



▲2月17日(土) わくわく農業体験

まちの情報紙

 広報

# 太 子

Public  
Relations  
TAISHI Town

2018

3

月号

No.520

## 主な内容

- 4 フォトニュース
- 6 みんなのひろば
- 9 健康インフォメーション
- 10 高齢者情報局
- 11 子育てナビ
- 13 地域公共交通について考える
- 14 人権コーナー「気づく」
- 19 タウンインフォメーション

## 第3期太子町障がい者計画・第5期太子町障がい福祉計画・ 第1期太子町障がい児福祉計画(案)への意見募集

町では、「障がいのある人もない人も、安心して自立した暮らしを営み、様々な社会活動に自由に参加できる地域社会づくり」を進めるための計画を策定しています。この計画は、基本計画となる「第3期太子町障がい者計画」と実施計画の「第5期太子町障がい福祉計画」及び「第1期太子町障がい児福祉計画」で構成しています。  
この度、計画(案)がまとまりましたので、みなさまのご意見を募集します。

【募集案件】第3期太子町障がい者計画・第5期太子町障がい福祉計画・第1期太子町障がい児福祉計画(案)

【募集期日】3月23日(金)まで ※必着

【資料の閲覧・配布場所】①町ホームページ  
②福祉課窓口(庁舎1階)  
③情報コーナー(庁舎3階)

【意見の提出方法】様式は自由です。以下のいずれかの方法によりご提出ください。

- ①Eメール：webmaster@town.taishi.osaka.jp
- ②郵便：〒583-8580 大阪府南河内郡太子町大字山田88番地 太子町健康福祉部福祉課
- ③ファックス：98-2773(福祉課宛)
- ④窓口：福祉課

【留意事項】

- ①意見の提出方法、期限を守ってください。
- ②意見の提出に際しては、氏名、住所を明記してください。
- ③意見を提出できるのは、下記に該当する人です。
  - ・町内に在住、在勤、または、在学する人
  - ・町内に事務所、または、事業所を有する個人及び法人その他団体
  - ・上記に掲げるもののほか、パブリックコメント手続きに係る事案に利害関係を有するもの
- ④提出頂いた意見の情報の全部、または、一部を公表することがあります。
- ⑤意見に対する個別回答はしません。

◆問合せ 福祉課 ☎98-5519

## 平成30年4月から福祉医療費助成制度が変わります！

### 障がい者医療 老人医療 ひとり親家庭医療 子ども医療 これらの医療証をお持ちの人へ

福祉医療費助成制度は、障がいのある人やひとり親家庭などを対象に、医療費の自己負担の一部を助成する制度です。平成30年4月1日から対象者や対象医療、一部負担額を変更します(太字部分が変更箇所)。

【見直し後の一部自己負担額】

| 区分       | 対象者  | 対象医療  | 1日あたりの自己負担額      | 自己負担月2日限度 | 月額上限額  | 院外調剤での自己負担     |
|----------|--|---|------------------|-----------|--------|----------------|
| 重度障がい者医療 | 年齢に関係なく<br>①身体障がい者手帳1・2級所持者<br>②重度の知的障がい者<br>③中度の知的障がい者で身体障がい者手帳所持者<br>④精神障がい者保健福祉手帳1級所持者<br>⑤特定医療費(指定難病)・特定疾患医療受給者証所持者で障がい年金(または特別児童扶養手当)1級該当者<br>※所得制限があります。 | 医療保険が適用される医療<br><br>・訪問看護ステーションが行う訪問看護(医療保険分)への対象拡充   |                  | 廃止        | 3,000円 | 1薬局あたり1日500円以内 |
| 老人医療     | 廃止<br>ただし、平成30年3月31日時点での老人医療対象者については、経過措置として平成33年3月31日までは更新手続きにより更新可能です。<br>※所得制限があります。  | ・精神病床への入院は助成対象外。<br>ただし、平成30年3月31日時点での福祉医療費助成制度対象者【法別番号90の助成対象者は除く】については、経過措置として平成33年3月31日まで引き続き助成対象です。 | 1医療機関あたり1日500円以内 | 廃止        | 3,000円 | 1薬局あたり1日500円以内 |
| ひとり親家庭医療 | ①ひとり親家庭の18歳に達した日の最初の3月31日までの子<br>②上記の子を監護する父または母。<br>③上記の子を養育する養育者。<br>④ひとり親家庭には裁判所から配偶者暴力(DV)に関する保護命令が出されたDV被害者を含みます。<br>※所得制限があります。                          |   |                  | 月2日限度     | 2,500円 | 自己負担なし         |
| 子ども医療    | 0歳~15歳に達した日の最初の3月31日まで   |   |                  |           |        |                |

※4月以降も受給資格を喪失していない限り、有効期間内の医療証は使用できます。

※重度障がい者医療④⑤に該当される人は、平成30年4月から新たに重度障がい者医療の助成対象になると思われるので、保険医療課までお問い合わせください。

◆問合せ 保険医療課 ☎98-5516

## 「たいしくん」ナンバープレート500枚限定交付中!

町では、「たいしくん」ナンバープレート(原付バイク50cc)の交付を行っています。現在使用中のナンバープレートを、無料で交換することもできます(500枚限定ですので、交換はお早めに)。

※ナンバープレートの番号はお選び頂けません。

※町税に滞納のある人は交換できません。

○たいしくんナンバープレートに交換するときに必要なもの

・現在使用中のナンバープレート ・申告済証(または、車体番号の石ずり) ・印かん

※手続きに来られた人の本人確認を行っていますので、運転免許証などを必ずご用意ください。

※同居の親族以外の方が手続きをされる場合は、「委任状」が必要です。

◆問合せ 税務課 ☎98-5517



## 太子町空家等対策計画（素案）に対する意見

平成29年12月18日(月)～平成30年1月17日(水)まで、役場及び町ホームページで公表し、太子町空家等対策計画（素案）に対するパブリックコメント（住民等意見）の募集を行いましたところ、1団体より4件のご意見を頂きました。

これらのご意見と、ご意見に対する町の考え方は下記のとおりです。

| 番号 | ご意見（要旨）   | 町の考え方  |
|----|---|--|
| 1  | 計画なのに「検討します」箇所が多い。「検討します」と書かれた各項目は、どこで、いつ、誰によって検討し結論を得るのかを明らかにしてもらいたい。「検討します」の段階では、まだ計画づくりの途上であり、「計画」とは言えない。  | 担当課、関係各課及び関係機関などと調整し、平成30年度設置予定の太子町空家等対策協議会と計画の実施について協議します。  |
| 2  | 実施年度を明確にして書かれているのは、『太子町空家等対策協議会』を30年度に設置し、のみ。この「協議会」の設置は、30年度中に実施するという意味は伝わってくる。この「協議会」で計画素案を計画化するのかと勘ぐりたくなる。「検討します」の検討もこの「協議会」に丸投げするのかと勘ぐってしまう。そうすると、「計画」と「協議会」の関係性、位置づけはどうなるのかを示してもらわないと話が進まない。   | 「計画」と「協議会」の関係性、位置づけについては、次のとおり記載しています。<br>第6章 空家等対策の推進体制<br>6-1 行政における実施体制の整備<br>(3) 空家等対策協議会（空家法第7条第1項）<br>【太子町空家等対策協議会】<br>空家等対策全般について協議するとともに、以下の役割を果たします。<br>・空家等対策計画の変更<br>・特定空家等の認定に関する諮問に対し、審議・調査し意見を答申<br>・特定空家等に対する措置等に関する諮問に対し、審議・調査し意見を答申（P.28） |
| 3  | 「磯長台の福祉を考えるつどい」は、平成28年5月に「空き家バンクに関する要望」を町に対して行い、町のホームページ上に空き家バンクを開設して頂きたいと要望している。加えて、14ページ下段の「空き家バンクの利用」で空き家バンクができれば「登録したい」が50.0%あるにも関わらず、17ページの「基本方針2 空家等の利活用」で「空き家バンク設置の検討」になっているのはなぜか？なぜ「空き家バンクを設置する」にならないのか理解できない。このパブリックコメントをつうじて、重ねて空き家バンクの設置を強く要望しておく。 | 現在、空き家バンクについては、他市町村の先進事例の状況を研究し、また、「大阪版・空き家バンク」や国による「全国版空き家・空き地バンク」との連携を検討しているところです。引き続き、空き家バンク設置の検討を積極的に進めてまいります。   |
| 4  | 「第4章 空家等対策の取組み方針」部分については、「具体的な施策」の各項目について、「検討します」を取り、何時までに実施するのかタイムスケジュールを明らかにするべきである。  | 空家等対策計画は本町の空家等対策の柱となるものであり、その方向性を示すものです。その方向性を受け、個々の具体的な施策については、今後、太子町空家等対策協議会との協議の他、関係機関との連携体制や財政面等の執行体制を整えながら進めていくこととなります。そのため、本計画では実施スケジュールまでは示しておらず、方向性を示すにとどめています。尚、今後計画を見直す中で明らかにします。  |

◆問合せ にぎわいまちづくり課 ☎98-5521

## 太子町都市計画マスタープラン（素案）に対する意見

平成29年10月2日(月)～11月1日(水)まで、役場及び町ホームページで公表し、太子町都市計画マスタープラン（素案）に対するパブリックコメント（住民等意見）の募集を行いましたところ、1人より1件のご意見を頂きました。

このご意見と、ご意見に対する町の考え方は下記のとおりです。

| 番号 | ご意見（要旨）   | 町の考え方   |
|----|---|---|
| 1  | 太子西地区の土地利用は、病院もあり、スーパーもあり、娯楽施設など、色々な世代の集える場所にしたい。 | 太子西地区は、幹線道路をいかした商業施設などまとまりのある良好な都市的土地利用を誘導する地区に位置付けています。ご意見頂きましたように、様々な世代の人が集える場所になるよう町としても考えています。今回の素案には次のとおり記載しています。<br>3 都市づくりの方針<br>3・1 土地利用方針<br>(2) ブロック別土地利用方針<br>⑤緑交流ゾーン<br>イ) 太子西1（図のC-4：緑住保全地）<br>幹線道路周辺については、沿道型商業・業務施設などまとまりのある良好な都市的土地利用（商業施設など）を誘導します。（P.31）<br>ウ) 太子西2（図のC-5：緑住保全地）<br>太子西条線の開通により、開発ポテンシャルの高い区域となるため、良好な田園環境との調和を図りながら、沿道型商業・業務施設や公共施設も含めた計画的なまちづくりを促進し、良好な都市的土地利用（商業施設など）を誘導します。（P.31） |

◆問合せ にぎわいまちづくり課 ☎98-5521

## おひさまひろば「ぷらす」

1月19日(金)、町立幼稚園2階 遊戯室で、おひさまひろば「ぷらす」を行いました。新聞紙遊びをして楽しみ、保健師の話では、子どもの感染症予防法の話や、スマホなど子どもへの影響の話などをしました。

今回は3月16日(金)で、手作りおもちゃを作ったり、栄養士のお話があります。おひさまひろばでは、お昼ご飯を持って来て頂くと、1日遊ぶことができます。ぜひ遊びに来てください。



## アイススケートの楽しさを

## 満喫しました

2月11日(日)、尼崎スポーツの森アイススケートリンクで、太子町体育連盟主催のアイススケート教室が行われました。小学生など84人が参加し、講習を受けた後は、友だち同士や親子で助け合いながら仲良くすべり、スケートを楽しみました。

## 第61回南大阪駅伝競走大会

2月4日(日)、PL教団本庁内コースで第61回南大阪駅伝競走大会が行われ、一般、高校生、中学生の各男女別と混成の各部門合わせて179チームが参加しました。大会当日は寒一中、各チームみんなで力を合わせて、タスキをつなぎ、ゴールをめざしました。

町内からは一般男子の部に2チーム、中学生の部に2チーム、混成の部に2チーム、計6チームが出場し、中学女子の部で、第5位に町立中学校陸上部が入賞しました。



## たいしくんスマイル贈呈式

2月18日(日)、太子・和みの広場で、2017たいしくんスマイル記念品贈呈式が行われました。たいしくんスマイルは、楽しみながら健康づくりに取り組むことができます。

健康づくりに少しでも関心を持ち、各種健診に参加したり、日々の健康づくりに取り組んで、たいしくんスマイルを貯めてください。健康と笑顔と記念品が手に入ります！

# NEWS

## 新春ボウリング大会

1月27日(土)、太子町青少年指導員会主催の「新春ボウリング大会」が行われました。

参加した小学4年生～6年生39人と指導員が交流しながら、ボウリングを楽しみました。



## わくわく農業体験

2月17日(土)、わくわく農業体験シリーズ1『じゃがいものたねいもを植えよう』を行いました。

9組の親子30人と小学生9人が参加されました。

今回のシリーズから、小学生も参加できるようになりました。

寒い中、わくわく農業体験の会の皆さんから、農業の楽しさや食の大切さを教わりました。



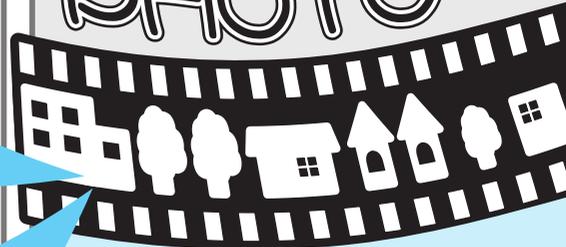
## Let's バブルサッカー!

2月18日(日)、町立山田小学校体育館で、「バブルサッカー」が行われました。地域の子どもの交流をつうじ、青少年の健全育成を図るリーダー会と、スポーツ施策を推進するスポーツ推進委員との2回目の合同企画で、「バブル」と呼ばれるビニール製の巨大なボールをかぶってサッカーをしました。

ぶつかり合い、何度も転びながらも、チーム一丸となって相手のゴールをめがけ、白熱しながらも、ちょっと変わったサッカーを楽しみました。



# PHOTO





◆松茂大会in徳島 3位  
太子ミニバスケットボールクラブ



はなまる

敬称略

がんばった人に



### 春の交通安全運転者講習会

交通事故の防止は、私たち一人ひとりの普段からの心がけ次第です。この機会にぜひ受講しましょう。

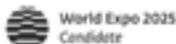
【とき】 3月26日(月)・27日(火) 午後7時～ 受付：午後6時30分～

【ところ】 町立万葉ホール

◆問合せ 富田林警察署 ☎25-1234  
安全環境課 ☎98-5525

### 2025年 国際博覧会を大阪・関西へ

2025日本万国博覧会誘致委員会では、万博誘致に賛同頂ける会員を募集しています。どなたでも登録ができ、会費などは無料です。登録は、誘致委員会ホームページ (<http://www.expo2025-osaka-japan.jp/>) の会員登録フォームからお願いします。



◆問合せ 2025日本万国博覧会誘致委員会事務局 ☎06-6944-6573

### 将来の竹内街道を考えるワークショップ

平成29年4月、竹内街道が日本遺産に認定されました。その街なみは町の誇るべき地域資産ですが、一方で、沿道沿いには空家と思われる家が増えつつあります。今後、竹内街道はどうなっていくのでしょうか。

街道の魅力をいかし、これからのにぎわいにつなげる取組みを一緒に考えませんか。街道の未来を担う地域の皆様のご参加をお待ちしています。

【とき】 3月21日(水・祝) 午後2時～

【ところ】 太子町まちづくり観光交流センター1階 研修室

【定員】 20人

※定員になり次第受付を終了します。

◆問合せ にぎわいまちづくり課 ☎98-5521

### 消費者トラブル情報

#### 相談急増 ハガキによる架空請求

「総合消費料金に関する訴訟最終告知」というハガキが届いた。訴訟や差し押さえなどと書かれており、怖くなってハガキに書いてあった電話番号に連絡したところ、「あなたは買った物の代金を支払っていないため、企業から訴えられている。弁護士に確認したが取り下げに間に合わないの、示談金として10万円をコンビニで支払うように」と言われた。全く身に覚えがないのに支払わなければならないのか。

#### 【ひとこと助言】

- ハガキによる架空請求に関する相談が増加しています。
  - 行政機関を装い、未納料金の訴訟最終告知などと書かれたハガキが自宅に届き、文面に「訴訟を起こす」「差し押さえ」などと法律用語を使って不安をあり、ハガキに記載のある連絡先に電話をかけさせようとするものです。連絡をするとお金を要求されたり、電話番号などの個人情報を知られてしまったりするケースもあります。
  - このようなハガキが届いても、決して連絡してはいけません。
  - 少しでも不安なとき、困ったときは、富田林市消費生活センターにご相談ください。
- ◆問合せ 富田林市消費生活センター ☎25-1000 (内線186)

**太子聖燈会** 平成30年  
4月21日(土) 午後6時～9時  
荒天の場合22日(日)に順延  
【ところ】 叡福寺・西方院・太子和みの広場

**ボランティア募集**  
当日、あかり点灯の準備と後片付けをお手伝い頂ける人を募集します。  
4月8日(日)までにご連絡ください。  
太子町観光・まちづくり協会  
TEL.21-1600 (月・火曜日休)

**町立公民館行事予定 3月**

▼和(なごみ) 体操教室  
3月10日(土)・24日(土)・31日(土)  
午後1時30分～3時

▼子ども将棋教室  
3月3日(土)・17日(土)  
午前10時～正午

☆公民館では、様々な学習機会の提供にいかせる、多彩な特技をお持ちの人を随時募集しています。特技をお持ちの人は、ぜひご登録ください。

※詳しくはお問い合わせください。

◆問合せ 町立公民館  
☎98-5530

**町立図書館行事予定 3月**

「と き」 3月17日(土)  
午前11時～11時30分

「ところ」 町立図書館

☆おはなしひろば・ボランティアメンバー募集!

月1回(第3土曜日) 30分程度、町立図書館で読み聞かせをしてみませんか?老若男女は問いません。活動月については、ご都合の良い月をメンバー内で調整します。

※詳しくはお問い合わせください。

◆問合せ 町立図書館  
☎98-5526

**川柳 友**

- 娘さん友禪着物華やかに
  - 昭和の子竹馬の友へ今メール
  - 杖は友散歩の私を支えてる
  - 近況を電話で知らず親友に
  - 友人の賀状にいつも癒されて
  - 友達もいつしか恋にかわりつつ
  - ハルカスで友と語りしミニ同窓会
  - 友という響きがすでに青春さ
  - 学友は若々しくてうらやまし
  - 話よりまず乾杯古き友
  - 友多く人生勉強知恵の元
- 4月号の題は「花」締め切り3月5日。5月号の題は「母」(締め切り4月5日)です。
- |       |       |      |       |       |       |      |       |       |       |       |
|-------|-------|------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|
| 三浦富美子 | 山下 和男 | 桑原 優 | 植田 清子 | 上田 恒子 | 上田美佐子 | 川村 勸 | 奥田 早苗 | 山本 博子 | 小路 淳水 | 笹部 次夫 |
|-------|-------|------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|

**俳句 敬称略**

- 年毎に重ね着増える老いの背
  - 全校の声わきかへる大縄飛び
  - 牙ゆる夜へ不協和音のピアノ弾く
  - 集ひ来しジャズとワインの聖夜祭
  - 産声を待つや紅葉を眺めつつ
  - 寒風や声より入る庭の客
  - 傘寿とて夢のあれこれ明の春
  - 時雨るるや門に揉み手の人の群
  - 寒風の真っ只中の二子塚
  - 初鴉二声残し飛び立ちぬ
  - くつきりと地球見渡す冬の月
  - 年用意年用意とて口ばかり
- |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 余保 英代 | 本多 幸子 | 辻本佳代子 | 平木佳代子 | 松井けい子 | 若松 古泉 | 麻野 明子 | 明石 志郎 | 田中 寛一 | 西村美智子 | 高田 正裕 | 小路喜与志 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|

**ふれあい 掲示板**

**太子乃園 こども食堂**

みんなでごはんを食べて、楽しい時間を過ごしませんか?

【と き】 3月31日(土) 午前11時30分～午後2時  
受付：午前11時30分～正午

【ところ】 四天王寺悲田太子乃園 地域交流ホール

【対象】 小学生(1、2年生は保護者の送り迎えが必要)

【参加費】 無料

【内容】 昼食に焼きそばを食べて、その後はお楽しみ会があります。

※参加をご希望の人は、3月29日(木) 午後6時までに電話、または、メールでお申込みください。お申込みの際は食品アレルギーの有無をお伝えください。

※必ず保護者に許可をもらってご参加ください。

※駐車場はありません。自転車の駐輪場はご利用頂けません。

◆申込・問合せ  
四天王寺悲田太子乃園 (担当) 橋田  
☎98-3978  
Eメール taishinosono@shitennoji-fukushi.jp

**平和を考える太子町戦争展**

映画を見ながら平和を考えてみましょう!

【と き】 3月11日(日) 午後1時～(開場：正午)

【ところ】 町立公民館

【作品】 この世界の片隅に

【参加費】 無料

【主催】 平和を考える太子町戦争展実行委員会

◆問合せ 森井 ☎98-1748

**美野の里 子ども食堂**

困った時、寂しい時に子どもが一人でも入れるのが子ども食堂です。あったかいご飯を用意して、待っています!

【と き】 月1回 第3木曜日(初回 3月15日(木))  
開店：午後6時 食事：午後6時30分～8時

【ところ】 美野の里2階 デイルーム

【対象】 子ども(中学生まで)と高校生及び保護者

【食事代】 子ども：無料、高校生以上：別途徴収 限定20食

【申込】 事前の申込みが必要です(参加申込書兼同意書)。

※申込みの際、食物アレルギーの有無をお尋ねします。

※送迎はありません(本人、保護者の責任で安全に往復できること)。

◆申込・問合せ 社会福祉法人 長生会 美野の里 (担当：杉田)  
☎98-4165

**ひとのうごき**

( )内は前月比

|       |                      |    |     |
|-------|----------------------|----|-----|
| 人口    | 13,552人 (-18)        | 転入 | 19人 |
| 男     | 6,672人 (-17)         | 転出 | 32人 |
| 女     | 6,880人 (-1)          | 出生 | 13人 |
| 世帯数   | 5,469世帯(-9)          | 死亡 | 18人 |
| まちの面積 | 14.17km <sup>2</sup> |    |     |

(2月1日現在)

**行政書士無料相談**

【と き】 3月17日(土)  
午後1時30分～4時30分

【ところ】 富田林市民会館  
梅の間・竹の間

◆申込・問合せ  
大阪府行政書士会南大阪支部  
(無料相談担当：濱田)  
☎50-1110

●ゆずります  
・学習机(子ども用)「無料」  
※取りに来て頂ける人

●ゆずってほしい  
・ベビーゲート「無料」  
・町立幼稚園の制服(夏・冬)、制帽、通園かばん、手提げ袋、上靴袋、深底コンテナ「無料」  
・夏用冬用カーペット「有料」

◎ゆずりたいもの、ゆずってほしいものがあれば、消費生活友の会会員または事務局、にぎわいまちづくり課(☎98-5521)までご連絡ください。



## 3月は自殺予防月間です



自殺で亡くなる人の数は、全国で年間約22,000人となっており、大阪府でも約1,250人が亡くなっています。

自殺は、様々な要因が複雑に関係して、その多くが「**追い込まれた末の死**」であり、「**防ぐことができる社会的な問題**」であると言われています。

様々な悩みを抱えている人は、一人で悩まず、専門の相談機関にご相談ください。また、身近な人の悩みに**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**相談をすすめ**、じっくりと**見守り**しましょう。

**こころの健康相談統一ダイヤル** ☎0570-064-556  
3月1日(水)午前9時30分～3月31日(金)午後5時までは24時間体制で相談を受け付けます。なお、一部のIP電話などからは接続できません。

### こころの健康に不安を感じたら

**こころの電話相談** ☎06-6607-8814  
月・火・木・金(祝日を除く)／午前9時30分～午後5時

**若者専用電話相談(わかぼちダイヤル)** ☎06-6607-8814  
水(祝日を除く)／午前9時30分～午後5時

**最寄りの大阪府の保健所の精神保健福祉相談**  
平日／午前9時～午後5時45分

### 電話相談

**関西いのちの電話** ☎06-6309-1121  
24時間、365日

**大阪自殺防止センター** ☎06-6260-4343  
金/午後1時～日曜日午後10時(57時間)

**こころの救急箱** ☎06-6942-9090  
月/午後8時～火曜日午前5時(9時間)

### フリーダイヤルの電話相談

**「自殺予防いのちの電話」** ☎0120-783-556  
毎月10日/午前8時～翌日午前8時(24時間)

### 妊娠中や産後にこころが不安になったら

**大阪府妊産婦こころの相談センター** ☎0725-57-5225  
平日/午前10時～午後4時

### 自死遺族相談(予約制)

大切な人を自死(自殺)で亡くされた人のために、来所相談を行っています。大阪府こころの健康総合センターの専門相談員が、相談に応じます。

お電話の際には、「自死遺族相談」とお伝えください。

**〈予約・問合せ〉** ☎06-6691-2818  
大阪府こころの健康総合センター  
平日/午前9時～午後5時45分



QRコード対応のカメラ付き携帯電話から様々な相談機関の情報にアクセスできます

### 不眠が続くこと 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
- だるくて意欲がわかない
- 原因不明の体調不良が続く

これは「うつ病」の症状かもしれません。睡眠と食欲という生きていく基本がそこなされると、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。

◀専門の相談機関や医療機関に相談してください▶

◆問合せ 健康増進課 ☎98-5520

## 受けましょう!がん検診

[場所] 町立保健センター

[費用] 無料

### 10 大腸がん検診



対象者 40歳以上の人

①実施日 3月6日(火)

受付時間 午前9時～午後1時  
※受付時間内にキットをお持ちください。

②実施日 3月22日(木) 午前

※時間予約制です。  
※肺がん・結核検診と同時に受けることができます。

### 10 肺がん・結核検診



実施日 3月22日(木) 午前

対象者 40歳以上の人

募集人数 20人

※大腸がん検診も同時に受けられます。

◎検診は予約制です。電話でお申し込みください。

受付は、検診実施日の1週間前まで(ただし、定員になり次第締め切ります)。

◎職場などで検診を受ける機会のある人は、対象となりません。

◆申込・問合せ  
健康増進課 ☎98-5520



### 400ml 献血へのご協力を お願いします



私たちの体は、異物が体内に侵入してきた時は、激しく防御をします。輸血に同じ血液型の血液を使用するのはこのためですが、同じ血液型といっても実は一人ひとり微妙に異なり、同型であっても何人もの血液を輸血することは必ずしもベストではありません。

400ml 献血は200ml 献血と同様にすべての血液成分を頂く献血方法ですが、患者さんが輸血を受ける場合、200ml 献血に比べて半分の人数の献血者から頂く血液ですみ、輸血による感染症や副作用を少なくすることができます。

ぜひ、400ml 献血にご協力ください。

**【とき】** 3月29日(木)  
午前10時～正午  
午後1時～4時

**【ところ】** 町立保健センター

※男性に限り、17歳から400ml 献血ができます。詳しくは、お問い合わせください。

◆問合せ 健康増進課 ☎98-5520

### こころほぐしの会 (こころの健康相談会)

午前中は保育付きです

この相談会は、カウンセラー(臨床心理士)に「話してみる」ことで、自分の知らなかった本心に気づくお手伝いをします。

カウンセラーに話を聞いてもらい「なるほど」と言ってもらっただけで、今まで不安定だった心がスッとおさまり、気持ち楽になります。

話す内容が決まっても構いません。ご自身のお気持ちを語る場としてもご利用ください。

**【とき】** 3月28日(水)  
①午前10時～  
②午後11時～  
③午後1時30分～  
④午後2時30分～

**【ところ】** 町立保健センター

**【対象】** 太子町内在住・在勤の人

**【内容】** 臨床心理士による悩み・不安・ストレス・うつなどの心理的問題に対する個別相談

◆[参加費] 無料

[その他] ①②の予約枠はお子さんの保育も可能です。

[申込] 事前にお電話でご予約ください。

◆問合せ 健康増進課 ☎98-5520

### 健康運動指導士・健康運動実践指導者(アルバイト)の登録募集

**【応募資格】** ・健康運動指導士  
・健康運動実践指導者資格

**【主な業務内容】**

町立保健センターで行う健康講座の企画・実施

**【勤務日】** 事業実施日

**【報償費】** 8,500円(1回)

**【申込書類】** 履歴書(写真添付)、応募資格要件の証明書の写し

※申込み書類は返却しません。

**【申込期間】** 随時受付

**【申込場所】** 健康増進課

**【採用方法】**

受付終了後、書類審査、面接などにより登録の決定を行います。面接の日時は別途連絡します。

◆問合せ 健康増進課 ☎98-5520



|             |  |  |                   |  |
|-------------|--|--|-------------------|--|
| 休日急病診療      | 種類   | 診療場所   | 診療日               | 受付時間                                       |
|             | 内科・歯科  | 休日診療所 ☎28-1333<br>富田林市向陽台1-3-38  | 日曜日<br>祝日<br>年末年始 | 午前9時～11時30分<br>午後1時～3時30分<br>※歯科については午前のみ。 |
|             | 小児科  | 富田林病院 ☎29-1121<br>富田林市向陽台1-3-36  |                   |  |
| 急病診療紹介      | 富田林市消防署 ☎23-9919   | 消防署では、午後8時～翌朝8時まで、救急診療の当番病院を紹介し、場合によっては救急車で搬送を行います。<br>※土曜・日曜・祝日・年末年始は午後4時～翌朝8時  |                   |  |
| 救急医療相談窓口    | 【24時間・365日】<br>☎#7119<br>(携帯電話・固定電話(フッシュ回線))<br>☎06-6582-7119<br>(固定電話(1P・ダイヤル回線など)) | 病院に行ったらいいの？救急車を呼んだ方がいいの？応急手当の仕方が分からない。など、救急医療相談を「医師」「看護師」「相談員」が24時間受け付けます。<br>《緊急時は迷わず119番へ》   |                   |  |
| 大阪府小児救急電話相談 | 【午後8時～翌朝8時】<br>☎#8000<br>(携帯電話・固定電話(フッシュ回線))<br>☎06-6765-3650<br>(固定電話(1P・ダイヤル回線など)) | 夜間の子どもの急病時、病院に行った方がよいかどうか判断に迷ったときは、お電話ください。「こどもの救急」ホームページ( <a href="http://kodomo-qq.jp/">http://kodomo-qq.jp/</a> )でも、受診判断の目安となる情報を掲載していますので活用してください。 |                   |  |

## 母子保健

★かならず母子手帳をお持ちください。

場所 町立保健センター (2階すこやかホール)

| 種類       | 対象児                  | 実施日     | 内容   |
|----------|----------------------|---------|--|
| 4か月児健診   | 平成29年10月9日～11月8日生まれ  | 3月8日(木) | 対象者の人には案内通知します。 <span style="float:right">⑤</span>   |
| 1歳6か月児健診 | 平成28年7月～8月生まれ        | 3月9日(金) |  |
| 赤ちゃん会ばらす | 1歳6か月までの<br>お子さんと保護者 | 3月7日(水) | <p>みんなで遊べるようホールを開放しています。<br/>相談・身体計測をご希望の人は母子手帳をお持ちになり、受付時間内にお越しください。 <span style="float:right">③</span></p> <p>【受付時間】9:30～10:00<br/>【実施時間】9:30～11:30</p> <p>助産師さんの育児相談：7日<br/>赤ちゃん会ばらすイベントデー：7日<br/>内容：離乳食講座(予約不要)</p>  |

## 健康づくり

| 種類         | 実施日      | 実施時間  | 内容   |
|------------|----------|-------|--|
| 町内ウォーキング   | 3月5日(月)  | 9:30～ | 町内の3km、または、6kmのウォーキングコースを歩きます。町立保健センター集合。雨天中止(判断に迷う場合は町立保健センターまでご確認ください)。ストックは貸出有。<br>※水分補給のため、飲み物をお持ちください。 <span style="float:right">③</span> |
| ストックウォーキング | 3月20日(火) |       |  |

## 健康相談

場所 町立保健センター

場所・問合せ

| 種類  | 実施日時                             | 内容  | 種類                       | 実施日時                                      | 備考              |
|---|----------------------------------|---|--------------------------|---|-----------------|
| 保健師・栄養士による健康相談 <span style="float:right">⑤</span> | 3月23日(金)<br>13:30～16:30<br>(予約制) | 生活習慣病予防や疾病予防・介護予防に関するご相談をお受けします。お気軽にご相談ください。(要予約) | こころの健康相談                 | 9:30～12:15/13:00～17:00                    | 予約制             |
|   |                                  |   | エイズに関する相談                | 月～金(年末年始、祝日を除く)<br>9:30～12:15/13:00～17:00 | 電話相談も可能         |
|   |                                  |   | 骨髄移植対策推進事業<br>骨髄バンクドナー登録 | 第一水曜日(年末年始、祝日を除く)<br>11:00～12:15          | 予約制             |
|   |                                  |   | 飲用水・井戸水検査                | 毎週月曜日(ゴールデンウィークを除く、月曜日が祝日の時は火曜日)          | 予約制<br>検査手数料が必要 |
|   |                                  |   | 医療機関に関する相談               | 月～金(年末年始、祝日を除く)<br>9:30～12:15/13:00～17:30 |                 |

富田林保健所では、肝炎ウイルス検査、風しん抗体検査、腸内細菌検査なども行っています。

## 健康と笑顔のWAプロジェクト

### ～腸内フローラを

### ご存じですか?～

春になると町角には色とりどりの花が咲き心をはすませてくれます。私たちの体の中にもお花畑があることをご存知ですか?

善玉菌、悪玉菌、中間菌(日和見菌)を代表に個性豊かな細菌群が腸内に存在し、それぞれのアピールの仕方です私たちの体調が変化し、影響を受けていることがわかってきました。また、腸と脳は自律神経をつうじて強く結ばれているので、腸内を良好に保つことは、体全体の調子を整えることに大きく関わっています。

#### ○体調を良好に保つためのヒントと対策は?

- 善玉菌を増やす  
納豆やヨーグルト、味噌などの発酵食品を積極的にとる。
- 腹八分目でメタボにならないこと、やせすぎないこと

- 禁煙と適正飲酒
- 食品の選択時の食べ方で特に高齢者は善玉菌の多い食品を取り入れる  
たとえばビフィズス菌や乳酸菌と果物を一緒に食べる。
- 乳幼児期から老年期の人に共通する食事の摂取(豆・ゴマ・卵・乳・ワカメ・野菜・魚・椎茸・芋)。マゴチワヤサイと覚えると覚えやすい。
- ストレスや不安はなくすることができないので、補える物を見つける(趣味、ボランティア)。  
自分が楽しむことと人と笑えること、そして良質な睡眠が何よりも良薬になるのです。

◆問合せ 健康増進課 ☎98-5520



# 太子町高齢者情報局

平成30年3月号

太子町高齢者情報局は、「高齢者の暮らしに必要な情報や太子町からのお知らせを提供します。」

皆さん、いかがお過ごしですか。

今回は、『認知症フォーラム』『介護保険 新総合事業住民説明会』『お達者健康講座』『元気ぐんぐんトレーニング 新規グループの紹介です！』をお届けします。

## 認知症フォーラム ③

2018太子町健康マイレージ対象事業

超高齢社会を迎え、認知症の人も今後ますます増えていきます。認知症になっても住み慣れた場所で生活していけるよう、地域全体で認知症についての理解を深めましょう！

【とき】3月14日(水)

開演：午後1時15分～3時30分

開場：午後0時45分

【ところ】町立万葉ホール

【内容】

●第1部 みんなで取り組もう認知症対応  
講師：今城クリニック院長 今城 保定 氏

●第2部 音楽で認知症予防  
講師：日本音楽療法学会認定 音楽療法士 後藤 壽美子 氏

第1部では“認知症”について学び、第2部では歌で楽しいひとときを。

この機会に、“認知症”について一緒に考えてみませんか？

◆問合せ 地域包括支援センター(高齢介護課) ☎98-5538

## 介護保険 新総合事業住民説明会

町では、支え合いによる地域包括ケアシステムの実現に向け、「SASAE 愛太子」(生活支援体制整備のための協議体)の活動を中心に、地域住民が主役の新総合事業(生活支援・介護予防サービスなど)の充実を進めています。さらに充実した新総合事業の内容及び補助制度について、住民説明会を行います。

【とき】3月28日(水) 午前10時～11時30分

【ところ】町立万葉ホール

◆問合せ 高齢介護課 ☎98-5538

## お達者健康講座 ③

お口の健康と全身の健康には深いかかわりがあります。年を重ねても若々しく元気な人は、お口の健康状態も良好です。

お口の乾燥からくるトラブルについて、また、お口の乾燥を予防するにはどうすればよいか、歯科衛生士がお話します。

【とき】3月26日(月) 午前11時～正午

※午前10時から個別相談があります。

【ところ】町立総合福祉センター2階 ホール(広間)

【内容】お口の健康について(お口の乾燥を予防しよう)

【参加費】無料

※総合福祉センター送迎バスをご利用ください。

◆問合せ 地域包括支援センター(高齢介護課) ☎98-5538

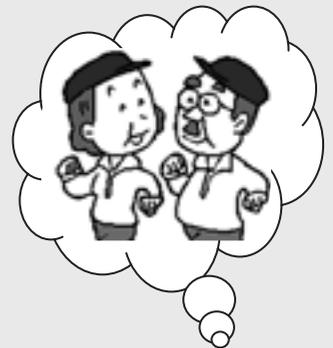
## 元気ぐんぐんトレーニング 新規グループの紹介です！

12月から25か所目の元気ぐんぐんトレーニンググループが向少路集会所で始まり、2月から自主グループとしてスタートしました！

15人ほどで、ゆったりと和やかな雰囲気トレーニングを行っています。グループ名は『わろてんか』。楽しく笑いながら続けています！向少路地区の人、ぜひ、ご参加ください。

【とき】毎週火曜日 午後2時～3時30分

【ところ】向少路集会所



### ◆介護予防の豆知識◆ 「フレイル」をご存じですか？

フレイルとは、徐々に心身(筋力や認知機能)が弱り、要介護に近づくことをいいます。高齢期になるとメタボ予防よりも、フレイル予防が重要になってきます。

中年期の健康管理の目標は生活習慣病予防で、心肺機能を高める有酸素運動が必要ですが、高齢期の健康管理の目標は老化予防で、足腰を弱くしないための筋トレやウォーキングが必要です。

一人で運動を続けるのは大変なので、仲間と一緒にやりましょう！一人より楽しいですし、会話も弾みます。ぜひ、地域で週に1～2回の運動習慣をつけましょう。

元気ぐんぐんトレーニングをしてみたい！という人はご相談ください。

体操できる場所があって、5人以上集まれば、自主グループの立上げを支援させて頂いています。

◆問合せ 地域包括支援センター(高齢介護課) ☎98-5538