

文化

青少年音楽団体 団員募集

■青少年合唱団

対象 小学校3～6年生
(在団期間は高校2年生まで)

募集人数 20人

練習 毎週土曜日午後1時

～4時に青年の家

活動費 月額700円

制服代 1000円(貸与金)

■ジュニア吹奏楽団

対象 小学校4年生～中学校3年生(在団期間は高校2年生まで)

募集人数 若干名

練習 毎週日曜日午後1時

～4時に青年の家

活動費 月額800円

制服代 実費

■チャリディングクラブ

対象 小学校2～4年生
(在団期間は中学校3年生まで)

募集人数 若干名(応募者多数の場合は抽選)

福祉

27年度 交野市手話講習会

とき(いずれも全40回)

▽水曜夜コース 5月13日

(水)～28年3月16日(水)

午後7時～9時

▽金曜昼コース 5月1日

(金)～28年3月4日(金)

午前10時～正午

ところ ゆうゆうセンター

対象 市内在住・在勤・在学で、初めて手話を学ぶ人

定員 各コース先着30人

受講料 無料(教材費などは実費)

※講義で(社福)全国手話研修センター発行「手話を学ぼう手話で話そう」

(3000円税別)を使用

します。持っていない人は、

申請時にお申し込みください。

申し込み 電話(はがき・ファ

クスで4月1日(水)～17

日(金)必着までに、障がい

福祉課(〒576-000

教育

夜間中学校で 勉強しませんか



いろいろな事情で小学校や中学校を卒業できなかった人、夜間中学校と一緒に勉強しましょう。

①27年度の入学受け付けを、

4月30日(木)まで行っ

ています。ただし、学校の

練習 毎週土曜日午前9時

30分～11時30分に青年の家

活動費 月額700円

制服代 5万円程度

※練習日はいずれも変更する

場合があります。

申し込み・問い合わせ 4月

15日(水)までに、青少年育

成課

就学援助制度

- ① 休業日(土・日曜日、祝日)は除きます。
 - ② 「あいうえお」から勉強できます。
 - ③ 27年4月1日現在で、15歳以上の人が入学できます。
 - ④ 授業料はいりません。
 - ⑤ 大阪府内の人が入学できます。
 - ⑥ 外国籍の人でも入学できます。
- 問い合わせ 守口第三中学校夜間学級(TEL 06・6991・0637)

対象 26年中(1月～12月)の世帯全員の所得が認定基準以下で、生活が不安定であるため、児童・生徒の学習にかかる費用の支払いが困難な家庭

援助内容 学校でかかる費用の一部

援助費目

- ▽学用品費
- ▽学校給食費
- ▽校外活動費
- ▽修学旅行費

進路選択支援相談

進学・進路に関する進路選択支援相談の相談日が、4月から変わります。

相談日 月・水・金曜日、いずれも午後3時～5時30分
ところ ゆうゆうセンター
問い合わせ 人権と暮らしの相談課

日本赤十字社募集

5・6月は、赤十字運動月間です。

日本赤十字社は、みなさん

からいただいた社資を財源と

して活動を行っています。

社資募集に、ご協力をお願い

します。

問い合わせ 日本赤十字社大

阪府支部交野地区事務局

(福祉総務課内)

おりひめ支え愛 プロジェクト

市では23年度から、地域と連携して全地区で「避難行動要支援者支援事業」(愛称「おりひめ支え愛プロジェクト」)



地域での災害に備えた各種取り組みについても、ぜひご協力をお願いします。

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

▽お問い合わせ 福祉総務課

因による生計困難世帯に対し、貸し付けを行っています。対象は、次のとおりです。

■次の①～③のすべての要件を満たす人

- ① 一時的な生計困難世帯または天災、その他不慮の災害などによる生計困難世帯の世帯主
- ② 資金の貸し付けで連帯保証人になっている人がいない世帯
- ③ 市暴力団排除条例に規定する暴力団員が属さない世帯

※その他にも要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

■生計困難な世帯
生活保護法による保護の旧基準で算出した基準生活費の額を超え、その額のおおむね1.5倍以内の所得のある世帯

貸付限度額 20万円以内
貸付利息 無利子
償還
▽貸付期間 2年以内
▽据置期間 4か月以内
▽償還方法 毎月均等償還
申し込み・問い合わせ 福祉総務課



[広告]

[広告]

[広告]

福祉

寝具類の丸洗いサービス

寝具類の衛生管理が困難な人に、寝具類の水洗い・乾燥消毒などの費用を助成します。

対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの人や高齢者のみの世帯で、寝具類の衛生管理が著しく困難な人

利用回数 年度内2回

※1回の利用につき寝具類は2枚以内です。

申し込み・問い合わせ 社会福祉協議会

高齢者の外出支援サービス

虚弱や下肢が不自由なため、一般の交通機関を利用することが困難な人に、福祉タクシー（車椅子やストレッチャーごと乗れるタクシー）の初乗り運賃相当額（上限680円）を助成する利用券を発行します。利用前に申請をしてください。

環境

野焼きの禁止

「近所で野焼きをしていて、煙や悪臭で大変迷惑している」といつ苦情が多く寄せられています。

ごみを燃やすと臭いが洗濯物についたり、煙が部屋に入るなどで近隣住民とのトラブルの要因となる可能性があります。廃棄物の野外焼却（野焼き）は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で一部の例外を除き禁止されています。法律の詳細は、お問い合わせください。

問い合わせ 環境衛生課

保険・年金

老人医療の一部負担金助成申請

次のいずれかに該当する人は、老人医療制度（医療費の窓

対象 おおむね65歳以上で、介護保険で「要介護3」以上の認定を受けている人

利用方法 市と契約しているタクシー会社に福祉タクシーの利用予約をし、乗車時に利用券を渡す

発行枚数 月2枚（申請月から年度末分を一括発行）

※昨年度の残った利用券は、申請時に返還してください。

申し込み・問い合わせ 高齢介護課



訪問理美容サービス

自力でも介助があっても理美容院に向くことが困難な人に、自宅で理美容サービスが受けられるよう、出張費を助成する利用券を発行します。

対象 おおむね65歳以上で、介護保険で「要介護3」以上の認定を受けているか、それに準じる心身状態である人

利用方法 市と契約している理美容店に予約し、訪問時

に利用券を渡す

※理美容代は、自己負担です。

利用回数 年度内4回

※昨年度の残った利用券は、申請時に返還してください。

申し込み・問い合わせ 社会福祉協議会

徘徊高齢者等 SOS ネットワーク事業

徘徊などで行方が分からなくなった人を行政や福祉関係機関、地域の協力により、できるだけ早く発見できるよう搜索の協力依頼をするシステムです。

認知症や障がいなどの理由で、行方不明になる可能性があるときは、あらかじめ名前や特徴、写真などの情報を市に登録しておくことで、行方不明になったときに電話での素早い対応が可能になります。

登録に必要な物 登録者の写真、申請者の印鑑

※登録手続きは、本人の他、家族でも可能です。

問い合わせ

▽65歳以上で認知症などで徘徊のおそれがある人

介護課

▽65歳未満の障がい者手帳所持者

税

滞納徴収重点月間

市は、4月を「滞納徴収重点月間」と定め、市税・保険料の滞納者に対して、電話・訪問による催告の実施を強化します。

市に連絡のないまま滞納すると、財産の差し押さえなどを行いますので、早急に税務室、医療保険課まで連絡してください。

なお、個人市・府民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、保険料の納付には、便利で確実な口座振替（自動払込）をご利用ください。

市税・保険料の休日納付相談

とき 4月26日（日）午前10時～午後3時

ところ 市役所本館1階 税務室、医療保険課

※お越しの際は、地下出入口をご利用ください。

問い合わせ 税務室・医療保険課

国民年金保険料の改正

当額等一部助成（医療証〔黄色〕）を持っている人は、申請の必要はありません。

※①～③は誕生日を過ぎると、申請日からの受給資格となります。

持ち物 健康保険証、印鑑

それぞれの該当を証明するもの（受給者証など）

申し込み・問い合わせ 障がい福祉課

4月から28年3月の国民年金保険料が、次のとおり改正されます。

| 保険料（月額） | |
|---------|---------|
| 定額保険料 | 15,590円 |
| 4分の3免除 | 3,900円 |
| 半額保険料 | 7,800円 |
| 4分の1免除 | 11,690円 |

※保険料を前納すると、料金が割引引きされます（納期限あり）。

■次のときは届け出をしてください

- ださい**
- 本人または扶養している配偶者が厚生年金・共済組合の資格を喪失したとき
 - 厚生年金・共済組合に加入している配偶者の扶養から外れたとき
 - 国民年金第1号被保険者の住所・名前が変わったとき
 - 国民年金第1号被保険者が海外へ転出するとき
 - その他、諸変更があったとき
- 持ち物 年金手帳、認印、本人または配偶者の退職日が確認できる書類（退職の場合）
- ※保険料の免除申請を希望する場合は、本人・配偶者・世帯主のうち、退職した人の「離職票」・「雇用保険受給資格者証」などを持参してください。
- 届出先 医療保険課（内容により年金事務所）
- 問い合わせ
- ▽国民年金第1号被保険者の届出
- ▽年金受給・制度全般
- ▽年金事務所（TEL 846・5011）

[広告]

[広告]

広報紙に広告を載せませんか

「広報かたの」は事業所や自営業者のみなさんから有料広告を募集します。

希望する広告主は、次の取り扱い業者に直接お問い合わせください。

広告の大きさ 1 枠＝縦 45[㍍]×横 84[㍍]

※2 枠を一体的に使うこともできます。

問い合わせ ㈱ホープ（TEL 092・716・1404）

保険・年金

国民健康保険の お知らせ

27年度国民健康保険料

27年度の国民健康保険料は、6月に決定します。納入通知書は、6月中旬ごろに送付します。

特別徴収(年金からの天引き)の場合は、4・6・8月の仮徴収期間に、原則2月分の保険料と同額を年金から天引きします。

なお、27年度中に75歳になる世帯主の人で、今まで特別徴収の人は、27年度は普通徴収に変更されます。

普通徴収(口座振替・納付書など)の場合は、4・5月の納付はありませぬ。

世帯主の変更

今まで国民健康保険の世帯主であった人が、他の医療保険に移したなどで、国保資格喪失後の世帯に引き続き国保加入者がいる場合、世帯主の名前はそのまま引き継がれ(擬制世帯主)、各種届出や保

土砂災害防止法に基づく調査の結果

土砂災害防止法とは、土砂災害から国民の生命を守るため、土砂災害のおそれのある区域についての危険の周知、警戒避難体制の整備、住宅などの新規立地の抑制、既存住宅の移転促進などを行う法律です。

今年度までに調査を完了した箇所の結果は、枚方土木事務所または市土木建設課で閲覧できます。

※詳しくは、府ホームページ(http://www.pref.osaka.lg.jp/hirado/shisakujigyo/dosyahanou_katano.html) 問い合わせ 枚方土木事務所 建設課(TEL 844・133 1)か、市土木建設課

パスポートの申請

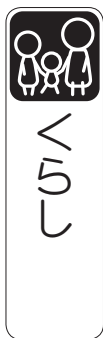
市役所でも、パスポートの申請受付および交付ができます。

申請・交付場所 市役所本館 1階 交野市パスポート

険料納付の義務を負うこととなります。

この場合、申請により実際の国保加入者を、保険上の世帯主に変更することができません(住民票の変更はありません)。

世帯主を変更することで、保険料の軽減判定や医療費の上限額の見直しがあります。口座振替を利用していている人は、納付義務者の変更に伴い、改めて口座振替の申し込みが必要になります。詳しくは、お問い合わせください。



議会報告会を開催



市議会は議会基本条例に基づき、開かれた議会を目ざして、議会の報告や質疑を行う議会報告会を開催します。とき 5月10日(日) 午前10時30分〜正午

コーナー

対象 日本国籍を有し、市に住民登録をしている人 または市に居住(居所申請)している人

受付日時 月々金曜日

▽申請 11午前9時〜午後4時 30分

▽交付 11午前9時〜午後5時 30分

取扱業務 新規申請・交付・更新・記載事項変更・増補(ページ数追加)・紛失届

交付までの日数 10日 ※受付と交付までの日数は、土・日曜日、祝・休日、年末年始を除きます。

※パスポートの受け取りは申請した場所のみで、本人以外での受け取りはできません。

問い合わせ 市パスポートコーナー

「安まちメール」を「ご存じですか

安まちメールは、ひったくりや子ども被害などの犯罪、女性に対する性犯罪情報等を警察から電子メールでタイムリーにお知らせするシステム

ところ 市役所別館3階 中会議室

※当日は、手話・要約筆記があります。

問い合わせ 議会事務局

市民課からの お知らせ

市営葬儀の案内

市は、簡素・低廉かつ厳粛な市営葬儀を行っています。利用条件 葬儀執行者(喪主など)または死亡者が交野市民で、市内で葬儀を行う場合

葬儀の場所 自宅、地区の集会所や会館、寺院など 費用 標準葬16万円、略式葬6万円

※支払いが困難な人は、申請することで減額・免除できる場合があります。

委託業者 (有)花竹、(株)西口共栄社、(有)駕泉、セシモニールホール交野桜会館、(株)テンシヨウ、泉屋(株)

※申込時に委託業者を1社選んでください。その他 祭壇や祭具などは、各委託業者が所有する市営葬儀の規格

に準ずるものを使用します。

▽オプションは、利用者が委託業者に直接申し込みをすることで利用できます。

▽飯盛斎場・寝屋川斎場・枚方市立やすらぎの杜の火葬場への手続きは、委託業者が代行します。

葬儀の受付 市民課、星田出張所

※平日の業務終了後や土・日曜日、祝日は、市役所本館地下警備員室で受け付け可

■住民票の写し等本人通知制度の案内 市は、住民票の写しなどの不正請求を抑制するため、住民票の写し等本人通知制度を実施しています。

この制度は、事前に登録することで、登録した人の住民票の写しや戸籍謄本などを、代理人を含めた第三者に交付した時、交付した事実を本人に通知する制度です。

また、不正取得が明らかになった場合、登録者の希望により、その事実についても通知を行います。登録日以前の不正取得についても、請求書保存年限までさかのぼって通知します。

登録できる人

①交野市の住民基本台帳、戸籍の附票に記載されている人(5年以内に除かれた人を含む)

②交野市の戸籍に記載されている人(除かれた人を含む) 登録に必要なもの

①本人の申し込み 本人確認書類(写真付き住基カード、運転免許証など)

②法定代理人による申し込み 法定代理人であることを証明する書類(戸籍謄本など)と、本人確認書類

③代理人による申し込み 委任状と本人確認書類 通知内容 住民票の写しなどの種類、交付日、交付枚数(不正取得に係る場合は、請求者名と不正取得の認定理由も通知)

通知方法 本人宛てに郵送登録申請場所 市民課か星田出張所

※他の市区町村に居住している人や疾病などの人は、郵送で申し込みができます。詳しくは、お問い合わせください。

申し込み・問い合わせ 市民課、星田出張所

第5回 環境事業所フリーマーケット出店者募集

マルシェと同時開催!

日常の不用品の有効活用とごみの減量の推進、人と人との交流の場として、フリーマーケットを開催します。

とき 5月24日(日) 午前10時〜午後3時(小雨決行)

ところ いきいきランド交野カーニバルコンコース

対象 市内在住の人 定数 40ブース(多数の場合は抽選・出店料無料)

区画の大きさ 2.4m×6.7m ※車両による出店・手持ち出店も可能

申し込み 4月1日(水)〜24日(金)の午前9時〜午後4時30分に、環境事業所に来所

問い合わせ 環境事業所 環境事業課



実施期間 26年12月24日〜27年1月28日

①交野市第3次障がい者(児)福祉長期計画(素案)

意見の件数 3件

障がい者(児)の現状に関するもの 11件

障がい者(児)の現状と計画の基本的な考え方、および計画の推進体制に関するもの 11件

②計画の推進体制に関するもの 11件

③交野市第4期障がい福祉計画(素案)

意見の件数 1件

障がい福祉課

④交野市行政手続条例の一部改正(素案)

実施期間 27年1月13日〜2月11日

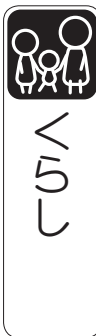
意見の件数 1件

障がい福祉課

⑤交野市第4期障がい福祉計画(素案)

意見の件数 1件

総務課



春の山火事予防運動

4月12日(日)・26日(日)・5月6日(休)までの日曜日・祝日を重点に「伝えよう森の大事さ 火の怖さ」をスローガンに、消防本部(署)・消防団合同で山林パトロールや駅前広報を実施し、ハイカーにたばこの投げ捨て禁止などを呼びかけます。

山火事の原因は、人のうっかりしたミスによるものが大半です。また、この時期は空気が乾燥し、強風が吹く日が多いことから、山火事が一度発生すると大きな火事になりかねません。

みなさんの山火事予防へのご協力をお願いします。

問い合わせ 消防本部予防課

第70回NAISTサイエンス塾の参加者募集

パンを一緒に作りながら、微生物の力を学びます。

水道局からのお願い

水道局では、検針員により水道メーターを検針しています。水道メーターボックス上に植木鉢や自転車、バイクなどを置いていると検針が非常に困難となります。

もし水道メーターボックス上に物を置いている場合は、移動をお願いします。みなさんのご協力をお願いします。

問い合わせ 水道局総務課

春の薬草見学会

とき 4月25日(土)午後1時30分～4時

ところ 摂南大学校方キャンパス 薬学部附属薬用植物園(枚方市長尾峠町45-1)

内容 薬用植物の見学、漢方薬・健康茶・ハーブティの試飲など

定員 50人

※参加希望者が多数の場合は、抽選となります。

参加費 無料

とき 5月16日(土)

時間

①午前10時～11時30分
②午後1時30分～3時

ところ 高山サイエンスプラザ4階(生駒市高山町)

対象 小学生(保護者が同伴してください)

参加費 500円

定員 ①②各30人(抽選)

※当選通知は、4月28日(火)までに行います。落選通知はしません。

申し込み eメール、ファクス、はがきで「小さな生き物、酵母の働きをパン作りから学ぼう」と題記し、

①希望時間(第2希望まで)
②参加者名(フリガナ)
③学校名・学年④住所(郵便番号)⑤メールアドレス、ファクス、電話番号を記入し、4月21日(火)〈必着〉までに、〒630-0101 生駒市高山町8916-12 奈良先端大支援財団

※eメール(kagaku@science-plaza.or.jp)、ファクス(0743-72-5819)

※受付開始は、4月1日(水)です。

問い合わせ 同財団(TEL0743-72-5815)

せん定枝りサイクルたい肥の無料配布

とき 5月18日(月)～22日(金)午後2時～4時(雨天決行)

※混雑緩和のために、配布日と時間の指定をします。

※希望日が集中した場合は、希望日以外の日時を指定させていただきます。ご理解をお願いします。

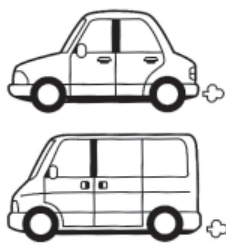
ところ 青山4丁目地内 第二京阪道路高架下(下図のとおり)

対象 市内在住・在勤で、たい肥(18kg入り)を自力で運べる人

申し込み 往復はがきに①住所(在勤者の場合は勤め先の住所)②名前③電話番号④希望日(第1・第2希望日まで)を記入し、4月10日(金)〈消印有効〉までに、〒576-18501(住所記入不要)土木建設課維持・工務係

※応募は1世帯1枚に限り、1枚につき5袋(1袋18kg入り)までです。

春の安全運転講習会



申し込み 往復はがきに①名前②年齢③住所④電話番号を記入し、4月13日(月)〈必着〉までに、〒572-18508 寝屋川市池田中町17-8 摂南大学地域連携センター

※2人まで申し込みます。

問い合わせ 同センター(TEL 8209-0385)

下水道課からのお知らせ

市の汚水排除方式は分流式ですが、大雨時には汚水管に不目水(雨水・地下水など)が多く侵入するため、その対策に取り組んでいます。

次のとおり、松塚公園内の地下に汚水貯留槽設置工事を行います。工事期間中は公園をご利用のみなさんや近隣にお住まいのみなさんには、大変ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

工事場所 松塚12番地内(松塚公園内)

たい肥配布会場 位置図

会場出入口 ※車・バイクの入退場は右折のみです

第二京阪道路の側道から左へ

※引換券が無い人には、たい肥をお渡しできません。お越しの際は、引換券のご確認をお願いします。

往復はがきの書き方

※ここには、何も書かないでください。

576-8501 (往信) 交野市役所 土木建設課 維持・工務係 行

576- (返信) (申込者の名前) 様

①住所
②名前
③電話番号
④第1希望日 第2希望日

松塚公園 仮囲い 迂回路 工事箇所

塚公園内) 工事期間(予定) 4月1日(水)～28日3月26日(土)

工事名 私市幹線汚水貯留槽設置工事

請負業者 安積建設(株)交野営業所

問い合わせ 下水道課

府営住宅 申込書の配布

とき

▽第1回 4月3日(金)
▽第2回 4月9日(木)
▽第3回 4月15日(水)
▽第4回 4月21日(火)
▽第5回 4月27日(月)

時間 いずれも午後2時40分～4時30分

ところ 枚方市津田山手2-11-40

内容 科目の実習体験、ガイダンス、相談コーナー

問い合わせ 同校総務課(TEL 808-2151)

府営住宅 申込書の配布

配布期間 4月1日(水)～15日(水)〈土・日曜日を除く〉

受付期間 4月1日(水)～15日(水)〈消印有効〉

市内の配布場所

▽市役所本館1階受付

▽市役所本館2階情報課

▽星田出張所

▽ゆうゆうセンター

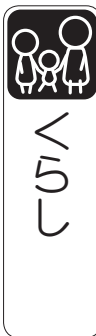
※詳しくは、申込書を参照してください。

問い合わせ 情報課広報担当

府立北大阪高等職業技術専門校の見学説明会

7月の入校を検討している人を対象に、見学説明会を開催します。

7月入校科目 組込みシステム科



まちづくり
ラウンドテーブル

意見を交換し合う井戸端会議です。気軽にお越しください。開催曜日・時間が変わりました。

とき 4月22日(水)午後1時～3時

ところ 市役所別館1階 市民活動ルーム「わいわいネット」

※当日受付・自由参加
問い合わせ みんなの活力課

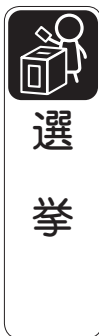


国税専門官採用試験

受験資格 次のいずれかに該当する人

①昭和60年4月2日～平成6年4月1日に生まれた人

②平成6年4月2日以降の生まれで、大学を卒業した人(卒業見込み、人事院が同等の資格があると認める人



財産区議会議員選挙

5月13日任期満了となる倉治、郡津、星田、私市、森、寺の6財産区議会議員の選挙を次のとおり行います。

告示日 4月21日(火)

投票日 4月26日(日)

開票 4月26日(日)午後9時～、市役所別館3階中会議室



迷うより 受けてみようよ
がん検診

がん検診は健康な人が対象です。受診期間内に1回(乳がん検診・子宮頸がん検診は2年に1回)受診できます。自覚症状のある人は検診の対象外となりますので、早期に医療機関で受診してください。

■医療機関検診
受診期間 4月～28年1月末

ところ 市内の実施医療機関

検診項目 がん検診(胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮頸)、肝炎ウイルス検診、胃リスク検診

申し込み 直接、市内実施医療機関

■センター健(検)診
受診期間 5月～28年3月

ところ ゆうゆうセンター

5～7月分の申込受付
▽5月11日(金)・28日(木)・29日(金)

かたのチャレンジ

市では、市民のみなさんが健康でいきいきとした生活を送るために、4つの健康チャレンジを設定しています。

このチャレンジに取り組むことで、高血圧や動脈硬化などの予防につながります。家族や近所の人と一緒に取り組み、身近な健康づくりを始めましょう。

■チャレンジ項目

- ①食事チャレンジ 健康なからだは「バランスのよい食事」から
- ▽ステップ1＝1日3回の食事を規則正しく食べる
- ▽ステップ2＝野菜を1日4～5皿食べる
- ▽ステップ3＝「ま」にはやさしく「の」食品を摂取する
- ②運動チャレンジ ウォーキングの旅
- ▽ステップ1＝歩数を毎日つけ、ウォーキングに挑戦
- ▽ステップ2＝週3日以上1日7000歩以上歩く
- ▽ステップ3＝毎日7000歩以上歩く

③睡眠チャレンジ 目覚めスッキリで毎日生まれ変わる

▽ステップ1＝睡眠日記をつけて、自分の睡眠パターンを知る

▽ステップ2＝睡眠パターン別に生活習慣を見直す

④禁煙チャレンジ 禁煙で手に入れよう、新しい身体

▽ステップ1＝ニコチン依存度チェックで弱点を知り、禁煙開始日を決める

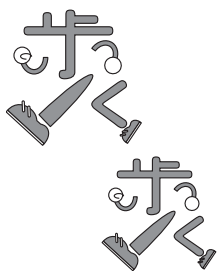
▽ステップ2＝禁煙で新しい身体を手に入れる

参加方法

▽窓口でチャレンジシートをお渡しします。ホームページ(http://www.city.katano.osaka.jp/sosiki/kenkou)から、ダウンロードもできます。①～④のチャレンジ項目の中から選択し、取り組みます。

▽ステップ1を達成した後、キーワードが記入されたカードを窓口で受け取り、次のステップへ進みます。

▽最後まで終了すると、チャレンジに合わせた記念品をお渡しします。



星のまち
歩く歩くDAY

健康づくりのためのウォーキングを始めてみませんか。すでにウォーキングをしている人も、健康に効果的なウォーキング法を再確認できます。

とき 4月17日(金)午前9時15分～11時30分(小雨決行)

集合 午前9時15分に、ゆうゆうセンター1階 健康増進センター

内容

▽ストレッチ、体操

▽郡津方面へのウォーキング

※当日は、市役所別館で現地解散となります。

対象 ウォーキングに興味がある人

健康もりもり教室

体力、体調をチェックした上で参加してください。健康状態がすぐれない人は、参加をご遠慮ください。

服装 歩きやすい服装・靴

持ち物 健康手帳、飲み物、タオル、帽子、雨具など

※健康手帳がない人には、当日お渡しします。

参加費 無料

申し込み 直接集合場所
問い合わせ 健康増進課

| | |
|---------|-------------------|
| 最高血圧 | 130mmHg 以上 |
| 最低血圧 | 85mmHg 以上 |
| 中性脂肪 | 150mg/dl 以上 |
| LDL | 120mg/dl 以上 |
| HDL | 40mg/dl 未満 |
| 空腹時血糖 | 100mg/dl 以上 |
| HbA1c | 5.6% 以上 (NGSP 値) |
| 腹囲 | 男性 85 釐・女性 90 釐以上 |
| BMI | 25 以上 |
| AST・ALT | 31 IU/l 以上 |
| γ-GTP | 51 IU/l 以上 |

改善のポイント

▽汁物の塩分測定

対象 16～74歳で、1年以上の健診・血液検査の結果が右表のいずれかに該当する市民

定員 先着25人

参加費 無料

持ち物

▽1年以内の健診結果

▽血液検査の結果

▽筆記用具

▽健康手帳

▽みそ汁などの汁物

申し込み・問い合わせ 4月3日(金)～23日(木)までに、健康増進課

元気アップ体操体験会

シルバー世代の健康づくりのために作った、市オリジナルの「元気アップ体操」を体験するイベントです。

ところ・とき

①ゆうゆうセンター＝4月3日(金)・17日(金) いずれも午前10時30分～11時30分

②武道館＝4月9日(木)・23日(木) いずれも午後1時30分～2時30分

定員 各50人程度

※参加者多数のときは、入場制限をする場合があります。

持ち物 水などの飲み物、②は上履き

※動きやすい服装で、お越しください。

申し込み 当日直接会場

問い合わせ 高齢介護課

▽6月11日(水)・29日(月)・7月14日(火)・31日(金)

※健(検)診日の指定はできません。

健(検)診項目 特定健診(国保加入者のみ)、がん検診(胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮頸)、肝炎ウイルス検診、結核検診、びちびち健診

※胃がん検診受診者のみ追加で、胃リスク検診(血液検査)が受診可能

※健(検)診項目により、定員数が異なります。

申し込み 次の期間に健康増進課に電話(893・64

▽5月分の申込期間 4月1日(水)～14日(火)

▽6・7月分の申込期間 4月15日(水)～5月12日(火)

※対象・費用・申込方法は「わが家の健康管理」をご覧ください。

問い合わせ 健康増進課

元気度知ろう会 「脳力測定」

ファイブ・コグ(集団認知検査)を用いた脳力チェックです。

とき・内容

▽4月20日(月) 測定の実施

▽4月27日(月) 測定結果の返却、脳力アップに関する取り組みの紹介

時間 午前9時40分～10時40分

ところ ゆうゆうセンター1階 審査会室

対象 65歳以上の市民

定員 先着15人

参加費 無料

申し込み・問い合わせ 4月6日(月)から、高齢介護課

土曜・休日夜間 急病センターの休診・移転

交野市土曜・休日夜間急病センターが病院の移転に伴い、次のとおり新病院で診察



を行います。

病院名 社会医療法人信愛会

交野病院

新住所 松塚39-1 (TEL 89

1-0331)

診療開始日 5月3日(祝)

※5月2日(土)は、休診です。

※病院移転に関する診療情報などは、交野病院のホームページ

ページ (<http://www.katano-hor.jp/>)にて確認してください。

問い合わせ 健康増進課

風しん予防接種公費助成

これから生まれてくる赤ちゃんを先天性風しん症候群から予防するために、市では任意接種された風しんの予

高齢者肺炎球菌 予防接種の案内

27年度高齢者肺炎球菌予防接種の対象者には、案内を送付します。

予防接種の方法などの詳細は、「わが家の健康管理」をご覧ください。

問い合わせ 健康増進課

成人歯科健診

歯周病は自覚症状に乏しく、異常に気付いたときには相当進行し、歯を残しておくことが困難な場合がよくあります。そうならないためにも定期健診が必要です。

実施期間 4月1日(水)～

28年2月29日(月)

対象 27年度中に、40・

50・60・70歳になる市民

※誕生日以前でも受診できます。

受診に必要なもの

▽個別通知のはがき、もしくは本人確認ができるもの(健康保険証など)

▽健康手帳(持っている人のみ)

防接種費用の一部を助成します。対象者 風しん抗体検査の結果、抗体価が低く接種時に19歳以上の男女で、①～③に該当する市民

① 妊娠を希望する女性

② 妊娠を希望する女性の配偶者

③ 妊娠をしている女性の配偶者

接種・申請期限 28年3月31日(木)

助成金額

▽麻しん・風しん混合ワクチン(MR) 上限5000円

▽風しんワクチン 上限2500円

助成方法 償還払い(1回限り)

※医療機関で接種費用を全額支払い後、申請により助成金額を指定口座に振り込みます。なお、医療機関の指定はありません。接種費用は医療機関により異なります。

申請に必要なもの

▽予防接種済証と領収書(被接種者名・ワクチン名・医療機関名・接種日・金額が

明記された原本)

▽抗体検査の結果(基準値あり)

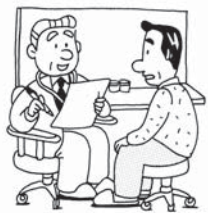
▽振込口座の確認できるもの

▽印鑑

▽代理申請の場合は、本人確認ができるもの

問い合わせ 健康増進課

特定健診



国保の27年度特定健診対象者には、4月上旬に受診券を送付します。年度内に1回、特定健診を受診してください。受診の際は、受診券を必ず持参してください。

なお、年度内に75歳になる人には受診券を送付しません。75歳の誕生日翌月に「後期高齢者医療健康診査受診券」を送付します。誕生日までに受診を希望する人は、受診券を発行しますので、医療保険課までお問い合わせください。

対象者 特定健診対象者で、年度内に特定健診を受診していない人

申請期限 人間ドック受診日

～6か月以内

助成上限額 6000円

※詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ 医療保険課

小学校就学前の 予防接種



■麻しん・風しん混合(MR)の予防接種

対象 平成21年4月2日～

22年4月1日生まれの人

※対象者には個別通知をしますが、5月になっても届かない場合はご連絡ください。

接種期間 4月～28年3月

ところ 実施医療機関(予約制)

※実施医療機関は、「わが家の健康管理」をご覧ください。

費用 無料

持ち物 母子健康手帳

保健所だより (4月分)

※第1期の麻しん・風しんの対象年齢は、1歳から2歳の誕生日前日までです。1期の人も、1歳の誕生日を迎えたら早めに接種してください。

問い合わせ 健康増進課

■肝炎検査(無料・予約制)

とき 第2火曜日午前9時

30分～10時

■風しん抗体検査(無料・予約制)

とき 第2火曜日午前10時

～11時30分

■HIV即日検査(無料)

とき 第1・3月曜日午前

9時30分～10時30分

※結果は即日、要確認検査の場合は1週間後

■骨髄ドナー登録(無料・予約制)

とき 第1・3月曜日午前

9時30分～

■こころの健康相談(予約制)

内容 精神疾患、アルコール依存症、認知症、ひきこもりなど

目より健康コラム ～子どもとのふれあい、～

子どもは「ふれあい遊び」が大好きです。お母さんやお父さんに抱き締められたり、一緒に遊んでもらうことで喜びを感じます。それが子どもの心を育て、人との関わりを学んでいきます。

子どもと同じ目線で一緒に遊ぶこと、自分自身も楽しむことを大事にして、「ふれあい遊び」をいろいろ体験してみましょう。

子どもとの触れ合いは、時間の長さだけが大切なのではありません。どんなことをしたら子どもが喜ぶのかを知り、ちょっとした時間を見つけて、親子で絆を深めていくことが大切です。

市でも、子育て支援センターなど触れ合いの場がありますので、気軽にお越しください。問い合わせ 健康増進課

■結核相談(予約制)

とき 随時

■指定難病・小児慢性特定疾病などの相談(予約制)

とき 随時

■飲料水(井戸水)の検査(有料)

とき 毎週火曜日午前9時

30分～11時30分

■検便(腸内細菌・寄生虫卵)(有料)

とき 毎週火曜日午前9時

30分～11時30分

■室内空気検査(ホルムアルデヒドなど)(有料、予約制)

とき 毎週火曜日午前9時

30分～11時30分

■お知らせ

隔月で掲載している「学校十色」のコーナーは、今月は休みです。次回、6月号の掲載となります。問い合わせ 指導課