



1

寝室防災

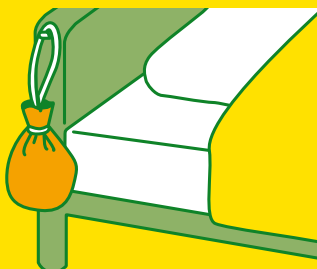
**寝ている場所が
危なくないかチェック**いつもの場所に寝転んで、
倒れたり落ちてくる家具や
インテリアがないか探してみよう。**枕元に靴を
置いて寝よう**家の中は物やガラスが
散乱してしまうかも。
足を守ってけがや転倒を防ごう。

2

寝室防災

寝室防災

3

**メガネや携帯電話、
移動に必要なつえや
抱っこひもは
手の届くところに置く**巾着に入れてぶら下げておくなど
強い揺れでも移動しない工夫を。**寝室に置く小物は
軽くて割れにくい
素材を選ぶ**時計や写真立てなどのインテリア雑貨は
落ちたり飛んできても
けがをしないものと安心。

寝室防災

4

**いま自分でできる
寝室の防災****防災
関連記事**

- 2面 ▶ ええトコ! 天王寺「誰もが安心して暮らせるまちづくり 地域のつながりで災害に備えよう」
特集2面 ▶ 防災特集「自宅を安全に! 在宅避難のための家具の転倒防止」
特集3面 ▶ 防災マップ(保存版)

てんのうじ
EXPO
2023

天王寺区制100周年×2025年大阪・関西万博を盛り上げよう!

**「わたしたちのまちの未来」**天王寺区の今そして私たちが描く未来
～いのち輝く未来の天王寺のデザイン～

絵画・ポスター・キャッチコピー

作品募集応募期間 **7/3(月)～9/1(金)**
テーマ「わたしたちのまちの未来」

2025年は天王寺区制100周年、大阪・関西万博が開催される年です。みんなで「わたしたちのまちの未来」を思い描きましょう! 最優秀賞受賞者には万博関連グッズ、応募者全員に参加賞を用意しています。

**小中学生による
絵画・ポスター**

- 【小学生】絵画
(対象/区内在住・在学の小学生)
- 【中学生】ポスター
(対象/区内在住・在学の中学生)

**2世代の部
キャッチコピーコンクール**

- 中学生以上の若者によるキャッチコピー
概ね20字程度
(対象/平成7年1月1日～平成23年4月1日の間に
生まれた天王寺区にゆかりのある方)

中学生
高校生OK!

募集方法や要項はHPをご覧ください。なお、賞品については予告なく変更する場合があります。

©Expo 2025

問 市民協働課(教育文化) ☎ 06-6774-9743

**後期高齢者医療制度被保険者証と
保険料決定通知書の送付**

対象の方に、被保険者証(橙色)を送付します。不在の時は郵便局に保管され、お知らせが投函されます。現在の被保険者証(黄色)は8月から使えなくなります。また、保険料決定通知書を7/20頃に送付します。7月中旬に届かない場合は、お問い合わせください。

国民健康保険高齢受給者証の送付

大阪市国民健康保険に加入の70～74歳の方に新しい高齢受給者証を送付します。現在のものは8月から使えなくなります。7月中旬に届かない場合は、お問い合わせください。

問 窓口サービス課(保険年金) ☎ 06-6774-9956

**介護保険料決定通知書及び
介護保険負担割合証を7月中旬に送付します****介護保険料決定通知書**

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る方に、「介護保険料決定通知書」を送付します。また、4月に決定通知書が送付された方で、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

要介護・要支援認定を受けている方及び総合事業の対象者の方全員に、令和5年8月から令和6年7月に介護サービス等を利用する際の自己負担割合(1～3割)を記載した「介護保険負担割合証」を送付します。介護サービス等を利用する際は、「介護保険被保険者証」と併せてサービス提供事業者提示をお願いします。

問 保健福祉課(介護保険) ☎ 06-6774-9859