

まだ間に合います!

無料

～マイナポイント第2弾～

最大20,000円分のマイナポイントがもらえるチャンスです!
【対象】2022年9月末までにマイナンバーカードを申請された方



〈ポイントをもらうためのSTEP〉

- 1 マイナンバーカードを取得しよう
2 カードを手に入れたら、マイナポイントの予約・申込みをしよう
3 キャッシュレス決済サービスで20,000円のチャージ若しくはお買い物をすると、選択したキャッシュレス決済として上限5,000円分のマイナポイントが付与されます
4 さらにマイナンバーカードを健康保険証として利用申込み、または公金受取口座として登録することで、それぞれ7,500ポイントが付与されます



詳細はマイナポイントHP▲

問 マイナンバー総合フリーダイヤル
☎0120-95-0178 ☎0120-601-785

「国民健康保険料のための所得申告書」の提出

前年の所得を申告されていない方のいる世帯へ、「国民健康保険料のための所得申告書」を7月に送付しています。
国民健康保険料の軽減(7・5・2割)及び減免は、世帯全員の所得が判明している必要があります。所得の不明な方がいる場合は、軽減・減免を受けられませんので、税の申告が不要な場合であっても、国民健康保険にかかる所得の申告を行う必要があります。

問 保険年金課
☎06-6313-9956 ☎06-6362-3822

区政会議を開催しました

6/21(火)に「令和3年度北区運営方針の自己評価」等を議題に第39回北区区政会議を開催しました。
当日は12名の委員が出席し、活発に意見が交わされました。「防災訓練、放置自転車対策」などについて、いただきました様々な意見は、今後の区政運営に活かしてまいります。会議資料等は北区ホームページでご確認ください。



HPIはこちら▲

問 政策推進課
☎06-6313-9547 ☎06-6362-3821

令和4年度個人市・府民税(普通徴収)第2期分の納期限は8/31(水)

市税の納付には安全・確実・便利な口座振替・自動振込(Webで申込み可能)をぜひご利用ください。また、キャッシュレス決済アプリ(PayPay, au PAY, LINE Pay等)、クレジットカードによる納付も可能です(Apple Payも利用可)。



納付方法等の詳細は大阪市ホームページ▲

問 梅田市税事務所 市民税等グループ
☎06-4797-2953



健康・福祉

特定健診

無料

日 8/26(金)9:30~11:00
場 北スポーツセンター(中津3-4-27)
【対象】大阪市国民健康保険加入者(40歳以上)、大阪府後期高齢者医療制度加入者
【持ち物】受診券・健康保険被保険者証・個人票(国保の方)

問 健康課
☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

BCG予防接種

無料

日 9/1(木)・10/6(木)10:00~11:00
場 北区保健福祉センター(北区役所内)
【標準的な接種年齢】生後5~8か月の乳児
【持ち物】母子健康手帳・予防接種手帳・ベビーカー用の錠・バスタオル(脱衣・着衣の際に使用します) ※委託医療機関でもBCG予防接種を受けることができます

問 健康課
☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

うつ病の家族教室

無料 要申込

日 8/27(土)・9/10(土)14:00~16:00
場 こころの健康センター(都島区中野町5-15-21)
【内容】精神科医による講演、家族交流会
【対象】市内在住でうつ病と診断されている方のご家族
【定員】20名(申込先着順)
【申込】8/19(金)まで電話にて受付

問 健康課
☎06-6313-9968 ☎06-6362-1099

精神科医師による精神保健福祉相談

無料 予約制

こころの変調に気付いたら専門家に相談してみませんか?
日 8/17(水)・26(金)・9/2(金)14:00~16:00
場 北区保健福祉センター相談室(北区役所内)
※ご家族や支援者からの相談も可能です

問 健康課
☎06-6313-9968 ☎06-6362-1099

特別児童扶養手当・特別障がい者手当等の所得状況届・現況届提出

特別児童扶養手当の認定を受けている方は「所得状況届」を、特別障がい者手当・障がい児福祉手当・福祉手当の認定を受けている方は「現況届」を提出してください。8月分以降の手当受給に必要です。期間内に提出されないと手当の支給が遅れる場合がありますので、必ず期間内に提出してください。(前年の所得額等により、支給が停止されることがあります)
【提出期間】8/12(金)~9/12(月)(土日祝を除く)
問 福祉課
☎06-6313-9857 ☎06-6313-9905

健康講座保健栄養コース

無料

要申込

食生活を中心とする健康づくり・食育リーダーの養成講座です。
日 9/22(木)・28(水)・10/13(木)・19(水)・27(木)・11/9(水)・16(水)・24(木)・12/8(木)13:30~16:00(全9回)

場 北区保健福祉センター2階健康増進室(北区役所内)

【内容】健康づくりの講話と実習、運動実技など
【対象】区内在住で健康づくり・食育に関心のある方
【講師】管理栄養士、健康運動指導士他
【定員】20名(申込先着順)
【申込】8/8(月)~電話・FAXにて受付 ※FAXには住所・氏名・電話番号を明記
問 健康課
☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

男性のための食育教室 ~簡単にバランスの良い食生活について~

要申込

日 9/14(水)10:00~13:00
場 北区保健福祉センター 2階健康増進室・栄養指導室(北区役所内)
【内容】お話と調理実習
【対象】区内在住の男性
【講師】北区保健福祉センター管理栄養士
【定員】10名(申込先着順)
料 500円(調理材料費)
【申込】8/8(月)~電話・FAXにて受付 ※FAXには住所・氏名・電話番号を明記
【共催】北区食生活改善推進員協議会
問 健康課
☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

北区初企画!『男の運動塾』

無料

要申込

運動不足解消、姿勢改善、筋力アップ、柔軟性向上など様々な運動を行います。
日 9/5(月)10:30~11:30
場 大淀老人福祉センター(本庄東1-24-11)
【対象】市内在住60歳以上の男性
【講師】北本恭子氏(健康運動実践指導者)
【定員】20名(申込先着順)
【持ち物】室内用靴、タオル、飲み物、動きやすい服装
【申込】8/23(火)10:00~電話にて受付
問 大淀老人福祉センター
☎06-6374-0873 ☎06-6374-0815

文化・芸術・講座

中之島の精霊流し

「精霊流し」は、大阪のお盆の伝統行事です。毎年御船でお供物を流します。亡くなられた大切な方への思いを馳せて。



日 8/15(月)16:30~20:30
場 玉江橋南詰西側 中之島バンクス遊歩道(中之島5-3-56)
※緊急事態宣言又は荒天時は中止 ※開催情報は中之島バンクスのホームページをご覧ください HPIはこちら▶
問 中之島の精霊流し実行委員会
info@nakanoshima-banks.com

北区deわいわいワークショップ

ハワイアンシュシュ作りなどのワークショップやハンドメイド作品のお店を多数出店します。

ご家族、お友だちで楽しいひと時をお過ごしください。

日 8/21(日)11:00~16:00
場 大淀コミュニティセンター・ホール(本庄東3-8-2)
※料金・申込方法等の詳細は、北区民センターのホームページをご覧ください
【主催】(一財)大阪市コミュニティ協会北区支部協議会
問 北区民センター
☎06-6315-1500 ☎06-6367-1990



HPIはこちら▲

図書ボランティア(高齢者福祉施設)募集

無料 要申込

北図書館を拠点とするボランティアグループに参加し、高齢者福祉施設で図書の貸出や紙芝居実演などの図書ボランティア活動をしてくださる方を募集します。

〈活動日時・場所〉
●藤ミレニアム(本庄西2-6-15) 毎月第2水曜 13:45~15:15
●ハートフルかのう(長柄中1-1-21) 偶数月第1月曜、奇数月第2火曜 いずれも13:15~14:30
〈講座〉
日 9/27・10/4・25(いずれも火曜日) 10:00~12:00(全3回)
場 大阪市立中央図書館(西城北堀江4-3-2)
【定員】5名程度
【申込】9/14(水)まで電話・来館にて受付
問 北図書館
☎06-6375-0410 ☎06-6371-3177

家族との絆を大切にしたい ウェディングフォト

無料 要申込

日 10/30(日)9:30~15:00(うち約3時間半)
場 ECCアーティスト美容専門学校(中崎西2-6-11)
【内容】美容専門学校に通う学生によるカウンセリングヘアメイクとプロのカメラマンによるウェディングフォト撮影 ※後日撮影データをお渡しします
【対象】何らかのご事情があって結婚式ができていない、もしくはできなかった方で記念写真がない方
【定員】4組(申込先着順)
【申込】8/26(金)まで電話・FAXにて受付 ※FAXには住所・氏名・電話番号を明記
問 ECCアーティスト美容専門学校 ブライダル・ウェディングコース
☎06-6373-1447 ☎06-6375-0020



移動図書館まちかど号

- 中大淀幼稚園正門(大淀中4-10) 8/3(水)・9/7(水)14:10~15:30
●ローレルタワー梅田東側(万歳町5-12) 8/13(土)10:10~11:00
●中津公園(中津2-8) 8/13(土)11:30~12:20
●北老人福祉センター駐車場(同心1-5) 8/13(土)10:30~12:00
問 中央図書館自動車文庫
☎06-6539-3305 ☎06-6539-3336

8月巡回予定

※広告の内容等、掲載された広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。また、大阪市が推奨等するものではありません。

広告

広告