

広報
かわにし

milife

かわにしの未来へつなぐ生活情報誌【みらいふ】

10

The Monthly
Magazine
for Kawanishi City

Oct.2015 No.1318

<http://www.city.kawanishi.hyogo.jp/>

特集

日本一の里山、35軒

生命の輪を廻す^{まわ}

樹齢100年を超える「台場クヌギ」、枯れている。2～3mの高さで伐採を繰り返し、ずんぐりとした幹へと形を変えていく。シカの食害を防ぎ、萌芽の生育を早めるために生まれた先人の知恵。日本一の里山といわれる黒川地区の「菊炭」は、こうして伐採されたクヌギを原材料とする。今、役目を終えた台場クヌギは私たちに何を語りかけるのか。

表紙にスマートフォンをかざすと動画が流れます

動画を見るためにはAR（拡張現実）用のアプリが必要です。インストール方法について、詳しくは市ホームページへ（ID番号K17393でサイト内検索・右の2次元コードからアクセス）。



唯一残った炭焼農家



今西勝さん(77歳)

煙と煤の臭いが立ち込める炭窯。空が白み出した頃、今西家の「窯出し」が始まります。「お前、まだ火あるかもしれないぞ。気い付けろ」声を荒げるのは、炭を焼き続けて60年以上になる今西勝さん。長男の学さんを見守ります。100度以上の高温になる炭窯に入っては炭を人力で取り出す作業。汗と煤をまといながらも、半日ほどかけて、1トンの「菊炭」を窯から出し終えます。

親父も僕もここが好きなんよ 当たり前前の姿を誰かが守らなあかん

年明けから初夏にかけて、数十回に渡り繰り返される炭焼き。日本一の里山、黒川の所以はここにありませぬ。

かつて炭窯は黒川の集落至るところにありました。ピーク時には約30軒が炭焼きを生業としていたといえます。しかし今、残すは今西家のみ。長男の学さんは物心付く頃から炭焼きを手伝ってきました。現在、後継ぎとして両親と妻、子ども2人を支えています。「日本一」と言われるのはうれしいよ。ただ、僕らは昔からやっていることを続けているだけ」

高校卒業後、農業大学に進学した学さん。父親の勝さんは、将来の仕事について、何も口出しすることはなかったそうです。「違う仕事を考えた時期もあった。なんせこんな仕事やから。どこかに出掛けることもでけへんし、休みもない。それに、窯の中であれだけ煙を吸ってて体に良いわけがない。ただ、結局よそで働こうとは思わなかったな」学さんが炭焼きを始めてからも



今西学さん(44歳)

黒川の人口は随分減りました。かつて、炭焼きが盛んだった頃の姿とは全く違うものになっているのです。

それでもなお、学さんは「本当のところ、息子にも炭焼きを継いでほしい」と話します。

「今後この村がどうなるかは分からへん。だから、親として考えるところもある。きつい仕事なんは、手伝っている息子もよう知っているはずやし。でもね、親父も僕もここが好きなんよ。山に入って木を切り育てる、炭を焼いてまた山に入る。それは僕らが知っている黒川の当たり前前の姿。本音を言うと、大事な人は「日本一」やない。里山は人が手を入れないと死んでしまう。守るためには誰かがやらなあかん。息子もそう思ってくれるなら続けてほしい」

岐路に立つ日本一 人が手を入れなければ廻らない生命の輪

遠い昔から利用されてきた日本の里山。戦後、次々と姿を消していきました。人が手を入れなければ、生命の輪は廻らない。それが里山の仕組みです。茶席の高級炭「菊炭」の生産が残した黒川の里山。いつしか「日本一」と呼ばれるようになりました。今、その里山が岐路に立っています。残るのが、それとも消えるのか。黒川には、「責任」を持って里山を守る人がいて、行く末を「覚悟」する人がいます。今ある「息吹」をつなぐため、私たちにできることを考えてみませんか。



1_ 菊炭の原材料となるクヌギが切り出されるのは12~5月 2_ 台場クヌギの平原。切られた幹から枝が伸びる 3_ 4月には始まる萌芽 4_ 窯に原木を入れ、火を回して蒸し焼きにする工程は1回約1週間 5_ 高温の炭窯内。簡易な装備での作業。長時間は入れないため、交代で炭を出す 6_ 体の熱をとるため、休憩に入る。煤だらけの体から湯気が出続ける 7_ 炭焼きは冬から春にかけてのクヌギの伐採に合わせるため、期間に限られる。窯出し後すぐに次のクヌギが窯に入れられる



なぜ黒川が日本一なのか

黒川で古くから続く茶席の高級炭「菊炭」の生産。その原材料はクヌギで、地区周辺では、約8年の周期でクヌギの木を伐採し、人が常に手を入れながら、里山をつくりあげてきました。輪伐されることでパッチワーク状

の景観となり、それによる多彩な環境では多くの動植物が見られます。人の生活のために利用される里山が現在も残るのは全国的にも非常に稀で、歴史性、実証性、生物多様性、景観性の観点から日本一の里山と呼ばれるのに十分な資格があります。



兵庫県立大学
名誉教授
服部保さん(67歳)

里山の生物多様性保全と里山の再生や照葉樹林の生物多様性保全などに関して研究。黒川の「日本一の里山」を提唱。



1_かつて日本で見られた四季の姿が黒川には残る 2_里山には広葉樹が多い。秋は最も美しい季節の一つ 3_新春恒例の「とんと焼き」
4_クヌギ林脇を流れる清流はやがて田畑へと引かれる 5_県の絶滅危惧種に指定されるエドヒガンザクラ 6_ホタルの数は阪神間でも随一



7_維持できなくなったビニールハウス 8_一見美しい棚田に見えるが、手前は耕作放棄地 9_放棄地の雑草を刈り取る姿は真夏でも見られる

◎黒川地区の高齢化率は45%を超える。多くの場合、所有する山林の保全を続けることは難しい。森林ボランティアやNPO法人などの整備地を除き、クヌギ林の多くが、里山としては荒れた状態へと変わっている。山林だけでなく、近年では耕作放棄地も目立つ。周囲で育成する農作物に影響を与えないよう、隣接する田畑の所有者などが手入れを続けている。



これが最後のチャンスやと思いつ

「何もないよ、ってあいさつするんですよ。村の文化やから、年寄りばかりでも絶やしたらあかんと思っただけで、やってきました。でも実は昨年、集落にできた唯一の助産院さんが、通院する親子をたくさん連れてきてくれてね。楽しそうにはしゃぐ子どもの声に、思わず胸が熱くなってしまった。もしかしたら、自分の子の走り回る姿が脳裏をよぎったんかもしれへんね」

村は年を取りました。黒川は昔に戻ることができません。山に入り、炭を焼く、そんな生活に戻ることはできないのです。

「何もなければ、それで村は消えていくのかもしれない。10年20年先を考えるのはつらい。でも黒川は、今西さんのところが菊炭の生産をしていておかげで『日本一』というブランド名をもったんです。僕はこれが村の将来を変えられる最後のチャンスやと思っってます。かっこいいことは言っちゃいけない。今作っている農産物を売るのも、働く場所を確保するのも、これからの黒川を考えると、いろいろな人の手を借りて、やっていかなあかんのですよ」

きれいやね、ええとこやね
「じゃあ住もか」とはならんのです

黒川自治会長
畑中隆さん(65歳)



黒川に広がる田畑。特産の栗やクヌギのほだ木に生えそろうシイタケ、山裾の棚田に育つ稲が収穫の時期を迎えています。

地元やボランティアの人たちに手入れされた「黒川ダリヤ園」。行楽のシーズンとなり、多くの観光バスを見掛けるようになりまし

山に入れば広がるクヌギ林。企業の支援により生まれた里山に森林ボランティアが手を入れ、伸びた枝葉は、冬の伐採の時期を待っています。

黒川に住む人と支援の手。そして訪れる人たち。里山は豊かな実りの秋を迎えています。

「今、数えきれない人たちが、この地を盛り上げようとしてくれている。僕らは応えなあかん。それは、住む人間全てに関わってくるはずなんです。ずっと昔から守ってきた僕らの里を、黒川という地を、次の世代に残すことを思うなら、『日本一』を知ってもらって、訪れてもらって、手伝ってもらって、そしてこの村に活気を作らなあかん。もう四の五の言っただけじゃあかん。もう四の五の言っただけじゃあかん」

春に咲くエドヒガンザクラ、初夏のホタル、夏の水辺に秋の紅葉、冬には炭焼きが始まる——季節によってさまざまな表情を見せる里山の顔。

「きれいやね、ええとこやね。訪れてくれた人たちはいつも言ってくれます。ただ、それで『じゃあ住もか』とはならんのです」

黒川自治会長の畑中隆さん。集落内で市立知明湖キャンプ場長として働いています。

「僕はここの場長ですから、それで飯が食える。でもね、『日本一の里山』言うってもらっても、皆それだけでは自分の生活には結びつかへんのです。『俺に何の関係があんねん』ってね。それはおかしいことやないと思いますよ」

現在、黒川地区に住むのは35軒100人と少し。その多くは高齢者です。

「後継ぎがない。子どもたちはほとんど出て行ってしまいたからね」

自治会では、毎年「運動会」を開催。昭和52年に休校となった黒川小学校（現黒川公民館）のグラウンドを利用してします。例年、参加するのは50人ほど。成人した住民ばかりです。

「僕ね、『日本一』の里山で、日本一小さな運動会を続けていきま

資源として 黒川を観る

観光資源の発掘と活用の検討開始
魅力あるスポットを組み合わせる

問合せ 文化・観光・スポーツ課 Tel (740) 1161
※黒川ダリヤ園については公園緑地課Tel (740) 1185へ



黒川小学校北棟
明治37年に建設された



1,200株を数える「黒川ダリヤ園」



「桜の森」エドヒガンザクラ
樹齢100年を超えるものも見られる

「黒川が無くなれば、日本に本当の意味での里山は無くなります」兵庫県立大学名誉教授の服部保さんにそう言わせるほどの地。それでも、自治会長の畑中隆さんは「いい選手はたくさんいるんやけどね。人に訪れてもらうためには、うまく打順を考え、バッテリーを組まない」と悩みます。

里山内にはエドヒガンザクラ群落「桜の森」が広がり、集落には明治37年に建てられた県内最古級の木造小学校、旧黒川小学校が存立。

都市圏内のレジャースポットとして知られる知明湖キャンプ場や秋の風物詩となった「黒川ダリヤ園」、ハイカーなどでにぎわう妙見山、黒川には多

くの魅力があります。

大阪から車で約1時間の場所にある豊かな資源。市は、民間事業者のノウハウも活用しながら組み合わせ、市内外に発信していかなければいけないと考えています。

今年度、黒川地区の観光資源を発掘・再発見し、有効に活用するための検討が始まりました。「黒川ダリヤ園」では、新たな整備や運営の計画策定に向けてスタートします。

黒川を訪れる人を増やすために何ができるのか。行政と民間事業者、住民団体、ボランティアなどが協力し、動き始めようとしています。



しまぎ助産院 島崎明代さん(47歳)

平成23年9月、黒川に転入。24年5月に自宅で助産院を開業した。シックハウス症候群などを気にかけて無添加住宅で、入院時の食事には黒川産のオーガニック野菜や米などを使用。助産院以外に、産後ステイや料理教室、マタニティヨガなどでも、お産の手伝いを続けている。夫、長男、長女4人で暮らす。

自然出産にこだわる「しまぎき助産院」。7年前、開院のために土地を探していたところ、島崎さんは黒川にたどり着きました。「納得いく場所に巡り合うまで2年くらいかかりました。かなりあちこち見て回ったんですけどね。絶対ここがいいって思いました。決め手は環境です。大自然の中なのに都会から近く、最寄り駅まで徒歩で行ける点も大きかったですね。助産院として、緊急時には大切なことなので」暮らし始めて4年が経ちました。今や立派な「村民」です。「お祭りの時とかね、パワフルですよ。一緒にお弁当を作ったりするんですが、朝早くからすごい活気です。みんなよく働く。高齢

将来、理解ある人の力が必要になる

なのに私の旦那よりもよっぽど体力のある人ばかりです。でも、皆さん忙しいですね。人が少ない分、地域活動に多く加わらないといけないから」黒川が一番好きなところが景観だと話す島崎さん。「ほんと、四季を通じて美しい所なんです。それは、里山だけではなく、集落一帯です。皆さん毎日掃除をするから。草刈りをするから。人の手で景観は享受できるって実感します。ただ、いつまでもは続けられないですよ。近い将来、若い人の力が必要になります。それは私たちのような新しい住民だったり、黒川に理解のある皆さんだったりするのかもしれないですね。携える手がほしいです」



能勢電鉄株式会社 鉄道営業課 岡本淳一さん(54歳)

市内を縦断する能勢電鉄。平成25年に開業100周年を迎え、ターミナル「妙見口」駅～黒川地区内ケーブル・リフト一帯の施設をリニューアル。「妙見の森」と名付けられたお出掛けスポットは多くの観光客でにぎわう。10～11月には黒川などを中心に「のせでんアートライン 妙見の森2015」(8ページに掲載)を開催。

「集落を歩いていると、野菜をくれたりするんですよ」岡本さんは、能勢電鉄沿線を歩く「のせでんハイキング」を企画してきました。中でも、黒川周辺を歩くコースは人気とのこと。「里山って、生物の種類が多いんですよ。ハイカーには動植物などが好きな人も多く、熱心に撮影をする人もよく見掛けます。あと、木造建築として貴重な旧黒川小学校を昼食場所に設定すると、すごく喜ばれますね」今秋、能勢電鉄(株)が中心となり企画している「のせでんアートライン 妙見の森2015」。話題のアーティストなどを集めて沿線に芸術作品をちりばめ、地域を活性化しようとする試みです。

黒川は沿線の魅力を発信する出発点

「特に旧黒川小学校はアーティストに人気です。存在そのものがアートですから、芸術作品を飾ると映えるのかもしれないね。秋には妙見山を含む黒川一帯がアートでいっぱいになりますよ」能勢電鉄の終着駅「妙見口」からすぐの妙見山。アートラインのメイン会場となります。「能勢電鉄の役割は、お客様と沿線地域をつなぐこと。黒川が人を引き付けるものは何か、考えていかなければいけません。終着の地は始発の地。日本一の里山は沿線の魅力を発信する出発点にふさわしい。それに、府県境にある妙見山は地域をつなぐ象徴です。アートラインで、そのメッセージが伝えられればと思います」



気が遠くなるほどの時間
守り続けてきた灯
何も変わらなければ
消えてしまうのかもしれない
今、黒川に残るのは35軒
暮らす人、炭焼きを継ぐ人、日本一を背負う人になれなくても
私たちが知り、そして伝えなければ変わらない
里山の姿を、あなた自身の目で見てください
理解の輪を広げるために
生命の輪を廻し続けるために

11月1日(日) ※雨天中止
 @黒川地区一帯
 午前10時—午後3時 (黒川公民館ほか)



毎年恒例の黒川里山まつり

里山をまるごと 味わう

食べる・見る・聞く。3拍子そろった秋のイベント

問合せ 黒川里山まつり実行委員会事務局
 Tel (738) 0267 HP <http://www.hitosato.com/kurokawa/>

秋を彩る里山まつり。黒川公民館のほか、ダリヤ園、県立一庫公園、妙見の森ふれあい広場、知明湖キャンプ場、桜の森などを舞台に、黒川をあげて開催します。能勢電鉄「妙見口」駅から20分ごとにシャトルバスも運行します(始発午前9時10分、最終午後4時10分)。
 里山グルメのほか、農産物の直売、太鼓の演奏、餅つき、お茶席、など多彩なプログラムを用意。里山ガイドもあり、桜の森やクヌギ林を案内します。

国崎クリーンセンター啓発施設
ゆめほたるでも同時開催 雨天決行

問合せ ゆめほたる Tel (735) 7282
 武庫川女子大学教授の影山尚之さんによる「地域に学ぶ歴史と文化 2015」セミナーや「スウィング・ビートオーケストラ」によるコンサートはいずれも無料。そのほかエコクラフト、かえっこバザール、ミニSL、フリーマーケットなど。

日本一の里山
黒川発

=開催期間=
 10月10日(日) 11月23日(日)
 オープニングイベント
 10月10・11日(土・日)
 午前11時—午後4時 @能勢妙見山「星嶺」



のせでんアートライン妙見の森2015
 ソーシャルアートの芸術祭
**のせでん沿線が
 Art に変わる**
 NOSEDEN ART LINE MYOKEN NO MORI 2015

問合せ のせでんアートライン妙見の森実行委員会
 Tel (792) 7716 HP <http://noseden-artline.com/>

能勢電鉄(株)を中心に川西市、猪名川町、豊能町、能勢町などが協力して実現したアートライン。10月10・11日のオープニングイベントを皮切りに、11月23日までの間、妙見の森一帯やのせでん沿線に、全37組の作家によるアート作品が並びます。期間中には関連イベントも開催(下記)。
 オープニングでは、生演奏や作家のトークが繰り広げられるほか、オーガニックマルシェも登場。大阪府の天然記念物、ブナ原生林の探検にも参加できます。

スケジュール
SCHEDULE イベント名、とき・場所・費用などの順に記載。内容・申し込みなど詳しくは上記へ

- 0円均一川西能勢口駅市場 10月10日(土)午前11時—午後4時・川西能勢口駅西改札口前
- 彩り「100人+のカラフル。」 10月15日(日)、11月10日(火)午前10時—午後4時・妙見の森「森のカフェあじさい」・300円
- のせでんデコるヘッドマーク(要予約) 10月25日(日)午後1時—4時・川西能勢口駅
- 劇団 ZTON「^{なま}御伽草紙とライコウ」 10月25日(日)、11月8日(日)午後から・アステデッキ
- のせでんアートラインつなぐマルシェ 11月1日(日)午前11時—午後4時・wedge、勝福寺・野菜持参
- セルフ祭「北極星祭り」 11月23日(日)・能勢妙見山

※市外でのイベントなどを除く * 2013年の作品展



秋の長雨と言いますが、雨が降ると、季節が進むように感じます。深まりゆく秋。紅葉を見に出掛ける方も多いでしょう。
 本市は、川西能勢口駅周辺に電鉄各社が乗り入れ、空港や高速道路へのアクセスも良い都市でありながら、一庫ダム周辺には日本一といわれる里山があります。市内にこれだけの里山が現存するのは、全国に誇る川西の特徴の一つです。

川西市長の あんばい話

都市と里山が共存するまち
 人が集まる仕掛けを

一方で、この里山の麓、黒川地区で生活する人にとって、里山の環境は不便なこともあるでしょう。高齢化が進み、集落に住む人が減少している現状をどう考えるか。
 整備や運営の計画策定を進めるダリヤ園に人が来て、この地にふさわしい働き場が出来れば、黒川に活気が戻ってくるのではないかなど思いはめぐります。数年前、地区内に出来た助産院がきっかけになり、子どもたちがよくここを訪れていると聞きます。こういうことの積み重ねで、徐々に人が集まる仕掛けを講じていかなければならない。生活する人の思いを大切にしながら、これからも地域を盛り上げていきたいと思えます。
 10日から「のせでんアートライン妙見の森」が始まります。「百聞は一見に如かず」。ぜひ、この機会に黒川地区を訪れ、里山の魅力にふれてみてください。

大塩民生

黒川を支えるグループ

黒川には、里山を守るため、クヌギ林などの保全や整備だけでなく、まちづくりに関わるボランティア団体や NPO法人があります。もちろん、あなたも参加可能です。

- 森林ボランティア**
- 菊炭友の会** Tel 090 (5257) 3208
<http://kikuzumi.exblog.jp/>
 第1・3日曜日と毎火曜日午前9時半—午後3時に、黒川・桜の森で活動中。内容は上記 URL で。年会費は1,000円。まずは活動を見学してください。
- 川西里山クラブ** Tel (794) 3203
<http://str1685.exblog.jp/>
 第1水・日曜日と第3日曜日午前9時半に黒川駅集合で活動中(原則)。年会費は1,000円。10月17日(土)には里山観察会を実施。申し込みなど、詳しくは同クラブへ。
- NPO法人**
- ブルービーンズショア** Tel (794) 8787
<http://blue-beans-shore.blogspot.jp/>
 キャンプなどの体験プログラムを県内で実施。黒川では、野菜を育てて食べる「ベジたべる」を毎月開催(本年度受け付け終了)。その他のプログラムは問い合わせてください。
- ひょうご森の倶楽部** Tel 078 (321) 0049
<http://hyogo-morinoclub.jp/>
 県内 20カ所で、森林ボランティア活動や森とのふれあい活動を開催。入会金 1,000円、年会費 3,000円。参加希望者は上記 URL 申し込みフォームで送信してください。

参加者募集

川西まちなか美術館

きんたくんギャラリー

人の行き交う場所に作品を展示
あなたの作品が川西能勢口駅周辺を飾る
ライブペイントアーティストも大募集!

開催期間は28年2月21日(日)から3月6日(日)まで。「まちとひとを彩るアート」をコンセプトに、阪急・能勢電鉄「川西能勢口」駅周辺が美術館に変わります。

現在活躍する芸術作家に加え、若手やこれからの活躍が期待されるアーティストの作品などが、駅周辺の公共施設などに展示されるこのイベント。応募資格はアート作品制作など作家活動をしている人(学生可)。

申し込みは、川西まちなか美術館実行委員会事務局に設置の申込書(同フェイスペインクペーJからダウンロード可)に必要な事項を書き、郵送かファクス(744)7113で、〒666-0014・小戸1-5-2 KSKビル5階の同事務局へ。

きんたくんギャラリー作品

阪急・能勢電鉄「川西能勢口」駅周辺の商業施設などに展示する

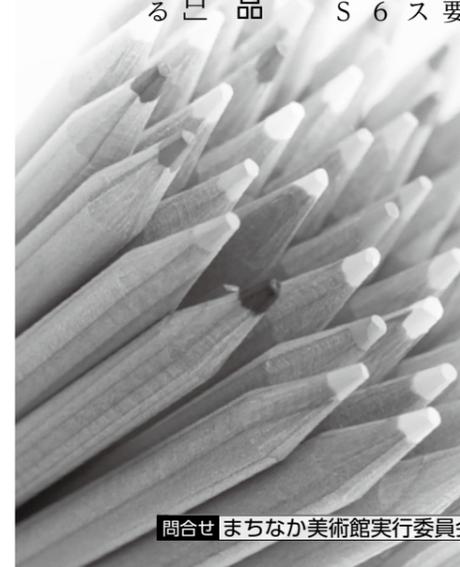
作品を募集します。募集期間は10月5日(月)から11月13日(金)まで。

ライブペイント

コンセプトに沿ったライブペイントフェスタの、パフォーマーを募集します。募集期間は10月5日から11月30日(月)まで。定員は6人。

ワークショップ開催作家

中央図書館など同駅周辺の施設で、一般の人が参加するワークショップを開催する作家を募集します。募集期間は10月5日から11月30日まで。



問合せ まちなか美術館実行委員会 Tel (744) 7112

10月10日 きんたくんバル

川西能勢口駅周辺が食べ・飲み歩きのまちに

69店舗が参加。チケットは4枚つづり2800円

10月10日(土)に阪急・能勢電鉄「川西能勢口」駅周辺で10回目となる「きんたくんバル」を開催。今回は、69店舗が参加し、駅周辺地域が「食べ歩き・飲み歩きのまち」になります。にぎわう中心市街地を体験して、まちの魅力を再発見してみませんか。

各店舗で趣向を凝らしたお得な特別メニューを用意しており、バルチケットと交換できます。チケットは1冊2800円(4枚つづり)で下記の場所で販売中(当日は1枚800円で販売)。



また、インターネットや電話で事前予約するとチケットを前売り価格で当日購入できますので、ご利用ください。チケットが残った場合も、後日1枚700円の金券として使えます。



チケットに付いているアンケートに答えると景品が当たる!

前売り券は参加店舗のほか、A川西能勢口駅構内アズナス Bアステ川西ぴいぶう広場 C中心市街地活性化協議会 D(株)パルティ川西などで販売。



関連イベント「恋 katu 婚 katu@BBQ」 10月10日(土)午前10時半から、多田ハイグリーンで。対象は25~50歳で市内在住・在勤の男女各20人(定員超過の場合は抽選)。費用は3,900円(ソフトドリンク代込み)。カップル成立できんたくんバルチケットがもらえる!申し込みは川西中央ライオンズクラブ事務局Tel (758) 3099へ。

問合せ きんたくんバル実行委員会 Tel (744) 7112

都市緑化祭

植木や花などの即売やたい肥のプレゼント
園芸品がもらえるスピードくじも
緑に関するオトクが集合!

10月24日(土) 午前10時~午後2時
@市役所南側広場

※市役所駐車場は有料。雨天時は内容を一部変更します。

花と緑の即売会 市造園組と川西園芸商組合の協力で、植木や花などを販売。
緑化相談 専門家が花の育て方などの相談。
市花りんどうコンクール リンドウの鉢植えや寄せ植へのコンクール。入賞者には市内リンドウ自生地から採れた新米10kgを、出品者全員に記念品を贈呈。出品希望者は当日午前9時45分までに持参。
菊・盆栽・山野草の展示会 市内愛好者団体の会員が育てた花木を展示。

問合せ 市緑化協会 Tel (759) 0805

豊かな自然環境に恵まれた川西市。里山や猪名川、緑地、公園などは地域の皆さんが日々土や緑に触れ、意識的に維持しているものです。都市緑化祭では、植木や花などのお買い得品もあります。あなたも、緑に触れてみませんか。



草花などの交換会 手作りの草花などを持ち寄り交換。
模擬店 秋植え球根のつかみ取りなど。
飲み物サービス 市商工会の協力で。
親子でタネだんご作り 秋まき種子を入れて泥団子を。
緑の募金 国際ソロプチミスト川西の協力で。
緑のフリーマーケット 家庭で育てた花や植木などを販売。出店希望者は、10月21日(木)までに電話で同協会へ。
たい肥の配布 せん定した枝をチップ化して作ったたい肥を午前11時と午後1時半に配布。各先着200人。

北摂栗 栗の王様 銀寄などを販売 即売会

10月7日(土) 午前10時から
@アステ川西ぴいぶう広場 売切れ次第終了

川西市と宝塚市、猪名川町で収穫される「北摂栗」。1,000年以上も前から栗の栽培を続けてきました。栗の最高品種「銀寄」を中心に販売します。

また、むき栗、焼き栗の販売やつかみ取りなどの特設コーナーも楽しめます。



問合せ JA兵庫六甲阪神宮農総合センター Tel (773) 5177

ベニアズマ

10月5日(日) 申し込み受け付け開始
豊かな風味と甘みが口いっぱい
川西まつりで引き換え

姉妹都市千葉県香取市特産のサツマイモ「ベニアズマ」を予約販売します。鮮やかな黄金色と豊かな風味が特長。ホクホクとした食感と甘みが口いっぱいに広がります。

1箱5kg入り1,900円程度。希望者は10月5日以降に電話で文化・観光・スポーツ課(市国際交流協会)へ申し込みを。商品の引き換えは11月7日(土)に開催される川西まつりの会場で行います。



問合せ 文化・観光・スポーツ課 Tel (740) 1106

10月の窓口案内

助成や給付、減免措置のほか、生活上での相談など、市役所で受け付け。今月の特別なお知らせを紹介します。

臨時福祉給付金を支給

対象者は27年度の市民税(均等割)が非課税の人

問合せ 臨時福祉給付金専用ダイヤル Tel0570(666)602

消費税率が8%に引き上げられたことに伴い、所得の低い人への負担を緩和するため、「臨時福祉給付金」を支給します。対象は、27年度の市民税(均等割)が非課税の人。

ただし、市民税(均等割)が課税されている人に扶養されている人や、生活保護受給者は除きます。申請期限は28年1月4日(月)までです。

公証人が相談に応じます

相続や遺言、金銭貸借などの公正証書に関する相談

問合せ 生活相談課 Tel(740)1333

中立・公正な立場でトラブルを未然に防ぐ公証人。公正証書の作成などで、あなたの生活や財産、権利を守ります。10月6日(火)午後1時～4時、公証相談週間(10月1～7日)に伴い、市役所2階の生活相談課市民相談室に相談所を開設。相続・遺言・金銭貸借などの公正証書に関する相談に応じます。

相談希望者は電話で10月1日(木)午前9時から同課へ申し込みを。先着6人。

行政相談所で相談を受け付け

あなたの意見を行政運営の改善に役立てませんか

問合せ 生活相談課 Tel(740)1333

行政相談は、国や独立行政法人、特殊行政法人などの仕事に関する苦情や意見などを受け付け、その解決を通じて行政運営の改善を図る制度です。

市では毎月第1月曜日と第3木曜日に行政相談(24ページ参照)を開設。10月19日(月)午後1時～3時、行政相談週間(10月19～25日)に伴い、アステ市民プラザでも特設相談所を開設します。

アステ市民プラザの証明発行休止 問合せ アステ市民プラザ Tel(740)1115

10月3日(土)・4日(日)は終日、設備保守点検のため、アステ市民プラザで証明発行ができません。

わが家の地震対策

まずは耐震診断から。診断にかかる費用は3,000円

問合せ 建築指導課 Tel(740)1205

市では、わが家の耐震性・安全性を確認する簡易耐震診断推進事業を実施しています。昭和56年5月31日以前に着工した住宅が対象で、診断費用は3,000円(木造戸建て住宅の場合)。

診断の結果、耐震性が劣ると診断された場合、市が実施する住宅耐震改修促進事業で一定の条件を満たす木造戸建住宅に限り、改修工事費などの一部に対し助成が受けられます。額は改修工事費用の4分の1(上限30万円)です。

また、県でも耐震改修促進事業を実施しています。助成内容は、戸建住宅の場合、設計費用の3分の2(上限20万円)と改修工事費用の3分の1(上限100万円)で、いずれも、11月16日(月)までに市役所5階の建築指導課で受け付けます。

医療機関での支払い額を減免

国民健康保険減免制度。条件に当てはまる場合相談を

問合せ 国民健康保険課 Tel(740)2006

国民健康保険では、天災・火災や事業の休廃業により収入が減少した状態で、入院などの高額な医療費の支払いが困難な場合、支払額を減免する制度があります。

下記の全ての条件に当てはまる人は国民健康保険課に相談してください。

◎対象条件

- ①天災や火災などの災害、事業の休廃止などによる収入の減少
- ②世帯の収入合計額が一定基準(生活保護基準額の1.3倍)以下
- ③世帯の預貯金合計額が一定基準(生活保護基準の3倍)以下

5年の後納制度を開始します

国民年金の保険料。申し込みが必要です

問合せ 国民年金保険料専用ダイヤル Tel0570(011)050

過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することで、将来の年金額を増やすことができる「後納制度」が、10月1日(木)から3年限りの特例で開始します。

申し込みが必要で、老齢基礎年金を受給している人などは利用できません。

1月以降各種手続きに使用

10月5日(月)から個人番号制度が行われます。同時に個人番号は住民票の記載事項となり、必要時に本人の申し出により住民票に記載することができますようになります。28年1月以降は保険、年金、福祉の給付などさまざまな手続きで使われることになり、大切に保管してください。

届かない場合は問い合わせを

「通知カード」は、10月5日以降世帯ごとに順次、「簡易書留」で送付されます。封書の中身は次の通りです。

- ①個人番号の「通知カード」(世帯全員分)
 - ②「個人番号カード」の申請書と返信用封筒
 - ③説明書
- 受け取り後、必ず内容を確認してください。通知カード上の氏名などに間違いがある場合や「通知カード」が届かない場合は、市役所1階の市民課へ問い合わせてください。
- 取り扱いに注意を**
- マイナンバーは、法律で規定されている事務または限定的に明記された事務以外の利用、提供、収集が禁止されています。
- 3つの制限**
- ①目的外の利用制限
 - ②提供の求めの制限
 - ③特定個人情報収集制限

個人番号カード申請が始まります

通知カードと一緒に申請書が届きます

通知カードは行政機関の窓口などでマイナンバー(個人番号)を求められた際に利用可能ですが、本人確認を行うために運転免許証などの書類の提示が必要です。個人番号カードは1枚で、マイナンバーの提示と本人確認ができるので、交付申請をお勧めします。10月から受け付けを開始し、初回は無料で申請できます。

郵便での申請 通知カードに同封の「個人番号カードの申請書」に本人の顔写真を貼り付け、返信用封筒(地方公共団体情報システム機構宛)に入れて投函してください。

オンラインでの申請 パソコンやスマートフォンで、個人番号カード総合サイトの所定の申請フォームからオンライン申請ができます。

詳しくは通知カードに同封の説明書を確認してください。

マイナンバー制度利用に必要な通知カードが届きます

保険・年金・福祉の給付などの手続きで使用

10月5日以降「簡易書留」で送付します

市では、28年4月以降、個人番号カードを利用し、コンビニで住民票の写しや印鑑証明書、戸籍証明、税証明など一部の証明書を取得できるよう準備。夜間・休日にも証明書の交付を受けられます。個人番号カードの申請には通知カードに同封の申請書を返送する必要があります(オンライン申請可)。

問合せ コールセンター Tel0570(783)578
市民課 Tel(740)1340
通知カードの送付・個人番号カードの申請窓口
通知カードの送付・個人番号カードの交付
※問い合わせ先は10月1日(木)から開設

地方公共団体情報システム機構

Japan Agency for Local Authority Information Systems(J-LIS)

地方公共団体情報システム機構法に基づく地方共同法人。全国各市町村が個人番号制度の一部事務を共同委託している国指定団体で、通知カードの作成・送付、個人番号カードの発行などの事務を行っています。

ください。
カード交付の手続き 28年1月以降市民課から交付通知書が届いた後、指定の窓口で本人確認書類と通知カードなどを持参すると、受け取ることができます。詳しくはカードの交付通知書送付時に案内します。

カードの用途 マイナンバーを記載した書類の提出や、さまざまな本人確認の場面で利用できるほか、ICチップに記録される電子証明書を用いて、e-Tax(確定申告)などの電子申請にも利用できます。

住民基本台帳カードの交付を終了 12月18日(金)をもって住民基本台帳カードの交付申請の受け付けを終了します。現在お持ちのカードは、券面の有効期限まで利用できます。ただし、電子証明書の新規交付・更新はできませんので、注意してください。

開 認知症カフェ。上限は5万円 開設費用の一部を助成します

問合せ 中央地域包括支援センター Tel (755) 7581

下記の団体などが認知症カフェを開設する場合、備品の購入などの費用を一部助成します。助成金額の上限は1カ所につき5万円です。

①市内の地区福祉委員会②市内に所在する社会福祉法人③市内に所在する医療機関④高齢者の支援に関するボランティア活動またはコミュニティ活動(コミュニティ事業、自治会活動など)を実施している市民の団体⑤認知症の人やその家族が交流できる場を運営している市民の団体⑥市内に所在する特定非営利活動法人

申し込みは市ホームページに掲載の申請書などに必要事項を書き、10月21日(木)までに同センターへ。

封 納税通知書用 封筒の広告を募集します

問合せ 市民税課 Tel (740) 1132 資産税課 Tel (740) 1133

28年度に発送する納税通知書の封筒裏面に、有料広告を掲載する事業者を募ります。封筒の種類と予定通数は次の通り。軽自動車税用3万6,000通、固定資産税・都市計画税用6万通(いずれも28年5月初旬発送予定)、市・県民税用(普通徴収用)4万8,000通(28年6月初旬発送予定)。

申請は、軽自動車税と市・県民税用封筒分は市役所2階の市民税課に、固定資産税・都市計画税用封筒分は同階の資産税課に備え付けの申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を書き10月1日(木)から11月16日(月)までに各課へ。なお、一部応募できない業種がありますので事前に問い合わせてください。

希 校区外の小・中学校への入学 希望者は事前に申請してください

問合せ 学務課 Tel (740) 1256

28年4月に小・中学校に入学する児童・生徒で、校区外の学校へ入学を希望する人は、申請が必要で(学校の範囲や人数などに制限があります)。

新入学予定の児童・生徒に、10月初旬に案内を送ります(中学校への新入学者で市立小学校在籍者は学校を通じて送ります)ので、希望者は「就学希望申請書」に必要事項を書き、10月30日(金)午後5時半(必着)までに学務課へ提出を。10月15日(木)までに案内が届かない場合は同課へ。

就 対象は28年4月入学予定の幼児 就学予定児の健康診断を実施

問合せ 学校指導課 Tel (740) 1254

市教育委員会が9月末に送付する健康診断通知書を持ち、保護者同伴で午後2時から2時半までに各小学校へ来校してください。

小学校名	健診日
久代小	10月15日(木)
加茂小	10月5日(月)
川西小	10月16日(金)
桜が丘小	11月6日(金)
川西北小	10月2日(金)
明峰小	10月28日(水)
多田小	11月13日(金)
多田東小	11月5日(木)
緑台小	10月20日(火)
陽明小	10月7日(水)
清和台小	10月19日(月)
清和台南小	10月30日(金)
けやき坂小	10月13日(火)
東谷小	10月26日(月)
牧の台小	11月16日(月)
北陵小	10月23日(金)

9月末以降に健康診断通知書が届いていない場合は、学校指導課へ。また、就学を希望する外国籍の人は、事前に市役所3階の学務課Tel(740)1256で手続きをお願いします。

普 AEDの使用方法を学ぶ 普通救命講習会を開きます

問合せ 消防本部消防課 Tel (759) 9980

心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の講習会を下表の通り開催。Ⅰ・Ⅱは主に成人に対する講習で、Ⅱは、福祉施設職員やスポーツインストラクターなど職業上心肺停止者への応急対応を期待される人(一般可)が対象です。普通救命講習Ⅲは主に小児(乳児を含む)に対する心肺蘇生法実技講習です。定員は各コース先着40人。参加賞あり。希望者は受け付け開始日以降に直接同課へ。

【普通救命講習Ⅰ】 (3時間講習)

開催日	講習時間	受付開始日
10月14日(水)	13:00~16:00	受け付け中
10月25日(日)	13:00~16:00	10月9日(金)
11月24日(火)	13:00~16:00	11月10日(火)
12月15日(火)	13:00~16:00	12月1日(火)

【普通救命講習Ⅱ】 (4時間講習)

開催日	講習時間	受付開始日
12月6日(日)	13:00~17:00	11月20日(金)

【普通救命講習Ⅲ】 (3時間講習)

開催日	講習時間	受付開始日
11月3日(祝)	13:00~16:00	10月20日(火)

救 緊急性のない出場が増加 救急車の適正利用を

問合せ 消防本部消防課 Tel (759) 9980

近年、緊急性のない症状で救急車が出場することが増えています。市に救急車は4台しかありません。本当に必要な人のため、適正利用をお願いします。

【夜間・休日で病院が分からないとき】

テレホン案内Tel(759)1234で病院を案内しています。

【子どもを病院に連れて行くか迷ったとき】

小児救急医療電話相談窓口Tel078(731)8899では子どもの状態について医師などに相談することができます。時間は平日・土曜日午後6時~午前0時、日曜・祝日、年末年始は午前9時~翌午前0時。

喫 他人への迷惑を考へて 喫煙マナーを守りポイ捨てを防止

問合せ 環境創造課 Tel (740) 1202

路上喫煙やポイ捨てを防止するため、10月を重点啓発月間とし、阪急・能勢電鉄「川西能勢口」駅北側広場からJR「川西池田」駅までの「防止モデル区域」などで活動を実施します。「マナーを守った喫煙とまちの美化によるクリーン都市かわにし」の実現へ、皆さんのご協力をお願いします。

地 大和西2丁目を対象 地籍調査成果の閲覧

問合せ 都市計画課 Tel (740) 1201

大和西2丁目全域を対象とした、地籍調査の成果(地籍図原図、地籍簿案)を閲覧します。

時①10月13日(火)~18日(日)②10月19日(月)~11月2日(月)(10月24日(土)・25日(日)以外の土・日曜日は閲覧可)。いずれも午前10時~午後5時
場①牧の台会館②市役所7階会議室
印鑑持参

都 キセラ川西・生産緑地地区 都市計画変更案を縦覧

問合せ 都市計画課 Tel (740) 1201

10月1日(木)から15日(木)まで、市役所5階の都市計画課で「中央北地区土地区画整理事業」と「中央北地区土地区画整理促進区域」「生産緑地地区」の都市計画変更案を縦覧。市民が利害関係のある人で、案に意見がある場合、期間中に市長へ意見書を提出できます。

景 市全域を対象 景観計画の運用を開始

問合せ 都市計画課 Tel (740) 1201

市内の魅力的な景観形成のための、基本的な方向性と推進方策を示す本計画を10月1日(木)から運用します。併せて本年3月に改正した景観条例を施行し、これまでと同様に一定規模以上の建築行為などに対して景観法に基づく、届出審査などを行います。

納期限は11月2日(月)です

市・県民税〈第3期〉

課税に関する問い合わせは市民税課Tel(740)1132、納付については市税収納課Tel(740)1134へ。

国民健康保険税〈第4期〉

後期高齢者医療保険料〈第4期〉

介護保険料〈第4期〉

詳しくは保険収納課Tel(740)1177、長寿・介護保険課Tel(740)1148へ。

10月25日に市税と保険税(料)、 保育料、育成料の 休日納付相談窓口を開きます

10月25日(日)午前9時半から午後4時まで、市役所1階の保険収納課Tel(740)1177と長寿・介護保険課Tel(740)1148、同2階の市税収納課Tel(740)1134、同3階のこども育成課Tel(740)1175と地域こども支援課Tel(740)1215で。

地域の文化祭

10月31日・11月1日開催は清和台・多田・けやき坂地区

清和台地区文化祭

清和台地区コミュニティ推進協議会、清和台自治会、清和台公民館▷清和台南小学校▷同館Tel(798)1280

作品展・菊花展 10月31日(土)午後1時~4時半、11月1日(日)午前10時~午後3時半

発表会 10月31日午後1時~4時、11月1日午前10時~午後3時

スタンプラリー 10月31日午後1時~3時半、11月1日午前10時~正午

多田文化祭

多田小学校区コミュニティ推進協議会、多田公民館▷同館Tel(793)0011

作品展 10月31日午前9時15分~午後4時、11月1日午前9時15分~午後3時▷多田公民館

発表会 10月31日午後1時~4時▷多田小学校子どもお楽しみひろば 11月1日午前11時~午後3時▷多田公民館▷紙芝居やゲーム、お茶席など

けやき坂地区文化祭

けやき坂小学校区コミュニティ推進協議会、けやき坂公民館▷10月31日、11月1日午前10時~午後3時▷けやき坂公民館▷作品展や発表会、お茶席、模擬店など▷同館Tel(798)0770

**日本一の里山で
ダッチオーブン体験**

問合せ 国崎グリーンセンター
啓発施設ゆめほたる Tel (735) 7282

10月18日①
午前9時～午後3時
@ 知明湖キャンプ場

特産原木シタケなど
秋の野菜や肉を食材に
里山黒川を満喫

■ 1組 5,000円、別途参加費 1人 500円▷
10組▷ 10月11日(日)までに同施設へ



学▽費3000円(会員無料)
▽定30人▽開10月1日(木)
から7日(水)までに緑化協会へ
▽開Tel (759) 0805

みんなで歌おう!
音楽健康教室
10月16・23・30日の金曜日
午前10時～正午の全3回▽場
総合センター▽開キーボード
奏者の北村則義さん▽内キー
ボードの生演奏に合わせて昭
和の歌謡曲を歌う▽定40人▽
開10月6日(火)午前10時か
ら同センターへ▽開Tel (75
8) 8398

文化財ボランティア
養成講座
10月20日～12月15日毎火曜
日(11月3日を除く)、午後

1時半～3時(原則)の全8
回▽場文化財資料館▽開18歳
以上▽内市内文化財講座や現
地学習会▽費4500円▽定30
人▽開10月16日(金)までに
社会教育・文化財課へ▽開Tel
(740) 1244

秋の郷土館を描く
10月29日(木)・30日(金)午前10
時～正午。全2回▽場郷土館
▽開洋画家の塚本龍さん▽内
水彩画・油絵絵画教室▽費5
000円▽定25人▽開10月16日(金)までに
社会教育・文化財課へ▽開Tel
(740) 1244

子ども・若者の居場所
学校に行きづらい、また人
との関わりが苦手な人が、若
者スタッフとの話やみんなで
ゲームをするなど、ゆっくり
と過ごす場所です。

プロに学ぶ「伝えるコツ」
10月30日(金)午前10時半～午
後4時半▽場市民活動セン
ター▽開(電)通の鈴木契さん
ほか▽内NPOや市民活動
地域活動などの広報力をアッ
プ▽費2000円▽定40人▽
開10月1日(木)午前9時
から同センターへ▽開Tel (7
59) 1826・Fax (759)
1891

**ひと・まちおこし
セミナー**
11月11日(水)午後7時～9時
▽場市民活動センター▽開
ウェブデザイナーの大西正将
さん▽内ウェブサイトで団体
のことを知ってもらおう▽定
50人▽内保育あり(1歳半)
就学前。予約を▽開11月2日(月)までに
企画協働室へ▽開Tel (740) 1105・
Fax (740) 1322

**子ども・若者支援のための
講習会**
テーマは「若者の居場所の
必要性」生きづらさを抱えた
若者のために」。

10月11日(水)午後7時～9時
▽場市民活動センター▽開
ウェブデザイナーの大西正将
さん▽内ウェブサイトで団体
のことを知ってもらおう▽定
50人▽内保育あり(1歳半)
就学前。予約を▽開11月2日(月)までに
企画協働室へ▽開Tel (740) 1105・
Fax (740) 1322

テーマは「若者の居場所の
必要性」生きづらさを抱えた
若者のために」。

10月20日(火)午後2時～4時
▽場市役所7階会議室▽開神
戸学院大学准教授の阪田憲二
郎さん▽定50人▽開10月17日(日)までに
市役所3階のこども・若者政

**今年もやっぱりパソコンマ
スター**
11月10日(火)・13日(金)・17日
(火)・20日(金)午前10時～午後4
時。全4回▽開再就職や再就
労、起業を考えている人▽開
NPO法人「関西イー・エル
ダー」▽内実務に役立つワ
ードの基本講座▽費1万円▽定
10人

女性が働き続ける「コツ」は
10月26日(月)午前10時～正午
▽開キャリアコンサルタント
の萩原紫津子さん▽内育児や
介護、家事をしながら、働き
続けるためのコツやノウハ
ウ、役に立つ制度などの情報
▽定8人▽内保育あり(1歳
半)就学前、先着8人。10月
19日(月)午後5時までに予約
を▽開10月17日(日)までに

策課と各公民館に備え付けの
応募用紙(市ホームページか
らダウンロード可)に必要事
項を書き、10月19日(月)(必着
までに同課へ▽開Tel (740)
1246・Fax (740) 13
39

男女共同参画センター
Tel (759) 1856
開10月1日(木)午前9時
から同センターへ▽開Fax (759)
1891

アステ川西 イベント情報 ★ ASTE KAWANISHI EVENT INFORMATION

スタンプカードが金券に!
グルメスタンプラリー
9月16日(水)～10月12日(月・祝)

美味しく食べて、めぐって、
お得をゲットしよう!

金券ご利用期間 9月16日(水)～10月18日(日)

10/10(土)・11(日)
10:00～14:30
「花苗・鉢植え・観葉植物の即売会」
10:00～14:30
「苗も・鉢植え・観葉植物のせり販売」
ご来場のお客様に限り抽選をつけていただき、販売いたします。
15:00～(なくなり次第終了)

1750
タイム
PHONE 072-755-2001

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは(株)暮らしの新聞社Tel06(6850)8255へ
milife | 2015.10

求人
総合体育館の管理補助員
(公財)市文化・スポーツ
振興財団が同館の管理補助員
を募集します。
詳しくは同館Tel (759)
9712へ。

募集
地域経済活性化事業と
新商品開発等事業
いずれも選考の上、経費の
一部を補助します。
①地域活性化に向けた新し
い発想の事業②市の資源や特
性を生かした特産・加工品で、
産業振興の効果が高いと見込
める商品への提案を募集。
開市ホームページに掲載の
様式に必要事項を書き、必要
書類を添えて10月1日(木)から
30日(金)正午までに市役所2階
の産業振興課へ▽開Tel
(740) 1162

フレッシュコンサート
出演者のオーディション
28年5月8日(日)にみつなか
ホールで開催するコンサート
の出演者を募集。
開川西音楽家協会▽開1月28
日(休)午後6時半から▽場同
ホール▽開中学生(声楽の応

募は高校生)以上30歳以下(演
奏会当日時点)▽内独唱や独
奏、アンサンブル演奏▽費1
000円▽開12月19日(土)ま
で▽開同協会の堀田さんTel
(757) 1428

案内
戦争犠牲者追悼式
10月21日(水)午前10時半から
▽開みつなかホール▽内黙と
うや献花▽開福祉政策課Tel
(740) 1172

無許可広告物を撤去
①屋外広告物条例に違反して
いる②道路を不法占拠して
いる③交通上支障がある一広
告物は随時撤去します(10月
30日(金)には一斉撤去)。
開道路管理課Tel (740) 1
182

セクマイ相談・学習会
10月22日(木)午後1時～4時
▽開総合センター▽内セク
シユアルマイノリティについ
ての相談・学習会▽開Tel (7
58) 8398

子ども・若者の居場所
学校に行きづらい、また人
との関わりが苦手な人が、若
者スタッフとの話やみんなで
ゲームをするなど、ゆっくり
と過ごす場所です。

来場者には
記念品を進呈

川西市・猪名川町・川西防犯協会
安全・安心まちづくり
川西市・猪名川町住民大会

問合せ 生活相談課 Tel (740) 1333

**防犯のプロから学ぶ
危機管理のノウハウ**

10月30日(金) 午後2時から
@みつなかホール

元姫路警察署長で関西国際大学教授の西
岡敏成さんによる防犯講話や、県内各地で
ミュージックパトロールを続ける県警音楽隊
の演奏など。

ミュージックパトロール
兵庫県警察音楽隊は、昭和26年に神戸
市警察音楽隊として発足。県民と警察を
結ぶ「音のかけ橋」として音楽活動を続
けている。

10月1・8・15・22日の木
曜日午後2時～5時▽場アス
テ市民プラザ会議室▽開中
学卒業後からおおむね25歳ま
での人▽定5人▽開10月17日(日)までに
所3階のこども・若者政策課
へ▽開Tel (740) 1246

セミナー
テーマは「秋の味覚を楽し
もう」。

10月31日(土)午後1時半～4
時10分▽場東洋食品研究所▽
内カキやキノコを中心に、栄
養・機能などの解説とレシピ
紹介▽定100人▽開10月16日(金)までに
ガキ(1人1枚)に住所、氏
名、電話番号を書き、10月1
日(木)から16日(金)(消印有効)

オープンセミナー
テーマは「秋の味覚を楽し
もう」。

10月31日(土)午後1時半～4
時10分▽場東洋食品研究所▽
内カキやキノコを中心に、栄
養・機能などの解説とレシピ
紹介▽定100人▽開10月16日(金)までに
ガキ(1人1枚)に住所、氏
名、電話番号を書き、10月1
日(木)から16日(金)(消印有効)

今年の快護寄席は盛りだくさん!! **快護寄席&プラスワンフェスタ**

開催日 10月25日(日) 会場 アステ市民プラザ

A. メインステージ
アステホール 13:30～17:00
ものまねショー・落語
マジック・歌謡ショー...

B. 快護フェア
ルーム2 11:00～15:30
介護ロボット展示・脳トレ...

C. 快護縁日
マルチスペース1 13:30～15:30
手相占い・射的・輪投げ...

申込方法 (Aのみ要申込)
①快護寄席の観覧を希望の人は、ハガキ
に住所・氏名・年齢・電話番号・参
加人数を明記の上、プラスワンフェスタ
(株)「プラスワンフェスタ」係まで。
②プラスワングループのホームページ
(www.plusone-group.co.jp/caresp)
の応募フォームから。
※締切りは10月10日(金)、応募多数の
場合抽選(抽選結果は10/16に封書に
て発送します)。

お問い合せ先 **プラスワン ケアサポート (株)** 〒666-0033 川西市栄町25番1号 アステ川西5階 ☎072-757-1234

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは(株)暮らしの新聞社Tel06(6850)8255へ

※当日の午前8時半までに出してください。ピンのコンテナは強風時組み立てずに置く場合や設置しない場合があります。設置されていない場合でもピンの収集は行います。ポリ袋にピンを入れて出してください。詳しくは美化推進課 Tel (759) 8011 へ。

10月 ごみカレンダー
ごみ減量にご協力を

町名	燃やすごみ	プラスチック製容器包装 ペットボトル	燃やさないごみ		ビン	カン	大型ごみ	紙・布
			有	害				
栄根 下加茂 久代 東久代	火・金曜日		5・19	14・28	1・15	8・22	12・26	
寺畑 南花屋敷 加茂	火・金曜日		7・21	12・26	5・19	1・15	8・22	
小花 小戸 栄町 花屋敷	月・木曜日		6・20	9・23	2・16	14・28	13・27	
中央町 美園町 絹延町 出在家町 丸の内町 滝山町 鶯の森町 萩原 火打 松が丘町 霞ヶ丘 日高町 花屋敷山手町 満願寺町	月・木曜日		9・23	6・20	14・28	13・27	2・16	
萩原台 鶯が丘 鼓が滝 湯山台 鶯台 南野坂	月・木曜日	水曜日	14・28	2・16	13・27	6・20	9・23	
新田 矢間 矢間東町 西多田 錦松台 多田院 多田院多田所町 多田院西 緑台	火・金曜日		8・22	1・15	12・26	5・19	7・21	
平野 多田桜木 東多田 向陽台 水明台 清流台	月・木曜日		13・27	7・21	9・23	2・16	6・20	
石道 虫生 赤松 柳谷 芋生 若宮 清和台 けやき坂	火・金曜日		1・15	8・22	7・21	12・26	5・19	
大和 見野 東畦野 東畦野山手 長尾町	月・木曜日		2・16	13・27	6・20	9・23	14・28	
西畦野 下財町 一庫 国崎 黒川 美山台 丸山台 山原 緑が丘 山下町 笹部	火・金曜日		12・26	5・19	8・22	7・21	1・15	

【家庭ごみの収集量(7月分)】1人が1日に出したごみの量 590% (前年同月比増減0) 詳しくは美化推進課(ごみ減量業務) Tel (759) 4240へ

【特別図書展示】
10月28日(水)～11月9日(月)、
特設コーナーで「図書館員のおすすめ小説」を手作りポスターと共に紹介。
【図書リサイクル展】
図書館で役目を終えた図書

休館日のお知らせ
10月30日(金)は館内整理日のため休館します。
読書週間行事
【知的書評合戦「ビブリオバトル」】
11月1日(日)午後2時から(中高生の部)、3時から(一般の部)

【川西まちづくり講座】
久代生産農家の協力で作るいちじくブランドケーキ。
10月15日(木)午前10時～正午
▽講師 料理研究家の橋本香代子さん▽費 800円▽定 16人▽申
先 10月1日(木)午前10時から
中央図書館
Tel (755) 2424

【つむおはな(フランド)】
11月7日(土)午前11時、午後2時半▽小学生以下▽図 読
み聞かせボランティア「たんぼ
ぱ」による絵本の読み聞かせ
図書の展示
テーマは「マーク・トウェイン生誕180年」。その生涯や「トム・ソーヤの冒険」などの代表作・同時代の文学をポスターと図書展示で紹介。
ビデオ映写会
10月11日(日)「シャーロック VOL.2」(86分)、18日(日)「シャーロック VOL.3」(89分) いずれも午後2時から。

【福社講座】
多田地区福祉委員会と共催。テーマは「気づきからはじまる発達障害への理解」やさしいまちづくりのために。
11月5日(木)午前10時～正午
▽講師 川西さくら園職員▽定 50人▽申 先 10月19日(月)午前10時から
中央公民館
Tel (758) 0103
【古代史講座】謎の大王・応神天皇
テーマは「応神天皇は架空の人物か」ほか。
10月16日(金)・23日(金)、11月6日(金)午後1時半～3時▽講
堺女子短期大学名誉学長の塚口義信さん▽定 100人▽申

入居時自立型 介護付有料老人ホーム

サンシティパレス塚口

【施設概要】敷地面積/36,294㎡●建築面積/12,548㎡●延床面積/65,667㎡
●構造規模/RC造(一部S造)、地上13階●居室数/599室(42.71㎡～99.67㎡)、
介護居室78室78床(21.30㎡～28.10㎡)●開設/平成20年11月●土地・建物の
権利形態/賃借(普通借家契約25年・平成20年契約)●返還金制度/あり(15年償
却)●事業主体/運営管理/㈱ハーフ・センチュリー・モア

10/9(金)～10/22(木) 集合場所 11:00 阪急神戸線「武庫之荘」駅南改札前(スタッフがお迎えに上がります) もしくは 11:15 サンシティパレス塚口現地

要予約 昼食付

お申込み方法 下記フリーダイヤルよりご希望日の3日前までにお申し込み下さい。
※お車でのご来館いただけますので、ご相談下さい。

見学会のご予約・資料請求は **サンシティパレス塚口** ☎0120-68-5533
〒664-0872 兵庫県伊丹市車塚1-32-7

【受付時間】平日9:00～17:00 (土日祝も受付中) **サンシティパレス塚口** 検索
広告有効期限/平成27年10月31日

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは株式会社milife | 2015.10

市役所へ郵送の場合、〒666-8501と課・室名で届きます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、市が主体・主催で、受付時間は執務時間中。
記号の意味 注主体・主催 日日時 場ところ 対対象 資資格 講講師 内内容 種種目 費費用 定定員 他その他 申申し込み (郵郵便で 電電話で 送送ファクスで web 送信フォームから 窓窓口のみ 宛先 着順 抽抽定員超過の場合は抽選) 問問い合わせ Tel電話番号 Faxファクス番号 HPホームページ E-mail

公民館
黒川公民館
Tel (738) 0107
【切り絵教室】
10月19日(月)午後1時～4時
▽講師 切り絵講師の大東昭一さん
ほか▽費 1300円▽定 10人▽申 先 10月1日(木)午前10時から
北陵公民館
Tel (794) 9090
【歴史講座「花燃ゆの時代」】
10月13日(火)・20日(火)午後2時～3時半・講義、27日(火)午前10時～正午・現地学習▽講 大阪成蹊短期大学名誉教授の岡田保造さん▽定 40人▽申 先 10月6日(火)午前9時から
緑台公民館
Tel (792) 4951
【古典文学教養講座続「宇治拾遺物語」を学ぶ】
11月10日(火)・17日(火)午後2時～3時半▽講 神戸大学名誉教授の池上洵一さん▽定 80人▽申 先 10月6日(火)午前9時から
【家庭教育講座「野球人生に学ぶ」】
11月25日(水)午前10時半～正午▽講 阪神タイガース虎風荘元寮長の山本晴三さん▽定 60人

人▽申 先 10月14日(水)午前9時から
【健康講座「健康に過ごす秘訣」】
11月13日(金)・20日(金)・27日(金)午後1時半～3時。全3回
▽講 市立川西病院整形外科診療部長ほか▽定 60人▽申 先 10月16日(金)午前9時から
【人権トーク&コンサート】
緑台・陽明小学校区人権啓発推進委員会と共催。
11月2日(月)午後2時半～4時▽講 音楽家の李政美さん▽内 人権歌をうたい、気付きを語る▽定 80人▽申 先 10月5日(月)午前9時から
けやき坂公民館
Tel (798) 0770
【星空を楽しもう！秋・冬の星空観望会】
11月6日(金)午後6時半～8時▽講 豊中天文協会▽定 40人(小学生以下は保護者同伴)▽申 先 10月23日(金)午前10時から
清和台公民館
Tel (798) 1280
テーマは「南米、アンデス文明の世界遺産を訪ねる」。
11月11日(水)・18日(水)午後1

時半～3時▽講 国立民族学博物館教授の關雄二さん▽内 「インカ帝国と首都クスコ、マチュピチュ遺跡」「ペルー、ナスカの地上絵の謎に迫る」▽定 80人▽申 先 10月7日(水)午前9時から
多田公民館
Tel (793) 0011
【歴史講座「地域の歴史を学ぶ―古代史―」】
10月15日(木)・古代史を楽しくむ会の中野恭男さんが「大和朝廷の摂津支配」、29日(木)・社会教育・文化財課職員が「邪馬台国時代の川西」。いずれも午後1時半～3時▽定 50人▽申 先 10月1日(木)午前10時から

問合せ | けやき坂公民館 Tel (798) 0770

パソコン講座 (Windows7)
①文字入力のできる人▷②写真の保存や補正加工など。デジタルカメラ一式を持参、③ワードの基礎知識など。ワード2010使用、④エクセルの基礎知識など。エクセル2010使用▷費 3,000円とテキスト代実費▽定 各10人▷申 先 往復ハガキ(1枚につき1コース)にコース名、住所、氏名、電話・ファクス番号を書き、10月12日(木) (必着)までに、〒666-0145・けやき坂2-63-1の同館へ

コース	日程	時間
A	11月9・16・30日、12月7日の月曜日	午前9時半 —午後0時半
B	11月9・16・30日、12月7日の月曜日	午後1時半 —4時半
C	11月10・17・24日、12月1日の火曜日	午前9時半 —午後0時半

宝塚市が管理する 安心の市営墓地

宝塚すみれ墓苑

新規使用者募集中!!

どなたでも申し込いただけます。詳しい資料を郵送します。下記までお電話下さい。

所在地: 宝塚市下佐曾利字大谷1-66
▶日生中央駅から車で約25分(県道・川西三田線)
▶阪急山本駅から路線バス運行(原則第1・3日曜日)

宝塚市役所 生活環境課 ☎0797-77-2146 宝塚すみれ墓苑 検索

現地説明会開催!!
10/10(土)・11(日)
※現地説明会開催日は、JR中山寺駅・阪急山本駅から無料送迎バス(要予約)あり
プレゼント 説明会参加者には、「宝塚タリア園(花つみ券付)の無料入場券」と「牡丹のお香」をプレゼント!!

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは株式会社milife | 2015.10

Autumn

スポーツに親しむ

10月12日(祝) 体育の日 記念事業

特別講師による記念講演やスポーツ体験教室など あなたのスポーツ生活スタートのきっかけに

記念講演

スポーツ心理学をテーマに講演します。

市体育協会ほか▷午前10時40分から▷市役所7階会議室▷大阪成蹊大学准教授の松山博明さん▷150人▷同日会場へ▷文化・観光・スポーツ課Tel(740)1245

一日スポーツ教室

同日会場へ▷総合体育館Tel(759)9712
バドミントン▷午前10時—正午▷総合体育館▷30人▷中学生以上の市内在住・在勤・在学者
卓球▷午後1時—5時▷総合体育館▷100人
剣道▷午前9時—正午は小・中学生、午後1時—4時半

は小学生以上▷総合体育館
ヨーガ▷午前10時—11時半▷総合体育館▷30人
体操▷午前10時—11時半▷総合体育館▷中学生以上▷30人
健康体操▷午後1時—2時45分▷総合体育館▷小学生▷40人
弓道▷午前10時—午後3時▷弓道場▷市内在住者▷100人
水泳▷午前10時—午後0時半▷市民温水プール▷幼児以上▷200人
サッカー▷午前9時—午後1時▷市民運動場▷小学3年生以下▷100人
ソフトテニス▷午前9時—午後1時▷市民運動場▷中学生以上の市内在住者▷50人
テニス▷午前10時—正午、正午—午後5時▷市民運動場(1日)、東久代運動公園(午前)▷小学3年生以上▷市民運動場は100人、東久代運動公園は30人
AED体験会▷午前10時—正午、午後1時—3時▷総合体育館(午前)、市民温水プール(午後)▷各20人

戦。A級(一般男子・上級者)・B級(一般女子・中学生男子)・C級(男子60歳以上、女子55歳以上、中学生女子・初級者)いずれもミックスで参加可▷費用1チーム3000円(高校生以下2000円)▷申込Fax住所、氏名、年齢、電話番号、学生は学校名、学年を書き、10月22日(休)必着までに〒666-0112・大和東1-12-1の岡山由香さんへ▷電話は午後7時以降)
健康体操フェスティバル
市健康体操協会▷10月23日(金)午前10時—正午▷総合体育館▷同協会加盟グループの演技発表と全員参加の体操▷他体育館シューズ持参▷同協会の小川さんTel(738)4775
すつきりストレッツ
市(公財)文化・スポーツ振興財団▷毎月曜日と毎木曜日は午前9時45分—10時45分、毎金曜日は午前11時15分—午後0時15分▷市民体育館▷リズム体操とストレッツの組合せ▷回数券495円、5回券2365円、10回券4420円▷小学生は保護者同伴▷同館へ▷Tel

(793) 1888
水泳教室アミカル
市(公財)文化・スポーツ振興財団▷市民温水プール▷種別①カモメ・一般・25人②シニア水中ウォーキング・満60歳以上・22人③ビーバー・満3歳〜27年度中6歳未満・27人④アシカ月・21年4月2日〜23年4月1日生まれ・27人⑤アヒル・満2・3歳・20人⑥シニアアクアビクス火・満60歳以上・22人⑦水中ウォーキング・一般・22人⑧ラッコ・満1歳半〜3歳の幼児と保護者・25組⑨アクアビクス水・一般・15人⑩ソフトアクアビクス・一般・15人⑪マーメイド(中級)・中学生以上。ただしクローリングで15分以上泳げる人・12人▷費用①〜④7866円⑤9050円⑥⑦8740円⑧8890円⑨⑩8740円▷申込往復ハガキに教室名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日(年齢)、性別、電話番号、18歳未満またはラッコ教室は保護者氏名を書き、10月15日(休)から25日(日)(必着)までに〒666-0017・火打1-13の同プールへ▷Tel(755)0257

小児歯科レオ 検索 広告
小児歯科専門医院
とくなが小児歯科クリニック
医療法人社団 とくなが小児歯科クリニック
川西市役所斜め前 中央ビル4F TEL 072-758-8264

●住宅支援事業所 ●ケアステーション 広告
●デイサービス ●介護ショップ
介護のことならお気軽にご相談下さい
(株) ゆずりは
伊丹市南本町1丁目2-10(南本町1丁目バス停向かい)
☎072-780-0520 http://www.yuzuriha.co.jp

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは株式会社Tel06(6850)8255へ milife | 2015.10

市役所へ郵送の場合、〒666-8501と課・室名で届きます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、市が主体・主催で、受付時間は執務時間中。
記号の意味 主主体・主催 日日時 場ところ 対対象 資資格 講講師 内内容 種種目 費費用 定定員 他その他 申申し込み (郵郵便で 電電話で ファクスで Web送信フォームから 窓窓口のみ 先着順 抽抽定員超過の場合は抽選) 問問い合わせ Tel電話番号 Faxファクス番号 HPホームページ E-mail

催し

文化祭こども囲碁大会
市民囲碁協会▷10月24日(土)午後0時半—4時半▷場総合センター▷小・中学生▷60人▷内クラス別リーグ戦▷田舎ハガキに住所、氏名、電話番号、学校名、学年、段級位を書き、10月14日(水)必着)までに〒666-0011・大和東1-8-11の稲葉隆三さんへ▷Tel(794)2753
動物供養祭
10月7日(水)午後2時—2時半▷市斎場内犬猫供養塔前▷園美化推進課Tel(758)3262
動物愛護フェア
阪神開業獣医師会▷10月18日(日)午前11時—午後3時▷武庫川河川敷公園(宝塚市役所前)▷犬の登録や狂犬病予防注射、動物健康相談、しつけ教室など▷園離山動物病院Tel(790)2771

発表・鑑賞

「いろいろな性別LGBTに聞いてみよう!」(児童向け34分)▷場総合センター▷Tel(758)8398
市民合唱団定期演奏会
10月25日(日)午後2時半開演(2時間場)▷場文化会館▷曲第5番「皇帝」▷「ミサ曲ハ長調」▷費一般3500円、小・中・高生、障がいのある人2300円▷他チケットは同館、みつなかホールで発売▷園文化・観光・スポーツ課Tel(740)1106
日本語スピーチフォーラム
市国際交流協会▷10月18日(日)午後1時半—4時▷場みつなかホール▷内日本で暮らす外国人の日頃の思いなどの発表と交流会▷園文化・観光・スポーツ課(同協会事務局)Tel(740)1106
舞のつどい
市舞踊協会▷10月18日(日)正午開演▷場文化会館▷内日本舞踊の古典・新舞踊▷園同協会の淡島さんTel(759)4720
女声合唱団りんどう
定期演奏会
10月17日(土)午後2時開演(1時半開場)▷場みつなか

スポーツ

市ジュニアオープン卓球大会
市卓球協会▷11月3日(祝)午前8時開場▷場総合体育館▷小・中学生▷種バンビ(小学2年生以下)・小学生(3年生以上)・中学生。いずれも会場へ
「伯耆茶会」
10月18日(日)午前11時—午後3時▷定150人▷同当日会場へ
【秋季特別展「書の名品選」】
10月10日(土)〜12月6日(日)午前10時—午後5時(月曜休館、休日の場合は翌火曜日休館)▷園古写経や歌集、名家の書状など▷費600円(65歳以上500円、大学生400円、高校生300円、中学生以下無料)▷他11月17日(火)〜12月6日(日)国宝「土左日記」を公開。10月10日、11月27日(金)午後2時から展示解説

みつなかベストクラシックス
Ten of the best
10人のミラクル・トランペッターによる「クリスマス・コンサート」
12月6日(日)午後3時開演▷場みつなかホール▷費一般4,500円(当日5,000円)、小・中・高生、障がいのある人3,000円(当日3,500円)▷他ローソンLコード(51752)▷Tel(740)1117

リフォーム相談会 10/1木 10:00~16:00
ダイエー川西店 2階
屋根・外壁のことならドクトル外壁さん
★ご来場の方には★★★
一般社団法人市民講座運営委員会発行「住宅塗り替え工事で失敗しないために読む本」を差し上げます。
塗装・リフォームのご相談・お問い合わせはお気軽にお越し下さい!!
プロタイムズ川西店 ☎0120-710-363
〒666-0121 兵庫県川西市平野3-17-6

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは株式会社Tel06(6850)8255へ

歯

意外と知らない
の話

川西市歯科医師会ホームページ
http://kda8020.com/
噛むかむカミング健康づくり

口が渴いてつらかったという経験はありませんか。口が渴くことを「ドライマウス（口腔乾燥症）」といいます。

では、ドライマウスになると、どういったことが起こるのでしょうか。

口が渴くのは唾液が出ないからなのですが、口がネバネバしたり、パンなどパサパサした食感の食品が口の中に張り付いてうまく食べられなかったり、食べ物を飲み込むのがつらい、舌が痛い、入れ歯を着けていられないなどの症状が見られることがあります。

また、唾液には抗菌作用や消化作用、粘膜保護作用、食塊形成作用（誤嚥防止）、胃酸の中和、口の傷の修復促進など、体の機能維持に重要な働きがあります。

そのためドライマウスになると、むし歯や歯周病になりやすくなったり、また口の中の環境の変化から、風邪を引きやすくなり、肺炎も発症しやすくなるといわれています。

唾液が出にくくなる原因はさまざまですが、最も多いのは、薬（睡眠薬・精神安定剤・抗うつ剤・抗アレルギー剤・カルシウム拮抗剤などの降圧剤など）の副作用です。次にストレスや筋力低下、老化などが挙げられます。

ドライマウスは、原因ごとに治療法が異なってくるため、しっかりとした検査・診断が必要です。

口が渴いて生活に不便を感じたら、まず、歯科で相談してみてください。

（市歯科医師会）

ドライマウスが風邪や肺炎の原因に

10月 健康カレンダー

保健センターTel(758)4721 (*項目に色のついてる検・健診は、1年度に1回の受診となります)

項目	対象	日	受付時間	内容
半日人間ドック ※オプション検査あり	18歳以上	月・火曜日	9:00~9:30	14日前までに予約を。市内34,800円、市外38,800円(料金改定)
一般健康診査① 健康保険証持参	18~39歳			
特定健康診査 受診券、健康保険証持参	40(※)~74歳 ※平成28年3月31日までに40歳に達する人	火・金曜日 ※第1・3・5火曜日は無料歯科健診・相談あり。	12:45~14:20	問診、診察、身体計測、血液検査、尿検査。一般健康診査は1,000円、特定健康診査は医療保険者が定める負担額。(予約制) ※特定健康診査の貧血・心電図・眼底検査は、医師の指示などにより実施
後期高齢者健康診査 後期高齢者被保険者証持参	75歳以上など	特定健診の眼底検査は金曜日のみ実施		
肝炎ウイルス検診①	40歳以上の未受診者か、40歳以上のハイリスク者など			血液検査など。予約制。1,000円。原則、特定・後期高齢者健康診査とセットで実施
前立腺がん検診②	50歳以上の男性			胸部X線撮影など。予約制。500円
肺がん検診①②	40歳以上			胸部X線撮影など。予約制
結核検診	65歳以上			胃がん検診①② 35歳以上 金曜日 9:00~10:00 胃がん検診①② 40歳以上 月~金曜日 9:00~17:30 子宮頸がん検診①② 20歳以上の女性 水曜日 13:30~14:30
胃がん検診①②	35歳以上	金曜日	9:00~10:00	胃がん検診①② 20歳以上の女性 水曜日 13:30~14:30
大腸がん検診①②	40歳以上	月~金曜日	9:00~17:30	骨粗しょう症検診 40歳以上の女性 水曜日 12:45~14:30
子宮頸がん検診①②	20歳以上の女性	水曜日	13:30~14:30	乳がん検診① 40歳以上の女性 1・15日 9:00、9:30、13:00、13:30、14:00
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	水曜日	12:45~14:30	
乳がん検診①	40歳以上の女性	1・15日	9:00、9:30、13:00、13:30、14:00	視触診、乳房X線検査。予約制(隔年度受診)。1,500円

*来月以降の乳がん検診の日程は、保健センターへ問い合わせてください(乳がん検診は隔年度受診のため、26年4月1日から27年3月31日までに受診した人は対象となります)
*「半日人間ドック」は、40歳以上の市国民健康保険加入市民、75歳以上などの後期高齢者医療制度加入市民には、料金の一部助成制度があります。予約時に助成の手続きを確認してください(オプション検査は助成対象外)
①=世帯全員が市民税非課税の人、生活保護世帯、70歳以上などの人は無料になります。予約時に申し出を
②=満40歳以上の市国民健康保険加入市民は、無料になります(前立腺がん検診は50~74歳)。健康保険証を持参
※オプション検査の内容…胸部CT検査11,000円、骨密度検査1,000円(別途料金が掛かります)

項目	対象	日	受付時間	内容
健康相談会	保健センターの一般・特定・後期高齢者健康診査を受けた人	9・28日 20日	10:00 13:30、14:30	予約制。健診結果に基づき生活習慣を振り返り、生活習慣病予防のために保健師・管理栄養士などが改善支援

予防歯科センターTel(759)3171

項目	対象	日	受付時間	内容
市民歯科健診	18歳以上	22日	13:30~14:00	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	8日	13:30~14:00	予約制

救急・休日診療(いずれも応急診療のみ)

施設名	診療科目	受付時間
応急診療所(保健センター) Tel(759)8711	内科 (15歳以上、中学生は除く)	日曜・祝日・年末年始(12/30~1/3) 10:00~11:30、13:00~16:30
ふれあい歯科診療所(ふれあいプラザ1階)Tel(758)7388	歯科	日曜・祝日・年末年始(12/30~1/3) 10:00~12:30
休日夜間急病診療所(尼崎市水堂町3丁目15-20)Tel06(6436)8701	眼科・耳鼻咽喉科	日曜・祝日 9:00~16:00 年末年始(12/29~1/3) 9:00~翌朝5:30 土曜 18:00~20:30(耳鼻咽喉科のみ)

市立川西病院Tel(794)2321

項目	内容	オプション
人間ドック 毎月~金曜日 ※いずれも予約は1カ月前までに同病院へ	一般健診コース 43,200円 生活習慣病コース 70,200円	(1)レディース検診 ①婦人科検診(内診、細胞診、エコー)4,320円②乳がん検診(乳房触診、マンモグラフィ)5,400円③総合レディース検診8,640円 (2)肺がん精密検診(胸部CT)12,960円(一般健診コース) (3)脳精密検診(脳ドック)30,240円(一般健診コース)24,840円(生活習慣病コース) (4)胃がん予防検診5,400円 (5)骨密度測定2,160円

県伊丹健康福祉事務所(各相談窓口の電話へ予約を)

項目	対象	日	受付時間	内容
こころのケア相談 Tel(785)7874	希望者	26日	13:30~15:00	精神科医師による心の相談
エイズなど相談・検査 Tel(785)2371	希望者	14・28日	9:00~9:45	エイズ・肝炎(B型・C型)検査
専門栄養相談 Tel(785)7861	希望者	26日	13:30~15:30	難病・慢性疾患などの栄養食事相談
アルコール相談 Tel(785)7874	希望者	8日	13:00~15:00	精神保健福祉士による相談

健康

市民医療フォーラム

テーマは「これからの介護は地域の絆で」。

国市(一社)市医師会ほか

▽時11月7日(土)午後2時~4時▽場みつなホール▽講東京大学准教授の飯島勝矢さん

▽講演「みんなで創り上げる『地域包括ケアシステム』」在宅で過ごし続けることの意味」とパネルディスカッション▽定480人▽他保育(要予約)・手話通訳あり▽用郵送ハガキに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、職業を書き、10月28日(水)必着)までに〒666-0001

6・中央町12-2の同医師会へ(市内各病・医院の窓口で申し込み可)▽問Tel(759)6950・Fax(757)5301

保健センター

Tel(758)4721

10月の献血日

時11日(日)午前9時半~正午、午後1時~4時・J.A.兵庫六甲東谷支部▽17日(土)午前11時~午後2時・緑台小学校▽22日(木)午前10時~午後3時半・東洋食品工業短期大学

健康運動体験教室

時10月15日(木)午後1時20分~3時半▽内基礎代謝の維持・向上の軽運動と話(医師から運動を許可されている人。体調により見学も)▽定20人▽中同センターへ

【保健相談】

時10月7日(水)、11月4日(水)午後1時半~3時▽場総合センター▽内血圧測定と健康相談

【生活習慣病予防教室】

時10月26日(月)・メタボ予防・改善、30日(金)・骨粗しょう症をテーマに、簡単な各病態の説明やヘルシーメニューの試食。いずれも「お

「B型」肝炎ウイルス感染者に

過去に集団予防接種の際、注射器の連続使用が原因で、

【B型肝炎ウイルス感染者に給付金】

過去に集団予防接種の際、注射器の連続使用が原因で、

10月18日(日) 午前10時~午後3時 @アステ市民プラザ

国民健康まつり

問合せ 国民健康保険課 Tel(740)1170

【内】出前特定健診(市国保加入者対象。受診券・被保険者証が必要)や骨量測定、体成分測定など▽他来場者多数の時は、受診などの受け付けを早めに終了することがあります。特定健診を受診した人に、抽選で自転車などを進呈

口の機能アップ」の話あり。午後1時20分~3時半▽定20人▽中同センターへ

【日曜検診】疾病予防と、がんの早期発見・治療のために

時10月25日(日)午前9時~正午(午前8時40分~10時半受け付け)▽内特定・後期高齢者健康診査(合わせて先着45人)、肝炎ウイルス・前立腺がん・肺がん・胃がん・大腸がん・歯周疾患検診▽他胃がん検診は40歳以上、先着50人。大腸がん検診は予約不要▽中同10月1日(木)から保健センターへ

【レディース検診】

時10月25日(日)午後1時~2時半受け付け▽内①20歳以上・子宮頸がん検診②40歳以上・乳がん検診(2年に1回の受診)▽定各35人▽中同10月1日(木)から同センターへ

【Ladies】きんたくん健康体操

時①10月2日(金)②14日(水)・29日(水)③29日(木)いずれも午前10時半~11時半▽場①北陵公民館②保健センター③清和台公民館

【B型肝炎ウイルス感染者に給付金】

過去に集団予防接種の際、注射器の連続使用が原因で、

B型肝炎ウイルスに感染した可能性がります。40歳以上で、これまでに検診を受けたことがない人は受診してください。また、同ウイルスに感染し、裁判で認められた人を対象に給付金が支給されます。詳しくは厚生労働省電話相談窓口Tel03(3595)2252へ。

【血圧下げよう会】

時10月29日(木)午後1時半~3時半▽内講話やクイズ、体験コーナー(自宅の味噌汁の塩分濃度のチェックなど)▽定35人▽中同10月1日(木)から同センターへ

【歯と口の健康セミナー】

時11月12日(木)午後1時半~3時▽内成人▽調市歯科医師会の八木由紀子さん▽内いつまでも若く美しく保つための「笑顔健康体操」▽定30人▽中同センターへ

【舌がん検診】

時11月6日(金)午後1時半~2時半▽内舌や頬など、口腔粘膜の問診や視診、触診▽他要予約。受診したことがない人に限る▽中同10月1日(木)から同センターへ

市民公開講座 今こそ、C型肝炎を治そう 肝がん予防を目指して

日時 11月8日(日)14:00~16:30(開場13:30) 会場 池田市民文化会館 池田市天神1-7-1 「アゼリアホール(大ホール)」 ☎072-761-8811 入場無料

講演 ① C型肝炎の最新情報 市立池田病院 院長 今井 康陽 先生
② 肝がんの最新治療 市立池田病院 消化器内科 部長 井倉 技 先生
市立池田病院 消化器外科 部長 森本 修邦 先生

対談 医療は連携の時代ー検診から始まる肝炎対策ー
聞き手:市立池田病院 地域医療連携室 室長 林 由美
出演:三好 内科 院長 三好 洋二 先生 大阪府池田保健所 大西 宏昭 所長
市立池田病院 院長 今井 康陽 先生

Q&A ① 肝機能検査値の読み方
② C型肝炎と肝がんの治療

ご応募いただいた八ガキの質問に市立池田病院の医師がQ&A形式で回答致します。

共催:市立池田病院/池田市医師会/川西市医師会/ギリアド・サイエンス株式会社
後援:大阪府医師会/兵庫県医師会/池田市薬剤師会/川西市薬剤師会

応募方法 八ガキに〒住所・氏名・電話番号・参加希望人数・講師の先生方への質問を明記の上、下記まで郵送にてお申し込みください(電話での申し込み不可)。整理券を八ガキにて郵送させていただきます。※定員に満たない場合は当日参加も受け付けておりますが、可能な限り、事前の登録をお願いいたします。

応募先 〒563-8510 大阪府池田市城南3丁目1-18 市立池田病院 地域医療連携室

応募締切 定員になり次第、締め切らせていただきます。

お問合せ ☎072-754-6379 (平日8:30~17:00、土曜9:00~13:30/日・祝を除く)
※個人情報保護法に基づき、お申し込みのみに使用させていただきます。
※参加時交通費、駐車場代等はご自身の負担となります。

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは(株)暮らしの新聞社Tel06(6850)8255へ

市役所へ郵送の場合、〒666-8501と課・室名で届きます。料金表示のないものは無料。記載がない場合は、市が主体・主催で、受付時間は執務時間中。
記号の意味 ■主体・主催 ■日時 ■場とところ ■対象 ■資格 ■講師 ■内容 ■種目 ■費用 ■定員 ■その他 ■申し込み(郵便で) ■電話で ■ファクスで ■web送信フォームから ■窓口のみ ■先着順 ■抽定員超過の場合は抽選 ■お問い合わせ Tel電話番号 Faxファクス番号 HPホームページ ■E-mail

10月相談の案内

相談名	予約・問合せ	内容	日・曜日	時間	場所	相談員
行政相談		国への意見・要望など。当日会場へ	5日(月) 15日(休)	午前10時—正午	北陵公民館 同課市民相談室	行政相談委員
法律相談		先着8人。各相談日の前週の月曜日から9時から予約を	7・14・21・28日(休)	午後1時半—3時半	同課市民相談室	弁護士
家事相談	生活相談課 Tel(740)1333	先着6人。各相談日の直前の月曜日から9時から予約を	11・25日(日)	午後1時半—4時半	アステ市民プラザ	元家裁調停委員
税の相談		先着4人。当日午前9時から予約を	8・22日(休)	午後1時—4時	同課市民相談室	税理士
行政書士相談		先着6人。当日午前9時から予約を	15日(休)	午後1時—4時	同課市民相談室	行政書士
土地境界・測量相談		契約書・遺言書の書き方など。先着6人。当日午前9時から予約を	13日(火)	午後1時—4時	同課市民相談室	行政書士
司法書士法律相談		不動産の測量・表示登記など。先着4人。当日午前9時から予約を	20日(火)	午後1時—4時	同課市民相談室	土地家屋調査士
消費生活・多重債務相談	消費生活センター Tel(740)1167	登記・多重債務・少額訴訟など。先着4人。当日午前9時から予約を	27日(火)	午後1時—4時	同課市民相談室	司法書士
年金相談	医療助成・年金課 Tel(740)1171	電話・来所相談	月～金曜日	午前9時—正午、午後0時45分—4時	同センター	消費生活相談員
特設人権相談	人権推進課 Tel(740)1150	国民年金加入・免除・相談など	月～金曜日	午前9時—午後5時	同課	社会保険労務士
女性のための相談	男女共同参画センター Tel(759)1856	尼崎年金事務所による出張相談。Tel06(6482)4594へ電話予約を	28日(休)	午前10時—午後2時半	アステ市民プラザ	同事務所職員
心配ごと相談	社会福祉協議会 Tel(759)5200	面接と電話相談。予約を。1回50分 電話相談のみ。Tel(759)1857へ	16日(金)	午後1時—4時	同課相談室	人権擁護委員
成年後見制度相談	成年後見支援センター Tel(764)6110	生活や家庭内の困りごと、福祉全般の相談	火～木曜日 月・金曜日	正午—午後3時 午前10時—正午	パレットかわにし	専門相談員ほか
介護サービス相談	長寿・介護保険課 Tel(740)1148	月曜日 木曜日	午後1時半—4時	健康福祉部相談室 Tel(740)1328	民生委員 児童委員	
心の相談	障害福祉課 Tel(740)1178	成年後見制度に関する相談。16日(金)までに予約を	21日(休)	午後1時—4時	ふれあいプラザ3階相談室 Tel(759)8611	司法書士
知的障がい(児)者のための相談	障害福祉課 Tel(740)1178	介護サービスの悩みごとなど。電話相談も可	13・27日(火)	午後1時半—4時	ふれあいプラザ3階相談室 Tel(759)8611	市民相談員
ピアカウンセリング	障がい(児)者地域生活・就業支援センター Tel(758)6228	専門医による相談。先着3人。前週の木曜日までに予約を	11月10日(火)	午後2時—3時半	市医師会医療会館	医師ほか
子育ての悩み相談	牧の台子育て学習センター Tel(794)7065	知的障がい者相談員による相談。	8日(休)	午前10時—正午	健康福祉部相談室	知的障がい者相談員
認知症老人電話医療相談	市医師会事務局 Tel(759)6950	障がい(児)者・知的・精神障がい者当事者・障がい児の保護者相談。予約を	9日(金)・15日(休)は午後、16日(金)・19日(月)～21日(休)は午前	ふれあいプラザ3階相談室	ピアカウンセラー	
教育相談	教育相談センター Tel(757)8080	電話・来所相談	月～金曜日 (金は午前のみ)	午前9時半—正午、午後0時半—3時	同センター	子育て支援相談員
子ども悩みの電話相談	教育相談センター Tel(758)7830	相談内容を聞き取り、改めて専門医から助言。電話相談のみ	月～日曜日	午前9時—午後5時半	アステ市民プラザ	
子どもの人権相談	子どもの人権オンブズパーソン Tel0120(197)505	子どもの性格・行動・心身の健康・不登校など。予約を	月～金曜日	午前9時—正午、午後0時45分—5時	同センター	専門医ほか
子どもの育児・発達相談	川西さくら園 Tel(755)1772	子どものための悩み電話相談	月～金曜日	午前9時—正午、午後0時45分—5時	同センター	臨床心理士ほか
キャリア・カウンセリング	産業振興課 Tel(740)1162	いじめや体罰など人権侵害への相談と調整。電話・来所相談	月～金曜日	午前10時—午後6時	市役所3階相談室	調査相談専門員
労働相談	川西しごと・サポートセンター Tel(757)6380	電話相談も可。来園相談は予約を	月～金曜日	午前9時—午後5時	同園	同園職員・心理相談員
職業相談	若者キャリアサポート 川西 Tel(764)6823	履歴書の書き方や面接の受け方、適職診断など。1回50分。予約を	5日(月)・13日(火)・19・26日(月)	午後1時—5時	パレットかわにし	キャリアカウンセラー
若者キャリアサポート	子ども・若者政策課 Tel(758)5044	解雇・労働災害・雇用保険・職場いじめなどの相談。1回20分。予約を	14・28日(休)	午前9時半—11時半	パレットかわにし	社会保険労務士
子ども・若者総合相談	農業委員会事務局 Tel(740)1253	求職の相談および紹介	月～金曜日	午前9時—午後5時	同センター	同センター職員
農地相談	市民活動センター Tel(759)1826	39歳までの人に対し、就職に向けた相談や労働に関する相談。予約を	月～金曜日(内容により曜日指定あり)	午前9時—午後5時	パレットかわにし	キャリアカウンセラーほか
市民活動・NPO・起業サポート相談	市民活動センター Tel(759)1826	子ども・若者政策課	1・8・15・22日(木)	午後1時—5時	アステ市民プラザ	臨床心理士ほか

福祉

認知症徘徊 SOS 模擬訓練

10月26日(月)午後2時から川西阪急とアステ川西周辺で、認知症役の人が会場周辺を歩きます。見掛けた人は、優しく声掛けをお願いします。
 中央地域包括支援センター
 Tel(755)7581

障がい者(児)スポーツ大会

市障害者団体連合会▽10月31日(土)午前10時—午後2時
 総合体育館▽障がい者手帳(療育手帳)を持つ人▽他体育館シューズ持参▽10月13日(火)までに社会福祉協議会(同連合会事務局)へ▽
 Tel(759)5200

要約筆記(前期)

養成講座(前期)
 手書き・パソコンコースの受講生を募集。

県立聴覚障害者情報センター▽10月24日、28年3月19日の土曜日午前10時—正午(原則)。全24回▽伊丹市立障害者福祉センター▽県内在住の18歳以上。パソコンコースはノートパソコンを持参できる人(タッチタイピング速度などの受講条件あり)

手話入門(後期)講座

市身体障害者福祉協会▽10月31日、28年3月12日の土曜日午後1時半—3時半。ただし12月5日、28年1月2日は休み。全18回▽中央公民館など▽入門講座または入門(前期)講座を受講した人▽
 4240円▽定20人▽
 住所、氏名、電話・ファクス番号を書き、障害福祉課へ▽
 Tel(740)1178・Fax(759)3136

赤い羽根共同募金

スローガンは「やさしさが必ずとどく赤い羽根」。
 県共同募金会市共同募金委員会▽街頭での募金活動や戸別募金、法人募金など▽同委員会Tel(759)5200

ボランティア活動センター

「子育て支援者講座」
 11月24日(火)、12月1日(火)午前10時—正午。全2回▽
 ありあけプラザ▽NPO法人「生涯学習サポート兵庫」の榎本英樹さん▽定40人▽
 保育あり(先着5人。11月17日(火)までに予約を)▽
 同センターへ

高齢者のインフルエンザ予防接種

高齢者の発病・重症化防止のため、助成しています。指定期間の病・医院で予約の上、接種してください。助成は実施期間中1回(2回目は助成対象外)。
 10月15日(木)～28年1月31日(日)(効果的に免疫を付けるため12月中旬までに接種を)▽
 接種時に①65歳以上②60～64歳で心臓や腎臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全による免疫機能の障がいや身体障害者手帳1級相当の人▽
 1500円(生活保護受給証明書を持参の人は無料。事前に市健康福祉部生活支援室で手続きをして接種時に持参)▽
 高齢者以外の生活保護・非課税世帯は助成対象外▽
 保健センターTel(758)4721

老人福祉センター

第2自治会館▽弦楽合奏団アンサンブル・コパンによる演奏▽
 同合奏団の小田嶋さんTel(759)5320

「和・輪・笑」まつり

10月23日(金)午前10時—正午
 10月24日(土)午後1時半—3時半▽
 ありあけプラザ▽
 同センターへ

「三カ教室」

11月10日(火)午前10時—11時半▽
 ヨガインストラクターの中島一成さん▽
 「ヨガで脳イキイキ!」▽
 定20人
 10月2日(金)午前9時半から同センターへ

「いきいき教室」

10月28日(水)午前10時—11時▽
 心と体を元気にする体操中心の教室(初心者向き)▽
 定20人
 久代Tel(756)1321

「健康体操」

10月20日(火)午後1時半—3時
 「三カ教室」
 11月10日(火)午前10時—11時半▽
 ヨガインストラクターの中島一成さん▽
 「ヨガで脳イキイキ!」▽
 定20人
 10月2日(金)午前9時半から同センターへ

Smile de スマイルで はい！ポーズ



藤森 ひなのちゃん 久代3(2歳)

三輪車でおでかけ楽しいな。おうちに帰ったら、お茶とケーキでママをおもてなしするの。



山崎 稟陸ちゃん 加茂4(2歳1カ月)

採れたてのいちじくおいしいよ。お兄ちゃんと一緒に遊んで、まねっこするのも大好きなんだ。

10月 子育てカレンダー

保健センター Tel (758) 4721 ※母子手帳持参

項目	対象	日	受付時間	内容
妊婦健康診査費助成事業	川西市に住み票がある妊婦	月～金曜日	9:00～12:00 12:45～17:30	妊婦健康診査にかかる項目14回(合計80,000円)を限度に助成
妊婦歯科検診		上記助成申請時に検診票配布		妊娠中1回歯科医院で受診
すくすく乳幼児相談	乳児(1歳くらいまで)とその保護者	10月23日	9:30～10:30	身体計測、育児や栄養の相談、読み聞かせ。バスタオル持参
母親学級	妊娠5カ月以上の人(経産婦も可)	11月6・13・20日の全3回	12:45～	赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦体操、妊産婦の栄養と歯の話など。予約制
乳幼児健診	4カ月児	生後4カ月	10月8・22日	13:00～14:00
	10カ月児	26年11月生まれ	10月7・21日	※対象児には事前に郵送で案内。案内が届かない場合は、問い合わせを
	1歳6カ月児	26年4月生まれ	10月5・19日	
	3歳児	24年9月生まれ	10月13・27日	

予防歯科センター Tel (759) 3171 ※母子手帳持参

項目	対象	日	受付時間	内容	
もぐもぐ離乳食教室	5～8カ月児(第1子優先)	10月16日	9:30～10:00	離乳食指導と試食、歯の話。要予約	
2歳児のびのび教室	25年10月生まれ	10月14・28日	9:30～10:00	むし歯チェック、育児と栄養の相談など。要予約	
歯科健診	1歳児親子	26年10月生まれ	10月15日	9:30～10:00	親子歯科健診指導と離乳食の話。直接センターへ
	2歳6カ月児	25年4月生まれ	10月1日	13:30～14:30	歯科健診など。歯ブラシ持参。直接センターへ
	3歳6カ月児	24年4月生まれ			
	4歳児	23年10月生まれ	10月22日	13:45～14:45	歯科健診など。直接センターへ
	5歳児	22年10月生まれ			

小児救急診療(15歳未満、中学生まで)

施設名	診療科目など	受付時間
阪神北広域こども急病センター	小児科 Tel (770) 9988	平日…19:30～翌朝6:30 土曜日…14:30～翌朝6:30 日・祝日・年末年始(12/29～1/3)…8:30～翌朝6:30
伊丹市昆陽池2丁目10	電話相談 Tel (770) 9981	平日…20:00～翌朝6:30 土曜日…15:00～翌朝6:30 日・祝日・年末年始(12/29～1/3)…9:00～翌朝6:30

子育て相談窓口

子育て・家庭支援課 Tel (740) 1179	県川西こども家庭センター Tel (756) 6633	児童虐待防止24時間ホットライン Tel (759) 7799
-----------------------------	--------------------------------	------------------------------------

幼児の偏食対策 子どもの気持ちを考えたアプローチを

旬の食材を使って、食の幅を広げやすい季節 食材と共に気を付けたい4つのポイント

旬のおいしい食材がたくさん出回る季節になってきました。子どもの偏食対策についても取り掛かりやすいのがこの季節。食材のおいしさと次のポイントに気を付けて、食生活の幅を広げてみましょう。

① 調理の工夫をする

暑い日には、さっぱり感じられるお酢を上手に使う。幼児食が食べられるようになれば、少しずつ酸味にもチャレンジできるようになります。例えば、白米が苦手な子どもでも、すし飯は食べられることしばしば。だし汁で割ったり、火にかけると食べやすくなります。

② 野菜を育てる

体験を通じて、食への興味や大切に心が育まれます。水やりなど子どもができる役割を与えることで責任感も身に付きます。最近では秋に栽培可能なトマトやキュウリなどもありますので、プランターで気軽に始められます。



子育て STYLE One Point
今月の担当は…健康づくり室栄養士 問合せ Tel (758) 4721

③ お手伝いをさせる

成長に応じてできることはさまざまです。例えば、2・3歳児は野菜を洗ってちぎる、3～5歳児は包丁を使ったり卵を割るなど。新しいことができれば自信が付き、普段食べないものでも食べられることも。楽しくお手伝いに取り組みせましょう。

④ 無理強いはしない

保護者にいくらやる気があっても、子どもの気が乗らない状態では逆効果の場合も。子どものやる気にはムラがあるので、チャンスを見極めつつ子どもの内面から「したい」という気持ちが湧いている時にアプローチしましょう。

市役所へ郵送の場合、〒666-8501と課・室名で届きます。料金表示のないものは無料。記載がない場合は、市が主体・主催で、受付時間は執務時間中。

記号の意味 注主体・主催 日日時 場ところ 対対象 資資格 講講師 内内容 種種目 費費用 定定員 他その他 申申し込み (郵郵便で 電電話で 郵ファクスで web 送信フォームから 窓窓口のみ 宛先 着順 抽定員超過の場合は抽選) 問問い合わせ Tel電話番号 Faxファクス番号 HPホームページ E-mail

子育て

児童手当を振り込みます

10月9日(金)に4カ月分(6～9月分)の児童手当を振り込みます。支払通知書は発送しませんので、通帳を確認してください。

現況届の提出がない場合、振り込みが遅れることがあります。

子育て・家庭支援課 Tel (740) 1179

親子の絆づくり

「赤ちゃんがきたー」 11月10日から12月1日までの毎火曜日午後1時半～3時半の全4回▽場アステ市民プラザ▽期27年6月から9月に生まれた第1子とその母親▽内初めて子育てをする母親同士で交流しながら、赤ちゃんのことを学ぶ講座▽期20組▽期10月1日(木)からアステ子育て支援ルームへ▽期Tel (740) 1125

保育つき ゆったりタイム

一時保育の利用で自分のための時間を持ち、読書や情報収集を。

11月10日、12月8日、28年

1月12日、2月9日、3月8日の火曜日午前10時～正午▽場男女共同参画センター▽期市内在住の1歳半から就学前までの幼児と保護者(祖父母なども可)▽期8人▽期Tel (759) 1856・Fax (759) 1891

保健センター

Tel (758) 4721

親子料理教室

10月28日(水)午後2時15分～4時▽場北陵公民館▽期3～5歳児と保護者▽期「朝ごはんをつくろう」などの話と調理実習▽期1人100円▽期10組▽期10月2日(金)から同センターへ

両親学級

11月2日(月)午後1時～4時▽期妊娠5カ月以上で初めて親になる人▽期赤ちゃんのお風呂の入れ方、父親の妊婦体験コーナーなど▽期20組▽期10月2日(金)から同センターへ

川西児童館

Tel (758) 8398

親子で遊ぼうDAY

10月3日(土)・22日(木)午前10時～11時半▽期1～3歳の幼児と保護者▽期すべり台やボールなど、体を動かす自由遊び▽期35組▽期親子共に上履き持参▽期当日会場へ

10月29日(木)午前10時～11時半▽期1歳半～2歳の幼児と保護者▽期40組▽期10月2日(金)午前10時から同館へ

久代児童センター

Tel (756) 1321

10月15日(木)午前10時～11時▽期1歳の幼児と保護者▽期自由に遊びながら親子で交流▽期親子共に上履き持参

久代児童センター

Tel (756) 1321

11月11日(水)午後1時～2時▽期妊娠中の人と産後6カ月頃までの母親(子ども同伴可)▽期エコー写真や思い出の写真のスクラップ、友達作りなど▽期10人▽期10月13日(火)

マタニティ&産後ママ交流会

11月11日(水)午後1時～2時▽期妊娠中の人と産後6カ月頃までの母親(子ども同伴可)▽期エコー写真や思い出の写真のスクラップ、友達作りなど▽期10人▽期10月13日(火)

工作教室 キラキラツリー

11月20日(金)午後3時半～4時半▽期4歳～小学生(幼児は保護者同伴)▽期20人▽期10月15日(木)

10月15日(木)午前10時～11時▽期1歳の幼児と保護者▽期自由に遊びながら親子で交流▽期親子共に上履き持参

リニューアル 乳幼児歯科健診システム

これまでの乳幼児歯科健診に「2歳6カ月児歯科健診」と「3歳6カ月児歯科健診」が加わります。

妊娠中から5歳まで継続した歯科健診をはじめ、ブラッシング方法、嘔吐ことや生活習慣に着目した予防の話など、各年齢に応じた内容になっています。この時期は、乳歯の歯並びが完成するのと並行して、将来のきれいな永久歯やその歯並びを育てていくために大変重要な時期です。むし歯予防はもちろん、子どもが一生自分の歯で生活を送れるよう「新川西市乳幼児歯科健診」をご利用ください。



問合せ・予約先 予防歯科センター Tel (759) 3171

Nurse's aid 看護補助者の役割 家族のような存在に

一人ひとりに合ったきめ細かな看護
病気など、不安な気持ちの話し相手に



南幸栄看護部長

「患者さんの年齢は年々高くなっていて、今、病棟には80〜90歳代の人が多く入院しています」と話す看護部の南次長。これまで以上に、入院中の身の回りのお世話に注意が必要になっていると言います。

「当院では、医師や看護師、薬剤師のほか、看護補助者など多職種が協働し、チーム一丸となって治療や看護に当たっています。お互いに患者さんの情報を共有しています。一人ひとりに合った対応をするために、欠かせない存在が看護補助者なんです」入院患者の高齢化が進む中で、その役割が重要になってきているそうです。

看護補助者は、入院患者が朝起きてから夜寝るまでの身の回りのお世話をします。顔や体を拭くほか、配膳やベッドメイキング、入浴や移動の介助なども行います。

「高齢の患者さんに接するときは、いつも自分の親のように思っているんですよ。院外で、何年前にもお世話をした方から「元気にやっているか」と声を掛けられた人もいて、患者さんからも家族のように



思ってもらっているのかと、うれしくなりますね」と笑顔。20人以上いる看護補助者全員が、入院患者を家族のように思い接しています。

「看護補助者は看護業務の一部を担っています。きめ細かな心配りや、愛あふれる看護で、少しでも患者さんが元気になる力になればと思っています」

入院患者にとって身近な存在になることで、医師や看護師に話しづらいことや悩み、不安な気持ちの話し相手になることも多いそうです。

「無資格の人もいますが、年に5回の研修を行い、必要な技術を習得します。さらに、

医療安全や感染防止などの専門知識を身につけます。ヘルパーの資格を持つ人のほか、国家資格が必要な介護福祉士や看護師をめざす人もいます」

家でおばあさんの介護をしたことがきっかけで、病院の仕事がしたいと看護補助者になった男性もいるそうです。

「彼は当院で実務に取り組みながら勉強し、介護福祉士をめざしています。資格がなくとも大丈夫。私たちと共にチームの一員として活躍してもらえる人を募集しています。一人でも多くの患者さんを笑顔にする、役割を担ってもらえたらと思います」



ほくほく里芋の クリームチーズコロケ

芋名月にぴったりメニュー

おとな子どもも
食と育つ
健康づくり室
Tel (758) 4721

レシピ提供：きんたくんバル実行委員会 野田龍利さん

- 材料（3人分）
- 里芋 5〜6個
 - クリームチーズA 60〜70g
 - クリームチーズB（1等角） 6個
 - 塩・こしょう 各少々
 - 卵 1個
 - 小麦粉・パン粉 各大さじ3
 - ソースの材料（マヨネーズ・ケチャップ） ... 各大さじ1

熱量（1人分）：386kcal、塩分：0.7g

- 作り方
- ①里芋は皮をむいて耐熱ボールに入れ、ラップをしてレンジで約6分蒸す（ゆでる場合は皮ごとゆでてから、皮をむく）。
 - ②マッシャーで①をつぶしチーズAを加えて混ぜ、塩・こしょうで味を調える。粗熱が取れたら冷蔵庫で2時間寝かす。
 - ③②を6等分にとり、チーズBをくるんだら、表面に小麦粉、卵、パン粉の順でつけ、170度に熱した油で色よく揚げる。
 - ④ソースの材料を混ぜ合わせて添えれば出来上がり。

消費生活センターだより
消費生活センター
Tel (740) 1167

就活中の学生やその家族はご注意ください！

就職に有利？
高額なビジネス講座を契約

事例 SNSで知り合った人の「僕は大学を中退したが今は成功している」という話に興味を持ち、喫茶店で会うことになった。その人は「今の僕があるのはビジネススクールに通いスキルを学んだから。費用は100万円だがそれだけの価値はある」と熱く語った。大学2年生でこれからの就職活動にも不安があったので、その人の話はとても魅力的に思えた。でも、100万円のような大金は持っていないので「お金がない」と言う。「消費者金融で『会社員・年収350万円』と言えば大丈夫」と言われた。その人に教えてもらった架空の勤務先を書類に書き100万円を借りた。その後、事務所へ行きビジネススクールの契約をした。2回受講したが思っていたような内容ではなかったため解約したい。(20歳 男性)

就職難に悩む学生に対し「ビジネス講座を受講すれば成功する」とか「人脈を広げる組織に加入すると就活に有利」などと言って、ビジネス講座や資産運用ソフトの契約を結ばせるトラブルが増えています。講座やソフトが目前の就職活動にすぐに役立つかどうかは疑問です。消費者金融へ毎月2〜3万円を長期にわたって支払い続けることは負担になります。

また「家族に相談しないように」と口止めされていることもあるので、家族の人も注意してください。クーリング・オフや契約の取り消しができる場合もありますが、業者が応じなかったり連絡が取れなくなったりするケースが多く、若者にとって、だまされたという思いと消費者金融への返済が大きな負担となって残ります。

人権啓発シリーズ
生きる
人権推進課
Tel (740) 1150

高校生模擬裁判選手権について

中高生向け法教育イベント
さまざまな角度から真剣に徹底的に検討する

例年、7月から8月にかけては、全国各地で多数の中高生向け法教育イベントが行われます。8月1日に実施された高校生模擬裁判選手権もその一つです。これは、日本弁護士連合会が主催する大会で、今年は、関東・関西・中部北陸・四国大会が同時開催されました。

関西大会では、大阪地方裁判所の法廷を4つ使わせてもらい、近畿各府県から参加した8つの高校が、検察側、弁護側に分かれ、熱い戦いを繰り広げました。審査員は、現役の裁判官・検察官・弁護士・学者・マスコミ関係者です。参加校は、5月下旬の学校説明会で初めて教材を手にした後、支援弁護士の支援を受けながら、教材を読み込んで、証人尋問・弁論・論告などの準備を行います。当日は、被害者（赤ちゃん）の人形を使いながら証人尋問を行ったり、段ボールに模造紙を貼り付けた説明用具を使って弁論や論告を行うなど、高校生らしい工夫がされていました。

この大会は、勝敗もさることながら、教材に表れる事実をさまざまな角度から検討し、裁判官と裁判員に伝わりやすい証人尋問をめざして練習するという準備の過程が、通常の学校の勉強と全く違う新鮮な体験となるようです。この大会を経て、弁護士などを志望する生徒さんがいるのはとてもうれしいことです。また、そうでなくても、物事をさまざまな角度から真剣に徹底的に検討するという経験は、生徒さんのその後の人生に大きな好影響をもたらすだろうと思います。(弁護士・元川西市子ども人権オンプerspersion 勝井映子)【人権標語入賞作品「その言葉 言ってもいいか 見直そう」小学校6年】



9/10 ダリヤ園オープン

11月3日まで！里山に咲く1,200株のダリア
市北部、黒川地区にある「黒川ダリヤ園」。地区の皆さんが運営・育成する約0.6%の園内で、大切に育てられた約430種のダリアが、訪れる人を楽しませています。



8/22 樋渡前武雄市長が語る地方創生

（一社）川西青年会議所が講演会を開催
「住民の力で創るまちの未来」をテーマに、アステホールで開催。先進的な政策を武雄市で実現してきた経験をもとに、「まちのために自ら積極的に動こうとする住民が増えれば、ものすごい力になります」などと講演しました。



8/28 プロの視点で教える自転車教室

プロロードレーサーがチームの地元で開催
川西を拠点とする「コラッジ」川西サイクリングチームが、地域貢献にと自転車教室を企画。約20人が参加し、自転車に乗る上で気を付けなければならないことなど、プロの視点でのアドバイスを受けていました。



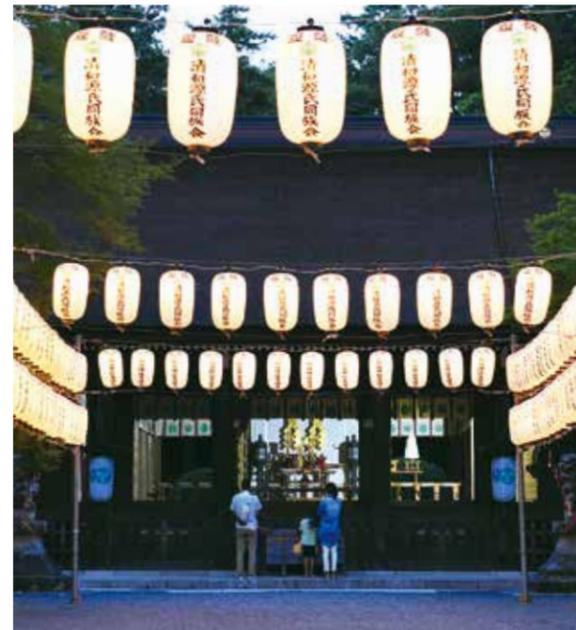
8/13 ランニングバイクで熱戦

スポーツクラブ21けやき坂が多目的広場駐車場で「BRAVE RIDERS BON (盆) RIDE CUP in けやき坂」を初開催。2歳から6歳までのチビっ子ライダー約70人が、近畿各地から集まりました。それぞれのバイクにまたがった子どもたちは、レースでおとな顔負けの熱戦を繰り広げました。



8/20 本格的な鉄道模型が広場を走る

アステ川西びびう広場でコラボイベント
夏休みの8月20日から24日まで開催された「2015夏の三宝鉄道レールフェア」。期間中にはコラボレーションイベントとして音楽コンサートも開かれ、訪れた親子連れなど多くの人が楽しみました。



8/23 多田神社で萬燈会

27日までの間、境内を照らし出す燈火
清和源氏の祖であり、多田神社の主祭神とされる源満仲公のご命日にちなみ、同神社で毎年行われている「萬燈会」。満仲公の薨去1,000年を機に始まり、今年で19回目の開催。1,000灯以上の燈火が多田神社前の猪名川を跨ぐ御社橋から南大門へと続く階段に始まり、随神門を経て拜殿までの境内を照らし出していました。同神社権禰宜の齋木竜也さんは「燈火が灯る幽玄の美を見に来てほしい」と話していました。



8/27 子どもたちが描く未来の公園

中央公園の工事用フェンスにポスターを掲示
整備事業が進むキセラ川西で、29年に完成が予定されている中央公園。昨年、市制施行60周年記念事業として「3年後にできる中央公園でやりたいことを描こう！」をテーマに子どもたちがポスター146点を描きました。今年は、絵を描いた子どもたちと保護者が集まり、公園を囲むフェンスにポスターを設置。子どもたちは工事の様子などを見学し、それぞれのポスターの前で記念撮影をしていました。



8/20 全国レスリング大会優勝と3位

市長を表敬訪問。大会の報告と今後の抱負を語る
2024クラブ1,574人が出場した全国少年少女レスリング選手権大会。小学校5年生の原田渚さんは女子の部30kg級に出場し、見事優勝に輝き、花盛奏太さんは小学2年の部32kg級に出場し、3位に入賞しました。市長から「よく頑張りましたね」と声を掛けられると、原田さんは「これからも全国で1位をとれるように頑張りたいです」などと話し、次を見据えていました。



9/4 みんなが行きたくなるトイレ

「日本トイレ大賞」文部科学大臣賞を受賞
新清和台幼稚園の「陽だまりの森」と名付けられたトイレが同賞を受賞。従来のトイレは、「汚い」「臭い」「暗い」といったイメージから嫌がる園児もいたそうです。「子どもたちが行きたくなるように」と平成20年にリフォームされたトイレ内に入ると、動物が出迎える仕組み。園長の森友潔さんは、「嫌がる園児がいなくなったところか、帰って来ないくらい楽しい空間になっています」と話していました。



GOYA HIROTO 関学大サッカー一部4年FW

呉屋 大翔さん

川西市出身。けやきFCでサッカーを始め、ヴィッセル神戸ジュニアユース、流通経済大柏高を経て、関西学院大に進学。27年7月、韓国の光州で行われたユニバーシアード競技大会（2年ごとに開催する学生対象の国際総合競技大会）に日本代表として出場し、銅メダルを獲得。8月、総理大臣杯全日本大学サッカートーナメントに関学大FWで出場し、優勝。日本一の栄冠を勝ち取った。28年4月からの新加入選手として、ガンバ大阪と仮契約を結ぶ。



総理大臣杯で優勝

人生で初めての日本一

試合に出られない悔しさをばねに頑張ってきたユニバーシアード競技大会で銅メダルを獲得
来年はプロとして、チームや地元を盛り上げたい



——サッカーを始めたのはいつ頃ですか？
5歳からやっています。友だちを作りたくて。サッカーを選んだのは直感ですね(笑)。小学校3年生の頃、決めたゴールがそれまでと違う感触だったんです。その時、サッカーの面白さにはまりました。

——サッカーをしていて一番印象に残っていることは何ですか？
一番は、人生で初めて日本一を取った総理大臣杯での優勝ですね。ずっと日本一をめざしてやってきましたから。苦労もあつたし、うれしかったです。反対に、悔しくて印象に残っていることもあります。高校3年生のとき、最後の試合に出られず、ベンチでプレーもしないまま決勝戦で負けたことです。その時の悔しさを繰り返し返さないと決め、大学で頑張ってきました。

——今年、ユニバーシアード競技大会で銅メダルを獲得、総理大臣杯で優勝したときの気持ちは？
選抜チームでは1年8カ月間、勝つためにやってきたので、準決勝で負けた時は悔しかったです。国の代表という責任を感じて戦いました。その翌月に臨んだ総理大臣杯では、150人いる大学の部員みんなで日本一を取ったという感じでしたね。

——これからの目標を教えてください。
来年からJ1の上位チームで戦います。プロとして自分がどれだけのことができるのかチャレンジしたい。活躍して、チームや地元を盛り上げたいです。僕が諦めずに頑張る姿を見せて、子どもたちの希望になればうれしいですね。

CHECK & QUIZ

次の空欄（○の中）を埋めてください。

1：日本一の里山、○軒 2：のせでんアートライン妙見の○

クイズ正解者の中から図書カード（1,000円分）を5人に差し上げます（正解者多数の場合は抽選。当選者のみに送付します）。応募方法：ハガキにクイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、今号で興味のある記事と感想を書き、10月9日（金）（消印有効）までに〒666-8501・広報課「クイズ」係へ。

※9月号の正解は（ふ）（ジ）で、91通の応募がありました。

8月末現在の人口

男……………76,290人（-37）

女……………84,056人（+1）

計……………160,346人（-36）

世帯数…68,988世帯（+17）

川西の元気いっぱい
キャラクター
きんたくん



食べてみて
栗の王様
銀寄