



**5月から日赤活動資金
募集運動が始まります**

日本赤十字社は、災害救護活動・医療・献血事業・講習会などの幅広い事業を行っています。活動を展開するための財源は、皆さんからの活動資金や募金によって支えられています。

5月から、赤十字奉仕団分団長(自治会長)や地域役員が訪問します。理解と協力をお願いします。

☎ 日赤寝屋川市地区(市市民活動振興室内) 825・2120

**5月12日(日)は
民生委員・児童委員の日**

民生委員・児童委員は、法律に基づき国から委嘱を受け、生活に関する困り事の相談や支援を行っています。市内には340人います(平成31年2月1日現在)。

△気軽に相談を▽

高齢者の介護、健康・医療、子育てなどに関する相談に乗っています。不登校・ひきこもりなど、児童に関する相談や支援を専門的に行う主任児童委員もいます。

△秘密は守ります▽

相談内容の個人情報やプライバシーの保護に配慮して活動を行っています。

☎ 福祉総務課(838・0171)
母子保健

日本脳炎特例対象者

日本脳炎予防接種の積極的勧奨を差し控えていた期間(平成17年度～21年度)に接種対象に該当していた人は接種の機会が拡大されています。計4回接種していない人は、不足分を定められた期間に定期予防接種として接種できます。

※1期の接種が完了していない人は、1期の不足分から接種してください。

△対象者①：平成7年4月2日～19年4月1日生まれの人▽

○1回目・2回目(1期初回接種) : 1回目接種後6日以上の間隔をおいて2回目を接種

○3回目(1期追加接種) : 2回目接種後6か月以上を経過した時期に1回接種

○4回目(2期) : 3回目接種後、6日以上の間隔をあけて9歳以降に1回接種

△対象者②：平成19年4月2日～21年10月1日生まれの人▽

9歳～13歳誕生日前日までに、不足分を定期予防接種として無料で接種できます。平成22年3月31日以前に1回でも接種したことのある人は、接種方法が変わります。子育て支援課に相談してください。

※妊娠している人又はその可能性のある人は接種できません②接種に保護者が同伴できない13歳以上の人は相談してください。

ある人は接種できません②接種に保護者が同伴できない13歳以上の人は相談してください。

母子保健事業

日時などは下の表のとおりです。

☎ 子育て支援課(838・0374)

乳幼児健康診査

対象者には個別に通知を送付しています。まだ届いていない人は、連絡してください。

△4か月児健康診査▽
平成30年12月12日～31年1月15日生まれの人。

△1歳6か月児健康診査▽
平成29年8月28日～9月15日生まれの人。

△3歳6か月児健康診査▽
平成27年10月6日～10月31日生まれの人。

△歯の親子教室▽
平成28年9月25日～10月23日に生まれた人。

☎ 子育て支援課(838・0374)

健康づくり

エアロビクス教室

毎週金曜日の午前10時～11時、市立保健福祉センター5階多目的ホール

母子保健事業

内容	日時	対象	申込
離乳食講習会	6月14日(金) 午後1時30分～3時	4か月～7か月の子どもと保護者20組	開催日の前日に電話
0歳からのむし歯予防教室	27日(木) 午後1時30分～3時30分 (受付は午後1時から)	妊娠5か月以上の妊婦、1歳3か月までの乳児と保護者20組	6月26日(水)までに電話
育児相談	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。

ル、40歳以上の市民、参加費：月4回2400円。
※詳しくは問い合わせてください。
申込 当日直接
☎ 市立西高齢者福祉センター(838・1441)



妊婦中の喫煙

☎ 健康づくり推進課(☎812・2002)

たばこの子どもへの影響は妊娠期からあることを知っていますか。妊娠中の女性が喫煙することで早産・流産、低出生体重児の発生リスクを高め、生まれてきてからも乳幼児突然死症候群を引き起こす確率が非喫煙者よりも高くなることがわかっています。

喫煙者だけでなく、喫煙者の家族、周りにいる人たちにも、それ以上の害を与えていることもあります。

換気扇の下、戸外での喫煙であれば家族には無害であると思われがちですが、換気扇の下であっても有害物質は広範囲に広がります。喫煙者の肺に入った煙や衣類に付いた煙を吸い込むことで、有害物質は家族の体内に取り込まれていくのです。

たばこ生活からどうしたら効果的に抜け出せるのでしょうか。成功の秘訣は正しい方法で禁煙することです。我慢するつらい禁煙ではなく、医療保険が適用される禁煙補助薬を医療機関で処方してもらうなど、少しでも楽に禁煙できる方法を利用することが成功への近道となります。最寄りの医療機関で相談してみましょう。

禁煙すると決めたら、まず喫煙に関連する物を処分し、身近な人に「禁煙宣言」するなど、できるだけたばこに近づかないライフスタイルに変えていきましょう。

たばこはあなたの大切なものを奪いかねません。5月31日(金)は世界禁煙デーです。「たばこよりも大切なもの」を心に置き、あなたも禁煙生活を始めませんか？

<健康相談>

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。希望の人は健康づくり推進課まで問い合わせてください。

ヘルスアップ教室
「知っていますか？糖尿病のこと」
6月24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、医師による糖尿病についての講演、市民40人(申込順)、参加無料。
申込・☎ 直接窓口又は電話で健康

づくり推進課(☎812・2002)
女性が気軽に自己触診を行えるよう、市内在住の平成31年3月31日時点で30歳の女性に手指の触感を高める乳がん自己触診補助グローブを5月末頃に配布します。
☎ 健康づくり推進課(☎812・2002)
子宮頸(けい)がん・乳がん検診無料クーポン券
対象者には、6月以降個別に送付します。市内検診機関又は集団検診で受診することができます。
集団検診で受診するときは、11月30日(土)までに申し込みをして、検診日当日に無料クーポン券を持って来てください。
▽対象者 ①子宮頸(けい)がん検診：平成10年4月2日～11年4月1

日生まれの女性②乳がん検診：昭和53年4月2日～54年4月1日生まれの女性
※詳しくは無料クーポン券などを確認してください。
☎ 健康づくり推進課(☎812・2002)
肝炎ウイルス検査実施
平成6年頃までに出産や手術で大量出血の際にフィブリノゲン製剤の投与を受けた可能性のある人に受診を勧めています。受診方法などは問い合わせてください。
▽対象 市内在住の20歳～39歳(40歳の誕生日前日まで)の過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人
▽内容 血液検査
▽場所 府内委託医療機関
▽費用 無料
☎ 健康づくり推進課(☎812・

2002)
成人歯科健康診査
対象者に受診券を送付します(4

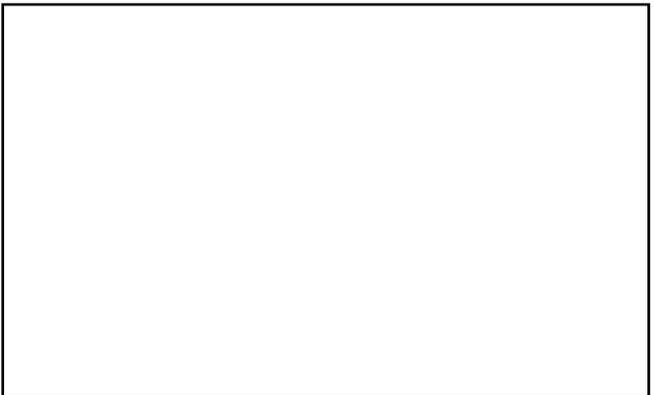
骨粗しょう症予防教室
「骨からキレイになる講座」

6月20日(木) 午前10時～11時30分、市立保健福祉センター3階集団検診室、骨を強くするピラティス、20歳～おおむね45歳の女性30人(申込順)、参加無料。
◎一時保育を行います(6か月～就学前の子ども(申込順))
申込・☎ 直接窓口又は電話で健康づくり推進課(☎812・2002)

づくり推進課(☎812・2002)
乳がんグローブを配布
女性が気軽に自己触診を行えるよう、市内在住の平成31年3月31日時点で30歳の女性に手指の触感を高める乳がん自己触診補助グローブを5月末頃に配布します。
☎ 健康づくり推進課(☎812・2002)

肝炎ウイルス検査実施
平成6年頃までに出産や手術で大量出血の際にフィブリノゲン製剤の投与を受けた可能性のある人に受診を勧めています。受診方法などは問い合わせてください。
▽対象 市内在住の20歳～39歳(40歳の誕生日前日まで)の過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人
▽内容 血液検査
▽場所 府内委託医療機関
▽費用 無料
☎ 健康づくり推進課(☎812・2002)

【広告】



月～9月生まれの方は4月末・10月～3月生まれの方は9月末に送付)。

▽対象 令和2年3月31日時点で30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の市民
▽費用 1000円(70歳の方は無料)

※受診方法など詳しくは受診券を見てください。

④ 健康づくり推進課(☎812・2002)

高齢者福祉

今日から始めよう 認知症予防講座

5月27日(月)午後2時～3時30分、市立保健福祉センター4階健康指導室、作業療法士による認知症予防についての講話と日常生活でできる予防法の体験、65歳以上の市民40人(申し込みが多い時は抽選)、参加無料。

申込・④ 5月20日(月)までに直接又は電話で高齢介護室(☎838・0372)

男性介護者の交流会

5月18日(土)午後1時～3時、市立保健福祉センター4階セミナー室、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

② 高齢介護室(☎838・0372)

障害者福祉

知的障害者ガイドヘルパー 養成研修

障害者の外出や移動を支援する移動支援従業者へ知的障害者(児)ガイドヘルパー養成研修の受講生を募集します。全日程を修了した人には市から修了証明書を交付します。

▽日時 講座：6月8日(土)・9日(日) 午前9時～午後5時・22日(土) 午前9時～正午、実習：6月10日～21日のうち指定日(1日)、午前9時～午後5時
※日時は変更することがあります。

▽場所 講座：市立保健福祉センター・実習：市内知的障害者通所施設など

▽対象 市内在住・在学の18歳～60歳の人で、移動支援事業に従事することを希望する又は従事することが確定している人30人(申込順)

▽受講料 1万2000円(資料代・施設実習費を含む、別に交通費が必要、期日までに納付)

申込・④ 申請書へ市ホームページ「障害福祉課」でダウンロードを5月30日(木)必着までに障害福祉課(〒571-8533池田西町28番22号☎838・0382)

ともに生きる まちをめざして

～就労支援について～

④ 障害福祉課(☎838・0382)

近年、精神疾患は誰でもなりうる病としていろいろなメディアで取り上げられています。発症に伴い、仕事や家事など、これまでと同様の日常生活や社会生活を続けることが困難になり、その人にしか分からない辛さや「生活のしづらさ」を抱えることがあります。

このため、一般企業で働くことが難しい人たちを対象に、従来と違う形の就労場所を提供し、必要な知識能力を身に付ける訓練

をすることができるところが、就労継続支援B型事業所(B型事業所)です。

B型事業所では、食品の製造、ビル清掃、内職加工や接客など、いろんな活動に参加できます。利用の目的は「生活のリズムを取り戻したい」「就労に向けた準備がしたい」「人と交流がしたい」「短時間でも自分の能力を生かしたい」など人それぞれです。自分の状態や利用する目的、将来の希望に合わせて利用の日数や時間を選ぶことができます。

精神障害について理解のある環境で、生活のリズムを整えながら継続して働くことで、改めて自分に合った働き方を考えていくことができます。仕事に伴う疲労やストレスへの対応方法

を学び、働きながら症状と付き合い合っていく方法を身に付けたり、同じ障害のある人と交わったりする中で、自分らしい生き方を見つめなおすことも大切なことです。

このようにB型事業所ではこれからの生活を考え、新たな目標や希望に向かっていく力を取り戻していくことができます。

利用を希望するときは、障害福祉課に問い合わせてください。





人権

「平和のばら」写真を募集

恒久平和を希求するまちづくりの一環として、昨年に応募のあった市民200人に配布した「平和のばら」の写真と、平和に向けたメッセージを募集し、「恒久平和を願う市民のつどい」や市役所などで展示します。

※写真は返却できません。

申込・図 写真（2L版・カラー）と平和に向けた一言メッセージを直接窓口又は郵送で6月21日（金）11時必着11までに人権文化課（〒572-8555本町1番1号 ☎825・2168）



平和のばら

ふらっと市民セミナー

女性のための法律講座（3回連続講座）

ふらっとねやがわ法律相談の担当弁護士（女性）によるセミナーです。

▽日時など ①5月20日：相続「いつか来るその日のために」②27日：借金「すぐに返せると思っていたのに」③6月3日：離婚「踏み出す前に知っておきたいこと」、いずれも月曜日、午後2時から4時、各回のみ参加可

▽場所 ふらっとねやがわ

▽定員 各回、女性のみ35人（申込順）

▽参加費 無料

◎一時保育を行います（6か月〜就学前の子どもで年齢により2人〜6人（申込順）、無料、5月16日（木）までに予約V。

申込・図 電話又はFAXでふらっとねやがわ（☎800・5789、FAX800・5489）

5月女子会トーク

話したいこと、聞いてみたいこと、女性同士で気楽におしゃべりしましょう。

①5月13日（月）午後2時〜3時30分②29日（水）午前10時30分〜正午、ふらっとねやがわ、女性10人程度、参加無料。

申込 当日直接
ふらっとねやがわ（☎800・

5789）

5月1日〜7日は憲法週間

「基本的人権の尊重」は、誰もが生まれながらに持っている侵すことのできない永久の権利として日本国憲法で保障されています。

私たちの人権が守られ、みんなが安心して幸せな生活を送るためには、一人一人が人権尊重の精神を理解し、人権問題を自分自身の問題として考え、日々の生活から問い直していくことが大切です。これを機に、家庭、職場、地域、学校などで話し合ってみませんか。

人権文化課（☎825・2168）

人権啓発ビデオ・DVDの貸し出し

人権について話し合う材料としてビデオ・DVDを市民の皆さんに無料で貸し出しています。内容は、ホームページ「人権文化課」を見てください。

人権文化課（☎825・2168）



子育て・教育

英検ジュニア・英検受検料補助

△補助内容・回数

○中学生：英検受検料の内、2年生時に2600円までを1回、1年生時又は3年生時に2000円を1回

補助。

○小学生：6年生時に1回英検ジュニア受検料の内、700円を補助。

申込 ①市立小・中学生：在籍の小・中学校に直接②市立以外小・中学生：令和2年3月25日（水）までに補助金交付申請書を直接、教育指導課 ※様式は、教育指導課で配布又はホームページ「教育指導課」を見てください。

教育指導課（☎813・0071）

元気っ子ランド

△オセロ大会

5月11日（土）午後3時〜4時、市立エスポール、幼児と保護者・小学生24人（申込順）、参加無料。

申込・図 5月3日〜10日に直接窓口又は電話で市立エスポール（☎828・4141）

1じゅもひろば

子どもたちが1日楽しめるお祭りです。家族や友達と遊びに来ませんか。



地域で子育て
「地域子育て支援拠点」のイベントは40〜41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



5月18日(土) 午前10時～午後2時、市立エスポアール、内容などは下の表のとおり、参加無料。
申込 当日直接
☎ 市立エスポアール (☎828・4141)



こどもひろば

おはなし会

5月25日(土) 午後2時30分～3時、市立エスポアール、昔話や童話の読み聞かせ、幼児と保護者・小学生、参加無料。
申込 当日直接
☎ 市立エスポアール (☎828・4141)

子ども・親子

こんにちは赤ちゃん訪問

4か月までの乳児がいる全家庭に

こどもひろば

場 所	時 間	内 容
多目的ホール	午前10時～10時20分	オープニング・ダンス
	正午～午後0時30分	みんなで歌おう
	午後0時30分～0時45分	ダンス
	午後0時45分～1時25分	マジックショー
さくらホール	午前10時20分	当てもの(有料)
	午前10時20分～10時40分	演奏
	午前11時30分～正午	パネルシアター
静養室	午前10時20分～午後2時 (受付は午後1時30分まで)	伝承あそび(工作)
第1学習室	午前10時20分～正午 (受付は午前11時30分まで)	プラバン
	午前10時20分～正午 (受付は午前11時30分まで)	折り紙
第2学習室	午前10時20分～午後2時 (受付は午後1時30分まで)	木工工作
軽スポーツ室	午前10時40分～11時	人形劇
	午後1時30分～2時	
図書室	午前10時20分～午後2時	絵本の展示
	午前11時～11時30分	おはなし会
談話コーナー	午前10時20分	綿菓子・駄菓子・クロック・たこせん・おにぎり・サンドイッチ・菓子パンの販売

※①各工作や談話コーナーでの販売は、なくなりしだい終了します②ギャラリーで手作り市を同時開催します (午前10時20分～午後2時)。

民生委員・児童委員などが訪問し、子育てを応援する子育てナビと子育てマップを届けます。訪問の前に、はがきが届きます(申し込みは不要)。訪問して留守のときは不在票を投函します。表札がない家庭は情報誌を届けられないので玄関に表札を掛けてください。
☎ 子育て支援課 (☎838・0374)

**養育支援訪問
保育士が家庭訪問をします**

子育てが思い通りにならなくて、

誕生会

イライラしたり、落ち込んだりすることはありませんか。なかなか外に出られず、不安や悩みを抱え込んでいませんか。保育士が希望の家庭を訪問し、一緒に子どもと向き合います。話を聞きます。
申込・☎ 電話で子育て支援課 (☎838・0374)

毎日午前11時30分～正午(5月1日・2日・17日・18日・第3日曜日、休館日を除く)、市立エスポアール、カード・手形・身体計測、5月生ま

【広告】



れの乳幼児、参加無料。

申込 当日直接

☎ 市立エスポール (☎8228・4141)

ほほえみタイム

5月13日(月) 午前11時10分～11時30分、市立エスポール、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

☎ 市立エスポール (☎8228・4141)

体操ひろば

5月13日(月)・16日(木) いずれも午前11時～11時10分、市立エスポール、幼児向けの曲に合わせて体を動かします、乳幼児と保護者、参加無料。

申込 当日直接

☎ 市立エスポール (☎8228・4141)



こまこまランド

△パネルシアター▽

5月16日(木) 午前10時30分～11時、市立エスポール、乳幼児と保護者、参加無料。

申込 当日直接

☎ 市立エスポール (☎8228・4141)

絵本のよみきかせ

5月16日(木) 午前11時10分～11時30分、市立エスポール、乳幼児と保護者、参加無料。

申込 当日直接

☎ 市立エスポール (☎8228・4141)

子育ては親育ち

△親子でエコ遊び▽

6月9日(日) 午前10時～11時30分、市立エスポール、ままごとコーナー、手作りコーナーなど、市内在住の1歳～就学前の子どもと保護者20組(申込順)、参加費：子ども1人200円。

申込・☎ 5月7日～21日に直接窓

口又は電話で市立エスポール(☎8228・4141)

ママリフレッシュ講座

△親子でお絵描きセラピー▽

5月26日(日) 午前10時30分～正午、市立学び館、年少児～小学生とその保護者5組(申込順)、材料費1組500円、汚れてもいい服装で来てください。

申込・☎ 5月13日～20日に直接窓口又は電話で市立学び館(☎8222)

3311)

なかよしフェスティバル

5月29日(水) 午前10時～11時30分(受付は午前9時45分から)、市立さくら保育所、親子で音楽を楽しみましょう「ママバンド・ぷちみるく」、参加無料。

※駐車場はありません。

申込 当日直接

☎ 保育課 (☎812・2552)

教育相談連続講座

△グループカウンセリング▽

6月7日(金) 午後1時30分～3時30分、市総合教育研修センター(研修室3)、不登校や子育てについての悩みを講師と一緒に考えます、参加無料。

申込 当日直接

☎ 市総合教育研修センター (☎822・2126)

青少年

自然観察会～メダカ調査～

6月1日(土) 午前10時～正午、打上川治水緑地観音橋側、長靴・網・水槽・バケツなどが必要。

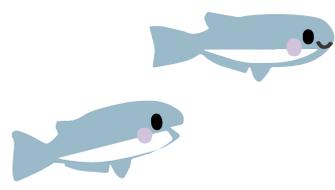
※①小学校4年生以下の人は保護者同伴で来てください②天候などで中止のときは、当日の午前8時頃に市ホームページに掲載します。

申込・☎ 電話又は住所、参加者全員の名、年齢、電話番号を書いた

【広告】



ものをFAX又はメール(アドレスは問い合わせてください)で5月24日(金)までに環境総務課(☎821・4055、FAX821・3349)



キッズパソコン教室

△プログラミング&タイピング▽

6月5日～令和2年3月18日の水



曜日午後4時30分～5時30分(計18回)、市立学び館、小学校4年生～6年生4人(申し込みが多いときは抽選)、受講料：前期4000円・後期5000円。

申込・問 往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、学年、学校名を書いて5月10日(金) 必着 市立学び館(☎822・3311)

※結果は返信はがきでお知らせします。

青少年の相談窓口
「話しませんか」

悩みを抱えている青少年やその家族が気軽に相談でき、アドバイスや適切な専門機関につなぎます。

▽対象 市内在住のおおむね30歳までの青少年とその家族

▽日時 毎週水曜日午前10時～正午・午後1時～4時(1回1時間程度)

▽相談内容 いじめ、不登校、生活習慣、ひきこもりなど

申込・問 青少年課(☎813・0075)



市民体育館

**トレーニング室
利用者講習会**

トレーニング室を新規に利用する

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。

①6月7日(金) 午後1時30分～3時
②16日(日) 午前9時30分～11時
③22日(土) 午後6時30分～8時
16歳以上の30人(申込順)、受講料350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・保険証などが必要。
※詳しくは市立市民体育館ホームページを見てください。

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)

会長杯卓球大会

6月9日(日) 午前9時15分、団体戦(3人によるダブルス・シングルス・ダブルス)、男子の部・女子の部(一般の部・合計年齢が165歳以上の部)、参加費：一般3000円・中学生2000円。

申込 所定の用紙又は大会名、チーム名、種目、選手氏名、年齢、代表者の住所・電話番号を書いたものを直接窓口、郵送又はFAXで5月22日(水) 必着 市卓球協会事務局(〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX822・6800)
問 北野(☎812・5555)

**パラエティ交流
バウンドテニス大会**

6月30日(日) 午前9時、チーム

別対抗ダブルス戦・シングルス戦、1チーム5人(男性2人・女性3人、男性の代わりに女性の参加可)、市内在住、在職、在学の中学生以上の人、参加費1人1000円(当日納付)。

申込 所定の用紙をFAXで6月2日(日) 必着 市バウンドテニス協会事務局(市立市民体育館内、FAX822・6800)
問 田伏(☎822・2890)

**ソフトバレーボール
サマーカップ**

6月23日(日) 午前9時30分、①トリムの部②レディースの部、いずれも4人～8人(できれば5人以上)のチーム、参加費1チーム2000円(当日納付)。

申込 所定の用紙を直接窓口又は郵送・FAXで5月23日(木) 必着 市ソフトバレーボール連盟事務局(〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX822・6800)
問 尾崎(☎888・2313)

太極拳教室(楊式)

令和2年3月27日(金)までの毎週金曜日午後1時～2時45分。
▽定員 30人(申込順)
▽参加費 月2000円

申込 住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いたものを直接窓口又はFAX
問 上岡(☎090・8448・7)

【広告】



611、FAX 8333・4364



南寝屋川公園

市民体育大会 ソフトテニスの部

6月2日(日) 午前9時～雨天のときは16日(日)、一般男子の部・男子45歳以上の部・女子A級・B級の部(参加組数によっては種目を変更することがあります)、市内在住・在職・在学・在クラブの高校生以上の人、参加費1組2000円(当日納付)。

申込 所定の用紙又は大会名、種別、住所、氏名、性別、電話番号を書いたものを直接窓口、郵送又はFAXで5月15日(水) 必着までに市ソフトテニス協会事務局(〒571-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX 822・6800)
問 小野(☎820・3069)

池の里市民交流センター

池の里クラブ

△親子教室無料体験▽

5月7日・14日いずれも火曜日 午前9時45分～10時30分、1歳6か月～就学前の子どもと保護者5組(1組1回まで)、マット運動など簡単な運動体験、上靴(保護者も必要)・飲み物・タオル・動きやすい服装で来てください。

申込・問 池の里クラブ事務局(☎839・7004)

野外活動センター

大人のための里山クラブ

△竹炭作り体験会▽

6月10日(月) 午前9時30分～午後4時・17日(月) 午前9時30分～午後2時 雨天中止(現地集合・解散)、18歳以上の人10人(申込順)、参加費：市内在住の人400円・市外在住の人800円(2日間プログラム費、保険料など含む、昼食は持参してください)。

申込・問 5月14日(火) 午前10時から電話で市野外活動センター(☎0743・78・1910)

小学校1・2年生キャンプ

6月15日午前11時～16日午後3時(現地集合・解散、探検・アウトド

【広告】

アクッキング・キャンプファイヤー！ 工作などを行う宿泊キャンプ、小学校1・2年生30人(申込順)、参加費：1万2000円(食費・プログラム費・保険料などを含む)
※キャンプの活動内容は変更になることがあります。申し込み後、詳しい案内を送ります。
申込・問 5月10日(金) 午前10時から電話で市野外活動センター(☎0743・78・1910)

乳幼児と親の自然体験活動 「すくすくのあ」
6月21日(金) 午前10時30分～11時30分(現地集合、解散)、水辺を散歩しよう、自然体験活動に興味のある2歳までの子どもとその保護者10組(申込順)、参加費500円(市外在住者は200円増し)。
申込・問 5月8日(水) 午前10時から電話で市野外活動センター(☎0743・78・1910)

親子のあキャンプ
6月30日(日) 午前10時30分～午後3時30分(現地集合・解散)、竹を使って流しそうめんや水てっぽう作り、定員30人(申込順、子どもは保護者同伴)、参加費：市内在住の3歳～小学生 2000円、中学生以上の人 2500円、市外在住者は2000円増し。
申込・問 5月7日(火) 午前10時から電話で市野外活動センター(☎0743・78・1910)

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



ほかの場所での催し

市民体育大会
陸上競技の部

5月25日(土) 午後1時(集合は午後0時30分)、枚方陸上競技場(枚方市中宮大池四丁目)、①一般男子：100メートル・200メートル・400メートル・800メートル・1500メートル・5000メートル・10000メートル・20000メートルリレー・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ②中学生男子：100メートル(1年生・2年生・3年生の部)・200メートル・400メートル・800メートル・1500メートル・3000メートル・4×100メートルリレー・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ③一般女子・中学生女子：100メートル(中学生女子は1年生・2年生・3年生の部)・200メートル・800メートル・1500



0メートル・4×100メートルリレー・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ④小学生：100メートル・800メートル・走り幅跳び(参加人数が多いときは男女の種別を分けず、いずれも1人1種目(リレーを除く)、リレーは1校2チームまで)、市内在住・在職・在学の小学生以上の人、参加費(1種目)：一般600円・中学生350円・小学生200円(1チーム)一般1200円・中学生700円(当日納付)。

申込 大会名、参加種目、住所、氏名、電話番号を書いたものを直接又は郵送、FAXで5月10日(金) 必着までに市陸上競技協会事務局(〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX822-6800) 坂根(☎852・6216)

天体観測イベント
「星の学校」

①6月8日②15日、いずれも土曜日午後7時30分～9時(雨天決行、四條畷市立野外活動センター(集合・解散)、天体観測の話や望遠鏡での観望、定員各10組(申込順)、参加費500円。

※①②とも内容は同じです。雨天時は、室内で天体プログラムとなります。

申込・問 5月20日(月)午前10時から電話で市野外活動センター(☎0743・78・1910)



NPO講座
「多様化する市民活動」

5月9日(木) 午後3時30分～5時、市立市民会館4階研修室、定員30人(申込順)。

申込・問 5月8日(水)までに直接窓口又は電話で市立市民活動センター(☎812・1116)

歌はともだち

5月15日(水) 午前11時～正午、市立ふれあいプラザ香里。

申込 当日直接
問 市立ふれあいプラザ香里(☎835・3335)

多文化交流ひろば

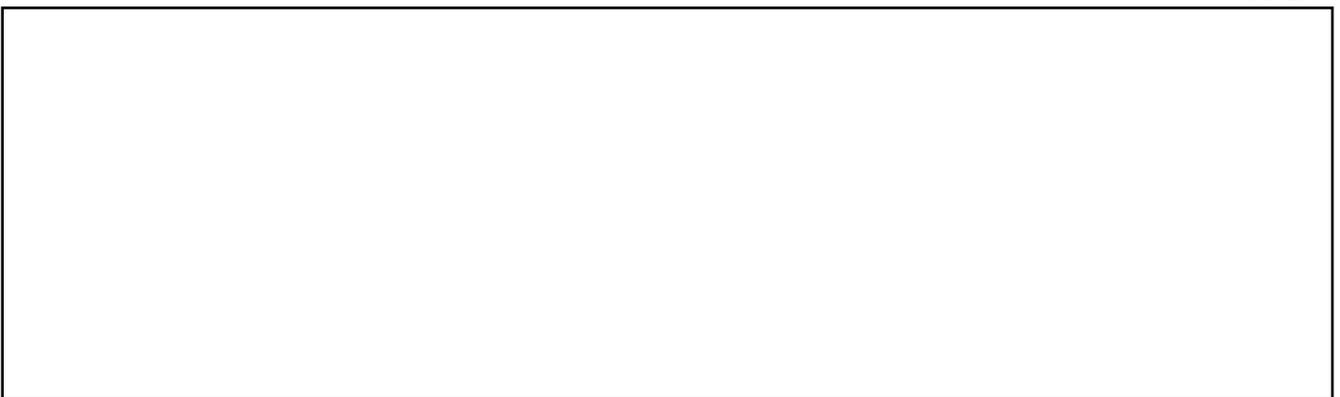
△みんなでヨガ体験▽

5月21日(火) 午後2時～3時30分、市立市民会館地階第1多目的室、インド人講師を迎えインド式ヨガで心と体のバージョンアップ、市内在住・在学の外国人・日本人20人(申込順)、参加無料、ヨガマット又はバスタオルを持って、動きやすい服装で来てください。

申込 5月7日(火) から直接窓口又は電話で寝屋川市国際交流協会(☎811・5935)日・月曜日、祝日を除く)

問 国際交流協会又は市民活動振

【広告】



興室 (☎825・2120)



コミセンまつり

5月18日(土) 午前10時〜午後4時(セレモニーは午前9時30分から)・19日(日) 午前10時〜午後3時。

△西北まつり▽

市立西北コミュニティセンター、作品展示・芸能発表・模擬店・特産物販売会(岡山県美作市)など。

☎市立西北コミュニティセンター (☎833・0120)

△南まつり(オレンジカーニバル)▽

市立南コミュニティセンター、芸能発表会・作品展示・販売・模擬店・特産物即売(18日・和歌山県すさみ町、19日・岡山県美作市)など。

☎市立南コミュニティセンター (☎821・0301)

△西南まつり▽

市立西南コミュニティセンター、作品展示・芸能音楽祭・模擬店・お茶席など。

☎市立西南コミュニティセンター (☎838・2322)

△東まつり▽

市立東コミュニティセンター、模擬店・作品展示・舞台発表・カラオケなど。

※催しの状況により、終了時間が早まる場合があります。

☎市立東コミュニティセンター (☎820・2281)

ねやがわファミリー劇場

△サンクトペテルブルグ

国立舞台サーカス▽

8月20日(火) ①午後0時30分②午後3時、市立市民会館大ホール、ロシア伝統のクラシックサーカスを鑑賞、全席指定2800円。

申込・☎ 直接窓口又は電話で市立市民会館 (☎823・1221)

△音楽表現グループヤングアメリカンズジャパンツアー2019夏▽

6月9日(日) 午後5時30分、市立市民会館大ホール、音楽表現グループヤングアメリカンズワークショウプの発表会、入場料1000円。

※6月8日(土) 午後4時から市立市民会館大ホール受付カウンターで座席指定を行います(先着順)。

申込・☎ 直接窓口又は電話で市立市民会館 (☎823・1221)

アルカスホール友の会

「ぞくら倶楽部」会員募集

コンサートの無料招待や割引などの特典が増えました。

▽年会費 1000円 ※詳しくは、チラシ(アルカスホー

ルにあります)を見てください。
申込・☎ 申込書を直接、アルカスホール (☎821・1240)

公演

アルカス第4木曜コンサート
ピアノパーティー

6月27日(木) 午後2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||ガーシュイン「サマータイム」ほか、定員60人、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・☎ 直接窓口又は電話でアルカスホール (☎821・1240)

高石ともやコンサート

7月12日(金) 午後7時、アルカスホールメインホール(自由席)、演奏曲||「あの素晴らしい愛をもう一度」ほか、定員300人(申込順)、前売り1500円・当日1800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・☎ 直接窓口又は電話でアルカスホール (☎821・1240)

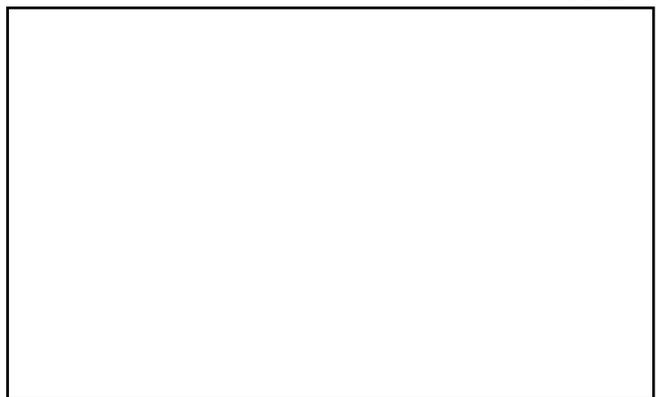
アルカスギャラリーコンサート

声楽・ピアノトリオ

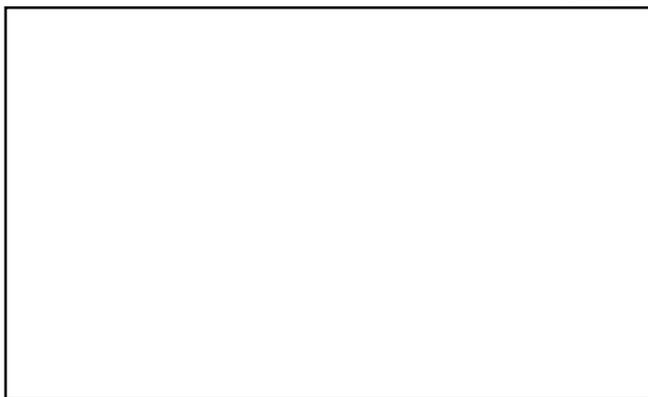
「ゆんぼりな」コンサート

7月25日(木) 午後2時、アルカ

【広告】



【広告】



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



スホール1階ギャラリー(自由席)、演奏曲はオペラ「椿姫」より乾杯の歌ほか、定員80人(申込順)、大人前売り900円、大人ペア前売り1500円、大人・中学生以下ペア前売り700円、中学生以下ペア前売り500円、当日は300円増し、子どもの膝上観覧は無料。

※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・問 直接窓口又は電話でアルカスホール(☎821・1240)

**アルカスチャレンジコンサート
出演者募集**

8月23日(金)正午、アルカスホールメインホール、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・問 アルカスホール(☎821・1240)

学び館 寄席

5月12日(日)午前10時30分(開



桂珍念さん

場は午前10時)、市立学び館、出演者桂珍念さん、写真、旭堂鱗林(講談)・露の眞(落語・どじょうすくい)、定員90人(先着順)、参加無料。

申込 当日直接
問 市立学び館(☎822・3311)

ねやがわ寄席 in エスポ

6月1日(土)午後4時(開場は午後3時30分)、市立エスポアール、出演者桂吉弥さん、写真、桂ちようばさん、桂弥太郎さん、桂米輝さん、定員200人(申込順)、参加費2000円。

申込・問 5月3日(祝)から直接窓口又は電話で市立エスポアール(☎828・4141)



桂吉弥さん

生涯学習

うたごえ広場

5月9日・6月13日・9月12日・10月10日・11月14日いずれも木曜日、午前10時～11時30分、市立学び館、

定員15人(申込順)、参加無料、飲み物が必要。
申込・問 5月9日(木)に直接市立学び館(☎822・3311)

文化講座

「こんな場合どうしたらいいの?」
うちの相続」

5月20日(月)午前10時～11時30分、市立学び館、定員12人(申込順)、参加費300円。

申込・問 5月10日～16日に直接窓口又は電話で市立学び館(☎822・3311)

たのしいパンづくり

5月30日(木)午前10時～午後1時、市立エスポアール、抹茶と甘納豆のうずまきパンを作ります、市内在住・在職・在学の15歳以上の人16人(申込順、5人未満のときは中止)、参加費1000円。

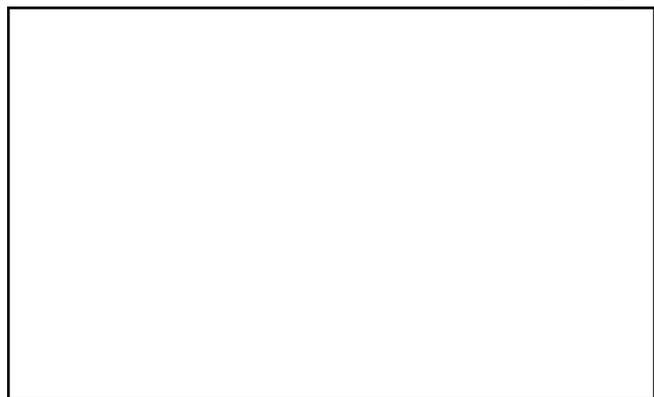
申込・問 5月3日～15日に直接窓口又は電話で市立エスポアール(☎828・4141)

成人教育講座

「初心者向け」大人のぬり絵(色鉛筆画)講座」

6月14日・21日、いずれも金曜日午後1時30分～3時30分、市立東北コミュニティセンター2階多目的室、色鉛筆を使ったぬり絵を学び、リングと桃を描きます、市内在住・在職・在学の20歳以上の両日参加できる人30人(申込順)、参加費300円

【広告】



展 示

エスポ手作り市

5月18日(土)午前10時20分～午後2時、市立エスポアール、市立エスポアールで活動している団体などの作品を集めて販売します。

申込 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・



市民ギャラリーの催し

△香里北グループ▽

5月3日～8日の午前10時～午後6時（8日は午後4時まで）、油絵など。

△アドバンス・フォト・サロン

写真展▽

5月3日～8日の午前10時～午後6時（8日は午後5時まで）。

△フォルテシモ作品展▽

5月10日～15日の午前10時～午後6時（10日は午後1時から、15日は午後4時まで）、油彩・水彩画

品など。

△和紙ちぎり絵サークル展▽

5月18日～19日の午前10時～午後5時（18日は正午から、19日は午後4時まで）

△書道展 雑樹会七人展▽

5月18日～20日の午前10時～午後

6時（18日は午後5時まで）、テーマ「風薫る五月」。

△俳画協会展「杉田久女とはどんな人」▽

5月24日～29日の午前10時～午後6時（29日は午後5時まで）、句を添えた季節感あふれる俳画作品。

ひつと物語 vol.40

いつか親子で世界大会に ～スポーツチャンバラ～

おくだかつゆき 奥田克幸さん（38歳）・かい 権さん（6歳）

剣を振れば「ブン」と空を切り、体にあたれば「バシン」と痛々しい音が響き渡ります。「音は、激しいですが、空気を入れた剣なので、けがをするようなことはありません」と話してくれるのは、スポーツチャンバラ（スポチャン）の世界大会のクラブ対抗団体戦で4連覇中の克幸さんです。

「チャンバラ」は、時代劇などのシーンをおもちゃの剣などで真似る子どもの遊びのイメージがありますが、スポチャンは、「エアー・ソフト剣」を使い、フェンシングと剣道を融合したような本格的な競技です。世間的にはまだまだ知名度の低い競技ですが、国内の競技人口は約40万人、海外でも33か国で親しまれています。

<最大の魅力は「負けを認める精神」>

克幸さんとスポチャンとの出会いは大学生の時でした。バイク事故の影響で通っていたリハビリの先生に「リハビリを兼ねてスポチャンをしてみないか」と誘われたことがきっかけでした。それまで、ラグビーなど団体競技で汗を流してきた克幸さんにとって「名前も聞いたことがない競技」でしたが、自身初の個人競技にすぐさま夢中になりました。

スポチャンは「護身道」から発展し、「公平と安全」そして「自由」を基本理念に、老若男女が楽しめる競技です。「スポチャンを通じて、仲間がたくさん増えたことや、礼儀作法を学ぶこと」も魅力の一つだそうです。何より「『自心審判』という、自ら負けを申告する精神」が他のスポーツにはない一番の魅力だそうです。スポチャンの創設者田邊哲人氏の言葉からも「元来このスポーツには審判はいらないと思っている」とあるように、対戦した選手同士にしか分かりえない互いの精神が、世界で広がり続ける理由のように思えます。

<スポチャンを通じた親子の絆>

克幸さんの息子の権君も、4歳からスポチャンを始め、今年全国幼年スポーツチャンバラ選手権大会では基本動作と小太剣の部で3位になった実力者です。

「始めは、私だけでと思っていたのですが、チームメイトからの熱心な誘いもあって、息子も一緒にするようになりました。始めのころは整列するだけで泣いていました」が、今では、家庭内での会話も練習や試合の内容が多くなり、親子の絆も更に深くなりました。それも「奥さんの理解のおかげ」と2人顔を見合わせ笑います。権君は「打倒お父さん」を掲げ、「いつか、親子で世界大会に出場できたら」と克幸さんは語ります。

<いつかは寝屋川市で道場を>

産まれも育ちも寝屋川市の克幸さん。近隣市にスポチャン道場は数多くあるものの、なぜか寝屋川市にはないことから、「まずは、寝屋川市内で行われているイベントなどでスポチャンを披露し、多くの人に知ってもらいたい」との思いで、その先の「いつかは寝屋川市で自分の道場を」との夢に向かい、これからも親子で練習に励みます。



△羽田野清展▽

5月31日～6月5日の午前10時～午後5時（6月5日は午後4時まで）、油絵など。

☎ 市民ギャラリー（☎811・5544）

市指定文化財の特別公開

△指定有形文化財・考古資料▽

市内の遺跡から出土した遺物の中で、特に貴重なものを「市指定文化財」として指定しています。子持勾玉や墨書銘曲物桶などいろいろな時代・種類のものがあり、普段は公開していないものを数多く展示しますのでこの機会に見に来てください。

▽期間 5月10日～13日午前9時～午後5時30分

▽会場 市立埋蔵文化財資料館（打上宮前町3番1号）

▽見学科 無料

※駐車場はありません。

☎ 文化スポーツ室（☎813・0074）



高宮遺跡出土墨書銘曲物桶
（たかみやいせきしゅつどぼくしよめいまげものおけ）

なかまのひろば

約170の登録団体が順次、市立

市民活動センターで活動紹介の展示や販売をしています。展示には登録が必要です。

申込・☎ 市立市民活動センター（☎812・1116）

鉄道模型運転会

5月2日～6日の午前10時～午後8時（6日は午後6時まで）、市立ふれあいプラザ香里。

☎ 市立ふれあいプラザ香里（☎835・3335）

木の実と竹を使用した作品展示

5月25日～31日の午前10時～午後8時（25日は正午から、31日は午後4時まで）、市立ふれあいプラザ香里。

☎ 市立ふれあいプラザ香里（☎835・3335）

図書館

臨時図書室開設

市立中央図書館は、臨時図書室に移転しました。本やCDの貸し出しを行っています。新聞の配架は行っていないです。臨時図書室での定例行事は、当面行いません。

※5月の休室日は、5月10日（金）です。

△図書館分室の開室日拡大▽

図書館分室（東北・西北・西南・

南分室）開室日を毎日（各コミュニティセンター休館日は閉室）に拡充しました。

☎ 市立中央図書館臨時図書室（旧教育研修センター、池田新町3番23号 ☎838・0141、午前9時30分～午後5時）

△親子で楽しむ人形劇▽

5月12日（日）午後2時、市立保健福祉センター5階多目的ホール、子どもと保護者100人（先着順）、参加無料。

☎ 市立中央図書館臨時図書室（旧教育研修センター、池田新町3番23号 ☎838・0141、午前9時30分～午後5時）



東図書館での催し

△新時代を生きるの本展▽

5月1日～31日、本の展示と貸し出し。

△ちよこつとしかけえほんの本展▽

5月1日～14日。

△どうぶつのおやこたちの本展▽

5月15日～31日。

【広告】



おきがる号

移動図書館

- 5月
- 7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
 - 8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
 - 9日(木) ビバモール午後1時10分～3時10分
 - 13日(月) 香里北西(香里浄水場) 午後2時～4時
 - 14日(火) 黒原橋町(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
 - 15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
 - 16日(木) 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
 - 17日(金) 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
 - 20日(月) 香里北西(香里浄水場) 午後2時～4時
 - 21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
 - 22日(水) 美井町(府営香里住宅駐車場) 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
 - 23日(木) 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
 - 24日(金) 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
 - 27日(月) 香里北西(香里浄水場) 午後2時～4時
 - 28日(火) 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

△おはなし(ストーリーテリング)の入門講座(子どもと楽しむ絵本とおはなしの世界)▽

①5月17日(金)：「おはなし会(おはなしをたっぷり楽しみましょう)」②6月19日(水)：「おはなしの楽しみを子どもたちに」③7月17日(水)：「昔話の楽しみとその大切さについて」④9月20日(金)：「おはなしを選ぶこと、覚えること」⑤10月18日(金)：「語ってみましょう」、いずれも午前10時～正午、全回受講でき、子どもとおはなしに興味のある、受講後に市内

で活動できる人、①③④⑤市民会館3階講義室②市民会館2階第2会議室

◎一時保育を行います(2歳以上の子ども6人)

申込 5月1日～15日に直接又は電話で中央図書館臨時図書室(☎838・0141)

△絵本でたのしもう▽

毎週木曜日午前10時30分～11時30分、絵本の読み聞かせ・手作り遊び・紙芝居・手遊びなど。

⑥市立東図書館(☎823・0661)

△天皇の日本史▽

日本書紀から平成まで(本展)

駅前図書館での催し



5月1日～30日、本の展示と貸し出し。

△私、こういふ仕事してます▽

5月8日～21日、本の展示と貸し出し。

⑦市立駅前図書館(☎811・5544)

図書館定例行事

内容	対象	時間	場所	
			東図書館	駅前図書館
おはなし会	幼児・小学生	午後3時	第2・4土曜日	
絵本タイム	乳幼児	午前10時30分	毎週水曜日	毎週金曜日
	幼児・小学生	午後3時	第1・3・5土曜日 第1・3日曜日	
絵本で子育てにこにこ赤ちゃん	乳児・と保護者	午前10時30分		毎週火曜日
ミニミニおはなし会	幼児・小学生	午前11時		毎週土曜日

