

広報



ちはやあかさか

平成27年(2015) 2月号

新成人46人が大人の仲間入り

祝 千早赤阪村成人式



▲千早赤阪村成人式 (10ページに関連記事)

2015

2

No. 493

主な
内容

お知らせ…………… 2

みんなのひろば…………… 10



募集

役場非常勤職員の登録募集

● 一般事務

仕事 事務補助（ワード・エクセルの基本操作ができる人）

● 清掃

仕事 庁舎、保健センターなどの清掃

▼ 共通事項

給与 時給860円

勤務場所 役場、保健センターなど

期間 4月1日（水）～平成28年3月31日（木）

休日 土曜、日曜、祝日、年末

年始（一般事務は週3、4日程度の勤務、清掃は週5日で短時間勤務）

交通費 別途規定により支給

応募 登録申請書（写真貼付）を郵送または持参

※提出書類は、返却できません。

※登録書の様式は、村ホームページ

※登録書の様式は、村ホームページ

ジからダウンロードまたは人事財政課で入手できます。

任用 必要に応じて書類選考および面接の上、決定します。

※すべての人が採用されるわけではありません。連絡がない場合もありますので、ご了承ください。

応募期間 2月13日（金）まで

（問い合わせ）人事財政課

意見募集

子ども子育て支援 高齢者・介護保険・障がい福祉の計画案にあなただの意見を

村では、子ども・子育て支援、高齢者・介護保険・障がい福祉の計画策定に向け協議しています。

このたび、それぞれの計画案がまとまりましたので、村民の皆さんから広くご意見をいただきました。きたくパブリックコメント（意見募集）を実施します。

公共施設のごあんない

- 千早赤阪村役場 …… ☎⑦0081
 - 小吹台連絡所 …… ☎⑦7600
 - 防災行政無線テレホンガイド …… ☎⑦1388
 - くすのきホール（教育委員会事務局）
 - ・教育課 …… ☎⑦1300
 - 村立郷土資料館 …… ☎⑦1588
 - B&G 海洋センター …… ☎⑦7183
 - 学校給食センター …… ☎⑦1112
 - いきいきサロン
 - ・やまゆり …… ☎⑦7005
 - ・くすのき …… ☎⑦1705
 - 保健センター
 - ・健康福祉課 …… ☎⑦0069
 - ・村国保診療所 …… ☎⑦0038
 - ・村社会福祉協議会 …… ☎⑦0294
 - 金剛山ロープウェイ
 - ・千早駅 …… ☎⑦40128
 - 村営宿泊施設
 - ・香楠荘 …… ☎⑦40321
 - 富田林市消防署
 - 千早赤阪分署 …… ☎⑦1755
- ※各施設の休館日についてはお問い合わせください。

資料の閲覧および募集期間

◎千早赤阪村子ども・子育て支援事業計画案

◎千早赤阪村高齢者保健福祉計画及び介護保険事業計画（第6期）案

2月3日（火）～16日（月）

◎千早赤阪村障がい福祉計画（第4期）案

2月20日（金）～3月6日（金）

閲覧時間 午前9時～午後5時30分（休日や休館日は各施設に問い合わせください。）

閲覧場所 役場（本庁舎1階情報公開コーナー）、小吹台連絡所、保健センター、くすのきホール、B&G 海洋センター、いきいきサロン（やまゆり・くすのき）、こごせ幼稚園およびびんき保育園（子ども・子育て支援事業計画案のみ）、村ホームページ

応募方法 所定の意見記入用紙に氏名・年齢・電話番号・意見を記載し、持参や郵送（当日消印有効）、FAX、Eメールのいずれかの方法で応募してください。

※所定の様式は、各閲覧場所にあります。村のホームページからもダウンロードできます。

応募先

千早赤阪村健康福祉課

〒585-8501

千早赤阪村大字水分180番地

☎⑦0081 ⑧⑦2021

Eメール

iken@vill.chinayaakasaka.osakajp

（問い合わせ）健康福祉課（福祉）

環境衛生

2月は生活排水対策推進月間

川などの水が汚れる原因の約8割がトイレや台所、お風呂、洗濯など日常生活から出る「生活排水」です。この生活排水の影響は、河川流量が減少する冬期に大きくなります。

大阪府では2月を「生活排水対策推進月間」とし、ご家庭からの生活排水をできるだけ汚さ

ずに流すための工夫を呼びかけています。

また、下水道を利用できる地域では下水道への接続を、当面下水道の整備が見込まれない地域では、合併処理浄化槽の設置をお願いします。

みんなで水澄まし術

・食器や鍋の汚れは、紙などで拭き取ったり、ヘラでかき取ってから洗いましょう。

・味噌汁、スープ、飲み物などは必要な分だけつくり、残り物を流さないようにしましょう。

・油は使い切る工夫をし、捨てる場合は、流しに流さずに古新聞紙に吸い込ませたり、固形化するなどしまししょう。

・石けん、洗剤、シャンプーなどは適量を使いましょう。

大阪府生活排水対策に関するホームページ

http://www.pref.osaka.jp/kankyochozen/seihai/

（問い合わせ）住民課（環境衛生）

http://www.pref.osaka.jp/kankyochozen/seihai/

（問い合わせ）住民課（環境衛生）

http://www.pref.osaka.jp/kankyochozen/seihai/

（問い合わせ）住民課（環境衛生）

http://www.pref.osaka.jp/kankyochozen/seihai/

（問い合わせ）住民課（環境衛生）

税

**村・府民税の申告期間は
2月16日から3月16日です**

村役場での申告受付は次のとおりです。

	月 日	時 間	場 所
受付期間	2月16日(月)～ 3月16日(月)	午前9時～ 午後5時30分	役場総務課 税務担当
出張受付	2月17日(火)	午前9時～正午	千早老人憩いの家
	2月17日(火)	午後1時～4時	下東阪老人憩いの家
	2月18日(水)	午前9時30分～ 午後5時	コミュニティホール (千早小吹台小学校内)

※コミュニティホール会場は、例年午前中が大変混み合いますので、午後からの利用も検討ください。

富田林務署からのお知らせ

1. 申告と納税は、お早めに！
(1) 申告期限、納期限などについて

平成26年分の申告期限、納期限などは次のとおりです。

税目など	申告期限	納期限	口座振替日
所得税および復興特別所得税	3月16日(月)	3期分	3月16日(月)
		延納分	6月1日(月)
消費税 事業者消費税 個人消費地	3月31日(火)	3月31日(火)	4月23日(木)
贈与税	3月16日(月)	3月16日(月)	

※申告受付についての詳細は、広報紙1月号をご覧ください。
※なお、申告期間中は確定申告も受け付けしますが、医療費控除、住宅借入金等特別控除、配当所得、譲渡所得、山林所得および雑損控除などの申告は村では受け付けしません。「すばるホール」会場で申告してください。
(問い合わせ) 総務課(税務)

申告書などは、e-Tax(国税電子申告・納税システム)による送信、郵便や信書便による送付または税務署の時間外文書収受箱への投函により、提出することができます。
納税には、自身の預貯金口座から自動的に納税できる安全・確実・便利な振替納税またはダイレクト納付を利用ください。

なお、納付書で納付を行う場合には、納期限までに現金に納付書を添えて金融機関(日本銀行蔵人代理店)または住所所在地の所轄税務署の納税窓口で納付ください。納付書は申告会場または税務署に用意してあります。

※申告書の提出後に、納付書の送付や納税通知書などによるお知らせはありません。

※納付が納期限に遅れた場合または残高不足などにより口座振替ができなかった場合には、納期限の翌日から納付日までの延滞税を納付する必要があります。

(2) 確定申告会場について
富田林務署の確定申告会場は、「すばるホール」です。また、会場の開設期間は2月4日(水)から3月16日(月)午前9時から午後5時です(土・日・祝日を除く。ただし、2月22日(日)および3月1日(日)は開設しません)。

※申告期限間際は混雑が予想されますので、申告は早めにお済ませください。

※確定申告会場は混雑が予想されますので、なるべく午後4時ごろまでにお越しください。なお、混雑状況などによって、申告相談の受付を午後5時より前に終了する場合があります。また、「申告書等の受付」および「用紙の交付」は、

午後5時まで行っています。
※「すばるホール」では、納付手続、納税証明書の発行および相続税の相談は行っていません。
(3) 申告書の提出について
インターネットを利用される人は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で、画面の案内に従って金額などを入力すると、所得金額や税額が自動計算され、申告書や青色申告決算書などが作成できます。
さらに、作成したデータはそのままe-Taxを利用して送信することができ、ほか、印刷して税務署に郵送などで提出することができ、大変便利です。
また、確定申告会場では、職員が助言をさせていただきます。
会場にお越しの際は、関係書類や前年分の申告書の控えなどを持参ください。
※「にせ税理士」に十分注意してください。

2. 年金所得者の申告手続の簡素化について

平成23年分の確定申告から、公的年金などに係る雑所得を有する人で、公的年金などの収入金額が400万円以下であり、かつ、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が

20万円以下である場合には、所得税および復興特別所得税について確定申告を提出することを要しないこととなりました。

※この場合であっても、医療費控除などによる所得税および復興特別所得税の還付を受けるための確定申告書を提出することができます。

※所得税および復興特別所得税の確定申告が不要となった場合でも、各種所得控除を受けるために住民税の申告が必要となる場合があります(年金から天引きされたもの以外に健康保険料を支払っているなど)。

(問い合わせ) 富田林務署
☎ 3281

入札

入札参加資格審査申請受付

平成27・28年度の入札参加資格申請書(物品・役務)を受け付けます。

申請を希望する人は、村のホームページに掲載している提出要領に基づき申請してください。
受付期間
2月2日(月)～16日(月)

(受付・問い合わせ) 総務課

ちほやあかさか食育通信

「村野菜、食べへんかい？」



健康ちほやあかさか21
イメージキャラクター

私たちの体がその季節に必要な栄養成分は旬の野菜に含まれています。春は冬に蓄えていた不要な物を出す時期です。そのため、春野菜には代謝の促進や疲労回復に関与するビタミンが豊富に含まれています。今回は春野菜の働きについて紹介します。

玉ねぎ

玉ねぎに含まれる「硫化アリル」という成分は、玉ねぎ特有のにおいの成分です。また、玉ねぎを切ると涙が出るのもこの成分のためです。「硫化アリル」の特徴を3つ紹介します。

- 1つめは、体の中にある余分な毒素を排出することです。そのため、がん予防になります。
- 2つめは、血液中のコレステロールの代謝を促進するので、血液がサラサラになると言われています。
- 3つめは、加熱すると甘味成分に変化することです。煮込み料理などには、先に玉ねぎを炒めてから煮込むことで辛味成分を減らし、より甘く感じるようになります。

アスパラガス

アスパラガスには、体内の老廃物の処理に関与する「アスパ

ラギン酸」が豊富に含まれており、疲労回復に効果があります。

また、赤血球を作る過程で必要となる「葉酸」が含まれているので、貧血予防にも効果的です。切つてゆでると、栄養成分が溶け出やすいので、長いままゆでることがポイントです。

春菊

春菊には肌荒れを改善してくれる「β-カロテン」「食物繊維」「ビタミンC」が多く含まれています。

「β-カロテン」は、肌の角質化を防ぐ作用があるので、肌荒れや乾燥肌を防止します。

「食物繊維」は、便秘を解消して、吹き出ものトラブルを改善する働きがあります。「ビタミンC」は、シミ・そばかすの原因になる酵素の働きを阻害します。また、コラーゲンを作る手助けをするので、肌ハリを持たせる効果があります。他に抗酸化作用といって、老化の原因といわれる活性酸素を抑える働きがあります。

旬の野菜は、新鮮なうちに調理をしたり、アクを抜き過ぎないようにしたり、春野菜らしい苦味や香りを生かして調理してみたいかがでしょうか。春野菜のデトックス（解毒）効果で、心も体もスッキリしましょう。
（健康福祉課 管理栄養士）

健康

「今から始める！健康力UP術」 参加者募集

健康でいられる力をUP（アップ）するために、今から始められる食事や運動の秘術を教えます。

場所 保健センター

対象 おおむね40〜65歳の人員

定員 15人（初回の人優先、先着順）

費用 初回300円（2回目以降の人は150円）

※調理実習日は別途食材費400円が必要です。

※テーマや内容が変更になる場合がございますのでご了承ください。

※参加決定者には詳しい内容を後日送付します。

★健康的な若さキープ術
「若さをキープできるウォーキング術」〈運動実技〉

日時 2月17日（火）

午前10時〜正午

「若さキープのためのヘルシー料理」〈実演見学・試食〉

日時 2月24日（火）

午前10時〜正午

★健康力グレードアップ術
「あなたの体 グレードアップ術」〈運動実技〉

日時 2月24日（火）

午前10時〜正午

・巻きとんかつ

・アレンジポテサラ

日時 2月24日（火）

午前10時〜正午

★健康力グレードアップ術
「あなたの体 グレードアップ術」〈運動実技〉

日時 3月17日（火）

午前10時〜正午

「うちのごはん 簡単グレードアップ術」〈調理実習〉

・揚げない酢豚

・温野菜の中華和え

・レタスと卵のスープ

日時 3月24日（火）

午前9時30分〜午後1時ごろ
〈申し込み・問い合わせ〉
健康福祉課（健康）

村の郷土食お料理教室 参加者募集（保育つき）

村の各地域や家庭には、地元で採れた旬の野菜を使った郷土料理や、行事の時に食べる伝統料理がたくさんあります。千早地区は、昭和30年ごろまで、凍り豆腐の有名な産地でした。村の郷土食である「粉豆腐」をおいしくアレンジした料理や村に伝わる自慢の味を作ってみませんか？

日時 2月26日（木）

午前9時30分〜午後1時

場所 保健センター

内容 ①粉豆腐の煮物（郷土食）

②三色丼

③ほうれん草の白和え

※②・③は粉豆腐でのアレンジ料理です。

定員 各回12人（先着順）

※事前申し込みが必要です。

※参加決定者には後日詳しい案内を送付します。

※保育を希望する人は、2月12日（木）までに申し込みください（先着順で3人まで）。

〈申し込み・問い合わせ〉
健康福祉課（健康）

予防接種のお忘れはありませんか

麻しん風しん（MR）2期予防接種で今年度の対象者が無料で接種できる期間は3月31日（火）までです。今年度の対象者は平成20年4月2日〜平成21年4月1日生まれの人です。

4月以降に接種しても無料にはなりませんので、過去に麻しん風しんにかかったことが明らかでない人は、予防接種を受けましょう。

〈問い合わせ〉健康福祉課（健康）

今年度の大腸がん検診（無料クーポン券対象者）の個別検診は2月末で終了です

大腸がん検診は便潜血検査により、腸からの出血の有無を調べるものです。村では、大腸がん検診の無料クーポン券対象者（国で定められた40〜60歳の5歳刻みの節目年齢）に限り、村内の指定医療機関や郵送などで個別検診を受けることができます。日本人の大腸がん罹患率は年

々上昇傾向にあり、自分では気が付かないうちに進行してしまいがんのひとつです。異常を早期に発見するために、年に1回の大腸がん検診を受けましょう。個別検診の受診にあたっては、事前に保健センターに申し込みが必要で

す。なお、無料クーポン券対象者には平成26年4月にクーポン券を郵送しています。万一、紛失した場合は保健センターに相談ください。
検診実施期間
2月28日(土)まで

〈申し込み・問い合わせ〉

健康福祉課(健康)

子宮頸がん検診が指定医療機関で受診できるのは2月末までです

子宮頸がん検診は、やや苦痛を伴う検査である上、生理中は検査ができないこともあり、集団検診を受けたことのない人も多いのではないかと思います。

村では、一人でも多くの人に子宮頸がん検診を受診していただけるよう、より受診しやすい環境をめざし、平成26年度から富田林医師会管内の産婦人科6か所に委託し、各医療機関の診療時間内に検診を受診できるようにしました。まだ受けたことのない人も、この機会にぜひ検

介護保険料の納付

平成26年度第1号介護保険料の第11期(2月分)口座振替は、2月25日(水)です。〈問い合わせ〉

診を受けてください。

なお、受診にあたっては、事前に保健センターに申し込みが必要で

検診実施期間

2月28日(土)まで

対象 受診日現在、20歳以上の和暦で奇数年生まれの人

※ただし、偶数年生まれでも昨年度受診していない人は受診できます。

内容 内診・子宮頸部細胞診(子宮体部細胞診は必要者のみ実施可能)

受診できる回数

2年(年度)に1回

受診料 1千円

〈申し込み・問い合わせ〉

健康福祉課(健康)

後期高齢者医療

一定の障がいのある65歳から74歳の人も後期高齢者医療制度に加入できます

65歳から74歳の人で、次の①から④のいずれかに該当する人は、大阪府後期高齢者医療広域連合に障がい認定の申請をし、認定を受けると、後期高齢者医療制度に加入することができます(現在加入している健康保険の脱退の手続きが必要になります)。

①国民年金法などにおける障害

年金1・2級の人

②身体障害者手帳1・2・3級および4級の一部の人

③精神障害者保健福祉手帳1・2級の人

④療育手帳Aの人

また、後期高齢者医療制度に加入している65歳から74歳の方は、75歳の誕生日までであれば撤回(資格喪失)をすることができます。

申請方法など、詳しくは問い合わせください。

〈問い合わせ〉

・住民課(後期高齢)

・大阪府後期高齢者医療広域連合資格管理課

☎06(4790)2028

「後期高齢者医療制度の高額療養費」確定申告の医療費控除のために

後期高齢者医療制度では、12月に診療を受けた分の高額療養費の振り込みは3月末に行う予定です。

確定申告の医療費控除などのために、事前に12月診療分の高額療養費支給見込み額が必要な人は、2月下旬以降に広域連合へ問い合わせください。

ただし、見込み額での回答となりますので、修正申告の必要な場合があります。

〈問い合わせ〉大阪府後期高齢

者医療広域連合給付課
☎06(4790)2031

福祉

高齢者の障害者控除対象者認定申請

身体障害者手帳などを有している人は、障害者控除または特別障害者控除を受けることができます。現在、65歳以上でこれらの手帳を有していない人でも、介護保険で要介護認定を受け、要介護1以上で認知症高齢者の日常生活自立度がⅡ以上、または、障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)がA以上の人は、所得税や村・府民税の障害者控除を受けることができます。

この障害者控除を受けるためには、確定申告の際に認定証が必要ですので健康福祉課へ申請してください。

〈問い合わせ〉健康福祉課(福祉)

一部自己負担額を軽減します

老人医療(一部負担金相当額等一部助成)医療証(黄色)、障がい者医療証(オレンジ色)、ひとり親家庭医療証(桃色)、子ども医療証(うす橙色)をお持ちの人は、1医療機関あたり1日につき最大500円(月2

日を限度、入院・歯科別)を医療機関の窓口でお支払いいただいておりますが、1か月の間に医療機関へ支払った一部自己負担額が、『2500円』を超えたときは、申請により超過分を払い戻します。

なお、領収書がないとお返しできません。医療機関で一部自己負担額を支払ったときは、必ず領収書などを受け取ってください。

申請に必要なもの

・1か月の間に医療機関の窓口で支払った額のわかるもの(領収書など)・印鑑・振込先がわかるもの・医療証

〈問い合わせ〉住民課(福祉医療)

上下水道

新規指定工事業者(上下水道)

新たに次の1業者を村給水装置工事業者に指定しました(合計74業者)。

給水装置工事の申し込み、修繕などは、指定工事業者へ依頼してください。

業者名 岩田設備工業
所在地 奈良県御所市大字三室650番地1

☎0745③2329

〈問い合わせ〉上下水道課

催し

おはなし会

日時 2月26日(木)

午後2時30分～50分

場所 こごせ幼稚園遊戯室

対象 幼児(保護者同伴)

内容 ボランティアによる絵本の読み聞かせ

費用 無料

ひなまつりおはなし会

日時 2月26日(木)

午後3時～4時

場所 くすのきホール図書室

対象 幼児(保護者同伴)

内容 ボランティアによる絵本の読み聞かせ

・おひなさま飾り制作

定員 10人(先着順)

費用 無料

〈問い合わせ〉

教育課 ☎721300

なかよし作品展

南河内地区小・中学校の支援学級と大阪府立富田林・藤井寺両支援学校の児童・生徒の作品を一堂に集めた「なかよし作品展」を開催します。

日時 2月18日(水)～20日(金)

午前9時～午後8時

※20日(金)は午後3時まで

場所 すばるホール3階展示室

主催 南河内地区小・中学校支援教育研究会
〈問い合わせ〉
教育課 ☎721300

子育て

2月は児童手当の支払い月です

平成26年10月分から1月分の児童手当を2月10日(火)に振り込みます。受給している人は、口座への入金を確認ください。

児童手当などの支給月額

- ・0～3歳未満 1万5千円(一律)
- ・3歳～小学校修了前 1万円(第3子以降は1万5千円)
- ・中学生 1万円(一律)
- ・所得制限限度額以上の人 特例給付として児童1人につき5千円(一律)

※「第3子以降」とは、高校卒業まで(18歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の養育している児童のうち、3番目以降をいいます。

注意事項

住所、児童数などの変更、受給者が退職や転職をした場合や世帯での生計中心者が変更(離婚・婚姻・所得の増減など)になった場合は、必ず届けてください。届け出が遅れると返還金の生じる場合があります。
〈問い合わせ〉健康福祉課(福祉)

地域子育て支援センターの催し

地域子育て支援センターは、村内で子育てをする人たちをさまざまな取り組みで応援する施設です。専任の保育士が常駐していますので気軽に遊びに来てください。

〈2月の予定〉〈開室日時：月～金曜日(祝日は休み) 午前9時～午後3時〉			
日・曜日	時間	場所	内容
6 金 ★	午前10時～11時	地域子育て支援センター	節分の集い
10 火	午前10時～	いきいきサロンやまゆり前広場	ニコニコタイム(雨天中止)
18 水 ★	午前10時30分～11時	地域子育て支援センター	英語あそび・発育測定
19 木 ★	午前10時～10時30分		げんき親子体操
24 火	午前10時～	いきいきサロンやまゆり前広場	ニコニコタイム(雨天中止)
25 水 ★	午前10時30分～11時	地域子育て支援センター	ひな人形作り
今月の一押し 節分の集い 園庭で、園児のみんなと豆まきを楽しみましょう。			
のびのびげんきひろば 自由に遊んだり、自由におしゃべりしたりして、親子でのびのびしましょう。 日時 毎週月曜日(祝日などの場合は翌日の火曜日) 午前10時～11時30分 場所 保健センター3階集団指導室		げんき広場(自由来園) 自由に親子で遊びながら、お友達と交流しましょう。 日時 毎週月～金曜日 午前9時～午後3時	
園庭開放 園庭で自由に遊びましょう。 日時 毎週金曜日 午前9時～正午		子育て育児相談 ・電話相談(毎週月～金曜日) 午前9時～午後3時 ・面接相談★	
備考 ★マークは、事前に電話予約が必要です。催しで費用の記載のないものは無料です。雨天の場合や講師などの都合で活動が中止または変更となる場合があります。詳しくは、ホームページや窓口にある『地域子育て支援センター ai♡げんきだより』をご覧ください。			

〈予約・問い合わせ〉 地域子育て支援センター ai♡げんき (げんき保育園内) ☎727868

国民年金保険料は
口座振替がお得です

国民年金保険料は口座振替で納付することができます。

口座振替を利用すると、保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省ける上、納め忘れもなく、とても便利です。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6か月前納・1年前納・2年前納もあり大変お得です。

口座振替を希望の人は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、希望の金融機関または年金事務所へ申し出てください。

※6月前納(4月～9月分)・1年前納(4月～翌年3月分)・2年前納(4月～翌々年3月分)の申込期限は毎年2月末日までです。

〈問い合わせ〉

- ・天王寺年金事務所
☎06(6772)7531
- ・住民課(国民年金)



図書室休室のお知らせ

2月16日(月)から23日(月)まで蔵書点検のため休室します。蔵書ボランティア募集 蔵書点検中、2月17日(火)から19日(木)まで、2～3時間程度お手伝いしてくださる人を募集します。〈問い合わせ〉教育課 ☎071300

人権「ラム」きずな ②②

「幸せは自分の心の中にある」

菱田 準子(大阪教育大学)

茂木健一郎さんが、「プロフェッショナル仕事の流儀」の番組で「登場していただいた方々に共通していることがある、それは挫折を経験していることだ」とおっしゃっていました。

どんな人でも辛い思いをすること、失敗すること、スランプに陥ること、自分の思い通りにならないことなどを必ず経験します。でも、同じ体験をしても人によって反応は様々です。それは何が違うのでしょうか。

イギリスのイロリーナ・ポニウエル博士は、「レジリエンス(逆境力・回復力)」の研究をされています。その中でネガティブな捉え方を耳元でささやくオウムのようなものとして、7羽のオウムとして紹介しています。

- ①非難タイプ…すぐに「相手のせいだ」と他の人のせいにして、怒りを感じる。
- ②正義タイプ…「正しいか正しくないか」や公正さということをとても気にして、神経質。公平でないと感じると嫌悪や怒りを感じます。
- ③敗北者タイプ…「自分は他人より劣っている」と信じてい

て、敗北感、劣等感、憂うつなどを感じます。

④心配タイプ…「きつと悪いことになるとは違う」と、些細な出来事を大惨事のように考えてしまうこともあり、不安、恐れ、緊張などの感情になります。

⑤あきらめタイプ…問題を前にすると立ちすくみ、動けなくなり。チャレンジすることをお勧めしてしまい、無気力、脱力感などの感情になります。

⑥罪悪感タイプ…全て自分自身が悪いと考えがちで、自分を責めることに多くの時間を費やし、罪悪感、不安、焦り等の感情が生じます。

⑦無関心タイプ…問題から目をそむけ、そのままにしておけばいつの間にか解決すると信じ、今がよければそれでよいと将来について無関心になります。

さて、これらの7羽のオウムはネガティブな捉え方で、本人や他者をさらに苦しめる結果になりがちです。この耳元でささやくオウムをポジティブに変えていくことで、自分の中に湧き

起こる感情や行動も良い方向に変化するのです。大学生に「どんなオウムを飼いたいかな？」と聞いてもらいました。

- 激励タイプ…どんなことでも励まし応援してくれます。「君ならできる」「きつと大丈夫」「絶対できるよ」とささやき、勇気ややる気がでます。
- 行動タイプ…とりあえずやってみよう」と問題が目の前にあったとしてもとにかく一歩進もうとします。樂觀的でアクティブ、悩んでいるときも背中を押してくれます。
- 羨望タイプ…自分にはないものを他人に見つけては「いいなあ」「こんなところがいいね」と伝えたり、あこがれや理想を抱き、楽しい気持ちにさせてくれます。時には自分に対して「こんなところがいいね」と教えてくれて、自分の良さを認識させてくれます。

ほんの一部ですが、実に興味深いと思いませんか？幸福は自分の捉え方で変化します。幸せはいつも自分の心の中にあるのです。



今月の新刊

◆一般書

- 土獾の花 (月村了衛)
- 刑務官佐伯茂男の苦悩 (小笠原和彦)
- 誤断 (堂場瞬一)
- 飛岳伝II (北方謙三)
- 土方歳三の小姓 (土方洋)
- てのひら (谷津矢車)
- 晩鐘 (佐藤愛子)
- 私はテレビに出たかった (松尾スズキ)
- マル暴甘糟 (今野敏)
- ルール (堂場瞬一)
- 黄金の糸 (渡辺房男)
- 週末は家族 (桂望実)
- 御松茸騒動 (朝井まかて)
- 何が困るかって (坂木司)
- マスカレード・イブ (東野圭吾)
- 月は誰のもの (宇江佐真理)
- すえずえ (畠中恵)
- 世界でいちばん美しい (藤谷治)
- 阿蘭陀西鶴 (朝井まかて)
- 「すきなこ」だけして (生きていく(心屋仁之助)
- るるぶ京都大阪神戸15

◆児童書

- 恐竜たちの大脱出 (羽田節子)
- キリンがくる日 (志茂田景樹)
- しろくまのパンツ (亀山達矢・中川敦子)
- やじるし (平田利之)

寄付

ふるさと応援寄附金

ご寄附ありがとうございます。ご芳志は、有意義に活用させていただきます。

◎富田林医師会

福田クリニック 様(大阪府)
15万円

◎竹村 紫朗 様(大阪府)

5万円

〈問い合わせ〉 総務課

教育

生徒募集 夜間中学校で勉強しませんか

いろいろな事情で小学校や中学校を卒業できなかった人、夜間中学校でいっしょに勉強しましょう。

①2015年度の入学受付は、2014年12月1日から始まっています。

入学期間は、4月1日(水)から4月30日(木)です。

ただし、学校の休業日(土・日・祝)は除きます。

②「あいいうえお」から勉強できます。

③2015年4月1日で、中学校を卒業していない15歳以上の

人が入学できます。

④授業料はかかりません。

⑤大阪府に住んでいる人が、入学できます。

⑥外国籍の人でも、入学できます。

〈問い合わせ〉

教育課 ☎ 13000

消費者相談

消費生活

ひとことアドバイス ②②

突然電話があり、過去に受けていた通信講座を完了するために高額な手数料が必要だと言われた

5年前、通信制の資格講座を契約した。最近、「以前、契約した講座は合格するまで継続契約で、終了していない。終了する場合は手数料が必要」という電話が何度もあった。本当に手数料を払わなければいけないのか？

契約した講座の代金を払い終えていれば、資格が取れていなくても契約は終了しています。二次被害に注意！

過去、何らかの商品・サービス(主に通信教育や資格取得講座など)を契約した人をターゲットに、「まだ終了していない」などと言葉巧みに誘い、無関係な契約を結ばせるといった被害に遭うケースを「二次被害」と

いいます。

事業者の勧誘は、新たな契約を結ばせるためのもので、「講座は終了していない」などは事実ではありません。このケースでは、勤務先に電話をかけ、断りにくい状況につけこみ、執拗な勧誘をしています。「何かおかしい」と思ったら、きっぱり断りましょう。

「終身会員」などの記載があったとしても「新たな終了手続き」などといった、実態のない追加契約に応じる必要はありません。断りきれず契約してしまった場合は、直ちにクーリング・オフの手続きをしましょう。

特定商取引法では、電話勧誘時、事実と異なる説明をすることを禁止行為としています。また、消費者が勧誘を断っているのにも関わらずそのまま続けたり、電話を再びかけたりして勧誘をすることも、禁止されています。

迷ったとき、困ったときには、お近くの消費生活センターに相談してください。

(独)国民生活センターホームページより抜粋)

富田林市消費者相談室

☎ 1000 (内線186)



その他の

お知らせ

社会福祉協議会からお知らせ

寄付

ご芳志は、地域福祉の向上のために有意義に活用させていただきます。

◎JA大阪南女性会千早赤阪支部

3万円
金剛山の里 棚田夢灯り&収穫祭2014チャリティーバザーとして

◎堀辻 勝(小吹322番地)

5万円
亡母 久江氏の供養として

◎廣崎 史年(千早233番地)

1) 5万円
亡母 一枝氏の供養として

◎募金総額 155万6千円

◎戸別募金 (内訳)

法人募金

154万5800円
1万2000円

この歳末募金を次のとおり配分させていただきました。

◎配分総額 155万6千円

(内訳)

ねたきり高齢者見舞金

6万円

老人クラブ連合会

10万円

ボランティア連絡協議会

6万円

身体障害者福祉協議会

3万円

シルバー人材センター

3万円

地区福祉委員会(3委員会)

45万円

地域福祉活動強化事業

(各地区(自治会)の世代間

ふれあい事業経費など)

82万6千円

◎問い合わせ 千早赤阪村社会

福祉協議会 ☎ 0294

千早川に水力発電所を復活させよう!

千早川第2発電所の跡地の見学会・周辺山林の間伐体験
日時 2月21日(土)

午前10時～午後3時

※雨天翌日順延(午前7時に判断)。

※翌日も雨の場合は中止。

※昼食は持参ください。

集合場所 金剛バス岩井谷バス
停

対象 小学校高学年以上

内容

- ・千早川第2発電所跡地の見学
- ・千早川第2発電所跡地周辺の山林の間伐見学および間伐材の運び出し体験

定員 20人

費用 1000円(保険料)

服装および持ち物 作業ができる服装、手袋、長靴、防寒具

- ※山道を長距離歩ける用意をお願いします。

申込締切 2月15日(日)

主催 特定非営利法人 自然エネルギー

を利用する会・千早赤阪

〈申し込み・問い合わせ〉

自然エネルギーを利用する

会・千早赤阪(伏井)

☎090(7347)0839

Eメール

nobu-fushii6749@docomone.jp

テニス初・中級講習会の案内

村テニス連盟では、初心者・中級者を対象とした第56回講習会を開催します。

日時 3月1日(日)〜(毎週日)

曜日)午後1時〜(全6回)

場所 村立テニスコート

定員 10人(先着順)

費用 4千円

受付 2月14日(土)まで

〈申し込み・問い合わせ〉

中野 義信 ☎7519

みなみかわち歴史ウォーク 第3回「悠久の竹内街道から 南河内の寺内町を巡る」

華やいで大阪・南河内観光キ

ヤンペーン協議会では、今なお

残る歴史をテーマに、古墳、社

寺、文化遺産などを訪れる

ウォーキングを行います。ぜひ

ご参加ください。

日程 2月22日(日)

※予備日 3月1日(日)

※雨天決行(荒天中止)

受付時間 午前9時30分〜10時

(事前申し込み不要)

受付場所 羽曳野市営駒ヶ谷駅

駐車場(近鉄南大阪線駒ヶ谷駅

下車徒歩約3分)

費用 無料(拝観料などは自己

負担)

コース 近鉄駒ヶ谷駅↓羽曳野

市営駒ヶ谷駅駐車場(スタート)

↓竹内街道↓杜本神社↓叡福寺

↓西方院↓葉室公園↓近つ飛鳥

博物館↓近つ飛鳥風土記の丘↓

大ヶ塚寺内町(大念寺・顕証寺・

一須賀神社)↓西行絵巻↓富田

林寺内町↓じないまちみんなの

広場(ゴール)↓近鉄富田林駅

※徒歩約14km

参加特典

・参加賞(参加者の中から抽選

でプレゼント)

・完歩賞(シリーズ全3回を完

歩した人全員にプレゼント)

〈問い合わせ〉華やいで大阪・

南河内観光キャンペーン協議

会事務局(河南町まち創造部

環境・まちづくり推進課内)

☎☎2500

近畿夜間中学校「連合作品展」

近畿の夜間中学校に通う10代

から90代の生徒たちが日ごろの

学習の成果として作成した数々

の作品を展示しています。どな

たでも気軽に見学ください。

日時 2月15日(日)

午前10時〜午後2時

場所 八尾市文化会館(プリズ

ムホール)(近鉄大阪線近鉄八

尾駅下車、徒歩5分)

〈問い合わせ〉

連合作品展実行委員会

八尾市立八尾中学校夜間学級

☎072(998)9551

南河内環境事業組合 入札参加資格申請受付

南河内環境事業組合では、平

成27・28・29年度の、建設工事

や測量・建設コンサルタントな

どの業務への入札参加資格申請

を受け付けます。

登録有効期間

4月1日(水)〜平成30年3月31

日(土)まで(3年間)

提出要領配布 2月20日(金)ま

で(土・日曜日、祝日を除く午

前9時30分〜正午と午後1時〜

午後5時)。配布場所は、南河

内環境事業組合第1清掃工場

(富田林市大字甘南備2345)。

なお、組合ホームページからの

ダウンロードもできます。

minamikawachi.kankyo.or.jp

申請書提出方法

申請書提出要領に基づき作成し、

郵送のみ受け付けします。

送付先 〒584-0054

富田林市大字甘南備2345番

地

受付期間 2月2日(月)〜20日

(金)消印有効

〈問い合わせ〉南河内環境事業

組合総務企画課 ☎☎6584

若者就職応援相談会 in 南河内

就職について悩みや疑問があ

る若年者、子どもの就職活動に

前向きに取り組まれている親・

保護者の人を対象とした就職相

談会を開催します。専門のキャ

リアアドバイザー、就労支援

コーディネーターがあなたの悩

みにお答えします。

日時 2月23日(月)

午後1時〜4時

場所 ノバティながの南館3階

多目的ホール(河内長野市長野

町5-1-303)

対象 15歳からおおむね40歳代

前半までの若年者とその親・保

護者など

定員 12人(12組)

内容 1回50分の個別相談

申込締切 2月20日(金)

主催 雇用促進広域連携協議会

〈申し込み・問い合わせ〉

富田林市商工観光課

☎251000(内線481)

☎262020

必ずチェック!最低賃金! 使用者も、労働者も

「大阪府最低賃金」が改正さ

れました(発効日 平成26年10

月5日)。これにより、使用者は

労働者に対して、次の金額以上

の賃金を支払う必要があります。

時間額 838円

・大阪府最低賃金は、パート、

臨時、派遣、アルバイトなど

を含めすべての労働者に適用

されます。

・特定の産業の労働者について

は、「特定(産業別)最低賃金」

が適用されます。

〈問い合わせ〉

・大阪府労働局労働基準部賃金課

☎06(6949)6502

http://osaka-roundoukyoku.

site.mhlw.go.jp/jrei_toukei/

saitei_chingin_saitei.html

・羽曳野労働基準監督署

☎072(956)7161

第11回「草笛の家 作品展」

河南町の障がい者支援施設「草笛の家」の皆さんが「空」をテーマに制作した作品と、地域の小学校と合同で制作した作品の展示会を開催します。

日時 3月8日(日)午前10時〜午後3時30分

場所 すばるホール3階展示室

費用 無料〈問い合わせ〉草笛の家

作品展実行委員 ☎903500

新成人の新たな門出を祝う

● 平成27年千早赤阪村成人式 ●

1月12日、くすのきホールで成人式が開催され、平成6年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた46人（うち式典出席者41人）が新たに大人の仲間入りをしました。

式典では、松本村長らが新成人の新たな門出を祝福し、谷輝樹さんが誓いの言葉を、浅井海さんがお礼の言葉を読み上げました。

また、式典終了後には、アトラクションとして村立中学校吹奏楽部により、新成人たちの思い出の曲である「栄光の架橋」などが演奏されました。



▲誓いの言葉 谷 輝樹さん



▲お礼の言葉 浅井 海さん

年末年始、金剛山でさまざまなイベントが催されました



▲キネンジャー

▼ふるまい酒



12月21・23日、ちはや園地で「キネンジャーによる金剛山クリスマスプレゼントまき」が行われ、大人も童心に帰り楽しんでいました。

12月28日には、香楠荘前で恒例の「金剛山餅つき大会」が行われ、中には人生で初めて餅つきを体験する人もおり、1年の締めくくりに良い思い出となったようでした。

新年1月1日には、ちはや園地で「金剛山 初日の出」イベントが開催されました。残念ながら雲の中に隠れて初日の出を見ることができませんでしたが、ふるまい酒やふるまいぜんざい、ロープウェイに乗車された人にはお楽しみ抽選会があり、多くの登山者で賑わいました。

今年もきれいに咲きました

● スイセンが見ごろです ●

（一社）千早赤阪楠公史跡保存会が、奉建塔周辺（二河原辺地区）の景観向上のために、平成11年に植えた約5万株のスイセンに淡くて白い花が咲き、訪れる人を楽しませています。

スイセンの花は、2月下旬ごろまで楽しむことができます。





青春じゅずつなぎ

279

Ishida Keigo
桐山 石田 啓悟くん
 <20歳 ふたご座>

- 🐼 近況は・・・
菊水苑で介護の仕事をしています。
- 🐼 趣味は・・・
映画を観ることと漫画を読むことです。
- 🐼 夢は・・・
介護の仕事を頑張って介護福祉士になることです。
- 🐼 最近、楽しいと思ったことは・・・
職場の人達とカラオケに行きました。
フットサルにも参加させてもらっています。
- 🐼 思い出のアルバムから・・・



姉と兄と一緒に七五三へ行った時の写真です。

- 🐼 千早赤阪村について・・・
車さえあれば住むのには最高の場所ですね。
- 🐼 次号は・・・
中学校の同級生の清井美穂さんです。
- 🐼 清井さんへメッセージを・・・
また遊びましょう。



わがやのホープ



小吹台 ふじわら さくら ちゃん
 (藤原 さくら)
 平成26年4月4日生まれ

ふじわら ももこ ちゃん
 (藤原 ももこ)
 平成26年4月4日生まれ

おなかの中でも、ずっと一緒だったさくらちゃん、ももこちゃん♡
 これからも二人仲良く助け合いながら歩いていってくださいね。
 父・徹さん、母・直子さん

俳句コーナー

お品	竿	着	夕	父	ほ
が	の	ぶ	紅	の	っ
き	端	く	葉	師	こ
数	ひ	れ	扉	の	り
へ	と	て	の	扁	と
て	り	影	飛	額	法
小	分	の	天	か	話
春	ほ	重	笛	け	に
日	ど	さ	を	る	参
和	吊	を	吹	小	ず
かな	し	連	く	春	大
	柿	れ		か	根
		歩		な	焚
		く			
向	北	彼	下	奥	阿
	浦	塚	門	野	戸
栄	賀	正	信	千	敏
美	代	子	子	秋	明
子	子				

ごみ収集

ごみは、午前7時までに必ず出しましょう

もえるごみ (火・金曜日)	2月3日(火)・ 6日(金)・10日(火) 13日(金)・17日(火) 20日(金)・24日(火) 27日(金) 3月3日(火)
粗大ごみ (第1水曜日)	2月4日(水) 3月4日(水)
プラスチック製容器包装 (第2・4木曜日)	2月12日(木) 26日(木)
ペットボトル (第3木曜日)	2月19日(木)
空カン・空ビン (第4水曜日)	2月25日(水)

し尿収集

各地区ミゼット車	2月17日(火)予定
森屋、水分、川野辺、二河原辺 桐山、小吹、吉年	2月26日(木)予定
千早、東阪、中津原	2月27日(金)予定

相談

心配ごと	2月5日(木)・3月5日(木)
児童	2月5日(木)・3月5日(木)
行政	2月5日(木)・3月5日(木)

時間 午後1時～3時
 場所 保健センター1階(相談室)

人権	毎日(土日祝、年末年始を除く) 午前9時～午後5時 住民課 (※河南町・太子町役場でも相談できます) 河南町住民生活課 ☎02500 太子町住民人権グループ ☎05515
----	--

就労	毎日(土日祝、年末年始を除く) 午前9時～午後5時30分 地域振興課
----	--

人の動き

総人口	5,750人(-5)
男	2,737人(+1)
女	3,013人(-6)
世帯数	2,366戸(+4)
12月末日現在、()は対前月比	



千早赤阪村

広場・講習・相談など

種 類	月 日	受 付	対 象	
広場・講習 保健センター ☎0069	のびのびげんきひろば (ai♡げんきの出張ひろば)	2月2日・9日・16日 ・23日・3月2日(月)	午前10時 ～11時30分	就学前の乳幼児と保護者
	なかよし広場 (親子の交流会)	2月18日(水)	午前10時 ～11時30分	0歳～幼稚園入園前の乳 幼児と保護者
	あかちゃん広場 (交流会・相談)		午前10時 ～11時30分	0～1歳頃までの乳幼児 と保護者
	離乳食講習会 (あかちゃん広場に併設)		午前10時30分 ～11時45分	1歳頃までの乳幼児の家族
相 談	無料弁護士相談・ 保健師こころの相談	2月13日(金)	午後2時～ (要予約、1人30分程度) (初回の人優先) (プライバシーは守ります)	借金・家庭・労働問題など 法律相談を希望する人 (同日に身体やこころの相 談も行います)
	保健師による健康相談 (電話・来庁)	2月24日(火)	午前10時～正午 (来庁の場合要予約)	健康・育児・介護など相談 を希望する人
	個別健康栄養相談	2月27日(金)	午後1時30分～ (要予約)	食事療法が必要な人、健康 のため食生活を改善した い人
※個別禁煙相談は希望に応じて随時実施します(要予約)				

種 類	実施日	受付時間	備 考
こころの健康相談	予約制	9:30～12:15 13:00～17:00	電話で問い合わせください。
エイズに 関する相談	月～金 (祝日除く)	9:30～12:15 13:00～17:00	予約は不要。 電話相談も可能。
血液検査【エイズ・梅毒】 尿検査【クラミジア】	第1・3水曜日	13:30～14:30	予約は不要で、匿名での検査も可能。 エイズ抗体検査は無料で、そのほか手数料が 必要な場合あり。
血液検査 【肝炎ウイルス検査】	第3水曜日	9:30～10:30	電話で予約必要(先着順、無料)。
血液検査 【風しん抗体検査】	予約制 第1・3火曜日	10:00～11:00	(対象)・妊娠を希望する女性 ・妊娠を希望する女性の配偶者 ・妊娠している女性の配偶者 ※妊娠を希望する女性が未成年でかつ未婚の 場合は保護者同伴のこと
骨髄移植対策推進事業 骨髄バンクドナー登録	予約制 第1水曜日	11:00～	電話で問い合わせください。
飲用水・井戸水検査	毎週月曜日 (祝日の場合は翌日)	9:30～11:30	検査手数料が必要。電話で予約必要。 (予約先:藤井寺保健所 検査課 ☎072-952-6165)
腸内細菌検査 寄生虫卵検査	毎週月曜日 (祝日の場合は翌日)	9:30～11:30	検査手数料が必要。
医療機関に 関する相談	月～金 (祝日除く)	9:00～12:15 13:00～17:30	例えば、「診療において十分な説明がなく不安」「○○科のある病院を教えてください」など 医療機関に関する相談を受けています。

★相談や検査に関するプライバシーは守ります

休日・夜間の医療機関など

名 称	連絡先・時間など
休日診療	内科・歯科 休日診療所 ☎01333 富田林市向陽台1-3-38 午前9時～11時30分/午後1時～3時30分
	小児科 富田林病院 ☎01121(代表) 富田林市向陽台1-3-36 午前9時～11時30分/午後1時～3時30分
小児夜間救急 (当番病院紹介)	富田林市消防署 ☎01122 午後8時～翌朝8時(1年中) 土・日・祝・年末年始は午後4時から
救急安心センターおおさか	#7119または☎06(6582)7119 24時間対応(1年中)
大阪府小児救急電話相談 (受診するかどうかの判断の参考に)	#8000または☎06(6765)3650 午後8時～翌朝8時(1年中)
大阪府救急医療情報センター (各科医療機関の診療状況照会)	☎06(6693)1199 24時間対応(1年中)
「こどもの救急」ホームページ (受診するかどうかの判断の参考に)	http://kodomo-qq.jp/

村国保診療所の診療時間について

- ・村国保診療所 水分195-1(保健センター内) ☎0038
 午前診 (月)～(金) 午前9時～正午
 午後診 (火・金) 午後4時30分～6時30分
- ・村国保千早診療所 千早184-1 ☎0240
 午後診 (火・金) 午後2時～4時

