

いこまち



保育所の 入所手続きが始まります

平成29年4月1日からの
入所(転所)希望分

入所(転所)には申し込みが必要です

入所基準は、入所申込書と同時に配布する保育所等入所案内で確認してください。入所案内は、10月12日(水)から市ホームページでも確認できます。

- ★入所申込書の配布…10月12日(水)9:00から(閉庁日を除く)、こども課窓口
- ★入所申込の受付…11月30日(水)(必着)までに郵送でこども課(〒630-0288 東新町8-38)
——直接窓口でも受け付け(11月24日(水)～30日(水)、8:30～16:30)ますが、できるだけ郵送で申し込んでください。
- ★提出書類…児童一人ごとに、入所申込書と保育を必要とする証明など
——選考結果は文書でお知らせします(平成29年2

月6日(月)発送予定)。

- ★注意…求職中の人は、一斉入所での申し込みができません。平成29年4月1日に入所を希望する人は2次選考から申し込んでください。

入所相談会を行います

相談の有無は保育所の入所決定には影響しません。

- ★とき・ところ…10月21日(金)～25日(火)、9:00～12:00、13:00～16:00、市役所4階403・404会議室(公共交通機関でお越しください。託児なし)
- ★内容…入所に関する質問などを個別で相談できます(当日先着順。20分程度)。各保育園の案内掲示やパンフレットの閲覧など
——人数によっては、待ち時間が長くなる場合があります。

SAY CHEESE.

生駒山麓公園で、食べて、遊んで、体験する。

IKOMA SUN FESTA

2016.11.3 (祝)

10:00~16:00 <雨天決行>
in 生駒山麓公園



生駒の魅力がギュッと詰まった、一日限りの
Special ファミリーイベント!

IKOMA SUN FESTA

家族のジカン

臨時バス増便!

東生駒駅…生駒駅…俵口…生駒山麓公園



15分間隔で運行!

100円
小学生
50円

[時間] 9:00~17:00の間
[乗り場] 定期便と同じ

公共交通機関でお越しください(駐車場あり)。



最新情報は、イベントホームページと
市公式フェイスブック「まんてんいこま」で随時チェック!

生駒市 IKOMA SUN FESTA

検索



[問] イベント全体に関すること…いこまの魅力創造課 (☎0743-74-1111、内線733)
イベント企画運営に関すること…(株)エヌ・アイ・プランニング(☎0743-71-7710)



大人も子どもも楽しめる、盛りだくさんのイベントコンテンツ!

※内容は変更になる場合があります。

お知らせ版

イコマニア

イベント・講座

スポーツ

自主学習

健康

福祉

子育て・教育

お知らせ

お知らせ

食べる! eat!

IKOMA SUN FESTA Contents!

play! 遊ぶ!

contents
01

食ブース・キッチンカー

地元タウン誌が厳選する飲食店6店舗(予定)の飲食ブース。キッチンカーもあります。

contents
02

森のカフェ&バー

生駒の人気カフェやバーが、森の中にOPENします。20才以上の人にはアルコール飲料の販売もあります。

contents
03

雑貨・クラフト・食のマルシェ

市内を中心とした約25店舗が森の中に。子どもが楽しめるワークショップもあります。

contents
04

音楽ステージ&生駒通NO.1クイズ大会!「イコマニアクイズ」

大人も子どもも楽しめる音楽ステージ。出演はヒョウコマーズ、佐伯真有美、岩本三千代など。生駒にまつわるクイズ大会「イコマニアクイズ」も。

contents
05

森の図書館

生駒のむかし話「おくりおおかみ」を紙芝居で上演。パネルシアター、ストーリーテリングなど。絵本のとりかえっこをするので絵本を持ってきてください。

contents
06

出張! いこママまるしえ

ママのためのビューティ・リラクゼーションブースや、おひるねアート。親子で楽しめるコンテンツも。

▶問合せ いこママまるしえ実行委員会(☎ikomamamarche@gmail.com)

contents
07

ママパパ表彰式

家族へ感謝やねぎらいのメッセージをオリジナル表彰状に。表彰台も設置します。

▶対象 家族に感謝の気持ちを伝えたい人

▶定員 200人(抽選制)

▶費用 無料

▶申込み 10月20日(木)までにイベントホームページの応募フォームから

contents
09

もったいない食器市 & 子ども野菜販売体験

《もったいない食器市》
不用食器を再利用する人気イベント。野菜の販売もあります。※今回は、食器の回収はありません。

《子ども野菜販売体験》
10月22日(土)に芋掘りを体験して、収穫した芋をイベント当日に販売。

▶対象 芋掘りと販売体験の両日に参加できる小学1年生以上(芋掘り体験は要保護者同伴)

▶定員 20人(抽選制)

▶費用 1,000円(お土産あり)

▶申込み 10月15日(土)までにイベントホームページの応募フォームから

▶問合せ NPO法人関西ワンディッシュエイド協会の中井さん(☎080-1402-7629)

contents
10

モンベルプレゼンツ 子ども体験

《キッズ森林ツアー》

▶対象 小学1年生以上

▶とき ①10:30~②12:00~③14:00~

▶定員 各20人(当日先着順)

▶費用 100円

《木工クラフト》

▶対象 3歳以上

▶とき ①10:30~②12:00~③14:00~

▶内容 木のペンダントやフォトフレーム作り

▶定員 各30人(当日先着順)

▶費用 100円

《ピザ作り体験》

▶対象 小学1年生以上(小学生以下は要保護者同伴)

▶とき ①11:00~②14:00~

▶定員 各10人(当日先着順)

▶費用 500円

《カレー作り体験》

▶対象 小学1年生以上(小学生以下は要保護者同伴)

▶とき 11:30~

▶定員 50食(当日先着順)

▶費用 600円

▶問合せ 生駒山麓公園(☎73-8880)

experience! 体験する!

contents
08

AOHANI 子ども店員体験

お金の仕組みを学んでから販売を体験し、納税もする子どもの就労プログラム。

▶対象 小学生

▶とき ①9:00~②11:00~

▶定員 各20人(抽選制)

▶費用 1,000円

▶申込み 10月20日(木)までにイベントホームページの応募フォームから

▶問合せ (株)Women's Future Center(☎0742-26-5166)

●協力団体:生駒おはなしの会、いこママまるしえ実行委員会、NPO法人関西ワンディッシュエイド協会、(株)Women's Future Center(50音順)

市民みんなで作る音楽祭

まちのどこかで音楽が溢れだす
10月～平成29年3月、市内各所



公募で選ばれた9つの団体による音楽祭イベントを、10月～平成29年3月にかけて市内で開催します。市民手づくりの音楽祭を身近な場所で気軽に楽しみませんか。

生涯学習課(☎0743-74-1111、内線643)

齊藤清さん



▼問合せ 同会事務局の崎本さん(☎79・1053)

▼企画・運営 室内楽を楽しむ会
ぎ、図書館で配布します。

▼費用 無料
— 整理券は、原則一人2枚まで、10月16日(日)9時30分から北コミュニティセンターISTAはばたき、たけまるホール、鹿ノ台ふれあいホール、南コミュニティセンターせせらぎ、図書館で配布します。

▼定員 180人

▼曲目 愛の挨拶(エルガー)、サマータイム(ガーシュイン)他
ヴァイオリンコンサート

▼内容 関西フィルハーモニー管弦楽団の齊藤清さんによる

▼とき・ところ 11月13日(日)22日(火)、14時開演(開場は13時30分)、鹿ノ台ふれあいホール

齊藤清 Violin Concert
in 鹿ノ台 vol.7
〜珠玉の小品集〜





イベントスケジュール

■世界の名器 スタインウェイピアノ お披露目演奏会

- ▶とき 11月19日(土)
- ▶ところ たけまるホール
- ▶内容 スタインウェイピアノの公開試弾会と演奏会
- ▶企画・運営 生駒音楽芸術協会
- ▶問合せ 同協会の山中さん(☎090-2353-2353)

■東日本大震災・熊本地震 チャリティコンサート

- ▶とき 11月27日(日)
- ▶ところ 真弓小学校体育館
- ▶内容 真弓小スクールボランティアのオーケストラとホルンアンサンブルや子どもたちによる弦楽
- ▶企画・運営 真弓小チャリティコンサート実行委員会
- ▶問合せ 同委員会の飯田さん(☎090-9099-5448)

■次世代へ届けたい物語と音楽 ～星の王子さま～

- ▶とき 平成29年2月12日(日)
- ▶ところ 北コミュニティセンターISTAはばたき
- ▶内容 朗読とクラシックのクラボ演奏他
- ▶企画・運営 「星の王子さま」と名曲を楽しむコンサート実行委員会
- ▶問合せ 同委員会の武原さん(☎090-9617-5357)

■サウンド・フェスティバル in IKOMA ※2

- ▶とき 平成29年3月11日(土)・12日(日)他
- ▶ところ たけまるホール、コミュニティセンター他
- ▶内容 ジャズやゴスペル、シャンソンなどのコンサート
- ▶企画・運営 Toiro
- ▶問合せ 同団体の渡辺さん(☎090-3032-2987)

※詳細は決まり次第、広報いこまちに掲載します。

※1 平成29年1月27日(金)にモンゴル民族音楽の出前授業を市内小学校で開催します(非公開)。

※2 10月～平成29年3月の期間中、他のホールや市内レストラン、ライブハウスでの演奏会も予定しています。

■Jazz/Latin Fullband DADs & MAMMYs オータムコンサート

- ▶とき 11月23日(祝)
- ▶ところ たけまるホール
- ▶内容 フルバンドによるジャズ・ラテンを中心にした迫力ある演奏
- ▶企画・運営 DADs & MAMMYs
- ▶問合せ 同団体の真住居さん(☎75-3420)

■日高のりこ朗読による 「スーホの白い馬」馬頭琴とともに ※1

- ▶とき 平成29年2月か3月開催予定
- ▶ところ 南コミュニティセンターせせらぎ(予定)
- ▶内容 「スーホの白い馬」の朗読とモンゴルの民族楽器馬頭琴の演奏
- ▶企画・運営 (特非)れんげ文化芸術の会
- ▶問合せ 同会の小島さん(☎090-2705-3755)

■0才から楽しめる ファミリーコンサート2017

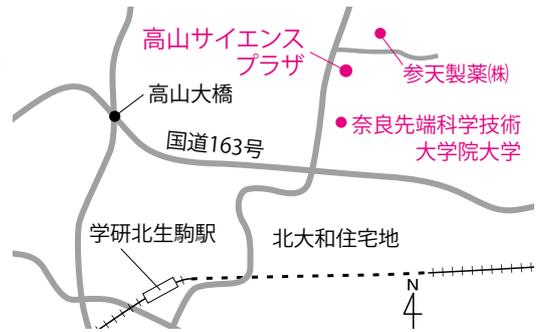
- ▶とき 平成29年3月5日(日)
- ▶ところ たけまるホール
- ▶内容 乳幼児と保護者がいっしょに楽しめる参加型の吹奏楽コンサート
- ▶企画・運営 いこままプラス♪
- ▶問合せ 同団体の山口さん(☎090-9115-3667)

■延原武春&テレマン・アンサンブルによる バロック音楽コンサート

- ▶とき 平成29年3月19日(日)
- ▶ところ 南コミュニティセンターせせらぎ
- ▶内容 延原武春さん、北山隆さん、高田泰治さんによるバッハやテレマンの名曲集
- ▶企画・運営 生駒シビックプライド作成委員会
- ▶問合せ 同委員会の橋本さん(☎090-4766-1709)



高山 サイエンスタウン フェスティバル



学研北生駒駅から
無料シャトルバス運行

※時刻表は広報いこまち10月15日号をご覧ください。

11.13(日) 10:00~15:00

in 高山サイエンスタウン

奈良先端科学技術大学院大学 オープンキャンパス2016

園同大学院大学企画総務課(☎72-5026)

体験プログラム(申込不要) ◆全て保護者同伴可

内容	対象	とき
君は名医だ! 医療ナビゲーションシステム (5~10分・数人ずつ入替制)	制限なし	
サカナをすくい上げろ! -君のイラストが動き出す! (5~10分・4人ずつ入替制)	制限なし	
ソーラーカーで遊ぼう! * (10分・10人ずつ入替制)	小・中学生 高校生	10:00~ 15:00
光でかたまる液体で アイテムをつくろう! * (15分・10人ずつ入替制)	小・中学生	
体が作られていく様子を 観察してみよう * (30分・20人ずつ入替制)	小学生 高学年以上	
ホテルの光のヒミツ* (30分・各20人ずつ入替制)	小学4年生 ~高校生	・10:30から ・11:15から ・12:00から ・13:00から ・13:45から

※当日に整理券を配布します。

参天製薬(株)奈良研究開発センター

園同センター(☎79-4501)

▶内容

- ◆研究所をのぞいてみよう(整理券配布)
- ◆目の健康相談、点眼液づくり体験、科学実験、目のクイズ(10:00~12:00、13:00~14:30)
- ◆盲導犬を知ろう(盲導犬説明会を随時開催)



高山サイエンスプラザ

園(公財)奈良先端科学技術大学院大学支援財団
(☎72-5815)

■親子科学教室

- ▶対象 小学生とその保護者
- ▶とき 10:00~11:30、13:30~15:00
- ▶内容 「ものが燃える仕組みを考えよう!」をテーマに、なぜものが燃えるのかをいっしょに勉強しましょう。オリジナルキャンドル作りもあります。
- ▶定員 各20組(抽選制)
- ▶申込み はがき、ファクスかメールで児童の氏名・ふりがな・学校名・学年、参加希望時間(第2希望まで)、電話・ファクス番号、メールアドレス、住所、「親子科学教室」と書いて、10月24日(月)(必着)までに同財団(〒630-0101 高山町8916-12、☎72-5819、✉kagaku@science-plaza.or.jp)

■けいはんなプラザ・プチコンサートin高山

- ▶とき 12:15~12:45
- ▶内容 5人の金管楽器奏者による「ハナディアン・プラスの世界」と題し、メドレー「スターウォーズ~インディージョーンズ」他の曲目を演奏

■科学に関する絵画展

- ▶内容 同タウン近辺に住む児童が描いた絵画展示

■ミニ鉄道

- ▶ところ 高山サイエンスプラザ東隣(雨天時は高山サイエンスプラザ内)
- ▶内容 5インチゲージのミニ電車「近鉄アーバンライナーnext」が走行。1人1回乗車できます(無料)。

■その他

ボランティアによるお茶席、フォックスハンティング&電気のふしぎ実験

※このイベントは「生駒の魅力をマルッといただき!いこまち博2016」の一環で行います。いこまち博の詳細は、広報いこまち10月15日号をご覧ください。

イコマニア



市民の皆さんが協働で行うイベントを「イコマニア」に認定。地元「いこまち」をにぎわすのめあてをこまめに実施していきます。

イコマニア SELECT FASHION SHOW

▼とき・ところ 10月16日(日) 13時～15時、生駒駅前びつくり通り商店街

▼内容 生駒駅前びつくり通り商店街で第2回目となるファッションショーを開催します。出演モデルはプロの他、公募で集まった市民の皆さんです。すてきなショーをお楽しみください。

——立ち見は無料で申込不要です。有料の席については問い合わせください。

▼問合せ IKOMA FASHIO 乙実行委員会事務局(生駒商工会議所内、☎74・3515)

▼とき・ところ 10月22日(土) 10時～17時、生駒駅周辺

——売り切れ次第、終了す

100円で買い物



る店舗もあります。

▼問合せ 生駒商工会議所 (☎74・3515)

イベント・講座



親子で作ろう遊ぼう！ダイナミックダンボールパーク

▼対象 市内に住む3歳～小学校低学年の子どものとそその父親

▼とき・ところ 10月29日(土)、コミュニティセンター

▼問合せ 男女共同参画プラザ(☎75・0237)

▼ダンボール巨大迷路、ストラックアウト

▼とき 13時～16時

▼費用 無料(申込不要)

▼ダンボールスマートボール作り

▼とき 13時～15時

▼定員 20組程度(抽選制)

▼費用 子ども一人500円

ダンボール迷路で遊ぼう



▼申込み 往復はがき、ファクスかメールで、参加者全員の住所・氏名・ふりがな・年齢・電話・ファクス番号を書いて、10月18日(火)(必着)までに男女共同参画プラザ「ダンボール工作」係(〒630-0257、元町1丁目6-10257、☎70・0187、FAX70・0287、@hanamachi@city.ikoma.lg.jp)。キャンセル不可

▼申込み 往復はがき、ファクスかメールで、参加者全員の住所・氏名・ふりがな・年齢・電話・ファクス番号を書いて、10月18日(火)(必着)までに男女共同参画プラザ「ダンボール工作」係(〒630-0257、元町1丁目6-10257、☎70・0187、FAX70・0287、@hanamachi@city.ikoma.lg.jp)。キャンセル不可

プチコンサートin高山

▼とき・ところ 10月17日(月) 12時15分～12時45分、高山サイエンスプラザ

▼内容 「ロマンティックII」と題し、ピアノ演奏による、シヨパン/ポロネーズ第6番「英雄」他(予定)

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 関西文化学術研究都市高山地区立地施設等連絡協議会(☎72・5810)

ふるーらむ11月の教室

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している人

▼ところ 花のまちづくりセンターふるーらむ

▼申込み・問合せ はがき、電話、ファクスかメールで住所、氏名・ふりがな、日中連絡のつく電話番号、受講したい教室名を明らかにして、10月25日(火)(必着)までに花のまちづくりセンターふるーらむ「11月の教室」係(〒630-0122、真弓1丁目11-16、☎70・0187、FAX70・0287、@hanamachi@city.ikoma.lg.jp)。キャンセル不可

——各教室の抽選結果は、はがきでお知らせします。

▼オリジナルのテラコッタ(素焼き鉢)を作ろう

▼とき 11月6日(日)10時～15時(寄せ植えは12月11日(日)10時から)

▼内容 生駒陶遊会の皆さん

オリジナルのテラコッタ作り



による、オリジナルのテラコッタ作りと季節の花を寄せ植えする教室

▼必要品 昼食、飲み物

▼定員 24人(抽選制)

▼費用 1000円

▼プリザーブドフラワーのウィンターアレンジ

▼とき 11月19日(土)13時30分～15時

▼内容 スマイルの村井晴美さんによる、プリザーブドフラワー教室。アイアン製のアンティークフレームを使って冬のイメージのアレンジを作ります。

▼必要品 持っている人だけ、ワイヤーの切れるはさみ・ピンセット

▼定員 10人(抽選制)

▼費用 2600円

▼年賀用、花の絵手紙教室

▼とき 11月20日(日)13時～15時

▼内容 DoBerryクラフトの井上弘子さんによる、初心者にもできる絵手紙教室。来年の干支・酉を描きます。

▼必要品 書道用の小筆、筆ふき布

▼定員 10人(抽選制)

▼費用 無料

ナンバーワンフェスタ

▼とき・ところ 10月16日(日)
10時～16時、関西国際空港
駅コンコース

▼内容 シェア日本一などの
特産品を持つ各地の自治体
が合同でPRを行うイベン
ト。生駒市は特産品の高山茶
釜などをPRします。

——泉州YOSAKOI系
えじやないか祭りとKIX
フラ・フェスティバルを同時
開催します。

▼問合せ 経済振興課(内線
328)

「いこまち教室 「作って遊ぼう」

▼対象 市内に住む小・中学
生

▼とき・ところ 10月22日(土)
9時～12時(受付は11時30
分まで)、たけまるホール

▼内容 ①ゴムホースで作る
カニ②木の実・種のブローチ
づくり

▼費用 各100円(申込不
要)

▼問合せ いこま自然塾の川
崎肇さん(☎060-369
5・6246)

できた〜♪

ハロウィンコスチューム

▼対象 市内に住む2～6歳
の子どもの保護者

▼とき・ところ 10月29日(土)

①2・3歳児：10時30分～
11時30分②4～6歳児：14
時～15時、小平尾南児童館

▼内容 ポリ袋や画用紙を使
ったハロウィン衣装と小物
作り。作ったコスチュームで
記念撮影しましょう。

——次のコスチュームから
一つ選んでください。2・3
歳児：魔女・かぼちゃ・おば
け、4～6歳児：魔女・ドラ
キュラ・おぼけ

▼定員 各10組(抽選制)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 直接、はが
き、電話、ファックスかメール

で住所、子どもの氏名・ふりが
な・年齢、保護者の氏名、電
話番号、希望のコスチューム
を明らかにして、10月15日(土)
(必着)までに小平尾南児童
館(〒630-0226、小平
尾町1550-1、☎77-69
55、☎77-7750、☒chi
d-center@city.ikoma.
lg.jp)

生駒ふるさとミュージアム秋季企画展

生駒山をめぐる東と西の交流

—古墳時代の馬からみた奈良と大阪—

▶とき 10月15日(土)～11月13日(日)9:00～18:00
(11月からは17:00まで。最終入館は閉館30分前まで)

▶ところ・問合せ 生駒ふるさとミュージアム(☎71-7751)
——公共交通機関を利用してください。

▶内容 「生駒」「往馬」「生馬」などと表現される「いこま」をキーワードに「馬」と「いこま」の関わりを探る企画展を開催します。生駒市や奈良県・大阪府の考古資料、図版や写真パネルを展示。古墳時代の復元衣装を着て、記念撮影もできます。

▶費用 200円(20人以上の団体は100円、生駒歴史文化友の会会員は150円)

企画展講演会

▶とき 10月22日(土)14:00～15:30

▶内容 四條畷市立歴史民俗資料館館長の野島稔さんによる
講演「継体天皇と河内の馬飼い」

▶定員 49人(当日先着順)

▶費用 観覧料込みで600円(友の会会員は500円)

学芸員による展示解説

▶とき 10月30日(日)、11月11日(金)、各回14:00～15:00

——10月12日(水)～14日(金)、11月15日(火)～17日(木)は、展示替えのため展示室を閉室します。勾玉・土笛づくり体験や多目的室などは通常どおり利用できます。



古墳時代の復元衣装に
着替えて記念撮影



裸馬(背に鞍が乗っていない
馬) 天理市荒時古墳出土

馬をひく男(手綱を持つ人
物) 天理市荒時古墳出土

秋を感じるフラワーアレンジメント講座

▼とき・ところ 11月8日(火) 10時～12時、芸術会館美楽来

▼内容 近藤リカさんによる秋色フラワーアレンジメント講座

▼必要品 花切りばさみ

▼定員 20人(抽選制)

▼費用 3500円

▼申込み・問合せ 10月18日(火)～23日(日)にファクスかメールに講座名、郵便番号、住所、氏名、電話番号を書いて、芸術会館美楽来講座受付係(☎74・1101、☎74・1220、✉miraku-info@ikomashi-sg.jp)

生駒市芸協連盟工芸協会の木目込み干支講習会

▼とき・ところ ①11月8日(火)②11日(金)、10時～17時、芸術会館美楽来

▼内容 来年の干支酉「永寿」必要品 はさみ、目打、ボン

▼定員 各15人(抽選制)

▼費用 3700円

▼申込み・問合せ 往復はが

きに住所、氏名、電話番号、希望日(①か②)を書いて10月15日(土)までに水谷典子さん(〒630-0213、東生駒4丁目501-23、☎75・0701)

古本まつり in 生駒駅前図書館

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している人

▼とき

◆本の持ち込み：10月8日(土)～14日(金)

◆本の持ち帰り：10月8日(土)～16日(日)

——時間は9時30分～20時(土曜・日曜日、祝日は17時まで)です。

▼ところ 生駒駅前図書館

▼内容 家庭で眠っている本や雑誌を持ち寄って、欲しい人が持ち帰る催し

▼注意

◆冊数が分かるように持ち込んでください。

◆出品に相当でない本や雑誌は、生駒駅前図書館で除くことがあります。

◆持ち込まれた本や雑誌は返却できません。古本まつりで残った本や雑誌は処分します。

▼問合せ 生駒駅前図書館(☎73・7611)

知的書評合戦「ビブリオバトル」in いこまスペシャル

▼とき・ところ 10月23日(日)、図書館

▼内容 発表者が本の魅力を各自5分で紹介。発表を終えたら全員で「読みたくなった本」に投票します。観戦だけの参加もできます。

①13時30分～14時45分：「全国大学ビブリオバトル2016」京都決戦予選会

②15時～16時30分：テーマ「ヤバイ」

▼定員 発表者各6人(①は大学生・大学院生だけ)、観戦者各90人

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 図書館(☎75・5000)か生駒ビブリオ倶楽部ホームページ

▼対象 市内に住む人(未成年は要保護者同伴)

▼とき・ところ 10月29日(土) 10時30分～12時、北コミュニティ

マジカルおはなし会とハロウィンの小物工作 in 北分館

▼対象 3～4歳(保護者同伴)

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 図書館北分館(☎71・3332)

オリジナルの小物入れを作ろう



▼内容 おはなし会とおはなしかぼちゃの小物入れ工作

▼定員 30人(当日先着順)

▼費用 無料

▼問合せ 図書館北分館(☎71・3332)

はじめてのおはなし会 in 北分館

▼対象 3～4歳(保護者同伴)

▼とき・ところ 10月20日(木) 10時30分～11時、図書館北分館(北コミュニティセンター I S T A はばたき内)

▼内容 普段4歳以上の子どもが対象のおはなし会を、もうすぐ4歳になる子どもたちにも楽しんでもらう催し。おはなし「だめといわれてひっこむな」他

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 図書館北分館(☎71・3332)

読書会「はばたき BOOK CLUB」

▼対象 12～16歳

▼とき・ところ 10月30日(日) 11時～11時45分、北コミュニティセンター I S T A はばたき

▼内容 「時の旅人」アリソン・アトリー／作(岩波書店)を読んできて、みんなで感想や本について自由に話す読書会。本は図書館北分館で用意します。

▼定員 15人(抽選制)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 10月16日(日)までに直接、市内の各図書館・室か電話、メールで図書館北分館(☎71・3332、✉event-library@city.ikoma.lg.jp)

——メールの件名に「はばたきBOOK CLUB 10月30日」係、本文に参加者の氏名・ふりがな・住所・学年・電話番号を書いてください。

「時の旅人」を読んで、感想を自由に話そう



防災サイエンスキャンプ

▼対象 小学4年生～中学3年生

▼とき・ところ 11月12日(出) 10時30分～13日(日)15時30分、生駒山麓公園野外活動センター

▼内容 太陽光を使うソーラークッキング、ロケットストーブを使う釘ナイフ作り、災害時に役立つロープワーク体験など、子どもの知的好奇心や探究心、さまざまな状況に対応する力を育てます。

▼定員 30人(男女15人ずつ、申込順)

▼費用 4,800円(市外の方は7,000円、保険料など全て含む)

▼申込み・問合せ 10月12日(水)9時から電話で生駒山麓公園(☎73・8880)

▼申し込み・問合せ 10月11日(火)～16日(日)にファクスかメ

ールに郵便番号、住所、氏名、電話番号、生年月日、希望する講座名を書いて、北コミュニティセンター講座受付係(☎71・3331、☎71・3351、✉kitakomi-info@iko-mashi-sg.jp)

▼買(前)に分かるiPhone教室

▼対象 スマートフォンを持つていない人

▼時間 10時30分～12時30分

▼内容 スマートフォンアドバイザーによる、スマートフォンを使う前に知っておきたい便利な機能を体験する講座

——貸出機はiPhone6s。不安を解消！

▼買った後のiPhone教室

▼対象 iPhone購入後、間もない人

▼時間 14時～16時

▼内容 最初に知っておきたい設定や使い方、アプリの探し方や孫との交流に活用できるアプリを紹介します。

▼必要品 筆記用具、iPhone

▼夫婦・家族・結婚などに関するワンコイン相談会

▼とき・ところ 10月27日(木)、11月24日(木)、12月22日(木)、10

時～16時、市民活動推進センターららポート

▼内容 NPO法人日本結婚教育カウンセラー協会認定カウンセラーによる、夫婦・家族・結婚などの悩みの相談会

大和名所図会を読んでくずし字を学ぼう！

▼対象 全日程参加できる人

▼とき・ところ 10月30日(日)、11月13日(日)・27日(日)、12月11日(日)・25日(日)、平成29年1月15日(日)、10時30分～12時、生駒ふるさとミュージアム

▼内容 江戸時代の地誌「大和名所図会」を読み、くずし字を学びましょう。

▼定員 30人(申込順)

▼費用 2,500円(生駒歴史文化友の会会員は2,000円。全6回分)

▼申込み・問合せ 10月11日

①10月16日(日)10時～15時、南コミュニティセンターせせらぎ(直接会場か、9時30分に生駒駅中央改札口前に集合)

②11月20日(日)9時～15時、近鉄生駒駅中央改札口に集合

——いずれも雨天決行です。

▼内容

①同会会長の今木義法(よしのり)さんによる講座と見学会「萩原領古絵図と応願寺の歴史と文化財」。午後は応願寺で平安時代の阿弥陀如来像や石造遺物などを拝観します。

生駒民俗会の講座・見学会

▼とき・ところ

①10月16日(日)10時～15時、南コミュニティセンターせせらぎ(直接会場か、9時30分に生駒駅中央改札口前に集合)

②11月20日(日)9時～15時、近鉄生駒駅中央改札口に集合

——いずれも雨天決行です。

▼内容

①同会会長の今木義法(よしのり)さんによる講座と見学会「萩原領古絵図と応願寺の歴史と文化財」。午後は応願寺で平安時代の阿弥陀如来像や石造遺物などを拝観します。

②同会副会長の吉田伊佐夫(いさお)さんの案内で、奈良市の隔夜(かくや)寺を特別拝観し、午後は錦繡の春日野を探訪します。

▼必要品 弁当、水筒

▼費用 各5,000円(申込不要。交通費は別途実費)

▼問合せ 同会(☎76・7201)

ニートの就職応援説明会とセミナー

▼対象 県内に住む15～39歳の未就労者などで、就職に不安を抱えている人

▼とき・ところ

◆説明会：10月22日(土) ◆セミナー①10月28日(金)②31日(日)③11月2日(水)④4日(金)⑤7日(月)⑥9日(水)

——いずれも10時～13時頃、コミュニティセンターで行います。

▼内容 ①話して、聴いて、伝えよう②自分を知る③働く意味を考える④チームワーク⑤仲間意識「グループ演習」⑥マナー(内容が前後する場合があります)

▼定員 25人(申込順)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 電話、ファクスかメールで、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明らかにして、10月11日(火)～20日(木)(必着までにNPO法人キャリアサポートセンター奈良新ノ口教室の山田政利(たけ)さん(☎兼☎0744・29・6776、✉npo-csnara@celey.ocn.ne.jp)

FCバルセロナ ウィンターキャンプに 参加しよう



今夏好評だったFCバルセロナキャンプを冬にも開催。FCバルセロナのコーチがスペインから来日し、直接指導します。コーチとの交流やスペイン語講座も開催。サッカーの技術だけでなく、国際感覚も身に付けられる4日間を楽しみましょう。

- ▶**対象** 市内に住む小学1年生～中学1年生
- ▶**とき・ところ** 12月22日(木)～25日(日)、9:00～16:00、HOS生駒北スポーツセンター
- ▶**定員** 30人(申込順・市民優先枠)
- ▶**費用** 通いプラン10万3,680円、宿泊付きプラン14万9,040円(宿泊費、食費など全て含む)
- ▶**特典** 参加者全員にオリジナルトレーニングキットをプレゼント。全国3ヶ所のキャンプ参加者から選ばれた最優秀選手をバルセロナに招待します。
- ▶**申込み** 10月11日(火)～25日(火)までにFCバルセロナキャンプ公式ホームページに必要事項を入力し、入金してください(26日以降は市民優先枠がなくなります)。
- ▶**問合せ** FCバルセロナキャンプ事務局(☎03-6674-2707)

※本事業は、HOS生駒北スポーツセンター指定管理者HOSグループの自主事業として行います。

- ▶**必要品** 弁当、水筒
- ▶**定員** 25人
- ▶**費用** 13000円(中学生10000円、小学生5000円、未就学児無料)
- ▶**申込み・問合せ** はがきに住所、氏名、小・中学校未就学の区分、電話番号を書いて、学研高山第2工区のあり方を考える生駒市民の会の山口昭夫さん(〒630-0101 35、南田原町10511-8、☎73-5434)

暴力追放・地域安全市民大会「地域における防犯対策」

- ▼**とき・ところ** 10月21日(金) 13時30分開演(開場は13時)、コミュニティセンター文化ホール
- ▼**内容** 公共交通機関を利用してください。

- ▼**内容** 第1部…記念式典
- ◆**第2部**…子育てアドバイザーの幸島美智子さんによる講演「地域における防犯対策」
- ▼**定員** 271人(当日先着)

幸島美智子さん



- ▼**費用** 無料
- ▼**問合せ** 防災安全課(内線363)
- ▼**秋の田原路さんぽ**
- ▼**とき・ところ** 11月11日(金) 9時40分お松の宮バス停出発、12時30分白庭台駅解散

- ▼**内容** 天野川流域に広がる田原の里は、かつて「桃源郷のごとし」と称賛された土地です。観光ボランティアガイドが岩蔵寺、長楽寺、生駒と四條畷の二つの住吉神社を案内します。岩蔵寺では修復された涅槃図も見学できます(約4km)。
- ▼**定員** 30人(抽選制)
- ▼**費用** 一人200円
- ▼**申込み・問合せ** はがきに参加者全員の住所・氏名・電話番号・年齢を書いて、10月31日(月)(必着)までに生駒市観光協会事務局「秋の田原路

- ▼**コース**(〒630-0288、東新町8-38、経済振興課内、内線328)
- ▼**生駒の秋満喫ハイキング**
- ▼**対象** 市内に住むおおむね60歳以上、中学生以下の子どものその保護者
- ▼**とき・ところ** 10月24日(月) 10時～14時、金鷄の杜 倭苑に集合
- ▼**内容** 色づきはじめて美しいハイキングコースを散策
- ▼**必要品** 歩きやすい服装、リュックサック、タオル、敷物、雨具

- ▼**定員** 20人(申込順)
- ▼**費用** 5000円
- ▼**申込み・問合せ** 10月12日(水)～20日(木)(火曜日を除く)の9時～17時に直接か電話で金鷄の杜 倭苑(☎78-3110)
- ▼**里山のあり方を考える体験会**
- ▼**とき・ところ** 11月3日(祝)8時～18時、兵庫県神戸市の国営あいな里山公園(当日は8時に生駒駅の中央改札口前集合)
- ▼**内容** 高山地域の里山のあり方を考えるため、他の里山地区での活動を体験し、学会

もしも…に備えて
知っておきたい法律講座

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している人

▼とき・ところ・内容

- ① 11月4日(金)：相続・遺言
 - ② 11月18日(金)：成年後見制度
 - ③ 11月25日(金)：離婚をめぐる法律知識
- 10時～12時にコミュニティセンターで行います。
- 公共交通機関を利用してください。

▼講師 生駒総合法律事務所 弁護士の上崎智代さん

▼定員 各30人程度(抽選制)

▼費用 無料(2歳～就学前の幼児の託児あり。一人1回1000円。要申込)

▼申込み・問合せ 往復はがき、ファックスかメールで、住所、氏名・ふりがな、年齢、電話・ファックス番号、受講を希望する回、託児を希望する場合は、子どもの氏名・ふりがな・年齢を書いて、10月22日(土)(必着)までに男女共同参画プラザ「もしも…」に備えて知っておきたい法律講座(係)係(〒630-0257、元町1丁目6-12、生駒セイ

イビル1階) ☎75-0237、☎73-0555、✉gender@city.ikoma.lg.jp)

セイビル1階(☎75-0237、☎73-0555、✉gender@city.ikoma.lg.jp)

史跡を訪ねて人権のたび
ぶらりウォーク

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している人

▼とき・ところ

- 10月31日(月) 13時～16時40分、生駒市役所正面玄関集合・解散(12時50分集合、小雨決行)
- 生駒市役所～平群町は市のバスで移動します。

▼内容 平群町の人権スポット(榎原勸請地、長屋王墓、烏土塚古墳などの史跡)を、元生駒東小学校校長の山本公一さんの案内で歩いて巡ります(約3.5km)。

▼定員 20人(申込順)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 市ホームページの申し込みフォーム、はがきかファックスで住所、氏名、年齢、日中連絡のつく電話番号を書いて、10月18日(火)(必着)までに人権施策課「人権のたび ぶらりウォーク」係(〒630-0288、東新町8-38、内線653、☎74-9100)

10月18日(火)(必着)までに人権施策課「人権のたび ぶらりウォーク」係(〒630-0288、東新町8-38、内線653、☎74-9100)

1日6,000歩*、歩きませんか？ /

第3回

いこマイウォーキング倶楽部



歩いた歩数を地図上にチェックし健康づくりにつなげる、第3回「いこマイウォーキング倶楽部」を実施します。今回は、地図上で愛媛県・香川県のお遍路を巡りましょう。歩数の増加は、生活習慣病の予防や健康寿命の延伸につながります。楽しく運動習慣を身につけてヘルシーライフを手に入れましょう。

*日常生活での目標歩数は20～64歳で男性9,000歩、女性8,500歩、65歳以上で男性7,000歩、女性6,000歩



■目標達成までの流れ

1 参加を申し込み、記録表・達成者申請書を受け取る

2 期間中ウォーキングに取り組む

ウォーキングは休息とのバランスが大事!

3 記録表・達成者申請書を提出する

4 目標達成(54万歩以上)で記念品をゲット!

- ▶対象 市内に住む20歳以上
 - ▶記念品 ウォーキング記録表(累計歩数54万歩以上)を提出すると、達成記念品(生駒市指定ゴミ袋30L・10枚、15L・20枚、7L・40枚のいずれか一つ)を進呈します(参加の申し込みは各回1回だけ)。——記録表の提出期限は平成29年3月31日(金)です。
 - ▶注意 運動制限のある人は、主治医に相談のうえ、申し込んでください。
 - ▶申込み・問合せ 市ホームページの電子申請、郵送、直接か電話で住所、氏名、生年月日、電話番号を明らかにして、10月3日(月)～12月27日(火)に健康課「いこマイウォーキング倶楽部担当」係(〒630-0258 東新町1-3 セラビーいこま、☎75-1002)
- ※第2回で達成申請した人は第3回の記録表と達成申請書を送付します(申込不要)。



自主学習グループ



秋、シャンソンの季節です

▼とき・ところ 10月12日(水)
12時30分～14時30分、たけまるホール

▼内容 生演奏とプロ歌手の指導で、シャンソンを楽しく歌いましょう。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ シヤンテ・シヤンテの西海子さん(☎74・2866)

秋のシャンソンコンサート

▼とき・ところ 10月18日(火)
14時～16時30分、コミュニティセンター

▼内容 おしゃれで楽しいシャンソンを披露します。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ ルミエールの会の岡田義一さん(☎090・8382・0441)

民踊・新舞踊無料講習会

▼とき・ところ 10月21日(金)
12時～14時30分、たけまるホール(申込不要)

▼内容 初心者向けの楽しい講習会

講習会

——会員も募集します。

▼問合せ 楽踊会の田中明子さん(☎76・8559)

民謡無料講習会

▼とき・ところ 10月13日(木)
10時～12時、コミュニティセンター(申込不要)

▼内容 初めての人も楽しく唄えます。

▼問合せ 生駒鷲声会の藤尾侑男さん(☎76・6118)

楽々気功体験

▼とき・ところ 10月19日(水)
12時30分～14時30分、北コミユニティセンターIISTAはばたき

▼内容 太極十八式気功体操の体験学習

▼必要品 飲み物、バスタオル

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ いこま気功の会の橋由夫さん(☎20・0910)

コスモス寺の写生会

▼とき・ところ 10月15日(土)
10時～12時30分、般若寺(現地集合、雨天中止)

▼内容 般若寺(奈良市般若寺町)のコスモスや建物などのスケッチ・彩色

▼必要品 水彩用具、スケッチブック

▼定員 15人(申込順)

▼費用 300円(交通費は実費)

▼申込み・問合せ 10月10日(祝)～14日(金)にやさしい日本画クラブの中川良美さん(☎78・0894)

楽しく体験・囲碁入門教室

▼とき・ところ 10月12日(水)
12時～14時30分、南コミュニティセンターせせらぎ

▼内容 石取りゲームの無料体験。簡単なルールですぐ対戦しましょう。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 囲碁せせらぎ会の辻内正博さん(☎090・994・7671)

櫻の木短歌会秋の吟行

▼とき・ところ 10月27日(木)
8時～18時

▼内容 バスで元伊勢籠神社、伊根の舟屋(京都府伊根町)を巡りましょう。

▼必要品 筆記用具、雨具、飲み物、健康保険証

▼定員 15人(抽選制)

▼費用 無料(交通費、昼食代などは実費)

▼申込み・問合せ 往復はがきに住所、氏名、電話番号、年齢を書いて10月16日(日)必着(までに櫻の木短歌会の黒川英子さん(〒630-0122、真弓1丁目10-19、☎78・4936)

社交ダンス無料講習会

▼とき・ところ 10月12日(水)、12時～14時30分、南コミュニティセンターせせらぎ(申込不要)

▼内容 経験者・初心者を対象にした社交ダンス体験講習会

▼必要品 ダンスシューズかタウンシューズ

▼問合せ 社交ダンスメイトの小川正浩さん(☎090・3708・2502)

みんなで踊りましょう

▼とき・ところ 10月14日(金)10時～11時30分、たけまるホール

▼内容 健康と仲間づくりのフォークダンス。初心者も歓迎します。

▼必要品 軽装、動きやすい靴、飲み物

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 奈良フォークダンス協会シクラメンの額田美子さん(☎71・1818)

フォークダンス無料講習会

▼とき・ところ 10月20日(木)12時～14時30分、たけまるホール(申込不要)

▼内容 シニア向けのやさしいフォークダンスを楽しみましょう。

——会員も募集します。

▼必要品 軽装、上靴、飲み物

▼問合せ 奈良シニアフォークダンス協会チュエリッパの手束弘子さん(☎73・4179)

フォークダンス無料講習会

▼とき・ところ 10月19日(水)14時30分～17時、南コミュニティセンターせせらぎ(申込不要)

▼内容 多彩なステップは頭の体操。皆さんで楽しく踊りましょう。

▼必要品 軽装、上靴、飲み物

▼問合せ 奈良フォークダンス協会スイートピーの岡田節子さん(☎74・5230)

健康



高齢者肺炎球菌の
予防接種をしています

▼対象 接種時に生駒市に住
民登録があり、次のどちらか
にあてはまる人

◇左表の生年月日の人（個別
通知を送っています）

◇60～64歳で心臓、腎臓、呼吸
器、免疫機能などに重度の障
がいがある人（主治医の意見
書か身体障がい者手帳（1
級）による事前手続きが必
要）

今年度(平成29年3月31日まで)の対象者

65歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生
70歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生
75歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生
80歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生
85歳	昭和 6年4月2日～昭和 7年4月1日生
90歳	大正15年4月2日～昭和 2年4月1日生
95歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生
100歳	大正 5年4月2日～大正 6年4月1日生

すでに23価肺炎球菌ワ

自分は大丈夫と思いませんか？



10月は乳がん月間

日本人女性の12人に1人がかかるといわれている乳がん。30歳代後半から増加し、最もリスクが高いのは40歳代後半です。死亡者数も年々増加していますが、早期発見で90%以上が治る可能性のある病気です。

早期発見には、毎月1回の自己検診と定期的ながん検診が重要です。乳房内のしこりが全てがんといいわけではありません。乳腺症などの良性的の疾患もあります。自己検診で「あれ?」と思ったら、早めに専門医の診察を受けましょう。

■乳がん集団検診(検診車)

- ◇生活保護世帯・市民税非課税世帯の人は、事前に健康課で申請すれば無料です。
- ◇個別検診を希望する人は健康課に問い合わせるか、広報いこまち4月15日号で配布したがん検診保存版をご覧ください。

- ▶対象 40歳以上の女性
- ▶とき・ところ 12月16日(金)、平成29年1月10日(火)、2月24日(金)、セラビーいこま(午前か午後を選択)
- ▶定員 90人(申込順)
- ▶受けられない人 無料クーポン券対象外で平成27年4月以降に受診した人、ペースメーカーを装着している人、乳房形成術を受けている人、シャントを挿入している人、授乳中・断乳後6か月以内の人・妊娠中・妊娠の可能性のある人、乳房や胸郭の形状などにより読影不能になった人
- ▶費用 40～49歳…1,700円、50～69歳…1,300円、70歳以上…650円
- ▶申込み・問合せ 氏名・ふりがな、生年月日、希望受診日、日中連絡がつく電話番号を明らかにして、市ホームページの「電子申請」から申し込むか、電話か直接、健康課(☎75-1002)

クチン(ニューモバックス)を接種した人は対象外です。

▼接種方法 1回接種

▼必要品 接種料金2,300円(自己負担金)、医療保険証

▼接種場所 市内指定医療機関(15ページに記載の医療機関に直接予約してください。市外での接種を希望する場合は、事前に健康課へ連絡してください)

▼注意 平成30年度までは、各年度に65・70・75・80・85・90・95・

◆平成30年度までは、各年度に65・70・75・80・85・90・95・

100歳になる人が対象です。31年度からは65歳になる人だけが対象です。

◇高齢者肺炎球菌やインフルエンザの予防接種を続けて接種する場合は、接種した日の翌日から6日以上の間隔をあけてください。

はじめての
ウォーキング講座

▼対象 市内に住み、医師から運動を止められていない人

▼とき・ところ 11月7日(月)・14日(月)(全2回)、14時～16時、セラビーいこま

▼内容 楽しいウォーキング

の基礎講座(全て室内)

▼定員 30人(申込順)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 直接か電話で健康課(☎75・1002)

生駒市立病院の
公開医療講座

▼とき・ところ ①10月14日(金)14時～15時②21日(金)14時～15時③28日(金)14時～15時④28日(金)14時30分～15時、生駒市立病院

▼内容 ①同院栄養科副主任の森祐美子さんによる講演「体重管理で健康管理」

②同院消化器内科医長の田邊昭子さんによる講演「消化器内視鏡検査で分かる病気～痛くない内視鏡検査～」

③同院麻酔科医の平山果与子さんによる講演「アロマでより健康に～認知症の予防にも～」

④同院麻酔科部長の太田権守さんによる講演「分かりやすい麻酔の話～麻酔の全ての疑問にお答えします～」

▼定員 各100人(当日先着順)

▼費用 無料

▼問合せ 同院(☎72・1111)

高齢者インフルエンザ 予防接種が始まりました

12/31
まで

☎健康課(☎75-2255)

インフルエンザに対する抵抗力がつくまでに、接種後2週間程度かかり、効果が持続する期間は約5か月とされています。有効性を高めるためには、流行する前の12月中旬までに予防接種を受けておきましょう。

▶**対象** 接種時に生駒市に住民登録があり、①か②にあてはまる人

①65歳以上(接種時に満65歳以上の誕生日を迎えている人)

②60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能などに重度の障がいがある人

(主治医の意見書か身体障がい者手帳(1級)による事前の手続きが必要)

▶**必要品** 接種料金1,700円(自己負担金)、医療保険証



▶接種を希望する医療機関と手続き

市内の指定医療機関	指定医療機関に予約をとり、接種料金(自己負担金)と医療保険証を持って受けてください。
奈良県内の 他市町村の医療機関	接種前 に接種料金(自己負担金)と印鑑を持って健康課で手続きをしてください。代理人として、家族による手続きもできます。
奈良県外の医療機関 (入院・入所などやむをえず県外で生活をしている人など)	接種前 に印鑑を持って健康課で手続きをしてください。代理人として家族が手続きもできます。医療機関に接種料金を全額支払い、申請すると補助が受けられます。

▶指定医療機関(50音順) ※印の病院は、この医療機関に通院・入院中の人が対象です。

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
朝倉診療所	74-8533	米田医院	78-6332	松岡こどもクリニック	75-8712
阿部診療所	74-7277	阪倉クリニック	71-1111	マツオメディカルクリニック	70-0151
有山診療所	78-0075	佐道医院	73-4783	松宮医院	71-8700
いこま駅前クリニック	71-7222	沢井小児科医院	76-7311	溝口医院	78-6640
生駒市立病院	72-1111	鹿ノ台クリニック	78-5681	むねやす整形外科	73-7099
石井クリニック	76-2828	白庭病院	70-0022	山上内科医院	72-1300
いわもとクリニック	70-0830	杉本医院	78-1991	渡邊内科外科 クリニック	71-1480
稲田医院	75-4441	杉森内科胃腸科医院	73-5596	※上田耳鼻咽喉科・ アレルギー科クリニック	73-7537
植田医院	77-8013	田口クリニック	76-7117	※榎本レディースクリニック	72-1005
梅川医院	73-3373	竹内小児科医院	75-5147	※おおすみ整形外科	76-3553
宇山内科クリニック	84-7149	田中内科クリニック	74-7311	※木村泌尿器科クリニック	71-1176
エイコクリニック	71-6610	田原クリニック	78-1077	※近畿大学医学部 奈良病院	77-0880
大塚医院	78-6770	つばきもと医院	72-4300	※田中泌尿器科医院	75-2861
おおつかクリニック	73-1070	どいクリニック	71-8235	※東生駒病院	75-0011
カズクリニック	75-5525	友岡診療所	73-1881	※福田医院	73-6633
勝間内科医院	77-0670	西崎医院	73-2334	※まつやま整形外科 クリニック	71-8280
かなもと医院	78-3733	はぎはらクリニック	71-2720	※やました医院	71-8234
北浦医院東生駒診療所	74-1088	阪奈中央病院	74-8660	※友隣クリニック	71-1235
木下クリニック	76-2318	細井内科	71-6671		
久保診療所	76-5111	牧之段内科	74-0330		
倉病院	73-4888	松井小児科	74-2705		

接種料金(自己負担金)が無料になる場合があります ～接種前に免除申請手続きが必要です～

▶**対象** 市民税非課税世帯か生活保護世帯の人

▶**申込み** 接種前に申請書に必要事項を書いて押印し、直接か返信用封筒(宛先記入、82円切手を貼

付)を同封して郵送で健康課(〒630-0258 東新町1-3)。申請書は市ホームページからダウンロードするか、健康課や市内の各公共施設にあります。

近畿大学医学部奈良病院 の公開講座

▼とき・ところ 10月22日(土)
13時～14時30分、近畿大学
医学部奈良病院

▼内容 ①同院腎臓内科長の
美馬晶さんによる講演「あな
たの腎臓を守りたいー近大
奈良病院腎臓内科の取り組み」
②同院内視鏡部教授の
水野成人さんによる講演「消
化器内視鏡治療の進歩ーより
低侵襲な治療を目指してー」
▼費用 無料(申込不要)
▼問合せ 同院患者支援セン
ター 田花さん(☎77・088
0)

福祉



家族介護教室

▼対象 高齢者を介護してい
る家族など
▼とき・ところ ①10月15日
(土)②11月12日(土)、13時～15
時30分、デイサービスセン
ター 幸楽(北新町)
▼内容 普段介護をしている
人たちと、負担のない介助方

法や介護者のストレス解消
方法などを、講師から学び
直し、アドバイスを受けてみ
ませんか(1回だけの参加も
可)。

▼費用 無料
▼申込み・問合せ 生駒市社
会福祉協議会 デイサービス
センター 幸楽(☎74・333
3)

男性料理 手打ちそばにチャレンジ

▼対象 市内に住む、10月1
日現在で60歳以上か、心身
障がい者の男性(今年度の福
祉センター各種教室未参加
者を優先します)

▼とき・ところ 10月27日(木)
10時～12時30分、福祉センタ
ー

——生駒駅・東生駒駅から
無料送迎バスがあります。

▼内容 手打ちそば本来の風
味を手作りで味わいます。

▼定員 15人(抽選制)

▼費用 500円

▼申込み・問合せ はがき、電
話、ファクスかメールで住
所、氏名、生年月日、電話番
号、障がいの有無を明らかに
して10月18日(火)(必着)まで

に福祉センター(〒630-
0221、さつき台2丁目
6-1、☎73・07000、
73・02994、✉fukusi-
center@kc.nj.jp)

オストメイトの人への 個別相談会

▼対象 オストメイトの人(人
工肛門、人工膀胱を持つてい
る人)で悩みを持っている人

▼とき・ところ 11月1日(火)
9時～12時、奈良県文化会
館(奈良市登大路町)

▼内容 専門看護師や支部役
員、ストーマ装具業者による
相談会

▼費用 無料(申込不要)
▼問合せ 日本オストミー協
会奈良県支部の三田村さん
(☎0742・49・1839)

第2回「いごまつり」

▼とき・ところ 11月5日(土)
10時～15時、かざぐるま・吉
分小学校運動場

▼内容 地域住民参加型の祭
◇ステージ：近隣の保育園・中
高等学校による発表、太鼓演
奏、タンバリン奏者の田島隆
さん、馬頭琴奏者の春蘭さん
などの演奏

親子で遊びましょう



親子で遊びましょう

◇その他：エア遊具、ワーク
シヨップ、模擬店、フリーマ
ーケットなど

——駐車場が少ないため、公共
交通機関が当日運行している
生駒駅かざぐるま間の送迎
バスを利用してください。

▼問合せ かざぐるま(☎77・
9900)

子育て・教育



親子で体を動かしましょう

▼対象 平成26年4月2日以
降に生まれてひとり歩きがで
きる乳幼児とその保護者

▼とき・ところ 10月20日(木)
10時～11時30分、北コミュ
ニティセンター I S T A は
ばたき

▼内容 保育士といっしょに
ふれあい遊びを通して親子
の絆を深めましょう。

▼定員 10組(申込順。初めて
の人を優先)

親子で遊びましょう

▼費用 無料
▼申込み・問合せ 10月14日
(金)10時から電話で地域子育
て支援センター(☎74・39
99)

ファミリー・サポート 新規援助会員講習会

ファミリー・サポート事業
は、子育て中の人の活動を援助
するため、外出や授業参観・懇
談会などのときに子どもを一
時的に預けたい人(依頼会員)
と預かる人(援助会員)をコー
ディネイトする事業です。

▼対象 市内に住む心身とも
に健康な20歳以上で、子育
てを応援したい人

▼とき・ところ 11月15日(火)、
12月15日(木)、平成29年2月
16日(木)のいずれか1回受講、
10時～11時30分、子育て支
援総合センター たっち

▼内容 同事業の説明・ビデ
オ講習

▼費用 無料

▼その他 会員登録には、顔
写真(縦4cm×横3cm)2枚
と印鑑が必要です。

▼申込み・問合せ 事前に電
話でファミリー・サポート
(☎73・5552)

はじめての離乳食講習会

▼対象 平成28年6・7月に生まれた乳児(原則として第一子)の保護者

▼とき・ところ 11月1日(火) 9時45分～12時、セラビーいこま

▼内容 離乳食についての講義・調理実習、試食

▼必要品 母子健康手帳、エプロン、三角巾、タオル、筆記用具、食器用布巾

▼定員 30組(申込順)

▼費用 3000円

—— 託児が必要な人は申込時に伝えてください。

▼申込み・問合せ 10月11日

(火)から電話で健康課(☎75-1002)

小学校入学予定児の就学時健康診断

平成29年度に小学校へ入学予定の児童(平成22年4月2日～平成23年4月1日に生まれた人)の保護者に、就学時健康診断通知書を10月上旬に発送します。通知が届いたら、指定の日時と場所で開催される健康診断を受けてください。

おやこ広場の内容

とき	内容	担当者
11月4日(金)	・親子遊び ・市の子育て事業説明 ・交流会(仲間づくり)	保育士(子育て支援総合センター職員)、保健師
28日(月)	・予防接種について ・赤ちゃんの発達 ・妊婦さんとの交流会 ・わいわいトーク	保健師

◇いずれも13:30～15:30です。

おやこ広場

い場合は教育総務課へ連絡してください。
▼問合せ 教育総務課(内線626)

▼対象 平成28年6・7月に生まれた乳児とその保護者

▼必要品 筆記用具、バスタオル

▼定員 30組(申込順)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 10月11日

(火)から電話で健康課(☎75-1002)



妊婦さんにも、パパ・おじいちゃん・おばあちゃんにも

マタニティコンシェルジュが
出産・育児に寄り添います

妊娠・出産は、妊婦さん本人にとっても周りで支える家族にとっても大きな喜びですが、体の状態や生活環境が変わり、不安や戸惑いがつきもの。妊娠期から少しでも不安をなくし、生まれてくる赤ちゃんや家族も健やかに過ごせるよう、10月3日(月)からマタニティコンシェルジュがサポートします。

◆困ったことや気になることは次の3つのケースで相談できます(いずれも平日9:00～17:00)

ケース1

母子手帳交付時

医療機関で妊娠と診断されたら健康課へ来所してください。マタニティコンシェルジュが母子手帳の交付と、出産までのスケジュールを記したケアプランの案内や相談に応じます。



▲母子手帳(平成28年度のもの)

ケース3

来所相談

まずは電話で予約の上、健康課へお越しください。



ケース2

電話相談

匿名での相談も受け付けます。予期しない妊娠や誰にも相談できない内容も、安心して電話してください。

▶相談専用番号 ☎75-1175



妊婦本人以外の相談にも応じます

わたしたちがサポートします

父親としての子どもとの関わり方や孫育ての注意点など、妊婦の家族の相談にも応じます。支援の必要性が高い人や希望者は電話や訪問で継続的に支援します。



☎健康課(☎75-2255)

環境・エコ



環境フリーマーケットの出店者を募集

▼**対象** 市内に住む人で構成され、ごみの減量化やリサイクルに理解のある団体やグループ

——営利目的の団体、特定の政党・宗教・教団を支持する団体、その他主催者が不適当と認める団体は出店できません。

▼**とき・ところ** 11月13日(日) 10時～15時、高山サイエンスタウン(「いこま博2016」の一環で実施。雨天決行)

▼**内容** 家庭内の不用品で、食料品を除く一般家庭用品などの販売

——一人で持ち運びできるものに限ります。販売は出店者が行ってください。ブース位置は主催者が決定します。

▼**募集数** 40団体(抽選制)
▼**費用** 1ブース5000円 (ECCオンライン生駒の活動資金に充てます)

▼**申込み・問合せ** 市ホームページの環境フリーマーケット募集フォームか往復はがきに代表者の住所・氏名・ふりがな・日中連絡のつく電話番号を書いて、10月19日(水)(必着)までに環境保全課「環境フリーマーケット出店」係(〒630-0288、東新町8-38、内線356)

——前回(9月10日)の出店団体以外の応募者を優先します。1団体につき1通の応募とします。

お知らせ



「いこま夢リサイクル」の出演者を募集

▼**対象** 市内に住むか市内へ通勤・通学しているグループか個人(グループは、構成員の半数以上がこの条件に該当していることが必要。政治、宗教活動などを目的とする場合は不可)

▼**とき・ところ** 12月11日(日) 10時開演(リハーサルは12月10日(土)、たけまるホール)

▼**発表内容** 日本の各種舞踊、民謡、詩舞、カラオケ、和楽器、外国(洋楽)の各種ダンス、体操、楽器演奏、コーラスなど

——司会者も募集します。

▼**出演時間** グループ10分以内、個人5分以内

▼**定員** 38組(抽選制。グループ出演は一人2回、個人出演は一人1回までで、定員を超えた場合は市民文化祭の他の舞台発表不出演のグループ・個人を優先)

▼**その他** 詳しくは11月5日(土)にたけまるホールで行う事前説明会でお知らせします。出演順の抽選もします。

▼**申込み・問合せ** 往復はがきにグループ(個人)名、代表者の住所・氏名・ふりがな・電話番号、具体的な発表内容(分野)と演目、所要時間、出演人数、司会依頼の有無、司会希望の人は司会と書いて、10月13日(水)(必着)までに生涯学習課「夢リサイクル出演」係(〒630-0288、東新町8-38、内線649)

——1枚のはがきで1組しか申し込めません。

市民課の臨時受付

▼**とき・ところ** 10月23日(日) 8時30分～12時、市民課

▼**取扱業務** マイナンバーカードの申請・受け取り、住所の異動届、各種証明書の交付など

▼**必要品** 印鑑、本人確認書類

▼**マイナンバーカードの受取** マイナンバーカードの受け取りには、必ず本人が市民課窓口に来てください。

——15歳未満の人や成年被後見人はその法定代理人が同行してください。

▼**必要品** 交付通知書(はがき)、印鑑、本人確認書類、通知カード、住基カード(ある人だけ)

——本人確認書類は、運転免許証、パスポート、在留カードなど顔写真付きの公的なものは1点、健康保険証、年金手帳などの顔写真のないものは2点必要です(有効期限内で原本が必要。コピー不可)。

小・中学校の講師登録

▼**対象** 小・中学校の教員免許を持っている人

▼**採用方法** 登録者の中から、必要に応じて面接のうえ、臨時的に任用します。雇用期間は長期で6か月(以降契約更新の場合あり)、短期で6か月以内です。

▼**登録方法・問合せ** 市販の履歴書に写真を貼り、所有する免許状の写し(見込みの人は見込証明書)、免許状更新講習対象者は修了確認証明書を添付し、希望する校種(小・中学校の別)、常勤・非常勤の別など必要事項を記入して、直接か郵送で教育総務課(〒630-0288、東新町8-38、内線625)

オータムジャンボ宝くじ発売中!

収益金は地域住民の福祉向上のために使われます。県内の売り場でお買い求めください。

▼**発売期間** 10月14日(金)まで(売切れ次第終了)

▼**当選金** 1等・前後賞合わせて5億円(発売総額420億円・1等本数14本)

▼**販売価格** 1枚3000円

▼**問合せ** (公財)奈良県市町村振興協会(☎0744-298256)

イベントを盛り上げよう



花・緑まちづくりフェスタ イベントサポーター募集

11月13日(日)に開催する「花・緑まちづくりフェスタinふらむ」のお手伝いをしてもらえるイベントサポーターを募集します。

▼対象 市内に住む高校生以上

▼ところ 花のまちづくりセンターふらむ

▼とき・内容・人数

① 設営準備：11月12日(土)9時～16時頃、20人

② フェスタ当日の受付・会場の運営補助：11月13日(日)9時～16時頃、20人

—— 担当する内容はふらむらむで決めます。作業によっては力仕事も一部あります。

▼申込み・問合せ はがき、電話、ファクスかメールで住所、氏名・ふりがな、日中連絡のつく電話番号、参加希望日(①か②)を明らかにして、10月25日(火)(必着)までに花のまちづくりセンターふらむ「イベントサポーター募集」係(〒630-0122、真弓1丁目11-16、☎70-0187、☎70-0287、✉hanamachi@city.iko.ma.lg.jp)

所、氏名・ふりがな、日中連絡のつく電話番号、参加希望日(①か②)を明らかにして、10月25日(火)(必着)までに花のまちづくりセンターふらむ「イベントサポーター募集」係(〒630-0122、真弓1丁目11-16、☎70-0187、☎70-0287、✉hanamachi@city.iko.ma.lg.jp)

▼とき・ところ 10月14日(金) 28日(金)の8時30分～17時15分に都市計画課

▼変更する区域 南田原町の一部、山崎町の一部、老分町の一部

▼意見の提出方法・問合せ この変更案について意見のある人は、住所、氏名、年齢、職業、連絡先と案についての意見の要旨とその理由を記載した文書一通を、生駒市長宛てで、10月28日(金)(必着)までに直接か郵送で都市計画課(〒630-010288、東新町8-38、内線565)へ送付してください。縦覧図書は市ホームページでも閲覧できます。

生駒市立病院からのお知らせ

■外来診察のお知らせ

外来診察の時間や曜日などは、右表のとおりです。詳しくは、同院のホームページをご覧ください。



—— 診療時間などが変更になる場合があります。詳しくは同院へ直接問い合わせてください。

▶ 問合せ 同院(☎72-1111)

■小児科に 新任医師が着任

9月から、小児科に石浦嘉人医師が着任しました。



小児科医師の石浦嘉人さん

市立病院 外来診察表

(9月1日現在)

診療時間	診療科	月	火	水	木	金	土
午前診療 (9:00~12:00)	内科	○	○	○	○	○	○
	消化器内科	○	○	○	×	(胃腸科)	×
	循環器内科	○	○	○	○	○	×
	外科	○	○	○	○	○	○
	形成外科	○	×	○	(9:30から)	○	(第3週)
	整形外科	×	○	×	○	×	○
	がん治療相談 外来	×	○	×	×	×	×
	小児科	○	○	○	○	○	×
	腎臓泌尿器科	○	×	○	○	○	(第2・3週)
	産婦人科	○	○	○	○	○	○
午後診療 (14:00~16:00)	脳神経外科	×	×	×	(9:30から)	○	×
	リハビリテーション科	○	×	○	○	×	×
	腎臓泌尿器科	×	×	(第2・4週、予約制)	×	×	×
	脳神経外科	×	×	(13:00~16:00)	×	×	×
夕方診療 (17:00~19:00)	総合診療科	○	○	○	○	○	×

**10月17日～23日は
行政相談週間です**

10月17日(月)～23日(日)は「行政相談週間」です。登記・年金・保険・雇用など、国や自治体の仕事で分からないことや困りごとがあれば、行政相談委員に相談してください。詳細は、21ページを確認してください。

▼問合せ 防災安全課(内線364)

**遊休農地を利用して
野菜を作りませんか**

遊休農地を菜園として管理・耕作したい人を募集します。

▼対象 非農家で適切に農地の維持管理ができる人、環境保全などを目的とした活動を行っている民間非営利団体(NPO)

▼場所筆数 農業者から貸出の申し出があった登録農地16筆(9月末現在で高山5筆、南田原2筆、萩原1筆、小平尾8筆)

▼利用期間 最長5年(1年ごとに更新。貸出農家の意向で短縮される場合があります)

▼費用 無料

おいしい野菜を作ろう



▼申込み・問合せ 経済振興課で随時、事業概要と注意事項などの説明・面談をします。その後、各自で現地を調査し、利用希望者登録申込書と管理計画書を、10月25日(火)までに直接、同課(内線325)

——新たに農地の貸出を希望する農家の人も随時募集しています。詳しくは問い合わせてください。

**義援金に
ご協力をお願いします**

義援金にご協力ありがとうございます。8月31日時点で協力いただいた団体名と金額をお知らせします(敬称略。今後、順次掲載)。

▼問合せ 高齢施策課(内線764)

■平成28年熊本地震災害
▼義援金額 156万3996
3円

▼協力団体

中谷章子さん



められた功績を讃えられ、法務人権擁護委員として長年務

**法務大臣感謝状授与
おめでとうございませ**



このコーナーでは、本市が募集したポスターや標語の入選作品、各種大会やコンクールに市を代表して出場する市民などを紹介します。

- ◇生駒剣友会
- ◇ガールスカウト奈良県第22団シニア部門
- ◇いこま寿大学学生委員会・社会貢献部会
- ◇理容組合 生駒支部
- ◇谷田町自治会
- ◇医療法人社団松下会
- ◇ナチュラルシンフォニー
- 東日本大震災
▼義援金額 2849万8691円

市税コーナー

市税の納付は口座振替が便利です

市税の納付は口座振替をお勧めします。一度申し込むと、翌年度以降も自動的に継続します。引き落とし日は各納期の納期限の日です。

▶利用できる金融機関 南都銀行、みずほ銀行、三菱東京UFJ銀行、三井住友銀行、りそな銀行、京都銀行、近畿大阪銀行、三菱UFJ信託銀行、三井住友信託銀行、関西アーバン銀行、京都中央信用金庫、奈良信用金庫、大和信用金庫、近畿労働金庫、奈良県農業協同組合、ゆうちょ銀行

圃収税課(内線293)

平成28年度下半期 納期カレンダー

税目	月	10	11	12	1	2	3
市・県民税(普通徴収)	3期	10/31		4期			
固定資産税			3期		4期		
都市計画税			11/30		1/31		
国保税(普通徴収)	4期	10/31	5期	6期	7期	8期	9期
			11/30	1/4	1/31	2/28	3/31

多額の寄附により、生駒市の発展と市民福祉の向上に多大な貢献をされた功績を讃え

**市民功労表彰
おめでとうございませ**

大臣からの感謝状が伝達されました。併せて行政功労表彰を授与しました。

◇中谷章子さん
▼問合せ 秘書課(内線204)

山際正剛さん



て、市民功労表彰を授与しました。

◇山際正剛さん
▼問合せ 秘書課(内線204)

困ったときは、ここに相談



このコーナーは偶数月の1日号に掲載します。相談は無料で、秘密は固く守られます。相談日、相談時間などは変更になる場合がありますので、事前に電話で確認のうえ利用してください。

相談	相談の内容	とき・ところ	予約	予約・問合せ
法律	弁護士による、法令知識により解決しなければならぬ問題の相談	毎週金曜日と第2・第4火曜日の13:00~16:10、市役所市民相談室 第2木曜日の13:00~16:00、市役所市民相談室	1週間前から	防災安全課 (内線364)
行政	行政相談委員による、国、県、市などの行政に対する苦情や要望についての相談	第3木曜日の9:30~11:30 偶数月は南コミュニティセンターせせらぎ 奇数月は北コミュニティセンターISTAはばたき	-	防災安全課 (内線364)
暴力	警察からの相談員による、暴力団のいやがらせや暴力被害などに関する相談	第1火曜日の9:00~12:00、市役所市民相談室	-	防災安全課 (内線364)
人権	人権擁護委員による、人権の侵害、差別問題などに関する相談	10月18日(火)、11月15日(火)、市役所3階相談室、12月6日(火)市役所4階会議室、10:00~15:00	1週間前から	人権施策課 (内線312)
税務	税理士による税務相談(相続税、贈与税、遺産整理に関する相談を含む)	第2火曜日・第3木曜日の13:00~16:00、課税課(市役所1階13番窓口)。確定申告の時期を除く	月初め~当日15時	課税課 (内線283)
消費生活	消費生活専門相談員による、訪問販売の契約トラブルや多重債務に関する相談	月~金曜日の9:00~16:30 消費生活センター(生駒セイセイビル1階)	-	消費生活センター (☎73-0550)
心配ごと	民生・児童委員による、日常生活上の心配ごとや悩みごとなどに関する相談	毎週木曜日の受付は13:00~16:00、社会福祉協議会(生駒セイセイビル4階)	-	社会福祉協議会 (☎75-0234)
家庭児童(虐待)	家庭相談員による18歳未満の児童の学校生活、心身障がい、非行などや、家庭での心配ごと、児童虐待などの相談	月~金曜日の9:00~17:00 こどもサポートセンターゆう	-	こどもサポートセンターゆう (☎73-1005)
子育て	家庭相談員による、子育てや子どもの発育に関する相談、子育て情報の提供	月~金曜日の9:00~17:00 こどもサポートセンターゆう	-	ゆう子育て相談ダイヤル (☎73-1003)
母子・父子・寡婦の貸付制度	奈良県母子・父子自立支援員による、貸付に関する相談	第1・第3水曜日の9:00~17:00 こども課(市役所2階17番窓口)	要予約	こども課 (内線775)
ひとり親就職相談	専門の相談員による、児童扶養手当を受給している人を対象にした就職相談	毎月第3水曜日の10:00~16:00 市役所市民相談室	要予約	こども課 (内線775)
健康	保健師による、生活習慣病などの健康に関するあらゆる相談	月~金曜日の9:00~16:00 健康課(セラビーいこま2階)	-	健康課 (☎75-2255)
栄養	栄養士による食生活や栄養に関する相談	第2・第4火曜日の13:00~15:00 健康課(セラビーいこま3階)	前日正午まで	健康課 (☎75-2255)
教育青少年	教育相談員などによる、いじめや不登校、発達障がいなど、学校教育に関する相談や、青少年の悩みや問題に関する相談	月~金曜日の9:00~16:30、教育相談室(教育支援施設(北新町)1階)(メールでの相談は随時☎ sodan@ed.city.ikoma.nara.jp)	随時	教育相談室 (☎74-5571)
女性	女性相談員による、女性が抱えている問題や悩みについての相談 女性弁護士による、女性のための法律相談(面接)	火~土曜日の9:00~16:00 男女共同参画プラザ(生駒セイセイビル1階) 毎月第3水曜日の13:00~16:00、男女共同参画プラザ(生駒セイセイビル1階)	面接は要予約 1週間前から	男女共同参画プラザ (☎73-0556)
子育て女性就職相談	専門の相談員による就職相談・仕事と子育ての両立に役立つ情報提供	毎月第3水曜日の9:00~12:00、コミュニティセンター(生駒セイセイビル2階)	要予約	県子育て女性就職相談窓口 (☎0742-24-1150)
市民公益活動(ボランティアなど)	ららポートのコーディネーターによる、市民公益活動(ボランティアなど)に関する相談、登録団体などの情報提供	月~土曜日の9:00~17:00 市民活動推進センターららポート	-	市民活動推進センターららポート (☎75-6000)
職業	職業相談員による、職業の紹介、雇用・労働に関する相談。コンピュータによる求人情報の検索もできます。	月~金曜日の8:30~17:00 生駒市ふるさとハローワーク(生駒セイセイビル4階)	-	生駒市ふるさとハローワーク (☎73-1105)
福祉関係の職業	奈良県福祉人材センターの職員による資格取得や求人情報などの就業相談	第2火曜日の13:00~15:00、介護保険課窓口	-	介護保険課 (内線485)
認知症	認知症地域支援推進員による、認知症の不安や心配ごとに関する電話相談	月~金曜日の8:45~17:00 認知症専用相談ダイヤル(☎75-3020)	-	高齢施策課 (内線769)
障がい者の職業	なら西和障害者就業・生活支援センターライクの職員による、障がいのある人の就労や働くことに関する相談	第4金曜日の9:00~12:00 コミュニティセンター(生駒セイセイビル2階)	随時	なら西和障害者就業・生活支援センターライク (☎0743-85-7702)
生活困窮者の自立相談	自立支援相談員による、生活や就労、その他の自立に関する相談	月~金曜日の9:00~17:00、くらしとしごと支援センター(生駒セイセイビル4階)	-	くらしとしごと支援センター (☎0120-883-132)
権利擁護	弁護士による高齢者・障がい者を対象とした法律相談 司法書士・社会福祉士による成年後見制度の相談	原則として毎月第2・4木曜日の13:30~15:30 権利擁護支援センター(福祉センター内) 毎月第3木曜日の13:30~15:30 権利擁護支援センター(福祉センター内)	要予約	権利擁護支援センター (☎73-0780)
住宅(耐震・リフォーム)	建築士による、住宅の耐震やリフォームに関する相談	毎月第3木曜日の13:00~16:00、市役所会議室	3日前までに	建築課 (内線594)
空き家	NPO法人空き家コンシェルジュによる空き家の維持管理・利活用の相談	奇数月第2水曜日13:00~16:00、市役所会議室	5日前までに	建築課 (内線597)
景観まちづくり	建築物などの色彩やデザイン、景観形成のための取組に関する相談	毎月1回(不定期)、市役所会議室	随時	みどり公園課 (内線585)
若者自立	若者サポートステーションの相談員による、ニート・引きこもり・不登校や就職に関する相談	土曜日(不定期)の10:00~17:00、コミュニティセンター(詳しくは、市ホームページ)	要予約	生涯学習課 (内線647)

最近、物忘れが気になる人はご注目！

歩いて・旅して 元気になろう

2つの
認知症予防教室
がスタート

65歳以上の
参加者募集

岡高齢施策課地域包括ケア推進室(☎0743-74-1111、内線487)

年齢を重ねるにつれて誰もがかかる可能性がある「認知症」。出来事を記憶して思い出す「エピソード記憶」、2つ以上のことに同時に注意を配る「注意分割機能」、段取りを考えて行動する「計画力」の脳にたいせつな3つの機能を鍛えるため、新しく2つのプログラムをスタートします。

なかなか一人では続けることが難しくても、仲間と楽しみながら脳を活性化することを習慣にしませんか。——プログラム終了後もグループで自主的に活動を続けてもらいます。



自分にあったペースで目指せ1日30分の早歩き ウォーキングプログラム

1日30分の早歩きを週5日できることを目標に、6人程度でグループになり、ウォーキングをしましょう。有酸素運動であるウォーキングは脳の血流量を増やし、体力維持にも効果的。自分たちに合った目標を立てたり、ウォーキングイベントを計画したりしながら楽しみましょう。

- ▶対象 15分程度の連続した歩行ができる65歳以上で、原則、毎回出席できる人
- ▶とき・ところ 11月10日～平成29年3月2日の毎週木曜日の10:00～11:30(全16回)、コミュニティセンター
- ▶必要品 動きやすい服装、飲み物、タオル、万歩計
- ▶定員 12人(抽選制)
- ▶費用 無料
- ▶申込み 10月11日(火)～21日(金)に電話か直接、同室

目的地はどこにする？みんなでわいわい旅に出よう

旅行プログラム

6人程度でグループを組み、自分たちで行き先を決めましょう。旅先の情報を調べたり、過去の思い出を話したりしながら、旅のプランを考えます。12月、平成29年2月には旅行に出かけ、旅行後には記録を作り、みんなで思い出を共有しましょう。

- ▶対象 原則、毎回出席できる65歳以上の人
- ▶とき・ところ 11月7日～平成29年3月6日の毎週月曜日の10:00～11:30(全16回)、コミュニティセンター
- ▶定員 12人(抽選制)
- ▶費用 無料(旅行代は実費)
- ▶申込み 10月11日(火)～21日(金)に電話か直接、同室

