

いながわ 情報ポケット

イベント・催し

第6回阪神北障がい者就労促進大会

▶とき2月9日(水)午前10時～午後4時 ▶ところスワンホール(伊丹市昆陽池2-1) ▶内容講演・事例発表・実践報告、障がい者就職面接会・就労相談会、バザーなど ▶参加費無料 ▶定員250人 ▶申込・問合せ 阪神北県民局宝塚健康福祉事務所(☎0797-83-3142)

募集

「料理で国際交流」の参加者

▶とき2月6日(日)午前10時～午後0時30分 ▶ところ社会福祉会館 ▶内容ブラジル料理 ▶講師大津・クラウジア・富美子さん(兵庫県国際交流員) ▶参加費会員500円、非会員800円 ▶定員24人(多数抽選、国際交流協会会員優先) ▶申込・問合せ1月21日までに電話またはFAXで、住所・氏名・電話番号を国際交流協会事務局(コミュニティ課 ☎766-8783、FAX766-8893)

体温アップで体質改善 ～冷え性改善ほかばかエクスサイズ～

▶とき2月13日(日)午後2時～同3時 ▶ところスポーツセンター多目的室 ▶講師松本崇さん ▶参加費無料 ▶定員25人 ▶持ち物動きやすい服装・タオル・上履 ▶申込・問合せ同センター(☎768-2277)

第16回猪名川オープンパドミントン大会

▶とき3月6日(日)午前9時～ ▶ところ文化体育館 ▶種目男子・女子ダブルス(各1・2・3部) ▶参加費高校生ペア2,500円、一般ペア3,000円 ▶申込・問合せ1月22日までに富田宅(☎・FAX766-4585)

兵庫県立こばと聴覚特別支援学校入学幼児

▶対象聴覚に障がいのある幼児で、保護者が付き添って通学できる人 ▶募集保育相談部=1・2歳児、幼稚部=3・4・5歳児 ▶入学面接日2月7日(月)午前10時～午後2時30分 ▶と

ころ県立こばと聴覚特別支援学校 ▶申込・問合せ1月27日～2月2日までに同学校(☎0798-53-5061、FAX0798-53-5062) ▶**県阪神シニアカレッジ学生** ▶高齢者大学講座～(4年制) ▶応募資格神戸・阪神地域在住で60歳以上の人 ▶募集定員園芸学科50人、健康福祉学科50人、国際理解学科50人 ▶阪神ひと・まち創造講座～(2年制) ▶応募資格神戸・阪神地域在住で56歳以上の人 ▶募集定員30人 ▶いずれも ▶申込・問合せ同カレッジ(☎0797-85-8880)

県立障害者高等技術専門学院生

▶科目(1年制)①パソコンNC科②パソコンCAD科③ビジュアルデザイン科④情報サービス科 ▶定員各科6人程度 ▶対象身体に障がいのある人(条件あり) ▶募集期限2月8日(火) ▶選考日2月17日(木) ▶授業料無料 ▶申込・問合せ同学院(☎078-927-2330)

いながわまち検定(初級編)

猪名川町を知り、より多くの人に親しみを持っていただけるように、まち検定を行います。あなたもいながわ博士を目指しましょう。

▶とき2月20日(日)午後2時～ ▶ところ猪名川小学校 ▶対象中学生以上 ▶定員50人(多数抽選) ▶受験料500円 ▶その他合格者には認定証、いながわ町かるた大会も開催(参加賞あり) ▶申込・問合せ2月13日までに住所・氏名・電話番号を記入し、メールまたはFAXでNPOふるさと塾(jimukyoku@inafurusato.sakura.ne.jp、FAX769-0365)

講座・教室

でまえ講座「親子一緒に3B体操」

▶とき2月2日(水)午前10時30分～同11時30分 ▶ところ日生住民センター ▶内容3B体操 ▶講師斉藤智子さん(社団法人日本3B体操協会) ▶対象町内在住2歳～就園前の子どもと保護者 ▶定員先着20組 ▶申込・問合せ子育て支援センター(☎766-7800)

子育て支援ボランティア研修講座

▶とき2月4日(金)午前10時～正午 ▶ところ子育て支援センター ▶内容もっと知りたい発

達障害 ▶講師辰巳愛香さん(大阪大学子どものこころの分子統御機構研究センター特任研究員、臨床心理士) ▶対象町内在住の子育て支援に携わっている人、子育て支援に関心のある人 ▶定員先着30人 ▶申込・問合せ同センター(☎766-7800)

食育講座「親子でつくる楽しいおやつ」

▶とき2月7日(月)午前10時～正午 ▶ところ子育て支援センター ▶内容講話とおやつ作り(きなこことさつまいものマフィンなど) ▶対象町内在住の3歳～就園前の子どもと保護者 ▶定員先着12組(4カ月～2歳までの託児あり、先着8人) ▶参加費150円 ▶持ち物お茶・エプロン・三角巾 ▶申込・問合せ同センター(☎766-7800)

お知らせ

防災訓練(図上訓練)を開催

▶とき1月16日(日)午後1時～同5時 ▶ところ文化体育館 ▶内容大雨災害時の災害対策本部および関係機関における情報処理並びに意思決定の図上訓練を実施(観覧席からの見学ができます) ▶問合せ総務課(☎766-8708)

スポーツセンターの改修工事

2月1日～3月31日までテニスコート(4番、5番)・グラウンド照明の改修工事を行います。工事期間中は、使用できるテニスコート、グラウンドの一部を制限しますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

献血にご協力ください

▶とき・ところ1月29日(土) ①松尾台小学校=午前9時30分～正午(種類=200ml・400mlの献血) ②イオン猪名川ショッピングセンター=午後2時～同4時30分(種類=400mlの献血のみ) ▶問合せ保健センター(☎766-1000)

1月26日は文化財防火デー

1月26日は、法隆寺の金堂が炎上し、壁画が焼損した日(昭和24年)で、この日を文化財防火デーと定めています。貴重な財産である文化財を火災から守りましょう。 ▶問合せ消防本部(☎766-0119)

保健センターからのお知らせ



今年花粉は例年の3倍以上！花粉症予防はお早めに！

帰ったら衣服の花粉を叩いて家に入ることも良いでしょう。すべての花粉を遮断することは困難ですから、できるだけ「花粉との接触を防ぐ」、「花粉を家の中に持ち込まない」生活を心がけましょう。 今年は例年の3～4倍の花粉

が予測されているようです。体の中に花粉が入ってしまつて、花粉症という症状が現れると、予防効果が半減したり、薬が効きにくかったりします。花粉症の症状が出る前から予防を意識した生活をお勧めします。

花粉の飛散時期は？

花粉症の原因をしっかりと知るうえでも、花粉の飛散時期を知ることは重要で、場所によって飛散時期は異なりますが、関西地域で多く飛散する花粉名とその時期についてお知らせします。

【春】主に樹木の花粉の飛散時期です。花粉症を発症する人が最も多いものこの時期です。 スギ(2～4月)、ヒノキ(3～5月)、ネズミナラ(4～5月)など

【夏】主にイネ科の花粉の飛散時期です。ちょっと他の人より遅く花粉症になる人は、これらの花粉が原因かも知れません。 ホンムギ・カモガヤ・ハルガヤ・オオアサガエリ(4～7月)など

花粉の飛散時期は？

【秋】主にキク科の花粉の飛散時期です。少し肌寒くなつてくる時期ですが、風邪と間違わずにしっかりと予防する必要があります。 ヨモギ(8～9月)、フタクサ・カナムグラ(8～10月)、カラムシ(9～10月)など

環境省花粉観測システム(愛称:はなごさん)のホームページでは、花粉飛散状況を地図と表、グラフで確認することが出来ますので、下記のアドレスにアクセスしてください。

よく晴れて空気が乾燥している日、雨あがりの翌日、風が強い日などは、特に花粉の飛散が多くなります。自分で花粉情報などに気を配り、上手に花粉とつきあっていきましょう。



URL (http://kafun.taiki.go.jp/mobile/) 携帯電話から利用される場合は、左のQRコードを読み取ってください。 ※現在のところ平成23年2月から観測される予定です。

問合せ 保健センター(☎766-1000)

花粉症

早めの対策を！

花粉症の対策は？

現在花粉症にかかっている人も、今後発症しないために、今から予防をしておきましょう。 予防法としては、マスクやメガネなどを着用して、身体でも特に顔に接する花粉の量を少しでも減らすことが第一です。

アレルギーは、異物に対する抗体がある数以上で起ると発症する病気なので、現在花粉症にかかっている人も今後発症する可能性は十分にあります。 患者数は年々増加しており、今後増えていくといわれています。

アレルギーは、異物に対する抗体がある数以上で起ると発症する病気なので、現在花粉症にかかっている人も今後発症する可能性は十分にあります。 患者数は年々増加しており、今後増えていくといわれています。

花粉症とは？

晴れて風の強い日は外出を控える▽使い捨てマスクをする▽メガネ・ゴーグルをつける▽花粉が付にくいツルツルした生地を着る▽帽子など髪への付着を避けるなど

【帰宅時の対策】 家に入る前に玄関先で服をはたく▽手洗い・洗顔・洗眼・うがいをするなど

【室内での対策】 窓はなるべく開放しない▽カーテンをしたまま換気をして、風の強い日の換気は特に

簡単にできる花粉症セルフケア

◆外出は完全防備 ◆花粉情報をチェック



帽子・メガネ・マスクなどを身につける。コートはツルツルした素材を選ぶ。



花粉情報に注意し、花粉が多い日の外出はなるべく避ける。



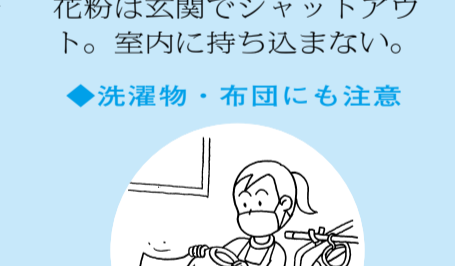
帰宅後は必ず手洗いやうがいなど、身体に付いた花粉は洗い流しましょう。



ドア・窓を閉める



こまめに花粉の侵入を防ぐ。飛散の多い時は窓や戸を閉めておく。



外に干した洗濯物や布団は、付着した花粉をよく落として室内に取り入れる。

止める▽花粉の飛散量が多い時にはふとんや洗濯物は外に干さない▽こまめに掃除機をかけ、部屋の隅などホコリがたまりそうな所もくまなく吸い取る▽掃除機かけた後は必ず水ぶきを心がける▽空気清浄機は花粉症の症状があらわれる目や鼻の高さに設置するなど

また、睡眠を良くするなど規則正しい生活習慣と適度な運動により体力づくりを心がけることも大切ですよ。 正常な免疫機能を保つため

に、風邪をひかないようにすること、お酒の飲み過ぎに気を付けること、喫煙を控えることも鼻の粘膜を正常に保つために重要です。 治療法としては、一般的に、眼のかゆみには点眼薬など、鼻づまりには点鼻薬、くしゃみ・鼻水には内服薬と、この時期に治療を開始すると粘膜の炎症の進行を止め、早く正常化させることができます。 ただし、これらの治療法は誰にでも効果があるわけではないので、主治医とよく相談して決めてください。

みずこし ほのか 水越 穂乃香ちゃん 1歳1カ月(松尾台)

すずなが しゅん 末永 駿くん 1歳(つづじが丘)

はーいポーズ

笑顔が絶えない穂乃香ちゃん。仲良しのお兄ちゃんと健やかに成長していったね。

よく食べよく笑う元気一杯の駿ちゃん！これからもカワイイ笑顔をたくさん見せてね♡

郷土の歴史や文化を学びましょう！

<公民館講座>歴史講座を開催

回数	開催日	内容	講師
1回	2月6日(日)	猪名川町域の古代～行基と楊津院～	楊津院は天澤寺の前身だったのでしょか。史料から検証します。
2回	2月20日(日)	猪名川町域の中世～佐保姫伝説にみる戦国時代～	猪名川町域の戦国時代はどのようなであったかを考えます。
3回	3月6日(日)	猪名川町域の近世①～多田銀銅山～	銀山役人の秋山良之助がみた幕末を「日鑑」から読み解きます。
4回	3月19日(土)	猪名川町域の近世②～まつりと信仰～	現在でも行われている伊勢講などのルーツを探ります。

▶とき午前10時～同11時30分(上表のとおり4回コース) ▶ところ生涯学習センター ▶講師末松早苗さん(ふるさと館前館長) ▶対象町内在住・在勤の18才以上の人 ▶定員先着40人 ▶受講料無料 ▶申込・問合せ中央公民館(☎766-8432、FAX766-8345)

の催し

1月27日(木)発売開始!

吉本お笑いバラエティショー

◇とき 3月20日(日)午後2時30分開演(開場同2時)

◇ところ 文化体育館

◇出演者 宮川大助・花子、海原やすよ・ともこほか(出演者は変更になる場合がありますので、ご了承願います)

◇入場料 全席指定 前売2,200円(当日2,400円) ※町内在住の70歳以上の人は、すこやかカードの提示で半額

申込み・問い合わせは、文化体育館(☎766-7400)へ。

小・中学校

入学通知書の発送

4月に小・中学校へ入学する児童・生徒の保護者に入学通知書を発送します。1月31日までに届かない場合は学校教育課までご連絡してください。また、町立学校以外の学校(私立学校など)に入学する場合は、入学を承諾する証明書・入学通知書・印鑑を持参し、手続きをしてください。

▶問合せ 同課(☎766-6000)

第8回猪名川クリーン作戦について

猪名川流域の5市1町で、住民ボランティアなどが中心となって、河川の一斉清掃活動が実施されます。町内では、右表の2カ所で行います。皆さんの参加をお待ちしています。

▶とき 2月5日(土) ※雨天の場合 民田地区=中止 北野地区=同6日に順延

▶実施団体 民田=猪名川漁業協同組合 北野=清流猪名川を取り戻そう町民運動実行委員会、猪名川町職員ボランティアグループ

▶問合せ建設課(☎766-8705)

地区	集場所	開始時間
民田	猪名川漁協「川内の案内所」	午後1時～(受付=同0時30分～)
	北野 北野橋	午前10時～(受付=同9時30分～)