

広報たかつき

知る 広がる 好きになる

TAKATSUKI

Days

令和5年

5

No.1422

特集

ゆるっと体と心の
メンテナンス。

CLOSE UP /

1.ごみを減らして
すっきりスマート生活

2.これからの私たちの生活

連載

キラリスポーツ

「ソフトボール」

たかつき歴史アラカルト

「安満遺跡と弥生土器」

週末どこ行く？ 何食べる？

おでかけDAYS

「芥川桜堤公園エリア」

高槻らしい体と心の整え方



1 安満遺跡公園でエクササイズ。

広々としていて緑あふれる安満遺跡公園で、体を動かす気持ちよさを体感したい。



青空の下、心地よく体を動かせばリラックスして自然と笑顔もこぼれます。

安満遺跡公園

歴史遺産「安満遺跡」を生かした公園は、阪神甲子園球場約5個分の広大な敷地に歴史拠点施設や芝生広場、店舗などが点在。週末などはイベントも多く開催され、市民の憩いの場となっています。



次回青空ヨガ

日時：5月14日(日)
9:00～10:10
参加費：1,200円
定員：申込順25名
申込受付：5月3日(祝)～
申込：TEL 090-7753-3609
(12:00～18:00)
※定員に達しない場合は当日参加も可能

体に負担をかけるような無理な体勢をすることもなく、自分の体調、リズムに合わせてられるヨガなので、未経験者でも気軽に参加できます。

太陽の光や自然を感じながら
ゆったりと青空ヨガ。

「大地や風を感じて、日頃の疲れをリフレッシュしてください」と安満遺跡公園での青空ヨガを指導する高野明子さん。女性特有の体の悩みやストレスをケアするためのプログラムやポーズを心がけ、約70分間、青空のもとヨガを行います。時折鳥のさえずりなども聞こえてくる環境の中、自然のエネルギーがだんだん体に入ってくるのを感じます。教室に参加しなくても、個人で思い思いに体を動かすのもいいですね。



「ここで行うヨガは、自分へのごほうびです」とインストラクターの高野さん。

安満遺跡公園のスタジオプログラムが面白い！

フラダンス



安満遺跡公園でも人気のフラダンスの教室。30～40代向けのクラスは月3回、木曜の10:00～、16:00～開催。

ピラティス



インナーマッスルを鍛え美姿勢を目指すといわれるピラティスは、月2回不定期で開催。運動不足の方にもおすすめです。

ポールダンス



フィットネス効果が高いポールダンスを月1回、日曜の14:00～、15:30～開催。初心者からレベルに合わせてレッスンします。

バレエストレッチ



月4回程度、熟練講師がバレエの要素を取り入れたストレッチ教室を開催しています。バレエ未経験者も歓迎。



2 「オープンたかつき」でメンテナンス。

高槻の自然、歴史、文化、食などの魅力を体験できる観光プログラムでも心と体を整えて。

山深き神峯山寺で座禅。

春の「オープンたかつき」では、自然豊かな原地区の神峯山寺で護摩修行と座禅体験を実施。厳かに立ちあがる炎を見つめる護摩の後、爽やかな風が抜ける廊下へ移動して座禅。しんとした空気感の中、ゆっくりと呼吸の数を数えるうちに瞑想へと入ります。自然の音や匂いに感覚が研ぎ澄まされていき自分と向き合うことは、この場所ならではの心の整え方です。



住職の近藤孝道さん。「座禅は何か不安があるときなど、自分の心を安定させる一番いい方法です」。



(写真左上)「オープンたかつき」では初の体験となる護摩修行。神峯山寺では2011年から毎日行われていて、僧侶が焚く護摩には人々の救済を願う行が含まれています。(写真下) 自然の中に朱が映える仁王門。(写真右上) 新緑で覆われる境内。

オープンたかつき

日時：5月31日(水)
参加費：14,000円

「オープンたかつき2017秋」のプログラムから、毎年開催されてきた神峯山寺での座禅体験。今春のプログラムでは、護摩修行と座禅体験の後に、桜田地区の日本料理店「心根」での旬の素材を生かした食事がセットに。申込は5月1日から。詳細はホームページで。



陶芸で整える

川久保地区の義崇窯では、この春、江戸時代に高槻で始まった古曾部焼の陶芸体験が特別に実施されます。窯元の寒川義崇さんの指導のもと、川のせせらぎがそばを流れる環境の中、茶碗づくりで心を整えていきます。

古曾部焼体験

日時：5月28日(日) 13:15～約3時間
参加費：10,000円
定員：申込順6名
申込受付：5月8日(月)～
申込：TEL 072-688-1570
(10:00～17:00)

たかつきぐらし vol.10 健やかで何より



3 お店で健康を意識した食事。

外食をするときにも体にいいものを取りたい。高槻で健康づくりを応援するお店を紹介します。



1 蒸し野菜

高槻産オーガニック野菜が中心。チリマヨをオン。

2 そら豆の葉とふきのとうの天ぷら

「季節によって体にいいものは変わる」と、できるだけ旬のものを提供。

3 ごはん

三重県産コシヒカリに安満遺跡公園でとれた赤米を混ぜて。

4 小松菜とイリコの炒めもの

イリコをカリカリに炒めることで調味料少なめでもしっかりした味わい。

5 手づくり豆腐

有機豆乳で作り、無農薬発酵ショウガをオン。

6 シュウマイ

野菜がたっぷり入った店でも人気がある一品。

「ヘルシー外食コンテスト」で入賞した健康メニュー。

上の写真は、大阪ヘルシー外食推進協議会が主催する「ヘルシー外食コンテスト2019」で優秀賞を受賞した「GOMAFULL (ゴマフル)」（※城北町1-14-28）の季節の野菜と手づくり豆腐の自然派和定食。店主の坂口薫さんは、「見た目にはあまりこだわらず、なるべくシンプルに。家でもつくってもらえる身近な料理でありたい」との想いを込めて、毎日の食生活に寄り添うように一品一品をていねいにつくりま。



「健康って心身のバランス。この店では、体にいいものを食べていただくだけでなく、悩み事やストレスを持つお客様の健康につながる情報収集・発信をしていければと思います」と坂口さん。

※5月から「Puka Organics」から店名変更

「うちのお店も健康づくり応援団の店」参加店でヘルシー外食。

ヘルシーメニューの提供やヘルシーオーダーの実施で市民の健康づくりに役立つ店をピックアップ。

低糖質メニューで

店で出すメニューはすべて糖質7g以下の「ローカーボキッチン然-zen-」（※芥川町1-11-9）。「糖質を増やさず、グルテンフリー等アレルギーや糖尿病の方にもやさしいお店です」と代表の守田幸司さん。写真のチキンステーキ炒飯は、コンニャクを使用。



カフェランチで

店主・岸田澄夫さんが自宅を改装した古民家カフェ「希志庵」（※塚原1-3-18）。竹籠ランチは12種類のメイン料理（写真は豆腐ハンバーグ）と竹籠に入ったおかずがセットに。「焼き物、煮物、サラダなど、主菜と副菜のバランスを考えています」と岸田さん。



イタリアンで

「オステリア セーザモ」（※古曾部町1-11-25）のコースで出される写真のサラダ前菜。ロマネスコなど20種類の味の濃い季節の野菜が彩りよく盛られます。「香辛料を上手に使って美味しく食べられるような工夫を考えています」とオーナーシェフの坂口大輔さん。



「うちのお店も健康づくり応援団の店」「ヘルシー外食コンテスト」の詳細は高槻市ホームページ（☎002550）へ



食を通しての健康づくりの大切さ。

健康医療政策課・栄養士 千葉美智子さん

「アレを食べてはダメ、コレもダメと制限ばかり設けるとしんどくなりますよね。まずは自分のできるところから健康づくりを始めてもらいたい。飲食店でメニューを選ぶときに、今日は野菜をいっぱい食べようなど、少しの意識で食習慣もずいぶん変わります。」



Instagram高槻市公式アカウントで「たかつきDAYS」5月号特集のこぼれ話を配信中!

特集
ゆるっと
体と心のメンテナンス。

- 10 クローズアップ 1
ごみを減らして
すっきりスマート生活
- 16 クローズアップ 2
新型コロナの転換期
これからの私たちの生活
- 20 NEWS Pick Up
・耐震とブロック塀撤去の補助内容を拡充
・新型コロナワクチン
・令和6年度市職員採用試験
・低所得の子育て世帯に給付金
- 23 イベントナビ
- 33 キラリスポーツ
- 34 ヘルスケア
- 36 START すこやかエイジング
- 37 市政インフォ
- 43 すくすくタイム
- 46 専門家に相談
- 49 おでかけDAYS
- 50 フォトアルバム

ピッタリのスポーツに出会おう！

スポーツに

チャレンジ

5・6月はスポーツイベントが盛りだくさん。スポーツが好きな人はもちろん、苦手な人も、さまざまな種目を体験し、スポーツの楽しさに触れてみませんか。

ID 036295 80

5/21(日)

合同スポーツ体験教室

たくさんのスポーツが勢ぞろい。いっぱい体験して、スポーツの魅力を肌で感じてください。

対象 5歳～小学生と保護者
日時 5/21(日) 10:00～15:00
場所 総合スポーツセンター
料金 無料
問合 市スポーツ団体協議会／Tel677-2285

種目

(屋内)
合気道、居合道、インディアカ、空手道、簡易体力測定、弓道、剣道、柔道、少林寺拳法、卓球、トランポリン、バドミントン、バレーボール、レスリング

(屋外)
グラウンド・ゴルフ、ゲートボール、ゴルフ、サッカー、ソフトテニス、ソフトボール、テニス、ペタンク、野球、陸上競技

※トランポリンだけ5/7(日)から HP で (申込順256人)



ID 036532 抽選100人 80

関西大学スケート教室

5/28(日)

アイススケート部やアイスホッケー部の部員がスケートを指導します。車・自転車での来場不可。公共交通機関をご利用ください。

対象 市内在住の小学3～6年生 (保護者同伴、滑走は児童だけ)
日時 5/28(日) 10:00～12:00
場所 関西大学たかつき
アイスアリーナ (霊仙寺町2)
料金 500円(スケート靴持参は無料)
問合 みらい創生室／Tel674-7392
申込 5/15(月)までに HP で



ID 036315 申込順各300人

わくわく親子リズム 6/3(土)・25(日)

普段から聞き慣れている音楽に乗せて、親子でリズム体操をします。

対象 小学生以下と保護者
料金 無料
問合 文化スポーツ振興課
Tel674-7649
申込 5/8(月)から HP で
総合スポーツセンター
6/3(土) 10:00～12:00
古曽部防災公園体育館
6/25(日) 10:00～12:00



高槻市制 80周年記念

高槻市は、令和5年1月1日に市制施行80周年を迎えました。この節目の年を祝い、さまざまな記念事業を行います(80が目印)

広報誌は市ホームページにも掲載
※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です



ID 020631

市の手続きや制度、催しなどのお問い合わせは
市コールセンター
Tel072-674-7111 (年中無休)
平日8:00～19:00
土・日・祝日・年末年始(閉庁日)9:00～17:00
FAX072-674-7050 (24時間受付)

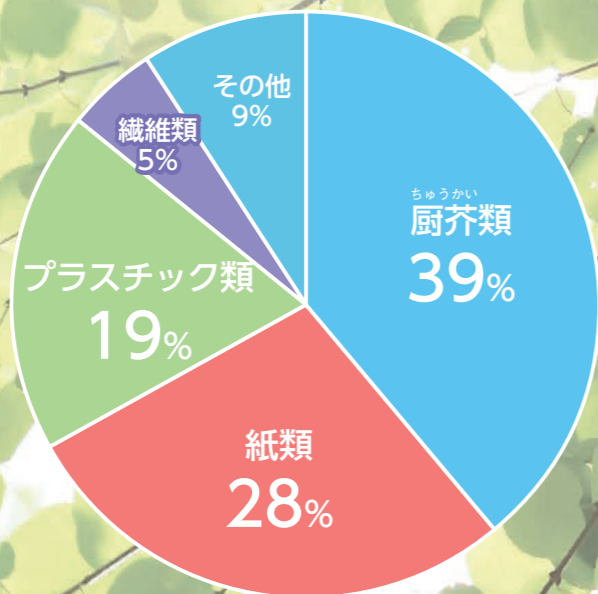
高槻市人口 348,020人(-121)
世帯数 164,494世帯(+513)
※3月末現在(前月比)

ごみを減らして すっきりスマート生活

地球のため、環境のため、持続可能な社会実現のため…
壮大で手の届かない話に聞こえますが、身近な暮らしの「ごみ」
を減らすことは誰にでもできることです。すっきりとスマートな
生活を目指し、一人一人がアクションすることから始まります。

環境政策課／Tel674-7486、資源循環推進課／Tel669-1886
エネルギーセンター／Tel669-1950、清掃業務課／Tel669-1153

可燃ごみ(家庭系ごみ)の組成



※厨芥類とは食品系の生ごみで
あり、調理くずや食べ残し、
手を付けていない食料品など
が含まれる

高槻市一般廃棄物処理基本計画より作成



ごみを減らすことは、焼却や埋め立て処理に伴う環境への負担、作業に伴うエネルギー消費を
小さくすることにつながります。そのために効果的なのが3つのR、Reduce (リデュース)、
Reuse (リユース)、Recycle (リサイクル) の取り組みです。私たちの生活を「ごみを出さ
ないライフスタイル」に変えていくことが大切です。少しずつ、今日から始めてみませんか。

Reduce

リデュース

発生抑制

ごみの発生や資源の
消費を元から減らす



身近な事例

- ごみになるものを
買わない、もらわない
- 長く使える製品を買う
- 手入れしながら長く使う
- マイバッグを持って
レジ袋を断る
- 詰替用がある製品を選ぶ
- 利用が少ないものは
レンタルやシェアする
- 資源を節約して作られた
製品を選ぶ

Reuse

リユース

再使用

繰り返し使うことで
ごみを減らす



身近な事例

- リターナブル容器*に
入った製品を選ぶ
 - 使い終わったら
リユース回収に出す
 - 着なくなった服をフリー
マーケットなどで人に譲る
 - 読まなくなった本を
古本屋に持って行く
 - 中古品店で購入する
- ※飲料用のビンのように、販売店で回
収して洗浄し、再利用する容器

Recycle

リサイクル

再生利用

資源として再び利用し
ごみを減らす



身近な事例

- 資源として分別する
- リサイクル製品を
積極的に利用する
- 家電リサイクルを正しく行う

※分別方法など詳しくは14ページへ

高 ← 優先度

新しいRの
考え方も
Renewable
リニューアブル
再生可能な資源に替える

3R+Renewableという考え方も近年
重要になってきています。例えば、レ
ジ袋やプラスチック製スプーンの多く
は石油由来ですが、これを植物由来の
プラスチックや木・紙製のものに切り
替える。このように、環境負荷の大き

いプラスチックから、再生可能な資源
に替えることがリニューアブルです。
買い物時にリニューアブルな素材を使
ったレジ袋や容器を選ぶことも一つの
取り組みです。

身近に楽しもう!皆さんの取り組みを紹介します



①「ブーツやかばんは親子で一緒に使っています」と仲良しの2人
②葉子さんの母も使っていたアクセサリを身に付ける ③受け継がれる着物（左が葉子さんの母の結婚式、中央が葉子さんの結納式、右が初音さんの成人式）

ものへの思いを大切に

-CASE1- 小林葉子さん(右)・初音さん(左)

「実はこれ、30年以上使っています」と葉子さん。靴やかばん、洋服など、ものをすぐに買い替えず、手入れしながら、長く大切に使います。「次第に自分の体になじんできて、お気に入りの愛着のあるものになる」と言います。長く使うコツは、流行に捉われず少し良いものを買うこと、修理店で修繕を頼んだり手入れのコツを学んだりすること。娘の初音さんも葉子さんのものを共用していて、

「祖母や母が使っていたものでも、良いものは流行り廃り関係なく使える」と言います。2人が大切にしているのはものにまつわる「思い出」。「例えば、この服を着て大切な人と会ったこと、大事な出来事があったこと。簡単に捨てるのではなく、譲ったり、リサイクルショップなどへ持って行ったりして誰かに受け継いでほしい。今も昔も変わらずものを大切にしていきたい」と話します。

ポイント

- 少し良いものを、長く大切に使う
- 捨てる前に思い出を振り返る



①悠義くん(左)、詩理くん(中)、煌介くん(右)はそれぞれ気になるおもちゃ、本を手にとってじっくり ②リユースに出されたおもちゃに夢中 ③施設の職員とも顔なじみで安心

譲り受けたものから繋がる輪

-CASE3- 平元香乃子さん

子どもが大きくなって使わなくなった服やおもちゃ、本などを引き取って、必要とする家族に渡す「リユース」の取り組みをする場所があります。この日、男の子3人を連れ、庄所子育てすすくセンターを訪れた平元さん。不要になった子ども用品を預け、代わりに気になったおもちゃを子どもたちが探します。「成長が早く、一時しか使わないものは特に助かります」

と平元さん。「子ども用品の譲り受けをきっかけに、ご近所の人と仲良くなり、輪が広がった」と言います。「仲の良いお兄ちゃんからもらったものだと、子どもも喜び、大事にします。シールや落書きも、自分が受け継いだと感じて、うれしいのかも」。譲り受けたものが、また次の世代へ。リユースの取り組みを通して、家族が、地域の人々が繋がります。

ポイント

- 子ども用品は譲り受けるものを積極的に使う
- 不要になったものは捨てずにリユース



ごみを出さないことを習慣化

-CASE2- 勢間省三さん

「一番大事なのは、ごみを出さないライフスタイルです」と話すのは、娘さんと2人で暮らす勢間さん。「我が家では、ごみがほとんど出ないです。それはほとんどがリサイクルできる商品を買って、分別してリサイクルにするから」。例えば雑がみでも、ごみにするのではなく、専用の袋を用意するのだそう。「何気なくポイッと可燃ごみにしてしまいがちですが、少し意識すると実はかなりリサイクルで

きます。私は6年くらい前から取り組んでいますが、可燃ごみの量がぐんと減りました」。また「調理や下ごしらえをしないので、生ごみはほとんど出ません」と勢間さん。「光熱費も少なく、シンプルな生活で時間も節約できています。生活を変えて実践してみると、目に見えて効果が出るので、継続する動機にもなります」。

ポイント

- ごみの出ないライフスタイルに転換
- こまめに分別



①「週に2回のごみの日でも、小さな袋1つ2つくらいで済むこともある」と勢間さん ②冷蔵庫の中は少なめに。その代わり災害時にも役立つように、日持ちする食料などをストックしている ③調理によるフードロス避けるためにお弁当などの選択肢も



①たい肥の作り方は、ほぼ「インターネットで学んだ」と原さん ②発酵が進んで、冬でも容器の中は30度以上になるそう ③公園美化活動もして、集まった落ち葉の一部をもらい受けている

生ごみや落ち葉から肥料へ

-CASE4- 原益枝さん

畑を借りて、家庭菜園を楽しむ原さん。「家で出る生ごみのほとんどは肥料になる」と言います。「田舎育ちだからか、ものを捨てるのがもったいないんです。捨てればごみ、でも何かに再利用できれば資源になります」。原さんの畑では生ごみや落ち葉を肥料にした「たい肥」を作り、土壌に混ぜて、養分にします。「たい肥作りは少し手間はかかるけれど難しくありません」と原さん。「元になるの

は家庭から出る生ごみと、近所に落ちている葉っぱです。納豆やみそなどの酵母を使って、数カ月発酵させることでできあがりです」。今では隣接する畑の友人からもたい肥がほしいと頼まれるそう。「日本人は古来から大地の恵みを大切に、資源を循環していく知恵を生活の中に根付かせてきました。私もその文化、精神を継承していきたい」と話します。

ポイント

- 生ごみを肥料にして有効活用
- 地域の清掃活動も参加して落ち葉拾い



暮らしの中の3つのアドバイス



前のページで見てきた皆さんは、普段の生活の中のちょっとした工夫でごみを減らすことに自然と取り組んでいます。ここでは、そのポイントをお伝えします。

私がお伝え
します



資源循環推進課
近田倫太さん

ID 002041

①確実に分けて資源に

ごみを出すときには、しっかり分別できれば、資源として再活用できます。捨てる前に、リサイクルに出せないか、市が作成したアプリなどで確認してください。

下記の分類で袋にまとめて出す

- 古紙類 (古紙、牛乳パック、雑がみ)
- 古布類 (古着、古布)
- あき缶類 (あき缶、スプレー缶*、金属製台所用品)
- あきビン
- ペットボトル

※中身を使い切ってから。詳しくは39ページへ

集団回収 ID 002044

自治会や子ども会、老人クラブなど、地域でまとめて回収もできます。集団回収を活用すると、回収量に応じて奨励金が交付されます。

パソコン回収 ID 002037

家庭で不要になったパソコンなどを無料で回収しています。リネットジャパンリサイクル(株)
Tel.0570-085-800

ごみアプリ ID 002170

ごみの分け方や収集日が分かるスマホアプリ。アラームやカレンダー機能がとても便利です。



ID 001981

②購入時は特に意識して

3Rの実践は、買い物のときこそ最大の山場。11ページを参考に、意識して買い物してください。

また、市は、ごみの発生抑制・減量化・資源化に取り組む小売店や飲食店、サービス事業者などの店舗をエコショップとして認定しています。日頃通うお店にもステッカーがないか、ぜひ確認してください。



認定ステッカー
一部店舗では
資源物の回収
もしている

③ライフスタイルを見直す

例えば、食べ残し(フードロス)。食べれば、資源を有効活用できるだけでなく、そのごみを運ぶための燃料の削減、処理で発生する温室効果ガスの削減などの効果も期待できます。生活を少し見直して、ごみを減らすこと。ほんのちょっとした行動が未来を変えるかもしれません。



記録的な暑さや豪雨による被害。気候変動は私たちの生活に大きな影響を与えています。その対策として重要なのが脱炭素の考え方です。ごみの減量、3Rの推進は脱炭素社会の実現へ貢献できる最も身近な取り組みの一つです。限りある資源を未来へつなぐため、始めてみませんか。

ごみを減らして
将来世代へ限りある資源をつなごう！

学んで実践！

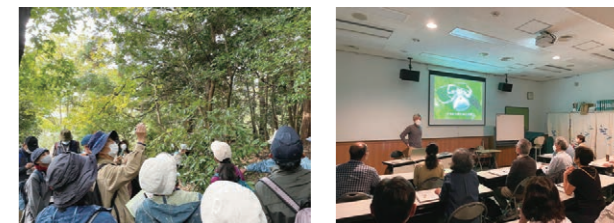
もう少し詳しく環境問題について、学んでみたい方、実践してみたい方、市の事業や補助金を利用しては。

専門家から学ぶ 市民環境大学

ID 059650 抽選20人

講義や自然観察など、高槻の自然環境を学びます。

日時 6月～来年2月 10:00～15:00 (全30回)
場所 生涯学習センターなど
料金 15,000円
問合せ 環境政策課 / Tel.674-7486、Fax.661-3198
申込 5/22(月)までに HP 窓 C F で
(基本事項と年齢記入)



環境展

5/10(水)～18(木)に市役所総合センター1階南側通路で、市が行う事業や環境保全活動に取り組む団体を紹介する展示をしています。ぜひお立ち寄りください。

街をきれいに 春季環境美化推進デー ID 086312

みんなで街なかを掃除しましょう。市内5カ所を拠点にごみ拾いをします。
※雨天中止。駐車場なし。清掃用具は市で用意

日時 5/21(日) 9:00～10:30
場所 ・小寺池図書館
・市役所(総合センター前)
・阪急高槻市駅北側駅前広場
・芥川桜堤公園
・弁天公園
問合せ 清掃業務課 / Tel.669-1801



生ごみを堆肥化 容器購入に補助 ID 064613

生ごみの減量に取り組んでもらうため、生ごみ堆肥化容器を購入する市民を募集。市が費用の半額を補助します。購入前に申請してください。

補助 容器の購入費の2分の1 (上限4,000円)
※電源を必要とするものは対象外
問合せ 資源循環推進課 / Tel.669-1886
申込 5/1(月)～来年1/31(水)に 窓 郵 で (募集要項あり)



屋外用のほか、庭がなくても屋内で設置できる屋内用もあります

NEWS



新リサイクル施設稼働 ID 086977

4月からエネルギーセンターの新リサイクル施設が稼働しています。ここで圧縮梱包されたペットボトルは、民間の再商品化工場に運ばれ、繊維製品などに生まれ変わります。
廃プラスチックによる海洋汚染など、地球規模の諸問題に対応するためにも、安定したペットボトルの適正処理を続けていきます。

新型コロナの転換期

これからの私たちの生活



3月からマスクの着用基準が緩和され、5/8月から
新型コロナが5類感染症に移行します。
保健予防課 / TEL661-9332 ID 088473

5/8

新型インフルエンザ等感染症
(2類相当)

5類感染症に移行

5類感染症へ

新型コロナウイルス感染症（新型コロナ）は、
感染症法上これまで「新型インフルエンザ等感染
症（2類相当）」に位置付けられていましたが、

5/8からは「5類感染症」に変更となります。
なお、医療費の公費負担など、一部の取り扱い
については段階的に移行予定です。

①陽性・濃厚接触のとき 外出自粛の要請なし

現在、陽性者や濃厚接触者には外出自粛が求められていますが、5/8以降はこれがなくなります。

ただし、陽性者は発症後5日を経過し、かつ症状軽快から24時間経過するまでの間は外出を控えることが推奨されています。また、10日間が経過するまでは、マスク着用や、高齢者等のハイリスク者との接触を控えることが推奨されています。

※学校や会社などを休む期間については、各学校・勤務先に確認してください

外出自粛要請
発症後7日間（陽性者）
最終接触後5日間（濃厚接触者）



要請なし
ただし、症状がある
場合は療養が望ましい

②発熱時・受診の流れ

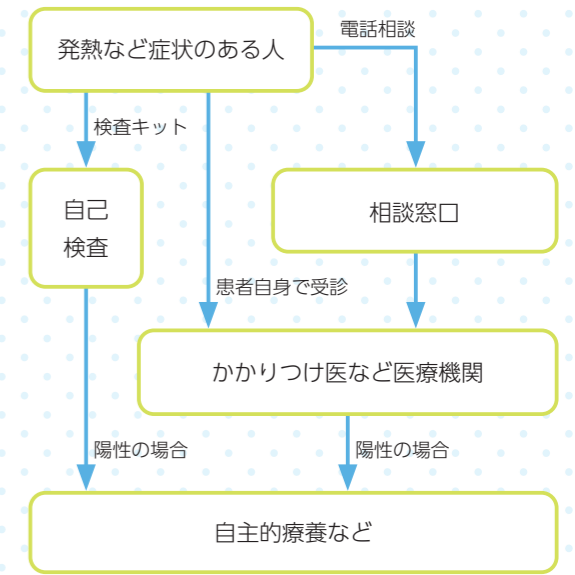
まずは、かかりつけ医へ相談

発熱などの症状があり、医療機関の受診を希望する場合、まずはかかりつけ医に相談してください。かかりつけ医がない場合などは、府ホームページに対応医療機関を公表していますので、ご確認ください。

自己検査を希望する場合は、薬局で購入するなどご自身で検査キットを準備する必要があります。
また、府の相談窓口が開設される予定です。詳しくは府または市ホームページ（ID 088473）へ。

【通常の健康相談】

- #7119 救急安心センターおおさか
すぐ受診すべきか、救急車を呼ぶべきか迷ったとき
- #8000 小児救急電話相談
夜間の子どもの急病時、病院に行った方がよいか迷ったとき



③療養

一般疾病と同様に自主療養が基本に

季節性インフルエンザなどの他の一般疾病と同様に、保健所が療養方針を決定するのではなく、医師が入院が必要と判断した場合は入院、その他は自主的な療養（療養期間の推奨は①を参照）になります。

④公的支援

以下の公的支援は5/7で終了

検査	・医療機関での検査費用の公費負担 ・「大阪府検査キット配布センター」での検査キットの無償配布
医療費	・入院、外来診療にかかる公費負担 ※新型コロナの治療薬や入院費用の一部は5/8以降も公費負担が継続しますが、他の疾病との公平性も考慮しつつ、その必要性を踏まえて段階的に見直される方針です。
療養者支援	・保健所から陽性者への連絡（調査、健康観察） ・大阪府陽性者登録センター ・宿泊（ホテル）療養 ・自宅療養者への食料品等の配布、パルスオキシメーターの貸出 ・療養証明書の交付

⑤マスク着用 ID 088865

個人の判断に。着用が効果的な場面も

3/12までは、原則として屋外ではマスクの着用が不要、屋内では必要とされてきましたが、現在はマスクの着用は個人の判断が基本となっています。ただし、右記の場合にはマスクを着用することが推奨されています。

周囲の人に感染を広げないため

- ・医療機関の受診時や高齢者施設などを訪問するとき
- ・混雑した電車やバスに乗るとき

感染から身を守るため

- ・重症化リスクの高い人（高齢者、基礎疾患を有する人、妊婦）が感染拡大時に混雑した場所に行くとき

3年間の 新型コロナを振り返る

新型コロナが日本で初めて確認されて以来、約3年が過ぎました。この3年を振り返り、これからの生活を見つめ直します。

R2 2020

できごと

新型コロナを確認

- 1/6 中国・武漢で原因不明の肺炎と国が発表
- 1/14 WHOが新型コロナを確認
- 1/28 市健康危機管理対策本部を設置
- 2/27 全国すべての小・中高校が臨時休校に
- 3/24 東京五輪・パラリンピックが延期に

緊急事態宣言（1回目）

- 4/7 7都府県に「緊急事態宣言」都道府県をまたぐ人の移動自粛
- 4/16 「緊急事態宣言」が全国に拡大
- 7/22 Go Toトラベルキャンペーン開始

飲食店の営業時間短縮

- 11/27 大阪府が飲食店の営業時間短縮要請
- 12/3 大阪府が「医療非常事態宣言」重症患者の急増で不要不急の外出自粛も要請

感染状況

- 1/15 国内で初めて感染確認
- 1/29 府内で初めての感染者

●世界の感染者 1,000万人を超える（6月）

第1波
R2.1月～6月
欧州系統株

第2波
R2.6月～10月
欧州系統からの国内変異株

第3波
R2.10月～R3.2月
欧州系統からの国内変異株

R3 2021

できごと

緊急事態宣言（2回目）
→まん延防止等重点措置

- 1/7 1都3県に「緊急事態宣言」
- 1/13 11都府県に拡大
- 4/5 大阪府に「まん延防止等重点措置」が適用。全国で初
- 4/7 大阪府が「医療非常事態宣言」病床ひっ迫、医療崩壊のおそれ

緊急事態宣言（3回目）
→まん延防止等重点措置

- 4/25 大阪府に「緊急事態宣言」

緊急事態宣言（4回目）

- 7/23 東京五輪無観客で開幕
- 8/2 大阪府に「緊急事態宣言」
- 9/27 抗原検査キット薬局販売が可能に
- 12/24 大阪で無料検査を開始

まん延防止等重点措置

- 1/27 大阪府に「まん延防止等重点措置」感染者の全数把握を簡略化
- 9/26 自己検査の結果により陽性を判断することに

R4 2022

まん延防止等重点措置

- 1/27 大阪府に「まん延防止等重点措置」感染者の全数把握を簡略化
- 9/26 自己検査の結果により陽性を判断することに

R5 2023

- 3/13 マスク着用が任意に
- 5/8 2類相当から5類感染症へ

感染状況

- 市内累計1,000人（1月）
- 世界の感染者 1億人を超える（1月）

ワクチン

- 初回接種開始（2/17～）
- 2/14 国内初の特例承認（ファイザー社製）
- 4/12 高齢者への接種開始
- 3回目接種開始（12/1～）
- 3/8 5～11歳への1・2回目接種開始
- 4回目接種開始（5/25～）
- オミクロン株対応ワクチン接種開始（9/20～）
- 春開始接種（5/8～）

第3波
R2.10月～R3.2月
欧州系統からの国内変異株

第4波
R3.3月～6月
アルファ株

第5波
R3.6月～12月
デルタ株

第6波
R3.12月～R4.6月
オミクロン株

第7波
R4.6月～9月
オミクロン株

R4.9月
オミクロン株

私たちの生活に こんな変化がありました

テレワークの導入

新型コロナ感染拡大防止のため、インターネットなどを活用して、自宅などで仕事をするテレワークが多くの企業で導入されました。通勤の混雑時間帯を回避するため、時差出勤も取り入れられ、新型コロナをきっかけに働き方が変化しました。



オンライン化が加速

感染対策として、人との距離をとる、移動は控えるなどの「新しい生活様式」の定着とともに、授業、会議、ショッピング、飲み会などにオンラインが活用されるようになりました。またタッチパネル注文、セルフレジなど非接触サービスの導入も進みました。



給付金・ワクチンの便乗詐欺

特別定額給付金（1人当たり10万円の給付金）に便乗して個人情報の入力を求める詐欺メールや、ワクチン接種に関連してワクチンを優先的に接種できるなどとして、現金の振り込みを求める事例が確認され、注意が促されました。



感染へのコロナ差別の防止

感染したことを理由に解雇されたり、医療従事者の子どもが保育園などの利用を拒否されたりするなど、新型コロナに関するさまざまな差別的な取り扱いが報告され、法律に差別を防止するための規定が設けられました。



住まいの耐震とブロック塀撤去 補助内容を拡充

審査指導課/TEL674-7567



耐震診断は全額を補助

耐震性が不足している昭和56年5/31以前に建てられた、木造住宅や分譲マンションへの耐震補助を拡大します(右表)。

木造住宅では、耐震診断の費用がこれまでの9割補助から全額補助に拡大(上限55,000円)。また分譲マンションの耐震診断では、これまでの診断費の3分の2という補助上限をなくし、全額補助になりました。

家が地震に耐えられるかどうかは、専門家による耐震診断を受けなければ分かりません。まずは耐震診断から受けてみましょう。

申込 来年1月末までに **窓 郵** で

※その他条件あり。契約、着手前に申請すること。診断・設計・工事は2月末までに完了し、市に完了報告が必要

木造住宅

対象 耐震性が不足する木造住宅

耐震診断	全額 (最大55,000円)
改修工事	8割 (最大650,000円、低所得世帯は850,000円)
除却工事	●一戸建て 200,000円/戸 ※市内業者による建て替え工事で100,000円追加、 施主が子育て世帯で100,000円追加 ●長屋・共同住宅 5戸分まで (最大1,000,000円) ※1棟全てを除却する場合だけ

分譲マンション

耐震診断	55,000円/戸として計算した金額 (上限なし)
耐震設計	3分の2 (最大8,000,000円/棟)
改修工事	3分の1 (最大20,000,000円/棟)

赤字は拡充した点

耐震診断から改修までの流れ

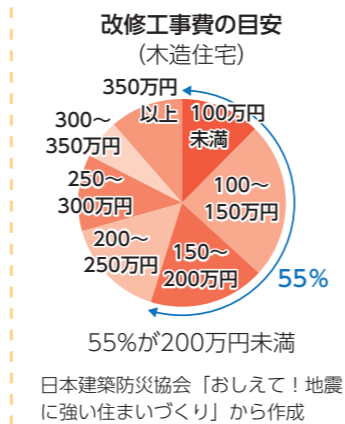
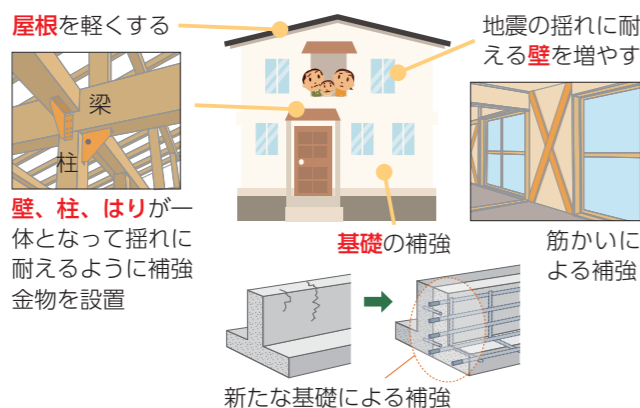
耐震診断

図面や現地調査から、家の強度を評価します。



耐震設計・改修

家を改修していきます。



ブロック塀 撤去の補助額が最大300万円に

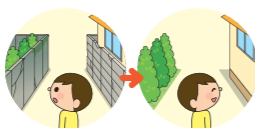
道路や公園に面しているブロック塀の撤去についても補助を拡大します。

対象は、道路からの高さ80cm以上のブロック塀などを60cm以下にする工事です。補助額は取り壊し面積1㎡あたり13,000円で、上限額は300万円(昨年度は100万円)となります。

問合せ 審査指導課/TEL674-7567

申込 来年1月末までに **窓 郵** で

※契約、着手前に申請。100万円を超える場合は補助金の算定方法が異なるため事前相談が必要。工事は2月末までに完了し、市に完了報告が必要



ブロック塀撤去後の 生け垣設置にも補助あり

ID 004123

ブロック塀の撤去後に、生け垣を設置した場合、工事費用の一部を補助します。対象は、左記のブロック塀撤去工事補助金の交付を受け、かつ道路に面した生け垣を新たに設置した場合で、延長1mあたり5,000円、上限100,000円まで補助します。

問合せ 農林緑政課/TEL674-7402

申込 来年1月末までに **窓** で
※その他条件あり。工事の着手前までに申し込みが必要

新型コロナワクチン 引き続き負担なしで接種可能

市新型コロナワクチンコールセンター/TEL0120-090-555



5/8～8月に春開始接種

対象は高齢者、基礎疾患がある人など

新型コロナは、感染症法の位置付けが5/8(月)から5類になりますが、ワクチン接種については、引き続き自己負担なしで接種できます。

重症者を減らすことを目的として、5/8(月)から春開始接種が始まります。対象は、65歳以上の高齢者、基礎疾患がある人、医療従事者などで、市内医療機関で接種できます。なお、集団接種会場は開設しません。

接種券はオミクロン株ワクチンなど 接種済みの人に順次送付

令和4年秋開始接種でオミクロン株対応のワクチンを接種済みの人には、接種券を発送しています(目安は前回接種から3カ月程度経過後)。未接種の人には、新たに送付しませんので、お持ちの接種券を使用

春開始接種の実施場所

市内医療機関(約190カ所)

※接種開始や予約方法は医療機関により異なるので、市ホームページで確認を

ワクチン

・オミクロン株対応ワクチン

※接種間隔は3カ月で5歳以上が対象

・武田社(ノババックス)

※接種間隔は6カ月で12歳以上が対象



してください。

3カ月程度が過ぎても接種券が届かない場合や紛失した場合は、再発行が必要です。

令和5年度のワクチン 追加接種スケジュール

	5/7(日)	5/8(月)～8月 春開始接種	9月以降 秋開始接種	
12歳以上	令和4年秋開始接種を終了	接種可	接種可	春開始接種が接種可の人 3～5回目の接種をしていない人は、その接種券が春開始接種で使用できません。 ※新しい接種券は送付しません
5～11歳		接種不可	ワクチンの種類などは今後検討	春開始接種が接種不可の人 接種券は大切に保管しておいてください。9月以降の秋開始接種で使用します。
		接種可		※1・2回目接種がまだの人は継続して接種可能
		未接種者は接種可		

基礎疾患の範囲

18歳以上の場合

- 以下の病気や状態の人で、通院または入院している人
 - 慢性の呼吸器の病気
 - 慢性の心臓病(高血圧を含む)
 - 慢性の腎臓病
 - 慢性の肝臓病(肝硬変など)
 - インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病または他の病気を併発している糖尿病
 - 血液の病気(ただし、鉄欠乏性貧血を除く)
 - 免疫の機能が低下する病気(治療中の悪性腫瘍を含む)
 - ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
 - 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
 - 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態(呼吸障がいなど)
 - 染色体異常
 - 睡眠時無呼吸症候群
 - 重症心身障がい(重度の肢体不自由と重度の知的障がいとが重複した状態)
 - 重い精神疾患(精神疾患の治療のため入院している、精神障がい者保健福祉手帳を所持している*、または自立支援医療(精神通院医療)で「重度かつ継続」に該当する場合)や知的障がい(療育手帳を所持している*場合) ※は通院または入院していない場合も該当
- 基準(BMI30以上)を満たす肥満の人

5～17歳の場合

- 以下の病気や状態の人で、通院または入院している人
- 慢性呼吸器疾患
 - 慢性心疾患
 - 慢性腎疾患
 - 神経疾患・神経筋疾患
 - 血液疾患
 - 糖尿病・代謝性疾患
 - 悪性腫瘍
 - 関節リウマチ・膠原病
 - 内分泌疾患
 - 消化器疾患・肝疾患など
 - 先天性免疫不全症候群、HIV感染症、その他の疾患や治療に伴う免疫抑制状態
 - その他の小児領域の疾患(高度肥満、早産児、医療的ケア児、施設入所や長期入院の児、摂食障がい)

令和6年度市職員採用試験 事務系・大学卒

人事企画室/TEL674-7333



自分とまちの未来を切り開く 熱意のある人を募集

1次試験には、公務員試験対策が不要な「基礎能力検査」と「事務能力検査」を実施。公務員志望の人だけでなく、民間企業を志望している人も受けやすい試験です。

市制施行80周年を迎え、北摂最大級の新劇場オープンや関西将棋会館の移転決定など、ますます進化する高槻市。現状に留まらず、柔軟な発想で、自分とまちの未来を切り開きたい、そんな熱意のある人の応募を待っています。

試験日 6月実施予定

※全国のテストセンターで受験可

申込 5月中旬からウェブ申込で

※事務系・大学卒以外の試験を実施する場合は、本誌、市ホームページでお知らせします

令和4年度採用職員の声

※ホームページでは先輩5人による座談会も掲載



穴戸卓磨さん
(障がい福祉課)

「ありがとう」と言われることが励み

障がいがある人に支援サービスの案内をしています。責任のある仕事ですが、チームの職員と協力して進めています。窓口や電話で「ありがとう」と言われることが励みです。

さまざまな経験ができるのが魅力

現在の業務は福祉事業所への運営指導です。知識量が必要で、一人に対応できるようになることにやりがいを感じています。市役所の業務は多岐にわたるので、さまざまな経験ができるのが魅力です。



中井春沙さん
(福祉指導課)

低所得の子育て世帯に給付金 児童1人当たり5万円

子育て世帯生活支援特別給付金窓口 (ひとり親世帯) / TEL674-7832
(ひとり親以外) / TEL674-7773



受付・振込時期などは市ホームページへ

物価高騰対策のために、国は、低所得の子育て世帯に児童1人あたり5万円の給付金を支給します。対象となる世帯は以下のとおりです。

申請の受け付け時期などについては、詳細が決まり次第市ホームページなどでお知らせしますので、ご確認ください。

① 低所得の子育て世帯 (ひとり親世帯)

令和5年3月分の児童扶養手当受給者など

② 低所得の子育て世帯 (ひとり親世帯以外)

令和4年度「低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯以外の低所得の子育て世帯分)」を受給した世帯など

③ ①②いずれも、物価高騰の影響により直近で収入が減少した世帯など

申請方法などに注意 手続きが異なる場合も

対象者によっては、令和4年度に実施した「低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金」の際とは、申請手続きの方法などが異なる場合があります。申請書提出の要否など、対象者別の手続き方法は、市ホームページに掲載しますので、ご注意ください。

イベントナビ Eventnavi

申込手段の略

HP ウェブ申込
窓 窓口
☎ 電話
F ファクス

は はがき
郵 郵送
メ メール
往 往復はがき

基本事項(F は 郵 メ 往)

①催し名 (コース・希望日)
②〒・住所
③氏名 (ふりがな)
④電話番号

●特に記載のない記事の対象は、市内在住、通勤・通学の人
●時間の記載のないものは、開庁・開館時間
●高槻城公園芸術文化劇場は「芸術文化劇場」に省略
●要は、必ず申込前に各窓口、市ホームページで配布する募集要項などをご確認ください

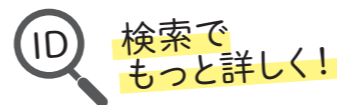
63 569-8501
△ 高槻市
△ △ △ 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇
△ △ △ 教室

※各記事中に住所の記載があるものは、記載の住所へ。記載のないものは〒569-8501 (住所記載不要) へ
あて先記載例▶

イベントをカテゴリーごとに色分け!

たのしみ まなぶ みる・きく うごく つくる 相談する

色分けして各カテゴリーにイベント情報が分かれています。



市ホームページ

各記事中にある6桁のIDを市ホームページ内の検索ボタンに入力して検索すると、さらに詳しい情報が見られます。

ID 031527

盆栽銘品展

手塩にかけた盆栽をご覧ください
自然と四季を感じてください

日時 5/12(金)~14(日) 9:00~17:00
(14日は16:00まで)

場所 生涯学習センター1階展示ホール
料金 無料
問合せ 高槻盆栽連合会
TEL090-4764-3487 (ミズノ)



ID 069451 当日先着各20人

高槻の古代の遺跡を散策

ボランティアガイドと散策。
集合場所はHPで事前に確認を

日時 5/13(土)・20(土)・27(土)
9:30~12:30

料金 無料 (別途交通費必要)
問合せ 今城塚古代歴史館 / TEL682-0820



ID 045937 申込順300人

看護の日 体験もできちゃう 看護のセカイ

妊婦・高齢者疑似体験、進学相談、
災害に関する講演会など

対象 府内在住の人
日時 5/13(土) 13:30~16:30
場所 大阪医科薬科大学本部北キャンパス (八丁西町)
料金 無料
問合せ 府看護協会 / TEL06-6947-6900
申込 5/10(水)までに HP で



ID 087938

高槻グルメピクニック スタンプラリー

アプリを取得し、市内飲食店を巡る
スタンプラリーに参加しよう

日時 5/15(月)~8/31(木)
料金 無料
問合せ 高槻グルメピクニック実行委員会
TEL648-4718



ID 033236 当日先着

じゃがいも・たまねぎ 収穫体験

地元農家が減農薬・減化学肥料で栽培した
野菜の収穫を体験。なくなり次第終了

日時 5/21(日) 9:00~16:00
※雨天時は5/28(日)

場所 郡家新町85の畑
料金 じゃがいも 1株150円 ※たまねぎは当日確認
問合せ 芥川農業研究会
TEL683-5821 (JAたかつき芥川支店内)



ID 087789 抽選20人

高槻がほこる歴史と自然 三好山を歩く

三好山の自然散策と国の史跡芥川城跡の
歴史について学びます

日時 5/24(水) 10:00~12:30
場所 市営バス停「上の口」集合
料金 無料
問合せ 北清水公民館 / TEL687-3190
申込 5/8(月)~12(金)に HP 窓 ☎ で



ID 086731 抽選20人

三島江から玉川の里を巡る 水辺の探索

三島江野草地区からうの花の咲き誇る
初夏の玉川の里を巡ります

日時 5/24(水) 10:00~12:00
場所 三箇牧公民館集合
料金 無料
問合せ 三箇牧公民館 / TEL677-0965
申込 5/8(月)~15(月)に HP 窓 ☎ で



ID 036555
**市さつき会
 花季展示会**
 さつき盆栽の樹形と花の展示。
 花と緑の街づくりを推進します
日時 5/25(木)～28(日) 9:00～17:00
 (25日は13:00から、28日は
 15:00まで)
場所 生涯学習センター1階展示ホール
料金 無料
問合せ 市さつき会/TEL673-6513 (ワタナベ)



ID 033244 **抽選各50人**
**やまざと農業体験
 じゃがいも掘り**
 榎田地区の「二料山荘」で開催する
 じゃがいも掘りを体験しよう
対象 小学生以下は保護者同伴
日時 6/24(土)、7/1(土) 10:00～12:00
場所 二料山荘、付近の畑
料金 1,000円、小学生以下500円/回
問合せ 農林緑政課/TEL674-7402
申込 5/1(月)～26(金)に **HP** で



ID 005709 **当日先着**
**すこやかエイジング講座
 初級**
 体づくりの基本を学びます。
 体験あり
対象 市内在住の60歳以上
場所 各すこやかテラスなど
料金 無料 **問合せ** 長寿介護課/TEL674-7881
10:00～11:30 ●富田 5/24(水)、20人
14:00～15:30 ●芝生 5/17(水)、20人
 ●高槻センター街ビル(高槻町) 5/2(水)、30人
 ●春日 5/24(水)、14人 ●郡家 5/23(水)、20人



ID 073841 **当日先着40人**
菊作り講習会
 菊の苗づくりや水やりなどで
 秋に菊の大輪を咲かせる方法をお伝えします
対象 市内在住の人
日時 5/21(日) 10:00～12:00
場所 生涯学習センター3階会議室
料金 無料
問合せ 市菊花協会
 TEL688-6722 (フジモリ)



ID 087540
あにまるしえ
 アニメ・漫画で地域を盛り上げる
 イベントです
日時 5/28(日) 10:00～17:00
場所 安満遺跡公園SAKURA広場など
料金 入場無料
問合せ あにまるしえ実行委員会
 TEL090-8468-4314 (イシイ)



多数抽選各50人
**けやきの森市民大学
 春期講座**
日時 14:00～15:30
場所 生涯学習センター3階
 研修室ほか
料金 各2,500円
問合せ 生涯学習センター
 TEL674-7700、FAX674-7704
申込 5/11(木)までに **HP** **窓** **F** **は** **郵** で
 (基本事項と希望講座記入)



ID 086844 **当日先着各20人**
**はじめてのパソコンなど
 個別相談会**
 パソコンやタブレット、スマホなどの
 お悩みを個別に相談できます
対象 パソコン、タブレット、
 スマホの初心者
日時 5/6(土)・20(土)、6/3(土) 10:00～12:00
場所 富田ふれあい文化センター
料金 無料
問合せ TEL694-5451



ID 088466 **申込順15人**
**歩いて撮って
 スマホカメラ講座**
 外出のきっかけづくりにカメラテクニックを
 身につけてみませんか
対象 50・60代
日時 5/25(木) 10:00～12:00
場所 安満遺跡公園ポーネランドParkCenter
料金 無料
問合せ 長寿介護課/TEL674-7881
申込 5/8(月)から **HP** **窓** **C** で



ID 088015
パークdeビバーク
 安満遺跡公園で実施するキャンプイベント。
 宿泊体験はHPで要予約
日時 6/3(土)12:00～4(日)16:00
場所 安満遺跡公園東の広場
料金 入場無料
問合せ ビバルビバーク実行委員会
 TEL668-5228



**阿武山地震観測所提携講座
 同所の93年と地域防災**
 講師は①同所教授・矢守克也さん②③④阿武山地震・防災サイエンスミ
 ュージウム・飯尾能久さん
 ①だれもが参加しやすい避難訓練 6/6(水)
 ②歴史的地震計の時代 6/13(水)
 ③微小地震テレメーター観測網の時代 6/20(水)
 ④満点計画とサイエンスミュージアムの時代 6/27(水)

**大阪産業大学提携講座
 匠の技を味わう**
 講師は⑤同大学教授・後藤彰彦さん⑥ドローンみらい推進協議会・太田
 智子さん⑦Fly The Sky・井上久夫さん⑧ドローンみらい推進協議会・
 青木崇幸さん
 ⑤ドローンの飛行における熟練者の技 6/5(月)
 ⑥ドローンによる高品位映像の紹介とドローンのみらい
 6/12(月)
 ⑦農業用ドローンについて 6/19(月)
 ⑧ドローンなどを用いた体感型教育プログラムの可能性
 6/26(月) ※ドローン実演あり

ID 088274 **当日先着120人**
**上牧遺跡と淀川本流域の
 古墳時代集落**
 府文化財センター・笹栗拓さんが
 淀川の考古学について講演
日時 5/7(日) 13:30～15:00
場所 今城塚古代歴史館
料金 300円
問合せ TEL682-0820



ID 087234 **抽選20人**
**見て触れて感じてみよう
 山の恩恵**
 自然と触れ合い、山から享受される恩恵を
 一緒に見直してみよう
日時 5/25(木) 10:15～12:15
場所 高槻森林観光センター (田能)
料金 無料
問合せ 日吉台公民館/TEL688-6636
申込 5/8(月)～17(水)に **HP** **窓** **C** で



ID 087979 **抽選20人**
**キャンプで
 アウトドアクッキング**
 キャンプ場のかまどと薪を使って
 カレーづくりに挑戦します
対象 市内在住の小学生
日時 6/11(日) 10:00～15:00
場所 摂津峡青少年キャンプ場
料金 500円
問合せ 地域教育青少年課/TEL674-7654
申込 5/8(月)～22(月)に **HP** **往** で (基本事項と性別、学校
 名・学年、キャンプ場への交通手段記入)



ID 087388 **申込順各10人**
すこやかテラススマホ講座
 ①Wi-Fi接続②検索力③LINE
対象 市内在住の60歳以上
料金 無料
申込 5/8(月)9:00から **窓** **C** で
①富田 TEL694-7212 5/19(金) 13:30～14:30
②郡家 TEL685-0479 5/24(水) 13:30～14:30
③山手 TEL685-4656 6/8(木) 10:30～11:30
④芝生 TEL678-6620 5/26(金) 13:30～14:30
⑤春日 TEL671-7872 5/17(水) 13:30～14:30



ID 087277 **抽選30人**
**ネットの誹謗中傷を
 なくしたい**
 高槻地区人権推進員企業連絡会総会で
 木村響子さんが講演
対象 市内在住の人
日時 5/25(木) 15:30～17:00
場所 クロスパル高槻
料金 無料
問合せ 高槻地区人権推進員企業連絡会事務局
 TEL674-7411 (産業振興課内)
申込 5/8(月)～10(水)に **往** で (基本事項記入)



ID 086732 **当日先着100人**
**市民公開講座
 緑内障など**
 医師・薬剤師・看護師が緑内障の
 予防などについて講演します
日時 5/20(土) 13:30～15:00
場所 大阪医科大学本部キャンパス
 (大学町)
料金 無料
問合せ TEL683-1221



ID 087388 **申込順各20人**
**すこやかテラス
 スマホ入門基本体験講座**
 スマホ操作の入門・基本を学びます
対象 市内在住の60歳以上
料金 無料
申込 5/8(月)9:00から **窓** **C** で
富田 TEL694-7212 6/14(水) 10:00～12:00
郡家 TEL685-0479 5/26(金) 10:00～12:00
春日 TEL671-7872 5/26(金) 13:00～15:00
山手 TEL685-4656 6/1(木) 13:00～15:00
芝生 TEL678-6620 6/9(金) 10:00～12:00



広告掲載欄

広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは(株)ジチタイアド(TEL092-716-1401)へ

ID 087666 申込順30人
**生き物講座
高槻のホタルたち**
光らないホタルや水辺にいないホタルなど
やさしくお話しします
対象 小学生以上
(小学生は保護者同伴)
日時 5/27(土) 13:30~15:30
場所 あくあびあ芥川
料金 無料
問合せ TEL692-5041
申込 5/5(祝)9:00から ☎ で



ID 036340 申込順80人
**昔ばなし語りべの会
「高槻物語」を語る**
宇津木秀甫収集の高槻を中心とした
昔ばなしを語ります
日時 5/28(日) 14:00~15:30
場所 クロスパル高槻
料金 1,300円、小・中学生500円
問合せ ラボ・むらやまパーティー
TEL687-6287 (ムラヤマ)、FAX687-6287
申込 5/3(祝)~27(土)に ☎ F で



ID 085593 抽選30人
**今こそ知りたい
自分に合った紫外線対策**
講師は花王グループカスタマーマーケティング
(株)・中井明子さん
日時 5/29(月) 10:00~12:00
場所 今城塚公民館
料金 無料
問合せ TEL683-3331
申込 5/8(月)~15(月)に ☎ ☎ ☎ で



ID 087132 申込順100人
**大切な人を亡くした人に
寄り添うこと**
龍谷大学短期大学部社会福祉学科教授・
黒川雅代さんが講話します
日時 5/29(月)~6/29(木)
場所 ウェブ
料金 無料
問合せ 保健予防課/TEL661-9332
申込 5/1(月)~6/23(金)に ☎ で



ID 087029 抽選30人
上の池公園で樹木観察
市民の花・卯の花(ウツギ)や
沙羅双樹(ナツツバキ)などの観察会
日時 5/30(火) 10:00~12:00
場所 阿武山公民館など
料金 無料
問合せ 阿武山公民館/TEL693-0188
申込 5/8(月)~15(月)に ☎ ☎ ☎ で



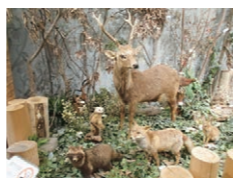
ID 086599 申込順15人
**すこやかエイジング講座
上級**
友人やグループ仲間に伝えてほしい
栄養の専門知識を学ぶ講座
対象 おおむね60歳以上
日時 5/30(火) 14:00~15:30
場所 安満遺跡公園ポーネルドParkCenter
料金 無料
問合せ 長寿介護課/TEL674-7881
申込 5/8(月)から ☎ ☎ ☎ で



ID 086597 申込順15人
**すこやかエイジング講座
中級**
健康づくりを学ぶ連続講座。
体力測定と歯科医師の個別面談あり
対象 市内在住のおおむね60歳以上
日時 6/1~8/3 14:00~15:30
(6/1(木)、8/3(木)は16:00まで、全5回)
場所 総合センター6階会議室
料金 無料
問合せ 長寿介護課/TEL674-7881
申込 5/8(月)から ☎ ☎ ☎ で



ID 087892 申込順30人
**あくあびあ周辺の
動物たち**
赤外線カメラで確認された、あくあびあ周辺
にいる動物たちを紹介
対象 小学生以上
(小学生は保護者同伴)
日時 6/3(土) 13:30~15:30
場所 あくあびあ芥川
料金 無料
問合せ TEL692-5041
申込 5/5(金)9:00から ☎ で



ID 091255 申込順300人
**人権講演会
心の豊かさを求めて**
佛教大学の原清治さんがインターネット社会と
人権に関する講演を実施。保育あり(要予約)
日時 6/3(土) 14:00~16:00
場所 生涯学習センター2階
多目的ホール
料金 無料
問合せ 市人権まちづくり協会/TEL647-7825、FAX647-7233
申込 5/8(月)~29(月)に ☎ ☎ ☎ ☎ F で (基本事項記入)
※手話・要約筆記あり



ID 087986 申込順40人
危険予知トレーニング
日常に潜む危険な場面においての
対処を学ぶ予知トレーニング
対象 子どもの育成・指導者
日時 6/4(日) 10:00~12:00
場所 総合センター12階教育委員会室
料金 無料
問合せ 地域教育青少年課/TEL674-7654、FAX674-7645
申込 5/11(木)~6/1(木)に ☎ ☎ ☎ ☎ F で
(基本事項と年齢記入)



ID 086694 申込順各12人
はじめてのパソコン講座
基本的な操作などを実践。パソコンの
楽しさ、便利さを体験します
対象 パソコン初心者
日時 6/5(月)・6(火)
13:00~16:00 (全2回)、
6/22(木)・23(金) 13:00~16:00 (全2回)
場所 富田ふれあい文化センター
料金 各2,400円
問合せ TEL694-5451
申込 5/10(火)から ☎ ☎ ☎ で



ID 005451 申込順25人
健康教室
生活習慣病予防のための教室。
筋肉量などのチェックもできます
対象 市内在住の40~74歳で
運動制限のない人
日時 6/9(金)・23(金)
10:00~12:00 (全2回)
場所 保健センター 料金 無料
問合せ 健康づくり推進課/TEL674-8800、FAX674-1551
申込 5/8(月)~6/7(火)に ☎ ☎ ☎ ☎ F で
(基本事項と生年月日記入)



ID 085345 申込順20人
**津之江公園
春の植物観察会**
自然観察アドバイザー・辰巳英輔さんと
津之江公園で植物観察します。雨天中止
日時 6/10(土) 10:00~12:00
場所 津之江公園
料金 200円
問合せ 農林緑政課/TEL674-7402
申込 5/8(月)~6/5(月)に ☎ ☎ ☎ ☎ で



ID 087746 申込順75人
**みどりヶ丘病院
市民公開講座**
骨粗しょう症の予防や便秘との
向き合い方について講演します
日時 6/10(土) 14:00~16:00
場所 クロスパル高槻
料金 無料
問合せ みどりヶ丘病院/TEL681-5764
申込 5/15(月)~31(火)に ☎ ☎ ☎ で



ID 037366 申込順各12人 要
大阪府要約筆記者 養成講座
「要約筆記者」の養成講座を実施します。
申込後に受講判定試験あり
場所 府立福祉情報コミュニケーシ
ョンセンター(大阪市東成区)
料金 無料(別途教材費必要)
問合せ 府民お問合せセンター/TEL06-6910-8001
申込 5/8(月)までに ☎ ☎ で
手書き 6/10(土)~12/2(土) (全21回)
パソコン 6/10(土)~12/2(土) (全21回)



ID 086616 申込順30人
**応急手当講習会
普通救命講習Ⅰ**
AEDを用いた心肺蘇生法、その他
応急処置。手話通訳あり(要予約)
対象 中学生以上
日時 6/11(日) 9:30~12:30
場所 中消防署
料金 無料
問合せ TEL674-7996
申込 5/11(木)~6/4(日)に ☎ ☎ ☎ で
※最寄りの消防署でも受け付け



ID 086480 申込順各10人
**はじめての
タブレット講座**
基本の操作などを実践。タブレットの
楽しさ、便利さを体験します
対象 タブレット初心者
日時 6/12(月)・29(木)
10:00~、13:00~ (各2時間)
場所 富田ふれあい文化センター
料金 各700円
問合せ TEL694-5451
申込 5/10(火)から ☎ ☎ ☎ で



ID 087974 申込順
**福祉講演会
「インクルーシブ」って何?**
インクルーシブ(共生)教育研究所の堀智晴さんと
今の教育を考える
日時 6/13(火) 13:30~15:30
料金 無料
問合せ 障がい者福祉センター
TEL672-0267、FAX661-3508
申込 5/8(月)~26(金)に ☎ ☎ ☎ ☎ F で
(基本事項と参加人数) ※手話・要約筆記あり
障がい者福祉センター 60人 ウェブ 100人



広告掲載欄

広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは(株)ジチタイアド(TEL092-716-1401)へ

ID 069542 申込順50人
**自殺予防のための
ゲートキーパー養成研修**
 ゲートキーパーの役割や気付きから
見守りまでの方法を学びます
日時 6/13(火) 14:00~16:00
場所 市保健所
料金 無料
問合 保健予防課/Tel.661-9332
申込 5/8(月)~31(水)に **HP** **C** で



ID 070897 申込順50人
**分譲マンション
建替えセミナー**
 分譲マンションの建替えの検討方法など
について話します
日時 6/17(土) 13:30~16:10
場所 総合センター14階会議室
料金 無料
問合 住宅課/Tel.674-7525、Fax.674-3125
申込 5/8(月)~6/16(金)に **HP** **窓** **C** **F** で
 (基本事項と参加人数記入)



ID 076049 当日先着600人
**北摂ウィンドオーケストラ
定期演奏会**
 第20回記念の定期演奏会です。
ぜひお気軽にお越しください
日時 5/14(日) 14:00~16:00
場所 芸術文化劇場北館 (旧高槻現代劇場) 中ホール
料金 無料
問合 北摂ウィンドオーケストラ
 Tel.090-5460-9578 (マツウラ)



当日先着200人
高槻市民寄席
 落語愛好家・断の会じゅげむ
による寄席
日時 5/21(日) 14:00~16:00
場所 生涯学習センター1階
 展示ホール
料金 無料
問合 Tel.674-7700



申込順20人
**赤十字健康生活支援講習
支援員養成講習**
 高齢者の健康と安全、介護予防などの
役立つ知識と技術を学びます
対象 高校生以上
日時 6/16~7/14 13:30~16:30 (全5回)
場所 柳川コミュニティセンター
料金 無料
問合 市赤十字奉仕団事務局/Tel.674-7496
申込 5/22(月)から **C** で



ID 067412 抽選21人
市民林業士養成講座
 樹木伐採の実習や講義など、森林を
守るための知識とスキルを習得
対象 18歳以上
日時 7/5~11/22
 10:00~15:30 (全11回)
場所 高槻森林市民交流センター (原) など
料金 11,000円
問合 農林緑政課/Tel.674-7404、Fax.675-3133
申込 5/1(月)~31(水)に **HP** **窓** **F** **は** **郵** で
 (基本事項と年齢記入)



ID 029451 当日先着600人
**たかつきマンドリン倶楽部
定期演奏会**
 マンドリン・オーケストラの
美しい響きをお楽しみください
日時 5/21(日) 13:30~15:30
場所 芸術文化劇場北館 (旧高槻現代劇場) 中ホール
料金 無料
問合 たかつきマンドリン倶楽部
 Tel.090-6734-0705 (オクムラ)



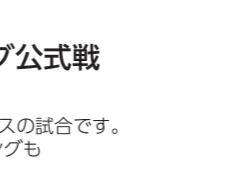
ID 072805 申込順130人
**関西大学公開講座
保育現場でのミス防止**
 どうすれば事故を防ぐことが
できるのかを考えます
日時 6/17(土) 13:00~16:00
場所 関西大学高槻ミュージックキャンパス (白梅町)
料金 500円
問合 Tel.684-4000 (平日10:00~16:00)
申込 5/17(水)~6/16(金)に **HP** **C** で



ID 087783 申込順10人
**発達障がい当事者
グループワーク**
 安心して集える場を提供し仲間作りや
社会参加に繋げる支援を行います
対象 市内在住の発達障がい当事者
日時 来年3月までの第3日曜 13:30~15:30
場所 障がい者福祉センター **料金** 200円
問合 市精神障害者家族連絡協議会
 Tel.676-0711、Fax.661-4714
申込 8/31(木)までに **C** **F** で
 (基本事項と年齢と手帳の有無記入)



ID 038498
**プロ野球 ウェスタン・リーグ公式戦
オリックスVS阪神**
 オリックス・バファローズVS阪神タイガースの試合です。
選手サイン会 (4日だけ) ヤベースランニングも
日時 6/3(土)・4(日) 13:00~
場所 高槻萩谷バファローズ球場 (萩谷総合公園野球場)
料金 高校生以上1,000円 (当日1,200円)、
小・中学生500円 (当日600円)
問合 バファローズお客さまダイヤル
 Tel.0570-01-8862 (平日10:00~17:00)
 〒554-0042大阪市此花区北港緑地2-3-142
 大阪シティ信用金庫スタジアム
 スタジアム運営G「高槻萩谷バファローズイベント係」
申込 5/1(月)から次の **窓** でチケットを販売
 ・高槻スポーツ/Tel.675-5857 (大手町)
 ・JR高槻駅観光案内所/Tel.686-0711
 ・おみやげ処笹井屋/Tel.0120-331-825 (富田町3)
 ・総合スポーツセンター/Tel.677-8200
 ・古曽部防災公園体育館/Tel.681-0031
 ・萩谷総合公園/Tel.699-0700



申込順①~④各100人⑤20人 80
**高槻de演劇
初夏のプログラム**
 市民劇団4団体による公演と
演劇ワークショップ。一部未就学児不可
場所 南館大スタジオ
申込 各公演日の前日までに **HP** **窓** **C** で
①そよ風ペダル 6/3(土)11:00~、15:00~。各1,800円
②あした帰った 6/4(日)15:00~。1,800円
③千年団 6/10(土)11:00~、11(日)17:00~。各1,800円
④水曜の家族 6/10(土)18:00~、11(日)10:30~。各1,800円
⑤俳優体験ワークショップ
 6/13(火)~15(木)19:00~21:00。
 3,000円/3回 (1,500円/回)
 ※①~④は友の会割引あり



申込順各30人
**はじめてのバレエ体験
レッスン参加募集**
 プロの指導&ピアノ伴奏による
初めてのお子様向けのレッスン体験
対象 バレエ未経験者
場所 南館中スタジオ
料金 各500円
申込 5/10(水)から **HP** で
4~6歳 6/25(日) 11:00~11:40
小学生 6/25(日) 13:00~13:50



申込順950人 80
そよかぜコンサート
 北摂9校の高校吹奏楽部とゲストとして
龍谷大学吹奏楽部が出演
日時 6/18(日) 14:00~
場所 南館トリシマホール
料金 500円 (3歳未満無料)
申込 5/24(水)から **HP** **窓** **C** で



展 示

クロスバル高槻7階

ギャラリーはなみずき

讚水会水彩画展
5/4(祝)~9(火)

アミカル日吉絵画展
5/11(木)~16(火)

ローレル・アートクラブ
5/18(木)~23(火)

とが逸平水彩画教室「游祭」
5/25(木)~30(火)

エミル高槻2階

展示館けやき

水曜画会作品展
5/5(祝)~10(水)

カッパーきりえ展
5/12(金)~17(水)

ひまわり会絵画展
5/19(金)~24(水)

全日本写真連盟高槻支部展
5/26(金)~31(水)

生涯学習センター1階

展示ホール ※水曜は休館

アトリエOKITA教室絵画作品展
5/15(月)~20(土)

デイの作品展
5/29(月)~6/1(木)

JR高槻駅南側地下通路

えきちかギャラリー

全日本年金者組合高槻支部
「年金写クラブ」作品展/
玉川・牧田コミセン書道講座
松村郁芳グループ展
5/9(火)~22(月)

アイケアライブ清福寺作品展/
和紙ちぎり絵 和の会作品展
5/23(火)~6/5(月)

総合センター1階ロビー

桃園ギャラリー

曙陶会作品展
5/11(木)~24(水)

容紀会作品展
5/25(木)~6/7(水)



当日先着100人
ランチタイム
ロビーコンサート
 高槻音楽家協会による美しいピアノの生演奏
日時 5/23(火) 12:10~12:40
場所 生涯学習センター1階ロビー
料金 無料
問合せ TEL674-7700



ID 086612 抽選30人
成人講座 朗読会
地獄変
 芥川龍之介の「地獄変」をプロのアナウンサーの朗読で味わいます
日時 5/31(水) 14:00~16:00
場所 三箇牧公民館
料金 無料
問合せ TEL677-0965
申込 5/8(月)~15(月)に HP 窓 C で



ID 077322 申込順110人
真山隼人
浪曲の世界
 令和3年度「咲くやこの花賞」受賞の若手ホープによる浪曲会です
日時 6/24(土) 14:00~16:00
場所 芸術文化劇場北館 (旧高槻現代劇場) 展示室
料金 1,500円(当日1,800円)、小・中学生500円
問合せ 三島子ども文化ステーション TEL685-2224 (オオタ)
申込 5/8(月)~6/23(金)に C X で



ID 029487 当日先着20人
みんなでパラスポーツを
楽しもう
 サウンドテーブルテニスを気軽に体験できる教室です
日時 5/15(月) 19:00~20:30
場所 総合スポーツセンター
料金 無料
問合せ TEL677-8200



ID 005710
もてきんスタジオ
 足腰の筋力&バランス向上プログラム。音楽に合わせて楽しもう
対象 市内在住のおおむね60歳以上
料金 無料
問合せ 長寿介護課/TEL674-7881
安清遺跡公園SAKURA広場周辺
 5/2~23の火曜 10:10~、11:10~ (各30分)
富田支所前広場 ※雨天中止
 5/11~25の木曜 10:10~、11:10~ (各30分)



ID 087371 抽選30人
陶芸を楽しむ
いろいろ使える小物入れ
 初心者OK。陶芸で土の持つ癒しの効果を体験してみませんか?
日時 5/25(木) 9:30~11:30
場所 五領公民館
料金 900円
問合せ TEL669-6169
申込 5/8(月)~15(月)に HP 窓 C で



ID 087387 抽選各5組
今城塚古代歴史館
勾玉づくり教室
 好きな型紙を選び、ロウ石を削って勾玉を作ります
日時 5/13(土)・20(土) 10:15~、13:30~
場所 今城塚古代歴史館
料金 300円、400円
問合せ TEL682-0820
申込 5/6(土)までに HP で



ID 088371 当日先着200人
ハニワづくりと
スケッチぬり絵大会
 復元工場でのハニワづくりやスケッチ・ぬり絵に挑戦しよう
日時 5/27(土) 10:00~16:00
場所 ハニワ工場公園
料金 300円など
問合せ 埋蔵文化財調査センター/TEL694-7562



チャレンジ
詰将棋
第12回
ID 089982
 「将棋のまち 高槻」として、市民の皆さんにより身近に将棋を親しんでもらうための詰将棋のコーナー。棋士からの出題に挑戦してみよう。詰将棋のまち推進課/TEL674-7399

はじめに
 将棋は、相手の玉を早くつかまえたほうが勝ちのゲームです。詰将棋は、玉をつかまえる(=詰ます)手順を考えるゲームで、一人を取り組めるうえ、たくさん問題を解くことで「先の展開を正しく考える力」が身につく、将棋の実力アップにもつながるといわれています。

ルール
 1.自分(攻方)は、つねに連続で相手(玉方)に王手をかける
 2.相手は盤面に出ている自分の持駒以外の玉を除く全ての駒を持っている
 3.相手は最善を尽くし、最も長く手数がかかるよう逃げる
 4.相手は無駄な合駒(間に駒を打つ、または間に駒を移動して守る)をしない
 5.以上のルール以外は、駒の動かし方や一手交代で指すことなど、普通の将棋と同じ

今月のお題 3手詰



ヒント
 駒を成って詰まします



持駒
 なし

出題棋士 長沼 洋八段
 答えは、50ページ

将棋のまち 高槻

ID 087382 抽選25人
もて筋体操で
コツコツちょ筋
 リズムにあわせて楽しく筋力アップしましょう
日時 5/23(火) 10:00~11:30
場所 如是公民館
料金 無料
問合せ TEL693-1866
申込 5/8(月)~15(月)に HP 窓 C で



ID 005707 当日先着
元気体操クラス
 椅子を使った健康体操。筋肉一つ一つを丁寧に伸ばし、鍛えます
対象 市内在住の60歳以上
料金 無料
問合せ 長寿介護課/TEL674-7881



10:10~、11:10~ (各30分)
 ●富田 5/1(月)・15(月)・17(水)、各28人
 ●山手 5/8(月)・18(木)・22(月)、各39人
 ●高槻センター街ビル 5/2(火)・9(火)・16(火)・23(火)、各33人
 ●芝生 5/10(水)・24(水)、各33人
 ●郡家 5/11(木)・25(木)、各45人

14:10~、15:10~ (各30分)
 ●高槻センター街ビル 5/1(月)・8(月)・15(月)・22(月)、各33人
 ●春日 5/9(火)・19(金)・23(火)、各28人
 ●芝生 5/11(木)・18(木)、各33人
 ●郡家 5/9(火)・26(金)、各45人
 ●山手 5/16(火)、各39人

ID 087664 当日先着各6人
子どもワークショップ
どうぶつの足
 シカとタヌキ、人の足の違いを見たと動物の足カードを作ります
対象 未就学児は保護者同伴
日時 5/13(土)・14(日) 11:00~15:20 (20分/回、6回)
場所 あくあびあ芥川
料金 無料
問合せ TEL692-5041



ID 087389 抽選各15人
今城塚古代歴史館
ハニワづくり教室
 粘土でオリジナルのハニワを作成。作品は約1カ月後に手渡し
日時 5/14(日)・21(日) 10:15~12:00
場所 今城塚古代歴史館
料金 300円
問合せ TEL682-0820
申込 5/6(土)までに HP で



広告掲載欄
 掲載の申し込みは(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)へ

伝言板 **ID 006047**
 「伝言板」は市民の皆さんによる催しや会員募集の案内を掲載するコーナーです。上限12件。7月号掲載申し込みは5/25(木)までに広報室/TEL674-7306へ。
 日 日時 所 場所 料 料金 対 対象 問 問合せ

★開催します
 ●朗読練成会 虹色の風 日 5/28(日)13:00~ 所 生涯学習センター3階研修室 料 無料 問 関西朗読文化研究会(第2次)・イチイ/TEL090-3723-5125
 ●民謡千呂里の会おさらい会 日 6/10(土)12:00~ 所 芸術文化劇場南館太陽ファルマテックホール 料 無料 問 ミヤワキ/TEL090-8792-5315

★募ります
 ●写真 日 毎月第4土曜13:00~ 所 春日ふれあい文化センターなど 料 月会費500円 問 フォトなごみ・イマムラ/TEL090-9041-4625
 ●高槻山歩きの会 日 毎週日曜8:00~ 所 高槻周辺の山など 料 入会金400円、月会費400円 対 添付付きメールの送受信ができる人(初心者は70歳未満) 問 ワカサ/TEL070-5656-2975
 ●外国人への日本語ボランティア 日 毎週木曜10:00~ 所 真上公民館など 問 日本語ネットワーク高槻・ナカヤマ/TEL682-2096
 ●英語学習 日 毎週月曜10:00~ 所 クロスパル高槻など 料 月会費300円 対 中級者 問 ジャスティンクラブ・ヒラタ/TEL080-6103-6176
 ●料理 日 毎月第1金曜10:00~ 所 真上公民館など 料 教材費3,000円 対 男性 問 男の台所・タモリ/TEL090-1909-9859
 ●ヨガ 日 毎週金曜9:00~ 所 城内公民館など 料 月会費3,000円 問 ヨーガ愛好会・ヤマガタ/TEL673-6759
 ●囲碁 日 毎週日曜13:00~ 所 磐手公民館など 料 月会費100円 問 磐手囲碁同好会・セキ/TEL694-3157

ID 088203 抽選20人

厚紙ブンブンごま作りと 野外活動体験

ひもを引くとブンブンと鳴るこまを作ろう。
その後は野外体験

対象 5歳～小学生
日時 6/17(土) 10:00～12:00
場所 富田公民館
料金 無料
問合 青少年センター／Tel.685-3724
申込 5/3(祝)～6/2(金)に HP 窓 で



ID 087651 申込順20人

絵手紙教室

絵が苦手でも色や形を楽しみましょう。
講師は萩由利絵さん

日時 第1・3土曜 13:30～15:30
場所 竹の内コミュニティセンター
料金 2,000円/月 (別途入会金必要)
問合 Tel.661-1263
申込 5/6(土)から 窓 で



ID 005708

健康サポートひろば

体力づくりに関する相談や体力測定を
行います。時間内随時参加可

対象 市内在住の60歳以上
場所 各すこやかテラス
料金 無料
問合 長寿介護課／Tel.674-7881
富田 5/2(火) 14:00～15:30
山手 5/11(木) 14:00～15:30
春日 5/12(金) 14:00～15:30
郡家 5/18(木) 14:00～15:30



ID 066592 申込順

ひとり親家庭の 就労相談

専門相談員が就労についての
出張相談を行います

対象 仕事を探している
ひとり親家庭の父母
日時 5/20(土) 10:00～16:00
場所 総合センター7階相談室
料金 無料
問合 府母子寡婦福祉連合会／Tel.06-6748-0263
申込 5/19(金)までに で



ID 036466

一日総合相談所

弁護士や税理士などによる専門相談が
無料で受けられます。受け付けは30分前

日時 6/2(金) 13:00～16:00
場所 生涯学習センター1階
展示ホール
料金 無料 問合 市民生活相談課／Tel.674-7130
申込 法律・税務・司法書士 申込順48人。5/24(木)から
HP で
行政、人権、公正証書、社会保険、宅建、心配ごと、
警察、消費生活、民事調停手続 当日先着各6人程度



ID 059072 申込順12組

関西大学法律相談所 無料法律相談

弁護士などの監修のもと、法律を学ぶ
学生が無料法律相談を実施

日時 6/18(日) 14:30～19:00
場所 クロスパル高槻
料金 無料
問合 関西大学法律相談所
Tel.080-6125-7853
申込 6/4(日)から で



仲間と楽しく、自分の成長や
健康のために、生涯付き合える
スポーツを見つけてみてはいかが
でしょう。キラリ輝くスポー
ツの魅力を感じました。



松村 和夫 さん
高槻市ソフトボール連盟



白球追い汗流す
チーム一丸でプレー

ソフトボール

ソフトボールの魅力は、何といっ
てもチーム一丸となってプレーする
楽しさです。老若男女、誰もが9人
以上集まってコミュニケーションを
取れるスポーツなので、仲間がたく
さんでき、人間関係の幅が広がります。
一昔前は、女性がするスポーツ
のイメージでしたが、近年はオリン
ピックの影響もあって、男性や高齢
者、若い人も増えていて、ソフトボ
ールの気軽さ、幅広さを感じていま
す。また自治会やPTAなどの関係で

誘われて始めてみる方も多く、それ
が地域住民同士のコミュニケーショ
ンにもなっています。
ソフトボールでは、ピッチャーと
バッターの距離や、塁と塁の間の距
離、ボールの大きさなど、プレーす
る年代や性別に応じて環境を変えて
います。そのため野球ほど体力がな
くても始めやすく、初心者でもバッ
トを振って楽しむことができます。
一方で、年々ソフトボールのレベル
が上っていて、ハイレベルな戦いも

繰り広げられます。特徴的なのはピ
ッチャーが腕を1回転させて投げる
ウインドミルという投法。普及した
のは近年の話で、球速が上がり、変
化球も増えたことで、バッテリーと
バッターの駆け引きも面白くなりま
した。
プレーしたいスタイルに応じて楽
しみ方もそれぞれ。野球未経験者も
たくさんいます。まずは気軽に始め
てみてください。

各スポーツ連盟・団・協会が開催する教室

場所 A=総合体育館
問合 市スポーツ団体協議会／Tel.677-2285 (総合スポーツセンター内)



市ホームページ

弓道	当日9:00～9:30に直接、会場へ		
夏季講習会	弓道場許可証取得者	5/28(日) 9:30～16:30	A 500円
剣道	当日、直接会場へ		
日本剣道形講習会	高校生以上	6/4(日) 14:00～17:30	A 500円

施設の個人利用：各施設に個人利用日あり。大人300円、小・中学生150円 (陸上競技場は大人200円、小・中学生100円)

ID 037566 ※市内在住、通勤・通学の人以上は利用額2倍
総合スポーツセンター／Tel.677-8200、古曽部防災公園体育館／Tel.681-0031

■ソフトボールを始めたい人は
問合 高槻市ソフトボール連盟
Tel.090-1961-4554 (マツムラ)
場所 大会 南大楠運動広場
日頃の練習 地域の学校など

■その他のスポーツは
問合 市スポーツ団体協議会
Tel・Fax.677-2285、平日9:00～16:00
Eメール takatsuki.sp.kyougikai@gmail.com

市スポーツ団体
協議会HP





赤ちゃんを たばこの害から守ろう

妊娠中の喫煙は赤ちゃんに悪影響を与えます。
この機会に、禁煙について考えてみませんか。

問 健康医療政策課 / TEL661-9330 ID 045951



赤ちゃんの発育・健康に悪影響

たばこの煙には、一酸化炭素やニコチン、タールなど、数多くの有害物質が含まれています。特に妊娠中のお母さんがたばこを吸い続けると、胎盤を通して赤ちゃんに送られる酸素や栄養が減少し、発育などに悪影響を及ぼすこと

が分かっています。

また、下図の妊娠中の喫煙による影響のほかにも、出産後の喫煙は、たばこの誤飲など子どもに危険が及ぶ可能性があります。

早産

低出生体重児

子宮外妊娠

乳幼児突然死症候群
(予兆なく突然死亡すること)

妊娠中の異常
(前置胎盤、胎盤早期はく離)

ギャンブル等依存症 まずはご相談ください

ID 058006

5月はギャンブル等依存症問題啓発月間です。ギャンブル等依存症とは、ギャンブルなどにのめり込むことで日常生活や社会生活に支障が生じる状態で、誰でもなりうる可能性があります。本人一人の力では難しくても、治療を受けて依存症から回復することは可能です。本人や家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。

問合 保健予防課 / TEL661-9332

相談	<p>市こころの健康相談 TEL661-9332 平日8:45~17:15</p> <p>府こころの健康総合センター TEL06-6691-2818 ※面談は要予約 平日9:00~17:45、第2・4土曜9:00~17:30</p> <p>大阪依存症ほっとライン LINEアプリで友だち登録必要 水・土・日曜17:30~22:30(受け付けは22:00まで)</p> <p>近畿財務局 ※債務整理 TEL06-6949-6523 平日9:00~12:00、13:00~17:00</p>
	<p>GA(ギャンブラーズアノニマス) ※本人向け TEL046-240-7279 毎月最終週の日曜11:00~15:00</p> <p>GAM-ANON(ギヤマン) ※家族向け TEL03-6659-4879 月・木曜10:00~12:00</p>

一度は受けよう 肝炎ウイルス検診

ID 005455

肝炎ウイルスは、肝炎、肝硬変、肝がんの原因となります。肝炎ウイルスに感染しても、熱や痛みなどの症状はほとんどないので、発見が遅れる場合があります。検診を受けて早期発見することで、早期治療につながり、深刻な症状に進行することを防ぐことができます。申し込みは直接、医療機関へ予約してください。

※市国保加入者は、特定健診(集団)受診時に同時受診可

問合 健康づくり推進課 / TEL674-8800

— 検診概要 —

内容 問診、血液検査
料金 B型、C型 各500円
対象 当該年度40歳以上の市民で、過去にB型・C型肝炎ウイルスの検査(市が実施するものに限らない)・治療を受けたことのない人

40歳の人へ無料クーポン券を送付

4/1時点で40歳の人へ、5月下旬に肝炎ウイルス検診無料クーポン券を送付します。クーポン券が届く前に、市の検診を受けた人は、費用を還付します。

赤ちゃんのために禁煙しませんか

たばこの本数を減らす、加熱式たばこに替える。でもそれだけではたばこの害をなくせると言い切れません。赤ちゃんのため、自分のために、禁煙を考えてみませんか。

禁煙したいと考える人は・・・

●まずは環境から。家族にも協力してもらおう

禁煙の成功には、周囲の理解やサポートが大切です。禁煙開始日を決めて周囲に伝える、日常生活の中でたばこに代わる習慣を作る、たばこが吸えない環境にするなど、配偶者や家族と協力しながら禁煙を始めましょう。

参考例

- ・吸いたくなったら深呼吸やストレッチ、飲み物を飲む、歯磨きをする
- ・灰皿やライターを捨てる など



●市保健所に相談する

市保健所では、電話や面談などによる禁煙相談や、医療機関の紹介などを行っています。



●禁煙外来(医療機関)へ

一定の条件に当てはまる人は、健康保険で禁煙治療を受けると、比較的楽に、自力よりも3~4倍成功しやすくなることが分かっています。

※成年年齢は令和4年4月から18歳に引き下げられましたが、喫煙に関する年齢制限は、引き続き20歳です

受動喫煙でも悪影響

本人が吸わなくても、他人の喫煙によってたばこの煙を吸ってしまう受動喫煙。たばこから出る煙(副流煙)には、本人が吸う煙よりも多くの化学物質が含まれていて、赤ちゃんや妊婦の健康に大きな悪影響を及ぼすことがあります。

たばこの煙を避ける

令和2年から多くの人が利用する施設は、原則屋内全面禁煙です。喫煙ができるお店や場所には標識があります。入店時には標識を確認しましょう。



喫煙専用室



加熱式たばこ専用喫煙室



喫煙目的室



喫煙可能室

周りも協力を

煙の有害物質は、喫煙後の吐き息や衣服などにも残ると言われています。そのため赤ちゃんや妊婦の目の前で吸わなければよいというわけではありません。喫煙をする人は、周囲に望まない受動喫煙を生じないよう、喫煙時に配慮が必要です。喫煙者の家族がいる場合は、禁煙について話し合ってみましょう。

健診・検診

ID 032781

問合 健康づくり推進課 / TEL674-8800

	日時・会場	申込方法
特定健診(9:30~11:00)	5/16(火)☆・27(土)、6/13(火)☆ 5/30(火)寿栄コミュニティセンター・31(水)五領公民館 6/6(火)富田公民館・8(木)阿武山公民館	☆は無料送迎バスあり 不要(要受診券・保険証)
オプション	[単独受診可]肺がん検診、骨の健康度測定(骨測定) [単独受診不可]ピロリ菌検査、肝炎ウイルス検診(B・C型)、前立腺(PSA)検査	当日
まとめて健診(午前)	6/10(土)・14(水)・20(火) 特定健診+肺・大腸がん検診 ※胃がん・ピロリ菌・肝炎・前立腺追加可	5/8月から ☎ ☎
まとめて健診+(プラス)~レディースDay~(午前) ※対象は女性	6/22(木) 特定健診+肺・大腸・子宮頸・乳がん検診 ※ピロリ菌・肝炎追加可	5/8月から ☎ ☎
子宮頸・乳・大腸がん検診(午後)	6/5(月)★・24(土)	★は保育あり 随時 ☎ ☎ ☎ (保育は ☎)
対象	[特定健診]今年度40~74歳(75歳の誕生日の前日まで)の市国保被保険者 ※特定健診以外は市民だけ [がん検診]肺・大腸=40歳以上、胃=50歳以上、子宮頸=20歳以上女性、乳=30歳以上女性 ※胃・子宮頸・乳は前年度未受診者 [その他]前立腺=50~89歳男性、肝炎=今年度40歳以上(B・C型各500円)、ピロリ菌=30~49歳(500円)、骨測定=40歳以上(500円)	
備考	日時は「健康だより」、無料送迎バスは「特定健診のご案内」にも掲載。会場の記載がないものは保健センターへ申込順。費用記載なしは無料。その他無料制度あり。対象は非課税・生活保護受給世帯(要事前申請)、70歳以上または後期高齢者医療制度に加入している市民。胃がん検診はバリウムだけ。骨測定追加可。市内の実施医療機関で個別受診可(骨測定除く)	

HP ウェブ申込 ☎ 電話 ☎ 窓口

すこやかエイジング

Vol.5

ストレッチ習慣で「痛み」とおさらば バランス能力の向上も

年齢を重ねるごとに昔は無かった体の不調を感じていませんか。特に、筋肉や関節の痛みを感じている人が多く、痛みの原因は生活習慣の中に潜んでいると言われています。

子どもの頃から積み重ねてきた体の使い方や癖が、悪い姿勢につながり、知らず知らずの内に痛みとなります。特に首、肩、背中、腰、膝。スマートフォンやパソコンの使い過ぎ、長時間の同じ姿勢、運動不足など、思い当たる人は注意が必要です。

姿勢が悪くなると、バランス能力が低下して転倒のリスクにもつながります。硬くなりやすい筋肉や関節を伸ばすストレッチ体操を習慣化すると改善に効果的です。

健康な体で毎日生き生きと暮らすために。日常生活に取り入れやすい健康づくりのポイントを紹介します。

※すこやかエイジング講座にも参加しましょう
(25・26ページに関連記事)

問 長寿介護課
Tel674-7881

今月のガイド

長寿介護課・作業療法士
安部由実さん

フレイル対策や運動器の機能向上プログラムの作成などを担当。運動指導のため市内中を回る。「健康的に美しく！を目指して、一緒に体を動かしましょう」



ストレッチは姿勢が良くなる効果も。見た目年齢が若返ります



悪い姿勢

良い姿勢

肩・股関節・くるぶしの3点が一直線に並びイメージ

介護予防マスター
濱田生枝さんに
体操してもらいました

伸びを感じながら、リラックスして体を伸ばすと気持ち良かったです

※ますます元気体操も
おすすめですよ
ID 005719

Let's Try

1日10分のストレッチ体操を習慣づけて

ストレッチ体操は、お風呂上がりの就寝前に布団の上で実施すると温浴効果で筋肉が伸びやすくより効果的です。自律神経が整って眠りの質も高まります。

ストレッチのポイント

- ✓ 自然な呼吸
- ✓ 気持ち良い伸張感
- ✓ 1つのポーズで時間をかけて伸ばす(30秒以上)

1. あぐら座位で深呼吸



背筋を伸ばして骨盤を立てましょう

2. 片足ずつ前へ伸ばす(足の後ろと脇腹のストレッチ)



なるべく膝を伸ばしましょう

3. 片足ずつ後ろへ伸ばす(足の前側のストレッチ)



お腹をへこませ腰が反らないようにしましょう

4. 休息のポーズ(肩と背中ストレッチ)



膝が痛い場合はお尻を浮かせてください

5. 仰向け両ひざ左右倒し(脇腹と腰のストレッチ)



ゆっくりジワジワと伸びを深めましょう

6. 伸び



お疲れさまでした

※ますます元気体操もおすすめですよ
ID 005719

市政インフォ information

お知らせ 1/22 募集 23/31 求人 32/37

休館日 クロスパル高槻 5/14(日)

申込手段の略

HP ウェブ申込
窓 窓口
☎ 電話
F ファクス

はがき
郵送
メール
往復はがき

※感染予防のため、ウェブ申込や電話、郵送などご利用ください

※は、必ず申込前に各窓口、市ホームページで配布する募集要項などをご確認ください

基本事項(Fは郵メ往)

- ①事業名
- ②〒・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④電話番号

※各記事中に住所の記載があるものは、記載の住所へ。記載のないものは〒569-8501(住所記載不要)へあて先記載例▶

63 569-8501
高槻市
△
△
△
△
課

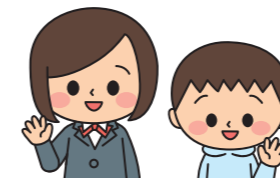
ID 091442

1 所得超過で児童手当対象外の人 令和5年度所得が限度額下回れば対象に

前年度所得が児童手当法上の所得上限限度額(以下、限度額)を上回ったことにより、児童手当が支給されなくなった人で、令和5年度(令和4年中)の所得が限度額を下回る場合は、児童手当の対象となりますので、5/1(月)以降に申請してください。なお、申請期限は市民税課税通知などで限度額を下回ることを知った日から15日以内です。

限度額の詳細や手続き方法は、市ホームページをご確認ください。

問合 子ども育成課/Tel674-7174



ID 088275

2 アカミミガメ・アメリカザリガニ 野外に放すことなどが禁止に

6/1(木)から、アカミミガメ・アメリカザリガニが、条件付特定外来生物に指定され、下記のこと禁止されます。飼育し始めた個体は、寿命を迎えるまで責任を持って飼育し続けましょう。

問合 環境省相談ダイヤル/Tel0570-013-110
(IP電話などはTel06-7739-7899)

法律で禁止されること

- ・生きた個体を野外に放す
- ・生きた個体を販売・頒布・購入する

手続きなしでできること

- ・家庭でペットとして引き続き飼育する
- ※飼育し続けられなくなった場合は、知人・友人などに無償で譲渡してください



写真提供 あくあびあ芥川共同活動体



ID 085332

3 市立納骨堂が廃止 令和10年10月以降

市立納骨堂は、老朽化や耐震性の課題、使用者の減少に加え、合葬式墓地を整備したことなどから、令和10年9月末で廃止します。令和5年10/1(日)以降は、新規の申請受け付けは行わず、更新の許可期間は1年間、更新回数は2回が上限となります。

問合 斎園課/Tel674-7192

ID 004052

4 川や水辺で遊ぶときは 安全対策をしっかりと

暖かくなり、川や水辺で遊ぶ機会が増えてくる季節です。川は天気の急変で流れが速くなるなど危険な場合があります。遊ぶときは下記を参考に、必ず安全対策を取りましょう。

問合 下水河川企画課/Tel674-7432

子どもだけでは遊ばない

大人が付き添い、目を離さないようにする
流れが速い・深みがあるところには近づかない
川に入るときは、浅瀬で流れの緩やかな場所を選ぶ
天気や川の急な変化に注意する

「上流の空に黒い雲」や「雷」など、天気の変化が見られたときは、川の水が急に増えるサイン
ライフジャケットを着る
など安全対策を行う

体に合ったジャケットを選び正しく着用する



ID 088263

5 マイナンバーカードの関連手続き 5/1・2は一部が休止

5/1(月)・2(火)は国がシステム更新作業を行うため、マイナンバーカードに関する次の業務ができません。

- ・カードの住所や氏名の変更(市内の引越しや氏名変更を伴う戸籍の届出など)
- ・電子証明書の発行および更新
- ・暗証番号の再設定(ロック解除)

問合 個人番号カードコールセンター
Tel0570-783-578

ID 004813 要

6 就学援助費の申請を受け付け

市立小・中学校の児童・生徒の保護者に、就学に必要な学用品費などを支援しています（所得制限あり。生活保護受給者除く）。なお、小学校入学準備金を申請した人も、改めて申請が必要です。

問合せ 保健給食課/TEL674-7608

申込 5/10(水)～19(金)の9:00～16:00に窓 郵 で

ID 003903 申込順 要

7 3世代の同居・近居に補助

市外に住んでいる子育て世帯が、市内に住む親世帯と同居または、近居するために、持ち家の取得やリフォームした場合に、費用の一部を補助します。離れて暮らす子育て世帯が市内に住むきっかけにぜひご利用ください。

対象 親が市内に1年以上在住かつ、令和5年1/25以降に市外から転入した子世帯が、中学生以下の子どもと同居している（出産予定含む） など

補助 上限20万円

問合せ 住宅課/TEL674-7525

申込 6/1(木)～来年3/22(金)に窓 郵 で

住宅ローンの金利引き下げ

住宅ローンの金利を引き下げる制度を実施している法人があります。詳しくは、各法人へ。

問合せ 池田泉州銀行高槻支店/TEL672-6500

富田支店/TEL696-3933

住宅金融支援機構/TEL0120-0860-35

ID 005269

8 新設・未届の自治会はご連絡を

毎年自治会からの届出をもとに、「自治会長名簿」を作成しています。この名簿はコミュニティ推進室で管理し、住民福祉の向上や市政推進に必要な場合などに閲覧に応じています。未届けの自治会や新設の自治会はご連絡ください。

問合せ コミュニティ推進室/TEL674-7462

Twitterキャンペーン

ID 074502

BOTTOカレーマップを公開



高槻は駅周辺のカレー店舗数が府内トップクラスのカレー激戦区。観光プロモーション「BOTTOたかつき」の取り組みとして昨年実施したTwitterキャンペーンで皆さんから投稿されたおすすめ約30店舗をマップ化して、「BOTTOたかつき」ホームページ内で紹介しています。高槻であなたのお気に入りのお店を見つけてみませんか。

問合せ 観光シティセールス課/TEL674-7830

店舗の紹介動画も順次公開

カレーマップ掲載店舗から順次、紹介動画を公開しています。第1弾は「欧風CurryMONZU」。



ID 088406

9 「デジタルで快適 消費生活術」情報リテラシーを身に付けよう

5月は消費者月間です。スマートフォンやパソコンがあると、いろいろな情報を知ることができたり、気軽に情報発信や買い物ができたりして、とても便利です。その反面、デジタルサービスの内容をよく分かっていないためにトラブルに遭う人も増えています。

情報の正確さを見極め、自分の情報を管理する力「情報リテラシー」を身に付けて、快適なデジタル生活を目指しましょう。

問合せ 消費生活センター/TEL683-0999

ID 088258 申込順80人

シニアのためのネットトラブル回避術

トラブル事例や、ネットを使う際の注意点などを情報リテラシーアドバイザー・粟津千草さんが講演。

日時 5/26(金) 14:00～15:30

場所 クロスパル高槻

料金 無料

申込 5/8(月)からHP 窓 郵 で

ID 094607 抽選 要

10 防犯カメラ設置自治会に補助

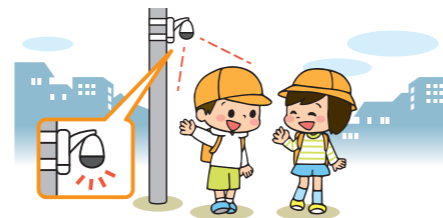
市域における犯罪を抑止するため、道路などを撮影する防犯カメラを設置する自治会などに設置費用の補助を行います。

補助 カメラの購入費や設置工事費などの初期費用の2分の1以内（カメラ1台につき上限15万円）

※1団体1台まで。要件あり

問合せ 危機管理室/TEL674-7314

申込 6/1(木)～30(金)にHP 窓 郵 で



ID 085996

11 自衛官募集事務のため対象者情報を提供

市では、防衛大臣からの情報提供依頼に応じて、自衛官および自衛官候補生などの募集に必要な募集対象者情報を自衛隊へ提供しています。情報提供を希望しない人は、5/19(金)までに申請してください。申請方法は、市ホームページに掲載。

問合せ 総務課/TEL674-7312

ID 087226

12 正しいごみの出し方にご協力

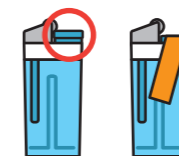
安全なごみ収集のために、家庭ごみを「正しく出す」ことが重要です。ご協力をお願いします。

問合せ 清掃業務課/TEL669-1153

収集車の車両火災が多発

ごみ収集車の車両火災が多発しています。カセットボンベやライターなど、火災を誘発するごみは、次のとおり出してください。

- ・スプレー缶、カセットボンベ
リサイクルごみで、中身を使い切ってから出す
※穴開けは不要
- ・ライター
不燃ごみで、中身を使い切ってから出す
※ガスを抜くため○印の部分ゴムやテープで止める（右図）
- ・リチウムイオン電池
販売店、回収協力店へ出す
※市は収集・処理が不可



こんなごみにも困っています

清掃用具などの備品かごみか分かりにくいものや、危険物などをごみに出す場合は、次のような表示をしてください。

- ・「ごみ」と表示
ほうき、ちり取り、散水ホース、自転車
- ・「危険」と表示
カミソリ、包丁、割れガラス

ID 040231

13 春の全国交通安全運動 交通事故を防ごう

5/11(木)～20(土)に「自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底」などをテーマに、春の全国交通安全運動が実施されます。また、5/20(土)は「交通事故死ゼロを目指す日」です。一人一人が安全意識を高めて、交通事故を防ぎましょう。

問合せ 管理課/TEL674-7592



ID 005881

14 宅地防災月間 家の周りを点検して

5月は宅地防災月間です。梅雨を前に、ご家庭でも次の点に注意して、家の周りの点検をお願いします。

- ・よう壁に亀裂など入っていないか
- ・割れ目から水が染み出していないか
- ・よう壁の水抜き穴からうまく水が流れているか
- ・地盤沈下していないか
- ・排水溝に泥がたまっていないか

問合せ 審査指導課/TEL674-7567



15 市民・事業者の創エネ・省エネ機器導入に補助

市民・事業者が創エネ・省エネ機器の導入や設備設置の際に経費の3分の1を補助します。

問合せ 環境政策課/TEL674-7486

ID 001909 要

住宅向けエコハウス補助金

要件 市内の自ら居住する住宅に、対象機器（下表、中古品・自作除く）を導入し、設置および所有権の移転が完了したもの など

申込 5/15(月)～来年2/29(木)に窓 で

対象機器	補助額と件数
太陽光発電システムと蓄電池（同時設置）	各10万円 合計120件
太陽光発電システムとV2H（同時設置）	
太陽熱利用システム	
ペレットストーブ	
窓の断熱改修（複層ガラスへの交換、内窓などの新設など。新築、増築除く）	5万円 50件
家庭用燃料電池式コージェネレーションシステム（エネファーム）	3万円 30件
雨水貯留タンク（80L以上で市販のもの）	1万円 20件

※補助額は上限

ID 001911 要

集合住宅向け

要件 市内の集合住宅に二重窓改修、自然エネルギー設備などを導入し、補助対象経費が30万円以上 など

補助 100万円（上限）

申込 7/31(月)までに窓 で

ID 001910 要

中小企業者向け

要件 市内で使用する事務所などにある既存の設備に高効率のボイラーや空調設備を導入し、補助対象経費が50万円以上 など

補助 100万円（上限）

申込 6/30(金)までに窓 で

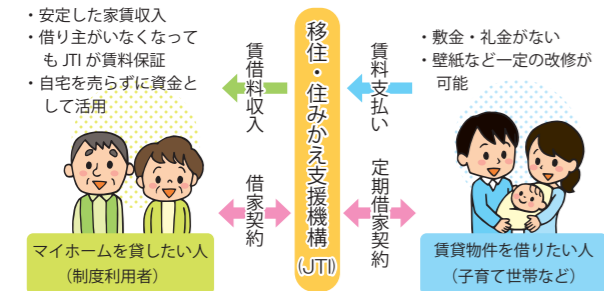
ID 003899

16 中高年世帯の住宅を借り上げ 子育て世帯に転貸

50歳以上の中高年世帯の住宅を移住・住みかえ支援機構 (JTI) が借り上げ、子育て世帯などに賃貸住宅として貸し出します。

※住宅の耐震性が必要 (20ページに関連記事)

問合せ 住宅課/Tel674-7525、Fax674-3125



ID 087151 申込順50人

マイホーム借上げ制度説明会

対象 持ち家を貸したい人

日時 7/22(土) 10:30~12:00

場所 総合センター14階会議室 料金 無料

申込 5/8(月)~7/7(金)に HP 窓 C F で (基本事項と人数記入)

17 3月の寄付

ID 004329

市ふるさと寄附金 (敬称略)

17,936,000円 (404件)

金谷美津子=300,000円

問合せ 観光シティセールス課/Tel674-7830

社会福祉協議会分 (敬称略)

堤菊美=5,000円、藤飯京子=5,000円、平田和夫=2,000円、有澤都=2,000円、乙訓明るい社会づくり運動の会=10,000円、匿名=72,020円

問合せ Tel674-7496

18 傍聴できます 審議会の日程

傍聴には定員あり。事前に各課へ。

場所 A=総合センター、B=市役所本館

ID 087078 選挙管理委員会定例会 選挙人名簿の抹消・登録など	5/10(水)、 6/1(木) 10:00~	A (13階)	選挙管理委員会 事務局 Tel674-7676
ID 088192 農業委員会定例会 農地法の許可申請など	5/17(水) 13:30~	B (2階)	農業委員会 事務局 Tel674-7421
ID 031577 教育委員会定例会 教育に関する基本方針など	5/17(水) 15:00~	A (12階)	教育総務課 Tel674-7620
ID 087947 開発審査会 開発許可など	5/17(水) 15:00~	A (6階)	審査指導課 Tel674-7567
ID 074396 保健医療審議会 健康たかつき21策定の審議など	6/1(木) 14:00~	B (3階)	健康医療政策課 Tel661-9330

ID 005595

19 身近な場所で マイナンバーカード申請受け付け

いずれも予約優先。申請用の顔写真を無料で撮影。当日必要なものなどは予約時にお知らせ。

問合せ 市民課/Tel674-7067

申込 2営業日前までに HP C で ※ C は17:00まで

場所	日時
今城塚公民館	5/12(金) 10:00~12:00、13:00~17:00
三箇牧公民館	5/19(金) 10:00~12:00、13:00~17:00

ID 001544

20 人事異動

市は、4/1付けで人事異動を行いました。総数は535人、うち部長級は5人で、次のとおり(カッコ内は旧職)。
問合せ 人事企画室/Tel674-7333

人事異動 (部長級) (4/1付け)

●市長事務局

危機管理監兼危機管理室長・松永正明 (危機管理室長)、総合戦略部長・中川洋子 (危機管理監)、都市創造部長・北野豊 (都市創造部部長代理ほか)

●議会事務局

事務局長・土井恵一 (教育委員会事務局教育次長)

●教育委員会事務局

教育次長兼学校教育監・佐藤美恵 (学校教育監)

退職者 (部長級) (3/31付け)

●市長事務局

総合戦略部長・西田誠、都市創造部長・新井進

●議会事務局

事務局長・内方孝一

21 献血日程

400ml献血にご協力ください。体重50kg以上、男性17~69歳、女性18~69歳 (65~69歳は60~64歳の間に献血経験が必要)。

日時 5/5(祝)・6(土)・7(日)・12(金)・16(火)
10:00~12:00、13:00~16:30
(5日、7日は16:00まで)

場所 エミル高槻

問合せ 市献血推進協議会/Tel674-7496



ID 087756 当日先着100人

22 障がい児通所支援の説明会

主に施設などへの通所による、日常生活の基本的な動作の指導や集団生活への適応訓練などを行う同サービス。下記の説明会を行います。

対象 発達に支援が必要な子どもの保護者など

日時 6/1(木) 10:30~12:30

※11:30から相談会。手話通訳・要約筆記あり

子育て総合支援センター 料金 無料

場所 市障害児者団体連絡協議会

問合せ Tel672-0672、Fax661-4714

ID 088196 10人程度 要

23 訪問型子育て支援事業の有償ボランティア

子育て中の家庭を訪問する「こんにちは赤ちゃん事業」「子育て相談訪問事業」のボランティアを募集。研修あり(全5回)。月1回の活動から可能です。

日時 月~金曜 9:00~17:00

対象 保育士、看護師、保健師、助産師のいずれかの資格を持つ65歳以下

報酬 こんにちは赤ちゃん事業 1,200円/回
子育て相談訪問事業 2,500円/回

問合せ 照治福祉会にじいる

Tel684-1222、Fax684-1221

申込 5/10(水)~19(金)に 窓 C F で

ID 088170 選考2人

24 社会福祉審議会 高齢者福祉専門分科会市民委員

高齢者福祉計画・介護保険事業計画について審議する委員を募集。任期は7月から来年3月まで。

対象 市内在住の40歳以上で、平日に開催する会議(5回程度)に出席できる人

報酬 日額9,100円

問合せ 長寿介護課/Tel674-7166

申込 5/1(月)~12(金)に 郵 で (800字程度の小論文「高齢者の健康・介護・福祉についての私の考え」、200字程度の応募動機、基本事項、生年月日、性別、職業記入)

ID 037403

25 市民フェスタ高槻まつり 標語・ポスター、出演者など

8/5(土)・6(日)に開催される高槻まつりを盛り上げる参加者などを募集。一緒にまつりを作りましょう。④~⑧は1人200円の出演者協力金をお願いしています。

問合せ 高槻まつり振興会

Tel658-7675、Fax663-2798、

〒569-0067桃園町1-1-201

申込 5/31(木)までに HP 窓 F 郵 ㊄ で

(基本事項と年齢、メールアドレス記入)

※⑨のボランティアスタッフは当日まで受け付け

①標語 未発表のもの。1人3作品まで

②ポスター原画

A2判 (縦59.4cm×横42.0cm) のカラー・白黒作品 ※写真・イラスト可。「市民フェスタ高槻まつり」の文字は入れない。採用されたデザインの著作権は主催者に帰属。素材集や他人が制作したものの利用は不可

③司会者アシスタント

まつりステージを盛り上げる18歳以上

④高槻音頭おどり連

地域や職場、サークルなどのチーム

⑤ちびっこみこし

手作りみこしでパレードする小学生以下の団体

⑥パレード隊

歩きながら独創的な演技を披露するチーム

⑦高槻ウェーブ

高槻ウェーブの曲に合わせてダンスするチーム

⑧ステージ出演者

市内を中心に活動する演技チーム

⑨ボランティアスタッフ

会場設営や誘導などを行う15歳以上 (中学生不可)

ID 087060 抽選15人

26 政やの太鼓祭出演者

7/17(祝)に開催する同祭で和太鼓を演奏する出演者を募集。和太鼓用のバチ持参(購入可)。

対象 市内在住の小学1~3年生 (保護者同伴)

日時 7/17(祝) 15:00~

※6/4~7/9の15:00~16:00に和太鼓政やスタジオで練習あり(全7回)

場所 芸術文化劇場南館トリシマホール

料金 無料

問合せ 政やエンタープライズ株式会社

Tel691-5100、Fax691-5103

申込 5/3(祝)~28(日)に HP F で

(基本事項と学年記入)

ID 004284

27 市勤労者互助会会員

結婚や出産、死亡、疾病などの共済金給付や福利厚生事業などを行う互助組織会員を募集。

対象 市内の事業所・商店などの

従業員・パート、事業主

※市外勤務の市民は個人加入も可

料金 600円/月

問合せ 市勤労者互助会事務局

Tel674-7469 (産業振興課内)

申込 随時 窓 で

ID 001949 要

28 太陽光パネル・蓄電池の共同購入参加者

太陽光パネル、蓄電池の共同購入の参加者を募集。府民みなさんでお得に購入しませんか。オンライン説明会あり。

問合せ おおさかみんなのおうちに太陽光事務局

Tel0120-758-300 (平日10:00~18:00)

申込 8/31(木)までに HP で

ID 001190 要

29 関西大学ミュージズキャンパス 教室利用者

サークル活動の会議や研修などに利用できる同キャンパス西館の教室利用者を募集。利用料必要。利用可能な日時は5/26(金)に市ホームページに掲載します。

対象 市内在住の人

問合せ みらい創生室/Tel674-7392

申込 利用日の10日前までに HP で

ID 087881 抽選15組
**とびだせ絵本
 おはなし会とリトミック**
 絵本の読み語り、手あそび、英語を使ったリトミックであそぼう



対象 2歳～就学前と保護者
日時 5/22(月) 10:00～11:30
場所 磐手公民館
料金 無料
問合せ Tel685-2110
申込 5/8(月)～15(月)に HP 窓 C で

ID 068044 抽選30人
**幼児期に大切な
 ミライのための栄養講座**
 (崎明治の管理栄養士の講話。
 1歳以上には鉄チェックも実施)




対象 おおむね10カ月～3歳を持つ保護者
日時 5/29(月) 10:00～11:00
場所 子育て総合支援センター
料金 無料
問合せ Tel686-3030
申込 5/1(月)～5(祝)に HP C で ※保育あり

ID 077744 申込順10組
**子育て講座
 運動あそび**
 遊びながら楽しく体の動かし方を
 学びましょう



対象 1人歩きが安定した頃～就学前と保護者
日時 6/7(水) 11:15～12:00
場所 津之江さくら子育て支援センター
料金 無料
問合せ Tel668-1211
申込 5/29(月)9:30から 窓 C で

ID 087507 抽選20組
**ベビーマッサージ
 生活リズム編**
 ベビーマッサージを取り入れながら
 生活リズムを見直しましょう




対象 令和4年7/1～5年2/1生まれと保護者
日時 6/14(水) 10:30～11:30
場所 春日青少年交流センター
料金 無料
問合せ 春日子育て支援センター／Tel673-5211
申込 5/10(水)17:00までに HP で

ID 086816 申込順15組
**子育て講座
 移動動物園**
 動物たちに触れあって
 楽しみましょう




対象 1歳～就学前と保護者
日時 5/22(月) 11:30～12:00
場所 津之江さくら保育園
料金 200円
問合せ 津之江さくら子育て支援センター／Tel668-1211
申込 5/10(水)9:30から 窓 C で

ID 087511 抽選各5組
親子教室 ペんぎんクラブ
 親子の交流、ふれあい遊びなど




対象 芥川から西に住む令和3年
 4/2～4年4/1生まれと保護者
日時 6/5～19 9:30～10:30 (全3回)、
 6/6～20 9:30～10:30 (全3回)
場所 富田子育て支援センター
料金 無料
問合せ Tel694-9177
申込 5/6(土)17:00までに HP で

ID 029521 申込順各20組
きらきら歯みがき教室
 歯の健康や歯科衛生士による講話など



対象 2歳6カ月～3歳未満と
 保護者
日時 6/8(木) 10:00～、10:30～ (各60分)
場所 子ども保健センター
料金 無料
問合せ 子ども保健課／Tel648-3272
申込 5/3(祝)から HP で

ID 077936 申込順10組
**親子でふれあい
 リトミック**
 リズムに合わせて親子のふれあいを
 楽しみましょう



対象 0・1歳と保護者
日時 6/20(火) 10:00～11:30
場所 阿武山たつの子子育て支援センター
料金 300円
問合せ Tel692-0313
申込 5/8(月)から HP で

ID 040299 申込順各10組
親子教室 元気っこ
 季節の制作などを親子でします。
 初めての人もぜひご参加ください



場所 津之江さくら
 子育て支援センター
料金 無料
問合せ Tel668-1211 **申込** 5/8(月)9:30から 窓 C で
4カ月～就学前と保護者 5/23(木)10:15～11:15
令和3年4/2～4年4/1と保護者 5/25(土)10:15～11:15
令和2年4/2～3年4/1と保護者 5/26(日)10:15～11:15

ID 029547 申込順18組
ぱくぱく教室
 中期・後期の離乳食から
 幼児食へむけての講話




対象 7～10カ月と保護者
日時 5/31(水) 14:00～15:00
場所 子ども保健センター
料金 無料
問合せ 子ども保健課／Tel648-3272
申込 5/3(祝)から HP で

ID 086736 抽選各10組
親子教室2期
 季節に合わせた制作・感触あそびなどをします



場所 津之江さくら子育て支援センター
料金 1,000円
問合せ Tel668-1211 **申込** 5/26(日)までに HP 窓 C で
4カ月～就学前と保護者
 6/13～7/11 10:15～11:15 (全5回)
令和2年4/2～3年4/1生まれと保護者
 6/15～7/13 10:15～11:15 (全5回)
令和3年4/2～4年4/1生まれと保護者
 6/16～7/14 10:15～11:15 (全5回)

ID 088586
**2歳児と食事を楽しむコツを学ぶ
 動画を公開**



イヤイヤ期を迎える2歳児の食事に悩んでいる人に、少しでも食事を楽しんでもらおうと、大阪青山大学と市で動画を作成。子どもがご飯を食べないときの対処法やレシピなどを紹介しています。毎日の食事のヒントにしてください。


問合せ 子ども保健課
 Tel648-3272

ID 087502 抽選各10組
親子教室 ひよこ
 親子の交流、ふれあい遊びなど
 楽しみましょう




対象 芥川より東に住む令和4年
 4/2～5年1/1生まれと保護者
日時 5/25～6/22 10:00～11:00 (全5回)、
 5/26～6/23 10:00～11:00 (全5回)
場所 春日子育て支援センター **料金** 無料
問合せ Tel673-5211
申込 5/10(水)17:00までに HP で

ID 085426 申込順20組
子どもの歯のお話
 子どもの歯についての講話



対象 未就園児と保護者
日時 6/2(金) 13:00～14:00
場所 聖ヶ丘子育て支援センター
料金 無料
問合せ Tel689-8721
申込 5/18(木)13:00から C で

ID 075474 申込順各5組
**おむつなし育児って
 ななに？**
 先輩ママにおむつなし育児の
 心地よさとコツをきいてみよう



対象 0～3歳と保護者
日時 5/26(金) 10:30～、13:00～ (各90分)
場所 ばれっとひろば (大蔵司2)
料金 無料
問合せ Tel687-3565
申込 5/8(月)から C で

ID 087505 抽選20組
**親子で楽しもう
 アニマルピラティス**
 動物をイメージしながら
 親子体操で身体も心もほぐしましょう



対象 令和2年7/1～4年6/1生まれと保護者
日時 6/5(月) 10:30～11:30
場所 春日青少年交流センター
料金 無料
問合せ 春日子育て支援センター／Tel673-5211
申込 5/10(水)17:00までに HP で

カンガルーの森の催し



場所・問合せ カンガルーの森 (子育て総合支援センター)／Tel686-3030
申込 5/1(月)～5(祝)に HP C で (★は5/15(月)から C 窓 で) ☆は保育あり

催し名	対象	日時	定員	料金
親子講座				
ID 067203 赤ちゃんのお口のケア	①0歳と保護者 ②1歳～1歳6カ月と保護者	5/15(月) ①10:00～ ②11:00～ (各45分)	抽選各20組	無料
ID 031864 身体をつかった親子のふれあいあそび お父さんも一緒に楽しもう	2歳～就学前と保護者	5/20(土) 10:00～10:50	抽選25組	無料
ID 071992 うたベビーマッサージを楽しもう	①0歳と保護者 ②1・2歳と保護者	5/25(木) ①10:00～ ②10:40～ (各30分)	抽選各20組	無料
ID 031796 リトミックを楽しもう	1歳半～就学前と保護者	6/2(金) 10:00～、 10:40～ (各30分)	抽選各20組	無料
ID 031866 ミニ講座 ちょこっと相談会	0歳～就学前と保護者	5/26(金) 10:30～11:30	抽選20組	無料
ID 086700 親子の絆づくりBPプログラム (3期)	2～5カ月 (第1子)と母親	6/29～7/20 13:30～15:30 (全4回)	申込順25組	1,000円 ★
子育て講座				
ID 085917 子どものそばにすてきな絵本を 読み聞かせのはぐくむもの	未就学児の保護者、 子育て支援者など	5/18(木) 10:00～12:00	抽選30人	無料 ☆
ID 032330 乳幼児の安全・事故・病気	未就学児の保護者、 子育て支援者など	5/22(月) 10:00～12:00	抽選30人	無料 ☆

専門家に相談

不安や悩みがある人は、各分野の専門家に無料で相談できます。気軽にご利用ください。

問 市民生活相談課 / TEL674-7130

相談者が多数の場合、受付締め切りを早めることがある。特に記載のないものは祝日と重なる場合は休み。午前から午後にもたがる相談は12:00～13:00は休憩。特に時間の記載のないものは、開庁・開館時間。★は要予約

ID 001862



法律・制度

場所 総合センター12階相談コーナー

問合 市民生活相談課 / TEL674-7130

年金相談＝市民課(①番窓口) / TEL674-7073

相談名	日時
行政相談 国や公庫・公団・事業団などの仕事に関する要望・意見や相談	木曜13:00～15:00
行政書士による法務相談 官公庁へ提出する書類・契約書・許可申請書・遺言書などの作成に関する相談	偶数月の第1月曜 13:00～15:30
法律相談(弁護士) 契約・保証・貸借・相続・損害賠償・訴訟など法律上の問題(30分以内、4月～翌年3月につき2回まで)	火・金曜12:30～16:30 ★前日 C 予約(祝日の場合は前開庁日、 HP は1週間前から)
民事調停手続相談 近隣関係・金銭貸借・交通事故の損害などの問題を訴訟前に話し合いで解決するための手続き相談(離婚などの家事調停案件除く)	第3水曜13:30～15:30 (来年3/20除く)
税務相談(税理士) 相続や贈与・不動産の売買に伴う税の申告など国税の相談(30分以内)	4月～来年1月第1～4水曜 13:00～16:00 (8/16、12/27、来年1/10除く) ★前日 C 予約(祝日の場合は前開庁日)
司法書士相談 不動産の譲渡や相続などの登記・成年後見などの相談(25分以内)	第1～4水曜 9:30～12:00 ★前日(祝日の場合は前開庁日)から C 予約
測量相談(土地家屋調査士) 分筆・新(増)築などの登記・測量・境界の相談	第4水曜 9:30～12:00 (受け付けは11:30まで)
建築相談(建築士) 住宅の新(増)築など建築の相談(建築前相談可)	第4水曜 9:30～12:00 (受け付けは11:30まで)
不動産相談(宅地建物取引士) 不動産全般の相談	6・9・12・来年3月の第2木曜 9:30～12:00 (受け付けは11:30まで)
年金相談 吹田年金事務所による年金の受給手続・受給額などに関する相談(20分以内)	第2木曜10:00～16:00 ★各相談日の前々日(祝日の場合は前開庁日)から C か 窓 で予約

労働・生活

相談名	日時	問合先・場所
多重債務相談 債務の整理などの相談	月～金曜 (面談は★)	くらしごとセンター TEL674-7767
就労支援相談 若年者、障がいのある人、ひとり親家庭や中高年齢者などを対象とした就労に関する相談	月～金曜 (面談は★)	くらしごとセンター TEL674-7767
自立相談支援 生活や仕事などで困っている人やその家族に対する相談	月～金曜 (面談は★)	くらしごとセンター TEL674-7767
労働相談 勤労者・失業者・事業主などからの労働問題の相談	昼間＝第1・3・5火曜、 毎週木曜 ★ 13:00～17:00 夜間＝第2・4火曜 ★ 17:00～21:00	産業振興課 TEL674-7411 クロスバール高槻
消費生活相談 消費生活に関する相談(買い物など、契約に関するもの)	月～金曜 9:00～17:00 電話相談あり	消費生活センター TEL682-0999
消費生活無料法律相談 弁護士による消費生活に関する契約などのトラブルに対する法律相談(30分以内)	第2・4月曜 (祝日の場合は火曜) 13:30～16:30 ★	消費生活センター TEL682-0999

暮らしの総合相談センター(市社会福祉協議会)

問合 TEL681-8719(高槻阪急百貨店6階)

相談名	日時
心配ごと相談 家庭や身の回りの心配ごとの相談	水曜13:00～15:00
身近な福祉・暮らしの相談 高齢者や障がい者、その家族、子育て中の人などの日常生活の悩みや心配ごとの相談	金曜13:00～16:00 電話相談(TEL681-8739)あり
身近な福祉相談 子育て、介護など福祉の相談	月曜13:00～15:00
ボランティア相談	火・木曜13:00～16:00

子育て・教育

相談名	日時	問合先・場所
子育て相談 食事、あそび、しつけなど、子育てに関する電話相談	月～土曜9:00～17:15	子育て総合支援センター / TEL686-3030
	月～金曜10:00～17:00	市立各保育所、市立各認定こども園
	月～金曜10:00～15:00 (阿武山たつの子は土曜も)	各子育て支援センター 聖ヶ丘 / TEL689-8721、津之江さくら / TEL668-1211、阿武山たつの子 / TEL692-0313
児童家庭相談(面接は要予約) 0～18歳未満の子育てへの不安やストレスなどの相談(電話、面接)	月～金曜9:30～16:00 (春日は土曜も。12:00まで)	各子育て支援センター 富田 / TEL694-9177、春日 / TEL673-5211
	月～金曜9:00～17:15	児童家庭相談事務所 TEL686-5431(子育て総合支援センター内)
ひとり親(家庭)自立支援相談 自立支援員によるひとり親(家庭)や寡婦の生活上の問題や自立のための相談、離婚前の相談	月～金曜9:00～17:15	★ 子ども育成課 / TEL674-7832
妊娠・出産・育児の総合相談 妊娠・出産・子育てに関する相談(面接、電話)	月～金曜	子ども保健センター / TEL648-3272
青少年相談 小学生から大人まで、学校や進路、友だちや人間関係、家のこと、教育や子育てに関する不安や悩みを相談	電話相談 火～金曜 9:00～12:00	富田青少年交流センター / TEL694-3100
	面接相談 火・木曜 14:00～16:00	★ 富田青少年交流センター / TEL694-3100
	面接相談 第2・4金曜 14:00～16:00	★ 春日青少年交流センター / TEL676-7123
面接教育相談 子どもの教育上の課題や子どもの心理・ことばの発達などの相談	月～金曜10:00～17:00	★ 教育センター / TEL668-5855
電話教育相談 子どもと保護者の不安など教育についての相談	月～金曜12:30～16:30	教育センター / TEL673-0783

障がい者

相談名	日時	問合先・場所
雇用相談 職場での悩み、将来の就職などの相談	第2・4月曜 13:00～16:00 (祝日の場合は火曜)	★ 産業振興課 TEL674-7411、FAX675-3133 総合センター12階相談コーナー
法律相談 障がい者手帳などを持つ人を対象にした法律相談(手話通訳あり)	第4木曜 13:30～16:30	★ 障がい者福祉センター TEL672-0267、FAX661-3508
生活相談 障がい者手帳などを持つ人を対象にした生活全般の相談(手話通訳あり)	月～土曜	★ 障がい者福祉センター TEL672-0267、FAX661-3508

人権

相談名	日時	問合先・場所
人権相談(人権110番) 人権に関する相談	月～金曜 電話相談(TEL674-7110)あり	人権・男女共同参画課 TEL674-7575
人権特設相談 市内の人権擁護委員会による人権相談	第2土曜(6月除く。祝日も実施)14:00～16:00 電話相談(TEL685-3748)あり	人権・男女共同参画課 TEL674-7575 男女共同参画センター
女性一般相談 女性が日常生活で直面するさまざまな問題に関する悩みの相談(50分程度)	面談 火・金曜9:30～16:30 ★予約はTEL674-7593へ 電話相談TEL674-7593 火・金曜9:30～16:30 (受け付けは16:00まで)	人権・男女共同参画課 TEL674-7575
女性法律相談 女性弁護士による法律相談(30分、同一案件1回限り)	第2・4木曜 13:30～16:30	★ 男女共同参画センター TEL685-3725
配偶者からの暴力(DV) 配偶者(事実婚・元配偶者含む)、生活の本拠を共にする交際相手からの暴力についての相談	月～金曜 ★予約はTEL674-7689へ	人権・男女共同参画課 TEL674-7575

その他

相談名	日時	問合先・場所
被爆者相談 原子爆弾被爆者の健康上の問題や関係法規に対する諸手続きの相談	第2・4木曜 13:00～15:00	福祉政策課 TEL674-7162 総合センター12階相談コーナー
医療相談(電話・面接) 医療に関する問い合わせや相談	月～金曜 (面接は★)	健康医療政策課 TEL661-9330
こころの健康相談 うつ病、統合失調症、依存症などのこころの不調についての相談。必要時には、精神科医師など(予約制)が対応 ※治療中の場合は主治医に相談	月～金曜	保健予防課 TEL661-9332

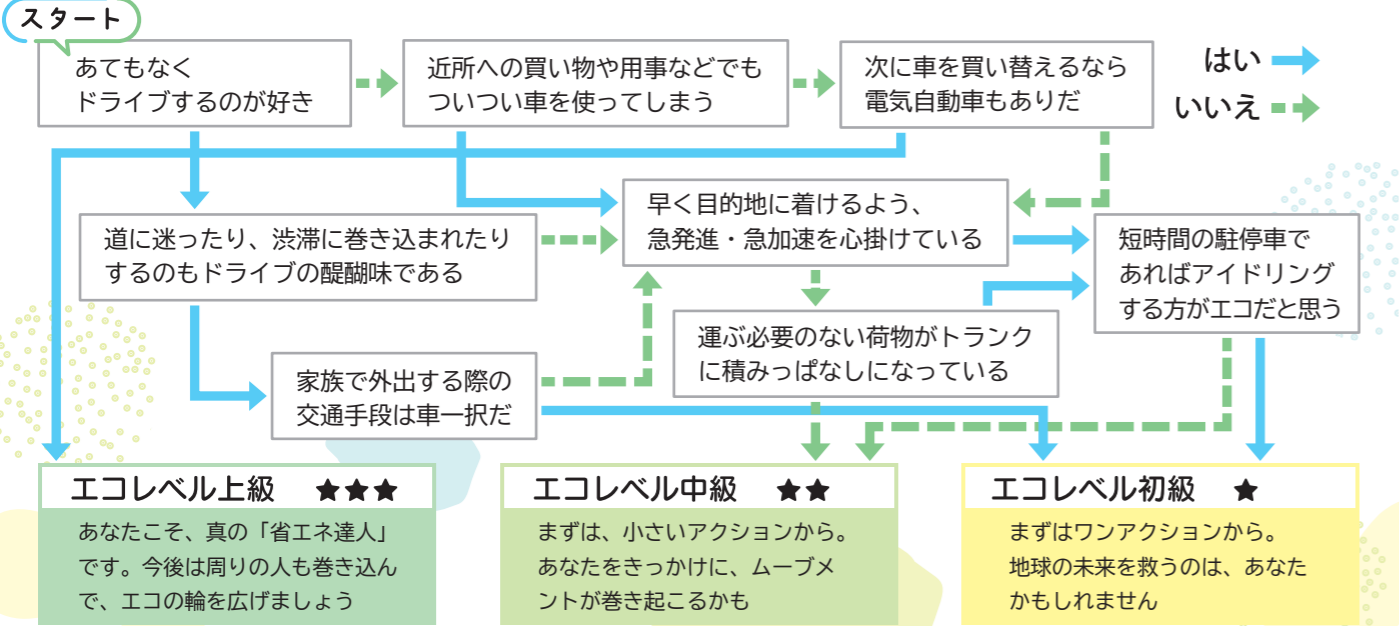
めざせ省エネ達人

～日常生活のかくれたエコをさがせ～

第2回：ドライブ編

ID 059394

生活習慣を見直してアクションを始めることが、省エネ達人への第一歩。まずはあなたのエコレベルを確認しましょう。
環境政策課/Tel.674-7486



アドバイス さわやかな行楽シーズンのこの季節、大型連休や長期休暇のため、自動車での移動を予定している人も多いのでは。実は、良好な運転マナーに関する多くの省エネ行動に通じています。必要なのは特別な知識や技術よりも、少しの思いやりと心掛け。マナー違反をしない優良ドライバーは、見習うべき省エネ達人でもあるのです。

安満遺跡と弥生土器

安満遺跡は1928（昭和3）年に京都大学の農場設置に伴う工事中に土器や石器が出土したことから存在が明らかになりました。これまでの調査で見つかった弥生時代の環濠、水田、方形周溝墓は、居住域、生産域、墓域に対応し、弥生時代の集落の様子をよく表しています。

一方で遺跡から見つかる土器の形や文様の違いは、遺跡の時期を知るための重要な手がかりになります。しかし、安満遺跡の発見当初は弥生土器研究が発展途上であったため、見つかった土器が弥生時代の中でいつ頃のものかを判断することができませんでした。

1932（昭和7）年に考古学者の小林行雄氏は、安満遺跡のヘラで描いた直線や曲線などシンプルな文様で飾った土器が、北部九州の弥生時代前期の土器によく似ていることを発見しました。一足先に歩み始めた北部九州の弥生土器研究との比較から、安満遺跡の土器が弥生時代前期のものだと分かったことで、近畿地方の弥生時代前期の様相が明らかになる端緒となりました。

さらに当時は、稲作が弥生時代の始まりを特徴づける要素と考えられ、大陸から北部九州に伝わった稲作が日本列島で普及する過程に関心が寄せられていました。安

満遺跡で前期の土器が見つかったことにより、この時期には近畿地方まで稲作を行う文化が伝わっていたことが明らかになりました。集落遺跡として重要な安満遺跡ですが、見つかった土器もまた研究の発展に役立っています。

（埋蔵文化財調査センター）



安満遺跡の弥生土器小型壺

たかつき歴史アラカルト104

週末どこ行く？何食べる？ / おでかけDAYS

第14回 芥川桜堤公園エリア

素敵なスポットや飲食店、お土産がたくさんある高槻。市内のエリアごとに市観光協会が紹介します。市観光協会/Tel.675-0081



列車が芥川を渡っていた面影を残す

① トロッコ列車の橋脚跡

昭和15（1940）年～30年代、淀川の堤防工事用の土砂を運ぶために、第二中学校北側の土取場と大塚を結ぶ「土汽車」とよばれたトロッコ列車が芥川沿いを走行。当時の橋脚が芥川の川中に残っている。



お茶を入れて楽しみたいお菓子が多数

② 御菓子長岡京 都久詩

どら焼きやははばん饅頭が人気の老舗和菓子屋。「卑弥呼の鏡」「南平台」など高槻にちなんだ和菓子をはじめ、いちご大福など旬のもの、バームクーヘンなどの洋菓子まで豊富に揃う。贈答用に、普段のおやつにいかが？

営 9:00～19:00 休 年中無休
☎ 682-0808

③ 阿久刀神社

創建千年を超える。社名は芥川の地名の由来との説もある。住吉神社とも呼ばれ、明治維新後には諏訪神社、大將軍社などが境内社として移築された。



創建千年の由緒ある神社



紅梅一輪に2つの実が実る鶯鶯（えんおう）と呼ばれる品種の梅があり、夫婦円満や縁結びのご利益があると伝わる。



⑥ 100円たこやき

昔はここで「市」が開かれていたそう

⑤ 清福寺太子堂

大工職人の始原神としてもあがめられる聖徳太子をまつた小堂。堂内には聖徳太子少年像が納められている。



大工の神様として聖徳太子をまつ

④ 芥川の水害を伝える碑

昭和10（1935）年に起こった豪雨による芥川の水害で、水防活動で殉じた陸軍工兵上等兵・北野小一郎の碑。



石碑に刻まれた水害に立ち向かった記憶

2年前に開店した、4つ100円で販売するたこ焼き屋。その安さと雑談好きの店長のもとに、子どもたちや地域の人が集まる。

営 平日15:30～18:30 ※売り切れ次第終了
休 不定休



地域の人が自然と集まる憩いの場



地域の人やSNSでこのお店を知った人が、子どもたちにご馳走するために事前に購入したたこ焼きチケットを、店頭で無料配布していることも（なくなり次第終了）。



高槻城公園芸術文化劇場 オープンを祝う式典

3/18、同劇場開館記念式典を開催。茂山千五郎家による祝いの舞や市少年少女合唱団による市歌斉唱、市立中学校吹奏楽部の合同演奏、高校生による和太鼓やダンスのパフォーマンスなどが披露され、開館を祝いました。



成合南地区のまちびらき 記念式典を開催

高槻インターチェンジ周辺成合南地区の土地区画整理事業で、公共施設などの工事完成を祝う式典が3/19に開催。記念碑の除幕や市内初の将棋盤付きベンチでの津田隆敏組合理事長と濱田剛史市長の指し初めが行われました。



東三島輸送協議会 ストップマークと花の種を寄贈

大阪府トラック協会河北支部東三島輸送協議会が3/24、ストップマーク70枚と花の種600袋を市交通安全推進協議会へ寄贈。交通安全の取り組みとして行われている交通安全用品の寄贈は今年で40周年を迎えました。



ATMを巡回 特殊詐欺を注意喚起

市は、高槻警察署と4/3～7に市内ATMを巡回し、還付金詐欺など特殊詐欺防止の注意を呼び掛けました。昨年、特殊詐欺の被害件数が過去最多を記録したことから、臨時相談所の設置や啓発活動などの対策を強化しています。



将棋文化に触れる 高槻将棋まつりを初開催

安満遺跡公園で3/26、同まつりを開催。約3,500人が会場に訪れ、棋士・女流棋士ペアによる公開対局トーナメントやトークショー、棋士による親子指導対局など、将棋を楽しむひと時を過ごしました。



将棋の全国大会 畑山敏輝さんが優勝

本市在住の畑山敏輝さんが3/28、濱田市長を訪問し、第45回朝日アマチュア将棋名人戦全国大会での優勝を報告。畑山さんは「この結果に見合う実力を今後もつけていきたい」と話しました。今後、プロ公式戦などに出場します。



退任民生委員児童委員に 厚生労働大臣特別表彰を伝達

退任した民生委員児童委員が4/12、濱田市長から厚生労働大臣特別表彰の伝達を受けました。長年、同委員として社会福祉の増進に貢献した功績が認められ、受賞しました。

PRESENT

今月の読者プレゼント (たかつき土産)

はにたんフェイスタオル (1枚) ●抽選10名



はにたんの色々なポーズがデザインされた、普段使いやすスポーツなどさまざまなシーンで活躍する綿100%タオルです。

株式会社阿部商事
栄町2-47-4
Tel.696-3070 / 土・日・祝日休

※当選者には引換券を発送(商品は発送しません)。引換券をお店に持参し、プレゼントと交換してください

ID 006046

応募方法

5/15(月)までにHPでアンケートに回答

問合せ 広報室 / Tel.674-7306

※当選者の発表は引換券の発送をもってかえ
ます
※アンケートのご意見などは広報誌、市ホームページなどで、個人情報を除き公表する場合
あり

ケーブルテレビ ID 020632

J: COM 11ch

市広報番組

毎日9:00、12:15、
22:00から30分間放送

情報BOX

ワイドたかつき

5/1(月)～9(火)
クローズアップNOW
楽しみ方がいっぱい
高槻城公園芸術文化劇場開館

みんなで「もてきん体操」
Vol.5 淀の原町シニアクラブ

5/10(水)～19(金)
クローズアップNOW
手口と対策を知って防ごう
特殊詐欺

はにたんのI♡部活
如是中学校
バスケットボール部

5/20(土)～31(水)
クローズアップNOW
子どもたちの成長のために
保育士として楽しく働く

血圧にいいコト
はじめよう
適塩レシピ Vol.05

※市ホームページには放送終了後に動画を公開します

編集後記

巻頭特集の取材で訪れた早朝の神峯山寺。空気が澄んでいて、小鳥のさえずりが心地良かったです。朝の散歩におすすめです(野田)

4月から広報誌担当になりました。皆さんに興味を持ってもらえるような記事作りを目指します。よろしくお願いします(辻本・野倉)

天気の良い日に、広々とした公園でヨガ。気持ち良さそうに体を伸ばす様子を見ると、自然と自分もストレッチを始めていました(岡本)

NEXT ISSUE (令和5年6月号) お楽しみに!

巻頭特集 日常と寄り添う防災
クローズアップ 地震からの5年を振り返る など

詰将棋(30ページ)の答え 「解答」▲3二飛成 □3四玉 ▲4四銀成まで3手詰
「解説」初手▲2二飛成は□3四玉▲2四電□4五玉と逃げられて失敗です。ほかに▲2二銀成は□1三玉▲1二成銀□2三玉▲2成銀□1三玉で詰みません。
▲3二銀不成も□1二玉▲3一銀不成□2三玉で詰みません。初手▲3二飛成が正解で□3四玉と逃げたときに▲4四銀成がびつたりの両玉手で詰み
になります ※▲は自分の駒、□は相手の駒。解説は市ホームページ ID 087970 に掲載しています



#たかつきdays

Instagramに市指定のハッシュタグ（#たかつきdays）を付けて投稿された写真を厳選し、1枚を紹介します。ぜひ公式アカウント（takatsukicity_official）をフォローしてご投稿ください。

問 観光シティセールス課
TEL674-7830



投稿者arakawa_asukaさんのコメント

電車の窓から見える巨大チョコレート。「一度近くまで行ってみたいね」と、いつも前を通るたびに息子と話していました。いいお天気の日にいよいよそばまで行ってみると、そこにはチョコレートの中を電車が走って行く不思議な光景が！まるでミニチュアのような電車さんたち。「今度はまたあの電車に乗りたくなるね」と息子と笑いました。



 たかつき DAYS

令和5年(2023年)5月1日発行 編集・発行 高槻市総合戦略部広報室 〒569-0067 大阪府高槻市桃園町2-1
広報たかつき No.1422 市ホームページ <https://www.city.takatsuki.osaka.jp/>
※今月号は、たかつき市議会だよりを同時配布しています

 植物油インキで印刷しています。

● 広報誌が届かないときは、宅配受託会社（TEL0120-976-124）へ。
次号の宅配は5/28(日)～31(水)です。宅配期間に届かなかった場合もご連絡ください