高山コミュニティセンター右近の郷高山ごぼう収穫体験のご案内

高山地区で江戸時代から栽培されている「高山ごぼう」。
なにわの伝統野菜にも登録されており、太くて香りが良く、お節料理でも重宝されています。「高山ごぼう」の収穫を体験してみませんか。

時＝11月15日（日）※雨天決行
午前10時～10時20分　受付
午前10時30分　畑に移動
※発育状況により中止になる場合があります。

所＝高山コミュニティセンター 右近の郷
※受付後、参加者全員で畑に移動するので時間厳守でお願いします。
※やむを得ず参加をキャンセルされる場合は必ずご連絡をお願いします。
※イベントの所用時間は約40分～1時間です。

員＝20組限定
¥＝1組　2，500円
（高山ごぼう1kgのお土産付き）
※食事はつきません。
※発育状況により、1kg1，100円で追加販売もします。

持＝汚れても良い服装、長靴、軍手、帽子、飲み物、雨具（雨天の場合）、手持ちスコップ（お持ちの方）

申＝次の申込みフォームよりお申し込みください。

申込みフォーム

締＝11月12日（木）

問＝ヤンマーシンビオシス株式会社
☎06-6376-6511
（平日：午前10時～午後5時）
※ヤンマーシンビオシス株式会社は右近の郷の指定管理者です。
高山コミュニティセンター 右近の郷　☎741-1959
（土日：午前10時～午後5時）

大阪府池田保健所11月の事業

◎水質検査・検便　¥＝有料
時＝池田保健所　11月10日(火)・24日(火)午前9時30分～11時30分
※検査容器は事前に池田保健所で配付

◎こころの健康相談・骨髄バンクドナー登録（事前予約制）
日程など詳細はお問い合わせください。

◎HIV／エイズ・梅毒（血液）、クラミジア（尿）検査
時＝池田保健所　11月10日(火)午後1時30分～2時30分
¥＝HIV検査は無料(その他はHIV/エイズ検査と同時に受ければ無料)
匿名可、詳細はお問い合わせください。
問＝大阪府池田保健所　☎751-2990

健康・福祉

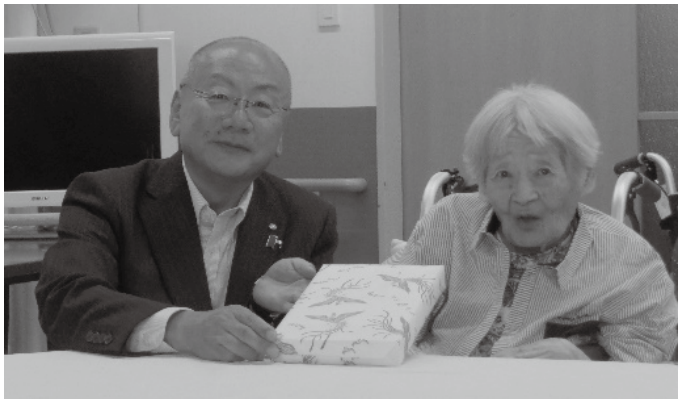
最高齢の方へお祝い品を贈呈しました

今年本町において最高齢をお迎えになられた方へ、お祝いの品を贈呈しました。

・103歳　西川　米子さん

ご長寿おめでとうございます。

問＝健康増進課
☎738-3813



≪右：西川　米子さん≫

「あいさつ」をもっと大切にしよう

11月は



© 2014 大阪府もずやん

推進月間

「こころの再生」府民運動では、あいさつ運動に取り組む府内全ての学校をサポートしています。

「こころの再生」府民運動

こころBOOK
（R7スクール表彰校の取組み紹介）

問＝大阪府教育庁教育総務企画課　☎06-6944-8042

11月11日は「介護の日」 みんなで介護について考えてみませんか

大阪府では、11月11日「介護の日」に大阪城天守閣、太陽の塔などのブルーライトアップを実施します！

その他、介護の魅力体験型イベントの開催や、介護の魅力発信動画も配信中！この機会に、私たちの生活に身近な「介護」について、理解や認識を深めてみませんか。

①介護の日のブルーライトアップ
時＝11月11日（水）日没～
所＝大阪城天守閣・太陽の塔・天保山大観覧車など

②介護の魅力体験型イベント（イベン探しイベント）
時＝11月14日（土）、15日（日）
所＝イオンモール堺北花田

③介護の魅力発信動画
大阪府　介護にキュン♡チャンネル

問＝大阪府福祉部地域福祉推進室福祉人材・法人指導課　人材確保グループ
☎06-6944-8950

詳細はこちら

国民健康保険・後期高齢者医療制度にご加入の皆さまへ
柔道整復、はり、きゅう、あん摩・マッサージのかかり方

整骨院や接骨院で柔道整復師による施術を受ける場合や、はり、きゅう、あん摩・マッサージを受ける場合、健康保険を適用できるケースは限られています。正しくご理解いただき、適切な受診をすることは医療費の適正化につながりますので、ご協力をお願いします。

①柔道整復師の施術を受けるとき

［健康保険が使える場合］

・骨折　・脱臼

・打撲および捻挫など（いわゆる肉ばなれを含む）

※骨折・脱臼については、応急手当をする場合を除き、あらかじめ医師の同意を得る必要があります。

［施術を受けるときの注意］

・単なる肩こり、筋肉疲労などに対する施術は、保険の対象にならず全額自己負担になります。

②医師が必要と認めた、はり、きゅう、あん摩・マッサージの施術を受けるとき

［健康保険が使える場合］

●はり、きゅう

神経痛・リウマチ・頸腕（けいわん）症候群・五十肩・腰痛症・頸椎（けいつい）捻挫後遺症・その他慢性的な疼痛（とうつう）を主症とする疾患

●あん摩・マッサージ

筋麻痺・関節拘縮などで、医療上マッサージを必要とする症例

［施術を受けるときの注意］

・保険の適用には、あらかじめ医師の発行した同意書または診断書が必要です。

・**単に疲労回復や慰安を目的としたものや、疾病予防のためのマッサージなどは、保険の対象とならず全額自己負担になります。**

・保険医療機関（病院、診療所など）で同じ対象疾患の治療を受けている間は、はり、きゅう施術を受けても保険の対象にはなりません。

柔道整復などの施術を受けられたときは、医療費控除の対象となりますので、**必ず領収書を受け取りましょう。**

柔道整復師などが患者の方に代わって保険請求を行うことが認められているため、自己負担を支払うことで施術を受けることができます。**施術を受けたときには、「療養費支給申請書」の施術内容などを確認し、署名または押印してください。**

問＝・後期高齢者医療に加入している方
大阪府後期高齢者医療広域連合　給付課
☎06-4790-2031

・国民健康保険に加入している方
保険課（国保）　☎739-3422

※受付時間：月～金曜日（祝日を除く）
午前9時～午後5時30分

11月は高齢者虐待防止法が制定された月です

高齢者虐待は、身体的虐待だけではありません。

・必要な介護や世話ができていない
・強い言葉で怒鳴る、無視する
・年金や預貯金が本人のために使われていない
・本人の意思に反して行動を制限する

なども、高齢者虐待にあたることがあります。

高齢者虐待は、特別な家庭だけで起こるものではありません。

介護する人の「つらい」「しんどい」が重なって、気づかないうちに虐待につながることもあります。

「おかしいな?」「大丈夫かな」と思ったら、相談してください。

虐待かどうか分からなくても大丈夫です。ひとりで抱え込まず、早めの相談が高齢者を守ることにつながります。「もしかして?」と思ったら、まずはご相談ください。

問＝地域包括支援センター
☎738-7772
健康増進課 ☎738-3813
(相談・連絡した方の秘密は守られます)

冬に流行!ノロウイルス 食中毒を防ぎましょう

昨年、大阪府で発生した食中毒患者の約6割は、ノロウイルスが原因でした。

○症状

感染してから1~2日で、吐き気、おう吐、下痢、腹痛などの症状が出ます。

○予防のポイント

「手洗い」：調理前、食事前、トイレの後や帰宅後は、石けんを使って丁寧に手を洗いましょう。症状がなくても感染している場合があるため、こまめな手洗いを心掛けましょう。

「加熱」：食品は中心部が85~90℃で90秒以上となるよう十分に加熱しましょう。特にカキなどの二枚貝にはノロウイルスが蓄積していることがあるため、しっかり加熱しましょう。

「消毒」：調理器具やふきんなどは、熱湯や塩素系漂白剤で消毒しましょう。

HPはこちら

問＝大阪府池田保健所衛生課
☎751-3195

「第23回共に生きる障がい者フェスティバル(ともいき)」の開催

障がい者の自立と社会参加および府民の障がいや障がいのある人への正しい理解を目的とした「第23回共に生きる障がい者フェスティバル(ともいき)」を開催します。

11月21日(土)は、スポーツ庁長官による基調講演や和太鼓演奏会を行うほか、eスポーツの体験などもしていただけます。さらに、「第23回ちょっくらわくわくまつり」も同時開催します。11月22日(日)は、「大阪府障がい者芸術・文化コンテスト2026」を開催します!

時＝11月21日(土)、22日(日)午前10時~午後4時
¥＝入場無料
所＝国際障害者交流センター(ビッグ・アイ)南海電鉄泉北線「泉ケ丘」駅下車200m
問＝府民お問合せセンターピピッとライン
☎06-6910-8001
FAX 06-6910-8005

令和8年度 後期「すまいるクッキング」のお誘い

行事食や旬の食材を用いたお料理を楽しみながら、健康的な食事について学びませんか。みんなで作ってみんなと食べる(共食)を楽しみましょう!



時＝11月20日、12月25日、1月29日、2月19日、3月19日(全5回 すべて金曜日)午前10時30分~午後1時
所＝保健福祉センター2階栄養実習室
対＝65歳以上で食と健康に関心のある方
内＝講話・調理実習
講師＝栄養ケアチーム豊能
¥＝1回400円
持＝筆記用具・エプロン・三角巾・手拭きタオル・マスク・お茶・お箸・上靴
員＝16名(申込み順・令和8年度前期「すまいるクッキング」に参加していない方優先)
申込受付＝11月2日(月)午前9時~17日(火)午後5時
問＝健康増進課
☎738-3813