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］

11
Public Relations Magazine in Kawanishi City
Nov. 2021　No.1391
https://www.city.kawanishi.hyogo.jp/

特集　ずっと使える公共施設へ

行政サービスをより効果的に提供するため、税金の使い方を検証している川西市。その一つが公共施設の使用料の見直しです。必要な公共施設を次の世代に残すためには、何をどう変えればよいのでしょうか。

時代が変わる、川西を変える、
さあ、かわにし新時代へ。

※新型コロナウイルス感染症の影響で、行事を中止・延期する場合があります。事前に市ホームページなどをご確認ください。また、イベントなどに参加する際は、体温を測る、マスクを着用するなど感染防止にご協力ください。

ずっと使える公共施設へ

問い合わせ　企画財政課　☎072(740)1130

皆さんがスポーツや文化活動などで使っている体育館や公民館などの公共施設。維持・管理費用は、利用する人だけでなく全ての市民が負担しています。適正な負担の在り方とはどういったものでしょうか。現在、市は次の世代に必要な公共施設を残すため、使用料の見直しを進めています。ここでは今の市の考えを説明します。

行政サービスの質を見直す行財政改革を実施

人口減少や少子高齢化、近隣他市と比べても厳しい財政状況など、多くの課題を抱える川西市。より効果的な行政サービスを行うには、税金の使い道を見直さなければなりません。

そこで、市では行財政改革を実施。学識経験者やNPO法人の代表、事業者などで構成される行財政改革審議会からの答申に基づき、さまざまな面から行財政運営を検証しています。

公共施設を長く使うため使用料を見直し

その一つが公共施設の使用料です。10年以上見直しが行われておらず、改めて全面的な見直しを進めています。

では、今まで公共施設の使用料はどのように決められてきたのでしょうか。

市では、人件費や光熱水費など、施設の維持・管理費用を算出し、その一定割合を使用料として、施設ごとに条例で定めています。

これまでは、施設のメンテナンスなどに使われる費用を使用料に算入していないことや、使用料で賄うべき負担の基準が統一されていないことが課題でした。

今後も人口の減少に伴い、税収が減少することが予想されます。公共施設を維持するためには、維持・管理費用の在り方について、見直していくことが必要です。

そこで、市は2年度末に全施設共通の新たな算定基準を策定。その基準に基づいた使用料の見直しを進めています。

市の公共施設とは？

市が設置し、直営か委託で管理・運営する、誰もが利用可能な施設のことを指します。

公共施設には、法令で使用料が無料とされている学校や図書館などと、使用料がかかる総合体育館やみつなかホール、公民館などがあります。

利用しない人も税金で負担

使用料があるのは一部の公共施設

使用料が設けられているのは、一部の公共施設です（上図参照）。民間サービスでも提供されているホールや部屋の貸し出しなどを行うアステ市民プラザや、個人が日常生活をより楽しむために選んで使うキャンプ場などです。

使用料と税金で賄う公共施設に関する費用

公共施設を維持・管理するための費用は、下のグラフのように、施設を利用する人が負担する使用料と、税金で賄われています。つまり、公共施設は利用する人だけではなく、普段利用しない人も維持・管理するための費用を負担していることになります。

使用料の見直しに当たっては、施設を利用する人はもちろん、利用しない人の意見も考慮した負担割合の基準が必要です。

公共施設の位置図

貸館を行う施設のみ

公民館
① 北陵公民館
② 東谷公民館
③ 清和台公民館
④ 緑台公民館
⑤ 多田公民館
⑥ けやき坂公民館
⑦ 明峰公民館
⑧ 川西公民館（※）
⑨ 川西南公民館

コミュニティセンター
⑩ 牧の台会館
⑪ 多田東会館
⑫ 満願寺ふれあい会館
⑬ 加茂ふれあい会館

芸術・文化系施設
⑭ キセラ川西プラザ（※）
⑮ ギャラリーかわにし
⑯ みつなかホール
⑰ アステ市民プラザ・アステギャラリー

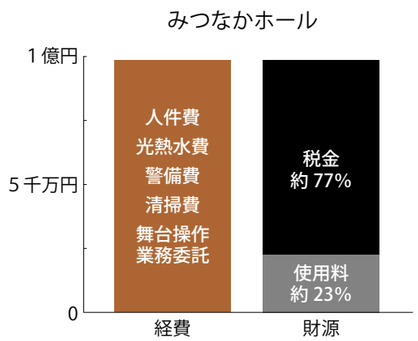
体育系施設
⑱ 市民体育館・市民運動場
⑲ 総合体育館・弓道場 市民温水プール
⑳ 東久代運動公園

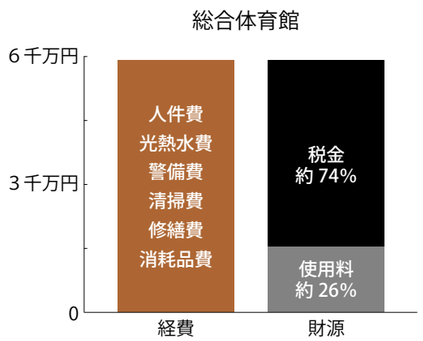
その他施設
㉑ 知明湖キャンプ場
㉒ 郷土館
㉓ 総合センター
㉔ 男女共同参画センター・市民活動センター

※⑧⑭は同一施設です

実際の使用料と税金の負担割合

みつなかホールと総合体育館に関する維持・管理費用（経費）と、それを賄う実際の税金と使用料（財源）の割合は、下のグラフのようになります（平成29～令和元年度の平均値）。両施設とも税金が財源の大半を占めていることが見て取れます。





使用料の算定基準を統一し明確にします

市は適正な料金設定とするため、これまで施設ごとに異なっていた使用料の算定基準を統一し、明確にしました。

使用料と税金の負担割合の基準を見直し

新算定基準では、使用料と税金の費用負担の割合を、各施設の用途に合わせて、統一した考え方で見直しました（下図参照）。

民間サービスの提供数が多いものや、趣味の要素が強いものは使用料を高く、つまり利用する人の負担を大きくして、適正な負担割合となるよう配慮しています。例えば、知明湖キャンプ場やみつなかホールなどです。

施設の稼働率を80％で想定

施設の維持・管理費に充てられる使用料と税金の負担を適正にするため、施設稼働率を100％ではなく、80％と想定。利用しない人の負担割合を今より軽減します。

全ての施設が年間を通して満員で、100％利用されているというのは、現実には考えにくいことです。

稼働率100％と想定して使用料を決定すると、実際の稼働率が80％の場合、残りの20％は税金で賄うことになり、利用しない人の負担が増えてしまいます。

メンテナンス費用を使用料の算定に含めます

また、将来も施設を継続して利用するため、新算定基準では使用料の算定に減価償却費を含めました。

減価償却費は、建物を建てた時の費用などを、その建物を使用する期間で均等に負担するもので、施設のメンテナンス費用などに充てられます。

利用する人に配慮し使用料の上昇に上限を設定

新基準で算定すると、使用料が大幅に上昇する施設もあります。利用する人に大きな影響を与えないようにするため、見直し後の料金が今の1・5倍（近隣他市を参考）を超えないように上限を設ける予定です。なお、上限を超えた分は、税金で負担することになります。

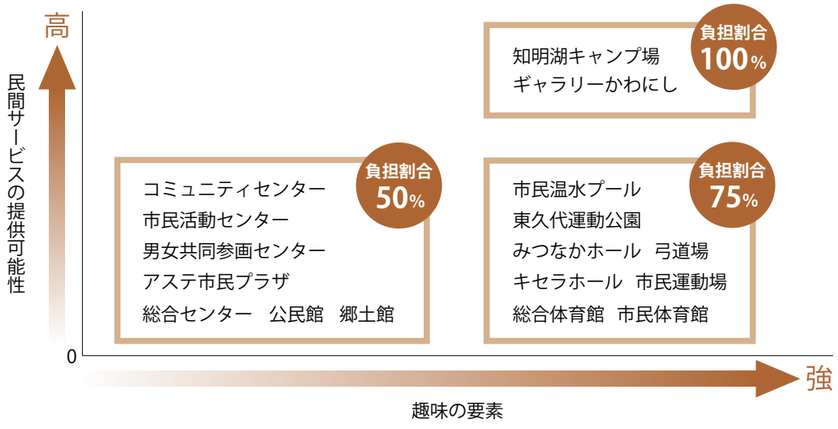
今、市は使用料の適正な上限などについて、市民や施設を利用する各団体にアンケートなどで意見を聞いている段階です。

また、新算定基準では、使用料を4年ごとに見直すことにしています。今後も皆さんの意見を参考に、適正な基準に更新し、ずっと使える公共施設をめざしていきます。

新算定基準の詳細は
市ホームページへ
▼

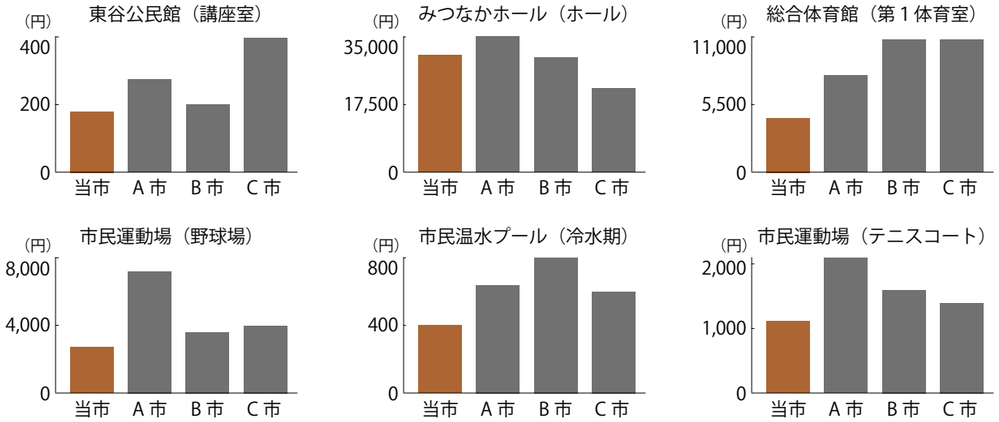
市が定めた使用料の負担割合

公共施設の費用を使用料で何％賄うかの基準は以下の通りです。負担割合が75％の場合、残りの25％は税金で賄うため、利用しない人も負担することになります。



近隣他市の使用料との比較（３年７月末時点）

市の改定前の使用料と近隣他市の使用料の比較は以下の通り。当市と同程度の施設の通常料金で比較しています（公民館のグラフは全市１時間当たりに換算した料金を記載）。



使用料が今の 1.5 倍になったら ??

例１　パレットかわにしで会議をする場合

会議室（広さ 56 平方㍍）を５人で 50 分利用する場合、これまでは 420 円だった使用料が、改定後は 630 円になります。団体としては 210 円の値上げですが、１人当たりに換算すると 42 円の値上げになります。

例２　市民体育館でバレーボールの試合をする場合

主競技場半面をバレーボールの２チーム（合計 12 人）で２時間利用する場合、これまでは 2,190 円だった使用料が、改定後は 3,290 円になります。団体としては 1,100 円の値上げですが、１人当たりに換算すると約 92 円の値上げになります。

サービス維持のため適切な負担を

市長
越田 謙治郎

多くの公共施設が建設された経済成長期やバブル期は、少ない利用者負担で行政サービスを提供することが期待されていました。

また、行政は豊富な財源でその期待に応えることができ、その姿勢が良い政治として評価されてきました。

しかし、経済成長が望めず、人口も減少していく中では、方針を変えていかなければなりません。

財源が限られている中では、公共施設の維持・管理の考え方も見直さなければならないと考えています。

もちろん、皆さんが利用する公民館やスポーツ施設は、市民が文化や芸術、スポーツ活動を楽しみ、幸せな人生を過ごすための大切な施設であり、その環境整備は市の役割の一つです。

また、使用料の見直しに当たっては、市が施設の維持・管理費を見直すことや、市民の皆さんに施設を利用していただき、稼働率を上げることなどが必要です。

ただ、今回の見直しは、単に財源を生み出すことが目的ではなく、税金の使い道を見直すためのものです。

将来にわたって、施設とサービス水準を維持するために、誰がどのように負担を分かち合うべきか。利用者の皆さんはもちろん、普段あまり利用されていない方も含めて、公共施設の在り方を、一緒に考えていただければと思います。

広報
かわにし
milife 11
かわにしの未来へつなぐ生活情報誌［みらいふ］

目次　INDEX

02-05 特集 **ずっと使える公共施設へ**
06-07 **子どもや若者、その家族の悩みに対するサポート体制を強化**
08 令和４年度成人式 **式典はオンラインでも中継**
09 **留守家庭児童育成クラブ入所児童を募集**
４年４月採用の市職員などを募集
10 最新情報をお伝えします **新型コロナウイルスワクチン接種**
11 パブリックコメント **皆さんの声を市政に生かします**
リユース什器オークション「Tsugu」を開催
川西市展の作品を募集
12 **マイナンバーカードが保険証として医療機関で利用可能に**
13 **切れ目のない支援で被害者をサポート**
14-15 **市政情報トピックス**
16-27 **お知らせコーナー**
28 学び育つ **子育てを通じて地域がつながる**
29 **食と育つ**
消費生活センターだより
生きる
30-31 **フォトニュース**
32 Ｋカルチャー **加茂遺跡**

災害に備える　ウェブで事前に確認

避難情報や最新の防災マップを市ホームページ（右の２次元コードからアクセス可）で公開。災害への備えとして事前に確認してください。

避難情報　防災マップ

問い合わせ　危機管理課　☎072(740)1145

主な相談窓口の一覧

こども・若者ステーションでは、子育てに関することや子どもの発達についてなど、さまざまな悩みごとに対応する窓口を設けています。相談の受け付けは平日に実施（ニート・ひきこもりなどの相談は木曜日を除く）しています。

また、こども若者相談センターには、スクールソーシャルワーカーが在籍。主に学校を通じての相談ですが、直接相談を希望する場合は、同センター☎072(758)8680へ。

キセラ川西プラザ２階 こども若者相談センター

家庭児童相談　☎072(740)1152
養育についての相談や児童虐待

教育相談・言語訓練　☎072(757)8080
子どもの性格や行動、心身の健康、言葉、学習、不登校。面接要予約
【教育相談】電話と面接可
【言語訓練】５歳児クラスの子どもが対象。言語聴覚士が対応

子ども専用の相談窓口　☎072(758)7830
子どもからの悩み相談

ニート・ひきこもりなどの相談　☎072(758)5044
市在住の中学校を卒業した15歳からおおむね39歳までの子どもと若者、その保護者が対象で、仕事が長く続かない、家から出られないことなど。面接は要予約

キセラ川西プラザ３階 こども支援課

子育ての悩み相談　☎072(740)1248
主に未就学児が対象。子育ての気になることや誰に聞いたら良いのか分からないことなど、子育て全般

全国共通ダイヤル
１８９（いちはやく）「だれか」じゃなくて「あなた」から

11月は児童虐待防止推進月間

こども若者相談センター　☎072(740)1152

以下のチェックリストに一つでも該当するなど、心配な様子や異変がある子どもや保護者が周りにいませんか。心当たりがある場合は、こども若者相談センターか、県川西こども家庭センター☎072(759)7799へ。

虐待に気付くためのチェックリスト

【子どもの様子】
- □ 体のどこかに不自然な傷がある
- □ いつも泣いている
- □ 極端に痩せている
- □ いつも服や体が汚れている
- □ 夜遅くまで遊んだり徘徊（はいかい）したりしている

【保護者の様子】
- □ 小さい子どもを置いたまま外出している
- □ 体罰を正当化している
- □ 地域や親族などと交流がなく孤立している
- □ 支援に拒否的である
- □ 子どもがけがをしても医者にかからない

子育ての悩みや不登校、ひきこもりなど

子どもや若者、その家族の悩みに対するサポート体制を強化

キセラ川西プラザにあるこども・若者ステーション
教育支援センターの相談部門も加わり体制を強化
専門職員が連携して、子どもや若者、その家族を支援します

こども・若者ステーション
こども若者相談センター

多職種の専門職員が連携して支援

問い合わせ
こども若者相談センター
☎072(740)1152

こども・若者ステーションが11月から新しく運営を開始

キセラ川西プラザ福祉棟３階のこども若者相談センターと、パルティＫ２北棟２階の教育支援センターの教育相談部門やスクールソーシャルワーカーが、同プラザ２階に移転。11月１日(月)から、２階はこども若者相談センターを、３階はこども支援課の相談部門を備えた新たなこども・若者ステーションとして運営を開始します。

移転に伴い、家庭総合相談員や臨床心理士、言語聴覚士、スクールソーシャルワーカーなどの専門職員が一つの場所に集まることで、就学前から就学後の子どもや若者、その家族に対して、より連携した支援が可能になります。

なお、引き続き電話での相談も受け付けています。ニート・ひきこもり相談は、メール（市ホームページの電子フォームから送信可）でも相談できるので、不安や悩みを抱えている人は、気軽に相談してください。

セオリアがパルティＫ２内で12月中旬に移転

市在住の小・中学生のための居場所である、学びのスペース「セオリア」。セオリアでは、一人一人に応じた学習や小集団での体験的な活動を通じて、社会的自立に向けて支援しています。

セオリアが、12月中旬にパルティＫ２（栄町11―３）内の同じフロアで移転。室内スペースを広げ、学年や学習内容に応じた学習環境を整備。子どもたちが、より安心して充実した時間を過ごせる場所になります。

スクールソーシャルワーカーとは
小・中学校や特別支援学校で、児童・生徒が抱える悩みや問題にアプローチ。取り巻く環境を整えるために関係機関と連携、調整などの支援をする人

4年1月10日開催。対象者には12月上旬にはがきでお知らせ

式典はオンラインでも中継

令和４年１月10日

成人式

今年の舞台はキセラ川西
キセラホールでの式典に加え、キセラ川西せせらぎ公園では市民イベントを実施
小学校卒業時のタイムカプセルも開封します

問い合わせ　社会教育課　☎072(740)1244

舞台はキセラ

キセラホールでのメインイベントと
キセラ川西せせらぎ公園など
周辺会場でのサブイベント

4年1月10日㈷に成人式を開催します。対象は平成13年4月2日～14年4月1日に生まれた人。対象者には12月上旬ごろに、はがきでお知らせします。

メインイベント

午前11時―正午にキセラホールで新成人による「はたちの抱負」の他、皆さんの手紙が入ったタイムカプセルの開封式などを実施します。

なお、新型コロナウイルス感染症の影響で、入場者数を制限する場合があります。

サブイベント

午前11時から、式典の様子を市公式YouTube Liveで配信する他、キセラ川西プラザ3階の川西公民館集会室などでも中継します。また、同プラザ周辺に記念撮影用パネルを設置し、市民活動団体の協力によるイベントなどを開催します。

アクセスとプレゼント

会場へは、公共交通機関を利用して来場してください。

また、式終了後に案内はがきに掲載の2次元コードからアクセスし、アンケートに答えると、抽選で川西ゆかりのプレゼントが当たります。

会場周辺地図

阪急・能勢電鉄川西能勢口駅から徒歩約15分。能勢電鉄絹延橋駅から徒歩約５分

はたちの抱負を発表しませんか

成人式で「はたちの抱負」を発表する新成人を２人募集します。応募多数の場合は選考。

申し込みは、「20歳になって」をテーマとした作文（1,000字程度）に、住所、氏名、電話番号、生年月日を添えて、11月15日㈪までに、郵送またはメールで〒666-8501・社会教育課・✉kawa0067@city.kawanishi.lg.jp へ。

タイムカプセル開封式の参加者を募集

小学６年生の時に皆さんが書いた手紙が入ったタイムカプセルの開封式参加者を４人募集します。応募多数の場合は抽選。希望者は11月15日㈪までに、件名を「タイムカプセル開封式申し込み」とし、住所、氏名、電話番号、生年月日、出身小学校名を入力し、メールで社会教育課✉kawa0067@city.kawanishi.lg.jp へ。

留守家庭児童育成クラブ入所児童を募集

入所希望者は11月12日㈮～12月8日㈬に申請書を提出してください

問い合わせ　こども支援課　☎072(740)1175

小学校の放課後、就労などで家庭に保護者のいない児童を育成支援する「留守家庭児童育成クラブ」。４年度入所児童を募集します。

対象は、新1～6年生です。同クラブでは、授業のある日や長期休業中、土曜日などの午後5時まで育成支援を実施。また、希望者には、最大午後7時まで延長育成を実施します。育成料は月額7500円。延長育成料は別途必要です。

入所を希望する人は、市役所3階のこども支援課に備え付けの申請書（市ホームページ〈下の2次元コードからアクセス可〉からダウンロード可）に必要事項を書き、11月12日㈮～12月8日㈬（必着）に〒666―8501・こども支援課へ。

現在、同クラブに入所している児童とそのきょうだい（新1年生含む）は、11月12日～12月4日㈯の閉所時間までに、必要事項を書いた申請書を各クラブへ。ファクス・メールでの申請は受け付けていません。

期限までに提出できない場合、12月1日㈬午後5時までに同課へ相談してください。

また、待機児童を解消するために、待機児童が多い校区を中心に、夏季休業期間中のみの入所の実施を予定しています。詳しくは、4年度入所のしおりか同課へ。

なお、民間事業者による留守家庭児童育成クラブの一覧は市ホームページに掲載。申し込みなど詳しくは各民間留守家庭児童育成クラブへ。

民間クラブの設置運営事業者を公募します

こども支援課　☎072(740)1215

対象＝社会福祉法人、NPO法人、株式会社などの法人格を有する団体▶内容＝４年４月に新たに開所する民間クラブの開設準備経費などを補助▶その他＝審査会あり。内容は市ホームページ（右の２次元コードからアクセス可）を確認▶申し込み＝市ホームページに掲載の募集要項を確認の上、必要書類（任意様式）を添えて、４年１月14日㈮までに同課へ

４年４月採用の市職員などを募集

職種は調理師（正職員）と留守家庭児童育成クラブ主任支援員（会計年度任用職員）
それぞれの締め切り日までに申込書を提出してください

調理師（正職員）

４年４月１日採用の調理師を３人程度募集します。対象は、次の要件を全て満たす人。

①昭和51年４月２日以降に生まれた②調理師免許を持っているか令和４年３月31日までに調理師免許取得見込み。

希望者は、市所定の申込書に必要事項を書き、11月１日㈪～19日㈮午後５時（必着）に〒666-8501・教育保育職員課へ、簡易書留で郵送してください。

募集要項は11月１日から市役所３階の同課や各公民館、大和行政センター、アステ市民プラザ、中央図書館、キセラ川西プラザ（市ホームページ〈左の２次元コードからアクセス可〉からもダウンロード可）で備え付けますので確認してください。１次試験（教養）は12月５日㈰です。

留守家庭児童育成クラブ主任支援員（会計年度任用職員）

４月１日採用の留守家庭児童育成クラブ主任支援員を若干名募集します。対象は放課後児童支援員か保育士、社会福祉士、幼稚園・小・中・高等学校教諭の資格を持つ人（内定後、放課後児童支援員認定資格研修を受講し、認定資格を取得することが必要）。勤務場所は、市内の16学校（29クラブ）と特別支援学校１校のいずれかです。

希望者は、市役所３階の教育保育職員課に備え付けの申込書に必要事項を書き、11月26日㈮までに同課へ提出してください。試験は12月５日㈰です。

問い合わせ　教育保育職員課　☎072(740)1242

最新情報をお伝えします

新型コロナウイルスワクチン接種

問い合わせ

市ワクチンコールセンター　☎0570(022)599
午前9時―午後5時（土・日曜日、祝日も対応）

12歳以上の市民の約82％がワクチン接種を完了

10月19日現在、対象年齢（12歳以上）の市民の約82％が2回目の接種を完了しています。

現在は、12歳以上で接種を希望する人の予約を随時受け付けています。

ワクチン接種は、新型コロナウイルス感染症による死亡者や重症者を減らし、まん延防止を図ることが目的です。コロナ禍を乗り越えるために、ワクチン接種へのご協力をお願いします。

実施曜日を変更

現在、多くの市民の接種が完了し、ワクチン接種の希望者が減少している状況です。

また、集団接種にかかる医療従事者の負担軽減と、経費削減の必要があることも踏まえて、10月下旬から実施曜日を金・土曜日のみに変更。接種体制を縮小しています。

集団接種会場への送迎バスを終了します

阪急・能勢電鉄川西能勢口駅～総合体育館の間で運行していた送迎バスは、10月31日で終了しました。

接種済証明の発行

ワクチン接種時に渡した予防接種済証（臨時）と新型コロナワクチン接種記録書は、接種歴を証明するものです。国内で接種したことを証明する必要がある場合は、同接種済証または記録書を提示してください。なお、紛失した場合は、市新型コロナウイルスワクチン接種対策事務局で再発行できます。

また、海外渡航時に、ワクチンパスポートが必要な場合は、同事務局で発行します。詳細は市ホームページで確認するか、同事務局☎072（740）1270へ問い合わせてください。

3回目のワクチン接種について

新型コロナワクチンの3回目の接種の実施について、国で検討されています。現時点では詳細が決まっていませんが、国の動向に合わせて実施を計画します。詳細は、改めて広報誌や市ホームページなどでお知らせします。

ワクチン接種に関する問い合わせ先一覧

接種予約

市予約専用ウェブサイト（市ホームページか下の2次元コードからアクセス可）か市予約専用コールセンター ☎0570(056)787（午前9時―午後5時、土・日曜日、祝日も対応）へ。

一般的な問い合わせ

市ワクチンコールセンター
☎0570(022)599（午前9時―午後5時、土・日曜日、祝日も対応）
※ナビダイヤルですので通話料金は利用者の負担となります。

市の年代別接種率（10月19日時点）

年代	1回目の接種率	2回目の接種率
65歳以上	92.4%	91.4%
60～64歳	88.9%	87.8%
50～59歳	89.1%	87.3%
40～49歳	79.4%	77.2%
30～39歳	74.6%	71.2%
20～29歳	73.0%	69.1%
12～19歳	69.3%	60.4%

※接種率は、各年代の市全人口に占める割合。10月19日時点で集計。
※算出に用いた接種完了人口は、国のワクチン接種記録システム（VRS）から集計。
※市全人口に占める1回目の接種率は76.4%、2回目の接種率は74.1%です。

意見募集

皆さんの声をまちづくりに生かします

市が作成した事業見直し案に対するパブリックコメントを実施
メールや市ホームページなどで受け付けます

問い合わせ　企画財政課　☎072(740)1130・Fax072(740)1315

事業見直し案のパブリックコメントを実施

3年度事業の見直し（事業再検証）（案）について、市内在住・在学・在勤の皆さんから意見を募集します。将来にわたって質の高い行政サービスを提供するために、元年度から3年間で全ての事業を検証。今回は、3年度に検証した95事業の見直し内容や方向性について、市が作成した案への意見を募集します。

案は、市ホームページ（下の2次元コードからアクセス可）に掲載する他、市役所4階の企画財政課や同2階の市政情報コーナー、大和行政センター、各公民館、中央図書館などで閲覧できます。

提出された意見は検討結果とともに公表

意見のある人は、意見、住所、氏名、年齢を、11月17日㈬（必着）までに、郵送（〒666―8501・企画財政課）やファクス、メール（✉kawa0004@city.kawanishi.lg.jp）、市ホームページで提出してください。電話での意見の受け付けや個別の回答はできません。

寄せられた意見は市の検討結果とともに、市ホームページなどで公表予定。提出者の個人情報は公表しません。

市ホームページはこちらから

■意見提出手続（パブリックコメント）

行政活動に市民が参画する手法の一つ（市参画と協働のまちづくり推進条例第9条に規定）。市民生活に大きな影響のある計画などを決めるときに、素案ができた段階で趣旨や内容などを公表。広く市民などから意見を募集し、それに対する市の検討結果を公表する手続きのことです。

リユース什器オークション「Tsugu」を開催

棚や椅子を地域で継ぐ

リユース什器（じゅうき）オークション「Tsugu」は、エイチ・ツー・オーリテイリンググループ各社と協業した社会実験プロジェクトです。阪急百貨店などで役目を終えた棚や椅子などを地域の事業者に引き継ぎ、リユースを促すとともに、事業者支援につなげます。

売上の一部は、のせでんアートラインの運営などに活用されます。

主催＝のせでんアートライン妙見の森実行委員会▷対象＝什器を店舗などで活用できる起業予定者、事業者▷申し込み＝同事務局ホームページ（右の2次元コードからアクセス可）で確認し、申し込みフォームから送信してください

問い合わせ　リユース什器オークションTsugu運営事務局　向井さん　☎090(5068)2292

市民の文化・芸術発表の場「川西市展」

個性豊かな作品を募集

4年2月1日㈫～5日㈯にキセラ川西プラザで開催する「川西市展」の作品を募集します。

部門は洋画、日本画、書、工芸、写真、彫刻・立体造形、現代美術の7部門です。応募対象は16歳以上で、費用は一般1,500円、高校生・大学生・専門学校生は500円です。

募集要項は、11月1日㈪から市役所2階の文化・観光・スポーツ課と各公民館、キセラ川西プラザ、みつなかホール、ギャラリーかわにしなどに設置。市ホームページ（下の2次元コードからアクセス可）にも掲載しています。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、受け付け方法など、例年と一部変更があります。また、同ウイルスの感染状況によって、中止となる場合もありますので、市ホームページを確認してください。

問い合わせ　文化・観光・スポーツ課　☎072(740)1106

マイナンバーカード

保険証として医療機関で利用可能に

マイナポータルで薬剤情報や医療費などが確認できます
利用には事前に申し込みが必要です

問い合わせ　マイナンバーカードについて　市民課　☎072(740)1340
健康保険証利用について　国民健康保険課　☎072(740)2006

医療機関や薬局で健康保険証として利用

マイナンバーカードの健康保険証利用が開始されました。「マイナ受付」のポスターやステッカーを掲示している病院や薬局に同カードを持参すれば、健康保険証として利用が可能。また、マイナポータル上で薬剤情報や医療費などを確認できます。確定申告の際は、マイナポータルから医療費情報を取得できるので、手続きが容易です。

なお、利用には事前に登録が必要です。登録の申し込み方法は次の①～③のいずれかの通り（いずれもマイナンバーカードと利用者証明用電子証明書の暗証番号（4桁）が必要）。①マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォン（または、パソコンとICカードリーダーライタ）でマイナポータルから②セブン銀行ATM（セブンイレブンの店内に設置）から③市役所1階の国民健康保険課に設置しているパソコンから。

詳しくは市ホームページ（左の2次元コードからアクセス可）で確認してください。

保険証利用についてはこちらから

マイナンバーカードの申請は郵送かウェブで

マイナンバーカードの申し込みは、郵送またはパソコン、スマートフォンなどで申請してください。申し込みの際は、個人番号カード交付申請書と顔写真が必要です。なお、申請書の内容に変更がある場合や手元にない場合は、市民課で再発行手続きが必要です。

申請後、交付通知書が届いたらインターネット予約サイトか市民課マイナンバー担当へ、電話で受け取り日時を予約してください。持ち物などについては、同通知書に同封の案内を確認してください。

マイナンバーカードの

出張申請受け付け

日時　11月27日(土)　午前10時―午後1時

場所　川西公民館（キセラ川西プラザ3階）

川西公民館でマイナンバーカードの新規申請を受け付け。あらかじめ本人が予約の上、必要書類を市ホームページ（右の2次元コードからアクセス可）で確認の上、同館へ持参してください。

内容＝マイナンバーカード申請の受け付けや顔写真の無料撮影など▷その他＝災害備蓄用非常食をプレゼント▷申し込み＝11月25日㈭午後5時までに電話で市民課へ（予約優先。当日受け付け可）

問い合わせ　市民課　☎072(740)1340

11/25～12/1
犯罪被害者週間

切れ目のない支援で被害者をサポート

犯罪被害の悩みは抱え込まず、まずは相談してください
内容に合わせた助成制度の提案や相談機関を案内します

問い合わせ　生活相談課　☎072(740)1333

相談窓口や支援金など支援体制を整備

11月25日㈭～12月1日㈬は犯罪被害者週間です。市では、市犯罪被害者等支援条例を2年4月1日に施行。犯罪被害に遭った人への支援をしています。

市は主な取り組みとして、遺族支援金や重傷病等支援金などの一時的な生活資金を支給しています。また、家事援助費用や一時保育費用の助成などの日常生活のための支援、家賃や転居費用助成などの居住安定のための支援も行っています。

各種支援金を受けたい人は、生活相談課へ相談してください。また、犯罪被害に遭ったけれど誰にも話せないなど、悩みを抱えている人は、下表の相談窓口へ連絡してください。

寄り添う気持ちが支えにつながります

誰もが突然、犯罪などに巻き込まれる恐れがあります。

犯罪被害者や家族が再び平穏な生活を取り戻すためには、身近な人や地域の人、犯罪被害者を雇用する事業者などの理解と寄り添う気持ちが大切です。励ましのつもりで掛けた言葉が、犯罪被害者や家族を傷つけてしまうなど、二次被害につながることもあるので注意しましょう。

犯罪被害相談員が情報提供や助言を実施

市では毎月、（公社）ひょうごご被害者支援センターの犯罪被害相談員が、犯罪被害者や家族・遺族が抱える問題について、必要な情報の提供や、助言を行っています。11月の予定は次の通り。

日時＝11月8日㈪・22日㈪。いずれも午後1時―3時▽場所＝市役所2階の生活相談課▽定員＝各2人▽申し込み＝前週水曜日までに犯罪被害者等ホットライン☎072(740)2050へ（先着順）

内容別の相談窓口一覧

相談窓口	日　時	相談内容
市犯罪被害者等支援総合相談窓口（犯罪被害者等ホットライン）☎072(740)2050	月～金曜日 9：00～17：00（祝日などを除く）	犯罪被害者や家族の支援に関する相談・各種支援制度や関係機関などの紹介
犯罪被害相談員による相談（電話で相談日の前週水曜日までに予約が必要）☎072(740)2050	第2・4月曜日 13：00～15：00（祝日などを除く）	(公社)ひょうご被害者支援センター犯罪被害相談員による犯罪被害者や、家族が抱える悩みについて情報提供や助言
兵庫県警察被害者支援室（サポートセンター）☎0120(338)274	月～金曜日 9：00～17：45（祝日などを除く）	犯罪被害給付制度や各種支援制度・こころの悩み相談、カウンセリング
(公社)ひょうご被害者支援センター（県公安委員会指定犯罪被害者等早期援助団体）☎078(367)7833	火・水・金・土曜日 10：00～16：00（祝日などを除く）	弁護士や臨床心理士などによる相談・裁判所や病院などへの付き添い・裁判傍聴などの支援
性暴力ワンストップ支援センター（ひょうご性被害ケアセンター「よりそい」）☎078(367)7874・#8891	月～金曜日 9：00～17：00（祝日などを除く）	弁護士や臨床心理士による相談・医療費の助成や医療機関への同行支援

犯罪被害者週間の

啓発パネル展

日時　11月29日(月)～12月3日(金)
いずれも午前9時―午後5時。最終日は4時まで

場所　市役所1階市民ギャラリー

犯罪被害に遭った人に対する市の支援や、犯罪被害者が置かれている状況、生活の平穏への配慮の重要性について、理解を促進するためのパネル展を開催します。

共催＝川西警察署

問い合わせ　生活相談課　☎072(740)1333

市民課で電子マネーなどが利用可能

住民票の写しの受け取りをキャッシュレスで

11月1日㈪から、市民課で発行する住民票などの各種証明書の交付手数料の支払いに、クレジットカードや電子マネーなどのキャッシュレス決済が利用可能になります。利用する際、支払い時にその旨を伝えてください。

対象の証明書

住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄抄本、身分証明書など（マイナンバーカードに関するものは利用できません）

利用可能なキャッシュレス決済方法

クレジットカード＝Visa、Mastercardなど▶電子マネー＝楽天Edy、PiTaPa、iD、WAON、nanaco、交通系ICカード（Suica、ICOCAなど）▶QRコード決済＝au PAY、PayPay、LINE Pay、楽天Pay、d払い、merpayなど（ただし、QRコード決済の利用開始は時期が異なります）

問い合わせ　市民課　☎(740)1166

Wi-fiが市役所1階で利用可能に

利用にはアカウントの登録などが必要です

問い合わせ 情報政策課　☎(740)1141

来庁者が無料で利用できる公衆Wi-Fi環境を、市役所の1階に整備。利用するには、メールアドレスまたはSNSアカウントの登録が必要です。詳しくは市ホームページ（右の2次元コードからアクセス可）へ。

市ホームページはこちらから

市民救命士講習を開催します

心肺蘇生法や応急手当を学ぶ

問い合わせ 消防課　☎(759)0119

場消防本部▷定各10人▷申窓先各受け付け開始日以降に消防課へ

【市民救命士講習Ⅰ】　一般向け

開催日	講習時間	受け付け開始日
11月5日㈮	午後1時―4時	受け付け中
12月5日㈰	午後1時―4時	11月5日㈮
4年1月13日㈭	午後1時―4時	12月13日㈪

【市民救命士講習Ⅲ】　小児・乳幼児への心肺蘇生法の実技

開催日	講習時間	受け付け開始日
11月18日㈭	午前9時半―午後0時半	受け付け中
4年1月20日㈭	午前9時半―午後0時半	12月20日㈪

【実技救命講習】　応急手当ウェブ講習などを受講済みの人が対象（市民救命士講習Ⅰの認定証を発行）

開催日	講習時間	受け付け開始日
12月16日㈭	午後1時―3時	11月16日㈫

※都合により開催日を変更する場合があります

住宅のバリアフリー改造費用を助成

3年度の受け付けは11月30日まで

問い合わせ 地域福祉課　☎(740)1174
介護保険課　☎(740)1148

高齢者や障害者手帳所持者などが住みやすい家にするため、バリアフリー改造の工事費用を市が一部負担する住宅改造費助成事業。一般型と特別型があり、一般型の対象は、65歳以上の高齢者がいる世帯です。特別型の対象は、介護保険の要介護・要支援認定を受けた人がいる世帯と、障害者手帳の交付を受けた人がいる世帯です。

耐震診断が必要な場合もあるので、注意してください。3年の受け付けは、11月30日㈫まで。

詳しくは、一般型は地域福祉課、特別型は介護保険課へ。

個人事業税の納税について

不動産貸付業や医業など

問い合わせ 伊丹県税事務所　課税第1課　☎(785)9417
伊丹県税事務所　収税課　☎(785)7141

個人事業税は、所得税や住民税とは別に、個人で事業を行う人にかかる県税です。

第2期分の納期限は11月30日㈫です。最寄りの金融機関、コンビニエンスストアで納めてください。

なお、Pay-easy（ペイジー）対応金融機関のインターネットバンキングやATMでも納めることができます。また、スマートフォン決済アプリ「PayB」「PayPay」「LINEPay」も利用できます。ただし、コンビニエンスストア・スマートフォン決済アプリは納付額が30万円以下のものに限ります。納税に便利な口座振替制度も利用してください。

新型コロナウイルス感染症の影響などにより納税が困難な場合は相談してください。

詳しくは、課税については県伊丹県税事務所課税第1課、納税については同事務所収税課へ。

自動通話録音機を貸し出します

特殊詐欺や消費者被害を防止

問い合わせ 生活相談課　☎(740)1333

特殊詐欺や消費者被害防止のため、先着で自動通話録音機を無料で貸し出します。電話機に取り付けるだけで警告メッセージが流れ、自動で会話内容を録音します。

対市内在住の高齢者（4年3月31日時点で70歳以上の人）で、高齢者のみの世帯か日中高齢者のみとなる世帯の人（過去に市からの貸し出しを受けた人を除く）▷定19人▷他機器は自身で取り付け▷申☎先11月2日㈫から生活相談課へ

市営住宅の入居者を募集します

子育て世帯向けの期限付入居制度も導入

問い合わせ 市営住宅管理センター　☎(740)1090

市営住宅の入居者を募集。募集する市営住宅は市営住宅管理センターホームページ http://www.kawanishi-shiei.jp/（右下の2次元コードからアクセス可）に掲載しています。

対象は、市内在住か市内在勤3年以上で、現在住宅に困っている人です。なお、収入による制限などがあります。高齢者世帯や障がい者世帯、ひとり親世帯などには、一部の団地に優先枠を設けています。

また、中学生以下の子どもと同居している世帯に限定して、期限付きで入居できる住戸があります。

申し込みは1世帯につき1通（2通以上の場合全て無効）。申込者多数の際は、抽選し資格審査します。

希望者は11月1日㈪から市営住宅管理センターと市役所5階の住宅政策課、各行政センターに備え付けの申込書（同センターホームページからダウンロード可）に必要事項を書き、原則郵送で11月17日㈬（消印有効、ただし19日㈮必着に限る）までに〒666-0016・中央町3―2の市営住宅管理センターへ。

詳しくはこちらから

国民健康保険高額療養費の申請

自己負担額を超えた額が支給されます

問い合わせ 国民健康保険課　☎(740)2006

国民健康保険高額療養費制度とは、同じ月内の医療費（保険適用分）の自己負担額（医療機関の窓口で支払う金額）が高額になったとき、申請して認められると、自己負担限度額を超えた額が高額療養費として支給される制度です。対象者には、診療月から最短で3カ月後に申請書を送付。必要事項を書き、領収書の写しとともに返送してください。

高額な医療費を支払ったにもかかわらず、診療月から3カ月以上たっても申請書が届かない場合、国民健康保険課まで相談してください。

特別障害者手当などを振り込みます

対象者は口座を確認してください

問い合わせ 障害福祉課　☎(740)1178

福祉手当と特別障害者手当、障害児福祉手当を11月10日㈬に、重度心身障害者（児）介護手当を25日㈭に振り込むので、口座を確認してください。3カ月以上の入院や、施設へ入所したときなど、受給資格がなくなる場合があるので、申し出てください。また、障がいを持つ人で常時介護が必要となった人は、新たに手当の対象となる場合がありますので障害福祉課まで相談してください。

生活困窮者へ自立支援金を支給

新型コロナウイルス感染症による

問い合わせ 地域福祉課　☎(740)1328

総合支援資金の再貸付を終了した世帯や、再貸付が不承認とされた世帯へ、新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金を支給します。

対象者には、申請書類を発送しています。申請期限は11月30日㈫まで。ただし、収入や資産、就職活動など条件があります。

羅林山の都市計画変更案を縦覧

意見書は12月6日までに提出してください

問い合わせ 都市政策課　☎(740)1201

東畦野字長尾（舎羅林山）における用途地域・都市計画公園・地区計画の変更案を、11月22日㈪～12月6日㈪（土・日曜日、祝日は除く）に市役所5階の都市政策課で縦覧できます。

市民または利害関係者などで意見がある人は、意見書（様式は任意）を12月6日（必着）までに都市政策課へ。

緊急地震速報訓練を実施

11月5日㈮午前10時ごろに、市内25カ所にある防災行政無線のスピーカーから緊急情報を放送します（当日の気象や地震活動などによって、中止する場合あり）。この機会に、シェイクアウト訓練を行い、身を守る行動を確認してください。

また、地震時は、「姿勢を低くし」「頭を守り」「動かない」など、地震に対する備えを今一度確認しましょう。

訓練放送にご協力をお願いします

本訓練は、気象庁がJアラート（全国瞬時警報システム）を通じて、全国一斉に自動で配信するものです。放送内容が聞き取れない場合は、無料のテレホンガイド☎0120(367)889へ。

問い合わせ　危機管理課　☎(740)1145

納期限は11月30日㈫

国民健康保険税〈第6期〉
後期高齢者医療保険料〈第5期〉
介護保険料〈第5期〉

詳しくは保険収納課☎(740)1177、介護保険課☎(740)1148へ。

市役所へは〒666-8501と課名で郵送できます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、主催・主体は市で、受付時間は各施設の執務時間中、市外局番は072です。

記号の意味　主主催・主体　時日時　場ところ　対対象　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　☎電話　FAXファクス　ウェブ　E-mail　窓窓口のみ　先先着順　抽定員超過の場合は抽選）　問問い合わせ　☎電話番号　Fax ファクス番号　ウェブ　E-mail

求人

ふれあい歯科診療所 歯科衛生士

主市歯科医師会▽対歯科衛生士の資格を持ち①水～土曜日の午後に週2～4回勤務できる人②日曜日、祝日、年末年始に勤務できる人▽内①要介護高齢者、障がい者（児）の歯科診療補助、口腔ケアなど②休日応急歯科診療の歯科診療補助など▽他面接あり。随時受け付け▽申窓履歴書（写真貼付）と資格証の写しを、キセラ川西プラザ2階の市歯科医師会事務局へ▽問☎（757）5868

市シルバー人材センター職員

4年4月1日採用の正職員を1人。試験日は12月4日(土)です。応募要項と応募書類は11月1日(月)から同センターのホームページに掲載します。

主同センター▽対昭和57年4月2日～平成12年4月1日に生まれた人▽申郵履歴書（写真貼付）と、職務経験がある場合は職務経歴書を11月1日～26日(金)（必着）に〒666－0017・火打1－10－9の市シルバー人材センターへ▽問☎（758）6234・ウェブ http://www.kawanishi-silver.or.jp/

試験日は12月19日(日)

保育士・保育教諭を募集

4年4月1日採用の市立認定こども園・市立保育所・市立幼稚園に勤務する教育・保育職（フルタイム会計年度任用職員）を募集。募集要項は市ホームページ（右下の2次元コードからアクセス可）で確認してください。希望者は、市所定の申込書に必要事項を書き、11月1日(月)～12月10日(金)（必着）簡易書留で教育保育職員課へ。

問い合わせ　教育保育職員課　☎(740)1242

募集

環境審議会の市民委員

環境基本法第44条の規定に基づき設置する本市の環境審議会の市民委員を募集。環境基本計画の策定・進行管理や、環境保全と創造に関する重要事項を審議します。応募資格などは、市ホームページで確認してください。

定1人程度▽申郵Fax窓✉30歳未満の人を優先。公民館など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、環境衛生課へ▽問☎（740）1202・Fax（740）1336・✉kawa0018@city.kawanishi.lg.jp

クラシックコンサート出演者

4年5月29日(日)にみつなかホールで開催する、クラシックコンサートの出演者を決めるオーディションを開催します。

主川西音楽家協会▽時4年1月28日(金)午後6時半から▽場みつなかホール文化サロン▽対器楽は中学生～30歳。声楽は高校生～30歳（いずれも5月29日時点）▽申☎4年1月8日(土)までに川西音楽家協会の風間さんへ▽問☎090（8126）9189

案内

秋季全国火災予防運動

11月9日(火)～15日(月)に「おうち時間 家族で点検 火の始末」を標語に、全国火災予防運動を展開します。

消防本部では事業所への立ち入り検査や広報車による巡回などの、火災予防行事を行います。空気が乾燥し、火災が発生しやすくなるので注意してください。

「住宅防火 いのちを守る10のポイント」に気を付けましょう。詳しくは、折り込みの119新聞を参照してください。

問消防本部予防課☎(757)9946

火打滝山線都市計画案の縦覧・意見書提出

主県▽時11月2日(火)～16日(火)（土・日曜日、祝日は除く）▽場市役所5階の都市政策課・県都市計画課・県ホームページ◉http://web.pref.hyogo.lg.jp/ks21/juuran.html▽内都市計画道路火打滝山線の都市計画案の縦覧▽他意見書の提出は、11月16日（必着）までに〒650－8567・県都市計画課まで郵送または県電子申請システム◉https://www.e-hyogo/uketsuke/form.do?id1632717298498（左の2次元コードからアクセス可）から提出▽問県都市計画課☎078（362）3578

違反広告物を除去

まちの美観・安全を守るため、県の屋外広告物条例に違反している広告物は、随時除去します（11月26日(金)には一斉除去）。

問都市政策課☎（740）1201

セクシュアル・マイノリティ相談・学習会

時11月25日(木)午後1時半－4時▽場総合センター▽他予約優先（電話相談可）▽問☎（758）8398

専門家による空き家相談

NPO法人「兵庫空き家相談センター」の相談員による相談会を開催します。

時12月2日(木)午後1時－3時▽場市役所2階市民相談室▽内空き家の相続や管理、売買など、空き家に関する不安や悩みを解決▽定4組（1組30分）▽他当日空きがあれば相談可▽申☎先11月29日(月)までに住宅政策課へ▽問☎（740）1205

クリーンアップ大作戦でまちをきれいに

「すてるより ひろう気もちが 街つくる」をスローガンに市美化運動推進協議会が中心となって、11月21日(日)に「クリーンアップ大作戦」を実施。市役所をスタートし、阪急・能勢電鉄川西能勢口駅前やJR川西池田駅前広場周辺などで、ポイ捨てされたごみを拾います。

皆さんも、各自治会で実施されるクリーンアップに参加するなど、家の周りでごみを収集し、市内全体のクリーンアップに参加、協力してください。

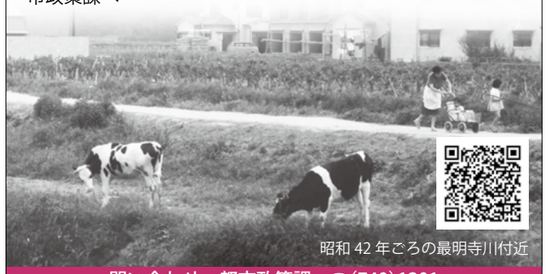
問美化推進課☎（744）1124

応募写真は市ホームページ上で掲載します

思い出の景観写真を募集

家庭に眠っている懐かしい町並みや景色の写真を募集します。写真を撮影した年代は問いません。詳しくは、市ホームページ（下の2次元コードからアクセス可）へ。

申窓写真と住所、氏名（ふりがな）、電話番号、写真が撮られた場所・時期（〇年ごろ）、写真の思い出・コメントを書いた用紙を添えて、12月28日(火)までに市役所5階の都市政策課へ



昭和42年ごろの最明寺川付近

問い合わせ　都市政策課　☎(740)1201

書道・ポスターの展示

11月11日(木)～17日(水)は「税を考える週間」です。

市立中央図書館では12日(金)～17日(水)の間、市内の小学生が書いた税に関する書道・ポスターを展示します。12日は午後1時から最終日は午後4時まで展示します。

問伊丹税務署☎（779）6121

年金出張相談&納付相談会

主市・尼崎年金事務所▽時11月30日(火)午前10時半－午後3時▽場清和台公民館▽内納付相談や年金給付手続きなど▽他本人確認書類と年金手帳、年金証書持参▽問医療助成・年金課☎（740）1171

介護職・HOTジョブミーティング

主ハローワーク伊丹▽時11月19日(金)午後1時－3時▽場アステ市民プラザ▽対ハローワークに求職登録している人▽内介護職を希望する人の面接会▽他完全入れ替え制（約15分）▽申☎ハローワーク伊丹へ▽問☎（772）8616

偽物の輸入は禁止

税関では、知的財産侵害物品（偽物）の輸入を水際で厳しく取り締まっています。

最近では、インターネット通販を利用して個人輸入した、医薬品や化粧品、バッテリー、子どものおもちゃなど、使用することにより市民の健康や安全を脅かす危険性のある偽物も多く見つかっています。偽物と認定された場合、関税法に基づき税関に没収され、日本への持ち込みができません。

海外インターネット通販を利用する際は、極端に値段が安い商品に気を付けるなど、購入する前に注意しましょう。

問尼崎税関支署☎06（6481）6196

ICTの導入などの業務効率化・生産性向上や感染症対策の費用を補助

市内中小企業者の事業力向上を支援

市内中小企業者が行う経営課題改善による事業力の向上や、感染症対策にかかる経費の一部を補助。ポストコロナを見据えた経営力強化と事業継続を支援します。詳しくは、市ホームページ（右の2次元コードからアクセス可）に掲載する募集要項を確認してください。

川西市中小企業事業力向上対策補助金

補助対象者　3年10月1日時点で、市内に事業所がある中小企業の法人または個人事業者、商店街団体など

補助対象経費　市内の事業所や店舗における次の事業

❶事業力を向上するための経営課題の改善事業（ICTの導入や設備の設置など）

❷新型コロナウイルス感染症の感染防止対策事業（空気清浄機の設置など）

補助額　10～50万円

補助率　市内の中小企業者からの調達は補助対象経費の3分の2、それ以外からの調達は2分の1

申請期間　11月15日(月)～4年1月31日(月)

申請方法　申請書に必要事項を書き、市商工会✉jigyoryoku@e-kawanishi.orgへ

問い合わせ　市商工会　☎(759)8222

市役所へは〒666-8501と課名で郵送できます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、主催・主体は市で、受付時間は各施設の執務時間中、市外局番は072です。

記号の意味 主主催・主体 時日時 場ところ 対対象 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 ☎電話 Faxファクス ウェブ E-mail 窓窓口のみ 先先着順 抽定員超過の場合は抽選） 問問い合わせ ☎電話番号 Faxファクス番号 ウェブ E-mail

セミナー

コロナ禍だからこそスマホを使いませんか

コロナ禍でも便利なスマートフォンの安全な使い方を学ぶ連続講座。

時①12月3日㈮②6日㈪③7日㈫。いずれも午後1時半―3時半▽場男女共同参画センター▽対スマートフォンを持っている人▽講NPO法人「関西イー・エルダー」理事長の太田和之さん他▽内①基本操作のおさらい②便利なアプリ③オンラインの活用など▽定各6人▽費各1700円▽他保育あり（1歳半以上の未就学児。先着5人。11月26日㈮までに予約）▽申☎Fax先連続受講の人優先（1回のみでも受講可）。住所、氏名、電話番号を11月1日㈪から同センターへ▽問☎（759）1856・Fax（759）1891

ドメスティックバイオレンスその実際

時11月29日㈪午後1時半―3時半▽場男女共同参画センター▽講同センター登録グループ「クローバーの会」代表の西川恵さん▽内DVの実際について理解を深め、私たちにできることを話し合う▽定15人▽他保育あり（1歳半以上の未就学児。先着5人。11月22日㈪までに予約）▽申☎Fax先住所、氏名、電話番号を男女共同参画センターへ▽問☎（759）1856・Fax（759）1891

NPOのガバナンスはなぜ難しいのか

時12月9日㈭午後7時―8時半▽講（一財）非営利組織評価センターの山田泰久さん▽内営利組織と比べると難しいと言われる非営利組織のマネジメントやガバナンス。その理由や、対処方法も学び、NPOなどの持続可能な事業運営につなげる講座▽定25人▽他Zoomを利用▽申☎Fax先住所、氏名、電話番号、メールアドレス、所属がある人は団体名を市民活動センターへ▽問☎（759）1826・Fax（759）1891・info@gesca-kawanishi.jp

私にもできる在宅ワーク

「自分らしい働き方を見つけるセミナー」（全5回）の4回目。

時11月19日㈮午前10時―正午▽場パレットかわにし▽対就職や就労に興味があり、市で働きたい人▽講㈱ママントレ代表の須澤美佳さん▽内在宅ワークとはどのような働き方なのか▽定16人▽他保育あり（1歳半以上の未就学児。11月12日㈮正午までに予約）。オンライン参加可▽申☎Fax先住所、氏名、電話番号を産業振興課へ▽問☎（740）1162・Fax（740）1332

人権学校

テーマは「デジタル社会の光と影」。

主市・人権啓発サポーター会▽時11月11・18・25日の木曜日。いずれも午後1時半―3時半。全3回▽場総合センター▽講関西大学総合情報学部教授の岡田朋之さん▽内デジタル社会はどのように進展するのか。何に気を付け、どのように関わっていけばいいのか▽定35人▽他手話あり（11月4日㈭までに予約）▽申☎Fax✉抽住所、氏名、電話番号、メールアドレスを人権推進課へ▽問☎（740）1150・Fax（740）1151・✉kawanishi.lg.jp

つながりノート連絡会

テーマは「みんなで広げよう アドバンス・ケア・プランニング」。

主市・猪名川町在宅医療・介護連携支援センター▽時11月18日㈭午後2時―4時▽場キセラ川西プラザ2階大会議室▽対市民、医療・介護専門職など▽講協立温泉病院長の黄泰平さん▽内もしもの時に望む医療や介護について事前に本人が考えを示し、本人、家族、医療・介護従事者で繰り返し話し合い、共有する取り組みについて▽定50人▽申Fax先市役所1階の介護保険課や各地域包括支援センターなどに備え付けの申込用紙に必要事項を書き、11月10日㈬までに市・猪名川町在宅医療・介護連携支援センターへ▽問☎（755）4100・Fax（755）4110

食に関する講演会

主場東洋食品工業短期大学▽時11月26日㈮午後1時半―4時半▽内現代人が抱える野菜不足の解決方法や日本の外食産業と大阪万博について専門家が講演▽定対面50人、オンライン50人▽他Zoomを利用▽申☎Fax先講演名、対面または オンライン、住所、氏名、電話番号を東洋食品工業短期大学へ▽問☎（759）4221・Fax（758）6959・https://www.toshoku.ac.jp/

市民ファシリテーター養成講座を開催

ホワイトボードを活用した会議進行スキルを身に付けよう

地域活動や市民活動を活性化するため、市内14地域で講座を開催。自治会やコミュニティ、PTA、NPO、ビジネスの現場でのさまざまな会議や交流会などに使えるホワイトボード・ミーティング®を実践型で学べます。日時や開催場所など、詳しくは市ホームページ（下の2次元コードからアクセス可）で確認してください。

対高校生以上の市内在住・在学・在勤者▷講㈱ひとまちのホワイトボード・ミーティング®認定講師▷定各20人程度▷申郵Fax抽市ホームページから送信、または各公民館などに備え付けのチラシ兼申込用紙に必要事項を書き、申し込み期限（チラシ・市ホームページに記載）までに参画協働課へ

問い合わせ　参画協働課　☎(740)1600・Fax(740)1322

郷土館

費入館料
☎(794)3354

秋の特別企画展Ⅱ

11月13日㈯～12月5日㈰

わたべみちこ創作人形展「懐かしの昭和の風景」

昭和、平成、令和と時代は移り、今は懐かしく思う昭和の風景。人形作家わたべみちこさんが作った人間味溢れる、豊かな表情の人形たちが郷愁を誘います。

松尾洋湖おし絵展「和の世界」

羽子板などに代表される日本の伝統的な手芸「おし絵」。金襴（きんらん）の豪華さや絹の優しい風合いで表現された人や動物、季節の花などのほのぼのとした、おし絵作家松尾洋湖さんの作品をご覧ください。

マクロの世界 in 笹部写真展

時11月21日㈰～12月18日㈯▷内（一社）Sasabaseの協力で、フォトグラファーの釜本雅之さんによる、肉眼ではなかなか見ることができないマクロワールド（小さな世界）を写真で展示

写真教室－スマホで写真を表現

時11月27日㈯午前10時―正午▷講フォトグラファーの釜本雅之さん▷定20人▷申☎先11月2日㈫午前10時から

セミナー

企業人権講演会

「選ばれる企業になろうセミナー」。テーマは企業におけるダイバーシティの推進。

主市企業人権問題啓発推進協議会事務局▽時11月26日㈮午前10時―11時45分▽場市役所2階会議室、オンライン併用▽対市内企業の経営者及び従業員▽講ソフトバンク㈱▽内女性の活躍や障がい者雇用の推進など、多様な人材の活躍事例を紹介▽定対面24人▽他Zoomを利用▽申☎先対面またはオンライン、事業所名、参加者氏名、電話番号を産業振興課へ▽問☎（740）1162

発表・鑑賞

0歳からのおやこリトミックコンサート

主市キセラホール指定管理者▽時12月5日㈰午前10時―10時50分、11時半―午後0時20分▽場キセラ川西プラザ2階▽対生後4カ月～3歳児と保護者▽内エレクトーン奏者の伊藤加奈子さんによるリトミックと工作タイム▽費500円、3歳以下無料▽定各15組▽申☎先11月3日㈷午前10時から同プラザで販売▽問☎（744）1515

市いけばな協会展

テーマは「晩秋をいける」。

主市いけばな協会▽時11月12日㈮～14日㈰。いずれも午前10時―午後5時▽場市立ギャラリーかわにし▽問同協会の野田さん☎090(1074)2253

【初心者いけばな体験教室】

時11月13日㈯午前11時―正午と午後2時―3時▽対3歳以上▽費500円▽定各10人▽申☎先市いけばな協会の野田さんへ

演芸発表会

主市老人クラブ連合会▽時11月19日㈮午前10時―午後4時▽場みつなかホール▽内老人クラブ会員の演芸発表会▽他最後にお楽しみ抽選会あり▽問地域福祉課☎（740）1174

総合センター ☎(758)8398

【輝くにんげんフェア「ヒューマンライツ展示会」】

時11月2日㈫から8日㈪正午まで（日曜日、祝日を除く）▽内さまざまな人権課題の情報発信、パネルや啓発冊子の展示など

【人権啓発ビデオ上映会】

時①11月17日㈬午後3時半②19日㈮午前10時・午後1時・4時▽内①「見かけで判断しない」をテーマに「やさしいオオカミ」（アニメ15分）②「女性の人権」をテーマに「君がいるから」（24分）

市役所へは〒666-8501と課名で郵送できます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、主催・主体は市で、受付時間は各施設の執務時間中、市外局番は072です。

記号の意味 主主催・主体 時日時 場ところ 対対象 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 電電話 ファクス ウェブ E-mail 窓窓口のみ 先先着順 抽定員超過の場合は抽選） 問問い合わせ ☎電話番号 Fax ファクス番号 ウェブ E-mail

スポーツ

グラウンド・ゴルフ協会設立記念大会

主市グラウンド・ゴルフ協会▽時11月27日(土)午前9時受け付け（予備日30日(火)）▽場市民運動場▽対市内在住者▽種個人戦（24ホール）▽費800円▽定240人▽申☎先11月13日(土)までに同協会の南方さんへ▽問☎（793）6956

長生き体操体験教室

主市健康体操協会▽時11月19日(金)・26日(金)。いずれも正午―午後1時▽場市民温水プール▽他運動できる服装で、体育館シューズとバスタオル、飲み物持参▽問同協会の岸本さん☎090（5885）2717

市内ロードレース大会

主市陸上競技協会▽時12月18日(土)午前9時から▽場東久代運動公園▽対小学生以上の市内在住・在勤・在学者（小学生は市外在住可）か同協会登録者▽種小学1～6年生男子・女子2キロ、中学生男子・女子3キロ、高校生以上男子5キロ・女子3キロ、40歳以上男子・女子3キロ▽費400円、中学生300円、小学生100円▽申郵はがきか所定の団体申込用紙に出場種目、住所、氏名、電話番号を書き、12月9日(木)（必着）までに〒666―0033・栄町27―4―103の吉田実さんへ▽問☎090（6550）6035

ダンスFESTA

主ミズノ㈱▽時11月28日(日)午後1時半―4時半▽場市民体育館▽対15歳以上▽内コンビネーションエアロとズンバ、レゲトンのレッスン▽費2500円▽定30人▽申☎先同館へ▽問☎（793）1888

パークヨガ

テーマは「太陽を見上げて気持ち良く呼吸しましょう」。

主場西猪名公園▽時11月28日(日)午前10時―11時▽費500円▽定10人▽申☎先11月1日(月)同園へ▽問☎（759）0785

福祉

兵庫の集いin川西

テーマは「情報入手とコミュニケーション―当事者の視点から」。

主NPO法人「県難聴者福祉協会」▽時12月11日(土)午後1時―4時▽場アステ市民プラザ▽講北陸学院大学教授の勝谷紀子さん▽他要約筆記、手話通訳あり。申し込み後に参加費の振り込みが必要。費用や振り込み先などは申込書を参照▽申郵Fax✉市役所1階の障害福祉課に備え付けの申込書（NPO法人「県難聴者福祉協会」ホームページ https://jindofree.com/ からダウンロード可）に必要事項を書き、11月25日(木)（必着）までに〒669―1547・三田市富士が丘6―12―23の増田雅博さん（ファクスとメールはNPO法人「県難聴者福祉協会」Fax079（565）1014・✉kennan.tudoi@gmail.com）へ▽問「兵庫の集いin川西」実行委員会の高階さん☎078（811）9241

障がい者児文化作品展

12月6日(月)正午から10日(金)午後3時までキセラ川西プラザ2階で、障がい者児文化作品展を開催します。

また、同作品展で展示する障害者手帳を持つ人の作品を募集。希望者は12月6日午前10時半に、キセラ川西プラザへ持参してください。

主市障害者団体連合会▽問同連合会事務局（市社会福祉協議会内）☎（759）5200

精神障がい者の家族のための相談

精神障がい者相談員による相談。電話相談可。

主むぎのめ家族会▽時11月24日(水)午後1時―3時▽場キセラ川西プラザ1階▽申☎氏名、相談をする旨を同会へ（不在の場合は留守番電話へ）▽問☎（755）1607

就職困難学生の支援セミナー&個別相談会

主(社福)いたみ杉の子▽時11月9日(火)午後2時―4時半▽場西宮市大学交流センター▽対発達障がい、またはその傾向がある学生と保護者▽内トータルサポーターの紹介や、個別相談会（定員あり）など▽申Fax✉氏名、電話番号、学校名、面談の希望の有無を書き、11月5日(金)までに（社福）いたみ杉の子へ▽問☎（785）3111・Fax（777）7472・✉hattatsu@itamisuginoko.or.jp

ボランティア活動センター ☎(759)5200

【ボランティア活動相談】
時11月20日(土)午前10時―正午▽場キセラ川西プラザ1階

【車イス介助ボランティア1日体験教室】
時11月20日(土)午前10時―正午▽場キセラ川西プラザ2階▽講車イス介助を学ぶ会▽定15人▽申☎先11月19日(金)まで

【手話ボランティア1日体験教室】
時11月27日(土)午前10時―正午▽場キセラ川西プラザ2階▽講手話サークルパピヨン▽定15人▽申☎先11月26日(金)まで

【災害ボランティア研修会】
時12月1日(水)午後1時半―3時半▽場キセラ川西プラザ2階▽講かわにし防災士の会▽内避難所運営ゲームHUG（感染症対策編）▽定20人▽申☎先市内在勤者優先。11月24日(水)まで

スポーツ教室アミカル受講生を募集

スポーツで運動不足を解消しませんか

（公財）市文化・スポーツ振興財団が、4年3月まで開講するスポーツ教室アミカルの受講生を募集します。希望者は往復はがきに教室名と受講者名、性別、生年月日（年齢・学年）、住所、電話番号、保護者名（「ラッコ」は一緒に受講する保護者名）を書き、11月25日㈭までに〒666-0017・火打1―3―3の市民温水プールへ。

総合体育館や市民体育館でも受講生を募集。内容や応募期間など詳しくは、同財団ホームページ https://www.kawanishi-bunka-sports.com/sports/index.html（右の2次元コードからアクセス可）で確認するか、電話で総合体育館へ。

他の教室はこちら

場所	教室名	開催期間	対象	受講料
市民温水プール	カモメ	4年1月17日(月)～3月28日(月)	15歳以上（4年1月17日時点）	8,900円
	シニア水中ウォーキング		60歳以上（4年1月17日時点）	
	アヒル	4年1月18日(火)～3月22日(火)	2歳～3歳児（4年1月18日時点）	9,210円
	シニアアクアビクス火		60歳以上（4年1月18日時点）	8,900円
	水中ウォーキング		15歳以上（4年1月18日時点）	
	ラッコ	4年1月19日(水)～3月30日(水)	1歳半～3歳児（4年1月19日時点）と保護者（子ども1人に保護者1人）	9,050円
	アクアビクス水		15歳以上（4年1月19日時点）	8,900円
	ソフトアクアビクス		15歳以上（4年1月19日時点）	
	マーメイド（中級）	4年1月14日(金)～3月25日(金)	クロールで15メートル以上泳げる人（中学生以上）	

問い合わせ　総合体育館☎（759）9712・市民温水プール☎（755）0257

11月 ごみカレンダー

ごみ減量にご協力を

※ごみは当日の午前8時半までに出してください。一度に多量のごみが出る場合は、臨時ごみの収集を申し込んでください（有料・予約制）。

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 有害ごみ	ビン	カン	大型ごみ	紙・布
栄根　下加茂　久代　東久代	火・金曜日	水曜日	1・15	10・24	4・18	事前予約制（有料）☎（764）5379	8・22
寺畑　南花屋敷　加茂	火・金曜日		3・17	8・22	1・15		11・25
小花　小戸　栄町　花屋敷	月・木曜日		2・16	12・26	5・19		9・23
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		12・26	2・16	10・24		5・19
萩原台　鶯が丘　鼓が滝　湯山台　鶯台　南野坂	月・木曜日		10・24	5・19	9・23		12・26
新田　矢問　矢問東町　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		11・25	4・18	8・22		3・17
平野　多田桜木　東多田　向陽台　水明台　清流台	月・木曜日		9・23	3・17	12・26		2・16
石道　虫生　赤松　柳谷　芋生　若宮　清和台　けやき坂	火・金曜日		4・18	11・25	3・17		1・15
大和　見野　東畦野　東畦野山手　長尾町	月・木曜日		5・19	9・23	2・16		10・24
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		8・22	1・15	11・25		4・18

4年4月からごみの出し方が変わります。変更の詳細は市ホームページ（サイト内検索で1013269を検索）を確認してください。詳しくは、美化推進課☎（744）1124へ。

広告
“安心”の家族葬
お葬式は公益社の会館で
事前相談 相談無料 随時受付中
オンラインでもご相談いただけます
新型コロナウイルス感染拡大防止に努めています
マスク 消毒 検温 ソーシャルディスタンス パーテーション など
24時間入場可能な安置室 明るくちょうどいいサイズの式場 ゆっくり休める親族控室 安心のコロナ対策
公益社 KOEKISHA
公益社ご葬儀相談センター［24時間・365日受付］
0120-567-701
「終活セット」「コロナ禍のお葬式」資料をプレゼント！
お電話にてお申込みください。(9:00～17:00受付)
公益社 川西多田会館 川西市平野2-5-3
210573
△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㈱ウィット☎072（668）3275へ。

市役所へは〒666-8501と課名で郵送できます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、主催・主体は市で、受付時間は各施設の執務時間中、市外局番は072です。

記号の意味 主主催・主体 時日時 場ところ 対対象 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 ☎電話 FAXファクス ウェブ E-mail 窓窓口のみ 先先着順 抽定員超過の場合は抽選） 問問い合わせ ☎電話番号 Fax ファクス番号 ウェブ E-mail

健康

保健センター ☎(758)4721

【11月の献血日】

時 場 12日(金)午前10時10分―11時45分、午後1時―4時・市役所。13日(土)午前10時―正午、午後1時15分―4時・川西阪急前。23日(祝)午前10時40分―正午、午後1時15分―4時・イズミヤ多田店。

【歯科健診】

時 11月2・16・30日の火曜日。いずれも午後1時半―2時20分▽場 保健センター▽対 18歳以上▽内 むし歯や歯肉の検診。65歳以上の人はオーラルフレイルチェック（口の乾燥度など）を実施

【保健相談】

時 11月4日(木)、12月2日(木)。いずれも午後1時半―3時▽場 総合センター▽内 血圧測定と健康相談

【健康運動体験教室】

時 11月18日(木)午後1時20分―3時▽場 保健センター▽対 医師からの運動許可がある人▽内 講話と着座でのリズム体操など▽定 12人▽申 ☎ 先 随時受け付け

【生活習慣病予防教室】

病態の説明や食生活、おとなの歯と口の健康の話。

時 内 11月29日(月)・脂質異常症、12月6日(月)・メタボ予防と改善。いずれも午後1時20分―3時▽場 保健センター▽定 各10人▽申 ☎ 先 随時受け付け

【家にいながら健幸体操】

運動不足の解消のために、「きんたくん健幸体操」を自宅でしてみませんか。

同体操を市公式YouTubeで公開している他、保健センターでDVDを貸し出しています。

【かわにし食育フォーラム2021は中止】

12月に開催を予定していた「かわにし食育フォーラム2021」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止します。

催し

おしゃべりとパープルリボン作り

時 11月11日(木)午後1時半―3時▽場 男女共同参画センター▽内 利用者同士の交流を図る「カフェ・パレット」の時間内に行う、「女性に対する暴力をなくす運動」のシンボルであるパープルリボン作りのワークショップ▽定 10人▽申 Fax 先 住所、氏名、電話番号を男女共同参画センターへ▽問 ☎（759）1856・Fax（759）1891

中央図書館 ☎(755)2424

11月の図書の展示

「映画と読書」をテーマに、映画や映像技術に関する本、映画の原作小説などを紹介。

かわにしぶっくらぶ

テーマは「映画」。

時 11月7日(日)午前10時半から▽内 お気に入りの本について語り・聞く読書イベント

ビデオ映写会

時 内 11月14日(日)・「ニューヨーク公共図書館①」(109分)、21日(日)・「ニューヨーク公共図書館②」(96分)。いずれも午後2時から▽定 各30人▽申 先 当日会場へ

リユースコーナー

保存年限が過ぎ、役目を終えた雑誌などを譲ります。

休館日のお知らせ

11月29日(月)は館内整理日のため休館します。

seminar

歯と口の健康セミナー

日時 12月1日(水) 午前10時―11時

場所 予防歯科センター

テーマは「口は健康の入り口―健口体操」。講師は市歯科医師会の小路芳子さん。定員は15人。希望者は電話で予防歯科センターへ（先着順）。

口の体操でオーラルフレイルを予防しよう

オーラルフレイルとは噛(か)んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることを指します。口の体操で口腔機能の低下を遅らせることができます。

詳しくは、日本歯科医師会ホームページ https://www.jda.or.jp/oral_flail/gymnastics/（右の2次元コードからアクセス可）へ

問い合わせ　予防歯科センター　☎(759)3171

個人事業主・事業者のみなさまへ
小規模事業者持続化補助金を使って広告宣伝をしませんか？
最大50万円 補助率2/3 助成！
広告宣伝・出展・店舗改装・商品開発など、小規模事業者の様々な取り組みを支援します！ 広告
ホームページや販促チラシを作りたい！
店舗の改装や看板を新調してイメージを変えたい！
展示会や商談会に出て販路を開拓したい！
新商品の開発がしたい！
ネットショップを開業したい！
国の補助金を活用して販路開拓をしてみませんか？
小規模事業者持続化補助金とは、小規模事業者の皆様が、持続的な経営に向けた経営計画に基づき行う、地道な販路開拓（例：看板やホームページ、チラシ作成等）を支援するために、それらに要する経費の一部を補助するものです。
※20名以下の企業様が対象です。業種によりご案内致しかねる場合がございます。申込締切／2021年12月25日
●申請がめんどう
●書類をたくさん用意するのでは？
●一度話だけでも聞いてみたい！
そんな方はお気軽にお問い合わせください！
申請・書類作成のお手伝いも致します！
株式会社ウィット 大阪府高槻市城北町1丁目14-17-501 TEL：072-668-3275
営業時間：9:00～18:00（土・日・祝日休）
補助金の概要や申請の流れについてご興味がございましたら https://wi-t.net HPよりお問い合わせください！
△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㈱ウィット☎072(668)3275へ。

意外と知らない体の話

川西市医師会ホームページ
http://www.kawamed.or.jp/indexpc.html

難聴と認知症

難聴が認知症を早める

難聴と認知症には深い関わりがあります。今後、65歳以上の5人に1人が認知症になると見込まれ、一方で65歳以上の半数以上は補聴器が必要な程度の難聴となっているという調査結果があります。

ある程度の難聴となっていても本人が自覚していないことは多々あります。難聴に対して無頓着な人ほど認知症の進行が早く、難聴者が早くから補聴器を装用すると認知症の進行を遅らせることができることが明らかになっています。年寄り臭い、見栄えが悪いなどと補聴器を否定する人がいますが、補聴器を着けないままでいると、知らないうちに認知症の進行を進めてしまうことになります。耳鼻咽喉科を受診して補聴器を勧められたら、それを受け入れて装用して下さい。

会話は認知症予防に有効

人と会話をして社会性を保つことは、認知症の予防に有効だといわれているのですが、相手の話す内容を勝手に解釈して一方的にしゃべるのでは予防効果はありません。補聴器を着けて相手の話す内容を正しく理解し、相応しい返答ができてはじめて認知症予防に有効な会話ができているといえます。

高齢になっても補聴器を使うことで多くの人々と会話ができる未来の自分の姿を想像して下さい。認知症予防を目的とするだけでなく、人生を楽しく過ごすための手段として補聴器の装用をお勧めします。

（市医師会　芦田健太郎）

11月健康カレンダー

保健センター ☎(758)4721　　色のついている検（健）診は、1年度に1回の受診です。

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3万4,800円、市外3万8,800円
一般健康診査① 健康保険証持参	18～39歳	火・金曜日 ※第1・3・5火曜日は無料歯科健診・相談あり。※65歳以上の人はオーラルフレイルチェック（口の乾燥度など）を実施	12:45～14:45 ※特定健康診査は受診券（医療保険者が発行）が届いてから予約を	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）。※特定健康診査の心電図・眼底検査は、医師の指示などにより実施
特定健康診査 受診券、健康保険証持参	40（※）～74歳 ※4年3月31日までに40歳に達する人			
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（65～74歳の後期高齢者被保険者を含む）			
肝炎ウイルス検診①	40歳以上の未受診者やハイリスク者など			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			
肺がん検診①②	40歳以上			胸部X線撮影など。予約制。500円
結核検診	65歳以上			胸部X線撮影など。予約制
胃がん検診①②	35歳以上	金曜日	9:00～10:45	胃部X線撮影など。予約制。1,000円
大腸がん検診①②	40歳以上	月～金曜日	9:00～17:00	直接センターへ。500円
子宮頸がん検診①②	20歳以上の女性	水曜日	13:15～14:15	細胞診など。予約制。1,000円
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	水曜日	12:45～14:15	X線（デキサ法）検査、栄養相談。予約制。1,000円
乳がん検診①②	40歳以上の女性	木曜日（月2回程度）	9:00～10:30 13:00～14:30	乳房X線検査など。予約制（隔年度受診）。1,000円

＊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、2年4月1日から3年3月31日までに受診した人は対象となりません）。
＊「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保険加入市民には、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）
※オプション検査の内容＝胸部CT撮影検査1万1,000円、胃カメラ検査3,000円、骨密度検査1,000円（別途料金がかかります）。
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。予約時に申し出てください。
②＝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。

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	12日(金)	9:30～11:00	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
		4日(木)・30日(火)	13:00～14:30	

予防歯科センター ☎(759)3171

項目	対象	日	受付時間	内容
歯科相談	希望者	25日(木)	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）☎(759)8711	内科（15歳以上、中学生は除く）	日曜日・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（キセラ川西プラザ2階）☎(758)7388	歯科	日曜日・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3-15-20）☎06(6436)8701	眼科・耳鼻咽喉科	日曜日・祝日　9:00～16:00 年末年始（12/29～1/3）9:00～翌朝5:30 土曜日　18:00～20:30（耳鼻咽喉科のみ）

市立川西病院 ☎(794)2321　　※毎月最初の診療日から、翌々月の予約を受け付け開始。

項目	内容	オプション
人間ドック 月～木曜日	一般健診コース 4万4,000円	(1)レディース検診 ①婦人科検診（内診、細胞診、エコー）4,400円②乳がん検診（乳房触診、マンモグラフィ）5,500円③総合レディース検診8,800円 (2)肺がん精密検診（胸部CT）1万3,200円（一般健診コース） (3)脳精密検診（脳ドック）3万800円（一般健診コース）2万5,300円（生活習慣病コース） (4)胃がん予防検診5,500円 (5)骨密度測定2,200円
	生活習慣病コース 7万1,500円	

県伊丹健康福祉事務所（各窓口に電話で予約が必要）

項目	対象	日	受付時間	内容
こころのケア相談 ☎(785)7874	希望者	25日(木)	14:00～15:30	精神科医師による心の相談
エイズなど相談 ☎(785)2371	希望者	4・18日(木)	13:15～14:00	エイズ、肝炎（B型、C型）検査
専門栄養相談 ☎(785)7861	希望者	22日(月)	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 ☎(785)7874	希望者	なし		精神保健福祉士による相談

市役所へは〒666-8501と課名で郵送できます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、主催・主体は市で、受付時間は各施設の執務時間中、市外局番は072です。

記号の意味 主主催・主体 時日時 場ところ 対対象 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 ☎電話 FAXファクス ウェブ E-mail 窓窓口のみ 先先着順 抽定員超過の場合は抽選） 問問い合わせ ☎電話番号 FAXファクス番号 ウェブ E-mail

11月相談の案内

※祝日・振替休日は実施しません。

相談名	内容	日・曜日	時間	場所	相談員	予約・問い合わせ
弁護士法律相談 ※同内容の相談は1回限り	先着8人。各相談日の前週の月曜日午前9時から予約	10・17・24日(水)	13：30～15：30	生活相談課	弁護士	生活相談課 ☎(740)1333
	先着6人。各相談日の直前の月曜日午前9時から予約	14・28日(日)	13：30～16：30	アステ市民プラザ		
司法書士法律相談	先着4人。当日午前9時から予約	中止			司法書士	
家事相談	調停に係る家族・男女問題。先着4人。当日午前9時から予約	11・25日(木)	13：00～16：00	生活相談課	元家裁調停委員	
税の相談	国税に関して。先着6人。当日午前9時から電話予約	18日(木)	13：00～16：00	生活相談課	税理士	
行政書士相談	契約書・遺言書の書き方。先着6人。当日午前9時から予約	9日(火)	13：00～16：00	生活相談課	行政書士	
土地境界・測量相談	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	16日(火)	13：00～16：00	生活相談課	土地家屋調査士	
特設行政相談	国への意見・苦情・要望。当日会場へ	1日(月)	14：00～16：00	東谷公民館	行政相談委員	
		18日(木)	10：00～12：00	生活相談課		
消費生活・多重債務相談	電話・来所相談	月～金曜日	9：00～12：00 12：45～16：00	消費生活センター	消費生活相談員	消費生活センター ☎(740)1167
年金相談	国民年金加入・免除・相談など	月～金曜日	9：00～17：00	医療助成・年金課	社会保険労務士	医療助成・年金課 ☎(740)1171
	尼崎年金事務所による出張相談。☎06(6482)4591へ電話予約	24日(水)	10：00～14：30	アステ市民プラザ	同事務所職員	尼崎年金事務所 ☎06(6482)4591
特設人権相談	日常生活での人権侵害など。要予約	19日(金)	13：00～16：00	人権推進課相談室	人権擁護委員	人権推進課 ☎(740)1150
女性のための相談	面接と電話相談。要予約。1回50分	火～木曜日	12：00～14：50	パレットかわにし	専門相談員他	男女共同参画センター ☎(759)1856
	電話相談のみ。☎(759)1857へ	月・金曜日	10：00～12：00			
社協福祉総合相談	福祉の他の相談では対応困難な相談	月～金曜日	9：00～17：00	キセラ川西プラザ1階	同協議会担当職員	社会福祉協議会 ☎(759)5202
心配ごと相談	日々の暮らしにおける不安や悩みごと、心配ごとに関する相談	月・木曜日	13：30～16：00	キセラ川西プラザ1階	民生委員児童委員	社会福祉協議会 ☎(759)8611
成年後見専門相談	成年後見制度に関する相談。12日(金)までに予約	17日(水)	13：00～16：00	キセラ川西プラザ1階相談室	司法書士	成年後見支援センター ☎(764)6110
介護サービス相談	電話相談のみ。☎(759)8611へ	9日(火)	13：30～15：30		市民相談員	介護保険課 ☎(740)1148
心の相談	専門医による相談。先着3人。前日までに予約	19日(金)	13：30～14：30	市医師会医療会館	医師他	障害福祉課 ☎(740)1178
知的障がい児(者)のための相談	知的障がい者相談員による相談	11日(木)	10：00～12：00	キセラ川西プラザ1階手をつなぐ育成会	知的障がい者相談員	
ピアカウンセリング	肢体・視覚・聴覚・精神障がい当事者の相談	予約制		キセラ川西プラザ1階相談室	ピアカウンセラー	市障がい者基幹相談支援センター☎(758)6228
DV相談	配偶者などからの暴力に関する相談	月～金曜日	9：00～17：00		専門相談員	配偶者暴力相談支援センター☎(758)0708
子育ての悩み相談	電話・来所相談	月～日曜日(第3金曜日は除く)	10：00～16：00	アステ市民プラザ	同ルーム職員	子育て支援ルーム ☎(740)1125
認知症高齢者電話医療相談	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～金曜日	10：00～12：00		専門医他	市医師会事務局 ☎(759)6950
教育相談	子どもの性格・行動・心身の健康・不登校など。面接は要予約	月～金曜日	9：00～12：00 12：45～17：00	キセラ川西プラザ	臨床心理士他	こども若者相談センター ☎(757)8080
子ども悩みの電話相談	子どものための悩み電話相談	月～金曜日	9：00～12：00 12：45～17：00	キセラ川西プラザ	臨床心理士他	こども若者相談センター ☎(758)7830
子どもの人権相談	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	10：00～18：00	市役所5階同事務局相談室	調査相談専門員	子どもの人権オンブズパーソン☎0120(197)505
子どもの育児・発達相談	電話相談可。来園相談は要予約	月～金曜日	9：00～17：30	川西さくら園	同園職員・心理相談員	川西さくら園 ☎(755)1772
キャリア・カウンセリング	面接指導や適職相談など。オンライン可。1回50分。要予約	第1～4月曜日	13：00～17：00	パレットかわにし	キャリアカウンセラー	産業振興課 ☎(740)1162
		第2・4木曜日	9：00～12：00	産業振興課		
労働相談	解雇・労働災害・雇用保険・職場いじめなどの相談。1回30分。要予約	10・24日(水)	9：30～11：30	産業振興課	社会保険労務士	
職業相談	求職の相談および紹介	月～金曜日	9：00～17：00	パレットかわにし	同センター職員	川西しごと・サポートセンター ☎(757)6380
若者キャリアサポート	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。要予約	月～金曜日(内容により曜日指定あり)	9：00～17：00	パレットかわにし	キャリアカウンセラー他	若者キャリアサポート川西☎(764)6823
子ども・若者総合相談	中学校卒業後～39歳までの人と家族。ひきこもりなどの相談。要予約	予約制		キセラ川西プラザ	臨床心理士他	こども若者相談センター ☎(758)5044
市民活動・NPO・起業サポート相談	グループ活動やNPO、社会的起業などについての相談。要予約	火曜日	13：00～17：00	パレットかわにし	同センター職員	市民活動センター ☎(759)1826
生活困窮者自立相談	生活困窮に関する相談。事前に電話で予約	月～金曜日	9：00～17：00	地域福祉課	相談支援員就労支援員	くらしとしごとの応援カウンター ☎(740)1189

高齢者

スマートフォン講習会

市ホームページの見方や2次元コードの読み取り、音声検索の方法などについて、分かりやすく解説します。

時場①12月1日(水)・加茂ふれあい会館②10日(金)・川西南公民館。いずれも午前10時半―午後0時半（Aの部）、2時―4時（Bの部）▽対65歳以上の市民▽講ソフトバンク(株)▽他Aの部はスマートフォンを初めて使う人向け、Bの部は使いこなしたい人向け▽定各20人▽他スマートフォンは貸し出し▽申郵抽はがきに住所、氏名、電話番号、希望日時（①か②とAかB）、スマートフォンの有無を書き、11月15日(月)（必着）で介護保険課へ（抽選結果は郵送で案内します）▽問介護保険課☎(740)1148

阪神シニアカレッジ 入学生募集

4年4月の入学生を募集します。

園芸・健康・国際理解学科は4年制で年5万円。阪神ひと・まち創造講座は2年制で年2万5000円。

主県阪神シニアカレッジ▽対56歳以上の神戸・阪神地域在住者▽定各50人（阪神ひと・まち創造講座は30人）▽他入学金などが別途必要▽申☎抽4年1月4日(火)～14日(金)に同カレッジへ▽問☎0797(26)8001

老人福祉センター〈60歳以上が対象〉

緑台 ☎(792)6889

【健康講座「体操えがお」】

時11月5日(金)・19日(金)。いずれも午前11時15分―午後0時15分▽講市健康体操協会の岸本紋子さん▽内簡単な楽しい体操▽定各14人▽他飲み物と上靴、下足袋持参▽申☎先11月1日(月)から

【健康体操】

時11月10日(水)午前10時―11時半▽定15人▽他飲み物と上靴、下足袋持参▽申☎先11月1日(月)から

久代 ☎(756)1321

【健康体操】

時11月16日(火)午後1時―2時半▽定10人▽他上靴と飲み物、バスタオルかヨガマット持参▽申☎先3年度初参加者は11月2日(火)午前9時半から、その他は5日(金)午前9時半から

みつなかホール

問い合わせ ☎(740)1117

アーティスト ファイル かわにし

三浦章宏 －ヴァイオリン・リサイタル－

日時 4年1月8日(土) 午後3時開演

費用 3,000円 小・中・高生と障がいのある人は2,000円

その他 全指定席。ローソンLコード（55501）

ヴァイオリニストとして長いキャリアを持ち、東京フィルハーモニー交響楽団のコンサートマスターとしても20年を経た、市出身三浦章宏さんの還暦を記念したリサイタル。

【ベートーヴェン：ヴァイオリン・ソナタ集】

ベートーヴェン：ヴァイオリン・ソナタ第9番「クロイツェル」他

入場券は、みつなかホール、ローソンで発売

広告
屋根工事・雨漏り・外壁塗装のことなら！
創業明治34年 屋根のプロ 藤重（ふじじゅう）にお任せください！
屋根・外壁で気になること、お困りごとはありませんか？
屋根診断無料！ お見積もり無料！ お気軽にご相談ください！
株式会社 藤重 [本社]池田市鉢塚3-7-13 http://www.fujijyu.com/
兵庫県住宅改修登録 兵住改 P06 第00004号
パナソニックの住まいパートナーズ
0120-20-2124
△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㈱ウィット☎072(668)3275へ。

市役所へは〒666-8501と課名で郵送できます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、主催・主体は市で、受付時間は各施設の執務時間中、市外局番は072です。

記号の意味　主主催・主体　時日時　場ところ　対対象　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　☎電話　FAXファクス　ウェブ　E-mail　窓窓口のみ　先先着順　抽定員超過の場合は抽選）　問問い合わせ　☎電話番号　Fax ファクス番号　ウェブ　E-mail

Smile de スマイルで はい！ポーズ

加藤 想大（そうた）ちゃん 向陽台3（2歳2カ月）

乗り物を見るのが大好き。おままごともよくするから、野菜の名前をいっぱい知ってるんだ。

大竹 陽翔（はると）ちゃん 小花2（1歳8カ月）

音楽に合わせておどると楽しいよ。お母さんと一緒に、かわいい妹のおせわするのも大好きなんだ。

11月子育てカレンダー

保健センター☎(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	川西市に住民票がある妊婦	月～金曜日	9:00～12:00 12:45～17:00	妊婦健康診査にかかる項目14回（計10万円）を限度に助成
妊婦歯科健診		上記助成申請時に健診票配布		妊娠中1回歯科医院で受診
すくすく乳幼児相談	乳幼児と保護者	26日(金)	9:15～10:45 （5日(金)から予約）	身体計測、育児や栄養の相談。バスタオル持参
母親学級	妊娠16週以降の初妊婦	12日(金)・12月10日(金)	13:10～15:00～	11月は沐浴（もくよく）や抱っこ体験と栄養の話。12月は妊娠中の過ごし方や妊婦体操と歯の話（予約制）。
乳幼児健診 4カ月児	新型コロナウイルス感染症対応のため、1回の受診人数の制限を行います。対象月齢などを考慮して、従来と異なる形で順次実施します。※対象児には事前に郵送で案内			問診、身体計測、診察、育児・栄養相談（1歳6カ月児は歯科診察、3歳児は歯科診察、尿検査も）。バスタオル持参
乳幼児健診 10カ月児				
乳幼児健診 1歳6カ月児				
乳幼児健診 3歳児				

予防歯科センター☎(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）	19日(金)	9:30～10:00	離乳食指導と歯の話。要予約
2歳6カ月児のびのび教室	平成30年9月～11月生まれ	10・24日(水)	9:30～	虫歯チェックと歯みがきや育児と栄養の相談など。要予約
歯科健診 1歳児親子	令和2年9月～11月生まれ	18日(木)	9:30～	親子歯科健診と栄養の話。要予約
歯科健診 3歳児	平成30年9月～11月生まれ	4・11日(木)	13:30～	歯科健診と歯みがきなどの相談。要予約 ※3歳の誕生月ごろの健診は歯科健診のみです。
歯科健診 4歳児	平成29年9月～11月生まれ			
歯科健診 5歳児	平成28年9月～11月生まれ			

小児救急診療（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 伊丹市昆陽池2-10	小児科 ☎(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
	電話相談 ☎(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

こども・若者ステーション	県川西こども家庭センター	児童虐待防止24時間ホットライン
☎(740)1248	☎(756)6633	☎(759)7799

なの一品料理からの取り分けの話②オンライン調理実習（①の受講者限定）▽定①20人②4人▽他②の参加者は事前に食材を準備▽申☎先保健センターへ

【両親学級】

時12月3日(金)午後1時10分から、3時から▽場保健センター▽対妊娠5カ月以上で初めて親になる人▽内赤ちゃんの着替えやお風呂の入れ方、だっこ体験など▽定各8組▽申☎先11月5日(金)から同センターへ

【5歳児（年中）の子育て相談票を送付】

5歳児（平成28年10月1日～29年4月1日生まれ）になる子どもがいる世帯へ、10月下旬ごろに子育て相談票を送付しました。日頃の子どもの様子や育児の困りごとなどを聞かせてください。

川西児童館 ☎(758)8398

【オンラインおしゃべり会】

時11月17日(水)・29日(月)。いずれも午後2時―2時半（申し込みはどちらか1回）▽対市内在住の未就園児の保護者▽内おしゃべりタイム▽定各3人▽他Zoomを利用▽申☎先11月2日(火)午前10時から

【1さいのひろばONEだーらんど】

時11月18日(木)午前10時―11時▽対1歳の子どもと保護者▽内親子ふれあい遊びと自由遊び▽定10組▽申☎先11月4日(木)午前10時から

【おうちでたんぽぽくらぶ】

時11月24日、12月1・8日の水曜日。全3回。いずれも午前10時―10時半▽対市内在住の2～3歳の子どもと保護者▽内親子交流▽定5組▽他Zoomを利用▽申☎先11月2日(火)午後1時から

【親子で遊ぼうDAY】

時11月25日(木)、12月9日(木)・11日(土)。いずれも午前10時―11時半（申し込みはいずれか1回）▽対1～3歳の子どもと保護者▽内体を動かす自由遊び▽定各12組▽申☎先11月8日(月)午後1時から

【赤ちゃんのねころびアート】

時12月6日(月)午前10時―11時、午後1時半―2時半（どちらか1回）▽対0歳の子どもと保護者▽内赤ちゃんに背景や小物を並べて真上から撮影と親子交流▽定各5組▽申☎先11月10日(水)午後1時から

子育て

ベビーママ&プレママルーム

時11月17日(水)午前10時半―11時半▽場アステ市民プラザ▽対生後8カ月までの子ども（第1子）と母親、妊婦▽内交流や子育て支援ルーム見学など▽定5組▽申☎先11月2日(火)午前10時からアステ子育て支援ルームへ▽問☎(740)1125

赤ちゃん交流会

主場久代児童センター▽時11月16日(火)午前10時半―11時半▽対0～1歳半の子どもと保護者▽内親子のふれあい遊びやグループトークなど▽定5組▽申☎先11月4日(木)午前9時半から久代児童センターへ▽問☎(756)1321

ウェブ育児教室

ZoomかLINEを利用した動画配信と助産師との交流（随時）を開催。

主市助産師会▽対妊婦または乳児と家族▽内お風呂・発達と遊び▽費1000円▽申☎同会▽問☎090(9257)8586

「タブリエ」の子育て応援

主場パステル保育園▽申郵FAX窓抽希望するメニュー、住所、親子の氏名（ふりがな）、子どもの生年月日、電話番号、交通手段を11月15日(月)（必着）までに〒666―0002・滝山町3―11のパステル保育園へ▽問☎(757)2440・Fax(755)6328・https://pastel-hoikuen.jp/

【ベルソークラブ】

時12月1・8・15・22日の水曜日。いずれも午前10時―11時半。全4回▽対2～3歳の子どもと保護者▽内テーマ遊び▽定5組

【パステルホールで遊ぼう】

時12月2日(木)午前10時―11時▽対2歳児以上の子どもと保護者▽内体操のお兄さんと遊ぼう（マット運動やサーキット遊びなど）▽定6組

【体験保育】

時12月9日(木)午前10時―11時、16日(木)午前10時―11時45分。全2回▽対0歳児（2年4月2日～3年4月1日生まれ）の子どもと保護者▽内園生活の体験▽費300円▽定2組▽他16日は給食あり

こども・若者ステーション ☎(744)1015

【オンライン交流会「おうちでちょこっとわいわい」】

時11月12日(金)・26日(金)。いずれも午前11時―11時40分（参加はどちらか1回）▽対市在住の未就園児と保護者▽内手遊びやふれあい遊びなど▽定各8組▽他Webex Meetingsを利用▽申☎窓先11月1日(月)から市ホームページ（下の2次元コードからアクセス可）へ

【0歳児交流会】

対市在住の0歳児と保護者▽内親子のふれあい遊びや絵本の読み聞かせ▽定各5組▽他参加はいずれか1回。バスタオルと必要であればミルク持参▽申☎先11月1日(月)から

▼東谷くるみ

時11月19日(金)午前10時半―11時半▽場東谷公民館

▼赤ちゃんひろば

時11月22日(月)午前10時半―11時半▽場川西公民館

▼北陵くるみ

時11月26日(金)午前10時半―11時半▽場北陵公民館

【多胎児交流会】

対就学前の多胎児と保護者、多胎児を妊娠中の人や家族▽内多胎育児についての相談やふれあい遊びなど▽申☎窓先11月1日(月)から市ホームページ（下の2次元コードからアクセス可）へ

▼オンライン開催

時11月24日(水)午前11時―11時45分▽定8組▽他Webex Meetingsを利用

▼対面開催

時12月8日(水)午前10時―11時半▽場キセラ川西プラザ▽定5組▽他体重測定可。駐車場からの移動を手伝います

【乳幼児向け救急救命法講座】

時11月30日(火)午前10時―正午▽場けやき坂公民館▽対市在住の0～1歳の子どもの保護者▽内救急救命士にAEDや心肺蘇生法の方法を学ぶ▽定10人▽申☎先11月1日(月)から

保健センター ☎(758)4721

【オンラインプレママ&パパ離乳食教室】

時11月25日(木)①午前9時50分―10時半②10時50分―11時半▽対妊娠16週以上の妊婦やパートナー▽内①Zoomを利用した離乳食の基本とおと

Online Seminar

親子すくすくセミナー

親子ふれあい子育て・離乳食編として、赤ちゃんの口腔発達と離乳食の進め方を学べるセミナーです。

日時：12月9日(木) 午前10時―11時半

▶対象：市内在住の離乳食を始める前から離乳食期の赤ちゃんと保護者（保護者のみ可）
▶講師：べびぃLabo☆Ceres代表の杉上貴子さん
▶定員：10人
▶その他：Zoomを利用
▶申し込み：電話で11月2日(火)午前10時からアステ子育て支援ルームへ（先着順）

問い合わせ　アステ子育て支援ルーム　☎(740)1125

おとなも子どもも

食と育つ

保健センター
☎072(758)4721

レシピ　保健センター

●材料・切り方　3人分

ブロッコリー（1.5㌢大の角切り）	100㌘
カボチャ（1.5㌢大の角切り）	100㌘
鶏胸ひき肉	250㌘
片栗粉	適量
揚げ油	適量
トマトケチャップ・粒マスタード	適量

【A】卵（1個）、片栗粉（大さじ1）、塩（適量）、こしょう（適量）

熱量（おとな1人分）：276㌔㌍、塩分：0.9㌘

●作り方

❶カボチャは耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジ（600w）で約1分加熱する。

❷ブロッコリーと鶏胸ひき肉、①をボウルに入れ、【A】を加えてよく混ぜ合わせる。

❸②を一口大に丸め、片栗粉をまぶす。約180度の油できつね色になるまで揚げ、好みでトマトケチャップと粒マスタードを添える。

ブロッコリーのナゲット

外はカリっと中はしっとり

memo　ブロッコリーのビタミンC含有量はレモンの1.4倍です。ビタミンCには抗酸化作用があり、老化や動脈硬化を予防する効果があります。また、「造血のビタミン」と言われる葉酸や食物繊維も多く含まれています。

消費生活センターだより

消費生活センター
☎072(740)1167

無料の作業から高額な契約に誘導

「無料でやります」はきっかけをつくる手口
不安をあおる業者に注意しましょう

事例　「近所で排水管の害虫駆除をしているので、お宅に虫が逃げ込んでくるかもしれない。無料で薬をまく」と感じの良い男性が訪問に来た。無料ならと思いお願いしたところ、排水管に薬剤を入れた後、桝が割れているので交換した方が良いと言われ、桝交換工事（約6万円）の契約をした。作業が始まり、桝の周りの土を掘り返している途中で「大変だ。汚水が漏れ出し土がグチャグチャだ。放っておくと家が傾く」と言われ、60万円で土の入れ替え工事をした。建築の知識のある知人に相談すると、もともと必要のない工事だと言われた。（80歳代 女性）

回答　無料と言われお願いしたのに、結局は高額な工事を契約してしまったという相談が急増しています。業者は「無料で〇〇します」と、まずはきっかけをつくり、簡易な工事を勧めてきます。その工事の途中で家が傾くなどと説明をし、消費者を不安にさせ、考える時間を与えず、さらに高額な工事を勧めてきます。業者の説明をうのみにして、その場で契約してはいけません。その工事が本当に必要なら、複数の業者から見積もりを取り、比較検討することが大切です。

下記相談窓口では、契約前であればリフォーム工事の見積もりチェックが無料でできます。

訪問販売の場合は、8日間のクーリングオフが可能です。不審に思ったら、早めに消費生活センターに相談ください。

【住まいに関する相談窓口】
（公財）住宅リフォーム・紛争処理支援センター「住まいるダイヤル」☎0570(016)100

生きる

人権推進課
☎072(740)1150

ぐっすり眠れていますか？

日々の生活習慣を改善して
睡眠問題を解決しましょう

日本人の睡眠時間は、この10年で短くなり、平均6時間22分という統計があります。また、寝る時間が取れない、夜中何度も目が覚める、なかなか寝付けない、日中に眠気を感じるなど、睡眠に問題を感じている人は4割以上といわれています。年齢が上がるにつれ平均睡眠時間は減少しますが、働き盛りの年代で、睡眠時間が6時間を切っている割合が4割程度といわれ、睡眠の問題だけでなく、高血圧や糖尿病などメタボリック症候群への悪影響も懸念されています。

睡眠障害はうつ病や統合失調症などの精神疾患でも起こりますが、睡眠へのこだわりや思い込みが影響しているケースも多々あります。

一番に理解してほしいことは、必要な睡眠時間が決まっている訳ではなく、個々の生活習慣の中で、日中の生活に問題なければ「それで良い」ということです。

眠ることは、日中の生活に影響されるので、昼間の生活リズムを安定させることが大切です。早寝早起きが良いとは限らず、「眠たくなったら寝る」「起きたらすぐ日光を浴びる」「お昼寝は30分以内」「運動や入浴で体温を上げてから2時間後ぐらいに寝る」ことなどが、睡眠に良いといわれています。

逆に、寝酒は睡眠の質を下げ、スマホなどのブルーライトはメラトニンという睡眠ホルモンの分泌を妨げます。

これらの内容を実践しても、睡眠習慣がつかない場合は、正しくお薬を使いましょう。一度飲んだら依存性が生まれることや、一生飲まないといけないということはありません。やめ時を見据えて、お薬をうまく活用してください。

（わたなべメンタルクリニック院長　渡邉 純）

学び育つ

こども支援課
☎072(740)1179

Connect with the community

子育てを通じて地域がつながる

学校法人「新清和台幼稚園・エンゼルキッズグループ」副園長
森友 新 さん

悩みを共有できる場所

「子育てを通じて、地域のつながりが生まれる。そんな環境を実現するのが、プレイルーム〝子育て支援拠点TSUNAGARI〟なんです」

そう話すのは、学校法人「新清和台幼稚園・エンゼルキッズグループ」副園長の森友新さん。同法人は、市内では5カ所の幼稚園と認可保育所などを運営しています。

「保護者から、子どもの食事や成長についての相談を多く受けてきました。悩みを職員や保護者同士が共有し、会話するなど、交流を通じて解消することで、つながりが生まれるんです」

そのことに気付いたのが、プレイルーム設立のきっかけだと森友さんは言います。

「特に、保育園などに通っていない0～2歳児の保護者は、育児の相談を気軽にできる機会が少なく、悩みを共有する場が必要だと感じていました」

気軽に遊びにきてほしい

明峰地区にある同プレイルームでは、自宅のようにリラックスしながら、子どもの成長をその場のみんなで喜び、共感し合える雰囲気づくりを心掛けているそうです。

「交流の場となるイベントを定期的に行っており、テーマは保護者との会話からヒントを得ています。キッチンスペースで行う食育の講習や、プロジェクターを使った水族館体験などさまざまです。イベント後には、保護者同士が打ち解けるきっかけづくりとして、カフェメニューの無料提供も行っています」

また、同プレイルームには保育士資格を持つ支援員が常駐しています。

「支援員は子育ての経験を通じて適切な助言ができるので、どんなことでも、気軽に相談してほしいです」

生まれたつながりを地域へ

子育てを地域全体で支えるためには、つながりが大事だと、森友さんは話します。

「この施設をきっかけに、子どもや保護者同士がつながり、地域で顔見知りが増え、いつでもお互いに助け合える。そんな、温かい地域づくりに貢献していきたいです」

同拠点のLINE公式アカウントはこちら

市内のプレイルーム

プレイルームでは、子育てに関する知識や経験のある支援員が常駐し、子育て情報の提供や相談、親同士の交流会、親子遊びのイベントなどを実施。未就学児の保護者なら、誰でも気軽に参加できます。予約は不要で、電話での子育て相談も受け付けます。

市内には、常設のプレイルーム3カ所の他に、出張プレイルームや保育所・認定こども園併設型プレイルームなどがあります。詳しくは市ホームページ（右の2次元コードからアクセス可）を確認してください。

市ホームページはこちらから

9/22 北摂栗の収穫が最盛期

栗の王様「銀寄」などが収穫されました

1,000 年以上の歴史があり、川西市や宝塚市、猪名川町で収穫されている北摂栗。今年も９月上旬から 10 月上旬にかけて、「銀寄（ぎんよせ）」や「ぽろたん」などが市内で収穫されました。

10/13 災害時に法的情報を提供

災害の発生時に弁護士による相談が可能に

市と県弁護士会が災害時連携協力協定を締結。弁護士による相談や有益な法的情報の提供を受けて、被災者が速やかに生活を再建できるよう連携します。

9/30 医療従事者へ感謝を届ける

ふるさとづくり寄附金として寄付

明治安田生命相互会社が、市内で働く医療従事者への支援として約 42 万円を寄付。この寄付金は、感謝と慰労の気持ちとして、スイーツなどを贈る取り組みに活用されます。

10/3 PTAを持続可能な組織に

改革が進む PTA の現状についての意見交換会

PTA を持続可能で、誰もが参加しやすい組織にするための検討会を開催。３年度中にあと２回開催し、改善案などをまとめ、最終報告書を作成します。

10/10 魅力豊かな北摂地域を巡る

ひょうご北摂里山ライドに 300 人が参加

ひょうご北摂里山ライド実行委員会が、サイクルツーリズムの推進を通じて地域活性化につなげる「ひょうご北摂里山ライド 2021」を開催。参加者は、高低差のある峠道などのコースや、日本一とも称される黒川の里山などの魅力的な景観を楽しんでいました。

9/18 郷土館秋の特別企画展を開催

４人の作家が３つのテーマで作品を展示

郷土館で特別企画展「創（つくる）―旧平安邸に創り出す和みの世界」を開催。かがり松細工や創作人形などの作品と大正時代に建てられた旧平安邸が調和し、幻想的な空間となりました。

9/28 地域の交通安全に貢献

２人と１団体の交通安全活動を表彰

交通安全活動に積極的に取り組み、交通事故防止に功績のあった個人や団体に贈られる市交通安全功労者などを表彰。３年度は２人と１団体が選ばれました。

9/23 かわにし能に向け練習

子どもたちが仕舞や「大江山」の演目に取り組む

かわにし能に子役で出演する子どもたちが、こども仕舞や清和源氏発祥の地川西ゆかりの演目「大江山」の稽古に励んでいます。11 月 14 日㈰にみつなかホールで上演されます。

10/11 市民サービス向上のため連携

交通安全啓発などで協力

市とあいおいニッセイ同和損害保険㈱が包括連携協定を締結。自動車の安全運転診断を協働で実施するなど、交通安全啓発をはじめ、市民サービスの向上に連携して取り組みます。

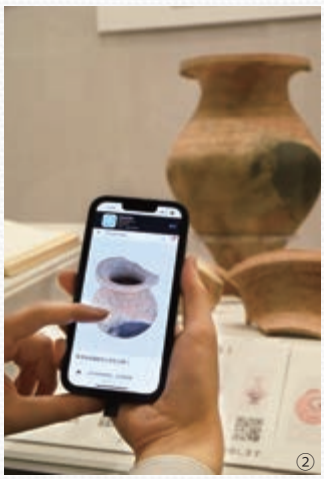
mlife［みらいふ］発行／川西市 ☎072(740)1111 編集／広報広聴課 ☎072(740)1104
〒666-8501 兵庫県川西市中央町12番1号 https://www.city.kawanishi.hyogo.jp/ 毎月1日発行
広報誌1冊の印刷代は約15円、配布する経費は約12円です。

◀栄根銅鐸（さかねどうたく）（複製）

祭祀に使われたもので、元は鐘のように音を鳴らしていたものが、徐々に巨大化していったと考えられている。高さ114㌢と全国でも有数の大きさを誇る。

▼「摂津加茂（せっつかも）」

関西大学と関西学院大学が合同で発掘調査を実施し、昭和43年に調査結果を報告書「摂津加茂」として発表。弥生時代中期を中心とする集落遺跡として、加茂遺跡が全国的に注目を浴びた。



①関西大学・関西学院大学合同の発掘調査で出土し、関西大学が保管していた遺物（特別展で展示）②土器の3Dモデル。スマートフォンなどで360度の観察が可能③弥生時代の竪穴式住居の発掘調査の様子

約2,000年前の弥生時代中期に発展した大集落

“加茂遺跡”

史跡指定20周年

問い合わせ　社会教育課　☎072(740)1244

加茂遺跡史跡指定の歴史

加茂遺跡は、市南部の台地上に位置する近畿地方有数の大規模集落遺跡で、最盛期の規模は東西800㍍、南北400㍍を誇ります。大正4年に鴨神社周辺で多数の弥生土器や石器が見つかり、その存在が広く知られました。昭和27年～33年にかけて、関西大学と関西学院大学が学生を率いて初めての発掘調査を実施。その調査結果は昭和43年に「摂津加茂」として報告され、弥生時代中期の集落遺跡としての特徴が明らかになりました。

昭和40年ごろからは住宅開発に伴い、市教育委員会が発掘調査を行いました。以後、平成4年には弥生時代中期の方形区画を伴った大型掘立柱（ほったてばしら）建物跡を検出。平成6年には斜面環濠（かんごう）が検出され、集落の守りが固かったことが判明するなど、遺跡の歴史的重要性が高まりました。これらの価値が評価され、平成12年に遺跡の一部が国史跡に指定されました。

史跡指定20周年を記念した催しを開催

特別展として、12月26日㈰まで市文化財資料館で、「摂津加茂遺跡里帰り展」が開催されています。展示品の一部は3Dモデルを作成しており、展示室の2次元コードをスマートフォンなどで読み込めば360度の観察が可能です。

また、11月6日㈯にみつなかホールで、「加茂遺跡と弥生大規模集落」をテーマにしたシンポジウムを開催。近畿地方の他の弥生時代大規模集落と比較し、遺跡の評価やこれからの整備と活用について考えます。各催しについて、詳しくは市ホームページ（右の2次元コードからアクセス可）で確認してください。

特別展はこちらから　シンポジウムはこちらから

弥生時代にふれる秋の遺跡巡り

加茂遺跡弥生のムラ スタンプラリー

市教育委員会が、文化財ボランティアガイドの会と加茂遺跡クラブとの共催でスタンプラリーを開催。加茂遺跡内や鴨神社、宮川石器館などを回り、ゴールした先着200人に記念品を進呈します。

日時＝11月27日㈯午前10時―午後3時（2時まで受け付け）▷場所＝市文化財資料館（スタート地点）▷内容＝遺跡の解説や火おこしなどの体験▷その他＝警報時は中止▷問い合わせ＝社会教育課☎072(740)1244

CHECK & QUIZ

次の空欄（○の中）を埋めてください。
1：特集　ずっと○える公共施設　2：式典はオンラインでも○継

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：市ホームページ（右の2次元コードからアクセス可）から必要事項を送信するか、はがきにクイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、興味のあった記事と感想を書き、11月10日㈬（消印有効）までに〒666-8501・広報広聴課「クイズ」係へ。
※10月号の正解は（叶）（音）で、112件の応募がありました。

9月末現在の人口

男	73,586人	(＋4)
女	82,284人	(＋5)
計	155,870人	(＋9)
世帯数	70,774世帯	(＋37)

【広報誌が届かない人は（公社）川西市シルバー人材センターへ連絡を　フリーダイヤル0120(586)189（平日の午前9時―午後5時半）】

UD FONT