

良質な民泊などの宿泊施設拡大セミナー 来訪者向けに宿泊場所を提供したい方へ

近年たくさんの外国人旅行者が日本を訪れて賑わっており、本市においても9月から始まるラグビーワールドカップ2019日本大会で大勢の観戦客が訪れます。(一社)東大阪ツーリズム振興機構では、市内に来訪者呼び込み取組みを進めており、このほど市内で宿泊場所の提供を考えている方にセミナーを開催します。

■7月23日(火)18時30分~20時 所 クリエイション・コア東大阪南館 定20人(申込先着順) 内▶宿泊場所を提供するサービスの類型や特徴など、どのような制度があるのか▶市内でサービス提供を始めた方の事例紹介 ▶提供する宿泊施設をウェブサイトで紹介し、予約マッチングを図る民間仲介サービスの紹介 ▶東大阪ツーリズム振興機構の取組内容など ■基本事項(12面に掲載)を7月22日(月)17時までに電話で(ファクス、Eメールも可)

宿泊場所として 想定されているものの例

- ▶宿泊場所を多人数で共用する構造などを有する民宿・ゲストハウス
- ▶居住する住宅の空き部屋
- ▶別荘として使用している古民家
- ▶母屋の離れ
- ▶居住するマンション内の別の部屋(号室)など

宿泊場所の提供手法

旅館業法の簡易宿所、住宅宿泊事業法の民泊、イベント時に提供できるイベント民泊など

■(一社)東大阪ツーリズム振興機構 06(4309)8083、FAX06(4309)8084、hta-jimukyoku@higashiosakatourism.com
■企画室 06(4309)3101、FAX06(4309)3826



チケット購入方法

※リセールサービスでの購入も同じ手順になります。

公式チケットサイト「トハアクセス」(左のコードからアクセス可)

まずはID登録が必要で、個人情報を入力し、「登録ボタン」をクリック!

届いたメールの「本登録」ボタンをクリック!

公式チケットサイトにログイン

希望チケットを申込み!

クレジットカードまたはコンビニエンスストアで支払い後、チケット到着!

金屏風を背景に、ラグビー選手が日本の伝統的な武者絵で描かれたチケット



現在、ラグビーワールドカップ2019日本大会のチケットの公式リセールサービスが開始されています。このサービスは、チケット購入後、何らかの理由で観戦できなくなってしまう場合に、チケット購入者が公式チケットサ

イトを通じて第三者に定価でチケットを販売することができるようオンラインサービスです。市花園ラグビー場で開催される4試合についても、大会開始の直前までチケットを購入できるチャンスがあります。リセールによるチケ

■▽ラグビーワールドカップ2019日本大会チケットカスタマーセンター 0570(09)2019(10時~18時) ▽花園ラグビーワールドカップ2019推進室 06(4309)3020、FAX06(4309)3847

ラグビーワールドカップ2019日本大会のチケットの公式リセールサービスが始まっています。まだチケット購入のチャンスがありますので、ぜひ市花園ラグビー場で熱い戦いを観戦しましょう。

ラグビーワールドカップ2019™日本大会 チケットの公式リセールサービスが開始

チケットは、全て公式チケットサイトからの販売となりますので、まずはチケットサイトへの登録をお願いします。



東京2020オリンピック聖火リレーは来月3月26日に福島県を出発し、日本全国を巡ります。大阪府は4月14日に堺市からスタートし、東大阪市など計18市町を通過します。聖火ランナーは公募となっております。大阪府実行委員会は7月1日から募集が始まっています。申込方法の詳細は、大阪府実行委員会聖火リレー特設ウェブサイトをご覧ください。大阪府以外の都道

東京2020オリンピック 聖火ランナーを募集



府外のランナーを希望する方は、各都道府県実行委員会へ申込みをすることが出来ます。ただし、複数の都道府県へ申し込むことはできません。

このほか、東京2020オリンピック聖火リレープレゼンティンクパートナーの4社(各1回ずつ)を通じて申込みをすることも出来ます。申込みは、各申込み先に1回ずつ、最大5回可能となります。

※平成20年4月1日以前生まれ(来月4月1日現在12歳以上の方)で、走行を希望する各都道府県にゆかりのある方など ※国籍・性別は問いません。

■8月31日(木)までに希望する申込み先のウェブサイト(左のコードからアクセス可)から

■申請▽各都道府県実行委員会 ▽日本コカ・コーラ(株) ▽トヨタ自動車(株) ▽日本生命保険相互会社 ▽日本電信電話(株)(NTT)

■▽東京2020聖火リレー大阪府デスク 0570(666)241 ▽スポーツのまちづくり戦略室 06(4309)3019、FAX06(4309)3847

記号の見方は12面に掲載

参議院議員通常選挙

投票日 7月21日(日) 投票時間 7時～20時

選挙区選挙

大阪府選挙区での改選数は4人です。

比例代表選挙

改選数は50人です。各政党の得票総数に比例して各政党の当選人の数が決まり、その政党における得票数の多い候補者から順番に当選します。

7月21日(日)は、参議院議員通常選挙の投票日です。あなたの大切な一票を生かすためにも、必ず投票しましょう。当日投票に行けない方は、期日前投票に行きましょう。

投票できる方

平成13年7月22日までに生まれた日本国民で、平成31年4月3日までに市内に住所があり(転入届をしていること)、引き続き住んでいる方などです。

【市内で転居した方】

東大阪市内で住所を変えた方のうち、6月17日までに転居届をした方は、新住所地の投票所で投票してください。6月18日以降に転居届をした方は、前住所地の投票所での投票となります。

【市外へ転出した方】

平成31年3月20日までに転出した方は、東大阪市内では投票できません。平成31年4月3日までに新住所地に転入届をした方は、新住所地の選挙区で投票できます。ただし、転出先の選挙人名簿に登録されている必要がありますので、転出先の市区町村選挙管理委員会にお問合せください。

投票の注意

【投票時間】

投票できる時間は、7時～20時です。

表① 期日前投票所

対象	とき	ところ
全有権者	7月5日(金)～7月20日(土) 8時30分～20時	【第1】市役所本庁舎1階多目的ホール(近鉄荒本駅西へ約400m)
		【第2】東体育館3階大会議室(近鉄瓢箪山駅北へ約750m)
	7月14日(日)～7月20日(土) 8時30分～20時	【第3】希来里5階若江岩田駅前市民プラザ多目的ホール(近鉄若江岩田駅北へすぐ)
		【第4】ヴェル・ノール布施5階布施駅前市民プラザ多目的ホール(近鉄布施駅北へすぐ)

☆期日前投票は住んでいる市内の地域に関係なく、上記のどの投票所でも投票できます
☆単でお越しの方は、当該施設の駐車場をご利用ください。第1・3・4期日前投票所をご利用の方は、投票所出口で駐車場サービス券を交付します

表② 不在者投票指定施設一覧(市内、50音順)

アーバンケア	喜馬病院	春光園	布市福寿苑	弥刀介護老人保健施設
アーバンケア稲田	救護施設フローラ	市立東大阪医療センター	ハリ・レジデンス池田	弥刀中央病院
アーバンケア島之内	くつろぎ・友井荘	スーパー・コート東大阪新石切	ピオスの丘	みのわの里
アーバンケア御厨	クルーブ布施	スーパー・コート東大阪高井田	東大阪生協病院	musubi
アーバンケア八戸ノ里	ケア・キューブくさか	スーパー・コート東大阪みと	東大阪徳洲会病院	恵の里
アンパス東大阪	ケアハウス喜里川	千寿園	東大阪山路病院	メルテルホーム
イースタンピラ	ケアハウス春光園	そんぼの家新石切	東大阪養護老人ホーム	八戸ノ里向日葵
池田病院	ケアハウスノーブル	そんぼの家東大阪日下	向日葵	八戸の里病院
石きり	ケアハウスひらおか	竹井医院介護医療院	枚岡の里	ラブラージュ
石切生喜病院	ケアハウス八戸ノ里向日葵	たちばなの里	枚岡病院	レーベンスホルト
五十忠	恵生会病院	たちばなの里 別館永楽	フォレストガーデン	緑風館
ヴァンパール	鴻の里	玉串すみれ苑	福寿苑	六万寺園
ヴェルディ八戸ノ里	小阪産病院	長田の里	藤井会リハビリテーション病院	YMCA サンホーム
エル・クルー-瓢箪山駅前	小阪病院	ながい病院	ブレシオ	若草第一病院
河内総合病院	阪本病院	なるかわ苑	プレジャーライフ	和久田苑
かわち野里ながせ	サテライト型特別養護老人ホーム向日葵	なんかみホーム	ヘルフラワー	渡辺病院
きずり逢花苑	さわやかひがしおおさか館	南荘の郷	牧野病院	

参した方にも、選挙人名簿との対照に間違いが生じないよう氏名を確認しますのでご協力ください。

選挙公報の配布

各候補者および政党の政見などを掲載した「選挙公報」を7月12日(金)ごろから順次各家庭に配布します。届かないときは、選挙管理委員会へお知らせください。なお、行政サービスセンターにも備え置きます。

また、「点字版選挙公報」または「朗読テープ」を希望者に送付しています。申込みは早めに、電話またはファクスで住所、氏名、電話番号をお知らせください。一度申し込むと、今後選挙があるたびに送付します。

期日前投票

投票日当日、仕事や用事、レジャーなどのため、投票所に行くことができない方は、期日前投票ができます。

投票所入場整理券(届いていれば)を持って、表①の期日前投票所で投票してください。期日前投票所では、「宣誓書」に住所、氏名、当日投票所に行けない理由などを記入するだけで簡単に投票ができます(印鑑は不要)。整理券の裏面に「宣誓書」を印字しています。事前に記入しておくことと受付時間が短縮されますので、ぜひご利用ください。

指定病院・施設での不在者投票

表②の病院や老人ホームなどに入院または入所し、投票日に投票所に行けない方は、あらかじめ施設に申し出るとその施設内で不在者投票をすることができます。東大阪市内の施設であっても指定施設であれば不在者投票ができますので、ご利用の施設または選挙管理委員会にお問合せください。

郵便等による不在者投票

身体障害者手帳、戦傷病者手帳、介

護保険の被保険者証を所持し、次のいずれかに該当する方に限り、「郵便等による不在者投票」ができます(点字投票はできません)。事前に「郵便等投票証明書」の交付が必要ですので、まだ交付を受けていない方や有効期限が切れている方は、早めに選挙管理委員会へご連絡ください。請求期限は7月17日(日)17時です。

対象は次のとおりです。

身体障害者手帳 ▷両下肢、体幹の障害もしくは移動機能の障害の程度が1級・2級 ▷心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害の程度が1級・3級 ▷免疫もしくは肝臓の障害の程度が1級～3級

戦傷病者手帳 ▷両下肢もしくは体幹の障害の程度が特別項症～第2項症 ▷心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓の障害の程度が特別項症～第3項症

介護保険の被保険者証 ▷要介護状態区分が要介護5

【代理記載制度】

郵便等による不在者投票の対象者で、次の要件にも該当する方は、選挙管理委員会に届け出た代理人(選挙権を有する者に限る)の記載で投票することができます。▷身体障害者手帳を所持し、上肢または視覚の障害の程度が1級 ▷戦傷病者手帳を所持し、上肢または視覚の障害の程度が特別項症～第2項症

滞在地での不在者投票

東大阪市内に滞在中の場合は、「不在者投票宣誓書・請求書」で東大阪市内選挙管理委員会へ投票用紙の請求をします。最寄りの選挙管理委員会へ不在者投票を行ってください。

なお、郵送でのやり取りになりますので、早めに請求してください。書類は、市ウェブサイトからダウンロードできます。

在外選挙人名簿に登録された方

一時帰国、帰国直後などで、東大阪市の在外選挙人名簿に登録されている方は、国内で投票ができますので選挙管理委員会にお問合せください。

インターネットを使った選挙運動

インターネットなどを利用した選挙運動のうち、一定のものが解禁されています(インターネットを使っても投票はできません)。ただし、規制もありますので、ご注意ください。

詳しくは、市ウェブサイトまたは総務省ウェブサイトをご覧ください。

◆ ◆
【申問】選挙管理委員会事務局 06(4309)3287、FAX06(4309)3849

国民健康保険 限度額適用認定証

8月分以降は更新手続きを

医療機関の窓口での支払いが自己負担限度額(表参照)までとなる「限度額適用認定証」(市民税非課税世帯の方は入院時の食事療養費も減額)の有効期限は7月31日(水)です。引き続き交付を受けるためには、改めて申請が必要で、現在お持ちの「限度額適用認定証」と印鑑を持って、医療

保険室資格給付課または行政サービスセンターで手続きしてください。ただし、保険料の滞納があると交付できない場合があります。また、市民税非課税世帯の方が90日を超えて入院日数が増える場合は、入院日数のわかる領収書添えて再度申請する必要があります。

なお、「限度額適用認定証」は申請日の属する月の1日からの適用となりますので、継続して入院する場合は必ず手続きしてください。

【70歳未満の方(後期高齢者医療除く)】
全世帯を対象に「限度額適用認定証」を申請により交付します。市民税非課税世帯の方は、入院時の食事療養費も減額します。

(表) 自己負担限度額

療除く)	70歳未満の方(後期高齢者医療除く)	自己負担限度額(過去1年間のうち3回目まで)		適用区分	
		自己負担限度額(過去1年間のうち3回目まで)	自己負担限度額(過去1年間のうち4回目以降)		
療除く)	70歳未満の方(後期高齢者医療除く)	旧ただし書所得(※1)901万円超	25万2600円+(医療費の総額-84万2000円)×1%	14万1000円	ア
		旧ただし書所得(※1)600万円超~901万円以下	16万7400円+(医療費の総額-55万8000円)×1%	9万3000円	イ
		旧ただし書所得(※1)210万円超~600万円以下	8万100円+(医療費の総額-26万7000円)×1%	4万4400円	ウ
		旧ただし書所得(※1)210万円以下	5万7600円	4万4400円	エ
	市民税非課税世帯	3万5400円	2万4600円	オ	

上の国民健康保険加入の方	後期高齢者医療および70歳以上の国民健康保険加入の方	自己負担限度額	
		外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)
上の国民健康保険加入の方	後期高齢者医療および70歳以上の国民健康保険加入の方	現役並みⅢ(課税所得690万円以上)	25万2600円+(医療費の総額-84万2000円)×1%(14万1000円)(※5)
		現役並みⅡ(課税所得380万円以上690万円未満)	16万7400円+(医療費の総額-55万8000円)×1%(9万3000円)(※5)
		現役並みⅠ(課税所得145万円以上380万円未満)	8万100円+(医療費の総額-26万7000円)×1%(4万4400円)(※5)
		一般	1万8000円(年間上限14万4000円)
	市民税非課税世帯	低所得者Ⅱ(※3)	2万4600円
		低所得者Ⅰ(※4)	1万5000円
		8000円	8000円

※1 旧ただし書所得とは、総所得金額等から基礎控除額を差し引いた額。
 ※2 現役並みⅢ所得とは、課税所得が145万円以上の被保険者および同じ保険に加入する同一世帯の被保険者の賦課の元となる所得(総所得金額等から基礎控除33万円を差し引いた額)の合計が210万円以下の場合には「一般」となり、また、高齢者単独世帯で年収383万円未満、高齢者複数世帯で年収520万円未満の場合も「一般」となります。
 ※3 低所得者Ⅱは、世帯全員が市民税非課税である世帯の方。
 ※4 低所得者Ⅰは、本人および世帯員全員が収入が必要経費、控除額を差し引いたときに各所得が、いずれも0円の方(年金の所得は控除額を80万円として計算)。
 ※5 く)内の金額は年3回以上該当した場合の4回目以降の金額。

【70歳~74歳の方(後期高齢者医療除く)】
70歳~74歳の市民税非課税世帯、現役並みⅠⅡの方を対象に「限度額適用・標準負担額減額認定証」または「限度額適用認定証」を申請により交付します。市民税非課税世帯、現役並みⅠⅡ以外の方は、医療機関で被保険者証と高齢受給者証を提示すると一部負担金が自己負担限度額までとなりますので、申請は不要です。

会社を辞めたときや転入のときなど 国保加入の届出は 必ず14日以内に

国保の資格は、社会保険の資格がなくなるとときや転入したときから始まります。会社を辞めて健康保険の資格がなくなったときや他の市町村から転入してきたとき、生活保護を受けなくなったときは、必ず14日以内

14日を過ぎると保険の給付が届出日からとなり、保険証がない期間の医療費は全額自己負担となります。

なお、加入届が遅れても、以前加入していた健康保険の資格がなくなった日まで遡り、最大2年間分の保険料を支払わなければならない。また、国保の資格がなくなった後、国保の保険証で医療機関にかかると、国保が負担した医療費を後日返還してもらうことになる。

の(後期高齢者医療「限度額適用・標準負担額減額認定証」)をお持ちの方で、8月以降も引き続き対象となる方(市民税非課税世帯の方)は、申請の必要はありません。

8月から使用できる認定証は7月20日ごろ交付します。

ただし、新たに交付を希望する方は申請が必要ですので手続きしてください。

◆ 申請 医療保険室資格給付課 06(43009)3167、FAX 06(43009)3804

国民健康保険料の納期限は毎月末です。必ず納期限までに納めてください。

納期限から1年たっても納付がないときは、災害など特別な事情がある世帯を除き、催告書や資格証明書交付事前通知を送付した後、

市役所本庁舎の一部窓口業務

7月27日(土) 9時~12時に開設

7月27日(土)9時~12時に市役所本庁舎2階・3階の一部窓口業務を開設します。手続きの際には、運転免許証やパスポート、健康保険証など本人確認ができる書類をお持ちください。また、住所の変更や戸籍の届出により氏名が変更になる場合は、マイナンバーカード(個人番号カード)やマイナンバー通知カードの記載変更手続きが必要となりますので当該カードを持参してください。他市町村や警察署への確認などが必要な場合は、取扱いができませんので、詳しくは担当課へ事前にお問合せください。

なお、土曜開庁日も、英語・韓国・朝鮮語、中国語、ベトナム語での通訳業務を行っています。

【住民関係】
戸籍届、住民異動届、印鑑登録などの届出や住民票、印鑑証明などの各種証明書交付など
 市民課 06(4309)3172、FAX06(4309)3804
 【国民健康保険・後期高齢者医療保険関係】
加入・脱退・変更の申請や各種療養費の給付申請、保険料の納付・相談など
 医療保険室資格給付課 06(4309)3167、

FX06(4309)3804 ▷医療保険室保険料課 06(4309)3168、FX06(4309)3807
 【医療助成関係】
子どもや重度障害者などの医療費助成にかかわる医療証の申請、医療費の払戻しの申請など
 医療助成課 06(4309)3166、FX06(4309)3805
 【児童手当などの関係】
児童手当や児童扶養手当などの申請
 国民年金課 06(4309)3165、FX06(4309)3805
 【市税関係】
市税の各種証明書発行や納付・相談・申告受付・申請受付・閲覧・届出、原動機付自転車および小型特殊自動車の登録・廃車
 税制課 06(4309)3131、FX06(4309)3810
 ▷市民税課 06(4309)3135、FX06(4309)3809
 ▷固定資産税課 06(4309)3143~3144、FX06(4309)3811 ▷納税課06(4309)3147~3152、FX06(4309)3808
 ◇
 政策調整室 06(4309)3016、FX06(4309)3847

国民健康保険 保険料は納期限までに

国民健康保険料の納期限は毎月末です。必ず納期限までに納めてください。

納期限から1年たっても納付がないときは、災害など特別な事情がある世帯を除き、催告書や資格証明書交付事前通知を送付した後、ご相談ください。行政

保険証の代わりとなる資格証明書を交付する場合があります。資格証明書で医療機関などを受診したときは、医療費がいったん全額自己負担となります。なお、事業の休業や失業などで保険料の納付が困難な方は、申請により保険料の減免ができる場合があります。

課 06(43009)3168、FAX 06(43009)3807

後期高齢者医療保険

新しい被保険者証

7月上旬に送付

後期高齢者医療制度の新しい被保険者証を7月上旬に簡易書留郵便で送付しました。被保険者証は、配達する家庭にいる方に直接手渡しします(要受領印)。不在の場合は、郵便局に7日間程度保管され、それ以降は市役所に差し戻されますのでご注意ください。

被保険者証が届いたら、住所、氏名などに誤りがないかを確かめてください。なお、古い被保険者証は市役所に返却するか、ご自身で破棄してください。

【負担割合の判定】
後期高齢者医療制度の一部負担金の割合1割または3割、および高額医療費の自己負担限度額の負担区分は、

今年7月までは平成29年中の所得で判定し、今年8月から来年7月までは平成30年中の所得で判定します。

一部負担金の割合は、同一世帯内の後期高齢者医療被保険者の所得だけで判定します。その中に1人でも平成31年度の地方税法上の各種所得控除後の所得課税標準額(145万円以上ある場合は、3割)になります。

【基準収入額適用申請で負担割合が1割に】
負担割合が3割の方で、次の要件に該当する場合は、申請により認められると、負担割合が3割から1割になります。▽同一世帯内に被保険者が1人の場合Ⅱ総収入額が38

3万円未満
▽同一世帯内に被保険者が2人以上の場合Ⅱ総収入額が520万円未満
▽同一世帯内に被保険者

が1人で、かつ同一世帯内に70歳以上75歳未満の方がいる場合Ⅱ総収入額が520万円未満

保険料額決定通知書を7月中旬に送付

後期高齢者医療保険料額決定通知書を7月中旬に送付します。

すでに4月支給の年金から仮算定により特別徴収(年金からの支払い)をしている方には、平成30年中の所得によって再計算(本算定)し、保険料額を通知してまいります。

また、普通徴収(口座振替、納付書など)の方には、平成30年中

の所得によって計算した保険料額を通知してまいります。7月から来年3月までの計9回を各納期限までに納めてください。

【納付方法を口座振替に変更できます】

後期高齢者医療保険料を年金からの特別徴収で納めている方は、口座振替に変更できます。

【医療保険室資格付課】06(4309)3167、ℒ06(4309)3804

手続き方法は、保険料額決定通知書、預貯金通帳、通帳印を持って、金融機関や郵便局などで口座振替の手続きのうえ、口座振替依頼書(申込人・お客様控)を医療保険室保険料課または行政サービスセンターへ持参して手続きしてください。

なお、変更後に保険料を滞納した場合は特別徴収を再開します。

【医療保険室保険料課】06(4309)3168、ℒ06(4309)3807

特別児童扶養手当

対象者は申請を

特別児童扶養手当は、政令で定める程度の障害がある20歳未満の児童を監護している父母(主として児童の生計を維持するいずれか1人)または父母に代わって、その児童を養育している方に支給します。

程度は、身体障害者手帳1級〜3級と4級の1部(内部障害を除く)、療育手帳A・B1(B1は大府発行の手帳に限る)です。内部障害がある方や手帳を持っていない方などは、所定の診断書の提出が必要で、診断書などに記載の児童の現

在の状態などから総合的に判断し、大阪府で認定を行います。支給額や所得制限額については、市ウェブサイトを閲覧ください。また、請求に必要な書類など詳しくはお問合せください。

なお、次のいずれかに該当する場合は、支給できません。

【所得制限】
請求者、配偶者および扶養義務者(同居している請求者の父母兄

弟姉妹など)の前年の所得額(1月〜6月に請求する場合は前々年の所得額)により、全部支給、支給停止のいずれかとなります。毎年8月の所得状況届の提出により前年の所得を確認します。

提出はお済みですか
児童手当・特例給付現況届

児童手当・特別給付現況届の提出期限は6月28日でした。5月まで児童手当を受給して

いた方は、児童手当・特別給付現況届(6月3日に発送済)の提出が必要です。早急に郵送するか、国民年金課または行政サービスセンターに提出してください。

現況届の提出がないと、6月分以降の支給がいったん停止となります。

新しい老人医療証

7月下旬に送付します

老人医療証は、健康保険証などあわせて医療機関に提示すると、保険診療の自己負担額(1割〜3割)の一部助成が受けられるものです。

老人医療費助成制度は、平成30年3月31日をもって廃止されました。現在、老人医療証をお持ちの方は、老人医療の資格要件が継続する限り、令和3年3月31日まで継続して適用されます。新しい医療証(空色)を送付するのは、次のいずれかの受給要件に該当し、対象者本人の所得が所得制限額を超えていない方です(表参照)。

▽本市の規則で定める疾病(難病)名の記載のある「特定医療費(指定難病)受給者証」など所持者
▽結核の患者票「37条の2」所持者
▽「自立支援医療受給者証」

【必ず届出を】
次のときは、医療証を医療助成課または行政サービスセンターへ持参して手続きしてください。

▽転出や転居をした
▽氏名が変わった
▽加入している健康保険が変わった(記号番号などが変わった場合も)
▽死亡した
▽生活保護を受けた
▽交通事故など第三者の行為により病気やケガをして健康保険と老人医療証で治療を受けた

所得制限額表

扶養人数	所得制限額
0人	224万円以下
1人	259万円以下
2人	288万円以下

※3人目以降、1人増すごとに29万円を加算。



新しい老人医療証

【医療助成課】06(4309)3166、ℒ06(4309)3805

保健所・センターだより

東保健センター：TEL 072(982)2603 FAX 072(986)2135
 中保健センター：TEL 072(965)6411 FAX 072(966)6527
 西保健センター：TEL 06(6788)0085 FAX 06(6788)2916
 健康づくり課：TEL 072(960)3802 FAX 072(960)3809

※番号を確認のうえ、かけ間違いのないようお願いします。車での来場はご遠慮ください。

骨密度測定検査

■ 8月1日(日)9時20分～10時30分
 市内在住の20歳以上の方 40人
 (申込先着順) 検査、講話
 電話または直接
 中保健センター

みんなでマタニティ教室

■ 8月6日(火)13時30分～16時
 妊婦とそのパートナー・祖父母など
 (妊婦のみも可) 12組(申込先着順)
 赤ちゃんとの生活、赤ちゃんのお風呂体験
 母子健康手帳
 電話で
 中保健センター

食育メイトおすすめファミリークッキング

■ 8月1日(日)13時～15時30分
 小学生とその保護者(祖父母も可)
 ※アレルギーの対応はできません。
 12組(申込先着順) 調理実習、
 試食、講話 小学生300円、保護者
 350円 エプロン、三角巾、手ふき
 2枚 ※親子ともに必要。
 7月16日(火)から電話で
 西保健センター

歯科医師による成人歯科健康相談

■ 8月1日(日)9時30分～11時30分
 市内在住の20歳以上の方 12人
 (申込先着順) 電話で
 中保健センター

ふたごの交流会



■ 8月2日(金)9時45分～11時
 15分＝西保健センター／リトミック
 ～音とリズムで遊ぼう 14日(水)
 9時45分～11時＝中保健センター／
 エプロンシアター 16日(金)9時45
 分～11時＝東保健センター／手作
 おもちゃを作ろう 市内在住のふ
 たご、みつごを妊娠・出産してい
 る方とその子ども 電話で
 東・中・西保健センター

2歳児歯科健康相談

■ 8月19日(月)＝東保健セン
 ター 22日(木)＝西保健センター 27日(火)
 ＝中保健センター ※時間は
 申込み時に伝えます。 市内在住
 の平成29年8月生まれの幼児 各
 24人(申込先着順) 母子健康手
 帳、歯ブラシ 電話で
 東・中・西保健センター

早期発見のために

■ 8月1日(日)9時30分から・
 10時15分から＝東保健センター 6日(水)
 9時10分から・10時から＝西
 保健センター 7日(木)9時20分
 から・10時10分から＝中保健センター
 肺がん検診＝市内在住の40歳以
 上の方 結核検診＝市内在住の65
 歳以上の方 各日40人(申込先着
 順) 電話で
 東・中・西保健センター

7月28日は世界(日本)肝炎デー

“沈黙の臓器”肝臓の検査を受けましょう

【ウイルス性肝炎とは】

ウイルス性肝炎とは、肝炎ウイルスに感染して肝臓の細胞が壊れていく病気です。肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ、熱や痛みがなく知らない間に病状が進んで、命にかかわる肝硬変・肝がんになっていることもあります。

【まず肝炎ウイルス検査を受けましょう】

B型・C型肝炎ウイルスの患者・感染者は300万人を超えていると推測され、国内最大級の感染症といわれています。

肝炎ウイルスに感染しているかどうかは血液検査でわかります。40歳以上の方は、市内取扱医療機関で市の肝炎ウイルス検診を1000円で受診できます。また、平成31年4月1日現在、40歳の方には無料クーポン券を送付しています。

過去に出産や大きな手術などで輸血を受けたことがある方、血液

製剤を投与したことがある方、40歳未満で肝炎ウイルス検査を受ける機会のない方は保健センターにご相談ください。

【初回精密検査費用の助成】

府では、肝炎ウイルス陽性者を早期に発見し、治療につなげ、ウイルス性肝炎患者などの重症化予防を図るため、府肝炎専門医療機関において肝炎ウイルスの初回精密検査(医療保険適用のものに限る)を受けた際の検査費用の自己負担分を助成しています。

【3つの治療法に医療費を助成】

主な治療法のインターフェロン治療やインターフェロンフリー治療、核酸アナログ製剤治療については、医療費の助成を行っています。助成内容など詳しくはお問合せください。

◇ ◇

東・中・西保健センター
健康づくり課

正しいラジオ体操をマスターしよう

■ 7月22日(月)10時～11時30分
 運動制限のない市内在住の方 20人(申込先着順) タオル、飲み物
 7月19日(金)までに電話で
 中保健センター

親子で骨トレ!

■ 8月9日(金)9時15分～12時
 市内在住の3歳以上の就学前幼児とその保護者 15組(申込先着順)
 保護者の骨密度測定、運動実技、栄養講話 タオル、飲み物 基本事項(12面に掲載)を7月16日(火)から電話で(ファクス、直接も可)
 東保健センター

食中毒にご注意

生食用魚介類は新鮮なうちに

夏は食中毒が多発する季節です。特に「腸炎ピロリ」という食中毒菌に汚染された魚介類を食べると、激しい腹痛や下痢、嘔吐を起します。抵抗力の弱い乳幼児や小学生、高齢者はできるだけ夏場の魚介類の生食は控えましょう。

【すぐ冷蔵庫に入れ、適切な保存を】

腸炎ピロリの増殖スピードは低温で遅くなります。魚介類の購入後は、保冷剤などを入れてまっすぐ家に帰り、帰宅後はすぐに冷蔵庫に入れましょう。また、ほかの食品に汁がかからないよう、ビニール袋や容器に入れて保存しましょう。

【調理するときの注意】

鮮魚は水道水でよく洗い、調理するときは充分加熱しましょう。使用したまな板や包丁は洗剤でよく洗い、熱湯や漂白剤などで消毒しましょう。

【早く食べる】

寿司や刺身などは、なるべく早く食べましょう。また、「アニサキス」という魚介類の寄生虫による食中毒事例が増加しています。サバ、ニシン、タラ、スルメイカ、アジなど多くの魚介類の内臓に寄生し、これらを生で食べた場合、まれにアニサキスが胃や腸壁に侵入して、食後数時間で激しい胃痛や吐き気、嘔吐などの症状が出ることがあります。「アニサキス」は目に見える大きさですので、魚介類が新鮮なうちに内臓を取り除いたり、調理のときによく確認したりしましょう。加熱もしくはマイナス20℃で24時間冷凍するのも有効です。

◇ ◇

食品衛生課 072(960)3803、FAX 072(960)3807



糖尿病食は健康食

ヘルスアップクッキング



このコーナーでは、糖尿病を予防するため、また糖尿病と上手に付きあっていくうえで役立つ献立を紹介しています。

糖尿病食は健康食ですので、体重が気になる方にもおすすめです。なお、糖尿病の方は必ず主治医の指示に従いましょう。

こまめな水分補給で熱中症予防を

成人の体は約60%が水分でできており、体内で栄養素の運搬や老廃物の排泄、体温調節などの働きをしています。暑いときや運動をしたときに汗をかいたり、呼吸をしたりすることで水分が体の外へ出ていくので、のどが渇いたと感じる前に、こまめ

にお茶か水で水分補給をしましょう。スポーツドリンクやジュースなどは、糖分が多く含まれ、血糖値を急激に上げる原因になります。

暑い環境下での作業や運動は体力の消耗が激しいので、水分補給だけでなく、体を冷やす作用のある夏野菜を取り入れたバランスの良い食事です。暑い夏を乗り切りましょう。

豆腐の冷やし

(1人分の栄養価：エネルギー54 kcal、塩分1.2g、野菜38g)
 材料(2人分) 絹ごし豆腐60g、きゅうり60g、みょうが1個、青じそ2枚、だし汁1と1/2カップ、味噌大さじ1、いりごま小さじ2



汁が落ちたときは冷やがおすすめです

- ①きゅうり、みょうがを薄い輪切りにする
 - ②青じそは縦半分に切り、せん切りにする
 - ③だし汁を煮立て、味噌を溶き入れてひと煮立ちさせる。粗熱を取って冷ます
 - ④③に豆腐を少しくずしながら加え、きゅうりとごまを加えて冷蔵庫で冷やす
 - ⑤④を器に盛り、みょうが、青じそを散らす
(東大阪地域活動栄養士会糖尿病食献立集より)
- ◇ ◇
健康づくり課



出産記念品を贈呈します ラグビーのまち オリジナル バスタオルとスタイ

身長が目安かわかるメジャー付き
バスタオルに包まれる赤ちゃん
(上)赤と白のポーター柄にラグ
ビーボールが描かれたスタイをつ
ける赤ちゃん(左)

出産の記念品として、赤ちゃんに優しいガーゼバスタオルとスタイ(よだれかけ)のセットを贈呈します。ラグビーのまち東大阪を前面に出した市独自のデザインとなっています。バスタオルは、赤ちゃんをくるんだときに、あかかも赤ちゃんがラグビーボールを持っているかのように見えるデザインとし、遊び心を盛り込んでいます。ぜひご利用ください。

【贈呈方法】
出生届提出時に市民課または行政サービスセンター窓口にて贈呈します。代理人が提出した場合でも代理人を通じて贈呈します。また、他市で出生届を提出した東大阪市民も、後日、子育て支援課に来ていただければ贈呈します。
令和元年8月1日以降に出生届を提出した保護者 ※今年度は、令和元年7月19日以降に出生届を提出した届を提出した保護者も対象。母子健康手帳

子育て支援センター & つどいの広場の催し

※車でのお来場はご遠慮ください。記の記載のない催しは、各子育て支援センターで開催。記は子どもについてのみ記載していますが、全て保護者が同伴してください。申込方法の記載のない催しは申込不要です。



- 鴻池子育て支援センター**
 - 【よちよちタイムで水遊び】洋服または水着で遊びます。7月26日(金)・8月9日(金)・23日(金)・28日(木)10時～11時 ※雨天や低水温の場合は室内遊び。着替え、タオル、お茶
 - 【み～んなあそび(自由来館)】7月31日(木)9時30分～11時30分 就学前乳幼児 名札、お茶
 - 【サークル活動部屋のご利用】市内在住の子育て中の親子が3組以上集まるとサークルをつくることのできる、次の日程で活動部屋を利用できます。まずはお問合せください。金曜日(不定期)・毎週土曜日の13時～14時30分または14時30分～16時
- 長瀬子育て支援センター**
 - 【よっといで+ (自由来館)】7月22日(木)お絵かき&シール 26日(金)LEGODE あそび 29日(日)傘袋あそび ☆いすれも13時30分～16時 就学前乳幼児
 - 【ココロおもちゃ作り】紐でひっぱって遊ぶおもちゃを作ります。7月31日(木)10時～11時30分 1歳以上の乳幼児 15組(申込先着順) 7月16日(木)10時から電話
 - 【ベビーピクス&ベビーヨガ】8月2日(金)13時30分～14時30分 対首の座った未歩行児 25組(申込先着順) 7月17日(木)13時から電話
- 荒本子育て支援センター**
 - 【あひい広場内で遊ぼう!】8月1日(木)11時～11時30分・14時30分～15時=壁面制作 26日(木)11時20分～40分=誕生会(四條院) 27日(木)10時～11時=色水遊び
 - 【サークル活動部屋のご利用】市内在住の子育て中の親子が3組以上集まるとサークルをつくることのできる、次の日程で活動部屋を利用できます。まずはお問合せください。月・火・木・金曜日=ひこうきの部屋 土曜日=ホール ☆いすれも13時30分～15時

先輩からのメッセージ

“市民を守る”という使命感が大切

消防局総務部総務課 玉田 和也

消防局では“市民生活の安全確保”のため、日夜災害に立ち向かっています。私は平成23年度に採用され、現在は消防組織の運営や災害対策に係る連絡調整を行っています。消防業務は危険が多く大変な仕事ですが、大きなやりがいを感じられます。市民を守るという使命感を持つあなたを待っています!

市職員採用担当者からのメッセージ

皆さんの可能性を東大阪に

行政管理部人事課 有山 瑞穂

ポテンシャルに満ちた東大阪市をいっしょに盛り上げませんか。皆さんの採用試験へのトライをお待ちしています。採用試験説明会では、毎年好評の先輩職員との座談会を行います。さまざまな職種で活躍する先輩職員が、皆さんからの質問に本音で答えます。ぜひお越しください!

募集 消防吏員

来年4月に採用する消防吏員を募集します。日本国籍の有無にかかわらず受験でき、申込み時の請求に基づき、不合格者のみ試験成績を開示します。

区分・対定▽上級Ⅱ 大学卒業程度の学力を有し、平成7年4月2日～平成10年4月1日に生まれた方/3人
▽初級Ⅱ 高校卒業程度の学力を有し、平成10年4月2日～平成14年4月1日に生まれた方/1人

試験日・内容
▽一次Ⅱ 9月22日(日)筆記試験
▽二次Ⅱ 10月中旬/論文、適性検査 ※10月下旬に口述試験と体力測定を実施。また、二次試験は一次試験合格者のみ実施します。**合格発表** 11月10日
▽一次Ⅰ 10月中旬 申込書を9月2日(木)～12日(木)(消印有効)に郵送または13日(金)～15日(日)を除くまでに直接 ※申

募集 市職員採用試験のポイント

- ◆一次試験成績を二次試験に持ち越さない「リセット方式」で実施!
- ◆教養試験を実施しないので、いわゆる「公務員試験対策」の必要はありません!
- ◆事務職は、企業などで実績の多い基礎能力検査「SPI3」を行います。また、全員に面接を実施します!

あなたの力を東大阪の未来に! 令和2年度採用 市職員・消防吏員を募集

来年4月に採用する市職員を募集します。職種や採用予定人数などは表のとおりです。各職種に必要な資格などは必ず募集要項をご確認ください。

日本国籍の有無にかかわらず受験でき、申込み時の請求に基づき、不合格者のみ試験成績を開示します。

申込書や募集要項は7月8日(月)から市ウェブサイト(左のコピー)でダウンロードできます。役所本庁舎9階人事課・1階市政情報コーナー、行政サービスセンターでも交付。

皆さんの応募をお待ちしています。

募集 市職員

【全職種(保健師・障害者対象職種を除く)】

試験日 ▽一次Ⅱ 9月14日(日)(民間企業等経験者)、22日(日)(それ以外の職種) ※民間企業等経験者は応募多数の場合、15日(日)にも実施。▽二次Ⅱ 11月14日(日) ※二次それぞれの合格者に対し、※初級職は二次試験制。 **合格発表** (予定) ▽一次Ⅱ 10月11日(金) ▽二次Ⅱ 11月11日(金) ▽三次Ⅱ 11月28日(金) ▽申込書を8月29日(木)～9月3日(火)(消印有効)に郵送または5日(木)までに直接

【保健師】
試験日・内容 ▽9月27日(日)まで直接

【障害者を対象とした初級事務職員】
試験日・内容 11月2日(日)(基礎能力検査「SPI3」、作文、個別面接) ※応募多数の場合、個別面接のみ11月4日(月)も実施。 **合格発表** (予定) 11月29日(金) 申込書を9月6日(金)～25日(火)(消印有効)に郵送または27日(日)まで直接

募集職種、採用予定人数など

職種	採用予定人数	年齢
上級事務(民間企業等経験者)	8人	平成2年4月2日から平成7年4月1日までの間に生まれた方
上級福祉	4人	平成2年4月2日から平成10年4月1日までの間に生まれた方
初級事務	10人	平成10年4月2日から平成14年4月1日までの間に生まれた方
初級土木	3人	
初級建築	1人	平成2年4月2日以降に生まれた方
保育士	7人	
幼稚園教員	8人	
心理判定員	1人	
薬学	1人	
管理栄養士	1人	平成2年4月2日から平成14年4月1日までの間に生まれた方
保健師	5人	
初級事務(障害者)	2人	

採用試験説明会
市長からのメッセージ、業務の説明や先輩職員との座談会を予定しています。ぜひお越しください。出欠は合否に影響しません。

8月4日(日)10時～12時30分(開場は9時30分) 市役所本庁舎18階大会議室 ※申込不要、駐車場はありません。参加者多数の場合、入場を制限することがあります。

公衆衛生医師
公衆衛生医師を次のとおり募集します。受験資格 昭和39年4月2日以降生まれ、医師免許を取得し、医師として臨床経験があり、公衆衛生行政に熱意のある方。 **採用予定人数** 1人 **選考方法** 論文、個別面接 **採用時期** 随時 ※申込書

民有地の植樹資金を助成

まちをみどりでいっぱい

工事の前にお問合せください。なお、助成を受けた植栽は5年間変更できません。

【個人住宅】
対道路に面している長さ3m以上の生垣 助成額 1件1万円以上かかる植樹費用の2分の1(上限20万円)
対職場と同居が同じ場合は職場に比重が大きいもの(規模不問) ※工場立地

【事業所】
対職場と同居が同じ場合は職場に比重が大きいもの(規模不問) ※工場立地

【住宅団地など】
共有地または自治会が借りている私有地 助成額 1件10万円以上かかる植樹費用の3分の1(上限50万円)

【住宅団地など】
共有地または自治会が借りている私有地 助成額 1件10万円以上かかる植樹費用の3分の1(上限50万円)

【住宅団地など】
共有地または自治会が借りている私有地 助成額 1件10万円以上かかる植樹費用の3分の1(上限50万円)

【住宅団地など】
共有地または自治会が借りている私有地 助成額 1件10万円以上かかる植樹費用の3分の1(上限50万円)



あさひっこ
【ゆうゆうプラザで遊ぼう】8月21日(木)10時30分～11時30分 幼少ゆうゆうプラザ(日下) 1歳以上の乳幼児 20組(申込先着順) 7月31日(木)14時から電話

ももっこ
【心理職による相談】7月23日(木)13時～16時 就学前乳幼児
【水遊び】7月25日(木)10時30分～11時30分 ※雨天中止。鷺島住宅集会所前 就学前乳幼児 20組(申込先着順) 7月17日(木)10時から電話

【親子クッキング】
7月26日(金)10時～11時 2歳以上の幼児 9組(申込先着順) 100円 7月16日(木)10時から電話

【世界中的子どもたちいっしょにあそび!】
8月5日(月)10時～11時 外国にルーツのある未就園児 10組程度(当日先着順)

【お馬に乗ってリズム遊び】
8月8日(木)10時～10時45分 = 1歳6か月～1歳11か月の乳児 11時～11時45分 = 2歳以上の幼児 各10組(申込先着順) 7月25日(木)10時から電話

あさひっこ
【ゆうゆうプラザで遊ぼう】8月21日(木)10時30分～11時30分 幼少ゆうゆうプラザ(日下) 1歳以上の乳幼児 20組(申込先着順) 7月31日(木)14時から電話

ももっこ
【心理職による相談】7月23日(木)13時～16時 就学前乳幼児
【水遊び】7月25日(木)10時30分～11時30分 ※雨天中止。鷺島住宅集会所前 就学前乳幼児 20組(申込先着順) 7月17日(木)10時から電話

【親子クッキング】
7月26日(金)10時～11時 2歳以上の幼児 9組(申込先着順) 100円 7月16日(木)10時から電話

【世界中的子どもたちいっしょにあそび!】
8月5日(月)10時～11時 外国にルーツのある未就園児 10組程度(当日先着順)

【お馬に乗ってリズム遊び】
8月8日(木)10時～10時45分 = 1歳6か月～1歳11か月の乳児 11時～11時45分 = 2歳以上の幼児 各10組(申込先着順) 7月25日(木)10時から電話

【教えて離乳食】
栄養士に相談できます。7月29日(月)14時～15時 就学前乳幼児 14時 06(6748)0210、06(6748)0257

【教える離乳食】
栄養士に相談できます。7月29日(月)14時～15時 就学前乳幼児 14時 06(6748)0210、06(6748)0257

【教える離乳食】
栄養士に相談できます。7月29日(月)14時～15時 就学前乳幼児 14時 06(6748)0210、06(6748)0257

8月5日(月) 立候補予定者説明会

9月20日(日)に行われる東大阪市長選挙の候補者による市長選挙告示(9月22日(日))の立候補予定者説明会を次のとおり開催します。

8月5日(月)14時

市役所本庁舎18階大会議室
選挙管理委員会
事務局 06(4309)3287、06(4309)3831、FAX 3831

9/22告示、9/29投開票 市議会議員・市長選挙

その他のつづき

**保育所(園)の保育料
滞納者は児童手当から特別徴収**

保育料の収納対策の一環として、保育料の滞納が続く方を対象に、児童手当からの特別徴収を実施しています。これは、市の歳入確保と公平性確保の観点から実施するものです。

対象者には7月末ごろに特別徴収予告通知書を送付します。

■保育料について=子育て支援課 06(4309)3195、R06(4309)3817
▷児童手当について=国民年金課 06(4309)3165、R06(4309)3805

**ペットボトル
夏季特別収集を実施**

夏季はペットボトルの排出量が多くなるため、次の日程で特別収集を実施します。



■期間▷7月20日(日)・8月10日(日)・9月7日(日)=第2・4水曜日の地域 ▷8月3日(日)・31日(日)=第1・3水曜日の地域

【ごみ分別促進アプリをご利用ください】

ごみ分別を促進するスマートフォン用アプリ「さんあ〜る」を配信しています。ごみの分別方法を手軽に検索したり、収集日を確認することができます。夏季特別収集の日程もカレンダー機能で簡単に確認ができますので、ぜひダウンロードしてご利用ください。

ダウンロード方法 スマートフォンの各ストアから「さんあ〜る」を検索して、ダウンロードしてください(下のコードからもダウンロード可)。※通信料は、利用者負担となります。



App Store



Google Play

■環境事業課 06(4309)3200、R06(4309)3818

打ち水で「涼」を体感!

打ち水には、ヒートアイランド現象の緩和やライフスタイルの見直し、環境意識の啓発、水の再利用の促進、近隣コミュニティの再生などさまざまな良さがあります。

市では、7月23日(水)に雨水や工業用水などを使用して職員が市役所本庁舎周辺で打ち水をします。また、環境教育も兼ねて保育園での出張打ち水活動も行う予定です。

家庭や事業所でも、雨水や風呂の残り水を利用して打ち水をしてみませんか。

実施後は、打ち水をしている写真や気温の変化をEメールで送ってください。打ち水の良さを広く知ってもらうため、市ウェブサイトなどで紹介します。

■環境企画課 06(4309)3198、R06(4309)3818、✉kankyokikaku@city.higashiosaka.lg.jp

**休日急病診療所
トイレ改修工事を実施**

建物の維持保全のため、7月中旬から9月下旬までトイレの洋式化工事を実施します。工事期間中も通常通り診療は行いますが、工事エリアへの立ち入りができなくなるため、別途仮設トイレを設置します。ご利用いただく方には不便をおかけしますが、理解をお願いします。

■休日急病診療所 06(6789)1121、R06(6789)0178

**介護保険住宅改修工事業者
登録希望者のための研修会**

適切な住宅改修の促進を図るため、介護保険住宅改修費の受領委任を受けられるのは登録事業者だけとなっています(未登録の場合は償還払い)。登録希望事業者は、次のいずれかの研修会に必ず出席してください。

■8月21日(水)・28日(水)15時~17時
①イコラム(男女共同参画センター) ②申込書を各開催日の1週間前までにファクスまたは直接 ※申込書は市ウェブサイトからダウンロード可。

■高齢介護室給付管理課 06(4309)3186、R06(4309)3814

**ご協力ください
市政世論調査を実施します**

市では、市民の皆さんの意見を市政に反映させていくため、毎年世論調査を実施しています。

今年度も、住民基本台帳から無作為に選んだ約2700人に調査票を送ります。届いた方は協力をお願いします。

■市政情報相談課 06(4309)3104、R06(4309)3801

**市役所本庁舎
11階食堂の一時休業**

市役所本庁舎11階の食堂が、厨房機器の入替えなどにより、7月22日(月)から8月31日(木)まで休業します。ご迷惑をおかけしますが、理解のほどよろしくお願いいたします。

■管財室 06(4309)3125、R06(4309)3820

**固定資産税・都市計画税第2期分
納期限は7月31日**

固定資産税・都市計画税第2期分の納期限は7月31日(水)です。納期限までに市税取扱金融機関や郵便局またはコンビニエンスストア(バーコードの印字されている納付書に限る)で納めてください。なお、納付書を紛失した場合は再発行しますので、ご連絡ください。

また、口座振替を利用している方は、7月30日(火)までに預金残高を確認してください。残高不足などで引落しができなかった場合は、後日納付書(督促状)を送付します。この場合延滞金がつくことがありますのでご注意ください。

■納税課 06(4309)3148、R06(4309)3808

定例相談

※いずれも無料。原則祝休日は行いません。

弁護士による法律相談

1週間先までの予約が可能。1人30分。同一内容の相談は1か月以上あけてください。

【本庁1階相談室】月・水・金曜13時~16時30分、第2火曜17時~20時 06(4309)3104、R06(4309)3801

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時~16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)▷日下=奇数月の第2火曜▷四条=第2・4木曜▷中鴻池=偶数月の第4火曜▷若江岩田駅前=第1・3木曜▷楠根=偶数月の第2火曜▷布施駅前=第1・3火曜▷近江堂=奇数月の第4火曜
司法書士による相談

【本庁1階相談室】相続登記、裁判手続き、成年後見など。第3木曜14時~15時30分(当日先着10人) ※受付は13時30分前。06(4309)3104、R06(4309)3801

行政書士による相談

【本庁1階相談室】相続、遺言の書類作成など。第1火曜13時~15時30分(当日先着順) 06(4309)3104、R06(4309)3801

社会保険労務士による労働・年金相談

【本庁1階相談室】各種社会保険の手続き、労働トラブルなど。第2木曜13時~15時30分(当日先着10人) 06(4309)3104、R06(4309)3801

消費生活相談

【消費生活センター】月~金曜9時30分~16時(来所相談は予約制) 072(965)0102、R06(962)9385

総合生活・人権・進路選択支援相談

【人権文化センター】いずれも月~金曜9時~17時で予約不要▷荒本=06(6788)7424、R06(6788)2456▷長瀬=06(6720)1701、R06(6729)9171
弁護士による人権法律相談

【人権文化センター】いずれも13時~16時で予約制▷荒本=第2火曜 06(6788)7424、R06(6788)2456▷長瀬=第4火曜 06(6720)1701、R06(6729)9171

コミュニティソーシャルワーカーによる福祉なんでも相談

【市民プラザ】いずれも13時30分~16時で予約不要 06(4309)3181、R06(4309)3815(福祉企画課)▷日下=第3水曜▷四条=第1火曜▷中鴻池=第1金曜▷若江岩田駅前=第1月曜▷楠根=第3木曜▷布施駅前=第1水曜▷近江堂=第1木曜

交通事故相談

【道路管理室】月・火・水・金曜9時~16時で予約制 06(4309)3223、R06(4309)3836

救急車の要請相談

【救急安心センターおおさか】病気やケガで救急車を呼ぶかどうか迷った場合などに。24時間365日対応 #7119 または06(6582)7119

医療相談

【地域健康企画課】医療機関利用のための相談。月~金曜10時~16時 072(960)3801、R06(960)3806

【市立東大阪医療センター看護相談】健康上の不安や悩みなどの相談(対面で行います)。11時~16時 06(6781)5101、R06(6781)2271

【市立東大阪医療センターがん相談支援センター】がんに関する不安や悩み、療養生活への疑問や相談。9時~17時 06(6783)3466

教育・子育て相談など

【教育センター】月~金曜・第2・3土曜9時~17時30分予約制 06(6727)0113、R06(6729)8261

【子どもの悩み相談(保護者・市民専用)】月~金曜9時~17時30分 06(6720)7867

【いじめ・悩み110番(子ども専用)】月~金曜9時~17時30分 06(6732)0110

【すこやかテレホン】火~土曜10時~16時 06(6721)9174、R06(6721)9874 ※Eメールや留守番電話(時間外)でも受付可。詳しくは東大阪市青少年輔導センターウェブサイトをご覧ください。

【子育て相談ダイヤル】24時間365日対応 072(961)0178

【子育て支援センター】来所・電話相談(随時)、面接相談(予約制)=月~土曜9時~17時 ※発達相談(予約制)は月1回。▷鴻池=06(6748)8251、R06(6743)0577▷あさひっこ(月曜は休館)=072(980)8871、R06(985)1055▷長瀬=06(6728)1800、R06(6728)2413▷荒本=06(6788)1055、R06(6788)2597▷ももっこ=06(4306)4151、R06(4306)3080▷ゆめっこ(日曜・祝休日)=06(6748)0210、R06(6748)0257

39歳以下の若者・女性の就労相談
【就活ファクトリー東大阪】職業紹介や斡旋は行いません。月~金曜9時~17時30分 06(4306)5360、R06(4306)5160
若者の自立・就労相談
【イコラム】職業紹介や斡旋は行いません。第2水曜13時~17時 06(6787)2008、R06(6787)2018(中河内地域若者サポートステーション)

ひきこもり相談

【くろみ東大阪(荒川3)】ひきこもりなどの状態にある子どもと若者のための電話・来所相談(本人・家族)。月・火・水・金曜10時~16時で予約制 06(6727)0535

就職が困難な方の雇用・就労相談

【就労支援センター】職業紹介や斡旋は行いません。受付曜日は各センターにお問合せください▷意岐部=06(6784)5811、R06(6784)5822▷永和=06(6727)1920、R06(6727)1925

労働問題の相談

職業紹介や斡旋は行いません。
【労働雇用政策室】月~金曜9時~16時 06(4309)3179、R06(4309)3846

【ユトリート東大阪】火・水・金・土・日曜9時~17時(土・日曜は火・水・金曜に要予約) 06(6721)6000、R06(6721)1212

女性のための相談

【イコラム】第4月曜休館(祝日の場合は翌火曜が休館)。R06はいつでも072(960)9207▷電話相談=10時~17時 072(960)9206▷面接相談(予約制)=火・木・土曜(5週目を除く)10時~12時・13時~16時(第4火曜は18時~20時も。休館の場合第3火曜)072(960)9205▷労働相談(予約制)=第2土曜13時30分~16時20分 072(960)9205▷法律相談(予約制)=原則第1水曜13時~16時 072(960)9205

男性のための電話相談

第1土曜13時~17時、第3水曜19時~21時 072(966)5002

お知らせ コーナー

募集

ご応募ください ECOポスターコンクール

3Rの推進、地球環境の保全、環境美化に関するポスター作品を募集します。優秀作品は表彰します。市内在学の小・中学生 **規格** 4つ切りで縦横は自由(1人1点のみ) **テーマの例** マイバッグ・マイボトルの活用、食べ残しなどの「食品ロス」の削減、プラスチックごみの削減、無駄な電気やガスの節約など省エネルギーに対する心がけや実践、不法投棄の禁止など 9月13日(金) (消印有効)までに郵送または直接 ※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



昨年の最優秀市長賞受賞作品

市内在学の小・中学生 **規格** 4つ切りで縦横は自由(1人1点のみ) **テーマの例** マイバッグ・マイボトルの活用、食べ残しなどの「食品ロス」の削減、プラスチックごみの削減、無駄な電気やガスの節約など省エネルギーに対する心がけや実践、不法投棄の禁止など 9月13日(金) (消印有効)までに郵送または直接 ※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

アリーナフェスタ2019 企業紹介ブース出店者

東大阪にゆかりのある企業の参加をお待ちしています。9月16日(例)9時～16時 16ブース 1ブース(4m×5m)1万円 電話連絡のうえ、8月20日(例)までに直接 ※火気・煙が出るもの、公序良俗に反する物品の展示・販売は不可。詳しくは東大阪アリーナのウェブサイトをご覧ください。

〒577-8521 東大阪アリーナ 06(6726)1995、FAX06(6726)1994

まなびにトライ/ 広告掲載事業者

市では、生涯学習情報誌「まなびにトライ!」を年2回、官民協働で発行しています。発行部数は3万6500部で公共施設での配布と全戸回覧をしています。

10月に発行するにあたり、広告を募集しますので、掲載希望事業者はお問合せください。

広告掲載について(株)サインエックス 072(931)3050、FAX072(931)3051 発行について(株)社会教育課 06(4309)3279、FAX06(4309)3835

配偶者からの暴力(DV)に悩む方のための専用ダイヤル 06(4309)3191(月曜日～金曜日9時～12時・12時45分～17時<祝休日・年末年始を除く>)

心の輪を広げる体験作文・ 障がい者週間のポスター

障害のある人とない人との心のふれあいの体験を綴った作文や、障害者への理解を促進するポスターを募集します。作文(小・中学生=2枚～4枚 高校生=一般=4枚～6枚 ※いずれも400字詰め原稿用紙(縦書き)で。ポスター(小・中学生のみ。B3または4つ切りサイズの画用紙(縦長) 作品を9月4日(例)(消印有効)までに郵送または直接(作文は点字、Eメールも可) ※詳しくは府ウェブサイトをご覧ください。

〒540-8570 府障がい福祉企画課 06(6944)6271、FAX06(6942)7215、shogaikikaku@sbox.pref.osaka.lg.jp
障害施策推進課 06(4309)3183、FAX06(4309)3813

夏休み一日図書館員

8月5日(例)10時～12時=永和図書館(暫定施設)/4人 6日(例)13時～15時=四条図書館/4人 8日(例)9時～11時=永和図書館大蓮分室/2人 8日(例)10時～12時=花園図書館/6人 ※いずれも申込先着順。市内在住の小学生 7月15日(例)から直接 永和図書館(暫定施設) 06(6781)5500、FAX06(6784)5630 永和図書館大蓮分室 06(6728)0200、FAX06(6730)7337 四条図書館 072(982)1235、FAX072(984)6079 花園図書館 072(965)7700、FAX072(965)9212

スクール・サポート・スタッフ登録者

小・中・義務教育学校に勤務する教職員の業務を補助する非常勤嘱託職員の登録者を募集します。なお、登録した方が必ず採用されるわけではありません。昭和29年4月2日以降生まれの方 勤務時間 1日6時間(原則週5日) 勤務条件 給与日額6000円、通勤手当別途支給、各種社会保険完備など 電話連絡のうえ、履歴書を直接 ※詳しくはお問合せください。 教職員課 06(4309)3273、FAX06(4309)3838

保育士・調理員 アルバイト・パート登録者



保育士=保育士資格のある方 調理員=不問 勤務時間 日 45分～17時15分 パート保育士=朝または夕の2時間程度 雇用期間 勤務可能日～来年3月31日 履歴書(写真貼付)と保育士証の写し(お持ちの方は幼稚園教諭免許も)を直接 保育室 06(4309)3196、FAX06(4309)3817

誰でも学べる 介護と介護保険の教室

市の介護予防・日常生活支援総合事業サービス従事者養成研修で介護について学んでみませんか。 7月29日(例)・30日(例)=やまなみプラザ(四条)/7月19日(例)まで 8月3日(例)・4日(例)=市役所本庁舎11階第1会議室/7月26日(例)まで 8月5日(例)・6日(例)=市民多目的センター/7月26日(例)まで ☆いずれも9時20分～16時50分まで計2日間(1日だけの参加も可)。市内在住・在勤

(いずれか)の方 各20人(抽選) 1日目=介護保険の仕組み、老化・認知症について 2日目=介護について 基本事項(12面に掲載)と性別、参加動機、希望会場名を各申込期限(必着)までにハガキで ※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。 市役所地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3848

スクールヘルパー登録者

市立小・中学校で障害のある子どもを支援するスクールヘルパーの新規登録者を募集します。 8月3日(例) 選考方法 作文、面接 勤務時間 月曜日～金曜日8時30分～15時25分 応募用紙を7月16日(例)～23日(例)(必着)に郵送または直接 ※応募用紙や募集要項は市ウェブサイトからダウンロード可。 市役所学校教育推進室 06(4309)3269、FAX06(4309)3838

不動産相談

土地、建物などの相談に専門家が応じます。 7月23日(例)10時～14時(受付は13時30分まで) 市役所本庁舎1階相談室 10人(当日先着順) 空家対策課 06(4309)3244、FAX06(4309)3829

その他

文化芸術に関する市民意識調査

市では、市民の皆さんの意見を「文化政策ビジョン」に反映させるため、市民意識調査を実施します。住民基本台帳から無作為に選んだ約3000人に調査票を送付しますので、対象となった方は協力をお願いします。 文化国際課 06(4309)3155、FAX06(4309)3823

傍聴しませんか 総合計画審議会

市総合計画審議会の傍聴者を募集します。 7月30日(例)10時～12時 市役所本庁舎1階多目的ホール 10人(当日先着順) ※受付は9時45分から。受付時点で希望者が定員を超えた場合は抽選。 市総合計画の基本構想の検討など 企画室 06(4309)3101、FAX06(4309)3826

農業用ため池の 管理者・所有者の皆さんへ

農業用ため池の管理および保全に関する法律が4月26日に公布されました。ため池に関する情報の届出の義務化や防災上重要なため池を指定する制度などが始まります。詳しくは府ウェブサイトをご覧ください。 府では維持管理状況アンケート調査と現地立入調査を行う予定ですので、理解と協力をお願いします。 府中部農と緑の総合事務所地域政策室 072(994)1515、FAX072(991)8281 河川課 06(4309)3263、FAX06(4309)3836

相談

司法書士による相談

7月18日(例)14時～15時30分(受付は13時30分から) 市役所本庁舎1階相談室 10人(当日先着順) 相続・売買・贈与の登記や供託、訴訟・調停の裁判手続き、成年後見など 市政情報相談課 06(4309)3104、FAX06(4309)3801

学ぶのつづき

朗読ボランティア養成講座

8月27日～10月29日の火曜日10時～12時(10月1日・22日を除く計8日間。11月5日は予備日) 全日程受講できる市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 定30人(抽選) 料1000円 基本事項(12面に掲載)と受講動機を8月9日(必着)までに往復ハガキで 所 577-0054高井田元町1-2-13 市社会福祉協議会内ボランティア・市民活動センター 06(6789)5550、RX06(6789)2924 関 福祉企画課 06(4309)3181、RX06(4309)3815

東大阪アリーナの教室

【キッズJAZZ HIP HOP 教室】

8月7日・21日・28日・9月4日・11日・10月2日・16日・11月6日・13日・20日の水曜日17時30分～18時30分(計10日間) 小学生3年生～6年生 定20人 料1万円 室内用シューズ、飲み物 電話予約のうえ、1週間以内に料金を直接 【将棋教室】

8月9日～11月22日の金曜日14時～15時30分=16歳以上の方16時30分～18時=小・中学生 いずれも8月16日を除く計15日間 各10人 料2万4300円 直接 【オリンピックに向けて学ぼう/ハンバーガーから学ぶ世界のお金】

お金を題材に世界に目を向け、サイコロゲームで為替を学びます。 8月20日(水)10時～11時30分 小学生とその保護者 定20組程度 料1組1000円(子ども2人目以降は1人500円追加) 鉛筆、色鉛筆、ハサミ、のり 電話予約のうえ、料金を直接

※いずれも申込先着順。詳しくは東大阪アリーナウェブサイトをご覧ください(右のコードからアクセス可)、お問合せください。 所 東大阪アリーナ 06(6726)1995、RX06(6726)1994



夏休み子ども消防士体験

消防車の乗車や放水・ロープ渡過・地震体験などをスタンブラリー形式で行います。



ロープ渡過体験を学ぶ子ども

8月16日(金)14時～15時30分、17日(土)10時～11時30分 子どもとその家族 各40組(抽選) 参加者全員の基本事項(12面に掲載)と参加希望日(あれば第2希望も)を7月28日(日)(必着)までに往復ハガキで 所 578-0925稲葉1-1-9 消防局防災学習センター 消防局予防広報課 072(966)9662、RX072(966)9669

多文化理解講座

ラグビーワールドカップ2019TM日本大会 7つの国へ会いに行こう

【キッズ体験講座～話してみよう/外国語&ラグビースタジアムツアー】 ラグビーワールドカップ2019TM日本大会に出場する国のあいさつや簡単な会話を体験してみませんか。 8月18日(日)13時30分～15時30分 ※スタジアムツアーは15時30分～16時30分(希望者のみ)。 市花園ラグビー場 市内在住・在学(いずれか)の小学生 ※低学年は保護者同伴。 定30人(抽選) 室内用シューズ、飲み物 基本事項(12面に掲載)と学年、スタジアムツアー参加希望の有無、参加人数、市外在住の方は「市内在学」を7月31日(木)までに電話またはEメールで

【7か国の写真パネル展】

8月21日(木)～28日(水)9時～17時30分(25日は除く。24日は12時まで、28日は15時まで) 市役所本庁舎1階ロビー ※申込不要。

文化国際課多文化共生情報プラザ 06(4309)3311、RX06(4309)3823、bunkoku.plaza@city.higashiosaka.lg.jp



～緊急度レベル★★★★☆

「火災保険が使える」と勧誘する住宅修理契約トラブルに注意!!

事例① 「震度4以上の地震があったので火災保険で家の修理ができる。無料で調査する」と業者が自宅に来た。話を聞くと、「火災保険の申請は当社がするが、手数料として保険金の40%の金額を支払ってもらおう」と言われた。不審に思い断ると暴言を吐かれた。

事例② 何度か自宅に電話があり、「台風災害で火災保険が活用できる。調査する」と言われたが不審だ。

解説 昨年の大阪北部地震や台風以降、電話や訪問で「火災保険で家の修理ができる。保険申請は当社で行う」などと勧誘されたという相談が多く寄せられています。自然災害による住宅の損害が、火災保険の補償対象になる場合があ

ることに乗じて、住宅修理契約を結ばせ、保険金申請代行の手数料や契約解約のための高額な解約料を請求することが目的と思われます。「保険金が使えない」という住宅修理契約のトラブルは、台風、豪雨、地震などの自然災害後に多くなります。自然災害で住宅が損害を受けたら、まず、自分で損害保険会社や代理店に連絡し、保険対象になるかを聞き、申請方法を相談してください。

また、工事を依頼する場合は複数の業者に工事内容や予算を聞き、見積書を取ってよく検討しましょう。

消費生活センター 072(965)0102、RX072(962)9385

五条老人センター 教室&催し

【普通救命講習(AED含む)】 8月7日(木)13時～16時 定20人 動きやすい服装、飲み物

【スマホ教室(中級)】 スマホでアプリの使い方などを学びます。 8月7日(木)・14日(木)・28日(水)10時～11時30分(計3日間) 市内在住の60歳以上の方 定10人

【戦争と共に歩んだ唱歌】 懐かしい曲にあわせて体を動かしたり歌を歌ったりします。 8月29日(水)10時～11時 市内在住の60歳以上の方 定30人 持スリッパ

【夏祭り】 8月9日(金)10時～13時 河内音頭、ゲーム、工作、模擬店など ※申込不要。

※いずれも申込先着順。 7月16日(火)から電話または直接 所 五条老人センター 072(985)3751、RX072(986)7592

終活に関する教室

エンディングを含めた今後の自分の希望を明確にしておく「ラストプランニング」を学びます。 8月2日(金)13時30分～15時 市内在住の60歳以上の方 定40人(申込先着順) 7月17日(木)から電話または直接 所 高井田老人センター 06(6789)3751、RX06(6789)9174

歴史体験ワークショップ

江戸時代の人々がどのような暮らしをしていたかを知るため「お伊勢参り」を想定した旅を体験します。 8月25日(日)10時～12時30分 鴻池新田会所 市内在住・在学(いずれか)の小学校4年生～6年生とその保護者 ※子どもは2人まで可。 定15組(抽選) 基本事項(12面に掲載)と保護者氏名、子どもの学年を7月26日(必着)までに往復ハガキで 所 577-8521市役所文化国際課市史史料室 06(4309)3212、RX06(4309)3823

午後は2本上映。 所 荒本人権文化センター 定各404人 ※保育あり(基本事項(12面に掲載)と子どもの氏名・生年月日を8月2日(必着)までにハガキで(電話、ファクス、Eメール、直接も可)。

※いずれも当日先着順。 所 577-8521市役所人権啓発課 06(4309)3156、RX06(4309)3823、jinkenkeihatsu@city.higashiosaka.lg.jp

図書館の催し

【戦争の本展】 市立図書館では、平和や戦争に関する本を展示します。ぜひこの機会に平和の大切さや戦争の悲惨さを考えてみませんか。 所 7月17日

(木)～8月31日(土)=花園図書館、四条図書館、永和図書館(暫定施設) 7月17日(木)～8月29日(木)=永和図書館大蓮分室

【戦争に関するおはなし会】 7月20日(土)14時30分～15時 所 花園図書館

【ビデオ上映会】 「おかあちゃんごめんね」を上映します。 8月1日(木)14時～14時30分 所 四条図書館 定30人(当日先着順)

花園図書館 072(965)7700、RX072(965)9212 四条図書館 072(982)1235、RX072(984)6079 永和図書館(暫定施設) 06(6781)5500、RX06(6784)5630 永和図書館大蓮分室 06(6728)0200、RX06(6730)7337

戦争の悲惨さや平和の尊さを考えませんか

平和のつどいを開催

市では、戦争の悲惨さや平和と生命、人権の尊さを考えるため、「平和のつどい」を開催します。ぜひお越しください。

【平和資料展】

7月30日(木)～8月4日(日)9時～19時(7月30日は11時から、8月3日・4日は17時まで) 所 府立中央図書館展示コーナー 内「いまここから考える難民問題」や市民による平和メッセージのパネル展示 ※申込不要。

【原爆体験のおはなし】

市内在住の原爆被害者が当時の体験を語ります。 7月30日(木)・8月1日(日)11時～11時30分 所 府立中央図書館エントランス 定各50人 ※小学校低学年の子どもは保護者同伴。手話通訳あり。

【平和アニメフェスティバル】

映画「SING」[「ぼくの村にサーカスがきた」]を上映します。 8月9日(金)10時～11時55分・13時30分～15時50分 ※午前は「SING」のみ、

お知らせコーナー

学ぶ

東体育館の教室

【四柱推命学】

9月～12月の第1水曜日13時30分～15時30分(計4日間) 16歳以上の方 定10人 料9500円 ※体験1回2500円(初日のみ)。別途教材費1700円が必要。

【自分でできるオイルマッサージ教室】

毎月テーマを決めてアロマオイルの作り方とトリートメント方法を学びます。9月～12月の第2火曜日10時～11時30分 16歳以上の方 定各10人 料3000円 持ハンドタオル、フェイスタオル

【だれでも簡単ヨガ教室】

冷えや肩こり、日頃の運動不足を解消しませんか。毎週金曜日14時～15時 18歳以上の方 定18人 料3240円(月4回) ※体験1回500円。持バスタオル、飲み物

※いずれも申込先着順。電話予約のうえ、料金を直接 東体育館 072(982)1381、072(982)2768

陶芸教室

型起こしで大物を作ります。8月4日(日)13時30分～16時 市内在住・在勤(いずれか)の方 12人(抽選) 料2000円 作りたいたい型(あれば) 基本事項(12面に掲載)を7月26日(金)(必着)までに往復ハガキで

〒578-0975中鴻池町2-3-13 グリーンパル(中鴻池) 06(6744)2748 (既兼用)

人権教育研究会全体会 子どもの今と未来を考える集い

8月6日(火)14時20分～16時45分(開場は13時50分) 東大阪アリーナ 基調・実践報告、講演「障害者って誰のこと？」など ※3歳～小学校3年生の保育(定員20人で当日先着順)と手話通訳あり。

人権教育室 06(4309)3284、06(4309)3838

女性向け創業塾

8月25日(日)・31日(土)・9月7日(土)・14日(日)10時～15時(計4日間)

創業をめざしている女性 ※男性の参加も可。40人(申込先着順) ビジネスプラン、先輩起業家の事例発表、税務・労務、資金調達、相談窓口のサービス紹介など ※全4回受講すると「特定創業支援等事業」の支援を受けたことの証明書を手で発行します。申込用紙をファクスで ※申込用紙は東大阪商工会議所ウェブサイトからダウンロード可。

東大阪商工会議所中小企業相談所 06(6722)1151、06(6725)3611

経済総務課 06(4309)3174、06(4309)3846

ドリーム21の教室&催し

【ものづくり教室～鳴きせみ・さかなつりをつくってあそぼう】

7月28日(日)10時～15時 ドリーム21 鳴きせみ150個、さかなつり80個(当日先着順) 1個200円(セット300円)

【夏休み星空たんけん隊】

泊りがけで西はりま天文台へ行き、望遠鏡で星の観察をします。8月4日(日)13時～14時30分(参加者および保護者説明会)＝ドリーム21 20日(火)～21日(水)(泊2日)＝西はりま天文台(兵庫県佐用郡佐用町) ※計3日間。全日程参加できる小学校3年生～中学生 30人(抽選) 1万円 基本事項(12面に掲載)と学校名、学年、生年月日、性別を7月21日(日)(必着)までに往復ハガキで

【爆笑/星兄プラネタリウムショー～上を向いて笑おう/】

8月12日(休) 11時45分～12時45分・14時15分～15時15分 ※当日のプラネタリウム放映は10時からの「オーロラナイト」と16時からの「ポケットモンスター サン&ムーン プラネタリウム」のみ。ドリーム21 600円(事前予約500円) ※座席が不要な3歳以下の子どもは無料。電話または直接

【夏休みの臨時開館と時間延長】

ドリーム21は、7月19日(金)～8月31日(土)は休まず開館します。また8月11日(火)～15日(土)は開館時間を延長し、プラネタリウム特別放映を行います。

〒578-0923松原南2-7-21 ドリーム21 072(962)0211、072(962)0810

ひとり親家庭のための就業支援講習 介護職員初任者研修

土曜コース＝9月7日～12月21日(11月23日を除く) / 未来ケアカレッジ京橋校(大阪市都島区片町2) 日曜コース＝9月8日～12月15日 / イコーラム(男女共同参画センター)、未来ケアカレッジ布施校(長堂3) ☆いずれも9時～17時。

8月31日と来年1月25日(大阪府谷町福祉センター)を含む計17日間 全日程参加できる市内在住のひとり親家庭の母・父、寡婦で求職中またはスキルアップをめざす方 ※2歳以上の就学前幼児の保育あり。定各20人(抽選) 1万円 基本事項(12面に掲載)と職業、受講動機、以前受講した方はその講座名、保育の可否を7月31日(火)(消印有効)までに往復ハガキで

〒540-0012大阪市中央区谷町5-4-13 大阪府谷町福祉センター内母子家庭等就業・自立支援センター 06(6762)9498、06(6762)3796 子ども家庭課 06(4309)3194、06(4309)3817

夏休み親子ものづくり体験教室

観覧車貯金箱(写真)を作ります。

8月3日(土)13時～16時 市内在住の小学校3年生～6年生とその保護者 定15組30人(申込先着順) 500mlの四角いペットボトル、マーカー、持ち帰り用袋 基本事項(12面に掲載)を7月8日(月)9時～19日(金)17時(必着)にハガキで(ファクス、Eメール、直接も可。土・日曜日を除く)

〒577-0065高井田中1-5-3 産業技術支援センター内少年少女発明クラブ事務局 06(6785)3325、06(6785)3363、sangai@techsuport.jp

夏休み子ども実験教室 JAXA コズミックカレッジ

空力翼艇を作って走らせ、揚力や飛ぶ仕組みを体験します。8月19日(月)＝はすの広場(近江堂) / 8月16日(金)まで 20日(火)＝ゆうゆうプラザ(日下) / 8月19日(月)まで 22日(木)＝ももの広場(楠根) / 8月20日(火)まで ☆いずれも13時30分～15時30分 市内在住の小・中学生 定各50人(申込先着順) 各申込期限までに電話または直接 近江堂市民プラザ 06(6730)0840 日下市民プラザ 072(986)9284 楠根市民プラザ 06(6745)9147 ☆いずれも既兼用

日新高校 山の端市民公開講座

【初めてのフラダンス】

基本動作と1曲の振付をします。7月23日(火)・24日(水)10時～11時15分(計2日間) 初めてまたは初心者の方 10人

【英会話を楽しむ】

本校外国人英語指導助手と英会話を楽します。7月24日(水)・25日(木)10時～11時(計2日間) 16人程度

【茶道体験】

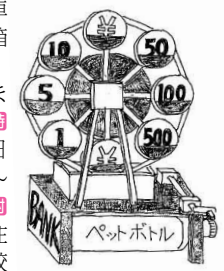
和室で日本式礼法を学びながら煎茶前を楽しみます。7月24日(水)14時～15時30分 小学生以上の方 6人

【声に出して読む漢文】

「論語」「大学」などを読みます。7月24日(水)16時～17時 小学生以上の方 20人

※いずれも抽選。基本事項(12面に掲載)を7月16日(火)(必着)までに往復ハガキで

〒579-8003日下町7-9-11 日新高校山の端市民公開講座事務局 072(985)5551、072(985)3276 学校教育推進室 06(4309)3268、06(4309)3838



おれんじ通信 25

知って支える認知症

認知症は予防できる？②

市では、保健センターや公民館などでさまざまな介護予防教室などを実施し、高齢者の健康づくりの充実をめざしています。認知症予防としてデュアルタスク(二重課題)に挑戦しながら楽しく身体を動かす講座「健脳エクササイズ」もその一つです。

デュアルタスクとは、例えば椅子に座ったまま1分間足踏みを繰り返しつつ、花の名前や国名などをできるだけたくさん声に出してあげていくなど、2つの課題を同時に取り組むことをいいます。このように、適度に脳を混乱させ、その状態に対応しようとするのが脳の神経ネットワークの発達を促します。そしてこの脳神経の発達が認知症予防につながるといわれています。

デュアルタスクは、自宅でも取



り組めますので、ぜひ挑戦してみてください。仲間とともに挑戦してみたい方や地域で広めたい方は、お近くの保健センターへ気軽にお問合せください。

「健脳エクササイズ」の資料(カラー刷りポスター)を希望する場合は、保健所健康づくり課で配布します(事前に電話で要予約。郵送不可)。

◇ ◇ 次回は「運転免許の自主返納について①」です。なお、おれんじ通信への意見をお寄せください。 地域包括ケア推進課 06(4309)3013、06(4309)3848

おれんじ通信 25 知って支える認知症



催し

子ども書庫見学ツアー

7月22日(日)13時~14時 小学生 定10人 (当日先着順) 所 花園図書館 072(965)7700、FAX072(965)9212

司馬遼太郎記念館でコンサート 「坂の上の雲」の時代の演歌

明治時代の演歌師の本流演歌を歌とトークで演じます。7月20日(土)14時~16時 料2500円 基本事項(右下に掲載)を電話またはファクスで

所 申 司馬遼太郎記念館 06(6726)3860、FAX06(6726)3856 問 文化国際課 06(4309)3155、FAX06(4309)3823

06ブルズ東大阪市民応援デー

本市を本拠地とするプロ野球独立リーグ球団06ブルズ(写真)のホームゲームを東大阪市民応援デーとして、来場した市民の皆さんに球団オリジナルグッズをプレゼントします。さらに、来場者全員を対象とした限定グッズが当たる抽選会にも参加できます。



©東大阪バレーチャレンジ

8月22日(木)=兵庫ブルーサンダーズ戦 9月16日(木)=堺シュライクス戦 ☆いずれも12時試合開始(開場は11時予定) 所 花園セントラルスタジアム(花園中央公園野球場) 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ※チケット売り場で身分証明書の提示が必要。料一般1000円、小・中学生500円

【野球教室】

試合終了後、選手による野球教室も開催します。ぜひご参加ください。申 中学生以下の方 料 グローブ

問 06ブルズ球団事務局 info@06bulls.com 卜 スポーツのまちづくり戦略室 06(4309)3019、FAX06(4309)3847

セレッソ大阪

9月1日は東大阪市民応援デー

セレッソ大阪(写真)のホームゲーム(川崎フロンターレ戦)を東大阪市民応援デーとして、市民の皆さんが優待価格で観戦できます。



©CERREZO OSAKA

9月1日(日)18時試合開始(開場は16時予定) 所 ヤンマースタジアム長居(大阪市東住吉区長居公園) 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 料 一般1500円(通常前売り2200円)、小・中学生500円(通常前売り800円) ※座席はホームサポーター自由席(ゴール裏)。申 7月10日(木)10時~8月30日(金)23時59分 ※売切れ次第終了。チケット購入方法など詳しくはセレッソ大阪ウェブサイトをご覧ください。申 右のコードからアクセス可、お問合せください。



問 卜 セレッソ大阪事務局 06(6110)5637 卜 スポーツのまちづくり戦略室 06(4309)3019、FAX06(4309)3847

旧河澄家

アカベラ演奏会&そうめん流し

アカベラ演奏を聴いた後、竹を使ってそうめん流しをします。8月18日(日)10時~12時・13時~15時 申 3歳以上の方 ※未就学児は保護者同伴。定各40人(申込先着順) 料 100円 箸、飲み物 申 7月23日(火)9時30分から電話または旧河澄家ウェブサイト

所 申 旧河澄家(日下町7) 072(984)1640 (FAX兼用)

市民水泳競技大会

8月18日(日)10時から(開場は8時30分) 所 東大阪アリーナ 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ※高校生は旧第5学区への在学を含む。種目 卜 自由形、平泳ぎ、バタフライ、背泳ぎ=50m、100m 卜 個人メドレー=200m 卜 リレー=200m、400m ※出場は1人1種目(リレーは除く)で、リレーは1団体2チームまで。料 一般500円、高校生以下400円 ※リレーは無料。リレーのみ参加の場合は料金が必要。申 申込個票と料金を8月2日(金)9時~11時・13時~15時または3日(土)13時~15時に東大阪アリーナロビーに直接 ※申込個票などは東大阪アリーナで配布。小・中学生は保護者印が必要(クラブでの参加は顧問印で可)。

問 卜 市水泳協会「園田」 090(6988)5443 卜 青少年スポーツ室 06(4309)3282、FAX06(4309)3835

サマーフェスタ

7月28日(日)12時30分~17時 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 定150人(当日先着順) 楽器演奏、声楽、演舞など 所 申 やまなみプラザ(四条) 072(988)3107 (FAX兼用)

四条寄席~瓢箪山で笑おう

8月8日(木)14時~15時 小学生以上の方 定38人(申込先着順) 料 桂紋四郎さんによる落語会 料500円 申 電話または直接 所 申 四条図書館 072(982)1235、FAX072(984)6079

からだの歪み・バランス無料測定会

最新の測定機器で測ります。8月21日(火)13時~15時 定10人(申込先着順) 料 飲み物 申 電話または直接 所 申 近江堂市民プラザ 06(6730)0840 (FAX兼用)

火おこし選手権

「マイキリ式」の火おこし器を使い、火をおこす早さを競います。7月27日(土)~8月4日(日)9時30分から・10時50分から・13時から・14時10分から・15時20分から ※7月29日(月)は休館。8月18日(日)15時から表彰式。申 小・中学生 ※1人1回のみ。1・2年生の部、3・4年生の部、5・6年生の部、中学生の部の4部門で競い、上位3人を表彰します。定各6人(申込先着順) 申 電話または直接 所 申 発掘ふれあい館(埋蔵文化財センター) 072(983)2340、FAX072(982)9411

角田総合老人センターの催し&教室

【河内音頭を覚えて地域の夏祭りへ行こう!】

7月29日(日)13時30分~15時30分 市内在住の60歳以上の方とその家族・知人の小学生 定20人(申込先着順) 料 タオル、飲み物 申 7月16日(火)から

【カフェでボランティア活動してみませんか】

7月29日(月)・8月5日(月)・26日(月)と8月9日(金)または21日(火)13時30分~15時30分(計4日間。8月9日または21日はカフェ見学) 申 全日程参加でき、ボランティアとして活動できる方 定20人(申込先着順) 申 7月16日(火)から

【カーリンコンを楽しもう!】

8月6日(火)13時30分~15時30分 市内在住の60歳以上の方 定36人(申込先着順) 料 タオル、飲み物 申 7月16日(火)から

【リフレッシュヨガ教室】

8月9日(金)13時30分~15時 市内在住の60歳以上の方 定35人(抽選) 料 ヨガマット(あれば)、タオル、飲み物 申 7月16日(火)~8月2日(金)

各申込期間に電話または直接 所 申 角田総合老人センター 072(962)8011、FAX072(963)2020

こどもワクワクランド

7月21日(日)13時~16時 小学生または親子 料 鉄道ジオラマ、プラレール、子ども科学実験室、工作、子ども囲碁、雪遊び、体操、金魚すくいなど 所 申 ゆうゆうプラザ(日下) 072(986)9293 (FAX兼用)

市民グラウンド・ゴルフ大会



9月18日(水)8時30分から(21日(土)予備日) 所 吉田春日グラウンド 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 定60人(申込先着順) 料300円 申 8月15日(木)10時~11時30分に東大阪アリーナに直接 所 申 市グラウンド・ゴルフ協会「金光」 072(987)1834 卜 青少年スポーツ室 06(4309)3282、FAX06(4309)3835

郷土博物館の催し

【夏の昆虫の配布】

7月24日(水)9時から 市内在住の方 定20人(当日先着順) ※1人1匹で、なくなり次第終了。

【夏休み親子体験イベント~河内大王に変身】

剣や勾玉を作ったり、大王の服や武器を身につけたりして、古代豪族を体感します。7月28日(日)10時30分~14時30分 小学生とその保護者 定15人(申込先着順) 料 弁当、飲み物、敷物など 申 7月17日(火)から電話で

【夏休み体験イベント~自然素材を使って遊び道具を作ろう!】

竹や粘土、どんぐりなどを使って作ります。8月4日(日)10時30分~14時30分 小学生とその保護者 定15人(申込先着順) 料 弁当、飲み物、敷物など 申 7月17日(火)から電話で

【開館時間の変更】

7月20日(土)~8月31日(土)の間、9時から開館します。

※入館料(一般50円、高校・大学生30円、小・中学生20円)が必要。 所 申 郷土博物館 072(984)6341、FAX072(986)1432

●記号の見方

時 とき 所 ところ 対 対象 定 定員・定数 内 内容 料 料金(表示のないものは無料) 持 持ち物 申 申込方法・申込み先など 問 問合せ先 申 申メールアドレス

●申込みの基本事項

- 1 行事名または教室名 2 住所(郵便番号も) 3 氏名(ふりがなも) 4 年齢 5 電話・ファクス番号

以上をそれぞれの申込み先へ

しあわせを みんなでつって わけあおう

小学校6年生(人権作品集)