

●まずは事前に確認

市では、土砂災害や浸水被害の恐れがある場所や避難場所などを記載した災害ハザードマップを作成しています(市ホームページに掲載)。最寄りの避難所や、危険個所などを事前に確認し、災害発生時にスムーズな行動をとれるようにしておきましょう。

●電話で確認

災害発生時や避難所開設時には、防災行政無線で情報を発信していますが、聞き取りにくい場合などは下記番号で放送内容を確認できます。

◎災害テレホン案内 (☎0120-047-714)

●メールで確認

◎緊急速報メール(エリアメール)

府や市からの避難所開設や地震情報などの緊急情報が携帯電話に配信されます。

◎おおさか防災情報メール

登録すると防災情報がメールで配信されます。

●SNSで確認

◎市公式LINE・市危機管理課X(旧Twitter)

防災・防犯に関する緊急情報など様々な情報を発信していますので、情報収集に役立ててください。



色々な方法で災害情報を得よう

大阪880万人訓練
Osaka 8.8million drill

警報が出ていても避難せず、亡くなられる人がいた教訓を踏まえ、府民のみなさんの防災意識向上を目的とした大阪880万人訓練を、平成24年に開始しました。

南海トラフ巨大地震の発生を想定し、府と市から「エリアメール」をスマホ・携帯電話に送信します。電源オフでない限りマナーモードでも着信音が鳴ります。このメールの受信をきっかけに、災害時にどのような情報が届くのかを知り、メールを受信した時にどう行動しなければならぬのかを「考え」、災害時の行動を「実践」してください。

関府危機管理課 (☎06・6941・0351)



9月1日(金)午後1時30分実施



避難指示までに必ず避難

避難とは「難」を「避」けることです。避難所に行くことだけが避難ではありません。住んでいる地域やそのときの状況によって異なります。「自らの命は自らが守る」意識を一人一人が持ち、普段からどう行動するか決めておきましょう。

警戒レベル	避難情報
5	緊急安全確保
4	避難指示
3	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
1	早期注意情報(気象庁)

●非常持ち出し品チェックリスト
地震などの災害はいつ起こるか分かりません。家に大きな被害がなくても、停電や断水によって、食事やトイレに困ることが考えられます。食料や水の備蓄はできているか、無いと困るものは何かなどを「非常持ち出し品チェックリスト」を使って考えてみましょう。

※チェックリストは、市ホームページからダウンロード、または市役所1階「備蓄品展示コーナー」や危機管理課で配布しています。自治会などまとめて必要

●トイレの処理セット
必要な場合は、同課まで。
断水や配水管の不具合、停電時に、トイレを衛生的に使うために必要になります。一日のトイレの回数の平均は、一人5〜7回です。排泄の我慢や食事の制限は、健康に悪影響をおよぼしますので多めに備えておきましょう。凝固剤と処理袋がセットになっていて、使用後は普通ごみと一緒に捨てることができます。



避難行動要支援者支援制度

市では、災害時に自力で避難することが困難な高齢者や、障がいのある人などを記載した避難行動要支援者名簿を作成し、地域の避難支援等関係者に提供することで、災害時における避難支援や安否確認などに役

立てています。
名簿へ記載を希望する人や、内容変更などの申請も随時受付しています。申請や名簿への記載状況などの確認は下記にご連絡ください。
関危機管理課・介護保険課・障がい福祉課・地域福祉高齢課

PICK UP 情報ピックアップ
できてますか？
災害への備え

災害はいつ発生するか誰にも分かりません。いつ発生しても冷静に対応できるように普段から家族で災害に備えましょう。市では新たに、表示される質問に回答すると必要な避難情報や避難までの行動を確認できるデジタル避難訓練機能を、市公式LINEで開始します。改めて避難について確認してみましよう。関危機管理課

9/1~ スマホで
避難訓練してみよう



目次 Contents

02 情報ピックアップ
できてますか？災害への備え

04 情報ひろば
健康4、障がい者7、税金7、暮らし8、安全安心10、教育12、子育て12、事業所14、人権14、保険・年金15、協働16、高齢者16、就労20、催し・講座24、スポーツ30、募集32、その他お知らせ34、相談35

11 消費生活ウォッチング

15 市長コラム

16 支え合いの現場から

18 夏休み PHOTO SPECIAL

22 Photo News まちの話題をお届けします

28 ちょっと見てみて！
市民が撮る身近なニュース写真

36 奥河内ごちそうレシピ⑤

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)▶催しなどの中止・延期など最新情報は問い合わせ先を確認を▶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▶周囲の人に感染症を広げないため、場所や状況に応じてマスク着用などの対応を。



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
99,618(-83)	46,877(-48)	52,741(-35)	47,487(-25)

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)

健康

障がい者
税金

暮らし

安全安心

教育

子育て

事業所
人権

保険年金

高齢者
協働者

就労

催し・講座

スポーツ

募集

その他
お知らせ

相談

市のがん検診は費用助成があるからおトクで定期受診しやすい

自費でがん検診を受診すると1つの検査で約5000円~1万円程度必要ですが、市の検診は費用助成があるので約10分の1の500円~1000円で受診できます。市内の医療機関のほか、保健センターでまとめて受診できる集団検診などもありますのでご利用ください。



がんにも、がん検診にも様々なものがありますが、国が5つのがん(胃・大腸・肺・乳・子宮頸がん)検診を推奨する理由は、受診対象者の死亡率を下げられるからです。これらのがんは、罹患率や死亡率が高い一方で、検診での早期発見と治療で死亡率が低下することが科学的に証明されて

確実に死亡率を下げられる科学的根拠

います。また、検査の安全性や精度も高いことから、定期的な受診が推奨されています。

精密検査は必ず受診

がん検診の結果「要精密検査」になった人は、放置せず受診しましょう。詳しい検査を行い、がんがあるかを調べる必要があります。「今は症状がない」といった理由で精密検査を受けないと、がんを放置してしまう可能性があります。早期がんを見つけられるチャンスと考え、自分のため、そして心配してくれる周りの人のためにも早めに精密検査を受けるようにしましょう。

市が実施している5つのがん検診

検診名	内容	対象	自己負担額	申込方法		
				個別検診	集団検診	
胃がん検診	バリウムを飲んで胃のX線検査	40歳以上の市民	1000円	取扱医療機関へ直接申込 (取扱医療機関については年間事業案内または、市ホームページでご確認ください)	保健センター ☎ 55-0301 または市ホームページ	
大腸がん検診	便に血が混じっていないかをみる検査		500円			
肺がん検診	胸のX線検査(条件に当てはまる人のみ喀痰検査)		500円			
乳がん検診	マンモグラフィ(乳房のX線検査)	40歳以上で年度内に奇数年齢になる女性市民	1000円			・大阪南医療センター 保健センターまたは市ホームページから申込 ・寺元記念病院へ直接申込 (☎ 50-1111)
子宮頸がん検診	内診(子宮内の細胞を採取し顕微鏡で調べる検査)	20歳以上の女性市民	1000円			・斎田マタニティークリニックへ直接申込(☎ 50-0070) ・ナカノレディスクリニックへ直接申込(☎ 53-1635)

乳がん検診は下記でも受診できます
・いぬいクリニック(富田林市) = 直接申込(☎ 20-1500)
・大阪がん循環器病予防センター(大阪市城東区) = 保健センターへ申込



がん検診専用バス

申込 電話で保健センターまたは下記QRから
☎ 55・0301



対象 3がん検診(胃・大腸・肺) 40歳以上の男性市民、5がん検診(胃・大腸・肺・乳・子宮頸) 40歳以上の女性市民、子宮頸がん検診のみ 20歳以上の女性市民
※令和5年度乳がん検診対象外の人は4がん検診を受診できます。
とき 12月22日(金)、来年2月17日(土)
※時間は午前・午後の二部制。詳細はお問い合わせください。
申込 電話で保健センターまたは下記QRから
☎ 55・0301

保健センターの5がん検診(先着順)

健康 正しく知ろう! がん検診

5がん検診の定期受診を

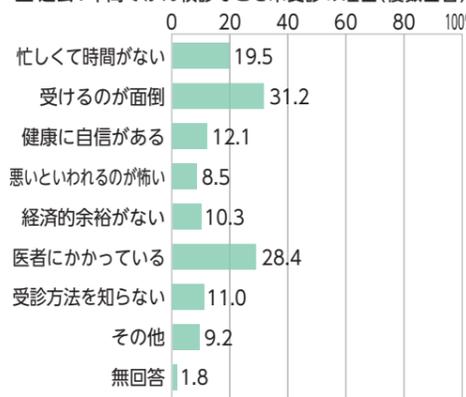


がんは、日本人の死因第一位で2人に1人がかかるといわれていますが、がん検診の受診率は先進国の中でも最低で、なかなか上がらないのが現状です(※)。受診しない理由を聞いた調査からは、がん検診に対する漠然とした不安や誤解が伺えます。国が推奨する5つのがん検診とその重要性について正しく知ることから始めましょう。

☎保健センター(☎55-0301)

※「日本医師会：諸外国のがん検診データ」より

■過去1年間でがん検診などを未受診の理由(複数回答)



令和4年に市民を対象に行った調査(左図)から、がん検診などを未受診の理由を見ていきます。最も多い未受診の理由は、「受けるのが面倒」で約31%、「忙しくて時間がない」も合わせると約半数の人にとってがん検診は、時間を割くことが難しい面倒なもののようなようです。また、「医者にかかっている」という理由は、「何らかの病気で通院中のため、検診の必要がない」または、「気になる症状があったら先生に相談すればいい」などの自己判断が伺えます。気になる症状が何もない状態だからこそ必要ながん検診について、改めて解説します。

がん検診って面倒で時間がかかる?

私はがん検診を定期的に受けています

家族や周囲の声が背中を押す
祐野さん



友人や親族が、がんになったことがきっかけでがん検診を受け始めました。がん検診に限らず、家族や周りの親身な声かけで、自主的に検診を受ける気持ちになるのではないのでしょうか。

健康の秘訣は、ウォーキングや登山、脳トレを行うこと。コロナ禍でもパーテーション越しに脳トレを行う活動に参加していました。

要精密検査から定期検査へ
白尾さん



身近な人ががんと診断されたこともあり、40歳から近所の同い年の人と検診を受けています。胃がん検診で、要精密検査となることが度々あったので、今は2年ごとに胃カメラなどの検査を受け、安心につながっています。健康のため、ヨガを30年続けています。呼吸を整え身体の調子を見直すいい機会になっています。

検診は間隔を空けずに毎年
大喜多さん



35歳から職場の補助もあり人間ドックを受け、退職後も市の検診を受け続けています。間隔を空けると何かあった時に後悔すると思うので、毎年受けるようにしています。精密検査を3か月以内に受けるよう検査結果が来た時は、後回しにせずに、できるだけ早く予約し精密検査するようにしています。

健康



定期予防接種の
期間延長について

新型コロナウイルス感染症の流行にともない、乳幼児などの定期予防接種、高齢者肺炎球菌予防接種において、規定の接種期間に接種できなかった人で、条件を満たす人は、定期予防接種を受けることができます。対象 令和2年3月19日～令和5年5月7日に定期予防接種の接種期限が到来した人で未接種の人 ※任意接種を医療機関で行い実費を支払った人は返金できる場合があります。接種期限 令和7年5月7

日まで▽高齢者肺炎球菌は令和6年5月7日まで ※詳細は左記へお問い合わせください。 園保健センター (☎55・0301)

新型コロナウイルス
接種について

初回接種(1・2回目)を終了した生後6か月以上のすべての人を対象とした「令和5年秋開始接種」は、オミクロン株XBB.1.5に対応の1価ワクチンを使用し、9月20日から開始します。接種券は、順次送付しますが、未使用の接種券が手元に残っている人には送付しません。お持ちの接種券

30日(土)午後5時▽24時間受付 ◎関西のこの電話 ☎06・6309・1121

の魅力を語り合う交流会をします。対象 20歳以上の健康づくりに興味のある市民とき 9月15日(金)午後1時30分～3時30分 ところ 保健センター 定員 30人(先着順) 申込 9月4日から電話で左記へ 園保健センター (☎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4年中に1488人が亡くなっています。悩みを抱えている、生きることが辛く感じている時は、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。

◎このころの健康相談統一ダイヤル ☎0570・064・556

をご使用ください。最新の情報は、市ホームページまたは市コールセンターでご確認ください。 園新型コロナウイルスコールセンター (☎26・8135)

糖尿病予防相談

保健師や管理栄養士が糖尿病予防のための食事と運動に関する相談を行います。対象 血糖・ヘモグロビンA1c (NGSP) 値が高め(6.9%未満)で糖尿病の治療を受けていない市民とき 9月19日(火)、10月17日(火)午後1時10分～4時15分(予約制) ところ 保健センター

申込 電話で左記へ 園保健センター (☎55・0301)

たばこ相談(予約制)

対象 たばこをやめたい市民とき 9月25日(月)、11月27日(月)午前9時30分～10時30分 ところ 保健センター 内容 禁煙に向けての相談 申込 電話で左記へ 園保健センター (☎55・0301)

障がい者

肢体不自由ピアサロン

カウンセラールと一緒にお茶しませんか。対象 市内在住・在勤の肢体不自由の人とその支援者とき 9月20日(水)午後2時～3時30分 ところ オンキッチン(市役所内) 定員 6人 申込 9月15日までに左記へ 園ピアセンターかわちなが (☎70・7002、FM70・7003)

9月23日は

「手話言語の国際デー」

パネル展示を実施 市では、手話が言語であることを多くの人に知ってもらうため、国際デーに合わせて手話について分かりやすく解説したパネル展示を実施します。とき 9月5日(火)～10月1日(日) ところ キックス、図書館 ●ブルーライトアップ 9月23日の日没から午後10時まで、キックス屋上LED

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。咳が2週間以上続く、体重の減少、微熱が続くなどの異変があれば、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。 園富田林保健所 (☎23・2681)

食生活改善推進員養成講座

地域ボランティアとして、食を通じた健康づくりの活動や食育の普及活動を実践する「食生活改善推進員」の養成講座です。対象 全回出席でき、講座修了後、食生活改善推進協議会に入会して活動できる市民とき 10月3日(火)・13日(金)・23日(月)、11月9日(木) 午後1時～4時30分、11月1日

(水)午前10時～午後2時▽5回シリーズ ところ 保健センター 定員 15人(先着順) 参加費 テキスト代1210円、調理実習代500円 申込 9月4日から電話で左記へ 園保健センター (☎55・0301)

モビバン健康体操教室

エクササイズ器具のモビバンを使って、ストレッチ・筋トレ・有酸素運動・バランス運動を楽しんでいます。とき 10月4日(水)・18日(水)、11月8日(水)・22日(水) 午前10時～11時▽4回シリーズ ところ 市民総合体育館 定員 20人(先着順) 受講料 2000円 申込 9月5日から電話または直接左記へ(月曜休館) 園市民総合体育館 (☎65・0121)

健康づくり推進員と共に学ぶ

健康づくり運動講座 ヨガインストラクター・運動指導士にウォーキングの基礎を学び、推進員活動

税金

照明を「手話言語の国際デー」のイメージカラーである青色にライトアップします。 園障がい福祉課

固定資産税・

都市計画税第3期分の納付を

●納期限は10月2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、地方税お支払サイト、スマート



フォン決済アプリなどで納付してください(納付額30万円以下はコンビニエンスストアも可)。便利で確実な口座振替もご利用ください。 園税務課

NEWS



道路功労者表彰を受賞

8月4日、モリ工業株式会社が、大阪府道路協会から道路功労者として表彰を受けました。これは、府内道路の整備改善に尽力した団体や個人を表彰するもので、同社は、継続して道路施設の清掃に努め道路の愛護と美しいまちづくりに貢献するなど顕著な功績が認められたものです。

健康

障がい者

暮らし

安全安心

教育

子育て

事業所

保険年金

協働

就労

催し・講座

スポーツ

募集

その他

お知らせ

相談

廃棄物減量等推進審議会からの答申について

令和4年8月から審議を行ってきた「今後における本市の効率的効果的な家庭ごみ収集方式のあり方」について、7月19日に開催した同審議会では、答申を受けました。答申では、市域全体や地域単位での家庭ごみの戸別収集導入には、地域での意見集約などに課題があり難しいと結論づけられました。

一方で、ごみステーションへの適切な排出が困難となっている個々の世帯への対応として、ごみステーションへの排出負担を軽減するための取り組みや、ごみステーションの管理などを担っている地域の取り組みの強化・支援が必要との意見をいただきました。この答申を受け、市では今後、現行のごみ出し・収集制度の改善や拡充、ごみステーション管理の負担が軽減されるよう、地域の取り組みを強化・支援する施策を進めていきます。

※答申の詳細は市ホームページをご確認ください。
環境衛生課



マイナポイント第2弾が9月末で終了

マイナポイント第2弾対象の人で、取得を希望する場合は、次のものをご準備ください。
●ポイント申込に必要なもの
○マイナンバーカード
○カード取得時に設定した4桁の暗証番号
○キャッシュレス決済サービスのカード・アプリなど
○（公金受取口座の登録をする場合）通帳など、口座の情報がかかるもの
●ご注意ください
一部キャッシュレス決済サービスの申込期限は次のとおりです。
期限・サービス 9月12日

楽天Edy、9月29日PayPay、9月29日AuPay ※その他サービスの申込期限や最新の情報は各社ホームページをご確認ください。
環境衛生課

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のため、臨時に日曜窓口を開設します。交付通知書（はがき）が届いて、平日昼間の受け取りが難しい人はご利用ください。
とき 9月3日(日)・24日(日) 午前9時～午後2時
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）
※平日夜間交付も実施しています。日程は市ホームページでご確認ください（時間指定の予約制）。
国民窓口課

公共交通でのモックルコインの利用について

モックルコインを専用アプリ「chiica」に移行すれば、タクシーでの運賃支払いや、河内長野市内の南海バス1日乗り放題モックルカードの購入に利用できます。
利用期間 9月1日～来年3月15日
※タクシーは市内で営業する大阪第一交通、近鉄タクシーに限りです。一部利用できないエリアがあります。詳細は乗務員にお尋ねください。
※モックルカードは南海バス河内長野営業所での購入のみ利用可。バス車内、駅定期券発売所では利用できません。10円単位しか使えません。
※詳細はホームページをご確認ください。
環境衛生課

ごみの屋外焼却は禁止 焼却せずに収集日に分別し出して

家庭ごみや産業廃棄物などの野外焼却は法律で禁止されています。農業事業者が田畑で行う野焼きも、煙や臭いなど周辺への影響をおよぼす場合には認められません。野焼きは煙や悪臭、灰などが近隣の迷惑になるだけでなく、ピニール類などを一緒に燃やすとダイオキシンが発生する原因にもなります。
また、煙や臭いなどに関する通報があった時は、消防

火などをお願いすることがあります。
環境衛生課

ごみ置き場の巡回パトロール

市では、ごみ置き場から粗大ごみや資源ごみを許可なく持ち去る行為を防ぐため、シルバー人材センター会員による巡回パトロールや事前回収を実施しています。資源ごみなどを持ち去った場合は、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

から印刷し、資源ごみや粗大ごみに添付いただきますようご協力をお願いします。
また、持ち去られる可能性が高い電化製品や金属製家具などは、できるだけ収集日の朝に出すようご協力をお願いします。
環境衛生課



宅配便によるパソコンの無料回収と、リサイクル家電（エアコン・テレビ・冷蔵庫・洗濯機など）の自宅からの有料回収を、市と協定しているリネットジャパン株式会社が行っています。
申込 電話（平日午前10時～午後5時）か同社ホームページ
※詳細は同社ホームページ



ムページをご覧ください

リネットジャパンお客様センター（パソコン ☎0570・085・800、リサイクル家電 ☎0570・056・0006）
9月20日～26日は「動物愛護週間」
●アニマルハーモニー大阪のつどい2023
動物園（ニフレル）の獣医によるクイズ大会、自然探索

ツアー、VR体験、ペットと防災、感染症セミナーなど、動物を知り、学ぶことのできるイベントです。大阪キッチンカーの出店もあります。
とき 9月24日(日)午前11時～午後4時
ところ 府動物愛護管理センター（羽曳野市）
※近鉄「古市」駅より送迎バスあり。
定員 クイズ大会 60人（先着順）、自然探索ツアー 20人



（午前11時整理券配布）
※当日直接会場へ。
府動物愛護管理センター
☎072・958・8212

みんなでつくりたい美しいまち マナーとルールを守りましょう
●ポイ捨ては禁止です
ペットボトル、空き缶、たばこの吸い殻などのポイ捨ては禁止されています。「自分ひとりくらい大丈夫」と考えず、みんなで協力して快適に過ごせるまちをつくりましょう。
●散歩中の犬のフンは
飼犬の散歩をする時は、エチケット袋などを持ち歩き、フンをした場合はその場に放置せず、飼い主が持ち帰って処分しましょう。犬は自分でフンを片付けることはできません。
また、犬のフンなどでお困りの地域向けに、回覧用チラシのテンプレートを用意しています。右記QRからダウンロードしてご利用ください。
●タバコの喫煙ルールの徹底を
路上喫煙禁止区域 河内長野駅、千代田駅、三日市町駅ロータリー周辺は、路上喫煙禁止区域に指定されています。当該区域内で喫煙をする場合は、指定喫煙所をご利用ください。
歩行喫煙の禁止 市内全域、公共の場所で歩きながら、またはバイク、自転車などで移動しながらの喫煙は禁止されています。
マナー啓発のため、団体・個人問わず啓発ポスターの貸出を行っていますので、必要な人はご相談ください。
環境政策課



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

災害時における緊急対策
及び復旧に関する応援協定

市ではこのたび、市内で土木工事業などを営む株式会社タナシと株式会社タナカトラスト、株式会社ワイズガーデン、株式会社千代と、市内で大規模な災害が発生した場合における応急対策の要請に対し人員、機材、器具および応援体制を整えた者を派遣するといった内容の協定を締結しました。

めていきます。救急車が必要かどうか迷った時には「#7119」で相談してください。
 消防防署 (☎53・5681)
防火管理者講習会
 とき 甲種 10月24日(火)・25日(水)、乙種 10月24日(火)とこころ ノバティホール(ノバティながの南館内)
 定員 各80人(先着順)
 受講料 甲種 8000円、乙種 7000円
 申込 日本防火・防災協会のホームページから
 消防防署 (☎06・6943・7654)

トとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 ◎飲酒運転の根絶
 ◎二輪車の交通事故防止
 河内長野警察署 (☎54・1234)
交通安全市民大会
 地域で交通安全活動に功勞のあった個人や団体を表彰します。
 とき 9月16日(土)午前10時～11時
 ところ キックス
 ※当日直接会場へ。
 河内長野交通安全自動車協会

運転者講習会

最新の事故発生状況や事故の傾向などのお話や、交通事故に関するDVD上映をします。
とき・ところ 下表のとおり▷講習は午後7時～8時(16日のみ午前10時～の「交通安全市民大会」に引き続き開催)▷受付は午後6時30分～(16日は午前9時30分～)
持ち物 運転者講習カード
 ※当日直接会場へ。
 河内長野交通安全自動車協会 (☎53-3092)

日時	会場	日時	会場
9月7日(木)	加賀田公民館	9月14日(木)	天見公民館
9月8日(金)	フォレスト三日市	9月15日(金)	コノミヤ南花台店
9月11日(月)	千代田公民館	9月16日(土)	キックス
9月12日(火)	高向公民館	9月19日(火)	寺元集会所
9月13日(水)	滝畑コミュニティセンター		

「救急の日」と「救急医療週間」

9月9日「救急の日」は、救急業務および救急医療に対して、みなさんの理解と認識を深めることを目的に定められました。



●救急フェア
心肺蘇生、AEDの体験や車両の展示などを行います。
 ※詳細はホームページをご覧ください。
 とき 9月9日(土)午前9時30分～正午
 ところ キックス
 ●救急車が必要か迷ったときは
 救急車の適正利用の啓発に努

9月21日～30日は
秋の全国交通安全運動

9月30日は「交通事故死ゼロをめざす日」です。交通安全について考え、行動し、交通事故死をなくしましょう。
 ●交通安全運動の重点
 ◎子どもと高齢者の安全な通行の確保
 ◎高齢運転者の交通事故防止
 ◎夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
 ◎すべての座席のシートベルト

高齢者安全運転四輪スクール

教習車に乗って坂道発進を体験したり、ゲーム感覚で俊敏性を検査できる参加・体験型の講習です。
 対象 市内在住で65歳以上の運転免許を持っている人
 とき 9月23日(祝)午前9時30分～11時30分
 ところ 大阪サヤマ自動車学院(大阪狭山市)
 定員 15人(抽選)
 申込 9月13日までに電話で左記へ
 河内市計画課

AEDの使用をためらわないで

女性にAEDを使用する時に、体に触れてしまうことや肌の露出を気にして使用をためらうことがないように、パッドを貼ってから使用する目隠しシートを作成しました。市の公共施設、学校、コンビニにあるAEDと一緒に置いています。
 河内市計画課



消費生活のトラブルにご注意ください



令和4年度に寄せられた消費生活相談の件数は790件で、前年度704件より86件増加しました。販売購入形態別は次の通りです。

●通信販売(308件)

全相談件数に対する割合が最も高く39%になっています。

◎特に多かった定期購入トラブル

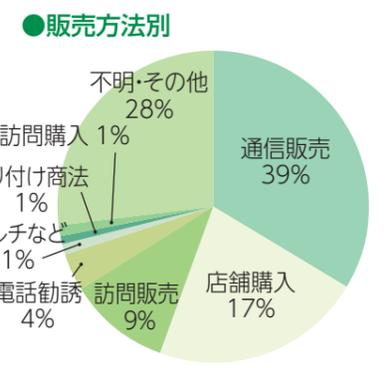
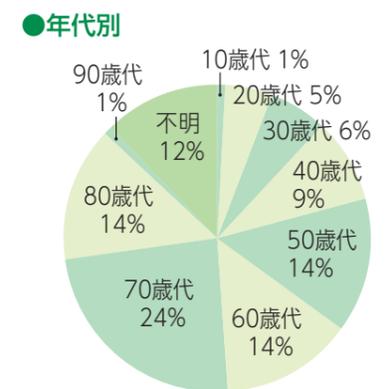
特に相談が多かったトラブルとして、「お試し」のつもりが定期購入だったという相談が80件あり、前年に比べ約2倍になりました。最近の傾向として、「定期縛りなし」と表示しながら容易に解約で

きないものや一回限りの契約の途中で「さらにお得なプラン」を案内され、定期購入契約をさせられるといった「詐欺的」な手口が目立ちます。一方、高齢者からの相談が増加したことも特徴です。商品がしわ取りやシミ取りの化粧品にまで広がりを見せたことも一因と考えられます。また、全国的にも増加しており、インターネットによるものが大半を占めています。

金融機関などを騙ったものがあります。メールは無視をすることが大切ですが、誤って開いた場合にはリンクをクリックしない・電話を掛けないといった対応をしてください。

●訪問販売(72件)
 前年度の68件から増加しています。コロナ自粛による行動制限緩和の影響がうかがえます。また、水漏れ、トイレの詰まり、鍵の解錠、害虫駆除などの暮らしのレスキューサービスに関するトラブルも

あります。ネットでは安価な広告でも、実際には何十万円もの高額な請求になってしまったという相談が多く見られます。家庭の緊急事態につけ込んだ悪質なもので、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ーリング・オフが可能な場合があります。心配な場合は消費生活センターにご相談ください。



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。

COLUMN [コラム]

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



教育

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
とき・ところ 左表のとおり

※対象者には10月中旬ごろ封書で直接通知します▽指定校以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。

園教育指導課

新一年生の健康診断

小学校	実施日
天野 (☎ 52-2528)	10月31日(火)
石仏 (☎ 68-8766)	11月1日(水)
加賀田 (☎ 62-2916)	11月6日(月)
千代田 (☎ 53-1371)	11月14日(火)
三日市 (☎ 62-2429)	11月14日(火)
楠 (☎ 53-8371)	11月14日(火)
南花台 (☎ 63-2511)	11月15日(水)
美加の台 (☎ 62-2468)	11月16日(木)
天見 (☎ 68-8004)	11月17日(金)
高向 (☎ 52-2129)	11月21日(火)
小山田 (☎ 53-2527)	11月24日(金)
長野 (☎ 52-6044)	11月29日(水)
川上 (☎ 62-5353)	11月30日(木)

※いずれも午後1時以降に実施▷受付時間は案内をご確認ください。

子育て

幼稚園・認定こども園(令和6年度入園)の入園児を募集

対象 平成30年4月2日生まれ以降の子どもで、教育標準時間(1日4時間程度)での利用を希望する人(1号)

●私立幼稚園・認定こども園(1号)
受付開始日 10月1日(日)以降の開園日(時間など詳細は各園に問い合わせを)

●公立幼稚園・認定こども園(1号)
受付開始日 10月1日(日)以降の開園日(時間など詳細は各園に問い合わせを)

子ども・子育て総合センターあいつくの催し

●双子育児中ママの交流会
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す。

●多胎児を妊娠中や育児中の就学前の親子(保護者のみの参加も可)
とき 9月12日(火)午前10時30分～正午

●親子でふれあい遊びや遊具遊びを通して「できた」喜びを実感し「もっとやりたい」という意欲を高めましょう。
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 9月19日(火)、10月3日(火)午前10時～11時30分▽2回

●子育てでふれあい遊びや遊具遊びを通して「できた」喜びを実感し「もっとやりたい」という意欲を高めましょう。
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 9月19日(火)、10月3日(火)午前10時～11時30分▽2回

③育児講座「美尻・美脚ピラティス」

姿勢改善によるピラティスで、美尻・美脚を目指します。対象 市内在住の就学前の子どもの保護者
とき 9月25日(月)午前10時30分～11時30分
定員 10人(抽選)
※就学前の子の保育あり▽定員5人。



学相談の担当者から直接話を聞ける場です。安心して就学を迎えるために、今からできることを一緒に考えませんか。
対象 市内在住の年長、年中児の保護者
とき 9月26日(火)午前10時30分～正午
定員 15人(抽選)
※未就園児の保育あり▽定員5人。

④育児講座「幼児のイヤイヤ・ワガママをチャンスに変える3レッスン」

イヤイヤ期で悩んでいる、イヤイヤ期を過ぎてワガママばかり、ママパパのモヤモヤをスッキリさせませんか。
対象 市内在住の就学前の子どもの保護者
とき 9月29日(金)午前10時30分～11時30分
定員 10人(抽選)
※就学前の子どもの保育あり▽定員5人。

分々正午▽小雨決行
ところ 南海バス河内長野営業所(錦町)
定員 20組(抽選)
⑥サポートブックは1との会(就学相談について)
来年度の就学に向けて、就

学相談の担当者から直接話を聞ける場です。安心して就学を迎えるために、今からできることを一緒に考えませんか。
対象 市内在住の年長、年中児の保護者
とき 9月26日(火)午前10時30分～正午
定員 15人(抽選)
※未就園児の保育あり▽定員5人。

⑤南海バス職場見学

南海バス営業所で、バスの乗降体験や洗車体験をしてみませんか。
対象 市内在住の年中・年長児の子どもとその保護者
とき 9月18日(祝)午前10時30分～11時30分

親子ふれあい教室「いち・に・のジャンプ！」

子どもには親子遊びや集団遊び、保護者にはスタッフによる個別またはグループでの話し合いで、悩みの解決をお手伝いします。
対象 毎日の育児の中で「ことばが遅い」「落ち着きがない」などの心配ごとがある市内在住の未就園の親子(子どもはおおむね2～4歳)
とき 子どもの年齢などに応じて日時を設定▷時間は午前10時～正午
ところ あいつく
申込 随時下記へ(土・日・祝日を除く午前10時～午後5時)
園あいつく(☎ 50-4671)

★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

場所	開催日	問い合わせ
三日市公民館	9月13日(水)	☎ 62-6155
千代田公民館	9月15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。

●つどいの広場(当日直接会場へ)

場所	開催日
①ふあんふあーれ 三日市 ☎ 63-7242	毎週火・木・金曜日と9月4日(月)・11日(月)午前10時～午後3時30分▷7日(水)＝「ゆうみ先生と音楽を楽しもう!」(午前11時30分～)、15日(金)＝「みんなストレッチ体操!」(午前11時～)
②ほのぼのルーム 大矢船 ☎ 62-3501	毎週月・水・木曜日午前10時～午後3時(18日(祝)は開催します)▷7日(水)＝「あかちゃん優先タイム」(午後)▷11日(月)～14日(木)＝「手形で敬老はがきを送ろう」▷開催日には絵本の読み聞かせなども▷詳細はブログ・インスタグラムで

※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。詳細はあいつく(☎ 50-4664)へお問い合わせください。

※はがきかファクス(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)で9月8日(必着)までにあいつく(〒586-10015本町24の1)も可。
園あいつく(☎ 50-4664、FAX 50-4665)

進学」をテーマに先輩保護者と情報交換をします。
対象 市内在住の子どもの発達に悩みがある保護者
とき 9月5日(火)午前10時～正午
ところ 障がい者福祉センターキタバあかみね
申込 9月4日までに左記へ
園障がい者福祉センターキタバあかみね(☎ 56-1590、FAX 56-1592)

おやとも保護者会

発達に特性のある子どもを育てる保護者が集まり、高校

- 健康
- 障がい者
- 税金
- 暮らし
- 安全安心
- 教育
- 子育て
- 事業所
- 人権
- 保険年金
- 協働者
- 高齢者
- 就労
- 催し・講座
- スポーツ
- 募集
- その他
- 相談

資源集団回収助成金の交付申請を

今年度前期分(4月～9月)の申請を受け付けています。対象 自治会やこども会などで事前登録している団体
助成額 1キログラムあたり3円
申込 10月11日までに左記へ
▽新規登録団体も募集中
環境衛生課

高齢者

9月は高齢者保健福祉月間

高齢者のみなさんがすこやかで元気に過ごせるよう、次の事業を実施します。

敬老祝品を支給

9月1日現在市内在住で、今年度中に100歳になる人に、敬老祝品を贈ります。

市内最高齢者を訪問

市長と社会福祉協議会会長が市内の男女最高齢者を訪問し、長寿を祝います。

いきいき長寿福祉大会

健康づくりや交流のために玉入れや体操競技を行います。



とき 9月23日(祝)午後1時～
ところ ラブリーホール
※当日直接会場へ。

●いきいき長寿スポーツ大会
高齢者の健康づくりや交流を目的とした催しです。

対象 60歳以上の市内在住者
とき 10月11日(水)午後1時～4時

ところ 市民総合体育館
申込 10月6日までに電話で
地域福祉高齢課へ

●9月21日は「世界アルツハイマーデー」

「世界アルツハイマーデー」に合わせてライトアップと展示をします。

ところ キックス
とき・内容 9月12日(火)～22日(金) 認知症支援のイメージカラーのオレンジに屋上LED照明をライトアップ、9月12日(火)～10月3日(火)パネル展示

閩地域福祉高齢課

介護の知恵袋

●おついで看取るごはなにあ？
訪問看護師からの実際のお話を聞きます。

対象 高齢者の家族
とき 9月16日(土)午後1時30分～3時

ところ キックス

定員 30人(先着順)
申込 9月5日から電話で左記へ

閩西部地域包括支援センター
(☎56・6600)

食生活改善推進員の健康教室

「中高年のフレイル予防について考えよう」をテーマに、たんぱく質を手軽に摂れる調理の実習や簡単な体操をします。

とき 9月21日(木)午前10時～正午
ところ 保健センター
定員 12人(先着順)

参加費 500円
申込 9月4日から電話で左記へ

閩保健センター
(☎55・0301)

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。

支え合いの現場から
TEL 65-0133
社会福祉協議会内

COLUMN [コラム]



「えんがわ」を運営する川村さん

南花台で空き家となった実家を活用して地域の居場所「えんがわ」を運営する川村さんにお話を伺いました。

始めた理由は、幼い子どもを持つお母さんたちの息抜きの場として、誰かとおしゃべりしたり悩

なんでもない会話がでる居場所に

み話をしたりできる場所を作りたいという長年の思いからでした。令和元年11月にオープンし、今では様々な人が集まる憩いの場となりました。お茶を飲んでリラックスしながら、生活や子育て・介護の悩みなどを話すことで気持ちが軽くなり、やわらかな笑顔が戻る人もいます。ここでのなん

でもない会話ではほんの少し元気になったり癒されたりすることがうれいすね。また最近では、「えんがわ」でつながったご縁からコラボカフェや眉のメイクレッスンをしています。この秋にはアクセサリー・雑貨ブースに新たな作家さんのアクセサリーが加わるなど広がりも出てきています。自分の得意なことを地域に還元したい気持ちや将来への夢を持つ人の自己実現の

きっかけの場になればと思っています。

生活・子育て関連の雑誌や小説、子ども向けの絵本が多数ありますので、お子さんと一緒に利用していただけます。子育てや介護の息抜きにぜひ立ち寄ってみてください。



居場所 えんがわ
とき 日・月・火午後1時～4時
ところ 南花台4-2-9
電話 ☎63-7784 (留守番電話)

とき 9月26日(火)午後2時～4時(相談は1人1時間程度)

ところ みのでホール
申込 9月19日までに電話で左記へ

閩西部地域包括支援センター
(☎56・6600)

高齢者の運動教室

～椅子に座って腰・膝痛改善～

●エアロビクス
対象 60歳以上の男女
とき 9月27日(水)午後1時～2時15分

ところ 三日市市民ホール
定員 15人(先着順)
参加費 500円(当日徴収)

申込 9月7日～26日に電話かファクス(住所、氏名、年齢、電話番号を記入)で左記へ

閩健康スポーツ連盟の奥谷さん(☎FAX 63・5456)

オナカマ食堂

キタバ薬局とNPO法人はみんぐ南河内の管理栄養士が連携した食の講座と、栄養バランスのとれた食事を楽しめます。

対象 65歳以上の市民
とき ①10月～来年3月の毎月第3金曜日、②11月19日(日)、1月21日(日)、3月17日(日)▽時

間はいずれも午前11時15分～午後0時30分

ところ ①キックス、②キタバ薬局河内長野店
定員 各日15人(先着順)
費用 500円

※希望者のみ各日午後0時30分～1時に栄養相談を実施。

申込 9月5日から電話で左記へ

閩キタバ薬局河内長野店
(☎50・0085)

元気アップフランス養成講座

地域で活躍していただく介護予防ボランティアを養成します。月曜日は対面での講座、水曜日はオンラインでの講座です(オンラインに必要な機器はお貸しします)。

とき 10月16日(月)・23日(月)・25日(水)・30日(月)、11月1日(水)・6日(月)・8日(水)・13日(月)▽いずれも午後1時30分～3時30分▽8回シリーズ

ところ 三日市市民ホール
定員 8人(抽選)

※全回出席できる人(過去の受講者の申込可)。

申込 9月15日までに電話で左記へ
閩地域福祉高齢課

認知症パートナー養成講座

「認知症パートナー」は、認知症の人の話し相手や散歩の同行などの個別支援や認知症カフェでの傾聴などを行っているボランティアです。認知症の理解を深め、認知症の人との接し方を学びます。

対象 認知症ボランティアとして活動できる人
とき 10月11日(水)・24日(火)午前10時～午後3時30分
ところ 市役所
定員 15人(先着順)
申込 9月5日から電話で下記へ
閩地域福祉高齢課

福祉センターキタバ錦深苑の教室・講座

●健康運動教室～自分の体を知り、健康に過ごすには～

対象 60歳以上の市民
とき 10月5日～3月28日の木曜日午前10時～11時30分▽月2回程度

定員 10人(抽選)
●フラダンス入門講座

対象 福祉センター利用資格がある人
とき 10月11日～11月29日の毎週水曜日午前10時～正午▽

8回シリーズ(12月2日の福祉センターまつりでの発表会に参加)

定員 10人(抽選)
申込 9月12日～24日に直接左記(9月19日・20日・23日は休館)電話不可▽利用証や運転免許証、保険証などの持参が必要、または往復はがきで

※利用資格など詳細はお問い合わせください。

閩福祉センターキタバ錦深苑
(☎65・0123)

夏休み PHOTO SPECIAL

夏のイベントに参加した子どもたちの輝く表情をお届け！



夏休み 子ども写生教室

8月3日、観心寺で絵画の専門家の指導のもと写生教室が開催されました。この日参加したのは約40組の家族。専門家から「失敗してもいいので消しゴムで消さないでどんどん描くように」とアドバイスを受け、金堂や池など思い思いの場所で、自由な発想で作品を作り上げました。参加した小学生は「漫画や動物の絵を書くのが好きですが、外で描くのも楽しいです」と話していました。



親と子の ふれあい自然学習会

8月9日、滝畑の石川で多くの親子が水生生物を観察しました。サワガニ、カワゲラ、カワヨシノボリの卵など様々な生物を虫取り網で採取。講師から生体の特徴などの解説を受けた後、それぞれ川遊びを楽しみました。参加した小学生は、「生きものがたくさん見つられてうれしい」と楽しそうに話していました。



ごみ処理施設 親子見学会

8月8日に、日野にある南河内環境事業組合第2清掃工場で、親子施設見学会が開催されました。当日は10組30人の親子が参加し、映像でごみの処理方法や設備について学んだ後、施設内を見学してごみを溜めるピットやクレーンなどを間近で見学しました。参加した小学生は「社会の授業で勉強して知っていたけど、実際に見て大きくて驚いた」と話していました。



木根館の 子ども夏まつり

7月29日と30日に、木根館で子ども夏まつりが開催されました。約40組の家族が参加して、指導員の指導のもとスギやヒノキなどの端材をのこぎりで切ったり、金づちで釘を打ったりと自由に工作をしました。巣箱や踏み台、おもちゃの車など様々なものを製作し、参加した人は「初めてのこぎりを使ったけど楽しかった。使い方のコツがわかると楽しかった」と笑顔で話していました。

