健康ポイント このマークは、「おりひめ健康ポイント」対象の講座などです。詳細は、市ホームページをご覧ください。

電話番号案内

市外局番 072

市役所	TEL 892・0121
【本館】秘書広報課、政策企画課、財務課、財産管理課、総務課、人事課、地域振興課、税務室、市民課、医療保険課、会計室、行政委員会事務局(選挙管理委員会事務局)、議会事務局、土地開発公社、公共施設等再配置準備室 【別館】都市計画課、第二京阪道路沿道まちづくり推進室、開発調整課、営繕課、道路河川課、下水道課、緑地公園課、環境衛生課、農政課・農業委員会 【第2別館】危機管理室 【環境事業所内】環境総務課	
星田出張所	TEL 891・2031
ゆうゆうセンター	TEL 893・6400
福祉総務課、生活福祉課、障がい福祉課、高齢介護課、消費生活センター	
人権と暮らしの相談課	TEL 817・0997
健康増進課	TEL 893・6405
子育て支援課	TEL 893・6406
こども園課	TEL 893・6407
社会福祉協議会	TEL 895・1185
地域包括支援センター	TEL 893・6426
こどもゆうゆうセンター	TEL 892・3077
ボランティアセンター	TEL 894・3737
シルバー人材センター	TEL 893・0430

環境事業課(ごみ)、環境総務課	TEL 892・2471
粗大ごみ予約受付センター	TEL 891・5374
乙辺浄化センター(し尿)	TEL 892・2472
青年の家	TEL 892・7721
社会教育課、青少年育成課	
社会教育課文化財係	TEL 893・8111
教育総務室	TEL 810・0530
学校管理課、学校規模適正化室	TEL 810・8010
指導課	TEL 810・0522
青年の家図書室	TEL 893・4881
学校給食センター	TEL 891・0098
星の里いわふね	TEL 893・3131
星田西体育施設	TEL 893・7721
第1児童センター	TEL 893・1144
いきいきランド交野	TEL 894・1181
倉治図書館	TEL 891・1825
歴史民俗資料展示室	TEL 810・6667
いきものふれあいセンター	TEL 893・6520
消防本部・署	TEL 892・0119
総務課、予防課、警備課、通信指令室	
水道局	TEL 891・0016
総務課、工務課、浄水課、新浄水施設整備室	
水道サービス株式会社	TEL 894・0105
ファミリー・サポート・センター	TEL 893・0757

おかけ間違いのないようご注意ください。

文化

31年成人式

時 31年1月14日(祝)午前10時30分～(受付は午前10時～)

場 星の里いわふね

対 市内在住で、平成10年4月2日～11年4月1日生まれの人

※10月末に市に住民票がある対象者には、12月初旬に案内はがきを送ります。

※現在他市に住んでいる人でも参加できますので、直接ご来場ください。

¥ 無料 持 案内はがき

※危険物・酒類の持ち込みはできません。

■協力者募集

成人式当日に、協力してくれる新成人を募集します。

定 ①記念品受取者 1人
②花束受取者 2人
③誓いの言葉発表者 1人

申込期限 8月31日(金)

申・問 青少年育成課

〔広告〕

※広告の掲載については(株)ホープ(TEL 092・716・1404)へ、広告の内容については各広告主へ問い合わせください。

星の里いわふね落語会

豪華な顔ぶれです。生の落語をぜひお楽しみください。

場 星の里いわふね
※駐車場に限りがあります。
対 小学生以上
問 星の里いわふね

■桂南天の会 其の11
出演者 桂南天、桂まん我、桂雀喜
時 10月27日(土)午後1時30分開場、午後2時開演
定 70人 **¥** 前売券1000円、当日券1500円
券の販売 8月7日(火)から星の里いわふね(窓口午前9時～、電話予約午前10時～)

■米朝一門会
出演者 桂ざこば、桂南光、桂米團治、桂南天、桂しん吉、桂團治郎
時 11月18日(日)午後1時30分開場、午後2時開演
定 700人
¥ 前売券 A席3000円、B席2500円
当日券 A席3500円、B席3000円
※前売券完売の場合は、当日券販売はありません。

※障がい者と介助者1人は、500円割引で購入できます(星の里いわふね窓口のみ)。
券の販売 8月22日(水)から星の里いわふね(販売午前9時～、電話予約午前11時～)
星田西体育施設(販売午前11時～)
中村興文堂書店・中書店・星田ネオ書房(営業時間内)
※窓口販売は午前9時から。電話予約は午前11時からです。

桂ざこば

桂南光

文化祭発表団体と展示作品募集

■展示の部
時 11月2日(金)～4日(日)
場 青年の家
出品 1人1点

■発表の部
時 11月3日(土)～4日(日)
場 星の里いわふね
定 25団体(多数の場合は抽選)
出演時間 10分(入退場含む)
¥ 1団体(個人も含む)1000円
※説明会で徴収します。
申 8月1日(水)～14日(火)に青年の家窓口
問 社会教育課

天下普請で築いた名城 篠山城址を巡る

生涯学習講座 参加者募集。

時 9月13日(木)※雨天決行
集合 午前9時に青年の家(バス移動) **場** 篠山城址(兵庫県)
対 市内在住・在勤の人 **定** 20人
¥ 1000円(交通費など個人にかかる料金は別途負担)
講 交野山の会 佃肇さん
申 はがきに、①氏名(ふりがな)②郵便番号③住所④電話番号を記入し、8月12日(日)(必着)までに社会教育課「生涯学習講座・篠山城址」係(〒576-0052 私部2-29-1)※1枚のはがきにつき2人まで応募できます。応募多数の場合は8月13日(月)午前9時30分に、青年の家で公開抽選を行います。※参加者決定後に案内を送付します。
申 社会教育課

夏休みビデオ上映会

時 8月21日(火)午後2時～
場 倉治図書館2階 視聴覚室
上映作品 日本の昔ばなし「異人の牛骨」「力持ちの奉公人」ほか
定 50人程度 **¥** 無料
※駐車場に限りがあります。
問 倉治図書館

夏休み親子で楽しむコンサート(本の森プロジェクト2018)

時 8月25日(土)午後1時～2時30分(受付は午後0時30分～)
場 ゆうゆうセンター4階 多目的ホール
内 音楽絵本館・キッズコンサート・音楽つき絵本(絵本に音楽をトッピング) **¥** 無料 **持** 座布団 ※小学校2年生以下は保護者同伴でお越しください。
問 教育総務室または交野演奏家クラブ音夢の会 前田さん(☎090・2282・0054)

親子で作る野鳥のブローチ教室

木彫りでかわいい野鳥のブローチを作ります。

時 8月19日(日)午前10時～午後3時 **場** 青年の家 学びの館
対 園児、小学生 ※大人のみの参加もできます。※小学校低学年以下は保護者が同伴
定 20人(先着順)
持 弁当、お茶、水彩絵の具、細い筆、水入れ
指導 ブローチ同好会
申・問 8月5日(日)から、いきものふれあいセンター

スポーツ

ピラティス 第2期

ピラティスは心と体を整えるエクササイズの1つです。肩こりや腰痛などの改善も期待できます。

時 9月～11月の毎週木曜日(11月8日を除く、全12回) 午後3時40分～4時40分 場 星田西体育施設 対 高校生以上 定 20人(先着順) ¥ 7200円 講 和田紗織さん 持 運動の出来る服装・上履き・飲み物・タオル

※車での来所はご遠慮ください。

申・問 8月7日(火)から、参加費を添えて星田西体育施設窓口

ZUMBA 第2期

ZUMBAはラテン系の音楽とダンスを結合し、創作されたダンスフィットネスエクササイズです。

時 9月～11月の毎週木曜日(11月8日を除く、全12回) 講 和田紗織さん 対 16歳以上 ¥ 一括 6000円(全12回) 分割 1回600円 持 運動の出来る服装・上履き・飲み物・タオル

※車での来所はご遠慮ください。

星田西体育施設

時 午後2時30分～3時30分 定 25人(先着順)

申・問 8月7日(火)から、参加費を添えて星田西体育施設窓口

星の里いわふね

時 午後7時～8時 定 30名(先着順)

申・問 8月7日(火)から、参加費を添えて星の里いわふね

フットサル教室 後期

フットサルに必要な技術を習得できるよう、丁寧に指導します。初心者可。

時 10月14日、28日、11月4日、11日、18日、25日、12月2日、9日、16日、1月6日、20日、27日、2月3日、10日、24日、3月3日、10日、17日(全18回)①午後1時～3時②午後3時～5時 場 星田西体育施設

対 ①小学1～3年生②小学4年生～6年生 定 各20人(先着順) ¥ 各9000円 持 運動の出来る服装・体育館シューズ・飲み物・タオル

講 江頭伸一さん、耳野裕樹さん

※車での来所はご遠慮ください。

申・問 参加費を添えて星田西体育施設窓口

介護予防・高齢者スポーツ講習会「グラウンド・ゴルフ」

健康ポイント

スポーツを通じて、楽しみながら健康を保ち、生きがいづくりをしませんか。

時 9月18日(火)午後1時～3時30分、9月19日(水)～21日(金)午後1時～3時

場 私部公園グラウンド(18日(火)は私部公園管理棟に集合)

対 市内在住で65歳以上の初心者

定 30人(先着順) ¥ 無料

講 市グラウンド・ゴルフ協会

申・問 8月1日(水)から高齢介護課

教育

夜間中学校9月入学の受け付け

いろいろな事情で中学校を卒業していない、または実質的に十分な教育を受けられないまま中学校を卒業した人が入学できます。

①入学の受け付けは、年2回あります。本年度の9月入学の受け付けは、各学校の2学期のはじまり(8月末)から9月10日(月)です。ただし、学校の休業日(土・日・祝)は除きます。

②「あいうえお」から勉強できます。

③4月1日現在で、15歳以上の人が入学できます。

④授業料はいりません。

⑤大阪府内の人が入学できます。

⑥外国籍の人も入学できます。

申・問 守口市立さつき学園 夜間学級(守口市春日町13－26 ☎06・6991・0637)

人権

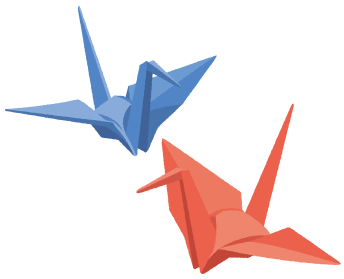
平和を祈って1分間黙とう

8月6日は広島に、9日は長崎に原子爆弾が投下された日です。市では、平和事業の1つとして、原爆死没者の慰霊と平和祈念のため、市民のみなさんに1分間の黙とうを呼びかけています。また、市内の各寺院にも、原子爆弾が投下された時刻に「平和の鐘」をついていただくようお願いしています。

みなさんも、家庭や職場、地域で1分間の黙とうをお願いします。

時 8月6日(月)午前8時15分、8月9日(木)午前11時2分

問 人権と暮らしの相談課



人権擁護委員制度70周年

今年は人権擁護委員制度が創設されて70周年を迎えます。人権擁護委員は、法務大臣から委嘱（いしょく）を受けて活動している民間ボランティアです。

地域のみなさんから人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害による被害者の救済をしたり、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を、日々行っています。

問 大阪法務局人権擁護部（☎06・6942・1489）

青少年コーナー
かたのにぎわいフェスタ

毎年秋に開催されている「かたのにぎわいフェスタ」は、数年前までは「交野市民まつり」として、夏に開催されていました。

真夏の炎天下の中、模擬店の呼び込みをしている時に、先輩の青少年指導員が私の首筋に冷たいタオルをかけてくれました。親切な人がいるのだと、感謝したことを覚えています。

青少年指導員は、多くの人たちとの〝ふれあい〟を求めて、今年も「かたのにぎわいフェスタ」に参加します。たくさんの来場をお待ちしています。

問 青少年育成課

福祉

枚方・交野地区更生保護大会

時 8月30日(木)午後1時30分～　場 ゆうゆうセンター4階 交流ホール　内 ◇オープニング：摂南大学吹奏楽部による演奏
◇式典
◇「社会を明るくする運動大阪PR大使」(株)よしもとクリエイティブ・エージェンシー所属「spa（すぱん）n！」による講演など

¥ 無料

問 福祉総務課

認知症介護者向け講座と座談会

認知症の人にみられる徘徊や物盗られ妄想など「行動・心理症状」の原因と関わり方を学びましょう。講座終了後に座談会も行います。

時 9月19日(水)午後1時30分～3時(受付は午後1時～)
※座談会は午後4時終了予定です。　場 ゆうゆうセンター4階 多目的ホール　対 認知症の人を介護している人、講座内容に関心のある人(座談会は、現在、認知症の人の在宅介護者のみ)
定 100人　¥ 無料　講 社会福祉法人由寿会 認知症相談支援・研修センター結（ゆい）、センター長 石川進（いしかわすすむ）さん
申 9月12日(水)まで　※手話通訳・要約筆記ご希望の人は連絡ください。

問 地域包括支援センター

市民フォーラム

若年性認知症の本人や支援者から、自らの経験談をお話しいただきます。

時 8月25日(土)　午後2時～4時30分(午後1時30分開場)　場 ゆうゆうセンター4階　交流ホール
講演①「若年性認知症について～当事者および支援者それぞれの立場から～」認知症を生きる当事者。若年性認知症の人を中心にした生きがいとしての仕事の場「タック」メンバー・パートナー
NPO法人認知症の人とみんなのサポートセンター代表 沖田裕（おきたゆう）子（こ）さん
講演②「高齢者施設ってなんぼかかるの？～これでわかる！施設選び～」地域包括支援センター長 村上朱里（むらかみあかり）

定 300人(先着順)　¥ 無料
申・問 地域包括支援センター
※手話通訳または要約筆記ご希望の人は、8月15日(水)までにご連絡ください。

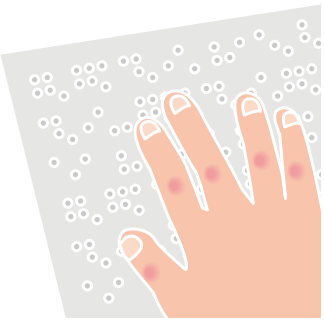
点字広報ヘルシーおおさか21

府は、健康・医療などに関する情報を記載した点字広報誌「ヘルシーおおさか21」を、年2回発行しています。今回のテーマは「見直そう！歯と口の健康づくり」です。

市では、市役所・ゆうゆうセンター・星田出張所・ボランティアセンター・青年の家・倉治図書館で閲覧できます。

また、ルビ版や音声読み上げ用を府ホームページ(http://www.pref.osaka.lg.jp/chikikansen/tenjikoho/index.html)に掲載していますので、ご活用ください。

問 四條畷保健所 企画調整課（☎878・1021）



福祉

心の輪を広げる体験作文・障がい者週間のポスター募集

障がいのある人とない人との心のふれあいの体験を綴った作文や、障がい者への理解を促進するポスターを募集しています。入賞者には賞状などを贈呈します。

募集内容　作文：400字詰め原稿用紙（縦書き）で、小・中学生は2～4枚、高校生・一般は4～6枚　※点字や電子メールでの応募も可能です。
ポスター：小・中学生のみ。B3画用紙または4つ切りサイズ画用紙（縦長のみ）

申　9月5日（水）（消印有効）までに、持参か郵送（〒540－8570住所記入不要）で、府障がい福祉企画課権利擁護グループ
※詳細は府ホームページ（http://www.pref.osaka.lg.jp/keikakusuisin/syougai-info/h30sakubunposuta.html）をご覧ください。

問　府障がい福祉企画課　権利擁護グループ（☎06・6941・0351）

障がい者日中活動系サービス事業所連絡会のバザー

市内の障がい者通所施設で作ったお菓子や手作り品などを販売します。

時　8月3日（金）午前10時～午後2時
場　ゆうゆうセンター1階ロビー
問　障がい福祉課

障がい者医療助成について

次のいずれかに該当する人は、医療助成の対象となります。詳細はお問い合わせください。

対　①身体障がい者手帳1・2級を持っている②療育手帳Aを持っている③療育手帳B1と身体障がい者手帳3級～6級を持っている④精神障がい者保健福祉手帳1級を持っている⑤難病等の受給者証を持っており、障がい年金（または特別児童扶養手当）1級に該当する
※所得制限があります。
※助成開始は申請日から。
問　障がい福祉課

特別障がい者手当・障がい児福祉手当

特別障がい者手当・障がい児福祉手当・経過的福祉手当を受けている人に、「所得状況届の提出について」の案内を8月上旬に送付します。必要な書類を準備して、必ず手続きをしてください。

所得状況届の提出が遅れたり提出しなかった場合は、手当を受けるのが遅れたりもらえなくなることがありますので、必ず期間中に提出してください。

特別障がい者手当　**対**　20歳以上で、重度障がいの重複など著しく重度で永続する身体・知的・精神障がいがあるため、日常生活において常時介護が必要な人。
※所得制限があります。また、施設入所者や3か月以上入院している人は対象外です。
¥　月額2万6940円（30年度）※年4回支給

障がい児福祉手当　**対**　20歳未満で、身体または精神に著しく重度で永続する障がいがあるため、日常生活において常時介護が必要な人。
※所得制限があります。また、施設入所者や、障がいを支給事由とする年金給付を受けている場合は対象外です。
¥　月額1万4650円（30年度）
※年4回支給
※特別障がい者手当・障がい児福祉手当とも、対象要件や申請方法などの詳細は、問い合わせください。
提出期間　8月13日（月）～9月10日（月）（土・日曜日は除く）
申・問　障がい福祉課

生活援助型訪問サービス従事者（生活援助員）養成研修

この研修を受講し修了することで、資格を持たない人でも生活援助型訪問サービス事業所で従事者として働くことができます。

研修を受けて、高齢者の暮らしをサポートしてみませんか？

時　9月3日（月）・10日（月）午前10時～午後5時　**場**　ゆうゆうセンター3階　団体共用ルーム
対　市内在住・在勤で、研修終了後は市内の生活援助型訪問サービスを実施する事業所に従事する意思のある人　**定**　30人
申・問　8月1日（水）から、高齢介護課
※申込書は高齢介護課窓口または市ホームページからダウンロードできます。（https://www.city.katano.osaka.jp/soshiki/hukushibu/kaigo/）

高齢者にお祝い

金婚式のお祝い

金婚式を迎えた夫婦にお祝い品を贈ります。

対　9月15日（土）現在、市内在住で、昭和42年9月1日～昭和43年8月31日までに婚姻届を出した夫婦。
申　8月1日（水）～8月31日（金）に、戸籍抄本など（婚姻日を証明するもの）を持参して、高齢介護

課または、本庁1階福祉サービスコーナー

※本籍地が交野市内の人は戸籍抄本は不要です。

※9月下旬ごろに、自宅へ祝品を送付します。

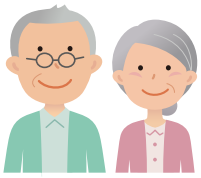
敬老のお祝い

長寿を祝福し、敬老祝品を贈ります。

対 9月15日(土)現在、市内在住で、満99歳(大正7年9月16日～大正8年9月15日生まれ)の人

※申請の必要はありません。該当者には9月下旬ごろに、自宅へ祝品を送付します。

問 高齢介護課



市民交流フェスタin ボランティア&キッズ

子どもから大人まで楽しめる「遊び」と「ボランティア体験」が盛りだくさんです。

時 8月4日(土)午後1時～3時30分　**場** ゆうゆうセンター4階多目的ホール

ステージ 「ででんこ交野」「チームよさこい星田山手」

体験コーナー 手づくりおもちゃ、紙すき、手話かるた、紙芝居、さをり織り、ボランティア相談、キッズお宝探し　**¥** 無料

問 ボランティアセンター

保険・年金

限度額適用認定証等の申請書について

入院や高額な外来診療を受けている場合、70歳未満の人は限度額適用認定証等の交付を受け、医療機関に提示すると、医療費の窓口負担が自己負担限度額までの支払いで済むことになります。70歳以上75歳未満の人は、区分によって発行が必要な人と必要でない人があります。

8月中に申請すると8月1日(水)から有効の認定証を発行します。なお、申請には条件がありますので、詳細は問い合わせください。

問 医療保険課

税

「税に関する小学生の習字」募集

小学生に「税」に関する文字を書くことによって、「税」とはなにかを考えてもらうため「習字作品」を募集します。優秀作品には賞状と記念品を贈呈します。

対 小学生

テーマ 税に関するもの

作品の規格 半紙を使用し、1人1作品(作品の返却不可)

※作品の左側に学校名・学年・氏名を明記してください。

申・問 9月5日(水)までに学校を通じて枚方税務署総務課(☎844・9521)

中学生・高校生の「税についての作文」募集

中学生・高校生に「税」に対する関心を高め、理解を深めてもらうために、「税についての作文」を募集します。優秀作品には、賞状と記念品を贈呈します。

作品の規格 1人1編(作品の返却不可)で、作文の冒頭に題名・学校名・学年・氏名(ふりがな)を、末尾に応募者の住所(学校を通じて応募する場合は不要)を記載してください。

優秀作品は学校名や名前などとともに国税庁ホームページや国税当局が作成する広報誌などで広く発表します。

申込期限 9月5日(水)まで

□中学生の部

テーマ 「税に関すること」

文字数 1200字以内

提出先 学校を通じて提出

□高校生の部

テーマ 「税の意義と役割について考えたこと」

文字数 800～1200字以内

提出先 学校を通じて提出か枚方税務署

問 枚方税務署総務課(☎844・9521)

個人事業税の納期限について

8月に第1期分および第2期分の納付書を1度に送付します。

第1期分の個人事業税の納期限は、8月31日(金)です。

納付には便利で安心・安全な口座振替制度をご利用ください。

対 個人事業主

問 北河内府税事務所(☎844・1331)

市・府民税第2期分の納期月

8月は市・府民税第2期分の納期月です。期限の8月31日(金)までに納めてください。

問 税務室

環境

セアカゴケグモに注意

セアカゴケグモが市内でも広く確認されています。攻撃性がなくおとなしいクモですが、毒性をもっています。事故を防ぐために、次のことにご注意ください。

特徴　メス＝全体に黒色で体長は1センチ程度。背中に赤い帯状の模様があります。毒をもっているのはメスのみです。
オス＝全体に褐色で体長は3～5ミリ程度。背中に赤い帯状の模様はありません。

生息場所　日当たりがよく暖かいところ。エサとなる昆虫がいるところ。巣を張る適当な隙間のあるところ。具体的には、側溝の側面やふたの裏、低木の下、植木鉢のふちや裏、自動販売機の裏、外置きのサンダルなど。

注意すること　素手で触らない。排水溝の清掃や庭いじりなどをするときは、軍手や靴下を着用する。屋外サンダルなどを履くときは、クモがいないか確認する。

駆除方法　市販の家庭用殺虫剤（ピレスロイド系）を直接噴霧する（卵には殺虫剤は効きません）。熱湯をかける。靴で踏み潰す。火気が使用できるところでは、家庭用バーナーで焼却する。
※巣を張る隙間をなくしたり、クモの巣があれば棒などで払い、クモが巣を作らないようにすることで被害を避けることができます。

かまれたら　かまれた場所を水や石けん水で洗い流し、できるだけ早く病院（皮膚科または内科）で治療を受けてください。できればかまれたクモを殺して病院へ持参すること。適切な治療につながります。包帯や止血帯はしないほうがよいとされています。休日夜間診療については、「わが家の健康管理」をご覧ください。
※詳細は市や府のホームページにも掲載しています。

地球温暖化防止に役立つ身近な太陽光発電体験会

地球温暖化問題と、私たちにもできる対策について考え、その対策の1つになる太陽光発電利用を体験します。

時　8月17日（金）午後2時～5時
場　市役所別館3階　中会議室
内　・農園の水やり実例紹介
・ハイキングリュックの背中で発電＆充電
・停電時（または電気がきていないところ）の夜間照明
・防犯灯
・その他
※今回の体験で、ミニ太陽光発電装置を作りたい人には、購入製作などのアドバイスをします。
定　20人（先着順）　**¥**　無料
持　筆記用具
申・問　交野みどりネット事務局（環境衛生課内）

くらし

青少年健全育成標語の募集

11月の「子ども・若者育成支援強調月間」で、ポスターに使う標語を募集します。優秀作品などには記念品を贈ります。

条件　作品は未発表で、ポスターに掲載できるもの
審査　市青少年指導員会で審査
申・問　はがきまたはメールで、標語と①氏名②年齢③住所④電話番号を記入し、8月31日（金）（消印有効）までに、青少年育成課（〒576－0052　私部2－29－1　ikusei@city.katano.osaka.jp）

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

いじめ、不登校、体罰、児童虐待など子どもの人権問題をご相談ください。相談は無料で、秘密は厳守されます。

時　8月29日（水）～9月4日（火）午前8時30分～午後7時
※9月1日（土）・9月2日（日）は午前10時～午後5時
¥　無料　**講**　人権擁護委員、法務局職員
相談電話番号　0120・007・110（子どもの人権110番）
インターネット人権相談窓口（http://www.jinken.go.jp/）
申・問　大阪法務局人権擁護部（☎06・6942・9496）

「こども110番」運動

8月は、「こども110番月間」です。地域のこどもは地域で守り、子どもたちが安心して暮らせる環境を確保するため、「こども110番」運動を推進しています。

家庭や地域のみなさんで、子どもたちを守りましょう！

「一人で遊ばない」「知らない人についていかない」など、子どもたちに犯罪から自分の身を守る方法を教えましょう。

また、子どもの様子をうかがう、車から子どもに話しかけるなどの不審者を見かけたら、子どもを守り、すぐに警察に通報しましょう。
※子どもたちが登下校や遊びで外出する際には、防犯ブザーやホイッスルを持たせ、しっかりと活用するように教えましょう。
※青少年育成課では「こども110番の家」の協力者を募集してい

ます。詳細は問い合わせください。
問 青少年育成課

こども110番の家	もしものときに、こどもたちが助けを求めることができるように、地域の協力家庭や店が目印となる旗やステッカーを掲げています。学校や家の近くの「こども110番の家」をさがしてみましょう。
動くこども110番	「こども110番」のステッカーを貼った車やバイクが地域を走り、助けを求めてきたこどもの一時保護と警察への通報などを行います。

家庭教育学級★夏休み企画

「おこづかい」「勉強」「門限」など身近な話題で、あるあるトーク♪聴くことで気づくことがいっぱいです。

時 8月22日(水)午前10時から
場 武道施設 2階専修室1・2
内 「コドモとオトナのあるあるトーク」こういうとき、みんなどうしてる？
※おみやげあり。中身は当日のお楽しみ！
対 小学生の子どもと保護者
講 ポラリス(家庭教育支援チーム)
申・問 8月10日(金)までに社会教育課

水道局職員を装った訪問販売にご注意ください

水道局では、個人様宅の水道管の検査・点検・修理、浄水器などの器具の販売やあっせんを行うことはありません。

水道局職員は「職員証」を携帯していますので、不審に思ったときは、確認するか、水道局に問い合わせください。また訪問販売の契約トラブルについては「消費生活センター」に、ご相談ください。

問 水道局総務課お客様サービス係、市消費生活センター

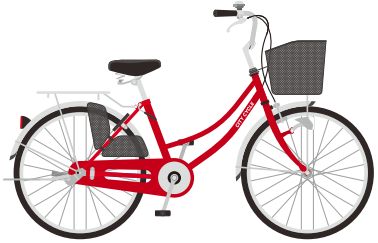
自転車を盗難から守りましょう！

近頃、自転車の盗難が多発しています。

自転車から離れる時は必ず鍵をかけ、ワイヤー錠などで二重にロックをしましょう。防犯登録をすると、盗難時の早期発見にも役立ちます。

防犯登録に関する問い合わせ
大阪府自転車商防犯協力会
(☎06・6629・0750)

問 危機管理室



同居・近居促進事業補助金制度

市内に住む親世帯との同居・近居を目的とした、子世帯の住宅の購入や改修(市内にあるものに限ります。)に係る費用に対して、上限額20万円の補助金を支払う取り組みを行っています。

対 ①30年4月1日～31年3月31日の間に市外から市内へ引越し(住民票の異動)を行っていること。②申請日時点で親世帯が市内に5年以上居住していること。③申請日時点で親世帯との同居や近居を目的とした住宅の購入や住宅の改修を行っていること。④子世帯が市内に転入する前までに1年以上市外に居住しており、中学生以下の子どもがいること。⑤子世帯もしくは親世帯が市内に所有するもので、子世帯が居住するためにいずれかの名義で所有権保存登記または所有権移転登記をしていること。⑥住宅の購入や改修が28年4月1日以降の契約であること。⑦建築基準法やその他の法令に基づき適正に建築された住宅であること。

※費用の総額(住宅の購入および改修費用と引越し費用の合計額)が20万円以下となる場合、補助額は工事費用と引越費用を合わせた額となります。

※詳細は市ホームページ(https://www.city.katano.osaka.jp/docs/2018032800053/)に問い合わせください。

問 都市計画課

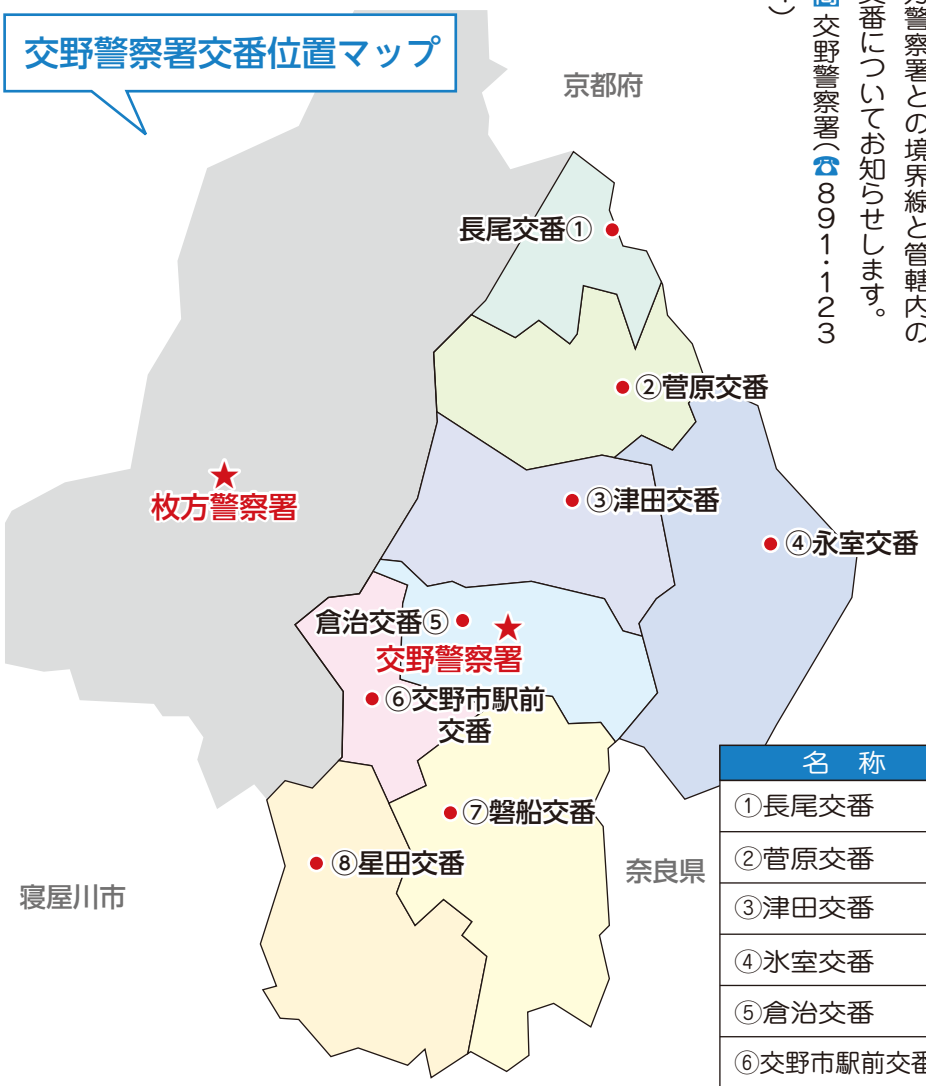
くらし

交野警察署からのお知らせ

交野警察署は24年に開署。現在7年目になります。

管轄区域は、市全域と枚方市の東部を受け持つ警察署になります。あらためまして、隣接する枚方警察署との境界線と管轄内の交番についてお知らせします。

問 交野警察署（☎891・1234）



名　称	所在地
①長尾交番	枚方市長尾家具町二丁目39番地
②菅原交番	枚方市長尾元町五丁目2番1号
③津田交番	枚方市津田北町二丁目23番1号
④氷室交番	枚方市尊延寺六丁目1番1号
⑤倉治交番	交野市倉治三丁目4番1号
⑥交野市駅前交番	交野市私部西一丁目8番1号
⑦磐船交番	交野市私市三丁目8番1号
⑧星田交番	交野市星田一丁目49番1号

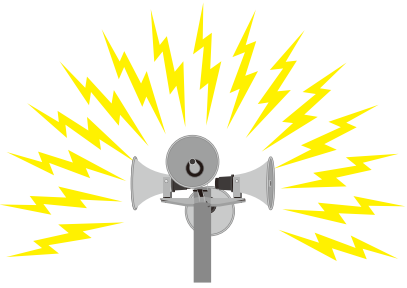
Jアラートの全国一斉情報伝達試験放送の実施

地震や津波、武力攻撃などの発生時に備え、必要な情報を通信衛星を利用して瞬時に伝える全国瞬時警報システム（Jアラート）の運用試験を兼ねて防災行政無線で試験情報の発信を行います。

当日は大音量での放送となるため、スピーカーの近隣にお住まいのみなさまには、大変ご迷惑をおかけしますがご理解ください。あくまでも訓練放送ですので、慌てずに、いざという時のために何をすべきかを考えておきましょう。

実施日時　8月29日（水）午前11時ごろ

問 危機管理室



飼い犬登録と狂犬病予防注射

生後91日以上の犬（室内犬も同様）の生涯に1度の飼い犬登録と1年に1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

・飼い犬登録・狂犬病予防注射が済んでいない場合は

飼い犬登録をしていない場合は、市役所または、市内の大阪府獣医師会加盟の獣医院で手続きを行ってください（登録手数料3000円）。30年3月2日以降に狂犬病予防注射を受けていない飼い主は、市内の獣医院で接種をお願いします。また、市外での接種の場合は市役所まで注射済証をご持参ください（交付手数料550円）。

・転入転出した場合は

転入した人は、転出先で飼い犬登録をした際の鑑札をご持参ください。鑑札を紛失した場合でも鑑札の再発行手続を行う事が出来ますので、市役所までお越しください（鑑札再発行手数料1600円）。転出する人は、転出先の市町村へ鑑札を持参し手続きを行ってください。そのほか、市内転居・登録内容に変更があった場

合も、手続をお願いします。

・飼犬が死亡した場合は

飼い犬が死亡した場合は、届出が必要となりますので、ご連絡をお願いします。その際に鑑札の返却もお願いします。

問 環境衛生課

あなたにしか救えない大切な命があります

心肺停止状態(心臓も呼吸も止まった状態)は、性別や年齢に関係無く、突然に誰にでも起こる可能性のある状態です。

心肺停止状態に陥った人を目の当たりにした時、その場に居合わせた人の一刻も早い「救命処置」の開始が生存率や社会復帰率に大きく影響します。大切な人や家族のためにもぜひ受講してください。

時 9月9日(日)午前9時～正午
場 市消防本部2階　研修室
対 市内在住在勤の人　定 20人
¥ 無料
内 心肺蘇生(胸骨圧迫と人工呼吸)とAED(自動体外式除細動器)の使用方法
申請用紙の配布　消防署窓口か、市ホームページ(https://www.city.katano.osaka.jp/docs/2018041700047/)からダウンロード
申 申請用紙に必要な事項を記入し、消防署まで持参。
問 消防署 警備課 救急係(☎892・0013)

住民票の写しなど本人通知制度のご案内

不正請求を抑止するため、住民票の写し等本人通知制度を実施しています。

この制度は、事前に登録することで、登録した人の住民票の写しや戸籍謄本などを代理人を含めた第3者に交付した時、交付した事実をご本人に通知する制度です。

また、外国人住民の人にも住民票が作成されたことにより、この制度を利用できます。

事前登録ができる人　本市の住民基本台帳、戸籍の附票に記載されている人(5年以内に除かれた人を含む)
本市の戸籍に記載されている人(除かれた人を含む)

申込に必要な書類

□**本人による申し込み**　マイナンバーカード(通知カード除く)、旅券、運転免許証などの本人確認書類

□**法定代理人による申し込み**
戸籍謄本その他法定代理人である資格を証明する書類と本人確認書類

□**代理人による申し込み**　委任状と代理人および本人通知登録者の本人確認書類

事前登録の申込窓口
市民課または星田出張所(月～金曜日午前9時～午後5時30分)
他の市区町村に居住している人や疾病などの人は、郵送による申し込みができます。

通知内容および通知方法　住民票写しなどの種類、交付した日、交付枚数を記載した通知書を本人宛に郵送します。

問 市民課または星田出張所

大阪880万人訓練

災害発生時にきちんと行動するためには、正確な情報をいち早く知ることが大切です。

「大阪880万人訓練」は、府から府域全域に、市から市域全域を対象に、エリアメール・緊急速報メールを発信します。防災・減災を考え、1人ひとりが身を守る行動をとるための訓練です。

時 9月5日(水)
①大阪府 午前 11時3分ごろ(大津波警報発表)②交野市 午前11時15分ごろ(火災拡大通報)
※訓練当日は電話がつながりにくくなることがあります。
※マナーモードでも着信音が鳴ります。映画館などでは電源を切ってください。
※携帯電話の対応機種については、各種携帯電話会社にお問い合わせください。
問 府民お問い合わせセンター(☎06・6910・8001)

交野市まちづくり市民提案型事業の追加募集

市民提案型事業は、地域で身近に起こるさまざまな課題について、行政の視点に無い市民活動団体などの発想・地域特性を生かしながら解決を図るための事業に、初期的経費の一部を最大 20万円まで補助する制度です。

3年以上継続する事業に限ります。補助対象団体、提出書類などの詳細は、ホームページでお問い合わせください。

募集期間　8月1日(水)～31日(金)
問 地域振興課

義援金にご協力を

平成30年7月豪雨の災害に対する義援金の募金箱を次の施設に設置しています。

寄せられた義援金は、日本赤十字社を通じて、被災された方々へお届けします。

みなさんのご協力をお願いします。

・市役所本館、市役所第2別館、星田出張所、ゆうゆうセンター、青年の家
問 総務課

くらし

第4回「ものづくり工場巡り」

日頃見ることができない工場を見る「ものづくり工場巡り」コースや、市の見どころ満載の「まちめぐりコース」をバスで巡ります。

時 10月15日(月)

集合・解散 いきいきランド交野

対 18歳以上で、バスの乗降に介助を必要としない人

コース・出発時間 下表のとおり(各コース2時間程度)

¥ 無料

申 8月1日(水)～31日(金)にホームページか、専用申込用紙に必要事項を記入しFAXで申込(http://www.katano-kougyoukai.com FAX 893・3380)

申込用紙の配布 申込期間中に市工業会事務局、地域振興課

問 市工業会事務局(☎892・6700)、地域振興課

午後コース

コースNo	出発時間	見学企業
10	13:10	島田化成➡ジュラロン
11	13:10	新関西製鐵➡トープラ
12	13:40	三口産業➡新関西製鐵
13	13:10	東洋発條➡ローバル
14	13:50	山野酒造➡パナソニック交野
15	13:10	ローバル➡東邦システム
16	13:40	パナソニック交野➡島田化成
17	13:10	星田まちめぐりコース
18	13:30	倉治まちめぐりコース

午前コース

コースNo	出発時間	見学企業
1	9:10	島田化成➡東洋発條
2	9:10	新関西製鐵➡トープラ
3	9:40	三口産業➡新関西製鐵
4	9:10	ジュラロン➡ローバル
5	9:50	東邦システム➡パナソニック交野
6	9:10	ローバル➡山野酒造
7	9:40	パナソニック交野➡島田化成
8	9:10	星田まちめぐりコース
9	9:30	倉治まちめぐりコース

家族や地域の大切さに関する作品コンクール

募集内容 「写真」部門(いずれかのテーマを選択)

テーマ① 子育て家族の力(子育て家族の絆、子供と深める家族の絆)

テーマ② 子育てを応援する地域の力(地域ぐるみやボランティアで子育て支援)

「手紙・メール」部門

テーマ 子育てを家族で支え合うことの大切さ、家族への感謝などの思いを伝える内容のもの、または、子育てを地域や社会が見守り応援する様子やその大切さを訴える内容のもの

募集区分 小学生の部、中・高校生の部、一般の部の3区分

募集締切 9月7日(金)

表彰 募集テーマ、区分ごとに最優秀賞1点、優秀賞5点以内。いずれも、内閣府特命担当大臣(少子化対策)表彰と副賞。

詳細は内閣府ホームページ「家族の日」で検索

http://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/family/index.html

問 政策企画課

ペットボトル排出時のお願い

現在、北河内4市リサイクル施設組合(かざぐるま)で、ペットボトルのラベルとキャップを外す作業に、大変時間を要しています。

ペットボトルを捨てるときは、できるだけラベルをはがし、キャップを外して捨てるよう、ご協力をお願いします。

問 環境総務課

しごと・求人

先端設備等導入計画の申請について

「生産性向上特別措置法」に基づき、市内に事業所を有する中小企業者が、労働生産性を一定向上させるため策定する先端設備等導入計画を市が審査し、市の導入促進基本計画に市が合致する場合に認定を行います。

認定を受けられる事業者や認定のメリットについて、詳細は市ホームページをご覧ください。

問 地域振興課

各種自衛官などの募集

対 18歳以上の人。一般曹候補生・自衛官候補生は27歳未満。航空学生は高卒(見込み含む)で海上は23歳、航空は21歳未満。

※受付期間、試験日程などは問い合わせください。

問 自衛隊守口出張所(☎06・6997・7339)

フリースペース安全ボランティアの募集

市は、放課後に子どもたちの居場所をつくるため、市内各小学校の校庭を開放し、自由に遊ぶことのできるフリースペース事業を実施しています。

事業実施にあたり、子どもたちの安全確保をする安全ボランティアを募集します。

業務内容 ①児童の安全管理②児童が負傷等した時の応急処置や救急対応③参加児童の受け付け

時 主に午後3時～4時30分(学校・季節で変動あり) **場** 市内各小学校 校庭 **¥** ボランティア謝金1日1080円

申・問 青少年育成課

保育施設説明会&就職面接会

枚方市・寝屋川市・交野市の8保育施設が参加予定。

資格はあるけど経験がない、ブランクがあるなど、保育にかかわる仕事を目指している人の就職面接会です。施設の説明会のみの参加もできます。

時 8月29日(水)午後2時～4時

（受付は午後3時30分まで）
場 ハローワーク枚方（枚方市岡本町7－1　ビオルネ・イオン枚方店6階）　**対** 保育の仕事に興味がある人（保育士資格の有無を問いません）正社員、契約社員、パート求人あり。　**¥** 無料　**持** 履歴書（写真付）、ハローワーク紹介状（当日発行可）
申 当日直接会場
問 ハローワーク枚方　福祉人材コーナー（☎841・3363 44井）

職業適性検査

あなたの適性を判断してみませんか。基本的な適性能を測定することにより、望ましい職業選択を行うための参考になります。
時 8月8日（水）午後1時～3時30分　**場** ゆうゆうセンター
対 市内在住の15～39歳で就労を目指している人　**定** 先着4人
申・問 8月1日（水）から、人権と暮らしの相談課

就労支援セミナー「見つけよう！私の働き方」

時 8月20日（月）午後2時～3時30分　**場** ゆうゆうセンター2階体験学習室　**定** 先着30人
内 パートで働く場合の「103万・130万円の壁、税・医療・年金のしくみなど」について　**講** 社会保険労務士・ファイナンシャルプランナー
申・問 人権と暮らしの相談課

三市合同企業就職面接会〈参加企業募集〉

交野市・枚方市・寝屋川市の合同企業就職面接会の参加企業を募集します。
企業と求職者との面接の場を設定し、採用までのお手伝いをします。
主催 交野市、枚方市、寝屋川市、ハローワーク枚方、大阪府
主管 枚方雇用開発協会
時 10月31日（水）午後1時～4時
場 ゆうゆうセンター
内 ①求人企業の合同企業就職面接会②労働ミニセミナー③就労支援相談など
申・問 枚方雇用開発協会（☎861・5031）

女性活躍推進優良事業者表彰の候補事業者を募集

市では、女性の職業生活に関する優れた取り組みを広く周知することで、事業者における女性の活躍機会の取り組み促進を目的とし、女性活躍推進優良事業者表彰の候補事業者を募集します。
受賞事業者は、社名を取組内容とともに市のホームページ、広報などにおいて広く市内事業者や市民のみなさんに紹介する予定です。
対 市内に本社または主たる事業所を置き女性活躍推進の取り組みをされている事業者
申込用紙の配布 市ホームページか、人権と暮らしの相談課窓口
申 申込用紙に必要事項を記入し、8月1日（水）～9月28日（金）（必着）に、人権と暮らしの相談課（〒576－0034　天野が原町5－5－1）
問 人権と暮らしの相談課

女性消防団員募集

防火指導や応急手当の普及活動など、地域に密着した消防団活動に参加する人の入団をお待ちしています。
対 市内在宅・在勤で防災やボランティア活動に興味のある18歳以上の女性（学生もOK）
採用開始 30年10月1日（月）
申・問 8月31日（金）までに消防本部 総務課 消防団係（☎892・0011）

子育て

児童扶養手当・特別児童扶養手当

□児童扶養手当現状届・特別児童扶養手当所得状況届の受付開始

児童扶養手当は8月1日（水）から、特別児童扶養手当は8月13日（月）から受付を始めます。受給資格者（支給停止者も含む）には、7月末ごろに通知を送りますので、期間内に必ず届け出をしてください。

□児童扶養手当

父母の離婚・死亡・障がいなどにより、父または母と生計を同じくしていない児童（18歳になってから最初の3月31日までの児童または一定の障がいがある場合は20歳未満の児童）を養育する母、監護し、かつ生計を同じくする父、または父母に代わって児童を養育する（児童と同居し、監護し、生計を維持する）人に支給されます。
受給資格がなくなったとき（再婚、内縁、父・母の帰還、児童を養育しなくなったなど）は、すぐに届け出をしてください。届けを出さないまま手当てを受けていると、受給資格がなくなった日から、手当が全額返還となります。

□特別児童扶養手当

20歳未満で、政令に指定される障がいの状態にある児童を監護する父母（主として児童の生計を維持するいずれか1人）か、父母に代わって児童を養育する（児童と同居し、監護し、生計を維持する）人が受給できます。
※障がいの程度・住所・氏名などに変更があった場合は届け出をしてください。

□受給についての制限

両手当とも、公的年金給付との調整や所得・要件などの制限があります。

□8月期の定期払い

両手当とも8月10日（金）
問 子育て支援課

健康

健康ポイント 元気度知ろう会「体力測定」

5種目の体力チェックを行い、転倒予防や身体づくりに役立つ講義や実技を行います。

時・内 ①8月20日(月)測定の実施②8月27日(月)結果の返却、および体力アップに関する取り組みの紹介など。午前9時40分～10時40分

場 ゆうゆうセンター1階　審査会室　**対** 65歳以上の市民

定 15人(先着順)　**¥** 無料

持 水分補給できる水、お茶など。動きやすい服装、靴でお越しください。

申・問 8月1日(水)から高齢介護課

健康ポイント 元気度知ろう会「口腔機能測定」

誤嚥や肺炎を予防し、おいしく食べるための講義や実技の体験などを行います。

時・内 ①9月3日(月)口腔機能測定の実施・実技の体験など②9月10日(月)結果の返却、口の機能アップに関する取り組みの紹介など。午前9時40分～11時10分

場 ゆうゆうセンター1階　審査会室　**対** 65歳以上の市民

定 20人(先着順)　**¥** 無料

持 飲み物(2日目　歯ブラシ・コップ2個・タオル)

申・問 8月1日(水)から高齢介護課

健康ポイント 元気アップ体操クラブ

シルバー世代の健康づくりに役立つ市オリジナルの体操です。

時 ①8月1日・15日(水)午前10時30分～11時30分
②8月9日・23日(木)午後1時30分～2時30分
③8月10日・24日(金)午前10時30分～11時30分

受付　各開始時間の15分前から

場 ①ゆうゆうセンター多目的ホール②青年の家武道施設③いきいきランドサブアリーナ

対 概ね65歳以上の人　**定** 各80人

¥ 無料　**持** 水分補給が出来るもの　※②③は上履き、動きやすい服装でお越しください。

問 高齢介護課

健康ポイント 元気アップメイト養成講座

高齢者の健康づくりに役立つ元気アップ体操や口腔体操、認知症予防レクレーションなどの実技の習得。

時 9月5日(水)～11月7日(水)の毎週水曜日(全10回)午前9時30分～11時45分

場 ゆうゆうセンター3階　団体共用ルーム2　**定** 20人　**¥** 無料

持 筆記用具・水分補給できるもの※動きやすい服装でお越しください。　**申** 8月1日(水)から電話か直接窓口

問 高齢介護課

保健所だより

□**肝炎検査(無料、予約制)**
時 第2火曜日
午前9時30分～10時30分

□**風しん抗体検査(無料、予約制)**
時 第2火曜日
午前10時～11時30分

□**HIV・梅毒即日検査(無料)**
(結果は即日、要確認検査の場合は1週間後希望者には梅毒即日検査も実施)
時 第1・3月曜日
午前9時30分～10時30分

□**骨髄ドナー登録(無料、予約制)**
とき　第1・3月曜日
午前9時30分

□**こころの健康相談(予約制)**
統合失調症、うつ病、依存症(アルコール、薬物、ギャンブル等)などの精神的な病気、ひきこもりなど

□**結核相談(予約制)**
時 随時

□**指定難病・小児慢性特定疾病等の相談(予約制)**
時 随時

□**飲料水(井戸水)の検査(有料)**
時 毎週火曜日(一部予約制)
午前9時30分～11時30分

□**検便(有料)**
時 毎週火曜日
午前9時30分～11時30分
内 寄生虫卵(予約制)、腸内細菌

□**医療機関等に関する相談**
時 毎週月～金曜日(祝日を除く)
午前9時～正午、午後1時～4時
問 四條畷保健所(☎878・1021)※犬、猫の相談は、「大阪府動物愛護管理センター四條畷支所」(☎862・2170)

健康ポイント 知って得する健幸術2018

時 9月28日(金)午後1時～4時
場 ゆうゆうセンター2階　体験学習室
対 16歳～74歳で、1年以内の健診・血液検査の結果が下表のいずれかに該当する人
定 35人　**¥** 無料
内 生活習慣病予防のための講義

と実技、みそ汁の塩分測定

持 筆記用具、電卓、スーパーの袋1枚、飲み物、みそ汁などの汁物（100cc程度、塩分測定用）、健診結果

申・問 9月21日（金）までに健康増進課

HbA1c	5.6%以上（NGSP値）
腹囲	（男性）85㌢以上 （女性）90㌢以上
BMI	25以上
AST・ALT	31IU/l以上
γ－GTP	51IU/l以上

最高血圧	130mmHg以上
最低血圧	85mmHg以上
中性脂肪	150mg/dl以上
LDL	120mg/dl以上
HDL	40mg/dl未満
空腹時血糖	100mg/dl以上

健康ポイント 土曜センター健（検）診 9月健（検）診追加募集

時 ①働く世代のための土曜センター健（検）診＝9月8日（土）
②9月分センター健（検）診＝9月11日（火）・19日（水）・28日（金）

場 ゆうゆうセンター1階　休日診療所

定 ①64歳までの市民（先着順）
②若干名（先着順）※検診項目により定員が異なります。

対・¥ 「わが家の健康管理」を参照ください。

内 特定健診（国保加入者のみ）、ぴちぴち健診、各がん検診（胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮頸）、肝炎ウイルス検診・結核検診
※②は乳がん検診はありません。
※②胃がん検診②受診者のみ、追加で胃リスク検診が受診できます。
※がん検診は自覚症状のない人が対象です。

申・問 健康増進課 窓口か電話（②は8月1日（水）～）

健康ポイント 11月分センター健（検）診申し込み

時 11月13日（火）、15日（木）、21日（水）、29日（木）、30日（金）

場 ゆうゆうセンター1階　休日診療所

対・定・¥ 「わが家の健康管理」を参照してください。
※先着順ではありません。
※検診項目により定員が異なります。

内 特定健診（国保加入者のみ）、ぴちぴち健診、各がん検診（胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮頸）、肝炎ウイルス検診、結核検診
※胃がん検診受診者のみ追加で胃リスク検診が受診可能です。
※がん検診は自覚症状のない人が対象です。

申・問 8月1日（水）～31日（金）に健康増進課へ電話
FAX 892・0525・E-mail（kenkou@city.katano.osaka.jp）・郵送（天野が原町5－5－1）で健康増進課窓口、もしくは医療保険課の窓口

8月健康コラム「育児楽しんでいますか」

問 健康増進課

妊娠、出産、育児。短期間のうちに母親の体と心には次々と大きな変化があります。特に出産後はホルモンの影響や慣れない育児で約3割～5割の母親が産後マタニティブルーを経験します。通常は2週間程度でおさまりますが、心配や不安で頭がいっぱいにならないために、家族や周囲の人も次の事に気をつけましょう。

①母親がゆっくり休める時間をつくる。
がんばりすぎず、家事・育児のヘルパーサービスを利用するのも良いでしょう。

②妊娠中に心の準備をする。
マタニティ教室に参加するなどして、産後の生活をイメージしましょう。

③仲間をつくる。
子育て支援センター、広場、サークルなどを利用しましょう。

育児で悩んだ時は、周囲の人に気持ちを聞いてもらいましょう。保健師にも気軽に相談してください。

〔広告〕