

みんなで創ろう潤いめぐる 緑と文化の輝くまち河内長野

広  
報

# かわちなかの

11

November 2015  
No.1105



## 颯爽と駈ける

10月12日、住吉神社で奉納された伝統行事「馬駈け」。  
馬の手綱を持ち、約200mを颯爽と駈ける勇壮な姿に  
観衆からは大きな歓声が上がりました。

目次 Contents

02 今月の焦点  
**地域包括ケアシステムの実現に向けて**

05 文化の日 晴れの受賞  
 ～平成27年度市長表彰受賞者～

06 情報 PICK UP  
 ・救急車の適正利用を  
 ・マイナンバー通知カードに関するお問い合わせはコールセンターへ  
 ・奥河内くろまるの郷1周年記念イベント  
 ・文化財ライトアップ「観心寺 奥河内の灯里」

08 CLOSE UP  
 おんたとおこのワイワイあごら講演会

10 市政と関連情報 モックル生活ガイド  
 まちづくり10、暮らし11、人権11、安全安心12、税金13、健康14・21、障がい者14、保険・年金16、協働17、事業所17、子育て20、教育・文化20

18 フォトニュースかわちながの

23 教育立市宣言シリーズ

24 シリーズ人権連載  
 はいこちら教育相談センターです  
 商品やサービスについての苦情や相談は消費生活センターへ

26 情報プラザ  
 お知らせ26、講演・講座26、展示・催し30、スポーツ34、募集34、相談35

36 食きりレシピで笑顔の食卓育もう

●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。

市民大学くろまる塾・くろまるキッズの認定講座や催しにはこのマーク



くろまる塾 (小中学生対象)

市役所: 〒586-8501 (住所不要)  
 ☎ 53-1111 (代表)

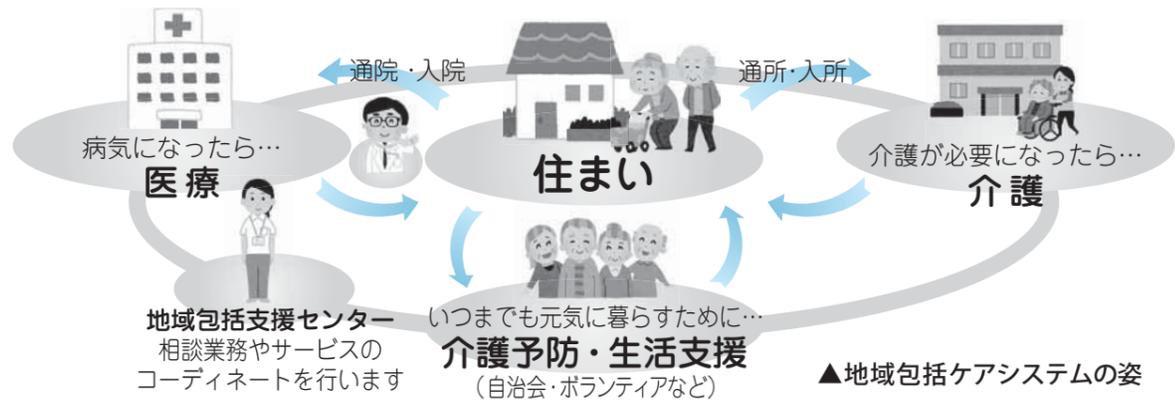


◎今月の焦点 地域包括ケアシステムの実現に向けて

いつまでもこのまちで暮らしたい

市では、団塊の世代が75歳以上となる2025年に向けて、要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される、地域包括ケアシステムの構築を目指しています（3ページ・イメージ図参照）。このシステムは、地域の自主性や主体性に基づき、市民のみなさんとともに、それぞれの地域の特性に応じて作りあげていくことが求められています。ここでは、地域の介護予防や高齢者支援の取り組みなどについて紹介しています。

問い合わせ いきいき高齢課



## 住民主体で介護予防

■大矢船地区で体操教室を開催  
 大矢船地区では、住民自らの手で、9月から12月まで週1回、介護予防体操の教室を開催していきます（写真右、下）。専門の指導員が月1回指導するほかは、講習などを受けた地域住民が講師を務めます。



「自分たちのまちでもやってみたい」  
 希望される地区はいきいき高齢課へご相談を。

## 高齢者を総合的に支援

■地域包括支援センター  
 地域包括支援センター（下表）は、地域包括ケア実現に向けた中核的な機関として、保健師、社会福祉士、ケアマネジャーなどが協力して、地域の高齢者の総合相談、権利擁護や地域の支援体制づくり、介護予防に必要な援助などをを行っています。お気軽にご利用ください。

名称	主な担当地域	住所・電話番号
東部	千代田・長野・川上小学校区	西之山町 1-2 ☎ 52-0180
中部	三日月・南花台・加賀田・石仏・天見・美加の台小学校区	上田町 155-5 ☎ 55-3451
西部	楠・小山田・天野・高向小学校区	小山田町 1701-1 ☎ 56-6600

※受付時間は月～土曜日の午前9時～午後5時30分（祝休日・年末年始を除く）。

## 介護予防で地域を元気に

「住み慣れたこのまちで元気に暮らし続けてもらいたい」。そのためにも地域のみなさんに足腰などの筋力をつけてもらおうと、福祉委員18人の総意と、自治会・松風会（老人会）の協力で、私たちの運営する介護予防体操教室がスタートしました。教室では、健康づくり推進員や、福祉委員の中から任命した4人の健康推進員が中心となって、モックル介護予防体操のDVDや手本を見ながら体操を実施。健康推進員が考えたオリジナルの運動なども取り入れ、楽しく体を動かします。また、会場の準備や受付などの役割も分担し、全員で力を合わせて取り組んでいます。



介護予防だけでなく、参加者同士の交流にもつながる体操教室。今回は12月までの予定ですが、それ以降もみなさんの健康を願って続けていきたいと考えています。

大矢船福祉委員会  
 地区長 南吉昭 さん

## 高齢者が活躍できる社会を

「地域のみなさんが主体的であること」。これは私たち地域包括支援センターが高齢者の総合的な支援にあたる中で、特に大切にしていることです。地域包括ケアシステムは概念が先立ち、分かりにくいかもしれませんが、これまでも言われてきた医療と介護の連携で「地域で元気に暮らす」ことを実現するための仕組みづくりです。私たちはその調整役として、積極的に地域の会合に参加するなどみなさんと顔を合わせ、制度の周知や関係機関との連携に努めています。「どんなことでもまずは相談を」——。みなさんも悩みなどがあれば一歩踏み出し、身近なセンターに声を届けてください。また、介護予防に協力いただけるボランティアも募集中です。私たちは地域のみなさんとともに、高齢者が元気に活躍できる社会を築いていきたいと思っています。



中部地域包括支援センター  
 センター長 芦田 さよこ さん

# 市が実施する介護予防教室

**①モックル介護予防  
体操講座**  
「①立って」「②椅子に座って」「③床の上で」「④口の体操」の4パターンがあります。  
対象 おおむね65歳以上の市民  
とき・内容 11月17日(火)②  
④の2パターン、25日(水)①  
③の2パターン▽時間はいずれも午後1時30分～3時30分  
ところ 市民総合体育館  
定員 各30人(初参加者優先)



◎DVD・CDの配布や講師派遣も実施しています  
対象 おおむね65歳以上の市民  
※講師派遣は5人以上での申し込みが必要。  
**②すこやか体操教室**  
腰痛予防の話と体操  
対象 65歳以上の市民  
とき・ところ ①11月25日(水)キックス、②30日(月)三日市市民ホール(フォレスト三日市内)▽時間はいずれも午前9時45分～11時45分  
定員 各30人(先着順)▽①②いずれかのみ



認知症に理解と支援を

認知症の人や家族、支援者らがたすきをつないで全国を走るリレーイベント「RUN 祥」が10月4日、市内のコースで行われました。市役所モックル・フルル広場では、認知症ケアの活動をPRする「オレンジキャンペーン」も同時開催。ランナーの出発などに合わせて府立長野高校の吹奏楽部・フォークソング部有志による演奏や歌も披露され、様々な催しを通じて認知症への理解と支援を呼び掛けました(写真上)。

## 認知症啓発の催しいろいろ

- ①認知症フォーラム**  
「いつまでも ころも豊かにこのまちで」  
とき 12月6日(日)午後1時30分～4時15分  
ところ キックス  
内容 「認知症と共によりよく生きるために今、私たちにできること」をテーマにした講演など  
定員 280人(先着順)
- ②認知症サポーターステップアップ講座**  
認知症や、認知症の人とのコミュニケーションについて学びます。  
対象 認知症サポーター(オレンジリング所持者)  
とき 11月30日(月)午後1時30分～3時30分  
ところ 市役所  
定員 30人(先着順)
- ③認知症カフェに集まろう**  
認知症の人や家族、地域住民らが集う「認知症カフェ」。市内で3つ目となる「チェリーカフェ」が誕生しました。気軽にお立ち寄りください。  
とき 毎月第4金曜日午後2時～4時  
ところ さくらの杜・千代田(木戸1の33の1)  
※当日直接会場へ▽喫茶代などの実費が必要▽詳しくは問い合わせを。  
**①②の申し込み** 11月5日から電話でいきいき高齢課へ▽**②**はファクス(℡50・1088▽氏名、電話番号を記入)も可  
問い合わせ いきいき高齢課



## 高齢者いきいき都市構想推進の キャッチコピーとロゴマークを作成

「生きるも 活きるも ウチら次第」  
高齢になっても「生かされる」のではなく、いきいきと「活躍」したいという願いと、それは自ら実現するものというメッセージが込められています。  
問い合わせ いきいき高齢課

# 文化の日晴れの受賞

平成27年度の市長表彰の受賞者がこのほど決まりました。晴れの受賞者は次のみなさんです(氏名・団体名は50音順)。なお、表彰式は、11月3日(祝)午前10時からキックスで開催します。  
問い合わせ 秘書課

## 市長表彰

市長表彰は、長年にわたり市政の各分野で活躍もしくはその功績が顕著であった個人や団体の中から、市長表彰規程に基づき表彰するものです。

### ●個人の部

- 井上壽子さん(南青葉台) 人権尊重のまちづくりに貢献
- 大橋康浩さん(北貴望ヶ丘) 高齢者福祉の向上に貢献
- 北井俊子さん(加賀田) 青少年の更生保護に貢献

### ●団体の部

- 芝池正明さん(天見) 平和啓発の推進に貢献
- 柴田一清さん(長野町) 高齢者福祉の向上に貢献
- 島田忠さん(北青葉台) 市民のスポーツ振興に貢献
- 高崎明之さん(市町) 安全・安心のまちづくりに貢献
- 玉木義輝さん(中片添町) 地域福祉の向上に貢献
- 中林義明さん(岩瀬) 高齢者福祉の向上に貢献
- 西田幸康さん(南花台) 商工業の発展に貢献

### ●個人の部

- 松永俊定さん(南花台) 地域福祉の向上に貢献
- 松林妙子さん(錦町) 消費者保護の推進に貢献
- 宮浦通子さん(高向) 地域福祉の向上に貢献
- 宮阪元善さん(本町) 地域福祉の向上に貢献
- 向井寛司さん(寿町) 安全・安心のまちづくりに貢献
- 向井松治さん(加賀田) 消防行政の推進に貢献

### ●団体の部

- アドプト・ロードのさく(野作町自治会) 地域の環境美化に貢献
- 高向小学校区福祉委員会 地域福祉の向上に貢献
- UR南花台団地自主防災会 安全・安心のまちづくりに貢献
- 要約筆記サークル「葉月」 障がい者福祉の向上に貢献
- 村田貞史さん(西之山町) 地域保健医療の充実に貢献
- 森下正廣さん(日野) 市民のスポーツ振興に貢献
- 森花隆明さん(上田町) 消防行政の推進に貢献
- 山本一光さん(上原町) 交通安全の普及啓発に貢献



## マイナンバー通知カードに関するお問い合わせはコールセンターへ

通知カードに関するお問い合わせは  
**0570-783-578**

平日午前8時30分～午後10時  
土日祝日午前9時30分～午後5時30分  
外国語対応は 0570-064-738 へ

個人番号カード総合サイト

<https://www.kojinbango-card.go.jp/>

※市区町村ごとの郵便局への差出状況が確認できます。

■市役所では配送状況が確認できません  
本紙10月号でお知らせしたマイナンバーの通知カードは、おおむね11月末頃から12月頃にかけて簡易書留により配達できる予定です。通知カードの発送は国の機関から一括で行われますので、市役所では配達状況を確認できません。国の機関から郵便局への差出の状況については、個人番号カード総合サイトでご確認ください。  
なお、郵便局からの簡易書留の不在連絡票が届いた場合は、郵便局の案内に従って早めの受け取りをお願いします。  
問い合わせ 市民窓口課

## 救急車の適正利用を



全国的に年々増え続ける救急車の出動件数。  
本市では昨年約4900件で、5年前と比較して約800件も増加しています。今後、高齢化のさらなる進展により、救急需要がさらに増えると予測され、救急車の適正利用が大きな課題になっています。

救急医療を取り巻く現状から、一人ひとりができることを考えてみましょう。

問い合わせ 消防本部警防課 (☎ 53-7799)

## 文化財ライトアップ 観心寺 奥河内の灯里

国宝の観心寺金堂で、南北朝時代をイメージしたライトアップを実施します。

とき 11月21日(土)・22日(日)午後5時～8時30分(荒天中止)

ところ 観心寺

※入山料が必要▷午後4時30分から三日市町駅東～観心寺臨時バス停間で無料シャトルバスを運行▷物産販売(午後2時～)、ライティングショーやステージライブなども実施▷詳しくは問い合わせを。

問い合わせ 観光協会事務局(観光政策課内)

## オープンから1周年



## 1周年記念イベント

くらまろマルシェ  
雑貨やフードなど小さなお店が集まります。  
とき 11月21日(土)・22日(日)午前10時～午後4時  
問い合わせ 奥河内ビジターセンター(☎ 56・9606)

あすかてくるで河内長野店  
一周年記念大感謝祭  
とき 11月28日(土)・29日(日)午前9時30分～午後3時  
内容 ガラガラ抽選会、地元特産品の秋野菜特別販売、ポップコーンの無料配布など▷28日に

「本マグロ解体ショー」「ゆるきやら大集合」のイベントを実施します  
問い合わせ あすかてくるで河内長野店(☎ 52・3733)  
■奥河内クラフトピクニックを同時開催  
時間 午前9時～午後5時(29日は午後4時まで)  
内容 木工、陶芸、ガラス、布など手作り品の販売  
問い合わせ 奥河内ビジターセンター(☎ 56・9606)  
■11月28日・29日は花の文化園も無料開放  
問い合わせ 府立花の文化園(☎ 63・8739)



## 知ってて安心! こんなときにご活用ください

■救急車を呼ぶほどでもないが、病院で診てほしい  
大阪府救急医療情報センター  
☎ 06-6693-1199 (24時間)

■子どもが急病! どうしたらいいんだろう?  
小児救急電話相談 ☎ #8000 または

☎ 06-6765-3650 (午後8時～翌朝8時)

■救急受診ガイド2014

市ホームページに掲載。「救急受診ガイド」で検索を。

■救急車を呼ぶかどうか迷ったときは

救急安心センターおおさか ☎ #7119 または  
☎ 06-6582-7119 へ(24時間)

## 救急安心センターおおさか 番号案内マグネットを作成

各自治会(町会)単位で申請していただければ戸数分をお渡ししますので、消防本部警防課までお問い合わせください。

※自治会などで各戸への配布をお願いします▷自治会などに加入していない人も問い合わせを。

問い合わせ 消防本部警防課 (☎ 53-7799)



## 消防フェア

とき 11月7日(土)午前10時～11時30分

ところ 消防本部(小山田町)

内容 消防車両の展示や放水体験、救急訓練、はしご車の搭乗体験(整理券配布)など

※駐車場は、大阪千代田短期大学または、赤峰市民広場第3駐車場をご利用ください。

問い合わせ 消防本部消防総務課(☎ 53-0066)

## 必要な人に必要な救急医療を

「いち早く現場に駆け付け、患者さんに安心してもらえるように」。そんな思いで、私たち救急隊員は日々業務に従事しています。

傷病の程度は軽症、中等症、重症に分けられますが、昨年の搬送人員の約半数は、日帰り処置で入院不要の軽症者が占めているのが現状です。軽症の場合でも、不安になって救急車を呼ばれた人の気持ちも理解できます。しかし、多くの人が傷病の程度に関わらず、救急車を要請するようになっていってしまうでしょう。市内消防署にある救急車の台数は、本署、南・北出張所各1台と非常用1台を含めた計4台。近くの消防署にある救急車が軽症者を搬送していたために、本来救急搬送が必要な患者の搬送が遅れるケースも懸念されます。実際、救急車の到着時間は延伸傾向にあります。

本当に必要な人に必要な救急医療を——。高齢化が進み、年々出動件数が増える中で、これは市民のみなさんにいつか自分自身にもふりかかってくるものとして考えていただきたい問題です。もちろん命に関わることから、必要な場合は119番通報していただかなくてはなりません。救急車を呼ぶかどうか迷うときは「救急安心センターおおさか」(左記参照)や消防署(☎ 53-0119)にご相談ください。私たちは、市民のみなさんのご理解をいただきながら、これからも地域の安全安心を守り続けます。

河内長野消防署本署  
川本 唯翔 救急救命士



◎おんたとおとこのワイワイあごら講演会

# 楽しく生きるためのパートナーシップ

市では、男女がその性別に関わらず、互いに支え合い、自分らしく生きることが出来る「男女共同参画社会」の実現を目指し、市民活動団体「team あごら」と共に啓発事業を実施しています。

ここでは、11月22日にキックスで開催する「おんたとおとこのワイワイあごら」講演会の講師・石藏文信さん（右下参照）の著書などから夫婦の関係について考えます。

問い合わせ 人権推進課



## 男性更年期外来と「夫源病」



定年退職後、生きる目的の喪失からひきこもり状態に陥っている男性。これでは妻が大変と夫婦関係で来院してもらおうと「何もしないでいる夫の、特に昼ごはんの用意などが苦しみ」この妻の音が石藏さんはこの状況を「夫が妻のうつ『夫源病』を誘引していた」と捉えます。夫源病は、まじめで完璧主義な良妻賢母型の人に多く、次の項目に該当する場合は特に注意が必要で。

- ◎我慢強く弱音を吐かない。
- ◎人前で泣いたり怒ったりができない。
- ◎人に意見するのが苦手で、理不尽なことを言われても反論ができない。
- ◎細かいことを気にする。
- ◎外面や世間体が気になる。
- ◎「いい妻」「いい母親」でありたいという意識が強い。
- ◎几帳面で責任感が強く仕事や家事に手が抜けない。

## 改善方法



- ◎プチげんかⅡ口げんかは立派なコミュニケーションの一つ。自分の要求は「やってくられたらうれしいこと」として伝えると良い。不満を溜め込まず、気軽に本音を言い合える関係を築くのが目的。
- ◎プチ別居Ⅱ夜の外出から始め、3〜4日の旅行をするなど、少し家を空けてみる。妻のありがたみが分かったり、お互いが冷静になれたりする。夫を「妻の不在」に慣れさせ、お互いに心地良い距離感の夫婦関係を少しずつ再構築する。

## あなたの夫は大丈夫？ 夫源病チェックリスト

- 人前では愛想が良いが、家では不機嫌。
  - 妻の予定や行動をよくチェックする。
  - 常に「上から目線」の態度や話し方。
  - 仕事関係以外の交友や趣味が少ない。
  - 家事は手伝わないが、口は出す。
  - 妻が一人で外出するのを嫌がる。
  - 妻や子どもを養ってきたという気持ち強い。
  - 家事の手伝いや子育てを自慢する自称「いい夫」。
  - 「ありがとう」「ごめんなさい」はほとんどない。
  - 車を運転すると性格が一変。
- 4つ以下=大丈夫、5〜7つ=夫源病予備軍、8つ以上=明らかに夫源病

■夫源病の症状  
めまい・頭痛・耳鳴り・ぼせ・動悸・不眠・倦怠感など更年期障害と似た症状で、20代から高齢者まで幅広い年齢層に見られる女性特有の病です。夫の言動によってその症状が重くなるなど因果関係に心当たりがある場合は、夫源病の疑いが濃厚です。

■夫源病の対処法  
◎泣くⅡ映画、ドラマ、音楽などに感情移入して思い切り泣く。泣いて自分の感情を出すスツキリする。  
◎大声を上げる・叫ぶⅡイライラ気分解消。お薦めは一人カラオケ。思い切り歌い、夫への不満などを声に出して叫べば、気分もスツキリ。  
◎運動するⅡ「サンドバッグを殴る」「ボールを打つ」など打撃要素のある運動が効果的。  
◎内緒で楽しむⅡ夫に内緒で「ちよつと高価な物を買う」「おいしい物を食べに行く」。

## 夫の「ええ加減」料理

夫源病の逆パターン「妻源病」もあります。どちらにも、互いに快適な夫婦関係を見直すチャンスと捉えましょう。

夫源病の逆パターン「妻源病」もありません。どちらも、互いに快適な夫婦関係を見直すチャンスと捉えましょう。

料理教室を開設。石藏さん推奨の「男の『ええ加減料理』」は、買い物から切るのも煮るのも食べるのも自分一人ですることが前提で、「自分が食べるものを自分で作れるようになる」という生活の自立を目的としています。

そのレシピは市販のタレやコンソメを使うことから味付けに迷うこともなく、土鍋ひとつで作って食べるため、後片付けも簡単にできるよう工夫されています。初心者でも成功体験により「料理は楽しい」という実感が持てるようになるのが魅力です。

男性は目的がないと動けない、買い物もできない……。だからこそ、中年の男性が変わると妻も変わり、夫源病などの問題も解決していきまます。そうなれば、石藏さんが指摘されているように、女性も男性のせいにして、愚痴を言っただけで済ませられなくなるかもしれません。



## 毎年11月12日〜25日は女性に対する暴力をなくす運動、11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」です



team あごらでは、恋人や夫からの暴力をなくすDV防止の運動(パープルリボン・プロジェクト)に積極的に関わっています。そして、幅広く若い世代の人たちにも、より身近に感じてもらえるようオリジナルパープルリボンをデザインしました。

中高生や若い世代の恋愛間で問題となっている、「デートDV」。その特徴は、束縛と性的暴力。DVには身体的・性的・心理的暴力だけでなく、言葉による暴力や社会との接触を妨げる社会的隔離なども含まれます。女性も男性も、安心して輝ける社会を目指して、パープルリボンを身に付け意思表示をしませんか？

## 第24回おんたとおとこのワイワイあごら講演会



■楽しく生きるためのパートナーシップ  
～共に依存しない生き方を目指して～

- ▶とき 11月22日(日)午後1時30分〜3時20分
- ▶ところ キックス ▶定員 280人(抽選) ▶1歳〜就学前の子どもの一時保育あり(定員10人・抽選)
- ▶申し込み 往復はがきに住所・氏名(返信用にも記入)、ふりがな、電話番号、一時保育の有無(有りの場合は子どもの氏名、年齢、ファクス番号)と催し名を記入して11月10日(当日消印有効)までにteam あごら事務局(〒586-0025 昭栄町7-1、男女共同参画センター内)へ(1人1枚のみ有効・市ホームページでの申し込みも可)
- ※当選者には11月16日頃に参加証を発送します。
- 問い合わせ 同事務局 (☎ 54-0003)

## 未永く楽しく暮らすために

中年になると夫婦の関係がギクシャクしがちで、お互いの存在がストレスを感じるようになると、後半の人生が虚しいものとなります。男性も女性も、仕事と家庭生活のバランスを日常からうまくとることが必要でしょう。夫婦が依存し合う関係よりも、お互いが自立して共に助け合うほうが、未永く楽しく暮らせるのではないのでしょうか？長寿社会の豊かな老後まで見据えた生活設計を考えてみませんか？



石藏 文信さん 大阪樟蔭女子大学教授  
夫によるストレスからくる妻の体調不良を「夫源病」と名づけ、メディアなどで活躍中。循環器系の専門医として救急医療の現場、動脈硬化の研究から男性のためのクリニック「男性更年期外来」を開き「うつを治す先生」として有名に。現在は大学の授業と外来診療のほか、男の料理教室も手掛ける。



新たなまちづくりの指針

# 「第5次総合計画基本構想」を策定

「将来都市像「人・自然・歴史・文化輝くふれあいと創造のまち 河内長野」

問い合わせ 政策企画課



まちづくり

市では、第4次総合計画が平成27年度で終了することに伴い、新たなまちづくりの指針となる第5次総合計画（平成28～37年度）の策定に取り組んでいます。これまで、市民アンケートの実施や市民ワークショップなどを開催するとともに、これらの市民意見を踏まえ、総合計画審議会が審議が行われてきました。今年7月に、同審議会から基本構想案の答申があり、9月の市議会定例会で基本構想が議決されました。

●策定の背景

人口減少と少子・高齢化の急速な進行や安全・安心な生活の確保、地域・家庭とのつながり・絆の重要性など、社会情勢や市民の意識が大きく変化しており、画一的な行政運営では対応が困難となっています。そこで、市民と行政がめざすべき将来都市像を共有し、力を合わせてまちづくりを進めていくことが必要となっています。

●まちづくりの基本理念とめざすべき将来都市像

まちづくりの基本理念を「人・自然・歴史・文化など、多様な地域資源を最大限に活用しながら、成熟した都市として、人と人とのふれあいを大切に、市民の豊かな暮らしと新たな価値の創造をめざします」としています。この基本理念に基づき、めざす将来都市像を「人・自然・歴史・文化輝くふれあいと創造のまち 河内長野」と決めました。

●将来都市像の実現に向けて

将来都市像を実現するため、「まちづくりの方向」として「安全・安心・支え合いの暮らしやすいまち」「育み・学び・思いやりの質の高いまち」「潤い・快適・活力のにぎわいのまち」の3つをまちづくりの基本目標に掲げていきます。

今後、この基本構想に基づいて基本計画などを策定し、基本目標などの達成に向けて効果的な施策を市民のみならずと共に取り組んでいきます。※基本構想は市ホームページに掲載しています。

●パブリックコメント  
市が策定する計画案などに  
あなたのご意見を



①第5次総合計画基本計画  
新たなまちづくりの指針となる「第5次総合計画（平成28～37年度）」の基本計画の策定に取り組んでいます。

②まち・ひと・しごと創生人口ビジョンと総合戦略

市の人口の現状と将来の姿を示し、めざすべき将来の方向を示す「人口ビジョン」と、まち・ひと・しごと創生に関する取り組みの方向性を示す「総合戦略」の策定に取り組んでいます。

③教育大綱

「地方教育行政の組織及び運営に関する法律」に基づき、本市の教育、学術、文化の振興に関する総合的な施策について、その基本となる理念や方針を定める「教育大綱」の策定に取り組んでいます。

④都市計画マスタープラン、市街地調整区域における地区計画の運用基準

個々の土地利用・施設整備などの基本となる「都市計画マスタープラン」の計画

満了に伴い、改訂作業を進めています。また、同プランとの整合を図るため、市街地調整区域での土地利用などに必要な事項を定めた「地区計画の運用基準」の見直しも検討しています。

■④に関する市民説明会を開催します

とき 12月1日(火)午後7時～

ところ 市役所

①～④の意見募集 所定の意見提出用紙で①②③は11月27日～12月28日に政策企画課へ、④は11月21日～12月20日に都市計画課へ（いずれも当日消印有効）

※素案と意見提出用紙は情報センター、キックス、ラブリール、くすのかホール、みのでホール、三日市情報コーナーなど主な公共施設に設置▽市ホームページから閲覧・意見の入力もできます▽意見に対する個別対応はしません。

問い合わせ ①②③ 政策企画課、④ 都市計画課

都市計画審議会を開催

とき 11月17日(火)午後2時～

ところ キックス

内容 生産緑地地区の都市計画の変更など

※10人まで傍聴可。

問い合わせ 都市計画課

都市計画変更案の縦覧

とき 11月10日(火)～24日(火)午前9時～午後5時30分(土・日・祝日を除く)

ところ 都市計画課

縦覧内容 ①用途地域・高度地区の変更、②区域の整備・開発・保全方針と市街化・市街地調整区域の変更

※②は府計画推進課でも縦覧可▽市民や利害関係人は期間内にこの案について意見書を



暮らし

市に再商品化合理化

提出することができます。

問い合わせ 都市計画課

（公財）日本容器包装リサイクル協会では、プラスチック製容器包装やペットボトルなどのリサイクルの効率化を図られている市町村に対し「再商品化合理化拠出金を出しています。

このたび、プラスチック製容器包装の正しい分別排出やその品質の良さなどが評価され、本市に対し同拠出金として100万8381円が支払われました。これは、市民のみなさんがリサイクル可能な

みんなでリサイクル

●陶磁器製・ガラス製食器の回収	
ところ	とき
資源選別作業所 (上原西町2-28)	月～金曜日 (祝休日を除く)
衛生処理場 (高向2092)	
★回収時間は資源選別作業所が午後1時～3時▷衛生処理場が午前10時～正午▷もったいない市会場で回収を実施します。	
★陶磁器製・ガラス製食器以外は回収できません▷洗ってからの持ち込みにご協力を。	
■もったいない市を開催 回収した食器で食器市を開催します。気に入った食器があれば、無料で持ち帰りいただけます。	
とき	11月26日(木)午前10時～午後1時
ところ	市役所

ごみを正しく分別し、きれいな状態で出してください。ことによるものです。今後ごみの分別とリサイクルにご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ 環境衛生課

ごみ処理券・し尿くみ取り券販売店を廃止しました。ご注意ください。

森商店(高向667)

問い合わせ 環境衛生課

川や溝に廃油などを捨てないで

市の水道水の約70%は、滝畑ダムや石川、石見川を水源としています。市では、水道水源保護条例の制定や河川清掃の実施など、積極的な保護施策を推進し、安全でおいしい水の供給に努めています。

しかし、河川へ廃油などが流入し、浄水場の運転を停止して施設を洗浄しなければならぬ事故が毎年発生しています。一人ひとりに水源保全の重要性をご理解いただき、河

「近里賛品かわちながの」認定品が追加

市ブランド産品「近里賛品かわちながの」に2品目が加わりました。新たな認定品と生産者の名称は次のとおりです。

①かわばたファームのトマトジュース 日野芽 (奥河内くろまるの郷ビクターセンター)

②喜多農ますだの白鳳 (喜多農ますだ)

※市では認定申請を随時受付しています▷詳しくは市ホームページをご覧ください。

問い合わせ 産業政策課



自転車事故に備えて保険に加入しましょう



近年、自転車が増え、交通事故が増え、高額な賠償金の支払いを命じられることもあります。自転車は「クルマ」の仲間です。交通ルールをきちんと守り、保険に加入して万が一に備えましょう。詳しくは、大阪府交通対策協議会・損保協会のホームページなどをご覧ください。

問い合わせ 都市創生課

「女性の権利ホットライン」強化週間



人権

女性をめぐる様々な人権問題について、専門の相談員が応じます。

とき 11月16日(月)～22日(日)午前8時30分～午後7時(21日～22日は午前10時～午後5時)

※期間外の受付は平日午前8時30分～午後5時15分。

相談電話 0570・070・810

問い合わせ 大阪法務局人権擁護部(☎06・6942・9496)



安全安心

一人で悩まないで

11月25日～12月1日は犯罪被害者週間

犯罪被害者は、犯罪そのものだけでなく、周囲の無理解や無関心など被害後に生じる二次的な被害にも苦しんでいます。

市や警察署では、犯罪被害者が適切な支援を受けることができるよう、次の相談窓口を設けています。一人で悩まず、まずはご相談ください。

- 警察の被害者相談窓口
警察相談室
ウーマンライン(性犯罪被害相談)
暴力団・けん銃110番
悪質商法110番
グリーンライン(少年相談)
列車内痴漢被害相談
ストーカー110番

安全・安心まちづくり市民大会

落語家の笑福亭仁嬌さんによる防火に関する講演などを通じて、安全・安心のまちづくりについて考えます。



とき 11月29日(日)午前10時～正午
ところ キックス
定員 280人(先着順)
申し込み 11月5日から電話で自治振興課へ

税金

コールセンターによる納付のお願い

市では、コールセンターを設置し、平成27年度の市税について、納期を過ぎても未納の人に対し、電話による納付のお願いを実施しています。

- 06・6937・2110
06・6943・7957
河内長野警察署
54・1234

還付金詐欺にご注意を

府内で還付金等詐欺が増加し被害者の98%が60歳以上。犯人は市役所などの職員を名乗り、「医療費の還付を受ける手続きが済んでいません。今日なら間に合います」などと、コンビニエンスストアや銀行のATMで手続きをするように電話をかけてきます。

このような手口で犯人の口座に現金を振り込ませる詐欺にご注意ください。



市内における今年1月～8月の特殊詐欺の被害件数は12件で、被害額は約2450万円です。

来年2月末までの月々土曜日(夜間を含む)にオペレーターが自宅などに電話をかけ、市税が未納であることを伝え、納付をお願いします。

個人事業税の納付は納期限までに

個人事業税第2期分の納期限は、11月30日(月)です。

納付していない人は最寄りの金融機関などで納付してください(手数料不要)。また、便利で安心・安全な口座振替もご利用を。
問い合わせ 府南河内府税事務所(525・1131)

市税の納付をご確認ください

今年度の市税(市・府民税や固定資産税)のうち、すでに納期限を過ぎているものがあります。納期限をもう一度確認し、まだ納付していない

被害に遭わないために

- 留守番電話を設定するなど知らない人からの電話に出ないようにしましょう。
振り込み限度額を必要最低額にしておきましょう。
安まちメールに登録し被害情報の把握に努めましょう。
安まちメールの登録方法など詳しくは問い合わせを。
問い合わせ 河内長野警察署生活安全課(54・1234)

無防備な心に火災がかくれんぼ 11月9日～15日は秋の全国火災予防運動

住宅用火災警報器を取り付け、定期的に点検しましょう。
■住宅防火 いのちを守る7つのポイント
3つの習慣
寝たばこは絶対やめる。
ストーブに燃えやすい物を近づけない。
ガスこんろなどのそばを離れる時は、必ず火を消す。
4つの対策
逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
寝具や衣類、カーテンなどは防災品を使用する。

- 6 住宅用火災警報器を設置する。
7 高齢者や身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制を作る。
■不審火を防ぐポイント
家の周りを整理する
空き家や物置には鍵をかける
みは夜に出さず、決められた日の朝に所定の場所へ出す
灯などで戸外を明るくする
空き地は枯れ草を刈り取るなどきちんと管理する
外出時は近所の人に声をかける
地域で防火対策を徹底する
問い合わせ 消防本部予防課(53・3699)

場合は、至急納付してください。納付できない事情がある人はご相談ください。
問い合わせ 税務課納税係

高齢者の障がい者控除対象者認定書の申請を

要介護認定を受けている65歳以上で寝たきりや認知症の高齢者は、身体障がい者手帳などを持っていないでも所得税や市・府民税の障がい者控除が適用される場合があります。これには、市の障がい者控除対象者認定書が必要です。認定書の交付を希望される人は、印鑑を持って介護保険課へお越しください。

なお、身体障がい者手帳などの所持者は、この認定書がなくても手帳の提示で控除が受けられます。
問い合わせ 介護保険課

年末調整説明会を開催します

対象 給与支払者(源泉徴収義務者)
とき 11月17日(火)午後2時～4時

トピックス 救命救急 TOPICS

「救急の日」救命講習会

9月9日の「救急の日」にちなみ、9月6日、大阪南医療センターと消防署が合同で救命講習会を開催しました。講習会では、同センター医師が応急手当の重要性について講演したほか、人形を傷病者に見立てて心肺蘇生法やAEDの使い方などの実習を実施。



参加した95人の市民は、救急隊員らのアドバイスを受けながら「もしもの時」に備えて真剣に取り組みました。
問い合わせ 消防署北出張所(55-1245)

救命入門コース

心臓突然死から大切な家族や身近な人たちを守るため、胸骨圧迫とAEDの使い方を学びます。
▶とき 11月29日(日)午前10時～11時30分
▶ところ 消防署
▶定員 15人(先着順)
▶申し込み 11月5日から電話で同署へ
問い合わせ 消防署救急係(53-5681)

税理士による無料税務相談(予約制)

とき 11月12日(木)・26日(木)、12月10日(木)・24日(木)午後1時



税理士

ところ すばるホール(富田林市)
内容 年末調整と給与支払報告書の作成要領などの説明
持ち物 年末調整関係資料(11月上旬に税務署から発送予定)
※当日直接会場へ▽駐車場には限りがあります。
問い合わせ 富田林税務署(24・3281) または税務課市民税係

ところ 市役所
内容 所得税や相続税、経理などに関する相談
※納税協会・南河内府民センター(いずれも富田林市)でも開催しています▽詳しくは問い合わせを。
申し込み 電話で近畿税理士会富田林支部事務局へ
問い合わせ 近畿税理士会富田林支部事務局(25・6250)

11月11日～17日は税を考える週間です

国税庁ホームページでは、税の役割や税務署の仕事について、イラストや動画で紹介しています。
問い合わせ 富田林税務署総務課(24-3281)

講座

税理士による相続税セミナー～暦年贈与による相続税対策～

改正後の相続税・贈与税の概要と「生前贈与」「暦年贈与」などの相続税対策について、税理士がわかりやすくお話しします。
▶とき 11月12日(木)午後1時30分～3時30分
▶ところ 三日月市民ホール(フォレスト三日月市内)
▶定員 100人(先着順)
▶申し込み 11月5日から電話で税務課へ
問い合わせ 税務課

健康

**問い合わせ** 保健センター  
〒556-0001 菊水町2-13  
(☎55-0300)

※対象の記載がない同センターの事業は市民が対象。

糖尿病予防相談

**対象** 血糖・ヘモグロビンA1cが高め(NGSP値6.9%未満)で、治療を受けていない市民

**とき** 11月19日(木)、12月17日(木)午前9時30分～11時30分

**ところ** 保健センター

**内容** 保健師や管理栄養士による相談

**申し込み** 電話で同センターへ

**ママ・パパ教室**

**対象** 初めて親になる市民

**とき** 11月14日(土)午前10時～正午

**ところ** 乳幼児健診センター(フォレスト三日市内)

**内容** 助産師の話や実習など

**定員** 20組(先着順)

**申し込み** 電話で保健センターへ

共に生きる障がい者展

**とき** 11月14日(土)・15日(日)午前10時～午後5時30分

**ところ** 国際障害者交流センター(ビッグ・アイ▽堺市南区)

**内容** 障がい者作品展や、元五輪選手の松野明美さんによる講演会(14日)など

※詳しくは問い合わせを。

**問い合わせ** 府障がい福祉室(☎06・6941・0351)

ピアセンターの催し

**ピアカウンセラー出張相談**

**対象・とき** 聴覚障がい者 11月9日(月)・1月18日(月)午後1時～2時30分、視覚障がい者 12月3日(木)・2月4日(木)午前11時～午後0時30分

**ところ** 市役所

※当日直接会場へ▽状況によりお待ちいただくことがあります。

**視覚障がい者サロン**

視覚障がいのある人が利用する施設を見学し、喫茶店で交流します。

**対象** 市内在住の視覚障がい者、目が見えにくくなってきて不安に思っている人

**健康支援センターの健康運動ひとロアドバイス**

からだを動かして、血液をサラサラに!

問い合わせ 健康支援センター(ウエルネスフォレスト三日市) ☎62-1919

自分に合った歩き方が見つかる! はじめてウォーキング教室

**とき** 11月19日(木)・26日(木)午後0時45分～2時45分(予備日12月2日)▽2回シリーズ

**ところ** 市民総合体育館ほか

**内容** 歩き方の測定やウォーキングの実践など

**定員** 35人(先着順)

**申し込み** 11月5日から電話で(株)デサント(☎090・3358・0608▽平日午前9時～午後5時30分)へ

健康づくり推進員と楽しむ催し

**ちよこつとハイクゥ錦秋の風を感じて**

**とき** 11月11日(木)午前10時～

**とき** 11月19日(木)午後2時～4時

**集合** 四天王寺悲田富田林苑

**定員** 6人(先着順)

※喫茶代が必要。

**申し込み** 11月5日～12日にピアセンターかわちながのへ

**問い合わせ** ピアセンターかわちながの(☎56・1690、FAX56・1692)

統合失調症家族講座

統合失調症の人が活用できる医療や福祉制度についてお話しします。

**対象** 市内在住(富田林保健所管内在住も可)で統合失調症がある人の家族または支援者

**とき** 11月25日(木)午後1時30分～3時45分

**ところ** 富田林保健所

**定員** 50人

**申し込み** 11月20日までに同所へ

**問い合わせ** 富田林保健所地域保健課(☎23・2684)

精神障がい者への理解を深めよう

「知ろう!感じよう!仲間

**薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」**

10～11月は麻薬・覚せい剤乱用防止運動月間です。薬物乱用を許さない社会を作りましょう。

問い合わせ 藤井寺保健所薬事課(☎072-952-6165)



正午(受付は午前9時30分)▽雨天中止

**集合・解散** 保健センター

**行き先** 長野公園～河合寺(約5キロ)

**持ち物** 飲み物、タオル

※当日直接集合場所へ。

**体操教室**

腰痛や転倒予防の運動をしましょう。

**とき** 11月27日(金)午前10時～11時30分

**ところ** キックス

**定員** 50人(先着順)

**申し込み** 11月5日から電話で保健センターへ

のちから精神障がい者のピアサポートとは」をテーマに、精神障がい者とその支援者がお話しします。

**とき** 11月28日(土)午後2時～4時

**ところ** ノバティホール

**定員** 150人(先着順)

**申し込み** 11月5日から電話かファクスで地域活動支援センターこころつとへ

**問い合わせ** 同センター(☎FAX53・4086)

大阪ろうあ者成人式

**対象** 平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの府内在住のろうあ者

**とき** 1月10日(日)午後1時～4時

**ところ** 谷町福祉センター(大阪市中央区)

**申し込み** 電話かファクス(住所、氏名、生年月日、ファクス番号を記入)で大阪聴力障害者協会事務局へ

**問い合わせ** 同事務局(☎06・6768・3833)

●健康・栄養・歯科相談●

相談	健康相談	栄養相談(予約)	歯科相談
相談日	毎週月曜日(祝休日を除く)		
時間	午後2時～4時	午前10時～正午	午前10時～正午
担当	保健師	管理栄養士	歯科衛生士
場所	保健センター		

※希望者は直接会場へ▷栄養相談は電話で保健センターへ申し込みを。

休日急病診療所

菊水町2-13(保健センター横、☎55-0300)

診療科目	内科(日曜日・祝休日は歯科も)
※小児科診療(中学生以下)は行っていません。	
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
※健康保険証を必ず持参してください。	
小児科診療は、河内長野市を含む近隣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実施しています▷日曜日、祝休日の小児科(中学生以下)は富田林病院(☎29-1121)へ。	

障がい者作品展 出展作品を募集

**対象** 市内在住の障がい者手帳所持者

**募集作品** 絵画、書、写真、工芸品など(1種目につき1点のみ)

**申し込み** 11月18日までに障がい者福祉センターあかみねまたは障がい福祉課へ(土・日・祝日を除く)

※作品展は12月1日(火)～3日(木)午前9時～午後5時30分(3日は午後3時まで)に市

**【訂正】**

本紙10月号5ページなどでお知らせした『くろまろファーム』で収穫体験の申し込み先メールアドレスに誤りがありました。正しくは次のとおりです。お詫びして訂正します。

正：電子メール (info@attivo.jp)

問い合わせ 農林課

役所で開催します。問い合わせ 障がい者福祉センターあかみね(☎56・1590、FAX56・1592) または障がい福祉課

11月第2日曜日は「河内長野市健康の日」



▲体力測定会の様子(写真は昨年撮影)

市民健康スポーツラリー～楽しい催しで体力づくりと健康管理を～

エリアをまわって様々なスポーツを体験します。

**とき** 11月8日(日)午前9時30分～午後3時30分(受付は午前9時～午後2時30分▷雨天一部中止)

**ところ** 大師総合運動場、市民総合体育館

※当日直接会場へ▷種目により年齢制限あり▷小学3年生以下は成人同伴で▷実施の有無の確認は当日午前8時以降に総合スポーツ振興会事務局へ。

**■ノルディックウォーク体験会は申し込みが必要**

**対象** 20歳以上の市内在住・在学・在勤者

**時間** 午前10時～と午後1時～(いずれも2時間程度)

**コース** 長野公園(長野地区)～長野神社～烏帽子形八幡神社(約4キロ)

**定員** 各20人

**申し込み** 電話で同事務局へ

※当日のボランティアも募集▷詳しくは問い合わせを。

**問い合わせ** 同事務局(☎62-8011)

保険・年金

国民健康保険

日曜臨時窓口を開設

■平日お忙しい人はご利用を  
とき 11月29日(日)午前9時～  
午後5時30分  
ところ 保険年金課  
内容 国保の届け出や保険料  
の納付、納付相談など  
※必要書類などは問い合わせを。  
問い合わせ 保険年金課

医療費助成

11月から医療証が変わります  
障がい者医療証はうぐいす色、  
ひとり親家庭医療証はあさぎ色に

11月は身体および知的障がい者医療証、ひとり親家庭医療証の更新月です。更新の対象者には、案内を別途通知していますので、手続きをお願いします。  
いずれの医療証も、健康保険適用の医療費に係る自己負担額を助成します。各制度の対象者などは次のとおりです。所得制限など様々な要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

国民年金

国民年金には、20歳以上60歳未満のすべての人が加入します。第1号被保険者の平成27年度保険料は、月額1万5590円です。

第1号被保険者には独自の給付

自営業者や学生などの被保険者(第1号被保険者)には、次のとおり独自の給付があります。詳しくは問い合わせを。  
■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。  
■寡婦年金  
第1号被保険者として原則25年以上保険料を納めた夫が年金を受けずに死亡した場合

	施術を受ける症状	健康保険の適否	健康保険適用の要件	
			応急手当の場合を除き医師の同意が必要	保険医療機関で治療中の場合は併用不可
柔道整復	骨折	○	-	-
	脱臼			
	打撲・ねんざ(肉ばなれを含む)			
医師が必要と認めたはり・灸	単なる肩こりや筋肉疲労	×	-	-
	神経痛・リウマチ・頸腕症候群・五十肩・腰痛症・頸椎ねんざ後遺症・その他慢性的な疼痛を主症とする疾患	○	医師の同意書または診断書が必要	保険医療機関で治療中の場合は併用不可
医師が必要と認めたあんま・マッサージ	単に疲労回復や慰安を目的としたものや疾病予防	×	-	-
	筋麻痺・関節拘縮などで、医療上マッサージを必要とする症例	○	医師の同意書または診断書が必要	-
	単に疲労回復や慰安を目的としたものや疾病予防	×	-	-

国民健康保険 後期高齢者医療

整骨・接骨院、鍼灸・あんまなどにかかるときは

■単なる肩こりなどでは健康保険は適用されません

柔道整復施術などは、健康保険を使えるものが限られています(右表参照)。健康保険を使う場合は、施術を受けた時に「療養費支給申請書」の施術箇所や回数を確認し、署名または押印をしてください。正しく理解し、適切な受診を心掛けましょう。

◎健康保険が使えない症状での施術は、全額自己負担となります。

◎柔道整復施術などは、医療費控除の対象です。必ず領収書を受け取りましょう。

問い合わせ 保険年金課または府後期高齢者医療広域連合(☎06-4790-2031)

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。ただし、寡婦年金を請求した場合、死亡一時金は請求できません。  
■死亡一時金  
第1号被保険者として原則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  
第1号被保険者期間中に初診日がある病状やけがが原因で障がいの状態になったときに支給される場合があります。

納付が困難な人は免除制度などのご利用を  
■保険料免除制度  
退職や経済的な事情などで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が免除されます。保険料を未納のままにしておく、年金が受けられなくなる場合があります。免除対象となる所得の基準、手続きなどについては問い合わせを。  
■学生納付特例制度  
本人の前年所得が一定額以下の学生は、申請により保険料を卒業後に納めることができます。なお、就学期間が短い専門学校など、一部の教育施設の学生について対象にならない場合があります。詳しくは問い合わせを。  
■若年者納付猶予制度  
30歳未満で本人および配偶者の所得が一定額以下の人には、申請により保険料の納付が猶予されます。  
※平成26年4月の法改正により、これらの制度の対象期間が拡大され、申請日から2年1か月前の月分まで申請できるようにになりました。  
※学生・若年者の納付猶予期

料を卒業後に納めることができます。なお、就学期間が短い専門学校など、一部の教育施設の学生について対象にならない場合があります。詳しくは問い合わせを。  
■若年者納付猶予制度  
30歳未満で本人および配偶者の所得が一定額以下の人には、申請により保険料の納付が猶予されます。  
※平成26年4月の法改正により、これらの制度の対象期間が拡大され、申請日から2年1か月前の月分まで申請できるようにになりました。  
※学生・若年者の納付猶予期

年末調整や確定申告には証明書の提出を  
国民年金保険料を年末調整や確定申告する場合は、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を提出することが義務付けられています。このため、平成27年1月1日～9月30日に国民年金保険料を納付した人には、11月上旬に日本年金機構から証明書を送付します。年末調整や確定申告をする時には忘れず提出を。  
※10月1日～12月31日に今年初めて保険料を納付する人には、来年2月上旬に同様の証明書を送付します。  
専用ダイヤル 0570・058・555(050から始まる電話番号は03・6700・1144)  
▽自動音声で案内します)  
問い合わせ 天王寺年金事務所(☎06・6772・7531)

協働

ボランティア・市民活動団体交流会「るーぷらざまつり」

名刺交換、焼きいも、バーベキューなどを通じて、活動のネットワークを広げませんか。

対象 市内でボランティアや市民活動をしている人  
とき 11月20日(金)午後1時～4時  
ところ 市民公益活動支援センター「るーぷらざ」  
定員 40人(先着順)  
参加費 100円  
申し込み 11月15日までに電話でるーぷらざへ  
問い合わせ るーぷらざ(☎53-8100)

語ろうよ!  
安心して逝けるまちづくり

パネルディスカッションや分科会を通じて、どのように「死」に向き合っていくことができるかを考えます。

対象 市民公益活動に関心のある人  
とき 11月29日(日)午前10時～午後4時  
ところ 大阪大谷大学(富田林市)  
定員 200人(先着順)  
申し込み 市民公益活動支援センター「るーぷらざ」にある申込用紙で11月20日までに  
問い合わせ るーぷらざ(☎53-8100)

事業所

融資利子補給制度のご利用を

4月以降に日本政策金融公庫から新創業融資制度の適用を受け、新規開業資金などの融資を利用した市内事業者に対し、支払い利息の一部を補助します(年5万円を上限▷3年間)。  
※条件など詳しくは問い合わせを▷1月末までの申請が必要です。  
問い合わせ 産業政策課

労働保険に必ず加入しましょう

労働者を一人でも雇用している事業主は、労働保険に必ず加入しなければなりません。まだ加入されていない場合は、すぐに手続きをしてください。  
問い合わせ 大阪労働局労働保険適用・事務組合課(☎06-4790-6340)

## 体育の日にスポーツに親しむ

### 体力測定会・ニュースポーツ体験会

10月12日の「体育の日」に合わせて、市民総合体育館でスポーツに親しむ催しが開かれました。

体力測定会には45人が参加し、握力や上体起こしなどで体力年齢を測定。またニュースポーツ体験会では、スポーツ推進委員の指導を受けながら、直径約120センチの大きなボールを使ってプレーするキンボールなどの競技に挑戦しました。



①



②

①ニュースポーツ体験会でキンボールを楽しむ参加者 ②上体起こしにチャレンジする子どもの姿も ③家族で体力測定に挑戦



④



①



②

①～④自然を楽しみながら大会に臨む参加者 ⑤環境シンポジウムの様子



①

①競技を終えた後のインタビュー ②豪快な素振りを見せる参加者 ③スポーツ大会定番の玉入れ



③

## 何歳になってもスポーツを

### いきいき長寿スポーツ大会

市民総合体育館で10月14日、いきいき長寿スポーツ大会が開催され、60歳以上の377人が参加しました。

大会は高齢者の健康づくりや交流を目的に開催。参加者は市民体操で体をほぐした後、素振りをしてからボールを投げて的を倒す「めざせ! 甲子園!」や玉入れなど様々な競技に挑戦し、さわやかな汗を流しました。また、この日の運営に協力した大阪千代田短期大学の学生たちが、参加者と一緒に会場を盛り上げました。



芝田市長からお祝いの花束を受け取る谷川さん

## 憧れの舞台で金メダル

### バトントワーリング世界大会で優勝

8月にカナダで開催された「第8回 WBTF インターナショナルカップ」(世界バトントワーリング連合主催)に出場し、アーティストィックトワール(ジュニア)で金メダルを獲得した谷川実優さん(千代田中3年)が9月15日、市役所を訪れ、芝田市長に結果を報告しました。

3歳でバトンを始めた谷川さんは今回が世界初挑戦。芝田市長が勝因を尋ねると、谷川さんは「出場することが目標だった世界大会。開き直って演技したのが良い結果につながりました」と笑顔で答えていました。

## 奥河内の自然を体感

### 奥河内 SEA TO SUMMIT 2015

9月26・27日の2日間、自然を体感しながら環境の大切さについて考える「奥河内 SEA TO SUMMIT 2015」が行われ、全国各地から59チーム、101人の選手らが参加しました。初日に奥河内くろまろの郷で犬ぞり北極探検家の山崎哲秀さんによる講演や、かわしまあなむさんによるライブなどの環境シンポジウムを開催。翌日の大会では、カヤックと自転車、登山で滝畑ダムから岩湧山山頂を目指しました。

#### ■手作りのカヌーで参戦～南花台地区の取り組み～

市や関西大学などが連携し、住民と共に地域の活性化に取り組む「南花台スマートエイジング・シティ」団地再生モデル事業の一環で、学生と住民と一緒に地元木材を活用しカヌー作りに挑戦。学生らが完成したカヌーに乗って、大会に出場しました(写真②)。

フォトニュースかわちながの

Photo news

まちの話題をお届けします



新年度の募集いろいろ

天見小学校新入・転入児童

**対象** 市内在住で同校の自然を生かした教育を希望し、電車などを利用して1人で通学できる児童(通学に要する交通費は保護者負担)  
**募集人数** 1年生16人、2年生5人、3年生12人、4年生6人、5年生14人、6年生4人程度(学年はいずれも平成28年度▽抽選)  
**申し込み** 11月2日～12月15日に学校教育課へ  
 ※1月中旬に児童・保護者の面談を実施▽結果は1月末までに書面で通知します。  
**問い合わせ** 学校教育課

①オープンスクール、②授業公開・学校説明会を開催

**とき・内容** ①11月14日(土)午前9時45分～10時30分に授業参観、午後1時～3時20分に同小まつりを実施、②11月17日(火)午後1時40分～2時25分に公開授業、午後2時30分～3時30分に説明会を実施(受付は午後1時30分)  
 ※いずれも当日直接同校へ(天見駅下車)。  
**問い合わせ** 天見小学校 (☎68・8004)

放課後児童会入会者

**対象** 来年度の小学1～6年

子育て

子ども・子育て総合センターあいつくの催し

※場所の記載のないものは、あいつくで開催します。  
**①育児講座「子どもに寄り添い子育てを楽しく〜ケータイ・スマホの付き合い方〜」**  
 ケータイ・スマホの便利さや困りごとを一緒に考えます。  
**▼対象** 市民 ▼とき 11月16日(月)午前10時30分～正午  
**▼定員** 30人(子どもは同室で参加可)  
**②ねずみちゃんのおはなし会**  
 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 11月26日(木)午前10時30分～11時  
**▼定員** 10組(抽選)  
**③親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた!」**  
 第1子を育児中の母親同士で情報交換や仲間作りをします。  
**▼対象** 市内在住の平成27年7月1日以降生まれの第1子とその保護者 ▼とき 11月

30日(月)、12月7日(月)・14日(月)・21日(月)午後1時～3時(4回シリーズ) ▼定員 14組  
**④育児講座「マイカップでほっとひと息く陶芸で自分だけのオリジナルカップを作ろう!」**  
**▼対象** 市内在住の就学前の子どもを持つ母親 ▼とき 12月3日(木)午前10時15分～午後0時15分 ▼定員 12人(抽選) ▼就学前の子ども1人1人時保育あり(定員12人) ▼材料費 1000円  
**⑤みんなであそぼ**  
**▼対象** 市内在住の平成25年4月1日までに生まれた未就園の子どもとその保護者 ▼内容 とき ①秋の運動会 11月13日(金)・②クリスマス会 12月10日(木)午前10時30分～11時30分  
**⑥双子子育て育児中ママの交流会**  
**▼対象** 就学前の多胎児や双子とその保護者(多胎児を妊娠中の人や保護者のみの参加も可) ▼とき 11月19日(木)午前10時30分～正午 ▼当日直接会場へ  
**⑦おでかけわくわく広場**  
**▼対象** 就学前の子どもとその保護者 ▼とき 11月27日(金)午前10時30分～正午(雨天中止) ▼ところ 楠台第2公園

生で、保護者が労働などにより昼間家庭にいない状態が月に17日以上あり、その状態が3か月以上継続する人  
**申し込み** 12月1日～6日に青少年育成課(キックス内)へ  
 ※申請書など募集要項は11月中旬に同課や市内の幼稚園・保育園で配布。  
**問い合わせ** 青少年育成課 (☎54・0005)

保育所・認定こども園(2) 3号入所(転所)のお知らせ

**■入所(転所) 説明会**  
**対象** 保育の必要な事由に該当する家庭で、来年4月から保育所・認定こども園(2・3号)へ児童の入所(転所)を希望する人  
**【保育の必要な事由】** 児童の保護者が次のいずれかに該当し児童を保育できない家庭  
 ▼月に64時間以上労働している  
 ▼妊娠中または出産後間がない ▼病气やけが、または障がいがある ▼同居や長期入院中などの親族を常時介護・看護している ▼災害復旧にあたるっている ▼求職活動を継続的に行っている ▼

(日東町) ▼当日直接会場へ  
**①～⑤の申し込み** はがきかファクスに親子の氏名(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(⑤は参加希望日)を記入して11月10日(必着)までにあいつく(〒586-0001 本町24の1ノバティながの北館5階)へ  
**■キラキラねっとからの申し込み(10月30日から)**  
 PCサイト <http://k-kira.jp>  
 携帯サイト <http://k-kira.jp/m>  
 ※携帯サイトはQRコード(下図)から。

**■ヨチヨチタイム・ベビータムお休みのお知らせ**  
 11月16日(月)午後のヨチヨチタイム(乳幼児健診センター)、26日(木)のヨチヨチタイム・ベビータム(千代田公民館)は会場の都合で開催しません。  
**問い合わせ** あいつく (☎50・4664、FAX50・4665)  
**エンジョイ子育て講座**  
**■野菜嫌いをなくそう!**  
**▼対象** 市内在住の2歳～就

就学しているなど  
 とき 11月14日(土)午前9時～午後5時(受付順に個別説明) ▼ところ 市役所  
**内容** 申し込み手続き、必要書類の説明と申込書などの配布  
 ※当日以降も子ども子育て課で同様の説明と書類配布を行います。  
**■入所(転所) 受付**  
 とき 第1回 11月28日(土)・29日(月)午前9時～午後5時、第2回 11月30日(月)～2月18日(木)、第3回 2月19日(金)～

3月4日(金)▽第2・3回の時間はいずれも午前9時～午後5時30分(土・日・祝休日・年末年始を除く)  
**申し込み** 必要書類を持って市役所へ▽第1回は子ども同伴でお越しを(平成27年4月2日以降生まれと転所の人は除く)▽面接は第2回が2月18日、第3回が3月4日  
**空き枠状況情報提供期間** 第1回 11月14日～29日、第2回 11月15日～2月18日、第3回 2月26日～3月4日  
**問い合わせ** 子ども子育て課

区分	施設名	所在地	電話番号
☆	千代田台保育所(公立)	千代田台町 1-1	53-2231
☆	汐の宮保育園	汐の宮町 8-39	52-1414
☆	天野山保育園	天野町 295-1	52-5819
☆	高向保育園	旭ヶ丘 34-14	52-5753
☆	聖愛保育園	野作町 11-46	52-2973
☆	長野保育園	古野町 2-14	52-5917
☆	大典保育園	小塩町 336	63-7403
☆	ちづる保育園	木戸西町 3-7-6	54-5511
☆	観心寺保育園	寺元 501-1	65-0050
☆	柳風台保育園	木戸 3-9-1	53-7960
☆	南嶺保育園	南花台 6-16-1	62-2200
☆	天宗清見台園	清見台 1-14-1	65-6518
☆	おおさかちよだ保育園	楠町西 1145	52-1705
○	美加の台保育園 ※	美加の台 1-35-7	63-5110
○	勝山愛和青葉台幼稚園	南青葉台 1-1	65-1378
△	えびーく幼稚園	美加の台 2-28-1	63-2351
△	長野台幼稚園	緑ヶ丘中町 8-8	54-3211
△	奈良佐保短期大学附属河内長野幼稚園	大矢船中町 10-1	64-8740
△	ひなぎく幼稚園 ※	木戸 1-5-8	52-3214

平成28年4月からの施設区分(予定)  
 ☆=保育所、○=認定こども園(幼保連携型)、△=認定こども園(幼稚園型)  
 ※平成28年4月から認定こども園になる予定です。

★地域の子育て 集いの広場

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。会場や内容など詳しくは問い合わせを。

●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	11月11日(水)	☎62-6155
千代田公民館	11月20日(金)	☎55-1125
南花台公民館	11月25日(水)	☎63-1131
加賀田公民館	11月27日(金)	☎62-2116

\*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11月2日(月)・9日(月)・16日(月)午前10時～午後3時30分 11月9日(月)は「けいこ先生のリズム遊び」(午前11時30分～)、19日(木)は「コップおぼけを作って遊ぼう!」(午前10時30分～)をします。
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 11月13日(金)は「ほのぼのまつり」をします(午前10時～正午▶要予約)。

学前の子どもとその保護者  
 ▼とき 11月18日(木)午前10時～正午 ▼ところ 高向保育園子育て支援センター(旭ヶ丘) ▼定員 20組(先着順)  
**▼材料費** 200円  
**▼申し込み** 11月5日から高向公民館へ  
**問い合わせ** 高向公民館(☎54・4548)

健康 4・5歳児発達相談(予約制)

「集団生活になじめない」「かんしゃくがひどい」など、4・5歳児の保護者からの相談に心理相談員が応じます。  
 ▶12月と1月に各2回程度実施 ▶日時など詳しくは問い合わせを ▶申し込み 電話で保健センターへ

すくすく歯科相談

▶とき・ところ 11月27日(金)午後1時30分～2時30分=あいつく、12月24日(木)午前10時～11時30分=千代田公民館 ▶内容 歯科衛生士による相談 ▶持ち物 歯ブラシ ▶当日直接会場へ  
**問い合わせ** 保健センター(☎55-0301)





イベントカレンダー (11月5日～12月4日)

月日	催し名(開始時間、期間、場所など)	掲載ページ(号)
11/7(土)	消防フェア (午前10時～、消防本部)	6
8(日)	市民健康スポーツラリー (午前9時30分～、大師総合運動場など)	15
15(日)	市商工祭「奥河内 One Love フェスタ」 (午前9時～、奥河内くろまるの郷など)	32
21(土)	文化財ライトアップ (午後5時～、22日も、観心寺) 奥河内くろまるの郷1周年記念イベント (22日・28日・29日も、奥河内くろまるの郷など)	7
22(日)	おんなとおとこのワイワイあごら講演会 (午後1時30分～、キックス)	8
28(土)	人権を考える市民の集い (午後1時30分～、ラプリーホール)	24

**くろまる塾**  
学位授与式・特別講演会

「落語と人生」をテーマに、落語家の桂吉弥さん(写真左)がお話しします。

とき 11月26日(木)午前10時～

ところ キックス

定員 240人(先着順)

申し込み 11月5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での申し込みも可



**歴史講座**

■知られざる河内長野の歴史  
上原村と仲哀天皇陵

とき 12月12日(土)午後2時～4時

ところ キックス

定員 60人(抽選)

申し込み はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、催し名を記入して11月30日(当日消印有効)までに図書館(〒586-1002 5 昭栄町



**くろまる館歴史講座**

「高野街道から高野線へ」三日市を中心にして」をテーマにお話しします。

とき 11月28日(土)午後1時30分～3時30分

ところ くろまる館

定員 40人(先着順)

申し込み 11月5日から電話で同館へ

くろまる館(☎64・1560)

南河内郷土探訪  
狭山池築造1400年の歴史

とき 2月9日(火)・16日(火)・23日(火)午後2時～4時▽3回シリーズ

ところ 府立狭山池博物館ほか

定員 120人(抽選)

参加費 500円

※詳しくは問い合わせを。

申し込み 往復はがきに住所・氏名(返信用にも記入)、ふりがな、年齢、電話番号を記入して12月11日(必着)までに千早赤阪村教育課(〒585-1

**竹取物語に親しもう**

竹取物語を分かりやすい言葉で朗読します。

対象 20歳以上の市内在住・在勤者

とき 11月29日(日)午後1時30分～3時

ところ 南花台公民館

定員 50人(先着順)

申し込み 11月6日から同館へ

南花台公民館  
(☎63・1131)

**認知症の理解とコミュニケーション**

とき 11月22日(日)午後2時～

ところ 高向保育園子育て支援センター(旭ヶ丘)

定員 30人(先着順)

参加費 500円

申し込み 11月5日～10日に電話かファクスでNPO法人A.S.U.H.E.の奥谷さんへ

奥谷さん(☎FAX54・5598)

**2016年 観光カレンダーを販売**

「奥河内観光写真コンクール」の入選作品を使用し、奥河内の魅力を集めたカレンダーを作製しました。観光政策課、河内長野駅前観光案内所と奥河内くろまるの郷で販売しています。

販売価格 300円

◆ふるさと応援寄附金(9月分)  
ご寄附ありがとうございました

◎人数 149人  
◎金額 227万円

**ナイター設備整備に伴う説明会を開催**

■(仮称)下里運動公園人工芝球技場

市では現在、下里町でナイター設備を備えた人工芝球技場などの整備を進めています。そこで整備地周辺で農業をされている人などを対象に、完成後のナイター利用などに関する説明会を開催します。

とき 11月29日(日)午後1時30分～

ところ 市役所

※当日直接会場へ。

◎文化・スポーツ振興課

**11月は「こころの再生」府民運動推進月間です**

一人ひとりが「生命を大切に」する「思いやる」「感謝する」「努力する」「ルールやマナーを守る」など、決して忘れてはならない大切なところを改めて確認し、行動を見つめ直しましょう。

◎府教育総務企画課  
(☎06・6944・8042)

◎Sマークをご存じですか  
標準営業約款制度

標準営業約款制度は、消費者や利用者を保護するために設けられています。この制度に従って営業している理容店、美容店、クリーニング店、めん類飲食店、一般飲食店は、Sマーク(右図)を店頭に表示しています。これらの店で事故が発生した場合、事故賠償基準に基づき補償を受けることができます。

◎(公財)大阪府生活衛生営業指導センター(☎06・6943・5603)



**消費者啓発講演会**

■大増税時代の家計運営術

私たちを取り巻く経済環境が大きく変化する中で、これからのライフスタイルについて考えます。

とき 11月24日(火)午後2時～4時

ところ ノバティホール

定員 70人(先着順)

申し込み 11月5日から電話でかわちながの消費者協会へ

◎同協会(消費生活センター内、☎56・2360)

お知らせ

※販売部数は1000部▽なくなり次第終了。  
◎観光政策課

**ウォームビズを実施**

市役所では、暖房温度を19度に設定します。これに伴い、市職員として市民に対し信用と品位を損なわない範囲で暖かい服装(ウォームビズ)での業務を推奨しますので、みなさんのご理解をお願いします。

◎環境政策課

**講演・講座**

**自然環境講演会**

市内のフクロウの生息状況について、専門家がお話しします。

とき 11月7日(土)午後2時～3時30分

ところ ノバティホール

定員 30人(先着順)

持ち物 筆記用具

※当日直接会場へ。

◎環境政策課

**講演・講座**

**講演・講座**

**展示・催し**

**スポーツ**

**募集**

**相談**

### 公民館の活動をのぞいてみませんか

申し込みや問い合わせは各館へ（一日体験は各日定員あり▷先着順）。

#### ■天見公民館

◎一日体験 ▶内容・とき パッチワーク＝11月13日(金)午後1時～3時30分 ▶材料費 500円 ▶申し込み 11月5日から  
☎天見公民館 (☎63-4074)

#### ■加賀田公民館

◎一日体験 ▶内容・とき 篆刻（年賀印・姓名印作り）＝11月21日(土)午後1時～3時 ▶材料費 1200円 ▶申し込み 11月5日から  
☎加賀田公民館 (☎62-2116)

#### ■千代田公民館

◎一日体験 ▶内容・とき 陶芸（ペア申作り）＝11月27日(金)午前10時～と午後1時～ ▶定員 各20人 ▶参加費 500円 ▶申し込み 11月5日から

◎活動発表会 ▶内容・とき 発表＝11月28日(土)・29日(日)、展示＝11月27日(金)～29日(日)、時間はいずれも午前10時～午後4時（29日は午後3時まで）  
☎千代田公民館 (☎55-1125)

#### ■三日市公民館

◎活動発表会 ▶とき 11月13日(金)～15日(日)午前10時～午後4時（15日は午後3時まで）  
☎三日市公民館 (☎62-6155)

**子育て応援 スキルアップ講座**  
■子育て・孫育てファシリテーター入門編  
対象 子育て・孫育てに関心のある人  
とき 11月11日(水)午前9時30分～11時30分  
ところ キックス  
定員 30人（先着順）  
※就学前の子どもの一時保育あり（定員12人）。  
申し込み 11月5日から電話でふるさと交流課へ  
☎ふるさと交流課

**ひとり親家庭の親などを対象とした就業支援講座**  
申し込み方法など詳しくは問い合わせを。  
■PC検定3級資格取得講座  
とき 1月16日～2月20日の土曜日のうち5日▽時間は午前10時～午後4時  
ところ 府谷町福祉センター（大阪府中央区）  
定員 20人（抽選）  
受講料 7500円  
☎府母子家庭等就業・自立支援センター（☎06・6762・9498）

**■パソコン実務得科(2か月)**  
とき 2月1日(月)～3月31日(木)  
ところ イング堺東校（堺市堺区）  
定員 20人（選考）  
教材費 1万円  
☎府人材育成課（☎06・62109531）  
教育費はこんなにかる！  
■図書館連携事業  
高校から大学までの教育費の現状や教育ローンの利用方

法などについて解説します。  
対象 教育費の現状や資金準備に関心のある保護者  
とき 11月28日(土)午前10時～正午  
ところ キックス  
定員 20人（先着順）  
申し込み 11月25日までに電話かファクス（住所、氏名、年齢、電話番号を記入）で日本政策金融公庫堺支店へ  
※図書館では11月4日～30日に関連する図書を表示します。  
☎同支店（☎072・257・3695、FAX 072・257・5005）  
実例から学ぶ 労務トラブル防止セミナー  
職場で起こる様々なトラブルの対応法を考えます。  
とき 11月12日(木)午後2時～4時30分  
ところ 大阪狭山市文化会館  
定員 50人（先着順）  
申し込み 電話で府総合労働事務所南大阪センターへ  
☎府総合労働事務所南大阪センター（☎072・273・6100）

※広告の問い合わせは、広告代理店 ㈱ホープ大阪営業所 (☎050-5838-2344) へ。

### おおさか河内材で作る木工教室



▲高さ7センチ×横幅27センチ×奥行き46センチ

スマートボールマシンを作ります。  
とき 11月15日(日)午前10時～午後4時  
ところ 林業総合センター木根館  
定員 10人（抽選）  
参加費 4000円  
申し込み 往復はがきに住所、氏名、電話番号、催し名を記入して11月9日（必着）までに同センター（〒586-0036 高向1818の1）へ  
▽1枚で1人のみ有効  
☎林業総合センター（☎64・8151）

ところ 府立花の文化園  
定員 20人（先着順）  
材料費 大2000円、小1500円  
※入園料が別途必要。  
申し込み 11月5日から電話で同園へ  
☎花の文化園（☎63・8739）  
竹かご作り  
竹ひごでクモの巣編みのかごを作ります。  
対象 中学生以上の市内在住・在学・在勤者  
とき 11月23日(木)午前10時～午後4時  
ところ 滝畑ふるさと文化財の森センター  
定員 15人（抽選）  
参加費 300円  
申し込み 往復はがきに住所・氏名（返信用にも記入）、ふりがな、年齢、電話番号、当日の交通手段と催し名を記入して11月10日（必着）までに同センター（〒586-0007 2滝畑483の3）へ▽1枚で1人のみ有効  
☎滝畑ふるさと文化財の森センター（☎63・0201）



**磁石の力でくるくる回る雪だるま**  
対象 市内在住・在学の小学生  
とき 12月13日(日)午前10時～11時  
ところ 加賀田公民館  
定員 10人（先着順）  
材料費 200円  
申し込み 11月17日から同館へ  
☎加賀田公民館 (☎62・2116)  
親子クッキング！クリスマスケーキを作ろう  
対象 市内在住の小学生とその保護者  
とき 11月29日(日)午前9時30分～正午  
ところ 天野公民館  
定員 8組（先着順）  
材料費 1000円  
申し込み 11月7日から同館へ  
☎天野公民館 (☎55・6191)  
石見川こんにやくをつくろう  
とき 12月1日(火)午後1時～4時



ところ 川上公民館  
定員 10人（先着順）  
材料費 600円  
申し込み 11月5日から同館へ  
☎川上公民館 (☎65・1612)  
子ども料理教室  
簡単でおいしい「おにぎらず」を作ります。  
対象 小学3～6年生  
とき 11月28日(土)午前10時～午後1時  
ところ キックス  
定員 20人（先着順）  
参加費 200円  
申し込み 11月5日から電話で（公社）大阪府栄養士会事務局へ▽受付は平日の午前10時～午後6時  
☎同事務局 (☎06・69437970)  
料理教室 蕎麦打ち  
とき 12月2日(水)午前10時～午後1時  
ところ 天野公民館  
定員 10人（先着順）  
材料費 1000円  
申し込み 11月7日から同館へ  
☎天野公民館 (☎55・6191)

※広告の問い合わせは、広告代理店 ㈱ホープ大阪営業所 (☎050-5838-2344) へ。

お知らせ

講演・講座

展示・催し

スポーツ

募集

相談

お知らせ

講演・講座

展示・催し

スポーツ

募集

相談

自己尊重のコミュニケーション  
シニアサーティップを学ぶ

■自分も相手も大切に  
したさわやかな自己表現

とき 11月22日(月)午後1時30分〜3時30分

ところ 高向公民館

定員 30人(先着順)

申し込み 11月6日から同館へ  
高向公民館(☎54・4548)

豊かなセカンドライフを  
考えるセミナー

とき 12月10日(木)午後1時〜3時

ところ キックス

内容 市の住宅施策の説明  
(一社) 移住・住みかえ支援  
機構によるマイホーム借り上  
げ制度の紹介など

定員 50人(先着順)

申し込み 11月6日〜30日に  
電話で都市創生課へ  
都市創生課

住まいの終活始めよう!

とき 12月11日(金)午後1時30分〜3時

ところ 南花台公民館

花の文化園の催し

とき・内容 11月10日(火)〜15日(日) 秋季盆栽展示会、11月17日(火)〜23日(木) 寒蘭展

間は午前10時〜午後5時

ところ 府立花の文化園

※入園料が必要  
園花の文化園(☎63・8739)

大槌町ひょうたん島  
文化祭 in 河内長野

岩手県大槌町の子どもなどが描いた作品を展示します。

とき・ところ 11月10日(火)・11日(水) 午前9時〜午後5時

分 市役所、12日(木)・14日(土) 午前10時〜午後5時

14日(土) 午前10時〜午後5時

14日に大槌町民による講演会「炊き出しの経験を通して大震災を振り返る」を同時開催(午後2時〜4時)

申し込み 電話で「大槌町を支援する河内長野市民の会」の石倉さんへ

石倉さん(石倉医院内、☎54・4161)

定員 30人(先着順)

申し込み 11月6日から同館へ  
南花台公民館

「生きるって素晴らしい!」  
を実感できる織り方講座

とき 11〜3月の毎月

第2・4水曜日▽時間は午前10時30分〜正午

ところ 千代田公民館

定員 10人(先着順)

参加費 各300円

申し込み 電話かファクスで  
アイ・マイ・ミーの重里さんへ  
重里さん(☎FAX 56・6676)

フラワーデザイン講習会

■冬を彩るクリスマスリース

とき 11月27日(金)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

申し込み 11月6日〜17日に  
電話で(公財)公園緑化協会へ  
公園緑化協会

のんびりウォッチ

■えほしの秋を楽しもう!

とき 11月15日(日)午前10時〜正午(小雨決行)

集合 烏帽子形公園プール横  
東屋付近

参加費 大人300円、子ども200円(家族3人以上は全員で500円)

持ち物 筆記用具、あればルーペ・図鑑など

※長袖・長ズボン・運動靴で参加を▽当日直接会場へ▽小学生以下は保護者同伴で▽団体参加は事前に相談を。

大阪自然環境保全協会の田原さん(☎63・1692)

奥河内の古刹で  
紅葉を楽しむ

とき 11月20日(金)午前9時30分〜午後3時(雨天中止)

集合 三門市駅前交番前

コース 大同製薬水車〜延命寺(昼食)〜川上神社〜鳩原バス停(約8キロ)

定員 40人(先着順)

参加費 200円

申し込み 11月5日から電話で河内長野駅前観光案内所へ

展示・催し

コミュニティ  
センターまつり

演芸大会や作品展示、模擬店など様々な催しを行います。

■くすのかホールまつり

とき 11月14日(土)午後1時〜4時30分・15日(日)午前9時40分〜午後3時30分

※清見台コミュニティセンターは13日午後5時15分〜15日休館▽清見台地域福祉センターは14・15日休館。

■あやたホールまつり

とき 11月21日(土)午後1時〜4時・22日(日)午前10時〜午後4時

※小山田コミュニティセンター・地域福祉センターは20日〜22日休館。

■高野街道の秋を味わう〜  
帽子形城址散策と新酒を祝う  
初槽式

とき 11月24日(火)午前9時45分〜午後2時30分

コース 河内長野駅前観光案内所〜烏帽子形城址〜喜一〜天野酒蔵(初槽式)

定員 20人

参加費 3500円(昼食付)

申し込み 電話でOSAKA旅めがね(☎06・6624・8500)へ

市民が創る  
まち歩きツアー

(営業時間は午前9時〜午後4時・第2水曜定休)

河内長野駅前観光案内所(☎55・0100)

天見の里山散策

■天見の秋を感じながら歩こう!

とき 11月19日(木)午後1時〜4時

集合 天見公民館

行き先 塞ノ神

定員 10人(先着順)

参加費 100円

申し込み 11月7日から同館へ

天見公民館(☎63・4074)

郷土歴史講座

■紅葉の延命寺、観心寺散策

とき 11月26日(木)午前9時〜午後2時30分

集合 三門市駅前交番、解散は観心寺

定員 20人(先着順)

参加費 500円

申し込み 11月5日から同館へ

川上公民館(☎65・1612)

展示・催し

野鳥の会が案内する  
探鳥会

寺ヶ池公園に集まる野鳥を観察します。

とき 11月7日(土)午前9時〜正午(雨天中止)

集合 寺ヶ池公園管理事務所

持ち物 筆記用具、あれば双眼鏡

自然保護展

市内に自生する食草葉草や身近な野鳥、魚などの写真・実物を展示します。

とき 11月7日(土)・8日(日) 午前10時〜午後5時(8日は午後4時まで)

ところ ノバティホール

自然環境保護協議会事務局(環境政策課内)

ところ 福祉センター錦溪苑  
内容 舞台発表会、作品展示会、障がい者作業所製品販売、模擬店など  
福祉センター錦溪苑(☎65・0123)

河内長野を元気に!  
~大阪暁光高校生徒による展示~

同校生徒がフィールドワークに出かけ、河内長野の商業や農林業、文化などについて調べた内容を展示します。

とき 11月9日(月)まで▷時間は午前9時〜午後5時30分(土・日・祝日を除く)

ところ 市役所

問い合わせ 同校(☎53-5281)

▼この内容は10月に行われた同校文化祭で展示され、モックルも見学を訪れました



※広告の問い合わせは、広告代理店(株)ホープ大阪営業所(☎050-5838-2344)へ。

# 図書館だより

☎52-6933 開館時間：午前9時30分～午後8時  
インターネット予約もできます ご利用ください

■利用者カードの更新手続きを忘れずに  
図書館利用者カードの有効期間は発行日から3年です。更新手続きには、住所・氏名が確認できるものなどがが必要です。詳しくは問い合わせを。

- 休館日 11月3日・9日、12月1日
- 新刊図書のご案内
- ◎児童書 にんじんのにんにん ふりやかおる アカシア書店営業中！ 濱野京子
  - ◎小説 犬の掟 佐々木謙 失恋天国 瀧羽麻子
  - ◎一般書 50歳からの生き方 佐々木常夫 すぐそばにある「貧困」 大西連

## ■自動車文庫巡回表

巡回日	巡回時間	場 所
11月3日(木)	13:35～14:15	南ヶ丘自治会館横
11月17日(火)	14:30～15:10	大矢船幼稚園北
12月1日(火)	15:30～16:30	美加の台第2公園
11月4日(水)	13:30～14:10	柳風台第2公園
11月18日(水)	14:25～15:05	松ヶ丘公民館前空地
12月2日(水)	15:25～16:25	桐ヶ丘第2公園
11月5日(木)	13:35～14:25	南花台UR団地集会所裏
11月19日(木)	14:40～15:20	南ヶ丘児童公園
12月3日(木)	15:40～16:20	旭ヶ丘バス方転地
11月6日(金)	13:15～14:15	福祉センター錦溪苑
11月20日(金)	14:30～15:10	橋台第2公園(東中正門前)
12月4日(金)	15:25～16:05	清見台2丁目児童公園
11月10日(火)	13:30～14:10	北貴望ヶ丘バス方転地
11月24日(火)	14:30～15:10	荘園町第3公園
12月8日(火)	15:30～16:20	緑ヶ丘中第1公園
11月11日(水)	13:45～14:15	天見出合橋空地
11月25日(水)	14:40～15:40	北青葉台中央公園
12月9日(水)	15:55～16:25	南青葉台公園
11月12日(木)	13:30～14:10	千代田南中央公園
11月26日(木)	14:25～15:05	市町千代田神社
12月10日(木)	15:20～16:20	木戸住宅4棟前
11月13日(金)	13:15～14:15	福祉センター錦溪苑
11月27日(金)	14:25～15:05	大師町集会所前
12月11日(金)	15:20～16:00	清見台第2公園

## ■おはなし会のお知らせ

対象	とき	定員(組)
2～3歳児と保護者	11月11日(水)・25日(水)午後3時～(15分程度)	各10組
4歳～就学前の子ども	11月11日(水)・25日(水)午後3時30分～(30分程度)	各25人
小学生	11月7日(土)・28日(土)午前11時～、11月21日(土)午後2時～(30分程度)	

※当日直接図書館へ▶11月28日は保護者入場可。

## 市商工祭「奥河内One Loveフェスタ」

市内の産業が勢ぞろいし、魅力をアピールします。

とき 11月15日(日)午前9時～午後3時

ところ 奥河内くろまろの郷、府立花の文化園

※当日は河内長野駅から会場まで無料バスを運行(市役所前経由)▽駐車場数に限りがあるためバスのご利用を。

☎商工会(☎53・9900)



## 青少年音楽フェスティバル

■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を発表します。力いっぱい演奏を聴きに来ませんか。

とき 11月15日(日)正午～

ところ キックス

☎青少年指導員連絡協議会事務局(青少年センター内、☎54・0005)

## ペルーチャリテイコンサート

ペルーの伝統的音楽フォルクローレのコンサートをを行います。

とき 11月14日(土)午後3時～4時30分(開場は午後2時30分)

ところ ラブリーホール

※当日直接会場へ。

☎国際交流協会(キックス内、☎54・0002)

## 南河内観光PRキャラバン inまつばらマルシェ

■南河内地域の特産品販売や各市町村のキャラクター出演など

とき 11月7日(土)・8日(日)午前10時～午後4時(8日は午後3時まで)

ところ 松原中央公園(松原市)

※当日直接会場へ▽各市町村のキャラクター出演は7日のみ。

☎華やいで大阪・南河内観光キャンペーン協議会事務局

## シティホールコンサート

バイオリンやピアノなどの生演奏を楽しみませんか。

とき 11月26日(木)午後0時5分～0時40分

ところ 市役所

※当日直接会場へ。

☎文化・スポーツ振興課

## ノイエムジカコンサート

奥河内の四季の美しさと豊かな歴史遺産をテーマとした筑前琵琶・チェロなど和洋楽器による演奏会です。

とき 11月23日(祝)午後2時30分

ところ ラブリーホール

入場料 3000円(前売券は2500円)▽同ホールなどで販売

☎徳備さん(☎0467・43・4107)

## ハートフルコンサート

伝統的なバリ舞踊の公演とミニ体験があります。

とき 12月3日(木)午後1時30分～2時30分

ところ 三日市公民館

定員 60人(先着順)

申し込み 11月6日から同館へ

☎三日市公民館(☎62・6155)



## クリスマス村キャンプ

■屋台を出そう！

対象 市内在住の小学生

とき 12月19日(土)午後2時～20日(日)午後4時(1泊2日)

ところ 滝畑ふるさと文化財の森センター

定員 50人(抽選)

参加費 3000円

申し込み はがきに住所・氏名(ふりがな)、学校名・学年、性別、緊急連絡先電話番号

## 森のカフェ紅葉

2日間限定のカフェをオープンします(飲み物とクッキーで200円)。

とき 11月22日(日)・23日(祝)午前10時～午後4時

ところ 岩湧の森四季彩館

※22日にピアノとオカリナのミニライブを開催します(午前11時～と午後2時)

☎岩湧の森四季彩館(☎63・5986)

## ヒンドウの神々に捧げる踊りバリ舞踊

伝統的なバリ舞踊の公演とミニ体験があります。

とき 11月15日(日)午前10時30分～11時15分

ところ 三日市公民館

定員 60人(先着順)

申し込み 11月6日から同館へ

☎三日市公民館(☎62・6155)



## 母子の集い

対象 市内在住の母子家庭の親子

とき 11月23日(祝)午前7時40分～午後5時30分

※集合は天見公民館、美加の台駅、三日市町駅前、河内長野駅前、千代田駅前など。

行き先 淡路ファームパーク イングランドの丘(南あわじ市)、吹き戻しの里(淡路市)

定員 20組(先着順)

参加費 大人3500円、子ども1500円(申込時に徴収)

申し込み 11月5日から福祉センター錦溪苑へ(電話不可)

☎福祉センター錦溪苑(☎65・0123)



号、保護者氏名、催し名を記入して11月14日(必着)までに青少年センター(〒586-0025 昭栄町7の1、キックス内)へ(1枚で2人まで有効▽重複不可)▽市ホームページからも申し込み可

☎青少年指導員連絡協議会事務局(青少年センター内、☎54・0005)

## 介護就職デイ2015

介護関係の仕事の面接会と相談会を開催します。

とき 11月17日(火)・18日(水)午後2時～4時

ところ ハローワーク河内長野

※当日直接会場へ▽詳しくはホームページをご覧ください。

☎ハローワーク河内長野(☎53・3081)

## プラットやってみよう

①歩いてみよう②ウォーキング体験③ガラスと親しみ④ステンダグラス作り

対象 社会参加に不安を持ち引きこもりがちな青年

とき・ところ ①11月5日(木)午後1時30分～3時30分②三日市町駅改札前集合、③26日(木)午後2時～4時④キックス

※当日直接集合場所へ会場へ。

☎南河内プラッツ(☎090・9258・8177)

※広告の問い合わせは、広告代理店 株式会社大阪営業所(☎050-5838-2344)へ。

お知らせ

講演・講座

展示・催し

スポーツ

募集

相談

お知らせ

講演・講座

展示・催し

スポーツ

募集

相談

# 相談いろいろ

(11月1日～12月4日)

相談はすべて無料です。気軽にご利用を。



**■人権相談** ▶とき 毎週火曜日午前10時～午後1時(11月3日を除く) ▶ところ 人権推進課  
▶相談員 人権擁護委員 ▶できるだけ事前に電話連絡を  
☎人権推進課

**■女性相談～家族関係・DVなど～(予約制)** ▶とき 毎月第2水曜日午後1時～4時と第3土曜日午前9時30分～11時30分、第4水曜日午前10時～正午と午後1時～3時 ▶ところ キックス ▶相談員 女性カウンセラー  
☎男女共同参画センター(☎54-0003)または人権推進課

**■心配ごと相談～悩み・困りごとなど～** ▶とき 11月11日(水)・25日(水)午前10時～正午 ▶ところ 社会福祉協議会 ▶相談員 民生委員・児童委員  
☎社会福祉協議会(☎65-0133)

**■労働相談(予約制・パート含む)** ▶ところ 相談員の事務所など ▶相談員 社会保険労務士 ▶申込者の都合に合わせて日程調整ができます  
☎産業政策課

**■育児相談(予約制)** ▶とき ①水曜日を除く毎日午前10時～午後5時30分②月～金曜日午前10時～午後5時30分(11月3日・23日を除く) ▶ところ ①子ども・子育て総合センターあいく②子育て支援センターちよだだい ▶相談員 保育士など  
☎①あいく(☎50-4664)②同センターちよだだい(☎53-2456)

**■行政相談** ▶とき 11月17日(水)午前10時～正午 ▶ところ 自治振興課 ▶相談員 行政相談委員  
☎自治振興課

**■法律相談(予約制)** ▶とき 毎週水曜日午後1時～4時30分 ▶ところ 自治振興課 ▶相談員 弁護士  
☎自治振興課

**行政書士による無料相談(予約制)**  
とき 11月28日(土)午後1時15分～4時30分  
ところ ラブリーホール  
内容 相続・遺言、成年後見制度、離婚、交通事故、各種許認可などの相談  
☎府行政書士会南大阪支部河内長野グループの山下さん(☎63・8016)

## 相談

**司法書士による無料法律相談**  
とき 11月14日(土)、12月12日(土)午後1時～4時  
ところ ノバティホール  
内容 不動産の相続・売買や会社設立などの登記手続きと、債務整理(民事再生・破産)や供託、訴訟・調停に関する書類の作成・手続きなど  
☎河内長野司法書士グループの増田さん(☎55・0882)

**就労支援無料相談会(予約制)**  
専門のキャリアカウンセラーが相談に応じます。  
対象 就労に悩みや不安のある市内在住者とその保護者(保護者のみの相談も可)  
とき 11月13日(金)、12月11日(金)、1月8日(金)午後1時～4時  
ところ 市役所  
申し込み 電話で産業政策課へ  
☎産業政策課

**就労をめざす若者のための無料相談会(予約制)**  
対象 対人関係が苦手で働く自信がないなどの悩みを持つ39歳以下の若者とその保護者(保護者のみの相談も可)  
とき 11月18日(水)、12月2日(水)・16日(水)、1月6日(水)午後1時～5時  
ところ 市役所  
申し込み 電話で南河内若者サポートステーションへ  
☎同ステーション(☎26・9441)

## 河内長野で落語を楽しむ会



とき 11月22日(日)正午～午後5時  
ところ 千代田公民館  
定員 150人(先着順)  
申し込み 11月5日から同館へ  
☎千代田公民館(☎55・1125)

## スポーツ

### 南大阪駅伝競走大会

対象 中学生以上の南河内地域在住・在学・在勤者  
とき 2月7日(日)午前10時スタート  
ところ PL教団本庁内コース6区間(富田林市)  
部門 一般男子・女子、高校男子・女子、中学男子・女子、混成の各部  
参加費 1チーム5000円(保険料を含む)  
申し込み 11月27日までに参加費を持って文化・スポーツ振興課へ  
☎文化・スポーツ振興課

### 小学生ロープジャンプ大会



▲写真は前回大会の様子

対象 市内在住・在学の小学生  
とき 2月11日(木)午前10時～午後1時  
ところ 市民総合体育館  
種目 1チーム10～20人の団体戦  
定員 16チーム(先着順)  
申し込み 11月5日～1月11日に同館へ(電話不可)  
※申込用紙は総合スポーツ振興会ホームページからもダウンロードできます。  
☎総合スポーツ振興会事務局(同館内、☎62・8011)  
チャレンジクロス大会  
対象 小学生以上の市内在住・在学・在勤者

### スポンジテニス一日教室

対象 中学生以上の市内在住・在学・在勤の初心者  
とき 11月14日(土)午前9時30分～正午、21日(土)午後0時30分～3時  
ところ 市民総合体育館  
参加費 各日300円(当日徴収)  
持ち物 上靴、飲み物  
※当日直接会場へ▽動きやすい服装で参加を。  
☎スポンジテニス連盟の小野さん(☎56・5072)

とき 12月12日(土)午前9時50分～(小雨決行)  
ところ 関西サイクルスポーツセンター

### ミックスダブルステニス大会

対象 テニス連盟登録者(当日登録可▽登録料500円)  
とき 12月6日(日)午前8時30分～(予備日13日)  
ところ 寺ヶ池公園庭球場  
部門 上級・中級、初級・初心者の各部  
定員 32組(抽選)  
参加費 1組3000円(当日徴収)  
申し込み ファックスか電子メール(m-kama@sanet.ne.jp)に住所、氏名、年齢、電話番号、所属、連盟登録の有無を記入して11月25日までに同連盟の鎌田さんへ  
☎鎌田さん(☎FAX62・5479)

## 募集

### 市嘱託員

業務内容 家庭児童相談業務(0～18歳の児童とその家庭に関する相談業務・子どもへの遊戯療法や発達検査など)  
応募資格 普通自動車免許を持ち、次のいずれかに該当する

### 防衛省自衛官など

応募資格 高等工科学校生徒  
募集期間 一般 11月1日～来年1月8日(推薦は12月4日まで)  
☎自衛隊富田林地域事務所(☎24・3799)

### ●市の人口・世帯数

	9月30日現在	前月比
人口	109,750	-58
男	52,092	-20
女	57,658	-38
世帯数	47,279	±0

### ●編集後記

▶住吉神社で毎年10月に奉納される馬駆け取材しました。昔は小山田の各地区から馬を頭ずつ出して行われたこの行事は、今は祭礼を通じて地域コミュニティの場となっていると感じました(伊藤)▶「SEA TO SUMMIT」のゴール・岩湧山頂で行われたミニライブ。ゲストのかわしまさんが歌を披露すると、一面曇った空に晴れ間がのぞく一幕が。音楽の持つ不思議な力を感じることができました(吉田)▶いきいき長寿スポーツ大会取材。玉入れでは、終了の合図後も少し玉が飛び交う場面も。参加者が熱中している事が伝わり、笑顔があふれる場面も多く、私も運動をしたくなりました(藤本)

お知らせ

講演・講座

展示・催し

スポーツ

募集

相談

お知らせ

講演・講座

展示・催し

スポーツ

募集

相談

毎月19日は「食育の日」

# 食きらり レシピ

で

## 笑顔の食卓 育もう Vol.11

はぐく

### 「地産地消」 大根を使った メニュー

「地産地消」とはその言葉の通り「地域で生産されたものを、その地域で消費すること（地域生産地域消費）」という意味です。今月は、市内で販売を目的に作付けされた野菜の中で最も収穫量が多い「大根」を使った、とてもヘルシーでおいしいメニューを紹介します。

問い合わせ 保健センター（☎55-03301）



奥河内くろまろの郷レストラン  
「TERRA」に  
このメニューが登場！  
期間：11月1日～30日



## ひじき入り 大根もち

1個あたり  
93kcal  
塩分0.2g

### ひじき入り大根もち (8個分)

大根 250g (1/4本)、干しえび 15g、  
ひじき(乾) 3g、豚ミンチ 80g、大  
根葉(または青ねぎ)少々、白玉粉  
30g、干しえびの戻し汁 30ml、上新  
粉 60g、とろけるチーズ適宜、サラ  
ダ油少々

#### 作り方

- ①大根は短い千切りにし、塩を少々  
ふり、絞る。大根葉(または青ねぎ)  
はみじん切りにする。
- ②干しえび、ひじきはそれぞれぬる  
ま湯で戻して、干しえびはみじん切  
り、ひじきは水気を切る。
- ③白玉粉に干しえびの戻し汁を加  
え、よく混ぜる。

- ④上新粉にぬるま湯 50ml を入  
れ、③と合わせて練り、豚ミンチ  
と①、②を加えて混ぜ合わせる。
  - ⑤ラップで④を巻き、5～6cm  
の円筒型に整え、ラップの両端  
を輪ゴムで止め、蒸し器で30  
分蒸す。少し冷めたら8等分し  
て形をととのえる。
  - ⑥フライパンにサラダ油を入れ  
て熱し、⑤の両面をこんがりと  
焼く。熱いうちにとろけるチー  
ズをのせる。
- ※からしポン酢など、お好みの  
たれでどうぞ。

●レシピの考案：河内長野市食生活改  
善推進協議会(わらび会)のみなさん

### 地域の食材を知り、味わうことで地域の良さを知りましょう！

食に対する安全・安心志向が高まる中、生産者を身近に感じることができる「地産地消」。農産物の直売所や「地産地消」をうたった飲食店が人気を集めるなど、注目を集めています。

#### ■地産地消のメリット

▶生産者の顔が見えるため、安心できる▶地元で取れた新鮮で旬の生産物が食べられる▶地域の伝統的な食材を見つめ直すことで、食文化の伝承につながる。

わらび会平井さん



☆この広報紙は4万8500部作成し、1部あたりの単価は20円です▶毎月4日までに広報紙が届かない場合は、配送業者＝株タイコク(☎0120-603-912、土曜・日曜・祝日を除く)へ。

発行/河内長野市 編集/総合政策部都市魅力戦略課 発行日/平成27年11月1日  
市役所/〒586-8501 大阪府河内長野市原町一丁目1番1号  
☎0721-53-1111(代) FAX 56-1761 ☎54-1000(留守番電話)

広報 **かわちなかの**  
平成27年(2015年)11月号(No.1105)

ホームページ <http://www.city.kawachinagano.lg.jp> Eメール [info-kuw@city.kawachinagano.lg.jp](mailto:info-kuw@city.kawachinagano.lg.jp)  
お知らせ電話/休日急病診療所の日程などを24時間案内中☎0120-930-073  
市役所開庁日時/月～金曜日午前9時～午後5時30分(休日、年末年始を除く)