

2025
Jul 7

ピロティおとくに LINE 友だち募集!

詳しくは、ピロティおとくに みんなの広場 (P6)

Monthly Index

P1・・・表紙 (会員提供)
P2・・・2024年度決算報告
P3・・・今月のチケット情報
P4・・・街角インフォメーション

P5・・・Let's Go Otokuni お出かけ情報
P6・・・健康豆知識/ピロティおとくにみんなの広場
P7・・・ピロティクイズ/入会・退会手続きのご案内
P8・・・南座 歌舞伎 刀剣乱舞/各種プール

一般財団法人乙訓勤労者福祉サービスセンター (愛称: ピロティおとくに)

事業所数 **532** 会員数 **1,641** 〒617-0833 京都府長岡京市神足2丁目3-1 パンビオ1番館1階

(2025年6月9日現在)

電話:075-957-3311 FAX:075-963-5507

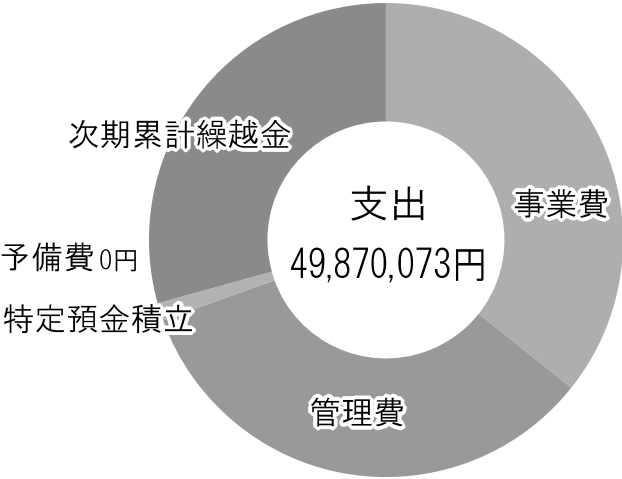
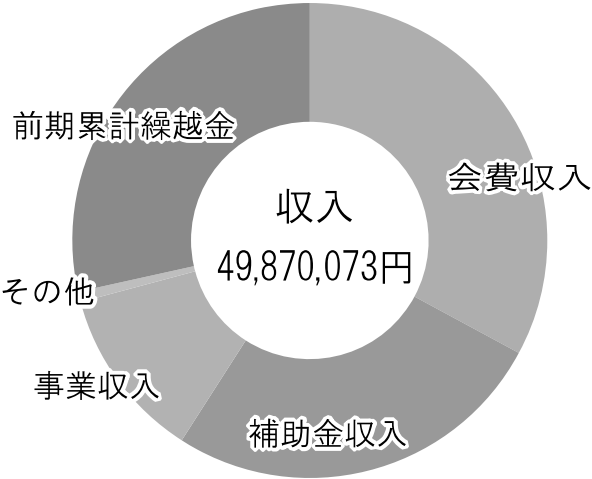


2024年度決算報告

一般財団法人乙訓勤労者福祉サービスセンターでは、2025年5月12日（月）の理事会及び、5月27日（火）の評議員会にて、2024年度決算報告が承認されましたので、お知らせいたします。

■収支概要 (円)

収入の部		支出の部	
項 目	金 額	項 目	金 額
会費収入	16,382,000	事業費	17,810,122
補助金収入	13,079,666	管理費	16,845,288
事業収入	5,826,810	特定預金積立	600,000
その他	348,154	予備費	0
前期累計繰越金	14,197,443	次期累計繰越金	14,614,663
合 計	49,870,073	合 計	49,870,073



●収入の部：主な内容

会費収入	入会金収入、会費収入
補助金収入	乙訓2市1町補助金
事業収入	共済給付金収入、文化事業収入、スポーツ事業収入 レク・旅行事業収入
その他の収入	基本財産運用収入、出資配当金収入、受取利息収入、広告宣伝収入 事務手数料収入、物品販売手数料収入、雑収入

●支出の部：事業費明細 (円)

在職中の生活安定事業（慶弔給付など）	7,189,574
健康の維持増進事業（人間ドック・健康診断利用補助、健康ハイキングなど）	384,000
自己啓発余暇活動事業（文化教養、スポーツ、レク・旅行、旅行補助）	7,460,523
財産形成事業（保証料一部補助）	0
その他の事業（広報宣伝、加入促進事業費、特別クーポンなど）	2,776,025
合 計	17,810,122



今月のチケット情報

※購入可能限度枚数が設定されているものもあります。
※先着順扱いは、予定枚数になり次第終了となります。

2公演 受付期間：7月2日(水)～7月18日(金) ※未就学児入場不可 

フォレスト

コンサート in 京都

ロームシアター京都 メインホール

2025.8.25 Mon 13:30 開演
(12:45 開場)

S席
会員特別価格

5,000円

(一般 6,600円) 1会員4枚

出演予定

澤田薫・横山慎吾・竹内直紀・山本将生
内海万里子・吉田和夏・池田史花・三宅里菜
小笠原優子・財木麗子・吉田明未
ピアノ：石川和男・大杉光恵



笑福亭松喬 独演会

京都文化博物館 6階和室

2025年9月13日(土) 14:00 開演 (13:30 開場)

全席自由
会員特別価格
昼席 / 入場整理番号付

2,300円

1会員4枚
(通常 2,800円)

笑福亭松喬：「お文さん」「ぜんざい公社」「欲の熊鷹」
前座 / 笑福亭喬明「金明竹」

※演目は口演順ではありません／折り畳み椅子等の持ち込みは出来ません



よしもと「祇園花月」チケット取扱い終了のお知らせ

この度、よしもと直営劇場「祇園花月」が2025年8月18日をもって閉館となります。その為、ピロティおとくにで取扱っています「祇園花月」のチケットは7月25日(金)利用分で終了になります。ただし、なんばグランド花月につきましては引き続きチケットの取扱いを継続させていただきます。

チケット購入時の注意事項 (ピロティおとくに窓口購入と現地窓口購入などがあります。詳しくはピロティおとくにまで!)

- ◎チケット類のご利用は、会員本人と配偶者および同居の子ども・親に限らせて頂きます。
- ◎予約・購入後のキャンセル・交換・返品は一切できませんので、よくご検討のうえお買い求めください。
- ◎チケット類は、通年での取り扱いと期間限定での取り扱いのものがあります。期間限定での取り扱いチケットは、ピロティニュースなどでお知らせしています。(受付期間をご確認ください)
- ◎乙訓地域内は、木曜日に限り配達を行っています。〔配達日が祝日の場合は除きます〕
- ◎購入いただいたチケットのプレゼントや他人への譲渡は禁止しています。不正が発覚した場合は、サービスを制限させていただきます場合がありますのでご注意ください。



おとくに 街角 インフォメーション

7月 “Jul Info”

旧上田家住宅「つづれ織り」など展示 8日から

長岡宮内裏跡にある旧上田家住宅（向日市鶏冠井町）で、7月に催しが開かれる。開館は午前9時半から午後4時半。入館無料。

「手織りつづれ工房河野作品展」は8日から13日。同工房は大山崎町円明寺にあり、京の伝統織物の技法による葛飾北斎の富嶽三十六景の作品などを展示する。

「中台よし子剪画作品展」は15日から21日まで。中台さん（向日市在住）が、自身で染めた和紙を切り抜き、創作した剪画10枚を展示。

※長岡宮まちづくり協議会の上田さん
090（9627）8913

光明寺近くで「きのご観察会」 13日

乙訓の自然を守る会は「きのご観察会」を13日に開く。午前9時に、光明寺山門前に集合、同寺周辺で午前11時ごろまで、きのごを探す。

案内・説明は、同守る会会員の畑中さん。昨年の観察会では約30種のきのごを見つけた。参加費は大人300円（高校生以下は無料）、定員先着15人。申し込みは「乙訓の自然を守る会」で検索できるホームページのQRコードから。

※北野さん090（5973）5694



2つのアート系教室 22日、23日

向日市スポーツ文化協会は7月に、向日市民体育館会議室で、2つのアート系教室を開く。

「チョークアート」は22日午前11時15分から午後0時45分。ブラックボードにオイルパステルで立体感のある絵を描く。対象は小学3年生以上、大人も。定員5人。参加費2千円。申し込みは1日午前10時半から。

「ハーバリウム」は23日午前10時45分から11時45分。ジェル状の保存液入りのビンにドライフラワーを入れて飾る。対象は小学生5人。参加費2千円。申し込みは2日午前10時半から。

※いずれも、申し込み電話（932）5122

夏休み西山・森の教室と工作教室 27日

長岡京市で森林や里山整備に取り組む市民団体・長岡京市里山再生市民フォーラム（吉岡洋代表、会員約20人）が、「夏休み西山・森の教室と工作教室」を27日午前10時から正午まで、西山ホテルの家（西代里山公園）で開く。木の材料などで工作を楽しみ、森の話を聞く。

工作の講師は大藪美知子さん（西山ものづくり・たからばこ主宰）。吉岡代表が森の生態などをやさしく話す。対象は長岡京市内外の小学生と保護者の先着15組。参加費は1組500円。

この教室は、昨夏に続いて2回目の開催。ホームページがある。

※申し込みなどは里山再生市民フォーラム
監事の加藤さん（951）0933

「ダンボールで飛行機を作ろう！」 30日

長岡京市の生涯学習団体交流室のわくわく講座「ダンボールで飛行機を作ろう！」が30日午前10時15分から午後0時半まで、バンビオ6階創作室2で開かれる。

講師は、創削倶楽部あすなろ所属の三品忠弘さん。工作で使うハサミ、カッター、ボンドなどの各種用具や、作品を持ち帰る袋持参を。対象は小学生と保護者の先着8組。参加費800円。

申し込みは2日午前10時から受け付ける。

※詳しくは生涯学習団体交流室
（963）5518

長岡京市埋文で「どぐう作り」 8月5日

長岡京市立埋蔵文化財調査センター（奥海印寺）で8月5日に、夏休み歴史教室「縄文時代のどぐうを作ろう！」が開かれる。午前の部が9時から11時半、午後の部は1時半から4時。申し込みは7月1日から11日までに。参加無料。

対象は、長岡京市内在住の小、中学生。定員は午前、午後各10人。教室では、縄文時代の暮らしに関する簡単なシートを配る。夏休みの自由研究にもなり、土粘土で作った土偶は持ち帰る。

※長岡京市埋蔵文化財センター
（955）3622

7月の健康&ウォーク

7月6日（日）

【伏見の「名水」(12km)】

9時半～10時、JR藤森駅に集合
コース＝城南宮（菊水若水）―御香宮神社（御香水）―鳥せい本店（白菊水）―乃木神社（勝水）ほか―JR桃山駅

参加費500円（中学生以下は無料）。雨天決行。昼食持参
※京都府ウォーキング協会
（353）6464

7月17日（木）

【祇園祭の巡行(10km)】

9時～9時半、JR京都駅中央口（東側）広場に集合
コース＝木屋町通り―ゼスト地下街―京都市役所（祇園祭・前祭の巡行観賞）―二条通り―JR京都駅

参加費300円（中学生以下は無料）。雨天決行。昼食持参
※京都府ウォーキング協会
（353）6464

8月3日（日）

【百鬼夜行の道(11km)】

14時半～15時、梅尾公園（JR二条駅）に集合
コース＝地蔵院（椿寺）―北野天満宮・つちぐも塚―清明神社―一条戻り橋―京都御苑―地下鉄・今出川駅

参加費500円（中学生以下は無料）。雨天決行。昼食持参
※京都府ウォーキング協会
（353）6464



● 親しみやすいラージ卓球

「ラージ卓球」は、ボールの直径が44ミリの、五輪などの卓球の40ミリの比べて、少し大きく、しかも軽いのが特徴。そのことから、ラージの方が、ラリーのスピードが遅くなり、高齢者にも「優しいスポーツ」といえる。愛好者グループ・大山崎ラージくらぶの磯崎光夫代表は「現在、70歳代を中心に、男女会員21人で



磯崎 光夫 さん
卓球の大山崎ラージ
くらぶ 代表

楽しんでます。大会参加は各自の自由です。

練習は毎週金曜日の正午から午後3時まで、大山崎町体育館小体育室で行っている。

会員は随時募集中で、月会費1千円。練習体験もできる。磯崎代表は「卓球は全身運動なので、健康維持にはピッタリ」と。会員同士のおしゃべりのラリーも楽しそうだ。

問い合わせは、磯崎さん 080 (3822) 6023 へ。



LET'S GO! OTOKUNI



お出かけ情報!

観る・聴く

■ 7月12日 (土)

長岡京室内アンサンブル

森悠子 追悼コンサート

○京都府長岡京記念文化会館 15時～。
世界的なバイオリニストの森悠子さんは長岡京室内アンサンブルを育て、今年3月に亡くなった。出演はヴァイオリン・安紀ソリエール (同アンサンブル音楽監督) ほか。入場料一般3千円、学生1千円。自由席。

※長岡京芸術劇場実行委員会 (955) 5711

■ 7月18日 (金)

映画「アイミタガイ」上映会

○京都府長岡京記念文化会館 1回目＝10時半～、2回目＝14時～。出演は黒木華、草笛光子ほか。前売り一般1千200円 (当日1千400円)、シニア、障がい者、3歳以上高校生以下1千円 (1千200円)。

※京都映画センター (256) 1707

■ 7月21日 (月)

長岡京芸術劇場

第37回長岡京市中学校吹奏楽合同演奏会

○京都府長岡京記念文化会館 13時半～16時半。同市立の4中学が出演。入場無料。

催し・展覧会

■ 7月1日 (火) ～ 30日 (水)

ギャラリーMACHIYA

祇園祭ミニ鉦展

○神足ふれあい町家 9時～18時。長岡京市内の工芸品、紙箱製造「ボックスヒシダ」が制作した精巧なミニ鉦模型を展示する。無料。

※神足ふれあい町家 (951) 5175

■ 7月5、12、19、26日 (土)

山崎ビオマルシェ

○雑貨店・レリッシュ庭 (阪急・大山崎駅から南へすぐ) 9時～11時。出店は有機・減農薬野菜の近隣農家。こだわりのパン、ジャム、花、コーヒー豆など自然食品の店。

※レリッシュ (953) 1292

■ 7月20日 (日)

Let's 昭和歌謡 歌声喫茶

○中小路家住宅 (向日市上植野町) 14時～16時。懐かしい歌、歌謡曲をみんなで歌う。定員20人、参加費1千500円 (ワンドリンク、ケーキ付き)。予約が必要。

※中小路さん (921) 2657

おとぐにの四季

(協力・乙訓の自然を守る会)



ため池

乙訓の農業は古来、水確保に苦労してきました。今里 (長岡京市) には、平安時代に桂川から「今井用水」が引かれたことも。

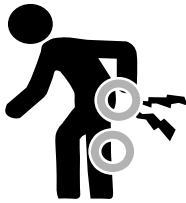
一般には、ため池に頼り、乙訓全体で100カ所ある、といわれます。水性昆虫、両棲類、貝や魚類も育んでいます。

近年は農家が減り、地下水を使うことから、不要のため池も。自然景観にマッチしているため池ですが、危険な場所にはご注意ください!

あなたはどのタイプ「腰痛タイプ別ストレッチ」

◎曲げると痛いタイプ？

「曲げると腰が痛い」方は、円で囲まれた太ももの裏（ハムストリングス）やお尻（殿筋群）が固くなっていることが多いです。



■対策ストレッチ

お尻のストレッチ
椅子に座り、片足を組み膝を倒します。その姿勢から体を前に倒します。



◎反らすと痛いタイプ？

「反らせると腰が痛い」方は、円で囲まれた足の付け根の前（腸腰筋）や腰が反った状態で固くなっていることが多いです。



■対策ストレッチ

腰のストレッチ
椅子に座り、頭の位置をできるだけ動かさず、骨盤だけを後ろに倒します。



感想・問い合わせ

肩こりや腰痛でお悩みの企業の方へ——解決の第一歩を踏み出しませんか？無料個別相談会では、あなたに最適な解決策を直接ご提案します！日々の生活をより快適にするために感想などQRコードからお願いします。

記事
提供

なかじま整形外科・リウマチクリニック
健康経営アドバイザー・認定理学療法士 大日 祈雄

メール:hper.8939.bb@gmail.com
HPは右記のQRコードから→



ピロティおとくに みんなの広場

ピロティおとくに
LINE 公式アカウント登録を開始！

今月の「みんなの広場」は、ピロティおとくにの“LINE”運用についてお知らせいたします。是非、LINEの友だち登録をお願いします。

今回、ピロティおとくにでは、情報発信ツールとして“LINE”の運用を開始します。

これまで、会報誌やメールによる情報発信を行ってきましたが、会報誌では最新情報などをお届けできず、メールは最近ご利用されない方も増えています。

そこでLINEによる情報発信をすることでピロティおとくにのおトク情報や最新情報などをタイムリーに会員の皆さんへお届けしたいと考えております。

是非、皆様ピロティおとくにのLINE公式アカウントにご登録をお願いします。

■友だち登録に関してのお願い！

- ①このLINEは今のところ情報発信専用となります。ご返信はお受けできません。
- ②このLINEは一般の方でも登録が可能なため、会員だけのサービスについては別途ご案内となります。
- ③このLINEではチケットなどの注文は今のところお受けすることができません。



友だち登録を
お願いします。

ピロティおとくに
LINE 公式アカウント

友だち
募集中

ID:@610jpyig



「みんなの広場」への記事掲載ご希望の会員の方は、直接ピロティおとくにまでご連絡ください。

定期
預金

サマ—→ キャンペーン

対象商品の
QRコードスマホでできる!
インターネットバンキングだけの

上乗せ金利つき定期預金

2025年8月31日まで

■対象条件

実施期間中に新規で定期預金5万円
以上お預入のうえ、ろうきんアプリ
をご利用いただける方。

ご利用いただける方

ろうきんダイレクト (インターネットバンキング)
をご契約の個人のお客様お預入期間3年・5年の
オトクな金利は今だけ!
8/31まで

↑キャンペーン詳細

特典
抽選で合計250名

A賞 50名

えらべる
アイスクリーム
デジタルギフト
(5,500円相当)

B賞 200名

GUOカード
Pay
(500円相当)

お預入期間1年

年0.375%

店頭表示金利 上乗せ金利
年0.375% + 年0.10%
税引き後金利 年0.298%

お預入期間3年

期間
限定

年0.70%

店頭表示金利 上乗せ金利
年0.35% + 年0.35%
税引き後金利 年0.557%

お預入期間5年

期間
限定

年0.80%

店頭表示金利 上乗せ金利
年0.40% + 年0.40%
税引き後金利 年0.637%

詳細・お問合せは

近畿ろうきん 長岡支店
長岡京市開田 2-10-18
TEL 075-953-1171

Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question

二重マスの数字の合計は?

8			4					
6				1	7		3	
7	1		★		9		2	
		2	5			3		
	5		3		6		1	
		6			2	5		
	8		9				7	6
	4		6	8				3
						5		1

ルール① タテ9列、ヨコ9列のそれぞれの列に
1～9の数字が必ず入ります。ルール② 太線で囲まれた3×3マスのブロック
内にも1～9の数字が必ず入ります。ルール③ 同じタテ列・ヨコ列、3×3マスのブ
ロック内に、同じ数字は入りません。

※ヒント ★印から進めるとわかりやすいかも?

Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question Question

各種手続きのご案内

今月の新規(追加)入会・退会の手続き、各種給付金
などの申請手続きの締切日は、

7月9日(水)の営業時間 までです。

書類の提出が遅れた場合は、加入月が遅れたり、退会処理がで
きず会費をいただくこととなります。退職など退会日が確定して
いる場合は、出来るだけ早めに手続きを済ませてください。

今月の会費の引落日は、

2025年7月31日(木)となります。

※時間延長日の終了時間が通常営業時間となる場合があります。ご了承ください。

応募方法 ※当選された方は、当選月の翌月から3か月以内は対象外となります。

ハガキまたは、FAXにてご応募ください。

応募の際は、事業所コード・会員コード・氏名を明記のうえ下記のご
希望賞品を記入願います。

・全国共通図書カード(500円分)

・ジェフグルメカード(500円分)

正解者の中から抽選で5名の方に賞品をお渡しします。

※今月号で特に関心のあった記事やご意見・ご要望がありましたらご
記入願います。※当選者の発表は、賞品の発送をも
って代えさせていただきます。

締め切り

毎月10日の営業時間内(必着)
(土・日・祝日の場合は翌営業日)

送り先

●ハガキの場合

〒617-0833

長岡京市神足2丁目3番1号

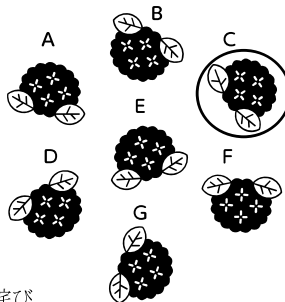
バンビオ1番館1階

「ピロティおとくにクイズ係」

●FAXの場合

075-963-5507

6月号の解答(C)



お詫び

6月号の出題文に誤りがありました。
時計(誤) → アジサイ(正)

当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

ピロティおとくに事務所のご案内

【営業時間・定休日】

営業時間

8時30分～

注) 曜日により終了時
間が異なります。

定休日

土・日・祝日・年末年始

通常営業日

水・木

17時15分

時間延長日

月・火・金

19時15分





人気ゲーム「刀剣乱舞 ONLINE」を原案とした新作歌舞伎が上演されて大きな話題となってから2年、その時を経て待望の第二弾がこの夏！南座へ

2025年8月

各日6枚限定

11:30 公演：19日（火）／22日（金）

16:00 公演：17日（日）／20日（水）

会員特別価格

1会員2枚

一等席 **13,000円** (通常 15,500円)

【出演者】

尾上松也、中村歌昇、中村鷹之資、中村蒼玉
尾上左近、上村吉太郎、河合雪之丞、中村獅童 他

受付期間：7月2日（水）～7月18日（金）

チケット受渡予定8月上旬予定

©NITRO PLUS・EXNOA LLC/ 歌舞伎『刀剣乱舞』製作委員会

プール入場券付入園券

シエスタ
なぎさプール
ドンブラー
わくわくプール

フライングチューブ
キャニオンライド
キディースライダー

多種のプールにスライダー！
ザ・ブーンは遊びの宝宝箱！

会員特別価格 (通常価格)
大人：2,100円 (3,000円)
子ども：1,300円 (1,800円)
(こどもは、2歳～小学生) ※ピロティ窓口購入です
アンビュ予約は必要

営業期間
7月19日（土）～8月31日（日）

※営業時間などは、ひらパーHPにてご確認ください。
<http://www.hirakatapark.co.jp/>

レッツ!! コギコギ!! エクササイズ!!

関西サイクルスポーツセンター

ファミリープール

森の中のファミリープール“フォレ・リゾ”ではご家族でゆったり楽しめる4種類のプールがあります。

入場とファミリープール「フォレ・リゾ」とのりもの回数券700円分付きでお得！

※ピロティ窓口購入です

会員特別価格 (通常価格)
おとな：1,600円 (2,500円)
小学生：1,200円 (1,900円)
幼児：1,100円 (1,700円)
※おとなは、中学生以上
※幼児は、3歳以上～未就学児

営業日程
7月16日（水）～8月31日（日）
9月6日（土）・9月7日（火）
9月13日（土）～9月15日（月祝）

※期間中の休業日・営業時間については、
関西サイクルスポーツセンターHPにて
<https://www.kcsc.or.jp>

営業時間変更のお知らせ

■7月11日（金）8：30～17：15（営業時間延長なし）

■8月6日（水）～8月8日（金）8：30～17：00

※上記3日間、バンビオ閉館時間が17時となりますので、ご利用は16:50頃までに！