

広報たかつき

知る 広がる 好きになる

TAKATSUKI

Days

楽しみながら

サステナブル



PICK UP

10 「怒り」との上手な付き合い方

16 地元産米配布で家計支援
市民避難訓練を実施

30 このまちで暮らす理由

令和8年

11

No.1464

Food

食の楽しみを 明日につなぐ 店を選ぶ



フードロスや使い捨ては気になるものの、毎日の暮らしで何かするとなると少しハードルを感じることも。そこで、食べる・飲むといういつもの楽しみのなかで、ごみを減らす工夫をしている店を選んでみるのはどうだろう。

売れ残りを減らしたり、食べきれる量に調整してくれたり、マイ容器対応してくれたり。「おいしそう」「行ってみたい」という気持ちの先に、できることがあるなら、いつもの食事やティータイムにもうひとつの満足感が重なりそう。



「ひとつでおなかを満たされ栄養も取れる」よう、野菜もたっぷり。端まで具材を入れているので最後までおいしく食べられる



パンは自家製。カットした“パンの耳”も安価で販売



毎日手作りするサンドイッチは冷蔵保存なら翌朝まで食べられる

KAFFEEHAUS Jause (ヤウゼ)

(大手町)

食べきれなかった料理は 持ち帰って家でもおいしく

ボリュームたっぷりのランチは、食べきれない人も。そんなときは、ひと声かければ持ち帰れる。「持って帰りたいと言ってもらう方がホッとします」と店主の松下さん。せっかく作った料理だから、残されるより最後まで食べてもらいたい。持ち帰ることを前提にするのではなく、どうしても食べきれなかったときには捨てずにすむ方法を。家でおいしく味わえるよう、きれいに包んでくれる。

持ち帰る場合の注意

持ち帰りOKの店では食べきれる量を頼み、どうしても食べきれないものを持ち帰るのが基本。持ち帰る場合は、衛生管理の不備による食中毒なども自己責任になるので、適切に管理し、できるだけ早く食べるなど衛生面に十分注意を

※料理の内容は季節により変わる(写真は8月現在)

わんぱくサンドウィッチストア

(芥川町)

売れ残ってしまったら Instagramで 翌朝半額をお知らせ

営業後にサンドイッチが残ると捨てるのがつらい。でも、閉店前に値下げするのも、定価で買ってくれた人に申し訳ない。そこで店主の新田さんが思いついたのが、残ったサンドイッチをInstagramのストーリーズで知らせ、翌朝早朝から半額で販売するという方法。試行錯誤を重ね、今では「50%オフモーニング」として定着している。SNSを活用して、大切に作ったものを捨てず、次に食べたい人へ、つないでいる。



パン作りに使った小麦粉の袋はクラフト作家へ提供、トートバッグにアップサイクルしたものを店頭で販売する



季節の野菜を使った週替わりランチ。しっかり食べて元気になってほしいという思いからボリュームも



食べきれなかった料理は容器(有料)に

食べられる量を相談 最後までおいしく楽しめるように

コース料理を最後まで楽しんでもらえるよう、食べきるのが難しそうな人には量を調整。調理でも、食材はなるべく余さず、皮やくずも生かし切る。

「食べることは命をいただくこと。料理人として食材に敬意を払いたい」と言うのはオーナーシェフの坂口さん。ごみは水切りしてかさを減らすことで焼却時のCO₂削減につなげるなど、食材を育む環境にできるだけ配慮する。「まずは意識を持つところから少しずつ。身近にできることっていっぱいある」。気負わず続けられる小さな工夫を、日々の料理に重ねている。



抽出後のコーヒー粉は肥料としてオリーブやハーブの栽培に。必要な人には分けてくれるそう



無農薬のたまねぎやにんじんの皮は煮出してスープストックに。野菜くずは肥料に



通常盛りのパスタ(左)と量を調整して小盛りにしたパスタ(右)



ランチコースは前菜、パスタ2品、メイン、デザート、コーヒーの自然派イタリアン。量はおもにパスタで調整するのだとか

※料理の内容は季節により変わる(写真は8月現在)



余った食品をつなぐ 「おすそわけ」アプリ

食品ロスを減らす新しいフードシェアの形が、高槻に登場。関西大学など高槻ゆかりの学生たちが開発したフードロス削減アプリ「おすそわけ」で、まだ食べられるのに余ってしまう食品と、買いたい人をつなぐ。参加店が出品した商品を安価に購入できる。

出品された食品を選んでスマホ決済。
店頭で受け取るしくみ



身近な取り組み店を知る 市認定のエコショップ

ごみの発生抑制や減量、資源化などに取り組む店舗を、市が「エコショップ」として認定。市ホームページで紹介している。資源物を回収している店舗の一覧も。外食や買いもの先、資源回収先を探すときの参考に。

ID 001981



FIFTEEN COFFEE ROASTERS

(古曽部町)

マイボトルやマイ容器は ごみを減らすだけではない

テイクアウトはマイボトルで、コーヒー豆は持参した容器に。買い方を少し変えるだけで使い捨てのカップや袋を減らすことができる。ゴミが減ればCO₂も削減でき、気候変動の影響で収穫量が危ぶまれているコーヒーを守ることにつながるのだそう。さらに「サステナブルな方法で生産された(※)スペシャルティコーヒーを選ぶことも効果的」と店主の加賀山さん。「僕ができることは限られてますが、ちょっとしたことを積み重ねています」。好きな一杯を楽しむ一環なら、無理なく取り入れられそう。



生産地域や生産者が明らかな、国際審査で高得点のスペシャルティコーヒーの豆も、マイ容器持参なら10%増量



マイボトルでテイクアウトすると20円引き。カップのごみを出さず、いつもの一杯を楽しめる

ものを生かす
やさしい雑貨と
一緒に暮らす

Goods



地球にやさしいものを選ぶと思うと、少し構えてしまう。でも、毎日使うものなら「かわいい」「好き」「使ってみたい」が先でもいい。気に入って手に取ったものが、地元の自然の恵みから生まれていたり、捨てられるはずだった素材を生かしていたり。背景を知れば、愛着もさらに深まる。

もの選びの視点がちょっと変われば、好きなものを暮らしに取り入れながら、資源も大切にできる。そんな出会いなら、使うたびにちょっとうれしい。



高槻産蜜ろう100%のキャンドル。みつばちの小さな命と養蜂家の営みが生み出す天然素材のため、蜜源となる花によって色味が違う



譲り受けた蜜ろうは溶かしてこして、ゴミなどの不純物を取り除く。きれいになるまで何度も繰り返す



キャンドルにする前の蜜ろう

高槻産はちみつの蜜ろうキャンドル

高槻の自然の恵みを ほっとする灯りに

高槻産のはちみつを作る井田養蜂から分けてもらった蜜ろう。蜜ろうは通常、採蜜したら廃棄されるが、天然のろうを捨ててしまうのはもったいない。「高槻の蜜ろうでキャンドルを作りたい」と思っていたRay Candlesさんは、井田さんからの声がけを喜んだ。

高槻の自然への慈しみも引き継がれたキャンドルのやさしい灯りは、ほっとひと息つく時間にちょうどいい。蜜ろうキャンドルならではのほのかな甘い香りも、いつもの夜に小さなぬくもりを添える。



「貴重なろうは再利用できます」。もう一度灯せるよう、パッケージには空の容器と替え芯を同封

端糸や端布のアップサイクル雑貨

余った糸や布から 世界にひとつの作品へ

バッグや小物づくりを手がけるchiki*mocaさん。以前は新しい材料を買って制作していたが、増えていく材料や、作るたびに出る端布が少しずつ気になるようになった。そんなとき出合ったのが、「さをり織り※」で余った糸や布。工房から譲り受けた素材を組み合わせ、試行錯誤しながら新しい作品へと生かしている。

自分では選ばない色が混ざる偶然も、思いがけない表情に。「日常にワクワクを届けたい」という思いも、余った素材と一緒に形にしている。

※「差異（個性）を織る」をコンセプトに日本で生まれた手織り。ルールがなく自分の感性で楽しめる。福祉施設や海外にも広がっている

糸と布を重ね、ミシンでひとつずつアップリケに



作品のポイントは、誰かが選び、織った色の組み合わせで一つひとつ違う表情になるアップリケ。それを施すバッグなどもオリジナルの型紙から縫い上げる



譲り受ける端糸や端布。素材の一部は障がいのある人が働く工房などからも届く



#1 元気な高齢者が集う 市内で敬老イベント開催



市内で「すこやかフェスタ」や「高齢者文化作品展」といった高齢者が主役の敬老イベントが行われました。

- ①介護予防マイスターや自主グループによる体操紹介
- ②「敬老セレモニー」での濱田剛史市長と100歳高齢者との対談
- ③アンチエイジングをテーマとした講演会
- ④体験コーナーで実施された肌年齢測定
- ⑤力作が並ぶ「高齢者文化作品展」



#2 秋の全国交通安全運動 街頭キャンペーンを実施



アクトドーム周辺で9/18、秋の全国交通安全運動の一環として街頭キャンペーンを実施しました。本市にゆかりのある棋士・女流棋士を一日交通安全大使に任命。交通安全にまつわるトークショーなどを行い、交通ルールの順守の徹底を呼びかけました。

#4 防災の決意を新たに 「大塚切れ」伝承式を実施



「大塚切れ」の発災日に合わせて10/1、淀川堤防にある洪水記念碑前で伝承式を実施。大塚切れは、大正6(1917)年に大雨で堤防が決壊し、甚大な被害をもたらした水害で、この教訓から、市民の生命・財産を守り続ける決意を新たにしました。

#6 マスターズの全国大会 山田セツさんが競歩で優勝



9/24、市内在住の山田セツさんが昨年11/3に行われた「日本マスターズ陸上競技選手権2025福岡」の競歩3,000メートルの80～85歳クラスで優勝したことを濱田市長に報告。山田さんは「元気な高齢者がいることを知ってもらいたい」と話しました。

#3 北エリア1次開園をPR ラッピングバス運行開始



高槻城公園北エリアの「高槻城三の丸北」と「北大手スクエア」が来年3/27に開園します。そのPRとして、「火見櫓(ひのみやぐら)」や家紋「永井鉄線」をデザインに取り入れたラッピングバスが完成し、10/3から運行を開始しました。

#5 JTプロ公式戦出場棋士 対局への意気込みを語る



9/26に開催された「将棋日本シリーズJTプロ公式戦準決勝第一局大阪大会」を前に9/25、同大会で対局する佐々木勇気八段と斎藤慎太郎八段が市役所を訪問。両棋士は、関西将棋会館の素晴らしさや対局への意気込みを濱田市長に語りました。

#7 心温まる手作り商品 たかつき〇まるしえ開催



市総合センターで9/29、「たかつき〇まるしえ」が開催。市内の障がい福祉サービス事業所で働く人たちが、自立を目指して作った商品を販売しました。心温まる商品を購入した人は笑顔でスタッフたちと交流していました。

CONTENTS

特集 楽しみながら サステナブル

- 10 クローズアップ
「怒り」との上手な付き合い方
- 16 NEWS Pick Up
・地元産米配布で家計支援
・市民避難訓練を実施
- 17 イベントナビ
- 30 このまちで暮らす理由
- 31 START すこやかエイジング
- 32 ヘルスケア
- 34 市政インフォ
- 40 すくすくタイム
- 42 おでかけDAYS

広報誌は市ホームページにも掲載

※QRコードは熊登ソーウェアの登録商標です



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

Tel 072-674-7111 (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

FAX 072-674-7050 (24時間受け付け)

高槻市人口 342,891人(ー66)
世帯数 167,658世帯(+37)
※9月末現在(前月比)

アンガーマネジメントを学ぼう

「怒り」との 上手な付き合い方

イラッとする瞬間は誰にでもあります。怒りに振り回されたくないものです。「アンガーマネジメント」を学んで「言いすぎた」という後悔を減らし、怒りと上手に付き合っていきましょう。

問合 人権・男女共同参画課／Tel674-7575

3つの事例で
スキルを学ぶ

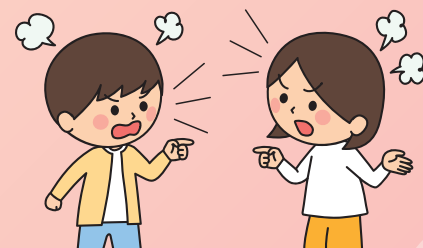
職場



子育て



夫婦



また怒っちゃったな...

スキルGET!

イライラしても
大丈夫!

この人に聞きました

福成二三代さん

日本アンガーマネジメント協会公認講師。ハラスメント防止、子育て、人権などに関するアンガーマネジメント講座の講師を務め、年間約60回登壇。高槻市内でも講師を務めてきた。

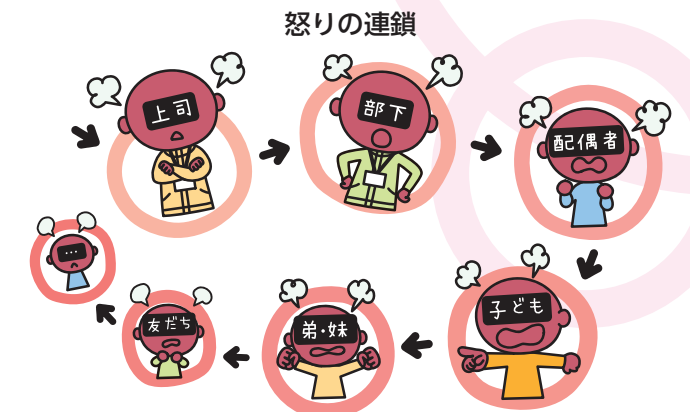
「怒り」を知る

怒りは誰もが持っている自然な感情です。まずは、怒りについて知りましょう

怒りが社会問題化する時代

近年、職場や日常生活における怒りは、個人の問題にとどまらず、パワーハラスメントなどの社会的な問題に発展しています。令和2年の労働施策総合推進法の改正により、パワーハラスメント防止措置が義務化され、職場における怒りの扱いにも、これまで以上に適切な対応が求められるようになりました。

怒りは力関係の強いところから弱いところへ流れやすく、連鎖していきます（右図）。怒りの連鎖を断ち切るためにも、怒りの感情を適切に理解し、向き合っていく必要があります。



自分が怒りの発生源にならないこと、また怒りを受けたときにそのまま次の誰かに流さないことが大切です



怒りが発生するメカニズム

怒りは、自分の中にある「こうあるべき」という期待が裏切られることで発生。その大きさは、心の中のマイナスな感情・状態によって左右されます。このメカニズムは、ライターに例えられます。

例えば「時間は守るべき」という価値観を裏切られた瞬間に「カチッ」とスイッチが押される

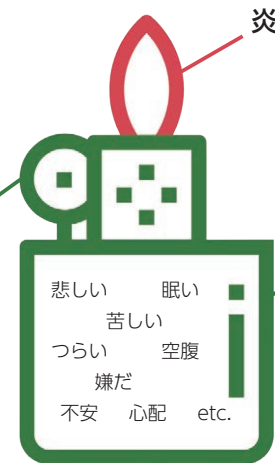
着火スイッチ

炎

怒りの炎は着火スイッチが押されると燃え上がる。燃料が多いほど炎が大きくなる（怒りの感情が強くなる）

燃料

マイナスな感情・状態は対処をしないと、どんどんたまっていく



出典：一般社団法人日本アンガーマネジメント協会

怒りと上手に付き合う 「アンガーマネジメント」

こうした怒りの感情と上手に付き合うための方法が、アンガーマネジメントです。日本では、提唱されてから15年ほど経っていて、言葉自体は浸透していますが、「怒らない人になれる」「我慢できるようになる」と誤解されていることも。

怒ること自体は決して悪いことではありません。ただ、怒った後で「こんな言い方をするんじゃないかった」、怒れなかったときに「こうっておけばよかった」と後悔しないことが大切です。アンガーマネジメントでは、このような後悔をしなくて済む「怒りの感情と上手に付き合う方法」を身に付けます。

よくある誤解

6秒数えたら怒りがなくなるでしょ？



本当は...

「6秒」は怒りの感情をやり過ぎ、理性を働かせるための時間です。怒りが消えるわけではありません

怒らずに我慢すればいいでしょ？



本当は...

怒りは自分の大事な価値観を守るための感情です。無理に我慢し続けるのは体に毒。いつか爆発してしまいます

日々の「イラッ」から学ぶ
アンガーマネジメントスキル

3つの場面からアンガーマネジメントスキルを学ぼう。紹介したスキルは他の場面でも生かせるので、取り入れてみてください

ケース①
職場

獲得スキル
許容範囲を広げる

「10分前に集合すべき」って当たり前？

今日は10時から会議。10分前集合が当たり前だと思っている上司Aさんは、9:50に会議室へ。そこに「10時までに行けばOK」と思っている部下Bさんが5分前に到着しました。



これはNG！

自分の「べき」を押し付ける

会議が始まる前に怒りをぶつけるAさん。「10分前に到着するのが当たり前だ！時間を守れ！」と怒鳴りました。Bさんは「誰にも迷惑をかけていないのに、なぜ怒られたのか」と疑問に思うばかりでした。

お互いの「当たり前」にズレ

「10分前に集まるのが当たり前」という「べき」が裏切られたことで、Aさんは激しく怒っています。一方、Bさんは「職場内の人間じゃないし、遅刻さえしなければOK」と考えています。



やってみよう

「まあ許せるゾーン」を広げる

怒りは出来事そのものではなく、自分の中の「こうあるべき」が裏切られたときに生まれますが、その「べき」の強さや許せる範囲は人それぞれ。相手の当たり前とは一致しません。

だからこそ、イラッとしたときは相手を責める前に自分の境界線を見直して「まあ許せるゾーン」を少しずつ広げていくことが大切です（右図）。

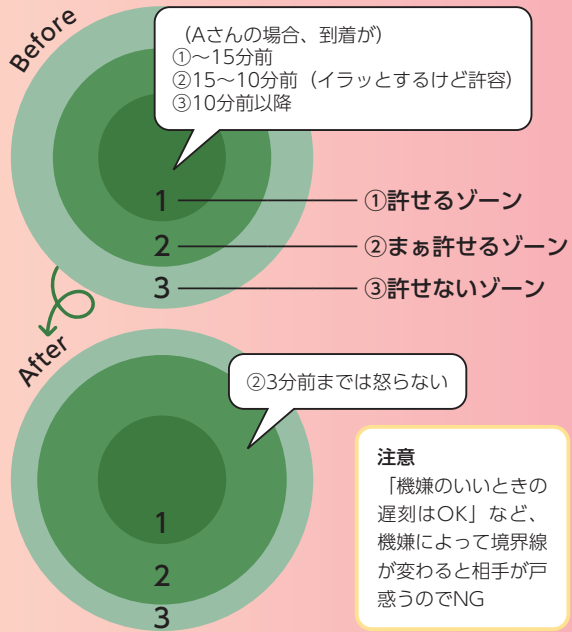
ただ、全てを許容することはできないので、ここからはダメという境界線は作っておいて、相手に事前に伝えておきましょう。



Advice

受け入れる努力を続けよう

「絶対にこれは譲れない」ではなくて「そういう考え、あるなあ」と許容ゾーンを広げてみましょう。「無駄にイライラする」ということが減ってきますよ



注意

「機嫌のいいときの遅刻はOK」など、機嫌によって境界線が変わると相手が戸惑うのでNG

出典：一般社団法人日本アンガーマネジメント協会

ケース②
子育て

獲得スキル
伝え方のチェンジ

「残さず食べてよ」その真意は？

好き嫌いをして食事を残す子どもCちゃん。それを見た父親Dさんは、残さずに食べてもらいたいと思って、話しかけました。



これはNG！

感情「で」伝える



「なんでまた残すんだ！いつも同じものばかり残して！もう作らないぞ！」と怒りの感情をそのままぶつけてしまいました。

Cちゃんは、Dさんの怒った様子に萎縮し、沈黙してしまいました。

怒りの炎しか見えていない

Dさんの伝え方では、Cちゃんには怒りの炎しか見えません。Dさんがどんな気持ちで残さずに食べてほしいと言っているのか、これでは伝わりません。

やってみよう

感情「を」伝える

「残さず食べてほしい」という気持ちは、子どもを怒りたいからではなく、元気に育ってほしいという想いから生まれるものです。

「不安・つらい・苦しい・痛い・困った・嫌だ・悲しい」などの感情（11ページの図で示した「燃料」の部分）を素直に伝えましょう。

また、気持ちを伝えた後は「～してほしい」という相手に望むリクエストも一緒に、具体的に伝えてみましょう。



Advice①

マイナスの感情は排出できる

怒りの原因になっているマイナスの感情を伝えると、心の中の燃料を安全に抜いていく大切なケアにもなりますよ。怒りそのものを伝えると、怒りの炎が大きくなっていくだけ。伝え方を工夫しましょう

Advice②

「せめて・少なくとも・最低限」を添えて

どうしてほしいかを伝えるときは「せめて・少なくとも・最低限」という言葉を添えましょう。「まあ許せるゾーン」を広げるための言葉です。許容できない境界線を無理なく広げ、明確にして伝えることが大切です



残されると悲しいな。栄養が偏ってCちゃんが体調を崩さないか心配だよ。せめて半分は食べてくれるとうれしいな

(正直な感情)
・悲しい・心配
・(食べてくれると)うれしい

ケース③ 夫婦

獲得スキル 怒りの増幅を防ぐ

小さな不満からぶつかる感情

妻Eさんの家事のやり方が気に食わない夫Fさんが一言、Eさんに言いました。「食器の片付け方、いいかげんなんだよな」。



これはNG！

怒りが増幅 激しく言い争う

Fさんの言い方にイラッとしたEさん。「①あなただって洗濯物の畳み方、雑だけど」と返すと、「②言われた通りにやってるよ！とにかく、ちゃんとやってくれよ！」とFさんもヒートアップ。「なんで私だけ言われたいといけないの！じゃあ、もうやらないわよ！」とお互いの怒りが増幅して、止められなくなりました。

クールダウンしたいけど…

感情で伝え合う2人。顔を見て言い合っていたら、怒りがどんどん大きくなっていきました。お互いが冷静になって話し合うには、クールダウンが必要です。

何だと！スマホを眺めてる時間があつたら、もっと丁寧にやったらどうなんだ！

そっちこそちゃんとやってよ！休みの日に好き勝手に人が何言ってるの！

あれは付き合いで△× ○…！

また言い訳して×△□…！

いつの間にか日頃の不満をぶつけ合う時間に…

やってみよう

怒りをリセットするタイムアウト

(①②の会話は同じ) Eさんが「今はうまく話せなさそうだから、30分だけ落ち着く時間をもらえろ？」と切り出し、怒りをリセットするタイムアウトの時間を設け、気持ちを切り替えました。

夫婦など関係が近い存在同士だと「分かってくれて当たり前」という思いがあり、お互いの怒りが強く出やすいのが特徴。

タイムアウトは場の空気をこれ以上悪化させたくないときに有効で、一旦その場を離れることでクールダウンさせる効果があります。

タイムアウトの過ごし方例

コーヒーを飲みながら読書

散歩しながら深呼吸



Advice①

タイムアウトのルールは事前に作っておこう

勝手に出ていくと逆効果。事前に話し合っルールを作っておきましょう。タイムアウト中に物に八つ当たりする、深酒をするなどの行為は、双方の怒りを増幅させるので、やらないようにしましょう

Advice②

「ちゃんと・しっかり・きっちり」は使わずに

自分の考えを伝えるときは具体的に。「ちゃんとやって」という言葉が出てきましたが、人によって「ちゃんと」の程度は違います。許容できない境界線は、曖昧な言葉を使わずに伝えましょう

もっと知りたい役立つスキル 対処術と体質改善のススメ

怒りの感情をコントロールする「対処術（6秒間をやり過ごす）」と「体質改善（怒りと上手に付き合う）」を紹介します

対処術① カウントバック

怒を感じたときに、頭の中で数を「100、97、94…」と逆に数えていきます。少し考えないと数えられないような数え方で逆算していきましょう。数に集中しているうちに、感情がおさまりやすくなります。



1番センター○○、2番ショート△△…

好きな野球チームの打順を唱えるなど、アレンジしてもOK

体質改善① アンガーログ

「いつ・どこで・どんなことでイラッとしたか」という記録をつけて、自分の怒りを客観視するトレーニングです。

怒りを忘れないように、その日のうちに記録して書きためておきます。ある程度たまってきたら、次はどんな「べき」が裏切られたか、ということに向き合しましょう。

POINT

「怒りの点数をつける」と組み合わせると、怒りをより客観視することができます



裏切られた「べき」が分かったら、許容ゾーンを広げられるかどうかをチェック

対処術② 怒りの点数をつける

イラッとした瞬間に10点満点で点数をつけます。怒りに点数をつけることに集中してやり過ごしましょう。

続けていると、イラッとする傾向や、頻繁にイラッすることには点数が低いなど、怒りを分析できるようになります。



ん〜…今の怒りは2点かな。待たされる、急な予定変更、締め切り直前…「時間」に関することでイライラすることが多いみたいだ

続けていくうちに、怒りのパターンが見えてくる

体質改善② 24時間アクトカーム

「Act（行動する・演じる）」と「Calm（穏やかに）」を合わせた言葉で、24時間穏やかに振る舞い続けるトレーニングです。

何が起きても怒りの感情を表に出さず、穏やかに過ごす心を決めて実行します。

期待できる効果

- ・「怒らない自分」を体験することで、怒りをコントロールする感覚が身に付く
- ・周りの反応が良くなるなど、怒らないことの効果を実感できる



怒りのコントロールの効果を体感できる、おすすめの方法です。24時間連続で、忙しい日にやるとより効果を実感できますよ

怒りの入り口で立ち止まろう

今回の特集で紹介したアンガーマネジメントは、怒りの感情をなくすためのものではなく、怒りに気づき、入り口で立ち止まるための工夫です。

一人一人が自分の怒りと向き合っ、お互いを尊重する行動を積み重ねることで、より良い人間関係を築けるようになります。

意識していても改善が難しいときは、抱え込まずにご相談ください。周囲の支えも活用しながら、誰もが安心して過ごせる環境を作っていきます。



人権・男女共同参画課 課長 山口紀子さん

悩んでいたらまずはお電話を

●労働相談 ID 004272
問合せ 産業振興課／TEL674-7411

●児童家庭相談 ID 003654
問合せ 子育て支援課／TEL686-5431

●女性のための相談 ID 005960
問合せ 人権・男女共同参画課／TEL674-7593

●男性のための電話相談 ID 005957
日時 第1・4水曜16:00~20:00、第2・3土曜11:00~15:00
問合せ ドーンセンター／TEL06-6910-6596

補正予算で物価高対策 地元産米配布で家計支援

ID 182486



高校生のいる家庭や児童扶養手当の 受給世帯へ地元産米5kgを配布

物価高の影響で食費の負担が大きい下記の世帯に、地元産のお米をお届けします。

対象世帯には12月中に通知、来年1～2月ごろに配送します。

予算額 5,945万円

対象 ※令和8年12/1時点

- ・市内に住む平成20年4/2～23年4/1生まれの高校生
年齢1人につきお米5kg
- ・児童扶養手当受給世帯にお米5kg

問合せ 子育て支援課／Tel686-3030

市独自の物価高対策を実施

令和8年度には、お米の配布のほか、下記の物価高対策を実施し、市民生活や事業活動を支援しています。

○第8弾プレミアム付商品券を発行

プレミアム率は最大175%で、購入可能額は従来までの2倍に拡大

○水道料金の基本料金を無償化

家庭・事業者が使用する全ての口径を対象に来年3月検針分まで無償化

○物価高の影響を受ける事業者などへの支援金

保険医療機関・薬局、社会福祉施設、教育・保育施設、地区福祉委員会、配食サービス事業者、運送事業者、公共交通事業者、販売農家、酒類製造業者などを支援

地域で地震に備える 市民避難訓練を実施

危機管理室/Tel674-7314



北東地域で開催 最寄りの会場で参加を

市内北東地域で大規模地震を想定した避難訓練を実施します。訓練では、避難所開設のほか、地域住民主体での避難者受け付けや避難所運営訓練などが行われます。

訓練は誰でも参加できます。当日、最寄りの会場に足を運んで訓練に参加しましょう。

日時 11/29(日) 10:00～12:00

※対象地域内の防災行政無線（屋外スピーカー）で訓練の開始をお知らせ

場所 安岡寺・真上・榎田・芥川・磐手・日吉台・清水小学校、原公民館

訓練内容

避難所開設や避難所運営訓練（簡易トイレ、段ボールベッド・パーティション、給水タンクなどの資機材取り扱い訓練）、地域独自の訓練など。会場ごとに訓練内容は異なります。



訓練に合わせて自宅でチェック✓

＼防災ハンドブックを活用しよう／ ID 077350

- ☐ 最寄りの避難所
- ☐ 災害時の家族の連絡手段や集合場所
- ☐ 非常持出品
- ☐ 災害用備蓄品の入れ替え
 - ※災害用備蓄品は普段使うものを多めに（3日以上）
- ☐ 家具転倒防止器具の設置状態
- ☐ 避難時は玄関の施錠を忘れず



イベントナビ Eventnavi

● 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。

● ID検索で市ホームページへ簡単アクセス

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。



アイコン

- HP ウェブ申込
- 窓 窓口
- ☎ 電話
- F ファクス
- 手 手話通訳あり
- 手予 筆予 保予 手予 筆予 保予 の場合は予約が必要
- 要 は事前に募集要項などの確認を
- は はがき
- 往 往復はがき
- 郵 郵送
- メ メール
- 保 保育あり

基本事項(F は 往 郵 メ)

- ①催し名・事業名（希望日程）
- ②〒・住所
- ③氏名（ふりがな）
- ④電話番号

申し込み先

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。宛名は「問合先名」と「催し名・事業名」を記載

- 特に対象の記載のない場合、市内在住・通勤・通学の人
- 特に時間の記載のない場合、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

ID 073507

秋季環境美化推進デー

市内各所で一斉清掃を実施。清掃用具は市で用意。雨天中止。車での来場不可

日時 11/8(日) 9:00～10:30

場所 阪急高槻市駅北駅前広場、市役所本館南側、JR高槻駅北駅前広場、富田支所、芥川桜堤公園集合

料金 無料

問合せ 清掃業務課／Tel669-1801



ID 158029

よってこ健幸ひろば

地域包括支援センター主催。もてきん体操や健康講話、脳年齢測定

対象 市内在住のおおむね65歳以上

日時 11/13(金) 10:00～12:00

場所 市役所本館6階大集会室

料金 無料

問合せ 長寿介護課／Tel674-7881



ID 184158

南大冠公民館 南大冠東地区文化祭

大型切り紙細工や地域サークル・小中学生らの作品展示など

日時 11/14(土) 9:30～16:00、15(日) 10:00～15:00

場所 南大冠公民館

料金 無料

問合せ Tel673-1477



ID 185773

全国豊かな海づくり大会

本市出身・村上信五さんのトークショーや大阪産の食材を楽しむ物販ブースなど

日時 11/14(土)・15(日)

9:30～16:30

場所 りんくうアイスパーク（泉佐野市）など

料金 入場無料

問合せ 同大会大阪府実行委員会事務局
Tel06-6210-9612



ID 184157

芥川コミュニティセンター 文化祭

利用サークルによる舞台発表や作品展示、お茶席など

日時 11/14(土) 9:30～16:00

場所 芥川コミュニティセンター

料金 入場無料

問合せ Tel683-1423



ID 183090

今城塚公民館文化祭

同館利用サークルによる舞台発表や作品展示、ふれあい喫茶など

日時 11/14(土)・15(日)
10:00～16:00
(15日は15:00まで)

場所 今城塚公民館

料金 入場無料

問合せ Tel683-3331



ID 183443 申込順24人

秋の公園を歩く 樹木の魅力発見

上の池公園で身近な木々を観察します。
雨天座学。初心者歓迎

日時 11/19(木) 10:00～12:00
場所 阿武山公民館集合
料金 無料
問合 TEL693-0188
申込 11/4(火)から HP 窓 ㊟ で



ID 182232 申込順10人

身体障がい者野外活動交流

堺伝匠館などの見学による交流を通して
障がい者への理解を深めます 手字

対象 身体障がい者と家族、
交流を希望する人

日時 11/21(土) 8:45～17:00
場所 総合センター前集合
料金 無料 (別途実費必要)
問合 市身体障害者福祉協会／TEL・FAX672-9893
申込 11/4(火)～10(火)に ㊟ F で
(基本事項と年齢、手帳の有無記入)



ID 131927

共に生きる 障がいフェスティバル

障がい理解について学ぶ講演や
音楽イベント、eスポーツ体験など 手 筆

日時 11/21(土)・22(日)
10:00～16:00
場所 国際障害者交流センター (堺市南区)
料金 入場無料
問合 府民お問合わせセンターピピッとライン
TEL06-6910-8001、FAX06-6910-8005



ID 169646 当日先着20人

ボランティアガイドと歩く 高槻の史跡

原八景の舞台をボランティアガイドと
巡ります

日時 11/26(木) 10:00～13:00
場所 市営バス停「原立石」集合
料金 無料
問合 しろあと歴史館／TEL673-3987



ID 187402

福寿マルシェ

手作り作品中心のクリエイターによる
展示販売イベントを開催

日時 11/28(土) 11:00～17:00
場所 シェアアトリエ福寿舎 (城北町1)
料金 入場無料
問合 福寿実行委員会／TEL674-1127



ID 104309 抽選25人

阪急沿線 観光あるきガイドツアー

観光ボランティアガイドと町屋や
古刹 (こさつ) が残る寺内町を巡ります

日時 12/5(土) 9:00～11:30
場所 阪急富田駅集合
料金 無料 (別途実費必要)
問合 観光シティセールス課／TEL674-7830、FAX674-7721
申込 11/1(日)～15(日)に HP F 往 で
(参加者全員の基本事項と年齢記入)



ID 182672

真上公民館 冬のわくわくこどもまつり

工作や鉄道模型、風船、おはなし会。
防災・消防車試乗コーナーも

対象 未就学児は保護者同伴
日時 12/5(土) 10:00～12:00
場所 真上公民館
料金 入場無料
問合 TEL683-2509



ID 182457

磐手公民館フェスタ

同館で活動中のグループによる発表会です

日時 12/5(土)・6(日)
10:00～15:00
場所 磐手公民館
料金 入場無料
問合 TEL685-2110



ID 183364

フェスタ・ヒューマンライツ

発表、展示、屋上、バザーなどのイベントを
実施します

日時 12/6(日) 9:30～16:00
場所 富田ふれあい文化センター
料金 入場無料
問合 TEL694-5451



ID 183216

古墳フェス はにコット



アートと古墳を融合させたイベントが開催されます。
音楽やものづくりなど、多彩な企画が盛りだくさん。古
墳・埴輪・古代をテーマにした商品も並びます。

日時 11/22(日) 10:00～16:00
場所 今城塚古墳公園 料金 入場無料
問合 同実行委員会／TEL090-6557-3127 (マキ)



抽選80人

高槻こども王将戦

毎年人気の将棋大会。
プロ棋士が来場し指導対局も

対象 小学生
日時 来年1/23(土) 10:00～16:00
場所 生涯学習センター1階展示ホール
料金 無料
問合 芸術文化劇場／TEL671-1062
申込 11/4(火)～18(火)に HP で



ID 171357 抽選62人 要

「魅力あるお店」を巡って 賞品を当てよう

市では、まちのにぎわいや話題づくりにつながる「魅力ある
お店」の新規出店を、補助制度で応援しています。この制度を
利用した店舗で、11/2(月)～来年1/14(木)にグルメや買い物を楽し
みながら巡るレシートラリーを開催。税込み1,000円以上の
レシートを応募用紙に貼り付けて応募すると、ホテル利用券や
市内企業の製品が抽選で当たります。対象店舗は市ホームペ
ージで。

対象 税込み1,000円以上のレシート3枚から応募可
※応募口数は上限なし。当選は1人1回。同一店舗は1日1枚まで
問合 産業振興課／TEL674-7411
申込 11/9(月)～来年1/22(金)に 窓 郵 で



ID 076575 抽選20人

冬のアウトドア体験

キャンプ場で散策や冬のアクティビティを
楽しめます

対象 市内在住の小学生
日時 12/6(日) 10:00～15:00
場所 摂津峡青少年キャンプ場
料金 300円
問合 子ども青少年課／TEL674-7654
申込 11/2(月)～16(月)に HP 往 で
(基本事項と性別、学校名、学年、交通手段記入)



ID 179183

阿武山公民館文化祭

同館で活動中のグループによる
展示・舞台発表です

日時 12/6(日) 10:00～15:00
場所 阿武山公民館
料金 無料
問合 TEL693-0188



ID 184475 申込順40人

はじめての腎臓病・ 糖尿病セミナー

腎臓病と糖尿病のちょっと気になる
健康の話について講演します

日時 11/12(木) 14:00～15:30
場所 生涯学習センター3階会議室
料金 無料
問合 三康病院／TEL676-0001
申込 11/3(祝)～11(火)に ㊟ で



ID 181928 抽選20人

環境講座 安威川ダム見学会

施設見学を通してダムの役割や環境、防災について
学びます。健脚向き

日時 11/13(金) 9:00～14:00
場所 阪急茨木市駅集合
料金 無料 (別途実費必要)
問合 如是公民館／TEL693-1866
申込 11/4(火)～9(月)に HP 窓 ㊟ で



ID 183026 抽選各30人
身近な薬用植物を知ろう
薬用植物について学びます。
講師は大阪医科薬科大学講師・平田佳之さん

料金 無料
問合 日吉台公民館／Tel688-6636
申込 11/2(月)～10(火)に HP 窓 C で
座学編



11/14(土)10:00～12:00。北清水コミュニティセンター
見学編
11/21(土)10:00～12:00。大阪医科薬科大学薬学部薬用植物園（奈佐原4）

ID 072821 当日先着200人
市民看護講座
ロコモ予防とセルフケア
100歳まで自分の足で歩くために専門医と看護師が講演

日時 11/14(土) 10:00～12:00
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 Tel683-1221



ID 004283 申込順50人
仕事でないものに価値はあるか
関西学院大学教授・中谷文美さんに聞く
文化人類学から見た仕事の価値

日時 11/19(木) 18:30～20:00
場所 生涯学習センター3階研修室
料金 無料
問合 産業振興課／Tel674-7411
申込 11/4(火)から HP C で



ID 183187 申込順30人
富田跡坂町のしめ縄奉納
富田連続歴史講座。奉納に携わっている人々から話を聞きます

日時 11/20(金) 10:00～12:00
場所 富田公民館
料金 無料
問合 Tel693-1671
申込 11/4(水)から HP 窓 C で



ID 149504 申込順80人
市介護等実践発表会
福祉・介護に係る研究や実践に関する発表を行います

対象 市内在住の人など
日時 11/20(金) 18:00～20:00
場所 クロスパル高槻
料金 無料
問合 市介護保険事業者協議会／Tel682-6652
申込 11/3(祝)～19(休)に HP で



ID 074568 申込順24人
子どもを性暴力被害から
まもるために
ワークショップなどを通じて、
大人ができることは何か学びます 保予

日時 11/21(土) 10:00～12:00
場所 クロスパル高槻
料金 無料
問合 男女共同参画センター／Tel685-3725
申込 11/3(祝)から HP 窓 C で



ID 183534 申込順20人
赤ちゃんはどこから？
多世代で考える
親世代も祖父母世代も。イマドキの性教育を
みんなで考えます 手 保予

日時 11/26(木) 10:00～12:00
場所 総合センター15階会議室
料金 無料
問合 教育総務課／Tel674-7612、Fax674-7645
申込 11/5(木)から HP C で



ID 105426 申込順20人
はたらくきっかけ
就労支援セミナー
就労支援機関の紹介と就労した人の体験談

対象 ニート・ひきこもりから踏み出したい人、家族など
日時 11/26(木) 14:00～16:00
場所 クロスパル高槻 料金 無料
問合 福祉相談支援課／Tel674-7767、Fax674-7721
申込 11/4(水)～24(火)に HP C F で
（基本事項と参加人数記入）



ID 182762 抽選280人
連続講座
戦国時代城郭としての芥川城
戦国時代城郭としての芥川城について
学ぶ講座です

日時 11/26(木)、12/3(木) 14:00～15:30（全2回）
場所 生涯学習センター2階多目的ホール
料金 1,000円
問合 しるあと歴史館／Tel673-3987
〒569-0075城内町1-7
申込 11/11(水)までに HP 窓 往 で（基本事項記入）



ID 180671 抽選50人
生きづらさから自分らしさへ
豊来家大治朗さんによる曲芸披露と
発達障がいと生きるといってお話 手 保予

日時 11/27(金) 10:00～12:00
場所 城内公民館
料金 無料
問合 Tel671-4644、Fax671-4552
申込 11/4(水)～16(月)に HP 窓 C で



きょうえん
2つの人気イベントが共宴
11/7(土)・8(日) 9:30～17:30
安満遺跡公園SAKURA広場・東の広場 入場無料
※公共交通機関をご利用ください

ID 074544
安満遺跡青銅祭

歌や踊りのステージパフォーマンス
など高槻の歴史と文化に触れながら楽し
める企画が盛りだくさん。

問合 同実行委員会
Tel090-3270-2093（ウラナカ）



ID 183909 大阪初
B-1グランプリ公認イベント in 高槻



B-1グランプリ公認イベントが府内
で初めて開催されます。各地のご当地
グルメ11種が大集結。各地の自慢の
味を食べ比べて楽しみませんか。

問合 高槻うどんギョーザの会
Tel675-0081（市観光協会内）

ID 182519 当日先着50人
自転車安全利用教室
自転車の正しい交通ルールを警察官から
学びます

日時 11/27(金) 14:00～15:30
場所 総合センター15階会議室
料金 無料
問合 管理課／Tel674-7592



ID 183366 当日先着270人
市民公開講座
知っておきたい目の病気
加齢や全身疾患に伴う目の病気について
症状や治療法を解説します

日時 11/28(土) 10:00～11:30
場所 生涯学習センター2階多目的ホール
料金 無料
問合 第一東和会病院／Tel671-1008



ID 181186 申込順40人
レクリエーションゲームを
学ぼう
単なる遊びとは異なるレクリエーションの
奥深さを学びましょう

対象 18歳以上（高校生不可）
日時 11/28(土) 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 子ども青少年課／Tel674-7654
申込 11/3(祝)～24(火)に HP 窓 C で



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

農林業祭

11/14(土)
10:00 ▶ 14:00

旬を迎えるハクサイ、ダイコンなど、地元農家が
丹精込めて育てた新鮮な野菜をはじめ、さまざまな
農林産物が並びます。林業機械での丸太切りパフォー
マンス、バルーンアート、木工コーナーなど、多
彩な楽しい企画あり。飲食ブースも登場します。

日時 11/14(土) 10:00～14:00
場所 嶋上郡衙跡（郡家新町）
料金 入場無料
問合 同実行委員会事務局
Tel674-7402（農林緑政課内）
・駐輪場（バイク可）あり
・駐車場なし
・無料循環バスをJR高槻駅北から運行



ID 130435 申込順30人

たかつきシニア創業セミナー

中小企業診断士・長元耕司さんの講演や創業支援制度の紹介など

対象 おおむね50歳以上
日時 11/28(土) 10:00～16:00
場所 高槻商工会議所（大手町）
料金 無料
問合 Tel675-0484
申込 11/4(火)～24(火)に [HP](#) [窓](#) [☎](#) [F](#) [郵](#) で
（所定の様式）



ID 183034 申込順50人

マイホーム借上げ制度説明会

住まなくなったマイホームの活用について考えます

日時 11/28(土) 10:30～12:00
場所 総合センター14階会議室
料金 無料
問合 住宅政策課／Tel674-7525、Fax674-3125
申込 11/4(火)～20(金)に [HP](#) [窓](#) [☎](#) [F](#) [郵](#) [メ](#) で
（基本事項と人数記入）



ID 183101 申込順50人

保育士のためのセミナー

子どもの発達支援の基本と保護者対応について学びます

対象 市内の保育所などに就労中の
人、就職を希望する人
日時 11/28(土) 13:30～15:00
場所 高槻子ども未来館
料金 無料
問合 保育幼稚園総務課／Tel648-3243
申込 11/3(祝)～27(金)17:00に [HP](#) [窓](#) [☎](#) で



ID 182512 当日先着100人

発達障がい高槻フォーラム

ライフサポート協会・小道モコさんによる講演 [手](#) [筆](#)

日時 11/28(土) 13:30～15:30
場所 クロスパル高槻
料金 無料
問合 市障害児者団体連絡協議会
Tel672-0672、Fax661-4714



ID 183087 当日先着300人

三島がん拠点病院 合同市民公開セミナー

乳がん、肺がん、大腸がんをテーマに4人の医師が講演します

日時 11/28(土) 14:00～16:00
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 Tel683-1221



ID 183783 申込順40人

マンション管理セミナー

管理組合の自立のために問題解決の成功事例を説明します

日時 11/29(日) 13:30～15:30
場所 クロスパル高槻
料金 500円
問合 府マンション管理士会高槻支部
Tel080-3784-9386（ヤマグチ）、Fax687-1136
申込 11/3(祝)～28(土)に [☎](#) [F](#) [メ](#) で（基本事項とマンション名、情報交流会の希望内容記入）



ID 081130 申込順各30人

認知症サポーター 養成講座・プラス講座

認知症を正しく知るための講座。
プラス講座でさらに理解を深めます

場所 総合センター15階会議室
料金 無料
問合 福祉相談支援課／Tel674-7171
申込 11/4(火)～26(木)に [HP](#) [窓](#) [☎](#) で
[養成講座](#) 11/30(月)10:00～11:30
[プラス講座](#) 養成講座を受講済みの人。
11/30(月)13:30～15:00



ID 181099 申込順30人

自分の暮らしと世界のつながり

自分の暮らしと世界の出来事のつながりについて考えてみましょう

日時 12/1(火) 10:00～12:00
場所 芥川コミュニティセンター
料金 無料
問合 今城塚公民館／Tel683-3331
申込 11/5(木)から [HP](#) [窓](#) [☎](#) で



ID 179086 申込順40人

介護する人される人 心の橋渡し

講師は、いのちの講演家・岩崎順子さん [手](#) [筆](#) [保](#) [予](#)

日時 12/2(火) 11:00～12:30
場所 三箇牧公民館
料金 無料
問合 Tel677-0965、Fax677-0967
申込 11/9(月)から [HP](#) [窓](#) [☎](#) [F](#) で
（基本事項記入）



ID 158568 申込順36人

人生後半を快適にする 住まいと整理収納

講師はインテリアコーディネーター・清水初美さん

日時 12/4(金) 10:00～11:30
場所 クロスパル高槻
料金 無料
問合 消費生活センター／Tel683-0999
申込 11/4(火)から [HP](#) [窓](#) [☎](#) で



いつでも読める 電子図書館

スマートフォンやパソコンで、電子図書を好きな時間に借りて読める便利なサービスです。
通勤・通学の合間やご自宅で、ぜひご利用ください。

＼コンテンツ拡充中／

たかつき
電子図書館



問合 中央図書館
Tel674-7800

ID 182514

福祉展

障がい者作品や福祉に関するパネルの展示、体験コーナー、事業所の物品販売など、福祉に親しむ企画が盛りだくさん。デフ（聴覚障がいのある）マジシャンのミスターかわづさんによるマジックショーも開催します。 [手](#) [筆](#)

日時 12/5(土)・6(日) 10:30～15:30
場所 生涯学習センター1階
展示ホールなど

料金 入場無料
問合 障がい者福祉センター
Tel672-0267、
Fax661-3508



[マジックショー](#) 当日先着50人

日時 12/5(土) 13:00～13:30
場所 生涯学習センター3階研修室
料金 無料

ID 045598

人権を考える市民のつどい

R-1グランプリ王者・濱田祐太郎さんによるトークショーなどを開催 [手](#) [筆](#) [保](#) [予](#)

料金 無料
問合 市人権まちづくり協会
Tel647-7825、Fax647-7233



展示会 [人権啓発入選作品展](#)

12/11(金)・12(土)10:00～17:00。
生涯学習センター1階展示ホール

[セレモニー・トークショー](#) [笑い×人権](#)

12/12(土)13:00～15:00。
生涯学習センター2階多目的ホール。申込順300人。
11/4(火)から [HP](#) [窓](#) [☎](#) [F](#) で（基本事項記入）

ID 176836 抽選20人

人に見せたい マジック教室

北清水でトライ。講師は手品師・あっちゃん。初心者大歓迎です

対象 18歳以上
日時 12/13(日) 10:00～12:00
場所 北清水コミュニティセンター
料金 無料
問合 日吉台公民館／Tel688-6636
申込 11/17(火)～12/1(火)に [HP](#) [窓](#) [☎](#) で



「分からない」を「できた!」に 高齢者のオンライン活用をサポート

ID 180528 当日先着各10人

スマホ相談会

スマホの使い方の相談のほか、交流もできます

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
富田 Tel694-7212 11/4(火)13:00～16:00
春日 Tel671-7872 11/9(月)13:00～16:00
山手 Tel685-4656 11/12(木)13:00～16:00
郡家 Tel685-0479 11/17(火)、12/1(火)13:00～16:00



ID 182370 申込順各20人

すこやかテラス スマホ体験講座・個別相談会

①LINE②詐欺対策

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
申込 11/5(木)から [窓](#) [☎](#) で
②富田 Tel694-7212 12/9(火)10:00～11:30
②郡家 Tel685-0479 11/27(金)10:00～11:30
②春日 Tel671-7872 11/24(火)13:00～14:30
①山手 Tel685-4656 12/3(木)13:00～14:30

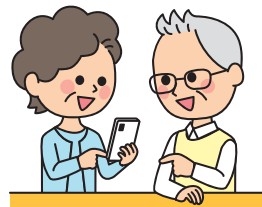


ID 182370 申込順各10人

すこやかテラス スマホ講座

①検索力②LINE

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
申込 11/5(木)から [窓](#) [☎](#) で
②富田 Tel694-7212 11/20(金)13:30～14:30
①郡家 Tel685-0479 11/25(火)13:30～14:30
①山手 Tel685-4656 12/10(木)13:00～14:00



ID 158082

たかつきアート博

子どもからプロのアーティストまでの作品が
ギャラリーなどに並びます

問合 同実行委員会

Tel674-7411（産業振興課内）

巨大絵画アーケード展

展示 11/1(日)～30(月)。高槻センター街

表彰式 11/29(日)10:00～10:50。アクトアモーレ(芥川町)

ウィンドウアート

11/1(日)～30(月)。野村証券高槻支店（紺屋町）

高槻ギャラリーネット合同企画展「道」

11/1(日)～6(金)。シェアアトリエ福寿舎（城北町1）、ギャ
ラリーTSU NA GU（高槻町）、アートデアート・ビュー
（北園町）、ギャラリーからこ（城北町1）

Doki Doki中学校美術部展

11/10(火)～12/7(月)。えきちかギャラリー（紺屋町）

高槻教職員展

11/20(金)～23(祝)。ギャラリーからこ

パラパラ漫画甲子園決勝戦

11/29(日)11:00～12:30。アクトアモーレ

TAKATSUKI唄まきstation

11/29(日)13:00～16:00。アクトアモーレ

はにわパレード

11/29(日)14:00～15:30。アクトアモーレ



当日先着200人

高槻市民寄席

落語愛好家・唄の会じゅげむによる寄席

日時 11/15(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 Tel674-7700



ID 045628 当日先着800人

TrioYou

プレリュードコンサート

オカリナ・チェロ・ピアノの三重奏。
TrioYouの出演は14:30からです

日時 11/19(木) 9:30～16:30

場所 芸術文化劇場南館トリシマホール

料金 無料

問合 TrioYou／Tel075-935-3680（シマザキ）



ID 074433 当日先着200人

自由研究コンテスト発表会

市内小中学生からの応募作品の発表や表彰を
行います

日時 11/8(日) 12:30～16:30

場所 関西大学

高槻ミュージ CAMPUS（白梅町）

料金 無料

問合 関西大学・大阪医科薬科大学

医工薬連環科学教育研究機構

Tel06-6368-1215



ID 182515

図書館＆博物館おたのしみ会

本の紹介と自然博物館員による
パッタのはなし

日時 11/21(土) 11:00～11:30

場所 中央図書館

料金 無料

問合 Tel674-7800



当日先着400人

藤井竹外奉賛全国吟詠大会

高槻藩士・藤井竹外を顕彰した
全国詩吟コンクール大会

日時 11/22(日) 9:30～

場所 芸術文化劇場北館

レセプションルーム

料金 無料

問合 Tel671-1062



当日先着150人

サロンコンサート

高槻音楽家協会による生演奏コンサートです

日時 11/22(日) 14:30～

場所 クロスパル高槻

料金 無料

問合 Tel685-3721



ID 094635 当日先着600人

淀川三十石船舟唄全国大会

全国から民謡を愛する人が集まり、
自慢の喉を披露します

日時 11/23(祝) 9:30～17:30

場所 芸術文化劇場北館中ホール

料金 無料

問合 同実行委員会事務局
Tel674-7652（歴史文化財室内）



ID 181792 当日先着50人

服部図書館朗読会

小寺池朗読グループによる本の朗読。
大崎梢著「リクと暮らせば」

日時 12/2(水) 14:00～15:15

場所 服部図書館

料金 無料

問合 Tel668-1085



ID 182492 抽選50人

さきどりクリスマス 今城塚で音楽の輪

出演は高槻ギタークラブ、
サクソ・アンサンブルなど

日時 12/5(土) 13:00～15:00

場所 今城塚公民館

料金 無料

問合 Tel683-3331

申込 11/5(木)～16(月)に [HP](#) [窓](#) [C](#) で



ID 170400 申込順100人

高槻100年らくご

クスリと笑って健康に。
落語と抽選会で高槻の笑いを楽しもう

対象 未就学児入場不可

日時 12/5(土) 13:30～16:00

場所 クロスパル高槻

料金 2,500円（当日3,000円）、30歳以下1,000円

問合 寄席つむぎ／Tel090-3940-0327（フジカワ）

申込 11/3(祝)～12/4(金)に [HP](#) [C](#) [X](#) で
（基本事項とチケット枚数記入）



親子わくわく ベースボールの集い

ID 072991 申込順70人

阪神タイガース投手コーチ・久保田智之さんが、
野球の楽しさを伝えます。

対象 市内在住で野球未経験の5歳～小学3年生
（保護者同伴）

日時 12/6(日) 11:00～12:15

場所 古曽部防災公園野球場

料金 500円

問合 市スポーツ団体協議会／Tel669-7202

申込 11/4(水)～20(金)に [HP](#) で



ID 183213 当日先着600人

女声合唱団Chorアクティ コンサート

日頃の練習の成果を発表。
すてきなハーモニーをお届けします

対象 未就学児入場不可

日時 11/21(土) 14:00～16:00

場所 芸術文化劇場北館中ホール

料金 無料

問合 Chorアクティ／Tel070-4787-8788（フクイ）



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

展 示

総合センター1階ロビー

桃園ギャラリー

大冠北第1コミュニティセンター書道講
座作品展

11/12(木)～25(水)

高槻アートチャレンジ～ライジング展

11/26(木)～12/9(水)

エミル高槻2階

展示館けやき

ひよしカメラ同好会・カメラクラブ
写楽合同写真展

11/6(金)～11(水)

アトリエ楽画房作品展

11/13(金)～18(水)

やよい会写真展

11/20(金)～25(水)

書と墨彩画展

11/27(金)～12/2(水)

クロスパル高槻7階

ギャラリーはなみずき

ROSE BELL押花作品展＆書道展

11/26(木)～12/1(火)



ID 181000 申込順60人

三箇牧クリスマス音楽祭

ハンドベルアンサンブルと器楽合奏ユニット
による音楽を楽しもう

日時 12/6(日) 13:00～15:00

場所 三箇牧公民館

料金 無料

問合 TEL677-0965

申込 11/5(木)～20(金)に [HP](#) [窓](#) [📞](#) で



ID 182397 申込順50人

癒やしのクリスマスコンサート

バイオリンの音色とハンドベルのきらめく響きをお楽しみください

日時 12/13(日) 10:30～12:00

場所 城内公民館

料金 無料

問合 TEL671-4644

申込 11/10(火)から [HP](#) [窓](#) [📞](#) で





高槻城公園芸術文化劇場
Takatsuki Arts Theatre

10:00～17:00／TEL671-9999

申し込みは [HP](#) [窓](#) [📞](#) で

※原則月曜休館。販売開始日の [📞](#) は14:00～

[友](#) 友の会先行販売、割引など（内容は要確認）

11/18(水)から発売 [友](#)

中野劇団
楽屋ちゃん2027

シチュエーションコメディを得意とする
京都発の劇団による公演

対象 未就学児入場不可

日時 来年1/23(土) 14:00～、18:00～、
24(日) 11:00～、15:00～

場所 南館サンユレックホール

料金 4,000円(当日4,500円)、25歳以下2,500円(当
日3,000円)、高校生以下1,000円(当日1,500円)



©北川啓太

11/18(水)から発売 [友](#)

匿名劇壇
台詞のない子どもたち

ユニカルな笑いが特徴の大阪発の劇団による
新作公演

対象 未就学児入場不可

日時 来年1/29(金) 15:30～、19:30～、
30(土)・31(日) 11:30～、15:30～

場所 南館サンユレックホール

料金 4,000円(当日4,300円)、25歳以下2,000円(当日
2,300円)、高校生以下1,000円(当日1,300円) など



ID 074855 申込順1,400人

高槻フィル 定期演奏会

オーケストラによるクラシック音楽会を
開催します

対象 未就学児入場不可

日時 12/13(日) 14:00～16:00

場所 芸術文化劇場南館トリシマホール

料金 800円(当日1,000円)、高校生以下500円

問合 高槻フィルハーモニーオーケストラ
TEL090-9210-2744(シモムラ)

申込 11/3(祝)～12/11(金)に [HP](#) [✕](#) で
(基本事項とチケット枚数記入)



ID 183910

スポーツ施設
体験・教室

防災も運動も親子時間も楽しく参加できる
イベントがいっぱい

古曽部防災公園・体育館 TEL681-0031

遊んで 学んで 防災

11/3(祝)10:00～15:00。無料

高槻スポーツ大学 防災講座

11/3(祝)10:30～11:30。無料。当日先着20人

高槻スポーツ大学 ウォーキング講座

18歳以上。11/25(火)10:00～11:30。無料。申込順15人。

11/3(祝)10:00～20(金)に [HP](#) で



萩谷総合公園 TEL681-0031(古曽部防災公園体育館)

親子ヨガ

4歳～小学生と保護者。11/15(日)10:30～11:10。800円。

申込順20組。11/3(祝)10:00～14(土)に [HP](#) で ※雨天中止

総合スポーツセンター TEL677-8200

苦手克服 とび箱教室

11/23(祝)9:15～10:15(4・5歳児)、
11/23(祝)10:30～11:30(小学生)。1,100円/人。

申込順各20人。11/3(祝)10:00～22(日)に [HP](#) で

ID 182651 申込順20人

公民館でトライ
はじめようランニング

講師はランニングコーチ・沖和彦さん。
お話の後実践があります

日時 11/21(土) 10:00～12:00

場所 五領公民館など

料金 無料

問合 TEL669-6169

申込 11/4(火)から [HP](#) [窓](#) [📞](#) で



紙ごみはリサイクルへ

ID 185807

市はリサイクルごみの日に紙箱類、
包装紙類、封筒などの紙ごみ(雑が
み)を収集しています。捨て方は、紙
袋に入れるかビニールひもで縛るだ
け。
雑がみは可燃ごみではなくリサイク
ルごみに出して、未来の環境を守りま
しょう。

問合 資源循環推進課／TEL669-1886



ID 158563 申込順25人

姿勢美人になる
やさしいピラティス

講師はピラティスインストラクター・
山口里紗さん

日時 11/27(金) 10:00～11:30

場所 クロスバル高槻

料金 無料

問合 消費生活センター／TEL683-0999

申込 11/4(火)から [HP](#) [窓](#) [📞](#) で



ID 072962 申込順30組

ニュースポーツ大会

一致団結してニュースポーツで盛り上がりよう

対象 小学4年生以上の
2～4人のグループ

日時 12/5(土) 9:30～13:00

場所 古曽部防災公園体育館

料金 無料

問合 スポーツ振興課／TEL674-7649

申込 11/4(火)から [HP](#) で



ID 133240 抽選5組

リアルtoss野球盤

軟式ボールを使用したトスマシーンで、
リアル野球盤を楽しもう

対象 小学4～6年生の5人チーム

日時 12/19(土) 10:00～16:30

場所 萩谷総合公園野球場

料金 無料

問合 スポーツ振興課／TEL674-7649

申込 11/4(火)～12/4(金)に [HP](#) で



ID 183313 抽選20人

自然をアートで楽しもう
ひっかき版画

テーマは昆虫。牛乳パックに引っかいて絵を描き
版画にします

対象 小学3年生以上
(小学生は保護者同伴)

日時 11/21(土) 13:30～15:30

場所 あくあびあ芥川

料金 300円

問合 TEL692-5041

申込 11/6(金)～9(月)に [HP](#) で



ID 183282 抽選20人

発想は無限大
ミニ門松作りに挑戦

いろんなパーツを使って、手のひらサイズの
オリジナル門松を作ろう

対象 小学生

日時 11/22(日) 10:00～12:00

場所 三箇牧公民館

料金 300円

問合 TEL677-0965

申込 11/4(火)～11(火)に [HP](#) [窓](#) [📞](#) で



ID 037480 申込順

ガンバ大阪 市民応援デー

明治安田J1リーグ第19節

ガンバ大阪 vs 東京ヴェルディ

日時 12/12(土) 16:00～

場所 パナソニックスタジアム吹田(吹田市)

料金 カテゴリー4=2,800円、
カテゴリー5=2,380円、
カテゴリー6=2,030円(下層・指定席)、
1,820円(上層・自由席)、高校生以下無料

問合 ガンバ大阪／TEL06-6875-6880

申込 11/7(土)10:00～12/11(金)に [HP](#) で





ID 184216 申込順20人

クリスマスの額飾りを作ろう

カラフルな紙などを使ってクリスマスに
飾れる額を作ろう

日時 12/4(金) 13:30～15:30

場所 川西コミュニティセンター

料金 1,000円

問合 TEL683-9048

申込 11/9(月)～20(金)に [窓](#) [📞](#) で



ID 182101 抽選25人

干支の未(ひつじ)
張り子絵付け教室

来年の干支(えと)にちなみ、羊の張り子に
自由に彩色します

日時 12/5(土) 10:30～12:00

場所 しろあと歴史館

料金 300円

問合 TEL673-3987
〒569-0075城内町1-7

申込 11/15(日)までに [HP](#) [窓](#) [往](#) で(基本事項記入)



ID 183217 申込順15組

飛鳥人を魅了した
七宝焼き教室

勾玉形の銅板にゆう葉を盛り、オリジナルの
七宝焼を作ります

日時 12/6(日) 13:30～15:30

場所 今城塚古代歴史館

料金 1,000円/人

問合 TEL682-0820

申込 11/3(祝)～16(月)に [HP](#) で



抽選20人 要

インド料理教室

インド出身の講師と一緒にインド料理を作ります

日時 12/12(土) 10:00～12:00

場所 クロスパル高槻

料金 500円

問合 市都市交流協会／Tel674-7396

申込 11/2(月)～20(金)に 



ID 132643 抽選20人

ひとり親家庭
フラワーアレンジメント

季節の花を使い、世界に1つだけの作品づくりをします **保予**

対象 市内在住のひとり親家庭の親子(小学生以上)

日時 12/20(日) 10:00～12:00

場所 クロスパル高槻

料金 無料

問合 市ひとり親家庭福祉会／Tel674-7832(子ども政策課内)

申込 11/4(水)～25(水)に **HP** **は** で
(基本事項と子どもの氏名・学年記入)



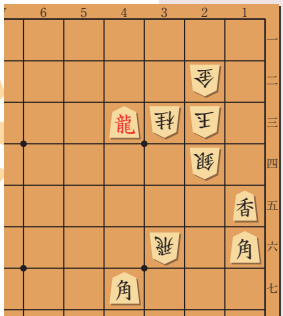
チャレンジ
つめ
詰 将棋

第54回

はじめに
将棋は、相手の玉を早く捕まえた方が勝ちのゲームです。詰将棋は、玉を捕まえる(=詰ます)手順を考えるゲームで、1人で取り組めるうえ、たくさん問題を解くことで「先の展開を正しく考える力」が身に付き、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、常に連続で相手(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こと)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
合駒は効かない

先手
目分
持駒
なし

出題棋士 横山 友紀四段
答えは、43ページ

 将棋のまち 高槻

ID 179577

「将棋のまち 高槻」として、市民の皆さんにより身近に将棋に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ましょう。
将棋のまち推進課／Tel674-7399

ID 072658

合同企業面接会inたかつき

就職面接会和相談ブースなど。セミナーは予約優先で11/4(水)から受け付け **保予**

対象 一般・中高年などの求職者

日時 11/27(金) 13:30～16:00

場所 生涯学習センター1階展示ホールなど

料金 無料

問合 産業振興課／Tel674-7411



ID 171974

保育士などの
土曜日就職相談会

保育士・栄養士・調理員・看護師・学童保育指導員の就職相談

対象 市内の保育所などに就職を希望する人

日時 11/28(土) 10:00～12:00

場所 高槻子ども未来館

料金 無料

問合 保育幼稚園総務課／Tel648-3243



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 12/12(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／Tel06-6748-0263

申込 11/4(水)～12/11(金)に **こ** で



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。1月号掲載申し込みは11/25(水)までに広報戦略室／Tel674-7306へ。

日 日時 **所** 場所 **料** 料金 **対** 対象 **問** 問合

★募ります

★短歌 **日** 毎月第2土曜13:00～ **所** クロスパル高槻など **料** 月会費1,000円 **問** 初めての短歌・ワカナ／Tel090-4649-5483

★英会話 **日** 毎週金曜13:00～ **所** 今城塚公民館など **料** 入会金1,000円、月会費3,000円 **問** トーククラブ・マツヤマ／Tel090-4278-7716

★山歩き **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** 資料を添付したメールの送受信ができる人、未経験者は70歳未満 **問** 高槻山歩きの会・ワカサ／Tel070-5656-2975



ID 130430

たかつき
産業フェスタ

11/14土
入場無料

市内で活躍する約60の企業・団体が出展し、展示や体験コーナーなどで高槻の産業を楽しめます。高槻ゆかりのフードをはじめとしたグルメブースも設置。雨天決行。

日時 11/14(土) 11:00～16:00
※10:40～11:00オープニングセレモニー

場所 安満遺跡公園西エリア

料金 入場無料

問合 産業振興課／Tel674-7411



来場者プレゼント
先着300人にはにたんオリジナル箱ティッシュをプレゼント
時間 11:00～
場所 屋根付き広場



1 展示・体験テント

- 愛仁会高槻病院
- 愛仁会リハビリテーション病院
- アルインコ(株)
- NEVラボ(株)
- 求工会&(株)イワイ
- 大阪紙器工業(株)
- (株)ガハハ
- 北おおさか信用金庫高槻支店
- 空気の洗車屋さん大阪高槻店
- (株)ケアーズ
- (株)楠本書院
- サンユレック(株)
- サンスター(株)
- JA全農青果センター(株)大阪センター
- JT生命誌研究館
- (株)シンメ
- (株)Starlight healthcare
- 第一東和会病院
- 高槻珠算協会
- (株)ニチレイフーズ関西工場
- 日新化成工業(株)
- (株)樋口電子
- ファヴォリ(有)
- 丸大食品(株)
- (株)宮田運輸
- 矢崎化工(株)
- 市観光協会、観光シティセールス課
- 高槻商工会議所

2 車両展示・体験テント

- 交通部
- 消防本部
- 水道部
- 市上下水道工事業協同組合
- 清掃業務課
- 消費生活センター
- 高槻警察署
- 日本郵便(株) 高槻郵便局

3 展示・体験会

- 関西大学 総合情報学部
- コニカミノルタ(株)
- (株)高槻ガラス店
- (株)bitset

4 フードテント

- 高槻うどんギョーザの会
- ざつきあん
- (株)高槻酒文化研究所&(株)西田本店
- 居酒屋むかし昔
- 米粉伝道師TAKAYA
- 珈琲屋ほっぺ
- キッチンさくら
- 薩摩の牛太
- BEER BASE 高槻
- のりまきのすけ
- カトマンドゥカリーPUJA

5 キッチンカー

- 1100Cafe
- あかし玉子焼ひろめ隊
- 深夜うどん 一龍
- T's ★ Diner
- 高崎流居酒屋道場 高槻店

地元産業の技術を体験

地元のグルメもたくさん

各スポーツ連盟・団・協会が開催する教室

 市ホームページ

場所 A＝古曽部防災公園体育館、B＝陸上競技場

問合 市スポーツ団体協議会／Tel669-7202

バスケットボール	11/20(金)から連盟ホームページで受け付け			
教室	小学生以上	12/20(日) 9:30～11:30	A	300円
陸上	当日直接、会場へ			
陸上競技教室	小学生	11/23(祝) 9:00～10:30	B	無料
	中学生	11/23(祝) 9:00～12:00		

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・通学の人以外は利用額2倍
総合体育館／Tel677-8200、古曽部防災公園体育館／Tel681-0031

28 | たかつきDAYS 2026.11

たかつきDAYS 2026.11 | 29



糖尿病 早く気付くなら健診から

糖尿病は、血糖値が少しずつ上がり、気付かないうちに進行することがあります。だからこそ、頼りになるのが毎年の健診。早めに気づき、生活習慣を見直すことが大切です。

問 健康づくり推進課／TEL674-8800 **ID** 073381

糖尿病は「症状がない」ことも 症状が出る前に変化に気付こう

糖尿病は、初期には自覚症状がほとんどありません。のどの渇き、体重減少、疲れやすさなどが出たからでは、すでに進行していることも。毎年の健診を忘れずに受けて早めに変化に気付くことが大切です。

今の生活をチェック

当てはまる項目があれば、健診を受けて結果を確認し、普段の生活を見直すきっかけにしましょう。

- ☐ 腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上
- ☐ BMIが25以上
- ☐ 甘いジュースやお菓子をよく食べる
- ☐ 1日10時間以上座っている
- ☐ 睡眠時間が短い
- ☐ 喫煙する
- ☐ 家族に糖尿病の人がいる
- ☐ 脂質異常症である
- ☐ 高血圧症である



健診結果の「3つ」を確認 少し高めでも放っておかないで

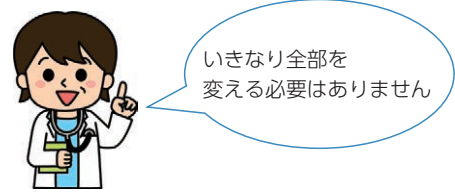
「自分は大丈夫」と思っている人も、毎年の健診結果をもう一度確認してみましょう。健診で正常高値だったり前年より数値が上がっていたりしたら、生活習慣を見直すサイン。

- ①空腹時血糖
血糖の「今」の状態を確認します
- ②HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）
過去1～2カ月の血糖の状態が分かります
- ③前年からの変化
基準範囲内でも、毎年少しずつ上がっているなら要注意

	生活習慣の見直しサイン				要受診
	正常値	正常高値	糖尿病 予備群	糖尿病 疑い	
空腹時 血糖	～99mg/dL	100～109 mg/dL	110～125 mg/dL	126mg/dL～	
	かつ	または			
HbA1c	～5.5%	5.6～5.9%	6.0～6.4%	6.5%～	

続けるコツは「頑張りすぎない」

生活習慣の見直しで大切なのは、完璧に取り組むことではなく、無理なく続けること。「これならできそう」と思うことを1つ選んで実践してみましょう。できた日は記録する、家族や友人と一緒に取り組むなど、続けやすい工夫を取り入れるのもおすすめ。



今日からできる「1つだけ」

●甘い飲み物を控える

飲み物は毎日取るものだからこそ、見直しやすいポイント。ジュースや加糖飲料を水やお茶に変えてみましょう。



●食べる順番を変える

野菜、海藻、きのこなど食物繊維の豊富なおかずから先に食べると、血糖の上がり方がゆるやかになります。



●毎日体重を測る

体重の変化に気付くことが大切です。食事や運動習慣を振り返るきっかけにも。



●夜食を控える

寝る前の間食は、血糖が高い状態を長引かせやすくなります。



●座りっぱなしを減らす

1時間に一度は立ち上がり、少し動くようにするだけでも効果的。



●食後に10分歩く

食後の軽い運動は、血糖の急上昇を抑えるのに役立ちます。



ご相談ください お酒の悩み

ID 002953

お酒は、私たちの生活に深く浸透している一方で、飲み過ぎたり、習慣的に飲酒したりすることで、健康障がいなどにつながります。お酒の飲み方や付き合い方に悩みや問題をお持ちの人は、まずご相談ください。

問合 保健予防課／TEL661-9332

相談	市こころの健康相談※ TEL661-9332 平日8:45～17:15
	府こころの健康総合センター※ TEL06-6691-2818 平日9:00～17:45、第2・4土曜9:00～17:30
自助 グループ	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)
	市断酒会 TEL090-8577-2278(イトウ)
	AA関西セントラルオフィス※ TEL06-6536-0828 平日10:00～17:00、日曜13:00～16:00

※は年末年始除く

匿名で検査ができる HIV夜間臨時検査を実施

ID 133911

保健所では、毎週木曜にHIV検査を無料で行っています。さらに12/1の世界エイズデーに合わせて、夜間にHIV検査を臨時で行います。

検査は匿名で、希望者は梅毒、クラミジア検査も同時に行うことができます。

日時 12/9(木) 18:00～19:00
※結果は12/16(木)18:00～19:00に本人に手渡し

場所 市保健所

料金 無料

内容 血液検査（HIV・梅毒）、尿検査（クラミジア）

問合 保健予防課／TEL661-9332

申込 11/4(木)～12/8(火)に **HP** **TEL** で
※申込順15人



健診・検診

ID 032781

問合 健康づくり推進課／TEL674-8800、FAX674-1551

日時・会場			申込方法
特定健診(9:30～11:00) ID	11/25(水)、12/2(水)・9(水)		不要 (要受診券・マイナ保険証など)
		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] ビロリ菌検査、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) ID	1/13(水)・27(水)	[必須項目] 特定健診 [選択項目] 肺がん、胃がん、大腸がん、ビロリ菌、肝炎、前立腺、骨測定	随時、 HP 窓 TEL
まとめて健診+ (プラス) ID ～レディースDay～(午前)	1/20(水)	[必須項目] 特定健診、子宮頸がん、乳がん [選択項目] 肺がん、大腸がん、ビロリ菌、肝炎、骨測定	随時、 HP 窓 TEL
レディースドック(午前)	1/28(水)	[必須項目] 子宮頸がん、乳がん [選択項目] 肺がん、胃がん、大腸がん、骨測定	随時、 HP 窓 TEL
子宮頸・乳・ 大腸がん検診(午後)	1/25(月)★	[必須項目] 子宮頸がん、乳がんのうち少なくとも1つ [選択項目] 大腸がん、骨測定	随時、 HP 窓 TEL (保育は TEL)
健康相談会(結果説明+個別相談) (14:00～15:30)	12/18(金)	磐手公民館 相談員:医師、保健師、管理栄養士、薬剤師	随時、 HP 窓 TEL F (基本事項と生年月日記入)
対象	[特定健診] 今年度40～74歳(75歳の誕生日の前日まで)で市国保被保険者に限る(ID の健診が対象) [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、まとめて健診=40歳以上、 まとめて健診+ (プラス)=40歳以上女性、レディースドック=30歳以上女性 ※胃・子宮頸・乳は前年度未受診者 [その他] ビロリ菌=20～49歳(500円)、肝炎=今年度40歳以上(B・C型各500円)、前立腺=50～89歳男性、骨測定=40歳以上(500円) ※ビロリ菌・肝炎は過去未受診者		
備考	日時は「健康だより」「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▷申込順◇費用記載なしは無料。ビロリ菌・肝炎・骨測定にも無料制度あり。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▷保健センターの胃がん検診はバリウムだけ▷市内の実施医療機関でも受診可(骨測定除く)		

※申込手段や基本事項の略は17ページ参照

市政インフォ

information

お知らせ

1
28

募集

29
31

求人

32
34

※申込手段や基本事項の略は17ページ参照

臨時休館 クロスパル高槻 11/8(日)

1

11/5・11
Jアラートを用いた訓練が実施

ID 074483

下記の日程でJアラートを用いた訓練などが実施されます。市は防災行政無線とジェイコム防災情報サービス受信端末機から放送します。気象状況などにより中止する場合があります。

問合 危機管理室／Tel674-7314

緊急地震速報訓練放送

日時 11/5(木)10:00ごろ

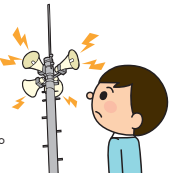
※9:45ごろ訓練放送の周知放送実施

全国一斉情報伝達試験

日時 11/11(木)11:00ごろ

※10:45ごろ試験放送の周知放送実施。

延期の場合は11/25(木)に実施



2

令和9・10年度
入札参加資格承認申請の追加受け付け

要

令和9・10年度の下記の入札参加資格承認申請を、11/16(月)から受け付けます。既に、令和8・9・10年度の入札参加資格を得ている事業者は、今回申請不要ですが、取引希望品目の変更を希望する場合は、変更届を提出してください。簡易書留、書留またはレターパックプラスで提出。

申込 11/16(月)～30(月)に 郵 で

物品・業務委託（施設管理除く） ID 103835

問合 契約検査課／Tel674-7501

施設管理業務委託 ID 184151

問合 総務課／Tel674-7312

3

令和9・10年度学校給食用物資納入業者
追加登録申請受け付け

ID 072835

令和9・10年度の学校給食用物資納入業者の追加登録申請を12/14(月)から受け付けます。なお、登録にあたっては、現在、令和8・9・10年度の物品業務委託（施設管理を除く）の入札参加資格者名簿に登録されているか、もしくは、事前に令和9・10年度の物品業務委託（施設管理を除く）の入札参加資格承認申請（11/16(月)～30(月)）が必要です。

問合 保健給食課／Tel674-7606

申込 12/14(月)～22(火)に 窓 で（所定の様式）

4

社宅の新築・改修を支援し
企業の人材確保を応援

ID 059038 要

市内に新たに社宅を整備する法人に費用の一部を補助します。

補助 新築建設・建売購入・リフォームなどは
上限10,000,000円。賃借は上限5,000,000円

対象 次の全ての要件を満たすこと
（新築建築の場合は③を除く）
①税の滞納がない法人格を有する団体などである
②令和8年中に新たに整備（新築建設、建売購入、リフォーム、賃借など）した社宅である
③社宅に雇用する従業員が令和8年中に居住し、住民登録をしている

問合 産業振興課／Tel674-7411

申込 来年1/4(月)～3/5(金)に 窓 で

5

狩猟期間中の入山に注意
周囲に存在を知らせて

ID 029492

11/15(日)～来年3/15(月)は狩猟期間です。狩猟者が銃やわななどで鳥獣の捕獲活動を行いますので、ハイキングや山仕事で山林に入る人は、事故防止のため、目立つ色の服・帽子の着用やラジオ・鈴の携帯などで存在を周囲に伝えてください。また、犬の鳴き声や銃声のする方向、わな設置の標識の付近には近づかないで下さい。

問合 農林緑政課／Tel674-7402

6

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）。

問合 市献血推進協議会
Tel674-7496（市社会福祉協議会内）



コノミヤ高槻西冠店（西冠3）

11/5(木)10:00～12:00

エミル高槻西側（城北町2）

11/5(木)14:00～16:30、
24(火)10:00～12:00、13:00～16:30

イオン高槻店（萩之庄3）

11/14(土)10:00～12:00、13:00～16:30

JR摂津富田駅南側

11/21(土)10:00～12:00、13:00～16:30

7

番田温水プール
一時休館

ID 004002

同プールは熱源施設の定期保守点検のため、11/16(月)～27(金)は、休館します。

問合 番田温水プール／Tel674-2411

8

（仮称）芥川城公園の都市計画案の縦覧

ID 182911

（仮称）芥川城公園の都市計画案の縦覧を行います。市民および利害関係人は、縦覧期間に意見書を提出することができます。

日時 11/13(金)～27(金)

場所 歴史文化財室

問合 Tel674-7652

9

成年後見制度の報酬助成対象者を拡大

ID 002463

成年後見制度の報酬助成について、今年度から、活用できる資産・貯蓄がないことで成年後見制度の利用が困難な人を新たな対象者に加えて助成しています。親族以外の専門職または法人が後見人などに選任された場合が対象になります。

問合 福祉相談支援課／Tel674-7171

10

パスポート手数料
クレジットカードによる納付が可能に

ID 156454

11/11(木)以降にパスポート（旅券）の電子申請を行った人は、手数料をクレジットカードで納付できるようになります。

問合 市パスポートセンター
Tel681-9360



11

傍聴できます
市義会の日程

ID 001021

議事の都合で変更の場合あり。詳細はお問い合わせを。

日時 10:00～ 場所 市役所本館

問合 議会事務局／Tel674-7213

議会運営委員会	11/27(金)、12/14(月)
本会議	12/2(火)・4(金)・18(金)・21(月)・22(火)
文教にぎわい委員会、福祉企業委員会	12/8(火)
市民都市委員会、総務消防委員会	12/9(水)

12

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、
C＝水道部北側庁舎

ID 152233 青少年問題協議会 計画の点検・評価など	11/4(水) 10:00～	A (12階)	子ども青少年課 Tel674-7654
ID 077963 社会福祉審議会 地域共生社会推進部会 地域福祉計画など	11/10(火) 14:00～	B (3階)	地域共生推進室 Tel674-7162
ID 182442 選挙管理委員会定例会 選挙人名簿の登録の抹消など	11/11(水) 10:00～	A (13階)	選挙管理委員会事務局 Tel674-7676
ID 182903 社会福祉審議会 障がい者福祉専門分科会 計画の素案など	11/13(金) 15:00～	B (3階)	障がい福祉課 Tel674-7164、 Fax674-7188
ID 031577 教育委員会定例会 教育に関する基本方針など	11/16(月) 10:00～	A (12階)	教育政策課 Tel674-7643
ID 184013 社会教育委員会議 社会教育施策全般	11/16(月) 15:00～	A (15階)	教育総務課 Tel674-7612
ID 183584 農業委員会定例会 農地法の許可申請など	11/18(水) 13:30～	B (2階)	農業委員会事務局 Tel674-7421
ID 179404 社会福祉審議会 児童福祉専門分科会 こども計画の改定など	11/18(水) 14:00～	B (3階)	子ども政策課 Tel674-7174
ID 138269 社会福祉審議会 高齢者福祉専門分科会 計画の素案など	11/19(木) 10:00～	B (3階)	長寿介護課 Tel674-7166
ID 168770 水道事業審議会 市の水道事業の経営や計画	11/20(金) 15:00～	C (2階)	水道部 総務企画課 Tel674-7952
ID 183120 芥川城跡保存活用検討委員会 計画について	11/26(木) 10:00～	A (12階)	埋蔵文化財調査センター Tel694-7562
ID 183296 史跡整備指導検討会 史跡などの保存と活用	11/27(金) 13:00～	A (12階)	埋蔵文化財調査センター Tel694-7562
ID 180034 子ども・子育て会議 計画の進捗状況調査など	11/27(金) 14:00～	B (3階)	子ども政策課 Tel674-7174
ID 182443 選挙管理委員会定例会 選挙人名簿の登録など	12/1(火) 10:00～	A (13階)	選挙管理委員会事務局 Tel674-7676

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。また、市が推奨するという趣旨ではありません。掲載の申し込みは(株)ウィット(☎072-668-3275)へ

13 販売農家に対して 肥料購入費用の支援

ID 180665

水稻用肥料を中心に物価高の影響を受ける販売農家の経営継続を支援するため、JAたかつきと連携して肥料購入費用を補助します。

補助 肥料購入費用の15%。

JAたかつき組合員は、さらに15%を加算。
上限は1アール当たり600円

問合せ JAたかつき／Tel676-3279

申込 11/2(月)～来年2/26(金)に ☎ で

14 里親制度説明会 映画も上映

ID 157646 申込順50人

親の病気、家出、離婚など、さまざまな事情により家庭で暮らせない子どもたちを自分の家庭に迎え入れて養育する里親制度。この制度について考えるきっかけとなるよう、説明会と映画「1640日の家族」の上映会を開催します。

日時 11/28(土) 13:30～16:30

場所 クロスパル高槻

料金 無料

問合せ 聖ヨハネ学園／Tel687-0541

申込 11/3(祝)～27(金)に ☎ で

15 まちうまスタンプラリー

ID 171934

「まちうま」は高槻市・島本町・摂津市・茨木市・吹田市の飲食店や食料品店を対象にした地域密着型のグルメ応援アプリで、食事やお買い物でポイントがたまります。加盟店を利用することで獲得できるスタンプを3つためるごとに200ポイントが付与されます。この機会にアプリを活用して食事やお買い物をお楽しみください。

期間 来年1/10(日)まで

問合せ エイチ・ツー・オーコミュニケーションNEXT
Tel0570-00-3900

16 適正な計量 合格シールの確認を

ID 073076

11月は計量強調月間です。商店や病院などで取引・証明に使用するはかりには、2年に1度の定期検査が義務付けられ、検査に合格すると合格シールが貼られます。買い物などではかりを使用するときは、合格シールを確認しましょう。

問合せ 消費生活センター／Tel683-0999

家庭用はかりの無料診断

家庭で使用しているヘルスメーターやキッチンスケールの無料診断を実施。

日時 11/16(月)～20(金)

場所 消費生活センター

申込 11/4(水)～20(金)
12:00に HP ☎ で



17 小規模企業者へ融資あっせん

ID 004194

市内の小規模企業者の経営安定化を図るために、最大600万円の融資をあっせんする「中小企業事業資金融資制度」を設けています。

申請方法など詳しくはお問い合わせください。

対象 市内で、同一場所で6カ月以上同一事業を営んでいて、確定申告を行っている従業員数が20人以下の会社・個人、医業を主たる事業とする法人、事業協同組合など
※商業・サービス業（娯楽業・宿泊業は除く）は5人以下

問合せ 産業振興課／Tel674-7411

18 生活のしづらさなどに関する 調査を実施

ID 074888

厚生労働省からの委託を受け、国勢調査調査区から無作為で選出された市内15地区に住む在宅の障がい児・者などを対象に、11/1(日)を基準日として、生活のしづらさなどに関する調査を実施します。調査員がご自宅を訪問しますのでご協力をお願いします。調査結果は、障がい者施策の推進に向けた検討の基礎資料として使われます。

問合せ 障がい福祉課／Tel674-7164、Fax674-7188

19 市戦没者追悼式を開催

ID 077906

戦争で亡くなった人々を追悼し、ご冥福をお祈りするとともに、世界の恒久平和を祈念するため、市戦没者追悼式を開催します。

日時 11/7(土) 10:00～11:00

会場 芸術文化劇場北館
レセプションルーム

問合せ 地域共生推進室
Tel674-7162



20 身近な場所で マイナンバーカード申請受け付け

ID 005595

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／Tel674-7161

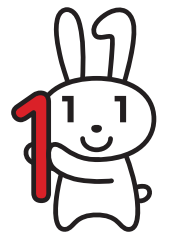
申込 2営業日前までに HP ☎ で

五領公民館

11/10(火)10:00～12:00、
13:00～16:00

竹の内コミュニティセンター

11/27(金)10:00～12:00、
13:00～16:00



21 年金保険料納めていますか 年金加入状況の確認を

ID 074752

年金保険料の納め忘れや未加入期間があると将来受け取る金額が少なくなります。納め忘れなどがないか加入状況を確認しましょう。確認にはパソコンやスマートフォンで利用できる「ねんきんネット」が便利です。「ねんきんネット」では将来受け取る年金見込み額の試算などもできます。

なお、経済的理由で保険料の納付が困難な場合などは、免除を申請することもできます。

問合せ 市民課／Tel674-7073

国民年金基金

老齢基礎年金に上乗せする第1号被保険者のための公的な年金制度。加入方法などは直接お問い合わせください。

問合せ 全国国民年金基金／Tel0120-65-4192

22 動物の適正な飼育を

ID 002756

犬や猫などのペットが命を終えるまで適切に飼育することは飼い主の責任です。ペットが安心して快適に暮らせるようにするとともに、鳴き声や排せつ物の臭いなどで近隣に迷惑をかけないように配慮し、愛情と責任を持って飼育しましょう。

問合せ 保健衛生課／Tel661-9331

●犬の散歩はリードをつけて安全に

リードをつけない散歩や放し飼いは府条例で禁止されています。散歩は必ず制御できる長さのリードをつけて、排せつ物の始末はしっかりと

●飼い犬登録と狂犬病予防注射を

狂犬病は致死率がほぼ100%の危険な病気。飼い犬登録と年1回の予防注射を必ず受けさせる

●猫は室内で飼育

ふん尿や鳴き声などで周囲の人に迷惑をかけないように

●不妊・去勢手術

子犬・子猫の誕生を望まないときは不妊・去勢手術を

●災害時の備え

マイクロチップや迷子札などで身元を表示。避難袋の用意など日頃から準備を

動物愛護フェスタ ID 071447

犬猫大譲渡会、パネル展示、動物クイズなど。ペット連れでの来場不可。

日時 11/7(土) 10:00～13:00

場所 イオン高槻店（萩之庄3）

料金 無料

23 不動産公売を実施

ID 078275 要

市税などの滞納者から差し押さえた不動産を、府域地方税徴収機構と合同で公売します。買い受けを希望する人は、物件明細・参加の手引きを市ホームページまたは収納課で確認の上、ご参加ください。予告なく中止となる場合あり。

日時 11/17(火) 10:00～

場所 府咲洲庁舎（大阪市住之江区）

問合せ 収納課／Tel674-7153

ID 184047 当日先着200人

合格祈願で受験生に話題 マンホールカードなど無償配布

マンホールのふたは形が「全て丸」、傾けてもマンホールの中に「落ちない」、模様や滑り止めの凹凸があり「滑らない」ことから受験生にとって縁起がいいなどと話題です。

市では入学・資格試験の合格を目指す人を応援し、下水道に興味・関心を持ってもらうため、合格祈願マンホールカード・グッズなどを無償配布します。

対象 入学・資格試験の合格を目指す人 **日時** 11/7(土) 10:00～15:00

問合せ 下水河川企画課／Tel674-7432

グッズなどをもらうには

①マンホールふたの撮影



JR高槻駅周辺のマンホールふた広告を撮影

②写真の提示



高槻阪急スクエア2階（白梅町）の受け付けで写真を提示

③受け取り



その場でお守りやグッズがもらえる（撮影したふた広告によりもらえるグッズが変わります）

※上記①～③は家族などが代わりに手続き可。当日9:30から高槻阪急スクエア2階JR連絡口で整理券を配布



24 税を考える週間 税の作文展

11/11～17の税を考える週間に合わせ、展示や税金クイズを行います。

展示 ID 183906

中学生の「税についての作文」市内受賞作品の展示や税金に関するチラシの配架を行います。

日時 11/11(水)～17(火) (17日は17:00まで)

場所 総合センター1階

問合せ 税制課／Tel674-7139

税金クイズ ID 183907

税理士による「税の無料相談コーナー」も。

日時 11/14(土) 11:00～15:00

場所 エミル高槻西側（城北町2）

問合せ 茨木税務署／Tel072-623-1131

25 全国ひとり親世帯等調査を実施

ID 184215

こども家庭庁がひとり親世帯などの福祉の充実を図るための基礎資料を得る目的で、調査を実施します。11/1(日)以降に、調査員証を持った調査員が対象世帯へ訪問しますので、ご協力をお願いします。

対象 無作為に抽出された母子世帯、父子世帯、父母のいない子どもがいる世帯

問合せ 子ども政策課／Tel674-7832

26 9月の寄付

ID 004329

ふるさと寄附金推進センター（敬称略）

151,865,690円（4,476件）

（内訳）本行寺＝144,000円、明治安田生命保険相互会社大阪北支社＝847,190円、株式会社ISOプロ＝100,000円、株式会社エーアンドエーマテリアル＝非公表 など

問合せ Tel674-7828

社会福祉協議会（敬称略）

53,322円（8件）

（内訳）堤菊美＝10,000円、摂津峡の小さな地藏さん＝2,445円、高堰正憲＝10,000円、坂裕二＝10,000円、平田和夫＝2,000円、有澤都＝2,000円、ナツメコの会＝11,877円 など

問合せ Tel674-7496

27 女性に対する暴力をなくす運動期間

ID 080814

11/12～25の「女性に対する暴力をなくす運動」期間に合わせ、啓発展示を行います。社会全体で問題意識を高め、暴力を容認しない世の中にしていきたいと思います。

問合せ 人権・男女共同参画課／Tel674-7575

啓発展示

日時 11/1(日)～25(水)

場所 男女共同参画センター、総合センター1階南側通路



28 11月の啓発強化など

「大阪府ヘイトスピーチ解消推進条例」啓発推進月間
ID 074197

ヘイトスピーチをなくし、全ての人の人権が尊重される社会を築くことを呼びかけ。府人権擁護課／Tel06-6210-9282

犯罪被害者月間 ID 133555

犯罪被害者などが直面する問題について考えるよう呼びかけ。人権・男女共同参画課／Tel674-7575

秋のこどもまんなか月間 ID 158906

子どもや子育て世帯を社会全体で支えるよう呼びかけ。子ども青少年課／Tel674-7654

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン期間
ID 104736

11月。児童虐待防止は周囲の人、行政や関係機関と協力して取り組む必要があることを呼びかけ。子育て支援課／Tel686-5363

自転車マナーアップ強化月間＆駅前放置自転車クリーンキャンペーン期間 ID 074761

自転車などの利用時のヘルメット着用と交通ルール順守の徹底を呼びかけ。管理課／Tel674-7592

秋季全国火災予防運動

11/9～15。火災で亡くなる人を減らし、財産を守るために火災予防意識を高めるよう呼びかけ。消防本部予防課／Tel674-7985



人生会議の日 ID 183025

11/30。自分の望む生き方や医療・ケアについて、周囲の信頼できる人たちと話し合い、共有しておくことを呼びかけ。長寿介護課／Tel674-7881

29 市有地の売り払い一般競争入札参加者

ID 001285 要

市が保有する土地を売り払う一般競争入札への参加者を募集。実施要領は11/2(月)から配布。

対象 西町991番3。宅地119.57㎡。

最低売払価格は17,200,000円

問合せ アセットマネジメント推進室／Tel674-7688

申込 11/2(月)～12/23(水)に 窓 郵 で

30 市営富寿栄住宅の入居者

ID 063296 抽選12人 要

市営富寿栄住宅に3月から入居する人を募集。収入基準など条件あり。募集案内は11/2(月)から配布。

対象 1DK（1～2人世帯）＝1戸、2DK（1～3人世帯）＝1戸、2LDK（2～4人世帯）＝1戸、3DK（3～5人世帯）＝9戸

問合せ 住宅政策課／Tel674-7525

申込 11/2(月)～16(月)に 郵 で

31 令和9年度市奨学生

ID 004899 要

経済的理由により修学が困難な人を対象に奨学生を募集。

貸付 高校生など＝国・公立7,000円、私立 10,000円
大学生など＝国・公立11,000円、私立 14,000円
※いずれも月額

対象 次の全てを満たす人 ※所得制限・論文あり

・扶養者（学資負担者）が市内在住
・高校、高等専門学校、大学、短大、専修学校などに在学または来年度から進学を希望
・経済的理由により、修学が困難

問合せ 保健給食課／Tel674-7608

申込 11/2(月)～30(月)に 郵 で

32 市立療育園理学療法士

選考1人 要

同園で、児童発達支援およびリハビリテーション業務などを行う人（アルバイト）を募集。

勤務 月～金曜のうち週3～5日、8:45～17:00

資格 理学療法士

時給 1,510円（ボーナスあり）

問合せ 市社会福祉協議会／Tel674-7496

申込 随時 窓 郵 で



33 特別支援教育支援員 学校生活介助

ID 159137 選考3人程度 要

市立小中学校で、介助が必要な児童生徒への支援をする人（会計年度任用職員）を募集。

勤務 月～金曜のうち週1～3日、8:30～15:30

時給 1,235円

問合せ 教育指導課／Tel674-7631

申込 随時 HP 窓 郵 で

34 バス運転業務従事職員

要

芝生・緑が丘営業所の市営バス運転士（会計年度任用職員）を募集。

資格 大型二種免許

問合せ 交通部総務企画課

Tel677-3504



月額制 ID 100029 選考5人

勤務 週4日変則勤務

月額 196,751円（ボーナスあり）

試験 12/5(土)

申込 11/9(月)～20(金)に 窓 郵 で

時間額制 ID 171853 選考若干名

勤務 月～金曜、5:00～14:00のうち指定する時間

時給 1,500円（ボーナスあり）

試験 12/19(土)

申込 11/9(月)～12/4(金)に 窓 郵 で

知っておきたい!

消費者トラブル

分電盤の点検のはずが高額請求に

ID 183075

法定点検以外の分電盤点検後に「交換が必要」と高額請求を受けたという相談が寄せられています。業者からの勧誘電話のほか、分電盤の不具合があり本人がネットで探した業者を呼んだことがきっかけになることがあります。

問合せ 消費生活センター／Tel682-0999

電力会社に委託されたという業者から「分電盤の点検をする」と電話があった。翌日、訪問してきて、点検後に「分電盤が古く漏電する可能性がある。急がないと火事になる」と言われ、漏電したら困ると思い、その場で契約。念のため、契約している電力会社に確認したところ「その業者は当社とは関係ない」と言われた。

消費生活センターからのアドバイス



悪質な業者は「すぐ交換しないと漏電して火事になる」などと不安をあおり、高額な契約を勧めてきますが、即決してはいけません。分電盤の法定点検は4年に1回で、電力会社から事前に書面で案内があります。法定点検後にその場で工事の契約を持ち掛けることはありません。

トラブルを防ぐためのポイント

- ☐ 電話などで点検を持ち掛ける業者には安易に応じない
- ☐ 修理が必要なときは相見積もりを取り比較・検討する
- ☐ 不安がある場合は消費生活センターへ相談を
- ☐ 契約後でもクーリング・オフできる場合があるので早めに相談を

火事になったら大変…



男性、70代

すくすくタイム

未就学児と保護者のための
子育て応援情報

項目の略

先 当日先着 **順** 申込順 **抽** 多数抽選

選 選考 **対** 対象

※特に記載がない場合は未就学児まで。
原則市内在住、保護者同伴

日 日時 ※かっこ内は所要時間（分）
場 場所 ※ **㊦** は「子育て支援センター」の略
料 料金 ※特に記載がない場合は無料
問 問い合わせ先
申 申し込みの方法
※申込手段や基本事項の略は17ページ参照

子育て情報サイト

WAIWAIカフェ

市ホームページの「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、認定こども園・
保育所・幼稚園での園庭開
放などの情報を掲載してい
ます。



ID 111207 **順** 10組 **対** 1人歩きが安定した頃～R6年4/1生

子育て講座 ひよっこ運動遊び

遊びながら体の動かし方を学びましょう

日 11/11(木)11:15～ (45)
場 津之江さくら **㊦** **料** 300円
問 ☎668-1211 **申** 11/4(火)9:30から **㊦** **㊦** で



ID 132817 **先** 20組

出前ひろば いろいろなお話を楽しもう

パネルシアターや大型絵本のおなはし会

日 11/13(金)10:30～ (30)
場 高槻阪急スクエア (白梅町)
問 子育て支援課/☎686-3030



ID 156360 **順** 各10組

カレンダーづくり

絵の具で手形や足形を取り、カレンダーを作ります

日 11/16(月)10:00～、11:00～ (各60)
場 庄所子育てすくすくセンター
問 ☎674-3080 **申** 11/4(火)～14(土)に **㊦** **㊦** で



ID 130726 **順** 20組

あかちゃん絵本を楽しもう

あかちゃん絵本の選び方、楽しみ方について学びます

日 11/16(月)10:30～ (45)
場 ぱれっとひろば
問 ☎667-5621 **申** 11/3(金)から **㊦** で



ID 149899 **順** 10組 **対** 2カ月～

看護講座 子どもの睡眠と動画の関係

看護師から良い睡眠のための動画との付き合い方を
親子で学びます

日 11/17(火)10:15～ (45) **場** 津之江さくら **㊦**
問 ☎668-1211 **申** 11/9(月)9:30から **㊦** **㊦** で



ID 128013 **順** 10組

ボードゲーム大会

保護者たちが楽しめる子どもの見守り付きボードゲーム

日 11/20(金)10:00～ (90)
場 つどいの広場くすのき
問 ☎601-1460 **申** 11/13(金)～19(木)に **㊦** **㊦** で



ID 065603 **順** 12組 **対** 1歳0～10カ月

親子幼児食教室

幼児食の講話、保護者試食、個別相談、
保育士による手遊び

日 12/4(金)10:00～ (90) **場** 高槻子ども未来館
問 子ども保健課/☎648-3272 **申** 11/3(金)～30(月)に **㊦** で



おすすめ本で絵本の読書習慣

絵本の読み聞かせは親子の会話や触れ合い
を深め、言葉や想像力も育みます。図書館
では、おうちでの読書習慣づくりに、年齢
別でおすすめ本を紹介しています

問 中央図書館/☎674-7800

楽しいね♪



おすすめ本を
チェック

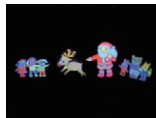


ID 183024 **順** 10組

聖夜のブラックパネルシアター

暗闇でキラキラ光るブラックパネルシアターと
おなはし会です

日 12/8(火)11:15～ (45) **場** 五領公民館
問 ☎669-6169 **申** 11/18(火)から **㊦** **㊦** **㊦** で



ID 132179 **抽** 各10組 **対** ①R8年6/11～9/11生②R8年1/11～6/10生

親子ヨガを楽しもう

ヨガインストラクター・高野明子さんと親子ヨガを楽しみましょう

日 12/11(金)①10:20～②10:55～ (各25)
場 富田認定こども園
問 富田 **㊦** /☎648-4115 **申** 11/1(日)～7(土)に **㊦** で



ID 171750 **抽** 20組 **対** 4～6歳

親子造形教室 クリスマスツリー

親子で一緒にクリスマスツリーを作ります

日 12/13(日)13:30～ (90) **場** クロスパル高槻
料 400円 **問** 青少年センター/☎685-3724
申 11/3(金)～9(月)に **㊦** **㊦** で



ID 182368 **順** 10組 **対** ～1歳6カ月

離乳食のおはなし

離乳食の専門的なお話を聞いたり、
悩みを相談したりしましょう

日 12/15(火)10:00～ (60) **場** 阿武山公民館 **料** 300円
問 阿武山たつの子 **㊦** /☎692-0313 **申** 11/4(火)10:00から **㊦** で



ID 182615 **抽** 20組 **対** R7年6/1～8年8/1生

子どもの歯をケアしましょう

0歳から大切な虫歯予防の話を聞き
歯磨きの方法を学びましょう

日 12/16(火)10:30～ (60) **場** 春日青少年交流センター
問 春日 **㊦** /☎673-5211 **申** 11/10(火)17:00までに **㊦** で



子育て支援センターの親子教室

親子教室（津之江さくら **㊦** /☎668-1211） **ID** 169043 **抽** 各10組

対 ①4カ月～②R7年4/2～8年4/1生
③R6年4/2～7年4/1生
日 ①11/24(火)～来年1/12(火)10:15～
②11/26(木)～来年1/14(木)10:15～
③11/27(金)～来年1/15(金)10:15～ (60、各全5回)
料 1,000円 **申** 11/6(金)までに **㊦** で



ライオンクラブ（聖ヶ丘 **㊦** /☎689-8721） **ID** 145394 **順** 各10組

対 芥川より東に住むR5年4/2～6年4/1生
日 12/8(火)～来年1/19(火)、12/10(木)～来年1/21(木)
9:30～ (90、各全5回)
申 11/9(月)13:00～26(木)に **㊦** で



ミニあそびの広場（阿武山たつの子 **㊦** /☎692-0313） **ID** 182362 **順** 各8組

対 芥川より西に住む①R7年4/2～9/30生、
②R7年10/1～8年4/1生
日 12/23(火)①10:00～②13:00～ (各60)
場 阿武山公民館
料 300円 **申** 11/4(火)10:00から **㊦** で



子どもの発達が心配 市立療育園をご利用ください

市立療育園は児童発達支援センターとして、発達
が心配な子どもと保護者を支援しています。まずは
気軽にご相談ください。 **ID** 003519
問合 市立療育園/☎681-6420

ここ★から相談



「よく転ぶ」「手先が不器用」「言葉
が遅い」「友達とうまく遊べない」な
ど、気になることがあるときは、心とから
だの発達相談「ここ★から相談」へ。
専門スタッフが一緒に考えます。無料。



のびのびクラス

障がい児通所支援事業所として少人数
療育の「のびのびクラス」も実施。専門
職が一人一人のペースを大切にしながら、
子どもの「やってみたい」をサポート
します。



体験会を随時実施

カンガルーの森の催し

場所 カンガルーの森（子育て総合支援センター） **問合** 子育て支援課/☎686-3030
申込 11/1(日)～5(木)に **㊦** **㊦** で（**㊦** は17:00まで）★は11/4(火)9:00から **㊦** で ☆は保育あり



催し名	対象	日時	定員	料金
親子講座				
ID 183272 抱っこひもベビーダンスを楽しもう	4カ月～1歳6カ月	11/11(木) 10:00～10:45、 11:00～11:45	抽 各20組	無料
ID 137033 親子で元気っず体操 お父さんも一緒に	2歳～	11/14(土) 10:00～10:50	抽 25組	無料
ID 183285 赤ちゃんから就学前までの 絵本の楽しみ方		11/18(木) 10:30～11:30	抽 20組	無料
ID 067203 赤ちゃんから1歳半までのお口のケア	①～11カ月 ②1歳0～6カ月	11/27(金) ①10:00～10:45 ②11:00～11:45	① 抽 20組 ② 抽 15組	無料
ID 164444 リトミックを楽しもう	①4～11カ月 ②1歳	12/7(月) ①10:00～10:30 ②10:40～11:10	抽 各20組	無料
ID 166238 親子の絆づくりプログラム BPプログラム	2～5カ月（第1子）と 母親	12/1～22 13:30～15:30（全4回）	順 20組	1,000円 ★
子育て講座				
ID 148128 日々の食育と防災食	保護者、子育て支援者など	11/16(月) 10:00～12:00	抽 30人	無料 ☆
ID 032330 乳幼児の安全・事故・病気	保護者、子育て支援者など	11/25(木) 10:00～12:00	抽 30人	無料 ☆
ID 181264 親子で育む睡眠習慣	保護者、子育て支援者など	11/30(月) 10:00～12:00	抽 30人	無料 ☆
クッキング講座				
ID 031792 親子クッキング	3歳6カ月～	12/5(土)・19(土) 10:00～12:00	抽 各12組	700円

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。また、市が推奨するという趣旨ではありません。掲載の申し込みは(株)ウィット(☎072-668-3275)へ

2027 1.23(土) ▶▶▶ 24(日)

雅楽を楽し



雅楽フェスティバル

ID 184001

雅楽協会との共催で雅楽フェスティバルを高槻城公園芸術文化劇場南館で1/23(土)・24(日)に開催。雅楽の響きや楽器体験を通して、伝統芸能の魅力に触れてみませんか。

問合 芸術文化振興課 / Tel.674-7414

8団体が高槻に集結

雅楽響宴 申込順各128人

国内外で活躍する個性あふれる8つの雅楽団体が雅楽の音色を響かせます。

日時 1/24(日) 14:00～16:10 (第1部)、
17:00～19:10 (第2部)

場所 太陽ファルマテックホール

料金 各部2,000円

問合 芸術文化劇場 / Tel.671-9999

申込 11/4(水)から HP で



<出演団体>

■第1部

- 博雅会
- 平安雅楽会
- 雅楽下熊健
- Naoyuki MANABE GAGAKU Ensemble

■第2部

- 日本雅楽会
- 大阪楽所
- 雅楽道友会
- 豊遊会



関連イベントも 盛りだくさん

問合 芸術文化振興課 / Tel.674-7414

申込 11/4(水)～13(金)に HP 往 で (全員の基本事項と年齢記入)

雅楽装束講座 抽選25人

雅楽で用いる装束(衣装)の解説と着装の実演、舞楽を鑑賞できます。

日時 1/23(土) 9:30～10:30

場所 中スタジオ2

料金 500円

楽器体験講座 抽選20人

雅楽の解説や演奏鑑賞、楽器体験を楽しめる体験講座です。

対象 小学生以上

日時 1/23(土) 11:00～12:00

場所 中スタジオ4 料金 500円

雅楽協会主催

本格ワークショップも 申込順20人

雅楽の歌である「歌物」を、実演を交えて解説します。講師は、元宮内庁式部職楽部首席席長・豊英秋さん。

日時 1/23(土) 13:00～14:30

場所 中スタジオ4 料金 2,000円

問合 雅楽協会 / Tel.03-5050-4387

申込 11/4(水)から HP で