

まち TAKAISHI 住むほどに しあわせ。 り

ストレスためずに、
パパママを楽しもう！

4

NO.674



楽しみながら子育てしよう！

昨年は高石市で 477 人の赤ちゃんが生まれました。市では、安心して子育てしていただけるよう妊娠・出産・育児、全ての期間を通してパパママをサポートしています。子育てでは自分の思ったとおりにならないということは誰にでもあることです。そんな時は一人で悩まず、みんなで共有して楽しみながら子育てをしていきましょう。問合先 地域包括ケア推進課 ☎(267)1160

すくスケジュール

出産		妊娠		子どもの年齢
1 か月	0 歳（赤ちゃん誕生）			
こんにちは赤ちゃん訪問 赤ちゃんに関する相談や絵本と子育て情報をお届けします。	新生児訪問 生後 28 日未満の赤ちゃんがいる家庭を訪問します。	パパママ学級 出産前から育児講座等に参加できます。	妊婦相談 どんなことでも専門の職員に相談できます。	子育てサポート情報
乳児一般健診	産婦健診	妊産婦歯科健診	妊婦健診	各種健診
を目で追うようになるよ ● 1 日のほとんど眠っているよ				子どもの様子（個人差があります）

何でも相談できる安心感

現在、妊婦健診などのために母子健康センターを利用しています。健診は大きな病院とは違ってじっくり時間をかけて診てくれますし、助産師の方はどんなに些細なことでも不安に思ったことを親身に聞いてくださるので、安心して妊娠中の生活を過ごせています。



母子健康センターを利用する
山本さん

妊娠

出産・子育ての不安は誰にでもあるもの

「妊娠がわかった時、たくさん祝福されて、新しい家族を迎える喜びを感じたけど、今は出産・子育てへの不安で頭がいっぱい」そう感じる方は多いようです。初めての出産はわからないことだらけで誰でも不安なもの。市では、母子健康センター等と連携して、妊婦相談やパパママ学級、沐浴体験等を実施し、妊娠中からパパママが万全の準備を整えられるようサポートしています。



沐浴体験に参加して、プレパパママとして勉強中！



気になることを気軽に質問できる妊婦相談

高石市立母子健康センター なら 産前 も 産後 も 安心！



西日本で唯一の公立助産所として、妊婦健診・出産・産後ケアを行っています。他院で出産された方でも、産後向けの教室等に参加することができます。

＼パパママに聞いた母子健康センターの良いところ！／

- ・助産師が経験豊富で頼もしい。
- ・健診時の待ち時間が少ないので、負担が少ない。
- ・積極的に声をかけてくれたり、とにかくアットホーム。
- ・公立の助産所なので、費用が安い。
- ・どんな些細な相談でも時間をかけて聞いてくれる。
- ・出産時の立ち会い制限がないので、来て欲しい人に来てもらえる。

■ 母子健康センターについて

診察日時(予約制)

月～金曜日の午前9時～午後5時

住所 羽衣 4 - 4 - 26

問合先 ☎(261)0335



設備の整った安心の分娩室



産後の入院は全室が個室

[母子健康センターホームページ] へのアクセスは
こちらのQRコードから▶



高石っ子のすく

育児

2 歳

1 歳半

1 歳

9 か月

6 か月

3 か月

HUGOOD に行ってみよう

アブラたかいし3階のボーネルンド
とコラボした遊び場で新しい体験を。

支援センターで遊ぼう

市内にある4つの子育て支援
センターでのびのび遊ぼう！

離乳食講習会

実演を交えながら離乳食の
ポイントやメニューを紹介。

各種予防接種

早めの予防接種を
心掛けましょう。

2 歳 6 か月児歯科健診

1 歳 7 か月児健診

乳児後期健診

4 か月児健診

●歩くのが上手になるよ

●つかまり立ちができるようになるよ

●寝返りができるようになるよ

●首がすわり始めるよ

●物

出産

産後のストレスは“話して”“出かけて”発散！

出産後はなかなか出かけることができず、思うようにいかない子育てで知らない間にストレスがたまっていきますよね。そんな時は、専門知識を持つ職員が訪問する新生児訪問やこんにちは赤ちゃん訪問で日々の不安や気になることを相談してみましょう。また、外出できるようになってきたら、市役所や母子健康センターで実施している赤ちゃん広場等の子育てイベントに参加してみましょう。他の親子の接し方を見たり、パパ友・ママ友を作るきっかけになります。



イベントに訪れたパパママで交流の輪が広がります

子育てイベントの参加には
おでかけチケット
を利用しましょう！

産後ヨガやベビーマッサージなど、赤ちゃんに参加できるイベントが多数！詳細は母子健康センターのホームページをご覧ください。



色々な情報がもらえる赤ちゃん訪問

産後2か月頃の赤ちゃん訪問で、今後の健診、市内の保育園等の特徴やイベントについて教えてもらいました。子育て情報は妊娠中も聞きましたが、出産直後はそこまで気が回らず忘れてしまうことも多いので、出かけたとしても出かけづらい時期に最新情報が聞けるのはありがたいです。



育児相談のため市役所を訪れた
田口さん

保育園等の見学もスムーズ

はじめは子育て支援センターのイベント等に行くことになかなか踏み出せなかったのですが、市の職員の方が声をかけてくれて、見学も一緒に行ってくださいました。何度も通ううちに同じ年頃の子どもを持つ友人もでき、保育園も安心して通えそうだと感じています。



お子さんの身体測定で毎月市役所を訪れる
中筋さん

育児

どんどん広がる子どもが育つ場所

こんにちは赤ちゃん訪問の時に聞ける市内の保育園や遊び場等の情報は、子どもの成長には欠かせないものです。市では、子育て支援センターやボーネルンドと提携した「HUGOOD」で子どもの成長をサポートします。また、登録すると会員同士が1時間単位で子どもを預け合える「たかいしファミリー・サポート・センター」が利用でき、ちょっとした時間を作ったり、地域でのつながりを強めることができます。



支援センターでは遊びを通じた学びで成長を



「HUGOOD」では子どもたちが自然と笑顔に

子育てする皆さんへ



こんにちは赤ちゃん訪問等を担当する
大谷 保育士

はじめから完璧な親なんていない

子どもが生まれると、自分でも知らないうちに「新しい命を育てていくんだ」という責任感が芽生えるものですが、「なぜ泣いているかわからない赤ちゃんを目の前にすると、どうしても良いかわからず自分も涙を流してしまう」等、悩んでしまう方が多い印象です。でも、わからないことがあるのは当たり前のことです。パパママも親としては1年生。はじめから完璧な親をめざすのではなく、どんどん周りに相談して、お子さんと一緒に自分もパパママとして成長することを楽しんでほしいと思います。

一緒に楽しんで子育てしましょう

現在は、インターネット等で子育て情報がたくさん得られますが、その情報が正しいかどうかの判断は難しく、また、自分に合っているかは人によって違います。子育てに不安を感じた時は、市の地域包括ケア推進課や赤ちゃん訪問に訪れる職員等に気軽に相談してください。正しい知識を持った職員と一緒に考えて、子育てが楽しく感じられるように、皆さんをサポートします。

＼ 子育てに困ったらまずはここ！ ／ 「子育て世代包括支援センターあれこれ相談ステーション」をご利用ください

令和2年3月、市役所内に子育てのことを何でも相談できるブースがオープン！妊娠中の「あれっ?」と思ったことや出産後の不安など保健師・助産師・保育士等が電話・窓口・訪問で相談をお受けします。どんなに小さな悩みでもお気軽にご相談ください。ブースは市役所本館1階の西側入口付近に設置されています。



相談ブースで育児相談を行う様子

体重を測ることもできます！



1



2

1 市役所西側入口付近に設置された「あれこれ相談ステーション」。市役所を訪れた際など、気軽にお立ち寄りください。

2 困ったことや相談したいことがあれば、内部に設置している呼び出しボタンを鳴らしてください。担当職員が来て、対応します。

どんなことでも相談できる！

- ▶ 妊娠中の過ごし方は？
- ▶ 育児中、ふっと不安になって涙が出てくる
- ▶ 授乳(母乳・ミルク)のことで相談したい
- ▶ 自分のやってほしいことをうまく夫に伝えられない
- ▶ 妻が辛そうな時は何をすれば良い？
- ▶ 離乳食はどうやって進めれば？
- ▶ 夜泣きで眠れなくて辛い
- ▶ 孫の面倒を見てあげたいが、何ができるだろう？
- ▶ 遊び場などの情報を知りたい
- ▶ 子どもとずっと2人きりだと外から切り離されたように感じる

電話でもお気軽にご相談ください ▶ 相談専用ダイヤル ☎ (275) 6494
(受付時間：平日の午前9時～午後5時30分)

市の保健師は「お手伝いしたくても、職員だけでは気付けないこともある。こんなこと聞いて良いんだろうかと迷う前に『困っている』と声をあげてほしい」と話しています。皆さんも気軽に相談してみよう。詳しくは地域包括ケア推進課へお問い合わせください。

困った時は、ためらわずにすぐ相談を

保健師はパパママのサポートから高齢者の介護に関することまで幅広い知識を有しています。どんなに些細な困り事でも解決策を考え、必要な措置や適切な専門機関を判断します。本市は地区別に担当の保健師があり、こんにちは赤ちゃん訪問に参加する等、地域とのつながりを大切にしながらパパママの応援も行っています。

地域を救う健康・医療のスペシャリスト

困ったことは何でも気軽に相談してください！

地域で活躍する保健師



市の保健師

令和2年度 施政方針

「ワンチーム」の精神
で、高石市のさらなる
飛躍・発展をめざして」

3月に開催された第1回高石市議会定例会において、阪口市長は、「第2期高石市まち・ひと・しごと創生総合戦略」の策定なども含めた令和2年度施政方針を第4次高石市総合計画の5つの目標である「ひとにやさしい育みのまち」、「ひとにやさしい暮らしのまち」、「ひとにやさしい安全・安心なまち」、「環境にやさしいまち」、「地域活力あふれるまち」に沿って発表しました。その概要をお知らせします。

※施政方針の全文は市ホームページでご覧いただけます。

- 「第2期高石市まち・ひと・しごと創生総合戦略」の策定 -

「地方創生」の取組み

「第2期高石市まち・ひと・しごと創生総合戦略」では、これまでの基本的な方向性は維持しつつ「多世代での人材育成・交流の推進」「優良な地域資源の有効活用」の推進」「民間活力によるまちづくりの推進」という3つの新たな視点を加え「みんなが集い、住み続け、生涯活躍できる魅力あるまちたかいし」を目標とし①子どもを産み育てやすい環境を整える②地域が稼ぎ、働きやすい環境を整える③いつまでも健康にすごせる環境を整える④人が集い、住みたくなる環境を整える、の4つの基本目標を設定します。

これらの基本目標の達成に向け、これまで成果をあげてきた取組みをさらに深化させ、継続するとともに、新たに地域資源を活用し、交流人口等の増加と優良な雇用の創出などにより、持続可能なまちづくりをめざします。

- ひとにやさしい育みのまち -

ICT環境の整備

学校教育については、未来社会を生きる子どもたちに必要となる「21世紀型能力」すなわち基礎力・思考力・実践力を、主体的・対話的で深い学びを核とする学習活動を通じて身につけられるよう、ICT環境の充実、英語教育やプログラミング教育の実施など「高石市教育振興基本計画」に基づき、着実に取組みを進めていきます。児童・生徒1人に1台のタブレット端末を整備し、新学習指導要領で求められている深い学びが得られる学習や、AIDRILを使った個別最適化の学習など、新しいスタイルの授業を進めて学力向上に取り組めます。



妊娠・子育て期をサポート

妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援をワンストップで行う「子育て世代包括支援センター」においては、市立母子健康センターとも連携し、妊娠婦や乳幼児の家庭の状況によって日々変化する子育てに関する悩みや相談に対して、その方に必要な支援を行います。子育て支援施策につきましても、アプラたかいしに子育てウェルカムステーション「HUGOOD」(ハグッド)を開設し、開設以来15万人以上の方にご利用いただくと、成果をあげています。また、同施設にてイベントの開催などにあわせて、育児相談や就労支援を行うなど、さらなる施設の利用を促進し、充実した子育て・教育環境をPRすることで定住促進を図ります。

■教育施設の改修・拡充

「高石市教育振興基本計画」に基づき、子どもたちが安心して楽しく学べる学校づくりに、より一層取り組みます。

▼松の実園移転

児童発達支援センター松の実園及び総合保健センターで療育しているバンビグループについては、津波浸水想定区域内に位置していることから、旧北幼稚園に移転し、子どもたちの安全・安心な療育環境を整備し、令和4年度の開園をめざして取り組みます。

▼小学校水泳指導

羽衣小学校プールは現在、老朽化により閉鎖しており、あり方について検討してきましたが、今後、同校の学校水泳指導を民間へ業務委託することにより、専門的なインストラクターからの指導を取り入れ、子どもたちの泳力向上を図ります。

- ひとにやさしい暮らしのまち -

■我が事・丸ごこの地域づくり

地域福祉施策につきましては、地域共生社会の実現に向け、複合化・複雑化した地域生活課題を把握して解決を試みる「我が事・丸ごと」の地域づくり・包括的な支援体制の整備を図るとともに、「アプラたかいし」における集いの場、相談会等の実施や市内7郵便局と連携した「暮らしのサポーター」事業を実施しておりますが、令和2年度は、老人福祉センターにおける相談拠点機能を強化するなど、市民にとって身近な交流・相談拠点の整備を進めていきます。



■“健康のまちづくり”

健康のまちづくりについては、公民連携による「高石市健康のまちづくり協議会」を立ち上げ、平成29年10月から、対象者を20歳以上に拡大して再スタートした健康ポイント事業を、これまでの成果を踏まえて、新たに地域間連携も図りつつ、定員を3千人から4千人に拡大する予定です。



■瑞松苑の移転

老人福祉センター瑞松苑は、老朽化が進んでいることから、より堅固な高石市コミュニティセンター（デージードーム）に移転統合し、コミュニティセンター機能と老人福祉センター機能を、これまで以上に有効に活かした複合施設としてリニューアルすることで、機能の拡充・強化を図り、高齢者福祉と地域コミュニティの拠点とともに、新たな集いの場として、より一層の利用促進を図ります。



- ひとにやさしい安全・安心なまち -

■防災力の強化

近年、全国的に被害が発生している台風、地震等の大規模な災害などに対応するため、国や大阪府の各防災計画等との整合を図るとともに、防災関係機関などが示す新たな知見の反映を行うため、本市の地域防災計画について見直しを行っています。

国では、大規模な自然災害等に備えるため事前の防災・減災と迅速な復旧復興等に備えた強靱な国づくり、地域づくりを進めるために、国土強靱化に取り組んでいます。本市においても、令和2年度に国土強靱化地域計画を策定し、さらなる安全・安心のまちづくりを進めていきます。



■地域に合わせた防災対策を

本年も引き続き、「防災シンポジウム」や「まちづくり勉強会」を開催し、防災意識の向上を図るとともに、各自治会や自主防災組織に「地区防災計画」の策定を促し、地域の防災力の向上に取り組まします。「津波防災の日」である11月5日には、全ての市民、学校園、企業の皆様並びに防災関係機関にもご参加いただき「地震津波総合避難訓練」を実施し、防災意識の向上を図ります。

さらに、災害時などにおける情報伝達手段として、これまで、市内に防災行政無線の整備を進めてきましたが、情報伝達手段の多様化として、放送された内容を確認できるように、電話応答装置の整備を行っています。



■蓮池公園の整備

蓮池公園については、令和元年度に事業認可を取得し、用地買収に取りかかりました。令和2年度についても、精力的に用地買収に取り組み、みどり豊かな市民の憩いの場、スポーツ・健康づくりの場として、また、災害発生時には防災機能を備えた防災拠点となる公園整備の早期完成に向け、事業を進めてまいります。



- 環境にやさしいまち -

■喫煙等への対策

高石市受動喫煙・路上喫煙等対策の総合的推進に関する条例が、本年4月から施行しました。望まない受動喫煙による健康被害の防止、喫煙マナー及び環境美化意識の向上を図るため、受動喫煙、路上喫煙、吸い殻のポイ捨ての防止などの喫煙等対策について取り組みを進め、市民等の健康増進及び安全かつ快適な生活環境の確保に努めます。

■自然環境保護への取り組み

国において7月からプラスチック製レジ袋が有料化されることから、本市においても、市民へのエコバッグの使用促進に取り組みなど、引き続き、資源循環型社会や低炭素社会の形成に向け、取り組めます。本市としても高師浜の砂浜の保全や稚魚の放流等、自然環境の保護に取り組んでいきます。

- 地域活力あふれるまち -

■生まれ変わる羽衣駅前



羽衣駅前再開発事業により、昨年8月に再開発ビル「イコーネはごろも」と南海本線羽衣駅とJR東羽衣駅を結ぶペDESTリアンデッキ「天女のこみち」が完成した事で、バリアフリー化により暮らしやすく、交通結節点として、安全かつ利便性が飛躍的に向上しました。今後も引き続き連続立体交差事業の進捗状況と調整を図りながら、周辺道路や駅前広場の整備を進め、さらなる駅周辺の活性化、賑わいのあるまちづくりに向け取り組みます。

■高石シーサイドフェスティバル

高石市ブランド戦略の一環で地域活性化を目的としてスタートした、本市の一大イベント「高石シーサイドフェスティバル」については、本年度8回目を迎えます。年々来場者も増加しており、昨年は3万9千人を超える方に楽しんでいただきました。今後も市内外へ本市の魅力を情報発信し、集いの場として交流人口等の増加を図り、さらに定住促進にもつなげるべく、充実・発展させていきたいと思っています。



■地域・産業振興

地方創生の一環として、旧保健センターをリノベーションし、高齢者なども含めて集い、賑わいを創出できる収益施設を兼ねた多世代交流の拠点等として整備していきます。漁業振興については、本年4月に高石漁港が大阪府から移管されますが、これにあわせ、現在、大阪府により防潮堤等の施設整備が行われています。今後とも大阪府、高石市漁業協同組合等と連携し、漁港の適正な管理とさらなる水産業の振興に向け、取り組みます。



市長あいさつ



本市の第4次高石市総合計画は「市民主体のやさしさと活力あふれる健幸のまち」を基本理念に設定し、成果をあげてきました。今後は第5次高石市総合計画の策定に向けて取り組んでまいります。

市民の皆様が夢と希望あふれるこの愛すべき郷土（ふるさと）高石市のさらなる飛躍・発展をめざし、今後とも、職員一丸となり「ワンチーム」で取り組んでまいります。引き続き、議員各位と市民の皆様との温かいご理解とご支援、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

阪口伸六

令和 2 年度

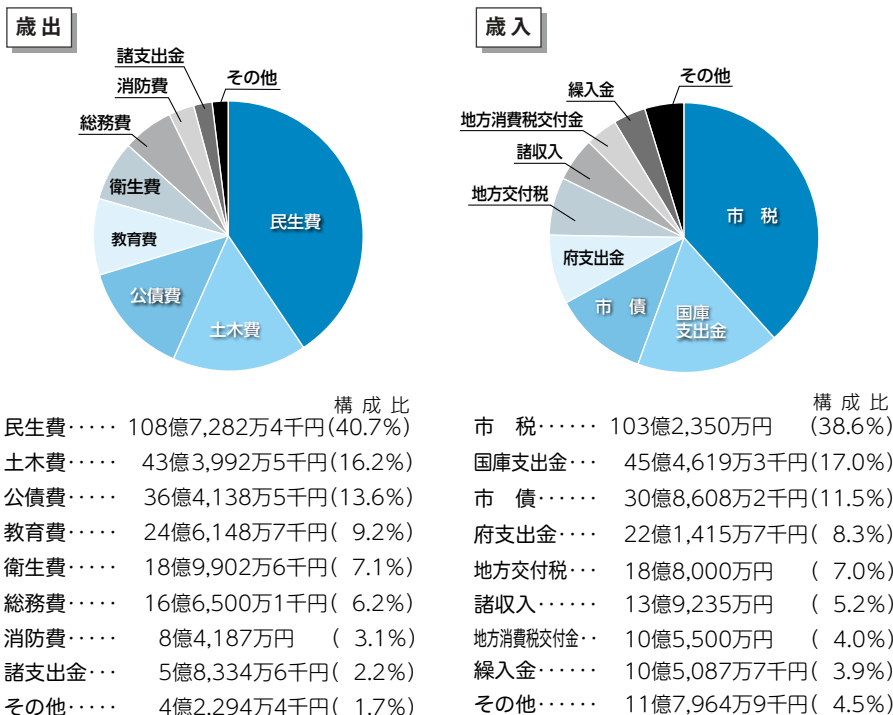
当初予算の概要

総額 約 460 億円

令和2年度の一般会計、特別会計、水道事業会計および下水道事業会計を合わせた当初予算総額は459億7,400万2千円で、対前年度比10.8%の増加となっています。令和2年度は新たに策定する「第2期高石市まち・ひと・しごと創生総合戦略」として、創業支援や駅周辺のリノベーション事業等の各種事業に着手します。また、引き続き安全・安心のまちづくりとして、南海中央線整備事業や連続立体交差事業、防災のまちづくりとして蓮池公園整備事業等、主要な都市基盤整備事業においても着実に実施します。なお、今後も経費削減に努め、健全な財政運営を維持するとともに、各種施策等さまざまな行政課題に取り組みます。

問合先 財政課 ☎(275)6084

■ 一般会計 267億2,780万8千円 (前年度比 12.6%増)



■ 特別会計 132億5,296万8千円 (前年度比 17.6%減)

内訳	国民健康保険 69億295万1千円	後期高齢者医療保険 9億1,287万9千円
	介護保険 54億2,913万9千円	墓地事業 799万9千円

■ 水道事業会計 19億1,946万3千円 (前年度比 15.1%増)

■ 下水道事業会計 40億7,376万3千円 (皆増)

主な事業の予算額

総務費	情報化推進事業	8,830万5千円
	自治体クラウド利用料、住民基本情報システム帳票出力業務委託料など	
	商工業振興事業	3,906万4千円
	起業等支援事業、商工会議所助成金など	
民生費	コミュニティ活動の推進	3,568万7千円
	コミュニティセンター管理経費など	
	地域振興事業	1,963万円
	高石シーサイドフェスティバル補助金など	
衛生費	保育所事業	23億2,212万5千円
	市立保育所管理経費、認定こども園補助費など	
	生活保護事業	18億3,181万9千円
	生活保護扶助費	
	障がい者福祉事業	16億6,113万5千円
	自立支援給付、自立支援医療、障がい児通所給付など	
	児童福祉事業	12億4,979万6千円
	児童手当、児童扶養手当など	
土木費	後期高齢者医療保険	8億7,543万3千円
	後期高齢者医療保険療養給付費負担金など	
	介護保険	8億2,024万6千円
	介護保険特別会計繰出金など	
	国民健康保険	6億5,326万円
	国民健康保険特別会計繰出金など	
	ごみ・し尿処理、資源化促進等	6億8,661万7千円
	泉北環境整備施設組合分担金、塵芥・し尿収集委託料など	
消防費	保健事業	3億5,718万4千円
	母子保健事業、スマートウェルネス推進事業など	
	予防接種事業	1億7,994万4千円
	インフルエンザ等ワクチン接種事業	
	緑化推進事業	3,539万5千円
	樹木等維持管理経費など	
	街路整備事業	16億2,675万7千円
	南海中央線道路整備事業など	
教育費	下水道事業	9億8,000万円
	下水道事業会計繰出金	
	連続立体交差事業	4億2,675万円
	南海本線等連続立体交差事業負担金	
	公園整備事業	2億7,645万1千円
	蓮池公園整備事業	
	道路整備事業	6,272万5千円
	取石418号線道路整備事業など	
教育費	消防事業	6億2,869万6千円
	消防事務委託料	
	学校環境の整備	7億1,635万3千円
	学校給食給付材料費、学校ICT環境整備、トイレ大規模改修など	
	教育指導の充実	2億5,056万2千円
	支援教育、英語教育推進、就学援助、学力向上推進など	
	市民文化会館事業	2億2,997万6千円
	指定管理者委託料、管理経費、大規模修繕負担金など	
教育費	学童保育事業	1億6,144万4千円
	あおぞら児童会関係経費	

問合先 財政課 ☎(275)6084

市役所からの お知らせ

国民年金

国民年金保険料の退職（失業）による特例免除

日本国内に住む20歳以上60歳未満の方が会社を退職（失業）されたときは、国民年金の第1号被保険者へ変更となり、保険料の納付が必要となります。しかし、退職（失業）により保険料の納付が困難な場合には、本人の申請によって保険料を免除される特例免除制度が設けられています。対象は退職（失業）された方で、審査の対象となる本人所得を除外して審査を行い、保険料の納付が免除されます。（ただし、配偶者・世帯主

に一定以上の所得があるときは、免除が認められない場合があります）
必要書類等

①年金手帳または基礎年金番号がわかるもの（納付書等）

②失業したことが確認できる公的機関の証明の写し（雇用保険受給資格者証・雇用保険被保険者離職票等）

③印鑑（本人が署名する場合は不要）
申請・問合先 「国民年金保険料免除・納付猶予申請書」を市民課 ☎（275）6241または堺西年金事務所 ☎（243）7900へ提出

国民年金保険料の改正

令和2年4月分～令和3年3月分の国民年金保険料が次のとおり改正されました。

▼新しい保険料（月額）

・保険料1万6540円
・4分の1免除（1万2410円納付）

・半額免除（8270円納付）
・4分の3免除（4140円納付）

問合先 市民課 ☎（275）6241または堺西年金事務所 ☎（243）7900

税

市税の納付は必ず納期内に

市税は市の財政運営において大切な財源です。納期を過ぎると延滞金等が加算されますのでご注意ください。令和2年度の市税の納期は表のとおりです。

令和2年度 市税の納期限

対象税目	期別	納期限
固定資産税 都市計画税	全期前納	令和2年6月1日
	第1期分	令和2年6月1日
	第2期分	令和2年7月31日
	第3期分	令和2年12月21日
	第4期分	令和3年3月1日
市・府民税 （普通徴収）	全期前納	令和2年6月30日
	第1期分	令和2年6月30日
	第2期分	令和2年8月31日
	第3期分	令和2年11月2日
	第4期分	令和3年2月1日
軽自動車税	全期	令和2年6月1日

なお、固定資産税・都市計画税並びに軽自動車税の納税通知書は5月上旬、市・府民税の納税通知書は6月上旬に送付します。

問合先 税務課

☎（275）6094

路線価を公開しています

税務課では納税者の皆さんに固定資産税の評価に対するご理解をより深めていただくため、評価の基礎となる路線価を公開しています。

※路線価：街路に沿接する標準的な画地の1㎡あたりの価格

問合先 税務課

☎（275）6109

地価公示価格の閲覧

令和2年の地価公示価格が国土交通省から発表されています。

地価公示価格とは、国土交通省が全国の標準的な土地を選んで、その適正な価格を皆さんにお知らせするもので、税務課・市役所2階行政資料コーナー・図書館で閲覧できます。

問合先 税務課

☎（275）6109

固定資産課税台帳の閲覧

令和2年度固定資産課税台帳が閲覧できます。閲覧する場合には、納税通知書や運転免許証などの本人確認ができるものがが必要です。なお、代理人等はこれらに加えて委任状等も必要となります。

また、所有者、納税義務者及びこれらの者から委任を受けた者に加えて、借地借家人等についても、その使用または収益の対象となる部分に限り、固定資産課税台帳を閲覧することができません。なお、借地借家人等については、当該資格を証する書類（賃貸借契約書等）が必要です。

問合先 税務課

☎ (275) 6109

後期高齢者医療

保険料率が変わりました

▼大阪府令和2年度の保険料率

年間保険料（限度額64万円）＝被

保険者均等割額（被保険者1人あたり5万4111円）＋所得割額（被保険者の所得×所得割率10・52％）

▼保険料の軽減

世帯の所得水準に応じて保険料の被保険者均等割額（年額5万4111円）が表のとおり軽減されます。

所得の判定区分 世帯の総所得金額等 （同一世帯内の被保険者と世帯主）	令和2年度の 軽減割合	令和2年度の 軽減後の被保険者 均等割額（年額）
33万円まで、かつ、当該世帯の被保険者全員の各所得が0円の場合 〔公的年金等控除額は80万円として計算〕 ※令和元年度における8割軽減の区分	7割	16,233円
33万円まで ※令和元年度における8.5割軽減の区分	7.75割	12,174円
33万円＋(28.5万円×被保険者の数) まで	5割	27,055円
33万円＋(52万円×被保険者の数) まで	2割	43,288円

①7割軽減対象の方については、年金生活者支援給付金の支給や介護保険料の軽減強化といった支援策の対象となる場合があります。

※住民税課税世帯の方は対象となりません。また、年金生活者支援給

付金の支給額は年金保険料納付実績等に応じて異なります。

②後期高齢者医療制度に加入する前日において、会社の健康保険や共済組合、船員保険の被扶養者であった方は、当面の間、所得割額は課されず、資格取得後2年間は均等割額の5割が軽減されます。なお、世帯の所得に応じた均等割額の軽減割合が7割または7・75割に該当する方はそれぞれの軽減割合が適用されます。

※国民健康保険・国民健康保険組合に加入されていた方は対象となりません。

問合先 健康づくり課 ☎ (275) 6392
または大阪府後期高齢者医療広域連合資格管理課 ☎ 06(4790)2028

健康診査・人間ドック費用の助成・歯科健診

▼健康診査

府後期高齢者医療制度の被保険者の方に対して、4月下旬～5月上旬にかけて健康診査受診券を送付します。（令和2年度中に75歳になる方には、誕生月の翌月に送付します。）

受診券に記載されている有効期限までに指定医療機関等で受診してください。（年度中に1回）

受診の際は、事前に医療機関等へお問い合わせのうえ、受診券と被保険者証を忘れずにお持ちください。

ただし、長期入院中や施設入所の方は、病院・施設において健康管理が図られているため、健康診査の対象から除いています。なお、退院・退所等で状況に変化があった場合は受診券を発行しますので、お問い合わせください。

▼人間ドック費用の一部助成

府後期高齢者医療制度の被保険者の方に人間ドックの費用の一部を助成しています。助成を受けるには、健康づくり課へ必要書類を持参し、申請してください。なお、助成を受けられる回数は年度中1回、2万6000円を上限としています。

必要書類 人間ドックの領収書、検査結果通知書等の写し、被保険者証、□座情報わかるもの、印鑑

▼歯科健診

後期高齢者医療健康診査の対象の方（介護予防事業における歯科保健事業の対象となる方を除く）に対して、4月下旬頃に歯科医院リストを

送付します。健診を受診される場合は、リスト記載の医院に事前にお問い合わせのうえ被保険者証を忘れずにお持ちください。(年度中に1回)

問合せ 健幸づくり課 ☎(275)6374
2または府後期高齢者医療広域連合
給付課 ☎06(4790)2031

国民健康保険

新しく国保に加入する方へ

新しく国民健康保険に加入した場合の保険料の計算は、資格取得日(健康保険の資格を喪失した日、健康保険の扶養家族から外れた日、転入日など)からです。この日から14日以内に資格喪失証明書・離職票等を持参のうえ、届けなければなりません。遅れると資格取得日まで最高2年間さかのぼって保険料を支払わなければなりません。また、理由無く遅れた場合、その間の医療費は全額自己負担となりますのでご注意ください。

問合せ 健幸づくり課

☎(275)6374



国民健康保険に加入する方へ

医療費適正化のために

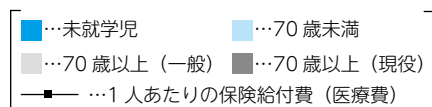
問合せ

健幸づくり課 ☎(275)6374

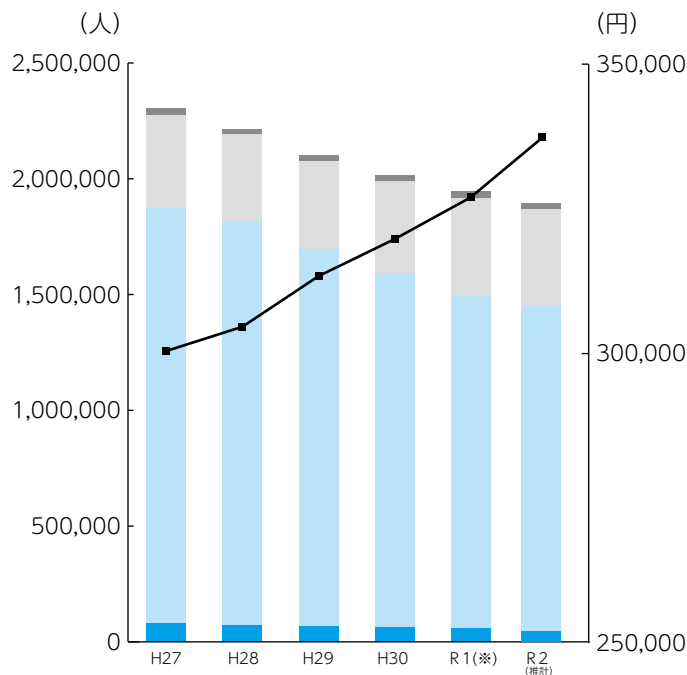
■みんなで取り組もう！

大阪府内の国民健康保険における被保険者数は減少傾向にあり、年代別では70歳以上の被保険者数の割合が高くなっています。また、70歳以上の1人あたり医療費は他の年代と比べ高くなっており、被保険者1人あたりの医療費の増加が続いています。

医療費の増加が進むと国保財政を圧迫することとなり、結果的に保険料の増加につながります。1人ひとりが健康づくりに取り組み、医療費の適正化に努めましょう。



府内国保一般被保険者数と医療費



※…R1年の被保険者は9月時点、医療費は実績見込み値

■みんなが安心して医療を受けられるために！

保険料は、所得に応じてかかる所得割、世帯員数に応じてかかる均等割、加入者の世帯に平等にかかる平等割の3つを医療保険分、後期高齢者支援金分、介護納付金分のそれぞれに計算し、さらにそれらを総合計して各世帯ごとに決められます。

令和2年度 国民健康保険料の改定

	医療保険分	後期高齢者支援金分	介護納付金分
所得割	9.05%	2.69%	2.66%
均等割	32,015円	9,358円	19,729円
平等割	33,785円	9,875円	—
最高限度額	610,000円	190,000円	160,000円

介護保険

介護保険料

仮徴収額通知書を送付

介護保険料は、前年の所得金額をもとに決定します。令和2年度の年間保険料は、平成31年（令和元年）中の所得確定後の7月に決定しますので、それまでは平成30年中の所得をもとに算出した仮徴収（暫定賦課）の保険料を納めていただきます。

▼特別徴収

老齢・退職・遺族・障害年金を月額1万5千円以上受給されている第1号被保険者（65歳以上）の方は、年金から引き落とし（特別徴収）されます。なお、仮徴収期間（4月・6月・8月）の月割保険料は、本年2月に引き落とされた保険料と同額を徴収します。10月以降の保険料は、7月に決定される年間保険料額から仮徴収期間に徴収する保険料を差し引いた額となり、10月～翌年2月の期間で徴収します。

特別徴収の方の仮徴収額通知書は送付しませんので、「了」承ください。

▼普通徴収

特別徴収以外の方は、納付書や口座振替等で納めていただきます。

仮徴収期間の月額保険料は、前年度の保険料をもとに暫定賦課しており、7月に年間保険料を決定し、仮徴収期間の保険料を差し引いた額を7月～翌年3月の本徴収期間で徴収します。

問合先

健幸づくり課

☎ (275) 6329

各種

普通ごみ処理券を上手に使うために

毎回使用するごみ袋を45リットルから30リットルにするなど普段使う袋よりも1つ小さいサイズとなるよう工夫することで、1年間で普通ごみ処理券約100枚の節約となります。ごみの量に合った大きさの袋を使うようにしましょう。

ごみの分別やリサイクルを徹底して、普通ごみの量を減らしましょう。

問合先

生活環境課

☎ (275) 6266

新しくなってスタート！

“健幸ポイント”で 健幸なカラダづくりのきっかけを

昨年度まで約3,000名の方にご参加いただき、大好評だった健幸ポイント事業が新しくなってスタートします。はじめての方も継続される方もご参加ください。

▶はじめて参加する方

参加には事前説明会への出席が必要となります。なお、説明会の日程については、新型コロナウイルスの影響により調整中のため、決まり次第改めて「広報たかいし」でご案内します。

▶継続して参加する方

継続の手続きについては、後日郵送でご案内します。なお、現在お持ちの活動量計をご使用いただきますので、大切にお持ちください。

※過去に退会された方で活動量計を希望される場合は、機器の購入が必要となります。（スマホアプリで参加される場合は、機器購入の必要はありません。）

健幸ポイント事業とは？

ウォーキングなどの健幸づくりに対する努力や成果に対してポイントを付与し、健康無関心層の方の行動変容を促すとともに、自主的に健幸づくりのための運動習慣を身につけるきっかけとなる事業です。貯めたポイントは高石共通商品券やAmazonポイントに交換することができます。



問合先 スマートウェルネス推進班 ☎ (267) 1161

カラスによるごみの被害を防ぐために

カラスなどによってごみが散乱する被害が増えています。こうしたごみの被害を防ぐために次の対策を心がけましょう。

対策 生ごみを減らす・生ごみが外から見えないようにする・防鳥ネットやごみ箱を使う

問合せ 生活環境課

☎ (275) 6266

野良猫にエサを与える前に

野良猫にエサを与えて残ったエサやトイレの片付けをしないと、残ったエサが散らかったり悪臭が発生する等、周囲の方に迷惑がかかります。また、エサを与えられた猫が不妊去勢手術を受けていないと、子猫をたくさん生んでしまいます。不特定の方にエサを与えることは猫の健康面からも良いことではありません。エサを与える前に考えてみましょう。

問合せ 生活環境課

☎ (275) 6266

飼犬登録と狂犬病の予防注射

飼犬は生後3か月を過ぎると、飼犬登録を行い、年1回の狂犬病の予防注射が必要です。予防接種はお近くの動物病院または市が実施する集合注射（4月14日～16日）で受けることができます。

詳しくは市ホームページをご覧ください
ただくか生活環境課 ☎ (275) 6266
6までお問い合わせください。

セアカゴケグモにご注意を！

見かけたら…素手で捕まえたり、触ったりしないで駆除する。

駆除の方法：クモは踏みつぶすか市販の殺虫スプレー（クモ用またはゴキブリ用）を噴霧する。卵のうは、踏みつぶすか焼却する。

もし、かまれたら…患部を流水でよく洗い、早く病院で治療する。可能であれば、かんだクモは殺して、病院に持っていく。

問合せ 生活環境課

☎ (275) 6266

住宅用火災警報器の 寿命は10年が目安です

事例1 火災警報器から「**火事です**」との**異常音**が作動してびっくりした。引きひもを引っ張ると音は止まった。タバコは吸わないし、**煙も出ていなかった**。(80歳代 男性)

事例2 早朝、急に自宅の**火災警報器**が**鳴り出した**。**火の気はなく**大丈夫だったが、あまりに**大きな音**で困った。また鳴ったらどうすればよいか。(70歳代 女性)

消費生活センターだより
Consumer service center newsletter



住宅用火災警報器（以下、警報器）は、火災をいち早く察知するためとても有用ですが、故障や電池切れ等により正常に作動していない場合もあります。いざというときに備え、警報器を定期的に点検することが大切です。警報器の寿命は10年が目安とされています。本体に記載されている製造年等を確認し、寿命を経過したものは交換しましょう。高所の警報器を点検・交換する際は、転倒・転落に十分注意しましょう。不安な場合は無理をせず、周囲の人などに依頼することも検討しましょう。警報器の点検方法や、鳴ってしまったときの止め方等については、取扱説明書やメーカーのホームページ等で確認しておきましょう。

困ったときは、
消費生活センターへ
☎ (267) 5501

場 所 市役所本館2階
時 間 9:00～16:45
休館日 土・日曜日、祝日

※休館日は「消費者ホットライン」
☎188へお問い合わせください

※国民生活センター「見守り新鮮情報 第360号」から抜粋・イラスト黒崎玄

消費生活出前講座の講師派遣

消費生活相談員が訪問し、消費者

トラブルなどをテーマに解説します。

日時 平日の午前10時～午後4時のうち30分～1時間程度

対象 市内の団体（自治会、老人クラブ、学校など）

申込 希望日の2週間前までに消費生活センター ☎（26） 5501へ

**重度障がい者の方などにタワシ
ー等利用料金助成券を交付**

対象 身体障害者手帳（1・2級）

や療育手帳A、特定医療費（指定難

病）受給者証、特定疾患医療受給者証、小児慢性特定疾病医療受給者証

のいずれかの交付を受けている方

※交付は年間最大24枚まで

申請・問合先 対象となる手帳または医療受給者証と印鑑を持参し、高

齢・障がい福祉課 ☎（275） 6294

へ

みんないっしょに生きる社会を

まっぼっくり

子どもの人権

古来、日本人がこよなく愛してやまない桜は花王と称せられ、古くは「花」といえば桜を指しました。その桜前線が北上を続け、全国各地で見事な花を咲かせている4月は、新年度の始まりの月です。入園式や入学式、入社式などを迎える方や、進級や異動、転勤などで新たな一歩を踏み出される方もいます。特に小学1年生にとっては、待ちに待った入学式を迎えます。「学校は楽しいかな」「友達出来るかな」「いじめられないかな」「期待とともに不安もいっぱいあります。このように、それぞれに一抹の不安を抱えながらも、夢と希望の季節でもあります。

さて、入園式や入学式を迎える4月、子どもの人権について考えていきます。文部科学省においては、学習指導要領で確かな学力、豊かな心、健やかな体（知・徳・体）のバランスのとれた生きる力を育むことをめざしています。中でも「豊かな心」の育成に関しては、学校における道徳教育の充実が図られています。道徳教育は、自分自身・人との関わり・集団や社会との関わり・生命や自然、崇高なものとの関わり、の四つの視点に分けられ、特に「集団や社会との関わり」では、誰に対しても差別や偏見を持たず、公正・公平にすることや法やきまりを守り、自他の権利を大切にすること等、人権教育に資する指導を行うこととしています。

また、厚生労働省では、毎年5月5日のこどもの日から11日までの1週間を「児童福祉週間」と定め、子どもの健やかな成長、子どもや家庭を取り巻く環境について考えようと全国でさまざまな行事や取組を行っています。そして、児童福祉週間の標語を全国公募し、最優秀作品に選定された標語（令和元年度は「その気持ち 誰かを笑顔にさせる種」）を、児童福祉週間の象徴として、児童福祉の理念の普及・啓発を図っています。

次に、子どもを取り巻く人権課題と現状について考えます。

▼いじめ いじめは命にも関わる大きな社会問題です。いじめの背景には、核家族化や少子化から生じる子どもの対人関係の経験不足、ストレス等さまざまな要因があるとされています。

▼体罰 体罰は法律で禁止されており、児童生徒の心身に深刻な影響を与え、力による解決志向を助長するなど、いかなる場合でも許されるものではありません。

▼虐待 家庭内の親や親族など保護者による子どもへの虐待は、子どもの心身に重大な影響を及ぼす大きな社会問題です。

▼児童ポルノなど 児童買春や性的虐待、インターネット上におけるポルノの氾濫などで、子どもの心身に有害な影響を及ぼすなど、子どもの人権を著しく侵害する行為です。

他にも不登校や、子どもの貧困などの問題もあります。子どもも大人同様、独立した基本的人権を持つ権利の主体であると認識することが大切です。本来、大人以上に人権を侵害されやすい子どもは、社会的に保護され、守られなければなりません。社会全体で子どもを見守り、育てていくことが何よりも大切なのではないでしょうか。

人権推進課
☎（275） 6279

新型コロナウイルス感染症 本市の対策等について

市では、新型コロナウイルス感染症に関して全庁的な情報共有と感染症予防対策を行うため、2月19日に「高石市新型コロナウイルス対策本部」を設置し、市主催行事の中止や延期、市立小・中学校の臨時休業等の方針を決定する等、対策を進めています。また、市公共施設を利用される方に対して窓口でのマスク配布、アルコール消毒液の設置等を実施しています。引き続き国や大阪府と連携を図りながら、感染症予防対策に努めます。※内容はいずれも3月30日時点のものです。

影響を受ける事業者の皆様へ

各種経営支援等をご活用ください

■新型コロナウイルスに関する経営相談窓口を設置

新型コロナウイルス感染症の影響を受ける、または恐れのある中小企業、小規模事業者を対象に相談窓口を設置。

問合先 お近くの日本政策金融公庫、高石商工会議所 ☎(264)1888

■危機関連保証

売上高等が急減する中小企業・小規模事業者に対し、一般保証、セーフティネット保証とはさらに別枠となる100%保証を実施。

問合先 お近くの信用保証協会 ※認定申請は経済課 ☎(275)6149

■マル経融資（小規模事業者経営改善資金融資）の金利引き下げ

商工会議所の経営指導員による経営指導を受けた小規模事業者に対し、日本政策金融公庫が無担保・無保証人で融資を実施。

問合先 お近くの日本政策金融公庫、高石商工会議所 ☎(264)1888

■個人向け緊急小口資金等の特例

一時的に資金が必要な方へ緊急の貸付、また、失業で生活に困窮された方へ生活再建のための安定的な資金貸付を実施。

問合先 高石市社会福祉協議会 ☎(261)3656

その他支援については、経済産業省の特設ページをご覧ください。

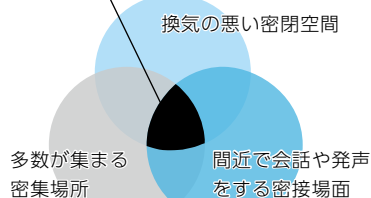
経済産業省 新型コロナウイルス感染症関連

検索

人が集まる空間は避けてください

以下の3つの条件が揃う場所はクラスター（集団）感染のリスクが高くなります。規模の大小にかかわらず、人が集まるイベントの参加や開催等については必要性を検討してください。

クラスター（集団）感染のリスクが高い



子どもたちの安全を守るために 市立小・中学校の対応

▶対策

感染症予防のため、3月2日から4月7日までを臨時休業としました。

▶今後の対応

各小・中学校でマスクの着用、咳エチケットの指導や登校時における家庭での検温等、毎日の健康チェックを実施します。

また、教室が密室状態にならないようこまめな換気、手洗い・うがいなどの指導を行いながら、感染症予防に努めます。

なお、休業中の学習補充については、各小・中学校で未履修（学習の積み残し等）が生じないように今後の授業等で対応していきます。

▶相談・受診の目安・問合先はこちら

以下の症状がある方は、「新型コロナ受診相談センター（帰国者・接触者相談センター）」にご相談ください。

- 風邪の症状や37.5℃前後の発熱が4日程度続いている。（高齢者・妊婦・基礎疾患がある方は2日程度）
- 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。

新型コロナ受診相談センター
（帰国者・接触者相談センター）
☎0725（41）1342

▶予防のために日常生活でできること

■手洗い

外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんなどで手を洗いましょう。

■咳エチケット

咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性があります。咳・くしゃみをする際は、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえましょう。

子育て・ナビ

あなたの
子育てを
応援します!

◆子育て支援課 ☎(275)6359 ◆こども家庭課 ☎(275)6349

取石南こども園

☎(275)0888 FAX(275)0778

ひまわりサークル

- 【日時】 4月18日 「こども園のおもちゃであそぼう」
25日 「こいのぼり製作」
5月 9日 「母の日のプレゼント作り」
いずれも土曜日、10:00～11:00
- 【対象】 0～2歳児の乳幼児と保護者
- 【募集】 10組(応募多数の場合、抽選)
- 【申込】 いずれも2日前までに取石南こども園へ電話
申込

綾園保育所子育て支援センター

☎・FAX(263)2477

赤ちゃんとお遊ぼう

- 【日時】 5月15日・22日・29日
いずれも金曜日の10:00～11:30
- 【場所】 市役所別館(3階)
- 【対象】 全日程参加できる8か月までの乳児と保護者
- 【募集】 8組
- 【申込】 4月20日～28日に綾園保育所子育て支援セ
ンターへ電話申込

南海愛児園子育て支援センター

☎・FAX(265)3210

なかよしサーキット

- 【日時】 4月15日(水)10:00～11:30
- 【対象】 就学前の乳幼児と保護者
※動きやすい服装でお越しください。
- 【参加費】 無料
- 【持ち物】 飲み物
- 【申込】 前日までに南海愛児園子育て支援センターへ

就学援助費を支給します

市立小・中学校への就学が経済的に困難な家庭に、
就学援助費を支給します。

【支給資格】 次のいずれかに該当する世帯

①前年中の所得金額(給与所得者は給与所得控除後の
金額)が基準額以下の世帯

※基準額については、在籍校を通じて配布するお知
らせをご覧ください。

②生活保護世帯(申請は不要)

【支給項目】 学用品費、通学用品費、校外活動費、学
校給食費、新入学児童生徒学用品費、修
学旅行費、卒業アルバム費、医療費(学校
保健安全法施行令第8条に定める疾病)
※支給申請書は学校教育課と市立各小・
中学校に配置しています。

【申請・問合せ先】 6月30日までに学校教育課

☎(275) 6434へ

※7月以降、来年2月末まで随時受付
しますが、申請月からの支給になり
ます。

羽衣保育園

☎(264)3531 FAX(264)3532

春の育児教室

歌・絵本・試食会など一緒に楽しみましょう!

【日時】 5月14日～6月11日の毎週木曜日
いずれも10:00～11:00

【対象】 1歳半～3歳の幼児と保護者

【募集】 10組(先着順)

【継続料】 300円(年額)

【申込】 4月20日までにFAXまたは往復はがきで子
どもと保護者の氏名(ふりがな)、生年月日、
性別、住所、電話番号、FAXの場合はFAX番
号を記入し羽衣保育園へ

たかいし保育園

☎(261)0944 FAX(269)4490

ハッピースマイル(マगतアートしよう)

- 【日時】 4月15日(水)10:30~11:30
 【対象】 就学前の乳幼児と保護者
 【募集】 数名(先着順)
 【申込】 前日までにたかいし保育園へ(電話申込可)

加茂保育園

☎(242)7688 FAX(242)7689

育児教室(親子ふれあいあそび)

- 【日時】 4月24日(金)10:00~11:00
 【対象】 1歳~就学前の幼児と保護者
 【募集】 15組(先着順)
 【対象】 お茶、汗ふきタオル
 【申込】 4月14日からFAXまたはEメールで子どもと保護者の氏名(ふりがな)、生年月日、性別、住所、電話番号、FAXの場合はFAX番号を記入し加茂保育園[kamohoikuen@gmail.com]へ

羽衣子育て支援センター

☎(267)6760 FAX(267)6761

誕生日会

- 【日時】 4月22日(水)11:00~12:00
 【対象】 4月生まれで就学前の乳幼児と保護者
 【募集】 15組 ※当日、フリースペース利用可
 【参加費】 無料
 【申込】 前日までに羽衣子育て支援センターへ(電話申込可)

園庭開放

- 【日時】 毎月第2・第4火曜日(変更する場合有り)
 10:00~11:00 ※4月は14日のみ
 【場所】 羽衣保育園
 【対象】 就学前の乳幼児と保護者
 【参加費】 無料
 【申込】 当日直接会場へ

東羽衣こども園子育て支援センター

☎(262)0920 FAX(262)0940

育児講座「小麦粉粘土」

小麦粉を粘土にする過程を親子で体験しましょう!

- 【日時】 4月22日(水)10:00~11:00
 【場所】 東羽衣子育て支援センター
 【対象】 1歳半~就学前の幼児と保護者
 【募集】 15組(先着順)
 【参加費】 無料
 【申込】 4月15日~21日までに東羽衣こども園子育て支援センターへ(電話申込可)

取石認定こども園

☎(272)8188 FAX(272)8288

フリースペース

- 【日時】 4月20日・5月18日・6月1日・15日・7月13日
 いずれも10:30~11:30
 【対象】 0~2歳の乳幼児と保護者
 【募集】 15組(先着順)
 【申込】 当日直接取石認定こども園へ

綾園保育所

☎・FAX(263)1166

春の育児教室

- 【日時】 5月14日~6月11日の毎週木曜日(全5回)
 いずれも10:00~11:30
 【対象】 2歳~3歳の幼児と保護者
 【募集】 10組(応募多数の場合、抽選)
 【申込】 4月24日(必着)までに往復はがきまたはFAXで、子どもと保護者の氏名(ふりがな)、生年月日、性別、住所、電話番号、FAX番号(FAXの場合のみ)を記入し綾園保育所へ

*場所の記載がない催しは、各園で実施します。



いつも元気に！

健康だより

地域包括ケア推進課 ☎(267)1160

大人の風しんワクチン接種費用の助成

対象 本市に住民票があり、風しん抗体検査の結果、風しん抗体が十分と判定された方のうち妊娠を希望している女性およびその配偶者、妊婦の配偶者

※ただし妊娠中および妊娠の可能性がある方、風しん含有ワクチンを2回以上接種している方、過去に助成を受けた方、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性の方は除く。

場所 市内指定医療機関（要予約）

※詳しくは地域包括ケア推進課へお問い合わせください。

持ち物 健康保険証等、住所年齢を確認できるもの、抗体検査の結果用紙（5年前まで有効）

費用 麻しん風しんワクチン…3000円、風しんワクチン…1500円

申込・問合せ先 地域包括ケア推進課

保健所からのお知らせ

健康増進法が改正され、受動喫煙防止対策のルールが新しくなりました。

飲食店など多くの人が利用する施設は2020年4月から「原則屋内禁煙」となり、たばこを吸えるのは

専用の喫煙室の中だけとなります。法・条例に違反すると、罰則の対象となる場合がありますので注意してください。詳しくは、府ホームページをご覧ください。

健診・相談

名称	日程	時間	内容
4か月児健診	—	—	対象は2019年11・12生まれ。
1歳7か月児健診	4/28	受付13:15～14:30	対象は2018年8月生まれと9月生まれの一部。
3歳6か月児健診	4/17	受付13:15～14:30	対象は2016年9月生まれ。朝一番の尿を採ってお持ちください。

※健診の対象者について

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、3月の健診を延期した関係で対象者を変更しています。対象の方には個別で通知します。また、最新の状況は市ホームページでご確認ください。

離乳食講習会	5/12	開催13:10～15:00	対象は4～6か月児の保護者。要電話予約。受付は13時から。
あれこれ相談	随時	—	妊娠～子育てに関する相談（電話相談可）
市民健康相談	随時	—	生活習慣病、食生活などに関する相談、禁煙サポート、その他健康に関する相談。
支えあいの集い	4/14・21・28	開催14:00～16:00	介護者の健康づくりと交流。
ふれあい元気クラブ	月2回	お問い合わせください	寝たきりを防ぐ介護予防体操などを、綾園・羽衣・千代田・加茂・取石で開催。

和泉保健所より

☎0725(41)1342 JR和泉府中駅北東徒歩約7分

●肝炎ウイルス検査（電話予約制）

●骨髄バンクドナー登録申込窓口（電話・web予約制）

●HIV・クラミジア・梅毒について

●こころの健康相談（電話予約制）

①検査：第2・第4水曜日の9:30～11:00

②相談：平日の9:00～17:00※電話相談可

プライバシーは厳守します。

休日診療

☎(265)5171

市立診療センター内

診療時間 日曜・祝日の午前9時30分～午後0時30分、午後1時30分～4時30分
受付時間 午前9時～午後4時
※午前診療の受付は正午まで
診療科目 内科・小児科

相談名	相談内容	相談日時	場所・電話
法律相談	弁護士による法律相談。相談日の午前9時30分から ☎(263) 2141へ予約(先着8人)	毎週木曜日(祝日を除く) 13時から受付順に1人30分	市役所市民相談室
行政相談	行政機関への要望・苦情	毎月第1・3木曜(祝日を除く) 13時～16時	市役所市民相談室
人権相談	人権擁護委員による相談	毎月第1・3金曜(祝日を除く) 13時～16時	市役所市民相談室
	人権相談員による相談(人権推進課へ電話予約)	毎週月・水・木(祝日を除く) 10時～17時	人権推進課 ☎(275) 6279
女性相談	専門の女性相談員による心配ごとや悩みごとの相談 (人権推進課へ電話予約)	毎月第2火曜日10時～14時 毎月第4金曜日13時～17時	人権推進課 ☎(275) 6279
心配ごと相談	日常生活の心配ごと、悩みごと	毎週金曜日(祝日を除く) 9時30分～11時30分	市役所市民相談室
心配ごと電話相談	日常生活の心配ごと、悩みごと	毎週木曜日(祝日を除く) 9時30分～11時30分	市役所市民相談室 ☎(265) 1001
福祉の総合相談	いきいき地域支援員(コミュニティソーシャルワーカー)による福祉に関する相談(面談による相談は事前に電話予約)	毎週月～金(祝日を除く) 9時～17時30分	社会福祉協議会内 ☎(261) 3656
就労相談	就労にお困りの障がいのある方、母子家庭の母親、若年、中高年齢の方などの相談(事前に電話予約)	毎週月～金(祝日を除く) 9時～17時30分	就労支援センター(経済課内) ☎(275) 6164
消費生活相談	訪問販売や衣食住に関する商品の相談や苦情 クレジット・サラ金に関する相談	毎週月～金(祝日を除く) 9時～16時45分	消費生活センター(市役所2階) ☎(267) 5501
ふれあい相談	少年に関するあらゆることを面接相談(事前に電話予約)	毎週月～木(祝日を除く) 9時～16時30分	教育研究センター ☎(262) 9465
教育相談	幼児・児童・生徒の発達、教育相談(事前に学校教育課または教育研究センターへ要予約)	お問い合わせください	教育研究センター ☎(262) 7005
進路選択支援相談	進学など進路選択についての相談	毎週月・火・木・金(祝日を除く) 9時～16時	教育研究センター ☎(262) 7005
ホットライン高石	少年に関するあらゆる問題を電話相談	毎週月・火・木・金(祝日を除く) 9時～16時30分	☎(262) 9400
公民館の学習相談	市民の生涯学習に関する相談	毎日(月・休館日を除く) 9時～16時	中央・羽衣・千代田・取石公民館
乳幼児の発達相談	乳幼児の発達相談、育児相談(子育て支援課へ電話予約)	毎週月・火・木・金(祝日を除く) 10時～16時	子育て支援課 ☎(275) 6359
乳幼児の健全育成相談	子育て支援センターによる育児の不安、しつけ、保健などを電話で相談	毎週月～金(祝日を除く) 10時～16時	綾園保育所子育て支援センター ☎(263) 2477
		毎週月～金(祝日を除く) 9時30分～正午 13時～15時30分	南海愛児園子育て支援センター ☎(265) 3210
		毎週月～金(祝日を除く) 10時～16時	東羽衣こども園子育て支援センター ☎(262) 0920
		毎週月～金(祝日を除く) 9時30分～正午 13時～15時30分	羽衣子育て支援センター ☎(267) 6760
ひとり親家庭相談	ひとり親家庭の生活における悩みの相談	毎週月～木(祝日を除く) 10時～16時	こども家庭課 ☎(275) 6476
家庭児童相談	18歳未満の子育ての悩み 家族関係、虐待、養育上困難な生活の悩み	毎週月～金(祝日を除く) 10時～16時	こども家庭課 ☎(275) 6476
障がい者の生活相談	市指定相談支援事業者による障がい者の生活に関するあらゆる相談	毎週火～土(祝日を除く) 9時30分～17時30分	障がい者ふれあいプラザ内 ☎(263) 2244
障がい児の医療相談	障がい児を対象に医療の相談	お問い合わせください	障がい者ふれあいプラザ ☎(261) 3831
リハビリ相談	理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による相談	お問い合わせください	障がい者ふれあいプラザ ☎(261) 3831
税の相談	所得税、法人税、相続税、贈与税など 当日の午前9時30分から電話で予約(先着6人)	4月15日(木) 13時～16時	高石商工会議所相談室 ☎(264) 1888
中小企業経営相談	中小企業診断士による創業・経営全般に関する相談 14日までに電話で予約	4月16日(木) 13時30分～16時30分	高石商工会議所相談室 ☎(264) 1888

お問い合わせは、電話等で各施設まで。

高石市役所	☎(265) 1001	羽衣公民館	☎(265) 3227
アブラホール	☎(267) 0018	東羽衣公民館	☎(262) 8545
総合保健センター	☎(267) 1160	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	デージードーム	☎(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

募集案内

スポーツ



オープンダブルス卓球大会

日時 5月10日(日) 午前9時30分(開場:9時)

場所 カモンたかいし

種目 男子・女子・混合の部

※年齢によるクラス分けあり。

詳しくはカモンたかいしで配布している大会要綱をご確認ください。

参加費 1チーム2000円

※小・中学生は割引あり

申込・問合先 4月30日までに電話またはEメールで市卓球連盟の福井さんへ「☎080(3115)6054、Eメール: takashi.ttf@gmail.com」

チーム対抗テニス大会

日程・種目

▼6月21日・男子C級

▼7月5日・男子B級、女子B級

▼7月12日・女子A級、C級

▼7月19日・男子A級

場所 高師浜テニス場ほか

対象 選手登録のある方(未

登録の方は、申込時に申請と登録料1000円が必要)

参加費 1チーム1万円(小・中・高校生のみで編成されたチームは5000円)

申込 4月9日～5月5日に連盟事務局のライオンスポーツ☎(261)1525、テニストピア☎(264)3741

※詳しくは市庭球連盟ホームページ<https://takashi-tennis.com/>をご覧ください。

問合先 市庭球連盟の栗田さん☎090(3485)9659

障がい者(児)等のプール利用について

市内在住の障がい者(児)、府特定疾患・原爆被爆者の方は受付で障害者手帳等を提示すると、プールを無料で利用できます。

対象施設 スポラたかいし(温水プール)、中央プール

問合先 スポラたかいしは施設へ、中央プールは社会教育課☎(275)6437へ

ライフ・チャレンジ・ザ・ウォークin高石

運動不足がちな父母の皆さん、子供たちと一緒に楽しくウォーキングしませんか? 商品が当たる抽選会も実施!

日時 5月10日(日)

5km:午前9時15分から

3km:午前9時45分から

※小雨決行。当日のお問い合わせは、☎0180(997)040

場所 浜寺公園

対象 市内在住の幼児・小学生と保護者

募集 300人(先着順)

参加費 無料

申込・問合先 4月13日から市スポーツ推進委員協議会事務局(社会教育課内) ☎(275)6437

シニアクラブ連合会

グラウンド・ゴルフ大会

日時 5月15日(金) 午前9時30分～正午(受付:9時)

※雨天の場合、5月22日に延期

場所 鴨公園

対象 シニアクラブ会員

参加費 500円

申込 4月17日までに参加費

公民館



を添えて各地区の単位クラブ会長へ

問合先 シニアクラブ連合会の岡山さん☎(271)1766

園芸講座

野菜とハーブのポタジェ

ポタジェとは野菜やハーブ、草花、フルーツなどを一緒に植えたフランスの伝統的な家庭菜園です。

日時 5月15日(金) 午前10時から

場所 中央公民館

対象 市内在住・在勤・在学の方

募集 15人

※一時保育あり(先着5人)

講師 鈴木久子さん(グリーンアドバイザー)

材料費 500円(不参加の場合、返金できません)

持ち物 持ち帰り用袋

申込・問合先 4月17日から

材料費を添えて中央公民館

医師会共催

健康講座「心臓のお話」

日時 5月29日(金) 午後2時～3時

場所 中央公民館

対象 市内在住・在勤・在学の方

募集 20人

※一時保育あり(先着5人)

講師 玉田博之さん(循環器内科専門医)

参加費 無料

申込・問合せ 4月24日から中央公民館(電話申込可)

吸わない! 飲まない! 賭けない! 健康マージャン講座

健康的にマージャンを楽しみましょう!

日時 ①4月15日②5月20日

③6月17日のいずれも水曜日の午後1時30分～3時30分

場所 中央公民館

対象 市内在住・在勤・在学の方

募集 20人

※一時保育あり(先着5人)

参加費 無料

申込・問合せ ①4月10日②5月7日③6月3日から中央公民館(電話申込可)

プリザーブドフラワー アレンジメント講座

日時 5月21日(木) 午前10時～正午

場所 羽衣公民館

対象 市内在住・在勤・在学の方

募集 20人

※一時保育あり(先着5人)

参加費 1000円(不参加の場合、返金できません。)

講師 中田尚子さん(花の教室ジャラスザード主宰)

持ち物 はさみ・持ち帰り用袋

申込・問合せ 4月15日から

参加費を添えて羽衣公民館

各種



平和への取組みを取材する 親子記者を募集します

8月9日の長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典等に参加するなど、被爆地の様子や被爆者の方を親子で取材し「親子記者新聞」を発行します。長崎を訪れて平和への取組みを取材してみませんか?

期間 8月8日～11日

対象 小学生(4年生以上)と保護者

募集 全国で9組(応募多数の場合、抽選)

参加費 無料

申込・問合せ 5月8日まで

に申込書に必要事項を記入しEメールで日本非核宣言自治体協議会事務局(☎095(844)9923、Eメール: info@nucfreejapan.com、H P: http://www.nucfreejapan.com)

商工会議所からのお知らせ

■法律相談

日時 4月17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

■事業承継相談

日時 4月21日(火) 午前10時～午後4時30分

募集 4人

申込 17日までに電話申込

■簿記検定(1～3級)

試験日 6月14日(日)

受験料 1級:7850円、2級:4720円、3級:2850円

申込 5月11日～15日(ネット)

ト受付は4月13日～24日

■珠算検定(1～3級・段位検定)

試験日 6月28日(日)

受験料 1級:2340円、2級:1730円、3級:1530円、段位:2950円

(珠算のみ:2550円、暗算のみ:1220円)

申込 5月11日～15日まで

※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

公立幼稚園の教諭(会計年度任用職員)を募集

募集 幼稚園教諭(要資格)

勤務場所 市立加茂幼稚園

勤務時間 月～金のうち週37・5時間または28時間以内

※いずれもシフト勤務あり

雇用期間 令和3年3月31日まで

給与 1328円(時給)

※6月・12月期末手当あり

応募・問合せ 履歴書・幼稚園教諭免状の写しを教育総務課(☎(275)6428へ持参または郵送

ボーイスカウト体験

『親子でポイントハイク』

日時 4月26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)

持ち物 お茶、タオル

※動きやすい服装でお越しください。

参加費 1人50円(保険料)

申込・問合先 4月20日まで

に氏名(子どもと保護者)、電話番号、生年月日、性別、学校又は園名、学年を記入のうえ、ボーイスカウト高石第3団の三木さんへ「☎・FAX・(261)9738、Eメール: m-yasutaka@zeus.eonet.ne.jp」

ひとり親家庭等のための

就業支援講習会

『介護職員実務者研修講座』

日時 土曜日コース: 5月23日、6月20日～7月18日、8月1日、8日又は22日、9月19日(全9回)

金曜日コース: 5月23日、6月19日～8月21日又は28日、

9月19日(全9回) いずれも午前9時～午後6時(講義により変更あり)

場所 未来ケアカレッジ難波校

対象 ひとり親家庭の母・父・寡婦で初任者研修又はヘルパー2級保持者、現在介護職に従事している実務経験者

募集 各コース12人(応募多数の場合、抽選)

教材費 1万5000円

申込・問合先 4月23日(必着) までに往復はがきの返信

面に講座名と住所、氏名、年齢、職業、電話番号、受講動機、一時保育(2歳～就学前)の希望者は子どもの氏名、介護職実務経験年数、介護福祉士試験対策講座への参加意思の有無を記入し、大阪府母子家庭等就業・自立支援センターへ「〒540-0012、大阪市中央区谷町5-4-13、☎06(6762)9498」

虹の会 水彩画展

日時 5月13日～16日の午前10時～午後5時

※13日は午後1時から、16日は午後4時まで

場所 アプラたかいし(3階)

入場料 無料

問合先 水彩画クラブ虹の会の松井さん ☎(261)4964

※随時、会員の募集も行っています。

お母さんカフェ

子育てファミリーアドバイザーをお招きし、子育ての悩みの相談ができます。

日時 4月23日・5月28日・6月25日いずれも木曜日の午前10時～午後2時

場所 NPO法人児友館(東羽衣3-15-16-1103)

対象 小学生～2歳未満とその保護者

申込・問合先 NPO法人児友館 ☎070(1848)3618、Eメール: gukan4035@gmail.com

※4月からフリースクールを実施します。詳しくはお問い合わせください。

こども劇団えんげきつず こどものためのはじめ の演劇

日時 4月24日(金)午後6時～7時30分(受付: 5時45分)

場所 東羽衣公民館

対象 年長～中学生(保護者同伴可)

募集 15名(先着順)

参加費 無料

申込 専用フォームより受付
[https://twitter.com/engekids.smile]

問合先 こども劇団えんげきつず ☎(275)6300

学校生活支援ボランティアの募集

雇用期間 令和3年3月24日まで(ただし、授業中のみ)

勤務時間 月～金曜日の午前8時30分～午後0時30分

募集 若干名

業務内容 市立小学校の支援学級における児童生徒のサポート

問合先 学校教育課
☎(275)6434

要約筆記者養成講座

日時 6月27日～12月5日
(全21回)

場所 府立福祉情報コミュニケーションセンター

対象 府内在住・在勤・在学の方

募集 手書きコース、PCコースいずれも10人程度

費用 無料

申込 5月11日までに府ホームページから又は受講申込書に必要事項を記入し、特定非営利活動法人大阪府中途失聴・難聴者協会「〒562-0023 大阪府箕面市粟生間谷西2-2-16」

問合先 府民お問い合わせセンター ☎06(6910)8001

小・中学校 学習支援アドバイザー等を募集します

小・中学校の放課後学習の場で学習支援をしてくださる方を募集します。

期間 5月～令和3年3月

申込・問合先 学校教育課 ☎(275)6434

姉妹都市協会

英会話講習受講生の募集

ネイティブスピーカーの講師から楽しく英語を学びましょう。

日程 5月14日～7月16日の毎週木曜日(全10回)

時間 上級：午後6時30分～7時30分、初級：午後7時40分～8時40分

※今回から時間が変更になりますので、ご注意ください。

場所 中央公民館(1階)

対象 姉妹都市協会会員 ※姉妹都市協会では随時、会員の募集をしています。

募集 10人程度(先着順)

受講料 5000円(別途年会費が必要)

申込・問合先 5月7日まで姉妹都市協会事務局(秘書課内) ☎(275)6078



点字・朗読奉仕員中級養成講座

日程 6月25日～12月24日(全24回)

場所 府立福祉情報コミュニケーションセンター「JR環状線「森ノ宮駅」から徒歩約5分」

対象 点字・朗読奉仕員初級養成講座の修了者

募集 いずれも25人

受講料 無料(教材費の負担)

あり

申込・問合先 5月19日(必着)までに高齢・障がい福祉課で配布する申込書を「一般財団法人大阪府視覚障害者福祉協会 大阪府点字・朗読奉仕員中級養成講座担当」まで郵送または府ホームページから申込「〒543-0072 大阪市天王寺区生玉前町5-25、URL: <http://www.pie.tosaka.jp/>

高石市は関西国際空港を応援しています

関空ニュース

「SMALL WORLDS TOKYO」 4月25日グランドオープン!!

東京・有明に世界最大級の屋内型ミニチュア・テーマパーク「SMALL WORLDS TOKYO」がオープンします。パーク内は関西国際空港エリアや世界の街エリアなど、7つのエリアがあります。空港のエリアでは、エンジン音など忠実に再現された飛行機がダイナミックな離着陸を繰り返し、30分間隔で空港の1日が観察いただけます。また、実際には撮影できない角度からの写真を撮影することができ、ミニチュアならではの体験が可能です!!東京へお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。

○**場所** 東京都江東区有明1丁目3-33 有明物流センター

○**アクセス** ゆりかもめ 有明テニスの森駅 徒歩3分
りんかい線 国際展示場駅 徒歩9分

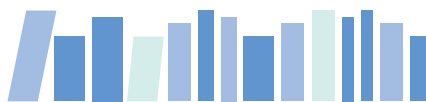
〈問合先〉関西国際空港案内 ☎072(455)2500

最新情報はSMALL WORLDS公式HP(<https://www.smallworlds.jp/>)にてご確認ください

開館時間

9:30～20:00
(第2・第4火曜日休館)

本館 ☎ (263) 3100
分館 ☎ (273) 3160



図書館 TOPICS

今月の新着本

一般書 250冊
児童書 253冊

おはなし会とあそび

幼児から小学生向け

加茂幸代さんによるおはなし会

● 毎週土曜日 14:30～16:00
絵本の読み聞かせ・紙芝居・絵本の紹介など
※毎月第1土曜日は折り紙

赤ちゃんから小学校入学前の幼児向け

グーチョキパーひろば

● 【あそびの日】 ※今月はお休み
● 毎月第1火曜日 10:00～11:30
簡単工作やママへの遊び方レクチャー・絵本の読み聞かせ

【つどいの日】 ※今月はお休み

● 毎月第2木曜日 10:00～11:30
子どもの手作りおもちゃ遊び・ママの友達作り・子どもが選んだ絵本の読み聞かせ

ほっとスペース

● 毎月第3金曜日 10:00～12:00
絵本の読み聞かせ・良質な絵本や育児情報の提供など

★場所／いずれも本館視聴覚室

ちびっこあつまれ

おはなし会やマジックショーなど、だれでも参加できる毎回大人気の楽しいイベントです!

日時 4月18日(土) 14:00～16:00

場所 図書館本館(視聴覚室)

参加費 無料

申込 当日直接会場へ

この羽根、だーれだ?

身近なものから珍しいものまで、様々な羽根を見てどの鳥の羽根か予想し、答えを図鑑で探しましょう。鳥の羽根についての解説もあります。

日時 5月4日(祝) 14:00～

場所 図書館本館(視聴覚室)

対象 小学4年生以上の方

募集 12人(先着順)

参加費 無料

申込 4月17日から図書館窓口または電話申込

今月の特別展示



こもれびの森へ

鳥のさえずり

川のせせらぎ

鮮やかな新緑。

自然いっぱい

こもれびの森へようこそ♪



新学期スタート!! きみもスターになれるかも!?

みんなより一足先に国語の教科書に載っている本を読んでみよう!

今年度から小学校の教科書が新

しくなります。国語の教科書に

載っている本が図書館に大集合!

これを読んで授業を先取り! クラ

スのみんなをおどろかせよう!



○視覚障がい者の方には、前もってご連絡をいただければ対面朗読サービスを行います。



図書館の

Twitter

登録受付中!

子育て情報・絵本の紹介やイベント情報が盛りだくさん! 高石在住の「くま〜ま」のたのしい毎日にのせて、図書館情報をお届けします♪
問合先 図書館(本館)

Follow me!



@kuma_mapocket

「くま〜ま」のアカウントのQRコードはこちら▶





大切なお家の これからを考えるときに

各種制度のご案内

問合先 建築住宅課 ☎(275)6479

ブロック塀等の撤去費用に対する 補助制度

対象となる塀

- ・道路に面するブロック塀等
- ・ブロック塀等の高さが60cmを超えるもの

補助金額 撤去する費用の2分の1の額
(上限額15万円)

※「児童が主に通学に供する道路」に面する
ブロック塀等の場合は、撤去する費用の
全額(上限額15万円)

*ブロック塀等とは、補強コンクリートブロック造塀、組積造塀、
大谷石塀、組立式コンクリート塀(万年塀)等をいい、その
一部にフェンスが存在するものを含みます。

空き家除却補助制度

※4月13日から受付

対象となる空き家の除却にかかる費用の補
助を受けられます。

対象 昭和56年5月31日以前に建築され、
1年以上使用実績のない木造住宅

金額 除去する費用の2分の1
(上限額40万円)

耐震補助制度

地震に強いまちづくりをめざす施策の一環
として、「耐震診断」・「耐震改修」に伴う費
用の一部を補助する制度を実施しています。

対象住宅 昭和56年5月31日以前に建
築され、居住または使用してい
る木造住宅

■耐震診断

対象 対象住宅の所有者または使用者

金額 耐震診断費用の90%以内かつ1戸あ
たり4万5千円以内

■耐震改修

対象 対象住宅の所有者または使用者

金額 1戸あたり70万円以内

※所得によって90万円/戸になる場合あり

空き家対策補助制度

空き家バンクを利用して家の購入・売却等
を行うと補助を受けられます。

■空き家バンクを利用して家を**購入**すると
最大60万円の補助

■空き家バンクに登録して家を**売却**すると
最大5万円の補助

※各補助事業はその他適用要件があります。なお、予算額に
達すると終了しますので事業の申請は、必ず事前に行って
ください。

各制度の詳細については
市ホームページをご覧ください。

