【1面】

広報ひがしよどがわ

2024年（令和6年）1月号

No.332

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」

1月号　目 次

1･8　特集　子どもたちは地域の宝

青少年指導員・青少年福祉委員はこんな活動をしています！

2-4　東淀川区からの情報・お知らせ

5-7　大阪市民のみなさんへ

祝・二十歳　おめでとうございます

令和5年度 東淀川区二十歳（はたち）のつどい

日時　令和6年 1月7日（日）

午前の部　11：00〜12：00（受付 10：30〜）東淀・新東淀・淡路・中島中学校に通われていた方

午後の部　13：30〜14：30（受付 13：00〜）井高野・瑞光・大桐・柴島中学校に通われていた方

会場　区役所（豊新2ｰ1ｰ4）

内容　式典（祝辞・二十歳の誓い など）　記念品の受け取り、記念撮影コーナー など

●当日、区役所の駐車場は利用できません。

●ご来場は徒歩・自転車・公共交通機関をご利用ください。

●会場には対象者以外の方の入場は禁止です。

式典は事前申込み制です。事前申込みは終了しています。なお、記念品の受け取り、記念撮影コーナーは、事前申込みなしでも、ご参加いただけます。

詳しくはこちら

二十歳のつどいの企画・運営には、今回のつどいに参加される二十歳の方のご協力をいただいています!

午前の部

今までお世話になった方々、本当にありがとうございます。恩返しができるようにこれからも頑張ります。

岩田 里湖（いわた りこ）さん

尾髙 稔梨（おだか みのり）さん

大賀（おおが） さくらさん

大賀 徳子（おおが のりこ）さん

午後の部

今まで支えてくださった方々のおかげで大人の仲間入りすることができました。ありがとうございます。今後も頑張っていきます。

松山 幸生（まつやま こうせい）さん

宮田 奈未子（みやた なみこ）さん

［他にも］浦田 奈美（うらた なみ）さん、川副 鈴（かわぞえ すず）さん、小椋（おぐら） ゆいかさん、尾𥔎 暖花（おざき ほのか）さん、鳥取 愛実（とっとり まなみ）さん、森下 愛鈴（もりした あいり）さん、安田 志乃（やすだ し の）さんにご協力いただいています。

主催：東淀川区二十歳のつどい実行委員会

問合せ　子育て・教育 1階12番　電話　06-4809-9807

子どもたちは地域の宝

青少年指導員・青少年福祉委員はこんな活動をしています！

（SDGsロゴ）

11．住み続けられるまちづくりを

中学校音楽フェスティバル

中学生親善ソフトボール大会

区民まつり

二十歳のつどい

ユース・ダンスフェスティバル

私たちと一緒に活動しませんか？

毎年、二十歳のつどいの企画運営をしています！

詳しくは8面をご覧ください

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。

区の花「こぶし」

東淀川区ホームページ

区の面積　13.27㎢

区の人口　176,219人

区の世帯数　102,203世帯

（令和5年12月1日現在推計）

LINE（ライン）

X（旧Twitter）

YouTube（ユーチューブ）

Facebook（フェイスブック）

（EXPOロゴ）

■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）

［28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、個人市・府民税（普通徴収）第4期分の納期限は1月31日（水）です。期限内納付にご協力をお願いします。

《手続き》

後期高齢者医療歯科健康診査について

大阪府後期高齢者医療広域連合では、歯科健診を実施しています。歯や歯肉の状態だけでなく、お口の機能もチェックをしますので、義歯を使用中の方も積極的に受診してください。

広域連合が指定する歯科医院などで、年度中（4月1日から3月31日まで）に1回無料で受診することができます。受診の際は、被保険者証を忘れずにお持ちください。（受診券不要）

詳細は昨年の上旬にお送りした「歯科健康診査のお知らせ」をご覧ください。（年度途中に新たに75歳になられた方には、誕生月の翌月にお送りしています。）

病院または診療所に6か月以上継続して入院中の方、特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、養護老人ホーム、障がい者支援施設などの施設に入所または入居している方は対象外です。

問合せ　保険年金 1階6番　電話　06-4809-9956

特定健診の受診はお早めに！

大阪市国民健康保険の被保険者のうち、40歳以上の方（年度内に40歳になる方を含む）を対象に、生活習慣病の発症や重症化を予防するために無料で受診できる特定健診を実施しています。対象の方には緑色の封筒で「受診券」を送付していますので、受診券の有効期限終了までに受診をお願いします。（有効期限は3月末です。）

※3月末までに75歳になられる方の受診券の有効期限は誕生日の前日までとなっています。

問合せ　保険年金 1階6番　電話　06-4809-9956

保険料（国民健康保険、後期高齢者医療保険、介護保険）の社会保険料控除

令和5年1月～12月に納付された保険料は、確定申告などの所得申告時に社会保険料控除の対象となります。納付済額は通帳・領収書・源泉徴収票をご参照ください。確定申告に納付済額の証明書の添付は必要ありません。個人情報保護のため納付済額はお電話ではお答えできませんが、ご希望の方には令和5年1月～12月の保険料納付額の確認書類である「納付済額のお知らせ」を送付しますので、お申し出ください。事前に希望されている場合は、2月上旬（介護保険料は1月下旬）に郵送します。また、区役所及び出張所（東淡路4-15-1）で交付することもできます（介護保険料は区役所のみ）。本人確認書類をご持参ください。

問合せ

【国民健康保険料】保険年金 1階7番　電話　06-4809-9946

【後期高齢者医療保険料】保険年金 1階6番　電話　06-4809-9956

【介護保険料】介護保険 2階29番　電話　06-4809-9859

出産される方の産前産後期間の国民健康保険料を軽減します

令和6年1月から、出産される方（※）の国民健康保険料を軽減します。出産予定日又は出産日の属する月の前月から4か月（多胎妊娠の場合は3か月前から6か月）分の均等割及び所得割保険料が対象です。

軽減を受けるためには、届出が必要ですので、出産予定日（出産日）などを確認できる書類（母子健康手帳など）と国民健康保険被保険者証をご用意のうえ、届け出てください。

なお、届出は出産予定日の6か月前から可能です。

（※）大阪市国民健康保険の被保険者で、妊娠85日以上の出産をされた方（死産、流産、人工妊娠中絶を含む）

問合せ　保険年金 1階6番　電話　06-4809-9956

《まちづくり・にぎわい》

新歓祭（Welcome Party）～みのりめぐり～

企画参加者（店舗・団体・事業者など）大募集！

無料

要申込

毎年4月、多くの転入者が東淀川区で新しい生活をスタートされます。そこで、大阪・関西万博開催のちょうど1年前となる4月13日の前後で、転入者の皆さんをお迎えする催しを実施します。

区内で店舗・団体・事業所などを経営・運営されていて、企画趣旨にご賛同いただける方はぜひエントリーいただき、一緒に東淀川区の魅力をPRしましょう！！

日時　4月12日（金）〜14日（日）10：00〜21：00

内容　飲食・サービス・活動・体験・見学などの提供や実施

対象　HPをご確認ください

場所　区内全域

費用　エントリー無料

※実施に関する一切の費用は、各参加者の負担となります

締切　2月20日（火）

問合せ　地域 1階9番　電話　06-4809-9509

詳しくはこちら

《子育て・教育》

中学生絵画・写真コンクールの応募作品を展示します！

無料

申込不要

青少年の健全な育成を図るため、東淀川区の中学生の皆さんに、「躍動感」をテーマに絵画と写真の作品を募集し、応募のあった作品を展示します。

鑑賞いただき、気に入った作品にぜひ投票をお願いします！投票数の多い作品には賞が授与されます。

展示・投票期間　1月20日（土）13：00〜2月3日（土）21：00

展示場所　東淀川区民会館及び区青少年指導員連絡協議会HP

主催　東淀川区青少年指導員連絡協議会

問合せ　子育て・教育 1階12番　電話　06-4809-9807

区青少年指導員連絡協議会HPはこちら

第16回中学校音楽フェスティバルを開催します

無料

申込不要

区内の中学校による音楽の祭典！

生徒たちが日々の練習の成果を発揮します。

地域の皆さん、ぜひ観覧にお越しください。

日時　1月28日（日）13：00開演（12：30開場）

場所　大阪経済大学70周年記念館フレアホール

定員　来場者多数の場合、入場制限を行う場合があります

主催　東淀川区青少年指導員連絡協議会

問合せ　子育て・教育 1階12番　電話　06-4809-9807

区青少年指導員連絡協議会HPはこちら

保健福祉センターで実施します

●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

3つのコースで開催します。詳細についてはHPをご確認いただき、下記電話番号よりご予約ください。

詳しくはこちら

●妊婦歯科健診

無料

要予約

日時　2月5日（月）13：30～13：45

●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　1月10日（水）・24日（水）13：30～16：00

問合せ　健康相談 2階24番　電話　06-4809-9968

《健康》

第51回東淀川区卓球大会

要申込

日時　2月11日（日）10：00開会（受付9：15～9：45）

場所　東淀川スポーツセンター（東淡路1‒4‒21）

種目　（A）男子シングルス戦

（B）女子シングルス戦

（C）男子ダブルス戦

（D）女子ダブルス戦

（E）男女混合ダブルス戦

※二種目にわたるエントリーはできません。市長杯の予選会ではありません。

参加資格　区内在住・在勤の中学生以上の方

試合方法　予選リーグ戦の後、決勝トーナメント戦を実施。

※参加者数により試合方法を変更することがあります。

ルールは、日本卓球協会規則を準用。

参加費　シングルス1人200円、ダブルス1チーム400円（申込締切後の取消・返金は不可）

申込方法　区役所1階エレベーターホールにて受付

1月19日（金）・20日（土） 9：30～18：30

1月21日（日） 9：30～17：30

または、体育厚生協会各支部長、町会長まで

問合せ　東淀川区体育厚生協会事務局　電話　090-5464-8728

みんなで楽しむ卓球体験フロアー

無料

当日、東淀川スポーツセンター2階でどなたでも無料で卓球をお楽しみいただけます！（10：00～14：00）

●スポーツ推進委員による実技指導と、希望者があれば交流試合も可能です。

●動きやすい服装、体育館シューズをお持ちください。（ラケット・ボールはレンタル有）

健康掲示板

特定健康診査･後期高齢者医療健康診査

無料

予約不要

日時　1月6日（土）・13日（土）9：30～11：00

場所　区役所

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・保険証

結核健診

無料

予約不要

日時　1月30日(火)10：00～11：00

場所　保健福祉センター（区役所 2階）

対象　15歳以上の方 ※令和6年3月31日時点の年齢

各種がん検診

詳しくはこちら

携帯電話など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。

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HPで確認できます！ ぜひご活用ください。

証明書発行については受付予約も可能です。

【3面】

1月9日（火）または10日（水）は東淀川区｢見まもるデー｣

※区内小・中学校の始業式の日に準じます

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！

こころの健康サポート情報

良質な睡眠はこころとからだに大切です

年末年始の夜更かしなどから、生活リズムが乱れていませんか？規則正しい「質の良い睡眠」はこころとからだに大きな良い効果があります。

（1）こころとからだが休まる

（2）記憶力・気分の調節機能・免疫機能が向上する

（3）生活習慣病の予防になる

（4）眠気や疲労が減って日中活動の能率がアップする

「質の良い睡眠」は、「気持ち良い目覚め」がバロメーターです。不規則な食事・運動不足・就寝前の喫煙や飲酒は睡眠の質を悪化させるので、できるだけ控えましょう。温度・湿度・照明・音などの環境も睡眠の質に大きな影響があります。一度、振り返ってみてはいかがでしょうか。いろいろ試してみても眠れない日が続く場合、弱ったこころからのSOSかもしれません。そんなときには医療機関への相談をおすすめします。心地よく眠り、こころとからだを守りましょう。

問合せ　健康相談 2階24番　電話　06-4809-9968

保健師の健康一口メモ

子どもの生活リズムを整えよう！

生活リズムを整えることで、子どもの成長に大切な脳と心と身体を元気にするホルモンが十分に分泌されます。年明けから心機一転!できることから始めていきましょう♪

太陽の光を浴びる

朝一番にカーテンを開けるなど、日の光を浴びることで目覚めやすくなります

朝食は活力のもと

体にエネルギーを補給すると、やる気や集中力がアップします

午前中は外で活動

外で体を動かすことにより、心が穏やかになるホルモンが出ます。また、夜の睡眠もスムーズになります

寝る子は育つ

夜は20～21時には寝るようにしましょう。

早く寝ることで体の成長を促して、免疫力を高めてくれます

問合せ　健康相談 2階24番　電話　06-4809-9968

食育レシピ　世界の料理

2025年大阪・関西万博が開催されます

おうちでも世界の料理を作ってみよう！　（EXPO　ロゴ）

大阪・関西万博公式キャラクターミャクミャク

©Expo 2025

今回は　ブラジル　パステウ

（1人分）エネルギー 500kcal

【材料（2人分）】

牛豚合いびき肉　200g

玉ねぎ　1/2個

人参　1/2本

にんにく　チューブ小さじ2

塩　小さじ1/2

しょうゆ　小さじ1/2

餃子の皮　20枚

油　適量

【作り方】

（1）玉ねぎ、人参をみじん切りにする。

（2）フライパンに少量の油を入れ、みじん切りにした（1）とにんにくを炒める。

（3）（2）のフライパンにひき肉を入れて、塩・しょうゆで味を付け、炒める。

（4）ひき肉に火が通り、水分がなくなるまで炒めたら、バットに移し冷ます。

（5）（4）のひき肉を餃子の皮の中央に乗せ、皮のふちに水を付けて半分に折り、包んだふちをフォークで押さえて餃子の皮をしっかり閉じる。

（6）（5）を油で揚げる。

「ブラジルの揚げギョーザ」と言われているパステウ。ブラジルで親しまれている軽食の一つです。今回は気軽に食べることができるよう、ギョーザの皮を使い、日本風にアレンジをしています。お好みでひき肉と一緒にチーズや軽く刻んだゆで卵、トマトを入れても美味しいです。味もカレー粉を入れてみたり、サルサソースをかけてみたり、自由にアレンジしてみてください。

東淀川区食育推進ネットワーク委員会

【レシピ作成】大阪府立淀川清流高等学校

【調理】食生活改善推進員協議会

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-4809-9882

《安全まちづくり》

災害への備えは大丈夫ですか？

1月17日は防災とボランティアの日です

自然災害の発生を防ぐことはできませんが、事前の備えによって被害を少なくすることはできます。自分自身や大切な人を守るためにも、日頃から備えておきましょう。

家具の安全対策

家具などが倒れてもけがをしないように、配置を見直したり、固定をしましょう。

災害用トイレの確保

災害時は突然トイレが使えなくなることがあります。欠かさず備えておきましょう。

飲食料の備蓄

日頃から食料や飲料を多めに買いそろえ、使ったら買い足す「ローリングストック」で1週間分を目安に備えましょう。

大阪市防災アプリの活用

「大阪市防災アプリ」には、災害情報だけでなく、日頃からの備えに役立つ情報が満載です。このアプリを活用し、災害から自分を守る準備を始めましょう。

大阪市防災アプリ

問合せ　安全まちづくり 1階8番　電話　06-4809-9820

《施設からのお知らせ》

ファミリー・サポート・センター東淀川

電話　06-6327-5672

提供会員大募集

地域で子育てのサポートしませんか？

お子さんの預かり合いっこしませんか？

残業や通院、冠婚葬祭、用事、リフレッシュなど、さまざまなニーズに対応するため、依頼したい子育て中の依頼会員とサポートをしたい提供会員が行う相互援助活動を目的にしている国の子育て支援事業の1つです。（有償ボランティア）

詳しくは子ども・子育てプラザHPをご覧いただくか、電話にてお問い合わせください。

東淀川図書館

電話　06-6323-5476

「とことこ」のかみしばいの時間

無料

日時　1月20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　20名（先着順）

東淀川区民会館

（〒533-0023 東淡路1-4-53）

電話　06-6379-0700

収穫祭＆防災ワークショップ

収穫祭では、東淀川区民会館利用者の作品展示及びワークショップを行います。新しい習い事や同じ趣味を持つ気の合う仲間に出会えるかも！

防災ワークショップでは、防災グッズの展示や、クイズに答えて抽選会に参加できる防災スタンプラリーを行います。さらに、毎月第3木曜日の夜に区内で開催している「ちゃぶ台トーク」（自由に意見交換をする井戸端会議）がやってきます。「ちゃぶ台」を囲んで、防災について自由に語り合いましょう！

日時　2月10日（土）・11日（日）10：00～16：00

詳しくはQRコードまたはHPにて

収穫祭

防災ワークショップ

梅田市税事務所

市民税等グループ（個人市民税担当）　電話　06-4797-2953

（平日9：00～17：30（金曜日は9：00～19：00））

個人市・府民税の事前申告受付について

個人市・府民税の申告受付について、申告期間（2月16日（金）から3月15日（金））の窓口の混雑緩和のため、次のとおり事前申告受付会場を開設します。

なお、個人市・府民税の申告は送付や大阪市行政オンラインシステムによる受付も行っておりますので、ご利用をお願いします。

会場　梅田市税事務所（北区梅田1-2-2-700 大阪駅前第2ビル7階）

日時　2月5日（月）～15日（木）

東淀川税務署

電話　06-6303-1141（代）

東淀川税務署からのお知らせ

確定申告は簡単・便利なe-Taxで！

●スマートフォンやパソコンで簡単に申告が可能です。

●スマホのカメラで源泉徴収票の読み取りと自動入力ができます！

●法定調書の作成・提出もe-Taxで可能です。

詳しくはこちら

消費税の申告に関するお知らせ

～免税事業者からインボイス発行事業者になられた個人事業者の方へ～

●インボイス発行事業者は消費税の確定申告が必要です。

●確定申告をするための3ＳＴＥＰ

STEP1　取引関係資料を令和5年9月30日までと10月1日以降に区分

STEP2　税率ごと（8％と10％）に区分

STEP3　確定申告書を作成（課税取引金額計算表を作成すると、申告書の作成がスムーズです）

「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）または東淀川区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】

東淀川区役所でフードドライブを毎月第2火曜日に開催しています

日時　1月9日（火）13：30～15：30

場所　区役所 1階 エレベーター前

問合せ　東北環境事業センター　電話　06-6323-3511

《その他》

体験型！木育ワークショップを開催します！

無料

要申込

「まちと森の大切なつながり」を学びながら、木材を染色してカラフルウッドリーフを作成する体験型の木育ワークショップを開催します。染色後の木材は、後日木質化リニューアルする区役所内の柱などに飾らせていただきます。希少な機会ですので、興味のある方はぜひともご参加ください！

日時　2月3日（土）10：30～11：30／13：30～14：30

場所　区役所 4階 401会議室

対象　年少児～小学6年生とその保護者

定員　各15組（先着順）

申込　HPよりお申込みください

問合せ　総務 3階31番　電話　06-4809-9941

申込みはこちら

スマホを使って、もっと暮らしを便利に！

スマホの活用方法が学べる講習会を開催します

無料

要申込

お持ちのスマートフォンを使って基本的な利用、行政手続きなどの操作方法を学べます。総務省指定の研修を受けた講師が丁寧に説明します。複数講座受講可能です。講座内容の詳細はお問合せください。

日時　1月29日（月）10：00～

講座名　基本C

講座内容　地図の利用方法

日時　1月29日（月）13：00～

講座名　基本D

講座内容　SNSの使い方（LINE）

日時　1月29日（月）14：30～

講座名　応用B

講座内容　マイナポータルの活用方法

※各回60分の講座終了後、講座内容に関する質問をお受けします。

場所　区役所出張所 1階 会議室（東淡路4-15-1）

対象　市内にお住まいでスマホをお持ちの方（スマホの貸出も可能です。お申込み時にお伝えください。）

定員　各回7名（先着順）

申込　電話またはHPで、1月9日（火）9:00〜24日（水）までに申し込み

（電話受付は9：00～18：00※日曜日を除く）

申込み・問合せ　総務省採択事業者 株式会社コネクト　電話　050-5538-5233

詳しくはこちら

令和5年度 美化運動功労者・資源集団回収活動功労団体表彰

12月12日（火）に区民ホールにて「令和5年度 美化運動功労者・資源集団回収活動功労団体 市長表彰伝達式並びに区長表彰式」を開催し、のべ14名と10団体に市長感謝状又は区長感謝状を贈呈しました。地域清掃、資源回収へのご協力ありがとうございます。

問合せ　総合企画 3階31番　電話　06-4809-9683

大阪市の24区役所が協力して、シェアサイクル等の推進に取り組みます！！

このたび、大阪市の24区役所と協働事業者で「シェアサイクル等の利用・普及促進に向けた連携協定」を締結しました。大阪市24区では、大阪・関西万博を見据え、来街者の回遊性向上をめざすとともに、移動の利便性向上、CO2削減、放置自転車対策、SDGsなど環境対策や健康増進のため、シェアサイクルなどの利用・普及促進に向けた取組を推進してまいります。

大阪市24区役所

シェアサイクル等の利用・普及促進に向けた連携協定

実施事業者　OpenStreet株式会社

実施事業者　株式会社Luup

実施事業者　HUBchari・大阪バイクシェア連合体

※各事業者により、利用方法・利用料金は異なります。

※初回のみ、事前に各事業者のアプリをダウンロードし、利用者登録が必要です。

※利用方法及びポートの設置場所はそれぞれの事業者のアプリなどでご確認ください。

その問題、専門家が一緒に考えます！

専門家による各種相談日　1月1日〜2月29日

無料

秘密厳守

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。

★区役所で実施　◆1組 30分以内

弁護士による法律相談

事前予約制　区役所で実施　1組 30分以内

※事前予約制のため、当日の予約はお受けしておりません。

相談日　1月11日・18日・25日（木）　2月1日・8日・15日・22日（木）13：00～17：00

予約・電話・問合せ　申込専用電話　050-1808-6070

（AI電話で24時間受付。先着順）

予約は左記の『相談日1週間前の正午から相談日前日の17：00』まで。

電話申し込みが困難な方は、事前に 広聴相談 3階31番（電話　06-4809-9683）まで。

税理士による税務相談

当日予約制　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　1月9日・16日・23日・30日（火）　2月6日・13日（火）13：00～16：00

予約・電話・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』より電話にて受付けます。

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　2月9日（金）13：00～16：00　1月はありません

相談内容　賃貸・売買契約など不動産に関する相談

予約・電話・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）

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　1月10日（水）　2月14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・電話・問合せ　大阪府行政書士会（淀川支部）　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　1月17日（水）　2月21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・不動産の名義変更などの相談

予約・電話・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

区役所で実施　1組 30分以内

相談日　1月24日（水）　2月28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・電話・問合せ　大阪府社会保険労務士会　電話　06-4800-8188（月～金9：00～17：30）

就労相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　1月10日・24日（水）　2月14日・28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・電話・問合せ　大阪市地域就労支援センター　電話　0120-939-783（月～金 10：00～17：00）

人権出張相談

事前予約制

相談日　月～金 9：00～20：30　日・祝 9：00～17：00

※区役所等での出張相談も可

※電話・FAX・メールでも相談可

予約・電話・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　1月9日（火）　2月6日（火）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・電話・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・電話・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　毎週火・水・木 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・電話・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　1月9日（火）　2月5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・電話・問合せ　広聴相談 3階31番　電話　06-4809-9683

防衛省自衛隊 就職・進学出張相談

区役所で実施

相談日　1月15日（月）　2月13日（火）10：00～15：00

予約・電話・問合せ　自衛隊十三募集案内所　電話　06-6301-0488

精神科医による精神保健福祉相談

事前予約制　区役所で実施

相談日

1月4日（木）14：00～・9日（火）13：30～・17日（水）10:00～・25日（木）13：30～

2月1日（木）14：00～・13日（火）13：30～・21日（水）10:00～・22日（木）13：30～

相談内容　こころの健康についての専門医による相談

予約・電話・問合せ　健康相談 2階24番　電話　06-4809-9968

コネクションズおおさかによる出張相談

事前予約制　区役所で実施

相談日　2月20日（火）14：00～17：00　1月はありません

相談内容　15～39歳までの自立に悩む若者またはその保護者からの相談

予約・電話・問合せ　コネクションズおおさか　電話　06-6344-2660　FAX　06-6344-2677

予約は左記の『相談日前日の18：00』まで電話またはFAX（相談希望日・氏名・連絡先を記入）にて受付けます。

J:COM出張スマホ講座

事前予約制　区役所で実施〈区役所301・302会議室で実施〉

定員：各回20名

相談日

1月 LINE編　 15日（月）　カメラ・ネット検索編 17日（水）

2月 生活実用編　 13日（火）　電子決済・セキュリティー編　14日（水）

【午前の部】10：00～12：00

【午後の部】14：00～16：00

予約・電話・問合せ　（株）ジェイコムウエスト 大阪セントラル局　電話　06-7175-1413

（10：00～17：00 ※火・水曜日除く）

日曜法律相談

1組 30分以内　無料　要予約

日時　1月28日（日）

場所　天王寺区役所（天王寺区真法院町20-33）

定員　16組（先着順）

申込　1月19日（金）12：00～27日（土）17：00

電話　050-1807-2537（予約専用）（AI電話による自動案内。24時間受付。）

※定員に達した時点で受付終了。

ナイター法律相談

1組 30分以内　無料　要予約

日時　1月23日（火）18：30～21：00

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（先着順）

申込　12月8日（金）12：00～1月22日（月）17：00

※行政オンラインシステムで予約

※オンライン予約で定員に満たない場合は、相談日の18：00時点で来場している相談希望者で抽選を行います。（18：00受付終了）

※定員を超える場合は、抽選の結果、相談をお受けできない場合があります。

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 8：00～21：00）

市政・区政に対するご意見・ご要望は、広聴相談3階31番（電話　06-4809-9683　FAX　06-6327-1920）

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

【8面】

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

問合せ　地域 1階9番　電話　06-4809-9734

詳細はこちら

子どもたちは地域の宝

青少年指導員・青少年福祉委員はまだまだこんな活動をしています！

中学生食パンデコグランプリ

中学生の個性豊かなレシピに驚かされます！

中学生絵画・写真コンクール

中学生ウルトラクイズ大会

白熱のクイズ大会！本気だからこそ盛り上がる！

中学生親善キックベースボール大会

各地域での巡視活動

定例会議

ほぼ毎月集まっています

東淀川区青少年指導員連絡協議会HP

青少年指導員って何？

　地域団体や学校、区役所などと連携し、青少年の健全育成、非行防止のためのさまざまな事業の企画運営などを行っています。

東淀川区青少年指導員

連絡協議会 会長

飯塚 貴史（いいづか　 たかし）さん

青少年指導員・青少年福祉委員になられたきっかけを教えてください

　PTAや子ども会の活動に10年以上携わっていたこともあり、地域の町会長より推薦を受けました。当初は自分に務まるか不安もありましたが、「地域に貢献できるのであれば」と、4年前に青少年指導員になり、一昨年に会長に就任しました。

活動をされる中で、どんなことにやりがいを感じますか？

　主な活動内容は、毎月の巡視活動と中学生を対象としたイベントの企画運営です。巡視活動では子どもへの声かけで健全育成を図るとともに、大人に対しても挨拶をすることで、犯罪の発生を抑止しています。

　また、ソフトボールなどのスポーツ大会をはじめ、音楽フェスティバルやウルトラクイズ大会、地域の企業や大学にも協賛を得た食パンデコグランプリなど、中学生が楽しく参加できるイベントを開催しています。参加した中学生が後日「楽しかった、また参加したい」という手紙を届けてくれたときは特に嬉しく、活動の原動力になりましたね。

今後の展望や、区民の皆さんへメッセージをお願いします

　活動をより充実させるためにも、中学生の保護者のほか、男女問わず多くの方に参加いただきたいです。

　どんな活動をしているかまだまだ認知度が低いですが、子ども会のような活動と捉えていただけたら、参加しやすいのではと思います。地域の子どもたちの成長を見守ることができる、やりがいのある活動です。

青少年福祉委員って何？

　青少年指導員活動を側面的に支援するとともに、地域団体や区役所と連携し、地域における青少年健全育成のための活動を行っています。

東淀川区青少年福祉委員

連絡協議会 会長

宮﨑 栄（みやざき　さかえ）さん

青少年指導員・青少年福祉委員になられたきっかけを教えてください

　青少年指導員を14年経験し、青少年指導員の定年後、青少年福祉委員になりました。元々は、ボランティアの先輩が、成人式の時に新成人の方たちから「おっちゃん」と呼ばれていたのに憧れ、私もあのように呼んでほしいと思ったのがきっかけです。

活動をされる中で、どんなことにやりがいを感じますか？

　青少年福祉委員の唯一の独自事業であるユース・ダンスフェステバルでは、子どもたちが楽しみながら力いっぱいの演技をしている姿を見て、大きな感動を覚えました。

　また他にも、ボランティアで知り合った子どもたちから、「おっちゃん知ってる!キックの審判してた人やろ？」や、二十歳のつどいで「おっちゃん写真一緒に撮ってや!」と声をかけられたときは、やっぱりボランティア活動をやってて良かったなぁと思いましたね。

今後の展望や、区民の皆さんへメッセージをお願いします

　これからも、青少年福祉委員は、地域の皆さんと青少年が一緒になって楽しめる場を提供していきたいと考えていますので、東淀川区全体で青少年を見守っていただきますようお願いします。また、青少年指導員・青少年福祉委員になって、一緒に活動いただける方の参加をお待ちしています。

活動に興味を持たれた方は、右記までご連絡ください。問合せ　子育て・教育 1階12番　電話　06-4809-9807

区長からひとこと

子どもたちが健やかに成長できるまちに

　あけましておめでとうございます。新年を晴れやかにお迎えのこととお慶び申しあげます。

　さて、今月7日に、東淀川区二十歳のつどいが開催されます。二十歳の皆さんにはぜひご参加いただき、同級生たちと旧交を温めていただきたいと思います。

　また、今月の特集では、青少年指導員と青少年福祉委員の皆さんに登場いただきました。日頃から青少年の健全育成に関わり、二十歳のつどいの企画運営をはじめ、たくさんの活動を行っていただいております。区役所としましても、次代を担う子どもたちを地域全体で見守っていけるよう皆さんと一緒に取り組んでまいります。

　なお、私儀、1月18日付で、副市長に就任することとなりました。この間の皆さんの区政へのご理解・ご協力に厚くお礼を申し上げます。

東淀川区長 西山 忠邦

「広報ひがしよどがわ」1月号は44,000部発行し、1部あたりの発行単価（配付費用含む）は約25円です（そのうち約4.8円を広告収入で賄っています）。