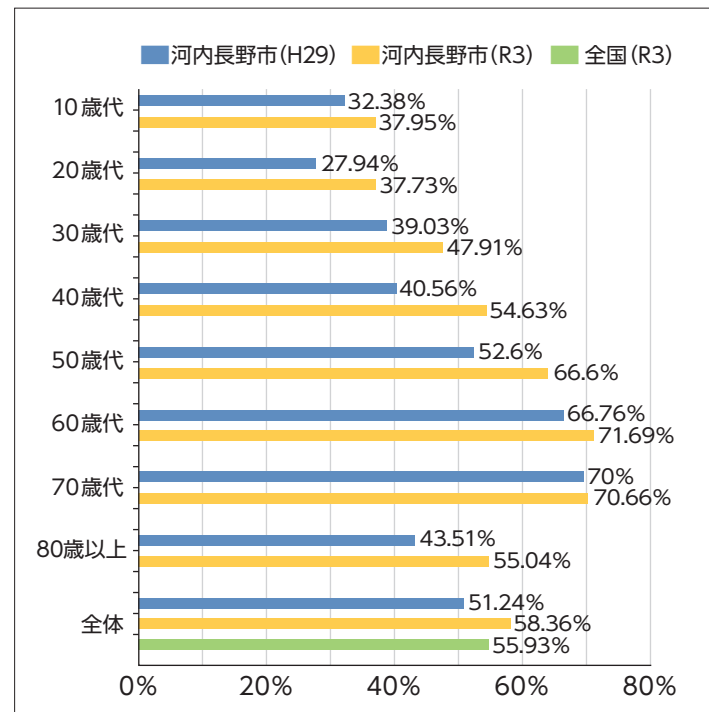






令和3年執行の 選挙を振り返って

■本市の各年代層の投票率の比較（平成29年と令和3年）



※按分票とは

選挙の開票結果を見ると、候補者や政党の得票数に小数点以下の数字がある場合があります。これを「按分票」といいます。「按分」とは、1つの選挙区に同一の氏名・氏・名の候補者が2人以上いる場合や、略称の同じ政党が2以上ある場合に、候補者の氏名・氏・名や政党の略称のみを記載し、どの候補者・政党に投票されたか判断できない票を、それぞれの候補者・政党の得票数の割合に応じて配分することで、公職選挙法で規定されているものです。

また、平成31年4月の選挙から新たに三日市市民ホールに期日前投票所を設置するなど、より投票しやすい環境を整えたことも、投票率を上げた要因の一つになったと考えられます。有権者の選挙に対する意識が高くなっていることや、若い年代の投票率が上昇したことなどは、今後の選挙においても注目される点です。

昨年は、10月31日に衆議院議員総選挙と最高裁判所裁判官国民審査が行われました。衆議院小選挙区選出議員選挙では、本市が属する大阪府第15区選挙区に、定数1人に対し3人が立候補しました。また、比例代表選出議員選挙の近畿ブロックでは、名簿届出政党が9政党あり、うち2政党の届け出た略称が同じであったため、得票率に応じて比例配分される「按分票」(※)が発生しました。

若年層の 投票率が上昇

今回の衆議院議員総選挙（小選挙区）における本市の年代別投票率結果（抽出調査）は、左表のとおりです。全国の小選挙区の投票率は、前回（平成29年）の投票率を約2.2ポイント上回り、55.93%となりました。一方、本市では前回投票率を約7.1ポイント上回り、58.36%と

選挙に対する 意識の高まり

なっています。しかし、若年層の投票率が相対的に低く、年齢層が上がるにつれて高くなるという傾向は、これまでと変わりません。次に、本市における各年代層の前回と今回の投票率を見てみます。どの年齢層でも前回の投票率を上回っているだけでなく、大きく上昇した年齢層があるのが特徴的です。特に、40～50歳代と80歳代は、10ポイント以上上昇しています。また、投票率の低迷が課題となっていた30歳代以下の年齢層の投票率も、今回は5ポイント以上の上昇となりました。

前回の選挙では、投票当日に台風が接近するなど荒れた天候となったことが、投票のための外出をしにくくしたと思われる。一方、今回は新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う影響が長引く中で、選挙となりましたが、投票率では前回を上回りました。単純に比較することはできませんが、新型コロナウイルス感染症に関する国民生活に直結する様々な政策に対する関心の高さが、投票率の上昇に大きな影響を与えたと推測されます。

選挙のこと もっと 知ってみよう



昨年は、10月に衆議院議員総選挙と最高裁判所裁判官国民審査が行われました。一昨年の市長選挙・市議会議員補欠選挙に続き、コロナ禍での選挙となりました。今回は、昨年の選挙を振り返りながら、選挙事務に関わった若い世代の声や市の取り組みなどを紹介します。問い合わせ 選挙管理委員会事務局

目次 Contents

- 02 特集
選挙のこと もっと知ってみよう
- 06 新型コロナウイルス関連情報
情報ひろば
パブリックコメント 9、健康 9、高齢者 12、暮らし 13、安全安心 15、就労 16、保険・年金 19、税金 20、事業所 21、協働 21、障がい者 22、人権 23、子育て 24、催し・講座 26、スポーツ 32、募集 34、その他お知らせ 34、相談 35
- 09 フォト特集 大人のつどい
- 12 介護予防コラム
いつまでも心豊かにこのまちで 12
- 22 手話で語ろう 22
- 24 ちょっと見てみて！
市民が撮る身近なニュース写真
- 33 市長コラム
- 36 エール KAWACHINAGANO 16

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。

新型コロナウイルス感染症の感染状況により催しなどが中止・延期となる場合がありますので、最新情報は問い合わせ先にご確認ください▶参加の際は感染予防対策の徹底をお願いします。

市の人口・世帯数12月末日現在（カッコ内は前月比）

人口	男	女	世帯数
101,838(-136)	47,953(-77)	53,885(-59)	47,537(-41)

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）

入場整理券が無くても投票できる？



投票立会人を務めた若者が「入場整理券は受験票と同じで忘れたら投票できないものと思ってる若者は多いと思う」と話していました。選挙に行ったことがある人にも意外と知られていない入場整理券について4コマ漫画などで紹介します。

Q.入場整理券ってなんのため？

A. 投票所入場整理券（以下「入場整理券」）は、選挙の公示日（告示日）ごろに世帯主名で家族分とあわせ世帯単位で送付します。選挙が行われることを有権者に知らせ、投票所での本人照合をスムーズに行うためのものです。入場整理券を持っていないくても、本人確認を行い選挙権があることが確認できれば投票できます。
※期日前投票の際は、宣誓書欄に必要事項を記入する必要があります。

Q.選挙人名簿ってなに？

A. 選挙人名簿とは、選挙権を持っている人を登録しておく名簿のことです。投票しようとする人が本当に選挙権を持っているのかどうかを、その場で1人ひとり確認することは事実上不可能です。しかし、あらかじめ選挙権の有無を調べて登録したこの名簿があれば、投票をスムーズに行うことができます。また、二重投票や不正投票の防止にもなります。

Let's try!

投票立会人を募集

市では、多くの若者に選挙への関わりを持ってもらえるよう、投票立会人を募集しています。投票所には、投票管理者1人と投票立会人2人が配置されます。投票立会人は、有権者の代表として投票事務全般に立ち会う重要な役割を果たします。

- ①投票所の開閉の立ち合い
- ②最初に投票箱が空であることを確認する立ち合い
- ③投票箱の閉鎖の立ち合い
- ④投票録への署名
- ⑤投票終了後の開票所への投票箱の送致

資格 市の選挙人名簿に登録されている18歳～29歳の人
※指定された投票所と日時に必ず参会し、知り得た秘密を一切他に漏らさないこと▷高校生も応募可。

申込 申込書（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し下記へ

区選挙管理委員会事務局



●選挙啓発4コマ漫画について

大阪芸術大学短期大学部の林日出夫准教授の指導のもと、アミューズメントメディア専門学校の奈須瑠花さんの原作をもとに、大阪芸術大学短期大学部の近藤詩音さんが描いてくれました。

●近藤詩音さんのコメント

この4コマ漫画をきっかけに、選挙に関心を持っていただければ、とても嬉しいです。



INTERVIEW



未来を担う若い世代に 聞いてみました

選挙は若者が 政治に参加できる 唯一のチャンス

選挙事務アルバイト 大塩さん



選挙を実施するには、当日の投票・開票事務のほか、前日までも様々な事務を行う必要があり、アルバイトなど多くのみなさんの協力を得ています。今回は、昨年10月に行われた衆議院議員総選挙で選挙事務アルバイトを経験した大塩さんに、その感想を聞きました。

—どのようなきっかけで選挙事務アルバイトを？

選挙には以前から興味を持っていたこともあり、令和2年7月に行われた市長・市議補欠選挙では、投票所の派遣業務に従事しました。そして、当日の投票所以外でもいろいろな選挙事務があることを知り、違う業務も体験してみたいとの思いから、今回選挙事務アルバイトに応募しました。

—どのような仕事を担当しましたか？

前日までの仕事は、各投票所に配付する必要物品の準備などでした。また当日は、各投票所からの投票者数の報告を受けたり、連絡事項の受付を行いました。

—実際にやってみて感想は？

どの業務もすごく緊張したというのが率直な気持ちです。たとえば、物品の準備業務では、必要な物品が何か1つでも欠けていれば、投票所の運営に支障をきたすだけでなく、投票に来られた有権者の方に対して迷惑をかけてしまいます。そうならないよう、現場

では物品を用意して所定のカバンに入れる担当と、中身をチェックする担当を決め、役割を分担したうえでダブルチェックを行っていました。業務一つ一つに対する慎重な姿勢が、とても印象的でした。

—投票はしましたか？また、立候補者の情報はどのように知りましたか？

投票は、当日の午前中に済ませました。選挙に関する情報については、府内には19もの小選挙区があるため、新聞などの情報よりも、自分の住んでいる選挙区の立候補者だけの内容が記載されている選挙公報の方が見やすいと思いました。小選挙区選挙では、まず選挙公報を読み、興味のある内容については、候補者のホームページなどを見て情報を集めました。

一方、比例代表選挙と最高裁判官国民審査については、選挙関連のホームページなどに、各政党の主張や施策、各裁判官の関与した裁判における見解などが分かりやすくまとめられていたので参考にしました。

—友人や知り合いは投票していますか？

はい。自分の周りでは、投票に行っている人が多いと思います。また、選挙がある時は友人とのSNSのグループで「選挙だけでもう投票に行った？」といったやりとりもしています。

—選挙に対してどのような考えを持っていますか？

私たちのような国民が、唯一政治というものに参加できるチャンスが「選挙」だと思っています。また、選挙権を得て初めての投票には行くものの、それで満足してなのか、次からは行かなくなる人もいると聞き、残念に思いました。大切な選挙権なので、これからは大切に一票を投じたいと思います。

—大塩さんは今後も投票に行きますか？

はい。選挙をするための大変さも体験したかったので、もちろん行くつもりです。

●接種券の再発行が必要な人は

他自治体で2回接種したあと河内長野市に転入した人や、予診のみで「接種券が印字された予診票」を使用した人など、本紙1月号に記載

した再発行が必要な人は、右記申請フォームか下記コールセンターへご連絡ください。



●10代・20代の男性と保護者の人へ

ファイザー社と武田/モデルナ社の新型コロナワクチン接種後、ごくまれに心筋炎・心膜炎を発症した事例が報告されています。

しかし、新型コロナウイルス感染症に感染した場合にも発症することがあり、感染症による頻度に比べると、ワクチン接種後に心筋炎・心膜炎になる頻度は低いことがわかって

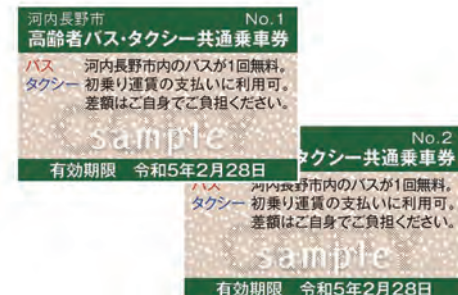
います。

※10代・20代の男性は、武田/モデルナ社のワクチンよりファイザー社のワクチンの方が心筋炎・心膜炎が疑われた報告の頻度が低い傾向があります。接種場所によって取り扱うワクチンが異なりますので、事前に市ホームページなどでご確認の上予約してください。

●65歳以上のワクチン接種支援

ワクチン接種時の移動手段の確保や会場周辺の渋滞対策を目的として、市内のバス・タクシーで利用できる共通乗車券（2枚）をワクチン接種券に同封して送付しています。ワクチン接種の際にご利用ください。

対象 すでに2回接種済みで令和4年度中に65歳に達する、昭和33年4月1日以前生まれの市民
※利用方法などの詳細は乗車券に記載しています。



※ワクチン接種を受けるにはご本人の同意が必要です。

問い合わせ
新型コロナワクチンコールセンター
受付時間：平日午前9時～午後5時30分

☎0721-26-8135
FAX 0721-56-5160

※おかけ間違いのないようご注意ください。



市ホームページ

感染リスクが高まる5つの場面

感染リスクが高まる場面として、マスクを外す瞬間に注意が必要です。引き続き感染リスクが高い行動を避け、感染拡大防止にご協力をお願いします。

旧保健センター（☎55-0301）

- ① 飲酒をともなう懇親会など
- ② 大人数や長時間におよぶ飲食
- ③ マスクなしでの会話
- ④ 狭い空間での共同生活
- ⑤ 居場所の切り替わり



新型コロナワクチン

追加接種（3回目接種）のお知らせ

新型コロナワクチンの3回目接種が始まります。2回目接種を完了した日から、7か月を超える人から接種券を順次送付します（1月12日現在）。最新の情報は、市コールセンターまたは市ホームページでご確認ください。

●接種ワクチンについて

本市では2回目接種終了の人が1月11日時点で8万2053人、接種率85.6%で、接種されたワクチンの割合はファイザー社が90%、武田/モデルナ社が10%です。

一方、3回目接種用として市に供給されるワクチンの割合は、ファイザー社60%、武田/モデルナ社40%です（3月までの国からの供給量に基づいています）。1・2回目接種でファイザー社ワクチンを受けた人が、3回目でファイザー社ワクチンを受けた場合と、武田/モデルナ社ワクチンを受けた場合の、いずれにおいても抗体価が十分上昇することが報告されています。

市では両社のワクチンを活用し、接種を希望する人に対し接種の場を用意していきます。

●接種までの流れ

1 接種券が届きます

接種券が印字された予診票と接種可能医療機関の一覧などを、予約可能になった人から順次発送します。到着までお待ちいただくようお願いします。

2 接種場所を決定し予約

接種ワクチンの種類は接種場所により異なります。詳細は接種券に同封の資料を必ずご確認ください。

接種場所	予約方法
コールセンター、インターネットで予約が必要な接種場所 ●医療機関 ・青山第二病院・滝谷病院・寺元記念病院・澤田病院 ・てらもと医療リハビリ病院・南河内おか病院（順不同） ●集団接種会場 旧保健センター（菊水町2-13）	①コールセンターで予約 ☎26-8135（平日午前9時～午後5時30分） ②インターネットで予約   専用サイト LINE ※接種券番号を確認して予約してください。
上記以外の接種を実施する医療機関	医療機関へ直接予約をしてください

3 当日、接種券が印字された予診票、本人確認書類を持って、肩を出しやすい服装で接種会場へ



健康
パブリックコメント

高齢者

暮らし

安全安心

就労

保険・年金

税金

事業所
協働

障がい者
人権

子育て

催し講座

スポーツ

募集

その他
お知らせ

相談



NEWS 市と明治安田生命保険相互会社 包括連携協定締結式

明治安田生命保険相互会社と 包括連携協定を締結

市と明治安田生命保険相互会社は、12月24日に包括連携協定を締結しました。健康増進、文化・スポーツ振興、安全・安心、まちづくり、その他市民サービスの向上に関することで連携していきます。



医療ナビゲーション
健康相談・急病診療

健康相談・急病診療

●大阪府救急医療情報センター(医療機関情報)
☎ 06-6693-1199 (24 時間)

●救急安心センターおおさか(救急医療相談)
相談電話 ☎ 7119 (ダイヤル回線・IP 電話からは☎ 06-6582-7119 へ▷ 24 時間)

●小児救急電話相談～受診するか迷った時は～
相談電話 ☎ 8000 (ダイヤル回線・IP 電話からは☎ 06-6765-3650 へ▷ 午後7 時～翌朝8 時)

●富田林保健所(富田林市寿町 3-1-35)
エイズ・梅毒・クラミジアの検査(☎ 23-2683)、
骨髄バンクドナー登録(☎ 23-2684)、
医療機関に関する相談(☎ 23-2681)
などを行っています。



パブリックコメント

「河内長野市みどりの基本計画」についてのご意見を

この計画では、緑地の保全や緑化の推進について、将来像や目標、施策などを定め、総合的・計画的にみどりのまち



づくりの推進を目指します。

提出方法 所定の意見提出用

紙で2月22日～3月21日(当

日消印有効)に公園河川課へ

※素案と意見提出用紙は、市

役所情報コーナー、障がい者

福祉センターあかみね、あい

つく、キックス、ラブリール

ール、各公民館、キタバあや

健康

たホール、くすのかホール、
みのでホールなどの主な公共施
設に備えています。
※市ホームページから閲覧し
意見を送信できます▽意見に
対する個別対応は行いません。
園公園河川課

忘れていませんか?

特定不妊・不育症治療費助成

特定不妊・不育症治療を受

けた人に、治療費の一部を助

成しています。条件により、申

請期限が令和4年3月末まで

となる場合がありますので、対

象や申請方法など詳細は問い

合わせください。

園保健センター

(☎ 55・0301)

休日急病診療所(木戸東町2-1、☎ 55-0300)

内容	内科	歯科
受付時間	土曜日＝午後6時～8時40分、日曜日・祝休日＝午前10時～11時40分と午後1時～3時40分	日曜日・祝休日＝午前10時～11時40分

※内科は中学生以下受診不可▷来院前に検温し、電話で症状をお伝えください。

富田林病院(富田林市向陽台 1-3-36、☎ 29-1121)

内容	日曜日・祝日等の小児急病診療体制
受付時間	日曜日・祝休日の午前9時～11時30分と午後1時～3時30分

※小児科診療は、本市を含む近隣3市2町1村共同で医師の確保を行い、数少ない小児科医の協力のもと富田林病院で実施しています。

保健センター(木戸東町2-1、☎ 55-0301)

内容	健康相談(予約制)	栄養相談(予約制)	歯科相談(予約制)
相談日	毎週月曜日(祝休日・年末年始を除く)		
受付時間	午前(詳細はお問い合わせを)		
担当	保健師	管理栄養士	歯科衛生士

※診断や治療方法についての相談は対応不可▷電話で同センターへ予約を。

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響により様々な困難に直面した人に支援を行うため、住民税非課税世帯に対して1世帯あたり10万円の現金給付を行います。

対象 ①令和3年12月10日時点で市に住民登録があり、世帯全員の令和3年度分の住民税が非課税である世帯(3月に対象者へ必要書類を郵送します)、②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、住民税非課税並みに収入が減ったと認められる世帯

※詳細は本紙3月号でお知らせします▷最新情報は市ホームページをご確認ください。



園内閣府臨時特別給付等に関するコールセンター(☎0120-526-145▷午前9時から午後8時)

子育て世帯への臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症による影響を受けている子育て世帯を支援するため、高校生までの子どもがいる世帯(所得制限あり)に対し現金を一括で支給します。

対象 平成15年4月2日～令和4年3月31日までに生まれた児童

支給金額 児童1人につき一律10万円

支給時期 申請順に審査を行い、2月上旬までに1回目の支給を予定▷振込日が決定次第、支給決定通知書を発送

申込 ◎高校生のみ養育する世帯や公務員世

帯＝申請書を送付済▷2月28日までに子ども子育て課へ郵送または窓口へ、◎新生児世帯(令和3年12月1日以降に生まれた児童)＝申請が必要▷出生届を提出時、子ども子育て課へ(本市以外で出生届を提出した場合も同課へお問い合わせください)

※詳細は市ホームページをご確認を▷児童手当受給者(特例給付を除く)には支給済です。



園子ども子育て課

河内長野市事業者応援支援金

昨年の緊急事態宣言等の発令にともなう飲食店の時短営業や休業要請、不要不急の外出や移動の自粛等の影響を受けて売上が減少している事業者に対し、市独自の支援金を交付します。

対象 令和3年3月31日以前に開業し、令和3年1月～9月のいずれかの月の売上が、平成31年、または令和2年の同月の売上と比較して10%以上30%未満減少した本市に主たる事業所を有する中小事業者

※令和3年1月～9月の売上減少等を要件に

実施された市事業者一時支援金や国の一時支援金・月次支援金、府の時短協力金などの申請対象になっていた事業者は対象外。

交付額 中小法人20万円、個人事業者10万円

受付期限 3月11日(当日消印有効)

※申請書(市ホームページからダウンロード)と必要書類を3月11日(当日消印有効)までに郵送で下記へ



※詳細は市ホームページをご覧ください。

園事業者応援支援金事務局(市役所内)

生活困窮者自立支援金

生活困窮者自立支援金の申請期限が延長されました。また、対象者が緊急小口資金および総合支援資金の初回貸付終了者にも拡大されるほか、支援金の再支給も可能と

なりました。

※詳細は下記へお問い合わせください。

申請期限 3月31日(木)

園生活困窮者自立支援金事務センター(市役所内)

フォト特集 成人のつどい

題字提供：新成人代表 佐野さん

1月10日に開催された成人のつどい。前回に引き続き会場をラブリーホールから市民総合体育館に変更し、手指の消毒など感染症拡大防止策を徹底して開催されました。800人を超える新成人が参加し、友人との再会に胸を弾ませ、沢山の笑顔が溢れていました。

当日の様子はこちらで公開してます▶



Interview

感謝を胸に 未来をつくる

成人のつどいで代表を務めた
新成人の6人に将来の夢などを
インタビューしました

日本文化で河内長野を盛り上げたい

幼少期から書道や茶道、ミュージカルを習い、日本文化に興味を持っていました。今は興味のある日本文化を学びながら、能楽部のキャプテンをしています。どうしても静かでまじめなイメージになってしまうので、部員みんなが楽しめるような雰囲気づくりを意識しています。20歳になり、様々な経験をさせてくれた両親には感謝の気持ちでいっぱいです。社会を構成する一員として身が引き締まる思いで、これまで培ってきた日本文化の知識と技術を活かし、自然と文化が多い素敵な河内長野を盛り上げていきたいと思っています。

佐野さん

住んでよかったと思えるまちづくりを

大阪市内の大学から地元に戻ってくると、自然に恵まれていて緑が多く空気もおいしいので、いつも幸せな気持ちになります。コロナ禍の自粛期間中にお菓子作りを始めたのをきっかけに、今はその楽しさにハマってしまいました。大学では建築の勉強をしていて、特にリノベーションに興味があります。これまでは大人のみなさんが作った社会の中で生きてきましたが、これからは私たちが社会を作る立場になったと強く感じます。将来は、建築関係の仕事に就き、今の子どもたちが大人になった時、住んでよかったと思えるまちづくりをしたいです。

浅野さん

信頼される人を目指して

高校を卒業後、お酒の卸売会社に就職し現在は事務をメインに仕事を任されています。今後営業も挑戦したいのでスピリッツアドバイザーというお酒の楽しみ方やその知識を学ぶ資格を取得し、仕事の幅を広げたいと思っています。今は実家暮らしですが、3年後に一人暮らしをして自立するのが直近の目標です。信頼される人間になれるように日々精進しています。大人になった今、習いごとの送り迎えや朝早く起きてご飯を用意するなど、当時は気づかなかった両親のありがたさを感じています。気恥ずかしいですが、「ありがとう」と気持ちを伝えたいです。

尾関さん

何事もあきらめず挑戦！

大学では経営学やビジネスについて学んでいて、将来はその知識を活かしたいと思っています。テニスが趣味なのですが、錦織圭選手の絶対に諦めない姿勢に感銘を受け、何事に対しても最後まで粘り強く向かい合うよう心がけています。現在、放課後児童会の支援員のアルバイトをしており、子どもたちを見ていると、自分もこんな風に大切に育ててくれた両親のおかげで今があると実感し、いつか恩返しができるくらいなと思っています。自分の言動や行動に責任を持ちしっかりと働き、周りの人の役に立てよう人になりたいです。

山岡さん

育ててくれた両親に改めて感謝

インドなど外国の宗教や文化に興味があり、大学では比較宗教学を学んでいます。将来は、今学んでいることを活かし、文化や考え方の異なる外国人と日本人の橋渡しができるような仕事ができればと考えています。趣味はベリーダンスや山登り。ダンスのサークルでは、部員不足の時に何とかしようと勧誘活動を続け、部員を増やすことができたことが忘れられません。岩湧山にはよく家族で登山に行きました。山頂からの景色は最高です。一人暮らしを経験して、これまで育ててくれた両親への感謝の気持ちを改めて感じています。

岡野さん

記憶に残る先生を目指して

子どものころからの憧れである小学校の先生を目指しています。現在、市内の小学校でスクールサポーターをさせていただいているのですが、子どもたちの活き活きとした姿から日々刺激をもらっています。コンビニのアルバイトはいろんな人とコミュニケーションをとることができるので勉強になっています。小学校から剣道を続けていますが、子どもたちに教える立場にもなり、ゆくゆくは自分が教えてもらっていた素晴らしい先生方のような指導者になりたいと思います。自分が子どもたちに慕われる先生になった姿を見ることが両親への恩返しだと思っています。接した子どもたちの記憶に残るような先生になるために頑張っていきます。

中道さん

高齢者

運転免許の更新にともなう
手続きはお早めに

●高齢者講習や認知機能検査
の通知書が届いたら

三密回避のため一日あたりの受け入れ人数が制限されていますので、速やかに電話予約してください。

会場 門真 光明池運転免許試験場、府内の自動車教習所など

申込 2月7日から電話で左記へ
記へ
関東部地域包括支援センター
(☎52・0180)

もの忘れ相談会

相談のほかタッチパネルで

脳の認知機能測定も行います。
とき 2月24日(木)午前10時～
正午(相談は1人1時間程度)

ところ 加賀田公民館

申込 2月17日までに電話で
左記へ
関中部地域包括支援センター
(☎55・3451)

介護の知恵袋

●家族介護者の交流会

日ごろの介護の困りごとを相談したり、工夫している介護術を情報交換する交流会です。
対象 市内在住で高齢者の家族を介護している人

とき 2月16日(水)午後1時30分～3時
ところ アップルハウス(北青葉台)

定員 10人(先着順)
※飲み物代が別途必要です。
申込 2月8日から電話で左記へ
関中部地域包括支援センター
(☎55・3451)

金融犯罪未然防止～高齢者を狙った特殊詐欺～
対象 市内在住の高齢者の家族
とき 2月18日(金)午後1時30分～3時
ところ キックス
定員 20人(先着順)

暮らし

集積場所からの
ごみの持ち去り禁止

市が指定しているごみ集積場所に出された資源ごみや粗大ごみを持ち去る行為は、条例により禁止されています。その行為者には市が禁止命令

河川の水質改善に向けて

●2月は生活排水対策推進月間
&大和川流域水質改善強化月間

市民みんなで次のことに取り組みましょう。

◎食事は食べる分だけ残らないように作る

◎食器などはふき取ってから洗う

◎食べ残しを直接シンクに流

さないようにする

◎石けん・洗剤・シャンプーなどは適量を使う

◎余った油は回収してリサイクルするか古新聞に吸い込ませるなどで固形化して捨てる

●生活排水対策パネル展示
とき 2月2日(水)まで

ところ 市役所
環境政策課

ごみシール・し尿くみ取り券販売所一覧 関環境衛生課

販売所	住所	電話番号	ごみシール	し尿くみ取り券
市役所 (1階市民総合窓口)	原町1丁目1-1	53-1111	●	●
アルム	あかしあ台1丁目8-25	—	●	
植田酒食品店	松ヶ丘西町1180	53-1401	●	
JA大阪南千代田支店	木戸1丁目6-44	53-2308		●
ファミリーマート河内長野木戸店	木戸1丁目32-8	50-1800	●	
山岡酒店	市町1054-5	55-1238	●	●
かわちや酒店	向野町679	56-2121	●	
ファミリーマート河内長野向野店	向野町751	50-0066	●	
大北本店荘園店	荘園町8-10	53-5901	●	
ローソン河内長野昭栄町店	昭栄町15-21	53-1231	●	
キタバ薬局河内長野店	西之山町7-2	50-0016	●	
JA大阪南河内長野支店	本多町4-8	53-3085		●
長野台薬局	緑ヶ丘中町8-23	54-1778	●	
石橋たばこ店	長野町2-2	52-6247	●	
谷商店	本町29-20	56-0735		●
北浦たばこ店	上原町299-1	55-0017	●	●
ローソン河内長野高向店	高向470-1	52-0688	●	●
松下商店	高向167-3	52-3201	●	●
JA大阪南高向支店	高向486-1	53-2731		●
井上たばこ店	高向910	53-7575	●	●
JA大阪南三日市支店	三日市町252	63-2226		●
ローソン河内長野三日市駅前店	三日市町186-8	63-5482	●	●
ライスショップこばやし	大矢船中町3-6	64-8130	●	
JA大阪南加賀田支店	加賀田569-1	64-1212		●
ノムラクリーニング前田ショップ	南青葉台18-17	64-0603	●	
上岩瀬農産物加工組合	岩瀬1358-5	21-1049		●
行者湧水直売所	石見川8-2	60-5551		●

※日の出屋酒店(南花台4丁目14-4)はごみシールの販売を中止しました。

～介護予防コラム～
いつまでも ころ豊かにこのまちで⑫

わたしの 元気の秘訣

市内の65歳以上の
人に「元気の秘訣」を
お聞きして、紹介す
るコーナーです。

市内在住の65歳以上のみなさまへ
とおきの「元気の秘訣」をお持ちの人はいらっしゃいませんか？
高齢福祉課までご連絡ください。

おしゃれや心地よい空間を楽しむこと

市内在住 Aさん(70代)

いつもおしゃれな印象のAさん。実は服や靴下を裏返しに身に付けています。敏感肌で縫い目が肌に当たるとかぶれてしまうのが悩みで始めたことでしたが、今ではそのオリジナルのファッションを考えるのが楽しいそうです。日常に欠かせないマスクも一工夫。お気に入りのハンカチや布を折りたたみ、不織布のマスクを重ね合わせて使っています。自宅の壁に飾っているのは、切り開いた様々な柄の紙袋。単なる紙袋なので、日

に焼けてシミや変色がありますが、その変化が楽しい。経年変化していく中で新品とは違う美しさがあるのは人も同じだと思います。コロナ禍で思うように外出できないけれど、こうして部屋の模様替えをすることで体を結構動かしていますよ」と笑顔で話してくれました。食事も大切にされていて、一人だけの食事でもお気に入りの器に彩りを考えて盛り付け食べるようにしているとのこと。心地よい空間を作り出すことが元気の源になっているようです。



素敵にディスプレイされた
コーナーを背景に



山岳救助訓練を実施

11月に加賀田トチ谷林道で、遭難者の位置情報や活動隊員の安全管理などを把握できる登山地図 GPS アプリ「YAMAP」を活用した山岳救助訓練を実施しました。近年の登山ブームにともない、道迷いや山岳事故が増加傾向にあるため、山へ登る時は登山アプリを有効に活用し、安心、安全な登山を楽しみましょう。



奈良県生駒郡平群町と災害応援協定を締結

12月23日、平群町と「災害時における相互応援に関する協定」を締結しました。これは、地震や風水害などで甚大な被害が出た際に、食糧や日用品などの提供、応急対策や復旧活動への職員派遣、被災者を受け入れる施設の提供などお互いに援助活動を行うものです。



ランニングパトロールTシャツの寄贈

12月23日、河内長野市ライオンズクラブより、ランニングパトロール用のTシャツ100枚を寄贈いただきました。ランニングパトロールとは、防犯の視点を持ってランニングを行うボランティア活動のことで、河内長野警察と連携し、活動普及のため有効活用します。

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。
●無線での放送内容が聞き取りにくい場合は
市ホームページや市公式S

NS、災害テレホン案内（☎26・7640）で確認できます。
●固危機管理課

3月1日～7日は春季全国火災予防運動

●おうち時間 家族で点検火の始末
これからの時期は空気が乾燥し、火災が起こりやすくなるので、火気の取り扱いには十分注意しましょう。
●2月はストーブ火災が多発
節電志向で反射式石油ストーブの使用が増え、誤った取



り扱いや不注意による火災が多発しています。
●石油ストーブの注意点
◎給油は火を消してから
◎上に洗濯物を干さない
◎灯油と間違えて、ガソリンを給油しない
◎閉め切った室内で長時間使用しない
●固予防課（☎53・3699）



防犯功労団体表彰を受賞

12月20日、河内長野防犯協議会が全国防犯協会連合会 防犯功労団体表彰を受賞し、市長を表敬訪問しました。同団体は昭和31年の発足以降、現在まで市の安全・安心なまちづくりに大きく貢献しており、その功績が認められ表彰されました。会長の上奥雅勇さんは、「今後も地域の防犯意識向上、犯罪被害防止に尽力したい」と話していました。



窓口混雑緩和にご協力を

市民窓口課の窓口は引越し時期に混雑します
年度替わりの引越しシーズンには、市民窓口課の窓口が大変混雑します。受付を円滑に進めるため、必要書類などの準備をお願いします。
※申請書や委任状に「消えるボールペン」を使用しないでください。
●本人確認について
窓口での諸証明の取得、住所や戸籍異動の届出には、本人確認が必要です。あらかじめの書類を用意してください。必要書類 顔写真が確認できる運転免許証、パスポート、マイナンバーカードなど
※保険証や年金手帳などは2点必要となる場合があります。
●住民票について
住民票を請求できるのは、本人および同じ世帯の人のみです。家族でも住所が違ったり、同じ住所でも世帯を分けていたりしている場合は、委任状が必要です。
※マイナンバーが必要な場合は「マイナンバー記載の住民票」が必要な旨を委任状に明記してください▽引越しの異動届も同様です。

●印鑑証明について
印鑑証明を受ける場合は、必ず「印鑑登録証」を持参してください。
●戸籍証明について
戸籍証明（戸籍謄抄本など）を請求できるのは、本人および直系親族のみです。住所は関係ありません。直系親族かどうかを確認できないと交付できない場合がありますので、他市町村で取得した戸籍謄本などの資料を持参してください。
※兄弟姉妹は、結婚などで別戸籍に分かれると傍系親族となりお互いの戸籍を請求できないため、委任状が必要です。
●便利なマイナンバーカード
マイナンバーカードをお持ちであれば、コンビニで住民票や印鑑証明、所得証明を取得できますので、ぜひご利用ください。
●市民窓口課

●自動車の名義変更や廃車などの手続きは3月中旬までに
3月は自動車の登録手続きが集中し混雑が予想されます。比較的空いている3月中旬までに、自動車の使用の本拠の位置を管轄する支局・事務所
●次の点にご注意を
◎段ボール箱に入れる
◎毛布などは敷かない
◎首輪などの副葬品は入れない
※合同焼却のため収骨はできません。
※飼いのない犬や猫などの死体を発見したら環境衛生課へご連絡ください。
●固引き取りについては環境衛生課、持ち込みについては市営斎場（☎54・3189）
●次にご注意を
◎段ボール箱に入れる
◎毛布などは敷かない
◎首輪などの副葬品は入れない
※合同焼却のため収骨はできません。
●飼いのない犬や猫などの死体を発見したら環境衛生課へご連絡ください。
●固引き取りについては環境衛生課、持ち込みについては市営斎場（☎54・3189）
●次にご注意を
◎段ボール箱に入れる
◎毛布などは敷かない
◎首輪などの副葬品は入れない
※合同焼却のため収骨はできません。
●飼いのない犬や猫などの死体を発見したら環境衛生課へご連絡ください。
●固引き取りについては環境衛生課、持ち込みについては市営斎場（☎54・3189）



業 務 内 容	応募資格	勤務日	募集 人数	更新	給与		1次試験	2次試験
					報酬	期末手当	2/11	2/11以降
千代田台こども園、子ども・子育て総合センター環境整備業務（障がいのある人対象）	令和4年2月11日現在で障がい者手帳を持つ人	週5日（月～土のうち指定する日） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 167,300円	有	－	面接
有害鳥獣対策等業務	次のすべての条件を満たす人 ①動物関係の業務に従事した経験有する人 ②パソコン操作ができ、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週4日（月～金のうち指定する日） （指定する時間帯のうち6時間45分）	1	有	時間額 1,106円	有	－	面接
市税収納業務	窓口・電話対応業務のほか、パソコン操作ができる人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 167,300円	有	－	面接
広報紙 DTP オペレーター業務	アドビインデザイン、イラストレーター、フォトショップ（いずれも CC）を使って編集作業ができる人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 167,300円	有	－	面接 事前課題あり（編集作品の提出）
消費生活センター消費生活相談及び消費生活行政業務	次のすべての条件を満たす人 ①消費生活相談員、消費生活専門相談員、消費生活アドバイザー、消費生活コンサルタントのいずれかの資格を持つ人 ②パソコン操作ができ、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週4日（月～金のうち指定する日） ▷土・日、祝日に勤務する場合あり） （指定する時間帯のうち7時間45分）	1	有	月額 170,700円	有	－	面接
小山田コミュニティセンター管理運営業務	なし	週3～4日（月～日）のシフト制 および年間13日以内の指定する日 ▷夜間勤務あり	1	無	時間額 1,106円	有	－	面接
小中学校支援学級看護師業務	看護師または准看護師資格を持つ人	年213日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	2	有	月額 175,100円	有	－	面接
適応指導教室学校支援不登校等指導業務	精神保健福祉士資格または小中学校教員免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 174,800円	有	－	面接
小中学校言語力向上司書業務	図書館司書または学校図書館司書教諭の資格を持つ人	年215日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間）	1	有	月額 138,700円	有	－	面接
滝畑ふるさと文化財の森センター管理運営業務	普通自動車運転免許を持つ人	週4日（休館日以外で指定する日） （指定する時間帯のうち7時間45分）	1	有	月額 138,300円	有	－	面接
滝畑ふるさと文化財の森センター研修等指導業務	普通自動車運転免許を持つ人	週4日（休館日以外で指定する日） （指定する時間帯のうち7時間45分）	1	有	月額 138,300円	有	－	面接
埋蔵文化財発掘業務	学芸員資格を持ち、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	無	月額 186,900円	有	－	面接
ふるさと歴史学習館文化財普及啓発デザイナー業務	次のすべての条件を満たす人 ①イラスト等のデザインができ、行政機関等での文化財普及啓発に関する業務に1年以上従事した経験を有する人 ②普通自動車運転免許を持つ人	週3日（休館日以外で指定する日） （指定する時間帯のうち6時間）	1	有	時間額 1,236円	有	－	面接
ふるさと歴史学習館埋蔵文化財調査補助業務（外業調査員・内業調査員）	博物館や展示施設等での勤務経験があり、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週4日（休館日以外で指定する日） （指定する時間帯のうち6時間）	1	有	時間額（外業） 1,484円 時間額（内業） 1,137円	有	－	面接
		週3日（休館日以外で指定する日） （指定する時間帯のうち6時間）	1	有		有	－	面接
		週1日（休館日以外で指定する日） ▷主に土日のいずれか） （指定する時間帯のうち6時間）	2	有		無	－	面接
市民交流センター管理運営業務	窓口業務のほか、生涯学習講座の企画、SNSの運営、ウェブサイトの管理などができる人	週5日（火～日のうち指定する日） ▷夜間勤務あり） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 174,800円	有	－	面接
公民館業務	次のすべての条件を満たす人 ①社会教育講座や公民館まつりの企画ができ、かつ地域への情報発信や窓口業務ができる人 ②パソコン操作ができる人	週5日（火～日のうち指定する日） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 167,300円	有	※1 エントリー選考	面接
図書館管理運営業務	司書資格を持つ人	週5日（月～日のうち指定する日） ▷夜間勤務あり） （指定する時間帯のうち7時間30分）	4	有	月額 167,300円	有	－	面接

◎一般業務会計年度任用職員の募集は、18 ページに掲載しています。

就 労

会計年度任用職員

試験日時などの詳細は、申し込み時に説明します。本市の会計年度任用職員は、令和4年4月1日から1年間の任期で、勤務成績などにより任期更新（上限あり）する場合があります。

業務内容など 表のとおり
申込 2月1日～8日に写真付きの履歴書1通を持って人事課（市役所業務時間中）へ▽郵送可（履歴書に申込業務内容を記入して2月6日消印のものまで受付）▽※1は受付時にエントリーシート（履歴書は不要）を提出

※免許・資格が必要な業務は、面接試験時にその原本を提示していただきます。

※報酬額は新規採用者の予定支給額であり、今後変更となる可能性があります。

※エントリーシートは市ホームページからダウンロードできます▽人事課でも配布します。

個人人事課



業 務 内 容	応募資格	勤務日	募集 人数	更新	給与		1次試験	2次試験
					報酬	期末手当	2/11	2/11以降
介護予防保健師業務	保健師資格を持ち、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間）	1	有	月額 192,700円	有	－	面接
介護保険認定調査等業務	介護支援専門員資格を持ち、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 198,900円	有	－	面接
介護給付適正化業務（ケアプラン点検等）	介護支援専門員資格を持ち、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週3日（月～金のうち指定する日） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 119,300円	有	－	面接
国民健康保険レセプト点検等業務	病院などで診療報酬明細書点検業務に従事した経験を有し、かつパソコン操作のできる人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 167,300円	有	専門筆記	面接
高齢者などの保健指導業務（栄養士）	次のすべての条件を満たす人 ①管理栄養士資格を持つ人 ②パソコン操作ができ、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 198,900円	有	－	面接
国民年金業務	過去5年以内に、日本年金機構または市町村窓口で国民年金事務に従事した経験を有し、かつパソコン操作ができる人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 174,800円	有	専門筆記	面接
歯科衛生士業務（健診・相談等）	次のすべての条件を満たす人 ①歯科衛生士資格を持つ人 ②パソコン操作ができ、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 186,900円	有	－	面接
休日急病診療所業務（一般事務）	次のすべての条件を満たす人 ①医療機関で受付関係の職に3年以上従事した経験を有する人 ②パソコン操作ができ、かつ普通自動車運転免許を持つ人	土・日、祝休日、年末年始とその前後の日 （指定する時間帯のうち4～7時間15分、3人でローテーション勤務）	2	有	月額 55,700円	無	－	面接
生活保護医療扶助相談・指導員業務	次のすべての条件を満たす人 ①医療機関または自治体で医療事務または健康保険事務に3年以上従事した経験を有する人 ②パソコン操作ができる人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 167,300円	有	専門筆記	面接
障がい者福祉関係業務	次のすべての条件を満たす人 ①精神保健福祉士資格を持つ人 ②精神科病院または障がい者施設等で精神障がい者の相談業務に5年以上従事した経験を有する人 ③普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 198,900円	有	専門筆記	面接
母子・父子自立支援員業務	次のすべての条件を満たす人 ①ひとり親家庭の自立更生等に関する相談支援または女性相談に従事した経験を有する人 ②パソコン操作ができ、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 198,900円	有	－	面接
ひとり親家庭自立支援プログラム策定業務	次のすべての条件を満たす人 ①ひとり親家庭の父母または生活困窮世帯等に対する就労支援の経験を有する人 ②パソコン操作ができ、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 174,800円	有	－	面接
千代田台こども園看護師業務	看護師資格を持ち、かつ普通自動車運転免許を持つ人	週5日（月～金） （指定する時間帯のうち7時間30分）	1	有	月額 198,900円	有	－	面接



小中学校で勤務する 会計年度任用職員

内容 介助支援員、発達支援員、校務支援員、スクール・サポーター・スタッフ
期間 4月から1年間▽更新の場合あり
勤務地 市立小中学校
勤務時間 週2～5日
時給 1006円～1036円▽職務により異なります
申込 写真付きの履歴書を持って2月15日までに左記へ
※随時面接のうえ登録の有無を決定します▽詳細は市ホームページでご確認ください。
園教育指導課

放課後児童会支援補助業務 会計年度任用職員

●春休み短期採用
内容 放課後児童会支援補助業務
資格 子どもの育成支援について知識・経験を有する人(学生可)
勤務日 3月18日～4月8日
平日午前8時～午後5時の間の2～6時間
募集人数 10人
時給 1036円
申込 写真付きの履歴書1通を持って2月15日までに左記へ
園地域教育推進課
(☎54・0005)

保険・年金

確定申告などの 医療費通知の取り扱い

国民健康保険・後期高齢者医療制度の被保険者に交付している医療費通知は、令和3年分の所得税確定申告などの資料として使用できます。

●国民健康保険

昨年1月～10月分の医療費通知を5回に分けて送付しています(6月からの各偶数月)。

※11月～12月分は領収書を資料としてお使いください(9・10月分の医療費通知は2月初旬に送付予定)。

●後期高齢者医療制度

昨年1月～9月分の医療費



通知を今年1月末に送付しています。

※10月～12月分は領収書を資料としてお使いください。

国民健康保険課

健康保険料の日曜臨時納付相談窓口を開設

●平日お忙しい人はご利用を
とき 2月20日(日)午前9時～正午
※午後は開設していませんのでご注意ください。

ところ 市役所

内容 国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の納付、納付相談

国民健康保険課

後期高齢者医療制度・国民健康保険料からのお知らせ

●収入が少なくても申告を
収入がない、または非課税収入しかない人でも、市民税の申告をしてください。申告がないと、保険料が正しく計算されない場合があります。

国民健康保険課

国民年金保険料口座振替 お得な制度

国民年金保険料を口座振替

休日急病診療所の看護師

対象 看護師免許または准看護師免許を保有し、実務経験を有する者
勤務日 ①土曜日(午後5時～9時15分)▽4月～11月は各日1人、12月～3月は各日2人による交代制
②日曜日・祝日・休日(午前8時45分～午後4時45分のうち指定する7時間)▽各日2人による交代制
③年末年始(午前8時45分～午後4時45分のうち指定する7時間)▽各日4人による交代制
日額 ①②1万4800円、③2万9600円
募集人数 3人
申込 写真付きの履歴書と資格証の写しを持って2月14日までに左記へ▽詳細は面接時にお伝えします
園保健センター
(☎55・0301)



府立南大阪高等職業技術専門学校生徒募集

電気通信や環境、整備分野の技能者を育成する職業技術専門学校が、4月入校生(訓練期間1年または2年)を募集します。

科目 自動車・車体整備科、電気主任技術科、情報通信科、Webシステム開発科、化学ビジネス科
試験 3月23日(水)
申込 2月1日～3月10日に願書をハローワークへ

●見学会を実施

とき 2月7日(月)、3月2日(水)午後1時15分
※申し込みなど詳細はお問い合わせください。
園府立南大阪高等職業技術専門学校(☎0725・53・3005)

近畿職業能力開発大学校

能力開発セミナー受講者募集

●建築構造物のヘルスマニタリング技術
免震化建築物に関するデータ収集や分析方法などについて学びます。
対象 建築業務に従事する技能・技術者



とき 3月15日(火)・16日(水)午前9時30分～午後4時30分
ところ 近畿職業能力開発大学校(岸和田市)
定員 10人(先着順)
参加費 2万6000円
申込 2月4日～3月10日にホームページに掲載の申込書をファックスかメール(kinki-seisan@jeed.go.jp)で同校へ
※ほかにも講座あり
▽詳細はお問い合わせください。

園近畿職業能力開発大学校
(☎072・489・2114、FAX072・479・1751)

高額医療・高額介護合算制度

●後期高齢者医療制度・国民健康保険

医療保険と介護保険の両方に自己負担額がある世帯で1年間(毎年8月～翌年7月末)に支払った医療保険と介護保険の自己負担金の合計額が下表の自己負担限度額を超えた場合に、申請に基づき超過額が支給されます。

●合算制度の自己負担限度額(令和2年8月～令和3年7月)

所得区分	国民健康保険		後期高齢者医療制度
	70歳未満	70～74歳	
上位所得者・現役並み所得者 ^{※1}	212万円・141万円	212万円・141万円・67万円	
一般 ^{※1}	67万円・60万円	56万円	
非課税世帯	低所得Ⅱ	31万円	19万円 ^{※2}
	低所得Ⅰ	34万円	

※1 所得金額により限度額が異なります。

※2 介護保険受給者が複数いる世帯は、限度額が異なります。

●対象者には通知書を送付

2月中旬～3月上旬に申請手続きの方法を記載した通知書を送付する予定です。

●対象外となる場合

- ・医療保険と介護保険のいずれかの自己負担額が0円
- ・支給額(超過額)が500円以下

●期間内に医療保険が変更になった人などは

他の医療保険・介護保険に加入した期間のある人が申請する場合は、その期間の医療または介護保険者からの「自己負担額証明書」が必要です。

●高額療養費(外来年間合算)の支給申請を

対象者に先に送付している高額療養費(外来年間合算)支給申請書について申請がない場合、高額介護合算療養費の支給処理が行われませんので、必ず先に申請を行うようにご注意ください。

園府後期高齢者医療広域連合(☎06-4790-2031)または保険医療課

の「前納」や「早割」制度を利用して納付すると、納付書やクレジットカードで納付するより保険料の割引率が高くなります。

4月～9月分)を希望する場合は、2月28日(月)(必着)までに年金事務所または口座振替を希望する金融機関でお申込みください。

また、早割は、毎月の保険料を当月末に口座振替することとで、毎月50円割引されます(随時申込可)。
※クレジットカードによる前納も利用できます▽詳細はお問い合わせください。
園天王寺年金事務所
(☎06・6772・7531)

税金

市・府民税の申告は
2月16日～3月15日に
市役所へ

●混雑を避けて

申告書は郵送でも受け付け
できます。できるだけ郵送で
の申請にご協力ください（必
要書類の添付を忘れずに）。
例年、開設期間当初や午前中
は大変混雑しますので、来場
時間にご配慮ください。
とき 2月16日(水)～3月15日
(火)午前9時～午後5時
ところ 市役所
※3月16日以降は税務課で受
け付けます。

●申告が必要な人

令和4年1月1日現在、市
内に住所があり、令和3年1
月1日～12月31日に次の対象
のいずれかに該当するか、市
内に事業所などを開設してい

る人です。

対象 営業・農業などの事業
を営んでいる人、家賃・地代
などの不動産所得がある人、
大工や左官、アルバイト、内
職などの所得がある人、公的
年金等の受給者で所得控除を
受ける人、給与所得者で①勤
務先から給与支払報告書が提
出されていない人②給与所得
以外の所得がある人③2か所
以上から給与の支払いを受け
ている人④退職した人
※収入のない人も、非課税証
明書の発行や、国保・介護の
各保険料の決定に必要な場合
があります。

●申告に必要なもの

必要書類 前年の所得額が分

かるもの（源泉徴収票・賃金

支払明細書・収支内訳に関す
る書類など）、前年中に支払
った社会保険料（国民年金保
険料・介護保険料を含む）、
生命保険料、地震保険料や寄
附金の領収書、支払証明書な
ど、前年の申告書控え、申告
書用紙、印鑑、配偶者の所得
が分かるものなど、マイナン
バーカードかマイナンバー通
知カードと本人確認書類
●申告書は2月に郵送
前年に市・府民税の申告を
した人などに、2月上旬に申
告書を郵送します。必要な人
で届かない場合はご連絡くだ
さい。

国税務課

市税の納付は

口座振替のご利用を

税金の種類や振替日、申込
期限などは、下表のとおりです。
●市内の金融機関での申込
必要書類 預金・貯金通帳と
届け出印、納税通知書
※一部店舗では取り扱いでき
ない場合があります。詳細は
各金融機関にお問い合わせく
ださい。
※市外の金融機関の場合は税

事業所

タクシーなどの

協力事業者を募集

●高齢者運転免許証自主返納
支援券の交付
市では、運転免許証をす
べて自主返納した75歳以上の
市民に、タクシーやバスで使
える支援券を交付していま
す。令和4年度にこの券を取
り扱うことができる協力事業
者を募集します。

対象 タクシー（介護・福祉
タクシーを含む）など
申込 2月28日までに左記へ
※詳細は左記へお問い合わせ
ください。
国都市計画課

重度障がい者タクシー料金
助成協力事業者を募集

市では、重度障がい者にタク
シー料金を助成していま
す。令和4年度にこの事業に
協力いただける市内タクシー
事業者を募集します。
申込 2月14日までに左記へ
※詳細はお問い合わせくださ
い。

国障がい福祉課

務課へお問い合わせください。

●市役所税務課での申込
必要書類 キャッシュカード
（暗証番号の入力が必要）、本
人確認のできるもの、納税通
知書

※税務課では、法人口座、徳島
大正銀行、成協信用組合の申
し込みはできません。
国税務課

納め忘れないですが

令和3年度の市税

令和3年度の市税は、ほとん
どの納期限が過ぎています。
納期限までに納付されない

場合、課税対象者へ督促状を
発送しています。督促状の納
期限を過ぎても納付がない時
は、原則として課税対象者の
財産を差し押さえる手続きを
進めます。

市では、納期内に納税した
人との公平・公正を期するため、
滞納者に対して厳正な滞納処
分を行ってきました。こうし
た処分を受けることのないよ
う、納め忘れのある人は速や
かに納付してください。なお、
納付が困難な場合は、早急に
ご相談ください。
国税務課

税金の種類	期別	令和4年度 振替日	申込期限
固定資産税・ 都市計画税 (償却資産を含 む)	全期	5月31日	2月末日
	1期	5月31日	2月末日
	2期	8月1日	6月末日
	3期	9月30日	8月末日
	4期	12月28日	11月末日
	全期	6月30日	3月末日
	1期	6月30日	3月末日
	2期	8月31日	7月末日
市・府民税 (普通徴収分)	3期	10月31日	9月末日
	4期	1月31日	12月末日
軽自動車税	1期	5月31日	3月末日

※軽自動車税は、口座振替を申し込むと所有されている
原動機付自転車や軽自動車などすべてが口座振替に
なります。

南河内環境事業組合の
入札参加資格申請を受付

令和4・5年度の建設工事
や測量・建設コンサルタント
などの業務への入札参加資格
申請を受け付けます。
有効期間 令和4年4月1日
～令和6年3月31日
申込 2月1日～18日（消
印有効）に郵送で同組合
（〒584-1005 4 富田林市大
字甘南備2345）へ
※提出要領は同組合第1清掃
工場で配布（土・日・祝日を
除く午前9時～午後5時30
分）▽同組合ホームページか
らもダウンロード可▽令和3
年度申請を行っている場合、
再提出の必要はありません。
国南河内環境事業組合
(☎ 33・6584)

働き方改革推進セミナー

●コロナ後を見据えた雇用労
務管理および労働環境整備
（雇用管理改善）について
柔軟な働き方の導入による
就業規則の改訂や雇用管理改
善のポイントなどについて解
説します。
対象 中小企業経営者・労務
管理担当者、労働者など

協働

キホンから分かる市民公益
活動のための助成金活用講座

●プレゼンテーション編
プレゼン資料作成のコツ
や団体の魅力発信など、実践
に近い形で講習します。
とき 3月5日(土)午前10時～
正午
ところ イズミヤゆいテラス
定員 50人（先着順）
申込 2月7日から電話で左
記へ
国かわちながのボランティア
・市民活動センター（ ☎
090・1119・7424 ）

とき 3月3日(木)午後2時～
3時30分
ところ 富田林市消防本部
定員 30人（先着順）
申込 2月7日から電話か
メール（syoukukankou@
city.tondabayashi.lg.jp）▽
住所、氏名、電話番号を記入
で左記へ
国雇用促進広域連携協議会事
務局（富田林市商工観光課内、
 ☎ 25・1000 ）

入賞おめでとうございます
～税についての作文～

全国納税貯蓄組
合連合会と国税庁
が毎年、中学生か
ら募集している「税についての作文」。
今年度は、南河内地域の中
学校 36 校から 2765 点の応募が
あり、本市からは 11 人が入選し
ました。主な入賞者は次のとおり
です（敬称略）。

【河内長野市長賞】 三木彩愛（東
中3年）、【河内長野市教育長賞】
畑中十彩（美加の台中3年）
国税務課



パブリックメン
ト健康

高齢者

暮らし

安全安心

就労

保険・年金

税金

事業所
協働

障がい者
人権

子育て

催し・講座

スポーツ

募集

その他
お知らせ

相談

障がい者



障がい者福祉センター

あかみねの催し

①デイサービス事業ちよつとでポッチャー

対象 市内在住・在学の精神障がい者保健福祉手帳所持者
とき 2月16日(水)午後1時～3時

定員 5人(抽選)

②あかみねバスツアー黒壁スクエアとヤンマーミュージアムへの旅

対象 市内在住の障がい者手帳所持者とその介護者(ペアで参加を)

とき 3月12日(土)午前7時30分～午後6時30分

定員 9組(抽選)

参加費 1組5000円▽昼

食は実費

申込 ①は2月10日、②は2月21日までに左記へ

障がい者福祉センターあかみね(☎56・1590、FAX56・1592)

「あなたは大丈夫?」身近に潜むネット依存について

●精神障がい者理解促進事業 ネット依存について知り、予防と障がいに関する理解の促進を図るため、オンライン講演会を開催します。

とき 2月1日(火)～

3月15日(火)

申込 2月28日まで

に社会福祉法人つばさの会ホームページから

障がい者福祉法人つばさの会

(☎53・4086)

COLUMN [コラム]



マスクを外せる日を願って

南花台の島田さん

※ろう者=聴覚に障がいのある人のうち、手話を意思疎通の手段として用いる人

私も、生まれた時は耳が聞こえていましたが、乳児期に熱中症にかかり、薬の副作用で両耳の聴力を失いました。ろう学校(現聴覚支援学校)の幼稚部に入園し、発声の練習や相手の話す内容を口の動きで読み取る口話を学びました。家に帰っても、母親と口話の練習をしました。

ることもありました。小学部5年生の時、別のろう学校に転校しました。そこでは、みんな手話で会話していました。授業も先生が手話で行っていた、私は驚きました。この学校に通い出してから、手話を友だちや先生に教えてもらい、本格的に身につけました。

口話では、「たまご」と「たばこ」、「パン」と「晩」のような口の動きが似ている言葉があるほか、早口で話しかけられると、相手は何を話しているのかわかりにくく、最近ではコロナ禍でマスクをつける人が増えたため、口の動きを読み取れなくなりました。特に買い物の中には、「ポイントカードはありますか?」「レジ袋は要りますか?」などと言われても、マスクをしていると何を言っているのかわかりません。時々、私の障がいに気付いて、マスクを外して口の動きを見せてくれたり、メモで伝えてくれたりする方がいて、大変助かります。

暮らし

親指と人差し指を立てた両手を円を描くように回す

覚えておきたい簡単な手話



サポートブック「はーと」作成ワークショップ

進級・進学に向けて「いちまいシート」を一緒に書きませんか。

とき 2月22日(火)午前10時～正午

ところ イズミヤゆいテラス申込 2月18日までに電話で左記へ

※リモートでの参加可能▽詳細はお問い合わせください。

☎ピアはーとの森田さん

(☎090・2359・4888)

障がい児者スライミング体験会

フォレスト三日市のプール施設(旧市立健康支援センター)で、4月からスライミング障がい者クラスが開講されるのに先立ち、体験会を開催します。

対象 3歳～高校生の障がい児(者)(知的・発達障害)とその介助者(ペアで参加を)

とき 3月5日(土)・12日(土)午後6時～7時30分

ところ フォレスト三日市

人権

「SDGs x 人権」講演会

WEBセミナー

動画のオンデマンド配信に

定員 15組(先着順)参加費 3300円

申込 2月5日から電話で左記へ

☎フィットネスクラブTeeP

(フォレスト三日市内、☎26・7069)

よる講演会です。期間中は、すべてのテーマをいつでも無料で視聴できます。

とき 2月8日(火)～20日(日)内容 ①障がい者も共に生きるインクルーシブ社会を目指して(DPI日本会議事務局長の佐藤聡さん)、②抵抗者―差別と闘ったアスリート(ノンフィクションライター安田浩一さん)、③ジェンダー平等と男性は何をどう悩むのか(京都橘大学准教授の濱田智崇さん)

申込 市ホームページの申込フ

大阪府障がい者スポーツ大会

全国障がい者スポーツ大会の出場選手選考会を兼ねた大会を開催します。

対象 令和4年4月1日現在13歳以上の府内在住の障がい者

とき・種目など 下記のとおり

◎5月8日(日)=陸上(身体・知的障がい者)▷万博記念競技場(吹田市)

◎5月14日(土)=水泳(身体・知的障がい者)▷東和薬品 RACTAB ドーム(府立門真スポーツセンター・門真市)

◎5月15日(日)=アーチェリー(身体障がい者)▷浜寺公園(堺市)

◎5月21日(土)=ボウリング(知的障がい者)▷牧野松園ボウル(枚方市)

◎5月22日(日)=フライングディスク(身体・知的障がい者)▷ファインプラザ大阪(堺市)

◎5月28日(土)=卓球・サウンドテーブルテニス(身体・知的・精神障がい者)▷東和薬品 RACTAB ドーム

◎5月29日(日)ポッチャ(身体障がい者▷肢体不自由者)▷ファインプラザ大阪

申込 障がい福祉課にある申込用紙で2月8日～3月11日(必着)に同課へ

※申込用紙はファインプラザ大阪のホームページからもダウンロードできます。

☎障がい福祉課

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

☎54・0003

児童手当を支給

支給日 2月10日(木)▽令和3年10月〜令和4年1月の4か月分として支給

支給額 3歳未満Ⅱ児童1人につき月額1万5000円、3歳〜小学生で第1子・第2子Ⅱ月額1万円、3歳〜小学生で第3子以降Ⅱ月額1万5000円、中学生Ⅱ月額1万円、特例給付(制限限度額以上の所得の人)Ⅱ月額5000円

※子どもの数え方は18歳の誕生日以降、最初の3月末までの間にある児童の出生順です

●次の場合は届出を

①現況届が未提出の場合
②住所や児童数などに変更があった場合

③受給者が公務員になった、または公務員を退職した場合
④世帯の生計中心者が変更になった場合

※届け出が遅れると返還金が生じる場合があります

子ども子育て課

プレママあんしんサロン

呼吸によるリラックスの方

里親相談会

様々な事情により家庭で生活できなくなった子どもたちのために話を聞いてみませんか。気軽に越してください。

とき 2月20日(日)午前10時〜午後3時

ところ ラブリーホール

定員 5組(先着順)

申込 2月14日から電話で左記へ

岡高鷺学園With里親
(☎072・959・2202)

子ども・子育て総合センター
あいつくの催し

※場所の記載のないものは、あいつく(ノバティながの北館内)で開催します

●ひとり親家庭の交流会

ひとり親家庭で育児中の保護者が集まり、情報交換をしましょう

対象 ひとり親家庭で育児中またはひとり親家庭の情報が欲しい保護者と小学6年生以下の子ども(保護者のみの参加可)

とき 2月27日(日)午前10時30分〜正午

※当日直接会場へ

法や緊張をゆるめるストレッチなど、妊娠中や出産時に役立つセルフケアの方法をお伝えします

対象 妊娠中の市民

とき 2月25日(金)午前10時〜11時30分

ところ 保健センター

定員 10人(先着順)

申込 電話で左記へ

岡保健センター

(☎55・0301)

ママパパ教室

対象 初めて母親・父親になる市民

とき ①3月4日(金)午後1時20分〜3時30分、②3月19日(土)午前10時30分〜正午

ところ ①保健センター、②あいつく

内容 ①歯科医師による歯科

検診(母親のみ)・むし歯菌検査や歯科衛生士・助産師からのお話、②先輩ママ・パパとの情報交換会・あいつく見学など

定員 各16人(先着順)

申込 電話で左記へ

岡保健センター

(☎55・0301)

①みんなでステップ!!

同年代の子どもと一緒に、運動や製作などの楽しい活動を通して、就園前に集団で過ごす経験をしてみませんか

対象 市内在住の2歳から就園前の子どもとその保護者

とき 2月17日(木)午前10時〜11時45分

定員 12組(抽選)



②親子の絆づくりプログラム
「赤ちゃんがきた」

第一子を育児中のママたちが集まって、育児の話や情報交換、仲間づくりをしましょう

対象 市内在住の令和3年9月21日〜12月21日生まれの第1子とその母親

とき 2月21日・28日、3月7日・14日の月曜日▽午後1時〜3時▽4回シリーズ

とき 3月13日(日)午前10時30分〜午後0時30分(開場は午前10時)

参加費 1100円(テキスト代)

③親子でホップ!
親子でふれあい遊びや遊具遊びを通して「楽しい!できた!もっとしたい!」という意欲を育んでいくきっかけを作りませんか

対象 市内在住の1歳6か月からおおむね2歳の未就園の子どもとその保護者

とき 3月8日(火)・22日(火)▽午前10時〜11時30分▽2回シリーズ

定員 12組(抽選)

④育児講座「フラダンスを体験しよう」

対象 市内在住の就学前の子どもを持つ保護者(子ども同室も可)

とき 3月1日(火)午前10時30分〜11時15分

定員 10人(抽選)

⑤シンポジウム「サポートブックはーと」
4月より全出生児に対し配布する「サポートブックはーと」対象拡大となった経緯やその目的、活用方法などをお話します

とき 3月13日(日)午前10時30分〜午後0時30分(開場は午前10時)

★地域の子育て広場★

就学前の子どもと保護者が集まり、自由に遊んだり交流できる場所です。会場や時間、内容など詳しくはお問い合わせください

●子育てわいわいルーム(※事前予約が必要です)

場所 三田市公民館 2月9日(水) ☎62-6155
千代田公民館 2月18日(金) ☎55-1125

※時間は午前10時30分〜正午▷駐車場には限りがあります

場所	開催日	問い合わせ
三田市公民館	2月9日(水)	☎62-6155
千代田公民館	2月18日(金)	☎55-1125

※時間は午前10時30分〜正午▷駐車場には限りがあります

場所	開催日
①ふあんふあーれ 三田市 ☎63-7242 ※当日直接会場へ	毎週火・木・金曜日と2月7日(月)・14日(月)・21日(月)午前10時〜午後3時30分▷午前・午後の2部制で各3組まで(先着順)▷2月10日(水)=「ゆみ先生と音楽を楽しもう!」(午前11時30分〜)、18日(金)=「みんなでストレッチ体操!」(午前11時〜)
②ほのぼのルーム 大矢船 ☎62-3501	毎週月・水・木曜日と2月23日(木)午前10時〜午後3時▷午前・午後の2部制で各4組まで(先着順)▷2月イベントは「ひなまつり製作」、マグネットシアター、手遊びなど▷2月2日(水)午後=10か月までの子どもと保護者対象に「あかちゃんタイム」開催▷検温のうえ事前予約が必要

※このほかにも福祉委員会・自治会主催の遊びの広場を各地域で開催しています。詳しくはあいつく(☎50-4664)へお問い合わせください

申込 ①〜④は2月8日まで



分〜午後0時30分(開場は午前10時)
ところ キックス▽当日ZOOMでのオンライン配信あり
定員 各100人(先着順)

に、⑤は2月1日から(オンライン参加は28日まで)に)市公式LINEであいつくへ
※①〜④はがきかファクスに親子の氏名(ふりがな)、子の生年月日、性別、第何子か、住所、電話番号、子育てで気になることと催し名を記入して2月8日(必着)までにあいつく(〒586-0015本町24の1)も可
岡あいつく
(☎50・4664、FAX 50・4665)



庭に珍客? by さいご兵衛

朝7時、我が家の庭に珍客?が来ました。イタチでしょうか?あわてて、スマホ。目が合いました



パステルカラーの寺ヶ池 by ごっちゃん

晩秋の寺ヶ池を夕方に歩いてみると、信州にある別荘地の湖畔のような景色でした。水の流れに植えられた木の葉は、枯れることなく、私たちの目を楽しませてくれますね

市民投稿
ちょっと見てみて!

市民が撮る身近なニュース写真

市民のみなさんのちょっとしたニュースや、おうち時間の過ごし方などをお気軽にご応募ください。選考のうえ広報紙やホームページ、市公式SNSなどに掲載します

岡広報広聴課



果物大好き!
by りんりん

果物大好きな息子ですが、なぜかミカンの皮はポイポイと投げちゃいます。食べてくれるのはいいけど、毎回掃除が大変なママです。ただただ楽しいのか、投げる理由は聞いても教えてくれません

NEWS

市立中学校連合生徒会が SDGsを考える

12月24日、長野中学校で市内全中学校の生徒会役員27人が集まり、「SDGs～住み続けられる街づくり～持続可能なまちを目指して」をテーマに意見交換が行われました。

「魅力のある学校とは」「自然・環境を守り活かす方法」などそれぞれの課題ごとに4つのグループに分かれ、事前に考えてきた現状の課題を出し合い、その解決策を模索しまとめ、全員に対し発表を行いました。「自分には無かった視点だった」といった声もあり、生徒たちは魅力あふれるまちづくりについて活発に意見交換をしました。



図書館のおはなし会
●2～3歳児とその保護者
とき 2月9日(水)・23日(祝)午後2時30分～(15分程度)
定員 各5組(先着順)
●4歳～就学前児童向け
とき 2月9日(水)・23日(祝)午後3時30分～(30分程度)

千代田公民館のおはなし会
児童を対象とした絵本の読み聞かせや手遊びなどをします。
とき 2月19日(土)、3月19日(土)午後3時～3時30分
定員 各10人(先着順)
※当日直接会場へ。
千代田公民館
(☎55・1125)

くまちゃんのおはなし会
絵本や手遊びなどで楽しめます。
対象 1歳6か月～4歳の子どもとその保護者
とき 2月16日(水)、3月16日(水)午前10時～11時
ところ 三日市公民館
定員 10組(先着順)
申込 各月の3日から左記へ
三日市公民館
(☎62・6155)



赤ちゃんタイム
わらべ歌や手遊び、絵本などを、みんなで楽しめます。
対象 1歳以上の乳幼児とその保護者
とき 2月17日(木)、3月10日(木)午前10時20分～11時11歳児向け、午前11時20分～正午2歳児向け
ところ 図書館
定員 各10組(先着順)
※当日直接会場へ。
図書館(☎52・6933)

定員 各12人(先着順)
●小学生向け
とき 2月5日(土)・26日(土)午前11時～(30分程度)、19日(土)午後2時～(30分程度)
定員 各12人(先着順)▽26日は保護者も入場可
※当日直接会場へ。
図書館(☎52・6933)

奥河内 観光写真コンクール



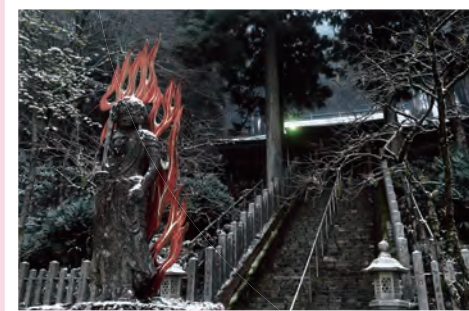
◆ グランプリに川端さん
準グランプリに竹下さん・野沢さん

問い合わせ 河内長野市観光協会 (☎26-8070)

「奥河内」をPRしようと千早赤阪村と共催で実施した「奥河内観光写真コンクール」。今回は写真部門317点、動画部門3点の応募があり、写真部門グランプリには川端 聡美さんの「幻想的な棚田の夜」(写真①)が、準グランプリの河内長野市長賞には竹下 邦茂さんの「月夜桜」(写真②)、千早赤阪村長賞には野沢 知史さんの「早朝の象徴」(写真③)が選ばれました。また、動画部門特別賞には樺 浩二さんの「奥河内～自然と歴史に魅せられて～」が選ばれました。



②撮影場所：長野公園



③撮影場所：金剛山



①撮影場所：下赤阪の棚田

●その他の受賞者(敬称略)
【金賞】山本通弘、中野喜美、住田孝義、小熊健司、平尾順子、田中克彦
【銀賞】杉本章、阪口雅宣、宇佐美公男、龍野玲、吉田茂、松本清、奥谷裕、藤井咲子、藤原崇行、釜阪寛、鎌仲雄二、岡崎茜、奥埜秀夫、西浦康昭、北大宅一美、和田和夫、森下健、以上入賞者
【佳作】14点
●入賞作品展示会を開催
とき・ところ 2月7日(月)～10日(木)午前9時～午後5時30分(10日は午後2時まで) 市役所、2月18日(金)

24日(木)午前10時～午後7時(24日は午後2時まで) 富士ファイルムフォトサロン大阪(大阪市中央区)、3月1日(火)～6日(日)午前9時～午後5時30分 くのきホール(千早赤阪村)、3月25日(金)～28日(月)午前10時～午後5時(25日は午後1時～、28日は午後3時まで) 市役所以外の会場では入賞作品のみ展示▽すべての受賞作品を2月1日から河内長野市観光ポータルサイトに掲載します。
河内長野市観光協会
(☎26・8070)

河川一斉清掃・環境イベント

参加者に電子地域通貨モツクルコイン1000円分を付与します

とき 3月6日(日)午前9時～10時(荒天中止)

ところ メイン会場Ⅱ奥河内くろまろの郷宮山橋(高向)

▽ほか16か所で実施▽開催場所は市ホームページに掲載。

申込 メイン会場は2月14日～28日に市ホームページから電話で左記へ▽一般参加者はメイン会場へご参加ください。▽メイン会場以外は当日直接会場へ

※作業しやすい服装で▽軍手、ごみ袋、清掃用具は提供します▽実施の有無は市ホームページで確認を(当日午前7時～7時30分に左記に電話も可)。閼河川を美しくする市民の会事務局(環境政策課内)

国際交流協会の催し

①多文化の部屋

日本との関係が深いと言われる南米の国パラグアイ。文化や慣習について詳しくお話し

します。

とき 2月19日(土)午後2時～3時30分

定員 30人(先着順)

②国際料理教室「日本編」日本の伝統食や季節の食材を取り入れた華やかなお花見弁当を作ります。

とき 2月26日(土)午前10時～午後2時

定員 12人(先着順)

参加費 1500円▽同協会員は1000円

ところ ①②ともにキックス

申込 ①②ともに2月5日から電話で左記へ

閼国際交流協会

(☎54・0002)

えぼしがた公園

自然観察会の催し

●のんびりウォッチ「えぼしの森のたんけん」道のないところを歩いてみよう。

とき 2月20日(日)午前10時～正午▽小雨・降雪決行

集合 烏帽子形公園プール横

東屋付近

定員 30人(先着順)

参加費 大人300円、子ども200円(家族の場合50

0円)

申込 2月7日からえぼしがた公園自然観察会ホームページで

※手袋、長袖、長ズボン、運動靴で参加を▽小学生以下は必ず保護者同伴で。

閼えぼしがた公園自然観察会の田原さん(☎63・1692)



奥河内くろまろの郷の催し

●フードマルシェ

とき 2月13日(日)午前10時～午後4時

●サイクリングマルシェ

とき 2月19日(土)・20日(日)午前10時～午後4時

●奥河内くろまろマルシェM

INI

とき 2月26日(土)・27日(日)午



前10時～午後4時

※いずれも当日直接会場へ。閼奥河内くろまろの郷

(☎56・9606)

奥河内くろまろの郷矯正展

刑務所について広く知ってもらうために開催します。

とき 2月4日(金)～6日(日)午前10時～午後4時

内容 矯正活動についてのパネル展示、受刑者が制作した全国の刑務所作業製品の展示即売など

※当日直接会場へ。

閼大阪刑務所

(☎072・238・8269)

木根館の催し

①森の時計

森のリズムがお部屋の中へ。置き時計、掛け時計の2つの使い方ができます。

とき 3月19日(土)・27日(日)午前9時30分～午後1時

定員 各6人(先着順)

参加費 5000円

②かんなのはな 春を呼ぶ「うめのミニ盆栽」

かんなくずで作った「うめ」を、盆栽をイメージした鉢で仕上げます。

生活情報展

●つなげよう未来へ 伝えよう正しい情報

とき 3月4日(金)・5日(土)午前10時～午後4時

ところ ノバティホール(ノバティながの南館内)

内容 生活情報やリフォーム・リサイクル作品・川柳の展示、くらしのミニ講座(4日午後2時～2時45分|環境紙芝居「水は地球の宝物」、5日午前11時～11時30分|クイズで知ろう!「SDGs」など

※当日直接会場へ。

閼かわちながの消費者協会

(消費生活センター内、☎56・2360)

書道クラブ体験教室

対象 福祉センター利用資格者

とき 3月12日(土)・26日(土)各午後1時30分～3時

定員 各10人(抽選)

申込 2月8日～27日に直接同センターへ(電話不可・月曜日は休館)▽往復はがき(〒58610041大師町26の1・住所、氏名、電話番号、催し名を記入)も可

※書道道具を持っていない場合はご相談ください。

閼福祉センターキタバ錦溪苑

(☎65・0123)

ひな人形を楽しもう!

●企画展「御殿飾りのおひなさん」

ひな祭りに合わせて、今では珍しい御殿飾りのひな人形を紹介します。

とき 2月5日(土)～3月27日(日)午前9時～午後5時▷月曜日(3月21日を除く)と2月24日(木)、3月22日(火)は休館

ところ ふるさと歴史学習館

閼ふるさと歴史学習館(☎64-1560)



●茅葺民家でひな人形展示

茅葺民家でのおひな様を眺めませんか。

とき 2月20日(日)～4月8日(金)午前10時～午後4時▷月曜日(3月21日を除く)と2月24日(木)、3月22日(火)は休館

ところ 滝畑ふるさと文化財の森センター

閼滝畑ふるさと文化財の森センター(☎63-0201)



横幅 31cm × 奥行 5.5cm × 高さ 31cm

プラッとやってみよう

●インディアカ&スポーツビンゴ体験

対象 社会参加に自信を持てず、家にこもりがちな40歳くらいまでの人

とき 2月17日(木)午後2時～4時

ところ 市民総合体育館

申込 電話で下記へ

閼南河内プラッツ

(☎090-9258-8177)



公民館の講座や教室など

※公民館のホームページ(右QRコード参照)などで、対象や費用を確認のうえ、お申し込みください。



公民館	教室名	とき	定員 (先着順)	申込日 (電話で受付)
天見公民館 (☎63-4074)	大地の里友邦の塩こうじとおかずづくり ～自家製のこうじを使用します～	3月1日(火) 午前10時～正午	12人	2月3日～
	知ったはりまっか? 河内長野 ～国ざかいの天見～	2月25日(金) 午後2時～3時30分	12人	2月3日～
加賀田公民館 (☎62-2116)	救命救急講習会	2月25日(金) 午前10時～正午	20人	2月3日～17日
	児童文学作家中川なをみ氏が語る 「児童文学の魅力」	3月8日(火) 午後2時～3時30分	15人	2月3日～
千代田公民館 (☎55-1125)	はじめてのアプリ体験 シニアのためのスマートフォン講座	2月25日(金) 午前10時～正午	10人	2月3日～
南花台公民館 (☎63-1131)	歴史講座 八条院と女人高野 ～皇女が帰依した癒しの聖地 金剛寺～	2月18日(金) 午後1時30分～3時	20人	2月3日～
三日市公民館 (☎62-6155)	「アメリカ黒人音楽鑑賞会」 ～ブルース・ゴスペル・ソウルの クラシック(レコード・CD)を聴く～	2月27日(日) 午後1時30分～3時30分	50人	2月3日～

分々3時(受付は午後1時)
ところ 三日市市民ホール
(フォレスト三日市内)
定員 80人(先着順)
※当日直接会場へ。
三日市小学校区まちづくり
協議会の大原さん(☎63・7
610)
生活に役立つ図書館講座
①創業計画のポイント
②新規開業をお考えの
みなさまへ
創業を考えるうえで欠かせ
ないビジネスプランの立て方
や公的創業融資制度などに
ついて説明します。
とき 2月20日(日)午後1時30
分～3時
ところ キックス▽Web会
議ソフト「Teams」での
オンライン視聴可
定員 15人(先着順)▽オン
ライン視聴は定員なし
申込 2月5日から電話か
ファクス(住所、氏名、ふりが
な、年齢、電話番号、ファク
ス番号、講座名を記入)で図
書館へ▽メール(toshokou
za@city.kawachinagano.
jp)でも申込可▽オンライ
ン視聴は2月5日～17日に図



書館ホームページで
②「こども楽しむえいご」多読
の前に、おうちでできること
大人と子どもが一緒に英語
を絵本などで楽しむ方法を話
します。
対象 市内在住の子どもとそ
の保護者(おおむね3歳～小
学2年生向け)
とき 3月6日(日)午前10時
～11時30分
ところ キックス
定員 15組(抽選)
申込 2月5日か
ら図書館ホームペ
ージで
図書館
(☎52・4384、FAX 52・6996)



旧三日市交番常設展
●楠木氏と南河内
南河内における楠木氏のあ
ゆみを紹介します。
とき 2月5日(土)～4月10日
(日)の土・日・祝日▽時間は午
前10時～午後4時
図文化財保護課

**みんなで考える文化的景観と
これからのまちづくり**
歴史文化遺産とまちづく
りをテーマにしたシンポジウ
ムや学生による展示、歴史体
験を一同に集めたイベントを
開催します。
とき 2月26日(土)午後1時～
4時30分
ところ イズミヤゆいテラス
定員 シンポジウムのみ10
0人(先着順)
※歴史体験のみの参加費は10
0円。
申込 シンポジウ
ムのみ2月7日～

25日に電話かファクス(53・
1198)、メール(furusato@
city.kawachinagano.jp)
で左記へ▽氏名、連絡先、参
加人数を記入
図文化財保護課
くろまる塾
●大阪南医療センター編
同センター統括診療部長の
橋本淳(じゅん)さんが関節リウマチの
トータルマネジメントについ
てお話しします。
とき 3月24日(木)午後2時～
3時30分

ところ キックス
定員 60人(先着順)
申込 2月5日から電話で事
務局へ▽キックスホームペー
ジからも申込可
※ZOOMによるオンライン
視聴可▽キックスホームペー
ジからのみ受付。
くろまる塾事務局
(☎54・0001)
講演会「河内長野の日本遺産」
日本遺産に認定された市の
歴史文化遺産についてお話し
します。
とき 3月6日(日)午後1時30

図書館

Supported by からの
TONE おしらせ

開館:火～金(祝休日含む)は午前10時～午後7時
土日は午前10時～午後5時 ☎52-6933

電子書籍もご利用ください

■休館 毎週月曜日

■展示の案内(図書館2階)

とき 2月8日(火)～3月13日(日)

内容 古墳にコーン!



■新刊図書の紹介

◎児童書 よみがえれ、マンモス! 令文 ヒロ子

ともだち 内田 麟太郎

◎一般書 遺言歌 なかにし 礼

真夜中のマリオネット 知念 実希人

いつもの言葉を哲学する 古田 徹也

変形菌ミクソヴァース 増井 真那

■自動車文庫巡回表(2月1日～3月6日)

巡回日	巡回時間	場 所
2月8日(火) 2月22日(火)	13:35～14:15 14:30～15:10 15:30～16:30	南ヶ丘自治会館横 大矢船幼稚園北 美加の台第2公園
2月9日(水) 2月23日(水)	13:30～14:10 14:25～15:05 15:25～16:25	柳風台第2公園 松ヶ丘公民館横空地 桐ヶ丘第2公園
2月10日(木) 2月24日(木)	13:35～14:25 14:40～15:20 15:40～16:30	南花台UR団地集会所裏 楠ヶ丘児童公園 旭ヶ丘バス方転地
2月11日(金) 2月25日(金)	13:15～14:15 14:30～15:10 15:25～16:05	キタバ錦溪苑※ 楠台第2公園(東中門前) 清見台2丁目児童公園
2月1日(火) 2月15日(火) 3月1日(火)	13:30～14:10 14:30～15:10 15:30～16:30	北貴望ヶ丘バス方転地 荘園町第3公園 緑ヶ丘中第1公園
2月2日(水) 2月16日(水) 3月2日(水)	13:45～14:15 14:40～15:40 15:55～16:25	天見出合橋空地 北青葉台中央公園 南青葉台公園
2月3日(木) 2月17日(木) 3月3日(木)	13:30～14:10 14:25～15:05 15:20～16:20	千代田南中央公園 市町千代田神社 木戸住宅4棟前
2月4日(金) 2月18日(金) 3月4日(金)	13:15～14:15 14:25～15:05 15:20～16:00	キタバ錦溪苑 大師町集会所前 清見台第2公園

※11日のキタバ錦溪苑の巡回はありません。

ネーミングライツパートナー Supported by TONE

映画上映会

●民生委員PR事業
映画「若おかみは小学生！」
を上映します。
とき 2月23日(祝)午後1時30分～3時15分
ところ ラブリーホール
定員 170人(先着順)
申込 2月7日から電話で左記へ▽下記QRコードからも申込可
※小学生以下は保護者同伴で。
岡社会福祉協議会
(☎65・0133)



天野山金剛寺の講座

「座主のつぶやき」「楠木氏と南北朝内乱期の金剛寺」をテーマにお話します。
とき 3月27日(日)午後2時～4時
ところ 天野山金剛寺



定員 50人

参加費 500円(資料代)
申込 3月20日までにメール(amanosan-kongouji@nike.eonet.ne.jp)▽住所、氏名、連絡先、参加人数を記入)かファクスで左記へ
岡天野山金剛寺
(☎52・2046、FAX52・2233)

日本遺産女人高野講演会

神戸女学院大学准教授と、高野山霊宝館館長による女人高野についての講演をオンライン配信します。
とき 3月10日(木)～21日(祝)
申込 2月1日から16日までにメール(kawachinagano_nketsuke@athuman.com)▽住所、氏名、連絡先を記入)で左記へ
岡ヒューマンアカデミー(株)
(☎06・6258・5339)

スポーツ

春季バドミントン大会

対象 小学生以上の市内在住・在学・在勤・在クラブ者でバドミントン連盟登録者
とき 3月6日(日)午前9時～

ゲートボール

初心者・体験教室

とき 3月2日(水)・4日(金)午前9時～11時
ところ 大師総合運動場

ヒュンメル
サッカースクール体験会

将来Jリーグでプレーしたい！
そんな夢を持つ子どもたちのための
サッカー教室です。

ところ コノミヤ・スペランツァ
球技場

①新小学3～4年生対象

とき 3月7日・14日・28日の
月曜日午後6時30分～8時

②新小学5～6年生対象

とき 3月4日・11日・18日・
25日の金曜日午後7時～8時30分

③新小学4～6年生対象(GKスクール)

とき ②と同じ

④大人向けスクールも開催

とき 3月18日・25日の金曜日
午後7時45分～8時50分

※①～③は2回まで参加可▷各回定員あり▷
詳細は下記へお問い合わせください。

申込 ①②③は2月8日から電話で
下記へ、④は当日直接会場へ
岡市民総合体育館 (☎65-0121)



※当日直接会場へ。

岡ゲートボール連盟の藤本さん
(☎62・5360)

小中学校開放利用団体の
登録を受付

対象 校区内の在住者で構成され、責任者が明確なスポーツ団体(少年・成人とも可)開放施設 小中学校の運動場と小学校の体育館
種目 運動場Ⅱサッカー・ソフトボール・キックベースボールなど、体育館Ⅱミニバスケットボール(小学生用・バドミントン・バレーボール・武道(柔道を除く)・健康体操など

申込 2月15日までに文化・スポーツ振興課へ

※名簿、規約、決算書などの提出が必要▽府立高校運動場の利用団体も受付中▽詳細は左記へお問い合わせください。
岡文化・スポーツ振興課



市立小中学校に
バスケットボールが寄贈

12月8日、プロバスケットボールチーム「大阪エヴェッサ」のチャリティーパートナーである油 甚食品株式会社より、バスケットボール27球が市立小中学校に寄贈されました。児童の一人は「たくさんバスケットボールをして遊びたい」と嬉しそうに話していました。

者と卓球連盟登録者▽当日登録可(登録料200円)
※中学生以下は顧問の許可か保護者の同伴が必要(連盟登録不要)。

とき 3月5日(土)午前9時～午後6時

ところ 市民総合体育館

部門 ①男女別ダブルス、②男女ペア(混成)、③ふれあいの部シングルス(初級者・身体障がい者・満65歳以上)
参加費 ①②は1600円▽中学生以下800円、③は800円(中学生以下400円)▽当日徴収

市長コラム

地域経済活性化に向けて

河内長野市長 島田智明



電子地域通貨「モックルコイン」をご存じでしょうか。市内の加盟店で買い物や飲食をする際、カードやスマホアプリで使うことができます。モックルコインは、政府のコロナ対策交付金を活用し導入しましたが、主な目的は、非接触型キャッシュレス決済による感染症防止対策と、市内限定使用による地域経済の活性化です。

モックルコインは、対象となる観光キャンペーンや健康づくり活動、地域活動などに参加することで入手できます。たとえば、昨年開催された「水辺クリーンアップキャンペーン」では、参加者全員に1000円相当のポイントを付与しました。ボランティア活動への対価としてモックルコインが付与され、それを使用することで、活動と地域経済の活性化につながる、まさに税金の地産地消です。昨年、多くの自治会や地域まちづくり協議会が、地域まちづくりポイント事業にご参加くださり、様々な活動に対してモックルコインを付与しました。今後も、市民の地域活動や健康づくりを促すとともに、市内の経済循環の創出を図ります。

相談 ※相談はすべて無料です。気軽にご利用を ★は要予約(予約・問い合わせ番号がないところは、☎ 53-1111)です。					
相談名	予約・問い合わせ	内容	とき	ところ	相談員
法律相談★	自治協働課	不動産や金銭貸借、離婚・相続など	毎週水曜日(2月23日除く)、2月7日(月)・21日(月)午後1時～4時30分	市役所	弁護士
法律相談★	自治協働課(定員12人▷1人30分▷申し込みは2月7日から)	弁護士会一斉相談▷不動産や金銭貸借、離婚・相続など	3月5日(土)午後1時～4時	市役所	弁護士
行政相談	自治協働課	行政に対する苦情や要望など	毎月第1・3火曜日午前10時～正午	市役所	行政相談委員
法務・法律相談★	NPO法人研志会の西村・塚崎法律事務所(☎06-6315-7600) ※予約受付:平日午前9時30分～午後5時30分	相続・遺言・成年後見制度など日常生活の様々な法律上の問題についての相談	2月20日(日)午後1時30分～4時	ノバティホール	弁護士、行政書士、司法書士など
司法書士法律相談★	大阪司法書士会堺支部河内長野相談会担当(☎090-8280-1874)	不動産の相続・売買や会社設立の登記手続き、債務整理、成年後見制度などの相談	2月12日(土)午後1時～3時	ノバティホール	司法書士
行政書士相談★	府行政書士会南大阪支部河内長野市担当の山下さん(☎63-8016)	相続・遺言、成年後見制度、離婚協議書、契約・内容証明、各種許認可などの相談	2月26日(土)午後1時～4時	キックス	行政書士
医療・介護・福祉・法務相談	河内長野市医師会地域連携室アルファまちのれん(けい)室市民相談会α(☎54-1700)	医療・介護・福祉・後見・相続・遺言のことなど(予約も可)	2月17日(木)午前10時～午後4時	市医師会	医師・看護師・行政書士など
人権相談★	人権推進課	人権全般・人権侵害、心配ごとなど	毎月第2・第4火曜日午前10時～午後1時	市役所	人権擁護委員
女性のための相談★	男女共同参画センター(☎54-0003)	家族関係・DVなど	毎月第2水曜日、第3土曜日、第4水曜日	キックス	女性カウンセラー
就労支援相談(～49歳)★	南河内地域若者サポートステーション(☎26-9441)	就労に不安を持つ49歳以下の人や家族からの相談▷オンライン相談可	2月2日(水)・16日(水)、3月2日(水)午後1時～5時	市役所	同ステーション相談員
就労支援相談★	産業観光課	就労に関する相談▷オンライン相談可	申込者の都合に合わせて日程調整が可能	大阪青少年支援機構ボリス事務所	就労支援相談員
労働相談★	産業観光課	賃金未払い・パワハラ・セクハラなど	申込者の都合に合わせて日程調整が可能	相談員の事務所など	社会保険労務士
ひきこもり等相談★	生活福祉課	社会参加に不安を持つ人と家族からの相談	2月10日(木)午前10時～正午	市役所	NPO法人相談員
生活困窮自立支援相談★	生活福祉課	仕事が見つからない、生活のやりくりが大変などの経済的な困りごと	市役所業務日午前9時～午後5時15分	市役所	相談支援員
心配ごと相談	社会福祉協議会(☎65-0133)	悩み・困りごとなど	①2月9日(水)・②24日(木)午前10時～正午	①社会福祉協議会②南花台公民館	民生委員・児童委員
育児相談★	あいっく(☎50-4664)	子育てに関する悩みなど	水曜日を除く毎日午前10時～午後5時30分	あいっくなど	保育士など
児童虐待等の相談	①子ども子育て課②児童相談所全国共通ダイヤル(☎189)	子どもへの虐待が疑われるとき	①平日のみ午前9時～午後5時30分②24時間受付	①市役所②☎189	保健師保育士など

●編集後記●
▼徳島県で線路と道路の両方を走行できる車両の運行が始まったそうです。旅客用としては世界初で、人口減少地域の新たな交通手段と観光資源の両面で期待されます。これがほかの地域にも広がればいいですね(大喜多) ▼長野中学校で開催された連合生徒会のSDGs(住み続けられる街づくり)を取材。自由で中学生だから考えられる発想もあり、いい刺激をもらいました。河内長野がいいまちになることを願うばかりです(熊谷) ▼晴天に恵まれた成人のつどい。さわやかな笑顔がたくさん撮れました。表紙のコミカルなポーズはお見事です。公式SNSにはほかの写真も掲載していますのでぜひご覧ください(山崎) ▼今月のエールは散歩の途中みうら。地元の人々が育てた野菜を売るスペースがあったり、テラスでは野鳥観察が楽しめたりとまさにみんなの憩いの場。通いたくなるお店でした(永田)

募集

市政モニター
市政に対するみなさんの声を聴かせください。
活動内容 市政に対するアイデアや意見の提出、市が実施するアンケートへの協力期間 4月1日から1年間資格 18歳以上の市民申込 はがきか封書に市政モニター応募である旨と、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、メールアドレスを記入して2月21日までに広報広聴課へ
※市ホームページでも申込可▽謝礼なし

春市フリーマーケット出店者対象 18歳以上の人を代表とするグループ
とき 4月16日(土)午前9時～午後3時
ところ 寺ヶ池公園店舗数 22ブース(先着順)参加費 1ブース2500円申込 2月14日～18日に電話で左記へ
※出店者は3月4日(金)に説明会あり。
閼公園緑化協会(☎56・1155)

その他お知らせ

献血にご協力を
対象 18～64歳で体重50kg以上の人(男性は17歳から可) 60～64歳で献血経験のある人は69歳まで可
とき 2月5日(土)午前10時～正午、午後1時～4時30分
ところ UR南花台団地第1集会所
閼社会福祉協議会(☎65・0133)

都市計画審議会の傍聴

とき 2月18日(金)午前10時～
ところ 市役所
内容 市街化調整区域における地区計画の運用基準の改定について(諮問)、都市計画マスタープランの改定について(報告)、みどりの基本計画の改定について(報告)、上原・高向地区のまちづくりについて(報告)
定員 10人(抽選)
※当日直接会場へ。
閼都市計画課

再生可能エネルギー電気の共同購入参加者を募集

●大阪E E電キャンペーン

府では、1月7日から4月28日まで、再生可能エネルギー電気を府民みんなでお得に購入する共同購入の参加者を募集しています。最も電気代がかかる冬の季節に電気代がお得になり、温暖化の原因になるCO2削減になる太陽光や風力など自然由来の電気に切り替えませんか。
※詳細は事務局ホームページをご覧ください▷電話での問い合わせは平日午前10時～午後6時。
閼大阪E E電事務局(☎0120-457-200)

地域による地域のための
ポータルサイトも
チェック▶



Tsunagaru かわちながの



散歩の途中 みうら

大矢船南町 36-8 ☎65-1602
ホームページはこちらから▶



「人生という道を歩く途中に少し休憩し、リフレッシュして次に進む。そんな憩いの場をイメージして名付けました」と閑静な住宅街でカフェレストラン「散歩の途中みうら」を営む三浦さんは話します。会社を退職する数年前から準備を進め、平成13年に現在の場所に移り22年に店をオープン。現在は夫婦と2人のスタッフで経営しています。

「もちろん自分の料理を食べてもらいたいですが、いろんな思いを持った人たちが出会い、たえず進化しつづけ、楽しむことができる居場所を運営している気持ちです」と語る三浦さん。店内に誰でも利用できるギャラリースペースを設け、音響設備を整えたステージを設置して歌声喫茶やミニライブを開催したりするなど、「交流の場」

としての店づくりをしています。歌声喫茶に参加した人も、日常を離れてほっと一息つく時間になると、楽しくみんなで歌っていました。緊急事態宣言による時短営業など苦労もありましたが、「コロナ禍だからこそ、人とのつながりを感じることができる居場所が必要だ」と思い、感染予防対策をしながら営業は続けました」と話します。

コロナが落ち着けば、ライブや様々なイベントを再開する予定です。「地域で支えあいながら子育てできる環境づくりなど、実現したいことはまだあります。みんなが安心できる場所、元気づけられる場所を目指して、店を続けていきたいですね」。テラスから望む河内長野の街並みを眺めながら、三浦さんは話してくれました。



Report 16

たくさんの方との
出会いがある交流の場
散歩の途中みうら
三浦さん

1 ここがいいね



2



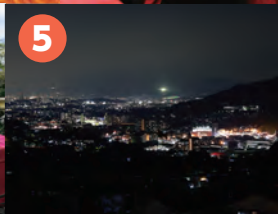
3



4



5



①人気のパスタランチ ②ギャラリースペースの前で長年一緒に頑張ってきたスタッフと ③店内に歌声広場でいきいきと歌う参加者の声が響く ④天気の良い日は京都比叡山まで見える自慢のテラス席 ⑤夜景は室内からも楽しめる

