

# ● 暮らしの情報

## 特定健診の受診はお早めに!

大阪市国保では、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の発症や重症化を予防するために無料で受診できる特定健診を実施しています。対象の方には、緑色の封筒で「受診券」を送付しています。受診券の有効期限は3月末となっていますので、それまでに受診をお願いします。



**問合せ** 【特定健診受診券】保険年金課(保険)①⑦番窓口 ☎4302-9956  
【健診内容・健診場所】保健福祉課(地域保健)②番窓口 ☎4302-9882

## 個人市・府民税の事前申告受付会場を開設します

コミュニティプラザ平野(区民センター)	2/4(火)・2/5(水) 10:00~16:30
平野区北部サービスセンター	2/5(水)・6(木) 9:30~15:30
あべの市税事務所	2/10(月)・12(水) 9:00~17:30

※所得税の申告に関する受付は行っておりません。所得税の申告に関するお問い合わせは、東住吉税務署へお願いします。

**問合せ** あべの市税事務所市民税等グループ(個人市民税担当) ☎4396-2953

## 所得税及び復興特別所得税の確定申告について

**受付期間** 2月17日(月)~3月16日(月) 9:15~16:00 ※土日祝除く  
**申告場所** 東住吉税務署

- ※2月14日(金)以前は開設しておりません
- ※混雑状況により早めに相談受付を終了する場合があります
- ※車でのご来場はご遠慮ください
- ※「国税庁ホームページ」では、確定申告書の作成、e-Taxによる送信(提出)ができます

**問合せ** 東住吉税務署(平野西2-2-2) ☎6702-0001

## 税理士による確定申告相談会

無料

令和元年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告書の作成相談について、税理士が親切・丁寧にお答えいたします。

※確定申告書等の提出は受付けておりませんので、ご自身で税務署に提出していただきます。

**日時** 2月5日(水)・6日(木)・7日(金)・12日(水)・13日(木)  
**相談時間** 9:45~16:15(12:00~13:00を除く)  
**受付時間** 15:45まで(混雑状況により、早めに受付を終了する場合があります)  
**場所** 平野区画整理記念会館(東住吉区中野2-7-16) ☎6702-0513  
**対象** ①前年分の所得金額が300万円以下の方(消費税課税事業者の場合は、課税売上高が3,000万円以下であること)  
②給与所得者や年金受給者など  
※相続税や贈与税、土地・株式等の譲渡及び相談時間が30分を超えるような事案が複雑な方についての相談は行っていません。

**問合せ** 近畿税理士会東住吉支部 ☎6703-1800

## 地域共生社会の理解に向けた講演会

無料

「くらしやすい明日の平野区をめざして~すべての人と人がつながりまなび 支えあえるまちづくり」  
地域において何かしらの生きづらさを感じている方々が地域で暮らしやすくなるよう、地域にお住いの方向士の支えあいの心にフォーカスを当てた講演会です。ぜひご参加ください。

**日時** 2月2日(日) 14:00~15:30  
**場所** 常磐会学園大学(喜連東1-4-12)3号館 2階大講義室  
**定員** 200名  
**講師** 山川 みやえ氏  
(大阪大学大学院医学系研究科 准教授)  
高原 達也氏((一社)セーフティネットリンケージ 代表理事)



**問合せ** 保健福祉課(地域福祉)③番窓口 ☎4302-9860

## 障がい当事者部会委員の募集について

平野区地域自立支援協議会では、障がい当事者からなる「障がい当事者部会」を設置しており、平野区における障がい者支援について話し合っています。  
**障がい当事者部会の第2期のメンバーに参加してみませんか?**  
応募方法の詳細はホームページからご確認ください。

**募集期間** 1月10日(金)~2月12日(水)  
**HP** <http://www.hirano-j.net/>

**問合せ** 保健福祉課(地域福祉)③番窓口 ☎4302-9857



## 薬剤師によるお薬講座・認知症サポーター養成講座

無料

薬の適正使用の普及・啓発を図るため、お薬講座を開催します。今年度は、認知症に関する基本的事項や医薬品の作用等について学ぶことができる認知症サポーター養成講座も行います。認知症について興味のある方、日頃からお薬を使用されている方、セルフメディケーションに興味のある方はぜひご参加ください。

**日時** 1月30日(木) 13:00~16:00  
**場所** 区役所 2階集団検診室 **対象・定員** 市内在住の方40名(先着順)  
**締切日** 1月29日(水) **申込み** 電話またはFax  
**問合せ** 健康局健康推進部生活衛生課(業務指導グループ) ☎6208-9986 ☎6202-6967

## 認知症サポーター養成講座

無料

認知症について理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り、支援する人(サポーター)を増やし、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりをめざした「認知症サポーター養成講座」を開催します。

**日時** 1月25日(土) 10:00~11:30  
**場所** 老人福祉センター(加美鞍作1-2-26)  
**定員** 30名(先着順) **申込み** 電話  
**問合せ** 平野区社会福祉協議会見守り相談室(キャラバン・メイト事務局) ☎6795-2577

## ネズミにご注意ください

大阪市では、12月から2月を「ネズミ防除強調期間」として、ネズミの防除を推進しています。衛生水準の向上した現在では、ネズミを原因とする感染症の流行はほとんどなくなりましたが、家具や電気コードをかじられたり、寄生しているノミやダニに血を吸われ、発疹やかゆみを起こす原因となることがあります。ネズミの住みにくい環境を作り、被害を未然に防ぎましょう。

### 対策方法

- 外から住居へのすき間を無くし、ネズミの侵入を防ぎましょう。
- ネズミの餌とならないよう、食品はふた付き容器に入れ、生ごみは密閉できるごみ箱に入れましょう。
- ネズミの巣となる材料や場所を与えないように、整理整頓を心がけましょう。  
※集合住宅の場合、一部屋だけの対策では効果が弱いため、管理者と相談して棟全体で一斉に対策しましょう。  
区役所ではネズミ防除方法の相談やネズミ捕獲用かごの貸出しを行っています。

**問合せ** 保健福祉課(地域保健)②番窓口 ☎4302-9973

## ごみ減量講演会を開催します

無料

**日時** 2月6日(木) 14:00~16:00  
**場所** コミュニティプラザ平野(区民センター 長吉出戸5-3-58) 1階多目的ホール  
**内容** 第1部 生活の中のプラスチックごみを減らそう  
第2部 こども食堂とフードドライブ  
**対象・定員** 区内在住の方300名 **締切日** 1月31日(金)  
**申込み** 電話またはFax  
**問合せ** 東南環境事業センター ☎6700-1750 ☎6706-2007

## 新春ファミリーフェスタを開催します!!

無料

平野(日本)の伝統文化継承を通じた平野区民の多世代交流と「わがまち ひらの」の再認識を目的として、新春書道展・かるた大会・小学生による太鼓演奏・日本舞踊などを行います。

**日時** 1月26日(日) 9:30~16:30 **場所** コミュニティプラザ平野

## 「新春書道展」出品募集!!

無料

**申込要項** 区役所やコミュニティプラザ平野(区民センター)に配架しているチラシをご覧ください  
**申込期間** 1月9日(木)まで  
**申込場所** コミュニティプラザ平野(区民センター)または平野区民ホール  
**問合せ** コミュニティプラザ平野(区民センター 長吉出戸5-3-58) ☎6704-1200

## 平野区わたの会「手織講習会」

卓上織機を使って、コットンマフラーを作ります。

**日時** 2月25日(火) 10:30~16:00  
**場所** 区役所 3階303会議室 **定員** 15名 ※申込多数の場合抽選  
**料金** 1,500円 **締切日** 1月31日(金)必着  
**申込み** 往復ハガキに講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入し、〒547-8580安全安心まちづくり課まで送付  
**問合せ** 安全安心まちづくり課②番窓口 ☎4302-9743 ☎4302-9920

## 『座ってできる太極拳講座』を開催します

無料

座ったままでゆっくりと柔らかい動きと呼吸法によって体力をつける。  
**日時** 2月6日・13日・20日・27日(木) 10:00~11:00 [全4回]  
**場所** 平野区老人福祉センター  
**対象・定員** 市内在住の60歳以上の方30名(先着順) **申込み** 1月9日(木)より来館  
**問合せ** 平野区老人福祉センター(加美鞍作1-2-26) ☎6793-0880