

目次 Contents

02 特集1 日ごろから防犯の心掛けを
 04 市長コラム
 05 新型コロナウイルス関連情報
 06 特集2 将来の子どもへのおくりもの サポートブックはーと情報ピックアップ
 08 はたちのつどい、ゆいテラスのおしごと図鑑、かわちながの観光キャンペーン、障がい者手帳アプリ「ミライロID」が使えるように
 10 情報ひろば 安全安心 10、暮らし 10、障がい者 12、保険・年金 13、税金 14、健康 14、子育て 17、人権 19、教育 20、高齢者 20、就労 24、催し・講座 25、スポーツ 31、募集 32、その他お知らせ 33、相談 35
 12 手話で語ろう④
 16 ちょっと見てみて！ 市民が撮る身近なニュース写真
 21 介護予防コラム いつまでも心豊かにこのまちで⑯
 22 Photo News まちの話題をお届けします
 36 エール KAWACHINAGANO ⑭

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8月末日現在(カッコ内は前月比)

人口	男	女	世帯数
100,845(-99)	47,505(-51)	53,340(-48)	47,536(-21)

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)

特集1 日ごろから防犯の心掛けを

騙されないで
 こんな電話にご注意を

その手口が認知されてから、何度も注意喚起されている特殊詐欺。それでも日々新しい被害者が出ています。自分や家族の財産を守るため、時代に合わせ変化する詐欺の手口を知りましょう。

ATMで還付金が受け取れます

それ、詐欺です

現在、市役所職員を名乗り「医療費などの過払いがあり返金する」「還付金があるのでATMで手続きを」と電話をかけ、返金の手続きに見せかけお金を振り込ませる還付金詐欺の手口が詐欺被害の半数を占めています。**ATMの操作でお金が返ってくることはありません。**一度電話を切り、市役所へかけ直しましょう。

暗証番号を教えてください

それ、詐欺です

百貨店や銀行協会の職員を名

職員が暗証番号を聞くことはありません

百貨店員や銀行協会の職員であっても「暗証番号は教えない」ことを徹底しましょう。

キャッシュカードを預かります

それ、詐欺です

銀行員を名乗り「キャッシュカードが古くなっているので新しいものと交換する必要があります」「警察を名乗り「詐欺に使われている」と電話をかけ、キャッシュカードをだまし取りまします。**銀行窓口以外でキャッシュカードを渡してはいけません。**言葉巧みな特殊詐欺。どれだけ急かされても一度電話を切り、第三者に相談してください。



◀実際の特殊詐欺未遂事件の被害者と犯人の電話でのやり取りを動画で公開。手口を確認してみましょう

自動通話録音装置で詐欺を撃退

家庭の電話回線と電話機の間で接続するだけで、警告メッセージのアナウンスが流れ会話内容を自動で録音してくれます。無料で借りられるので活用してください。



振り込め詐欺や還付金詐欺などの特殊詐欺や悪徳商法の被害から、市民のみなさんの大切な財産を守るため、自動通話録音装置の貸し出しを行っています。利用した多くの人が効果を実感しています。不審電話にお困りで、まだ申し込みされていない人はぜひご利用ください。

対象 市内在住の65歳以上のみの世帯、日中に65歳以上の人だけになる世帯
 ※申込方法など詳細は下記へ問い合わせを。
 関危機管理課

安まちメール 安まちアプリの活用を

●安まちメール

府警察から特殊詐欺、ひったくり、路上強盗、子どもや女性への被害などに関する情報をメールでお知らせします。受信したい情報や地域などを自由に選択できます。

●安まちアプリ

府警察から大阪府内の犯罪発生情報や防犯対策情報などをお届けします。安まちメールを受信したり、防犯マップを確認できたりします。
 関府警察本部府民安全対策課 ☎06-6943-1234

▼アプリのダウンロード



いざという時の痴漢撃退・防犯ブザー機能も兼ね備えています。この機会にぜひダウンロードを。



それ、詐欺です。



河内長野市役所です ATMで還付金が

銀行の者です 暗証番号を教えてください

河内長野警察です キャッシュカードを預かります

母さん？オレオレ 実はコロナになっちゃ

新型コロナワクチン接種について

- 5～11歳の人も3回目のワクチン接種が受けられるようになりました。2回目接種日から5か月が経過した人に接種券を順次送付しますので、到着までしばらくお待ちください。
- オミクロン株 (BA.1) 対応ワクチンは、2回目接種を終えた12歳以上の人が接種可能です。
- ※4回目接種の対象者で、4回目接種を終えていない人から9月下旬より接種を開始します▷4回目接種の対象者については、9月号広報をご確認ください。
- ※10月中旬以降、上記以外の12歳以上の人への接種を順次開始予定です。

最新情報はこちらでご確認ください

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

※おかけ間違いのないようご注意ください。



新型コロナウイルス感染症に備えて ～もしものために～



新型コロナウイルスに感染した場合に備えて、食料品に加え、衛生用品や日用品、常備薬など療養期間中に必要なものを確認し、備蓄しておくことで安心です。また、自身やご家族に発熱などの症状が急に出たときに落ち着いて行動できるよう、受診できる医療機関や相談窓口を事前に確認しておきましょう。

●備蓄しておくもの (例)

衛生用品 不織布マスク、アルコール消毒液、

冷却材、ハンドソープ、使い捨て手袋、ビニール袋、生理用品、おむつなど
日用品 体温計、ティッシュ・トイレトペーパー、ペーパータオル、洗剤など
常備薬 (市販薬・処方薬) 解熱剤、持病で処方された薬 (高血圧や糖尿病、心臓病などの慢性疾患で薬を飲んでいる人は、非常用の予備薬)、お薬手帳など

☎保健センター (☎55-0301)

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金 10月末が期限です

給付金の申請期限が迫っています。期限を過ぎると給付できなくなりますので、対象の人は忘れずに手続きをお願いします。

- 対象 ①住民税非課税世帯 (8月1日から順次対象と思われる世帯に対して確認書を送付済)、
②家計急変世帯=令和4年1月以降、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、

①と同様の事情にあると認められる世帯

申請期限 10月31日▷当日消印有効

※5万円の給付金について、詳細は後日お知らせします (9月14日現在)。

☎臨時特別給付金コールセンター (☎56-2511)

鍵をかけていますか？ 大切な自転車

大阪で最も多い犯罪は自転車の盗難です



10月11日～20日は 全国地域安全運動

10月11日から20日までの期間、安全で住みよい地域社会を実現するため、全国地域安全運動を実施します。防犯協議会をはじめとした防犯ボランティア団体とともに、地域安全活動の強化や相互の連携強化を図り、犯罪のないまちの実現に向けて取り組みます。
※今年の全国地域安全運動河内長野市民大会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりました。

令和3年中の府内での自転車盗難の被害件数は1万7078件で、その約半数は鍵をかけていない状態で被害にあっています。大切な自転車を守るために、駐輪する際はたとえ短時間であっても必ず鍵をかけましょう。
●自転車防犯登録は法律上の義務です
自転車防犯登録は、自転車盗難の予防と被害の早期回復に役立ちます。
●フリマアプリや知人間で自転車を譲渡する時は
最近、フリマアプリなどを利

用した自転車の譲渡に関するトラブルが増えています。
●防犯登録は個人情報です。
●自転車の受け渡しの前に防犯登録の抹消は済んでいるか、譲渡証明書があるかを確認してください。
●他人名義の防犯登録データを抹消するには、本人(名義人)の委任状が必要です。
※自転車防犯登録に関する問い合わせは
左記へ。
☎06・6629・0750
☎06・6629・0750
関自自転車商防犯協力会



河内長野市内における令和3年の犯罪発生率が、府内33市(9町1村を除く)の中で最小となりました。年間刑法犯認知件数を人口で割ると、犯罪発生率が算出されますが、本市が3年連続で最小の第1位です。河内長野警察をはじめ、防犯協議会など地域や企業・団体が一体となって防犯に努めていただいています。犯罪をどれだけ未然に防いでいるかは、数字として直接的に表れにくいのですが、犯罪発生率の低さがそれを物語っています。本市の場合、高齢者が狙った特殊詐欺が多く、地域を挙げてこうした犯罪を未然に防ごうと努力されています。「私は絶対にだまされたい」と思っている方も、詐欺の手口は年々巧妙になってきていますので、用心に越したことはありません。最近では、市役所職員などを名乗る還付金詐欺も多いため、市ではそのような電話での案内は一切行っていませんので、不審な電話には特にご注意ください。これからも、警察や地域などと連携し、府内で最も安全・安心な市を継続してまいります。

安全・安心なまちづくり 市長コラム

河内長野市長 島田智明



将来の子どもへのおくりもの 〈サポートブックはーと〉

令和4年度から、市で生まれたすべての子どもに配付されているサポートブックはーと。今回は、サポートブックはーとが生まれた経緯や活用例、保護者や関係機関の声などを紹介します。
園子ども・子育て総合センターあいつく(☎50-4664)

REPORT サポートブックはーとの会

書き方や使い方がよくわからない、ちょっと面倒…あいつくでは、みんなで交流しながら楽しく記入するイベントを定期的を開催しています。



サポートブックはーとの会

マタニティシートやサポートブックはーとを持ち寄り、交流しながら記入してみませんか。

対象 市内在住の妊婦と令和4年4月2日以降に出産した保護者とその子ども

とき 10月18日(火)午前10時30分～正午

定員 15人(抽選)▷就学前の兄弟姉妹の保育あり(5人・先着順)

申込 10月10日までに市公式LINEで
※12月1日にも同様のイベントを予定しています。
園あいつく(☎50-4664、FAX50-4665)

妊娠期からのつながり
今年度から母子健康手帳とともに配付されているマタニティシートは、妊娠期間中の経過や気持ちを記入できるもので、出産後に配付されるはーとのファイルに綴じられるようになっていきます。
7月25日、あいつくで開催されたサポートブックはーとの会には、妊婦から生後3か月までの赤ちゃんの保護者6人が参加しました。参加者同士で和やかにしゃべりながら、マタニティシートや名前の由来、成長のあしあとなどのシートを書き進めていました。

参加者のみなさんの声

▶上の子ども簡単に育児日誌をつけていたが幼稚園の先生に新年度何回も説明しなくていいし、病院でも活用できるかな▶優先順位が低くなり「後で…」になるので、こういう機会があると書きやすい▶なかなか人との交流もなかったので良い気分転換にもなったし、子どものことを振り返ることもできたので良かった▶保育園に入る時、何を〇か月で出来るようになったなど、記入しておかないと忘れてしまうので、成長を感じた時にはーとに記入すればよいと思う



市民モニターの声聞く

今年度から配付対象をすべての子どもとその保護者に拡げました。それにもない子育て中の市民モニターの声を取り入れた内容にリニューアル、デザインも一新し、カラフルなものになっています。

ひとりひとりの豊かな育ちを願って
3月に開催されたシンポジウムでは、はーとを作成当初から監修している大阪大谷大学の小田浩伸教授をはじめ、親子と関わる関係機関が集まり、活用方法や今後の展望をテーマにパネルディスカッションが行われました。

小田教授は、妊娠期から成人期までの切れ目のない支援を目指し、今後も保育・教育など関係機関が連携していく

成人



福祉支援の記録など必要に応じたオプションシートもあります。

**就学
子どもの情報シート**



保護者と学校・支援者が共有しておきたい情報を項目別に記入。必要な所をコピーして渡しましょう。

**出産～就学前
育児ダイアリー**



健診の記録や成長のあしあとを書き込むシートなど。子どもの個性や成長を記録します。

**産前
マタニティシート**



母子健康手帳と一緒に配付。ネームリストやエコー写真、妊娠期の気持ちを記録します。

必要なシートを自由にカスタマイズ



追加シートは右記QRからダウンロード(あいつくでもお渡しできます)。



活発な意見が交わされたシンポジウム

この大切さについて講演。また、はーとを拡げる活動をしている団体、ピアはーとの森田さんは、「はーとを活用してきた同じ保護者の立場で共感しながらメッセージを伝えたい」と話し、おしお幼稚園長の安本さんは「職員がまずはーとを知り、学年が変わる時などの引継ぎ資料として共有したり、保護者と一緒に書いていきましようというスタンスで取り組みたい」と発言しました。

成長した子どもがはーとに記されたメッセージや思いを受け取り「自分はたくさんの人たちに関わって来られたらいいな」と実感できる。将来に向けてのおくりものになることを願い、さらなる活用への思いを新たにしました。



安心して子育てできる地域社会へ
はーとは府の先進的な取り組みとしても紹介され、他市のモデルにもなっています。家庭の多様なニーズに対する的確な支援が行き届く地域共生社会の創造に、そして子育ての過程がかけがえのない思い出として残せるよう、さらなる活用を目指しています。

また、親子に関わる関係機関のみなさんには、はーとの趣旨をご理解いただき、子どもと保護者を真ん中に豊かな育ちを応援するツールとしての活用にご協力をお願いします。

つづる

成長や健診・受診の記録だけでなく、子どもの様子やその時の保護者の気持ちなど、自由につづりましょう。子どもにとっても自分の生い立ちと親の愛情を感じる機会となります。

つたえる

保育所や学校の先生などに育ちと支援の経過を伝える時に役立ちます。必要なページをコピーすれば、関係機関や先生が代わる度に繰り返し伝える負担が軽くなり、伝え忘れも防げます。

つなぐ

乳幼児期から成人期までのライフステージで途切れることなく一貫したサポートを受けることにつながります。情報を共有し、親と子、子どもと支援者、親と支援者をつなぎます。



ピアはーとの森田さん

かわちながの観光キャンペーン

～羽を伸ばそう河内長野で～

市内宿泊施設利用(宿泊・日帰り)

チェックイン時、旅行代金に応じてポイントを発行

最大 **3000** ポイント 1人あたり

7,000円以上	3000
6,000円～6,999円	2500
5,000円～5,999円	2000
4,000円～4,999円	1500
3,000円～3,999円	1000
2,000円～2,999円	500

旅行代金
(税込)

市内観光施設利用

観光施設入場や対象サービス利用

最大 **500** ポイント



キャンペーン
ご利用の際は
事前にアプリの
ダウンロードを

●観光施設 河内長野市観光案内所
●宿泊施設 あまみ温泉 南天苑、おぼな旅館 富貴亭、天然温泉 河内長野荘、関西サイクルスポーツセンターキャンプ場

近畿2府4県の人、市内の宿泊施設や観光施設で対象サービスを利用すると、加盟店で使える地域通貨モックルコインがもらえるお得なキャンペーンを実施します。

期間 11月1日(火)～11月30日(水)
(※ポイント有効期限は来年3月15日)

ポイント発行・利用施設

内所、関西サイクルスポーツセンター、ふるさと歴史学習館(ポイント発行のみ)、花の文化園、奥河内くろまろの郷、木根館

発行方法 ポイント発行施設で本キャンペーンを利用する旨を伝え、近畿2府4県在住を証明する免許証などをご提示ください。電子地域通貨アプリ「chica」でポイントを受け取れます。

※キャンペーンの詳細や、アプリ「chica」のダウンロードは左記QRコードからご確認ください。

ご利用者コールセンター
(☎53・1119)



はたちのつどい

民法改正により、令和4年4月から成年年齢が18歳に引き上げられました。本市の「成人式」は引き続き同年度に20歳になる人を対象に、式典の名称を「はたちのつどい」に変更し、市民総合体育館で開催します。

対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人

とき 令和5年1月9日(祝)午前11時～11時30分

ところ 市民総合体育館

●はたちのつどいの代表になりませんか

代表 ①20歳代表のことばを述べる人、②市民憲章を朗読する人、③来賓から花束を受ける人

定員 ①～③いずれも各2人

※前日のリハーサルに出席が必要。申込 はがき(氏名、生年月日、住所、電話番号、①～③の希望順を記入)で10月22日(当日消印有効)までに地域教育推進課(〒586-0025 昭栄町7の1、キックス内)へ▽市ホームページでも申込可

●記念撮影用バックボードのデザインを募集

はたちのつどい参加者が、友人や家族と記念撮影する際の背景となるボードのデザインを募集します。

※採用者には謝礼あり▽詳細は、市ホームページをご確認ください。

関地域教育推進課
(☎54・0005)



障がい者手帳アプリ「ミライロID」が使えるように



障がい者手帳を、あなたのスマホへ



10月から、市内公共施設などで、障がい者手帳アプリ「ミライロID」(株)ミライロ提供)が使えるようになります。これは、障がい者手帳(身体障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳)を登録しスマートフォンに表示することで、施設利用料などの障がい者割引を受けられるものです。

※アプリへの登録は各自で行ってください。

※使用できる施設は、市立の運動場、体育館などです(割引内容は施設により異なります)。

障がい福祉課



おしごと
体験
イベント

ゆいテラスのおしごと図鑑

いろいろなお仕事の裏側を
のぞいてみよう!



駅員さんや消防士さん、郵便局さんなどいろいろなお仕事を「見て」「知って」「学んで」みよう。

対象 小学生

とき 10月23日(日)午前10時～午後3時▽午前9時30分から整理券を配布

ところ イズミヤゆいテラス

定員 プログラムにより異なります

▽先着順

※当日直接会場へ▽詳細はホームページでご確認ください。

●ボランティアを募集

イベントを手伝ってくれるボランティアも募集しています。

関政策企画課



安全安心

道路側溝周辺の点検を

道路側溝内に水の流れを阻害するようなブロックや板などを個人で設置している場合は、突発的な豪雨などで思わぬ被害が生じる可能性もありますので撤去してください。また、個人で道路側溝上に設置した鉄板やグレーチングなどが劣化し、車などが通過する際に破損するケースもあります。今一度点検してください。

園道路課

暮らし

行政相談委員に気軽に相談を

国などの仕事で「困った」「納得できない」「もっと詳しく知りたい」などの相談がある場合は、総務省からの委嘱を受けたお近くの行政相談委員に気軽に相談ください。本市の委員は次の3人です。

◎矢倉芳彦さん
(☎55・1688)

相談名	内容
法律	土地・家屋・金銭の貸借や離婚、相続などの法律関係
行政	行政に対する苦情や要望など
消費者金融	多重・多額債務者の返済方法など
登記	土地・家屋などの不動産の登記全般
税	譲渡や贈与、相続、住宅購入などにかかる税全般
人権	人権問題全般
心配ごと	日常生活の様々な心配ごとや悩みなど
警察	民事暴力・ストーカー対策などの警察業務全般
民事調停	土地建物・借入債務・交通事故などの「民事上のめごと」について調停で解決する手続き

◎河原純子さん
(☎63・4037)

◎坪本直子さん
(☎68・8447)

自治協働課

行政なんでも相談所

10月17日(月)～23日(日)は「行政相談週間」です。近畿管区行政評価局では「相続・登記・税金・年金・住宅など行政なんでも相談所」を開設します。とき 11月2日(水)午前10時～午後4時

◎近畿管区行政評価局
(☎06・6941・8358)

くらしの総合相談

日常生活の中で起こる様々な問題に、弁護士や税理士など専門の相談員が相談に応じます。とき 10月18日(火)午後1時～午後4時(受付は正午～午後3時▽先着順)

◎三日月市市民ホール(フォレスト三日月市内)

自治協働課

10月は食品ロス削減月間です

食べられるのに捨てられてしまう食品(食品ロス)は、年間52.2万トンにもなります。これは、国民1人当たりが毎日お茶碗1杯分のご飯を捨ててい

るのに近い量です。大阪には、つつましくも食材を立派に活かす「始末の心」という食文化があります。家にある食材で料理を作り、食べきるなど、おいしく食品ロスを削減しませんか。

◎食品ロス削減をテーマにした展示を開催

「夏休みの美味しい思い出美味しく食べて食品ロスを減らそう」をテーマに描かれたはがき絵や、食品ロス削減に関するポスターやのぼり、リーフレットなどを展示しています。とき 10月10日(祝)まで

◎じゃんぼスクエア河

内長野 ※はがき絵の募集は終了しています。

◎環境衛生課

マイナンバーカード出張申請サポート(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。カードは後日市役所での本人受取になります。とき・ところ 10月8日(土)・9日(日)IIコノミヤ南花台店、10月15日(土)・16日(日)IIイズミ

◎河内長野店、10月29日(土)・

30日(日)IIフォレスト三日月市

◎時間 午前11時～午後6時

◎園府行政書士会南大阪支部(☎63・8016)または市民窓口課

マイナンバーカード交付の臨時窓口を開設

マイナンバーカードの受け取りは原則本人です。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。とき 10月30日(日)午前9時～正午

◎持ち物 交付通知書(はがき)、通知カード、住基カード(持っている人のみ)、本人確認書類(顔写真付きの書類▽運転免許証やパスポートなどは1点、顔写真無し書類▽保険証や年金手帳などは2点必要)

◎※平日夜間交付を時間指定の予約制で実施しています▽日程は市ホームページでご確認ください▽申込・問い合わせは左記へ。

◎市民窓口課

◎住民票交付などで

◎本人通知制度を実施

◎市では、住民票の写しや戸

暮らし

◎

暮らし

◎

暮らし

◎

暮らし

◎

◎

◎

◎

みんなでリサイクル

●廃食用油の回収			
ところ	10月	11月	12月
千代田公民館	17日	14日	12日
南花台公民館	20日	17日	15日
高向公民館	—	16日	—
加賀田公民館	6日	—	1日
三日月市公民館	13日	—	8日
くすのかホール	—	30日	—
あやたホール	27日	—	22日

とき 午前10時～11時▷千代田公民館と南花台公民館は午前11時30分まで
※エンジンオイルなどの鉱物油は絶対に混入しないでください。
◎環境政策課

●廃食用油回収協力店舗			
店舗名	所在地	回収日	回収時間
加賀田米穀店	加賀田	火	午前8時30分～午後7時30分
千代田米穀店	松ヶ丘東町	木	午前9時～午後5時
にぎわいプラ座	本町	金	午前10時～午後4時

◎

◎

◎

◎



国土交通大臣表彰を受賞

8月1日、貴望ヶ丘クリーンクラブが「国土交通大臣表彰」を受賞しました。同団体は平成6年に有志により発足し、これまで市の道路の美化活動に大きく貢献されており、その功績が認められ表彰されました。代表の山田さん(写真左から2番目)は、「今後も引き続き道路の美化清掃に努めていきたい」と話していました。



浄化槽の維持管理について

浄化槽を管理している人は、保守点検や清掃と別に、浄化槽法に基づく定期検査を毎年1回受けることが義務付けられています。これは浄化槽が適正に管理され、放流水の水質が適切か確認する検査で、府が指定した検査機関で行う必要があります。詳細は左記までお問い合わせください。

◎申込 電話で(一社)大阪府環境水質指導協会(☎072・257・3531)へ

◎園富田林保健所衛生課(☎23・2682)

◎

◎

◎

◎

◎

◎

厚生労働省推薦・文部科学省選定映画「味む」上映会

1人の若きろう（聴覚障がい者）の女性が、喜びや葛藤の中で生き、様々な障壁を乗り越えていく。聞こえないとはどういうことか、そしてろう者にとって手話は「言語」であることを描いた映画です。
とき 11月3日(祝)午後2時、午後5時30分（いずれも開場は30分前から）
ところ キックス

参加協力券 大人1200円 小中学生500円

※購入は河内長野市上映会実行委員会 (kawachinagano.syuwa@gmail.com)、または左記へお問い合わせください。
河内市長野市身体障害者福祉会聴言部会の川見さん(☎63・3955)、または手話サークルさくらんぼの八木さん(☎63・7739)、手話サーク



児童支援連絡会の合同説明会

市内の放課後等デイサービス、児童発達支援、保育所等訪問支援、相談支援事業者などが集まり、各事業所の取り組みや特色を紹介します。
とき 10月27日(木)午前10時～正午
ところ イズミヤゆいテラス
※事業所紹介動画もご覧ください。



特別障がい者手当・障がい児福祉手当
対象 精神や身体に重度の障がいがあり、日常生活で常時特別の介護を必要とする在宅の人
支給額 20歳以上11月額2万7300円(特別障がい者手当)、20歳未満11月額1万4850円(障がい児福祉手当)
※認定には所定の診断書の提出が必要となり、障がい程度の審査や所得制限があります。
岡障がい福祉課

障がい者福祉センターあかみねの催し

①ポッチャ大会
パラリンピックの公式種目であるポッチャをみんなで楽しみます。
対象 市内在住の障がい者手帳を所持する小中高生とその保護者または介護者▽ペアで参加をとき 10月8日(土)午前9時30分～正午
ところ 障がい者福祉センターあかみね
定員 15組(抽選▽初参加者優先)
参加費 1組500円

②ソフトバレーボール

対象 市内在住の障がい者手帳所持者とその介護者▽介助が必要な人のみペア参加をとき 10月13日(木)午後3時～6時
ところ 市民総合体育館
定員 10人(抽選)

④ふれあい卓球大会

卓球を通じて、障がい者理解を深めます。
対象 市内在住の中学生以上
とき 10月22日(土)午前9時45分～正午
ところ 市民総合体育館
定員 32人(抽選)
申込 ①は10月5日、②は6日、③は11日、④は7日まで
に左記へ
岡障がい者福祉センターあかみね(☎56・1590、FAX 56・1592)

精神障がい者家族教室

医師やケースワーカーが「統合失調症の治療と、福祉サービス・家族の接し方」についてお話しします。
対象 富田林保健所管内在住で、統合失調症の人の家族
とき 11月1日(火)午後3時～5時
ところ 富田林保健所
定員 30人(先着順)
申込 10月11日～31日までに電話で左記へ
岡富田林保健所精神保健福祉チーム(☎23・2684)

COLUMN [コラム]



手話で語ろう④
手話でコミュニケーションができる社会を
栄町の今村さん

※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

私は生まれつき耳が聞こえません。4歳から毎晩両親と口話(相手の話す内容を口の動きで読み取る方法)の練習をし、また、妹2人の協力もあり、たくさんの言葉を覚えました。両親のすすめもあり、5歳の時に水泳を始めました。次第に水泳が楽しくなり、もっと頑張りたいと思い練習を積み重ねました。高校1年の冬、デフリンピック(聴覚障がいのオリンピック)の日本代表として出場し、金メダルを獲得しました。本

当に嬉しかったのですが、参加者全員が「手話」を使っており、それまで「口話」中心だった私にとっては未知の世界でした。それからろう者の友人と会うことが増え、自然に手話も身につけ、口にしなくても思いを伝えることができる「手話」はすごいなと改めて思いました。デフリンピックには3回出場し、その中で韓国人の方と出会い、お付き合いを始めました。その方も聴覚障がいのため、会話は「手話」で行っていました。同じ手話でも、日本で「久しぶり」は韓国で「別れる」、同様に「好き」は「パンツ」という意味であつたりと、両国では4割ぐらいの違いもありました。国が違うということでも「手話」も含め、様々な壁はありましたが、その方と無事に入籍しました。今、コロナウィルスの

覚えておきたい簡単な手話

国際

両手で球を作り、手首を同方向に前後にひねる



要約筆記ボランティア講習会

要約筆記を必要とする聴覚障がい者と一緒に要約の方法と伝え方を学びます。
とき 10月15日(土)、22日(土)、11月5日(土)午後1時30分～3時
▽3回シリーズ
ところ 社会福祉協議会(イズミヤゆいテラス内)
定員 10人(先着順)
申込 10月5日～14日に左記へ
岡社会福祉協議会
(☎65・0133、FAX 65・0143)

保険・年金

ジェネリック医薬品の積極的な使用を

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、先発医薬品に比べ3～5割安くなる場合もあり、多くの場合で医療費の自己負担が軽減されるとともに、医療保険財政の改善にもつながります。
※すべての医薬品にジェネリック医薬品があるとは限りません。希望する場合は、医師・薬剤師にご相談ください。

健康保険料の日曜臨時納付相談窓口開設

●平日お忙しい人はご利用をとき 10月23日(日)午前9時～正午
ところ 市役所
内容 国民健康保険料と後期高齢者医療保険料の納付、納付相談
※午後後は開設していませんのでご注意ください。
岡保険医療課

11月から新しい医療証に

重度障がい者医療証、ひとり親家庭医療証を更新します。10月中旬に、新しい医療証を対象者に送付します。
※所得制限を超える人には別途案内を送付します。
岡保険医療課



デフリンピック競技大会で優勝

市内在住の北谷さん(大阪体育大学2年)が、ブラジルで開催された第24回夏季デフリンピック競技大会(4年に1度開催される聴覚障がい者の国際競技大会)男子棒高跳びで金メダルを獲得し、8月17日、市長へ報告に訪れました。「初めての出場で優勝できたことがとても嬉しい。自分が活躍することでたくさんの人にデフリンピックを知ってもらい、子どもたちに夢や希望を与えたい」と笑顔で話していました。

市役所の住所・電話番号などは2ページをご覧ください▶



後期高齢者医療保険料について

11月から75歳以上が加入する後期高齢者医療保険料の納付書が、コンビニエンスストアで使えるようになります。一部のスマートフォンアプリを利用して電子決済にも対応を開始します。

●使用できる納付書は「バーコード付きの納付書」

現在手元にバーコードのない納付書をお持ちで、コンビニなどの納付を希望される場合は、保険医療課にお問い合わせください。新しい納付書をお送りします。

※後期高齢者医療保険料は、原則、特別徴収（年金からの引き落としによる納付）です。現在特別徴収の人は納付書払いに変更することはできません。▽現在納付書払いの人も、

今後特別徴収となる場合があります。※詳細は市ホームページをご覧ください。

●9月中旬から順次送付

公的年金の源泉徴収の対象となる人には、日本年金機構から令和5年分の扶養親族等申告書が届きますので、必要事項を記入し、同封の返信用封筒で10月31日までに返送してください。

●納付期限は10月31日です

まだ納付していない人は、最寄りの金融機関や郵便局（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も可）などで納付してください。便利で実な口座振替もご利用ください。

9932

国民健康保険の新しい被保険者証を送付

現在の保険証は有効期限が10月31日のため、10月中旬から順次、新しい保険証を世帯主の住民登録の住所へ簡易書留郵便で送付します（一部を除く）。10月中に受け取りが困難な人はご相談ください。※窓口での手続きが必要な人には10月中旬に通知します。

●記載内容が変わったら

住所、氏名などの変更や、他の健康保険に加入した時などは、速やかに左記へ届け出てください。

税金

市・府民税第3期分の納付を

納付期限は10月31日です。まだ納付していない人は、最寄りの金融機関や郵便局（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も可）などで納付してください。便利で実な口座振替もご利用ください。

健康

特定健康診査の集団健診

高血圧や糖尿病などの生活習慣病を早期に発見するため血液検査や尿検査、心電図検査を行います。健診当日は5がん検診（有料）も併せて受診できますのでご利用ください。

※風しん抗体検査は今回受け

ることができません。対象 市の国民健康保険に加入している40歳～74歳 ※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診できません。 とき 12月16日（金） ※受付時間は個別にお知らせします。

ところ 保健センター 定員 70人（先着順） 申込 保険証と特定健診受診券を用意して（特定健診とがん検診セットでの申し込みは11月25日までに）電話で保険医療課へ

※がん検診のみの申込やがん検診の詳細などお問い合わせは保健センター（☎55・0301）へ。

保健センター



NEWS 花王グループカスタマーマーケティング株式会社と包括連携協定を締結

市と花王グループカスタマーマーケティング株式会社は、8月12日に包括連携協定を締結しました。健康増進、高齢者支援、女性活躍支援、安全・安心、就労支援、環境啓発、その他地域の課題解決や市民サービスの向上のために連携してまいります。

インタビュー

高血圧や生活習慣病についてお話を聞きました

高血圧と診断されたら 自覚症状がなくても受診や運動を

大阪南医療センター循環器疾患センター 部長 長谷川 新治さん

「高血圧」という病態は、普段よく耳にするとはいませんが、自覚症状がなく症状が出たときには動脈硬化が重症化していることが多いため、注意が必要です。高血圧の状態を放っておくと、傷ついた血管の壁に白血球やコレステロールが沈着することにより、血管がつまりやすくなったり、石のように硬くもろくなったりして、動脈硬化につながっていきます。動脈硬化は、血管が通っている全身の臓器に起こり得るものです。脳であれば脳卒中、心臓であれば心筋梗塞など生命に関わる病気にもつながります。また、目で起これば眼底出血により

失明することもあります。そうならないためにも、塩分を控えるなどの食事療法や、プールやウォーキングといった有酸素運動を行うなど、血圧を下げる生活習慣の改善を行って欲しいと思います。また、コロナ禍で受診を控える方もいるかもしれませんが、必要な病気は継続して受診・治療を受けないと取り返しがつかなくなってしまうので、気になることがある方はかかりつけ医や近くの診療所を受診してください。なお、運動については、個人でやるのもいいですが、楽しくする方が続くと思いますので、複数人で一緒に楽しむのもいいかもしれません。



生活習慣病予防講座・健康づくり推進員養成講座

長谷川先生による高血圧予防についての講演と健康運動指導士によるウォーキング教室です。この教室は、健康づくり推進員養成講座も兼ねていきます（69歳以下の方は2日間の受講後、市の健康づくり推進員として活動できます）。

とき 10月21日（金）・31日（月）午後1時30分～3時30分▽2回シリーズ ところ 保健センター 申込 10月5日から電話かホームページで左記へ 国保健康センター ☎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・祝休日は午前10時～11時40分

※内科は中学生以下受診不可▷来院前に検温の上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。

医療ナビゲーション 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。



- 安全安心
- 暮らし
- 障がい者
- 保険年金
- 税金
- 健康
- 子育て
- 人権
- 教育
- 高齢者
- 就労
- 催し講座
- スポーツ
- 募集
- その他
- お知らせ
- 相談

安全安心
暮らし

障がい者

保険年金

税金
健康

子育て

人権

教育
高齢者

就労

催し講座

スポーツ

募集

その他
お知らせ

相談

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

**ママとパパのための
歯みがき教室**
対象 就学前の子どもがいる
保護者
とき 11月8日(火)午前10時15分～11時45分
ところ あいっく

子育て



市民投稿
「ちょっと見てみて!」より
応募者:けいけい



おもちゃを啜って散歩♪
大好きなおもちゃを持って近所をお散歩しています! ちょうだーいと言われるのが大好きです笑。(かのくんママ)



ひまわりに負けないぞ〜
金剛寺のひまわり畑へ! お友達とお揃いのワンピースで、良い夏の思い出が出来ました。ひまわりに負けないようにぐんぐん大きくなってね。(いちぜん)



もつともつと欲しい!!
自分が食べ終わると、1番食べ終わるのが遅いお姉ちゃんの椅子にすかさずよじ登りいつも催促しています。(いつまり)

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。
市民投稿
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。



いた、オニヤンマ!
野外観察会(天見公民館)で、講師の先生がゲット。目がキレイ。もちろんリリース。(たいち)



なあに?
放鳥しても足、肩、頭そこから離れない。これって放鳥の意味ある? 笑 (キキ)



早く食べたいな
近所の方に頂きました。スイカ大好きなので大興奮! 良かったね♪ (わんぱく君)

★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)

場所	開催日	問い合わせ
三日市公民館	10月12日(水)	☎ 62-6155
千代田公民館	10月21日(金)	☎ 55-1125
南花台公民館	10月26日(水)	☎ 63-1131

※時間は午前10時30分～正午▷駐車場には限りがあります。

●つどいの広場

場所	開催日
①ふあんふあーれ 三日市 ☎ 63-7242 ※当日直接会場へ	毎週火・木・金曜日と10月3日(月)・17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)▷13日(水)＝「ゆうみ先生と音楽を楽しもう!」(午前11時30分～)、21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 ※検温のうえ要予約	毎週月・水・木曜日午前10時～午後3時▷午前・午後の2部制で各4組まで(先着順)▷10月5日(水)＝「あかちゃん優先タイム」(午後)、17日(月)～20日(木)＝「ほのぼのまつり」▷開催日は毎回マグネットシアター、手遊びなども

※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。詳細はあいっく(☎50-4664)へお問い合わせください。