

目次 Contents

- 02 今月の焦点1 高齢者の生活支援
- 08 今月の焦点2 市老連60周年
- 10 市政と関連情報 モックル生活ガイド  
 安全安心 10、保険・年金 12、障がい者 12、フォト 13、子育て 14、教育・文化 16、自治会 17、暮らし 20、税金 21、健康 22、就労 23、高齢者 24、事業所 25
- 17 シリーズ人権
- 18 フォトニュースかわちながの
- 22 奥河内ごちそうレシピ
- 24 市長コラム
- 26 情報プラザ  
 お知らせ 26、講演・講座 27、展示・催し 30、スポーツ 32、募集 34、相談 35
- 36 かわちながの 働ライフ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  
 ▶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などに確認を▶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）  
 ●催しなどへの来場はできるだけ公共交通機関のご利用を。  
 ●紙面の音声版と点字版を発行しています。図書館で閲覧するか、市ホームページをご覧ください。

くろまる塾の認定講座や催しはこのマーク  
 今後の予定など詳しくは市ホームページをご覧ください。

●市の人口・世帯数 6月30日現在（カッコ内は前月比）

人口	男	女	世帯数
106,406(-39)	50,344(-33)	56,062(-6)	47,393(+28)

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）  
 ☎ 53-1111（代表）



# 買い物支援その先に…

●今月の焦点1 高齢者の生活支援

—10年後、私たちの暮らしはどうなっているのだろうか—  
 そんな不安を感じたことはありませんか。  
 車が運転できなくなっているかもしれない。  
 歩くのがつらくなっているかもしれない。  
 重たい荷物が持てなくなっているかもしれない。  
 その時、誰かが支えてくれるだろうか…。  
 そんな不安を解消しようと、地域で懸命に取り組む人々を追いました。

## 高齢者の不安

国の推計では、食料品など日常の買い物に困難を感じる人が全国で約700万人おり、今後、高齢化や人口減少にともない、ますます深刻化するとわれています。

現在、市内では、同世代の人々が集住する団地の多くで高齢化が急速に進行しています。また、スーパーの撤退や免許証の返納で不便を感じる人の増加などから、早急な対策が求められています。  
 高齢者の買い物への不安を解消するには、自宅まで商品を届けるか、外出しやすくするといった住民同士の助け合いが大切です。  
 そこで、それぞれの地域で買い物支援などに取り組む人々取材し、住み慣れた場所で、安心して生きがいを持って元気に住み続けられる仕組みについて考えます。



### CASE 1

## スーパーで代わりに買い物 千代田小学校区みんなのまちづくり会の買い物代行サービス

千代田小学校区みんなのまちづくり会では、平成28年4月から、買い物代行サービスに取り組んでいます。  
 このサービスは、おおむね毎週木曜日に実施しています。事前に登録した校区内の住民から、ファクスで注文を受け、スーパーでその商品を購入し、自宅に届けて代金を清算しています。なお、利用者からの手数料は徴収していません。

同会は、地域まちづくり協議会の一つで、小学校区ごとに自治会・町会をはじめ、各種団体や事業者、地域住民などのネットワークを生かし、地域課題の解決に取り組む組織です。市では、各小学校区の地域まちづくり協議会の活動に、毎年40万円を上限に補助金を交付しています。

千代田小学校区みんなのまちづくり会の永田さん（☎53・5879）または自治協働課



### インタビュー

## 便利といわれる千代田でも 動けなくなってきたらでは遅い 同会事務局長の永田英夫さん

私たちは、地域の商店街の活性化を目的に買い物代行サービスを立ち上げました。  
 今年で3年目。まだ利用者は数名ですが、今後一人暮らしの高齢者が増えてニーズが高まると思います。買い物代行は高齢者と会って元気にされているかを確認できる貴重な機会でもあります。

現在は4人のボランティアがおり、活動は週1回なので無理はありません。市内で11の地域まちづくり協議会がありますが、この形式で買い物支援を行っているのは当会だけです。他の地域で実施を希望する場合は、このノウハウを提供したいです。





買い物に来た人に声をかける山口さん

私は、福祉委員会で誘われ、サポーターになりました。移動販売車が来る毎週月曜日と木曜日には、近所で声をかけながら公園や道端などに集まり、車の乗り降りや順番待ちの手伝いをしています。単に買い物ができればいいというのではなく、ちょっとした井戸端会議が重要で、高齢者の外出や会話の貴重な機会になっていると感じています。今後、若者や男性などいろいろな世代の方が増えようと思います。

移動販売車以外にも様々な買い物支援の方法がありますので、地域の実状にあわせてことが大事だと思います。



買い物応援は  
毎週月曜日と木曜日に実施中!  
お気軽にお声かけください

本市の中でも、今後急激に高齢化が進むことが予想される南花台。

市では、南花台地域をモデルに、住み慣れた場所で安心して元気に住み続けられるよう、新たな住民や民間投資を呼び寄せる取り組みを展開しています。

その一つが、「買物応援プロジェクト」。コノミヤ南花台店で購入した商品を玄関先まで

一緒に歩いて届けます。支え合いの地域づくりを目指して始まったこのプロジェクトは、一年を迎え地域の方々にも広く知られるようになってきました。これをきっかけに、買い物も含めた困りごとのお手伝いをする「生活応援プロジェクト」が実験的に始まり、支え合いの輪が広がっています。

囲いきいき高齢・福祉課

### CASE3

## いっしょに寄り添い一緒に歩く 南花台コノミヤテラスの 生活応援プロジェクト



インタビュー  
安心して住み続けられる  
地域にしたい  
生活応援サポーターの山口玲子さん

現在は一人で南花台に住んでいますが、ちょっとだけでも手伝ってほしいなと思うことがあります。例えば、高い所にすだれを掛けるとか、粗大ごみを運ぶとか。今は何とか自分でできますが、年をとった時にちょっととした困りごとを助けてくれる制度があったらいいなと思います。元気な今はボランティアとして参加することにしました。

買物応援プロジェクトに携わる中で、地域の方がどんな困りごとを抱えているのかが見えてきました。そうすると買い物のお手伝いだけでなく、色々な困りごとを解決したい、そんな想いがどんどん強くなってきます。そして、スタッフ全員の想いがカタチになったのが「生活応援プロジェクト」だと思っています。

プライバシーの問題などもあり、今は庭の草引きや掃除、水やり、ペットの世話、ごみ捨てなど家の中に入らなくてもできることから始めています。やってみて初めて分かることもあり、まだまだ改善すべき点がありますが、一人でも多くのお手伝いをし、喜んでいただけたら嬉しいです。

一方で、「助けてほしい」と思っている、なかなか声を上げられない人もいます。そんな人をどうお手伝いしていくのか、「助けて」と言える関係をどう築いていくのかは、これから考えていく課題の一つです。

この「生活応援プロジェクト」を進めていくことで、高齢になっても、南花台なら安心だと思えるようなまちになってほしいと思っています。



### CASE2

## 移動販売車を地域で支える サニータウンの 買い物サポーター制度



移動販売車内での買い物の様子

インタビュー  
買い物ついでの  
ちょっとした井戸端会議が重要  
買い物サポーターの阪口正子さん

私は、福祉委員会で誘われ、サポーターになりました。移動販売車が来る毎週月曜日と木曜日には、近所で声をかけながら公園や道端などに集まり、車の乗り降りや順番待ちの手伝いをしています。単に買い物ができればいいというのではなく、ちょっとした井戸端会議が重要で、高齢者の外出や会話の貴重な機会になっていると感じています。今後、若者や男性などいろいろな世代の方が増えようと思います。

移動販売車以外にも様々な買い物支援の方法がありますので、地域の実状にあわせてことが大事だと思います。



### インタビュー

## 地域づくりの一員に

大阪いずみ市民生活協同組合  
西浦博晴さん



私たちの移動販売車は魚、肉、野菜、果物、惣菜、パン、調味料から日用雑貨まで800品目以上の商品を揃えています。実際に見て買う楽しみや孤立孤独化の防止、地域の活性化のツールとして、地域づくりを意識しながら巡回するよう心がけています。サポーター制度のおかげで高齢の方でも安心して買い物できています。

最近、刺身や魚、巻きずし、惣菜が人気で、仏花も品揃えしています。また、口コミによる売れ筋商品も多々あります。今後は声かけや見守りなど地域活動にどう関わることができるかを考えていきます。

大阪いずみ市民生活協同組合 ☎0120・031・001



CASE 4

高齢者の暮らしを支える

美加の台・楠ヶ丘の

生活困りごとサポート「こ・こ・わ」

毎日の暮らしの中で、困りごとを抱えた人を地域の人々で支え合いたい、そんな気持ちで集まったメンバーが1年間検討して生まれた取り組みが生活困りごとサポート「こ・こ・わ」です。お手伝いしてほしい人の「こころ」と、お手伝いできる人の「こころ」が「わ」かになって、途切れることなく助け合いの輪が広がっていきイメージから「こ・こ・わ」という名称が付けられました。

この取り組みは、平成30年4月から美加の台と楠ヶ丘でモデル事業として始まりました。生活の中のちょっとした困りごとを有償のサポーターがお手伝いしています。

☎65-0133 または いきいき高齢福祉課



サポーターとして活躍する青木春頼さん、柴田康江さん、小西一雄さん（前列左から）

あなたも担い手に

インタビュー

いつまでも元気で生きがいを  
持って暮らせるように

市社会福祉協議会

生活支援コーディネーターの土橋さん

私たち生活支援コーディネーターは主に中学校区に1人ずつ、高齢者の生活支援体制を整備するため配置されています。日ごろは地域の様々な関係団体・機関と連携し、担い手づくりやサービスの開発、支援関係者のネットワークづくりなどを行っています。

例えば、介護予防体操の集いを始めたい住民と、空きスペースを活用したい薬局とをマッチングし、高齢者が集まる居場所の開設につながったことなどは、成功事例の一つです。

このように、私たちは地域で顔の見える関係をベースに、キーパーソンを発掘したり、活動者と共に悩んだり、関係者同士をつないだりなど、地域活動の継続・充実や新規立ち上



げのお手伝いをしています。

その中で特に力を入れているのは、高齢者の居場所づくりや生活支援事業の拡大です。こういった地域活動が途切れることなく継続する仕組みを、目指し、支援の「人」の輪が循環していけるように寄り添っていきたくと思っています。

また、通院や買い物などに不便を感じている人に目的の地までの移動のお手伝いができないかと、有志のみなさんと「移動支援」に関する勉強会も開始しました。

もちろん、これらの実現には人の「想い」が欠かせません。地域で何かやってみたいという人は、ぜひ情報交換会などに参加してください。



生活支援コーディネーター連絡会議



杉山さんと見置さん（左から）

インタビュー

10年後の安心のために

美加の台で「こ・こ・わ」を運営する  
杉山正明さんと見置衛さん

美加の台では、以前から生活支援の取り組みを始めようと、住民アンケートを取ったり、拠点となる場所を探したりしていましたが、なかなか実現しませんでした。

昨年、「生活支援の仕組みづくり」をテーマとして話し合いの場がありました。そこで様々な地域の方と一緒に何度も検討を重ね、「こ・こ・わ」という形で楠ヶ丘と共に始めることができ、本当に嬉しく思っています。

この事業を始め、これまで話をすることもなかった人とつながりができ、人の輪が広がっていくのを実感しています。今はまだスタート地点に立ったばかりですが、10年後に地域の大切な資源になっているよう、長く続けていきたいと思っています。

「こ・こ・わ」サポーターの声

自分が役に立てるかと不安もありましたが、「ありがとう」の言葉を聞いたときにやって良かったと思えました。活動の際には、利用者が何を求めているかを丁寧に聞くようにしています。言われたことだけをやるのではなく、こちらから提案をして喜んでくれたときは、やりがいを感じました。ボランティアだからこそ、コストを考えずに楽しみながら続けていきたいです。

いずれは、自分も「こ・こ・わ」を利用したいと思っています。それまでの仕組みが地域に浸透し、良い形で継続されていることを願っています。



手際よく窓の鍵の取り換えをする小西さん

「こ・こ・わ」利用者の声

足腰の痛みが始め、これまで自分でできていたことが難しくなってきたときに、「こ・こ・わ」のことを知りました。ごみ出しや鍵の取り換えなどをお願いすると、とても丁寧に対応していただき、本当に感謝しています。また困りごとがあればお願いしようと思います。便利で安心して利用できる「こ・こ・わ」を多くの方に知っていただきたいと思っています。

あなたの地域でも  
支援の種を育てませんか

■移動支援を考える会

とき 8月16日(木)午後1時30分～  
ところ 福祉センター錦深苑  
※毎月第3木曜に開催予定。

■「生活支援の仕組みづくり」情報交換会

とき 10月23日(火)午前9時30分～  
ところ 福祉センター錦深苑  
※以後は不定期に開催予定。

☎65-0133

未来を見つめて

芽吹いたばかりのこれらの取り組みは、今はまだ小さく頼りないものかもしれませんが、しかし、地域で大切に育てていくことで、やがて大樹となり、私たちの生活を支えてくれるものになるでしょう。10年後、20年後、その先を見つめて、今からできることを始めてみませんか。笑顔で過ごせる未来に向けて。



ご存じですか？  
あなたの地域の

# 老人クラブ

囲いきいき高齢・福祉課

人生100歳時代

今、日本人の平均寿命は男性が80歳、女性が86歳を超え、過去最高を更新しています。

本市でも、さまざまな分野で高齢者が活躍する中で、いわゆる団塊の世代がすべて後期高齢者になる2025年には、高齢化率が37・7%になると予測されています。

そこで、高齢者による自主的な団体で、今年60周年を迎える「老人クラブ」の活動を通じて、高齢化が進む中、住み慣れた地域で生きがいを持って元気に暮らし続けるヒントを探ります。

どんな活動があるの？

老人クラブは、①健康づくり（グランドゴルフ、ゲートボール、ウォークラリー、ペタンクなど）、②友愛訪問（地域で安心して暮らせる仲間づくりなど）、③清掃奉仕、④見守り活動、⑤サークル活動（カラオケ、ダンス、楽器演奏などの趣味や文化活動など）を行っています。

健康づくりのために体操の集いを開催しています。定期的に集まり、体を動かすことで、地域とのつながりも深まりました。

カラオケや囲碁・将棋などに参加しています。共通の趣味を持つ友人ができ、一人で家で過ごすことが少なくなりました。

ときどき、一人暮らしの高齢者のお宅を訪問します。自分が一人暮らしになったときにも安心です。

## Introduction

生き活きと活動する  
会員の様子をご紹介します

朝夕、児童の見守りをしていきます。子どもたちの「おはようございます！」の声に元気をもらいます。



みんな笑顔で楽しんでいます



いきいき長寿スポーツ大会



いきいき長寿福祉大会



市老連囲碁将棋大会

## Interview

インタビュー

いざという時頼れる絆を

市老人クラブ連合会会長  
山田昭儀さん

今から10年前、自治会長を経験し、高齢者の増加を肌で感じたことから、新たに老人クラブを立ち上げました。

それまで挨拶を交わす程度だった近所の方たちとも、この10年でつながりが強くなりました。普段、サロンやカラオケに参加している人が来ていないと、自宅に声をかけにくいことも。そのおかげで一人暮らしの人の異変に気づき、家族に連絡できたこともあり

ました。最近では、口コミで参加する人が増えていて、入会した人は知り合いが増えてよかったと喜んでいきます。

老人クラブと同様に、子ども会や自治会など地域団体の加入者が減少し続けている背景には、ライフスタイル

ルの変化以上に、活動そのものの魅力が不足しているのかもしれない。そこで、私たちのクラブでは、新たに「健康マージャン」を始めようという企画をしています。

災害などのとき、老人クラブを通じて築いた人間関係がいざというときの「頼れる絆」として支えてくれるのだと思います。

今後、人生100歳時代を迎え、シニアがシニアを支え続ける仕組みが必要で、老人クラブ連合会が担う役割も大きいと感じています。そのため、次の70周年に向けて頑張ります。



老人クラブの活動を応援

自分らしく  
過ごすために

市老人クラブ連合会は昭和33年に創立され、今年で60周年を迎えます。市内では平成30年4月現在、82団体、6千300人が加入しています。

これまで、さまざまな活動を展開してきました。レクリエーションだけでなく、地域の老人クラブに共通する課題を検討したり、研修を通じて情報交換を行うなど、老人クラブ活動の支援や新規クラブの立ち上げ支援を行っています。

会員数が減少

高齢者が増加しているにもかかわらず、市老人クラブ連合会は、平成16年の加盟92団体、会員8千314人をピークに減少しています。

これは、60歳を過ぎても働き続ける人が増えたこと、インターネットを使って自ら趣味や仲間づくりができるようになったこと、地域とのかかわりを煩わしいと思う人が増えていることなどが原因と考えられます。

歳を重ねるにつれ、外出する機会が少なくなりがちです。外出をしないと外からの刺激が減り、筋力や脳機能の低下につながる可能性があります。いつまでも元気で自分らしく過ごし、また、地域で心通わせる仲間を見つけるために、あなたも老人クラブに参加してみませんか。

老人クラブはおおむね60歳以上ならどなたでも参加できます。クラブに参加すると知り合いが増え、暮らしの視野が広がります。また、あなたの知識や経験を活かす場があります。

老人クラブの加入や新規立ち上げについての相談は市老人クラブ連合会事務局へ。  
市老人クラブ連合会事務局  
（福祉センター 錦溪苑内、☎65・0123）





# 地震から身を守るために

関危機管理課



## 正確な情報を知ろう

「おおさか防災ネット」では、気象庁からの地震や気象に関する情報、本市からの緊急情報（避難勧告など）や避難所情報、主な交通機関やライフラインの情報など様々な防災情報を確認できます。

http://www.osaka-bousai.net/  
kawachinaganano/index.html



## 地震では

### どのような被害が出るか？

建物の倒壊、火災の発生、土砂崩れなどが想定されます。また、大都市特有の被害として、①ビルの外壁や窓ガラスの落下、②ライフラインの

大規模な停止、③道路の通行不能や渋滞、④帰宅困難、⑤通信インフラの不通などが挙げられます。

### どのように行動するか？

- 屋内にいる時
  - ◎頭を保護しながら大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れる。
  - ◎あわてて外に飛び出さない。
  - ◎料理や暖房の火を消す（火元から離れているときは無理に火を消しに行かないで、揺れが収まってから確認する）。
  - ◎扉を開け避難路を確保する。
  - 屋外にいる時
    - ◎ブロック塀や自動販売機のそばから離れる。
    - ◎ビルの壁、看板や割れた窓ガラスなどの落下に注意して、

建物から離れる。  
■エレベーター内にいる時  
◎最寄りの階で停止し、すぐに降りる。

■人が大勢いる施設（大規模店舗など）にいる時  
◎あわてずに施設の係員や従業員などの指示に従う。

◎吊り下がっている照明などの下から退避する。  
◎あわてて出口や階段に殺到しない。

■山やがけの付近にいる時  
◎落石やがけ崩れに注意し、できるだけその場から離れる。

■自動車を運転している時  
◎あわてて急ハンドルや急ブレーキをかけず、ゆるやかに速度を落とす。

◎ハザードランプを点灯して周りの車に注意を促し、道路の左側に停止する。  
◎車を離れる場合は、鍵をつけたままにしておく。

## 地震での被害を防ぐ家庭での備え

- 食糧・飲料を備蓄する  
◎飲料水 3日分（1人1日3リットルが目安）  
◎非常食 3日分（アルファ

化米、ビスケット、など）

◎その他トイレレットペーパー、マット、ろうそく、カセットコンロなど  
※トイレを流すための生活用水も必要です。お風呂の水を張っておくなどの備えをしておきましょう。

## ■家具などを固定する

**テレビ**  
粘着マットを敷いて転倒を防ぐとともに、機器の裏側をワイヤーなどで壁やテレビボードに固定する。

**食器棚**  
L字型金具やワイヤーなどで壁に固定し、重い本は下の段に。

**本棚**  
L字型金具やワイヤーなどで壁に固定し、重い本は下の段に。

**タンス**  
床側をストッパーなどで固定し、天井側はポール式器具で固定する。

**冷蔵庫**  
転倒防止ベルトなどで壁に固定する。

**窓ガラス**  
強化ガラスに替えたり、飛散防止フィルムを張ったりする。

## 防災講演会

9月1日の「防災の日」にあわせて、大阪管区気象台の職員が地震や風水害についてお話しします。  
とき 9月1日(土)午前9時30分  
ところ キックス  
定員 280人(先着順)  
申込 8月6日から電話で危機管理課へ

# ブロック塀の安全確認をしましょう



ブロック塀には法律で定められた基準があり、安全性の確保は所有者の責任です。まず外観で次の項目を点検し、一つでもあてはまる場合は安全対策が必要と考えられますので、専門家にご相談ください。

- ◎ひび割れ・破損・傾き・ぐらつきなどがある
- ◎高さが2・2メートルを超えている
- ◎厚さが15センチ（高さ2メートル以下は10センチ）未満である
- ◎高さが1・2メートルを超え、かつ「控え壁（3・4メートル以内）とに塀の高さの5分の1以上突出」がない

## 屋外広告物の安全管理を

屋外広告物は、設置や管理が適切に行われないと、老朽化や自然災害による落下事故などで、行人などに危害を及ぼす可能性があります。事故を未然に防ぐため、広告物の安全で適切な設置・管理にご協力ください。



■府屋外広告物条例が改正  
10月1日から施行される府屋外広告物条例の主な改正点は次のとおりです。  
◎広告物などの所有者、占有者の管理義務を明確化  
◎すべての広告物などについての安全点検の実施を義務化  
◎高さが4メートルを超える広告物などについて、屋外広告士などの有資格者による安全点検の結果報告を義務化  
関都市創生課

# 6月18日の大阪府北部地震について

6月18日午前7時58分、大阪府北部を震源とする最大震度6弱の地震が発生しました。

大阪で震度6弱を観測するのは、観測史上初めてのことで、大阪北部を中心に大きな被害が出ましたが、本市では大きな被害はありませんでした。

本市からは、被災地に向けて、次の支援を行いました。

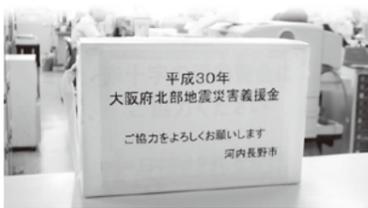
- ・給水車と職員の派遣
- ・被災建築物応急危険度判定士の資格を持つ職員の派遣
- ・家屋被害調査支援、り災証明発行支援のための職員派遣
- ・資材（ブルーシート）の提供
- ・公用車の貸出し
- ・募金活動の協力

また、河内長野市社会福祉協議会では、被災地の災害ボランティアセンターへの職員派遣、資機材、車両の貸出しによる運営支援、ならびにボランティアワゴンの運行での被災地支援を行いました。

## 大阪府北部地震災害義援金にご協力を

募金箱は、市役所と社会福祉協議会に設置しています。

関いきいき高齢・福祉課または社会福祉協議会 ☎65-0133



- ◎基礎がない
- ◎基礎が入っていないか
- ◎基礎の根入れ深さは30センチ以上あるか



### おはなし会に参加しよう



#### ■図書館のおはなし会

##### ◎2～3歳児と保護者対象

とき 8月8日(水)・22日(水)▷午後2時30分～(15分程度)

定員 各10組(先着順)

##### ◎4歳～就学前の子ども対象

とき 8月8日(水)・22日(水)▷午後3時30分～(30分程度)

定員 各25人(先着順)

##### ◎小学生対象

とき 8月4日(土)・25日(土)、9月1日(土)▷午前11時～、8月18日(土)▷午後2時～(30分程度)

定員 各25人(先着順)

※いずれも当日直接図書館へ▷8月25日は保護者も入場可。

図書館 ☎52-6933

#### ■くまちゃんのおはなし会

絵本や手遊びなどで楽しめます。

対象 2歳6か月～4歳の子どもとその保護者

とき 8月16日(水)、9月20日(水)▷午前10時30分～11時30分

ところ 三日市公民館

定員 各10組(先着順)

申込 各月の5日から同館へ

三日市公民館 ☎62-6155

#### ■公民館のおはなし会

児童を対象に絵本の読み聞かせや手遊びなどをします。

とき 8月18日(土)、9月15日(土)▷午後3時～3時30分

ところ 千代田公民館

定員 各30人(先着順)

※当日直接会場へ。

千代田公民館 ☎55-1125



## 子育て

### あいつくの催し



#### ■ひとり親家庭の情報交換会

対象 ひとり親家庭で育児中または、ひとり親家庭の情報交換会がほしい保護者と小学6年生以下の子ども(保護者のみの参加可)

とき 8月26日(日)午前10時30分～正午

※当日直接会場へ。

#### ①ねずみちゃんのお話し会

親子のためのわらべうたや絵本を紹介します。

対象 市内在住のおおむね1歳6か月～2歳6か月の子どもとその保護者

とき 8月23日(木)午前10時30分～11時

定員 10組(抽選)

②フラダンスを体験しよう  
とき・対象 8月24日(金)①午

前10時15分～11時 市内在住の大人(子どもを抱っこしての参加可)②午後11時15分～正午 市内在住の3歳～小学6年生(小学2年生以下は保護者同伴で)  
定員 各15人(抽選)  
③子育てママの心理学～親子でハッピーになろう！～  
自分らしい子育てやスキルアップを学びましょう。  
対象 市内在住の就学前の子どもを持つ保護者  
とき 9月6日(木)午前10時30分～正午  
定員 12人(抽選)  
※就学前の子どもの一時保育あり▷定員10人。

#### ★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したりする場所です。会場や時間、内容など詳しくはお問い合わせを。

#### ◎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	8月8日(水)	☎62-6155
千代田公民館	8月17日(金)	☎55-1125
南花台公民館	8月22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	毎週火・木・金曜日と8月20日(月)午前10時～午後3時30分▷8月6日(月)＝「ゆみ先生と音楽を楽しもう！」(午前11時30分～)、17日(金)＝「みんなでストレッチ体操！」(午前11時～)▷8月13日～15日は休み
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▷8月20日(月)＝「手型足型アート」(午前10時～正午▷参加費無料▷汚れてもいい服装で)

※この他にも福祉委員会・自治会主催の遊びの広場を各地域で開催しています。詳しくはあいつく(☎50-4664)へ問い合わせを。

### 児童扶養手当

#### ■現況届の提出を

引き続き児童扶養手当の認定を受けるために必要です。  
提出期間 8月1日(水)～31日(金)  
※届け出がないと8月分以降の手当が支給されません▽所得制限により支給を制限・停止中の人も提出しないと支給資格がなくなることがあります。

#### ■受給資格者は

離婚などで父親もしくは母親がいない児童を監督保護している人が対象です。  
また、父親もしくは母親が

#### ■所得状況届の提出を

引き続き特別児童扶養手当の認定を受けるために必要です。  
重度の障がい者である世帯などで18歳未満(18歳に到達した日の年度末まで)▽児童に政令で定める障がいがある場合は20歳未満)の児童を監督保護している人も対象となります。  
※対象児童が児童福祉施設に入所しているときなどを除きます▽所得制限があります。  
園子ども子育て課

#### ■特別児童扶養手当

重度の障がい者である世帯などで18歳未満(18歳に到達した日の年度末まで)▽児童に政令で定める障がいがある場合は20歳未満)の児童を監督保護している人も対象となります。  
※対象児童が児童福祉施設に入所しているときなどを除きます▽所得制限があります。  
園子ども子育て課

#### ■受給の対象となる人は

20歳未満で精神(発達障がいなど含む)または身体に重度・中度の障がいのある児童を監督している父母または養育者が対象です。  
※対象児童が障がい支給事由とする公的年金を受給できる場合や児童福祉施設に入所しているときなどを除きます▽所得制限があります。  
園子ども子育て課

### ペアレントトレーニング

落ち着きがない、何度言ってもわからない、叱ってばかりなどの悩みはありませんか？  
子どもの行動を理解し、適切な対応方法を学ぶことで、より良い親子関係を目指すプログラムです。  
対象 市内在住の年中、年長児の子どもの保護者(保護者のみの参加)  
とき 9月13日(木)・20日(木)・27日(木)、10月4日(木)・11日(木)▷午前10時30分～正午▽5回シリーズ

#### ■パソコン初級(ワード基礎とエクセル3級試験対策講座)

落ち着きがない、何度言ってもわからない、叱ってばかりなどの悩みはありませんか？  
子どもの行動を理解し、適切な対応方法を学ぶことで、より良い親子関係を目指すプログラムです。  
対象 市内在住の年中、年長児の子どもの保護者(保護者のみの参加)  
とき 9月13日(木)・20日(木)・27日(木)、10月4日(木)・11日(木)▷午前10時30分～正午▽5回シリーズ

#### ■ひとり親家庭の親などを対象とした就労支援講習会

定員 25人(抽選)  
教材費 7000円  
申込 往復はがきで9月14日(消印有効)までに府母子家庭等就業・自立支援センター(〒54010012大阪府中央区谷町5の4の13)へ。  
※詳細はお問い合わせください。  
府母子家庭等就業・自立支援センター ☎06-6762-9995



園あいつく相談ゾーン ☎50-4671

## ファミリー・サポート・センターに登録しておこう

### ■ファミリー・サポート・センター事業とは

子育てする中で少しの時間子どもを預かってもらえたら助かるときってありませんか。そんな時に「子育てをお手伝いできたらいいなあ」と思っている人を紹介して、地域で子育てを応援する活動です。

**対象** ①子育ての援助を受けたい人（依頼会員）＝生後2か月～小学6年生までの子どもを持つ市民、②子育ての援助を行いたい人（提供会員）＝子どもが好きで自宅で預かることができる市民

**内容** 提供会員の自宅での預かり、保育所・幼稚園・小学校・習い事への送迎など  
※利用料金が発生します▷家事援助、宿泊援助、病気の子どもの援助はできません。

### ■登録説明会

ファミリー・サポート・センターを利用するには事前に会員登録が必要です。今すぐ必要はなくても、子どもの成長にともなって今後必要になるかもしれません。ぜひ、この機会に説明会にご参加ください。

**とき** 8月12日(日)・18日(土)、9月1日(土)・9日(日)・16日(日)・22日(土)・24日(日)・30日(日)、10月13日(土)、21日(日)、27日(土)▷時間は午前10時～正午、午後2時～5時30分の間で1時間程度(予約制)  
※上記以外の平日(水曜日を除く)でも説明可能です。

**ところ** あいっく(ノバティながの北館内)  
**申込** 電話でかわちながのファミリー・サポート・センター(水曜日を除く午前10時～午後5時30分)へ

**〒ファミリー・サポート・センター**  
(あいっく内、☎50-4670)



### 赤ちゃんタイム

みんなで、わらべ歌や手遊び、絵本などを楽しみます。  
**対象** 1歳以上の乳幼児とその保護者  
**とき** 9月20日(木)午前10時20分～11時11歳児向け、午前11時20分～正午12歳児向け  
▽8月はお休みします  
**ところ** 図書館  
**定員** 各10組(先着順)  
※当日直接会場へ。  
**図書館** (☎52・6933)

### 就学相談

来年4月に小中学校へ入学する子どもの保護者を対象に就学相談を行っています。「体力や健康面が不安」「集団にうまくなじめない」など、健康や生活の面での悩みなどを気軽に相談ください。  
**教育指導課**

### 教育・文化

## 自治会

### 自治会活動環境整備事業補助金制度

自治会活動に必要な備品の購入に要する経費の半額(限度額30万円)を補助しています。

事前協議が必要ですので、平成31年度中に補助金の交付を希望する自治会などは9月末までにご相談ください。

### 自治協働課



然に防止するため、防犯カメラを新たに設置する自治会などに設置費用の半額(上限20万円)を補助しています。条件がありますので、平成31年度中に補助金の交付を希望する自治会などは9月末までにご相談ください。

### 自治協働課

### 集会所施設への太陽光発電システム設置補助

再生可能エネルギー利用の普及促進を目的に、自治会などで管理している集会所などへの、太陽光発電システム設置補助を行っています。

**補助金額** 1キワットあたり5万円(上限20万円)

※詳細はお問い合わせを。

### 環境政策課

### 防犯カメラ設置補助金制度

街頭犯罪や侵入盗などを未

### 集会所の整備を予定している自治会などはご相談を

自治会などで地域活動の拠点として活用している集会所を整備(新築・改修・耐震補強やバリアフリー化など)する経費の半額(3分の1)を補助しています。

平成31年度中に整備を予定している自治会などは9月末までにご相談ください。計画が数年先でも新築や大規模改修など多額の費用を要する場合は早めにご相談ください。  
**自治協働課**

### シリーズ人権 連載

## 花も美しい月も美しい 「気づくころ」

楠木 薫  
KAORU KUSUNOKI

### 第26回

### 「高齢」社会から「長寿」社会へ

私事で恐縮ですが、2か月前、米寿を過ぎた父が朝の散歩で転倒し、大けがを負って入院しました。父はけがで手足にマヒが生じ、自分の意思で手足を自由に動かすことが困難な状態になったことが、当初受け入れられず、私たち家族にとっても苦しい毎日が続き、その日から家族の生活は一変しました。

さて、平成30年版高齢社会白書(内閣府)によると、総人口に占める65歳以上人口の割合(高齢化率)は27%を超え、すでに超高齢社会

会になっていきます。「高齢」とは、言い換えれば「長寿」であり、長生きは喜ばしいことのはずです。しかし、長生きが本当の意味で「長寿」となるためには、いくつかの条件が必要です。

まず、安定した所得の確保です。国の働き方改革では「高齢者の就業促進」が掲げられ、就業機会・勤務形態の多様化とそれに応じた年金制度の構築が求められています。二つめは、健康の問題です。誰でも年齢を重ねれば、身体的機能が低下し、けがなどを避けることができませぬ。我が家のケースもその一例かと思えます。今後、医療・福祉サービスのより一層の整備・向上が望まれます。

三つめは、より充実した生活を送るための社会参加です。生きがいづくりや社会貢献に加え、バリアフリーなど安全に生活できる環境整備も必要です。そして、何よりも大切なことはすべての人々にとって「やさしい社会」であり、「お互い様」の精神で、「共に生きる」社会をめざす、人間関係そのものの成熟ではないでしょうか。

その父は、現在もリハビリをしながらの入院生活を送っています。しかし、この出来事をきっかけに、これまで健康な時には口数も少なく、あまり会話がなかった父子でしたが、今ではたわいのない話をして病室で盛り上がっています。



## 日本文化の神髄をみた

### 市民居合道大会

6月24日、武道館で市民スポーツ大会「居合道大会」が開催されました。居合道連盟の川平会長によると、居合道は戦国時代に生まれた抜刀術で、日本刀を鞘に収めた状態から抜き放って一撃を加えるか、相手の攻撃を受け流し二の太刀でとどめを刺すという武術です。この日は市内外から50人を超える剣士が出演し、審査員を前に数名ずつ演武を行い、日ごろの鍛錬の成果を競っていました。



## こんな生き物もいるんだ♪

### 石川で魚とりをしよう

6月17日、長野公園前の石川で「石川で魚とりをしよう」が開催され、参加した14組28人の家族はバケツや虫捕り網を持って、水生生物を探しました。この日採れたのは、日本にしか生息していないカワヨシノボリや、近年絶滅が危惧されているナマズの仲間、カジカガエルの幼生やヌマエビなど。多種多様な生物を捕まえて観察することで、新しい発見ができてよかったと、参加した親子は話していました。



## 命を守る日々の訓練

### 滝畑ダム水難救助合同訓練

6月21日、滝畑ダムで府南河内農とみどりの総合事務所、河内長野警察、市消防本部の合同による水難救助訓練が実施されました。今回の訓練では、夕月橋を歩行していた住民が誤ってダム湖に転落したとの想定で行われ、参加した隊員らはお互いに声を掛け合いながら連携し、迅速な救助活動を行っていました。参加した隊員は「今後も協力して有事の際に円滑な救助活動が行えるよう準備したい」と話していました。



## みんなが幸せに暮らすために

### 男女共同参画週間講演会 & 第27回おんなとおとこのワイワイあざら

6月23日、キックスで「私のものさし 君のものさし〜みんなハッピーに暮らすには〜」と題して、テレビ番組でコメンテーターとしても活躍している大阪国際大学准教授の谷口真由美さんが講演しました。実体験を交えながら、わかりやすく「多様性」について語り、参加した181人の聴衆はうなずいたり笑ったりと、最後まで興味深く聞き入っていました。



# Photo news

まちの話題をお届けします

## 明るい社会のために

### 社会を明るくする運動市民集会

7月7日、キックスで「社会を明るくする運動市民集会」が開催されました。第1部では天見小学校の児童による合唱が披露された後、式典が行われました。第2部では音楽家のサキタハヂメさんが「山を鳴らす〜奥河内と世界を音でつなぎ、奥河内をもっとオモシロがる〜」をテーマに講演。河内長野の魅力を知れば社会は明るくなる、そんな魅力を音楽とともに世界へ発信したいと熱弁。約250人の参加者からは大きな拍手が送られました。