

### ウォークフェスタ in 瀬田川・石山寺

美原スポーツカーニバル連絡協議会の主催で滋賀県琵琶湖・瀬田川沿い【写真】を歩きます。

11月18日(日)、美原体育館(美原区多治井878-1)集合・出発。往復バスで送迎します。市内在住・在勤・在学の方が対象。費用やコース、出発時刻は次のとおり。

費用 一般1,500円、中学生以下500円。

コース ①4kmコース(午前10時出発)



②10kmコース(午前9時出発)

②10kmコース(午前9時出発) 10月14日～11月3日、午前9時～午後7時に費用を持って、直接美原体育館へ。先着①170人、②210人。

③美原体育協会(美原体育館内 ☎361-4511 FAX361-4513)へ。

④直接か電話で10月17日までに同センターへ。

### 美原区高齢者権利擁護研修会 「11月11日は介護の日です」

誰もが住み慣れた地域で尊厳のある高齢期を過ごしたいと願っています。2回シリーズで高齢者権利擁護研修会を開催します。高齢者と家族の関係や介護について考えてみませんか。無料。どちらか1日だけの参加も可。

#### 第1回「知るう/高齢者虐待」

10月23日(火)、午後1時30分～3時30分(受付午後1時から)、美原総合福祉会館(美原区黒山1782-10)1階講習室で。

#### 第2回「どうして必要? 成年後見制度」

11月10日(土)、午前10時～正午(受付は午前9時30分から)、美原区役所本館5階大会議室で。

④直接か電話で10月2～19日に同センター(☎361-1950 FAX361-1960)へ。先着各50人。

### 美原基幹型 包括支援センター

☎361-1950 FAX361-1960

#### 認知症ひろば

認知症になっても安心して暮らせるまちをめざして、認知症の方の介護や認知症予防についてのパネル展示、相談会などを行う「認知症ひろば」を開催します。美原区役所本館1階「風の広場」で。

▷パネル展示=10月15～19日

▷相談会=10月19日(金)、午前9時30分～午後1時。予約不要。どなたでも気軽にご参加ください。

#### 美原区認知症家族交流会

認知症の方を介護している家族が、互いに悩みを相談し、情報交換できる場として認知症家族交流会を開催します。10月19日(金)、午後1時30分～3時30分(受付午後1時から)、美原区役所本館3階301会議室で。

### 美原老人福祉センター便り

今月は「健康」をテーマに3回講座を開催します。60歳以上の方が対象。1日のお受講可。無料。

▷「高齢者と食事」・「臨床検査値の見方」=10月4日(木)、午後1時30分～3時、同センター講座室で。講師は特別養護老人ホーム美原荘管理栄養士・田中照子さんと看護師・山崎由美子さん。▷おいしく安全に食べる為の口腔ケ

ア=10月18日(木)、午後1時30分～3時、同センター講座室で。講師は南河内歯科医師会副会長の豆野歯科医院・豆野陽一さん。

▷「肩こり・腰痛・腰痛予防体操」=10月23日(火)、午前10時30分～正午、同センター大集会室で。講師は曉美会田中病院リハビリテーション科理学療法士。

動きやすい服装で、フェイスタオルを持参してください。

④受け付け中。直接か電話で同センター(☎362-3939 FAX362-1798)へ。先着各30人。

### 美原文化会館(アルテベル)の催し

#### ▶Saturday Jazz Time Vol.18

中野ひろし&スウィングガイズ・オーケストラによるジャズコンサート。テーマは「日本の掬(じょ)情特集」です。曲目は「やしの実」「浜辺の歌」「城ヶ島の雨」など。

10月6日(土)、午後7時開演(開場は午後6時30分)。アルテベルホールで。入場料1,000円。全席自由席。直接同館へ。先着541人。

#### ▶シルクのべっぴんレッスン

「よしもとの美容番長」シルクによる「誰もが気軽に手軽にできて効果的な



シルク

キレイ術」を大公開。レッスン有り。

11月17日(土)、午後3時開演(開場は午後2時30分)。

前売券=2,800円(当日券3,000円)。全席自由席。女性限定。直接同館へ。先着541人。

④美原文化会館(☎363-6868 FAX363-0070)へ。受け付けは午前9時～午後8時。第2・4月曜日は休館(ただし祝日は開館)。



### 美原図書館の催し

休館日 10月1・15・22・29日 開館時間 火～金曜日 午前10時～午後8時(土・日・祝日は午後6時まで)

④美原図書館(☎369-1166 FAX369-1168)へ。

■10月のブックフェア 一般向け=「写真を見る・撮る」 児童向け=「お月さま・お星さま」

■おはなしのへやへ、ようこそ! いずれも午後3～3時30分。

▷みんな集まれ! えほんタイム=10月6日(土)▷絵本、紙芝居、パネルシアター(読書友の会・おはなしひろばくれよん)=10月13日(土)▷おとなも楽しめるおはなし会(おはなしスプーンの会)=10月20日(土)▷おはなし会(おはなしスプーンの会)=10月27日(土)

■乳幼児向けおはなし会(エンジェル・エッグ)

10月11日(木)、午前10時30分～11時

■聞いて楽しむ本の世界 大人のための朗読会(音訳グループひばり)

10月21日(日)、午前10時30分～正午、美原図書館2階会議室で。本は新津きよみの「返す女」他。無料。直接同館へ。先着30人。

11月4日(日)、みはら区民まつりが開催されます。当日は混雑が予想さ

れ、駐車スペースに限りがありますので、車での来館は出来るだけ控えていただき、徒歩や自転車、バスなどをご利用いただきますよう、協力をお願いします。

#### 移動図書館・くすのき号巡回日程表

10月	駐車時間	駐車場所
6(土)	13:10～13:50	今井地区公民館※
	14:10～15:00	丹上公園
	15:20～16:10	府営美原南余部住宅集会所前
10(水)	13:30～14:10	大池公園
	13:30～14:10	木青会館前
12(金)	14:20～15:00	上池公園(平尾)
	15:20～16:10	かいつか公園(さつき野)
14(日)	14:40～15:40	東初芝中央公園
	13:10～13:50	今井地区公民館
20(土)	14:10～15:00	丹上公園
	15:20～16:10	府営美原南余部住宅集会所前
24(水)	13:30～14:10	大池公園
	13:30～14:10	木青会館前
26(金)	14:20～15:00	上池公園(平尾)
	15:20～16:10	かいつか公園(さつき野)
28(日)	14:40～15:40	東初芝中央公園

※今井地区公民館は10月6日(土)のみ、駐車場が防災倉庫の空き地(元ちびっこ広場)になります。

### 区役所の相談

無料。12:00～12:45を除く。祝休日は休み。■～□は、どの区でも可。

	堺区役所	中区役所	東区役所	西区役所	南区役所	北区役所	美原区役所	
■市民相談・人権相談 (日常生活での問題や人権の問題など)	月～金曜日 9:00～16:00	月～金曜日 9:00～16:00	月～金曜日 9:00～16:00	月～金曜日 9:00～16:00	月～金曜日 9:00～16:00	月～金曜日 9:00～16:00	月～金曜日 9:00～16:00	電話相談可 ④区役所企画総務課へ
■法律相談 (予約日(土・日曜日、祝休日の場合は直前の執務日)の9:00から電話予約。先着各6人)	月・水・金曜日 13:00～16:00	火・木曜日 13:00～16:00	水・金曜日 13:00～16:00	金・火曜日 13:00～16:00	月・水曜日 13:00～16:00	木・月曜日 13:00～16:00	木・月曜日 13:00～16:00	全区を通じて、同じ内容の相談は1回限り1回25分以内 ④各区役所企画総務課へ
■行政相談 (国の行政全般についての苦情・要望など)	10/11 14:00～16:00	11/2 14:00～16:00	10/22 14:00～16:00	今月は実施しません	10/18 14:00～16:00	今月は実施しません	10/17 14:00～16:00	電話相談可 ④区市政情報課(☎228-7475 FAX228-7444)へ
■人権擁護委員会による人権相談	10/4,11/1 14:00～16:00	10/26 14:00～16:00	10/16 14:00～16:00	10/10 14:00～16:00	10/11 14:00～16:00	10/17 14:00～16:00	10/3 14:00～16:00	電話相談可 ④区人権推進課(☎228-7420 FAX228-8070)へ
■交通事故相談	月～金曜日、10:00～17:00。堺区役所企画総務課で。							電話相談可 ④区役所企画総務課へ
■登記・測量相談(電話予約可。先着各6人)	10/10,24,13:00～16:00。堺区役所企画総務課で。1回25分以内。							④堺区役所企画総務課へ
■児童相談(子どものしつけ、虐待、非行、学校生活、家族関係、心の悩みなど)	月～金曜日、9:00～17:30。各区役所(右の④参照)で。							
■母子相談(離婚後の生活や不安、児童の養育など)	月～金曜日、9:00～17:30(母子自立支援員は月・火・木・金曜日9:00～16:00)。各区役所(右の④参照)で。							④堺・中・南・北区の方は子育て支援室、東・西・美原区の方は地域福祉課へ
■女性相談(離婚、夫の暴力、生活など)	月～金曜日、9:00～17:30(女性相談員は月・水・金曜日。堺区は月～金曜日、南・北区は月・水・金の9:00～16:00)。各区役所(右の④参照)で。							

#### 区役所の問合先

堺区	企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	子育て支援室 ☎222-4800 FAX222-4801
中区	企画総務課 ☎270-8181 FAX270-8101	子育て支援室 ☎270-0560 FAX270-8104
東区	企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113	地域福祉課 ☎287-8112 FAX287-8117
西区	企画総務課 ☎275-1901 FAX275-1915	地域福祉課 ☎275-1912 FAX275-1919
南区	企画総務課 ☎290-1800 FAX290-1814	子育て支援室 ☎290-1744 FAX290-1818
北区	企画総務課 ☎258-6706 FAX258-6817	子育て支援室 ☎258-6621 FAX258-6883
美原区	企画総務課 ☎363-9311 FAX362-7532	地域福祉課 ☎363-9316 FAX362-0767

### 花と緑の相談コーナー

毎月第4木曜日に開設

●今月は25日(木)、午前10時～正午、午後1～4時、美原区役所1階で。無料。直接会場へ。

皆さんの身近な花と緑の相談窓口としてご利用ください。④都市緑化センター(☎247-0310 FAX247-1492)へ。