

今月のお知らせ

国民健康保険の届出をお忘れなく

就職などで国民健康保険を脱退されることや、退職などで国民健康保険へ加入される時は、事実の発生したときから14日以内に届出が必要です。国民健康保険では、自動的に加入や脱退の手続きがされることはありませんので、必ず届出をしてください。

なお、加入の届出が遅れた場合は、加入しなければならない事実が発生したときまでさかのぼって(最長2年間)保険料を納めていただきますが、給付については、やむを得ない理由がある場合を除き、届出日からとなります。

問 窓⑧サービス課(保険年金)窓⑧番
☎6682-9956

固定資産税に関する縦覧を行います

区内に土地または家屋をお持ちの方は、あべの市税事務所で、土地または家屋の令和2年度の価格等を記載した縦覧帳簿を縦覧できます。なお、縦覧については、所有資産の所在する区の縦覧帳簿に限ります。

日 4月1日～4月30日(土曜・日曜・祝日を除く)
9:00～17:30(金曜は19:00まで)

場 あべのメディックス12階(阿倍野区旭町1-2-7)

持 ・本人確認ができるもの(運転免許証等)

または納税通知書

・代理人縦覧の場合は委任状

問 あべの市税事務所 固定資産税グループ
☎4396-2957(土地)、2958(家屋)

市・府民税の申告は3月16日(月)まで

個人市・府民税について、毎年1月1日現在に大阪市内に住所がある(お住まいの)方のうち、一定の要件に該当する場合は、前年1月1日から12月31日までの所得金額などを記載した申告書を、申告期限である3月16日(月)までに、各市税事務所(船場法人市税事務所を除く)へ郵便等による送付または窓口への持参によりご提出ください。なお、各区役所にも臨時申告会場を開設し、申告の受付を行っています。

また、前年中に所得がなかった方や、個人市・府民税が非課税となる方でも、国民健康保険・福祉・公営住宅・教育関係の制度などにおいて所得の申告が必要な場合や、課税(所得)証明書が必要な場合などは、個人市・府民税の申告が必要となりますので、期限内に申告をしてください。

問 あべの市税事務所 市民税等グループ
個人市民税担当 ☎4396-2953

特定健診の受診はお早めに!

40歳以上の大阪市国民健康保険加入者(今年度内に40歳になる方を含む)を対象に、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の発症や重症化を予防するために無料で受診できる特定健診を実施しています。対象の方には、緑色の封筒で「受診券」を送付しています。受診券の有効期限は3月末(今年度内に75歳になられる方はお誕生日の前日まで)となっていますので、それまでに受診をお願いします。

問 窓⑧サービス課(保険年金)窓⑧番
☎6682-9956

春の火災予防運動が始まります!!

「ひとつずつ いいね!で確認 火の用心」3月1日(日)から3月7日(土)の1週間、全国一斉に春の火災予防運動が行われます。3月は建物火災が多く発生します。春は空気が乾燥し風の強い日も多くなります。火災の怖さは近隣への被害拡大、一度に多くの方が犠牲になるケースも少なくありません。

命を守る7つの重要ポイント

- 1 寝たばこは絶対やめる
- 2 ガスコンロなどのそばを離れる際の火の確認
- 3 ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用する
- 4 住宅用火災警報器を設置し、逃げ遅れを防止する
- 5 火災を初期消火するために、住宅用消火器等を設置する
- 6 寝具・カーテン等からの火災を防ぐために、防災のものを使用する
- 7 近所で協力できる体制をつくり、お年寄りや身体の不自由な人を守る

問 住之江消防署 ☎6685-0119

障がいのある方の交通乗車証及びタクシー給付券の交付について

障がいのある方等の交通乗車証及びタクシー給付券交付中の方へ、新年度分を3月末日までに新券を書留で送付、または窓口交付の方には案内を送付します。

問 窓③保健福祉課 窓口③番 ☎6682-9857

子育て情報

母親教室 **無料** **予約不要**

日 3月9日(月)・3月16日(月) 13:30～15:30

内 保健師 妊娠中の過ごし方
赤ちゃんを迎える準備

栄養士 赤ちゃんとお母さんの栄養について

助産師 お産の進み方について

(3月16日「妊婦歯科健診」併設)

対 7月頃出産予定の方

(6月予定以前の方もぜひどうぞ)

持 母子健康手帳・筆記用具・テキスト「わくわく」

他 1回目(3月9日)ストレッチあり

動きやすい服装でお越しください♪

赤ちゃん交流会 **無料** **予約不要**

日 3月16日(月) 13:30～15:00

内 情報交換と交流会・育児相談・身体計測

対 1～3ヶ月のお子さんと保護者

場 保健福祉センター分館2階

問 窓③保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番
☎6682-9968



子育て支援室の

わくわく子育て

何かに悩んだり落ち込んだりした時に、「だいたいじょうぶだよ!!」と声をかけられて心がスッと楽になったことはありませんか? 「なんでこんなに悩んでたんだろ〜」って、魔法のように悩みが消えたりしませんか? 「だいたいじょうぶ」以外にもそんな魔法の言葉はたくさんあると思います。一人で考えこまず、身近な人や相談できる相手に話を聞いてもらって、気持ちをスッキリさせることって大事ですよ。

子育てをしていると、「抱っここの仕方がわからない」「着替えさせ方が難しい」「ミルクや離乳食の量は?」「体重が増えすぎ?」「体が小さいかな?」「寝返りが遅い?」「外への連れ出し方は?」「動きすぎ?」などなど悩みはつきません。子育てに慣れてくると気にならな

子育てに関するご相談は、お気軽に子育て支援室をご利用ください

「魔法の言葉」

なることが、新米ママやパパには大問題になることも。

子どもは育児書やインターネットなどの情報通りには成長しない事が多いし、同じ月齢でも同じように育ってはいかないもの。子育てでも、周りと比べて不安になったり、自分を責めて落ち込んだりする前に、「だいたいじょうぶ!間違っていないよ!がんばってるね!」などと魔法の言葉をかけてもらえるといいですね。

子育て支援室でも魔法の言葉といっしょに、皆様の相談にお答えします。いつでもお電話ください。楽しく子育てができるよう!応援しています(#^^#)

問 窓③保健福祉課 窓口③番
☎6682-9878・9880(子育て支援室)

子ども子育てプラザ

参加費無料・自由参加

◆絵本の読み聞かせ

3月5日・4月2日(木) 10:30～11:00

◆外国にルーツを持つ子どもの

日本語・学習支援♪ハロハロ♪

3月7日・14日・21日・28日(土) 13:30～15:30

◆南港出前講座「親子あそび」

～ATCママのフォレストパークにて～

3月13日(金) 10:30～11:15

◆児童「アクアビーズ工作」

3月14日(土) 14:45～15:45

◆ブックスタート(電話で随時受付)

3月18日(水) 10:30～11:00

◆すくすく成長測定の日

～子どもの発達記録を残しましょう～

3月21日(土) 10:30～11:30(受付は11:15まで)

◆子育て何でも相談

～助産師さんによる子育て相談～

3月21日(土) 10:30～11:30(受付は11:15まで)

◆児童「卓球教室」

3月21日(土) 14:45～15:45

◆おもちゃ病院

(おもちゃドクターによるおもちゃの修理)

3月22日(日) 13:00～16:00(受付は15:30まで)

申・問 子ども子育てプラザ ☎・☎6674-5405 〒559-0006 浜口西3-4-22 休館日…月曜・祝日