

参加してみませんか 講座・催し



離乳食講習会

無料
申込不要

離乳食を始めることに不安がある方、離乳食を始めたものの、うまく進まない方、その他離乳食についてご質問のある方、ぜひご参加ください。



日時 4月21日(火)
13時30分～14時30分

場所 区役所2階 集団検診室

内容 離乳食の進め方について(お話・実演)

対象 生後7か月ごろまでの赤ちゃんを育児中の方

詳しくはこちら



問合せ 保健福祉課(健康づくり)
1階11番 ☎06-6915-9882

鶴見区青少年ふれあいキャンプ

小・中学生を参加対象として、野外での食事作りや遊び、キャンプファイヤーなど、日常生活では体験できない『生きる力』を育むプログラムを行います。是非ご参加ください。詳しくはInstagramまで。

日時 6月20日(土)～21日(日) 1泊2日

場所 信太山青少年野外活動センター

対象 鶴見区在住の小学4年生～中学3年生

定員 100名(申し込み多数の場合は抽選)

費用 4,000円(保険代含む)

締切 4月30日(木)

主催 鶴見区青少年指導員協議会



Instagramはこちら



InstagramのDM

申込 鶴見区青少年指導員協議会
問合せ InstagramのDM

区役所等からの お知らせ



国民健康保険の届出をお忘れなく

就職などで国民健康保険から脱退するときや、退職などで国民健康保険に加入するときは、**事実の発生**したときから**14日以内**に届出が必要です。国民健康保険では、自動的に加入や脱退の手続きが行われることはありませんので、必ず届出をしてください。

なお、加入の届出が遅れた場合は、加入すべきときからの保険料をさかのぼって(最長2年)納めていただくことになります。

また、やむを得ない理由もなく届出が遅れると、医療費の給付は届出日からなる場合があります。

詳しくはこちら

問合せ 窓口サービス課(保険年金)

3階31番

☎06-6915-9956



区役所で実施する ところの健康に関する各種無料講座

申込・問合せ 保健福祉課(保健活動)1階11番 ☎06-6915-9968

無料

	講座名	実施日時・場所	対象
申込制	地域生活向上教室(ほっこり・ほのぼの) 地域で安定した生活ができることを目的とした教室です。	4月2日(木)・16日(木) 5月7日(木)・21日(木) 各日9時30分～11時30分 区役所2階 集団検診室	統合失調症等の精神障がい(疑いも含む)のある方 ※初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください
	統合失調症の家族教室 家族が正しい知識や本人への接し方などを学び、参加者の皆さんと考える教室です。	4月15日(水)、5月20日(水) 各日13時30分～15時30分 区役所2階 集団検診室 6月30日(火) 14時～16時 区役所4階 401会議室	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
申込不要	酒害教室 飲酒問題について正しい知識と理解を深める教室です。	4月8日(水)、5月13日(水) 6月10日(水) 各日14時～16時 区役所2階 集団検診室	飲酒問題を抱え回復をめざしている方、ご家族、支援者など、どなたでも参加できます。



初心者
大歓迎!

「お花の種まき体験」 参加者を募集します!



鶴見区では、種から花を育て、その花を学校や公園などに植えることで愛着を深めながら美しいまちづくりを進めていく「種から育てる地域の花づくり活動」を実施しています。今回、鶴見区内の2か所(鶴見緑地・今津)で「お花の種まき体験」を実施します。花づくりに興味がある方、お家で育てる方法とは少し違った種まきを体験してみませんか?

日時 ①緑地花づくり広場 4月21日(火) 9時30分集合 [雨天時は4月23日(木)に延期]

②今津花づくり広場 4月28日(火) 9時40分集合 [雨天時は4月30日(木)に延期]

※①②ともに延期の判断は当日8時30分に行います

集合場所 ①花博記念公園鶴見緑地
児童広場(緑3-1) (関目自動車学校南側)

②今津花づくり広場(今津中1-1)
(市立今津中学校西側)



対象 区内在住の方 定員 ①②ともに10名(応募多数の場合は抽選)

申込 窓口・郵送・ファックス・メール
※氏名・住所・電話番号・参加希望場所を記入してお申込みください
※お電話での申込みはできません

種花ボランティアの詳細はこちら



締切 ①4月13日(月) ②4月20日(月)

種花ボランティアも大募集!

お花の種まき・水やり・花壇のお世話等をお手伝いしてくれる方を募集しています。主な活動時期は4月～7月頃、9月～12月頃で、都合の良い日だけのご参加でも大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

申込 市民協働課(市民協働)1階8番 ☎06-6915-9166 ☎06-6913-6235
問合せ 〒538-8510 (住所不要) 鶴見区役所 市民協働課(市民協働) ✉tr0002@city.osaka.lg.jp

国民健康保険料は 6月に決定します

国民健康保険料は、「医療分保険料」、「後期高齢者支援金分保険料」、「介護分保険料」で構成され、それぞれ、全世帯に負担していただく「平等割」、被保険者(国民健康保険の加入者)の人数に応じて負担していただく「均等割」、前年中の所得に応じて負担していただく「所得割」の合計で計算します。

なお令和8年度より上記の他に「子ども・子育て支援金分」*が保険料に加わります。

なお、保険料は4月から翌年3月までの1年間分を6月に決定し、**6月中旬に、世帯主の方へ通知**します(年度途中に加入されたときは、加入した月からの保険料を計算して通知します)。

*「子ども・子育て支援金制度」は令和8年4月から始まります。子ども・子育て支援施策にかかる財源の一部に充てるため、医療保険の被保険者や事業主の方々を含む全世代から医療保険料とあわせてお支払いいただく仕組みとなっています。

問合せ 窓口サービス課(保険年金)3階31番

☎06-6915-9956

国民健康保険料の納付は 便利な口座振替で!

大阪市では、保険料の納付は口座振替を基本としていますので、安全・便利な口座振替をご利用ください。

申込手続きに必要なもの

- ①国民健康保険資格確認書またはマイナンバーカード(マイナ保険証)
- ②キャッシュカードまたは通帳
- ③届出印

口座のある金融機関が郵便局、または区役所下記担当でお申込みください。パソコン・スマートフォン・タブレット端末でも申込みができます。詳しくは、大阪市ホームページをご覧ください。

詳しくはこちら

問合せ 窓口サービス課(保険年金)

管理)3階31番

☎06-6915-9946



65歳以上の方 (介護保険第1号被保険者)へ

介護保険料決定通知書を下記のとおり送付します。介護保険の第1号被保険者の方(大阪市にお住まいの65歳以上の方)で口座振替または納付書で保険料を納付いただいている方(普通徴収の方)には、**4月中旬**に、年金から納付いただいている方(特別徴収の方)には、**7月中旬に送付**します。

問合せ 保健福祉課(高齢者支援)1階10番

☎06-6915-9859

