



主役は  
みんな  
市民!

十人十色のアートでまちを彩ろう!

まちなかアートフェスは、泉大津市のまちのいたるところで、絵や音楽、書、工作、ダンスなど、自分の好きなアートを気軽に楽しめるアートイベントです。  
実行委員会が企画・運営からたくさんの話し合いを重ねてつくりあげました。  
誰でも気軽に参加できる2日間です。ぜひお越しください。

問合 生涯学習課

※一部別日程あり。  
※各スポットによって開催時間  
が異なるため、詳細はホームページをご確認ください。

■22日(土)  
テクスピア大阪  
ダンスショーケース  
今年のテーマは「ダンス  
万博」。見ごたえのあるス  
テージです！



■22日(土)・23日(祝)  
アルザ泉大津 アトリウム内  
創る ひらく ワンダーランド  
ワークショップ大集合！  
ワークショップや体験型イベン  
トが大集合！汚れても良い服装で  
ご参加ください♪



■23日(祝)  
テクスピア大阪  
まちなかコンサート♪  
吹奏楽・プラスバンド、  
ビッグバンドなどが楽しめ  
るコンサート♪



■23日(祝)  
アルザ泉大津 周辺通路  
まちなか  
ストリートライブ  
さまざまなジャンルの音  
楽やパフォーマンスが見ら  
れるのはこの日だけ！



■16日(日) 北助松商店街  
商連わいわいフェスタ

わいわいフェスタ限定スタンプを設置します♪  
一足先にまちなかアートフェスを楽しもう！

■19日(水)～23日(祝) あすとホール  
口と足で描く絵画展

23日(祝)は口と足で描く体験会も開催！

■21日(金)～24日(振休)  
織編館 体験学習室(テクスピア大阪2階)  
手織り体験作品展  
「ひつじたちの手織り展」

■22日(土) 泉大津駅  
駅員の制服を着て写真撮影！

■22日(土) 市役所5階  
議場コンサート

議場が一日限定の音楽ホールに！

■22日(土)・23日(祝)  
織編館(テクスピア大阪1階)  
世界に一つだけの真田紐キーホルダー  
づくり[事前予約・当日受付] 体験料 800円

■23日(祝) 池上曾根弥生学習館  
和菓子づくり体験[事前予約] 体験料 2,500円  
廃材ワークショップ[当日受付]

池上曾根遺跡をイメージした勾玉と銀杏の練り切りに挑戦！ワークショップでは毛布のへりなどの廃材を使った工作体験♪

■23日(祝) 総合体育館  
ステンドグラスを作ろう！  
[事前予約・当日受付]

総合体育館の大きなガラスをみんなの作品で彩り「ステンドグラス」にしましょう！

■23日(祝) とれぞあ子ども園  
空飛ぶおもちゃ×写真撮影[事前予約]

子どもと一緒に楽しめる、パパ参加型のイベントです！「空飛ぶおもちゃ」づくりや撮影レクチャーを行いその場でプリントしてプレゼント！

■23日(祝)  
泉穴師神社、大津神社、助松神社、曾禰神社  
秋の泉大津 4社巡り

小津中学校の生徒がデザインした限定御朱印4社巡りで、泉大津の歴史と文化を再発見！

各スポットの詳細・  
事前予約はこちら



■22日(土)・23日(祝) もんとパーク  
スタンプラリーのゴール地点

23日(祝)は抽選会実施！アンケートに答えると地域デジタルポイントを抽選で付与。



まちなか  
アート周遊MAP



アートバッグを作ろう！  
まちなか周遊スタンプラリー

今年の台紙はナップサック！アートフェスを周遊しながらスタンプを押して、自分だけのアートバッグを作ろう♪

SORAecoフェス～エコ×アートで未来をつなぐ～

■22日(土) シーパスパーク

ROOKIEZ is PUNK'D出演！廃材使用の工作体験や環境啓発ブース(地域デジタルポイント対象)など、アートを通じて環境を考えるイベントです。小津中学校の生徒による漫才も実施。



11月22日(土)・23日(祝)  
午前10時～午後4時



実行委員会が考えた

アートスポットを紹介！

■21日(金)～23日(祝)  
テクスピア大阪

Φ(いづみおおつ)ギャラリー  
～アートをたのしむ  
“アート”ラクションへようこそ～

感性がよろこぶアート作品展。川柳体験や展示、絵本ひろば(22日(土))、紙芝居(23日(祝))もあります♪



# デジタル商品券



泉大津市



PayPay



先着順!  
すぐ使える!!

手続きや利用が不安な人への支援を引き続き実施!!

サポート  
窓口

場所 ①泉大津中央商店街「風街」(若宮町6-5)  
②北助松商店街(餃子店跡地)(東助松町1-13-7)  
開設日時 11月3日(祝)~16日(日)午前9時~午後5時

この看板が  
目印!



＼サポート窓口に密着／

千原町在住のご夫婦は、広報紙を見たことをきっかけにサポート窓口を訪れました。窓口では担当者が手順を丁寧に教えてくれ、「泉大津市プレミアム付デジタル商品券」を無事に購入し、買い物をすることができました。

教えて  
よかったです

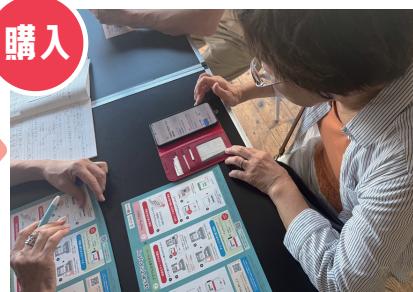
市民の声が届いています

- 想像以上に市内で使えるお店が多かった。(70代女性)
- サポート窓口がマンツーマンで便利だった。(80代女性)
- お得だったので第2弾も購入したい。(80代男性)

説明



購入



利用



そのほか、市内のソフトバンクショップで、PayPayアプリの操作方法について相談ができます。

- ソフトバンク泉大津店(昭和町9-7)※要予約 Tel 0725・20・6001
- PayPayカスタマーサポート窓口 Tel 0120・990・634(24時間365日対応)

ソフトバンク泉大津店  
の詳細はこちら



どこで使えるの?

市内の約570店舗で利用できます!

「泉大津市プレミアム付デジタル商品券」のポスター/ステッカーが目印!  
普段利用している飲食店や美容室、スーパーでも利用できます。

【注意点】次に該当する店舗・業種などは本事業の対象外です。

- コンビニエンスストア
- 病院・薬局・介護施設などの保険適用施設
- たばこの購入、金券の購入、公共料金の支払い、寄付など

対象店舗などの  
詳細はこちら



一部の店舗では、プレミアム付  
デジタル商品券を使うと  
割引やうれしいプレゼントが  
もらえます。

特典付き店舗は  
こちら



第1弾の利用期限は  
11月30日(日)までです。  
ご注意ください！



# 泉大津市プレミアム付 第2弾は先着順で販売開始

物価高騰やエネルギー価格の上昇が続く中、市民の暮らしと地域経済を応援する新たな取り組みとして、「地域デジタルポイント事業」を8月から実施しています。第2弾を11月4日(火)から先着順で販売開始します。今回は、12歳以上の泉大津市在勤・在学など、泉大津市民以外の人も購入可能です。

問合 地域経済課

＼まずは／

PayPay  
アプリを  
ダウンロード



本人確認

※購入には本人確認が必要です。本人確認審査は10日程度かかることがあります。



＼購入／

最大10口購入可能 (1口から購入可能)

購入・利用期間 11月4日(火)～令和8年2月28日(土)

※販売は令和8年2月27日(金)まで

ここがスゴい！  
第2弾のポイント  
早わかり

## ■プレミアム率20%！

5,000円で6,000円分(A券:全店共通4,500円分、B券:中小店舗専用1,500円分)の買い物ができます。

## ■最大10,000円分もおトク！ 1人10口まで購入可能。

■先着順の販売！ 8万口を用意しています。なくなり次第終了です。

■泉大津市民以外も購入可能 (アプリ内で本人確認済みの人)

## ■市内約570店舗で利用可能

A券(全店共通)は約570店舗、B券(中小店舗専用)は約460店舗で利用できます。

■1人につき購入は1回まで (10口を分けて購入することはできません)

## イベントや地域活動に参加することでもらえる 「地域デジタルポイント」(PayPay商品券)も引き続き実施!!

※付与ポイントには上限があります。

まちなかアートフェス (詳しくは3ページ)	イベント参加またはアンケート回答でポイント付与
防災倉庫「OZU-BO おづぼう」内覧会(詳しくは9ページ)	参加およびアンケート回答で500ポイント付与
ごみ拾いアプリ「ピリカ」の投稿促進キャンペーン(詳しくは10ページ)	対象期間中に投稿した人の中から、抽選でポイントが当たります。
「ながら見守り活動」登録制度 (詳しくは16ページ)	令和8年1月30日(金)までに登録申請した人に2,000ポイント付与
もの忘れ検診 (詳しくは24ページ)	受診者に1,000ポイント付与
肺がん検診・39けんしん (詳しくは25ページ)	受診者に500ポイント付与
地域の仲間と防災を学ぶ(おづぶらざ主催講座) (詳しくは37ページ)	受講者に500ポイント付与

「地域デジタルポイント」(PayPay商品券)は  
市内約570店舗で利用可能

詳しくは  
こちら



広報紙掲載の  
「地デポマーク」が  
目印！▶



# いすみおおつ“まちなか万博”

11月オリジナル  
イベント情報

まちのにぎわいづくりや交流人口の増加、地域産業や文化・芸術の振興などを目的に、9月から11月にかけて市内のいたるところで、団体・事業者が各種イベントを開催するいすみおおつ“まちなか万博”。11月に実施するオリジナルイベントを紹介します。



## 1 2 6 7

### まちなか 泉大津健康づくりフェア

ヘルスベース泉大津では、9月の健康づくりフェアで盛況だった体験項目に加え、新しい健康づくり体験メニューも用意しています。また、ヘルスベース泉大津(MAP②)を中心に共同開催会場も、健康体験メニューを提供します。当日は、4つの会場をつなぐ健康スタンプラリーを実施し、ゴールした人に賞品をプレゼント！まちなかを巡って自身の健康状態を知り、健康意識を高めましょう！

日時 11月22日(土)午前10時～午後5時

場所 ①ゆりや化粧品店、②ヘルスベース泉大津(拠点)、⑥kick box style泉大津、⑦リハビリGO泉大津

問合 ヘルスベース泉大津

✉️ healthbase.izumiotsu@gmail.com

TEL 0725・21・5041

詳しくはこちら▶



## ② 手話で歌おう♪

皆さんよく知っている曲を、手話で表現してみましょう。楽しみながら学べるプログラムです。

日時 11月27日(木)午後2時～3時30分

場所 福祉センター3階 第1会議室

問合 手話サークル こひつじ ✉️ syuwakohitaji@yahoo.co.jp



## ③④ 泉大津ひつじよさこい

シーパスパークでは、ステージのよさこい演舞。泉大津中央商店街では、ねり歩きのよさこい。同じよさこいでもパターンの違う演舞を見ることができます。また、高知県のよさこいチーム「おきやく屋」による演舞や泉州地域、大学生によるよさこいの演舞もあります。ステージ終了後には、「あとよさ」として、泉大津中央商店街で出演者とのよさこい交流会などを予定しています。11月24日(振替)は「よるさこいっ♪」。

日時 11月24日(振替)午前10時～午後4時

場所 シーパスパーク、泉大津中央商店街

問合 シーパスパーク・クラブ

✉️ sheepathparkclub@gmail.com



Instagramはこちら▶



## ④ 泉大津屋台フェスティバル お披露目の宴

商店街が屋台村に早変わり。「泉大津ひつじよさこい」との同時開催です。よさこいチームが商店街内を練り歩くかたわらで、グルメや物販などの屋台が登場します。

日時 11月24日(振替)午前10時～午後6時

※午後4時～6時は「あとよさ」開催

場所 泉大津中央商店街

問合 泉大津中央商店街振興組合(ひので珈琲 吉本)

TEL 0725・90・6369

Instagramはこちら▶



## ⑤ わがまちスペシャル! マルシェ&おんがくさい

プロのジャズギタリスト池田定男氏、ポルトガルギタリスト上川保氏、わがまちおんがくさいなどで馴染みのミュージシャンが出演します。万博や泉大津関連の無料ワークショップ(数量限定・先着順)やキッチンカー、マルシェも出店します。お食事しながらステージをお楽しみください。

日時 11月15日(土)午前11時～午後7時

場所 アルザアトリウム

問合 ミュージックモンスター(Mモン)

✉️ musicmonster2019@yahoo.co.jp

Instagramはこちら▶



# 高齢者のための心の生きがい促進事業 香西かおりコンサート

問合 福祉政策課

開催日 令和8年1月18日(日)

場所 テクスピア大阪 チケット 無料招待(応募抽選制)

	時間	定員
ステージ1	午後2時(開場:午後1時30分)	340人
ステージ2	午後5時30分(開場:午後5時)	440人
応募	原則、2人1組で申し込み(1人でも申し込み可)	

対象 市内在住の公演当日65歳以上の人

※介助が必要な人は介助者と一緒に申し込みください。介助者の年齢  
は問いませんが、「介助者」の表記と「介助理由」を記入してください。

申込 ウェブまたは、はがき(どちらかで1人1回限り)

- ・ウェブ:二次元コードを読み取り申し込み
- ・はがき:往復はがきに必要事項(記入例のとおり)を記入のうえ、送付

申込期間 11月17日(月)必着

## 注意事項

- ・応募多数の場合は抽選です。結果はメールまたは、返信用はがきでお知らせします。
- ・申し込みは同行者含め、1人1回のみ有効です。2回以上の申し込みがあった場合、最初の申し込みのみ有効とします。
- ・座席の権利の譲渡はいかなる場合も禁止します。**当日は、同行者・介助者を含む全ての入場者に、本人確認を行います。**申込者以外の人や、本人確認書類をお忘れの人は入場できません。
- ・座席は市で割り振ります。2階席が当選する場合もあります。
- ・車いすを利用する人は、その旨を記入してください。

★この事業は「ハ木稔すこやか基金」を活用しています。

★基金の趣旨に基づき、老人福祉施設などの入居者を別途招待します。



同日、高齢者を対象にテクスピア大阪小ホールでウォーキングセミナー、ミニホールでゲームイベントを行います(詳細は広報紙12月号でお知らせします)。

ウェブでの申し込みは  
こちらから



[A]返信の表(記入例)	[B]往信の裏(記入例)	[C]往信の表(記入例)	[D]返信の裏
<p>85円</p> <p>郵便往復はがき</p> <p>返信</p> <p>③ 5 9 5 0 0 X X</p> <p>② 泉大津 花子 様</p>	<p>①ステージ1</p> <p>②泉大津 花子</p> <p>③〒595-00XX ○町X-X</p> <p>④昭和XX年X月X日</p> <p>⑤XXXX-XX-XXXX</p> <p>⑥泉大津 太郎(同行者) または泉大津 太郎(介助者・介助が必要な理由)</p> <p>⑦〒XXX-XXXX ○町X-X</p> <p>⑧昭和XX年X月X日</p> <p>⑨XXXX-XX-XXXX</p> <p>⑩車いす利用</p>	<p>85円</p> <p>郵便往復はがき</p> <p>往信</p> <p>5 9 5 8 6 8 6</p> <p>泉大津市役所 福祉政策課 行</p>	<p>記入しないで ください。</p>

[A]返信の表:代表者の氏名と住所を記入

[B]往信の裏:  
①ご希望のステージ  
②代表者の氏名  
③代表者の〒住所  
④代表者の生年月日  
⑤代表者の電話番号  
⑥同行者または介助者の氏名※(同行者)または(介助者)を記入。介助者の場合、介助が必要な理由  
(例:車いす利用のため、歩行困難なため)など  
⑦同行者または介助者の〒住所  
⑧同行者または介助者の生年月日  
⑨同行者または介助者の電話番号  
⑩車いす利用の場合は、車いす利用と記載

[C]往信の表: 〒595-8686 泉大津市役所 福祉政策課 行(記入例のとおり)

[D]返信の裏:記入不要

# 国産毛布「発祥の地」から 歴史と未来をつなぐ逸品が誕生！

問合 地域経済課



泉大津の毛布づくりの始まりは、明治時代にさかのぼります。当時、「赤ゲット」と呼ばれた輸入毛布は、肌ざわりが柔らかく、そのあたたかさは庶民の憧れとなっていました。しかし、輸入毛布は高価で手に入れることが難しく、その品質に魅了された職人たちが、「赤ゲットを自分たちの手で作りたい」という思いから、試行錯誤を重ね、国産毛布の開発に取り組みました。

その過程で培った泉大津独自の工夫と技術が後に世界で認められる泉大津の毛布へと発展しました。

赤ゲットは単なる毛布ではなく、「毛布づくりの始まり」と「憧れを形にした挑戦の記憶」であり、日本一の産地泉大津の誇りが息づく毛布です。

その先人たちの情熱と技術を引き継いだ逸品が誕生しました。現代の技術を活用して「赤ゲット」をオマージュした泉大津ならではの天然素材(ウール100%)毛布です。今の暮らしやインテリアに溶け込むデザイン・機能を加えた一枚です。

## ●商品名:CO-ONボーダーゲート (税込)

シングル	ハーフ	ウォーター
約145cm×200cm	約145cm×100cm	約70cm×100cm
4万1,800円	2万4,200円	1万6,500円

### 販売場所

CO-ON(市立図書館シープラ内)

詳しくはこちら



Instagramは  
こちら



## CO-ONで30%還元キャンペーンを実施！

CO-ONでは、泉大津でつくられたストール、ベビースリーパー、セーター、おづみんぐッズなど多数取り扱っています。

商品を購入いただいた人に、商品購入金額500円ごとに150円相当(30%)の地域デジタルポイント(PayPay商品券)をプレゼント。

キャンペーン期間 11月15日(土)～12月25日(木)

利用期限 令和8年2月28日(土)まで

営業時間 午前10時～午後8時

(定休日:第3水曜日、その他図書館の休館日に準じる)



# 防災倉庫「OZU-BO おづぼう」が完成しました



問合 危機管理課

市では、災害時に、性別や年齢などに関わらず、多様な避難者が安心して避難生活を送るための備蓄物資の管理、供給を行うとともに、防災体験を通じ、市民の防災意識を高めることをめざし、旧図書館を改修し、防災倉庫「OZU-BO おづぼう」をつくりました。

## ■「OZU-BO おづぼう」の特徴

- ・物資を効率的に管理・供給するために集約し、クラウドシステムを活用して備蓄品を管理
- ・常時必要な食糧や生活用品を保管し、緊急時にすぐに取り出せるレイアウトを工夫
- ・実際に避難所で使用するテントやベッド、トイレの使い方などを体験できる



## ■内覧会のお知らせ

どのようなものが備蓄されているのか、避難所の生活やトイレはどうなっているのか、災害食は何があるのかなど、内覧会に参加して体験してみませんか。申し込みは不要ですので、お気軽にお越しください。

アンケートへの回答で、先着100人に地域デジタルポイント500ポイント付与、先着300人に金芽米をプレゼント。

日時 11月30日(日)午前10時～午後1時

場所 防災倉庫「OZU-BO おづぼう」(下条町11-35)

※駐車場はありませんので、徒歩か自転車でお越しください。



泉大津市防災倉庫  
OZU-BO



防災倉庫について  
詳しくはこちら



## 参加者には金芽米をプレゼント

防災倉庫「OZU-BO おづぼう」で開催！

問合 秘書広報課

## 市長と備えよう！「いざみおおつ“未来”トーク」を開催します

住みやすいまちづくりをめざし、皆さんと市長が直接意見を交換する「いざみおおつ“未来”トーク」を開催します。

今回は、防災倉庫「OZU-BO おづぼう」の内覧会に合わせて、防災などの取り組みの説明や、防災倉庫内の見学、備蓄品や設備の体験、災害食の試食などを通じて、皆さんと一緒に災害対策について考えます。

新しい防災倉庫の中を見てみたい人や、市の取り組みに関心がある人、市長と話してみたい人など、どなたでも参加できます。市長と一緒に、災害への備えについて考えませんか？

日時 11月30日(日)午後1時30分～3時10分頃

場所 防災倉庫「OZU-BO おづぼう」(下条町11-35) 対象 市民

定員 15人程度(申し込み多数の場合は抽選)※参加可否は11月25日(火)に連絡予定

申込 参加者の氏名、住所、電話番号、年齢、一時保育の希望有無を記入し、

11月20日(木)(必着)までにいざれかの方法で申し込み。

- ウェブ: 二次元コードから
- 電話: 0725-33-1131
- ファックス: 0725-21-0412
- 郵送: 〒595-8686 秘書広報課 未来トーク担当宛

【一時保育】6か月～未就学児 先着5人程度(11月17日(月)までに事前申込)



※過去開催の様子

詳しくは  
こちら



申し込みは  
こちら



# ホストファミリー募集

担当 政策推進課

ファースト・スタディ日本語学校泉大津校に通う外国人学生を対象としたホームステイ(1泊2日)・ホームビギット(日帰り)の受入先となるホストファミリーを募集します。外国語の知識は不要です。

日本の大みそかやお正月の行事でおもてなしをしてみませんか。

**実施期間** 12月20日(土)～令和8年1月4日(日)

**対象** 泉大津国際交流協会会員(申込時に入会も可)

**謝礼** 受け入れ1人につき1日2,500円(ホームステイ・ビギットにかかる経費は原則ホストファミリーが負担)

**申込** 11月21日(金)までに泉大津国際交流協会事務局窓口(おづぶらざ内)

**問合** 泉大津国際交流協会事務局

**TEL** 0725・21・6555

詳しくはこちら



## 過去参加者の声

- 初めての受け入れでしたが、事前に面談があり、学校での様子や人柄など知ることができ、良かったです。
- 初めは緊張しましたが、学生さんは日本語が上手で楽しくお話できました。
- 日本に来て夢に向かって頑張る姿に心うたれました。

# 外国人と巡る市内バスツアー

担当 政策推進課

外国人とともに市内のスポットを巡り、泉大津の歴史や美しい景色を紹介しながら国際交流を楽しめます。市内レストランでの食事も予定しています。

**日時** 12月7日(日)午前9時20分～午後1時30分

**集合場所** 市役所前

**対象** 泉大津国際交流協会会員(新規入会者、法人・団体会員に所属する人(日本人・外国人)を含む)、市内在住・在学・在勤の外国人

**定員** 30人程度(申し込み多数の場合は抽選)

**参加費** • 泉大津国際交流協会会員…500円

• 新規入会者(日本人・外国人)…1,500円(会費1,000円+参加費500円)

• 会員にならない外国人…1,500円

**申込** 11月14日(金)までに泉大津国際交流協会事務局へ電話

**TEL** 0725・21・6555

この機会に国際交流協会に入会してみませんか?

## 【行き先】

泉穴師神社、池上曾根弥生学習館、なぎさ公園、シーパスパーク(GARB GREEN WALK)

申し込みはこちら



# 楽しくごみ拾いを続ける第一歩に ピリカで“見える化”投稿キャンペーン

問合 環境課



ごみ拾いアプリ「ピリカ」の投稿促進キャンペーンを実施します。「ピリカ」は、ごみ拾いの記録を写真や位置情報と一緒に投稿できるアプリです。日常のちょっとしたごみ拾いを記録・共有することで、自分の活動が“見える化”され、仲間にも伝わることで、ごみ拾いの輪が広がり、まちをきれいにするきっかけになります。

今回、対象期間中に投稿した人の中から、抽選で地域デジタルポイントが当たります。この機会にアプリを使って、楽しみながらごみ拾いを始めてみませんか。

**対象期間** 11月4日(火)～12月19日(金) **抽選対象** 市内でごみ拾いし、ピリカで投稿した人

**ポイント数** 1等1万ポイント×10人、2等5,000ポイント×20人、3等2,000ポイント×30人、特別賞5,000ポイント×5人

**付与時期** 令和8年1月中旬頃～(当選者に通知し、環境課窓口で付与)

応募方法や付与条件などはこちら



## 健康的な食生活に興味のある人必見

おいしく、楽しく、無理なく続ける

# “実践型生活習慣改善プログラム”参加者募集

問合 成長戦略課

大阪大学大学院医学系研究科と連携し、医学的根拠に基づいた食事・栄養・運動を組み合わせ、食卓からライフスタイルを根本から変えていく実践型プログラム(Teaching Kitchen プログラム)の参加者を募集します。

毎週1回、「減塩」「カロリーダウン」などのテーマで講義後、実際にヘルシーでおいしいレシピを調理します。さらに、スマートウォッチや金芽口ロウカット玄米など参加特典で日常の生活習慣をサポートします。

一緒に、おいしく、楽しく、無理なく生活習慣を変えませんか。



馬殿 恵氏



※写真はイメージ

期間 令和8年2月2日(月)～3月2日(月)の1か月間 場所 保健センター(対面)

対象 • 20～39歳の市民で、BMI25以上もしくはウエスト周囲男性85cm以上、女性90cm以上の人

・プログラムの参加について本人が同意した人

定員 20人(事前申込制・抽選)

参加費 無料 ※オンライン回の食材費などは自己負担(各回2,000円程度)

講師 大阪大学大学院医学系研究科内分泌・代謝内科学

ライフスタイル医学寄附講座 准教授 馬殿 恵氏

申込 12月1日(月)午後5時までにウェブ ※当選者にのみ12月5日(金)以降に連絡

### ●BMIの計算方法

体重(kg) ÷ {身長(m) × 身長(m)}

詳しくは  
こちら



### ■プログラムの流れ

知る
令和8年1月26日(月) 午前10時30分～正午
事前説明会／身体測定 (対面) アンケートや食事の記録を回答し、身体測定で現在の健康状態を確認しましょう。

学ぶ・作る・食べる・続ける			
2月2日(月)	2月9日(月)	2月16日(月)	3月2日(月)
各日午前11時30分～午後1時30分			
第1回 (対面)	第2回 (オンライン)	第3回 (オンライン)	第4回 健康測定 (対面)

#### ・毎週月曜日の教室で

“講義(30分)+調理体験(1.5時間)”を通して新たな食事・栄養・運動の工夫ポイントを習得！※オンライン回の食材はご自身でご用意いただきます。

#### ・日常生活で

「金芽ロウカット玄米」を取り入れ食事のバランスアップ！さらに「Fitbit」で睡眠や活動量をチェックし生活習慣を楽しく改善！

変わる
プログラム 終了後
習慣化する 無理なく続けられる習慣をそのまま日常に。 元気な毎日が広がります。

### ■参加特典

- 睡眠や活動量を測定できる／
- ①スマートウォッチ(Fitbit)をプレゼント！
- 玄米の栄養価はそのままに、白米感覚で食べられる／
- ②金芽ロウカット玄米を1か月分(5kg)プレゼント！

健康・睡眠・運動量  
見える化



## 自分にあった居場所を見つけて来ませんか

# 居場所づくりフェア

問合 福祉政策課

市では、誰もが気軽に集い、高齢者、障がい者、世代間の交流などができる「みんなの居場所づくり事業」を官民連携で進めています。それぞれの団体は、孤独・孤立に悩む人などが社会とのつながりを持てるよう特色のある居場所づくりを実施しています。自分にあった居場所を見つけて来ませんか。「みんなの居場所」実施団体が一堂に会し、「居場所づくりフェア」を開催します。

日時 11月15日(土)午後1時30分～4時 場所 テクスピア大阪

内容 居場所づくり事業者のPRコーナー、体験コーナーなどのブース設置

詳しくはこちら



# 12月4日～10日は「人権週間」 人権について考えてみましょう

問合 人権くらしの相談課

12月10日は「人権デー」です。法務省と全国人権擁護委員連合会では、この日を最終日とする1週間(12月4日～10日)を、「人権週間」と定めています。

市では、「人権週間」にあわせ次の事業を実施します。

## ●人権問題を考える市民のつどい 映画「桜色の風が咲く」上映会

9歳で失明、18歳で聴力を失いながらも世界で初めて盲ろう者の大学教授となった東京大学先端科学技術研究センター教授 福島智さんと、彼を支え続けた母・令子さんを描いた実話。映画鑑賞を通して、共に生きるということについて、一緒に考えてみませんか(字幕つき)。

日時 12月13日(土)午後1時～3時30分

場所 テクスピア大阪

対象 市内在住・在学・在勤の人

定員 300人程度

無料

(当日参加可能。ただし事前申込優先)

申込 参加者の氏名、住所、電話番号を記入し、12月11日(木)(必着)までにいざれかの方法で申し込み

●ウェブ:二次元コードから

●電話:0725・33・1131

●ファックス:0725・21・0412

●郵送:〒595-8686 人権くらしの相談課

人権問題を考える市民のつどい担当宛

【一時保育】6か月～未就学児 先着5人程度

(締切12月3日(水))

申し込みは  
こちら



9歳で失明、18歳で聴力を失いながらも世界ではじめて盲ろう者の大学教授となった東京大学先端科学技術研究センター教授 福島智の生い立ちを描いた実話

©THRONE / KARAVAN Pictures

## ●人権啓発作品展

期間・内容 12月9日(火)～12日(金)…絵画展示

12月15日(月)～19日(金)…書道展示

場所 市役所1階 ロビー

## ●人権街頭啓発

日時・場所 12月4日(木)

午後4時30分～:北助松駅前

午後5時30分～:泉大津駅前

## ●特設人権相談所

日時・場所 12月5日(金):北公民館

12月10日(水):南公民館

各日午後2時～4時

持物 スリッパ

## 人権問題で困ったら人権擁護委員へ

人権問題はひとりで悩まず、  
ご相談ください。相談無料。秘  
密厳守。

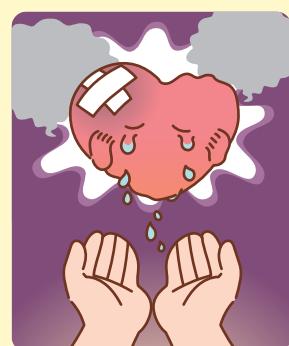
予約方法は市民相談一覧  
(42ページ)をご覧ください。

### 相談日時

第4水曜日 午後2時～4時

### 場所

市役所1階 市民相談室



# 保険年金課からのお知らせ

## ■柔道整復、はり、きゅう、あん摩・マッサージのかかり方

整骨院や接骨院で柔道整復師による施術を受ける場合や、はり、きゅう、あん摩・マッサージを受ける場合、健康保険を適用できるケースは限られています。正しくご理解いただき、適切な受診をすることは医療費の適正化につながります。

### ①柔道整復師の施術を受けるとき

#### 健康保険が使える場合

骨折・脱臼・打撲および捻挫など（いわゆる肉ばなれを含む）。

※骨折・脱臼については、応急手当をする場合を除き、あらかじめ医師の同意が必要です。

#### 施術を受ける時の注意

単なる肩こり、筋肉疲労などに対する施術は、全額自己負担です。



### ②医師が必要と認めた、はり、きゅう、あん摩・マッサージの施術を受けるとき

#### 健康保険が使える場合

はり、きゅう…神経痛・リウマチ・頸腕（けいわん）症候群・五十肩・腰痛症・頸椎（けいつい）捻挫後遺症・その他慢性的な疼痛（とうつう）を主症とする疾患

あん摩・マッサージ…筋麻痺・関節拘縮などで、医療上マッサージを必要とする症例

#### 施術を受ける時の注意

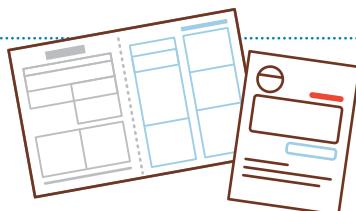
- ・保険の適用には、あらかじめ医師の発行した同意書または診断書が必要です。
- ・単に疲労回復や慰安を目的としたものや、疾病予防のマッサージなどは、全額自己負担です。
- ・保険医療機関（病院、診療所など）で同じ対象疾患の治療を受けている間は、全額自己負担です。

#### 問合 保険年金課

後期高齢者医療被保険者は、大阪府後期高齢者医療広域連合 給付課 **Tel** 06・4790・2031

## ■国民年金のお知らせ

### ●国民年金保険料の社会保険料控除証明書を送付します



国民年金保険料はその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

対象は、令和7年1月～12月に納めた国民年金保険料の全額で、過去の年度分や追納された保険料も含まれます。なお、配偶者や家族の国民年金保険料を納付した場合も控除が受けられます。1月～9月の間に国民年金保険料を納付した人は11月上旬に、10月～12月の間に今年はじめて納付した人は翌年2月上旬に、日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。年末調整や確定申告には、この証明書または領収書を添付してください。

### ●11月30日（いいみらい）は「年金の日」です

この機会に、自分の年金記録や年金見込額を確認してみませんか。

「ねんきんネット」を利用すると、パソコンやスマートフォンからいつでも自分の年金記録を確認できるほか、年金記録からさまざまな条件を設定したうえで、年金見込額の試算をすることもできます。

#### 問合 堺西年金事務所 **Tel** 072・243・7900

詳しくは  
こちら



## ●2025年度 全国統一防火標語「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

秋は空気が乾燥しており、火災が起こりやすい季節です。火を使用する機会も増えるため、いのちを守るために10のポイントを確認し、日常的に火災予防に努めましょう。

### ＼住宅用火災警報器を設置しましょう／

消防署では、住宅用火災警報器の設置に関する相談窓口を設けています。取り付けや点検方法などについてわからないことがあれば、お気軽にご相談ください。

詳しくはこちら



## いのちを守る10のポイント

### 4つの習慣



寝たばこは  
絶対にしない、させない



ストーブの周りに  
燃えやすいものを置かない



こんろを使うときは、  
火のそばを離れない



コンセントはほこりを清掃し、  
不必要的なプラグは抜く

### 6つの対策



ストーブやこんろなどは、  
安全装置の付いた機器を使用する



住宅用火災警報器を定期的に点検し、  
10年を目安に交換する



部屋を整理整頓し、寝具、衣類および  
カーテンは、防炎品を使用する



消火器などを設置し、  
使い方を確認しておく



お年寄りや体の不自由な人は、  
避難経路と避難方法を常に確保し、  
備えておく



防火防災訓練への参加、  
戸別訪問などにより、  
地域ぐるみの防火対策を行う

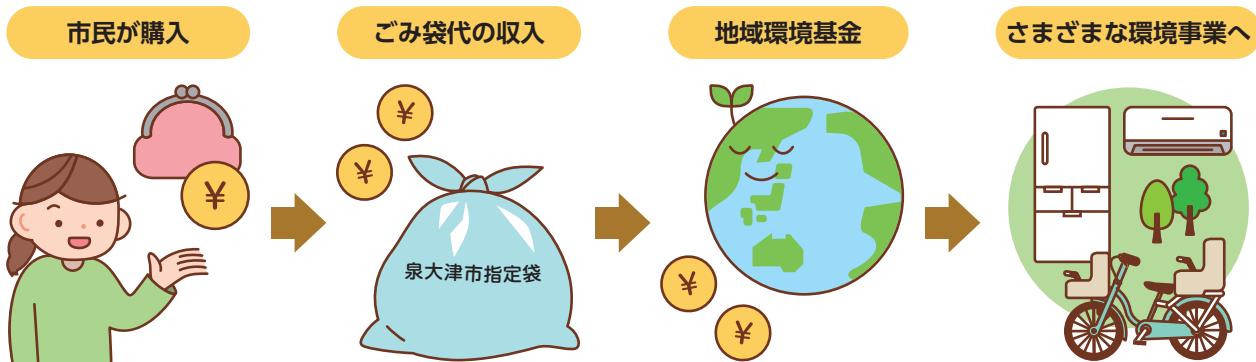
# 指定ごみ袋の収益は、環境にやさしいまちづくりに生かされています

問合 環境課

## ■ごみ袋代から積み立てられる基金の収支

皆さん毎日使っている「指定ごみ袋」。その収益の一部を、環境を守るさまざまな事業に活用しています。市では、この収益を「地域環境基金」として積み立て、ごみ減量や環境学習、脱炭素社会の実現につながる取り組みを進めています。

令和6年度は約1,131万円を積み立て、基金残高はおよそ1億2,000万円となりました。



## ■こんな事業に使われています

令和6年度は、16の事業を実施しました。その一部を紹介します。

### ●暮らしに関する助成

- ・ゼロカーボンシティに向けた補助:省エネ効果の高いエアコンや冷蔵庫の購入費の一部を補助
- ・幼児2人同乗用自転車の活用促進:二酸化炭素を排出しないやさしい移動を応援
- ・生ごみ処理機の購入補助:生ごみを出す量を減らすため、機器の購入費の一部を補助

### ●みんなで広げる緑とエコ

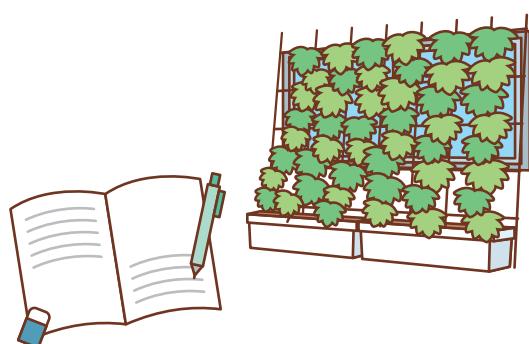
- ・緑のカーテン推進:ゴーヤ苗を配布し、夏の節電と緑のある景観づくり
- ・食品ロス削減推進:もったいないを減らして、地球にも家計にもやさしく
- ・記念樹交付事業:新築時や出産時など、人生の節目に木を植えて街に緑を増やす

### ●子どもへの教育

- ・出前講座:市内の幼稚園・保育所・こども園に講師を派遣し、環境に関する講座を実施
- ・自然体験学習:市内の小学生を対象に、和歌山県日高川町で自然環境を通じた体験やSDGsに関する学習会を実施

## ■数字で見る基金

- ・令和6年度積立額:約1,131万円
- ・基金残高(令和6年度末時点):約1億2,060万円



### あなたの声が事業をつくります

ごみ減量・環境学習、脱炭素社会の実現に向けて「こんなことに使ってほしい」「こんな環境イベントがあったらいいな」などのアイデアを随时募集しています。お気軽に環境課までお寄せください。

詳しくはこちら



# 防犯ボランティア「ながら見守り活動」を始めませんか？

問合 市民協働推進課



市では、市民の皆さんのが主体的に、無理のない範囲で活動を続けることができる防犯ボランティアとして「ながら見守り活動」登録制度を設け、誰もが安心して暮らすことができるまちづくりに取り組んでいます。

現在登録者は100人を超え、10月には登録者の交流会や、市長と一緒に走りながら見守り活動を行いました。

## ■活動例

- ・ランニングやウォーキングしながら見守る。
- ・散歩(ペットの散歩含む)しながら見守る。
- ・通勤や通学しながら見守る。

### 登録対象者

- ・市内在住、在勤、在学の18歳以上の人
- ・18歳以上の人で構成し、市内に事業所を置く事業者または活動拠点がある団体

### 啓発物品の配布

登録者には、「ながら見守り活動」中に身につけていただくためのTシャツまたはLEDアームバンドをお渡しします。また、期間中に登録した人には地域デジタルポイントを2,000ポイント付与します。

ポイント付与期間 11月4日(火)午前9時～令和8年1月30日(金)午後5時

※定員到達次第終了

ポイント付与定員・オンライン300人(先着順)・窓口100人(先着順)

登録方法 ウェブまたは市民協働推進課窓口



詳しくはこちら



## 2市1町広域連携企画

泉大津市・高石市・忠岡町の気になる情報をお届けします！

### 泉大津市



#### まちなかアートフェス2025 十人十色のアートでまちを彩ろう！

実行委員会が企画・運営からたくさん話し合いを重ねつくりあげた、市民が主役のアートイベントです。「見る、演じる、本物に触れる」をコンセプトに、絵や音楽、ダンスなどさまざまなアートを気軽に楽しむことができます。

日時 11月22日(土)・23日(祝)

午前10時～午後4時

場所 テクスピア大阪・

アルザ泉大津など

問合 泉大津市生涯学習課

TEL 0725-33-1131

詳しくはこちら▶



### 高石市



#### みんなであそぼう 世界のボードゲーム

卓上で遊ぶボードゲームと聞くと、皆さんはどんなゲームを思い浮かべますか。将棋やすごろく、トランプなどで遊んだことがある人も多いのではないかでしょうか。高石市立図書館では、難易度の異なるさまざまなボードゲームを用意しています。皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 12月7日(日)午前11時～午後3時  
(最終入場:午後2時30分)

場所 高石市立図書館(高石市綾園1-9-1

アラタカイシ4階)

申込・問合 高石市立図書館

TEL 072-263-3100

詳しくはこちら▶



### 忠岡町



#### みなどマーケット開催 & カキ小屋オープン！

##### ■みなどマーケット

日時 11月30日(日)

午前9時30分～午後3時

場所 忠岡港

##### ■カキ小屋

ぶりぶりで濃厚な味わいの牡蠣を使った「カキ小屋」が11月30日(日)よりオープン！

営業時間 第1部:午前10時～11時30分  
第2部:正午～午後1時30分  
第3部:午後2時～3時30分

営業日 土・日曜日、祝日

場所 忠岡漁業協同組合前

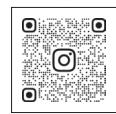
(忠岡町新浜1-8-11)

予約・問合 忠岡漁業協同組合

TEL 070-9068-5675



Instagram  
はこちら



人間が人間らしく生きるための権利、「人権」について考えるコラムです。市内の幼児や児童生徒の人権作品を紹介します。



## 「私を一番大切にできる人」

東陽中学校2年 村上瑠香

(学年は令和6年度作成時のもの)

人の気持ちばかり考えて、自分の意見を言えないという経験があるだろうか。

少なくとも私はあり、そこで「夜が明けたら、いちばんに君に会いにいく」の読書感想文を書くこととした。この本を読んだきっかけは、好きな作家さんである汐見夏衛先生の本だったからという単純な理由だった。

この本は、過去にあった出来事によって周りの空気を乱さないようにずっと笑顔で本心を隠してしまっている。女子高生の茜が主人公の物語である。しかし何でも素直に言ってしまう青磁と仲良くなっていくことで少しずつ自分の気持ちを正直に言えるようになっていくというお話である。

私がこの本を読んで一番心に残った部分は、青磁が言いたいことをこらえている茜に言つたセリフだ。

「だから言いたいことがあるなら、言えよ。黙つてたって誰も分かってなんかくれねえんだよ。」

茜のように嫌われたくないからって自分の気持ちを我慢していく何も楽しくないというは私も分かる部分があり、正直に言つて立ちさつてしまつたらどうしようと不安になつてしまつことがあった。しかし正直に話すことで本当に理解しあえる友達に出会うことができ。そして、人に嫌われないようにして自分を隠しても、必ず全員に好かれるわけもなく、それ以上に自分すら自分のことを嫌いになつてしまつ可能性があると感じた。

私のことを大切にしてくれる人を私も大切にすることのほうが大事だと考えられるようになりました、前向きに生きていく方が人生楽しめることも後悔しない、そう思った。

私は「夜が明けたら、いちばんに君に会いにいく」を読んだことで、私が一番私を大切にしてあげないといけないことを学んだ。そして、死ぬ以外は何でも大丈夫というくらいまで、前向きに考えられるようになつた。

だから言いたいことがあるなら、言えよ。黙つてたって誰も分かってなんかくれねえんだよ。」

〔原文掲載〕

## 市長のうごき

Mayor's Work

### 11月の主な予定

※( )内は場所

3日(祝)	有功者表彰式 (関空泉大津ワシントンホテル)
17日(月)	定例市長会議 (大阪府庁)
22日(土)	まちなかアートフェス (市内各所)
28日(金)	厚生文教委員会協議会 (市役所5階)
その他 自治・商工関係会議など出席(24件)	

### 主なうごき

10月7日(火)

結婚50年を迎えた市内在住の夫婦36組が参加し、金婚祝賀会を開催しました。



当日は、記念写真の撮影や、要保育所の子どもたちからお祝い動画と手作りの写真立てのプレゼントがあり、参加者の皆さんと楽しいひとときを過ごしました。

10月7日(火)

敬老のお祝いとして、市内の女性最高齢者である桃井キミさん(104歳)と男性最高齢者である忠地光太郎さん(102歳)、今年度100歳を迎える12人に記念品を贈呈しました。また、米寿を迎えた386人を対象に米寿のお祝い品として、泉大津市の特産品である毛布(アートブランケット)を贈呈しました。

