

今年も子どもランナーを 豪州へ派遣しました

7月にオーストラリア・ゴールドコーストマラソン・ジュニアダッシュ競技ヘ子どもたちを派遣しました。

昨年11月の市民体育祭で選考された子どもたちは、2kmのレースを駆け抜け、中野真実さん（松之浜町）は、女子の部で5位、青地遼太郎くん（なぎさ町）は男子の部で10位になるなど、優秀な成績を収めました。



今年7月に行われたジュニアダッシュ競技。ゼッケン902番が本市の青地くん

市と泉大津国際交流協会は、平成23年7月にオーストラリ

選考レース開催

■豪州・ゴールドコーストマラソンへ派遣する子どもランナー

興課（市役所3階）

申込・問合せ 総合体育館（☎33・1200）または、体育振興課（市役所3階）

任を負えません。

申込期間 9月3日（金）～25日（土）
なお、競技に参加する人は、競技のできる服装および靴（スパイクは使用禁止）を用意してください。また、競技中の事故については、応急処置のほか責任を負えません。

申込期間 9月3日（金）～25日（土）
なお、競技に参加する人は、競技のできる服装および靴（スパイクは使用禁止）を用意してください。また、競技中の事故については、応急処置のほか責任を負えません。

18チーム・14人以上、一般10チーム・12人以上）チームには大人の代表者（各チーム1人）が必要です。その他の種目については、当日参加となります。



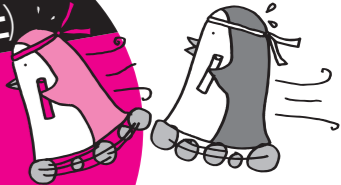
体育祭は
11/14（日）開催です！

市民体育祭

豪州へ派遣する子どもランナーの
選考レースも同時開催！

参加者
募集！

エントリー締切は
9/25（土）



第64回 市民体育祭プログラム

| No. | 種 目 | 参加対象者 | 定 員 |
|-----|------------------|--|------|
| 1 | 開会式 | 参加者全員（チーム別に整列） | |
| 2 | ウォーミングアップ | 参加者全員 | |
| 3 | 50 m競走 | 小学1～3年生（男女） | 200人 |
| 4 | 100 m競走 | 小学4～6年生（男女）…144人 一般男子（中学生を含む）…48人 一般女子（中学生を含む）…48人 | 240人 |
| ⑤ | チーム綱引（予選） | 一般男女混合（女性を含む12人） | 120人 |
| ⑥ | チーム二人三脚リレー（予選） | 小学生男女混合（8人） | 144人 |
| 7 | ボール運び競走 | 55歳以上の男女 | 50人 |
| ⑧ | チーム障害物リレー（予選） | 小学生全学年（男女混合6人） | 108人 |
| 9 | 親子パン食い競走 | 幼児と保護者 | 130組 |
| ⑩ | チーム二人三脚リレー（予選） | 一般男女混合（8人） | 80人 |
| ⑪ | 小学生チームリレー（予選） | 低学年3人・高学年3人・計6人 | 108人 |
| ⑫ | 一般男女混合チームリレー（予選） | 一般男女混合（女性を含む6人） | 60人 |

| | | | |
|----|------------------|------------------------|------|
| 13 | ★ ジュニアダッシュ | 事前申し込み済みの子ども（男女各30人） | 60人 |
| ⑭ | チーム綱引（決勝）3位決定戦あり | 予選を勝ち残ったチームのトーナメント | 48人 |
| 15 | 当てるの競走 | 小学1～3年生（男女） | 136人 |
| ⑯ | チーム障害物リレー（決勝） | 小学生全学年（男女混合6人） | 36人 |
| 17 | 1,500 m競走 | 一般男女 | 25人 |
| ⑰ | チーム二人三脚リレー（決勝） | 小学生男女混合（8人）、一般男女混合（8人） | 80人 |
| 19 | あめ食い競走 | 小学生全学年（男女） | 260人 |
| 20 | 宝探し | 幼児と保護者（保護者同伴も可） | 120組 |
| ⑲ | チームリレー（決勝） | 小学生男女混合、一般男女混合 | 72人 |
| 22 | 閉会式 | 参加者全員 | |
| 23 | 大抽選会 | 参加者全員 | |

★印は泉大津国際交流協会事務局（企画調整課）へ申し込み

○はチーム参加種目です



おいしく食べて、賢く温暖化対策

ゴーヤや
へちままで
できる

緑のカーテン

に取り組みました！

近年、地球温暖化問題が地球レベルで人類や生態系にとって大きな課題として取り上げられています。国内においても高温傾向にあり、異常気象に伴う豪雨なども多発しています。そうした中、市では、昨年に引き続き地球温暖化対策の一環として「緑のカーテン」に取り組みました。

「緑のカーテン」とは、家庭にあるような布製のカーテンではなく、つる性植物（ゴーヤ・アサガオ・へちまなど）をベランダや窓の外部にはわせることにより、カーテンのように夏の暑い日差しを効果的に遮る、目にも地球にも優しい自然のカーテンです。

「緑のカーテン」は、葉からの水分の蒸散作用により気化熱が奪われ温度が下がり、葉陰に風を呼ぶことができるので、室温を2～4℃下げるともいわれています。昨年、市で緑のカーテンの内側と外側の温度測定をした際、最大3.3℃、最小0.8℃、平均1.75℃下がるという結果が出ました。このよ

うなことから、「緑のカーテン」によりエアコンの使用を抑えることができ、節電による二酸化炭素（温室効果ガス）の排出の削減、光合成による二酸化炭素の吸収などにより、地球温暖化対策にもつながります。実ったゴーヤは食べることができ、夏バテ防止にも役立ち、まさに一石三鳥の取り組みといえます。

皆さんも来年は地球にやさしい、「緑のカーテン」にぜひ取り組んでみてはいかがでしょうか。

問合せ 生活環境課（市役所1階3番窓口）



市役所1階を覆う、ゴーヤでできた「緑のカーテン」

小学生を対象としたイベント内容ですが、大人のみの参加も可能です。

申込 10月5日（火）午後5時必着（先着順）で、①はがき、FAXまたはEメールで、代表者の氏名・郵便番号・住所・電話番号・参加人数（大人○人、子ども○人および各学年）を記入のうえ、府南部流域下水道事務所「体験学習」係（〒597-0095 貝塚市港25番地 ☎072-438-8237 Eメール：nambugesui-g22@sbox.pref.osaka.lg.jp）へ
②大阪府HPからインターネット申し込み、大阪府トップ>ピピッとネットトップ>催し・講座・募集等のインターネット申込み（http://www.pref.osaka.jp/annai/s_moushikomi.php）

問合せ 府南部流域下水道事務所企画グループ（☎072・438・7406）



泉州下水道フェスティバル2010

下水道について、 知ってQ！

無料体験学習の
参加者を募集します。

次代を担う子どもたちに、水についての体験型環境学習

ご家庭で使った水が、水みらいセンター（下水処理場）でどのようにしてきれいになるか、水みらいセンターの内部がどうなっているか、体験学習してみませんか。クイズを交えて楽しく学んでいきます。参加費無料。

日時 10月23日（土） 午前10時～午後0時30分（小雨決行）

場所 北部水みらいセンター（泉北郡忠岡町新浜3丁目）

対象・定員 小学生以上の児童とその保護者約50組または100人程度

内容 施設見学、水質実験、微生物の観察、建設現場での大型クレーンの体験乗車

なおクレーンは、静止状態でご乗車いただきます。天候などにより中止する場合があります。

特別企画 ちりめんモンスターを探せ！（<http://k-tomo.web.infoseek.co.jp/chirimon/chirimon1.htm>）

連載 知ってトクする 元気になれる

健康アップ大作戦！

第8回 お腹まわりをすっきり！

9月は暦のうえでは秋ですが、実際はまだまだ暑い日も…。薄着だと結構目立ってしまうのがお腹です。できればすっきりしたお腹でいたいですね。今回は、お腹の引きしめをテーマにお送りします。

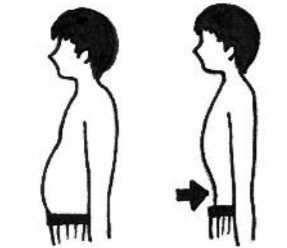
□年とともにお腹が出るのは仕方ない？

体重はそれほど増えていないのに、お腹が出てきて…という声をよく聞きます。実はこれには、腹筋の衰えも大きく関わっています。脂肪がついた分だけ腹囲が増えるのはもちろんですが、ついた脂肪の量が多くなっても腹筋が弱くなることで、お腹内部の圧力に負け、ぽっこりお腹になるというわけです。

□効果的な腹筋運動はある？

腹筋力の低下によるぽっこりお腹を引き締めるためのカギになる筋肉は「腹横筋」といって脇腹の内側深くにあります。この筋肉はコルセットのように脇腹側

呼吸を止めずにお腹をへこませる運動が効果的！



から腹部を引き締めて胴体を支える役目をしています。ここを強化するにはお腹を引っ込める動作が効果的です。きつめのズボンははくときの要領で、呼吸は止めずにお腹をへこませ、最初は1回30秒を目安にその状態を保ちます。慣れてきたら時間や回数を増やしましょう。手軽なうえ場所も選ばないので、家事をしながらでも車を運転しながらでもできるのが利点です。

□油断は禁物！

上記のトレーニングで腹横筋を鍛えても、それを上回る脂肪がついては何にもなりません。腹八分目を心がけ、適度な運動で体を動かすことは大切です。「それでもお腹がへこまない」という人は内臓脂肪の蓄積も考えられます。お腹が気になる人もそうでない人も、年に1回特定健診を受診して、まずは体の内側から健康状態をチェックしましょう。

問合 保険年金課（市役所1階5番窓口）

市では、市民の皆さん一人ひとりが健康な生活を送るために、自分自身の健康に留意し、生活習慣病やメタボリック症候群の予防・改善に、よりいっその理解と関心を深めることを目的とし、これらに関連する「標語」「川柳」作品を次のとおり募集します。

中から最も優れた1点を、保険年金課が発行するチラシ、封筒などの印刷物に使用します。ただし、作品の返却はいたしません。

また作品の著作権は、本市に帰属します。

募集内容 生活習慣病およびメタボリック症候群の予防・改善に関する「標語」「川柳」作品

作品規格 募集の趣旨にふさわしいもので、文字数は20文字程度

応募方法 10月22日(金)必着で、

「標語」「川柳」募集



生活習慣病・メタボリック症候群の予防・改善がテーマです

募集

！

郵便番号、住所、氏名、年齢、職業または学校名および学年、電話番号を明記し、はがき、フ

おおつなどお知らせします。その際、作品と氏名・年齢を発表する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

平成21年度入選作品、最優秀作品「脱メタボ 着れる洋服 増す健康」

小・中学校では、市独自の講師の配置や、指導方法など授業の工夫、そして学校と地域や家庭との連携により、さまざまな取り組みを行っています。

小・中学校では、担任による指導のほか、複数教員が入って

なびや」の取り組みを始めています。

市民の皆さんの利便性向上を目的に

府からは、「大阪版地方分権推進制度」により、分権時代にふさわしい府と市町村の関係確立を目指しています。

問合 企画調整課（市役所4階）

小・中学校では、こんな指導をしています。

複数の教員が指導に当たります（写真左）。中学生対象の「学び舎」では、大学生が学習をサポート



子どもたちの理解を深めるために…

指導を行うチームティーチングや、学級を2つに分けて、より少ない人数で指導する分割指導を行っています。これら少人数指導は、教科や内容により、教員1人が40人近くの子どもを指導するよりも、理解や定着により高い効果が認められます。

このほか、次のような取り組みを行っています。

| 事務の名称 | 担当課 |
|--------------------------------------|----------|
| あらたに生じた土地の確認に関する事務 | 企画調整課 |
| 墓地等の経営許可等の許可業務 | 生活環境課 |
| 悪臭防止法に係る規制基準設定事務等 | 生活環境課 |
| 騒音に係る環境基準の地域類型の指定 | 生活環境課 |
| 身体障がい者相談員・知的障がい者相談員への相談等業務の委託 | 障害福祉課 |
| 児童福祉施設設置（保育所、児童館）にかかる認可等 | 児童福祉課 |
| 児童福祉施設設置（助産施設・母子生活支援施設）にかかる認可等 | 児童福祉課 |
| 認可外保育施設からの届出の受理等の事務 | 児童福祉課 |
| 国土利用計画法に基づく事後届出等に関する事務 | まちづくり政策課 |
| 遊休土地に関する事務 | まちづくり政策課 |
| 都市緑地法に基づく緑地保全地域、特別緑地保全地区に関する事務 | みどり推進室 |
| 風致地区内における建築物の建築、その他工作物の建設等の許可等に関する事務 | みどり推進室 |
| 地方公共団体等の土地の買取り希望の届出受理等 | 街路課 |
| 路外駐車場設置（変更）の届出の受理等 | 土木課 |
| 優良住宅の認定等（※平成23年1月から移譲） | 建築住宅課 |
| 社会福祉事業（放課後児童健全育成事業）開始の届出の受理等 | 生涯学習課 |
| 農地転用の許可等 | 農業委員会事務局 |



消費生活相談室

しょうひせいがかぞうだんしつ

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。

Let's be
a smart consumer!

相談事例

リフォームの見積もりは適正価格？

知り合いの業者に住宅のリフォームを依頼した。渡された見積書の金額に納得がいけない。見積書を見てくれる機関はないか。クーリング・オフはできるのか。住宅用エコポイント制度というのがあるらしいが、どこに聞けばいいのか。

見積書に納得できない場合は、 工事前に支援センターに相談を！

事例の場合は、みずからリフォームを依頼しており、訪問販売ではないので、クーリング・オフはできません。まだ見積もり段階で、見積額に納得がいけないのであれば、意思の一致がないわけですから、契約不成立を業者に申し出てください。

■住宅エコポイント制度
エコ住宅の新築やエコリフォームについて一定の条件のもとにポイントが付与される制度です。制度が適用される条件など、住宅エコポイント制度専門窓口で確認してください。

訪問販売でリフォーム工事を依頼したときは、契約書面を受け取ってから8日間以内であればクーリング・オフができます。

①エコポイント制度を悪用した悪質業者によるトラブルが発生しています。セールストークにはだまされないように
②訪問販売は、契約書面を受け取ってから8日間以内であればクーリング・オフが可能
③見積書に納得できない場合は、工事前に、(財)住宅リフォーム・紛争処理支援センターに見積もり相談を

△ホームページURL: <http://www.chord.or.jp/consult/index.html>
△ナビダイヤル: 0570・016・100

※消費生活相談に関することは、消費生活相談コーナー(月～金曜日の午後1時～4時)に「相談ください」。

コラム・にんげん

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。

考えよう・人権

「権」

威」とは、他の者を自発的に服従させる



「権威と服従」

威力のことをいいます。今日では、権威主義などへの反発や批判が強いので、あまり良い印象はないのですが、たとえば親子の関係や世の中で尊敬を集める人がもたらす影

間違った場合は、教師役は生徒役に電気ショックを与えるというものです。この電気ショックは、実は役者が演技をしているだけなのですが、教師役はインターフォンから流される生徒の苦痛の声を聞くだけなので、そのことはわからない。にもかかわらず、教師役は生徒役が答えを間違えるたびに徐々に電気ショックの度合いを高くしていかなければならず、電気ショックを高くするにつれて生徒役が上げる苦痛の声も大きくなっていく。

博士のような容貌の人が超然とした態度で実験の続行を求める。すると、教師役のうち、およそ3分の2の人がその求めに応じ、与えられた役割に憤悶しながらも最後まで実験を続けたといえます。つまり、この実験結果は、わたしは権威には服従しないと断言する人でも、実際に権威の前にするとなかなか逆らうことができないということ

共同

男女がともに
自分らしく生きられるように…

きょうどうさんかく

参画

思い込んでいませんか？

あなたの思い込みについて、考えてみましょう
子どもを育てるのは女性、男性？
料理をつくるのは？ 掃除をするのは？
車を修理するのは？ 会議に出席するのは？
町内の役員になるのは？
保護者欄に書くのはだれの名前？

赤ちゃんは大人も子どもも大好き。料理をつくるのが大好きな男性、車の修理が大好きな女性もいっぱいいます。掃除もみんなですれば、早くできます。虫や木登りが大好きな女の子もいます。

会議には男性も女性も出席しましょう。いろいろな意見が出て、有意義な会議になります。保護者欄には、両親ど

ちらを書いてもいいのです。PTAや町内会の役員だってもんなでしてみましょう。

男だから女だからと、決めつけて自分の生き方を制限し、生きづらくしているのは、実はあなた自身かもしれません。

思い込みに気づいて、みんなが笑顔で暮らせる、男女共同参画社会をめざしましょう。

男女共同参画者社会とは

すべての人が個人として尊重され、性別にとらわれることなく、自分らしく、のびやかに生きることのできる社会です。

NEW FACE!!

泉大津に住んでいる
かわいい子どものスナップです。



元気であー！ おおつつこ



もりしたれんと
森下 蓮人ちゃん
平成21年4月3日生

保護者S.C.C.と
やんちゃ過ぎる、いたずら大好きの蓮人君！ 怒られても笑ってごまかす笑顔を見ると許してしまうママです。これからもういっしょに成長していこうね。(なぎさ町)



みやざきここみ
宮崎 心美ちゃん
平成21年10月8日生

保護者S.C.C.と
我が家のスター☆

(豊中町)



つしおちか
辻 桜介ちゃん
平成20年9月12日生

保護者S.C.C.と
すくすく育ってくれてありがとう。桜の花のように多くの人に愛されますように。

(我孫子)