

参加してみませんか？

## 講座・催し



### 酒害教室

申込不要 無料

飲酒問題を抱え回復をめざしている方、ご家族の飲酒問題で悩んだり困っている方など、どなたでも参加できます。

**日時** 7月14日(水) 14時～16時  
**場所** 区役所2階 集団検診室  
**内容** アルコール専門病院相談員によるミニ講座、当事者体験談など  
**申込方法** 当日会場までお越しください。  
**問合せ** 保健福祉課(保健活動) 1階①番 ☎6915-9968

### 健康体操

-体を動かして介護予防-

無料

肩こりなどにお悩みの方のための簡単な体操です。楽しくからだを動かしましょう！

**日時** 7月15日(木) 13時30分～15時30分  
**場所** 区役所2階 集団検診室 または 4階 403・404会議室  
**講師** 谷山 裕子 氏(健康運動実践指導者)  
**定員** 30名(先着順)  
**申込方法** 電話・窓口  
**申込期間** 7月5日(月)～9日(金)  
**問合せ** 保健福祉課(保健活動) 1階①番 ☎6915-9968



### 地域生活向上教室

(ほっこり・ほのぼの)

無料

仲間と一緒にほっこりとした時間を過ごしましょう。午前の教室なので生活リズムも整います。

**日時** 7月15日(木)、8月5日(木) 9時30分～11時30分  
**場所** 区役所2階 集団検診室  
**対象** 統合失調症を中心とする精神障がいのある方 ※主治医の意見書が必要です。初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください。  
**内容** ミーティング、軽い運動、認知機能リハビリテーションなど  
**申込方法** 電話・窓口  
**問合せ** 保健福祉課(保健活動) 1階①番 ☎6915-9968

### 統合失調症の家族教室

無料

心理士によるミニ講座、家族交流会、問題解決技法を用いたグループセッションを行います。

**日時** 7月21日(水) 13時30分～15時30分  
**場所** 区役所2階 集団検診室  
**講師** 長谷川 章子 氏  
**対象** 統合失調症と診断された方のご家族 ※初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください。  
**申込方法** 電話・窓口  
**問合せ** 保健福祉課(保健活動) 1階①番 ☎6915-9968

## 区民ソフトバレーボール大会(市長杯予選大会)

**日時** 8月22日(日) 9時～18時頃  
※女子・ファミリーの部は13時頃開始  
**場所** 鶴見スポーツセンター  
**種目**  
 ①トリム 一般の部 12歳以上の男女(小学生不可)  
 ②トリム シニアの部 50歳以上の男女(女性4名でも可)  
 ③女子の部 12歳以上(小学生不可)  
 ④ファミリーの部 30歳以上の男女各1名または女性2名と小学生2名(計4名)  
※①②③は4名以上8名以下。  
 ※年齢は令和3年11月28日現在。  
**試合方法** 予選リーグ→決勝トーナメント方式  
**参加資格** 区内在住・在勤者  
**参加費** 1チーム 3,000円  
※当日受付でお支払いください。  
 ※抽選後の参加辞退は参加費をいただきます。  
**申込締切** 7月16日(金) 必着  
**申込方法** チーム名、代表者氏名・住所、選手の名前・年齢・性別・住所を記入のうえお申込みください。  
**申込書は、ええまちネットワークのホームページからダウンロードしてください**  
**①郵送による申込**  
 〒538-0054 大阪市鶴見区緑2-8-4  
 鶴見区ソフトバレーボール連盟事務局 山田晃司 宛  
**②メールによる申込**  
 ✉ snow-o-white@angel.zaq.jp  
**抽選日** 7月26日(月) ※抽選は連盟にて行います。  
**問合せ** ソフトバレーボール連盟会長 大和方 ☎090-1967-0324 ※問合せ可能時間/19時～21時

## 区役所からの お知らせ



### 介護保険負担割合証を送付します

要介護・要支援認定を受けている方及び総合事業の事業対象者の方全員に、令和3年8月から令和4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割から3割)を記載した「介護保険負担割合証」を7月中旬に送付します。  
 介護サービス等を利用する際に、「介護保険被保険者証」と併せて提示をお願いします。  
**問合せ** 保健福祉課(高齢者支援) 1階⑩番 ☎6915-9859

### 医療助成制度の所得年度の見直しを行います

7月1日から、所得年度の見直しを行います。現在、所得制限に該当しており、医療助成制度を受けておられない方は、7月1日以降に申請いただくと、資格を取得できる可能性があります。必要書類をご確認いただき、ご提出ください。  
 また、見直しにより所得制限に該当された方につきましては、医療証に記載の有効期限までご利用いただけます。所得制限額については対象の医療助成制度により異なりますので、お問い合わせください。  
**問合せ** 子ども医療について 保健福祉課(子育て支援) 1階⑩番 ☎6915-9107  
 重度障がい者医療について 保健福祉課(障がい者支援) 1階⑩番 ☎6915-9857

### 介護保険料決定通知書を送付します

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ただいている方に、介護保険料決定通知書を7月中旬に送付します。  
 また、口座振替や納付書等で保険料を納めていただいている方には、4月に決定通知書を送付しましたが、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。

**介護保険料コールセンター** ☎7777-4765  
※受付/7月16日(金)～30日(金) 9時～17時30分(土日・祝日は除く)

**問合せ** 保健福祉課(高齢者支援) 1階⑩番 ☎6915-9859

保険料段階が1～4の方は、①高齢者用肺炎球菌(※条件あり)や②高齢者インフルエンザの予防接種の際、自己負担免除の確認書類に使用できますので、大切に保管してください。  
**問合せ** 保健福祉課(健康づくり) 1階⑩番 ☎6915-9882



## 第47回 鶴見区民まつりを中止します



令和3年9月12日(日)に開催を予定しておりました「第47回鶴見区民まつり」は新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、来場者および関係者の皆さまの健康・安全面を第一に考慮した結果、開催を中止します。  
 例年、楽しみにされている皆さまには、大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。  
**問合せ** 市民協働課 1階⑧番 ☎6915-9166

## つるみっこ写真館

5月出生届受理件数 89件

まちの未来を担う子どもたちのとっておきの1枚をご紹介します。

かわいいお子さんの写真、募集中!

★詳しくはホームページをご覧ください。  
 つるみっこ写真館で 検索

スマホからはこちら⇒



あおい 1歳 中島 蒼ちゃん  
 パパ、ママのもとに生まれてきてくれてありがとう。少しずつできることも増えてきて、毎日成長する姿が見られて幸せです。これからも、蒼らしく元気にすくすく育ってね。

しずく 3歳 青山 零ちゃん  
 つむぎ 1歳 紡希ちゃん  
 2021年も笑って楽しい一年になりますように！そして、子どもたちがそれぞれ新しい環境に慣れることを心から願っています。

※年齢・コメントは撮影当時のものです。 **申込・問合せ** 総務課(政策推進) 4階④番 ☎6915-9683