

区政会議の委員を募集します

あなたの声を区政に反映しませんか？
区政会議では、区政運営や区の事業に関して、区民等の皆さまで構成する委員からご意見や評価をいただきます。

【対象】区内在住・在勤または在学中で、年2～3回程度開催される会議に出席できる方
【募集人数】数名
【任期】2年間(令和5年10/1～令和7年9/30)

【応募】所定の応募用紙に必要事項を記入のうえ、小論文(テーマ「北区をもっとよくしたい(私の提案)」、400字程度/A4縦・横書き)とともに、持参・郵送・メールのいずれかで提出。※応募用紙は北区役所で配布。北区ホームページにも掲載しています

【募集期間】7/28(金) 17:30まで(必着)
【選考】応募書類及び面接により実施 ※詳細は、北区役所設置の募集要項または北区ホームページをご覧ください



HPIはこちら▲

問 政策推進課

☎06-6313-9547 ☎06-6362-3821

固定資産税・都市計画税 第2期分の納期限は7/31(月)

大阪市税の口座振替・自動払込をパソコン・スマートフォン・タブレット端末からお申込みできます。対応金融機関などについては、大阪市ホームページからご確認ください。 HPIはこちら▶



問 梅田市税事務所固定資産税グループ

☎06-4797-2957(土地)、2958(家屋)

船場法人市税事務所固定資産税グループ

☎06-4705-2941(償却資産)

船場法人市税事務所収納管理グループ

☎06-4705-2931(口座振替・自動払込)



健康・福祉

7月は「食中毒予防月間」です

大阪市では7月から9月の間、食中毒が発生しやすい条件となる日に食中毒注意報を発令しています。発令状況については、テレホンサービス(06-6208-0963)、健康局ホームページ及びツイッター「大阪市食品安全ニュース」で確認できます。 ツイッターはこちら▲



『食中毒予防の3原則』を徹底し、食中毒を防ぎましょう!

- 細菌などを食品に「つけない」
- 食品に付着した細菌を「ふやさない」
- 食品や調理器具に付着した細菌やウイルスを「やっつける」

問 健康課

☎06-6313-9973 ☎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?

※ご家族や支援者からの相談も可

☎ 7/19(水)・28(金)・8/4(金)
14:00～16:00

場 北区保健福祉センター相談室
(北区役所内)

問 健康課

☎06-6313-9968 ☎06-6362-1099

酒害教室

無料

☎ 7/13(木) 14:00～16:00

場 北区役所4階401会議室

【内容】受診につながった動機

【対象】お酒の飲み方に問題を抱え回復をめざしている方やその家族・支援者

問 健康課

☎06-6313-9968 ☎06-6362-1099

介護保険料の決定通知書の送付

65歳以上で年金から保険料をお支払いの方に、介護保険料決定通知書を7月中旬に送付します。また、口座振替または納付書で保険料をお支払いの方で保険料段階の変更等がある場合は、変更決定通知書を送付します。

問 福祉課

☎06-6313-9859 ☎06-6313-9905

後期高齢者医療制度の 被保険者証と 保険料決定通知書の送付

●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

被保険者証の配達時にご不在のときは郵便局に保管され、お知らせが投函されます。7月中旬に届かない場合や郵便局の保管期限を過ぎた場合は、お問合せください。なお、現在の被保険者証(黄色)は8月から使用できなくなります。

●保険料決定通知書を7/20頃に送付します7月中旬に届かない場合は、お問合せください。

問 保険年金課

☎06-6313-9956 ☎06-6362-3822

国民健康保険 高齢受給者証の更新

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月中旬に届かない場合は、お問合せください。

問 保険年金課

☎06-6313-9956 ☎06-6362-3822

国民年金基金のご案内

国民年金基金は、自営業の方々とそのご家族などが国民年金とセットで加入して、掛金の税優遇を受けながら積み立て、老後に国民年金に上乗せの年金を受けられる、公的な個人年金です。

【対象】

●20歳～60歳未満の国民年金に加入されている方

●国民年金に任意加入されている60歳～65歳未満の方

●海外に居住されている方
詳細は大阪市ホームページ▲

問 全国国民年金基金近畿支部

〒541-0044 中央区伏見町3-3-8 淀屋橋KAKENビル2階 ☎0120-65-4192

結核健康診断

無料 要申込

☎ 7/19(水) 13:30～15:30

場 北老人福祉センター1階大広間
(同心1-5-27)

【内容】結核についてのお話(13:30～14:00)/胸部レントゲン撮影(14:00～15:30)
※脱ぎやすい服装でお越しください

【対象】市内在住60歳以上の方

【定員】15名

【申込】7/5(水) 10:00～先着

順・電話可

問 北老人福祉センター

☎06-6352-7025 ☎06-6352-7062



ハッピーバレエ・ストレッチ(朝)

要申込

バレエの経験がなくても大丈夫。椅子を使ってバレエの名曲と共に無理なくストレッチし、80代までの元気なからだづくりにつなげます。

☎ 7/25・8/1・8・22・29・9/5・12(いずれも火曜日) 10:30～11:30(全7回)

場 クレオ大阪子育て館
(天神橋6-4-20 7階)

【対象】女性

【講師】Haruko氏(ハッピーバレエ・ストレッチ代表)

【定員】20名(申込先着順)

¥9,800円(全7回分)

【申込】7/24(月)まで電話・FAX・ホームページ・来館にて受付

※FAXには住所・氏名・年齢・電話番号・FAX番号を明記

問 クレオ大阪子育て館

☎06-6354-0106 ☎06-6354-0277



HPIはこちら▲



文化・芸術・講座

第21回北区民親善 ソフトバレーボール大会

無料 要申込

～ソフトバレーボールを体験してみませんか～

☎ 9/10(日) 9:30～

場 北スポーツセンター(中津3-4-27)

【内容】予選リーグ(またはリンク戦)と決勝トーナメント

【対象】区内在住または在勤の方によるチーム(1チーム4名、エントリーは4～8名)

【チーム構成】

①一般の部 12歳(中学生)以上の男女各2名の4名

②女性の部 12歳(中学生)以上の女性4名

③シニアの部 50歳以上の男女各2名、または女性のみ4名、または男性1名と女性3名

④ファミリーの部 30歳以上の男女各1名または女性2名と、小学生2名

※①②にエントリーの方は③④も可。③④にエントリーの方は①②も可。これ以外の重複エントリーは不可

※全ての部において相互審判とします

【定員】各部12チーム(申込先着順)

【申込】8/1(火)～14(月)まで

メールにて受付 ※申込書は北区ホームページでダウンロードできます▶



【抽選会】8/28(月) 18:30～
北区役所4階402・403会議室

【協力】公益社団法人大阪府柔道整復師会

【共催】北区スポーツ推進委員協議会

問 政策推進課

☎06-6313-9473 ☎06-6362-3821

▼kita-event@city.osaka.lg.jp

初めてのスマホ体験講座

無料 要申込

☎ 8/30(水) ①10:00～12:00 ②14:00～16:00

場 北区役所4階402・403会議室

【内容】貸出用スマートフォンを使って基本的な知識や操作方法を学べます。

※お持ちのスマートフォンは使いません

【対象】区内在住のスマートフォンをお持ちでない方、または持ち始めたばかりの方

【講師】ソフトバンク株式会社スマホアドバイザー

【定員】各回20名(多数抽選)

【申込】7/31(月)まで往復はがき・FAX・メール・北区役所4階42番窓口(官製はがき持参)にて受付

※往復はがき往復面・FAX・メールには住所・氏名・電話番号・希望受講時間帯(①か②、またはどちらでもよい)を明記

問 〒530-8401 北区役所政策推進課「初めてのスマホ体験講座」宛

☎06-6313-9907 ☎06-6362-3821

▼kitakoho@city.osaka.lg.jp

サイエンスショー 「ハラハラ! バランス大実験」

倒れそうで倒れない? 落ちそうで落ちない!? キーワードは「重心」。

サーカスのように、いろんなものを指1本でバランスよく支えてみよう!

☎ ～8/27(日) ※月曜(祝日の場合は翌平日) 休館、8/14は開館

場 大阪市立科学館 サイエンスショーコーナー
(中之島4-2-1)

【定員】各回90名(当日先着順)

¥ 大人400円、高大生300円、中学生以下無料

問 大阪市立科学館

☎06-6444-5656 ☎06-6444-5657

大阪市立科学館ホームページ▲



移動図書館まちかど号

- 中大淀幼稚園正門(大淀中4-10) 7/5(水)・8/2(水) 14:10～15:30
- ローレルタワー梅田東側(万歳町5-12) 7/8(土) 10:10～11:00
- 中津公園(中津2-8) 7/8(土) 11:30～12:20
- 北老人福祉センター駐車場(同心1-5) 7/8(土) 10:30～12:00

問 中央図書館自動車庫

☎06-6539-3305 ☎06-6539-3336

7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