

互助組合報退教互版

2026年3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211号 1部20円(購読料は会費に含まれます)

3月号
No.549



第50回教美展出品作品

絵画 ミツマタの森 (54cm×79cm)

山田 千恵子 (退教互 他府県支部)

～今月の紙面～

- ③ 募集 健康チャレンジ
- ④ 募集 自然観察会
撮れびあん!
- ⑤ 近郊を歩く
- ⑫ 支部通信員おすすめ!
春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・パスワードともに「 」と入力

健康チャレンジ実施中!

3月の結果を4/10までにお寄せ下さい。

抽選で2名の方に
「ヨックモック シガール
(14本入)」プレゼント!



▲詳細はこちら

事務局からのお知らせ

給付請求の受付期間と振込日

1月19日～2月16日受付分
 ↓ **3月16日送金**
 2月17日～3月16日受付分
 ↓ **4月16日送金**

3月の口座引き落としは19日

3月19日(木)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送付します。3月分・4月分は4月下旬に送付します。

公立京都の健康保険から別の健康保険に変更になる方へ

公立学校共済組合京都支部(公立京都)の健康保険(任

意継続含む)から、別の健康保険へ変更になる方は**必ず変更届を提出**してください。なお、公立京都以外の健康保険で受診した分は、療養補助金請求が必要です。

また、公立京都の健康保険でも、任用形態の変更等で記号番号が変更になる場合は、必ず変更届を提出してください。正しい番号が登録されていない場合、自動給付ができません。



変更はこちらから

割引契約施設について

3月末日付で契約終了

- 〈旅行(ホテル)〉
 - ・アゴラホテルアライアンス
 - ・白馬アルプスホテル
- 〈スポーツ施設〉
 - ・宮津カントリークラブ

4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
 4月21日(火) 13時30分～16時30分
法律相談
 「交通事故」「借金の整理」「近隣トラブル」等
 4月15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

4月1日付で契約内容変更

カテゴリー	施設名	変更後の内容
旅行(ホテル)	おごと温泉 湯元館	宿泊料金から 10%引 *繁忙期除く・他の割引との併用不可
レジャー	(THE KOBE CRUISE名称変更) THE KOBE DINING CRUISE	大人・小人 500円引 *本人と同伴者 13人 まで
ショッピング	メガネスーパー	店頭販売価格から 15%引
住宅関連	クラウンハウス	京都市中京区西ノ京笠殿町159-1に移転(3/31～)
	人見建設	【利用方法】初回相談時に組合員又は家族であることを伝える
ウェディング	京都ブライトンホテル *2026年11月末で営業休止	【成約特典】ブライトンポイント5万ポイントプレゼントを削除
葬祭サービス・遺品整理等	全国儀式サービス	葬儀支援サービス【基本セット】【充実セット】【お別れ火葬セット】の3種類に
飲食店	GANKO	とんかつ・回転寿司は利用不可

【注意】

互助組合HPには、右記の内容はまだ反映されていません。詳細は4月1日以降にご確認ください。



割引契約一覧(ユーザー名・パスワード)表紙下参照

<お問い合わせ>
 総務部 075-771-6186

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。

健康づくりにチャレンジして、月替わり賞品をゲット！

参加費無料

健康チャレンジ

参加者募集

健康チャレンジとは??

「無理なく楽しく続けられること」をモットーに、自分で目標を設定し運動をするきっかけにしてみよう企画です。

結果をご報告いただいた方の中から毎月抽選で2名に月替わりの賞品をプレゼントします。

4月チャレンジ

期間 4/1 ~ 4/30

お干菓子の技術を活かした京菓子屋のラムネに仲間入りしたイチゴ味の紅だるま



依屋吉富
とろろ 都色 京だるま
(9個入)

結果申請期間 5/1 ~ 5/10

5月チャレンジ

期間 5/1 ~ 5/31

京菓子の老舗 上品な甘さと風味



ぼうだい本舗
くるみ和三盆・楓糖渋皮栗

結果申請期間 6/1 ~ 6/10

チャレンジ手順

実施期間 4月1日~3月31日

- 1 か月でクリアできそうな種目と目標を設定 ※月ごとで種目や目標を変えてもOK

たとえば…

- ・ウォーキングを30分する
- ・ラジオ体操を毎日する
- ・ストレッチと筋トレを15分
- ・ゆっくり散歩をする など



- 2 チャレンジした月の翌月10日までに互助組合へ結果申請と感想を送る
- 3 チャレンジした月の翌々月に当選者に景品をお届け&ホームページで当選者を発表
- 4 5月互助組合報で全期間の当選者と一部感想を掲載

各種用紙・詳細はこちらから⇒



用紙取得ができない場合は…

- ◆組合員番号 ◆氏名 ◆支部名 ◆チャレンジ月
- ◆チャレンジ種目と内容 ◆目標達成の有無 ◆感想を記入しFAX・郵送でも申請可能です。

TEL : 075-752-0540 FAX : 075-771-6180

事業報告

前進座観劇会「出雲の阿国」

1/5~11 京都劇場 418人



前進座創立95年の今年は、16年ぶりに上演となる「出雲の阿国」。歌舞伎の始祖といわれる阿国の生涯を描いた有吉佐和子の原作を、華やかな舞踊を交えた躍動感あふれる舞台で魅せました。

参加者からは「主演の浜名実貴さんの声・踊り・凛とした姿に感動！松井誠さんも上手でした」「阿国と伝介の舞が美しかった。役者さん一人一人の動き、声の響きに艶を感じました。観劇に行って本当に良かったです」などの感想が寄せられました。

毎月の相談事業に

「マネープラン相談」が加わります！

お金のプロ ファイナンシャルプランナーに資産形成・家計・保険・相続対策等、お金に関することを無料で個別相談できます。セカンドライフでのライフプラン・シミュレーションを通じて組合員のみなさんのマネープランが立てられます。

第1回目 4月16日(木) 10時45分~ 13時15分~ 15時~ の3枠

場 所：互助組合事務局
対 象：組合員（本人・配偶者加入者）
相 談 員：ブロードマインド(株) ファイナンシャルプランナー
相談時間：1人90分程度

※事前予約制です。必ず電話で1週間前までに事務局に申し込んでください。(先着順)

<申込・お問い合わせ>
退職互助部 075-752-0540



薬用植物の魅力と歴史に触れてみよう!

自然観察会
参加者募集

90年以上前に設立され、京都市左京区の比叡山を望む土地で希少な植物や薬用食物の保全、栽培技術の継承に携わる植物園です。京都薬用植物園のスタッフの案内で園内を歩きます。

実施日 5月29日(金) <午前の部> 10時~12時
<午後の部> 14時~16時

場所 武田薬品 京都薬用植物園 (京都市左京区一乗寺)
*最寄り駅(叡山電鉄修学院駅から徒歩約20分)

集合/解散 ①京阪出町柳駅または②現地
*①は乗合タクシーで出町柳⇄現地間(約15分)を送迎します。

ガイド 京都薬用植物園 職員

定員 <午前の部>・<午後の部> 各30名
*申込多数の場合、グループ毎に抽選

参加費 無料 (京都薬用植物園の研修は参加費無料です。
但し上記、集合解散①の場合、タクシー代として
お一人700円を後日登録口座より引落します。)

参加対象 組合員(本人・配偶者加入者) / 組合員外(家族)

申込締切日 4月24日(金)
*参加決定者には5月初旬に参加要項を送ります。
抽選の場合、落選の方には結果通知を送ります。

行程 出町柳駅または 京都薬用植物園 現地または
現地集合 にて自然観察会 出町柳駅解散
*観覧予定エリア: 中央標本園・漢方処方園・香辛料園・民間薬園



©武田薬品・京都薬用植物園

*写真の複製禁止

◆参加時の同意事項について

研修中に植物や生薬を食べたり、匂いを嗅いだり触れたりすることによるアレルギーの有無などについて、同意が必要になります。別途、申込時または、参加決定時に確認をします。

申込方法

- ・ハガキ、FAX、右記コード(ホームページ)からお申し込みください(表紙下の連絡先を参照)。
- ・申込必要事項【氏名・組合員番号・生年月日・年齢・希望時間(第1希望・第2希望)・集合場所・本人の当日緊急連絡先】を明記してください。
- ・現地集合を選択し、自家用車で参加し現地駐車場の利用を希望の場合は、その旨ご記入ください。ただし、台数に限りがあるため、ご希望に添えない場合があります。周辺道路が非常に狭いため、乗合タクシーまたは最寄り駅から徒歩を推奨します。
- ・グループの参加は、まとめて代表者が申し込む、又は備考欄に明記してください。参加要項は各自にお送りします。

申込はコチラ



「撮って!」
東支部 岩崎 順子

撮れぴあん! 22

日常生活で撮影した、風景、動物、場面など、
「トレビア〜!」な写真を紹介するコーナーです。

お写真募集中!! 掲載者に薄謝進呈!

散歩中に見つけた何気ない風景、旅先での写真、我が家の愛犬・愛猫など…なんでもOKです。良いのが撮れた!と思ったらお気軽にご応募ください。

【応募方法】

組合員番号、組合員氏名、写真の簡単な説明25字以内(任意)を明記し、HPまたは郵送で送付。(送り先は表紙下の連絡先を参照。次回4・7月号掲載予定)

*人物写真を投稿の場合は、被写体に同意をとるなど、肖像権の侵害にならないようご注意ください。



投稿はこちら



広沢池の桜

■モデルコース

約4.5km、歩行時間約1時間

歩数 約6,300歩

※施設内の時間・距離は含まれません

嵐電常盤駅⇒(20分)⇒印空寺⇒(11分)⇒
広沢池⇒(3分)⇒児神社⇒(3分)⇒佛教
大学宗教文化ミュージアム⇒(5分)⇒稲
荷古墳⇒(1分)⇒遍照寺⇒(18分)⇒JR嵯
峨嵐山駅

近郊 を 歩く



右京区北嵯峨エリアは、嵐山のほど近くにありながら観光客も少ない静かな場所です。平安時代の面影を残す風景を眺めながら散策するコースです。

(記 矢野)

嵐電常盤駅すぐの横断歩道を渡り(信号がないので要注意)、丸太町通りを西に進みます。嵯峨野高校の前には生徒の活躍を知らせる横断幕が所狭しと掛けられています。山越通で右折し、やがて右手に竹林を臨みながら緩やかな

平安時代の面影を残す北嵯峨を歩く

坂道をすすむと、左手に小さな公園があり、その角に、「千代の古道」と書かれた道標が立てられています。この道標は、嵯峨院(大覚寺)に至る府道に立てられており、平安時代に都から向かう貴族たちが通った道とされています。一条山越通の交差点を左折してほどなく右手に見えるのが**印空寺**です。山門脇に「旧御室御所茶所」の石碑があるとおり、御室御所(御室仁和寺)門跡が、外出の際にこの地を休憩所として利用してい

たと伝えられています。境内には、葉の裏面を削ると文字がかかることから葉書の始まりになったとされる、多羅葉の木が植えられています。印空寺を出てしばらく進むと、右手に大きな池が見えてきます。ここは、古くから観月の名所として知られ、多くの歌が詠まれた**広沢池**です。池畔からは小倉山や、嵯峨富士ともいわれる遍照寺山などが見渡せ、春には池の周りに植えられた桜が美しく、西南のほたりには、谷崎潤一郎の小説「細雪」に登場する椿も

佇んでおり、心和む風景が広がります。

広沢池のそばには**児神社**があり、遍照寺を建立した寛朝僧正の死を悼み、後を追って広沢池に身を投じた皇子が座ったとされる石椅子や、境内の土の中に埋まっていたハート型の石などが見られます。児神社の向かいには佛教大学のグラウンドがあり、その奥に**佛教大学宗教文化ミュージアム**が併設されています。宗教文化をテーマとする特別展・企画展が開催されると



稲荷古墳

もに、平常展示では嵯峨地域の歴史や文化の魅力を広く紹介する展示を行っています(入館無料)。

児神社から来た道を少し戻り、遍照寺への標識に従って進むと、途中こんもりとした塚の上に、朱色の鳥居が建ち並ぶ様子を目にします。広沢古墳群の一つとされる**稲荷古墳**で、古墳の上には富岡大明神が祀られています。そこを通り過ぎるとすぐ右手に**遍照寺**が現れます。平安時代中期に寛朝僧正が建立した遍照寺は、もともと広沢池の池畔にあり、観世音菩薩や多宝塔・釣殿等が並ぶ広大な寺院でしたが、寛朝僧正の死後衰退し、現在の位置に移りました。境内には重要文化財の赤不動明王と十一面観音が残されてい



ます(要拝観料)。遍照寺を出て南下すると丸太町通りに出ます。西に17分程歩くと、JR嵯峨嵐山駅に到着です。途中、地元和菓子屋「嵯峨嘉」で名物しそ餅を買うのもおすすめです。また、余裕がある方は、嵐山方面へ足を延ばして観光を楽しむのも良いでしょう。

*嵐電 北野線では、宇多野駅から鳴滝駅間で桜のトンネルが楽しめます。

「医療費のお知らせ」で療養補助金請求が可能です！

領収書を添付する方法のほかに、健康保険者が発行する「医療費のお知らせ」を添付する方法で、療養補助金の請求ができます。「いくつもの医療機関にかかっているため領収書の整理が大変」、「1年間分をまとめて請求したい」といった場合に、「医療費のお知らせ」を使えば簡単に請求でき、大変便利です。請求される際は、下記の点にご留意ください。

医療費のお知らせとは？

健康保険から発行される、医療機関等に払った自己負担額と医療費総額をお知らせするものです。
※発行時期は保険者によって異なります。

ご注意ください ⚠️用紙間違い多発中⚠️

医療費通知で請求 ➡ 第5号様式
領収書で請求 ➡ 第1号様式

請求方法はとっても簡単！

STEP 1 第5号様式「療養補助金請求書（医療費通知用）」を記入

STEP 2 請求書が上になるように「医療費のお知らせ」を、表面を揃えて重ね、上部2か所をホチキス留め

組合員番号、生年月日、記入日、氏名を記入。自署でない場合は押印

受診年月	保険診療費	
	外来	入院
令和7年2月	4,200	
令和7年10月	4,700	

※令和7年9月までは1か月4,200円未満、10月からは4,700円未満の月や、既に領収書で請求した月は記入不要です。

この用紙は医療費のお知らせ(医療費通知)専用です。必ず下記に記入してください。

※提出いただいた書類はお返ししません。原本が必要な方はコピーを添付してください。

提出前に確認！チェックリスト

- 請求用紙は正しいですか？(添付書類は「医療費のお知らせ(医療費通知)」ですか？「領収書」ですか？
※医療費のお知らせは**第5号様式**で、領収書は**第1号様式**で請求してください。
- 請求しようとしている受診月と同月に、**特約病院・薬局制度(立替払い制度)**を利用していませんか？
※特約病院・薬局制度を利用した月は、従来通り領収書での請求をお願いします。
- 請求しようとしている受診月と同月に、「医療費のお知らせ」に記載されていない受診科はありませんか？
※精神科など「医療費のお知らせ」に記載されない診療科目の領収書がある場合、「医療費のお知らせ」と併せて**第5号様式に該当の領収書を添付してください。(健康保険適用の一部負担金が給付対象です)**。
※医療費のお知らせに記載のない月の請求は、第1号様式に領収書を添付して請求してください。
- 請求しようとしている受診月に、**高額療養費(69歳以下:57,600円以上、70歳以上:80,100円以上)**にあたるものはありますか？
※高額療養費に該当する場合、健康保険からの高額療養費支給決定通知書(写し可)を併せて添付してください。
高額療養費に該当しない場合、限度額適用認定証(写し)を併せて添付してください。

不明な点などがありましたら、退職互助部(075-752-0540)までお気軽にお尋ねください。

支部だより

南支部 伏見の街散策と十石舟

中書島に集合し、早速十石舟の乗り場へ向かいました。江戸時代に酒や米や旅客を運んでいた舟が復元され、水路は春は桜、秋は紅葉と人々を楽しませています。この日も兩岸の木々の紅葉や酒蔵の建物を眺めながら、静かな水面を滑るように進む舟に乗り、情緒を味わいました。伏見みなと広場で1度下船し、三栖閘門資料館で水位差を調整する仕組みやその移り変わりを見学しました。その後、再び乗船し景色を楽しみました。

十石舟を下りた後は、思い思いに周辺の街を散策したり、酒蔵の見学をしたりしました。

昼は会食をして、近況報告をしながら交流を深めました。うらかな秋を満喫できた1日となりました。

(記 前川 登美子)



亀岡支部 グラウンド・ゴルフ大会

市内の保養施設で恒例のグラウンド・ゴルフ大会を開催。錦秋のすばらしい風景のなかで、ゆったりとそして時として真剣に大会を楽しみました。地面の状態がかなり荒れ気味だったので、ボールが想定外の動きをすることが多く、「こりゃ、大変や」との声が秋空に飛び交っていました。ゲームの合間には、あちこちで久しぶりの会話が弾み、会員相互の親睦と交流を深め、スポーツを満喫する絶好の場となりました。

そのあとの昼食懇親会のなかで、結果報告と記念品贈呈式がありました。入賞する秘訣は、「リラックスして、真っすぐに打つこと」だそうです。冬のビニールハウスで練習しようと思えます。

(記 数井 洋次)



北・左京北支部合同 舞鶴 日帰りバス旅行

初めての北支部・左京北支部の合同バス見学旅行を実施しました。修学院を出発し、途中北大路を経由し、合計25名でバスは舞鶴へ出発。昼食準備ができるまで、机ごとに自己紹介や交流をしました。

昼食後、最初の見学地、赤れんが博物館に行きました。多くのれんがを使ってできており、現在まで残っているのに感心しました。

次に舞鶴引揚記念館に向かいました。前に来た時より改装されていて、宿舍の模型などをじっくり見て回れました。

帰りは道の駅で買物をして、車内でクイズをしたり、替え歌などを歌って、無事見学旅行を終えることができました。費用等の点からもバス旅行は2支部合同開催かなと思いました。

(記 堀 勢津夫)



生成AIやデジタル技術はその使い方や管理の仕方を誤ると、いろいろ困った問題が起こってくる。偽画像や偽動画の発信、報道、文化・芸術分野での著作権問題、プライバシー侵害や個人情報流出、そして、軍事利用など▼このような危険性を深く認識したうえで、デジタル技術を人間の幸せのために使いこなすには、何が必要か、どのような社会的ルールが必要か、よく考えていきたいと思う。

(平塚)

余話

最近、スマホに向かう時間が増えた。手軽で便利というところに甘えて手放せなくなっている。これでは、どんどん記憶力や想像力が低下するのはないかと危惧している▼最新のスマホは、AIも備えている。薄型の箱の中に最新のデジタル技術の要素がいっぱい詰め込まれている。なかでも生成AIは、コンピュータに学習させた大量のデータをもとに、文章・画像・音声などを生成する能力を持ったAIだ。従来のAIがデータの分類や分析を主な目的にしていたのに対し、生成AIは「0から1を生み出す」能力が強みだそうだ▼しかしながら、

チケット・ガイド

申込締切日
3月24日(火)

- ・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。
※クイズ等の申込は併記不可

申込事項

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

5月に登録の京都銀行口座から引落
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 ●

特別展 北野天神



北野天満宮に伝わる国宝・重要文化財17点を中心に全国の天神信仰ゆかりの品々を一挙公開する特別展。史上初めて国宝「北野天神縁起絵巻(承久本)」を全巻全場面公開。
京都国立博物館 平成知新館
4月18日(土)～6月14日(日)

取扱料金

一般 1670円
大学生 1110円
高校生 650円

※中学生以下、障がい者本人とその付添人1名は無料(要証明)

特別展 原安三郎コレクション 北斎×広重



葛飾北斎「富嶽三十六景」や歌川広重「東海道五拾三次之内」など名所絵の名品を展示。
京都文化博物館 4・3階展示室

● 音楽 ●

4月18日(土)～6月14日(日)
取扱料金 一般 1530円
大高中生 990円

※障がい者本人とその付添人1名は無料(要証明)

宗次郎 オカリーナの森・心象スケッチ

曲目 透き通るような朝に
コンドルは飛んでいく他
京都府中丹文化会館
4月25日(土) 14時開演
取扱料金 一般 2400円
全席指定

フランツ・リスト国際ピアノ・コンクール の覇者 阪田知樹ピアノ・リサイタル

「世界一のリスト」と絶賛される阪田が贈る渾身のオール・リスト・プログラムです。
ザ・シンフォニーホール
5月9日(土) 14時開演
取扱料金 一般 4500円
全席指定

渋谷慶一郎 アンドロイド・オペラ「MIRROR」

AI搭載のアンドロイドが歌い手。オーケストラ、ピアノ、電子音、映像、1200年の歴史を持つ仏教音楽・声明が融合する革新的なオペラ

作品を大阪初上演します。

フェスティバルホール
5月16日(土) 14時開演
取扱料金 S席 11000円
全席指定

高木竜馬ピアノリサイタル

グリーグ国際ピアノコンクール優勝の高木が、ムソルグスキーの「展覧会の絵」をはじめ、グリーグ、ラヴェル、ドビュッシーの名曲を演奏。
京都コンサートホール小ホール
5月30日(土) 14時開演
取扱料金 一般 3700円
全席指定

高木凜々子 ヴァイオリン・リサイタル

※25歳以下の方は当日証明証提示で5000円返金
ピアノ 原嶋唯
曲目 ブラームス・ヴァイオリン・ソナタ第2番イ長調作100 他
京都コンサートホール小ホール
6月13日(土) 14時開演
取扱料金 一般 4050円
全席指定

関西フィルハーモニー管弦楽団 城陽定期演奏会

エリザベート王妃国際音楽コンクールで日本人史上最高

位の第2位を受賞のピアニスト久末航と、指揮・藤岡幸夫の競演。
指揮 藤岡幸夫
ピアノ 久末航
文化・パルク城陽プラムホール
8月23日(日) 14時開演
取扱料金 一般 4050円
学生(25才以下) 1800円
全席指定

● ミュージカル ●

わらび座 イーハトブシアター 真昼の星めぐり The Musical

ヘラルボニーのアートとわらび座がコラボレーション。
ロームシアター京都メインホール
5月26日(火) 18時30分開演
取扱料金 一般 6300円
全席指定

ミュージカル メリー・ポピンズ

※子ども無料招待を席数限定で実施。詳細・購入はわらび座HPでご確認ください。
誰もが一度は観たい傑作ファンタジーミュージカル。
出演 笹本玲奈 上川一哉 他
梅田芸術劇場メインホール
5月31日(日) 12時30分開演
取扱料金 S席 14800円
全席指定

※4歳以上入場可。要チケット。

表紙作者のことば



絵画

山田 千恵子
(退教互 他府県支部)

互助組合報退教互版「春のお出かけスポット」欄で目にした、綾部市老富のミツマタ群生地を訪ねました。

杉林を埋め尽くす可憐な黄色の絨毯は、これまで見たこともない幻想的な世界でした。

その感動的な光景を水彩で表現できるように、試行錯誤しながらも楽しんで描きました。



『パリに咲くエトワール』は、春めいた3月にぴったりの一作。1912年のパリ、日本からやってきた画家を夢見るフジコと、ナギナタの名手ながらバレエに心惹かれる千鶴のふたりが困難を乗り越えていく…。キャラクター原案に『魔女の宅急便』の近藤勝也を迎え、夢を追いかける少女たちの奮闘を繊細かつ瑞々しく描く。



『決断するとき』

最後に紹介するのは『決断するとき』。アイルランドに実在したマグダレン洗濯所の人権問題を背景にしたクレア・キーガンの小説『ほんのささやかなこと』が原作だ。1985年、4人の娘と妻と

が卓球界で成り上がりを目指す物語。野心に燃える冒険を疾走感とユーモアたっぷりに描出し、本年度アカデミー賞主演男優賞（ティモシー・シャラメ）ほか9部門ノミネートとなった。*2月19日現在

ともに慎ましく暮らすビルは、ある日地元の修道院で、酷い扱いを受ける少女たちの現実を目の当たりにする。絶対的権力を持つ教会に盾突くことは許されないが…。多くが語られず、静かで控えめな作品だが、力強い結末が心を震わせる。当時の社会の闇を象徴するような修道院長演じるエミリー・ワトソンの抑制された演技も見どころ。

『パリに咲くエトワール』は13日からT.O.H.Oシネマズ二条、MOVIX京都、T・ジョイ京都、イオンシネマ京都桂川・久御山・高の原にて、『マーティ・シュプリム』世界をつかめ』は13日からT.O.H.Oシネマズ二条、MOVIX京都、T・ジョイ京都、イオンシネマ京都桂川にて、『決断するとき』は20日から京都シネマにて公開予定。
(京都シネマ・川添ゆうき)

文楽

4月文楽公演

人形浄瑠璃三大名作の一つ「菅原伝授手習鑑」から三つ子の兄弟に焦点を当てた演目を第一部と第二部で上演。第三部は春らしいうらかな演目と時代物大作の2部構成です。

第一部 11時開演
菅原伝授手習鑑（道行詞の甘替・桜丸切腹の段）

第二部 15時開演
菅原伝授手習鑑（北嵯峨の段・寺子屋の段）

第三部 17時30分開演
二人禿 ひらかな盛衰記

国立文楽劇場

4月18日（土）
①第一部②第二部③第三部
4月19日（日）
④第一部⑤第二部⑥第三部

取扱い金 第一部 5360円
第二部 4800円
第三部 4800円
全席指定

立川志の輔独演会

京都芸術劇場開場25周年を記念して、今年の一志の輔ら

落語

第一部 4800円
第二部 4800円
第三部 4800円
全席指定

浪曲

玉川太福独演会

京都を主舞台に寅さんとマドンナ・かがりて展開する大人の恋の物語を演じます。

演目 「男はつらいよ第29作 寅次郎あじさいの恋」
他二席

京都文化博物館6階和室
6月7日（日）13時開演

取扱い金 一般 3000円
全自由席（入場整理番号付）
※畳席です。折り畳みます等の持込はできません。

くぐり」は4日間開催！

京都芸術劇場 春秋座

① 5月27日（水）16時開演
② 5月28日（木）15時開演
③ 5月30日（土）15時開演
④ 5月31日（日）13時開演

取扱い金 一般 4500円
全席指定

年間取扱チケットの発送について

京都シネマのチケットなど、年間取扱チケットは、3月23日（月）締切、25日（水）発送が年度内最終発送です。次回は4月8日（水）発送になりますので、計画的に申し込み下さい。



年間取扱チケット詳細・申込はこちら



ゆるゆるすきまトレーニング

膝痛軽減のため、下肢の筋力をつけなければと、軽いスクワット、跳躍などゆるくて軽いすきまトレーニングをゆるゆる始めました。

上京支部 桑山 富子

震災を忘れない

図書館司書をしています。毎年、「1月1日、1月17日、3月11日を忘れない」というコーナーを作って、震災、防災関連の本を並べて、生徒たちに見てもらっています。災害被害の実態や写真、文章など、本が生徒たちに語りかけています。普段からの準備、心構えなど、本は雄弁です。左京北支部 和田 知子

免許返納後の暮らしがぶり

運転免許証を返納して1年が過ぎました。車に頼らない生活は不便ですが、自分の運

転で人を傷付ける心配がなくなり、歩くことが増えて健康に良いこと、何より車に必要な経費が無くなり経済的にも助かっています。運転をしなくなった分の認知症対策に、出来るだけ文章を書くこと、読書を増やすこと、会話を増やすこと等を心がけています。

東支部 向井 秀夫

先見の明？

「今、何時？」より「今日、何日？」が増えたような気がします。退職祝いにいただいたデジタル時計は日にち表示が一番上で一番大きい。もらった時は違和感がある時計でしたが、今ではくださった方は「すごい方!!」と、有り難さを感じる毎日です。

伏見支部 西田 隆

絶景に感動

孫たちを連れて、かめおか霧のテラスまで登り、雲海を見てきました。地元に住んでいながら今まで見ることもなかった霧の海。その神秘的な絶景に感動しました。

亀岡支部 難波 一美

日本にいながら国際交流

喜寿を超え健康に気遣い英語学習に励んでいます。3年毎に先生を変え、多くの国の方と話す事でその国の文化、国民性を知り、日本の良さを改めて認識しています。外国旅行はもう行けません。世界観が広がって楽しいです。

宇治西支部 山口 サチ子

短歌づくりを通して

昨年、与謝野町に短歌同好会「つばくろ会」が立ち上がり、月1回活動しています。じっくり自分のことや、周りのことを見つめる時間が持てるようになりました。今年もウ・マ・ク作れなくても、楽しい時間を作っていきたいと思っています。

宮与支部 小坂 卓男

他支部の方歓迎！

右京支部 作品展

日時: 3/25(水) 11時~17時
26(木) 9時~16時
会場: サンサ右京「マチコ」
(右京区役所1階)

法律相談



所有不動産記録証明制度

所有していた場合、書類などが残っていればともかく、そうでなければすべての不動産を把握することは難しいことでもあります。これまでは、見逃された不動産について放置されてしまう事態が少なからず生じていました。

Q 父が亡くなりました。父は、あちこちに先祖代々から引き継いだ不動産(山林や田畑も)を所有していたらしく、その所在が正確にわかりません。相続登記をしなければなりません。どうやって探したら良いでしょうか。

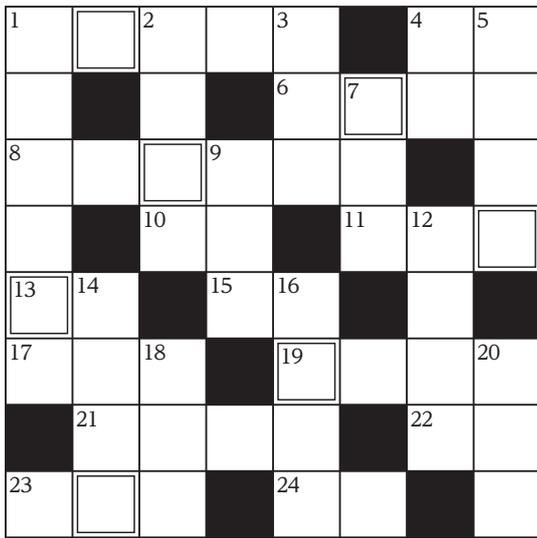
A 2024年4月1日から相続登記が義務化され、被相続人が亡くなったことを知ってから3年以内不動産(土地や建物)の相続登記をしなければなりません。正当理由がなく登記をしないと10万円以下の過料が科せられる可能性があります。

でも、あなたの父親のように被相続人が多くの不動産を

2024年4月1日
詳細は法務局にお問い合わせください。

弁護士 村松 いづみ
(京都法律事務所)





クイズの応募規定 ▶ 締切3月末日必着
(正解・呈賞者は5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、「こんにちほ」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7文字で表されるキーワードを当ててください。
ヒント：花の便りを追いかけて

●タテのカギ

- 1 酒税などのように、実際の納税者と納税義務者が異なる税金の総称
- 2 熱海市にある「鳳凰の松」は、日本最大の——として日本記録に認定されています

- 16 14 「倫敦」と書く、霧の都 衣服を他のものに取り替

●ヨコのカギ

- 3 オフアールとも呼ばれる、売値、売り気配を意味する証券用語
- 4 サバンナに群れで生息、別名「ウシカモシカ」ともいう動物
- 5 スペイン語で「大金」。火山活動で生じた巨大な凹地
- 7 2004年に「紀伊山地の霊場と参詣道」として世界遺産に登録された、——古道
- 9 和服の袖の袋状になった部分。ひどく泣くことを「——を絞る」という
- 12 せりなずなごぎょう——ほとけのざすずなすずしろこれぞ七草
- 16 14 「倫敦」と書く、霧の都 衣服を他のものに取り替

- 24 「吹く風——を鳴らす」とは、天下泰平である様子

- 18 0〜3℃程度で食品を保存する、冷蔵庫の——室
- 20 この鳥が低く飛ぶと雨になる?
- 1 アンコールワットで有名な国
- 4 同じ意味のことわざ。豆腐に鏝、——に釘
- 6 「学校」を英語で
- 8 互いに励まし合いつつ向上するという意味の四字熟語
- 10 紅、紫、里、山といえはどんな根菜?
- 11 森山良子のデビュー曲「この広い——いっぱい」
- 13 「何も無い」ことを表す数字
- 15 四字熟語「——鶴落(こつらく)」とは、書画や文章に力強い勢いがあることを示す単位
- 17 PCのモニターサイズを示す単位
- 19 遠くへ旅立つ人や、転居などをする人へ贈るはなむけの金品
- 21 円安と表裏一体、米通貨の価値が上がる現象のこと
- 22 雄のロバと雌のウマの間に生まれた動物
- 23 円舞曲Ⅱワルツ、輪舞曲Ⅱ?

1月号の答えは「勇往邁進」でした

応募者676名で、673名が正解でした。新春特別企画として、30名にQUOカードをプレゼントします。

▼当選者(敬称略)

- 井上 繁 (北支部)
- 川本 律子 (北支部)
- 寒出 治美 (上京支部)
- 伊東 睦子 (上京支部)
- 小林 敬子 (中京支部)
- 松田佳代子 (中京支部)
- 浅尾 彰俊 (右京支部)
- 服部真貴子 (西京支部)
- 柴田 隆司 (左京北支部)
- 林 久徳 (左京南支部)
- 嶋田健一郎 (東支部)
- 五十嵐早苗 (東支部)
- 立尾 友隆 (南支部)
- 古川 豊子 (伏見支部)
- 切手 祐子 (乙訓支部)
- 西村 徹 (乙訓支部)
- 坂井 美子 (宇治東支部)
- 笹井 昭 (宇治東支部)
- 今西千枝子 (宇治西支部)
- 中村 久子 (山城北支部)
- 足立登規子 (山城南支部)
- 中野 忠樹 (北桑田支部)
- 片岡 泰子 (亀岡支部)
- 八木 正博 (船井支部)
- 麻田 育良 (船井支部)
- 芦田 典明 (福知山支部)
- 小長谷ルミ (宮与支部)
- 山副美佐子 (京丹後支部)
- 佐上 郁子 (他府県宮城)
- 高田 哲朗 (他府県奈良)

☆1月号の解答図



2026

支部通信員
おすすめ!

春のお出かけスポット

長岡京市 乙訓寺

推古天皇の勅願で聖徳太子が創建したといわれる、乙訓地方最古の寺です。

毎年4月下旬から5月上旬にかけて約2,000株の牡丹が境内いっばいに咲き誇り「牡丹の寺」として広く親しまれています。

(乙訓支部 坂根 隆一)
*2024年度通信員

- 入山料 大人500円 中学生以下無料
*春の重要文化財特別公開の拝観には別途料金がかかります
- 阪急「長岡天神駅」またはJR「長岡京駅」より阪急バス「薬師堂」下車、徒歩5分



©京都府広報



綾部市 岩王寺 (茅葺の寺)

寺の庭には樹齢300年という山菜蓂の大木があり、4月中旬には黄色の花が大木いっばいに咲きます。また同じ頃に2本並んで植えられた白椿、紅椿の可憐な花が咲き、そこから駐車場に目を転ざると、そこは桜のトンネルとなっています。この寺は萩の寺としても有名で毎年9月中旬に萩まつりが開催されます。訪れる人があまり多くなく、花を愛でる穴場です。

(綾部支部 大槻 美千代)
*2024年度通信員

- JR「綾部駅」よりあやバス西八田線「七百石」下車、北へ徒歩20分(綾部市七百石町寺の段1)

京丹後市 離湖公園

周囲3.8Kmに及ぶ京都府最大の淡水湖。春には湖畔を彩る桜が美しく、ライトアップもされています。

(京丹後支部 清水 茂)

- 丹鉄「網野駅」より丹海バス「小浜」下車、徒歩12分



©京丹後市観光公社