

広報しまもと

Shimamoto

京となにわが^{まじり}あふ場所

第四保育所新園舎が完成!

2021年

4

令和3年

特集 コロナ禍での体力づくり

No.1068

コロナ禍での 体力づくり

問 いきいき健康課 (☎962・7461)

生活不活発
になって
いませんか？

吉田さん！それは
フレイルかも
しれませんよ！

いきいき健康課
管理栄養士 吉田 祐子
保健師 大西 里果

わっ！
急になんですか！

最近体がだるいな〜、
やる気もないし…。

吉田さんは最近、
筋力が落ちて
いるんじゃない
ですか？
それに、お腹がポヨ〜ン！
お尻もダル〜ン！って
なってますよ！
コロナの影響で
フレイルになる人が
増えているんです。

確かに
動くことが
減ったかも。

ぎくっ！

フレイルというのは、年齢と
ともに心身の機能が
低下し、弱った状態を
言います。

生活が不活発になると
活動量が減り、食欲が落ちて、
栄養状態が悪くなります。
すると筋力が低下して、
さらに活動量が減るといった
悪循環が起きやすくなります。

とくに、高齢の方は
注意が必要です。
閉じこもりがちになると
フレイルの危険が
高まります。

でも大丈夫です！

フレイルは回復や改善が
可能な状態です。

フレイル予防は高齢の方は
もちろん知っていただきたいですが、
働き盛り世代でもフレイルになります。
フレイルの芽は若い頃からの
生活の見直しや
適切な対応により
予防、改善することが
できますよ。

予防には、

「運動」、
「栄養」、
「口腔ケア」、
「社会参加」の

4つの柱があります。

う〜ん、フレイルが
何かはわかりましたが…
なんだか
めんどくさそうです。

具体的に何を
やればいいのか
わからないし…。

大丈夫です！
これから簡単に説明しますね。
まず**運動**です。

吉田さんは最近運動をしていますか？



「1年前にサイクリングをはじめましたが、冬場は寒くてサボってしまっていて…。コロナの影響もあって好きなフットサルも全然参加していません。」



一日に11時間以上座っている人は、4時間未満の人と比べ**死亡リスクが40%も高まる**と言われています。

健康な高齢者が2週間家の中であまり動き回らないようにすると、足の筋肉量が3.7%減少したという報告があります。



自分の年齢や趣味などに合わせてちよっとしたことからはじめましょう！



できること

- ✔ こまめに立ち上がって、座っている時間を減らす
…事務仕事をする方におすすめ
- ✔ 家事を運動の機会にする
…主婦・主夫の方におすすめ
- ✔ 機会を見つけて歩く
- ✔ 筋トレを習慣にする
- ✔ いきいき百歳体操をする
…ご高齢の方におすすめ



例えば掃除などの家事も運動になります。
掃除をするに1時間に4km歩くらゐの運動になります。
日常生活でできることを増やせば運動していることと同じです。

たしかにこれくらいならできるかも。



ちよっとずつ継続してやるのがオススメですよ！



次に**栄養**です。

食事は、**バランスよく**とれていますか？



朝ごはんは食べない派なんですよ…。
あと食事のバランスっていつけど何を意識すればいいのかかわかりません。



こんなときこそ**栄養**をしっかりと摂ることが大事なんです。



「朝ごはんはしっかりと食べないとダメですよ！」



一日3食しっかり食べることが大事です。外出機会が減ると食べるものに偏りができたり、食欲がなくなると食事量も少なくなりがちです。
ご高齢の方の場合は、筋肉の材料となる動物性のたんぱく質が不足になりがちです。
低栄養を予防し、体力や免疫力を維持しましょう。
多様な食品をとることで、自然と栄養バランスがよくなります。

次のページへ続く…

バランスよくかあ…
でも美味しいもの
お腹いっぱい食べたい
じゃないですか？

食べるって=幸せでしょー！

でも、
今後の人生も
ずっと美味しいものを
食べたい
ですよ？

食べ過ぎや
偏った食事を
続けていると、
気付かない内に
高血圧や糖尿病が
進行します。

そして、
血管や臓器を傷つけて、
厳しい食事制限に
なってしまうことも
あるんですよ。

まあたしかに…。



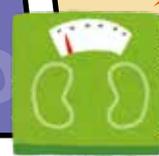
吉田さん、
体重は定期的に
はかっていますか？

体重は、絶対に
はかりたく
ありません！

NO!

断固、
拒否
します

定期的に体重を測ることは、
自分の健康状態を正しく知る
ことにつながりますよ。



- ✓ 定期的に体重を測る
 - ✓ 3食規則正しく食べる
 - ✓ 主食、主菜、副菜を意識して食べる
 - ✓ 「さあにぎやか(に)いただく」を毎日食べる
- さかな、あぶら、にく、ぎゅうにゅう、
やさい、かいそう、いも、たまご、
だいずせいひん、くだもの
- 脱水予防のためにこまめに水分
を十分とる

できること



体重計の前で
足が震えるかも
しれませんが、
勇気を出して
のってみます…。



がんばってください。
次は、

口腔ケアです。

口の機能が低下した状態を
オーラルフレイルと言います。
口腔の状態が悪化すると、
栄養を摂りにくくなったり、
誤嚥性肺炎を起こしやすく
なるなど、全身の健康に
関係します。

よく噛んで
食べたり、口を
動かしたりして、
口のまわりの
筋肉を健康に
保つことが
大切です。



くわしく掲載していますのでぜひ、ご覧ください。



できること



- ✓ 歯磨きやデンタルフロスなどで
□の中を清潔にする
- ✓ 義歯を手入れする
- ✓ 電話などで家族や友人と話を
する
- ✓ かみかみ百歳体操をする

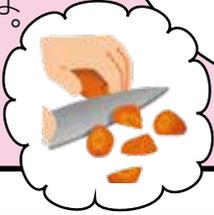
テレビとかで舌をまわしたりすると顔の筋肉が引き締まるとかよくいっていますよね。



ちよつとやったらしんどくなるので全然長続きしないです…。

ちよつとやってしんどくなるようなら、□のまわりの筋力も落ちていくのかしれませんよ。□の中を清潔にすること、□の体操も大事なのでぜひやってみてください。

食事のときに食材を大きく切ることも有効ですよ。そうするとよく噛むようになります。



食材を大きく切るだけでいいんですか！
なんで早く言ってくれないんですか！

なんでと言われても…。



最後に 社会参加



社会参加、社会活動、一人暮らしなどフレイルとの関連について研究がされており、認知機能の低下と身体機能の低下にも関連すると言われています。うつ状態を引き起こすこともあります。

同じ運動をするにしても、一人でしている人とグループに参加している人を比べると、グループに参加して行っているの方が将来介護が必要になるリスクが減ることが分かっています。

家族や友人、地域のひととの支え合いを大切にしましょう。



私は日ごろから仕事にでかけているので、人と触れ合う機会が多いですけど、コロナの影響で、外出を自粛している人も多いと思いますし、家に閉じこもってしまっている人は多そうですね。



人とのつながりはとても大事です。特に高齢の方は閉じこもっている方も多いです。

家族や地域のひととの支え合いを大切にしてください。買い物に行ったり、電話やメールでも家族や友達、地域のひとと交流したりすると予防につながります。もちろん感染症対策はしっかり行ってください。



できること

- ✓ 電話などで家族や友人と交流する
- ✓ 買い物に行く
- ✓ 感染予防しながら、地域のひとと交流する
- ✓ 趣味や運動のサークルに参加する

私の妻も最近家に閉じこもりがちなので、一緒に近所を散歩したりしてみます！
それから、これらのことを両親にも教えます！

じゃあ早速実践だー



みなさんも感染症対策をしながら、フレイル予防に力を入れてください！
取り組んでみてください！
行っちゃった

改めて感染予防の基本

新型コロナウイルス感染症は、一般的には飛沫感染と接触感染があります。
①手洗い ②マスク着用 ③3密を避ける行動が大切です。

正しい手の洗い方

外出先から帰宅時、食事前など、石鹸と流水で指先から手首まで丁寧に洗いまししょう。

問にぎわい創造課 ☎9662・2846

アカウント名

🔍 mizumarokun



みづまるくん公式 Instagram 開設

是非アカウント
フォローしてね

みづまるくんの活動の様子などを公開する、公式Instagramを開設しました。この公式Instagramは、町とみづまるくんサポーターが協力しながら運営していきます。



町制施行80周年記念 観光マップ作成



問にぎわい創造課 ☎9662・2846

町制施行80周年の記念品として、A3サイズの観光マップを作成しました。今後、公共施設への配架や、イベントなどでお配りする予定です。

水道料金 下水道使用料 アプリ決済 サービス追加

現在
使用できる
アプリ

LINE
Pay

に加え新しく追加されます！

4/1
から NEW

銀行
Pay

Pay
B

楽天
銀行

Pay
Pay

5/1
から NEW

au
PAY

納付手続きに必要なもの

- 「コンビニ収納用バーコード」が印刷された納付書
- 各社専用アプリをインストールしたカメラ機能付きのスマートフォン・タブレット

問 業務課 (☎) 96226306

システム利用手数料はかかりません。くわしい操作方法は各社ホームページをご確認ください。また、通帳への記入や領収証書の発行はされませんので、必要とされる場合は口座振替、金融機関やコンビニエンスストアなどでの窓口払いをご利用ください。また、お取扱いできるのは1枚あたりの金額が5万円未満の納付書のみとなります。

第四保育所 移転新築し、 新たに開園

未耐震であった第四保育所の耐震対応のため、新園舎の建設工事を行っている間、ふれあいセンターの一部諸室に第四保育所を一時移転させ、保育を実施してきました。

このたび、役場前に新園舎の建設が完了し、4月1日(木)から新たに開園します。

定 0歳児～5歳児の計90人



第四保育所に在籍する児童およびその保護者のみなさんやふれあいセンターをご利用のみなさんをはじめ、住民のみなさんには、多大なるご理解とご協力を賜りましたこと、あらためてお礼申し上げます。

また、これからも地域のみなさんと連携し、保育所運営を行ってまいりますので、今後ともご理解、ご協力のほど、よろしくお願ひします。

問 子育て支援課

(☎) 9627461



町立小中学校

児童・生徒 **1人**に**1台**

タブレット端末 整備

タブレット端末の整備により、多様な子どもたちを誰一人取り残すことなく、公正に個別最適化された学びや創造性を育む学びをめざします。また、これにより、特別な支援が必要な子どもたちの学びの可能性も大きく広がります。

問 教育推進課 (☎962・0391)



これまでの
教育実践
の蓄積

×

ICT

=

学習活動の一層の充実
主体的・対話的で深い学びの
視点からの**授業改善**

文部科学省「GIGAスクール構想の実現へ」より

タブレット端末を
使って実現される学び



挿絵や写真などを
拡大・縮小したり、画面
への書き込みなどを活
用して分かりやすく説
明したりすることによ
り、子どもたちの興味・
関心を高めることがで
きます。

一斉学習



協働学習

タブレット端末やプロジェクトなどの活用で、教室内の授業や他地域・海外の学校との交流学习や、子ども同士による意見交換、発表などお互いを高めあう学びを通じて、思考力、判断力、表現力などを育成することができます。

個別学習

デジタル教材などの活用により、自らの疑問について深く調べることや、自分に合った進度で学習することが容易となります。また、一人ひとりの理解や関心の程度に応じた学びを構築することができます。



新型コロナ ワクチン接種

問 いきいき健康課 ☎962・7461



Q & A

(3月23日現在)

Q. いつから始まるの？

A. 新型コロナワクチンについては、国が確保した上で人口規模などに応じて各自治体に分配されます。4月中に町に割り当てられる予定のワクチン数は非常に少ないため、**4月は高齢者施設入所者から、それ以外の高齢者は5月から接種を開始する予定です。**65歳未満の方は国の基準の優先順位に沿って、順次開始する予定ですが、現時点で時期は未定です。

Q. どこで接種できるの？

A. 集団接種はふれあいセンターを予定しています。医療機関での個別接種もできるように準備を進めていますが、調整中です。決まり次第、ホームページや広報しまもとでもお知らせします

Q. 接種までの手続きは？

A. 対象者には、**自宅に接種券を順次郵送**します。まずは65歳以上の高齢者(昭和32年4月1日以前に生まれた方)へ4月中旬頃に発送する予定です。その後の手続きは、接種券に同封の案内をご確認ください。決まり次第、ホームページや広報しまもとでもお知らせします。接種券はこちらの封筒でお届けします。



Q. ワクチン接種に関する最新の情報は？

A. 町ホームページをご覧になるか、**町新型コロナワクチンコールセンター**までお問い合わせください。

町新型コロナワクチンコールセンター

☎962-5811

🕒 毎日9時～17時30分※祝日を除く



Q. 新型コロナワクチンは、どんな効果があるの？

A. 今回新たに承認された新型コロナワクチンは**2回の接種によって95%の有効性**で発熱や咳などの発症を防ぐ効果が認められています※インフルエンザワクチンの有効性は約40～60%

Q. 副反応は大丈夫？

A. 一般的にワクチン接種後には、ワクチンが免疫をつけるための反応を起こすため、接種部位の痛み、発熱、頭痛などの「副反応」が生じる可能性があります。治療を要したり、障害が残るほどの副反応は、**きわめて稀ではあるものの、ゼロではありません。**(予防接種による健康被害は救済制度の対象です。)

今回新たに承認されたワクチンの国内治験では、ワクチンを2回接種した後に、約80%の方に接種部位の痛み、約60%の方に疲労・倦怠感、約33%の方に37.5度以上の発熱が認められています。

ワクチンに含まれる成分に対する急性のアレルギー反応であるアナフィラキシーの発生頻度は、市販後米国で20万人に1人程度の報告がされています。日本での接種ではワクチン接種後15～30分経過を見て、万が一アナフィラキシーが起きた場合、医療従事者が必要な対応を行います。

さあ投票！選挙の主役はあなたです

町議会公議員

町長選挙

【問】選挙管理委員会事務局 (☎) 962・8441

4月18日(日)
7時～20時



開票速報を生放送

選挙当日、開票速報が「COMチャンネル(地デジ11チャンネル)で生放送されます。ぜひご覧ください。

【時】4月18日(日)22時～24時

各投票所での新型コロナウイルス感染症対策

各投票所では、次のような対策を行います。安心してお越しください。

- 出入り口に消毒用アルコールを設置
- 定期的な会場の換気やふき取り消毒を実施
- 投票所スタッフは全員マスクなどを着用
- 受付などにビニールカーテンを設置
- 使い捨て鉛筆を設置※筆記用具(ボールペン・サインペンなど不可)の持参可

有権者のみなさんへのお願い

- 出入り口での手指のアルコール消毒をお願いします
- 来場前、帰宅後の手洗いなどの対策をお願いします
- 周りの方との距離を保つようにお願いします

期日前投票

【時】4月14日(水)～17日(土)
8時30分～20時

【所】役場地階第五会議室

大沢地区期日前投票

【時】4月15日(木)9時30分～12時

【所】大沢集会所

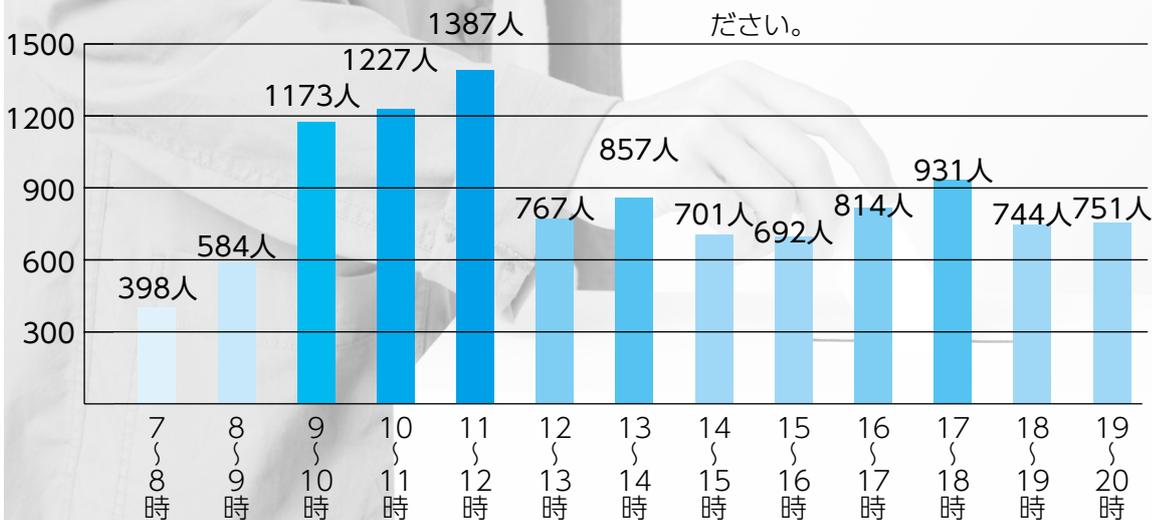
【対】大沢地区居住者

【持】投票所入場券

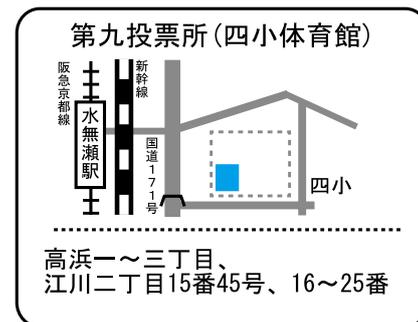
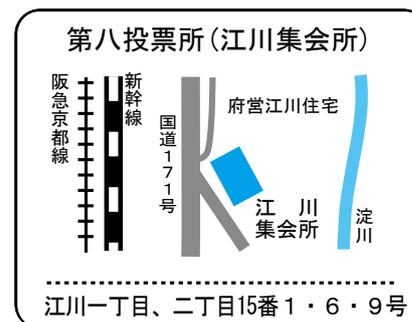
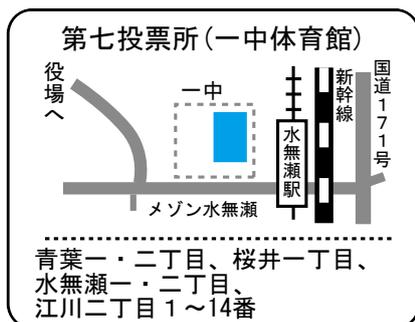
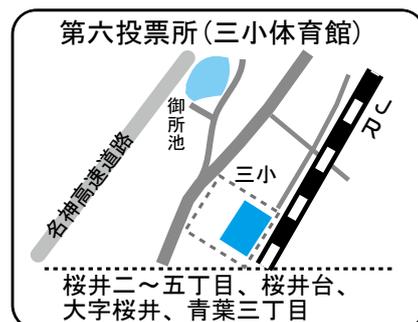
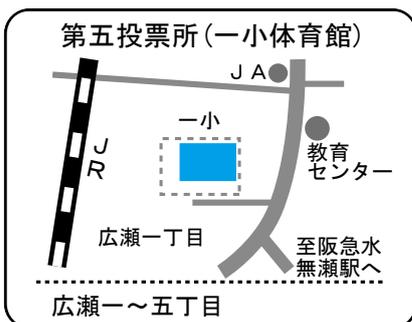
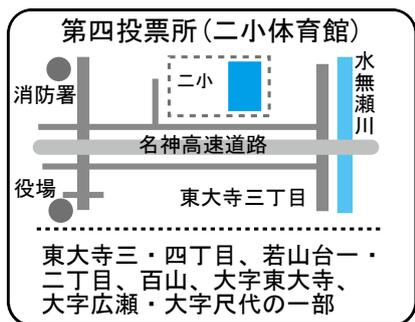
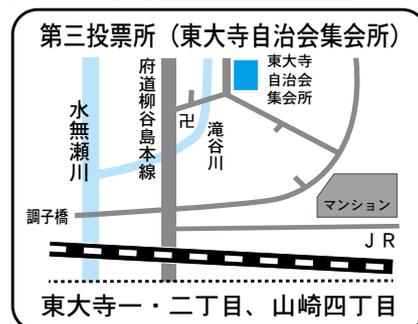
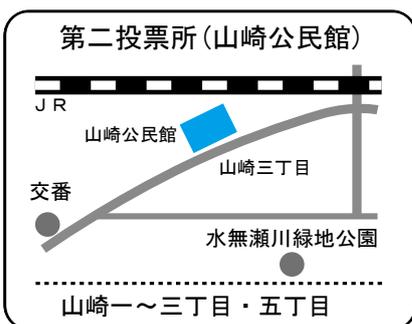
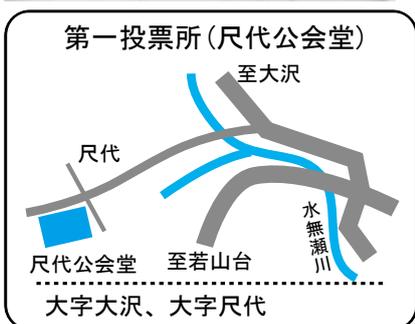
【備】宣誓書(投票所入場券裏面)に必要事項の記入が必要です

投票所の混雑時間帯

過去の選挙では、7時～9時の時間帯が少なく、9時～12時、17時～18時が多い傾向です。投票に行く際の参考にしてください。



令和元年7月21日参议院議員通常選挙の時間別投票者数



表彰・委嘱・募集

教育長に中村りかさん

令和3年町議会3月定例会議で、中村りかさんを教育長に任命することに同意がなされました。任期は令和3年4月1日～令和6年3月31日です。平成17年から町立小学校教員。以降、町教育委員会事務局教育推進課長、町立小学校長を歴任。吹田市在住。58歳
 問 教育総務課(☎962・0390)



功労者表彰・教育委員会表彰

功労者表彰および教育委員会表彰の受賞者が決定し、各受賞者に表彰状と記念品を贈呈しました。今年度受賞されたのは次の方々です。おめでとうございます。※新型コロナウイルス感染症の影響などに鑑み、表彰式は開催していません(順不同・敬称略)

【功労表彰受賞者】

●自治功労者：野間 哲夫、久保田 治幸、北畑 春雄(故人)、津田 崇、井上 比登實、石上初音、亀山里是

●教育文化功労者：山本勝弥
 ●福祉、衛生功労者：田中修

問 人事課(☎962・0374)

【教育委員会表彰受賞者】

●教育功労者：小森 篤

問 教育総務課(☎962・0390)

民生委員児童委員の委嘱

民生委員児童委員が4月1日付けで委嘱されました。地域と行政を結ぶパイプ役として、ご活躍されます(敬称略)。

田中 仁(☎962・9029)若山台一丁目2番(14、27)、若山台一丁目3番1～6(第2住宅)、若山台一丁目6番、大字桜井1098番地を担当。
 北嶋 恵美子(☎962・5697)若山台一丁目2番(46、56)、若山台二丁目1番12～17(第4住宅)、若山台二丁目6番を担当。問 福祉推進課(☎962・8454)

固定資産評価審査委員会委員を選任

令和3年町議会3月定例会議で、次の委員の選任が決まりました。(敬称略)
 徳留 新人(任期は令和3年3月10日～令和6年3月9日)問 行政委員会事務局(☎962・8441)

国税専門官採用試験を実施

時 6月6日(日)※第2次試験は7月5日(月)～16日(金)対 平成3年4月2日～平成12年4月1日生まれの方、平成12年4月2日以降生まれで大学を卒業した方(来年3月までに卒業見込みを含む)、または人事院が同等の資格があると認める方 備 試験の程度は大学卒業程度。くわしくは国税庁ホームページをご覧ください 申 4月7日(水)まで人事院ホームページで受付問 大阪国税局人事第二課(試験係)(☎06・6941・5331)

文化推進委員会委員を公募

◎任期 6月1日から2年間。会議は年に3回程度、月々金曜日の昼間に開催 日 額 7,500円 対 文化の振興に関心のある町内在住の方 定 2人 申 4月16日(金)17時30分までに役場1階生涯学習窓口にご応募委員応募申込書、履歴書(写真を添付)、小論文を郵送【必着】または持参※小論文のテーマ「私が考える島本町の文化の振興と発展」について、字数は800字程度※申込書は、4月5日(月)から同課窓口および町ホームページで配布。他の委員を兼任している場合はお問い合わせください 問 〒618・8570(住所記載不要)島本町役場生涯学習課(☎962・6316)

保育所と一緒に働きますか

保育所で働く会計年度任用職員を募集します。勤務条件などは町のホームページをご覧ください。※選考は応募順に随時行います

問 子育て支援課(☎962・7461)

職種	応募資格	募集人数	基本報酬(円)
延長保育士	保育士資格(地域限定保育士可)、小学校教諭免許所有者など	随時	時間額1,273～1,343

文化教室

開催

生涯学習との「出会いの場づくり」のひとつとして、文化教室を開催します。4月、5月開講の文化教室は次のとおりです。新しい季節に、新しい何かを始めてみませんか。このほか、ポーセラーツ教室やツールペイント教室など、1回〜5回で終了する短期教室も企画しています。くわしくは今後の広報しまもとや町ホームページをご覧ください！

問 生涯学習課 ☎ 962・6316

受講料無料の教室

対 町内在住・在勤・在学の方

和太鼓教室

和太鼓の練習・演奏をとおして豊かな感性を培い、青少年の健全育成や、地域コミュニティの醸成を図ります。日々の練習の成果は、夏まつりや文化祭など町内各種行事で発表していただきます。年齢に応じた3教室を開講しています。

教室名	活動日時	場所	対象	講師
少年少女和太鼓教室 【若干名募集】	原則毎月第1・3土曜日 15時～17時30分	第三小学校内 生涯学習課活動室	小学生	岡本 善子さん
和太鼓教室(青年の部) 【若干名募集】	原則毎月第2・4土曜日 18時～20時		中学生以上	古田 智保さん
和太鼓教室(一般の部) 【若干名募集】	原則毎月第1・3土曜日 18時30分～20時30分		成人の方	小田 彰さん

住民のみなさんへのお願い

和太鼓教室は、子どもたちの通いやすさや、場所の広さなどの理由から、第三小学校内生涯学習課活動室で活動しています。和太鼓の演奏音がうるさいと感じられる方もいらっしゃるかと思いますが、できるだけ、みなさんのご迷惑にならないよう活動していきますので、町の文化の向上、青少年の健全育成のため、今後ともご理解とご協力をお願いします。

民謡教室

初めての方でも、手拍子からわかりやすく始めます。「青葉茂れる桜井の…」で始まる「桜井の訣別」や「花笠音頭」など、唄にまつわるお話を学ぶとともに、楽しく一緒に唄いましょう。

教室名	活動日時	場所	対象	講師
民謡教室【定員:14人】	原則毎月第2・4木曜日 9時30分～11時30分	ふれあいセンター3階視聴覚室	どなたでも	野口トキエさん

各無料の教室 申 4月1日(木)から電話または役場1階生涯学習課で受付※先着順。定員に達するまでは随時受付

受講料有料の教室

対 町内在住・在勤・在学の方

陶芸教室 (第1期)

初めての方でも講師の加藤先生が丁寧に教えます。土と向きあい、自由に創作する楽しさを味わってください♪※3か月ごとに1期として、年間で4期開講します。第2期以降のお知らせは別途広報しまもと、町ホームページでお知らせします

- 所** ふれあいセンター3階美術工芸室
- 講** 加藤 敬さん
- 持** タオル・エプロン(汚れてもよいもの)など



コース(時間)		初回開講日	定員	受講料
火曜日	午前の部	4月13日	各10人	各月4,000円
	午後の部			
金曜日	午前の部	4月9日		
	午後の部			

午前の部…9時30分～12時30分
 午後の部…13時30分～16時30分
 ※初回以降の日程は町ホームページをご覧ください

たのしい 絵画 教室

4月20日(火)
開講

「絵を描いてみたいけれど、どうしたらいいのかわからない」「これからの趣味に絵をはじめたい」という方を対象にした、初心者でも参加しやすい絵画教室で、主に水彩画をします。

- 時** 火曜日(原則月1回)13時30分～15時30分
- 所** ふれあいセンター3階美術工芸室ほか
- 講** 加國 哲二さん
- 定** 10人※過去に受講した方も応募可能
- ¥** 1回500円
※初回のみ別途画材代5,000円が必要



島本町出身・在住で、パリ在住約20年の経歴を持つ画家の加國哲二さんが、鉛筆の扱い方から、水彩画まで、やさしく楽しく教えます。

申込方法

往復はがきまたは町ホームページ内申込フォーム(下のQRコード)にて受付。

申込締切り

陶芸教室…4月6日(火)

たのしい絵画教室…4月12日(月)

申込み多数の場合は…

申込み多数の場合、各締切日の到着分を対象に抽選を行います。※結果は、お申込みくださった方法にて通知します。抽選は、昨年度同教室に参加されていない方を優先したうえで行います。ご了承ください

往復はがきの場合

<input type="checkbox"/>	〒618-8570
住信	島本町役場 生涯学習課 文化教室係宛

<input type="checkbox"/>	〒●●●-●●●●
返信	希望する教室 申込者の住所 氏名 電話番号
	申込者の住所 申込者の氏名

※陶芸教室の場合、希望する教室名に第二希望のコースまで記載してください

申込フォームの場合



絵画教室



陶芸教室

町年長者クラブ連合会

高齢者健康と生きがいづくり推進事業

会長杯グラウンドゴルフ大会開催

会員以外の方もぜひご参加ください。**時** 4月20日(火)9時から(受付は8時45分から)※雨天の場合は22日(木)に順延**所** 水無瀬川緑地公園スポーツ広場**備** 用具の貸出しを希望される方は、当日現地でお申し出ください。マーカーは各自必ず持参してください。**申** SC島本(町年長者クラブ連合会)に加入されていない方は、当日現地の受付でお申し込みください。加入されている方は、各単位年長者クラブの役員にお申し込みください。**問** SC島本(町年長者クラブ連合会)・渡邊(☎)962・4826

春のハイキング

時 5月10日(月)※集合場所などは申込者に後日通知。雨天決行**所** 京都賀茂川沿い**対** 町内在住のおおむね60歳以上の方**¥** 6,000円※送迎バス代・昼食お弁当・お茶・旅行損害保険含む**内** 世界遺産上賀茂神社から下鴨神社まで賀茂川沿いを歩く**定** 40人※先着順**持** 水筒・敷物・雨具※歩きやすい服装でご参加ください**申** 4月1日(木)～10日(土)に

ファックスで受付◎あて先 SC 島本(町年長者クラブ連合会)宮本(☎)961・2875◎記載内容 住所・氏名・年齢・電話番号・ファックス番号、あればメールアドレス※参加費は後日、口座番号を連絡しますのでお振込みください**問** SC 島本(町年長者クラブ連合会)宮本(☎)090・1599・3309

町年長者クラブ連合会のご案内 ～入ってよかったSC島本～

SC島本(町年長者クラブ連合会)は、ほぼ自治会単位で活動している年長者クラブの集まりで、町には24のクラブがあり、60歳以上の方が約1,600人参加されています。各クラブではサロンやカラオケ、清掃活動など、連合会としては春秋のハイキング、講演会、グラウンドゴルフ大会などさまざまな催しを実施し、多くの方が参加されています。また、町内・高槻市内のグルメシティやイオンなどで買物の際、会員証の提示でさまざまな特典を受けられます。認知症による行方不明者が出て、全員で捜索する仕組みもできています。

問い合わせ健康課(☎)961・1122

しまもと にぎわいねっと

みなせ野日曜日

時 4月11日(日)10時～15時

※小雨決行、雨天中止

所 水無瀬神宮

内 何気ないいつもの週末、
齢を重ねた木々に囲まれ、
人と人とが集う。
温かな日曜日を
ご一緒しませんか？

手作り市

「わきあいあい」

(みなせ野プロジェクト)

ちいさな手作り市開催します。
母の日や自分に！手作りのプレゼントを
搜してみませんか？

時 4月11日(日)10時～15時

内 手作り品販売・カフェみなせ野
(季節の炊き込みご飯・豚汁
・コーヒー・プチケーキなど)

しんとくかん文庫

(みなせ野プロジェクト)

4月はお休みします

わきあいあいキッチンガーデン
作りは毎週日曜日随時
活動しています。

問 水無瀬神宮神徳館事務局

(☎)090・8820・5767

みなせマルシェ

第2土曜

ハンドメイドショップ♪

中止のお知らせ

問 みなせマルシェ実行委員会

(☎)090・9213・2608

✉ minasemarche@gmail.com

問 にぎわい創造課(☎)962・2846

「しまもと・にぎわい・ねっと」

Facebook やってます



戸籍・年金・税

印鑑登録証明書の性別欄を廃止

性の多様性に配慮する観点より印鑑登録証明書の性別欄を廃止しました。また、印鑑登録証明書の用紙の規格がA5サイズからA4サイズに変わります。**問** 住民課(☎962・7464)

農業者年金のいあんない

対 60歳未満の国民年金第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事されている方 **¥** 月額2万円、6万7千円※特定の要件を満たせば、保険料の国庫補助を受けられる場合があります **備** 農業者年金の保険料は社会保険料控除の対象で、支払われる年金にも公的年金等控除が適用されます※加入者や受給者が80歳前に亡くなられた場合は、死亡一時金をご遺族に支給**問** にぎわい創造課(☎962・2846)

国民年金保険料学生納付特例の申請

国民年金保険料の納付が困難な学生は、所得が一定額以下の場合、申請すれば納付が猶予されます。な

お、過去2年分をさかのぼっての申請もできます。**対** 大学、短大、高等学校、専門学校など国が指定する学校に在学する20歳以上の学生 **持** 年金手帳、学生証、認め印 **申** 役場1階住民課(②番窓口)で受付 **問** 住民課(☎962・1809)

高齢任意加入で国民年金の受給額を増やしませんか?

対 国民年金の保険料納付月数が足りず受給資格がない方、受給資格があっても満額を受け取ることができない方 **¥** 月額1万6,610円(令和3年度)※納付方法は原則口座振替 **持** 年金手帳、認め印、通帳、金融機関の届出印、共済年金加入期間確認通知書(過去に共済組合などに加入した期間のある方) **申** 役場1階住民課(②番窓口)で受付 **備** 任意加入の可否、期間や月数は役場で確認できます **問** 住民課(☎962・1809)

固定資産(土地・家屋)価格等縦覧帳簿の縦覧

令和3年度固定資産税の土地・家屋価格等縦覧帳簿を縦覧できます。**時** 4月1日(木)～5月31日(月)9時～12時、12時45分～17時30分※土・日曜日、祝日を除く **所** 役場1階税務課 **対** 次の①～③のいずれかに該当する方 **①** 固定資産税の納税者またはその代

理人(代理人の場合は委任状が必要) **②** 納税者と同居の親族(別居の親族の場合は委任状が必要) **③** 納税管理人 **持** 申請者本人であることが確認できる身分証明書(マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証など) **問** 税務課(☎962・5413)

固定資産課税台帳の閲覧

令和3年度固定資産課税台帳のうち、固定資産(償却資産を含む)に関する記載部分を閲覧できます。**時** 4月1日(木)9時～12時、12時45分～17時30分土・日曜日、祝日は除く **所** 役場1階税務課 **対** 次の①～④のいずれかに該当する方 **①** 固定資産税の納税義務者またはその代理人(代理人の場合は委任状が必要) **②** 納税義務者と同居の親族(別居の親族の場合は委任

状が必要) **③** 納税管理人 **④** 借地借家人 **持** 申請者本人であることが確認できる身分証明書(マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証など)※借地借家人などの方は、貸借関係の分かる書類(賃貸契約書など)の提示が必要 **◎** 審査申出期間 4月1日(木)～納税通知書の交付を受けた日後3か月を経過する日まで **問** 税務課(☎962・5413)

確定申告の振替納付日が延期

【所得税および復興特別所得税…5月31日(月)】
【消費税および地方消費税(個人事業者)…5月24日(月)】 **問** 茨木税務署(☎072・623・1131)

マイナンバーカードを夜間・休日に受け取れます (事前予約制)

役場から送付した交付通知書(はがき)に記載された期日を過ぎていてもお渡しできます。なお、交付通知書(はがき)を紛失された方は、別途書類が必要です。事前にお問い合わせください。

時 4月21日(水)17時50分～20時 **備** マイナンバーカードの交付業務のみ実施 **申** 4月1日(木)9時から電話で受付※当日に予約がないままお越しいただいた場合、ご予約いただいている方を優先します

問 住民課(☎962・7464)

福祉

旧やまぶき園の忘れ物など

旧やまぶき園は、平成31年3月に廃止していますが、施設の利用者からの忘れ物などに関するお問い合わせを時々お受けしています。忘れ物などのお心当たりがある方は、4月30日(金)までにご連絡ください。期限後は町で物品整理を行いますので、忘れ物などのお問合せへの対応はできませんので、よろしくお願ひします。問福祉推進課(☎962・7460)

障害者差別解消法について

障害を理由とする差別とは

【不当な差別的取扱い】…障害を理由として、正当な理由なくサービスの提供を拒否したり、制限したり、条件を付けたりするような行為。

【合理的配慮の不提供】…障害のある方から何らかの配慮を求めめる意志の表明があつた場合には、負担になりすぎない範囲で、必要かつ合理的な配慮を行うことが求められます。こうした配慮を行わないことで、障害のある方の権利利益が侵害される場合も、差別に当たります。

障害者差別解消法で、住民のみならず人に課せられる義務や罰則はありません。差別をなくし、豊かな共生社会を実現していきましょう。

問福祉推進課(☎962・7460)

重度障害者のための住宅改修助成第1回募集

【対】身体状況などにより住宅の改修を必要とする次のいずれかに該当する対象者の属する世帯①身体障害者手帳1・2級、または下肢・体幹機能障害で3級の64歳以下の方②療育手帳Aで64歳以下の方※所得などによる利用制限あり¥80万、100万円申5月28日(金)まで問福祉推進課(☎962・7460)

大阪府要約筆記者養成講座 受講者募集

【時】6月19日(土)～12月4日(土)(全21回)【所】大阪府立福祉情報コミュニケーションセンター【対】大阪府内に居住、通学または通勤されている方で、要約筆記者として活動する意思のある方【¥】無料※テキスト代は実費負担【定】①手書きコース②PCコースいずれも12人程度【申】5月10日(月)まで府のホームページで受付【問】府民お問合せセンター(☎06・6910・8001)月～金曜日(9時～18時)

大阪府点訳・朗読奉仕員中級養成講座 受講者募集

【時】5月27日(木)～11月25日(木)(全24回)【所】大阪府立福祉情報コミュニケーションセンター【対】原則、大

阪府在住者または在勤者で、市町村などの初級養成講座の修了者、または、同等と認められる方で視覚に障害のある方のためボランティア活動をしていただけの方※初めて学習される方は、受講できません【¥】無料※教材の一部を実費負担する場合あり【定】各25人程度【申】4月30日(金)まで府のホームページで受付【問】視覚障がい者支援センター内(一財)大阪府視覚障害者福祉協会(☎06・6772・0024)月～金曜日(9時～17時)

手話通訳者・パソコン要約筆記者を派遣

【対】町内在住で聴覚障害・音声言語機能障害などにより意思疎通にあたり手話通訳者またはパソコン要約筆記者の支援が必要な方※難病患者を含む【内】①届出、相談などのため公的機関に赴く場合②受診、相談などのため医療機関に赴く場合③文化および教養を高めるためまたは体力を増強するため各種の事業または催しに参加する場合※学校、勤務先などへの長期的な派遣および、参加する場所に通訳者などが別途配置されている場合を除く【◎】派遣範囲Ⅱ原則大阪府内(大山崎町・長岡京市・向日市なども可能な場合あり)【◎】派遣時間Ⅱ原則月～金曜日(9時～17時)の4時間以内【¥】無料【申】本人または代理人が

原則として派遣希望日の10日前までに派遣先の場所がわかる地図などを添えて役場1階福祉推進課(⑦番窓口)で申請※ファックスでも可能【問】福祉推進課(☎962・7460)【FAX】962・5652)

里親制度をご存じですか？

里親とは、さまざまな事情によって家庭で暮らせなくなった子どもたちを、自分の家庭に迎え入れて温かい愛情と理解を持って養育してくださる方のことです。少しでも多くの方にその活動を知ってもらうために相談会を実施します。【時】4月24日(土)10時から【所】ふれあいセンター1階健康教育指導室【問】子育て支援課(☎962・7931)

聴覚や言語機能に障害のあるみなさんへ 記事のお問い合わせは ファックスで

広報しまもとに掲載している記事のことでお問い合わせの場合で、記事にファックス番号が記載されていない場合はつぎの連絡先にファックスをお送りください。※みんなの広場に掲載している記事を除く

【問】コミュニティ推進課(FAX)962・8770)

仕事や暮らしのことで困ったら 生活自立相談窓口までご相談を

問 福祉推進課(☎962・8454)

「収入が不安定」、「家計管理が苦手」、「借金や滞納があり生活が苦しい」、「失業した」、「就職がうまくいかない」、「社会に出るのが不安」「家族が引きこもっている」など、生活や仕事についてのさまざまな相談に応じます。

対 町内在住で新型コロナウイルス感染症の影響による休業や収入減など、さまざまな理由で生活に困っている方※生活保護の受給者を除く

相談先

町社会福祉協議会「生活自立相談窓口」

ふれあいセンター 1階

(☎0120-87-5417、962-5417・✉info@shimasyakyo.

or.jp)※開設時間は月～金曜日の9時～17時30分

(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

①自立相談支援

個別に事情を伺い、ご本人と共に自立に向けたプランを作成し、就労に向けた支援や、関係機関・サービスへのつなぎなど、さまざまな支援を行います。

②家計改善支援

生活に困っている方のうち家計管理に問題を抱える方に対し、家計の現状把握から家計改善に向けた相談支援、各種制度・サービスの紹介や手続支援などを行います。

③住居確保給付金

離職や休業が原因での収入減などにより住まいを失った方や、その可能性のある方に対し、期間を定めて家賃相当額の給付(支給上限額あり)と、就労支援などを行います。

④一時生活支援

住居を失った方に対し、宿泊場所や食事を一時的に提供します。

⑤ひきこもり支援

ひきこもりの当事者やその家族の相談に応じます。

※不登校については教育センター(☎962・4238)にご相談ください

お気軽に
ご相談ください

身体障がい者補助犬 (盲導犬、介助犬、聴導犬) 使用者を募集

使用を希望するにあたっては、飼育環境などの調査や必要に応じて施設などで補助犬との適合性などに関する調査を実施のうえ、使用者を決定します。

◎受付期間＝4月5日(月)～5月14日(金)【必着】

申 役場1階福祉推進課(⑦番窓口)で配布する申込書に必要事項を記入・押印のうえ、郵送してください

問 〒540-8570(住所記載不要)

大阪府福祉部障がい福祉室自立支援課社会参加支援グループ(☎06・6944・9176)

◎応募資格＝次の①～⑥の要件をすべて満たす方

- ①補助犬を必要としている次の障がいのある方
 - ・盲導犬…視覚障がい1級
 - ・介助犬…肢体障がい1級または2級
 - ・聴導犬…聴覚障がい2級
- ②大阪府内に居住している方
- ③満18歳以上の方
- ④就労など社会活動へ積極的に参加し、自立した生活をしようとする意欲をお持ちの方
- ⑤住宅環境などが整っている方(犬の飼育場所を室内に確保できるなど)
- ⑥補助犬の使用、飼育、衛生の確保など適切に管理するとともに、それに関わる一切の費用を負担できる方



保険・ひとり親・高齢者

令和3年度後期高齢者医療の歯科健康診査・健康診査・人間ドック費用助成

受診の際は、事前に医療機関へお問い合わせください。また、受診券被保険者証を忘れずにお持ちください。

1 歯科健康診査

大阪府後期高齢者医療広域連合が指定する歯科医院で来年3月31日までに1回無料で歯科健康診査を受診することができます。**内**歯や歯肉の状態、口腔衛生状態などのチェック

2 健康診査

大阪府後期高齢者医療広域連合が指定する医療機関などで、有効期限内までに1回無料で健康診査を受診することができます。

対象者には「健康診査受診券」や「歯科医院リスト」などを4月下旬～5月上旬にかけて送付します。※年度途中で75歳になられる方には、誕生月の翌月初に順次送付

3 人間ドック費用の一部助成

¥上限2万6,000円※助成を受けられるのは来年3月31日までに1回限り**持**・人間ドックの領収書の写し・人間ドック検査結果通知書などの写し・被保険者証・口座情報のわかるもの・印鑑(認め印可) **申**人間

ドック費用全額をいったん負担したのち、役場1階保険課(④番窓口)で受付

問 保険課(☎962・7462)、大阪府後期高齢者医療広域連合給付課(☎06・4790・2031)

第8期島本町保健福祉計画及び介護保険事業計画を策定

同計画の策定にあたり、パブリックコメント(意見募集)を実施し、2人の方から9件のご意見をいただきました。貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。

計画の概要

高齢者の自立支援と要介護状態の重度化防止などの実現を図るとともに、制度の持続可能性を確保することに配慮し、サービスを必要とする方に必要なサービスが提供されるような社会を実現するための基本方針を示す計画です。計画期間は令和3年度～令和5年度の3年間です。**問** 保険課(☎962・2864)

ひとり親家庭の進学費用に関する相談はお早目に!

母子・父子・寡婦福祉資金やその他の奨学金など、その世帯の状況により、利用可能な制度をご紹介します。制度によっては、高校3年生に進級

後1か月程度で締め切られるものもありますので、お早めにご相談ください。ひとり親家庭の子どもが大学などに進学される際、大学などの学費や入学金など、進学に必要な費用を無利子で貸し付けることが可能です(貸付主体は大阪府・所得制限有)。場合によっては連帯保証人が必要です。**備**事前相談が必要**問** 福祉推進課(☎962・7460)

ひとり親家庭の方や障害のある方への手当額

ひとり親家庭の方や、障害のある方に支給している手当額の改訂は令和3年度はありません。**問** 福祉推進課(☎962・7460)

ひとり親家庭等のための就業支援講習会受講生募集

①登録販売者試験対策講座(定員20人)

時 6月5日～7月17日 毎週土曜日10時～16時(全7回) **所** 大阪府立母子・父子福祉センター **¥** 6,000円

②介護職員実務者研修(各コース定員12人)

時 5月29日～10月2日 9時～18時
金曜コース・土曜コースあり(全9回)
所 未来ケアアカレツジ難波校 **¥** 15,000円

申 (1)は4月5日(月)から5月5日

(月・祝)まで(2)は4月29日(木・祝)までメールフォームまたは往復はがきで受付。※(1)(2)いずれも消印有効。応募多数の場合は抽選。就職セミナー」の受講が必須**対**母子家庭の母・父子家庭の父・寡婦**問** 〒537・0025 大阪市東成区中道1・3・59 大阪府立母子・父子福祉センター(☎06・6748・0263)



広告掲載欄

ご利用に関しては、いずれのサービスも申請が必要です。また、自己負担金が必要なサービスがありますので、サービスの内容や対象要件の詳細はお問い合わせください。

町在宅高齢者福祉サービス一覧



事業名	サービス内容	対象者								
		①要介護度				②世帯状況			③課税状況	
		非該当	対象者	要支援	要介護	暮らしひとり	高齢者のみ	同居者その他	課税	非課税
紙おむつ給付	常時紙おむつが必要な要介護認定を受けている高齢者を在宅で介護している介護者に給付券を交付				●		●	●		●
給食サービス(配食)	夕食(お弁当)の配達		●	●	●	●	●		●	●
緊急通報装置の貸与	緊急時にボタンを押せば自動的に通報ができる装置とペンダントを設置	●	●	●	●	●		●	●	●
移送サービス助成	通院や役場等官公署への手続きに向かう際に利用したタクシー代などの移送費の助成				2以上	●	●	●	●	●
街かどデイハウス	健康チェックやレクリエーションなどの実施により、高齢者のふれあいや介護予防などを支援	●	介護サービスを利用していなければ対象			●	●	●	●	●
日常生活用具の給付等	火災警報器、自動消火器、電磁調理器、老人用電話の貸与または給付		※対象要件あり			●			●	● (注)

(注)…電磁調理器のみ対象

対 65歳以上の高齢者で上の表の①②③すべての項目の一つずつあてはまる方

- 課税状況に関して、紙おむつ給付では前年市町村民税、緊急通報装置の貸与と日常生活用具の給付等では前年所得税が対象となります。また、紙おむつ給付事業において、生活保護受給者の方は対象外となります

※日常生活用具の給付などは、対象者の心身の状況、住居および世帯の状況を調査するため、申請の際に聞き取りや訪問をします

※給食サービス(会食会)は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、令和3年度は中止とします

申・問 ふれあいセンター 1階いきいき健康課(☎961・1122)

～就職が困難な方へ～ 就労支援相談・講座情報 などのご案内

障害があるなど、就職が困難な方の就労支援相談を行っています。働く意欲がありながら、雇用・就労を妨げる要因を抱える方がそれぞれ希望する雇用・就労を実現できるよう行政が中心となって支援している相談窓口です。なお、電話での相談(☎961・7830)も可能です。

問 にぎわい創造課(☎962・2846)

時 毎週火・金曜日の9時～17時。毎月第4火曜日は12時～20時(前日までに要予約)※祝日、年末年始を除く。予約により上記以外にも対応可能

所 人権文化センター内地域就労支援センター

職業訓練などの講座を受けたいとき
ハローワークなどからの就労や職業訓練に関するちらしが役場2階ににぎわい創造課で閲覧できます。ぜひ、ご活用ください。



環境・交通

ノーネクタイなどの働きやすい服装での勤務の通年実施

町では、毎年5月～10月に実施していたノーネクタイなどの軽装勤務を、働き方改革の一環として4月から通年で実施します。働きやすいと感じる温度などの執務環境は、年間を通して一人ひとり異なることから、通年実施とすることで、節電対策に加え公務効率と住民サービスの向上をめざします。問 人事課(☎962・0374)

アドプト・リバー「水無瀬川」第3土曜日に水無瀬川の清掃活動

「アドプト・リバー」とは、住民と行政の新たなパートナーシップをめざし、地域のみなさんに「川」に愛着を持ってもらい、美しく、人や自然に優しい地域を創り出す取組です。町内の水無瀬川では、「水無瀬川を愛する会」のみなさんが月1回、清掃活動を行っています。時 毎月第3土曜日の8時30分～10時※雨天中止 所 東大寺公園ローラースケート広場 問 環境課(☎962・2863)

PM2.5の高濃度予測配信メール

大阪府では、PM2.5が高濃度になると予測され、環境省が示した暫定指針に基づく注意喚起が必要となっ

た場合、早朝と昼に注意喚起が行われ、府のホームページで案内をするとともに防災情報メール(おおさか防災ネット)で配信します。

注意喚起されたら

- 屋外での長時間の激しい運動や外出をできるだけ減らしましょう
- 屋内でも換気や窓の開閉に注意しましょう
- 特に、呼吸器系や循環器系疾患のある方、小児、高齢の方は体調に応じて、屋外活動や不急の外出を控えるなど、より慎重に行動しましょう

問 環境課(☎962・2863)

大阪府「太陽光パネル・蓄電池」の共同購入参加者募集中!

太陽光パネル・蓄電池を府民みなでお得に購入する共同購入の参加者の募集を開始します。申 4月1日(木)～7月19日(月)に受付 問 おおさかみんなのおうちに太陽光事務局(☎0120・758・300)

春の全国交通安全運動

4月6日(火)～15日(木)に「交差点青でも左右確認を」をスローガンに同運動が実施されます。重点目標として「子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保・自転車の安全利用の推進・歩行者等の保護を始めとする安全運転意識の向上・信号遵守の徹底」が掲げられて

います。交通安全に対する認識を深め、交通ルールを守るとともに、正しい交通マナーを実践し、交通事故を防ぎましょう。問 都市整備課(☎962・2848)

広報・商業

広報しまもと宅配業者が変更

広報しまもと5月号から「NTTタウンページ株式会社」・「作業所わくわく」・「福祉事業所すばる」の3者が広報しまもとの宅配を行います。広報しまもとは、発行月の前月末の3日間で配布していますが、1日以降も届いていない場合は、次の連絡先までお問い合わせください。

担当地域

NTTタウンページ株式会社(☎0120・586・986)：若山台地域を除く町内全域
作業所わくわく(☎961・6095)：若山台一丁目
福祉事業所すばる(☎961・1691)：若山台二丁目
問 コミュニティ推進課(☎962・0372)

商業団体支援補助金活用団体を募集

町内の商店街、個人商店10以上からなる団体や組織連合が創意工夫により実施する事業(6月1日～

令和4年3月31日に実施するもの) ※他に町から補助金などを受けている団体などの実施事業や、政治・宗教活動などを目的とする事業を除く 事業に係る経費の2分の1※ただし、最大20万円まで 備書類審査と企画発表(プレゼンテーション)により選考 ※くわしくは募集要項をご覧ください 申 4月1日(木)～30日(金)に役場2階にぎわい創造課窓口で受付 ※募集要項と申請書類は町ホームページなどで配布 問 にぎわい創造課(☎962・2846)

防災行政無線の放送を
もう一度聴きたい場合は
自動応答ダイヤルまで
961・2011

問 危機管理室(☎962・0380)



島本町の子ども食堂

これだけ
あります！

子ども食堂は子どもの居場所づくりの一環として、子どもなどに無料または低額で食事を提供するところです。町では子ども食堂の開設運営の補助制度を設けています。補助申請の詳細は福祉推進課までお問い合わせください。

名称	cocoro 子ども食堂	ダイニングあん さんぶる島本	里山子ども食堂	楽楽子ども食堂		リーブ'S 子ども食堂
開催場所	smile village ハルカフェ 2階	地域福祉支援 センター島本	しまもと里山 認定こども園	人権文化 センター	コープ島本 2階集会室	人権文化 センター
運営主体	しまもとcocoro	(社福)南山城学 園地域福祉支援 センター島本	(社福)照治福祉 会しまもと里山 認定こども園	コープサークル 楽楽子ども食堂		クローバーしま もと・リーブ'S
開催日時	第1土曜日 18時~20時	第2金曜日 17時30分~ 19時	第2土曜日 11時~13時	第2金曜日 【1部】17時40分 【2部】18時30分	第4木曜日 17時~20時	第3金曜日 【1部】17時30分 【2部】18時30分
定員	30人	小学1~6年生 10人	20人程度	いずれも10人	40人	いずれも10人
費用	大人:300円 子ども:100円	大人:200円 子ども:100円 ※お手伝いをす れば無料	大人:350円 子ども:無料	大人:300円 子ども:無料		大人:300円 子ども:100円
アレルギー 対応有無	有	無	有	無		無※当日の食材の 表記あり
申込方法	電話・メールで 申込	電話申込	前日正午までに 電話または直接 来園による申込	毎月1日以降に 電話申込。初回利 用時に申込み表を 記入	申込不要。初回利 用時に申込み表 を記入	電話申込
連絡先	平野 ✉618cocoro@ gmail.com ☎080・5325・ 7128	子ども食堂 担当者 ☎925・5223	しまもと里山 認定こども園 ☎963・1150	矢田部 ☎961・4116		クローバー しまもと ☎075・334・ 5968
学習支援	有	無	自由学習時間 あり	有		絵本の 読み聞かせなど

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合があります。くわしくは各連絡先にご確認ください

☎ 福祉推進課 (☎962・8454)

広告掲載欄

トピックス

表彰・募集など

イベント・講座

くらし

し尿・ごみ

カレンダー

教育・水道・人権・施設

水無瀬川緑地公園スポーツ広場の無料開放日

町の行事や災害その他の事情により、使用を停止することがありますので、あらかじめご了承ください。**時** 4月25日(日)9時～18時、7月25日(日)9時～18時、10月31日(日)9時～17時、来年1月30日(日)9時～17時 **問** 生涯学習課(☎962・0792)

4月から月曜日の祝日にも図書館を開館

図書館は、これまで、毎週月曜日を休館日としていましたが、4月から、月曜日が祝日の場合は開館し、その翌日を休館日とします。くわしくは図書館カレンダーでご確認ください **問** 図書館(☎962・4364)

令和4年度から小・中学校の校区の弾力的運用制度を廃止

現在選択校に在学する児童生徒は、引き続き選択校に通学することができます。また、現在選択校に在学する児童生徒の弟妹も、兄弟が選択校に在学中であれば、同じ選択校に入学することができます。くわしくは町ホームページをご覧ください。

問 教育総務課(☎962・0390)

集合住宅にて停電した時の給水方法を確認しておきましょう！

集合住宅にお住まいのみなさん、停電が発生した時、水が使えなくなるかもしれません。そんな時に備えて、ご自宅の給水方法や停電時の給水方法を確認しておきましょう！給水方法など不明な点があれば工務課または集合住宅の管理組合にご相談ください。

1. 給水方法を確認しましょう

町内の集合住宅において行っている給水方法は2つあります。

① 受水槽方式：停電時に断水する可能性があります。断水した際は、受水槽周辺の「水抜き用バルブ」などから給水できる場合がありますので確認してみましょう。

② 直結直圧方式：停電しても断水しません。5階以下の建物の大部分が、直結直圧方式となります。※例外もありますので、ご自宅の給水方法について確認をお願いします

2. 飲料水を備蓄しましょう

飲料水を備蓄する場合は、1人あたり3リットルを3日分までが目安です。また、飲料水として使用する場合はできるだけ早めにご使用ください **問** 工務課(☎962・6308)

「いいの広場」を実施しています

人権文化センターでは、地域交流事業の一環として、地域住民のみなさんを対象に「いいの広場」を実施

しています。興味のある方は、どなたでもお気軽にご参加ください。

●卓球広場 毎月第1・3・5月曜日：13時～15時、毎月第2・4月曜日：10時～12時、毎週水・金曜日：13時～15時
●囲碁広場 毎週月・木曜日：13時～17時
●絵画広場 毎週火曜日：9時～17時
●いきいき百歳体操 毎週水曜日：9時30分～11時
●カラオケ広場 毎月第2・4月曜日：①13時30分～15時②15時30分～17時※ご都合の良い時間帯でご参加下さい※なお、いずれも祝日および年末年始を除く **¥**無料※事業によって費用がかかる場合があります **申** 不要 **問** 人権文化センター(☎962・4402)

4月は若年層の性暴力被害予防月間

若者に対する性暴力の手法が巧妙になっていきます。4月は生活環境が大きく変わり、被害にあらうリスクが高まります。身近な危険を認識し、もし被害にあった場合、抱えこまず相談してください。 **問** 人権文化センター(☎962・4402)

大阪府営住宅の入居者を募集

◎ 申込書配布・受付期間 ① 4月1日～15日 ② 6月1日～15日 ③ 8月2日～16日 ④ 10月1日～15日 ⑤ 12月1日～15日 ⑥ 来年2月1日～15日 ◎ 配布場所 Ⅱ 役場2階都市計

LINEの友達追加お済みですか？

町LINE公式アカウントでは、新型コロナウイルス関連情報や町の取組・イベントなどの行政情報、災害時の避難情報などを配信します。ぜひ「友だち追加」してください！

※利用無料。通信料は利用者負担

問 コミュニティ推進課(☎962・0372)

登録は簡単

下のQRコードを読み込み友達追加するだけ！



画課窓口、役場1階文化・情報コーナー(売店前)◎応募区分Ⅱ「新婚・子育て世帯向け」「一般世帯向け」「福祉世帯向け」「車いす常用者世帯向け」など **申** 申込書を郵送「消印有効」または大阪府営住宅高槻管理センターのホームページ(HP <https://www.osakafueijutaku.jp/>)で受付 **※**くわしくは募集案内をご覧ください **問** 〒596・0803 高槻市高槻町15番8号ダイエツビル5階大阪府営住宅高槻管理センター(☎072・685・1092)

新型コロナウイルス 対策事業への 寄附金の活用

ありがとうございました

令和2年度において、特別定額給付金(10万円給付)を活用した町のコロナ対策事業への寄附を募ったところ、106人の方から、総額568万6千円の寄附をいただきました。いただいた寄附金は、主に次の対策事業に充当し、有効に活用させていただきました。

問 政策企画課 (☎962・5411)

1 福祉事業所などへのマスク配布

福祉・介護事業所、医療機関、民間保育施設などにマスクを配布

2 高齢者団体などの活動再開支援

高齢者団体、障害者団体、福祉関係団体などの活動再開を支援するため、マスク・消毒液を配布

3 福祉ふれあいバスの感染防止対策

高齢者・障害者・妊婦などの外出を支援する福祉巡回バスの車両内に抗ウイルス・抗菌処理を実施

4 公共施設などの感染防止対策

多数の住民が利用するふれあいセンター・人権文化センター・緑地公園住宅集会所などの感染防止を図るため、衛生用品の購入、空気清浄機の設置、消毒作業等を実施

5 啓発講座などの動画配信

ビデオカメラを購入し、啓発講座等の動画配信を実施

ふれあいセンター諸室の 名称や配置などを変更します

問 総務・債権管理課 (☎962・0373)

5月
から

第四保育所が役場前に移転するため、ふれあいセンター諸室の取扱いを次のとおり変更します。なお、ふれあいセンターを使用して新型コロナウイルスワクチンの接種が行われることから、各部屋の利用が再開された場合であっても、一部の部屋などで利用を制限する場合があります。

名称の変更と再開

- 軽体育室 → 第1軽体育室
- 機能回復訓練室 → 第2軽体育室

配置の変更

- 第1〜3学習室をそれぞれ元の場所に移動

※第2学習室の使用料は、引き続き1時間あたり300円

再開

- コミュニティルーム・多目的室を元の場所で利用を再開 ※新型コロナウイルス感染症対策に伴い同日以降も引き続き利用を中止する場合があります

再開

- 第1学習室の分割使用を再開(5月15日(土)〜6月30日(水)は分割使用不可)

再開

- 調理実習室の貸館を再開

8月1日から

7月1日から

5月15日から

5月1日から

消費啓発クイズ問題と答え

(契約編)

3月に実施したクイズの中からおさらいです

特にみなさんに知っていただきたいこと！
他の問題は町ホームページをご覧ください



問4

A・B・Cのうち、クーリング・オフの方法について正しいものはどれでしょう？

A クーリング・オフの有効期間内に事業者にクーリング・オフする旨を消費者自ら事業者に電話する。

B クーリング・オフの有効期間内にクーリング・オフする旨を消費生活相談員や弁護士など国が定めた有資格者が事業者に電話する。

C クーリング・オフの有効期間内にクーリング・オフする旨を記載した書面を消費者が事業者に特定記録郵便で送付する。



正解は C

クーリング・オフ書面例

通知書	
次の契約を解約します。	
契約年月日	令和〇〇年〇月〇
商品名	××××××××
契約金額	△△, △△△円
販売会社	株式会社〇〇〇
◆◆営業所	
担当者	△△ △△△
支払った代金△△, △△△円を返金し、商品を引き取ってください。	
〇〇年〇月△日	
島本町××〇〇丁目△△番◆号	
氏名 ◆□ ○△△	

問5

次のうち、消費者相談室で対応できるものは、いくつあるでしょう？ A・B・Cから選んでください。

A 3つ

B 4つ

C 5つ

正解は B

消費者相談室では、**エンディングノートの書き方**のご相談も受けします。

問にぎわい創造課 ☎962・2846

エンディングノートとは？

いつか、病気やケガなどで判断能力が衰えてしまったときに備えて、伝えておかなければいけないこと、自分の希望、今の思いを、書いておくノートです。

エンディングノートで考えることの例

- 介護が必要になったとき、自宅と施設入所どちらを希望するか。施設入所を希望する場合、どの程度のサービスを希望するか
- もしもの時のための財産管理
- 葬儀の希望
- 供養について
- 形見分け
- 借入先やローンのこと
- 解約をお願いしたいものなど

エンディングノートと消費者相談室の関係

エンディングノートの作成には自身の財産を把握し管理する力、施設見学の際にチェックするポイントや契約書を見る力、契約書に記載された内容以外に必要な経費を想定する力などが必要です。

消費者相談室では、これら豊かで主体的な消費生活を送る力を身に着けるために考える項目や確認することをご案内します。

町立体育館 ☎962・1331

テニスコート抽選会(有料)

時 4月4日(日)18時30分から(抽選の申込受付は4人1組から)※初めてのの方は事前にお問い合わせください
所 町立体育館◎利用日 5月中の土・日曜日、祝日◎該当施設 東大寺公園コート・二中コート

尺代テニスコート・グラウンド開放(有料)

時 4月8日(木)・18日(日)・28日(水)

体育館無料開放の日(第一体育室を無料開放)

時 4月4日(日)9時～17時※スポーツ用具は各自でお持ちください。なお、来場者が多い場合、人数制限を行う場合があります

町立体育館の臨時休館

町議会議員選挙および町長選挙の開票所となることから、次の期間、臨時休館します。**時** 4月17日(土)から19日(月)正午まで**備** 19日(月)のトレーニングルームの使用再開は13時からです

島本町商工会 ☎962・5112

☎962・5112

第200回全国商工会珠算検定試験合格者名簿

【4級】青木保乃華
 第201回珠算検定試験は、6月20日(第3日曜日)です。**申** 5月14日(金)まで

社協だより ☎962・5417

ご寄附ありがとうございました

次の方からご協力をいただきました(敬称略)。
 《物品寄附として》
 田中 稔久(山崎)CDラジカセ、タオル、タオルケットほか

傾聴ボランティア養成講座

傾聴ボランティア「そよ風」は心に寄り添い、喜びや悲しみを共有する事で、悩みや不安を整理されるよう「聴く」活動を行っています。今回はこの活動に必要なスキルを身につけるための養成講座です。是非講座に参加し一緒に活動しましょう!**時** 6月17日～7月15日毎週木曜日【5回】13時30分～15時30分**所** 社会福祉協議会2階研修室**講** 長谷川 美津代さん(吹田傾聴代表)、介護老人保健施設

若山荘職員、傾聴ボランティア**定** 10人**申** 5月10日(月)から社会福祉協議会で受付(月～金曜日の9時～17時30分)

点訳ボランティア養成講座

点訳ボランティアは依頼による点字作成や小・中学校の福祉体験学習などで活躍しています。この講座は点訳のイ・ロ・ハから学ぶことができます。講座に参加し一緒に活動しましょう!**時** 5月13日～6月17日毎週木曜日【全6回】13時30分～15時30分**所** 社会福祉協議会2階研修室**講** 点訳サークル「あしかり」**定** 10人**申** 4月5日(月)から社会福祉協議会で受付(月～金曜日の9時～17時30分)

朗読ボランティア養成講座(入門)

朗読ボランティアとは、視覚障害のある方などのために、広報しまもとや文書などの音訳(吹き込み)や、イベントの朗読などを行うボランティアです。今回の講座は、初めての方を対象に行う入門の養成講座です。ぜひご参加ください。**時** 5月10日～6月7日の毎週月曜日【全6回】10時～12時**所** ふれあいセンター3階第4学習室、健康教育指導室など**講** 山口 進さん**定** 15人**申** 4月5日(月)から社会福祉協議会で受付(月～金曜日の9時～17時30分)

複数回の献血にご協力ください

病気やケガなどで輸血を必要としている患者さんの尊い命を救うため、安全性の高い輸血用血液を安定的に供給できるように、献血にご協力をお願いします。**時** 4月23日(金)10時～12時、13時～16時、9月12日(日)10時～16時、来年1月26日(水)10時～12時、13時～16時**所** ふれあいセンター**対** 17～69歳の男性または18～69歳女性いずれも体重は50kg以上※ただし65～69歳の方は、60～64歳の間で献血の経験がある方に限る**備** 男性は12週間後、女性は16週間後の同じ曜日から可能

不要になった制服を譲ってください

サイズが合わなくなった、卒業で不要になったけれど思い出がまつているので捨てられない、といった方にご協力いただき、制服が必要な方へと橋渡しをします。リユースは、町立中学校の制服(上着、ズボン、スカート)が対象で、必要な方へ随時、無償で譲渡します。※制服は社会福祉協議会にお持ちください。体操服、ポロシャツはお預かりできません。ネームの刺繍は取り外してください**備** ゆずり受けを希望される方は、在庫確認のため、必ず事前にお電話ください

トピックス

表彰・募集など

イベント・講座

くらし

し尿・ごみ

カレンダー

おすすめの本 () は著者名など

一般書

- 0~2歳あそびかた事典 いっぱい笑う すくすく育つ(竹内 エリカ)●子どもをキッチンに入れよう! 子どもの好奇心を高める言葉のレシピ(藤野 恵美)
- ヘンな科学 “イグノーベル賞”研究40講(五十嵐 杏南)●から揚げっ! 照り焼きっ! ハンバーグっ! み~んな大好き。元気おかず。(市瀬 悦子)●京都四条月岡サヨの小鍋茶屋(柏井 壽)

児童書

- 【よみもの】●子どもを守る言葉『同意』って何? YES、NOは自分が決める!(レイチェル ブライアン)●クジラが歩いていたら 動物たちのおどろくべき進化の旅(ドゥーガル ディクソン)●もしもトイレがなかったら(加藤 篤)●星空としゃかんへようこそ(小手鞠 りい)●橋の上の子どもたち(パドマ ヴェンカトラマン)
- 【えほん】●このかみなあに? トイレトペーパーのはなし(谷内 つねお)●しあわせなクレヨン(丸山 陽子)●なにしてるの?(鈴木 まもる)●やねうらべやのおばけ(しおたに まみこ)●レミーさんのひきだし(齊藤 倫)

おはなしかい

時 毎週土曜日11時~11時15分
所 図書館内 ¥無料 内 えほんの読みきかせ 申 不要

わくわくかみしばい

時 4月7日(水)15時30分~15時45分
所 図書館内(幼児コーナー) ¥無料 申 不要

4月の図書館休館日 5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・30日(金)

し尿・ごみ し尿・ごみの収集日、ごみの分別方法などは、町のホームページでもご覧いただけます

4月のし尿収集日

- くみ取り口付近には、車や物を置かないでください
- くみ取り当日は、バケツ一杯程度の水を流してください

4月のごみ収集日

●収集日当日の朝8時までに、きちんと分別して、決められた場所へ出してください
くわしくは、広報しまもと令和3年3月号号と同時宅配の「家庭ごみの分け方・出し方」をご確認ください※今年は年1回の発行です。

ごみ袋は透明・半透明のものをご利用ください。ご理解とご協力をお願いします

東大寺1・3・4、百山	14・28日
桜井1~3	1・15・30日
広瀬1~5	2・16日
大字東大寺、東大寺2	5・19日
水無瀬1・2、高浜2	6・20日
大字山崎、山崎1~5、青葉1~3、大字大沢、大字広瀬	8・22日
桜井4	9・23日
桜井5	12・26日
江川1・2、高浜1・3、若山台1・2、桜井台	13・27日
大字尺代 ホース3本以上	7・21日

- 下水道が使える地域は、すみやかな切り替えにご協力ください
- 定期収集日以外で臨時収集を依頼される場合は、別途手数料が必要となります

地区名	燃えるごみ	リサイクル・危険・有害ごみ			不燃等ごみ	
		空き缶類 ・危険ごみ ・有害ごみ ・金属製のフタ ・アルミ箔 ・針金などからみやすいもの	ダンボール ・新聞紙 ・雑誌 ・牛乳パック ・その他古紙類 ・ペットボトル ・古着類	空きびん類 (フタは取る) ・ガラス類 (茶わん、耐熱ガラス、鏡、水槽は第4週へ)	小型電気製品 ・陶器類 ・敷物類・金属製品 ・木材類(幹が5~15cm) ・耐熱ガラス類	
大字山崎、山崎1~5 大字東大寺(若山台2の善光寺地区も収集) 東大寺1・2、青葉3	毎週 火・金	第1月曜日 5日(月)	第2月曜日 12日(月)	第3月曜日 19日(月)	第4月曜日 26日(月)	
大字大沢、大字尺代、東大寺4、大字広瀬(百山稲荷地区)、広瀬1~5、水無瀬1、若山台1	毎週 月・木	第1火曜日 6日(火)	第2火曜日 13日(火)	第3火曜日 20日(火)	第4火曜日 27日(火)	
東大寺3、大字桜井、桜井2~5 桜井台、江川1・2 高浜1~3	毎週 火・金	第1木曜日 1日(木)	第2木曜日 8日(木)	第3木曜日 15日(木)	第4木曜日 22日(木)	
水無瀬2、青葉1・2、桜井1、若山台2、百山(善光寺地区は大字東大寺の日に収集)	毎週 月・木	第1金曜日 2日(金)	第2金曜日 9日(金)	第3金曜日 16日(金)	第4金曜日 23日(金)	

※し尿・ごみの収集は、当日中に順次行いますが、収集時間のお約束はできませんのでご理解願います

ごみ分別の日程はごみ分別アプリで確認!

ごみ分別の日程は毎月の広報しまもとでお知らせするほか、ごみ分別アプリで確認できます。「ごみ分別辞典」や「アラート機能」など便利な機能がたくさんです!ぜひご活用ください!

「ごみ分別アプリ」は下のQRコードからダウンロードできます。

Android用 iOS用



4月から一部のごみの出し方が変わります

- ①自転車は不燃等ごみから事前電話申し込み
- ②大型プラスチックごみ(50cm以上1m未満)も燃えるごみに不燃等ごみで収集していた大型プラスチックごみも燃えるごみで収集できるようになります。
- ③一辺が1mを超えるごみはすべて大型ごみに一辺が1mを超えていても特例で不燃等ごみで収集していたゴルフバッグ・ゴルフクラブ、スキー板などは大型ごみ(有料)で収集します。

4月のカレンダー

※①は、ふれあいセンターで実施

1	木	ひとり親 心配ごと 法律(司)
2	金	消費者 就労
3	土	
4	日	体育館無料開放の日、テニスコート抽選会
5	月	ひとり親 消費者 図・休 園庭開放(しまもと里山認定こども園) 歴・休
6	火	ひとり親 就労
7	水	ひとり親 消費者 園庭開放(しまもと里山認定こども園)
8	木	ひとり親 法律(弁)
9	金	消費者 就労 園庭開放(しまもと里山認定こども園)
10	土	
11	日	
12	月	ひとり親 消費者 図・休 園庭開放(しまもと里山認定こども園) 歴・休
13	火	ひとり親 就労
14	水	ひとり親 消費者 女性 園庭開放(しまもと里山認定こども園)
15	木	園庭開放(第二保育所) 人権 ひとり親 心配ごと 法律(弁)

16	金	消費者 就労 園庭開放(しまもと里山認定こども園)
17	土	体・休
18	日	体・休
19	月	町立体育館休館(午前中) ひとり親 消費者 図・休 園庭開放(しまもと里山認定こども園) 歴・休
20	火	ひとり親 就労 ノーマイカーデー(プレート末尾が偶数)
21	水	園庭開放(しまもと里山認定こども園) ひとり親 消費者 ノーマイカーデー(プレート末尾が奇数)
22	木	園庭開放(第四保育所) 行政 ひとり親 法律(弁)
23	金	消費者 就労 園庭開放(しまもと里山認定こども園)
24	土	
25	日	園庭開放(山崎保育園)
26	月	ひとり親 消費者 図・休 園庭開放(しまもと里山認定こども園) 歴・休
27	火	ひとり親 女性 就労
28	水	ひとり親 消費者 園庭開放(しまもと里山認定こども園)
29	木	
30	金	消費者 就労 体・休 園庭開放(しまもと里山認定こども園) 図・休

各種相談など

町長席	原則月曜日(月2回程度)	10:00~11:00	コミュニティ推進課 ☎962-0372
役場1階 相談室			
行政相談	行政	第4木曜日	13:00~15:30 コミュニティ推進課 ☎962-0372
人権相談(人権擁護委員)	人権	第3木曜日	13:00~16:00 人権文化センター ☎962-4402
ひとり親相談	ひとり親	毎週月~木曜日	9:00~17:00 福祉推進課 ☎962-7460
社会福祉協議会 相談室			
心配ごと相談	心配ごと	第1・3木曜日	10:00~12:00
法律相談[予約受付]		月~金曜日	9:00~17:30
・司法書士による相談	法律(司)	第1木曜日	13:00~16:00
・弁護士による相談	法律(弁)	第2~4木曜日	13:00~16:00
ボランティア相談		毎週月~金曜日	9:00~17:00
生活自立相談		毎週月~金曜日	9:00~17:30
その他の相談			
消費者相談(①相談室1)	消費者	毎週月・水・金曜日	10:00~12:00 消費者相談室 ☎963-2180
教育相談(来訪相談も可)		毎週月~金曜日	10:00~16:00 教育センター ☎962-4238
手話通訳者の配置		毎週月~金曜日	9:00~16:45 福祉推進課 ☎962-7460
総合生活相談		毎週月~金曜日	9:00~17:30 人権文化センター ☎962-4402
人権相談		毎週月・水・木曜日	9:00~12:00
		第2木曜日※	17:00~20:00 島本町人権 ☎961-7830
地域就労支援相談	就労	毎週火・金曜日	9:00~17:00 まちづくり協会
		第4火曜日※	12:00~20:00
家庭児童相談(来訪相談も可)		毎週月~金曜日	9:00~17:30 子育て支援課 ☎962-7931
女性相談(①第2学習室)[予約制]	女性	第2水曜日・第4火曜日	13:00~17:00 人権文化センター ☎962-4402

施設の休館日

体・休	町立体育館・休館日
図・休	町立図書館・休館日
歴・休	歴史文化資料館・休館日

各種相談などは新型コロナウイルス感染予防のため中止となる場合があります。来所いただく前に、開設状況をご確認ください。



募 集

ママさんバレーボールチーム (メゾン水無瀬)部員募集

メゾン水無瀬ママさんバレーチームが募集時 毎週金曜日19時～21時 所 第一中学校体育館 対 年齢は問いません※大会により参加条件が変わります 問 毛利 (☎080・4481・4709※ショートメッセージ受信可)

ミニバスケットボール始めてみませんか(初心者クラス)

MJBC-Kidsが募集時 毎週土曜日12時から 所 第四小学校体育館 対 小学1～3年生 ¥ 月額1,500円 問 松下 (☎090・3672・5833)

みんな集まれ! MJBCが5月28日まで募集

MJBCが募集時 毎週土曜日9時から 所 第四小学校体育館 対 小学4～6年生 ¥ 月額800円 問 松下 (☎090・3672・5833)

フラダンス体験

Piliani Hula Studio島本クラスが募集時 第1・第3水曜日の19時～20時30分 所 ふれあいセンター 対 フラダンスに興味ある方 ¥ 1,000円※体験料 問 吉水 (☎962・1103)

ソフトボールチーム部員募集

上牧小学校PTAソフトボールチームが募集時 毎週日曜日9時から 所 上牧小学校 対 16歳以上の方 問 澤田 (☎090・2388・5763※SMS受信可)

親子体育リトミック

親子体育リトミックが募集時 毎月第1・第3木曜日13時から 所 ふれあいセンター 対 1歳～未就園児 ¥ 500円 問 坂本 (☎090・9091・5621) renkurukana@aoi.com

オンライン中国語会話サークル会員募集

「開口聊バー」中国語会話サークルが募集時 毎月2回土曜日9時から 所 各自ご自宅※Zoom使用 対 中国語学習歴あり、簡単な日常会話可能な方 問 丁 (☎080・5354・6334) teikeikadesu@yahoo.co.jp

万葉集を一味違ったスタイルで学びませんか。気軽にご参加下さい

ふみの会が募集時 毎月第2木曜日14時から 所 ふれあいセンター3階第4学習室 対 どなたでも ¥ 1,500円 問 斧 (☎962・4593)

子連れヨガ教室☆参加者募集 初回体験無料

ままYOGA☆Rが募集時 金曜日10時30分から※月3回 所 緑地公園住宅集会所 対 産後4か月以降の女性 ¥ 1,900円※月謝制 問 吉川 (☎mamayoga.r@gmail.com) HP http://ameblo.jp/mamayoga-r

開 催

ガールスカウトってどんなの? 体験集会(クラフト・ゲーム)

ガールスカウト大阪府第90団が開催時 4月18日(日)10時～12時 所 ふれあいセンター3階第1学習室 対 年中・年長・小学1年生女児の親子5組 問 宮本 (☎962・4874) gs90osaka@gmail.com

収穫体験! 『新たまねぎ』完全予約制←メールにTELも書いて!

ぶちハーベストが開催時 4月25日(日)・29日(木・祝)、5月3日(月・祝)・4日(火・祝)・5日(水・祝)13時～15時 所 広瀬JR線路沿いにある畑※住所がないのでご予約時に地図を添付します 対 徒歩または自転車でおいでになれる方 ¥ なし※収穫した玉ねぎの実費 問 たくわ (☎petit_harvest@yahoo.co.jp)

第58回・桜バザーオンラインイベントのご案内

大阪水上隣保館法人事務局が開催時 4月10日(土)・11日(日)10時から 所 オンラインイベント※くわしくはお問い合わせください 対 どなたでも 問 岡本 (☎961・0711) suiyo-okamoto@gol.com

町・教育委員会後援事業

島本町男子シングルス テニス大会

島本テニス協会が開催時 5月16日(日)9時から(8時30分エントリー開始。9時まで練習コート開放あり)※予備日5月22日(土) 所 東大寺公園テニスコート 対 町内在住・在勤・在学の高校生以上の方 ¥ 1,500円※協会会員以外は別途500円必要(1人あたり年度毎1回) 定 16人※先着順 申 4月22日(木)～5月2日(日)①申込者氏名②住所③電話番号④メールアドレス⑤在勤者は勤務先を記載のうえ、メールまたはホームページで受付※予備日で開催の場合は5月19日(水)まで 問 島本町テニス協会 (☎shimamoto_entry@yahoo.co.jp)※テニス協会HPにも案内あり

初めての英語ガイドレッスン～YOKOSO SHIMAMOTOボランティアガイド講座体験会～

島本国際交流協会が開催時 4月24日(土)11時15分～13時30分 所 人権文化センター集会所 対 興味をお持ちの方 ¥ 無料 問 島本国際交流協会 (☎961・6503) maple1988@googlegroups.com HP http://m.facebook.com/Shimamoto.jp/

掲載希望者のみなさんへ

希望掲載月の前々月の15日までに役場1階コミュニティ推進課窓口またはファックスで受け付けます。6月号の掲載希望の受付は4月15日(木)までです。

個別歯科健診 ～歯っぴー健診～ 無料

歯や口腔内で気になることはありますか？

お口が健康であることは体の健康を保つためにも大切なことです。食べ物をよく噛み、食事を楽しく味わえるように定期的にお口の中を診てもらおう習慣をつけましょう。



時 4月1日(木)～来年3月15日(火)

対 18歳以上または、妊産婦

※妊産婦は18歳未満でも受診可能。後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方は、大阪府後期高齢者医療広域連合が実施する無料歯科健診を受診してください

所 委託医療機関

内 問診・口腔内診査・健診結果に基づく 歯科保健指導など

持 お持ちの方は健康手帳(妊産婦の方は母子健康手帳)

申 事前に直接各医院で受付

委託医療機関名	電話番号
安達歯科医院	962・3961
井上歯科医院	961・6480
大山歯科医院	962・8000
かとう歯科医院	961・6667
善歯科医院	961・0741
トヨシマ歯科・歯科口腔外科	961・0418
にしぐち歯科医院	961・8855
はらだ歯科	962・4618
もりた歯科医院	962・1958

※高槻市内の委託医療機関(大阪医科大学附属病院を除く)でも実施しています

歯科相談 無料

乳幼児からすべての住民のみなさんが対象です

時 4月14日(水)14時～15時

所 ふれあいセンター1階健康教育指導室

定 30人※先着順

持 お持ちの方は健康手帳(乳幼児、妊産婦の方は母子健康手帳)

申 電話またはいきいき健康課窓口で受付中

※申込みをされていない方の相談も受け付けますが、申込みされた方を優先します

相談内容

- 歯科健診(問診、口腔内診査、健診結果に基づく歯科保健指導など)、歯科相談など
 - 1歳6か月児歯科健康診査を受診したお子さんの個別相談も行っています
- ※今年度から歯ブラシの配布はありません

相談の利用回数は、年1回とさせていただきます



成人用肺炎球菌ワクチン予防接種(定期予防接種)

時 来年3月31日(木)まで※接種期間を過ぎると定期予防接種では受けられません

対 ①令和3年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳となる方で町に住民票がある方

②60歳以上65歳未満の町に住民票がある方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能に、日常生活が極度に制限される障害を有する方、およびヒト免疫不全ウイルスにより、免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方
※過去に、成人用肺炎球菌の予防接種(定期接種、任意接種ともに)を受けた方は、対象者とはなりません

※この定期成人用肺炎球菌ワクチン予防接種は、「23価肺炎球菌ワクチン」を使用しますので、過去に「23価肺炎球菌ワクチン」を接種している方は定期予防接種として受けることはできません

¥ 2,000円※生活保護世帯の方は無料で受けることができます。事前にいきいき健康課までお問い合わせください

内 1回接種※接種時間の問合せ、予診票、説明書の受取りなどは、直接医療機関までお願いします。3月現在ワクチン不足により出荷調整が行われています。必ず予約をしてお受けください。委託医療機関に関しては町ホームページをご覧ください



成人の健診・検診のご案内

がんや脳卒中、心筋梗塞など生活習慣病に起因する病のほとんどは自覚症状がないまま進行します。健康のリスク管理のため、町の健診・検診をご活用ください。

健・検診項目	内容	対象	費用※1	
			集団	個別
特定健診	問診、腹囲測定、血圧測定、尿検査、血液検査など	40歳～74歳の町国民健康保険被保険者	無料	無料
前立腺検査	血液検査(PSA検査)	特定健診を受ける方で、特定健診受診券に受診案内が記載されている方	1,000円	1,000円
ピロリ菌検査	血液検査		1,000円	1,000円
20歳・30歳代健診	問診、腹囲測定、血圧測定、尿検査、血液検査など	受診日に20～39歳の方	600円	1,100円
胃がん検診※2	エックス線バリウム検査	40歳以上の方	500円	実施なし
	内視鏡検査	50歳以上で偶数年齢の方	実施なし	2,000円
肺がん検診※3	エックス線検査	30歳以上の方。50歳以上で喫煙指数600以上の方は喀痰細胞診を追加	500円	1,200円
			喀痰細胞診 300円	喀痰細胞診 400円
大腸がん検診	便潜血検査2日法	40歳以上の方	500円	700円
子宮頸がん検診 (隔年度1回)	子宮頸部細胞診	20歳以上の女性	400円	500円
乳がん検診 (隔年度1回)	乳房エックス線検査	40歳以上の女性または30～39歳で家族歴※4がある女性	1,000円	1,200円
骨粗しょう症検診	超音波法	30歳以上の女性	1,000円	実施なし
肝炎ウイルス検査	血液検査	40歳以上で一度も検査を受けたことがない方。集団検診では特定健診受診者のみ	B型、C型 各500円	

※1 島本町国民健康保険と後期高齢者医療の被保険者は、前立腺検査とピロリ菌検査を除き、すべてを**無料**で受診できます

※2 胃がん検診は、同一年度内にはエックス線バリウム検査または内視鏡検査のいずれか一つです

※3 65歳以上の方は法律上、結核検診を受診していただく必要があります。また、65歳以上の方が肺がん検診を受診する場合は、結核検診を含みます

※4 乳がん検診の家族歴とは、祖母・母・姉妹など2親等以内の血族の乳がん罹患とします

集団健(検)診の実施予定

新型コロナウイルスワクチン接種対応のため、今年度の集団健(検)診の実施は9月以降となります。くわしくは町ホームページ(右のQRコードから)またはいきいき健康課窓口で配布している案内をご覧ください。



個別健(検)診の実施予定

実施期間は4月1日から来年3月15日まで

医療機関の診察時間内でご希望の日時に受診できますので、直接ご予約・お申込みください。

委託医療機関名	所在地	電話番号	特定健診	20-30歳代健診	肺がん	大腸がん	肝炎	胃がん(内視鏡)	子宮頸がん
上田医院	青葉1	962・3409	●	●	●	●	●		
加藤産婦人科クリニック	水無瀬1	962・3355							●
岸外科医院	広瀬5	962・5555	●	●	●	●			
ごう内科クリニック	江川2	962・5255	●	●		●	●		
腎・泌尿器科 いとうクリニック	江川2	874・4775	●	●	●	●	●		
関内科医院	東大寺3	962・3456	●	●	●	●	●		
高島クリニック	山崎2	963・0555	●	●	●	●	●		
なかこうじ内科 循環器内科	水無瀬1	963・2277	●	●	●	●	●		
楠薫堂医院	青葉2	961・0369	●	●	●	●	●		
西本医院	広瀬3	961・0107	●	●	●		●		
ふじよし医院	広瀬4	962・2582	●	●	●	●	●		
水無瀬病院	高浜3	962・5151	●	●	●	●	●	●	
もり整形外科・ リウマチ科 クリニック	水無瀬1	962・0750				●			
山口診療所	水無瀬1	962・5502	●	●	●	●	●		

※高槻市内の委託医療機関や大阪府医師会委託医療機関でも受診できるものがあります

※乳がん検診は、町内の医療機関では実施していません。集団検診または高槻市内の委託医療機関で受診してください

茨木保健所からのお知らせ ☎072・624・4668 FAX072・623・6856

エイズ/HIV即日検査

無料・匿名で受検できます※希望者には梅毒即日検査も実施

第1・2・4週の木曜日の9時30分～10時30分※祝日および4月・12月の第4木曜日を除く

こころの健康相談(予約制)

うつ病・統合失調症・認知症・依存症などの精神的な病気、ひきこもりに関する相談

医療機関に関する相談

安心して医療が受けられるようサポートします。

月～金曜日の9時15分～12時、13時～16時

土・日曜日、祝日は実施していません

子育て コーナー

妊娠・出産・子育てに関する相談

子育て世代包括支援センター(☎961・5695)
(ふれあいセンター1階いきいき健康課内)
※相談内容に応じた専門職が対応します

町立保育所

(子育て支援課地域子育て支
援担当☎962・7931)

車での来所はご遠慮ください

園庭開放(雨天中止)

木曜日の10時～11時30分に開催

●第二保育所…4月15日(30組)

●第四保育所…4月22日(5組)

※電話予約制とします。予約受付は4月5日(月)～7日(水)の10時～12時



山崎保育園・地域子育て
支援センター
☎963・0133

なかよしランド※木曜日に開催

各グループ保護者と子ども合わせて12人まで

①つき(※)…4月1日・15日②ほし(※)…4月1日③にじ(1歳児)…4月8日④そら(2歳児)…4月15日⑤ひかり(3歳児)…4月22日※令和2年4月2日以降生まれのうち①3か月～12か月②満1歳の誕生日を迎えた0歳児③は13時30分～14時30分、④⑤は9時30分～10時30分、10時45分～11時45分 **申**前月の1日から前日までの13時30分～15時に電話で受付※土・日曜日、祝日を除く。当日の申込不可

育児相談

●電話相談…地域子育て支援センター(☎963・0133)・山崎保育園(☎961・2241)

●面接相談…電話で日時を調整します

園庭開放

●日曜日開放…4月25日10時～11時30分、13時30分～15時※雨天時のみ保護者と子ども合わせて12人まで入場制限。雨天時は、屋内で実施

しまもと里山認定
こども園
☎963・1150

園庭開放(雨天時は室内で開催)

時 月・水・金曜日の10時～11時30分※
4月2日(金)を除く

里山広場(毎月第3木曜日開催)

育児相談などと共に毎月季節のイベントを開催予定です。時 4月15日(木)10時～11時30分定15組※先着順 **申**4月8日(木)10時から電話で受付

山崎幼稚園
☎961・3341

※前日までに電話予約が必要

園庭開放(雨天時は室内で開催)

時 4月27日(火)10時～11時30分
対 2～3歳の未就園児とその保護者

子育て相談事業 キンダーカウ ンセラー

時 4月23日(金)10時～16時 ¥1回
500円(45分) **内**子育てに関することと全般、地域での人間関係、小学校での悩み、親自身の悩みなどを臨床心理士がお伺いします



いきいき健康課

(☎)961-1122

育児相談 ※予約制で実施

計測をご希望の方、育児で気になること、離乳食のことなど保健師、管理栄養士に相談をご希望の方はご予約ください

時 4月14日(水)13時30分～15時

所 ふれあいセンター1階集団検診室**対** 乳幼児とその保護者 **定** 18人

持 母子健康手帳、フェイスタオル **申** 電話またはいきいき健康課窓口で受付※定員になり次第締め切り

ベビーマッサージ

時 4月26日(月)10時30分～11時30分

所 ふれあいセンター1階プレイルーム**対** 生後3か月から1歳までの親子、7組

講 井上久美子さん(ベビーマッサージインストラクター) **申** 4月2日(金)から電話またはいきいき健康課窓口で受付※定員になり次第締め切り

備 オイルは使用しません。予防接種の後2日間は避けてください



乳児の発達の講座

時 5月1日(土)・15日(土)いずれも10時～11時30分

所 人権文化センター

講 野藤弘幸さん(作業療法士) **対** 1歳までのお子さんとその保護者、各回15組※両日とも参加できる方を優先します

備 体調に不安がある方は、参加をご遠慮ください※定員になり次第締め切り

申 4月2日(金)から電話またはいきいき健康課窓口で受付※定員になり次第締め切り



パパマクラス

町では、親子の健やかな将来を願って、妊娠中の方とその家族を対象とした「パパマクラス」を開催しています。パパだけ、ママだけの参加もできます!

時 5月21日(金)13時30分～16時

※当日の受付は15分前から行います

所 ふれあいセンター1階集団検診室内「実習」

・赤ちゃんのお風呂の入れ方、「お話」

・お産の準備、「実習」

・マタニティヨガ※ヨガは妊娠16週以降の方が対象

定 16組**持** 母子健康手帳、筆記用具

備 体操のできる服装でお越しください

申 電話またはいきいき健康課窓口で受付※現在受付中

保 育実施します

対 就学前のお子さん **定** 5人※先着順

町子育て世代 包括支援センター

みなさんが安心して、子育てができるよう、助産師・保健師・管理栄養士・保育士などの専門職が妊娠期から出産、子育て期(就学前)まで切れ目なくサポートします。

妊娠・出産・子育てに関する相談 (☎)961-5695



助産師

妊娠中のちょっとした心配ごとを気軽にご相談ください。出産後の母乳相談やおかさんの体や気持ちのこと、心配なことのご相談にも応じます。

保育士

成長・発達に合わせた子どもとの遊び方、関わり方などで悩むことがあれば、保育士に気軽に相談ください。

保健師

子どもの体重のこと、ことばのこと、かんしゃくのことなど、心配なことがあれば、気軽にご相談ください。おかさんの気持ちや家族の健康面での相談にも応じます。

管理栄養士

妊娠前から出産後の子どもの食事のことや産後に体重が戻らない、離乳食の進め方がわからない、料理が苦手などのような食事を作ったらいいかわからないなど、食事や栄養の相談があれば、気軽にご相談ください。

時 月～金曜日 9時～17時30分

※土・日曜日・祝日、年末年始を除く

所 桜井三丁目4番1号 ふれあいセンター1階いきいき健康課内

町議会議員 町長選挙

選挙

投票日

4月18日(日)

投票時間 7時～20時



今回の
選挙から

投票所入場券の 郵送方法が 変わります

今まで世帯ごとに封筒で届いていたものが、
個人ごとにハガキで郵送します。

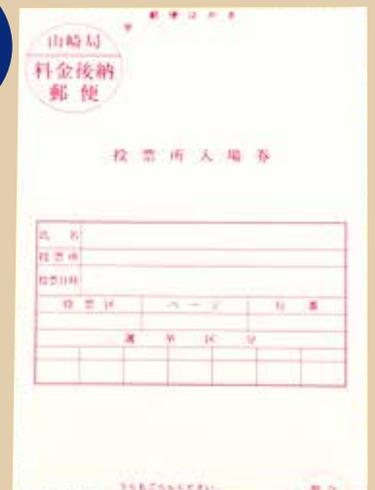
例外として、連絡事項などのある方は封筒で郵送する場合があります。

今までの
入場券



世帯ごとに一通の封筒

新しい
入場券



お一人につき一枚のハガキ

封筒からハガキ
に変わります