

箕面市の食育3つのアクション

統一キャンペーン 今日から実践!

Let's start today!
Minoh Food Education 3 Action plans

2



ナルクみのお シニアズ・パーク太極拳(7月13日 木戸ヶ池緑地)

もみじだより8月号の情報は7月16日(金)現在のもので、新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、掲載している行事・イベントが中止となる可能性があります。最新の情報は、市ホームページで随時お知らせします。詳しくは、各担当課・室へお問い合わせください。

箕面の教育

3 箕面の学校給食は 箕面の農家のみなさんが支えています!
Minoh school lunch program supported by local farmers

命のパスポート

4 台風対策を万全に!
Preparing for the typhoon

計700人を無料ご招待!
8 オープニングイベント in 文化芸能劇場 第2弾 開催決定!
Second Opening Event of MINOH THEATRE FOR THE PERFORMING ARTS

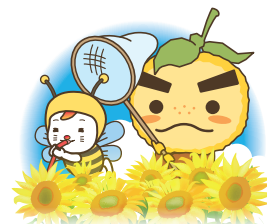
32 滝道週末ウォーキング/公園でラジオ体操を始めよう
Minoh falls trail weekend walk / Let's Radio exercise

6 会員募集と見学会
Information of club activities

8 みのおNOW!
Happening in Minoh now!

9 市民の広場オアシス
Public notices

12 お知らせBOX
Information box



もみじだより

広報紙

INFORMATION FROM MINOH CITY OFFICE

8

2021

今日から実践! 箕面市の食育 3つのアクション



図箕面産と食の推進室 ☎724・6159 ☎722・2466

現在をいきいきと暮らし、生涯にわたって心もからだも健康に過ごすためには、正しい食習慣を身に付けることが大切です。市では、毎日の食生活における目標を掲げ、市民のみなさんに実践を呼びかけています。正しい食習慣を身に付け、より良い食生活を送っていただくために、次の3つのアクションを今日から実践してください!

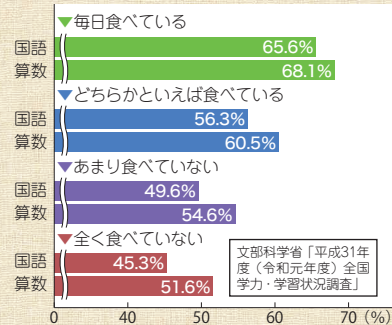
ごはんで元気に! 箕面市の食育3つのアクション

1 朝食宣言! 毎日食べます! 朝ごはん

朝、目が覚めたらカーテンを開けて日光を浴び、ごはんをしっかり食べると、体内時計がリセットされて一日の生活リズムが整います。また、ごはんを食べることで、脳や体のエネルギー源となるブドウ糖が供給され、朝からやる気が出て勉強や仕事に集中できます。実際、朝食を毎日きちんと食べている子どもは、テストの正答率が高い傾向にあります。

1日を元気にスタートするためにも、朝ごはんをしっかりと食べましょう!

朝食の摂取と学力(平均正答率)の関係
(対象:小学6年生)



2 食は健康! 野菜たっぷり バランスごはん

野菜には、ビタミンやミネラル、食物繊維など、健康的な食生活には欠かせない栄養素が豊富に含まれています。野菜を取り入れた食事は、栄養バランスが良くなり、健康で元気な体を作ります。しかし、箕面市を含む大阪府の野菜摂取量(1日)は238gで、国が掲げる目標値の350gを大きく下回っています。



1食分はこれくらい

市内4カ所で開催されている朝市などでは、新鮮で安全・安心な箕面産野菜を販売していますので、ぜひ利用して、毎日の食事に野菜を取り入れてください!

※都道府県別の野菜摂取量や、朝市の開催場所などについて、詳しくは左ページをご覧ください。

3 お米習慣! 旬と味わう お米のごはん

お米に含まれる栄養素は、体内でブドウ糖に分解される炭水化物が主成分ですが、他にも、たんぱく質や脂質、ビタミン、ミネラル、食物繊維などが含まれています。

またお米は、パンや麺類と違って、粒のままで摂取するため、ゆっくり消化・吸収されていきます。そのため、「血糖値の上昇がなだらかで、エネルギーが長時間にわたり供給される」「腹持ちが良くお腹がすきにくい」といったメリットがあります。

お米を中心とした食事を、ぜひ取り入れてください!

お米を主食とした食事は、さまざまな食材を取り入れやすく、自然と栄養バランスが良くなるよ!



市食育推進キャラクター「ごはんマン」

献立に迷ったらコチラ!

学校給食のレシピを公開

野菜をたっぷり使った一皿や、お米に合うおかずなど、学校給食の大人気メニューを家庭用にアレンジし、レシピを掲載したちらしを市内の各公共施設や大型スーパーに設置しています。

ちらしに掲載したメニューは、料理レシピを集めたウェブサイト「cookpad」の市専用ページ「箕面市の給食」(QRコードからアクセス)でも紹介しています。毎日の献立に迷ったら、ぜひ活用してください!

学校給食をご家庭で! cookpadの市専用ページ「箕面市の給食」はコチラから



この機会にチャレンジ!

箕面産野菜を使った「おにぎりランチ」を作って写真を送ろう!

市では、「おにぎりを主食とする、箕面産野菜を使ったランチ」の写真を募集しています。ご応募いただいた写真は、全て「おにぎりランチブログ」(市ホームページに記載のリンク先からアクセス)で紹介します。

上記のアクションを実践する絶好の機会ですので、家族や友人とも誘い合って、ぜひチャレンジしてください!

対象…市内在住、在職、在学のかた

応募方法…令和4年1月31日(月)までに、箕面産と食の推進室へ電子メールで



詳しくは、市ホームページ(QRコードからアクセス)をご覧ください



箕面の学校給食は、 箕面の農家のみなさんが支えています！

箕面の教育

箕面市では、学校給食の食材に、箕面の農家のみなさんが作った新鮮でおいしい野菜を使い、「地産地消」を進めています。また、栄養教諭などが箕面の野菜を生かした献立を作り、学校給食を通じて、栄養やバランスの良い食事のとり方を教えるとともに、子どもたちが地元の農家のみなさんと触れ合って食の大切さを学べるよう「食育」に取り組んでいます。

毎日の学校給食には、**箕面の野菜**がこんなに使われています！

全市立小・中学校の学校給食には、毎朝、箕面に住むみなさんの家や通学路から見える田畑から届けられた新鮮でおいしい野菜が調理されて並びます。

令和3年6月に箕面市の中学校の
学校給食で使われた野菜

約**42%**が
箕面産野菜



みなさんの身近にある田畑から毎日届く、
新鮮でおいしい野菜を使った献立作り！



例えは...
6月11日 和風ポトフ



箕面産野菜はこれ！
たまねぎ
じゃがいも
小松菜



農家のみなさんの協力で
農業体験
「食育」の取り組みとして、農業体験を実施しています！
箕面の子どもたちが、箕面の農家のみなさんの協力のもと、田植えや稲刈り、野菜の収穫を体験し、作物を育てる過程や農業の大変さを知ることで、農家のみなさんへの感謝の気持ちを学びます。

毎日の学校給食は、多くの子どもと一緒に食べられる「**低アレルギー献立**」です！

全国の学校給食では、子どもに食物アレルギーがある場合、その原因となる食物を除いた「除去おかず」を提供するなどの対応をしていますが、本人に正しく配膳されなかったり、おかわりしたときに誤って通常のおかずを食べてしまうなどの問題が発生しています。

そこで箕面市では、平成31年1月から、全ての学校給食を「低アレルギー献立」にしています。食物アレルギーの原因となる食物をできる限り使用せず、1人でも多くの子どもが同じ給食を食べられる献立にすることで、誤配や誤食を防ぎます。

箕面の学校給食の調理に使用しない食物

卵、牛乳、小麦、えび、かに、そば、落花生など
※多くの子どもに共通するアレルギー食物を選定しています。

おいしい献立を、 私たち栄養士が考えています！



栄養教諭 池上朋美さん



カリッとジューシー！
鶏肉のコーンフ레이크揚げ



モチモチ＆野菜の甘みたっぷり！
じゃがいも生地のチヂミ

コシが強くツルツルとなめらか！
米粉麺のきつねうどん

コーンフ레이크を砕いて衣にした揚げ物、米粉の平打ち麺を使ったうどん、すりおろしたじゃがいもを生地に使ったチヂミなど、栄養士が工夫を凝らした献立は子どもたちから「おいしい!」と大好評。採れたての箕面産野菜をふんだんに使っており、栄養バランスはもちろん、味にも自信があります。実際、おかずを残す割合(残食率)は、「低アレルギー献立」の開始前に比べて低くなっています！

ご家庭でも、毎日の食事にもっと野菜を取り入れてください！

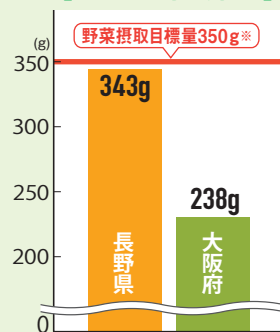
子どもの「食生活」の乱れは、私たち大人の責任です。一度身に付いた「食生活」は変えることが難しく、生涯にわたって健康に悪影響を及ぼす可能性があります。特に野菜不足が続くと、子どもの成長に欠かせないビタミンやミネラルを十分に摂ることができなくなり、集中力や免疫力の低下にもつながります。

全国ワースト2! 大阪府民の野菜不足は危機的状況に...

大阪府は、1日の野菜摂取量が47都道府県中46位と最低レベルで、危機的状況にあります(「平成28年国民健康・栄養調査」より)。野菜不足が続くと、子どもの骨や筋肉の形成が妨げられるほか、自律神経が乱れて勉強に集中できなくなったり、免疫力が低下して病気になりやすくなります。さらに、野菜不足は、生涯にわたって健康に悪影響を及ぼし、生活習慣病などのリスクを高めます。

実際、野菜摂取量が日本一の長野県は、75歳未満のがん死亡率が全国で一番低いのに対し、大阪府のがんの死亡率は全国ワースト9位という結果が出ています。

【1日の野菜摂取量】



※国では、1日の野菜摂取目標量を350gと定めています。

学校給食だけでは、子どもが摂取できる野菜の量は限られています。子どもの健やかな成長のために、毎日の食事にもっと野菜を取り入れてください！



毎日のごはんのおかずにはぜひ！

ご家庭に**箕面産野菜**をどうぞ！

箕面産野菜を買うことは、新鮮で安心・安全な野菜を食べられるだけでなく、箕面の田畑を守ることにもつながります。毎日のごはんのおかずには、ぜひ箕面産野菜を!!

■市内4カ所朝市が開催されています。

- 箕面中央朝市(JA大阪北部農産物直売所)
- 箕面駅前ふれあいプラザ朝市
- 石丸ヘルシーファーム朝市
- 止々呂美ふれあい朝市

開催日や場所など、詳しくは市ホームページ(QRコードからアクセス)をご覧ください。



命の パスポート

シリーズ 122

台風対策を万全に!

平成30年、立て続けに起こった台風や豪雨により、市内各地で土砂災害や、停電・断水が発生しました

平成30年は、6月下旬から記録的な大雨(平成30年7月豪雨)となり、箕面市でも、山肌から崩れ落ちた土砂が道路を塞いだり、側溝から水があふれだして一帯が冠水するなどの被害が発生しました。さらに9月には台風21号が襲来し、市内で倒木被害が相次いだほか、電柱が倒壊するなどして大規模な停電が発生し、一部のマンションでは給水ポンプが作動せず、断水が発生しました。

今後また、このような台風や豪雨が、いつ襲来するか分かりません。特に8月から10月にかけて、台風は連続して襲ってきます。その危険から身を守るためには、いつかではなく、今すぐの備えが必要です。次のチェックポイントを参考に、できるだけ早く台風対策を行ってください。



止上々呂美 中谷橋付近

栗生外院5丁目

ご家庭での備え、万全ですか?

絶対、これだけは!
3日分の水・食糧を備蓄してください!

大雨の中を買い物に出かけなくて済むよう、水や日持ちする食べ物を普段から買い置きしておきましょう。水・食糧の備えは、大地震が起きたときのためにも必要です。大地震が起きた直後は、外部からの支援が3日間届きませんので、3日間持ちこたえられる量を備蓄してください。

水 9ℓ×家族の人数

ひとり1日3リットルの飲料水が必要です

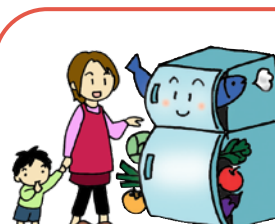
4人家族なら
9リットル×4人



食糧 普段食べているものでOK!

調理しなくても食べられるものをそろえてください

- レトルト食品
(おかゆ・雑炊・シチューなど)
- 缶詰・びん詰め食品



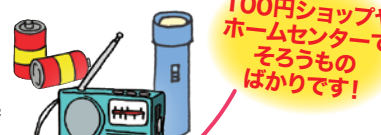
冷蔵庫やパントリーはいつもいっぱい!

普段から、多めに買い置き、古いものから消費して、使ったらまたすぐ買い足しておく。常に「新しい在庫」を家に置いておきましょう。

もう、準備していますよね?
非常用持ち出し袋

停電・断水時や、緊急の避難時に、すぐに使用したり、持ち出すことができるよう、備蓄品の一部や無いと困るものをリュックなどにまとめて、玄関周りに置いておきましょう。

- 乾電池
- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- 携帯充電器
- 簡易トイレ
- 笛・ホイッスル
(助けを呼ぶため)



100円ショップやホームセンターでそろえるものばかりです!



両手が自由になるリュックがベストです!

- 無いと困るもの
- *水を少しと軽い食糧
- *赤ちゃんの粉ミルク・おむつ
- *いつも飲んでいる薬
- *コンタクトレンズ
(または予備のメガネ)
- *生理用品
- *ティッシュ
- *マスク
- *体温計
- *消毒用アルコール

いざ、大雨が降り続いたら 箕面市の情報を入手してください!

豪雨や台風の時、災害時の緊急情報を

FM81.6MHz タッキー816で繰り返しお知らせします!

LINE 市民安全LINE @minohcity



市民安全メール



市民安全ツイッター @Minoh_Anzen

●市民安全メールに英語版が登場!

市民安全メールでは、昨年5月から英語版の配信をスタート!

●市民安全メールの便利な活用法

市民安全メールは、知りたい種類の情報だけを受け取ることができます。

- ☑台風・豪雨時の避難など防災情報
- ☐詐欺被害や声かけ事案など防犯情報
- ☑落雷警戒情報
- ☐Citizen Safety Alert Email
(英語版の防災情報)

登録がお済みでないかたは、ぜひ登録してください。なお、既に登録しているかたは、お手数ですが登録を一旦解除して、再登録いただくと、受け取りの設定ができます。

箕面市では、市民に被害が及ぶような重大な災害が発生したときは、災害対策本部を設置し、災害時の緊急情報をタッキー816(FM81.6メガヘルツ)で、繰り返し放送します。いざというときに、持ち運びができるラジオを買っておいてください。スマートフォンなどで、タッキー816を受信できるものがあります。

避難などに関する市からののお知らせは…

タッキー816(FM81.6MHz)、市民安全LINE、市民安全メール、市民安全ツイッター、市ホームページの緊急情報、防災スピーカー(公園などの大型スピーカー)から配信します。

防災スピーカーからの放送は、災害時における情報発信ツールの一つです。建物内にいるときは聞こえません。また、屋外にいても、雨風が強いときなど状況によっては聞こえませんが、タッキー816(FM81.6MHz)を聞いてください。

避難時に備えて…

●マスクなどの感染防止対策品を準備しておいてください

ハザードエリア内にお住まいで避難行動が「避難所に避難」のかたは、市からの避難情報(右記参照)が発令されたら、コロナ禍であろうと迷わず避難してください。

避難所では、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、各所に消毒用アルコールを設置し、マスクや体温計などの備品を用意しますが、数に限りがあります。これらの感染防止対策品は、普段から非常用持ち出し袋に入れておき、避難時に持参していただくようお願いします。

●親戚や、友人宅への避難をご検討ください

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、避難所開設時は、十分なスペースの確保に努めますが、一度に多くのかたが避難されることも考えられます。避難所の密を避けるため、可能な場合は、ハザードエリア外にお住まいの親戚や、友人宅への避難をぜひご検討ください。

5月から避難情報が変わっています

国の法改正を受けて、5月20日(金)から、市から発令する避難情報を変更しています。

これまでの「避難準備・高齢者等避難開始」は「高齢者等避難」に、「避難勧告」と「避難指示(緊急)」は「避難指示」に統一しています。詳しくは、内閣府のウェブサイト(QRコードからアクセス。多言語対応)をご覧ください。



次のチェックポイントを参考に
できるだけ早く台風対策を行ってください!

家の周りの側溝に落ち葉やごみなどが詰まっていますか?

側溝にごみや落ち葉、木の枝などが詰まっていると、水が流れずあふれ出し、冠水の原因になります。1カ所の詰まりが周囲の冠水を引き起こし、自分の家の周りだけでなく、地域全体に大きな被害をもたらします。

雨が降り出してからでは手遅れになります。家の周りの側溝をチェックして、ごみや落ち葉、木の枝などが詰まっていたら必ず掃除をしてください!



「避難所に行く?」「家にいる?」

あなたのお家はどちらが安全か、防災マップで確認してください!

台風や豪雨のとき、ハザードエリア*の屋外は、最も危険な場所です。ハザードエリア内にお住まいの場合、家が安全なら、暴風雨のなか外に出るほうがむしろ危険です。

7月号のもじりだよりと一緒に配りした防災マップでハザードエリアを確認し、いざというときの行動として、「避難所に行く」ほうが安全か、「家にいる」ほうが安全かを確認してください。

なお、お手元に防災マップがない場合は、市役所本館1階窓口課、豊川・止々呂美支所でお渡しします。また、市ホームページでもご覧いただけます。

*ハザードエリアとは、土砂災害または浸水害が発生する恐れのある区域です。

台風発生&接近中のときは…

雨風が強くなる前に強風対策を!

☑強風で飛ばされそうなものは屋内へ入れる!

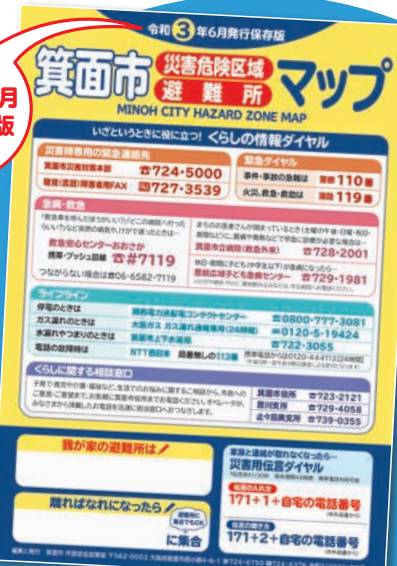
- ・植木鉢や壁掛けプランター
- ・洗濯ばさみやハンガー
- ・物干し竿
- ・ほうきなどの掃除用具
- ・すだれ など



☑雨戸やシャッター、カーテンを早めに閉める!

雨風が強くなる前に、雨戸やシャッターを閉め、鍵をかけてください。雨戸やシャッターが無い窓は、カーテンを閉めておくと、強風で物が飛んできて窓ガラスが割れたときに、破片の飛散を防げます。また、あらかじめガラス飛散防止フィルムを貼っておくと、より効果的です。

令和3年6月発行保存版



最新版がどうか必ずご確認ください

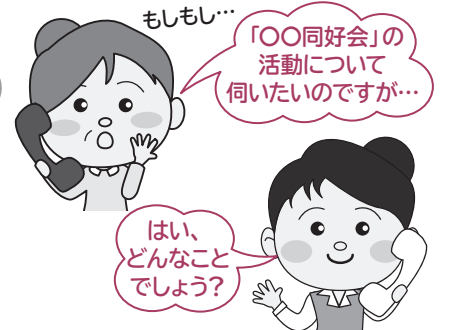
見学に行きたいけど…

グループ選びなどで迷ったら



1 中央・東・西南生涯学習センターへまずは、お電話ください!

各施設のスタッフが質問にお答えします。さらに詳しく知りたい場合は、各グループの連絡先をお伝えします。



2 各グループの公開日時に直接会場へお越しください!

ご予約は不要です。当日は直接会場にお越しいただき、見学したい旨をお伝えください。入会をご希望のかたは、直接グループへお申し込みください。



東生涯学習センター

粟生間谷西3-1-3 ☎729・1145 FAX 729・9926

グループ名	活動内容	公開日時
青筆会	書道 小・中学生	9/3・10金 16:00～17:00
粟生フォトサークル	写真技術	9/12日 13:30～15:00
日曜大工ボランティアグループ うっでいいず	木工・大工	9/7・21火 10:30～12:00
土楽会	陶芸	8/13・20金 13:30～15:30
箕面東スケッチ同好会	絵画	9/14・28火 13:00～15:00
アトリエ・東	絵画	9/4・11土 16:00～17:00
若葉マークの鉄人	料理 男性	8/8火、9/12日 9:00～11:00
囲碁 わかば	囲碁 市内在住	9/9火・23金 13:00～16:00
ヨガ健康体操クラブ	ヨガ 女性	9/16・30金 10:30～11:30
若さを楽しく保つ会	健康体操 60代～80代	9/17・24金 14:00～16:00
キラキラダンスクラブ パート1	社交ダンス	8/20・27金 10:00～11:30
FDCもみじ	フォークダンス 女性	9/2・9金 13:00～15:30

グループ名	活動内容	公開日時
ジャズダンスパレット	ジャズダンス 女性	8/3・24火 10:30～11:45
民舞 胡蝶	郷土民舞・民謡	8/3火 14:00～17:00 8/25金 14:00～17:00 中央生涯学習センター
クラシックバレエサークル フェアリー	クラシックバレエ	8/6金 (大人) 13:30～15:00 (3歳以上) 15:45～16:30
女声合唱 べる	コーラス 女性	9/8・22金 10:00～12:00
やさしいコーラスサークル「コスモス」	コーラス 女性	9/4・18土 9:45～11:45
摘み草コーラス	コーラス	9/10金 10:00～12:00
東摘み草の会	琴・三絃	8/7・9/4土 14:00～16:00
どっこい三味線	民謡・三味線	8/5・19金 13:00～16:00
粟生吟詠同好会	詩吟	9/7・14火 13:30～16:00

西南生涯学習センター

瀬川3-2-5 ☎723・5222 FAX 724・9695

グループ名	活動内容	公開日時
箕面西南スケッチ同好会	絵画	8/3・9/7火 13:00～16:00 西南図書館
みのお写真研究会	写真	8/21・9/18土 13:00～17:00 西南図書館
ソーイング・クラブ	洋裁 女性	8/17・31火 13:00～17:00 西南図書館
みのおマンドリンクラブ	マンドリン演奏 演奏経験があるかた	9/5・19日 13:30～16:30 グリーンホール

グループ名	活動内容	公開日時
シエナ	オカリナ演奏	8/11・25金 10:30～11:30 グリーンホール
新日本婦人の会 和太鼓グループ「響」	和太鼓演奏 女性	8/24・9/14火 10:00～11:00 らいとびあ21
フォークダンス 西南コスモス	フォークダンス 女性	9/3・10金 13:00～15:30 西南図書館
HIPHOPダンスサークル ルシール	ヒップホップダンス 4歳～小学6年生	8/18・25金 (4歳～小学1年生) 15:00～15:45 (小学2年～6年生) 15:50～16:50 西南図書館

※同センターは現在、新型コロナワクチンの接種会場として使用しているため、見学会は別の場所で開催します。

中央・東・西南生涯学習センターグループ

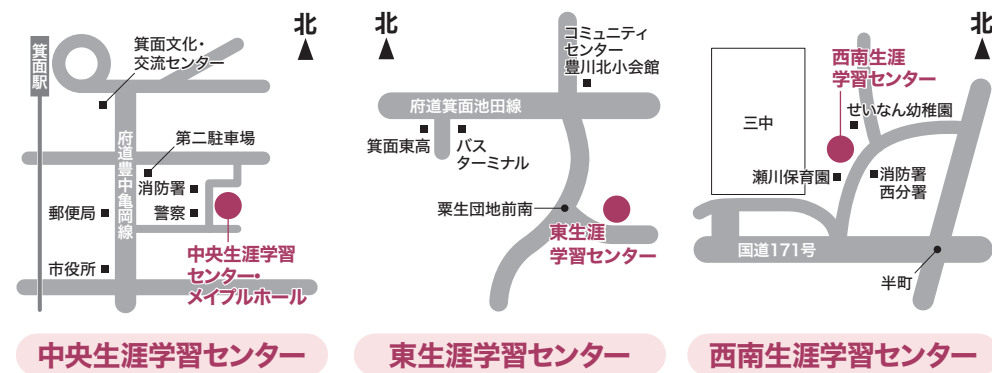
会員募集と見学会

中央・東・西南生涯学習センターでは、美術や音楽、舞踊など、さまざまなグループが活動を行っています。今回、「利用者協議会」*に加入している各グループが、会員募集のための見学会を開催します。この機会に、ぜひ見学にお越しいただき、ご希望のグループにご入会ください。

なお、見学会のご予約は不要ですので、各グループの公開日時に、直接会場にお越しください。見学に当たってご不明な点があれば、中央・東・西南生涯学習センターへお問い合わせください。

※「利用者協議会」とは、生涯学習活動を地域に広めるため、各施設で定期的に活動し、施設運営にも携わるグループの集まりです。

私たちと一緒に楽しみましょう!



中央生涯学習センター

箕面5-11-23 ☎721・4094 FAX 721・0495

グループ名	活動内容	公開日時
スケッチ同好会(A)	水彩・油絵・パステル	8/20・9/3金 10:30～11:00
スケッチ同好会(B)	デッサン・絵画	8/13・27金 10:00～15:00
箕面染美会	草木・ローケツ染め	8/6・20金 13:00～17:00
つるばら押絵人形グループ	押絵・木目込み人形の製作	9/4・18土 9:00～12:00
ホーム洋裁	洋裁 女性	9/3・17金 9:00～12:00
メイプルフォトクラブ	写真技術 市内在住、在勤	8/14・9/11土 18:30～20:00
箕面絵画クラブ	絵画	8/19・26金 13:00～16:00
いけ花 淑清会	生け花 (清雲未生流)	9/8・22金 10:00～12:00
箕面凡凡川柳会	川柳	8/15・9/19日 13:30～17:00
ペン・ボールペン習字 香葉会	ペン・ボールペン習字	8/6・20金 13:30～15:30
ペン習字同好会	ペン習字	8/3・17火 10:00～12:00
豊中友の会新箕面方面	衣・食・住研究 女性	9/16金 10:00～12:00
みのわ会	書道	8/3・17火 13:00～15:00
関西クラシック音楽同好会	レコード鑑賞	8/21・9/18土 14:00～17:00
摘み草会	琴・十七弦の演奏 女性	8/4・18金 13:00～20:00
歌謡吟詠の会	歌謡吟詠	8/4・18金 10:00～12:00

グループ名	活動内容	公開日時
箕面女声合唱団 コール・リーベ	コーラス 女性	8/18・25金 10:00～12:00
箕面メイプルクワイア	混声合唱	8/5・26金 10:00～12:00 グリーンホール
箕面室内合唱団	合唱 女性	9/7・21火 14:00～16:00
箕面市少年少女合唱団	合唱 小・中学生	8/21土 10:00～12:00 9/18土 10:00～12:00 グリーンホール
メイプルサウンズ・ジャズオーケストラ	ビッグバンドジャズ演奏 (楽器持参)	9/5・12日 18:30～21:00 らいとびあ21
箕面邦楽研究会	合奏 演奏経験が1年以上あるかた	8/14土・22日 13:00～17:00
瑞乃会	日本舞踊	8/14・28土 13:00～14:00
スパークルダンシング	健康リズム運動 40歳以上の女性	8/19・26金 13:30～15:30 グリーンホール
ハワイアンフラ フィ・イア・オ・カフラ	フラダンス 女性	8/21・28土 10:00～11:30
クラシックバレエ SWAN	クラシックバレエ 4歳～大人	8/5・19金 13:15～21:00 グリーンホール
クラシックバレエ Tiara	クラシックバレエ 4歳～高校生	8/10金 15:45～21:00 グリーンホール 8/24火 15:45～21:00

記号の説明 火…対象 土…場所

計700人を無料ご招待!

オープニングイベント in 文化芸能劇場 第2弾 開催決定!

8月1日㊥、ついに文化芸能劇場が誕生!これを記念して、市民のみなさんを無料でご招待するオープニングイベントの第2弾を開催します。

今回は、計700人のかたをご招待。高い音響性能を備えたホールで、箕面市ゆかりの出演者によるクラシックからポップス、日本の歌まで、幅広い音楽を堪能できますので、ぜひご応募ください!

※オープニングイベントでは、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、定員を削減し、間隔をあけて配席します。また、入場時の検温や手指の消毒、マスクの着用、「大阪コロナ追跡システム」への登録のお願いなどの対策を行います。

〈応募の概要〉

対象 市内在住、在職、在学のかた
招待人数 大ホール600人、小ホール100人
(いずれも申込多数の場合抽選)

応募期間 8月1日㊥～31日㊦(必着)

応募方法 A4用紙やはがき、市内各公共施設に設置の申込用紙に必要事項(住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレス、市内の勤務・通学先(市外在住のかたのみ)、希望公演名・枚数)を記入の上、メイプルホール(〒562-0001箕面5-11-23)または生涯学習・市民活動室(〒562-0003西小路4-6-1)へ持参または郵送。市ホームページ(上記QRコードからアクセス)からも応募可

※応募は1公演につき1人1回まで。1枚の申込用紙で、最大3人分の応募ができます。



市ホームページ

1 9月25日㊤ 14:00 大ホール

箕面が生んだ姉妹音楽家

～クラシックから日本のうたまで～

[出演] 林はるか(チェロ)、林そよか(ピアノ)

[司会] 関純子(関西テレビアナウンサー)



写真左から林そよか、林はるか

2 10月16日㊤ 14:00 小ホール

アンサンブル・アルモニ

～癒やしのメロディー～

[出演] 吉岡邑玲(バイオリンとお話)、

弦楽合奏団 アンサンブル・アルモニ



みのおNOW!

まちのラジオ局タッキー816発

「A」ガンバ大阪からの寄付を受けて、
市が感謝状を贈呈しました 6月21日㊥

箕面市をホームタウンとするガンバ大阪の小野忠史代表取締役社長が市役所を訪れ、チャリティーオークションで集まった売上金の一部(20万7288円)と、選手のサイン入りユニフォームを市に寄付・寄贈しました。「新型コロナウイルス感染症の対策に役立ててほしい」と小野社長。これに対し、上島一彦箕面市長から感謝状が贈呈されました。



写真左から小野忠史代表取締役社長、上島一彦箕面市長、藤迫稔教育長



他の写真も掲載中!
詳しくはこちらから!



みのおNOW



「A」放課後学習室「すたさぼ」が、市立小学校で
順次開設されています 7月13日㊥

「すたさぼ」とは、放課後に子どもたちが自由に参加して、放課後学習支援員のサポートを受けながら安心して勉強できる場のこと。6月から市立小学校で、順次開設されています。箕面小学校ではこの日も、多くの子どもたちが「すたさぼ」を利用。参加した児童は、自分一人では分からなかったという問題に放課後学習支援員と一緒に取り組み、「できた!」と声を弾ませていました。

お知らせBOX・目次

もみじだより8月号の情報は7月16日(金)現在のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、掲載している行事・イベントが中止となる可能性があります。最新の情報は、市ホームページで随時お知らせします。詳しくは、各担当課・室へお問い合わせください。

お知らせ

- 13 新型コロナウイルスに関する各種支援制度
- 14 新型コロナウイルスに関する受診相談について
- 15 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ
- 16 基本健康診査
- 17 消防団活動について
- 18 花火による火災の防止
- 19 蚊による感染症にご注意ください
- 20 後期高齢者医療の限度額適用認定証などの交付
- 21 高額介護サービス費の負担限度額が変わります
- 22 弁護士による法律相談
- 23 シニア健康相談
- 24 各種相談窓口
- 25 燃えるごみ専用袋引換券を発送します
- 26 今月の税金
- 27 8月は道路ふれあい月間
- 28 プレミアム付商品券「小さなお店応援チケット(第2弾)」大好評販売中!
- 29 多言語による出張相談窓口を開設します
- 30 平和への想い
- 31 児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給中のかたへ
- 32 夜間・休日の診察は豊能広域こども急病センターへ
- 33 毎月5日は少年を守る日
- 34 8月は「こども110番月間」です

催し

- 23 8月の母子保健事業
- 24 8月の乳幼児食育推進事業
- 25 移動図書館みどり号8月巡回日程
- 26 各種証明書のコンビニ交付を臨時休止します
- 27 箕面逸品
- 28 タッキー816番組紹介
- 29 シニア対象 からだの元気度測定
- 30 運動トレーナーによるシニア向け体操指導
- 31 アンチエイジングセミナー
- 32 男性介護者のつどい
- 33 ラジオ教室「健康はお口から! パタカラジオ」
- 34 介護予防リーダー養成講座(STEP1)
- 35 メイプルホールからのお知らせ
- 36 らいとびあ21 まなびカフェ
- 37 国際交流協会の催し
- 38 生涯学習講座「秋の講座」
- 39 日本の伝統楽器 お箏の演奏にチャレンジ!
- 40 身近なホールのクラシック 中欧音楽夜話 音楽を読む VOI・1
- 41 ハイドンの鍵盤楽器ソナタ
- 42 バレエ・ストレッチでしなやかな体と心をつくりましょう!
- 43 自分をつくる学校
- 44 お正月に飾ろう 手作り稲わらリース
- 45 くらしの文字教室「筆ペンで手習い」
- 46 お正月に飾ろう 手作り稲わらリース
- 47 マンスリー多文化サロン ポルトガル編
- 48 連続講座「NPOのための動画企画講座」
- 49 ぽんぽんファミリーひろば
- 50 8月の出張子育てひろばのお知らせ
- 51 8月のおひさまルームの催し
- 52 8月の保育園ミニイベント・園庭開放
- 53 スポーツのつどい中止のお知らせ
- 54 各種スポーツ体験会・教室
- 55 総合型地域スポーツクラブ 箕面東コミスポ
- 56 総合型地域スポーツクラブ 箕面SC
- 57 スポーツ教室
- 58 8・9月のノルディックウォーキング
- 59 第61回ジュニアソフトボール大会
- 60 パラリンピック聖火リレートーチを展示します
- 61 第65回秋季市民体育大会
- 62 第36回箕面まつりポスター原画受賞作品展
- 63 星を観る会「夏の星空・月・金星・火星を見よう」
- 64 箕面市主催ボートレース

募集

- 22 NPOフェスタ2021出展団体募集
- 23 地域支え合いプロジェクト助成金申請募集
- 24 市職員
- 25 令和3年度小・中学校講師登録
- 26 高齢者作品展
- 27 市立霊園墓地使用者を募集(予告)
- 28 教学の森の指定管理者を募集
- 29 夜間中学校の生徒募集

新型コロナウイルスに関する最新情報をタッキー816で連日放送中!

市の新型コロナウイルスに関する最新情報を、タッキー816(FM81.6メガヘルツ)で月～金曜日は1日3回、土・日曜日は1日2回放送しています。ぜひ、お聴きください。

放送時間 いずれも3～5分程度

月～金曜日 午前9時40分、正午、午後5時20分

土曜日 午前11時50分、午後4時

日曜日 午前10時、午後0時55分

新型コロナウイルスに関する各種支援制度

※詳しい内容や最新の情報は市ホームページ(QRコードからアクセス)をご覧ください



お知らせ
BOX
MINOH CITY INFORMATION BOX

収入減や、休業・失業により、生活資金などでお困りのかたへ

給付

■住居確保給付金について

離職・収入減により住居を失った、または失う恐れが高いかたに、就職活動を行うことなどを条件に、賃貸住宅の家賃相当額(上限あり)を一定期間支給します。

問 総合保健福祉センター(生活相談窓口) ☎727・9515 FAX 727・3539

■修学支援新制度について

家計が急変した大学・専門学校生などに対し、授業料の減免または返済不要の奨学金を支給します。

●減免について…通学している学校へお問い合わせください。

●奨学金について…日本学生支援機構ホームページをご覧ください。

■新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金について

事業主の指示により、令和2年10月～令和3年7月末に休業した中小企業の労働者、令和2年4月～6月及び令和3年1月8日～7月末※に休業した大企業のシフト制労働者などで、賃金(休業手当)を受けることができなかったかたに給付金を支給します。

※大阪府は令和2年11月27日から。都道府県によって異なります

問 新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金コールセンター ☎0120・221・276

減免

■介護保険料、後期高齢者医療保険料の減免、納付について

各保険料の納付が困難なかたについて、減免や分割納付などの対応を行います。

●介護保険について…

問 介護・医療・年金室 介護保険グループ ☎724・6860

●後期高齢者医療保険について…

問 介護・医療・年金室 後期高齢者医療グループ ☎724・6739

いずれも FAX 724・6040

■国民健康保険料の減免、納付について

国民健康保険料の納付が困難なかたについて、減免や分割納付などの相談に応じます。

●減免について…問 国民健康保険室 ☎724・6734

●納付について…問 債権管理機構 ☎724・7036

いずれも FAX 724・6040

■国民年金保険料の免除について

国民年金保険料の納付が困難なかたについて、保険料を免除します。

問 豊中年金事務所 ☎06848・6831 FAX 06854・3638

問 介護・医療・年金室 ☎724・6735 FAX 724・6040

支払期限の延長

■公共料金の支払期限の延長について

各公共料金の支払いが困難なかたについて、支払期限を延長します。

●上下水道料金について…

問 上下水道局 料金センター ☎724・6756 FAX 722・7416

●電気料金、ガス料金、電話料金について

▶ご契約の各事業者へお問い合わせください。

■市税の納付について

納税が困難なかたについて、分割納付などの対応を行います。

問 債権管理機構 ☎724・6713 FAX 723・5538

貸付

■緊急小口資金、総合支援資金の貸付について

生活資金でお困りのかたに、貸付を行います。

問 社協貸付担当 ☎727・9515 FAX 727・3539

届出期間の延長

■年金の支給に関する届け出の提出期限の延長について

現況届などの提出が遅れた場合も、年金、年金生活者支援給付金が受けられます。

問 豊中年金事務所 ☎06848・6831 FAX 06854・3638

問 介護・医療・年金室 ☎724・6735 FAX 724・6040

証明書の無料発行

■新型コロナウイルス関連で必要となる証明書の手数料無料化について
新型コロナウイルス関連で必要となる各種証明書について、発行手数料を無料にします。

●住民票、印鑑登録について…問 窓口課 ☎724・6726 FAX 724・0853

●課税・納税証明について…問 税務課 ☎724・6709 FAX 723・5538

事業者のかたへ(お問い合わせ窓口)

給付・助成

■大阪府営業時間短縮等協力金、大阪府大規模施設等協力金について

問 大阪府時短・大規模施設等協力金コールセンター

☎07166・9987(平日午前9時～午後6時)

■雇用調整助成金について

問 大阪労働局助成金センター ☎067669・8900

問 ハローワーク池田 ☎751・2595 FAX 751・5848

■大阪府酒類販売事業者支援金について

問 同支援金コールセンター ☎06654・3346

(土・日曜日、祝日を除く午前9時30分～午後5時30分)

■中小法人・個人事業者のための月次支援金について

問 月次支援金事務局 ☎0120・211・240

(IP電話からの場合 ☎036629・0479)

■事業再構築補助金について

問 事業再構築補助金事務局コールセンター ☎0570・012・088

(IP電話からの場合 ☎034216・4080)

(日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)

保証

■危機関連保証、セーフティネット保証4号、セーフティネット保証5号について

問 大阪信用保証協会 ☎06260・1730

貸付

■新型コロナウイルス感染症特別貸付、生活衛生新型コロナウイルス特別貸付について

問 日本政策金融公庫・事業資金相談ダイヤル

平日: ☎0120・154・505

■商工中金・危機対応融資について

問 商工組合中央金庫相談窓口 ☎0120・542・711

■新型コロナウイルス対策マル経融資について

問 箕面商工会議所 ☎721・1300 FAX 721・1305

※または、日本政策金融公庫の各支店へお問い合わせください

その他

■新型コロナウイルス感染症対応緊急資金等の認定書の発行について

問 箕面営業室 ☎724・6727 FAX 722・7655

市民のみなさんへ(お問い合わせ窓口)

■新型コロナウイルスに関する受診相談について

問 新型コロナ受診相談センター専用ダイヤル

☎07166・9911 FAX 06944・7579(24時間対応)

※受診相談について、詳しくは左ページをご覧ください

■その他、新型コロナウイルスに関する全般的な問い合わせについて

問 市新型コロナウイルス対策本部

☎724・5000(平日午前9時～午後5時)

FAX 724・6376(聴覚障害者用 FAX 727・3539)

新型コロナワクチン接種に関する相談・予約について

問 市新型コロナワクチン接種コールセンター

☎727・6865 FAX 727・3539

集団接種の予約専用 ☎727・6861

(月～土曜日午前9時～午後5時(祝日を除く))

※詳しくは市ホームページ(QRコードからアクセス)をご覧ください



記号の説明 対…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員
持…持ち物 費…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先

新型コロナウイルスに関する受診相談について

まずは、 かかりつけ医へご相談を

次の症状がある場合、かかりつけ医へご相談ください。

- 発熱、息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）などの症状がある
- 妊婦や高齢者、基礎疾患がある、透析を受けている、免疫抑制剤や抗がん剤を使用しているかたで、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある

上記以外のかたでも、風邪の症状が4日以上続く場合はご相談ください。

なお、夜間・休日、かかりつけ医がいない場合は、新型コロナ受診相談センターへご相談ください。

発熱などの症状がある場合は…

まずは
かかりつけ医へ相談

かかりつけ医

診療・検査が

○可能

×不可

診療・検査

かかりつけ医が
医療機関を案内

夜間・休日、かかりつけ医がいないなど、相談先に迷う場合は新型コロナ受診相談センターへ相談

新型コロナ受診相談センター
(24時間対応)

☎06・7166・9911

FAX 06・6944・7579

医療機関を案内

診療・検査医療機関を受診（PCR検査などの実施）

問 地域保健室 ☎727・9507 FAX 727・3539

健康

新型コロナワクチン接種 のお知らせ

7月中旬に、12歳～15歳のかたに接種券（クーポン券）を郵送しました（8月以降に12歳になるかたには、誕生月の月末に送付）。

また、18歳以上のかたは、府または国の大規模接種会場がご利用いただけます。

● 12歳～15歳のかたの接種について（ファイザー社製ワクチンを使用）

個別接種のみでの予約をお願いしています（集団接種はご利用いただけません）。また、接種の際は、保護者の同伴が原則必要となります。

予約方法などについては、かかりつけ医や、同封のちらし（12歳～15歳の市民の皆様へ）に記載している医療機関に、直接お問い合わせください。

● 府または国の大規模接種会場での接種について（モデルナ社製ワクチンを使用）
18歳以上（平成16年4月1日以前生まれ）で市が送付した接種券をもっているかた

・府コロナワクチン接種センター（マイドームおおさか）
時 11月30日（火）まで（予定の午前9時～午後9時）予約方法：府ホームページまたは府LINE公式アカウントで受付

・自衛隊大規模接種センター（グランキューブ大阪）
時 午前7時～午後9時 予約方法：同センターホームページ、同センターLINE公式アカウントまたは電話（☎0570・080・770）で受付

いづれも土・日曜日、祝日も実施
予約は1人1カ所です。複数の会場での予約はしないでください。また、予約日の都合が悪くなった場合は、必ずキャンセルの手続きをしてください。

問 市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎727・6865 FAX 727・3539

基本健康診査

対 市内在住の15歳～39歳のかた（学校、職場などで健康診査を受けているかたを除く）
時 8月6日（金）午後1時～3時
30分、9月3日（金）午前9時～10時30分 所 医療保健センタ

1 内問診、身体計測、検尿、血液検査、歯科健診 ※20歳以上の女性は、子宮頸がん検診も同時に受診可 持健康保険証など住所、年齢が確認できるもの 費 無料 ※当日

は午前に受診のかたは朝食を、午後に受診のかたは昼食をとらないでください 申健診前日の午後3時まで電話でのみ受付
問 医療保健センター ☎727・9555（午前10時～午後5時） FAX 727・3532

大学連携

シニア対象 からだの
元気度測定

対 市内在住の60歳以上のかた
時 9月17日（金）午前10時、午前11時、午後1時、午後2時、午後3時（各60分） 所 稲ふれあいセンター 内 大阪大学研究チームによる握力やバランスなどの測定 定 各4人（申込順） 持 運動できる服装 費 無料

申 問 8月6日（金）午前8時45分
から高齢福祉室 ☎727・9505 FAX 727・3539



運動トレーナーによる
シニア向け体操指導

対時 所 次の表のとおり

対象・場所	日時
市内在住の60歳以上のかた 所 稲ふれあいセンター	8月4日・11日・18日・25日(水) 10:00～16:00
市内在住の65歳以上のかた 所 西南図書館	8月5日・12日・19日・26日(木) 13:00～15:00
市内在住の65歳以上のかた 所 東生涯学習センター	8月3日・10日・17日・24日・ 31日(火) 13:00～15:00

※いずれも入退室自由(お好きな時間にお越しください)

内 体操ミニセミナー、運動の相談、握力測定ほか(8月24日(火)の東生涯学習センター、8月26日(木)の西南図書館は歯科衛生士によるお口の体操指導あり) 持運動できる服装

¥ 無料 ※初めて稲ふれあいセンターを利用するかたは手続きのため本人確認書類(マイナンバーカード、健康保険証、運転経歴証明書など)をお持ちください

問 高齢福祉室 ☎ 727・9505
FAX 727・3539

アンチエイジングセミナー

市内在住の65歳以上のかた(総合事業対象者または要支援・要介護認定を受けているかたで、通所系サービスの利用者は参加できません)

コース・場所	日程・内容など
腰痛・膝痛予防コース 所 西南図書館	時 9月1日・8日・15日・22日(水) (全4回) 内 腰痛・膝痛予防のための体操ほか 申込開始…8月4日(水)から受付
脳の若返りコース 所 稲ふれあいセンター	時 9月10日～11月26日の金曜日 (全12回) 内 認知症予防のための体操ほか 申込開始…8月6日(金)から受付

時間…13:30～15:00 定員…各20人(申込順。初めてのかた優先)
費用…無料

申 問 みのおライフプラザ総合窓口 ☎ 727・9524
FAX 727・3539

男性介護者のついで

市内在住で家族などを介護している男性 時 18月23日(月)②9月27日(月)午後1時30分～3時 所 総合保健福祉セン

ター分館 ①参加者同士で介護の悩みなどを自由に話し合う②フレイル予防についての講話 ¥ 無料

問 地域包括ケア室 ☎ 727・3548
FAX 727・3539

ラジオ教室「健康はお口から!パタカラジオ」

時 8月3日・10日・17日・24日、9月7日・14日・21日・28日(火)午前10時45分～11時(午後4時10分、午後7時25分頃翌水曜日午前7時5分にも放送) ⑧8月は言語聴覚士による誤嚥性肺炎予防のためのお口の訓練について、9月は市理学療法士によるフレイル予防運動について 放送局: タッキー816(周波数FM81.6MHz)。タッキー816のホームページからもお聴きいただけます(次のQRコードからアクセス)



QRコード

問 高齢福祉室 ☎ 727・9505
FAX 727・3539

福祉

介護予防リーダー養成講座(STEP1)

市内高齢者の健康づくりに関心があり、地域で自主的に取り組みたいと考えているかた 時 9月3日・10日(金)午後1時30分～3時(全2回) 所 西南図書館 内 介護予防の知識や体操などを地域で普及させる方法を学ぶ 講 高齢福祉室職員 定 20人(申込順) ¥ 無料 申 問 8月20日(金)から高齢福祉室 ☎ 727・9505 FAX 727・3539

安全

消防団活動について

消防団は、災害時に市民が自ら地域を守るために活動する団体です。市消防団は、消防団本部と23の分団で構成され、7月1日現在553人の団員が在籍しています。

災害が発生したときは、各地域の分団格納庫の招集用サイレンを鳴らして昼夜を問わ

ず迅速に集まり、消防ポンプ自動車で出動します。

また、消防職員と協力して消防活動を行えるよう、消防ポンプ自動車の取り扱いや消火・救命訓練など、日頃からさまざまな活動を実施し、地域の安全・安心のために日々取り組んでいます。

問 消防本部消防総務室 ☎ 724・9993 FAX 724・3999

記号の説明 対…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員
持…持ち物 ￥…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先

花火による火災の防止

子どもが花火をする際は必ず大人が付き添い、次のことに注意してください。

- ①他の人の迷惑にならない時間と場所で行う②燃えやすいものがある場所ではない③人や家に向けない④風の強いときはしない⑤水を入れたバケツなどを用意し、使用後は水につけて後始末する⑥ごみは必ず持ち帰る

消防本部予防室 ☎724・9995 FAX724・3999

蚊による感染症にご注意ください

蚊が媒介する感染症には、日本脳炎、ジカウイルス感染症（ジカ熱）、デング熱などがあります。

特に、ジカ熱、デング熱には予防接種がありません。ジカ熱は妊婦が感染すると、胎児に先天的な障害が生じる可能性があります。また、デング熱は出血を伴い重症化する可能性があります。

蚊が活発に活動する夏場は、次のことに注意してください。
●蚊を発生させないために
①植木鉢の受け皿やバケツなど、水がたまるものを片付け

る②草むらを刈る

●蚊に刺されないために

- ①庭先や公園など緑の多いところでは、長袖、長ズボンを着用し、素足でのサンダル履きを避ける②屋内でも虫除け剤などを使用する

全ての蚊が病原体を保有しているわけではありませんが、刺されないように心がけてください。

地域保健室 ☎727・9507 FAX727・3539

保険医療年金

後期高齢者医療の限度額適用認定証などの交付

受診時に提示すると、窓口でのお支払いが自己負担限度額までとなる認定証を、申請により交付します。

「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちで、次に該当する方

- 窓口負担割合が1割で、世帯全員が住民税非課税のかた
- ：「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付

所得区分	自己負担限度額(月額)
世帯全員の所得が0円のかた(公的年金等控除額は80万円として計算)	・外来(個人単位) …8,000円 ・外来+入院(世帯単位) …15,000円
老齢福祉年金を受給しているかた	
上記以外のかた	・外来(個人単位) …8,000円 ・外来+入院(世帯単位) …24,600円

●窓口負担割合が3割で、課税所得が145万円以上690万円未満のかた：「限度額適用認定証」を交付

所得区分	自己負担限度額(月額)
課税所得145万円以上380万円未満	医療費が267,000円を超えた場合の超過額の1%に当たる額+80,100円(44,400円*)
課税所得380万円以上690万円未満	医療費が558,000円を超えた場合の超過額の1%に当たる額+167,400円(93,000円*)

*被保険者が高額療養費に該当した月から直近1年間に、世帯単位で3回以上高額療養費に該当した場合の4回目以降の額(他の医療保険での支給回数は通算されません)

交付を希望する方または、医療保険・年金・介護窓口で申請してください。郵送による申請もできますので、詳しくはお問い合わせください。
問介護・医療・年金室 ☎724・6060 FAX724・6060

高額介護サービス費の負担限度額が変わります

介護保険サービスの利用者負担額は、所得などに応じて月額上限が定められています。高所得者世帯については、8月から、負担限度額が次の表のとおり変更になります。

所得区分	負担限度額
(新設)課税所得約690万円以上	140,100円(世帯)
(新設)課税所得約380万円以上690万円未満	93,000円(世帯)
市町村民税課税～課税所得約380万円未満	44,400円(世帯)
世帯の全員が市町村民税非課税	24,600円(世帯)
世帯の全員が市町村民税非課税で、前年の合計所得金額と公的年金収入額の合計が年間80万円以下のかた	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護を受給しているかた	15,000円(個人)

相談

弁護士による法律相談

時8月11日、9月8日(水)午後5時～7時 所ヒューマンズプラザ 内借金返済、トラブル、交通事故、相続、破産、法律問題全般 ※1案件につき1回限り 定各5人(要予約) 無料

申問8月1日(日)から各開催日の3日前までに同プラザ ☎721・4800 FAX721・3501

シニア健康相談

対市内在住の60歳以上のかた 時①8月11日(水)②9月8日(水)午後1時30分～3時 所稲ふれあいセンター 内加齢に伴う心身の変化(運動機能や口腔機能低下)などについて①管理栄養士・理学療法士②歯科衛生士・保健師が対応 無料 ※初めて同センターを利用するかたは本人確認書類(マイナンバーカード、保険証、運転免許証、運転経歴証明書など)をお持ちください 問高齢福祉室 ☎727・9505 FAX727・3539

各種相談窓口

※祝日は特に記載のない限り実施しません

市民相談、市政への要望・苦情（相談先が分からないかたや専門家に相談したいかたは、こちらへご相談ください）

問 市民サービス政策室／月～金曜日 8:45～17:15 ※弁護士、司法書士などの専門家への相談は、要予約（専門家への相談は、1案件につき1回限り）	☎724・6723 FAX723・5538
---	-----------------------

子ども（子育てや教育など）

子育てに関する相談 問 子育て支援センター／月～金曜日 10:00～16:00	☎721・8845 FAX723・5433
小・中学生の教育相談（支援教育を含む）（要予約） 問 児童生徒指導室（教育相談）／月～土曜日 9:00～17:00 ※臨床心理士などによる面談・電話相談	☎724・6797 FAX724・6010
児童虐待通報 問 児童相談支援センター／月～金曜日 8:45～17:15	☎724・6233 FAX721・9907
児童虐待通報 問 夜間・休日虐待通告専用電話（大阪府）／平日夜間、土・日曜日、祝日	☎072・295・8737

高齢者（介護保険や福祉サービス、地域活動、虐待通報など）

止々呂美・西南・南小校区 問 北部・西南高齢者くらしサポート／月～金曜日 8:45～17:15	☎725・7029 FAX720・5323
箕面・西小校区 問 西部高齢者くらしサポート／月～金曜日 8:45～17:45	☎720・5592 FAX720・5593
萱野・北・中小校区 問 中西部高齢者くらしサポート／月～金曜日 8:45～17:15	☎727・9510 FAX727・3539
萱野北・萱野東・豊川南小校区 問 中東部高齢者くらしサポート／月～金曜日 9:00～17:30	☎727・9511 FAX727・3597
東・豊川北・彩都の丘小校区 問 東部高齢者くらしサポート／月～金曜日 8:45～17:15	☎729・1711 FAX730・2230

障害者（福祉サービス、困りごと相談、虐待通報など）

問 地域包括ケア室／月～金曜日 8:45～17:15（虐待通報はこちらへ）	☎727・9501 FAX727・3539
問 ライフタイムミント／月～土曜日 10:00～18:00	☎720・6806 FAX723・6506
問 ウイズ／月～金曜日 9:00～17:00	☎・FAX725・2179
問 パオみのお／月～金曜日 9:00～17:30	☎・FAX726・7800

消費生活相談（商品購入や契約上のトラブルなど）

問 消費生活センター／月～土曜日 9:00～16:00（木曜日は専門相談員がいません）	☎722・0999 FAX723・5538
---	-----------------------

生活の困りごとや不安を抱えているかた（生活相談、就労相談など）

問 総合保健福祉センター（生活相談窓口）／月～金曜日 8:45～17:15	☎727・9515 FAX727・3539
問 らいとびあ21／火～日曜日、祝日 9:00～17:00	☎722・7400 FAX724・9698
問 ヒューマンズプラザ／火～日曜日、祝日 9:00～17:00	☎721・4800 FAX721・3501

人権相談（人権侵害、差別、DVなど）

人権相談 問 人権施策室／月～金曜日 8:45～17:15	☎724・6720 FAX725・8360
女性のための相談 問 人権施策室 ※女性相談員が相談を受けます	面接相談（要予約）／火・金曜日 13:00～16:00 ☎724・6943 FAX725・8360 電話相談／月・水曜日 13:00～16:00 ☎723・3654

外国人生活相談（外国人市民の生活上の困りごとなど）

MAFGA Multilingual Consultation Service We offer consultations on issues foreign residents may have to deal with in everyday life

問 国際交流協会／火～日曜日 9:00～17:00 対応言語：日本語、韓国・朝鮮語、中国語、英語、ポルトガル語 個別相談日／火曜日 11:00～14:30 対応言語：日本語、韓国・朝鮮語、中国語、英語（第2・4火曜日のみベトナム語、ポルトガル語も対応） ／第1日曜日 11:00～14:30 対応言語：日本語、英語、ベトナム語 所 東生涯学習センター For more details, please contact MAFGA.	☎727・6912 FAX727・6920
--	-----------------------

記号の説明 対…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員
持…持ち物 費…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先

申し出時期ごとの世帯員別総容量

世帯人数	～12月	1～3月	4～6月	7～9月
1人	1,600ℓ	1,200ℓ	800ℓ	400ℓ
2人	2,400ℓ	1,800ℓ	1,200ℓ	600ℓ
3人	3,600ℓ	2,700ℓ	1,800ℓ	900ℓ
4人	4,200ℓ	3,300ℓ	2,100ℓ	1,200ℓ
5人以上	4,800ℓ	3,600ℓ	2,400ℓ	1,200ℓ

令和3年10月～令和4年9月の燃えるごみ専用袋引換券を、世帯主あてに8月1日（日）から順次発送します（8月16日（月）までに届かない場合は環境整備室へお問い合わせください）。

引換券の発送は、毎年6月末現在の住民登録に基づくもので、住民登録がないかたは無料配付を受けられません。

●引換期間
8月1日（日）～12月28日（火）

●期間を過ぎると受け取る枚数が少なくなります
申し出時期に応じて引換枚数が少なくなります。

燃えるごみ専用袋引換券を発送します



環境整備室

●引き換え場所について
引き換え場所は次の表の取扱店です。引換券の2ページに記載の組み合わせを選んで〇印を記入し、引き換えてください。

●記載以外の組み合わせも可
市民サービス政策室、豊川・止々呂美支所へ引換券を持参の上、申し出てください（取扱店では不可）。総容量の範囲内で組み合わせることができます。

なお、引換後の枚数や組み合わせの変更はできません。受け取りの際は必ずご確認ください。

●乳幼児加算・福祉加算引換券
次のかたを対象に、8月中旬に引換券を発送します。

①9月末日現在で3歳未満の乳幼児がいる世帯（申請不要）
②福祉加算を申請し、要件を満たすことが確認できた世帯

なお、次の場合は別の手続きにより加算配付を行います。

①7月以降の出生や転入により乳幼児が増えた場合：出生届・転入届の届出時に、窓口で令和4年9月分までの燃えるごみ専用袋を配付します

②65歳以上、または身体障害者（身体障害者手帳1・2級を所持）で新たに紙おむつが必要になった場合：環境整備

指定ごみ袋等取扱店

取扱店名	住所	取扱店名	住所	取扱店名	住所
スギ薬局箕面東店	栗生外院1-17-35	(株)アヤハディオ箕面彩都店	彩都栗生南2-12-8	フレッシュフーズキキヤ	如意谷2-8-32
セブンイレブン箕面栗生外院1丁目店	栗生外院1-20-3	ディスカウントドラッグコスモス彩都店	彩都栗生南2-13-9	コープミニルミナス箕面	如意谷4-6-19
ひまわり薬局	栗生新家3-5-19-102	サンドラッグ箕面桜井店	桜井1-7-6	ファミリーマート箕面白島店	白島2-29-19
スギ薬局箕面小野原店	栗生新家4-1-14	食実工房 北乃屋 箕面店	桜井5-13-11	フレスコ桜井店	半町3-15-10
野口酒店	栗生間谷西2-6-2-102	デイリーヤマザキ箕面桜井店	桜井2-1-20	(有)いまなか	百楽荘4-1-5
コノミヤ箕面店	栗生間谷西2-6-3	ローソン阪急桜井駅前店	桜井2-2-10-101	コープ箕面中央	坊島1-1-15
麒麟堂栗生間谷店	栗生間谷西3-10-30	ハタナカ商店	桜井2-7-10	サンドラッグ箕面店	坊島1-1-20
マルヤス箕面店	栗生間谷西3-13-1	ダイエー桜井駅前店	桜井2-9-33	麒麟堂坊島店	坊島1-2-50
山城屋商店	栗生間谷西6-5-7	ショップそよかぜの家	桜井3-8-2-103	セブンイレブン箕面坊島1丁目店	坊島1-15-28
食品館アプロ箕面店	栗生間谷東1-34-5	ライフ箕面桜ヶ丘店	桜ヶ丘1-3-25	松井商店	坊島3-18-1
美容室アドヴァン	栗生間谷東5-30-8	(有)末田商店	桜ヶ丘1-4-24	セブンイレブン箕面坊島5丁目店	坊島5-1-32
ホームセンターコーナン箕面今宮店	石丸1-3-6	岡田米穀店	桜ヶ丘1-7-39	ファミリーマート箕面市役所前店	牧落1-7-25
寺西酒店	石丸1-30-2	菅原商店	桜ヶ丘1-12-40	ローソン箕面牧落三丁目店	牧落3-14-39
マックスバリュ箕面外院店	石丸2-10-70	麒麟堂箕面桜ヶ丘店	桜ヶ丘3-14-16	ほほえみ	牧落3-15-35
(株)ハピネス	稲1-5-31	セブンイレブン箕面森町南店	下止々呂美539-1	ファミリーマート箕面牧落3丁目店	牧落3-20-37
ライフ箕面店	稲1-10-13	照葉の里	下止々呂美561	ドンキホーテ箕面店	牧落4-1-30
浜田商店	稲4-2-31	ファミリーマート箕面森町店	森町中1-1-43	ジャパン箕面店	牧落5-4-8
ウエルシア箕面稲店	稲6-15-3	スーパーセンタートライアル箕面森町店	森町北1-2-55	箕面市障害者協働事業所たんぽぽ	箕面1-6-8
スギ薬局箕面今宮店	今宮1-8-22	あかつき福祉会	瀬川3-3-21	(株)花畑商店	箕面2-1-5
コーナンPRO箕面今宮店	今宮3-10-1	阪急オアシス箕面店	瀬川5-1-1	ぐりーん&ぐりーん	箕面4-8-30
セブンイレブン箕面今宮4丁目店	今宮4-10-48	ローソン瀬川店	瀬川5-2-3	住山米穀店	箕面5-1-43
ドラッグストアサーバ箕面今宮店	今宮4-10-54	コウセイ堂薬局	船場西1-8-26-102	デイリーヤマザキ箕面駅前店	箕面6-2-5
ファミリーマート箕面小野原西店	小野原西6-1-7	スギ薬局箕面船場店	船場西2-12-4	箕面市シール会	箕面6-3-1-207
ウエルシア箕面小野原西店	小野原西6-2-3	ファミリーマート箕面船場店	船場西3-1-1	きのしたブック	箕面6-4-28
ココカラファイン小野原店	小野原西6-12-17	セブンイレブン箕面船場東店	船場東2-1-20	ドラッグストアマルゼン箕面店	箕面6-5-11
細川米穀店	小野原東2-1-39	阪急オアシス箕面船場店	船場東3-2-26	(株)いかりスーパーマーケット箕面店	箕面6-5-16
ローソン小野原東三丁目店	小野原東3-13-27	大阪大学生生活協同組合箕面店	船場東3-5-10	鮮度館コーヨー箕面店	箕面6-5-21
関西スーパーマーケット小野原店	小野原東5-1-1	フレスコ箕面船場店	船場東3-5-20	デイリーカナートイズミヤ池田旭丘店	池田市旭丘1-4-1
ファミリーマート箕面小野原東店	小野原東5-8-12	ユニカムドラッグ桜ヶ丘店	新稲7-17-17	麒麟堂池田緑丘店	池田市緑丘1-4-1
ウエルシア箕面小野原東店	小野原東6-1-30	イオン箕面店	西宿1-15-30	フレンドマート彩都店	茨木市彩都あさぎ1-2-1
コーヨー小野原店	小野原東6-2-7	ココカラファインのおキューズモール店	西宿1-17-22	ファミリーマート茨木彩都やまぶき店	茨木市彩都やまぶき3-1-18
(株)橋本	萱野2-2-27	ウエルシア箕面西小路店	西小路2-8-28	阪急オアシスときわ台店	豊能町東ときわ台3-1-2
ホームセンターコーナン箕面萱野店	萱野5-5-8	かどや茶舗	西小路4-3-1		

室へ申請してください。要件を確認の上、福祉加算用引換券を発送します

引き換えの際は、燃えるごみ専用袋を入れる持ち帰り用の袋をお持ちください。

環境整備室 71729・23
FAX 729・7337

税

今月の税金

令和3年度の市・府民税(第2期分)の納期限は8月31日(火)です。納税通知書が届いたら、金融機関、コンビニエンスストア、郵便局、豊川・止々呂美支所でお支払いください。

なお、市税のお支払いには、口座振替やスマホ決済アプリでのお支払い、クレジットカード決済(インターネットによる手続き)が便利です。詳しくは市ホームページまたは納税通知書をご覧ください。
 問 税務課 ☎ 724・6709
 FAX 723・5538



みどりまちづくり

8月は道路ふれあい月間

「ゆずりあい 道路で示す日本の美」

みなさんが利用する道路は、人や車の通行だけでなく、上下水道や電線の収容、災害時の避難路や火災発生時の延焼防止のほか、植栽空間や歴史街道など、安らぎや潤いを与

える空間として、さまざまな役割があります。

しかし、道路上に空きかんや吸い殻のポイ捨て、美観や景観を損ねる看板類・のぼり旗、歩行や通行の支障になる違法駐車や自転車の放置など



地域創造

が日常的に見られます。

市では、日常的にごみの回収や違法な広告物の撤去を行っていますが、パトロールしても全て無くなるわけではありません。

ポイ捨てはしない、見かけ

交通機関(バス・タクシー)とのコラボで、さらにおトク!

締切間近!

プレミアム付商品券

「小さなお店応援チケット<第2弾>」大好評販売中!

コロナ禍における家庭の負担を軽減し、売上が減少している市内の中小企業・小規模事業者及び交通事業者を応援するため、「小さなお店応援チケット<第2弾>」を販売しています。

前回と同様、販売は事前申込制とし、8月9日(休)まで申し込みを受け付けています。お得に買い物などができ、事業者の応援にもつながりますので、ぜひご購入ください。

販売チケットは4種類!

販売の申込受付は
8月9日(休)まで!

① レギュラー商品券(限定2万冊)

6000円分(500円×12枚)の商品券 ➡ 5000円で販売

② 阪急バス1日乗車券付商品券(限定1000冊)

2500円分(500円×5枚)の商品券+阪急バス1日乗車券1枚(810円相当) ➡ 2000円で販売

③ オレンジゆずるバス1日乗車券付商品券(限定1000冊)

2500円分(500円×5枚)の商品券+オレンジゆずるバス1日乗車券2枚(880円相当) ➡ 2000円で販売

④ タクシーチケット付商品券(限定2000冊)

2500円分(500円×5枚)の商品券+タクシーチケット1000円分(500円×2枚) ➡ 2000円で販売

対象者 市内在住のかた

申込は①1人2冊まで、②③④は1人いずれか1冊(①と併せて購入可)。いずれも申込多数の場合抽選

申込期間 8月9日(休)まで

申込方法 次のいずれかの方法で申し込み

- 箕面商工会議所のホームページ(QRコードからアクセス)から
- 商店街の各店舗に設置の申込書に必要事項を記入し、応募箱に投函
- はがきに郵便番号、住所、氏名、電話番号、購入希望冊数を記入し、同会議所「小さなお店応援チケット」申込係(〒562-0003西小路3-2-30)へ郵送



箕面商工会議所
ホームページ

使用期間 9月1日(金)～12月31日(金)

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、使用期間を変更する場合があります

購入方法 8月下旬から順次送付する「購入引換はがき」を持参の上、下記の販売所で購入

販売所 箕面文化・交流センター(2階受付)、東生涯学習センター、西南生涯学習センター、みのお市民活動センター、多文化交流センター

問 箕面商工会議所 ☎ 721・1300 FAX 721・1305 箕面営業室 ☎ 724・6727 FAX 722・7655

たら拾うよう心がけるなど、いつも道路が美しく安全に使用できるよう、みなさんのご協力をお願いします。
 問 道路管理室 ☎ 724・6748 FAX 723・5581

記号の説明 対…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員
持…持ち物 ￥…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先

日時	ホール	公演名	料金など
8月4日(水) ①13:30②15:30	小ホール	楽楽クラシカル&吉岡昌玲がお贈りする 「えほんこんさーと」	一般:前売1,000円、当日1,500円 小学生以下:前売500円、当日800円 (3歳未満無料)(全自由席)
8月17日(火)18:30	大ホール	第109回わかばDEきまる 出演:桂わかば、桂ちようば、桂鯛蔵、笑福亭呂翔 ※豪華賞品が当たるスタンプラリーあり	大人1,500円(会員1,350円) 小学生700円(会員600円) (全自由席、当日販売のみ) ※未就学児は入場不可
8月20日(金)18:30	小ホール	Maple Friday Jazz Concert vol.22 出演:石田ヒロキ(ピアノ弾き語り)、小林充(アルトサックス)、 河合鉄兵(ベース)、伊波大輔(ドラム)	前売:一般2,000円(会員1,800円) 当日:一般2,200円(会員2,000円) 前売当日とも大学生以下1,000円 (要学生証) (全自由席) ※未就学児は入場不可
9月21日(火)18:30	大ホール	第108回めいぶるごにんばやしの会 出演:桂米紫、桂吉弥、桂紅雀、桂まん我、桂ひろば(予定) ※豪華賞品が当たるスタンプラリーあり	大人1,500円(会員1,350円) 小学生700円(会員600円) (全自由席、当日販売のみ) ※未就学児は入場不可

メイプルホールからのお知らせ



人権文化

※8月4日(水)・5日(木)「第45回ピティナ・ピアノコンペティション」は、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、出場者・関係者のみで実施します

※車いすをご利用のかた、または介助者を必要とする場合は、事前にご相談ください

※割引・優先予約などの特典があるメイプルフレンドにご入会ください

※団体割引あり(10枚以上。一部対象外の公演もあります)

【メイプルホール】箕面5-11-23(箕面警察署 東となり) ☎721・2123 FAX721・0495

国際交流協会の相談員が、
東生涯学習センターに出張し、
多言語による生活相談を受け付けます。

8月からの毎月第1日曜日
午前11時～午後2時30分
東生涯学習センター 対応

多言語による出張相談
窓口を開設します



国際交流

①8月12日(木)午後7時～8時30分
②8月29日(日)午後2時～4時
所らいとびあ21

内講①「書のワークショップ」
旧暦七夕によせて、願いを書く～華雪さん(書家)②
「みんなの手話講座」参加者が学びたいことを中心に「吉田花奈さん(医療従事者)、福田メルヴェさん(手話学習者)」定①10人②15人(いずれも申込順) ￥①1000円
②無料 いずれも別途飲み物代100円程度
申問らいとびあ21 ☎722・7400 FAX724・9698

らいとびあ21 まなび
カフェ

国際交流協会の催し

●多文化体験・交流・学びク
ラブ「まふがつこ」
小学生 時①8月7日(土)②
9月4日(土)午後1時30分～3
時30分 内地域の外国人市民
から出身国の文化や遊びにつ
いて聞く(①韓国②イラン)
講①ベ・ヘリンさん②ファテ
メ・モタバリプールさん 定
各10人(申込順) ￥無料

●Cinemaのお上映会
時①8月21日(土)②9月25日(土)
午後6時～8時 内「食」を
テーマにしたドキュメンタリ
ー作品を上映①「パブリック・
トラスト」②「プラスチックの
海」定各10人(申込順) ￥
一般700円、協会賛助会員
及び大学生以下無料(別途飲
み物代300円程度)
申問同協会 ☎727・6912
FAX727・6920

言語:英語・ベトナム語 ￥
無料 ※申込不要
問国際交流協会 ☎727・6
912 FAX727・6920

平和への想い 昭和20(1945)年8月6日に広島、そして9日に長崎に原子爆弾が落とされ、多くの尊い命が奪われました。戦争を過去の記憶として風化させないために、平和の尊さについて考えてみてください。

関人権施策室 ☎724・6720 FAX725・8360



生涯学習

生涯学習講座「秋の講座」

各講座の申込は、申込方法をご覧ください。詳しい内容は、公共施設で配布のパンフレットまたはメイプル文化財団ホームページをご覧ください。

中央生涯学習センター・メイプルホール

日本の伝統楽器 お箏の演奏にチャレンジ！

対 高校生以上のかた 時 10月26日、11月2日・9日(火)午後7時～8時30分(全3回) 内 箏の楽器の成り立ちや基本的な奏法を学ぶ 講 菊聖原裕紀さん(箕面市三曲協会) 定 4人 持 筆記用具、箏爪(あれば) ￥1000円 締切：9月28日(火)

身近なホールのクラシック中欧音楽夜話 音楽を読む Vol.1 ハイドンの鍵盤楽器ソナタ

時 10月15日、11月12日、12月17日(金)午後7時～8時30分(全3回) 内 中欧・東欧の専

門家が独自の視点でクラシック音楽を読み解く 講 伊東信宏さん(大阪大学教授) 定 50人 持 筆記用具 ￥1000円 締切：9月24日(金)

バレエ・ストレッチでしなやかな体と心をつくりましょう！

時 11月18日・25日、12月2日・16日・23日(木)午後7時～8時30分(全5回) 内 日常生活を健康に過ごすためのバレエとストレッチ講座 講 新屋滋之さん(振付家) 定 15人 持 動きやすい服装、タオル、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル ￥1000円 締切：10月19日(火)

グリーンホール

自分をつくる学校

対 中学生以上のかた 時 10月27日、11月10日・24日、12月8日・22日(水)午後7時～8時30分(全5回) 内 演技を通して心と身体に向き合う 講 倉田操さん(俳優) 定 10人 持 動きやすい服装、タオル、飲み物 ￥1000円 締切：9月30日(木)

お正月に飾ろう 手作り稲わらリース

対 小学生以上のかた(小学生は保護者同伴) 時 12月25日(土)午後2時～4時 内 稲わらで正月飾りを作る 講 馬場敏さん、尾崎孝さん 定 4組 持 動きやすく、汚れてもいい服装 ￥1000円(別途材料費500円) 保 2人 締切：11月25日(木)

東生涯学習センター

くらしの文字教室～筆ペンで手習い～

時 10月13日・27日、11月10日・24日(水)午後2時～3時30分(全4回) 内 筆ペンで美しい文字を書く 講 沖田雪苑さん(全日本書道連盟正会員) 定 15人 持 筆ペン(毛筆タイプ)、定規(15cm程度)、書道用下敷き、筆記用具(第3回で便箋・はがき、第4回で祝儀袋) ￥1000円 締切：9月22日(木)

お正月に飾ろう 手作り稲わらリース

対 小学生以上のかた(小学生は保護者同伴) 時 12月26日

(日)午後2時～4時 内 稲わらで正月飾りを作る 講 馬場敏さん、尾崎孝さん 定 4組 持 動きやすく、汚れてもいい服装 ￥1000円(別途材料費500円) 保 2人 締切：11月25日(木)

このほか船場生涯学習センターでも実施します。詳細が決まり次第、船場生涯学習センターホームページなどお知らせします。

申込方法

定 申込多数の場合抽選 申 郵送：はがきに希望講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入し、メイプル文化財団(〒562-0000 1箕面5-11-23)へ。各締切日必着 窓口：中央・東・西南生涯学習センター(いずれも休日を除く月曜日休館)、グリーンホール(第3水曜日休館)、箕面文化・交流センターで午前9時～午後5時 ファクス：希望講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・ファクス番号を記入し、同財団へ(送信後、同財団へお電話ください)。同財団ホームページからも申込可(ファクス、ホームページからの申込は各締切日の午後5時まで受付)

●一時保育申込方法

対 1歳6カ月～就学前(講座初日現在。申込多数の場合抽選) ￥無料 申 講座申込時に、子どもの氏名、年齢、生年月日を記入

※手話通訳・要約筆記希望のかたは申込時にお伝えください

※受講決定通知は、各講座の募集締切後に郵送します

問 同財団 ☎ 721・2123

fax 721・0495



記号の説明 対…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員
持…持ち物 ￥…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先

大学連携

マンスリー多文化サロン
ポルトガル編

時 8月19日(木)午後7時～8時
所 オンライン参加、または、
みのお市民活動センター 内
ポルトガルの食文化について
講 カリナ・サルダーニャさん
(大阪大学助教)・坂東照啓さん
(同大学准教授) 定 オンライン
イン参加50人、みのお市民活
動センター10人(いずれも申
込順) ￥無料 申 8月5日
(木)午前9時～16日(月)に同大学
外国語学部へ電話または同大
学同学部ホームページの申込
フォームから(みのお市民活
動センターでの参加は電話申
込のみ)。詳しくは同大学同学
部のホームページをご覧ください
※新型コロナウイルス
感染症の拡大状況によつては、
オンライン開催のみとなる場
合があります
問 同大学同学部 ☎730・5
013、みのお市民活動セン
ター ☎720・3386 FAX 7
20・3387



市民活動・
コミュニティ

連続講座「NPOのため
の動画企画講座」

市内で活動するNPO、ボ
ランティアグループなどの非
営利公益市民活動団体(3回
とも参加できるかた) 時 8
月17日・31日、9月14日(火)
午後7時～9時 所 みのお市民
活動センター 内 団体が行う
公益活動や社会課題の紹介・
啓発動画の作成ポイントを受
ぶ(動画編集ソフトの使い方
などを学ぶ講座ではありません
※) 講 尾関栄二さん(社会
貢献情報紙編集長) 定 10団
体(申込順。各団体2人まで)
¥1団体1500円 ※新型
コロナウイルス感染症の拡大
状況によつては、オンライン
開催に変更する場合があります
申 8月1日(日)から同センタ
ー ☎720・3386 FAX 72
0・3387
NPOフェスタ2021
出展団体募集
市内で活動するNPO、ボ
ランティアグループなど非営
利公益市民活動団体 時 10月

31日(日)午前11時～午後3時
所 かやのさんべい橋及び周辺
内 ①ブース出展：団体の活動
紹介、啓発のための展示・販
売、体験コーナーなど②動画
出展：団体の活動紹介や啓発
などをまとめた1分以内の動
画(①②両方の出展可) ￥無
料(電源使用・備品追加の場
合は別途負担あり)
詳しくは、8月上旬にみの
お市民活動センターに設置予
定の募集案内または同センタ
ーホームページをご覧ください
※新型コロナウイルス
感染症の拡大状況によつては、
日程や会場、出展形態などを
変更する場合があります。そ
の際には同センターホームペ
ージでお知らせします
申 8月23日(月)までに同セン
ター ☎720・3386 FAX 7
20・3387

地域支え合いプロジ
ェクト助成金申請募集

赤い羽根共同募金を財源と
して、地域の課題解決や、支
え合い意識の向上をめざす活
動を応援します。

自治会、シニアクラブ、ボ
ランティア団体などの非営利
団体 内 集いの場づくり、ご
み出しや買い物などの生活支

子ども

児童扶養手当・特別児童扶
養手当を受給中のかたへ

援ほか 助成額：上限20万円
申請：各公共施設に設置の申
請書(社協ホームページから
ダウンロード可)に必要な事
項を記入し、8月1日(日)～9月
30日(木)に社協地域福祉推進課
(〒562-0003 船場西
1-11-35)へ郵送または持
参
問 同課 ☎749・1575 FAX
727・3590

対象者に案内を郵送します
ので、児童扶養手当を受けて
いるかたは現況届を、特別児
童扶養手当を受けているかた
は所得状況届を子ども総合窓
口に提出してください(所得
状況届は郵送可)。
受付期間：児童扶養手当・8
月2日(月)～8月31日(火)、特別
児童扶養手当・8月12日(木)～
9月11日(土)
子ども総合窓口 ☎724・
6791 FAX 721・9907

夜間・休日の診療は豊能
広域こども急病センターへ

夜間・休日に小児(中学生
以下)の急病患者の診療を行
っています。

●受付時間▽月～金曜日：午
後7時～翌朝午前6時30分▽
土曜日：午後2時30分～翌朝
午前6時30分▽日曜日・祝日
：午前8時30分～翌朝午前6
時30分
診察開始は、月～金曜日午
後7時、土曜日午後3時、日
曜日・祝日午前9時からです
けが、やけど、異物の飲み込
みなどは、市立病院へ相談し
てください。

なお、受診には必ず健康保
険証などを持参してください。
●センターの診察待ち状況が
確認できます
ホームページまたはQRコ
ードからアクセスしてくださ
い。



QRコード

問 同センター ☎729・19
81 FAX 728・4194

8月の母子保健事業

(母子健康手帳を持参してください)

事業名	対象など	日時など
☆4カ月児健康診査	令和3(2021)年4月生まれ 船場生涯学習センター5階	18日・25日(水) 受付13:00~14:15
1歳6カ月児健康診査	令和2(2020)年1月生まれ 総合保健福祉センター2階	3日(火)・20日(金) 受付13:00~14:30
3歳6カ月児健康診査	平成30(2018)年1月生まれ 総合保健福祉センター2階	17日・24日(火) 受付13:00~14:30
☆BCG予防接種	令和3(2021)年1月・2月生まれ(予診票に記入し、持参してください) 船場生涯学習センター5階	19日・26日(木) 受付13:20~14:45
わらびパーク (2カ月児育児相談会)	生後2カ月の赤ちゃん(第1子)と母親 総合保健福祉センター2階 10組(予約制) バスタオル1枚	16日(月)10:00~11:30 受付9:30から
妊婦歯科健診	妊婦 総合保健福祉センター2階 30人(予約制)	19日(木)13:30~15:00
こんにちは 赤ちゃん訪問	生後2カ月頃の赤ちゃん(助産師などの訪問を受けたかたを除く)	訪問日は事前に郵便で通知します(転入などで届かない場合はご連絡ください)
乳幼児でんわ相談	乳幼児の保護者	随時受付 (月~金曜日8:45~17:15) ※祝日を除く
新生児・産婦訪問	生後3カ月頃までの赤ちゃん	電話、出生連絡票(母子健康手帳に添付)で随時受付

☆印の事業は、船場生涯学習センターで実施しています(以前の実施会場(総合保健福祉センター)が新型コロナワクチンの接種会場となっているため)。また、総合保健福祉センターで実施する乳幼児健診は、受付場所を変更しています。詳しくはお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください 費用…無料
問い合わせ・相談…子どもすこやか室(市役所別館2階) ☎724・6768 ☎721・9907、妊婦歯科健診は地域保健室 ☎727・9507 ☎727・3539

8月の乳幼児食育推進事業

(母子健康手帳を持参してください)

事業名	対象など	日時	場所
離乳食教室	5~9カ月児の保護者 20人(予約制) 乳児同伴の場合、バスタオル1枚	27日(金) 13:30~14:30 受付13:00から	中央生涯学習センター3階
ぱくぱく離乳食教室	9カ月~1歳6カ月児の保護者 20人(予約制)	13日(金) 10:30~11:30 受付10:00から	総合保健福祉センター分館2階

費用…無料 申し込み・問い合わせ…各開催日の前日までに箕面産と食の推進室 ☎724・6159 ☎722・2466

8月の出張子育てひろばのお知らせ

未就園児と保護者 無料 おひさまルームかやの ☎・☎723・5433

	日時	場所	定員 (申込順)	内容など
おひさまひろば	2日(月)	新稲会館	各10人	親子でおもちゃで遊ぶ。子育てに関するサービスの案内や育児相談ほか ☎開催日の3日前~前日に電話で
	3日(火)	箕面森町自治会館(②は0歳児限定)	各24人	
	4日(水)	コミュニティセンター彩都の丘会館	各12人	
	5日(木)	多文化交流センター	各20人	
	6日(金)	東生涯学習センター	各16人	
	17日(火)	小野原多世代地域交流センター	各16人	
	18日(水)	ヒューマンズプラザ	①20人 ②10人	
	19日(木)	Cube3110彩都インフォミュージアム (茨木市彩都あさぎ7-1)	各16人	
	20日(金)	箕面森町自治会館(②は0歳児限定)	各24人	
	23日(月)	第四中学校開放教室	各10人	
	24日(火)	コミュニティセンター彩都の丘会館	各12人	
	25日(水)	箕面森町自治会館(②は0歳児限定)	各24人	
おひさまひろば	26日(木)	西南図書館	各24人	子育てに関するサービスの案内や育児相談ほか
	6日(金)	小野原多世代地域交流センター	なし	
	20日(金)	豊川支所		

対0歳~未就学児の親子 時

ぱんぱんファミリーひろば

などの車両にも「動くこども110番」のステッカーを貼り、パトロールを兼ねて地域を走っていますので、助けを求めることができます。
問 青少年指導センター ☎721・1900 FAX 724・4036

8月15日(日)午前10時30分~午後2時30分 所 みのお市民生活センター 内 おはなし会(紙皿シアター、絵本、紙芝居、つくってあそぼう(魚釣り) ¥1家族300円
※新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、入場制限を行う場合があります
問 同センター ☎720・3386 FAX 720・3387

8月は「こども110番月間」です

●個人宅や店舗のかたへ

子どもが危険を感じたときに逃げ込める場所として、個人宅や店舗に「こども110番」プレートやステッカーの設置をお願いします。6月末現在、2100件以上の

ご協力をいただいています。「こども110番」はプレートとステッカーの2種類から選べます(いずれもA4サイズ)。設置いただけるかたは、お問い合わせください。
●家庭では お子さんと一緒に、通学路にある「こども110番」の家や店舗を確認し、危険を感じたら逃げ込み助けを求めるよう説明してください。



また、市の公用車や郵便局

記号の説明 対…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員
持…持ち物 ￥…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先

8月のおひさまルームの催し

●おひさまルームかやの(らいとびあ21 2階)・おひさまルームみのお(箕面文化・交流センター 3階) ④⑤おひさまルームかやの ☎④723・5433

プレママ&赤ちゃんひろば (7カ月児までの オープンスペース)	④初妊婦、7カ月児までの親子 ④4日(水)・17日(火)10:00～12:00の間で1時間 ④おひさまルーム①かやの②みのお ④参加者同士の情報 交換。親子でおもちゃで遊ぶ ④①12人②24人(当日先着順)	2歳児限定 オープンスペース	④2歳児 ④6日(金)10:00～12:00の間で1時間 ④おひさまルーム①かやの②みのお ④親子でおもちゃで遊ぶ ④①12人②24人(当日先着順)
赤ちゃんひろば (8カ月～11カ月児 オープンスペース)	④8カ月～11カ月児 ④18日(水)・24日(火)10:00～12:00の間で1時間 ④おひさまルーム①かやの②みのお ④親子でおもちゃで遊ぶ ④①12人②24人(当日先着順)	臨時オープンスペース	④0歳～未就学児 ④10日(火)・11日(水)10:00～12:00の間で1時間 ④おひさまルーム①かやの②みのお ④親子でおもちゃで遊ぶ ④①12人②24人(当日先着順)
1歳～1歳6カ月児限定 オープンスペース	④1歳～1歳6カ月児 ④25日(水)10:00～12:00の間で1時間 ④おひさまルーム①かやの②みのお ④親子でおもちゃで遊ぶ ④①12人②24人(当日先着順)	あそびのひろば	④平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの子どもと保護者 ④9月7日～10月12日の毎週火曜日(全6回) ④らいとびあ21 ④親子で楽しめる遊びの紹介や参加者同士のおしゃべり、 情報交換など ④10組(申込多数の場合抽選。8月24日(火)締切)
1歳7カ月～ 1歳11カ月児限定 オープンスペース	④1歳7カ月～1歳11カ月児 ④3日(火)10:00～12:00の間で1時間 ④おひさまルーム①かやの②みのお ④親子でおもちゃで遊ぶ ④①12人②24人(当日先着順)		

●おひさまルームひじり(稲ふれあいセンター内) ④⑤おひさまルームひじり ☎734・8858 ☎734・8818

0歳児限定 オープンスペース	④0歳児 ④5日(木)13:00～16:00、31日(火)10:00～ 12:00の間で1時間 ④おひさまルームひじり ④親子でおもちゃで遊ぶ ④14人(当日先着順)	ベビーマッサージ	④3カ月～6カ月児 ④24日(火)10:30～11:30 ④おひさまルームひじり ④親子でリラックスタイムを楽しむ(オイル不使用) ④6組(16日(月)から申込順)
1歳児限定 オープンスペース	④1歳児 ④12日(木)13:00～16:00の間で1時間 ④おひさまルームひじり ④親子でおもちゃで遊ぶ ④14人(当日先着順)	親子ふれあい遊び	④①1歳児と保護者②2歳～未就園児と保護者 ※1歳10カ月児・11カ月児は①②どちらでも参加可 ④19日(木)①13:30～14:15②14:45～15:30 ④おひさまルームひじり ④体操の先生と一緒に親子で体を動かす ④各6組(10日(火)から申込順)
臨時オープンスペース	④0歳～未就園児 ④3日・10日(火)・5日・12日・26日(木) 10:00～12:00の間で1時間 ④おひさまルームひじり ④親子でおもちゃで遊ぶ ④14人(当日先着順)		

いずれも ④無料 ※申込受付は午前9時から

8月の保育園ミニイベント・園庭開放

※大阪モデル「レッドステージ」の期間は行いません
※各保育園では、育児相談を実施しています。気軽にご相談ください

園名	ミニイベント	園庭開放	園名	ミニイベント	園庭開放
桜ヶ丘保育所 ☎723・8118	④10日(火)10:30～11:00 ④水遊びをしよう(要予約)	毎週月～土曜日 9:30～12:00、 15:00～17:00	森町友星保育園 ☎738・0303		毎週火・木曜日 9:30～12:00
萱野保育所 ☎723・5400	④25日(水)10:00～10:30 ④紙コップで風鈴を作ろう(要予約)		箕面保育園 ☎723・5252	④25日(水)10:30～11:00 ④魚を作って、魚つりをしよう(要予約)	毎週月～金曜日 10:00～11:30、 15:00～17:00
稲保保育所 ☎728・5000	④3日(火)10:15～11:00 ④遊具で遊 ぼう(室内)(要予約) ④3組		紅葉夢保育園 ☎726・9614	④④27日(金)①10:00～10:30・誕生 会②10:45～11:30・感触遊び(②は0 ～2歳児対象。定員3人) ④3日(火)13:00から電話で	毎週火・金曜日 10:00～11:30
東保育所 ☎728・4858	④25日(水)10:15～10:45 ④うちわを作ろう(要予約)		アートチャイルドケア箕面 ☎720・0234		3日(火) 10:00～10:45
常照寺隣保館保育園 ☎723・1075		毎週月・水曜日 10:00～12:00	認定こども園 ひじりひがし幼稚園 ☎729・1566	④④2歳児・20日(金)、1歳児・27日(金) いずれも10:00～11:00 ④幼稚園で遊ば う ④4日(水)から10:00～14:00に電話で	毎週水曜日 13:00～14:30(雨天中止)
小野原学園 ☎729・2668		5日・26日(木)・23日(月) 11:00～12:30 (雨天中止)(要予約)	アスク彩都西保育園 ☎749・0850		19日(木) 10:00～11:00(雨天中止)
もみじ保育園 ☎729・7371		毎週木曜日 9:30～11:30	彩都みのり保育園 ☎749・1500		毎週水曜日 10:00～11:00
みずす学園桜ヶ丘保育園 ☎720・7575	④19日(木)10:00～10:30 ④誕生会		法泉寺保育園 ☎729・3319		毎週水・金曜日 10:00～11:00(雨天中止)
瀬川保育園 ☎723・2302	④18日(水)10:00～10:45 ④誕生会		あい保育園 牧落 ☎736・9650		毎週金曜日 10:00～11:30(雨天中止)
桜保育園 ☎724・9614	④④24日(火)10:00～11:00・さくらっ こひろば「いろんな感触を楽しもう!～ 水・寒天・片栗粉～」(要予約。定員5組)、 27日(金)10:00～10:30・誕生会	毎週月・水・金曜日 10:00～12:00	こども園アサンブション 国際幼稚園 ☎722・3933		27日(金) 10:00～11:00 (雨天中止)
みずす学園森町こども園 ☎743・9001	④25日(水)10:00～11:00 ④誕生会	4日・18日(水) 10:00～11:00(雨天中止)	れもんのご彩都保育園 ☎786・9044	④0～2歳児 ④毎週火・木曜日9:30 ～10:00 ④英語で遊ぼう、育児相談 ④各3組(申込順)	毎週火・木曜日 10:00～10:30 (雨天中止)
つばさ学園 ☎729・0283		17日～27日の火・金曜日 10:15～11:45(要予約)			

スポーツ

スポーツのつどい中止のお知らせ

次のつどいは、各種大会開催などのため中止します。

●スカイアリーナ▽バドミントン・8月10日(火)・11日(水)▽卓球・8月10日(火)▽バレーボール・8月11日(水)・13日(金)▽ソフテアロビクス・8月14日(土)・28日(土) ●第二総合運動場▽バドミントン・8月23日(月)▽同アリーナ▽724・3440 FAX 724・3360、同運動場▽729・4558 FAX 728・3772

各種スポーツ体験会・教室

●ムーンヨガ体験会

●小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 時 8月21日(土)午後7時～8時(雨天中止)

所 スカイアリーナ 内屋外でヨガを行い、心身をリフレッシュ

定 45人(申込順) 持 レジャーシートまたはヨガマット(あれば) ￥1220円

(小学生810円) ●HAPPYコアヨガサイズ体験会

18歳以上の女性 時 8月24

日(火)正午～午後1時 所 第二総合運動場 内 ヨガの呼吸法を体験し、音楽に合わせて体を動かす 定 10人(申込順)

持 ヨガマットまたはバスタオル ￥660円

●はじめよう！女性限定筋トレ教室体験会

40歳以上の女性 時 8月28日(土)午前9時～9時50分 所 第二総合運動場 内 筋力をつけ、肩こりや腰痛を予防・改善する 定 10人(申込順) 持 室内シューズ ￥1100円

●初心者のテニス教室

18歳以上の勤労者 2 18歳以上の女性 3 18歳以上のかた 時 9月4日～11月13日の土曜日午後7時～8時45分 2 9月2日～11月18日の木曜日午前9時30分～11時30分 3 9月1日～11月10日の水曜日午前9時～11時 所 1 第二テニスコート 2 サントリーテニスコート 3 第一テニスコート 定 各30人(申込順) 持 テニスシューズ、ラケット ￥各5300円

●初心者の卓球教室

16歳以上の初心者 時 9月3日～10月22日の金曜日午後0時15分～2時15分 所 第二総合運動場 定 16人(申込順) 持 室内シューズ、ラケット ￥4240円

●ジュニアバスケットボール教室

小・中学生 時 9月4日～25日の土曜日午前9時30分～11時30分(全4回) 所 第二総合運動場 定 30人(申込順) 持 室内シューズ ￥1040円

●夜景を楽しむヨガ体験会

小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 時 9月11日(土)午後7時～8時(雨天中止)

所 スカイアリーナ 内屋外でヨガを行い、心身をリフレッシュ

定 45人(申込順) 持 レジャーシートまたはヨガマット(あれば) ￥1220円

(小学生810円) いずれも持 動きやすい服装、タオル、飲み物 申 8月1日(日)から各開催場所の窓口または電話で

問 同アリーナ 724・3440 FAX 724・3360、同運動場・第二テニスコート・サントリーテニスコート 729・4558 FAX 728・3772、第一テニスコート(武道館) 721・7979 FAX 724・4030

総合型地域スポーツクラブ 箕面東コミスポ

内容	対象	8月・日時	場所
卓球	小学生以上	12日(木)19:00～19:50 22日(日)13:00～13:50 22日(日)14:00～14:50 26日(木)18:30～19:20	東小学校 豊川南小コミセン 彩都の丘コミセン
カントリーラインダンス カントリーラインダンス(初心者)	大人	12日(木)15:30～16:30 26日(木)15:30～16:30 10日(火)9:00～10:30 29日(日)16:00～17:30 21日(土)15:45～16:45 22日(日)15:30～16:30	東小コミセン 栗生南公園西側集合 東小学校北門集合 小野原自治会館 豊川南小コミセン
アイスリットトレーニング 整体操			

受付…15分前から 費用…大人500円、18歳以下300円(会員は無料)
※いずれも要申込(定員あり)。他にバドミントン、スポンジテニス、ドッチビー、ヨーガなど。詳しくはお問い合わせください

総合型地域スポーツクラブ 箕面SC

内容	8月・日時など	費用(1回)
初心者向けピラティス	大人 ①7日(土)10:45～11:45 ②10日(火)・13日・27日(金)13:30～14:30 ③④豊野東小学校②みのお市民活動センター	1,000円 (初回体験600円)
コンディショニング	大人 ②29日(日)11:00～12:00 ③彩都の丘コミセン	300円 (初回体験100円)
ゴスペル	大人 ②19日(木)10:15～12:00 ③彩都の丘コミセン	300円 (初回体験100円)
ひめトリ(骨盤底筋トレーニング)	大人 ①7日・21日(土)9:50～10:35 ②10日(火)・13日・27日(金)14:40～15:25 ③19日(木)9:15～10:00、29日(日)9:00～9:45 ④31日(火)13:15～14:00 ①④豊野東小学校②みのお市民活動センター ③彩都の丘コミセン④グリーンホール	700円 (初回体験300円)

内容	対象	8月・日時	場所
陸上	年長～小学6年生	21日(土)9:30～10:30 4日(水)18:30～19:20 8日(祝)11:00～11:50 19日(木)19:00～19:50	豊川南小学校 彩都の丘学園 東小学校
ポッチャ	年長～大人	22日(日)11:00～11:50 27日(金)19:00～19:50	豊川南小学校 豊川北小学校
スポーツチャンバラ		8日(祝)10:00～10:50 22日(日)10:00～10:50	東小学校 豊川南小学校
スナッグゴルフ		7日(土)10:00～11:00 8日(祝)13:30～14:30	東小学校
卓球	小学生以上	1日(日)10:00～10:50 1日(日)11:00～11:50 6日(金)19:00～19:50	萱野東小コミセン 1日(日)11:00～11:50 豊川北小学校

内容	8月・日時など	費用(1回)
バドミントン	小学4年生以上 ②毎週火・土曜日19:00～20:50 ③第五中学校 中学生以上 ②5日・12日・19日(木)18:30～20:50 ③スカイアリーナ	大人400円、中学生以下300円(初回体験無料) 大人500円、中学生以下400円(初回体験無料)
フットサル	中学生以上 ②毎週月曜日19:00～20:50 ③第五中学校	大人300円、中学生200円(初回体験無料)
体幹ストレッチ	小学生以上 ①7日・21日(土)9:15～9:45 ②10日(火)・13日・27日(金)15:35～16:05 ③31日(火)14:15～14:45 ④①萱野東小学校②みのお市民活動センター③グリーンホール	大人500円 (初回体験200円) 中学生以下300円 (初回体験100円)
ズンバ	大人 ①21日(土)10:40～11:40 ②29日(日)9:50～10:50 ③31日(火)15:00～16:00 ④①萱野東小学校②彩都の丘コミセン③グリーンホール	1,000円 (初回体験600円)

年会費…大人4,000円、中学生以下3,000円(保険料込) ※小学生は保護者同伴。他にチャリディング(年長～小学6年生)。詳しくはお問い合わせください

スポーツ教室

市内在住、在職、在学のかた 8月1日(日)から各開催場所へ(9:00～21:00。申込順。電話での申込不可)

スカイアリーナ ☎724・3440 FAX724・3360、武道館 ☎721・7979 FAX724・4030、

第二総合運動場 ☎729・4558 FAX728・3772

※各教室とも体験可(有料)

頑張らないで整えるからだスッキリ教室	18歳以上 9月6日～27日の月曜日9:30～10:30 武道館 ¥2,550円	フットサル	①年長～小学2年生②小学3年～6年生 9月3日～24日の金曜日①16:45～18:00②18:15～19:30 第二総合運動場 ¥各4,760円
ZUMBA	中学生以上の女性 9月4日～25日の土曜日19:00～20:00 スカイアリーナ ¥3,040円	エヴェッサバスケットボール	①小学1年～3年生②小学4年～6年生③中学生以上 9月3日～24日の金曜日 ①16:30～17:50②19:30～20:50 ③9月8日～29日の水曜日 ①16:30～17:50②18:00～19:20③19:30～20:50 ④スカイアリーナ⑤⑥⑦第二総合運動場 ¥各7,280円
美BODYエクササイズ	16歳以上の女性 9月2日～30日の木曜日19:15～20:15 武道館 ¥3,480円	卓球スクール	①ABCDEF②一般③小学生 9月7日～28日の火曜日 ①9:30～11:30②11:40～13:40③14:30～16:30 ④17:00～18:30⑤18:50～20:50 ⑥⑦9月9日～30日の木曜日 ①13:00～14:45②15:00～16:45③17:00～18:45 ④19:00～20:45 ⑤⑥⑦スカイアリーナ⑧⑨⑩第二総合運動場 ¥ABCDEF各5,920円④4,400円⑧⑨⑩各4,230円
ストレス解消ダイエットボクシングエアロ	16歳以上 9月1日～22日の水曜日12:45～13:30 武道館 ¥3,400円	バドミントンスクール	①ABC②一般③小学生④初・中級⑤上級 9月6日～27日の月曜日 ①13:00～14:45②15:00～16:45③17:00～18:45 ④19:00～20:45 ⑤⑥9月2日～30日の木曜日 ①8:45～10:00②10:15～11:45 ③④⑤スカイアリーナ⑥⑦第二総合運動場 ¥ABCDEF各3,930円⑧5,520円⑨8,560円
～ロコモ予防～体バランス改善教室	30歳以上 9月2日～30日の木曜日13:30～14:30 武道館 ¥4,350円	スポンジテニス	①年中・年長②小学生 9月3日～24日の金曜日①15:30～16:30②16:45～17:45 スカイアリーナ ¥各4,880円 ※ラケットの無料レンタルあり
～音楽を身体で感じよう～サルセッション	16歳以上 9月6日～27日の月曜日12:45～13:45 スカイアリーナ ¥2,730円	インドアテニス	①18歳以上の初心者②18歳以上の初級者 ③小学生(スポンジボール) ④⑤小学4年～中学生(ミディボール) ⑥⑦中学生以上の初心者 9月6日～27日の月曜日 ①12:30～14:00②14:10～15:40③16:00～17:00 ④17:10～18:10⑤19:00～20:30 ⑥⑦9月1日～29日の水曜日 ①18:10～19:10②19:20～20:50 スカイアリーナ ¥ABCDEF各4,350円⑧⑨各3,660円⑩6,100円⑪7,250円 ※ラケットの無料レンタルあり。ABCDEFは硬式テニス
～1週間の疲れを流す～寝ころびヨガ	16歳以上 9月3日～24日の金曜日①18:30～19:30②19:45～20:45 スカイアリーナ ¥各3,320円(別途レンタルボール100円)		
陰ヨガ	16歳以上の女性 9月7日～28日の火曜日12:15～13:15 スカイアリーナ ¥3,840円		
デトックスヨガ	16歳以上の女性 9月7日～28日の火曜日18:30～19:30 武道館 ¥3,480円		
健康エアロ&リラクセスヨガ	60歳以上の女性 9月6日～27日の月曜日①14:00～15:00②15:15～16:15 スカイアリーナ ¥各1,650円		
はじめてのバレエ	①年中～小学1年生②小学2年～6年生 9月6日～27日の月曜日①15:45～16:45②16:45～17:45 武道館 ¥各4,860円		
キラキラダンススクール	小学生 9月3日～24日の金曜日17:30～18:30 第二総合運動場 ¥4,860円		
ベリーダンス	16歳以上の女性 9月6日～27日の月曜日19:00～20:00 スカイアリーナ ¥5,010円		
チアリーディング	①年中～小学1年生②小学2年～6年生 9月6日～27日の月曜日①15:45～16:45②16:45～17:45 第二総合運動場 ¥各4,480円		

内 からの開催日の3日前までに
ル、飲み物など 8月1日
手が自由になるカバン、タオル
る服装・靴、リュックなど
連盟公認指導員 持 運動でき
全日本ノルディックウォーク
持つて行うウォーキング 講
への負担が少ない、ボールを
内 からの開催日の3日前までに

日 時	コ ー ス	参加費
① 8月12日(木) 17:45～20:30	阪急箕面駅～箕面大滝(約6km)	980円
② 9月9日(木) 9:45～12:15		
③ 9月23日(祝) 10:00～14:00	万博記念公園 ノルディックウォーキングコース(約5km)	1,140円 (別途入園料)

定員…各20人(申込順) ※参加費はレンタルボール・保険料込

対 身長140cm以上のかた
(小学生以下は保護者同伴)
時 所定 ¥ 次の表のとおり

8・9月のノルディック
ウォーキング



市内在住、在学の小学4年
6年生によるチーム(チ
ム編成が困難な場合は、小学
3年生も参加可。男子の部で
チーム編成が困難な場合は小
学5・6年生の女子3人まで
出場可) 時 9月18日(土)・19
日(日)午前8時30分開始予定
(予備日9月20日(祝) 所 市民
野球場 試合種目: 男子の部
女子の部 ¥1チーム200
0円(抽選会当日に徴収) 抽
選会: 8月28日(土)午前10時・
武道館(チームの監督または
コーチが出席) 申 申込書を
8月14日(土)までに保健スポ
ツ室、スカイアリーナ、武道
館、第二総合運動場へ
問 同室 ☎724・6998 FAX
724・6010

第61回ジュニアソフト
ボール大会

スカイアリーナに設置の申込
書に記入し持参
問 同アリーナ ☎724・34
40 FAX724・3360

災害時の情報は、タッキー816 (FM81.6MHz) で!

記号の説明 函…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員
持…持ち物 ￥…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先

パラリンピック聖火リレートーチを展示します



Photo by Tokyo 2020

市では、8月24日(火)から開催される東京2020パラリンピック競技大会の聖火リレートーチを展示します。聖火リレーで実際に使用されるトーチを間近で見ることができる貴重な機会ですので、ぜひご覧ください。

時①8月20日(金)午前10時～午後5時②8月21日(土)午前10時～午後3時

所①市役所本館1階ロビー②文化芸能劇場2階エントランスロビー

￥無料 ※申込不要

◀パラリンピック聖火リレートーチ

問保健スポーツ室 ☎724・6998 FAX 724・6010

第65回秋季市民体育大会

対象…市内在住、在職、在学のかた 受付場所…スカイアリーナ、武道館、第二総合運動場(バドミントンはスカイアリーナ、軟式野球は武道館、ソフトボールは第二総合運動場、ダーツは同館・同運動場のみ) ※詳細は各施設に設置の開催要項をご覧ください

種目	内容	申込締切	種目	内容	申込締切
バレーボール	【6人制男子1部、6人制女子1部】 函10月3日(日) 所第二総合運動場 ￥1チーム4,000円	9月11日(土) 20:30	☆ソフトボール	【一般男子、一般女子】 函10月10日・17日・24日(日)、予備日10月31日(日) 所第二総合運動場、箕面東高校 ￥1チーム8,000円	9月26日(日) 16:00
	【16人制男子2部②6人制女子2部】 函10月10日(日) 所①第三中学校②第二中学校 ￥1チーム1,500円		テニス	【一般男子A、一般男子B…ダブルス】 函10月3日(日)、予備日10月31日(日) 所第二総合運動場 ￥1組2,000円、高校生以下1組1,000円	9月19日(日) 17:00
	【9人制家庭婦人】 函10月9日・30日(土) 所スカイアリーナ、第二総合運動場 ￥1チーム4,000円			【一般女子A、一般女子B…ダブルス】 函10月24日(日)、予備日10月31日(日) 所第二総合運動場 ￥1組2,000円、高校生以下1組1,000円	10月10日(日) 17:00
	【6人制生涯スポーツ】 函10月31日(日) 所第二総合運動場 ￥1人300円	10月30日(土) 20:30(当日申込可)		【シニア男子、シニア女子(団体戦)…ダブルス】 函11月21日(日)、予備日令和4年1月9日(日) 所第二総合運動場 ￥1組2,000円	11月7日(日) 17:00
	【6人制小学生】 函11月21日(日) 所スカイアリーナ ￥1チーム1000円	11月14日(日) 20:30		【シニア男子、シニア女子…ダブルス】 函9月12日(日)、予備日9月26日(日) 所第二総合運動場 ￥1組2,000円	8月29日(日) 17:00
	【9人制シニア(50歳以上女子)】 函11月21日(日) 所スカイアリーナ ￥1人300円	10月29日(金) 20:30		【100歳ミックス、120歳ミックス…ダブルス】 函9月19日(日)、予備日9月26日(日) 所第二総合運動場 ￥1組2,000円	9月5日(日) 17:00
卓球	【ソフトバレーボール(一般女子、一般混合)】 函10月24日(日) 所第二総合運動場 ￥1チーム2,000円	10月8日(金) 20:30	ソフトテニス	【ジュニア男子、ジュニア女子…シングルス】 函10月23日(土)、予備日10月30日(土) 所第二総合運動場 ￥1人300円	10月9日(土) 17:00
	【一般(団体戦)…中学生以上(卓球協会が申込者を組み合わせて12人程度のチームを編成)】 函10月30日(土) 所スカイアリーナ ￥高校生以上1人500円、中学生1人100円	10月10日(日) 17:00		【一般男子A、一般男子B、一般女子A、一般女子B…ダブルス】 函10月17日(日)、予備日11月14日(日) 所第二総合運動場 ￥1組1,000円	10月6日(水) 17:00
バドミントン	【ジュニア男子、ジュニア女子(中学1・2年生)】 函10月23日(土) 所第二総合運動場 ￥1人100円	10月1日(金) 17:00	サッカー	【ジュニア男子、ジュニア女子…ダブルス】 函9月18日(土)、予備日10月2日(土) 所第二総合運動場 ￥1組200円	9月8日(水) 17:00
	【ジュニア女子(中学1・2年生)】 函10月31日(日) 所スカイアリーナ ￥1人500円	8月29日(日) 18:00		【一般男子】 函11月14日～12月12日(毎週日曜日)、予備日12月19日(日) 所第二総合運動場 ￥1チーム7,000円	10月31日(日) 17:00
☆バスケットボール	【一般男子、一般女子、一般(ビギナーズ)…ダブルス】 函9月26日(日) 所スカイアリーナ ￥1組3,000円	10月1日(金) 17:00	剣道	【個人戦】 函9月12日(日) 所スカイアリーナ ￥1人650円	8月6日(金) 17:00
	【中学生】 函11月6日・13日、12月11日(土) 所スカイアリーナ ￥1チーム2,000円		グラウンドゴルフ	【一般】 函9月1日(水)、予備日9月8日(水) 所第二総合運動場 ￥1人300円	8月14日(土) 20:30
	【シニア】 函10月31日、11月7日(日) 所第二総合運動場 ￥1チーム3,000円		ペタンク	【一般】 函11月6日(土) 所第二総合運動場 ￥1人500円	10月30日(土) 17:00
☆軟式野球	【一般】 函11月14日～12月12日(毎週日曜日) 所スカイアリーナ、第二総合運動場 ￥1チーム4,000円	9月17日(金)・18日(土) 18:00～20:00に受付	ダーツ	【一般】 函10月17日(日) 所第二総合運動場 函24人(申込順) ￥1人500円	10月3日(日) 20:00

☆の種目に参加する際は、各協会への加盟金(3,000円～8,000円)などが追加費用として必要です 問保健スポーツ室 ☎724・6998 FAX 724・6010

記号の説明 対…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員
持…持ち物 費…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先



地域	駐車場所	駐車時間	日程
新 稲	紅葉丘住宅1棟横	13:30～14:30	5日・19日(木)
牧 落	サンロイヤル箕面コスモ前山ノ原公園	15:00～16:00	
止々呂美	止々呂美支所	13:30～14:30	11日・25日(水)
	森町南2丁目ゆりのき公園	15:00～16:00	
	照葉の里玄関前	13:30～14:30	6日・20日(金)
	森町中3丁目森の丘公園	15:00～16:00	
粟生外院	東分署(消防署)	15:00～16:00	12日・26日(木)
如 意 谷	如意谷住宅16棟西側チューリップ公園	13:30～14:30	13日・27日(金)
外 院	青松園2号公園	15:00～16:00	

問い合わせ、本の予約は中央図書館(☎722・4580 FAX 724・9697)へ

8月巡回日程
移動図書館みどり号



市職員

募集案内及びエントリーシートなど…市ホームページでダウンロード。市役所でも配布 申郵送のみ。ただし、消防職・行政職は必ず、郵送による申込(手続き①)とインターネットによる申込(手続き②)の両方を行ってください(両方の手続きを行わないと失格)。郵送申込(手続き①)…エントリーシートを人事室(〒562-0003西小路4-6-1)へ簡易書留郵便 インターネット申込(手続き②)…市ホームページ「職員採用情報」の申込専用ページに必要事項を入力 ※国籍は問いません。申込方法など詳しくは、募集案内をご覧ください 問同室☎724・6707 FAX 723・2096

職種・人数	受験区分・資格	申込期限、試験日など
消防職・6人程度 (常勤)	大学卒(第1次試験は大卒程度試験):平成8年4月2日以降生まれのかた 短大・高専卒(第1次試験は高卒程度試験):平成10年4月2日以降生まれのかた 高校卒(第1次試験は高卒程度試験):平成12年4月2日以降生まれのかた (いずれも令和4年3月末までに卒業見込みのかたを含む)	
行政職・5人程度 (常勤)	区分A-1(事務) (第1次試験は大学卒程度試験) 平成2年4月2日～平成15年4月1日生まれのかた	申込期限…8月27日(金) (消印有効)
行政職・若干名 (常勤)	区分A-1(土木) (第1次試験は大学卒程度試験) 平成2年4月2日～平成15年4月1日生まれで、学校教育法による学校の土木に関する専門課程を卒業したかた(令和4年3月末までに卒業見込みのかたを含む)	●第1次試験 (区分A-2、区分Bは免除) 内容:総合能力試験(SPI3) 日程:9月5日(日)～19日(日)、 高校生は9月16日(木)～ 9月19日(日)のいずれか 1日(試験会場の都合で 受験できない日あり)
行政職・若干名 (常勤)	区分A-1(建築) (第1次試験は大学卒程度試験) 平成2年4月2日～平成15年4月1日生まれで、学校教育法による学校の建築に関する専門課程を卒業したかた(令和4年3月末までに卒業見込みのかたを含む)	合格発表:9月28日(火)
行政職・若干名 (常勤)	区分A-2(保健師) 平成2年4月2日以降生まれで、保健師の免許を有するかた(令和4年3月末までに取得見込みを含む)	●第2次試験以降 日程:10月上旬以降
行政職・若干名 (常勤)	区分A-3(事務) (第1次試験は高卒程度試験) 短大・高専卒:平成5年4月2日以降、高校卒:平成7年4月2日以降生まれのかた(令和4年3月末までに卒業見込みのかたを含む)	※第1次試験は総合能力試験 (SPI3)により行います。い わゆる「公務員試験対策」は 必要ありません ※任期付職員採用試験との併 願が可能です(消防職を除く)
行政職・若干名 (常勤)	区分A-3(土木) (第1次試験は高卒程度試験) 短大・高専卒:平成5年4月2日以降、高校卒:平成7年4月2日以降生まれで、学校教育法による学校の土木に関する専門課程を卒業したかた(令和4年3月末までに卒業見込みのかたを含む)	第1次試験会場… (株)リクルートテストセンタ ー大阪中津会場(大阪市)
行政職・若干名 (常勤)	区分A-3(建築) (第1次試験は高卒程度試験) 短大・高専卒:平成5年4月2日以降、高校卒:平成7年4月2日以降生まれで、学校教育法による学校の建築に関する専門課程を卒業したかた(令和4年3月末までに卒業見込みのかたを含む)	採用予定…令和4年4月1日(金) ※障害のあるかたで、試験会場 までの移動やパソコンの操 作などが困難なかたはご相 談ください
行政職・若干名 (常勤)	区分B 昭和37年4月2日以降生まれで、次のいずれかの資格を有するかた(技術士、技術士補、 建築設備士、一・二級建築士、1・2級土木施工管理技士、1・2級建築施工管理技士、1・ 2級管工事施工管理技士、1・2級電気工事施工管理技士、1・2級造園施工管理技士) ※技術士補・二級建築士は実務経験が1年以上あるかた ※技術士補には、技術士補となる資格を有する者を含みません	
外国語指導助手 ・1人 (任期付職員)	昭和31年4月2日以降生まれで、次の全ての条件を満たすかた ①英語が母語または同等の英語力を有し、外国文化で育った外国人②4年制大学を修了 ③子どもたちへの英語指導の経験がある(教員経験を含む)④日本語での日常会話が円 滑にでき、日本語で書かれた授業指導案を理解できる	申込期限…8月24日(火)(必着) ※試験日は別途お知らせします 合格発表…9月上旬 採用予定…10月1日(金)
放課後児童支援員 ・6人 (任期付短時間勤務職員)	昭和31年4月2日以降生まれで、次のいずれかの条件を満たすかた ①大学で、社会学、芸術学、体育学、教育学、心理学、社会福祉学のいずれかを履修し卒 業②高卒以上で、児童福祉事業に2年以上従事した経験がある③保育士資格、社会福 祉士資格、教員免許(幼稚園・小・中・高等学校)のいずれかを有する④その他(詳しくは 募集案内をご覧ください)	申込期限…8月6日(金)(必着) ※試験日は別途お知らせします 合格発表…8月中旬 採用予定…9月1日(水)

市では、小学校(北小校区はメイプルホール、萱野北小校区は第二中学校)を災害時の避難所としています

問市民安全政策室☎724・6750 FAX 724・6376

令和3年度小・中学校講師登録

登録資格：小・中学校の教員免許を有するかた 市ホームページに掲載の申込書を教職員人事室（〒562-0000 西小路4-6-11）へ郵送または持参（大阪府豊能地区教職員人事協議会ホームページからも登録可）採用：必要が生じた場合に随時連絡 問 同室 ☎ 724・6997 FAX 724・6010

作品募集

高齢者作品展

60歳以上の市民 搬入受付：9月1日（水）午前10時～午後1時 開催期間：9月3日（金）～7日（火） 所 箕面文化・交流センター 内 同作品展の展示作品（1人3点以内。1年以内に創作した未発表の絵画、彫刻、写真、書、版画、手芸、工芸、造形物ほか） 規格など：▽絵画・50号以内の額縁またはパネル張り▽彫刻・等身大以下▽写真・六つ切り以上の半切以内で、台紙またはパネルに貼る▽書・90cm×180cm以内で表装し、厚紙（は

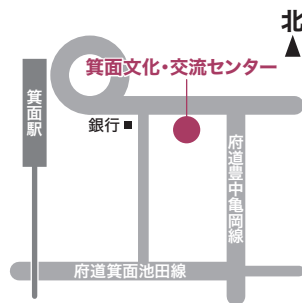


! その他

各種証明書のコンビニ交付を臨時休止します

8月22日（日）の終日、システムメンテナンスのため、マイナンバーカードを利用したコンビニエンスストアでの証明書交付サービス（住民票の写しなど）を休止します。

なお、本人確認書類をお持ちいただければ、証明書発行拠点（図書館など）では証明書を交付します。また、印鑑登録証明書の交付申請には、印鑑登録証（磁気カード）をお

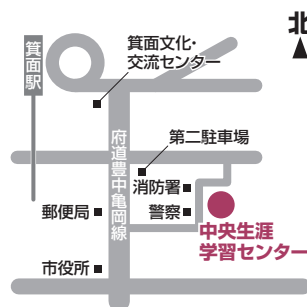


がき大）に訳文を付ける ※搬入・搬出が困難なもの、壊れやすいものなどは出品できません。詳しくはお問い合わせください 問 社協団体事務 ☎ 749・1109 FAX 749・1566

第36回箕面まつりポスター原画 受賞作品展示

同まつりは新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため中止しましたが、多数ご応募いただいた「同まつりポスター原画」については、選考を実施しました。応募作品164点のうち、受賞作品を展示します。 時 8月17日（火）～24日（火）午前9

持ちください。 問 窓口課 ☎ 724・6726 FAX 724・0853



時 午後10時（月曜日休館。24日は午後4時まで） 所 中央生涯学習センター ￥無料 問 同まつり事務局 ☎ 724・9201 FAX 724・9203

記号の説明 対…対象 時…日時・日程 所…場所 内…内容 講…講師 定…定員

（要議決）市議会の議決が前提となります 持…持ち物 費…費用 保…一時保育 申…申込先・申込方法 問…問い合わせ先

箕面逸品

～箕面逸品を日々の暮らしに～

箕面逸品とは、箕面ならではの商品のことで、特産品のゆずを使用したスイーツなど、箕面の魅力が感じられるさまざまな逸品があります。

その数なんと150種類以上!

YUZUYA
フレッシュ
フレッシュ
フレッシュ



ゆずの爽やかな酸味と豊かな香りで、いつものサラダがグレードアップ。

サラダにかける
ゆずするくん
手造りハンバーグの店



ドレッシングタイプ調味料。サラダはもちろん、野菜を漬け込んで食べるのもおすすめ。

取扱店舗は
このタペストリーや
のぼりが目印!



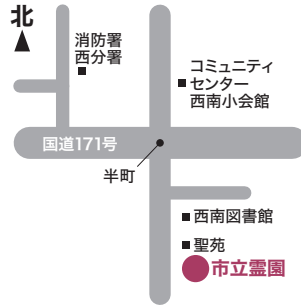
詳しくは上記QR
コードまたは「箕面
逸品」で検索



問 箕面FMまちそで株式会社 ☎ 724・5151 FAX 721・1788 箕面FMまちそで 検索Q

市立霊園墓地使用者を募集（予告）

一般区画墓地使用者を9月以降募集します。募集案内は9月上旬から配布する予定です。詳細は、もみじだより9月号や市ホームページなどでお知らせします。
問 聖苑 ☎ 720・7980 FAX 720・7982



要議決 教学の森の指定管理者を募集

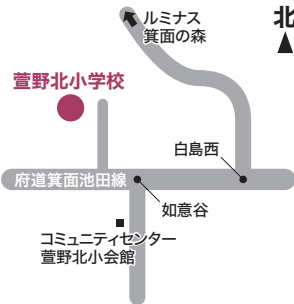
市では、青少年教学の森野外活動センターについて、新稲の森の一部を一体的に活用して、市民ニーズに合ったより魅力的な施設とするため、指定管理者を募集します。
施設概要・所在地：▽青少年教学の森野外活動センター（管理棟、本館、第1・第2・第3キャンプ場）・新稲2125713▽新稲の森・新稲2

196-1ほか 事業概要

自然体験及び野外活動を通じて、健全な青少年の育成、生涯学習に関する管理運営を実施 指定期間：令和4年7月1日～令和14年6月30日 募集要項の配布：8月2日（月）18日（水）説明会：8月23日（月）（施設見学会あり）応募期間：9月3日（金）～9日（木）（郵送不可）
問 青少年育成室 ☎ 724・6968 FAX 724・6010

星を観る会・夏の星空・月・金星・火星を見よう

第二中学校区の小・中学生と保護者（小学生は保護者同伴） 時 8月18日（水）午後7時（中止の場合は午後4時に市ホームページに掲載） 所 萱野北小学校運動場 費 無料（当日直接会場へ）
問 教育センター ☎ 724・6796 FAX 724・6010



夜間中学校の生徒募集

いろいろな事情で小学校や中学校を卒業できなかったか、十分な教育を受けられないうちま中学校を卒業したかた、夜間中学校で一緒に勉強しませんか。「あいうえお」から勉強できます。授業料はいりません。
府内に住む15歳以上（8月25日現在）で義務教育を終えていないかた（外国人のかたも同じです）
申 8月25日（水）～9月10日（金）（学校休業日を除く）に豊中市立第四中学校（豊中市服部本町4-15-7） ☎ 6863・6744

箕面市主催ボートレース

日刊スポーツ盾争奪 第55回しぶき杯競走 8月22日（日）～27日（金）

問 競艇事業局企画室 ☎ 724・6721
開催中 ☎ 066682・6250



タッキー-81.6 みのおエフエム番組紹介 FM81.6MHz

みのたんらじお 毎週土曜日午前11時からメイプルホールロビーほかから放送

放送日時	ゲスト・内容
8月7日④	みのおこども文化体験フェア「ラジオ放送」参加者
8月14日④	「令和2年度夏の成人祭」参加者
8月21日④	「みのおキッズシアターwith未成映画」出演者
8月28日④	箕面観光ボランティアガイド 澤村修さん

ゲストコーナーはホームページからライブ映像がご覧いただけます

「いつ」も「いざ」もタッキーを!

箕面の天気や市内の交通情報、ごみ出しのお知らせなどの生活情報のほか、災害時・緊急時には、箕面市災害対策本部から、市民のみなさんへ緊急情報を放送します。
日頃から、ぜひタッキー-816をお聴きください。

緊急地震速報 箕面市で震度4以上の地震が予想される場合に放送します

ラジオ・スマホ・パソコンでお聴きいただけます

ラジオの周波数を **FM 81.6MHz** に合わせてください。

タッキー-816 検索Q
スマホはQRコードから

歩いて! 滝道週末ウォーキング
体操して! 公園でラジオ体操



スタンプ集めて! もらっちゃお!

交換は今だけ! なくなり次第終了です。交換はお早めに!

第26弾 コラボ プレミアム缶バッジ

先月、ついに登場した「おおまびよん」と滝ノ道ゆずるのプレミアムコラボ缶バッジ第26弾は、話題を呼んで続々交換中! かんかん照りの太陽の下で、もりもりと黒部ダムカレーを食べる2人のようすは、見ていだけで元気がみなぎると大評判!

プレミアムコラボ缶バッジ第26弾は、なくなり次第終了です。交換はお早めに!

「滝道週末ウォーキング」や「公園でラジオ体操」にどんどん参加してスタンプを集めよう!

滝ノ道ゆずる缶バッジ スタンプ30個ごと

滝道は最高のウォーキングコース!
1回の参加で **スタンプ2個** ゲット!
せつかく箕面市に住んでいるんだから、滝道を歩かなきゃもったいない!!

滝道週末ウォーキング

みなさんの身近にある滝道は、美しい自然の中で適度な距離を歩ける、最高のウォーキングコース。箕面市では、滝道を気軽に歩いていただけるよう、滝道週末ウォーキングを実施しています。

開催日 毎週土曜日 (事前申込不要 小学生以下は保護者同伴)
スタンプ押印時間 午前9時30分～午後4時
スタンプ押印場所 箕面公園管理事務所前のスタンプポイント (箕面公園昆虫館の横)

初めて参加されるかた
滝道を歩いて、箕面大滝前にある滝前ギャラリーの **①キーワードポイント** で「今週のキーワード」をチェック!
↓
帰りに、箕面公園管理事務所前の **②スタンプポイント** でキーワードを伝えと、「スタンプ帳」とスタンプ2個がゲットできます!
※2回目以降は、スタンプ帳をお持ちください。

第1日曜日もスタンプ2個ゲットのチャンス!
毎月第1日曜日に「まちやまウォーキング」を開催!
コース上に設けられた3つのクイズに答えると、スタンプポイントでスタンプ2個をプレゼント。ぜひ、ご参加ください!
※滝道週末ウォーキングと同じスタンプ帳をお持ちください。
「まちやまウォーキング」について詳しくは
図メイプルハーツ箕面公園管理事務所 ☎721・3014 FAX721・3140

図保健スポーツ室 ☎724・6998 FAX724・6010

第26弾
「おおまびよん」&
「滝ノ道ゆずる」の
激しい缶バッジ



缶バッジへの交換の際は、必ずスタンプ帳をご持参ください。
スタンプ帳配布及び缶バッジ交換場所
●ラジオ体操実施場所 (スタンプ帳配布のみ)
●市役所 (医療保険・年金・介護窓口)
●総合保健福祉センター
●箕面公園管理事務所前のスタンプポイント (滝道週末ウォーキング・まちやまウォーキング開催時)

1回の参加で **スタンプ1個** ゲット!
たった3分間で行える全身運動
みんな一緒に集まって、楽しく朝の運動を!

公園でラジオ体操

ラジオ体操は、たった3分間で行える全身運動です。ラジオ体操を継続して行うことで、筋力アップや効率のよい有酸素運動ができ、シェイプアップにもつながります。
新型コロナウイルスの感染拡大を受け、一部の実施場所が活動を休止しています。今後については、各実施場所にご確認ください。

ラジオ体操実施場所	所在地	日時
新家児童遊園	粟生新家1丁目	月・水・金曜日、午前6時30分
箕面東公園	粟生新家2丁目	毎日、午前6時30分
スギ薬局 箕面東店	粟生外院1丁目	土曜日、午前8時50分
外院の里北公園	粟生外院4丁目	土曜日、午前6時30分
間谷西公園	粟生間谷東6丁目	月～金曜日、午前6時30分※
粟生南公園	粟生間谷西3丁目	毎日、午前6時30分
石丸朝市開催場所	石丸1丁目	水・金・日曜日、午前9時
西脇遊園	稲2丁目	土・日曜日、午前6時30分
布ヶ池西公園	稲5丁目	月～金曜日、午前6時30分※
稲ふれあいセンター	稲6丁目	月～土曜日、午前9時30分※
今宮西公園	今宮4丁目	土曜日、午前6時30分
小野原南1号公園	小野原東3丁目	毎日、午前6時30分
仁鳥公園	小野原西6丁目	月～金曜日、午前6時30分※
おひさまルームかやの	萱野1丁目	月曜日、午前11時45分※
総合保健福祉センターアトリウム	萱野5丁目	月～金曜日、午前8時38分※
総合保健福祉センター中庭	萱野5丁目	水・日曜日、午前6時30分
青松園2号公園	外院3丁目	月～金曜日、午前6時30分※
桜南公園	桜5丁目	土・日曜日、午前6時30分
てりは包カフェ	桜井1丁目	火・木曜日、午前11時※
ニューセンバハイツ北側広場	船場西1丁目	火・金曜日、午前8時50分
箕面西公園	新橋3丁目	毎日、午前6時30分
木戸池緑地	西宿1丁目	火曜日、午後3時
やなぎぶち公園	西宿2丁目	土曜日、午前7時
西宿1号公園	西宿3丁目	水曜日、午前10時30分
滝ヶ花公園	西小路3丁目	月・金曜日、午前7時30分
山手公園	如意谷4丁目	毎日、午前6時30分
白鳥荘正面玄関前	白鳥3丁目	火・金・日曜日、午前8時45分
唐池公園	坊島1丁目	月～金曜日、午前6時30分
新池公園	坊島3丁目	水曜日、午前10時
坊の島公園	坊島4丁目	月～金曜日、午前6時30分※
牧落八幡大神宮	牧落2丁目	月～金曜日、午前6時30分※
ナギノ木公園	牧落3丁目	毎日、午前6時30分
そんぼの家S箕面唐池公園駐車場	箕面4丁目	水・金曜日、午前6時30分
芦原公園	箕面5丁目	毎日、午前6時30分
おひさまルームみのお	箕面6丁目	月曜日、午前11時45分※
箕面西北公園	箕面8丁目	月曜日、午前6時30分
瀧安寺前広場	箕面公園2番地内	毎日、午前6時30分
紅葉ヶ丘集会所ふれあい広場	新橋1丁目	休止中・10月から再開予定

始めてくださるかたも募集中!
公園などで週1回以上定期的にラジオ体操を行い、一般の参加者を受け入れていただけるかた(個人またはグループ)に、ラジオ体操スタートセットを進呈! ラジオ体操を始めるに当たってのご相談は保健スポーツ室(☎724・6998)へ。ご連絡をお待ちしています。

「みのおポスト」では、もみじだよりの一部を英語、中国語、韓国、朝鮮語で読むことができます。詳しくは国際交流協会(☎727・6912)へ。
THE MINOH POST provides information from "Momiji Dayori" in English, etc. Please contact MAFGA(☎727・6912).
在箕面信息里, 可以看到「もみじだより」里的英语版, 中文版, 韩国, 朝鲜语版。详细请同国际交流协会联系(☎727・6912)。
미노호포스트에서, 「もみじだより」의 일부를 영어 중국어 한국조선어판으로 보실 수 있습니다. 자세한 것은 국제교류협회로(☎727・6912).

国際交流協会 (MAFGA) ホームページ
mafga.or.jp