

国民年金保険料の免除・納付猶予制度をご利用ください。

国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請をして承認されると保険料の納付が全額、または一部(4分の3、半額、4分の1)を免除する制度、もしくは30歳未満の方は納付を猶予する制度があります。
 その他、学生納付特例や失業された方の特例があります。
 前年の所得により、社会保険事務所で審査されます。

- 持参するもの**
1. 年金手帳、印かん
 2. 失業中の方は、「雇用保険離職票」の写し、または「雇用保険受給者証」の写しなど
 3. 学生の方は、「学生証」の写し、または「在学証明書」

問合せ 区役所保険年金担当(保険) 窓口⑧番 ☎6682-9956

高齢者総合相談事業 <講義と実技>元気に動ける体を目指して! **無料**

～椅子に座った運動で元気とパワーをお届けします～

- 日時** 12月2日(水) 13:30～15:30
場所 区老人福祉センター大広間 **講師** 運動指導士 長谷川 司さん
定員 30名 **対象者** 区内在住の60歳以上の高齢者及びその家族
申込み 電話または来館のうえ、お申込みください。

申込み・問合せ 区老人福祉センター 南加賀屋3-1-20 ☎6683-2888

早川一光先生 講演会 「地域とともに支えあい～行ったり来たりの人間関係」

年をとっても認知症になっても、安心して暮らせるまちづくりについて考えてみませんか? 「お～い元気か」「ほなまた来るで」……地域の人々の健康を50年守り続けた京都の「わらじ医師」こと早川一光先生からの明るく元気が出るメッセージ! ぜひこの機会にお聞きください。

- 日時** 12月1日(火) 14:00～15:30
場所 住之江区民ホール(区役所2階) **費用** 無料 **申込み** 不要

介護家族のリフレッシュ事業 「日帰りバスツアーのお誘いです!

区内在住で、要介護1以上の高齢者を自宅で介護されている方々に、日頃の介護疲れを癒し、心身ともにリフレッシュして頂きたく企画しましたので、ぜひご参加ください。

- 日時** 11月25日(水) 8:45集合(時間厳守)
 9:00出発 17:00頃センター着(予定)
行先 淡路ワールドパークとお香作りの旅
参加費 2,000円(バス代・昼食代・入館料2カ所・保険料含む)
定員 30名(先着順) **申込方法** 窓口・電話にて受付

問合せ 区社会福祉協議会 御崎4-6-10 ☎6686-2235

住之江区役所の戸籍事務がコンピュータ化されます

- <実施日>** 12月14日(月)
<変更点>

- ・戸籍の作成や証明書の交付にかかる時間が短縮されます。
- ・書式が「縦書き」から「横書き」に変わります。
- ・公印が朱色から電子印(黒色)に変わります。
- ・名称が「戸籍謄本」から「戸籍全部事項証明書」等になります。(証明書の手数料に変更はありません。)
- ・戸籍に記載する氏名の文字の表記が変わる方がいます。(対象となる場合は、本年11月にご本人又は筆頭者の方あてに文書でお知らせします。)

※新しい書式の証明書は12月14日(月)より交付します。

<コンピュータ化の実施状況>

区名	稼働時期
天王寺、浪速、西淀川、淀川、東成、城東、鶴見、西成	平成21年3月9日
北、都島、中央、西、港、東淀川、住之江、平野	平成21年12月14日
福島、此花、大正、生野、旭、阿倍野、住吉、東住吉	平成22年度中

<除籍等の証明書書式の変更(本年10月5日(月)より実施)>

- 対象区 8区(天王寺、浪速、西淀川、淀川、東成、城東、鶴見、西成)
 - 対象となる証明書 除籍に関する証明書(平成21年3月6日以前) 改製原戸籍に関する証明書(平成改製原戸籍を含む。)
 - 変更点
 - ・証明書のサイズがB4・B5サイズからA4サイズになります。
 - ・公印が朱色から電子印(黒色)に変わります。
- (注)大阪市内に住民登録をしていますが、本籍が本市以外の方は対象になりません。

問合せ 区役所住民情報担当(戸籍) 窓口⑦番 ☎6682-9961

暮らしの健康広場

新型インフルエンザワクチン接種について

11月14日から最優先接種対象者(対象となる基礎疾患を有する方(1歳～小学校3年生までの小児を含む)・妊婦)から順次新型インフルエンザワクチン接種が始まりました。

当面ワクチンの確保できる総量が限られていることから、優先接種対象者を定めています。接種を希望される方は、必ず医療機関で予約のうえ、接種を受けてください。

接種費用は1回目3,600円、2回目2,550円(初回と異なる医療機関で受ける場合は3600円)となります。優先接種対象者で生活保護世帯および市民税非課税世帯の方は無料です。

優先接種対象者や接種可能な医療機関、接種費用が無料になる方の手続き方法など詳しくはお問い合わせいただくか、大阪市ホームページをご覧ください。

問合せ 新型インフルエンザワクチン相談電話 ☎6647-9001(9:00～18:00平日) FAX6647-1029

季節性インフルエンザ予防接種のお知らせ

新型インフルエンザの予防接種ではございません

- 実施期間** 10月1日～1月31日
対象者 ・満65歳以上の市民の方
 ・満60歳以上65歳未満の方で、心臓・じん臓・呼吸器の機能や、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害(身体障害者1級相当)を有する市民の方
接種方法 市内の予防接種委託医療機関へ電話などで予約をして受けてください。
接種費用 1,000円※生活保護受給者及び市府民税非課税世帯の方は、接種当日に確認できる書類を持参すると無料になります。

平成21年度大阪市献血推進大会を開催します。

- 日時** 12月10日(木) 13:30～15:30 **場所** 住之江区民ホール(区役所2階)
 第1部 式典(感謝状贈呈)
 第2部 講演会

講師 朝原 宣治さん (北京オリンピック銅メダリスト)

主催 市献血推進協議会 区献血推進委員会



プレママッキングのご案内

妊娠期の食生活はお母さんの健康と赤ちゃんの健やかな発育にとってとても大切です。そこで妊娠期の食事および離乳食の初期についての講習会を開催します。ぜひご参加ください。

- 日時** 12月9日(水) 10:00～12:00 **場所** 区保健福祉センター分館
内容 講話「妊娠期の食生活」 調理実習・離乳食初期の実演
対象者 妊娠中または妊娠を希望しておられる方
費用 400円(実習材料費) **定員** 20名(先着順)
申込み 窓口、お電話、ホームページでお申込みください。 **締切** 12月1日(火)

結核健診のお知らせ

実施日	受付時間	健診会場
11月18日(水)	9:30～11:00	敷津浦小学校
12月4日(金)	14:30～15:30	保健福祉センター分館

- 対象者** 15歳以上の大阪市民の方(料金無料、予約不要)
 ※妊娠中および妊娠の可能性のある方は、ご遠慮ください。
 ※着衣のまま撮影しますので、ボタンや金具のある下着はなるべくお避けください。

麻しん(はしか)・風しんの予防接種のお知らせ

次の年齢に該当する方は、麻しん・風しん混合ワクチン(MRワクチン)の予防接種の対象になります。

対象者	1期	生後12か月～24か月未満のかた
	2期	平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれのかた(小学校就学前の1年間)
	3期	平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれのかた(中学校1年生に相当する年齢のかた)
	4期	平成3年4月2日～平成4年4月1日生まれのかた(高校3年生に相当する年齢のかた)

※2～4期の方は、平成22年3月31日までに受けてください。
 ※2～4期については、予診票を今年5月に、ご自宅へ送付しています。なお、予診票を紛失した場合は再発行いたしますので 22番窓口へ。

- 接種方法** 電話などで予約をし、予診票を持参のうえ、医療機関で受けてください。ただし、麻しん・風しんの両方にかかったかたは受けることができません。また、特に希望がある場合は、混合ワクチンのかわりに麻しん・風しん単抗原ワクチンの接種も可能です。

BCG接種日程のお知らせ

当保健福祉センターでは、次の日程でBCG接種を行っております。お子さんが満3ヶ月を迎えたら、お早めにBCG接種を済ませてください。なお、満6ヶ月までに接種を済ませてください。

日程	受付時間
11月25日(水)	13:30～14:45
12月16日(水)	
1月27日(水)	

接種場所 区保健福祉センター分館 浜口東3-5-16



持参するもの 母子健康手帳・予防接種手帳
 注意▶車の駐車スペースはありませんので、お車での越しはご遠慮ください。

申込み・問合せ 区保健福祉センター(区役所内)保健・生活支援担当(健康支援) 窓口②番 ☎6682-9882

12月1日(火)～12月31日(木)

歳末警戒実施!

暖房器具など火気の取扱いには十分注意しましょう。お出かけ前、おやすみ前に火の元点検をしましょう。家のまわりに燃えやすいものを置かないようにしましょう。

問合せ 住之江消防署予防担当 ☎6685-10741