【広報さざんか2021年7月号1面】

2021年7月号　№302

編集／発行　住之江区役所　総務課(ICT・企画)

　　　　　　〒559-8601　大阪市住之江区御崎3丁目1番17号

　　　　　　☎6682-9992　FAX6686-2040　おかけ間違いにご注意ください

区役所開庁時間

　月曜～木曜　9時～17時30分　金曜9時～19時(ただし17時30分以降は一部窓口のみ)

　毎月第4日曜　9時～17時30分(一部窓口のみ)

ＱＲのＵＲＬ＝http://www.city.osaka.lg.jp/suminoe/index.html

EXPO　2025　OSAKA,KANSAI,JAPAN

7月号の主な記事

区政会議特集　2～3面

各種相談　5面

生涯学習ルーム　8面

地活協通信　12面

内容について令和3年6月16日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の影響により現在は変更となっている場合があります。

--------------------------------------------------------------------------------

新型コロナウイルス感染症

ワクチン接種のご案内

住之江区内の接種会場

医療機関で接種する個別接種や、国・府が運営する接種会場など、その他の接種会場等については9面をご覧ください。

65歳以上の方へ

接種券の発送は完了しています。

65歳以上の市民の方であればどなたでも予約していただけます。

21～64歳の方へ

接種券を順次発送しています。

接種券が届いた市民の方であれば、インテックス大阪を予約していただけます。（年齢不問）

詳しくはこちら

ＱＲのＵＲＬ＝https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000524920.html

※年齢は令和4年3月31日現在です。

--------------------------------------------------------------------------------

インテックス大阪会場を是非ご利用ください！

インテックス大阪（1号館）【南港北1丁目】

接種時間　9:00～21:00(土日祝含む)

アクセス

・最寄り駅：Osaka　Metroニュートラム「中ふ頭」

・無料シャトルバスあり

駐輪場駐車場完備！

・無料駐輪場、駐車場あり

夜間も開設！会場が広く、車いすでも安心！

ワクチン種類　武田／モデルナ社製

予約方法

①電話：大阪市新型コロナワクチンコールセンター　☎0570-065670　または　☎06-6377-5670

②Web予約：予約システム「接種予約サイト」

ＱＲのＵＲＬ＝https://osaka.v-yoyaku.jp/login

--------------------------------------------------------------------------------

すみのえ舞昆ホール【区役所2階　住之江区民ホール】

アクセス

・Osaka　Metro四つ橋線「住之江公園」徒歩約10分

・南海本線「住吉大社」徒歩約10分

・大阪シティバス「住之江区役所前」下車すぐ

開設時間(2会場共通)

月～土曜：午後のみ／日曜・祝日：午前および午後

予約方法(2会場共通)

①電話：大阪市新型コロナワクチンコールセンター　☎0570-065670　または　☎06-6377-5670

②Web予約：予約システム「接種予約サイト」

ＱＲのＵＲＬ＝https://osaka.v-yoyaku.jp/login

ワクチン種類(2会場共通)　ファイザー社製

南港ポートタウン管理センター【4階大会議室】

アクセス

・Osaka　Metroニュートラム「ポートタウン東」徒歩約3分

開設時間(2会場共通)

月～土曜：午後のみ／日曜・祝日：午前および午後

予約方法(2会場共通)

①電話： 大阪市新型コロナワクチンコールセンター　☎0570-065670　または　☎06-6377-5670

②Web予約：予約システム「接種予約サイト」

ＱＲのＵＲＬ＝https://osaka.v-yoyaku.jp/login

ワクチン種類(2会場共通)　ファイザー社製

イラスト吹き出し＝公共交通機関をご利用ください。

※接種2回目の予約申込みは、1回目の接種後、会場で予約を受け付けています。

問合せ

大阪市新型コロナワクチンコールセンター(受付時間 9:00～21:00　土日祝含む)☎0570-065670　または　☎06-6377-5670

--------------------------------------------------------------------------------

【募集】みなさんの感謝の気持ちをSNSで発信しよう！　～おおきにプロジェクト～

これまで経験したことのない事態が続き、不安な毎日をお過ごしの方も多いかと思います。

そんな困難な状況だからこそ、まわりの方に感謝の気持ちを伝えてみませんか？

「毎朝、通学路で見守ってくれてありがとう！」

「いつも笑顔でいてくれてありがとう！」

あなたが感じた感謝の気持ちを、ぜひ投稿してください♪

詳しくはこちら

ＱＲのＵＲＬ＝https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000524920.html

発信方法はとっても簡単！！

1.写真または動画を撮る

2.本文に伝えたい感謝の気持ちを書く

3.「＃ありがとう　＃住之江区　＃サンクスミノエ」をつけてあなたのTwitterまたはFacebookで投稿

--------------------------------------------------------------------------------

【広報さざんか2021年7月号2面(特集)】

新しい区政会議委員を募集します！

区政会議は、公募で選ばれた10名と各地域の地域活動協議会から推薦された14名のあわせて24名の委員で構成されています。改選にあたって、公募委員10名を募集します。

応募資格

18歳以上(令和3年10月1日時点)で、住之江区にお住まい、または、通勤・通学されている方。

※ただし大阪市職員及び大阪市暴力団排除条例で定める暴力団員または暴力団密接関係者は応募できません。

任期

2年間(令和3年10月1日～令和5年9月30日まで)

開催回数

年間6回程度(部会を含む)

開催時間

平日の夜間　1回あたり1～2時間程度

開催場所

住之江区役所(すみのえ舞昆ホールまたは会議室)

募集期間

7月1日(木)～7月30日(金)

応募方法

所定の申込書に必要事項をご記入のうえ、持参・郵便・FAX・メールいずれかにより応募してください。 詳しくは区ホームページをご覧いただくか、問い合わせ先までお問い合わせください。

◎書類および面接(8月実施予定)による選考があります。

◎報酬はありません。

区ホームページはこちら

ＱＲのＵＲＬ＝https://www.city.osaka.lg.jp/suminoe/page/0000537498.html

問合せ　区総務課　窓口42番　☎6682-9909

--------------------------------------------------------------------------------

区政会議とは？

　「ありがとう」が聞こえるまち、住之江区をめざして、区民のみなさまに住之江区の取組みを知っていただくとともに、取組みの成果や課題などについてご意見・評価をいただく会議です。

　住之江区では、委員全体で開催する「全体会」のほかに、テーマごとに分かれてご議論いただく「部会」も開催しています。

　「部会」については、本年4月に策定した「住之江区将来ビジョン」で、住之江区がめざすまちの将来像を実現するための施策としている3つの柱(育(はぐく)む・愛(いつく)しむ・備(そな)える)をベースとした「育む部会」「愛しむ部会」「備える部会」の3部会を設置します。

将来ビジョンはこちら

ＱＲのＵＲＬ＝https://www.city.osaka.lg.jp/suminoe/page/0000535660.html

--------------------------------------------------------------------------------

全体会

各部会

A　育む部会

子どもたちが輝くまちづくり

・子育てのステージに応じた支援の提供

・みんなで子育てを楽しめる環境づくり

・学ぶ力の育成

・未来を切り拓く力の育成　など

SDGsアイコン

1、3、4、5、8、10、16

各部会

B　愛しむ部会

すべての人が自分らしく暮らせるまちづくり

・地域活動の一層の活性化

・地域への誇りと愛着の醸成

・寄り添い支える仕組みの充実

・安心を提供する身近なネットワークの強化　など

SDGsアイコン

1、3、4、5、8、10、11、16

各部会

C　備える部会

安全・安心なまちづくり

・自助、近助、共助の一層の促進

・災害にしっかりと対応できる環境整備

・犯罪にあわないための意識の醸成

・犯罪を未然に防ぐまちの環境整備　など

SDGsアイコン

1、9、11、13、16

住之江区ではSDGsの理念に賛同し、各施策においてSDGsの17ゴールの達成をめざしています。

--------------------------------------------------------------------------------

持続可能な開発目標(SDGs)とは

　2001年に策定されたミレニアム開発目標(MDGs)の後継として、2015年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された2016年から2030年までの国際目標です。

　持続可能な世界を実現するための17のゴール・169のターゲットから構成され、「誰一人取り残さない」社会の実現をめざし、経済・社会・環境をめぐる広範な課題に総合的に取り組むものです。

みんなで続ける「ありがとう」 があふれるまち住之江区をめざして

SUSTAINABLE　DEVELOPMENT　GOALS

1　貧困をなくそう

2　飢餓をゼロに

3　すべての人に健康と福祉を

4　質の高い教育をみんなに

5　ジェンダー平等を実現しよう

6　安全な水とトイレを世界中に

7　エネルギーをみんなにそしてクリーンに

8　働きがいも経済成長も

9　産業と技術革新の基盤をつくろう

10　人や国の不平等をなくそう

11　住み続けられるまちづくりを

12　つくり責任つかう責任

13　気候変動に具体的な対策を

14　海の豊かさを守ろう

15　陸の豊かさも守ろう

16　平和と公正をすべての人に

17　パートナーシップで目標を達成しよう

--------------------------------------------------------------------------------

【広報さざんか2021年7月号3面(特集)】

令和2年度　区政会議の活動報告

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和3年2月に開催を予定していた各部会が中止となりましたが、令和2年度の開催状況としては、6月・10月に各部会を開催し、7月・11月・3月に全体会を開催しました。

子ども・教育部会

魅力・ブランド部会

安全・安心部会

福祉・健康部会

↓

全体会

各部会での議題

・コロナ禍の学校再開に向けての課題や取組みについて

・令和元年度住之江区運営方針振返り(案)について

・令和3年度に向けた施策及び区運営方針の方向性について

全体会での議題

・各地域活動協議会の紹介

・住之江区将来ビジョン(案)について

・令和3年度住之江区運営方針(案)について

・令和3年度に向けた施策及び区運営方針の方向性について

区政会議でのご意見のほか、住之江区民アンケートを実施し広くご意見をお聞きしています。

--------------------------------------------------------------------------------

区政会議以外にも…

「区民アンケート」で区政に対するご意見をお聞きします！

「区民アンケート」とは？

区民の皆さまのご意見やご要望を広くアンケートでお聞きし、区政を進めるうえでの参考としています。

区民アンケートは住民基本台帳から無作為に選ばれた18歳以上の区民の方へのご協力依頼によって実施されています。

令和2年度は、全3回のアンケート調査を実施しました。お寄せいただいたご意見等は、令和3年度の運営方針に反映させるなど、今後の事業実施や区政運営の参考とさせていただいております。

イラスト吹き出し＝アンケートへのご協力をお願いします

令和2年度　区民アンケート

昨年度はこんなことをお聞きしました

(1)ICTに関するアンケート

　コロナ禍における集客イベントや訪問事業等の新たな実施方法としてICT機器の活用を検討しています。また、災害時の情報収集方法としてICT機器の活用が不可欠となっています。

　そこで、皆さまのICT機器の保有状況や利用状況などについて質問しました。

(2)防災に関するアンケート

　災害時においては、その種類や地域特性、ご自宅の災害リスクなどに応じて避難行動が変わります。

　特に、コロナ禍においては「3密」を回避するため、避難所だけでなく自宅避難や親戚・知人宅などへの避難(分散避難)の検討も必要になります。

そこで、災害時における避難に関するお考えなどについて質問しました。

(3)地域福祉に関するアンケート

　あらゆる人が地域で安心して暮らしていくことのできる社会の実現に向け、高齢者や障がいのある方など、すべての人々が、お互いに支え合い、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを送ることができる地域づくりをめざしています。

　そこで、今後の取組みの参考にさせていただくため、地域福祉活動の認知度などについて質問しました。

令和3年度

区民アンケートを実施します

区民の皆さまのご意見やご要望を広くお聞きし、区政を進めるうえでの参考とするため、「区民アンケート」を実施します。

時期　令和3年8月、12月(予定)

問合せ　〒559‒8601 御崎3–1–17　区総務課(総務)　窓口41番　☎6682‒9683　FAX6686‒2040

--------------------------------------------------------------------------------

--------------------------------------------------------------------------------

【広報さざんか2021年7月号4面】

今月のお知らせ

くらしアシスト住之江

　経済的な問題などで生活にお困りの方にお話をうかがい、解決をめざした計画づくりのお手伝いを行います。

例えば…

・多額の借金があり、払えない。

・最近仕事をなくし、家賃や生活のことで困っている。

・引きこもりの家族がいて心配だ。

・中学3年生の子どもの進路などに悩んでいる。

・仕事をしたいが見つからず、困っている。

　ご相談内容によっては、関係機関をご案内させていただきます。悩まずご相談ください。

　予約された方を優先しますので、お電話でご連絡ください。

問合せ　くらしアシスト住之江　窓口26番　☎6682-9824

国民健康保険高齢受給者証を更新します

　大阪市国民健康保険に加入の70歳から74歳までの方に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月中に届かない場合は、お問合せください。

　なお、今回の更新から高齢受給者証のサイズが、はがきサイズからカードサイズに変更となります。

問合せ　区窓口サービス課(保険年金)　窓口8番　☎6682-9956

介護保険料決定通知書及び介護保険負担割合証を送付します

【介護保険料決定通知書について】

　65歳以上の方(介護保険の第1号被保険者)で、年金からのお支払いにより保険料を納めていただいている方に、介護保険料決定通知書を7月中旬に送付します。

　また、口座振替や納付書等で保険料を納めていただいている方には、4月に決定通知書を送付しましたが、保険料段階の変更や納付方法が年金からのお支払いに変更となる方には改めて送付します。

【介護保険負担割合証について】

　要介護・要支援認定を受けている方及び総合事業の事業対象者の方全員に、令和3年8月から令和4年7月までの期間の介護サービス等を利用したときの自己負担割合(1割から3割)を記載した「介護保険負担割合証」を7月中旬に送付します。

　介護サービス等を利用する際に、「介護保険被保険者証」と併せてサービス提供事業者に提示をお願いします。

問合せ

介護保険料コールセンター　☎7777-4765　7月16日(金)～30日(金)9:00～17:30(土日祝を除く)

区保健福祉課(介護保険)　窓口4番　☎6682-9859

すみのえ舞昆ホール及び住之江会館のインターネット予約を開始します

　7月26日(月)から、すみのえ舞昆ホール(区民ホール)及び住之江会館の利用予約申込みについて、インターネットからもお申込みいただけるようになります。なお、利用には事前の利用者登録が必要です。7月5日(月)からホールもしくは会館の窓口で利用者登録の受付を行いますのでお申し込みください。

問合せ　区協働まちづくり課　窓口43番　☎6682-9734

すみのえ未来塾、塾生募集！　無料　要申込

　住之江区では、チャレンジ精神や課題解決力を身につけることを目的としたワークショップを開催します。ボードゲームやカードゲームを使って楽しく学べるプログラムです。ぜひご参加ください。

日時

8月7日(土)住之江小学校内

8月10日(火)水都国際中学校内

いずれも10:00～17:00

対象　中学生、小学6年生

定員　各日10名程度　※申込み多数の場合は抽選となります。

締切り　8月2日(月)まで

詳しくはこちら

ＱＲのＵＲＬ＝https://www.city.osaka.lg.jp/suminoe/page/0000536889.html

問合せ　区協働まちづくり課(教育)　☎6682-9993

国民年金基金のご案内

　国民年金基金は、国民年金(老齢基礎年金)に上乗せする公的な制度です。国民年金の第1号被保険者(自営業などの人)で保険料を納めている20歳以上60歳未満の方や、60歳以上65歳未満の方、海外居住されている方で国民年金に任意加入している方が加入できます。掛金は、年末調整や確定申告の際、社会保険料として全額が所得から控除されます。また、受け取る年金にも公的年金等控除が適用されるなど、税制面で優遇措置があります。

問合せ　全国国民年金基金　大阪支部　☎0120-65-4192　9:00～17:30(土日祝を除く)

後期高齢者医療制度の新しい被保険者証と保険料決定通知書を送付します

　75歳(一定の障がいがあると認定された方は65歳)以上の方に、令和3年度の被保険者証(桃色)を7月上旬に簡易書留で送付します。現在の薄緑色のものは8月1日から使えなくなりますのでご注意ください。7月中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。

　また、後期高齢者医療制度の保険料決定通知書を7月中旬に送付します。保険料を年金からお支払いいただいている方は、口座振替による納付方法が選択できますので、お問合せください。

　なお、令和3年度保険料の均等割額の軽減について、令和2年度における7.75割軽減の区分は、令和3年度においては政令本則の7割軽減となります。

問合せ　区窓口サービス課(保険年金)　窓口8番　☎6682-9956

熱中症にご注意ください！！

　いよいよ夏本番、この時期は熱中症による救急搬送が多くなります。

　また、新型コロナウイルス感染症予防のためにマスクを着用する機会が多くなっています。

　マスクを着けていると体内の熱がこもりやすくなり、熱中症にかかるリスクも高くなってきますので注意しましょう。

大阪市消防局YouTube感染症対策編

ＱＲのＵＲＬ＝https://www.youtube.com/watch?v=5SSyADsuOg8&feature=emb\_logo

《予防が大切！》

　熱中症は、熱により身体の水分と塩分のバランスがくずれたり、体の調整機能が正常に働かなくなったりすることが原因で発症するため、過ごしやすい環境で無理をしない生活をすることが一番の予防策です。

　汗をかくような運動や作業をする場合は、屋外だけでなく、屋内にいる場合でもこまめに水分をとり、休憩を十分にとりましょう。

　気温が高い日や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用しましょう。

イラスト吹き出し＝こまめな水分補給などで、夏本番を乗り切ろう！

問合せ　住之江消防署　☎6685-0119

区役所窓口1階の混雑状況配信サイトをリニューアルしました！

　区役所ホームページ内で各種業務窓口のボタンをクリックすることにより、混雑状況やお呼出状況が分かるようになりました。

　区役所1階の窓口サービス課(住民登録、保険)窓口や保健福祉課(福祉、高齢・介護保険)窓口の混雑状況を把握できるようになりましたので、ぜひご利用ください。

写真吹き出し＝現在の待ち人数や受付番号が表示されます！

番号札のQRコードからもアクセスできます。

ＱＲのＵＲＬ＝http://yobidashi.jp/osaka-suminoe/sp/

--------------------------------------------------------------------------------

【広報さざんか2021年7月号5面】

各種相談

各種相談はすべて無料・秘密厳守です。マスクの着用にご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止・延期等になる場合があります。

相談内容　弁護士による法律相談　要予約

実施日時(受付時間)　7月6日(火)、13日(火)、27日(火)、8月3日(火)13:00～17:00

定員：16名　※27日は24名

申込：当日9:00～電話予約のみ。各回先着順。

場所　区役所4階　相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎6682-9683

相談内容　行政相談

実施日時(受付時間)　7月20日(火)13:00～16:00(15:00受付終了)

申込：当日窓口で受付。先着順。

場所　区役所4階　相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎6682-9683

相談内容　司法書士による法律相談

実施日時(受付時間)　7月19日(月)13:00～16:00(15:30受付終了)

定員：6名

申込：当日窓口で受付。先着順。

場所　区役所4階　相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎6682-9683

相談内容　不動産無料相談

実施日時(受付時間)　7月8日(木)13:00～15:00

定員：4名

申込：当日窓口で受付。先着順。

場所　区役所4階　相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎6682-9683

相談内容　社会保険労務士による市民相談

実施日時(受付時間)　7月15日(木)13:00～16:00(15:15受付終了)

定員：4名

申込：当日窓口で受付。先着順。

場所　区役所4階　相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎6682-9683

--------------------------------------------------------------------------------

【広報さざんか2021年7月号6面】

子育て情報

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止・延期、内容変更等になる場合があります。詳しくは、各担当のホームページやお電話にてご確認ください。

母親教室　無料　予約不要

日時

7月12日(月)・7月19日(月)いずれも13:30～15:30

7月19日「妊婦歯科健診」併設

歯科健診のみご希望の方は、14時までにお越しください

内容

保健師　妊娠中ってみんなどう過ごしてるの？

栄養士　赤ちゃんとお母さんの栄養

対象　11月頃出産予定の方(10月予定以前の方もぜひどうぞ)

持ち物　母子健康手帳・筆記用具・テキスト「わくわく」

その他

1回目(7月12日)ストレッチあり　 動きやすい服装でお越しください♪

2回目(7月19日)手拭きタオルをお持ちください。

赤ちゃん交流会　無料　予約不要

日時　7月19日(月)13:30～15:00

内容　情報交換と交流会・育児相談・身体計測

対象　1～3か月のお子さんと保護者

※各自飲料持参、マスク着用をお願いします。

場所　区保健福祉センター分館2階

問合せ　区保健福祉課(地域保健活動)　窓口31番　☎6682-9968

--------------------------------------------------------------------------------

子育て支援室のわくわく子育て

『手作りおもちゃで遊ぼう』

お家にありそうなもので親子で簡単に作れる『手作りおもちゃ』を紹介します！ぜひお子さんと一緒に、作って遊んでみてくださいね♡

☆保育士おすすめ『さかなつり』☆

用意するもの

・わりばし

・毛糸などのひも

・マグネット

・紙皿

・ゼムクリップ

・セロテープ

・はさみ

・油性マジック

作り方

①つりざおを作る。割りばしの先にひもをくくり、セロテープで固定。もう一方のひもの先にマグネットをくくりつけセロテープで固定する。

②魚を作る。紙皿を魚など好きな形に切り、クリップをつけてセロテープで固定する。マジックで目などを描いて完成！

注意　必ず、大人と一緒に遊び、危険のないよう気を付けましょう！

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

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

--------------------------------------------------------------------------------

子ども・子育てプラザ

◎参加費無料・自由参加

◎外国にルーツを持つ子どもの日本語・学習支援　♪ハロハロ♪

日時　7月3日・10日・17日・24日(土)13:30～15:30

◎おもちゃ病院(おもちゃドクターによるおもちゃの修理)

日時　7月25日(日)13:00～16:00(受付は15:30まで)

◆参加費無料・要電話申込・定員あり(受付開始日・対象はお問合せください)

◆親子リトミック遊び

日時　7月7日(水)10:00～10:45

定員　15組

◆親子ビクス

日時　7月14日(水)10:00～10:45

定員 15組

◆すくすく成長測定の日

【同時開催】助産師さんによる子育て何でも相談

日時　7月17日(土)10:15～11:15(受付は11:00まで)

定員　15組

◆ブックスタート(電話で随時受付)

日時　7月21日(水)10:30～11:00

定員　6組

◆簡単工作「牛乳パックで電車を作ろう！」

日時　7月28日(水)①10:00～11:00②12:30～13:30

定員　15組

◆絵本の読み聞かせ

日時　8月5日(木)10:30～10:50

定員　6組

★夏休み児童リサイクル工作

日時　8月11日(水)15:00～16:00

定員　8人

★印の電話申込みは7月14日(水)9:30より受付スタート！【電話受付時間】9:30～17:00(休館日は除く)

申込み・問合せ　子ども・子育てプラザ　☎・FAX6674-5405　浜口西3-4-22

休館日…月曜(7月21日～8月31日の月曜日を除く)・祝日(海の日を除く)

詳しくはホームページで

ＱＲのＵＲＬ＝http://www.osaka-kosodate.net/plaza/suminoe/

--------------------------------------------------------------------------------

健康情報

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止・延期、内容変更等になる場合があります。詳しくは、各担当のホームページやお電話にてご確認ください。

精神科医による精神保健福祉相談　無料　要予約

　不安・うつ・不眠など、こころの健康に関して、精神科医師が相談に応じています。

日時　7月1日(木)・7月19 日(月)、8月5日(木)いずれも14:00～

問合せ　区保健福祉課(地域保健活動)　窓口31番　☎6682-9968

--------------------------------------------------------------------------------

セアカゴケグモにご注意！

●セアカゴケグモは、気温の高い時期は活動性が高まるため『屋外での作業にはクモがいるかも、と意識』しましょう。

●植木鉢を持ち運ぶときや庭先に置いた『履物を履くときは、クモがいないことを確認』しましょう。

●庭の手入れや溝掃除のときは、『軍手を使用』するなどして、咬まれないように注意しましょう。

●もし見かけても、決して素手で捕まえたり、さわったりしないようにしましょう。

●市販の殺虫剤を使用するか、新聞紙で叩き潰したり、直接踏みつぶしたりで、駆除できます。

●万一、咬まれた場合は、水で洗うなど清潔にし、できるだけ早く医療機関の診察を受けましょう。

問合せ　区保健福祉課　窓口31番　☎6682-9973

--------------------------------------------------------------------------------

広報さざんか3月号に掲載していました、区役所と南港で実施予定の特定健康診査は会場を保健福祉センター分館に変更して実施します。(区役所で実施予定の骨量検査を含む)

種別・費用　大腸がん検診(免疫便潜血検査)　300円　要予約

実施日・場所・受付時間

11月10日(水)分館　9:30～10:30

12月4日(土)南港　9:30～10:30

1月19日(水)分館　9:30～10:30

対象(大阪市民で)　40歳以上の方

種別・費用　肺がん検診(胸部Ｘ線検査・かく痰(たん)検査)　無料(かく痰検査は400円)　要予約

実施日・場所・受付時間

11月10日(水)分館　9:30～10:30

12月4日(土)南港　9:30～10:30

1月19日(水)分館　9:30～10:30

対象(大阪市民で)　40歳以上の方　※かく痰検査は50歳以上でハイリスク対象者のみ

種別・費用　乳がん検診(マンモグラフィ検査)　1,500円　要予約

実施日・場所・受付時間

10月25日(月)南港　9:30～10:30

12月9日(木)分館　9:30～10:30

対象(大阪市民で)　40歳以上の女性で隔年受診昭和57年3月31日以前生まれで令和2年度未受診の方

種別・費用　骨量検査　無料　要予約

実施日・場所・受付時間

7月31日(土)分館　13:30～14:30

8月26日(木)分館　9:30～10:30

対象(大阪市民で)　18歳以上の方

種別・費用　特定健康診査　無料　予約不要

実施日・場所・受付時間

7月7日(水)分館　9:30～11:00

7月22日(木・祝)分館　9:30～11:00

7月31日(土)分館　9:30～11:00

対象(大阪市民で)　大阪市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入の方(40歳以上)

種別・費用　歯科健康相談　無料　予約不要

実施日・場所・受付時間

7月7日(水)分館　9:30～10:30

8月26日(木)分館　9:30～10:30

対象(大阪市民で)　18歳以上の方

種別・費用　BCG接種　無料　予約不要

実施日・場所・受付時間

7月28日(水)分館　13:30～14:30

8月25日(水)分館　13:30～14:30

対象(大阪市民で)　生後5か月～1歳未満の方

種別・費用　結核健診(胸部X線撮影)　無料　予約不要

実施日・場所・受付時間

7月13日(火)分館　10:00～11:00

8月10日(火)分館　10:00～11:00

対象(大阪市民で)　15歳以上の方

場所　分館＝区保健福祉センター分館(浜口東3-5-16)、南港＝南港ポートタウン管理センター(南港中2-1-99)

※胃がん検診は令和３年度より医療機関でのみ実施します。予約が終了した実施日は掲載していません。

申込み・問合せ　区保健福祉課(健康支援)　窓口31番　☎6682-9882

7月から大阪市前立腺がん検診が始まります！

費用　1,000円

大阪市市民検診機関　検索

お詫び

さざんか3月号「そうだ！検診に行こう！！【保存版】」の掲載内容に誤りがありましたので、次のとおり訂正します。

1面　がん検診・骨粗しょう症検診・歯科相談　　◎下記の証明があれば費用が無料になります。(※受診当日必ずご持参ください)(追加)中国残留邦人本人確認証

1面 日程表・特定健診　(誤)予約要　受付時間9:30～10:30➡(正)予約不要　受付時間9:30～11:00

--------------------------------------------------------------------------------

【広報さざんか2021年7月号12面】

連載企画

地活協通信(ちかつきょうつうしん)

高めよう14地域の防災力

命を守る「近助」～防災・減災するために～　Vol.1　安立

○地域で取り組む「近助」

　安立地域の町会で右のような地図を作成しており、いざという時に防災リーダーが活用します。

　地図は、高齢者独居世帯(要支援者)は赤色、高齢者独居世帯は青色、高齢者世帯は黄色、若年者独居世帯は緑色、その他は白色の5つの分類で色分けされています。

　各世帯で色分けされているので、要支援者は何人いるのか、どこに住んでいるのかなどが一目で分かるようになっています。そのため、非常時には声掛けや救助依頼がしやすくなり、地域でお互いに助け合う「近助」の体制を素早く取ることができます。

　安立地域では、このような地図の他にも、要支援者の支援マニュアルなどを作成し、地域で取り組んでいます。

写真説明＝町会防災地図(例)

○安立地域の取組み

　地域活動協議会や町会などで活発に防災訓練や学習会を開き、地域住民の防災意識を高めています。緊急事態宣言中のため避難所開設訓練は中止となりましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じ、防災リーダー等有志の方が、開設手順の確認や課題・疑問点の話し合いを行いました。いざという時に迅速な避難所開設が行えるよう、取組みの様子を動画で撮影しました。

　また、安立地域は水害への防災意識が特に高く、事前の備え(非常持出品・非常備蓄品)や、避難場所や避難経路の確認を何度も行うなど、もしもの時のために備えています。

写真説明＝防護服の着脱練習の様子

☆キーワードは「自助」と「近助」

○地域の想い

　安立地域は、地盤が低く、古い建物や狭い路地が多い地域です。また、南北に長く、南側には大和川が流れており、地震だけでなく、水害や建物の倒壊などの2次災害にも備えておく必要がある地域でもあります。

　地域で防災・減災の活動をしていくうえで、自分の命を守ったり、備蓄品を準備したりする「自助」と隣近所の人たちで互いを助け合う「近助」は必要不可欠であると常に思います。まずは自分の命を守る行動をとってもらうことが一番大切です。自分の命を守ることができるのは自分自身しかいません。そこから、周りにどんな人がいて、どんな支援が必要かを理解し、日頃からつながりを強くしていくことで、地域の防災力が向上されていくと思います。

　防災リーダーは、地域のネットワークを張り巡らせ、支援が必要な方々に対して速やかに対応できるよう、日々奮闘しています。地域が一丸となり、高い防災意識を持ちながら、この安立地域を災害に強いまちにしていくことが目標です。

写真説明＝防災リーダー　森本さん

安立地域の防災と言えばこの方！森本さんにお話を伺いました！日頃からのつながりと備えが「近助」をつくること、また、危険な時はすぐに自分の命を守り、安全を確保してから、隣近所で助け合う「近助」を行うことが多くの人の命を助けることになるとのことでした。

次回は 敷津浦地域活動協議会！8月号をお楽しみに！

【問合せ】区協働まちづくり課　窓口43番　☎6682-9734(地域活動協議会担当)☎6682-9974(防災担当)

--------------------------------------------------------------------------------

夏休み！!おやこでクッキング

時間　8月4日(水)、8月5日(木)(同内容)いずれも10:00～13:00

場所　区保健福祉センター分館　2階

献立(予定)

焼きそばナポリタン、大根と卵のとろみスープ、豆腐白玉のみたらし団子

対象　区内在住の小学生と保護者

定員　各3組(先着順)

費用　1名400円(材料費等)

持ち物　エプロン・タオル・食器用ふきん、三角巾、筆記用具、飲み物

共催　住之江区食生活改善推進員協議会

問合せ　区保健福祉課(健康支援)　窓口31番　☎6682-9882

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、日程・内容等が変更・中止になる場合があります。--------------------------------------------------------------------------------

大人の食育連続講座(全9回)～あなたも食育ボランティアになりませんか？～

　健康・運動・食に関しての講座を開講します。講座終了後、食育ボランティアの会に入会すると、継続して食に関して学んでいただく事ができます。

　「自分の健康、そして家族の健康、できればお隣さんの健康」のために受講してみませんか。

住之江区食生活改善推進員協議会(食育ボランティアの会)はこのような活動を行っています！

※令和2年度は中止になったイベントもあります。

写真説明左＝ライフステージ別の食育料理教室

写真説明中＝まる得健診にて食育の普及啓発活動

写真説明右＝食に関する研修会・学習会

回　1

日程　8月18日(水)

主な内容(予定)　健康づくりの取組みを知ろう！！／やさしい栄養のお話

回　2

日程　8月23日(月)

主な内容(予定)　食事バランスガイドを知ろう／食事バランスガイドで献立を立てよう

回　3

日程　9月1日(水)

主な内容(予定)　生活習慣病予防のための食生活①(肥満・脂質異常症・糖尿病)

回　4

日程　9月8日(水)

主な内容(予定)　ライフステージ別の健康管理法／家庭の食品衛生、食中毒予防

回　5

日程　9月15日(水)

主な内容(予定)　生活習慣病予防のための食生活②(高血圧・骨粗しょう症)

回　6

日程　9月30日(木)

主な内容(予定)　生活習慣病予防のための食生活③(肥満)～調理実習と試食～

回　7

日程　10月13日(水)

主な内容(予定)　ライフステージ別の食育／食品の表示

回　8

日程　10月22日(金)

主な内容(予定)　運動でこころも体も元気に！！

回　9

日程　11月1日(月)

主な内容(予定)　地域における健康づくりボランティア活動／閉講式

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、日程・内容等が変更・中止になる場合があります。

時間　13:30～16:00

場所　区保健福祉センター分館　2階

対象　区内在住で、6回以上出席できる方

定員　15名(先着順)

費用　無料

申込み　8月6日(金)までに、電話または窓口にて。

問合せ　区保健福祉課(健康支援)　窓口31番　☎6682-9882

写真吹き出し＝スローガンは「私たちの健康は　私たちの手で！」一緒に活動しませんか？