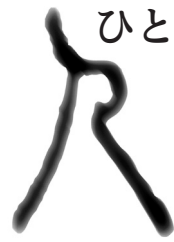


人間が人間らしく生きるために、すべての人が等しく持っている権利、「人権」について考える「コラム」です。



「男らしさ」って？

「男らしさ」と聞いて、どのようなことを思い浮かべますか？「弱音を吐かない」「泣いたらダメ」「頼りになる」「リーダーシップがある」「家族を養っている」などが挙げられるのではないのでしょうか。

こうした考え方は、社会や文化的環境の中でつくりられ、人が育つ過程で身につけていきます(生物学的な性に対して、社会的文化的につくられた性)。「ジェンダー」と言います。しかし、男性(男の子)だからといって、泣いてはいけないのでしょうか。リーダーシップは、男性だけが発揮するものなののでしょうか。家族を養うのは、男性だけが負わなければならない義務なのでしょうか。

調査で、性別役割意識の項目において、男性女性ともに最も高かったのは「男性は仕事をして家計を支えるべきだ(男性48・7%、女性44・9%)」でした。また、男性では「デートや食事のお金は男性が負担すべきだ(34・0%)」「男性は結婚して家庭をもって一人前だ(30・4%)」「男性は人前で泣くべきではない(28・9%)」といった項目が上位に位置し、男性自身が「男らしさ」という性別役割意識を強く持っていることがわかりました。

こうした意識は、当たり前すぎて考えたことがないかもしれないませんが、もしかすると生きづらさを感じることに繋がっているかもしれません。

11月19日は「国際男性デー」です。男性や男の子の健康に目を向け、ジェンダー平等を促す日として、1999年にカリブ海の島国トリニダード・トバゴで始まったとされています。

人生100年時代と言われる今、健康で長生きすることは男性・女性に限らず共通の願いでもあります。例えば、女性特有と思われるがちな更年期障がい、個人差はありますが男性にも存在します。無意識の思い込みは、時に考え方や視野を狭めることにつながります。

すべての人が、性別に関わらず個人として尊重され、能力と個性を発揮して対等な関係を築くことは、誰もが生きやすい社会につながります。

国際男性デーに、改めてジェンダー平等について考えてみませんか。

市長のうごき

Mayor's Work

11月の主な予定 ※()内は場所

1日(水)	戦没者追悼式(テクスピア大阪)
3日(祝)	有功者表彰式 (関空泉大津ワシントンホテル)
12日(日)	スポーツフェスティバル (古池公園)
17日(金)	定例市長会議(大阪府庁)
25日(土)	まちなかアートフェス (テクスピア大阪)

その他 自治・商工関係会議など出席(20件)

主なうごき

10月3日(火)

結婚50周年を迎えた市内在住のご夫婦37組が参加した金婚祝賀会に出席しました。当日は、ご夫婦と記念写真を撮影し、くすのき認定こども園の子どもたちからのお祝い動画や手作りプレゼント、また、三味線の演奏もあり、皆さんと楽しいひとときを過ごしました。



10月3日(火)

市内の女性最高齢者の勝又エ子さん(106歳)と男性最高齢者の今村豊さん(102歳)に長寿祝い記念品を贈呈しました。また、今年度の敬老の日時点で100歳を迎えられた24人に記念品を贈呈しました。



問合せ

保健センター ☎0725・33・8181
高齢介護課 ☎0725・33・1131

救急、急病時の
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

11月の祝日 歯科急病診療医院

日程・場所

- 11月3日(祝):坂下歯科(森町1-4-32)、☎0725・31・2500
- 11月23日(祝):岩月歯科医院(旭町7-27)、☎0725・31・2212

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。

今からはじめる口腔ケア ～ハロハロラジオ～

いつまでもバランスよく食事ができるように「歯と口の健康」について放送しています。11月のテーマは「オーラルフレイル対策のお話」です。

日時 11月15日(水)

午前10時～10時30分

放送 FMいずみおおつ 85.5MHz

問合せ 高齢介護課

衛生委員会と共催 歯周病予防教室



日時 11月30日(木)午後1時30分～

場所 要池住宅集会所 対象 市民

内容 健康状態の見える化(あしゆび力測定・ベジチェック)も実施します。

問合せ 保健センター

筋力レベル アップ教室



あしゆびを意識した運動教室です。強度の高い運動で、スムーズな身体の動きへの変化を実感できます。

日時 11月27日～令和6年1月29日の毎週月曜日 午後1時30分～3時(1月1日・8日は休み)
※初回のみ午後1時～3時

場所 ルネサンス・アルザ泉大津

対象 すべての回に参加できる65歳以上の市民(床からの起き上がりができる人)

定員 30人(初回申し込み者優先)

持物 上履き

申込・問合せ

11月7日(火)から月曜日を除く午前11時～午後5時にスポーツクラブルネサンス・アルザ泉大津(☎0725・31・3000)



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 会場により変わります。詳しくはお問い合わせください。

内容 生活に役立つ話や椅子に座りながら行う体操など

持物 上履き(会場による)

問合せ 高齢介護課

日程	開催場所
11月16日(木)午前	宇多長寿園
11月17日(金)午前	助松団地集会所
11月20日(月)午後	宮公民館
11月21日(火)午前	条東長寿園
11月30日(木)午後	本町自治会館
12月12日(火)午前	くすの木団地集会所
12月13日(水)午後	助松長寿園
12月14日(木)午後	虫取自治会館

フレイル測定会



フレイル(虚弱)とは、加齢とともに筋力や認知機能、活力が低下していくことです。筋肉量やあしゆびの力などを測定し、結果についての保健指導と健康運動指導士による運動指導が受けられます。 ※素足での測定があります。

日時 11月28日(火)午前10時30分～、11時～、11時30分～

場所 総合福祉センター 対象 65歳以上の市民 定員 各回6人

申込・問合せ 11月9日(木)から高齢介護課

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

健康被害支援金などについて▶



- 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

☎0725・33・8181

☎0725・33・8181

オンライン相談▶



ワクチン接種券などの問合せ

- 市新型コロナウイルスコールセンター

☎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





健康のページ



アスマイル市民限定
ポイント対象



シニア世代に
役立つ情報！


けんしんのお知らせ

場所・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

ウェブ予約



区分	日時	対象	健診料	内容	持物
健康診査	11月24日(金)	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	11月24日(金) 午前	40～74歳の市国保加入者 (75歳誕生日前日～ S59.3.31生)		問診・身体計測・血圧測定・検尿・血液検査(16項目)・心電図・診察	・特定健康診査受診券 ・国保被保険者証(保険証)
40歳以上市民向け 胃がん・大腸がん・ 肺がん検診	11月17日(金)、 24日(金)	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)	なし
女性限定！ 「39けんしん」	11月24日(金) 午後	20～39歳の女性市民 (S59.4.1～H16.3.31生)	500円	健康診査、子宮がん検 診(頸部のみ)、骨の健 康測定(骨密度測定) ※一時保育あり	定期的 に受診 しまし ょう！ 
乳がん検診	11月13日(月)、 16日(木)	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		マンモグラフィ	

胃がんリスク検査

日時 11月24日(金)午前 場所 保健センター 検査料 500円

対象 40歳以上の市民(生涯1回限り)。ただし、次の人は対象外。

- 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

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)

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。健康で気になることがある人は、ご相談ください。

日時 11月17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 総合福祉センター

☎0725・23・1390

コアポール ストレッチ

日時 11月16日(木)

午前10時30分～11時

場所 ココフレア/セントラルスポーツ スタジオ

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

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)

認知症啓発映画上映会

●ドキュメンタリー映画

「ぼけますから、よろしくお願ひします。
～おかえり お母さん～」

認知症の母と90代の父の生活や内面を丹念に描いたドキュメンタリー映画です。認知症や、親の介護と仕事の両立など、自分事として考えるきっかけとなる映画です。

日時 12月17日(日)午後2時～4時

場所 テクスピア大阪 対象 市内在住・在勤の人

定員 先着300人

申込・問合 11月20日(月)から直接または電話で地域包括支援センター

☎0725・21・0294



問合せ

保健センター ☎0725・33・8181
高齢介護課 ☎0725・33・1131

救急、急病時の
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

11月8日は「いい歯の日」

11月8日(水)は「いい歯の日」、11月8日(水)～14日(火)は「8020運動推進週間」です。

8020(ハチマルニイマル)運動とは、「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。この機会に、歯や口の健康について見直しましょう。

問合せ 高齢介護課



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。

【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

日時 ①11月10日(金) 午前9時30分～正午
②11月15日(水) 午後2時～4時

場所 保健センター

対象 市民

定員 ①先着27人
②先着21人

申込・問合せ

11月2日(木)午前8時45分～
保健センター窓口または電話
☎0725-33-8181



元気に長寿☆ シニアカフェ



●笑顔いっぱい免疫カアップ！
楽しみながら食生活について学びましょう。

- フレイル予防などの栄養学習
 - 楽しいゲーム
- ※軽い体操ができる服装。

日時 12月13日(水)
午後1時30分～3時

場所 総合福祉センター

対象 65歳以上の市民 **定員** 30人

費用 100円(保険代30円含む)

申込 11月6日(月)～12月5日(火)に
保健センター窓口または電話

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
11月の毎週火曜日
 - テクスピア大阪(地下1階)
11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

歯周病予防教室 全身の健康はお口から



- 歯科医師による講義:歯周病と生活習慣病や喫煙との関係について
- 口腔内環境チェック:むし歯菌や歯ぐきの健康度・口臭チェック・歯周ポケットの確認など

●結果をもとに歯科衛生士からのアドバイス

日時 11月26日(日)午前10時～11時30分、10時30分～正午

場所 保健センター

対象 市国民健康保険に加入の40歳以上の人

定員 20人

申込・問合せ 11月10日(金)から保健センター窓口または電話



健康力向上プロジェクトオープンセミナー

●女性のための睡眠セミナー

快適な眠りは、心と体の健康にとって、とても大切です。スリープマスターによる快眠セミナーと質の良い眠りのためのエクササイズ体験を通して、快適な睡眠のコツについて学びます。

日時 11月18日(土)
午後2時30分～4時

【共通事項】

場所 テクスピア大阪

対象 市内在住の女性

定員 各日70人
(申込多数の場合は抽選)

申込 専用ウェブサイト

問合せ 泉大津市健康力向上プロジェクト事務局

✉ahp-info-izumiotsu@asics.com

●女性のための

ファストウォーキングセミナー

ホルモンバランスの変化により不調が出がちな女性のゆらぎ期を乗り切るためには、運動習慣を身に付けることが大切です。

取り組みやすいウォーキングの中でも運動効果が高い「ファストウォーキング」を専門講師から学びます。正しい姿勢や歩き方をマスターし、美しく引き締まった健康的な体づくりを目指しましょう。

日時 12月2日(土)、令和6年1月12日(金)午後2時～3時30分
※2日とも同じ内容です。

申し込みはこちら





ときめき給食のレシピを紹介！

問合 教育政策課

Vol.2 粕汁

粕汁は、日本酒の醸造工程で出る「酒かす」で煮込んで作る郷土料理です。「酒かす」には、ビタミンやアミノ酸などの栄養素がたくさん含まれています。また、体を温めて新陳代謝を高める働きがあります。今回のレシピでは豚肉を使用していますが、さけやぶりなどの魚類を使用しても美味しいです。



材料(4人分)

豚こま切れ肉	80g	だし昆布	4g
にんじん	30g	削り粉	16g
大根	60g	水	400ml
つきこんにゃく	40g	油	小さじ1
ちくわ	20g	酒かす	20g
豆腐・小松菜	各60g	赤みそ	大さじ2
青ねぎ	20g	白みそ	大さじ2

作り方

- ① 水に昆布と削り粉を入れ、だしをとる。
- ② 油を熱し、豚肉を炒め、色が変わってきたら、①のだし、いちょう切りにしたにんじん・大根の順に加える。
- ③ にんじんと大根に火が通ったら、こんにゃく・輪切りにしたちくわ・豆腐(1.5cmの角切り)・小松菜(2cmほどに切る)を加えて煮る。
- ④ 火を弱め、酒かすを入れる。赤みそ・白みそを溶き入れ、味を調える。
- ⑤ 仕上げに小口切りにした青ねぎを加える。

健康アップ大作戦！

健康なからだづくりの基本は、自分の「免疫力を高める」ことが大切です。免疫力が上がると、細菌やウイルス感染やがんなどの病気を防ぐ働きが高まるといわれています。免疫力を上げる栄養として、ビタミンやミネラルなども必要です。

食事以外でも免疫力の働きを高めることができるので、次の①～⑥に取り組み、冬場に向けて「免疫力を高めるからだづくり」を目指しましょう。



① 栄養バランスの良い食事

主食・主菜・副菜(1汁2菜)を組み合わせた食事で、バランス良く栄養をとること、よく噛んで食べること、添加物など体に負荷のかかるものは極力減らすことが大切です。

② 体を温める

体を温めると、血流が良くなり免疫力が上がります。入浴や足浴以外にも、温かい食べ物や発酵食品などを食べることで体を温めましょう。

③ 睡眠をとる

目覚めてから14～16時間ぐらい経過すると自然に眠気がきます。睡眠は、体の新陳代謝を促し、疲れを和らげ、免疫力の働きにも影響するため、起床時間を一定にして

「未病予防」
シリーズ
No.8

免疫力を高める からだづくり

問合 健康づくり課

良質な睡眠をとりましょう。

④ ストレスを減らす

ストレスは、交感神経と副交感神経の働きに影響し、免疫細胞の働きが弱まる原因になります。リフレッシュを取り入れた生活を心がけましょう。

⑤ 腸を整える

免疫細胞の約7割は、腸に生息しています。発酵食品や食物繊維をとり入れ、腸内で悪玉菌の繁殖を抑え、おなかの調子を整えましょう。

発酵食品

納豆、みそ、漬物、ヨーグルトなど

⑥ 適度な運動

適度な運動(汗がにじむ程度)は、体の新陳代謝を高めてストレス解消につながり、体の免疫力が高まります。運動習慣のない人は、体を動かすことを心がけましょう。

免疫力を高めるからだづくりに、「健康づくり推進条例制定記念シンポジウム」～未病予防対策先進都市をめざして～の動画をお役立てください。

未病の成り立ちと食事による予防法▶
身体の手台づくりとしての呼吸と足指▶





ぴよぴよくらぶからのお知らせ

タッチケアの内容を変更し、あしゅびプロジェクトの取り組みで、親子のふれあい遊びを行います。

- 日時** 11月6日(月)、12月4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
- 問合せ** 子育て応援課

家族交流会

保護者同士の交流後、ゲストの小児科医、教育委員会、支援学校、認定こども園から意見をいただきます。

- 日時** 12月5日(火) 午前10時～正午 **場所** 保健センター
- 対象** 発達の遅れなどにより支援が必要な子ども(18歳まで)の保護者
※一時保育あり。必要な人は早めにお申し込みください。
- 定員** 25人程度
- 申込・問合せ** 11月21日(火)までに子育て応援課

おやこでLet'sあしゅび!

体操の先生と遊びながら、幼少期に知っておきたいあしゅびについて学び、心も身体も育みましょう!

- 対象** 未就学児と保護者
(当日は参加者以外の入場はできません)
- 申込** 講座日7日前の正午までに二次元コード
- 問合せ** こども政策課

申し込みは
こちら



日時	場所	定員
11月14日(火) 午前10時30分～11時30分	カンガルーポケット	20組
11月17日(金) 午前10時～11時	ココフレア	10組
12月1日(金) 午前10時30分～11時30分	まぎー・ぐーす	10組
12月5日(火) 午前10時～11時	たんぼぼ	10組
12月8日(金) 午前10時～11時	らっこくらぶ	15組

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

さまざまなシールを使ってきのこを作ります。サインペンを使用し、かわいい顔を描きましょう。

実施日 11月2日(木)

②身体測定

実施日	対象
11月28日(火) 午前	歩行が完了するまでの子ども
11月30日(木)	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・問合せ いずみおおつアルザ子育て支援センター

※11月10日(金)午後のおやこ広場はお休みです。

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

園庭開放

とれぞあ子ども園の園庭で、遊具や砂場で遊ぶことができます。予約不要。

※イベントやスケジュールの詳細はふる～るホームページで確認できます。

日時 11月8日(水)
午前10時～11時(雨天中止)

詳しくは
こちら





子育て応援ひろば

子育てしやすいまち泉大津
子育てに役立つ情報を掲載しています。

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(午前10時～午後4時・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歳以上の子どもの利用はできません。



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：6日(月)午後・13日(月)午後・20日(月)午前はお休みです。

また、6日(月)午前・13日(月)午前は正午までです。

※たんぽぽ：10日(金)午後はお休みです。

※二次元コードから予約可。

※当日の予約は、おやこ広場開場時間まで。

地域子育て
支援センターはこちら



おやこ広場の
予約はこちら



子育て講座「和ランチサロン」 話して・見て・食べて・味わおう

簡単で身体にやさしい食事の作り方、離乳食のことなどを栄養士と話しませんか。おいしい和食ランチも食べられます！（アレルギーなど要相談）

日時 11月20日(月)午前10時～11時45分

場所 地域子育て支援センター

対象 市内在住で就学前の子どもと保護者

定員 10組

場所 子どもが使っているスプーン・エプロンなど

申込 11月1日(水)から二次元コード



申し込み
はこちら



パパ育応援企画～パパと一緒にあそぼ！～ 「音楽をつけた絵本劇場＆わらべうたあそび」

子どもと、どう遊んでいますか。

親子で絵本やわらべうたを楽しんで、遊びのレパートリーを増やしましょう。

日時 12月9日(土)午前10時30分～11時30分

場所 地域子育て支援センター

対象 市内在住で1歳～就園前の子どもと父親
(母親の参加はご相談ください)

定員 10組

申込 11月22日(水)から二次元コード



申し込み
はこちら





ココフレアからのお知らせ ☎0725・20・6730

みんなでストレッチ

日時 11月16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 11月14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

コアポールストレッチ 伸ばしてほぐしてリラックス!

日時 11月の毎週水曜日 午後5時30分～5時45分
場所 ココフレア/セントラルスポーツ スタジオ
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

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?
 日頃、なかなかゆっくりとひとりの時間がとれない保護者の皆さん! 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 11月24日(金)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 11月7日(火)～15日(水)に直接または電話でにんじんサロン(受付:午前9時30分～午後8時30分)

11月は児童虐待防止推進月間!

問合 子育て応援課

■ 重大な児童虐待「ゼロ」に向けて、「オール大阪」で取り組みます。

児童虐待に関する相談対応件数は依然として増加しています。体罰などによらない子育てを地域全体で広げていきましょう。



児童虐待とは… 親や親に代わる保護者が、子どもに対し次の行為をすることをいいます。

- 身体的虐待 : 子どもの身体に外傷が生じ、または生じるおそれのある暴力を加えること。
- ネグレクト : 子どもの健康・発達に必要な衣食住の世話をせず放置すること。
- 性的虐待 : 子どもにわいせつな行為をすること。または子どもにわいせつな行為をさせること。
- 心理的虐待 : 子どもに対する著しい暴言または著しく拒絶的な対応、子どもが同居する家庭で配偶者への暴力を見せるなど子どもに著しい心理的外傷を与える言動を行うこと。

児童虐待かな?と思ったらお電話を!

①泉大津市虐待相談ホットライン ☎0800・200・0213
 月～金曜日:午前8時45分～午後5時15分
 (祝日・年末年始を除く)
 府内からの固定電話、携帯電話で利用が可能(通話料無料)

②児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189(いちはやく) 24時間対応

③夜間休日虐待通告専用電話 ☎072・295・8737
 平日:午後5時45分～翌朝9時
 土・日曜日・祝日・年末年始:24時間対応

■ 映画「母さんがどんなに僕を嫌いでも」無料上映会

映画をご覧いただいた人全員に、栄養価の高い金芽米をプレゼント。

日時 11月26日(日)午後1時30分～ **場所** テクスピア大阪
対象 市内在住・在学・在勤の人 **定員** 事前申込400人
申込 事前予約優先。予約は11月10日(金)～20日(月)に子育て応援課へ電話または二次元コード
 【一時保育】対象:生後6か月以上の未就学児
 利用希望者は、11月10日(金)～16日(木)に電話申し込み

申し込みはこちら





子育て応援ひろば

子育てしやすいまち泉大津
子育てに役立つ情報を掲載しています。

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	12月5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	11月22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)	12月4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7月生	11月22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4月11日～4月30日生	11月14日(火)
3歳6か月児健診	R2年4月生	11月15日(水)

よい歯を育てる会(歯科健診)

対象	日程
2歳児	R3年11月生 11月30日(木)
2歳6か月児 (育児相談会)	R3年5月生 11月28日(火)
3歳児	R2年11月生 11月21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6月生	11月20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～正午

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

場所 旭町20-1アルザタウン泉大津4階

開館時間 午前10時～午後8時

休館日 毎月第3水曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始、特別整理期間

Tel 0725・58・6856 Fax 0725・58・6857 ✉ tosyokan@city.izumiotsu.osaka.jp

※12月5日(火)～7日(木)は特別整理期間のため、休館します。

芸術の秋！シープラde学び体験

●地域の歴史・文化再発見講座

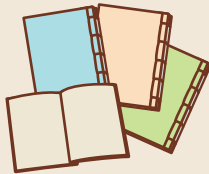
帳簿史料からみる泉大津の荘園
～法隆寺領珍南荘の世界～

室町～戦国時代に作成された珍南荘の帳簿史料を
読み、荘園と地域社会の関係を
みなさんと一緒に考えます。

日時 11月9日(木)

午後6時30分～7時30分

場所 オープンセミナースペース



●花王セミナー「SDGs講座 Part2」

地球のためにできること

日時 11月14日(火)

午前10時30分～11時30分

場所 オープンセミナースペース

定員 20人

申込 電話または直接シープラ

12 つくる責任
つかう責任



●データベースセミナー

業界情報の探し方

シープラにあるデータベースの使い方を分かりや
すくお話しします。

日時 11月11日(土)午後3時～4時

場所 オープンセミナースペース

●認知症ミニ講座

認知症グループホームの暮らし

認知症の人や、その家族に向けたアドバイスなど
をお話しします。

日時 11月28日(火)

午後6時～6時30分

場所 オープンセミナー
スペース



●快眠セミナー

～良い眠りをつくる3つの要素～

睡眠のメカニズム、良い眠りの
ための寝室環境の整え方など、快
適な眠りのヒントについて紹介し
ます。

日時 11月11日(土)午前11時～、
午後1時～

場所 オープンセミナースペース

定員 各回20人 申込 電話または直接シープラ



●認知症・介護個別相談会

認知症について不安なことなど、ケアマネージャー
が個別に相談を受け付けます。

日時 11月28日(火)

①午後6時～6時45分 ②6時45分～7時30分

場所 会議室1・2 定員 各2組

申込 泉大津市地域包括支援センターへ電話

問合せ 0725・21・0294

●ビジネスセミナー

～100年経営に学ぶ～

長寿企業がやっているたった1つのこと

長く繁栄している会社には、いくつかの共通点が
あります。誰もが知っている創業100年超の会社か
ら、そのヒントを一緒に学んでみませんか。

日時 11月12日(日)午後2時30分～3時30分

場所 オープンセミナースペース

定員 20人 申込 電話または直接シープラ

●マザーズ対象「ハローワークセミナー」

仕事と子育ての両立、就活の現
状、ハローワークの活用法、保育
所入所活動などについてお話し
します。

就職を迷っている人にも、仕事
探しの情報満載です。

日時 11月29日(水)午後2時～3時

場所 オープンセミナースペース

定員 20人程度

申込 電話または直接シープラ



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。

るるぶ マンガとクイズで楽しく学ぶ！

海のふしぎ

東海大学海洋科学博物館 / 監修
JTBパブリッシング / 出

実は宇宙よりも謎がいっぱいの海。海の誕生から日本と海の歴史、海の生き物はもちろん、深海世界やSDGsについても解説。この一冊で理解が深まる！



たいふうこぐま

おくやまゆか / 作 ほるぷ出版 / 出

町の近くに住むこぐまは、まるで台風みたいにやっかいもの。けれど気のいいミックさんだけは、こぐまを嫌いではありませんでした。そんなある日、本物の台風がやってきて…。二人の交流を優しいタッチで描いた絵本。



出世できない孔子と、悩める十人の弟子たち。

下村湖人 / 原作 森久人 / 小説
Gakken / 出

下村湖人が「論語」を物語として書いた「論語物語」をベースに、知恵はあっても世渡りが上手くできない孔子と、孔子の元で学ぶ「悩める若者たち」の物語。个性的に描かれた魅力ある弟子たちの青春群像劇から、どう生きるかを学べる一冊。



これまでの経済で無視されてきた数々のアイデアの話

カトリーヌ・キラス=マルサル / 著
河出書房新社 / 出

さまざまな場面で聞かれるようになった「ジェンダー平等」。従来の男らしさ・女らしさの考え方により、せっかくの発明が実現にとつもない時間がかかっていた?! ジェンダーの観点から、イノベーションについて考えてみませんか。



芸術の秋！ シープラdeアート体験

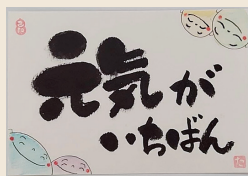
● 己書体験ワークショップ

自分らしく楽しみながら、心のままに描く己書体験してみませんか。作品は持ち帰ることができます。

日時 11月25日(土) 午前10時30分～正午

場所 オープンセミナースペース

定員 8人 申込 電話または直接シープラ



● シープラミニ寄席

落語家月亭遊方師匠による寄席。

日時 11月26日(日)

午後3時～4時

場所 オープンセミナースペース



▲月亭遊方

図書館総合展サテライト会場 開催期間 10月24日(火)～11月15日(水)

図書館界全体の交流・情報交換の場である図書館総合展。図書館や周辺分野に関するトピック、技術、製品サービス情報についての、図書館界最大コンベンションです。今年もシープラはサテライト会場になり、セミナーの配信や関連イベントのライブビューイングなどを予定しています。

図書館総合展
公式サイトはこちら！



スポーツ競技大会 奨励金交付決定

令和5年上半年(4月～9月)
スポーツ競技大会出場奨励金
の交付決定者を紹介します。



たかであら かいと
高寺 海翔さん
(桃山学院大)

第5回極真連合杯 世界空手道選手権大会 男子無差別級 第5位受賞



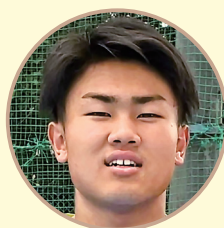
まえやま そうき
前山 蒼稀さん
(東陽中3年)

令和5年度全国中学校体育大会第50回全日本中学校陸上競技選手権大会 男子800m出場



みつい はやと
三井 隼翔さん
(穴師小5年)

第43回全国少年柔道大会 団体戦出場



かつむら かいせい
勝村 海生さん
(大阪体育大学浪商高3年)

第78回冬季国民スポーツ大会ハンドボール 少年男子出場



よしざき ひなか
吉崎 日菜佳さん
(今宮高2年)

全国高等学校ダンスドリル選手権大会 SHOW DRILL部門出場



さくらざわ はずみ
櫻澤 蓮実さん
(誠風中2年)

第54回全国中学校新体操選手権大会 個人総合 24位受賞



にしがき みらい
西垣 美来さん
(誠風中3年)

エイジェックカップ 第54回日本少年野球選手権大会 中学生の部出場



なかおか ゆうた
中岡 優太さん

全日本ベテランテニス選手権'23 35歳以上の部 男子シングルス・ダブルス出場



とくずみ かるな
常住 加留奈さん
(日ノ本高2年)

令和5年度全国高等学校総合体育大会体操競技大会新体操大会 兼全国高等学校体操競技新体操選手権大会 兼全国高体連体操専門部創立70周年記念大会 女子団体優勝
かごしま国体新体操競技 総合優勝



泉大津ジュピターズ

第31回全日本古希軟式野球大会、第37回全日本還暦軟式野球選手権大会出場



ごとう はるか
後藤 遥果さん
(旭小5年)

第35回文部科学大臣杯 全国少年少女けん玉道選手権大会 女子の部優勝

問合 スポーツ青少年課



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 TEL 0725・33・1200 FAX 0725・33・1202

総合体育館



2023いずみおおつスポーツフェスティバルを開催

参加者がスポーツに親しみ、スポーツを始めるきっかけづくりとして、さまざまな種目の体験や演舞などの見学ができる「スポーツ体験会」を実施します。

日時 11月12日(日)午前9時～午後2時30分

場所 古池公園(雨天時中止) **問合** スポーツ青少年課

詳しくは
こちらから



■プログラム

No.	メインスペース(種目)・イベントスペース(種目)	参加者・内容		体験コーナー (当日参加・鑑賞できます)	
1	午前9時～9時20分 オープニング	だれでも			
2	午前9時20分～9時40分 花園近鉄ライナーズ選手トークショー				
	午前9時45分～9時55分 みんなでウォーミングアップ				
3	午前10時～11時 花園近鉄ライナーズ選手による実技指導	小学4年生以上	事前申込 (受付終了)	各連盟などによる 体験ブース	
	午前10時～午後1時10分 スポーツ体験教室 体力測定と運動遊び	かけっこ教室	未就学児～ 小学生		当日 参加枠有
		フリースタイルフットボール教室	小学生以上		
		体力測定と運動遊び	だれでも	当日参加	
4	午前11時～午後1時10分 ダンスおよびパフォーマンス披露				
5	午後1時10分～2時 演舞など				
6	午後2時～2時30分 閉会式&抽選会				

※キッチンカーや模擬店の出店もあります(午前9時50分から営業)。

※当日参加枠は事前申込状況により、変更します。

秋の京都美山かやぶきの里散策バスツアー

■コース

泉大津市(午前8時30分)～京都美山・沈川楼(昼食)～かやぶきの里(散策)～道の駅(見学・買物)～泉大津市(午後6時頃到着)

実施日時 11月26日(日)午前8時～ **集合場所** 市役所 西玄関前

定員 35人 **参加費** 大人9,000円、小人(小学生以下)4,500円(昼食代含む)

申込 11月19日(日)午前9時30分～10時30分に総合体育館

問合 市民歩こう会

TEL 090・5975・6925(権上)

フォークダンス連盟 70周年記念式典

第1部(式典)…午後0時30分～1時

第2部(民踊)…午後1時～4時

日時 11月18日(土)

場所 テクスピア大阪

問合 スポーツ青少年課



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

☎ 0725・33・1131

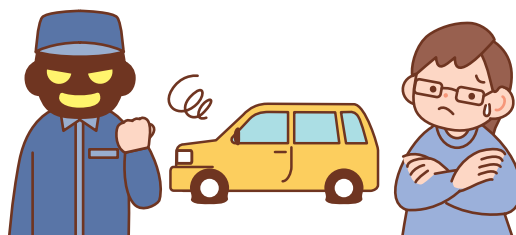
相談事例

**インターネットの広告を見て
ロードサービスを依頼したら、
作業後に高額な料金を請求された**

外出先で自動車が故障したため、インターネットで調べ、「基本料金3,980円」の広告を見てロードサービス業者に連絡した。業者がレッカー移動をしたが、作業前に料金の説明はなく、作業後に緊急対応費など広告に掲載がない費用を含めた高額な料金を請求された。

！ インターネットで依頼したロードサービス業者とのトラブルに注意！！

自動車の故障の際、インターネット広告で格安・迅速などを強調しているロードサービス業者に作業を依頼したところ、高額な費用を請求されたなどの相談が寄せられています。特に自動車の故障に慣れていない若者などがトラブルにあうケースが多いので注意してください。



相談事例

- 料金について十分な説明がないまま作業され、高額な料金を請求された。
- 広告に記載のない多額のキャンセル料を請求された。
- 費用を損害保険会社に請求できると言われて契約したが、認められなかった。
- 事前説明のない「緊急対応費」や「祝日対応費」を請求された。

関連情報はこちら



日本損害保険協会
会員社ロードサービス窓口一覧



**ワンポイント
アドバイス**



- 1 多くの自動車保険にはロードサービスが付帯されています。自動車の故障などが生じた場合、まずは損害保険会社や保険代理店に問い合わせましょう。
- 2 広告などで「基本料金〇〇〇円～」と格安をうたう表示を鵜呑みにしない。必ず作業前に契約内容や料金を確認しましょう。
- 3 広告などの表示額と実際の請求額が大きく異なる場合は、クーリング・オフができる可能性があります。

**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。また、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
11月29日(水) 午後2時～2時15分

おおつ物語

内国勸業博覧会と泉大津(1)



楊洲橋本直義「内国勸業博覧会開場御式の図」
山本利兵衛 1877(明治10)年
国立国会図書館デジタルコレクション

大阪・関西万博開催まで、あと500日余りとなりました。万博は、国際博覧会条約において「複数の国が参加し、公衆の教育を主たる目的とする催し」と定義されています。これまでに世界中で多くの国際博覧会が開催されており、日本では1970年の大阪万博以来、過去に5回開催されています。

国際博覧会とは異なり、日本だけで行われた内国勸業博覧会をご存じでしょうか？1877(明治10)年から1903(明治36)年に政府が主導し、国内の産業発展を促進し、魅力ある輸出品目育成のために、東京、京都、大阪で計5回開催されました。本来は、当時世界で流行していた万博を開催しなかったようですが、開催するための国力が不足しているとの判断などから、日本だけでの開催として大久保利通が押し進めました。大きく6つの部(鉱業および冶金術、製造物、美術、機械、農業、園芸)に分類されて審査・表彰が行われました。

今回は「内国勸業博覧会と泉大津(2)」をお送りします。

問合せ 生涯学習課

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-」

古代人の装身具の一つである勾玉。やわらかい石を紙やすりで削って作ります。

日時 12月2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、オリジナル土笛を作ります。

日時 12月16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・問合せ 11月16日(木)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「ワールマフラー」

日時 11月23日(祝)・24日(金)・26日(日)・27日(月)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 1,200円/m

講師 織編館手織りの会

申込 11月7日(火)～15日(水)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 12月9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 11月16日(木)午前10時からシープラへ電話予約