

めざす姿：満足を実感できる市民サービスの実現

ニュース

# マイナンバー NEWS

【問合】市民課（市役所1階4番窓口）

## 申請済みの個人番号カードの受け取り方

通知カードとともに届いた個人番号カード交付申請書を使用して、郵送、スマートフォン、パソコンから申請を行うと、本市から次のような交付通知書（はがき）がご自宅に郵送されます。

■ 交付通知書（はがき）

おもて

うら

期限内に下記のものを持ってご本人が市役所市民課にお越しください。窓口で個人番号カードをお渡しします。

**個人番号カード受取に必要なもの**

▷交付通知書   ▷通知カード

▷本人確認書類（公的機関が発行した顔写真入りの証明書類〈免許証、パスポートなど〉が1点必要。ない場合、保険証が年金手帳のどちらか1点と、あと1点（キャッシュカード、通帳など）の合計2点必要   ▷住民基本台帳カード（お持ちの人のみ）

**代理人の場合は、ほかに次のものが必要です（病気・身体の障がいなど、ご本人の来庁が難しい場合に限る）**

▷代理人の本人確認書類

▷代理権の確認書類（法定代理人の場合、戸籍謄本など。任意代理人の場合、委任状など）

▷本人の出頭が困難であることを証する書類（施設などに入所している事実を証する書類など）

個人情報保護シール

**通知カード、住民基本台帳カードは「個人番号カード」の受取時に回収になります！**

個人番号カードを受け取る時に、  
**3種類の暗証番号を設定する必要があります！**

個人番号カード用（数字4ケタ）、利用者証明用電子証明書（数字4ケタ）、券面事項入力補助アプリケーション用（数字4ケタ）の入力が必要です。e-Taxなどの電子申請を利用する場合は、署名用電子証明書の暗証番号（英数字6ケタ以上16ケタ以下）の入力も必要です。

【健康福祉部からのお知らせ】 各種手続きにおいて、1月よりマイナンバーの記載が必要な場合があります。詳しくは、担当課（高齢介護課、障がい福祉課、生活福祉課、こども未来課、健康推進課、保険年金課）まで。

【ご注意】住民基本台帳カードは、即日で交付される場合がありますでしたが、個人番号カードは、即日で発行できませんのでご注意ください。

**マイナンバー制度についてのお問い合わせはこちら**

【コールセンター（全国共通ナビダイヤル）】   【受付時間】平日午前9時30分から午後5時30分

# 市長と語ろう！タウンミーティング

市民とともに住みよいまちづくりを進めるため、市民の皆さんと市長が直接意見交換を行うタウンミーティングを次のとおり開催します。   お誘い合わせのうえお越しください。[問合] 秘書広報課（市役所4階）

【子育て支援編】   午前10時30分～11時30分

1月12日(火) ..... くすのき認定こども園

1月20日(水) ..... 戎幼稚園

午後7時15分～8時30分

1月26日(火) ..... 我孫子自治会館

2月9日(火) ..... 助松長寿園

子育て支援編は一時保育あり。事前にこども未来課へ申し込みを。

# 平成28年初春   新年のごあいさつ

**安心・安全のまちづくりをめざして  
住めばだれもが輝く泉大津市の実現を！**

新年あけましておめでとうございます。市民の皆さまは、健やかに、新たな気持ちで新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は市政推進にあたり、多大なるご支援、ご協力をいただき誠にありがとうございます。

さて、今年は一昨年の6月に活動開始宣言をしたWHO（世界保健機関）が推奨します「セーフコミュニティ」の国際認証を受ける年となります。

これまで市民の皆さまをはじめ、警察などの関係機関や、地域活動を行っている各種団体が主体となり取り組んでいただき、順調に進んでいます。また、市としても、防犯カメラ設置助成や高齢者自転車用ヘルメット購入助成を導入するなど、その他数多くの安心安全のまちづくりの施策を推進しています。

今年も絶えず市民目線で創意工夫の政策により、泉大津市の更なる飛躍へ繋げ、市民の笑顔があふれる年になるよう奮励努力致します。

安心安全な、住めば子どもから高齢者までだれもが輝く泉大津市をつくるために、市民の皆さまがそれぞれの思いを大切にして、本市のまちづくりに参画していただき、「協働のまちづくり」をオール泉大津で進めていけることを心から願っています。

結びに、本年も市民の皆さまにとって幸多き素晴らしい年となるよう心から祈念申し上げ、新年のごあいさついたします。

泉大津市長   伊藤   晴彦

**市民に身近な存在として  
さらなる議会改革に取り組みます**

新年明けましておめでとうございます。市民の皆さまにおかれましては、清々しく新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

さて近年、地方自治体を取り巻く状況を考えますと、少子高齢化が要因の人口減少社会への対応、並びに多発する自然災害等、極めて重大な問題の山積があります。国においては「まち・ひと・しごと創生本部」が設置され、また、本市におきましても、「第4次泉大津市総合計画」、「泉大津市まち・ひと・しごと創生総合戦略」等の計画が策定され、人口減少等に対しさまざまな角度から施策の展開を図っておるところでございます。

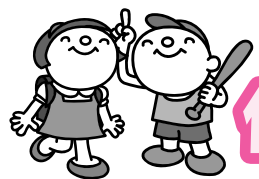
このような状況下におきまして、市議会といたしましては、「泉大津市議会基本条例」の理念に基づき、市民に身近な存在として市民の負託にこたえる議会の実現に向け、さらなる議会改革に取り組みます。あわせて、市民福祉の向上と市政の発展、そして、人口減少社会、自然災害等への対応に向け、誠心誠意努力していく覚悟でございます。

今後とも市議会に対し、変わらぬご支援、ご協力をいただきますようお願い申し上げますとともに、皆様のご多幸並びにご健勝を心からご祈念申し上げまして、新年のごあいさついたします。

泉大津市議会







# 仲よし学級 28 年度申込 受付を開始します



めざす姿：笑顔で育ち育てられるまち

「仲よし学級」では、小学校などに通い、保護者が就労などにより昼間家庭にいない子どもをお預かりし、さまざまな遊びを通して健全な育成を図っています。平成 28 年度の仲よし学級の申し込みを開始します。【問合】生涯学習課（市役所 3 階）

## 申請書配付・受付場所

生涯学習課、各仲よし学級、市内の保育所、幼稚園、認定こども園、市ホームページ

## 受付期間

1 月 4 日(月)～ 29 日(金)（ただし、保育所・幼稚園・認定こども園は 1 月の最初の登園日から受付開始）  
※受付期間を過ぎた場合は、生涯学習課に提出

## 【仲よし学級について】

**対象児童** 小学 1 ～ 6 年生（就労などで保護者が昼間家庭にいない児童）

**開設場所・日時** 各小学校内の教室などに開設

▷月～金曜日…下校後（午後 1 時）～午後 6 時

▷土曜日・長期休業中…午前 8 時～午後 6 時

**休み** 日曜日、祝日、振替休日、秋祭り、年末年始（12 月 29 日～1 月 4 日）、3 月 31 日（年度末の日。この日が休日の場合はその前日）

**会費** 月額 6,000 円（減免制度あり）



仲よし学級の様子。放課後の時間を活用してさまざまな学年の子どもと一緒に遊び、学びます

# 教育長・教育委員決まる



めざす姿：つながりある学びと育ちを大切にするまち

地方教育行政の組織及び運営に関する法律の規定により、教育委員長と教育長を一本化した、新たな教育長に富田明德氏が、また、一人欠員となっていた教育委員に、新たに池島明子氏が、平成 27 年 12 月 9 日に開催された市議会定例会において議会の同意が得られ、それぞれの就任が決定しました。主な経歴などは次のとおりです。【問合】教育総務課（市役所 3 階）

## 【教育長】 富田明德



この度、新しい教育委員会制度のもと、再任され新教育長となりました富田でございます。これからも、豊かな歴史と伝統文化を背景に、多くの大学研究者・専門家の方々の協力も得ながら、前例にとらわれず、泉大津市独自の先進的でぬくもりのある教育行政を推進してまいります。皆様方にはご理解とご協力よろしくお願いします。

昭和 34 年忠岡町生まれ。大阪府立大学経済学部卒業後、泉大津市立中学校教諭、大阪府警本部少年課課長補佐、大阪府教育委員会首席指導主事・教職員人事課参事、泉大津市立小津中学校校長、大阪府社会教育委員、泉大津市教育委員会教育長を歴任。

## 【教育委員】 池島明子



大学講師として、運動・スポーツ、生涯学習、介護予防・健康増進をキーワードに教員をはじめ、「誰かのために何かをできる人」の養成に 25 年携わっています。教育者として、保護者として、泉大津市の教育施策の展開に尽力できるよう取り組む所存です。

昭和 39 年堺市生まれ。大阪体育大学体育学部を卒業後、京都府立医科大学大学院保健看護学研究科修士課程を修了、大阪体育大学短期大学部介護福祉学科講師を経て、現在は大阪体育大学体育学部健康・スポーツマネジメント学科准教授。

## 教育長・教育委員とは？



「教育委員」は、教育委員会を構成する委員で、教育や学術・文化に識見をもつ人の中から、市長が議会の同意を得て任命。任期は 4 年です。また、「教育長」は教育委員会の代表ですが、教育委員ではなく市長が議会の同意を得て任命。任期は 3 年です。従前までの教育委員長にかわり、教育委員会の会務をすべてとりまとめ、管理します。

## 全国学力・学習状況調査特集（全 3 回）

# 泉大津の未来を担う子どもたちに 確かな学力を！

## （第 1 回）調査結果概要

4 月 2 1 日に小学 6 年生と中学 3 年生を対象に実施した平成 27 年度の全国学力・学習状況調査（※1）について、教育委員会と各学校は結果の分析を行い、学力向上に向けた成果と課題の検証を進めてきました。今月から 3 回にわたり、明らかになった成果と課題、学力向上に向けた取り組みについてお伝えします。

## 算数・数学 A で全国平均超え！

## その他教科も向上傾向！

## 学習習慣に引き続き課題！

## 調査結果概要

27 年度の泉大津市の結果は、チャート（左図）のとおり、小学校の算数 A、中学校の数学 A で全国平均を上回っています。また、その他の教科についても昨年度に比べて向上しており、全体として全国平均に近づいています。その一方で中学校では、家庭における「学習習慣」の結果が向上したのに対し、小学校では全国平均を大きく下回る等の課題も明らかになっています。

本年度の結果には、子どもたちや教員、保護者の皆さんの日々の努力の成果が、数値に表れています。中学生の「学習習慣」が継続的に向上しているのは、自分で計画を立てて、予習・復習をするなど「家庭学習」の習慣が身に付くような働きかけの成果です。課題として残る小学生の「家庭学習」の習慣をどのように支えていくか、学校と家庭が一緒に考えていく必要があります。

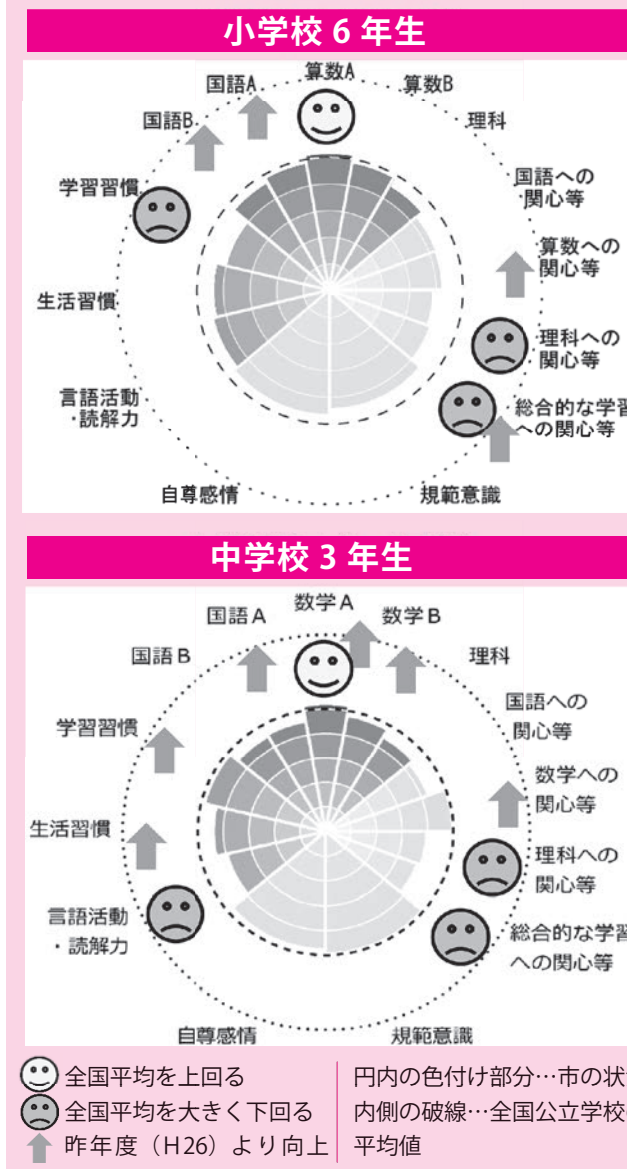
本年度は調査結果の分析業務を民間企業（株式会社 内田洋行）に委託し、専門的手法に基づく客観的な分析や、教職員向け研修会も実施しました。市や学校での学力向上の取り組みがより一層効果的なものになるように改善を進めているところです。



学力向上に取り組む先生（研修会）

次回からは、市や学校における学力向上の取り組みの具体例や、具体的な課題解決に向けて何が大切なのかをより詳しくお伝えしていきます。（広報紙 2 月・3 月号へ続く）

問合 指導課（市役所 3 階）



※1 全国学力・学習状況調査は、平成 19 年度より国が実施している全国すべての公立小中学校を対象とした調査。子どもの学習意欲・生活習慣や、学校における指導方法などの学習状況を明らかにすることを目的とした質問紙調査もあります。





## 笑ってトクする元気になるはなし

みんなで楽しく元気に！ 病気のことを知って、健康になろう！

本市名誉大使のオール阪神氏をお招きしトークショーを行います。楽しい時間を過ごしていただき、身体だけではなく心も元気になっていただける内容を予定しています。さらに、消化器内科と外科・内視鏡外科の専門医が人間ドックや健診の重要性、内視鏡治療などについて、詳しくお話しします。

### 1 人間ドック・検診・生活習慣病

講師：山形 知医師（市立病院副院長 内科・消化器内科）

### 2 お腹とおしりのはなし

講師：野口 浩平医師（市立病院副院長 外科・内視鏡外科）

### 3 泉大津市名誉大使 オール阪神氏トークショー 「笑う門には福来る！～健康は笑いから～」

【講演の概要】

【日時】 1月23日(土) 午後1時～(開場正午) 【場所】 テクスピア大阪

【定員】 先着150人(事前申込不要) 【問合せ】 市立病院地域医療連携室 (☎32・5622)

オール阪神氏

## 泉大津市まち・ひと・しごと創生講演会 人口減少時代における泉大津を考える

日本は今、人口減少時代を迎えています。本市においても例外ではなく、平成17年をピークに人口減少傾向に転じています。このような状況を踏まえ、人口に関する見通しや課題、今後のまちづくりについて、市民の皆さんとともに考える場として、二人の専門家を招いての講演会を開催します。

### 第1回 1/30(土) 人口動態から描き出す2030年の姿 ～人口減少・超高齢社会の到来～

講師：杉原 充志氏（羽衣国際大学現代社会学部教授）



杉原氏

### 第2回 2/6(土) 人口減少時代に「輝く」まちとは

講師：三浦 展氏（社会デザイン研究者）



三浦氏

【講演の概要】※第1・2回とも共通

【時間】 午後2時～4時(開場1時30分) 【場所】 テクスピア大阪小ホール

【定員】 先着100人(事前申込不要) 【一時保育】 1月18日(月)までに企画調整課へ申し込み

【問合せ】 企画調整課(市役所4階)

講演はインターネット中継を行います！

市ホームページからご覧ください



## パブリックコメントを実施

## 市の計画案にご意見をお聞かせください

「パブリックコメント」とは、市が計画などを策定する際に、計画をよりよいものとするため、市民の皆さまなどのご意見を公募する制度です。提出されるご意見の様式は問いませんが、電話での受け付けはできませんのでご注意ください。

南海本線高架下に設置する駐輪場の管理運営のための条例案です

### 自転車等駐車場条例(案) 骨子



【募集期間】 12月25日(金)～平成28年1月29日(金) 【案閲覧・提出場所】 市ホームページ、情報公開コーナー(市役所1、4階)、土木課窓口、南・北公民館、図書館、市民会館、総合体育館、勤労青少年ホーム、織編館 【提出方法】 ご意見を記入のうえ、上記提出場所まで持参、郵送、ファクス、メールのいずれかで提出 【宛先】 ▷郵送…〒595-8686(住所記載不要) 泉大津市役所土木課 ▷ファクス…22・6040 ▷メール…doboku@city.izumiotsu.osaka.jp 【問合せ】 土木課(市役所2階22番窓口)

泉大津市の教育の方向性を示す基本計画です

### 教育振興基本計画(案)



【募集期間】 1月7日(木)～31日(日) 【案閲覧・提出場所】 市ホームページ、情報公開コーナー(市役所1、4階)、教育総務課窓口、南・北公民館、図書館、市民会館、総合体育館、勤労青少年ホーム、織編館、池上曾根弥生学習館 【提出方法】 住所、氏名、ご意見を記入のうえ、上記提出場所まで持参、郵送、ファクス、メールのいずれかで提出 【宛先】 ▷郵送…〒595-8686(住所記載不要) 泉大津市役所教育総務課 ▷ファクス…33・0670 ▷メール…kyouiku@city.izumiotsu.osaka.jp 【問合せ】 教育総務課(市役所3階)



## 「いずみおおつ」を全国に！ シティプロモーション活動

シティプロモーションとは、まちの魅力を内外に広めるための一連の活動を指し、まちとしてのブランド力を高め、市民・企業に愛されるまちづくりを進めることを目的として行っています。本市のシティプロモーション活動を不定期で掲載します。

1月14日(木)～20日(水) 関空に遊びに来てね！

### アートブランケット展を開催します

「アート・ブランケット」とは、葛飾北斎作「神奈川沖浪裏」やフィンセント・ファン・ゴッホ作「夜のカフェテラス」など、世界的にも有名な絵画が色鮮やかにプリントされたPR用の毛布です。

昨年度に続き2度目の開催となる「アート・ブランケット展」ですが、泉大津市が誇るプリント技術を駆使したアート・ブランケットは本物の絵画にも劣らない重厚な存在感を醸し出しており、前回も多くの旅行客の目を惹きました。関西国際空港にお立ち寄りの際は、「芸術としての毛布」をご鑑賞ください。

登場！  
1月16日(土)、  
17日(日)はおづみん



昨年の様子

### アートブランケット展の概要

【開催期間】 1月14日(木)～20日(水)終日 ※20日は午後4時まで 【場所】 関西国際空港 第1ターミナルビル2階 中央KIXギャラリー 【問合せ】 地域経済課 (☎51・7651)



妊娠前から子育てまで  
切れ目ないサポートを…

# いずみおおつの

すべての子育て家庭のために、ライフステージに合わせた

妊娠前

妊娠期

出産

産後

子育て



いずみおおつの子育て自慢！

## 1 妊娠期からの相談体制の充実

- ▷母子健康手帳発行時に保健師が面接を行います。
- ▷妊娠前期、中期、後期に「応援レター」を送付。
- ▷保健センター、市立認定こども園、市役所窓口で相談できる窓口を設置。

## 2 切れ目ない発達支援

- ▷発達段階に応じた切れ目ない支援を、保健、医療、福祉、教育と連携し、取り組んでいます。
- ▷保健センターに「発達支援担当」を設置。

私たちに、



保健師・発達相談員・助産師の皆さん

妊娠・出産・子育て

# シームレスケア

(※)

相談・サポートときめ細やかなサービスを展開しています。



※「シーム」とは「縫い目」のことで、シームレスケアとは、縫い目・継ぎ目のない継続した支援・サービスのことをいいます。

ご相談ください！



保育士・幼稚園教諭の皆さん

あなたの担当保健師・発達相談員などが、ず～っとサポート。

地区ごとに担当保健師・発達相談員がいます。妊娠、出産、子育てや発達に関すること、お母さん自身の健康などの相談に応じます。お子さんが入学してから必要に応じサポート。身近な相談相手として、お気軽にご相談ください。

子育て支援のプロ！  
3つのコンシェルジュに  
なんでもご相談ください

市には子育て・発達支援・保育の3つの「コンシェルジュ」がいます。それぞれの分野のプロが、多様な行政サービスの中から、あなたにぴったりのものをコーディネート。保健センター・市立認定こども園・市役所が窓口です。

子育てコンシェルジュ（保健センター）



発達支援コンシェルジュ（保健センター）

保育コンシェルジュ（こども未来課・市立認定こども園）

相談・教室

### 母子健康手帳発行時に、妊婦さん全員と保健師が面接

平成28年4月から母子健康手帳の発行窓口を保健センターに一元化。発行時にはすべての妊婦さんに保健師が面接を行います。このとき、お住まいの地域担当の保健師・発達相談員を紹介します。

### 妊娠初・中・後期に「応援レター」を送付

妊娠初期・中期・後期の3回、妊婦さんへ「応援レター」を送付します。その時期の体の変化、食事のポイントや保健サービスなど、妊娠中に役立つ情報がいっぱいです。保健師などへの相談に使える「相談カード」も同封しています。

### 両親教室「たまごくらす」でパパ・ママの準備。土曜開催の「パパ講座」も！

「たまごくらす」では妊婦とそのパートナーや家族を対象に、妊娠・出産・育児に関する学習と、仲間づくりを行います。また、パパ同士の交流を図る「パパ講座」も開催。土曜日なので、平日お仕事のパパも安心です。



健康管理

### 妊婦健診の費用を助成

妊婦健康診査費用の一部を助成します。（市の公費負担額：上限11万6,840円）

### マタニティ歯科健診を実施（無料）

妊娠中は歯肉から出血しやすく、むし歯になりやすいお口の環境になります。妊婦さんの歯の健康を守るため、母子健康手帳と一緒に「マタニティ歯科健診受診券」をお渡ししています。

### 不妊に悩む人へ特定治療を助成

特定不妊治療の費用のうち、府の助成金を控除した額で、現在5万円を限度に1年度に1回助成します。

### すべてのお宅に伺います。「こんにちは赤ちゃん訪問」

助産師や保健師などが4か月児健診までに、すべてのご家庭を訪問。赤ちゃんの体重測定などを行います。



### 妊婦さん・産婦さんを訪問



助産師や保健師がご自宅にお伺いし、妊婦さんや親子の健康管理を行い相談に応じます（希望者と必要な人に実施）。

### 助産師さんの母乳相談

4か月児健診のときに、助産師さんに母乳相談ができます。おっぱいのお悩み、何でもご相談ください。



子育て支援  
おやこ広場

### 0歳から就学前まで親子が交流・相談できる場がいっぱい！

親子の遊びと交流スペースとして、市内におやこ広場が充実。0歳から就学前までの子どもと保護者が対象。月曜から土曜まで、毎日どこかで遊べます。

### 外出応援！「赤ちゃんの駅」

子育て中の親子の外出を支援するため、公共施設や企業などを「赤ちゃんの駅」に指定。自由に授乳やおむつ換えができます。



「赤ちゃんの駅」看板







## 特定健診で健康寿命を延ばそう！

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。

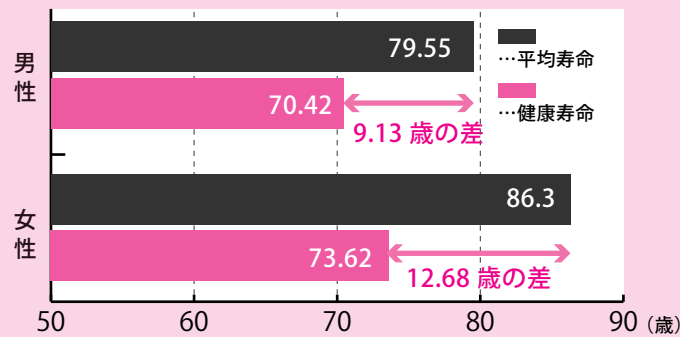
平均寿命と健康寿命の差は、平成22年で、男性9.13年、女性12.68年となっています。平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」ととらえられていますので、この期間を小さくすることが重要です。

生活習慣（食生活や運動習慣など）を整え、年に一度は必ず特定健康診査を受診し、病気の発症や重症化予防に努め、健康寿命を延ばしましょう。健診料は無料です。

### 今後の特定健診実施予定

平成27年度の特定健診は、市内指定医療機関で個別に受けていただくか、好評のホテルでの集団健診を2月に開催しますので、ぜひお越しください。詳しくは、広報紙2月号に掲載します。

### ■ 平均寿命と健康寿命の差（平成22年厚生労働省資料より）



**対象** 泉大津市国民健康保険加入者のうち、40～74歳の人（75歳誕生日の前日～昭和51年3月31日生まれ）で、まだ今年度の特定健診を受けていない人  
**受診時の持物** ①特定健康診査受診券 ②泉大津市国民健康保険被保険者証（保険証）

## 生活習慣病を予防しよう！

日本人の死亡原因の6割を占める高血圧や糖尿病、がんなどの生活習慣病は、日々の悪い生活習慣が積み重なって発症するものです。健康づくりのため、まずは毎日の生活習慣を見直しましょう。

### 適度な運動を心がけて

日常生活の中に積極的に運動を取り入れましょう。いつでもどこでもできるウォーキングがおすすめです。今までもより1日1,000歩（高齢者は1,300歩）、時間にとするとあと10分、多く歩くことを目標に、積極的にウォーキングに取り組んでみましょう。



### 食生活を見直しましょう

毎日の食事は健康と密接に結びついています。食べ過ぎない、栄養のバランスがとれた食生活を心がけましょう。

- 野菜をしっかり摂る
- 食事は決まった時間に、ゆっくりよくかんで食べる
- 甘いものや脂っぽいものは食べ過ぎない
- 薄味にする
- 食品のエネルギー（カロリー）を知り、選ぶときや食べる際の参考にする

### 生活習慣病予防の合言葉！

まごはやさしいも  
 まめ わかめ やさい さかな しいたけ



## 国民健康保険事業から見た 泉大津市民の「健康」

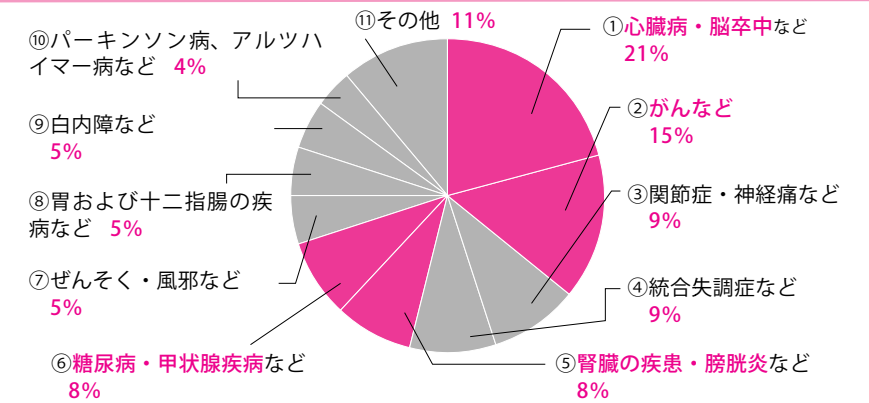
【問合】保険年金課（市役所1階6番窓口）

### 医療費から見た疾病状況

本市の国民健康保険にかかる平成26年度の医療費は、70億4,288万4,064円で、被保険者一人あたりの医療費は、35万9,771円となっています。

本市の国民健康保険加入者には、特に心臓病や脳卒中などの循環器系の疾病を中心とする生活習慣病が多くなっています（平成26年5月診療分の医療費より）。

### ■ 図1：医療費順に見た疾病（平成26年5月診療分）

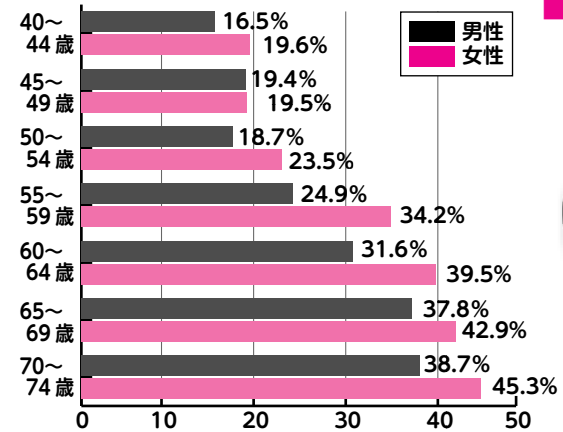


### 特定健診の受診率

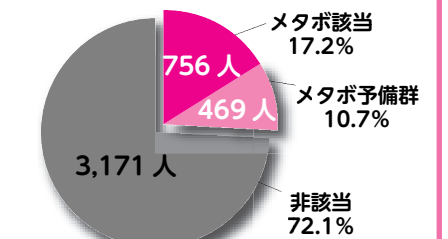
平成26年度の特定健診の受診率は、対象者1万2,683人中4,396人が受診し、受診率は34.7%でした。昨年度より3.9ポイント増加しています。

また、特定健診の結果を見ると、メタボおよびメタボ予備群に該当する人の割合は、27.9%で、3.6人に1人が該当していることになります。

### ■ 図2：特定健診 年齢別受診率



### ■ 特定健診受診者のメタボ該当者の割合

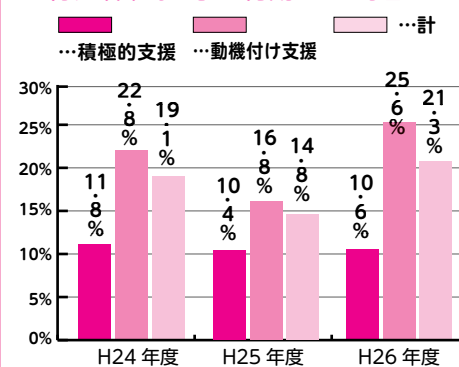


### 特定保健指導の利用率とその効果

平成26年度特定健診の結果、生活習慣病の危険性が高いと判定された人に対して行う特定保健指導は、対象者488中、104人が利用し、その利用（終了）率は21.3%でした。

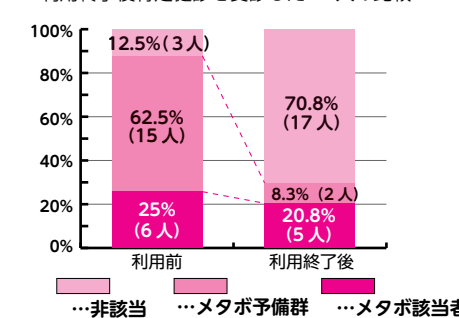
平成25年度の特定保健指導を終了した人のうち、今年10月末までに特定健診を受診した24人の受診結果を見ると、79.2%の人にメタボ改善の効果がみられました。

### ■ 特定保健指導の利用者の割合



### ■ 特定保健指導の利用者のメタボ判定の変化

※平成25年度特定保健指導利用者のうち、利用終了後特定健診を受診した24人の比較



### メタボ改善に効果大！ 特定保健指導のご利用を！

特定保健指導の実績を見ると、メタボ改善効果が顕著に表れています。特定保健指導の案内通知が届いた人は、ぜひご参加ください。



効果的なウォーキング方や、栄養士手作りのお弁当を味わいながら食事についても学べます

## 新成人の皆さんへ 20歳がスタート！ 国民年金

日本国内に住むすべての人は、20歳になったときから国民年金への加入が義務づけられています。国民年金は、老後や、病気・ケガなどで障がいが残ったとき、家族の働き手がなくなったときの生活を、現役世代みんなで支える制度です。国が責任をもって運営しており、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

20歳の誕生月の前月に、日本年金機構から国民年金加入手続き書類が郵送で届きます。その書類を同封の返信用封筒で送付するか、市役所保険年金課の窓口へ提出してください。収入が少なく保険料の支払いが困難な場合は「学生納付特例制度」（学生のみ）、「若年者納付猶

予制度」（30歳未満）などの保険料免除制度があります。

問合 保険年金課（市役所1階6番窓口）

### 日本年金機構から源泉徴収票が送付されます

平成27年中に厚生年金保険、国民年金などの年金を受けとった人に、平成27年分として支払われた年金の金額や源泉徴収された所得税額などをお知らせする「平成27年分公的年金等の源泉徴収票」が送付されます。

公的年金等の源泉徴収票は、所得税などの確定申告の際の添付書類などに必要です。

問合 日本年金機構堺西年金事務所（☎072・243・7900）





テレビなどで活躍の元シンクロ選手・奥野史子氏

## 五輪メダリストに学ぶ！ 仕事と家庭の両立を図るには

バルセロナ五輪で二つの銅メダルを獲得し、世界選手権ローマ大会ではソロで日本人初の銀メダルに輝いた奥野史子さん。現在3児の母。スポーツコメンテーターとして多忙な日々を送っています。現役時代の厳しい練習や仕事と家庭の両立について語ります。入場無料。南海電鉄後援。問合 秘書広報課（市役所4階）

●1月24日（日）「スポーツも・子育ても・社会活動も」複線人生のすすめ」奥野史子氏（バルセロナ五輪銅メダリスト、スロバニア五輪銅メダリスト）▽午後2時～3時30分（1時開場）▽テクスピア大阪 ▽一時保育は1月8日（金）までに秘書広報課へ

4歳のとき、二人の姉の影響で水泳を始め、小学1年からシンクロナイズドスイミングを習い始めました。「キラキラの水着にきれいな化粧。華やかな世界にあこがれた」そうです。

中学生のときから、大阪の井村シンクロクラブに通い、シンクロ日本代表コーチの井村雅代氏の指導を受けました。中学2年のとき、スペイン・マドリードで開かれた国際ジュニア大会で優勝。高校は大阪にある四天王寺高校に入学。日曜を除いて毎日夜9時ごろまでの猛練習。「勉強は学校行き帰りの京阪特急の中が主だった」と言います。当時の練習について「井村先生は厳しい先生ではありませんが、精神論だけでなく、科学的なトレーニングも併せ行っていました。」



昭和47年京都市生まれ。同志社大学大学院修了。

ました。練習がいややなあと考えたことがあっても体はちゃんと動かしていました。自分なりに負けた生活を取り戻しました。

平成4年バルセロナ五輪でソロとデュエットで銅メダルを獲得。2年後の世界選手権ローマ大会では、ソロで日本人選手初の銀メダルに輝きました。

現役引退後はテレビなどで歯切れのよいスポーツ評論で活躍しています。平成14年、陸上競技選手の朝原宣治氏（北京五輪4×100mリレーの銅メダリスト）と結婚し、現在3児の母。11月22日の「いい夫婦の日」に「パートナー・オブ・ザ・イヤー」を受賞したことも。元文科省中央教育審議会委員を務め、現在も京都市教育委員、日本水泳連盟アスリート委員など多くの役職をこなしています。

奥野さんは「日本人選手は小柄で不利だと言われますが、逆に武器になることもあります。同調性や技術力、表現力などきめ細かなところはひけをとれません。とりあえず、やってみること。やってみると世界が変わってきます」と強調しています。

WE ♥ BOOKS!



## 図書館だより

新着本や、図書館からのお知らせを掲載します。

●開館時間→午前9時30分～午後7時 ●問合→☎32・0562（土・日曜日、休日は午後5時まで）

1月のカレンダー  
：休館日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

### New Books 新しく入った本

- 私的読食録（堀江敏幸、角田光代）『dancyu』の好評連載「私的読食録」を書籍化。2007年4月号～2015年7月号に掲載された100本の書評エッセイを収録。堀江敏幸 × 角田光代 100回記念対談も掲載。〔一般書〕
- 大阪建築（倉方俊輔、柴崎友香）建築史家の倉方俊輔と、大阪府生まれの芥川賞作家、柴崎友香による大阪建築ガイド。近代建築がひしめく中之島・西天満・北浜、いつの時代も開発最前線の梅田、癖のある個性派が集う天王寺などを会話しながら案内する。〔一般書〕
- 2分の1成人式（中学年）（井上林子）学校で配られた「2分の1成人式 文集ノート」。「将来のゆめ」「二十才の自分へ」なんて、いったい、なにを書いたらいいんだろう？ 2分の1成人式に

- なやむ小学4年生の女の子・ユメの物語。〔児童書〕
- 日本の神さま（低学年、中学年）（学研）お話＋図鑑で昔話の楽しさ2倍！「七福神」「福の神」「雷神」など、オールカラーのイラスト付きですらすら読める神さまのお話と、神さまの特徴や弱点がわかる図鑑を収録します。〔児童書〕
- ジンベエザメのはこびかた（松橋利光）水族館の魚は、どこからきたの？ 小さい魚なら、バケツや車ではこべる。でも、世界一大きな魚をはこぶとしたら…。世界一大きな魚ジンベエザメを、高知の海から大阪・海遊館まではこぶようす取材した写真絵本。〔絵本〕
- つんつくせんせいとかさじぞう（たかどのほうこ）「かさじぞう」のお話をまねて、お地蔵さんたちに笠をつくってあげたつんつく園のみんな。ところが、お礼にきたお地蔵さんたちは、つんつく園を素通りしてしまい…。〔絵本〕

### Events イベント情報

- 映画会  
〔日時〕2月6日（土）午後2時～（63分）  
〔作品〕「アニメコレクション～ミッキーの芝居見物～ほか」
- おはなし会  
〔日時〕1月16日（土）午後3時～（約30分）
- 赤ちゃんのためのおはなし会  
〔日時〕2月4日（木）午前11時～（約60分）

入居申込書は1月12日（火）～29日（金）に配付



## 市営住宅の入居者を募集します

市では、住宅に困っている所得の低い人のために、次のとおり市営住宅の空き家の入居者を募集します。申し込みには、収入基準などの制限があります。また、今回募集する住宅は、**単身の方は応募できません**のでご注意ください。

### 募集住宅一覧表

場所	戸数	規格	住宅型式	浴室	浴槽	エレベーター	犬猫類
二田市営住宅	6戸	R C造5階建	2DK	無	無	無	不可
虫取市営住宅	3戸	R C造5階建	2DK	有/無※	無	無	不可
助松市営住宅	4戸	R C造5階建	3DK	有	無	無	不可
河原町市営住宅	3戸	R C造12階建	2DK	有	有	有	不可

※浴室スペースがある住棟とない住棟があり、住棟を選択することはできません。浴室はあるが浴槽がない住宅は、浴槽・風呂釜などの設備設置は入居者負担



## 募集の詳細

### 家賃

- ①入居時の家賃は、入居者全員の収入（所得）に基づき、月額8,800円～4万5,800円の範囲で決定
- ②法令等の規定に基づき入居者の収入に応じて毎年度改定

**申込資格** 次の条件を満たしている人。その他詳しい資格などは、後日配付する「申込みのしおり」をご確認ください。

- ①申込者および同居しようとする人が、暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律第2条第6号に規定する暴力団員でない人
- ②収入基準に適合する人
- ③現在、住宅に困っている人
- ④申し込みの本人が泉大津市内に居住し、かつ住民登録をしている人。または泉大津市内に勤務している人

⑤家賃・共益費を支払える人

⑥過去に市営住宅の不正使用や、市税の滞納をしていない人

⑦保証人がいる人

**申込方法** 所定の申込書に必要な事項を記入し、所定の封筒で郵送。1月29日（金）消印有効

**申込書配付期間** 1月12日（火）～29日（金） 午前8時45分～午後5時15分（土・日曜日を除く）

**申込書配付場所** まちづくり政策課

選考方法の概略 2月19日（金） 午前10時から市役所2階202会議室で公開抽選。その後、資格審査を行い入居者を選考

**入居時期** 4月1日（金）（予定）

**問合** まちづくり政策課建築住宅係（市役所2階23番窓口）



めざす姿：住みやすさと優しさを次世代へと引継ぐまち

## 節電にご協力をお願いします。

冬季は、夏季に続き電力消費量が大幅に増える季節です。家庭での節電対策として、暖房の設定温度を可能な限り20℃にすることや、使っていない照明をこまめに消すこと、LED化することで節電につながります。市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。〔問合〕環境課（市役所2階21番窓口）



めざす姿：身近な環境を守り未来につながるまち