

## はじめに

人は だれでも 生きがいの ある 人生を送りたいと 思うものです。  
そのために いろいろなことを 自分で 決めて 自分の 力でしたいと  
思うでしょう。

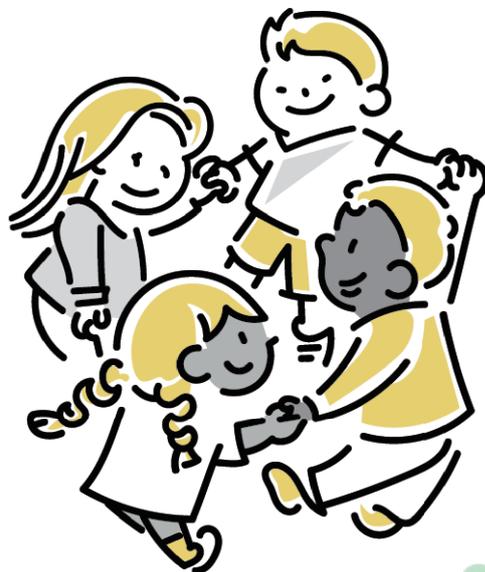
たとえば 仕事をしたい 仲間を 作りたい ひとりで 生活したいと  
思ったことは ありませんか。

でも それが 自分ひとりの 力では むずかしいことも あります。  
そんなときには てだすけを 受けることが できます。

国や 大阪市では 知的障がいの ある人を てだすけするために  
いろいろな 制度<しくみ>を 作っています。

この “はーとふる” ガイドでは どんな 制度<しくみ>が あるのか  
どうしたら 利用できるのかを 説明しています。

これからの 毎日の 生活に 役立ててください。



1. 療育手帳について（4ページから）

- (1) 障がいの程度はひとりひとりちがいます
- (2) 療育手帳の取得（または更新）手続きの流れ
- (3) こんなときは区役所の保健福祉課に行ってください

2. いろいろな相談をしたい（7ページから）

3. 福祉サービスについて（10ページから）

- (1) 障がい福祉サービスについて
- (2) 住まいについてのサービス
- (3) 権利や財産を守るためのサービス

4. 仕事を探したい（22ページから）

5. 交通料金の割引（26ページから）

- (1) Osaka Metroと大阪シティバス
- (2) JR・その他の私鉄（阪急・阪神・京阪・近鉄・南海）
- (3) 大阪市内のバス（大阪シティバス以外）
- (4) 船・飛行機
- (5) タクシー
- (6) 駐輪場や駐車場の利用料
- (7) 本人を乗せるための自動車

6. スポーツする 見る 楽しむ（31ページから）

- (1) 障がい者スポーツセンター
- (2) 大阪市内の施設
- (3) プール・トレーニング場

## 7. 年金・手当・税金など（39ページから）

- (1) 障がい基礎年金
- (2) 心身障がい者扶養共済制度
- (3) 生活福祉資金
- (4) 手当・給付金
- (5) 税金の減免
- (6) NHK放送受信料

## 8. 健康・医療（42ページから）

区役所 ・ 大阪市こころの健康センター ・ エルムおおさか

- (1) 障がい者健康診査
- (2) 重度障がい者医療費助成
- (3) 障がい者（児）歯科診療
- (4) 日常生活用具の給付

## 9. その他（45ページから）

- (1) ヘルプマーク ストラップ
- (2) 大阪防災アプリ
- (3) 障がい者虐待について

## 資料：場所の一覧（47ページから）

- (1) 区役所 一覧
- (2) 市税事務所 一覧
- (3) 府税事務所 一覧
- (4) 税務署 一覧
- (5) 日本年金機構年金事務所 一覧
- (6) 乗り物 問い合わせ先 一覧