納期限のお知らせ

介護保険料、固定資産税・都市計画税（第1期分）の納期限は、**4月30日（金）**です。
納付には口座振替・自動払込が便利です。

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HPを作成していますので、積極的なご活用をお願いします。

問 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 3階31番　☎4809-9683

●日曜開庁もご活用ください

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
  問 住民情報 1階3 4 5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
  問 保険年金 1階6 7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。

問 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。

問 住民情報 1階4番　☎4809-9963

まちづくり・にぎわい

第2期東淀川区地域保健福祉計画を策定しました

「だれもが自分らしく安心して暮らし続けられる地域づくり」をめざして、本区の地域保健福祉に関する理解や取組の方向性を示す総合的な福祉計画として「第2期東淀川区地域保健福祉計画（令和3年度～令和7年度）」を策定しました。区役所窓口に冊子を配架し、区HPにも掲載していますので、ぜひご覧いただき、それぞれができることについて考えてみましょう!

HPはこちら

問 保健福祉 1階9番　☎4809-9826

「やってみたい!」がきっと見つかります 生涯学習ルームに参加してみませんか?

生涯学習ルームは、大阪市長から委嘱を受けた生涯学習推進員を中心とした地域の皆さんにより、区内の小学校16校全校で開設しています。それぞれ工夫を凝らした講座を開催しており、たくさんの方が楽しく学んでいます。
「学びたい・知りたい・たくさんの人と出会いたい・いつでもいきいきとした自分でいたい」そんなあなたを応援しています。
講座一覧は区役所で配架しています。また、区役所のHPにも掲載していますので、ぜひご覧ください!

「やってみたい!」がきっと見つかる講座一覧

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、休講している講座もありますので、再開状況等につきましてはお問い合わせください。

問 子育て・教育 1階12番　☎4809-9807

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　4月13日(火)・5月11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 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　5月10日(月)Ⓐ歯科・栄養（妊婦歯科健診・無料）
　5月17日(月)Ⓑ子育て準備
　5月24日(月)Ⓒ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
　※Ⓐ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　4月5日(月)・5月10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　4月14日(水)・4月28日(水)・5月12日(水)
　13:30～16:00

問 健康相談 2階24番　☎4809-9968

令和3年度の児童扶養手当などの支給月額

令和2年平均の全国消費者物価指数に基づいて、令和3年4月分からの各種手当額が決定されます。**今回は手当額の改定はありません。**詳しくは各窓口へお問合せください。

【令和3年度支給月額】

各種手当	支給月額
❶児童扶養手当（全部支給）	43,160円
❷児童扶養手当（一部支給）	43,150円～10,180円
❸特別児童扶養手当（1級）	52,500円
❹特別児童扶養手当（2級）	34,970円
❺特別障がい者手当	27,350円
❻障がい児福祉手当	14,880円
❼経過的福祉手当	14,880円

問 ❶・❷子育て・教育 2階25番　☎4809-9856
❸～❼障がい者（保健福祉）2階27番　☎4809-9845

子どもたち、がんばっています!
大阪市立校園児童生徒表彰

令和2年度のスポーツ活動・文化活動などにおいて顕著な成果をあげた区内の児童・生徒が2月8日に表彰を受けました。

教育長表彰
第5回全日本少年少女空手道選手権大会
小学二年男子クラス 準優勝
啓発小学校
中岸（なかぎし） 愛琉斗（あると）さん

問 子育て・教育 1階12番　☎4809-9807

健康

健康づくり教室　無料　要申込

新型コロナウイルス感染症に関し、色々と考えられる疑問についてお話しできればと考えています。ぜひご参加ください。

日時　4月14日(水)14:00より
場所　東淀川区医師会館 3階講堂（豊新2-3-7）
演題　新型コロナウイルス感染と健康について
申込　東淀川区医師会まで電話 ☎6320-2226
定員　20名（先着順）
※マスク着用・アルコール消毒と体温チェック有

問 保健企画 2階22番　☎4809-9882

こころの健康サポート情報

酒害教室　無料　予約不要

アルコール依存症についての専門的な講義と当事者の方の体験談を通じて、正しい知識や対応方法を学び、ともに回復に取り組む教室です。

対象　飲酒問題を抱え回復をめざしている方、家族の飲酒問題で悩んでいる方、飲酒問題を抱えている方への対応や解決方法を学びたい方　など
日時　毎月第1水曜日　14:00～16:00
　（祝日は実施しません）
場所　区役所出張所 3階会議室
　（東淡路4-15-1）

問 健康相談 2階24番　☎4809-9968

健康レシピ
ざくざく野菜の塩昆布あえ

材料【4人分】　エネルギー 43kcal（1人分）

キャベツ…… 160g
ほうれんそう…… 1/2束
Ⓐ 塩昆布 …… 12g
Ⓐ ごま油…… 小さじ2
Ⓐ すりごま…… 小さじ1弱

作り方
❶ キャベツは、食べやすい大きさに切る。ほうれんそうは2～3cmの長さに切る。
❷ キャベツ、ほうれんそうを一緒にゆで、水にさらす。
❸ ❷の水気をきり、Ⓐであえる。（※塩昆布の種類により、量を調整してください。）

【提供・作成】東淀川区食生活改善推進員協議会（五十三会）

問 保健企画 2階22番　☎4809-9882

広告

窓口サービス課（1階）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。▶▶▶