* 広報みなと　各種申込時の必要事項

●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

◎講座

○お酒の問題について学ぼう

【酒害教室を開催します】

お酒の飲み方に問題を抱え回復を目指している方やその家族・支援者などが正しい知識と理解を深め回復をめざす教室です。

●日時　毎月第４月曜日（6月24日）14時30分～16時30分

●場所　区役所2階 集団検診室

●内容　専門医によるお話や当事者体験談等

●申込　不要

●費用　無料

●問合　保健福祉課（地域保健活動）電話　6576－9968　FAX　6572－9514

○地域で自分らしく生きるために

【地域生活向上教室】

社会生活に必要な健康管理やコミュニケーションスキルを身につけ、地域で自分らしく安定した生活ができることを目的として実施しています。

●日時　毎月 第２木曜日（6月13日）9時30分～11時30分

●対象　統合失調症を中心とする精神障がい者で定期的に通院している方

●場所　区役所2階 集団検診室

●内容　ミーティング・ゲーム・料理・生活技能訓練（SST）など

●費用　無料

●申込　電話　※事前にお話を聞かせて頂きます

●問合　保健福祉課（地域保健活動）電話　6576-9968　FAX　6572-9514

◎イベント

○みんなで楽しくウォーキング！

【ウォーキングイベント参加者募集！】

●日時　６月１７日（月）10時～12時頃※雨天中止

●集合　市岡西公園（港区役所裏の公園）10時（時間厳守）

●解散　八幡屋公園 12時頃

●定員　 50名（先着順）

●コース　港区役所～福栄橋～池島公園～八幡屋公園　約3.2㎞

●申込　電話

●締切　6月13日（木）

●費用　無料

●問合　保健福祉課（地域保健活動）　電話6576-9968

◎お知らせ

○小・中学校の教科書展示会

保護者や市民の方に教科書への関心をもっていただくため、教科書の見本を展示します。

本年度は、令和２年度から小学校で使用する全ての教科書を採択します。外国語（英語）の教科書も加わります。

●日時　6月4日（火）～30日（日）9時30分～21時30分

●場所　ゆめホーム「ゆめ」かなえる港区民センター1階 ロビー、教科書センター

●展示　令和2年度から使用する小学校の教科書見本、平成28年度から（「道徳」は平成31年度から）使用している中学校の教科書見本　※教科書は閲覧のみで貸し出しはできません。

●問合　大阪市教育委員会事務局 指導部 初等教育担当　電話6208-8174

○6月は「就職差別撤廃月間」です～しない　させない　就職差別～

就職の面接で、本人や家族の出身地や職業、思想・信条などについて質問することは、本人に責任のない事項や本来自由であるべき事項で応募者を判断することになり、就職差別につながるおそれがあります。

大阪府では、６月を「就職差別撤廃月間」と定め、啓発活動に取り組んでいます。就職の機会均等を保障することの大切さについて皆さんのご理解をお願いいたします。

【就職差別110番】

採用面接時等の差別について、相談・関係機関の紹介等を行います。

●電話による相談・・・電話6210-9518（受付10時～18時）

●Eメールによる相談・・・メールrosei-g04@sbox.pref.osaka.lg.jp

●問合　大阪府商工労働部雇用推進室　電話 6210-9518

◎募集中です！

○港区健康月間にご協力いただける企業・団体を募集します！

11月は港区健康月間です

港区保健福祉センターでは、健康・運動・食育に関するいろいろな取り組みを実施します。健康月間の意義に賛同し、11月の１か月間、港区保健福祉センターの健康づくりの取り組みにご協力いただける企業・団体を募集します。区民の皆様の健康づくりのためにぜひご協力ください！

●募集期間　6月1日（土）～7月31日（水）

●問合　保健福祉課（保健衛生）電話 6576-9882　　FAX 6572-9514

URL　http://www.city.osaka.lg.jp/minato/page/0000456289.html

◎子育て

○保育所（園）・認定こども園・幼稚園を体験しよう！

港区内の保育所（園）・認定こども園・幼稚園では、毎月所庭（園庭）を開放しています。開放日など年間の予定表は、区役所1階と3階の子育て情報コーナーに設置しています。また、港区ホームページにも掲載しています。

●対象　就学前のこどもと保護者

●申込　各施設にお問い合わせください

●問合　保健福祉課（子育て支援室） 電話6576‐9844　FAX　6572‐9514

○児童手当を受給している方へ

【「児童手当現況届」のお知らせ】

現在、児童手当を受給している方に「現況届」をお送りします。必要書類を揃えて、６月中に保健福祉課（福祉）へ提出してください。提出されない場合は、令和元年６月分（令和元年１０月支払い分）以降、手当の支給が停止されます。そのまま２年が経過すると、時効となり受給権がなくなりますので、ご注意ください。

●問合　保健福祉課（福祉）　電話6576-9857　FAX　6572-9514

○ひとり親家庭の就職相談

【ひとり親家庭サポーターによる就業相談】

ひとり親家庭及び寡婦の方を対象に、就業支援の専門的知識を持つ「ひとり親家庭等就業サポーター」が、就業情報を提供するとともに、きめ細やかな就業相談を行います。

また、離婚前相談、ひとり親家庭自立支援給付金の事前相談・申請受付も行っています。

●日時　毎週水曜・金曜　9時15分～17時30分

●場所　区役所3階 32番窓口

●費用　無料

●申込　あらかじめ電話でご連絡ください

●問合　保健福祉課（子育て支援）　電話6576-9857　FAX 6572-9514

○マタニティー期に楽しく学ぼう

【うぇるかむBaby！プレママ講座】

マタニティー期の生活や子育ての準備など、みんなで楽しく学んでみませんか。

●日時　6月20日（木）13時30分～

●内容・陣痛ってどんな感じ？　・マタニティ体操でリラックス♪　・母乳育児の準備・おっぱいケア　・授乳体験をしてみよう！

●場所　区役所2階 集団検診室

●対象　妊婦とパートナー

●申込　電話

●問合　保健福祉課（地域保健活動）電話 6576-9968　FAX 6572-9514

※パートナーの参加も大歓迎です！

※7月は7月18日（木）・28日（日）に開催

○うごく！

離乳食の悩みや不安を解消！

【離乳食講習会すくすく赤ちゃん教室】

離乳食のすすめ方のお話をします。参加者どうしの交流も楽しいですよ♪

●日時　6月5日（水） 13時30分～15時

●場所　区役所2階 集団検診室

●費用　無料

●申込　不要

●対象　月齢5〜7か月の赤ちゃんと保護者

●問合　保健福祉課（保健衛生）電話 6576-9882　FAX 6572-9514

◎読者コーナー　ちょっと言わせて〜ナ♪

今月のテーマは 「令和になって期待すること」

○古いしきたりでも良いものを守っていきながら、新しいしきたりを作り出し”新旧が入り混じった住み良い社会”特に礼節を重んじる社会を期待したい（62歳・男性）

○先進国の中でも、子育て支援がまだまだな日本ですが、未来のためにも、子どもが健やかに育つ環境、制度を整えていって欲しいです。（40歳・女性）

○景気良くなれ！（41歳・男性）

○「港区の発展」万博や電車の延長で今まで以上に港区がフォーカスされることは間違いないので、恥じないようなまちづくりを皆で心がけたいですね！（41歳・女性）

○平成の最後に第一子を出産し、初めての育児で毎日大変でしたが、地域の支援センターや区役所のイベントで出会う方にたくさん支えて貰いました。令和になっても更に子育て世代に優しい取り組みが増えるといいなと思います

　（29歳・女性）

次回のテーマは「夏を快適に過ごす方法」。たくさんのご応募お待ちしています。

ハガキ又はメールに、【必要事項】（2頁上部参照）と左記の次回のテーマについてのコメントを記入し、ご応募ください。

●締切　6月10日（月）消印有効

●問合せ　〒552-8510（住所不要）区役所総務課（総合政策・公民連携）迄

メール　minato-koho@city.osaka.lg.jp

○プレゼント

【「海遊館」海遊館入館チケット】3組・6名様

生きものの世界をリアルに感じることができる新体感エリアなどたくさんの感動に出会える海遊館。かわいくてキュートないきものを“ぎゅぎゅっ”と集めた企画展示「ぎゅぎゅっとキュート」も開催中！

●時間　10時～20時（年内休館日なし） ※最終入館は閉館の1時間前まで

●料金　大人（高校生・16歳以上）　2,300円、子ども（小、中学生）1,200円、幼児（4歳以上）600円、シニア（60歳以上・要証明）2,000円 ※障がい者手帳をお持ちのご本人と介護者1名は入館料が半額(シニアの方は大人料金の半額)

●問合　海遊館インフォメーション　06-6576-5501

●応募方法

ハガキ又はメールにて【必要事項】と「ちょっと言わせて〜ナ」の次回のテーマ「夏を快適に過ごす方法」を記入し、ご応募ください。

●締切　6月10日（月）消印有効

●問合　〒552-8510（住所不要）区役所総務課（総合政策・公民連携）迄

メール　minato-koho@city.osaka.lg.jp

※当選の発表は発送をもって代えさせていただきます。ご意見・ご感想は「ちょっと言わせて〜ナ」に掲載する場合があります。

●問合　総務課（総合政策・公民連携）電話　6576-9683

◎お知らせ

○平成31年度の国民健康保険料が決定しました

平成31年度（平成31年4月～令和2年3月）国民健康保険料の決定通知書を、お住まいの区役所から6月中旬に送付します。6月中に届かない場合はご連絡ください。なお、前年中所得が一定基準以下の世帯や、災害、退職や廃業等による所得の減少等で保険料を納めるのがお困りの方は、保険料の軽減・減免ができる場合があります。詳しくはお住まいの区の区役所へお問い合わせください。

平成31年度の国民健康保険料は次の表により計算した金額が年間保険料となります。

●平成31年度国民健康保険料（年額）

【医療保険料】

平等割保険料（世帯あたり）　29,380円

均等割保険料（被保険者あたり）被保険者数×22,265円

所得割保険料　算定基礎所得金額×7.93％

最高限度額　58万円

【後期高齢者支援金分保険料】

平等割保険料（世帯あたり）10,506円

均等割保険料（被保険者あたり）10,506円×7,962円

所得割保険料　算定基礎所得金額×2.87％

最高限度額　19万円

【介護分保険料率】

平等割保険料（世帯あたり）6,042円

均等割保険料（被保険者あたり）介護保険第2号被保険者数×11,326円

所得割保険料　算定基礎所得金額×2.68％

最高限度額　16万円

※介護分保険料は、被保険者の中に40歳～64歳の方（介護保険第2号被保険者）がいる世帯のみにかかります。

※算定基礎所得は、平成30年中総所得金額等-33万円となります。

※世帯の所得割は、被保険者（介護保険料の所得割は介護保険第2号被保険者）ごとに計算した所得割の合計額となります。

●保険料の改定

平成30年度からの国民健康保険の都道府県単位化に伴い、大阪府が算定する「事業費納付金」及び「標準保険料率」に基づき、「府内統一保険料率」となるよう改定します（2023年度までの経過措置期間あり）。府の算定結果に基づき一人当たり平均保険料を算出したところ、国の追加公費などの財源を活用してもなお5.61％もの大幅な伸びとなったため、暫定的な措置として、一般会計からの任意繰入による激変緩和措置を講じ、一人当たり平均保険料を平成30年度と同額に据え置いています。

●問合　窓口サービス課（保険年金・保険）　電話6576-9956

○介護保険負担限度額証等の更新について

介護保険を利用して、介護保険施設などへの入所や短期入所をした場合の食費・居住費の負担軽減の認定証、および社会福祉法人などによる利用者負担軽減の確認証の有効期限は７月３１日です。更新を希望される方は、６月28日までに申請を行ってください。

【判定要件】

●世帯全員及び配偶者とも市町村民税が非課税であること

●本人及び配偶者の預貯金等については、単身の場合は1000万円以下、夫婦の　場合は、2000万円以下であること

●利用者負担段階2段階適用の要件に非課税年金収入額も勘案すること

　世帯全員が市町村民税非課税で、

　本人の合計所得金額＋課税年金収入額＋非課税年金額が80万円以下の方

【必要書類】

●確認できる書類（通帳等）

※非課税年金(遺族年金・障がい年金)を受給されておられる方は、年金収入額と基礎

　年金番号の申告が必要となります。年金振込通知書等の写しを添付してください。

●問合　保健福祉課（介護保険）　電話6576-9859　FAX 6572-9514

◎相談

○港区役所での相談

【弁護士による法律相談】　要予約

●日時　第1・第3火曜日（6月4日・18日）※8名定員、第2・第4火曜日（6月11日・25日）※16名定員　13時～17時

●場所　区役所　1階相談室

●予約　電話　※当日9時より受付

●問合　総務課（総合政策・公民連携）電話6576-9978　FAX 6572-9511

【行政相談】

●予約　不要

●日時　第1木曜日（6月6日）14時～16時

●場所　区役所1階　相談室

●問合　総務課（総合政策・公民連携）　電話6576-9978　FAX 6572-9511

【精神科医による相談】要予約

●日時　6月13日（木）14時～

●場所　区役所　3階相談室

●予約　電話　※要予約、事前にお話をお聞かせいただきます

●問合　保健福祉課（地域保健活動）電話 6576-9968 FAX 6572-9514

【花と緑の相談】

●日時　第2水曜日（6月12日）14時～15時30分

●場所　区役所　5階会議室

●予約　不要

●問合　協働まちづくり推進課（安全・安心）　電話 6576-9787 FAX 6572-9512

○守られていますか？ あなたの人権！

【人権擁護委員による特設人権相談】

人権問題で悩みごと・困りごとがあればひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。秘密は厳守します

●日時　6月21日（金）13時30分～16時

●場所　区役所5階 503会議室

●問合　大阪第一人権擁護委員協議会　電話　6942-1489　FAX　6943-7406

○令和元年度　個人市・府民税の納税通知書を送付します

令和元年度の個人市・府民税の納税通知書を６月上旬に送付します。

第１期分の納期限は、7月1日（月）です。市税の納付には安全・確実・便利な口座振替・自動払込（Webでの申込もできます）をぜひご利用ください。

なお、会社等にお勤めの方（給与所得者）の個人市・府民税額は、勤務先を通じて税額決定通知書を送付し、毎月の給与から差し引き（特別徴収）されます。

●問合　弁天町市税事務所　市民税等グループ（個人市民税担当）　電話4395-2953

○第68回よい歯のコンクールを開催しました！！

令和元年5月13日（月）港区保健福祉センターでよい歯のコンクール港区地区代表審査会と表彰式を行いました。昨年度3歳児歯科健診を受診された483組の中から選ばれたよい歯をお持ちの8組の親子を対象に審査をおこない港区代表1組と優良2組を選出しました！！

「よい歯のコンクール」では歯と口の健康週間事業の一環として親子でそろってよい歯を持つ方の表彰を港区歯科医師会と港区保健福祉センターが実施しています。

親と子の健康の保持増進・歯科保健に対する日常生活習慣の向上を目指して、親子で頑張ってみましょう。

●問合　保健福祉課（保健衛生） 電話　6576-9882　FAX　6572-9514

◎健康

○6月はゴキブリ防除強調月間です

ゴキブリは、食中毒や感染症の病原体を媒介することがあり、注意が必要です。

日ごろから台所、食堂、調理場などの整理整頓・清掃によりゴキブリが生息できない環境をつくりましょう。

詳しくは担当までお気軽にご相談ください。

●問合　保健福祉課（保健衛生）　電話 6576-9973　FAX 6572-9514

○歯周病は「沈黙の病気」　歯周病検診を受けましょう

大阪市では、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方を対象に、歯周病検診を実施しています。

●今年の対象者　昭和24年、29年、34年、39年、44年、49年、54年生まれの大阪市民の方

●検査項目　問診、口腔内診査

●料金　500円

●受診方法　市内歯周病検診取扱歯科医療機関へ直接電話で予約申込みをしてください。

※勤務先等で同程度の検診を受診できる方及び歯科治療中の方は除く

※虫歯治療や歯石の除去などの行為は含まれません

※生活保護世帯に属する方、市民税非課税世帯の方は、証明書の提出により無料で受診できます

●問合　保健福祉課（保健衛生）電話6576-9882　FAX6572-9514

○区役所での各種健康診査（区民対象）

要予約。定員になり次第、受付を終了します。場所はいずれも区役所2階。

【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）

●対象　40歳以上

●費用　1,500円

●日時　7月7日（日）13時30分～14時30分、7月23日（火）18時30分～19時30分

胃がん（胃部X線検査）※2

●対象　40歳以上

●費用　500円※取扱医療機関は1,500円

●日時　8月11日（日）9時30分～10時30分、9月7日（土） 9時30分～10時30分

大腸がん（免疫便潜血検査）

●対象　40歳以上

●費用　300円

●日時　8月11日（日）9時30分～10時30分、9月7日（土）9時30分～10時30分

肺がん（胸部X線検査）（喀痰検査）

●対象　40歳以上

●費用　無料（喀痰400円）

●日時　8月11日（日）9時30分～10時30分、9月7日（土） 9時30分～10時30分

骨粗しょう症検診

●対象　18歳以上

●費用　無料

●日時　6月23日（日）9時30分～10時30分、7月7日（日）13時30分～14時30分、7月23日（火） 18時30分～19時30分

結核健診（予約不要）

●対象　15歳以上

●費用　無料

●日時　6月5日（水）10時～11時、7月1日（月）10時～11時

歯科健康相談（予約不要）

●費用　無料

●日時　6月3日（月）9時30分～10時30分、13時30分～14時30分

　　　　8月26日（月） 9時30分～10時30分

特定健康診査（予約不要）※3

●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※受診券と保険証が必要

●日時　6月3日（月）9時30分～11時、8月11日（日）9時30分～11時、9月7日（土）9時30分～11時

※1 がん検診は、取扱医療機関でも受診できます。詳しくは、担当まで。

老人医療証、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。詳しくはお問い合せください。

※2 胃がん検診は、50歳以上の方は「胃部Ｘ線検査」と取扱医療機関において「胃内視鏡検査」のいずれかを選択して受診することができます。

※3 特定健診は、取扱医療機関でも受診できます（要予約）。

●問合　保健福祉課（保健衛生）電話　6576-9882　FAX 6572-9514