



こころの健康サポート情報

アルコール関連問題

年末年始が近づき、アルコールを飲む機会が増える方もいると思います。アルコールを原因とするさまざまな問題の全ては『アルコール関連問題』と呼ばれており、その影響は本人だけでなく、家族や周囲の方々を巻き込むことも多くあります。



アルコールによる影響

- 身体面 肝臓機能障害、高血圧や糖尿病、がんのリスクなど
精神面 アルコール依存症やうつ病、認知症、睡眠障害など
社会面 仕事上のミス・遅刻など生産性の低下、飲酒運転や暴言・暴力など

これらの問題は、誰にでも起こる可能性があります。アルコールによるこころと身体の問題でお困りの方はご相談ください。

健康相談 2階24番 4809-9968

酒害教室はこちら



循環器疾患対策セミナー

無料 要申込

日本の成人の13%が慢性腎臓病(CKD)であると言われています。CKDは動脈硬化とも関わっており、腎臓を守ることが脳卒中や心筋梗塞の予防になります。

日時 12月13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 腎臓が悪いとどうなりますか? ~脳卒中・心筋梗塞3次予防のために~
定員 30名(先着順) ※マスク着用
申込 東淀川区医師会 6320-2226

健康掲示板

保健企画 2階22番 4809-9882

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 12月5日(火)・23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

各種検診(健診)

保:保健福祉センター(区役所2階)で実施 医:医療機関で実施

日時 予約の際にお問い合わせください

Table with 3 columns: 検診内容, 対象者, 費用. Rows include 大腸がん, 肺がん, 乳がん, 骨粗しょう症, 胃がん, 子宮頸がん, 前立腺がん, 結核健診.

*1 年齢は、令和6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。

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。

広告

安全まちづくり

鍵をかけていますか?大切な自転車

大阪で最も多い犯罪は自転車盗難です。令和4年中の大阪府内での自転車盗難の被害件数は20,715件で、その内の約半数は鍵をかけていない状態で被害にあっています。

大阪府自転車商防犯協力会 6629-0750



施設からのお知らせ

東淀川図書館

6323-5476

年末年始休館のお知らせ

年内は12月28日(木)まで、年始は1月5日(金)から開館します。12月28日(木) 19:00~1月4日(木) 9:00まで返却ポストはご利用いただけませんので、ご了承ください。

赤ちゃんと楽しむおたのしみ会「ぴよぴよ」

無料

日時 12月13日(水)・27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(先着順)

東淀川税務署

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!

- スマートフォンやご自宅のパソコンで簡単e-Tax!
国税庁ホームページの画面の案内に沿って入力するだけで自動計算し、申告書が作成可能!
申告会場に行く時間も会場での待ち時間もなし!

スマホを利用した申告がさらに便利に!!

- スマホ専用画面で見やすく操作が簡単!
カメラで給与所得の源泉徴収票を読み取って自動入力!
青色申告決算書・収支内訳書がスマホで作成可能に!
※申告書をe-Taxで送信するには、次の①、②のいずれかが必要です。
①マイナンバーカード(スマートフォンはマイナンバーカード読取対応のもの)
②事前に税務署で発行されたID・パスワード

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)

使ってみよう!キャッシュレス納付!

- 自宅やオフィスから納付可能!
PCやスマホで簡単手続き!
現金の準備が不要!

東淀川消防署

6320-2172

冬季の灯油取り扱いについて

寒い時期の暖房機器は欠かせません。ご家庭で石油ストーブを使用されている方は今一度、灯油の取り扱い及び保管について確認しておきましょう。

灯油を保管するポイント

- 保管場所は火気使用場所から十分に距離をとりましょう。
保管場所は常に整理、清掃に努めましょう。
灯油を入れる容器や栓に破損が無いか確認しましょう。
地震による転倒、落下が起きないように固定や落下防止措置を行いましょう。

灯油を石油ストーブに入れる際の注意点

- 灯油を入れる際は必ずストーブを消してから入れましょう。
カートリッジを戻す時は蓋が確実に閉まっていることを確認しましょう。

近畿財務局

相談窓口 6949-6523

借金問題解決のための日曜無料相談会

無料 要申込

日時 12月10日(日) 10:00~16:30
内容 弁護士による面談
場所 近畿財務局(中央区大手前4-1-76)
定員 24名(先着順)

船場法人市税事務所

固定資産税(償却資産)グループ 4705-2941 平日9:00~17:30

固定資産税(償却資産)に関する申告書送付のお知らせ

土地と家屋以外の事業用の有形固定資産をお持ちの方に償却資産申告書または償却資産の申告をお知らせするハガキを送付します。12月中に届かない場合は、お問い合わせください。



東淀川区社会福祉協議会

6370-1630 6370-7330 (菅原4-4-37 東淀川区在宅サービスセンターほほえみ)

令和5年度 東淀川区社会福祉大会

入場無料 手話通訳あり 申込不要

日時 12月7日(木) 14:00~16:30
場所 区民ホール(区役所 3階)
内容 [第1部]表彰および感謝状贈呈 ~東淀川区の地域福祉の推進に貢献された方へ~
[第2部]基調講演「地域がつくる居場所」~新たな担い手を求めて~
講師:同志社大学名誉教授 上野谷 加代子氏
パネルディスカッション:小松地域・豊新地域
対象 市内在住・在勤の方
定員 300名
講演会終了後にラッキー抽選会を開催します。当選者には景品を贈呈します。

