

知る 広がる 好きになる

たかつき DAYS

令和元年

9

No.1378

「オープンたかつき」にいらっしやい

Interview

ヨガインストラクター
高野明子さんほか

「オープンたかつき」に いらっしやい

今秋も、体験型の観光プログラム「オープンたかつき」がスタート。
期間中は街中で、高槻の魅力が詰まったイベントが目白押しとなる。
数あるプログラムの中から2種類をピックアップして、
プログラムのキーパーソンに、体験内容やロケーションなどの魅力を聞いてみた。

先生の優しい指導が 緊張をほぐしていく

プログラムは約1時間半。自分の体をほぐすことから始まり、ペアになり、全員で円になったり、徐々にフォーメーションを変えながら、じっくりとヨガを堪能することができる。

定員は20名。人数が少ない分、一人ひとりの状態を見ながら、丁寧に指導してもらえるのがうれしい。「緊張している人、体が入っている人には、直接声を掛けていきます。初めは体がこわばっていた方も、いらぬ力が抜け



心もからだも気持ち良く深呼吸！ 「安満遺跡公園」で青空ヨガを楽しむ



「秋空の下で、大きく深呼吸。
心と体のご褒美時間を楽しみましょう」

Interview
ヨガインストラクター 高野明子さん

まず紹介するのは、「オープンたつき」で毎回大好評の、高野明子さんによる青空ヨガ。これまで何度か、今城塚古墳公園などで開催してきたが、安満遺跡公園でのヨガは初めてとなる。

芝生の上に寝転がると、鳥のさえずりや、頬を撫でる秋風が心地良い。自分の心と体が、すーっと軽くなっていくのがわかる。高野さんは、どんな想いでヨガの魅力を発信し続けているのだろうか。

「私がヨガを始めたのは、3人の出産を終えた30代の頃。肩こりと腰痛がたつらたくて、試しにヨガを始めてみたところ、たちまち心身に変化が表れました。この体験を、多くの人に伝えたい！と思い、インストラクターの資格を取得したんです。そんな高野さんが教えるのは、「リラックスヨガ」と呼ばれるもの。体を鍛えるのではなく、心身をリラックスさせるのが目的で、無理はせず自分のペースで挑戦できるので、子どもやお年寄りまで安心だ。



て、どんどん深い呼吸になっていきますよ。優しい声と笑顔に、癒やされる人も多いのだろう。過去の参加者からは「優しい気持ちになった」「ぐっすり眠れた」「心が軽くなった」など、さまざまな声が寄せられている。

決まった流れがないのも、このプログラムの魅力の一つ。「皆さんのコンディションや、場の雰囲気を感じながら、思うままに進めています。昔はあれこれ心配性だったんですが、いまは良い意味で何も考えていない。これもヨガの効果なのかもしれないね」と高野さんはにっこり笑う。

高い建物がなく、一面に緑が広がる安満遺跡公園は、青空ヨガにぴったり。アクセスも良く、家族で訪れる人が多いため、公園は明るい空気に包まれている。澄み渡る秋空の下、日常から離れ、心身を解放する時間はいかがだろう。



一人での参加はもちろん、友人同士、家族連れもOK。過去には、ベビーカーに赤ちゃんを乗せて参加した夫婦も。 ※右の写真は、過去に今城塚古墳公園で行われた時のもの

PROGRAM DATA

【プログラムNo.】19302 **セブンチケット予約**
【開催日時】10月26日(土)10:00~
約1時間半 ※雨天の場合は屋内で実施
【参加費】1,000円
【定員】20名
【開催場所】安満遺跡公園
【持ち物/服装】ヨガマット・飲み物/動きやすい服装 ※ヨガマットは大きめのバスケットまたはレジャーシートでも可

安満遺跡公園 ● 阪急高槻市駅から徒歩約10分、またはJR高槻駅から徒歩約13分

Pick up

安満遺跡公園で開催されるプログラム



話題のエクササイズでアンチエイジング
安満遺跡公園で
ノルディックウォーキング
効果的に有酸素運動ができるエクササイズ「ノルディックウォーキング」。ボールの持ち方など、基礎から学ぶウォーキング講座を開催。
【プログラムNo.】19303
セブンチケット予約
【開催日時】11月9日(土)10:00~
約1時間半
【参加費】1,000円 【定員】20名



思い出に残る1枚を！
高槻在住のフォトグラファー
によるロケーションフォト
雑誌やwebで活躍する高槻在住のフォトグラファーが、あなたの素敵な笑顔を撮影。子どもの成長記録や、家族の記念写真にぜひ。
【プログラムNo.】19304~19308
セブンチケット予約
【開催日時】10月27日(日)9:50~、10:50~、12:50~、13:50~、14:50~ 各30分
【参加費】5,000円 【定員】各1組



安満遺跡公園で 古代米稲刈り体験

公園にある棚田風の水田で育った古代米の稲刈り体験。6種類の古代米の稲穂を見比べよう。稲を干す「はさ掛け」体験も。
【プログラムNo.】19340
その他
【開催日時】10月6日(日)10:00~
約2時間
【参加費】無料 【定員】60名
※小学生以上対象 ※当日先着



安満遺跡公園で ハロウィン鬼ごっこ

ハロウィンの衣装をした鬼と、公園内で鬼ごっこ。もちろん、参加者の衣装も大歓迎。思い思いの衣装で楽しんで。
【プログラムNo.】19341
その他
【開催日時】10月27日(日)10:00~
約1時間
【参加費】無料 【定員】20名
※当日先着

OPEN たかつき PROGRAM 2 紅葉の名所 神峯山寺の散策と 確かな技が光る「心根」の昼食



Interview 神峯山寺 住職 近藤眞道さん

飛鳥時代から続く古刹で 秋の深まりを感じる

神峯山寺で紅葉狩りを楽しんだ後、日本料理店「心根」で季節のお料理をいただくプログラム。まずは、JR高槻駅からバスに乗って、秋真つ盛りの神峯山寺へ。11月、境内を包み込む峰々は色とりどりに染まり、仁王門から続く上り坂の参道では、モミジのトンネルが出迎える。あたり一面を埋め尽くす紅葉に、思わず息を呑むことだろう。

秋色に染まる境内で 心静かになってもらえれば本望

Interview 心根店主 片山城さん

目で楽しみ、舌で味わう 四季を映した日本料理

神峯山寺の紅葉を楽しんだ後は、高槻市の最北端、里山が広がる樫田地区へ。人気の日本料理店「心根」で、旬の素材を生かした食事が待っている。窓のすぐそばまで野山が迫る、築100年の古民家を改装して、こちら



のお店をオープンさせた片山さん。二十四節気に基づいて供される料理は、一品一品が、四季の美しさを凝縮した芸術作品のよう。使われた食材、背景にある日本の文化を、料理人直々に語ってもらえるのがうれしい。

「米や野菜、器に調理器具…さまざま。まな生産者の方の想いを引き継いで、一つの料理に昇華させるのが私たちの

神峯山寺の開山は697年、修験道の開祖・役小角によるもの。当時から、山全体が山岳信仰の対象だったと伝わっている。以来、日本で最初に毘沙門天が祀られた霊場として栄え、平安時代には皇族、戦国時代には武將、江戸時代には一般庶民や大坂商人から信仰されるなど、変化を続けながら今もなお祈り続けられるその歴史は興味深い。

現在、住職を務めるのは、近藤眞道さん。四季折々の寺の美しさを、誰よりもよく知っている。「神峯山寺の紅葉は、山と一体になって色づくのが美しい。ひときわ赤く染まるのは、鐘楼堂へ進む道の左手、観音堂の向かいに立つモミジです。真紅の葉をつけた枝が、目の前まで迫りますよ。また、本堂前からの景色もおすすめてです。ずっと先まで続くモミジの並木を見下ろせますから」。

取材時に「まあ、まずは一杯と、お茶をすすめてください」と住職。急げば、求めていることしか見えなくなる。一度立ち止まって、一息つけば、いろんなことが見えてきます。この機会に、忙しい日々の小休止。紅葉に包まれた境内を満喫したい。



多種多様なモミジが、美しいグラデーションを作り上げる。広大な境内に点在する、諸堂との調和も見どころ。

仕事です。皆さんの想いを背負っている以上、良い「懐（気）」を込めて料理を作りたい。お客様一組ずつに、想いを込めて調理しています。

「オープンたかつき」が開催される頃は、ちょうどジビエやキノコが食べ頃となる。静かな里山で、秋の恵みを感じる粋な料理に舌鼓。忘れられない思い出となりそうだ。



店は樫田地区の山々に囲まれて立つ。料理には、店の近くで手に入る木の葉や山野草も使われている。

PROGRAM DATA

【プログラムNo.】19332 その他

【開催日時】11月27日(水) 10:00～ 約4時間半

【参加費】9,980円(バス代・昼食代含む)

【定員】20名

【開催場所】神峯山寺、心根

心根 ● 要予約/JR高槻駅北から市営バス中畑回転場行き「中畑」下車すぐ ※料理は全てイメージです

神峯山寺 ● 11月2日(土)～30日(土)は「神峯山寺の紅葉狩り」開催(環境保全費300円要)/JR高槻駅北から市営バス原大橋行き、または樫田方面行き「神峰山口」下車、徒歩約20分

Pick up 旅行プログラム



お酒好き集まれ!「サントリー山崎蒸溜所」の工場見学と ウイスキーの講習会&「SUNDAY'S BAKE569」のランチ

安満遺跡公園でウイスキーエキスパートから講習を受けた後、話題のカフェ「SUNDAY'S BAKE569」でランチ。最後は、サントリー山崎蒸溜所を見学し、テイスティングを楽しもう。

※20歳未満の人、また小さなお子さま(乳幼児含む)を連れての参加は不可

【プログラムNo.】19330 その他

【開催日時】10月29日(火)10:30～ 約5時間半

【参加費】5,580円 【定員】25名

※プログラムの予約方法はP7参照 ※当記事は申込受付用ではありません。詳しくはオープンたかつきのHPをご覧ください

日本古来の文化を愉しむ 高槻ご朱印めぐりと摂津峡 花の温泉「山水館」の昼食

ガイドの案内のもと、摂津国八十八所や摂津国三十三所などの寺院をまわってご朱印集め。昼食は料理旅館「山水館」で、素材の旨味を生かした料理をいただく。

【プログラムNo.】19331 その他

【開催日時】11月10日(日)9:30～ 約7時間

【参加費】9,980円 【定員】8名



高槻から明日香村へ 鎌足が繋ぐ 奈良明日香村とみかん狩り

高槻市の阿武山古墳が墓と伝わる藤原鎌足。その故郷といわれる奈良県・明日香村で、名所巡りとみかん狩りを楽しむツアー。

【プログラムNo.】19333 その他

【開催日時】11月4日(月・休)8:30～ 約9時間

【参加費】5,980円 ※3歳～小学生2,980円

【定員】40名



高槻めっちゃ おいしいもん あるやん 編

【プログラムNo.】19314 セブンチケット予約

予約困難の人気中華料理店
イ・サイリョーション
「溢彩流香」で
水餃子作り体験

予約の取れない人気店「溢彩流香」で、店主のリンさんから水餃子作りを学ぶ、試食付きのワークショップ。モチモチ水餃子の技を盗んで帰ろう！



プログラムは
まだまだいっぱい！



ガイドブックとWebサイトをチェック

ガイドブックは高槻市役所、観光案内所などで 9/9(月)頃より無料配布。

<https://open-takatsuki.jp/>

オープンたかつき 検索

問合せ先

オープンたかつき運営会議(事務局・高槻市観光協会)
TEL:072-675-0081 平日9:30~17:30 土・日・祝を除く



【プログラムNo.】19315 セブンチケット予約

築120年の町家を改装した
「福寿舎」の見学と
「Le Coin Discret」で
フランスの郷土料理を学ぶ

フレンチ歴17年のシェフが、クラシックなフランスの郷土料理を紹介。町家を改装したシアアトリエ・福寿舎は、運営者の永井さんがガイド。



【プログラムNo.】19324、19325 電話予約

「西武高槻店」から「高槻阪急」へ
リニューアル
食品売場を巡るツアー

10月から「西武高槻店」が「高槻阪急」として新たにスタート！
全面改装した地下1階の食品売場を、案内人とともに巡る。

オープンたかつき 注目プログラム

受付開始
9/17(火)
10:00~

予約方法

セブンチケット予約 のプログラム

◎セブンチケットにてチケットをご購入ください。
◎予約も同時に行われます。
セブン-イレブン店内のマルチコピー機(セブンチケット)のメインメニューから「チケット」→「セブンチケット」→「キーワード検索」へと進み、オープンたかつきの「プログラムNo.」を入力。結果画面の案内にしたがって申込み、店頭レジにて支払い後、チケット受け取り。

電話予約 のプログラム

TEL:072-675-0081(高槻市観光協会)へ申込み。

抽選 のプログラム

「オープンたかつき」HPまたは往復はがきで申込み。
詳しくは事務局まで問い合わせ。

その他 のプログラム

◎プログラムNo. 19330~19332
TEL:072-682-1827(高槻旅行サービス)へ申込み。
◎プログラムNo. 19333
TEL:0120-92-8141(プロアクティブ)へ申込み。

「うちにもいちっしやい」

今回、「オープンたかつき」で用意されたのは、なんと35のプログラム！
市民も意外と知らない、高槻の魅力がたくさん詰まったプログラムの一部を、カテゴリーに分けてご紹介。

生活と産業を支えるポンプのパイオニア 「株式会社西島製作所」の工場見学

水や石油・ガス・発電など、あらゆる産業を支えるポンプ。実は高槻市内で、たくさんのポンプが作られていた！
意外な製造過程に、驚きの連続。



心身健康になりたい 市民必見 編



【プログラムNo.】19311 セブンチケット予約

日常を離れて静かな世界に身を置く
写経と座禅の集い

紅葉の名所「神峯山寺」で、写経と座禅を体験。住職のお話を聞いた後に、座禅で心を静め、筆と墨で経文をしたためる。

知られざる高槻市の裏側 編



【プログラムNo.】19344 抽選

子どもが夢中になる
高槻市営バス・
車庫見学バックヤードツアー

市営バスのバックヤードで、待機中のバスが並ぶ車庫や、車体の清掃を見学。子どもたちは、運転席で記念撮影をするチャンスも。



市内に工場って多いんや 編



【プログラムNo.】19328 電話予約

日々の健康を考える
「サンスター株式会社高槻工場」の工場見学

おなじみのハミガキ粉やデンタルリンスを製造している工場を特別に公開。商品開発の歴史と、こだわりが詰まった製法に感動。



【プログラムNo.】19334~19336 セブンチケット予約

関大アイスアリーナフェスティバル！
オリンピックスケーターを輩出した
同じリンクで滑れるチャンス！
指導員付き滑走体験&エキシビジョン観覧ツアー

プロ御用達の本格的なスケートリンクで滑走体験。日本代表クラスの演技を間近で観覧できるほか、抽選で、オリンピックスケーターなどのサイン色紙をプレゼント！

【プログラムNo.】19345 抽選

消防署の仕事を知ろう！
「高槻市消防本部」の見学会

市内の119コールの全てに応答する消防指令センターなど、消防署内の裏側を特別公開。大迫力の放水体験や、防火服を着た記念撮影も。



知る 広がる 好きになる

たかつき DAYS

広報たかつき9月号
令和元年9月1日発行

特集

「オープンたかつき」に いらっしゃい

10 クローズアップ
みんなが子育て応援団

15 情報 Pick Up
10月から消費税率10%に 市営バス運賃、水道料金など改定 など

17 市政インフォメーション

24 高槻シティハーフマラソン

25 暮らしのガイド 情報プラザ

- | | |
|------------|----------|
| 26 催し・イベント | 32 講座・教室 |
| 34 健康 | 38 スポーツ |
| 42 募集・求人 | 44 高齢者 |

47 子育て応援情報 すくすく PARK
51 市立幼稚園・認定こども園(1号認定)の園児募集

52 伝言板

53 たかつき歴史アラカルト
防災コラム

54 フォトアルバム

もっと知ろう!正しい食と運動習慣

市民の健康・食育フェア

健康や食に対する理解と関心を高めるため、「市民の健康・食育フェア」を開催します。今年のテーマは「もっと知ろう!正しい食と運動習慣」です。クイズラリー(景品あり)などイベントが盛りだくさんです。

日時 9月1日(日)午前10時～午後3時 ※無料

会場 高槻現代劇場(文化ホール・市民会館)
※当日直接、会場へ。車での来場不可

問合先 市健康づくり推進協議会 ☎661・9112



市民会館

午前10時15分～午後2時30分
※体力測定・運動処方は2時15分まで

内容…体力測定、メディカルチェック、運動処方、酸素オアシス、食事診断、カラダバランスを知ろう、はにたん適塩プロジェクト、食中毒予防展示、市の学校給食の展示、学校学習田教育活動の展示 など

イベント

体操とふれあい遊び、食育講座～毎日の調理習慣が脳をきたえる、子ども食育クイズ大会、歯みがきで口をきたえよう、難病患者と誤嚥(ごえん)性肺炎について考える、熱中症対策



文化ホール
中ホール



●開会式と消防音楽隊によるリフレッシュコンサート

時間…午前10時から

●記念講演会「心と肌の健康」

時間…午前10時40分～正午

講師…医師・古川福実さん

●健康づくりにジャンプ

時間…午後0時30分～3時

内容…リズム体操、フラダンス、太極拳などの演技発表

文化ホール

いずれも
午前10時15分～午後2時30分



内容…歯科健診・相談、口臭測定、唾液テスト、ブラッシングコーナー、薬の相談、心肺蘇生法、介護用品展示(ゲームコーナー)、血糖・血圧測定、医療なんでも相談・結果説明コーナー、骨密度測定、栄養相談、臓器移植普及推進キャンペーンコーナー、障がい者自主製品展示即売コーナー、おもちゃづくりコーナー など

クイズラリーを開催(景品あり。なくなり次第終了)

広報たかつきは市ホームページでご覧いただけます
<http://www.city.takatsuki.osaka.jp/>

高槻市人口 351,711人(-53) 世帯数 160,682世帯(+4)
※7月末現在(前月比)

ケーブルテレビ
J: COM 11ch

情報 BOX

市広報番組

ワイドたかつき

毎日
9時・12時15分・
22時15分から
30分間放送

※9月8日(日)12時15分からの放送を18時からに変更します

●9月1日(日)～9日(月)

クローズアップNOW

あくあびあ芥川ではどんな仕事をしているの?(魚編)

高槻「魅力あるお店」応援隊
Mission 6

●9月10日(火)～19日(木)

クローズアップNOW

高槻の魅力をもっと知ろう!
オープンたかつき

わくわくヘルシークッキング
給食deおうちごはん

●9月20日(金)～30日(月)

クローズアップNOW

はにたんと行く!たかつきDAYS
～城下町謎解き 古地図めぐり

みんなおいでよ!手あそびひろば
認定こども園藤の里保育園

地域で支えよう

みんなが子育てで応援団



子どもの笑顔は宝物。ママやパパもずっと笑って育児したいけれど、疲れていたり、忙しくて余裕がないときもあります。

そんなときは、「子育て応援団」を合言葉に、子どもがいる家族をサポートしている市、医療機関、職能団体、ボランティア団体などを頼ってみませんか。

子育てはママやパパだけで行うものではなく、地域みんなで支えるもの。子育て家族を温かく見守る意識が地域で広がると、子どもの笑顔がどんどん増えるでしょう。今号では「いつでもどこでもだれにでも」をスローガンに、地域で子育て支援に取り組む人々を紹介します。

問合せ先 子ども保健課 648・3272

助産師会

母子ケアの専門家がママに寄り添い、アドバイス

助産師は、妊娠、出産、産後の母子ケアの専門家です。病院や助産院などで勤務するだけでなく、産後ケア訪問（14ページ参照）や子育てイベントでの育児相談など、地域でも幅広く活動しています。

私 たちは助産師院長、元助産師として子ども保健センターやつどいの広場、コミュニティセンターの育児サロンなどでママたちの相談にのる活動を行っています。

認めてもらって気持ちに

分らないこと、不安なこととは自分ひとりで解決しなくちゃいけないと思い、多くのママが子育てのマニュアルを求めてインターネットや育児雑誌を頼ります。しかし、子育てはマニュアルどおりにはいきません。できていないことで落ち込み、自分を責める人もいます。それは仕事と違い、子育ては誰からも評価がもらえないことが原因です。

ママたちは、子育てを一人で頑張らないで、どんどん周りを頼っていいんです。ファミリー・サポート・センター（14ページ参照）などの行政サービスはもちろんです。近所のイベントなどに参加して地域の人と知り合うこともおすすめです。子どものことを気に留め、見守ってくれる大人が増えますよ。

出産年齢が高くなる現在、

悩みがあるとインターネットで検索してしまいがちですが、情報が多く戸惑うこともあります。夜中に起きてしまう子どもの対処について助産師さんに相談すると、「余裕があれば身体をとんとんしてあげたらいいけれど、疲れているときは授乳しながら寝させてもいい。厳密にしなくて大丈夫」と言われ、自分のやり方も間違っていないんだなと思ひ、安心しました。

私たちの役目は、そんなママたちを認めることです。話を聞き、助産師としてアドバイスをし、ママの頑張りを褒める。すると気持ちが楽になるのか、ほっとした表情になります。

出産年齢が高くなる現在、子育て期と更年期を同時に迎える女性もいます。母子だけでなく、どの世代の女性のケアも行う助産師としての知識が、今後ますます生かされると思います。これからも地域に出て行き、子育てアドバイスや健康相談などの活動を続けていきたいです。

ファーストシューズの会参加者の声

助産師さんの「厳密にしなくて大丈夫」の回答に安心 村上章子さん 蓮くん（6カ月）



悩みがあるとインターネットで検索してしまいがちですが、情報が多く戸惑うこともあります。夜中に起きてしまう子どもの対処について助産師さんに相談すると、「余裕があれば身体をとんとんしてあげたらいいけれど、疲れているときは授乳しながら寝させてもいい。厳密にしなくて大丈夫」と言われ、自分のやり方も間違っていないんだなと思ひ、安心しました。

ファーストシューズの会

赤ちゃんのスキンケア、ベビーマッサージなどを医学的な知識を交えて解説。会の名前には「子どもの初めての靴を悩みながらも楽しく選ぶように、育児も多くの人と共に悩みながら楽しく歩んでいこう」という思いが込められている



(写真左前から時計回りに)中西ツギ子さん、須藤富美子さん、西村美津子さん、吉田道子さん

リビングで囲んで一緒に子育てしながら話せる人がいると気持ちに余裕ができる



玄関でお出迎え



一緒に外出
子ども連れの外出も1人では大変だが、ビジターと一緒に楽しい時間が過ごせる



ボランティア団体

先輩ママが家庭を訪問 家事や育児を一緒に行う

子育て家庭の家に来てサポートしてくれる「ホームスタート」というボランティア活動があります。妊婦や未就学児のいる家庭に研修を受けた地域の子育て経験者が、ビジターとして週に1回、2時間程度を無償で4回訪問し、家事や育児をしたり、お話ししながら一緒に過ごします。



ホームスタート・たかつきホームビジターの浜田和代さん(写真右)、オーガナイザー(ビジター)と利用者のコーディネーター役の田所万里子さん写真左

子育てサークルに参加できないお母さんに利用してほしい

ホームスタートは、子育て中のお母さんお父さんのためのサービスです。家庭に訪問するビジターは、子育ての先輩という立場で利用者(親子)と接します。専門的なアドバイスをしたり親に代わって育児を行うのではなく、一緒に育児をしたり(協働)、話を聞くこと(傾聴)が役目です。

一緒に過ごしながら、悩みを聞いてもらったり、たわいな話をする。小さい子どもがいる家庭では、ゆっくりお茶を飲むことさえできないので、ビジターと過ごす時間はとても貴重だとお母さんに言っていた聞いています。訪問を重ねるごとに、お母さんの表情が元気になっていくのが分かります。

大変なのは今だけ
ずっと続くことはない

先輩ママとしてぜひ伝えたいのは、子どもが小さいころは手がかかって大変だけれど、ずっと続くことではないということです。数年前には子どもも大きくなり、お母さんも自分の時間を持つことができます。この話をお母さんにすると元気が出てきたのか、時間をやりくりして趣味のお茶の稽古を再開し、日々の育児にも前向きに取り組めるようになりました。

ホームスタートは、日本で始まって10年を迎えます。子育て支援センターやつどいの広場にチラシを置いたり、乳幼児健診時に紹介してくれています。まだまだ広くは知られていません。地域の子育てサークルなどに参加できず、家の中で悩んでいるお母さんはたくさんいると思います。ビジターと過ごすことで、地域の子育て支援や人々とながらぎかけになります。一歩が踏み出せず、ためらっているお母さんは、ぜひ利用してみてください。

※「ホームスタート」のボランティアを募集。詳しくは本誌43ページ参照

病院

地域のクリニックや保健師と連携 退院後もフォローを継続



らっこクラブ(未熟児教室)
2,000グラム以下で出生した乳幼児と保護者を対象にした講座。医師や栄養士などの専門家による講話や個別相談、参加者同士の交流などを実施



「小さく生まれた赤ちゃんも、こんなに大きく育っていますよ」と写真を見せながら解説するのは、新生児科医師の荻原亨先生。荻原先生は大阪医科大学附属病院で特別なケアが必要な赤ちゃんを診る傍ら、市の未熟児教室(らっこクラブ)で発達に関する講座を行っています。

医療技術が進み、在胎週数28週未満、出生体重が1,000グラム未満の超早期産超低出生体重の赤ちゃんも、95%近くが退院しています。しかし子育ては退院してからも続きます。小さく生まれた赤ちゃんが退院後も家族と安心して暮らせるよう、地域のクリニックや訪問看護ステーションなどと連携し、ケアが必要な赤ちゃんへの支援が途切れないようフォローしています。

医師と保健師との円滑な連携が、赤ちゃんの発達の課題や家族の不安を改善することに繋がります。まだまだ高いハードルがありますが、医療者側と地域のクリニックや市の保健師などが、それぞれスキルアップを図りながら、密接に協力していくことが大事だと考えます。

発達が遅くとも
じっくりと見守る

「子どもが歩ける月齢なのにまだ歩かない」「子どもの行動が気になる」など、発達の不安を抱え相談にくる親御さんは多いですが、心配のいらぬケースがほとんどです。

子どもの発達にはいろいろなバリエーションがあります。母子健康手帳の成長曲線どおりに大きくなるとは限りませんが、運動発達も手帳に書かれている範囲から外れる人もたくさんいます。遅くてもその子のペースで成長しているなら、ゆっくりじっくりと見守ってあげることが何より重要です。

また、子どもにも人と違う点があるなら、それを子どもの個性として認めてあげてください。過度に心配したり、上手にできないからと叱ったりするのはなく、「人と違うから何かすごいことができる可能性がある」と考えてみませんか。できないことではなく、できることに目を向け、お父さんお母さんが思いっきり褒めてあげると、子どもはいきいきと育っていきます。



大阪医科大学附属病院小児科 専門医・荻原亨さん

01 10月から消費税率10%に 市営バス運賃、水道料金など改定

問合先 市営バス=交通部総務企画課 ☎677・3507
水道料金=水道部料金課 ☎674・7902
下水道・公設浄化槽使用料
=下水河川企画課 ☎674・7432

水道料金と下水道使用料および公設浄化槽使用料については、10月1日(火)以降最初の定例検針日から新税率(10%)を適用します。なお、水道料金と下水道使用料については、消費税分を除く基本料金、従量料金に変更はありません。詳しくは市ホームページをご覧ください。

水道料金、下水道使用料など

改定後の主な運賃

- 普通運賃
 - 均一区間運賃(料金が均一の区間の運賃)…据え置き(220円のまま)
 - 対キロ区間運賃(乗車した距離に応じた運賃)…おおむね10円値上げ
- 通勤定期
 - 1カ月=9,240円
 - 3カ月=26,330円
 - ※通学定期運賃も改定となります
- Tsukica(市営バス専用のICカード)
 - 昼間割引(午前10時～午後3時30分に利用すると割引になる) =190円

市営バス運賃

10月1日(火)以降は、左欄の運賃になります。詳細は市営バスホームページまたは、交通部総務企画課へお問い合わせください。

10月から、消費税・地方消費税の税率が10%になるに伴い、市営バスの運賃や水道料金、下水道使用料などが次のとおり変更になります。



02 大切な命を守るため 救急車の適正な利用を

問合先 消防本部救急課 ☎674・7979



9月9日は救急の日です。昨年1年間のうち市内で救急車が出動した件数は2万2381件でした。近年、救急車の出動件数は増加傾向にあります。単なる酒酔い、突き指、打撲、切り傷など、明らかに緊急性が低いと思われるケースが全体の67・3%を占めており、現場までの到着時間が遅くなる原因の一つとなっています。

大切な命を守るためにも、救急車を呼ぶべきか迷ったときや突然の病気・ケガで困ったときは下欄などを活用し、救急車の適正な利用を心掛けましょう。

急な病気やけがの緊急度の検索に「救急受診アプリ」の利用を

急な病気やけがをしたときに、該当する症状を選択していくと、緊急度に応じた対応が表示される「救急受診アプリ(Q助)」を提供しています。スマートフォン版とウェブ版があります。ご利用ください。 ※無料

Q助

検索

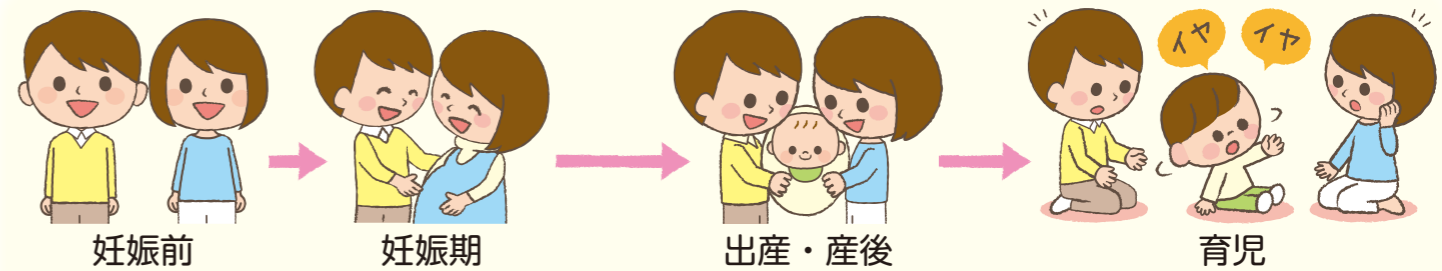
救急車を呼んだ方がいいのか判断に迷ったときは

「救急安心センターおおさか」へ

☎ #7119

または、☎ 06・6582・7119

切れ目のないサポートで ママ・パパをずっと



<p>妊娠前 特定不妊・不育症の治療費助成など</p>	<p>妊娠期 妊婦健診 母子健康手帳交付時に受診券14枚を交付。額面金額まで公費助成が受けられる ママパパ教室、プレパパ教室 これからママ、パパになる人を対象にした講座。お産の準備、もく浴実習など 産前ママサポート 支援者がなく、体調不良などで家事・育児が大変な家庭に無料で支援員を派遣。5回</p>	<p>出産・産後 子ども医療費助成 中学校卒業までの医療費を助成。自己負担は1医療機関ごとに1回500円以内、月2回まで。1カ月最大2,500円 新生児・産後ケア訪問 生まれた赤ちゃんの健康や発育・育児の相談。助産師が家庭を訪問 こんにちは赤ちゃん事業 出生届を市に提出した赤ちゃん(生後4カ月まで)の家庭に保育士などが訪問し、育児相談や市の子育て支援サービスの情報を提供 産後ママサポート 支援者がなく、体調不良などで家事・育児が大変な家庭に無料で支援員を派遣。10回、多胎児は20回 各種予防接種(定期接種は無料) 定期健診 身体計測・診察・育児相談などを実施。4カ月・1歳6カ月・3歳6カ月などに個別で通知</p>	<p>育児 保育所、認定こども園などの保育施設 子育て総合支援センター 子どもが遊び、親同士が交流できる場。子育て相談もあり つどいの広場、子育て支援センター 地域での交流の場。下欄参照 離乳食教室、歯みがき教室 ファミリー・サポート・センター 育児の手助けをしてほしい人になりたい人がペアになり、子育ての援助を行う</p>
--	---	---	---

相談窓口

保健師、助産師、栄養士、心理相談員などが皆さんの「子育て応援団」としてサポートします。妊娠・出産・育児についてお気軽にご相談ください。

相談時間…平日午前8時45分～午後5時15分

子ども保健センター
(八丁畷町12番5号高槻子ども未来館2階)
☎ 648・3272

西部地域保健センター
(富田町二丁目4番1号)
☎ 696・9460



加藤瑞季

和佳理紗

母子保健コーディネーター

母子保健コーディネーターが 全ての妊婦さんと個別に面接

妊娠・出産・育児の期間を切れ目なくサポートするために、市では子育て世代包括支援センター事業を実施しています(上図)。

母子健康手帳交付時には、母子保健コーディネーター(助産師、保健師など)が全ての妊婦さんと個別に面接。一人一人の状況に合わせた「ママと赤ちゃんのスケジュール」を一緒に作成し、必要な子育て情報を紹介します。

高槻で安心して子どもを生み、子育てができるように、今後も子育て支援の充実を図り、ママとパパをずっと応援していきます。



近くで親子交流&子育て相談

家から近い場所で親子が集い、遊びながら交流できる場所です。子育て相談や講座、おもちゃの貸し出し、一時預かりなどを実施しているところもあります。つどいの広場は主に0～3歳の子どもと親が利用します。アットホームな空間の中、近所に住む年齢の近い親子同士、親しくなりやすい場です。市内5つの子育て支援センターは保育所や認定こども園内に併設。園庭で遊んだり、年上の園児を見て成長の見通しが持てます。

問合先…子育て総合支援センター ☎686・3030

市政 インフォメーション



商品券の販売場所

- 市内の郵便局
 - 市内商業施設など
 - ・イオン高槻店(萩之庄三)
 - ・イオンフードスタイル摂津富田店(大畑町)
 - ・西武高槻店(白梅町、10月から高槻阪急)
 - ・松坂屋高槻店(紺屋町)
- ※販売日・時間帯は下記の問合先へ
問合先…販売場所に関すること
(☎0120・160・363)

9月以降、同商品券の購入引換券を下欄の対象者に順次、簡易書留で送付します。同商品券は10月1日から販売を開始します。購入引換券は再発行できませんので、大切に保管してください。

また、同商品券は、左欄の販売場所で購入できます。購入引換券と本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)を持参してください。

はにたんプレミアム付商品券 購入引換券を送付

購入引換券の送付対象者

- 0～2歳(平成28年4月2日～令和元年9月30日生まれ)の子どもがいる世帯の世帯主
※生まれの早い順に順次送付
 - 交付申請をした人(低所得者)
※手続き完了後、順次送付
- 問合先…購入引換券に関すること
(☎0120・60・2036)

03 マイナンバーカードに搭載されている電子証明書の更新を

問合先 市民課 ☎674・7067

電子証明書有効期限の確認方法 マイナンバーカードを見て



※ICカードリーダーがあれば自宅のパソコンでも確認可。詳しくは「公的個人認証サービスポータルサイト」へ

電子証明書でできること

- ・自宅で申告・納税できる「e-Tax」の利用
- ・子育てぴったりサービス(児童手当の認定請求など)、介護ぴったりサービス(介護保険被保険者証などの再交付申請)の利用
- ・コンビニ交付サービスの利用
- ・行政機関が保有する自分の個人情報の確認ができるマイナポータルの利用

マイナンバーカードに搭載されている電子証明書の有効期限は、電子証明書発行から5回目の誕生日までです。更新の手続きは有効期限の3カ月前から可能です。左欄のとおり期限を確認して申請してください。なお、下欄の出張申請受け付けでは更新手続きはできません。

電子証明書はマイナンバーカードを発行する際に任意で搭載するものです。搭載しているかは電子証明書の有効期限がカードに記載されているかを確認または、同課にお問い合わせください。

更新方法…有効期限の3カ月前からマイナンバーカードを持って直接、市役所本館1階④番窓口か各支所へ

※同カード発行時に設定した暗証番号が分からない場合は同カード以外の本人確認書類が必要

カード発行時未成年の人はカードの更新も必要

マイナンバーカード発行時に未成年だった人はカードの有効期限が発行から5回目の誕生日までです。有効期限の3カ月前から手続きが可能です。なお、更新には手数料が必要です。有効期限が切れた場合は、有効期限が切れた場

新しくマイナンバーカードを 作りたい人に出張申請受け付け

市は、今城塚公民館と五領公民館でマイナンバーカードの出張申請受け付けを行います。当日は本人が必要書類を持って直接、会場までお越しください(申請者が15歳未満または、成年被後見人の場合は法定代理人の同行必要)。

ターネットで申請。詳しくは市ホームページまたは、同課にお問い合わせください

※左欄の出張申請受け付けでは更新手続きはできません

マイナンバーカードは申請後1・2カ月程度で住所地に本人限定受取郵便で送付します。詳しくは市民課(☎674・7067)へお問い合わせください。

なお、再交付申請や電子証明書の更新手続きはできません。ご注意ください。

- 今城塚公民館
9月5日(木)午前10時～正午、午後1時～4時
 - 五領公民館
9月19日(木)午前10時～正午、午後1時～4時
※いずれも受け付け多数の場合早めに終了する可能性があります
- 必要書類**…通知カード※1▷本人確認書類(原本)※2▷住民基本台帳カード(お持ちの場合だけ)▷印鑑(自署できない場合だけ)▷法定代理人が同行する場合は法定代理人の本人確認書類※2、法定代理人であることを証明する書類※3
- ※1 申請時に回収
 - ※2 運転免許証、パスポート、顔写真付きの障がい者手帳・在留カードなど1点または、健康保険証、介護保険証、年金手帳、医療証など2点。それ以外は要問い合わせ
 - ※3 戸籍謄本、登記事項証明書など。同一世帯員の親権者が同行する場合は不要

9月14日 災害医療救護訓練

市医師会と市などが災害に強いまちづくりを目指して、災害医療救護訓練を行います。医師たちによる、けが人や病人へのトリアージ(治療・搬送の優先順位の決定)など実動訓練を実施。またAED講習会、防災資機材の展示などを行いますので、市民の皆さんも参加をお願いします。

日時：9月14日(土)午後2時～4時 ※先着100人に粗品進呈。車での来場は不可

会場：五領小学校
問合先：市医師会(☎661・0123)



過去の訓練の様子

大阪府北部地震 被災者生活再建支援金 申請期限が11月18日に延長

昨年が発生した大阪府北部地震により、居住する住宅が全壊などの被害を受けた世帯に対し国が支給している、被災者生活再建支援金の申請期限が、11月18日に延長されました。

申請には各被害状況に応じた書類が必要です。詳しくは危機管理室(☎674・7320)へ。

対象世帯…住家が全壊した▽住家が半壊または、敷地に被害が生じ、やむを得ず解体した▽住家が大規模半壊した

申請期間…基礎支援金Ⅱ令和元年11月18日(月)まで ※加算支援金は変更なし、令和3年7月19日まで

総合計画審議会 市民委員を募集

市は、次期総合計画について審議する総合計画審議会の市民委員を募集します。

同計画は、令和3年度から12年度までの10年間の市の長期的なまちづくりの指針となるものです。

高槻のまちづくりに意欲がある人の応募をお待ちしています。

資格：市内在住の4月1日現在18歳以上で、12月から来年8月ごろにかけて月1回程度平日昼間の会議に参加できる

7月の寄付(敬称略)
 市ふるさと寄附金…2,754,969円(49件)
 内訳…【個人】松尾恵子=20,000円【団体】株式会社ダイエー=19,969円ほか47件
 ※詳細は市ホームページに掲載
 社会福祉協議会分(寄付順)…堤菊美=10,000円▷藤飯京子=5,000円▷高井源允=50,000円▷高槻市グラウンドゴルフ協会=5,500円

男女共同参画審議会 市民委員を募集

男女共同参画社会の推進などに関して審議する「男女共同参画審議会」の市民委員を募集します。

資格…市内在住の9月25日現在18歳以上で、年に4回程度平日昼間の会議に参加できる人

任期…11月4日(休)から2年間
 人数…2人(応募多数の場合は書類選考)
 報酬…月額9,100円

応募方法…9月2日(月)～25日(水)(消印有効)に、小論文「高槻市の男女共同参画についての私の考え」(1,000字程度、様式自由)と応募動機(200字程度、様式自由)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、職業(学校名)、電話番号、略歴を書いて、郵送で、〒569・8501(住所不要)人権・男女共同参画課(☎674・7575)へ ※提出書類は返却しません



て、郵送が直接、〒569・8501(住所不要)みらい創生室(☎674・7392)へ ※提出書類は返却しません

生活福祉総務課・生活福祉支援課 9月24日から本館1階に移転

市は、市役所本館の耐震改修工事と併せて、来庁者の利用しやすい環境を整えるために、本館1階のレイアウトを変更します。

9月24日(火)からは、生活福祉総務課・生活福祉支援課が本館6階から本館1階に移転

します。また、9月2日(月)からは、工事のため封鎖していた会計課通路を開放し、本館1階西側トイレが使用できるようになりますので、ご利用ください。

問合せ 総務課 ☎674・7312

1月13日 新成人のつどい 新成人代表を募集

来年1月13日(祝)に高槻現代劇場で「新成人のつどい」を行います。その式典で市民憲章の朗読や決意の言葉発表などを行う5人の新成人代表を募集します。

日時…来年1月13日(祝)午前10時～11時30分(当日までに数回打ち合わせあり)

資格…平成11年4月2日～12年4月1日生まれ

募集人数…5人(多数抽選)

応募方法…9月3日(火)～27日(金)(消印有効)に電子申込か

往復はがきに、新成人代表と記入の上、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、メールアドレスを書いて、〒569・8501(住所不要)地域教育青少年課(☎674・7654)へ



介護保険の平成30年度運営状況 認定者数、利用者数、給付費用とも増加

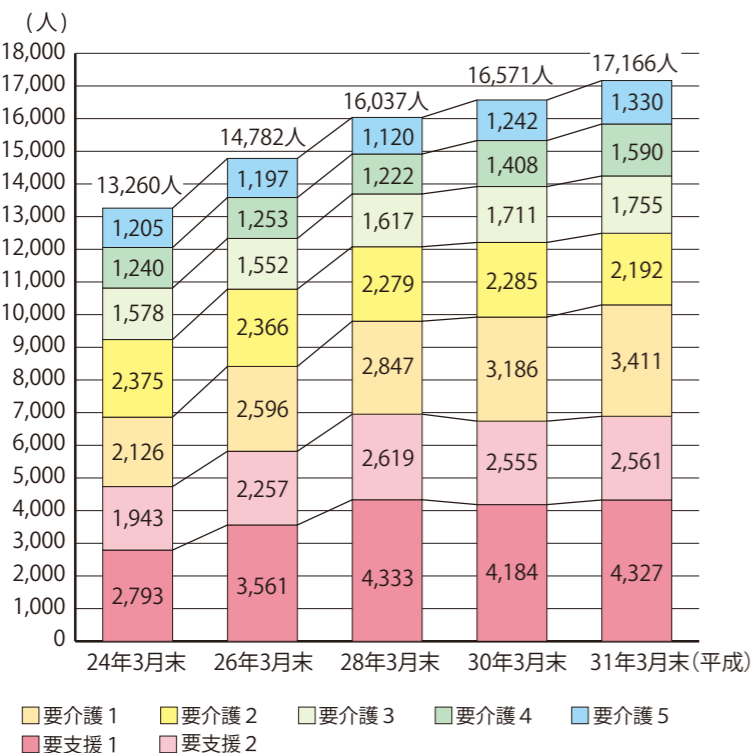
平成30年度介護保険運営状況の概要をお知らせします。なお、詳細は行政資料コーナー(市役所本館1階⑩番)で閲覧できます。

設、小規模な特別養護老人ホーム8施設などが運営されています。

問合せ 長寿介護課

☎674・7166

要介護等認定者数の推移



人事異動

市は、8月13日付けで人事異動を行いました。

総数は298人、うち部長級は5人で、次のとおりです(カッコ内は旧職名)。

市長事務部局
 市民生活環境部長(教育管

理部長)平野徹▽健康福祉部理事兼保健所長(健康福祉部保健所長)森定一稔▽街にぎわい部長(市民生活部長)田中之彦
 教育委員会事務局
 教育次長(産業環境部長)土井恵一▽学校教育監(教育指導部長)横山寛

公園墓地へ 墓参バス運行

9/22・23

市営バスは9月22日(日)・23日(祝)の2日間、公園墓地への墓参バスを運行します。経路はJR高槻駅南から阪急高槻駅などを經由し公園墓地までです。

運賃…片道220円(小児110円)

運行時間…行き(JR高槻駅南発)午前8時45分～11時(15分間隔)▷帰り(公園墓地3区発)午前9時16分～11時16分(15分間隔)と午後0時10分※JR高槻駅南、阪急高槻駅とも⑥番のりばから発車

問合せ…交通部芝生営業所(☎677・3513)

介護サービスの基盤となる主な介護保険施設については現在、特別養護老人ホーム14施設、介護老人保健施設8施

傍聴できます

議会日程

令和元年第4回市議会定例会

いずれも午前10時から。なお、議事の都合で日程が変更される場合があります。詳細などはお問い合わせください。9月2日(月)18日(水)議会運営委員会5日(木)9日(月)24日(火)25日(水)11日(木)文教にぎわい委員会、福祉企業委員会12日(木)市民都市委員会、総務消防委員会。議会事務局(☎674-213)。

審議会などの日程

傍聴には定員があります。傍聴希望者は事前に各課へお問い合わせください。
選挙管理委員会定例会 選挙人名簿の登録など。9月2日(月)午前10時から総合センター13階選挙管理委員会室で。選挙管理委員会事務局(☎674-7676)
農業委員会定例会 農地法の規定による許可申請など。9月13日(金)午後1時30分から市役所本館3階第2委員会室で。農業委員会事務局(☎674-7421)
教育委員会定例会 教育に関する基本方針など。9月19日(木)午後3時から総合センター12階教育委員会室で。教育総務課(☎674-7620)

育委員会室で。教育総務課(☎674-7620)

自動車運送事業審議会

自動車運送事業の経営の改善に関する重要事項について。9月27日(金)午前10時から市役所本館3階第2委員会室で。交通部総務企画課(☎677-3507)

子ども子育て会議

第2期子ども子育て支援事業計画の策定など。10月3日(木)午後2時から総合センター12階教育委員会室で。保育幼稚園事業課(☎674-7692)

水道事業審議会

水道事業の経営や計画について。10月4日(金)午後1時30分から水道部北側庁舎で。水道部総務企画課(☎674-7627)

9月の納付(9月30日頃まで)

●固定資産税・都市計画税第3期分(収納課 ☎674-7152)
●国民健康保険料第6期分(国民健康保険課 ☎674-7076)

※便利な口座振替をご利用ください。バーコードが印字されている納付書はコンビニエンスストアでも納付できます

献血日程

問合先
市献血推進協議会
☎674-7163

400ミリ献血にご協力ください。体重50キログラム以上
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)。時間は午前10時〜正午、午後1時〜4時30分(2日除く)です。

日程・会場：9月11日(水)市役所▽21日(土)午前10時〜午後3時30分||金光大阪中学校・高等学校▽26日(木)||コノミヤ高槻店(栄町一)

直接、下水河川企画課(☎674-7432)へ提出してください。申請書は同課、市ホームページで配布。

10月から消費税の軽減税率仕入税額控除の方式が変更

消費税・地方消費税の税率10%への引き上げと同時に、飲食料品(酒類、外食除く)と新聞(定期購読契約、週2回以上発行)に係る税率を8%とする軽減税率制度が実施されます。

新しい仕入税額控除の方式に対応するため、帳簿・請求書・レシートなどの記載を複数税率に対応させる必要があります。中小企業・小規模事業者には、レジや受発注・請求書管理システムの導入・改修の補助などを行っています。ぜひご利用ください。

問合先：消費税軽減税率電話相談センター(☎0120-205-5533)制度について▽軽減税率対策補助金事務局(☎0120-3998-1111)補助金について)

市内の企業を支援

企業定着促進補助金

工場の操業環境の改善と周辺住環境の保全のため、防音・防振・防臭事業に補助金を交付しています。
対象の業種…市内に製造拠点のある製造業 ※中小企業者に限る
申込期限…来年3月31日(火)まで
補助金額…補助対象経費の50%以内(上限500万円)
対象経費…防音効果のある建物・建物付属設備などの設置、防音・防振・防臭設備の設置、臭気を低減するための改修工事など
※来年3月31日(火)までに導入・改修・効果測定が完了(支払いを含む)すること。効果の向上を伴わない補修などは対象外
※事業着手前の申請が必要

企業立地促進制度

市内に一定の事業所を新設する企業などに奨励金(下記の6種類)を交付します。同制度により、市の産業の高度化と新規事業分野への展開が期待できます。
奨励金の種類…事業所税奨励金、固定資産税・都市計画税奨励金、雇用奨励金、初期投資奨励金、研究設備等投資奨励金、研究者集積奨励金
対象の業種…製造業、情報通信業、学術・開発研究機関、輸送・保管・包装などを総合的に行う事業、市長が特に市の産業振興のためになると認める事業

お知らせ

雇用・労災・船員保険の追加給付

毎月勤労統計調査の不適切な取り扱いの影響により、平成16年7月以降に支給された労災保険、同年8月以降に支給された雇用保険・船員保険の給付などが、追加給付の対象になる可能性があります。詳しくは左記の問合先または、厚生労働省ホームページで確認ください。

問合先：追加給付問合せ専用ダイヤル(雇用保険||☎0120-952-807▽労災保険||☎0120-952-824▽船員保険||☎0120-843-547)

ひとり親家庭医療証

9月30日までに更新申請を9月初旬に対象者へ更新申請書を送付します。9月30日(月)までに子ども育成課へ提出してください。新しい医療証は、資格確認の上、10月末に

発送します。
問合先：子ども育成課(☎674-7832)

大阪880万人訓練

9月5日午前11時から

府民を対象に、地震発生を想定した訓練を実施。携帯電話の緊急通報メールを9月5日(木)午前11時3分から、5分ごろの2回一斉送信します。マナーモードでも音が鳴ります。
問合先：府民お問合せセンター(☎06-6910-8001)

適正な動物の飼育を

9月20日〜26日は動物愛護週間です。不適切な飼育や無責任な野良猫への餌やりは、ふん尿や鳴き声などで近隣の住環境の悪化や、不幸な動物の増加につながってしまいます。適正な飼育への関心と理解を深めましょう。
問合先：保健衛生課(☎661-9331)

毒きのこの食中毒に注意

秋のきのこ狩りシーズンに

は、毒きのこによる食中毒事故が全国で発生しています。食用だと判断できるきのこ以外は絶対に食べず、また他人にあげたりもらったりしないでください。
問合先：保健衛生課(☎661-9331)

9月1日〜10日

屋外広告物適正化旬間

屋外広告物の掲出には、原則、市の許可が必要です。屋外広告は、情報提供やにぎわいの演出など、まちの表情を作り出します。しかし、適切に管理されなければ落下などの事故が起る場合があります。掲出には「屋外広告物ガイドライン」を活用し、良好な景観形成と危険防止にご理解とご協力をお願いします。
問合先：都市づくり推進課(☎674-7552)

秋の全国交通安全運動

9月21日〜30日に、秋の全国交通安全運動が実施されます。自分の身は自分で守る意

識を持ち、交通事故を防止しましょう。

秋の交通安全フェスティバル

交通安全教室を開催 9月29日(日)午前10時〜午後1時に高槻自動車教習所(日向町)で。無料。当日直接、会場へ。車での来場不可
問合先：管理課(☎674-7592)

全国家計構造調査(簡易)

家計の実態を把握するために、10・11月に全国一斉に同調査が行われます。調査対象世帯を選定するために9月中旬に調査員が訪問しますので、ご回答をお願いします。
問合先：総務課(☎674-7418)

農業用ため池の所有者などは届け出を

7月1日施行の「農業用ため池の管理及び保全に関する法律」により、農業用ため池の所有者または管理者は、施設に関する情報などの届け出が必要です。所定の申請書を

消費生活
コラム

チケットは公式サイトから購入しましょう

事例1 フリマサイトで高額で購入したチケットの公演が中止になったが、払い戻しの手続きは正規で購入した人しかできなかった

事例2 チケットを購入しようとインターネットで検索して一番上に出たサイトから申し込んだ。そのサイトは転売サイトで、公式ホームページには、そのサイトで購入したチケットは無効だと書かれていた

コンサートや演劇、スポーツなどのチケットが高額で転売され、本当に欲しい人が入手しづらいということが問題になっています。6月に通称「チケット不正転売禁止法」がスタートし、チケットの不正転売や、不正転売を目的にチケットを譲り受けることは違反になり、処罰の対象となりました。違法な高額転

売をなくし、正規の価格で楽しめるように消費者も正しくチケットを購入しましょう。

注意点

<チケットを購入するとき>

●正規のルートで買しましょう。非正規の場合、払い戻し不可や、チケット無効で入場できない場合があります

<チケットが不要になったとき>

●興行主から許可を得た正規の転売サイトを利用
●フリマサイトやオークションを利用してチケットを転売する場合は、転売が禁止されていないかを確認し、転売可能であっても額面以上の額で出品しない

問合せ…消費生活センター (☎682・0999)

し尿収集日程 10～12月

月	曜日	10	11	12	収集地区
月	14	11	23	9	安岡寺町一～六、永楽町、大塚町三～五、北大樋町、黄金の里一、辻子一～三、大蔵司一～三、竹の内町、塚脇一～五、西之川原一・二、番田一・二、東城山町、松が丘一～四、松川町、南大樋町、宮之川原一～五、宮之川原元町、若松町
	7	4	2	16	上牧町一～五、神内一・二、津之江町一～三、津之江北町、柱本全域、藤の里町
火	1	12	10	1	原（府道枚方亀岡線より東側）、東天川一～五
	8	5	3	17	明野町、玉川一～四、千代田町、天王町、野田一～四、萩之庄一～五、八丁畷町、松原町、三島江全域
水	2	13	11	2	芥川町一～四、浦堂一～三、浦堂本町、梶原一～六、上牧山手町、寿町一～三、栄町一～四、下田部町一・二、庄所町、堤町、月見町、出丸町、天神町二、道鶴町一～六、殿町、中川町、西之川原一部(小型地区)、西真上一・二、野田東一・二、原(府道枚方亀岡線より西側)、前島一～五、真上町一～五、緑が丘一～三、南庄所町
	9	6	4	18	赤大路町、天川新町、大塚町一・二、大畑町、唐崎全域、北昭和台町、北柳川町、西面全域、桜ヶ丘北町、桜ヶ丘南町、三箇牧全域、芝生町一～四、昭和台町一・二、須賀町、富田丘町、富田町一～六、成合全域、西五百住町、如是町、東五百住町一～三、日向町、深沢町一・二、紅苺町、柳川町一・二、弥生が丘町
木	3	14	12	3	出灰、大冠町一～三、杉生、東和町、中畑、二料、萩谷、萩谷月見台、深沢本町、八幡町、霊仙寺町一
	10	7	5	19	今城町、岡本町、上土室一～六、川久保、川西町一～三、郡家新町、奈佐原全域、南平台一～五、土室町、氷室町一～四、宮田町一～三、南松原町、宮野町
金	4	1	13	4	安満全域、古曾部町一～三、高垣町、田能、別所新町、別所本町、緑町、南総持寺町、山手町一・二
	11	8	6	20	井尻一・二、梶原中村町、上牧北駅前町、上牧南駅前町、郡家本町、五領町、清福寺町、塚原全域、東上牧一～三、淀の原町

10～12月の収集日程は上表のとおり。
収集日に留守の場合は隣人に依頼するなど必ずくみ取りができるようお願いします。くみ取り口付近には物を置かないでください。臨時の収集は2・3日前にお申し込みください。

問合せ…清掃業務課 (☎669・1163)

し尿くみ取りの届け出 し尿くみ取りの依頼や変更、停止には、資源循環推進課(市役所本館)へ届け出が必要です

手数料納入のお願い し尿処理手数料は、納付期限までに所定の金融機関か市役所、各支所で納付してください(近畿2府4県の郵便局でも可)

問合せ…資源循環推進課 (☎674・7193)

特定医療費(指定難病) 受給者証の更新はお早めに
特定医療費(指定難病)受給者証の更新手続きを受け付けています。対象者にはお知らせを送付していますので、早めにご手続きをお願いします。
問合せ…保健予防課 (☎661・9332)

市営バス紙回数券の利用 9月30日で終了
市営バス紙回数券の利用は9月30日(月)で終了します。回数券をお持ちの人は、早めにご使用してください。なお、10月1日(火)以降も払い戻しは可能です。
問合せ…交通部総務企画課 (☎677・3505)

農地利用状況調査を実施 農地の適正管理を
9月中旬から下旬までに農地の利用状況調査を実施します。調査のため、農地に立ち入る場合があるので、ご理解とご協力をお願いします。
近年、耕作が放棄された遊休農地が増加しています。雑

草の繁茂などで周辺農地や近隣住民への迷惑となり、調査結果によっては、固定資産税などに影響を及ぼす可能性があります。耕起、除草などで農地を適正に管理してください。
問合せ…農業委員会事務局 (☎674・7421)

10月8日に 総合相談所を開設
10月7日(土)13日は行政相談週間です。市では、普段相談日が異なる専門相談を一堂に行う総合相談所を10月8日(火)に開設します。無料。
日時：10月8日(火)午後1時～4時 ※受け付けは午後0時30分～3時30分
会場：生涯学習センター1階 展示ホール
相談内容：行政、法律、税務、登記、人権、公正証書、社会保障、警察、測量、建築、宅建、心配ごと、消費生活、家事・民事調停手続き(家事・民事調停手続き相談は総合センター12階相談コーナーで午前10時から実施)
問合せ…市民生活相談課 (☎674・7130)



はにたんの

おしえてみらい創生

はにたんが、もの知りな「みらいちゃん」に、市の今後について教えてもらいます。

vol.9 定住人口・交流人口増加に向けて

みらいちゃん



はにたん 今後、市の人口は減っていくから、それをストップさせる方法を考えないといけなよね。

みらいちゃん そうね。そのためには、市の持っている魅力を高め、高槻に住みたい人が増えるようなまちづくりが必要となるわ。

はにたん どんなどころが高槻の良さかな？



高槻ジャンクション・インターチェンジ

みらいちゃん 例えば、大阪と京都の中間にあるから、電車でどこかへ移動する時も便利だし、高槻インターチェンジが開通したことで、車のアクセスも良くなったよね。そうした立地の良さが高槻の特長の一つと言えるから、利便性をさらに良くすることで、市外の人が「住みたい」「訪れたい」と思えるような、魅力的なまちを作っているの。

はにたん 確かに移動が便利なのは、高槻の良さだね。

みらいちゃん これからも、より便利になるように新しい駅の設置を検討したり、新名神高速道路の全線開通に向けて支援したりしていくのよ。

はにたん 高槻が今よりももっと住みやすい街になって、たくさんの方が訪れるようになってほしいね。

暮らしのガイド 情報プラザ

〈申込時の注意〉

- 特に記載のない記事の対象は、市内在住、通勤・通学の人
- 各記事中の「電子申込」は、市ホームページ・携帯サイトの「簡易電子申込」から手続き可

62 569-8501 高槻市〇〇課
 ▲▲▲▲教室
 郵便番号569-8501
 の場合は住所の記載は不要



来年の走り初めは 高槻シティハーフマラソン

来年1月19日(日)に開催する「高槻シティハーフマラソン」の出場者を募集します。友だちや家族も誘い、奮ってご応募ください。種目は右表のとおり。

来年1月19日 SUN AM10時20分start

- 日時** 来年1月19日(日)午前10時20分から時差スタート ※雨天決行
- 会場** 総合スポーツセンター陸上競技場周辺
 ※JR高槻駅、阪急高槻市駅と会場間を結ぶ無料送迎バスを運行
- 申込方法** 9月27日(金)～11月15日(金)にサンスポマラソンドットコム (<http://www.sanspo-marathon.com>)へ(定員になり次第終了)
 ※インターネットで申し込みをした人はゼッケンに氏名やニックネームを記載することができます(有料。詳しくは市ホームページ参照)。インターネットで申し込みしない人は高槻シティハーフマラソン事務局へ
- 問合せ先** 同マラソン事務局(☎673・0159)
 ※土・日曜日、祝日除く、午前9時～午後5時

種目	年齢	参加料	定員
ハーフ	16歳以上	3,500円	4,700人
10km			1,800人
5km	中学生	1,500円	合計800人
	16歳以上	2,500円	
エンジョイ 2.7km	小学3～6年生	1,000円	700人
新種目 ファミリー 2.7km	18歳以上と6歳～小学3年生のペア	2,500円	100組

※ファミリー以外の種目は男女別

市内在住のハーフ上位者を下記のマラソン大会へご招待
 ・大阪マラソン
 ・和歌浦ベイマラソンwithジャズ



ボランティアスタッフを募集

- 日程**…来年1月15日(水)午前8時40分～正午、16日(木)午前10時～午後4時、18日(土)午後1時～4時、19日(日)午前7時30分～午後4時
- 内容**…コース清掃、ランナー誘導補助など
 ※1月5日(日)午後2時30分～4時に説明会あり
- 資格・定員**…16歳以上=50人(多数抽選)

申込方法…11月8日(金)(消印有効)までにインターネットで、高槻シティハーフマラソンホームページ(<http://t-marathon.org/>)へ。または、はがきに、参加日、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、〒569-0078大手町3番46号高槻シティハーフマラソン事務局へ



CHECK! たかつきアート博覧会

ワークショップに参加しよう

11月1日(金)～29日(金)にJR高槻駅・阪急高槻市駅周辺で開催される、同博覧会のワークショップ参加者・学生ボランティアを募集します。希望の人はぜひお問い合わせください。
問合せ先：同実行委員会(産業振興課内) ☎674・7411

はにわパレード

はにわのかぶりものを作って、はにたんとパレード&ダンス&記念撮影。

日時…11月17日(日)午後1時～4時 ※無料
会場…豊都ビル(高槻センター街内)ほか
対象・定員…3歳～小学生と保護者=30組(多数抽選)

申込方法…10月31日(木)(必着)までに往復はがきに、催し名、住所、氏名、子どもの名前・年齢、電話番号を書いて、〒569-8501(住所不要)産業振興課へ



パステルを使って ほっこりアートを描いてみませんか

優しい色合いのパステルを指につけて、オリジナルのアートを描こう。大人も子どもも楽しめます。4歳以下は保護者同伴。

日程…11月16日(土)・17日(日)の午前11時～午後4時
会場…シェアアトリエ福寿舎(城北町一)
費用…1回500円

申込方法…電話で、シェアアトリエ福寿舎(☎674・1127)へ
 ※当日受け付け可。予約優先



学生ボランティアスタッフを募集

いずれも10人程度。申し込みは10月31日(木)までにインターネットで、同博覧会ホームページ(<https://takatsuki-art.com/>)へ。または、ファクスに、氏名、年齢、学校名、電話番号、メールアドレスを書いて、産業振興課(☎675・3133)へ。

同博覧会運営スタッフ
 …荷物の運搬、受け付けなど

はにわパレード運営スタッフ
 …子どもたちのサポート



同博覧会ホームページ

催し

講座

健康

スポーツ

募集・求人

高齢者



秋期運転者安全講習会

対象は運転免許所持者。無料。当口各開催時間の30分前に直接、会場へ。高槻警察署(☎672・1234)。

昼開催

いずれも午後3時～4時。9月9日(月)榎田支所▽9月10日(火)13日(金)総合センター14階会議室

夜開催

9月6日(金)・11日(水)の午後7時～8時。総合センター14階会議室

人権パネル展・人権擁護委員活動紹介パネル展

いずれも午前9時～午後10時。テーマは「外国人の人権」。無料。城内公民館(☎671・4644)。

日程・会場

9月6日(金)～16日(祝)阿武山公民館▽9月20日(金)～30日(月)五領公民館▽10月4日(金)～14日(祝)如是公民館

人権子ども映画会「アーリーマン」

9月14日(土)午前10時～11時50分に春日ふれあい文化センターで。先着80人、当日直接会場へ。無料。市人権まちづくり協会(☎647・7825)。

身体障がい者野外活動交流万博記念公園

9月17日(火)午前9時市役所前集合。午後4時解散予定。対象は市内在住の身体障がい者と家族。交流希望の人など。申込順10人。1000円。申し込みは9月3日(火)～9日(月)に電

民館▽10月18日(金)～28日(月)今城塚公民館▽11月1日(金)～11日(月)真上公民館▽11月15日(金)～25日(月)芥川公民館▽11月29日(金)～12月9日(月)城内公民館

津之江公園で秋の昆虫さがし

9月14日(土)午前10時～正午に津之江公園で。講師は前川英喜さん。小学生以下は保護者同伴。申込順30人。1000円。申し込みは9月3日(火)～12日(木)に電話か直接、農林緑政課(☎674・7402)へ。

作ろう見よう踊ろう 真上公民館子どもまつり

9月14日(土)午前10時～午後1時に同館で。はにたとダンス、マイコップ袋作り(先着20人、100円)、やきそば(先着100人、100円)など。次の催しの申し込みは9月4日(水)から電話か直接、同館(☎683・2509)へ。

ブロックでんぎょうをいじかそう 午前10時～11時、11時～正午。対象は6歳～小学生と保護者。申込順各15組。無料

話または、ファクスに、催し名、参加者全員の住所・氏名・電話番号・障がい者手帳の有無・手帳番号を書いて、市身体障害者福祉協会(☎672・0672)平日午前10時～午後3時、FAX661・4714へ。

あくあびあ芥川自然観察会

いずれも無料。対象は小学生以上(小学生は保護者同伴)。申し込みは9月3日(火)午前9時から電話で、同館(☎925・041)へ。

田んぼの水草

9月16日(祝)午前10時～正午に西之川原周辺

たかつきNPO協働フェスタ

みんなで創ろう未来のたかつき

さまざまな分野で公益活動を行うNPO法人やボランティア団体が、活動紹介のほか、喫茶コーナーやフリーマーケットなどのイベントを行います。ぜひご参加ください。

日時…9月22日(日)午前10時～午後3時

※無料
会場…生涯学習センター1階 展示ホール
問合せ…市民公益活動サポートセンター(☎668・1781)



昨年の同フェスタの様子

高槻現代劇場

市民会館・文化ホール

チケット受付問い合わせは電話か直接、同劇場(☎671・9999)へ。受付時間 午前10時～午後5時(発券開始日の電話予約は午後2時から) ☆の公演は未就学児の入場はご遠慮ください。チケット完売の場合、当日券は販売しません

高槻 de 演劇 秋のプログラム

- ①劇団水曜の家族 音楽劇「新しい会社のレッスン」 10月26日(土)午後2時、午後7時、27日(日)午前11時開演
 - ②新進演出家短編作品上演会 10月29日(火)・30日(水)・31日(木)の午後7時30分開演
 - ③高槻シニア劇団 千年団「天井のひと」 11月3日(祝)午前11時、午後5時、4日(休)午後2時開演
- 会場…305号室(全席自由)
費用…①1,800円、25歳以下1,000円②500円③1,500円、50歳以上と25歳以下1,000円
- 発売中 ①③友の会割引 ☆

レセプション亭落語会 千朝さんと楽しむ上方落語

創作落語と古典落語。
出演・演目：桂千朝「たちぎれ線香」、桂団朝「座長の涙」、桂しん吉「駅名選定委員会」、桂慶治朗「みかん屋」
12月7日(土)午後2時開演
レセプションルーム(全席指定) 2,000円
9月6日(金)発売



桂千朝

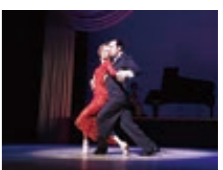
友の会先行発売・割引 ☆

生命誌を考える映画鑑賞会 秋～いただきます

10月4日(金) 午後1時20分=天のしずく辰巳芳子～いのちのスープ 午後3時40分=水と風と生きもの～中村桂子・生命誌を紡ぐ
10月5日(土) 午前11時10分=音楽劇映画～生命誌版 セロ弾きのゴーシュ 午後0時45分=水と風と生きもの～中村桂子・生命誌を紡ぐ 午後3時5分=よみがえりのレシピ
402号室(全席自由・入替制) 先着各100人 無料

アルゼンチンタンゴ

出演:エンリケ&カロリーナ(ダンス)、LAST TANGO(演奏)
曲目:ラ・クンパルシータ、リベルタンゴ、エルチョコロ ほか
9月20日(金)午後7時開演
中ホール(全席指定) 4,500円
発売中 友の会割引 ☆



で。講師は大阪府立自然史博物館 横川昌史さん。申込順30人
秋のキノコ 9月22日(日)午前10時～午後3時に原周辺で。講師は大阪市立自然史博物館 佐久間大輔さん。申込順20人
秋の虫たち 9月23日(祝)午後1時30分～3時30分に芥川緑地で。講師はけいはんな記念公園 稲本雄太さん。申込順30人
萩谷で竹炭作りを体験しよう 9月20日(金)午前10時市営バス停「萩谷総合公園」集合。正午解散。講師はたかつき環境市民会議ほか。申込順20人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、阿武山公民館(☎693・0188)へ。

秋のよどがわ昆虫さがし隊 バッタオリンピック 9月22日(日)午前9時～正午に淀川河川公園大塚地区で。講師はNPO法人ごともむしの会・金子留美子さん。対象は小学生以下と保護者。申込順40人。無料。申し込みは9月25日(水)午後0時30分市営バス停「プリンピア前島集

3日(火)から電話か直接、南大冠公民館(☎673・1477)へ。
服部図書館朗読会 9月20日(金)午後2時～3時15分に同館(☎668・1085)で。村上春樹著「ハナレイ・ベイ」。朗読は小寺池朗読グループ。先着50人、当日直接会場へ。無料。
サロンコンサート 9月22日(日)午後2時30分からクロスパル高槻(☎685・3721)で。ピアノ、ピアノ連弾、トロンボーン。先着150人、当日直接会場へ。無料。
あくあびあ芥川見学 芥川川環境と魚 9月25日(火)午前10時～正午にあくあびあ芥川で。講師は同館・花崎勝司さん。申込順20人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、日吉台公民館(☎688・6636)へ。
エネルギーセンター見学 ゴミ問題を学ぶ 9月25日(水)午後0時30分市営バス停「プリンピア前島集

こども文化祭 文化にふれよう、たいけんしよう

茶道や琴、バレエなどが体験できます。保護者同伴・参加可。
日時…10月5日(土)午前10時30分～午後3時30分
会場…高槻現代劇場文化ホール
対象…小学生以下
申込方法…①～③、⑥～⑩=当日直接、会場へ▷④⑤=9月13日(金)(消印有効)までに往復はがきに、催し名(④は希望時間も)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、〒569・8501(住所不要)文化スポーツ振興課(☎674・7414)へ ※1講座につき1人はがき1枚

催し名	時間	対象・定員・費用など
体験プログラム	① お茶席	先着140人。1人100円
	② お琴の演奏	11:00～15:00 無料
	③ お絵かき・粘土あそび	汚れてもいい服装で。無料
	④ いけ花こども教室	11:30～12:30、13:30～14:30 はさみが使える3歳以上(未就学児は保護者同伴)。300円。各30人(多数抽選)
	⑤ バレエレッスン	11:30～12:30 3歳以上。300円。40人(多数抽選)
	⑥ 平安女学院大学工作ブース	11:00～15:00 無料
鑑賞プログラム	⑦ 少年少女合唱団コンサート	10:30～11:00、14:00～14:30 先着各100人。無料
	⑧ 民族芸能アンサンブル若駒	11:00～11:30 先着100人。無料
	⑨ 手遊び 人形劇「三まいのおふだ」	13:00～15:00 13:30～14:00 無料
	⑩ クラシックコンサート	14:30～15:30 先着100人。無料

市民防災シンポジウム

災害時には、まず自助、そして周囲で助け合う共助が必要です。市民団体や関係団体、行政が危機意識を共有し、災害時にそれぞれがどう行動すべきか考えるシンポジウムを開催します。参加者に記念品を進呈。
日時…9月7日(土)午後2時～4時 ※無料
内容…取り組み発表「市民防災行動目標の策定について」▷基調講演(東京大学大学院客員教授・松尾一郎さんほか)▷パネルディスカッション「これからの市民防災」
会場…高槻現代劇場大ホール ※車、バイクでの来場不可
定員…先着1,000人、当日直接、会場へ
問合せ…危機管理室(☎674・7314)

昆虫標本の作り方

9月29日(日)午前10時～午後3時にあくあびあ芥川などで。講師は同館・中谷憲一さん。対象は小学生以上(小学生は保護者同伴)。申込順20人。無料。申し込みは9月3日(火)午前9時から電話で、同館(☎692・5041)へ。

肢体不自由児者野外活動交流〜京都鉄道博物館

9月29日(日)午前9時障がい者福祉センター集合、午後4時30分解散予定。対象は市

高槻市民寄席

9月29日(日)午後2時～4時に生涯学習センター(☎674・7700)1階展示ホール

ランチタイム・ロビーコンサート

9月25日(水)、10月23日(水)、11月27日(水)の午後0時10分～0時40分に生涯学習センター(☎674・7700)1階展示ホール前で。出演は高槻音楽家協会。無料。当日直接、会場へ。

スマホ安心安全講座 セキュリティ対策など

9月26日(木)午前10時～正午に富田ふれあい文化センター(☎694・5451)で。講師は(一社)KOBENET企業画。先着60人、当日直接、会場へ。無料。

映画でセラピーー「モダン・タイムス」を見て

9月26日(木)午前10時～午後0時30分に五領公民館で。講師はシネマセラピスト・瀬川菜月さん。申込順50人。無料。保育あり(2歳～就学前、5人。申込期限は9月13日(金))。申し込みは9月3日(火)から電話か直接または、ファックスに、講座名、氏名、町名、年代、性別、電話・ファックス番号、保育

で。出演は断の会じゅげむ。先着200人、当日直接、会場へ。無料。

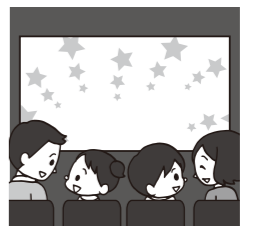
はじめてのタブレット体験

9月30日(月)午前10時から、11時から、午後1時から、2時から富田ふれあい文化センターで。各回60分。講師はNPO法人高槻ボラポン。対象は初心者。申込順各10人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、同センター(☎694・5451)へ。

心に疾患がある人向けグループ活動〜つどい

10月2日(土)来年3月4日の第1・2水曜日午前10時～正午、午後1時～3時に障がい者福祉センターで。全10回。対象は心の疾患などで人付き合いが苦手、引きこもりがちなどで、仲間や居場所がほしい市民。10人(後日面談あり)。材料費など実費必要。申し込みは9月3日(火)～13日(金)に電話か直接または、ファックスに、催し名、住所、氏名、電話番号を書いて、同センター(☎672・0267、☎6661・3350)へ。

の有無を書いて、同館(☎669・6169、☎669・6165)へ。手話通訳あり。



さし芽体験とヒメボタルのいるビオトープ見学

9月26日(木)午前10時庄所公園集合、正午解散。講師は新川姫虫と花を守る会。申込順20人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、富田公民館(☎693・1671)へ。

楽しく本格的にプロと一緒

にフォトレッスン
 いずれも講師はフォトグラフィアー・平野谷雅和さん。申込順各30人。無料。保育あり(2歳～就学前、各5人。申込期限は9月13日(金))。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、三箇牧公民館(☎677・0965)へ。

入門編〜基本的な撮影テクニック 9月27日(金)午前10時30分～午後0時30分に南冠公民館で
思い出に残る風景・人物の撮り方 10月24日(木)午後1時～3時に三箇牧公民館で
SNSで注目を集めるテーブルフォト 10月28日(月)午前10時30分～午後0時30分に五領公民館で

大人のための朗読会

9月27日(金)午後2時～4時に芝生図書館(☎678・7401)で。円地文子著「鬼」ほか。朗読は牧内多美子さんほか。先着30人、当日直接、会場へ。無料。

姉妹都市若狭町&益田市 うまいもん盛りだくさん市

9月28日(土)・29日(日)の午前10時～午後6時(29日は午後5時まで)にイオン高槻店(秋之庄三)で。姉妹都市特産品の展示販売、五湖鶴太鼓の演奏(28日午前11時から、午後2時から)、石見神楽の上演(29日午前11時から、午後2時から)。市長室(☎674・7272)。

展示

JR高槻駅南側地下通路 えきちかギャラリー (社福)花の会作品展 9月3日(火)～16日(木)	ミング阪急高槻2階 展示館けやき ひまわり水彩画クラブ展 9月6日(金)～11日(水)	生涯学習センター1階 展示ホール 萩峯書道会中展 9月26日(木)～28日(土)
陶芸の会「釉&ゆうもあ」作品展 9月3日(火)～16日(木)	絵画教室光と影 絵画展 9月13日(金)～18日(水)	クロスバル高槻7階 ギャラリーはなみずき 遊彩会水彩画作品展 9月12日(木)～17日(火)
アイケアライブ清福寺作品展 9月17日(火)～30日(月)	洋画2019展 9月20日(金)～25日(水)	今城塚カメラ同好会写真展 9月19日(木)～24日(火)
火曜俳句会作品展 9月17日(火)～30日(月)	フォトクラブ遊・遊写真展 9月27日(金)～10月2日(水)	楽彩会水彩画作品展 9月26日(木)～10月1日(火)

からだづくりのセミナー
いずれもクロスパル高槻
で。対象は18歳～おおむね29
歳。無料。申し込みは9月3日
（火）から電子申込みまたは、電話
か直接、青少年センター（☎
6855・3724）へ。

食から変える体づくり 10月
5日（土）午後2時～4時。講師
はトレーナー・和所健さん。申
込順36人

映画に学ぶ生き方のヒント～
チャップリンを見て 10月6
日（日）午後1時30分～4時30
分。講師はシネマセラピスト・
瀬川菜月さん。申込順50人

今一度確認しようあなたの
防災対策（講演と体験）
10月6日（日）午前10時～正午
に阿武山公民館で。講演は申
込順100人。無料。申し込み
は9月3日（火）から電話か直
接、同館（☎6933・0188）
へ。

**ハーバリウムボールペンを
つくろう**
10月6日（日）午後1時10分～
2時10分に安満遺跡公園で。
講師は富山昌克さん。対象は
市内在住の18歳以下と保護
者。申込順20組。300円。申

申し込みは9月3日（火）～20日（金）
に電話で、都市緑化フェア実
行委員会事務局（農林緑政課
内☎674・7402）へ。当
日10組（多数抽選）の枠あり。

**秋のキャンプ場を
探検しよう**
10月20日（日）午前10時～午後
3時に摂津峡青少年キャン
プ場で。対象は市内在住の小学
生。40人（多数抽選）。200
円。申し込みは9月16日（祝）～
30日（月）（必着）に電子申込みた
は、往復はがきに、催し名、住
所、氏名（ふりがな）、性別、学
校名、学年、電話番号、キャン

申し込みは9月3日（火）～20日（金）
に電話で、都市緑化フェア実
行委員会事務局（農林緑政課
内☎674・7402）へ。当
日10組（多数抽選）の枠あり。

10月19日（土）～26日（土）の午前
9時30分～午後5時。各110
人（多数抽選）。1000円（4
株）、小学生500円（2株）、
未就学児無料（いも掘り体験
だけ）。申し込みは9月23日（祝）
（消印有効）までに電子申込み
（消印有効）までに、参加者全員の
住所・氏名・年齢・電話番号・交
通手段を書いて、〒569・9
8

申し込みは9月3日（火）～20日（金）
に電話で、都市緑化フェア実
行委員会事務局（農林緑政課
内☎674・7402）へ。当
日10組（多数抽選）の枠あり。

プ場への交通手段を書いて、
〒569・8501（住所不
要）地域教育青少年課 ☎67
4・7654）へ。1人はがき
1枚。



501（住所不要）農林緑政課
（☎674・7402）へ。

**ビブリオバトルin高槻
mini**
11月10日（日）午後2時から服
部図書館（☎668・108
5）で。先着50人。当日直接、会
場へ。無料。

バトラーを募集 おすすめ本
を紹介するバトラー。申込順
6人。申し込みは9月3日（火）
～29日（日）に電話か直接、同館
へ。

**さつき秋の手入れ講習会
（初級者向け）**
9月21日（土）午後1時30分～
4時に真上公民館で。対象は
市民。無料。手入れしてほしい
鉢があれば持参。当日直接、会
場へ。市さつき会 ☎687・
0160 森田。

さつまいも掘り園

9月15日（日）から市内各所でさつまいも掘り園が開園されます。秋の味覚を楽しみましょう。いずれも申し込みは電話で、各園へ。

開園期間…各開園日からなくなり次第終了
費用…1株250円

開園日	氏名	電話番号	農園所在地
9/15(日)	入谷より子	687-3448	塚脇三
9/21(土)	谷口 宏	688-2185	原
9/25(水)	福岡 章子	080-6206-9615	塚脇三
9/28(土)	古藤沙智子	687-8672	大蔵司二
10/1(火)	今道 英男	699-0303	萩谷
	川上 正	090-8122-8585	塚脇四
	中嶋 輝彦	090-1148-0979	原
10/5(土)	長尾 淑子	685-4438	川西町一
10/10(木)	吉田 可成	675-7590	深沢本町

**大阪産（もん）大集合
in松坂屋高槻店**

10月2日（水）～8日（火）の午前
10時～午後8時（8日は7時
まで）に松坂屋高槻店（紺屋
町）で。当日直接、会場へ。府流
通対策室 ☎06・6210・9
605）。

**伝統文化①お琴②三味線
体験教室**

10月5日（土）～12月27日（金）
の全9回II体験教室（安満遺
跡公園など）▽12月28日（土）II
発表会（クロスパル高槻）。対
象は7回以上参加できる小学
2年生～中学2年生。申込順

①14人②6人。4000円（発
表会参加は別途5000円必
要。申し込みは9月5日（木）か
ら電話で、邦楽普及団体えん
（☎683・6733 II伊藤）
へ。

たかつき（当地味めぐり）

10月5日（土）～8日（火）の午前
10時～午後8時（8日は5時
まで）に高槻阪急（白梅町）で。
当日直接、会場へ。高槻商工会
議所 ☎675・0484）。

高槻手作り市

10月20日（日）午前10時～午後
4時に野見神社で。同実行委
員会 C o c c o k a r a ☎0

90・4282・6529 II西
田）。

たかつき酒塾

10月26日（日）、11月30日（土）、来
年1月18日（土）、2月15日（土）に
高槻商工会議所（大手町）など
で。対象は20歳以上。30人（多
数抽選）。4000円。申し込み
は10月4日（金）までに所定の
申込書をファクスで、同会議
所 ☎675・0484）へ。所
定の申込書は同会議所、産業
振興課で配布。

学芸員講座～氷室所在伝
今城塚石棺を考える

歴史

9月22日（日）午後1時30分～
3時に今城塚古代歴史館（☎
682・0820）で。150
人。無料。当日正午から整理券
を配布。

美しい仏像に出会う

9月24日（火）午前10時～正午
に北清水公民館で。講師は京
都国立博物館・浅秋毅さん。申
込順80人。無料。申し込みは9

しろあ歴史館コレクション展 江戸時代の屏風、刀剣、古曽部焼など

同館では市民の皆さんからの寄贈・寄託によ
り収蔵した文化財を随時コレクション展として
展示しています。

今回は、中国の故事を描いた屏風や、刀剣・甲
冑、古曽部焼、郷土玩具などを展示します。観覧
無料。

日程…9月14日（土）～12月22日（日）の午前10時
～午後5時（入館は4時30分まで）
休館日…9月17日（火）・24日（火）・30日（月）、10～12
月の月～土曜日
会場・問合先…同館（☎673・3987）

月3日（火）から電話か直接、同
館（☎687・3190）へ。

**古文書体験教室～高槻藩の
古文書文例集を読む**
10月6日（日）・13日（日）の午後
1時30分～3時にしろあ歴
史館で。講師はNPO法人市
文化財スタッフの会。30人（多
数抽選）。無料。申し込みは9
月16日（祝）（必着）までに直接ま
たは、往復はがきかファクス
に、教室名、住所、氏名、電話番
号を書いて、〒569・0007
5城内町1番7号しろあ歴
史館（☎673・3987、FAX
673・3984）へ。

しろあ歴史館 10月～来年1月下旬まで 月～土曜日は臨時休館

同館は施設外壁工事のため、下記のとおり月～土曜日は
休館します。また、工事期間中は駐車場も利用できません。

工事期間中の休館日…10月～来年1月下旬（予定）の月
～土曜日
工事期間中の開館日…日曜日午前10時～午後5時（年末
年始除く）。入館は午後4時30分まで
問合先…同館（☎673・3987）

9月22日（日）、10月13日（日）の
午前9時15分～午後2時30
分に高槻現代劇場和室で。先
着各100人。当日直接、会場
へ。各1000円。高槻茶道会
（☎090・2105・121
5 II前田）。

秋の文化講演会
高槻の史跡と能楽

テーマは菅原道真をめぐる。10月20日(日)午後1時〜4時30分に市教育会館(城内町)で。講師は神戸学院大学准教授・中村健史さんほか。150人(多数抽選。無料。申し込みは10月3日(休)必着)までに直接または、往復はがきかファクスに、講座名、住所、氏名、電話番号を書いて、〒569・0075城内町1番7号しるあ歴史館(☎673・3988とFAX673・3984)へ。



たかつき市民環境大学
北摂地域の地形と地質

9月12日(休)午前10時〜正午に今城塚公民館で。講師は大阪市立自然史博物館・中条武司さん。先着70人、当日直接、会場へ。無料。環境政策課(☎

674・7486)。
地域をあげて、子ども家庭支援をひろげよう

9月20日(金)午後6時30分〜8時30分に富田ふれあい文化センターで。講師は社会福祉士・辻由起子さん。先着120人、当日直接、会場へ。無料。保育あり(3歳〜就学前、5人。申込期限は9月13日(金))。市人権まちづくり協会(富田ふれあい文化センター内 ☎694・5451、FAX694・5453)。手話通訳あり。

大人が学ぶスマホ・ケータイ
子どもの安全教室

9月21日(土)午後2時〜3時に富田青少年交流センターで。講師は携帯電話会社認定講師。対象は18歳以上。申込順25人。無料。申し込みは9月3日(火)から電子申込みまたは、電話か直接、同センター(☎694・5454)へ。

心スツキリ
歌って笑って音楽療法

9月24日(火)午前10時〜正午に真上公民館で。講師は音楽

療法士・福島陽子さん。申込順30人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、同館(☎683・2509)へ。

地域フォーラム〜障害者差別解消法と地域生活

9月25日(水)午前10時〜正午に高槻現代劇場402号室で。講師はNPO法人おさか地域生活支援ネットワーク・北野誠一さん。先着200人、当日直接、会場へ。無料。支援が必要な人は9月11日(水)までにはがきかファクスに、催し名、氏名、電話番号、必要な支援を書いて、〒569・0075城内町1番11号市障害児者団体連絡協議会(☎672・0672)平日午前10時〜午後3時、FAX661・4714)へ。手話通訳・要約筆記あり。

もう一度働きたい女性のための再就職セミナー

9月25日(水)、10月2日(水)9日(火)の午前10時〜正午にクロスパル高槻で。講師はキャリアアコンサルタント・山中昭子さん。申込順各36人。無料。保育あり(0歳〜就学前、各10

人、申込期限は9月15日(日))。申し込みは9月3日(火)から電子申込みまたは、電話か直接、男女共同参画センター(クロスパル高槻内 ☎685・3725)へ。

ふれあいアップ講座
変貌するお墓事情

9月26日(木)午後2時〜4時に日吉台公民館で。講師はNPO法人エンディングセンター・井上治代さん。申込順60人。無料。保育あり(2歳〜就学前、5人。申込期限は9月13日(金))。申し込みは9月3日(火)から電話か直接または、ファクスに、催し名、氏名(ふりがな)、町名、年代、電話・ファクス番号を書いて、同館(☎688・6636)へ。手話通訳あり。

世界の女性の生き方・暮らし方

いずれも午前10時〜正午にクロスパル高槻で。申込順各36人。無料。保育あり(1歳〜就学前、各10人。申込期限は9月①17日(火)②30日(月))。申し込みは9月3日(火)から電子申込みまたは、電話か直接、男女共同

参画センター(クロスパル高槻内 ☎685・3725)へ。
①デンマークの女性たち 9月27日(金)。講師は立命館大学教授・大塚陽子さん
②扉をひらく女性たち〜世界と日本の課題 10月10日(木)。講師はアジア・太平洋人権情報センター・三輪敦子さん



赤大路コミュニティ
センター主催講座

着物着付け、実用書道、男性料理、フラワーアレンジメント。申込順各20人。月1000〜2500円。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、同センター(☎695・5563)へ。

けやきの森市民大学 秋期講座

いずれも会場は生涯学習センター。多数抽選。申し込みは9月1日(日)〜10日(火)必着に電子申込みか直接または、はがきかファクスに、講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号を書いて、〒569・8501(住所不要)生涯学習センター(☎674・7700、FAX674・7704)へ。1枚で複数講座申込可。

大阪成蹊大学・短期大学公開講座
摂津国を歩いてみましょう〜高槻ふれあい町歩き

日程・内容…10月3日(休)・10日(休)=古典文学作品にみる高槻▷17日(休)=名所旧跡などの実地踏査(フィールドワーク)。いずれも午後2時〜3時30分
講師…同大学名誉教授・中村隆嗣さん
定員…30人 費用…2,000円

大阪音楽大学公開講座
音楽の宝石箱〜さまざまな輝きとの出会い

日程・内容・講師…10月4日(金)=ベートーヴェン・構築性への強い意志〜熱情ソナタを例に(同大学教授・松本昌敏さん)▷18日(金)=あなたもオペラチックな人生を(同大学教授・田中由也さん)▷11月8日(金)=楽器の女王ヴァイオリン〜4本の弦で奏でる名曲たち(同大学特任教授・木田雅子さん)▷22日(金)=進化するフレンチクラリネットとバスクラリネットの世界(同大学講師・中村真美さん)。いずれも午後2時から
定員…300人 費用…3,000円 ※1回だけの受講は1,000円。当日直接、会場へ



昨年の様子

人権連続講座

いずれも午後2時〜4時にクロスパル高槻で。先着各100人、当日直接、会場へ。無料。市人権まちづくり協会(☎647・7825)。
第二の人生を地域活性に 9月27日(金)。講師はNPO法人寝屋川あいの会・三和清明さん

おとなが笑えば、こどもも笑う

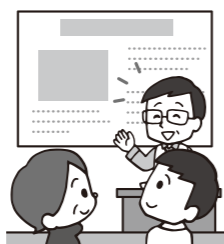
10月4日(金)。講師は府子ども家庭サポーター・辻由起子さん

ルポ刑務所出所者 10月11日(金)。講師は府地域生活定着支援センター・前阪千賀子さん
障がいのあるこどもと親への支援 10月18日(金)。講師は大阪大学歯学部附属病院講師・村上旬平さん

若者が考える同和問題 10月25日(金)。講師は関西大学教授・内田龍史さん

「命」の大切さ
動物と植物の「命」から

9月30日(月)午前10時〜正午に真上公民館で。講師は市人権まちづくり協会・岩崎律雄さん。申込順50人。無料。保育



ひとり親家庭スマイル化
応援講座

いずれも午前10時〜正午にクロスパル高槻で。対象はひとり親の女性、ひとり親になることを考えている女性。申込順各36人。無料。保育あり(0歳〜就学前、各10人。申込期限は①9月25日(火)②10月2

日(水)。申し込みは9月3日(火)から電子申込みまたは、電話か直接、男女共同参画センター(クロスパル高槻内 ☎685・3725)へ。
①損せず安心して住まいを借りるための基礎講座 10月5日(土)。講師は宅地建物取引士・春田美砂子さん
②離婚に向けての法律講座 10月12日(土)。講師は弁護士・角崎恭子さん

公民館DE衣食住

いずれも午前10時〜正午。申込順各30人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、各館へ。

リバンドゼロの片づけ術

10月5日(土)に警手公民館(☎685・2110)で。講師は整理収納アドバイザー・三谷直子さん。保育あり(2歳〜就学前、5人。申込期限は9月25日(火))

わが家の時間活用術

10月12日(土)に城内公民館(☎671・4644)で。講師はワイフ・ライフ・バランスコンサルタント・大野勉さん。保育あり(2歳〜就学前、5人。申込期限は10月2日(水))

障がい者向け教室

いずれも会場は障がい者福祉センター。対象は原則在宅の18〜64歳で自力が家族・知人の介助により通所できる市民。後日面談あり。教材費など実費。申し込みは9月3日(火)〜9日(月)に電話か直接または、ファクスに、教室名、住所、氏名、生年月日、障がいの種類と等級、電話・ファクス番号を書いて、同センター(☎672・0267、FAX661・3508)へ。

書道教室 10月7日〜12月23日の月曜日午後1時〜3時。身体障がい者、精神障がい者、難病の人▽10月10日〜12月12日の木曜日午前10時〜正午。知的障がい者。各全10回。各12人。

パソコン体験教室 10月8日〜12月17日の火曜日午前10時〜正午。知的障がい者▽午後1時〜3時。身体障がい者、精神障がい者、難病の人。各全10回。各12人。

フランス語入門・初級講座 10月〜令和3年9月の第2・3・4木曜日午前10時30分

応急手当講習会
普通救命講習Ⅰ

10月27日(日)午前9時30分〜午後0時30分に市消防本部で。対象は中学生以上。申込順30人。無料。申し込みは9月27日(金)〜10月20日(日)に電子申込か直接、最寄りの消防署へ。中消防署(☎674・7996)。

市中友好協会中国語教室
入門〜中級、会話クラス

10月〜来年3月の月〜金曜日午後6時30分〜8時30分にクロスパル高槻で。各全18回。申込順各20人。2万円(別途教材費必要)。申し込みは9月3日(火)〜13日(金)に電話で、同協会(☎661・5561)月・火・水・金曜日の午前10時〜正午へ。

高槻LCC〜瀬戸内寂聴秘書・瀬尾まなほ講演会

11月12日(火)午後2時〜4時にアンシエルデ・マリアイジユ(中川町)で。申込順200人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話で、高槻ライオンズクラブ(☎672・2618)へ。

特定健診、がん検診などの集団健(検)診日程

※特定健診、がん検診、ピロリ菌検査、肝炎ウイルス検査、歯科健康診査は、市内の指定医療機関でも受診できます
問合先…健康づくり推進課(〒569・0067桃園町4番15号 水道部庁舎 ☎674・8800)

健診名・対象・費用	日程・会場・定員	予約方法など
市国保被保険者の特定健診 今年度40〜74歳(75歳の誕生日前日まで)の市国保被保険者、無料	9/19(木)=クロスパル高槻(先着120人)▷27(金)=日吉台公民館▷29(日)=柱本小学校▷10/1(火)=庄所コミュニティセンター▷9(水)=春日ふれあい文化センター▷15(火)=南大冠公民館 ※いずれも午前9時30分〜11時。骨の健康度測定は9/19・27・29、10/9だけ	特定健診受診券・国保保険証を持って直接、会場へ
まとめて健診 胃(バリウム検査)・肺・大腸がん検診、特定健診の検査項目 ※全項目必須(胃がんは選択可) 今年度40〜74歳(75歳の誕生日前日まで)の市国保被保険者、無料 ※胃がんは50歳以上(偶数年齢、同一年齢での受診は1回)	10/10(木)・18(金)の午前=保健センター、申込順各90人	9/4(水)から電話か直接、同課へ
オプション項目 (上記「特定健診」と「まとめて健診」の会場で同時に受診できます)	<ul style="list-style-type: none"> ●ピロリ菌検査(単独受診不可) 今年度40〜49歳(50歳の誕生日前日まで)の市民で過去に受診・除菌歴のない人、500円☆ ※30〜39歳の市民は指定医療機関で単独受診可、500円☆ ●前立腺がん検診(単独受診不可) 50歳以上の男性で一定の条件に該当する市民、無料 ※条件は同課へお問い合わせください ●肺がん検診(特定健診の会場では単独受診可) 35歳以上の市民、無料 ●肝炎ウイルス検診(単独受診不可) 今年度40歳以上で一定の条件に該当する市民、B・C型各500円☆ ※条件は同課へお問い合わせください ●骨の健康度測定(特定健診の会場では単独受診可) 40歳以上の市民、500円☆ 	
検診名・対象・費用	日程・会場・定員	予約方法など
子宮頸・乳・大腸がん検診 子宮頸・乳がん検診を平成30年4月1日以降未受診の女性市民。子宮頸がん=20歳以上▷乳がん=30歳以上▷大腸がん=40歳以上。いずれも無料 ※大腸がんだけの受診不可	10/5(土)・28(月)の午後=保健センター、申込順各90人 ※10/28は保育あり(0歳〜就学前、20人。予約時に申し込み)	9/4(水)から電子申込または、電話か直接、同課へ
健康相談会(相談員:医師、保健師、管理栄養士、薬剤師) 誰でも可、無料	10/8(火)午後2時〜3時30分=保健センター	当日直接、会場へ
歯科健康診査 18歳以上または、妊産婦の市民。無料	10/8(火)午後2時〜3時30分=保健センター、申込順20人	9/4(水)から電話か直接、同課へ

がん検診など	検診名・対象・費用	日程・会場・定員	予約方法など
	子宮頸・乳・大腸がん検診 子宮頸・乳がん検診を平成30年4月1日以降未受診の女性市民。子宮頸がん=20歳以上▷乳がん=30歳以上▷大腸がん=40歳以上。いずれも無料 ※大腸がんだけの受診不可	10/5(土)・28(月)の午後=保健センター、申込順各90人 ※10/28は保育あり(0歳〜就学前、20人。予約時に申し込み)	9/4(水)から電子申込または、電話か直接、同課へ
	健康相談会(相談員:医師、保健師、管理栄養士、薬剤師) 誰でも可、無料	10/8(火)午後2時〜3時30分=保健センター	当日直接、会場へ
	歯科健康診査 18歳以上または、妊産婦の市民。無料	10/8(火)午後2時〜3時30分=保健センター、申込順20人	9/4(水)から電話か直接、同課へ

☆は受診料無料制度あり。対象は各健(検)診対象者のうち、70歳以上の市民▷65〜69歳で一定の障がいがあり、高齢者の医療の確保に関する法律による被保険者証を持つ市民▷生活保護世帯・市民税非課税世帯の市民(要事前申請)
※市国保加入者以外の市民の特定健診は加入する健康保険組合などにお問い合わせください
※定員の記載がないものは、定員なし。特に記載のないものは受診当日の年齢

〔正午〜入門▽午後2時30分〜4時〕初級。いずれも会場は阿武野コミュニティセンター。講師は近森千絵さん。申込順各20人。入会金1000円、受講料月3000円。申し込みは9月5日(木)から電話か直接、同センター(☎696・0921)へ。

甲種防火管理新規講習

10月15日(火)・16日(水)の午前10時〜午後5時5分(16日は3時40分まで)に市消防本部で。申込順120人。申し込みは9月17日(火)〜24日(火)〔土・日曜日、祝日除く〕に所定の申込書と教材費3700円を持って直接、消防本部予防課(☎674・7985)へ。申込書は防本部ホームページで配布。

陶芸初級教室

いずれも午前10時〜午後0時30分にクロスパル高槻で。各15人(多数抽選)。1万4800円。申し込みは各申込期限(必着)までに往復はがきに、教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、〒569・0804紺屋町1

番2号クロスパル高槻(☎685・3721)へ。1人はがき1枚1教室。

木曜教室 10月3日〜12月5日の木曜日。講師は陶芸家・原口知子さん。申込期限は9月17日(火)
火曜教室 10月22日〜12月24日の火曜日。講師は陶芸家・高橋敬子さん。申込期限は9月24日(火)



マンション管理セミナー

いずれも午後1時30分〜3時30分に高槻現代劇場205号室で。対象は分譲マンション居住者、管理組合役員などで。申込順各40人。各5000円。申し込みは9月3日(火)から電話で、(一社)府マンション管理士会高槻支部(☎080・3784・0386)山口へ。
マンション管理って何? 9月8日(日)
理事の1年間の業務 11月10日(日)

歯の相談 Q&A

Q 入れ歯とインプラントは同じですか?
A 入れ歯と異なりインプラントは手術が必要で、自費だけ

入れ歯は、保険適用があり安価で治療でき、顎の骨が少なくても治療できます。取り外し可能で衛生的です。粘膜で支えるため異物感があり、自分の天然歯と比べるとかみ心地は劣ります。

インプラントは、自費での治療のため高額です。顎の骨の中に人工の歯根を埋めるため手術が必須です。天然歯と同じような感覚でかむことができ、見た目も白くきれいになります。

インプラント治療が可能な歯科医院は限られますので相談する場合は、ご注意ください。(市歯科医師会)

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)ホープ(☎092-716-1401)へ

健康

大阪医科大学市民公開講座 心臓弁膜症手術

9月21日(土)午後1時30分から同大学(大学町)683・1221)で。先着190人、当日直接会場へ。無料。

9月24日～30日は 結核予防週間

結核は昨年全国で年間約1万5000人、市内でも約50人が発病しています。結核は患者のせきやくしゃみから飛び出した菌を吸い込むことで感染します。高齢者が多くを占めています。20歳以下の若者でも発症しており、注意が必要です。せき、たん(血たん)、発熱が2週間以上続くときは、早めに医療機関を受診しましょう。保健予防課(☎61・6332)。

講演会と健康相談 下咽頭がんや喉頭がん

10月5日(土)午後1時～3時に障がい者福祉センターで。講師は医師・坂倉淳さん。対象は市内在住の喉頭摘出者、下咽頭がん、喉頭がんの人と家族。先着20人、当日直接、会場へ。無料。高槻喉友会(☎・FAX 681・5742)中川)。

ブラック・ジャックセミナー 手術縫合などの体験

10月20日(日)午前9時～午後1時に高槻赤十字病院(阿武野一)で。対象は中学生・高校生。36人(多数抽選)。無料。申し込みは9月15日(日)までに電話で、同病院(☎696・6057)へ。



大阪薬科大学市民講座 身近な眼の病気とお薬

9月14日(土)午後1時～3時50分に同大学(奈佐原四)6

無料で実施

がん検診

早期発見が重要

現在、日本人の2人に1人ががんを患い、3人に1人ががんで亡くなっています。最近では食生活の変化などから大腸がんにかかる人が増加しており、がんの中でも患者数が最も多くなっています。

しかし、治療技術の進歩により、早期発見・治療することで、完治できる可能性が高まっています。そのためにはがん検診を受けることが大切です。市のがん検診は無料ですので、以前検診を受けて異常なしだった人も定期的に受診しましょう。

なお、明らかな症状がある場合は、身体の状態に応じた検査や治療が必要になりますので、必ず医療機関を受診しましょう。指定医療機関での検診を希望する場合は、各医療機関に直接お申し込みください。集団検診の日程などは、本誌35ページ参照。問合先：健康づくり推進課(☎674・8800)

9月は大腸がん検診受診啓発月間 高槻・島本ブルーリボンキャンペーン

9月は大腸がん検診受診啓発月間です。定期的にごがん検診を受診し、次の生活習慣を心掛けて大腸がんを予防しましょう。

生活習慣のポイント

- 食物繊維を含む食品の摂取
- 運動を心掛け、適正体重に
- 禁煙、節度のある飲酒を



無料となるがん検診

対象は市民。ただし現在がんの治療中の人などは対象外。詳しい条件についてはお問い合わせください。

- 乳がん…対象は前年度未受診の30歳以上の女性(しこりなどの症状がある人は対象外)。問診、超音波検査(30～39歳)または、マンモグラフィ検査(40歳以上)
- 胃がん…対象は50歳以上の偶数年齢(同一年齢での受診は1回)。問診、胃部X線検査(バリウム)または、胃内視鏡検査(胃カメラ)
- 子宮頸がん…対象は前年度未受診の20歳以上の女性。問診、視診、内診、細胞診
- 肺がん…対象は35歳以上。問診、胸部X線検査、該当者は喀痰(かたん)検査も実施
- 前立腺がん…対象は50歳以上の男性(過去にPSAの数値が4.0以上だった人、一度でも前立腺がんと診断された人は対象外。ただし、例外あり)。問診、血液検査
- 大腸がん…対象は40歳以上。問診、便潜血検査(2日法)



健康コラム シリーズ55

支え合おうところといのち

9月10日～16日は自殺予防週間です。自殺は個人の健康やところの問題だけでなく、家庭、経済、生活問題などのさまざまな社会的要因が複雑に関係して、心理的に追い込まれた末の死といえます。

自殺で亡くなる人は年々減少していますが、平成30年は全国で20,840人が自殺で亡くなっています。本市でも32人が自ら命を絶っています。

本市では、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指すため、「自殺対策計画」を新たに策定しました。計画では、自殺のサインに気付いて話を

聞き、必要に応じて専門の相談機関につなぐ「ゲートキーパー」を養成し、幅広く自殺対策を支える人材の育成を図ることを掲げています。

身近な人の様子がいつもと違う(表情が暗い、体調不良が続く、ミスが増えたなど)、その状態が長引いている場合は、ところの病気や自殺のサインかもしれない。そんなときに周りが気付き、声をかけることが大切で、これがゲートキーパーの役割です。身近な人のところと体を大切にするために、みんなでのちを支え合いましょ。(保健予防課)

自殺に関する相談窓口

面接相談

●市ところの健康相談(保健予防課)

うつ病や統合失調症、アルコール問題など、ところの不調に関する相談(電話相談もあり)

日程…月～金曜日の午前8時45分～午後5時15分

会場…市保健所

申込方法…随時電話で、保健予防課(☎661・9332)へ

電話相談

●ところの健康相談統一ダイヤル

☎0570・064・556

(月～金曜日の午前9時30分～午後5時)

●大阪自殺防止センター

☎06・6260・4343

(金曜日午後1時～日曜日午後10時)

●わかぼちダイヤル(40歳未満専用電話相談)

☎06・6607・8814

(水曜日午前9時30分～午後5時、祝日を除く)

●関西のちの電話

☎06・6309・1121(24時間、365日)

●フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」

☎0120・783・556

(毎月10日午前8時～11日午前8時)

●ところのLINE電話相談(大阪府)

右記QRコード

(月～金曜日午前9時30分～午後5時)



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)ホープ(☎092・716・1401)へ

生涯現役～楽しく食べて 生きるためのお口の処方箋

食事を楽しむためには健康な歯が必要です。健康な歯でいられるための秘けつを講演とパネルディスカッションで学びます。



日時…10月7日(月)午後2時～4時

※無料。手話通訳あり

会場…生涯学習センター2階多目的ホール

講師…大阪医科大学教授・植野高章さん ほか

定員…申込順300人

申込方法…9月9日(月)から電話か直接、健康づくり推進協議会(城東町 ☎661・9112、FAX672・7569)へ

市民歯学講座 健口が延ばす幸福寿命

おいしいものを食べ、幸せに過ごすためには、お口の健康があつてこそです。お口の健康を維持していく方法をお伝えします。

日時…10月19日(土)午後3時～5時 ※無料。手話通訳・要約筆記あり
会場…生涯学習センター2階多目的ホール
講師…大阪大学大学院教授・大野敦雄さん
定員…申込順300人
申込方法…9月4日(水)～30日(月)に電話か直接、健康医療政策課(城東町 ☎661・9330、FAX661・1800)へ



高槻スポーツ大学

いずれも午後7時～8時30分に総合スポーツセンターで。対象は18歳以上。各30人(多数抽選)。無料。申し込みは9月5日(木)から電話かファクスに、教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、みどりスポーツ振興事業団(☎661・0646、FAX674・7409)へ。

スポーツ現場の応急処置(スポーツ外傷・障がい)

9月25日(水)。講師は医師・中村信之さん

親子で楽しむ体幹トレーニング

10月9日(水)。講師は太成学院大学講師・河上俊和さん

関西大学たかつきアイスアリーナ初心者スケート教室

10月～来年3月の土曜日午前9時～10時30分に同アリーナ

ナで。全24回。対象は市内在住の5～15歳のスケート未経験者で、公共交通機関で通える人。50人(多数抽選)。2万7000円(別途傷害保険料800円、靴代月2000円必要)。申し込みは9月7日(出)(必着)までに往復はがきにて、住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号を書いて、〒569・1095 霊仙寺町二丁目1番1号関西大学たかつきアイスアリーナ事務局(☎690・2508)へ。1人はがき1枚。



ライフ・チャレンジ・ザ・ウォーク

10月20日(日)午前9時20分～正午に萩谷総合公園で。公園内のゲームポイントを回るウォークラリー。対象は市内在住の小学生以下と家族。申込順400人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話または、はがきかファクスに、住所、参

府視覚障害者スポーツレクリエーション大会

10月4日(金)午前7時30分障がい者福祉センター集合、午後5時解散予定。会場は府立久宝寺緑地公園陸上競技場(八尾市)。対象は市内在住の視覚障がい者と家族、交流希望の人。申込順10人。5000円。申し込みは9月3日(火)～9日(月)に電話かファクスに、催し名、参加者全員の氏名、年齢、電話・ファクス番号、障がい者手帳の有無を書いて、市視覚障害者福祉協会(☎675・1232)へ。



加者全員の氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、予備日(10月27日(日))の参加可否を書いて、〒569・8501(住所不要)文化スポーツ振興課(☎674・7649、FAX674・8336)へ。

ニユースポーツ教室 バスターボイなど

9月20日(金)午後7時～8時30分に古曽部防災公園体育館で。講師は市スポーツ推進委員。対象は小学生以上。無料。当日直接、会場へ。文化スポーツ振興課(☎674・7649)。

高槻市民ハイキング

いずれも無料。当日直接集合場所へ。市ハイキング協議会(☎671・3761) 植畑、午後6時～9時)。

空谷橋～萩谷総合公園コース

9月29日(日)午前9時市営バス停「空谷橋」集合、午後3時市営バス停「西之川原橋」解散予定。約12キロ。健脚向き

富田～郡家～三島江コース

10月27日(日)午前9時JR摂津富田駅北側広場集合、午後3時30分市営バス停「三島江」解散予定。約12キロ。一般向き

茨木車作～竜王山登山コース

11月24日(日)午前9時30分市営バス停「関西大学」集合、午後3時30分市営バス停「塚脇」解散予定。約11キロ。健脚向き

各スポーツ連盟・団・協会が開催する大会 問合せ…市スポーツ団体協議会(野見町 ☎673・7140)

大会名	日程	対象・定員・参加料	会場	申込方法など	
弓道競射会	9/16(祝) 9:30～16:30	弓道場利用許可証取得者 登録 500円、未登録 800円	A	当日9:00～9:30に直接、会場へ	
ゴルフ	市民研修北西部 競技会	9/25(水) 9:00～12:00	B	申込期間は9/3(火)～11(水)必着 ☆	
	市長杯 (益田都市交流)	10/12(土) 8:00～12:00		申込期間は9/3(火)～30(月)必着 ☆	
	月例杯	①10/10(木) ②11/11(月) ③12/9(月)		13:00～16:00	申込順各48人 登録 500円、未登録 700円 ☆
市長杯ゲートボール大会	10/4(金) 8:30～15:00	1チーム5～8人、2,500円		9/9(月)までに電話で、ゲートボール連盟(☎676・1835=福居)へ	
ソフトテニス職域対抗戦 (団体戦)	9/29(日) 9:00～18:00	市内通勤者 1チーム5ペア(2人1ペア) 6,000円	C	9/15(日)までに電話で、ソフトテニス連盟(☎699・9877=川野)へ	
佐々木杯争奪卓球大会 (団体戦)	9/29(日) 9:00～21:00	いずれも男子・女子 1チーム3・4人(2S・1W) 一般▷シニア(大会当日平均年齢60歳以上)▷ ジュニア(中学生以下) 登録2,400円(17歳以下1,200円)、未登録 3,000円(17歳以下1,500円) ※平成31年 3/31の年齢	A	申込期限は9/18(水)必着 ☆	
テニス	壮年個人 参加型親 睦大会	9/23(祝)	C	男子55歳以上、女子45歳以上 ※令和元年12/31現在の年齢 1,000円	
				小学生(保護者同伴) 無料	
	小学生 体験教室	15:00～17:00			
市長杯ダブルス大会	10/20(日)	男子 一般A・B・C	D	9/27(金)18:30～20:00に直接、同協議会へ ☆	
	10/27(日)	ベテラン男子=45歳以上、55歳以上、60歳以上、65歳以上、70歳以上▷ベテラン女子=40歳以上、50歳以上、55歳以上 ※令和元年12/31現在の年齢			3,000円★
	11/4(水)	女子 一般A・B・C			D
市長杯バスケットボール大会	①11/3(祝)・17(日) ②11/4(水) 9:00～17:30	高校生以上 4,000円 ★	①F ②A	10/6(日)13:00～17:00に直接、総合体育館へ	
バレーボール	市長杯6人制大会	10/6(日)	9:00～17:00	F	
	市長杯9人制大会	10/20(日)			A
	ミックスウィナーズCUP	10/27(日)			F

【会場】A=総合体育館、B=青少年運動広場、C=郡家テニスコート、D=萩谷総合公園テニスコート、E=総合スポーツセンターテニスコート、F=古曽部防災公園体育館
【参加料など】団体およびチーム競技は1チーム当たりの参加料。★は登録料などが必要
【申込方法】☆は詳しくは募集要項参照。募集要項は文化スポーツ振興課、市ホームページ、同協議会、同協議会ホームページで配布

総合スポーツセンター・古曽部防災公園体育館 9月の個人利用

大人200円、小・中学生100円。弓道場は利用許可証が必要。トレーニング室は中学生以下利用不可。
休所日は総合体育館Ⅱ火曜日▽古曽部防災公園体育館Ⅱ木曜日。トレーニング室は休所日以外利用可。
総合体育館 ☎677・8200
大体育室：ソフトバレーボールⅡ6日(金)・13日(金)・20日(金)の午前9時～正午(定員各96人)▽バスケットボールⅡ14日(土)午後6時～9時(定員60人)▽バドミントンⅡ23日(祝)午後6時～9時(定員80人)▽インテイクⅡ4日(水)・11日(水)・25日(水)の午前9時～正午(定員各48人)
小体育室3：卓球Ⅱ休所日以外
弓道場：16日(祝)午前9時～午後5時30分と休所日以外
陸上競技場 ☎677・8200、雨天時は問い合わせ)
トラック：14日(土)・21日(土)の午後1時～5時(定員各40人)

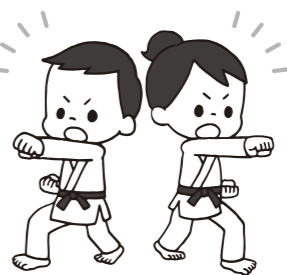
古曽部防災公園体育館 ☎81・0031

メインアリーナ：卓球Ⅱ4日(水)・9日(月)・30日(月)の午前9時～正午(定員各96人)・21日(土)午後6時～9時(定員48人)▽バドミントンⅡ2日(月)・10日(水)の午前9時～正午(定員各32人)▽バドミントン(中学生・高校生)Ⅱ11日(水)午後6時～9時(定員64人)▽バドミントン(中学生・高校生以外)Ⅱ23日(祝)午後6時～9時(定員64人)▽ソフトバレーボールⅡ2日(月)・17日(水)の午前9時～正午(定員各48人)

各スポーツ連盟・団・協会 主催のスポーツ教室

祝日・市の行事などで開催しない日あり。詳しくは市スポーツ団体協議会(野見町 ☎673・7140)へ。募集要項があるものは、文化スポーツ振興課、市ホームページ、同協議会ホームページで配布。また、スポーツを始めた人、興味がある人は同協議会へお問い合わせください。

日除く午前9時～正午に堤運動広場体育館で。対象は5歳以上。無料。当日直接、会場へ。



合気道教室

①10月～12月14日の土曜日(11月23日除く)午前10時～11時30分②10月～12月21日の土曜日(10月26日、11月9日、12月7日除く)午後1時30分～4時30分③10月～12月22日の日曜日(10月13日、11月3日、12月1日除く)午後7時～8時30分に①③総合体育館②古曽部防災公園体育館で。対象は小学生以上(中学生以下は保護者同伴)。1回1000円。当日直接、会場へ。

空手道体験教室

10月～12月22日の日曜日(10月13日、11月24日、12月8日)

サッカー教室

いずれも当日直接、会場へ。
キッズ教室 9月11日(水)・25日(水)の午後3時～5時に青少年運動広場で。対象は5歳～小学2年生。1回2000円
シニア教室 9月6日(金)・13日(金)・20日(金)の午後3時～6時に青少年運動広場で。対象は60歳以上の男性。1回2000円

放課後サッカー教室

①9月4日(水)午後3時30分～5時30分②9月11日(水)・18日(水)・25日(水)の午後3時30分～6時に①総合体育館②青少年運動広場で。対象は小学3～6年生。1回3000円

②11月10日(日)の午後1時～2時30分に①総合体育館②古曽部防災公園体育館で。対象は小学生以上。無料。当日直接、会場へ。

ソフトテニス教室

いずれも会場は郡家テニスコート。当日直接、会場へ。

初心者教室

10月7日(月)・30日(水)・11月11日(月)・20日(水)・12月4日(水)・9日(月)の午前10時～午後3時。各8000円

ジュニア教室

10月5日(土)①午前9時～11時②午前9時～正午。対象は①小学1～3年生②小学4年生～中学生。各2000円

講習会

10月5日(土)正午～午後3時、10月19日(土)、11月16日(土)・30日(土)、12月14日(土)の午前9時～正午。対象は高校生以上の経験者。各2000円
女子講習会 10月24日(水)・11月21日(水)・12月5日(水)の午前10時～正午。対象は18～50歳の女性経験者(高校生不可)。各2000円

テニスジュニア教室

いずれも10～12月に総合スポーツセンターテニスコートで。申込期限は9月10日(水)必着。詳しくは募集要項参照。
月・水・金曜日コース ①午後

曜日、11月16日(土)、12月14日(土)の午後7時～8時30分に堤運動広場体育館で。対象は高校生以上。1回2000円(登録者無料)

日本剣道形講習会

10月6日(日)午後2時～5時30分に総合体育館で。対象は高校生以上。5000円(登録者無料)

3時～4時②4時～5時。対象は①5歳～小学2年生②小学生。①各20人②各30人(多数抽選)。月曜日コース(全8回)Ⅱ8000円▽水・金曜日コース(各全10回)Ⅱ各1万円
土曜日コース 午後3時～5時。全9回。対象は小学5年生～中学生。20人(多数抽選)。1万8000円

日本拳法教室

10月～12月21日の木・土曜日(11月23日除く)午後7時～9時に総合体育館で。対象は小学生以上。月会費2500円。当日直接、会場へ。

バスケットボール教室

9月22日(日)午前9時～11時30分に古曽部防災公園体育館で。対象は小学生以上。3000円。当日直接、会場へ。

ラグビー体験教室

10～12月の①日曜日午前9時～正午②土・日曜日の午前または午後陸上競技場などで。対象は①3歳～小学生②小学5年生～中学生。無料。申し込みは事前に電話で、ラグビー連盟 ☎684・1501

陸上ランニング教室

①10月～12月21日の土曜日(10月2日(水)・11月6日(水)・12月4日(水)の午後6時～9時に①総合体育館②古曽部防災公園体育館で。対象は3歳～中学生。入会金3000円、月会費2500円。当日直接、会場へ。
②10月～12月21日の土曜日(10月2日(水)・11月6日(水)・12月4日(水)の午後6時～9時に①総合体育館②古曽部防災公園体育館で。対象は3歳～中学生。入会金3000円、月会費2500円。当日直接、会場へ。



柔道教室

いずれも10月～12月25日の水・金曜日(10月23日除く)に総合体育館で。入会金2000円、月会費3000円。当日直接、会場へ。
少年の部 午後6時30分～7時30分。対象は小学生
一般の部 午後7時30分～8時30分。対象は中学生以上

少林寺拳法体験教室

①10月6日(日)、12月8日(日)

スポーツ少年団 少林寺拳法教室

①10・11月の第2・4水曜日、12月18日(水)の午後7時～9時②10月20日(日)、11月17日(日)、12月15日(日)の午前9時～正午に①古曽部防災公園体育館②総合体育館で。対象は小学生以上。無料。当日直接、会場へ。

プロ野球 オリックス 観戦チケット 40組80人にプレゼント

プロ野球オリックス・バファローズの試合の観戦チケットを各試合10組20人に無料でプレゼント。

千葉ロッテマリーンズ戦 9月20日(金)午後6時から21日(土)午後2時から

福岡ソフトバンクホークス戦 9月22日(日)午後2時から23日(祝)午後1時から

会場…京セラドーム大阪(大阪市西区)
応募方法…9月11日(水)(必着)までにはがきに、観戦希望日、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、〒550-0023大阪市西区千代崎三丁目北2番30号オリックス・バファローズ(ファーム事業G)チケットプレゼント係へ
※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます
問合せ先…バファローズお客様ダイヤル ☎0570-01-8862



募集

合同企業面接会の参加企業

11月28日(木)に生涯学習センターで開催。25社(多数選考)。応募は9月25日(火)までに所定の用紙をファクスで、高槻商工会議所へ。募集要項は産業振興課(☎674・7411)、市ホームページ、同会議所配布。

市宮川西住宅の入居者

市宮川西住宅の12月中旬からの入居者。募集戸数は2〜4人世帯用Ⅱ2戸。収入基準など条件あり。申し込みは9月2日(月)〜17日(火)(消印有効)に所定の申込書を郵送で、住宅課(☎674・7525)へ。申込書は9月2日(月)から同課、各支所などで配布。

家庭訪問型子育て支援「ボランティア養成講座受講生

受講後、未就学児のいる家庭を訪問し傾聴するなどのボランティアを行う。10月9日(水)・17日(水)・23日(水)・30日(水)・11月6日(水)・13日(水)・20日(水)・27日(水)の午前10時〜午後4時30分に生涯学習センターで。対象は子育て経験がある市民。申込順25人。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、庄所子育てすくすくセンター(☎690・7469)へ。

食の文化祭フリマ出店者

10月19日(土)・20日(日)に城跡公園で開催。1店舗3席×2席。先着各70店舗。10000



障がいのある人も、ない人も誰でも参加できます。
日時…10月6日(日)午前10時〜午後3時 ※無料、当日直接、会場へ
会場…第一中学校
種目…50m走、車椅子・バギー競争、綱引き、玉入れなど
問合せ…障がい者福祉センター(☎672・0267、FAX661・3508)

体力づくり教室

市は左表のとおり体力づくり教室を開催します。特に記載のないものはいずれも全10回。多数抽選(★は申し込み不要。当日直接、会場へ)。申し込みは①②9月11日(水)(必着)③④9月6日(金)(消印有効)までに往復はがきに、教室名③④は希望曜日・時間帯も、住所、氏名(ふりがな)、生年月日・年齢・学年、性別、電話番号、☆は障がいの種類・等級を書いて各申込先へ。1人はが

会場	教室名	日程	対象・定員	受講料
①総合スポーツセンター	親子ではじめるスポーツ	10/7~12/23の月曜日 10:15~11:30	3歳~就学前と保護者、20組	3,000円
	健康維持スポーツ	10/10~12/12の木曜日 13:30~15:00	60歳以上、50人	
	幼児体育教室(スタートクラス)	10/10~12/19の木曜日 10:30~11:30	平成27年4月2日~28年10月10日生まれ、40人	2,000円
	幼児体育教室(ステップクラス)	10/4~12/6の金曜日 15:40~16:40	平成25年4月2日~27年4月1日生まれ、40人	
	ジュニアスポーツ	9/28~12/21の土曜日 9:15~10:30	小学生、40人	
	障がい児親子体育教室 ☆	9/28~12/21の土曜日 10:45~12:00	3歳~小学生の障がい児と保護者、20組	1,000円
②古曽部防災公園体育館	障がい児・者スポーツ教室 ★	10/11・25、11/8、12/13の金曜日 10:00~11:30	小学生以上の障がい児・者、先着30人	1回100円(小・中学生50円)
	体引き締めエクササイズ	10/15~12/24の火曜日 10:30~11:30	18~65歳、50人	3,000円
	楽ラク 健康づくり	10/9~12/11の水曜日 13:30~15:00	60歳以上、50人	
	幼児体育教室	10/9~12/11の水曜日 15:40~16:40	3歳~就学前、40人	2,000円
	ジュニア体育&スポーツ	10/12~12/21の土曜日 9:15~10:30	小学生、40人	
	親子ではじめるスポーツ	10/12~12/21の土曜日 10:45~12:00	3歳~就学前と保護者、20組	3,000円
③市民プール	障がい児・者スポーツ教室 ★	10/1・15、11/5・19、12/3・17の火曜日 13:30~15:00	小学生以上の障がい児・者、先着30人	1回100円(小・中学生50円)
	初心者スイミング(クロール)	10/2~12/16の水曜日 10:00~11:00	16歳以上、各20人	
	大人教室(初級・上級)	10/7~12/16の月曜日19:00~20:00、金曜日12:00~13:00	16歳以上、各20人	5,090円※
	アクアピクス(水中エアロピクス)	10/7~12/16の月曜日11:15~12:15、金曜日19:00~20:00	16歳以上、各30人	
	アクアエクササイズ(水中ウォーキングなど)	10/2~12/12の水曜日13:00~14:00、木曜日11:00~12:00	16歳以上、各30人	
	幼児スイミング(水慣れ~クロール)	10/2~12/16の水・木・金曜日 15:00~16:00	3歳~就学前、各22人	
	身体障がい者スイミング(リラクゼーション~4泳法) ☆	10/2~12/11の水曜日 19:00~20:00	16歳以上の身体障がい者で介助なしで参加できる人、10人	2,540円※
	肢体不自由児・者スイミング(個人に応じた練習) ☆	10/12~12/14の土曜日 11:30~12:30	小学生以上の肢体不自由児・者、10人	
	知的障がい児親子スイミング(水慣れ~4泳法) ☆	10/12~12/14の土曜日 14:30~15:30	小・中学生の知的障がい児と保護者、17組	1,320円※
	知的障がい者スイミング(水慣れ~4泳法) ☆	10/12~12/14の土曜日 16:00~17:00	16歳以上の知的障がい者、17人	2,540円※
④市民プール内スタジオ	健康柔軟体操	10/7~12/23の月曜日11:00~12:00、水曜日11:15~12:15、金曜日11:15~12:15	16歳以上、各20人	
	⑤はじめてエアロ ⑥かんたんエアロ	10/9~12/18の⑤水曜日10:00~11:00⑥木曜日10:00~11:00、金曜日19:00~20:00	16歳以上、各18人	2,030円※
	ヨガ入門	10/9~12/18の水曜日19:00~20:00、木曜日14:00~15:00、金曜日14:00~15:00	16歳以上、各20人	

※別途施設利用料必要

- き1枚1教室。定員が「組」のものは2人1組
【申込先】
①総合スポーツセンター教室(〒569・0823芝生町四丁目1番1号 ☎677・8200)
②古曽部防災公園体育館教室(〒569・1115古曽部町三丁目15番1号 ☎681・0031)
③④市民プール・市民プール内スタジオの教室(〒569・0823芝生町四丁目3番11号 ☎677・7200)

公民館読み語りボランティア養成講座受講生

受講後、市立公民館で開催するおはなし会でボランティア活動を行う。①9月24日(火)②10月4日(金)③10月31日(木)の午後1時〜3時に①②城内公民館③小寺池図書館で。講師は絵本作家・陣崎草子さんほか。申込順30人。無料。保育あり(2歳~就学前、5人。申込期限は9月13日(金)。申し込みは9月4日(水)から電話か直接、今城塚公民館(☎683・3331)へ。



求人

市立保育所などの職員

いずれも市立保育所など

で勤務。応募は、所定の申込書を持って直接、保育幼稚園総務課(八丁畷町 ☎648・3273)へ。募集要項は同課、市ホームページで配布。
保育士 保育教諭(非常勤職員) 10月から月々土曜日のうち週5日、午前6時55分〜午後7時5分の時間内に勤務。2人。資格は4月1日現在64歳以下で、保育士証の交付を受けている人。月額19万8300円。試験日は9月14日(土)。応募期間は9月2日(月)〜13日(金)
給食調理嘱託員(非常勤職員) 10月から月々土曜日のうち週4日、午前8時30分〜午後4時45分。1人。資格は栄養士免許か調理師免許取得または、調理業務経験2年以上で4月1日現在18~64歳の人。月額17万9400円。試験日は9月14日(土)。応募期間は9月2日(月)〜13日(金)
アルバイト登録者(①保育補助②給食調理) 月々土曜日のうち週4・5日勤務。時間給①1280円②保育士証の交付を受けている▽1100円③無資格④1160円。応募は随時受け付け

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)ホープ(☎092-716-1401)へ

催し

講座

健康

スポーツ

募集・求人

高齢者

**要介護認定調査員
(非常勤職員)**

10月から月～金曜日のうち週4日、午前9時～午後5時15分に市役所で勤務。2人。資格は昭和29年4月2日以降生まれで、実務経験が1年以上の介護支援専門員。月額20万4800円。試験日は9月14日(土)。応募は9月2日(月)～11日(水)に直接、長寿介護課(☎番号☎674・716)へ。募集要項は同課、市ホームページで配布。



**手話通訳者
(非常勤職員)**

10月から月～金曜日のうち週4日、午前9時～午後5時に市役所で勤務。1人。資格は手話通訳士または都道府県の手話通訳者登録をしている

人。月額19万2300円。試験日は9月14日(土)。応募は9月2日(月)～10日(火)(必着)に所定の申込書を持って直接または、郵送で、障がい福祉課(☎番号☎674・716)へ。募集要項は同課、市ホームページで配布。

**学童保育室臨時指導員
(アルバイト登録者)**

月～金曜日の午後1時45分～6時(延長保育時は7時まで)。学校休業期間は午前8時30分から、土曜日午前8時30分～午後5時のうち週3・4日程度、市立学童保育室で

**学校給食調理員
(アルバイト登録者)**

月～金曜日の午前8時～午後3時45分または午前8時30分～午後3時15分(金曜日は午後3時30分まで)に市立小・中学校で勤務。時間給1160円。応募は随時履歴書を持って直接、教育総務課(☎番号☎674・7612)へ。

8時30分～午後5時に市立小・中学校で勤務。資格は①小学校か中学校の教諭②養護教諭③栄養教諭免許または、栄養士資格取得者④資格不要。応募は随時履歴書を郵送か直接、〒569・8501(住所不要)教職員課(☎番号☎74・7633)へ。



いずれも月～金曜日の午前

**障がい者雇用支援
講演会・制度説明会**

いずれも申込順、定員あり。申し込みは9月3日(火)から電話か直接または、ファクスに、催し名、氏名(企業・事業者は事業者名も)を書いて、産業振興課(☎674・7411、FAX675・3133)へ。手話通訳・要約筆記あり。無料。

日時 9月12日(休)
会場 障がい者福祉センター

**講演会
高槻市唯一の特例子会社として～(株)JFRクリエの取組**

障がい者雇用や就労支援の積極的な取り組みを伝えます。
時間…午後1時30分～2時30分
講師…松林秀幸さん

障がい者雇用に関する助成金制度説明会

時間…午後2時45分～3時30分
講師…(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構

**はたらくきっかけ
就労支援セミナー**

講演会&個別相談会

働くことに踏み出せないなどの悩みを持つ人に、同じ悩みを抱えていた若者が体験談を交えて講演します。希望者には個別相談会(要予約)も実施。

日時…10月5日(土)午後2時～4時 ※無料
会場…クロスパル高槻
対象…ニート・ひきこもりなどの無就労状態の人やその家族など
定員…申込順50人
申込方法…9月4日(火)～30日(月)に電話または、所定の申込書をファクスで、福祉相談支援課(☎674・7198)へ。申込書は同課、市ホームページで配布

勤務。時間給1000円。応募は随時直接、子ども育成課(☎番号☎674・7656)へ。申込書は同課、市ホームページで配布。



**はじめよう
介護予防**

ますます元気大作戦

介護予防は元気なうちから



市では現在約16,000人が要介護認定を受けています。第7期高槻市高齢者福祉計画・介護保険事業計画のデータによると、65～69歳では要介護認定率が2.6%であったものが、90歳以上では77.5%になり、加齢に伴い著しく増加しています。では、要介護状態になることは防げないのでしょうか。

介護が必要になる原因は、大きく分けて生活習慣病と身体機能の低下です。運動や食事などの生活習慣を見直すこと、そして家の外に出て社会と

のつながりがある生活を送ることなどが介護予防のポイントとなります。いつまでもいきいきとした自分らしい生活を続けるために、介護予防を今から始めてみましょう。

介護予防をしたいけれど何から始めればいいのか分からないという人は、まず介護予防イベント「健幸まつり」に参加してみませんか。詳しくは、本誌44ページをご覧ください。

問合せ…長寿介護課(☎674・7881)

60歳から始める体力づくりを本気で考えるイベント

9/20(金)

健幸まつり

生涯学習センターで



**健幸ポイント
対象事業**

健康で幸せな「健幸生活」を送るための介護予防を体験してみませんか。無料。当日直接、会場へ。
問合せ…長寿介護課(☎674・7881)

体験 1階展示ホール
午前10時～午後4時

- 健康講話「つながろう 健康の輪」(自分も地域も健康にするつながりを紹介)
- 筋力・バランス体力年齢測定
- 計測からわかる あなたの栄養状態チェック
- 口腔水分計を使ったお口の乾燥度測定
- 認知症予防の最新情報

展示 2階多目的ホールロビー
午前11時～午後4時

- 地域包括支援センターってどんなところ?
- 市内200カ所 ますます元気体操拠点を紹介

展示 1階展示ホール
午前10時～午後4時

- シルバー人材センター紹介
- あなたの活躍を応援します(生活支援コーディネーター)
- 街かどデイハウス紹介

講演

敬老祝セレモニーと介護予防講演会(午後1時30分～3時30分、2階多目的ホール)あり ※事前に電話で申し込み必要

スタンプラリー
参加者にオリジナルボールペンをプレゼント ※受付・景品交換コーナー(総合センター1階)でスタンプラリーカードを配布

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)ホープ(☎092-716-1401)へ

高齢者

ン病院(白梅町)▽9月26日
12月5日の木曜日富田公
民館。いずれも午後2時~4
時。各全6回。講師は歯科医
師ほか。対象は65歳以上の市
民。申込順各20人。無料。申
し込みは9月3日(火)から電話
で、長寿介護課(☎674・
7881)へ。

介護保険料・後期高齢者医
療保険料納期限は9月30日

介護保険料第4期・後期高
齢者医療保険料第3期普通徴
収の納期限は9月30日(月)で
す。国民健康保険課(☎67
4・7076)。

情報格差解消 シニアのた
めのスマホ安全講座

9月20日(金)午後1時~4時
に富田ふれあい文化センター
で。講師は(一社)KOB E
ネット企画。対象は60歳以
上。申込順20人。無料。申し
込みは9月3日(火)~13日(金)に
電話で、同センター(☎69
4・5451)へ。

ますます元気教室
歯つらつ栄養コース

9月25日~12月4日の水曜
日愛仁会リハビリテーショ



高槻稲穂塾 秋期募集

10月~来年3月の毎月1回
程度、午前10時~正午に市立
各公民館で講座や見学会など
を企画・実施。対象は60歳以
上の市民。申込順合計91人。
内容により実費あり。申し込
みは9月5日(木)~18日(水)に電
話か直接、今城塚公民館(☎
683・3331)へ。

自分らしい暮らしのために 高齢者福祉サービス

市では、高齢者の皆さんが住み慣れた地
域で、自分らしい暮らしを続けていけるよ
う、さまざまなサービスや支援を行って
います。利用方法など詳しくは、長寿介護課
までお問い合わせください。

問合せ先
長寿介護課
(☎674・7166)

健康づくり・社会参加への支援

老人クラブ

健康づくりやスポーツをは
じめ、地域に根ざしたさまざ
まな活動を実施。新規結成や
加入については長寿介護課へ
ご相談ください。

生活支援サポーター

高齢者の買い物や外出の付
き添いなど、ちょっとした困
りごとを支援します。サポー
ターになって活動しません
か。詳しくは、長寿介護課ま
たは市社会福祉協議会(☎
674・7494)へ。

シルバー人材センター

臨時・短期で軽易な仕事を
行い、高齢者の意欲や能力に
応じて就業の機会を提供しま
す。

対象：60歳以上 ※同セン
ターへの登録が必要(年会費
など1500円)
問合せ先：同センター(☎68
1・2751)



老人福祉センター

施設名・所在地	電話番号
富田(富田町二)	694・7212
郡家(郡家新町)	685・0479
春日(春日町)	671・7872
山手(山手町二)	685・4656
芝生(芝生町四)	678・6620

健康づくりや教養の向上、
レクリエーション、介護予防
などの機会を提供。また、マッ
サージ器やお風呂などの設備
も充実しています。



ひめトレ~骨盤底筋群を鍛えて お腹を引き締め、いい姿勢に

9月26日(木)午前10時30分~11
時30分にぱれっとひろば(大蔵司
二)で。講師はひめトレインストラク
ター・増田久美子さん。対象は0~3
歳の乳幼児と母親。申込順20組。無
料。申し込みは9月3日(火)から電話
で、同広場(☎687・3565)へ。



子育て講座~おやつ作り

9月30日(月)午前10時15分~11
時に津之江さくら子育て支援セン
ターで。講師は栄養士。対象は1歳
~就学前の幼児と保護者。申込順
20組。100円。申し込みは9月3日
(火)から電話で、同センター(☎668・
1211)へ。

子育て総合支援センターの講座

問合せ先 同センター(☎686・3030)

講座名	日程	対象	申込方法など
赤ちゃんのお口のケア	9/13(金)	10:00~10:45、 11:00~11:45	0歳の乳児と保護者 各15組(多数抽選)。無料★
運動あそびを楽しもう ~お父さんも一緒に	9/14(土)	①10:00~10:30 ②10:40~11:10	①2・3歳②4・5歳の 幼児と保護者 先着各12組、当日直接、会 場へ。無料
ハピママヨガを楽しもう	9/19(木)	10:00~11:00、 14:00~15:00	0歳の乳児と保護者 各25組(多数抽選)。無料★
親子の絆づくりプログラム ~BPプログラム	9/26~10/17 の木曜日	13:30~15:30	2~5カ月の乳児(第 1子)と母親 申込順25組。1,000円。申 し込みは9/3(火)から電話か 直接、同センターへ
ミニ講座inプレイルーム 備えて安心 水害対策	9/30(月)	10:30~11:30	0歳~就学前の乳幼 児と保護者 20組(多数抽選)。無料★
関わることの大切さについて 考える	9/17(火)	10:00~12:00	0歳~就学前の乳幼 児の保護者、子育て 支援に関心のある人 各30人(多数抽選)。保育あ り(1歳~就学前、各15人)。 無料★
乳幼児の事故とけがの対処法	9/25(水)		

★の申込方法...9/1(日)~5(木)に電子申込または、9/2(月)~5(木)の9:00~17:00に電話で、同センターへ



おしゃべりる~もスマイル ママヘルパーとお話しよう

9月21日(土)午前10時~11時30
分に保健センターで。対象は子育て
中の母親。申込順20人。無料。申し
込みは9月3日(火)から電話で、市社会
福祉事業団(☎661・9103)へ。

にぎって、ちぎって 0歳からできる寒天遊び

9月25日(水)①午前10時から②午
前11時から芥川公民館で。各回45
分。講師は子ども造形指導員・榎田
ひろみさん。対象は①お座りができ
る0歳~1歳6カ月未満の乳幼児と保
護者②1歳6カ月~3歳未満の幼児と
保護者。申込順各10組。100円。申
し込みは9月3日(火)から電話か直接、
同館(☎683・1423)へ。

子どもを守るための防災講座

9月13日(金)午前10時45分~11
時45分にぴーかぶー(郡家新町)で。
講師は防災士・本田泰幸さん。対象は
0歳~就学前の乳幼児と保護者。申
込順20組。無料。申し込みは9月3日
(火)から電話か直接、同広場(☎682・
0677)へ。

子どもの運動発達について

9月21日(土)午前10時30分~11
時30分に庄所子育てすくすくセン
ターで。講師は理学療法士。対象は
0歳~就学前の乳幼児と保護者。申
込順20組。無料。申し込みは9月3日
(火)から電話か直接、同センター(☎
674・3080)へ。

幼児教育・保育の無償化

認可保育所・認定こども園(2号・3号) 3歳～5歳児 給食費の仕組みが変更

10月から3歳～5歳児の全ての世帯、0歳～2歳児の住民税非課税世帯を対象に保育料が無料となりますが、3歳～5歳児の給食費の仕組みが下図のとおり変わります。

現在、3歳～5歳児の給食費は、主食費(ご飯、パン)は「実費徴収」、副食費(おかず、おやつ)などは「保育料の一部」として保護者が負担しています。

10月からは、保育料の一部だった副食費は無償化の対象外となるため、給食費(主食費・副食費)として実費負担する仕組みに変わります。0歳～2歳児クラスについては変更ありません。

なお、年収360万円未満相当の世帯と第3子以降の子どもの副食費は免除されます。また、認可外保育施設などでも同様に、給食費の仕組みが変わることがあります。詳細は各施設にお問い合わせください(認可外保育施設などの場合、副食費の免除はありません)。

問合せ先…保育幼稚園事業課(☎674・7692)

10月から 実費負担に変更 ※副食費は無償化の対象外



認可外保育施設や預かり保育など利用者無償化に係る利用料の請求手続きが必要

10月から認可外保育施設など(市内・市外問わず)や市外の幼稚園・認定こども園(1号)の預かり保育の利用者で、無償化の対象となる人は、利用料の請求手続きが必要となる場合があります。

必要な手続きについては、10月以降、利用する施設などを通じて案内します。案内がない人は、保育幼稚園事業課までお問い合わせください。
問合せ先…保育幼稚園事業課(☎674・7692)



津之江さくら子育て支援センター親子教室

いずれも午前10時15分～11時15分に同センターで。各全6回。各1,000円。申し込みは10月4日(金)(消印有効)までに往復はがきに、希望コース・曜日、住所、氏名、子どもの名前(ふりがな)・生年月日、電話番号を書いて、〒569-0822津之江町一丁目37番9号津之江さくら子育て支援センター(☎668・1211)へ。

さくらサークル 10月15日～11月26日の火曜日と12月11日(水)▷10月24日～11月28日の木曜日と12月11日(水)。対象は0歳～就学前の乳幼児と保護者。各20組(多数抽選)

わんぱく教室 10月16日～12月11日の水曜日▷10月25日～11月29日の金曜日と12月11日(水)。対象は平成30年4月2日～31年4月1日生まれの乳幼児と保護者。各20組(多数抽選)



聖ヶ丘子育て支援センター親子教室(ライオンクラブ)

10月15日～11月12日の火曜日▷10月17日～11月14日の木曜日午前9時30分～11時に同センターで。対象は芥川より東に住む平成28年4月2日～29年4月1日生まれの幼児と保護者。各10組(多数抽選)。無料。申し込みは9月21日(土)(必着)までに往復はがきに、住所、氏名、子どもの名前(ふりがな)・性別・生年月日、電話番号を書いて、〒569-1025芝谷町19番7号聖ヶ丘子育て支援センター(☎689・8721)へ。

公民館とひだせ絵本工作でレストランあそび

10月8日(火)午前10時～11時30分に今城塚公民館で。講師は読み語りボランティアてんとむし。対象は2歳以上の未就学児と保護者。申込順20組。無料。保育あり(1歳児、5人。申込期限は9月26日(木))。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、同館(☎683・3331)へ。

こどももおとなも体ワケワケ・心ホッコリ

10月9日(水)午前10時～正午に富田ふれあい文化センターで。講師は元保育所所長・大南峰子さん。対象は3歳～就学前の幼児と保護者。申込順20組。無料。申し込みは9月3日(火)～27日(金)に電話か直接、同センター(☎694・5451)へ。

リトミック&英語親子ふれあい遊び

10月～来年3月の第2・3月曜日①午前9時30分から②11時15分から阿武野コミュニティセンターで。各回1時間15分。講師は坂本加奈子さんほか。対象は10月1日現在で①1歳7カ月～3歳②6カ月～1歳6カ月の乳幼児と保護者。申込順各20組。受講料月1,200円。申し込みは9月6日(金)から電話か直接、同センター(☎696・0921)へ。

春日子育て支援センター親子教室

①10月4日～11月1日の金曜日②10月10日～11月14日の木曜日午前10時～11時30分に同センターで。各全5回。対象は芥川より東に住む①平成30年4月2日～31年4月1日②29年4月2日～30年4月1日生まれの乳幼児と保護者。申込順各10組。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、同センター(☎673・5211)へ。



離乳食について

10月8日(火)午前10時～11時30分に阿武山たつの子育て支援センターで。講師は市栄養士会・青木有子さん。対象は0歳～1歳6カ月の乳幼児と保護者。20組(多数抽選)。300円。申し込みは9月13日(金)(消印有効)までに往復はがきに、講座名、住所、氏名、子どもの名前(ふりがな)・生年月日、電話番号を書いて、〒569-1045阿武野二丁目2番1号阿武山たつの子育て支援センター(☎692・0313)へ。

阿武山たつの子育て支援センター親子教室

①10月2日～12月4日②10月9日～12月11日の水曜日。いずれも午前10時～11時30分に同センターで。各全5回。対象は芥川より西に住む①平成29年4月2日～30年4月1日②30年4月2日～12月31日生まれの乳幼児と保護者。各15組(多数抽選)。2,000円。申し込みは9月13日(金)(消印有効)までに往復はがきに、住所、氏名、子どもの名前(ふりがな)・生年月日・食物アレルギーの有無、電話番号を書いて、〒569-1045阿武野二丁目2番1号阿武山たつの子育て支援センター(☎692・0313)へ。

子どもの健康講座

いずれも午後2時～4時に高槻子ども未来館(八丁畷町)で。申込順各40人。無料。保育あり(1歳～就学前、各15人)。申し込みは9月3日(火)から電話で、子ども保健課(☎648・3272)へ。

子どもの気管支喘息について 10月15日(火)。講師は医師・八上隆行さん

子どもの頭部外傷について～頭をぶつけた時の対処 11月28日(木)。講師は医師・原田敦子さん



子ども保健センター主催講座

会場・問合せ先…同センター(高槻子ども未来館内☎648・3272)

講座名	日程	対象	申込方法など
2歳6か月児 きらきら歯みがき教室	10/10(木)	10:00～11:00、 10:30～11:30	平成28年12月～29年3月生まれの幼児と保護者
ママパパ教室～ 出産準備の講話 ※保育所などの利用 相談あり	10/15(火)	13:00～16:00	妊娠5～7カ月頃の妊婦(夫同伴可)
	10/18(金)		妊娠8～9カ月頃の妊婦(夫同伴可)

令和2年度 市立幼稚園・認定こども園（1号認定）の園児募集

令和2年度市立幼稚園に入園を希望する4・5歳児、認定こども園（1号認定）に入園を希望する3～5歳児を募集します。

市立認定こども園配置計画に基づき、現在の幼稚園 21 園、認定こども園2園の体制から、順次認定こども園の再配置を進めていきます。

また、園区制は平成 30 年度で廃止していますが、幼小連携などの活動は継続しています。入園希望の園を検討するときには、表1の連携小学校を参考にしてください。

※小学校区は教育指導課（☎674・7631）にご確認ください

問合せ…保育幼稚園事業課（☎674・7692）

応募資格

次の①②両方を満たす幼児

①年齢

3歳児…平成 28 年4月2日～ 29 年4月1日生まれ（認定こども園だけ）

4歳児…平成 27 年4月2日～ 28 年4月1日生まれ

5歳児…平成 26 年4月2日～ 27 年4月1日生まれ

②住所

令和2年4月1日時点で高槻市に住民票があること

保育料

無料 ※教材費などは別途かかります

入園案内・申込書の配布日時・場所

9月2日(月)から各園(午後2時30分～4時30分、土・日曜日除く)または、保育幼稚園事業課で配布 ※様式は全施設共通



表1 令和2年度市立幼稚園・認定こども園（1号認定）の募集一覧

幼稚園・認定こども園	募集定員				連携小学校
	3歳児	4歳児	5歳児	合計	
高槻	—	35	70	105	高槻・桃園
芥川	—	35	65	100	芥川・真上
阿武野	—	35	70	105	阿武野・南平台
富田	—	35	70	105	富田・赤大路
南大冠	—	35	70	105	南大冠・冠
檉田	—	合わせて35		35	檉田
芝生	—	35	70	105	芝生・寿栄・丸橋
西大冠	—	35	55	90	西大冠・若松
玉川	—	35	70	105	玉川・柳川
北清水	—	35	70	105	北清水・安岡寺
津之江	—	35	70	105	津之江・川西
郡家	—	35	70	105	郡家
土室	—	35	70	105	土室・阿武山
五百住	—	35	70	105	五百住・如是
松原	—	35	70	105	松原・大冠・北大冠
桜台認定	11	35	70	116	桜台・竹の内
高槻認定	20	20	25	65	磐手
五領認定	1号、2号、3号合わせて120				
三箇牧認定	1号、2号合わせて70				

※各園5歳児の応募人数（進級児含む）が募集定員を下回る場合、空き定員に4歳児を受け入れます（4歳児は最大50人）
※定員を超えた場合は抽選

入園受付期間・場所

10月1日(火)～4日(金)の午後2時30分～4時30分に、申込書などを持って直接、入園希望園へ。

※五領認定こども園は五領幼稚園で受け付け

※三箇牧認定こども園は三箇牧幼稚園で受け付け

また、令和2年4月から民営化される下記の園については、直接お問い合わせください。

清水幼稚園…摂津峡認定こども園（☎697・2888）

磐手幼稚園…別所保育園（☎685・1123）

日吉台幼稚園…認定こども園日吉台保育園（☎689・9491）

9月の予定



地域に開く保育

大塚保育所（☎671・2246）
12日(木)・19日(木)=園庭開放（19日は身体計測も）

柳川保育所（☎696・9286）
12日(木)=園庭開放▷19日(木)=影絵

阿武野保育所（☎696・3801）
3日(火)=和太鼓▷10日(火)=2歳児と遊ぼう・身体計測

磐手保育所（☎683・8188）
月～金曜日=園庭開放▷11日(火)=人形劇

芝生保育所（☎677・4475）
3日(火)=砂遊び▷10日(火)=おはなし会▷17日(火)=園庭開放・身体計測

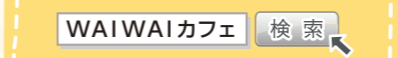
清水幼稚園（☎687・5080）
6日(金)午前10時30分から=あそぼう会、午前11時30分から=園庭開放▷19日(木)午前10時30分から=3歳児クラブ

南大冠幼稚園（☎671・1370）
5日(木)午前9時30分から=3歳児クラブ▷17日(火)午前9時30分から=あそぼう会、午前10時から=園庭開放

特に記載のないものは、午前10時から。無料。当日直接、各施設へ。行事や天候で実施しない場合あり。

市ホームページでも子育て情報をチェック!

市ホームページ「WAIWAIカフェ」では、親子で参加できるイベントや子育て相談窓口の情報を掲載。スマートフォンでも利用できます。



公民館のおはなし会 9月の予定

いずれも無料。当日直接、会場へ。
真上公民館（☎683・2509）
5日(木)・9日(月)・19日(木)の午前11時から

今城塚公民館（☎683・3331）
10日(火)午前10時45分から、19日(木)午前11時40分から

五領公民館（☎669・6169）
5日(木)・19日(木)の午前10時から

磐手公民館（☎685・2110）
2日(月)・9日(月)・30日(月)の午前10時45分から

日吉台公民館（☎688・6636）
18日(水)午前11時20分から、11時50分から

如是公民館（☎693・1866）
18日(水)午前10時45分から

城内公民館（☎671・4644）
26日(木)午前11時から



ベビーマッサージでほっこりタイム

10月16日(水)午前10時から、10時45分から春日青少年交流センターで。各回30分。講師は石垣里美さん。対象は0歳の乳児と保護者。申込順各15組。無料。申し込みは9月3日(火)から電話か直接、春日子育て支援センター（☎673・5211）へ。

わらべうたの響きでリラックス

10月18日(金)午前10時10分から、11時10分から富田青少年交流センターで。各回45分。講師は横山優子さん。対象は平成30年4月2日～令和元年6月1日生まれの乳幼児と保護者。各15組(多数抽選)。無料。申し込みは9月10日(火)(消印有効)までに往復はがきに、講座名、住所、氏名(ふりがな)、子どもの名前(ふりがな)・生年月日、電話番号を書いて、〒569-0814富田町二丁目5番1号富田子育て支援センター（☎694・9177）へ。

うの花療育園 令和2年度の入園児を募集

うの花療育園の令和2年4月入園児を募集します。同園は就学前の幼児を対象に、発達の程度にあわせた支援をしています。入園には見学の上、10月31日(木)までに申込書の提出が必要です。申込書は見学時にお渡しします。
対象…ことばの遅れや発達について心配のあるおおむね3～5歳の幼児
募集人数…15人程度
見学申込方法…9月2日(月)～10月21日(月)に電話か直接、同園(郡家本町☎685・3803)へ

コナモンはいつから?



▲ドングリ粉をつくる (想像図)

画: 早川和子

大阪の食といえばたこ焼きやお好み焼き、うどん、うどん餃子…今、コナモンが元氣です。百舌鳥古市古墳群の世界遺産登録も正式に決まり、インバウンドの増加にもつながれば、たこ焼きの世界発信に期待が高まります。

さてこのコナモン、粉や粒状にしたでんぷんを食べるといふ点では、はるか1万年のむかし、縄文時代までさかのぼります。

市内芥川町のJ.T生命誌研究館などの事前調査では、縄文時代後期・約3500年前の集落跡が見つかり、ドングリの貯蔵穴やドングリそのもの、さらにドングリを砕いてすりつぶす石の道具(すり石や石皿)が出土し、食生活の一端が明らかになりました。

クリ・ドングリ・トチノミ・クルミなどのナッツ類は、堅い殻に包まれ保存がきく反面、殻を割る必要があります。出土したすり石はどれも手になじむ大きさで真ん中がつるつる、とくに凹(くぼみ)石と呼ぶくぼみがあるもの、たたき石と呼ぶ方柱状のものもあります。作業台となる石皿は、座りのよい大きめの平らな石で、やはり使った面がつるつるしています。

水にさらしてアク抜きし、すりつぶしたドングリ粉は、こねて焼いたりゆでたり、あるいはお粥にして食べたと考えられています。お米が登場するまで主食の一翼をそうしたコナモンが担いました。山桃や柿入りのフルーツクッキーもあつたかもしれないね。(埋蔵文化財調査センター)

Vol.4

防災コラム

マイマップ作って、安全な避難経路の確認を

マイマップとは、地図上に、自らの手で、災害リスクや避難所までの経路、避難経路上の危険箇所などを記したマップのことです。

水害や土砂災害から身を守るためには、迷わず安全に避難することが大切です。いざという時に備え、日ごろから準備しておきましょう。

作成にあたってのポイントは2つ。1つ目は、近所の避難所が、どの災害のときに開設されるのか把握しておくこと。市では、災害の状況に応じて開設される避難所が異なります。ハザードマップなどで必ず、確認しておきましょう。

2つ目は、災害時をイメージしながら実際に避難経路を歩いて、安全なルートを決めておくこと。



経路途中にアンダーパス(鉄道や道路の下を通る地下道)がある場合、浸水時に水がたまって通行できない可能性があります。避難経路は、浸水範囲や土砂災害警戒区域にかかる道路などを避けて設定し、所要時間も計測しておきましょう。

(下水河川企画課)

【参考】水害・土砂災害学習動画 

伝言板

「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。詳しくは各連絡先へ。

★開催します

- ★街角シャンソンコンサート 10月15日(木)午後2時からクロスパル高槻で。無料。ウジハラ (☎675・1852)
- ★双鶴流住扇会舞踊公演 9月22日(日)午前11時から高槻現代劇場大ホールで。無料。タカハシ (☎090・2385・0182)
- ★ボランティアグループ発表会～腹話術・津軽三味線・オカリナなど マジック同好会・高槻が9月7日(土)午後2時からクロスパル高槻で。無料。ヨシダ (☎090・5976・0131)
- ★英語の歌とおはなし親子の集い マザーグース研究会が10月3日(木)午前10時30分から高槻現代劇場301号室で。無料。ハヤシ (☎675・1752)

- ★フラワーサークル(プリザーブド・ドライフラワー) 花遊が毎月3回(平日2回、土・日曜日1回)、午前10時からクロスパル高槻などで。教材費3,000円。ヤマシタ (☎090・1919・2334)
- ★学習支援ボランティア 高槻つばめ学習会が毎週土曜日、午後1時から、城内公民館などで。対象は小・中学生に教えられる18歳以上。チャヤマ (☎090・6246・0972)
- ★カラオケ教室 毎月第1・3月曜日、午前10時から、山手老人福祉センターなどで。月会費1,000円。対象は60歳以上。ソダ (☎090・5362・3976)
- ★水彩・油絵など 水曜画会が毎週水曜日、午後1時30分から、クロスパル高槻などで。入会金1,000円、月会費3,000円。イシカワ (☎090・6059・7304)
- ★いわていけばな会 毎月第1～3火曜日、午前9時から、磐手公民館などで。月会費1,300円、教材費1回800円。ハマダ (☎685・8006)

★募ります

- ★女声コーラス あんさんぶる・ふえるまあが毎週金曜日、午後1時から、今城塚公民館などで。月会費3,000円、教材費実費。対象は女性。ヨシダ (☎681・6257)

掲載を希望する皆さんへ

「伝言板」のコーナーは、文化、スポーツ、ボランティア活動など市民文化や福祉の向上を図るため設置しており、毎月20件を上限に掲載しています(多数抽選。掲載条件あり)

- 申込対象** 市内在住・通勤・通学の人で構成する団体または、活動の拠点が市内にある団体が、市内の公共施設で行うもの
- 申込方法** 掲載希望月の3カ月前の26日から前々月の25日(土・日曜日、祝日と重なったときは、次の通常開庁日)までに直接、広報室(☎674・7306)へ。11月号の申込期限は9月25日(木)です
※掲載申込書・掲載要領は同室、市ホームページで配布
- 掲載できないもの** ●営利目的、宗教・政治活動、公序良俗に反するもの ●先生や講師に当たる人が生徒を募集するもの ●月会費が5,000円(1人)を超えるもの など。詳しくは掲載申込書をご覧ください

あくたがわ フォトコンテスト

9/30まで

芥川の魅力的な写真を募集します。撮影場所・時期問わず、誰でも応募できます。昔の写真もOKです。入賞者には記念品を呈呈します。



- 応募規格**…jpgデータ(9MB以内)または、L判～はがきサイズ。カラー、モノクロ、組写真、レタッチ可(合成不可)
- 応募方法**…9月30日(月)(消印有効)までに電子申込または、応募用紙と写真を郵送か直接、下水河川企画課(☎674・7432)へ
※応募用紙は同課、市ホームページで配布。応募作品は返却しません

川の美しさを発信しよう！



呉屋広樹さんが空手全日本で優勝
世界大会へ

空手の全国大会で優勝し、世界大会に出場する市内在住の呉屋広樹さんが7月18日、濱田市長を表敬訪問しました。

呉屋さんは「優勝に満足せず、世界チャンピオンを目指します」と話していました。



地元の特産「服部しろり」
清水小児童が粕漬けづくり体験

清水小学校の4年生約30人が7月26日、地元の特産品「服部しろり」を使った粕漬けづくりを体験しました。

服部しろりは、江戸時代から旧服部村で栽培されてきた名産品で、シャキシャキとして爽やかな食感が特徴。児童らは「見たことはあるけど漬けるのは初めて。できあがりを楽しみ」と話していました。



ドイツスポーツ少年団が
芥川高校和太鼓部と交流

スポーツを通して国際交流を深めるためドイツから訪れたドイツスポーツ少年団が7月25日、芥川高校和太鼓部を訪問しました。

大小さまざまな和太鼓を使った迫力ある演奏に少年団らは目を輝かせて聴き入りました。その後、少年団員らも部員の手本に合わせて太鼓をたたくりズムゲームを楽しむなど、日本文化と音楽を通じて友好の絆を深めました。



子ども未来館で親子で
ケーキずし作り

子ども未来館で8月5日、親子でケーキずしを作るクッキング講座が行われました。

参加者は、同館3階の調理室で、酢飯の上にニンジン、サヤエンドウ、エビなどをケーキのように彩り華やかに盛り付けていき、「きれいに飾り付けができた」と料理を楽しみました。

50回目を迎える 市民フェスタ高槻まつり

50回目を迎えた「市民フェスタ高槻まつり」が8月3・4日、けやき大通りを中心に開催され、約15万人が夏の祭典を楽しみました。

踊り連による高槻音頭やちびっこみこし、高槻ウェーブなどのほか、50回目を記念して、市消防音楽隊特別パレードや東京ディズニーリゾートスペシャルパレードが行われました。



熱気に包まれるけやき大通り



浴衣であいさつをする
濱田市長



みんなで元気に
ちびっこみこし



踊り連の美しい踊り



東京五輪開幕まで1年
納涼打ち水大作戦

東京五輪開幕のちょうど1年前の7月24日、総合センター東側で、「納涼打ち水大作戦」が行われました。

この取り組みは、着物などの普及に取り組む全国和装学院連絡会が呼び掛けたもの。東京五輪の成功を願い、世界に和装文化を発信しようと全国27学院でつくる同連絡会が初めて開催し、日本全国で同時刻に一斉に行われました。



ミッキー、ミニーも祭りを盛り上げる

高槻まつり写真コンテスト写真展

高槻まつり写真コンテスト写真展を次の日程で開催します。無料。当日直接、会場へ。

日程…9月9日(月)～16日(月)＝ミンゴ・阪急高槻▷17日(火)～23日(月)＝アクトアモーレ▷24日(火)～10月6日(日)＝イオン高槻店▷7日(月)～15日(火)＝イオンフードスタイル摂津富田店

問合せ先…高槻まつり振興会(☎674・7375)



約400点の市民の力作が集結



写真は過去の展示です

市美術展

9/11(水)~15(日)

高槻現代劇場

午前10時~午後6時
(13日(金)は午後8時まで、最終日は午後4時まで)

58回目を迎えた市美術展覧会。日本画・洋画・立体造形・工芸・書・写真・デザインの個性豊かな作品をご鑑賞ください。
※無料

優秀作品展
9/17(火)~27(金)

午前8時~午後10時
(最終日は午後3時まで)
会場：総合センター1階
エントランスホールなど

鑑賞後は
あま〜いお楽しみ

カフェ、ベーカリー、パティスリーのクーポン付きチラシを市美術会場などで配布



問合先

文化スポーツ振興課 (☎ 072・674・7414)

※開催期間中は高槻現代劇場 (☎ 072・671・1061)

定住促進プロモーション 新キャッチコピーが決定!

MY LIFE,

MORE LIFE.

マイライフ, モアライフ

新キャッチコピーは投票結果やいただいたご意見を踏まえ決定しました。ボックスで囲んだデザインで、「一人一人の生活に、一つ一つ価値を贈る高槻」を表現しています。

今後はこのキャッチコピーを電車の中吊りポスターやPR冊子などに活用し、住む街として高槻市を選んでもらえるようPRしていきます。

ご投票
ありがとうございました

問合先…観光シティセールス課(☎072・674・7830)

● 広報誌が届かないときは、宅配受託会社(☎0120-976-124)へ。
次号の宅配は9月27日(金)~30日(月)です。宅配期間に届かなかった場合もご連絡ください