

広報

# かわちながの

河内長野市の人と暮らしの情報紙 Kawachinagano City Public Relations

9

September 2022  
No.1187

あつまれ  
水の生きもの



- さんさんと輝く光と水しぶきを浴びながら、力を合わせて魚を追いかけます。どんな生き物たちがいたのでしょうか（16ページに関連記事）。

# マイナンバーカードの申請はお早目に

マイナンバーカードは、顔写真付きの本人確認書類として利用できたり、コンビニで住民票の写しなどの証明書を取得できたり、多くのメリットがあります。申請はスマートフォン・パソコン・郵送などでできますが、よくわからないという人のために、各所で申請サポートも実施しています。ぜひご利用ください。

※マイナンバーカードの詳細はこちら→



**自分で申請って難しそう…**

## 申請サポート(予約不要)

マイナンバーカード申請書への記入案内と申請に必要な写真を撮影します(無料)。事前予約制ではありませんので混雑時はお待ちいただく場合があります。

とき 9月5日(月)・12日(月)・26日(月)午前9時～午後5時

ところ 市役所

持ち物 本人確認書類1点、スマートフォン

※写真はスマートフォンで撮影します。お持ちでない人は、行政書士がスマホで代理申請します。詳細はお問い合わせを。

## ●カードの受け取りについて

受け取りは市役所に本人が来ていただくのが原則ですが、郵送をご希望の場合は、申請時に下記をお持ちください。

①本人確認書類=顔写真付きの書類1点(運転免許証、パスポートなど)と顔写真なしの書類1点(保険証、年金手帳など)の計2点(②がある人は顔写真なしの書類2点でも可)、②通知カードまたは個人番号通知書、③住基カード(持っている人のみ)

問 府行政書士会南大阪支部(☎63-8016)または市民窓口課

## ●出張申請サポート

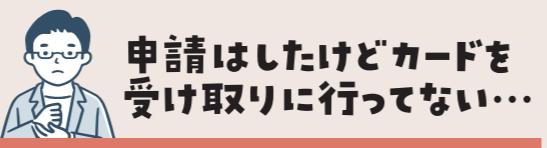
本人確認書類1点をお持ちください。カードは後日市役所窓口での本人受け取りになります。

とき 9月9日(金)～12日(月)午前11時～午後6時

ところ 西友千代田店

問 auショッピング河内長野(☎0800-700-1432)

または市民窓口課



## 平日昼間の受け取りが難しい人向け 臨時交付窓口

受け取りは本人が原則です。交付通知書(はがき)が届いている人で、平日昼間の受け取りが難しい場合はご利用ください。

持ち物 交付通知書(はがき)、本人確認書類(顔写真付きの書類は1点、顔写真なしの書類は2点必要)、通知カード、住基カード(持っている人のみ)

## ●日曜窓口を開設

とき 9月11日(日)午前9時～正午

## ●夜間窓口も開設(予約制)

日程は市ホームページでご確認ください。予約など詳細はお問い合わせください。

問 市民窓口課

## コンビニ交付サービスが一時停止

メンテナンスのため、マイナンバーカードを利用した住民票などの証明書コンビニ交付サービスを一時停止します。

とき 9月23日(祝)終日

※最新情報は市ホームページでご確認ください。

問 市民窓口課



**カード受け取り完了!  
その次は…**

## マイナポイント申込サポート

マイナンバーカードの申請を9月末までに行い、下記に該当する人のポイント申込を支援します。

**対象・付与ポイント** ①マイナポイント第1弾に申し込んでいない人=上限5000円相当のポイントを付与(20000円分のチャージや買い物が必要)、②マイナンバーカードの健康保険証としての利用申込を行った人=7500円相当のポイントを付与、③公金受取口座の登録を行った人=7500円相当のポイントを付与

とき 平日午前9時～午後5時30分

ところ 市役所

**マイナポイント申込期限** 令和5年2月末まで

**申込に必要なもの** マイナンバーカード、マイナンバーカード取得時の4ヶタの暗証番号、お手持ちのキャッシュレス決済サービスのカードやアプリ(電子マネーカード=nanaco、楽天Edyなど)、QRコード決済アプリ=PayPay、auPAYなど)、銀行口座の通帳など(公金受取口座の登録をする人のみ)

※楽天Edyのポイント付与は、10月10日以降となります。

※対象となるキャッシュレス決済サービスの一覧は右記QRからご確認ください。



マイナンバーカード パスワード 決済サービスのカードやアプリ 銀行口座情報

※当日直接会場へ。

※マイナポイントの申込は、スマホや携帯電話ショッピング、コンビニ、郵便局でも可能です。

## ●日曜臨時窓口を開設

とき 9月11日(日)午前9時～正午

ところ 市役所

問 総務課

## 目次 Contents

- 02 情報ピックアップ
- マイナンバーカードの申請はお早目に
- 04 特集1 災害への備えは大丈夫?
- 06 特集2 特定健康診査・特定保健指導を受けよう
- 08 新型コロナウイルス関連情報
- 情報ひろば
- 暮らしざ、教育 10、健康 12、事業所 12、子育て 13、就労 18、保険・年金 19、安全安心 20、高齢者 20、税金 22、人権 23、自治会 23、障がい者 23、催し・講座 26、スポーツ 31、募集 33、その他お知らせ 34、相談 34
- 09 市長コラム
- 11 消費生活ウォッチング
- ちょっと見てみて! 市民が撮る身近なニュース写真
- 14 夏休み Photo Special
- 21 支え合いの現場から
- 24 Photo News まちの話題をお届けします
- 36 エール KAWACHINAGANO ㉙

## 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 くろまる塾認定 講座マーク▶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 7月末日現在 (カッコ内は前月比)

人口	男	女	世帯数
100,944(-96)	47,556(-46)	53,388(-50)	47,557(-3)

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)



## interview



特定保健指導は、血压、血糖脂質の数値に特化し、健診で基準値から数値が離れている人が対象です。数値が離れていても本人は痛くもかゆくありません。そのため放置してしまう方が少なくあります。せんが、自覚症状が出たときには遅く、治療が必要となり心筋梗塞や糖尿病などに至るケースもあります。そういった状況になる前に、私たちは数值を正常値に戻すためのお手伝いをしています。特定保健指導を受けてもらうことで、気付きを得て欲しいです。そんな少しいことで、という工夫で変わっていくんです。

特定保健指導員 白川さん

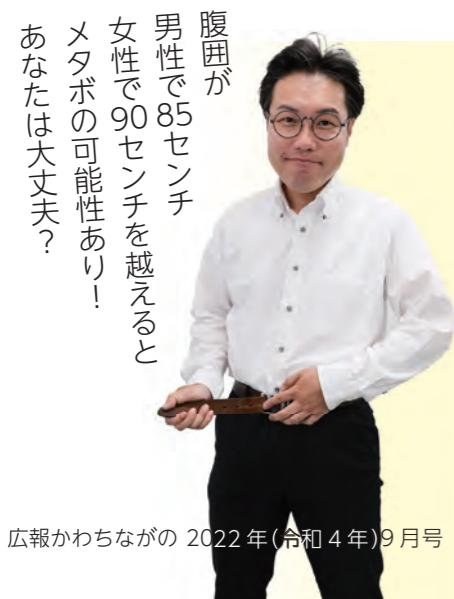
特定保健指導は、血压、血糖脂質の数値に特化し、健診で基準値から数値が離れている人が対象です。数値が離れていても本人は痛くもかゆくありません。そのため放置してしまう方が少なくあります。せんが、自覚症状が出たときには遅く、治療が必要となり心筋梗塞や糖尿病などに至るケースもあります。そういった状況になる前に、私たちは数値を正常値に戻すためのお手伝いをしています。特定保健指導を受けてください。

**Q** 通院治療中だから受けなくていいのでは？

通院中の人も特定健診の対象です。通院時に行う検査は治療のためであり、生活習慣病の発症・重症化予防が目的の特定健診とは異なります。かかりつけ医と相談の上、特定健診を受診してください。

**Q** 忙しくて行く時間がない

今後も元気に過ごしていただくためにも、健康状態の把握は大切です。忙しい時ほど生活習慣が乱れ、生活習慣病が進み、深刻な状態になる可能性もありますので、そんな時こそ健診が必要です。



男性で85センチ  
女性で90センチを越えると  
メタボの可能性あり！  
あなたは大丈夫？

## 健康生活の応援隊

日本人の死因の約6割を占めるといわれる生活習慣病による疾病。その名の通り、食事や睡眠、飲酒など普段の生活習慣が発症や進行に深く関わっています。自覚症状がないため気づかないうちに重症化したり、合併症を引き起こす可能性もあります。定期的に健康状態を把握し、生活習慣の見直しや改善を心がけましょう。

特定保健指導課

# 油断大敵 生活習慣病



**メタボ**とは  
不健康な生活によって起こる内臓脂肪型肥満を基盤に、血压や血糖高値、脂質異常が重なりあって起る病態のこと。動脈硬化を進め、脳卒中や心筋梗塞など生活习惯病のリスクを高めます。

## 特定健康診査(特定健診)とは

メタボに着目し、生活習慣病の早期発見を目的としています。  
※おおさか健活マイルージ「スマイル」に登録後、市国民健康保険加入者が特定健診を受けると、6000円分を電子マネーなどに交換できます（次年度からは400円分）。

## 特定保健指導とは

特定健診の結果を受け、メタボの該当者や予備軍となつた一人ひとりの身体状況に合わせて、生活習慣を見直し、生活習慣病のリスク回避のためにサポートします。専門家のアドバイスを受けて自身で目標計画を立て、目標達成に向けて取り組みます。本市の令和2年度特定健診の受診率は府内第6位ですが、特定保健指導の該当者の実施率は府内32位で、生活習慣改善の機会が活用されていません。

## 特定健康診査(特定健診)とは

対象 本市の国民健康保険に加入している40歳～74歳  
※今年度に40歳になる人を含みます▽今年度中に特定健診または人間ドックを受診した人や受診する予定の人は受けられることができます。

## 健診内容 無料

●問診、●身体測定（身長・体重・腹囲・BMI）、○診察、○血压検査、○血液検査（脂質・肝機能・血糖・腎機能）、○尿検査など

## ①予約

受診券が送られてきたら、健診実施機関を確認して受診予約ページに掲載しています。

## ②特定健診の受診

予約日に受診した医療機関で検査結果の報告を受ける

## ③健診結果の通知

健診後、受診月の3か月後に郵送します。

## ④特定保健指導

健診の結果を受け、該当者は特定保健指導の活用を



暮らし

教育

事業所

子育て

保険・年金

安全安心

高齢者

人税  
権金自治会  
障がい者

催し・講座

スポーツ

募集

その他お知らせ

相談

**お得な「モックルコイン」  
チャージキャンペーン**

市電子地域通貨「モックルコイン」を、地域通貨アプリ「chiica」上でチャージ（1ポイント＝1円で購入）すると、チャージ額の20%分を追加で付与するキャンペーンを実施します。

とき 9月1日(木)～30日(金)  
(予算に達し次第終了)

チャージ方法 ◎クレジットカードもしくはセブン銀行ATMより

※アプリのダウンロードが必要です△詳細は市ホームページ窓口、出張サポート窓口、市ホームページ、出張サポート窓口、市ホームページ



暮らし

●出張サポート窓口（下表）を開設

市役所、コールセンターでもサポートしてますのでご利用ください。

●市内事業者のみなさんへモックルコイン加盟店は随時募集しています。申し込み方法は市ホームページから確認できます。

●狂犬病予防注射接種を忘れずに

狂犬病予防法により、飼い犬の登録と狂犬病予防注射は飼い主の義務です。今年度の狂犬病集合予防注射は新型コロナウイルス感染拡大防止のために中止となりましたので、必ず動物病院などで接種をお願いします。飼い主のみなさんにはご不便をおかけしますが、ご理解をお願いします。

また、接種にあたっては混雑防止のため、事前に動物病院へ連絡のうえ指示に従つて受診をお願いします。

●環境政策課

※18歳以下の市民に付与される「子ども子育て応援モックルコイン」の取得は、アプリの「QRコード読み込み」ではなく、メニューの「マネー・ポイントの移行」ボタンから行ってください。

問 モックル「インコールセンター（☎ 53・1119）

出張サポート窓口（開設時間△午前10時～午後3時）

場所	開催日
キックス	9月10日(土)・17日(土)
サンプラザ河内長野店（ノバティながの北館地下1階）	9月5日(月)・12日(月)
サンプラザ三日市駅前店（フォレスト三日市1階）	9月7日(水)・14日(水)
コノミヤ河内長野店	9月6日(火)・13日(火)
コノミヤ南花台店	9月8日(木)・15日(木)

**市長コラム**

物価高騰・地域活性化対策

河内長野市長 島田智明

市長コラム

臨時交付金を活用し、今回は物価高騰・地域活性化対策を中心、市民向けには主に次の取り組みを実施することにしました。

まず、市民の誰もが対象になることとして、水道基本料金の減免（4か月分）や電子地域通貨「モックルコイン」のポイント上乗せ付与などが挙げられます。18歳以下の子どもがいる世帯には「モックルコイン」、75歳以上の高齢者には「おでかけチケット」などがあります。そのほか、ワクチン

私はモックルコインを貢献したいと思います。感染予防の非接触とデジタル化対応を促進するため、また手数料を最小限にするために、紙媒体ではなく、電子での地域通貨利用をご協力ください。

## 1～4回目のワクチン接種について

ワクチン接種は引き続き市内の医療機関などでできます。  
接種予約の詳細は、接種券に同封の資料または市コールセンターでご確認ください。



### 年代別の接種回数・接種ワクチン

年齢	接種回数	接種ワクチン
5～11歳	1・2回目	ファイザー社小児用
	3・4回目	接種できません
12～17歳	1・2回目	ファイザー社またはモデルナ社
	3回目	ファイザー社
18歳以上	4回目	接種できません
	1・2回目	ファイザー社またはモデルナ社
	3回目	
	4回目	

※アストラゼネカ社と武田社（ノババックス）ワクチンは、現在のところ市内での使用予定はありません。大阪府が設置する接種会場をご利用ください。

※4回目接種の対象は、3回目接種から5か月以上経過した①60歳以上の人、②18歳以上60歳未満の人のうち基礎疾患を有する人やその他重症化リスクが高いと医師が認める人、③医療従事者等および高齢者施設等の従事者です▷

①は接種券を市から送付、②③は下記にて発行申請が別途必要です。

新型コロナワクチンコールセンター  
受付は平日午前9時～午後5時30分

0721-26-8135  
FAX 0721-56-5160



## 新型コロナ全日24時間受付 電話相談窓口

●発熱者SOS（府新型コロナ受診相談センター）  
かかりつけ医がなつたり、夜間休日で受診できる医療機関がない場合にご連絡ください。医療機関の案内などを行います。

06-7166-9911  
06-7166-9966  
FAX 06-6944-7579

●自宅待機SOS  
(府コロナ陽性者24時間緊急サポートセンター)  
自宅療養中で下記の人はご連絡を。  
○夜間休日に体調悪化し、健康相談（医療機関を受診）をしたい。  
○自宅療養中で、宿泊施設での療養を希望する。

0570-055-221  
FAX 06-4560-9037

## 高野街道まつり 開催中止

今年度の高野街道まつり（例年10月下旬開催）は、新型コロナ対策が困難なため中止します。  
問高野街道まつり実行委員会事務局（産業観光課内）

## COLUMN [コラム]

暮らしに役立つ知識を学ぶ講座です。

**とき・内容** ①9月30日(金)  
かしこい商品選択ができるわけ  
→「不当な表示とは」、②10月14日(金)→「元気なうちに考える終活」→エンディング

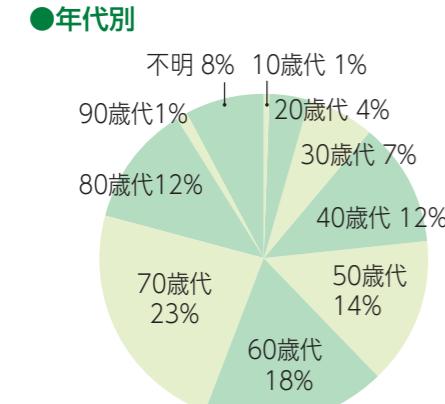
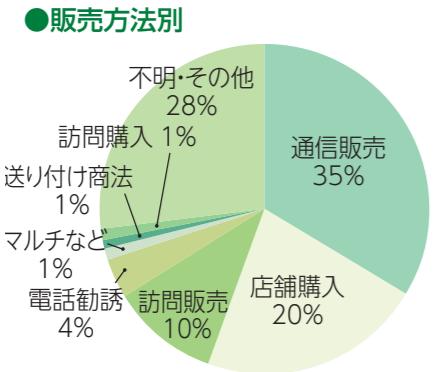
**記入欄** ノートの書き方・遺言書、③11月8日(火)→「よくある消費生活トラブル」→消費生活センター相談員のはなし→時間がいずれも午後2時~3時

**申込記入欄** 30分△3回シリーズところノバティホールなど定員40人(先着順)

**申込記入欄** 申込記入欄  
11月5日から電話で左記へ  
問かわちながの消費者協会(消費生活センター内、☎56-2360)



## 消費生活のトラブルにご注意ください



### 消費者ホットライン いやや(188)!泣き寝入り

契約・悪質商法、製品やサービスによる事故などの相談は消費者ホットライン(局番なし188番)までお電話を。

販売購入形態別は次の通りです。  
●通信販売(244件)  
全相談件数に対する割合がもっとも高く35%になっています。

○定期購入 特に多かったトラブルが「お試し」のつもりが定期購入だったという相

件)と増加しています。

相談件数は23件、携帯電話会社や大手通販サイトを騙したものなどがあります。○○運輸です。お荷物をお預かりしています。定期購入だと分かって申し込んだ場合でも「いつでも解約可能」と書いてあつたが電話がつながらない、解約方法が電話やメッセージアプリに限定されおり解約手続きがうまくできない、といったトラブルが発生しています。

相談件数は39件でした。全国的にも増加しており、インターネットによるものが9割を占めています。定期購入だと分かって申し込んだ場合でも「いつでも解約可能」と書いてあつたが電話がつながらない、解約方法が電話やメッセージアプリに限定されおり解約手続きがうまくできない、といったトラブルが発生しています。

「商品が届かない」といった相談が22件でした。百貨店や、家電製品・生活雑貨などの公式通販サイトを装うものなど、見分けがつきにくくなっています。支

払い方法が事前振込しか選べない場合などは、特に注意が必要です。

●訪問販売(68件)

前年度の50件から増加しています。自粛による行動制限が徐々に緩和された影響がうかがえます。高齢者世帯との接触を控えた影響で、発見が遅れるケースもあります。

●住宅関連 高齢者世帯で自宅をリフォームした形跡があつたなどの場合は、まずは家族で話を聞き、心配な場合はセンターにご相談ください。

### 暮らしのレスキュー

トイレの不具合や鍵が開かないなど、日々の暮らしにトラブルが全国的に増えています。事業者の訪問を依頼する前に、費用や作業内容などの契約条件をよく確認しましょう。自宅への訪問を依頼して契約した場合でもクリーニング・オフが可能な場合があります。

### 暮らしのレスキュー

カナヅチのレスキューサービスに関するトラブルが全国的に増えています。事業者の訪問を依頼する前に、費用や作業内容などの契約条件をよく確認しましょう。自宅への訪問を依頼して契約した場合でもクリーニング・オフが可能な場合があります。

暮らしに役立つ知識を学ぶ講座です。  
とき・内容 ①9月30日(金)  
かしこい商品選択ができるわけ  
→「不当な表示とは」、②10月14日(金)→「元気なうちに考える終活」→エンディング

ノートの書き方・遺言書、③11月8日(火)→「よくある消費生活セ

ンター相談員のはなし」→時間がいずれも午後2時~3時

30分△3回シリーズところノバティホールなど

定員40人(先着順)

申込記入欄  
11月5日から電話で左記へ  
問かわちながの消費者協会(消費生活センター内、☎56-2360)

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、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

ジから資源ごみや粗大ごみに張り付けてください。

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。

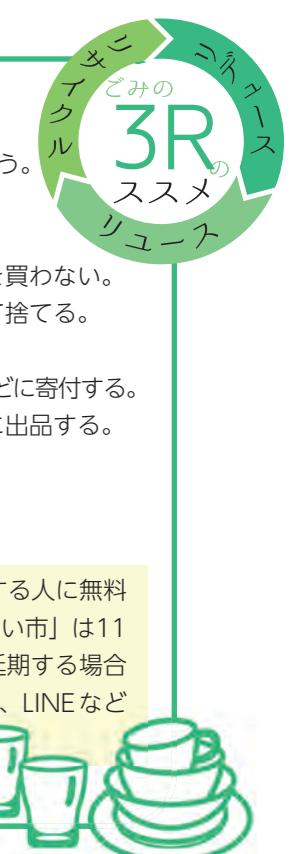
●新小学1年生の健康診断 対象 来年4月に小学校へ入学する児童  
※対象者には10月中旬ごろ封書で直接通知します。指定期間外で受診する場合は事前に指定校と受診希望校へ連絡してください。

●新1年生の健康診断 小学校 実施日  
高向(☎52-2129) 10月27日(木)  
美加の台(☎62-2468) 10月27日(木)  
天野(☎52-2528) 10月28日(金)  
天見(☎68-8004) 10月28日(金)  
小山田(☎53-2527) 10月31日(月)  
加賀田(☎62-2916) 10月31日(月)  
石仏(☎68-8766) 11月2日(水)  
三日市(☎62-2429) 11月7日(月)  
長野(☎52-6044) 11月8日(火)  
千代田(☎53-1371) 11月15日(火)  
南花台(☎63-2511) 11月16日(水)  
川上(☎62-5353) 11月17日(木)  
楠(☎53-8371) 11月24日(木)

※いずれも午後に実施△受付時間は案内をご確認ください。



●宅配便による不要パソコン 市と協定しているリネットジャパンリサイクル株式会社が、宅配便によるパソコンの無料回収を行っています。  
申込 電話(午前10時~午後5時)か、同社ホームページからをご覧ください。  
※詳細は同社ホームページをご覧ください。  
●巡回パトロール 団リネットジャパンリサイクル株式会社(☎0570-085-800)を担当します。  
申込 電話(午前10時~午後5時)か、同社ホームページからをご覧ください。  
QRコード



●もったいない市 市民から回収した食器類を、希望する人に無料でお渡しするリユースの取り組みイベント「もったいない市」は11月の開催を検討しています。なお、今後の状況により延期する場合がありますので、詳細は本紙11月号や市ホームページ、LINEなどでお知らせします。

問環境衛生課



## 四天王寺大学から絵本の寄贈を受けました

市と包括連携協定を締結している四天王寺大学から、絵本の寄贈を受けました。この絵本は、同大学の教育学部坂本ゼミの学生が作成したもので、同ゼミ所属で本市出身の正膳さんから市長に絵本が手渡されました。寄贈された絵本は、図書館や子育て支援施設などに設置します。



④サポートブックはーとの会 (就学相談)	対象	来年度の就学に向けて、就学相談の担当者から直接お話を聞ける場です。安心して就学を迎えるために、今からできることと一緒に考えませんか。
⑤あいづく (50・4664、 FAX 50・4665)	対象	市内在住の年長、年中児の保護者
定員 20人 とき 9月30日(金)午前10時30分 分(正午)	申込 ①～④は9月8日まで に市公式LINEで も可。	※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。詳細はあいづく (50-4664) へお問い合わせください。

子ども・子育て総合センター あいづくの催し		とき 9月13日(火)午前10時30分～正午	対象 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じて、就園前に集団で過ごす経験をしてみませんか。
●双子育児中ママの交流会		とき 9月15日(木)午前10時～11時45分	対象 未就園の子どもとその保護者
双子や三つ子以上の多胎児を育児中の人や妊娠中の人が集まり、子育ての話や交流をしましょう。		とき 9月15日(木)午前10時～11時45分	対象 市内在住の2歳以上の未就園の子どもとその保護者
対象 市内在住の多胎児を妊娠中や育児中の就学前の親子		とき 9月15日(木)午前10時～11時45分	対象 市内在住の1歳6ヶ月からおおむね2歳の未就園の子どもとその保護者
△保護者のみの参加も可		とき 9月15日(木)午前10時～11時45分	対象 市内在住の1歳6ヶ月からおおむね2歳の未就園の子どもとその保護者

## 子育て

### ●専門の相談機関

◎こころの健康相談統一ダイヤル  
(☎ 0570-064-556 ▶ 9月1日(木)午前9時30分～30日(金)午後5時まで24時間受付)

◎関西いのちの電話  
(☎ 06-6309-1121 ▶ 24時間受付)

●大阪府こころのほっとライン(新型コロナ専用)  
新型コロナウイルス感染症に関する不安やストレスなど、こころの健康に関する相談にLINEでお応えします。

とき 毎週水曜日、土曜日、日曜日▶午後5時30分～10時30分▶受付は午後10時まで  
●その他の相談機関  
右記QRコードから府ホームページをご覧ください。

閑府こころの健康総合センター  
(☎ 06-6607-8814)

青年成人健康診査		たばこ相談
●申込方法が事前予約制に	対象 たばこをやめたい市民	対象 たばこをやめたい市民
対象 昭和58年4月2日～平成19年4月1日生まれで学校	とき 9月26日(月)、11月28日(月)午前9時30分～10時30分	とき 9月26日(火)、11月28日(火)午前9時30分～10時30分
ところ 保健センター	ところ 保健センター	ところ 保健センター
内容 禁煙にむけての相談	申込 電話で左記へ	申込 電話で左記へ
内規 申込方法が事前予約制に	問保健センター (☎ 55・0301)	問保健センター (☎ 55・0301)



広告を掲載しませんか	
●ごみ処理券外装袋(封筒)	対象 血糖・ヘモグロビンA1C値が高め(ヘモグロビンA未満)で糖尿病の治療を受けている市民
令和5年度に本市を含む南河内環境事業組合構成の6市町村で配布する無料ごみ処理券(シール)を入れる封筒裏面への掲載広告を募集します。	申込 電話で左記へ(予約制)
募集期間 9月22日必着	ところ 保健センター
※申込方法など詳細は同組合ホームページをご覧ください。	申込 電話で左記へ(予約制)
問南河内環境事業組合 (☎ 33・6584)	問保健センター (☎ 55・0301)

9月10日～16日は  
**自殺予防週間**  
自殺で亡くなる人は全国で年間2万人以上、府内でも令和3年中に1376人が亡くなっています。悩みを抱えている、生きることがつらく感じる時は一人で抱え込まず専門の相談機関にご相談ください。

また、身近な人の悩みに気付いたら、温かく寄り添いながら悩みに耳を傾け、見守りながら、必要に応じて相談窓口を紹介してください。



## 9月24日～30日は **結核予防週間**

結核患者のうち、高齢者の割合が増えています。また、近年は若年者を中心に外国出生の患者も増加しています。せきが2週間以上続く、体重減少、微熱が続くなどあれば早めに医療機関を受診しましょう。

そして年に1回は定期健診を受けましょう。早期発見・早期治療は本人の重症化を防ぐためだけではなく、大切な家族や職場などへの感染の拡大を防ぐためにも重要です。

結核患者のうち、高齢者の割合が増えています。また、近年は若年者を中心に外国出生の患者も増加しています。せきが2週間以上続く、体重減少、微熱が続くなどあれば早めに医療機関を受診しましょう。

そして年に1回は定期健診を受けましょう。早期発見・早期治療は本人の重症化を防ぐためだけではなく、大切な家族や職場などへの感染の拡大を防ぐためにも重要です。

結核患者のうち、高齢者の割合が増えています。また、近年は若年者を中心に外国出生の患者も増加しています。せきが2週間以上続く、体重減少、微熱が続くなどあれば早めに医療機関を受診しましょう。

そして年に1回は定期健診を受けましょう。早期発見・早期治療は本人の重症化を防ぐためだけではなく、大切な家族や職場などへの感染の拡大を防ぐためにも重要です。

結核患者のうち、高齢者の割合が増えています。また、近年は若年者を中心に外国出生の患者も増加しています。せきが2週間以上続く、体重減少、微熱が続くなどあれば早めに医療機関を受診しましょう。

そして年に1回は定期健診を受けましょう。早期発見・早期治療は本人の重症化を防ぐためだけではなく、大切な家族や職場などへの感染の拡大を防ぐためにも重要です。

結核患者のうち、高齢者の割合が増えています。また、近年は若年者を中心に外国出生の患者も増加しています。せきが2週間以上続く、体重減少、微熱が続くなどあれば早めに医療機関を受診ましょう。

そして年に1回は定期健診





### 文化って奥深い！

文化連盟の夏休み子ども体験教室

8月6日 土曜日

キックスで茶道や華道、和太鼓など色々な文化に挑戦しました。短い時間だったけど、貴重な体験ができました。難しかったけど、先生たちに優しく楽しく教えてもらつて、またやつてみたいと思いました。



### Let's Enjoy English! えいご村のえんにち

7月24日 日曜日

イズミヤやハテラスのえいご村のえんにちに参加しました。外国人の先生たちと、輪投げや魚釣り、ボウリングなどを楽しみながら英語に触れました。緊張したけど、楽しかった！



夏休み

KAWACHINAGANO CITY

Photo Special

夏のイベントに参加した子どもたちの表情をお届け

珍しい生き物見つけたよ！

親と子のふれあい自然学習会

8月3日 水曜日

滝畑の石川で生き物調査！講師の先生たちから生態や取り方を教わり、水の中にいる虫や魚など色々な生き物を見かけました。川の水は冷たくて気持ち良かったです。



雪ってこんな風にできるんだ！

小学生消費者教室

雪ってこんな風にできるんだ！

ノバティホールに気象予報士さんが来て、雪の結晶を作りました。ペットボトルをドライアイスで冷やして、中の水分が雪になりました。雪ができる仕組みも教えてもらつたり珍しい観察ができるおもしろかったです。



暮らし

教育

事業所

子育て

保険・年金

安全安心

高齢者

人権

自治会

催し・講座

スポーツ

募集

その他お知らせ

相談

## 幼稚園・保育所・認定こども園 合同就職フェア

### ●市内の園が大集合！自分に合った園を見つけよう

今年度卒業予定の学生だけでなく、転職希望の人や潜在保育士の人も気軽にご参加ください。また、気になった園の見学や体験の申し込みも当日受け付けます。

**対象** 市内の幼稚園・保育所・認定こども園に就職を希望する人

とき 9月11日(日)午後1時～4時

ところ ノバティホール(ノバティながの南館内)

※当日直接会場へ▷保育スタッフ常駐のキッズコーナーあり▷コーディネーターによる相談も行っています。

問子ども子育て課



みんな  
来てね！



●市内の園が大集合！自分に合った園を見つけよう

今年度卒業予定の学生だけでなく、転職希望の人や潜在保育士の人も気軽にご参加ください。また、気になった園の見学や体験の申し込みも当日受け付けます。

**対象** 市内の幼稚園・保育所・認定こども園に就職を希望する人

とき 9月11日(日)午後1時～4時

ところ ノバティホール(ノバティながの南館内)

※当日直接会場へ▷保育スタッフ常駐のキッズコーナーあり▷コーディネーターによる相談も行っています。

問子ども子育て課

**防衛省自衛官**  
応募資格 防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学生(日本国籍を有し高校卒業(見込み含む))した18歳以上21歳未満

募集期間 10月26日まで▷防衛大学校学生の推薦・総合選抜は9月5日～9日、防衛医科技大学医学科学生は7月1日～10月12日、看護学科学生

(中退生)は、国がサポートする中小企業のための退職金制度

**訪問型サービスA事業**  
従事者研修 総合事業にかかる訪問型サービスA事業(要支援認定者)への従事を希望する人向けの研修です。ホームヘルパーなどの資格がなくても、当社の総合事業を実施する事業所で就労している人(予定含む)が研修を修了すればサービスの担い手になることができます。

**後期高齢者医療制度**  
10月から被保険者証が黄色になります。そのため、新しい被保険者証を9月下旬までに送付します。届いた時から使用でき、有効期限は令和5年7月31日です。

●医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で、一定以上の所得の人(同一世帯に被保険者が1人の場合は年金収入とその他の合計所得額の合計が200万円以上、2人以上の場合は同合計額が320万円以上で加入者全員適用)は、現役並み所得者(3割負担)を除き2割負担となります。

また、2割負担となる人は、施行後3年間は外来月々の負担増加額が3000円までとなる配慮措置があります。詳細は市役所1階7番窓口に設置のリーフレットや、府後期高齢者医療広域連合ホームページをご確認ください。

問社会福祉協議会 (☎64・9000)

定員 15人(先着順)  
ところ 市役所  
教材費 1430円  
申込 9月5日～22日に電話で左記へ

問保険医療課 (☎6・6772・7531)

**防衛省自衛官**  
応募資格 防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学生(日本国籍を有し高校卒業(見込み含む))した18歳以上21歳未満

募集期間 10月26日まで▷防衛大学校学生の推薦・総合選抜は9月5日～9日、防衛医科技大学医学科学生は7月1日～10月12日、看護学科学生

(中退生)は、国がサポートする中小企業のための退職金制度

**訪問型サービスA事業**  
従事者研修 総合事業にかかる訪問型サービスA事業(要支援認定者)への従事を希望する人向けの研修です。ホームヘルパーなどの資格がなくても、当社の総合事業を実施する事業所で就労している人(予定含む)が研修を修了すればサービスの担い手になることができます。

**後期高齢者医療制度**  
10月から被保険者証が黄色になります。そのため、新しい被保険者証を9月下旬までに送付します。届いた時から使用でき、有効期限は令和5年7月31日です。

●医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で、一定以上の所得の人(同一世帯に被保険者が1人の場合は年金収入とその他の合計所得額の合計が200万円以上、2人以上の場合は同合計額が320万円以上で加入者全員適用)は、現役並み所得者(3割負担)を除き2割負担となります。

また、2割負担となる人は、施行後3年間は外来月々の負担増加額が3000円までとなる配慮措置があります。詳細は市役所1階7番窓口に設置のリーフレットや、府後期高齢者医療広域連合ホームページをご確認ください。

問保険医療課 (☎6・6772・7531)

**防衛省自衛官**  
応募資格 防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学生(日本国籍を有し高校卒業(見込み含む))した18歳以上21歳未満

募集期間 10月26日まで▷防衛大学校学生の推薦・総合選抜は9月5日～9日、防衛医科技大学医学科学生は7月1日～10月12日、看護学科学生

(中退生)は、国がサポートする中小企業のための退職金制度

**訪問型サービスA事業**  
従事者研修 総合事業にかかる訪問型サービスA事業(要支援認定者)への従事を希望する人向けの研修です。ホームヘルパーなどの資格がなくても、当社の総合事業を実施する事業所で就労している人(予定含む)が研修を修了すればサービスの担い手になることができます。

**後期高齢者医療制度**  
10月から被保険者証が黄色になります。そのため、新しい被保険者証を9月下旬までに送付します。届いた時から使用でき、有効期限は令和5年7月31日です。

●医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で、一定以上の所得の人(同一世帯に被保険者が1人の場合は年金収入とその他の合計所得額の合計が200万円以上、2人以上の場合は同合計額が320万円以上で加入者全員適用)は、現役並み所得者(3割負担)を除き2割負担となります。

また、2割負担となる人は、施行後3年間は外来月々の負担増加額が3000円までとなる配慮措置があります。詳細は市役所1階7番窓口に設置のリーフレットや、府後期高齢者医療広域連合ホームページをご確認ください。

問保険医療課 (☎6・6772・7531)

**防衛省自衛官**  
応募資格 防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学生(日本国籍を有し高校卒業(見込み含む))した18歳以上21歳未満

募集期間 10月26日まで▷防衛大学校学生の推薦・総合選抜は9月5日～9日、防衛医科技大学医学科学生は7月1日～10月12日、看護学科学生

(中退生)は、国がサポートする中小企業のための退職金制度

**訪問型サービスA事業**  
従事者研修 総合事業にかかる訪問型サービスA事業(要支援認定者)への従事を希望する人向けの研修です。ホームヘルパーなどの資格がなくても、当社の総合事業を実施する事業所で就労している人(予定含む)が研修を修了すればサービスの担い手になることができます。

**後期高齢者医療制度**  
10月から被保険者証が黄色になります。そのため、新しい被保険者証を9月下旬までに送付します。届いた時から使用でき、有効期限は令和5年7月31日です。

●医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で、一定以上の所得の人(同一世帯に被保険者が1人の場合は年金収入とその他の合計所得額の合計が200万円以上、2人以上の場合は同合計額が320万円以上で加入者全員適用)は、現役並み所得者(3割負担)を除き2割負担となります。

また、2割負担となる人は、施行後3年間は外来月々の負担増加額が3000円までとなる配慮措置があります。詳細は市役所1階7番窓口に設置のリーフレットや、府後期高齢者医療広域連合ホームページをご確認ください。

問保険医療課 (☎6・6772・7531)

**防衛省自衛官**  
応募資格 防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学生(日本国籍を有し高校卒業(見込み含む))した18歳以上21歳未満

募集期間 10月26日まで▷防衛大学校学生の推薦・総合選抜は9月5日～9日、防衛医科技大学医学科学生は7月1日～10月12日、看護学科学生

(中退生)は、国がサポートする中小企業のための退職金制度

**訪問型サービスA事業**  
従事者研修 総合事業にかかる訪問型サービスA事業(要支援認定者)への従事を希望する人向けの研修です。ホームヘルパーなどの資格がなくても、当社の総合事業を実施する事業所で就労している人(予定含む)が研修を修了すればサービスの担い手になることができます。

**後期高齢者医療制度**  
10月から被保険者証が黄色になります。そのため、新しい被保険者証を9月下旬までに送付します。届いた時から使用でき、有効期限は令和5年7月31日です。

●医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で、一定以上の所得の人(同一世帯に被保険者が1人の場合は年金収入とその他の合計所得額の合計が200万円以上、2人以上の場合は同合計額が320万円以上で加入者全員適用)は、現役並み所得者(3割負担)を除き2割負担となります。

また、2割負担となる人は、施行後3年間は外来月々の負担増加額が3000円までとなる配慮措置があります。詳細は市役所1階7番窓口に設置のリーフレットや、府後期高齢者医療広域連合ホームページをご確認ください。

問保険医療課 (☎6・6772・7531)

**防衛省自衛官**  
応募資格 防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学生(日本国籍を有し高校卒業(見込み含む))した18歳以上21歳未満

募集期間 10月26日まで▷防衛大学校学生の推薦・総合選抜は9月5日～9日、防衛医科技大学医学科学生は7月1日～10月12日、看護学科学生

(中退生)は、国がサポートする中小企業のための退職金制度

**訪問型サービスA事業**  
従事者研修 総合事業にかかる訪問型サービスA事業(要支援認定者)への従事を希望する人向けの研修です。ホームヘルパーなどの資格がなくても、当社の総合事業を実施する事業所で就労している人(予定含む)が研修を修了すればサービスの担い手になることができます。

**後期高齢者医療制度**  
10月から被保険者証が黄色になります。そのため、新しい被保険者証を9月下旬までに送付します。届いた時から使用でき、有効期限は令和5年7月31日です。

●医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で、一定以上の所得の人(同一世帯に被保険者が1人の場合は年金収入とその他の合計所得額の合計が200万円以上、2人以上の場合は同合計額が320万円以上で加入者全員適用)は、現役並み所得者(3割負担)を除き2割負担となります。

また、2割負担となる人は、施行後3年間は外来月々の負担増加額が3000円までとなる配慮措置があります。詳細は市役所1階7番窓口に設置のリーフレットや、府後期高齢者医療広域連合ホームページをご確認ください。

問保険医療課 (☎6・6772・7531)

**防衛省自衛官**  
応募資格 防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学生(日本国籍を有し高校卒業(見込み含む))した18歳以上21歳未満

募集期間 10月26日まで▷防衛大学校学生の推薦・総合選抜は9月5日～9日、防衛医科技大学医学科学生は7月1日～10月12日、看護学科学生

(中退生)は、国がサポートする中小企業のための退職金制度

**訪問型サービスA事業**  
従事者研修 総合事業にかかる訪問型サービスA事業(要支援認定者)への従事を希望する人向けの研修です。ホームヘルパーなどの資格がなくても、当社の総合事業を実施する事業所で就労している人(予定含む)が研修を修了すればサービスの担い手になることができます。

**後期高齢者医療制度**  
10月から被保険者証が黄色になります。そのため、新しい被保険者証を9月下旬までに送付します。届いた時から使用でき、有効期限は令和5年7月31日です。

●医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で、一定以上の所得の人(同一世帯に被保険者が1人の場合は年金収入とその他の合計所得額の合計が200万円以上、2人以上の場合は同合計額が320万円以上で加入者全員適用)は、現役並み所得者(3割負担)を除き2割負担となります。

また、2割負担となる人は、施行後3年間は外来月々の負担増加額が3000円までとなる配慮措置があります。詳細は市役所1階7番窓口に設置のリーフレットや、府後期高齢者医療広域連合ホームページをご確認ください。

問保険医療課 (☎6・6772・7531)

**防衛省自衛官**  
応募資格 防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学生(日本国籍を有し高校卒業(見込み含む))した18歳以上21歳未満

募集期間 10月26日まで▷防衛大学校学生の推薦・総合選抜は9月5日～9日、防衛医科技大学医学科学生は7月1日～10月12日、看護学科学生

(中退生)は、国がサポートする中小企業のための退職金制度

**訪問型サービスA事業**  
従事者研修 総合事業にかかる訪問型サービスA事業(要支援認定者)への従事を希望する人向けの研修です。ホームヘルパーなどの資格がなくても、当社の総合事業を実施する事業所で就労している人(予定含む)が研修を修了すればサービスの担い手になることができます。

**後期高齢者医療制度**  
10月から被保険者証が黄色になります。そのため、新しい被保険者証を9月下旬までに送付します。届いた時から使用でき、有効期限は令和5年7月31日です。

●医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で、一定以上の所得の人(





## プロの指導を受けプレーも白熱 バレーボール教室パンサーズが来る

**8/6** 市民総合体育館で開催されたバレーボール教室（河内長野ロータリーカラブ主催）には、約250人の小中学生と高校生が参加しました。今回は、プロチーム「パナソニックパンサーズ」の選手が来場し、スパイクやレシーブなどをアドバイス。参加者は、プロ選手からの直接指導を受け、熱心に練習していました。午前中の教室の後、午後からはチームによる大会も行われ、白熱したプレーが繰り広げられました。



写真撮影：島本靖治



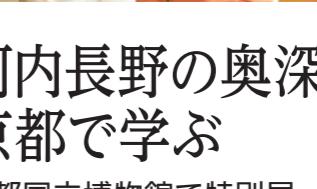
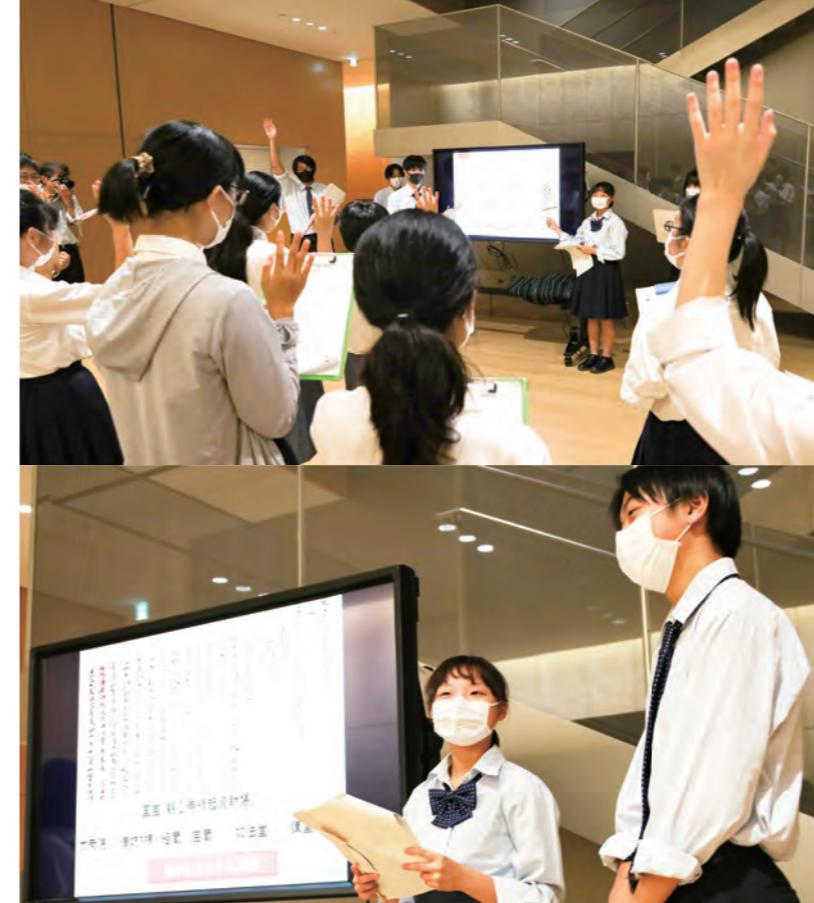
## 下里でも「クルクル」がスタート 下里クルクル出発式

**7/17** 下里地区でゴルフカートを用いた移動支援「クルクル」の運行が開始されました。市内では、南花台地区に続く取り組みで、公共交通の空白地域である同地区の新たな移動手段の一つとして、地域住民が主体となって運行します。当日試乗した住民は、快適で楽に移動できる「クルクル」に満足していました。



## 平和に目を向け考える 愛・いのち・平和展

**7/22** キックスで愛・いのち・平和展が開催されました。世界の紛争状況の紹介や、市内小中学生の人権・平和ポスター展、折り鶴やメッセージボードでの平和への働きかけなど、約400人が来場しそれぞれの思いを込めました。参考した親子は、「戦争は怖いですが何が起こっているかしっかりと学ぼうと思います」と話してくれました。



## 河内長野の奥深い歴史を 京都で学ぶ

京都国立博物館で特別展

**8/3** 京都国立博物館で9月11日まで特別展「河内長野の靈地 観心寺と金剛寺－真言密教と南朝の遺産」が開催されています。同館が観心寺と天野山金剛寺の文化財を4年にわたり調査した成果を公開する今回の特別展では、新たに発見された文化財を含め、多くの国宝や重要文化財などが展示されています。

また、8月3日には、長野高校の生徒10人が「歴史遺産PR大使」として京都市の中学生に文化財について解説しました。大使たちは、この日に向けて6月から両寺の歴史や文化財について学習。小道具なども使いながら、中学生にも分かりやすいよう説明しました。解説を終え、「自分たちも奥深い歴史を知る良い機会となった。緊張したけれど、河内長野の魅力を伝えることができてよかったです」と話していました。



長野高校 PR 大使のみなさん(後列左から原さん、木坂さん、加藤さん、坂本さん、小谷さん、竹内さん、前列左から中川さん、岩倉さん、福山さん、鈴木さん)

## 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	申込開始日
天野公民館 (☎55-6191)	SDGs-5 ジェンダーを考えよう ～アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)って何?～	9月21日(水) 午前10時～11時30分	20人	9月3日～
	SDGs-4 橋本市が生んだ世界的な数学者・岡潔先生って知っていますか?続編	9月29日(木) 午前10時～11時30分	20人	9月3日～
	公民館クラブ一日体験 太極拳(太極拳B)	9月16日(金)午後1時30～3時	5人	9月3日～
	伝統工芸体験～友禅の型染を体験～	10月8日(土)午後2時～4時	5人	9月3日～
	SDGs-3 認知症は予防できる! ～生涯健康な脳を保つために～	10月12日(水) 午前10時～11時30分	20人	9月3日～
川上公民館 (☎65-1612)	人生100年時代を生きるために! ～骨の話を中心に～	9月29日(木) 午後2時～3時30分	15人	9月3日～
高向公民館 (☎54-4548)	シニア向けスマホ講座 初めてのスマホ体験	9月29日(木) 午後1時30分～3時30分	20人	9月3日～15日
	マジックショー&脳トレマジック教室 ～あなたもマジシャンに变身!～	9月24日(土) 午前10時～正午	10人	9月3日～15日
千代田公民館 (☎55-1125)	あなたも伝統文化継承請負人! 茅刈ボランティア体験～岩湧山頂の茅の育成と保全～	①9月11日(日)午前9時～午後4時 ②10月2日(日)午後1時～2時 ③12月11日(日)午前9時～午後4時	15人	9月3日～8日
	世界かんがい施設遺産 「寺ヶ池・寺ヶ池水路」	①9月29日(木) ②10月29日(土) ③11月22日(火)いずれも午後2時～4時	20人	9月3日～18日
南花台公民館 (☎63-1131)	消費者トラブルにあわないために ～知っとこ、聞いたこと、契約のこと～	9月22日(木) 午後1時30分～2時30分	20人	9月3日～
	普通救命講習 I	9月29日(木) 午後1時30分～3時30分	20人	9月3日～20日
三日市公民館 (☎62-6155)	公民館で体験する日本の伝統文化 ～日本舞踊～「扇舞会」一日体験	9月13日(火) 午後1時30分～3時	10人	9月3日～
	公民館で体験する日本の伝統文化 ～茶道(裏千家)～「三友会」一日体験	9月16日(金) 午前10時～11時30分	5人	9月3日～13日
	防災体験・学習ツアー ～バスで堺市総合防災センターへ～	9月21日(水) 午前11時～午後2時30分	20人	9月3日～
天見公民館 (☎63-4074)	陶芸教室へのおさそい!～土に触れ合い、人とふれあう機会にしませんか!～	9月18日(日)11月6日(日) いずれも午後1時30分～3時	12人	9月3日～



### 金剛寺多宝塔が ピンクにライトアップ

奈良文化財研究所から講師を招き、明日香村の古墳・壁画について学びます。  
**とき・内容** 10月23日(日)午前10時30分～正午  
正午～キトラ古墳と世界最古の天文図、11月26日(土)午後2時～3時30分～高

「乳がんで悲しむ人を一人でも減らしたい」との想いから、「女人高野」で日本遺産に認定された金剛寺の多宝塔がピンクにライトアップされます。乳がん検診などの啓発も行います。  
**とき** 10月1日(土)～3日(月)午後6時～8時(入山は7時30分まで)  
**料金** 大人200円▶女性と中学生以下無料  
■文化財保護課▶乳がん検診については保健センター(☎55-0301)

●くろまる塾本部講座「古墳・壁画で見る古代～キトラ古墳・高松塚古墳に学ぶ」  
奈良文化財研究所から講師を招き、明日香村の古墳・壁画について学びます。

**とき・内容** 10月23日(日)午前10時30分～正午  
正午～キトラ古墳と世界最古の天文図、11月26日(土)午後2時～3時30分～高

●くろまる塾LINE公式アカウントを開設  
最新情報や関連するお知らせ  
申込 9月6日から電話でくろまる塾事務局へ△キックスホームページからも申込可  
受講料 各500円(先着順)  
●くろまる塾LINE公式アカウントでは、講座のカウントを開放  
問い合わせ  
●くろまる塾の単位到達者は  
Rコードから友達登録は、下記QRコードを発信します。

月27日(日)午後2時～3時30分  
考古学からみた高松塚古墳と壁画  
松塚古墳壁画の描画手法、11



### 修理見学会 金剛寺大玄関(国登録有形文化財)

文化財の修理現場を公開します。檜皮つくりの実演を行い、屋根の瓦葺きと檜皮葺きの状況を間近に見ることができます。  
**とき** 10月2日(日)午後1時～3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。

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の講演です。  
**とき** 9月18日(日)午後1時～3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。

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の講演です。  
**とき** 9月18日(日)午後1時～3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。

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の講演です。  
**とき** 9月18日(日)午後1時～3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。

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の講演です。  
**とき** 9月18日(日)午後1時～3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。

●くろまる塾のお知らせ  
くろまる塾本部講座「古墳・壁画で見る古代～キトラ古墳・高松塚古墳に学ぶ」  
奈良文化財研究所から講師を招き、明日香村の古墳・壁画について学びます。

●くろまる塾のお知らせ  
くろまる塾本部講座「古墳・壁画で見る古代～キトラ古墳・高松塚古墳に学ぶ」  
奈良文化財研究所から講師を招き、明日香村の古墳・壁画について学びます。

●くろまる塾の単位到達者は  
Rコードから友達登録は、下記QRコードを発信します。

月27日(日)午後2時～3時30分  
考古学からみた高松塚古墳と壁画  
松塚古墳壁画の描画手法、11



① 保護者の代わりに保育所・幼稚園・放課後児童会の送迎や、自宅での預かりなどの子育て支援を行う有償ボランティアの養成講座を開催します。今と昔の子育ての違いを一緒に学んで、地域で子育てを応援する活動をしてみませんか。

対象 地域の子育て支援に関心のある市民  
とき 10月19日(日)、11月30日の毎週水曜日(11月23日を除く)  
心の奥河内くろまるの郷 (☎56・9606)

●季節のハンコイン「バーダコール」  
木で自作のバードコール(写真①)を作つて、秋のお出かけに持つていませんか。  
とき 10月1日(土)～10月31日(月)  
参加費 500円

※100個限定▽先着順▽当選は市商店連合会ホームページをご覧ください。

●ふるさと歴史学習館とのコラボ企画 紺屋型紙のフレーム作り

紺屋型紙とおおさか河内材のひのきのフレーム(写真②)を作ります。

対象 小学4年生以上(小学生は保護者同伴で)  
とき 10月16日(日)午前9時30分

●木根館の催し  
地元のシェフやパティシエが腕をふるう河内長野産のフルーツや野菜を使った限定メニューを食べて巡るスタンプラリーです。抽選で、参加店铺で使える食事券が当たります。スタンプ台紙は市商工会や産業観光課のほか、イベント参加店舗に設置しています。

参加店舗などの情報は市商店連合会ホームページをご覧ください。

●料理体験「作つてみよう季節のジャム」

券(5000円分)15人、3000円分(25人)

応募方法 台紙にスタンプを3つ以上集めて郵送または市商工会へ持参

賞品 参加店舗で使える食事券(5000円分)15人、3000円分(25人)

申込 9月7日～13日に電話で左記へ

期間 9月1日(木)～10月31日(月)

QRコード

●フラットやつてみよう

対象 社会参加に自信を持てる40歳くらいまでの家にこもりがちな人

●農業体験

とき 9月15日(木)午後1時～3時

ところ 日野地区内の畑

申込 いすれも電話で左記へ

問い合わせ番号 (☎090・9258・8177)

●料理体験「作つてみよう季節のジャム」

券(5000円分)15人、3000円分(25人)

応募方法 台紙にスタンプを3つ以上集めて郵送または市商工会へ持参

賞品 参加店舗で使える食事券(5000円分)15人、3000円分(25人)

申込 9月7日～13日に電話で左記へ

期間 9月1日(木)～10月31日(月)

QRコード

●フラワーデザイン講習会

対象 産前産後のママやその家族が快適に過ごせるよう、家庭援助の基礎的知識や支援・援助のポイントを学びます。

対象 産前産後ヘルパー事業で活動中の人、興味のある人

とき 10月4日(火)午前10時～30分

ところ 木根館とふるさと歴史学習館▽集合場所は木根館

定員 12人(先着順)

参加費 3800円

申込 9月7日から電話かメール(event@sirrin.org)に

イベント名、住所、氏名、年齢、当日連絡のつく電話番号を記入して同館へ

●産前産後ヘルパー養成講座

産前産後のママやその家族が快適に過ごせるよう、家庭援助の基礎的知識や支援・援助のポイントを学びます。

対象 産前産後ヘルパー事業で活動中の人、興味のある人

とき 10月15日(木)午後1時30分～3時30分

ところ 日野地区内の畑

申込 9月8日までに市公式LINEで

●えぼしがた公園自然観察会

●バッタのうんどうかいバッタをつかまえてどばしつこをしよう

とき 9月18日(日)午前10時～正午

ところ あいづなみの里公園

定員 10人(先着順)

参加費 2000円

申込 9月7日からホームページで左記へ

問い合わせ番号 (☎56・1155)

●ボランティア講座

ボランティア講座

とき 10月26日

ところ あいづなみの里公園

定員 20人(先着順)

参加費 30人(先着順)

申込 9月26日から電話で左記へ▽受付は午前10時～午後5時30分(水曜日を除く)

●1週間以内に参加可否を連絡します▽連絡のない場合はお問い合わせください▽小学生以下は必ず保護者同伴で。

問えぼしがた公園自然観察会の田原さん(☎63・1692)

※1週間以内に参加可否を連絡します▽連絡のない場合はお問い合わせください▽小学生以下は必ず保護者同伴で。

問えぼしがた公園自然観察会の田原さん(☎63・1692)

※1週間以内に参加可否を連絡します





## 世界で活躍するバレエダンサーが訪問

8月4日、本市出身のバレエダンサー5人（右から藤井彩嘉さん：チェコ国立バレエ団所属、福山壮一郎さん、福山麗さん、西端優花さん、北沙彩さん）が、市長を表敬訪問しました。現在は、チェコや中国、ポルトガルなど世界各地の舞台で活躍しています。5人が幼少期から通った創美バレエスクールの片岡さん（写真左）は「河内長野から世界に羽ばたく若者たちを応援してください」と話していました。

**交通安全川柳**  
内容 交通安全を分かりやすく伝える川柳  
対象 小学生の部・市内在住

**交通安全川柳**  
内容 交通安全を分かりやすく伝える川柳  
対象 小学生の部・市内在住

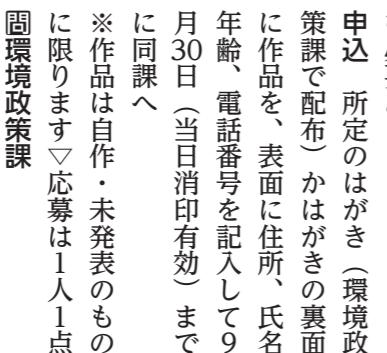
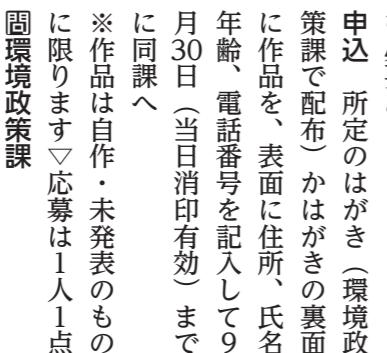


## 世界で活躍するバレエダンサーが訪問

8月4日、本市出身のバレエダンサー5人（右から藤井彩嘉さん：チェコ国立バレエ団所属、福山壮一郎さん、福山麗さん、西端優花さん、北沙彩さん）が、市長を表敬訪問しました。現在は、チェコや中国、ポルトガルなど世界各地の舞台で活躍しています。5人が幼少期から通った創美バレエスクールの片岡さん（写真左）は「河内長野から世界に羽ばたく若者たちを応援してください」と話していました。

**交通安全川柳**  
内容 交通安全を分かりやすく伝える川柳  
対象 小学生の部・市内在住

**交通安全川柳**  
内容 交通安全を分かりやすく伝える川柳  
対象 小学生の部・市内在住



（knagano.spos-sin@beach.

**腰部と足部の  
テープニング講習会**  
●ケガの予防とパフォーマン  
スアップに活かす  
対象 高校生以上の市内在  
住・在勤・在学者  
とき 10月1日(土)午後1時30  
分～3時30分△受付は午後1  
時から

ところ 市民総合体育館  
定員 60人（先着順）  
申込 9月7日からメール  
（knagano.spos-sin@beach.

紙で市民総合体育館メールボ  
ックスへ  
問 グラウンド・ゴルフ協会の  
山際さん（☎090・605  
7・4289）  
●軽スポーツ大会  
対象 小学4年生以上△1チ  
ーム5人△登録は8人まで△

●グラウンドゴルフ大会  
対象 50歳以上  
とき 10月14日(金)午前8時～  
午後3時△予備日10月21日(金)  
ところ 大師総合運動場  
定員 160人（先着順）  
申込 9月21日までに所定用

は直接左記へ（月曜休館）  
ところ 市民総合体育館  
定員 20人（先着順）  
参加費 2000円  
申込 9月6日から電話また  
（☎65・0121）

## オープン卓球大会

ocn.ne.jp △氏名・性別・年  
齢・電話番号・あれば団体名  
を記入）で左記へ△ファクス  
または所定用紙を赤峰市民広  
場郵便ボストン提出も可  
問 総合スポーツ振興会（☎26.  
7660、FAX 26・7661）

種目 インディアカ、ソフト  
バレーボール、ふらばーる・  
レクリエーションゲームなど

個人参加も可  
とき 10月30日(日)午前9時20  
分～午後4時30分（受付は午  
前9時）  
ところ 市民総合体育館  
種目 インディアカ、ソフ  
トバレーボール、ふらばーる・  
レクリエーションゲームなど

個人参加も可

とき 10月30日(日)午前9時20  
分～午後4時30分（受付は午  
前9時）  
ところ 市民総合体育館  
種目 インディアカ、ソフ  
トバレーボール、ふらばーる・  
レクリエーションゲームなど

## 青少年健全育成標語 募集

内容 テーマ「青少年の健全  
育成や非行防止」に関する17  
文字以内の標語  
申込 はがきに標語と住所、  
氏名、年齢、電話番号、学校  
名（学年・組）か勤務先を記  
入して9月30日（必着）まで  
に地域教育推進課（〒586-  
025昭栄町7の1、キック  
ス内）へ

の小学5・6年生、中学生の  
部・市内在住の中学生、一般  
の部・高校生以上の市民  
申込 9月30日までに市ホームページ  
に市ホームページで  
左記へ△応募用紙の  
郵送も可

申込 9月13日～28日に所定  
用紙でファクスか市民総合体  
育館メールボックスへ  
問 軽スポーツ協会の厨子さん  
(☎FAX 63・0330)  
●インディアカ大会  
対象 小学4年生以上の市内  
在住・在学・在勤者

とき 10月2日(日)午前9時30  
分～午後3時30分  
ところ 市民総合体育館  
申込 9月14日までに所定用  
紙で同館メールボックスへ  
問 インディアカ協会の曾穎さん  
(☎65・1705)

## きれいなまちをつぐろう!! はが絵コンクール

テーマ 河川浄化・石けん使  
用推進・自然保護など環境に  
関係すること△標語を組み込  
む必要あり  
申込 所定のはがき（環境政  
策課で配布）かはがきの裏面  
に作品を、表面に住所、氏名、  
年齢、電話番号を記入して9  
月30日（当日消印有効）まで  
に同課へ  
※作品は自作・未発表のもの  
に限ります△応募は1人1点。  
問 環境政策課

の小学5・6年生、中学生の  
部・市内在住の中学生、一般  
の部・高校生以上の市民  
申込 9月30日までに市ホームページ  
に市ホームページで  
左記へ△応募用紙の  
郵送も可

申込 9月13日～28日に所定  
用紙でファクスか市民総合体  
育館メールボックスへ  
問 インディアカ協会の曾穎さん  
(☎65・1705)

## 河内長野シティマラソン大会

申込 9月10日～11月



15日に「ランネット」専  
用ホームページから  
問 河内長野シティマラソン大会  
事務局（文化・スポーツ振興課  
内）

●大会参加者には特典

出場者には、市内の飲食店な  
どで使える地域通貨「モックル  
コイン」2000ポイントを付与し  
ます。

●協賛団体も募集

金額 1□5000円～  
※金額によりプログラムに団体  
名などの掲載あり。  
問 文化・スポーツ振興課



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、9月 26 日(月) 午後 1 時～4 時 30 分	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 午後 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	9月 18 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	9月 10 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	9月 24 日(土) 午後 1 時～4 時	キックス	行政書士
医療・介護・福祉相談	河内長野市医師会地域連携室 まちのれんけい室市民相談会 (☎ 54-1700)	医療・介護・福祉のことなど (予約も可)	9月 15 日(木) 午後 2 時～4 時	市医師会	医師・看護師など
税務相談★	近畿税理士会富田林支部 事務局 (☎ 25-6250)	所得税や相続税、経理など	9月 13 日(火)・27 日(火) 午後 1 時～4 時	市役所	税理士
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・4 火曜日 午前 10 時～午後 1 時	市役所	人権擁護委員
人権あれこれ相談	人権協会 (人権推進課内)	人権侵害を受けている場合の相談△電話相談可	市役所業務日 午前 9 時～午後 5 時 30 分	市役所	人権協会相談員
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
女性のための電話相談	人権協会 (☎ 090-8967-2750)	ひとりで悩みを抱えている女性のための相談	毎月第 1・3 月曜日、第 2・4 木曜日午前 10 時～午後 4 時	—	女性カウンセラー
進路選択支援相談	人権協会 (人権推進課内)	経済的な理由により就学が困難な人に対する相談△電話相談可	市役所業務日 午前 9 時～午後 5 時 30 分	市役所	人権協会相談員
就労支援相談	産業観光課	就労に関する相談機関の案内や情報提供など△電話相談可	市役所業務日 午前 9 時～午後 5 時 30 分	市役所	就労支援コーディネーター
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	9月 15 日(木)、10 月 6 日(木) 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ラリス事務所	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 (土日祝は要相談)	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	9月 8 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	①9月 14 日(火)・②28 日(火)午前 10 時～正午	①社会福祉協議会 ②天野公民館	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

から異動してきたので初めての本格的な夏休みイベン  
トでしたが、どこにいっても子どもたちが楽しく笑顔  
で過ごしているのが印象的でした（熊谷）▼エールで  
取材した畠さん。料理だけではなくインターネットや写  
真などに対する勉強熱心さに感心しきりでした。ちな  
みに掲載した料理写真もこ自身によるものです（山崎）  
▼今月の特集はメタボ関連。健康のため歩いて通勤して  
いますが、毎日暑すぎてオーブンで焼かれる食材気分  
です。残暑も厳しいそうで体調管理にもお気を付  
けください（永田）

▼歴史遺産PR大使を務めた長野高校の生徒たちは、文化財解説のため多くの時間を使つて準備したそうです。この経験は、今後の人生の糧にもなるはず。これからも応援します（大喜多）▼今月は夏休みのごとも向けイベントの取材へ。私はコロナが流行りだして

- ホームページが一時停止  
システムメンテナンスなどのため、次のホームページが一時停止します。
- 市ホームページ  
停止日時 9月7日(水)午前1時～5時
- 図書館ホームページ  
停止日時 9月23日(祝)午前7時30分～午後4時
- 図書館 (☎ 52・6933)
- 都市計画案の縦覧  
とき 9月15日(木)～29日(木)午

ステージ出演団体	
対象	ダンスや和太鼓、楽器演奏、大道芸など
とき	11月20日(日)午前9時～
十後3時	
ところ	寺ヶ池公園
定員	6団体（選考）
申込	9月30日までに申込書を市商工会へ提出（電話不可）
※応募方法など詳細はお問い合わせください。	
固商工会	(☎53・9900)

※当該土地区画整理事業に係のある土地の所有権またその他権利を有する人は、  
その事業計画について、9月  
日、10月13日に意見書を提  
することができます▽詳細  
については市ホームページを  
確認ください。

問 都市整備課

**令和4年就業構造基本調査  
ご協力を**

就業構造に関する基礎資  
を得ることを目的に、10月

総覽内容（仮称）河内長野  
高向・上原土地区画整理事  
の事業計画

前9時～午後5時30分（土）  
日・祝日を除く）

ところ 都市計画課

総覽内容（仮称）南部大阪  
市計画高向・上原地区地区  
画の決定（河内長野市決定分）  
※市民や利害関係人は期間  
にこの案について意見書を  
出することができます。

問 都市計画課

事業計画の総覽

とき 9月15日(木)～29日(木)  
前9時～午後5時30分  
ところ 郡市整備課

図書館  
収蔵資料整理などのため、  
次の期間に休館します。  
とき 9月27日(火)～30日(金)  
開ふるさと歴史学習館  
(☎ 64・1560)

日現在のみなさんの就業状態について、就業構造本調査（抽出調査）を実施します。9月初旬から調査員が対象区域を訪問し、その中で対象となつた世帯に対し調査票を配布します。ご記入いたしました調査票は、統計上の目的以外に使用することはできませんので、ご協力をお願いします。

など、や在留資格・紹介  
婚などを、専門の相談員や  
館管理局の職員、弁護士など  
とZOOMで相談できます。  
**とき・内容** 9月25日(日)・  
日(金)・生活相談、9月25日(日)  
II 法律相談、9月26日(月) II 借  
働相談、9月28日(水) II 入管相  
談

**ところ キックス**

※月曜日はキックスでの相談  
は行いません▽自宅のパソコン  
などからでもZOOMに接  
続できます。

**申込** 希望相談日の1週間前  
までに電話で左記へ

問 国際交流協会

A photograph of a person's hands holding a bright red, textured heart-shaped object, possibly a stress ball or a small plush toy, against a light blue background.



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



料理教室  
Happy Smile クッキング  
美加の台 2-33-4  
☎ 090-1225-5089



美加の台の住宅街の一角にある料理教室「ハッピースマイルクッキング」。講師を務める畠さんの元気な声とともに、今日はも教室が始まります。40年以上にわたる幼稚園教諭や大学講師の経験から食育の大切さを実感した畠さんが自宅を改装し教室を始めたのは、11年前。「食の大切さは分かつていても、料理が大変でストレスになっている人は多い。私自身も共働き経験者。賢く手抜きしながら美味しく楽しい料理を広めたい」と思ったのがきっかけでした。

教室のモットーは「簡単、手間なし、味は本格」。パンとデコ巻きずしは、体験から資格取得まで幅広く学べます。コロナ禍では、教室を一時期休みましたがその間にオンライン講座の体制を整え、免疫力を高めることができます」と満面の笑顔で話してくれました。

ある料理教室「ハッピースマイルクッキング」。講師を務める畠さんの元気な声とともに、今日はも教室が始まります。40年以上にわたる幼稚園教諭や大学講師の経験から食育の大切さを実感した畠さんが自宅を改装し教室を始めたのは、11年前。「食の大切さは分かつていても、料理が大変でストレスになっている人は多い。

私自身も共働き経験者。賢く手抜きしながら美味しく楽しむ料理を広めたい」と思ったのがきっかけでした。

教室を続ける原動力のこと。「教室に来ると落ち着くという元気をもらえた、などの感想をいただくと本当にうれしいです。河内長野に住んでいたからこそ、たくさんの縁をいただけたと思っています。これからも新しい出会いが楽しみです」と満面の笑顔で話してくれました。



## Report 23

簡単、手間なし、味は本格の  
楽ちゃん料理教室

ハッピースマイルクッキング 畠たみこさん

める発酵講座シリーズを新たに開講。また、公式LINEで講座終了後も報告や質問ができる仕組み作りなど習いっぱなしにしないアフターフォローにも力を入れています。

「毎日のご飯作りがラクになり、家族のおいしい笑顔で料理に自信をつけて、みんながハッピースマイルになればうれしい」と畠さんは話します。

また、生徒さんとの交流も教室を続ける原動力のこと。「教室に来ると落ち着くという元気をもらえた、などの感想をいただくと本当にうれしいです。河内長野に住んでいたからこそ、たくさんの縁を



①感染症対策を徹底し和やかに行われるデコ巻きずし講座 ②3種の発酵調味料の作り方と使いこなし方を学んだ後は発酵づくしのランチを試食 ③食パンやハードパンなどコースが豊富なパン講座 ④断面が可愛いデコ巻きずし ⑤色鮮やかな韓国海苔巻き「キンパ」

