



住吉区民のみなさんへ お知らせ情報

暮らし

インターネットで 手続きの予約、申請ができます

住民異動や国民健康保険の手続きなどについて、インターネットでの予約・申請を始めました。
大阪市行政オンラインシステムによる予約で、待ち時間なく手続きが行えます。



詳しくはこちら



3月26日(日)・4月2日(日)は 区役所を開庁します

開庁時間 9:00～17:30

■取扱業務 ①

- 出生・婚姻などの戸籍の届出
 - 転入・転出などの届出
 - 印鑑登録・外国人住民登録
 - 戸籍謄抄本・住民票の写し・印鑑登録明書などの発行
- ※マイナンバーカード(個人番号カード)の受取は、
混雑が予想されますので、住民登録担当まで必ずお問い合わせのうえ、ご来庁ください。

問 住民情報課 1階13～16番窓口

TEL 6694-9963・9961 FAX 6692-5535

■取扱業務 ②

- 国民健康保険、国民年金の各種届出など
(住民異動に伴うものに限る)

問 保険年金課 2階21・22番窓口

TEL 6694-9946・9956 FAX 6692-4423

国民健康保険の届出は14日以内に

退職などで国保に加入するときや、就職などで国保から脱退するときは、届出が必要です。

加入の届出が遅れた場合は、加入するべき時点からの保険料を遡って納める必要があります。(最長2年間分)。なお、届出前の医療費は全額自己負担になる場合があります。

また、脱退の届出をせずにそのまま国保で受診すると、後日、医療費を大阪市に返還していただく必要があります。

問 保険年金課 2階22番窓口

TEL 6694-9956 FAX 6692-4423

税に関するお知らせ

感染症拡大防止のため、送付または電子による申告にご協力をお願いします。

個人市・府民税



確定申告



■個人市・府民税の申告期限は3月15日(水)

問 あべの市税事務所 個人市民税担当

TEL 4396-2953

■確定申告について

納税は便利な振替納税(口座引落とし)をご利用ください。

- 申告所得税及び復興特別所得税
申告期限及び法定納期限…………… 3月15日(水)
振替日(振替納税をご利用の方)…… 4月24日(月)
- 消費税及び地方消費税(個人事業者)
申告期限及び法定納期限…………… 3月31日(金)
振替日(振替納税をご利用の方)…… 4月27日(木)

※振替納税を初めて利用される方は法定納期限までに「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」のご提出をお願いします。

振替納税
については
こちら



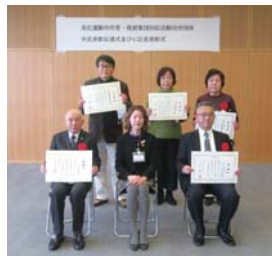
■10月1日から消費税の適格請求書等保存方式(インボイス制度)が始まります!

登録申請手続は、原則、3月31日(金)までです。(申請から登録が行われるまでには、一定の期間が必要です。)

問 住吉税務署 TEL 6672-1321

令和4年度 道路・河川・公園等美化運動功労者及び 資源集団回収活動功労団体に感謝状を贈呈しました

長年にわたり道路や河川及び公園等の清掃活動を通じた環境美化運動や、古紙・アルミ缶などの資源集団回収活動を行い、再生資源のリサイクル運動にそれぞれ功績のあった33名と8団体に市長感謝状及び区長感謝状を贈呈しました。



市長表彰を受賞された皆さん



区長表彰を受賞された皆さん

問 地域課 3階36番窓口 TEL 6694-9845 FAX 6692-5535

第3回総合教育会議

傍聴希望は会議開催30分前より会場前にて先着順にて受け付けます。(定員あり。受付開始時多数の場合抽選)

と き 3月13日(月) 14:00～15:30

と ころ 区役所4階 第4・5会議室

議 題 区における教育関連事業等について、ほか

問 教育文化課 3階34番窓口

TEL 6694-9964 FAX 6692-5535

消費者トラブルに注意しましょう

成年年齢の引き下げに伴い、18歳になるとさまざまな契約ができるようになりました。一方で、トラブルが多発しています。

- 初回無料のお試しだと思ったら、解約できない…
- エステの体験に行ったら高額なコースを契約させられた… など

契約のことで困った時は1人で悩まず、まずは消費者センターにご相談ください。

大阪市消費者センター
(相談用TEL) 6614-0999
10:00～17:00
(日・祝日・年末年始除く)

▶大阪市広報(YouTube)啓発動画

人気クリエーター「いくとん」を起用した、若者のトラブルの多い事例を題材とした動画もご覧ください。

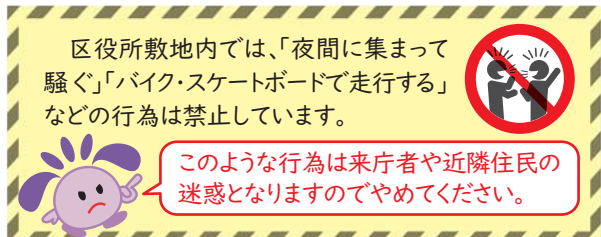
動画はこちら



問 市民局 消費者センター

TEL 6614-7521

詳しくは
こちら



区役所敷地内では、「夜間に集まって騒ぐ」「バイク・スケートボードで走行する」などの行為は禁止しています。



このような行為は来庁者や近隣住民の迷惑となりますのでやめてください。

子育てミニコラム

子どものおやつについて

子どもはまだ胃が小さく、朝昼夕の3回の食事だけでは十分なエネルギー・栄養素をとることができません。そのため、おやつは大事な食事の一部となります。

おやつを食べる際には「食べる時間を決める」「食べる量を決める」ことが大切です。だらだらと食べていると虫歯になる可能性が高くなったり、量が多すぎると次の食事が食べられなくなります。また甘味や塩味は控えめにし、おにぎり・パン・いも・果物・乳製品(ヨーグルト、チーズ等)を取り入れ、必要なエネルギーやカルシウム等の栄養素を補いましょう。

手軽に準備できるものがあると、すぐに食べることができるので便利です。(下図参照)

おにぎり1個 (100g) 156kcal	りんご1/4個 (80g) 42kcal	ヨーグルト1個 (80g) 45kcal	ふかいいも1/2個 (100g) 126kcal
ロールパン1個 (30g) 93kcal	バナナ1本 (100g) 93kcal	チーズ1個 (25g) 78kcal	幼児用のお菓子 50～150kcal

水100ml 0kcal	麦茶100ml 1kcal	牛乳100ml 61kcal
-----------------	------------------	-------------------

おやつは子どもにとって楽しみの1つです。栄養面だけでなく、休息や気分転換として3回の食事とは違った楽しみもプラスしていきましょう。

問 「はぐあっぷ」保健福祉課 1階19番窓口

TEL 6694-9968 FAX 6694-6125



食育推進
キャラクター
「たべやん」

おやつを目安量
(1日あたり)
＜1～2歳児＞
100～150kcal
＜3歳児～＞
200kcal