

ピロティニュース Piloti News

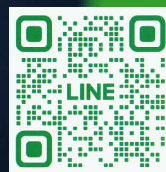
vol.009 (total 329)

2025
Dec 12



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・・・年末年始休業/今月のチケット情報

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/TDLサンクスフェスティバル

P7・・・ピロティクイズ/入会・退会手続きのご案内

P8・・・忘新年会クーポン/松竹新喜劇

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 516 会員数 1,624 〒617-0833 京都府長岡京市神足2丁目3-1 パンピオ1番館1階

(2025年11月10日現在) 電話: 075-957-3311 FAX: 075-963-5507

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

e-mail: info@piloti-otokuni.com



年末年始の休業期間について

ピロティおとくにの年末年始は、下記の期間休業いたしますので、よろしくお願いします。

2025年12月27日（土）～2026年1月4日（日）

※2026年1月5日より通常営業となります。



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：12月2日（火）～12月17日（水）



「おかあさんといっしょ」 ファンターネ!がやってきた

ロームシアター京都メインホール

2026年

4月11日（土曜日）

16:00 開演（15:30 開場）

上演時間：約1時間（休憩なし）

会員特別価格

1会員4枚

A席 **3,000円**（一般3,600円）

※1歳以上有料。1歳未満のお子様は保護者
1名につき1名までひざ上にて無料。

出演：みもも・やころ・ルチータ
速水けんたろう・小野あつこ・きよこ

挾間美帆 project & 滝 千春

MaNGROVE Japan Tour 2026

京都コンサートホール アンサンブルホールムラタ

2026年1月22日（木）19:00 開演
18:30 開場

会員特別価格

1会員4枚

全席指定 **5,800円**（通常6,800円）

※未就学児入場不可



【出演】

挾間美帆（プロデュース / 作・編曲 / ピアノ）

滝 千春（ヴァイオリン / プロデュース）

山根一仁（ヴァイオリン）・Luosha Fang（ヴィオラ）

佐藤晴真（チェロ）・木村将之（コントラバス）

下記2公演受付：12月2日（火）～12月17日（水）

サンライズ
プロモーション

京都劇場
(京都駅ビル)

リーディングドラマ
終わった人

2026.3.21 Sat 15:30 開演

会員特別価格 1会員2枚まで(8枚限定)

全席指定 **8,200円** (通常 9,500円)

原作：内館牧子『終わった人』（講談社文庫）

出演：中井貴一、キムラ緑子

台本・演出：笹部博司

中井貴一×キムラ緑子究極のキャスティング
で面白過ぎる小説が面白過ぎる舞台に…

©山本倫子

※未就学児入場不可

中村勘九郎 中村七之助
春暁歌舞伎特別公演2026

高槻城公園芸術文化劇場トリシマホール

会場詳細下記QRコード→



2026年

3月20日(金・祝) 各8枚

会員特別価格 1会員2枚まで

① 11時公演 **7,700円**
S席 (通常 8,800円)

② 15時公演 **6,800円**
(通常 7,800円)

※未就学児入場不可



中村勘九郎、中村七之助が中心の中村屋一門の歌舞伎公演が3年ぶりに高槻へ！
素顔が垣間見える楽しいトークコーナーと趣向を凝らした華やかな演目をお届けします。

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、通年で取り扱いと期間限定での取り扱いのものが 있습니다。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

12月“Dec Info”

「かんたんバレエ」の体験

3日から

ストレッチなどで足腰の強化、正しい姿勢を目指す「かんたんバレエ」が3、10、17、24日に向日市健康増進センターで開かれる。時間はいずれも、午前10時半から11時45分。対象は大人10人、参加費は1回1千円。

申し込みは、当日の午前10時から、会場で受け付ける。なお、同健康増進センターを初めて利用する時は、登録費1千500円（参加費と別に）、と身分証が必要。

※向日市健康増進センター（932）5122

「誰もがスポーツを楽しむ」講演会

7日

長岡京市スポーツ協会は法人設立40周年記念の基調講演を7日午後2時から、長岡京市立中央公民館・市民ホールで開く。

講師は日本バドミントン協会会長で、第5代Jリーグチエアマンの村井満さん。テーマは「誰もがスポーツを楽しむことができる社会を目指して」。定員400人、入場無料。

※申し込みは長岡京市スポーツ協会（953）1161

バンビオで、クリスマス飾りを

7日

『みんなでつくろう！☆バンビオのクリスマスかざり☆』が7日午前10時から正午まで、バンビオ3階・特別展示室で開かれる。画用紙、折り紙、モールなどを使い、バンビオ1階の児童室の飾りを作る。対象は、4歳から小学生と保護者の14組。参加費は1組800円。要予約。

※長岡京市中央生涯学習センター（963）5500

離宮八幡宮で「冬のえごまフェスタ」

13日

恒例の「冬のえごまフェスタ&灯アート展」（主催・大山崎えごまクラブ&TUKIMI-REN）が13日午後1時から8時まで、離宮八幡宮境内で開かれる。地元のサークル「つくどん和太鼓」の演奏、餅つき（一皿100円）や、灯あそび、灯アートの展示などがある。

境内には、「エゴマの茅の輪」が設置され、無病息災を祈って、初くぐりができる。

大山崎町は、鎌倉、室町時代を中心に、灯明をともし「えごま油」の一大産地だった。製油の技術を開発、専売権も得て栄えた。

※離宮八幡宮・津田さん（956）0218

旧上田家で、昔ながらのお餅つき

13日

長岡宮内裏跡にある旧上田家住宅（向日市鶏冠井町）で、「お餅つき」が13日午前11時から午後1時まで行われる。昔ながらの杵と臼でつく。伝統遊戯の「投扇興（とうせんきょう）」も体験できる。参加費600円、定員15人で、予約が必要。

※長岡宮まちづくり協議会の上田さん
090（9627）8913



「里山再生」を楽しく学ぼう

20日

長岡京市を拠点に、里山の保全と再生に取り組む「里山再生市民フォーラム」は20日、自然素材の正月飾りづくりと里山に関する講演を西代里山公園・西山木タルの家で開く。午前10時から正午まで。

正月飾りは、松、竹、梅を使って室内用のめでたい置物を作る。講師は大藪美知子さん。

講演は「里山とお正月」をテーマに、里山再生市民フォーラムの吉岡洋代表が話す。

定員は、子どもと保護者の先着15組、参加費は、500円。

※里山再生市民フォーラムの吉岡さん
（952）6429

森林ボランティア養成講座

20日から5回

天王山をフィールドにした森林ボランティア養成講座（大山崎町、島本町共催）が開かれる。20日から始め、来年2月21日までの計5回。

森林・竹林の整備、安全な作業の方法などを学ぶ。1回目の20日は午前9時半から午後0時半まで、大山崎ふるさとセンターで。受講料は1千円（テキスト代）。申し込みは、12日までに。

※大山崎町農林商工係（956）2101

12月の健康&ウォーク

12月7日（日）

【奥嵯峨を散策（12km）】

9時半～10時、JR花園駅に集合

コース＝山越道―平岡八幡宮―長刀坂―後宇多天皇陵―大覚寺―JR嵯峨嵐山駅

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＝月、水、金曜日
の10時～16時

12月13日（土）

【地元の歴史道（10km）】

10時、阪急・長岡天神駅に集合
コース＝長岡天満宮―金ヶ原橋―小倉神社―阪急・西山天王山駅―恵解山古墳―勝龍寺―勝竜寺城公園―ナガスボ

参加費100円

※ナガスボウォーキング同好会
（952）1800

12月21日（日）

【東寺終い弘法（10km）】

9時半～10時、JR京都駅中央口東側、京都劇場前に集合

コース＝梅小路公園―唐橋西寺跡公園―東寺（終い弘法）―西本願寺―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＝月、水、金曜日
の10時～16時



金管バンド、初の定期演奏会

今年1月に、長岡京市を拠点に結成した英国式金管バンド「いろはブラス京都」が、第1回定期演奏会を20日午後7時から、バンビオ3階・メインホールで開く。代表の高橋多美さんは「英国式金管バンドが持っている響きの美しさを楽しんでいたければ…」と、願っている。入場無料。



高橋 多美 さん
「いろはブラス京都」代表

指揮は川北朋さん。演奏曲は、フィリップ・スパーク『素晴らしき三つの冒険』、ポール・ラヴァット＝クーパー『クリスマスがやってくる!』ほか。「団員、指揮者計27人が、10種類の金管楽器と打楽器で演奏します。その魅力を存分にお伝えしたい」と高橋さん。

問い合わせなどはメール、
irohabrasskyoto2025@gmail.com



LET'S GO! OTOKUNI



お出かけ情報!

観る・聴く

- 12月8日 (月)
月曜歌いましょう会
○バンビオ3階メインホール 14時～16時。だれでも参加でき、童謡など懐かしい歌を歌う。参加費500円。楽譜ファイル代が初回のみ100円必要。
※松山さん 090 (5460) 9706
- 12月14日 (日)
アミドウィのクリスマス会
○中小路家住宅 (向日市上植野町) 14時～16時。出演は歌、進行の井上京子さん、ピアノの中小路知子さんの「アミドウィ」。定員20人、参加費2千円 (飲み物、ケーキ、くじ引き付き)。要予約。
※中小路さん (921) 2657
- 12月19日 (金)
映画「ごはん」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～。日本の米作りのドラマ。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



催し・展覧会

- 12月10日 (水)
アストロフリマ
○向日市女性活躍センターあすもあ (寺戸町中ノ段) 10時～13時。主婦グループによるフリーマーケット。
※塚本さん (922) 8718
- 12月14日 (日)
煎茶に親しむ会
○旧上田家住宅 (向日市鶏冠井町、長岡宮内裏跡) 10時半～15時。お茶とお菓子で900円。要予約。
※煎茶道方円流の高日さん 090 (1905) 0513
- 12月27日 (土)、28日 (日)
正月用「ミニ門松」販売
○大山崎町・桜の広場公園 両日10時～14時。来年の干支「午 (うま)」の竹置物、祝箸なども。大山崎竹林ボランティア主催。
※藤原さん (957) 0518
- 12月31日 (水)
離宮八幡宮 年越の祓
○離宮八幡宮 23時半～。大歳の祓の神事、厄払い焼き餅 (志納金200円ほど) など。
※離宮八幡宮 (956) 0218



おとぐにの四季

(協力・乙訓の自然を守る会)



乙訓の筍 (たけのこ)

柔らかく、色の白い、えぐ味のない乙訓の筍。孟宗竹という種類で、先人が京都式軟化栽培法を編み出して、名産になりました。

1年中、作業が続きます。筍の収穫が終わると、肥料を施します。陽当たりと風通しをよくするため、一部の竹を伐ります。

秋から冬は“保温”も大事。稲わらを敷き、土をかぶせて、春の筍堀りに備えるのです。丹精込めた美しい竹林を後世に…。

働く人の健康
を考える！

12月の健康講座

健康
豆知識

痛みはほんとに敵なのか？

皆さんは、「痛み」を悪いものだと思いませんか？
誰にとっても「痛み」は憂うつなものであり、喜ばしいものではないかもしれません。それなのに、人類が進化をしても「痛み」はなくなりません。なぜでしょうか？ 実は、痛みには以下のような機能があります。

痛み

“身体が傷つく危険がある”という警告



痛みがあると、体を守り、修復しようとする。

つまり、痛みは生体防御／維持システム



松原貴子：痛みのメカニズムと理学療法 ～痛みの可塑性と慢性痛，2007

「痛みの機能から考える関節などの痛みの対処」

痛みを生体防御としてとらえると、少し見方が変わるのではないのでしょうか？

腰が痛い、膝が痛いも、体が傷つきかけている警告です！

その対処方法は「鍛える」、「休む」、「柔らかくする」です。

皆さんも痛みを、信頼のおける味方として付き合い合ってください！。



休む



柔らかくする



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。





1月・2月の
パークを楽しもう！

東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム 「サンクス・フェスティバル」パスポート

会員
限定

期間中、通常の1デーパスポート※価格より

※東京ディズニーランド®または東京ディズニーシー®どちらかのパークを開園時間から楽しめるチケットです。

大人 (18才以上)	中人 (中学・高校生 12~17才)	小人 (幼児・小学生 4~11才)
500円お得	400円お得	300円お得

実施
期間

2026年 1/5 (月) ▶ 2/27 (金)

お手元のコーポレートプログラム
利用券と併用するとさらにお得！

10%
割引！

東京ディズニーセレブレーションホテル®宿泊割引も、併せてご利用ください！

詳しくは
利用者用サイトへ

詳細のご確認、ご購入は
利用者用サイト から！▶



※契約団体番号・プランパスワードは「ピロティおとくに」にてご確認ください。

コーポレートプログラム 利用者用サイト 検索

※購入には、団体番号とプランパスワードが必要になります。

※本内容は、予告なく変更または終了する場合があります。※写真・イラストはイメージです。©Disney



WINTER CARNIVAL
ウィンターカーニバル

※画像はイメージです。

- スノーエリア
いろいろな楽しみ方ができる！はじめての雪あそびにも最適。
- スケートエリア
自分のレベルに合わせ選べる2種類のリンク

会員特別価格 ※ピロティおとくにて販売

中学生以上 **1,900円**
(一般 2,700円)

2歳～小学生 **1,300円**
(一般 1,900円)

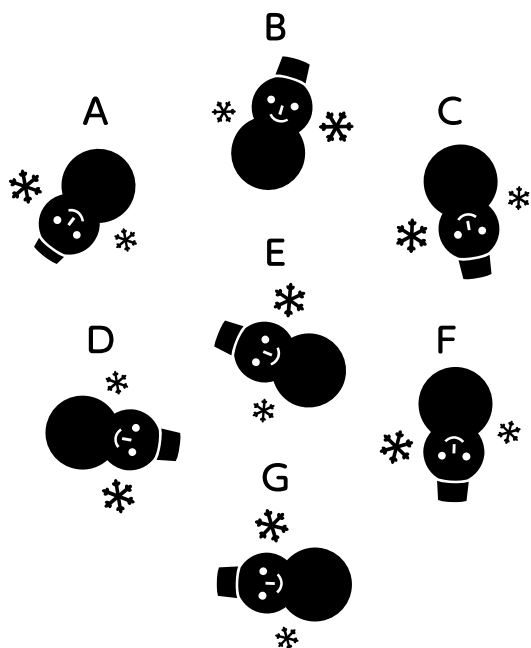
開催期間

2025年12月20日(土)～2026年3月1日(日)

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

Q: 1つだけ違う雪だるまがあります。

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 クイズ係」

●FAXの場合

075-963-5507

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、

12月9日(火)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、

2026年1月5日(月) 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～

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



※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。

忘新年会 クーポン

特別販売いたします。

発行枚数 **40** 枚

1 会員 1 枚限定

販売期間 12月3日(水) **10:00** から2026年1月16日(金) 17:00 まで

3,000 円分のクーポンを

特別販売価格 1,500 円にて!

**先着順
無くない次第終了**

- 電話受付は1 会員 1 回につき 1 枚までとさせていただきます。
※必ず事業所 - 会員 No. を伝えてください。【複数会員分の受付はご遠慮願います】
- 窓口購入も 1 会員につき 1 枚までとします。(会員証提示必須)
※複数会員の会員証を持参されてもお一人様の場合は 1 枚のみの購入でお願いします。
- 下記店舗に事前予約し、クーポン利用の旨をお伝えください。(他サービスとの併用不可)
- クーポンは、**1 グループ (1 会計) につき 1 枚のみ**利用可能で**現金払いのみ**となります。
- ご利用は、会員及び会員家族に限ります。利用期限は2026年1月31日(土)まで。

**利用可
能店舗**

炭火やきとり かじ庵



長岡京市神足 2-3-1

居酒屋&お食事処
とんぼ



長岡京市開田 2-7-2

炭火やきとり
こっこや



長岡京市開田 2-7-26

炭火焼肉 青山
長岡京本店



長岡京市久貝 2-15-6

南彦 松竹新喜劇

2026 年初笑いは南座で！
松竹新喜劇で笑って泣いて心温まる
お正月をお過ごしください。



曾我廼家桃太郎

曾我廼家桃一蝶

藤山扇治郎

曾我廼家いろは

渋谷天笑

その他出演：我廼家八十吉 曾我廼家玉太呂
江口直彌 川奈美弥生 戸田瑠奈 他

会員特別価格 1 会員 2 枚

一等席 **5,500 円** (通常 8,000 円)

三等席 **2,200 円** (通常 3,000 円)

Aプロ
淡路島
ふる里の橋
& 新春ご挨拶
川館 直志 演出
浪 ナミヲ 演出

Aプロ
まず健康
& 新春ご挨拶
川 茂林寺 演出
浪 ナミヲ 演出

ゲスト
久本雅美

久本 正美



2026年 1 月

各公演 4 枚限定

Aプロ	12:30 公演	2 日(金) / 3 日(土)
	11:00 公演	6 日(火) / 7 日(水)
Bプロ	15:30 公演	3 日(土)
	14:00 公演	4 日(日) / 5 日(月) / 6 日(火)

※ご注文の際「Aプロ」か「Bプロ」どちらかをお
伝えいただき、日程と希望席種をお願いします。

受付期間：12/2 (火) ~ 12/10 (水) チケットお渡し 12/18 以降