

広報

おやまざき

3

2020(令和2)年

始を告げる

朝掘りたけのこ

今月の主な内容

- 地域の居場所 なごみきっちん P2
西法寺サロン P4
- あなたや周りの大切な人の
「こころ」は元気ですか? P5
- スライドでみるおとくにの発掘 P9
- 令和2年4月から
水道開栓手数料を徴収します P10

vol.626

<http://www.town.oyamazaki.kyoto.jp>

大山崎町の名産、筍の収穫が始まりつつあります。今年は暖冬の影響もあり、例年より早く収穫される見通しです。皆さんの食卓にも筍を一品添えて、春の味覚を楽しんでみてはいかがでしょうか。

何度か参加しています。私たちはもともと近所に住んでいて知った仲だけど、なごみきっちゃんに参加してから友達が増えました。年下の同じ班の子に卵焼きの焼き方を教えてもらって、楽しく料理しています。



亀本 世怜奈 さん

皆と一緒に料理ができて楽しいです。

竹村 彩矢 さん

▶次回に向けて切り干し大根の準備。



多世代が食を通して交流

地域の居場所 ①

なごみきっちゃん



●毎月第3日(変更あり) 9:00~13:00
●中央公民館・なごみの郷(変更あり)

中央公民館の調理室に広がるおいしそうなにおいと、楽しい笑い声。月に一度、町内の小学生から高齢者まで幅広い世代の人たちが集い、一緒に料理をつくって食卓を囲む「なごみきっちゃん」。平成30年12月からスタートし、1年が過ぎました。

料理でつながる多世代

1月19日(日)、この日は年が明けてから初めての活動日で、まずは百人一首でウォーミングアップ。参加している子どもたち18人はいくつかに班分けされ、その年の年長者はリーダーとして責任をもって班員をまとめます。

節分が近いことから、今回のメインは「巻きずし」。講師は長年町内で寿司屋を営んでいた上田さんが担当します。「ずつとやってきたことやからね。」と手際よく酢飯を混ぜ込み、下ごしらえはばっちり。つややかなお米は「上田さんがボランティアで講師をするなら」と地域の方が寄付してくださったものです。

班ごとに地域の大人や保護者の方と調理場につき、巻き寿司の具の卵焼きを焼くところから



2



1

①お姉さんと一緒に卵焼きに挑戦②具がはみ出しても気にしない!③上田さんが汁物をよそってくれます④自分できたら一層おいしいね



4



3

温かい活動を支える



なごみきっちゃんボランティアの皆さん

少しでも地域のためになればという思いで、ああでもない、こうでもない、とおしゃべりをしながらメニューを考えたり、料理の下ごしらえの作業をしたり、子どもたちに料理を教えたりしています。

この取り組みで、子どもたちの成長を感じます。初めは恥ずかしがっていた子が回を重ねるうちに積極的になったり、「初めて包丁を握る」と食材を切るのを嫌がっていた子が今では「もっとしたい!」と言うようになったりと、毎回気づくことがあって楽しいですね。



なごみファームボランティア

土地を地ならしするなど、これまで培った畑のノウハウを活かして「なごみファーム」で野菜を育てています。活動を続け、かたちになってきていると感じています。今日は「なごみきっちゃん」に寄せてもらいましたが、実際に野菜が使われているのを見ると嬉しいです。少しでも自分が育った大山崎の役に立てばいいなと思っています。



永田 殿児 さん(右)

地域の方の力と知恵が結集

なごみファーム

「なごみきっちゃん」で使われている野菜の一部は、地域の人の力が結集して運営されている畑「なごみファーム」でできたものです。

土地は「地域のためなら」と無償で貸し出してもらっています。ここの畑を耕すのは、地域のボランティアの方たち。週に1度、のんびりおしゃべりをしながら草むしりをしたり、土を耕したりしています。「次は何の料理をつくるの?」「じゃがいもは何でも使えるね。」「夏には玉ねぎが大きくなる。」農業の知識を持った人たちの助けで、毎月子どもたちが食べる野菜が収穫できます。活動に参加する垣内さんは、「みんなで話しながらすると楽しいね。私の知識が何か人の役に立っているならうれしいです。」と笑顔を見せます。

地域の人々の思いが詰まった野菜は、次の温かい取り組みに繋がっています。



ある人は携帯電話に表示された写真を見せ合い、ある人はとりとめもないおしゃべりに興じる。自由でゆったりした時間が流れる円明寺が丘団地の一画の民家。ここでは、月に一度「西法寺サロン」が開かれています。

65歳以上の方は誰でも参加でき、会場の家は気軽に出入りすることが出来ます。参加者は町内のご近所の方から、京都市内から訪ねてくる人まで様々です。

この場所での過ごし方について、ルールは特にありません。「何もしない」が一番求められているのかもしれないね。」と話すのは、主催者で家主の永田さん。

「初めは何かしようとアンケートを取ったりしたけれど、結局実行せず、こうしてゆったり過ごしています。」と笑います。

人々の居場所となる「サロン」ですが、西法寺サロンの特徴は参加者に男性が多いことです。通常、サロンなどおしゃべりがメインの場は女性が多数を占める場合が多いところ、西法寺サロンは主催者が男性ということもあり、男性が参加しやすい雰囲気です。参加人数は多いときで20人以上。色々な人と気負うことなく気軽にしゃべりができる、地域の人の居場所になっています。



男性も多数 気軽にしゃべり

西法寺サロン

●毎月第3回 10:00~12:00

●円明寺が丘団地4棟大池下 永田さん宅



{ 参加者の声 }

毎月楽しみにしています。一人暮らしになり、いかに男性が弱いかを痛感しました。女性はずぐ周りと話ができるし、元気ですごいと思います。そんな中、男性がこのように集まって雑談をする場所はなかなかないですから、ありがたいです。もっと男性が増えてにぎやかなサロンになるといいですね。



近所に住んでいて、声をかけてもらってから参加しています。ここに来たら話をするくらい軽いお付き合いの距離感がちょうどいいと感じています。私はここでお昼からお茶を立てることもあるんですが、皆さん色々な特技を持っているから、お互い教え合うことがあって勉強になりますよ。



西法寺サロン 主催
永田 正明 さん



誰でも気軽に来て話して帰れる場所を目指しています。リピーターも多いですが、1回来てからしばらく顔を見ない方もいますし、色々です。

最初は一人1分以内で自己紹介をしてもらったりしていましたが、しゃべり出したらとまらない人が出てきたりするので（笑）今はなりゆきに任せています。

12月は甘酒、1月はぜんざいを出しました。季節を感じてほっと一息ついてもらって、おしゃべりをして気分転換になるといいですね。

3月は自殺対策強化月間です

あなたや周りの大切な人の「こころ」は元気ですか？

日本の「自殺」は深刻な状況

日本の自殺者数は、平成10年に年間3万人を超えて以降、14年連続して3万人台を推移する状況が続いています。平成22年以降減少傾向にありますが、いまだ2万人以上の人が自殺で亡くなっており、深刻な状況が続いています。また、国際的にみると日本の自殺死亡率は高く、主要先進7か国の中では最も高くなっています。

「心の病」に注意して

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の原因のトップは「健康問題」で自殺者の約半数を占めています。なかでも、「心の病」が影響しているケースが少なくありません。「心の病」の早期発見・早期治療が、大切ないのちを守ることに繋がります。

自殺につながりやすい「心の病」

・うつ病：「心の風邪」とも呼ばれ、誰にでもかかる可能性がある病気です。適切に対処すれば回復する可能性の高い病気です。
・統合失調症：思考や感情の機能が不

調になる脳の病気です。深刻化すると、幻覚や妄想などが起こることがあります。

・物質依存症（ネット、アルコール等）：依存は脳の病気であり、「やめよう」と思ってもやめられません。本人は自覚しにくいため、周囲の人の気づきが非常に重要です。

「心の病」には兆候がある

「心の病」は、知らず知らずのうちににかかっているもの。周囲の人はもちろん、本人が気付かないケースも珍しくありません。次のような兆候はありませんか？

- ☐ 今まで楽しんでやれたことが楽しめない
- ☐ これまで楽にできたことをおっくうに感じる
- ☐ 自分が役に立つ人間だとは思えない
- ☐ わけもなく疲れたような感じがして、元気が出ない
- ☐ なかなか寝付けない、夜中に目が覚めた後眠れない

「ストレス」を甘く見ないで！

「ストレス」を抱えたまま無理を続けていると、それを引き金に「心の病」になることもあります。

自分に合った「ストレス」への対処をしましょう。

状態	対処法
イライラする	アロマセラピー、半身浴、マッサージ、楽しい映画やテレビを観る
気分が落ち込む	軽い運動、早起き、音楽鑑賞、買い物などの気分転換
不安になる	親しい人との食事、質の良い睡眠、鏡の前で笑ってみる
過食や衝動買い	親しい人と行動してみる、環境をかえてみる、大声を出してみる
何もする気がしない	コーヒーや甘いものなどの嗜好品をとる、日常を離れる時間を作る
眠れない	マッサージ、寝る前にリラックス時間を作る、携帯を触らない

自殺に傾いている人の「サイン」を見逃さないで

自殺は前触れなく突然起きるとは限りません。自殺に傾く人は、何らかの「サイン」を発していることが少なくないのです。自殺に傾く人には、「心の病」などの兆候や、「消えてしまいたい」などの発言があったり、生活の様子が大きく変わったりしています。周囲の人が「サイン」を発していると

こころの体温計でチェックしてみよう！

あなたの対人関係、病気、住環境、その他社会的なストレスや今の落ち込み度などを、水槽の金魚や猫などで表します。ストレスが高いと、猫が金魚を襲ったり、水槽の水がにごったりします。



▲町ホームページでチェック！

こころの不調を感じたら、早めに専門医の受診をしましょう。

- こんなサインに要注意！
- 口数が減って元気がない
- 孤立している
- 「消えてしまいたい」「死んだら楽になる」などと口にする
- 大量のお酒を飲むようになる
- 自分の健康をかえりみない

きは、あなたが早めに気づいてあげてください。

問 健康課健康増進係 ☎956-2101 (内131)

相談ごと (悩みごと・困りごと)	相談窓口	概 要
障がい者の生活相談	福祉課社会福祉係（内154）	障がい者の身近な生活相談を受けます。
障がい者虐待の通報・相談	福祉課社会福祉係（内151）	障がい者の虐待に気づかれた時は連絡してください。
教育相談	学校教育課学校教育係（内213）	学習や学校生活のこと、不登校などの相談を受けます。
配偶者や親しい男女間での暴力（DV）の相談	生涯学習課生涯学習・スポーツ振興係（内234）	DVに関する相談を受けます。支援のための専門の相談窓口を案内します。
緊急融資の相談	経済環境課農林商工係（内244）	国の指定する不況業種に該当する方で、売上が減少した方等を対象に、セーフティネット保証融資に関する認定、京都府融資制度に係る保証料の助成申請などの相談を受けます。
雇用・労働相談窓口の案内	経済環境課農林商工係（内244）	仕事探し・職業訓練などの相談窓口を案内します。
緊急経営相談	大山崎町商工会 ☎956-4600	中小企業の経営に関する融資・記帳・申告など幅広く経営支援員が相談を受けます。（予約制）平日夜も可。
消費生活相談	経済環境課農林商工係（内244）	消費者生活に関するトラブルについて相談を受けます。
京都弁護士会による無料法律相談	政策総務課企画観光係（内312）	相談内容を問わず、京都弁護士会の弁護士が相談を受けます。 とき＝3月19日☎ 13:30～16:30（予約制）
行政書士による暮らしと事業の行政相談	政策総務課企画観光係（内312）	相続・遺言・契約書などの疑問に、行政書士が答えます。 とき＝毎月第3☎ 13:30～16:30
司法書士による無料法律相談	政策総務課企画観光係（内312）	相続・遺言・不動産登記などの相談に、司法書士が答えます。 とき＝4月21日☎ 13:30～16:30（予定）
年金相談	健康課保険医療係（内114）	社会保険労務士による年金相談です。 とき＝毎月第2☎ 13:00～16:00（予約制）
高齢者の総合相談	地域包括支援センター（なごみの郷内）☎952-6533	高齢者やその家族・近隣に暮らす方の介護や福祉などの相談を専門員が受けます。
「認知症」に関する相談	地域包括支援センター（なごみの郷内）☎952-6533	「認知症」に関する相談を専門員が受けます。
障がい者のよろず相談	社会福祉協議会 ☎957-4100	障がい者の福祉などの相談を専門相談員が受けます。
心配ごと相談	政策総務課総務係（内321）	生活上のさまざまな相談を人権擁護委員・行政相談委員が受けます。 とき＝毎月第3☎ 13:30～15:30

ひとりで悩まないで 相談窓口を紹介します

○自殺予防いのちの電話

ひとりで悩まずこころの苦しみをお話してください。
☎864-4343（24時間）、0120-783-556（毎月10日8：00～翌日8：00、無料）

○町内の相談窓口一覧

相談日は記載がなければ役場開庁時に随時対応します。
問＝役場代表 ☎956-2101

○京都府自殺ストップセンター

うつや多重債務、生活苦など死にたいほどつらい悩みを臨床心理士や精神保健福祉士などの専門家に無料で相談できます。

☎0570-783-797

LINE相談電話：QRコードから「友だち」登録のうえ、無料通話機能をご利用ください。
（トーク機能での相談は不可）☎～☎（年末年始・祝日を除く）9：00～20:00



【町の相談窓口一覧】

相談ごと (悩みごと・困りごと)	相談窓口	概 要
大人の健康相談	健康課健康増進係（内132～135）	保健師が相談を受けます。
赤ちゃん・お子さんの健康相談	健康課健康増進係（内132～135）	お子さんの発育・発達・育児について、保健師が相談を受けます。
大人の栄養相談	保健センター ☎953-3430	栄養に関することについて、管理栄養士が相談を受けます。
赤ちゃん・お子さんの栄養相談	保健センター ☎953-3430	お子さんの栄養や食生活について、管理栄養士が相談を受けます。
高齢者の健康相談	老人福祉センター「長寿苑」☎957-1860	60歳以上の方を対象に、看護師が相談を受けます。 とき＝毎月2回（日時未定 長寿苑だよりをご覧ください）
高齢者の生活相談	健康課高齢介護係（内136～139）	介護保険に関すること・介護予防に関すること・成年後見等に関すること・高齢者虐待などの相談を受けます。支援のための専門の相談窓口を案内します。
子育て相談	子育て支援センター「ゆめほっぺ」☎959-9050	育児不安など子育てに関する相談を受けます。月2回、保健師による健康相談もあり。 とき＝☎～☎ 9:30～15:30（随時） ※ 不定休あり
	大山崎町保育所 ☎956-3397 第2大山崎町保育所 ☎957-1120 第3大山崎町保育所 ☎957-6091	保育士が子育てに関する相談を受けます。 とき＝毎週☎（祝を除く）9:00～16:00
児童虐待の通報・相談	福祉課児童福祉係（内181・183）	近所で「子どもの様子がおかしい」など感じた時は連絡してください。

スライドでみるおとくへの発掘

乙訓地域とその周辺地域では、多くの埋蔵文化財の発掘調査が令和元年度に行われました。京都府、京都市、乙訓二市一町の各調査機関が一堂に会し、発掘調査の主要な成果について、わかりやすく画像を用いて報告します。参加無料、申込不要。
※ 駐車場は有料です（台数に制限有り）

と き=3月8日(日) 13:00~16:15
ところ=大山崎ふるさとセンター 3階ホール

主催=乙訓文化財事務連絡協議会
問=生涯学習課文化芸術係 ☎956-2101 (内227)

特別報告

■「縄文人の生活環境—久保川遺跡の調査成果—」
原田早季子（大山崎町教育委員会）

スライド報告

■「災害の考古学—木津川河床遺跡の発掘調査—」
岡崎研一（〔公財〕京都府埋蔵文化財調査研究センター）
■「長岡京跡右京八条三坊十六町の調査」
山本輝雄（〔公財〕長岡京市埋蔵文化財センター）
■「条里境界における戦国時代「埋桶」のまつり—久々相遺跡第13次調査成果から—」
中塚 良（〔公財〕向日市埋蔵文化財センター）
■「航空レーザー測量から見る山田桜谷古墳群とその周辺遺跡」
清水早織（京都市文化市民局）



久保川遺跡出土の縄文土器



▲鈴木所長（右）と前川町長

前川町長
マクセルさんは、町の中でも大きな面積を占める企業で、多くの方が働きにきていただいていますね。

鈴木所長
京都事業所では、1,000人程度の社員が働いています。

前川町長
町としても、雇用が生まれるのはありがたいことです。工場ではどのような製品を生産されているのですか。

鈴木所長
リチウムイオン電池とその関連部材、高付加価値粘着フィルム、業務用インク、ICカード、リーダライタなどを生産しています。

前川町長
時代はどんどん進んでいて、例えば自動車も電気化・エコ化が推進されていますね。

鈴木所長
電気自動車の普及には課題が多く、今は電気とエンジンのハイブリッド化が進んでいるので、需要が高まっています。



前川町長
最近、マクセルさんの大きな建物が取り壊されて更地になっていますが、今後のご予定はありますか。

鈴木所長
土地については、事業で活用するかどうか、また、地域に貢献できる用途があるか、複合的に検討しているところです。

前川町長
ところで、近年は全国で大規模災害が頻発しており、町としてもポンプ場の整備等の災害対策をしっかりと進めています。マクセルさんは工場を桂川付近に構えられています。水害対策などを考えておられますか。

地域との共生にも積極的に取り組んでいきたい

鈴木所長
お客様と接していると、やはり地震や水害等、災害を気にされている方が多いと実感します。私たちも、定期的に社員で清掃を行うなど、できることに取り組んでいます。天王山や三川合流はこの町の売りですから、良さを活かしつつ、災害にも対応できる町だといえますね。私たちも一企業として、安全、安心には気をつけたいと思っています。

前川町長
自然は町の魅力のひとつですね。マクセルさんは天王山の治水に関する活動にも関わっていただき、感謝しています。

鈴木所長
大山崎町地下水利用対策協議会のほかに、大山崎町をはじめ、近隣地域に向いて電池教室を開いたり、学校に花壇を贈る「花いっぱい運動」なども実施しています。

前川町長
私も、町に花と緑を増やす取り組みを実施する予定です。豊かな自然あふれるまちにしたいと考えています。

Profile

マクセル株式会社

(京都本社)

スマートライフをサポートし、人のまわりにやすらぎと潤いをもたらす製品を生産している。平成28年から町に京都本社を設置し、東京本社との二本社制に移行している。

所在地：大山崎町大山崎小泉1

鈴木所長

子どもたちの情操教育や、町のセールスポイントでもある天王山の整備など、積極的に関わっていきたくと思っています。

事業の拡大はもちろんです。が、地域との共生にも積極的に取り組んでいきたいと考えています。

駆掛

町長がかける！

町長がまちの企業や団体のもとへ伺い、活動のこと、地域のこと、何でも聞きます。

No.4

放課後デイサービス みどりキッズくらぶ

大川 猛 代表

問=政策総務課企画観光係 ☎956-2101 (内312)



▲大川代表（左）と前川町長

大川代表
昨年4月にオープンした、発達に心配のある子どもたちのための放課後デイサービス「みどりキッズくらぶ」を運営しています。

前川町長
町内初の放課後デイサービスということで、利用者の方も喜んでおられると思います。

大川代表
大山崎町は交通の便が良いので、町外から通われる方もいますよ。逆に出かけやすいため、天王山や高槻市内、京都市内など、様々な場所へ足を運んでいます。

前川町長
外へ出かけることは、きっといい体験になるでしょうね。他に、施設の特徴はありますか。

大川代表
テニスとサッカーに力を入れて取り組んでいます。資格を持った専門のコーチ指導のもと、子どもたちは一生懸命プレーしています。

前川町長
子どもたちはもちろん、保護者の方も喜んでおられるでしょうね。

Profile

放課後等デイサービス みどりキッズくらぶ

小学生～高校生の発達に心配のある子が、授業終了後・休校日に生活能力向上のために必要な訓練や、社会との交流促進活動を実施する施設。

所在地：大山崎町円明寺長慶4-1ジェイズヴィラ1階

▲子どもたちがのびのび過ごせる明るい室内