で、介護予防のための食事や栄養について、宮津武田病院の桂管理栄養士から講話を聴き、今井健康運動指導士と一緒に身体を動かしました。参加者からは、「これなら家でもできる。友達にも教えてあげよう」という声があがっていました。

### 「宮津の健康教室 Vol.2」

📅 12月14日(土) 15:00～17:00

📍 「脳トレ」

※参加無料、事前申込不要

🗨️ 宮津地域創生ネット

☎️ 080 - 2448 - 9946 (吉川さん)



## もしものときのために

自らが望む人生の最終段階の医療やケアについて話し合ってみませんか

### 「人生会議」とは

もしものときのために、自分が望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取り組みを「人生会議(ACP=アドバンス・ケア・プランニング)」といいます。

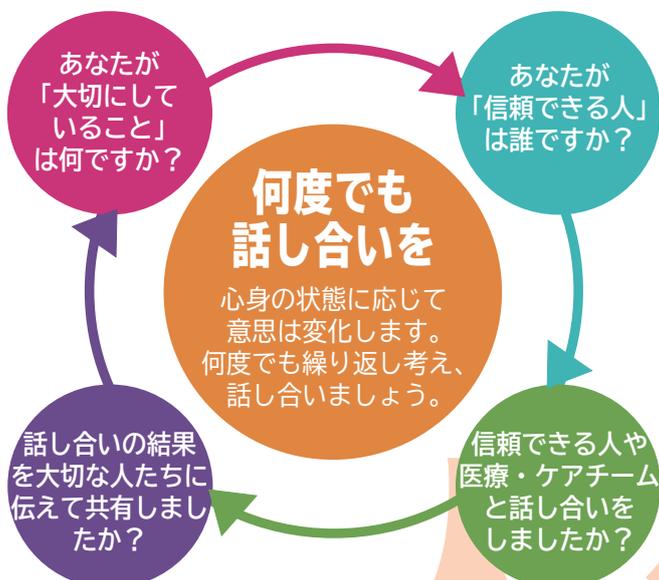
### 11月30日(いい看取り・看取られ)は人生会議の日

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約70%の方が、医療やケアを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなるといわれています。

自らが希望する医療やケアを受けるために、大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが大切です。

これらの話し合いは、もしもの時に、あなたの信頼する人が、あなたの代わりに、医療やケア

について難しい決断をする場合に重要な助けとなります。万が一あなたが自分の気持ちを話せなくなった時には、心の声を伝えることができるかけがえのないものになり、ご家族やご友人の心の負担が軽くなるでしょう。 ※このような取り組みは、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。 知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。



# 人生会議

# 病児保育所「りりふる」OPEN

☎ 宮津与謝病児保育所りりふる ☎ 0772 - 46 - 0025 所 与謝野町字男山 474-2 (北部医療センター向かい)

## お待たせしました

## 病児保育所スタート

宮津市・伊根町・与謝野町は、1市2町の共同により、10月29日に宮津与謝病児保育所「りりふる」を開設しました。

### 「病児保育所」とは

病児保育所は、保護者が就労等により病気等の児童を家庭で看護することが困難である場合に、一時的に保育及び看護を行う保育施設です。

※利用には、あらかじめ利用登録及び医療機関の受診が必要です。

### 「りりふる」ご利用方法

☎ 宮津市、伊根町、与謝野町にお住まいの生後6か月～小学6年生までの病児

☎ 月曜日～金曜日 午前7時30分から午後6時00分まで

☎ 休土・日・祝日及び年末年始

☎ 定 1日6名まで(予約順)

☎ 料 1回2500円/人(5時間以内の利用は1500円/人)

☎ 受 【事前登録が必要です】  
事前に市子育て支援係(宮津市福祉・教育総合プラザ4階)で利用登録をします。(印鑑必要)

【② 利用するお子さまについて】

医療機関を受診いただき、診察医連絡票をもらいます。診察医が利用可と判断した場合に病児保育所が利用できます。

【③ 利用申し込み】

利用したい日の前日午後6時までに、宮津与謝病児保育所「りりふる」に電話で予約をしてください。※当日の利用申し込みは午前11時まで受け付けます。

☎ 【利用当日の流れ】

① 利用登録証、診察医連絡票、印鑑、服用中の薬、お子さまの症状に応じた飲食物・おやつ・着替え等を持参してください。※給食の提供はありません。

② 来所時に利用申込書等を記入いただき、保育士がお子さまの様子を聞き取りにて確認します。

③ 保育中は看護師が巡回し、お子さまの病状を確認します。

④ 容態が急変した場合は保護者に連絡します。緊急を要する場合は、北部医療センター救急外来にて対応します。

⑤ お迎え時に利用料金をお支払ってください。



## 市内年長児ふれあい交流会

10月18日、市民体育館で年長児ふれあい交流会を開催しました。この催しは、施設の枠を越えた子ども達の交流と心身の育成などを目的に、平成25年度から取り組んでいます。

今回は、市内の全保育所(園)と幼稚園、認定こども園、キッズスクールの年長児102人が参加。合唱や体操、じゃんけん列車、猛獣狩りで盛り上がりました。小学校区ごとのグループに分かれてからは、自己紹介をしたり、ほかの園のお友達と力を合わせてゲームやドッジボールを頑張ったりと、楽しい一日を過ごしました。



世界に伝わる「TANGO・栗田の海の魅力」  
～栗田小学校5年生の「海の学校」での学び～

栗田小学校5年生16名は、『栗田学院「ふるさとみやづ学」』において、栗田・由良（宮津）の食・産業をテーマに、総合的な学習の時間などで学習を進めています。

今年度は、日本財団「海と日本プロジェクト」の一環として、日本遺産に認定されている北前船寄港地16道府県の代表16小学校が海のことを学ぶ「海の学校」に参加し、9月13日（金）には、漁業を中心に地元・栗田の海について学習しました。



そして、全国16校の中から代表3校のうちの1校として、10月19日（土）に、横浜中央卸売市場にて開催された「海でつながる こどもサミット」に参加し、代表の高橋紗依さんと森上純子さんが「海の学校」での学習成果を首都圏の小学生に発表し、交流しました。



また、10月31日（木）には、宮津市福祉・教育総合プラザにて5年生16名が、城崎市長や立久井京都府丹後教育局長、中島府議会議員や星野市議会副議長、保護者などに、一連の地元・栗田の海に係る学習で学んだことを報告しました。

なお、栗田小学校5年生16名の「海の学校」での学びの様子は、令和2年1月から1か月間（予定）、ANA国際線機内チャンネルで映像発信されます。まさに、「TANGO・栗田の海の魅力」が世界の方々に伝わることとなります。

これからも、6年生で栗田・由良（宮津）の歴史を学ぶなどして、中学校3年生時には栗田・由良（宮津）の将来に向けた提言ができるよう、ふるさとを愛する学習は続きます。

栗田中学校3年生「ふるさと提言」～文化祭でパネルディスカッション～

栗田中学校3年生16名は、『栗田学院「ふるさとみやづ学」』において、栗田・由良（宮津）の将来について考えています。

9月24日（火）に城崎市長からの講話を聴き、10月10日（木）に市企画課職員と意見交換するなどして、栗田・由良（宮津）が持つ強みと課題を整理し、地域が目指す姿を考えてきました。

そして、11月2日（土）の文化祭において、先輩でもある福知山公立大学3年の<sup>たかはらの</sup>高原望乃さんなどをパネラーに迎え、3つのグループが「ふるさとの活性化」をテーマにした提言を行い「観光・特産」「教育・子育て」「情報発信」について、パネラーとの意見交換を行いました。



# 『栗田学院「ふるさとみやづ学」』で ふるさとを愛する学びを重ねています

今年度から、10年間を通じた系統的な教育を実施していく小中一貫教育が本格スタートした「栗田学院」。

栗田幼稚園、栗田小学校、栗田中学校では、ふるさとへの愛と誇りを持ち、明日の宮津を創る人を育成するため、『栗田学院「ふるさとみやづ学」』に取り組み、系統的、横断的な学びを重ねています。

ステージ	学年	各学年の取り組み
前期	小1	地域探検隊 (栗田・由良の地域探検)
	小2	地域探検隊 (栗田・由良の地域探検)
	小3	地域の方との福祉体験 (車いす体験、点字体験、アイマスク体験、お年寄りの疑似体験等)
	小4	身近な生活環境への調査 (市内の探検、調査、まとめ、発表)
中期	小5	栗田・由良(宮津)の食・漁業 (おいしいもの見つけ：食の体験)
	小6	栗田・由良(宮津)の歴史 (栗田トンネル、鉄道、奈具海岸、由良みかん、北前船)
	中1	宮津の歴史 (宮津城、天橋立、寺社仏閣等)
後期	中2	栗田・由良(宮津)の産業、商業 (地元企業での職場体験学習)
	中3	栗田・由良(宮津)の将来 (講話、発表やパネルディスカッション)

## 『栗田学院「ふるさとみやづ学」』とは

「ふるさとに誇りを持ち、地域に貢献できる子どもの育成」などを目指し、「生活科」や「総合的な学習の時間」などで、ふるさとをテーマに小1から中3まで系統的な学習を行ったり、幼稚園から京都府立海洋高等学校まで一緒となった花いっぱい運動や浜・駅舎清掃等のボランティア活動、地域での体験学習などの横断的な学習を進めたりするものです。



## 京都府丹後教育局の「TANGO魅力伝え隊」推進校に指定されている栗田学院の「ふるさとみやづ学」

「TANGO魅力伝え隊」とは、丹後の次代を担う子ども達が丹後の地域産業、自然、文化、民話や伝承、歴史、遺産などについて「ふるさと学習」や「ふるさと探訪」を通して学んだり、その内容を発表したりすることを応援する京都府丹後教育局の事業です。

今年度から小中一貫教育を本格実施し「ふるさとみやづ学」を展開している「栗田学院(栗田小学校、栗田中学校)」は、令和元年度の「TANGO魅力伝え隊」推進校の指定を受けています。



# 宮津市民文化祭

11月2日から4日にかけて第46回宮津市民文化祭を宮津市民体育館・宮津会館・みやづ歴史の館で開催しました。

音楽祭に10団体・芸能祭に14団体が出演。美術展は136名から234点の作品が出展され、市民の皆さんの日頃の文化・芸術活動の成果を大いに披露されました。

また、会場には有志団体によるお茶席と喫茶コーナーを開設。鑑賞の合間に一息つく来場者の姿が見られたほか、宮津市歴史資料館を特別開館しました。



Topics

暮らし

イベント

税・保険

福祉

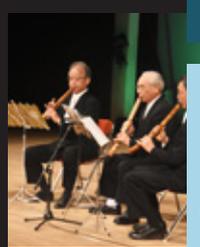
教育・子育て

文化・スポーツ

防災・防犯

産業・消費生活

Information



# 栗田祭 わっひょい、ちゃはーい、よいやっさ

10月13日、住吉神社（栗田）で、上司地区・小寺地区の五穀豊穡の祝いと地域の平穏を願う秋祭「栗田祭・住吉神社祭」が行われました。例年は2日間行われますが、今年は台風の影響により本宮のみ行われました。

栗田祭の神輿は喧嘩神輿と呼ばれ、住吉神社浜側の祭り広場で上司と小寺の担ぎ手が神輿の前後にわかれ、神輿の先棒（進行方向）の主導権を争います。

神輿巡幸の主導権を握ろうと、もう一方の地区の担ぎ棒を抑えたり着物を引つ張ったり。神輿は担ぎ手達の勢いでひっくり返りそうになることも。暴れる神輿は圧巻の迫力でした。



喧嘩神輿の次は、上司地区の見せ場である太刀振り。太鼓や笛、「ちやはい・よいやっさ」の掛け声や笛囃子に合わせ、子どもから大人までが太刀を振ります。

大太刀を先頭に子どもから順に縄手振りで拝殿前に進み、子どもから順に本振りを奉納、途中に子ども神輿のお披露目や、女の子が音頭をとる「不波太鼓」が奉納されました。

その後、子どもから順に縄手振りで地区内を周り、最後は神社前で本振りを奉納されました。



不波太鼓



本振り



縄手振り

## KYOTO 博物館「子どもフォーラム」で上司太刀振り披露

祭事の約1か月前、9月7日（土）にはKYOTO博物館子どもフォーラムで、太刀振りを披露しました。

日本初開催となる国際博物館会議（ICOM）の最終日に京都国立博物館で開催されたイベントで、地域文化の担い手たる子どもたちを中心に伝統芸能やお祭りのパフォーマンスを行いました。当日には京都府内の4つの団体がそれぞれ披露しました。

太鼓と笛の囃子とともに太刀を振る勇猛な仕草に、道行く人も足を止めて魅入っていました。太刀を振る子ども達は、終始緊張した面持ちでしたが、大きな拍手で称えられた姿は誇らしげで、どこか大人びて見えました。



# 市民スポーツDAY

～ みんなで体を動かそう！ ～



10月14日の体育の日に、市民体育館で市民みんなでスポーツを楽しむイベント「市民スポーツDAY」を“初”開

催し、子どもから大人まで約200人がスポーツを楽しみました。

スポーツに親しむきっかけを掴んでもらおうと、市スポーツ推進委員やNPO法人スポーツクラブレインボー等の市内スポーツ団体の共催により開催。参加者はビーチボールバレー等のニュースポーツのほか、ミニ体力テスト、エアロビクス、ウエルネスダーツ、車いすアメリカンフットボール等を体験しました。

参加者からは「いろんなスポーツが

あって面白かった」「車いすアメフトは、最初はどややるのかなと思ったけど楽しかった」「こういうイベントを増やして欲しい」などの声があり、世代を超えて気持ちのよい汗を流しました。

本市では、スポーツを通じた人とまちの元気づくりを目指して、今後も市民の皆さんがスポーツに親しめる機会を充実させていきますので、今回参加がかなわなかった方もぜひご参加ください。

## 祝 全国大会出場 & 結果報告

### キャッチボールクラシック 2019 全国大会



宮津市スポーツ少年団  
宮津ホークス

キャッチボールクラシックとは、キャッチボールの正確さとスピードを競うもので、9人1組のチームが、2分間のキャッチボール回数を競います。

### 第74回国民体育大会ボート競技会 (少年男子舵手つきクォドルプル)



いまざわ ゆうひ  
今澤 侑飛さん  
(海洋高校2年)  
やました かんた  
山下 幹太さん  
(海洋高校2年)

10月4日～10月7日に茨城県潮来市で行われた本大会少年男子舵手つきクォドルプルで優勝されました。おめでとうございます！

### 第14回全日本女子オープンレスリング 選手権大会 (中学生の部 36kg級)



ますだ なつみ  
升田 夏実さん(栗田中学1年)

10月19日、20日に静岡県焼津市で開催されたレスリング全国大会で優勝されました。おめでとうございます！

### 第74回国民体育大会 セーリング競技会 (少年女子 4.20級)



こばやし かな  
小林 奏さん(宮津高校3年)  
しらす なつみ  
白敷奈津見さん(宮津高校2年)

9月29日～10月2日に茨城県阿見町で行われた本大会少年女子4.20級で準優勝されました。おめでとうございます！

#### 広告

※広告内容など市が推奨するものではありません。

高齢者活躍人材確保育成事業【京都労働局委託事業】

公益社団法人

宮津与謝広域シルバー人材センター

### シルバー人材センター会員募集中

《お問合せ先》

〒626-0041 宮津市字鶴賀 2174 番地の 1

TEL: 0772-25-1560 FAX: 0772-25-1561

60歳以上で健康で働く意欲をお持ちのあなた！  
宮津与謝広域シルバー人材センターの会員になってみませんか？

◆入会説明会日程◆

日程	時間	会場
12月20日(金)	9:30～	当センター
1月20日(月)	9:30～	

※詳しくはお問合せください



## 人権の窓



### 子どもの人権 ～児童虐待～

平成 30 年度の全国児童相談所における児童虐待相談対応件数は、速報値として 159,850 件（前年度比 26,072 件増）と公表されました。これは、過去最多で、統計を取り始めた 1990 年から 28 年連続で増加しています。

虐待の内容別では、子どもの前で配偶者や親族らに暴力をふるう「面前DV」や他の兄弟と差別的扱いをする等の「心理的虐待」が 88,389 件と最も多く、次いで、身体的虐待が 40,256 件、ネグレクト（養育の放棄・怠慢）が 29,474 件、性的虐待が 1,731 件でした。また、「しつけ」という名のもとで大人が一方的・継続的に行う虐待も多くあり、子どもの生命が奪われる重大な事件も後を絶たないなど、深刻な状況が続いています。

児童虐待は、特別な家庭で起こるものではありません。子育てに悩みや不安は付きもので、どこの家庭でも起こりうることです。

近隣や地域で「何だか変だな、おかしいな」と思うことがあれば、迷わず最寄りの児童相談窓口または児童相談所に連絡してください。

連絡した人が特定されないように秘密は守られ、たとえ虐待の事実がなかったとしても、責任を問われることはありません。私たち一人ひとりが、子どもを虐待から守るネットワークの一員です。あなたの行動が、大切な子どもの命を守ります。

## あれっと思ったら、まずは相談

### 被災地以外でも狙われる！

自然災害が発生すると、住宅の修理、旅行・交通機関等のキャンセル、さらには便乗商法や悪質商法など、自然災害に関連した消費者トラブルが起こる傾向にあります。被災地から遠く離れた地域でも発生しています。

災害後の生活再建に必要な手続などは事前に確認するとともに、不審な勧誘や電話には気を付けましょう。不安な時は、家族や周囲の人に相談するか、消費生活センターにご相談ください。

#### 【事例 1】

・雨漏りの修理をしてもらったが、逆に酷くなった。

#### 【事例 2】

・キャンプ場の解約に、高額な解約料を請求された。

#### 【事例 3】

・市役所職員と名乗る者から義援金を求められた。

☎ 宮津与謝消費生活センター ☎ 22-2127

## ふるさと宮津応援寄附・寄贈 ～ありがとうございました～

### ◇ ふるさと宮津応援寄附（9/26～10/25）

・4,705,000 円：291 件

※お名前は、市ホームページで掲載いたします。

### ◇ 宮津中学校に大型屋外時計を寄贈

・大型時計：宮津中学校昭和 62 年度卒業生

## 叙勲・表彰

### 危険業務従事者叙勲 瑞宝単光章（消防功労）



やました かずのり  
山下 和典 さん  
（上司）

昭和 46 年から宮津市消防本部に勤務。平成 23 年に宮津与謝消防署長として退職されるまで、火災・救急等の現場で幾多の人命救助等を担われるなど、40 年の長きにわたり危険業務に取り組み、地域の安全・安心に尽力されました。

### 法務大臣表彰 人権擁護委員



ささき まさひろ  
佐々木 正博 さん  
（柳縄手）

平成 19 年に人権擁護委員に就任されて以後、人権尊重思想の普及高揚に努めることを使命として、地域に密着した人権擁護活動に尽力されました。この功績が認められて、人権擁護委員法務大臣表彰を受賞されました。

### 京都府保健医療 功労者表彰



いまい よういちろう  
今出 陽一朗 さん  
（柳縄手）

11 年間にわたり京都府立与謝の海病院での勤務を経て、平成 17 年に今出クリニックを開設。医院の診療に加え、通院困難者に対し往診等を行い医療の提供に努められたほか、在宅・医療・福祉の連携並びに地域住民に対し保健医療の向上に尽力されました。

## 平成 31 年度コミュニティ助成事業 ～ 城東自治会・公民館備品の整備 ～



屋外物置 1 棟



エアコン 1 台



長机 12 台



パイプ椅子 36 脚



宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業です。