

手続き

後期高齢者医療制度の保険料率改定について

後期高齢者医療制度の保険料率が改定され、令和8年度より従来の医療分に加えて、子ども・子育て支援納付金分が保険料に加わります。令和8年度の保険料率は、医療分の被保険者均等割額が64,931円、所得割率が11.51%、賦課限度額が85万円となり、子ども・子育て支援納付金分の被保険者均等割額が1,373円、所得割率が0.24%、賦課限度額が2.1万円となります。

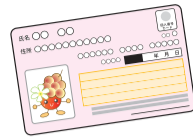
また、世帯の所得が一定基準以下の場合に適用される医療分の均等割額の軽減措置のうち7割軽減について、令和8年度は7.2割軽減となります。なお、決定した保険料額については、7月にお知らせします。



☎ 保険年金 1階6番 ☎06-4809-9956

マイナ保険証を使ってみませんか

マイナンバーカードを保険証として利用すると、次のようなメリットがあります。



- 過去の診療・薬剤情報などに基づいた、より良い医療が受けられる
- 高額な医療費が発生した場合でも、書類での事前申請や高額な立替払が不要になる
- 救急現場で、救急搬送中の適切な応急措置や病院の選定に活用される

マイナンバーカードにはプライバシー性の高い情報は入っていないため、マイナンバー(12桁の番号)を知らただけでは悪用の心配はありません。医療機関への医療情報の提供についても、ご本人の同意が必要となっています。便利で安全なマイナ保険証への切り替えを、ぜひご検討ください。

※より詳しく知りたい方は、マイナンバー総合フリーダイヤルにお問い合わせください。

☎ **マイナンバー総合フリーダイヤル**
☎0120-95-0178



詳しくはこちら

子育て・教育

離乳食講習会のご案内

無料 申込不要

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



日時 5月20日・6月17日・7月15日(水)

10:00～11:30(いずれも同じ内容)

場所 区役所 2階 集団検診室

対象 区内在住で生後8か月頃までの乳児の保護者 ※赤ちゃんと一緒に、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)

☎ 保健子育て 2階22番 ☎06-4809-9882

大阪市国保被保険者の皆さんへ 令和8年度保健事業のお知らせ

大阪市国保では、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の予防に向け、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、無料で受診できる「特定健診」を実施しています。対象となる方には、4月末頃に**緑色**の封筒で「受診券」を送付しています。

また、特定健診のほか、30歳以上の方を対象に「国保人間ドック」を実施しています。健診料は30～39歳の方が15,000円、40～74歳の方が10,000円、そのうち、年度内に40・45・50・55・60・65歳になる方は無料です。40歳以上の方が国保人間ドックを受診する場合は、特定健診の「受診券」が必要です。

そのほか、18歳以上の方を対象とした「国保プラス健診」を実施しています。特定健診の必須項目に胸部エックス線、心電図、貧血、視力、聴力などの項目を追加し、1,800円で受診することができます。

詳しくは「受診券」に同封の「国保健診ガイド」(区役所の窓口でも配布しています)、または大阪市HPをご確認ください。ご自身の健康管理のため、1年に1回健診を受けましょう。

☎ 保険年金 1階6番 ☎06-4809-9956

まちづくり・にぎわい

5月1日～7日は「憲法週間」です 人権について考える機会にしましょう!

私たちは普段、お互いの人権を十分尊重しあっているでしょうか。日本国憲法の基本理念の一つに「基本的人権の尊重」があり、憲法第11条には、「国民は、すべての基本的人権の享有を妨げられない。この憲法が国民に保障する基本的人権は、侵すことのできない永久の権利として、現在及び将来の国民に与えられる。」と明記されています。

ぜひこの憲法週間を機会に、基本的人権の大切さや、さまざまな人権問題について考えてみてください。

☎ 地域 1階9番 ☎06-4809-9734

「令和8年経済センサスー活動調査」を実施します

事業所及び企業を対象に、6月1日現在で「令和8年経済センサスー活動調査」を全国一斉に実施します。本調査は、我が国の全ての事業所及び企業の経済活動を明らかにすることを目的としています。

4月に郵送したインターネット回答用書類により、まだご回答いただけていない事業所及び新たに把握した事業所に対して、顔写真付きの調査員証を携行した統計調査員が訪問、または郵送により調査票を配付します。調査へのご回答をお願いします。

回答方法は、インターネット、郵送のほか、ご記入いただいた紙の調査票を後日調査員にお渡しいただく方法があります。

調査結果は、産業振興や商店街の活性化など、さまざまな政策決定の基礎資料となり、私たちの暮らしをより良くするために活用されます。安全で便利なインターネット回答をぜひご利用ください。

☎ 地域 1階9番 ☎06-4809-9826

淀川発見講座2026を開催します!

無料 要申込

淀川流域に関する環境・利水・治水が学べる講座です。受講すると川のボランティア「淀川かわづくりパートナー」への登録や「河川レンジャー」になるための養成講座受講資格が得られます。

日時 5月30日(土)9:30～18:00

場所 大阪市中央公会堂 大会議室

対象 18歳以上の方

申込 5月19日(火)までに河川レンジャーHPよりお申し込みください。



申込みはこちら

☎ 河川レンジャー事務局 ☎072-861-6801

水環境について学ぼう!

<参加者募集>

無料 要申込

淀川に住んでいる生き物の観察や淀川の水質調査、近年問題となっている海洋プラスチックごみのお話など、水環境についてみんなで勉強してみませんか?



日時 5月30日(土)11:00～12:30

場所 区民ホール(区役所 3階)

対象 どなたでも(区内在住・在勤・在学の方優先) ※小学生以下は保護者同伴

定員 70名

申込 詳細はHP([Q大阪市 水環境](#))でご確認のうえ、5月18日(月)必着でお申し込みください。申込多数の場合は抽選により参加者を決定し、申込結果は5月22日(金)までにメールもしくは電話にてご連絡します。

☎・申 環境局環境管理課 水環境保全グループ

☎06-6615-7984

(〒559-0034

住之江区南港北2-1-10

ATCビルO's棟南館5階)



詳しくはこちら

健康

こころの健康サポート情報

5/14～5/20はギャンブル等依存症問題啓発週間です



“毎回、やめようと思っているのに、気が付けばやり続けてしまう”それは「依存症」という「病気」かもしれません。ギャンブルをする人は誰でもギャンブル依存症になりえます。

区役所には精神保健福祉相談員や、精神科医(相談は予約制)がいます。ひとりで抱え込まず、また、ひとりで解決しようとせずにご相談ください。

【特徴的な症状】

- ギャンブルにのめり込む
- 掛け金が増えていく
- やめようとしても自分の意思ではうまくいかない
- ギャンブルをしないと落ち着かない
- 負けたお金をギャンブルで取り返そうとする
- 嘘をついたり借金したりする

☎ 健康相談 2階24番 ☎06-4809-9968

大阪市こころの健康センター

依存症相談専門回線

☎06-6922-3475

(平日9:00～17:30)

大阪依存症
ほっとライン

