1ページ

◎広報みなと2022年11月号　令和4年11月1日発行　通巻318号

○編集・発行

●大阪市港区役所総務課

●電話　6576-9683

●FAX6572-9511

●郵便番号　552-8510 大阪市港区市岡1-15-25

●twitter

●Facebook　@minatokuyakusyo

○「広報みなと」は50,000部発行し、１部あたりの発行単価（配布費用含む）は約29円です（そのうち約５円を広告収入で賄っています）。 この広報紙は再生紙を使用しています。

○港区の面積：7.86平方キロメートル

○港区の人口：79,469 人（男38,594人 女40,875人）

○港区の世帯数：42,888世帯（2022年10月1日現在推計）

〇港区役所はSDGs((えすでぃーじーず))を推進しています

◎目次

〇11月は港区健康月間/医師会・歯科医師会・薬剤師会からのメッセージ/お知らせ

〇マイナンバーカード出張申請窓口キャンペーン/お知らせ

〇健康/図書館からのお知らせ/港消防署からのお知らせ 秋の火災予防運動を実施します

〇講座・イベント/くらしの相談

〇特集面　11月は児童虐待防止推進月間です。

〇特集面　あなたもできることから里親はじめてみませんか？

〇特集面　あなたもできることから里親はじめてみませんか？

〇特集面　あなたの子育て応援します！

〇大阪市民のみなさんへ（新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ、11月は児童虐待防止推進月間です、ご存じですか？ ヤングケアラー）

〇大阪市民のみなさんへ（注目記事、くらし）

〇大阪市民のみなさんへ（注目記事、募集、講座・教室、イベント）

〇区長山口照美のてるてるだより/弁天町駅前土地区画整理記念事業のお知らせ　　◎11月は港区健康月間

大阪市では、一人ひとりが健康づくりに取組むことによって、病気を予防し、健康寿命を延ばすことを目標にしています。生活習慣に関心をもち、改善に取組む方を増やしていくことで「すこやかで心豊かに生活できる活力あるまち・健康都市大阪の実現」をめざします。

〇この機会を健康づくりのきっかけに

2025年大阪・関西万博では「健康」の観点から、新たな一歩を踏み出すことが提案されています。「新しい生活様式」の中で心身の健康を保つためには、新型コロナウイルス感染予防に関する正しい知識を持って、免疫力を高めウイルスにも負けない身体づくりをしましょう。

〇＋10（プラステン）のススメ　毎日、プラス10分 。日常での動きを増やしましょう

簡単エクササイズ 健康運動指導士 池田勝彦(いけだ　かつひこ)さん (一財)大阪スポーツみどり財団 大阪プール所属

●スクワット　つま先からひざが出ないように

●片足立ち　左右30秒ずつ けっこう効きますよ

〇今日は誰かとお話しましたか?

閉じこもって誰とも会話しないと、うつや認知症のリスクが増えたり、お口の機能が弱ります。ちょっとしたあいさつや会話も大切です。電話でもOK

身体活動・運動・バランスの良い食生活は生活習慣病の予防にも効果的！

生活習慣病予防のポイントは3面「健康通信」でチェック!

＋10（プラステン）について詳しくはこちら

●https://www.smartlife.mhlw.go.jp/event/disease/exercise/

〇医師会・歯科医師会・薬剤師会からメッセージ

コロナ禍であっても病院や診療所、歯科での治療・お薬・リハビリなど日常的な診療は中断せずに継続しましょう。しっかりと感染防止対策を実施している病院や診療所、薬局ではみなさんに安心して来ていただけるよう「みんなで安心マーク」を掲示しています。また、困ったときにどうすればいいか相談できる「かかりつけ」をもつことは健康維持・増進のために大切です。身近にいる「かかりつけ」の医師、歯科医師、薬剤師はみなさんとの信頼関係のもと、生活背景を把握し、健康をサポートしています。

〇港区役所YouTubeチャンネル

港区役所YouTubeチャンネル「港区健康月間」では、港区医師会・港区歯科医師会・区薬剤師会から区民のみなさんあてに動画を配信しています。ぜひご覧ください。港区健康月間中の取組みとして 例年実施していました「港区健康 フェスタ」はコロナウイルス感染 拡大防止のため中止します。

◎お知らせ

区役所1階区民ギャラリーでは、11月1日から健康に関する展示を行っています。

2ページ

◎お知らせ

〇マイナンバーカード出張申請窓口開設キャンペーン

ゆめホーム「ゆめ」かなえる港区民センターをはじめ、市内各所に出張申請窓口を開設しています。事前予約および詳細はWEB予約サイトまたは予約センターでご確認ください。詳しくはこちら

●https://mynumber-osaka.com/

●取得の流れ

1. 事前予約（WEBか電話）
2. 本人確認書類を持って会場へ

③本人確認・写真撮影（無料）など　※所要時間は約20分です

④ご自宅でカードの受け取り

〇マイナンバーカードがあればめっちゃ便利！！・コンビニで住民票等の証明書が発行できます。（毎日6時30分～23時　メンテナンス日はのぞく）さらに発行手数料が窓口よりも100円お得！(戸籍証明はのぞく)

・本人確認書類や、健康保険証にもなります！

マイナンバーカードでマイナポイント第２弾！最大 20,000円分 のマイナポイントがもらえる！

マイナンバーカードの申請期限が12月末まで延長になりました！！

●問合せ　大阪市マイナンバーカード出張申請窓口予約センター

●電話06-06-4400-1856（9時～20時 ※12月29日～1月3日を除く）

●マイナポイントの詳細はこちらから

●https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/

◎お知らせ

〇おトクな健康アプリ「アスマイル」をご利用ください！

大阪府が提供する「おおさか健活マイレージアスマイル」は、府民の健康づくりをサポートするアプリです。毎日の健康活動でポイントが貯まり、貯まったポイントで電子マネー等が当たる抽選に参加できます。また、40歳以上の大阪市国民健康保険加入者の方は「特定健診」・「１日人間ドック」・「健康づくり支援事業」を受診すると、初回3,000円相当分のポイントがもらえます。詳しくは公式ホームページ「おおさかアスマイル」でご確認ください。

●問合せ　おおさか健活マイレージアスマイル事務局

●電話　6131-5804

●FAX　6452-5266

●https://www.pref.osaka.lg.jp/kokuho/platform/asmile.html

◎お知らせ

〇防災×福祉 個別避難計画

災害時に自力での避難が難しい方の命を守るために、一人ひとりの避難場所や避難方法等を決めておく「個別避難計画」の作成に取組んでいます。隣近所・地域の助け合いで、一人でも多くの命を救うことができます。日頃から顔の見える関係作りに努めて安心して暮らせる地域づくりに協力をお願いします。

●問合せ　協働まちづくり推進課

●電話　6576-9881

●FAX　6572-9512

●https://www.city.osaka.lg.jp/minato/page/0000581773.html

◎お知らせ

〇学校選択制希望校の変更受付について

学校選択制の希望校を変更したい場合は、期間中に限り、窓口にて変更申請を受付けます。この期間以降は、希望校の変更や選択希望の取り消しはできません。詳しくは11月上旬に送付する希望調査結果通知をご覧ください。

●日時　11月11日（金）～17日（木）

●問合せ　窓口サービス課（住民情報）

●電話　6576-9963

●FAX　6576-9991

◎お知らせ

〇少年の大麻乱用急増～大麻が奪う・あなたの未来～

10～11月は麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動期間です。昨年、府内では少年の大麻取締法違反事件の検挙者数が東京都に次いで多く、今年も増加の一途をたどるなど深刻な状況であり、大きな社会問題となっています。SNS等では、「大麻はタバコやお酒より安全」などと誤った情報が流れていますが、薬物には強い依存性と心身への弊害があり、死に至ることもあります。「一度くらいなら大丈夫」という安易な気持ちは持たないでください。正しい知識を持って、誘われてもキッパリ断りましょう。

●問合せ　府警少年課

●電話　6943-1234　少年の非行防止等に関する相談があれば、グリーンライン　●電話　06-6944-7867へ

◎お知らせ

〇ご存知ですか？ペットボトルの出し方

ペットボトルが「資源ごみ」ということはご存知かと思いますが、実は、キャップとラベルは「容器包装プラスチック」になります。 ごみをきちんと分別することがリサイクルの推進につながります。 ペットボトルをごみとして出す時には、「キャップ」と「ラベル」は必ず外して「容器包装プラスチック」に出し、「ペットボトル本体」は

中身を出してさっと水洗いしてから「資源ごみ」としてお出しください。

①「キャップ」と「ラベル」をはずしてください。②中身をだしてさっと水洗いしてください。③できるだけつ

ぶして、資源ごみとしてお出しください。

●問合せ　環境局 西部環境事業センター

●電話　6552-0901

●FAX　6552-1130

3 ページ

◎健康

〇各種健康診査

●場所　区役所2階

●種類　がん検診・骨粗しょう症検診 ※1　乳がん（マンモグラフィ検査）

●要予約

●対象　40歳以上

●費用　1,500円

●日時　12月15日（木）　18時30分～19時30分　令和5年1月31日（火）　13時30分～14時30分　令和5年2月6日（月）　9時30分～１0時30分

●種類　がん検診・骨粗しょう症検診 ※1　大腸がん（免疫便潜血((めんえきべんせんけつ))検査）

●要予約

●対象　40歳以上

●費用　300円

●日時　令和5年1月31日（火）　令和5年2月18日（土）　すべて　9時30分～10時30

●種類　がん検診・骨粗しょう症検診 ※1　肺がん（胸部Ｘ線検査）（喀痰((かったん))検査）

●要予約

●対象　40歳以上

●費用　無料（※喀痰((かったん))検査は400円）

●日時　令和5年1月31日（火）　令和5年2月18日（土）　すべて　9時30分～10時30

●種類　がん検診・骨粗しょう症検診 ※1　骨粗しょう症検診

●要予約

●対象　18歳以上

●費用　無料

●日時　12月15日（木）　18時30分～19時30分　令和5年1月31日（火）　13時30分～ 14時30分　令和5年2月6日（月）　9時30分～10時30分

●種類　結核健診

●対象　15歳以上

●費用　無料

●日時　11月29日（火）　令和4年12月5日（月）　すべて　10時～11時

●種類　歯科健康相談

●対象　どなたでも

●費用　無料

●日時　 令和5年1月31日（火）　9時30分～10時30分　令和5年1月31日（火）13時30分～14時30分　令和5年2月6日（月）　9時30分～10時30分

●種類　特定健康診査 ※2

●対象　国民健康保険加入者（40～74歳）後期高齢者医療制度加入者

●費用　無料（※受診券と保健証が必要）

●日時　11月6日（日）　令和5年1月31日（火）　令和5年2月18日（土）　すべて　9時30分～11時

検診受診にあたり配慮が必要な方は事前にご連絡ください。

※1　がん検診は、取扱医療機関でも受診できます。高齢受給者証、後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方、生活保護・市民税非課税世帯であることがわかる書類をお持ちの方は費用が無料になりますので、当日ご持参ください。詳しくはお問い合わせください。

※2　特定健診は、取扱医療機関（要予約）でも受診できます。

・令和3年度から区保健福祉センター等での集団による胃がん検診を廃止し、取扱医療機関のみで実施しています。

・令和3年7月から、年度内に50歳・55歳・60歳・65歳・70歳となる男性を対象に前立腺がん検診を取扱医療機関（要予約）で実施しています。

●問合せ　保健福祉課（保健衛生）

●電話　6576-9882

●FAX　6572-9514

◎健康

〇健康通信　11月は港区健康月間 普段の生活を見直してみませんか？

生活習慣病とは、食習慣や運動習慣、休養、喫煙、飲酒、ストレスなどの毎日の生活習慣が原因となって起こる病

気です。主な生活習慣病としては、がん、心疾患、脳血管疾患、糖尿病、高血圧などがあります。生活習慣病は自

覚症状がでにくく、健康診断で異常を指摘されても「何も具合が悪くないから」と放置してしまう方も少なくあり

ません。自分の気づかないうちに病状が進行し、命に関わることもあります。生活習慣病は普段の生活を見直す

ことで予防できる病気です。

生活習慣病予防のポイントは6つ！

1. バランスの良い食事　主食、主菜、副菜をバランスよくとる。食事は健康づくりの基本。できるだけいろいろな種類の食品を食べることが大事です。
2. 適度な運動＋10（プラステン）※ちょっとした運動を取り入れることで血糖値が下がります。換気のよい広い空間を選び、1日1回は人込みを避けて外出しましょう。
3. 適度な飲酒 １日の適正量は、ビール中瓶１本、日本酒１合程度です。
4. 適度な休息、ストレスをためない
5. 適度な睡眠　適切な睡眠時間は６～８時間です。

⑥禁煙

この機会に食事や運動など普段の生活を見直して、規則正しい生活習慣を心がけましょう。また、定期的な健診も忘れずに。

●問合せ　保健福祉課（地域保健活動）

●電話　6576-9968

●FAX　6572-9514 　※新・健康生活のススメ（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\_iryou/kenkou/undou/index\_00008.html

◎健康

〇インフルエンザ予防接種を受けましょう～高齢者の方は無料で受けられます

●無料

●期間　令和5年1月31日（火）まで

●対象　満65歳以上の市民の方または満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がい（身体障がい者手帳1級相当）のある市民の方

●助成回数　1回

●申込　委託医療機関へ電話などでお申込みください。

●問合せ　保健福祉課（保健衛生）

●電話　6576-9882

●FAX　6572-9514

◎健康

〇健康レシピ11月号

きのこのホイル焼き(2人分）　桜栄会((おうえいかい))作成「夫(おっと)！簡単レシピ」より おすすめレシピを紹介します

＜材料（2人分）＞

●しいたけ 2枚

●しめじ 1/2パック

●えのきたけ 1/2パック

●あさつき（または青ねぎ） 2本

●油 適量

★しょうゆ 小さじ1

★酒 小さじ2　レモン 1/4切れ

●作り方

①しいたけ、しめじ、えのきたけの石づきを取る。しいたけはそぎ切りにする、しめじは小房に分ける。えのきたけは半分の長さに切る。あさつきは小口切りにする。

②アルミホイルに油をぬり、①をのせ★をかけて包む。

③トースターで７～８分焼く。火が通ったらレモンをしぼって、できあがり。

秋の味覚きのこをたっぷり使ったレシピです。

協力　港区食生活改善 推進員協議会（桜栄会((おうえいかい))） ～食育推進のボランティアです～

●問合せ　保健福祉課（保健衛生）

●電話　6576-9882

●FAX　6572-9514

●港区のホームページから閲覧できます

●https://www.city.osaka.lg.jp/minato/page/0000566382.html

【各種申し込み時の必要事項】イベント名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、年齢（学年）、電話番号（FAX番号）、往復ハガキの場合は返信用宛先

4ページ

◎講座・イベント

〇障がい者・高齢者権利擁護講演会

●無料

●申込要

●講師　ふくろう法律事務所　弁護士・介護支援専門員　松宮良典((まつみやよしのり))さん

●内容　高齢者・障がい者の虐待防止“安心した暮らしのために私たちができること”

●日時　12月12日（月）13時30分～15時

●場所　オンライン　チームス

●申込　minato-kennriyougo@city.osaka.lg.jp

●締切　11月11日（金）

●問合せ　保健福祉課（福祉）

●電話　6576-9857

●https://mail-to.link/m8/ddgtdq

◎講座・イベント

〇家族教室

●無料

ご家族が統合失調症という病気を理解し、接し方を学ぶことは、ご本人の回復に役立ちます。日頃抱えている不安や悩みなどを、一緒に話し合ってみませんか。ご参加お待ちしています。

●対象　統合失調症と診断された方のご家族

●日時　11月18日（金）14時～16時

●場所　港区保健福祉センター　2階集団検診室（区役所2階）

●内容　心理士のお話、家族同士の交流等

●問合せ　保健福祉課（地域保健活動）

●電話　6576-9968

●FAX　6572-9514

◎講座・イベント

〇港区健康月間☆ウォーキングイベント参加者募集！

●無料

●申込要

港区民の皆さんとウォーキングをしてみませんか？健康運動指導士も一緒です。効果的なウォーキングのポイントを学べます。

【講座】正しいウォーキング方法について学ぼう！

●日時　12月2日（金） 10時～11時30分

場所　ゆめホーム「ゆめ」かなえる港近隣センター

【ウォーキング】みんなで歩いて効果を体験しよう！

●日時　12月7日（水） 10時～11時30分

●場所　ゆめホーム「ゆめ」かなえる港近隣センター

●講師　健康運動指導士

●定員　先着15名

●対象　講座とウォーキングの両日に参加可能な、港区にお住まいの方

●持物　両日ともに、動きやすい服装、飲み物、タオル

●申込　11月25日（金）までにお電話で

●問合せ　保健福祉課（地域保健活動）

●電話　6576－9968

◎くらしの相談

〇ご自身や家族の生活にお困りの方へ

ひとりで悩まないで、まずはご相談を働きたいのに仕事に就けない。このままでは住居を失くすかも。社会に出たいのに勇気が出ない。仕事や生活など、どこに相談していいのか分からない悩みや不安などの生活課題について、相談支援員が寄り添い、一緒に解決の方法を探します。

●問合せ　くらしのサポートコーナー（区役所内2階）

●電話　6576-9897

●FAX　6571-7493

◎くらしの相談

〇人権や犯罪被害者等支援のための相談窓口

専門相談員が電話、ファックス、電子メール、面談で相談をお受けします。

●日時　平日 9時～21時 日曜日・祝日9時～17時半　土曜日 年末年始（12/29～1/3）は休み

●問合せ　大阪市人権啓発・相談センター

●電話　6532-7830

●FAX　6531-0666

●メール　7830@osaka-jinken.net

◎くらしの相談

〇犯罪被害者等支援のための総合相談窓口

11月25日（金）から12月1日（木）までは「犯罪被害者週間」です。犯罪被害にあわれてお困りの方や、身近な方が犯罪被害にあわれて支援を必要とされている場合は、ぜひご相談ください。

●日時　9時～17時30分（土日・祝日・年末年始を除く）

●問合せ　市民局人権企画課（市役所4階）

●電話　6208-7489

●FAX　6202-7073

●https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000371364.html

◎各種相談

〇精神科医による相談

●第2・4木曜 14時～

●無料

●申込要

こころの変調に気づいたら専門家に相談してみませんか？

●問合せ　保健福祉課（地域保健活動）

●電話　6576-9968

●FAX　6572-9514

◎各種相談

〇弁護士による法律相談

●第1～4火曜 13時～17時

●無料

●申込要 　当日9時より電話で

●問合せ　総務課（総合政策・公民地域連携）

●電話　6576-9978

●FAX　6572-9511

◎各種相談

〇花と緑の相談

●第2水曜　14時～15時30分

●無料

●問合せ　建設局 八幡屋公園事務所

●電話　6571-0552

●FAX　6572-1663

5ページ

◎今月の特集：港区子育て支援特集

SDGs１，３，４、１０，１１

〇11月は 児童虐待防止推進月間です。　～こどもたちが笑顔で暮らせるまちをめざして～

コロナ感染症の影響を受けて、これまで以上に人と人の関わりが難しくなり子育て家庭の孤立が心配されます。こどもや子育て家庭を地域の皆さんの温かい見守りで応援をすることで、このまちで安心して子育てができます。保護者の笑顔がこどもの笑顔につながります。

オレンジリボン運動とは、こどもへの虐待のない社会を目指す市民運動です

〇保護者の方へ

子育てがつらい

イライラしてこどもにあたってしまう

こどもの発達のことが気になる

子育てに自信がもてない

悩みごとがあればひとりで抱え込まず相談ください。港区子育て支援室では0歳～18歳までの子どもについて発達、性格行動、しつけ、非行、不登校、ヤングケアラーなどさまざまな相談に応じます。

●無料・プライバシー厳守　来庁、電話、メールでご相談いただけます。

●相談　月～金曜日　9時～17時30分（祝日、年末年始は除く）

●問合せ　保健福祉課（子育て支援室）3階32番窓

●電話　6576-9844

●メールminato-kosodate@city.osaka.lg.jp

●子育て支援室メール相談はこちら

●https://www.city.osaka.lg.jp/minato/page/0000562404.html

〇「虐待かな？」と思ったら、ためらわず連絡を

暗くなっても外を歩きまわっている。

家に帰りたがらない

大人の大声や物音、子どもの泣き声が聞こえる

小さい子どもを家に置いたまま、親が外出している

学校に行ってない。服が汚れている。

長時間、外やベランダなどに出されている

不自然な傷や打撲の跡がある

●児童虐待ホットライン

●24時間365日対応

●フリーダイアル　0120-01-7285

●まずは一報　なにわっ子　こども相談センター

●児童相談所 　24時間365日対応

●189　いちはやく　※一部のIP電話からはつながりません　※通話料無料

●港区保健福祉センター　子育て支援室

●電話　6576-9844

●月～金曜日 9時～17時30分

6-7ページ

◎今月の特集:港区子育て支援特集

〇あなたもできることから里親はじめてみませんか？

●里親って？

虐待や親の病気など様々な事情で親と離れて暮らさなければならない子どもたち。こうした子どもたちを深い愛情と理解をもってご家庭で育ててくださる方を『里親』といいます。

●なぜ里親が必要なの？

子どもは特定の大人のもとで愛情を受けながら育つことで安心感や信頼関係を得ます。子どもの成長にとって、家庭的な環境で里親さんと毎日一緒に生活することは、とても大切なことです。里親さんを必要とする期間は、一人ひとりの子どもによって異なります。数日～1か月間など、比較的短期間の預かりを必要とするケースも多くあります。短 期 間 の 養育里親からはじめてみませんか？

〇体験談の 声

●里親支援専門相談員さんの声

「こどもたちとの暮らしを共に支え合うことの大切さ」

　大阪市には現在、様々な事情で家族と離れて暮らすこどもたちが1,100人そのうち約220人が養育里親のお家やファミリーホームで暮らしています。養育里親さんは「こどもの心を癒したい」「助けが必要な親子を支援したい」そんな想いからこどもたちとの暮らしを大切にしています。令和3年4月より大阪市にも3つの里親支援機関が立ち上がりました。里親さんを支援するチーム養育も広がっています。また週末里親制度は定期的にこどもをお家に連れて帰り、家庭生活を体験させてもらい「自分だけのおっちゃん、おばちゃん」として活動していただきます。関わりが細くとも長く続けてくださることが、こどもたちの育ちに居場所と安心を与えます。養育里親、週末里親はどちらも社会的養護として、こどもを支えていく土台は同じです。こどもたちとの暮らしは関わり続ける大人にも癒しや喜び、そして元気を与えてもらえます。

●港区 児童養護施設 海の子学園池島寮

●里親支援専門相談員 柳川((やながわ))さん

〇週末里親さんの声

●「親にはなれないけれど…」

きっかけは、『施設で育った子どもたちは18歳で施設を出て自分たちで暮らしていかなければならない（進学などで例外的な場合もあります）。そのためにも、一般家庭の体験をさせてあげて欲しい』という児童養護施設の先生のお話をお聴きしたことでした。先生のお話をきき「親にはなれないけれど、一般家庭の体験を提供することならできるかも！？」と今日まで活動しています。体験といっても特別なことではなく、子どもからリクエストのあった食事を作ったり、テレビやパソコンを好きなだけ使ったりという集団生活の中ではなかなかできないことを体験してもらっています。「親」と聞くと身構えてしまいがちですが、体験を提供する家族という位置づけで皆さんも活動してみませんか？

●週末里親 森田さん

〇養育里親さんの声

●「人生色濃くなること間違いなし！」

●里親になったきっかけを教えてください

私の親が「週末里親」として、当時、幼児だった男の子の兄弟を中学生まで月1～2回自宅でのお泊りをして、いろいろなところへ家族で出かけたりしていました。その後、私自身が養育里親の研修を受けて、兄弟がそれぞれ、高校に進学するのをきっかけに共に暮らすようになりました。

●子どもさんとの普段の様子はどのような感じですか

お互いの思いのぶつかり合い。まるで「ロデオ」に乗っているような気持ちのときも！本音をぶつけ合って、落ち込んだり、泣いたり、また笑いあったり…。初めは里親としての気負いもありましたが、今はそれぞれ仕事、学業、好きなことに邁進して、困ったときには相談しあっています。

●里親を検討されている方へのメッセージをお願いします

こどもたちのエネルギーは今までの自分の価値観を覆すほどすごいです。信頼できる方々に気持ちを聞いてもらい、覆される価値観を分かち合ってください。そして自分の好きな時間も大切にすることで、こどもの好きなことを心より応援できる原動力となります。人生、色濃くなること、間違いなし！です。

●養育里親 Hさん

〇里親になる手続き

●里親希望者

●社会的養護を必要とする子ども

●里親支援機関

・面接

・研修

●こども相談センター

・登録申込

・家庭訪問等

●児童福祉審議会　調査等

●市長

・認定

●里親登録　里親委託の援助方針

・親権者の同意

●子どもとのマッチング

●里親委託

●里親さんの養育をチームで支援

〇里親に関するQ＆A

Q 里親になる条件は？

A

●子どもの養育に理解と熱意があり、経済的に困っていないことが必要です。

●年齢制限はありません。

●実子のいる方、単身、共働き家庭の里親さんもいます。

Q子どもの年齢など希望はだせる？

Aだせます。（例えば：小学生より大きい子どもを希望など）

Q里親へのサポートは？

A

●子どもの生活費や医療費（窓口負担なし）里親手当などの支給があります。

●養育中の不安や質問はこども相談センターや里親支援専門相談員がお受けします。

Q里親相談会など情報はどこをみたらいいの？

A相談会は市内の会場で月1回程度開催しています。（里親支援機関の職員が里親制度や登録方法について個別にご説明します）

『私も里親になれるかしら』『里親制度を知りたい』とお考えの方、お問い合わせください。

●https://www.city.osaka.lg.jp/kodomo/page/0000043968.html

●結い　港区管轄の大阪市の里親支援機関

●住所　天王寺区大道3-1-19

●電話　6776-2983

●平日9:00～18:00

●土曜9:00～17:00

●FAX　6776-2984

●メール　[yui-satooya@siongakuen.or.jp](mailto:yui-satooya@siongakuen.or.jp)

8ページ

◎今月の港区子育て支援特集

〇あなたの子育て応援します！

区役所には子育てを支援する専門のスタッフがいます。ひとりで悩まずにまずはご相談ください。

私たちにご相談ください

●保健師

地域を担当し、訪問や面接を通じて、妊娠・出産・子育て・発育・発達などに関する相談に応じ、子育ての応援をしています。また、発達に関する相談等は必要に応じて臨床心理士とも連携し、一緒に考えていきます。

●こどもサポート推進員（こサポさん）

区役所と学校が連携して、保護者のお話を聞き、いろいろな困りごとの解決方法を一緒に考えます。ご家庭や学校にも推進員が訪問することもできます。いろいろな制度の説明や手続きのお手伝いもします。

●家庭児童相談員（家児相さん）

●要予約

子育ての悩みや不安に感じていること、子どもの発達に関する心配事、困りごと、子育てに関する様々な相談に応じます。子育てに関する情報提供、地域の子育てサービスや専門機関の紹介も行います。

●受付日時 平日9時～17時30分

●ひとり親家庭サポーター

●要予約

学校（講座）の資格取得の給付金制度もあります。

ひとり親家庭サポーターが、ひとり親家庭の母、父、寡婦の方を対象に、自立に向けた相談・支援を行っています。（就労・資格取得、職業訓練、養育費、離婚前の相談など）受付日時 水曜、金曜 9時15分～17時30分

●保育士

育児に関する不安や悩みなどを一緒に考え、子育てのサポート、サービスの紹介を行います。

●心理士

●要予約

お子さんの発達に関する親の悩みや不安、家庭での養育・不登校・非行などで「こころがしんどくなってきている」方などを対象に専門知識（家族心理士、臨床発達心理士、学校心理士）をもった心理相談員がお話をしながら心に寄り添い、一緒に子育てについて考えていきます。

●受付日時 火曜、水曜 9時～17時30分

●保育コンシェルジュ

●要予約

保育所や幼稚園の施設の入所や地域の子育て支援施設の利用法などそれぞれの家庭のニーズに合った情報提供や相談・援助などを行い子育て家庭をサポートします。SNSで『コンシェルジュニュース』を発信しています。

●受付日時 平日10時 ～17時30分

無料・プライバシー厳守来庁、電話、メールでご相談いただけます。

●相談　月～金曜日　9時～17時30分（祝日、年末年始は除く）

●問合せ　保健福祉課（子育て支援室）3階32番窓口

●電話　6576-9844

●メール　minato-kosodate@city.osaka.lg.jp

●子育て支援室メール相談はこちら

●https://www.city.osaka.lg.jp/minato/page/0000562404.html

〇主任児童委員より ～地域の身近な相談相手です～

主任児童委員は皆さんのお住まいの地域に2名ずつ在籍しています。主な活動は定期的な子育てサロンの開催や、行政機関、小学校・中学校と連携して行うお子さんの見守り活動です。私たちには守秘義務がありますので、お気軽に子育てのお悩みなどご相談ください。必要なら行政機関につないで、適切なサービスや支援を受けるお手伝いもできます。もし、どこに相談していいのかわからないお悩みがあればいつでもご連絡ください。私達が運営しているLINE公式アカウントにご登録いただけると、主任児童委員と個別でメッセージのやり取りができます。また、港区の子育て情報の発信もありますので、皆様のご登録をお待ちしています。

● 主任児童委員代表　森田さん

●子育てサロン「いそじキッズ」 委員のみなさん

●子育てサロンのお友達登録はこちらをcheck!

●<https://liff.line.me/1645278921-kWRPP32q/?accountId=063mrymr>

12ページ

◎区長 山口照美((やまぐちてるみ))のてるてるだより

　秋も深まってきました。10月9日には午後からは雨でしたが、3年ぶりの「港区民まつり」を無事開催でき、なんとしても今年は実施したいと尽力してくださった関係者のみなさま、ありがとうございました！八幡屋公園のあちこちで「久しぶり！」と言う声があり、笑顔にあふれていました。

　さて、11月は「児童虐待防止月間」です。重大な児童虐待事件が起こると、多くの人が「かわいそうに、引き取ってあげたい」と言います。しかし、報道が収まればやがて忘れてしまう。私は生野区長時代から「『カワイソウ』の一歩先の行動をお願いします」と訴えてきました。近所の気になる子に声をかける、こども食堂を寄付や手伝いで応援するなど、できることはたくさんあります。その中で強くお願いしたいのが「里親」を増やすことです。私も生野区長になってから養育里親の研修を受けて登録し、できる範囲で預かっています。実子がいても共働きでもできます。もちろん、子育てが終わった年配の方も多く活躍されています。里親制度を知り、周りに知らせていただくのも歓迎です！

着任して半年が過ぎました。港区の課題やまちづくりについて、HP内で詳しく説明しています。

●「未来と世界にひらくまち」検索

●https://www.city.osaka.lg.jp/minato/category/3174-0-0-0-0-0-0-0-0-0.html

◎弁天町駅前土地区画整理記念事業のお知らせ

〇（仮称）区画整理記念・交流会館の工事スケジュールについて

（仮称）区画整理記念・交流会館の建設工事について、令和5年3月の竣工をめざしていましたが、地中障害物による杭打工事の遅延や新型コロナウイルス感染症の長期化、ウクライナ情勢の影響による建築資材不足など、工事進捗に影響を与える事象が発生したため、竣工期限までの工事完了が見通せない情勢となっています。工事工程については精査をしていますが、令和5年度内の竣工及び令和6年春の開設をめざし、鋭意工事を進めています。完成が当初計画より遅れることにつきましては、区民の皆さまに対して大変心苦しいことですが、港区のまちづくりのあゆみを後世に伝えるとともに、今後の港区のまちづくりに貢献する公共施設となるよう引き続き開設に向け準備を進めてまいりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

●問合せ　総務課(総合政策・公民地域連携)

●電話　6576-9683

●FAX　6572-9511

◎「第14回天保山まつり」3年ぶりに開催!!!

●内容　海で働く船の乗船見学、ステージイベント、飲食ブース出展など(予定)※荒天候中止

●日時　11月20日(日)10時～15時30分

●場所　築港・天保山エリア(天保山西岸壁/中央突堤臨港緑地)

●主催　築港・天保山にぎわいまちづくり実行委員会

●詳しくは「MINATO天保山まつり」公式ホームページを検索！

●http://tempouzan-matsuri.com/

●問合せ　総務課（総合政策・公民地域連携）

●電話　6576-9907

●FAX　6572-9511

◎地域活動×SDGｓ　vol. 3

〇ふれあい喫茶

地域活動協議会では「ふれあい喫茶」を行っており、地域の皆さんの憩いの場として、また地域の絆を深めるつながりづくりに寄与しています。

●問合せ　港区役所5階51番窓口　協働まちづくり推進課（市民活動推進）

●電話　6576-9884

●FAX　6572-9512

●メール　tg0002＠city.osaka.lg.jp

◎令和5年「成人の日記念のつどい」の開催について

●日時　令和5年１月8日（日）10時30分～11時30分【会場受付10時～】

●場所　アートホテル大阪ベイタワー4階アートグランドボールルームほか（弁天1-2-1）

●対象　平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの方

●内容　記念式典（手話通訳あり）ほか

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては、開催を中止、延期又は内容を変更して開催する場合がありますのでご了承ください。開催情報については、直近の港区ホームページやツイッターでご確認ください。

【注意事項】※事前のお申込みは必要ありません。

※10月末現在で港区に住民票がある対象者には、12月上旬以降（予定）に案内状をお送りしますので、開催当日は案内状をご持参ください。

※案内状をお忘れの方や引っ越しなどで案内状をお持ちでない方は、受付でお名前と連絡先の記入をお願いします。

※案内状やご記入いただいた個人情報は、新型コロナウイルス感染症発生時の公的機関への情報提供のほか、成人の日記念のつどいに関することのみに使用し、他の目的には一切使用しません。

※新型コロナウイルス感染防止対策として、会場内の座席数を制限しますので、新成人以外の方の入場はご遠慮ください。ただし、介助など付き添いが必要な場合を除きます。

●問合せ　（一財）大阪市コミュニティ協会港区支部協議会

●電話　6572-0020

●FAX　6572-0274

【市の制度や手続き・市のイベント情報に関するご案内】

●大阪市総合コールセンター（なにわコール）（8時～21時 年中無休）

●電話　4301-7285

●FAX　6373-3302　※区役所では、毎週金曜は19時まで、毎月第4日曜は9時から17時30分まで、一部の業務を行っています。お問い合わせは

● 総務課（総務・人材育成）

●電話　6576-9625

●FAX　6572-9511

●Facebook

●http://www.facebook.com/minatokuyakusyo

●twitter　@minatokuyakusyo