



健康・福祉

運転協力者認定講習会

外出が困難な高齢者や障害のある人をリフト付き車両で送迎する運転ボランティアを募集しています。ボランティア参加に必要な講習会を開催します。

▽日程・内容 ①6月16日(土) 午前10時～午後5時30分、関係法令の講義など②23日(土) 午前10時～午後1時、福祉自動車の特性についての演習など(2日とも受講が必要)
▽場所 市立保健福祉センター5階会議室1・2

▽対象 第1種免許を持ち、日頃車を運転している75歳までの人20人(申込順)

▽参加費 無料(次のいずれかに該当する人は1万1500円が必要①介護保険・障害者関係の事業所などに登録・勤務している②講座修了後に社会福祉協議会が行っている移送サービス・外出援助サービスのボランティア活動に参加できない)

申込・問 電話で市社会福祉協議会(20308・0400)

母子保健

麻しん風しん(MR)混合予防接種

ワクチン接種により確実に免疫を

つけるために、幼児期に2回(1期・2期)接種します。対象者(下の表のとおり)は、1期・2期、各1回を無料で受けることができます。2期の対象者には、6月上旬に個別通知を行う予定です。

▽接種方法 市内取扱医療機関(健康づくりプログラム)又は市ホームページ「子育て支援課」に掲載)又は、守口市・門真市・大東市・四條畷市の取扱医療機関に予約をし、母子健康手帳を持って接種
問 子育て支援課(予防接種担当)

妊婦歯科健康診査

▽対象 妊娠中の市民
▽内容 問診・口腔内診査(虫歯・歯周病・欠損歯など)・歯面清掃・指導など
▽回数 妊娠中に1回
▽健診費用 無料

▽受診方法 市内の取扱医療機関(健康づくりプログラム)又は市ホームページ「子育て支援課」に掲載)に直接連絡し、母子健康手帳・健康保険証・受診券(母子健康手帳別冊「すこやかに」に付いています)を窓口へ提出
問 子育て支援課(母子保健担当)

乳幼児健康診査

6月分の個別通知がまだ届いてない人は、連絡してください。

4か月児健康診査

平成30年1月16日～2月6日生まれの人の。

平成30年度麻しん風しん(MR)混合予防接種

対 象	
1期	1歳～2歳の誕生日前日まで ※なるべく早く受けましょう。
2期	小学校就学前の1年間(平成24年4月2日～25年4月1日生まれの人) ※平成31年3月31日までに受けてください。

1歳6か月児健康診査

平成28年9月16日～10月20日生まれの人の。

3歳6か月児健康診査

平成26年11月1日～12月6日生まれの人の。

歯の親子教室

平成27年11月5日～12月16日生まれの人の。

問 子育て支援課(母子保健担当)

母子保健事業

日時などは下の表のとおりです。
問 子育て支援課(母子保健担当)

健康づくり

どこでも健康教室 健康運動指導士と保健師の 出張講座

7月3日(火) 午前10時～11時30分、市立西南コミュニティセンター、健康のための講座と体操、定員30人(申込順)、参加無料、筆記用具・飲み物を持参してください。

母子保健事業

	内 容	日 時	対 象	申 込
離乳食相談	離乳食についての相談(始め方が分からない、スムーズに進まないなど)	7月12日(木) 午後2時30分～3時30分	離乳食が進みにくい乳児の保護者5人	開催の前までに電話
離乳食講習会	離乳食の進め方についての実演と指導	7月6日・20日、いずれも金曜日 午後1時30分～3時	4か月～7か月の子どもと保護者20組	直接窓口又は電話
育児相談	子育てについて、保健師などが相談に応じます。電話での相談も受け付けています。	月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時30分	市内在住の人	直接窓口又は電話

※いずれも市立保健福祉センター、申込順、参加無料です。

ヘルスアップ教室

7月23日(月) 午後1時30分～3時30分、市立保健福祉センター4階健康指導室、「病気を知って健やかに生きる」薬剤師の立場から、市民40人(申込順)、参加無料。
申込・問 直接窓口又は電話で健康推進室



高齢者福祉

湯ったり介護予防

6月21日(木) 午後2時30分～3時30分、成田温泉(美井元町) 832・2137、歌体操と手品、65歳以上の市民20人程度(申込順)、参加無料。

※終了後の入浴は自由(無料)です。

申込 浴場に電話

固 高齢介護室(☎83880372)

介護予防ポイント事業 サポーター登録研修

7月9日(月) 午前10時～正午、市立保健福祉センター5階研修室5、福祉施設で簡単な手伝いができる65歳以上の人。

※活動ポイントを貯めると交付金が受けられます。

申込・固 7月2日(月) までに電話で社会福祉協議会(☎838・0400)土・日曜日、祝日を除く)

認知症簡易チェックサイト

携帯電話やパソコンを使って気軽に認知症チェックができるシステム「これって認知症? (家族・介護者向け)」「わたしも認知症? (本人向け)」のサービスを提供しています。いくつかの質問にチェックをするだけで判定結果が表示され、認知症の早期発見に役立ちます。携帯電話・スマートフォンからは左のコードを読み取って利用してください。



※①利用料は無料です(通信料がかかります) ②個人情報への入力不要です ③医学的診断をするものではありません。

固 高齢介護室(☎812・2560)

男性介護者の交流会

6月16日(土) 午後1時～3時、

市立保健福祉センター5階3-1、介護経験のある男性が、相談したいことや介護のヒントなどを話し合います、参加無料。

申込 当日直接

固 高齢介護室(☎83880372)

認知症サポーター ステップアップ講座

7月5日(木) 午前10時～11時、市立保健福祉センター4階セミナー室「認知症の理解を深める」をテーマに認知症の種類や症状の原因と対応などについて学びます、市内在住・在職で「認知症サポーター養成講座」を受講したことがある人、参加無料。

※平成29年度の「認知症サポーターステップアップ講座」を受講した人は、配布した冊子を持って来てください。

申込 当日直接

介護保険負担限度額認定

低所得の人の施設利用が困難とな

らないように、申請により居住費滞在費)及び食費の負担が軽減されます。対象者は認定要件を全て満たした人です。

▽認定要件 ①世帯全員が住民税非課税②別世帯に配偶者がいる場合、その配偶者が住民税非課税③預貯金などが単身で1000万円以下、夫婦で2000万円以下

障害者歯科診療

診療日時	毎週木曜日午後1時～5時・ 第1・3火曜日午後1時～4時 ※祝日・年末年始を除く、予約が必要。
予約受付	毎週木曜日午前9時～正午 (祝日・年末年始を除く) ☎838・1638 FAX838・0428
対象	市内在住の障害のある人で、地域の 歯科診療所で治療が困難な人
場所	市立保健福祉センター1階診療所

※受診には、健康保険証・医療証などが必要です。



歯や口の健康を 維持するために

歯や口の健康を維持するためには、正しい食生活を実践し、間食や、だらだら食べ、甘い飲み物に気を付けましょう。

糖分を多く含む食品が口の中に入ると、歯の表面にあるプラーク<歯垢(しこう)>中の細菌が糖分を栄養にして有機酸が排出され、長時間続くと虫歯になります。だらだら食べを防ぐためには、3食をきちんと取ることが重要です。

眠っているときは、だ液の分泌はほとんどありません。食事をよく噛んで食べることで、だ液がたくさん出て口の中をきれいにします。この動きが虫歯になりかかった歯の表面を元に戻したり(再石灰化)、細菌感染を防いだりして、虫歯や歯周病の予防に役立ちます。フッ化物配合歯磨剤(フッ素入り歯みがき粉)やフッ化物塗布(フッ素塗布)などの利用により、再石灰化がさらに促進され、より強い歯になります。

また、歯みがきはとても大切です。歯の表面にあるプラークを歯ブラシで機械的にこすり取ることが必要です。プラークはネバネバした細菌の塊で、うがいだけでは取れません。歯ブラシの毛先を使って細かくていねいに磨きましょう。

歯科医院での健診や口腔内清掃も大事です。定期的な健診を受診するために、かかりつけ歯科医を持ちましょう。

市民の皆さんの健康などについて保健師などが相談に応じています。健康推進室まで問い合わせてください。

- ▽対象となるサービス
- 介護老人福祉施設
- 介護老人保健施設
- 介護療養型医療施設
- 介護医療院
- 地域密着型介護老人福祉施設
- 短期入所生活介護
- 短期入所療養介護
- △介護保険負担限度額認定の更新▽

現在交付されている認定証の有効期間は7月31日(火)までです。

6月中旬に更新手続きの書類を送付しますので、8月以降も認定が必要な人は、更新手続きをしてください。

認知症介護家族交流会

6月15日(金)午後1時30分～3時30分、市立保健福祉センター5階会議室1・2、認知症の人を介護する家族の情報交換など、参加無料。
申込 当日直接
問 市社会福祉協議会 (☎838・0400)



6月は「就職差別撤廃月間」
「しないさせない就職差別」

「あなたのお父さんやお母さんの出身地はどこですか。家族の職業を言ってください」あなたに住んで

表1 特定健診の項目

健診項目			
基本項目	質問票	服薬歴・既往歴・喫煙歴	
	理学的検査	問診・視診・聴診	
	身体計測	身長・体重・BMI・腹囲	
	血圧測定	収縮期血圧・拡張期血圧	
	血液検査	血中脂質	中性脂肪
			HDL コレステロール
			LDL コレステロール
		肝機能	AST
			ALT
			γ-GTP
		腎機能	血清クレアチニン
			血清尿酸
	eGFR（血清クレアチニン値より算出）		
血糖	血糖（空腹時）		
	ヘモグロビンA1c		
尿検査	蛋白（たんぱく）		
	糖		
判断などによる追加項目（医師の	貧血検査（赤血球数・血色素量・ヘマトクリット値）		○市内で受診…医師の判断もしくは市の基準 ○市外で受診…国の基準で実施
	心電図検査		○市内で受診…全員が実施 ○市外で受診…国の基準で実施
	眼底検査		国の基準で実施

表2 特定健診の実施内容

対象者	市の国民健康保険に加入している40歳～74歳の人 ※4月1日以降に市の国民健康保険に加入した人は、直接窓口又は電話で申し込んでください。
受診期間	平成30年6月1日～31年3月31日 ※期間中に75歳になる人は、誕生日の前日までです。
自己負担額	無 料
受診場所	府内の取扱医療機関

※受診当日に必ず寝屋川市の国民健康保険の資格が必要です。既に他の健康保険などに移っていたり、受診日以前に遡って脱退したときは、全額(約1万円から)が実費請求されます。

平成30年度 特定健診が始まりました

6月1日(金)から市の国民健康保険に加入している40歳～74歳の人の特定健診が始まりました。血管の変化は40歳頃から始まり、重症化すると脳卒中や心筋梗塞などの重大な病気につながります。

治療の人も受診対象です。健診結果から、特定保健指導の対象者や重症化のリスクが高い人に教室などの案内をしています。ハセット検診▽

特定健診とがんドックを同時に受診できます。受診券にセット検診の説明と申し込み用紙を同封していますので、利用してください。

健康推進室

表3 各年代の健診

年齢区分	15歳～39歳	40歳～74歳	75歳以上
健診名	健康づくり健診	特定健診	後期高齢者医療健康診査
担当窓口	市健康推進室(健康づくり担当)	各医療保険者(市健康推進室特定健診担当、国保組合、協会けんぽ、船員保険、共済組合など)	大阪府後期高齢者医療広域連合

※40歳以上の生活保護受給者は、健康づくり健診で健康診査を行います。



いる地域はどんな環境ですか」「お父さん（お母さん）がいないようですがどうされたのですか」「（女性に對して）結婚、出産しても働き続けられますか」

採用試験などの面接でこのような質問は、本人に責任のないことで応募者を判断することになり、就職差別につながる恐れがあります。

採用選考は、応募者の基本的な人権を尊重し、応募者本人のもつ適性・能力に基づき判断され、応募者から提出された履歴書などは、個人の権利・利益を侵害しないように取り扱われなければなりません。

6月1日（金）に寝屋川市駅と香里園駅前で街頭啓発を行います。皆さんの理解と協力をお願いします。

図 人権文化課

6月23日～29日

男女共同参画週間

料理するパパの笑顔は金メダル

男女共同参画とは、男女が性別に関わりなく個性と能力を十分に発揮し、均等に利益を享受し、共に責任を担う社会を目指すことです。

平成11年に制定された男女共同参画社会基本法の施行日に合わせ、毎年6月23日～29日は男女共同参画週間と定められています。

市は期間中、街頭啓発や市立男女共同参画推進センター「ふらっとねやがわ」でシネマ&トークイベント・パネル展示・ワンフリース募集などを行います。

へふらっとねやがわ

男女共同参画社会を実現するための拠点施設として、講座などの開催や自主的活動の促進、図書・ビデオなどの貸し出し、女性や男性の生き方などの相談事業を行っていますので、利用してください。

図 人権文化課

シネマ&トーク・イベント
たたかいつづける女たち均等法
前夜から明日へバトンをつなぐ

6月28日（木）午後1時30分～4時、ふらっとねやがわ、労働環境が多様化する中、誰もが生き生きと働くことができる社会や労働環境の有り方に関心をもつことの大切さを学び、映画鑑賞後、この映画の監督と働く女性の全国センター会員によるトーク・イベントを行います、定員30人（申込順）、参加無料。

◎保育ありますへ6か月～就学前の子ども、6月24日（日）までに予約が必要。

申込・図 電話又はFAXでふらっとねやがわ（☎8000・5789、FAX 8000・5489）

男女共同参画週間展示
男女雇用機会均等法のあゆみ

6月1日～30日、ふらっとねやがわ、男女雇用機会均等法ができるまでと成り立ちを知り、より良い働き方について考えます、参加無料。

図 ふらっとねやがわ（☎8000・5789）

「寝屋川市の男女共同参画を推進するためのワンフリース」募集

「男女共同参画社会」を推進し、その趣旨を広く理解してもらうためのワンフリースを募集します。

受賞作品は公表し、チラシ・情報誌など男女共同参画推進に活用します。入賞者には表彰の上、記念品を贈ります。

▽募集作品 男女共同参画推進をイメージした、分かりやすく親しみやすいもの（1作品30文字程度、自作で未発表のもの、何点でも応募できます）

▽対象 市内在住・在職・在学及びふらっとねやがわ利用者

※詳しくはチラシ又は市ホームページ「人権文化課」を見てください。

応募・図 所定の用紙（チラシ裏面）はがき、FAX又はメール（アドレスは問い合わせてください）に住所、氏名（ふりがな）、電話番号又はメールアドレスを書いて6月1日～8月15日にふらっとねやがわ（〒572-0024 東大和町2番14号 ☎8000・5789、FAX 8000・5489）

知っていますか
人権擁護委員制度

人権擁護委員は、市が推薦し、法務大臣から委嘱を受けた人権擁護に深い理解がある人で、市内の各中学校区に1人います（26ページの表のとおり）。

毎日の生活の中で人権侵害ではな

【広告】



人権擁護委員

中学校区	氏 名	電話番号
第一	菊地 伊三男	822・1820
第二	角谷 哲夫	826・0124
第三	荒木 裕美	833・2051
第四	羽根田 康弘	822・4740
第五	河瀬 洋子	822・7690
第六	松本 勉	06・6360-0823 (事務所)
第七	中井 正昌	822・5880
第八	原田 幸三	829・2778
第九	湯川 あつ子	839・0507
第十	辻本 通	821・4597
友呂岐	友井 芙美子	827・5006
中木田	中井 豊	821・7753

5789) 関 ふうつとねやがわ (☎800・

6月23日(土) 午後3時〜4時、

元気っ子ランド

0144) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25) 関 市教育研修センター(☎838・



子ども専用フリーダイヤル
電話相談

友人関係・いじめ・進路や学習な

どの悩みを聞く、子ども専用電話相

談を行っています。市立小学校3年

生〜中学生に電話相談案内カードを

配布しています。

▽相談時間・相談先 次のとおり

○月〜金曜日の午前9時〜午後5時

：市教育研修センター(☎0120・

55・7830)

○月〜金曜日の午前9時〜午後5時

30分：市子どもを守る課(☎0120・

20・7285・25)

○24時間365日対応：府(☎01

20・7285・25)

関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25)

関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25)

関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25)

関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25)

関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25)

関 市教育研修センター(☎838・

20・7285・25)

入園・入学

私立幼稚園就園奨励費補助金・
保護者補助金を交付

入園料や保育料の保護者負担を軽減するため、私立幼稚園(一部を除く)に通う園児世帯に幼稚園就園奨励費補助金と、私立幼稚園(一部を除く)に通う4歳児・5歳児の世帯に、保護者補助金を交付します。

▽補助金の額 世帯の市民税所得割課税額や兄弟の人数に応じて交付

○幼稚園就園奨励費補助金：30万8000円まで

○保護者補助金：3万円まで

※詳しくは幼稚園で配布される案内文又は市ホームページ「入園・入学」

を見てください。

申請 申請書を直接、各幼稚園(条件により必要な書類の提出を求める

関 市立エスポアル、オセロ大会、幼児と保護者・小学生24人(申込順)、参加無料。

申込・関 6月1日〜20日に直接窓

口又は電話で市立エスポアル(☎828・4141)

おはなし会

6月23日(土) 午後2時30分〜3時、市立エスポアル、幼児と保護者・小学生、参加無料。

申込 当日直接

関 市立エスポアル(☎828・4141)

幼稚園に遊びに来ませんか

市立幼稚園5園では、「心豊かでたくましい子ども」を目指し、楽しい遊びを通して幼児期に大切な教育をしています。

就学前の子どもを育てている保護者の皆さんに幼稚園の様子を知ってもらうため、次の日時に園児との遊びや観劇などに取り組んでいるので、気軽に参加してください。

6月20日・7月18日・8月15日・

9月19日・10月17日・11月21日・12

月19日・平成31年1月16日・2月20

日、いずれも水曜日午前10時〜11時。

※園庭及びふれあい文庫は毎日開放

しています。

関 各市立幼稚園

病児保育みなみの開所日拡充

6月1日(金) から病児保育みなみの開所日を拡充し、土曜日も開所します。

▽開所日時 ①月〜金曜日：午前8

時〜午後6時②土曜日：午前8時〜午

後0時30分

▽利用料金 ①2310円②1155円

▽延長保育 月〜金曜日：午前7時

30分〜8時・午後6時〜6時30分、

利用料金315円

※土曜日は延長保育の実施はありません。

関 保育課



子ども・親子

体操ひろば

6月11日(月)・27日(水) 午前11時～11時10分、市立エスポアル、音楽に合わせて体を動かす、乳幼児と保護者、参加無料。

申込 当日直接

園 市立エスポアル(☎828・4141)

こいのぼりランド

6月27日(水) 午前10時30分～11時、市立エスポアル、七夕工作、乳幼児と保護者、参加無料。

申込 当日直接

園 市立エスポアル(☎828・4141)

誕生会

毎日(第3日曜日・休館を除く) 午前11時30分～正午、市立エスポアル、カード・手形・身体計測、6月生まれの乳幼児、参加無料。

申込 当日直接

園 市立エスポアル(☎828・4141)

ほほえみタイム

6月11日(月) 午前11時10分～11時30分、市立エスポアル、手遊び・触れ合い遊び・絵本、乳幼児と保護者、参加無料。

申込 当日直接

園 市立エスポアル(☎828・4141)

伝承あそび(工作)

6月9日(土) 午後2時～3時、市立エスポアル、手作りのおもちゃを作ります、幼児と保護者・小学生、参加無料。

申込 当日直接

園 市立エスポアル(☎828・4141)

絵本のよみきかせ

6月27日(水) 午前11時10分～11時30分、市立エスポアル、乳幼児と保護者、参加無料。

申込 当日直接

園 市立エスポアル(☎828・4141)

ベビ योग(2期)

7月5日・19日・9月6日・20日、いずれも木曜日①午前9時15分～10時15分：ベビ योगセラピー・産後の骨格調整ヨガ②午前10時45分～11時45分：ベビ योगセラピー・赤ちゃんのやわらか抱き方講座、市立中央公民館、市内在住の2か月～1歳6か月の乳幼児と保護者各15組(申し込みが多いときは抽選)、受講料2000円(4回分)、飲み物が必要。

申込・園 直接窓口(返信用のはがきが必要)又は往復はがきに講座名、住所、氏名、電話番号、子どもの氏名、月齢、希望時間(①又は②)を

書いて6月25日(月) 〓消印有効〓までに市立中央公民館(〒572-8533 池田西町28番22号 ☎838・0189)

乳幼児と保護者のための健康づくり実践講座

7月26日(木) 午前10時～11時30分(受付は午前9時30分から)、市立保健福祉センター3階集団検診室 講話「女性ホルモンで健康美・女子力アップ」・実技「乳がんの自己触診」、乳幼児を持つ保護者30人(申込順)。

◎保育あります(6か月～就学前の子ども20人)。

申込・園 直接窓口又は電話で健康推進室

親子電子工作教室

7月22日(日) 午後2時～4時、市立中央公民館、はんだ付けで作る電子工作キット・録音や再生もできる段ボールのうさぎを作ります、市内在住・在学の小学生と保護者20組(申込順)、材料費918円。

申込・園 6月7日～7月16日に材料費を持って直接、市立中央公民館の窓口(☎838・0189)

青少年

学生相談員を家庭に派遣 不登校の子どもの心の友に

学校に行きたいが登校できず、家族以外の人との関わりが少ない子ども

もがける家庭に学生相談員を派遣しています。在籍の学校を通して相談してください。

▽対象 市立小・中学校の児童生徒
▽派遣回数 週に1回
園 市教育研修センター(☎838・0144)

自然観察会～水辺の生き物調査～

市内河川・水路での水生生物の生息状況を把握するために自然観察会を開きます。

幸町公園(親水公園)の親水空間に生息する生き物を調査しましょう。

▽日時 7月1日(日) 午前9時30分～正午

※天候などで中止のときは、当日の午前8時頃にホームページに掲載します。

▽調査・集合場所 午前9時30分に幸町公園(親水公園)

◎小学校4年生以下の人は必ず保護者同伴(小学校5年生以上の人も親



地域で子育て
「地域子育て支援拠点」のイベントは36～37ページを見てください。

市からのお知らせ

安全・安心

税・保険・年金

健康・福祉

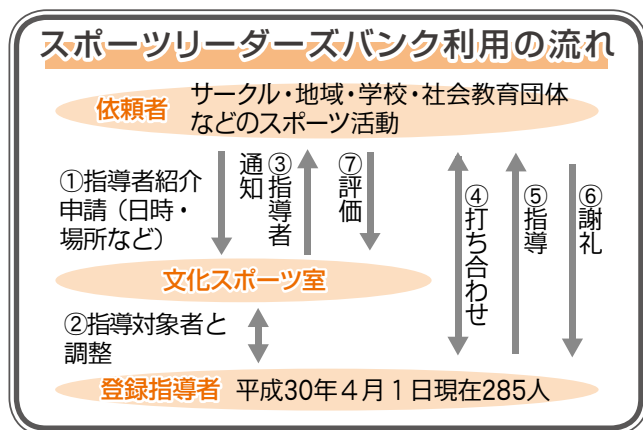
人権

子育て・教育

アウトドア・スポーツ

文化・交流

公共機関・団体
市民情報ひろば



市スポーツリーダーズバンクを活用してください

スポーツの指導者を探している市民グループとスポーツ指導をしたい人の橋渡しをします。左の図の手順



子で参加できます。▽必要なもの 長靴・網・バケツ・飲み物・帽子など

申込・問 電話、FAX又はメール（アドレスは問い合わせてください）に住所、参加者全員の氏名、年齢、電話番号を6月22日（金）までに環境総務課（FAX 821・3349）

スポーツインストラクター養成講習会

日程	講習内容
① 6月19日（火）	「スポーツ行政とスポーツ指導」 ○寝屋川市におけるスポーツ行政 ○スポーツ指導における指導案作成方法
② 21日（木）	「スポーツマネジメント」 チーム経営の在り方、指導者と参加者（保護者）との関わり方、体罰問題について
③ 26日（火）	「各種トレーニング方法（講義）」 有酸素・無酸素トレーニングとその効果、心肺機能向上、筋力増強へのトレーニング方法
④ 28日（木）	実技「各種トレーニング方法（実技）」 講義の実践、ウォーミングアップやクーリングダウンの方法
⑤ 7月3日（火）	「スポーツ事故とその対策」 指導上の事故における裁判事例（賠償問題など）
⑥ 5日（木）	「体のためにやってはいけないスポーツ学」 夏季スポーツ活動時の熱中症予防策を中心としたスポーツ生理学
⑦ 7日（土）	実技「救急法（実技・普通救命講習会）」 心肺蘇生法、救急看護法等の実技講習
⑧ 12日（木）	「年齢・性別などにおけるスポーツ指導」 幼児期、少年期、青年期、高齢者などの発育発達に即したスポーツ指導

※いずれも時間は午後7時～8時30分（⑦午前9時～正午⑧午後6時45分～8時15分）、場所は①③～⑧市役所職員会館3階第1会議室②市役所議会棟4階第1委員会室です。

を参考にしてください。

スポーツの指導者が必要なときは、文化スポーツ室へ派遣依頼書を提出してください。

スポーツ指導者として活動したい人は、「スポーツインストラクター養成講習会」を受講してスポーツリーダーズバンクへ登録してください。

問 文化スポーツ室（☎813・0074）

スポーツインストラクター養成講習会

▽日時 左の表のとおり
▽対象 次のいずれかに該当する20歳以上の人50人（申込順）
①スポーツ指導に興味があり、今後スポーツ指導を考えている②ス

市民体育館

トレーニング室利用講習会

トレーニング室を新規に利用する

スポーツ活動の指導をしている③スポーツ指導についての資格をもって

▽受講料 無料

※今回受講できなかった場合でも3年以内に全てを受講すれば認定されます。

◎受講者以外（付き添い児など）の入室はできません。

申込・問 6月7日（木）午前9時から電話で文化スポーツ室（☎813・0074）

インディアカ混合大会

7月22日（日）午前9時30分、混合の部（コート内に女子が1人～3人）、協会登録者1チーム4人～8人で構成するチーム（申込時登録可、中学生以下を除く）、参加費1チーム3000円（当日納付）。

※組み合わせは事務局が抽選します。

申込 所定の用紙を直接窓口、郵送

産後太り解消教室

△骨盤ケア△

7月11日～9月19日の毎週水曜日午後1時30分～2時30分（8月15日を除く、計10回）、産後1か月半～1年の人20人（申込順、1歳未満の乳児の同伴可）、参加費1万円（保険代含む）、動きやすい服装・バスタオル1枚を持って来てください。

申込・問 6月6日（水）から電話で市立市民体育館（☎824・5858）

人は、講習を受けてください。時間に遅れると受講できません。

①7月6日（金）午後6時30分～8時②14日（土）午後1時30分～3時③29日（日）午前9時30分～11時、16歳以上の人30人（申込順）、受講料3500円（利用許可証・テキスト代、当日納付）、写真・上靴・住所を確認できる免許証などが必要。

申込・問 開始日の前日までに直接窓口又は電話で市立市民体育館（☎824・5858）



又はFAXで7月9日(月) 必着
IIまでに市インディアカ協会事務局
(〒572-0823下木田町16番16号
市立市民体育館内、FAX 822・68
00)

☎ 貞兼 (☎090・8125・0
759)

池の里市民交流センター

子ども自然シリーズ講座

△ジャガイモの収穫とシチュー作り▽
6月9日、育てたジャガイモの収
穫とシチュー作り、子ども50人(幼
児は保護者同伴)。

△動くおもちゃ・磁石をつかってド
ラミングキツキを作ろう▽

6月23日、小学生50人。

※ ※

いずれも土曜日午前10時〜正午、
先着順、参加無料。

申込 当日直接

☎ 市自然資料施設運営スタッフの



子ども自然シリーズ講座

会(市立池の里市民交流センター内
☎839・6882)

池の里クラブ

△ラクロス無料体験教室▽

6月9日・16日、いずれも土曜日
午後0時45分〜2時45分、小学校2
年生〜6年生10人(申込順、一人1
回まで)、上靴・飲み物・タオル・
動きやすい服装が必要。

申込・☎ 6月1日(金) 午前10時
から電話で池の里クラブ事務局(☎
839・7004)

打上川治水緑地

夏季グラウンド・ゴルフ大会

7月8日(日) 午前9時〜雨天の
ときは15日(日)、3ゲームトータ
ルの個人戦、協会登録者と市内在住
・在職・在学初めて参加する人(2
回目以降は協会登録が必要)、参加
費1人300円。

申込・☎ 所定の用紙と参加費を6
月20日(水) 午後5時までに直接、
「市グラウンド・ゴルフ協会事務局」
・仲内(大利町22番27号 ☎826・1
684)

野外活動センター

親子のあキャン

7月1日(日) 午前10時30分〜午
後3時30分、流しそつめんと工作を

します、定員50人(申込順、子ども
と保護者同伴)、参加費：市内在住
の3歳〜小学生12000円、中学
生以上の12500円、市外在住
者は2000円増し。

申込・☎ 6月4日(月) 午前10時
から電話で市野外活動センター(☎
0743・78・1910)

寝屋川公園

寝屋川七ヶ杯テニス大会

7月15日(日) 午前9時〜雨天中
止、男子複：①中級・上級②初級、
混合複：③80歳以上級④初級・中級、
計70組(申込順) 協会登録者(申込
時登録可・高校生以下は登録不要)、
参加費：1組4000円(当日納付、
棄権のときも参加費納付)。

申込 所定の用紙又は大会名、種目、
チーム名、住所、氏名、年齢、電話
番号を書いたものを直接窓口又はF
AXで7月2日(月) 必着IIまで
に市テニス協会事務局(市立市民体
育館内、FAX 822・6800)

☎ 小林 (☎090・9287・7
466)

ほかの場所での催し

友好都市・和歌山県すさみ町 夏休み体験プログラム

▽日時 往路：7月21日(土) 午前
9時市役所出発(正午すさみ町到着

【広告】



予定)・復路：22日(日) 午後1時
すさみ町出発(午後5時30分市役所
到着予定)

※いずれもバスを利用します。

▽内容 21日：海水浴・シーカヤッ
ク・クルージング、22日(体験メ
ニュー選択制)：リバートレッキン
グ体験、シュノーケリング体験、タ
イドプール(海の潮だまり)生物観
察、シーグラス工作体験、イノブタ
ソーセージ作り体験

※①保護者同伴で参加してください

②天候によって内容が変わることが
あります。

▽宿泊(選択制) ①山荘 琴の滝荘

②琴の滝荘 ログコテージ(いずれも

21日の昼食・夕食と22日の朝食・昼

食が付きます)

公共機関・団体

市民情報ひろば

文化・交流

スポーツ

子育て・教育

健康・福祉

税・保険・年金

安全・安心

市からのお知らせ



▽対象 市内在住の小学生と保護者40人程度（申し込みが多いときは抽選）

▽参加費 ①大人1万3000円・小学生9000円②大人1万円・小学生7000円（いずれも宿泊費、バス代、旅行傷害保険料を含む）

※①6月27日（水）に当選結果通知を送付する予定です②20人に満たないときは中止します。

◎旅行企画・実施：株式会社ジャパンライフトラベル（大阪市住吉区我孫子東二丁目3番10号、大阪府知事登録旅行業第2-914号）、体験プログラム主催：市・すさみ町都市提携連絡協議会。

※今後のスケジュールなどの詳細については、参加者決定後にお知らせします。

◎個人情報、本事業の運営の目的に利用し、参加者決定後に旅行企画・実施を委託する株式会社ジャパンライフトラベルに提供します。



すさみ町

申込 はがき又は申込用紙（申し込みは1組5人まで、保護者1人につき小学生2人まで）に参加者全員の郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、年齢（子どもの学年）、電話番号、希望する宿泊施設、2日目の体験メニュー名を書いて、6月20日（水）に必着までに市民活動振興室

※申込用紙は市ホームページ「市民活動振興室」からダウンロードできます。

問 市・すさみ町都市提携連絡協議会事務局（〒572-8555本町1番1号市民活動振興室内）

森のようちえん

△竹の流しそらめんと水遊び▽

7月16日（祝）午前10時～午後2時30分Ⅱ雨天決行、四條畷市立野外活動センター（現地集合・解散）、4歳～6歳の子ども20人（申込順、保護者の同伴不可）、参加費2800円（市外在住者は3000円）。
申込・問 6月20日（水）午前10時から電話で市野外活動センター（☎0743・78・1910）

ホタル観察会

7月14日（土）・15日（日）の午後6時～8時30分頃Ⅱ雨天決行、四條畷市立野外活動センター（現地集合・解散）、定員各10組（申込順、家族・グループなど）、参加費：3歳以上の人1人につき1500円（夕食付）。

※①両日ともに同一プログラムです②天候により観察数が少ないときもあります③子どもだけの参加はできません。
申込・問 6月21日（木）午前10時から電話で市野外活動センター（☎0743・78・1910）



ねやがわバラエティ倶楽部 フェスティバルinねやがわ

6月30日（土）午後2時、市市民会館小ホール、市民アーティストらによるダンスや音楽などの発表会・よしもとお笑いライブ、前売り1000円・当日1200円。

申込・問 直接窓口又は電話で市立市民会館（☎823・1221）

男性フラダンス教室

7月6日（金）午後6時、市立市民会館第2音楽室、男性もフラダンスを踊ってみませんか、参加無料。

申込・問 直接窓口又は電話で市立市民会館（☎823・1221）

南米楽器ケーナ教室

8月6日・20日のいずれも月曜日午前10時～11時、市立市民会館第2音楽室、南米楽器ケーナを習いませんか、楽器は無料で貸し出します、参加費1回1000円。

申込・問 直接窓口又は電話で市立

市民会館（☎823・1221）

きかんしゃトーマス ファミリーミュージカル 「ソドー島のたからもの」

8月18日（土）①午前11時30分②午後2時（開場はいずれも30分前）、市立市民会館大ホール（全席指定）、入場料2800円。

申込・問 直接窓口又は電話で市立市民会館（☎823・1221）

市民活動交流会

6月14日（木）午後1時30分～3時、市立市民会館第13会議室、市民活動に興味のある市民と市民活動団体が自由に意見や情報の交換、参加費100円（お茶代）。

申込 当日直接
問 市立市民活動センター（☎812・1116）

多文化交流ひろば

△たのしい絵手紙体験▽

6月22日（金）午後2時、市立市民会館4階第14会議室、真心を込めた絵手紙で暑中見舞いを送りませんか、市内在住・在職・在学の外国人・日本人15人（申込順）、参加無料、汚れてもいい服装又はエプロンを持って来てください、外国人の人にも気軽に参加してください。

申込 6月20日（水）までに寝屋川市国際交流協会（☎811・5935）日・月曜日、祝日を除く）

問 市国際交流協会又は市民活動振



興室

歌はともだち

6月20日(水) 午前11時～正午
市立ふれあいプラザ香里、みんなで一緒に歌いましょう。

④ 市立ふれあいプラザ香里(☎835・3335)

公演

アルカスチャレンジコンサート 出演者募集

8月3日(金) 午後1時、アルカスホール、ピアノ演奏のリレーコンサート、定員50組(申込順)、参加費1人2500円、入場無料。

※詳しくは「アルカスホール」ホームページ又はチラシを見てください。

申込・④ アルカスホール(☎821・1240)

アルカス第4木曜コンサート ピアノパーティー

7月26日(木) 午前11時30分、アルカスホール1階フリースペース(自由席)、演奏曲Ⅱベートーヴェンピアノソナタ「熱情」ほか、定員60人(申込順)、入場無料。

※詳しくは「アルカスホール」ホームページ又はチラシを見てください。

申込・④ 直接窓口又は電話でアルカスホール(☎821・1240)

アルカスギャラリーコンサート HOOK&井野アキヲウクレレ ギターデュオライブ

8月21日(火) 午後7時、アルカスホール1階ギャラリー(自由席)、演奏曲Ⅱフラガールほか、定員80人(申込順)、前売り1000円・当日1500円。

※詳しくは「アルカスホール」ホームページ又はチラシを見てください。
申込・④ 直接窓口又は電話でアルカスホール(☎821・1240)

生涯学習

ふるさと料理講習会

6月26日(火) 午前10時～午後1時、市立エスポアル2階料理室、新生姜炊き込み御飯・塩こうじチキンソテー・旬野菜のしゃきしゃきサラダ・茄子の味噌汁・変わりしゃな蒸し、市内在住の人24人(申し込みが多いときは抽選)、参加費1000円(材料代・資料代)。

申込 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号(返信用はがきにも住所、氏名)を書いて6月9日(土)Ⅱ消印有効Ⅱまでに市生活改善クラブ連合会(〒572-8555本町1番1号産業振興室内)
④ 産業振興室

アルカスピアノレッスンパック

7月8日～11日・16日～18日午前

10時～午後9時(各55分間)、アルカスメインホール、コンクールや発表会前のリハーサルとして利用できます、スタインウェイピアノ1台6000円・2台7000円(いずれも抽選)。

※詳しくは「アルカスホール」ホームページ又はチラシを見てください。

申込・④ 申込書を直接窓口又はFAXでアルカスホール(☎821・1240、FAX821・1241)

成人教育講座

△盆踊り講習会▽

6月30日・7月7日、いずれも土曜日午後1時30分～3時30分、市立南コミュニティセンター体育室、市内在住・在職・在学の20歳以上の人各60人(申込順、1回のみの参加も可)、参加無料、上靴・タオル・飲み物を持って動きやすい服装で来てください。

申込 6月5日(火)から直接窓口、電話又はFAXで市立南コミュニティセンター(☎821・0301)
④ 社会教育課(☎813・0076)

文化講座

△初心者魚料理教室▽

6月30日(土) 午前10時～正午、市立エスポアル、さばを使っけずしと煮付けを作ります、市内在住・在職・在学の15歳以上の人16人(申込順、申し込みが5人未満のときは中止)、参加費1000円。

申込・④ 6月1日～20日に直接窓口又は電話で市立エスポアル(☎828・4141)

パソコン教室

△ワード基礎▽

7月5日～26日の毎週木曜日午前10時～午後3時(計4回)、市立エスポアル、文字入力からイラストや表の活用など、市内在住・在職・在学の15歳以上の人14人(申込順、申し込みが7人未満のときは中止)、受講料1万円(教材費1836円が別に必要)。

申込・④ 6月1日～28日に直接窓口又は電話で市立エスポアル(☎828・4141)

※パソコンはウィンドウズ7・オフィス2007を使用します。

ボイストレーニング2期

①Aクラス：7月4日・18日・8月1日・29日・9月5日・19日②Bクラス：7月11日・25日・8月8日・22日・9月12日・26日、いずれも水曜日午後2時～3時30分(計6回)、市立中央公民館、歌を楽しむための基礎講座、市内在住・在職・在学の人40人(申込順)、受講料3000円(6回分)。

申込・④ 6月6日(水)から受講料を持って直接、市立中央公民館(☎838・0189)

パン作り1年生 二期

7月7日(土)・8月5日(日)・

9月1日(土)の午前9時30分～午後0時30分(計3回)、市立保健福祉センター4階栄養指導室、パン生地から作り焼き上げ試食します、市内在住・在職・在学の人20人(申込順)、参加費4500円(3回分、材料費を含む)、エプロン・三角巾・布巾2枚・麺棒を持って来てください。

申込・回 6月2日～30日に参加費を持って直接、市立中央公民館(☎838・0189)

グッと若返るメイクアップ教室

6月30日(土)午前10時～正午、市立中央公民館、リンパマッサージからメイク法まで伝授、市内在住・在職・在学の人20人(申込順、申し込みが10人未満のときは中止)、参加費1000円(材料費を含む)、卓上鏡、ターバンを持って来てください。

申込・回 6月4日～25日に参加費を持って直接、市立中央公民館(☎838・0189)

サンデーパフォーマンスカフェ

6月30日(土)午前10時～正午、市立中央公民館講堂前ホワイエ、ピアノ伴奏で童謡などを一緒に歌いましょう、参加無料。

回 市立中央公民館(☎838・0189)

いっしょを使った夏の料理教室

7月8日(日)午前10時30分～正午

後1時30分、市立保健福祉センター4階栄養指導室、老舗こうじ屋さんのこうじを使い、こうじの活用方法を幅広く学んで、オリジナル料理を作り食べます、市内在住・在職・在学の人20人(申込順、申し込みが7人未満のときは中止)、参加費4500円(材料費を含む)、エプロン・三角巾・布巾2枚を持って来てください。

申込・回 6月3日～30日に参加費を持って直接、市立中央公民館(☎838・0189)

囲碁・将棋親子教室(前期)

△親子初心者講座▽

①将棋：7月1日・8日・15日・22日・8月19日、いずれも日曜日午前9時30分～11時30分②囲碁：7月7日・14日・21日・28日・8月4日、いずれも土曜日午前9時30分～11時30分(計5回)、市立池の里市民交流センター、囲碁・将棋のルール・礼儀作法を教えます、市内在住の人各20組(申込順、祖父母・子どもだけの参加も可)、参加無料。

※申し込み方法など詳しくは市ホームページ「文化スポーツ室」を見てください。

回 寝屋川囲碁将棋連盟(☎800・6802)6月29日を除く月～金曜日午後1時～8時

パソコン講座

△ウィンドウズ10初心者
個人レッスン▽

①6月20日～7月4日②7月11日～25日のいずれも水曜日午前10時～正午・午後1時～3時(計3回)、市立学び館、定員各1人(申込順)、受講料6000円、筆記用具が必要。
申込・回 6月8日～12日に直接窓口又は電話で市立学び館(☎822・3311)

展 示

なかまのひろば

登録団体が、活動の紹介や作品の展示・販売をします。

回 市立市民活動センター(☎812・1116)

色鉛筆画展

6月24日～30日午前10時～午後8時(30日は午後5時まで)、市立ふれあいプラザ香里。

回 市立ふれあいプラザ香里(☎835・3335)

色鉛筆画展 いろどりサークル

6月4日午後1時～18日午後1時、市総合センター1階ホール。
回 市立中央公民館(☎838・0189)

藤工芸手づくり作品展 藤工芸サークル

6月11日午後2時～25日正午、市総合センター1階ホール。
回 市立中央公民館(☎838・0189)

【広告】



おきがる号 移動図書館

6月

- 5日(火) 打上東(府営打上住宅4棟集会所前)午後2時50分～3時40分
- 6日(水) 河北東(河北東町11番)午後2時20分～2時50分、河北(河北中町25番中村駐車場)3時～4時
- 7日(木) 黒原橘町(和光小学校)午後2時～2時30分、中神田(神田コーポラス前)2時40分～3時10分、萱島信和町(リバーサイドコーポ3棟横)3時20分～4時
- 8日(金) 音羽町(キリン堂駐車場)午後2時～2時30分、香里北・西(香里浄水場)2時40分～3時10分、石津(石津中町公民館)3時20分～4時
- 12日(火) 楠根南町(楠根小学校)午後1時50分～2時20分、明和(学び館前)2時30分～3時、打上西(西1番館仲よし広場)3時20分～4時
- 13日(水) 木屋(木屋小学校)午後1時15分～2時10分、三井A団地(A17棟前)2時30分～3時10分、寝屋川団地(旧明德小学校内)3時20分～4時
- 14日(木) フドウ香里(集会棟前)午後2時40分～3時20分、秦住宅(府営秦住宅7棟横)3時30分～4時
- 15日(金) 美井町(府営香里住宅3棟横)午後2時～2時30分、菅相塚町(菅相塚町8番1号横)2時40分～3時10分、成田北・東(四方黒池)3時20分～3時50分
- 19日(火) 点野(点野小学校)午後2時10分～2時40分、仁和寺(松下住宅17番14号前)2時50分～3時20分、仁和寺住宅(府営仁和寺住宅13棟横)3時30分～4時
- 20日(水) 成田東町(府営成田東住宅集会所前)午後1時50分～2時20分、寝屋住宅(府営寝屋住宅集会所前)2時40分～3時10分、寝屋川コーポラス(正面玄関前)3時20分～4時
- 21日(木) ビバモール 午後1時10分～3時10分
- 22日(金) 幸町(A棟玄関前)午後1時20分～2時、河北住宅(府営河北住宅9棟集会所前)2時30分～3時、堀溝南(堀溝小学校前)3時20分～4時

189)
市書道協会 ミニ作品展
寝屋川市書道協会

6月19日正午～7月5日正午、市総合センター1階ホール。
市立中央公民館(☎838・0189)

市民ギャラリーの催し

△スケッチ工房合同水彩画展▽

6月1日～6日午前10時～午後5時(1日は午後1時から、6日は午後4時まで)。

△アドバンス・フォト・サロン写真展▽

6月8日～13日午前10時～午後6時(13日は午後5時まで)。

△パッチワークルームFan作品展展示会▽

6月8日～13日午前10時～午後6時(13日は午後5時まで)。

△楽彩会▽

6月15日～20日午前10時～午後5時(20日は午後4時まで)、油彩画。

△寝屋川絵画サークル作品展▽

6月15日～20日午前10時～午後6時(20日は午後5時まで)。

△アイヌアートプロジェクト▽

6月29日～30日午前10時～午後7時。

市民ギャラリー(☎811・544)

図書館

中央図書館での催し

△THE HEALTH本展▽

6月2日～9日：がん・10日～16日：認知症・17日～23日：難病・24日～30日：健康であるために、本の展示と貸し出し。

△雨とカエルの本展▽

6月13日～20日、本の展示と貸し出し。

△ビデオ上映会▽

6月9日(土) 午後2時、「ぼく

は王さま」。

△読書会▽

7月1日(日) 午後2時、「明日死ぬかもしれない自分、そしてあなたたち」・山田詠美著。

市立中央図書館(☎838・0141)

東図書館での催し

△お父さんやお母さんのおしごとの本展▽

6月1日～30日、本の展示と貸し出し。

△映画やテレビなどで一層有名になった本展▽

6月1日～30日、本の展示と貸し出し。

市立東図書館(☎823・0661)

駅前図書館での催し

△大人が読みたい絵本展▽

6月4日～24日、本の展示と貸し出し。

△芥川賞・直木賞の本展▽

6月15日～29日、本の展示と貸し出し。

△大人のための折り紙教室

△ユニット折り紙を作ろう▽

6月24日(日) 午後2時、定員15人(申込順)。

申込 6月1日(金) 午前10時から直接窓口又は電話

市立駅前図書館(☎811・544)