

新型コロナワクチン接種をお忘れなく

9月20日から開始した令和5年秋開始接種の接種期間は令和6年3月31日までです。接種場所や接種に関する最新情報などは、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。

新型コロナウイルス治療薬と入院医療費の自己負担について

新型コロナウイルス治療薬と入院医療費の自己負担について

新型コロナウイルス感染症の治療薬について、9月末までは自己負担なしでしたが、10月から一部自己負担が必要(3割負担は9000円、2割負担は6000円、1割負担は3000円)です。入院医療費は、高額療養費制度の自己負担限度額から最大1万円の減額に見直して、公費支援を継続しています。

糖尿病を予防しよう

生活習慣病予防講座
とき・内容 11月14日(火) 大阪府健康センター

大阪南医療センターのがん患者サロン

11月は落語家の林家染二さんによる講演会を行います。



林家染二さん

大阪南医療センター内、53・5761
11月10日(水)午後10時30分〜3時15分

11月10日(水)はアルコール関連問題啓発週間

アルコール依存症は、飲酒のコントロールができません

11月10日(水)はアルコール関連問題啓発週間

アルコール依存症は、飲酒のコントロールができません

11月10日(水)はアルコール関連問題啓発週間

アルコール依存症は、飲酒のコントロールができません

就労支援部企業見学会

モリ工業での障がい者就労の様子を見学します。
とき 12月8日(金)午後1時30分〜

僕たち私たちの声を聴いてほしいねん

子どもの権利と意思決定支援について、講話や事例報告を行います。
とき 12月1日(金)午後1時30分〜

精神障がい者家族教室

①医師による「統合失調症の治療と、福祉サービス・家族の接し方」、②公認心理師による「家族のためのポジティブ行動支援」のお話です。
対象 富田林保健所管内(河内長野市など)在住で、統合失調症の人の家族

精神障がい者理解促進事業講演会

「令和の精神科事情」メンタルヘルスの不調を訴える人たち」をテーマに関西医科大学の医師がお話します。
とき 12月23日(土)午後1時30分〜

人権

大阪保育子育て人権研究会
子どもが一生自分らしく生きていくために必要な「心の育ち」について考えてみませんか。DVDでの受講です。
内容など 非認知能力の根っこ「アタッチメント」の意義と保育者の役割、東京大学大学院教授の遠藤利彦さん、幼児の主体性・非認知能力を育てる保育実践、鳴門教育大学大学院教授の佐々木晃さん

要約筆記ボランティア講習会

聞こえない、または聞こえにくい人に、文字で話の内容を伝える手段「要約筆記」の方法や伝え方を学びます。

とき 11月18日(土)・25日(日)午後1時30分〜3時 2回シリーズ

ところ イズミヤゆいテラス

定員 10人(先着順)

申込 11月2日〜16日

に電話か右記QRで

関社会福祉協議会

(☎65-0133、FAX 65-0143)



精神保健福祉ボランティア養成講座

市内在住・在学・在勤で精神障がいのある人と交流を希望する18歳以上のひと
11月10日(水)午後10時30分〜3時15分

人権を考える市民の集い

LGBTってなんだろう?性の多様性を知ってありのままの自分を生きる
映画「カラコンエの花」

あかみね防災・避難訓練

自宅での災害への備えや対策について学びます。

とき 11月14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

定員 27人(先着順)

申込 11月1日〜10日に同センターへ

関キタバあかみね

(☎56-1590、FAX 56-1592)



障がい者

子ども発達支援センター

発達障がいのある子どもの特性に合わせた療育と保護者への支援を行います。

障がい者

子ども発達支援センター

発達障がいのある子どもの特性に合わせた療育と保護者への支援を行います。

なくそう女性に対する暴力・児童虐待

- 女性に対する暴力をなくす運動

11月12日～25日は同運動期間です。配偶者や恋人からの暴力、性犯罪、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為などの暴力は、人権を著しく侵害するものであり、決して許されません。女性に対する暴力のない社会を目指しましょう。
- ◎女性の人権ホットライン

(☎0570-070-810▷11月15日(水)～21日(火)午前8時30分～午後7時▷土日は午前10時～午後5時)
※期間終了後は平日午前8時30分～午後5時15分で引き続き相談を受けます。
- ◎DV相談ナビ (☎#8008)
- ◎府女性相談センター (☎06-6946-7890▷24時間受付)
- ◎警察のDV相談 (#9110▷緊急の場合はためらわずに110番通報を)
- 11月は児童虐待防止推進キャンペーン

◎心配な子どもがいる場合は
子どもがSOSを出すことは勇気が必要です。みなさんからの連絡が、その家庭への支援の第1歩となり、虐待から守ります。

- ◎子どもの健やかな成長・発達のために
子育てに悩んだり疲れた時、思わず子どもにイライラをぶつけてしまった時など、一人で悩まず子ども子育て課へご連絡ください。
- ◎その他相談窓口
 - ・ヤングケアラー相談窓口 (☎53-8001)
 - ・児童相談所虐待対応ダイヤル (☎189▷24時間受付)
- パープル・オレンジライトアップを実施
女性に対する暴力根絶のシンボルであるパープルリボンと、児童虐待防止のシンボルであるオレンジリボンにちなんでライトアップします。
とき・ところ ①11月1日(水)～30日(木)日没～午後10時=キックス、②11月11日(土)・12日(日)午後5時～7時=天野山金剛寺多宝塔
※②は拝観料200円(女性と中学生以下は無料)▷金堂で法要(両日とも午後6時～)あり。
- ◎キックスでパネル展示も
とき 11月30日(木)まで
圃パープルライトアップ=男女共同参画センター(キックス内、☎54-0003)、オレンジライトアップ=子ども子育て課



事業所

- 創業セミナー
創業に必要な知識やノウハウを学びます。受講後は起業の際の様々な支援を受けることができます。
とき 12月2日(土)午後1時～5時・9日(土)午前10時～午後3時30分▽2回シリーズ▽9日は昼休憩後、創業体験談を交えた交流会あり
- 企業活力向上セミナー
とき・内容 12月15日(金)午後6時～8時||経営者が押さえたいお金のポイント、1月16日(火)午後1時～3時||辞めたい人材の採用・育成の効果的な方法、2月16日(金)午後6時～8時||事業継続計画(BCP)とBCP策定ワークショップ、3月15日(金)午後6時～8時||中小企業目線のデジ
- 事業所
定員 20人(先着順)
申込 11月6日から電話で左記へ
※詳細は産業観光課へお問い合わせください。
圃市商工会 (☎53・9900)

保険・年金

タレントとDX▽4回シリーズ
とくろ キックス
定員 25人(先着順)
申込 11月6日から
下記QRで
圃産業観光課



南河内環境事業組合の
入札参加資格申請を受付
残滓運搬処理業務委託の条
件付一般競争入札を行います。
受付期間 11月1日(水)～20日(月)
※要件など詳細は同組合で配布している提出要領を確認を▽同組合ホームページからもダウンロード可。
圃南河内環境事業組合
(☎33・6584)

国民年金基金に
加入しませんか
老齢基礎年金に上乗せして
給付する公的な年金制度で、
掛け金は給付の型と口数、年
齢、性別で決まり、納める金
額は一定で年末調整や確定申
告の時に全額社会保険料控除
の対象になります。受け取る
年金にも公的年金等控除が適
用されるなど、税制面で優遇
措置があります。
対象 自営業や学生などの第
1号被保険者や任意加入被保
険者(60歳以上65歳未満の人

と海外居住の人)▽保険料を
免除中の(産前産後免除を
除く)や農業者年金に加入中
の人は対象外
※この基金に加入すると国民
年金の付加保険料は納付でき
ません。
圃全国国民年金基金近畿支部
(☎0120・65・4192)

出張年金相談会(予約制)
天王寺年金事務所職員によ
る国民年金・厚生年金全般に
関する相談会を実施します。
とき・ところ ①11月14日(火)
午前10時～午後3時50分||河
内長野市役所、②11月28日(火)
午前10時～午後3時50分||太
子町役場
申込 ①は11月6日～13日に、
②は11月20日～27日に基礎年
金番号がわかるものを用意し
て電話で左記へ(受付時間は
平日午前8時30分～正午、午
後1時～5時15分)
※市役所では受付できません。
圃天王寺年金事務所(☎06・
6772・7531▽音声案内で1↓2を入力)

COLUMN [コラム]

消費生活
相談員コラム
消費生活
ウォッチング
買い物や契約で困った時は
TEL 56-0700

終活の一環!? 高齢者を中心にした 訪問購入トラブル

不用品を買い取ると言
われたが、実際には来訪
した業者に強引に貴金属
を買い取られたという訪
問購入についての相談が
寄せられています。

〈事例1〉

突然不用品買い取り業者
者が訪問した。ちょうど
着物や食器の処分を考え
ていたため家に入れたと
ころ、貴金属はないかと
すぐまね怖かった。

〈事例2〉

不用品買い取り業者か
ら電話があり、古くなっ
た服や靴1足だけでも買
い取ると言われ訪問を承

諾した。しかし業者の目
的は貴金属で、出すまで
帰らなかった。
〈アドバイス〉
事前の承諾なく業者が
訪問することは禁止され
ています。トラブルを防
止するために、突然訪問
してきた買い取り業者を
家に入れないようにしま
しょう。買い取りを依頼
する場合は一人に対応せ
ず、家族や知人に同席し
てもらいましょう。
事前に承諾した物品以
外のものを売らない、貴
金属を見せない、触らせ
ないようにしましょう。
売却した物品は、書面
を受け取った日から8日
間はクーリング・オフがで
きます。また、クーリン
グ・オフ期間中は物品の
引き渡しを拒むことがで
きます。

不安に思った場合やト
ラブルになった場合には、
消費生活センターに相談
しましょう。

令和6・7・8年度 業者登録を受付します

市と上下水道事業では、「建設工事」「物品購入・管理業務等」「建設コンサルタント等業務」の一般および指名競争入札の参加資格審査申請の受付(業者登録受付)を行います。
※受付時期など詳細は、本紙12月号と11月13日から公開する市ホームページに掲載予定です。
圃契約検査課

安全安心

就労

子育て

教育

暮らし

健康

障がい者

人権

事業所

保険年金

催し・講座

スポーツ

募集

その他

相談

KAWACHINAGANO CITY Photo News

まちの話題をお届けします



老若男女が楽しく熱戦

インディアカ大会

10/1 市民総合体育館でインディアカ大会が開催されました。羽根の付いたボールを手で打ち合う、バレーボールのようなスポーツで、バドミントンコートの中に1チーム4人で対戦します。今大会は14チーム約70人の選手が参加し、白熱した試合が繰り広げられました。総当たり戦で優勝したのは競技の部で「ミルキー」、レクの部で「スヌーピー」でした。参加した82歳の選手は「競技を続けて30年になりますが、誰でも手軽にできるスポーツで楽しいのでみなさん挑戦してみませんか」と話していました。



頭と体を使ってふれあいを楽しむ

いきいき長寿スポーツ大会

10/11 市民総合体育館でいきいき長寿スポーツ大会が開催されました。約110人の市民が参加し、ボールでの的当てをして点数を競うゲームや、野菜や果物などのお題に対して文字札から選んで数を競うゲームなどを行いました。最後は全員で玉入れ競争をして大いに盛り上がっていました。参加した人は「久しぶりの参加でしたが楽しめました」と話していました。



ひと工夫でおいしいキャンプ飯

メスティンで楽しむアウトドア料理

9/10 長野公園天野キャンプの森で、アウトドア料理体験が行われました。今回は、アルミ製調理器具「メスティン」を使用。好みの食材などを入れ、固形燃料で20分ほど加熱すれば料理が完成しました。参加者は「メスティンを使ってみたかったと思っていました。今度は家族キャンプでいろんな料理を作りたい」と話していました。

11月は「ねんきん月間」

日本年金機構では、公的年金制度に対する理解を深める取り組みを行っています。

●国民年金のお知らせ

国民年金は、国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人が加入する制度です。

今年度の保険料 第1号被保険者 月額1万6520円

●第1号被保険者には独自の給付

自営業や学生などの第1号被保険者には、次のとおり独自の給付があります。

◎付加年金

定額の保険料に上乗せして付加保険料(月額400円)を申請月から納付可能)を納めると、将来の老齢基礎年金額に付加年金が加算されます。 ※国民年金基金に加入の人は納付できません。

◎寡婦年金

第1号被保険者の夫が原則10年以上保険料を納め年金を受けずに死亡した場合、10年以上婚姻関係があった妻に60～65歳の間支給されます。寡婦年金を請求した場合は死亡一時金は請求できません。

◎死亡一時金

第1号被保険者で原則3年以上保険料を納めた人が年金を受けずに死亡し、生計を同一にする遺族が遺族基礎年金などを受けられない場合に支給されます。

◎障がい基礎年金

20歳になる前や第1号被保険者期間中に初診日がある病気やけがが原因で障がいの状態になった時に支給される場合があります。

●国民年金保険料の納付が困難な人は免除制度などご利用を

●保険料免除制度 保険料の納付が困難な人は、申請して認められると保険料の全額または一部の支払いが免除されます。

●学生納付特例制度 前年所得が一定額以下の学生は、申請により保険料の納付が猶予されます。就学期間が短い専門学校などは対象にならない場合があります。

●納付猶予制度 50歳未満で本人および配偶者の所得が一定額以下の人は、申請により保険料の納付が猶予されます。

予されます。

※保険料を未納のままにしておくと年金が受けられなくなる場合があります▽免除などの対象となる所得基準や手続きなどはお問い合わせください。

※学生納付特例・納付猶予期間は将来年金を受けるための資格期間には含まれますが、受け取る年金額の計算には算入されません▽10年以内なら追納することができ、新型コロナウイルス感染症の影響で、所得が減少した人が対象となる臨時特例措置は令和4年度で終了しました。

●産前産後期間の免除制度

出産予定日または出産日の月の前月から4か月間(多胎妊娠の場合は3か月前から6か月間)、申請により保険料が免除されます。 ※妊娠85日未満は対象外。 〇天王寺年金事務所(☎06・6772・7531) または市民窓口課

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が対象者宛てに発送

されます。年末調整や確定申告の際に使用してください。

とき 1月1日～10月2日までに納付した人 11月上旬、10月3日～12月31日に今年初めて納付する人 来年度2月上旬に

●電子版の交付

マイナポータルの「ねんきんネット」から電子送付希望の登録をすると、e-Taxで利用できる電子版を受け取ることができます。電子版の利用方法や送付時期などについては、同機構ホームページをご確認ください。

※すでに電子版の登録を行っている人には、郵送による控除証明書の送付はありません。 〇ねんきん加入者ダイヤル(☎0570・003・004) 〇50から始まる電話の場合は☎03・6630・2525▽自動音声案内) または天王寺年金事務所(☎06・672・7531)

こんな時は国民健康保険、後期高齢者医療制度が使えません

単なる肩こりや疲労回復を目的とした施術や疾病予防のためのマッサージなどは健康

保険が使用できません。

使用できるのは、柔道整復師による施術の場合、打撲・ねんざ・脱臼などです。 また、医師が必要と認められた施術で、リウマチその他慢性的な疼痛を主症とする疾患でのはり、きゅうや筋麻痺などで医療上のマッサージを必要とする症状の場合です。

※健康保険を使う時の注意点など、詳細はお問い合わせください。 〇国民健康保険課または府後期高齢者医療広域連合(☎06・4790・2031)

催し・講座

秋のチャリティー会

いろいろなお店が境内に並びます。12日はアコースティックライブも開催します。 とき 11月12日(日)・19日(日) 前10時～午後4時(雨天決行) ところ 延命寺 ※当日直接会場へ。

延命寺 〇延命寺(☎62・2261)



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



One Love Festa

●商工祭2023

市内の企業が集まり、業界の魅力をアピールします。

とき 11月19日(日)午前9時～午後3時

ところ 寺ヶ池公園

※当日は河内長野駅・千代田駅から会場まで無料バスを運行▽駐車場はありません。

岡市商工会(☎53・9900)

ワークワフワフ河内長野

本紙10月号でお知らせしたオープンカンパニーイベント。今年はバスツアーだけでなくフリー見学も受け付けます。

メイン会場のイズミヤゆいテラスと企業の集まる工業団地を往復する無料モックルバスの運行(23日のみ)やレンタサイクルも利用できますので自分だけのツアーを組むことができます。

とき 11月22日(水)・23日(祝)・24日(金)午前9時～午後5時

※詳細や申込は下記QRから。

岡産業観光課



木根館の催し

●季節のワンコイン千支の「たつ」

とき 12月1日(金)

参加費 500円(材料費込) ※数量100個限定(先着順)

▽直接会場へ。

①お正月飾り「門杉」

自分で丸太切りしたヒノキ

を鉢に飾り、杉葉や南天をアレンジして門杉を作ります。

とき 12月17日(日)午前9時30分～午後1時

定員 12人(先着順)

参加費 3000円(材料費込)



幅16センチ×高さ35センチ×奥行14センチ

②かんなのはな「大きい松ぼっくりのクリスマスオーナメント」

おおさか河内材をかんなで削った木くずや大王松の松ぼっくりなどでクリスマスオーナメントを作ります。

ナメントを作ります。

とき 12月3日(日)午前9時30分～午後0時30分

定員 15人(先着順)

参加費 3000円(材料費・講師料含む)▽大人1人と小学生以下1人で参加の場合は小学生以下1人につき2000円

申込 ①は11月8日、②は11月10日からメール(event@sun.org)▽イベント名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入)か電話で左記へ

岡木根館(☎64・8151)

ふるさと歴史学習館

秋季企画展

●天野山金剛寺の中世世界展 中世の一山寺院景観を現代に伝え、市内有数の文化財を保有する同寺をテーマに展示します。

とき 11月3日(祝)～来年1月28日(日)午前9時～午後5時

①館員による展示解説会

とき 11月26日(日)午後2時～2時30分(各30分)

定員 各15人(先着順)

ところ ふるさと歴史学習館

②関連シンポジウム 中世の天野山金剛寺について

伝統文化、民族衣装、世界の絵本などの国際交流を行います。

とき 11月19日(日)正午～午後4時

ところ キックス

●こどもえいご村も同時開催

小学生以下を対象に英語でお買い物ごっこなどを体験。

※当日直接会場へ▽出入り自由

岡国際交流協会(キックス内、☎54・0002)

●食品表示、食品衛生の問題点と食品ロスについて考える

とき 11月28日(火)午後2時～4時

ところ ノバティホール(ノバティながの南館内)

定員 40人(先着順)

申込 11月6日から電話で左記へ

岡かわちながの消費者協会(消費生活センター内、☎56・2360)



うたごえinプラ座

ギターやピアノの伴奏でみんなが唄いましょう。

とき・内容 ①11月4日(土)、12月2日(土)ギター演奏に合わせた懐かしい歌謡曲や童謡、フォークソングなど、②11月18日(土)、12月16日(土)ピアノ伴奏に合わせた懐かしい歌謡曲や童謡など▽時間はいずれも午後2時～4時

ところ にぎわいプラ座(長野商店街内)

参加費 500円

※当日直接会場へ。

岡にぎわいプラ座(☎26・7858)

●クリスマススリズづくり

とき 11月28日(火)午後1時30分～3時30分

ところ 寺ヶ池公園管理事務所

定員 20人(先着順)

材料費 2000円

申込 11月7日～21日に電話で左記へ

岡公園緑化協会(☎56・1155)



えぼしがた公園自然観察会

木の実や葉でクリスマスリースを作ります。

とき 12月3日(日)午前10時～正午

集合 烏帽子形公園プール横東屋

参加費 大人1300円、子ども1200円

定員 30人(先着順)

申込 11月13日から下記QRで

※小学生以下は必ず保護者同伴で。



岡えぼしがた公園自然観察会の田原さん(☎63・1692)

子ども文化財解説

天野小学校の児童が天野山金剛寺で、高向小学校の児童が高向神社で地域の文化財について解説します。

とき ①天野小学校11月16日(木)午後1時30分～3時30分

②高向小学校11月30日(木)午後2時～3時

岡文化財保護課

●みんなで創ろう！熱いライブステージ

青少年がロックなどの音楽活動の発表をします。

とき 11月12日(日)午前10時～

ところ キックス

岡青少年指導員連絡協議会事務局(地域教育推進課内、☎54・0005)



フラワーデザイン講習会

●クリスマススリズづくり

とき 11月28日(火)午後1時30分～3時30分

ところ 寺ヶ池公園管理事務所

定員 20人(先着順)

材料費 2000円

申込 11月7日～21日に電話で左記へ

岡公園緑化協会(☎56・1155)

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

図書館 Supported by からの 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 11月7日（火）～12月3日（日）
内容 読書で日本一周シリーズ「四国の本」

■新刊図書の紹介
◎児童書 まめさんこめさんおふろのひ！キム ナンジ
ピースケのいえで たかどの ほうこ
◎一般書 777 伊坂 幸太郎
ヒマかつ！ 日明 恵
マレーシアを知るための58章 鳥居 高
紫式部と藤原道長 倉本 一宏

■自動車文庫巡回表(11月1日～12月4日)

巡回日	巡回時間	場 所
11月7日(火)・21日(火)	13:35～14:15	南ヶ丘自治会館横
	14:30～15:10	大矢船幼稚園北
	15:30～16:30	美加の台第2公園
11月8日(水)・22日(水)	13:30～14:10	柳風台第2公園
	14:25～15:05	松ヶ丘公民館横空地
	15:25～16:25	桐ヶ丘第2公園
11月9日(木)・23日(木)	13:35～14:25	南花台UR団地集会所裏
	14:40～15:20	楠ヶ丘児童公園
	15:40～16:30	旭ヶ丘バス方転地
11月10日(金)・24日(金)	13:15～14:15	キタバ錦溪苑
	14:30～15:10	楠台第2公園(東中正門前)
	15:25～16:05	清見台2丁目児童公園
11月14日(火)・28日(火)	13:30～14:10	北真望ヶ丘バス方転地
	14:30～15:10	荘園町第3公園
	15:30～16:30	緑ヶ丘中第1公園
11月1日(水)・15日(水)・29日(水)	13:45～14:15	天見出合橋空地
	14:40～15:40	北青葉台中央公園
	15:55～16:25	南青葉台会館駐車場
11月2日(木)・16日(木)・30日(木)	13:30～14:10	千代田南中央公園
	14:25～15:05	市町千代田神社
	15:20～16:20	木戸住宅4棟前
11月3日(金)・17日(金)・12月1日(金)	13:15～14:15	キタバ錦溪苑※
	14:25～15:05	大師町集会所前
	15:20～16:00	清見台第2公園

※11月3日(金)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

古文書講座 入門編

市内に伝わる古文書を使い、読み方や学び方について説明します。
とき 11月15日(水)・29日(水)、12月13日(水)午後1時30分～3時30分▽3回シリーズ
ところ キックス
定員 60人(先着順)
申込 11月7日から電話かファクス(住所、氏名、ふりがな、年齢、ファクス番号、講座名を記入)で左記へ
図書館 ☎52・4384、FAX52・6996

講演会「英語多読への招待」

NPO法人多言語多読の講師が本などのツールを使って楽しむ方法をお話します。
とき 12月3日(日)午後2時～3時30分
ところ 図書館
定員 20人(先着順)
申込 11月7日から申込フォームで▽電話、メール (toshiko-kouza@city.kawachinaganano.jp)住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号、講座名を記入)、ファクスでも申込可

図書館利用者カードがスマホ対応に

10月10日から図書館ホームページ内の利用照会画面で図書館利用者カードのバーコードを表示できるようになりました。図書の出時はスマートフォンに表示してご提示ください。自動貸出機では利用できません。そのほかにも、読んだ本や読みたい本を管理できるマイ本棚の表示を一覧表にし、印刷やダウンロードが

くろまる塾 学位授与式・特別講演会

市長から所定の単位に到達した人に学位を授与します。また、和歌山大学副学長の尾久土正己さんによる、天文学や宇宙科学・宇宙工学・宇宙観光などをテーマにした講演も行います。
とき 12月2日(土)午後1時～

歴史ウォーク

●三日市を知ろう
高野街道と共に栄えた三日市の歴史文化遺産を訪ねます。
とき 11月12日(日)午前9時20分～11時30分(受付は午前9時～)▽小雨決行
コース 三日市町駅～三日市名所旧跡探訪～三日市町駅(約3km)
集合 三日市町駅前交番前 ※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・7610

分々午後3時
定員 25人(先着順)
参加費 400円
②世界かんがい施設遺産寺ヶ池とその導水路を歩く(町歩きコース)▽増福寺など▽約8.5km
とき 11月24日(金)午前9時～午後3時
定員 30人(先着順)
参加費 300円
③戦国期の城跡を巡る(山歩きコース)▽石仏城跡、烏帽子形城跡など▽約8km
とき 12月4日(月)午前9時～午後3時
定員 30人(先着順)
参加費 300円
申込 ①は11月9日・10日、②は11月13日・14日、③は11月20日・21日の2日間に電話で左記(受付時間は午前10時～午後4時)へ▽定員に満たない場合は①11日、②15日、③22日から左記QRで
※コース詳細や集合場所など詳細についてもQRから。
関かわちながの観光ボランティア倶楽部 ☎26・7353

つながりフェスタ

●集まれ！エンジョイ、ボランティア！
ステージの出し物や展示、バザーなどを開催します。
とき 12月2日(土)午前10時～午後3時
ところ イズミヤゆいテラス ※当日直接会場へ
▽詳細は下記QR
関かわちながのボランティア・市民活動センター ☎90・11119・7424

花の文化園の催し

※詳細はホームページをご確認ください。
●関西文化の日
11月18日(土)・19日(日)は入園料が無料になります。
●あまごのつかみ取り&塩焼き
自分で捕まえたあまごを焼いて食べます。
とき 11月5日(日)午前10時30分～
費用 つかみ取りと塩焼きセットで1200円(税込)▽600円で塩焼き販売あり
●コスプレの日
花や緑に囲まれたスポット

秋のウォーク

参加費は保険代を含みます。
●ボランティア・ガイドと共に
①紅葉の川上郷を巡る(一般コース)▽延命寺、鳩の原、西恩寺など▽約7.5km
とき 11月18日(土)午前9時30分

つながりフェスタ

●集まれ！エンジョイ、ボランティア！
ステージの出し物や展示、バザーなどを開催します。
とき 12月2日(土)午前10時～午後3時
ところ イズミヤゆいテラス ※当日直接会場へ
▽詳細は下記QR
関かわちながのボランティア・市民活動センター ☎90・11119・7424

くろまる塾

市長から所定の単位に到達した人に学位を授与します。また、和歌山大学副学長の尾久土正己さんによる、天文学や宇宙科学・宇宙工学・宇宙観光などをテーマにした講演も行います。
とき 12月2日(土)午後1時～

ひきこもり・ニート・不登校の若者のことを理解し、本人と家族が動き出すヒントを得るためのセミナーです。
対象 ひきこもり・ニート・不登校の若者の家族
とき 11月11日(土)・25日(土)午前10時～正午
ところ ノバティホール(ノバティながの南館内)
定員 各10人(先着順)
申込 11月1日から電話で左記へ
関南河内プラッツ ☎9090・9258・8177

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

公民館の講座や教室など

休館日：月曜日・年末年始 開館時間：午前9時～午後5時

※公民館のホームページ(右記QR参照)などで、対象や費用など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	申込日
天野公民館 (☎55-6191)	天野小子ども文化財解説員が贈る天野山金剛寺歴史探訪	11月16日(木) 午後2時～3時	なし	11月3日～
	地元の名人とそば打ち体験	12月6日(水) 午前10時～正午	10人	11月3日～
	子どもの人権～すごろくとワークショップ～	12月10日(日) 午前10時～11時30分	30人	11月3日～
天見公民館 (☎63-4074)	天見の里山、自然散策	11月15日(水) 午後1時～4時	12人	11月3日～
	歴史ウォーク「天見の名所探訪」	11月24日(金) 午後1時30分～3時30分	16人	11月3日～
	音楽療法士による音楽とハーブで、思いっきりリラックス	12月10日(日) 午前10時～11時30分	12人	11月3日～
加賀田公民館 (☎62-2116)	もっと知りたい!ベトナム～若者との交流～	11月22日(水)午後1時30分～3時、11月29日(水)午後1時30分～3時30分	各20人	11月3日～
川上公民館 (☎65-1612)	こんにゃく作り	11月28日(火) 午後1時～4時	10人	11月3日～
	プリザーブドフラワーで作るお正月飾り	11月30日(木) 午前10時～11時30分	10人	11月3日～
高向公民館 (☎54-4548)	はじめてのスマートフォンアプリ 健康管理アスマイルを使おう	11月30日(木)①10時～、②10時30分～、③11時～、④11時30分～▷各回30分程度	各3組	11月3日～
千代田公民館 (☎55-1125)	発表・展示会①陶芸・絵画、②新舞踊、③陶芸・書道・ペン習字、④太極拳	①11月7日(火)～18日(土)、②11月17日(金)、③11月21日(火)～12月2日(土)、④11月26日(日)	—	直接会場へ
	今さら聞けない自転車交通ルール	11月30日(木) 午後2時～3時30分	50人	11月3日～
南花台公民館 (☎63-1131)	脳の衰えを防ぐためのトレーニング	11月17日(金) 午後2時～3時30分	30人	11月3日～
	国際理解・多文化共生講座～チリ 南米の楽園への誘い～	12月5日(火) 午前10時～11時30分	30人	11月3日～
三日市公民館 (☎62-6155)	らく家事(お掃除)講座～カンタンきれい～	11月29日(水) 午後1時30分～2時30分	20人	11月3日～

※広告掲載の問い合わせは、広告代理店 (株)シーエム大阪(☎0721-64-1713)へ。

プラットフォームとやってみよう

●のんびり歩こう!滝畑ダムウォーキング
対象 社会参加に自信を持って、40歳くらいまでの家にこもりがちな人
とき 11月30日(木)午後1時30分～4時
申込 電話で左記へ
閩南河内プラットフォーム
(☎090・9258・8172)

③みて・きいて・楽しんでwith

河内長野おやこ劇場 創作むかし話「ツノのない鬼」
市内に伝わるオニ伝説を、語りと音楽、画像をまじえて新しい解釈で演じます。秋にちなんだ日本の名曲も演奏します。
とき 11月26日(日)午後2時～4時
ところ 奥河内もみじ公園
定員 40人(先着順)
参加費 500円
申込 いずれも11月5日から電話で左記へ
閩長野公園管理事務所
(☎62・2772)

スポーツ

寺ヶ池ランニング大会

寺ヶ池湖畔を走りませんか。
対象 小学生以上の市内在住・在学・在勤者と協会が認めた者
とき 12月16日(土)午前10時～午後1時
種目 小学生1キ、中学生以上2・3.5キ(1周)、高校生以上4・7キ(2周)、中学生ミニ駅伝4・7キ(2周)
※当日直接会場へ。

少林寺拳法

閩南地区連合演武大会
対象 協会登録者(当日登録可▽登録料1500円)
とき 11月19日(日)午前9時～午後5時
ところ 市民総合体育館
種目 乱捕・単独演武・組演武
参加費 500円(当日徴収)



閩少林寺拳法協会の西光さん

ミックスタブルス 硬式テニス大会

対象 テニス連盟登録者(当日登録可▽登録料500円)
とき 12月3日(日)午前8時30分～午後5時(予備日10日)
ところ 寺ヶ池公園庭球場
種目 男女混合ダブルスA BクラスまたはCDクラス
定員 全種目で36組(抽選)
参加費 1組3000円(当日徴収)
申込 11月20日までにメール(kawatinagano.teniren@gmail.com)へそれぞれの住所、氏名、年齢、電話番号、連盟登録の有無、所属クラブ、参加種目を記入)で左記へ▽詳細は同連盟ホームページでご確認ください。
閩テニス連盟の鎌田さん
(☎090・3622・2475)



※広告掲載の問い合わせは、広告代理店 (株)シーエム大阪(☎0721-64-1713)へ。

安全安心

就労

子育て

教育

暮らし

健康

障がい者

人権

事業所

保険年金

催し・講座

スポーツ

募集

その他

相談

秋のノルディックウォーク講習会

ポールを使って運動効果を高めます。
 とき 11月12日(日)午前10時～正午

集合 滝畑ダム事務所前
 定員 30人程度(先着順)
 ※当日直接会場へ▽ポールの無料貸出あり(先着順)。
 園スポーツ推進委員会(文化・スポーツ振興課内)

トレーニング講習会

市民総合体育館トレーニング室のご利用には、講習会の受講が必要です。
 対象 16歳以上の市内在住・在勤・在学者
 とき 午前10時～11月12日(日)・26日(日)、12月23日(土)、来年1月14日(日)・27日(土)、2月23日(祝)、午後7時～12月8日(金)、来年2月8日(木)、3月6日(水)(いずれも2時間)
 定員 各回20人(先着順)
 受講料 500円
 ※有効期限から6か月以内は更新していない人は再受講が必要▽障がい者手帳をお持ちの方は当日ご提示を。
 申込 電話または直接市民総

合体育館へ▽顔写真(縦3センチ×横2.5センチ、裏面に氏名記入)、身分証明書が必要▽当日申込不可
 園市民総合体育館
 (☎65・0121)

募集

ホストファミリー

学校交流や舞踊公演のために海外から本市を訪れる人たちを迎えるホストファミリーを募集しています。内容や登録など詳細は左記へお問い合わせください。
 園国際交流協会
 (キックス内、☎54・0002)

その他お知らせ

夏の合宿は滝畑ふるさと文化財の森センターのご利用を

研修宿泊施設や体育館を部活動の合宿や会社の研修会などに利用しませんか。
 期間 来年6月1日～9月23日
 対象 40人以上の団体▽過去、夏季に利用したことがある団

体には別途連絡します
 内容 宿泊研修施設での体験学習や野外活動など
 申込 11月8日までに電話で左記へ
 園滝畑ふるさと文化財の森センター(☎63・0201)

市長とのおしゃべり集会

市長とまちづくりのアイデアや地域の課題などをお話しませんか。
 とき 11月14日(火)加賀田公民館、11月28日(火)美加の台コミュニティルーム「さくら」(美加の台小学校内)▽時間はいずれも午後7時～8時
 定員 各30人(先着順)
 ※当日直接会場へ。
 園広報広聴課



赤い羽根共同募金にご協力を

全国で12月31日まで赤い羽根共同募金運動を実施しています。誰もが安全・安心に暮らせるまちづくりを財政面で支える大きな力になります。
 ●河内長野地区募金会では災害時などの緊急時や生活困窮者への支援、食を通じた「地域の居場所づくり」の支援

を行うために、12月1日から地域歳末たすけあい募金を実施します。
 受付 左記または地域福祉高齢課
 園社会福祉協議会
 (☎65・0133)

都市計画審議会を開催

とき 11月14日(火)午前10時～
 ところ キックス
 内容 南部大阪都市計画生産緑地地区の変更について(付議)
 ※10人まで傍聴可。
 園都市計画課

献血にご協力を

●12月は大阪府献血推進月間
 対象 18歳～64歳で体重50kg以上の人(男性は17歳から可)▽60歳～64歳で献血経験のある人は69歳まで可)
 とき・ところ 11月14日(火)午前10時～正午、午後1時～4時30分
 園社会福祉協議会
 (☎65・0133)

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 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の相談	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)▷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	11月19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	11月11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	11月25日(土) 午後1時～4時	キックス	行政書士
借金問題解決のための相談★	近畿財務局相談窓口(☎06-6949-6523)	借金問題	12月10日(日) 午前10時～午後4時30分	近畿財務局(大阪市中央区)	弁護士
消費生活相談	消費生活センター(☎56-0700)	契約のトラブルや消費生活に関する相談など	市役所業務日 午前10時～午後4時	消費生活センター	消費生活相談員
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(予約可)	11月15日(水) 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	11月14日(火)・28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
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
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	11月2日(休)・16日(休) 午後1時～5時	市役所	同ステーション相談員
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	11月9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	①11月8日(水)・②22日(水) 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★	あいつく(☎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	あいつく	保育士など
ヤングケアラー相談	子ども子育て課(☎53-8001)	ヤングケアラーかもしれない子どもがいる場合	市役所業務日 午前9時～午後5時30分	市役所	保健師・保育士・社会福祉士など
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	

●編集後記●
 ▼メスティンをはじめ、最近
 は便利なキャンプグッズがた
 くさんあります。ひと手間か
 けて野外で楽しむ食事は楽し
 そう。私は箸を持ってでき上
 がりを待っています(大喜多)▼
 インディアカ大会を取材。や
 つてみるとかなり、おもしろ
 い。ペテラン選手から指導を
 受けましたが、打ち返す時は
 すばやく球の下に入って脇を
 締めてしばくのがコツだそう
 です(道仙)▼今回のレシピ
 で初めて鉄火味噌を知りまし
 た。まだまだ知らない食べ物
 があるんだな。旅行先で
 はご当地おとも探してみたい
 です(熊谷)▼ちよつと見て
 みてに投稿されたキヌガサダ
 ケは、私も一度だけ登山中に
 見たことがあります。調べて
 みるとリース状の部分が高級
 食材なんだとか!でも素人判
 断は危険ですのでどうか写真
 だけに(山崎)▼特集で紹介
 しているデジタルチケットは
 遊びに行く時だけでなく日常
 の買い物や駅までの手段とし
 てもお得!普段からもっと利
 用しようと思えました(永田)