【1面】

広報ひがしよどがわ

2024年（令和6年）2月号

No.333

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」

2月号　目 次

1･8　特集　在宅医療・在宅介護　住み慣れた場所で、自分らしい生活を

1　新区長就任あいさつ

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

新区長就任あいさつ

　この度、1月18日付けで東淀川区長に就任いたしました武富 康彦（たけとみ　やすひこ）と申します。どうぞよろしくお願い申し上げます。

東淀川区は、聖徳太子や菅原道真のゆかりなど、古い歴史があり、淀川・神崎川・安威川の自然にも囲まれながら、区内にある2つの大学などを中心に若い活気にあふれています。

また、交通の便がよい便利で住みやすいまちであり、現在、鉄道や道路などの大規模な都市基盤整備が進められ、今後、まちの様相は大きく変わろうとしています。

　このような歴史やにぎわい、変化があるまちで仕事ができることを誇りに思うとともに、その職責の重大さに身が引き締まる思いです。

　大阪・関西万博が開催される2025年（令和7年）には、区制100周年を迎えます。10年20年先の東淀川区の新たな発展に向けて、区民の皆様とご一緒に、「住んでよかった、住み続けたい東淀川区」であり続けられるよう、区政運営にあたってまいりますので、ご支援・ご協力を何卒よろしくお願い申し上げます。

東淀川区長　武富 康彦（たけとみ　やすひこ）

特集　在宅医療・在宅介護

住み慣れた場所で、自分らしい生活を

ご自宅での暮らしに訪問看護師が寄り添います

（SDGsロゴ）

3．すべての人に健康と福祉を

11．住み続けられるまちづくりを

17．パートナーシップで目標を達成しよう

訪問看護と在宅医療・在宅介護について、詳しくは8面をご覧ください

令和６年能登半島地震災害義援金を区役所（１階総合案内、地域１階9番）及び出張所（２階5番窓口横）で受け付けています。

お預かりした義援金は、日本赤十字社を通じて、全額被災された方々にお届けします。

詳しくはこちらをご覧ください

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　176,090人

区の世帯数　102,141世帯

（令和6年1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）

［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4期分）の納期限は2月29日（木）です。納付には口座振替・自動払込が便利です。

《手続き》

届いていますか？就学通知書

令和6年4月に大阪市立小学校または中学校へ入学するお子さんのいるご家庭に、就学通知書を送付しています。入学式の日に学校へ提出する必要がありますので、届いていない場合はお問い合わせください。

また、国立・私立などの学校へ入学する場合は、保護者の方が「入学許可証」・「本人確認書類（免許証など）」を持参のうえ、区役所または出張所（東淡路4-15-1）へお届けください。

対象

小学校…2017年（平成29年）4月2日～2018年（平成30年）4月1日に生まれた方

中学校…2024年（令和6年）3月に小学校卒業見込みの方

適正な就学をお願いします

実際に住んでいない住所に住民登録をして就学することは、不適正な就学です。不適正な就学と分かれば、入学後でも適正な学校へ転校していただきます。住民登録を正しく行い、適正な就学をしましょう。

問合せ　住民情報 １階5番　電話　06-4809-9963

定期予防接種のお知らせ

～新型コロナウイルス感染症の発生に伴い、定期予防接種の接種期間を延長しています～

対象　令和2年4月7日～令和5年5月7日に接種対象年齢に該当し、かつ下記の延長期間までに法定の接種期間が終了する方

延長期間　令和7年5月7日（ただし、高齢者肺炎球菌については令和6年5月7日まで）

問合せ　健康局保健所感染症対策課感染症グループ　電話　06-6647-0656　FAX　06-6647-1029

詳しくはこちら

相続の手続きはお早めに

令和6年4月から土地・建物の相続登記が義務化されます。過去の相続も対象です。放置すると困ったことになりかねません。

（1）子や孫の代になり関係者が増える

（2）認知症などで遺産分割協議ができない

（3）税や維持費などの費用が余分にかかる

（4）老朽化に伴う損害賠償などの責任負担

（5）10万円以下の過料の対象のおそれ

遺言書や生前贈与、信託などのご準備で、残されるご家族の負担を大きく軽減できます。

問合せ　企画調整 １階9番　電話　06-4809-9927

不動産登記推進イメージキャラクター「トウキツネ」

空家に関する資料はこちらから

マイナポータルから引越しの申請ができます

マイナポータルから、「転入届」の提出のための来庁予定の申請と「転出届」の提出ができます。マイナポータルで大阪市外へ引越し申請を行う場合、原則としてこれまでの住所の区役所への来庁は不要となります(ただし、一部の手続きはこれまでの住所での手続きのため来庁が必要となります)。詳しくは、「マイナポータル」サイトをご確認ください。

問合せ　住民情報 １階4番　電話　06-4809-9963

詳しくはこちら

《まちづくり・にぎわい》

2025 大阪・関西万博 共創チャレンジ

淀川水系一斉美化アクション「淀川右岸クリーン大作戦（東淀川区）」参加者大募集！

無料

申込不要

河川レンジャーと協働し、河川敷のクリーンアップを行います。淀川河川敷の清掃を通じて、淀川の自然を守ることの大切さを伝え、今ある自然環境を未来につなげていくことができます。淀川河川敷を一緒にきれいにしませんか？親子での参加も大歓迎です。動きやすい服装でお越しください。ご参加お待ちしております！

日時　3月9日（土）10：00～11：30（雨天中止）

場所　淀川右岸河川敷 菅原城北大橋下付近（河川レンジャーのぼりが目印）

持ち物　清掃道具（作業手袋・火ばさみ）はできるだけご持参ください

淀川河川レンジャー　検索

問合せ　地域 １階9番　電話　06-4809-9734

詳しくはこちら

人権啓発推進事業「破戒」の映画上映会を開催します！

無料

申込不要

日本語字幕付

人権啓発の取組として、部落差別をテーマにした島崎藤村の不朽の名作「破戒」の上映会を開催します。映画を見て、皆さんで人権を考える機会にしてみませんか？ぜひ、ご来場ください。

日時　2月10日（土）10：00～12：30（開場9：30）

場所　区民ホール（区役所 3階）

定員　300名（先着順）

問合せ　地域 １階9番　電話　06-4809-9734

手話奉仕員養成講座初級コース受講生を募集します！

要申込

日時　令和6年4月10日～令和7年２月26日　毎週水曜日 10：00～11：30

場所　東淀川区民会館（東淡路1-4-53）

対象　区内在住・在勤・在学の高校生以上の初心者の方

定員　20名（応募者多数の場合抽選）

費用　テキスト代（DVD付き） 3,300円（税込）

申込　往復はがきで、［手話教室受講申込・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・勤務先又は通学先（区外居住者のみ）・講座を受ける動機]を記入のうえ、3月15日（金）必着で申し込み。

【宛先】区役所保健福祉課（高齢者・障がい者）〒533-8501 大阪市東淀川区豊新2‒1‒4

問合せ　高齢者・障がい者 2階27番　電話　06-4809-9857

《子育て・教育》

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ABCで開催します。日程についてはHPをご確認いただき、下記電話番号よりご予約ください。

内容

A　歯科・栄養（妊婦歯科健診）

B　子育て準備（保健師）

C　お産に向けて（助産師）

いずれも13：30～15：30

持ち物　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

日程はこちら

●妊婦歯科健診

無料

要予約

日時　3月4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　2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

青少年健全育成区民大会を開催します

無料

申込不要

講演会では、コロナ禍を経て、青少年を取り巻く問題がどのように変化しているのか、地域の大人に求められることは何かなどを当区の状況を交えて講演いただきます。また、講演会以外にも青少年健全育成に関わる区内各団体の活動紹介（展示）も行います。

日時　2月25日（日）13：00～14：00

場所　区民ホール（区役所 3階）

定員　200名

内容　講演会／青少年を取り巻く現状と地域の大人たちの役割～コロナ禍で出会った少年たち～

講師　橋川 清太（はしかわ きよた）氏（大阪府福祉部 子ども家庭局 子ども青少年課 非行防止対策グループ 総括主査）

問合せ　子育て・教育 １階12番　電話　06-4809-9807

詳しくはこちら

こぶしのみのり塾の受講生を募集しています！

子どもたちの習熟度に応じた基礎学力の向上と学習習慣の形成を図るため、放課後に個別指導型の課外学習を実施しています。

実施場所　区内全中学校

対象

●区内市立中学校在学または区内在住の中学生

●西淡路・啓発小学校在学の小学5・6年生

受講料　月額10,000円（税込・教材費込）※習い事・塾代助成カード利用可

実施科目

中学生：英語・数学・国語

小学生：算数・国語

実施コマ数　週2コマ（会場ごとに実施曜日などが異なります）

令和6年度受講生募集 ２月26日（月）募集開始！

【先着順／定員に空きがあれば、随時受付】

申込先　株式会社トライグループ（実施事業者）　電話　0120-555-202

※オペレーターの方に「こぶしのみのり塾について」とお伝えください。

令和6年度受講生募集に向け、合同無料体験会を開催します！

詳しくはHPをご覧ください

《健康》

ほほえみカーニバル2023

無料

要申込

日時　3月2日（土）13：30～15：30

場所　東淀川区在宅サービスセンターほほえみ（菅原4-4-37）

内容　ボランティア団体の活動紹介、お楽しみパフォーマンスなど

申込　2月29日（木）までに電話またはQRコードより申込

問合せ　東淀川区社会福祉協議会　電話　06-6370-1630

申込みはこちら

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】

2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！

走って！走って！さわやかな汗をかこう！

第38回東淀川区健康マラソン大会

要申込

日時　3月10日（日）［受付］10：30～11：20（雨天決行、8：00時点で市内に警報発令時は中止）

コ－ス　淀川右岸河川敷

集合場所　淀川右岸河川公園 豊里大橋付近（上流側）

種目

A　10キロ（高校生以上）

B　5キロ（中学生以上）

C　3キロ（小学生以上）

D　1キロ（制限なし）

各種目とも高校生以上の陸上競技部在籍者はオープン参加とし、表彰・賞品贈呈の対象外。Aは5キロ周回コース、A～Cは男女別。Dは表彰・大会記録なし。

参加資格　区内在住・在勤・在学の方

1人当たり参加費

［事前申込］800円（中学生以下は400円）1キロ・オープンは200円

［当日申込］1,000円（中学生以下は500円）1キロ・オープンは300円

※申込締切後の取消・返金は不可。

申込　申込書に参加費を添え、事前申込期間内に持参、または体育厚生協会支部長まで。

［事前申込］区役所1階 エレベーター前にて

2月16日（金）・17日（土）9：30～18：30

18日（日）9：30～17：30

［当日申込］大会本部 受付まで

問合せ　東淀川区体育厚生協会　電話　090-5464-8728

健康づくり教室

●糖尿病教室

無料

要申込

何のためにどんな検査を行っているのか、その意味と結果の見方について説明します。

日時　2月14日（水）14：00～

場所　東淀川区医師会館 3階 講堂（豊新2-3-7）

演題

（1）糖尿病はがんを増やし認知機能を低下させます

（2）知ってなっとく　糖尿病の検査

定員　３０名（申込先着順）

●認知症映画上映会

無料

申込不要

日時　2月24日（土）14：00～16：00（開場13：00）

場所　区民ホール（区役所 3階）

演題　『ぼけますから、よろしくお願いします。～おかえりお母さん～』

定員　300名（当日先着順）

問合せ・申込み　東淀川区医師会　電話　06-6320-2226

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　2月６日（火）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　2月29日（木）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。

問合せ　保健企画 2階22番 　電話　06-4809-9882

離乳食講習会のご案内

無料

要予約

管理栄養士が、離乳食のすすめ方（離乳初期～完了期）のお話、離乳食の作り方などを紹介しています。

日時　2月21日（水）・3月27日（水）10：00～11：30（いずれも同じ内容）

場所　区役所（1階案内板をご確認ください）

対象　区内在住で生後8か月頃までの乳児の保護者

※赤ちゃんと一緒、保護者の方のみのご参加、どちらでもかまいません。

持ち物　3か月児健診にて配付の「にこにこ～赤ちゃんのために～」（健診がまだの方は当日お貸しします）

予約・問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-4809-9882

こころの健康サポート情報

地域生活向上教室（木曜会）

無料

要申込

統合失調症などの精神疾患のある方を対象に、基本的な生活習慣を整え、社会生活に必要な健康管理やコミュニケーションスキルを身につけ、地域で自分らしく安定した生活ができることをめざしています。

教室参加の前に、まずお話を聞かせていただいています。関心はあるけど不安だ、という方もお気軽にお問い合わせください。

実施日時　毎月第4木曜日9：40～11：40

場所　区役所 2階

内容　運動、レクリエーション、SST（生活技能訓練）、話し合い

申込み・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

フレイル予防でいきいきとした生活を！

フレイルって何?

フレイルとは、年齢を重ねるにつれて全身の筋肉や心身の活力が低下している状態をいいます。

何歳からでも、ちょっとした工夫で予防・回復することが可能です。

こんなことはありませんか？

□疲れやすくなった

□つまずきやすくなった

□6か月で体重が2㎏以上減った

□外出や交流の機会が減った

□ペットボトルのふたがあけにくくなった

チェックがついた人は、フレイルに注意しましょう

フレイル予防に「百歳体操」がおすすめです

百歳体操は、椅子に座って行う筋力づくりの体操です。東淀川区内58か所で実施しています。

問合せ　健康相談 2階24番　電話　06-4809-9968

詳しくはこちら

《施設からのお知らせ》

東淀川図書館

電話　06-6323-5476

赤ちゃんと楽しむおたのしみ会「ぴよぴよ」

無料

日時　2月14日（水）・28日（水）11：00～11：30

場所　東淀川図書館 多目的室

対象　乳幼児とその保護者

定員　20名（当日先着順）

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・府民税の申告受付が始まります

個人市・府民税の申告は送付または大阪市行政オンラインシステムによる申告をお願いします。なお、申告書は、大阪市HPで源泉徴収票などをもとに作成いただけます。

詳しくはこちら

【申告方法・受付期間】

（１）市税事務所あて送付による申告

3月15日（金）まで

（２）大阪市行政オンラインシステムによる申告

3月15日（金）まで

●令和5年中に収入がある方（給与所得・雑所得（公的年金など・業務・その他）の申告のみ）

●令和5年中に収入がない方

（３）窓口での申告（土・日・祝休日を除く）

※受付期間の最初・最後の1週間や午前9時台は混雑が予想されます。

［市税事務所窓口］梅田市税事務所

受付期間　2月5日（月）〜3月15日（金）

受付時間　平日 9：00～17：30（金曜日は9：00～19：00）

［区役所臨時申告会場］区役所 4階 401会議室／区役所出張所 1階 第1･2会議室

受付期間　2月16日（金）〜3月15日（金）

受付時間　平日 9：00～11：30・13：00～16：00

※所得税の確定申告などについては、東淀川税務署　電話　06-6303-1141 にお問い合わせください。

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

確定申告会場は「梅田スカイビルタワーウエスト10階」です（北区大淀中1-1-30）

開設期間　2月16日（金）～3月15日（金）

受付時間　9：15〜16：00

※原則、土・日・祝日は開設しておりません。

※早めに受付を終了する場合があります。

確定申告特集はこちら

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！

令和5年分確定申告に係る振替納税をご利用の方へ

口座振替日は、以下のとおりとなりますので、前日までに預貯金残高のご確認をお願いします。

●申告所得税及び復興特別所得税：4月23日（火）

●消費税及び地方消費税：4月30日（火）

大阪市地域就労支援センター

電話　0120‐939‐783　FAX　06-6567-6891

ハローステップ就職応援プラザ in 東淀川区民ホール

無料

予約不要

主に求職活動中の方、これから求職活動を予定されている方を対象に、お仕事に関するご相談や職業興味適性診断などができます。就活メイクアドバイスや履歴書用の写真撮影ができるコーナーもあり、就職面接会（8社予定）も同時開催します。

（協力：ハローワーク淀川）

日時　2月21日（水）13：00～16：00（受付12：30～15：30）

場所　区民ホール（区役所 3階）

詳しくはこちら

「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　2月13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》

3月2日に土曜日の無料法律相談を実施します

無料

要申込

日時　3月2日（土）13：00～16：00（1組30分以内）

場所　区役所 1階 相談室

定員　12名（先着順）

申込　2月22日（木）正午より行政オンラインシステムにて受付

問合せ　広聴相談 3階31番　電話　06-4809-9683

申込みはこちら

先着100名様ご招待！

大阪エヴェッサ・東淀川区民応援デー

～B.LEAGUE「大阪エヴェッサ」を応援しよう！～

要申込

ⒸOSAKA EVESSA

区内在住・在勤・在学の方は招待又は優待で試合を観戦いただけます！

日時・対戦相手

3月30日（土）14：05 レバンガ北海道戦

3月31日（日）14：05 レバンガ北海道戦

※時間は変更になる可能性がございます。事前に大阪エヴェッサ公式WEBサイトをご確認ください。

場所　Asueアリーナ大阪（港区田中3-1-40）

内容

【席種】大人：スタンド自由一般　高校生：スタンド自由 U25

【招待】大人・高校生：先着100名（各日）　小中学生：無料招待（各日）

【優待】大人・高校生：500円

（別途手数料:220円）

申込　2月9日（金）12：00～試合開始1時間後まで

※応援デーは事前申込制です。申込なくご来場の場合、通常のチケット価格となります。

※対象席種が完売になった場合、申込期間内でも企画を終了させていただく可能性がございます。

大阪市小中学生招待はこちらから

申込はこちらから

問合せ　大阪エヴェッサ クラブオフィス ホームタウン担当　電話　0120-937-625（平日 10：00～17：00）

生活上のことや子どものこと、民生委員・児童委員にご相談ください

民生委員・児童委員は、生活に困った人や児童の保護・育成などの福祉について相談を受け、自立を助けるために必要な相談・支援を行う地域福祉推進の担い手です。また、子育てサロンの運営や児童虐待防止の取り組みなど、児童福祉を専門的に担当する主任児童委員も各地域で活動しています。生活上のことや子どものこと、その他福祉に関して相談のある場合は、近くの民生委員・児童委員及び主任児童委員にご相談ください。お住まいの地域の各委員についてはお問い合わせください。

永年に渡り社会福祉の推進に積極的に尽力されている、前東淀川区民生委員児童委員協議会会長、現民生委員・児童委員の山本眞路（やまもと しんじ）さんが令和5年度 秋の叙勲で瑞宝単光章を受章されました。おめでとうございます。

問合せ　地域福祉相談 1階9番　電話　06-4809-9505

第58回大阪市市民表彰

大阪市市民表彰は、公益の増進、産業の振興、学術、文化の向上発展などに貢献し、顕著な成績のあった方を広く市民に顕彰することを目的に実施しています。

12月19日（火）に表彰式が開催され、永年にわたり区政の進展に積極的に尽力された岩下秀夫（いわした ひでお）さん（写真上）が区政功労部門で、また、青少年の健全育成と社会教育の振興に貢献された岡本栄司（おかもと えいじ）さん（写真下）が教育功労部門で表彰されました。

問合せ　総務 3階31番　電話　06-4809-9625

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　2月1日〜3月31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　2月1日・8日・15日・22日（木）　3月7日・14日・21日・28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

※当日朝9：00より電話にて受付

相談日　2月6日・13日（火）　3月19日・26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

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

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）

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　3月6日（水）13：00～16：00

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　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　2月14日（水）　3月13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　2月21日（水）　3月22日（金）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　2月28日（水）　3月27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　2月14日・28日（水）　3月13日・27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 9：00〜21：00　日・祝 9：00〜17：30　※受付は終了時刻の30分前まで

※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

区役所の人権相談窓口

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　地域 1階9番　電話　06-4809-9734　FAX　06-6327-1970

人権擁護委員による人権相談

相談日　2月6日（火）　3月5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　2月5日（月）　3月4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　2月13日（火）　3月4日（月）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

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

3月7日（木）14：00～・12日（火）13：30～・13日（水）10：00～・28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　3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

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）

3月 生活実用編　 25日（月）　電子決済・セキュリティー編　26日（火）

【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　2月25日（日）13：00～17：00

場所　北区役所（北区扇町2-1-27）住吉区役所（住吉区南住吉3-15-55）

定員　各16組（先着順）

申込　2月16日（金）12：00～24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　3月22日（金）18：30～21：00

場所　中央区民センター（中央区久太郎町1-2-27）

定員　32組（先着順）

申込　2月9日（金）12：00～3月21日（木）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

【5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) または　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

【6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」

区内12か所を毎月1回ずつ巡回しています。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

【7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

【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

特集　在宅医療・在宅介護

住み慣れた場所で、自分らしい生活を

ご自宅での暮らしに訪問看護師が寄り添います

病気の治療や介護が必要になっても、住み慣れた場所で自分らしく暮らしたい。そんな「在宅医療・在宅介護」を支える一員に、訪問看護師がいます。主治医と連携しながら医療的ケアやアドバイスを行い、患者さんやそのご家族が、その人らしい生活が送れるようお手伝いしています。

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-4809-9882

医師会立訪問看護ステーション　看護師　今堀 美江（いまほり みえ）さん

訪問看護をされる中で、心掛けていることを教えてください

　入院とは異なり生活の場に伺うため、まずは名刺を渡してご挨拶し、しっかりと気を引き締めます。技術面はもちろん、心のケアも大切にし、ご利用者様の言葉ひとつをとっても、本心なのか、周囲に気を遣って言っているのかなど、その思いを汲み取りながら、ご本人やご家族が快適で安全に暮らせる看護をめざしています。また近年では、ICT（情報通信技術）を活用した情報共有でタイムリーにチーム連携を図り、よりきめ細かいケアに取り組んでいます。

訪問看護をされてきて、印象的なエピソードはありますか？

　たくさんあります。認知症のご利用者様宅で誕生日祝いを行い、後に病状が回復した際にご本人から「あの時はありがとう」と言ってもらったり、ご自宅での死後の処置に立ちあった際、「みんなが納得できる看取りができた」とご家族に感謝いただいたり。またある時、叱られた後で泣き腫らした顔のまま伺ってしまったお宅で、80代の寝たきりのご利用者様が「あなたは大丈夫やから」と励ましてくださった新人時代の出来事は今も心の支えです。我々もまた、利用者様に支えられながら看護に尽力する日々です。

今後、どんな看護をめざしていきたいですか？

　少子高齢化における訪問看護師不足に対応するため、ご利用者様がなるべく自立した生活ができるような指導や助言に力を入れています。転倒リスク防止や誤嚥性肺炎の予防、心不全のリスクを減らす食事内容など、予防的な指導を強化。また、ご本人やご家族が望む看取りに至るまでの意思決定の支援や、災害時の自助・共助の必要性なども折に触れて伝えています。皆さんが安心して暮らせるよう、訪問看護の更なる質の向上をはかっていきます。

訪問看護ステーション連絡会　代表　斉藤 順子（さいとう じゅんこ）さん

　私たちは「住み慣れた我が家で自分らしく過ごしたい」そんな思いを叶えられるよう日々訪問看護を行っています。不安に耳を傾け、寄り添い、安心して日常生活が送れるようにサポートしています。ご利用者様の年代は0歳から100歳代まで幅広い年齢層の方々に看護を提供しています。最近「家で最後を迎えたい」と望まれる方も増えてきました。ご本人、ご家族の意思決定の支援、地域でのサポート体制を共に考えながらすすめています。東淀川区には、訪問看護ステーション連絡会があります。訪問看護以外でも、「健康相談」や「健康教育イベント」など地域の各職種、団体と連携した活動も行っています。利用者中心の看護、多職種連携、地域社会に貢献できる働きを今後も継続していきたいと思っています。

利用者の声

山本 奈織（やまもと なお）さん（姉）

大西 昭子（おおにし しょうこ）さん（妹）

十数年前に、母がパーキンソン病に。症状の進行が予想されたため、周囲の勧めもあり、今後を見据えて訪問看護を利用することになりました。現在は週3回、訪問看護のサポートを受けながら、姉の私がフルリモートで自宅勤務をしながら母の介護をしています。つい先日まで母が誤嚥性肺炎で入院しており、家族の不安も大きい退院直後の2週間は毎日来ていただいたので助かりました。

　ある時、痰が絡んで母の呼吸が乱れた際、家族で対応を試みたのですが上手くできずにパニックになってしまいました。21時で大雨だったにもかかわらず、すぐに看護師さんが来てくださり本当に感謝しています。今は意思疎通がほぼできない母ですが、それでも僅かな変化で機嫌が分かります。私も自宅で働きながら介護ができ、何より母自身、入院時より自宅にいる方が断然調子も良さそうなので有難いです。

あなたの在宅医療・在宅介護

訪問看護師以外にも私たちがサポートします

東淀川区の在宅医療連携を考える会（こぶしネット）とは

医療や介護のさまざまな専門スタッフがネットワークをつくり、あなたの療養生活を応援し、あなたらしい生活を支えるサポートチームです。

東淀川区では、区役所とこぶしネットの多職種連携及び関係団体との協働により、在宅医療・介護連携推進事業に取り組んでいます。

ご本人・ご家族

在宅医療・介護連携支援コーディネーター

在宅医

訪問看護師

訪問介護士

ケアマネジャー

民生委員（見守り）

行政（区役所など）（見守り事業）

認知症初期集中支援チーム（ほほえみ オレンジチーム）

地域包括支援センター総合相談窓口（ブランチ）

理学療法士　作業療法士　言語聴覚士

歯科医師　歯科衛生士

薬剤師

病院

《訪問介護》ライフサポート　佐條 佳子（さじょう　けいこ）さん

医療的な判断が必要なケースの時に、訪問看護の方に相談することで、主治医との間に入っていただき、訪問介護と医療との架け橋となってくださっています。

《歯科医師》辻本歯科クリニック　辻本 照人（つじもと　てるひと）さん

歯科医師は食を支えるという観点から、食べる時に困っていることはないか？などの情報を得るために訪問看護師と連携し、異常があれば報告していただきます。

《居宅介護支援事業所》ケアリング　三宅 愛子（みやけ あいこ）さん

コロナ禍で独り暮らしの方が在宅療養となり、全サービスが中止の中、すぐに訪問してくださいました。真夏の防護服はサウナ状態でしたが、笑顔での対応…今も感謝しています。

《薬剤師》エルシー薬局　吉岡 幸洋（よしおか　ゆきひろ）さん

訪問看護師さんから患者さんが服用されている薬が飲みにくそうといった相談をいただいたり、薬剤師から薬による副作用の症状が出ていないかお聞きしたりしています。

《医師》岡部内科クリニック　岡部 登志男（おかべ としお）さん

高齢となり通院困難な方に対して訪問診療を行っています。訪問看護師をはじめ、医療や介護の専門職の方々と連携することで「治し・支える」医療が可能となります。

在宅医療・在宅介護についてお問い合わせは

東井高野・井高野・大隅西・大隅東・小松

北部地域包括支援センター（なかよし）　電話　06-6349-5001

下新庄・新庄・菅原

中部地域包括支援センター（びはーら）　電話　06-6325-6915

大桐・豊里・豊新・大道南・豊里南

区地域包括支援センター（ほほえみ）　電話　06-6370-7190

東淡路・淡路・西淡路・啓発

南西部地域包括支援センター（ひだまり）　電話　06-6326-4440

「広報ひがしよどがわ」2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）。