広報紙「広報いくの」7月号　オープンデータ

令和5年7月1日発行（NO.326）

**子育て**

**ウェルカムベビースクール（妊婦教室）**　無料

妊娠・分娩・産後の健康管理や育児に関するお話をします。出産に向けての準備をしながら、楽しく交流しましょう。（月1回の全3回コース・どの月からでも参加可）

とき　7月18日（火）14：00～16：00（受付：13：40から）

ところ　区役所2階　集団検診室

対象　区内在住の妊婦及びその配偶者(パートナーの方もどうぞ)

内容　・ママと赤ちゃんのための食事のおはなし（栄養士）

・プレママ生活の留意点

・生まれたばかりの赤ちゃんって？（保健師）

持ち物　冊子「わくわく」・母子健康手帳・筆記用具

問合せ　区役所保健福祉課　2階23番　電話　06-6715-9968　ファックス　06-6712-0652

**妊婦歯科健診**　無料　要申込

とき　7月18日（火） 受付13:30～13:50

ところ　区役所2階　201会議室

申込み　7月14日（金）までに問合せへ

問合せ　区役所保健福祉課2階24番　電話　06-6715-9882　ファックス　06-6712-0652

**離乳食講習会**　無料　要申込

とき　7月21日（金） 14:00～15:30

ところ　区役所2階　集団検診室

内容　離乳食の進め方について（お話し中心）

申込み　7月20日（木）までに問合せへ

問合せ　区役所保健福祉課2階24番　電話　06-6715-9882　ファックス　06-6712-0652

**健康・福祉**

**特定健康診査**　無料

とき　7月15日（土）・19日（水）　9:30～11:00

ところ　区役所

対象 　国民健康保険に加入の40～74歳の方(年度内に40歳になる方を含む)、または後期高齢者医療制度に加入している方

持ち物　受診券・被保険者証・個人票・前年度の結果(お持ちの方のみ)

問合せ

・国民健康保険加入者の受診券について

区役所窓口サービス課 4階48番　電話　06-6715-9956　ファックス　06-6717-1161

・後期高齢者医療制度加入者の受診券について

大阪府後期高齢者医療広域連合給付課　電話　06-4790-2031　ファックス　06-4790-2030

**統合失調症の方の家族教室**　無料　要申込

病気を正しく理解し、本人への接し方を学んでみませんか。同じ悩みを持つご家族が、日々の不安や思いを話す場となっています。

とき　7月26日（水）14：00～16：00

ところ　区役所2階　集団検診室

対象　統合失調症の方のご家族

申込み　来庁もしくは電話にて問合せまで。

問合せ　区役所保健福祉課 2階23番　電話　06-6715-9968　ファックス　06-6712-0652

**「介護保険料決定通知書」および「介護保険負担割合証」を送付します**

◆「介護保険料決定通知書」について

65歳以上の方（介護保険の第1号被保険者）で、年金からのお支払いにより保険料を納めていただいている方に、「介護保険料決定通知書」を7月下旬に送付します。また、口座振替や納付書等で保険料を納めていただいている方には、4月に決定通知書を送付しましたが、保険料の所得段階の変更や、納付方法が年金からのお支払いに変更となる方には改めて送付します。

◆「介護保険負担割合証」について

要介護・要支援認定を受けている方および総合事業の事業対象者の方全員に、令和5年8月から令和6年7月までの期間の介護サービス等を利用したときの自己負担割合（1～3割）を記載した「介護保険負担割合証」を7月下旬に送付します。介護サービス等を利用する際には、「介護保険被保険者証」と併せて提示してください。

問合せ　区役所保健福祉課 2階22番　電話　06-6715‐9859　ファックス　06-6715-9967

**「国民健康保険高齢受給者証」を更新します**

大阪市国民健康保険に加入の70歳から74歳の方に7月下旬までに新しい「高齢受給者証」を送付します。現在のものは8月から使用できなくなります。7月中に届かない場合は、問合せまで連絡してください。

問合せ　区役所窓口サービス課 4階48番　電話　06-6715-9956　ファックス　06-6717-1161

**後期高齢者医療制度の新しい被保険者証と保険料決定通知書を7月に送付します**

対象の方に、被保険者証（橙色）を7月下旬までに送付します。

※現在の被保険者証（黄色）は8月1日（火）から使えなくなります。

【後期高齢者医療制度の保険料決定通知書の送付】

7月20日頃に送付します。7月中に届かない場合は、問合せまで連絡してください。

問合せ　区役所窓口サービス課 4階48番　電話　06-6715-9956　ファックス　06-6717-1161

**生野区役所でのがん検診・骨粗しょう症検診等**

後期高齢者医療被保険者証、高齢受給者証をお持ちの方、市民税非課税世帯の方などは無料。くわしくは問合せまで。

予約　電話、来庁または「大阪市行政オンラインシステム」で予約してください。（予約受付は、定員になり次第終了します。）

問合せ　区役所保健福祉課 2階24番　電話　06-6715-9882　ファックス　06-6712-0652

行政オンラインシステムの予約はこちら

内容　大腸がん検診　肺がん検診　要予約

とき　7月15日（土）9:30～10:50★　8月7日（月）9:30～10:50★　9月5日（火）9:30～10:50★

対象　40歳以上

料金　大腸･･･300円　肺･･･無料（X線）

※喀痰（かくたん）検査が必要な場合、追加で400円かかります。

内容　乳がん検診（マンモグラフィ）　要予約

とき　7月19日（水）9:30～10:50★　7月19日（水）13:30～14:50　8月7日（月）9:30～10:50★　9月3日（日）13:30～14:50　9月28日（木）9:30～10:50

対象　40歳以上の女性で前年度に同等の検診・検査をしていない方

料金　1,500円

内容　骨粗しょう症検診（骨量検査）　要予約

とき　7月19日（水）9:30～10:50★　7月19日（水）13:30～14:50　8月7日（月）9:30～10:50★　9月3日（日）13:30～14:50　9月28日（木）9:30～10:50

対象　18歳以上

料金　無料

内容　歯科相談

とき　7月19日（水）9:30～10:30★　7月19日（水）13:30～14:30　8月7日（月）9:30～10:30★　9月5日（火）9:30～10:30★　9月28日（木）9:30～10:30

対象　市民の方（年齢制限なし）

料金　無料

内容　結核健診

とき　7月10日（月）10:00～11:00

対象　15歳以上

料金　無料

★・・・特定健康診査（40歳以上・予約不要）併設日

(注意）特定の医療機関への紹介は行いません。

8月7日（月）は、大腸、肺、乳がん（マンモ）、骨粗しょう症検診を約2時間で受けることができるよ！

※各種がん検診は、取扱医療機関でも区役所と同料金にて実施しています。胃がん、乳がん（超音波）、子宮頸がん、前立腺がん検診は、取扱医療機関でのみ実施します（区役所では実施していません）。

取扱医療機関についてはこちら

**いくみんカラダ通信**

高齢者は、特に熱中症に注意が必要！！

1　体内の水分が不足しがちです

高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。

2　暑さに対する感覚機能が低下しています

加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。

3　暑さに対する体の調節機能が低下します

高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。※心臓や腎臓の悪い方や持病をお持ちの方は、かかりつけの医師にご相談下さい。

問合せ　区役所保健福祉課 2階23番　電話　06-6715-9968　ファックス　06-6712-0652

体内の水分量

「輸液・栄養ハンドブック」より作成

小児　75%

成人　60%

高齢者　50%

（参考：国立環境研究所、厚生労働省）

部屋の中でも注意が必要です

エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。エアコン使用中もこまめに換気しましょう。

エアコンを上手に使いましょう

体に直接あたらないように風向きを調整しましょう

温度・暑さ指数を確認する

扇風機や換気扇を併用する

長時間、風が体に直接あたらないように注意しましよう

すだれやカーテンを活用し直射日光を遮る

換気をして屋外の涼しい空気を入れる

窓とドアなど2カ所を開ける

**学び**

**健康講座保健栄養コース**　無料　要申込

この講座で栄養、運動等、日常の健康づくりに役立つ具体的な知識を学んでみませんか？

また、修了後は地域で健康づくりや食育のボランティア活動に参加できます。

とき　8月29日(火)

9月14日(木)・19日(火)・26日(火)

10月3日(火)・12日(木)・17日(火)・26日(木)

11月7日(火)　全9回 いずれも9:30～12：00

※6回以上出席の方に終了証をお渡しします。

ところ　区役所2階　集団検診室等

対象　区内在住の方

定員　25名（先着順）

申込み　窓口または電話で問合せへ

締切　8月15日（火）まで

問合せ　区役所保健福祉課 2階24番　電話　06-6715-9882　ファックス　06-6712-0652

**お知らせ**

**住民票などに関する窓口・お手続きのご案内**

住所変更の手続き等で窓口が大変混雑します。お手続き終了まで、長時間お待ちいただく場合もございますので、お時間に余裕をもってお越しください。窓口の混雑状況はスマートフォンでもご確認いただけます。

くわしくはこちら

毎週金曜日は、一部の窓口で19:00まで延長して開庁しています。また、毎月第4日曜日は、一部の窓口で9:00から17:30まで開庁しています。くわしくは区ホームページをご覧ください

市外への転出届は、窓口へ来庁せず提出することが可能ですので、こちらもご活用ください。

郵送による転出届に関してはこちら

オンラインによる転出届に関してはこちら

戸籍や住民票等の証明書は、梅田・難波・天王寺のサービスカウンターや郵送でも請求が可能です。また、マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニでの発行も可能です。くわしくは4・5面の欄外をご確認ください。

問合せ　区役所窓口サービス課

・住民情報担当 1階2・4・5番　電話　06-6715-9963　ファックス　06-6715-9110

・保険年金担当 4階47・48番　電話　06-6715-9956　ファックス　06-6717-1161

**7月は食中毒予防月間です**

7月から9月までの間、食中毒が発生しやすい条件となる日には、食中毒注意報の発令を行っています。

発令内容はテレホンサービス（電話　06-6208-0963）及びTwitterアカウント「大阪市食品安全ニュース」（@ocfs\_news）で確認できるほか、区役所正面玄関横でも掲示しています（平日開庁日のみ）。

【食中毒予防の三原則】

①食中毒菌をつけない！

・手洗いを励行しましょう。2度洗いが効果的！

・包丁・まな板・ふきん等は、洗浄・消毒しましょう。

・加熱しないで食べるものを先に取り扱いましょう。

②食中毒菌を増やさない！

・速やかに調理してすぐに食べましょう。

・調理済み食品の室温放置は危険です。

③食中毒菌をやっつける！

・食品の中心部まで十分に加熱しましょう。

問合せ　区役所保健福祉課 2階25番　電話　06-6715-9973　ファックス　06-6712-0652

**みんなの掲示板**

地域の方々からの情報を掲載しています。内容については直接お問い合わせください。

「みんなの掲示板」に掲載ご希望の方へ

希望月の2か月前の5日までに原稿をご提出ください。掲載希望月の1か月前頃までに連絡します。（不掲載の場合は連絡しません。）

※紙面の都合等で掲載できない場合があります。

※政治・宗教・営業活動に関する記事は掲載できません。

申込み　問合せ　区役所企画総務課 4階45番　電話　06-6715-9683 ファックス　06-6717-1160

**夏だ！！本気モードで遊びつくせ！**

（注意）生野区に海はございません。

**夏休みこどもヒューマンシアター**　無料

7/22（土）14:00から16:00（受付13:30から）

アニメ映画同時上映

ところ　リゲッタIKUNOホール（生野区民センター内）

定員　300名（予定）

くわしくは、ホームページでご確認ください

問合せ　区役所地域まちづくり課 4階44番　電話　06-6715-9920　ファックス　06-6717-1163

**アントレプレナー（起業家）シップ教育プログラム**

**～起業や働き方、お金の大切さを楽しく学ぼう～**　要申込

8/2（水） 10:00から17:00（集合9:45）

子どもたちがゲーム形式で、起業体験を行うことでチャレンジ精神や主体性等の能力を育む取り組みです。

ところ　いくのパーク1Ｆ　多目的室

対象　区内在住の中学生

定員　50名（先着順）

参加費　1人1,000円

2人以上で申込みの場合は無料（詳しくはホームページ参照）

締切　7月28日（金）まで

※申込等、くわしくはホームページをご覧ください

問合せ　区役所地域まちづくり課 4階43番　電話　06-6715-9020 ファックス　06-6717-1163

**夏休み！おやこの食育教室**　要申込

8/1（火）10:00～13:00（受付9:45）

ところ　区役所　2階栄養講習室・集団検診室

対象　区内在住の小学生とその保護者

定員　12組（先着順）

内容　講話と調理実習

費用　ひとり400円（調理材料費）

持ち物　エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、ふきん

申込み　窓口または電話にて問合せまで

締切　7月21日（金）必着

問合せ　区役所保健福祉課 2階24番　電話　06-6715-9882　ファックス　06-6712-0652

**第14回　子どもと保護者のけん玉教室**　要申込

8/6（日）10:00から12:00（受付9:30）

ところ　区役所　6階（大会議室）

対象　小学生以上（大人のみの参加も可）※小学生は保護者同伴

定員　50名（先着順）（付き添いの保護者は含みません）

費用　300円　※当日徴収します。

持ち物　日本けん玉協会公認けん玉を持っている人は持参してください。

※当日貸出・販売あり。

申込み　7月3日（月）～24日（月）に電話またはファックスで氏名・連絡先をお知らせください。

※小学生は学校名・学年も記入してください。大阪市行政オンラインシステムや次のホームページからも申込が可能です

講師　日本けん玉協会　公認指導員

問合せ　区役所地域まちづくり課 4階44番　電話　06-6715-9743　ファックス　06-6717-1163

**情報発信中！**

区役所ツイッター　区全般

区役所ツイッター　教育・学校再編関係

区役所やさしい日本語Facebook

官民連携まち情報サイトいくのぐらし.com

**いくのメロディー通信**　No.16

夏本番の季節となりました。熱中症に注意が必要です。特に高齢者の方は気がつかない内に体内の水分が不足しがちで、意識してこまめに水分や塩分を取り、エアコンや扇風機の使用を心がけ、暑い日の日中の外出はできるだけ控えるようお願いします。

区役所では、がん検診など各種検診を7月より実施します。国民健康保険の方および社会保険でも職場等でがん検診等が受けられない方が対象です。通常では約4千円から1万7千円の費用がかかるがん検診が無料から1千5百円で受けることができる、お得な検診です！がんは日本人の死因第1位ですが早期であれば治せる可能性が高く、定期的に検診を受ける事が大切です。区役所の他に取扱医療機関で受診できるがん検診もありますので、くわしくは広報紙3面をご覧ください。

他にも夏のあそびがいっぱい！6.7面をご覧ください。

各地域の夏まつり情報はこちら

**生野区区政会議の委員を募集しています**

区政会議は、区政について委員から直接ご意見や評価をいただく場です。あなたも委員になり、会議に参加してみませんか。

【対象】満18歳以上（令和5年10月1日現在）で区内に在住・在勤・在学であり、国、または地方公共団体の議員、本市職員、本市の審議会の委員でない方

【募集人数】若干名

【任期】2年間（令和5年10月1日から令和7年9月30日まで）

【役割】主に平日夜間に開催される区政会議（部会含む）に参加し、区政運営や区役所の施策・事業等について意見を述べ、評価を行う

【選考方法】書類審査及び面接（8月4日（金）夜間（予定））

【申込み】募集要項を確認の上、指定の応募用紙に応募の動機など必要事項を記入し、問合せまで持参または送付

＜応募要項及び応募用紙はこちら＞

https://www.city.osaka.lg.jp/ikuno/page/0000598140.html

※応募用紙は区役所4階45番窓口にも設置しています。

【締切】7月21日（金）必着

生野区区政会議について、くわしくは区ホームページをご覧ください

https://www.city.osaka.lg.jp/ikuno/page/0000437070.html

問合せ　区役所企画総務課 4階45番

〒544-8501　生野区勝山南3-1-19　電話　06-6715-9990　ファックス　06-6717-1160