

みなと

広報



▲区HPは
こちら



区の面積:7.86km² 区の人口:79,476人(男 38,582人 女 40,894人)
区の世帯数:42,966世帯(2022年12月1日現在推計)

港区役所はSDGsを推進しています **SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS**

No.320
1月号

令和5年
2023年

編集・発行
大阪市港区役所総務課
☎6576-9683 ☎6572-9511
〒552-8510 大阪市港区市岡1-15-25
@minatokuyakusyo

新たに成人を迎えられるみなさん、
おめでとうございます!

20歳の輝き × 新たな門出

成人としての自覚を持ち、一つ一つの行動に責任を持ってすごしていきたいです。

森 愛紅李さん
市岡東中学校卒業

妊婦さんと赤ちゃんに寄り添えるような助産師になるために頑張ります!

夕部 瑞布さん
市岡東中学校卒業

無事に成人を迎えられたことに感謝し、強く立派な大人になれるように頑張ります。

小山 ららさん
港中学校卒業

感謝の気持ちを忘れず、何事にも挑戦し続けられるように努力をしたいと思います。

川畑 琴美さん
港中学校卒業



これまでお世話になった方々に感謝の気持ちを忘れず、恩返しできるように頑張ります。

花山 将之介さん
築港中学校卒業

20歳になる不安はありますが、自立できるように頑張りたい。

春日 奈緒さん
築港中学校卒業

この2023年の成人式が、
自分の人生を切り拓いていく第一歩になります。
記念のつどい運営委員10人の皆さんに、
それぞれ20歳の「決意」を語ってもらいました。



20歳になり、責任を持ってやる事が増えましたが、それを果たせるように頑張ります。

藤尾 樹さん
市岡中学校卒業

自分自身に誇りをもてる大人になれるように日々成長し続けます。

今村 美有さん
市岡中学校卒業

子ども心を忘れない、強く、人にやさしい素敵な大人になります。

城野 大裕さん
港南中学校卒業

周りの人たちへの感謝の気持ちを忘れず、笑顔溢れる毎日を過ごせる大人になりたいです。

金城 真歩さん
港南中学校卒業

問合せ 協働まちづくり推進課(市民活動推進) ☎6576-9734 ☎6572-9512

広告 掲載広告は大阪市が推奨等するものではありません

広告 掲載広告は大阪市が推奨等するものではありません

広告

広告

令和5年 港区成人の日 記念のつどい 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。



詳細はこちらを
ご覧ください。



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](#)



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

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 メンテナンス日は除く)
さらに発行手数料が窓口よりも**100円お得!** (戸籍証明は除く)
- ・本人確認書類や、健康保険証にもなります!



令和4年12月末までにマイナンバーカードを申請された方は、
最大 20,000円分のマイナポイント[※]をもらうための
申込み (2月末まで) をお忘れなく!



大阪市マイナンバーカード
出張申請窓口予約センター
☎ 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

お知らせ

市税事務所からのお知らせ

●個人市・府民税の事前申告受付について

個人市・府民税の申告受付について、申告期間 (2月16日 (木) から3月15日 (水)) の窓口の混雑緩和のため、次のとおり事前申告受付会場を開設します。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市税事務所・区役所への来所を控えていただき、郵送や大阪市行政オンラインシステムによる申告をお願いします。
弁天町市税事務所の窓口では、大阪市行政オンラインシステムによる窓口来所予約を行っています。
窓口での待機時間短縮、混雑緩和のためにぜひご利用ください。

場所 弁天町市税事務所
日時 2月3日 (金) ～15日 (水) ※土日祝を除く
平日9時～17時30分 (金曜は9時～19時)

※所得税の確定申告等については港税務署
(☎ 6572-3901) にお問い合わせください。

●市税の納期限のお知らせ

個人市・府民税 (普通徴収) 第4期分の納期限は1月31日 (火) です。なお、予測しない失業や大幅な所得減少 (前年の6割以下) が見込まれる場合は申請により審査のうえ、減額・免除されることがあります。

場所 弁天町市税事務所 市民税等グループ (個人市民税担当)
問合せ ☎ 4395-2953 FAX 4395-2810
(平日9時～17時30分※金曜は9時～19時)

「習い事・塾代助成カード」の利用申請を受け付けています

習い事・塾代助成事業は、令和5年4月から助成対象を拡大し、小学5・6年生も対象となります。12月初旬に、小学4年生～中学2年生のご家庭に申請書類をお送りしています。利用される方は、申請書類を1月6日 (金) 必着で運営事務局へ送付してください。

問合せ 大阪市塾代助成事業運営事務局
☎ 6452-5273



固定資産税について1月31日 (火) までに申告をお願いします

①償却資産の申告

1月1日現在、事業用の償却資産をお持ちの方は、船場法人市税事務所へ申告書を提出してください。eLTAX (エルタックス) での電子申告をぜひご利用ください。

②住宅用地に関する (異動) 申告書

令和4年中に住宅の新築・増改築・用途変更・取壊しがあつた土地をお持ちの方は、資産が所在する区を担当する市税事務所へ申告書を提出してください。
※申告方法や申告書のダウンロードは大阪市ホームページをご覧ください。

問合せ ①固定資産税 (償却資産) については、
船場法人市税事務所 固定資産税 (償却資産) グループ
☎ 4705-2941 (平日9時～17時30分)
②固定資産税・都市計画税 (土地・家屋) については、
弁天町市税事務所 固定資産税グループ
☎ 4395-2957 (土地)、2958 (家屋)
(平日9時～17時30分※金曜は9時～19時)

税務署から確定申告のお知らせ

所得税などの申告は、e-Taxをご利用ください。
国税庁ホームページから、スマートフォンやパソコンで所得税などの申告書を作成し、マイナンバーカードを使用してオンラインで提出ができます。

【お知らせ】

●港税務署の申告書作成会場は【港産業会館】です。
※当会場では、スマートフォンでの申告書の作成を推奨しています。

日時 2月16日 (木) ～3月15日 (水) 9時15分～16時
※土・日・祝日を除く。

※会場の混雑状況により早めに相談受付を終了する場合があります。
※駐車場はありません。
※会場にはお待ちいただくスペースがございませんので、悪しからずご了承ください。
※ご来場の際は、マスクを着用の上、筆記具、スマートフォンをご用意ください。

確定申告特集 [検索](#) 確定申告特集
ページはこちら



問合せ 港税務署
☎ 6572-3901 (代表) 平日8時30分～17時

保育士就職面接会 (予約優先)

無料 要予約

保育園の担当者と直接話ができる就職面接会を開催します。募集職種は保育教諭・保育士・保育補助です。保育士経験が無い方も是非ご参加ください。保育分野での仕事を希望する皆様の参加をお待ちしております。

日時 1月21日 (土) 14時～16時 (受付15時30分まで)
場所 ハローワークプラザ難波 セミナールーム
参加事業所 5社 (予定)

問合せ ハローワーク大阪西 人材確保対策コーナー
☎ 6582-5271 (内線 41#)

日曜開庁日(1月22日)は、マイナンバーカードの交付事務ができません。

令和5年1月22日の区役所における日曜開庁は、マイナンバーカードの交付システムがメンテナンスにより全国的に停止することから、マイナンバーカードの交付や電子証明書の更新処理などの手続きができませんのでご注意ください。

問合せ 窓口サービス課 (住民情報)
☎ 6576-9963 FAX 6576-9991

車検時の納税証明書の提示が原則不要になります (二輪車を除く)

令和5年1月から3輪・4輪以上の軽自動車税 (種別割) の納税確認の電子化が開始されることに伴い、継続検査 (車検) 時の継続検査 (車検) 用納税証明書の提示が原則不要になります。詳細については大阪市ホームページをご覧ください。
※二輪小型自動車は対象外のため、これまでどおり納税証明書の提示が必要です。
※軽自動車税 (種別割) を納付後すぐに継続検査 (車検) を受ける場合は、これまでどおり納税証明書の提示が必要です。

問合せ 弁天町市税事務所 管理担当
☎ 4395-2948
(平日9時～17時30分※金曜は9時～19時)

お手元に届いていますか? 新1年生の就学通知書

今年4月に小・中学校へ入学されるお子さまの就学通知書を郵送しました。
お手元に届いていない場合はご連絡ください。
なお、国立・私立の中学校等へ入学される場合は、できるだけ次の期日までに区役所まで届出ください。
【小学校】2月10日 (金) 【中学校】2月17日 (金)

適正な就学を!
居住していない住所に住民登録をし、居住地以外に通学することは不適正です。
入学後でも適正な学校へ転校していただきます。

問合せ 窓口サービス課 (住民情報)
☎ 6576-9963 FAX 6576-9991

「戦没者等のご遺族の皆様へ」第十一回特別弔慰金の請求を受け付けています

令和2年4月1日現在、公務扶助料や遺族年金等を受けておられない戦没者等のご遺族の方お一人に特別弔慰金が支給されます。支給には請求が必要となります。
●特別弔慰金: 額面25万円・5年償還の記名国債
●請求期間: 令和2年4月1日から令和5年3月31日
※請求される方によって、必要となる書類が異なりますので、詳しくはお問合せください。

問合せ 協働まちづくり推進課 (市民活動推進)
☎ 6576-9886 FAX 6572-9512

募金へのご協力をお願いします! (ひとり親世帯への食糧等支援)

港地区募金会では、令和3年度 (※) に続き、赤い羽根共同募金のテーマ型募金 (ひとり親世帯への食糧等支援) を行います。みなさまのご協力をお願いします。

内容 港区社会福祉協議会へご持参ください。また、振込用紙 (港区社会福祉協議会等で配布) からもご入金いただけます。
期間 令和3年度に集まった募金を活用して、お米券 (お米約5kg相当) を105世帯へお配りしました。ありがとうございました。



問合せ 港地区募金会 (港区社会福祉協議会内)
☎ 6575-1212
✉ minatokushakyo@zeus.eonet.ne.jp

【広告】掲載広告は大阪市が推奨等するものではありません

広告



健康



健康通信

上手に付き合おう

お酒の飲みすぎに注意！

「酒は百薬の長」と言われますが、飲みすぎると体にさまざまな悪影響を及ぼします。お酒に含まれるアルコールは依存性のある薬物であるため、アルコール依存症になることもあるので、**適度な飲酒**をこころがけましょう！

●1日あたりの適量は？ 純アルコールにして**1日20g**程度が目安です(下の絵どれか1つ)。

ビール 中ビン1本(500ml)	日本酒1合	チューハイ(7%) 缶1本(350ml)	ウイスキー ダブル1杯(60ml)	ワイン(12%) 200ml	焼酎(25%) 100ml



飲みすぎないようにするコツ

- あっさり薄味の食事やおつまみをとりながら飲む
- 長時間飲み続けられないよう時間を区切る
- 週に1、2日の「休肝日」を設ける

アルコール問題の
相談先

大阪市こころの健康センター 依存症相談窓口(アルコール関連問題) ☎ 6922-3475
港区保健福祉センター 保健福祉課(地域保健活動) ☎ 6576-9968

各種健康診査

場所

 区役所2階

種類		対象	費用	日時		
がん検診・骨粗しょう症検診 ※1	乳がん 要予約 (マンモグラフィ検査)	40歳以上	1,500円	1月31日(火)	13時30分～14時30分	
				2月6日(月)	9時30分～10時30分	
				3月3日(金)		
	大腸がん 要予約 (免疫便潜血検査)		300円	1月31日(火)	9時30分～10時30分	
	肺がん 要予約 (胸部X線検査)(喀痰検査)		無料※喀痰検査は400円	2月18日(土) (今年度最終日)		
骨粗しょう症検診 要予約	18歳以上			1月31日(火)	13時30分～14時30分	
				2月6日(月)	9時30分～10時30分	
				3月3日(金)		
結核健診		15歳以上	無料	1月13日(金)	10時～11時	
歯科健康相談		どなたでも			1月31日(火)	9時30分～10時30分 13時30分～14時30分
					2月6日(月)	9時30分～10時30分
特定健康診査 ※2		国民健康保険加入者 (40～74歳) 後期高齢者医療制度加入者	無料 ※受診券と保険証 が必要	1月31日(火) 2月18日(土) (今年度最終日)	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) ☎ 6576-9882 ☎ 6572-9514

大阪市健康診査

年に一度は、健康診断を受けましょう。

対象 満40歳以上のお大市民の方で、申請時および受診時に生活保護又は中国残留邦人支援給付を受給中の方。

申込 港区役所3階34番窓口で「申込書兼同意書」を提出※2月15日(水)まで

添付書類 生活保護適用証明書(写し不可、申込書申請日と同日に発行されたもの)中国残留邦人本人確認証(写し)

内容 申込後、約2週間程度で「受診券」「個人票」「医療機関名簿」を送付しますので、医療機関に直接予約をしてから受診してください。

問合せ

 保健福祉課(保健衛生) ☎ 6576-9882

特定健診の受診はお早めに！

大阪市国保加入者のうち、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、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おり、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。

※3月末までに75歳になられる方の受診券の有効期限は誕生日の前日までとなっています。

特定健診受診券に関すること

窓口サービス課(保険年金・保険)

☎ 6576-9956 ☎ 6576-9991

(月～木第4日9時～17時30分※金曜:9時～19時)

健診内容・健診場所について

保健福祉課(保健衛生)

☎ 6576-9882 ☎ 6572-9514(平日9時～17時30分)

後期高齢者医療歯科健康診査について

歯や歯肉の状態だけでなく、お口の機能もチェックするので、義歯を使用中の方も積極的に受診してください。広域連合が指定する歯科医院等において、年度中(3月31日まで)に1回無料で受診ができます。受診の際は、被保険者証を忘れずにお持ちください。(受診券はありません。)ただし、以下に該当する方は、歯科健診の対象外となります。
①病院又は診療所に6ヶ月以上継続して入院中の方
②特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、養護老人ホーム、障がい者支援施設などに入所または入居している方
※事前に必ず受診希望の歯科医院へ実施状況を含めてお問い合わせください。

大阪府後期高齢者医療広域連合 給付課

☎ 4790-2031 ☎ 4790-2030

※問い合わせ可能日、可能時間:月～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後5時30分

健康レシピ 1月号

れんこんのサラダ(2人分)

桜栄会作成「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

れんこん ……75g ★マヨネーズ…大さじ1と1/2
玉ねぎ ……1/2個 ★塩 ……少々
にんじん ……10g ★こしょう ……少々
ツナ缶 ……1缶

作り方

- ①れんこんはうすいいちょう切りにし、酢水で2分程茹でて水気を切る。にんじんはゆで、水気を切る。
- ②玉ねぎは薄切りにし、水にさらし、水気を切る。ツナ缶は汁気を切る。
- ③ボウルに★を合わせ、れんこん、玉ねぎ、にんじん、ツナ缶を加えて和えたら出来上がり。

協力

港区食生活改善推進員協議会(桜栄会)
～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)

☎ 6576-9882 ☎ 6572-9514

港区の
ホームページから
閲覧できます



子育て



子どもと保護者が安心して過ごせる場所を提供♪
港区 子ども・子育てプラザ

子どもと一緒に楽しくあそんだり、ゆったり過ごせる場所を開放しています。初めての方でも安心して気軽にあそびに来てください♪



開館日時 9時～21時(日曜日は17時30分まで)

※月曜・祝日、年末年始(12月29日～1月3日)休み。

5月5日(こどもの日)と7月21日～8月31日までの月曜日、祝日は開催しています。

●つどいのひろば

就学前の親子がいろいろなあそびや交流を通して子育ての情報交換などする場所です。

●あそびのひろば

小・中・高校生を対象にのびのび遊べる場で、フリスビー大会・季節にちなんだ制作や行事を開催しています。

●ファミリー・サポート・センター港

子育ての手助けをしてほしい会員と子育ての援助ができる会員を結びます。

※ブックスタートや子育て相談の日、親子ヨガ、ベビーリノバなどいろいろなイベントや講座も開催しています。

※ご利用方法等についてはお電話でお問い合わせください。

問合せ

港区子ども・子育てプラザ(磯路2-11-10)

☎ ☎ 6573-7792

ファミリー・サポート・センター港(磯路2-11-10)

☎ ☎ 6573-7796



プラザHP



しチャオde
ねっと

うえるかむBaby！プレママ講座

無料
申込要

赤ちゃんを迎えることは、楽しみでもありちょっぴり不安もあるかもしれません。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。

内容 ●妊娠中の食生活について ●先輩ママに聞こう!ぴよぴよらんど(2～3カ月児とママ達の集まり)との交流会 ●マタニティー期のお口の健康

対象

妊婦の方(パートナーの参加も歓迎)

日時

1月19日(木)13時開始予定

※パートナーの方の参加も大歓迎です。

※15時～15時15分歯科健診も実施しています。(予約不要)詳細はお問合せください

場所

区役所2階 集団検診室

申込

電話で

問合せ

保健福祉課(地域保健活動)

☎ 6576-9968 ☎ 6572-9514



講座・イベント

第28回港区民女子バレーボール大会
参加チーム募集

申込要

区内在住・在勤の女性で構成する9人制のチームの参加を募集します。(社会人・実業団リーグ加盟のチームは除く)

日時

2月12日(日) 9時～

場所

大阪市立港スポーツセンター

費用

3,000円

申込

1月14日(土)までに費用を添えて港区民センター事務所まで

リラックスヨガサークル

要予約

月曜日の夜に身体をリセット!ぜひご参加ください!

講師

横野 佳子先生

日時

毎週月曜日19時～20時30分

場所

ゆめホーム「ゆめ」かなえる港区民センター

持物

動きやすい服装・バスタオル・飲み物

定員

30名(先着順)

申込

8,000円(全10回)

申込

電話、来館で

問合せ

(一財)大阪市コミュニティ協会港区支部協議会

☎

6572-0020

FAX

6572-0274

フラダンスサークル 生徒募集!

無料 要予約

フラダンスが初めての方でも気軽に参加できます。

日時

火曜日(毎週ではないので詳しいスケジュールはお問い合わせください)午前10時～12時

場所

ゆめホーム「ゆめ」かなえる港近隣センター

講師

吉田 千恵さん(日本フラダンス協会認定 クムフラ、フラダンス教室「フラ・オ・カピオラニ」代表)

定員

30名(先着順)

費用

8000円(10回分) ◎ウクレレレッスンもあります。1回500円(フラダンス受講生に限る)

申込

下記まで来館、電話

骨太フッキング 参加者募集!

申込要

カルシウムの講話とおすすめ料理の調理実習。

日時

2月7日(火) 10時～13時

場所

区役所 2階 集団検診室・栄養指導室

内容

講話と調理実習

対象

区内在住の方

持物

マスク、エプロン、手拭き用タオル

定員

12名(先着順)

費用

500円(材料費)

申込

電話、来庁で(1月6日(金)～1月31日(火)まで)

共催

港区食生活改善推進員協議会(桜栄会)

●献立

バナナ入りふんわりパンケーキ、にんじンドレッシングのサラダ、かぼちゃのスープ

問合せ

保健福祉課(保健衛生)

☎

6576-9882

FAX

6572-9514

1 JANUARY 2023

CALENDAR 1月のトピックカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1 港区成人の日記念のつどい P1	2 リラックスヨガサークル P4	3 弁護士による法律相談 P4	4 花と緑の相談 P4	5 行政相談 P4	6	7 おもちゃ病院 P4
8	9	10	11	12 精神科医による相談 P4	13 結核健診 エヴェッサバスケットボール スクール無料体験会 P8 移動図書館まちかど号巡回日 P4	14
15	16 リラックスヨガサークル P4	17 弁護士による法律相談 P4 ごみ分別相談・ フードドライブ 移動図書館まちかど号巡回日 P4	18	19 プレママ講座 P3	20 図書委員おすすめ図書展 P4 エヴェッサバスケットボール スクール無料体験会 P8	21 保育士就職面接会 P2 おもちゃ図書館 P4 冬のこども会 P4
22 <日曜開庁>	23 リラックスヨガサークル P4	24 弁護士による法律相談 P4	25	26 精神科医による相談 P4 ポッチャ体験 P8	27	28
29	30 リラックスヨガサークル P4	31 乳がん検診・大腸がん検診、 肺がん検診・骨粗しょう症検診、 歯科健康相談・特定健康診査 P3	※各種イベント、催しは新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・変更となる場合があります。			