

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】

09

Public Relations
Magazine
in Kawanishi City

Sep.2023 No.1413

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



特集

他人事じゃない。認知症

川西一庫ダム周遊里山ファンラン参加者募集
りんどう賞の表彰
市内各地でタウンミーティングを実施

かわにし新時代へ

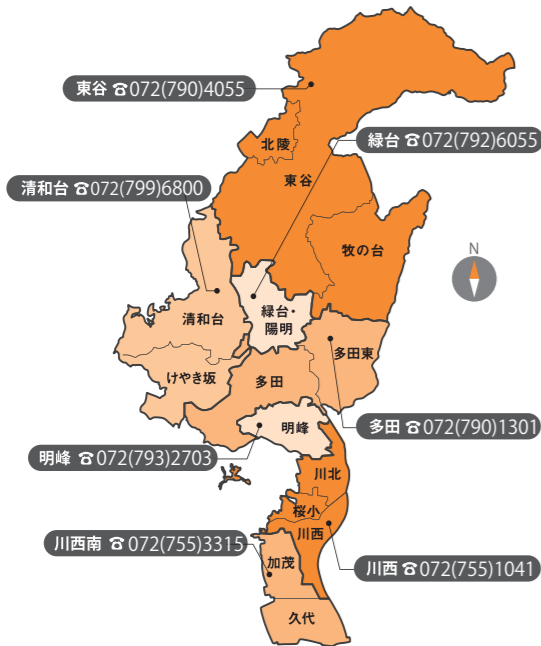
【表紙】 トナリエ清和台と「cafe muku」が、清和台コミュニティ協議会福祉部会とともに、毎月第4水曜日に認知症カフェ「ひとやすみカフェ」を開催。認知症予防のために、指体操などの講座や演奏会が行われています。

市の支援や地域のサービスを利用する

身近な場所を活用

地域包括支援センター

認知症をはじめとする高齢者の総合相談窓口。皆さんの「したいこと」「できるようになりたいこと」を大切にしながら関係機関と連携して支援します。



認知症カフェ

認知症の当事者やその家族だけではなく、誰でも気軽に参加できる憩いの場。地区福祉委員やコミュニティ協議会、薬局などが実施しています。地域の交流の場としてだけでなく、医療や介護の専門職へ相談できます。詳しくは市ホームページへ。



カフェ名	開催日	場所
マリーゴールドカフェ15	毎月15日	大和第2自治会館
ふらっと・b	毎月第3(木)	プラザひがしたに
オレンジカフェ	毎週(月)~(金)	居場所いこい (緑台6-1-79)
「和」カフェ	毎月第3(日)	清和台第1自治会館
ひとやすみカフェ	毎月第4(水)	トナリエ清和台 café muku
ももちゃんカフェ	毎月第2(月)	交流会館「けやき」
オランジュ多田	毎月第3(火)	多田公民館
おれんじのわ	偶数月第4(月)	多田東会館
ものわずれカフェ	①毎月第2(水) ②年3回	①萩原会館 ②メカネの三城 川西中央店
健康ひろば	(土)午後 (不定期)	OASIS Town キセラ 川西・プラザ薬局
カフェわっか(若年性認知症)	毎月第4(水)	キセラ川西プラザ
ファーマカフェ	毎月第4(土)	アステ市民プラザ
南花屋敷の風「月見草クラブ」	毎月 第1・3(火)	田川宅 (南花屋敷4-7-10)

日常生活で不安に思っていることや、情報交換、医療や介護の専門職への相談など、認知症の予防や緩和に向けて早い時期から、各地域の支援やサービスを活用してみましょう。

Voice

周囲の理解が不可欠



市中央地域包括支援センター
認知症地域支援推進員

田上 美由紀

市では、各地域包括支援センターに認知症地域支援推進員を配置し、認知症の初期段階からの相談を受け、医療・介護関係者などと連携して支援しています。

また、周りの人が正しく理解するために、認知症サポーター養成講座などの普及啓発活動にも取り組んでいます。

自分や身近な人が認知症になったとき、「どのように接して欲しいか」「どのような支援があればうれしいか」など自分ごととして考えることが大切。誰もが住み慣れた地域で暮らし続けるために、周りの人や地域の皆さんの理解が不可欠です。

Check!

認知症早期発見のめやす

当てはまる内容が多く、気になる人は地域包括支援センターへ

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった
- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある
- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える
- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

※医学的な診断基準ではありません。

出典:「(公社)認知症の人と家族の会」ホームページから一部抜粋。

特集

他人事じゃない。認知症

問い合わせ 中央地域包括支援センター ☎ 072(755)7581

全国的に認知症の発症者が増加の一途をたどり、いつ自分や家族が、友人や知人が認知症になるか分かりません。当事者もその周囲の人も安心して暮らせるように、認知症を「自分ごと」として正しく理解しましょう。

誰でもなりえる病
認知症。誰でもなりえる脳の病気です。厚生労働省によると、日本では約600万人以上が認知症を発症しており、近い将来、高齢者の5人に1人がなると言われています。また、川西市で把握している在宅の認知症の人は、現在約5000人です。

認知症は一人で抱え込まず、周りに協力を求めることや、市や地域の支援を活用することが大切です。今回の特集では、認知症を正しく理解し、「自分ごと」として考えるきっかけとなるよう、当事者や支える人の声、企業の取り組みを紹介します。

「認知症対策アクションプラン」策定に向けて準備

市は、当事者と家族へのインタビューや、地域で活動する団体などからアンケート、意見交換を実施。

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるように、令和6年度から開始する「認知症対策アクションプラン」の策定に向けて現在準備を進めています。

当事者の声

周りの人からの指摘で認知症と発覚

受け入れ、周りと共有する

市南部在住 Kさん(右)と姉のOさん(左)



2年ほど前、知人から渡されたものを受け取ったことを忘れたことがありました。しかも2回も。その時に知人が、認知症かもしれないと思ったそうです。そのことを伝えられて、自覚がなかったのですが、病院で認知症だと診断されました。今までは他人事のように感じていた認知症。時間が経つにつれて、受け入れられるようになりました。

しばらく経って、今までと同じように生きてはいけないうと1日の予定を忘れないようにカレンダーに記入しています。姉妹間で予定を共有することで姉も安心しますから。

姉や地域包括支援センター、地域の皆さんに支えられて生きていくと日々実感しています。認知症と診断されて2年が経ちますが、幸い戸締まりや買い物など身の回りのことはできています。近所でおせっかいと言われるくらい小さいことでも手伝ったりしながら、人とのつながりを大切に生活していきたいです。



News Topics

市内各地で認知症の啓発イベントが行われています。これを機にイベントに参加して、「認知症」について正しく理解しませんか。

認知症を知ろう

9月9日(土) 午前10時～正午

場所 トナリエ清和台

問い合わせ
清和台地域包括支援センター ☎072(799)6800

清和台地域包括支援センターが、認知症に関する掲示、認知症講座、クイズ、「かわにし希望の木」の展示などを実施。



もっと知ろう もっと語ろう 認知症

9月19日(火)～29日(金)

場所 市役所1階

問い合わせ
中央地域包括支援センター ☎072(755)7581

市が、認知症に関する掲示、「かわにし希望の木」の展示、認知症の啓発パンフレットの配布などを実施。



①川西阪急で行われた認知症啓発イベントの様子。認知症に関するクイズが出題され多くの人が参加した②気軽に専門的な相談ができた③参加者の声を集めた「かわにし希望の木」の展示や認知症の記憶障がいバーチャルリアリティ(VR)体験できた

市民医療フォーラム

「どうする認知症」知って得するつながりノート

11月11日(土)

午後2時～4時半(開場 午後1時半)

場所 みつなかホール

問い合わせ
市医師会 ☎072(759)6950

市医師会が、「認知症とその最新治療」をテーマに大阪大学大学院医学系研究科精神医学教室准教授の吉山顕次さんによる基調講演と、認知症当事者や市医師会、川西市によるパネルディスカッションを開催。

他にも、大阪大学と市医師会、川西市・猪名川町で作成した「つながりノート」の活用方法について紹介します。申し込みなど、詳しくは広報誌10月号に掲載します。



川西阪急で従業員向けの講座や顧客向けのイベントを開催

日々の接客で意識して声を掛ける

以前から、売り場で認知症という身近な課題を感じる場面が多々ありました。そこで令和3年12月から、従業員向けに認知症サポーター養成講座をスタート。ご高齢の顧客さまへ意識してお声掛けするなど、安心して足を運んでいただけるよう努めています。また、8月に市と協働して売り場で認知症啓発イベントを開催。参加者に話を聞くと「実は…」と身近に認知症かもしれない人がいるなど、不安を抱えた人が多いと感じました。一人で悩んでいる人を相談窓口につなげたり、イベントを通じて考えが変わったという声を聞けたりした時は、よかったですと思いました。今後従業員への認知症への理解を広げるとともに、顧客向けのイベントなどを積極的に行っていきます。



(株)阪急阪神百貨店 川西阪急 森 康代 さん

Interview

高齢者などへ配食サービスを行う企業にも話を聞きました



いこいの配食サービス 大漣 潤平 さん

認知症の人が増加する中、当社で介護現場の経験がある社員が少なかったことから、利用者さまに安心してもらうための適切な対応が必要だと感じました。そこで、地域包括支援センターに相談。認知症サポーター養成講座を知り、昨年の夏に、社員が受講することから始めました。もちろん、受講したからといって全てに対応できる訳ではありません。相手の気持ちや考えに寄り添い、尊重・理解することの大切さを改めて感じました。お弁当を利用者さまに届け、毎日顔を見て様子を確認することが、地域に根ざす当社の役割。今後も、家族や関係者と連携し、安心して生活するために支えていきます。

毎日顔を見るから
様子が分かる

市長メッセージ 当事者も家族も 安心できる体制を構築

市長 越田 謙治郎

「認知症になっても、幸せでありたい」これは、ぜひ「たくな望みなのでしょうか。認知症は人生の尊厳に関わる課題でもあり、多くの場合、家族にとっても大きな負担となっていることが現実です。政治や行政の役割は、一人一人の力では解決できない課題に向き合うことです。誰にでも起こりえる恐れがあるからこそ、市政における課題として認識しています。市内では、「認知症サポーター養成講座」や「認知症カフェ」など、市や市民の皆さん、市内の企業が率先して認知症対策に取り組んでいます。



東谷地区の「認知症カフェ」に実際に訪れた際、地域での寄り添った取り組みを実感しました。現在、令和6年度に行う「認知症対策アクションプラン」を策定中です。認知症の早期発見から、ご家族の支援まで一貫した支援策を検討していきたく考えています。もちろん、行政だけではなく、地域や医療・介護の専門家などとも連携し、住み慣れた川西で暮らし続けられるよう、引き続き支援します。認知症になっても、地域の中で幸せに暮らしていけるという、決してぜいたくではない願いを日常生活の中で誰もが実現できるように、今後も取り組んでいきます。

エントリー受け付けは10月2日(月)まで

川西一庫ダム周遊 里山ファンラン参加者募集

令和5年度から親子連れが気軽に参加できる競技種目にリニューアル
川西の魅力を楽しみながら走ることができる一大イベントです

問い合わせ 川西一庫ダム周遊里山ファンラン大会事務局 ☎072(740)1161



川西一庫ダム周遊マラソン大会は、令和5年度から「川西一庫ダム周遊里山ファンラン」に名称を変更しました。今年は11月19日(日)に開催。参加者を募集します。種目は2キロペア、3キロ、5キロ、10キロ。費用や定員など詳しくは、同大会公式ホームページ① www.e-marathon.jp/hiokura-dam/。希望者は、8月30日(水)〜10月2日(月)(必着)に RUNNET ② <http://runnet.jp/> が、市役所2階の文化・観光・スポーツ課や社会体育施設などに備え付けの申込用紙に必要事項を書き、参加料を添えて同課へ。

8月1日は市制記念日

りんどう賞の表彰

問い合わせ 秘書課 ☎072(740)1103



毎年、市制記念日の8月1日に、「ふるさとづくりのために活躍している」個人と団体へ、市民賞「りんどう賞」を贈呈しています。令和5年度の受賞者は12人と3団体。住民福祉の向上や地域、文化、スポーツ、教育の振興発展に貢献した功績が受賞につながりました。

市長は、日頃の活動への感謝の言葉とともに、「今後もより一層の活躍を期待しています」と伝え、記念品を手渡し表彰しました。

令和5年度 12人と3団体が 受賞

【地域の振興発展と住民福祉の向上に貢献】(上左から3番目) 福田弘彦さん、(上左から4番目) 杉本勝広さん、(下左から2番目) 特定非営利活動法人 DUAL RING (代表 吉峯真代さん)、(下左から3番目) 日下厚子さん、(下左から4番目) 岡田多聞さん(伊藤宣夫さんと林裕美さんは欠席)
【文化の振興発展に貢献】(下左から6番目) 稲葉隆三さん
【スポーツの振興発展に貢献】(上左から5番目) 佐伯孝夫さん、(上左から6番目) 森真一さん、(上左から7番目) 白澤猛寛さん、(下左から7番目) 川西リーダー隊(代表 中山正樹さん)、(下左から8番目) 黒川和子さん
【教育の振興発展に貢献】(下左から1番目) 市立中央図書館ちょこっとボランティア(代表 新田朗さん)



見頃は10月ごろ。詳しくは市ホームページへ

里山にダリアが咲き誇る

問い合わせ 黒川ダリア園代表の本射(もとい)さん ☎090(3710)5037

期間 9月21日(木)〜11月8日(水) 午前9時〜午後4時 休園日はありません

高校生以上は入園時に500円の協力金をお願いしています

黒川ダリア園が今年もオープンします。「令和ロマン」や「苺姫」といった新品种を加えて約350品種900株が咲き競います。見頃は10月ごろの見込み。朝晩が冷え込むと花色もさえ、ひととき美しさに深みが増します。なお、開園中の日曜日と祝日限定で運行していた「黒川ダリア園」行きの阪急バスの運行はありません。

※通常「ダリア」と表記しますが、寄贈元の山形県川西町での呼び方を尊重するため、「黒川ダリア園」と表記しています。



自宅で眠る写真はありますか

昔の川西の写真を募集

令和6年8月1日に、市制施行から70年を迎えます。

市制70周年を記念して、当時の人々の暮らしや街の様子などの貴重な歴史・文化を記録し、後世に伝える取り組みとして、川西の過去を振り返る写真展を開催します。

写真展で展示する古写真を募集。11月30日(必着)までに〒666-8501・市制70周年記念事業事務局(郵便番号と局名で届きます)へ郵送するか、メールで写真データを送付してください。

詳しくは市役所4階の同事務局に備え付けの募集要項(市ホームページにも掲載)を確認してください。



問い合わせ 市制70周年記念事業事務局 ☎072(740)2034 ✉kawa0213@city.kawanishi.lg.jp

令和5年度は20以上の計画への意見を募集

あなたの声^が未来をつくる

現在、市では今後のまちを形づくるために計画などの策定に取り組んでいます。計画は、教育や福祉などさまざま。市はそれぞれの分野の有識者とともに作成した素案に対して事前に皆さんからの意見をもらい、それらの検討結果を公表します。

9月末から始まる「川西市行政経営基本方針(案)」の他、今後、20以上の計画に対するパブリックコメントを実施予定。

詳しくは、広報誌10月号以降と市ホームページに掲載します。



問い合わせ 参画協働課 ☎072(740)1600



認可保育園(所)・認定こども園・幼稚園

入園所の受け付けを開始

問い合わせ 入園所相談課 ☎072(740)1175



対象
4月入園所
予定の子ども

9月から、認可保育所(園)や認定こども園、幼稚園の令和6年4月入園所の受け付けを開始。受付期間や手続きは認定区分で異なりますので、市ホームページなどで確認してください。また、特別支援が必要な人は、手続き前に教育保育課(特別支援担当)☎072(740)1401へ。

認可保育所(園)と認定こども園2・3号認定

対象は保護者が働いているなど、家庭での保育が困難と認められる未就学児(令和6年2月4日(日)までに出生予定の子どもを含む)です。

希望者は9月1日(金)から市役所3階の入園所相談課に備え付けの申込書(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)に必要な事項を書き、9月11日(月)~11月10日(金)午後5時(必着)に

〒666-8501・入園所相談課(郵便番号と課名で届きます)へ。特定記録や簡易書留など記録が残る郵便方法で送付してください(先着順ではありません)。

▼現在入所待機中の人も申請が必要

9月選考で入所待機となっている人で、令和6年4月以降も選考を希望する場合、新規申請が必要です。なお、10月12月選考で入所待機となった人は手続き不要です。

幼稚園と認定こども園の1号認定

▼市立

対象は市内に保護者と居住し、住民登録がある3~5歳児(平成30年4月2日~令和3年4月1日生まれ)。ただし、3歳児(令和2年4月2日~3年4月1日生まれ)は、こども園のみが対象です。

募集説明会など詳しくは下の通り(願書は市ホームページからダウンロード可)。

市立こども園・幼稚園(1号認定)募集説明会

こども園	説明会	10月2日(月)午後2時~2時半
	願書の配布	10月2日・3日(火)の午後2時~3時
	願書の受け付け	10月2日~6日(金)※
幼稚園	説明会	10月2日(月)午後3時~3時半
	願書の配布	10月2日・3日(火)の午後3時~4時
	願書の受け付け	10月5日(木)・6日(金)※

※時間は各園で指定。募集人数超過の場合は抽選で決定

清和台幼稚園・東谷幼稚園は、令和6年入園児童の募集は行いません。

市立幼稚園の今後の在り方については市ホームページへ。

▼私立

募集説明会や願書の配布、受け付けは各園で実施。市ホームページに記載の施設に、直接問い合わせてください。

市内各地でタウンミーティングを実施

教育 子どもの声を形に

問い合わせ 政策創造課 ☎072(740)1120

教育の在り方を定める「教育大綱」。策定に向け、6~7月に、市長と教育長らが市内の全中学校と、特別支援学校を訪問し、児童・生徒と、学校生活について意見交換しました。

それらを踏まえ、7月22日~8月6日、「市長と語るかわにしMeeting」学校教育のミライ」を開催。各地域の皆さんと対話しました。

学びの形に進化

市では、4月から中学校で少人数授業を導入。英語・数学の学力定着に向け、少人数で授業を受けられる環境づくりに取り組んでいます。

参加者からの、「少人数制には賛成だが、先生によって分かりやすさなどに差が出ないような取り組みは行っているのか」と発言に対して、「教員の資質向上は重要であり、

教員研修は精力的に継続的に取り組んでいる。今後も少人数制授業を充実させていくとともに、個別最適な学びと協働的な学びに努めていきたい」と石田教育長。

越田市長は「教員の教え方など、生徒の声を受けて改善していくことが大切。子どもの発言や提案で、世の中が少し変わったと実感してもらえらることを、教育大綱の中で生み出せたら」と話しました。

自転車通学を検討

対話の中では、これまで認めていない自転車通学についての意見も出ました。市長は「駐輪場建設や道路整備などの課題の他、最も懸念しているのは安全面。事故が起きない、起こさないための対策が必要。それらの課題と向き合いながら、前向きに検討していきたい」と答えました。



詳しくはこちら

4月入所の
手続の詳細
はこちら



1/8祝 はたちのつどい 決意新たに

登壇者や司会進行者を募集



「はたちの抱負」を壇上で語る人を募集

令和6年1月8日(祝)開催のはたちのつどいで「はたちの抱負」を発表する人を2人程度募集します(応募多数の場合は選考)。

- ▶対象=平成15年4月2日~16年4月1日に生まれた人
- ▶申し込み=郵送かメールで、「はたちの抱負」がテーマの作文(1,000字程度)に、住所、氏名、電話番号、生年月日を10月6日(金)までに、〒666-0033・栄町25-1アステ川西5階の生涯学習課へ

「自分たちの式典」を一緒に盛り上げる人を募集

はたちのつどいで「司会進行」と「特技の披露」を行う人を募集します。個人や団体での応募可(応募多数の場合は選考)。

- ▶対象=平成15年4月2日~16年4月1日に生まれた人
- ▶申し込み=郵送かメールで、動機(特技の場合は内容も)を200文字以内にまとめて、住所、氏名、電話番号、生年月日を添えて、10月31日(火)までに、〒666-0033・栄町25-1アステ川西5階の生涯学習課へ

問い合わせ 生涯学習課 ☎072(740)1244・kawa0067@city.kawanishi.lg.jp

秋開始接種は集団接種で実施



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）

秋開始接種は
まず高齢者などから開始

初回接種を完了し、追加接種が可能となる全ての人を対象に、「令和5年秋開始接種」を行うという方針が国から示されました。

しかし、現時点では、国から供給されるワクチンに限りがあるため、一斉に全ての人へ接種することは難しい状況です。

そのため、まずは、令和5年5月31日までに総合体育館で春開始接種を完了した65歳以上の人や、基礎疾患などがある人などに限定し、集団接種を実施します。

【接種日】
10月1日(日)～16日(月)。

【集団接種会場】
総合体育館。

阪急川西能勢口駅～総合体育館の無料シャトルバスを運行します。

【使用ワクチン】
ファイザー社製オミクロンXBB.1.5対応1価ワクチン。

【予約・日時変更開始日】
9月21日(木)から開始します。

▼10月1日からの集団接種対象者で予約が不要な人

【対象者】
65歳以上で、令和5年5月31日までに総合体育館で春開始接種を完了した人。

【接種券】
9月中旬ごろに送付（接種券に接種日時を記載）。送付する接種券を会場に持参してください。

▼10月1日からの集団接種対象者で予約が必要な人

【対象者】
令和5年5月31日までに前回接種した①65歳以上で接種券に接種日時が記載されていない人②12～64歳で基礎疾患などがある人③医療従事者・高齢者施設等従事者。

【接種券】
①の人のうち、5年5月8～31日までにワクチン接種した人には9月上旬ごろ送付します。

②の人のうち、オミクロン株対応2価ワクチンを接種した人は、9月上旬に送付。予約は9月21日(木)から開始します。予約はウェブサイトかコールセンター ☎ 0570

(056)787。

予約サイトはこちら



ワクチンの確保
見込みがつき次第接種開始

【対象者】
①6月1日以降に春開始接種をした人②12～64歳で10月1日(日)からの集団接種対象外の人

【接種券】
①の人は追加のワクチンが確保でき次第送付予定（時期未定）。

②の人のうち、オミクロン株対応2価ワクチンを接種した人は9月上旬に送付。

ワクチンの確保見込みがつき次第、接種時期や接種場所などを広報誌や市ホームページで順次案内します。

接種券が手元にある人に
新しいものは送付しません

秋開始接種の対象者でも、未使用の接種券が手元にある人には、新しい接種券は送付しません。すでに送付済の手元にある接種券を使用してく

ださい。
紛失した場合、申し込みフォームから、再発行手続きができません。

小児・乳幼児の
個別接種実施

生後6カ月～11歳を対象とした小児・乳幼児接種は、9月から市内の医療機関で個別接種を行います。

医療機関や予約の開始時期、予約方法は市ホームページで確認してください。

その他の個別接種は
当面休止

国から供給されるワクチンに限りがあるため、当面の間、小児・乳幼児以外の個別接種を休止します。
再開時期は、ワクチンが確保でき次第、広報誌や市ホームページで案内します（春開始接種は9月19日(火)まで市内の医療機関で実施。詳しくは市ホームページで確認してください）。

市ホームページはこちら



特色ある公園づくり スタートします

地域の皆さんで話し合い、新しい公園の形をつくりませんか
問い合わせ 公園緑地課 ☎ 072(740)1185



公園は、市民の皆さんの憩いの場。しかし、「ボール遊び禁止」など、子どもの遊びが制限されているのが現状です。

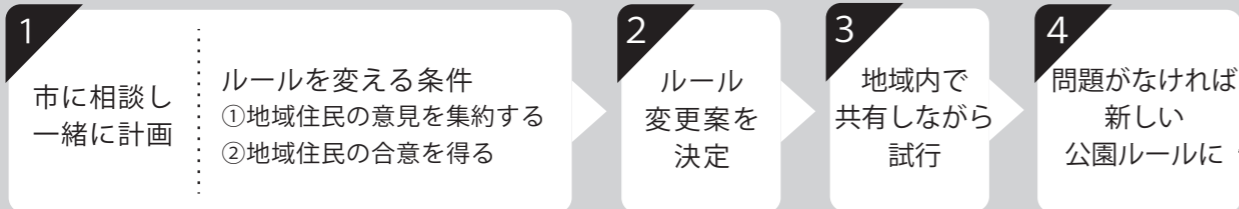
そこで、地域で話し合い、それぞれで独自のルールを決める「特色ある公園づくり」をスタート。市が管理するだけの公園ではなく、地域の皆さんが関われるよう、公園の在り方を見直します。

公園のルールの変更を相談したい場合、まずは市役所5階の公園緑地課へ。

▼できること
公園の使用ルールを見直す、一定の規模の地域にある複数の公園ごとにルールを作る（条例で禁止されていることは除く）。

▼条件
地域住民の意見を集約している、地域住民が合意している。

市民の皆さんが話し合えば、ルールは変わります



意見集約のためのワークショップを開催したい場合は、アドバイザー派遣など市の支援を受けられます

本人通知制度で証明書の発行の把握を

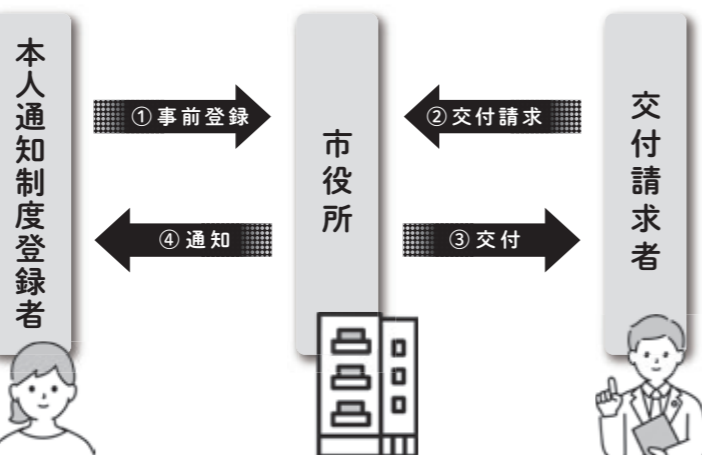
住民票などの不正請求 事前登録で通知

不正請求の防止につなげます

本人通知制度とは、事前登録をした人の証明書（住民票、戸籍など）が代理人または第三者に交付された場合、その事実を通知する制度です。

市に住民登録または本籍地がある人は、事前に登録することで本人通知制度が利用可能。不正請求の早期発見につながります。

対象は市に住民登録または本籍地がある人（過去あった人）です。詳しくは市役所1階の市民課へ。



問い合わせ 市民課 ☎ 072(740)1165

相談の案内
市政情報
募集・案内
中央図書館・公民館
高齢者・セミナー
スポーツ・健康
福祉
発表・鑑賞
子育て
コラム
ニュース

かわにしのイマ

いろいろな知りたい 答えたい

最近市で起きたことや、市が取り組んでいること...
川西で今、ホットな話題三つを届けます

kawanishi ing

市立留守家庭児童育成クラブへ通う子どもの保護者を支援

夏休み 温かい昼食届ける

和食・洋食・中華の日替わり献立 一食当たり350円で提供



保護者の負担を軽減

市立中学校給食事業の調理業務を行う日本国民食(株)が、市と協力し、夏休み期間中、市立留守家庭児童育成クラブへ提供する昼食配達サービスを提供する。7月21日から開始。初日は全市立留守家庭児童育成クラブに通う子どものうち、希望する約630人(全クラブ児童数の5割程度)に、ステンレスランチジャーに入った温かい弁当を届けました。

一食当たり350円で、献立は日替わり。ご飯と汁物、焼き物などで、和食・洋食・中華のいずれ

れかです(アレルギー対応は行っていません)。
これまでは、夏休み期間中、同クラブに通う子どもたちは弁当を持参していました。
中学校給食センターの事業者を募集した際に、同サービスを事業者提案として求めて実現。保護者の負担を減らすこと、中学校給食センター施設の有効活用を図ることを目的に、令和5年度からスタートさせました。

1215
問い合わせ 入園所相談課 ☎072(740)



夏休み期間の子どもの学習を支援

公民館 自習室として開放

問い合わせ 各施設へ

夏休み期間の7月21日～8月31日、小・中学生と高校生を対象に、各公民館やキセラ川西プラザ、アステ市民プラザなどの公共施設を自習室として開放しました。

この取り組みは、子どもたちへのエアコンが効いた部屋で学習できる場の提供や、子育て世帯への電気代高騰による経済対策を目的として、令和4年度から実施し今回が2回目。

多くの子どもたちが利用しました。

インスタライブ「おしえてコッシー」

8月1日実施の越前市長に質問できるインスタライブ「おしえてコッシー」で出たQ&Aの一部を紹介します。

Q 他市に負けられない川西の子育て施策は？
A 不登校の子どもに対する支援は全国トップレベルだと考えています。全小・中学校に校内フリースクール(サポートルーム)を設置して、教室以外の選択肢をつくっています。

Q 丸山台にできる特別支援学校を見に行く予定はありますか。
A 見学に行きたいと思っています。支援学校の開校は重要なことなので、市も同校と連携を図り、教育環境の充実に努めていく考えです。

問い合わせ 教育保育課 ☎072(740)1254

専門相談

市外局番は072です。

相談名	日程・場所	予約・問い合わせなど
弁護士法律相談(同内容の相談は1回限り)	10・24日(日) アステ市民プラザ	生活安全課☎(740)1333 相談日の9日前の金曜日から電話予約(先着順)
司法書士法律相談	6・13・20・27日・10月4日(水) 生活安全課	
家事調停相談	12・26日(火) 生活安全課	
家事調停相談	14・28日(休) 生活安全課	生活安全課☎(740)1333 相談日の原則1週間前の同じ曜日から電話予約(先着順)
国税相談	21日(休) 生活安全課	
行政書士相談	5日・10月3日(火) 生活安全課	
土地家屋調査士相談	19日(火) 生活安全課	
国などへの行政相談	4日(月) 東谷公民館 21日(休) 生活安全課	生活安全課☎(740)1333 予約不要。当日会場へ
消費生活・多重債務相談	月～金曜日 消費生活センター	消費生活センター☎(740)1167(16:00まで) 電話相談可
年金相談	月～金曜日 医療助成・年金課 27日(水) アステ市民プラザ	医療助成・年金課☎(740)1171 尼崎年金事務所☎06(6482)4414 電話予約
犯罪被害者相談	11・25日(月) 生活安全課	犯罪被害者等ホットライン☎(740)2050 相談日の前週水までに電話予約
空き家相談	10月5日(休) 住宅政策課	住宅政策課☎(740)1205 9月29日(金)までに予約
市民活動・NPO・起業サポート相談	火曜日 パレットかわにし	市民活動センター☎(759)1826 要予約

人権相談

市外局番は072です。

相談名	日程・場所	予約・問い合わせなど
特設人権相談	15日(金) 人権推進多文化共生課相談室	人権推進多文化共生課☎(740)1150 予約優先
女性のための相談	火～木曜日 パレットかわにし	男女共同参画センター☎(759)1856 要予約。電話相談可
DV相談	月～金曜日	男女共同参画センター☎(759)1857(10:00～12:00)
DV相談	月～金曜日	配偶者暴力相談支援センター☎(758)0708
セクシュアル・マイノリティ相談	28日(休) 総合センター	総合センター☎(758)8398
生活人権相談	月～金曜日 総合センター	総合センター☎(758)8398 電話相談可

労働相談

市外局番は072です。

相談名	日程・場所	予約・問い合わせなど
労働相談	13・27日(水) 産業振興課	産業振興課☎(740)1162 要予約
キャリア・カウンセリング	4・11日(月)・19日(火)・25日(月) パレットかわにし	産業振興課☎(740)1162 要予約
職業相談	月～金曜日 パレットかわにし	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	月～金曜日(内容で曜日指定) パレットかわにし	若者キャリアサポート川西☎080(2575)6796 要予約

子ども相談

市外局番は072です。

相談名	日程・場所	予約・問い合わせなど
子育ての悩み相談	月～金曜日 キセラ川西プラザ3階	こども若者相談センター☎(740)1248 電話相談可
子育ての悩み相談	月～日曜日(第3金曜日は除く) アステ市民プラザ	子育て支援ルーム☎(740)1125(10:00～16:00) 電話相談可
子育ての悩み相談	月～金曜日 萩原番館2階	子育て支援拠点 TSUNAGARI☎(759)9000 電話相談可
こども悩みの電話相談	月～金曜日 キセラ川西プラザ2階	こども若者相談センター☎(758)7830
子どもの人権相談	月～金曜日 子どもの人権オンブズパーソン事務局相談室	子どもの人権オンブズパーソン☎0120(197)505(10:00～18:00) 電話相談可
子どもの育児・発達相談	月～金曜日 川西さくら園	川西さくら園☎(755)1772 電話相談可。来園は要予約
教育相談	月～金曜日 キセラ川西プラザ2階	こども若者相談センター☎(757)8080 面接は要予約
児童虐待などの相談	月～金曜日 キセラ川西プラザ2階	こども若者相談センター☎(740)1152
児童虐待などの相談	月～金曜日 キセラ川西プラザ3階	県川西こども家庭センター☎(756)6633 児童虐待防止24時間ホットライン☎(759)7799
子ども・若者総合相談	予約制 キセラ川西プラザ2階	こども若者相談センター☎(758)5044 要予約
すくすく乳幼児相談	22日(金) 保健センター	保健センター☎(758)4721 要予約。1日(金)から受け付け

福祉相談

市外局番は072です。

相談名	日程・場所	予約・問い合わせなど
社協福祉総合相談	月～金曜日 キセラ川西プラザ1階	社会福祉協議会☎(759)5200
心配ごと相談	①月曜日(福祉部相談室)②木曜日(キセラ川西プラザ1階)	①地域福祉課☎(740)1328 ②社会福祉協議会☎(759)8611(13:30～16:00)
司法書士による成年後見相談	20日(水) キセラ川西プラザ1階	成年後見支援センター☎(764)6110 15日(金)までに予約
心の相談	15日(金) 市医師会医療会館	障害福祉課☎(740)1178 要予約
知的障がい児(者)のための相談	14日(休) キセラ川西プラザ1階	手をつなぐ育成会☎(786)9244 12日(火)までに予約
精神障がい者の家族のための相談	27日(水) キセラ川西プラザ1階	むぎのめ家族会☎070(8427)5147 電話相談可 要予約
障がい当事者とのピアカウンセリング	予約制 キセラ川西プラザ1階	市障がい者基幹相談支援センター☎(758)6228
認知症高齢者電話医療相談	月～金曜日 電話相談のみ	市医師会事務局☎(759)6950(10:00～12:00)
介護サービス相談	12・26日(火) キセラ川西プラザ1階	面談と電話相談☎(759)8611(13:30～15:30) 介護保険課☎(740)1148
生活困窮者自立相談	月～金曜日 地域福祉課	くらしとじごとの応援カウンター☎(740)1189 要予約

How I work

働き方に悩むあなたへ あなたのスキル生かしませんか

在宅ワークやフリーランス

問い合わせ 産業振興課 ☎072(740)1162

意欲や能力を発揮できる環境をさらに整えていくため、市で子育て中の人を含む働くことへ課題を感じている人の、個別の生活状況やスキル・レベルに沿った多様な働き方を応援。自分に合った働き方の発見につなげます。セミナーでは、在宅ワーク、フリーランスなど多様な

働き方を知り、経験・経歴などから自分に合った働き方をひも解いていきます。座談会・相談会では、参加者同士の交流を図る機会をつくり、具体的にどうすれば良いかをアドバイザーに相談することができます。

▶連続セミナー

①いろいろな働き方を知り、自分に合った働き方を見つけよう②今、私にできることは？キャリアプランを考える。
時①10月5日(木)②19日(木)。いずれも午前10時～正午
場アステ市民プラザ
対市民で育児をしながら働きたい人や、在宅ワークなどを希望する人
定各25人
他保育あり(1歳半～就学前まで。要予約)
申①先9月21日(木)までに市ホームページの申し込みフォームから送信

▶座談会

時11月16日(木)午前10時～正午
場市まちなか交流拠点マチノマ
対連続セミナー参加者
定10人
申①先11月2日(木)までに市ホームページの申し込みフォームから送信
▶オンライン相談会
時①12月13日(木)②令和6年1月25日(木)。いずれも午前10時～11時半
対市民で育児をしながら働きたい人や、在宅ワークなどを希望する人
定各10人
他 zoomを利用
申①先①は11月29日(木)②は6年1月11日(木)までに市ホームページの申し込みフォームから送信

Check! 動画を公開

市で実際にフリーランスなど多様な働き方をしている人の紹介動画を市公式YouTubeチャンネルで公開しています。



住宅・土地統計調査を実施

問い合わせ 総務課 ☎072(740)1140

10月1日(日)を調査期日として、総務省統計局が所管する住宅・土地統計調査を行います。この調査では、居住環境や土地の利用状況を明らかにし、国や地方公共団体における計画や施策の基礎資料として活用されます。9月上旬ごろから、調査対象となった地域・世帯に調査員が訪問し、調査票を配布しますので、協力してください。なお、情報は統計以外の目的に使用することはありません。

入札参加資格審査申請を追加受け付け

問い合わせ 契約検査課 ☎072(740)1143

令和6年1月から市が発注する、建設工事や測量・建設コンサルタントなどの業務委託、物件の買入れなど、入札参加に必要な資格審査申請(指名願)を追加で受け付けます。受付期間は10月2日(月)～31日(火)です。参加資格や申請方法など詳しくは市ホームページ(9月1日(金)から掲載)へ。



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で公開します。災害への備えとして事前に確認してください。



問い合わせ 危機管理課 ☎072(740)1145

特定健診で生活習慣病の早期発見を

問い合わせ 国民健康保険課 ☎072(740)2006

令和4年度の特定健診を受診していない人へ、受診をすすめる案内を行う予定です。対象者には9月～令和6年1月に電話する可能性がありますので、協力をお願いします。

特定健診は、年に1回定期的に受診することで、生活習慣病などの早期発見にも役立ちますので、受診してください。

また、医療機関に通院中の人でも、医療機関での検査項目が特定健診の検査項目を満たしていない場合は受診してください。

就学時健康診断を実施

問い合わせ 教育保育課 ☎072(740)1254

令和6年4月に小学校入学予定の子どもを対象に、就学時健康診断を行います。

9月下旬に送付する健康診断通知書に記載の日時に、同通知書を持って各小学校へ。

警報発令や感染症拡大防止などによる臨時休業で、健診を中止する場合は市ホームページに掲載します。受診当日に確認してください。

9月30日(土)までに同通知書が届いていない場合は、市役所3階の教育保育課へ。



Watcher まちなかウォッチャー

能勢口周辺の人の流れを調査する人を募集

問い合わせ 市中心市街地活性化協議会 ☎080(7307)8850・✉info@kawanishi-machi.com

まちなかをもっと魅力的な場所にするため、阪急・能勢電鉄川西能勢口駅周辺の人の流れや、空間の使い方を調査する人を募集します。

市 市中心市街地活性化協議会
対 まちなかの活動に関心があり10月27日(金)・28日(土)の午前9時～午後8時に調査できる人
定 10人程度
他 9月19日(火)午後3時から市まちなか交流拠点マチノマで説明会を開催。調査後謝礼あり
申 氏名、電話番号、メールアドレスを同協議会へ



郷土館 旧平安邸

令和6年9月まで見学・使用できません

耐震補強改修など工事を実施

大正時代に建てられた国登録有形文化財である郷土館旧平安邸。10月上旬から約1年間、耐震補強改修など工事を行います。

そのため、10月3日(火)から工事終了まで、旧平安邸の見学と使用ができなくなります。

なお、旧平安邸以外の施設(旧平賀邸、ミュージゼスポアール)の見学や使用は、土・日曜日、祝日のみ可能です(工事期間中の入館料は無料)。

ただし、団体見学や特別利用で、平日を希望する場合は、希望日の14日前までに相談してください。

問い合わせ 生涯学習課 ☎072(740)1244
郷土館 ☎072(794)3354

公営霊園の申し込みの制限を緩和

問い合わせ 公営霊園管理事務所 ☎072(799)2030

(一財)市まちづくり公社が公営霊園の利用者を随時募集。1世帯当たり複数墓所の申し込みが可能となりました。申し込み方法など詳しくは同公社へ。

市在住・在勤者で、永代使用料・管理料を期限内に一括納付できる人。使用許可日から3年以内に巻石などを設置することが必要

2平方メートル墓所の永代使用料は53万8,000円、管理料は年5,280円。3平方メートル墓所の永代使用料は80万7,000円、管理料は年7,920円

納期限は10月2日(月)です

国民健康保険税〈第4期〉
後期高齢者医療保険料〈第3期〉

詳しくは保険収納課 ☎072(740)1177へ

介護保険料〈第3期〉

詳しくは、介護保険課 ☎072(740)1148へ。

募集

猪名川のいっしょ！
写真・絵画作品
猪名川の魅力を伝える写真と絵画を募集。
写真はA4プリントかデーター、絵画は四つ切り画用紙で応募してください。
申し込みは、市役所5階の道路整備課に備え付けのチラシまたは猪名川河川レンジャーホームページ http://m.page.j http://

www.i-ranger.jp/を確認の上、9月29日(金)(必着)までに郵送かメールで同レンジャー事務局へ。
同レンジャー事務局 電話06(7636)1152
リサイクルマーケット 10月22日(日)午前10時~午後3時に出席する人を募集。1区画2区画×2区画で80区画分(最大3区画可)。
主場 県立西猪名公園 費1000円

リユースマーケット

10/28(土)
午前11時~午後3時
市役所南広場

出店者募集 締め切り 9/14(木)

家庭から出る不用品を処分せず、リユースしてもらうためのフリーマーケット「リユースマーケット」の出店者を募集します。出品できるものは、家庭から出る不用品です。出店申し込みの締め切りは9月14日(木)。詳しくは市ホームページへ。

▶出店できる人
①市在住②ごみ減量を目的としたイベントであることを理解している③家庭から出る不用品を出品できる(フリマのために新たに購入や手作りなどで出品物を用意したものは除く)。

問い合わせ 美化推進課 ☎072(744)1124

中央図書館

KAWANISHI CITY LIBRARY ☎072(755)2424

図書展示

「災害にそなえる一関東震災から100年」をテーマに、災害の体験記や防災に関する本を紹介。

休館日のお知らせ

9月29日(金)は館内整理日のため休館します。

ICタグの貼付作業を開始

市民サービス向上のため、9月1日(金)~令和6年2月29日(木)に図書館資料へのICタグ貼付作業を行います。期間中、作業中の一部資料は利用が制限されます。

対象範囲は随時、同図書館ホームページ https://www.lics-saas.nexs-service.jp/kawanishi/ で案内します。また、予約本の提供に時間がかかることがあります。

▽地震保険や他の共済に加入していても加入・給付可能▽住宅の築年数や規模に関係なく定額負担、定額給付▽県が条例に基づき実施する安全・安心の制度。
☎(公財)県住宅再建共済基金 078(371)1000
防災資機材を整備
「川西市自主防災組織連絡協議会」は、(一財)自治総合センターが実施するコミュニティ助成(宝くじの社会貢献事業)を受け、可

搬型蓄電システムを整備しました。
地域の防災訓練などで機材を活用することで、自主防災組織の活動を充実させ、災害による被害を軽減することが期待されています。
☎危機管理課 072(740)1145
事業所健診
市医師会
時 12月4日(月)・11日(月)・18日(月)・21日(木)、令和6年1月11日(木)・17日(水)・22日(月)・31日(水)

他食品や動植物、くじ、金券は不可。駐車料金30分100円(最大800円)。雨天時は当日の午前8時に決定
☎072(759)0785
https://www.hyogo-park.or.jp/nishina/

案内

生産緑地地区都市計画変更案を縦覧
9月15日(金)~29日(金)に、市役所5階の都市政策課で、阪神間都市計画生産緑地地区の都市計画変更案を縦覧します。
市民または利害関係のある人で、案に意見がある場合は、縦覧期間中に意見書を提出できます。
☎072(740)1201
ハロウィンジャンボ宝くじ
発売は9月20日(水)~10月20日(金)。

(水)、2月7日(水)・15日(木)・21日(水)
保健センター
市内の従業員50人未満の事業所
費 1人8460~1万3360円
定 各24人
他 受付時間をずらして案内します
☎市ホームページから送信
☎産業振興課 072(740)1162
大阪国際空港周辺の建築物の高さ制限
航空機が安全に離着陸するため、空港周辺の建築物などには航空法で高さに制限が設けられています。
☎関西エアポート(株) 06(4865)9601

れも午前10時~11時半。全2回
講 やましたひでこ公認断捨離トレーナーの松本京子さん 定 50人
申 9月1日(金)午前10時から
☎(公財)県市町村振興協会 078(322)1151
県住宅再建共済制度 フェニックス共済
阪神・淡路大震災の教訓を
収益金は県内での販売実績などに応じて県内市町に交付され活用されます。
宝くじは県内の売り場やインターネットで販売しています。
☎(公財)県市町村振興協会 078(322)1151
県住宅再建共済制度 フェニックス共済
阪神・淡路大震災の教訓を

秋の全国交通安全運動

期間 9/21(木)~30(土)

9月21日(木)~30日(土)は「秋の全国交通安全運動」、21日は「交通安全意識を高める日」です。
秋は日没時間の急激な早まりにより、夕暮れや夜間に重大な事故を引き起こす恐れがあります。運転をする人は速度を控えて、思いやりのある運転と早めのライト点灯を心掛けましょう。
歩行者は通り慣れた道でも注意して、遠回りでも信号機や横断歩道を利用しましょう。明るい服装の着用や夜光反射材を活用すると効果的です。



問い合わせ 交通政策課 ☎072(740)1184

相続・遺言・交通事故・離婚・投資被害・その他法律相談 広告
あなたの困ったな?!!に 応えます
親しみやすさがモットー
北摂中央法律事務所 ☎072-755-2812
〒666-0015 川西市小石1-9-1あさのビル2F 代表弁護士/井上 伸(兵庫県弁護士会)
初回相談料 無料
川西能勢口 三井住友 かわにし ジョイン アステ 北摂中央法律事務所

ゴルフ場働きませんか? 広告
求人募集 ▶働きやすいほのぼのとした職場 ▶50~70代活躍中
勤務地 愛宕原ゴルフ倶楽部 宝塚市切畑字長尾山5-3 バス停 愛宕原ゴルフ場すぐ
給与 960円~
業務内容 冷暖房完備のクラブハウス内の清掃 勤務時間、出勤日数はご相談
シフト ●7:45~12:00(午前) 13:00~17:00(午後) 休憩15分
●8:00~17:00(全日) 休憩90分
●週1日~週5日
求人に関するお問合せは、担当石原まで ☎080-5875-5393
株式会社トータルメンテナンスジャパン 大阪府淀川区西中島5-11-10 ☎06-6838-8980 山の原ゴルフクラブ、猪名川グリーンカントリークラブも募集中

相談の案内 市政情報 募集・案内 中央図書館 高齢者・セミナー スポーツ・健康 福祉 発表・鑑賞 子育て コラム フォトス

高齢者
スマートフォン講座
LINEの活用やアプリを使った防災、音声アシスタントなどを解説。
時 10月24日(火)・けやき坂公民館②31日(火)・明峰公民館。
いずれも午前10時半～午後0時半
定 65歳以上の市民

9/21* 午後2時～4時
家族や医療・介護者で当事者を支える
つながりノート連絡会

テーマは「在宅で暮らしを支える在宅医療・介護の実際」。
第1部は、くわかど内科在宅・緩和ケアクリニック院長の桑門心さんに、在宅緩和ケアの実情を聞く。
第2部は、県介護福祉士会常務理事の安達真理子さんに、在宅暮らしを支える訪問介護の実情を聞く。

市・猪名川町在宅医療・介護連携支援センター
場 キセラ川西プラザ2階
対 市民、医療・介護専門職など
申 同センターへ

つながりノートって？
高齢者が長く穏やかに家で過ごせるように本人と介護者が、医療・介護関係者と連携を深めるためのノート

問い合わせ 市・猪名川町在宅医療・介護連携支援センター ☎072(755)4100

ソフトバンク株
各20人
スマートフォンは貸し出し。申し込み者数が5人未満の場合は中止。講習修了後、川西警察署から「特殊詐欺被害防止」の講話(15分程度)あり
申 電話はがきに住所、氏名、電話番号、希望日時(①か②)、手話や要約筆記を希望

する人はその旨を書き、①は9月29日(金)(必着)②は10月5日(木)(必着)までに介護保険課へ(抽選結果は郵送で案内)
時 072(740)1148
老人福祉センター
(60歳以上が対象)
一の鳥居 ☎072(794)0615
ながら体操
テーマは「転ばぬために『とっさの一步』が出せませんかーやさしい転倒予防をしましょう」。
時 9月8日(金)午前10時～11時半
定 25人
他 飲み物持参
申 9月1日(金)から
緑口 ☎072(792)6889
健康体操
時 9月13日(水)午前10時～11時半
定 25人
他 飲み物持参
申 9月1日(金)から

時 9月29日(金)午後1時半～3時半
健康運動講座
テーマは「簡単なトレーニングとストレッチとウォーキング」。
時 9月29日(金)午後1時半～3時半
定 25人
他 飲み物持参
申 9月1日(金)から
健康運動講座
テーマは「簡単なトレーニングとストレッチとウォーキング」。
時 9月29日(金)午後1時半～3時半
定 25人
他 飲み物持参
申 9月1日(金)から

気になる症状に気づいたら、**当日診療可能!**
診療時間 月 火 水 木 金 土
午前 9:00～11:30 — ● ● ● — ●
午後 14:00～16:30 — — ● — ● —
072-723-9012
電話受付 平日午前9時から午後4時
〒666-0015 川西市小花1丁目6-13
イオンリカー&ビューティー川西店3F

医療法人 啓明会
相原病院 乳腺クリニック川西
阪急 川西能勢口駅 直結
乳がん検診 精密検査
乳がん専門医による
日本乳癌学会認定 乳腺専門医
川西市の市民検診を受託しています。

セミナー
地域福祉市民フォーラム
テーマは「誰もが自分らしく住み続けられる地域共生社会に向けて」。各地域が取り組んでいる活動の報告や、地域福祉を取り巻く現状・課題についてのパネルディスカッションを行います。
時 9月24日(日)午後1時半～3時半
場 アステホール
地域福祉課 ☎072(740)1172
甲種防火管理(新規)講習会
時 10月19日(木)・20日(金)。いずれも午前10時～午後4時半。全2回
場 消防本部
資格を初めて取得する人
費 5000円
定 70人
他 自衛消防業務講習または消防設備点検資格者講習修了者は一部科目免除あり
申 9月1日(金)から市ホー

ムページで受け付け
☎072(757)9946
ゆくゆくNPOカフェ
①お金編は「非営利」の考え方や収入源など②手続き編はNPO法人設立の大まかな流れなど、ゆくゆくはNPO法人を立ち上げたい人向けの勉強会。
時 ①9月25日(月)②10月12日(木)。いずれも午後1時半～3時半
場 市民活動センター
講 同センター職員
費 各300円
定 各8人
他 保育あり(1歳半以上の未就学児。先着8人。①は9月18日(祝)、②は10月5日(木)までに予約)
申 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と希望日(①か②)を同センターへ
☎072(759)1826・
Fax 072(759)1891・
info@gesca-kawanshi.jp
女性の生き方とマネープラン
マネープランを学び、主体的な働き方を考える。
時 10月6日(金)午後1時半～3時半
場 男女共同参画センター
講 ファイナンシャルプラン

ナーの藤原寛子さん
定 8人
他 保育あり(1歳半以上の未就学児。先着8人。9月29日(金)までに予約)
申 住所、氏名、電話番号を書き、同センターへ
☎072(759)1856・
Fax 072(759)1891・
info@gesca-kawanshi.jp
就職活動お悩み解決セミナー
テーマは、「就職活動の準備・自己分析セミナー」。
これまでの経験をキャリアプランシートに、まとめることで就職活動に必要な自己理解を深める。
主 若者キャリアサポート川西

自分らしい働き方を見つけるセミナー2023
①自分のキャリアのデザインの仕方②自分らしく生きる・働く!自己分析セミナー・③仕事とコミュニケーションスキルの関係④事例から学ぼう!働くときに知っておきたいルールと権利。
時 ①9月27日(水)②10月16日(月)③11月7日(火)④12月4日(月)。いずれも午前10時～正午
場 男女共同参画センター
対 市民や市で働きたい人
定 各20人
他 雇用保険受給者の「就職活動」の対象
申 氏名、住所、電話番号を①③は男女共同参画センター②④は産業振興課へ
問い合わせ ①③男女共同参画センター ☎072(759)1856
②④産業振興課 ☎072(740)1162

時 10月12日(木)午後2時～4時
場 アステ市民プラザ
対 おおむね40歳までの若年者
講 キャリア・アドバイザーの金谷真由美さん
定 10人
申 若者キャリアサポート川西へ
☎080(2575)6796・
https://wks-kawanshi.com/
自己理解を促す支援セミナー
テーマは「エゴグラム(簡易性格診断ツール)を使った自分発見セミナー」。
エゴグラムを使って自分の性格や行動パターンを把握す

2024年 相続登記が義務化される予定です! 広告
不動産の名義を変え忘れていたり、相続で困っている方、遺言を作りたい方 — まずはご相談ください!
谷口司法書士事務所
司法書士・行政書士 谷口 裕宣
(大阪司法書士会・大阪府行政書士会所属)
ご相談は、土日・夜間(夜9時まで)対応可能です
<要予約>
☎0120-914-496
池田市呉服町5番21号 ☎072-747-5006
阪急「池田」駅から徒歩3分(約240m)
<向かいに大型コインパーキングあり>


50個の簡単な質問に答えて自分の長所を発見する。
主 若者キャリアサポート川西
時 9月28日(木)午後2時～3時半
場 市民活動センター・男女共同参画センター
対 おおむね40歳までの若年者
講 キャリア・アドバイザーの金谷真由美さん
定 20人
申 若者キャリアサポート川西へ
☎080(2575)6796・
https://wks-kawanshi.com/

スポーツ

スノーボード
レクリエーション
バレーボール
参加者でチームを分けて試合。
主 公財)市文化・スポーツ振興財団
時 毎週水曜日の午後1時~3時
場 総合体育館
対 15歳以上
費 1回券530円、5回券2125円、10回券3900円
申 窓口のみ。費用持参で同館へ
問 072(759)9712
主 初心者向け弓道教室
主 市弓道協会
時 9月30日からの毎週土曜日。午前10時半~正午と午後1時半~3時の2教室。全15回
場 総合体育館弓道場
対 中学生以上
費 各1万5000円(保険料含む。開講日に持参)
定 各15人
他 白足袋、運動のできる服装。弓具は貸し出しあり
申 宛住所、氏名、年齢、電話番号を同協会の川島さんへ

主 市民水泳大会兼「ニチレイチャレンジ特別泳力検定会」
主 市水泳協会
時 11月12日(日)午前9時から受け付け
場 市民温水プール
種 板キック25歳、4泳法25歳・50歳・100歳、個人メドレー100歳・200歳、各種リレー
費 個人種目1種目500円(種目制限なし)、リレー1種目1000円
申 同協会ホームページから
問 同協会の豊田さん 080(872)2146
主 Kawanishi-suikyoo.com/
url: https://www.kawanishi-suikyoo.com/
主 卓球協会
時 10月19日(木)午前9時開場
場 市民体育館
対 男子は60歳以上、女子は40歳以上
種 男女別ダブルス戦。リーグ予選後、決勝トーナメント
費 1チーム2000円(今年度大会初参加者は1人500円別途)
申 住所、氏名、電話番号、種目別を9月25日(月)(必着)までに〒666-0142・清和台東2-1-100-105の田中敬子さんへ
問 080(610)0864
主 kawanishi.tta@gmail.com

3歳~中学生が対象
募集 **ラグビー** 始めてみませんか
日時 9月3日~6年3月31日 毎週日 午前9時~正午
場所 東久代運動公園 など
市ラグビー協会が、3歳~中学生を対象にラグビー教室を開催。
費用は月700円で、保険料などが別途必要です。
申し込みは、市ラグビースクールホームページ
http://kawanishi-rugby-school.jimdo.com/ (右の2次元コードからアクセス可)
の問い合わせフォームから住所、氏名、年齢、学年、学校名、保護者氏名、電話番号を送信してください。
問い合わせ 市ラグビー協会の大村さん ☎ 090(5154)7959



入居者・見学者募集
ホスピタリティと介護力で提供する
磨き抜かれた「おもてなし」
認知症の方も受入可能
自分らしさを叶える、上質な毎日をサポートします。
各お問い合わせは ☎0120-78-4850
HPIは「こちらから」
株式会社スーパー・コート 大阪市西区西本町1-7-7 CE西本町ビル

介護付有料老人ホーム スーパー・コート 川西 川西市東久代2丁目16番14号 ☎072-758-4850	介護付有料老人ホーム スーパー・コート 川西加茂 川西市加茂2丁目6番23号 ☎072-740-4850	高齢者住宅 スーパー・コート 南花屋敷 川西市南花屋敷4丁目10番11号 ☎072-758-2000
---	---	---

ルまたはヨガマット持参
問 同協会の岸本さんへ 08090(5885)2717
主 ピラティス&ノルディックウォーキング
主 場 県立一庫公園
時 9月13日(水)午前10時~11時半
講 ピラティスインストラクターの宝本つきこさん
費 1100円

定 15人
申 宛同公園へ
問 072(794)4970
主 秋の全国交通安全フェア
あおいニッセイ同和損害保険(株)や(株)セリオなどと協力し、運転シミュレーターを用いた交通安全ブース展示や電動車いす試乗など、体験型の交通安全啓発イベントを行います。
時 9月24日(日)午前10時~午後1時(0時半受け付け終了)
場 オアシスタウンキセラ川西
問 交通政策課 072(740)1184
主 ナイトプログラム
秋に鳴く虫を観察する。


主 場 県立一庫公園
時 9月23日(祝)午後6時~8時
講 NPO法人「野生生物を調査研究する会」の黒田明彦さん
費 500円
定 30人(小学生以下は保護者同伴)
他 長袖、長ズボン、捕虫網(持っている人)、足元を照らすライト持参
申 宛 9月1日(金)午後1時から同公園へ
問 072(794)4970
主 川西ユネスコ協会主催
講演会・マリンバ演奏
児童文学作家の安田夏菜さんが「今を生きる子どもたちへー本で未来の根っこを作るろ」を講演。
また、マリンバ奏者の多田駿介さんによる演奏を届けます。
時 9月10日(日)午後2時開演(1時半開場)
場 アステホール
対 市民と阪神8市のユネスコ協会会員
定 150人
申 宛 当日会場へ
問 同会の大音さん 090(9626)0633

黒川里山センター ☎ 072(738)0107
申し込み=同センターホームページの申し込みフォーム
https://kurokawa-satoyama.jp/ から送信(月・火曜日は休館日)



里山スクール「泉」
自然体験やものづくり、料理など、里山で自分らしく過ごす。
▶日時 毎月第2・4金曜日。いずれも午前10時半~午後4時
▶対象 中学生
▶講師 同センター職員
▶定員 10人(先着順)

雑草でスパイスカレー作り
雑草を採り、南インドの2種類のカレー(チキンカレーと野草の豆カレー)を作る。
▶日時 9月10日(日)午前9時半~午後0時半
▶講師 カレー屋ヨナナの堀部美香さん
▶費用 1,500円
▶定員 15人(先着順)



主 場 県立一庫公園
時 9月23日(祝)午後6時~8時
講 NPO法人「野生生物を調査研究する会」の黒田明彦さん
費 500円
定 30人(小学生以下は保護者同伴)
他 長袖、長ズボン、捕虫網(持っている人)、足元を照らすライト持参
申 宛 9月1日(金)午後1時から同公園へ
問 072(794)4970
主 川西ユネスコ協会主催
講演会・マリンバ演奏
児童文学作家の安田夏菜さんが「今を生きる子どもたちへー本で未来の根っこを作るろ」を講演。
また、マリンバ奏者の多田駿介さんによる演奏を届けます。
時 9月10日(日)午後2時開演(1時半開場)
場 アステホール
対 市民と阪神8市のユネスコ協会会員
定 150人
申 宛 当日会場へ
問 同会の大音さん 090(9626)0633

一人でも悩まず ご相談ください 広告
●離婚 ●再婚支援
●男女トラブル 詳しくはこちら
●相続(司法書士・税理士・不動産鑑定士と連携) 詳しくはこちら
●遺言書 詳しくはこちら
無料相談 受付中
いぐち法務行政書士事務所 ☎072-759-4952
〒666-0015 川西市小花1-9-1 森本ビル2階
土日祝日夜間対応・出張いたします

Tukumo Memorial Hospital 広告
九十九記念病院
九十九記念病院介護医療院
内科・消化器内科・精神科・循環器内科・放射線科・リハビリテーション科
入院のご相談、随時受付しております。訪問診療も行なっております。まずはご相談ください。
☎072-759-9020
〒666-0033 川西市栄町10番4号

相談の案内

市政情報

募集・案内

中央図書館
公民館

高齢者
セミナー

スポーツ
催し

健康

福祉

発表・鑑賞

子育て

コラム

ニュース



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

ビタミンDの特徴

ビタミンDは、紫外線に当たると体内でコレステロールから合成されます。カルシウムやリンの吸収を高め、骨や歯を強くし、血中のカルシウムなどを調節しています。植物性食品に多いビタミンD₂と動物性食品に多いビタミンD₃があり、肝臓と腎臓を通り活性化されます。

ビタミンDが不足すると、骨粗しょう症のリスクを高め、また、悪化させる恐れがあります。高齢者や屋外で過ごす時間が短い人が欠乏しやすい傾向があります。直射日光を週に3回、1回5～15分、腕と脚、顔面、手に浴びることが推奨されています。しかし、過剰に日光を浴びると皮膚のトラブルの原因にもなりますので、注意してください。

高齢者は要注意

高齢者は、①若い人よりビタミンDの必要量が多い②屋外に出る機会が減り日光を十分に浴びていない③日光を浴びても皮膚で多くのビタミンDを作れない④食事に含まれるビタミンDの量が非常に少ない⑤ビタミンDに影響する肝臓や腎臓の病気、またはそれらに関する薬を服用している場合があるなどの理由で骨粗しょう症のリスクが高いと考えられます。

ビタミンDが欠乏すると、筋肉痛や筋力低下、骨折しやすいなどの症状が現れます。ビタミンDが含まれている食物には、サケ、卵、干しシイタケなどがあります。食生活を見直し、検診を受ける機会があれば、血中ビタミンD濃度を測定してみたいかがでしょうか。

(市医師会 福田能啓)

ビタミンDについて

9月健康カレンダー

保健センター ☎072(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	備考
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。 市内3万4,800円、市外3万8,800円
一般健康診査 健康保険証持参	18～39歳	火・金曜日		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・眼底検査などは、検査や問診などで条件を満たし、医師が必要と認める場合のみ実施。
特定健康診査 受診券、健康保険証持参	40(※)～74歳 ※6年3月31日までに40歳に達する人	※第1・3火曜日は無料歯科健診・相談あり。 ※65歳以上の方はオーラルフレイルチェック(口の乾燥度など)を実施。	12:50～14:45	※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。
後期高齢者健康診査 後期高齢者医療被保険者証持参	75歳以上など (65～74歳の後期高齢者医療被保険者を含む)			血液検査など。予約制1,000円
肝炎ウイルス検診	40歳以上の未受診者など			胸部X線撮影など。予約制
前立腺がん検診	50歳以上の男性			
肺がん検診	40歳以上			
胃がん検診	35歳以上	金曜日	9:00～10:45	胃部X線撮影など。予約制
大腸がん検診	40歳以上	月～金曜日	9:00～17:00	直接センターへ
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	水曜日	13:15～14:15	細胞診など。予約制
乳がん検診	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)
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	水曜日	12:50～13:00	X線(デキサ法)検査、栄養相談 予約制1,000円

※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)。

項目	対象	日	受付時間	備考
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	8日(金)	午前 予約時に決定	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に向けて支援します。
		7日(木)・19日(火)	午後 予約時に決定	

予防歯科センター ☎072(759)3171

項目	対象	日	受付時間	備考
歯科相談	希望者	21日(木)	13:30～14:30	予約制

川西リハビリテーション病院 ☎080(4714)3390

診療科目	受付時間	備考
小児科	月～金曜日 8:45～11:30 (祝日・年末年始を除く)	東畦野5-18-1

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
川西リハビリテーション病院(東畦野5-18-1) ☎080(4714)3390	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、13:00～15:30(要連絡)
ふれあい歯科診療所(キセラ川西プラザ2階) ☎072(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)

ふれあい歯科診療所での歯科診療など(予約は電話または窓口) ☎072(758)7388

事業名	実施日	受付時間	対象者
要介護高齢者歯科診療	木・土曜日	13:00～15:30	65歳以上の要介護者
障がい者(児)歯科診療	水・金曜日	13:00～15:30	一般の歯科医院での治療が困難な障がい者(児)

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です。

記号の意味 主催・主体 日日時 場とこ 対対象 講講師 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・アプリ E-mail) 先着順 抽定員超過の場合
はは抽選) 問問い合わせ ☎電話番号 Faxファクス番号 ●ウェブ・アプリ E-mail

仕事を休まず受けられる
日曜検診・レディース検診

日時 10月15日(日)
場所 保健センター



健康診査とがん検診が1日で受診できる日曜検診・レディース検診を開催。対象は40歳以上の市民(一部除く)です。希望者は市ホームページで内容や費用を確認し、9月4日(月)～17日(日)に申し込みフォームから送信してください(電話可)。定員超過の場合は抽選で決定。結果は9月29日(金)までにメールか郵送で通知します。詳しくは市ホームページへ。



問い合わせ 保健センター ☎072(758)4721

9月の献血日
9月2日(土)午前10時～正午、午後1時15分～4時
場 川西阪急北側
歯科健診
むし歯や歯肉の検診。65歳以上の人は、オーラルフレイル(口の機能の衰え)を確認します。
時 9月5日(火)・19日(火)。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
保健相談
血圧測定と健康相談。
時 9月7日(木)、10月5日(木)。いずれも午後1時半～3時
場 総合センター
健康運動体験教室
講話と着座でのリズム体操

9月21日(木)午後1時20分～3時半
場 保健センター
対 医師に運動を禁止されていない人
定 18人
申 随時受け付け
生活習慣病予防教室
テーマは「骨粗しょう症とおとなの歯と口の健康について」。

9月25日(月)午後1時20分～3時
場 保健センター
定 15人
申 随時受け付け
「lets「きんたくん」健康体操」
時 9月27日(水)午前10時～11時
場 総合体育館
他 タオルと飲み物、上履き持参

健康
歯と口の健康セミナー
テーマは「歯周病と全身疾患について」最近歯科医院に訪れることが多い歯・顎の痛みについて。
時 9月28日(木)午前10時～11時半
場 予防歯科センター
市歯科医師会の原田茂光さん

定 20人
申 9月1日(金)から同センターへ
☎072(759)3171
問 072(759)3171
難病を患う人のための「医療・生活」相談会
難病に関する悩みや病気の治療など講話や日常生活に関する相談に対応します。
対象疾患の医療相談▽免疫系疾患、網膜色素変性症、神経系疾患、潰瘍性大腸炎・

対象は住民税非課税世帯などの妊婦
初回産科受診料を支援します

令和5年4月以降に、妊娠判定のために産科医療機関を受診した際の自己負担分(妊婦健診に該当するものと保険診療分を除く)について、1回1万円を上限に助成します。
対象は、市販の妊娠検査薬で陽性を確認した、住民税非課税世帯に属する妊婦か、これと同等の所得水準にあると認められた妊婦です。
詳しくは市ホームページへ。



問い合わせ 保健センター ☎072(758)4721

毎年恒例の落語会

かわにし寄席

今年は桂南光、米團治、八十八、南天、ひろば、市出身の弥彦が出演します。演目は当日までのお楽しみ。

桂米朝一門会

桂南光 桂米團治

場所 **みつなかホール**

10/26 木
午後6時半開演
費用 3,000円
小・中・高生と障がいのある人 2,000円
全指定席
入場券は、みつなかホール、ローソンLコード(54047)、楽天チケット

みんなが気軽に楽しめる

ロビーコンサート

今回は、フルート、クラリネット、打楽器・マリンパの三重奏団です。

11/14 火
午後6時半開演
費用 500円

場所 **みつなかホール**

フルート：江戸聖一郎
クラリネット：松尾依子
打楽器・マリンパ：安永早絵子

入場券は、みつなかホール、ローソンLコード(55539)、楽天チケット

問い合わせ **みつなかホール** ☎ 072(740)1117

参し、着席してください

同プラザ事務室 ☎ 072(757)1920

スギテツ&井上あずみ
ファミリーコンサート

市キセラホール指定管理者
12月2日(土)午後2時半開演

場キセラホール
対2歳以上
費おとな2500円、2歳以下
高校生1000円

他全指定席。ローソンLコード(55383)

甲 9月2日(土)午前10時から
キセラ川西プラザ事務室へ

☎ 072(744)1515

女声合唱団 **りんどう**
定期演奏会

指揮は当間修一さん、ピアノは沖田明子さん。演目は平田あゆみ作曲「平田あゆみ小品集」、海外の「ポピュラー曲集」、また「懐かしの女声合唱曲集」の3部構成。

主 女声合唱団 **りんどう**
時 9月3日(日)午後2時半開演(2時間)

場 みつなかホール
費 1500円(当日1700円)

問 同団の今村さん ☎ 072(766)8667

アステックカードでさらにお得に!

キャッシュバックキャンペーン

9月16(土)~18日(月)祝

2階レストスペース特設会場 午前10時~
※限定数になり次第終了。※詳しくはホームページまで。
当日のお買い上げレシート5,000円(税込・合算可)ごとに、**アステッククーポン500円券1枚をプレゼント!**
各日先着500名様限定。クーポンはお一人様2枚まで。

毎月25日はスペシャルデー!
5倍ポイント DAY
今月は**9/25**月

グルメスタンプラリー

スタンプ押印・クーポン引換期間 **9/16(土)~10/9(月)祝**

5つのお店をめぐって **¥500** アステッククーポンをゲットしよう!

STEP 1 対象店舗にて500円(税込)以上のご利用で1スタンプ!

STEP 2 異なる5店舗で合計5スタンプ集めると...

STEP 3 1Fインフォメーションにてアステッククーポン500円分と交換!

アステック 川西
PHONE 072-755-2001

※イベント内容は変更になる場合がございます。※詳しくはWebサイトで。www.astekawanishi.com

△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)ジチタイアド ☎ 092(716)1401 へ。
milife | 2023.09

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です。

記号の意味 主主催・主体 日日時 場ところ 対対象 講講師 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・アプリ E-mail) 着先着順 定定員超過の場合
合は抽選 問問い合わせ ☎電話番号 Faxファクス番号 ●ウェブ・アプリ E-mail

福祉

要約筆記者養成講座
パソコンコース

聴覚障がいの基礎知識や要約筆記の基礎知識、日本語の基礎知識、話しことばの基礎知識、社会福祉の基礎知識、伝達の学習など。

主 県立聴覚障害者情報センター

時 11月7日(金)令和6年10月の毎週火曜午後1時半~4時半(原則)。全30回

場 伊丹市アイ愛センター

対 ①県在住の18歳以上②全課程の8割以上を受講でき、修了後の統一試験に合格後、要約筆記者として活動できる③基本的なパソコン操作とキーボードを見ずに1分間に70文字程度入力ができる④の全てを満たす人

費 6000円

定 12人

他 ノートパソコン(OSはWindows10以上。Macは不可)を持参

申 抽申し込み
フ オーム
forms.gle/
QRコード

E7JwQJFZ5hSSLR8に必要事項を書き、10月10日(火)までに送信。定員超過の場合は選考

問 同センター ☎ 078(805)4175

主 神戸視力障害センター
オープンキャンパス

あん摩師やはり師などの体験・見学、学習手段、進路状況の紹介など。

主 神戸視力障害センター

時 10月24日(火)午後1時~4時

対 視覚障がいのある人、視覚障がいの就労や自立訓練に関心のある人

定 10人

申 抽申し込み用紙(同センターホームページ)
ジ ● http://www.rehab.go.jp/kobe/ からダウンロード可)に必要事項を書き、〒651-2134・神戸市西区曙町1070の神戸視力障害センターへ

☎ 078(923)4670
Fax 078(928)4122

open-campus@nhkwo.jp
ボランティア活動センター
☎ 072(759)5200

ボランティア活動相談
ボランティア活動の紹介や

ちょっと立ち寄ってみませんか

ほほえみサロン

毎月第3土曜日午前10時~正午

ボランティアスタッフと一緒に、お茶や音楽でくつろぎながら過ごしませんか。

主 催 ほっとほほえみ

場 所 キセラ川西プラザ2階

対 象 ひきこもり当事者や家族・友人

問い合わせ ほっとほほえみの岸本さん ☎ 080(1415)5897

説明など。
時 9月16日(土)午前10時~正午
場 キセラ川西プラザ1階
ネイル&ハンドマッサー
ボランティア体験教室

活動の紹介や体験。
時 9月16日(土)午前10時~正午
場 キセラ川西プラザ2階
講 ネイリストの藤川恵子さん

定 15人

申 抽 9月15日(金)まで

お出掛け
介助ボランティア講座
車イスの基本操作、屋外での実習など。
時 10月11・18・25日の水曜日。いずれも午後1時~4時。全3回
場 キセラ川西プラザ2階

講 車イス介助を学ぶ会
費 500円。18歳以下250円

発表・鑑賞

人権啓発ビデオ上映会
同和問題をテーマに①「お

定 15人

申 抽 10月4日(水)まで
手作り布絵本
ボランティア入門講座

講師考案の「いまなんじ?」の布絵本を作成する。
時 10月12日(木)・19日(木)。いずれも午後1時~3時半。全2回
場 キセラ川西プラザ2階

講 ボランティアあじふ
費 1000円。18歳以下900円

定 各15人

他 裁縫道具とはさみ(布切り用)持参

申 抽 10月10日(火)まで

屋根工事・雨漏り・外壁塗装のことなら!

創業明治34年 **藤重** にお任せください!

屋根のプロ

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/ ☎ 0120-20-2124

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

△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)ジチタイアド ☎ 092(716)1401 へ。

相談の案内
市政情報
募集・案内

中央図書館
公民館
高齢者・セミナー

スポーツ・健康
福祉

発表・鑑賞
子育て

コラム

ニュース

Smile de マイレ
はい！ポーズ



廣野 桔花ちゃん 大和西5(2歳)

お姉ちゃんといつも遊んでいるよ。歌ったり踊ったり、おえかきしたりしているのが楽しいの。



有村 汐里ちゃん 加茂2(2歳)

外で遊ぶのって楽しいね。お姉ちゃんと一緒にすべり台やボールでよく遊んでいるよ。

救急 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	小児科 ☎ 072(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
		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
伊丹市昆陽池 2-10	電話相談 ☎ 072(770)9981	

妊婦・乳幼児の
健診や相談の
日程はこちら



川西児童館
☎072(758)8398

親子で遊ぼうDAY
テーマは「親子のふれあいひろば」。

9月28日(木)、10月12日(木)いずれも午前10時～11時半
対1～3歳の子どもと保護者
定各20組
申 9月5日(火)午後1時から
親子で運動会
テーマは「絵本の世界を題

材にした体を動かす遊び」。

10月10日(火)午前10時～11時半
対1歳半～2歳の子どもと保護者
定30組
申 9月4日(月)正午からかわにし子育てZamiアプリで予約

わらべうた産後ダンスと子育て相談会
テーマは「産後の体と心のケア」。抱っこひもを使ったダンスなど。

10月24日(火)・31日(火)いずれも午前10時半～11時半。全2回
対4カ月健診後で首が座っている乳児～1歳未満の子どもと保護者(妊婦や腰痛を持っている人は参加不可)
定8組
申 9月14日(木)午後1時から

メディアが子どもに与える影響

近年スマートフォンやタブレットは身近なものに
乳幼児期は両親と喜怒哀楽を共有することが大切です

赤ちゃんや子どもがスマートフォンで動画を見ている場面がよく見られ、最近のパパやママには日常の光景かもしれません。ぐずる赤ちゃんに子育てアプリを見せて応えたり、親がメディア機器にふれる時間が長くなったりすることで、親子の会話や体験を共有する時間が奪われてしまうことが考えられます。

子どもの健やかな成長のためにおとなができること

▶赤ちゃんの「泣き」「ぐずり」には意味がある
言葉を話せない赤ちゃんは、泣いたりぐずったりすることで生理的欲求や情緒的欲求を訴えます。なぜ泣いているのか分からないときには、「どうしたの」といった声掛けなどを繰り返すことで親子の絆ができていきます。

▶赤ちゃんに話し掛ける
授乳中は、テレビなども消して赤ちゃんに向き合い、声を出した時はできるだけ応えてあげましょう。意味のある単語は1歳半ごろには発するようになります。それまでは、



子育てSTYLE One Point
今月の担当は…保健センター
☎072(758)4721

赤ちゃんは「言葉の貯金」をしています。積極的に話し掛けることが言葉の発達に大切です。2歳までは子どもにスマホなどを見せるのは控えることをおすすめします。

▶体力・運動能力を育てるには
子どもの体力・運動能力は自主的に体を動かして自由に遊ぶことで育ちます。言葉の力や社会性も遊びながら育っていきます。さまざまなことを経験することで、五感がバランスよく育ちます。スマホなどは使い方のルールを決め、日中の活動を大切にしましょう。

こども若者相談センター
定例のイベント

多胎児交流会や0歳児交流会「赤ちゃんひろば」「東谷くるみ」「北陵くるみ」などを開催。詳しくは市ホームページかかわにし子育てNaviアプリへ。

9月2日(土)午前10時から同プラザ子育て支援ルームへ
☎072(740)1125

9月27日(水)午前10時半～正午
場 アステ市民プラザ
対 未就学児と男性の保護者
定 12組

9月20日(水)午前10時～11時半
場 キセラ川西プラザ2階
対 同センターの会員や子育て支援に興味がある人
講 発達障害啓蒙講演家のくすのきゆりさん
定 30人
申 9月15日(金)までに申し込み専用フォームから送信
☎072(740)6800
✉ fansapo@shakyo.or.jp

3・4・5歳児歯科健診
歯科健診と歯みがきなどの相談。

10月12日(木)・26日(木)いずれも午後2時～3時半
場 予防歯科センター

対3歳児(令和2年8月～10月生まれ)、4歳児(令和元年8月～10月生まれ)、5歳児(平成30年8月～10月生まれ)
他母子手帳とタオル持参
申 同センターへ
☎072(759)3171

10月26日(木)午前10時～11時半
場 総合センター
対1歳以下の子どもと保護者
費 1100円
定 8組
申 9月27日(水)までに同会へ
☎090(9257)8586

タブリエの子育て応援
主場 パステル保育園
申 9月15日(金)までに申し込み専用フォームから送信
☎072(757)2440
https://pastel-hoikuen.jp/

ベビーソークラブ
保育士が設定したテーマのある遊び。

10月4・11・18・25日の水曜日。いずれも午前10時～11時半。全4回
対1～2歳の子どもと保護者
定 10組
申 パステルホールで遊ぼう体操のお兄さんとゲーム・サーキット。
10月26日(木)午前10時～11時
対2～5歳の子どもと保護者
定 10組

こども若者相談センター
☎072(740)1248

乳幼児向け
救急救命法講座
救急救命士によるAEDの使い方や心肺蘇生法の講座。

9月24日(日)午前10時～正午
場 キセラ川西プラザ3階
対 市在住の0～2歳未満の子どもの保護者(子ども同伴可)
定 15人
申 9月1日(金)からかわにし子育てZamiアプリで予約

親子の絆づくり
「赤ちゃんがきた！」
初めて子育てする母親同士での交流など。
10月6・13・20・27日の金

産後の過ごし方などの講話と沐浴・抱っこ体験など。

9月8日(金)午後1時10分から
場 保健センター
対 妊娠16週以降で初めて母親になる人
定 20人
申 同センターへ(かわにし子育てZamiアプリから予約可)
親子料理教室
テーマは「好き嫌いをなくそう」。話と調理実習。
9月30日(土)午前10時半～午後0時45分
場 キセラ川西プラザ2階
対 3～5歳の子どもと保護者
費 1人100円
定 8組
申 9月5日(火)から同センターへ

子育て
ベビーママ&
プレママルーム
ふれあい遊びや交流など。
9月27日(水)午前10時半～11時半
場 アステ市民プラザ
対 産後8カ月までの子ども(第1子優先)と母親、妊婦
定 8組
申 9月2日(土)午前10時から同プラザ子育て支援ルームへ
☎072(740)1125

室内遊具などで自由遊び。
10月8日(日)午前10時半～正午
場 アステ市民プラザ
対 未就学児と男性の保護者
定 12組

9月2日(土)午前10時から同プラザ子育て支援ルームへ
☎072(740)1125

9月の久代児童センター
「いっしょに遊ぼう」「アニマルピラティス」「幼児カプラ」。各イベントの定員や申込期限など、詳しくは同センターホームページへ。
☎072(756)1321
www.k-shakyo.or.jp/jidokan/

発達障がいの子どもの支援を学ぶ講習会
テーマは「未来を担う子どもたち」。
主 かわにしファミリーサポートセンター
時 9月27日(水)午前10時～正午
場 キセラ川西プラザ2階
対 同センターの会員や子育て支援に興味がある人
講 発達障害啓蒙講演家のくすのきゆりさん
定 30人
申 9月20日(水)までに申し込み専用フォームから送信
☎072(740)6800
✉ fansapo@shakyo.or.jp

交流・相談の会。
主 市川辺助産師会
時 9月28日(木)午前10時半～11時半
場 総合センター
対1歳以下の子どもと保護者
費 1100円
定 8組
申 9月27日(水)までに同会へ
☎090(9257)8586

タブリエの子育て応援
主場 パステル保育園
申 9月15日(金)までに申し込み専用フォームから送信
☎072(757)2440
https://pastel-hoikuen.jp/

ベビーソークラブ
保育士が設定したテーマのある遊び。

10月4・11・18・25日の水曜日。いずれも午前10時～11時半。全4回
対1～2歳の子どもと保護者
定 10組
申 パステルホールで遊ぼう体操のお兄さんとゲーム・サーキット。
10月26日(木)午前10時～11時
対2～5歳の子どもと保護者
定 10組

こども若者相談センター
☎072(740)1248

乳幼児向け
救急救命法講座
救急救命士によるAEDの使い方や心肺蘇生法の講座。

9月24日(日)午前10時～正午
場 キセラ川西プラザ3階
対 市在住の0～2歳未満の子どもの保護者(子ども同伴可)
定 15人
申 9月1日(金)からかわにし子育てZamiアプリで予約

親子の絆づくり
「赤ちゃんがきた！」
初めて子育てする母親同士での交流など。
10月6・13・20・27日の金

産後の過ごし方などの講話と沐浴・抱っこ体験など。

9月8日(金)午後1時10分から
場 保健センター
対 妊娠16週以降で初めて母親になる人
定 20人
申 同センターへ(かわにし子育てZamiアプリから予約可)
親子料理教室
テーマは「好き嫌いをなくそう」。話と調理実習。
9月30日(土)午前10時半～午後0時45分
場 キセラ川西プラザ2階
対 3～5歳の子どもと保護者
費 1人100円
定 8組
申 9月5日(火)から同センターへ

ろう者*への理解が 住み良い社会をつくる

*ろう者…耳の聞こえない人。特に手話を日常言語として用いる人を言う（出典：広辞苑）。

川西ろうあ協会 会長
種池 麻祐子さん



現状を知ることが
理解への一歩

「手話は日本語と同様、大切な言語の一つ。手話で生活するろう者がいることへの理解が広がれば、誰にとっても暮らしやすい社会になるはずですよ」
そう話すのは、川西ろうあ協会の会長、種池麻祐子さん。種池さんは川西市への引越越しを機に同協会に加入。7年前、会長に就任しました。

同協会は、昭和54年9月に設立。手話講座の開催をはじめ、市内の小・中学生向けに福祉学習授業「キヤップハンデー」を行うなど活動しています。

「『キヤップハンデー』では、耳が聞こえないことはどういうことなのかや、耳が聞こえない人とのコミュニケーション方法を伝えており、各学校から依頼を受けて行っています。小さいころからろう者への理解を深めることが大切なので、全ての学校で開催したいですね」

手話通訳者は
ろう者にとって大切な存在
市では、令和4年4月1

日に「川西市手話言語条例」を制定。また、国や県の記者会見などでも手話通訳者が配置されるなど、社会全体で少しずつ変化が表れています。

「字幕があるのにどうして手話通訳が必要なのだろうと思ったことはありませんか。日本語の字幕を読むより深く理解できるろう者が多いからなんです。手話は、文法などが日本語とは異なります。高齢のろう者にとって、手話以外で情報を得ることは難しい。だから手話通訳は必要ですし、手話通訳者をもっと増やしていきたいですね」

「手話を身近に感じてもらうよう、9月23日には手話まつりを開催します（右記参照）。多くの人に来てもらえるところがいいですね」
ろう者への理解を深めることが大切だと種池さん。
「手話はあつて当然だという意識が、より良い社会につながると思います。」

手話が当たり前な社会に
ろう者との関わりが描かれているテレビドラマなどの影響で、手話に関心を持つ人が増加。しかし、手話は難しいというイメージは根強いと話します。

「手話を身近に感じてもらうよう、9月23日には手話まつりを開催します（右記参照）。多くの人に来てもらえるところがいいですね」
ろう者への理解を深めることが大切だと種池さん。
「手話はあつて当然だという意識が、より良い社会につながると思います。」

学生考案の
レシピはこちら



レシピ提供 大阪青山大学学生
熱量（1人分）：287kcal、塩分：1.4g

- 材料 2人分
- モモ 1個
- キュウリ 1本
- シソ 5枚
- 豚肩ロース（しゃぶしゃぶ用） 10枚（約150g）
- 塩・酒 少量
- しょう油・砂糖 各大さじ1
- すりゴマ 大さじ2

- 作り方
- ①鍋に湯を沸かし、塩と酒を少量加え、豚肉をゆでる。色が変わったらザルにあげる。
- ②キュウリは塩をまぶして板ずりし、水で洗う。斜めに薄く切り、太めの千切りにする。モモは1割の厚さに切る。シソは縦半分に切る。
- ③しょう油と砂糖、すりゴマを混ぜてタレを作る。
- ④①の豚肉でモモとキュウリ、シソを巻き、器に盛って、タレをかける。

生きる 人権推進多文化共生課
☎ 072(740)1150

伝え方を工夫する Vol.2

伝え方のコツは「自分の気持ち」を伝えること 「私」を主語にして伝えること

前回のコラムでは、伝え方を工夫すると人間関係が良くなるとお伝えしましたね。「授業中に漫画を読んだ生徒を心から反省させた言葉」とは「〇〇くんが授業中に漫画を読んでいるなんて、私悲しいよ」です。すると、「えっ！先生が悲しいの？」「みんなが興味を持てる授業にしよう、事前に用意して工夫してるんだよ。それなのに漫画読まれちゃうと、授業が面白くなかったのかと思って、悲しくなるよ」「・・・。ごめんなさい」彼は、自分の行動が先生を悲しませるなんて、思っていなかったのでしょうか。その後、クラス一熱心な生徒になりました。

もし私が「あなたが悪い」と怒りだけだったなら、「怒られると怖いからその時だけやめる」となったでしょう。しかし「私が悲しい」と気持ちを伝えたので、「相手を悲しませたことが分かったから、二度としない」と決めて実行してくれたのです。

伝え方のコツは二つ。一つ目は「正論」ではなく「自分の気持ち」を伝えること。二つ目は、主語を「私」にして伝えること。「あなた」から始めると、相手が責められているように感じがち。責められたと感じると、反発してしまいますからね。例えば、「あなた、遅いじゃない！」の代わりに「私、遅れそうで心配なの」と言ってみては。「ごめん、今すぐ行くわ」などの素直な返事が期待できそうです。相手を傷つけずに、自分の言いたいことが言えたら、人間関係も楽になりますよ。（会話の泉 事務局長 コミュニケーション・サポーター 横山由紀子）

おとな子どもも
食と育つ 保健センター
☎ 072(758)4721



桃の豚しゃぶロール

【memo】市特産の桃と入手しやすい地元産の野菜を組み合わせたしゃぶしゃぶロール。残暑が厳しい時期でも食べやすい一品です。

市特産の桃は早生品種のため、入手しにくい晩夏以降はいちじくに変えてもおいしく食べられます。

消費生活センターだより 消費生活センター
☎ 072(740)1167

フリマサイトでのトラブル

個人間の取引なので トラブル解決は当事者同士で

【事例1】先日、フリマサイトで商品を購入した。相手が発送通知をしたので、数日後に届くだろうと思い、まだ商品が届いていないのに受け取り通知をしてしまった。その後、商品が届かないので相手に何度も連絡したが返事がない。フリマ運営事業者に事情を伝えたが「受け取り通知をしているので対応できない。当事者間で話し合うように」と言われた（40歳代男性）

【事例2】相場を確認せず、安く中古ブランドバッグをフリマサイトに出品してしまった。購入者に「取引をキャンセルしてほしい」と頼んだが応じてもらえない。フリマ運営事業者は「当事者間の問題」と取り合ってくれない。（60歳代女性）

【回答】インターネットを通じて個人で商品などを取引できるフリマサイトの利用が急拡大し、トラブルも増加。フリマは、基本的には売主と買主との個人間の取引です。運営事業者は、「トラブルは当事者間で解決するように」と利用規約で定めていることがほとんど。商品が届かない場合など条件はありますが、補償サービスを設けていることもあるので、事業者に経緯などを報告して協力を求めてみましょう。消費生活センターは、個人間取引について原則相談を受けることはできません。トラブルを避けるため、利用規約をよく読み、補償サービスがあるのかどうかを確認しておきましょう。マナーやルールを守って取引することも大切です。

相談の案内

市政情報

募集・案内

中央図書館
公民館

高齢者
セミナー

スポーツ
催し

健康

福祉

発表・鑑賞

子育て

コラム

ニフオース

8/19 夜空に咲く大輪の花

5年ぶりに、川西夏の風物詩「猪名川花火大会」を猪名川河川敷で開催しました。

川西市と池田市の会場には、市内外から約14万4,000人が来場。大迫力のスターメインや例年大好評の青色花火などの約4,000発が打ち上げられました。

同大会の様子は、市公式YouTubeで公開しています。



7/15 古田旗を懸けた熱い戦い

市少年軟式野球連盟が東久代運動公園で「古田旗争奪少年軟式野球大会」を開催。大会名誉会長で元プロ野球選手の古田敦也さんが激励の言葉をかけた後、選手は熱戦を繰り広げました。



7/12 赤ちゃんの寝姿が作品に

総合センターで生後8カ月までの赤ちゃんを対象に定期的にねころびアートを開催。7月のテーマは「夏」。参加した保護者たちは、笑顔で楽しく赤ちゃんたちを撮影していました。



7/15 路上の芸術が一堂に

9月24日(日)まで郷土館で開催されるデザインマンホール写真展。日本各地の名所などのマンホールふたの写真や、市花や歴史にまつわるマンホールふたが展示されています。



8/4 少林寺拳法で全国へ

少林寺拳法の県大会で優勝・入賞した少林寺拳法川西南道院拳友会に所属する市内の中学生8人が表敬訪問。全国大会への抱負を市長に語りました。



8/6 アユつかみで自然を感じる

猪名川を守る会が、知明湖キャンプ場で魚とのふれあい体験を開催。約150人が参加し、慣れないアユつかみに戸惑いながらも楽しそうにいました。



7/22 風鈴の音色で涼を感じる

能勢電鉄(株)の夏の風物詩「のせでん風鈴電車」が運行開始。運行に先立ち、風鈴の色付けや飾りつけを行うイベントが開催され、参加者は涼しげな音色を楽しんでいました。



8/14 朝採りの恵みが旬に

完熟を朝採りするのが特徴の川西特産のいちじく「朝採りの恵み」。市南部を中心に収穫が最盛期を迎えました。市内の直売所や阪神間のスーパーで販売されています。



7/27 折り鶴に託す平和への思い

折り鶴平和大使に選ばれた小室毎々春さん(写真中央)と出野穂和奏さん(写真左)が市役所を訪問。2人に託された市民の思いが込められた折り鶴は8月6日に広島へ届けられました。

相談の案内

市政情報

募集・案内

中央図書館・公民館

高齢者・セミナー

スポーツ・催し

健康

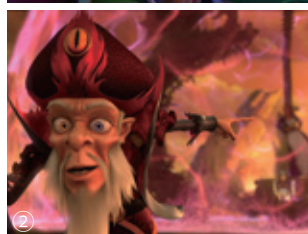
福祉

発表・鑑賞

子育て

コラム

フォトス



①②映画の一幕。邪悪な魔法使いが2人の恋を阻む ③クラウドファンディング中に、国王役を務めた俳優の別所哲也さんのラジオ番組J-WAVE TOKYO MORNING RADIO に出演。出資者が増加した ④国内での上映が決まり、越田市長を表敬訪問



Elles Films (株)
代表取締役

こかわ
粉川なつみさん (26)

川西市出身。川西緑台高校卒業後、東京の大学を経て都内の映画配給会社に就職し、「THE STOLEN PRINCESS」に出会い、日本初のウクライナのアニメーション映画を上映するために配給会社を設立。クラウドファンディングをして資金を集めるなど奔走し、9月22日に公開を実現させる。ウクライナ支援に貢献。

ウクライナについて考える きっかけにしてほしい

ウクライナのアニメーション映画を
日本で初公開

—川西での思い出を教えてください。

5歳から高校を卒業する18歳までの13年間を川西で過ごしました。近くのレンタルビデオ店で洋画を借りて友達と見たり、部活終わりに商店街で仲間と道草したり。私の青春は川西にありますね。

—なぜ、映画でウクライナ支援をしようと思ったのですか。

きっかけはウクライナ侵攻のニュースです。何かできることはないかと考え、仕事上で知ったウクライナのアニメーション映画を思い出したんです。日本で上映することで、ウクライナへの支援につながればと思いました。当時勤めていた映画配給会社と相談しましたが、上映はかなわず。なら自分でやれば良いと思い、一念発起で退職し、起業。資金調達には苦労しましたが、多くの人たちの支援で日本での上映ができることになりました。本当に感謝しかありません。

—今後、挑戦してみたいことはありますか。

映画の上映だけでなく、さまざまなエンターテインメントの企画をやってみたいです。川西でも何かやってみたいな。野外で映画上映会をするのも楽しそう。映画って日常のものになりがちじゃないですか。キッチンカーを呼んで、来場した人がそこで買ったものを食べながら、外で映画を見る。非日常的でワクワクしますよね。おとな子どもも一緒に楽しめる企画を考えたいです。

ストールンプリンセス ～キーウの王女とルスラン～

9/22 金
ROADSHOW

大阪ステーション
シティシネマなど
で公開

王女と恋に落ちた役者が魔法使いに捕らわれた王女を救うために奔走するストーリー。



CHECK & QUIZ

次の空欄 (○の中) を埋めてください。

1: 他人事じゃない。認○症 2: 里山にダリ○が咲き誇る

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、興味のある記事と感想を書き、9月11日 (月) (消印有効) までに〒666-8501・広報広聴課「クイズ」係へ。

※8月号の正解は (5) (生) で、157件の応募がありました。



7月末現在の人口 (0内は前月比)

男.....72,732人 (-18)
女.....81,584人 (-23)
計.....154,316人 (-41)
世帯数...71,563世帯 (+24)