

清流猪名川に関する絵画を展示

優秀作品の表彰式も開催

清流猪名川を取り戻そう町民運動実行委員会が、小学校の児童や幼稚園・保育園の園児などを対象に募集した清流猪名川に関する絵画を展示します。また、優秀作品の表彰式も行います。

○**絵画展**
日生中央サビエギャラリー
で開催 ①10月2日(火)

午後2時～同4日(木)午後2時
②10月9日(火)午後2時
③同11日(木)午後2時(各開始日で展示絵画を変更)
イオンモール猪名川3階中央エスカレーター前などで開催
④10月16日(火)午後2時
⑤同30日(火)午後2時(同日(火)午後展示絵画を変更)



※各児童・園児の展示期間は、各学校・園より配付されます
○**表彰式**
10月28日(日)午後1時30分
▼ところ イオンモール猪名川3階フイールドコート前特設会場
▼問合せ 都市環境課(☎766・8704)

叙勲を受章

猪名川町在住の受章者をご紹介します。



浅田 良三さん(清水・88歳)

瑞宝双光章(高齢者叙勲)

昭和25年～同55年まで旧大蔵省事務官として任官され、神戸税関では主に密輸入などに目を光らせるなど、多年にわたり関税に関する取締業務に従事された功績が認められたものです。

星野写真教室

猪名川天文台では、夜空を撮影するときに注意することなど、実際にカメラを使って撮影しながら説明をする教室を開催します。

▼とき 10月6日(土)午後5時～同21時30分(雨天中止、申込不要)
▼ところ 同天文台
▼持参物 デジタルカメラ(30秒以上露出可能なもの)、三脚
▼問合せ 産業観光課(☎766・8709)、同天文台(☎769・0770)

女性のためのチャレンジ相談

～専門相談員がアドバイス～



「何かしたい」「何かはじめたい」「でも不安・・・」そんなあなたのチャレンジを応援します。

「チャレンジ相談」では、専門相談員が起業、転職、再就職など、就業支援や地域活動と子育ての両立などについて相談に応じ、支援します。

▶とき 10月23日(火)午後1時30分～同4時30分(1人50分程度)
▶ところ 日生住民センター
▶相談員 深田由香さん(キャリアデベロップメントアドバイザー)
▶定員 先着3人(一時保育有。生後4カ月～就園前)
▶申込・問合せ 10月19日までに電話で参画協働課(☎766-8783)

後納制度(国民年金保険料の納付期限延長)が始まります

これまでは、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると保険料を納めることができず、延滞料金を徴収され、延滞期間が3年間に限り、過去10年以内の納め忘れた保険料を納めることができる「後納制度」が始まります。

▼問合せ 国民年金保険料専用ダイヤル(☎0570・011・050)、尼崎年金事務所(☎06・6482・4591)

障害者虐待防止窓口を開設

10月1日から障害者虐待防止法が施行されたことを受けて、町では障がいのある人への虐待の防止、早期発見のほかに、自立支援や養護者に対する支援などを行います。

虐待に関する相談・通報は、福祉課(【日中】☎766・8701【夜間・休日】766・0001)へ。

第10回市民医療フォーラム

そのときどきある「災害と医療」
▼とき 11月17日(土)午後2時～同4時30分
▼ところ みつなかホール(川西能勢口徒歩6分、駐車場はありませんので公共交通機関をご利用ください)
▼入場料 無料
▼定員 先着480人(11月7日までに申込み)
▼その他 手話通訳、託児

受講者募集中

暮らしに活かす

はじめてのアロマ&ハーブ講座

アロマセラピーの基本やハーブについて学び、毎日の暮らしに取り入れてみませんか。

▶とき 下表参照。いずれも午後2時～同4時(できるだけ、3回連続して受講してください)
▶対象 町内に在住・在勤の人
▶定員 先着20人
▶講師 市居利絵さん(英国IFA認定アロマセラピスト)
▶申込・問合せ 中央公民館(☎766-8432)

とき	ところ	内容・材料費
11月6日(火)	中央公民館会議室2	初めてのアロマセラピー アロマのバスボム(入浴剤)の作成/300円程度
11月13日(火)		アロマでナチュラルスキンケア ハンドトリートメントオイルの作成/800円程度
11月20日(火)	社会福祉会館講習室	ハーブで内側から美しく ローズヒップのジャムの作成/1,000円程度



Eメールで(社)川西市医師会 ☎666・0016
西市中央町12-2, FAX 757・5301, Eメール forum@kawamed.or.jp

▼問合せ 同会(☎759・6950)
「あなたも里親に子どもたちを健やかな育ちの場に」子どもが心身ともに健やかに成長していくためには、温かい家庭が必要ですが、様々な事情で自分の家庭で暮らせない子どもたちがいます。

里親とは、このような子どもを自分の家庭に引き取り、深い愛情とまごころを込めて、養育してくださる人のことです。
里親を希望する人に、子どもたちの養育をお願いするの「里親制度」です。
◇こども家庭センターが里親さんのお世話をします
◇子育ては、こども家庭センターや里親会が支援します
◇養育費用は、里親手当などとしてこども家庭センターより支給します
▼問合せ 川西こども家庭センター(川西市火打1-22-8、☎756・6633)



歯や顎の関節に悪影響を与える歯ぎしり

社団法人 川西市歯科医師会

「歯ぎしりがうるさくて眠れない」と家族に言われたことはありませんか。

ブラキシズム(口腔悪習癖)と呼ばれている歯ぎしり。寝ている間に無意識のうちに歯をこすり合わせてガリガリ、ギリギリという音を発してしまいます。

他にも歯をカチカチしてしまうタッピング、音を立てずにぐっと噛みしめてしまうクレンチング(食いしばり)もブラキシズムの一種です。原因ははっきりしていませんが一説にはストレスによる影響とも言われています。

この歯ぎしり、一緒に寝ている人の睡眠を妨げるだけでなく、放っておくと口の中にさまざまなトラブルを起こします。歯ぎしりの際には食事中に歯にかかる何倍もの力が歯や顎の骨や関節に作用するとされており、歯が欠ける、歯がすり減る、むし歯になりやすくなる、歯周病や顎関節症を悪化させるなどの問題を引き起こします。

よく行われる治療法としては、ナイトガードといわれるマウスピースを使用する方法があります。寝る時にナイトガードを装着することでそれが緩衝材となり、歯や顎関節にかかる負担を軽減させることができます。

歯ぎしりをしていても自覚している人は少ないと言われていますが、朝起きた時顎がだるい、むし歯はないのに歯がしみる、よく詰め物が外れてしまうなどの症状がある人は要注意です。心当たりのある人は、かかりつけの歯科医に相談しましょう。