

東日本大震災復興支援 東大阪でできること

復興活動が続く被災地の課題に向き合い、自分たちができることを考えます。

【東日本大震災復興支援イベント】3・11を忘れない！

◇とき 3月11日(月) 午前10時～午後4時

◇ところ 市役所本庁舎1階ロビー

◇内容 現在の被災地状況のパネル展、陸前高田市奇跡の一本松保存募金の紹介、メッセージボードの作成、被災地での活動紹介パネル展示、防災グッズ展示、震災DVDの上映など

◇問合せ先 ▼危機管理室 06(4309)3000

◇定員 40人(抽選)

◇講師 一般社団法人コミュニティ・4・チルドレン代表理事の桑原英文さん

◇申込方法 講座名、

あの目を忘れない



東日本大震災の発生からまもなく2年が経過します。被災地では、住民同士が協力し合う姿や、全国からたくさんのボランティアが集まるなど、人と人とのつながりの大切さを痛感させられました。今一度、助け合うことの大切さを見直してみませんか。

■申込み・問合せ先 総合福祉センター内ボランティア・市民活動センター 06(6789)5550、FAX06(6789)2924、Eメール hosi01@cap.ocn.ne.jp

助け合いの心を

地域支え合い体制づくり フォーラム in 東大阪

◇とき・内容 3月16日(土) 午後1時30分～4時30分 基調講演「被災地からの報告」地域支え合いのよもやま話(俳句、俳句代表の松崎光弘さん、自治会や子育て応援隊など市民活動団体の事例紹介) 午後5時から交流会(参加費500円)

◇ところ 夢広場(布施駅前)

◇対象 市内在住の方

◇申込み・問合せ先 総合福祉センター内ボランティア・市民活動センター

◇定員 170人(申込先着順)

◇申込方法 行事名、氏名、団体名、電話・ファクス番号、参加人数、手話通訳の有無、交流会出席人数を3月8日(金)必着までにファクスで(電話またはEメールも可)

ボランティア スキルアップ講座

ボランティアについて認識を深め、これまでの活動を振り返るとともに、これからの活動を活性化するためのヒントやポイントなどを学びます。

◇とき 3月21日(木)午後2時～4時

◇対象 ボランティア活動をしていく方

◇定員 40人(抽選)

◇申込方法 講座名、受講動機、住所、氏名、電話番号を3月14日(木)までに電話またはファクスで(直接も可)

◇ところ 申込み・問合せ先 総合福祉センター内ボランティア・市民活動センター



被災地を訪れたボランティアの思い

3月1日から 全国建築物防災週間

あなたの建物は安全ですか

3月1日からの全国建築物防災週間にあわせて、市では不特定多数の人たちが利用する特殊建築物(ホテル、病院、スーパーマーケットなど)で立入り検査を行い、防火区画や避難施設などの設備および維持管理の状況を点検し、改善指導を行います。

市では、耐震診断員の派遣や診断費用の一部補助を行っています。

耐震診断を受ければ、補強や改修の必要性が具体的にわかります。耐震診断を依頼されている方は、ご相談ください。

◇対象建築物 昭和56年5月31日以前に建てられ、現在居住している木造住宅

◇耐震診断員派遣制度 一戸建住宅 一戸あたり原則5000円、二戸建ては共同住宅 一戸あたり原則2500円

◇耐震診断補助制度 一戸あたり診断費用の9割を補助(上限4万5000円)

※今年度の受付は終了しています。来年度の受付についてはお問合せください。



◇問合せ先 指導監察課 06(4309)3000
45、FAX06(4309)3000

高齢受給者証(3割負担の)を3月中旬に送付 窓口負担を1割に据え置き



医療制度改正により、70歳〜74歳の方(後期高齢者医療対象者と3割負担の方を除く)の窓口負担を平成25年4月から2割負担に見直すとしていましたが、当面、1割負担据え置きとが決定しています。これにより、1割負担の方は、3月中旬に再度高齢受給者証を送付します。送付する受給者証の有効期間は平成25年7月31日までで、75歳になる場合は誕生日前日までです。なお、3割負担の受給者証をお持ちの方は、現在の受給者証を引き続き使用してください。

者証は、7月に送付を予定しています。大切に保管を 国民健康保険証 保険証は、医療機関にかかるときに必要な受診券です。医療機関などに預けたままにしないで手元へ保管し、受診の際は必ず窓口に表示してください。紛失や破損により使えなくなつたときは、身分証明書と印鑑を持って、医療保険室資格給付課または行政サービスセンターへ届け出てください。新しい保険証を交付(郵送)します。

支払った額より少なくなる場合があります。なお、健康診断や予防注射、美容整形、歯の矯正など病気とみなされないものや、けんかなど患者自身の責任による傷病などは、保険診療の対象となり、全額自己負担になります。 交通事故で国保を使うときは届出を 第三者の行為によって受けた傷病の医療費は、原則として加害者側が全額負担すべきものです。ただし、国保の被保険者が「第三者行為による傷病届」を提出すると、保険証を使って国保で治療を受けることができます。この場合、国保が一時的に医療費を立て替えした後、加害者側に費用を請求します。

政サービスセンターで手続きをしてください。 また、届出の前に加害者側から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりしてしまつと、国保が使えなくなる場合がありますので、ご注意ください。 ◇届出に必要なもの ▽ 第三者行為による傷病届一式 ▽ 交通事故証明書(人身事故) ▽ 国民健康保険証 ▽ 印鑑 など ※届出書類は、医療保険室資格給付課または行政サービスセンターにあります。

会社を辞めたときや転入など 国保加入の届出は14日以内に 会社を辞めて社会保険の資格がなくなつたときや他市町村から転入してきたとき、生活保護を受けなくなつたときは必ず14日以内に国保加入の届出をしてください。すでに年金を受給している方は、年金証書が必要ない場合があります。14日以内に届出をすると、以前の健康保険から継続して保険の給付が受けられますが、14日を過ぎると届出日からの給付となり、保険証がない期間の医療費は全額自己負担となります。 なお、保険料は加入届が

平成24年12月には、保険料課から新たに13件(約980万円)の未収債権の移管を受け、債権移管の対象者には移管決定通知を送付するとともに、支払いの催告と納付交渉を行っています。 特に、資力があつても関わらず何らかの理由で滞り続けている方へは、財産の調査、預貯金や給与の差押えなどの措置を進めます。 理解と協力をお願いします。 なお、平成24年12月末現在の実施状況は次のとおりです。 ◇問合せ先 ▽

所得がなくても申告を

国民健康保険・後期高齢者医療保険 保険料は、所得額をもとに算定しています。所得の申告がない場合は、保険料の算定や非課税世帯の判定ができます。高額な保険料を請求することになったり、高額療養費の区分判定に影響したりします。 適正な判定をするため、収入や所得がなくても、医療保険室保険料課または行政サービスセンターで必ず申告してください。 なお、確定申告や市・府民税の申告をした方は、申告の必要はありません。

未納の保険料は すぐに納付を

相談もなく保険料の滞納を続けると、医療機関の窓口で全額負担となる資格証明書の交付や財産の差押えを受けることとなります。特別な事情があつて納付が困難な場合は、そのことを証明する書類を持って、必ず相談してください。 なお、市では収納強化対

策として、特別体制で保険料未納世帯(対し電話などによる納付催告を行っています)。

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3167、FAX06(4309)3804

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3167、FAX06(4309)3804

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

公平性を確保 積極的な徴収を進めています 国民健康保険料の未収金

未収金特別対策室では、国民健康保険料の未収金のうち、高額滞納や長期滞納のものについて医療保険室保険料課から債権の移管を受け、積極的な徴収を進めています。

平成24年12月には、保険料課から新たに13件(約980万円)の未収債権の移管を受け、債権移管の対象者には移管決定通知を送付するとともに、支払いの催告と納付交渉を行っています。 特に、資力があつても関わらず何らかの理由で滞り続けている方へは、財産の調査、預貯金や給与の差押えなどの措置を進めます。 理解と協力をお願いします。 なお、平成24年12月末現在の実施状況は次のとおりです。 ◇問合せ先 ▽

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3167、FAX06(4309)3804

◇問合せ先 医療保険室 資格給付課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

(表)国民健康保険料移管債権(平成24年12月末現在)

実施状況	
移管未収金額	971,083,791円
未収金現在高	640,801,889円
未収金削減額(率)	330,281,902円(34.0%)
滞納処分の執行状況	
差押件数	15件
差押金額	17,371,630円

平成25年度 留守家庭児童育成クラブの受付一覧表

Table with 4 columns: 開設小学校・対象校区, 受付日, 受付時間, 受付場所. Lists various schools and their respective club reception details.

※石切東・高井田東・長瀬北小学校の受付は終了しています。掲載のない学校については、お問合せください。

留守家庭児童育成クラブ

平成25年度 入会申込みを受付



小学校低学年の留守家庭児童を対象に、留守家庭児童育成クラブの申込みを受け付けます。留守家庭児童育成クラブは、放課後の児童の健全な育成を図るため、自治会の代表や社会教育関係者(青少年指導員、少年補導員など)、PTA、学校長などで構成される地域の運営委員会が行っています。

許可は決まり次第、運営委員会から通知します。
◇対象 小学校新1年生
◇新3年生の留守家庭児童
※祖父など児童を保護できる大人の同居人がいる場合を除く。
◇開設期間 4月2日(火)～来年3月31日(月)
◇料金 月5000円(おやつ代などは別途必要)

提出はお済みですか？

平成24年度

児童手当現況届

児童手当を受けている方は、毎年6月に「現況届」を提出しなければなりません。この届は、受給者の6月1日現在の状況を把握し、児童手当を引き続き受ける要件に該当するかどうかを確認するためのものです。

昨年6月中旬に現況届をお送りしましたが、まだ提出していない方は早急に郵送するか、国民年金課または行政サービスセンターに提出してください。
◇問合せ先 国民年金課 06(4309)3165、06(4309)3805

平成25年度予約受付中

一年間の大きな安心!

市民交通災害・火災共済

平成25年度の市民交通災害・火災共済の予約を3月29日(金)まで受け付けます。

火災共済

10日以上入院に限り1万円～3万円

交通災害共済

万一の災害に備え、加入しましょう。

火災共済

10日以上入院に限り1万円～3万円

◇掛金 1人につき600円(1年分)で、1人1口に限る
◇見舞金など▽死亡による見舞金Ⅱ世帯主200万円、世帯主以外単身世帯を含む)150万円
▽入院・通院日数に応じた見舞金Ⅰ1万円、20万円
▽入院付加金Ⅱ

必要事項を書いて、次のところで申し込んでください。なお、受付場所にも申込書があります。
▽市内金融機関(ゆうちょ銀行および郵便局を除く)は、3月29日(金)まで受付
▽行政サービスセンターと市役所本庁舎5階市民総務室は、常時受付(就学援助の認定を受けている世帯は申し出を。市民総務室では3月23日(土)前9時～正午も受付)
※生活保護を受給している方は、3月末ごろに福祉事務所が発送する書類に同封してお知らせします。
◇問合せ先 市民総務室 06(4309)3158、06(4309)3812

今、自分が笑っていても 世界には笑えない人もいる

中学校1年生(人権作品集)

ロコモ予防 / 腰痛に悩むあなたへ
腰の痛みに効く講座

● 3月21日(木)＝講話「腰痛を引き起こす病態や治療など」関西医科大学付属滝井病院医師の谷口慎一郎さん
▷ 28日(木)＝講話「薬やサプリメントとの上手な付き合い方」(株)リープ薬局代表取締役の小林久子さん、運動実技「家庭でできる腰痛予防体操」運動指導士の正井恵子さん ☆いずれも午後1時30分～4時で計2日間 定員30人(申込先着順) 28日は運動ができる服・靴、飲み物、タオル 3月1日(金)から電話または直接
☎☎☎西保健センター

まちづくり応援隊と
体内年齢若返りへGO / 教室

ストレッチとダンベル体操を行います。



● 3月29日(金)午後1時30分～3時30分(受付は午後1時15分から) ● 運動制限のない方 定員35人(申込先着順) 運動ができる服・靴、飲み物、空の500mlペットボトル2本、タオル ● 3月1日(金)から電話で
☎☎☎中保健センター

3月 保健センターの
ごあんない

行事	東保健センター (072-982-2603)	中保健センター (072-965-6411)	西保健センター (06-6788-0085)
専門相談 [クラミジア・梅毒・ エイズ検査 B型・C型肝炎ウイルス検査 (証明書発行はありませぬ)	7日(木)・21日(木) 9:30～11:00	13日(木)・27日(木) 9:30～11:00	11日(木)・25日(木) 9:30～11:00
こころの健康相談(予約制) (アルコール依存症・認知症の相談を含む)	6日(木)・7日(木)・19日(木)・21日(木) 14:00～16:00 10:00～12:00	5日(木) 10:00～12:00 12日(木)・13日(木)・19日(木)・21日(木)・26日(木)・27日(木) 14:00～16:00	5日(木)・19日(木)・26日(木) 14:00～16:00 6日(木) 10:00～12:00
結核相談		7日(木)・21日(木) 14:00～15:00	4日(木)・18日(木) 14:00～15:00
骨密度測定(予約制、対象は20歳以上の方)	14日(木) 9:30～10:00		27日(木) 9:20～10:00
電話健康相談	月曜日～金曜日 9:00～12:00・12:45～17:30		
4か月児健康診査 (平成24年11月生まれ) ※個別に通知しています。	12日(木)・26日(木) 13:10～14:00	5日(木)・12日(木)・26日(木) 9:10開始 19日(木) (北部) 9:30開始	6日(木)・13日(木)・27日(木) 13:00～14:10
1歳6か月児健康診査 (平成23年8月生まれ) (幼児用歯ブラシ持参) ※個別に通知しています。	13日(木)・27日(木) 13:40～14:30	8日(金)・22日(金) 13:00開始	5日(木)・19日(木) 13:15～14:15
3歳6か月児健康診査 (平成21年9月生まれ) ※個別に通知しています。	8日(金)・22日(金) 13:30～14:20	6日(木)・15日(金) 13:00開始 13日(木) (北部) 13:30開始	12日(木)・26日(木) 13:15～14:15
離乳食講習会	19日(木) 13:00開始		8日(金) 13:00開始
B・C・G接種 (3か月～6か月未満児)	12日(木)・26日(木) 14:00～14:30	5日(木)・12日(木)・26日(木) 19日(木) (北部) 9:30～10:00	6日(木)・13日(木)・27日(木) 13:30～14:00
▶ 飼えなくなった犬・猫の引取りは、動物指導センター(072-963-6211)まで。 ▶ 一般健康相談は廃止しました。就職などのための健康診断は医療機関のご利用を。 ▶ (北部)は眉津鴻池公民館分室です。			



怪しい投資商品は
きっぱり断りましょう!
～緊急度レベル★★★★☆

未公開株、社債、投資ファンドなど金融商品での詐欺的なトラブルに関する相談が、高齢者を中心に多く寄せられています。

また、金融商品かどうかも定かではないリゾート地や水資源の権利などの「権利取引」、コンゴフランやシリアポンドなどの「通貨取引」など、次々と新しいもうけ話の相談が目立っています。

「劇場型」投資詐欺に注意

電話などで数人が入れ替わり立ち替わり、まるでドラマのように演技をしながらだます劇場型投資詐欺が増えています。

①「A社の未公開株を購入しないか」とB社から電話や郵送で持ちかけられる

②後日、C社からも「A社の未公開株を代わりに買って欲しくないか。必ず高値で買い取るから」という話を巧妙にもちかけられ、A社の未公開株はもうかると信じて購入する

③未公開株を買ったものの、どの会社とも連絡がとれなくなる

また、過去に投資トラブルに遭った人に対して「被害を取り戻してあげる」や「出資金を返還する」などと言って、再びお金を振り込ませる二次被害も後を絶ちません。

いったん現金を支払ってしまえば、戻ってくることはほとんどありません。

このようなもうけ話には絶対に耳を貸さないよう注意しましょう。

オンラインゲームで子どもが
クレジットカードを勝手に利用

緊急度レベル★★★★☆

最近、オンラインゲームで小・中学生などが親のクレジットカードを勝手に利用して、高額な請求を受けたという相談が増えています。

事例① 突然カード会社から高額な請求がきた。小学生の息子に聞いたとすと、友達とゲーム機で遊んでいるときにクレジットカードの番号を入力していたことがわかった。

事例② 娘といっしょにパソコンでオンラインゲームをしたときに、カード決済でアイテムを一度購入した。その後、娘が無断で次々とアイテムを購入していたらしく、カード会社から20万円の請求を受けている。

オンラインゲームには、有料アイテムなしでは楽しめないものもあり、サービス形態や決済手段も多様化しています。子どもにクレジットカードを無断で利用された場合、カード契約者である親の管理責任が問われます。

このようなトラブルに遭わないために、保護者もオンラインゲームの仕組みをよく理解し、ゲームを利用するときのルールを日ごろから子どもとよく話し合っておくことが大切です。

◇ ◇

☎消費生活センター 072(965)0102、FAX072(962)9385

検査の種類	受付日・時間	料金	受付場所
検便 (赤痢菌、サルモネラ属菌、大腸菌O157)	5日(木) 26日(木)	2,480円	FAX 06(6788)483 センター 環境衛生検査
寄生虫卵検査、ぎょう虫卵検査	9:30 11:00	各432円	
水道法に基づく(予約制) 06(6787)5004 飲用水水質検査 (FAX06(6787)7404)	11日(木)	平常項目16,800円 全項目 181,700円	483

保健所・センターだより

※番号をよく確認のうえ、かけ間違いのないよう
にお願いします。車での来場はご遠慮ください

東保健センター：TEL 072(982)2603 FAX 072(986)2135
中保健センター：TEL 072(965)6411 FAX 072(966)6527
西保健センター：TEL 06(6788)0085 FAX 06(6788)2916
健康づくり課：TEL 072(960)3802 FAX 072(960)3809

乳幼児健康相談



● 3月1日(金)午前9時30分～10時30分＝西保健センター ▶ 4日(月)午前10時～11時＝東保健センター ▶ 13日(水)午前10時～11時＝繩手南公民館、はすの広場(近江堂) ▶ 21日(水)午前9時30分～10時30分＝中保健センター ▶ 27日(水)午前10時～11時＝ももの広場(楠根) ● 3歳未満の乳幼児 因身体測定、育児・栄養相談など ● 東・中・西保健センター

成人歯科健康相談

口の中の状態を知ったうえで、必要なケアを考えます。 ● 3月7日(水)＝中保健センター ▶ 14日(水)＝東保健センター ▶ 27日(水)＝西保健センター ☆いずれも午前9時30分～11時30分 ● 20歳以上の方 ● 各12人(申込先着順)

● 東・中・西保健センター

骨の健康を考えませんか 骨密度測定検査

● 4月4日(水)午前9時10分～10時30分 ● 20歳以上の方 ● 各35人(申込先着順) 因骨密度測定検査、骨粗しょう症予防の話 ● 3月1日(金)から電話で ● 中保健センター

ひとりで悩まない・抱えない

3月は「自殺対策強化月間」

自殺で亡くなる人の数は、全国で年間約3万人、大阪府でも約2,000人にのぼります。

自殺は、さまざまな要因が複雑に関係し、心理的に追い込まれた末の死であることから、防ぐことのできる社会的な問題であると考えられています。

3月は自殺対策強化月間です。身近な方の悩みに気づいたら、温かく寄り添いながら悩みに耳を傾け、専門家への相談を勧めるなど、じっくりと見守りましょう。

不眠が続くことは ないですか

疲れているのに眠れない日が2週間以上続いている、食欲がなく体重が減っている、意欲がわかない、原因不明の体調不良が続いているなどの症状は、「うつ病」かもしれません。

睡眠と食欲という生きていく基本が損なわれると、体調がどんどん悪

くなり、気力やがんばりで克服するのは困難です。専門の相談機関が医療機関に相談しましょう。

【こころの健康相談】

▶ こころの健康相談統一ダイヤル (3月1日(金)午前9時～31日(水)午後9時)＝0570(064)556 ▶ 東・中・西保健センター (平日午前9時～午後5時30分)

【電話相談】

▶ 関西ののちの電話(24時間365日対応)＝06(6309)1121 ▶ 大阪自殺防止センター(金曜日午後1時～日曜日午後10時)＝06(6260)4343 ▶ こころの救急箱(月曜日午後8時～火曜日午前3時)＝06(6942)9090 ▶ 自殺予防ののちの電話(毎月10日午前8時～翌午前8時)＝0120(738)556

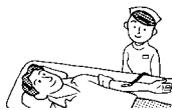
【借金の返済に困ったら】

▶ 消費生活センター(平日午前9時30分～午後4時)＝072(965)0102 ▶ お金の悩み相談室(平日午前9時～午後6時)＝06(6210)9512

記号の見方

● とき ● ところ ● 対象 ● 定員・定数 ● 内容 ● 講師
● 料金(表示のないものは無料) ● 持ち物 ● 申込方法・応募方法など
● 申込み先・応募先など ● 問合せ先 ● メールアドレス

愛の献血



● 3月4日(月)＝イオン鴻池店 ▶ 5日(火)＝近鉄布施駅北側バスロータリー、郵便事業(株)枚岡支店 ▶ 8日(金)＝小阪病院 ▶ 12日(火)＝近鉄河内小阪駅前 ▶ 15日(金)＝マンダイ中小阪店、スーパーサンコー横沼店 ▶ 19日(火)＝市立総合病院 ▶ 22日(金)＝マンダイ加納店、イズミヤ若江岩田店 ▶ 23日(水)＝イトーヨーカドー東大阪店、近鉄花園ラグビー場 ▶ 28日(水)＝市役所本庁舎 ▶ 31日(日)＝近鉄河内小阪駅前 ※受付時間は場所によって異なり、日程を変更する場合があります。受付時に保険証などで本人確認をします。

● 大阪府赤十字血液センター 06(6962)7654、R06(6968)4900 ▶ 地域健康企画課 072(960)3801、R072(960)3806

接種はお済みですか 麻しん・風しん混合予防接種

麻しん・風しん混合予防接種(第2期～第4期)の接種期限は3月31日(日)です。接種期限を過ぎると費用が自己負担(約1万円)になります。早めに接種してください。 ● 第2期＝今春小学校に入学する幼児(幼稚園・保育所の年長児) ▶ 第3期＝中学校1年生に相当する年齢の方 ▶ 第4期＝高校3年生に相当する年齢の方 ※第4期は、高校2年生のときに、修学旅行や学校行事としての研修旅行で海外へ行く際に麻しん・風しん混合予防ワクチンを接種した方を除きます。

妊娠中または妊娠の可能性のある方は受けられません。接種後2か月は妊娠を避ける必要があります。

対象者は、早めに市内委託医療機関へ予約のうえ、接種してください。委託医療機関は市ウェブサイトに掲載しています。

● 健康づくり課

肺がん・結核エックス線検診

● 3月15日(金)午後1時30分から・午後2時15分から＝東診療所(申込みは東保健センターへ) ▶ 19日(水)午前9時10分から・午前10時から＝西保健センター ● 肺がん検診＝市内在住の40歳以上の方 ▶ 結核検診＝市内在住の65歳以上の方 ● 各日40人(申込先着順)

● 東・西保健センター

健康・禁煙相談広場



● 3月12日(火)＝①東保健センター、②ももの広場(楠根) ▶ 13日(水)＝②中保健センター ▶ 14日(木)＝②夢広場(布施駅前) ▶ 15日(金)＝①やまなみプラザ(四条)、①中保健センター ▶ 19日(火)＝①ゆうゆうプラザ(日下)、②はすの広場(近江堂) ▶ 28日(水)＝①グリーンパル(中鴻池) ☆①は午前10時30分～11時30分、②は午後3時～4時 ● 20歳以上の方 ● 健康・禁煙相談、女性の健康相談、血圧測定など ● 健康づくり課

こころの健康講演会

こころの病気について、精神科の専門の先生がお話します。 ● 3月14日(水)午後3時～4時30分 ● 夢広場(布施駅前) ● 178人(当日先着順) ● 講演「こころの病かな?と思ったら...こんなとき受診しましょう」西村クリニック院長の西村雅一さん

大切な人を自死で亡くした方へ わかちあいの会

遺族の方が中心の安心できる場です。 ● 3月16日(土)午後2時～4時 ● 花園生活支援センター(岩田町2)

自殺対策強化月間 図書館特設コーナー

花園図書館と旭町図書館で、こころの健康や病気に関する関連図書の間覧・貸出しのほか、自殺予防に関するパネル展示を行います。 ● 3月1日(金)～31日(日)(花園図書館は月曜日と21日(水)、旭町図書館は月曜日と20日(火)・31日(日)を除く)

◇ ◇

● 健康づくり課

みんなで遊ぼう♪

子育て支援センター&子育てのつどいの催し

※車での来場はご遠慮ください。の記載のない催しは、各子育て支援センターで開催。

長瀬子育て支援センター

【お出かけよっといで広場】

▷3月11日(月)午前10時~11時30分
=はすの広場(近江堂)▷18日(月)午前10時~11時30分=三ノ瀬公園
▷就学前乳幼児とその保護者 各30組(申込先着順)
▷3月1日(日)午後1時から電話で

【テーブルシアター】

▷3月12日(火)午前11時~11時30分
就学前乳幼児とその保護者 ※申込不要。

【廃材で作って遊ぼう!】

▷3月15日(木)午前10時~11時 2歳以上の幼児とその保護者 20組(申込先着順)
▷3月4日(月)午前10時から電話で

【赤ちゃんと手形押し】

▷3月15日(木)午後2時~3時30分
6か月~1歳未満の乳児とその保護者 20組(申込先着順)
▷3月6日(日)午後1時から電話で

【よちよちタイム】

▷3月1日(日)・11日(月)・18日(月)・29日(日)
午後1時30分~3時30分、4日(月)午前10時~11時30分
よちよち歩きの1歳児とその保護者 ※申込不要。

【入園おめでとうの会】

▷3月15日(木)午後1時30分~2時30分
平成25年度入園の3歳以上の幼児とその保護者 20組(申込先着順)
▷3月1日(日)午前10時から電話で

【お楽しみ会】

▷3月22日(日)▷午前10時~11時30分
=パープサート、40組(申込先着順)
▷午後1時30分~2時30分=作って遊ぼう、25組(申込先着順)
▷1歳6か月以上の乳幼児とその保護者 各10組(申込先着順)
▷抱っこひも 3月1日(日)午前10時から電話で

【アンパンマン体操をしよう】

▷3月25日(月)午前10時30分~11時30分
花園中央公園 就学前乳幼児とその保護者 3月11日(月)午前10時から電話で

【ミスターチョップリンのコメディマジック】

▷3月27日(水)午前10時~11時30分
就学前乳幼児とその保護者 50組(申込先着順)
▷3月11日(月)午後1時から電話で

【よちよちタイム】

▷3月25日(月)午後1時30分~3時30分
よちよち歩きの1歳児とその保護者 ※申込不要。

【お楽しみ会】

▷3月22日(日)▷午前10時~11時30分
=パープサート、40組(申込先着順)
▷午後1時30分~2時30分=作って遊ぼう、25組(申込先着順)
▷1歳6か月以上の乳幼児とその保護者 各10組(申込先着順)
▷抱っこひも 3月1日(日)午前10時から電話で

【大人のメニューから離乳食】

▷3月13日(木)午前10時~11時 9か月未満の乳児とその保護者 10組(申込先着順)
▷50円 3月1日(日)午前10時から電話で

【親子で遊ぼう!】

▷3月15日(木)午前10時~11時 0歳児とその保護者 12組(申込先着順)
▷3月5日(日)午前10時から電話で

【枚岡梅林へお弁当を持っていきませんか?】

▷3月21日(水)午前10時~正午 ※雨天中止。
▷しっかり歩ける幼児とその保護者 10組(申込先着順)
▷弁当、飲み物、手ふき、敷物、帽子 3月12日(日)午前10時から電話で

【あさひっこ(旭町子育て支援センター)】

▷072(980)8871、072(985)1055

鴻池子育て支援センター

【よちよちタイム】

▷3月4日(月)・25日(月)午前9時30分~11時30分、22日(日)午後1時30分~4時
よちよち歩きの1歳児とその保護者 ※申込不要。

【お出かけ赤ちゃんタイム】

▷3月14日(水)午後1時30分~3時 府立城東工科高校ガラスの実験棟
未歩行の0歳児とその保護者 ※申込不要。

【お出かけホット広場~手形押し】

▷3月11日(月)=鴻池スカイランド▷18日(月)=緩衝緑地公園(加納高校跡地付近)
☆いずれも午前10時30分~11時30分
就学前乳幼児とその保護者 ※申込不要。

【人形劇団「風の子」による一人芝居】

▷3月22日(日)午前10時20分~11時 グリーンパル(中鴻池) 1歳以上の就園前乳幼児とその保護者 80組(申込先着順)
▷飲み物、靴を入れるビニール袋 3月11日(月)午前10時~19日(火)に電話または直接

【み〜んな あ・そ・ほ】

▷3月27日(水)午前9時30分~11時30分
1歳6か月以上の就学前乳幼児とその保護者 飲み物、名札 ※申込不要。

【中保健センター】

▷鴻池子育て支援センター 06(6748)8251、06(6743)0577

荒本子育て支援センター

【入園おめでとうの会】

▷3月15日(木)午後1時30分~2時30分
平成25年度入園の3歳以上の幼児とその保護者 20組(申込先着順)
▷3月1日(日)午前10時から電話で

【お楽しみ会】

▷3月22日(日)▷午前10時~11時30分
=パープサート、40組(申込先着順)
▷午後1時30分~2時30分=作って遊ぼう、25組(申込先着順)
▷1歳6か月以上の乳幼児とその保護者 各10組(申込先着順)
▷抱っこひも 3月1日(日)午前10時から電話で

【アンパンマン体操をしよう】

▷3月25日(月)午前10時30分~11時30分
花園中央公園 就学前乳幼児とその保護者 3月11日(月)午前10時から電話で

【ミスターチョップリンのコメディマジック】

▷3月27日(水)午前10時~11時30分
就学前乳幼児とその保護者 50組(申込先着順)
▷3月11日(月)午後1時から電話で

【よちよちタイム】

▷3月25日(月)午後1時30分~3時30分
よちよち歩きの1歳児とその保護者 ※申込不要。

【お楽しみ会】

▷3月22日(日)▷午前10時~11時30分
=パープサート、40組(申込先着順)
▷午後1時30分~2時30分=作って遊ぼう、25組(申込先着順)
▷1歳6か月以上の乳幼児とその保護者 各10組(申込先着順)
▷抱っこひも 3月1日(日)午前10時から電話で

【大人のメニューから離乳食】

▷3月13日(木)午前10時~11時 9か月未満の乳児とその保護者 10組(申込先着順)
▷50円 3月1日(日)午前10時から電話で

【親子で遊ぼう!】

▷3月15日(木)午前10時~11時 0歳児とその保護者 12組(申込先着順)
▷3月5日(日)午前10時から電話で

【枚岡梅林へお弁当を持っていきませんか?】

▷3月21日(水)午前10時~正午 ※雨天中止。
▷しっかり歩ける幼児とその保護者 10組(申込先着順)
▷弁当、飲み物、手ふき、敷物、帽子 3月12日(日)午前10時から電話で

【あさひっこ(旭町子育て支援センター)】

▷072(980)8871、072(985)1055

子育てのつどい

【親子で3B体操を楽しもう】

▷3月13日(木)午前10時~11時30分
太平寺公民館 就学前乳幼児とその保護者 40組(申込先着順)
▷3月4日(月)から電話で

▷大蓮保育所 06(6720)0800、06(6720)5095

こころのスタイル美人セミナー

▷3月21日(水)=婦フェミニストカウンセリング
堺カウンセラーの藤原暁子さんによる「こころを軽くする方法」▷28日(水)=フェルデンクライスメソッド・プラクティショナーの上山幸恵さんによる「リラクゼーション・ボディワーク」
☆いずれも午前10時~11時30分
計2日間 伊コラム(男女共同参画センター)▷30歳代~60歳代の女性 定40人(申込先着順) ※保育あり(定員あり)。
▷3月1日(日)から電話またはファクスで(直接も可)
中保健センター 072(965)6411、072(966)6527

【西保健センター】

▷3月21日(水)午前9時15分から・午前9時50分から・午後1時から・午後1時40分から
市民会館展示室 午前・午後各50人(申込先着順、申込みは西保健センターへ)
【健康づくり課】
▷3月23日(土)午前9時~10時30分 定50人(申込先着順)

【東保健センター】

▷3月25日(月)午前9時30分~10時30分・午後1時30分~2時30分 定30人(申込先着順)

【中保健センター】

▷3月28日(木)午後1時から・午後1時45分から・午後2時30分から 定50人(申込先着順)

女性健康講座

ずっとキレイのエイジング・女性の病気のホントのトコロ

▷3月21日(水)=小坂産科産院医師の針田伸子さんによる講話「更年期からの健康管理」▷25日(月)・27日(水)=健康運動指導士の辻野和美さんによる骨盤底筋強化トレーニング(尿もれ症状改善運動)
☆いずれも午後1時30分~3時30分
計3日間 中高年で運動制限のない女性 定20人(申込先着順) 運動ができる服・靴、飲み物、タオル 3月1日(日)から電話または直接

西保健センター 06(6788)0085、06(6788)2916

女性の元気! 応援塾 体と心の健康を保つ方法

▷3月11日(月)=あなたの心の状態を知りましょう▷18日(月)=あなたの心を癒しましょう▷29日(日)=アロマストレッチで身体をほぐしましょう
☆いずれも午後1時30分~3時30分
計3日間 女性 定30人(申込先着順) 運動ができる服・靴、飲み物
東保健センター 072(982)2603、072(986)2135

乳がん(ぶらっ)検診

検診センターで無料受診券の交付を受けた場合は無料。
健康づくり課▷東・中・西保健センター

有効期限は3月31日 がん検診無料クーポン券

市では、子宮頸がん・乳がん・大腸がん・肝臓ウイルス検診の自己負担金が無料になるクーポン券(写真)を次の対象者に送付しています。
有効期限は3月31日ですので、早めに受診しましょう。
▷乳がん(女性のみ)・大腸がん・肝臓ウイルス検診=40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の方▷子宮頸がん検診=20歳・25歳・30歳・35歳・40歳の女性 ※年齢は平成24年4月1日現在。
健康づくり課

乳がん講演会とトーク&コンサート

▷3月13日(木)午後1時~3時30分 伊コラム(男女共同参画センター)▷大阪がん循環器病予防センターの和田公子さんによる講演「受けていますか?乳がん検診」、歌手でローエイジングデザイナーの中村ますみさんによるコンサート
▷健康づくり課▷NPO法人東大阪エイフボランティアネットワーク 06(6722)0977



友人とのおしゃべりを楽しんで生活にときめきをプラスしましょう

女性には、ホルモンバランスの変化により更年期、成熟期、更年期、老年期といった大きなライフサイクルがあり、それに伴って心身に女性特有の不調が起こることがあります。
【女性ホルモンの特徴】女性には、女性ホルモン(エストロゲン)の分泌量の減少によって、次のような影響を心身に受けやすいといわれています。
▷更年期(イライラ)、反抗期、生理不順など
▷成熟期(自律神経失調症、月経の異常、子宮筋腫など)
▷老年期(萎縮性肺炎、尿もれ、骨粗しょう症など)

更年期を知りましょう。40歳代半ばから50歳代に大きな変化の表れる更年期は、特にホルモンバランスの乱れから心身にさまざまな影響を及ぼします。おまな症状はほり、のぼせ、発汗、冷えなどですが、ほかにも眠れず、ぼんやり、肩こり、イライラ、憂うつ、肩こりなど多くの症状があります。症状や程度には個人差がありますが、日常生活に支障をきたすほど強い症状が現れる人もいます。
まずは、更年期の症状を右表でチェックし、自分の体の状態を知りましょう。なお、心身の不調は我慢しないで、婦人科などの専門医に相談してください。

【更年期のイライラなどを軽減し、心身を健やかに保つために】
定期的な運動、規則正しい生活習慣を心がけることが重要で、美肌や女性らしいスタイルを保つことにもつながります。
また、友人とおしゃべりしたり、小説や映画を楽しむ

定期的な健康診断を受けるなどして、自分の体の状態を知りましょう。
さらに、基礎体温の測定や定期的な検診を受けるなどして、自分の体の状態を知りましょう。
病気の早期発見のためのがん検診や特定検診、健やかに過ごすための講座などを行っています。気軽に受けてください。

3月1日からは女性の健康週間

健やかな人生を

からだの変化と向き合って

女性の体は一生を通じてホルモンの影響を受け、大きく変化します。その体の変化に応じて、心の不調を感じる人もたくさんいます。自分の体を知り、変化を続ける心身と上手につき合ってください。

症状	強	中	弱	無
1.顔がほてる	10	6	3	0
2.汗をかきやすい	10	6	3	0
3.腰や手足が冷えやすい	14	9	5	0
4.息切れ、動悸がする	12	8	4	0
5.寝つきが悪い、眠りが浅い	14	9	5	0
6.怒りやすく、イライラする	12	8	4	0
7.くよくよしたり、憂うつになる	7	5	3	0
8.頭痛、めまい、吐き気がよくある	7	5	3	0
9.疲れやすい	7	4	2	0
10.肩こり、腰痛、手足の痛みがある	7	5	3	0
合計				点

▶点数の合計が51点以上の方は専門医に相談しましょう。
0~25点 異常なし
26~50点 食事や運動に注意を払い、無理をしない
51~65点 更年期の外來などを受診したほうがよい
66~80点 長期的な計画的な治療が必要
81~100点 精密検査を受け、更年期障害のみであった場合、長期的な治療が必要

世界デフゴルフ選手権 シニア団体で優勝! 倉橋克治選手に市長賞詞

第9回世界デフゴルフ選手権大会に出場し、シニア団体の部で金メダルを獲得した倉橋克治選手に1月29日、野田市長が市長賞詞を、藤木議長が議長賞詞を贈呈しました。
デフゴルフとは、聴覚障害者が行うゴルフです。昨年10月に三重県で開催された世界デフゴルフ選手権大会での東大阪市の倉橋選手は、市民に深い感動を与え、またスポーツを楽しむまち東大阪の推進に大きく寄与したとして、賞詞を贈ることとなりました。
同大会には13か国が参加。1チーム5人で4ラウンドの合計スコアを競うシニア団体戦では、日本代表が1位のカナダに3打差をつけて見事優勝しました。

野田市長が一年間の世界大会も代表に選ばれた倉橋選手に選ばれるようがなほつていきたい。良い成績を期待していますと話をし、倉橋選手は「ありがとうございます。もう一つ、腕を磨いて来年も代表に選ばれたいです。がんばっています」と抱負を語っていました。



野田市長に大会の様子を語る倉橋さん(左)

モノづくりを応援! 産技研と包括連携協定を締結

中小企業が抱える技術的な課題の解決や技術者の人材育成を支援するため、市と大阪府立産業技術総合研究所(産技研)はこのほど、包括連携協定を結びました。産技研は自治体と協定を結ぶのは初めてのことです。
産技研は、府内の産業振興を目的とし、中小企業が抱えるさまざまな技術的課題の解決に取り組んでいます。
市と産技研は、協定を結ぶことにより、市立産業技術支援センターの技術相談員や東大阪市中



協定書を手し今後の協力を誓う古寺理事長(右)と野田市長

災害時に迅速かつ的確な支援 国土交通省近畿地方整備局と申し合わせを締結

市は、大規模災害が発生したときの体制強化を図るため、国土交通省近畿地方整備局と申し合わせを締結しました。この申し合わせは、大規模災害の発生時に被災状況の把握や災害応急対応の支援をより迅速に受けられることとなります。

調印式に出席した近畿地方整備局の太田大企業部長は「この申し合わせにより迅速な対応ができるようになる。災害時には全力で対応します」と話していました。



野田市長と災害時の対応について意見交換する大塚部長(左)

相談のつづき

福祉なんでも相談

高齢者や障害者、子育て中の方の相談にコミュニティソーシャルワーカーが応じます。 ☎ ☎▷3月1日(金)ニグリーンパル(中鴻池)▷4日(月)ニくすのきプラザ(若江岩田駅前)▷5日(火)ニやまなみプラザ(四条)▷6日(水)ニ夢広場(布施駅前)▷7日(木)ニはすの広場(近江堂)▷21日(火)ニゆうゆうプラザ(日下)▷22日(水)ニももの広場(楠根) ☆いずれも午後1時30分～4時

☎福祉企画課 06(4309)3181、FAX06(4309)3815

母子家庭の母と寡婦のための出張就業相談

市内在住の母子家庭の母と寡婦を対象に、就職・転職の求人情報の提供や面接のアドバイスなどを行います。 ☎3月21日(木)午前10時～午後4時 ☎イコラーム(男女共同参画センター) ☎5人(申込先着順) ※1歳6か月～就学前幼児の保育あり(1人200円で定員あり。3月12日(火)までに要予約)。3月19日(火)までに電話で

☎☎母子家庭等就業・自立支援センター 06(6762)9498、FAX06(6762)3796 ☎子ども家庭課 06(4309)3194、FAX06(4309)3817

人権相談

【特設人権相談】

☎☎▷3月14日(木)ニ角田総合老人センター▷21日(木)ニ夢広場(布施駅前) ☆いずれも午後2時～4時 ☎社会福祉協議会内人権擁護委員会 06(6789)7201、FAX06(6789)2924

【常設人権相談】

☎☎月曜日～金曜日の午前9時～午後4時(祝日を除く) ☎☎大阪法務局東大阪支局 06(6782)5563 ☎人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823

その他

鴻池新田会所の臨時休館

カビや害虫から建物を守る作業を行うため、3月1日(金)から14日(木)まで臨時休館します。

☎☎鴻池新田会所 06(6745)6409、FAX06(6744)7498

パーク肥料を配布

市内の公園などで剪定した枝を利用して作ったパーク肥料を配布します。

☎3月14日(木)午前10時～午後4時 ☎各500人(当日先着順で1人1袋)

☎☎☎緩衝緑地公園管理事務所 072(966)4661、FAX072(965)7732 ▷花園中央公園管理事務所 072(960)3426、FAX072(960)3427 ▷金岡公園管理事務所 06(6723)0735、FAX06(6723)0736 ☎公園管理課 06(4309)3228、FAX06(4309)3836

市税の口座振替にご協力

市税(市・府民税の普通徴収分、固定資産税・都市計画税)の納付には、口座振替の利用をお願いします。

口座振替にすると、自動的に預貯金口座から納税できますので、納め忘れもなく便利です。口座振替は、預貯金口座のある市税取扱金融機関(阿波・徳島銀行を除く)または郵便局に、通帳、届出印、納税通知書を持参すると手続きすることができます。口座振替依頼書は市ウェブサイトからダウンロードできます。また、市内の市税取扱金融機関などにもあります。市税の口座振替にご協力ください。

☎☎納税課 06(4309)3147、FAX06(4309)3808

ごみの減量化・資源化へ移動式資源拠点回収を試行実施

市では、移動式資源拠点回収「キャラバン回収」を市役所本庁舎で試行的に実施します。当日は、回収ボックスなどを設置しますので、古紙類や古着など資源になるものをお持ちください。

また、ごみの減らし方・分け方についての相談や生ごみの水切り・エコクッキングなどごみ減量化の工夫に関するパネル展示もあわせて行います。リサイクルへの理解をお願いします。

☎3月23日(土)午前9時～正午 ☎市役所本庁舎正面玄関西側 回収品目 古紙類(新聞、雑誌、ダンボール)、古着、古布、紙パック、ペットボトル、白色トレイ、蛍光灯、乾電池 ☎循環社会推進課 06(4309)3199、FAX06(4309)3818

郷土博物館の休館

3月4日(月)から15日(金)までは展示替えのため休館します。16日(土)からは常設展「かわちのくに」およびテーマ展「卑弥呼の時代の東大阪」を開催します。

☎☎郷土博物館 072(984)6341、FAX072(986)1432

3月の移動図書館

☎☎永和図書館(暫定施設) 06(6781)5500、FAX06(6784)5630

日下町丹波神社西	13:20～13:50	12日(火)	花園西町公園	13:20～13:50	13日(水)
駅前公園(上石切町2)	14:00～14:30	26日(火)	若江本町北公園	14:00～14:40	27日(水)
ダイアパレス横(西石切町2)	15:00～15:40		イズミヤ若江岩田店	15:20～16:10	
横小路メイ・トラス	13:20～13:40	15日(金)	東楠風荘公園稲荷神社横	13:20～14:20	13日(水)
東大阪養護老人ホーム	14:00～14:30	29日(金)	寺嶋公園	15:00～16:00	27日(水)
桜井児童遊園	15:00～15:40		春光園(横枕)	13:20～13:50	
鳳雛山稲荷神社東駐車場	13:20～13:50	7日(木)	加納アメリカ集会所前	14:10～14:50	6日(水)
大池公園	14:00～14:30	21日(木)	府営加納住宅集会所前	15:10～15:50	
新池島町児童遊園	15:10～15:50		三ノ瀬公民館	13:10～13:50	7日(木)
オーク新石切(西石切町7)	13:20～13:50	8日(金)	大和公園	14:00～14:40	21日(木)
豊浦公民館	14:00～14:30	22日(金)	はすの広場(近江堂)北	15:20～16:00	
ジャルマンコーポ枚岡公園	15:10～15:40		市営島町住宅	13:20～13:50	12日(水)
N T T社宅(善根寺町4)	13:20～13:50	14日(木)	市営島住宅集会所前	14:00～14:40	26日(水)
マンハイム石切(日下町4)	14:00～14:40	28日(木)	新喜多公園	15:20～16:00	
J A孔舎衛(日下町6)	15:20～16:00		金岡公園	13:30～14:20	5日(水)
鴻池公園西	13:20～14:00	5日(火)	柏田公園	14:30～15:00	19日(水)
府営東鴻池第二住宅	14:10～14:40	19日(火)	岸田堂南公園	15:40～16:20	
メープルコート(島之内1)	15:30～16:00		西堤神社境内	13:30～14:10	14日(水)
玉串西団地集会所前	13:20～14:00	8日(金)	川俣処理場東	14:20～15:00	28日(木)
府営東大阪玉串住宅	14:10～14:40	22日(金)	稲田公園	15:30～16:10	
ライオンズマンション(若江東町2)	15:20～16:00		御厨天神社境内	13:20～13:50	15日(金)
角田総合老人センター	13:20～13:50	6日(木)	新家西町第2公園	14:00～14:30	29日(金)
プレジデント東大阪(若江町6)	14:10～14:50		五百石公園(御厨東2)	15:30～16:10	
八戸の里公園相撲場西	15:30～16:20				

傍聴しませんか文化芸術審議会

☎3月6日(木)午前10時～正午(受付は午前9時45分から) ☎市役所本庁舎12階会議室 ☎10人(抽選) ☎文化芸術振興に関する審議など ☎☎文化国際課 06(4309)3155、FAX06(4309)3823

届きましたか? ぐらしのガイド

市では、市役所の窓口案内や各種手続きなどを紹介する冊子「東大阪市ぐらしのガイド」をこのほど作成し、2月から市内の全世帯へ順次配布しています。ぜひ、日常生活のガイドブックとしてご活用ください。

なお、3月になっても届かない場合は、広報課までお問合せください。

【お詫びと訂正】

東大阪市民ぐらしのガイド34ページの東大阪市民ふれあい祭りの写真の説明に誤りがありました。お詫びして訂正します。東大阪市民ふれあい祭りの正しい開催場所は、近鉄八戸ノ里駅～布施駅の北側道路および花園中央公園です。

☎☎広報課 06(4309)3102、FAX06(4309)3821

市民会議報告書が完成

昨年6月9日開催の第34回東大阪市民会議の報告書が完成しました。報告書は、市ウェブサイトに掲載していますので、ぜひご覧ください。また、地域コミュニティ支援室でも配布します(数に限りあり)。

☎☎地域コミュニティ支援室 06(4309)3161、FAX06(4309)3812

ドリーム21の臨時休館

機器の点検とプラネタリウムソフト入替えのため、3月5日(火)と6日(水)は臨時休館します。プラネタリウムは引き続き8日(金)まで休止し、9日(土)から春番組「雄二とのり子のスター大百科」と「銀河鉄道の夜」を投影します。くわしくはドリーム21ホームページ(<http://www.dream21.higashiosaka.osaka.jp/>)をご覧ください。☎☎ドリーム21 072(962)0211、FAX072(962)0810

東大阪アリーナのプール休館

3月9日(土)と10日(日)は水泳大会のため、プールの一般利用ができません。

☎☎東大阪アリーナ 06(6726)1995、FAX06(6726)1994



みんなで楽しもう！ ラグビーカーニバル

ラグビーを楽しみませんか。 図
 図▷3月16日(土)午前9時から=中学
 ・高校生交流戦 ▷17日(日)午前8時
 30分から=中学生・スクール交流戦、
 トライリーグ選抜戦、模擬店など
 ※小雨決行。 図トライスタジアム

(花園中央公園多目的球技広場)、近
 鉄花園ラグビー場練習グラウンド
 図▷東大阪市ラグビーフットボー
 ル協会 06(6728)2564 (R/V兼用)
 ▷ラグビーワールドカップ誘致室
 06(4309)3020、R/V06(4309)3847

催しのつづき

角田総合老人センター クラブ活動発表会「弥生祭」

図図▷3月8日(金)クラブ活動発表
 会(詩吟、謡曲、民謡、民謡踊り、社交
 ダンス、カラオケ)など ▷9日(土)
 お茶席、介護予防体操など ☆いずれも
 午前10時～午後3時 ※両日、手芸、
 陶芸、書道、美術などの作品展示会や
 福祉なんでも相談コーナーもあります。

図角田総合老人センター 072(962)
 8011、R/V072(963)2020

枚岡梅林で野点を楽しみませんか

図3月3日(日)午前11時～午後2時
 図枚岡梅林 図100人(当日先着順)
 図300円(お茶菓子付き)

図▷枚岡公園管理事務所 072(981)
 2516、R/V072(982)8725 ▷商業課 06
 (4309)3176、R/V06(4309)3846

郷土博物館の展示

「かわちのくに」「卑弥呼の時代の東大阪」

常設展示「かわちのくに」と卑弥呼の
 活躍した時代の東大阪のようすをたど
 るテーマ展「卑弥呼の時代の東大阪」を
 開催します。 図3月16日(土)～10月6日
 (日)午前9時30分～午後4時30分(月曜
 日と祝日の翌日は休館) 図一般50円、
 高校・大学生30円、小・中学生20円

図郷土博物館 072(984)6341、R/V
 072(986)1432

地域福祉活動実践報告会

図3月17日(日)午後1時30分～3時
 図夢広場(布施駅前) 図170人(当日
 先着順) 図講演「地域福祉のネット
 ワークづくりについて」大阪教育大学
 准教授の新崎国広さん、校区福祉委員
 会の活動実践報告

図総合福祉センター内ボランティア
 ・市民活動センター 06(6789)7204、
 R/V06(6789)2924

自立支援協議会報告会

障害児・者の地域生活を支援するた
 めに、自立支援協議会内の各部会で議
 論された内容を報告します。 図3月
 20日(木)午後1時30分～4時30分 図市
 役所本庁舎18階大会議室 図130人(当
 日先着順)

図障害者支援室 06(4309)3184、R/V
 06(4309)3813

ドリーム21の催し

【子ども教室発表会】

ドリーム21の教室で活動している子
 どもたちが日ごころの成果を発表します。
 図図3月17日(日)▷午後1時～4時=生
 物教室・科学クラブによる手作りコー
 ナー、研究発表など ▷午後1時30分
 ～3時30分=ハンドベル、バイオリン、
 リコーダーの演奏

【子ども文化祭】

ダンスやバレエ、楽器演奏など、市
 内で活動する子どもたちによる発表会
 を開催します。 図3月20日(木)午前9
 時45分～午後3時

◇ ◇

図ドリーム21 072(962)0211、R/V
 072(962)0810

はすの広場の催し

【スプリング・ビッグ・バンドコン サート】

ニュー・ファイブ・ラインズによる
 ライブをお楽しみください。 図3月
 17日(日)午後1時30分～3時(開場は午
 後1時) 図150人(当日先着順)

【春の講演会】

図3月20日(木)午後1時30分～4時
 図150人(当日先着順) 図講演「みん
 なで楽しいまちづくり」近畿大学教授
 の久隆浩さん、パンパーによるギター
 とケーナの演奏

◇ ◇

図はすの広場(近江堂) 06(6730)
 0840、R/V06(6730)5723



グリーンガーデンひらおか 春の教室&催し

【パソコン教室～初心者コース】

図3月6日(木)午後1時～2時30分
 図20人(抽選) 図文字入力の基礎
 図150円 図ワードとエクセルがイン
 ストールされているノートパソコン
 ※レンタル(100円)あり。 図3月2
 日(土)まで

【パソコン教室～応用コース】

図3月19日(木)午前10時～正午 図
 20人(抽選) 図エクセルで簡単家計
 簿 図1,050円 図ノートパソコン
 ※レンタル(100円)あり。 図3月14
 日(木)まで

【初心者囲碁教室】

図3月9日(日)午後3時30分～5時
 図10人(申込先着順) 図250円 図
 3月5日(木)まで

【骨格健康ヨガ教室】

図3月10日(日)午前10時～11時30分
 図30人(申込先着順) 図550円
 図タオル 図3月6日(木)まで

【カラオケ教室】

図3月14日(日)午前10時～正午 図
 15人(抽選) 図250円 図3月9日
 (土)まで

【バズーカミサイルロボットを作
 ろう】

胸からミサイルが飛び出すロボッ
 トを作ります。 図3月16日(日)午前
 10時～正午 図3歳～小学生 ※小
 学校低学年以下は保護者同伴。 図
 20人(申込先着順) 図550円 図はさ
 み、木工ボンド、家にある不用品(ね
 じ、ナット、針金、バネなど) 図
 3月12日(木)まで

【ファンタスティックマジック教 室】

図3月16日(日)午前10時30分～正午
 図高校生以上の方 図20人(申込先
 着順) 図ロープの結び解け、シル
 クとロープ、トランプマジック 図
 1,550円 図トランプ、セロハンテ
 ー、筆記用具 図3月12日(木)まで

【油絵基本教室】

図3月17日(日)午前10時～午後0時

30分 図20人(申込先着順) 図1,550
 円 図牛乳パック、水入れ(ジュ
 ースの空缶など) 図3月13日(木)まで

【書道教室】

図3月17日(日)午前10時30分～午後
 0時30分 図20人(申込先着順) 図
 1,050円 図書道用具、半紙 図3月
 13日(木)まで

【ふれあい写真教室(初心者)】

撮影に関する講義のあと、枚岡梅
 林へ行きます(現地解散)。 図3月23
 日(日)午前10時～午後3時 図20人(抽
 選) 図350円 図カメラ(携帯電話な
 どのカメラは除く)、弁当、飲み物
 図3月19日(木)まで

【プリザーブドフラワー教室】

図3月24日(日)午前10時～正午 図
 20人(抽選) 図2,250円 図クラブ
 トハサミ、ピンセット、持ち帰り用
 袋 図3月14日(木)まで

【ハワイアンフラダンス】

図3月24日(日)午前10時～11時30分
 図中学生以上の方 図25人(申込先
 着順) 図550円 図3月20日(木)まで

【竹のおもちゃとオブジェ作り】

図3月24日(日)午前10時～午後1時
 図30人(申込先着順) 図800円
 図3月20日(木)まで

【社交ダンス入門】

図3月24日(日)午前10時30分～午後
 0時30分 図20人(申込先着順)
 図350円 図3月20日(木)まで

【ロビーギャラリー】

黒多くるみさん、三木夏江さん、
 阪田静子さんによる「日本画天陽会
 三人展」を開催します。 図3月1
 日(金)～31日(日)午前9時～午後9時30
 分 ※申込不要。

◇ ◇
 図教室名、住所、氏名、年齢、電
 話番号を各申込期限までに電話また
 はファクスで ※月曜日は休館。

図図グリーンガーデンひらおか
 072(982)9920、R/V072(982)9921



お知らせコーナー

催し

夢広場17周年行事

講演～地域の活性化を考える

3月10日(日)午後1時～4時 170人(当日先着順) 因基調講演「地域の活性化を考える」大阪商業大学教授の初谷勇さん、パネルディスカッション(大阪商業大学准教授の永井久晴さん、近畿大学非常勤講師の中西久雄さん)、ミニコンサート、フラダンスショーなど

夢広場(布施駅前) 06(6784)2014 (R兼用)

市民文化芸術祭

3月1日(金)～3日(日)午前10時～午後5時(開場は午前9時30分) 市民会館 因特別企画＝谷口智則さんの絵本原画展示、ペンシルパルーンアート(風船プレゼント) ▶特別展示＝蛭川昇さん指導による陶芸体験、IKOM A MOUNTAIN BOATSによるカヤック展示 ▶特別出演＝山岸竜之介さん(ギター少年)、矢部美幸さん(特別映像出演)、富永豊一さん(アコーディオン奏者)、サチコ、ナ.プアラニ(フラ・ワークショップ)、セーリング(ロックバンド)、大阪商業大学吹奏楽部・ギター部、近畿大学ギタークラブ ▶展示＝絵画、書道、華道など ▶舞台＝邦楽、民謡、詩吟など ▶お茶席(有料)

社会教育センター 06(6789)4100、R06(6789)5212

記号の見方

◎とき ①ところ ②対象 ③定員・定数 ④内容 ⑤講師
 ⑥料金(表示のないものは無料) ⑦持ち物 ⑧申込方法・応募方法など
 ⑨申込み先・応募先など ⑩問合せ先 ⑪メールアドレス

やまなみプラザの催し&教室

【やまなみまつり】
 3月17日(日)午前9時30分から 因展示＝書道、絵手紙、フラワーアレンジメントなど ▶舞台(午前11時から)＝日本舞踊、大正琴、大道芸、マジックなど ※申込不要。

【子どもおもしろサイエンス】
 光のふしぎを体験してみませんか。
 3月30日(日)午後2時～4時 市内在学の小学校3年生～6年生 12人(抽選) ⑥筆記用具、ノート ⑦往復ハガキに教室名、住所、氏名、年齢、学年、電話番号を書いて3月22日(必着)までに郵送

◇ ◇
 ⑧⑨⑩⑪579-8054南四条町1-7 やまなみプラザ(四条) 072(988)3107 (R兼用)

ヘルシーウォーキング

京都府井出町へお花見に出かけ、散策します(約7km)。4月6日(日)(雨天中止) ☆JR三山木駅に午前10時集合、午後3時ごろ解散。市内在住・在勤(いずれか)の方 因木津川-玉水橋-玉川桜並木-橋本橋-椿坂-小野小町塚-地藏禅院(しだれ桜) ⑧弁当、飲み物 ⑨往復ハガキ(1人1枚)に行事名、住所、氏名、電話番号を書いて3月15日(必着)までに郵送

⑩⑪⑫578-0975中鴻池町2-3-13 グリーンパル(中鴻池) 06(6747)1592、R06(6744)2748

ゆうゆうプラザ文化祭 開館20周年記念式典

3月23日(土)・24日(日)午前10時～午後5時 因記念式典＝勇勢師子王大鼓による和太鼓演奏 ▶展示＝絵画、書道、ちぎり絵、絵手紙、染色、陶芸、エコ作品など ▶舞台＝子どもダンス、ギター・ピアノ演奏、拳法、舞踊、おわら風の盆、太極拳など ※23日午後3時30分から河内音頭、24日午後3時50分から春野恵子さんによる浪曲があります。

⑩⑪⑫ゆうゆうプラザ(日下) 072(986)9284、R072(986)9293

ひるさがりロビーコンサート

3月23日(日)午後1時30分～2時15分(開場は午後0時50分) 130人(抽選) 因「デュオ・インティモ」の中澤保さん・米倉典子さん・水篠俊明さんによるファゴット・ピアノ・フルート演奏「小さな世界」「美空ひばりメロデー」「3つのロシア歌曲より」など ⑨往復ハガキ(1枚3人まで)にコンサート名、代表者の住所・氏名・電話番号、参加人数と全員の氏名を書いて3月12日(必着)までに郵送

⑩⑪⑫578-0924吉田6-7-22 市民美術センター 072(964)1313、R072(964)1596

日新高校吹奏楽部定期演奏会

楽しいライブパフォーマンスはもちろん指揮者体験なども企画しています。

3月17日(日)午後3時30分～6時(開場は午後3時) ⑧府立中央図書館ライティホール ⑨380人(当日先着順) ⑩⑪⑫日新高校 072(985)5551、R072(985)3276

いっしょに学びませんか？

はすの広場とくすのきプラザの教室

はすの広場の教室

【将棋教室】
 子どもも参加できます。4月～来年3月の原則第1・3土曜日午後1時～5時(計24日間) ⑧若干名(抽選) ⑨大人月1,000円、子ども月500円(当初に3か月分)

【ひまわりくらぶ】
 いろいろなことを話したり、運動したりします。4月～来年3月の原則第1火曜日午後1時～3時(計12日間) ⑧若干名(抽選) ⑨月300円(当初に6か月分) ※別途、教材費が必要。

【英語会話教室】
 ⑧▷初級＝4月～来年2月の原則第1・3火曜日 ▶中級＝4月～来年3月の原則第2・4火曜日 ☆いずれも午後7時～8時30分で計20日間 ⑨各若干名(抽選) ⑩月1,500円(当初に4か月分) ※別途、教材費が必要。

【中国語会話教室】
 ⑧▷初級＝4月～来年3月の原則第2・4火曜日 ▶中級＝4月～来年2月の原則第1・3火曜日 ☆いずれも午後7時～8時30分で計20日間 ⑨各

若干名(抽選) ⑩月1,500円(当初に4か月分) ※別途、教材費が必要。

【男の料理教室】
 4月7日(日)午前10時30分～午後2時 ⑩10人(抽選) ⑪1,500円 ⑫エプロン、三角巾、筆記用具

【ここからからだの養生講座～身体をほぐしてリラックス】
 3月18日(日)午後1時30分～3時30分 ⑩40人(当日先着順) ⑪タオル

◇ ◇
 ⑫市内在住・在勤(いずれか)の成人 ⑬往復ハガキに教室名(英語会話と中国語会話はコース名も)、住所、氏名(ふりがなも)、年齢、電話番号を書いて3月18日(日)必着)までに郵送

⑭⑮⑯577-0817近江堂3-12-15 はすの広場(近江堂) 06(6730)0840、R06(6730)5723

くすのきプラザの教室

【コーラス教室】
 4月1日～来年3月の第1・3月曜日(計24日間) ▶午前9時30分～10時30分 ▶午前10時40分～11時40分 ⑩各10人(抽選) ⑪1回750円(当初

に8回分)

【囲碁入門教室】
 4月14日～来年3月の原則第2・4日曜日午後2時～4時30分(計20日間) ⑩20人(抽選) ⑪1回200円(当初に10回分) ※別途、教材費が必要。

【気楽に始められる生け花】
 4月13日～来年3月の第2土曜日(7月～9月と1月を除く計8日間) ▶初歩＝午後1時～2時30分 ▶初歩の次＝午後2時40分～4時10分 ⑩各16人(抽選) ⑪1回1,000円(当初に4回分) ⑫花ばさみ、手ふき、持ち帰り用袋、筆記用具

【リラックスヨガ】
 4月5日～来年3月の原則第1金曜日午後3時20分～4時50分(計12日間) ⑩30人(抽選) ⑪2,400円

【健康づくり講座】
 4月6日(日)午後2時～3時30分 ⑩40人(抽選) ⑪さちんと食べて健康アップ～血圧編

◇ ◇
 ⑫市内在住・在勤(いずれか)の成人(コーラス教室は60歳以上の女性) ⑬往復ハガキに教室名(コーラスは時間帯、気楽に始められる生け花はコース名も)、住所、氏名、電話番号を書いて3月11日(日)必着)までに郵送

⑭⑮⑯578-0941若田町4-3-22-500 くすのきプラザ(若江岩田駅前) 072(967)6565 (R兼用)

お知らせコーナー

募集

自動販売機の設置事業者

市施設に自動販売機を設置する事業者を募集します。くわしくは市ウェブサイトをご覧ください。お問い合わせください。☎3月8日(金)までに直接
 ☎管財室 06(4309)3125、FAX06(4309)3820

自立支援協議会委員

自立支援協議会では、障害者施策を円滑に進めていくため、相談支援事業の運営評価や関係機関によるネットワークの構築などをしています。

これらの活動に障害者の立場から意見や助言を行う委員を募集します。☎身体・知的・精神障がいずれかの手帳をもつ市内在住の20歳以上の方およびその家族 ☎3人(抽選)
 任期 平成27年3月31日まで ☎応募動機を800字程度にまとめ、住所、氏名、生年月日、性別、電話番号を書いて3月25日(月)(必着)までに郵送または直接
 ☎〒577-8521市役所障害者支援室 06(4309)3184、FAX06(4309)3813



手話通訳・要約筆記の登録者

手話通訳者または要約筆記者として活動できる方を募集しています。☎☎手話通訳者=手話を主とする意思伝達技術がある方 ☎要約筆記者=要約筆記者養成講座を修了し、要約筆記ができる方 ☎3月15日(金)までに電話で
 ☎障害者支援室 06(4309)3184、FAX06(4309)3815

長瀬老人センター 趣味教養教室会員

市内在住の60歳以上の方を対象に趣味教養教室の会員を募集します。活動期間は4月から来年3月までです。
 ☎民謡、生け花、歌体操、水墨画、詩吟、新舞踊、書道、カラオケ、レクリエーション、社交ダンス、切り絵、健康フラダンス ☎3月6日(木)~12日(水)午前9時~午後5時に本人が直接(10日(日)は休館)
 ☎長瀬老人センター 06(6720)5653、FAX06(6724)9869

枚岡公園 ボランティア

園内で樹木管理や花壇の手入れ、清掃活動、園内の案内、イベント開催などを行うボランティアを募集します。
 ☎20人(申込先着順) ※講習会(3月17日(月)午前10時30分~午後3時30分)を受講していただきます。
 ☎枚岡公園管理事務所 072(981)2516、FAX072(982)8725
 ☎商業課 06(4309)3176、FAX06(4309)3846

記号の見方

☎とき ☎ところ ☎対象 ☎定員・定数 ☎内容 ☎講師
 ☎料金(表示のないものは無料) ☎持ち物 ☎申込方法・応募方法など
 ☎申込み先・応募先など ☎問合せ先 ☎メールアドレス

モノづくりに挑戦

少年少女発明クラブ員を募集

少年少女発明クラブ員を募集します。アイデア工作やロボット・絵画製作などモノづくりの楽しさを体験しませんか。



☎4月13日~来年3月の第2・4土曜日午後1時~4時 ☎市内在住の小学校新5年生~中学校新2年生 ☎30人(抽選) ☎5,000円 ☎ハガキに住所、氏名(保護者名も)、学校名、新学年、電話番号を書いて3月1日(金)~8日(金)(必着)までに郵送(ファクスまたはEメール、直接も可)
 ☎〒577-0065高井田中1-5-3 産業技術支援センター内少年少女発明クラブ事務局 06(6785)3325、FAX06(6785)3363、☎sangi@techsupport.jp

アルバイト保育士 市立総合病院

市立総合病院で働くアルバイト保育士を募集します。☎保育士の資格があり、保育所・幼稚園などで3年以上の実務経験がある方 ☎勤務時間 月曜日~金曜日の原則午前8時30分~午後5時 ☎雇用期間 4月1日~来年3月31日(更新不可) ☎勤務条件 各種社会保険完備 ☎3月8日(金)までに電話のうえ、履歴書(写真貼付)に必要な事項を書き、保育士証の写しを添えて指定の面接日に直接
 ☎市立総合病院総務課 06(6781)5101、FAX06(6781)2194

校務員(非常勤)の登録者

4月1日以降に市立学校園の環境整備業務などに従事する校務員(非常勤)の登録者を募集します。くわしくはお問合せください。
 ☎教育総務部総務課 06(4309)3266、FAX06(4309)3837

スクールヘルパー新規登録者

市立小・中学校で障害のある子どもを支援するスクールヘルパーを募集します。くわしくはウェブサイトをご覧ください。
 ☎勤務時間 月曜日~金曜日午前8時30分~午後3時25分 ☎応募用紙に必要な事項を書いて3月4日(月)(必着)までに郵送または直接
 ☎学校教育推進室 06(4309)3269、FAX06(4309)3838

ケアアシスタントの登録者

医療的ケアが必要な子どもを支援するケアアシスタント(医療介助員)として、市立小・中学校で勤務できる登録者を募集します。くわしくはお問合せください。☎勤務時間 午前8時30分~午後3時15分 ☎(准)看護師免許を取得している方
 ☎学校教育推進室 06(4309)3269、FAX06(4309)3838



グリーンガーデンひらおか ボランティア

グリーンガーデンひらおかの花壇・野菜園の手入れ、庭園の剪定・草刈り、ロビーギャラリーの入換え、館の整備・修繕などを行うボランティアを募集します。☎活動日時 水曜日の午前10時~正午 ☎2人程度 ※食事代および交通費は支給します。無料入浴可。
 ☎グリーンガーデンひらおか 072(982)9920、FAX072(982)9921

新しく始めよう

東大阪アリーナの教室

4月から8月までのスポーツ・文化教室の会員を募集します。開催する教室やとき、対象などは表のとおりです。

なお、回数や持ち物などは教室により異なります。くわしくは東大阪アリーナホームページ(<http://www.hos-arena.com/>)をご覧ください。☎往復ハガキ(1人1枚)に教室名、住所、氏名、年齢(学生は新学年も)、性別、電話番号を書いて3月8日(金)(必着)までに郵送 ※抽選、応募が少ない教室は中止する場合があります。
 ☎〒577-0804中小阪4-7-60 東大阪アリーナ 06(6726)1995、FAX06(6726)1994

	教室名	とき	対象	定員	料金
スポーツ系	成人女子バスケット教室	月曜日 午前10時~11時30分	16歳以上	10人	13,000円
	成人バドミントン	月曜日 午後5時10分~6時40分	16歳以上	6人	15,400円
	成人バドミントン A	木曜日 午後7時~8時30分	16歳以上	20人	15,400円
	成人バドミントン B	木曜日 午前10時~11時30分	16歳以上	5人	15,400円
	成人卓球 A	水曜日 午後7時~8時30分	16歳以上	10人	15,000円
	成人卓球 B	木曜日 午前10時~11時30分	16歳以上	10人	15,000円
運動系	成人ソフトテニス	月曜日 午後7時~8時30分	中学生以上	20人	18,200円
	掬体法	月曜日 午前10時30分~11時30分	18歳以上	15人	11,000円
	はじめてのヨガ	月曜日 午後1時~2時	18歳以上	15人	11,000円
	太極拳	水曜日 午前11時~正午	18歳以上	10人	15,000円
	ママのエアロビクス	水曜日 午後1時~2時	出産後の1か月検診を終了している方	10人	5,250円
	姿勢改善ピラティス	木曜日 午前10時~11時	18歳以上	10人	15,000円
文化系	ハワイアンフラ	金曜日 午前10時~11時30分	16歳以上	15人	13,000円
	はじめてのハワイアンフラダンス	金曜日 午後7時~8時15分	中学生以上	20人	14,000円
	四柱推命	水曜日 午前10時~11時	18歳以上	15人	9,600円
	写真術	土曜日 午後1時30分~4時	これから始める方、一眼レフを使いたくない方	5人	12,000円
	韓国語初級1	金曜日 午後1時20分~2時20分	文字の仕組みがわかる方	15人	19,000円
	韓国語初級2	金曜日 午後2時30分~3時30分	基本的な会話ができる方	10人	19,000円
子ども親子	大阪エヴェッサバスケット教室	金曜日 午後6時~7時20分	小学校1年生~3年生	20人	22,050円
		午後7時30分~8時50分	小学校4年生~中学生	20人	
	大阪エヴェッサチアダンス教室	木曜日 午後5時10分~6時25分	4歳~小学校3年生の女子	20人	22,050円
		午後6時40分~7時55分	小学校4年生~6年生の女子	20人	
	ミニバスケット教室	木曜日 午後5時10分~6時40分	小学校3年生~6年生	20人	9,800円
	子どもフラワーアレンジメント	土曜日 午後1時30分~2時30分	3歳以上(保護者同伴可)	15人	4,000円
少年少女バドミントン	月曜日 午後5時10分~6時40分	小学校3年生~中学生	5人	9,800円	
親子バドミントン	月曜日 午後5時10分~6時40分	小学校3年生以上の子どもとその保護者	2組	15,400円	