



きらめく夏

撮影場所：天野が原町
撮影者：千間 健治さん
(天野が原町4丁目)

- 2～3 川をきれいに
しましよう
- 4～5 さあ夏休み
思い出作りに
参加しませんか
- 6～7 保険
- 8～9 スナック
- 10～11 健康
- 12～13 学習・図書
- 14～15 みんなのひろば
- 裏面 わが家の料理

もくじ

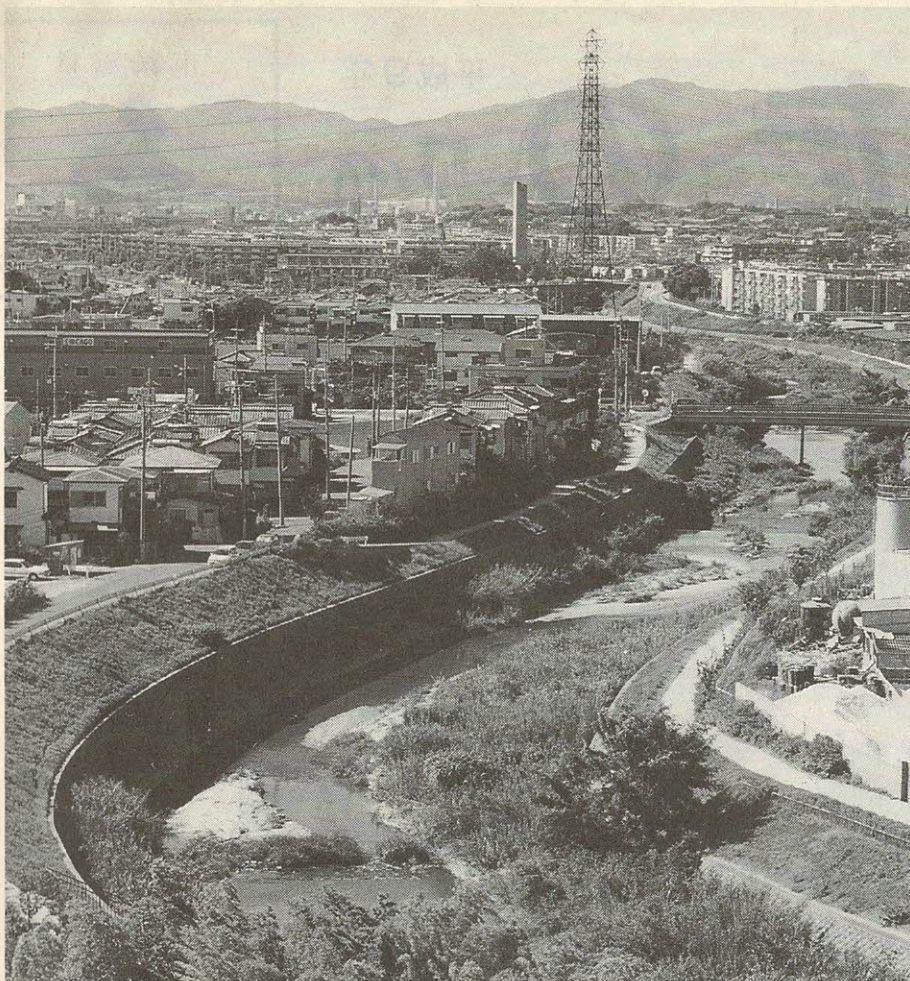
私たちの川をきれいにしましょう！

蛍火

とびかうまち

かたの目ざして

天野川など市内河川の環境は、近年、下水道の高い普及（普及率89・7% 平成8年度末）によって次第によくなり、鳥や魚、水生生物の種類や数が増えてきました。ちよっとした心遣いで、川の汚染はかなり防げます。水辺が恋しい季節——。「蛍火とびかうまち かたの」を目ざし、私たちの身近な川を少しでもきれいにしましょう。



生活排水が川の水を汚しています

一番きれいな妙見川(藤が尾)

年12回 水質調査



水質が悪くなる原因は、いまや生活排水。私たちの台所、ふろなどから出る水といわれています。それは、工場排水

23種の水生生物 天野川

渓流水質調査地点では、尺治川(月の輪滝)がトップの平均0・25 mg/l。最下位は免除川(長宝寺小学校)の7・3 mg/lでした。魚にとって快適にすめる基準(BOD5 mg/l以下)に合格したのは、両調査ともに6地点でした。

星の里いわふね(天野川)で確認された水生生物は、サワガニ、スジエビ、ザリガニ、ヘビトンボ、ミズムシ、カワゲラ、ヤゴ、カゲロウ、タイ

コウチ、ミズカマキリ、ヒル、フナ、ドンコ、モロコ、オйкаワ、カマツカ、ギギ、ヨシノボリ、ナマズ、シジミ、タニシ、モノアラガイ、カワニナでした。

※BOD(生物化学的酸素要求量)とは、水中の汚濁物質が微生物によって分解される時に必要とされる酸素の量で、数値が高いほど水が汚れていることとなります。

には法律や条例などの厳しい規制があるのに、生活排水は規制がゆるいからです。また、生活水準の向上やライフスタイルの変化によっても、汚れに拍車がかかります。市では、天野川とその支流を含め11地点で年8回の「河川水質調査」をするとともに、交野自然調査会とともに12地点で、年4回の「渓流水質調査」を行っています。調査項目はたくさんありますが、水の汚れを表す代表的な項目、BODに限りますと、河川水質調査地点のBODの平均値(平成7年度)は、トップが妙見川(藤が尾)の2・9 mg/l。最下位は野々田川(倉治橋北)の57・1 mg/lでした。

下水道使用料金等の1か月当たり新旧対照表

使用水量(トン)	7月31日まで(円)	8月1日から(円)	値上げ幅(円)	水道料金口径20 ^ミ で計算(円)	下水道使用料と水道料金の合計額(円)	
					7月31日まで	8月1日から
1	480	560	80	700	1,180	1,260
8	480	560	80	700	1,180	1,260
10	630	720	90	910	1,540	1,630
11	700	810	110	1,030	1,730	1,840
12	780	900	120	1,150	1,930	2,050
13	850	990	140	1,270	2,120	2,260
14	930	1,080	150	1,390	2,320	2,470
15	1,000	1,170	170	1,510	2,510	2,680
16	1,080	1,260	180	1,630	2,710	2,890
17	1,150	1,350	200	1,750	2,900	3,100
18	1,230	1,440	210	1,870	3,100	3,310
19	1,300	1,530	230	1,990	3,290	3,520
20	1,380	1,620	240	2,110	3,490	3,730
25	1,750	2,170	420	2,820	4,570	4,990
30	2,130	2,720	590	3,530	5,660	6,250
35	2,700	3,470	770	4,380	7,080	7,850
40	3,280	4,220	940	5,230	8,510	9,450
45	3,850	4,970	1,120	6,080	9,930	11,050
50	4,430	5,720	1,290	6,930	11,360	12,650

限界超えるとドブ川に
めんどくさがらずに
環境にやさしい暮らしの工夫

河川の自浄作用
来備わっています。これが自浄作用です。なかでも大きな働きをするのが微生物です。微生物は汚濁物質を栄養源とし、水中に溶けている酸素を消費しながら炭酸ガスなどに変えて繁殖します。

しかし、河川の自浄作用の限界を超えて汚濁物質が流れ込むと、水中に溶けている酸素が大量に消費され、嫌気性菌(酸素が存在しない条件下で生育する細菌)などの活動・繁殖が活発となり、汚れが腐敗し、河川はドブになってしまう。だから、常に汚れないように気を配らなければなりません。

下水道使用料金が改定されました

新料金

8月1日から
実施されます

下水道使用料金の改正案が平成9年第2回市議会(6月11日、24日)で長時間にわたる審議の結果、議決されました。

新料金は、8月1日(金)から実施されます。今後は、より一層、市民サービスに努めてまいります。よろしくお願ひします。

7月31日までの一般汚水の料金(1か月当たり)と8月1日からの料金(同)、また、水道料金との合計金額は、上表のとおりです。

問い合わせ 下水道課(☎93・1197)

廃油(食用油)
リサイクルに
活用

台所での浄化対策

食事の食べ残しはどうしていますか? なにげないことが水の汚れを左右します。お皿についた油汚れは、まず、新聞紙などでふき取ってから洗ってください。食べ残しは残飯入れに移し、流しの排水口や三角コーナーには水切り袋や古ストッキングをかぶせて水を切り、小さなクズをキャッチしましょう。使い古した食用油はためておき、偶数月の第3土曜日に行われている「廃油回収」に出しましょう。



ふろの残り湯を使いましょう

洗濯での浄化対策

生活排水の中でもふろ、トイレに次いで量の多いのが洗濯です。1人当たり1日40リットルほど必要です。使いすぎると河川の汚れのもとになります。粉せっけんは計量カップで正確に量りましょう。賢い洗濯は、経済的なばかりでなく、河川の浄化の大きな味方になります。

上手な洗濯の仕方

- ① 水洗い 最初から洗剤が必要だと思ひ込んでいませぬか。水だけでも汚れはかな
- ② 脱水 汚れの残り具合を確かめ、洗剤の使用量の目安にしてください。
- ③ 本洗い ふろの残り湯を使いましょう。水の節約にもなり、温度が高いので洗浄力がぐんとアップします。
- ④ 脱水 すぐにすすぎをせず、まず脱水して泡を切り
- ⑤ ためすぎ 脱水 これを2〜3回繰り返します。洗濯物の量と水の澄み具合を見て加減します。
- ⑥ すすぎ すすぎ すすぎに干せば、黄ばみや臭いを防げます。

夏休み自然塾の日程表

課題	期日	内容	備考	申し込み
竹クラフトを作る	8/2 (土)	竹トンボ、昆虫(クワガタ、カブトムシ)、ガリガリなどを作る	大型の小刀、カッターを持参 材料は支給	不要です 当日会場へ
昆虫ウォッチング	8/3 (日)	採集して名前を調べる 簡単な標本を作る 昆虫の生態をビデオで見る	あれば昆虫網やカゴなどを持参	
バードカービング(鳥の彫刻)	8/16 (土) 8/17 (日)	木彫りで簡単な鳥の置物を作り、彩色する	小刀(切り出し)、大型カッター、絵の具、筆などを持参	7月31日までに電話で 定員20人
ブローチ作り	8/30 (土)	かわいい鳥のブローチを木彫りで作り、彩色する	上と同じ	

さあ夏休み 思い出作りに参加しませんか

夏休みのプランは、もう決まりましたか。アウトドアで体を鍛えようか、それともインドアの学習会に参加しようか、と思案中ですか。いずれにしても、いい思い出をつくるには、体調を整えて参加することです。今回の特集は、市内の楽しい催しや集いについての紹介です。

自然塾
昆虫採集や
竹クラフト

アゲハチョウやオニヤンマが迎えてくれる素晴らしい環境の中で、夏休み自然塾が開かれます。お友達にも呼びかけ、一緒に楽しい一時を過ごしてください。

○日程 上表。時間は午前10時～午後2時

○ところ いきものふれあいセンター

○対象 小・中・高校生と保護者(小学3年生までは保護者同伴)

○申し込み・問い合わせ バードカービングとブローチ作りは、7月31日(木)までに電話で同センター(☎93・6520)

※2つ以上の申し込みもできます。

サマーキャンプスクール

緑の中で手作りキャンプ

緑あふれる傍らの里で、手づくりのキャンプ生活をしませんか。

素晴らしい仲間と新しい発見が、あなたを待っています。

○とき 8月5日(火)～7日(木)2泊3日

○ところ 野外活動センター

○対象 市内在住・在学の小学生

○内容 参加者でグループをつくり、プログラムを考え、協力しあってキャンプをします

○定員 60人(先着順)

○参加費 5000円(食事)

○申し込み・問い合わせ 7月25日(金)午後6時30分

サマーボランティアスクール

小学生は親子連れで
大学生も参加できます

とき	対象・人数	内容
7月23日(水) 10.00~15.30	小学生親子 20組	テーマハンディキャップで何だろう 午前 手話入門 午後 講座 アイマ スク体験講座 午後 車いす体験
7月30日(水) 10.00~15.30	中・高校生 40人	

材料費、まき代などを含まず)

※センターのヘルパーがアドバイザーとして協力します。

○申し込み・問い合わせ 7月16日(水)～25日(金)の間に参加費を添えて、直接、市体育文化協会(青年の家内) ☎92・7721

夏の星座を探してみよう
スターウォッチング

「星のまち かの」で暮らしているのに、星を見ることがない人、いらっしやいますか。

星の探し方の勉強と実際の星空観察を行いますので、この機会にあなたも星の世界をのぞいてみてください。

プラネタリウムを利用して星の観察方法を勉強したあと

「白鳥座」など夏の星座を探したり、望遠鏡で観察したりします。

○とき 7月25日(金)午後6時30分

※雨天、曇天の場合は翌日へ順延します。

○ところ 星の里いわふねプラネタリウム

○定員 80人

※午後6時から現地で受け付け。

小学生以下は、保護者同伴となります。

○問い合わせ 環境生活課

※駐車場で観察しますので車の利用はお控えください。

夏休みの事故から子どもを守るう



川やため池の水の犠牲防止

待ちに待った楽しい夏休みが始まります。しかし、この季節は、一年中で水の事故が一番多い季節です。危険な遊びや危ない場所で遊んでいる子どもを見かけたときは、自分の子どもだけでなく、よその子どもにも注意し、子どもを事故から守りましょう。

○問い合わせ 消防本部 (☎92・0119)

危険な遊び 見つけたら すぐに注意

川、プール、ため池など水辺で遊ぶ機会が増えてきます。楽しい水遊びが一変して悲しみにならないように、気を付けましょう。

危険なところ

- さくや囲いのない用水路
- ため池や川

大阪家庭裁判所からのお知らせ

夏期間中の家事事件（即日審判と家事相談）の取り扱い扱いは次のとおりです。

〔即日審判〕

- ▽子の氏の変更許可
- ▽相続放棄の申述受理
- ▽名の変更許可
- ▽精神障害者保護者選任

（扶養義務に関する処分を含む）

○期間 7月22日（火）～8月29日（金）

○取扱曜日 月曜～金曜日

○受付時間 午前9時30分～11時

※7月22日（火）は、右の受付

花火による火災防止

人や建物に 向けないように

水の入ったバケツを用意

- 風が強いときや火災警報・乾燥注意報などが出されているときは、花火をしないようにしましょう。
- 必ず水の入ったバケツを用意し、終わった花火の残り火を完全に消しましょう。
- 衣服に火がつかないように注意しましょう。

夏休み親と子の府民教室

○とき

7月30日（水）、31日（木）、8月1日（金）、4日（月）、6日（水）の5日間。午前9時30分～正午と午後1時30分～4時の1日2回実施

○内容 府議会議場や府防災情報センター、府警察本部通信指令室の見学など

○対象 小学4～6年生と引率保護者

○定員 720人。36組、72人ずつ10回

○受付 7月18日（金）まで

○受付時間 午前9時30分～11時30分と午後1時～3時30分

※期間と取扱曜日は即日審判と同じです。

○問い合わせ 大阪家庭裁判所（☎06・943・5321）

付時間のほかに午後5時～6時30分も受け付けます。

〔家事相談〕

○受付時間 午前9時30分～11時30分と午後1時～3時30分

空き地の所有者や管理者のみなさんが、自主的に刈り取っています。しかし、まだ十分とはいえず、市へもこのような内容の苦情が寄せられています。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

毎年、今の時期には市民のみなさんが、自主的に刈り取っています。しかし、まだ十分とはいえず、市へもこのような内容の苦情が寄せられています。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の所有者や管理者のみなさんが、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

空き地の雑草 刈り取りましょう

雑草の生い茂った空き地は、伝染病を運ぶ蚊やハエの発生源となるばかりでなく、野犬の糞やごみ捨て場になりやすく、近所の人たちの迷惑となります。

毎年、今の時期には市民のみなさんが、自主的に刈り取っています。しかし、まだ十分とはいえず、市へもこのような内容の苦情が寄せられています。空き地の所有者や管理者のみなさん、今年は雑草を伸ばし放題にせず、今のうちに積極的に刈り取るようお願いいたします。

国保保険料・率が決まりました

9年度 1人1か月平均7678円

9年度国民健康保険料の料率

年間保険料 (1～4の合計額) ただし、合計額が48万円を超えるときは48万円とどめます	1	所得割	基準総所得金額 (7年中の所得が対象となります)	$\frac{7.82}{100}$
	2	資産割	8年度固定資産税額(土地・家屋分)	$\frac{25.5}{100}$
	3	均等割	被保険者1人当たり	31,400円
	4	平等割	1世帯当たり	31,130円

上の表のうち、所得割の基準総所得の計算方法

- ◇給与所得の場合
(給与収入－給与所得控除)－基礎控除(33万円)－給与所得の割増控除(2万円)
- ◇公的年金等の場合
①65歳以上〔(年金等の収入－所得控除)－17万円控除〕－基礎控除(33万円)
②65歳以下〔(年金等の収入－所得控除)－基礎控除(33万円)]
- ◇営業・その他事業・不動産所得等の場合
〔収入－必要経費(専従者給与、専従者控除は含まず)〕－基礎控除(33万円)
- 事業所得や農業所得等で専従者給与控除または雑損失の繰越控除のある場合は、控除をする前の金額が基準になります。
- 譲渡所得で租税特別措置法の特別控除がある場合は、特別控除する前の金額が基準総所得になります。



9年度の国民健康保険料・率は、国保運営協議会に諮問し答申を受けて市が6月市議会に改正案を提出、可決され、次のように決まりました。

9年度では医療費の上昇が見込まれることや、応能負担の面から所得の少ない人の保険料の増加を抑え、負担均衡を図るため、限度額を47万円から48万円(国の限度額は現在53万円です)に引き上げさせていたたく結果となりました。

このことにより、所得割の料率7・99%が0・17%引き下げられ、中間所得者層の負担を少なくさせていたdukきました。

○世帯主賦課の原則
国民健康保険料は、被保険者である世帯主(生計を維持している人)に対して納入義務が、課せられます。

また、世帯主に国民健康保険の資格がなく、世帯員のみが国民健康保険加入者の場合も住民票上の世帯主に対し、納入などに関する義務を課しています。

京都信用金庫・交野市農協の各本・支店
振替開始月
振替手続きをした月の翌月分から引き落としが始まります。

○健康保険のない人は
金融機関で口座振替依頼書に必要事項を記入、届け出印をおして申し込んでください。

○健康保険のない人は
すぐに届け出を
わが国の健康保険制度では加入されていない人は、すべて国民健康保険の加入者となります。

届け出が遅れますと、保険料の負担、病院への支払いなど、あなたが大変困ることに
なります。

現在は、以前加入されていた保険の資格が切れた月までさかのぼって、保険料をいただいています(最高2年間)ので、ご注意ください。

○問い合わせ 保険年金課 国保係

退職者医療制度

本人負担は2割です

扶養該当者には所得制限

国民健康保険制度には、一般の国民健康保険制度のほかに退職者医療制度があります。次の条件にすべて当てはまる人は対象となります。

①国保に加入している人

②70歳未満で老人保健に該当していない人
③厚生年金や船員保険・各種共済組合の老齢(退職)年金または通算老齢(退職)年金を受給している人

退職者医療制度に該当される人は、国民健康保険証と年金証書、印鑑を市役所の国保窓口までお持ちください。

○問い合わせ 保険年金課 国保係

④③の年金を20年以上、または40歳以降に10年以上加入している人
医療費の負担は次のとおりです。

▽退職本人 入・通院2割
▽退職扶養 入院2割 通院3割

※扶養該当者には所得制限があります(年収130万円以下)。

7月の納税
固定資産税
都市計画税
第2期分

7月は、固定資産税・都市計画税の第2期分の納税月です。

期限(7月31日)までに最寄りの収納取扱金融機関へ納めてください。

納期を過ぎると延滞金がかかりますので、ご注意ください。

○問い合わせ 納税課

老人医療証

8月1日から 桃色に 変わります

7月末までに本人に郵送

8月1日(金)から老人医療証(65~69歳)が、これまでの黄色から桃(ピンク)色に変わります。老人医療証の交付対象者には、7月末までに直接本人に郵送します。ただし、所得制限などにより交付対象者とならない場合がありますので、左記をご参照ください。

〔対象者〕
市内に居住する満65歳~69歳の人で次のいずれかに該当する人
▽国民健康保険加入者
▽各法健康保険の被扶養者
▽各法健康保険の本人(ただし、附加的給付のある健康保険を除く)

所得制限基準額表

国民健康保険加入者 社会保険の家族		社会保険の本人(附加的給付のある健康保険を除く)	
扶養親族等の数	所得制限基準額	扶養親族等の数	所得制限基準額
0人	2,240,000円	0人	1,595,000円
1人	2,590,000円	1人	1,975,000円
2人	2,880,000円	2人	2,355,000円
扶養親族等1人増につき 290,000円加算		扶養親族等1人増につき 380,000円加算	
扶養親族等のうち 老人扶養親族が2人以上ある場合 2人該当 60,000円さらに加算 3人該当 120,000円さらに加算		扶養親族等のうち 老人扶養親族がある場合 1人につき 100,000円さらに加算 扶養親族等のうち 特定扶養親族がある場合 1人につき 150,000円さらに加算	
所得制限基準額= 合計所得-控除 控除(雑損・医療費・社会 保険料・小規模企業 共済等掛金)		所得制限基準額= 合計所得-控除 控除(雑損・医療費・社会 保険料・小規模企業 共済等掛金・配偶者 特別控除)	

〔所得制限〕
前年の所得等が右表の所得制限基準額以内の人

と き	と ころ
7月26日(土) 10.00~16.00	保 険 年 金 課 老 人 医 療 係
7月27日(日) 10.00~16.00	星 田 出 張 所
7月28日(月) ~31日(木) 9.00~17.15	保 険 年 金 課 老 人 医 療 係

一部負担金相当額等助成証明書 7月26日から申請受け付け

65歳以上の人で、老人医療証、老人保健法医療受給者証をお持ちで次のいずれかに該当される人は、上表の期間に申請してください。医療機関に支払う一部負担金「外来1か月1020円・入院1日710円」(7月1日現在)が免除されます。

◇身体障害者(身障手帳1級・2級)に該当の人
◇母子家庭、精神保健法、結核予防法、特定疾患に該当の人

○持参するもの
◇老人保健法医療受給者証
◇健康保険証、印鑑
◇すでに申請書をお持ちの人はその申請書

○同一世帯で家族全員が住民税非課税で負担能力に欠けると認められる人

○問い合わせ 保険年金課老人医療係

役立ち ました

**簡易生命保険積立金で
公園や下水道整備**

市では、8年度の公園整備(星田・倉治公園)や下水道整備事業の財源の一部として、8億7750万円を郵政省の簡易生命保険積立金から借り受けました。

**年金還元融資で
パッカー車**

市民のみなさんが納められている年金資金が役立っています。市では、8年度にパッカー車(み収集車)1台の買い替え資金の一部として430万円の年金還元融資を受けました。



星田公園

Snap Shot

スナップ



◀ カラーガード隊のドリル演奏

6月3日(火)、長宝寺小学校で、大阪府警音楽隊とカラーガード隊によるドリル演奏(交通安全教室を含む)が行われました。

体育館で「ドレミのうた」や「ドラえもん」の演奏が始まると、みんな大声で合唱。交通安全教室では、無灯火自転車の危険性などを勉強しました。運動場でのカラーガード隊のドリル演奏には「すごい。やってみたい」「かっこよかった」と、保護者も先生も興奮気味でした。



▼ 友達もできたよ、アリスの集い

6月5日(木)、ゆうゆうセンターの多目的ホールで、おもちゃライブラリー「アリス」主催の「うんどうあそびの日」が行われました。

3歳までの幼児とお母さんの70組ほどが参加。サイコロを使う「いち・にのボン」や段ボールの電車に乗る「おでかけしよう」が好評でした。人形劇やダンスタイムもあってみんな打ち解け、再会を約束する人たちが見受けられました。



▲ ハートがあっただくなる押し花絵展

6月3日(火)~8日(日)、青年の家1階ロビーで、押し花絵作品展(アートサロンタンポポ主催)が開かれました。

メインテーマは「ハートがあっただくなる押し花絵」。たくさんの家族連れが訪れ、色彩豊かな50点を丹念に鑑賞されていました。



▶ 足で発電に挑戦した環境フェア

6月7日(土)、交野サティ前広場とセンターコートで恒例の「環境フェア」が開催され、大勢の人が訪れました。

入り口には、子どもの大好きなパトカーが停車。大豆を手で握って重さを当てるゲームや無添加のみそと交野の水で作ったみそ汁の試飲も人気でした。

自転車をこいで発電量を調べる機械に挑戦したお父さんは「こんなにこいで、テレビ約26秒とは……」と、息を切らし、びっくりしていました。



◀ 解説にも力が入るわんぱく相撲大会

6月8日(日)、第29回交野市長杯わんぱく相撲大会が、武道館前の相撲場で行われました。

大会の常連さんもいて「あの女の子、めっちゃ強いねんで」と勝負の解説も聞こえてきます。「子どもの相撲は身軽やかからおもしろい」と、保護者の一人は声援を送っていました。

※成績は15ページ「みんなのひろば」に掲載。



▶ 内臓まで気持ちがいい体操

6月3日(火)と10日(火)の両日、ゆうゆうセンター療法室で「健康づくり体操」が行われ、30人が参加しました。

血圧を測定した後、音楽に合わせて体操です。初めての人でも楽しめ、家で簡単にできる内容で、「内臓まで気持ちよくなった感じ」と話されていました。



◀ 小麦粉粘土で作った電車やバナナ

6月4日(水)、あさひ幼稚園で「わくわく子育て教室」が開かれ、20組の親子が楽しい一時を過ごしました。

かたつむりの歌で教室はスタート。「小麦粉粘土であそぼう」の時間では、バナナ、ケーキ、車、電車などが次々に完成。参加者からは「口に入れても大丈夫な粘土なんて」と、驚きの声も聞かれました。

恐ろしい糖尿病

正しい治療と予防

知識を高めましょう

日本では今、糖尿病にかかっている人が200万人。40歳以上の人の10人に1人は糖尿病です。糖尿病は、血液中のぶどう糖「血糖値」が上昇し、放っておくと動脈硬化や眼底出血、腎不全などの合併症を引き起こし、失明や生

4か月児健診

乳児前期の発育状態をみるのに大切な時期です。お子さんの健康状態だけでなく、お

母さんが日ごろ、気になって
いることなど、お気軽にご相談
ください。

8月12日(火) 午
後1時~2時

1歳6か月児健診

お子さんの健康状態をチェックし、これからの成長を考えて早めに対応していくことが目的です。

また、生活習慣(しつけ)や食事、日ごろの心配など、この機会に気軽にご相談ください。

7月15日(火) 午
後1時~2時

2歳代健診

赤ちゃんから子どもへと、ぐんと成長する時期です。ちよつとした反抗期があったり

市民健康講座

今回の市民健康講座では、糖尿病の3大治療である薬物療法、食事療法、運動療法について詳しく説明します。糖尿病に対する知識を高め、予防していきましょう。

8月8日(金) 午
後1時30分~3時
ゆうゆうセンター1
3階 展示活用室
交野病院内科医
神戸 尚史さん

○定員 30人
○費用 無料
○申し込み 電話で健康増進課(☎93・6405)

○対象 9年4月生まれの乳児
○申し込み 電話で健康増進課(☎93・6405)

○対象 7年5月~6月生まれの幼児と前回は受けていない(7年3月~4月生まれ)幼児

○内容 小児科、歯科検診、身長・体重測定、カリオスタット検査、歯科・栄養・ことばの相談

○スタッフ 小児科医師、歯科医師、心理相談員、歯科衛生士、栄養士、保健婦、看護婦

○持ち物 母子健康手帳
○申し込み 直接会場

総合健診

ゆうゆうセンター

○とき ①毎月第1水曜日 ②毎月第3木曜日 ※3月は②が第2木曜日となります。

○対象 16歳以上。40歳以上の人は予約が必要

○内容 問診・身体計測・聴打診・血圧測定・検尿・血液検査・心電図検査・肺がん(結核)検査・大腸検診・胃がん検診・骨粗鬆症検診。女性は乳がん検診・子宮がん検診も行います

※16歳~39歳の人の健診内容は、問診・身体計測・聴打診・血圧測定・検尿・血液検査(貧血検査)・結核検診です。

※受け付けは午前9時30分から11時。
○費用 全部受診 男性2500円 女性3000円(40歳以上)

○費用免除 16歳~39歳の男女とも200円
①70歳以上の人(受診時に医療受給者証を提示してください)

②生活保護世帯および市民税非課税世帯に属する人(予約時に健康増進課まで申し出てください)

○申し込み・問い合わせ 健康増進課 ☎93・6405

※総合健診は、年1回(4月から翌年の3月)しか受診できません。医療機関で市民健診を受診された人も同じです。

健診予約状況

実施日	総健
2/19	△
3/4	○
3/12	○

○予約できます
△残りわずかです
(7月3日現在)

交野市病原性大腸菌O157対策本部

O157対策8カ条

①加熱する食品は内部まで十分に熱を通す

②用便後や調理前には手指を洗淨、消毒する

③調理後はなるべく早く食べる

④まな板など調理具は熱湯消毒し、乾燥して保管

⑤飲み水や調理用の水は水道水を。沢や井戸の水は煮沸してから

⑥焼き肉やバーベキューはよく火を通す。野菜もいためたり焼いたり

⑦肉や魚などいたみやすい食材は直前までクーラーボックスで保存

⑧弁当は車のトランクや日光の当たるところに置きっぱなしにしない



マタニティー教室の日程表

8月6日	ビデオ「生命誕生」・妊娠中の知識・過ごし方など
13日	両親の役割・家族計画・先輩ママとの交流・赤ちゃんのおふろ
20日	歯科保健・赤ちゃん和妈妈のための食事
27日	出産の準備・おっぱいの手入れ・呼吸法とマタニティー体操・赤ちゃんの保育

産み育てる
楽しく準備

パパとママのための
マタニティー教室

赤ちゃんがママのおなかについてきました。赤ちゃんを育てる——新米パパとママにとって、これは一大事です。まずは、今までの生活を少し「妊娠」を意識して見直してみましよう。そして元氣な



赤ちゃんを産み育てるための準備を、みんなで楽しく始めましよう。2回目は、パパも一緒に！

- とき 毎週水曜日午後1時～4時。4回で1コースです
- ところ ゆうゆうセンター
- 内容 左表
- 持ち物 母子健康手帳、筆記用具
- 申し込み 予約は不要です。直接会場へお越しください

母乳育児教室

母乳で育てたいと思ってもいざ始めてみると、思いどおりにならないこともでてきます。無理なく自分だけの母乳育児ができるよう、ゆつたりとした気分で赤ちゃんを

離乳食講習会

離乳食は、赤ちゃんの食生活やかむ力に合わせて、食品の量と種類を増やしながら、ゆつくり進めることが大切です

乳幼児育児相談

乳幼児についての心配ごとを保健婦や栄養士らがご相談に応じます。保母もいますので、お母さんも一緒に楽しく遊びましよう。

- ところ ゆうゆうセンター
- 対象 ①1歳以降 ②0歳～1歳児
- 内容 育児、栄養（離乳食）

- とき ①7月22日（火）午前9時30分～10時30分 ②8月13日（水）午後1時30分～3時
- 申し込み ①7月22日（火）午後1時30分～3時 ②8月13日（水）午後1時30分～3時
- お問い合わせ 健康増進課（☎93・6405）

保健所だより

一般健康相談（四条暇保健所）
受付 毎週火曜日午前9時30分～10時30分
内容 胸部レントゲン検査・風しん抗体検査・エイズ抗体など血液検査（診断書Ⅱ有料Ⅱは金曜日午前中にお渡しします）

骨髄ドナー登録（四条暇保健所）
受付 毎週火曜日午前10時30分（予約制）
内容 骨髄提供希望者の登録受付と採血

精神保健相談（四条暇保健所）
内容 精神障害で悩んだり、アルコール中毒で困っている人の相談（予約制）

結核相談（四条暇保健所）
内容 結核患者・家族の健康相談（予約制）

難病相談（四条暇保健所）
内容 特定疾患などの難病患者・家族の相談（予約制）

アトピー相談（ゆうゆうセンター）
受付 8月13日水曜日午後1時30分から
内容 乳幼児の皮膚湿しんなど

お問い合わせ 四条暇保健所 ☎78・1021

休日・夜間診療

休日急病診療所（ゆうゆうセンター内）
とき 日曜、休日午前10時～午後2時
内容 内科、小児科、歯科 ☎91・8124

土曜休日夜間急病センター（交野病院内）
とき 土曜、日曜、休日午後6時～9時
内容 内科、小児科 ☎91・0331

愛の献血 求めています あなたの心

とき 7月17日（木）午前10時～正午、午後1時～4時
ところ 藤が尾会館
お問い合わせ 社会福祉課（☎93・6400）

介護サービスの担い手

ホームヘルパー

養成研修

16日から申込書を配布

1 (茨木市大住町8)



お母さん教室

(家庭教育学級)

○受講料 無料
 ※テキスト代(2級課程1万8000円、3級課程1万円)は自己負担です。
 ○申し込み・問い合わせ 同センター「ホームヘルパー養成研修」係 ☎0726・26・3381

○対象
 ホームヘルプサービスに従事することを希望するか、既に従事している人
 ※2級課程は昭和17年1月1日以降に生まれた人。
 ○定員 300人(200人は市町村推薦)

○申し込み

7月16日(水)

○募集期間 7月16日(水)～23日(水)

○申込書

7月16日(水)から高齢者対策課で配布

○講師 日本レクリエーション協会上級指導員

○申し込み・問い合わせ 幼児対策室

○申し込み・問い合わせ 赤井登美子さん

○申し込み・問い合わせ 500人

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

就学前(0～5歳児)の子どもを育てているお母さんを対象とした教室です。親子で受講していただきますので、保育は行いません。
 ○とき 8月7日(木)午前10時～11時30分
 ○ところ ゆうゆうセンター
 ○テーマ 「親子で楽しくあそぼうパネルシアター」

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

○申し込み・問い合わせ 幼

住宅改良資金

融資あっせん受け付け

貸付人は1000万円まで

○資格 府内の民間借家住宅の貸付人または貸借人
 ○融資対象住宅 炊事場とトイレがあり、

25～120平方メートルの住戸専用面積の住宅
 ○融資限度額
 貸付人 10万円～100万円
 借付人 10万円～200万円
 ○利率 年3.20%
 ○償還期間 10年間
 ○返済方法 元利均等月賦
 ○受付期間 10年3月20日まで。ただし目標額(5000万円)に達したら受け付けを終了します
 ○申し込み 開発指導課
 ○問い合わせ 府住宅政策課 助成係 ☎06・941・0351

砂利採取業務主任者試験

17日まで用紙配布しています

○試験日 7月31日(木)

○試験時間 午前10時～正午

○試験会場 大阪府職員会館 第2・第3中会議室

○試験内容 法令や技術的な事項など

○試験費用 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

○試験申し込み 7月17日(木)まで

なみはや国体

総合開会式・閉会式の

入場券販売



○秋季大会
 ◇開会式 10月25日(土) 午後0時30分開門

◇閉会式 10月30日(木) 午後0時30分開門

○会場 大阪市長居陸上競技場

○開会式入場料 1000円

○サイド・バック 700円

○メイン 500円

○サイド・バック 300円

○申し込み・問い合わせ 国体室 ☎91・3334

私部公園テニスコートの一般開放中止について

○とき 7月26日(土)、8月9日(土) 午前9時～11時

○申し込み・問い合わせ 国体室 ☎91・3334

○申し込み・問い合わせ 国体室 ☎91・3334

新着図書

……児童書……
トマトの絵本 もりとしひと
農文協

あなたのイヌにきかせるとおきのイヌにきかせるって
おきのイヌにきかせるって
サラ・スワン・ミラー 評論社



くさのなかのおひめさま
スピュルンセン セーラー出版

12のつきのちいさなおはなし
森山京 童心社
へへへのへいき 正道かほる
ひさかたチャイルド
いじわる退治ひみつ組 牧野節子 学習研究社
帰ってきたおとうさんはウルトラマン みやにしたつや 学習研究社

おし花づくり 柳川昌子

ふしぎいっぱいコウモリ

ブックローン出版

魔法使いハウルと火の悪魔

ダイアナ・ウイン・ジョーンズ 徳間書店

地平線にむかって 三輪裕子

小峰書店

ほしになつたふね 武宮秀鵬

金の星社

たぬきちおぼけになる せな

けいこ 童心社

……一般書……

人生が優しくなる英国流ガールズ

デン生活 岩野礼子 ベストセラーズ

図書館大好き1年生 福家珠

セラーズ

美 かもがわ出版

ああしてこうして 平田圭子

毎日新聞社

即席マジック入門事典 麦谷

眞里 東京堂出版

関西周辺子ども大歓迎の宿は

ここや! 子育てファミリア

ズ 丸善メイツ

くらしのきもち 大橋歩

OTO出版

古代史津々浦々 森浩一

学館

歪められる日本イメージ 近

藤誠一 サイマル出版会

日本版ビッグバンこれが真

実、これは嘘 海江田万里

ベストセラーズ

気まぐれソイニング 岩村桂

子 文化出版局

ナリタブライアンを忘れない

橋本全弘 ベストセラーズ

嘘 藤堂志津子 幻冬舎

お料理は苦手!でも大好き!

中井美穂 広美

ダブル 亜州奈みづほ ベネ

ッセコーポレーション

ソフトテニス教室生を募集します



先着順に
50人まで

○とき 7月26日(土)、
27日(日)、8月
9日(土)、10日
(日)、17日(日)

○定員 50人(先着順)

○参加費 4000円

○対象 市内在住・在勤者
で小学校高学年以
上の男女

○主催 市体育文化協会

○受付 7月15日(火)
午前9時~22日
(火)

○申し込み 参加費を添え
て直接青年の家窓口
○問い合わせ 市体育文化
協会(青年の家内) 92
7721



水質検査を装う 浄水器のセールス

～消費者相談～

Q 「お宅の水道水を
コップにくんで来て
ください」と玄関で声がし、
見ると、男性が「この地区
の水質の検査に回っていま
す」と立っていました。
市役所が保健所の人かと
思い、言われた通りに持っ
て出ると、そこに何か1
2滴落とした途端、黄色に
変色しました。「こんな有
害な物を含んだ水を毎日飲

色は当然のこと。水道水
は消毒のための塩素使用が
義務づけられているほか、
水道法により、決められた
水質基準を順守して供給さ
れていて、むやみに不安に
思う必要はありません。
販売方法については、浄
水器販売の目的を隠して来
訪した点や、水道水なら当
然生じる現象をさも危険で
あるという点は、大阪府消
費者保護条例に違反する恐
れがあります。

助言

暑くなって水道
水の臭いや味が気
になる季節です。浄水器で
それを改善できるものの、
制菌力、抗菌力は疎外され
ます。

浄水器の商品テストをし
た国民生活センターの資料
によると、塩素臭などの除
去は活性炭の入っているも
のならば安価なもので、ま
ず大丈夫だそうです。

んでいるんですよ。当社の
浄水器を使うとこの通り、
変化しません」と浄水器の
セールスが始めました。
契約はしなかったものの
このような売り方に問題は
ないのですか。水道水の変
色を目的の当たりにすると心
配です。

気になるトリハロメタン
については、逆浸透膜のろ
過材なら除去効果が期待で
きますが、水をムダにする
欠点もあるようです。
浄水器のほかにも、くみ
置きや沸騰でも水をおいし
くする方法はあります。購
入時にはカートリッジ交換
費用やろ過材による除去物
の違いなども検討してみま
しょう。

A 水道局に問い合わせ
たところ、水道水
に塩素反応物を加えれば発

みんなのひろば



23年間の功労に感謝状

6月3日(火)、交野市消費生活問題研究会会長として約23年間、消費生活の向上に尽くされた藤本駒子さん(私部)が退任されることになり、市長から感謝状が贈られました。

後任には、今西峰子さん(松塚)が就任されました。

募集

交野バレエサークル

毎週火曜日午後3時30分～8時30分、市役所別館。金曜日(時間は同じ)は、星田西体育施設。週1回、クラシックバレエの基礎やリトミック(リズム遊び)を学びます。入会金なし。月会費3500円。申し込みは直接会場。問い合わせは山本さん(☎080・144・9604)

ホスト・ファミリー

関西外国語大学(枚方市)では、9月に来学する外国人留学生の受け入れ家庭を探しています。期間は9月～12月末。お礼は月額6万円(11月と12月は暖房費としてさらに8000円)。英語を話せる人がいなくても大丈夫。特別

な配慮はいりません。問い合わせは同大学国際交流課(☎51・6751)

インターネット入門 一日教室

○とき 7月17日(木)、18日(金)、22日(火)、23日(水) 午前10時～正午
○ところ 北大阪プラザ(北大阪商工会議所)
○内容 インターネット体験の入門講座
○定員 各コース5人

風格ある景観―大阪まちなみ賞を推薦してください

美しく、個性と風格のあるまちの景観づくりを進めています。第17回大阪まちなみ賞(大阪都市景観建築賞)にふさわしい「建物」や「まちなみ」を推薦してください。※1人何点でも推薦できます。

府立高専の公開講座

エンジン組み立てと情報基礎講座

○参加費 2000円
○申し込み 7月14日(月)から電話で同プラザ(☎61・2300)

府立工業高等専門学校(寝屋川市幸町26-12)では、社会人や学生、女性を対象に公開講座(無料)を開きます。
○申し込み・問い合わせ 同高専(☎21・6401)
○とき 7月29日(火)、30日(水) 午前9時～午後5時
○ところ 図書館ゼミナール

室、溶接鍛造工場
○内容 エンジンの組み立てや鍛造の体験
○対象 一般。特に15歳前後の子どもをお持ちの女性を歓迎
○定員 30人(4コース。先着順)
○服装・持ち物 汚れてもよい服装と帽子、タオル。昼食持参

【情報基礎講座】
○とき 8月7日(木)、8日(金) 午前10時30分～午後4時30分
○ところ 電子情報工学科情報システム実習室
○内容 情報処理教育の事例紹介、アプリケーション実習ほか
○定員 50人
○受付 7月31日(木)まで

交野交誼会

市内の集会所や公民館で、日本文化の代表的な謡曲や仕舞をけいこしませんか。初心者歓迎。年会費8000円。申し込み・問い合わせは汐田さん(☎91・2613)か、上笠さん(☎93・6566)

国体の安全開催をめざして

枚方警察署では、国体行事が安全に行われるよう警備に

理数科体験入学

○とき 9月5日(金) 午後1時30分～5時
○対象 府立大手前高校
○内容 理科・数学に興味のある中学生
○説明会 設備見学、体験授業(数学・物理・化学・生物・地学)

ハイキング

7月20日(日) 午前8時、交野市駅集合(雨天中止)。JR草津駅―草津宿本陣跡―水生植物公園―琵琶湖博物館。交通費2400円。参加費1世帯2000円。主催は高年者ふれあいの友。

壺阪寺から高取城跡

7月26日(土) 午前8時、河内磐船駅集合(雨天中止)。近鉄壺阪山駅―壺阪寺―高取城跡―飛鳥の里。12時。一般向き。弁当など持参。交通費2200円。参加費1世帯2000円。主催は交野ハイキング同好会。問い合わせは成田さん(☎91・4013)

山の歩き方を学ぼう

7月27日(日) 午前8時20分、交野市駅集合。寺ノ府民の森ノ私市。8時。参加費1世帯3000円。主催は交野市民ハイイク。申し込みは電話で岩本さん(☎92・0167)

信仰の山七七頭が岳

7月27日(日) 午前7時30分、河内磐船駅集合(雨天中止)。JR木ノ本駅―七七頭

○対象 項を記入し、7月31日(木)までに 〒540 大阪市中央区農人橋2-1-10 大阪府建築士会内、大阪都市景観建築賞運営委員会
○問い合わせ 同運営委員会(☎06・947・1961)

○入賞発表 10月下旬
○推薦方法 はがきに必要事項

スポーツ

卓球教室

8月24日(日)午前10時～午後2時、青年の家。卓球の基本と応用の指導および実戦。参加費一般500円。ジュニア300円。申し込みは当日会場。主催は交野市卓球連盟。問い合わせは東さん(☎92・5200)

以上、次のとおり。(敬称略)

〔団体戦〕

- ① 妙見坂連合子供会
- ② 私部子供会

〔個人戦〕

- ▽小学1年
 - ① 天津真治(私部子供会)
 - ② 曾根寛勝(倉治子供会)
- ▽小学2年
 - ① 山田和央(向井田子供会)
 - ② 下村裕太(梅が枝子ども育成会)
- ▽小学3年
 - ① 岩田大祐(妙見坂連合子供会)
- ▽小学4年
 - ② 村上裕紀(私部子供会)

第29回市長杯 わんぱく相撲大会

6月8日(日)102人が参加して行われました。2位

交野高校相撲部 全国優勝

第81回高校相撲大会が、5月25日(日)、全国から72校が出場して金沢市で開かれ、大阪府代表の交野高校が団体戦



で全国優勝を達成しました。大阪府の優勝は32年ぶりです。団体戦は3人制で、同チームは、先鋒・木末契二君、中堅・細川貴弘君、大将・熊井健一君(いずれも3年生。写真左から)です。

同じ大阪府代表の近畿大付属高校とともに予選を、3戦全勝で突破。32チームによる決勝トーナメントでは、福島県代表の相馬農業高校を2勝1敗で破り、高校日本一の栄冠を獲得しました。なお、個人戦では、細川君がベスト8に、熊井君は3位に入賞しました。8月のインターハイ、10月のなみはや国体でも活躍が期待されます。

▽小学5年

- ① 田中久男(私部子供会)
- ② 土肥悟史(私部子供会)

▽小学6年

- ① 国本真幸(妙見坂連合子供会)
- ② 松岡健徳(向井田子供会)

〔個人総合〕

- ① 国本真幸(妙見坂連合子供会)
- ② 野々下博昭(倉治子供会)

交野市軟式野球連盟 学童部教育長杯大会

6月8日(日)、私部公園グラウンドでレギュラーの部10チーム、ジュニアの部6チームが参加して行われました。2位以上、次のとおり。

- ▽レギュラーの部
 - ① イーグルス
 - ② ファルコンズ
- ▽ジュニアの部
 - ① ジャガーズ
 - ② ブレーブス

第19回市長杯卓球大会

6月8日(日)、163人が参加して行われました。2位以上、次のとおり。(敬称略)

- ▽一般男子の部
 - ① 岡野光和(南星台)
 - ② 奥山折代次(私部西)
- ▽壮年男子の部
 - ① 峠 昭十九(星田北)
 - ② 滝下重一(森南)
- ▽一般女子の部
 - ① 桜井智子(妙見坂)
 - ② 山口光江(私市)

▽同女子(2部)の部

- ① 北山弘子(幾野)
- ② 石川幸子(星田)

▽ジュニア男子の部

- ① 宮谷和樹(創価中)
- ② 清水広之(同)

▽ジュニア女子の部

- ① 鶴井久美子(3中)
- ② 福島志保(同)

催し

講演 「女性と家庭紛争」

7月15日(火)午後2時～3時30分 あいあいセンター

講師 臨床心理士 佐藤 洋一さん

参加費 無料

主催 国際ソロプチミスト大阪-交野

とまとフェスタ

7月17日(木) 正午～3時、ゆうゆうセンター。無農薬有機野菜や無公害のせっけん、リサイクルの衣類、草花などのバザーです。主催は使い捨て時代を考える会枚方ブロック。問い合わせは田頭さん(☎49・5765 午後6時以降)

第7回交野母親大会

7月12日(土) ゆうゆうセンター。20日(日) あいあい

センター。いずれも午後1時30分～4時。「見えていますか? からだ&こころ」をテーマに、1回目は「子育ては楽しく」、2回目は「あなたの人生これから」について医師や保健婦の講演。参加協力券は各300円。問い合わせは玉井さん(☎91・1686)

チャリティーダンス

7月27日(日) 午後5時30分～9時、市役所別館大ホール。参加費500円。申し込みは当日会場。主催は交野シアルダンス友の会。問い合わせは宇津宮さん(☎91・7217)か、中西さん(☎92・2390)

謡曲・仕舞発表会

7月20日(日) 午前9時～午後5時、私部会館2階大広間。101回の謡曲と仕舞の発表会です。無料。直接会場へお越しください。主催は交野交謡会。問い合わせは林さん(☎91・0066)

自衛隊音楽隊 定期演奏会

7月17日(木) 午後6時30分、森ノ宮ピロテターホール(地下鉄森ノ宮駅下車)。陸上自衛隊中部方面音楽隊の第29回定期演奏会です。入場整理券は各種自衛官を募集中の自衛隊枚方募集事務所(枚方

市大垣内町2-12-18 荒堀ビル2階 ☎41・0618) 船舶技術研究所 一般公開

○とき 7月25日(金) 午後1時～4時30分

○ところ 船舶技術研究所大阪支所(天野が原町315-10)

○内容 船舶用脱出シュート、地震体験コーナーほか

○問い合わせ 同研究所大阪支所(☎91・6272)

善意銀行

交野市社会福祉協議会の善意銀行に次のみなさんから預託していただきました。郡津の乾志づ子さんからご主人の香典の一部3万円

◇交野市ボランティアアグリネットワークからボランティアセンターへ130万円

◇交野歌謡クラブ・カラオケ喫茶「夢舞台」からカラオケ大会のチャリティー募金1万9725円

◇交野シアルダンス友の会から第61・62回チャリティーダンスパーティーの収益金2万円

◇松塚の岡本 功さんから2万円

◇星田山手の喜多嶋豊次さんからアルミ缶リサイクル6月分6000円

わが家の
料理



麻婆豆腐

のむら はるみ
私市2丁目 野村 晴美さん



つついインスタントのものを使ってしまいがちですが、簡単にできる方法を紹介します。

豆腐だけでなく、春はタケノコ、夏はナスやピーマン、秋はシイタケ、そして冬には白菜やニラ……と、季節ごとに旬の野菜を加えて、五目麻婆豆腐にアレンジしてみても、おいしくいただけます。

ビタミンB₁を含んだ豚肉を食べて、夏を乗り切ってください。暑さで食欲のないときには豆板醬で辛味をきかせるといいですよ。

作り方

- ① フライパンにサラダ油とAを入れ、中火でゆっくり炒め、香りが立ったら白ネギ(または玉ネギ)とひき肉を入れ、強火で炒める。
- ② 肉の色が変わったら、豆板醬を加え、さらに炒める。
- ③ Bを200cc加え、水分が少なくなるまで約3分煮る。
- ④ 塩・コショウで味を調べ、残りのB 150ccと豆腐を入れ、強火で2分ほど煮る。
- ⑤ 青ネギを入れてざっと混ぜ合わせ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑥ ゴマ油を鍋肌に回しかけ、火を止める。飾りのチンゲン菜は、塩少々とサラダ油を1滴落とした湯で、ざっとゆでる。

材料(4人分)

木綿豆腐(2センチ角に切る)...	1丁	豆板醬.....	小さじ1~1.1/2	
豚ひき肉.....	300g	塩・コショウ.....	少々	
A	ショウガ(みじん切り)...	B	中華スープの素か、	
	ニンニク(みじん切り)...		鶏がらスープの素	
	白ネギ(または玉ネギ).....	1/2本(1/2個)	小さじ1.1/2
青ネギ(みじん切り).....	少々	C	(350ccの水か湯で溶いておく)	
サラダ油.....	大きじ2		水溶き片栗粉... 大きじ1強	
			(片栗粉大きじ1/2:水大きじ2)	
			ゴマ油.....	少々
			チンゲン菜(飾り).....	適量

星のまち交野に

国体がやってくる



ソフトボール(少年男子)

平成9年10月26日~29日開催

広報

かたの

(No.458)

1997年7月10日

編集と発行 交野市役所総務部

〒576 大阪府交野市私市1丁目1番1号 ☎0720-92-0121
テレホンサービス ☎0720-92-1599

訂 正

6 ページ「国保保険料・率が決まりました」

正

9年度国民健康保険料の料率

年間保険料 (1～4の合計額) ただし、合計額が48万円を越えるときは48万円 でとどめます	1	所得割	基準総所得金額 (6年中の所得が対象となります) $\times \frac{7.82}{100}$
	2	資産割	9年度固定資産税額(土地・家屋分) $\times \frac{25.5}{100}$
	3	均等割	被保険者1人当たり 31,400円
	4	平等割	1世帯当たり 31,130円

誤

9年度国民健康保険料の料率

年間保険料 (1～4の合計額) ただし、合計額が48万円を越えるときは48万円 でとどめます	1	所得割	基準総所得金額 (7年中の所得が対象となります) $\times \frac{7.82}{100}$
	2	資産割	8年度固定資産税額(土地・家屋分) $\times \frac{25.5}{100}$
	3	均等割	被保険者1人当たり 31,400円
	4	平等割	1世帯当たり 31,130円