

※各講座については、申し込み後のキャンセル・欠席は返金できません

わくわく科学教室 (☎33・1764、ファクス 33・1300)

『液体空気であそぼう』

みなさんは液体窒素というものを知っていますか？！液体窒素は-196℃というとても「冷たい魔法の水」のようなものです。この液体窒素を使った面白い実験がいっぱいです。子どもも大人も不思議で楽しい科学の時間をすごしてみませんか！

日時 7月27日(土) 午前10時～正午

場所 南公民館

対象 小学生とその保護者（一人でも可）

定員 申込先着50人

受講料 1人300円（教材費含む）

持物 筆記用具・上靴（小学生のみ）

講師 竹田一幸氏

申込・問合

7月6日(土)午前9時から受講料を添えて本人または家族が南公民館へ。※定員に満たない場合のみ7日(日)から電話・ファクスでも受け付け。

親子で科学を
楽しもう！



水生生物を調べよう！ 和泉市立青少年の家 (☎92・0422)

体験型「私の水辺」in 横尾川 (まきお山自然観察会「夏」)



日時 7月20日(土) 午前10時～正午（雨天中止）

場所 横尾川（和泉市立青少年の家前）

交通 横尾中学校前バス停から徒歩40分または車（駐車場有）

対象 小学生以上（小学生は保護者同伴）

定員 先着50人

費用 小中学生400円、高校生以上500円（保険・施設使用料など）

申込 7月8日(月)9時から電話（和泉市立青少年の家）にて受け付け。

問合 和泉市立青少年の家（午前9時～午後5時、毎週水曜日休館日）

自然エネルギーを感じよう！ 環境課 環境推進係（市役所2階21番窓口）

ソーラーエコハウス工作教室

地球上に毎日ふりそぐ太陽の光。この身近なエネルギーを使ったソーラーエコハウスを作つてみませんか？工作とともに家族で楽しく取り組める省エネについても学習します。小学生のお子様の夏休みの工作や自由研究にも活用できます。

日時 8月9日(金) 午後1時30分～3時30分（受付午後1時～）

場所 総合福祉センター3階 第一会議室（市役所北隣）

対象 小学3～6年生とその保護者

定員 先着50人

持物 絵具、クレヨン、色鉛筆など色塗りができるもの

その他 車でのご来場はご遠慮ください。徒歩または自転車などをご利用ください。

申込・問合 7月22日(月)までに環境課へ



- 36 まちの話題
35 おづみんしーNEスタンプ／元気
28 情報かわら版
27 おおつ物語／文化財へのいざない
26 消費生活相談室
25 エンジヨイ!SPORTS!!
24 コラム／健康のページ
22 健康のページ
21 図書館だより
18 子育て応援ひろば
17 市立病院からのお知らせ
16 介護保険／健康アップ大作戦
15 高齢受給者証交付／国民年金
14 後期高齢者医療制度
13 地域の絆を育む自治会
12 自治会連合会役員・自治会長が決
11 避難情報の「警戒レベル」／ブ
10 フカキ夢・ひとつくりグローバ
8 あしゆびプロジェクト通信（介
7 文化フォーラム／市民ワーク
6 ショップ参加者募集
5 レミアム付商品券
4 売／座談会
3 避難情報の「警戒レベル」／ブ
2 特集・夏休みのイベント・講
1 今月号の
もくじ
R1.7月号

夏休みのイベント・講座特集！

※各講座については、申し込み後のキャンセル・欠席は返金できません

北公民館のイベント・講座 (☎23・0505、ファクス 23・0566)

ふれあい夏まつり スーパーボール・ポップコーン・綿菓子・かき氷・焼きそば・わらひもちの模擬店もあるよ！



日時 7月20日(土) 午後6時～9時（雨天中止）

場所 北公民館 駐車場

内容 盆踊り・キッズダンス・バトン演技・子どものじゃんけん大会など

※当日は、駐車場・臨時駐車場はありませんので、ご了承ください。

ヒップホップダンス

日時 7月24日・31日、8月7日・21日（水曜日・全4回）
午前10時～11時30分

場所 北公民館

対象 小学1～6年生

定員 先着20人

参加費 500円

内容 ヒップホップの音楽・曲・ビートに合わせて踊ります

持物 上履き、水筒、タオル

講師 赤阪由香先生

申込 7月5日(金) 午前9時から

定員に満たない場合のみ6日(土)から電話、ファクスでも受け付けます。

<共通事項>
申込方法・問合

受講料を添えて本人または家族が北公民館へ。受付開始時点で定員を超える場合は、抽選。

申込用紙は1人1枚配付

※申し込み後のキャンセル・欠席は返金できません。

あそびながら 防災体験

貯金箱作り

日時 7月30日(火) 午後1時～4時

場所 木根館（河内長野市）

対象 小学2～4年生

定員 先着20人

参加費 1,000円（貯金箱代・保険料込）

内容 木製の貯金箱を作ります。

持物 リュック・水筒、タオル

申込 7月4日(木)～12日(金)

午前9時から

あそぼうさい

日時 8月21日(水) 午前9時30分～午後3時30分

場所 北公民館と明治ヨーグルト工場（貝塚）見学

対象 小学4～6年生

定員 先着20人

参加費 200円

内容 北公民館で防災クイズ・ゲーム・避難所間仕切りパネル作成訓練を体験します。昼食は非常食のアルファ化米を食べます。昼食後は、北公民館からバスで工場見学に行きます。

持物 昼食のあかす。リュック、水筒、タオル

申込 7月9日(火)～17日(水) 午前9時から



子ども＆パパママ用品とりかえっこ

日時 7月20日(土)（交換会）午後3時～5時（交換品受付）午後2時～3時

場所 北公民館

内容 子どもの衣類・おもちゃの無料交換会です。今回からパパママのおしゃれ着も交換します。引き続き気持ちよく使用できるもの、季節外れでないものをお持ちください。下着や靴下・水着は新品のみ、食品・本や雑誌・景品類・大型用品は受け付けできません。

問合 北公民館サポートチーム（<http://m.facebook.com/anatamowatasimokitakominkan/>）



クッキングにバスマスターも！ 環境課（☎33・9289、33・9192）

夏休み親子エコクッキング

日時 7月30日(火) 午前10時～午後1時
(環境セミナー・調理実習・試食会含む。)

場所 総合福祉センター（市役所北隣）

対象 小学1～6年生と保護者2人1組のペア

定員 両日とも先着12組(24人)※昨年度未受講者優先

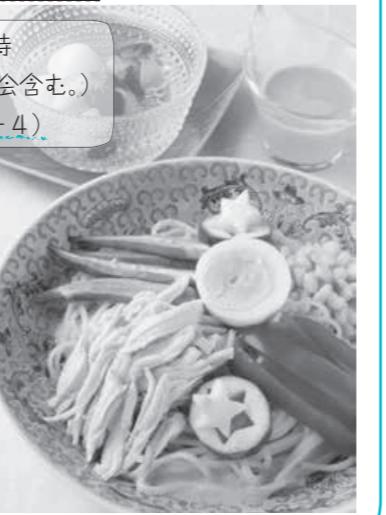
一時保育 先着5人 ※1歳児半～未就学児童
(利用される人は申込時にあ申し出ください。)

メニュー ・ピタミン野菜としつり茹で鶏☆ごまダレ冷やし中華
・きらきら♪まるまる♪フルーツポンチ

受講料 1組500円

講師 株大阪ガスクッキングスクールインストラクター

申込・問合 7月10日㈭午前9時から環境課で電話受付 ※定員に達しなかった場合は、12日㈮午前9時から既受講者の申し込みを受け付け



4つのRを学ぶエコバスマスター

- 4Rってなあに…?
 ①いらないものを断る(Refuse)
 ②減らす(Reduce)
 ③繰り返し使う(Reuse)
 ④再生し利用する(Recycle)
 の4つのRから始まる言葉。

日時 7月24日(水) 午前9時～午後4時ごろ

行先 舞洲清掃工場 大阪科学技術館

対象 小・中学生(小学1～4年生は保護者同伴)

定員 先着40人 ※昨年度未受講者優先

持物 お弁当(必ず持参、購入場所はありません)
・水筒・タオル・筆記用具・雨具(雨天時)

申込・問合 7月9日㈭午前9時から環境課へ(電話申込み)

※定員に達しない場合は、11日㈯午前9時から既受講者の申し込みを受け付け



総合体育館の夏休み子どもスポーツ短期教室 受講者募集！

夏休みの期間中、下表のスポーツコースに参加する市内の子どもを募集します。
 申込 ▷郵送：往復はがきに教室名を明記のうえ①受講者名(ふりがな)、②性別、③学年、④電話番号、⑤水泳コースのみ子どもの状況をできるだけ詳しく記入し、返信用にも申込者の住所・氏名を記入のうえ、総合体育館(〒595-0013 宮町2-50)へ。※郵送の場合は11日㈯の消印有効
 ▷窓口：返信用はがき(62円)に申込者の住所・氏名を記入し持参のうえ、総合体育館の窓口で用紙に記入
 締切 7月11日(木) ※各コース、はがき1枚に対して1人1教室の申し込みです。定員を超えた場合は抽選になります。

教室名	運動能力ステップアップコース
運動会に間に合わそう！走・跳の動作、反射神経、体幹、リズム感を総合的に身につけよう！	
日 時	7月30日・31日・8月1日(3日間) 午前10時～11時
場 所	総合体育館
定 員	30人
対 象	▷小学4～6年生 ▷3日間休まず参加できる
受講料	450円

夏休みに「できる」をふやそう！



名	水泳コース	てつぼうコース	とび箱コース
日 時	7月25日㈯～28日(火)(4日間) 午前9時30分～11時30分	8月6日(火)～9日(金)(4日間) 学年で時間帯が変わります	8月20日(火)～23日(金)(4日間) 学年で時間帯が変わります
場 所	条南小学校プール	総合体育館	
定 員	50人	各40人	各40人
対 象	▷小学1～3年生 ▷5m以上泳げない(顔つけができない子どもを優先) ▷4日間休まず参加できる	▷年中・年長 ▷小学1～3年生 午前9時30分～10時30分 午前10時45分～11時45分	▷年中・年長 ▷小学1～3年生 午前9時30分～10時30分 午前10時45分～11時45分
受講料	1,000円	いずれも600円	



みんな
待ってるよ～

貸し切りもできます！
詳しくは28ページへ

7月6日開場

助松プール

開場期間 7月6日(土)、7日(日)、13日(土)、14日(日)、

15日(祝)、19日(金)～8月18日(日)の

間毎日、24日(土)、25日(日)

午前10時～午後5時

利用料金 大人500円 小人(中学生以下)

100円 ※3歳以下無料

問合 都市づくり政策課みどり推進係(市役所2階24番窓口)

にんじんサロン

の講座(☎21・6555)

にんじんサロン工作教室①

「マジックスクリーンを作ろう！」

マジックスクリーンって知っていますか？スクリーンに書いた絵をスライドすると…。

あら不思議!?絵がカラーになるカードです。家族と一緒に、お友達同士で工作してみませんか？

日時 8月9日(金) 午前10時～11時30分

場所 にんじんサロン(図書館2階)

対象 小学生

定員 先着10人

持物 はさみ・色鉛筆・油性の
ペン(黒、カラー両方)

申込・問合 7月11日(木)午前
9時30分から直接または
電話でにんじんサロンへ
※学年によって描く絵は
変わります

日時 8月10日(土) 午前の部 午前10時～11時30分
午後の部 午後1時～2時30分

にんじんサロン工作教室②

「ペンギン貯金箱を作ろう！」

牛乳パックを使ってペンギン貯金箱を作ろう！自分らしいペンギンを作ってみよう！

日時 8月10日(土) 午前の部 午前10時～11時30分
午後の部 午後1時～2時30分

場所 にんじんサロン(図書館2階)

対象 小学生と保護者

定員 各先着10組

持物 のり・はさみ

申込・問合

7月18日(木)午前9時30分から

直接または電話でにんじん

サロンへ



はたおりを体験しよう！ 織編館の講座(☎31・4455)

織機をつかって、オリジナルの布づくりにチャレンジ！

日程 7月21日(日)、22日(月)、25日(木)、26日(金)

時間 午前の部…午前10時～正午、午後の部…午後1時～3時

場所 織編館体験学習室(テクスピア大阪2階)

対象 小・中学生(小学3年生以下は必ず保護者同伴、お手伝いが必要)
足で踏み木を操作しますので120cm程度の身長が必要です。

定員 各回先着4人

費用 500円(材料費込み)

講師 織編館手織りの会の皆さん

申込 7月8日(月)午前10時から電話にて



星を作つてみよう！ 図書館(☎32・0562)

ろう石で星の形をつくろう

日時 7月23日(火) 午後1時30分～2時30分

場所 図書館

協力 池上曾根弥生学習館

問合 図書館



7/6(土)

文化フォーラム

「片づけで人生が変わる！笑って学べる収納術」

～誰でも片づけ上手になれる目からウロコの収納術を教えます～

日時 7月6日(土) 午後2時～3時30分(1時開場)
場所 テクスピア大阪(旭町22-45)

定員 当日先着500人
入場無料(申込不要) 後援 南海電鉄
問合 秘書広報課(市役所4階)



【コジマジック氏からのメッセージ】

25年のタレント生活を続けながら、片づけや収納、住まいのプロとして年間200件以上の講演依頼をいただいております。テレビ出演も「ノンストップ！」、「VS嵐」(フジテレビ)、「踊る！さんま御殿！！」「ヒルナンデス」(日本テレビ)、「王様のブランチ」(TBS)、「あさイチ」(NHK)、「ソロモン流」(テレビ東京)、「ミヤネ屋」(読売テレビ)など多数に及んでいます。

私自身、片づけを通じて人生が大きく変わりました。当日は誰でも簡単に片づけ上手になれるコツや、100円グッズを使った目からウロコの収納術について、実演を交えながら楽しくお伝えいたします。多くの皆様のご参加を心よりお待ちしています！

【講師：収納王子コジマジック氏】

(お笑いタレント、整理収納アドバイザー)

本名、小島弘章。1972年岡山県玉野市生まれ(玉野ふるさと大使)。松竹芸能所属。1994年に漫才コンビ「オーケイ」を結成し、NHK上方漫才コンテスト優秀賞、「上方お笑い大賞」新人賞など受賞多数。小さいころから片づけが大好き。テレビなどで独自の片づけ法を紹介したところ「おもしろい」と大反響を呼び、2014年に一般社団法人日本収納検定協会(代表理事小島弘章)を設立。著書『収納王子コジマジックの100円グッズ・カラボ・スノコで絶対片づく！収納600』、新刊『頭が良くなるお片づけ』など10作にのぼる。



市民会館などの跡地を活用して、健康やアビリティをテーマに掲げ、「使いやすい！」「楽しい！」「行ってみたい！」公園を、市内在住の皆さんや働いている皆さんと一緒につくることを目指しています。

市民会館など跡地における魅力的な公園について考える、ワークショップの参加者を募集します。

日時 ▷第1回 7月17日(水) ▷第2回 24日(水)

いずれも午後6時～8時

場所 職員会館3階集会室(市役所横)

対象 16歳以上の市内在住・在勤で全2回出席が可能な人

募集人数 30人程度

応募方法 以下の事項について、下記の問合先のメールに送付するか、電話または窓口にお伝えください。

＜記入事項＞

- ①氏名(ふりがな) ②性別 ③年齢
- ④連絡先メールアドレス ⑤電話番号 ⑥住所

申込 7月10日(水) 午後5時まで

※応募多数の場合は抽選とし、抽選結果は7月12日(金)に、メールまたは電話にて、連絡します。

問合 都市づくり政策課(市役所2階24番窓口)

【メール】matisei@city.izumiotsu.osaka.jp

夏から冬の親子参加型！食の体験活動 保健センター(☎33・8181)

第10回・わくわく食育体験☆参加者募集

プランターを使っておうちで野菜の栽培や、親子クッキング、わくわく祭など楽しいイベント盛りだくさんの食の体験活動です。親子いっしょに参加しよう！

実施期間 9月～12月

日時 9月7日(土)午前中

オリエンテーション、栽培活動用品の配付

11月9日(土)午前中

親子クッキング(かぶを使った調理実習)

12月7日(土)午前中

収穫イベント「わくわく祭り」

場所 保健センター

対象 中学生までの子どもと親(祖父母可)

定員 100組

参加費 1組1000円(9月7日オリエンテーション時に支払い)



内容 配付されたプランターを使用し、各家庭で栽培活動を行うほか親子クッキングやわくわく祭など楽しいイベントを通して食への興味を育みます。
栽培作物 かぶ(赤・白の2種類)
申込・問合 7月16日(火)から保健センターへ電話で申し込み。

夏休みにボランティア体験しませんか？ 社会福祉協議会(☎23・1393)

※受講料はいずれも無料、先着順。7月5日㈮から社協ボランティアセンターへお申し込みください。(電話申込可)

点字体験 目の不自由な人のコミュニケーションの一つである点字で絵本をつくろう。完成の絵本は持って帰れます。

日時 7月23日(火) 午前10時～正午

対象 小学3年生～中学生 定員 10人

持物 筆記用具、名前ペン、はさみ 講師 点字サークル「にじ」

紙芝居を作つてみよう

世界でひとつの紙芝居をつくりませんか？

日時 7月25日(木)・26日(金)・29日(月) 午後1時30分～3時30分

対象 3歳児～6年生

定員 15人

持物 筆記用具、絵の具、

クレヨンまたはクレパス、雑巾、新聞紙(5枚)

講師 紙芝居ボランティア「みずすまし」



朗読を体験してみよう 目の不自由な人たちのコミュニケーション手段のひとつである朗読・音訳体験。発声練習や自分の声の録音(絵本の朗読)をしてみよう

日時 8月1日(木)・2日(金) 午前10時～正午

対象 小学1～6年生 定員 10人

持物 筆記用具

講師 朗読ボランティア「あめんほ」

手芸「すみっこぐらし」を作つろう

人気キャラクター「すみっこぐらし」を作りませんか？

日時 8月6日(火) 午前10時30分～11時30分

対象 3歳児～6年生 ※未就学児は保護者同伴

定員 15人 講師 さわる絵本グループ「そよかぜ」



「お手玉」を作つてみよう

昔なつかしいお手玉と一緒に作りませんか？

日時 8月6日(火) 午後1時30分～3時

対象 小学3～6年生 定員 10人

講師 介護用品作成ボランティア「さくらそう」

筆記通訳を体験してみよう 耳の不自由なためのパソコン要約筆記を体験しませんか？

日時 8月19日(月) 午前10時～11時30分

対象 小学4年生～中学生 定員 10人

持物 筆記用具

講師 筆記通訳サークル「ファイト」



開催場所はいずれも総合福祉センター

あしゆびプロジェクト通信 7月号



ぱつかぱっこ

くすのき認定こども園
園児の運動能力がアップ!!

本市が包括連携協定を結んでいる大阪体育大学の富山教授を交え、市長、教育長などで、本市のスポーツ推進や「あしゆびプロジェクト」をテーマに座談会を行いました。運動スポーツ習慣化の取り組みや、4・5歳児に普段から足袋型シューズを履かせ、保育活動にあしゆびを使ったあそびや体操を取り入れている「くすのき認定こども園」について報告がされました。



南出市長

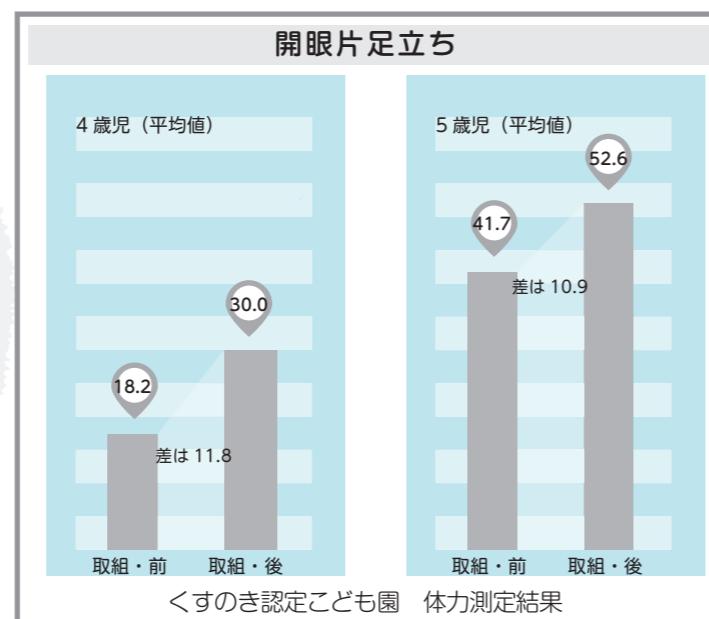
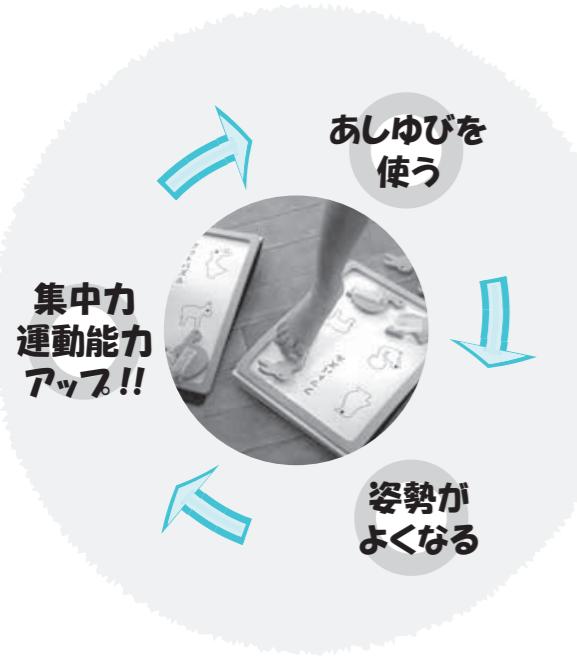
くすのきの園児の姿勢の良さに注目しており、姿勢がいいことは、集中力持続の向上につながり学力向上にも影響すると思う。また、他園と比較して、インフルエンザにかかる園児数が著しく少なかった。これも、あしゆびと体幹を鍛えることの効果だと推測している。今後も検証をすすめてほしい。

親子運動遊び教室の参加者から「子どもといっしょに運動することの楽しさを感じた」、「子どもの挑戦意欲の向上など変化を感じた」などの声があり、スポーツ無関心層への運動・スポーツ習慣化に一定の成果を得ました！



富山教授

あしゆびプロジェクトをしている、くすのき認定こども園での体力測定では、良い結果がでてきています。7種目で数値が上昇している。特に、開眼片足立ちは、10秒以上記録が伸びているのは良い結果で、バランス感覚が向上しているのでしょうか。



介護予防フォーラムのお知らせ

介護予防には運動・栄養・口腔ケアに加え、楽しく会話することが効果的だといわれています。

今回、「笑い」、「あしゆび体操」、「通いの場」をキーワードに元気で楽しく生きる秘訣をお伝えします。

健康・体力の簡単チェックコーナーもあるので、ぜひご参加ください！



元気で楽しく生きる秘訣 !!
~笑いと足は元気のつぼ~

日向亭 葵



【講師】日向亭 葵 氏 (お笑い理学療法士)

奈良県出身。落語とりハビリを融合したオリジナル体操【エアリハ】を考案。

NHK「ぐるっと関西おひるまえ」、フジテレビ「直撃LIVE グッディ！」や新聞・雑誌にも紹介される、【48秒に1回の笑い】が起こる！

介護予防を笑いで伝える専門家です。

- 日時 7月 28日(日)
受付開始 午後0時30分
フォーラム開始 午後1時30分
- 場所 テクスピア大阪 大ホール
- 対象 65歳以上の市民
- 定員 200人
- 申込・問合 7月10日㈭から電話または直接、
高齢介護課長寿推進係
(市役所1階9番窓口)
- ※詳しくは、HP・チラシをご確認ください。



【フォーラム内容】

★落語公演 「笑い」による介護予防～地域とつながろう～
道具を使わず、想像力だけで簡単にできる落語リハビリ「エアリハ」!!

認知症予防・転倒防止を笑いながら、しっかり学べます！

講師 日向亭葵氏 (お笑い理学療法士)

★サークルによるあしゆび運動の効果報告

講師 根来佐由美氏 (府立大学看護学研究科)

★泉大津の「通いの場」紹介 (ダンス発表あり)



【開演前に健康チェック】

午後0時30分～1時20分

- あしゆび測定
- 握力測定
- KOBA ファンクショナルマット体験
- お口の元気度チェック

モフ草履販売決定!!

泉大津ならでは！毛布の縁（へり）で作った「モフ草履」を販売します。

市が進める「あしゆびプロジェクト」に協力いただける店舗で、「モフ草履」の販売を始めました。

「モフ草履」は、モフ草履を広める活動を行っているアンバサダー（大使）が作ったもの。モフ草履を履いて、毛布の歴史とあたたかさを感じながら、足指を鍛えて、健康に！

◆価格 1足 1,500円～

◇販売協力店 アトリエかりん（中央商店街内）田中町9-29

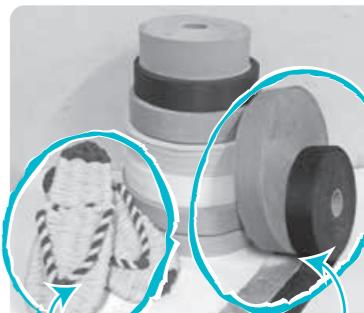
ゆりや化粧品店（北助松商店街内）東助松町1-13-9

織編館内特産品販売所（テクスピア大阪1階）旭町22-45

※織編館では、モフ草履作製講座を実施しています。（詳しくは27ページ）

あなたもオリジナル「モフ草履」を作って、ひとり一足運動に参加してみませんか？

問合 地域経済課 (市役所4階)



※モフ草履: 材料となる「毛布の縁（へり）」は、毛布の周囲をバイピングする布。この布は、製造過程でどうしても余りがでてしまします。その余り部分を再利用して、足指を鍛える草履を編みました。リサイクルで「エコ&健康」

◎自治会連合会役員 ◎自治会長が決まりました！

令和元年度の各自治会の会長が決まりました。また、各自治会間の連携強化を図るために組織されている自治会連合会の役員も決定しましたので、お知らせします。

問合 市民協働推進課（市役所4階）

■各自治会の会長（敬称略）

校区	自治会名	氏名
戎西	河原町	藤本和治
	清水町	建川嗣光
	西港町	中塚邦明
	下之町	藤田貴久
戎東	高津町	岡橋秀和
	上之町	曾根勝保夫
	戎町	着本和雄
	本町	橘本浩二
	神明町	尾上豊
	東港町	道正田孝男
	若宮町	増沢季正
	田中町	山下義孝
旭	式内町	澤村良一
	府営式内住宅	薮本誠
	旭町	平松泰男
	昭和町	寺村貢
	東雲町	丸谷正八郎
	下条町	大久保學
	宇多	渡辺一
	虫取	田中博文
	下条町中	橋本正三
	さつき団地	光井幸子
	ディオフェルティ泉大津	深野秀生
	アルザ	薮英昭
上條	リーベスト泉大津	和山勇
	テスハイムガーデン泉大津	矢野幸
	浜	菅原町
	菅原町	村田一美

■自治会連合会役員（敬称略）

役職	校区	自治会名	氏名
会長	旭	下条町	大久保學
副会長	浜	小松町	横田勝久
	楠	楠町西	小堀正利
会計書記	条南	寿町	浅野重秋
総務	条東	森町	池野光治
会計監査	上條	上条	田中一吉
理事	穴師	池浦町	高寺壽
戎西	戎西	西港町	中塚邦明
	戎東	若宮町	増沢季正
	戎西	河原町	藤本和治
	戎東	東港町	道正田孝男
	旭	アルザ	薮英昭
	浜	松之浜町	楠本英治
	穴師	豊中町	辻川正人
	楠	板原町	木戸伸男
	上條	浜助松	久保勉
	条東	北曾根町	北鳩等
	条南	宮町	宮崎眞二

戦争と平和についてのパネル展 ～平和パネル展～

日時 8月1日(木)～6日(火)（土・日曜日を除く）

場所 市役所1階市民ロビー

内容 「ヒロシマ・ナガサキ原爆写真」をテーマとしたパネル展示



うちわ作品900点、戦没者遺族会による展示 ～平和メッセージ展～

日時 7月9日(火)～16日(火)午前10時～午後5時

場所 アルザ2階回廊 ※最終日は、正午まで

内容 市民の皆さんに応募いただいた平和をテーマとしたうちわと、戦没者遺族会による展示

サイレン吹鳴日時（各1分間）

8月6日(火)午前8時15分、9日(金)午前11時2分、15日(木)正午

鎮魂、戦争と核兵器の永久追放を願い・・・
8月6日、9日、15日にサイレン吹鳴

地域のつながりの大切さが見直されています



地域の絆を育む自治会

東日本大震災や昨年9月に襲来した台風第21号などの災害を経験した今、私たちは人との絆の大切さをいっそう考えるようになりました。その絆を育む身近な組織として自治会があります。

【自治会が果たしている役割】

①安心・安全なまちづくり～災害時や犯罪から地域を守る

▷防災・減災

昨年9月に台風第21号が襲来した時には、多くの自治会の人たちが協力して飛来物の撤去・運搬作業や一人暮らしの高齢者への見回り、声掛けを行いました。いざというときに備えて、自治会では日ごろから訓練を実施しています。また、会員の情報を元に行動できるので、迅速な対応をとることができます。



災害がれきの処理

▷防犯灯や見守り隊

夜のまちを明るく照らす防犯灯が市内に約3,800灯ありますが、そのほとんど設置、維持管理は自治会が行っています。また、これまでに市内で168基の防犯カメラを自治会が設置しました。そのほか下校する子どもの見守りや、年末夜警など、地域の安全なまちづくりを担っています。

②地域の衛生活動～資源ごみ無料回収を取りまとめ



地域の清掃活動

自治会では、市内一斉清掃「ごみゼロ大作戦」に積極的に参加して地域の清掃活動を行ったり、資源ごみの無料回収を実施したりと、まちの美化に大きく貢献しています。



③地域情報の提供～地域情報満載の回覧など

回覧板や広報いづみおおつの配布などを通じて地域の情報を届けるのも自治会の役割です。特に、回覧板にはその地域に密接した情報が満載で住民にとって有益なものとなっています。その他にも地域の交流・親睦を図るイベントの開催など多くの自治会で行われています。

【自治会へ加入するには・・・】

①QRコードから相談申込

スマートフォンなどから右のQRコードを読み取っていただき、申込ができます（申込書フォームにお名前、ご住所、連絡先などを記入ください）。後日、当該自治会から連絡しますので、お待ちください。お住まいの地区に自治会がなく、希望に添えないこともありますので、ご了承ください。その際は事務局より連絡します。



②ご近所の自治会役員に相談する

70歳になった国保加入者の皆さんへ

高齢受給者証が交付されます

国民健康保険の加入者が70歳になった翌月（1日が誕生日の人はその月）から高齢受給者証の対象となります。70歳になった人には、誕生月の月末に高齢受給者証を送付します。現在、高齢受給者証をお持ちの人には7月末に新しい高齢受給者証を送付しますので、8月からは新しい高齢受給者証を保険証とともに医療機関に提示してください。

■ 高齢受給者証を持つ被保険者の医療費の自己負担割合（所得区分によって異なる）

所得区分	所得区分の判定基準	負担割合
現役並み所得者	同一世帯に住民税課税所得が145万円以上となる70歳以上の国保被保険者がいる人。ただし、70歳以上の国保被保険者の収入の合計が、2人以上の場合は520万円未満、1人の場合は383万円未満である場合、または、1人の場合で、同一世帯の後期高齢者医療制度に移行した人も含めた収入合計が520万円未満である場合、申請により「一般」区分と同様になります。	3割
一般（現役並み所得者および低所得者Ⅰ・Ⅱに該当しない人）		
低所得者Ⅱ	同一世帯の世帯主と、国保被保険者が住民税非課税の人（低所得者Ⅰ以外の人）	
低所得者Ⅰ	同一世帯の世帯主と国保被保険者が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除（年金の所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0となる人 年収例：単身世帯（年金収入のみ）80万円以下	2割

※所得に応じて自己負担割合などが決まりますので、忘れずに所得の申告をしてください（所得の申告がなされていないと、全て「一般」と判定されます）。

国民年金からのお知らせ

7月の障害基礎年金の所得状況届の提出が不要に！

今年度より20歳前の障がいによる障害基礎年金、または旧障害福祉年金から切り替わった障害基礎年金を受けていける人は、日本年金機構から届く所得状況届のはがきを、7月末までに保険年金課へ提出する必要がなくなりました。また、7月に診断書の所得状況届を提出されていた人の診断書提出期限も誕生月の末日に変更になります。

問合 日本年金機構堺西年金事務所（☎072・243・7900）

令和元年度国民年金免除申請の受付を開始

7月より令和元年度分（令和元年7月～令和2年6月分）国民年金保険料の免除申請を受け付けます。また、平成30年度（令和元年度6月分まで）の免除が承認されていて、引き続き免除を受けたい人のうち、継続審査対象者以外の人は再度申請が必要です。7月に日本年金機構から届く納付書に同封されている申請書に記入・押印のうえ返送するか、窓口で手続きをしてください。窓口に来られる際は、年金手帳または身分確認できるもの・認め印（退職を理由とする場合は離職票なども）をご持参ください。

問合 日本年金機構堺西年金事務所（☎072・243・7900）、保険年金課（市役所1階6番窓口）

年金ポータル開設について

厚生労働省より、平成31年4月16日から年金について知りたいことがすぐに探せるポータルサイトが開設されました。自分の年金について「ちょっと知りたい」や「これから手続きする人」などライフスタイルや日常生活の中でのさまざまなシーンに合わせたテーマで、年金の情報を探すことができるサイトです。

国民年金基金のご案内

国民年金基金は、自営業者やフリーランスなど国民年金第1号被保険者の皆さんが、安心して老後を過ごせるように老齢基礎年金にゆとりをプラスする公的な年金制度です。

60～65歳未満の人や海外居住されている人で、国民年金に任意加入されている人も加入できます。

問合 全国国民年金基金 大阪支部（☎0120・65・4192）

問合 保険年金課（市役所1階6番窓口）

■ 入院するときや高額の外来診療を受ける場合

現役並み所得者Ⅰ・Ⅱの人は「限度額適用認定証」、低所得者Ⅰ・Ⅱの人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けられますので、国民健康保険証・印鑑をお持ちのうえ申請してください（8月以降有効のものは8月以降に申請してください）。

後期高齢者医療制度のお知らせ

後期高齢者医療被保険者証が橙色に変わります

新しい被保険者証は、7月初旬から順次、簡易書留で送ります。

新しい被保険者証（橙色）は、届いたときからご使用いただけます。

有効期限の過ぎた被保険者証（水色）は、保険年金課へお返しいただくかご自身での破棄をお願いします。



後期高齢者医療保険料の決定

令和元年度保険料額決定通知書および納入通知書を7月中旬に送付しますので、内容をご確認ください。

■ 保険料の納入方法

①「特別徴収」 年金からのお支払い

年額18万円以上の年金を受給されている人は、原則年6回の年金受給日に、その年金から保険料を直接お支払いいただきます。

※特別徴収（年金からのお支払い）を口座振替に変更することができます。

希望される人は、手続きが必要ですので、保険年金課窓口でご相談ください。

②「普通徴収」 口座振替や納付書などでお支払い

特別徴収の対象とならない人は、口座振替や納付書により7月から翌年3月までの9期で保険料を納めていただきます。

保険医療機関などの自己負担割合

令和元年度の住民税課税所得額が145万円以上の被保険者、世帯に属する被保険者は、すべて3割負担です。

ただし、3割負担と判定された場合でも、平成30年の収入額が383万円未満の単身者世帯と被保険者と70歳以上の人を含む2人以上の世帯で収入の合計額が520万円未満の場合は保険年金課に申請すれば、1割負担となります。



お問い合わせはこちら

◎制度全般に関するることは府後期高齢者医療広域連合事務局へ

▷保険料、被保険者資格、被保険者証などに関すること…資格管理課（☎06-4790-2028）
▷給付事務、保健事業、医療費通知、レセプト点検に
関すること…給付課（☎06-4790-2031）

◎保険料の納付、その他各種届出に関するることは保険年金課へ

（市役所1階6番窓口）後期高齢者医療係



市立病院からのお知らせ

7月28日(日) 令和元年度最初の
日曜早朝集団がん検診を実施します

今年度も大好評の「胃がんリスク検査」を行います。

「胃がんリスク検査」とは、胃がんのり患と深く関わるピロリ菌の感染有無を調べる検査です。ピロリ菌の有無、胃粘膜異種の度合いを示すペプシノゲンを測定する事で胃がんになるリスクを測定します。

前年度実施の胃がんリスク検査では合計 211 人が受診し、胃がん発生頻度の検査結果は、全体の約 38.9% の人に精密検査が必要となりました。

「胃カメラは苦しそうで受けたくない」でもピロリ菌は気になるという人。「胃がんリスク検査」は採血(血の検査)だけで胃の状態がわかる検査です。あなたの健康を守るために、がんの早期発見に役立つ検診をぜひご利用ください。

日 時	7月28日(日) 午前7時30分～10時 (予約制)
場 所	泉大津市立病院
対 象	40歳以上の市民 (平成29年4月以降に胃がんリスク検査を受けていない人)
自己負担額	自己負担額 500円 (来院時支払い) ※生活保護受給対象者は自己負担金が免除、 検診当日に生活保護受給証明書を持参
検査内容	血液検査 (ヘリコバクター・ピロリ菌抗体検査およびペプシノゲン検査)
募集人数	100人程度
申込	7月1日(月)～12日(金)の午前9時～午後5時 (土・日曜日を除く) に市立病院予約センター (☎32・5489) ※先着順の電話予約
問 合	市立病院医事課

今年度も「大腸がん検診」を同時受付！！

今回、日曜早朝集団検診をご予約された人へ大腸がん検診の検査容器を同封します。

対象：40歳以上の市民 (平成31年4月以降に大腸がん検診を受けていない人)

自己負担額：500円 (来院時支払い)

※生活保護受給対象者は自己負担金が免除、検診当日に生活保護受給証明書を持参

その他：同封の「大腸がん検診を受けられる人へ(令和元年度)」を参照。

※希望しない人は当日検査容器を持参いただくか、予約時にその旨をお伝えください。



←病院 HP はこちら

問合 市立病院総務課 ☎32・5622

日曜日の早朝から受けられるので
大好評の検診です

なお、下記に該当する人は「胃がんリスク検査」の検査対象とならない場合があります。

①過去にピロリ菌の除去をしたことがある
②現在、食道・胃・十二指腸の疾患で治療を受けている

③胃酸分泌抑制剤、特にプロトンポンプ阻害薬を2か月以内に服用している

④胃を切除した事がある
⑤腎不全がある、もしくは透析中

申し込みされた人には事前に検査の案内をお送りしますが、内容についてご不明な点がありましたらお問い合わせください。

検査は
採血だけです！



糖尿病教室 (糖尿病の運動)

今月の糖尿病教室は、本院理学療法士が、運動を行う際の目標と記録方法についてお話しします。

テーマ：糖尿病の運動～目標の立て方と記録方法～

日 時：7月17日(火) 午後2時～3時 (受付1時30分～)

場 所：市立病院7階大会議室

講 師：宇野和浩 (理学療法士)

申 込：不要 (参加費無料)

問 合：市立病院総務課

市民公開講座 (眼の疾患について)

視力低下をきたす疾患は様々。中でも特に症例数の多い疾患について、本院眼科医師がわかりやすく説明します。

テーマ：目の疾患について

日 時：7月23日(火) 午後2時～3時 (受付1時30分～)

場 所：市立病院7階大会議室

講 師：中野雄一郎 (眼科医師)

申 込：不要 (参加費無料)

問 合：市立病院総務課

介護保険からのお知らせ

問合 高齢介護課 (市役所1階9番窓口)

また、この減免のほかに、介護保険給付において、食費・居住費の特例減額措置を受けている場合や失業や災害など、やむを得ない事情により介護保険料の納付が困難になった場合などに、保険料の減免を受けられることがあります。窓口にご相談ください。

■介護保険負担割合証について

令和元年8月からの介護保険負担割合証(黄色)を、要支援・要介護の認定を受けている人、事業対象者該当の人全員に、郵送にて7月末までに交付します。

※有効期限の過ぎた負担割合証は、ご自身で裁断し破棄していただくか高齢介護課にご返却ください。

■納入通知書を送付します

65歳以上の人の令和元年度介護保険料が確定しました。納入通知書(納付書)は、7月中旬に各家庭に直接送付しますので、内容をご確認ください。また、低所得者については、保険料を軽減しています。詳しい内容につきましては、同封の案内をご覧ください。

なお、保険料を納付書で納めていただくほか、口座振替制度があります。納め忘れがなく便利です。ぜひご利用ください。

■介護保険料の減免制度があります

保険料段階が第2・3段階の人で、一定の条件を満たす場合は、介護保険料の減免を受けられます。詳しくは、決定通知書に同封のお知らせをご覧ください。

▷申請に必要なもの

減免対象者本人の印鑑、介護保険証、健康保険証、世帯全員の預金通帳など世帯全員の給与証明書や年金の支払い通知など前年中の所得のわかるもの。



大阪府受動喫煙防止
対策がスタート！



©2014 大阪府もずやん

を「全面禁煙」に努めることとし、「特定屋外喫煙場所を設置しないこと」としています(下表参照)。

	対象施設	対象施設に対する対策
国	受動喫煙により健康を損なう おそれが高い子ども、患者、 妊婦等が主に利用する施設	2019年7月から敷地内禁煙(義務) →特定屋外喫煙場所※を設置できる
大阪府	学校、病院、幼稚園、保育所、児童福祉施設、行政機関庁舎など	国の対策に加え、2020年4月から は敷地内全面禁煙に努める→特定屋外喫煙場所※を設置しないこと

※対象施設の敷地の一部で、受動喫煙を防止するために必要な措置が取られた喫煙場所

上記以外のオフィスや事業所、飲食店といった、多くの人が利用するすべての施設も2020年4月から原則屋内禁煙となります。なお、本市の公共施設における取り組みについては、28ページまたは市ホームページをご覧ください。一人ひとりが望まない受動喫煙の防止を一層心がけていましょう。(条例の詳細は府のホームページから「大阪府受動喫煙防止条例」を検索)

問合 健康づくり課(保健センター)