【1面】

広報ひがしよどがわ

2021年（令和3年）7月号

No.302

発行日：毎月1日（4月号は3月31日）

東淀川区キャラクター　こぶしのみのりちゃん

7月号 TOPICS

1　子育てのあれこれ　わたしたち保健師にご相談ください

2-4　東淀川区からの情報

5　区民と区役所の架け橋 区政会議

6-7　みんなで学ぼう！ 避難のしかた

8　新型コロナウイルスワクチン接種について

9-11　大阪市からの情報 大阪市民のみなさんへ

12　子育てのあれこれ　わたしたち保健師にご相談ください

特集

子育てのあれこれ

わたしたち保健師になんでもお気軽にご相談ください

あれ!？周りの子はもうあんなにしゃべってる？

予防接種のスケジュールについて相談したいなあ…

トイレトレーニング、そろそろ？

先月から体重増えたかな？

離乳食なかなか食べてくれなくて…

お子さんの気になること、区役所でいつでも気軽にご相談いただけます！

日々の育児の中で、誰に相談していいかわからないことはありませんか？

区役所では、妊娠期から就学までのお子さんを対象に、子育ての悩みや不安、健康に関する相談窓口を開設し、保健師がお話をお伺いしています。

些細な悩みや相談ごともお気軽に！ 相談には予約や費用もいりませんので、まずは区役所2Fの24番窓口（健康相談）にお越しください！！

 詳しくは12面をご覧ください。

ご相談の待ち時間もここで遊べるから安心！

キッズスペースリニューアルしました！

こだわりのキッズスペース12面で紹介します！

発行

東淀川区役所

〒533-8501 大阪市東淀川区豊新2-1-4

区役所代表　電話　06-4809-9986　FAX　06-6327-1920

各記事についての問合せは、各問合せ先にお願いします。

東淀川区ホームページ　東淀川区役所　検索

区の花「こぶし」

区の面積　13.27㎢

区の人口　176,719人

区の世帯数　99,893世帯〈令和3年6月1日現在推計〉

新型コロナウイルスワクチン接種について

8面・9面

■広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。また、東淀川区が推奨するものではありません。

開庁時間

［平日］ 9：00～17：30

［金曜日］19：00まで延長（区役所出張所を除く一部窓口）

［25日（日）] 9：00〜17：30（区役所出張所を除く一部窓口）

※月曜などの休み明けは混雑します。毎週金曜の延長窓口などもご利用ください。

問合せ　総務3階31番　 電話　06-4809-9625

【2面】

納期限のお知らせ

国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料、固定資産税・都市計画税（第２期分）の納期限は、8月2日（月）です。期限内納付にご協力をお願いします。。

《手続き》

後期高齢者医療制度の新しい被保険者証と保険料決定通知書を送付します

75歳（一定の障がいがあると認定された方は65歳）以上の方に、令和３年度の被保険者証（桃色）を７月上旬に送付します。現在の薄緑色のものは８月１日から使えなくなりますのでご注意ください。なお、新しい被保険者証を郵送しますが、不在時は郵便局に留め置かれ、その旨のお知らせが投函されます。７月中に届かない場合や郵便局の保管期限を過ぎた場合は、保険年金担当までお問い合わせください。

また、後期高齢者医療制度の保険料決定通知書を７月中旬に送付します。保険料を年金からお支払いいただいている方は、口座振替による納付方法が選択できますので、お問い合わせください。

問合せ　保険年金1階6番　電話　06-4809-9956

8月から国民健康保険高齢受給者証が更新されます

大阪市国民健康保険に加入の70歳から74歳の方に７月下旬までに新しい高齢受給者証を送付します。

現在のものは８月から使用できなくなります。７月中に届かない場合はお問い合わせください。

なお、今回の更新から高齢受給者証のサイズが、はがきサイズからカードサイズに変更となります。

問合せ　保険年金1階6番　電話　06-4809-9956

介護保険料のお知らせ

～みんなでささえる老後の安心～

７月中旬に６５歳以上の方（介護保険の第１号被保険者）で年金からのお支払いにより保険料を納めていただいている方等に、介護保険料決定通知書等を送付します。納付書が同封されている方は、コンビニエンスストアなどで期限内に納付してください。

よくある問い合わせ

問　介護保険料はどのように決まっているのか？

答　大阪市の介護保険料は、本人及び世帯の市民税の課税状況や合計所得金額等に応じて15段階に分けて決められています。

問　65歳になり介護保険料の納付書が届いたが年金から天引きされないのか？

答　年金保険者（年金機構や共済組合）の手続きが完了して年金からの天引きが開始されるまで半年～１年の期間を要します。それまでの間、納付書等での介護保険料のお支払いをお願いしております。

みなさんの保険料が介護保険制度を支えています

【介護保険給付費の財源構成】

65歳以上の方の保険料　23%

40～64歳の方の保険料(医療保険料として納付)　27%

公費（税金）　50%（国・府 ：37.5％　大阪市：12.5％）

＋

介護サービスを利用された方の利用者負担分

介護保険制度について詳しくはこちら

問合せ　介護保険2階29番　電話　06-4809-9859

《まちづくり・にぎわい》

空家の改修工事費用の一部を補助します

大阪市では空家になっている住宅の、性能向上や地域まちづくりに活用する改修工事に対して、費用の一部を補助する「空家利活用改修補助事業」を実施しています。空家再生による安全・快適な住まいづくりや地域の居場所づくり・拠点づくりにご活用ください。

問合せ

企画調整1階9番　電話　06-4809-9927

住まい情報センター受付窓口　電話　06-6882-7053

東淀川区民ホール・東淀川区民会館のインターネット予約を開始します

７月26日から、東淀川区民ホール及び東淀川区民会館の利用予約申込みについて、インターネットをご利用いただけるようになります。なお、利用には事前の利用者登録が必要です。ご利用される施設の窓口で利用者登録の受け付けを行いますのでお申し込みください。

問合せ　地域1階9番　電話　06-4809-9734

《子育て・教育》

保健福祉センター（区役所２階）で実施します

●BCG接種

無料

予約不要

日時　7月13日（火）・8月10日（火）14：00～15：30

対象　生後5か月から1歳の誕生日の前日まで

※標準的な接種期間：生後5～8か月

持ち物　予防接種手帳・母子健康手帳

問合せ　保健企画2階22番　電話　06-4809-9882

●●プレママパパのためのマタニティクラス（妊婦教室）

無料

要予約

日時

8月2日（月）　A歯科・栄養（妊婦歯科健診・無料）

8月16日（月）　B子育て準備

13：30～15：30

母子健康手帳・筆記用具・冊子「わくわく」・みのりBABYファイル

※Aのみ普段使っている歯ブラシ・手鏡

●妊婦歯科健診

無料

要予約

日時　7月5日(月)・8月2日(月)14：15～14：30

●助産師による専門相談

無料

予約不要

妊娠・出産・授乳・卒乳などお気軽にご相談ください。

日時　7月14日（水）・28日（水）13：30～16：00

問合せ　健康相談2階24番　電話　06-4809-9968

小・中学校で子どもが学ぶ教科書を見てみませんか？

無料

申込不要

日時　〜７月２１日（水）まで

場所　区役所２階及び区役所出張所

定員　なし

問合せ　子育て・教育1階12番

電話　06-4809-9807

FAX　06-4809-9928

《健康》

支援から共生へ

～オレンジサポーターを募集しています～

『認知症の人にやさしいまちづくり』を合言葉に、支援する・される関係ではなく、認知症を正しく理解して一緒に活動する“オレンジサポーター”を募集しています。できることからで大丈夫です。あなたのその気持ちが、誰かの力になるかもしれません。まずは、認知症地域支援コーディネーターにご相談ください。企業や団体の方向けの“オレンジパートナー”登録も随時受け付けています。

問合せ　東淀川区認知症強化型地域包括支援センター　電話　06-6370-7190

7月は食中毒予防月間です

～予防の基本は手洗いです～

食中毒は7月～9月にかけて多くなる傾向にあり、毎年7月を「食中毒予防月間」と定め、食中毒予防を呼びかけています。食中毒予防の三原則、「つけない」「ふやさない」「やっつける」をもとに、予防方法をきちんと守り、食中毒を予防しましょう。

1　つけない。（手洗いが何よりの予防策）

2　ふやさない。（早く食べる。冷蔵庫に入れる）

3　やっつける。（加熱して食べる）

特に「手洗い」は、感染症の予防にも効果的です。料理の前、食事の前、帰宅後やトイレの後等、頻繁に手を洗う習慣をつけましょう。

問合せ　生活環境2階23番　電話　06-４８０９-９９７３

健康レシピ

鮭のムニエル　ラタトゥイユ添え

エネルギー（1人分）　204kcal

材料（4人分）

・生鮭 4切れ

・塩・こしょう 少々

・小麦粉(薄力粉) 少々

・バター 30g

・サラダ油 少々

・たまねぎ 180g

・赤パプリカ 60g

・黄パプリカ 60g

・ズッキーニ 150g

・なす 100g

・トマト 70g

・おろしにんにく 少々

・トマトペースト 大さじ1

作り方

(1)野菜はすべてヘタや種を除いて１cm角に切る。

(2)鍋にサラダ油、にんにくを入れ、トマト以外の野菜を炒めて、トマトペーストとトマトを入れて、ふたをして弱火で１５分ほど煮込む。

（水分が足りなければ、水少々を加える）

(3)鮭は塩・こしょうをし小麦粉をまぶす。

(4)フライパンにサラダ油、バターを入れて鮭を焼く。

(5)皿に(2)の野菜(ラタトゥイユ)を盛り、上に焼いた鮭をのせる。

【提供】東淀川区食育推進ネットワーク（水仙福祉会 風の子保育園）

【作成】東淀川区食生活改善推進員協議会（五十三会）

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-4809-9882

●1階窓口サービス課のお待ち人数などがホームページで確認できます！ぜひご活用ください。

【3面】

7月7日(水)は東淀川区｢見まもるデー」

地域の子どもは地域で守り、子どもが安心して暮らせるまちづくりを推進しましょう！

毎日の食事で野菜をたくさん食べていますか？

大阪市では野菜たっぷりメニューを提供している飲食店等を

「やさいTABE店」とし、市民の健康づくりにご協力いただいています。

登録店舗募集中！

登録店舗はこちら！

やさいTABE店とは

1　1人前およそ野菜120g（1日の1/3）以上含むメニューの提供

2　モーニング時間帯に1人前およそ野菜100g以上含むメニューの提供

目印はコレ!

問合せ　保険企画2階22番　電話　06-a4809-9882

保健師の健康一口メモ　No.106

 脳トレで脳力アップ！

日頃から料理をしたり、文章を読んだり、囲碁・将棋・トランプなどをしたり、頭を使う生活をしている人は認知症になりにくいことがわかっています。コロナ禍での外出自粛で人との交流が減っている今、お家でできる脳トレで脳を活性化しましょう！

ひらがな並べ替えパズル

ひらがなを並び替えると何の単語になるでしょう？

問題 1　こ　き　う　ひ

問題 2　ぷ　き　ん　せ　う

問題 3　う　ぽ　ず　っ　で　み

早口言葉

どこまで早く言えるかな？

早口言葉 1　生麦 生米 生卵

早口言葉 2　隣の客は よく 柿 食う 客だ

早口言葉 3　お綾や 八百屋に おあやまり

両手図形描き

右腕は上下に動かし、左腕は三角を描く。両腕同時に動かす。数回行い左右逆にして、また数回行う。

童謡「ふるさと」の歌に合わせてみてね！

指体操

左手の小指、右手の親指を同時に立てる。次に反対。これを繰り返す。

♪もしもしカメよ～♪を歌いながらしてみよう！

【答え】問題1：ひこうき　問題2：せんぷうき　問題3：みずてっぽう

あれ？おかしいな？と思ったら…

1　かかりつけ医に相談しましょう

2　保健福祉センターにご相談ください　健康相談2階24番　電話　06-4809-9968

健康掲示板

●特定健康診査･後期高齢者医療健康診査

予約不要

日時　7月3日(土)・29日(木)9：30～11：00

場所　区役所4階（予定）

対象　国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している方

持ち物　受診券・個人票・保険証

費用　無料

日時　7月24日(土)9：30～11：00

場所　区役所出張所３階

対象　国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している方

持ち物　受診券・個人票・保険証

費用　無料

●各種検診（健診）

保健福祉センター（区役所２階）で実施

予約制

大腸がん検診

対象者※1　40歳以上の方

費用　300円

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

肺がん検診　胸部エックス線検査

対象者※1　40歳以上の方

費用　無料

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

肺がん検診　かくたん検査

対象者※1　50歳以上の方※2

費用　400円

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

乳がん検診　超音波検査※3

対象者※1　30～39歳の女性

費用　1,000円

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

乳がん検診　マンモグラフィ

対象者※1　40歳以上の女性（前年度未受診の方)

費用　1,500円

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

骨粗しょう症検診

対象者※1　18歳以上の方

費用　無料

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

胃がん検診　胃部エックス線検査※3（年度内にどちらか1回のみ受診）

対象者※1　40歳以上の方

費用　500円

日時　取扱医療機関にお問い合わせください

予約制

胃がん検診　内視鏡検査※3（年度内にどちらか1回のみ受診）

対象者※1　50歳以上の方 ※受診は2年度に1回

注）内視鏡検査を受けた翌年度は胃がん検診（内視鏡検査、エックス線検査とも）を受診できません。

費用　1,500円

日時　取扱医療機関にお問い合わせください

予約制

子宮頸がん検診※3

対象者※1　20歳以上の女性（前年度未受診の方)

費用　400円

日時　取扱医療機関にお問い合わせください

予約制

前立腺がん検診※3

対象者※1　50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の男性

費用　1,000円

日時　取扱医療機関にお問い合わせください

予約不要

結核健診

対象　15歳以上の方

費用　無料

日時　8月4日(水)10：00～11：00

※1 年齢は、令和4年3月31日時点の年齢。

※2 かくたん検査の対象には要件があります。

※3 医療機関で実施。

問合せ　保健企画2階22番 　電話　06-4809-9882

携帯電話等を利用した行政オンラインシステムからでも集団検診の予約が可能です。

オンラインでの予約には事前に登録が必要です。

《安全・安心》

楽しい夏を満喫するために！

～遭わない・おこさない交通事故～

夏休みは、子どもたちが外で遊ぶ機会が増えます。

歩行者の皆さんは道路を渡るときは、必ず左右を確認するように気を付け、車に注意しましょう。

ドライバーの皆さんは見通しの悪い道などを通行するときは必ず左右を確認し、飛び出しに注意しましょう。

また、長距離を運転する際は定期的に休憩を取るなど、体調の管理に努めましょう。

事故に遭わないよう・おこさないよう気をつけて、楽しい夏を過ごしてください！

問合せ　安全安心1階8番　電話　06-４８０９-９８１９

自転車盗難・ひったくり・交通安全対策は万全ですか！！

毎月11日は、安全・安心まちづくりの日

自転車盗難・ひったくり等各犯罪被害防止と交通安全キャンペーンを実施します！

●自転車ワイヤーロックの配布

●自転車の前カゴにひったくり防止カバー取り付け

無料

申込不要

●交通安全に関するティッシュ及び反射板の配布

日時　 7月９日(金) 11：00～整理券を配布します

（雨天中止）〈先着100名〉

※整理券を受け取った後は、自転車で待機してください。必ず自転車で来てください。

※コロナ禍の影響により、中止することがあります。

場所　区役所前

問合せ

安全安心1階8番　電話　06-４８０９-９８１９

東淀川警察署 防犯係　電話　06-６３２５-１２３４

《施設からのお知らせ》

東淀川図書館　電話　06-6323-5476

※新型コロナウイルスの感染状況により、中止や延期となる場合があります

「とことこ」のかみしばいの時間

無料

要申込

日時　7月17日（土）14：00～14：30

場所　東淀川図書館 多目的室

対象　子どもから大人まで

定員　10名（開催日の2週間前から前日16：00までに事前申込要・先着順）

「なにわ語り部の会」のおはなし会

無料

要申込

毎月第4土曜日に、素話で昔話などの

物語を語るおはなし会を行っています。

日時　7月24日(土)13：30～14：00

場所　東淀川図書館 多目的室

対象　子どもから大人まで

定員　10名（開催日の2週間前から前日16：00までに事前申込要・先着順）

遠くの親戚より、近くの町会

助け合い、つながりをつくります

詳細はこちら

問合せ　地域1階9番　電話　06-4809-9603

「広報ひがしよどがわ」は毎月1日(朝刊が休刊の場合は翌日)に新聞折込み（朝日・毎日・読売・産経・日本経済・大阪日日新聞の朝刊）でお届けしています。新聞未購読の方で配送や住所・宛名変更等をご希望の場合は、広報3階31番（電話　06-4809-9683）

又は東淀川区HPより申請してください。点字版・音声版もあります。

東淀川区　広報紙　検索

【4面】

ホームページバナー募集中！

区役所ホームページに広告を掲載しませんか？ 詳細はこちら

東淀川区　バナー広告　検索

東淀川区子ども・子育てプラザ　電話　06-6327-5650

きせつの工作「手作りおもちゃ」

お家で遊べるおもちゃを、親子で手作りしてみましょう。

日時　7月15日（木）〈受付〉10：00～11：00

場所　東淀川区子ども・子育てプラザ

対象　当プラザに登録されている乳幼児の親子

定員　親子30組

申込　7月14日(水)10：00～受付

一時保育　なし

プラザの行事予定は変更する場合がありますので、HPでご確認ください。

《その他》

防衛省自衛隊「就職・進学出張相談」

ご本人はもちろんご家族の方でもお話させていただきますので、お気軽にお越しください。

日時　7月27日（火）10：00～15：00

場所　区役所１階ロビー

問合せ　自衛隊十三募集案内所　電話　06-6301-0488

梅田市税事務所

固定資産税・都市計画税(第２期分)納期限のお知らせ

固定資産税・都市計画税（第２期分）の納期限は、８月２日（月）です。

市税は、市政運営の原動力であり、市民の皆さんのために大切に活用させていただきます。

市税へのご理解と納期内の納付をお願いします。

市税の納付には安全・確実・便利な口座振替・自動払込（Webで申込み可能）をぜひご利用ください。

また、スマートフォン決済（PayPay請求書払い、au PAY、ゆうちょPay等）、クレジットカードによる納付も可能です。（Apple Payも利用可）

納付方法等の詳細については、大阪市HPをご確認ください。

大阪市　市税　納付　検索

問合せ

【固定資産税・都市計画税（土地・家屋）】

梅田市税事務所 固定資産税グループ　電話　06-4797-2957(土地)、2958(家屋)

【固定資産税（償却資産）】

船場法人市税事務所 固定資産税（償却資産）グループ　電話　06-4705-2941

【口座振替・自動払込】

船場法人市税事務所 収納管理グループ　電話　06-4705-2931

普通ごみの収集の曜日・収集時間の変更について

【下新庄地域】

対象品目　普通ごみ

６月30日まで　火・金曜日

７月１日から　月・木曜日〈午前収集〉

７月1日から、「まちの美観」の観点により、午前中にごみ収集する地域を拡大するため、３０分繰り上げて、ごみ収集を開始します。

（普通ごみ・資源ごみ・容器包装プラスチック収集）

午前８：30までにお出しください。

※一部異なる地域があります。

ごみ分別アプリ「さんアール」

iPhone用

Android用

問合せ　東北環境事業センター　電話　06-６３２３-３５１１

その問題、専門家が一緒に考えます！

無料

秘密厳守

専門家による各種相談日　7月1日～8月31日

★区役所で実施　◆1組 30分以内

相談日については、変更・中止になることがありますので、HPで最新情報をご確認ください。

●体調不良とお見受けされる場合は相談をお断りすることがあります。　●マスク着用の徹底をお願いします。

弁護士による法律相談

当日予約制　区役所で実施　1組 30分以内

相談日

7月1日・8日・15日・29日（木）／8月5日・19日・26日（木） 13：00～17：00

予約 ・問合せ　広聴相談3階31番　電話　06-4809-9683

予約は左記の『相談日当日の9:00』より受付けます。

当日以外は予約できません。

税理士による税務相談

7月6日・13日・20日・27日（火）／8月3日・10日・17日・24日・31日（火）13：00～17：00

予約 ・問合せ　広聴相談3階31番　電話　06-4809-9683

予約は左記の『相談日当日の9:00』より受付けます。

当日以外は予約できません。

宅地建物取引士による不動産相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　6月11日（金)13：00～16：00

相談内容　賃貸・売買契約や相続、名義変更など不動産に関する相談

予約 ・問合せ　大阪府宅地建物取引業協会新大阪支部　電話　06-6303-0676（月～金10：00～16：00）

宅地建物取引士による不動産相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　7月7日（水)13：00～16：00

相談内容　賃貸・売買契約や相続、名義変更など不動産に関する相談

予約 ・問合せ　全日本不動産協会大阪府本部北支部　電話　06-6373-1511（月～金10：00～16：00）

行政書士による相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　7月14日(水)／8月11日(水) 13：00～16：00

相談内容　官公署に提出する許認可や登録申請、遺言や相続などの相談

予約 ・問合せ　行政書士会相談受付　電話　06-7739-8000（月～金10：00～16：00）

司法書士による相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　7月21日(水)／8月18日(水) 13：00～16：00

相談内容　簡易裁判所における訴訟代理業務、債務整理などの相談

予約 ・問合せ　司法書士事務所　電話　0120-676-888（月～金9：00～18：00）

社会保険労務士による相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　7月28日(水)／8月25日(水) 13：00～16：00

相談内容　年金や労働問題、職場トラブルなどに関する相談

予約 ・問合せ　社会保険労務士事務所　電話　06-4800-8125（月～金10：00～17：00）

就労相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　7月14日・28日(水）／8月11日・25日(水） 9：15～12：15※9：15〜11：45は予約不要

相談内容　就労に関する情報提供・アドバイス・相談

予約 ・問合せ　大阪市地域就労支援センター　電話　0120-939-783

人権出張相談

事前予約制　区役所で実施

相談日　月～金 9：00～20：30　日・祝 9：00～17：00

※電話・FAX・メールでも相談可

予約 ・問合せ　人権啓発・相談センター

電話　06-6532-7830　FAX　06-6531-0666

メール　7830@osaka-jinken.net

人権擁護委員による人権相談

相談日　第1火曜 13：00〜15：30

場所　社会福祉法人水仙福祉会 水仙の家1階（小松1-12-10）

予約 ・問合せ　大阪法務局人権擁護部第一課　電話　06-6942-1489　FAX　06-6943-7406

犯罪被害者等支援のための総合相談

相談日　月～金 9：00～17：30 ※土・日・祝・年末年始を除く

予約 ・問合せ　市民局人権企画課（市役所4階）　電話　06-6208-7489　FAX　06-6202-7073

ひとり親家庭サポーターによる相談

事前予約制　区役所で実施

相談日　毎週水・木・金 9:15～17:30 ※祝・年末年始を除く ※他の曜日に相談できる場合あり。応相談

相談内容　○就業など、ひとり親家庭の自立に向けた相談 ○離婚を考えている方、養育費に関する相談

予約 ・問合せ　子育て・教育2階25番　電話　06-4809-9850

行政相談委員による行政相談

区役所で実施

相談日　7月5日(月)／8月2日(月) 14：00～16：00 ※受付は15：30まで

相談内容　国の仕事やその手続き、サービスに対する意見・要望などの相談

予約 ・問合せ　広聴相談3階31番　電話　06-4809-9683

花と緑の相談

区役所で実施

7月は新型コロナウイルス感染拡大のため中止となります　※8月はありません

サバンナ堆肥を進呈します

予約 ・問合せ　十三公園事務所　電話　06-6309-0008

日曜法律相談

1組 30分以内　無料　要予約

日時　7月25日(日)9：30～13：30

場所　西区役所（西区新町4-5-14）

定員　各16組（先着）

予約　7月20日(火)・21日(水)9：30〜12：00

【予約専用電話】06-6208-8805

ナイター法律相談

1組 30分以内　無料　予約不要

日時　7月27日（火）18：30～21：00（受付は20：00まで）

場所　天王寺区民センター（天王寺区生玉寺町7‒57）

定員　32組

※受付開始（18:00予定）までに来場された方で、抽選により相談の順番を決定。以降、先着順。

※定員に達した時点で受付早期終了あり。

問合せ　大阪市総合コールセンター　電話　06-4301-7285　FAX　06-6373-3302（年中無休）

市政・区政に対するご意見・ご要望は、広聴相談1階10番へ　電話　06-4809-9683　FAX　06-6327-1970

区役所正面玄関に、「市政・区政へのアイデア 区長への提案・意見箱」を設置しています。

東淀川区　ご意見・ご要望　検索

【5面】

区民と区役所の架け橋

区政会議

区民の声を届けよう！

区政会議とは？

区政会議とは、区民の声を区政に反映させるための会議です。「区をもっとよくしたい」と思う区民や区内で働く人たちに、区役所が行う施策や事業について、区民のニーズや地域の実情に応じたご意見・ご提案をいただくことにより、立案段階から実施後の振り返りまでチェックしていただいています。

「魅力あるまちをつくろう！部会」「教育・健康・福祉部会」「安全・安心部会」という３つの専門部会に分かれて、テーマごとに議論し、本会議で全員に共有します。

（写真キャプション）令和2年度第3回区政会議の様子

区政会議委員とは？

（現在の委員数37名／うち公募委員9名）

■ 各地域活動協議会からの推薦委員

地域で活動され、地域活動協議会から推薦された方

■ 公募委員

区内在住・在勤の18歳以上70歳までの方で東淀川区をもっとよくしたいという思いを持っている方

区政会議委員が改選されます

令和3年8月10日まで公募受付中！詳しくは区HPをご覧ください

区政会議の3つの部会議長にお話を伺いました

各部会ではどのような議論をされていますか？

藤野さん　「魅力あるまちをつくろう！部会」では、地域活動全般について話し合っています。特に注目している地域としては、阪急の高架化やリニア建設など街の姿が大きく変わろうとしている淡路駅〜新大阪駅周辺についてなどです。ほかには、広報なども含めた区役所のさまざまな業務に関して、区民目線で率直に意見を出し合っています。

堤下さん　「安全・安心部会」は、防災や防犯、交通安全について話し合う部門です。3年前の大阪府北部地震を経て、皆さんの防災意識がより一層高まっています。また、東淀川区は淀川、安威川、神崎川の3つの河川に隣接する地域。集中豪雨などによる水害が全国で頻発する近年、水害対策については特に活発に議論しています。

岡本さん　「教育・健康・福祉部会」では、妊娠・出産・育児において切れ目のない子育て支援を行うための政策について、特に力を入れて話し合っています。そのほか、あらゆる世代の区民が笑顔で健康に過ごせるために、さまざまな提案や意見交換を行っています。

区政会議でのエピソードや、活動の感想を教えてください

藤野さん　コロナ禍により、昨年はWEB会議が中心に。委員それぞれ年齢や職業、環境も異なる中でのオンライン会議の難しさを痛感すると同時に、このピンチをチャンスと捉え、よりよい地域活動のために前向きに活かすことができればと考えています。私自身は公募委員であり、区外から転入してきていますが、区政会議への参加によって区の政策や予算について、また事業がスタートするまでの過程など、地域についてのさまざまなことを知ることができました。

堤下さん　活発に発言が飛び交う会議では、議長として進行する大変さを感じつつも、それだけ熱い思いを持った皆さんの意見は大変勉強になります。また、普段の地域活動だけでは出会えなかった区内17地域の皆さんとの繋がりも大きな財産になります。他地域の取り組みや課題についても知ることができ、視野が広がりました。コロナ禍で避難所の人数制限など課題がある中、今後は隣り合った地域の連携協力が進むような防災事業を検討していきたいと考えています。

岡本さん　委員の皆さんは幅広い年齢層で女性も多く、さまざまな視点での意見を聞くことができました。委員で出し合った意見が実際に区政に反映されていく場面に立ち合えることにやりがいを感じており、携われたことに感謝しています。課題としては、最も情報を届けたい方に届いていない現状があるという点。情報ツールが多様化する中、どのように発信すれば区民の皆さんにくまなく届けることができるのかを改めて考えています。

これからの区政会議委員に期待することはありますか？

藤野さん　私自身は、区のHPでたまたま応募締切日に公募委員の募集を知り、地域活動に興味があったこともあり応募しました。当時は東淀川区に住んでまだ3年目くらいでしたが、だからこそ客観的に意見を言えたのではないかと思います。従来のやり方にとらわれない柔軟な発想を持っている方に、ぜひ新しい視点から意見していただき、よりよい区政づくりに参加いただきたいです。

岡本さん　地域活動にまだ参加したことがない方々にも参加してほしいですね。新しい角度からの率直な意見が聞けるのではと期待します。区内に勤務されている方でしたら、お住まいでなくても委員になれますので、公募委員としてぜひ新しい風を吹き込んでください。

堤下さん　区政から遠い場所にいる方こそ、ぜひ参加していただきたい。他の委員の意見はとても貴重なので、批判せずにその違いを楽しみながら建設的に議論していただきたいです。集合会議での雑談の中にこそヒントがあるのですが、オンラインではそれがなかなか難しい状況。当面は続くと予想されるコロナ禍でも、コミュニケーションが希薄にならないよう、率直な意見を出し合えるように進めていただきたいです。

藤野 進さん

魅力あるまちをつくろう！部会議長〈公募委員〉

堤下 哲也さん

安全・安心部会議長（本会議長）〈菅原地活協推薦〉

岡本 由美さん

教育・健康・福祉部会議長（本会副議長）〈小松地活協推薦〉

問合せ　総合企画3階31番　電話　06-4809-9908

【6-7面】

防災特集

みんなで学ぼう！避難のしかた

東淀川区住みます芸人 福人（ふくんちゅ）が避難を体験してみました！

問合せ　安全安心 1階8番　電話　06-4809-9820

コロナ禍では、感染防止に必要な持出品も準備しておきましょう。

また、避難所に多くの避難者がくることで感染リスクが高くなります。

できるだけ自宅で避難できるように備えることや、安全な地域に住む親戚・知人宅へ早めに避難することを検討しましょう。

避難の基本

避難って実際いつ、どこに逃げたらええの？

とりあえず、学校の体育館…かな？

その疑問にお答えします！

東淀川区キャラクター「こぶしの みのりちゃん」

待ってました！イェーイ!!ワーワー

知ってますか？災害の種類ごとに、避難する場所や、やり方は違うんですよ。

災害の種類は色々あるから難しいなあ…

地震のときは？

風水害のときは？

大丈夫です！

いざというときにちゃんと避難できるように一緒に考えてみましょう！

よ〜し!ボクと一緒にみんなで学ぼう!!

ハーイ!!ハーイ!!

津波の恐れがない地震の場合

地震や！！かなり大きい！

でも津波のおそれはないみたい。

直下型地震※１ですね！

家具の転倒防止とか、しといて良かった～

みんなー！無事やったか～！

ラジオやスマホなどで災害情報を確認し、地域の一時避難場所※２へ避難しよう。

僕の住んでるとこやったら○○公園や！

うちだったら●△公園やな。

うちはいつも遊びにいく■■公園だね！

家が大きな被害を受けたら住めなくなることもあるね。

自宅や親せき・知人宅にも避難できない場合は、「災害時避難所」が生活の場になるんです。

そういうときの避難所が、学校の体育館なんやね！

災害時避難所には最低限の備蓄しかないので、できる限り各自が備蓄品※３を持ち寄ってくださいね。

それと、避難所の運営は避難された皆さんも担い手なんです。

「非常持出品」持ってきて良かった～！！

風水害の場合

台風が近づいてるんやな。すごい雨やし、川の氾濫は大丈夫かな？

東淀川区では、洪水や内水氾濫※４、台風時の高潮に注意です！

まずは、テレビやラジオ、スマホなどで気象情報を確認しましょう。

区役所が発信する情報※５もチェックしてくださいね！

日頃からハザードマップで自宅の浸水の深さや最寄りの避難先を確認しておこう。

警戒レベル３以上は避難を始める必要があります！！

警戒レベル〈大阪市が発令〉

5

既に災害が発生している状態

命を守るための最善の行動を取る

4

全員、速やかに避難

3

避難に時間を要する人(ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児等）とその支援者は避難

警戒レベル３以上は避難を始める必要があります！！

避難に備え、非常持出品の点検や避難先の経路の確認等を早めにしておこう。

早速準備と点検や。おかんにも言うとかな！

もしもし？どないしたん？

※1 「上町断層帯地震」の場合、東淀川区は最大震度6強を想定。

※2 火災や落下物などから命を守るため、各地域の公園等が一時避難場所として指定されています。

※3 避難所自体には十分な量の備蓄がないため、必要物品は各自が持参することが重要です。

※4 市街地に降った雨が下水道などからあふれ、建物や土地・道路が水に浸かってしまう水害です。

※5 広報車によるアナウンスや、HPやSNS等のインターネットを活用して情報発信を行っています。

もっと詳しい情報は区役所HPも見てください！

東淀川区役所 防災　検索

【8面】

新型コロナウイルスワクチン接種について

予約にあたって

●予約の際は、お手元に接種券をご用意ください。

●接種券がお手元に届いていない方は、大阪市新型コロナワクチンコールセンター（電話　0570-065670または電話　06-6377-5670）までご連絡ください。

●１回目と２回目は必ず同じワクチン接種を受けてください。

個別接種　ファイザー製ワクチン

接種会場　取扱医療機関

一覧はこちら

※個別接種（取扱医療機関）の項目をご確認ください。

予約方法　直接各医療機関にお問い合わせください

対象者　現在の接種対象者はＨＰをご確認ください

集団接種　ファイザー製ワクチン

接種会場

東淀川区内●東淀川区民ホール●東淀川スポーツセンター

東淀川区外●城見ホール（大阪城ホール内）大阪市中央区大阪城

※他区の会場での接種も選択できます

予約方法

大阪市新型コロナワクチンコールセンターに電話

【受付時間】9：00～21：00（年中無休）

電話　0570-065670（ナビダイヤル）

電話　06-6377-5670（ナビダイヤルがご利用いただけない方）

FAX　0570-056769

インターネット

対象者　現在の接種対象者はＨＰをご確認ください

大阪市大規模接種センター　モデルナ製ワクチン

接種会場　●インテックス大阪　大阪市住之江区南港北

予約方法

大阪市新型コロナワクチンコールセンターに電話

【受付時間】9：00～21：00（年中無休）

電話　0570-065670（ナビダイヤル）

電話　06-6377-5670（ナビダイヤルがご利用いただけない方）

FAX　0570-056769

インターネット

対象者　現在の接種対象者はＨＰをご確認ください

自衛隊大阪大規模接種センター　モデルナ製ワクチン

接種会場　●大阪府立国際会議場（グランキューブ大阪）大阪市北区中之島

予約方法

自衛隊大阪大規模接種センター専用窓口に電話

【受付時間】7：00～21：00

電話　0570-080-770

インターネット

LINEアプリ

対象者　現在の接種対象者はＨＰをご確認ください

大阪府大規模接種センター　モデルナ製ワクチン

接種会場　●マイドームおおさか　大阪市中央区本町橋

予約方法　インターネット　LINEアプリ

対象者

●府内に住民票のある高齢者（65歳以上）

※予約率が低い場合は、接種券を持っている64歳以下の府民に速やかに対象を拡大

●府内医療機関等の医療従事者

問合せ　新型コロナワクチン接種専用ダイヤル　電話　06-6442-6000

【受付時間】8：30～21：00（土日祝含む）

※電話での予約はできません。

各会場共通

【接種当日の持ち物】

●接種券

●予診票１枚（あらかじめご記入の上、お持ちください）

●本人確認書類（運転免許証、健康保険証 等）

●（お持ちであれば）お薬手帳

●マスク

●接種は肩の上部に行いますので、肩を出しやすい服装ででかけましょう

【接種後】

●接種当日の入浴は問題ありません。注射した部分は清潔に保ち、こすらないようにしましょう。

●接種当日の激しい運動は控えましょう。

相談窓口

接種後の副反応など新型コロナウイルスワクチンに係る医学的見地が必要となる専門的な相談

大阪府新型コロナウイルスワクチンに関する専門相談窓口

【受付時間】24時間（土日・祝日も対応）

電話　0570-012-336　FAX　06-6641-0072

詐欺にご注意

【大阪市や大阪市保健所をかたった“なりすまし”にご注意ください】

・大阪市や大阪市保健所が、ワクチン接種のために費用負担を求めることはありません。

　「お金を振り込めば、優先接種できる」等の不審な電話やメールにご注意ください。

・大阪市や大阪市保健所が、電話やメールで個人情報を求めることはありません。

・個人情報を聞き出す不審な電話やメールにご注意ください。

【相談窓口】

▶︎国民生活センター 新型コロナワクチン詐欺 消費者ホットライン　電話　0120-797-188

▶︎消費者ホットライン　電話（局番なし）188（最寄りの消費者センター等消費生活相談窓口へつながります）

▶︎警察相談専用電話 　電話　#9110

※こちらの記事は令和３年６月14日時点の情報で作成しています。

【9面】

救急車を呼んだ方がいい？ 病院に行った方がいい？

迷った時は救急安心センターおおさか

＃7119(24時間 365日) 又は電話 06-6582-7119

市の制度や手続き、市のイベント情報に関するご案内などは

大阪市総合コールセンターへ（年中無休8：00～21：00）

電話　06-4301-7285　FAX　06-6373-3302

なにわコール　検索

【10面】

市内に建物をお持ちの方へ

建物の修景に関する相談をお受けします！

建物の外観の特徴を活かした改修や、まちなみに配慮した整備等、

「修景」に関することなら、どんなことでもお気軽にご相談ください！

問合せ　都市整備局 まちなみ環境グループ　電話　06-6208-9631

移動図書館「まちかど号」

毎月1回、区内12か所を巡回しています。詳細は、市立図書館HP又はお問い合わせください。

問合せ　中央図書館自動車文庫　電話　06-6539-3305

大阪市立図書館　検索

【11面】

歩きたばこは危険です。路上喫煙はやめましょう！

「大阪市路上喫煙の防止に関する条例」により、路上喫煙禁止地区を指定し、禁止地区以外でも、道路や公園などの公共の場所では路上喫煙をしないよう努力する義務を定めています。

問合せ　環境局 事業管理課　電話　06-6630-3228

ふれあい広場 障がい者自主製品物販

毎週月・金曜日(第５月曜日は除く) 11：00～14：00

場所　区役所1階エレベーター前

問合せ　高齢者・障がい者2階27番　電話　06-4809-9857

【12面】

LINE（ライン）　東淀川区　LINE　検索

Twitter（ツイッター）　東淀川区　Twitter　検索

Facebook（フェイスブック）　東淀川区　Facebook　検索

特集

子育てのあれこれ

わたしたち保健師になんでもお気軽にご相談ください

保健福祉課 保健師の江村さん（左）・片山さん（右）にお話を伺いました！

保健師さんってどんなことをしているの？

　保健師とは、赤ちゃんからお年寄りまで幅広い年代の方を対象に、地域の皆さんの健康な暮らしを支援する専門職です。具体的には妊婦教室や乳幼児健診、家庭訪問、健康に関する講演会のほか、昨年から流行している新型コロナウイルス関係の疫学調査や健康観察など、さまざまな活動をしています。

　特に東淀川区では、安心して子どもを産み育てられるよう、妊娠期から就学前まで切れ目のない支援に力を入れ、相談も常時受け付けています。区民の皆さんにとって身近で相談しやすい存在として、よりよいサポートが実現できるよう、区内17校区で地域担当制を導入し、各保健師が活動しています。

母子手帳交付の際には担当保健師の紹介カードを配布し、相談窓口の電話番号などもお伝えしています

どんな相談ができるの？ どこに行ったらいい？

　平日9時から17時30分まで、区役所2階24番窓口で保健師が無料相談を受け付けています。赤ちゃんの身体測定をはじめ、予防接種のスケジュールの相談や離乳食の進め方、しつけに関する困りごとのほか、ご家族の健康についてなど何でも気軽に相談いただけます。

　必要な方には次回の健診の手配、言葉に関する相談は心理相談員へ、食事に関する相談は栄養士へ、など必要に応じて専門職へと繋ぐことも可能です。

　昨年新しくなった、常設相談室はバリアフリー仕様の個室で、プライバシーにも十分に配慮しています。コロナ禍で来所が不安という方は、電話相談も受け付けています。

リニューアルされたキッズスペースについて教えてください！

　昨年度末にキッズスペースと授乳室、常設相談室をリニューアルし、明るく使いやすい雰囲気に生まれ変わりました。キッズスペースは、子どもの安全・安心を第一に考え、角や段差を徹底的にガードしています。畳風のくつろげるフロアマットや、思わず笑顔になるようなかわいい動物が描かれた壁紙、職員手作りの温かみある机や靴箱がこだわりポイント。おもちゃや絵本も充実し、親子で楽しく待ち時間を過ごせる空間となっています。また、授乳室には授乳チェアがあり、ドアも施錠できるのでリラックスして授乳やおむつ交換ができます。今後もさらにワクワクできる空間に進化する予定なのでお楽しみに！

妊娠・出産・子育てでお悩みの皆さんへ

　子育ては時には大変なこともあり、親として初めての経験に悩むこともあるかもしれません。またコロナ禍では子育てサロンなど交流の機会が減り、不安を抱える方や孤立する方が増えているのではないでしょうか。誰にも相談できない、家族や友人には相談しづらいという方は、私たちにその悩みをお話しください。じっくりと伺ったうえで、皆さんの不安や悩みが解消されるよう一緒に考えていきます。ぜひお気軽にご相談ください。

キッズスペース リニューアルしました！

区役所2F相談窓口の隣には、授乳室＆おむつ交換台やキッズスペースをご用意。

ご相談前の待ち時間も安心してお過ごしください！！

赤ちゃんの身長・体重を計りに来てもらうだけでもOKですよ！

絵本やおもちゃをご用意しています！！

ご相談はドアで区切られた個室でお伺いします

授乳室もご自由にお使いください！

この案内板が目印！

ベビーゲートがあるから安心！靴を脱いで遊んでね！

安心して子どもを生み育てることができるまちづくり

　東淀川区では、安心して子どもを生み育てることができるまちづくりを目指し、妊娠期から就学前まで切れ目ない子育て支援を実施しています。地域担当保健師や栄養士、心理相談員などの専門職を配置し、妊娠中から健康・栄養相談、妊婦教室、出産後の新生児訪問や乳幼児健康診査などを行い、あらゆるご相談をお受けしています。

　今後も、子どもたちの健やかな育ちを支えるため、家庭だけでなく地域ぐるみで「子どもも親も周りから見守られ支えられている」という安心感のある子育て環境を充実させていきます。

　区役所内の健康相談ブースやキッズスペース、授乳室をリニューアルしました。来庁時にはお気軽にご活用ください。

東淀川区長　西山 忠邦

問合せ　健康相談2階24番　電話　06-4809-9968

●「広報ひがしよどがわ」7月号は50,500部発行し、1部あたりの発行単価（配付費用含む）は約34円です（そのうち約1.5円を広告収入で賄っています）。

●「広報ひがしよどがわ」は再生紙を使用しています。