

記号の見方: 対 対象 ¥ 費用 問 問合せ

やってよかった！ 地域活動

お友達ができました♪活動を通して、広報やパソコンなど、できることが増えて、自分のスキルアップにもなります!

50代 親子の交流の場となる子育て支援サークルなど、子育て支援活動のスタッフやっています

子どもたちに慕われて、興味のある技術を地域の方から教えてもらえて、得ました♪

高校生 小学生プログラミング教室の手伝いをしました

行くところがあるから、元気で、若い気持ちでいられます♪自分ができていること(折り紙)が、みなさまに楽しんでもらえることに役立ちました!

70代 ふれあい喫茶や高齢者食事サービスのスタッフやっています

地域の盆踊りを復活させようとの思いを応援してもらい、実現に向けて進めています♪

40代 もちつき大会など地域で楽しめる交流活動のスタッフやっています

若い人もいっしょに、まとまってひとつのことに取り組むことができて楽しいです!

80代 防災訓練などの防災に関わる活動のスタッフやっています

普段の生活で接することのない方と出会う機会になって交流できてうれしいです!

40代 子育て支援の活動やふれあい喫茶などのスタッフやっています

～いっしょに活動してみませんか～

ちょっとしたお手伝いでも大歓迎! まずは下記までお問い合わせください

問 天王寺区まちづくりセンター(区役所3階)
☎ 06-6796-8927



フェイスブック
地域の活動情報
など発信中

地域活動情報

**桃陽ふれあい祭り
6/4日 10:30~14:00
桃陽小学校**

模擬店やゲームコーナーなど
楽しみいろいろ実施予定!

地域づくりの



詳しくは掲示板やフェイスブックをみて、身近な地域の活動にぜひご参加ください!

地域振興町会(町会)参加であなたもパートナーに!

お住まいの地域の町会がわからないなど、町会や地域活動協議会に関する事は市民協働課(地域活動の支援)☎ 06-6774-9734までお問い合わせください。

令和5年度の国民健康保険料の決定

令和5年度(令和5年4月~令和6年3月)国民健康保険料の決定通知書を、6月中旬に送付します。6月中旬に届かない場合はご連絡ください。

前年中所得が一定基準以下の世帯や、災害、退職や廃業等による所得の減少等で保険料を納めるのにお困りの方は、保険料の軽減・減免ができる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

令和5年度の国民健康保険料は次の表により計算した金額が年間保険料となります

	令和5年度国民健康保険料(年額)		
	医療分保険料	後期高齢者支援金分保険料	介護分保険料*1
平等割保険料(世帯あたり)	30,321円	10,494円	
均等割保険料(被保険者あたり)	被保険者数×30,798円	被保険者数×10,659円	介護保険第2号被保険者数×19,543円
所得割保険料*2	算定基礎所得金額*3×8.78%	算定基礎所得金額*3×3.09%	算定基礎所得金額*3×2.94%
最高限度額	65万円	20万円	17万円

※1 介護分保険料は、被保険者の中に40歳~64歳の方(介護保険第2号被保険者)がいる世帯にのみかかります。令和5年度より介護分保険料の平等割保険料はかかりません。



※2 世帯の所得割保険料は、被保険者(介護分保険料の所得割は介護保険第2号被保険者)ごとに計算した所得割の合計額となります。

※3 算定基礎所得は、前年中総所得金額等-43万円となります。

問 窓口サービス課(保険年金) ☎ 06-6774-9956

みんなで守ろう! 自転車マナー 自転車保険に入りましょう

自転車を運転する誰もが被害者にも加害者にもなるおそれがあり、加害者になった場合は、高額な損害賠償を請求されるケースがあります。大阪府条例では自転車利用者の保険加入を義務付けています。事故に備えて被害者を救済するための自転車保険に入りましょう。

問 市民協働課(安全まちづくり室)
☎ 06-6774-9899

大阪市「自転車交通事故に備えて保険に入りましょう」

地域の保健福祉ふれあい活動のご紹介(6月実施分)

地域	高齢者食事サービス 要予約	ふれあい喫茶
	対 概ね一人暮らしの高齢者 ¥ 300円程度	対 地域の方など誰でも ¥ 100円程度
天王寺	9日(金)、23日(金) 11:00~ 天王寺連合会館での配食	休み
大江	12日(月)、26日(月) 11:00~ 大江会館での配食	19日(月) 11:45~13:45 大江会館
聖和	9日(金) 11:30~ ボランティアによる配食	19日(月) 13:30~15:30 聖和会館
五条	8日(木) 11:30~ 五条公園会館での会食	1日(木) 13:00~15:00 五条公園会館
桃丘	23日(金) 10:45~ 桃丘会館での配食	16日(金) 13:30~15:30 桃丘会館
生魂	15日(木) 11:00~ 生魂会館での会食	8日(木) 13:00~15:00 生魂会館
桃陽	1日(木) ①11:00~ ②11:30~ 桃陽会館での配食	22日(木) 12:00~13:30 桃陽会館
味原	15日(木) 11:00~ ボランティアによる配食 ※一部、味原会館での配食	10日(土) 14:00~16:00 味原会館
真田山	15日(木) ①11:00~ ②11:45~ 真田山プール会議室での配食	1日(木) 14:00~16:00 清水谷公園会館

※会場の都合により、日時等を変更する場合がありますのでお問い合わせください。

問 区社会福祉協議会事務局 ☎ 06-6774-3377

健康づくり NAVI 家庭でも起こる食中毒!

気温や湿度が高くなる時期は、食中毒に注意が必要です。家庭で発生した場合、腹痛や下痢等の症状が軽かったり、家族全員が発症せず、食中毒とは気づかれずに重症化したり死亡した例もあります。細菌やウイルスによる食中毒は、簡単な方法で予防できます。

予防の三原則


細菌を食品に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」という三原則が重要です。

家庭でできる食中毒予防の6つのポイント

きれいに見える食器や手指、ラップに包まれた食品なども必ずしも清潔ではなく、食中毒の原因となる細菌やウイルスがいる場合もあります。外見だけで安心せず、衛生的な調理、取扱いを心がけましょう。

食中毒の予防には「きれい」なことよりも「清潔」で「衛生的」なことが大切です。①食品の購入や②家庭での保存、③下準備、④調理、⑤食事、⑥残った食品の衛生管理の6つのポイントについて、厚生労働省のホームページに掲載されています。

また、腹痛や下痢、嘔吐等の症状が現れたら、早めに病院を受診しましょう。



厚生労働省のホームページはこちら ▶

問 保健福祉課(地域保健活動) ☎ 06-6774-9968

広告募集中

詳しくは、天王寺区ホームページをご覧ください。
<https://www.city.osaka.lg.jp/tennoji/>