

### 手続き

#### お引越しや証明書の取得などで 区役所で手続き予定の方へ

～手続き時の混雑による感染リスクを避けるために～

例年、新生活に向けて引越しをする方が多い3月・4月は窓口が大変混み合い、特に月曜日などの休み明けは、待合室が大変混雑し、お待ちいただく時間も1時間以上になる場合があります。混雑を回避し、感染リスクを避けるため、以下の各方法のご活用をお願いします。

#### ●郵送手続きの活用をお願いします

住民票の写しなどの証明書の取得や、転出届の提出などについては、郵送でも手続きを行うことができます。その他、区役所各窓口での取り扱い業務のうち、郵送での手続きが可能なものをまとめたホームページを作成していますので、積極的なご活用をお願いします。



#### ●証明書の取得、転居届の提出など

……住民情報 1階4番 ☎4809-9963

その他…総合企画 1階10番 ☎4809-9683

#### ●日曜開庁もご活用ください

3月28日(日)及び4月4日(日)の9:00～17:30は、一部の窓口業務を行います。

※関係機関への確認が必要なものなど、お取り扱いできない場合があります。

※出張所や下記以外の窓口は、業務を行っておりません。



#### 【主な取扱業務】

▶転入・転出、出生・婚姻などの届出、住民票・印鑑登録・戸籍に関する証明発行、就学手続きなど

☎住民情報 1階345番 ☎4809-9963

▶国民健康保険・後期高齢者医療・国民年金に関すること

☎保険年金 1階67番 ☎4809-9956・9946

#### ●区役所以外の窓口もご活用ください

住民票の写しなどの証明書のみの取得は、全国のコンビニ、大阪市サービスカウンター、東淀川井高野郵便局などでも可能です。ただし、コンビニ交付を利用するには、「マイナンバーカード」が必要です。コンビニ交付や、各種証明書の詳細については、HPをご確認ください。



☎住民情報 1階4番 ☎4809-9963

#### ●区役所1階窓口サービス課の混雑状況を HPでご覧いただけます

お待ち人数の情報をご覧いただけますので、窓口サービス課にご来庁の際は、ご活用ください。



☎住民情報 1階4番 ☎4809-9963

#### 令和3年度の障がいのある方の 交通乗車証及びタクシー給付券の 送付及び交付について

身体障がい者手帳、療育手帳、戦傷病者・被爆者健康手帳、精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの方、または特別児童扶養手当1級受給世帯の方で、障がいのある方等の交通乗車証及びタクシー給付券を受けられている方へ、新年度分を3月末日までに書留郵便で送付、または保健福祉センター窓口で交付を開始します。

☎高齢・障がい 2階27番 ☎4809-9844

#### 国民健康保険被保険者証や 高齢受給者証等に「枝番」が付きます

マイナンバーカードの保険証利用(事前にマイナンバーカードでの申込必要)に伴い、4月1日から交付する国民健康保険被保険者証や高齢受給者証等の付属証に被保険者ごとの「枝番」(2桁)を表記します。

なお、令和3年3月までに交付しました「枝番」のない被保険者証等につきましては、有効期限までご使用いただけます。

☎保険年金 1階6番 ☎4809-9956

### まちづくり・にぎわい

#### 研修会「安心して暮らせる地域を守って いくために～地域の未来はどうなる? 今、私に何が出来る?withコロナ～」を 開催します

無料 要申込

少子高齢化が進むこの日本において、地域の安全安心をこの先どう守ればいいのか?IIHOE代表の川北秀人さんをお招きして「東淀川区の将来予測」と「今すべきことは何か?」について学びます!

【日時】3月22日(月)17:45～19:45(17:30開場)

【会場】オンライン(Microsoft Teams)または区民ホール

【内容】地域活動についての研修会

【講師】川北秀人さん(IIHOE[人と組織と地球のための国際研究所]代表)

【定員】オンライン先着100名、区民ホール先着50名

【対象】東淀川区に在住・在勤・在学の方、地域と繋がりたい方、地域で一步を踏み出したい方

【申込】3月15日(月)までにメール、又はFAXでお申込みください。



☎地域 1階9番

☎4809-9825 ☎6327-1970

☎tm0011@city.osaka.lg.jp

詳しくはこちら

### 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】3月9日(火)・4月13日(火)14:00～15:30

【対象】生後12か月未満(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

☎保健企画 2階22番 ☎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】4月5日(月) A 歯科・栄養(妊婦歯科健診・無料)

4月12日(月) B 子育て準備

5月24日(月) C お産にむけて

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



#### ●妊婦歯科健診

無料 要予約

【日時】3月1日(月)・4月5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】3月10日(水)・3月24日(水)・4月14日(水)

13:30～16:00

☎健康相談 2階24番 ☎4809-9968

### + 健康

#### 令和3年度 愛犬の登録と狂犬病予防集合注射

犬の登録(生涯1回)と狂犬病予防注射(毎年1回)は狂犬病予防法で定められた飼い主の義務です。令和3年度の狂犬病予防注射が3月2日(火)から受けられます。6月までに最寄りの動物病院もしくは集合注射会場で、狂犬病予防注射を受けてください。本市では、犬の登録の手続きや注射済票の交付を委託している動物病院もあります。今年の狂犬病予防集合注射の日程は次の通りです。



委託動物病院

実施日	実施会場	住所
4月15日(木)	井高野公園	井高野3-3
4月16日(金)	区役所出張所 1階南西側駐車場	東淡路4-15-1
4月18日(日)	区役所 正面駐車場	豊新2-1-4

4月18日(日)の集合注射については、区役所で新型コロナウイルス感染症予防ワクチン接種が行われる場合、中止させていただく場合がございます。

【時間】13:30～16:00 ※雨天実施

(荒天時は中止することがあります。)

【費用】新規登録:1頭につき、6,300円(登録手数料含む)

継続:1頭につき、3,300円(平成7年4月1日以降に登録している犬で会場で接種した場合)

※注射料金・注射済票交付手数料を2カ所に分けて徴収します。ご理解とご協力をお願いします。

※区役所から案内が届いた方は、必ず持参してください。

☎生活環境 2階23番 ☎4809-9973

#### 健康レシピ

#### 筑前煮 ～みそ風味～



【材料】(5人分) エネルギー 184kcal(1人分)

鶏もも肉……………250g サラダ油……………適量

大根……………400g だし汁……………適量

にんじん……………200g 砂糖(ざらめ)

れんこん……………150g ……………大さじ1と1/3

こんにゃく……………150g ……………大さじ2と1/2

干し椎茸……………5g みりん……………大さじ4/5

きぬさや……………25g みそ(信州みそ) ……大さじ2

#### 作り方

1 鶏もも肉は一口大に切る。大根、にんじん、れんこんは乱切りにし、大根はさっと下ゆでしておく。

2 こんにゃくはスプーンか手で一口大にちぎり、ゆでしておく。

3 干し椎茸は戻して軸を取り除き、半分にする。

4 きぬさやは塩ゆでし、好みの大きさに切る。

5 鍋にサラダ油を引き、1～3の材料をさっと炒め、材料がかぶるくらいまでだし汁を加える。

煮立てば、砂糖、しょうゆ、みりんを加えて煮る。

6 材料が少しやわらかくなれば、みその半量を加え、さらに煮て味をさせる。

7 最後に残りのみそを加え、少し煮て4を散らす。

※最初からみそを入れると、こげやすいので注意しましょう。

【提供】東淀川区食育推進ネットワーク

(社会福祉法人みおつくし福祉会 淀川寮)

【作成】東淀川区食生活改善推進員協議会(五十三会)

☎保健企画 2階22番 ☎4809-9882

広告

