

ピロティニュース Piloti News

vol.007 (total 327)

2025
Oct 10

友だち
募集中

ID @610jpyig



Monthly Index

ピロティおとくにLINE公式アカウント

P1・・・表紙 (会員提供)

P2・・・ピロティおとくからの お得な情報

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・・・秋のバスツアー参加者募集/顔見世興行

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 **519** 会員数 **1,629**

(2025年9月9日現在)

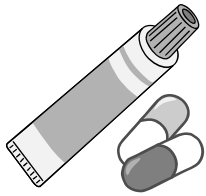
〒617-0833 京都府長岡京市神足2丁目3-1 パンビオ1 番館1階

電話: 075-957-3311 FAX: 075-963-5507

URL: <https://www.piloti-otokuni.com>

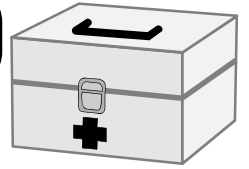
e-mail: info@piloti-otokuni.com





家庭常備薬（秋冬）の申込案内

家庭常備薬を会員限定で特別斡旋いたします。



申込書の変更について

ピロティおとくには、年に2回（春夏／秋冬）家庭常備薬の斡旋を行っています。昨今の様々な物が値上がりする中、家庭常備薬の斡旋についても皆様へより安くご提供するため、コスト削減にも取り組んでおります。

前回の5月（春夏）斡旋より、申込書は申込期間中にピロティおとくにホームページに掲載させていただいており、今回も同様に申込書をプリントアウトしてご記入後ピロティおとくに窓口へご提出ください。皆様のご理解とご協力をよろしくお願い致します。

※ピロティおとくに窓口にも「申込用紙」を設置しておりますのでご記入も可です。

「家庭常備薬申込書」はピロティおとくにホームページに掲載してします。

右記QRコードかURL、または **（ピロティおとくに 検索）**

URL <https://piloti-otokuni.com/>

個別発送ご希望者は、「取りまとめ書」についてもピロティおとくにHPの申込書の次項にありますので、プリントアウトをしてご記入いただき、申込書と一緒にピロティおとくにまで提出してください。（ピロティ窓口受取希望者は不要）

特別斡旋の常備薬などについては右記QRコードでご確認いただけます →



受付期限：2025年10月17日（金）の営業時間まで

共催事業のお知らせ

主催：京都労働者福祉協議会

2025年度 秋の健康ウォーキング 参加者募集

秋の行楽シーズン、毎年恒例の京都労協とピロティおとくにかの共催事業として「秋の健康ウォーキング」を開催いたします。

参加ご希望の方は、ピロティおとくにで受付いたしますので、電話にてお申込ください。

今年は、京阪藤森駅～大岩神社～山頂展望所～伏見桃山城～御香宮神社前までを歩く約7.5kmのコースです。



大岩神社は、昔は疫病封じにご利益があった神社で、大岩山展望所からの眺めが素晴らしいです。

■日時

2025年11月15日（土）（小雨決行）

■集合場所

京阪「藤森駅」南口改（労福協の旗目印）

■時間時間

9時15分集合（9時30分出発）

■参加費

無料（応募多数の場合は抽選となります。）

■参加対象者

小学生以上で健脚の方

※集合場所までと解散後の交通費は各自でご負担下さい。

※飲食物は、各自でご用意ください。

※昼食補助として、1,200円を当日お渡しします。（飲物代含む／小学生以上1人）

受付期間

10月1日（水）～10月22日（水）





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。

下記2公演の受付期間：10月2日（木）～10月23日（木）



キーウ・グランド・バレエ・シアター

Kyiv Grand Ballet Theatre

くるみ割り人形 全幕

梅田芸術劇場
メインホール

2025.12.16 tue

①14:30 開演 (13:45 開場)
②18:30 開演 (17:45 開場)

1 会員 4 枚まで

全席指定
会員特別価格

4,700円

(通常 5,500 円)

芸術監督：テチャナ・ホリャコフ

作曲：P. チャイコフスキー

原振付：M. プティパ / 振付：V. ワイノーネン

公演時間：約2時間予定（休憩含む）

※3歳以下入場不可 / 4歳以上有料

※演奏は特別録音音源を使用 / 開演後の入場制限有り



どこかで聴いたピアノ 名曲の祭典

ダニエル・ハリトーノフ

ピアノ・リサイタル

京都コンサートホール アンサンブルホールムラタ

2025年11月26日(水) 19:00 開演
18:30 開場

全席指定
会員特別価格

3,800円 (通常 4,500 円)

※未就学児童入場不可

1 会員 4 枚

ベートーヴェン：ピアノ・ソナタ 第14番「月光」

ドビュッシー：「月の光」（ベルガマスク組曲 第3曲）

リスト：パガニーニによる大練習曲集「ラ・カンパネラ」ほか全曲

パプスト：チャイコフスキー・バレエ「眠れる森の美女」による
演奏会用パラフレーズ ほか



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のでご注意ください。



おとくに 街角 インフォメーション

10月 “Oct Info”

「AKJ」がダンスの練習成果を発表 4日

ダンスを楽しみ、子育て応援をーと、長岡京市を拠点に活動する「AKJ」(武田悦子代表)が、「AKJ DANCE LIVE vol.8」を4日午後1時半から京都府長岡京記念文化会館で開く。AKJは毎月3回、バンビオでダンスの練習をしている。今回のライブでは、幼稚園児から高校生まで、男女約50人が、練習の成果を発表する。入場無料。

※詳しくは武田さん
090(3866)4313

中小路家住宅で美術、音楽 10日から順次

中小路家住宅(向日市上植野町)で10月に、美術や音楽を楽しむ3つの催しがある。「日日漫遊」染・マンガ・版画作品展は、10、11、12日の午前10時から午後5時。染織・細見美音子さん、風刺マンガ・ミシマ アユミさん、版画・井上五月さんの作品。入場無料。「鯨の髭をみがく」稲田浩作品展は、24、25、26日の午前11時から午後5時(26日午後1時~3時除く)装身具を展示。入場無料。「芸術の秋ライブ」は26日午後1時から。アコーディオン・中村メイ、ボーカル・ミス ピンク。予約が必要で、定員20人、参加費3千円(飲み物付き)※中小路さん(921)2657

乙訓の文化遺産を守る会が講演会 12日

乙訓の文化遺産を守る会は、総会・記念講演会を12日午後1時半から4時半まで、永守重信市民会館第1会議室で開く。総会後の記念講演は「乙訓の文化遺産と向日町」がテーマ。向日市文化資料館館長の玉城玲子さんが『乙訓』の地域認識、京都大名誉教授の高木博志さんが「向日町と向日庵」について、それぞれ話す。一般参加は資料代300円。乙訓の文化遺産を守る会のホームページがある。※申し込みなどは岡本さん
090(1024)1926

大山崎町文化協会が音楽会 18日

大山崎町文化協会は「ヴァイオリンとチェロによる 世界音楽紀行」を18日午後2時半から、大山崎ふるさとセンター3階ホールで開く。出演は、ともに京都市立芸大出身のヴァイオリン・井上隆平、チェロ・田中次郎。「ヴィヴァルディ：「四季」についてのお話と演奏」、「80日間世界一周」、「幸せなら手をたたこう」など。大山崎町の文化を発展させようと開催する。入場無料、申し込み不要。※文化協会の田中さん
090(7480)9978

秋を楽しむ「どんぐり祭り」 25日

乙訓の自然を守る会は、第34回どんぐり祭りを25日に開く。午前9時半に、光明寺山門前に集合、午後3時に解散。雨天時は26日に順延。光明寺裏の放生池で、蝶の森を作るために、どんぐりを植える。また、自然の素材を使う工作や、遊びも楽しむ。定員は先着10家族。参加費は大人300円、高校生以下は無料。昼食持参を。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。※川村さん090(9707)6995

わくわく講座「漢詩を作ろう」 11月22日

長岡京市の生涯学習団体交流室のわくわく講座「漢詩を作ろう」が11月22日、バンビオ6階会議室3で開かれる。申し込みは10月3日午前11時から受け付ける。講座は、午後0時半から3時半。詩語カードを組み合わせて、俳句感覚で、新春にふさわしい漢詩を作る。講師は近畿漢詩連盟の佐藤煒水会長。漢詩は初めてでも受講でき、定員は先着10人。参加費500円。※生涯学習団体交流室(963)5518

10月の健康&ウォーク

10月4日(土)

【長岡京の名所(15km)】

10時、阪急・長岡天神駅に集合
コース=西国街道ー長岡宮大極殿ー向日神社ー乙訓寺ー光明寺ー西山公園体育館ー走田神社ー長岡天満宮ーナガスボ
参加費100円
※ナガスボウオーキング同会
(952)1800

10月22日(水)

【時代祭を観賞(12km)】

10時~10時半、JR京都駅中央口、京都劇場前に集合
コース=烏丸通りー京都御苑(時代祭観賞)ー堀川遊歩道ー東本願寺ー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
※京都府ウオーキング協会
(353)6464

10月25日(土)

【おたべ工房へ(7km)】

9時半~10時、JR京都駅中央口、京都劇場前に集合
コース=梅小路公園ー壬生通り(金木屋観賞)ー東寺ー羅城門跡ーおたべ工房(見学)ーJR京都駅
参加費300円(中学生以下は無料)。雨天決行
※京都府ウオーキング協会
(353)6464

フォークソング、楽しもう

向日市観光交流センター・まちてらすMUKOで、毎月第4水曜日に、ライブ『すいようフォーク』が開かれている。主催は、戸田義雄さん(向日市在住)と友人1人のバンド『Buddy』。高校生の時からフォークソングに魅せられた戸田さんは「しっかり声を出して、素直に歌うように心掛けています。お客さんが楽しめ



戸田 義雄 さん
「すいようフォーク」
向日市で毎月開く

て、また来たいと思っていただければ…」と願う。

ライブは2021年9月から始めた。10月は、22日午後1時半から4時まで。ゲストグループも出演する。定員40人、入場料は100円カンパ。詳細は『すいようフォーク』フェイスブックに。戸田さんは「来年、後期高齢ですが、体力の続く限り」と自然体だ。



LET'S GO! OTOKUNI



お出かけ情報!

観る・聴く

- 10月16日(木)
映画「35年目のラブレター」上映会
○長岡京記念文化会館 1回目=10時半～、2回目=14時～。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
- 10月25日(土)
時事問題研究会・講演会
○長岡京市立中央公民館2階・視聴覚室 13時半～16時。ジャーナリストの細見三英子さんが「あの時、世界は一メルケル元首相の回顧録から」をテーマに話す。定員約5人。一般聴講は資料代300円。
※時事問題研究会の小谷さん (951) 1776
- 10月26日(日)
長岡シティアンサンブル
第35回オータムコンサート
○長岡京記念文化会館 開演14時～。「アルメニアン・ダンス(全曲)」、「Earth, Wind&Fire 特集」ほか。入場無料。
※長岡シティアンサンブル (381) 2966=長福寺内

催し・展覧会

- 10月1日(水)～30日(木)
ギャラリーMACHIYA
○神足ふれあい町家 期間中9時～18時。長岡京写真クラブ展。季節を感じる作品。入場無料。
※神足ふれあい町家 (951) 5175
- 10月4日(土)
来迎寺マルシェ
○寺戸来迎寺(向日市寺戸町中垣内27) 10時～14時。カレー(高校生以下は無料)、本の交換、竹工作、たい肥回収、切り絵や送り文字ワークショップ。手編み製品などの販売もある。入場自由。
※寺戸来迎寺 (921) 0343
- 10月18日(土)
大山崎ライブラリーフレンズ 読書会
○大山崎ふるさとセンター和室 19時～21時。テーマ「森」に合う各種の本を持ち寄り紹介する。参加費300円(飲み物、おやつ付き)。予約不要だが、初参加の場合は事前に連絡を。見学もできる。
※中島さん (953) 5199

おとぐにの四季

(協力・乙訓の自然を守る会)



アサギマダラ

アサギマダラは、半透明の水色に黒い縁取りが美しい蝶。初夏に、台湾など南方から日本に渡ってきて、次の世代が育つ。

秋に、蜜を吸うためのフジバカマは、京都では事実上、絶滅した。しかし、ヒヨドリバナなどの蜜にありついて、南に帰る。

ヒヨドリバナは、光明寺の裏山などにも生育しているので、アサギマダラを見つけることができるかも…。秋の楽しみに。

働く人の健康 を考える！

10月の健康講座

健康 豆知識

立ち仕事・座り仕事で疲労を減らす工夫

座り仕事

環境調整

- ・脇を閉め、肘を90度程度に曲げる
- ・目線の高さに画面を置く
- ・両脚は地面につく
- ・部屋や画面の明るさは同程度



動作の工夫

- ・1時間に1回は休憩をはさむ。
- ・集中すると瞬きが減少します。
- ・目薬、画面から目を離す、ホットアイマスクを使用する。
- ・スタンディングPC環境を作る。
- ・休憩の時は、立ち、伸びをする。少し歩くのも可

立ち仕事

環境調整

- ・台に足を載せる
(傾斜がついているもの)
- ・作業台の高さに目線を合わせられるような椅子を用意
- ・クッション性のある靴を履く



動作の工夫

- ・1時間に1回は休憩をはさむ。
- ・狭い範囲でも細かく動く。重心を左右に移したり。
- ・物をもって体をひねらない。
- ・作業台に対して平行になるようにひざを曲げる。
- ・座るもしくは、ひざ・腰の順番で曲げ、ひざ腰の順番で伸ばす。

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

ご意見ご感想をお聞かせください。
QRコードからお願い致します。



ピロティおとくに みんなの広場

ピロティおとくに

LINE 公式アカウント友だち募集中！

今月の「みんなの広場」は、ピロティおとくにの“LINE公式アカウント”友だち登録のお願いです。

ピロティおとくにでは、情報発信ツールとして“LINE”の運用を行っています。

会員の皆様へは会報誌にて情報をお伝えしていますが、紙面に掲載できない最新情報などはメールにて行っています。しかしながら、最近メールをご利用されない方も居られます。

今後 LINE による情報発信にてピロティおとくにの最新情報などをタイムリーに皆さんへお届けし、サービスの充実を図りたいと考えています。

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のため、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。

お得情報の発信は、LINE へとシフトしていきます。是非ご登録を！



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。



国がつくった

小規模企業共済

こんな悩みにお応えします

年金に不安を感じたら

無理のない月額で
積立をしたい

制度の特徴

- 1 経営者のための **退職金制度**
- 2 掛金は **全額所得控除**
- 3 受取時も **税制メリット**

他にもこんな特徴があります。

- 月々の掛金は 1,000円から
- 契約者貸し付けの利用が可能
- 共済金の受給権は差押禁止

※詳しくは、ホームページまたはパンフレットをご覧ください

共催相談室 TEL 050-5541-7171
【受付時間】 平日 9:00~17:00

経営者のための
退職金制度です！



オンラインで加入申込み受付中

加入後の一部手続きもオンラインで可能。
掛金払込証明書の電子交付、掛金月額
額の増額減額、住所等の変更 など

小規模企業共済制度の詳細内容は
2次元コード又はホームページから
ご確認ください。

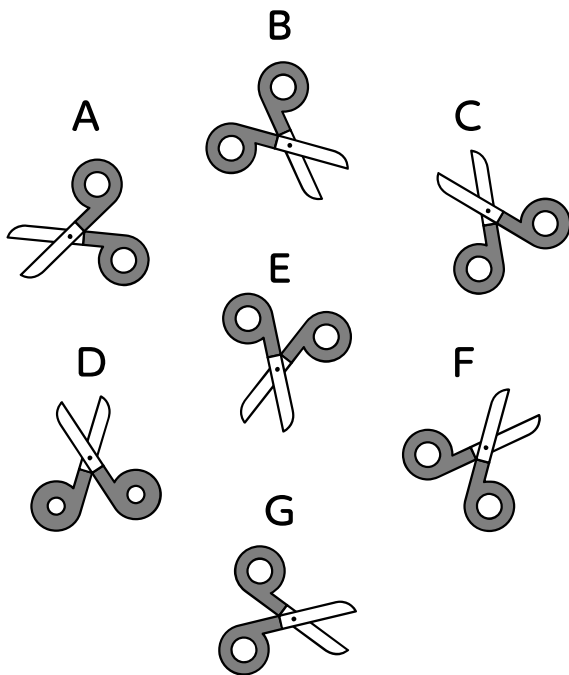
小規模共済

検索



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

Q: 1つだけ違うハサミがあります。
A~Gのうちどれでしょうか？



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

9月号の解答 (13)

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

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。

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、

10月9日(木)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。

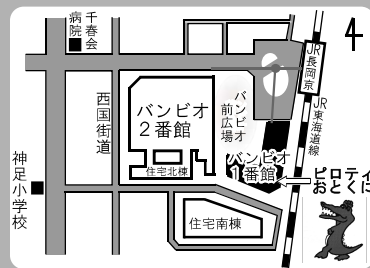
今月の会費の引落日は、

2025年10月31日(金) となります。

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~
通常営業日 水・木 17時15分
時間延長日 月・火・金 19時15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



※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。ご了承願います。

2025年ピロティおとくに バスツアー参加者募集!

参加申込は2名様以上でお願いします

参加された方が旅程途中において体調不良などが発生した場合、必ず付添が必要となります。1名の参加で体調不良となった場合、バスツアーの旅程変更や中止といったことに繋がることを防ぐための対応です。何卒、皆様のご理解とご協力をお願いします。

紅葉のシーズン

天橋立と伊根湾観潮船巡り



昼食イメージ

2025年11月15日(土)

募集人員: **40**名 ※応募多数は抽選

参加費: 会員大人 **5,000** 円 締切日以降に
参加可否連絡をします。

同居家族 **6,000** 円/中学生以上

※今回のツアーは小学生以下のお子様の参加はできません。

※会員同伴でも友人・知人等一般の参加不可。(厳守願います)

行程 JR長岡京駅前==長岡京IC==【京都縦貫道】==味夢の里==与謝天橋立IC==
8:00(出発) 小休止
==伊根湾巡り====橋立大丸シーサイドセンター==龍神社・笠松公園==
(予定) 11:00(観潮船)11:30 12:00(昼食)13:00 13:10(散策)14:30
==橋立やまいち==与謝天橋立IC==逆コース==JR長岡京駅前(解散)
14:35(買物)15:00発 17:30頃着(予定)

募集期間: 10月1日(水) 9:00 から10月16日(木) 17:00 まで

※参加費納入期限10月24日(金) 17:00 まで、以降のキャンセルは不可

令和七年十二月 京の年中行事

當番
奉納

吉側顔見並興行

京都
四条
南座

東西合同大歌舞伎

尾上菊之助改め

八代目尾上菊五郎襲名披露

尾上丑之助改め

六代目尾上菊之助襲名披露

2025年 12月

昼の部 (10:30)	1 日(月) / 6 日(土)
夜の部 (16:30)	5 日(金) / 14 日(日)

会員特別価格

1 会員 2 枚

一等席 **25,000**円 (通常 26,000 円)

※限度枚数を超えた場合、チケットをお取りできない場合がありますので、ご了承ください。

受付期間: 10月1日(水)~10月17日(金)

