



健康・福祉

生活保護制度とは

暮らしに困っている人に国が健康で文化的な最低限度の生活を保障するための必要な給付を行い、自分で生活できるように援助することを目的とした制度です。

働く能力、預貯金などの資産、ほかの福祉施策など、あらゆるものを活用しても、なお生活に困窮するときに適用されます。

△不正受給には刑事告訴も▽

不正受給は、生活保護制度に対する市民の信頼を揺るがす許し難い行

為です。不正受給を確認したときは、保護費の返還や保護の停止・廃止などの処分を行います。給料明細書の偽造や収入の過少申告など悪質なものは、警察と連携し刑事告訴を行っています。

△生活保護適正化ホットラインに情報を▽

自立した生活が送れず援助が必要な状態の世帯を発見したときや、生活保護費の不正受給などの情報を電話、メール又は窓口で受け付けています。

保護課 (☎838・0347)

生活に困っている人へ

△自立相談支援事業▽

収入や預貯金が少ないなど、生活

に困っている人の仕事や暮らしなどの困りごとの相談に応じます。

相談員が自宅を訪問して話を聴くこともできます。相談内容によって、関係機関などと連携し、相談者の自立に向けた支援を継続的にを行います。

△家賃の支給▽

離職者で就労能力や就労意欲のある人のうち、住宅を喪失するおそれがある人などが対象です。市ハローワークによる就労支援を受けながら、賃貸住宅の家賃相当額の支給が受けられます。

▽対象 申請時に離職後2年以内の65歳未満の人で、毎月2回以上ハローワークに求職申し込みを行い、収入や預貯金額が一定額以下など

▽支給額 単身世帯：3万9000円、2人世帯：4万7000円、3人～5人世帯5万1000円を上限とした収入に応じた額

※6人以上の世帯については問い合わせてください。

▽支給期間 原則3か月(就職活動を誠実に行っているときなどは3か月延長可、最長9か月)

△家計改善を支援します▽

家計に問題を抱える人などに対し、家計を管理する能力を高め、専門的な助言・指導してもらうため、各種給付制度の利用や債務整理などの支援を行います。

申込・図 制度・家計改善支援事業：保護課 (☎838・0347)、相談：市社会福祉協議会 (☎812・2040)

障害者就労移行支援事業所 見学ツアー

11月26日(火) 午後0時50分～4時、市立保健福祉センター玄関前、障害のある人が就労を目指し訓練を行う事業所の見学、当事者・家族、就労に興味のある人(支援者など)24人(申込順)、参加無料。

※詳しくは問い合わせください。

申込・図 11月19日(火)までに電話又はFAXで障害福祉課 (☎838・0382、FAX 812・2118)

赤十字幼児安全法講習

子どもを守る対応を身に付ける

11月20日(水) 午前10時30分～11時30分、子育てリフレッシュ館(リラット) 3階セミナールーム、子どもに起こりやすい事故の予防と応急手当など、定員20人(申込順、定員に満たないときは中止になることがあります)、受講無料。

◎一時保育を行います(生後3か月～就学前の子ども12人、申込順)。

申込 11月13日(水)までに直接窓口又は電話で日赤寝屋川市地区事務局(市市民活動振興室内) (☎825・2120)

母子保健

母子保健事業

日時などは24ページの表のとおり

コラム こんにちは、寝屋川市保健所です ノロウイルスにご注意

毎年秋から冬にかけて、ノロウイルスによる食中毒が増えてきます。ノロウイルスによる食中毒になると、おう吐や激しい下痢、腹痛などを起こします。特に幼児や抵抗力が落ちている人では、症状が重くなることがあります。

＜ノロウイルス食中毒を防ぐには＞

○しっかり手洗いをする やっつけるというより、洗い流すことを意識することが重要です。

○しっかりと火を通して食べる 中心部を85～90℃で90秒以上の加熱が必要です。

○調理器具などの消毒を徹底する

煮沸消毒や塩素系消毒液に浸すように拭く消毒が有効です。

＜ノロウイルスによる食中毒かな?と思ったら＞

症状がひどいときは、すぐに医療機関を受診してください。

下痢などをしたときは、水分をしっかり取りましょう。

図 保健衛生課 (☎829・7721)

図 子育て支援課 (0338・0374) です。

母子保健事業				
	内 容	日 時	対 象	申 込
離乳食講習会	離乳食の進め方についての実演と指導	12月13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	開催日の前日までに電話
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。

乳幼児健康診査

対象者には個別通知を送付します。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▽
令和元年6月9日～7月15日生まれの人。

△1歳6か月児健康診査▽
平成30年2月22日～3月15日生まれの人。

△3歳6か月児健康診査▽
平成28年4月7日～4月30日生まれの人。

△歯の親子教室▽
平成29年3月12日～4月25日生まれの人。

図 子育て支援課 (0338・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、保健福祉センター15階多目的ホール、参加費2400円(月4回)・1800円(月3回)。
※詳しくは問い合わせください。
申込・図 直接窓口又は電話で市立西高齢者福祉センター(〒572-855)



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

知ってください児童虐待の現状

虐待死亡事例の多くは0歳児です。いろいろな問題で不安やストレスを抱えているところに「子どもが言うことを聞かない」「夫(妻)の帰りが遅く、ほとんど一人で育児をしている」などが重なればどの家庭でも起こりうる社会全体の問題です。

◆虐待が疑われる様子

子どもの様子

- 季節に合わない服装をしている
- 衣服が破れたり、汚れたりしている
- 保護者といるとおどおどし、落ち着かない
- 乱暴な言動が見られる



保護者の様子

- 育児について拒否的な発言がある
- 年齢にそぐわない要求をしている
- 「かわいくない」「にくい」などの発言がある
- 子どもに関する説明に不自然なところがある

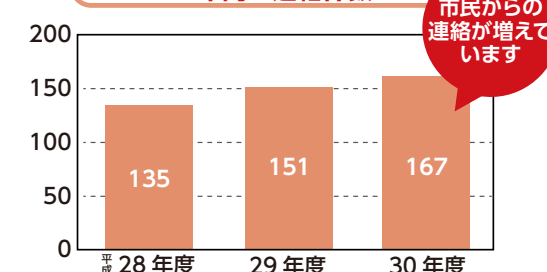


当てはまるからといって、必ず虐待とは限りませんが、周りの保護者や子どもにこのような様子が見られたときは、迷わずに連絡してください。

◆見逃さないで子どものSOS

相談や通告が子どもの笑顔を守ります。あなたの「気づき」を子どものために活かしてください。虐待の犯人探しではありません。支援が必要な家族を救います。連絡した人が特定されないように、法律によって秘密は守られます。

3年間の連絡件数



市民からの連絡が増えています

児童虐待に関わる痛ましい事件は後を絶たず、深刻な社会問題になっています。11月は児童虐待防止推進月間です。子どもの笑顔を守るため、市全体で改めて児童虐待について考えてみましょう。
図 (子どもを育てる課) 子ども相談担当 (0338・0466)

みんなで守ろう

子どもの笑顔

児童虐待の相談窓口・連絡先

児童相談所 全国共通ダイヤル	☎189 (いちばやく)	市こどもを守る課 こども相談	☎838・0466 月～金曜日の 午前9時～午後5時30分 (祝日・年末年始を除く)
府中央子ども 家庭センター	☎828・0161 月～金曜日の 午前9時～午後5時45分 (祝日・年末年始を除く)	子どもの虐待ホットライン NPO法人 「児童虐待防止協会」	☎06・6762・0088 月～金曜日の 午前11時～午後5時 (祝日・年末年始を除く)
	☎295・8737 月～金曜日の 午後5時45分～翌日午前9時 (土・日曜日、祝日、年末年始は24時間)	子どもの人権 110 番 大阪法務局 人権擁護部内	☎0120・007・110 月～金曜日の 午前8時30分～午後5時15分 (祝日・年末年始を除く)

虐待かな?と思ったら...
迷わず電話を!



一人で悩まず、相談してください

◆「もうムリ」と心が叫んだら 一旦離れて冷静に...

泣き声に
イライラしたら

- 赤ちゃんを安全な場所に寝かせる
- 赤ちゃんから少し離れる
- 外の空気を吸う、深呼吸する
- 誰かと話す
- 好きな音楽を聴くなど

「思いがけない妊娠」「産みたいけどお金がない」「誰にも相談できない」そんな時、一人で抱え込まず、必ず相談してください。妊娠期から支援をしていきます。

児童虐待の相談窓口・連絡先

寝屋川市子育て支援課	☎812・2213
妊娠 SOS (大阪府)	☎0725・51・7778
妊娠・子育て・ 出産電話相談 (大阪府助産師会)	☎06・6775・8894

赤ちゃんを安全なところに寝かせ、気分転換をしてください。気持ちが落ち着かないときはすぐに相談してください。



33 池田西町28番22号 ☎838・1441

骨粗しょう症予防教室 ～骨からキレイになる講座～

ピラティスやコアトレーニングで骨からアンチエイジングをしませんか。
12月20日（金）午前10時～11時30分、市立保健福祉センター15階多目的ホール、40歳以上の女性30人（申込順）、参加無料。
申込・図 直接窓口又は電話で健康づくり推進課（☎812・2002）

ひきこもり家族教室

11月22日（金）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、ひきこもり当事者と家族の支援について・ひきこもり経験者からの助言、ひきこもり当事者を抱える家族40人（申込順）、参加無料。
申込・図 直接窓口又は電話で保健予防課（☎812・2362）

11月28日～12月5日は「エイズ予防週間」まずは検査を

12月1日は世界エイズデーです。HIVに感染していても治療を受けることでエイズ発症を予防したり、遅らせたりすることが可能です。まず検査を受けて身体の状態を知ることが大切です。
△HIV検査（血液検査）▽日時 11月6日・20日、いずれも水曜日午前9時30分～10時30分

ター（〒571-0004成田町3番6号、☎832・0050）

高齢者福祉

脳力測定会

画面を見ながらいくつかの質問に答える簡単な検査を行い、記憶力や注意力などの脳の働きを測定します（認知症の判定をするものではありません）。脳の老化を知り、鍛え直すきっかけにしませんか。

①集団認知機能検査（ファイブ・コグ）測定会：11月26日（火）（1）午前10時～正午（2）午後2時～4時②集団結果説明会：12月17日（火）午後2時～3時30分、市立保健福祉センター14階健康指導室、測定会（1）・（2）のいずれかと説明会に参加できる65歳以上の市民各30人（申し込みが多いときは抽選）、参加無料。
申込・図 往復はがき（1人1枚）に「脳力測定会申込」、測定会（1）・（2）のいずれか、住所、氏名、生年月日、電話番号（返信用はがきにも住所、氏名）を書いて11月14日（木）必着Ⅱまでに高齢介護室（〒571-8566池田西町24番5号市立池の里市民交流センター内 ☎838・0372）

在宅支援員養成研修

介護福祉士などの資格がなくても、2日間の研修を受けることで、在宅支援員として訪問型サービス

▽場所 市保健所
申込 当日直接

※匿名・検査無料、梅毒（血液検査）クラミジア検査（尿検査）も併せて受けることができます。結果説明は1週間後です。
図 保健予防課（☎829・7773）

風しん抗体検査

▽日時 11月13日・27日、いずれも水曜日午前11時～11時40分
▽場所 市保健所
▽対象 次のいずれかに該当する市民①妊娠を希望する女性②妊娠を希望する女性の配偶者③妊娠している女性の配偶者（検査や風しんワクチン接種を受けたことのある人を除く）
▽検査料 無料
※結果は郵送します。
申込・図 前日までに電話で保健予防課（☎829・7773）

童謡唱歌を歌う会「クリスマスコンサート」

12月18日（水）午後1時30分～3時20分、市立中央高齢者福祉センター、懐かしい童謡唱歌やクリスマスソングを、皆で楽しく歌おう、40歳以上の市民80人（申し込みが多いときは抽選）、参加費500円（飲み物代など）。
申込・図 直接窓口又は往復はがきにクリスマスコンサート希望、住所、氏名（ふりがな）、年齢、性別、電話番号を書いて、11月29日（金）Ⅱ

使ってください

認知症支援サービス

△徘徊（はいかい）高齢者
家族支援サービス▽

認知症高齢者に専用端末機を貸与し、徘徊したときには家族が自宅のパソコンなどでインターネットを利用し居場所を早期に把握することができ、事故の防止を図ります。

▽対象 要介護認定で要介護Ⅰ以上と認定され、徘徊する恐れがある認知症高齢者を介護している家族
▽利用料 毎月の基本料とインターネット検索料の合計金額の1割
△徘徊高齢者発見支援メール▽

高齢者が行方不明になったときに登録者にメールを配信します。
▽対象 40歳以上の徘徊する恐れがある人
▽協力者の登録方法 スマートフォンなどで左のQRコードを読み取り又はパソコンでメールねやがわに空メールを送信
▽利用料 無料



△認知症高齢者等
個人賠償責任保険▽

無料で受けよう特定健診

貰おうQ.U.Oカード

特定健診は、「血管の変化」や「内臓脂肪」に着目した健康診断で、市の国民健康保険に加入している40歳～74歳の全ての人を対象に実施しています。破れやすくなったり、詰まりやすくなったりするなどの「血管の変化」は、40歳頃から始まります。血糖・血圧・脂質などの数値が高い状態が続くと、糖尿病、高血圧、脂質異常症という生活習慣病につながります。自覚症状がなくても健康のために年に1回特定健診を受診しましょう。

特定健診は「Q.U.Oカード1000円分」などの参加賞が貰える「ワガヤネガワ健康ポイント」登録事業です。特定健診を受けて景品をゲットしませんか。※ワガヤネガワ健康ポイントについて詳しくは問い合わせください。

△「健康教室」などを実施▽



健診の結果、血管の変化が現れ始めている人に「健診結果説明会」や「健康教室」の案内をしています。市の保健師や管理栄養士が検査数値の読み取り方や食事や運動の話をします。日常生活の中でも出来るような食べ方や動き方の工夫を一緒に見つけましょう。
図 健康づくり推進課（☎812・2374）

必着Ⅱまでに市立中央高齢者福祉センター〒571-0004成田町3番6号（☎832・0050）

「フリスの英会話」受講生募集

毎月第1～4金曜日、午後1時30

分～2時30分、市立中央高齢者福祉センター1、基礎から日常会話、旅行会話などすぐに使える英会話を学ぼう、月2000円（1回500円）、別に事務手数料として月400円が必要、初心者歓迎。
申込・図 市立中央高齢者福祉セン

認知症フォーラム～認知症になっても安心して暮らせるまち～

▽日時 11月19日（火）午後1時30分～4時
▽場所 市立保健福祉センター15階

△①講演会 宅老所いっさん家～ありのまま、その人らしく～午後1時50分～2時50分、多目的ホール、認知症のある人、障がいを持つ人などいろいろな人が集うユニークな施設の職員に日々の交流の話をしてもらいます、定員120人。
申込 11月12日（火）までに直接窓口又は電話

△②元氣アップ体操▽

午後3時～3時30分、多目的ホール、元氣アップ体操サポーターが、地域で行っている体操を行います。

△③認知症サポーターPRV

認知症サポーター養成講座の取り組みを紹介します。

△④コラボカフェ▽

認知症の人や家族の皆さん、日頃の思いなどを話しましょう、寝屋川警察署から運転免許返納の話などもあります。

申込・図 高齢介護室（☎812・2560）

暴力は犯罪です 女性に対する暴力をなくす運動

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」が全国で実施されます。
ドメスティック・バイオレンス（DV）、性犯罪、売買春・人身取引、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為などは、人権を侵害するものであり、決して許されるものではありません。

図 人権文化課（☎825・2168）

DVとは

殴る蹴るなどの身体的暴力だけでなく、次の行為もDVです。
無視するなどの精神的暴力、性的行為の強要などの性的暴力、生活費を入れないなどの経済的暴力、友人との接触を制限するなどの社会的暴力。

セクシュアル・

ハラスメントとは

「性的いやがらせ」の意味で、相手の心を傷つけたり、不快に感じさせたり、相手に不利益を与えたりするような性的な言動を指します。

悩み相談

女性の心の悩み相談や女性のための法律相談を行っています。
DVに悩む男性など、男性のための悩み相談も行っています（右のQRコードのとおり）。



11月21日（木）午後1時
女性のための護身術講座
わたしの身を守るWen-Do（ウエンドウ）を学ぶ
▽参加費 無料
図 ふらっとねやがわ（☎800・5789）

女性のための 護身術セミナー

図 大阪法務局人権擁護部
（☎06・6942・9496）

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

11月21日（木）午後1時
女性のための護身術講座
わたしの身を守るWen-Do（ウエンドウ）を学ぶ
▽参加費 無料
図 ふらっとねやがわ（☎800・5789）

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

11月21日（木）午後1時
女性のための護身術講座
わたしの身を守るWen-Do（ウエンドウ）を学ぶ
▽参加費 無料
図 ふらっとねやがわ（☎800・5789）

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

▽相談内容 夫・パートナーからの暴力や職場などのセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など
▽相談員 法務局職員及び人権擁護委員

▽期間 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
▽専用電話番号 ☎0570・070・810

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 FAX812・2135
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	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。

に話し合います、参加無料。
申込 当日直接
図 高齢介護室（☎838・0372）
ノルディックウォーク
体験講座
2本のポールを使って歩くノルディックウォークを学びます。
▽日時 11月28日（木）午後2時～3時45分（受付・健康チェックは午後1時30分から）
▽場所 市立中央高齢者福祉センター新館大広間
▽対象 65歳以上の市民20人（申し

込みが多いときは抽選）
▽参加費 無料
申込・図 11月18日（月）までに直接窓口又は電話で高齢介護室（☎838・0372）
▽日時 ①がんどック：12月13日午前9時10分～10時30分②乳がん検診（マンモグラフィ検査）：12月20日午後3時～3時30分、いずれも金曜日

▽場所 市立保健福祉センター3階
▽対象 聴覚障害のある人
▽内容など 右の表のとおり
※対象者は平成31年4月1日～令和2年3月31日に誕生日を迎えた時の年齢です。
※ 申込・図 所定の用紙（障害福祉課にあります）に希望検診名、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、FAX番号を書いたものを直接窓口又はFAXで11月15日（金）までに障害福祉課（☎838・0382、FAX812・2118）

男性介護者の交流会

（基準緩和）に従事することができません。
12月4日（水）・6日（金）午前10時～午後5時、市立保健福祉センター5階研修室5、在宅支援員として働く意思のある人又は学びたい人30人（申込順、働く予定がある人優先、参加無料）。
※詳しくは市ホームページ「高齢介護室」を見てください。
申込・図 11月28日（木）までに直接窓口又はFAXで高齢介護室（☎838・0372、FAX838・0102）

手話通訳付き集団検診の内容

検診名	対 象	費 用
胃がん検診	35歳以上の人	2,000円
肺がん検診	40歳以上の人	200円
大腸がん検診		300円
肝炎ウイルス検診	次のいずれかに該当し、希望する人 ・平成31年4月～令和2年3月に40歳になる人 ・41歳以上の人で過去に肝機能異常を指摘されたことがある人 ・41歳以上の人でこれまでに受診していない人 ※希望者のみの受診です。	1,000円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	600円
子宮がん検診	20歳以上の女性で前年度に受診していない人（2年に1回の受診）	700円
骨密度検診	30歳以上の女性	200円
胃がんリスク（ABC）検診	35歳～65歳の人 ※これまでに市の胃がんリスク（ABC）検診を受けたことがある人、明らかな上部消化器症状があり、胃や十二指腸の疾患が強く疑われる人、食道・胃・十二指腸の疾患で治療中の人、胃酸分泌抑制薬（特にプロトンポンプ阻害剤）を服用中又は2か月以内に服用していた人、胃の外科的手術（切除など）を受けた人、腎不全（血清クレアチニン値が3mg/dL以上）の人、ピロリ菌の除菌治療中又は過去にピロリ菌の除菌治療を行った人は受診できません。	500円
乳がん検診（マンモグラフィ）	40歳以上の女性で前年度に受診していない人（2年に1回の受診）	700円



人権

11月女子会トーク

話したいこと、聞いてみたいことを、女性同士で気楽におしゃべりしましょう。

①11月11日(月) 午後2時～3時
②26日(火) 午後7時～8時30分、ふらっとねやがわ、女性10人程度、参加無料。

申込 当日直接
場 所 市役所1階玄関ホール及びピロティ

ふらっとねやがわまつり2019

「#With You」自由生きる・自分で決める」をテーマに行



ひと言リレーの様子

います。

▽日時 11月16日(土) 午前10時～午後4時

▽場所 ふらっとねやがわ

▽内容 午前10時から、男女共同参画社会のワンフレイズ入賞作品表彰式
○登録団体の活動紹介ひと言リレー(午前10時30分)

○ワークショップ(午前11時～正午)
：登録団体による体験型学習

○講演(午後1時～2時30分)：
「ワークライフバランスは、一人一人の意識改革から」

○交流会(午後2時50分～4時)
○パネル展示：登録団体による展示発表

○ふらっとカフェ(午前11時～午後2時50分)

○参加費 無料(ふらっとカフェを除く)

○一時保育を行います(ハ6か月～就学前の子どもの年齢により2人～6人(申込順)、無料、11月12日(火)までに予約)

申込・場 所 ふらっとねやがわ(☎800・5789、FAX800・5489)

ふらっとねやがわまつり2019
数学に特別な才能を持つ少女を「普通に育てたい」叔父と英才教育をしたい祖母。少女がどう生きるのが幸せかを問いかけるヒューマンドラマ。

ふらっとねやがわまつり2019

12月3日(火) 午後2時～4時、ふらっとねやがわ、定員35人(申込順)、参加無料。

システム(左のQRコード)



場 所 教育指導課(☎813・0071)

入園・入学

就学時健康診断

11月28日(木) 午後1時30分～3時30分、市立市民会館小ホール、歯科・内科・視力検査、令和2年度に小学校に就学する児童・市内の幼稚園・保育所などで受診できなかった子ども。

※車の来場は控えてください。

場 所 学務課(☎813・0072)

子ども・親子

誕生会

毎日午前11時30分～正午(11月18日・第3日曜日・休館を除く)、市立エスポアル、カード・手形・身体計測、11月生まれの乳幼児、参加無料。

申込 当日直接

場 所 市立エスポアル(☎828・4141)

伝承あそび(工作)

11月9日(土) 午後2時～3時、市立エスポアル、紙などを使いお

○一時保育を行います(ハ6か月～就学前の子どもの年齢により2人～6人、11月29日(金)までに予約)

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

ふらっとねやがわ市民企画

ハみんなが違ってみんないい！子育て世代も子育て後の世代もアロマで子育て

アロマセラピーを楽しみながら、子育てについて話します。子育て、孫育てなど世代を超えて交流する講座です。

12月6日(金) 午後1時30分～午後4時、ふらっとねやがわ、定員15人(申込順)、参加無料。

○一時保育を行います(ハ6か月～就学前の子どもの年齢により2人～6人(申込順)、無料、12月2日(月)までにメールで予約)

申込 メールで前川(左のQRコード)



場 所 ふらっとねやがわ(☎800・5789)

育てよう一人ひとりの人権意識
12月4日～10日は人権週間です

人権とは、全ての人が生まれなが

もちやを手作りします、幼児と保護者・小学生、参加無料。

申込 当日直接

場 所 市立エスポアル(☎828・4141)

元気っ子ランド

①11月16日(土) 午後3時～4時、パステル画②27日(水) 午後3時30分～4時30分、折り紙工作、いずれも市立エスポアル、幼児と保護者・小学生、参加無料。

申込 当日直接

場 所 市立エスポアル(☎828・4141)

なかよしフェスティバル

11月19日(火) 午前10時～11時30分(受付は午前9時45分から)、市立あざみ保育所、親子でマジックショーを楽しみましょう、ミラクルみちこ(マジシャン)、参加無料。

※駐車場はありません。

場 所 保育課(☎812・2552)

ふれあい広場

12月4日(水) 午後2時30分～4時、アルカスホール、舞台発表・パネル展示・「おひさま楽団」親子コンサート、参加無料。

※親子で参加できます。

場 所 学務課(☎813・0072)

子育ては親育ち

ハ親子でフラワーアレンジメント
12月8日(日) 午前10時～11時、

らに持っている人間らしく生きていくために必要な、誰からも侵されることのない大切な権利です。

一人一人が豊かな人権感覚を身に付け、自分を大切にする心と他人を思いやる心を育んでいくことが重要です。

ハ人権を考える市民のつどい

▽日時 12月7日(土) 午後1時30分(開場は午後1時)

▽場所 市立市民会館大ホール

▽内容 ①小・中学生人権作文・詩の表彰と朗読②講演「転んだら、どう起きる？」講師 宇梶剛士さん(俳優) Ⅱ写真



宇梶剛士さん

▽入場料 無料(全席自由席)

○一時保育を行います(ハ6か月～就学前の子どもの年齢により3人～9人(申込順)、無料、12月3日(火)までに予約。

※手話通訳・要約筆記もあります。

申込 当日直接

場 所 人権文化課(☎825・2168)

人権啓発の作品展

▽日時 11月30日～12月10日の午前9時～午後5時30分

市立エスポアル、生花に触れて豊かな心を育てよう、市内在住の2歳～小学校6年生と保護者15組(申込順、7組未満のときは中止)、参加費1000円。

申込・場 所 11月22日に直接窓口又は電話で市立エスポアル(☎828・4141)

青少年

令和2年度留守家庭児童会入会申請開始

留守家庭児童会は市内全24小学校で行っています。

▽対象 令和2年4月1日に市内在住・在学の小中学生

▽入会資格 保護者が年間を通して1か月に15日以上、平日の昼間に不在となり、保護者又は保護者になる大人が必ず児童を迎えに来ることが出来る家庭

▽入会申請書などの配布 11月1日

地域で子育て

「地域子育て支援拠点」のイベントは44～45ページを見てください。

令和2年度保育施設(保育所・認定こども園・事業所内保育事業所)の利用申請は11月29日(金)まで

☎ 保育課 (☎812・2552)

申請ができる人

- 寝屋川市に在住している(子どもの出生届を提出済み)
- 寝屋川市に転入予定(居住予定の家の契約書などが必要)

<保育の必要性の認定>

保育施設を利用するには、保護者が次のいずれかに該当し、認定を受ける必要があります。

- 月64時間以上就労している
- 出産予定日の前2か月、後2か月
- 疾病・負傷・障害がある
- 同居の親族を常時介護・看護している
- 求職活動を継続的にしている
- 就学している

※他の理由で子どもの保育が必要なときは相談してください。

申請書類

申請書類などは、保育課・保育所・こどもセンターにあります。また、市ホームページからもダウンロードできます

申 込

11月29日(金)までに申請書類などを直接窓口又は郵送で保育課(〒572-8533寝屋川市池田西町28番22号、結果は1月下旬に郵送でお知らせします)

移行予定保育施設

保育所から認定こども園に移行します

ひまわり保育園・ひなぎく保育園が令和2年度から幼保連携型認定こども園に移行予定です

詳しくは市ホームページ「保育課」(右のQRコード)をご覧ください。



保育所の日常風景



市民体育館



(金)からの午後0時30分～6時30分(土・日曜日、祝日を除く)に入会希望の留守家庭児童会又は青少年課(市ホームページ「青少年課」からもダウンロード可)
申込 12月2日～13日の午後0時30分～6時30分(土・日曜日を除く)に直接、入会希望の留守家庭児童会※入会は低学年から優先し、定員を超えたときは待機となります。
☎ 各留守家庭児童会又は青少年課(☎813・0075)

824・5858)
市民体育大会
ソフトバレーボールの部
 12月8日(日) 午前9時30分：①メンズの部②レディースの部・午後1時30分：③トリムの部(混合、コートに男性2人以内)、いずれもチーム・個人、市内在住・在職・在学の中学生以上の人、参加費1人200円(当日納付)。
申込 所定の用紙を直接窓口、郵送又はFAXで11月21日(木)※必着※までに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)
☎ 尾崎(☎888・2313)
レディース卓球大会団体戦
 12月15日(日) 午前9時15分、1チーム3人(ダブルス・シングルス・ダブルス)、参加費1チーム3000円。
申込 所定の用紙を直接窓口、郵送又はFAXで11月27日(水) 午後5時※必着※までに卓球協会事務局(〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX822・6800)
☎ 松田(☎822・1556)

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。
 ①12月5日(木) 午後6時30分～8時②13日(金) 午後1時30分～3時③22日(日) 午前9時30分～11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Ⅱ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・☎ 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(☎

12月22日(日) 午前9時15分、男子の部・女子の部(いずれも3ダブ

SIDSは、それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく眠っている間に何の前ぶれもなく亡くなる病気です。
 日本での発症率は年々少なくなってきたようですが、平成29年には77人の赤ちゃんがSIDSで死亡し、乳児期の死亡原因では4位となっています。
 SIDSの予防方法は確立していませんが、次の3つのポイントを守ること、SIDSの発症率が低くなるというデータがあります。
へうつぶせ寝は避けましょう
 医師からうつぶせ寝を勧められているとき以外は、赤ちゃんの顔が見える仰向けに寝かせ、赤ちゃんを一人にしないようにしましょう。
へできるだけ母乳で育てましょう
 母乳で育てられている赤ちゃん



11月は乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間



は、人工乳(粉ミルク)で育てられている赤ちゃんとは比べてSIDSの発症率が低いと報告されています。赤ちゃんが喜んで飲み、体重が順調に増えているときは、できるだけ母乳を与えましょう。
へたばこをやめましょう
 妊娠中の喫煙は胎児の体重が増えにくくなり、脳や呼吸中枢にも影響を及ぼすため、SIDS発生の大きな危険因子と言われています。家族など周りの人の喫煙(受動喫煙)も同様の影響を与えます。
 ※ SIDSでは、亡くなった原因が分からないため、両親が自分に何か落ち度があったのではないかと、自分を責める気持ちになりがちですが、これは病気で、過失によるものではありません。赤ちゃんにとって安全で、大人が安心して子育てができる環境づくりをしていきましょう。
☎ 子育て支援課(838・0374)

ルス）、小学生以上の男女6人以上で協会登録団体の会員で構成するチーム（申込時に登録可）、参加費1チーム：一般4500円・小学生・高校生2000円（当日納付）。
申込 所定の用紙を直接窓口、郵送又はFAXで12月9日（月）午後4時必着までに市バドミントン協会事務局（〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX 822・6800）
 図 磯部（☎06・6933・5564）

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▽

11月12日・19日いずれも火曜日午前9時45分～10時30分、平成25年4月2日～30年4月1日生まれの幼児と保護者、各日5組（申込順、参加は1組1回まで）、上靴（保護者も含む）・飲み物・タオルを持って、動きやすい服装で来てください。
申込 電話又は池の里クラブホームページで池の里クラブ事務局（☎839・7004）

△エンジョイスポーツDay▽

11月23日（祝）午前10時～午後2時30分、内容は下の表のとおり、参加無料。
 ※①おにぎりなどの軽食販売があります
 ※②上靴を持って来てください。
申込 当日直接

※

※



池の里クラブ

図 池の里クラブ事務局（☎839・7004）

市民体育大会 インディアアカ・混合の部

12月8日（日）午後0時30分（受付は午後0時10分から）、混合の部（コート内に女子が1人以上）、市内在住・在職・在学の人で構成する4～8人のチーム（中学生以下を除く）、参加費1人300円（当日納付）。
 ※①個人の参加もできます②組み合わせは協会事務局で抽選します。
申込 所定の用紙を直接窓口、郵送又はFAXで11月18日（月）必着までに市インディアアカ協会事務局（〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX 822・6800）
 図 貞兼（☎080・4243・0

図 貞兼（☎080・4243・0

ほかの場所での催し

生駒花屏風ハイキング

11月9日（土）午前9時30分、10時～雨天のときは10日（日）、星の里いわふね（交野市私市九丁目、約6km・初級者向けコース（星の里いわふね↓府民の森ほしだ園地森林鉄道風歩道橋↓星のブランコ↓やまびこ広場↓星の里いわふね）、植樹、記念品抽選会など、参加無料。
申込 当日直接

寝屋川公園

クリスマス ミックステニス大会

12月22日（日）午前9時～雨天中止Ⅱ混合ダブルス、①A・B級クラス：9組②初級・中級クラス：39組③95歳以上クラス：15組④110歳以上クラス：6組⑤④は合計年齢、協会登録者（登録料500円、随時登録可・申し込みが多いときは抽選）、2試合以上参加可、参加費1組4000円（当日納付、棄権のときも参加費を納付）。
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11月2日（土）から直接窓口、郵送又はFAXで市テニス協会事務局（〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX 822・6800）
 図 小林（☎090・9287・7466）

自然体験学習室

△大人自然工作シリーズ講座▽
 11月29日（金）午前10時～正午、自然体験学習室、竹工作で来年の干支を作ります、定員20人（申込順）、参加無料。
申込 図 直接窓口又は電話で自然資料施設運営スタッフの会（☎839・6882）又は池の里市民交流センター（☎838・0188）
茨田イチョウまつり

11月24日（日）午前10時～午後3時、茨田樋遺跡水辺公園・淀川左岸幹線水路（点野一丁目）、手こぎのEボート乗船体験（午前10時～正午）・水辺交流会・秋の実りを味わ

エンジョイスポーツDay

体育施設 時間	アリーナ	グラウンド	サブ グラウンド
			ラクロス
午前10時～午後0時30分	チャレンジ★アスレチック（ロッククライミング・ターザンロープなど）	グラウンド ゴルフ	
午後0時30分～2時30分			

※雨天のとき、屋外プログラムは中止します。

野外活動センター

シアの自然体験活動 「フア★GGクラブ」

11月11日～令和2年3月31日の月～金曜日の午前10時～午後3時30分希望する日（休所日は除く）、①野外料理と工作体験②カレー作りとニュースポーツ体験③バーベキューと野外プログラム体験、おむね60歳以上の人で構成した20人以上の団体、参加費①2000円②1800円③2500円。



茨田イチョウまつり

う会（午後0時30分～3時）。
 図 河川レンジャー事務局（☎861・6801）平日午前9時～午後5時又は「河川レンジャーアドバイザー」・玉井（☎090・2100・9276）「ねや川水辺クラブ」・立川（☎090・2382・7356）、市治水計画室（☎813・1192）

市民体育大会マラソンの部

12月8日（日）午前10時（午前9時30分集合）、淀川河川公園太閤地区、①一般男子5km、10km②一般女子5km、10km③中学校2年生・3年生男子3km④中学校1年生男子3km⑤中学校2年生・3年生女子2km⑥中学校1年生女子2km⑦小学生2km⑧健康マラソンの部2km、いずれも市内在住・在職・在学の小学生以上

申込・図 11月6日（水）午前10時から電話で市野外活動センター（☎0743・78・1910）

ノアたき火カフェ

11月12日～12月25日の午前10時～午後1時に開始（利用は午後4時まで）、たき火を囲んで楽しみましょう、ファミリースト（5人）2500円・ペアセット（2人）2200円（施設使用料が別に必要）。
 ※セット内容：ファイアグリル・タプ・薪・マシュマロ・温かい飲み物（オプション販売・レンタル：焼き芋1本200円・ダッチオーブン1030円）。
申込・図 11月8日（金）午前10時から利用日の3日前までに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 「すくすくのお」

12月13日（金）午前10時30分～11時30分（現地集合・解散）、冬の森を散歩しよう、自然体験活動に興味のある2歳までの子どもと保護者10組（申込順、子どものみの参加はできません）、参加費500円（市外在住の人は200円増し）。
申込・図 11月7日（木）午前10時から電話で市野外活動センター（☎0743・78・1910）

親子のおキャンプ

12月15日（日）午前10時30分～

の人（⑧の親子参加は幼児から可）、参加費1人3000円（中学生以下は無料、当日納付）。
 ※中学生の上位入賞者は、寝屋川ハーフマラソンに招待します。
申込 大会名、種目、住所、氏名、電話番号を書いたものを直接窓口、郵送又はFAXで11月20日（水）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、FAX 822・6800）
 図 坂根（☎852・6216）

スポーツ指導者研修会

スポーツ指導者として活動中の人の資質向上を目指し、研修会を行います。
 ▽日時 12月5日（木）午後7時～8時30分
 ▽場所 市立市民会館2階第1会議室
 ▽対象 市内在住又は活動しているスポーツ指導者
 ▽講師 島沢優子さん（スポーツ育成ジャーナリスト）
 ▽テーマ 「スポーツや教育現場で『怒鳴る・怒る』がマイナスになる理由」
申込・図 11月1日～18日までに電話で郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を文化スポーツ室（☎813・0074）
 ※詳しくは市ホームページ「スポーツ指導者研修会」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

文化・交流

図書まつり

11月9日～10日の午前10時～午後8時(10日は午後5時まで)、市立ふれあいプラザ香里、不要になった本をもらえます。

△歌う腹話術▽

11月10日(日) 午後1時30分～2時、市立ふれあいプラザ香里、腹話術で歌を歌います。

△碧空コンサート▽

11月10日(日) 午後2時～3時、市立ふれあいプラザ香里、秋のひとときをコーラスに合わせて歌いましょう。

申込 当日直接

※ 市立ふれあいプラザ香里(☎835・3335)

歌はともだち

11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。

申込 当日直接

※ 市立ふれあいプラザ香里(☎835・3335)

市民活動交流会

11月14日(木) 午後1時30分～3時、市立市民会館4階第13会議室、市民活動に興味のある市民と市民活動団体の意見交換、参加費100円

(お茶代)。
申込 当日直接
市立市民活動センター(☎812・1116)

市民活動講座
「子ども夢フェスタ」

12月1日(日) 午後1時30分～3時30分、市立市民会館2階第1会議室、子どもの読み聞かせ体験など、参加無料。

申込 当日直接

※ 市立市民活動センター(☎812・1116)

多文化交流ひろば

△みんなで着物着付け体験▽

11月19日(火) 午後3時～4時、市立市民会館4階和室、みんなで着物を着て楽しめよう、市内在住・在学の外国人・日本人15人(申込順、参加無料)。

※着物を持って来てください(持っていない人は相談してください)。

申込 11月5日(火) から直接窓口又は電話でNPO法人「寝屋川市国際交流協会」(☎811・5935)

市立エスポアル工事に伴う臨時休館のお知らせ

市立エスポアルは、旧館解体撤去及び新館改修工事に伴い、11月18日(月)は休館します。

2019 青年祭

次代を担う若者が集い交流を図る「2019青年祭」を開催します。ダンスや楽器演奏・展示などで交流を深め、熱いパワーで盛り上がりましょう。

▽日時 11月17日(日) 午前9時30分～午後4時30分

▽場所 市立市民会館大ホール

▽内容 午前：楽器演奏・バンド部門、午後：歌唱部門(うた☆コン)、フリーパフォーマンス部門・ダンス部門(ショーケース・コンテスト)、展示など

※詳しくは市ホームページ「青年祭」を見てください。

申込 青少年課(☎813・0075)



ダンス部門オープニングゲスト
(同志社香里中学校ダンス部)

公演

アルカス第4木曜コンサート
ピアノパーティー

11月28日(木) 午後2時、アルカスホール1階フリースペース(自由席)、ピアノとオカリナによる演奏、定員60人、入場無料。

申込 当日直接

※詳しくは「アルカスホール」ホームページ

アルカスジュニア
ピアノコンクール

予選通過者の本選を行います。

▽日程 11月30日(土) 午前9時30分

▽場所 アルカスホール(1階席のみ、全席自由)

▽入場料 500円

※詳しくは「アルカスホール」ホームページを見てください。

申込・窓口 アルカスホール(☎821・1240)

市民会館(☎823・1221)

アルカスギャラリーコンサート
大阪電気通信大学管弦楽団
ウィンターコンサート

令和2年1月9日(木) 午後7時、アルカスホール1階ギャラリー(自由席、演奏曲「バイレーツオペラ」)

アンメドレーほか、定員60人(申込順、前売り500円・当日800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・窓口 11月10日(日) から直接窓口又は電話でアルカスホール(☎821・1240)

821・1240)

ねやがわ語楽舞(落語×音楽×舞踊)
新春公演「寝屋川ものがたり」

令和2年1月5日(日) 午後2時、アルカスホールメインホール(自由席、寝屋川の民話「鉢かづき姫」をモチーフにした落語と音楽、ダンスと融合した創作劇、定員300人)

(申込順、前売り：一般1200円・高校生以下800円・親子ペア1800円・当日：一般1500円・高校生以下1000円・親子ペア2000円)。

申込・窓口 アルカスホール(☎821・1240)



桂吉弥さん

ねやがわ寄席inエスポ

12月7日(土) 午後4時(開場は午後3時30分)、市立エスポアル、出演：桂吉弥さん、写真：桂圭五

ハワイアンねやがわ

12月14日(土) 午前11時～午後6時30分、市立市民会館大ホール、ハワイの心地よい音楽と華やかなフラダンス、全席自由席、前売り1000円・当日1300円。

申込・窓口 直接窓口又は電話で市立

楽しんでいました。退職後は、仲間と大山や石鎚山に登るなど体力には自信があったのです。

それから1年間、ランニングなどで体を鍛え、大阪マスターズ陸上連盟に選手登録。満を持して記録会に出場し、85歳～89歳の部の60mで優勝すると、2年後の近畿選手権で12秒04の自己ベストを記録しました。90歳になった今年も13秒台で走り、トップでゴールしました。

3年前にはアクシデントもありました。「ゴールの1mほど手前で転び、左腕を骨折してしまいました」。それでも1年後に大会復帰。一緒に暮らす長女も驚くほどの回復ぶりでした。

自宅近くの打上川治水緑地は絶好の練習場になっており、今も早起きしてストレッチやランニングに励んでいます。「1、2日休むと、かえって体調が変になるので、雨の日以外は走っています。元気なうちは続けますよ」と、日焼けした顔をほころばせていました。



90歳を超えても
なお現役の陸上選手

よしおか あきら
吉岡 慧さん(90歳、八幡台)

中高年も参加できるマスターズ陸上でデビューしたのは、つい6年前のこと。今年90歳になった吉岡慧さんは、60mを13秒台で駆け抜ける高齢の「スーパーランナー」です。

きっかけは、一人暮らしをしていた84歳のときに見たテレビ番組でした。マスターズ陸上で元気に走る103歳の男性にびっくりしました。

「当時は俳句や短歌を作っていましたが、ほかに行うことがなく、番組を見て『これや!』と思いました」。

銀行勤めの頃はゴルフを



大会の賞状を手にする吉岡さん

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

※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・図 11月10日(日) から直接窓口又は電話でアルカスホール(☎821・1240)

アルカスジュニアピアノコンクールウィナーズ&ピアノ・サクソフォンコンサート

令和2年1月25日(土) ①午後1時(第1部)：ウィナーズコンサート ②午後3時(第2部)：ピアノ・サクソフォンコンサート、アルカスホールメインホール(自由席)、定員300人(申込順)、参加費①無料②前売り1500円・中学生以下1000円(当日は500円増し)。※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・図 11月10日(日) から直接窓口又は電話でアルカスホール(☎821・1240)

初春バレエ祝賀コンサート

令和2年1月29日(水) 午後6時30分～午後7時45分、市立市民会館



アノール5000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・図 申込書を直接窓口又はFAXでアルカスホール(☎821・1240、FAX 821・1241)

成人教育講座

「ケガの予防と処置」講習会

12月8日(日) 午後1時30分～4時、市立西南コミュニティセンター、健康面で日頃気をつけること・ストレッチ・テーピング、市内在住・在職・在学の方20人以上の人20人(申込順・定員になり次第終了)、参加無料、ハンドタオル・飲み物を持って、動きやすい服装で来てください。
申込 直接窓口、電話又はFAXで西南コミュニティセンター(☎・FAX 838・2322)
図 社会教育課(☎813・0076)

展 示

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などを行っています。展示には登録が必要です。

申込・図 市立市民活動センター(☎812・1116)

市民ギャラリーでの催し

11月1日～6日の午前10時～午後

大ホール、バレエと弦楽アンサンブル、全席指定、3800円。

申込・図 直接窓口又は電話で市立市民会館(☎823・1221)

ピアノデュオコンサート

令和2年2月9日(日) 午後2時、アルカスホールメインホール、出演 花房晴美さん・真美さん(ピアノ・スト)定員300人(申込順)、前売り1500円、高校生以下1000円、親子ペア2000円(当日は500円増し)。※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・図 11月10日(日) から直接窓口又は電話でアルカスホール(☎821・1240)



花房真美さん(右)・晴美さん

生涯学習

文化講座

①かんたんおやつ(リンゴのタルト) 11月11日(月) 午前10時～午後1

時。

②たのしいパンづくり(シュトレン)

11月24日(日) 午前10時～午後1時、クリスマスに食べるドイツの伝統的な菓子パンを作ります。

③クリスマスハーバリウム

12月1日(日) 午前10時～正午。※ いずれも市立エスポアル、市内在住・在職・在学の方15歳以上の人①16人②16人③20人(申込順、5人未満のときは中止)、参加費①1500円②1500円③2000円。
申込・図 ①11月2日～8日②③11月2日～16日までに直接窓口又は電話で市立エスポアル(☎828・4141)



クリスマスハーバリウム

文化講座

①ワンプレートランチをしながら交流をしよう

11月15日(金) 午前11時、市立学び館、定員20人(申込順)、参加費1200円。
申込・図 11月5日～9日に直接窓口又は電話で市立学び館(☎822・3311)

パソコン講座

△初心者個人レッスン

①11月19日～12月3日②12月10日～24日。※ いずれも火曜日(計3回)、午前10時～正午・午後1時～3時、定員各1人(申込順)、市立学び館、受講料6100円、筆記用具が必要。

申込・図 11月7日～11日に直接窓口又は電話で市立学び館(☎822・3311)

ふるさと料理講習会

12月4日(水) 午前10時～午後1時、市立エスポアル2階料理室、黒米ごはん・れんこんハンバーグ・生春巻き・変わり雑煮・七福なます・栗きんとん、市民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、11月15日(金)消印有効までに市生活改善クラブ連合会(〒571-8555本町1番1号産業振興室内)(☎825・2673)

アルカスピアノレッスンパック

12月8日(日)10時～12時23日(月)24日(火)、午前10時～午後9時(各55分間)、アルカスホールメインホール、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



菅原神社本殿

△会場 西止寺本堂(太閤町11番16号)
△菅原神社本殿(市指定有形文化財建造物・江戸時代)
 覆屋となっている社殿の内部に保存されている木造一間社流造(もくぞう)いっけんしゃながれづくり)の建物で、建築様式や細部の装飾などの特徴から江戸時代前期に建てられたと考えられる市内最古の神社建築です。

△会場 菅原神社池田中町31番13号) ※ 期間 11月8日～11日午前10時～午後4時
 △拝観料 無料
 ※駐車場はありません。
図 文化スポーツ室(☎813・0074)

図書館

中央図書館臨時図書室での催し

12月1日(日) 午後2時、「老後



絹本着色方便法身尊像

の資金がありません。垣谷美雨著。
図 中央図書館臨時図書室(☎838・0141)

東図書館での催し

△旅を楽しむ

11月1日～30日、本の展示と貸し出し。
△読み継がれてきた絵本
 11月1日～30日、本の展示と貸し出し。

図 市立東図書館(☎823・0661)

駅前図書館での催し

△おはなし会(ストーリーテリング)

11月24日(日) 午後3時、語り手：寝屋川おはなしを語る会、駅前図書館おはなし室、4歳～小学生(保護者はいれません)、20人(先着順)。
△夫婦で作家の人の本展
 11月12日～24日、本の展示と貸し出し。

図 市立駅前図書館(☎811・5

おきがる号

移動図書館

11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)	ビバモール(ビバモール内駐車場)午後1時10分～3時10分
8日(金)	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
11日(月)	香里北・西(香里浄水場)午後2時～4時
12日(火)	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
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(総合教育研修センター内)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)	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
18日(月)	香里北・西(香里浄水場)午後2時～4時
19日(火)	美井町(府営香里住宅2棟横駐車場)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
20日(水)	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
21日(木)	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
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
25日(月)	香里北・西(香里浄水場)午後2時～4時

有栖川有栖講演会およびサイン会
12月7日(土) 午後2時30分、アルカスホール、定員340人、入場無料。



有栖川有栖さん

544
児童文学講演会

△宮澤賢治・童話の世界 たぐいまれなファンタジーの源▽
12月1日(日) 午後2時、市立保健福祉センター5階会議室1・2、定員40人、参加無料。
申込・図 直接窓口又は電話で中央図書館臨時図書室(☎838・0141)

※①11月2日(土) から入場整理券を配布します(1人に付き2枚まで、なくなり次第終了、配布場所:中央図書館臨時図書室、東図書館、駅前図書館、各分室(東北・西北・南・西南コミュニティセンター内)、移動図書館巡回時の各駐車場②講演会終了後にサイン会を行います。手話

通訳を行います。
図 中央図書館臨時図書室(☎838・0141)
地域連携型公開講座
△SNSとプライバシー侵害・インターネット社会の被害者・加害者にならないために▽
11月27日(水) 午後2時30分～4時、駅前図書館、定員40人(先着順)、参加無料。
申込・図 住所、氏名、電話番号、講座名をFAX又はメール(アドレスは市ホームページ「中央図書館」を見てください)で書いて、11月25

図書館定例行事

内 容	対 象	時 間	場 所			
			中央図書館	東図書館	駅前図書館	
おはなし会	幼児・小学生	午後3時	第3土曜日	第2・4土曜日		
大型絵本など			第4土曜日			
絵本タイム	乳幼児	午前10時30分	毎週木曜日	毎週水曜日	毎週金曜日	
	幼児・小学生対象	午後2時		第1・3・5土曜日		
かみしばいタイム	幼児・小学生	午後3時		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
						毎週土曜日
ミニミニおはなし会	幼児・小学生	午前11時				

日(月)までに摂南大学研究支援・社会連携センター(☎829・0385)土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時、FAX839・9188又は市立駅前図書館(☎811・5544)

