

別添 企画提案作品について

港区広報紙編集等業務委託募集要項の「2 (1) 事業目的と概要」及び港区広報紙編集等業務委託仕様書を踏まえて、区役所から別途提供する原稿をもとに、港区広報紙 2023 年 5 月号を想定した次の紙面を作成する。

1 1面 (表紙)

- (1) テーマは、「自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう」とする。
- (2) 「広報みなと」、「2023 年 5 月号」の題字、「No. 324」及び「編集・発行」情報 (※1) をページ内に掲載すること
- (3) 「港区のキャラクター みなりん」のイラスト (※2) を使用すること

※1 「編集・発行」

大阪市港区役所総務課 電話 6576-9683 FAX6572-9511
〒552-8510 大阪市港区市岡 1-15-25 <http://www.city.osaka.lg.jp/minato/>

※2 「港区キャラクター みなりん」のイラストについて

イラストは大阪市港区ホームページに掲載 (本提案での使用に関する申請は不要) 広報・報道>区のキャラクター「みなりん」の部屋>港区のキャラクター「みなりん」のイラストの使用について

<http://www.city.osaka.lg.jp/minato/page/0000228118.html>

2 2、3面 (通常面：イベント、講座、お知らせなど)

- (1) 各原稿を内容に応じて分類して記事を掲載すること (各分類に見出しをつけること)。
- (2) 分類、見出しについては、自由に作成してもよい。
- (3) イベント、講座などの情報をカレンダーにまとめて掲載すること。

3 原稿について

- (1) 区役所から別途提供する原稿 (次ページ以降) をもとに作成すること。
- (2) 記事の内容に沿っていれば、タイトル、キャッチコピーは提供するもの以外の文言を使用してもよい。
- (3) 提供した原稿の記事については、すべて使用すること (文章は適宜要約・加筆してもよい)。写真等の素材についてはすべて使用する必要はない。また、提供する素材以外の画像等を使用して自由にデザインしてもよい。

【参考】

港区広報紙バックナンバー

大阪市港区ホームページ 広報・報道>広報みなと (PDF 版)

www.city.osaka.lg.jp/minato/category/3179-2-0-0-0-0-0-0-0-0-0.html

1面 表紙

自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう

- ・道路交通法の改正により、すべての年齢層で自転車利用者のヘルメット着用が努力義務となります。令和4年4月27日公布（1年以内に施行）
- ・自転車に乗るときは、年齢にかかわらず全ての方がヘルメットの着用を！
- ・頭部を保護するヘルメットの着用が重要です！
- ・自転車乗車中に亡くなられたかたのうち、約7割が頭部を負傷！
- ・万一の事故の際、頭部を保護し、被害を軽減するヘルメットをかぶりましょう！
- ・自転車用ヘルメットには、様々な種類・色・形があり、帽子風のものなどもあります。自分の自転車スタイルに合わせて、お気に入りのヘルメットを選んでみてはいかがでしょうか。

2、3面（通常面：イベント、講座、お知らせなど）

1 【お知らせ】大阪市国保加入者のみなさまへ令和4年度保健事業のお知らせです

●特定健診

高血圧症や糖尿病などの生活習慣病予防に向け、無料で実施しています。対象の方には、4月末頃に緑色の封筒で受診券を送付していますのでご確認ください。

- ・対象 40歳以上の方（年度内に40歳になる方も含む）

●1日人間ドック

30～39歳…14,000円 40～74歳…10,000円

昭和32・42・52・57年生まれ…無料

※40歳以上の方が受診する場合は、特定健診の「受診券」が必要です

●健康づくり支援事業

詳しくは「受診券」に同封しています「国保健診ガイド」（各区役所の窓口でも配布しています）、または大阪市ホームページをご覧ください。

対象18歳以上

（特定健診受診券について）

- 問合 窓口サービス課（保険年金・保険）

- 電話 6576-9956

- FAX 6576-9991

（健診内容・健診場所について）

- 問合 保健福祉課（保健衛生）

- 電話 6576-9882

- FAX 6572-9514

（その他保健事業について）

- 問合 福祉局生活福祉部保険年金課（保健事業）

- 電話 6208-9876

2 【お知らせ】後期高齢者医療保険料率の改定について

令和5年度・6年度の後期高齢者医療の保険料率が改定されました。

被保険者均等割額は54,461円、所得割率は11.12%となります。また、保険料の年間限度額が66万円となりました。

保険料額は、7月にお知らせします。

●問合せ 窓口サービス課(保険年金・保険)

●電話 6576-9956

3 【お知らせ】5～6月頃のカラスは特に危険！

カラスは5月から6月頃にかけて、ヒナを育てます。

この時期の親カラスは、大きな声で鳴き続けたり、威嚇行動をとりヒナを守ります。

こうしたカラスを見かけたら、あわてずにその場から離れましょう。

迷惑だからといって、カラスを捕獲したり、卵やヒナを捕ることは禁止されています。どうしても捕獲が必要な場合は、動物愛護相談室(TEL:6978-7710)にご相談ください。※許可申請及び捕獲については、その場所の所有者等に実施していただきます。

●問合せ 保健福祉課(保健衛生)

●電話 6576-9973

●FAX 6572-9514

4 【お知らせ】春季地域献血実施のおしらせ

港区では各地域にご協力いただき、赤十字血液センターによる献血を実施しています。皆様のご協力をお願いします。

【池島、八幡屋、港晴地域】

●日時 5月6日(土) 10時～16時(昼続行)

●場所 八幡屋商店街みなと通り側出入口

【市岡、南市岡地域】

●日時 5月11日(木) 14時～16時

●場所 港区保健福祉センター

【築港地域】

●日時 5月12日(金) 10時～16時(昼続行)

●場所 築港交差点

【波除地域】

●日時 5月19日(金) 10時～16時

●場所 JR弁天町駅前 受付時間 10時～16時

※新型コロナウイルス感染症対策に伴う緊急事態宣言の関係で中止する場合があります。

開催については、お問合せください。ホームページにおいても随時お知らせします。

●問合せ 保健福祉課(保健衛生)

●電話 6576-9882

●FAX 6572-9514



5 【お知らせ】港消防署からのお知らせ

住宅用火災警報器は交換が必要！？

住宅用火災警報器は使用してから10年程度で「電池切れ」といわれています。電池切れや機器本体に不良があると火災を正しく認識しません。定期的に点検と整備をよろしく願います。

複数の住宅用火災警報器が連動して家中に火災を知らせてくれる「連動型」も他の部屋に居るご家族がいちはやく気づくことが出来て安心です。

●問合

港消防署 TEL：06-6573-0119

水上消防署 TEL：06-6574-0119



6 【お知らせ】法人市民税・事業所税申告書の提出について

7月31日（月）（予定）まで、船場法人市税事務所分室がある大阪府新別館において、新型コロナウイルスの接種会場が設けられていますので、特に申告の多い月末・月初は、受付窓口周辺の混雑が見込まれます。

できる限り窓口への来所をお控えいただき、電子申告（eLTAX（エルタックス））のご利用や郵送または信書便でのご提出をお願いします。

●問合 船場法人市税事務所 法人市民税・事業所税グループ

●電話 06-4705-2933（法人市民税）、2934（事業所税）

●FAX 番号：06-4705-2905

※問合せ可能日、可能時間（平日 9:00～17:30）

7 【お知らせ】市税の納期限のお知らせ

令和5年度の軽自動車税（種別割）の納期限は、5月31日（火）です。

身体障がい者、知的障がい者及び精神障がい者等の方で軽自動車税（種別割）の免除の申請をされる場合は、納期限までに市税事務所で手続きを行ってください。なお、新型コロナウイルス感染症の影響により、期限までに手続きを行うことが困難な場合は市税事務所までご相談ください。

- 問合 弁天町市税事務所 市民税等グループ（軽自動車税担当）
- 電話 4395-2954
- FAX 4395-2810

8 【お知らせ】令和5年度 個人市・府民税の特別徴収税額決定通知書を送付します

令和5年度の個人市・府民税の給与所得等に係る特別徴収税額決定通知書を、令和5年5月中旬から事業主（会社等）を通じて、給与所得者（従業員等）の方に送付します。

なお、3月16日（木）以降に所得税または個人市・府民税の申告をされた方は通知書に申告内容が反映されていない場合がありますが、この場合は7月以降に変更決定通知書を送付します。

給与所得者の個人市・府民税は、事業主（特別徴収義務者）が、毎年6月から翌年5月までの毎月の給与から差し引き（特別徴収）のうえ、大阪市へ納めることが義務付けられています。

なお、新たに会社等にお勤めになられた方も、事業主を通じて届出することにより、年度途中でも特別徴収へ切り替えることができます。

- 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
- FAX 4395-2810

9 【お知らせ】令和4年度 課税（所得）証明書の発行開始について

令和5年度（令和4年分所得）の課税（所得）証明書は6月1日（木）から発行できます。

なお、会社等にお勤めで個人市・府民税の全額が給与から差し引き（特別徴収）される方は5月19日（金）から発行できます。

<ご注意>

- ・コンビニエンスストアでの発行は6月1日（木）から。
- ・会社等からの給与支払報告書の提出や所得税または個人市・府民税の申告がない場合などは発行できないことがあり、3月16日（木）以降に申告された場合は発行時期が遅れることがあります。

- 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
- FAX 4395-2810

10 【講座・イベント】港区ウォーキングイベント

港区民の皆さんとウォーキングをしてみませんか？

健康運動指導士も一緒です。ウォーキングのポイントも学べます。

ぜひご参加ください♪

- 集合・解散：港区民センター 1階ホール
- 日時：令和5年6月1日（木）10時～12時
- 費用：無料
- コース：港区内（約2.5km）
- 雨天時：港区民センターホール内でウォーキング方法とストレッチ講座
- 講師：健康運動指導士
- 定員：先着20名
- 対象者：港区にお住まいの方
- 持ち物：晴天時、雨天時ともに動きやすい服装、飲み物、タオル
- 申込み：5月29日（月）までにお電話でお申し込みください

11 【講座・イベント】地域生活向上教室

統合失調症を中心とする精神障がい者の方が、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。

- 対象者：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
 - 日時：毎月 第2木曜日 午前9時30分～11時30分
 - 場所：港区保健福祉センター 2階集団検診室（区役所2階）
 - 内容：ミーティング・ゲーム・料理・生活技能訓練（SST）など
 - 問合せ・申し込み：保健福祉課（地域保健活動）
 - 電話6576-9968 FAX6572-9514
- ☆初めての方、希望参加の方は事前にご連絡ください☆

12 【子育て】うえるかむBaby！プレママ講座

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。

- 日時 ①5月20日（土）13時15分～ ②5月21日（日）10時～
- 場所 港区役所2階 集団検診室
- 内容 赤ちゃんを知ろう！、抱っこ・オムツ交換・沐浴にチャレンジ、プレパパに知ってほしい！妊婦疑似体験
- 対象 妊婦とパートナー
- 費用 無料
- 申込 電話（※要予約）
- 問合 健福祉課（地域保健活動）
- 電話 6576-9968
- FAX 6572-9514



13 【相談】精神科医による相談

こころの変調に気づいたら専門家に相談してみませんか？ご家族や支援者からの対応の仕方の相談も可能です。

- 日時 5月11日（木）、25日（木） 14時～
- 場所 港区役所3階 相談室
- 費用 無料
- 申込 電話、来庁
- 問合せ 保健福祉課（地域保健活動）
- 電話 6576-9968
- FAX 6572-9514

14 【相談】仕事や生活にお困りの方へ ひとりで悩まないで、まずはご相談を

「働きたいのに仕事に就けない」「このままでは住居を失くすかも」「社会に出たいのに勇気が出ない」「毎月、家計が赤字」など、どこに相談していいのかわからない悩みや不安などの生活課題について、相談支援員が寄り添い、一緒に解決の方法を探します。

- 場所 港区役所2階
- 問合せ 暮らしのサポートコーナー
- 電話 6576-9897
- FAX 6571-7493

15 【健康】健康レシピは、港区食生活改善推進員協議会（桜栄会（おうえいかい））が作っています！

桜栄会とは港区の食生活改善を目指して活動する食育のボランティア団体です。

広報みなとの健康レシピを作っているほかにも、区役所で開催される講習会や3歳児健診での食育展示など幅広く活躍されています！

桜栄会は区役所で8～9月に開催される「健康講座保健栄養コース」の修了者が集まり構成されています。「健康講座保健栄養コース」は6月に申込み開始しますので、興味がある方は保健福祉課保健衛生まで気軽にご相談ください。

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



ピンクのエプロン
が目印です！

16 【健康】 「五月病」ってどんな病気？

学生・新入社員・転職など新しい環境がスタートし、1カ月が経ちました。慣れないことが多く気付かないうちにストレスをため込みやすくなります。環境の変化についていけず、様々な心身の症状が現れることが「五月病」と言われています。五月病は、正式な医学用語ではありませんが、一般に、この季節に学生や新入社員に起こりやすいため、こう呼ばれています。（大阪府医師会 HP より）

〈自宅でできるセルフチェック〉

- ①悲しくゆううつな気分が1日中続く
- ②これまで好きだったことに興味がわかない、何をしても楽しくない
- ③食欲が減る、あるいは増す
- ④眠れない、あるいは寝すぎる
- ⑤イライラする、怒りっぽくなる
- ⑥疲れやすく、何もやる気になれない
- ⑦自分に価値がないように思える
- ⑧集中力がなくなる、物事が決断できない
- ⑨死にたい、消えてしまいたい、いなければよかったと思う

※5つ以上（①か②を含む）が2週間以上続いていたら

専門家（精神科や心療内科等）にご相談することをお勧めします。

（厚生労働省 ホームページより）

保健福祉センターでも相談をお伺いしていますので、気軽にご相談ください！

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

17 【図書】 移動図書館まちかど号巡回日

- 日時 5月6日（土）13時5分～13時45分
・場所 港近隣センター（八幡屋1-4）
- 日時 5月9日（火）12時50分～13時40分
・場所 天保山第5コーポ 2号棟横（築港3-3）
- 申込 不要
- 費用 無料
- 問合 中央図書館自動車文庫
- 電話 6539-3305

