

市民生活を支え、消費喚起を促す地域経済活性化策

プレミアム付商品券と バス・タクシーのチケットの販売

9月下旬より、市内の取扱店で使用できるプレミアム付商品券を販売します。また、市内のバス・タクシーで使えるお得なチケットを同時販売します。

※購入方法・販売場所など詳細については9月中旬に世帯主宛に購入案内を送付します▷何らかの事情により個別送付が必要な人は8月20日(木)までに市役所(産業観光課)へご相談ください。

対象 7月31日現在で本市の住民基本台帳に記載されている人

①プレミアム付商品券

販売額 3000円(額面1万円▷市民一人1冊購入可能)

②バス・タクシーのチケット

販売額 バス=市内のバス1日乗り放題チケットを200円(通常650円▷市民一人2枚まで購入可能)、タクシー=市内タクシーの初乗り運賃(680円▷市民一人1枚購入可能)に利用できるチケットを200円で販売

問プレミアムコールセンター(市役所内)

●プレミアム付商品券の取り扱い店舗も募集

8月20日(木)まで取り扱い店舗を募集します。

※詳しくは下記へお問い合わせください。

問河内長野市商工会 ☎53-9900

キャッシュレスポイント 20%還元

本市がキャッシュレス決済事業者と連携し、市内中小事業者などの対象店舗においてキャッシュレス決済サービスを利用すると、決済金額の最大20%のプレミアムポイントが還元されるキャンペーンを9月1日～10月31日まで実施します。詳細が決定しましたら市ホームページや本紙9月号でお知らせします。

問プレミアムコールセンター(市役所内)

安心して学べる教育環境の整備

市立小中学校の保健室などに空気清浄機や間仕切り用パーテーションなどの対策備品を配置し、熱中症対策として体育館などで使えるスポットクーラーを増設します。また、教員が子どもたちと向き合う時間を確保するため、感染症への対応など教員の業務支援を行うスクールサポートスタッフなどを配置します。

問教育総務課または教育指導課

かわちながの 観光キャンペーン

地域の観光魅力を再発見するため、市民がキャンペーン参加の市内宿泊施設や観光施設を利用した際に、参加施設や店舗で利用できるポイント付き電子商品券を配布します。

ポイント付与(1人あたり) 宿泊施設の宿泊メニュー利用時=最大1万円相当、宿泊施設の日帰りメニュー利用時=最大2000円相当、観光施設の対象メニュー利用時=最大500円相当

期間 8月中旬～11月30日▷予算額に達した場合は期間内であってもキャンペーンを終了します

※キャンペーンの開始日や参加施設・店舗など、詳細が決定しましたら市ホームページや本紙9月号でお知らせします。

問プレミアムコールセンター(市役所内)

●キャンペーンに参加する飲食店や土産販売の店舗も募集

※詳しくは下記へお問い合わせください。

問産業観光課

保育士などに商品券を配布

休業できない事業所で働く保護者を支援するため、感染リスクと闘いながら保育を継続した市内の保育所などに勤務する保育士などに2万5000円分の商品券を配布します。

対象 民間(私立)の保育所、認定こども園、幼稚園に雇用されている人

※プレミアム付商品券の使用開始に合わせて施設を通じて配布します。

問子ども子育て課

公共施設の感染予防対策

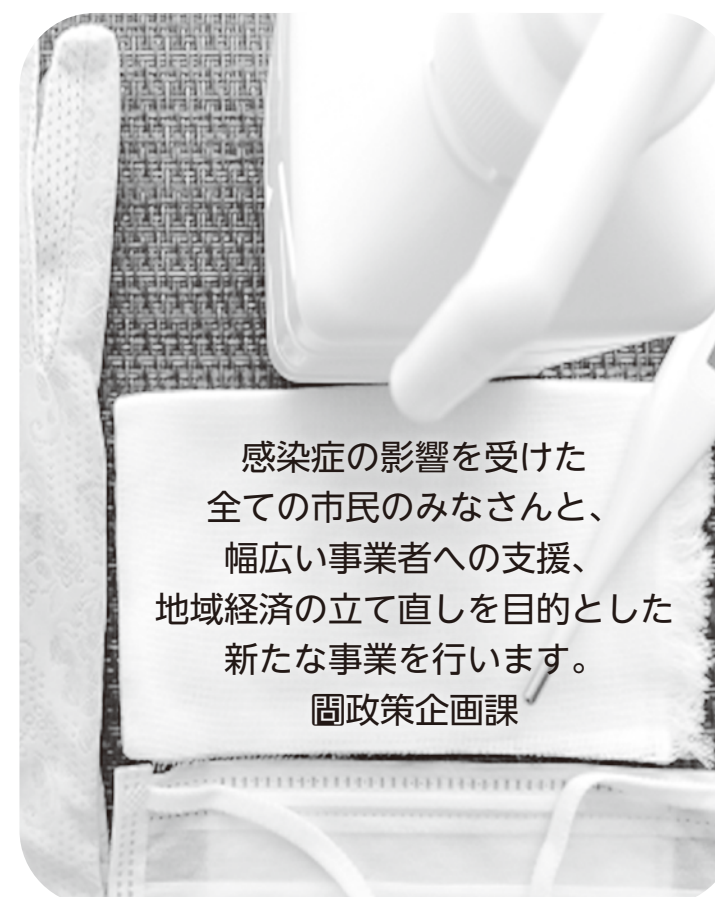
新たな生活様式に対応した避難所運営のために、パーテーション、消毒用次亜塩素酸水、非接触式赤外線体温計、サーマルカメラ(熱検知カメラ)などを避難施設に整備します。また、体育施設の換気対策として、更衣室などの密閉空間に換気扇を整備し、総合体育館にサーキュレーター(送風機)などを設置します。

問危機管理課または文化・スポーツ振興課

特集1

新型コロナウイルス感染症対策関連記事

市民生活と 経済活動を守る 新たな取り組み



目次 Contents

- 02 特集1
新型コロナウイルス感染症対策関連記事
- 06 特集2
ひきこもりの現状と支援
- 10 市長選挙・市議会議員補欠選挙の選挙結果
情報ひろば
安全安心11、事業所11、高齢者13、暮らし14、保険・年金15、税金15、自治会15、障がい者18、教育18、就労19、人権19、健康21、子育て22、催し・講座24、スポーツ26、その他お知らせ28・30、募集30、相談30
- 11 情報ピックアップ
祝 令和2年度日本遺産認定
- 12 介護予防コラム
いつまでもこころ豊かにこのまちで③
- 16 Photo News まちの話題をお届けします
- 20 歴女がゆく 日本遺産認定記念編⑤
- 32 かわちながの働ライフ②⑧

掲載情報の見方

対象に明記のないものは市内在住・在学・在勤者が対象▶催しなどで費用の記載のないものは無料▶申し込みが必要な催しなどの持ち物は主催者からの連絡などで確認を▶先着順の申し込みで時間の記載のないものは午前9時から受付▶申し込み・問い合わせなどで住所・電話番号の記載がないものは市役所へ(業務日・時間は月～金曜日午前9時～午後5時30分、祝休日・年末年始を除く)●環境への配慮から、催しなどへの来場はできるだけ公共交通機関のご利用を。

くろまる塾の認定講座や催しはこのマーク
今後の予定など詳しくは市ホームページをご覧ください。



市の人口・世帯数6月末日現在(カッコ内は前月比)

人口	男	女	世帯数
103,791(-134)	48,934(-85)	54,857(-49)	47,515(-23)

市役所：河内長野市原町一丁目1番1号
※郵送の場合は〒586-8501(住所不要)
☎0721-53-1111(代表)

ご注意ください 「新しい生活様式」における 熱中症予防

今夏は、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために、新しい生活様式を実践しながら、熱中症にも注意しなければなりません。高温や多湿といった環境下でマスクを着用すると熱中症のリスクが高くなるおそれがあるため、屋外で人と十分な距離（少なくとも2メートル以上）が確保できる場合にはマスクを一時的にはずして休憩し、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がけるようにしましょう。

☎保健センター（☎ 55-0301）または消防署救急係（☎ 53-5681）

ひとり親世帯が対象 臨時特別給付金を支給

●基本給付

- ①6月分の児童扶養手当を受給している人に8月下旬に振り込みます（申請不要）。
- ②公的年金などを受給していることにより児童扶養手当を受けていない人に給付します（申請が必要）。
- ③新型コロナウイルスの影響を受けて収入が児童扶養手当受給世帯と同等水準まで減少した人に給付します（申請が必要）。

給付額 ①～③いずれも1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円

※②および③に該当すると思われる世帯には8月に申請案内を送付しますが、8月中に案内が届かない場合はお問い合わせください。

●追加給付

- ①または②に該当する世帯のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した人に給付します（申請が必要）。

給付額 1世帯につき5万円

☎子ども子育て課

相談してください こころの悩みに関する相談

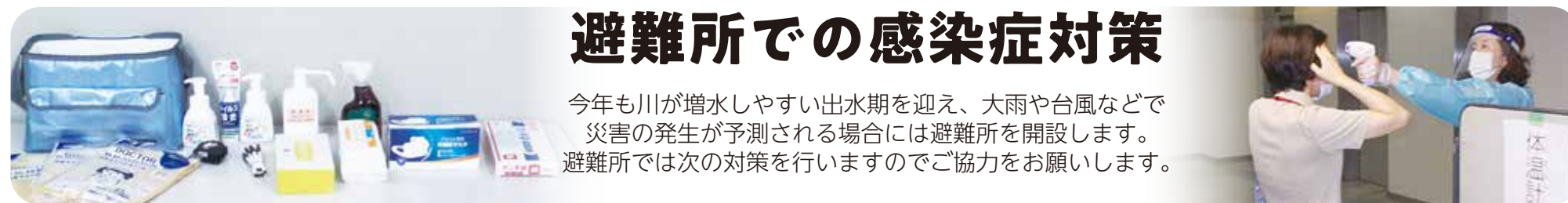
新型コロナウイルス感染拡大で不安やストレスを感じている人のために公認心理師が相談に応じます。

とき 8月21日(金)、9月28日(月)午前9時40分～午後3時10分

申込 電話で事前予約

☎保健センター（☎ 55-0301）

◎新型コロナウイルス感染症に関する市民向けコールセンター（病状の相談など）については——☎ 55-0301、FAX 55-0394（平日の午前9時～午後5時30分）へ



避難所での感染症対策

今年も川が増水しやすい出水期を迎え、大雨や台風などで災害の発生が予測される場合には避難所を開設します。避難所では次の対策を行いますのでご協力をお願いします。

- 自宅が安全な場合——無理に避難所に行かずに、自宅から出ないようにしましょう。また、避難が必要な場合でも、親戚や知人宅に避難できないか事前に検討しておきましょう。
- 避難所では次の対応を実施
- 避難所に入る前に消毒液で手指を消毒
- 受付時に検温を実施
- 避難者カードに健康状態を記入
- ※保健所で新型コロナウイルス陽性と判定され自宅療養している人や濃厚接触者は、あらかじめ保健所から指定された避難場所に避難してください。
- 避難所では次のルールを守ってください
- マスクを着用し、こまめに手洗いを行う
- 区画の中では家族単位で過ごす（区画は2～3層四方）
- 家族以外の人とは十分な距離をとる
- 対面での食事や会話は控える
- ごみは世帯ごとにごみ袋に入れ密閉する。ごみ箱は利用不可
- 熱中症にならないようにこまめに水分補給する
- エコノミー症候群などにならないようにストレッチなど軽い運動をする
- 体調が悪くなったら職員に知らせる
- 体調不良が確認するため、食事の前には検温を行う

ご利用を

接触確認アプリ COCOA



新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。

●本アプリは——

利用者本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能（Bluetooth）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができます。

●利用者は——

陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者がเพิ่มด้วย、感染拡大の防止につながることが期待されます。※詳しくは「厚労省 接触確認アプリ」で検索を。

☎危機管理課



お忘れなく

特別定額 給付金の申請



1人につき10万円が支給される「特別定額給付金」について、申請が済んでいない人は忘れずに申請してください。また、家族の申請状況についても改めてご確認ください。一人ひとりのお手元に給付金が届くよう、引き続きご協力をお願いします。

受付期限 8月20日(木)（当日消印有効▷オンライン申請も同期限）

●受給を希望しない場合は——

受給を希望しない人についても、意思確認のためお手数ですが申請書の提出にご協力ください（「受給しない」のチェック欄に×印を記入してください）。

●申請書が届いていない、紛失した場合は——

申請書を再発行しますので、下記へお問い合わせください。

●申請書を提出してから2週間以上たっても入金されていない場合は——

書類不備の可能性がありますので、下記へお問い合わせください。

☎特別定額給付金チーム

ありがとうございます

企業や団体からの 寄贈やご協力



市内の企業や団体から様々な地域貢献があり、感謝状を贈呈しました。このほか、様々なご協力・ご支援の申し出が寄せられています。市庁舎や学校、福祉の現場などで活用させていただきます。ありがとうございます。

●河川を美しくする市民の会——薬用ハンドソープを寄贈（6月4日）

●(株)大阪ケース製作所および河内長野市商工会女性部——スクールデスクパーテーションを寄贈（6月8日）

●明和開発(株)——フェイスシールド・除菌アルコールスプレー・マスクなどを寄贈（6月9日）

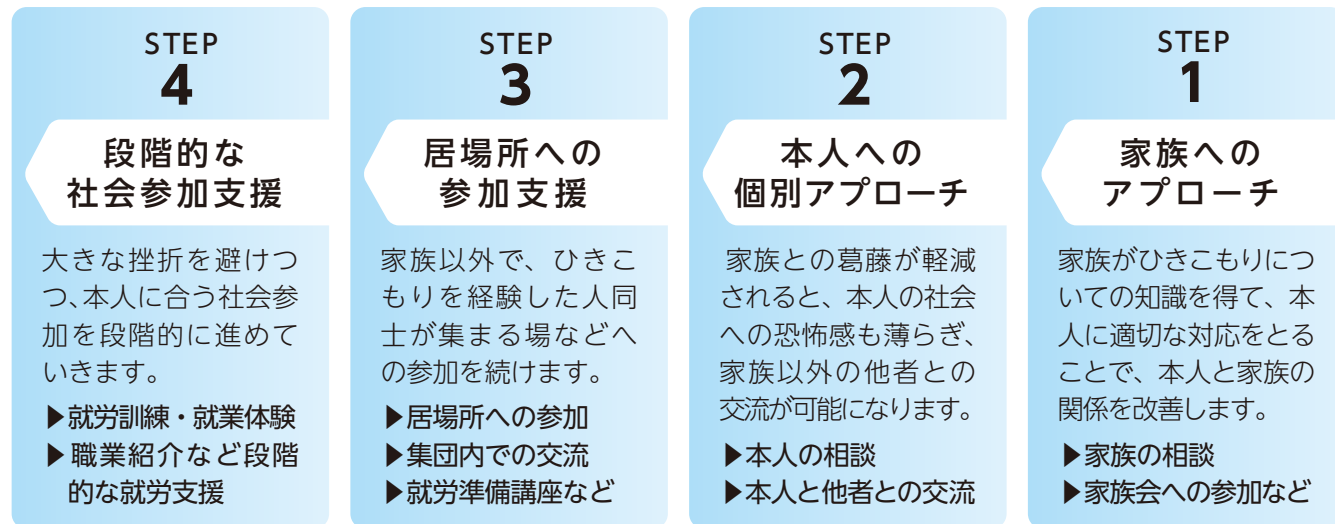
●ひさしっくす——飛沫感染防止パーテーションを寄贈（6月29日）

▼(株)大阪ケース製作所と河内長野市商工会女性部から寄贈されたスクールデスクパーテーション。市内小学校の全児童の机と放課後児童会に設置し、飛沫防止用に活用します。



さあ一歩前へ 段階的な支援

自室から出ない人から、コンビニ程度なら外出する人まで状態は様々です。家族や本人の気持ちや状況などをふまえ、最適なタイミングを見計らいながら次の4つのステップのどこから始めたらいいのかを考えましょう。



支援者インタビュー①

まずはお話を聞かせてください

自立支援相談員
(生活福祉課)
藤本さん



—どのような支援をしていますか—

医療費が払えない、収入がないなど生活に困っている方からの相談を受けています。ひきこもり相談については、本人から連絡してこられることは少なく、特に高齢の親御さんからの相談が増えています。「自分の年金で生活をしているが、自分に何かあった時、子どもがどうすればいいのか、誰かと関われるようになってほしい、仕事をして自分の力で生活

できるようなってほしい」と言われます。

親御さんは、とにかく仕事をしてほしいと考えるがちですが、実際本人はどう思っているのかが大切です。本人と会える場合は家庭訪問をしたいところですが、他人が家に入るのを嫌がられることもあり、1回のみの相談で終わり、継続した支援につながらないことも多いです。

それでも、家族の方から連絡がほしいです。とにかく話を聞かせてほしいです。そこから、本人の性格や状況、希望や思いなどをくみ取って、様々な方法を模索し、様子をみながら次の段階を考えていきます。相談の中で、医療的な支援が必

要であれば、保健所に相談することもあります。私が担当した支援では、市役所へ定期的に来てもらって、お話をしながらバズルやフウセンカズラの種取り作業などをして交流をしました。仕事につながる一歩として市内の事業所の見学や体験も行いました。そんな積み重ねの中で少しずつ表情が明るくなっていく方もいらっしゃいます。

—親御さんへメッセージを—
何がいかは、個々にサポート内容が異なりますので一概にこれという方法はありません。答えがすぐみつかるものでもありません。ゆっくりあせらず誠意を持ってお話を聞かせていただき、本人と最善の方法を一緒に考えます。一人で悩んでいる親御さんやご家族の方がおられましたら、まずはお話を聞かせてほしいですね。世間に知られたくないという方もいらっしゃるかもしれませんが、一人で抱え込まないでください。

ひきこもりの悩み 誰かに話してみませんか

ひきこもりは誰にでも起こりうることで、決して特別なことではありません。ひきこもっている本人は居場所がない、対人恐怖を感じるなどの困難を抱えています。その要因は、学校や仕事上でうまくいかなかったこと、家庭や病気のことなど様々です。周りの家族も不安を抱えていることでしょう。その困難や不安を和らげるためにも、専門機関(8ページ参照)にご相談ください。身近な家族が、まずは一歩、踏み出してみましょう。
 図 生活福祉課 または いきいきネット相談支援センター (連絡先は8ページ参照)

広義のひきこもり
全国 115.4 万人 / 市 836 人

準ひきこもり
全国 61.3 万人 / 市 435 人
普段は家にいるが趣味の用事の時だけ外出できる。家事・育児などで他人と関わることがない。

狭義のひきこもり
全国 54.1 万人 / 市 401 人
近所のコンビニなどには出かけることができる。自室からは出るが家からは出ない。自室からほとんど出ない。

※内閣府調査より(人数は推計)。

ひきこもりの人は全国で115万人。これは100人に1人がひきこもりということ。

ひきこもりとは

さまざまな要因で社会参加の場が縮まり就職や就学など自宅以外での生活の場が失われ、6か月以上家族以外の人と関わりがない状態を広義のひきこもりといいます。その中でも自室や自宅から出ない人は狭義のひきこもり、趣味などの用事で外出はできても他人と関わることができない人は準ひきこもりとされ、

現状と課題

近年では専業主婦(主夫)や家事手伝いでも家族以外の人と関わりがほとんどない人は準ひきこもりであると定義されています(左上図参照)。

内閣府は、中高年(40〜64歳)のひきこもり状態の人が推計で全国に約60万人いることを昨年公表しました。かつてひきこもりは若者の問題とされてきましたが、その長期化・高齢化が課題となっています。ひきこもる中高年の子と高齢の親が孤立する「8050問題」では、親が死去したり要介護状態になった時誰にも頼れず支援が届かないことが懸念されます。孤立状態が続く誰にも相談できない状態にならないように、支援者の見守りや自助グループの集まりなどによって、本人やその家族らが社会とのつながりを確保することが大切です。市では、若者も中高年の人も一人でも多く、ひきこもりの状態から抜け出せるよう、支援を行っています。

どこに相談すればいい？

家族がひきこもっている、「対応の仕方が分からない」、「どこに行けば支援を受けられるのか分からない」という場合は、まず市の生活困窮者自立支援相談（下図①）や、地域のいきいきネット相談支援センター（下図②）などに相談しましょう。状況にあわせた支援をお伝えします。

この記事を読んでくださっているのが、ひきこもり状態にある人のご家族であるとすれば、すでに本人のためになることをしています。ひきこもりについて学ぼうとしていたり、相談機関を利用してみようということは、ご家族にとっても勇気のいることです。相談したら、どんなことを言われるのか恥ずかしい、相談しても解決しないのではないのかなど不安や焦りがあることは自然なことです。戸惑いの気持ちも含めて相談機関に話してみてください。

ご家族からの相談が、ご本人に良い影響を与える第一歩になります。勇気をもってご相談ください。

▼つながる相談機関 相談者の背景や状況を考慮し、各機関が連携して支援をします。

サポステ（南河内地域若者サポートステーション）
☎26-9441 平日9:30~17:00（12時~13時を除く）
15~49歳までの若者に対し、キャリアコンサルタントによる専門的な就労相談、コミュニケーション訓練、職場体験などの支援を行っています。

富田林保健所
☎23-2684 平日9:00~17:45
ひきこもり相談を含む、こころの健康・保健・医療・福祉に関する幅広い相談を受けています。

①生活困窮者自立支援相談
☎53-1111 平日 9:00~17:15
市役所内、生活福祉課に設置されている窓口で社会参加や就労に向けた支援、家計の見直しなどの相談を受け、それぞれに合わせた支援や関係機関などへの案内を行っています。

ハローワーク河内長野
☎53-3081 平日 8:30~17:15
求人に関する相談や応募書類・面接の助言、職業訓練のあっせんなどの支援を行っています。



本人とその家族

定期的実施する居場所づくりや相談など

●若者のための「居場所」づくり
「家族以外と会話ができない」「何をすればいいかわからない」そんな若者たちが集まり、体験を通じて社会参加への一歩を踏み出すための居場所づくりを月1回程度実施しています。
▶プラっとやってみよう～石粉粘土でアマビエ作り～
とき・ところ 8月27日（木）午後2時～4時・キックス（要予約）
園 南河内プラッツ
☎090-9258-8177

●保護者に対するサポート
若者を理解し、共に動き出すヒントを得るための家族対象の講座「親から始まる1歩目セミナー」を、年1回開催しています。若者対象のイベントも不定期開催。
園 地域教育推進課（☎54-0005）
●ひきこもり等相談（要予約）
原則として、毎月第2木曜日の午前10時～正午（今月は8月20日）に社会参加に不安がある人とその家族からの相談を、南河内プラッツの相談員がお受けしています。
園 生活福祉課

②いきいきネット相談支援センター
※連絡先は下記 平日10:00~16:30
市内7か所に配置したコミュニティソーシャルワーカーが、生活上の困りごとや様々な悩みの相談を受けています。

家庭児童相談室
☎50-4671 平日 10:00~17:30
「集団になじめない」「保育園や学校等に行きたがらない」など18歳までの子どもにかかわる相談を広く受けています。

大阪府ひきこもり地域支援センター
☎06-6697-2890 平日10:00~16:00
ひきこもり状態にある本人や家族からの電話相談を受けています。

いきいきネット相談支援センター（コミュニティソーシャルワーカー）
●全小学校区（市役所人権協会内）☎090-6980-5532
●千代田・楠小学校区（千代田公民館内）☎080-1527-4629
●長野・小山田小学校区（あやたホール内）☎080-1459-3270
●三日月・川上・天見小学校区（くすのかホール内）☎090-5360-4213
●南花台・美加の台小学校区（三日月公民館内）☎090-5129-3516
●高向・天野小学校区（天野公民館内）☎090-5130-1862
●加賀田・石仏小学校区（加賀田公民館内）☎080-1457-1416



相談・支援機関一覧と詳細はこちらから▶



支援者インタビュー②

好きなことから始めてみましょう

南河内プラッツ
石田さん



この組織は、今から約30年前にひきこもりの子を持つ親御さんらによって立ち上げられました。当時も、親は自分亡き後のことを心配し切実な思いから集い語り合いを始めました。現在は親との面談、セミナー、親の会、家庭訪問、15歳から40歳代くらいまでの若者のための居場所の運営に取り組んでいます。

居場所では、アート、農業、料理、運動、音楽などを通じて、第三者とのコミュニケーションを積み重ね、

社会参加や自立へと向かいます。

―活動の特徴は？
自信を失った若者たちにとってまず必要なのは、社会で生き抜く土台となる力です。そこで、家族の思いに寄り添いながら、急がせず一歩一歩と着実に進めるプロセスを大切にしています。

また、若者の社会参加を支える一方で、親との面談を重視しています。親もまた色々なしんどさを抱えていることが多いので、最後まで一緒に関わってもらうことを大事にしています。

―今後の課題や展望は？
若者が傷つかないように社会に出さないのではなく、で

家族の声



プラッツが主催する親の会に参加した人たちのお話を伺いました。

●いろいろ探してここに来ました。ひきこもりといっても様々。最初はひきこもりの家族がいることが恥ずかしいし、自分だけと思っていたら、同じような境遇を聞いて安心できました。大変な経験だったけど、良かったかなと思えるようになりました。

●他人だから話せることも

あります。みんなで泣いたこともありました。1か月に1回ですが、この親の会があるから1か月やっていられます。

●医者や周りの人が正した方がいいと、世間では直した方がいいとされていることも認めてくれる。それでいいんだということを言ってくれる。否定しない、むしろ強みだと肯定してもらえる。それで気持ちが楽になってきます。

●人のことは意見できるけど、自分のことはなかなか分からないものです。

●子どもの状態をよくするためにというより、親の気持ちに楽になる。聞いたり話したりすることで抱えている肩の荷を下ろせる場所。頑張ろうと思えます。

●色々な相談先に行きましたが、何とか療法とか占いに頼った時もあります。親の会で同じような立場や境遇の人同士で話すと、とても気持ちが楽になり参考にもなります。

市長選挙・市議会議員補欠選挙の選挙結果

任期満了に伴う市長選挙が7月12日に行われ、即日開票の結果、島田智明氏が当選されました。投票率は46・96%でした。

また、欠員にともなう市議会議員補欠選挙も同日に行われ、即日開票の結果、橋上和美氏が当選されました。投票率は46・94%でした。

選挙管理委員会事務局

●市長選挙

候補者氏名（届出順）	得票数
島田 智 明	24,358
浦 尾 雅 文	17,291

●市議会議員補欠選挙

候補者氏名（届出順）	得票数
橋 上 和 美	29,099
早 崎 武	5,239
新 西 宏 之	5,235

- ・市長の任期
令和2年8月3日～令和6年8月2日
- ・市議の任期
令和2年7月13日～令和4年4月28日

新市議に橋上和美氏

市長選挙と同時に行われた市議会議員補欠選挙で、橋上和美氏（58歳）が当選しました。橋上氏は初当選で所属会派は大阪維新の会。住所は向野町114番地、任期は令和4年4月28日まで。

選挙管理委員会事務局



橋上和美氏

議会選出の監査委員が決まる

議会選出の監査委員には自民党の奥村亮氏が選任されました。

監査委員事務局

市議会役員が改選

●正・副議長などが選ばれる
6月の市議会定例会で正・副議長をはじめ、委員会の正・副委員長などの役員の選挙が行われました。議長には公明党の三島克則氏（50歳）、副議長には日本共産党の丹羽実

氏（65歳）が選ばれました。

三島克則氏は3期目。副議長、監査委員、総務常任委員会委員長などを歴任。住所は河内長野市高向838の1です。丹羽実氏は7期目。監査委員、議会運営委員会委員長、福祉教育常任委員会委員長などを歴任。住所は河内長野市旭ヶ丘19の24です。

また、改選された委員会の正・副委員長は左表のとおりになりました。

選挙管理委員会事務局



丹羽実 副議長



三島克則 議長



安全安心

Jアラート情報伝達訓練

災害時や緊急事態時に、全国瞬時警報システム（Jアラート）から送られてくる緊急情報を市民のみなさんに伝えるため、市内47か所の防災行政無線スピーカーによる情報伝達訓練を行います。

とき 8月5日（水）午前11時
固危機管理課

消火器を処分するときは

家庭で不用となった消火器は一般のごみでは出せません。消火器の処分は、（一社）日本消火器工業会が地域の販売代理店と協力して行っています。

①市内の特定窓口
輝電気防災設備（小塩町37の3、☎62・3058）▽直接持ち込む引き取りを依頼してください。

②最寄りの指定引取場所
ヤマトプロテック（株）大阪工場（堺市美原区木材通2の2の38、☎072・361・5911）▽直接持ち込んでください。

③ゆうパック

専用コールセンター（☎0120・822・306）▽回収を依頼してください。
※費用などは事前に各窓口にお問い合わせください。
環境衛生課

宝くじ助成金でVR消火訓練シミュレータを購入

市では、（一財）自治総合センターからの宝くじ助成を受け、VR消火訓練用シミュレータ（センサー内蔵訓練用消火器）を購入しました。これは、VR（Virtual Reality）の360度画像による火災画像を用いて多様な火災現場を再現し、効果的な消火訓練が実施できるものです。今後、防火教室などで活用します。

固予防課



▲子どもの保護に協力していただけの家庭は連絡してください。

「こども110番」一月間

地域の子どもは地域で守り、子どもたちが安心して暮らせる環境を確保するために「こども110番」運動を推進しています。家庭や地域のみならず、子どもたちを守りましょう。

固地域教育推進課
（キックス内、☎54・0005）

事業所

創業セミナー

●事業の立ち上げを支援
創業に必要な経営・財務・人材育成・販路開拓などに関する知識やノウハウを紹介します。セミナー終了後に、市が発行する証明書の交付を受けると、起業家支援事業補助

金の申請が可能となります。

その他、（株）日本政策金融公庫融資や信用保証協会の保証付融資での優遇措置、登録免許税の軽減など様々な支援を受けることができます。

とき 8月22日（土）午後1時～5時、29日（土）午前10時～午後3時30分▽2回シリーズ▽29日は交流会のため昼食代1000円が必要

ところ 市商工会（昭栄町）

内容 事業計画の書き方、資金管理、経理処理、集客方法、採用などの説明、個別相談

※創業に興味のある人、創業間もない人も受講できます。

定員 20人（先着順）

申込 電話で左記へ
固市商工会（☎53・9900）

●起業家支援事業補助金

起業する時、または起業後に必要な広告宣伝費の半額を補助します。

上限額 5万円

※条件などの詳細は左記へお問い合わせください。

固産業観光課

中小企業退職金共済制度

中小企業退職金共済制度（中退共）は、国がサポートす

食品営業の届出制度が始まりました

6月1日から、①許可業種以外の食品の製造業、②容器包装に入れられていない食品の販売、③温度管理が必要な食品の販売などは保健所へ届出が必要になりました。いわゆる八百屋、米屋、製茶業、乾燥野菜の製造、たけのこの水煮なども届出の対象です。

※届出が必要な業種は多岐に渡るため、該当するかどうかは左記へお問い合わせください。

固富田林保健所衛生課
（☎23・2682）



安全安心
事業所

高齢者

暮らし
保険・年金

税金
自治会

障がい者
教育

就労
人権

健康

子育て

催し・講座

スポーツ

募集

その他
お知らせ

相談

コグニで脳力アップ教室
認知症予防に効果があるコグニサイズをとりいれて、頭を使いながら運動しましょう。対象 もの忘れの心配がある65歳以上の市民で、すべての回に参加できる人
とき 9月17日～12月3日の木曜日▽時間は午前9時45分～11時45分▽12回シリーズ
ところ キックス
定員 20人（選考▽初参加者優先）
申込 8月17日までに電話で左記へ
左記へ
岡高齡福祉課

はじめてジム体験教室
トレーニングマシンなどを使った健康づくりの方法を紹介します。
対象 はじめて教室に参加する65歳以上の市民
とき 9月7日(月)・14日(月)・21日(祝)午前9時15分～11時15分
ところ 三日月市民ホール(フオレスト三日市内)
定員 15人(抽選)
申込 8月14日までに電話で

高齢者

左記へ
岡高齡福祉課

ひとり暮らし高齢者のつどい

近畿財務局による特殊詐欺の手口と対策の話のほか、日常生活上の困りごとの情報交換をしませんか。
対象 市内在住の60歳以上でひとり暮らしの高齢者
※福祉センターを初めて利用する人は利用証を発行しますので、保険証、免許証など本人確認のできる書類をご持参ください。
とき 8月20日(木)午後1時30分～3時
ところ 福祉センターキタバ錦溪苑
定員 40人(先着順)
申込 8月7日から左記へ(月曜日、8月11日を除く)
岡福祉センターキタバ錦溪苑
(☎65・0123)



天野山金剛寺 多宝塔



国宝 三尊像



金堂



野高女

女性とともに
今に息づく
～時を超え、時に合わせて見守り続ける癒しの聖地～

令和元年度の「中世に出逢えるまち」千年にわたり護られてきた中世文化遺産の宝庫」に引き続き、宇陀市(奈良県)、九度山町・高野町(和歌山県)と連携して申請していた「女性とともに今に息づく野高女」時を越え、時に合わせて見守り続ける癒しの聖地」が文化庁から、令和2年度の「日本遺産」に認定されました。
また、本市も連携し和歌山県が代表して申請していた「葛城修験」―里人とともに守り伝える修験道はじまりの地―も同時に認定され、本市では3つめの認定となりました。
今後は、文化庁の支援を受けながら連携自治体と協力して広域観光での誘客、市内外での普及啓発など地域の活性化に向けて取り組みます。
岡文化財保護課または産業観光課



女天堂(和歌山県高野町)



慈尊院の絵馬(和歌山県九度山町)



室生寺 国宝 五重塔(奈良県宇陀市)

日本遺産とは――
他の地域より特筆される、世代を超えて受け継がれてきた地域の歴史的魅力や特色をわかりやすく文章化したストーリーとともに、ストーリーを活かした地域づくりの将来像とその方策を示した地域活性化策を文化庁が認定する制度。

ストーリーの概要
高野山は、近代まで「女人結界」が定められ、境内での女性たちの参拝は叶わなかった。そんな時代にあっても女性たちの、身内の冥福を祈る声、明日の安らぎを願う声を聴いていた、「野高女」と呼ばれるお寺があった。
優美な曲線を描くお堂の屋根、静かに願いを聴いている系和なお顔の仏像、四季の移ろいを映す周囲の樹々、これらが調和した空間を『名所図会』は見事に実写し、表現した。そこに描かれた「野高女」は時を越え、時に合わせて女性とともに今に息づく、訪れる女性たちを癒し続けている。

～介護予防コラム～ いつまでも ころ豊かに このまちで③

暑い夏 体力を落とさないための 食生活

今年も猛暑の夏がやってきました。高齢者のお宅を訪問していると、夏の暑さで急激に体力が落ちてしまいう方とたくさん出会います。その大きな原因の一つが、食欲不振による低栄養。今年の夏は低栄養を予防して、体力を落とさないよう元気に乗り切りましょう。
●低栄養を予防する食事の工夫
①食事の量が少なくなった
②すぐにエネルギー不足に陥り、筋肉が減って痩せてしまうので要注意です。好

きなものを少しずつ回数多く食べる、間食をする、のどごしのよいもの・香辛料など食欲を誘う香りものを選ぶなどしましょう。
②あっさりしたもののばかりを食べたくなるたんぱく質と脂質が不足しがちになります。1日3食、肉・魚・卵・大豆製品を摂る、牛乳を使う、油で炒める料理を増やす、サラダにノンオイルではないドレッシングやマヨネーズをかけるなど工夫しましょう。
③果物や生野菜、肉類が少ないビタミン・ミネラル類が不足しがちになります。野菜ジュース、きなこ、ココア、すりゴマ、栄養補助食品などを上手に利用しましょう。
④固いものやパサつくものが食べにくい糖質に偏り筋肉量が落ちやすくなります。お造り、ヨーグルトなど食べやすいもので体重の維持を。よく噛む、よく話す、よく笑うなど口を動かす、ケアも忘れず。

●低栄養になっていませんか？指輪っかテスト

ここ半年間で体重が2～3kg減少した、という人は低栄養に陥っている可能性があります。親指と人差し指で指輪っかをつくり、ふくらはぎの一番太いところを囲んだときにどうなるか確認しましょう。



隙間ができる人は要注意！筋肉量が少なくなっている可能性があります

出典：認定栄養ケア・ステーションNPO法人はみんぐ南河内作成資料「地域におけるフレイル予防活動実践！マニュアル」国立長寿医療研究センター

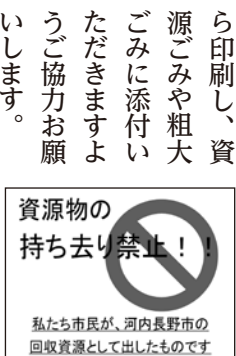
正しいごみの分別および捨てる方にご協力を

6月4日、南河内環境事業組合第1清掃工場(富田林市)の粗大ごみ処理施設で、火災が発生しました。火災により現在、同工場粗大ごみ処理施設では処理ができない状況となっています。

このような火災事故を防止するため、次の内容について、

◎ライター⇨中身を使い切り、もえるごみで出してください。
◎ストーブ⇨灯油などの燃料を抜いて、もえないごみ・粗大ごみで出してください。
◎携帯缶⇨中身を空にして、もえないごみ・粗大ごみで出して下さい。
◎乾電池で動作する製品⇨電池を取り外し、もえないごみ・粗大ごみで出してください。
◎充電電池(リチウムイオン電池など)⇨を使用した製品⇨充電電池を取り外し、もえないごみ・粗大ごみで出してください。充電電池については、市役所1階に回収ボックスを設置しています。

回収ボックスを設置していますので、回収にご協力ください。
ごみ置き場の巡回パトロール
市では、ごみ置き場から粗大ごみや資源ごみを許可なく持ち去る行為を防ぐため、シルバー人材センター会員による巡回パトロールや事前回収を実施しています。資源ごみなどを持ち帰った場合は罰則の対象となります。なお、持ち去り禁止の貼紙(下図)をすると一定の抑止効果がありますので、市ホームページから印刷し、資源ごみや粗大ごみに添付いただきますようご協力をお願いします。



また、持ち去られる可能性が高い電化製品はできるだけ指定日の朝に出すようご協力をお願いします。
道路にはみ出した木々の剪定を

私有地の庭木や生垣、山林の樹木などが車道や歩道にはみ出すと、通行しづらだけでなく交通事故の原因となる場合があります。所有者が責任を問われることもありますので、剪定や伐採をお願いします。なお、私有地からはみ出している樹木は市の所有権がないため市で剪定や伐採ができません。
園道路課



煙が上がる清掃工場と、消火の様子

小型充電式電池(リチウムイオン電池等)の拠点回収を開始

市では、火災の原因となるリチウムイオン電池の回収とリサイクルを行っています。市役所1階に回収ボックスを設置しています。対象の電池は、デジカメ、ビデオカメラ、ゲーム機、モバイルバッテリー、コードレス電話、電動アシスト自転車、シェーバーなどに使用されている「ニカド電池」「ニッケル水素電池」「リチウムイオン電池」です。3つのリサイクルマークが目印です(下図)。
※電池以外は粗大ゴミで出してください。

環境衛生課



Ni-Cd
ニカド電池



Ni-MH
ニッケル水素電池



Li-ion
リチウムイオン電池



などは事前にお問い合わせを。
保険・年金

税金

税金の納付は納期限までに

●市・府民税第2期分
8月31日(月)の納期限までに、金融機関や郵便局(納付額30万円以下はコンビニエンスストア、スマートフォン決済アプリPayも可)などで納付してください(手数料不要)。
国税務課

個人事業税第1期分

8月31日(月)の納期限までに、最寄りの金融機関などで納付してください(手数料不要)。また、便利で安心・安全な口座振替もご利用ください。
環境政策課

市役所

〒25-1131

自治会

自治会活動環境整備事業補助金制度

自治会活動に必要な備品の購入に要する経費の半額(限度額30万円)を補助しています。

防犯カメラ設置補助金制度
街頭犯罪や侵入盗などを未然に防止するため、防犯カメラを新たに設置する自治会などに設置費用の半額(上限20万円)を補助しています。条件がありますので、令和3年度中に補助金の交付を希望する自治会などは8月末までにご相談ください。
園自治協働課

猫について考えよう



●飼い猫は室内で飼育を

猫は一日の大半を屋内で過ごしますが、屋外に出ると、他人の家に入り込んでフンをしたり、花壇を荒らしたりして迷惑をかける恐れがあります。また、交通事故にあったり、感染症にかかったり、猫にとっても悪い結果を招く可能性があります。飼い猫は室内で飼うよう心がけましょう。

●猫にエサをあたる前に

◎その猫を飼うことができま

すか?

◎その猫は本当にお腹が減っていますか?

◎猫のふん尿や爪とぎで困っている人はいませんか?

エサをもらい、生活のサイクルが安定すると繁殖も容易になります。しかし、屋外で生活することは、感染症の可能性が増え、交通事故や野生動物に襲われるリスクも高くなります。屋外で生活する猫が増えることはいいことなのでしょうか?

●「地域猫活動」をご存知ですか?

野良猫による被害をなくするために、人と猫が共に暮らしを考えてみましょう。「地域猫活動」とは、地域に住みつついる猫を地域住民の合意に基づいて、地域で管理していく取り組みです。「地域猫活動」の主なルールは、①避妊・去勢手術をする②エサやりのルールを決める③トイレの場所を決める④エサの食べ残しやフンの掃除などを励行し、生活環境の汚染を防ぐ、4つとされています。

野良猫の寿命は数年といわれていますので、このような

国民健康保険の日曜臨時窓口
●平日お忙しい人はご利用を健康保険料の納付、納付相談を行います。
とき 8月23日(日)午前9時~正午
ところ 市役所
※午後は開設していませんのでご注意ください▽必要書類

保険・年金

自治会

自治会活動環境整備事業補助金制度

自治会活動に必要な備品の購入に要する経費の半額(限度額30万円)を補助しています。

防犯カメラ設置補助金制度
街頭犯罪や侵入盗などを未然に防止するため、防犯カメラを新たに設置する自治会などに設置費用の半額(上限20万円)を補助しています。条件がありますので、令和3年度中に補助金の交付を希望する自治会などは8月末までにご相談ください。
園自治協働課



久しぶりに仲間と運動を楽しむ

市民スポーツ大会バレーボール大会

6/28 市民総合体育館でバレーボール大会が開催されました。男子4チーム、女子9チームが参加し、熱い闘いを繰り広げました。参加者は「自粛のため、チームメンバー揃っての練習ができなかった。普段より身体が動かなかったが、久々に楽しめました」と話していました。主催者は、感染拡大を防ぐため、観客は家族のみとし、定期的にアルコール消毒をしていました。また選手もハイタッチを控え肘タッチ（肘同士でタッチ）をするなど感染拡大防止に努め、生活様式の変化が感じられました。



中世に出逢えるまちをアピール

日本遺産のまちPRバスが登場

5/28 河内長野市日本遺産推進協議会が文化庁から補助金を受け、日本遺産のPRを目的に制作したラッピングバスが完成しました。南海バスが運行する路線バスのうち、主に河内長野市から市外へ出発するバス（2台）と堺市内を走るバス（1台）がラッピングされています。また、窓にステッカーを貼っているバスも市内を運行しています。



道の駅のレンタサイクルが充実

関西サイクルスポーツセンターが自転車を寄贈

6/5 関西サイクルスポーツセンターから、電動自転車5台が寄贈されました。同センターの森本龍男理事長は「新型コロナウイルス感染症に負けないよう、健康維持のためにもサイクリングしてみませんか」と話していました。市では道の駅「奥河内くろまろの郷」のレンタサイクルとして活用します。ぜひご利用ください。



地元素材の使い方いろいろ

木根館での石窯ピザ&時計づくり体験

6/21 木根館で「石窯ピザ&時計づくり体験」が開催され、時間や場所を分けるなど感染防止に配慮するなか、家族など数組が参加しました。これは「おおさか河内材」を活用したイベントで、時計づくりでは材料に、石窯ピザでは燃料に使っていました。ピザには市内で収穫した野菜も使われ、おいしそうにほおばる姿が見られました。協力店「石窯ピッツァ・アンソニー」を営む数下利広さんは「おおさか河内材の利用方法をもっと広げていきたい」と意気込んでいました。



KAWACHINAGANO CITY Photo News

まちの話題をお届けします

英語で絵本の読み聞かせ

英語のおはなし会

7/12 図書館で「英語のおはなし会」が開催され、家族ら11人が参加しました。当日は図書館司書と国際交流協会のネイティブ講師が日本語と英語で掛け合いしながら、絵本の読み聞かせや手遊びなどを行いました。参加した藤澤さん親子は「LINEで情報を見つけて参加しました。英語のイベントがもっと増えたらいいですね」と笑顔で話していました。

