

2020年2月1日発行

発行 羽曳野市 市長公室 秘書課  
〒583-8585 羽曳野市菅田4-1-1  
072-958-1111 (代表)URL <https://www.city.habikino.lg.jp/>  
E-mail [mailbox@city.habikino.lg.jp](mailto:mailbox@city.habikino.lg.jp)

●音声版「声の広報」は市ウェブサイトからダウンロードできます。

●QRコードはデンソーウェーブの登録商標です。

## 【今月の表紙】

羽曳野市(南恵我之荘)と松原市とにまたがる河内大塚山古墳は、墳丘の全長が335メートルで、全国第5位の規模を誇る巨大前方後円墳です。また、「国際花と緑の博覧会」(1990年)の開催を記念して、大阪府より「大阪みどりの百選」に選定されています。

## も く じ

- 2 市長挨拶
- 3 健康フォーラム/懐風館高校
- 4 公開シンポジウム/市民活動フェスタ
- 5 なくそう、望まない受動喫煙 ほか
- 6 LICウェルネスゾーン
- 7 ウェルネス(多世代交流 ほか)
- 8 富田林税務署からのお知らせ
- 9 税務課からのお知らせ
- 10 すくすく子育て支援
- 12 健康ふぁみりー
- 14 無償化/クリーン作戦/消費生活Q&A
- 15 図書館だより/サラダボール
- 16 街かどから/こんにちはあかちゃん
- 18 制度/お知らせ/募集 など
- 26 相談窓口
- 27 市民のページ/風流韻事
- 28 国民年金/かかりつけ健康メール/東洋医療
- 29 社会福祉協議会/シルバー人材センター/警察
- 30 LICはびきの



## 羽曳野市

市章は「羽」の文字を抽象的に図案化し、シンプルに表現したもの。鳥のはばたきのような市の雄飛と発展性を示しています。

面積…26.45km<sup>2</sup>

人口…111,042人(前月比-19)

男… 52,803人

女… 58,239人

世帯… 50,290

(令和元年12月31日現在)

# 自分の健康は自分でつくる 「はびきのウェルネス中部教室」スタート



筋力トレーニングとステップ運動を交互に組み合わせたサーキットトレーニング

ミラーに写る自分の姿を見ながらトレーニング

楽しみながら健康づくりができる場としてご好評いただいている本市独自の介護予防事業「はびきのウェルネス」。その新たな拠点として、本年1月、中央スポーツ公園管理棟において中部教室をスタートしました。

「デジタルミラー」の導入により、測定結果の比較ができ、効果が目に見えることで、モチベーションアップに繋がるものと期待しています。

日本人の平均寿命は平成の30年間で5歳ほど延び、単なる長寿ではなく、健康寿命を延ばし、高齢者のQOL(生活の質)を高めることが求められています。

本市では、これからも皆様の健康づくりのお手伝いをしながら、いつまでも元気でいきいきと過ごせるまちづくりを進めてまいります。

2月14日(金)に体験会を実施します。  
詳細は7ページをご覧ください。

羽曳野市長 北川 嗣雄

## 峰塚中学校生徒会との懇談

昨年12月11日(水)、峰塚中学校を訪れ、生徒会の皆さんと北川市長、同校を卒業した市職員との懇談会を行いました。

生徒会からは、活動のひとつとして、台風による被災地への支援の取り組みを報告していただきました。その後のフリートークでは、勉強や給食、クラブ活動など学校生活について、思い思いの意見を出し合いました。

