

## 今からはじめる口腔ケア ～ハロハロラジオ～

10月のテーマは「11月8日は、いい歯の日 8020運動のお話」です。

**日時** 10月18日(水)

午前10時～10時30分

**放送** FMいずみおおつ85.5MHz

**対象** 高齢者向け

**問合せ** 高齢介護課



## リズム体操

**日時** 10月19日(木)

午前10時30分～11時

**場所** ココフレア

**対象** 60歳以上で医師による運動制限のない人

**定員** 8人

**申込・問合せ**

前日までに直接または電話でセントラルスポーツジムスタ24泉大津

☎0725・20・6730

## アスマイル登録会を 開催します！

**日時** 10月20日(金)

午前9時30分～11時30分、  
午後1時30分～4時

**場所** 市役所健康づくり課

**対象** 18歳以上の市民

**定員** 午前・午後各10人

(予約時に時間を案内します)

**持物** 健康保険証、  
スマートフォン

**申込・問合せ**

保健センター



このマークが付いているものは  
アスマイル市民限定ポイント対象です

## 健康チェックDay(予約制)



### 健康状態や食生活を見える化！

自分のからだの状態を知って、「健康増進・未病予防・生活習慣の改善」に取り組みましょう。

※10月から予約制になりました。

**日時** ①10月13日(金)午前9時30分～正午

②10月18日(水)午後2時～4時

**場所** 保健センター **対象** 市民

**定員** ①10月13日:先着27人

②10月18日:先着21人

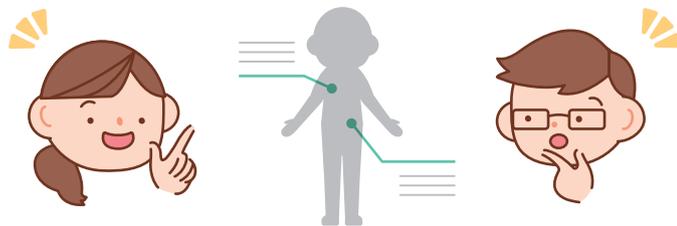
**申込・問合せ** 10月6日(金)午前8時45分～

保健センター窓口または電話

なお、ベジチェックは各日とも予約なしで測定できます。(終了15分前まで)

### 〈チェック項目〉

- 体組成測定(6歳～)
- あしゆび力測定
- 血管年齢測定(18歳～)
- 骨の健康チェック(5歳～)
- ベジチェック



## あたま活き活き体操

あたまと体を動かして認知症の予防をしませんか？

**日時・場所**

●勤労青少年ホーム

10月の毎週火曜日※10日を除く。

●テクスピア大阪(地下1階)

10月の毎週水曜日

いずれも午後1時30分～3時

**対象** 65歳以上の市民

**定員** 先着25人 **持物** 上履き

**問合せ** 高齢介護課

## 10月の祝日 歯科急病診療医院

**日程・場所**

▶10月9日(祝):杉岡歯科医院(条南町9-21)、☎0725・22・6471

▶11月3日(祝):坂下歯科(森町1-4-32)、☎0725・31・2500

**受付** 午前9時30分～11時30分、  
午後1時～4時

**費用** 初診料が必要です。

※受診の際は必ず電話で確認のうえ  
ご来院ください。

## #おづみんを探そう！

## スペシャルおづみんが 紙面のどこかに隠れているよ！



〈ヒント〉

今月は「はっぴおづみん」が登場！  
「はっぴおづみん」は、イベント情報の泉大津未来  
ビジョンが気になるみたい。

おづみんX(旧Twitter) @ozuminofficial



けんしんのお知らせ

申込・問合 保健センター  
申込方法 窓口または電話、ウェブにて要予約  
(二次元コードは本ページに掲載)

アスマイル市民限定  
ポイント対象

区分	日時・場所	対象	検診料	内容
骨粗しょう症検診	10月23日(月) 保健センター	40歳以上の女性市民 ※今年度の骨粗しょう症検診を受診していない人	500円	骨粗しょう症検診 (超音波検査)
乳がん検診 	11月13日(月) 11月16日(木) 保健センター	40歳以上の女性市民 ※今年度の乳がん検診を受診していない人		乳がん検診 (マンモグラフィ)
女性限定! 「39けんしん」 	10月29日(日) 午後 保健センター	20~39歳の女性市民 (S59.4.1~H16.3.31生)		健康診査、子宮がん検診(頸部のみ)、骨密度測定
40歳以上市民向け 胃がん・大腸がん・ 肺がん検診 	10月29日(日) 保健センター	40歳以上の市民 ※今年度の胃がん・大腸がん・肺がん検診を受診していない人 (昨年度の胃がん(内視鏡)検診受診者は対象外)	1つの 検診につき 500円	胃がん検診 (胃部X線撮影) 大腸がん検診 (便潜血反応検査) 肺がん検診 (胸部レントゲン撮影)

毎年好評、ホテル健診も開催します！

区分	日時・場所	対象・定員	健診料	内容	持物
健康診査	①10月29日(日)午前 保健センター	16~39歳の市民 (S59.4.1~ H20.3.31生)	無料	問診・身体計測・血圧測定・検尿・血液検査(最大16項目)・診察	・健康保険証
特定健康診査 	②11月1日(水) 閑空泉大津ワシントンホテル ③11月6日(月)、 11月7日(火)午前 ホテルレイクアルスター泉大津	40~74歳の市国保加入者 (75歳誕生日前日~ S59.3.31生) ②③各日先着150人	無料 ※②・③大腸がん検診・肺がん検診を追加した場合は各500円	問診・身体計測・血圧測定・検尿・血液検査(16項目)・心電図・診察 ※②・③は大腸がん検診、風疹抗体検査(無料クーポン券要)も同日実施 ※②は肺がん検診同時実施 ※②・③はあしゆび力測定・ベジチェックが体験できます	・特定健康診査受診券 ・国保被保険者証(保険証) ・風疹抗体検査クーポン(風疹抗体検査を受ける人)

※受診日のおおむね2週間前に予約票と案内を送付します。

胃がんリスク検査

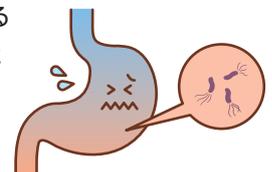
日時 10月29日(日)午前 場所 保健センター

対象 40歳以上の市民(生涯1回限り)。ただし、次の方は対象外。

- ▶ 過去にピロリ菌の除菌をしたことがある ▶ 現在、食道・胃・十二指腸の疾患で治療を受けている
- ▶ 胃酸分泌抑制剤、特に、プロトンポンプ阻害薬を服用している、または2か月以内に服用していた
- ▶ 胃を切除したことがある ▶ 腎不全がある、もしくは透析中

検査料 500円 内容 血液検査(ペプシノゲン検査+ヘリコバクター・ピロリ菌抗体検査)

申込・問合 保健センターへ電話または窓口、ウェブにて要予約(二次元コードは本ページに掲載)



救急、急病など  
いざというときの連絡先

- 泉大津市消防本部 ☎0725・22・0119
- 泉州北部小児初期救急広域センター ☎072・443・5940
- 救急安心センターおおさか ☎#7119 または06・6582・7119

## 高齢者健康相談

検尿・血圧測定・看護師または保健師による健康に関する相談。  
健康について気になることがある人はぜひ  
ご相談ください。

**日時** 10月20日(金)午後1時30分～2時30分  
**場所** 総合福祉センター **対象** 60歳以上の市民  
**問合せ** 総合福祉センター ☎0725・23・1390



## 和泉保健所からのお知らせ ☎0725・41・1342

- フグの食中毒に注意！  
フグの素人調理により、毎年食中毒が発生し、死亡例も出ています。  
釣ったフグや知人から譲り受けたフグを自宅で調理するのはやめましょう。
- 肝炎ウイルス検査(大阪府ホームページをご覧ください)
- HIV・クラミジア・梅毒検査と相談  
(第2・4水曜日 午前9時30分～11時)
- 骨髄バンクドナー登録申込窓口  
(電話・和泉保健所ウェブ)
- こころの健康相談(電話予約制)

## リフレッシュ・ヨガ(全2回)



ヨガ実技と自宅でできる運動の紹介、健康状態の見える化を実施します。

**日時** 11月20日(月)・27日(月) 各日午前10時～11時30分  
健康状態の見える化項目:20日ベジチェック、27日あしゆび力測定

**場所** 保健センター  
**対象** 両日参加できる市民(7・8・10月コース未受講の人)  
**定員** 先着20人  
**一時保育** 先着5人(未就学児)  
**保育料** 保育1人につき500円  
**持物** 受講券、ヨガマットまたはバスタオル  
**申込・問合せ** 10月20日(金)午前8時45分から保健センター  
窓口または電話、ウェブ



ウェブ申し込みは  
こちら



## 新型コロナウイルスのワクチン接種について

● 大阪府 専門相談窓口(接種後の体調不良など)  
☎050・3613・9605(午前7時～午後10時)  
※土日祝対応

● ワクチン接種による副反応の  
状況など

市ホームページ▶



● ワクチン接種後の体調不良や健康被害救済  
制度、市独自の健康被害支援金に関すること  
健康づくり課(保健センター)  
☎0725・33・8181

健康被害支援金について▶



● コロナ感染後の後遺症や  
ワクチンの副反応などに  
関するオンライン相談

専門医が個  
別に対応

オンライン  
相談▶



### ワクチン接種券などの問合せ

● 市新型コロナワクチンコールセンター  
☎0120・920・705  
(平日 午前9時～午後5時)

▶ ぜひご覧ください ▶

ワクチンについて  
わかってきた  
最新情報



新型コロナウイルス感染およびワクチン接種後の健康  
状況などを把握するための  
アンケート調査のお願い

**所要時間** 4分程度

**対象者** 市内在住・在勤・在学の人



健康相談を  
受け付けています

### 一般健康相談(予約不要)

**場所** 保健センター  
**日時** 月～金曜日午前9時～午後5時

電話による健康相談も受け付けています。

**日程** 月～金曜日(祝日除く)

**時間** 午前8時45分～午後5時15分 ☎0725・33・8181



問合

保健センター ☎0725・33・8181

高齢介護課 ☎0725・33・1131

泉大津市集団  
けんしん予約



## 楽笑会

**時間** 午前の部:午前10時～11時30分

午後の部:午後1時30分～3時

**対象** 65歳以上の市民

**定員** 先着順。当日の参加人数により、お断りする場合があります。

**持物** 上履き(会場による)

**問合** 高齢介護課

日程	開催場所
10月17日(火)午前	旭長寿園
10月18日(水)午後	ファミリー ハイツ集会所
10月24日(火)午前	西港町自治会館
10月25日(水)午前	戒長寿園
10月26日(木)午前	板原長寿園
11月9日(木)午前	千原公民館
11月10日(金)午後	豊中町公民館
11月14日(火)午前	条南長寿園
11月15日(水)午前	東助松長寿園

## 腸活食育講座「親子みそ作り教室」 ～親子で手作りみそに挑戦！～



日々の食生活に発酵食品を取り入れることは、腸内環境を整え、未病予防につながります。発酵食品である「白みそ」を大豆、麴(こうじ)、塩から手作りします。  
※1家族あたり約1.5kgの白みそが出来上がり、持ち帰ります。

**日時** 11月11日(土)午前10時～11時30分

**場所** 保健センター

**対象** 市内在住の年長児～中学生と保護者

**定員** 先着30組 **費用** 1,000円

**持物** エプロン、三角巾、手ふきタオル

**申込・問合** 10月3日(火)から電話で保健センター



## 未病予防対策講座 医師から糖尿病予防について学ぼう！



食事や運動による血糖値の関係、糖尿病の予防方法について学びませんか？  
自分で血糖測定を行い、カラダの状態を確認します。また、自宅でできる運動も実践します。

**日時** 12月4日(月)午後1時30分～3時

**場所** 保健センター

**対象** 市民 **定員** 24人

**申込・問合** 保健センター窓口または電話



知ってトクする 元気になれる

## 健康アップ大作戦！

生涯のうち、日本人の男性は3人に2人、女性は2人に1人が、がんにかかるといわれています。令和3年度の本市のがん部位別死亡率は、肺がんが男女ともに1位です。がんは早期発見や生活習慣の改善で、ある程度コントロールが可能です。

### ●がんの予防には免疫力を高める体づくりが大切

健康な人の体にも毎日数千個のがん細胞が生まれていますが、通常は体内の免疫機能が働き、がんを発症するまでには至りません。免疫には、ウイルスや細菌だけでなく、体内で発生したがん細胞を攻撃し、排除する力があります。免疫力が低下すると、がん細胞を排除しきれなくなり、がんを予防するには、免疫本来の力を保つことや、弱った免疫力を上げるための体づくりが大切です。

### 免疫力を高める体づくり 6つのポイント

- ①栄養バランス
- ②からだを温める
- ③睡眠をとる
- ④ストレスを減らす
- ⑤腸を整える
- ⑥適度な運動

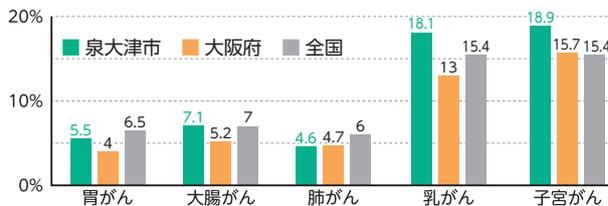
「未病予防」  
シリーズ  
No.7

## 10月は「がん検診受診率50%達成に 向けた集中キャンペーン月間」です

問合 健康づくり課

### 本市のがん検診の現状 (令和3年度)

本市のがん検診受診率は、肺がんのみ府より低くなっています。がんの早期段階は、自覚症状がありません。検診は自覚症状がない時期に「がん」を発見できるチャンスです。定期的ながん検診を受診しましょう(検診日程は11ページ)。



### ●コノミヤ泉大津店で肺がん検診を実施

日常生活の中で気軽に肺がん検診を受診できるように商業施設での肺がん検診を実施します。

詳しくはホームページをご確認ください。

ホームページは  
こちら



新着図書

たの かの かかく、じっけん ずかん  
食べて楽しむ科学実験図鑑

尾嶋好美/著  
SBクリエイティブ/出

わたし たちにとって みちか りょうり やお菓子  
作り。それを かがく としてとらえてみた  
ら、当たり前が不思議に変わります。  
作ってみたいメニューがいっぱい!  
この秋、お料理実験に挑戦してみては?



つきはかがやく

パトリシア・ヘガティ/文 ブリッタ・テッケントラップ/絵  
ひさかたチャイルド/出

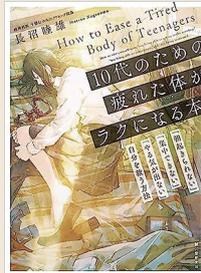
もり そうげん さばく こおり うえ まち  
森や草原、砂漠、氷の上、町。どこ  
だって、月の光は明るく照らしていま  
す。キラキラ光るお月さまの仕掛けで、  
月の満ち欠けを楽しみながら、優しい  
夜の世界を旅してくださいね。



10代のための  
疲れた体がラクになる本

長沼睦雄/著 誠文堂新光社/出

腹痛や頭痛で学校に行けなくなる  
のは心の病気? いいえ、心を患ってい  
るだけではありません。体が休むこと  
を求めているからです。この本を読ん  
で、セルフケアをしながら楽しく生き  
るヒントを得ましょう!



源氏物語を知る事典

西沢正史/編 東京堂出版/出

壮大で複雑な「源氏物語」のスト  
リーや人間関係をわかりやすく解説し  
た一冊です。筆者である紫式部や、物語  
の舞台である平安時代の政治や社会に  
についても書かれているので、物語の世  
界観が広がります。これを機会に古典  
に触れてみませんか。



10月イベント

みんなで出かけよう! いずれも 場所 オープンセミナースペース

●ビジネスセミナー

「チームの心理的安全性を高め  
成果を出すリーダーシップ」

今の時代に必要な心理的安全性を高めるリーダ  
ーシップとは何か? 自分らしいリーダーシップを見つ  
け、充実した仕事と日常生活を送りましょう!

日時 10月8日(日)午後2時30分～3時30分

定員 20人 申込 電話または直接シープラ

●花王セミナー「口腔ケア講座」

100歳までおいしく食べて楽しくしゃべれる、歯  
と歯ぐき、舌の健康について学びます。

日時 10月10日(火)午前10時30分～11時30分

定員 20人 申込 電話または直接シープラ

●地域の歴史・文化再発見講座

災害から資料をまもる! 保存科学の役割  
ダメージを受けた文化財の処置と保存科学の世界

日時 10月12日(木)午後6時30分～7時30分

●「走る時間」だからランニングはやめられない

ビギナーから上級者まで、楽しく聞いていただけ  
るお話です。

日時 10月14日(土)午前11時～11時45分

その他のイベント情報は、毎月発行の「SHEEPLA  
MAGAZINE」(図書館配置)をご覧ください。

募集中!

●使ってみた ～シープラのビジネス支援サービスコンテスト～

シープラのビジネス支援サービスを使って、起業・販  
路拡大・事業承継・業務改善などにつながった事例を募  
集します。大賞受賞者には、授賞式でのプレゼン(希望者  
のみ)と、ここリソースで2か月間の展示を実施します。

募集期間 12月28日(木)まで

授賞式 令和6年2月25日(日)

申込 ホームページの応募フォーマットに入力ま  
たは記入し、メールまたはカウンターに持参



# エンジョイ!スポーツ SPORTS!!



スポーツに関する募集やイベントなどのお知らせです。

問合 総合体育館 ☎0725・33・1200 ☎0725・33・1202

総合体育館



## 大人気!! STAR5スクール

無限大の可能性を持つ子どもたちを待っています!

【クラス紹介】

- スピカクラス.....3歳
- リゲルクラス.....4・5歳
- ステラクラス.....小学1～3年生
- シリウスクラス.....小学4～6年生

場所 総合体育館

対象 3歳～小学6年生 定員 各30人

費用 500円

持物 室内シューズ

問合 総合体育館



## 2023いずみおおつスポーツフェスティバル

### スポーツ体験教室 参加者募集

花園近鉄ライナーズによるラグビー教室をはじめ、スポーツ体験教室の参加者を募集します。

下記以外にも、体験教室を実施予定です。詳しくは市ホームページをご確認ください。

日時 11月12日(日)午前9時50分～午後0時45分

場所 古池公園運動場

※雨天時は中止。

申込 オンラインで申し込み

締切10月15日(日) ※応募多数の場合は抽選。

問合 スポーツ青少年課

詳しくは  
こちら



教室名	対象	定員	時間	内容	講師
① ラグビー教室	小学4年生 以上	30人	午前9時50分～ 10時40分	ラグビーをやったことがない人も大歓迎。プロと一緒に楽しくラグビー体験	花園近鉄 ライナーズ
② かけっこ教室	未就学児～ 小学生	1部につき 20人	午前9時50分～ 午後0時30分 (各40分間の3部制)	動き作り、かけっこ練習など (各40分間の3部制)	小川 真 (NICO スポーツ キッズ)



### 花園近鉄ライナーズ 選手紹介

昭和4年に創部した日本有数の歴史と実績を持つラグビーチームです。数々のタイトルを獲得し、令和4年1月より日本ラグビーの新リーグ「JAPAN RUGBY LEAGUE ONE」に参戦。

初年度にディビジョン2優勝を果たし、令和4年よりディビジョン1で戦っています。



ツポウ選手

冷静さと熱さが内在する優しきスーパータックラー。



廣野選手

令和4年加入と同時にHO(フッカー)転向。1、2、3どのポジションでもこなせる貴重な存在。



高橋選手

入社式の夜、ライナーズ初出場。物おじしい黄金ルーキー。

人間が人間らしく生きるために、すべての人が等しく持っている権利、「人権」について考えるコラムです。



## 水と衛生と人権

### 9月10日は「下水道の日」

世 界で最も古い下水道は今から約4000年前、古代インドの都市（モヘンジョ・ダロ）で造られたものとされており、各戸で使い終わった水を集めて、川に流す役目をしていました。一方、大阪には「太閤背割」下水道という下水溝が現存し、今でも使われています。豊臣秀吉による大阪城築城の際にその原型が作られたと言われています。

下水道事業は、当初、雨水や汚水を排除することを目的に開始されましたが、1970（昭和45）年の法改正で、「公共用水域の水質保全」が目的に追加されました。このように下水道は「浸水防除」、「公衆衛生の向上」、「公共用水域の水質保全」を大きな目的として事業が実施されています。

日本では、足尾銅山鉱毒事件から始まり、高度成長期のイタイイタイ病や水俣病など、工場排水の汚染による公害病が、生態系とともに人の生命、健康に多くの被害を及ぼした時期がありました。その後、排水処理の技術や基準の改善により、安心して水が飲める国となりました。一方、海外では、今でも水質汚染が原因で病気や安全な生活が脅かされている地域が数多くあるのが現状です。世界中のすべての人が同じように健やかに暮らせる社会が望まれます。

水が人権の問題として広く取り上げられるようになったのは2000年頃からと言われています。国連経済社会理事会の下に設置された経済的、社会的及び文化的権利委員会では、2002年11月に「十分な量の清潔な個人・家庭用水に対するアクセスがすべての人々の基本的人権である」と示しています。

水都大阪の水質はどうでしょうか。1970年前後、道頓堀川、土佐堀川では、河川の代表的な汚濁指標であるBOD（生物化学的酸素要求量）が30mg/lを超えていましたが、今では5mg/lを下

回り、琵琶湖を主たる水源とする淀川と同水準にまで改善されています。明治の頃には「水の都」、古くは「難波津」と呼ばれたように、人の暮らしは川や海と寄り添いながら時を刻んできています。

国や企業、そして個人の水質汚染改善に対する活動や意識が、世界の水質改善や人が人として生きていくための社会環境に寄与していくのではないのでしょうか。

## 市長のうごき

Mayor's Work

### 10月の主な予定 ※（ ）内は場所

3日(火)	金婚祝賀会(レイクアルスターアルザ泉大津)
5日(木)	和歌山県日高郡日高川町との連携協定調印式(日高川町)
10日(火)	防火図画コンクール表彰式(消防本部)
17日(火)	定例市長会議(大阪府庁)
31日(火)	泉北環境第3回定例会(泉北環境)

その他 自治・福祉関係会議など出席(15件)

### 主なうごき

#### 8月6日(日)

健康づくり推進条例の制定記念シンポジウムに出席しました。未病予防をテーマに、医師などの専門家から栄養学や身体の土台づくりの講演と健康状態を見える化するための測定体験を実施しました。

条例の目的は、市民のヘルスリテラシーと生活の質の向上です。病気になりにくい身体はどうやったらできるか？ということをお話しながら、笑顔が一つでも多く生まれる市を、官民連携・市民共創により作っていきたいと思います。



詳しくはこちら





## こちら 消費生活センター

日常生活での商品の購入やサービス利用にともなうトラブル、契約などの問題を解決するためのページです。

場所 市役所1階 受付時間 月～金曜日 午後1時～4時

TEL 0725・33・1131

### 相談事例

## 契約書面などの電磁的方法による提供は、消費者の承諾が必要です。

今後、契約書などが、電子メールやウェブサイトからダウンロードする形で渡されることになると思います。私はスマホなどの操作には不慣れなのですが、書面(紙)でもらうことはできなくなるのですか。

**！ 特定商取引法改正により令和5年6月1日から、事業者が交付すべき契約書面などの電磁的方法(電子メール、ウェブサイトからのダウンロードなどの交付)による提供が可能となりました。**

- 消費者の承諾がなければ、契約書面などは紙で交付されます。
- パソコンやスマートフォンの操作に不慣れな消費者へ無理に電磁的方法により提供することはできません。
- 契約書面などの電磁的方法による提供は、消費者が使っているパソコンやスマートフォンなどに備えられたファイルに記録された時が到達日となり、クーリング・オフの起算日となります。

### 特定商取引法におけるクーリング・オフができる取引と期間

取引	期間
訪問販売(キャッチセールス、アポイントメントセールスなどを含む)	8日間
電話勧誘販売	
特定継続的役務提供(エステティック、美容医療、語学教室、家庭教師、学習塾、パソコン教室、結婚相手紹介サービス)	
訪問購入(業者が消費者の自宅などを訪ねて、商品の買い取りを行うもの)	20日間
連鎖販売取引(マルチ商法)	
業務提供誘引販売取引(内職商法、モニター商法など)	



### ワンポイントアドバイス



- 紙での交付を希望する場合は、電磁的方法による提供を承諾しないようにしてください。
- 電磁的方法による提供を承諾した場合も、契約事項などをしっかり確認し、保存しておきましょう。
- クーリング・オフの通知は、書面(はがきなど)の他、電磁的記録(電子メール、ファクス、業者のウェブサイト上の専用フォームなど)による方法でもできます。

FMいずみおおつ  
「こちら消費生活センター」  
毎月最終水曜日 放送中!



毎月、ラジオ「FMいずみおおつ」で、泉大津市消費生活センターに寄せられた相談事例を紹介しています。消費者トラブルに巻き込まれないための対処方法や注意情報をお伝えしています。  
ぜひお聴きください!

放送日時

10月25日(水) 午後2時～2時15分



## 1・2歳児対象の小規模保育事業所がオープンします

小規模保育事業とは、定員19人までの小さな規模で運営される保育事業です。

10月1日(日)に、小規模保育事業所「いずみおおつアルザ保育園」がオープンします。

利用は、他の認可保育所などと同様に、市が受け付けし、利用調整を行います。入園を希望する場合は、希望月の前月10日までにこども育成課窓口へ申込書をご提出ください。

☎ 子育て育成課

### いずみおおつアルザ保育園

所在地	旭町20-1 アルザタウン6階
電話	0725・58・9039
定員	19人
開園時間	午前7時～午後7時
開園時期	令和5年10月1日(日)

いずみおおつアルザ子育て支援センターからのお知らせ ☎0725・58・9039

### ①壁面製作 ②身体測定

#### ①壁面製作

自由に顔を描き、モールで手足をつけ、かわいいどんぐりをつくります。

制作後はアルザ支援センター内で1か月飾る予定です。

実施日 10月5日(木)

#### ②身体測定

実施日	対象
10月31日(火)	歩行が完了するまでの子ども
10月30日(月)	就学前の子ども

#### 【①②共通】

時間 午前9時15分～11時45分、午後0時45分～3時15分

定員 午前・午後で各12組

場所・問合 いずみおおつアルザ子育て支援センター



詳しくは  
こちら



おやこ広場ふる～るからのお知らせ とれぞあ子ども園内 ☎0725・33・3003

### おやこでLet'sあしゆび!

体操の先生と一緒に遊びながら、幼少期に覚えておきたいあしゆびについて学び、心も身体も育みましょう!

日時 10月20日(金)午前10時～11時

場所 とれぞあ子ども園内おやこ広場ふる～る

対象 未就学児と保護者

定員 10組(当日は参加者以外の入場はできません)

申込 10月2日(月)から二次元コード

問合 こども政策課

申し込みは  
こちら



ココフレアからのお知らせ ☎0725・20・6730

### みんなでリズム体操

日時 10月19日(木)午前9時30分～10時

場所 ココフレア/セントラルスポーツ スタジオ

対象 3歳以上で医師による運動制限のない人

定員 事前申込8人

申込 10月17日(火)午後6時までに直接または電話でセントラルスポーツジムスタ24泉大津

### やさしい体幹トレーニング 機能的なカラダをつくらう!

日時 10月の毎週水曜日 午後5時30分～5時45分

場所 もんとパーク

対象 15歳以上で医師による運動制限のない人

定員 10人(定員を超える場合は抽選)

申込 当日、レッスン開始時刻5分前までにセントラルスポーツジムスタ24泉大津集合



## 地域子育て支援センターからのお知らせ

かみじょう認定こども園乳児棟内 ☎0725・23・0012(駐車場は数台利用可)

### おやこ広場に出かけましょう！

子育て相談もしていただけます。公園へ行くように気軽にお出かけください。



**広い室内で遊ぶ「たんぽぽ」**  
ふれあい遊びなどのプログラム  
実施日があります。



**赤ちゃんだけの日「赤ちゃんルーム」**  
1歳未満児と保護者、妊婦とその家族対象。  
1歳以上のお子様の利用はご遠慮ください。



**戸外で遊ぶ「おひさま広場」**  
天候・気候により閉場やたんぽぽ  
に変更する場合があります。

	月	火	水	木	金	土
午前9時30分～ 午後0時30分	赤ちゃんルーム  タッチケア 計測実施	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	おひさま広場 	たんぽぽ 
午後1時～3時	赤ちゃんルーム  タッチケア 計測実施	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	たんぽぽ 	おひさま広場 

※赤ちゃんルーム:2日(月)午前・23日(月)午後・30日(月)午後はお休みです。

また、23日(月)午前・30日(月)午前は正午までです。

※たんぽぽ:6日(金)午後はお休みです。

※予約可:詳細は市ホームページ・子育て応援アプリでご確認ください。

地域子育て  
支援センターはこちら



### ～はじめて子育てをするママのためのプログラム(全4回)～ 「赤ちゃんがきた！」(愛称BP)に参加しませんか？

子育ての仲間をつくり、親子の絆を深め、子育ての知識を学んでいきます。

大切な0歳時期に必要なことを、みんなで一緒に学びませんか？

**日時** 10月23日～11月13日の毎週月曜日 午後1時～3時

**場所** 地域子育て支援センター  
(かみじょう認定こども園乳児棟内)

**対象** 市内在住で初めて子どもを育てている母親と子ども  
(10月23日時点で月齢が2～5か月)

**定員** 10組 **参加費** 1,100円(テキスト代)

**申込** 10月2日(月)から二次元コード

**問合** 地域子育て支援センター  
(月～金曜日 午前10時～  
午後4時)

申し込みは  
こちら



#### 〈テーマ〉

- 1 新しい出会い
- 2 赤ちゃんのいる生活
- 3 赤ちゃんとの接し方
- 4 親になること





## 各種相談・健診の日程

市ホームページ、子育て応援アプリで開催状況をご確認ください。  
また、乳幼児健診・歯科健診については、個別通知を郵送します。

### 予防接種

【ロタ・BCG・ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・MR(麻しん風しん混  
合ワクチン)・水痘・日本脳炎・二種混合・子宮頸がん予防

市内指定医療機関で個別接種。広報いずみおおつ4月号「令和5年度母子保健  
予定表(保存版)」をご覧ください。母子健康手帳を忘れた場合は、接種するこ  
とができません。また、予防接種を受ける際は、必ず接種後の副反応について理解  
したうえで、接種するようにしてください。

子宮頸がん予防ワクチンは、令和3年に積  
極的な接種勧奨の差し控え  
が解除されました。対象者  
は、公費助成により無料で接  
種が可能です。厚労省ホー  
ムページで詳細を確認し、検  
討・判断してください。



子宮頸がん  
予防ワクチン

### 育児相談・子育て広場 場所 保健センター

相談名	対象	日時
ほっと一息サロン「まんま」 ～食事と歯みがき はじめの一步～	就学前の乳幼児	11月7日(火) 午後1時30分～3時
母乳育児相談(予約制)	母乳育児を希望する女性と その家族	10月25日(水) 午後1時～3時30分
ぴよぴよくらぶ	1か月から1歳未満の親子 (定員20組)	11月6日(月) 午前10時～11時30分

### 発達相談

発達相談員が個別に相談を  
お受けします。(予約制)



### 乳幼児健診 場所 保健センター 受付時間 個別に通知します。

健診名	対象	日程
4か月児健診	R5年6月生	10月25日(水)
乳児後期健診	9か月～1歳未満 指定医療機関でお受けください。 受診票は、4か月児健診時配布	
1歳6か月児 健診	R4年3月1日～3月20日生	10月10日(火)
	R4年3月21日～4月10日生	11月9日(木)
3歳6か月児 健診	R2年3月生	10月18日(水)

### よい歯を育てる会(歯科健診)

対象	日程
2歳児	R3年10月生 10月26日(木)
2歳6か月児 (育児相談会)	R3年4月生 10月24日(火)
3歳児	R2年10月生 10月17日(火)

場所 保健センター  
受付時間 個別に通知します。

### ベビー Cooking(離乳食講習会) 場所 保健センター

対象	日程	時間
R5年5月生	10月16日(月)	午後1時30分～3時

定員 20組 申込 子育て応援課  
※今月都合が悪い場合、来月でも可。

ベビー Cooking、  
たまごくらすの  
ウェブ予約は  
こちら。

### たまごくらす(両親教室) 場所 テクスピア大阪

内容	日時
赤ちゃんのお世話体験(沐浴・おむつ交換) 妊婦体験 栄養相談 歯科相談 など	11月19日(日) 午前10時～12時

対象 妊娠中の市民とそのパートナー  
定員 20組 申込 子育て応援課  
※子ども連れの参加はご遠慮ください。



15歳未満の  
子どもが  
休日に病気に  
なったら...

泉州北部小児初期救急広域センター 岸和田市荒木町1-1-51 ☎072・443・5940

受付 ▶土曜日:午後5時～10時 ▶日曜日・祝日、年末年始(12月29日～1月3日):午前9時～午後10時  
※正午～午後1時と午後4時～5時は受け付け不可 なお、休日の救急診療は市消防本部(☎0725・22・0119)へ



## 障がい者医療証・ひとり親家庭医療証の更新について

現在お持ちの障がい者医療証・ひとり親家庭医療証の有効期限は令和5年10月31日です。新しい医療証は、10月下旬に送付します。同封の更新申請書と、有効期間が切れた医療証と保険証の写し(ひとり親家庭医療の場合は受給者全員分)を、返信用封筒で郵送してください。

また、加入している健康保険に変更がある場合は、窓口へ新しい保険証を持参してください。

なお、障がい者医療、ひとり親家庭医療ともに、所得制限を超えている場合など、停止となる場合は通知をお送りします。

●新しい医療証の色  
障がい者医療…うぐいす色  
ひとり親家庭医療…水色

問合 障がい者医療:障がい福祉課  
ひとり親家庭医療:子育て応援課



## 就学時健康診断のお知らせ

令和6年春に小学校新1年生になるお子さんを対象に、就学時健康診断を実施します。進学予定の各泉大津市立小学校で、10月下旬から11月に実施予定です。

対象児童の保護者に、案内を10月中旬頃に郵送します。実施場所・日時を確認のうえ、受診してください。10月下旬になっても案内が届かない場合は、お問い合わせください。

問合 教育政策課

## ぴよぴよくらぶからのお知らせ

10月のぴよぴよくらぶは、「子どもの足のアーチの作り方」をテーマに、親子のふれあい遊びを行います。

日時 10月2日(月)午前10時~11時30分

場所 保健センター

対象 生後1か月~1歳未満の親子

定員 20組

持物 バスタオル、母子健康手帳

問合 子育て応援課



## 児童手当10月期支払い日は 10月13日(金)です

令和5年6月1日現在の児童手当受給者などで、引き続き受給する人に年間支払通知書を送付しています。

所得が限度額を上回るなどにより支給されなくなった人には、支給事由消滅通知書を送付しています。所得が限度額を下回った場合、児童手当を受けるには、改めて認定請求書などの提出が必要ですので、ご注意ください。

問合 子育て応援課

## 子育てサロン 「この指と一まれっ!!」

福祉委員が音楽に合わせた体操や絵本の読み聞かせ、保健師が身体測定や育児相談を行います。

日時 10月24日(火)午前10時~11時30分

場所 助松長寿園 対象 3歳以下の子どもとその保護者

定員 先着10組

申込・問合 10月17日(火)までに社会福祉協議会窓口または電話(0725・23・1393)

にんじんサロンからのお知らせ ☎0725・21・6555

## リフレッシュタイム~保育付き~

### ●お子さんを預けてひとりの時間をつくりませんか？

子育てから少し離れて、読書や小物づくり、ネットショッピングなど、自分の時間を過ごしてみませんか？

にんじんサロンには図書・パソコンも置いています！

※緊急時には呼び出しますので、館外への外出はできません。

日時 10月26日(木)午前10時~正午

場所 にんじんサロン

定員 先着5人 ※一時保育あり(6か月~未就学児)

申込・問合 10月3日(火)~11日(水)ににんじんサロンへ直接または電話(受付:午前9時30分~午後8時30分)



# おおつ物語

## だんじり祭りの開催日はいつ？



昭和56年の祭りの様子(大津神社 鳥居付近)

問合 生涯学習課

今年も、だんじり祭りの季節がやってきました。  
本市ではスポーツの日の前の土・日曜日(令和5年は10月7・8日)に開催されますが、過去には異なる日程でした。  
だんじり祭りは元々、村の氏神社でそれぞれ行われており日にちも神社ごとに異なっていました。明治41(1908)年に神社合祀が行われ、複数の村の氏神社が大津・泉穴師・曾禰神社のいずれかにまとめてお祀りされました。村ごとに祭日が異なると、一つの神社で秋祭りを何度も行うことになることから、大津神社では大正6(1917)年から10月4・5日、泉穴師・曾禰神社では大正10(1921)年から10月5・6日に開催されることとなりました。その後、昭和55(1980)年より市内全域で体育の日(10月10日)とその前日で開催されるようになり、平成12(2000)年に体育の日(現在はスポーツの日)が10月の第2月曜と法改正されたことにより、現在の開催日となりました。

# 文化財へのいざない

## 池上曾根弥生学習館

☎ 0725・20・1841    ☎ 0725・20・1866



### 臨時休館のお知らせ

施設改修のため、令和6年2月29日(木)まで休館いたします。  
この期間も出張講座などを実施します。  
講座の申し込み以外の問い合わせは弥生学習館まで。

### ●シープラ出張講座

#### 「勾玉を作ろう！-削って磨いて楽しいよ-」

古代の人が身につけていた装身具の一つである勾玉。石を磨いて、オリジナルの勾玉を作ります。

日時 11月4日(土)午後1時30分～3時

### ●シープラ出張講座「オリジナル土笛を作ろう」

弥生時代にも使われていた土笛。粘土を使って好きな模様をつけて、自分だけのオリジナル土笛を作ります。

日時 11月18日(土)午後1時30分～3時

### 〈共通事項〉

場所 シープラ 対象 小学4年生以上 定員 各5人

材料費 300円

申込・問合 10月15日(日)午前10時からシープラ(カウンターまたは電話 ☎ 0725・58・6856)

### ●文化財公開展～板原地区を訪ねて～

市内の歴史スポットを歩いて巡る文化財ウォーク。文化財保護委員による解説があります。

日時 11月4日(土)午前9時30分～正午  
(小雨決行)

集合・解散場所:板原公民館

問合 生涯学習課



文化財関連施設の催し案内です。  
施設情報は下の二次元コードからご覧ください。

## おりあむかん 織編館

☎ 0725・31・4455    ☎ 0725・31・4457  
開館:午前9時～午後5時 ※土・日・祝休館



### ●手織り体験「幅広ショール(ウール)」

日時 10月27日(金)・28日(土)・29日(日)・31日(火)の  
いずれか1日、午前10時～午後3時

場所 織編館体験学習室(テクスピア大阪2階)

定員 各回先着3人

受講料 100円 材料費 1,700円/m

講師 織編館手織りの会

申込 10月10日(火)～19日(木)の午前10時～午後5時  
に電話

### ●かんたん！手織り体験「真田紐キーホルダー」

日時 毎週月・金曜日  
午前10時～、11時～、午後1時～、2時～

場所 織編館事務室(テクスピア大阪1階)

定員 各回先着2人

受講料 800円(材料費含む)

申込 実施日2日前(休館日を除く)までに電話(午前10時～)

### ●モフ草履定期講座

日時 11月14日(火)、25日(土)午後1時～3時30分

場所 シープラ

定員 10人 受講料 500円

講師 モフ草履アンバサダー

申込 10月15日(日)午前10時からシープラへ電話予約