

- 2 東大阪市議会議員および市長選挙
 - 3 出産後間もない赤ちゃんとお母さんを応援!
 - 6・7 ラグビーワールドカップ2019™日本大会 ファンゾーンを開催
- 保存版 9月は高齢者保健福祉月間

ラグビーワールドカップ2019™日本大会

9月20日 開幕!

いよいよ開幕するラグビーワールドカップ2019™日本大会。世界のラグビー強豪国が、世界一をめざし激突します。東大阪市花園ラグビー場でも4試合が開催されます。“一生に一度”の大会が、いよいよ始まります。(関連6・7面)

TM©RWCL 2015

さあ投票 選挙の主役はあなたです!

東大阪市議会議員および市長選挙

投票日 9月29日(日)

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。詳しくは2面に掲載。

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

東大阪市議会議員および市長選挙

投票日 9月29日(日) **投票時間** 7時～20時

東大阪市議会議員の定数
定数は38人です。

9月29日(日)は、東大阪市議会議員および市長選挙の投票日です。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9月30日までに生まれた日本国民で、令和元年6月21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、9月4日(木)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。9月5日(金)以降に転居届をした方は、前住所地の投票所で投票となります。

【市外へ転出した方】

投票日または期日前投票日までに市外へ転出した方は投票できません。

投票の注意

【投票時間】

投票できる時間は、7時～20時です。

【投票の順序】

最初に市議会議員選挙、次に市長選挙の順です。

【投票用紙】

▷市議会議員選挙=オレンジ色の用紙に黒色文字 ▷市長選挙=うぐいす

色の用紙に黒色文字

【投票方法】

投票用紙に候補者の氏名をはっきり記入してください。氏名以外に記号や雑事などを記入すると無効になる場合があります。

【代理投票】

さまざまな理由により、自分で字を書くことができない方は「代理投票」ができます。受付で申し出てください。投票の秘密は必ず守られます。

【点字投票】

目の不自由な方は「点字投票」ができます。受付で申し出てください。投票所には「点字版候補者名簿」を備えています。

【手話通訳者の派遣】

投票日に投票所で手話通訳が必要な方は、事前に選挙管理委員会に申し出てください。手話通訳者を派遣します。

なお、整理券を持参した方にも、選挙人名簿との対照に間違いが生じないように氏名などを確認しますので協力ください。

選挙公報の配布

各候補者の政見などを掲載した「選挙公報」を9月23日(木)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。9月24日(金)から市ウェブサイトにも掲載します。

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とう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。東大阪市の施設であったとし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9月25日(木)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」で東大阪市選挙管理委員会へ投票用紙の請求をすると、投票用紙を滞在先に郵送することができます。東大阪市の施設であったとし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。

市ウェブサイトに掲載

各投票所の案内地図など、選挙に関するお知らせを市ウェブサイトに掲載しています。また、選挙当日には投票・開票速報も掲載します。

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。

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

表① 期日前投票所

対象	とき	ところ
全有権者	9月23日(木)～28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)
		【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。☆車でのご利用の方は、当該施設の駐車場(無料)をご利用ください。第1・3・4期日前投票所をご利用の方には、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
アンバス東大阪	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	レーバンスポルト
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
ヴァンペール	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	ながら病院	プレシオ	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	

アーリー赤ちゃんタイム
スコットアーリーちゃん



「わからないことが
いっぱい。育児本には

お母さんを応援！

市内の子育て支援セ
ンターでは、子育ての
より早い時期のお母さ
んと赤ちゃんを応援す
るため、9月から「ア
ーリー赤ちゃんタイム」
「アーリー赤ちゃん講
座」を実施しています。
これまで5か月まで
の赤ちゃんとお母さん
を対象に「ベビータ
ム」「びよびよタイム」
「ベビーズ」として荒
本・鴻池・長瀬子育て
支援センターで実施し
ていた取組みを、アー
リー(early・早
期)の赤ちゃんタイム
と改め、全ての子育て
支援センターで実施し
ます。また、5か月生
での赤ちゃんを対象と
した育児講座を「アー
リー赤ちゃん講座」と
して始めます。

書いていない」「近く
相談できる人がいない」
「1日中赤ちゃんとい
いで誰とも話していな
い。大人と話したい」
など悩みを感じている
方でも、子育て支援セ
ンターではほかのお母さ
んと交流することで、
大変だと思うことに向
きあえたり、「これって
自分だけじゃなかった
んだ」と安心したりで
きます。また、少人数
のゆったり打ち解けた
雰囲気の中で過ごして
ホッとすればお母さん
の癒しにもなります。お
母さんが癒されれば赤
ちゃんも癒されます。

子育てでは、しんどい
ことや、ふんばらない
といけないときがあり
ますが、一人でがんば
らないでください。子
育て支援センターでス
タッフと話したり、子
育て仲間を見つたり
しましょう。スタッフ
は、少しでも早くお母
さんと出会いたいと思
っています。大変です
が、いっしょに楽し
みましょう。そして、赤
ちゃんといっしょに、
ゆつくりお母さんにな
っていきましょう。

子育て支援センター
では、自由来館や未歩
行の赤ちゃん対象の赤
ちゃんタイム、育児講
座などたくさん企画
をしています。プレマ
マも大歓迎です。日程
などは、市ウェブサイ
トをご覧ください。か
お問合せください。ま
た、気軽に連える場所
として、市内には市委
託事業「つどいの広場」
が18か所あります。せ

子育て支援センター
では、自由来館や未歩
行の赤ちゃん対象の赤
ちゃんタイム、育児講
座などたくさん企画
をしています。プレマ
マも大歓迎です。日程
などは、市ウェブサイ
トをご覧ください。か
お問合せください。ま
た、気軽に連える場所
として、市内には市委
託事業「つどいの広場」
が18か所あります。せ

保育の見学と
子育て講演会

「わかえりこどもた
む」をテーマに開催し
ます。
【時】10月31日(木)▽9
時30分～10時15分(公
開保育)▽10時30分～
11時50分(子育て講演
会) 所若江幼稚園

市内在住の方 定10
0人(申込先着順)
※子育て講演会のみ2
歳以上の就学前幼児の
保育あり(定員20人で
要予約)。甲申込用紙
を9月20日(金)～10月4
日(金)にファクスまたは
Eメールで(電話も可)
※申込用紙は市ウェブ
サイトからダウンロード
可。市内公共施設で
も配布。
【甲園教育センター】
06(6727)01
12、FAX06(672
9)8201、Ekyo
ikucenter@city.hi
gashiosaka.lg.jp

出産後間もない
赤ちゃんとお母さんを応援！
アーリー赤ちゃんタイム・講座

さまざまなお
イベントを開催

妊娠・出産・子育てをサポート
子育て応援アプリ
すくすくトライ
App Store Google Play

子育て支援センター
& 子育てのつどいの催し

※車での来場はご遠慮ください。記載のない催しは、各子育て支援センターで開催。記載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。

ももっこ
【ハーフバースデー&バースデー
カード作り】
【時】9月24日(木)10時30分～11時30分
(受付は11時まで) 対5か月～6
か月の乳児と10月生まれの乳幼児
【写真】
【川俣スカイランドで遊ぼう】
【時】9月30日(月)10時30分～11時30分
※雨天中止。 対川俣スカイランド
【就学前乳幼児】
【子育てサポーターによる相談】
【時】10月7日(月)10時～12時 対就学
前乳幼児 対保育園・認定こども園
の入園や一時預かりなど

【長瀬子育て支援センター】
06(6728)1800、FAX06(6728)2413
【鴻池子育て支援センター】
【赤ちゃんタイム～健康相談日】
【時】9月25日(木)13時30分～16時 対
未歩行児 対身体測定、離乳食の展
示、栄養士・保健師による相談 対
名札、お茶
【親子広場 めだか組】
【時】10月9日(木)・16日(月)10時～11時
(計2日間) 対6か月までの乳児
※きょうだいの参加不可。 対8組
(抽選) 甲9月17日(火)13時～20日(金)
17時に電話で
【親子広場 ちょうちょ組】
【時】10月23日～11月20日の水曜日10
時～11時(計5日間) 対平成29年4
月2日～平成30年4月1日生まれの
乳幼児 対12組(初めての方を優先
して抽選) 甲9月30日(月)13時～10月
4日(金)17時に電話で

【離乳食講座】
【時】10月11日(金)10時～11時 対4か
月～1歳3か月の乳児 対10組(申
込先着順) 対100円 甲9月27日(金)
14時から電話で
【アーリー赤ちゃんタイム】
育児で不安なことや情報交換など
ゆつくり交流しましょう。 対第1
水曜日13時30分～15時 対5か月生
までの乳児
【あさひっこ(旭町子育て支援
センター)】 072(980)8871、FAX072
(985)1055

【甲園ゆめっこ(布施子育て支援セ
ンター)】 06(6748)0210、FAX06(6748)
0257

【荒本子育て支援センター】
【あいあい広場内で遊ぼう！】
【時】9月20日(金)9時30分～11時
30分=室内砂遊び ▷27日(金)11時20
分～40分=9月の誕生日会 ▷10月
3日(木)11時～11時30分・14時30分～
15時=壁面制作 ▷11日(金)11時～11時
30分=ミニ制作 ▷15日(火)10時～11時
=ミニ運動会 対就学前乳幼児
【給食試食会】
【時】10月16日(木)10時30分～12時 対
1歳6か月以上の乳幼児 対10組(申
込先着順) 対300円 甲10月1日(火)
10時から電話で
【大福さんの赤ちゃん人形劇】
【時】10月17日(木)10時～10時45分 対
1歳6か月までの乳児 対20組(申
込先着順) 甲10月1日(火)13時から電
話で

ももっこ(楠根子育て支援セン
ター) 06(4306)4151、FAX06(4306)
3080
【長瀬子育て支援センター】
【アーリー赤ちゃんタイム】
【時】9月20日(金)13時30分～15時30分、
30日(月)9時30分～11時30分 対5か
月までの乳児
【金岡公園 de しゃぼん玉遊び】
【時】9月27日(金)10時30分～11時30分
※10時の時点で雨の場合は中止。
【金岡公園】 対就学前乳幼児
【親子広場～マテマテクラス】
【時】10月16日～11月13日の水曜日10
時～11時30分(計5日間) 対平成29
年10月1日～平成30年4月1日生ま
れの乳児 対15組(初めての方を優
先して抽選) 対100円 甲9月27日
(金)9時30分～10月9日(木)17時に電
話で

【親子広場 ちょうちょ組】
【時】10月23日～11月20日の水曜日10
時～11時(計5日間) 対平成29年4
月2日～平成30年4月1日生まれの
乳幼児 対12組(初めての方を優先
して抽選) 甲9月30日(月)13時～10月
4日(金)17時に電話で
【親子広場 ちょうちょ組】
【時】10月23日～11月20日の水曜日10
時～11時(計5日間) 対平成29年4
月2日～平成30年4月1日生まれの
乳幼児 対12組(初めての方を優先
して抽選) 甲9月30日(月)13時～10月
4日(金)17時に電話で
【あさひっこ】
【まんぼーリトミック】
【時】10月1日(火)10時～11時 対1歳
6か月～2歳6か月の乳幼児 対12
組(申込先着順) 甲9月17日(火)14時
から電話で

ゆめっこ
【ぶりぶり～ふわふわ】
ちぎり紙で遊びませんか。 対9
月17日(火)10時30分～11時 対就学前
乳幼児
【誕生日会】
【時】9月24日(火)11時30分～50分=
ゆめっこ広場 ▷30日(月)15時～15時15
分=赤ちゃんタイム ※誕生日は誕
生日カードを取りに来てください。
【はーもにーリトミック】
【時】10月9日(木)▷10時～10時30分
=4か月以上の未歩行児 ▷10時45
分～11時15分=よちよち歩きがで
きる2歳未満の乳児 対各10組(申
込先着順) 甲9月25日(木)10時から電
話で

【甲園荒本子育て支援センター】 06
(6788)1055、FAX06(6788)2597
子育てのつどい
【親子で楽しくキッズエアロ体操】
【時】10月17日(木)10時～11時 対東体
育館 対未就園児 対100組(申込先
着順) 甲9月24日(火)からの10時～17
時に電話で
【甲園】▷縄手南こども園 072(982)
1471、FAX072(982)6452 ▷石切保
育所 072(984)6260、FAX072(984)9578
▷鳥居保育所 072(985)9294、FAX072
(985)6068

公的年金などの扶養親族等申告書

対象者は提出を

国民年金、厚生年金保険および共済組合などから支給される年金（障害・遺族年金を除く）は、所得税法上の雑所得として課税対象となり、対象者は日本年金機構（共済年金は共済組合）から「令和2年分の年金等の受給者の扶養親族等申告書」が送付されます（年金額が65歳未満で108万円未満、65歳以上で158万円未満の方は、課税がないの

で送付されません）。所得税には、各種控除が設けられており、控除の計算を行うためには扶養親族等申告書の提出が必要です。扶養親族がいる場合は、必ず提出してください。

■日本年金機構ねんきんダイヤル 0570(05)1165

10月1日から開始
年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給されるものです。受取りには、請求書の提出が必要です。案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が行います。

※高齢・障害・遺族基礎年金を受給している方

※世帯構成や所得などの条件あり。詳しくは市ウェブサイトをご覧いただくか、お問合せてください。

は市ウェブサイトをご覧いただくか、お問合せてください。

【請求手続き】
▽4月1日以前から年金を受給している方
請求手続きの案内を9月上旬から順次送付します。同封のハガキ（年金生活者支援給付金請求書）に必要事項を記入し、提出してください。

◇
▽東大阪年金事務所 06(6722)6001
▽国民年金課 06(4309)3165、FAX06(4309)3805

◇
▽4月2日以降に年金を受給した方
年金の請求手続きとあわせて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

■給付金専用ダイヤル 0570(05)4092(050で始まる番号からは0355392216)

◇
国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国保

特定健診を受けましょう

10月27日(日)に集団健診を実施

10月27日(日)に集団健診を実施します。

希望者は特定健診とともに大腸がん・肺がん検診（検診当日40歳以上で今年度未受診の方のみ）も受診できます（がん検診のみの受診は不可）。

■10月27日(日)9時～12時 所
西保健センター 40歳～74歳の市国民健康保険加入者で、今年度1度も特定健診を受けていない方 ※特定健診は、今年度40歳になる方も受診可。定30人（抽選） 内問診、診察、測定（身長・体重・腹囲・血圧）、血

液検査（血糖・脂質・肝機能・腎機能）、尿検査など ※大腸がん検診受診者は200円が必要。国民健康保険被保険者証、特定健康診査受診券・がん検診受診証（手元がない方はご連絡ください） 基本事項（11面に掲載）と大腸がん・肺がん検診希望の有無を9月30日(月)までに電話で（ファクス、Eメール、直接も可）

■医療保険室保険管理課 06(4309)3051、FAX06(4309)3805、
iryokanri@city.higashiosaka.lg.jp

国民健康保険・後期高齢者医療保険

所得がなくても申告を

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療の被保険者またはその世帯主で、平成31年度（平成30年分）の所得の申告がなかった方に、保険料所得申告書を8月末に送付しています。所得がなかった方も申告が必要です。必ず9月25日（木）までに医療保険室保険課または行政サービスセンターに提出してください。

市役所本庁舎の一部窓口業務

9月28日(土)9時～12時に開設

9月28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、取扱いができないことや手続きが完了しないことがありますので、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。

【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る医療証の申請、医療費の払戻しの申請など

【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

【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

【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

【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

【医療助成関係】
子どもや重度障害者などの医療費助成にかかる医療証の申請、医療費の払戻しの申請など

【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

【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

【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

【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

国保

交通事故で国保を使うときは届出を

交通事故で第三者の行為によって受けた傷病の医療費は、原則と

して加害者側が全額負担すべきものです。ただし、国保の被保険者が「第三者行為による傷病届」を提出すると、保険証を使って国保で治療を受けることができます。この場合、国保が一時的に医療費を立て替え、その後加害者側に費用を請求します。

交通事故などでケガをして、やむを得ず国保を使って治療を受ける場合は、第三者行為による傷病届と交通事故証明書（人身事故）の提出が必要です。国保が使えるようになることがありますが、ご注意ください。

交通事故で第三者の行為によって受けた傷病の医療費は、原則として加害者側が全額負担すべきものです。ただし、国保の被保険者が「第三者行為による傷病届」を提出すると、保険証を使って国保で治療を受けることができます。この場合、国保が一時的に医療費を立て替え、その後加害者側に費用を請求します。

交通事故などでケガをして、やむを得ず国保を使って治療を受ける場合は、第三者行為による傷病届と交通事故証明書（人身事故）の提出が必要です。国保が使えるようになることがありますが、ご注意ください。

医療保険室資格給付課 06(4309)3167、FAX06(4309)3804

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。

東保健センターは10月15日(火)から旭町1-1へ移転します。

みんなでマタニティ教室

10月28日(月)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 東保健センター

骨密度測定検査

10月3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 中保健センター

食育トライで広げよう 食育のつどい

10月2日(日)12時～15時 くすのきプラザ(若江岩田駅前) 食生活に関する展示や体験、健康チェック、試食(12時から、先着120人)、フレイル予防に関する講演(14時～15時)など 健康づくり課

きらりウォーク会員募集

毎月自然やまち並みを歩いていきます。当日はウォーキング講座をします。10月2日(日)9時30分～12時 市内在住の方 30人(申込先着順) タオル、飲み物 基本事項(11面に掲載)を電話またはファクスで 中保健センター

マタニティキッチン

10月24日(木)13時30分～16時 妊婦中の食事をひと工夫で離乳食に 母子健康手帳、エプロン、三角巾、手ふき2枚 電話で 中保健センター

手編み乳房パッド講習会

乳がんで乳房切除術を受けた方のために、 Cottonの糸で手編みの乳房パッドを作ります。 10月3日(木)・11月14日(木)13時～15時 各10人(申込先着順) 電話で 市立東大阪医療センターがん相談支援センター 06(6783)3466、06(6781)2322

肺がん・結核エックス線検診

10月2日(日)9時20分から・10時10分から 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 40人(申込先着順) 電話で 中保健センター

2歳児歯科健康相談

10月17日(木)=西保健センター 21日(月)=東保健センター 29日(木)=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10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

9月は食生活改善普及運動月間

食事をおいしく、バランス良く

生活習慣病予防のためには、体に必要な栄養素をバランス良く摂ることが大切です。毎日の食事で主食・主菜・副菜を組みあわせて、よく噛んで食べましょう。

※主食はごはんやパン・めん類など、主菜は肉や魚・卵・大豆製品のおかず、副菜は野菜などを使った料理です。

【毎日プラス1皿の野菜を】

野菜は1日に必要な栄養素を補うために350g以上とることがすすめられています。毎日の食事に野菜料理(副菜)をもう1皿増や

しましょう。

【毎日の暮らしに with ミルク】

カルシウムは日本人に不足しがちな栄養素です。牛乳や乳製品を1日コップ1杯はとるように心がけましょう。

【おいしく減塩1日マイナス2g】

食塩摂取量の目標値は男性で1日8g未満、女性で7g未満です。塩分を控えた加工食品も増えていきます。栄養成分表示を活用し、減塩に取り組みましょう。

◇ ◇

健康づくり課

市民講演会

うつから抜け出す設計図

10月19日(土)15時～17時 保健所大会議室 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 50人(申込先着順) 基本事項(11面に掲載)を10月16日(木)までに電話で(ファクス、Eメールも可) 健康づくり課 seishin-kendu@city.higashiosaka.lg.jp

歯科医師による成人歯科健康相談

10月3日(日)9時30分～11時30分 市内在住の20歳以上の方 8人(申込先着順) 電話で 中保健センター

あなたの体内年齢は? カラダ健康度をチェック

市民グループ「健康トライ応援隊」や保健師といっしょにつくぐり体操(愛称)や5種類の測定を行います。 10月16日(木)13時30分～15時30分 40人(申込先着順) タオル、飲み物 ※素足になれる服装でお越しください。 9月17日(火)から電話で 西保健センター

高齢者インフルエンザ予防接種

10月から高齢者のインフルエンザ予防接種を市内の委託医療機関で実施します。 10月1日(火)～来年1月31日(金) 接種時に65歳以上の方、接種時に60歳～64歳で心臓・腎臓・呼吸器などの機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害により、日常生活が極度に制限される方(身体障害者手帳1級程度) 1500円 ※生活保護受給者は福祉事務所が発行する証明書を持参すると無料。 年齢が確認できるもの ※予約が必要な医療機関もありますので、事前に確認してください。委託医療機関は9月15日(日)以降の市ウェブサイトをご覧ください。 母子保健・感染症課 072(960)3805、072(960)3809 東・中・西保健センター

ふたごの交流会

10月4日(金)9時45分～11時15分=西保健センター/運動会ごっこ 9日(木)9時45分～11時=中保健センター/みんなでおしゃべり 18日(金)9時45分～11時=東保健センター/粘土遊び 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

カラダの三管美

タオル体操で、カラダすみずみストレッチ 10月～12月の第1・3月曜日9時30分～10時30分(11月4日を除く計5日間) 全日程参加できる介護保険を利用していない、床に座って体操ができる市内在住の方 20人(初めての方を優先して抽選) フェイスタオル、マットまたはバスタオル、飲み物 9月17日(火)～27日(金)に電話または直接 西保健センター

ご存じですか? ジェネリック医薬品

医療機関で処方される薬には、先発医薬品と後発医薬品があり、後者をジェネリック医薬品といいます。先発医薬品とは、メーカーが特許を取得し、独占的に製造・販売している薬で、先発医薬品の特許期間終了後、他のメーカーが製造した同じ成分・効果の薬がジェネリック医薬品です。製品によっては、先発医薬品よりも飲みやすくなるように薬の大きさや味、においが改良されていたり、湿気や光に弱いなどの品質面を改善することで保存性が向上していたり、より良く工夫されたものもあります。ジェネリック医薬品は先発医薬品に比べて開発費などがかからなかったため、安価で購入することができます。全ての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。希望する場合は、医師・薬剤師に相談しましょう。 環境薬務課 072(960)3804、072(960)3807

46



市立東大阪医療センター 産婦人科

奥 正孝 部長

つわりの治療と予防

妊娠初期の吐き気・嘔吐、いわゆる「つわり」は多くの妊婦さんに認められますが、症状がひどくなると脱水による電解質バランスの崩れが生じて全身状態が悪化し「妊娠悪阻」と呼ばれる状態になります。

治療方法は、心身の安静と休養、少量・頻回の食事摂取、水分補給などです。経口水分摂取が困難で、体重が5%以上減少する場合は点滴が必要となります。特に高齢妊娠や肥満である場合は静脈血栓塞栓症の危険性が高まりますので、早めの治療をおすすめします。欧米では「つわり」の治療に、ビタミンB6を1回10mg～25mg、1日3回～4回の服用を推奨しています。ただし、許容上限摂取量の100mgに



達する可能性がありますので、服用開始前に医師に相談することをおすすめします。

また、「つわり」の予防として、受精3か月前からのマルチビタミンの服用が有効であるという報告があります。葉酸が含まれているので神経管閉鎖障害(脳や脊髄の機能に異常をきたす病気)の発症を減らす効果があります。

(地独)市立東大阪医療センター事務局医療情報管理課 06(6781)5101、06(6781)2194

ラグビーワールドカップ2019™日本大会関連グルメイベント



花園で熱戦を繰り広げる7か国をイメージしたカレーパンを期間限定で販売します。

7か国それぞれのカレーパンを買ってスタンプを集めると、今だけ限定のスペシャルメニューがもらえます。

7か国応援! 東大阪カレーパンスタンプラリー

各国の食文化を楽しもう

開催期間中、パンフレットの提示でお得な500円均一のバルメニューが楽しめます。ラグビーをモチーフにしたメニューやスペシャルセットなど、各店舗が工夫を凝らしたアレンジメニューがずらりと揃っています。

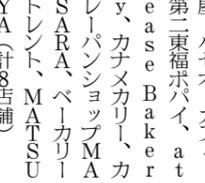
また、抽選で限定グッズが当たる特典付きのスタンプラリーもありますので、新しい店舗の開拓にもぜひ

お得に食べて、飲んで、楽しもう!

東大阪ラグビーバル

開催期間中、パンフレットの提示でお得な500円均一のバルメニューが楽しめます。ラグビーをモチーフにしたメニューやスペシャルセットなど、各店舗が工夫を凝らしたアレンジメニューがずらりと揃っています。

また、抽選で限定グッズが当たる特典付きのスタンプラリーもありますので、新しい店舗の開拓にもぜひ



参加店舗 162店舗

※パンフレットは参加店舗行政サービスセンター、市役所本庁舎1階市政情報コーナーなどで配布。東大阪カレーパン会ウェブサイト(左)のコードからアクセス可。

※スタンプラリー用紙(左上写真)は、参加店舗、行政サービスセンター、市役所本庁舎1階市政情報コーナーなどで配布。東大阪カレーパン会ウェブサイト(左)のコードからアクセス可。

参加店舗 162店舗

※パンフレットは参加店舗行政サービスセンター、市役所本庁舎1階市政情報コーナーなどで配布。

参加店舗 162店舗

※パンフレットは参加店舗行政サービスセンター、市役所本庁舎1階市政情報コーナーなどで配布。東大阪カレーパン会ウェブサイト(左)のコードからアクセス可。

※スタンプラリー用紙(左上写真)は、参加店舗、行政サービスセンター、市役所本庁舎1階市政情報コーナーなどで配布。東大阪カレーパン会ウェブサイト(左)のコードからアクセス可。

環境に優しいまちへ 東大阪市プラスチックごみゼロにトライ!を宣言

市では、G20大阪サミットで共有された「大阪ブルー・オーシャン・ビジョン」を踏まえ、プラスチックの資源循環や海洋プラスチックごみ対策を推進していくため、8月22日に「東大阪市プラスチックごみゼロにトライ!宣言」を市長と議長の連名で行いました(写真)。野田市長は「プラスチックの恩恵を受けてきた私たち先進国が責任をもってこの問題に取り組んでいかななくてはなりません」と話しました。今後、宣言に基づき取り組みを進めていきますので、皆さんの協力をお願いします。

宣言の主旨など詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

循環社会推進課 06 (4309) 3199、FAX06 (4309) 3818

良好な学習環境を 全小学校の普通教室にエアコンを整備

市では、近年、大きな課題となっていた夏場の猛暑における児童の体調管理や熱中症への対応策として、また良好な学習環境を提供するため、市立の全小学校の普通教室や特別支援教室などにエアコンを整備し、2学期より使用を開始しています(写真)。整備に当たっては、エアコン工事の設計、施工およびフィルター清掃などの維持管理を一体として契約するPFI方式を活用することで、効率的かつ効果的な運用を行い、市の財政負担の軽減を図っています。

なお、市立の幼稚園、中学校および日新高校の普通教室などには、すでにエアコンを整備しています。

教育委員会施設整備課 06 (4309) 3335、FAX06 (4309) 3837

市文化創造館 9月1日オープン 関フィルによるこけら落とし公演を開催!

平成26年から整備を進めていた市文化創造館が9月1日、グランドオープンしました。開館にあたり、始めに野田市長から開館宣言が行われ、たくさんの方が市の新たな文化芸術の創造発信拠点を見ようと訪れていました。

グランドオープンを記念して、関西フィルハーモニー管弦楽団によるこけら落とし公演も開催。同楽団による素晴らしい演奏に満員の Dream House 大ホールからは拍手が沸き起こりました。

また同日、同楽団の首席指揮者 指揮・藤岡幸夫(関西フィルハーモニー管弦楽団)の来場を歓迎しました。

藤岡幸夫さんに野田市長から特別顧問就任の委嘱状交付も行われました。

今後、市文化創造館ではオープニング記念イベントなどを開催するほか、市の文化芸術の創造発信拠点となるようさまざまな取り組みを行っていきます。

女子体操 杉原愛子さん ユニバーシアード団体優勝を報告

市内在住で、武庫川女子大学短期大学部1年の杉原愛子さんが、7月にイタリア・ナポリで開催された大学生のオリンピックであるユニバーシアード大会の女子体操で団体優勝を果たし、このほど野田市長を表敬訪問しました(写真)。

杉原さんは「東京オリンピックに出場するため、10月にドイツで行われる世界選手権に向けてがんばります」と意気込みを話し、野田市長は「オリンピック出場に向けて、日本、そして東大阪の代表としてがんばってください」と激励しました。

トンプソン・ルーク選手 ラグビーワールドカップ2019™日本大会代表に選出!

本市在住のトンプソン・ルーク選手が、ラグビーワールドカップ2019™日本大会代表に選出されました。代表最年長出場記録をもち、4大会連続の出場となります。

トンプソン・ルーク選手は、ラグビーワールドカップ2019™日本大会代表に選出されました。代表最年長出場記録をもち、4大会連続の出場となります。

市花園ラグビー場の試合日程

日程	キックオフ時刻	対戦カード
9月22日(日)	14時15分	イタリアvナミビア
9月28日(土)	13時45分	アルゼンチンvトンガ
10月3日(木)	14時15分	ジョージアvフィジー
10月13日(日)	14時45分	アメリカvトンガ

※ゲートオープンはキックオフ2時間前。

試合の見どころ

9月22日(日)14時15分 イタリアvナミビア

新しくなった市花園ラグビー場の記念すべき初戦。シックスネーションズの一員イタリア代表が、アフリカ地区代表のナミビア代表と戦います。両国はラグビーワールドカップでは初対戦。ナミビア代表はアフリカ地区予選を勝ち抜き、6大会連続6度目の出場を決めました(上写真)。また南アフリカでプレーする選手が多く、フォワードは大型でパワフル。イタリア代表も肉弾戦には自信をもち、この試合ではスピードにボールを動かすことが予想されます(左写真)。

ナミビア代表の注目選手 レナルド・ボスマ 激しく突進する アグレッシブFL

イタリア代表の注目選手 セルジョ・バリッセ イタリアの先頭に立つ 不動のリーダー

身長190cm、体重105kgの大型FL。南アフリカ共和国生まれながら、母がナミビア生まれのために資格を得て、平成26年にナミビア代表デビュー。翌年はトップリーグでプレー。現在は、イングランド・プレミアシップのハリクインズでプレーしています。

ファンゾーンin大阪・東大阪(花園)を開催

ファンゾーン(入場無料)とは、大型ビジョンによるパブリックビューイングを中心として、世界各国の料理や飲み物、さまざまなアクティビティなどラグビーワールドカップ2019日本大会の魅力を感じることができるイベントです。

9月20日(日)17時〜22時、21日(月)13時〜22時、22日(火)13時〜22時 ※22日については、イタリアvナミビアのチケットをお持ちの方は優先入場となります。

▽入場・再入場および警備員入場の際は、手荷物検査、ボディチェックなどを実施します。なお、試合開催日は混雑が想定されますので、余裕をもった早めに入場をお願いします。

▽駐車場 二車周辺の駐車は、関係者専用です。公共交通機関をご利用ください。

▽試合終了後に交通規制を実施

市花園ラグビー場では計4試合が開催されます(表参照)。下の試合の見どころを参考に観戦を楽しみましょう。チケットは、ラグビーワールドカップ2019日本大会チケットから購入できます。

市花園ラグビー場の試合日程

ファンゾーンin大阪・東大阪(花園)を開催

ファンゾーン(入場無料)とは、大型ビジョンによるパブリックビューイングを中心として、世界各国の料理や飲み物、さまざまなアクティビティなどラグビーワールドカップ2019日本大会の魅力を感じることができるイベントです。

9月20日(日)17時〜22時、21日(月)13時〜22時、22日(火)13時〜22時 ※22日については、イタリアvナミビアのチケットをお持ちの方は優先入場となります。

▽入場・再入場および警備員入場の際は、手荷物検査、ボディチェックなどを実施します。なお、試合開催日は混雑が想定されますので、余裕をもった早めに入場をお願いします。

▽駐車場 二車周辺の駐車は、関係者専用です。公共交通機関をご利用ください。

▽試合終了後に交通規制を実施

市花園ラグビー場では計4試合が開催されます(表参照)。下の試合の見どころを参考に観戦を楽しみましょう。チケットは、ラグビーワールドカップ2019日本大会チケットから購入できます。

市花園ラグビー場の試合日程

9月28日(土)13時45分 アルゼンチンvトンガ

アルゼンチンは過去2大会でベスト4に進出するなど、強豪国として安定した力を発揮しています(下写真)。南アフリカ代表やオーストラリア代表などの強豪国と同様の体格で肉弾戦も強く、トリッキーなステップワークをもつ選手も多くいます。前大会ではトンガ代表に45-16で快勝し、プール戦突破のため確実に勝利を狙うでしょう。対するトンガ代表は屈強な肉体を武器に、爆発的な突破力とパワフルなタックルで食ひ下がります(上写真)。

トンガ代表の注目選手 シティベニ・マフィ リアルLO

トンガ代表FWの軸となる大型LO。201cmの身長ながら走力があり、チーム事情によってはFW第三列でもプレーできます。若くして英国に渡り、イングランド・プレミアシップの名門レスター・タイガースでプレー。現在もフランス・トップ14のカストルに所属。

アルゼンチン代表の注目選手 ホアキン・トククレット 脚を切り裂く、しなやかなランナー

平成24年の代表デビュー以来、51キャップで16トライをあげています。切れ味鋭い走りで、最後尾からカウンターアタックを仕掛け、チャンスをつくり、トライも奪います。10番以降のBKならどこでもこなす万能選手です。

その他のつぎ

市有地の売払い

市有地を売ります。希望者は10月1日(木)10時30分から行う現場説明会に参加してください(要申込み)。
所在地・地目・地積 ▶①南上小阪498番1=雑種地/10162.86㎡ ▶②南上小阪531番5、南上小阪535番20=宅地、公衆用道路/365.01㎡(2筆合計) 入札の日10月18日(金)▶①=10時30分から ▶②=11時30分から ③10月9日(木)~16日(水) ※案内書は9月17日(木)から配布。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。お問合せください。

③管財室 06(4309)3125、FAX06(4309)3820

介護保険制度

10月から介護報酬が改定



10月から介護報酬(総合事業サービス費を含む)が改定されます。主な改定内容は次のとおりです。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。お問合せください。

▶消費税引上げによる対応=基本単位数などの引上げ、区分支給限度基準額の引上げ、補足給付(介護保険施設利用時の居住費など)にかかる基準費用額の引上げ ▶介護人材の処遇改善として、新たな加算の新設

④▶介護報酬について=給付管理課 06(4309)3186、FAX06(4309)3814 ▶総合事業サービス費について=地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3848

市税の口座振替にご協力を

市税(市・府民税の普通徴収分、固定資産税・都市計画税)の納付には、口座振替の利用をお願いします。

口座振替は、預貯金口座のある市税取扱金融機関(徳島銀行を除く)または郵便局に、通帳、届出印、納税通知書を持参すると手続きすることができます。口座振替依頼書は市ウェブサイトからダウンロードでき、市内の市税取扱金融機関などにもあります。

また市ウェブサイトから「市税Web口座振替受付サービス」を利用すると、金融機関で口座振替の手続きをする際に必要な申込書の提出や届出印は不要です。そのほか市役所本庁舎3階納税課では、金融機関のキャッシュカード(届出印不要)で口座振替の申込みができる「ペイジー口座振替受付サービス」を実施しています。なお、いずれも一部取扱いのできない金融機関がありますので、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。お問合せください。

⑤納税課 06(4309)3147、FAX06(4309)3808

郷土博物館

9月23日・29日は入館料無料

関西文化の日プラスにより、9月23日(祝)・29日(日)は入館料が無料になります。

⑥郷土博物館 072(984)6341、FAX072(986)1432

インターネット公売



市税の確保と納税の公平性を図るため、ヤフー㈱が提供する官公庁オークションシステム上でインターネット公売を実施します。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。お問合せください。

公売物件 自動車 公売方法 せり売り方式 参加申込期間 9月26日(木)13時~10月11日(金)23時 入札期間 10月18日(金)13時~20日(日)23時 売却決定日 10月28日(月)10時 買受代金納付期限 10月28日(月)14時30分

【下見会】

⑦⑧⑨10月4日(金)▶10時~11時=市役所本庁舎3階納税課/売却区分番号H19001~03 ▶14時~15時=中河内府税事務所駐車場/売却区分番号H19004 ⑩10月3日(木)までに電話で

⑪納税課 06(4309)3153、FAX06(4309)3808

ダイヤモンド婚・金婚夫婦のつどい

対象夫婦は申込みを



今年、ダイヤモンド婚式(結婚60年)または金婚式(結婚50年)を迎える夫婦を祝福する「ダイヤモンド婚・金婚夫婦のつどい」を10月19日(土)に市文化創造館で開催します。つどいへの参加は、地域の校区福祉委員会にお申込みください。⑫▶ダイヤモンド婚式=昭和34年に結婚した夫婦 ▶金婚式=昭和44年に結婚した夫婦 ⑬申込み書を直接

⑭▶地域の校区福祉委員会 ▶高齡介護課 06(4309)3185、FAX06(4309)3848 ▶角田総合老人センター 072(962)8011、FAX072(963)2020

イコーラムの休館日と施設利用抽選会受付時間の変更

10月1日(木)からイコーラム(男女共同参画センター)の休館日・施設利用抽選会の時間を変更します。

休館日 毎週月曜日(祝休日の場合は開館し翌平日休館)、年末年始(12月29日~翌年1月3日)

施設利用申込み抽選会 ▶受付日時=毎月1日の9時~9時30分(1日が休館の場合は翌開館日) ※9時30分までに受付で配布する必要書類に記入のうえ提出。▶抽選開始時間=9時30分から ※抽選後に空き施設がある場合は抽選会終了後から受付。

⑮イコーラム(男女共同参画センター) 072(960)9201、FAX072(960)9207

ご協力ください 道路の陥没・亀裂は危険サイン

道路の陥没や亀裂は危険のサインです。そのまま放置すると大きな陥没に発展したり、段差が広がり通行できなくなったりします。道路(市道)通行中に陥没や亀裂を見つけたときは連絡してください。速やかに調査し、安全な状態に復旧することで、大きな事故を未然に防ぐことができますので、協力をお願いします。

⑯▶道路管理室 06(4309)3218、FAX06(4309)3836 ▶土木工務所(中区) 072(966)3810、FAX072(962)6009 ▶土木工務所東分室(東地区) 072(988)6621、FAX072(988)6622 ▶土木工務所西分室(西地区) 06(6721)1701、FAX06(6724)1249

9月20日からは動物愛護週間です

ペットは責任をもって飼いましょう



「動物の愛護及び管理に関する法律」では、国民の間に広く動物の愛護と適正な飼養についての理解と関心を深めてもらうために、動物愛護週間を定めています。

犬や猫などの愛護動物は、私たちの生活をさまざまな形で豊かにしてくれる、かけがえのない存在です。人と動物がお互い快適に暮らしていくために、一人ひとりが動物の命の尊さについて考え、動物に対する正しい知識、適正な飼養などについて理解と関心を深めましょう。

ペットを飼うということは、命を預かる責任があるということです

【快適で安全な環境を提供する責任】

ペットの種類により習性や行動、必要な環境は異なります。生涯にわたりペットが快適で安全に暮らせるよう環境を整え、最期まで適切に飼いましょう。

【老いに向きあい、命を終えるまで飼いつける責任】

ペットも歳を取ると、さまざまな病気や症状が現れ、介護が必要になる場合があります。症状や介護の度

合いは異なることから、悩みを一人で抱え込まずに、家族や友達、獣医師などに相談しましょう。

また、自分の生活環境が変わってもペットを最期まで飼いつけられるか、あらかじめ対策を考えておきましょう。

【ルールやマナーを守る責任】

飼い主もペットも地域社会のルールの中で暮らしています。社会には動物嫌いの方や動物に恐怖感を持っている方もいます。鳴き声や排泄物、臭いなどで周囲に迷惑をかけるような気をつけましょう。

【不幸な動物を生まないための責任】

動物が自由に繁殖できる状況では、あっという間に数が増えてしまいます。世話できる数以上の動物を抱えてしまうと環境が悪化し、臭いなどで近隣に大きな迷惑をかけてしまいます。不幸な動物を生まないためにも不妊・去勢手術を受けさせましょう。

【災害に備える責任】

災害時に、あなたの家族とペットがともに安全に避難できるように、日頃から災害に備えて、しつけ、健

康管理、防災用品の準備などを行いましょう。

犬・猫と仲良く暮らせる街に

【飼い犬には所有者明示を忘れずに】

鑑札は最初の登録時に、狂犬病予防注射済票は毎年の狂犬病予防注射の際に発行されます。鑑札、注射済票は、犬につけることが飼い主に義務付けられています。

【飼い猫は室内飼いを】

飼い猫を外へ出しているや交通事故、感染症、行方不明など、あらゆる危険に遭遇する可能性があり、場合によっては命を落としてしまうかもしれません。猫は環境を整え、飼い主が良いコミュニケーションをすることで、室内で飼育できる動物です。飼い猫を守るために室内で飼うようにしましょう。

また、突然の災害や逸走(脱走)に備えて、日頃から迷子札やマイクロチップなどの身元表示(所有者明示)をしておきましょう。

⑰動物指導センター 072(963)6211、FAX072(963)1644

お知らせコーナー

募集

日頃の成果を発揮しませんか 市民文化芸術祭の参加者

来年3月6日(金)～8日(日)に開催する市民文化芸術祭の参加者を募集します。

■市文化創造館 ■市内在住・在勤・在学(いずれか)の個人または団体 ■展示=絵画、書道、拓本、華道、俳句、川柳、短歌、文芸、手芸、工芸、写真、押し花、折り紙、陶芸、その他創作による美術作品など(1人1点、団体は16点以内) ▶舞台=邦楽、洋楽、民謡、詩吟、合唱、合奏、太鼓、日舞、新舞踊、洋舞、ダンス、伝統芸能、マジック、演劇など(出演時間は原則個人5分以内、団体20分以内) ※抽選。同一部門内の重複申込不可。

■申込用紙を9月20日(金)～22日(日)10時～19時(22日は16時まで)に直接 ※申込用紙は社会教育センター、市民プラザ、公民館、市立図書館、東大阪アリーナ、ユトリート東大阪、東体育館、市役所本庁舎1階市政情報相談コーナー、市文化創造館で配布。

■社会教育センター 06(6789)4100、PAV06(6789)5212

募集 東大阪都市清掃施設組合職員

東大阪都市清掃施設組合の職員を募集します(表参照)。

選考日
▶一次=10月27日(日) ▶二次=11月19日(火)(予定) ▶三次=12月6日(金)(予定) **合格発表** ▶一次=11月8日(金) ▶二次=11月29日(金)(予定) ▶三次=12月20日(金)(予定) **■申込書**を9月24日(火)～10月

学校給食パート配膳員登録者

勤務時間 ▶センター対象校=10時30分～14時30分 ▶共同調理場対象校=11時～15時 **■**小学校に配送される給食を学年・クラス別に仕付ける作業など **■**履歴書(写真貼付)を郵送または直接

■〒577-8521市役所学校給食課 06(4309)3276、PAV06(4309)3867

司馬遼太郎記念館ボランティア

司馬遼太郎記念館で、受付や監視、庭の手入れなどのボランティアとして活動しませんか。 **■**若干名 **選考日** 10月6日(日) **選考方法** 面談 **■**応募用紙を10月4日(金)(必着)までに郵送またはファクスで ※応募用紙は同記念館で配布(月曜日は休館。月曜日が祝休日の場合は翌日休館)。

■〒577-0803下小阪3-11-18 司馬遼太郎記念館 06(6726)3860、PAV06(6726)3856

■文化国際課 06(4309)3155、PAV06(4309)3823

大阪府都市競艇企業団職員

■平成6年4月2日～平成14年4月1日生まれで、学校教育法による大学、短期大学、高等専門学校、高校をすでに卒業または来年3月卒業見込みの方 **■**申込書を10月1日(火)～9日(水)(消印有効)に簡易書留で郵送 ※申込書はポートレース住之江ウェブサイトからダウンロード可。

■〒559-0023大阪市住之江区泉1-1-71 ポートレース住之江内大阪府都市競艇企業団総務課 06(6682)6230、PAV06(6683)0152

■財政課 06(4309)3124、PAV06(4309)3820

9月21日～30日

秋の全国交通安全運動

9月21日～30日は秋の全国交通安全運動期間です。期間中は「小さな手 上げたら大きな 赤信号～『横断歩道ハンドサイン運動』実施中！」をスローガンに、子どもと高齢者の安全な通行の確保、高齢運転者の交通事故防止のほか、次のことを重点に啓発を行います。

▶夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止 ▶全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底 ▶飲酒運転の根絶 ▶二輪車の交通事故防止

交通マナーを高め、みんなで交通事故をなくしましょう。

【交通安全大会】

安全運転講習会を兼ねた交通安全大会を開催します。 **■**9月23日(木)14時～15時30分=市民ふれあいホール(鳥居町) ▶26日(日)14時～15時=ニコラーム(男女共同参画センター) ▶26日(日)14時～16時=ユトリート東大阪 ※車での来場はご遠慮ください。

■布施警察署 06(6727)1234、PAV06(6727)7578 ▶河内警察署 072(965)1234、PAV072(963)4823 ▶枚岡警察署 072(987)1234、PAV072(981)0377 ▶道路管理室 06(4309)3223、PAV06(4309)3836

平和とは 戦争無くす ことだけか

小学校6年生(人権作品集)

市立幼稚園・幼稚園型認定こども園講師登録者

市立幼稚園・幼稚園型認定こども園で欠員が生じたときに講師として勤務できる方を募集しています。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。 **■**幼稚園教諭免許がある方 **■**電話連絡のうえ、履歴書を直接 **■**園教職員課 06(4309)3273、PAV06(4309)3838

アリオ八尾東大阪物産フェア出展者

他店にない自慢の逸品を一堂に集結させる即売会を開催します。 **■**11月23日(木)・24日(金)10時～18時 **■**アリオ八尾(八尾市光町2) **■**市内の商業者 **■**各16小間(申込先着順) **■**1日1000円 ※会場の調理、試飲・試食、酒類の販売は不可。 **■**基本事項(11面掲載)を電話またはファクスで(Eメール、直接も可) **■**東大阪商工会議所振興部 06(6722)1151、PAV06(6725)3611、shinko@hocc.or.jp **■**商業課 06(4309)3176、PAV06(4309)3846

日常生活支援用具の給付 対象者は更新申請を

現在、ストーマ装具を受給している方で、給付券が引き続き必要な方は更新申請をしてください。 **■**東=072(988)6628、PAV072(988)6671 ▶中=072(960)9285、PAV072(964)7110 ▶西=06(6784)7980、PAV06(6784)7677 **■**障害施策推進課 06(4309)3183、PAV06(4309)3813

樹木を枯らす危険な「クビアカツヤカミキリ」接近中!

クビアカツヤカミキリ(写真)は、人体には害はない昆虫ですが、サクラやモモなどに産卵し、幼虫が樹木の内部を食い荒らす外来昆虫です。昨年1月に特定外来生物に指定され、飼養、保管、運搬、輸入、野外への放出などが原則禁止となりました。



成虫の体長は2cm～4cmで、全体は光沢がある黒色で、首の周りだけが赤くなっています。府内では平成27年に初めて確認され、6月現在、11市町村で当生物によるとみられる被害が確認されています。

本市では被害報告はまだありませんが、被害の拡大防止のため、見つけた場合は可能な限りその場で駆除し、発見場所などの情報提供をお願いします。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

■みどり景観課 06(4309)3327、PAV06(4309)3831

その他

外国人留学生のための 合同企業説明会・業界研究会

■10月4日(金)10時～16時 **■**夢広場(布施駅前) **■**来年3月大学卒業予定・既卒・在学(いずれか)の外国人留学生 **■**東大阪商工会議所振興部 06(6722)1151、PAV06(6725)3611 ▶労働雇用政策室 06(4309)3178、PAV06(4309)3846

区分	職種	採用予定数	年齢	資格など
上級	事務	1人	平成7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	大学卒業程度の学力を有する方
	電気 機械	1人	昭和62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	学校教育法による大学の専門課程を修了程度の学力を有する方
中級	電気 機械	1人	平成元年4月2日から平成12年4月1日までの間に生まれた方	短期大学または高等専門学校の専門課程を修了程度の学力を有する方(ただし、大学を卒業または令和2年3月31日までに卒業見込みがある、これに相当する資格を有すると管理者が認める方を除く)

※日本国籍の有無にかかわらず受験できます。交替制で夜間勤務あり。

学ぶのつづき

ファミリー・サポート・センター
子育て援助会員養成講座

10月23日(木)・30日(木)・11月6日(木)13時～17時(計3日間) 市社会福祉協議会 3か月～10歳前後の子どもの送迎や預かり保育、または6か月までの子どもがいる家庭への訪問保育援助が可能な、市内または近隣市在住の20歳～70歳の心身ともに健康な方 30人(申込先着順) 概要説明、講習 200円 当日登録希望者は、2.5cm×3cmの写真2枚、自宅周辺地図(A4サイズ)、印鑑 基本事項(11面に掲載)と携帯電話番号を10月21日(月)までに電話で(ファクス、Eメール、直接も可) 問ファミリー・サポート・センター 06(6785)2625、FAX06(6789)5611、famisapo@heartnet-hos.hakyo.org

高井田老人センターの教室

【健トレ/講座+健康トレーニング】

10月3日(木)・11月7日(木)・12月5日(木)14時～14時45分(計3日間) タオル、飲み物 9月17日(火)から



【リズム DE 体操～カラダ・コンディショニング】

10月～来年1月の第2または第4金曜日14時～14時45分(各計4日間) ヨガマットまたは大きめのバスタオル、タオル、飲み物 9月24日(火)から

全日程参加できる市内在住の60歳以上の方 ※健トレ/講座は、健康運動教室9回コースに参加している方を除く。 各30人(申込先着順) 各申込開始日から電話または直接 問高井田老人センター 06(6789)3751、FAX06(6789)9174

元気にトライ/ステップアップ教室

運動器(骨・関節・筋肉)の障害を予防するため、筋力アップさせませんか。 10月29日～12月24日の火曜日と11月22日(金)9時30分～11時30分(計10日間) はすの広場(近江堂) 立ったたり座ったりの動作や階段の昇降、転倒などに不安のある65歳以上の方 ※病氣治療中の方は、必ず主治医に教室参加の適否を確認してください。 20人(抽選) 室内用シューズ、タオル、飲み物 基本事項(11面に掲載)と性別、参加動機、教室に期待することを10月11日(金)(必着)までにハガキで 問〒577-8521市役所地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3848

角田総合老人センターの教室

【体操・運動教室】

9月27日(金)10時～11時30分=みんなの体操広場 10月2日(木)10時～11時30分=ニコニコ体操 市内在住の60歳以上の方 ヨガマットまたはバスタオル、タオル、飲み物 ※申込不要。

【武本あずさ先生のGO/ゴー/ピラティス】

10月～来年2月の第1火曜日10時30分～11時30分(計5日間) 全日程参加できる市内在住の60歳以上の方 45人(今年度初めての方を優先して抽選) ヨガマットまたはバスタオル、タオル、飲み物 9月17日(火)～26日(木)

【男性のための筋トレ教室】

10月9日(木)・11月13日(木)10時～11時30分(計2日間) 全日程参加できる市内在住の60歳以上の方 30人(申込先着順) スポーツタオル、5本指の靴下、飲み物 9月17日(火)から

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

体育の日

市民スポーツ祭典

10月13日(日)・20日(日)に、市内スポーツ施設で市民スポーツ祭典を開催します。 行事は表のとおり各会場に分かれて行います。 台風などにより開催があやふまれる場合は、当日7時以降にテレ

ホンサービス(青少年スポーツ室)でご確認ください。なお、ケガなどの事故に関しては、応急処置は行いますが以後の責任は負いません。 問青少年スポーツ室 06(4309)3282、FAX06(4309)3835

Table with 4 columns: 行事名, とき, ところ, 備考. It lists various sports events like 'レクリエーション・ポッチャ大会', '陸上競技大会', 'ソフトテニス', 'パドミントン', and '体力・運動能力テスト' with their respective dates, times, and locations.

スマイルカレッジ

9月27日(金)15時～16時30分 所市民多目的センター 30人(申込先着順) 防災講話「釜石の奇跡」 ※一時保育と手話通訳あり(9月17日(火)までに要予約)。 基本事項(11面に掲載)と保育が必要な方は子どもの氏名・年齢をハガキで(電話、ファクス、Eメール、直接も可) 問〒577-8521市役所人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823、jinkenkeihatsu@city.higashiosaka.lg.jp

イコラムの講座

【本を好きになる講座「直観読みブックマーカーで新たな本と出会ってみよう!」】

10月12日(土)14時～16時 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 5日(土)まで

【ここからだ講座「ママ・パパ初心者&2人めママ・パパのためのハッピー子育て!」】

夫婦が対等に子育てをするためのコミュニケーションの取り方を学びます。 10月19日(土)・26日(土)10時～12時(計2日間) 全日程参加できる市内在住・在勤・在学(いずれか)の産前産後の女性とパートナーまたは支援者 10月12日(土)まで

20人(抽選) ※1歳6か月以上の就学前乳幼児の保育あり(定員10人で申込先着順。1人200円)。 基本事項(11面に掲載)と受講動機、保育が必要な方は子どもの氏名・生年月日を各申込期限(必着)までにハガキで(電話、ファクス、Eメール、直接も可) 問〒578-0941岩田町4-3-22-600 イコラム(男女共同参画センター) 072(960)9201、FAX072(960)9207、ikoramu@nifty.com

健康講座～家でできるストレッチ

10月9日(木)13時30分～16時 市内在住・在勤(いずれか)の方 30人(抽選) 飲み物 基本事項(11面に掲載)を9月27日(金)(必着)までに往復ハガキで 問〒578-0975中鴻池町2-3-13 グリーンパル(中鴻池) 06(6744)2748 (既兼用)

相談

司法書士による相談



9月19日(木)14時～15時30分(受付は13時30分) 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 問市政情報相談課 06(4309)3104、FAX06(4309)3801

建築士による相談

9月17日(火)13時～16時 市役所本庁舎1階相談室 6人(申込先着順) 住宅の設計やリフォーム、欠陥住宅など 問指導監察課 06(4309)3245、FAX06(4309)3829

不動産相談

土地、建物などの相談に専門家が応じます。 9月24日(火)10時～14時(受付は13時30分) 市役所本庁舎1階相談室 10人(当日先着順) 問空家対策課 06(4309)3244、FAX06(4309)3829

住工共生のまちづくり条例

実施状況に対する意見を募集

市では、市民の良好な住環境とモノづくり企業の操業環境を保全・創出し住工共生のまちを実現していくため、平成25年に住工共生のまちづくり条例を施行しました。これまでに市内全ての工業地域と準工業地域の一部をモノづくり推進地域に指定するなどの施策を進めています。

このたび、条例に基づき昨年度の施策実施状況を公表し、施策の充実のため広く市民やモノづくり企業などから意見を募集します。

施策の実施状況は、9月13日(金)から市ウェブサイトまたは市役所本庁舎12階モノづくり支援室でご覧になれます。

市内在住・在勤・在学(いずれか)の方、市内に事業所がある事業者・法人・その他団体

提出方法 意見書に意見と住所、氏名(団体は団体名、所在地、代表者名)、電話番号を書いて9月13日(金)～10月15日(火)(必着)に郵送(ファクス、Eメール、直接も可) ※来庁による閲覧・提出は土・日曜日、祝日を除く9時から17時30分まで。意見書の書式は問いません。 問〒577-8521市役所モノづくり支援室 06(4309)3177、FAX06(4309)3846、monoduku@city.higashiosaka.lg.jp

お知らせコーナー

学ぶ

日本語教室で活動してみませんか ボランティア1日講習会

外国人住民のための日本語教室にボランティアとして参加してみませんか。
【9月23日(木)13時30分～16時30分】
【市文化創造館】
【500円】
【9月20日(金)まで電話で】
【NPO法人東大阪日本語教室】
【06(6725)6300】
【文化国際課 06(4309)3155、RVO6(4309)3823】

●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 Eメールアドレス

●申込みの基本事項

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

以上をそれぞれの申込み先へ

人権啓発セミナー

【10月3日(木)14時～15時30分(開場は13時30分)】
【プリズムホール(八尾市文化会館)】
【386人(当日先着順)】
【講演「子どもの貧困～おてらおやつクラブの活動の現場から」】
※1歳～小学校4年生の保育(定員5人で申込先着順。1人目500円、2人目250円で3人目以降無料。9月12日(木)～19日(木)に要予約)と手話通訳・要約筆記あり。
【八尾市人権政策課 072(924)3830、RVO72(924)0175】
【人権啓発課 06(4309)3156、RVO6(4309)3823】

ドリーム21の教室

【1・2歳児の親子ふれあいあそび教室】
【10月18日～12月20日の金曜日14時30分～15時30分(11月1日・15日、12月6日を除く計7日間)】
※1月だけの参加も可。
【1・2歳児とその保護者 定10組(抽選)】
【料2000円】

【なわとあそぼう / 秋教室】

【10月18日～12月20日の金曜日16時～17時(11月1日・15日、12月6日を除く計7日間)】
【小学生 定10人(抽選)】
【料3500円】

【臨時休館】

9月22日(木)・28日(水)は臨時休館します。

◆ ◆
【基本事項(11面に掲載)と子どもの生年月日(ふれあいあそび教室のみ)、学校名・学年(なわとあそぼうのみ)を9月27日(金)(必着)までに往復ハガキで(Eメール、直接も可)】
【〒578-0923松原南2-7-21】
【ドリーム21 072(962)0211、RVO72(962)0810、info@dream21.higashiosaka.osaka.jp】

住宅困窮度評定による 市営住宅(空き家)の入居者を募集

応募資格 次の要件を全て満たす方
▶ 市内在住(住民登録)または在勤 ▶ 同居親族がいる(婚約者、内縁者も可) ※単身者でも60歳以上の方などの条件を満たせば可。
▶ 住宅に困っている(持ち家がある方は原則不可) ▶ 所得が基準額以内(家族の月収額が公営住宅は15万8000円、改良住宅は11万4000円を超えると応募不可)
募集住宅・戸数・家賃 ▶ 北蛇草住宅＝公営2戸、改良4戸 / 1万7500円～4万2700円程度 ▶ 荒本住宅＝公営3戸、改良4戸 / 1万3000円～4万8000円程度 ※家賃は住宅と収入によって異なります。敷金は家賃の3か月分。 【応募

用紙(1世帯1通)と必要書類を9月30日(月)(消印有効)までに所定の封筒で郵送 ※応募用紙は9月17日(木)から市役所本庁舎15階住宅改良室・1階市政情報相談課、市営北蛇草・荒本住宅管理センター(長堂1)、行政サービスセンター、人権文化センターで配布。重複および暴力団員の応募不可。現在居住の住宅や世帯の状況を審査し、結果を10月中旬に通知。後日、実態調査と入居審査のうえ入居者を決定します。
【市営北蛇草・荒本住宅管理センター 06(6782)2000、RVO6(6782)2006】
【住宅改良室 06(4309)3234、RVO6(4309)3834】

普通救命講習

【10月23日(木)13時～16時】
【市内在住の60歳以上の方 定24人(申込先着順)】
【心肺蘇生、AED(自動体外式除細動器)の使い方など】
【持動きやすい服】
【9月20日(金)から直接】
【市八戸の里老人センター 06(6724)6220、RVO6(6724)6738】

ミックスみゅーじっく体操

【10月4日(金)・18日(金)10時～11時30分(計2日間)】
【市内在住の60歳以上の方 定30人(申込先着順)】
【持タオル、5本指の靴下(あれば)】
【9月17日(木)から電話または直接】
【市五条老人センター 072(985)3751、RVO72(986)7592】

なぎなた体験教室

【10月13日(日)18時30分～19時30分】
【市民ふれあいホール(鳥居町)】
【小学生以上の方 定10人(申込先着順)】
【なぎなたの基本・演技】
【ハンカチ、飲み物】
【基本事項(左に掲載)と経験の有無を9月22日(日)～30日(月)に電話で(ファクス、Eメール、直接も可)】

【市なぎなた協会事務局「大村」 072(985)8133 (RVO兼用)、higashiosaka_naginata@yahoo.co.jp】
【青少年スポーツ室 06(4309)3282、RVO6(4309)3835、seishonen@city.higashiosaka.lg.jp】

ひとり親家庭のための就業支援講習

【介護福祉士試験対策講座】

【10月26日～12月7日の土曜日10時～16時(11月23日を除く計6日間)】
【大阪府谷町福祉センター】
【全日程参加できる求職中またはスキルアップをめざし、かつ、第32回介護福祉士国家試験の受験申込みをしている市内在住のひとり親家庭の母・父、寡婦】
【9月26日(木)まで】

【日商簿記3級受験対策講座】

【10月27日～来年1月26日の日曜日10時～16時(12月8日・29日、来年1月5日を除く計11日間)】
【イコラ(男女共同参画センター)】
【全日程参加できる求職中またはスキルアップをめざす市内在住のひとり親家庭の母・父、寡婦】
【9月27日(金)まで】

◆ ◆
【定25人(抽選)】
【料5000円】
※2歳以上の就学前幼児の保育あり。
【基本事項(左上に掲載)と職業、受講動機、以前受講した方はその講座名、保育の要否を各申込期限(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、RVO6(6762)3796】
【子ども家庭課 06(4309)3194、RVO6(4309)3817】

教室の会員募集

市民ふれあいホール & 東体育館



市民ふれあいホールと東体育館の教室(表参照)の会員を募集します。料金など詳しくはお問合せください。

【体験会】

1人1回限り、体験受講することができます。
【500円】
※体験後入会すれば、体験料は返却します。
【電話予約のうえ、料金を各施設へ直接】

◆ ◆
【市市民ふれあいホール 072(982)6563 (RVO兼用)】
【東体育館 072(982)1381、RVO72(982)2768】

■市民ふれあいホール

教室名	とき	対象	教室名	とき	対象
楽しいピースレッスン	10月からの第3火曜日 10時～12時 ※10月のみ第1火曜日。	16歳以上の方	姿勢改善体操	金曜日 10時30分～11時30分	18歳以上の女性
はじめてのヨガ	水曜日 13時～14時	18歳以上の女性	ピアノ	第1・3水曜日 13時～17時の間で30分間	4歳以上の方(18歳以上は女性のみ)
ZUMBA	水曜日 14時10分～15時	18歳以上の女性	ジュニアテニス	土曜日 9時～10時 10時～11時 11時～12時	年中～小学校6年生
ZUMBA GOLD	金曜日 11時10分～12時	18歳以上の女性	ジュニアバレエ	土曜日 10時～11時	3歳児～小学校6年生

■東体育館

教室名	とき	対象	教室名	とき	対象
大人から始めるバレエ	火曜日 10時30分～11時45分	16歳以上の女性	ロコモ予防体操&ひめトレ	水曜日 10時～11時15分	16歳以上の女性
ZUMBA	火曜日 13時30分～14時20分	18歳以上の女性	卓球	木曜日 13時～17時	小学生以上の方
ゆったりヨガ	火曜日 15時45分～16時30分	18歳以上の女性	バドミントン	第2木曜日 13時～17時	小学生以上の方
心と体をゆるめるヨガ	水曜日 14時～15時5分		ソフトバレエ	第3木曜日 13時～17時	
誰でもできる簡単ヨガ	金曜日 14時～15時	18歳以上の女性	エヴェッサバスケボール	水曜日 15時～16時20分 16時30分～17時50分	5歳児～小学校6年生
リラックスヨガ	火曜日 19時15分～20時15分		ジュニアバドミントン	火曜日 16時45分～17時35分 18時15分～19時5分 19時10分～20時	4歳児～高校生
はじめてのヨガ	木曜日 19時30分～20時30分	18歳以上の女性	こども将棋	金曜日 18時45分～20時15分	小学生～高校生
ラージャヨガ	金曜日 19時40分～20時40分		アロマテラピー	第3金曜日 10時～11時30分	どなたでも参加可能
ママのためのリラックスヨガ	金曜日 10時30分～11時30分	母親と6か月以下の未就学児	オイルマッサージ	第2火曜日 10時～11時30分	16歳以上の方
			硬筆	10月1日・8日、11月12日・19日、12月3日、17日の火曜日 16時～18時のうち1時間	5歳児～中学生、一般



市民テニス大会女子団体戦

【開催】10月18日(金)中級 25日(金)初級... 11月1日(金)予備日... 市テニス協会 072(980)7530

やまなみコンサート

【開催】10月19日(土)14時~15時30分... 市内在住・在勤・在学... 072(988)3107

秋季市民グラウンド・ゴルフ大会

【開催】11月12日(火)8時30分... 雨天時は15日(金)に順延... 072(987)1834

旧河澄家の催し

【祭礼展】10月1日(火)~11月4日(木)9時30分~16時30分... 【秋祭り】10月14日(祝)13時~14時15分... 【筑前琵琶弾き語り&琵琶演奏体験】弾き語り後、琵琶に触れます。

鴻池新田会所 催し&教室

【史跡ハイキング「まぼろしの港、長柄船瀬を探る」】地名を読み、地形を観察しながらまぼろしの港を探ります(約12km)... 【伝統芸能鑑賞会「山村流上方舞」】9月23日(祝)13時30分~15時30分... 【古文書講座~入門編】9月26日~10月24日の木曜日14時~15時30分(計5日間)

市文化創造館オープニングイベント 氷川きよしコンサートツアー2019 ~20周年大感謝祭!!

【開催】11月28日(休)14時開演・18時開演... 市文化創造館Dream House 大ホール(最大収容人数1500人)... 【チケット販売】市文化創造館チケットセンター 0570(08)1515

コードからアクセス可... 市文化創造館窓口は、販売開始翌日10時から残席がある場合のみ販売... 【チケット販売について】市文化創造館チケットセンター 0570(08)1515



東体育館 催し&教室

【ストラックアウトイベント】10月20日(日)13時~17時... 【チェア骨盤エクササイズ】10月25日(金)14時~15時... 16歳以上の女性 10人(申込先着順)

福祉就職フェア東大阪

介護職員やホームヘルパー、保育士・児童指導員など市内の介護施設や保育園、障害者の施設で働いてみませんか... 10月5日(土)・6日(日)13時~16時

みんなでおしゃべり/リフレッシュ!!

介護者の交流会と食事会、介護に関する相談会です... 10月24日(木)11時~14時... 【地域包括ケア推進課】06(4309)3013

ひるさがりロビーコンサート

【開催】10月19日(土)13時30分~14時15分... 110人(抽選)... 【地域包括ケア推進課】06(4309)3013

みんなの花園ラグビーまつり

タグラグビー交流会の参加者を募集します... 10月19日(土)9時30分~12時30分... 【スポーツのまちづくり戦略室】06(4309)3019

東大阪アリーナ

市民スポーツ祭典

10月20日(日)、東大阪アリーナではスポーツ祭典としてプール無料開放や水泳クリニックなどを行います... 【プール無料開放】9時~18時 ※随時入場... 【水上ござ走り】13時30分~15時

代100円が必要。申込不要... 【クロールを速く泳ぐ水泳クリニック】ワールドカップに出場経験のある選手・木野和樹さんから指導を受けます... 【将棋教室】10月4日~11月22日の金曜日

直接... ※プール無料開放・水上ござ走りは、水着、水泳帽、ゴーグル、タオルなどをお持ちください... 【将棋教室】10月4日~11月22日の金曜日

認知症は

早期発見・相談を!

早期発見のメリット

- 1. 早期治療で症状の改善が期待できる
- 2. 病気の進行を遅らせることができる
- 3. 事前にさまざまな準備ができる

高齢者の4人に1人は認知症、またはその疑いがあるといわれています。認知症は誰もがかかる可能性がある病気ですが早期に発見



8月26日に開催された介護予防講座。外に出て、人に会うことが健康の秘けつです。

元気な高齢者が要介護状態にならないように、また支援を必要とする方が今以上に状態が悪化しないように介護予防を心がけた生活を送りましょう。

健康長寿の要は
介護予防です

生活習慣を見直し、できることから楽しく介護予防に取り組みましょう。市では、介護予防について学び実践できる介護予防教室や、介護予防に取り組みやすいグループへの支援などさまざまな介護予防事業を行っています。

身近な高齢者支援

【助け合いサービス】

定期的な声かけ、見守りなどの日常のちょっとした生活支援。

【つどいサービス】

地域の集いの場などで運動やレクリエーションなどを行う。

- 要支援1・2の方など ▶ 助け合いサービス=1回25円 ▶ つどいサービス=1回100円 ※介護予防ケアプランに基づいて利用した場合。一般の方の利用料はボランティアグループにより異なります。
- 担当の地域包括支援センター
- 地域包括ケア推進課

気がつくことが多いです。認知症と疑われる症状に気づいたときは、家族や周りの方だけで抱え込まず、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう。市では、認知症に精通した専門職が適切な支援につながるオンラインチーム事業や、認知症の方やその家族が集う認知症カフェなどを実施しています。詳しくはお問合せください。

認知症が疑われるサイン

- 直前にしたことや話したことを忘れるようになった
- 何度も同じ話をしたり、聞いたりするようになった
- つじつまのあわないつくり話をするようになった
- おしゃれや身だしなみに気を使わなくなった
- 財布が見当たらないときなど、盗まれたと人を疑うようになった など

また、要支援者などを対象に介護予防・日常生活支援総合事業の一環として、ボランティアグループなどの参加による助け合いサービスとつどいサービス

を実施しています。身近な高齢者支援としてぜひご利用ください。

地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX 06(4309)3848

名称	所在地	電話番号	ファクス番号	日常生活圏域(中学校区)	小学校区
ピオスの丘	善根寺町1-5-31	072(986)0211	072(986)9003	乳舎衛	乳舎衛、乳舎衛東
布市福寿苑	中石切町3-5-12-101	072(987)8012	072(987)8014	石切	石切、石切東
千寿園	南荘町13-38	072(983)7725	072(983)7701	枚岡	枚岡東、枚岡西
福寿苑	喜里川町2-18	072(985)8884	072(985)8885	縄手北	縄手北、縄手東
四条	瓢箪山町6-17-101	072(940)7568	072(940)7578	縄手	縄手、上四条
なるかわ苑	上六万寺町13-40	072(986)3682	072(988)0134	くすは縄手南校(旧縄手南中・小)※	
池島	池島町3-3-45	072(929)8267	072(929)8278	池島学園(旧池島中・小)※	
みのわの里	古箕輪1-3-28	072(964)0308	072(964)3060	盾津東	北宮、加納
春光園	横枕8-34	072(960)8666	072(961)2050	盾津	成和、弥栄、鴻池東
アーバンケア島之内	吉田本町1-10-13	072(960)6072	072(960)6080	英田	英田北、英田南
(基幹型)市社会福祉協議会角田	角田2-3-8	072(963)6663	072(963)2020	玉川	玉川、岩田西
向日葵	玉串町東1-10-20	072(966)2018	072(966)5015	花園	花園、玉串、花園北
アンパス東大阪	若江南町3-7-7	06(4307)0165	06(4307)0444	若江	玉美、若江
サンホーム	御厨南3-1-18	06(7670)3700	06(6787)3885	意岐部	意岐部、意岐部東
アーバンケア稲田	稲田新町1-10-1	06(6748)8009	06(6748)8010	楠根	楠根、楠根東
アーバンケア新喜多	西堤本通西1-2-18	06(6784)0001	06(6784)7771	新喜多	西堤、藤戸
レーベンスボルト	高井田元町1-19-24	06(6782)1313	06(6782)1314	高井田	森河内、高井田西
ヴェルディ八戸ノ里	下小阪4-7-36	06(6727)0213	06(6727)0730	長栄	長堂、高井田東
たちばなの里	岸田堂北町6-1	06(6224)5112	06(6724)8232	小阪	小阪、八戸の里、八戸の里東
イースタンピラ	柏田本町7-8	06(6728)3099	06(6728)3092	布施	荒川、布施
上小阪	新上小阪11-2	06(6726)3040	06(6730)7168	柏田	長瀬西、柏田
(基幹型)市社会福祉協議会荒川	高井田元町1-2-13 社会福祉協議会2階	06(4309)7525	06(4309)7535	長瀬	長瀬南、大蓮
				上小阪	桜橋、上小阪
				金岡	長瀬北、長瀬東
				弥刀	弥刀、弥刀東

※くすは縄手南校と池島学園は義務教育学校です。

高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが中心となって高齢者本人とその家族などからの相談に応じます。必要に応じて職員が家庭への訪問もしますので、気軽にご利用ください。なお、地域包括支援

センターでは要支援の方のケアプランの作成も行っています。お住まいの地域により担当の地域包括支援センターが決まっています。詳しくは市ウェブサイトをご覧いただくか、お問合せください。

こんな相談ができます

- ・介護保険の利用について
- ・高齢の親の今後の生活について
- ・高齢者虐待や成年後見制度について
- ・近所の心配な高齢者について など

令和元年度保存版

高齢者のための制度・サービス一覧表

高齢者のための制度を紹介

9月は高齢者保健福祉月間です

現在実施している高齢者のための制度やサービスを紹介し、充実した生活や健康維持などのために、ぜひ活用してください。
★印は所得に応じて費用負担があり、☆印は利用料が必要です。
●介護保険の居宅介護支援事業者など介護サービス事業者・施設一覧は、市ウェブサイトでご覧いただけます。
●問合せ先は保存版4面に掲載。

総合相談・権利擁護援助など

Table with 3 columns: サービス・事業名, 内容, 問合せ先. Includes services like 地域包括支援センター, 認知症高齢者地域支援事業, SOSオレンジネットワーク, etc.

施設への入所

Table with 3 columns: サービス・事業名, 内容, 問合せ先. Includes services like 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)への入所, 介護老人保健施設(老人保健施設)への入所, etc.

住宅

Table with 3 columns: サービス・事業名, 内容, 問合せ先. Includes services like シルバーハウジング, 高齢者向け優良賃貸住宅, サービス付き高齢者向け住宅, etc.

所得税の控除など

Table with 3 columns: サービス・事業名, 内容, 問合せ先. Includes services like 障害者控除, 医療費控除, 住宅特定改修特別税額控除, etc.

介護保険事業など

Main table with 3 columns: サービス・事業名, 内容, 問合せ先. Includes services like 訪問介護(ホームヘルプサービス), 訪問入浴介護, 訪問看護, etc.

令和元年度保存版

高齢者のための制度・サービス一覧表

高齢者のための制度を紹介

9月は高齢者保健福祉月間です

現在実施している高齢者のための制度やサービスを紹介します。充実した生活や健康維持などのために、ぜひ活用してください。

- ★印は所得に応じて費用負担があり、☆印は利用料が必要です。
- 介護保険の居宅介護支援事業者など介護サービス事業所・施設一覧は、市ウェブサイトでご覧になれます。

生きがい・社会参加支援

サービス・事業名	内 容	問合せ先
老人クラブ活動助成事業	地域で趣味や教養、社会奉仕など活動の場を自主的につくっている60歳以上の方たちの組織を支援します。	
福祉農園運営事業☆	60歳以上の方または障害がある方に、土を通じて親睦と健康増進に役立ててもらうため、2年間農園を無料で貸し付けています（水道利用料年間3000円程度は必要）。	○東・中・西福祉事務所 ○高齢福祉係
ふれあい入浴事業☆	高齢者（65歳以上の方）または高齢者と未就学児が、毎月15日に市内の公衆浴場を割引料金で利用できます。	
シニア地域活動実践塾「悠友塾」事業 ☆	60歳以上の方が楽しく集い、語らい、行動し、生きがいのある生活を送るための学習の場を提供します。	○角田総合老人センター
はり・きゅう、マッサージ施術事業 ☆	65歳以上の方は、市内の指定施術所で9月の期間中、はり・きゅうとマッサージそれぞれ2回の施術を受けることができます（負担額1回1000円）。	
敬老祝品贈呈事業	今年度中に88歳、100歳を迎え、6月1日から引き続き市内に在住している方に、祝いの品物を届けます（9月下旬ごろ）。	○高齢介護室高齢介護課
老人センター事業	60歳以上の方に、健康増進や教養の向上、趣味を通じた仲間づくりの場を提供します。	○老人センター
老人福祉大会	市と市老人クラブ連合会の共催で、毎年9月に開催しています。	○市社会福祉協議会 ○高齢介護室高齢介護課
ダイヤモンド婚・金婚夫婦のつどい	ダイヤモンド婚（結婚60年）、金婚（結婚50年）を迎えた夫婦を祝福するつどいを開催しています（今年は10月19日土を予定）。	○角田総合老人センター ○高齢介護室高齢介護課

日常生活支援事業

サービス・事業名	内 容	問合せ先
日常生活用具の給付★	在宅のひとり暮らしの要介護高齢者などに日常生活用具（電磁調理器）を給付します。	
緊急通報装置のレンタル	ひとり暮らしの高齢者や昼間・夜間に長時間独居になる高齢者のいる世帯で、家庭での事故や突然の病気などのとき、ペンダントのボタンを押すと受信センターにつながり、適切な対応が受けられます。自宅に固定電話があることと、近隣に2人の協力員が必要です。	○地域包括支援センター ○東・中・西福祉事務所 ○高齢福祉係
福祉電話の貸与 ☆	ひとり暮らしの高齢者などで自宅に電話がない方に、緊急時に連絡するための電話を貸し出します。通話料金は利用者負担です。	
訪問理美容サービス事業 ☆	要介護3～5と認定され、理美容店に行くことが困難な在宅の高齢者に、理美容師が訪問して理美容サービスを行います。理美容代は利用者負担です。	
振り込み詐欺被害等防止機器設置事業	65歳以上の方がいる世帯に、振り込み詐欺などから守る対策機器を貸し出します。	○角田総合老人センター
車いす貸出事業	一時的に車いすを必要とする高齢者などに貸し出します（原則10日以内）。なお、介護保険の福祉用具貸与などの代替ではありません。	○東・中・西福祉事務所 ○高齢福祉係
ひとり暮らし高齢者等訪問相談事業	民生委員がひとり暮らしの高齢者などの家庭を訪問して、さまざまな相談に応じます。	○市社会福祉協議会
高齢者実態把握事業	民生委員や介護支援専門員などによるサポートなどをどこからも受けていないひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯の方に、アンケートなどを行い、必要に応じて訪問調査を行います。	○高齢介護室高齢介護課
高齢者配食サービス見守り支援事業	高齢者などが地域で安心して暮らせるよう見守りを実施している配食事業者を紹介しています。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。	○高齢介護室高齢介護課

街かどデイハウスを利用しませんか

街かどデイハウスは現在、市内に12か所あり、介護保険サービスを利用していない市内在住の65歳以上の方を対象に、地域の身近な施設を活用して、次のような活動を行っています。

- ▷介護予防活動（運動、認知、口腔）
- ▷趣味活動（手芸、習字、ちぎり絵など）
- ▷昼食 ※利用料・食事代が必要。詳しくはお問合せください。

📍街かどデイハウス ▷東・中・西福祉事務所高齢福祉係 ▷高齢介護室高齢介護課

名称	所在地	電話番号	ファクス番号
みんなてたのしも会(めざめ)	西石切町3-2-6 石切第一ハイイツ101・102号	072(980)7040	072(980)7040
高麗いきいきクラブ	長栄寺4-12	06(6782)6401	06(6782)6430
こひゃん	南荘町12-10	072(981)2183	072(981)3122
すずめの学校	荒本1-8-14-105	06(6783)5963	06(6783)5963
街かどデイハウスほんわか	永和2-24-29	06(6727)6002	06(6727)6002
じゃがいもくらぶ	稲田上町1-7-10	06(4309)0878	06(4309)0878
南四条	神田町3-19	072(986)0693	072(986)0693
和氣愛々	長瀬町2-8-15店舗105	06(6723)8889	06(6723)8889
とも	日下町3-4-43	072(986)0002	072(986)0002
お達者くらぶ	吉田1-3-22	072(963)2282	072(963)2282
生き生きネット和の会	友井3-6-11	06(6730)5630	06(6730)5630
悠	岩田町5-21-15	072(951)7508	072(951)7508

※所在地は市ウェブサイト「e～まちマップ」にも掲載。

(令和元年8月1日現在)

各制度・サービスの問合せ先

- 東・中・西福祉事務所高齢福祉係
 - ▷東＝072(988)6617、FAX072(988)6671
 - ▷中＝072(960)9275、FAX072(964)7110
 - ▷西＝06(6784)7981、FAX06(6784)7677
- 市社会福祉協議会
 - 06(6789)7201、FAX06(6789)2924
 - ▶日常生活自立支援センター
 - 06(4309)7572、FAX06(4309)7582
- 高齢介護室高齢介護課
 - 06(4309)3185、FAX06(4309)3848
- 高齢介護室給付管理課
 - 06(4309)3186、FAX06(4309)3814

- 老人センター
 - ▷八戸の里＝06(6724)6220、FAX06(6724)6738
 - ▷長瀬＝06(6720)5653、FAX06(6724)9869
 - ▷荒本＝06(6788)2214、FAX06(6788)3353
 - ▷角田総合＝072(962)8011、FAX072(963)2020
 - ▷五条＝072(985)3751、FAX072(986)7592
 - ▷高井田＝06(6789)3751、FAX06(6789)9174
- 東・中・西保健センター
 - ▷東＝072(982)2603、FAX072(986)2135
 - ▷中＝072(965)6411、FAX072(966)6527
 - ▷西＝06(6788)0085、FAX06(6788)2916
- 高齢介護室地域包括ケア推進課
 - 06(4309)3013、FAX06(4309)3848

- 健康づくり課 072(960)3802、FAX072(960)3809
- 指導監査室居宅事業者課
 - ▷指導＝06(4309)3317、FAX06(4309)3813
 - ▷指定＝06(4309)3318、FAX06(4309)3813
- 指導監査室施設課
 - 06(4309)3315、FAX06(4309)3813
- 住宅政策室
 - 06(4309)3231～3232、FAX06(4309)3834
- 東大阪税務署 06(6724)0001〈自動音声案内〉
- 国税庁ウェブサイト
 - <https://www.nta.go.jp/>
- 市民税課 06(4309)3135、FAX06(4309)3809
- 大阪家庭裁判所後見係 06(6943)5872