



お知らせ



10月6日(金)のマイナンバーカード 関連手続きについて

システムメンテナンスのため、16時以降に
受付した方は、メンテナンス開始時刻
(18時)までにお手続きが完了できない場
合があります。後日再来庁いただく場合も
ありますので、お早めにお越しください。



詳しくは、こちら

住宅・土地統計調査を実施します

この調査は、全国及び地域別の住宅等に居住して
いる世帯に関する基礎資料を得ることを目的とした
調査です。

調査をお願いする世帯には、9月下旬に顔写真付き
の調査員証を携行した調査員が訪問し、調査書類を
配布します。回答方法は、インターネットで簡単
にできます(回答を記入した紙の調査票を、郵送で提出す
ることも可能です)。調査票は厳重に管理され、目的以
外に使用することはありません。

問合せ 総務課(総務) 5階54番

☎06-6267-9987 FAX 06-6264-8283

健康管理は特定健診から!

大阪市国保被保険者のうち、40歳以上の方(年度内
に40歳になる方を含む)を対象に、特定健診を実施して
おり、対象者には緑色の封筒で「受診券」を送付してい
ます。年末から年度末にかけて予約が混
雑しますので早めに受診しましょう。



受診券に関すること

窓口サービス課(保険)1階4番
☎06-6267-9956 FAX 06-6264-8284

健診の日時に関すること

保健福祉課(健康推進)1階11番
☎06-6267-9882 FAX 06-6267-0998

無料

朝ごはんを食べよう! ～9月は大阪市朝食月間です～

朝食には、心と体の健康を保つ役割があります。

①活動力アップ! ②体の目覚め! ③集中力アップ!
④体調や生活にリズムを! ⑤肥満予防!



「時間がない」、「食欲がない」とい
う人は、牛乳や野菜ジュース、果物
から試してみよう。

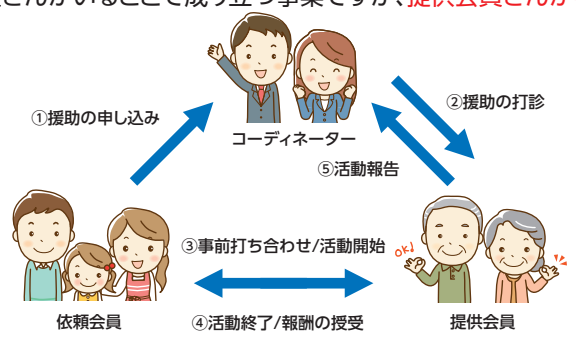
問合せ 保健福祉課(健康推進)1階11番
☎06-6267-9882 FAX 06-6267-0998



／すくすく／子育て

「子育てのお手伝い」しませんか?

大阪市では、子育てを援助してほしい人(依頼会員)と援助できる人(提供会員)がお互いに信頼関係を築きなが
ら、子どもを預けたり、預かったりする子育て援助活動(ファミリー・サポート・センター事業)を行っています。両方の
会員さんがいることで成り立つ事業ですが、**提供会員さんが不足しています!**



提供会員さんの声

・子どもと一緒に過ごす、こちらがパワーをもら
い生活に彩りが加わります。これからも自分
らしく活動できれば嬉しいです。

・子どもと遊ぶことが好きで、好きなことを通し
て地域内の育児中の皆さんの役に立てること
がやりがいです。

提供会員養成講座を開催します(全6回)

子どもの心の発達や、事故防止など提供会員として必要な知識を学びます。

対象 市内在住の19歳以上の方で、提供会員として活動できる方

定員 30名(要申込・多数抽選)

とき 10月25日(水)、11月1日(水)、7日(火)、17日(金)、22日(水)、29日(水)※時間、会場など詳しくはお問い合わせください。

申込み 10月18日(水)までに電話にて **子どもの見守り一時保育** あり(要予約、3か月から、無料、定員5名)

申込先・問合せ 大阪市ファミリー・サポート・センター中央支部(中央区子ども・子育てプラザ内) ☎06-6213-2171



特集 ～このまちで暮らす～

100歳おめでとうございます!

令和5年度に100歳を迎える方々の長寿を祝い、内閣総理大臣からのお祝い状と記念品を贈呈します。
中央区では20人の方が100歳を迎えられます(8月15日現在)。これからもお元気にお過ごしください!

現役薬剤師の鈴木忠子さんへインタビュー



このたび、今も薬剤師として元気に活躍されている
鈴木忠子さんにお話を伺いました。

美味しいものをたくさん食べることと旅行が長寿の秘訣

—今の楽しみは何ですか?

おいしいもの食べに行くとかね、今度はあそこ行こうとかね。
家族に食事や旅行に連れて行ってもらうことが今の楽しみ。

仕事は何よりも生きがい

—鈴木さんの生きがいを教えてもらっていいですか?

やっぱりね。お仕事があることが生きがい。お薬の空き箱の
整理とかをね、してるの。お薬の箱あるやろ。それがどんどん
空いていくやろ、調剤するからね。捨てる時に出来るだけ
小さくなるように工夫してるの。そんなんが楽しみなんです。
「なんもせんでもいいよ」って言ってもらったことあるけど、3日でこりた。

座右の銘は「一隅を照らす」

—その言葉を選んだ理由を教えてくださいませんか?

夢中で子育てをしてきたけれど、子どもが大きくなってきてね、自分の目的が分からな
くなってきたときに、この言葉を教えてもらったの。この言葉がきっかけで自分の身の回
りの人の気持ちにこたえたらいいんだと自分で悟ったの。

ご家族で薬局を営んでおられます

趣味の俳句で一句▶

ハルカスの一
本指や
初山河

問合せ 保健福祉課(保健福祉) ☎06-6267-9857 FAX 06-6264-8285

認知症講演会

申込不要 無料

笑顔は忘れない!笑いと音楽の認知症予防!

落語とリハビリテーションを
融合した「エアリハ」体操で楽
しく体を動かしましょう!!



ひなたてい おおい
日向亭 葵氏
お笑い理学療法士

とき 9月21日(木) 14:00～15:30(13:30開場)

ところ J:COM中央区民センターホール(久太郎町1-2-27)

対象 どなたでも

定員 200名(当日先着順)※手話通訳あり

主催 CoCoネットちゅうおう(中央区認知症高齢者ネットワーク)

共催 大阪市中央区家族介護支援事業

問合せ 中央区地域包括支援センター
☎06-6763-8139 FAX 06-6763-8151

中央区北部地域包括支援センター
☎06-6944-2116 FAX 06-6944-2117

ゆめちゅうおうEXPO

第35回 中央区民まつり

フリーマーケット出店者& 美化ボランティア募集!

ところ 史跡難波宮跡(法円坂1)

●フリーマーケット

家庭での不用品に限りです。

とき 10月15日(日) 12:00～16:00

対象 区内在住・在勤で成人の方

費用 1,000円(1区画:約1.7m×奥行約2.3m)

内容 35区画(多数抽選)

申込み 往復はがきにて9月25日(月)必着

●美化ボランティア

とき 10月15日(日) 11:00～16:00

対象 高校生以上

申込み 9月30日(土)までに窓口・送付・FAXにて
※申込書はHPからダウンロードできます

申込み 区民まつり実行委員会事務局
問合せ (〒541-8518 久太郎町1-2-27)
☎06-6267-0201 FAX 06-6267-0950

つなぐって まちづくり

～総務省近畿管区行政評価局長表彰～

長年にわたり行政相談委員として活動されている
野上俊二さんが、その業績をたたえられ表彰されま
した。

行政相談委員は、総務大臣から委嘱された民間有
識者で、中央区には2名おられます。皆さんの身近な
相談相手として相談を受け、解決のための助言や関
係する行政機関へ要望等を伝えます。



私は、愛日会館で行政
相談を行っています。
区民の皆さんに
行政相談委員という
存在を知っていただ
くとともに、「行政」の
困りごとがあれば、ぜ
ひご相談ください。

行政相談委員 野上俊二さん

問合せ 近畿管区行政評価局 行政相談課
☎06-6941-8358 FAX 06-6941-8988

<2> Web口座振替受付サービスについて 大阪市税の口座振替・自動払込はパソコン・スマートフォン・タブレット端末から申込可能です。対応金融機関などについては市HPをご覧ください。

問合せ 財政局税務部収税課(収納管理) ☎06-6208-7783 FAX 06-6202-6953

