

お知らせ

大阪市国保にご加入の方へ
おトクに健康チェックしませんか?

大阪市国保では、加入者の皆さんの健康のために、さまざまな保健事業を行っています。



●特定健診 無料

高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の予防のため、年に1回は受けましょう。

対象の方には、4月末頃に緑色の封筒で「受診券」を送付しています。

対象 40歳以上の方(来年3月末までに40歳になる方を含む)

●1日人間ドック

医療機関で、身体の総合的な検査を受けられます。

対象 30歳以上の方

費用 30～39歳：14,000円

40～74歳：10,000円

※昭和33・43・53・58年生まれの方は無料です。

※40歳以上の方は、受診の際に特定健診の「受診券」が必要です。

そのほか、18歳以上の方を対象に「健康づくり支援事業」を行っています。詳しくは「受診券」に同封の「国保健診ガイド」(区役所の窓口でも配布しています)や、ホームページをご確認ください。

**問合せ** 特定健診受診券に関すること

窓口サービス課(保険年金)

4階43番 ☎6308-9956

健診の内容や場所に関すること

保健福祉課(健康づくり)

2階22番 ☎6308-9882

その他保健事業に関すること

大阪市福祉局生活福祉部

保険年金課(保健事業)

☎6208-9876

介護保険料の軽減を受けられる場合があります

生活に困窮し、介護保険料の納付が困難な方は、軽減を受けられる場合があります。適用開始は原則申請月からとなりますので、お早めにご申請ください。

➤ **対象** 次の項目すべてに該当する方(生活保護受給者は除く)

※保険料段階が第1・2段階の方は申請不要

- ・世帯全員が市民税非課税
- ・世帯年収の合計が1人世帯150万円以下であること(世帯員が1人増えるごとに48万円を加算)

※年収には、遺族年金・障がい年金などあらゆる収入が含まれます。介護保険料や介護サービス利用料などは控除できます。

- ・他の世帯に属する人の扶養を受けていないこと、健康保険の扶養親族になっていないこと。

- ・世帯の預貯金額等の合計が1人世帯350万円未満であること(世帯員が1人増えるごとに100万円を加算)

- ・介護保険料を滞納していないこと

持物 介護保険被保険者証、世帯収入がわかる資料(年金支払通知書(はがき)、源泉徴収票など)、健康保険証、世帯全員の預貯金口座の通帳

注意 昨年度から引き続き軽減を希望される方は、5月末までに申請が必要です。

問合せ 保健福祉課(介護保険)

3階31番 ☎6308-9859

視覚障がいのある方へ
国民健康保険からのお知らせ

国民健康保険料決定通知書に記載される主な内容(保険料年額や月額等)を点字文書にして同封します。ご希望の方は電話にて申し込みください。(住所・氏名・生年月日をお聞きます)

毎年の申込は不要ですが、世帯主の変更や区をまたぐ転居をした場合は、再度申込が必要です。

問合せ 窓口サービス課(保険年金)

4階43番 ☎6308-9956

予防接種は適切な時期に受けましょう

お子さんの健やかな成長のために、予防接種は適切な時期に受けましょう。委託医療機関では接種を行



う時間や場所に配慮し、換気や消毒を行うなど、感染防止対策に努めています。健康が気になるときだからこそ、予防接種は遅らせず、予定どおり受けましょう。

場所 委託医療機関

問合せ 大阪市保健所感染症対策課

☎6647-0656 ☎6647-1029

カラスによる被害を受けないために

●ごみを荒らされないようにする

ごみは、カラスの^{かつこう}恰好の餌です。被害を防ぐため、生ごみ・残飯を減らす、新聞紙等で包んだ上でごみを出す、防鳥ネットを使用する等、ごみの出し方を工夫しましょう。

※防鳥ネットは東北環境事業センター(☎6323-3511)で貸し出ししています。

●巣がある木には近づかない

一部の親鳥は、ヒナを守るために巣に近づく人を威嚇する場合があります。巣がある木には近づかないようにし、迂回できない場合は、素知らぬふりをして通り過ぎましょう。

問合せ 保健福祉課(健康づくり)

2階22番 ☎6308-9973

犯罪被害者等支援のための
総合相談窓口

大阪市では、犯罪被害者やその家族・遺族が被害から回復し、社会の中で再び平穏な生活ができるよう、相談窓口を設置しています。犯罪被害者等からの相談をお受けして、その方の状況に応じた大阪市の各種支援施策のご案内や関係機関の紹介などを行っています。ぜひ相談ください。

時間 9:00～17:30

(土日祝・年末年始を除く)

場所 市役所4階

問合せ 市民局人権企画課

☎6208-7489

FAX 6202-7073



マイナンバーカードを作りたい方へ 申請方法は次の2種類!

- ①郵便やオンラインで申請、カードは区役所で受取
- ②梅田・難波にあるサービスカウンターで申請、カードはご自宅へ郵送



①について
詳しくはこちら



②について
詳しくはこちら



市税事務所からのお知らせ

○市税の納期限

軽自動車税(種別割)の納期限は、5月31日(水)です。身体障がい者、知的障がい者及び精神障がい者等の方で軽自動車税(種別割)の免除の申請をされる場合は、納期限までに市税事務所で手続きを行ってください。

問合せ 梅田市税事務所 軽自動車税担当
☎4797-2954

○令和5年度 個人市・府民税の特別徴収税額決定通知書を送付します

令和5年5月中旬から事業主を通じて、給与所得者の方に送付します。なお、3月16日(木)以降に所得税または個人市・府民税の申告をされた方は、通知書に申告内容が反映されていない場合がありますが、この場合は7月以降に変更通知書を送付します。

問合せ 梅田市税事務所 市民税等グループ
☎4797-2953

募集

5・6月の ゆめちゃん☆ハッピールーム

大人気!“あわたんず”のミュージックケアを開催します。親子で遊びに来てくださいね!!

日時 ①5月17日(水) 10:30~11:30

②6月1日(木) 10:30~11:30

場所 ①②とも区役所2階 集団検診室
※来庁時には、体温の確認・手指消毒のご協力をお願いします。

対象 ①ハイハイ組(おおむね1歳まで)
②トコトコ組(1~3歳まで)

定員 各17組

申込 5月9日(火) 9:00から電話にて
予約多数の場合は別日程をご案内しますので、たくさんのお電話お待ちしております!!

問合せ 保健福祉課(こども教育)
2階23番 ☎6308-9939



区役所1階 区民ギャラリー 申込み受付

無料

期間 6月21日(水)~9月26日(火)の
うち2週間単位

申込 6月1日(木) 9:00~9:15

※受付日以降空きがあれば随時受付
※区役所行事等の公用が優先です。ロビースペースはパネル4枚分までとなります。空き状況等詳しくはホームページをご確認ください。



問合せ 政策企画課(広報)
5階51番 ☎6308-9404

統合失調症の方と家族の ための教室

予約要 無料

統合失調症の方とその家族を応援します。一緒に一歩を踏み出してみませんか。

●地域生活向上教室

生活リズムを整え、仲間づくりや安心できる生活をめざします。

対象 統合失調症治療中の方

日時 毎月第4火曜日 9:30~11:30

場所 区役所2階 集団検診室

内容 コミュニケーションの訓練・レクリエーション・グループミーティング・運動・料理など

●統合失調症家族教室

家族の情報交換の場です。日頃の悩みや思いをお話してみませんか。

対象 統合失調症の方のご家族

日時 毎月第4火曜日 14:00~16:00

場所 区役所2階 集団検診室

内容 精神科医、心理士の講話、家族交流会

申込 まずは問合せください。

問合せ 保健福祉課(健康相談)
2階21番 ☎6308-9968

人権擁護委員による 特設人権相談所

日常生活で生じるさまざまな人権問題について、悩みごとや困りごとがありましたら、お気軽にご相談ください。いずれの会場もご住所に関わらずご利用できます。

日時 5月19日(金) 13:30~16:00

場所 北区役所・浪速区役所
問合せ 大阪第一人権擁護委員協議会
☎6942-1489

統計調査員を募集しています

住宅・土地統計調査などの基幹統計において、統計調査員として活動していただける方を募集しています。1調査につき約2か月の任命期間(実働日数は2週間程度)で、調査活動に応じた報酬が支払われます(1調査区あたり3~6万円程度)。登録には申請が必要ですので、担当まで問合せください。



問合せ 総務課(統計)
5階51番 ☎6308-9402

河川愛護モニター募集!

活動期間 7月~令和6年6月(1年間)

活動内容 淀川に行き、見たこと・感じたことを月1回以上レポート報告
応募資格 区内淀川近辺に在の20歳以上で、インターネット環境をお持ちの方

謝礼 月4,500円程度

定員 若干名

申込 5月31日(水)までに
ホームページにて



問合せ 淀川河川事務所管理課
☎072-843-2861

区民ハイキング大会 ~水と緑あふれるKOBÉ 都会の オアシスから動物園をめざして!~

高速神戸駅から神戸市立王子動物園をめざして、海岸沿いを歩く約10kmのコースをのんびり歩きましょう。

日時 5月21日(日) 8:00~
淀川区役所駐輪場集合
(王子動物園で解散)

費用 高校生以上800円
中学生以下300円
(交通費・保険代・動物園入園料込)

持物 お弁当・水筒・雨具など

申込 5月8日(月)から
電話または来館にて

問合せ 大阪市コミュニティ協会淀川区
支部協議会(三国本町3-30-6)
☎4866-5140

成年後見制度説明会「よく分かる! 成年後見制度～申立てから後見開始までの流れ～」(Zoomによるオンライン配信) **予約要 無料**

日時 5月24日(水) 14:00～15:00頃

定員 50名(先着順)

申込

件名を「憲法週間行事申込み」とし、本文に氏名(ふりがな)、電話番号、質問事項(任意)を記載のうえ、5月9日(火)～22日(月)メールにて
✉fc.oos.koho@wm.courts.jp

問合せ 大阪家庭裁判所事務局総務課
広報係 ☎6943-5692

施設だより

● 老人福祉センター

〒532-0022 野中南2-1-5
☎6304-9118 ☎6304-9190

人生会議

予約要 無料

～自分の意志を伝えるために～

自分が大切にしていることを「もしバナゲーム」で一緒に考えてみませんか?

日時 5月29日(月) 10:00～11:30

対象 区内在住60歳以上で、センター利用証をお持ちの方(初めてご利用の方には無料で利用証をおつくりします)

定員 16名(先着順)

申込 5月18日(木) 10:00～

26日(金) 17:00

本人からの電話または来館にて

暮らしの中に潜む火災危険

予約要 無料

燃焼実験や映像を交えつつ、火災調査官がお話します。

日時 5月25日(木) 10:00～11:00

対象 区内在住60歳以上の方

定員 16名(先着順)

申込 5月11日(木) 10:00～

22日(月) 17:00

本人からの電話または来館にて

● 淀川図書館

〒532-0025 新北野1-10-14
☎6305-2346 ☎6305-9129

むか～し昔、あったとさ

予約要 無料

素話(ストーリーテリング)、絵本など

どで昔話を楽しむ1時間です。大人も子どもと一緒に、長い間語りつがれてきた昔話の世界にふれてみませんか。

日時 5月28日(日) 14:00～15:00

出演 グループ・いっすんぼうし

定員 15名(先着順)

申込 5月6日(土)

10:00から

電話または

来館にて



● 十三市民病院

〒532-0034 野中北2-12-27
☎6150-8000

看護の日イベント **予約不要 無料**

5月12日は看護の日

です。また、5月8日から

5月14日は「看護週間」

です。この期間にちな

み、健康づくりに役立つ

さまざまな企画を用意しましたので、皆さんのお越しをお待ちしています。

日時 5月12日(金) 9:00～11:00

内容 看護相談、体験コーナー等



● 淀川消防署

〒532-0012 木川東4-10-12
☎6308-0119

動画で解説!「自衛消防訓練」

建物の防火管理者は消防計画書を作成し、その計画に基づいて自衛消防訓練を定期的に行う必要があります。「自衛消防訓練といっても、どのようにしたらいいの?」そう思ったときは、消防局で作成している、自衛消防訓練についての説明動画をぜひご確認ください。

動画はこちら▶▶



● 淀川区社会福祉協議会

〒532-0005 三国本町2-14-3
☎6394-2900

災害にも強い淀川 **予約要 無料**

災害ボランティアセンターや、ボランティア活動までの流れ、災害時のボランティアとしての動き方を学びます。もしものときに何ができるのか、一緒に考えてみませんか?

日時 5月20日(土) 10:30～12:30

場所 淀川区民センター

対象 区内在住・在学・在勤の方

定員 30名(先着順)

➤ **申込** 5月8日(月) 10:00～

12日(金) 17:00

電話または来館にて

申込問合せ 淀川区社会福祉協議会

☎6394-2900

FAX 6394-2978



善意銀行だより

3月1日から3月31日の間、善意銀行に13,000円の現金預託と、お米やインスタント等食品、薬剤・衛生用品・子供服等衣類やベビーカー等の物品預託がありました。ご協力ありがとうございました。

關磯司、花尻健、溝川文子、坂下玲果、森友佐代子、ここから100、大阪市環境局東北環境事業センター、大阪信用金庫新大阪支店、IDEC株式会社、BBS会、地域女性団体協議会、匿名8件(敬称略)



ましかど号 5月巡回日

中央図書館自動車文庫 ☎6539-3305

停車場

日時

加島南第4住宅北側入口(加島1-30)	5/2(火)・6/2(金) 14:10～14:40
十八条北モータープール前(十八条1-13)	5/6(土)・6/3(土) 10:20～11:50
淀川区子ども子育てプラザ(新高1-11)	5/9(火)・6/6(火) 11:25～12:10
西中島小学校南門(西中島7-14)	5/11(木)・6/1(木) 14:00～15:00
淀川区役所西側(十三東2-3)	5/12(金) 14:00～14:45
市営木川第一住宅6号棟前集会所前(三国本町1-13)	5/17(水) 14:00～15:00
三津屋公園(三津屋南2-20)	5/19(金) 10:20～11:00
三国小学校南門(三国本町3-9)	5/23(火) 14:15～15:15
アーベイン東三国5号館横(東三国2-10)	5/30(火) 14:00～15:20
北中島公園北側(宮原5-7)	5/31(水) 13:25～15:00

10月1日から適格請求書等保存方式(インボイス制度)が導入されます

制度への対応には各種準備が必要となるほか、登録通知が届くまでに一定の期間を要することとなりますので、登録をお決めの方は早めの申請をおすすめします。 **問合せ** 東淀川税務署 ☎6303-1141(代)

詳しくはインボイス特設サイトへ▶



健診

場所 区役所2階
問合せ 保健福祉課(健康づくり)
 2階22番 ☎6308-9882

乳幼児健診

案内文書は対象者の方に4月末までに送付しています。
 案内文書が届いていない場合や、日程の変更を希望される方はご連絡ください。

3か月児健診	令和5年1月1日～31日生まれの方
1歳6か月児健診	令和3年10月1日～31日生まれの方
3歳児健診	令和元年11月1日～30日生まれの方

特定健診 予約不要

実施日 5月8日(月)・19日(金)9:30～11:00受付
持物 受診券と保険証(国民健康保険または後期高齢者医療)

結核健診 予約不要

受付日時 5月22日(月) 10:00～11:00
対象 15歳以上
 妊娠中および妊娠の可能性のある方はご遠慮ください。

各種がん検診、骨粗しょう症検診 予約要

大腸がん・肺がん検診
実施日 5月19日(金) 13:30～14:30受付
 乳がん検診(マンモグラフィ)・
 骨粗しょう症検診
実施日 5月19日(金)9:30～10:30受付
 6月5日(月) 13:30～14:30受付



※詳しくは予約時にご確認ください。(ホームページで区のがん検診等の年間日程や取扱医療機関が確認できます)



妊婦教室 予約要

対象 12月出産予定の妊婦さん
日時 7月10日(月) 13:30～15:30
定員 20名(先着順)
内容 歯科・栄養編
申込 6月1日(木)9:00から電話・窓口にて

場所 保健福祉センター(区役所2階)
問合せ 保健福祉課(健康相談)2階21番
 ☎6308-9968

※HPIはこちら



相談コーナー

無料 ※相談時間は記録作成及び入替え時間を含みます。

	相談日	時間・受付など	問合せ先
法律相談	5/9(火)・17(水)・23(火)・6/7(水)	電話予約制(先着16組 ※5/23(火)は先着8組) 相談日前開庁日の12:00から受付 実施時間 13:00～17:00 1組30分	法律相談予約専用 ☎6308-9430 ※予約のお電話がたいへん混み合いつながらにくい場合がございます。
日曜法律相談	5/28(日)	場所 天王寺区役所(先着16組) 実施時間 13:00～17:00 予約受付 5/19(金)12:00～27(土)17:00 ※予約専用☎050-1807-2537(24時間受付)	大阪市総合コールセンター(なにわコール) ☎4301-7285 ☎6373-3302
ナイター法律相談	5/11(木)	場所 北区民センター(先着32組) 実施時間 18:30～21:00 受付方法 受付開始時(18:00予定)に順番を抽選、抽選後空きがある場合は先着順(20:00まで)	
行政相談	5/1・6/5(月)	13:00～15:00(受付は14:00まで) 国機関の施策・制度の相談	政策企画課5階51番 ☎6308-9683
人権相談	月～金曜日(祝日を除く)	9:00～17:30 面談または電話	市民協働課4階41番 ☎6308-9416
	専門相談員による相談は希望日時に調整(事前予約制) 月～金曜日 9:00～20:30 日曜日・祝日 9:00～17:00		大阪市人権啓発・相談センター予約専用 ☎6532-7830 ☎6531-0666 ✉7830@osaka-jinken.net
生活自立相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く)	9:00～17:30 就業や自立支援等の相談 面談、電話またはメール	生活自立相談窓口 ☎6195-7851 ☎6195-7852 ✉yjiritsushien@lime.ocn.ne.jp
行政書士相談	5/22(月)	13:00～15:00 ※予約優先 相続・許認可・届出等の相談 予約受付 10:00～17:00	大阪府行政書士会(淀川支部) ☎7739-8000
不動産相談	5/19(金)	13:00～16:00 ※前日までの要予約 不動産の賃貸・売買およびその他様々な内容に関する相談 予約受付 10:00～16:00	大阪府宅地建物取引業協会(新大阪支部) ☎6303-0676
ひとり親家庭相談	毎週火・木・金曜日(祝日を除く)	火・木:10:00～17:00、金:10:00～19:00 要事前予約 就業や自立支援・離婚前相談等	保健福祉課4階45番 ☎6308-9423

〈相談場所〉●生活自立相談は…区役所3階 ●その他は…区役所4階相談室



広告