



国民健康保険の資格喪失手続きについて

国民健康保険に加入されている方が社会保険に加入された場合は、**14日以内**に区役所で国民健康保険の資格喪失手続きを行う必要があります。

なお、この国民健康保険の資格喪失手続きについては、行政オンラインシステムにおいてもできます。詳しくはホームページをご覧ください。

ホームページはこちら

問合せ 窓口サービス課(保険年金) 3階③番 ☎06-6915-9956



市民税・府民税の申告期限は3月16日(月)です

窓口混雑緩和のため、市税事務所・区役所への来所を控えていただき、送付またはオンラインによる申告をお願いします。

なお、3月17日(火)以降の申告の場合は、税額の決定・通知や課税(所得)証明書の発行時期などが遅れることがあります。

窓口での申告に関するご注意

- 混雑緩和のため、事前にご自宅等で申告書の記載・作成をお願いします。
- 区役所臨時申告会場の受付時間は区役所開庁時間と異なります。
- 申告受付期間の最後の1週間や期間中の午前9時台は混雑が予想されます。

問合せ 京橋市税事務所 市民税等グループ(個人市民税担当) ☎06-4801-2953 内線06-4801-2871

健康コラム

3月1日から3月8日は「女性の健康週間」です

女性の健康週間とは?

女性が**生涯を通じて健康でいきいき**と過ごせることを目指しています。家族や周囲の大切な人とも、健康について話し合ってみてはいかがでしょうか。小さな積み重ねが、将来の健康をつくります。女性の健康週間をきっかけに「自分の心と体に目を向けてみる」ことを習慣にいきましょう。

●どうして女性の健康維持が重要なのか?

女性は妊娠・出産、更年期などライフステージごとに**身体や心に大きな変化**が現れます。それぞれの年代や状況に応じた健康管理が大切です。月経異常や更年期症状、生活習慣病など、気になる症状を放置せず、早めに専門医に相談しましょう。

●知っておきたいセルフケアのポイント

バランスのよい食事、日々の飲酒量の見直し、適度な運動、十分な睡眠、定期的な健康診断やがん検診の受診など、日々の生活に一つでも、取り入れることが大切です。

区役所では、ご予約なしで健康についてご相談いただけますので、いつでもご利用ください。



問合せ 保健福祉課(保健活動)1階⑪番 ☎06-6915-9968

3月 無料相談

対象 大阪市民の方

行政オンラインシステムでの予約 ★印が対応

申込期間 毎月1日から相談日4日前まで 定員 各2組(先着順)

相談名	日時	申込方法	場所
1 法律相談	3月13日(金) 13時~17時 (毎月第2金曜日)	予約 3月6日(金)正午~相談日当日10時 定員 16組(先着順)(1組30分以内)	区役所3階 つるみっ子ルーム前 問合せ 総務課(政策推進) ☎06-6915-9683
	3月27日(金) 13時~17時 (毎月第4金曜日)	予約 3月19日(木)正午~相談日当日10時 定員 16組(先着順)(1組30分以内)	
2 不動産相談 (賃貸、売買契約、空家問題など)	3月12日(木) 13時~16時 (毎月第2木曜日・偶数月第4曜日)	予約 相談日当日9時~電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 6組(先着順)(1組30分以内)	
3 司法書士相談 (相続・贈与、会社・法人の登記、成年後見など)	3月18日(水) 13時~17時 (毎月第3水曜日)	予約 相談日当日9時~電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 12組(先着順)(1組40分以内)	
4 行政書士相談 (相続・遺言など)	3月11日(水) 13時~16時 (奇数月第2水曜日)	予約 相談日当日9時~電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 8組(先着順)(1組45分以内)	
5 行政なんでも相談 (公共施設が破損している、子どもの通る道に危ない箇所があるなど)	3月27日(金) 14時~16時 (毎月第4金曜日)	相談日当日会場にて受付	
6 日曜法律相談	3月22日(日) 13時~17時 淀川区役所 (淀川区十三東2-3-3)	予約 3月13日(金)正午~相談日当日10時 (予約専用☎050-1808-6070[AI電話24時間受付]) 定員 16組(先着順)(1組30分) 問合せ 大阪市総合コールセンター 「なにわコール」(☎06-4301-7285)年中無休・8時~21時	
7 ナイター法律相談	3月24日(火) 18時30分~20時30分 天王寺区民センター (天王寺区生玉寺町7-57)	行政オンラインシステムでの事前予約 3月23日(月)17時まで 定員 32組(先着順) ※オンライン予約で定員に満たない場合は、相談日当日18時時点の来場者で抽選を行います。抽選後、空き枠があれば先着順で受付(各相談開始10分前締切) 問合せ 大阪市総合コールセンター 「なにわコール」(☎06-4301-7285)年中無休・8時~21時	
8 弁護士による「離婚・養育費」に関する専門相談	3月24日(火) 14時~17時	予約 3月16日(月)9時~電話 (予約専用☎06-6915-9107) 定員 4組(先着順)(1人45分以内) 対象 大阪市内在住で、20才未満のこどもがいる父母 問合せ 保健福祉課(子育て支援) 場所 区役所4階401会議室 1階⑫番(☎06-6915-9107)	
9 自立アシスト相談 (収入が不安定、仕事が見つからない、頼る人がいない、子どものひきこもりなど)	[平日]9時~17時30分	日々の生活の中で起こるさまざまな困りごとの解決をサポートします。 対象 区内在住で生活にお困りの方	区役所3階⑬番 問合せ ☎06-6913-7060
10 精神科医によるこころの健康相談 問合せ 保健福祉課(保健活動) ☎06-6915-9968	3月13日(金)・27日(金) 14時~15時30分	本人(鶴見区民)およびご家族からの相談も可能です。電話(☎06-6915-9968)、窓口にて事前にご予約ください 定員 各2名(先着順)(1人30分程度)	区役所1階相談室
11 花と緑の相談	今年度の区役所での相談は終了しました。花と緑に関するご相談は鶴見緑地公園事務所へお問い合わせください。		
12 ごみの相談・フードドライブ 問合せ 城北環境事業センター ☎06-6913-3960	3月17日(火) 14時~16時 (毎月第3火曜日)	当日会場にて受付 ※食品の持ち込みは14時以降にお願いします	区役所1階ロビー
13 人権相談 (いじめ、差別、虐待、セクハラ、パワハラ、DVなど)	[平日]9時~21時 [日・祝]9時~17時30分	一部予約制 専門相談員が電話で相談をお受けします。区役所で面談を希望される方は事前にご予約ください。 (☎06-6532-7830)※通話料は自己負担 区役所でも相談をお受けしています。[平日]9時~17時30分 問合せ 市民協働課(教育)4階⑬番 (☎06-6915-9734)	

乳幼児健診

問合せ 保健福祉課(健康づくり)1階⑪番 ☎06-6915-9882



無料 申込不要

※対象の方には事前に個別に通知します。※日程は表のとおり予定していますが、対象人数によっては実施日が変わる場合があります。必ず個別に通知する「健康診査のお知らせ」でご確認ください。

内容	日	対象
3か月児健康診査	3月 9日(月)	令和7年11月 1日~11月20日生まれ
1歳6か月児健康診査	3月10日(火)	令和6年 8月 4日~ 8月16日生まれ
	3月24日(火)	令和6年 8月17日~ 8月31日生まれ
3歳児健康診査	3月12日(木)	令和4年 9月 1日~ 9月16日生まれ
	3月26日(木)	令和4年 9月17日~ 9月30日生まれ

区役所で実施する 健診のお知らせ

問合せ (検診内容・場所などに関すること) 保健福祉課(健康づくり)1階⑪番 ☎06-6915-9882



	内容	料金	実施日・受付時間・受付場所	対象(大阪市民)
予約不要	結核健診	無料	3月11日(水) 10時~11時 区役所2階 保健福祉センター前	15歳以上の市民の方