

互助組合報退教互版

2025年10月15日(毎月1回15日発行) 平成20年1月24日第三種郵便物承認 第206号 1部20円(購読料は会費に含まれます)

10月号
No.544

書

山頭火とこども

(60cm×60cm)

松村

健一

(退教互 西京支部)



第50回教美展出品作品

～今月の紙面～

- ④ 募集 公益事業 第51回京都教職員美術展
- ⑤ 人生100年 食から元気に! 第6回
- ⑦ 募集 前進座観劇会
- ⑫ 支部通信員おすすめ! 秋のお出かけスポット

互助組合お得な情報・ハンドブック

ユーザー名・パスワードとともに「 」と入力

募集 お正月にまつわる あれこれ

みなさんの投稿をお待ちしています。
詳しくは2ページをご覧ください。



健康チャレンジ実施中!

10月の結果を11/10までにお寄せください。
2名の方にプレゼントが当たります。



▲詳細はこちら

「マイホームの新築・購入・リフォームには お得な割引制度があります」

チラシを挟み込んでいます。ぜひご覧ください。

事務局からのお知らせ

給付請求の受付期間と振込日

8月18日～9月16日受付分

↓10月16日送金

9月17日～10月16日受付分

↓11月17日送金

10月の口座引き落としは20日

10月20日(月)に引き落としがある方は、預金口座残金が不足しないようご注意ください。

なお、引き落とし明細を記載した送金・振替通知書は2か月分をまとめて偶数月に発送します。9月分・10月分は10月下旬に発送します。

人間ドック補助金請求時のお願い

領収書には、受診内容が分

かる但書が必要です。記載されていない場合は、領収書と共に受診内容の明細書を添付しご請求ください。

WEB互助組合報をご活用ください

互助組合報は15日を挟んだ前後3日間(土日祝除く)に届くように手配しています。基本は14日～16日の間に届きますが、15日前後に土日祝日が重なる場合や、郵便事情により17日以降に届く場合があります。

いち早く内容を確認したい場合は、毎月13日頃にホームページに掲載されるWEB互助組合報をご覧ください。

特約病院について

【9月末日付契約解除】
洛和会東寺南病院(閉院)

11月相談事業(無料)

生活相談	「相続・遺言書の書き方」「住宅・不動産」「家のトラブル」等
	11月18日(火) 13時30分～16時30分
法律相談	「交通事故」「借金の整理」「近隣のトラブル」等
	11月19日(水) 10時～12時

場所：互助組合事務局
対象：組合員(本人・配偶者加入者)
・相談時間 1人30分程度、事前予約制で受け付けます。
・必ず電話で2営業日前までに事務局に申し込んでください。(先着順) ☎075-752-0540

わが家の相続対策はどうすればいいの？

相続・遺言セミナー 参加者募集 無料

- もめない相続の為に遺言書を活用
- 相続税対策について

講師：吉田 友祥 司法書士・行政書士
勝平 定良 税理士

日時会場 ①11/28(金) 市民交流プラザふくちやま
相続遺言セミナー 11時～13時(10時30分より受付)
個別相談会 14時～(1組35分程度)

②12/5(金) 京都教育文化センター
相続遺言セミナー 10時～12時(9時30分より受付)
個別相談会 14時～(1組35分程度)

参加資格 組合員(本人・配偶者加入者)

定員 セミナー 各日20名
個別相談 相続・遺言 各日4組
税務 各日4組

申込方法 退職互助部までお電話いただくか、下記コード(ホームページ)からお申し込みください。
☎075-752-0540
個別相談を希望の場合、予約時にお申し込みください。(先着順)

申込締切日 11/17(月)



▲申込はこちら

お正月にまつわるあれこれ お寄せください

1月号に特集記事として掲載します。みなさんの投稿をお待ちしています。

例えば…

- ・お正月の思い出、エピソード
- ・我が家のお雑煮、おせち料理とそのレシピ
- ・今年こそは達成したい！新年の抱負・目標
- ・ご利益ばっちり！初詣におすすめ地元の神社
- ・新春を詠う短歌・俳句・川柳
- ・手作り年賀状や絵はがき 等

新テーマ

- ・干支にまつわるエトセトラ 来年は「^{うま}午」
^{うま}午(馬)にまつわるお話、写真をお送りください

《募集要項》

- ・字数は200字以内
- ・名前、支部名を記入し、ハガキ、FAX、下記コードでお送りください。(クイズの答えの余白でも投稿可)
- ・締切日／11月18日(火)必着
- ・送り先／退職互助部広報係まで(表紙下欄をご覧ください)

※応募多数の場合は、紙面の都合により編集部で選ばさせていただきます。なお掲載に際し、スペースの関係で修正を加えさせていただくことがあります。

※掲載分には薄謝を呈します。

投稿はこちら



写真の投稿はこちら



療養補助金請求時の注意点

鍼灸接骨院・整骨院で施術を受けた場合

鍼灸接骨院・整骨院での施術は保険点数がないため、健康保険適用の一部負担金であることの明記が必要です。領収書の記載内容不備でお返しする事例が多いため、ご注意ください。

領収書 互助 太郎 様 ¥860- 但 令和7年10月1日施術料として (内 一部負担金360円、保険外500円) 令和7年10月1日 上記金額を領収いたしました。 ●●●接骨院 京都市左京区聖護院川原町〇-▲
--

<提出前にご確認ください>

- ☐ 宛名はフルネームで記載されていますか
- ☐ 施術年月の記載はありますか
※複数月分がまとめられている場合、月ごとの明細が必要です。
- ☐ 健康保険適用分（一部負担金）の金額が明記されていますか
※「施術料として」「〇月〇日受診分」など健康保険適用の一部負担金額が明記されていない場合はお受けできません。

治療用装具を購入した場合

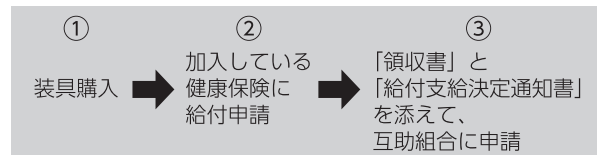
治療のため医師の指示のもと治療用装具（コルセット、サポーター、関節用装具等）を購入し、審査により健康保険からの保険給付が認められた場合、その購入費用も療養補助金の対象になります。

*但し、健康保険からの給付分を除く



<請求の流れ>

- ①医師の指示により治療用装具を購入し、領収書を受け取る
- ②加入している健康保険に保険給付の申請を行う
*申請方法、必要書類等はご加入の健康保険にお問い合わせください
*装具購入時の領収書のコピーを残しておいてください（互助組合への請求に使用）
- ③装具の領収書と健康保険からの給付支給決定通知書（ともにコピー可）を、療養補助金請求書（第1号様式）に添付して、互助組合に送付



消息

次の組合員の方々が逝去されました。つつしんでお悔やみ申し上げます。

氏名（敬称略）、支部、ご逝去の日、年齢、最終勤務校の順に掲載しています。

公益
事業

第51回 京都教職員美術展

作品
募集

2026年 2月17日(火)～2月22日(日)

10時～18時(入館は17時30分まで)

京都市京セラ美術館 2階南回廊

京都府における文化・芸術の発展に貢献するため、美術展を開催しています。
京都府の教育関係者ならどなたでもご出品いただけます

部門別鑑賞会

2月22日(日) 14時～ 於:美術展会場
参加無料 どなたでも参加いただけます。

出品要項

- 出品資格 京都の教育関係者
- 出品点数 1人 2点以内
- 出品料 1点 2,000円 ※今回から作品集の進呈はありません。

組合員 現職組合員: 互助組合の控除金として引き去り
退職互助組合員: 口座引き落とし
組合員以外 京都教育文化センターへ搬入される方は当日持参、それ以外の方には所定の
振込用紙をお送りしますので指定の期日までに振り込んでください。

●申込方法

ホームページまたは右の二次元コードよりお申し込みください。
キリトリ線以下の出品申込書に記入の上、事務局まで送付可

出品フォーム↓



●申込期限 12月2日(火)

申込締切後、出品についての詳細や注意事項を記載した文書および
出品票など必要書類をお送りします。

●作品種別及び規格 下記種別に当てはまらない場合はご相談ください。

出品作品は過去に京都教職員美術展への出品歴のない作品に限ります。

絵画 日本画、油絵、水彩、パステル、版画、デザインなど
軸装または額装で壁掛けできるようにすること

彫刻 陳列に支障のないもの

写真 枠張り、額装または台紙貼り。裏に展示用ひもをつける。

工芸 陶芸、漆芸、金工、染織、諸工芸等

書 軸装または額装のこと

- ・額装の場合、**ガラスの使用不可**・軸装、額装は壁掛けできるようにすること
- ・作品がズレないように、しっかりと固定してください。
- ・上記規格以外は補償の対象外です。また出品を受付できない場合があります。

展示について

展示設備・陳列作業には限度があり、作品の形状や大きさ等によっては受付できない
場合がありますので、ご了承ください。また、展示の都合上、作品が2段がけになる場合や、同
一作者の作品を並べて展示できない場合もあります。

作品の保管・取り扱いについて

出品作品の保管・取り扱いには充分注意を払いますが、指定期間にお引取りいただけな
い場合や、天災それらに類する事故、または不可抗力の損害に対しては責任を負いかねます。
また、額等へのすり傷・損傷についてはご容赦ください。

作品集について

教職員美術展の経費節減が課題となっており、昨年度理事会・美術展運営委員会等で審議
してきました。出品料の値上げやデジタル化など様々な案を検討しましたが、経費節減のため
やむを得ず今年度から作品集の制作を取りやめます。



第50回出品作品 「奏でる」梅村万里子

作品の持込と引き取りについて

作品は指定の期間中、所定の場所を持ってきていた
だき、会期終了後同じ場所でご返却します。
※他府県在住者に限り、宅配便の搬入を受け付けます。

●持込(搬入)

日時: 1月30日(金) 13時30分～18時
31日(土) 9時～12時 / 13時～17時
2月1日(日) 9時～12時 / 13時～15時

場所: 京都教育文化センター103号室

また1月26日(月)/27日(火)(予定)に以下の場所
にお持ち込みいただけます。

大宮中(京丹後) / 橋立中(与謝) / 城南中(舞鶴)
惇明小(福知山) / 園部小(南丹)
長岡第四小(長岡京) / 岡屋小(宇治)
薪小(京田辺) / 山田荘小(精華)

●引取(搬出)

日時: 2月23日(月・祝) 15時～19時
24日(火) 10時～12時 / 13時～17時

場所: 京都教育文化センター101号室

※京都教育文化センター以外の場所からは
2月26日(木)・27日(金)(予定)にお引き取り
ください。

※搬入・搬出の期間厳守

主催/一般社団法人京都府教職員互助組合
後援/京都府・京都市・京都新聞・KBS京都
協賛/全京都美術教育連合・

京都府私立中学高等学校美術工芸教育研究会・
京都高校写真連盟・京都府高等学校書道教育研究会・
京都教職員組合・京都私学教職員組合連合・
京都退職教職員の会

第51回 京都教職員美術展出品申込書

ふりがな
出品者氏名

個人コード/組合員番号

現職・学校名

退職・支部名

自宅住所(〒)

電話番号 ()

*住所・TELなどの個人情報は、京都教職員美術展以外には使用しません。

●出品点数 () 点

1 点 目	作品種別	たて	よこ	
	※絵画・彫刻・写真などを記入	cm	×	cm
2 点 目	作品種別	たて	よこ	
		cm	×	cm

●作品の搬入・搬出先 *該当に○

京都教育文化センター 宅配便(府外在住者のみ)
大宮中 橋立中 城南中 惇明小 園部小
長岡第四小 岡屋小 薪小 山田荘小

部門別鑑賞会	参加・不参加・未定
会場での作品撮影	可・不可
出品歴	初出品・2回目以上



第6回 大事な朝食！管理栄養士の工夫は？

皆さんはどのような朝食を摂っておられますか？朝食は大事と分かっていても「朝からそんなに食べられない…」「朝食の内容は習慣になっているから変えられそうもない…」などの声が聞こえてきそうです。

私たちの体内では睡眠中も途切れることなく代謝は進み、翌朝には体の中のエネルギーや栄養素は枯渇状態になっています。

そこで、1日のエネルギー源である朝食をしっかり食べることが大切です。それが1日に必要な栄養素の確保にもつながります。また、高齢期になると食事量が減ってくるため、朝食を抜かずにしっかり食べることが健康を維持するためには重要です。さらに、生活リズムを整え、規則正しい排便を促し、水分の補給にもつながります。

人生100年時代、足腰丈夫で動ける体でいるためには3食コツコツと食べることです。今回は、管理栄養士が実際にどのような朝食を食べているのか

を紹介して、皆さんの朝食を見直すきっかけにしたいだけだと思います。

和泉の朝食は、ご飯（もち麦入り）と具たくさんみそ汁、納豆（50g）、野菜を秤で100g量って作った1皿、プラスちりめんじゃこや漬物を少量です。納豆は減塩のために醤油はかけずに辛子のみで、納豆ご飯にするとご飯がしっかり噛めないの、ご飯にのせないで食べます。野菜の1皿は、旬の野菜などを電子レンジで加熱し、抗炎症作用などのあるえごま油または骨粗鬆症に効果が期待される亜麻仁油をたらし、花かつおと醤油を少々かけています。

浅田の朝食は、バタートースト、牛乳、ゆで卵、野菜のスープ煮（野菜が約170g）、果物です。

私たちが朝食で野菜をたっぷり食べるようにしているのは、朝食後はもちろん、2回目の食事（昼食）後の血糖値の急激な上昇を抑える「セカンドミール効果」も期待できるからです。

和泉定番 みそ汁



◎材料（2人分）

- | | | | |
|--------|----------|---------|-------|
| ・玉ねぎ | 1/4個 | ・カットわかめ | 小さじ1 |
| ・油揚げ | 1/4枚 | ・だし汁 | 350ml |
| ・えのきだけ | 小パック1/3株 | ・みそ | 大さじ1強 |
| ・じゃがいも | 中1個 | | |

◎作り方

①玉ねぎはくし切り、油揚げは短冊切り、えのきだけは、石づきを取って半分に切る。じゃがいもはいちょう切りにする。

②だし汁を煮立て、①を入れて煮る。

③②にカットわかめを入れ、火を止める。

④③にみそを溶き入れ、仕上げる。

*葉物野菜やねぎ等青みのものをプラスすると彩りもきれいです。

浅田定番 野菜のスープ煮

◎材料（2人×3回分）

一度に3回分を作り
冷蔵庫に保存する。

- ・ベーコン 2枚
- ・にんじん 1本
- ・玉ねぎ 1個
- ・セロリ 1本
- ・じゃがいも 2個
- ・キャベツ 5、6枚
- ・スープの素 小さじ1
- ・サラダ油 大さじ1
- ・塩・こしょう 少々
- ・ローリエ 1枚
- ・薄口醤油 少々



◎作り方

①ベーコンは2cmに切る。

②にんじん、玉ねぎ、セロリ、じゃがいもは1cmぐらいのさいの目に切る。

③鍋に油をひき、①を炒め、さらに、②を加え、塩・こしょうをし、水（400ml）、スープの素、ローリエを加え、硬めに煮る。

④当日朝に1回分を鍋に取り、キャベツ2枚を2cm角に切り、加える。そして、材料が柔らかくなったら、薄口醤油で調味する。

*季節により、じゃがいもをかぼちゃやさつまいも、かぶなどに、また、キャベツを白菜に、味付けもカレー味やトマトジュースを使っているいろいろな味や食感を楽しんでください。

【そのひと手間でも便利に美味しく】

きのこを買って余ったら、石づきを取り、使いやすい大きさに切って、密封袋に入れ冷凍します。朝のみそ汁や炒め物などにもそのまま使えて便利です。きのこ類は冷凍することで、細胞壁が壊れて旨味が溶け出しやすくなります。骨のビタミンであるビタミンDや食物繊維などの給源になるきのこ類を「ちょこっと使い」でおいしさUP、健康UPしましょう。（写真はえのきだけです）



参加者募集中・入場無料

2025年度 退教互文化のつどい

講演会

自分らしく生きるとは
～小さな「はて？」をチカラに変えて～

朝の連続テレビ小説「虎に翼」脚本家
講師 **吉田 恵里香 氏**

支部サークル舞台発表

- ・舞鶴支部 南京玉すだれ・コーラス
- ・福知山支部 オカリナ

日時 **11月8日(土)** 受付13時～
13時30分～14時30分
支部サークル舞台発表
14時30分～16時
講演会

場所 **舞鶴市商工観光センター**
コンベンションホール(舞鶴市字浜66)
アクセス/JR「東舞鶴」駅より徒歩15分

定員 **200名**



参加資格 組合員とその家族

申込方法 右記コード (HP)、ハガキ、FAXでお申込み
ください (表紙下の連絡先を参照)。
申込には①氏名、②組合員番号、
③参加人数を明記してください。



申込締切 **10月31日(金)** 申し込みはこちら

芸術の 秋 を満喫

支部文化祭典・作品展のご案内

他支部の方もぜひお越しください。

各支部の組合員さんが様々な作品を出品されています。
みなさんの力作を是非ご覧ください。

西京支部 支部作品展

日時：11月 7 日(金) 13時～17時
8 日(土) 10時～17時
9 日(日) 10時～15時

会場：京都市西文化会館ウエステイ
(阪急「上桂」駅より徒歩15分)

伏見支部 ふれあい文化祭典

日時：11月14日(金) 13時～18時
15日(土) 9 時～16時

会場：京都市呉竹文化センター
創造活動室
(京阪・近鉄「丹波橋」駅西口前)

上京支部 作品展

日時：11月15日(土) 10時～16時
16日(日) 10時～15時

会場：スペースウェル京都
(市バス「天神公園前」より徒歩 3 分)

舞鶴支部 舞鶴教職員作品展

日時：11月29日(土) 9 時30分～17時
30日(日) 9 時30分～15時30分

会場：舞鶴市総合文化会館小ホール
(JR「東舞鶴」駅北口より徒歩16分)

住まいのお困りごとはございませんか?

参加費無料 要予約

住宅相談会

11/29 SAT 10:00～16:30
最終受付 16:00











- ☑ ハウスメーカーより個別相談プレゼント
- ☑ 住宅ローン借り替え相談 (近畿ろうきん)
- ☑ カタログと土地情報あり
- ☑ リフォーム&マイホーム購入相談

会 場 京都教育文化センター (京阪神宮丸太町駅から徒歩5分)
※駐車場がありませんので、近隣のパーキングを
ご利用ください。

参加資格 組合員とその家族

申込締切 11月4日(火)



申込はこちら

特典 事前予約プレゼント

申込締切日までに申込の上、ご来場いた
いた方にギフト贈呈！(1組1個)

ガトーフェスタハラダ ロワ・カカオセット/
化粧箱 (プレーンとカカオのラスク 各26枚入り)



特典 住宅セミナー 予約優先 各定員20名



講師 中野 良唯 氏
ファイナンシャルプランナー
宅地建物取引士

住宅ローンの金利動向、上昇リスクとその備え

午前の部 11:00～12:00
金利が上がるとどうなる？
損しない住宅ローンの選び方をわかりやすく解説

メンテナンスにお金がかからない家づくりのコツ

午後の部 13:30～14:30
見落としがちな維持費も考慮！
ムダな出費を防ぐ家づくりのポイント

お問い合わせ 075-771-6186

参加者募集

申込締切日

11月18日(火)

※先着順
締切日以降も満席になるまで受け付けます。

歌舞伎はここから始まった—
度重なる困難を乗り越え
燃え立つ炎のように
踊り続けた阿国の伝説が今
新たな幕をあける—

キャスト

阿国 浜名実貴
三九郎 嵐芳三郎
田部莊兵衛 藤川矢之輔
お菊 有田佳代
お菊 松井誠(特別出演)

出雲の阿国

Izumo no OKUNI

有吉佐和子・原作
津上忠・脚色
鈴木龍男・改訂・演出

松井誠 特別出演

前進黨創立95周年記念 京都初春特別公演

京都府・京都市・京都府民・京都府在住者・京都府出身者・京都府在住者・京都府出身者

時代に抗い 舞い続ける—

京都駅ビル内 京都劇場

阿国 浜名実貴

お菊 有田佳代

田部莊兵衛 藤川矢之輔

前進座初春特別公演

二〇二六年一月五日(月)〜十一日(日)

会場 京都劇場 (京都駅ビル内)

参加資格 組合員 (本人・配偶者加入者) とその家族

観劇料 1等席 (1・2階席) 全席指定
午前の部 (11:00開演) 5,500円
午後の部 (3:30開演) 5,000円

※下記支部に所属の参加者は、送迎バスの運行を行わないため、午前の部4,500円/午後の部4,000円

対象支部 北桑田・綾部・福知山・舞鶴・宮与・京丹後
(上記以外の支部はもとよりバス運行なし)

※会場内での飲食可

●申込方法

ハガキ・FAXまたは右記コードからお申込みください。

①氏名 ②組合員番号
③観劇日・時間 (第2希望まで明記) ④支部名
⑤申込枚数を明記してください。
※組合員同士のグループで申し込まれる場合は、
同じ申込書に連記してください。

●チケットの発送

12月中旬 チケット送付後の返金・交換は不可

●料金の納入方法

登録の京都銀行口座から2月19日に引落。
京都銀行口座未登録者には振込用紙を送付します。



観劇指定日及び定員 予定上演時間 2 時間30分 (休憩30分含む)

午前の部 11時開演	1/5(月)	1/6(火)	1/7(水)	1/8(木)	1/9(金)	1/10(土)	1/11(日)
	50 名	50 名	50 名	50 名	50 名	50 名	50 名
午後の部 3 時30分開演						80 名	

チケット・ガイド

申込締切日
10月26日(日)

- ・座席の指定、申込締切後の取消不可
- ・申込多数の場合、締切後抽選
- ・展覧会、映画以外で年齢について注意書きのない催しについては未就学児の入場不可

申込方法

HP・二次元コードからお申し込みください。
FAX (075) 771-6180、郵送も可。
用紙は自由。

申込事項

※クイズ等の申込は併記不可
住所・氏名・組合員番号
公演名・日時・券種(一般等)・希望枚数

支払方法

12月に口座から自動引き落とし
引落できない方には振込用紙を送付



今月のチケット・ガイド
申込はこちら

展覧会

新時代のヴィーナス！
アール・デコ100年展



女性が描かれたフランスを中心とするヨーロッパのグラフィックデザイン作品と共に、女性と関わりの深いジュエリー、香水瓶、ドレス、車など100年前のこの時代を象徴する数々の貴重な作品や資料を展示します。

大阪中之島美術館5階展示室

10月4日(土)～11月4日(日)
取扱い金 一般 1670円
大高生 1300円

※障がい者本人とその付添人1名は当日料金の半額(要証明)

藤城清治101歳展
生きている喜びとともに



空とぶBMXアビー ©Fujishiro Seiji Museum 2024
※本展出品作品とは異なる場合があります

100歳を超えた現在もなお、1日に約100枚消費す

音楽

鼓童創立45周年ツアー
鼓童十二月公演2025

※障がい者本人とその付添人1名は当日料金の半額(要証明)

グランフロント大阪 北館
ナレッジキャピタル イベントラボ
10月22日(水)～11月4日(日)
取扱い金 一般 1620円
大高生 1170円
小中生 450円

京都市交響楽団オーケストラ
ディスカバリー2025

第3回 時代を超えて踊る踊る

指揮 沖澤のどか(常任指揮者)
曲目 チャイコフスキー…バレエ音楽「くるみ割り人形」から 他

ロームシアター京都メインホール
12月21日(日) 14時開演
取扱い金 19歳以上 2700円
5歳～18歳 1350円
全席指定

※5歳未満入場不可
※子ども対象の教育プログラムです。

京都市交響楽団 特別演奏会
「第九コンサート」

指揮 沖澤のどか(常任指揮者)

ソプラノ 嘉目真木子
メゾ・ソプラノ 小泉詠子
テノール 小原啓楼
バリトン 山本悠尋
合唱 京響コーラス

京都コンサートホール
12月28日(日) 14時30分開演
取扱い金 S席 5400円
全席指定

演劇

佐々木蔵之介ひとり芝居
「Eナージョナリ」

ルーマニアの国民的詩人・劇作家のマリン・ソレスク作「ヨナ」を本邦初演。聖書に登場する預言者でクジラに呑まれたが生還したヨナを描く、

詩情とペーソス溢れる一人芝居。

人形劇

COOL JAPAN PARK OSAKA
TTホール
11月23日(日) 12時開演
取扱い金 一般 11000円
全席指定

京都労演12月例会
人形劇団ブーク「オッペルと象」

美しく、強く、ピュアな宮澤賢治の世界。大人も子どもも楽しめる人形劇です。

呉竹文化センターホール
①12月7日(日) 14時30分開演
②12月8日(月) 18時30分開演
取扱い金 一般 3500円
大学生 1500円
高校生以下 1000円
全席指定

バレエ

熊川哲也 K-BALLET
TOKYO 「くるみ割り人形」

芸術監督・熊川哲也が贈る壮大なるファンタジーの歴史的傑作。

管弦楽 シアターオーケストラ
フェスティバルホール
①12月6日(土) 14時開演
②12月6日(土) 18時開演

表紙作者のことば



書

松村 健一
(退教互 西京支部)

「ガラス絵」の手法による書の作品作りを始めて久しい。さすがに裏文字を書く面白さには新鮮味が無くなってきたが「カスレ」や行書の書き方等難しさも残している。

「こども」がテーマの今回は山頭火の句に小学生の頃に息子が描いた絵を版面にしてバックに入れてみた。額は娘のお下がりのCDラックを改造したものである。

世界三大映画祭すべてで監督賞に輝き、オスカーノミネーションは11回という驚異のキャリアを誇るポール・トーマス・アンダーソン監督の最新作『ワン・バトル・アフター・アナザー』は、ひとり娘を狙われた冴えない元革命家の男をレオナルド・ディカプリオが演じ、次々と襲いかかる刺客たちとの死闘を繰り広げる。息もつかせぬ怒濤の追走劇だ！

ハラハラドキドキする追走劇のあとは、ロマンティックでメランコリーな追いかけてを描いた『グランドツア



『グランドツア』
© 2024 - Uma Pedra No Sapato - Vivo film - Shellac Sud - Cinéma Defacto

は強気『グランドツア』は強気



』がおすす。映像の魔術師ミゲル・ゴメスの最新作だ。1918年のビルマからはじまり、結婚から逃げたい男と結婚したい女が、シンガポールやベトナム、日本などアジアを股にかけて果てしないイ

な女が男を追う物語だが『おいしい、応為』も豪胆で自由な女性絵師・葛飾応為の生き様を描いた物語。葛飾北斎の娘であり、右腕だった彼女は、日本のレンブラントとも評されるほど絵師としても才能を発揮し、江戸を駆け抜けたヒロインと言える。応為を長澤まさみ、北斎を永瀬正敏が演じる。

ミュージカル

韓国キャスト来日版
ミュージカル「愛の不時着」

大ヒット韓国ドラマ「愛の不時着」のミュージカルがついに大阪に！

※韓国語上演、日本語の字幕付

COOL JAPAN PARK OSAKA

WWホール

①12月7日(日) 13時開演

②12月13日(土) 13時開演

取扱い金 S席 13500円

全席指定

ミュージカル

「バグダッド・カフェ」

名曲「コーリング・ユー」と共に、不朽の映画がミュージカルとしてよみがえる！

出演 花總まり 森公美子

小西遼生 清水美依紗 他

取扱い金 S席 17500円

全席指定

※5歳以上入場可

ウクライナ国立バレエ

「雪の女王」(全2幕)

管弦楽 ウクライナ国立歌劇

場管弦楽団

ロームシアター京都メインホール

12月23日(火) 18時30分開演

取扱い金 S席 16200円

全席指定

梅田芸術劇場

シアター・ドラマシティ

12月7日(日) 12時開演

取扱い金 12500円

全席指定

落語

桂米團治 独演会

上方落語の華のある高座は必見です。毎年大人気の米團治独演会、お見逃しなく。

府立文化芸術会館

1月25日(日) 13時30分開演

取扱い金 一般 3700円

全席指定

※25歳以下の方は当日証明証呈示で500円返金

年間取扱チケット

月曜日締切 水曜日発送

◆京都シネマ 1080円

※1回の申込につき原則2枚まで

◆ガーデンミュージアム比較

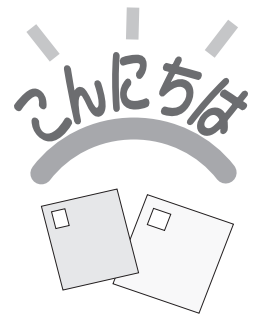
(12/7まで) 一般 1000円

※但し11/25~12/7は現地窓口でチケット購入した方が安くなります(一般6000円)。

※その他の券種はHPで確認



年間取扱
チケット
申込は
こちら



久しぶりの銭湯で：

先日、給湯器のエラーが出
てお湯が出なくなったので、
娘と孫2人と一緒に近くの銭
湯に行きました。ここに住ん
で16年目で初めての経験です。
泡風呂や水風呂、綺麗なピン
ク色の湯船など、広くていろ
いろなお風呂があつて、孫た
ちは大喜びでした。ご近所の
常連さんが孫たちに優しく話
しかけてくださいました。帰
り道に空を見上げると、綺麗
な三日月が見えました。ずつ
と昔、子どもの頃家族で銭湯
に行き、星を見ながら帰った
ことをふと思い出しました。

北支部 竹下 久美

珍しい訪問者

我が家の屋上に少し珍しい
訪問者が。いつものスズメ達
から少し離れた場所に、メス
のイソヒヨドリ。私の方を見
ながら、何やら一生懸命お話
をしてくれます。思わず「あ

なたはだあれ？以前お会いし
ましたか？」と返事をしてし
ました。パン屑目当てに
集まるスズメ達はもちろんで
すが、たまに来る訪問者に心
を癒される日々です。

右京支部 熊木 美紀江

最高のサイクリングロード

桂川サイクリングロードは
最高です。人は少なく、川沿
いに広大な空間を独り占め。
逞しい草花、野鳥の姿にいつ
も感動。西向けば愛宕山、東
は比叡山の姿が各所から見え
る。この2つの山は見ている
と美しい。かつて、あの山々
の頂上に、下から登り切った
感動も思い出しながら。今は
下から眺めるだけだが、それ
でも山の姿から元気をもらい
ます。

西京支部 小室 やよい

小1の孫がうたう「神田川」

小学1年生の孫が、かぐや
姫の「神田川」を歌ってくれ
ました。歌詞は本で、メロデ
ィーは娘が歌ったのを聴いて
覚えたようです。突然のこと
で驚きましたが、みんなが笑
顔になったひと時でした。

醍醐支部 中島 敬三

4年越しの結実を楽しみに

4年前に食べた、美味しい
キンカンの種を植えていたの
ですが、やっと花が咲きまし
た。実ができるのを楽しみに
待っています。

伏見支部 山本 有造

バンドが生きがい

バンドを組んで24年余り、
今でもほぼ毎週練習をしてい
ます。最近では、地域おこし協
力隊の方とミュージックカフ
ェを開き、懐かしい歌を参加
者の皆さんと一緒に歌ってい
ます。不定期の開催ではあり
ますが、楽しみが増え、生き
甲斐のひとつになっておりま
す。これからも生き生きと毎
日を過ごせるように努力して
いきたいです。

京丹後支部 奥田 幸子

小さな幸せ見つけた

毎日散歩します。最近では
傘が必需品です。楽しみは四
つ葉のクローバーを探すこと
です。今年は12本見つけまし
た。

他府県滋賀 紀平 好博

法律相談



契約をとりやめたい

Q 今まで使っていた携
帯電話（ガラ携）が壊
れたので、新しくしようと店
に行ったところ、スマートフ
ォンを勧められ、契約をした
らタブレット端末なども付い
ている契約でした。ちょっと
触ってみましたが、とても使
いこなせそうもないので、契
約を取りやめたいのですがど
うすればいいでしょうか。

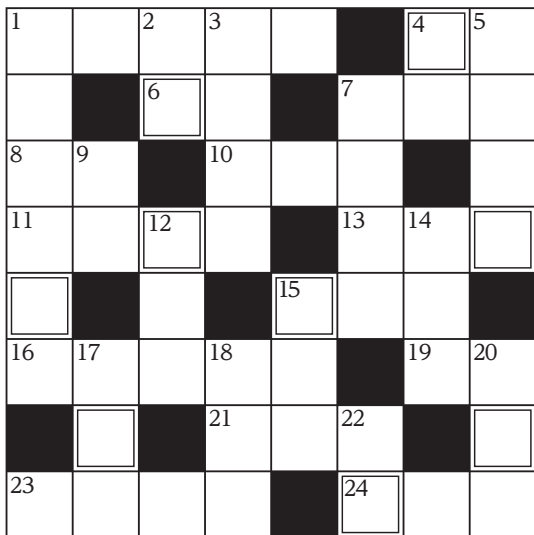
A 店舗で契約内容につ
いて時間をかけて説明
を受けたとしても、理解が容
易ではない契約が増えていま
す。細かな文字でびっしり説明は
書かれてはいませんが、単語の
意味さえわからないこともあ
って、内容を理解することもあ
らざりません。並大抵のことではありませ
ん。言われるがままに契約をし
てしまい、後で「しまった」と
後悔することも多々ありそ
うです。慌てて店に契約を解
除したいと申し出ても、違約金

などを持ち出される等、解約
できないという相談が消費者
センターなどに多く寄せられ
ているようです。

この点、電気通信事業法で
は、初期契約解除制度が設け
られるようになりました。し
かし、この制度では、契約書
面を受け取ってから8日間は
理由如何に関わらず契約を解
除することが出来るのですが、
電話機自体（端末機器）の売
買契約やレンタル契約等には
解除の効力は及びません。

この法律では、もう一つ
「確認措置」という制度が設
けられており、一定の場合に
は、8日間であれば端末機器
の売買契約やクレジット契約
等も解除することが出来ます。
その「一定の場合」とは、家
に帰って使ってみなければ、
電波の繋がりが悪くて度々圏
外になってしまいうような場合
と、事業者の説明等が不十分
であると認められるような場
合です。ただ、一定の費用は
かかってしまします。契約は
変わったとしても、説明不十
分といえるかどうか微妙なこ
とも多いと思いますので、契
約書を持って、急いで（8日
以内に間に合うように）専門
家に相談されることをおすす
めします。

弁護士 岡根 竜介
（京都法律事務所）



クイズの応募規定 ▶ 締切10月末日必着
(正解・呈賞者は12月号発表)

* 支部名、氏名、組合員番号、紙面の感想を明記のうえ、互助組合まで。ハガキ、FAX、HP (右記コード) 等で応募してください。
* お寄せいただいた近況報告は、「こんにちは」にお断りなく掲載させていただくことがあります。掲載不可の場合はその旨をお書き添えください。

応募はこちらから



返信メールは届きません。



25名にQUOカードが当たる!!

二重枠の9文字で表されるキーワードを当ててください。ヒント…秋の夜長にゆっくりと

●タテのカギ

- 1 今年の——の名月は10月6日
2 「——が流れて木の葉が沈む」とは、物事の道理が逆であることのとえ



- 3 いい湯だな♪10月10日は語呂合わせで——の日
4 キリストの12人の弟子、十二——
5 二十四節気で「立冬」のひとつ前は？
7 「スポーツの日」は2019年まで「——の日」でした
9 雪が白く降り積もった光景を表す言葉「——市塩車」
12 何かをするための道具のこと。筆記——
14 「三つ子の魂百まで」と似た意味、雀百まで——忘れず
15 「銅」や「花」は形声文字、「明」や「森」は——文字

●ヨコのカギ

- 1 地面と空との境界線
4 梅干しを色付けするため
6 福岡・太宰府天満宮にある、漢字一文字をかたどった池の名は——字池
7 着物や帯を包む厚手の和紙、——紙
8 「——はその日の難逃れ」とは、朝これを食べると一日災難にあわないとい



- 17 照度の単位
18 フィギュアスケートの4種目のひとつ、——ダンス
20 化学——、合成——、食物——
22 ——の敵を長崎で討つ
10 う意味
11 別名をパッションフラワーともいう植物、——草
12 杉や松は、細く尖った形の葉を持つ——樹
13 元素記号S
15 分度器で測定する
16 モンテビデオを首都とする南米の国
19 日本の高等学校に相当する、フランスの後期中等教育機関
21 ドイツ語では「Nein」、中国語では「不」、日本語では？
23 グリシャ語の「秩序」「調和」が語源の秋の花
24 太陽系の中で2番目に大きい巨大ガス惑星

クロスワードクイズ

7月号の答え：打ち上げ花火(ウチアゲハナビ)

(応募者551名中、正解者545名)

7月号当選者(敬称略)

永井 節子(中京支部)	森 稔泰(綾部支部)
石井 幸子(右京支部)	沖野 京子(福知山支部)
佐竹 郁子(西京支部)	川端那美代(福知山支部)
勝田長佳子(西京支部)	三田 博美(宮与支部)
峯村 浩美(左京北支部)	市田さゆり(宮与支部)
前田 桂子(南支部)	上野ゆかり(京丹後支部)
今北 宜子(伏見支部)	小田 修司(他府県滋賀)
高橋由紀子(乙訓支部)	
吉田 啓子(乙訓支部)	
本庄 隆之(宇治東支部)	
隈 眞知子(宇治西支部)	
近藤 弘和(城久支部)	
栗田 文夫(山城北支部)	
栗山 純(山城南支部)	
山口 雄弘(山城南支部)	
中野 孔明(亀岡支部)	
大石 繁樹(亀岡支部)	
稲元 美紀(船井支部)	

☆ 7月号の解答図

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
ハ	タ	ア	ゲ	ア	イ	ス																	
7	イ	ワ					8	コ	9	ユ	ケ	イ											
10		ー					11	ル		ヌ		12											
		ス					13	モ	14	ウ	シ	15											
16	カ	17	イ	キ								18	ハ	19	カ	リ							
20		ス	キ				21	ヨ	22		ク	ラ											
							23	24	ナ	ド	ン			25	タ	26	ジ						
27		マ	ビ	コ										28	ペ	チ	カ						

余話

自分自身のために初めて救急車に乗った。意識があるときに救急車をお願いするのは、なかなか勇気が要った。こんなことぐらいで頼ってよいものか、もう少し我慢したほうが良いのではないかと決断しにくいのだ。それでも頭がひどく痛いことの不安の方が大きくなって、とうとうお願いした▼救急車のおかげで病院もすぐに決まり、病院の受け入れも手際よく、落ち着いていくことができた。何度も名前や生年月日、今日の日付などが問われ、脳に異常がないか確かめておられたようだ。次々と検査をしていただき、屋過ぎには入院もせず家に帰れることになった▼救急車に乗るとき、上着を着替えて靴下をはき、保険証、財布は持ったが、外を歩けるような格好はしていない。タクシード帰るしか方法はなかった。たくさんの検査をしてももらったので、支払いもそこそこあった▼病院に行くことなどめったにない私は、療養費の申請をするのもなかったが、今回ばかりは助けてもらえるとほっとしている。これからは、思いもよらないケガや病気を経験するだろうと少し弱気になるが、元氣なおばさんでいたいものだ。

(山本)

支部通信員おすすめ！

秋のお出かけスポット

長岡京市 ガラシャ祭

毎年11月の第2日曜日に行われる、継体天皇からガラシャ（細川玉）のお輿入れまで、乙訓に関係した人物が長岡京市内を巡行する、乙訓版ミニミニ時代まつり。楽市楽座も行われます。（乙訓支部 坂根 隆一）

●長岡京市内一円

*巡行は長岡第六小学校を出発し、長岡京市役所前を通り、JR長岡京駅前で折り返し、勝竜寺城公園前でフィナーレを迎えます。



ガラシャ祭
実行委員会HP



提供：長岡京ガラシャ祭実行委員会事務局

宇治市 お茶と宇治のまち歴史公園 茶づな

宇治の歴史を感じる史跡、茶畑、楽しく学べるお茶のミュージアムや茶臼から抹茶づくり体験などができる施設で、様々な角度から宇治の魅力を体験できます。

また、毎月第3日曜日には「茶づなdeマルシェ」が開催され、ハンドメイド雑貨や食品の販売、ステージイベントなどが楽しめます。

（宇治東支部 片山 和美）

●京阪「宇治」駅から徒歩約4分

営業時間 9：00～17：00

ミュージアム入場料 一般600円、小中学生300円

*宇治市内在住の70歳以上無料

（身分証明書提示）

体験プログラムは要事前予約

TEL 0774-24-2700



公式HP



©お茶と宇治のまち歴史公園茶づな



芸術の秋 美術館へ行こう！

～チケットガイド・年間取扱チケット～

購入した「ぐるっとパス・カード」を関西地区52の美術館・博物館の窓口で提示し、端末機で表面のQRコードを読み取った後に、無料や割引等で入場ができます。

< 京都府立堂本印象美術館 >

10/9 (木)～12/21日(日)

<没後50年記念> 企画展 The Great DOMOTO—堂本印象の家族たち—
ぐるっとパス・カードを持っていくと**企画展入場料580円が無料に！**

国の登録有形文化財になりました

その他にも例えば…

◆龍谷大学龍谷ミュージアムは、シリーズ展700円が無料に、特別展・企画展は割引料金になります。

◆泉屋博古館、野村美術館は、入館料が割引になります。

※展覧会の内容、料金、休館日等は事前に最新情報をご確認ください。



公式HP

ミュージアムぐるっとパス・関西2025

【申込方法】

右記コード、FAX、郵送で申込
毎週月曜日までの申込分を
水曜日に発送（週1回）

【有効期間】

利用開始日を含む6か月間有効
*最終利用有効日は2026年3月31日

【取扱料金】

通常料金1,400円▶**幹旋料金1,120円**



申込はこちら