

お問い合わせは、電話等で各施設まで。

高石市役所	☎(265) 1001	東羽衣公民館	☎(262) 8545
アプラホール	☎(267) 0018	清高公民館	☎(263) 5885
図書館本館	☎(263) 3100	取石公民館	☎(260) 0550
図書館分館	☎(273) 3160	コミュニティセンター	☎(263) 3317
カモンたかいし	☎(263) 2622	とろしプラザ	☎(260) 0550
中央公民館	☎(265) 6422	スポラ たかいし	☎(267) 1223
千代田公民館	☎(264) 0886	障がい者ふれあいプラザ	☎(261) 3831
羽衣公民館	☎(265) 3227		

# 募集と案内

## スポーツ



### 教室受講生募集

教室で心も体もリフレッシュしましょう。510円で体験も受付しています。  
**場所** カモンたかいし  
**申込・問合先** カモンたかいし

プログラム名	時間	曜日	対象	費用(税込)
バレーボールスクールA	18:30~19:45	木曜	小学生	6,120円/4回
バレーボールスクールB	19:45~21:00		中学生以上	
ジュニア器械体操A	16:00~16:50	土曜	年長~小学6年生	4,590円/13回
ジュニア器械体操C	14:00~14:50		年中~小学2年生	
チアダンスA	12:30~13:30	土曜	小学3年生以上	5,100円/4回
チアダンスB	13:40~14:40			

### 市民マラソン大会

**日時** 12月11日(日) 午前9時~正午  
 ※小雨決行、雨天中止(中止の場合、当日午前9時に本部に掲示)

**場所** 浜寺公園(羽衣駅西・通称「タコ公園」)  
**対象** 市内在住・在勤・在学で小学5年生以上の健康な方  
**種目**

- ▼2km…小学生男子・女子の部
- ▼3km…中学生女子、一般男子・女子の部
- ▼5km…中学生男子、一般男子・女子の部

**参加費** 無料  
**申込・問合先** 申込用紙に必要事項を記入し、市陸上競技連盟の齋藤さん☎(263) 6202(申し込みは当日午前9時まで可。受付は午前9時30分まで)  
 ※申込用紙等の入手方法はお問い合わせください。

## はごろも 太極拳 教室

**場所** 羽衣青少年センター  
**持ち物** 体育館シューズ(底が薄いもの)、タオル、飲み物、つるぎコースは剣  
**対象** 大人

### 初級コース

入門太極拳から、二十四式太極拳のレベルアップを目指します。

**日時**

令和5年1月10日・17日・31日  
 2月7日・14日・28日、3月14日  
 いずれも火曜日の13:15~14:45

**定員** 30名(先着順)

**参加費** 6,300円

### 中級コース

二十四式太極拳を極め、四十八式太極拳のレベルアップを目指します。

**日時**

令和5年1月10日・17日・31日  
 2月7日・14日・28日、3月14日  
 いずれも火曜日の10:00~12:00

**定員** 30名(先着順)

**参加費** 7,000円

### つるぎコース

三十二式太極剣。二十四式太極拳を学んだ後の器械入門として最適です。

**日時**

令和5年1月11日・25日、2月8日・22日、3月8日・22日

いずれも水曜日の13:30~15:00

**定員** 20名(先着順)

**参加費** 6,600円(剣をお持ちでない方は別途購入費が必要)

※それぞれのコースの開催日に体験会を実施しています。(参加費900円) 詳しくはお問合せください。

**申込・問合先** いずれもコース開催の1週間前までに羽衣青少年センター☎(263)1271 (9:00~21:00)

# 公民館



輪ゴム2〜3本  
申込・問合せ 11月28日から  
参加費を添えて中央公民館

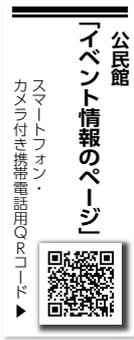
お正月飾り

## 「張り子の卵」作り教室

日時 12月2日(金) 1部：午前10時〜正午、2部：午後1時〜3時  
場所 中央公民館  
対象 市内在住・在勤・在学の方  
募集 各回12人  
材料費 800円(不参加の場合、返金できません)  
申込・問合せ 11月11日から  
参加費を添えて中央公民館

## 小学生のためのネット・SNS安全講座

日時 12月28日(水) 午前10時〜11時  
場所 中央公民館  
対象 市内在住・在勤・在学の方  
募集 20人  
参加費 無料  
申込・問合せ 11月30日から  
中央公民館



## お正月飾り 生花フラワーアレンジメント

日時 12月26日(月) 午前10時〜正午  
場所 中央公民館  
対象 市内在住・在勤・在学の方  
募集 20人(先着順)  
材料費 2000円(不参加の場合、返金できません)  
持ち物 花用のはさみ、工作用のはさみ、持ち帰り用の袋、

## 犯罪被害者等への支援

11月25日〜12月1日は「犯罪被害者週間」です。認定NPO法人大阪被害者支援アドボカシーセンターでは、事

## 人権



件・事故の被害にあわれた方の相談、付き添いなどの支援を行っています。  
※相談・支援は無料。秘密は厳守します。

### ■相談電話

☎06(6774)6365

日時 月〜金曜日(祝日、年末年始は除く)の午前10時〜午後4時

### ■全国共通ナビダイヤル

☎0570(783)554

日時 年末年始を除く午前7時30分〜午後10時

※「相談電話」対応時間内の場合は自動的に相談電話へつながります。

## 女性に対する暴力を許さない 社会の実現をめざして

11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」です。「女性に対する暴力」は、女性の人権を著しく侵害するもので、男女共同参画社会を形成していくうえで、克服すべき重要な課題となっています。

### ■パネル展示

「女性の人権」に関するパネルを展示します。

期間 11月15日〜18日

場所 市役所本館(1階)

問合せ 人権推進課 ☎(27)6279

## 男女共同参画すてっぷ講座 「女性の更年期とその後のからだの変化を知ろう」

日時 12月7日(水)午後1時30分〜3時30分  
場所 市役所本館(2階)  
対象 高石市内在住・在勤・在学の18歳以上の方  
募集 15人(先着順)  
※一時保育あり(1歳半〜就学前、先着3人、11月21日までに要申込)  
料金 無料  
申込・問合せ 11月10日から  
電話・またはEメール(jinke@nsu.shin-city.takashi.lg.jp)で人権推進課 ☎(27)6279まで  
※Eメールの場合、件名に講座名、本文に氏名・住所・電話番号・一時保育の要否(希望される場合は、子どもの氏名・フリガナ・生年月日)を記載してください。

## 全国一斉『女性の人権ホットライン』強化週間

女性の人権ホットライン

☎0570(070)810

日時 11月18日～24日の午前

8時30分～午後7時(土・

日・祝日は午前10時～午後5時)

相談内容 セクシユアル・ハ

ラスメント、ストーカー行為

など女性の人権問題

問合先 大阪法務局人権擁護

部 ☎06(6942)9492

## 各種



### 11月16日に市内の防災行政無線のスピーカーから放送が流れます

地震や津波、武力攻撃などの発生時に備え、全国一斉情報伝達訓練を行います。これは、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた訓練で、高石市以外の全国の地域でも同様の訓練が行われます。

放送日時 11月16日(水)午

前11時頃  
問合先 危機管理課 ☎(275)6245

### 「障がい者作品展」

#### 出展作品を募集

障がい者(児)の社会参加の促進、創作活動の奨励や健常者とのふれあいを目的に、市役所で行われる障がい者作品展(12月5日～12月9日)の出展作品を募集します。

募集作品 陶芸、絵画、手芸、工作、生花 ほか

対象 市内在住・在勤・在学

で身体障がい者手帳、療育手帳または精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの方

申込 11月18日までに高齢・障がい福祉課または障がい者ふれあいプラザ

問合先 高齢・障がい福祉課

☎(275)6294

### 共に生きる障がい者展

日時 11月19日・20日の午前10時～午後4時

場所 国際障害者交流センター

ビッグ・アイ(堺市南区茶

山台1・8・1)

参加費 無料

申込・問合先 府民お問合せ

センターピピッとライン ☎06(6910)8001

6(6910)8001

### 大阪保育子育て人権研究会

記念講演のDVDと冊子の配布による開催です。

配布期間 令和5年1月

料金 府内の方…2000円

大阪市・府外の方…4000円

申込 子育て支援課で配布も

しくはちやいどネット大阪

ホームページよりダウンロード

できる所定用紙を11月30日

までに第24回大阪保育子育て

人権研究会事務局(NPO

法人ちやいどネット大阪)

へFAX…06(4790)2223

問合先 第24回大阪保育子育て

人権研究会事務局(NP

○法人ちやいどネット大

阪) ☎06(4790)2222

### 大阪ろうあ者成人式

日時 1月8日(日) 午後2時～4時

対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日に生まれた方

場所 府立福祉情報コミュニ

ケーションセンター(4階)

〔大阪市東成区中道1・3・

59〕

内容 式典、懇談会など

参加費 無料

申込 電話またはFAXで大

阪聴力障害者協会事務局の中

野さん ☎06(6748)0

380、FAX 06(674

8)03303〕

※FAXの場合、住所・氏名

・生年月日・FAX番号を

記載。

問合先 高齢・障がい福祉課

☎(275)6294

### 健康寿命を延ばそう

#### 介護予防講習会

日時 11月18日(金) 午前10

時～11時30分(受付…午前9

時30分)

場所 アプラたかいし(3階)

募集 120人(先着順)



「大阪保育子育て人権研究会の申込はこちらから」

参加費 無料

問合先 NPO法人やまびこ

☎(261)8122

### 幼児・子ども英会話教室 と英語・ハンブル講座

ネイティブの先生と楽しく  
学びながら、外国語コミュニ  
ケーションの基礎をしっかりと  
身につけましょう。

日時 ①幼児英会話教室・木曜  
日の午後6時～6時50分、  
②子ども英会話教室・木曜  
日の午後7時～7時50分③英語  
講座・水曜日の午後7時30分  
～9時、④ハンブル講座・金  
曜日の午後7時30分～8時20  
分

場所 とろしプラザまたはコ  
ミュニティセンター

募集 ①・②は5人、③・④  
は7人

受講料 1200円～150  
0円(見学1回無料)

申込・問合先 NPO法人岸  
和田国際交流協会 ☎072  
(445)0533

### 商工会議所からのお知らせ

#### ■法律相談

日時 11月18日(金)午後6

時～8時

募集 3人(先着順)

申込 当日の午前9時30分か  
ら電話申込

#### ■インボイス制度説明会

日時 11月25日(金)午後2  
時～3時30分

募集 30人

申込 11月22日までに電話、  
FAX・☎(261)7676、We  
bで申込

インボイス制度  
説明会の申込  
はこちらから▼  


※いずれも場所、申し込み、  
問い合わせは高石商工会議  
所 ☎(264)1888

### 弁護士による借金問題解 決のための土・日無料相 談会

日時 12月10日・11日の午前  
10時～午後4時

場所 近畿財務局(大阪市中  
央区大手前4-1-76)

参加費 無料

申込・問合先 事前に近畿財  
務局 相談窓口 ☎06(69  
49)6523へ電話申込

### 子ども演劇えんげきつづ公演 勇者さまをまちながら

日時 12月11日(日)午後3  
時から(開場・午後2時40分)

場所 アプラたかいし(3階)

料金 無料

申込 11月12日からWebで  
申込

「子ども演劇えんげ  
きつづ公演の申込」  
はこちらから▼  


### 高齢者防火訪問を実施中

堺市消防局では、例年、高  
齢者が安全に安心して暮らせ  
るまちづくりを推進するため、  
75歳以上の高齢者のみの世帯  
を対象に、消防職員が防火訪  
問を実施しています。訪問時  
には、住宅用火災警報器の設  
置及び維持管理の促進や、こ  
んなろ、たばこ、電気火災など  
に対する住宅防火対策につい  
て指導しています。

問合先 消防局予防査察課  
☎(238)6005

高石市は関西国際空港を応援しています

## 関空ニュース

### 関西国際空港 新国内線エリアがオープン!

10月26日、関西国際空港の新国内線エリアがオープンしました!新  
たな国内線エリアでは、保安検査後の商業エリアを大幅に拡充し、関  
西色豊かな6つの店舗や国内線ラウンジがオープン。ご搭乗までの待  
ち時間をより快適にお過ごしいただけます。また、飛行機をご利用に  
ならない方もご利用いただける保安検査前の一般エリアにも、フード  
コートをはじめとする店舗がオープンいたしました。新しくなった関  
西国際空港にご期待ください。

※新国内線エリアオープンにともない、各航空会社のチェックインカ  
ウンターならびに出発口・到着口等の位置が変更となりました。詳しく  
は関西国際空港のホームページをご覧ください。

〈問合先〉関西国際空港案内 ☎072(455)2500

詳しくは、ホームページをご覧ください。 <https://www.kansai-airport.or.jp>

### ～大人の集い場から講座のお知らせ～

瑞松苑	慶翠苑	菊寿苑
☎(263)3317	☎(265)3188	☎(271)0112
ハンブル講座 11/14・28 14:00～16:00	英会話教室 11/17 10:30～11:30	ハンブル講座 11/16 10:30～12:30
ママと一緒に ミュージックケア 11/22 10:00～11:00	スマホ教室 11/11 10:15～11:15 11:45～12:45 14:15～15:15	ちぎり絵 11/15 10:00～11:00
寄せ植え 11/22 13:30～15:30	ハンブル講座 11/17 14:00～16:00	柔道整復師に よる運動教室 11/21 13:00～14:00
みんなで ストレッチ 11/25 13:00～14:00	柔道整復師に よる運動教室 11/18 13:00～14:00	スマホ教室 11/25 10:15～11:15 11:45～12:45 14:15～15:15

講座の申込み・問合せは各施設へご連絡ください

製菓理論に基づくお菓子作り  
**定番スイーツのランクア  
 ップ技能と知識**

**日時** 12月25日(日) 午後1時～4時  
**場所** アプラたかいし(2階)  
**募集** 8人  
**持ち物** エプロン、三角巾、ハンドタオル  
**献立** ロールケーキ  
**料金** 3000円(材料費・資料代含む)。11月30日までにアプラたかいし3階事務所に現金で納付してください。  
**申込** Webで申込  
**問合せ** 社会教育課 ☎(275)6437



ボーイスカウトと遊ぼう  
**ワフワフ自然体験あそび**

**日時** 11月27日(日) 午前9時45分～正午  
**場所** 浜寺公園(ステージ前)  
**対象** 5歳～小学3年生の子どもと保護者  
**募集** 20組(先着順)  
**内容** 野外ゲーム

**持ち物** お茶、タオル  
 ※マスク着用の上、動きやすい服装でお越しください。

**保険料** 50円  
**申込・問合せ** 11月21日までにボーイスカウト高石第3団の三木さん ☎FAX:(261)9738、Eメール:mya\_sutaka@zeus.eonet.net、またはWebで申込  
 ※EメールまたはFAXの場合、子どもの氏名・生年月日・性別・学校名または園名・学年・住所・電話番号を記載。



**大阪泉州サイクル月間**

**期間** 10月15日～12月12日  
**参加費** スタンプラリー…無料、シェアサイクル…終日1000円、サイクルツアー…半日2500円、終日5000円  
**問合せ** KIX泉州ツーリズムビューロー ☎072(436)3440

食生活改善推進協議会  
**かんたんヘルシーワッキング**

**健康ポイント**(100ポイント)がつかめます。  
**日時** 12月1日(木) 午前10時～午後1時  
**場所** 総合保健センター  
**対象** 市内在住の方  
**募集** 12人(先着順)  
**献立** ご飯、豚ひき肉のレンジ蒸し、わかめと野菜のいどりサラダ  
**持ち物** エプロン、三角巾、手拭タオル  
**料金** 500円(保険料含む)  
**申込・問合せ** 地域包括ケア推進課 ☎(267)1160

**コミュニティ助成事業**

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、地域のコミュニティ活動に対して助成事業を行っています。令和4年度は、一般コミュニティ助成事業を活用し、市内の10自治会がコミュニティ活動に必要な備品を整備しました。  
**問合せ** 秘書課 ☎(275)6082

**フードボランティアセミナー**

「食事に気をつけたいけど、どうしたら良いの?」そんな疑問をお持ちの方は必見!食生活や健康づくりについて学ぶチャンスです。一緒に楽しく「食を通じた健康づくり活動」に参加しませんか?

**場所** 高石市立総合保健センター  
**参加費** 無料  
**対象** 市内在住で18歳以上の方  
**持ち物** 筆記用具  
 ※以前に教室を修了された方は参加できません。  
**申込・問合せ** 11月17日～25日  
**募集** 10人(先着順)※5人未満の場合中止  
 地域包括ケア推進課 ☎(267)1160 (電話申込可)



<b>日時</b>	12/7(水)	12/14(水)	令和5年 1/11(水)	令和5年 1/25(水)	※修了には、4回中3回以上の出席が必要。 修了後は地域のボランティアとして活躍できます。
	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	
<b>内容(予定)</b>	・バランスのいい食事、ここがポイント!		・減塩のポイント～薄味を体験しよう～		
	・野菜たっぷりヘルシー食生活		・初心者でも大丈夫!栄養価の計算をしてみよう		
	・スマートな大人の“おやつ術”		・コンビニや外食メニューの賢い選び方 他		