



スポーツに関する募集やイベントなどのお知らせです。

問合せ 総合体育館 ☎0725・33・1200 ☎0725・33・1202

総合体育館



トレーニングジムのお知らせ

初回講習や予約も不要です。
最新トレーニング機器と、清潔で明るい室内です。

利用方法はスタッフが案内します。初めての人でも安心して利用できます。

利用時間 午前9時～午後9時

場所 総合体育館 対象 高校生以上

利用料 3時間 市内在住:300円、市外在住:450円

持物 室内シューズ、トレーニングウェア

問合せ 総合体育館



新規受講者限定！ 全レッスン体験500円

いつでも500円でレッスンが体験できます！
さまざまなレッスンプログラムを用意しています。

気軽に来てください！

日時 2月1日(水)～随時

場所 総合体育館

対象 1歳6か月～

受講料 500円

持物 室内シューズ、
トレーニングウェア

問合せ 総合体育館



総合型スポーツクラブOZUSポ恒例 「ギネスに挑戦！」開催

泉大津市版SASUKEやスラックラインなど、いろいろな競技の泉大津市ギネス記録をつかみとれ！

昔遊びやモルック、ポッチャなどのブース、参加賞も用意しています。

日時 2月26日(日) 午前9時30分～11時30分

(午前9時～9時30分受付)

場所 総合体育館 対象 5歳以上 定員 先着100人

参加費 500円(保険料含) ※OZUSポ会員は当日200円

持物 室内シューズ

申込・問合せ 2月3日(金)～17日(金)に泉大津市総合型スポーツクラブOZUSポへメール(ozuspo@gmail.com)で申し込み(氏名・年齢・性別・連絡先電話番号・会員番号(OZUSポ会員のみ)を入力)。



#おづみんを探そう！ 紙面のどこかにスペシャルおづみんが隠れています！

〈ヒント〉

昨年11月号から毎号の表紙に、季節の姿に変身したおづみんが登場しているのを知っていますか？

紙面のどこかに、表紙と同じスペシャルおづみんが隠れているから、探してみてね。答えはおづみんのTwitterでお知らせします。



今月は「節分おづみん」が登場！おづみんは、ときめき給食の情報が気になるみたい。

おづみんのTwitter @ozuminofficial

WANTED



第30回 KIX泉州国際マラソン

問合せ (一社)KIX泉州ツーリズムビューロー事務局 ☎072・479・3620

KIX泉州国際マラソン
ホームページ



市内の堺阪南線(旧26号線)沿道で、皆さんと一緒にランナーを応援して大会を盛り上げましょう。
応援ブースをローソン泉大津戎町南店(戎町2-19)に設置します。

①第30回 KIX泉州国際マラソン 2月12日(日)午前10時30分スタート！

- 泉州地域が一体となり、フルマラソンの楽しさや達成感を体感することを目的に、浜寺公園からりんくう公園までの42.195kmの日本陸連公認コースをランナーが走ります。
- 本大会のスターターは、2012年ロンドンオリンピック代表の木崎良子さんを予定しています。
- 同日チャレンジランも開催し、岸和田城をフィニッシュとした20.4kmの非公認コースに約1,000人のランナーが集います。



②応援したいランナーの位置がすぐわかる！「応援navi」

パソコン・タブレット・スマートフォンでアプリをダウンロードすると、ランナーの現在位置が確認できます。

応援navi
二次元コード



③フィニッシュ会場イベント

大会当日、フルマラソンフィニッシュ会場近くの「海への道」では午前11時から、チャレンジランフィニッシュ会場の岸和田城では午前10時30分から「物産展」を開催。また、「夕日の見える丘」、「岸和田城二の丸公園」に特設ステージを設け「大抽選会」や「表彰式」など盛りだくさんのイベントを予定しています。

④特別招待選手、ゲストランナー

関西陸上競技連盟および関西学生陸上競技連盟からの特別招待選手ならびに、令和喜多みな実の河野さん、ネイビーズアフロの皆川さんが、ゲストランナーとして参加します。

！ 交通規制に協力を

大会当日は、堺阪南線(旧26号線)、泉佐野岩出線などで、通行止めなどの交通規制が行われます。なお、路線バスの南海バス、南海ウィングバス、南海電鉄高師浜線代行バス、水鉄バスは、一部運行休止や迂回運行をします。

ご理解、ご協力をよろしくお願いします。

！ 市内交通規制

時刻 午前10時頃～午後1時頃

！ ランナー通過予定

時刻 先頭:午前11時～
最後尾:午後0時30分頃(目安)

新着図書

ものの見かたが変わる10歳からのQ&A

NHK「子ども科学電話相談」制作班／編
NHK出版／出

宇宙は何色？人はなんのために生きているの？誰もが考えたことのあるふしぎに専門家が回答してくれます。ふたりのキャラクターと一緒に考えてみよう！



すいどう

百木一朗／さく
福音館書店／出

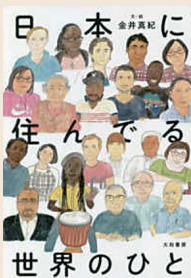
普段、何気なく使っている水道。水道の水はどこから来るのでしょうか？使った水は、どこへいくのでしょうか？この本を読むと、私たちの生活に欠かせない水の流れがよくわかります。



日本に住んでる世界のひと

金井真紀／文・絵
大和書房／出

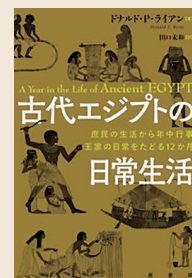
日本に住んでいる外国人にインタビューをした筆者が、それぞれの日常に親しみをこめた文章で紹介しています。全く違う国・経歴を持つ人たちの人生が垣間見える一冊です。



古代エジプトの日常生活

ドナルド・P・ライアン／著
原書房／出

古代エジプトの庶民の生活、年中行事が紹介されています。そこから見てくる、王族や高官の暮らしぶりを推察してみませんか。



イベント

●資産運用セミナー

現役ファイナンシャルプランナーが、さまざまな金融商品について詳しく説明します。

国の公的保障を理解して、ニーズにあったプランを立てましょう。

日時 2月11日(祝)午後1時～2時、2時30分～3時30分

2月12日(日)午前11時～正午、午後1時～2時

場所 オープンセミナースペース

定員 事前申し込み 各5組

申込 電話または直接シープラ

●特別連続企画『シープラで一流にふれる』
おのれしよ 己書の世界

己書孝月道場師範の金森孝子氏を迎え、己書の体験ワークショップを行います。

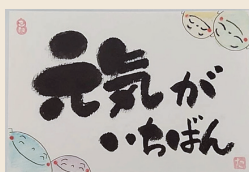
日時 2月19日(日)

午後3時～4時30分

場所 オープンセミナースペース

定員 事前申し込み 8人

申込 電話または直接シープラ



●認知症ミニ講座

認知症の人や、その家族に向けたアドバイスなどをお話しします。

日時 2月14日(火)午後6時～6時30分

場所 オープンセミナースペース

●認知症・介護相談会

認知症について不安なことなど、個別に相談を受け付けます。

日時 2月14日(火)午後6時～7時、7時～8時

場所 会議室1・2 定員 事前申し込み 各4組

申込・問合 泉大津市地域包括支援センター

Tel 0725・21・0294

●シープラ ミニ寄席

約1年ぶりのシープラミニ寄席！落語の世界をお楽しみください。

日時 3月4日(土)午後3時～4時

場所 オープンセミナースペース

出演 月亭遊方、月亭遊真

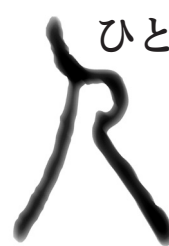


月亭遊方

その他のイベント情報は、毎月発行の「SHEEPLA MAGAZINE」(図書館配置)をご覧ください。

考えよう・人権

人間が人間らしく生きるために、すべての人が等しく持っている権利、「人権」について考えるコラムです。



選挙と人権

「選挙と人権」という言葉で、皆さんは何を連想しますか。一見関係のなさそうなこの二つは、実はとても密接な関係にあります。

日本国憲法で保障されている基本的人権には、平等権や自由権などと並んで「参政権」というものがあり、この「参政権」は、選挙で候補者に投票する「選挙権」や選挙の候補者となる「被選挙権」などという形で保障されています。

選挙が正しく公正に行われ、皆さんの意思が正しく反映されるために、選挙にはいくつかの基本原則があります。

●普通選挙の原則

日本国憲法第15条で「公務員の選挙については、成年者による普通選挙を保障する」と定められ、財産や納税の有

無、性別などにより差別を受けない「普通選挙」が保障されています。

●平等選挙の原則

平等選挙とは、一人ひとりの選挙権の内容を平等にすることを言い、これは日本国憲法第14条で「すべて国民は、法の下に平等であつて（中略）、差別されない」との定めがあり、また、公職選挙法で一人一票とすることを定めています。

●秘密投票の原則

秘密投票とは、誰が誰に投票したかを秘密にすることを言い、日本国憲法第15条で「すべて選挙における投票の秘密は、これを侵してはならない」と定められています。

●直接選挙の原則

日本国憲法第93条では「地方公共団体の長、その議会の議員（中略）は、その地方公共

団体の住民が、直接これを選挙する」と定められ、一般の選挙人が直接その選挙の目的である公職に就くべき人を選出する「直接選挙」が保障されています。

このように皆さんの選挙権は基本的人権として日本国憲法によって保障された権利です。

2月20日は昭和3年に初めて普通選挙が実施された「普通選挙の日」です。また今年の4月には「統一地方選挙」として大阪府知事・府議会議員選挙と泉大津市議会議員選挙が予定されています。皆さんの代表者を選ぶ大切な選挙です。忘れずに投票しましょう。



市長のうごき

Mayor's Work

2～3月の主な予定 ※（ ）内は場所

3日(金)	泉北環境第1回定例会 (泉北環境)
5日(日)	フォーラムinいずみおおつ (テクスピア大阪)
14日(火)	厚生文教委員会協議会 (市役所5階)
15日(水)	総務都市委員会協議会 (市役所5階)
17日(金)	定例市長会議(大阪府庁)
20日(月) 3月16日(木)	市議会第1回定例会 (市役所5階)

その他 都市・福祉関係会議等出席(6件)

主なうごき

11月30日(水)

府内の予選を勝ち抜いた89チームが参加する「第42回大阪府秋季少年軟式野球大会・第3回くら寿司カップ学童軟式野球大会」で優勝した泉大津レッドシャークスの14選手と監督・コーチが表敬訪問に来てくれました。

チームの様子や、仲間とともに野球を楽しみ、全力で打ち込んだ結果が勝利につながるというチームのモットーについてうかがいました。



12月10日(土)

障がい者団体やボランティア団体などで組織する、泉大津ふれあいキャンペーン実行委員会主催による泉大津ふれあい大会で挨拶をしました。クリスマスソングの演奏もあり、参加された人たちとともに楽しい時間を過ごしました。





子育て応援ひろば

(16～18ページ)

子育てしやすいまち泉大津
子育てに役立つ情報を掲載しています。

地域子育て支援センターからのお知らせ

かみじょう認定こども園乳児棟内 ☎0725・23・0012(駐車場は数台利用可)

おやこ広場に出かけましょう！

子育て相談もしていただけます。公園へ行くように気軽にお出かけください。



広い室内で遊ぶ「たんぽぽ」
ふれあい遊びなどのプログラム
実施日があります。



赤ちゃんだけの日「赤ちゃんルーム」
1歳未満児とその保護者、妊婦とその家族が対象。
1歳以上の子どもの利用はご遠慮ください。



戸外で遊ぶ「おひさま広場」
天候・気候により閉場やたんぽぽ
に変更する場合があります。

	月	火	水	木	金	土
午前9時30分～ 午後0時30分	赤ちゃんルーム 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	おひさま広場 	たんぽぽ
午後1時～3時	赤ちゃんルーム 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	おひさま広場

※21日(火)午後のたんぽぽはお休みです。

※予約優先:詳細は市ホームページ・子育て応援アプリでご確認ください。

上条地区福祉委員会からのお知らせ

子育てサロン「この指と一まれっ!!」

●ひな祭りの飾りを作ります！

上条地区福祉委員会では、子育てサロンを開催しています。
福祉委員が音楽に合わせた体操や絵本の読み聞かせ、保健師
が身体測定や育児相談を行います。

日時 2月28日(火)午前10時～11時30分

場所 助松長寿園(助松町2-14-8)

対象 3歳以下の子どもとその保護者

申込・問い合わせ 2月21日(火)までに社会福祉協議会

☎0725・23・1393



15歳未満の
子どもが
休日に病気に
なったら...

泉州北部小児初期救急広域センター 岸和田市荒木町1-1-51 ☎072-443-5940

受付 ▶土曜日:午後5時～10時 ▶日曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日):午前9時～午後10時

※正午～午後1時と午後4時～5時は受け付け不可 なお、休日の救急診療は市消防本部(☎0725・22-0119)へ

いずみおおつ
子育て応援アプリ

お得で便利な情報がたくさん
アプリのダウンロードはこちらから！

Android版



iOS版



ココフレアからのお知らせ

●昔遊び

日時 2月9日(木)午前10時30分～11時

場所 ココフレア セントラルスポーツスタジアム

対象 3歳以上で医師による運動制限のない人

申込・問い合わせ 2月7日(火)午後6時までに、直接または電話で

セントラルスポーツジムスタ24泉大津

☎0725・20・6730



子ども医療費助成の対象年齢を拡大しています

「令和4年10月1日以降の診療分」から「子ども医療費助成制度」の対象
年齢を拡大し、「満18歳に達した日以後における最初の3月末日ま
で」の人が新たに医療費助成対象となっています。

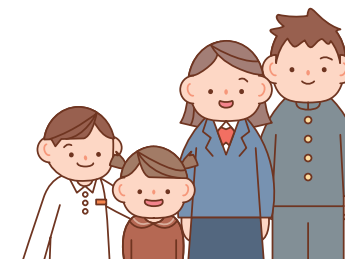
■医療証発行の手続き

対象 平成16年4月2日～19年4月1日生まれの人

申請方法 未申請の人は、健康保険証のコピーを添付し、子育て応援課に
申請。申請書の提出が無い場合、医療証は発行できません。

■医療証の使い方

医療機関の窓口健康保険証と医療証を提示。健康保険適用の診療
について、1医療機関につき1日最大500円の自己負担で診療を受ける
ことができます(月2日目まで自己負担が発生、3日目以降は無料)。
また、入院時食事療養費や調剤薬局での自己負担金はありません。た
だし、健康保険の適用とならない診療は医療費助成の対象外です。



にんじんサロンからのお知らせ ☎0725・21・6555

リフレッシュタイム～保育付き～

●お子さんを預けてひとりの時間をつくりませんか？

日頃、なかなかゆっくりとひとりの時間がとれない保護者の皆さん！
子育てから少し離れて、読書や小物づくり、カタログショッピング
など、自分の時間を過ごしてみませんか？

にんじんサロンには図書・パソコンも置いてあります。ワードやエク
セル、インターネットなどの個別指導もできます(要予約)。

なお、緊急時には呼び出しますので、館外への外出はできません。

※一時保育あり(6か月～未就学児)

日時 2月21日(火)午前10時～正午

場所 にんじんサロン 対象 先着5人

申込・問い合わせ 2月3日(金)午前9時30分～10日(金)ににんじんサロンに直
接または電話





子育て応援課からのお知らせ

各種相談・健診の日程

市ホームページ、子育て応援アプリで開催状況をご確認ください。
また、乳幼児健診・歯科健診については、個別通知を郵送します。



予防接種

ロタ・BCG・ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・MR(麻しん
風しん混合ワクチン)・水痘・日本脳炎・二種混合・子宮頸がん予防

市内指定医療機関で個別接種。広報いずみおおつ4月号「令和4年度
母子保健予定表(保存版)」をご覧ください。母子健康手帳を忘れた場合
は、接種することができません。また、予防接種を受ける際は、必ず接種
後の副反応について理解したうえで、接種するようにしてください。

子宮頸がん予防ワクチンは、令和3年11月
26日に積極的な接種勧奨の差し控えが解除さ
れました。

対象者は、公費助成により無
料で接種が可能です。

厚労省ホームページで詳細を
確認し、検討・判断してください。



子宮頸がん
予防ワクチン



育児相談・子育て広場 場所 保健センター

相談名	対象	日時
7か月児育児相談	R4年7月生	3月7日(火)午後1時30分～2時30分
乳幼児育児相談会(身体計測・相談)	就学前の乳幼児	3月7日(火)午後2時30分～3時
ほっと一息まんま(食のサロン) (食に関する相談・アドバイス)	就学前の乳幼児	3月7日(火)午後1時30分～3時
母乳育児相談(予約制)	母乳育児を希望する女性とその家族	2月22日(水)午後1時～3時30分
ぴよぴよくらぶ	1か月から1歳未満の親子(定員20組)	3月6日(月)午前10時～11時30分



乳幼児健診 場所 保健センター 受付時間 個別に通知します。

健診名	対象	日程
4か月児健診	R4年10月生	2月22日(水)
乳児後期健診	9か月～1歳未満	指定医療機関でお受けください 受診票は、4か月児健診時配布
1歳6か月児健診	R3年7月1日～7月20日生	2月14日(火)
	R3年7月21日～8月10日生	3月9日(木)
3歳6か月児健診	R元年7月生	2月15日(水)



ベビーCooking (離乳食講習会)

場所 保健センター

対象	日程	時間
R4年9月生	2月24日(金)	午後1時30分～3時

定員 20組

申込 子育て応援課あんしんサポート係
※今月都合が悪い場合、来月でも可



よい歯を育てる会(歯科健診) 場所 保健センター

対象	日程	受付時間
2歳児	R3年2月生	2月16日(木)
2歳6か月児(育児相談会)	R2年8月生	2月28日(火)
3歳児	R2年2月生	2月21日(火)
	R2年3月生	3月8日(水)

個別に通知



発達相談

発達相談員が個別に
相談をお受けします。
(予約制)



たまごくらす(両親教室) 場所 市役所

コース	内容	日時
すくすくコース	赤ちゃんのお世話体験 子育て情報	3月5日(日)午前10時～正午

対象 妊娠中の市民とそのパートナー(定員20組) 申込 子育て応援課
※単発での申し込みも可。子ども連れの参加はご遠慮ください。



こちら 消費生活センター

日常生活での商品の購入やサービス利用にともなうトラブル、契約などの問題を解決するためのページです。

場所 市役所1階 受付時間 月～金曜日 午後1時～4時

TEL 0725・33・1131

相談事例

インターネットで見つけた業者に不用品の回収を依頼したら、高額請求された。

家財などを処分するため、インターネットで見つけた事業者には電話をかけた。オペレーターから大まかな料金の説明を受け、不用品の回収を依頼した。作業員が来訪し、作業終了後にオペレーターから説明されていた料金とかけ離れた高額な料金を請求された。

！ 廃家電や粗大ごみなど、廃棄物の処分に「無許可」回収業者を利用しないでください！

- 一般家庭から出るごみ（一般廃棄物）の収集・運搬は、市の許可を受けた業者（表参照）しか行えません。
- 無許可の事業者による廃棄物の回収は違法です。
- 「産業廃棄物処理業の許可」、「古物商の許可」では、一般廃棄物を回収することはできません。

<一般廃棄物収集運搬業許可業者>

業者名・電話番号	地 域
(有) 泉大津清掃 0725・33・5210	青葉町、旭町、河原町、汐見町、東雲町、清水町、昭和町、東豊中町1丁目・3丁目
(株) 車谷 0725・33・7178	池園町、小津島町、春日町、寿町、条南町、新港町、末広町、助松町、助松団地、曾根町、千原町、東助松町、二田町、松之浜町、森町、臨海町
泉和清掃輸送(株) 0725・22・3288	綾井、上之町、戎町、尾井千原、尾井千原町、小松町、下之町、神明町、菅原町、高津町、田中町、なぎさ町、西港町、東港町、本町、若宮町
(株) フジワラ 0725・40・0088	穴田、我孫子、池浦、池浦町、板原、板原町、宇多、要池住宅、北豊中町、くすの木団地、楠町西、楠町東、下條、下条町、式内町、式内住宅、豊中、豊中町、東豊中町2丁目、宮町、虫取、虫取町

違法な不用品回収業者を利用しないでください！
市ホームページ▶



「無許可」の回収業者を利用しないでください！
環境省ホームページ▶



ワンポイントアドバイス



- ① 作業後に事前の見積もりとは異なる高額な料金を請求された場合は、その場での支払いを断りましょう。
- ② 見積りに来た事業者とその場で契約した場合や、広告の表示額と実際の請求額が大きく異なる場合などは、訪問販売のクーリング・オフが出来る可能性があります。
- ③ 粗大ごみや不用品の処分は、市のルールに従って行いましょう。
※粗大ごみ処分の問い合わせは環境課へ。



粗大ごみの出し方
(有料収集)



けんしんのお知らせ

問合 保健センター

申込方法 電話または窓口、ウェブにて要予約(二次元コードは本ページに掲載)

区分	日時・場所	対象	けんしん料	内容	持物
健康診査	3月2日(木)午前 保健センター	16~39歳の市民 (S58.4.1~H19.3.31生まれ)	無料	問診・身体計測・血圧測定・検尿・血液検査(最大16項目)・診察	健康保険証
特定健康診査		40~74歳の市国保加入者 (75歳誕生日前日~S58.3.31生まれ)		問診・身体計測・血圧測定・検尿・血液検査(16項目)・心電図・診察	特定健康診査受診券 ・国保被保険者証(保険証)
骨粗しょう症検診	3月17日(金)午後 保健センター	40歳以上の女性市民で、まだ今年度の骨粗しょう症検診を受診していない人	1つの検診につき 500円	骨粗しょう症検診(超音波検査)	なし
各種検診	3月18日(土) 午前、午後 保健センター	40歳以上の市民で、まだ今年度の胃がん・大腸がん・肺がん検診を受診していない人 ※昨年度の胃内視鏡検診受診者は対象外		胃がん検診(胃部X線撮影)、大腸がん検診(便潜血反応検査)、肺がん検診(胸部レントゲン撮影)	

ココフレアからの お知らせ

■歩行改善運動

日時 2月16日(木)
午前10時30分~11時
場所 ココフレア
対象 60歳以上で医師による運動制限のない人
定員 8人
申込・問合 2月15日(水)までに直接または電話でセントラルスポーツジム
スタ24泉大津(0725・20・6730)

■みんなで筋トレ

日時 2月の毎週土曜日(祝日を含む)
午後5時50分~6時10分
場所 ココフレア
対象 15歳以上で医師による運動制限のない人
定員 8人(定員を超える場合は抽選)
申込・問合 当日、レッスン開始時刻5分前までにセントラルスポーツジム
スタ24泉大津(0725・20・6730)

高齢者健康相談

検尿・血圧測定、看護師または保健師による健康に関する相談を実施。健康に不安のある人はご相談ください。
日時 2月17日(金)
午後1時30分~2時30分
場所 総合福祉センター
対象 60歳以上の市民
問合 総合福祉センター
0725・23・1390

今からはじめる口腔ケア ~ハロハロラジオ~

お口も体も元気になる食事のお話
日時 2月21日(火)
午前9時~9時30分
FMいずみおつ85.5MHz
問合 高齢介護課

健康相談を受け付けています

一般健康相談(予約不要)

電話による健康相談も受け付けています。
場所 保健センター
日時 月~金曜日
午前9時~午後5時
日程 月~金曜日(祝日除く)
時間 午前8時45分~午後5時15分
0725・33・8181

楽笑会

時間 午前の部:午前10時~11時30分
午後の部:午後1時30分~3時
対象 65歳以上の市民
定員 会場の大きさにより定員が変わります。詳細は問い合わせを。
内容 椅子に座りながら行う体操
持物 上履き(会場による)
申込・問合 2月10日(金)から高齢介護課窓口または電話

日程	開催場所
2月16日(木)午前	板原長寿園
21日(火)午前	旭長寿園
28日(火)午前	西港町自治会館
3月8日(水)午後	松之浜長寿園
14日(火)午前	糸南長寿園
15日(水)午前	東助松長寿園

60歳からの貯筋づくり 筋肉はいつになっても増やせます

日時 3月1日(水)
午前10時~11時30分
場所 テクスピア大坂
対象 60歳以上 定員 先着30人
申込・問合 2月2日(木)午前9時30分~
~にんじんサロンに直接または電話
(0725・21・6555)

救急、急病など
いざというときの連絡先

●泉大津市消防本部 0725・22・0119
●泉州北部小児初期救急広域センター 072・443・5940
●救急安心センターおおさか 072・7119 または06・6582・7119

胃がんリスク検査

日時 3月2日(木)午前 場所 保健センター

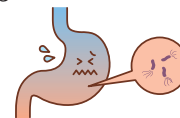
対象 40歳以上の市民(生涯1回限り)。ただし、以下の人は対象外。

- ▶過去にピロリ菌を除菌した
- ▶現在、食道・胃・十二指腸の疾患で治療を受けている
- ▶胃酸分泌抑制剤、特に、プロトンポンプ阻害薬を服用している、または2か月以内に服用していた
- ▶胃を切除したことがある
- ▶腎不全がある、もしくは透析中

検査料 500円

内容 血液検査(ペプシノゲン検査+ヘリコバクター・ピロリ菌抗体検査)

申込・問合 保健センターへ電話または窓口、ウェブにて要予約(二次元コードは左ページ上に掲載)



肉体改造セミナー

家でできる簡単筋トレで10歳若返る!

日時 3月5日(日)午前10時~11時30分

場所 テクスピア大坂

対象 59歳以下

定員 先着30人 ※一時保育 先着3人(6か月~未就学児)

備考 一時保育 2月22日(水)締切

申込・問合 2月2日(木)午前9時30分~にんじんサロンに直接または電話(0725・21・6555)



健康アップ大作戦!

●がんにつながる数字

がんは昭和59年以降、日本人の死因の第一位であり続けています。

2019年の統計で日本人が一生のうちにがんと診断される確率は、男性65.5%、女性51.2%で、決して低くない確率です。がんの部位ごとでは、大腸が第一位、続いて肺、胃となっています(下表参照)。

また、日本人ががんで亡くなる確率は、医療が進歩した現在でも、2021年の統計では、男性26.2%、女性17.7%です。

<がん部位別罹患数 順位(2019年データ)>

	1位	2位	3位	4位	5位
総数	大腸	肺	胃	乳房	前立腺
男性	前立腺	大腸	胃	肺	肝臓
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮

(出典元:国立がん研究センター「全国がん登録罹患データ」)

2月は全国生活習慣病予防月間

問合 健康づくり課

●がんを防ぐための新12か条

「がんを防ぐための12か条」は、がん予防のみならず、広く生活習慣病の予防にも効果が期待できます。ぜひ日々の生活のなかで実践しましょう。

- 1 たばこは吸わない
- 2 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- 3 お酒はほどほどに
- 4 バランスの取れた食生活を
- 5 塩辛い食品は控えめに
- 6 野菜や果物は不足にならないように
- 7 適度に運動
- 8 適切な体重維持
- 9 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10 定期的ながん検診の受診を
- 11 身体の変異に気がついたら、すぐに受診を
- 12 正しいがん情報でがんを知ることから

早期発見のために、年に一回、がん検診を受けよう☆



(出典元:がん研究振興財団「がんを防ぐための新12か条」)

おおつ物語

墨は語る(1)

～大園遺跡出土 円面硯～



大園遺跡出土 円面硯

文字が日本で使用されるようになったのは、5世紀末ごろと考えられます。その後、仏教布教のために写経がおこなわれたことで各地に広まりました。7世紀になると、中央集権的な国家体制が確立し、役所(官衙)などで、文字が急速に広まっていきます。これと同時に、文字を記すための筆や墨などの道具も広まっていました。

墨で文字を書く時に必要な道具のひとつに硯があります。本市尾井千原町、末広町と高石市、和泉市にまたがって広がる大園遺跡でおこなわれた発掘調査で見つかった奈良時代の井戸から、硯が出土しました。円形の形をしていることから「円面硯」と呼ばれるもので、見つかったのは墨を擦る硯面と、その周囲にめぐらせた墨水を入れる溝の一部です。この形は複数人で使用するときにはどの方向からでも筆をつけやすいよう工夫されたもので、硯面は使用により摩耗しています。このような文字を記すための道具が見つかったことから、大園遺跡には、当時役所などの施設があったのではないかと推定されます。

今回は「墨は語る(2)」をお届けします。

問合 生涯学習課

文化財へのいざない

文化財関連施設の催し案内です。
施設情報は下の二次元コードからご覧ください。

池上曾根弥生学習館

☎ 0725・20・1841 ☎ 0725・20・1866
開館:午前10時～午後5時(体験は午後4時まで)
休館:2月6・13・20・24・27日 ※月曜休館



●六角凧をつくろう

伝統的な六角凧づくり、広場で凧揚げをします。

日時 2月19日(日)午後1時30分～

定員 先着10人 参加費 500円

申込 2月5日(日)午前10時から二次元コードにて受け付け



●カード織りでキーホルダーをつくろう

日時 2月26日(日)午前10時30分～、午後1時30分～

定員 各回8人 参加費 500円

申込 2月12日(日)午前10時から電話予約

●伝統工芸士による堺の包丁講座

講演後、包丁の研ぎ方教室も行います。

日時 3月5日(日)午前1時30分～

定員 先着15人(聴講は含まず)

参加費 500円(聴講は無料) 持物 和包丁(1人2本まで)

申込 2月19日(日)午前10時から電話予約

●ガラス玉づくり(毎月実施)

日時 3月5日(日)午前10時～、午後1時～

定員 各先着4人

参加費 50gまで500円、50g超は10gごとに50円追加

申込 2月26日(日)午前10時から電話予約

おりあむかん 織編館

☎ 0725・31・4455 ☎ 0725・31・4457
開館:午前9時～午後5時 ※土・日・祝休館



●手織り体験「シルクマフラー」

日時 2月19日(日)・20日(月)・23日(祝)・24日(金)
午前10時～午後3時

場所 体験学習室(テクスピア大阪2階)

定員 各回先着3人 受講料 100円 材料費 1,200円/m

講師 織編館手織りの会

申込 2月7日(火)～10日(金)の午前10時～午後5時に電話

●かんたん!手織り体験「真田紐キーホルダー」

日時 毎週月・金曜日 午前10時～、11時～、午後1時～、2時～

場所 織編館事務室 定員 各回先着2人

受講料 800円(材料費含む)

申込 実施日2日前(休館日を除く)までに電話(午前10時～)

●モフ草履定期講座

日時 初級:3月14日(火)午後1時～3時30分

初級・上級:3月25日(土)午後1時～3時30分

場所 シープラ 定員 10人(初級・上級合わせて)

受講料 500円 講師 モフ草履アンバサダー

申込 2月16日(木)午前10時からシープラへ電話予約

●地域の歴史・文化再発見講座(第11回 毎月第2木曜日) 文化財トーク「泉州の昔話」

日時 2月9日(木)午後6時30分～7時30分

場所 シープラ