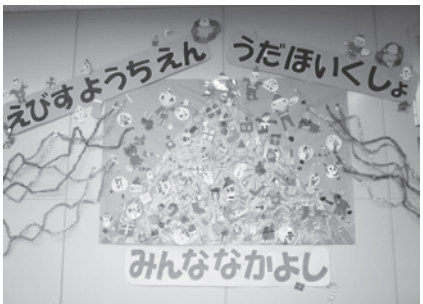




生 日高川町で親子収穫体験 生ごみ処理機の肥料でサツマイモ！

市内の浜幼稚園の保護者で、生ごみ処理機を購入した親子を対象に、その生ごみ処理機により堆肥化した肥料を、農作物の有機栽培に使用して育ててもらっている本市と友好都市の和歌山県日高川町の交流センターで生産物収穫体験を実施しました。



夢 市役所に月替わりの「こどもギャラリー」 のある作品を展示中

市役所障がい福祉課内の壁面にこどもギャラリーを始めました。12月は戎幼稚園と宇多保育所の子どもたちが作った「きらきら輝く素敵なクリスマスツリー」。月替わりで、幼稚園・保育所・認定こども園の作品を展示しています。1月は旭幼稚園と戎保育所の子どもたちの作品です。市役所へお越しの際は、ぜひご覧ください。



准 第54回生 戴帽式举行 看護師を目指す！

泉大津市医師会附属看護高等専修学校（宮町）において、1年生40人の戴帽式が行われました。学生たちはこれから診療所や病院をはじめ介護施設・保育所で実習を行い貴重な経験を積み上げてゆきます。



環 3市1町中学生メッセージ 境問題を訴え見事優勝！

10月3日、第8回「三市一町☆中学生のメッセージ」が開催され、小津中学校3年生の堀川真菜さんが「江戸に学ぶ『3 Rのススメ』」を発表し、見事最優秀賞を受賞しました。受賞後、堀川さんは、市長を表敬訪問し、受賞の喜びを伝えました。



ド 民間認定こども園5歳児が交流会 キドキワクワク友だち作り

11月11日に市立総合体育館で、小学校入学前の友だちづくりを目的に民間認定こども園全7園の5歳児約170人が集まり、交流会を行いました。交流会で出会ったお友達と小学校で再会し「交流会で一緒に遊んだね！」とすぐに仲良くなってくれたらいいと思います。



見 穴師小学校が防犯委員会穴師支部を招待 守り活動の感謝の気持ちを込めて

防犯委員会では、日ごろより子どもたちの安全を守るため、ボランティアで登下校時に見守り活動を行っています。この日は、同小学校から感謝の気持ちとして9人の防犯委員さんを招待して、5年生の児童と一緒に給食を食べました。子どもからは感謝の声が聞かれるなど、地域の人々と児童との交流が図られました。



桃 桃山学院大学の学園祭におづみん登場！ 山祭に連携事業ブースを出店

現在、桃山学院大学と本市は包括的連携協定を結んでおり、大学の知見を地域に還元する活動を行っています。桃山祭では本年度に実施した教育委員会との連携事業をパネルで展示し、地域の皆さんやまだ活動に参加したことのない学生にPRしました。おづみんも登場し、大いににぎわいました。

まちの話題 Izumiotu Town Topics

泉大津で起こったさまざまなできごとやイベントを、写真とともにお届けします。

say
cheese!!



市 ふれあい健康まつり開催しました 民が主役の一大イベント

11月15日、市民会館で市民の健康を応援する「ふれあい健康まつり」を開催しました。ウォーキングや健康診査、いすに座っての運動教室、市民が主役の地域づくりフォーラムなど健康を応援するプログラムを中心に市内幼稚園、保育所、認定こども園5歳児のかわいい演技や、消防士・警察官なりきり体験や野菜の直売、模擬店など、大人から子どもまで楽しめる企画も充実。会場は多くの家族連れなどでにぎわいました。



楽 「イザ！カエルキャラバン！in上條小学校」 しみながら正しい防災を学ぶ

「イザ！カエルキャラバン！」は、子どもたちやその保護者を対象に、震災時に必要な「技」や「知恵」を身につけてもらう新しい防災訓練の仕組みで、市での開催は初めて。上條小学校PTAや公益社団法人泉大津青年会議所、上條小学校緑化委員など地域の人々にご協力いただき、上條小学校の児童と保護者総勢約1,000人が参加しました。

安 郵便局・生協と高齢者見守り協定を締結 安心して暮らせるまちを目指して

高齢者の皆さんが安心して暮らせる地域を目指し、市と泉大津市社会福祉協議会は、泉大津市内郵便局・大阪いずみ市民生活協同組合と11月18日に「高齢者を見守る官民パートナーシップ協定」を締結しました。この協定では、郵便局や生協は配達や窓口などの日常業務で、郵便物がたまっているなど異変を感じる世帯を発見した場合、市に連絡を行います。連絡を受けた市は、情報収集や現場確認などを行います。



文化祭入賞者の皆さん（敬称略） ※他部門の受賞者は、市HPで紹介
▷市展入賞者…市長賞：井口美恵子（日本画）、教育長賞…洋画：萬谷良子、日本画：中野章子、書：納谷加津子、写真：奥野美和、陶芸：加藤二朗



おやこ広場・赤ちゃん広場からのお知らせ

赤ちゃんとお出かけしてみませんか？（地域子育て支援センター ☎23・0012）

★ おやこ広場 たんぽぽ

対象 0～就学前対象
時間 ▷火～木曜日…午前9時30分～午後0時30分、午後1時～3時
 ▷金曜日…午後1時～3時
 ▷土曜日…午前

★ おひさま広場（園庭で外遊び）

対象 0～就学前対象
時間 ▷毎週金曜日 午前9時30分～午後0時30分
 ▷毎週土曜日 午後1時～3時

★ 赤ちゃんルーム

対象 1歳未満児対象
 毎週月曜日午前9時30分～午後0時30分、午後1時～3時
 （1月18日、25日は、終日開催）
 ※兄弟姉妹の参加はご遠慮ください

親子でゆったり遊び、子育て仲間の輪を広げませんか。終わりの会の集いでは、絵本の読み聞かせや、わらべうたあそびなどの紹介をしています。（時間内であれば、いつ来ていつ帰ってもかまいません）

場所 地域子育て支援センター子育て支援ルーム（かみじょう認定こども園内2階）駐車場は数台利用可

定員 20組 **申込** 不要 **※年明けは準備などのため1／7休より開催します。**

★ 子育て中のママのための「リラクサアロマスプレー作り」（おやこ広場たんぽぽの時間内に実施）

アロマのお話を聞き、自分でお気に入りの香りのアロマスプレーを作ります。子育て中の忙しい日々、ちょっとリラックスしませんか。

日時 1月26日（火） 午前10時30分～11時30分

場所 地域子育て支援センター おやこ広場「たんぽぽ」（かみじょう認定こども園内）

対象 市内在住の0歳～就学前の子どもと保護者
 たんぽぽ利用の親子で15組（申込制）

申込 1月14日（木）から、電話またはおやこ広場内で受付

※当日アロマスプレー作りに参加されない人も、おやこ広場たんぽぽ（午前9時30分～午後0時30分）の利用ができます。



★ おやこ広場 らっこクラブ（くすのき認定こども園内 ☎22・0097）

親子でのんびり、ゆったり過ごせるスペースです。室内の手作りおもちゃで遊んだり、広い園庭に出て遊具や砂場で遊んだりできます。親子でふれあえる遊びの紹介や、絵本の読み聞かせも行っています。親子で簡単にできる製作では、トイレットペーパーの芯を使って、11月はみのむし、12月はサンタとトナカイのモビールを作りました。ぜひ遊びに来てください。



★ おやこ広場 Mocomoco（モコモコ）

◇子育ておしゃべりサロン

何げないおしゃべりの中でヒントをもらったり、ホッとしたり、スッキリしたり…。

ファシリテーター（子育て相談員）がいてくれるから、話しやすいし、人の話を“聴いているだけでもOK”な気楽な場です。「人前でしゃべるのはニガテ！」という人も、一度のぞいてみませんか？

日時 ▷第1木曜日 午前10時30分～正午（親

（市民会館子育て支援ルーム ☎21・4085）

子別室・一時保育つき）▷第3木曜日 午後2時～（同室：モコモコ内にて）

◇ピクニック気分

第2・4木曜日 午後0時5分～0時50分 ランチャイム、食事OKです。お昼ごはん持参でどうぞ！広場開催は、第2・4木曜日は午前10時～午後3時

子育てしやすいまち泉大津



こども未来課からのお知らせ

マイ保育所（こども園）に登録しませんか？

育児に対する不安感や負担感を解消していただくため、妊婦さんや在宅で3歳未満の子どもの保育を行う保護者に、「マイ保育所（こども園）」として登録してもらい、入所前から保育所（こども園）でのサービスが受けられるようにするものです。ただし、優先的に入所できるものではありません。

☆**育児体験や育児見学** ▷保育所（こども園）行事の見学・参加（月に1回程度実施）▷保育所（こども園）見学、おもちゃ交換・沐浴などの育児体験 ▷赤ちゃんとの触れ合い、手遊び（月齢ごとの赤ちゃんの特徴）▷離乳食のアドバイス・給食の試食（保育所・こども園によって異なります）

☆**育児相談（随時）** 保育士などによる育児相談、健康相談、発育相談

登録できる人 母子健康手帳を交付された人・3歳未満の未就園児の保護者

登録方法 ①こども未来課にて「マイ保育所（こども園）登録申請書」を受け付け、申請者には「登録カード」を発行します ②保護者1人に、1保育所（こども園）の登録 ③体験は1日2人程度（人数が、重なった場合は調整します）④登録の変更は2回まで

注意事項 ▷サービス内容は各保育所（こども園）で異なります。▷希望する日の3日前までに保育所（こども園）へ連絡してください。 **問合せ** こども未来課（市役所1階3番窓口）



子育てに関する講座・研修会のお知らせ

食への興味を育む・お弁当マジック★ 幼児期のお弁当料理講座

子どもたちの規則正しい生活習慣、食生活づくりを学びませんか。

日時 1月29日（金） 午前9時30分～正午（午前9時20分から受付）

場所 保健センター2階調理実習室

定員 先着16人 **一時保育** 先着5人※飲み物、オムツなど必要なものはお持ちください。

内容 幼児期のお弁当作り実習と試食（実習後はお茶を飲みながら、参加者同士の交流や簡単なリラクサ法も実践します）

参加費 400円（実習材料費） **持物** エプロン、三角巾、手ふきタオル、お子さんのお弁当箱

申込 1月12日（火）より保健センターへ電話か窓口（平日午前8時45分～午後5時15分 ☎33・8181）

親の会（子育て研修会）

教育支援センターでは、心理カウンセラーの先生による子育て研修会を開催しています。毎月、子育てに関するテーマをもとに、親と子の関係や子育てについて学びます。気楽に参加してみませんか。

日程・内容 ▷1月14日（木）…お母さんの思い、伝えていますか？ ▷2月4日（木）…親と子の距離感 ▷3月10日（木）…子どもの未来、わが子の未来 ▷4月14日（木）…新学期の不安 ▷5月12日（木）…学業・部活・遊びのバランス

時間 午前10時～正午（午前9時45分から受付）

場所 教育支援センター（戎町3-41）

対象 幼児～中学生のお子さんがある市内在住保護者

定員 なし ※参加希望者は全員受講可能 **持物** スリッパ **申込・問合せ** ①氏名 ②子の年齢 ③参加日（複数可）をご記入のうえ、ファクス33・7353、メール（iz-edc@izumi-otsu-ed.jp 件名：親の会参加）または電話（☎31・4460）で教育支援センターへ。



ファミリー・サポート・センターからのお知らせ (☎22・4152)

みんなで輪になって子育て いずみおおつファミリー・サポート・センター 会員募集！

★いずみおおつファミリー・サポート・センターとは

子育てを援助してほしい人（依頼会員）と、子育ての援助を行いたい人（提供会員）からなる地域で子育てを相互援助する会員組織です。

現在、保育施設や習い事への送迎、学童保育終了後の預かりなど、さまざまな子育て支援を行っています。

★会員の種類

○依頼会員（子育ての援助を受けたい人）

原則として、市内在住で生後3か月以上小学校 6 年生までの子どもをお持ちの人。

○提供会員（子育ての援助を行いたい人）

市内および市に隣接する市・町に在住し、自宅で子どもを預かれる人で、心身ともに健康な 65 歳ぐらいまでの人。なお資格・性別は問いません。

○両方会員（依頼会員と提供会員を兼ねる人）

なお、会員登録には、センターの実施する講習会を受講していただく必要があります。

★利用料金 1 時間 700 円（事故に備え、会員は補償保険に加入しています）

■第 30 回講習会 受講生募集！！（受講料無料）

日程（曜日）	会員名	内 容
●1月31日(日) 午前9時30分～11時30分	依頼会員 提供会員 両方会員	ファミリー・サポート・センターのしくみについて
●2月1日(月) 午前9時30分～11時30分	提供会員 両方会員	緊急時の対応と処置
●2月2日(火) 午前9時30分～11時30分	提供会員 両方会員	子どもの発達と心理 子どもの虐待について
●2月3日(水) 午前9時30分～11時30分	提供会員 両方会員	保育のあり方 遊び方について
●2月4日(木) 午前9時30分～正午	提供会員 両方会員	栄養について。事故予防と 子どもの病気について

場所 総合福祉センター（東雲町9-15 市役所北隣）
申込 1月27日(火)（土・日曜日、祝日を除く）までに、いずみおおつファミリー・サポート・センター（総合福祉センター内）へ（電話申し込み可）

なお、「提供会員」および「両方会員」の講習については、受講者が10人未満の場合は中止とします。

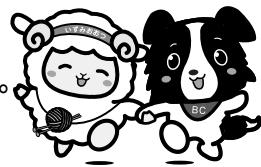
講習中のお子さんについては、一時保育を行います。希望者は事前にお申し込みください。

問合せ いずみおおつファミリー・サポート・センター（☎22・4152、月～金曜日の午前9時～午後5時）

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。

元気でーす！

おおつっこ



「おおつっこ」写真募集

このコーナーでは、**小学校入学前**のお子さんの写真を募集しています。お子さんの写真と住所・名前（ふりがな）・生年月日・電話番号・保護者からのひとことを添えて、郵送（〒595-8686）またはEメール（kouhou@city.izumitsu.osaka.jp）で秘書広報課まで。※応募写真は返却できません



おだ ともき
小田 智輝ちゃん
平成26年6月22日生

保護者のコメント

いつも元気いっぱいの可愛い笑顔
顔をありがとう。お姉ちゃんと
仲良くね ^_^ （松之浜町）



伊藤 ひな
日菜・涼菜・羽佳菜ちゃん
平成26年11月30日生
平成24年8月29日生
平成21年10月8日生

保護者のコメント

ずっと仲の良い三姉妹でいて
ね！ みんな大好きだよ～！
（板原町）



やました ひろと
山下 大翔ちゃん
平成25年12月25日生

保護者のコメント

お兄ちゃんの写真が大好き次男
坊！ 兄弟仲良く育ってね♥
（板原町）



子育て応援ひろば



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内☎23・0012）

歯科衛生士さんの歯科相談

歯磨きを嫌がる、かみ合わせが気になる、歯の磨き方は？など、お母さんの悩みや相談に応じます。（虫歯の健診ではありません）

日時 1月21日(火) 午前11時～正午

場所 地域子育て支援センター おやこ広場「たんぽぽ」（かみじょう認定こども園内）

対象 市内在住の0歳～就学前の子どもと保護者

たんぽぽ利用の親子で相談希望先着10組

申込 不要（当日直接たんぽぽへ）

第7回子育て講座「音楽をつけた絵本劇場＆わらべうたあそび」

親子で一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

日時 2月1日(月) 午前10時30分～11時30分
（10時15分から受付）

場所 地域子育て支援センター子育て支援ルーム
（かみじょう認定こども園内） 駐車場は数台分利用可

対象 市内在住の1歳半～就学前の子どもと保護者

定員 申込先着15組

持物 お茶 講師 飯田雅子氏

申込 1月19日(火)から月～金曜日の午後1時～4時
電話で、地域子育て支援センターへ

パパ！いっしょにあそぼう

子育て中のお父さんが子どもさんと一緒に来て、親子で自由に遊べます。子どもさんと一緒に過ごせる貴重な週末を親子で楽しみませんか？ 男性スタッフもいますので、気軽にお越しください。

日時 2月6日(土) 午後1時30分～3時30分 場所 地域子育て支援センター
子育て支援ルーム（かみじょう認定こども園内 2 階）

対象 0歳～就学前の
子どもと父親（夫婦参加も可）

定員 20組

持物 お茶

申込 不要（当日直接会場へ）



～はじめて子育てするママのためのプログラム～

「赤ちゃんがきた！」（愛称 BP）に参加しませんか？

初めて赤ちゃんを出産された母親のためのプログラムです。子育ての仲間をつくり、親子の絆を深め、子育ての知識を学んでいきます。大切な0歳時期に必要なことを、みんなで一緒に学びませんか？親子一緒に参加してください。

日時 2月15日(月)・22日(月)・29日(月)、3月7日(月) いずれも午前10時～正午（全4回）

場所 地域子育て支援センター子育て支援ルーム
（かみじょう認定こども園内） 駐車場は数台分利用可。

対象 市内在住で初めての子育ての母親と子ども（2月15日の時点で月齢が2～5か月）

定員 15組 参加費 864円（テキスト代）

内容 赤ちゃんとのふれあいや、少し先を見通した子育ての知識を学んだり、参加者同士で子育ての喜びや困りごと、親としての迷いなどを話し合ったりします。

テーマ ▷1回目「新しい出会い」▷2回目「赤ちゃんのいる生活」▷3回目「赤ちゃんとの接し方」
▷4回目「親になること」

持ち物 バスタオル・着替え・オムツ・ミルク（必要時）・その他必要な物（お茶など）

申込 1月12日(火)から月～金曜日の午後1時～4時に電話で、地域子育て支援センターへ。



保健センターからのお知らせ ☎33・8181



各種相談・健診の日程

子育てを中心とした、さまざまな相談や健康診査などを実施しています。



予防接種

■ヒブ・小児用肺炎球菌・四種混合・MR（麻しん風しん混合ワクチン）・水痘・日本脳炎・不活化ポリオ・三種混合・二種混合・子宮頸がん予防接種

市内指定医療機関で個別接種。広報いずみおつ4月号「平成27年度 母子保健予定表（保存版）」をご覧ください。
※子宮頸がん予防ワクチンは、平成25年6月14日から、積極的な接種勧奨を一時中止しています。

■BCG 予防接種

実施日 1月12日(火)、22日(金)

受付時間 午後1時15分～2時30分

場所 保健センター

対象 生後3か月～1歳未満（標準的な接種期間は生後5～8か月）
当日は体温を測定し、母子健康手帳と予診票をお持ちください。予診票は子ども医療証の手続きの際などにお渡しした「予防接種と子どもの健康」冊子に挟んでいます。母子健康手帳をお忘れの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。



育児相談

相談名	対象	日時
7か月児相談	H27年6月生	2月2日(火) 午後0時45分・1時30分受付
乳幼児育児相談会（身体計測・相談）	就学前の乳幼児	2月2日(火) 午後2時30分～3時受付
ほっと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	2月2日(火) 午後1時30分～3時30分
ぴよぴよくらぶ（親子同士の交流・相談） ※タッチケア（赤ちゃんマッサージ）	1か月～8か月未満の親子	1月20日(水) 2月2日(火) 午前10時30分～11時30分 ※2月2日(火) 午前10時～10時30分
赤ちゃん広場（親子同士の交流・相談）	7か月～1歳未満の親子	2月2日(火) 午後2時30分～4時
1・2・3のみんなの広場（親子同士の交流・相談）	1～3歳の親子	1月20日(水)、2月9日(火) 午後2時30分～4時

場 所 保健センター



たまごクラス（両親学級）

2・3月コース受け付け中。お子さん連れの参加はご遠慮ください。

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）



乳幼児健診

健診名	対象	日程
4か月児健診	H27年8月21日～9月10日生	1月14日(水)
	H27年9月11日～9月30日生	1月27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	H26年6月11日～6月30日生	1月13日(水)
	H26年7月1日～7月20日生	2月9日(火)
3歳6か月児健診	H24年6月生	1月20日(水)
場 所	保健センター	受付時間 個別に通知します。



よい歯を育てる会（歯科健診）

対象	日程
2歳児	H26年1月生 1月28日(水)
2歳6か月児	H25年7月生 1月26日(火)
3歳児	H25年1月生 1月19日(火)
場 所	保健センター
受付時間	午後0時50分～1時20分。午後2時30分ごろ終了予定
持 物	歯ブラシ・母子健康手帳・お茶（2歳6か月児のみ52円切手、筆記用具）
※今月都合の悪い場合は来月でも可（予約不要）	



ベビー Cooking（離乳食講習会）

日時	対象	時間
1月18日(月)	H27年8月生	午後1時30分～3時 (受付 午後1時15分～)
場 所	保健センター3階	※今月都合が悪い場合、来月でも可（予約不要）



発達相談

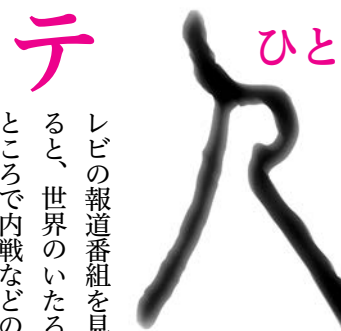
発達相談員が個別に相談をお受けします（予約制）。



ことば（発音や吃音など）・のみこみ・きこえの相談

日時	対象
2月3日(水) 午後1時30分～4時 (予約制 一人30分)	本市在住の乳幼児とその保護者
場 所	保健センター
予 約	保健センターまで

【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（☎21・0119）へ。



考えよう・人権

テレビの報道番組を見ると、世界のいたるところで内戦などの紛争が起きており、また、そのような地域では、人権を無視した非常に残酷な行為が行われているといったことも放送されています。そのこと自体、非常に憂慮されるべきことですが、さらに、そのような場所から逃れようと多くの難民が生まれていることも深刻な問題です。そのような難民の受け入れにに対し様々に言われることがあります。「すべて人は、生命、自由および身体の安全に対する権利を有する」（世界人権宣言より）ことから、幸せに生きている他の多くの人と同じように、そのような権利が保障されなければなりません。

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。

杉原千畝の功績を展示 人道の港・敦賀ムゼウム

先日、福井県敦賀市にある「敦賀ムゼウム」という施設を見学しました。「ムゼウム」とは、「資料館」といったような意味で、英語の「ミュージアム」にあたるようです。

この施設のある敦賀港は、1920年に「ボーランド孤児」が、1940年には、「命のビザ」を持ったユダヤ人難民が上陸した日本で唯一の港ということです。「命のビザ」とは、最近、映画「杉原千畝 スギハラチウネ」が公開されたので、ご存知の人も多いと思います。映画の主人公である「杉原千畝」が、第二次世界大戦中、外交官として赴任していたリトアニアのカウナスという都市で、ナチスの迫害により命の危険にさらされていた多くのユダヤ人にビザを発給し、彼らの亡命を手

助けたことから、そのような呼ばれています。

「敦賀ムゼウム」では、杉原千畝のこのような功績の紹介「ボーランド孤児」や「命のビザ」により命をつなぐことができたユダヤ人と、彼らを温かく迎え入れた敦賀の人達との交流のエピソードなど展示されており、杉原千畝や敦賀の人々への尊敬の念とともにあらためて、人権や平和の大切さを感じることができました。

泉大津市は、杉原千畝が過ごしたリトアニアのカウナス市と友好関係にあります。

映画の公開を機に、杉原千畝の功績を通じて人権や平和の大切さを感じていただけたらと思います。

コラム 知ってトクする 元気になれる!

健康アップ大作戦!

明けましておめでとうございます。新しい1年の始まりで、皆さま気持ちも新たにされていることと思います。正月の七日にいただく七草粥は、いつもとは違う生活リズムで疲れた胃腸を労わる意味もあります。今月はお腹にやさしく、体も温まる七草粥を少しアレンジした簡単レシピをご紹介します。

■簡単☆ホタテ入り中華風七草粥

缶詰のホタテ貝柱を使うので、手軽にうま味とコクがアップ! また、冷ごはんから炊くので時間も短縮できます。美味しく仕上げるポイントは、「煮立たせないこと」と「かき混ぜすぎないこと」の2つです。

★材料★(2人分)

冷やごはん…茶碗 1 杯分 (150g前後)、水…茶碗 2 杯、ホタテ貝柱缶…1 缶、七草…1 セット、塩…ひとつまみ (約0.3g)、ごま油…小さじ1

ほっこりあったか 七草粥アレンジレシピ

★作り方★

①七草は洗って、それぞれ適度な大きさに切り、カブと大根以外は軽く下ゆでして水気を絞る。カブと大根は3mm厚程度のいちょう切りにする。

②鍋に冷ごはんと水、ホタテ貝柱、カブ、大根を入れ、ご飯をほぐすように軽くひと混ぜし、10分ほど弱めの中火にかける。

③好みの炊き具合になったら火を止め、必要なら塩で味を調える。

④下ゆでしておいた七草を盛り、ごま油を回しかける。※お粥が好みの炊き具合になる前に水分が少なくなってしまったときは、お湯を少し加えてください。ホタテ貝柱缶を干しエビにしてもおいしいです。

また、この一年を元気に過ごすためにも年に1回、特定健診を受けて健康管理に役立ててください。

問合 保険年金課（市役所1階6番窓口）

Mayor's Work

●11月29日(日)
文化祭の一環として開催した市展にてあいさつを行いました。市展では全部門をととして最も優秀な作品に対して「市長賞」が贈られます。今年は、日本画で井口美恵子さん(写真下・左端)が同賞を受賞し、市長が表彰状を贈りました。



※()内は場所

●1日金
泉大津大橋から初日の出を見る集
い(泉大津大橋)

●5日火
新年互礼会(レイクアルスターア
ルザ泉大津)

●10日日
消防出初式(市民会館)

●11日月
成人式(市民会館)

●12日火
タウンミーティング(くすのき認
定こども園)

●18日月
定例市長会議(大阪府庁)

●20日水
タウンミーティング(戎幼稚園)

●26日火
タウンミーティング(我孫子自治
会館)

その他、福祉・教育関係会議等出
席(24件)

池上曾根弥生学習館と織編館の催し案内です。

☎20・1841 FAX 20・1866 ※月曜休館
開館：午前10時～午後5時（体験は午後4時まで）

◆土器講座「弥生土器をつくろう」
日時／1月22日(金) 午前10時～、午後1時～ 定員／午前、午後とも先着8人 参加費／300g300円～ 申込／1月15日(金)午前10時から電話予約

◆ガラス玉づくり (毎月実施)
日時／1月17日(日) 午前10時～、午後1時～ 定員／午前、午後とも先着4人 参加費／30gまで500円、それ以上は一律600円 申込／1月10日(日)午前10時から電話予約

◆銅鏡をつくろう～金属を溶かしてつくる～
低い温度で溶ける金属を鋳型に流し込んで、手の平サイズの銅鏡をつくります。
日時／1月24日(日) 午後1時30分～ (午後1時から受付) 定員／先着20人 (小学生以上。低学年は保護者同伴) 参加費／800円 申込／1月10日(日)午前10時から電話予約

◆植物染料でシルクストールを染めよう2016
日時／2月13日(土) 午後1時30分～ (午後1時から受付) 定員／先着20人 参加費／2,500円 講師／橋本真理氏 申込／1月30日(土)午前10時から電話予約
なお、詳細は弥生学習館へ。

☎31・4455 FAX 31・4457 ※水曜休館
開館：午前10時～午後5時（入館午後4時30分まで）

◆企画展「真田伝説」～泉大津に伝わる真田幸村・後藤又兵衛～
大坂の陣400年を記念して、泉大津の特産品であった真田紐と、その考案者と伝わる真田幸村、泉大津に伝えたと言われる後藤又兵衛に焦点をあてます。
期間／～1月11日(月) 場所／織編館ギャラリー

◆手織り体験「シルクマフラー」
期間／1月25日(月)、28日(木)、29日(金)、31日(日) 午前10時～午後3時30分 場所／体験学習室
定員／各日先着4人 費用／受講料100円、材料費1,000円/m 講師／「織編館手織りの会」の皆さん 申込／1月4日(月)午前10時から電話にて織編館へ

◆織編館ギャラリー

◇市民ギャラリー展 期間／1月15日(金)～17日(日) 内容／洋画・日本画・書・写真・工芸を約60点展示

◇「一歩会」 期間／1月29日(金)～2月2日(火) 内容／油絵・水彩画を約30点展示

📢「泉穴師神社」平成の大修理見学会を行いました

11月14日、泉穴師神社で実施している修復工事の見学会を行いました。参加者はふき替えられた檜皮ぶきの屋根と美しく塗り直された彩色を見学し、日本の伝統技術の素晴らしさを体感していました。また、当日に彩色の職人を講師に、ニカワでといた本格的な日本画顔料で絵馬を描くワークショップを開催。普段扱うことのない顔料で四苦八苦しながら、思い思いの絵馬を仕上げていました。



1月のカレンダー

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
祝	土	日	月	火	水	木	金	土	日	祝	火	水	木	金	土
休	休	休	休								休				
休	休	休			休							休			
企画展 真田伝説										市民ギャラリー展					
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	2/1
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	休							休							休
ガラス玉づくり				土器づくり				銅鏡づくり							
市民ギャラリー展					手織り体験					「シルクマフラー」 一歩会					

消費生活相談室

しょうひせいかつそうだんしつ

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!**

衣類の洗濯絵表示の意味を教えてください

インターネット通信販売で、海外ブランドのスカートを購入した。着用後に洗濯機で洗濯したところ、他の洗濯ものに色移りしてしまった。後で表示を確認すると英語表記で Separately(単独または同じ色物と洗ってください) と書かれていた。洗濯絵表示も海外の記号でよくわからなかった。洗濯絵表示の記号の意味を教えてください。

日本国内で販売される衣類には、洗濯方法やアイロンのかけ方などを示す「洗濯絵表示」(家庭用洗濯等取扱い絵表示)が付いています。「付記用語」(取扱いで注意すること等を伝えるための参考情報)が付記される場合もあります。

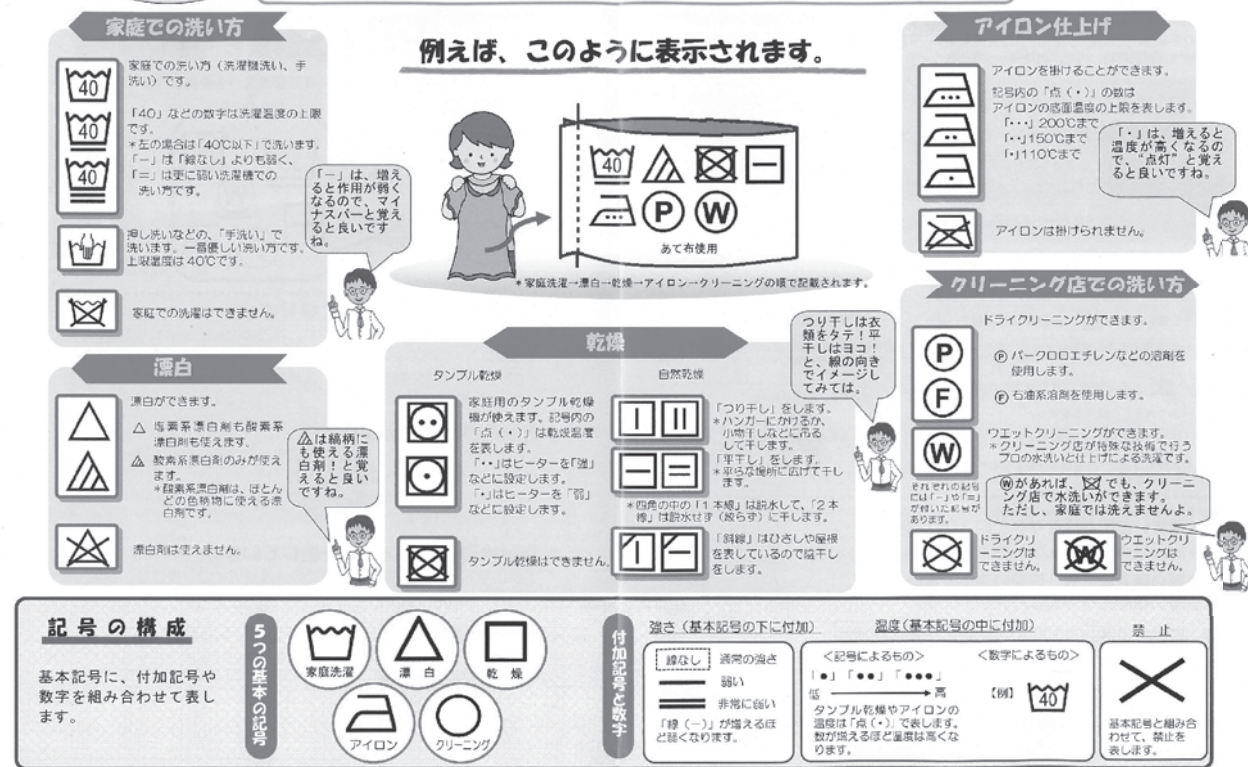
近年は、海外衣料品を、海外で直接購入したり、インターネット通信販売で購入する機会が増えていきます。海外の衣類表示は標準的なものとしてISO(国際標準化機構)の表示があります。

国際化の流れの中、「家庭用品品質表示法に基づく繊維製品品質表示規程」が改正され、平成28年12月1日から施行されます。衣類の「洗濯絵表示」も新JIS(繊維製品の取扱いに関する表示記号およびその表示方法JISL0001)にならったものに変更されます。記号の種類は22種類から41種類に増え、ISOの国際規格の記号と同じになり、ISOとの整合性により国内外の表

平成28年12月から衣類の「洗濯表示」が変わります

示が統一されます。新しい表示を覚えて、洗濯方法などを確認し、衣類を正しく取り扱いましょう。

新しい「取扱い表示」の記号と意味



アドバイス

「ワンポイントアドバイス」

①衣類を購入するときは、「デザインだけでなく」「取扱表示」も確認しましょう。

②衣類の洗濯絵表示は、「家庭用洗濯」「漂白」「乾燥」「アイロン仕上げ」「商業クリーニング」の5つの基本記号と「処理工の弱さ」「処理工度」「処理工操作の禁止」を表す付加記号の組み合わせで表示されます。

③表示は取り扱い方の上限を示しています。表示より強い作用や高い温度での洗濯やアイロン掛けは行わないようにしましょう。

消費生活において不安に思ったり
トラブルに遭ったら…

泉大津市消費生活センター
(市役所1階)

☎33 • 1131

[受付時間]
月～金曜日 午後1時～4時

健康のページ

【問合】保健センター（☎33・8181） 高齢介護課（☎33・1131）

第2・3回「食と運動」健康応援講座

健康づくりのためにはじめませんか、
こころとからだのメンテナンス。

▷第2回・からだヘルスケア教室～体幹を鍛えて骨密度を高めよう～

日時 2月3日(水) 午前9時30分～11時30分（午前9時15分から受付）

場所 保健センター3階

内容 ミニ講義、運動（フラダンス）、カルシウムたっぷりスムージーの試飲（野菜・果物にアレルギーのある人はお知らせください）

持物 タオル、筆記用具、飲み物

▷第3回・こころヘルスケア教室～ストレスフルな毎日と上手な付き合い方を学ぶ～

日時 2月10日(水) 午前9時30分～11時30分（午前9時15分から受付）

場所 保健センター2階

内容 こころとからだのお話、ストレスチェック、リラックスハーブティーの試飲

持物 筆記用具、飲み物

■共通事項

対象者 食と運動に関心のある市民

定員 各回先着30人（各回で申込必要）

参加費 各回100円（当日徴収）

申込 1月12日(火)午前8時45分から保健センター窓口または電話にて

問合 保健センター

衛生委員会共催 健康教育「身近な目の病気－白内障について」

加齢に伴い、目がかすむ、ぼやけて見えにくいなどの症状はありませんか？
身近な目の病気、白内障について一緒に学びましょう。

日時 1月28日(木) 午後2時30分～3時30分（午後2時から受付）

場所 総合福祉センター 第1会議室

内容 「身近な目の病気－白内障について」

講師 市立病院 眼科 芳田裕作医師

申込 不要 問合 保健センター

赤十字健康生活支援講習「短期講習会」

高齢期の健康の維持・増進・支援方法を学びます！

日時 2月5日、12日、19日（いずれも金曜日）〔全3回〕いずれも午後1時30分～3時30分（終了時間変更あり）

場所 市立総合福祉センター

対象 市内在住または在勤の15歳以上

定員 先着30人 受講料 無料

講師 赤十字健康生活支援講習指導員

内容 ▷高齢者の健康と安全 ▷高齢者の支援 ▷災害時高齢者生活支援講習～災害が起こったときにあなたが支援できること～

申込・問合 1月4日(月)～29日(金)までに日赤泉大津市地区事務局（社会福祉協議会内 ☎23・1393）電話申込み可

楽笑会（楽しみながら笑顔になれる健康づくりの会）

椅子に座りながらの簡単な運動で頭も身体もスッキリ！ 65歳以上の市民であれば、どなたでも参加できます。

日程・場所

1月12日(火)…条東長寿園

1月13日(水)…松之浜長寿園

1月14日(木)…春日町自治会館

1月15日(金)…南公民館

1月19日(火)…条南長寿園

1月20日(水)…東助松長寿園

1月21日(木)…北曽根公民館

1月26日(火)…穴師長寿園

2月9日(火)…西地区まちづくり事務所

2月10日(水)…助松長寿園

時間 午前10時～11時30分

（ただし、松之浜長寿園、穴師長寿園、

助松長寿園は午後1時30分～3時）

問合 高齢介護課（介護予防係）

高齢者健康相談

日程 1月15日(金)、2月5日(金)

時間 午後1時30分～2時30分

場所 総合福祉センター1階相談室

内容 ▷検尿 ▷血圧測定 ▷健康に関する相談

問合 総合福祉センター（☎23・1390）

年末年始祝日歯科急病診療医院

▷1月1日(祝) 川崎歯科医院（東助松町1-8-25 ☎32・5055）▷1月2日(土)

田中歯科医院（松之浜町2-7-28 ☎32・1928）▷1月3日(日) 黒田歯科医院（若宮町6-3 ☎32・3752）▷1月11日(祝)

中南歯科医院（旭町23-44 ☎20・1234）▷2月11日(祝) 黒田歯科医院（若宮町6-3 ☎32・3752）

受付時間は、各医院とも午前9時30分～11時30分、午後1時～4時で、初診料が必要です。受診の際は、必ず電話で確認のうえ、ご来院ください。

※1月11日(祝)柿本歯科から中南歯科医院に変更になっています。ご注意ください。

和泉保健所からのお知らせ

▷風しん抗体検査（要電話予約）

▷肝炎ウイルス検査（要電話予約）

▷エイズ・クラミジア検査と相談

▷こころの健康相談（要電話予約）

▷井戸水など飲料水の水質検査（予約制・有料）

■点字広報

大阪府では、ヘルシーおおさか21点字広報を発行しています。視覚障がいのある人へ、健康・医療の情報として第50号「アルコールと健康」を発行し、保健所や市町村に備えています。音声読み上げソフトに対応した内容を大阪府ホームページにも掲載しています。

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 ☎21・0119

●泉州北部小児初期救急広域センター ☎072・443・5940

●和泉保健所 ☎41・1342

●救急安心センターおおさか ☎＃7119 または 06・6582・7119

介護予防ボランティア養成講座参加者大募集！

介護保険制度や誰にでも簡単にできる運動などの介護予防について学び、地域で健康づくりや介護予防の手伝いをしていただくボランティアを募集します。

対象 介護予防ボランティアに興味のある泉大津市内在住および在勤の人

定員 先着20人

申込・問合 1月4日(月)から社会福祉協議会ボランティアセンター（総合福祉センター内）へ。（電話申込み可 ☎23・1393）

■プログラム ①②④⑤は、総合福祉センター ③は、ベルセンターで実施

	日程（曜日）	内容	講師
①	1月27日(水) 午後1時30分～3時30分	ボランティア入門～ボランティアとは～	桃山学院大学社会学部教授 石田易司氏
②	2月3日(水) 午後1時30分～3時30分	介護予防について～高齢者疑似体験をしてみよう～	理学療法士（高齢介護課職員）、社協職員
③	2月10日(水) 午後1時30分～3時30分	これからの介護保険～どうなっちゃうの？！介護保険～	社協職員
④	2月17日(水) 午後1時30分～3時30分	認知症予防について 脳トレなど	サンガーデン府中 主任 作業療法士 隅野裕之氏
⑤	2月24日(水) 午後1時30分～3時30分	地域の活動について～地域のボランティアの紹介～	社協職員

★上記プログラム修了後、希望者を対象に以下のフォローアップ講座を実施予定。

3月2日(水)…口腔ケアについて、3月9日(水)…いきいき百歳体操（ベルセンターにて）

※内容など変更場合があります。

連載

つなごう健康と食育



妊娠・出産期－乳幼児期－学童・思春期－青年期－壮年期－高齢期

市では、平成27年度から、「第2次健康泉大津21計画・泉大津市食育推進計画」を策定し、市民すべてが共に支え合い健康で豊かな生活を送れるようライフステージに沿った健康づくりと食育を推進します。

VOL.10「食と栄養・健康づくり教室」全コース修了！たくさんの方に受講いただきました。

◇食と栄養・健康づくり教室って？

食生活や健康づくり、地域ボランティア活動について楽しく学ぶ全9回コースの講座です。学んだことを自身の健康づくりに生かすことはもちろん、地域ボランティアとして活躍していただくことを目的としています。

◇食事や栄養について日々の疑問が解消

「食事には気を付けているけど、これでいいの？」「家族の健康が心配。食事や健康づくりについて学びたい！」などいろいろな動機で参加された皆さん。1日に必要なエネルギー量や食事バランス、減塩のコツやお酒、間食の正しい摂り方など幅広く学びました。また、歯の健康について学んだ際には、磨き残しをチェックする赤染めも行い、「しっかり磨いたつもりでも、こんなに磨き残しがあるんだ！」とびっくりする場面も。歯科衛生士さんからお話を聞いて、一生おいしく食べるためには歯の健康が大切だと改めて確認しました。





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) 総合体育館 = ☎33・1200

第30回カップルバレーボール大会

皆さんのご観戦、応援をお待ちしています。
日時 1月31日(日) 午前9時20分開会
場所 総合体育館

1月9日(土)、23日(土) 体育館無料開放!

総合体育館では、土曜日の午前中に小中学生とその保護者を対象に無料開放を行っています。卓球やバドミントンなどができます。道具の貸出しはありません。なお、混雑時は制限させていただきます場合があります。

1月の無料開放日 1月9日(土)、23日(土) 午前9時～正午

持物 運動できる服装と上靴

トレーニング室 利用講習会 (2月分)

トレーニング室を利用するには講習会の受講が必要です。総合体育館では、次の日程で講習会を開きます。

利用講習会 2月分日程表

日 時		日 時	
2日(火)	午後3時～	5日(金)	午後7時～
7日(日)	午前10時～	13日(土)	午前10時～
17日(火)	午後7時～	18日(日)	午後3時～
23日(火)	午後7時～	25日(火)	午前10時～

対象 15歳以上の人(中学生は不可)。高校生は申し込み時に年齢を証明できるものを提示)

定員 6人

講習日の持物 250円(許可証を発行)・縦3cm×横2cmの顔写真・上靴・運動のできる服装

申込 1月24日(日) 午前10時から総合体育館へ(電話不可) ※1月分の講習会の日程はお問い合わせください。

少林寺拳法 スポーツ少年団員募集

護身術にもなる少林寺拳法を私たちと一緒に体験しませんか? 老若男女は問いません。詳しくは道場で説明します。

練習日時 毎週水・土曜日の午後6時30分～9時 **場所** 南公民館

問合 南公民館 (☎33・1764)、指導者 (☎090・4497・6167)

連載

市民活動の輪

Vol.22 マドレの庭

手づくり体験会やカフェで、リフレッシュしませんか?

地域の人びとを中心に「手づくり体験会」と「カフェ」を合わせた、地域のコミュニティスポット

「てづくり」「ものづくり」を通して、手仕事の楽しさや創意工夫の面白さを広め、老若男女が集える場を提供したい。そんな思いから、平成27年4月、手芸雑貨店「c f-mad re」に集う仲間が集まり、毎週水曜日に手づくり体験ができる「マドレの庭・手づくり倶楽部」が誕生しました。カフェスペースも併設し、ホッと和める場所づくりにも取り組んでいます。

赤ちゃんのいるお母さん、ベビーカーを傍らにカフェでゆっくりする時間を楽しんだり、手づくり体験で新しい事にチャレンジしてみませんか? 一人暮らしや高齢者の人も是非のぞいてみてください。私たちの活動に興味を持ってくださった人なら、どなたでもお待ちしております。手を動かしながら、おしゃべりしながら、お茶を飲みながら、共に楽しい時間を過ごしましょう。

手づくり体験メニューも「レザークラフト」「編み物」「フェ

イクスイーツ」「フラワーアレンジメント」など交替わりで実施しています。季節に応じた手づくり体験もあります。参加費は500円で一部無料体験もあります。お気軽にお問い合わせください。

場所 マドレの庭 春日町9-1 (泉大津駅より徒歩5分)
問合 ☎32・3134 (火・水・木・金 午前10時～午後5時)
<http://madre-garden.com/>

◎1月の手作り体験会のお知らせ

日時・内容

▷1月6日(火) 午前…サンキャッチャーを作ろう ▷13日(火) 午前…カラー診断、午後…フェイクスイーツ ▷20日(火) 午前…魔法の質問カード(無料)、午後…消しゴムはんこ ▷27日(火) 午前…ししゅう、午後…あみあみポーチ
時間 午前の部…午前10時～正午
 午後の部…午後1時～3時

◎なごみカフェ併設

日時・内容

1月6日 振る舞いぜんざい(無料・先着50人)
 13・20・27日 ランチセット500円 ドリンク100円
 ※予約優先・当日受付は先着順となり次第終了
時間 午前11時～午後3時



フラワーアレンジメント教室の様子

この事業は「がんばろう基金」を活用しています



泉大津でがんばる市民団体を紹介します。