東大阪市政だより

■発行日：平成25年(2013年)9月15日
毎月2回発行(1日・15日)

9月15日号
No.1,028

■もくじ

2 9月は健康増進普及月間
3 生活習慣病を予防しよう
6・7 あなたの子育て応援します
保存版 高齢者のための制度・サービス

■発行：東大阪市市長公室広報広聴室広報課　〒577-8521東大阪市荒本北1丁目1番1号
■電話：06(4309)3000　■FAX：06(4309)3821　■ウェブサイト http://www.city.higashiosaka.lg.jp/

■人　口：506,428人
■世帯数：219,849世帯(平成25年8月1日現在)

えほんと赤ちゃんのであい

ブックスタート事業始まる

赤ちゃんは生後4か月～6か月ごろから絵本に反応し始めるといわれています。このほど市では、4か月児健診を受けに保健センターを訪れた親子に絵本の読み聞かせなどをする「ブックスタート」事業を始動しました。

約20年前にイギリスで始まった「ブックスタート」は、親子が絵本を通じてお互いの肌の温もりを感じながら楽しいひとときを過ごすことを応援するものです。

市では、「ブックスタート」事業を8月に開始し、研修を修了した74人のボランティアが順番に、4か月児健診を受けに来た親子に絵本を読み聞かせ、本を楽しむ時間の大切さを伝えたり、子育てのアドバイスをしたりしています。

読み聞かせボランティアの樋口恭子さん（写真左）は「絵本は奥が深く、さまざまなことを教えてくれるので、親と子のコミュニケーションとして絵本で楽しく子育てしてほしいです。ブックスタート事業がそのきっかけになればと思います」と話していました。

◇問合せ先　図書館総務室　072(965)7700、FAX072(965)9212

※6・7面に「あなたの子育て応援します！」を掲載。

やさしく語りかけるように読み聞かせをします

東大阪市を舞台にNHKドラマ制作

『花園オールドボーイ』

来年1月放映

”ラグビー愛”演じるヒロイン 岡本玲さんが市長表敬

NHKが東大阪市を舞台に、ラグビーと東大阪の魅力を描く地域ドラマ「花園オールドボーイ」の制作を発表したことを受け、このほど、ヒロインの桜木優希を演じる岡本玲さんらが市役所を訪れ、野田市長に撮影に向けての意気込みを語りました。

制作のきっかけや題材になったのは、今年6月に花園中央公園で開催された「ラグビーのまち東大阪の夕べ」。現場のあまりの盛り上がりようがNHKのスタッフの目にとまり、ドラマ化されるきっかけの一つになったようです。

表敬に訪れた岡本玲さんが「お揃いのラガーシャツを着た職員の皆さんを見て、ラグビー愛が伝わってきました。東大阪のラグビーに対する純粋な思いを演じたいです」と話すと、野田市長は「市として、協力できることは何でもします。東大阪の良さをぜひ伝えてもらいたい」と話していました。

放映は来年1月10日㈮午後8時～8時43分（総合テレビ、関西地域）で。

ドラマヒロイン桜木優希を演じる岡本玲さん（写真左）と野田市長

「花園オールドボーイ」あらすじ

68歳の現役ラガーマンと、市役所ラグビーワールドカップ誘致室に配属になったラグビーをよく知らない23歳の女性職員（桜木優希）を中心に、ラグビーと東大阪の魅力を描くドラマです。

R70 古紙配合率70%再生紙を使用しています

9月は健康増進普及月間です

「＋10（プラステン）」で健康寿命を延ばそう

健康寿命とは、〝一生のうちで日常生活が制限されることなく生活できる期間〟をいいます。日常生活の中でちょっと工夫するだけで、健康寿命を延ばすことができる方法を紹介します。

「＋10（あと10分プラス）」。毎日の生活の中で何気なく行っている行動から実践してみましょう。

「＋10」の習慣をつけましょう

あなたに合った「＋10」を

まずは、下のフローチャートであなたの身体活動をチェックしてみましょう。

フローチャートの結果から、自分が今どの段階で、どうしたらよいかを知りましょう。

【①気づく！】

体を動かす機会や環境は、身の回りに多くあります。それが「いつなのか」「どこなのか」振り返ってみましょう。

【②始める！】

少しでも長く、少しでも元気に体を動かすことが健康への第一歩です。今より10分多く体を動かしましょう。

【③達成する！】

目標は1日合計60分、元気に体を動かすことです。歩行では1日8000歩が目安です。65歳以上の方は40分を目標にしましょう。

【④つながる！】

一人でも多くの家族や仲間と「＋10」を共有しましょう。

いっしょに行うと長続きし、楽しさや喜びが一層増します。

ウォーキングで健康にやまぶみ会会員を募集

月3回程度、水曜日にウォーキングを行います。あなたも参加しませんか。

◇対象　市内在住の60歳以上の方

◇料金　1100円（6か月分、保険代含む）

◇申込方法　10月2日㈬午前10時～正午に料金を持って直接

◇申込み・問合せ先　西保健センター　06（6788）0085、FAX06（6788）2916

毎日の生活に「＋10」の習慣を

何気なく行っている毎日の行動について、次のことを意識して「＋10」を実践してみましょう。

▽歩幅を広くして、速く歩く　▽自転車や徒歩で移動する　▽エレベーターやエスカレーターではなく階段を使う　▽掃除や洗濯はキビキビと行い、家事の合間にストレッチ　▽テレビを見ながら、筋トレやストレッチ　▽仕事の休憩時間に散歩をする　▽いつもより遠くのスーパーまで歩いて買い物に行く　▽近所の公園や運動施設を利用する　▽地域のスポーツイベントに参加する

がん検診も忘れず受けましょう

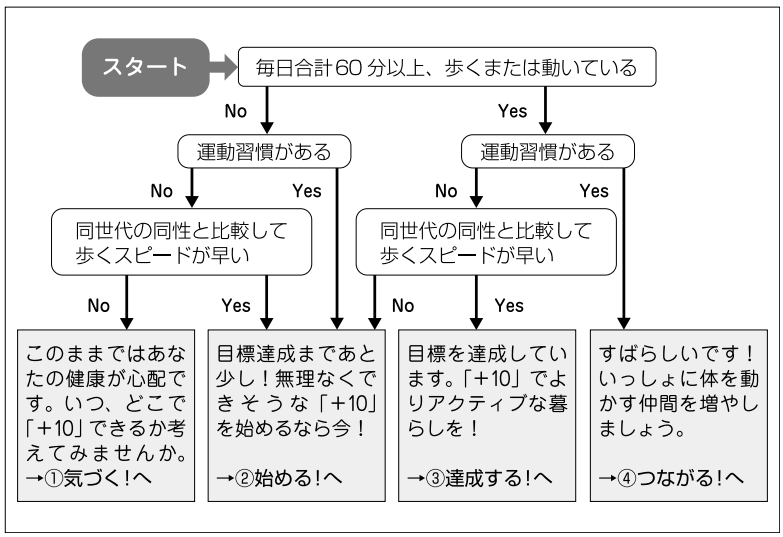
生活習慣改善に加えて、健康管理のためにがん検診・特定健診も忘れず受けてください。

がん検診については、健康づくり課、特定健診については、国民健康保険にご加入の方は医療保険室保険管理課、国保以外の方はご加入の保険者にお問合せください。

◇　◇

◇問合せ先　▽健康増進・がん検診＝健康づくり課072（960）3802、FAX072（960）3809　▽特定健診＝医療保険室保険管理課　06（4309）3051、FAX06（4309）3805

あなたの身体活動をチェック!!



保健所・センターだよりのつづき

肺がん・結核エックス線検診

時所▷10月1日㈫午前9時10分から・午前10時から＝西保健センター　▷10月2日㈬午前9時20分～10時30分、8日㈫午後1時～2時10分＝中保健センター　▷10月3日㈭午後1時30分から・午後2時15分から＝東診療所（申込みは東保健センターへ）　内対▷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　定各日40人（申込先着順）

申問東・中・西保健センター

マタニティクラス

時所内▷10月2日㈬、東保健センター＝ママと赤ちゃんのすこやかクッキング　▷10月15日㈫・22日㈫、中保健センター＝助産師の話、マタニティクッキングなど　☆いずれも午後1時30分～4時　対市内在住のおおむね妊娠16週以降の妊婦　持母子健康手帳

申問東・中保健センター

麻しん・風しん混合予防接種

麻しん・風しん混合（MR）ワクチンは2回の接種が必要です。また、麻しん（はしか）、風しんのいずれかにすでにかかった人でも混合ワクチンの接種が可能です。市内取扱医療機関で接種してください。定期接種対象の方は無料で接種できますが、接種期間を過ぎると有料になります。接種の対象と期間は次のとおりです。　▷1期＝1歳児（1歳の誕生日から2歳の誕生日の前々日まで）　▷2期＝小学校入学前1年間（来年3月31日まで）　持予診票、母子健康手帳　※要予約。予診票は市内取扱医療機関でも配布。取扱医療機関一覧は市ウェブサイトに掲載。

問健康づくり課

なつかしの旬菜料理講習会

時9月30日㈪午後1時～4時　対市内在住の方　定24人（申込先着順）　料350円　持エプロン、三角巾、手ふき、筆記用具

所申問東保健センター

お昼ごはんのつどい

時10月9日㈬午前10時30分～午後2時　対市内在住の65歳以上の方　定24人（申込先着順）　内調理実習と試食、体操など　料500円　※保険料が別途必要。　持運動ができる服・靴、エプロン、三角巾、手ふき、筆記用具　申10月4日㈮までに電話で

所申問東保健センター

ヘルスメイトのワンプレートクッキング

時9月26日㈭午後1時～4時　対市内在住の方　定15人（申込先着順）　内調理実習「カルシウムたっぷりヘルシーレシピ」、骨密度測定、ミニ講話　料350円　持エプロン、三角巾、手ふき、筆記用具

所申問中保健センター

秋の行楽シーズンが到来 食中毒にご注意を

楽しい行楽シーズンがやってきました。この季節は、真夏に比べて気温は低くなりますが、食中毒菌にとってはまだまだ適温です。また、夏の暑さで体力や抵抗力が落ちているため、食中毒が発生しやすくなっています。

運動会やバーベキュー、ハイキングなど屋外で食事をするときは、次のことに注意してください。

【弁当】

▷当日に作り、充分冷ましてから弁当箱に詰める　▷車内に放置しない

【屋外での調理】

▷食材はクーラーボックスなどに保管する　▷生肉などは中まで火を通し、箸は調理用と食事用に分ける

【その他】

▷調理前や食事前には手を洗う　▷調理後はなるべく早く食べ、食べ残しを持ち帰って食べない　▷山菜やきのこを見つけてもむやみに食べない　▷わき水はそのまま飲まない

◇　◇

問食品衛生課　072（960）3803、FAX072（960）3807

特定健診は健康管理の第一歩

自分の体を知って 生活習慣病を予防しよう

生活習慣病とは、日頃の生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気の総称で、日本人の約3分の2が生活習慣病によって死亡しているといわれています。

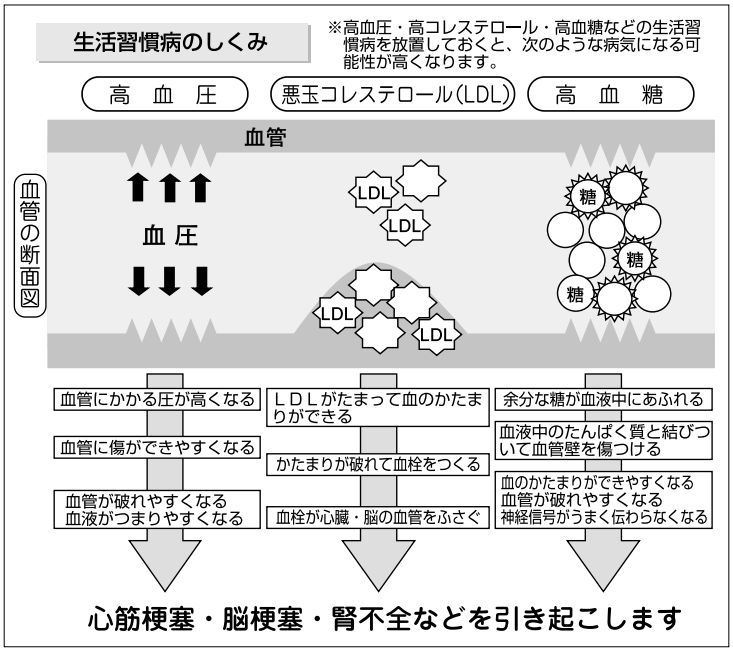
自分の体や血管の状態を知っていますか。生活習慣病を予防するためにも、まずは特定健康診査を受けましょう。

国民健康保険における1か月あたりの医療費（平成24年5月診療分）に占める生活習慣病（高血圧性疾患、腎不全、糖尿病）の割合は、外来医療費全体の約30％です。

高血圧・高コレステロール・高血糖は、自覚症状がないまま進行していきます。そのまま放置しておくと血管に負担がかかり、血管を傷つけ、心筋梗塞や脳梗塞、腎機能の低下などを引き起こします（図参照）。

自分の体や血管の状態を知ることは、生活習慣病の予防につながります。

まずは、自分の体を知るために、特定健康診査を受けてください。



特定健診を受けるには

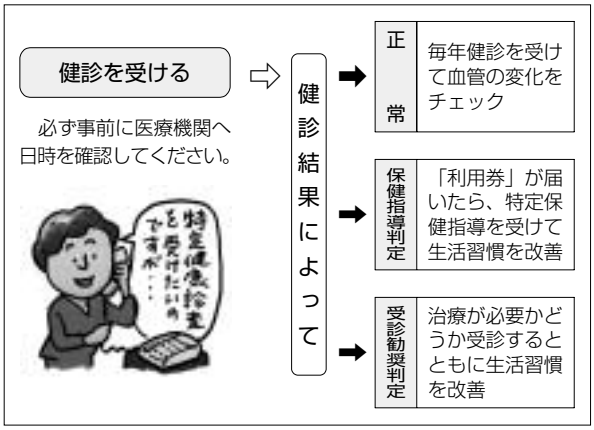
特定健診が受けられるのは、今年度40歳以上74歳以下の方です。受診の際は、現在加入している健康保険の保険者が発行する受診券が必要です。

4月1日現在、国民健康保険に加入している対象者には、4月末に受診券（黄色）を送付しています。受診券が届いていない方や4月2日以降に国民健康保険に加入した方で受診を希望する方は、医療保険室保険管理課へご連絡ください。

国民健康保険以外の方は、加入している医療保険者にお問合せください。

◇健診内容　問診、診察、身長・体重・腹囲・血圧測定、検尿、血液検査（血中脂質、血糖、肝機能）など

※内容は加入している健康保険によって異なります。



あなたの健診結果から必要な改善策を保健師や医師、管理栄養士などが丁寧に指導します

保健指導とは

健診の結果、メタボリックシンドロームやその予備群と判定された方は、減量や血液データの改善を図るなど、健康をサポートする「特定保健指導」を受けることができます。

国民健康保険に加入している対象者には、利用券を送付しています。利用券をお持ちの方は、ぜひこの機会に最寄りの保健センターまたは取扱医療機関でご利用ください。

◇　◇

◇問合せ先　医療保険室保険管理課　06（4309）3051、FAX06（4309）3805

保健所・センターだより

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

東保健センター：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

井戸の適正管理を

家庭用の井戸は浅いものが多いため、汚染を受けやすく、消毒もされていないため、安全とは限りません。井戸水を飲用している家庭は、次のことに気をつけましょう。▷生水を避け、煮沸してから飲む　▷井戸や周辺に人や動物が入らないようにする　▷毎日、色・濁り・におい・味などを確認する　▷年1回以上は水質検査（有料）を受ける　▷水質に異常がある場合は相談する

問環境薬務課　072(960)3804、FAX072(960)3807

メタボにさよなら 健康美をめざす講座

脂肪を燃焼させる運動と食事メニューを学びます。　時10月11日㈮・11月1日㈮・12月6日㈮・来年1月10日㈮・2月7日㈮午後1時30分～3時30分（計5日間）　対肥満、血糖値、コレステロール値、高血圧が気になる40歳～69歳の方　※治療中・運動制限のある方は除く。　定24人（申込先着順）　持運動ができる服・靴、飲み物、筆記用具　申9月17日㈫から電話または直接

所申問西保健センター

介護予防教室～車いすの扱い方

時10月10日㈭午後1時30分～3時30分（受付は午後1時から）　対市内在住の方　定20人（申込先着順）　内講義、実習、交流会　持運動ができる服・靴、飲み物、タオル　申9月17日㈫から電話または直接

所申問中保健センター

2歳児歯科健康相談

時所▷10月2日㈬＝西保健センター　▷21日㈪＝東保健センター　▷22日㈫＝中保健センター　※時間は申込時に伝えます。　対市内在住の平成23年10月生まれの2歳児　定各30人（申込先着順）　持母子健康手帳

申問東・中・西保健センター

マタニティ歯科健診

時10月24日㈭　※時間は申込時に伝えます。　対市内在住のおおむね妊娠16週以降の妊婦　定15人（申込先着順）　持母子健康手帳

所申問東保健センター

東大阪魅力満載 つんく体操（愛称）を覚えよう！

市のイメージソングに合わせて体操します。　時10月17日㈭・24日㈭・31日㈭・11月7日㈭午前9時30分～11時30分（計4日間）　対市内在住の方　定30人（初参加者を優先して申込先着順）　持運動ができる服・靴、飲み物、タオル　申9月20日㈮から電話または直接

所申問西保健センター

ふたごの教室

時所内▷10月9日㈬午前10時～11時15分、中保健センター＝みんなでおしゃべり　▷18日㈮午前10時～11時、東保健センター＝体を動かそう　▷23日㈬午前10時～11時30分、総合福祉センター＝リトミック（申込みは西保健センターへ）　対市内在住のふたご、みつごを妊娠・出産している方とその子ども

申問東・中・西保健センター

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・応募方法など　申申込み先・応募先など　問問合せ先

9月中旬に送付します
新しい国民健康保険証

新しい国民健康保険証を9月中旬に簡易書留郵便で世帯主宛に送付します。届きましたら、住所・氏名・生年月日など記載内容に間違いがないかを確認してください。

保険証の有効期間は原則として平成27年9月30日までの2年間です。

ただし、有効期間内に75歳を迎える方は、誕生日から後期高齢者医療保険へ移行するため、誕生日の前日が有効期限です。

また、有効期間内に65歳を迎える退職被保険者とその被扶養者は、退職被保険者の誕生月の末日（1日生まれの方は前月の末日）が有効期限です。

いずれも有効期限が切れるまでに新しい保険証を簡易書留郵便で送付します。

簡易書留郵便は、本人または家族に直接手渡します（受領印が必要）。不在の場合、郵便局に1週間程度保管され、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。

なお、古い保険証は、必ず医療保険室資格給付課または行政サービスセンターに返却してください。

医療費通知を送付

9月末に平成25年4月と5月の診療（請求）分の医療費通知を送付します。

医療費通知は、医療費の実情を理解し、健康に対する認識を深めていただくために年6回送付しています。

国保は、安心して治療が受けられるよう備える助け合いの制度です。この機会に生活習慣を見直し、増えを続ける医療費を抑えましょう。

該当者は手続きを
国民健康保険退職者医療制度

一定期間会社に勤め、社会保険など被用者保険の被保険者だった方が、退職後に国保へ加入し、厚生年金や共済年金を受給した場合、本人とその扶養家族は「退職者医療制度」で診療を受けることになります。

退職者医療制度は、本人の自己負担と保険料のほか、会社の健康保険などからの拠出金が財源です。皆さんの国保の負担を減らすためにも、退職者医療制度への手続きをお願いします。

対象は、次のすべてに該当する方です。

▽国民健康保険被保険者▽65歳未満▽老齢年金受給者（年金加入期間が通算20年以上または40歳以降に10年以上）

資格は、年金の受給権が発生した日からです。年金証書が届いたら14日以内に、年金証書、国民健康保険証、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をしてください。

交通事故の治療
国保を使うときは届出を

交通事故のように、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）、国民健康保険証、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必ず届出をしてください。

届出の前に、加害者側から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると、国保が使えなくなることがあります。届出書類は医療保険室資格給付課および行政サービスセンターにあります。

◇　◇

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

第4土曜日に開設しています
市役所本庁舎の一部窓口業務

市役所本庁舎の一部窓口業務の開設を9月28日㈯午前9時から正午まで実施します。

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が確認できる書類をお持ちください。

他市町村や警察署など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。担当課へお問合せください。

なお、平日だけでなく土曜開庁時にも、英語、韓国・朝鮮語、中国語での通訳業務を行っています。

9月の開設日時

9月28日㈯午前9時～正午

開設場所

市役所本庁舎2階・3階

取扱業務

【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

■問合せ先　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

■問合せ先　▷医療保険室資格給付課　06（4309）3167、FAX06（4309）3804　▷医療保険室保険料課　06（4309）3168、FAX06（4309）3807

【医療助成関係】

▷子どもや障害者などの医療費助成にかかる医療証の申請および療養費の申請など

■問合せ先　医療助成課　06(4309)3166、FAX06（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

■問合せ先　国民年金課　06(4309)3165、FAX06（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

■問合せ先　▷税制課　06(4309)3131、FAX06(4309)3810　▷市民税課　06（4309）3135、FAX06（4309）3809　▷固定資産税課　06(4309)3143～3144、FAX06(4309)3811　▷納税課　06(4309)3147～3152、FAX06（4309）3808

◇　◇

■窓口開設にかかる問合せ先　政策調整室　06(4309)3016、FAX06(4309)3847

廃蛍光灯や古着など キャラバン回収

土曜開庁時に、市役所本庁舎でキャラバン回収（移動式資源拠点回収）を試験的に実施しています。当日は、回収ボックスなどを設置しますので、古紙類や古着など資源になるものをお持ちください。

また、ごみの減らし方・分け方についての相談やごみ減量化の工夫に関するパネル展示もあわせて行います。リサイクルへの理解を深めませんか。

とき　9月28日㈯午前9時～正午
ところ　市役所本庁舎1階ロビー
回収品目　古紙類、古着、古布、紙パック、ペットボトル、白色トレイ、蛍光灯、乾電池

■問合せ先　循環社会推進課　06（4309）3199、FAX06（4309）3818

所得申告が必要です
国民健康保険・後期高齢者医療保険

国民健康保険の世帯主や後期高齢者医療被保険者またはその世帯主などで、平成25年度（平成24年分）の所得申告の提出がなかった方に、「国民健康保険料所得申告書」「後期高齢者医療保険料所得申告書」をそれぞれ8月下旬に送付しています。所得がなかった方も申告は必要です。必ず9月26日㈭までに医療保険室保険料課または行政サービスセンターに提出してください。

夜間・休日納付相談

保険料の納期限は毎月末です。必ず納期限までに納めましょう。

医療保険室保険料課では、納付相談を常時行っていますが、次のとおり夜間・休日納付相談を行います。保険料決定通知書（納付書）など通知書番号または被保険者番号のわかるものと印鑑を持ってお越しください。

なお、行政サービスセンターで納付相談はできませんので、ご注意ください。

◇とき　▽夜間＝9月26日㈭・27日㈮午後5時30分～8時　▽休日＝9月28日㈯午前9時～午後4時、29日㈰午前10時～午後4時

◇ところ　市役所本庁舎2階医療保険室保険料課

※夜間・休日納付相談では、電話による照会や相談はできません。

国民健康保険 口座振替にご協力を

口座振替は、年度途中からでも開始することができ、口座振替の開始月から来年3月の第10期分までを連続して納めると、口座振替で納めた保険料の1％を奨励金として来年5月下旬に登録口座に振り込みます。

口座振替の申込みは、保険料決定通知書、預貯金通帳、印鑑（通帳印）を持って、市収納取扱金融機関、郵便局、医療保険室保険料課または行政サービスセンターで手続きをしてください。

◇　◇

◇問合せ先　医療保険室保険料課　06（4309）3168、FAX06（4309）3807

いっしょに遊ぼう♪

子育て支援センター＆保育所の催し

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

鴻池子育て支援センター

【スクラップブッキング】
コルクボードに写真をレイアウトします。　時10月４日㈮午前10時～11時30分　対就学前乳幼児とその保護者　定10組（抽選）　料100円　持写真２枚、飲み物　申９月20日㈮午後１時30分～５時に電話で

【木のおもちゃと子育てのコツの話】
時10月11日㈮午前10時～11時30分　所グリーンパル（中鴻池）　対就学前乳幼児とその保護者　定80組（申込先着順）　申９月30日㈪～10月４日㈮午前10時30分～午後５時に電話または直接

【親子広場】
隔週水曜日に開催します（計５日間）。初回時対▷10月16日㈬＝平成23年10月１日～平成24年４月１日生まれの乳児とその保護者　▷10月23日㈬＝平成23年４月２日～平成23年９月30日生まれの幼児とその保護者　☆いずれも午前10時～11時　定各20組（抽選）　申９月24日㈫～27日㈮午前10時30分～午後５時に電話または直接

◇　◇

申問鴻池子育て支援センター　06（6748）8251、FAX06（6743）0577

荒本子育て支援センター

【よちよちタイム】
時９月30日㈪午後１時30分～３時30分、10月９日㈬午前９時30分～11時30分　対よちよち歩きの１歳児とその保護者　※申込不要。

【遊ぼ／パネルシアター・紙芝居】
「たまごのあかちゃん」と「はらぺこヘビ君」をします。　時10月２日㈬午前10時～11時30分、７日㈪午後１時30分～３時　※申込不要。

【離乳食相談会】
時10月９日㈬午後２時～３時　※申込不要。

【簡単／絵手紙をかこう】
時９月30日㈪午前10時～11時30分　対２歳以上の幼児とその保護者　定10組（申込先着順）　※子どもは別保育。申９月18日㈬午前10時から電話で

【子育て広場】
時10月７日㈪午前10時30分～11時30分　所意岐部公民分館　対就学前乳幼児とその保護者　定20組（申込先着順）　申９月25日㈬午前10時から電話で

◇　◇

申問荒本子育て支援センター　06（6788）1055、FAX06（6788）2597

長瀬子育て支援センター

【お出かけ赤ちゃん広場】
時10月４日㈮午前10時30分～11時30分　所森河内公民分館　対未歩行の０歳児とその保護者　※申込不要。

【どら焼き風 de おやつタイム】
時９月26日㈭午後２時～３時　対２歳以上の幼児とその保護者　定12組（申込先着順）　料100円　申９月17日㈭午前10時から電話で

【手がた de ポン／】
時９月27日㈮午前10時～11時30分　対２歳以上の幼児とその保護者　定25組（申込先着順）　申９月17日㈭午後１時から電話で

【手作りコーナー de 遊ぼ〃】
時９月30日㈪午前10時～11時30分　所はすの広場（近江堂）　対就学前乳幼児とその保護者　申９月18日㈬午前10時から電話で

【パクパク人形で遊ぼう／】
時９月30日㈪午後１時30分～３時　対２歳以上の幼児とその保護者　定15組（申込先着順）　申９月18日㈬午後１時から電話で

◇　◇

申問長瀬子育て支援センター　06（6728）1800、FAX06（6728）2413

あさひっこ

【縄手南ふれあい＆ダンス】
時９月19日㈭午前10時～11時　所縄手南公民分館　対０歳児とその保護者　定10組（申込先着順）　持抱っこひも　申９月17日㈫午前10時から電話で

【まんぼーリトミック】
時９月27日㈮午前10時～11時　対１歳６か月以上の乳幼児とその保護者　定15組（初めての方を優先して抽選）　申９月17日㈭午前10時～20日㈮午後５時に電話で

【孔舎衙ふれあい＆ダンス】
時10月３日㈭午前10時～11時　所孔舎衙公民分館　対０歳児とその保護者　定10組（申込先着順）　持抱っこひも　申９月19日㈭午前10時から電話で

◇　◇

申問あさひっこ（旭町子育て支援センター）　072（980）8871、FAX072（985）1055

子育てのつどい～ゴリちゃんの紙芝居

時10月16日㈬午前10時～11時30分　所五百石公園　※雨天時は25日㈮に順延し、25日も雨天の場合は御厨保育所。対就学前乳幼児とその保護者

問▷御厨保育所　06（6789）0260、FAX06（6789）8596　▷荒本子育て支援センター　06（6789）5295、FAX06（6789）8661

子どもの安全を考えよう

事故対策～まずは予防から

子どもの事故の60％は親のそばで起こるといわれており、あっと思ったときには防ぎようがないこともたくさんあります。

見守りや心構えだけでは防ぐことができない事故に対し、予防することを第一に考えませんか。

【子どもの誤飲は大変危険です】

子どもが「はいはい」や「伝い歩き」をするようになると、手に触れたものを何でも口に入れるようになります。日頃から整理整頓し、危険なものは子どもの手の届かないところに保管しましょう。

最近、ボタン電池の誤飲が相次いでいます。ボタン電池が食道に留まると数分で皮膚がただれ、重症度の高い事故につながり、死に至る危険性もあります。ボタン電池が簡単に外れないよう、電池交換口のふたをガムテープで止めるなどの予防策が必要です。

【家庭での事故を防ぐには】

電気コードは家具の上や裏をはわせ、ショルダーバッグや紐（ひも）のついたものをベビーベッドに掛けておかないようにするなど、長いものは子どもの手の届かない場所に置きましょう。

戸棚や引出しは、簡単に開かないように取っ手をゴムや強力なテープなどで留めましょう。

ビニール袋や紙袋など頭にかぶれるものや食品用ラップは、窒息の恐れがあるのでしっかりと保管しましょう。

【子どもの命を守るチャイルドシートの装着を】

６歳未満の乳幼児を自動車に乗車させる場合、チャイルドシートを使用することが義務づけられています。本市におけるチャイルドシートの装着率は、１歳６か月児では77.4％ですが、３歳６か月児では61.2％にまで低下しています。チャイルドシートを装着しない場合の致死率は、装着している場合の14倍といわれています。チャイルドシートの装着を徹底しましょう。

◇　◇

問健康づくり課　072（960）3802、FAX072（960）3809

子どもの事故緊急連絡先

休日急病診療所	06（6789）1121	休日の緊急診療
市立総合病院	06（6781）5101	小児科救急医療体制についてはお問合せください
中毒110番	072（727）2499	たばこや家庭用品（化学物質）を飲み込んだときの緊急相談（24時間365日） ※異物誤飲や食中毒、慢性の中毒、常用量での医療品の副作用は受け付けていません。
たばこ専用回線	072（726）9922	たばこの誤飲などに関するテープ案内（24時間）
大阪府小児救急電話相談	プッシュ回線（#8000） ダイヤル回線（06-6765-3650）	相談する人がいない、対処の仕方がわからないときの相談（午後８時～翌日午前８時）
救急安心センターおおさか	プッシュ回線（#7119） ダイヤル回線（06-6582-7119）	その他医療機関案内や救急医療相談窓口（24時間365日）

募集します

公の施設の指定管理者

市では、平成26年４月から公の施設を管理する指定管理者を募集します（個人での応募はできません）。

募集要項は、９月17日㈫から市ウェブサイトでダウンロード可。担当課でも配布します。

応募方法など、くわしくは担当課にお問合せください。

◇募集施設・担当課（問合せ先）　▽男女共同参画センター・イコーラム（岩田町４）＝男女共同参画課　06（4309）3300、FAX06（4309）3823　▽市営住宅（稲田鷺島住宅＜楠根１＞ほか24住宅）＝住宅政策課　06（4309）3231、FAX06（4309）3834

ひとり親の母・父を応援

高等技能訓練促進費を支給

市では、ひとり親家庭の母または父を対象に、市の指定する資格（看護師、准看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士など）を取得するために２年以上養成機関で修業する場合、高等技能訓練促進費と入学支援修了一時金を申請により支給しています。

支給には事前相談が必要です。来年４月からの受給を希望する方は、ご相談ください。

◇対象　市内在住の母子家庭の母または父子家庭の父で、次のすべての要件を満たす方　▽児童扶養手当を受給している、または同等の所得水準にある　▽修業年限２年以上の養成機関において一定の課程を修業し、対象資格の取得が見込まれる　▽就業または育児と修業の両立が困難と認められる　▽過去に高等技能訓練促進費を受給していない

◇問合せ先　▽子ども家庭課　06（4309）3194、FAX06（4309）3817　▽東・中・西福祉事務所子育て支援係（東＝072-988-6619、FAX072-988-6671　中＝072-960-9274、FAX072-964-7110　西＝06-6784-7982、FAX06-6784-7677）

あなたの子育て応援します！

一人でがんばりすぎない子育ての方法

おなかのふくらみとともに、心待ちにしていた赤ちゃんの誕生。ところが、いざ生まれてみると「自分の時間がなくなってしまった」「ぐっすり眠りたい」「育て方、まちがってないかな…」と悩んでしまうことも多いでしょう。そんなとき、あなたはどうしていますか。

子どもが失敗しながら日々成長するように、親も失敗したり迷ったりしながら成長していきます。最初から完璧な親なんていません。

不安やしんどい気持ちを吐き出して、友人や祖父母、周りの人に助けてもらいながら、子どもも親も、ゆっくり成長していきましょう。

◇問合せ先　子育て支援課　06（4309）3302、FAX06（4309）3817

心を育てる3つのポイント

子どもとの関わり方を考えよう

乳幼児期は、人として生きていくうえでの基礎の部分を形成します。「頭育て（知的能力）」「体育て（身長・体重、身体能力）」だけでなく、「心育て」がとても大切です。

「心育て」とは、情緒面、気持ち、自立心などを豊かにすることです。成果がわかりにくいものですが、日々の大人との関わりの中で少しずつ育っていきます。

【無条件の愛】

「勉強やスポーツができてもできなくても、大切な存在だよ」「ありのままのあなたが大好きだよ」と無条件の愛を伝え続けましょう。

特別なことは必要ありません。抱っこ、おんぶ、絵本を読む、たくさん話しかける、笑いあうなど、日常生活の何気ないふれあいを大切にしていけば、子どもに自然と伝わります。

【共感】

子どもの言いなりになるのではなく、また頭から否定しないで「あなたの気持ち、わかるよ」と共感を示してあげましょう。

共感してくれた人には、信頼の気持ちが芽生えます。誰かがいっしょに喜んでくれると、うれしい気持ちは2倍になり、嫌な気持ちは半減され、気持ちをコントロールできるようになります。

【体験】

砂遊び、鬼ごっこ、ままごとや乗り物に乗る、動植物とふれあうなど、いろいろな体験をさせてあげましょう。

3歳くらいまでは、できないことを叱ったり、責めたりせず、「できた」という喜びをたくさん分かちあいましょう。

少し大きくなってきたら、それに加えて、取り組んできたことを「よくやったね」と認めてあげてください。すると、自信ややる気につながります。

◇　◇

子どもの年齢ともに悩みは変わるかもしれませんが、乳児期を過ぎても子どもとの関わり方は変わりません。

いくつになっても「心育て」を大切にしましょう。

子育ては一人でするものではありません。あなたの周りには、家族をはじめ、友人や　地域の方がいます。また、子育て支援センター（表上参照）、保育所（園）などの施設や、つどいの広場（表下参照）、子育てサークルなどの団体や市民グループがたくさん応援してくれます。

不安や悩みは、一人で抱え込まずに誰かに相談しましょう。あなたの不安や悩みを相談できる場所を見つけませんか。

【パパもおいでよ！荒本子育て支援センター】

荒本子育て支援センターで毎週土曜日に自由に遊べる「パパもおいでよ」では、就学前のお子さんとパパ・ママが楽しくふれあっています。

乳幼児期の子育ては特に、思いどおりいかず大変なことがたくさんあります。しかし、乳幼児期に見せてくれるいろいろな反応や成長には、今しかふれることができません。パパもママも、子育ての一瞬一瞬を大事にしながら、子どもが成長する喜びをいっしょに味わっていきましょう。

パパもおいでよに参加したパパたちは、うちの子がもう滑り台を滑れるようになっていたとは」「一人で見るのは大変ってことがよくわかりました」と話していました。

パパだって、授乳以外は何でもできます。ママへの気遣いから「主体的参加」へと変身していきましょう。

◇とき　毎週土曜日午前9時30分～11時30分

◇対象　就学前乳幼児とパパ・ママ

そのほか、鴻池子育て支援センターでも、同時刻に「パパもホッと広場」があります。

頼もしい応援団がいます

子育て支援施設を紹介

いっしょにがんばる＆楽しむ

子育て仲間をつくろう！

保育所や子育て支援センターで顔を合わせるうちに親しくなって、サークルを立ち上げた例がたくさんあります。サークルをつくってみませんか。

あさひっこで開催している赤ちゃんタイム（0歳の赤ちゃんとその親が交流する場）の利用者が集まり、子育てサークル「おもちゃ箱」が7月に立ち上げられました。月に2回、赤ちゃんとママたちが楽しく交流しています。

8月8日、この日は会員の9組含員が参加。生後数か月の赤ちゃんとママたちがあさひっこのサークル部屋に集まって楽しいひとときを過ごしました（写真）。

「サークルを立ち上げたといっても、年の近い子どものいるお母さんたちで集まってみようか」という軽い感じで始めました。難しい手続きもないですし、会員になっても参加は自由で、気楽にやってます」と会員の諏訪さん。今後については「みんな校区はばらばらけど、家も近いし、ずっと付き合っていける関係をここで築いていけたらなと思います」と話していました。

子育て支援センターや市立保育所では、場所やおもちゃを貸し出したり、スタッフがいっしょに遊んだりしてサークル活動をサポートしています。

市内には、現在約70の子育てサークルがあります。サークルを立ち上げたい方は、子育て支援センターや保育所、子育て支援課にご相談ください。

【支援センターで自由に遊びませんか】

子育て支援センターには、申込みや対象の制限なく親子で自由に遊べる時間があります。

※くわしくは市ウェブサイトをご覧ください。子育て支援センターの催しを5面に掲載。

【支援センターの相談】

子育て支援センターでは、専門スタッフ（心理士、看護師、保育士など）が電話や来所により子どもの成長や発達に関する相談に応じています。来所相談を希望する場合は、前もってセンターにご連絡ください。

健やかな成長のために

アンケートに協力を

このほど、妊娠中の方、就学前乳幼児・小学生がいる市内約1万世帯を対象に、子ども・子育てに関するアンケートを実施します。

近年の急速な少子化の進行、家庭・地域を取り巻く環境の変化に対応して、国では平成27年度に「子ども・子育て支援新制度」を実施します。それにあたり、市では地域の実情を踏まえた「子ども・子育て支援事業計画」を策定します。

このアンケートは、市民の皆さんの教育・保育・子育て支援に関する実態を把握し、計画策定の基礎資料とするものです。

調査票は10月初旬ごろ発送予定です。届いた家庭は、協力をお願いします。

■**問合せ先**　子ども家庭課　06(4309)3194、FAX06（4309）3817

ヒントがいっぱい！

子育て情報を発信

子育て支援センターやつどいの広場の催し、保育所の園庭開放などの情報は市ウェブサイトや市公式フェイスブック（子どもすこやか部ページ）に掲載しています。

また、手軽に地域の子育て情報を入手できるメールマガジン「子育てハッピーメール」も配信していますので、ご利用ください。次のアドレスへ空メールを送信するか、バーコードを読み込んで登録してください。　▷携帯電話＝hgso_12.108tmp@fofa.jp　▷スマートフォン＝hgso_12.107tmp@fofa.jp

子育てを安心して楽しむコツや子育て情報がたくさん詰まったガイドブック「こそだてプラス＋」や「花まるぶっく」もあります（写真）。ぜひご覧ください。

携帯電話用　スマートフォン用

知っていますか!?

病児・病後児保育室

保育所や幼稚園に通う乳幼児から小学校3年生までの児童が、病気などの「回復期」または「回復期に至らない場合」で集団保育が困難なときに、保育と看護を行っています。

利用には、事前に予約が必要です。利用料は1日2000円（減免制度あり）で、医療機関での受診結果を医師連絡票または入室申込書で確認しています。

くわしくは、各施設のホームページまたは市ウェブサイトをご覧ください。

【病児保育室】

◇ところ・定員・申込み・問合せ先　▽ふじもとクリニックこひつじ（小阪本町1）＝8人、06（6773）5828（代表）▽尾崎医院「ウル」（岩田町4）＝4人、072（968）7227、FAX072（968）2231

【病後児保育室】

◇ところ・定員・申込み・問合せ先　荒本子育て支援センター「ミミィ」（荒本2）＝6人、06（6789）5295、FAX06（6789）8661

初めてでも安心してご利用を

このつどでは、ゆったりとした空間の中で保育士と看護師が専門的な立場からケアにあたっています。

この日は、昼寝の後で少し元気を取り戻した子どもたちが、おやつを食べ、ぬりえやおもちゃなどで遊び、ゆったりとした時間を過ごしていました（写真）。

看護師の岩本範子さんは「病気のときは、子どもも家族も不安になります。医師の診察後、お預かりしたお子さんの病状にあわせて、保育士と看護師が手厚いケアを行っています。お子さんの立場に立って、安心・安全にお預かりすることで、少しでも早く病気が回復し、働くお母さん・お父さんを支援できたらと思っています」と話していました。

この日利用していた金田美里愛ちゃんのお母さん和恵さんは「子どもを見てもらえる人がいないので、助かっています。病院が併設されているので、安心して預けることができます」と話していました。

また、八木一徹ちゃんのお母さん裕子さんは「0歳のときから利用させてもらっています。病気が長引くことも多かったので、助かっています。先生たちに優しくしてもらっているので、子どもも楽しく過ごせているようです」と話していました。

ひつじでは、毎月第2土曜日（8月を除く）の午前10時から正午まで見学日として施設をご覧いただけます。くわしくは、お問合せください。

子育て支援センター

名　称 所在地	問合せ先
あさひっこ（旭町子育て支援センター） 旭町1-5	072（980）8871 FAX072（985）1055
鴻池子育て支援センター 東鴻池町4-5-8	06（6748）8251 FAX06（6743）0577
荒本子育て支援センター 荒本2-6-35	06（6788）1055 FAX06（6788）2597
長瀬子育て支援センター 長瀬町3-6-3	06（6728）1800 FAX06（6728）2413

※今年度中にももの広場内に（仮称）楠根子育て支援センターを開設予定。

つどいの広場

名　称	所在地	問合せ先
キッズステーション	善根寺町4-2-38	072（985）1331
親子 de カフェ あ・ん	中石切町4-6-19	072（951）9653
若江岩田 みんなの広場きらりっこ	岩田町4-3-22-206 希来里２階	072（962）2285
くすのき保育園 「くすのきわんぱくクラブ」	菱江3-12-13	072（965）1080
コロポックル	今米1-8-18	072（966）8118
ひしの美保育園 「はぐ HUG ひしの美」	菱屋西1-16-20	06（6721）7712
つみき	宝持4-6-3	06（6725）6782
東大阪大学内こども広場	西堤学園町3-1-1 東大阪大学内こども研究センター	06（6782）2821
木の実保育園 「木の実わんぱく広場」	岸田堂西1-6-37	06（6721）6241
フタバ学園「あそぼ」	森河内西2-27-4	080（3028）6188
さわらび保育園 「わんぱく広場」	稲田本町3-19-6	06（6746）1277
弥刀さつき保育園 「きららMe-Too-SATSUKI」	近江堂2-6-30	06（6728）2130
むぎの穂保育園 「ほしのこクラブ」	小阪本町1-5-26	080（5704）1962
みんなのあ・ん	四条町11-14	072（984）2841
ほんわかルーム	長堂1-20-12	06（4307）4820

※つどいの広場は、乳幼児の親子が気軽に集い、交流し、子育てに関する情報が得られる場所です。開設日時など、くわしくはお問合せください。

催しのつづき

市民グラウンドゴルフ大会

時11月12日㈫　所荒本青少年運動広場　対市グラウンドゴルフ協会登録者以外の市内在住・在勤（いずれか）の方　定60人（申込先着順）　料300円　申10月10日㈭午前9時30分～11時30分に料金を持って市民会館4会議室に直接

問▷市グラウンドゴルフ協会「金光」072（987）1834　▷青少年スポーツ室06（4309）3282、FAX06（4309）3835

歩こう会

時10月6日㈰　※雨天中止。　☆イオン布施駅前店前に午前8時30分集合、正午ごろ解散　対市内在住の方　内近鉄石切駅-旧生駒トンネル-旧河澄家住宅-原始蓮の蓮池-東高野街道-野崎観音　持弁当、飲み物　※交通費が必要

問夢広場（布施駅前）　06（6784）2014（FAX兼用）

やまなみコンサート

時10月12日㈯午後2時～4時　対市内在住・在勤・在学（いずれか）の方　定40人（抽選）　内鈴木海渡さん（テノール）と松永真澄さん（バイオリン）などによる演奏　料200円　申往復ハガキに行事名、住所、氏名、電話番号を書いて10月4日㈮（消印有効）までに郵送

所申問〒579-8054南四条町1-7　やまなみプラザ（四条）　072（988）3107（FAX兼用）

東大阪商業フェスタ

このほど「東大阪商業フェスタ」を開催します。フェスタ参加の市内140店舗にチラシを持参すると、各店舗の優待商品を購入できるなどのサービスが受けられます。身近な市内商店を巡りませんか。　時9月21日㈯～30日㈪

※チラシは9月21日㈯に新聞折込で配布。東大阪商工会議所ホームページ（http://syougyoufesta.com/）にも掲載。

問▷東大阪商工会議所中小企業相談所　06（6722）1151、FAX06（6725）3611　▷商業課　06（4309）3176、FAX06（4309）3846

自慢の逸品を販売 東大阪物産フェア

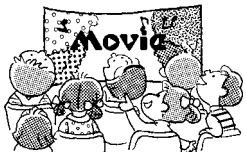
市内企業34社が自慢の逸品を販売します。

時9月28日㈯・29日㈰午前10時～午後8時　所近鉄百貨店東大阪店特別催事場（長堂1）　※販売商品など、くわしくは東大阪商工会議所ホームページ（http://www.hocci.or.jp/）をご覧ください。

問▷東大阪商工会議所振興部　06（6722）1151、FAX06（6725）3611　▷商業課　06（4309）3176、FAX06（4309）3846

子ども映画サロン

映画「シュガー・ラッシュ」を上映します。



時10月19日㈯・20日㈰▷午前10時30分から　▷午後2時30分から　定各189人　料500円（事前予約400円）　※電話予約可。

所問ドリーム21　072（962）0211、FAX072（962）0810

市民美術センター ひるさがりロビーコンサート

時10月12日㈯午後1時30分～2時15分（開場は午後0時50分）　定110人（抽選）　内『Nami』's SOUNDによるピアノ演奏「アラベスク」「愛の挨拶」など　申往復ハガキ（1枚に3人まで）に行事名、住所、氏名、電話番号、参加希望人数と全員の氏名を書いて9月30日㈪（消印有効）までに郵送

所申問〒578-0924吉田6-7-22　市民美術センター　072（964）1313、FAX072（964）1596

その他

グリーンガーデンひらおか レストラン臨時休業

グリーンガーデンひらおかのレストラン業者の変更に伴い、レストランのみ10月1日㈫は臨時休業となります。

問グリーンガーデンひらおか　072（982）9920、FAX072（982）9921

秋の全国交通安全運動を実施

9月21日から30日まで「子どもと高齢者の交通事故防止」「すべ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」などに重点を置いて、秋の全国交通安全運動を行います。

【交通安全市民大会】

大阪府警察音楽隊による吹奏楽演奏や交通安全講習会を開催します。　時9月25日㈬午後2時～4時　所東体育館　※車での来場はご遠慮ください。

◇　◇

問▷布施警察署　06（6727）1234、FAX06（6727）7578　▷河内警察署　072（965）1234、FAX072（963）4823　▷枚岡警察署　072（987）1234、FAX072（981）0377　▷交通対策室　06（4309）3223、FAX06（4309）3836

万が一の災害に備えて 災害時要援護者の登録を

災害時に、身体が不自由などの理由により自力で避難することが困難な方に、市では「災害時要援護者登録台帳」への登録を勧めています。登録された情報は、民生委員、自治会長、校区福祉委員長などに提供し、地域での災害時の安否確認や避難支援活動に活用するとともに、消防局による火災時の避難誘導などに役立てられます。

ただし、登録によって災害時の支援が保障されるものではありません。なお、登録情報は、東大阪市個人情報保護条例に基づき適正に取り扱います。

申登録申出書に必要事項を書いて、郵送または直接　※登録申出書は市ウェブサイトからダウンロード可。福祉事務所、行政サービスセンター、市社会福祉協議会などでも配布。

申問〒577-8521市役所福祉企画課　06（4309）3181、FAX06（4309）3815

「一人じゃない！」生きる喜び　感じよう

中学校1年生（人権作品集）

定例相談

※いずれも無料。休日と祝日は行いません（子育て相談ダイヤルを除く）。

弁護士による法律相談

【本庁市民相談室】1週間前から電話で予約受付。月・水・金曜午後1時～4時30分、第2火曜午後5時～8時　06（4309）3104、FAX06（4309）3801

【巡回法律相談・リージョンセンター】1週間前から電話で予約受付。いずれも午後1時～4時　06（4309）3104、FAX06（4309）3801（本庁市民相談室）　▷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

【本庁市民相談室】第3木曜午後2時～3時30分（当日先着8人）　06（4309）3104、FAX06（4309）3801

行政書士による相談

【本庁市民相談室】相続、遺言の作成など。第1火曜午後1時～4時で予約不要　06（4309）3104、FAX06（4309）3801

消費生活相談

【消費生活センター】月～金曜午前9時30分～午後4時（来所相談は予約制）072（965）0102、FAX072（962）9385

人権法律相談

いずれも午後1時～4時で予約制　▷第2火曜（荒本人権文化センター）＝06（6788）7424、FAX06（6788）2456▷第4火曜（長瀬人権文化センター）＝06（6720）1701、FAX06（6729）9171

教育・子育て相談など

【教育センター（教育・発達）】月～金曜、土曜（月2回。要問合せ）午前9時～午後5時30分で予約制　06（6727）0113、FAX06（6729）8261

【子どもの悩み相談（保護者・市民専用）】月～土曜午前9時～午後9時（土曜は午後5時まで）　06（6782）7867

【いじめ・悩み110番（子ども専用）】月～土曜午前9時～午後9時（土曜は午後5時まで）　06（6732）0110

【すこやかテレホン】月～金曜午前10時～午後4時　06（6721）9174、FAX06（6721）9874　※メールでの相談も可。くわしくは青少年補導センターホームページをご覧ください。

【子育て相談ダイヤル】24時間365日対応　072（961）0178（FAX兼用）

【子育て支援センター】▷来所相談（予約制）＝月曜（鴻池）、水曜（あさひっこ）、木曜（長瀬、荒本）午前9時30分～午後4時▷電話相談＝月～土曜午前9時～午後5時30分　06（6748）8252、FAX06（6743）0577（鴻池）・072（980）8871、FAX072（985）1055（あさひっこ、月曜日は休館）・06（6728）1800、FAX06（6728）2413（長瀬）・06（6788）1055、FAX06（6788）2597（荒本）

よみかき相談

月～金曜午前9時～午後5時30分　06（4309）3279、FAX06（4309）3835（社会教育課）

医療相談

【地域健康企画課】医療機関利用のための相談。月～金曜午前10時～午後4時072（960）3801、FAX072（960）3806

【市立総合病院患者家族相談室】健康上の不安や悩みなどの相談。午前8時30分～午後4時で予約制　06（6781）5101、FAX06（6781）2271

【救急安心センターおおさか】病気、ケガ、応急手当の方法など。24時間365日対応　#7119または06（6582）7119

交通事故相談

【交通対策室】月・火・水・金曜午前9時～午後4時で予約制　06（4309）3223、FAX06（4309）3836

女性のための相談

【イコーラム】予約と電話相談は月曜が祝日の場合は実施し、翌火曜が休館▷面接相談（予約制）＝火・木・土曜（5週目を除く）午前10時～正午・午後1時～4時（第4火曜は午後6時～8時も。休館の場合第3火曜）　072（960）9205、FAX072（960）9208▷電話相談＝火～日曜午前10時～午後5時　072（960）9206、FAX072（960）9208▷労働相談（予約制）＝第2土曜午後1時30分～4時20分　072（960）9205、FAX072（960）9208▷法律相談（予約制）＝原則第1水曜午後1時～4時　072（960）9205、FAX072（960）9208

男性のための電話相談

第1土曜午後1時～5時、第3水曜午後7時～9時　072（966）5002

若者の自立・就労相談

【本庁市民相談室】青年の就労や自立のための相談。職業紹介や斡旋は行いません。第4木曜午後2時～5時　06（6787）2008、FAX06（6787）2018（東大阪若者サポートステーション）

パート・労働問題の相談

職業紹介や斡旋は行いません。▷月～金曜午前9時～午後4時（労働雇用政策室）＝06（4309）3179、FAX06（4309）3846▷月・水・金・土・日曜午前9時～午後5時※土・日曜は月・水・金曜に要予約（ユトリート東大阪）＝06（6721）6000、FAX06（6721）1212

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。いずれも月～金曜午前9時～午後4時　▷永和＝06（6788）4580、FAX06（6788）4555▷意岐部＝06（6784）5811、FAX06（6784）5822▷長瀬＝06（6727）1920、FAX06（6727）1925

福祉なんでも相談

【市民プラザ】コミュニティソーシャルワーカーが相談に応じます。いずれも午後1時30分～4時で予約不要　06（4309）3181、FAX06（4309）3815（福祉企画課）　▷日下＝第3水曜日▷四条＝第1火曜日▷中鴻池＝第1金曜日▷若江岩田駅前＝第1月曜日▷楠根＝第3木曜日▷布施駅前＝第1水曜日▷近江堂＝第1木曜日

お知らせコーナー

記号の見方
時とき　所ところ　対対象　定定員・定数　内内容　講講師
料料金（表示のないものは無料）　持持ち物　申申込方法・応募方法など
申申込み先・応募先など　問問合せ先　✉メールアドレス

募集

嘱託・アルバイト看護師の登録者

市立保育所で働く嘱託・アルバイト看護師を募集します。　対看護師の免許を取得している方　定各１人　申履歴書（写真貼付）に必要事項を書き、看護師証の写しを添えて直接

申問保育課　06（4309）3196、FAX06（4309）3817

精神保健福祉相談補助員

対昭和24年11月２日以降生まれで、精神保健福祉士・社会福祉士（いずれか）の資格がある方　定１人　**試験日** 10月13日㈰　**雇用期間**　11月１日～来年３月31日（更新あり）　申応募用紙に必要事項を書いて９月27日㈮（郵送は25日㈬〈消印有効〉）までに直接または郵送　※応募用紙は市ウェブサイトからダウンロード可。健康づくり課でも配布。

申問〒578-0941岩田町4-3-22-300　健康づくり課　072（960）3802、FAX072（960）3809

地域密着型サービス事業者

地域密着型サービスの整備を進めるため、次のサービスを提供する事業者を募集します。　**募集内容**　地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護（小規模特養）と認知症対応型共同生活介護との併設の施設　定４か所　**選考方法**　書類審査、プレゼンテーション　申必要書類を揃えて11月13日㈬～15日㈮に直接　※応募書類などは９月15日㈰から市ウェブサイトでダウンロード可。17日㈬から高齢介護課でも配布。

申問高齢介護課　06（4309）3185、FAX06（4309）3848

地域包括支援センター設置法人

来年３月31日に廃止を予定している地域包括支援センター四条の家が担当している地域において、新たに設置法人を募集します。くわしくは市ウェブサイトをご覧ください。　申必要書類を揃えて10月21日㈪～25日㈮に直接
※募集要項などは市ウェブサイトからダウンロード可。10月４日㈮まで高齢介護課でも配布。

申問高齢介護課　06（4309）3185、FAX06（4309）3848

グリーンガーデンひらおか 作品展の展示作品

11月２日㈯～13日㈬に開催する秋の作品展に展示する絵画、写真、書道、木工品、手芸などの作品を募集します。申10月29日㈫までに作品を持って直接
※月曜日は休館。

申問グリーンガーデンひらおか　072（982）9920、FAX072（982）9921

相談

多重債務（借金問題）法律相談

借金の返済や多重債務などの相談に弁護士が応じます。　時９月24日㈫午後１時～４時　対市内在住の方　定６人（申込先着順）

所申問消費生活センター　072（965）0102、FAX072（962）9385

弁護士による法律相談 時間変更

毎週月・水・金曜日に市役所本庁舎１階相談室で行っている弁護士による法律相談の相談時間が一部変更となりました。午後１時～４時を午後１時～４時30分としました。ぜひ、ご利用ください。

問市政情報相談課　06（4309）3104、FAX06（4309）3801

住宅困窮度評定による 市営住宅（空き家）の入居者を募集

応募資格は次の要件をすべて満たす方です。　▷市内在住（住民登録）または在勤　▷婚約者、内縁者を含む同居親族がいる（単身者でも昭和31年４月１日以前生まれ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（応募家族の月収額が公営住宅は15万8,000円、改良住宅は11万4,000円を超えると応募不可）

募集住宅・戸数　▷北蛇草住宅＝８戸（改良）　▷荒本住宅＝３戸（公営）、６戸（改良）　※家賃は住宅と収入によって異なります（北蛇草は１万1,100円～２万2,300円程度、荒本は１万1,400円～３万9,100円程度）。敷金は家賃の３か月分。

応募方法　応募用紙（１世帯１通まで）に必要事項を書き、必要書類を添えて所定の封筒で９月30日㈪（消印有効）までに郵送　※応募用紙は９月18日㈬～30日㈪に本庁住宅改良室・市政情報コーナー、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月下旬に通知。後日、実態調査と入居審査を行って入居者を決定します。

くわしくは応募用紙に添付している「しおり」をご覧ください。

申問住宅改良室　06（4309）3233、FAX06（4309）3834

日本語を勉強しませんか

Want to study Japanese?
일본어를 공부하지 않겠습니까?
与我们一起来学日语吗？

毎日の生活で日本語に困っている外国人住民のために日本語教室を開いています。　**とき・ところ**　▷火曜日午前10時～11時30分＝イコーラム（男女共同参画センター）　▷火曜日午後７時～９時＝東公民館　▷水曜日午後１時30分～３時・午後７時～９時＝市民会館　▷木曜日午後７時～９時＝ものの広場（楠根）
▷日曜日午前10時～11時30分＝くすのきプラザ（若江岩田駅前）

【ボランティアを募集】

日本語を教えるボランティアを募集します。次のとおり講習会を開催します。　時９月29日㈰午後１時30分～４時　所市民会館第１会議室　料500円

◇　◇

■**申込み・問合せ先**　▷ＮＰＯ法人東大阪日本語教室「村井」　080（3109）5445　▷文化国際課　06（4309）3155、FAX06（4309）3823

子どもの人権110番 電話相談　0120（007）110

いじめ防止対策推進法が９月28日に施行されることを受け、９月30日から10月４日まで子どもの人権110番強化週間を実施します。

期間中は、子どもの人権専門委員（人権擁護委員）がいじめや不登校、虐待などの相談に電話で応じます（秘密厳守）。　時９月30日㈪～10月４日㈮午前８時30分～午後７時

問▷大阪法務局人権擁護部　06（6942）9496　▷人権啓発課　06（4309）3156、FAX06（4309）3823

女性のための 法律・労働相談

女性をとりまく法律に関する相談に女性弁護士が、解雇やセクハラ、パワハラ、年金などに関する相談に女性社会保険労務士が応じます。

【法律相談】
時10月２日㈬・11月６日㈬・15日㈮・20日㈬・12月４日㈬午後１時～４時　定各６人（１人30分）

【労働相談】
時10月12日㈯・11月９日㈯・12月14日㈯午後１時30分～４時20分　定各３人（１人50分。電話相談可）

◇　◇

※いずれも申込先着順。　対市内在住・在勤・在学（いずれか）の女性
※１歳６か月～就学前幼児の保育あり（各相談日の１週間前までに要予約。１人200円）。　申火曜日～日曜日午前10時～午後５時に電話で（法律相談は２週間前から、労働相談は随時受付。10月15日㈬・11月５日㈬を除く）

所申問イコーラム（男女共同参画センター）　072（960）9205、FAX072（960）9208

男性のための電話相談

仕事や家庭などに関するさまざまな男性の悩みに男性の心理カウンセラー・心理相談員が応じます。　時10月５日㈯・11月２日㈯・12月７日㈯午後１時～５時、10月16日㈬・11月20日㈬・12月18日㈬午後７時～９時　対市内在住・在勤・在学（いずれか）の男性
相談電話　072（966）5002

問イコーラム（男女共同参画センター）　072（960）9205、FAX072（960）9208

宅建相談

時９月24日㈫午前10時～午後２時
所市役所本庁舎１階相談室　定10人（当日先着順）　内不動産に関すること

問市政情報相談課　06（4309）3104、FAX06（4309）3801

催し

布施えびすバル

布施周辺のまちがバル（ひとつの飲食店）となり、チケット１枚でバル参加飲食店の当日限定メニューが１つ飲食できます。チケット購入時に配布する「バルマップ」を手に、食べ歩き・飲み歩きを楽しみませんか。　時９月28日㈯午前11時から　所近鉄布施駅周辺の飲食店（100店舗）　料５枚綴り3,500円（前売券3,000円）　※前売券は布施えびすバルホームページ（http://fusebar.jp/）およびバル参加飲食店で発売中。当日券はイベント本部（布施駅前ほか）で発売。

問▷布施えびすバル実行委員会事務局　06（6727）9300、FAX06（6723）6068
▷商業課　06（4309）3176、FAX06（4309）3846

まなぶのつづき

ものづくり大学校 10月夜間講座

接着と粘着の仕組み、接着剤と粘着剤の種類や性質についてわかりやすく解説します。 時内▷10月２日(水)＝接着剤の基礎　▷９日(水)＝粘着剤の基礎と評価　▷16日(水)＝接着剤の機能と応用　▷23日(水)＝粘着剤の機能と応用　☆いずれも午後６時～８時(計４日間)　定60人(申込先着順)　料8,000円　申講座名、住所、氏名、電話番号、会社・所属名を９月17日(火)からファクスまたはEメールで　※くわしくは市立産業技術支援センターホームページ(http://techsupport.jp/)をご覧ください。

所申問市立産業技術支援センター　06(6785)3325、FAX06(6785)3363、✉sangi@techsupport.jp

障害者のための教室

【自主訓練教室】

理学療法士が指導します。 時11月～来年３月▷第１～４月曜日午後１時30分～３時30分(計20日間)　▷第１・３土曜日午前９時30分～11時30分(計10日間)　所高井田障害者センター　対市内在住の障害者　定各５人(抽選)　※医師の意見書が必要。

【知的障害者のための体操教室】

体操やレクリエーションを通して体のスムーズな動かし方を学びます。 時10月17日～来年３月20日の第１・３木曜日午後６時～７時(計11日間)　所高井田障害者センター　対市内在住の知的障害者　定10人(抽選)

【障害者スポーツ「ボッチャ」体験】

時10月27日(日)・11月24日(日)・12月22日(日)午後１時30分～３時30分　所市民ふれあいホール(鳥居町)　対市内在住の障害者　定各30人(抽選)

◇　◇

申９月30日(月)までに電話で(ファクス、直接も可)

申問高井田障害者センター　06(6789)0131、FAX06(6789)2870

イコーラムカレッジ 食べることは生きること

日頃当たり前にしている“食べる”ことを見つめ直してみませんか。 時10月19日(土)午後２時～４時　対市内在住・在勤・在学(いずれか)の方　定20人(抽選)　講追手門学院大学教授の中村このゆさん　※１歳６か月～就学前幼児の保育あり(定員10人で申込先着順。１人200円)。　申ハガキに講座名、受講動機、住所、氏名、電話・ファクス番号、保育の有無(必要な場合は子どもの氏名と生年月日も)を書いて10月12日(土)(必着)までに郵送(電話、ファクス、Eメール、直接も可)

所申問〒578-0941岩田町4-3-22-600　イコーラム(男女共同参画センター)　072(960)9201、FAX072(960)9207、✉ikoramu@nifty.com

モノづくり人材育成塾

モノづくりに関する基礎講座を受講後、企業実習を行い就職につなげます。 時内10月17日(木)～11月15日(金)▷基礎講座(11日間)＝製図、アーク溶接作業、測定法、切削理論、工作法　▷企業実習(５日間)　所東大阪高等職業技術専門校ほか　対市内在住の39歳までの求職中の方　※学生を除く。

【説明会】

時９月27日(金)午後２時から　所東大阪商工会議所別館

◇　◇

申問東大阪商工会議所企画調査部　06(6722)1159、FAX06(6725)3611

問労働雇用政策室　06(4309)3178、FAX06(4309)3846

手話体験教室

時11月２日(土)・９日(土)・16日(土)・30日(土)・12月７日(土)午後２時～３時45分(計５日間)　所盾津鴻池公民分館　対全日程受講できる手話初心者　定30人(申込先着順)　料1,000円　申10月18日(金)までに電話で(ファクス、直接も可)

申問ボランティア・市民活動センター　06(6789)5550、FAX06(6789)2924

体育の日に心地よい汗を
市民スポーツの祭典

10月14日(祝)に、市民スポーツ祭典を開催します。陸上競技大会をはじめ、リズム体操やソフトテニス、体力・運動能力テストなどを各会場に分かれて行います(表参照)。

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

行事名	時間	ところ	備考
陸上競技大会(※)	午前８時30分～午後５時	トライスタジアム(花園中央公園多目的球技広場)	申込みをした方は、競技のエントリー時間までに会場へ(開会式は８時30分から)。小学生を対象とした陸上教室もあります(申込不要)。
世代間交流グラウンドゴルフ大会(※)	午前９時～正午	春宮いきいき広場	申込みをした方は、運動ができる服で、直接会場へ。
リズム体操	午前10時30分～正午	東体育館	運動ができる服で、室内用シューズを持って、直接会場へ。
ソフトテニス	午前10時～午後４時	三ノ瀬公園庭球場	運動ができる服で、ソフトテニスラケット、テニスシューズを持って、直接会場へ(雨天中止)。
バドミントン	午後１時～午後４時	東大阪アリーナ大アリーナ	運動ができる服で、バドミントンラケット、シャトルコック、室内用シューズを持って、直接会場へ。
体力・運動能力テスト	午後１時～３時30分	東大阪アリーナ小アリーナ	運動ができる服で、室内用シューズを持って、直接会場へ。

※事前申込みが必要。くわしくは市政だより９月１日号をご覧ください。

新聞の解約 トラブルに注意!!

～緊急度レベル★★★☆☆

【事例１】

３年前に最初の１年間は無料という条件で、新聞を５年間購読する契約をした。契約が２年残っているが、支払いが苦しくなり解約を申し出たところ、無料期間に配達された新聞やもらった景品(ビールやお米)の代金を解約料として請求された。支払わなければいけないのか。

【事例２】

３年後に購読する契約を３年前にしたが忘れていた。景品にビールをもらった覚えがあるが、他の新聞を購読しているので解約したい。

新聞を訪問販売で契約した場合は、特定商取引法の規制を受け、契約書の交付義務やクーリング・オフの規定があります。契約書面を受け取ってから８日間は無条件で解約できますが、その期間を過ぎると消費者の都合で一方的に解約することはできません。販売店と話し合い、合意解約をめざすことになります。

契約時に多額の景品の提供を受け長期契約を結ぶと、中途解約時に景品相当額の返金を求められるなど、トラブルになるケースが増えています。

新聞を契約する時は、景品で選ぶのではなく、紙面の内容などを吟味し、契約期間が妥当かどうかなども考えて慎重に選びましょう。

問消費生活センター　072(965)0102、FAX072(962)9385

ちょこっとレクチャー ビデオな１日

がんの治療と出産のはざまで葛藤する外科医とその夫の姿を描いた作品「余命」を鑑賞します。 時10月８日(火)午前10時～午後０時30分・午後２時～４時30分　対市内在住・在勤・在学(いずれか)の方　定各40人(当日先着順)　※１歳６か月～就学前幼児の保育あり(定員各10人で申込先着順。１人300円。10月１日(火)までに要予約)。

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

文化財ボランティア研修会

古代の豪族の馬飼氏と継体大王とのつながりを考えます。 時10月６日(日)午後１時30分～３時30分　対市内在住の方　定90人(当日先着順)　講四條畷市歴史民俗資料館の野島稔さん

所問発掘ふれあい館(埋蔵文化財センター)　072(983)2340、FAX072(982)9411

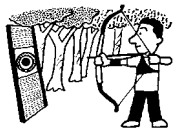
地域女性リーダー養成講座 つくろう！誰もが暮らしやすいまち

時内▷10月26日(土)午後２時～４時＝地域女性リーダー力で、みんなにやさしいまちづくり　▷11月４日(木)午後２時～４時＝暮らしたいまち安心なまち～災害と向き合う、防災・減災編　▷９日(土)午後２時～４時＝暮らしたいまち安心なまち～ネットワーク編　▷16日(土)・23日(祝)午前９時30分～午後０時30分＝地域課題から考えるまちづくり　※計５日間。　対市内在住・在勤・在学(いずれか)の女性　定20人(抽選)　※１歳６か月～就学前幼児の保育あり(定員10人で申込先着順。各開催日の１週間前までに要予約。10月26日・11月４日・９日は１人200円、11月16日・23日は１人400円)。　申ハガキに講座名、受講動機、住所、氏名、電話・ファクス番号、保育の有無(必要な場合は子どもの氏名と生年月日も)を書いて10月19日(土)(必着)までに郵送(電話、ファクス、Eメール、直接も可)

所申問〒578-0941岩田町4-3-22-600　イコーラム(男女共同参画センター)　072(960)9201、FAX072(960)9207、✉ikoramu@nifty.com

アーチェリークラブ

自然の中で楽しみながら、アーチェリーの基礎を学びませんか。



時10月13日(日)午前９時～午後４時30分　※雨天中止。　対小学生以上の方　定24人(申込先着順)　料1,500円　持運動ができる服・靴、帽子、飲み物、タオル、軍手、虫よけスプレー　申９月15日(日)午前９時～30日(月)午後５時に電話で

所申問自由の森なるかわ(市立野外活動センター)　072(986)1551、FAX072(986)1550

就職につなげよう！

【パソコン基礎講座】

ワード、エクセル、パワーポイントを活用してビジネス文書を作成します。 時10月８日(火)・９日(水)午前10時～午後５時(計２日間)　申９月17日(火)～10月２日(水)に電話で

【知っておきたいマナー講座】

敬語や電話対応の基本を学びます。 時９月25日(水)、10月２日(水)、16日(水)、30日(水)午後１時30分～３時　持筆記用具　申９月17日(火)～20日(金)に電話で

◇　◇

対15歳～39歳の求職中の方　定各８人(申込先着順)

所申問東大阪若者サポートステーション(高井田元町２)　06(6787)2008、FAX06(6787)2018

問労働雇用政策室　06(4309)3178、FAX06(4309)3846

農の講習会

時10月21日(月)・23日(水)午後２時～４時　所市民会館大集会室　対市内の貸し農園などの利用者　定各50人(抽選)　内野菜の栽培と病害虫防除　持筆記用具　申往復ハガキに講習会名、希望日、住所・氏名(返信用にも)、利用園、手話通訳の有無を書いて９月27日(金)(消印有効)までに郵送

申問〒577-8521市役所農政課　06(4309)3180、FAX06(4309)3846

お知らせコーナー

記号の見方
時とき　所ところ　対対象　定定員・定数　内内容　講講師
料料金（表示のないものは無料）　持持ち物　申申込方法・応募方法など
申申込み先・応募先など　問問合せ先　✉メールアドレス

まなぶ

認知症について いっしょに学びませんか

認知症の基本的な知識や予防について、寸劇を交え楽しく学びます。　時９月21日㈯午後１時30分～３時30分　対市内在住の方　定50人（申込先着順）
所申問総合福祉センター内ボランティア・市民活動センター　06（6789）5550、FAX06（6789）2924

バランス健康体操教室

時９月30日㈪・10月28日㈪・11月25日㈪午後１時30分～３時（計３日間）　対市内在住の60歳以上の方　定40人（申込先着順）　持運動ができる服、５本指の靴下、飲み物、タオル　申９月17日㈫から電話または直接
所申問五条老人センター　072（985）3751、FAX072（986）7592

初心者向けマネープランセミナー

時10月11日㈮・25日㈮午後７時～８時30分（計２日間）　対18歳以上の方　定20人（申込先着順）　料2,000円　持筆記用具　申10月４日㈮までに電話または直接
所申問東大阪アリーナ　06（6726）1995、FAX06（6726）1994

角田総合老人センターの教室＆催し

【私が歩んだ青春の集い】

コンサートや医療と介護の劇をします。
時９月28日㈯午後１時～３時　定80人（申込先着順）

【みんなの体操ひろば】

時９月26日㈭午後１時30分～３時　内転倒予防体操など　持運動ができる服・靴、飲み物、タオル　※申込不要。

◇　◇

対市内在住の60歳以上の方
所申問角田総合老人センター　072（962）8011、FAX072（963）2020

市民福祉講座 誰かにＳＯＳが出せる地域へ

時内▷10月５日㈯＝講演「大阪二児置き去り死事件はなぜ起きたのか？」フリーライターの杉山春さん、行政報告「市内の児童虐待をめぐる現状と課題」、講演「児童養護施設の現場から」児童養護施設生駒学園施設長の辻本謙嗣さん　▷10月12日㈯＝シンポジウム「親と子どもが孤立しない地域づくり」関西大学教授の山縣文治さん　☆いずれも午後１時～４時　※計２日間。手話通訳あり。要約筆記・保育は９月20日㈮までに要予約。　対全日程受講できる方　定80人（申込先着順）　料500円　申ハガキに講座名、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、要約筆記・保育の有無を書いて９月27日㈮（必着）までに郵送（電話、ファクス、直接も可）
所申問〒577-0054高井田元町1-2-13 総合福祉センター内ボランティア・市民活動センター　06(6789)5550、FAX06（6789）2924

ダイヤモンド婚・金婚夫婦のつどい 対象夫婦は申込みを

市と市社会福祉協議会では、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㈯に市民会館市民ホールで開催します。
つどいへの参加は、地域の校区福祉委員長にお申込みください。申込みいただいた夫婦へは、案内状を送付します。また、当日参加できない場合は、記念品を贈呈します。
本人からだけでなく、家族からの申込みも受け付けます。
対▷結婚60年＝昭和28年に結婚した夫婦　▷結婚50年＝昭和38年に結婚した夫婦
問▷市社会福祉協議会　06(6789)7201、FAX06（6789）2924　▷高齢介護課　06（4309）3185、FAX06（4309）3848

パソコン教室

個別指導のパソコン教室（１時間1,260円で月謝制）を開催しています。まずは、説明会にお越しください。

説明会時火・木曜日正午から・午後４時から、土曜日正午から
所申問東大阪商工会議所　06(6224)4300、FAX06（6725）3611
問モノづくり支援室　06(4309)3177、FAX06（4309）3846

学な美の講座

時10月３日㈭午後１時30分～３時30分　対市内在住の60歳以上の方　定30人（申込先着順）　内防災対策の講話、簡単なストレッチ体操　持運動ができる服　申９月17日㈫から電話または直接
所申問高井田老人センター　06(6789)3751、FAX06（6789）9174

市民ふれあいホールの教室

まずは体験にお越しください。体験は無料です。

【リラックスヨガ教室】
時火曜日午後１時～２時・午後７時15分～８時15分、金曜日午前10時～11時　対18歳以上の女性　定各30人（申込先着順）　料3,150円（月４回）

【ＨＩＰＨＯＰ教室】
ストリート系の音楽に合わせて踊ります。　時水曜日午後１時～１時50分　対18歳以上の女性　定30人（申込先着順）　料3,150円（月４回）

【ＺＵＭＢＡ教室】
世界中のダンス音楽を取り入れた運動です。　時水曜日午後２時～２時50分　対18歳以上の女性　定30人（申込先着順）　料3,150円（月４回）

【ＺＵＭＢＡ ＧＯＬＤ教室】
ＺＵＭＢＡより遅いリズムの曲で運動します。　時金曜日午前11時10分～正午　対18歳以上の女性　定30人（申込先着順）　料3,150円（月４回）

【姿勢改善体操教室】
ボールを使った簡単なエクササイズです。　時金曜日午前11時～正午　対18歳以上の女性　定15人（申込先着順）　料3,150円（月４回）

【ＫａＱｉＬａ教室】
腰痛・肩こり・関節痛の改善などに効果があります。　時金曜日午前10時～10時45分・午前11時～11時45分　対18歳以上の女性　定各10人（申込先着順）　料3,150円（月４回）

【ジュニアテニス教室】
スポンジボールを使用します。　時対土曜日▷午前９時～10時＝幼稚園児、小学校低学年　▷午前10時～11時＝小学生　▷午前11時～正午＝小学生　定各10人（申込先着順）　料3,150円（月４回）

【ジュニアバレエ教室】
時土曜日午前10時～11時（計８日間）　対３歳～小学生　定10人（申込先着順）　料8,400円

◇　◇

持運動ができる服、室内用シューズ、飲み物、タオル、ヨガマット（リラックスヨガ教室、KaQiLa教室）　申教室名、希望時間、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を電話またはファクスで
所申問市民ふれあいホール（鳥居町）072（982）6563、FAX072（982）2768

市民スポーツの祭典 参加者募集

体育の日の10月14日、東大阪アリーナでは、元オリンピック選手の古川静香さんを招いてのバドミントンイベントやプールの開放、スポーツ・カルチャー教室などを行います。スポーツ・文化の秋を楽しみませんか。

教室名	時　間	対　象	定員
ＢＧＭ体操	午前10時～11時	18歳以上の方	10人
フットケア＆リラックス	午前10時～11時	18歳以上の方	20人
私の四柱推命	午前11時15分～午後０時15分	18歳以上の方	20人
操体法	午前11時15分～午後０時15分	18歳以上の方	20人
チアダンス	午後０時30分～１時30分	４歳～小学校３年生	20人
ペン習字	午後２時～３時	18歳以上の方	各20人
	午後３時30分～４時30分		
フラワーアレンジメント	午後２時～３時	４歳以上の方 ※保護者の同伴可。	各20人
	午後３時30分～４時30分		
竹の水鉄砲作り	午前９時～10時30分	平成21年４月１日以前に生まれた方 ※小学校３年生以下の方は保護者同伴。	40人
水中ウォーキング	午前10時～10時45分	18歳以上の方	50人
アクアビクス	午後１時～１時45分	18歳以上の方	50人

※ペン習字は筆ペンとボールペン、フラワーアレンジメントははさみと材料費500円、竹の水鉄砲作りは材料費500円とロッカー代100円を持参してください。

【バドミントンイベント】
時午前９時20分～正午　対バドミントン経験者　定150人（抽選）　内元オリンピック選手によるワンポイントレッスン、エキシビションマッチなど　申往復ハガキ（１人１枚まで）に行事名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、バドミントン歴（年数）を書いて９月20日㈮（必着）までに郵送

【プール開放】
時午前９時30分～正午、午後０時30分～３時、午後３時30分～６時　対おむつが取れている３歳以上の方　※小学校３年生以下の方は保護者同伴。　定各200人（当日先着順）　※完全入替制。各開始の30分前から整理券を配布します。ロッカー代（100円）が必要。

【スポーツ・カルチャー教室】
時間、対象などは表のとおりです。いずれも申込先着順。　申９月15日㈰から電話で

◇　◇

所申問〒577-0804中小阪4-7-60　東大阪アリーナ　06(6726)1995、FAX06（6726）1994

第1回意見交換会

地域住民ら計500人が参加

東大阪市版地域分権への第一歩となるまちづくり意見交換会が8月下旬、市内7か所で開かれました。7地域合わせて511人の地域住民らが参加。「地域活動の相互理解」をテーマに、まちづくりに対する想いや地域固有の課題について意見を出しあいました(写真)。

この意見交換会は、本市独自の地域分権を進めていくためには、まちづくりに想いをもつ皆さんが自由に意見を交わせる機会を設けることが重要と考え、今年度はA～Gのそれぞれの地域で4回開催します。

10月には「地域課題と魅力の抽出」をテーマに第2回の意見交換会を開催し、地域のあるべき理想像を語り、現状と比較することで地域の課題や魅力を見出します。

住んでいる地域だけでなく、どなたでも興味がある地域の意見交換会に参加できます。

また、今回から参加することもできます。

第2回からでも参加できます

現在まちづくり活動をしている方やこれからまちづくり活動をしたいと思っている方、どうしようか迷っている方も、ぜひ参加してみませんか。

◇とき・ところ　▽A地域＝10月3日(木)、ゆうゆうプラザ(日下)▽B地域＝1日(火)、やまなみプラザ(四条)　▽C地域＝8日(火)、グリーンパル(中鴻池)　▽D地域＝10日(木)、くすのきプラザ(若江岩田駅前)　▽E地域＝7日(月)、市役所本庁舎18階大会議室　▽F地域＝11日(金)、夢広場(布施駅前)　▽G地域＝2日(水)、はすの広場(近江堂)

☆いずれも午後7時～9時

◇申込方法　申込書に必要事項を書いて9月25日(水)(必着)までに郵送(ファクス、Eメールも可)

※申込書は市ウェブサイトからダウンロード可。市民協働室、市民プラザでも配布。

※第1回の内容や今後のスケジュールは市ウェブサイトに掲載しています。

◇申込み・問合せ先　〒577-8521市役所市民協働室　☎06(4309)3319、FAX06(4309)3319、Eメール machikai@city.higashiosaka.lg.jp

環境を守り育むために

環づくり会議に参加しよう

市では、情報の共有や活動のネットワーク化を図るため「東大阪環づくり会議」を開催しています。今年度の会議に参加する市民委員と環境活動を行う団体から委員を募集します。

◇会議のとき　11月2日(土)午前10時～正午

◇ところ　市役所本庁舎18階研修室

◇対象　▽市民委員＝市内在住・在勤・在学いずれかの18歳以上の方▽環境団体推薦委員＝市内在住・在勤・在学(いずれか)の構成員が7人以上で、文書による規約などがあり、過去3年間に市内で環境に関する啓発や活動を行っている非営利の市民団体

※公務員は不可。

◇定員　▽市民委員＝7つのリージョン地域ごとに2人で計14人程度(抽選)　▽環境団体推薦委員＝2団体(1つの団体から7リージョン地域ごとに1人で計14人程度、抽選)

◇申込方法　応募用紙に必要事項を書き、環境団体推薦委員は過去3年間の活動実績、推薦者名、団体の規約を添えて9月30日(月)(必着)までに郵送(ファクス、Eメールも可)

※応募用紙は市ウェブサイトからダウンロード可。環境企画課でも配布。

◇応募・問合せ先　〒577-8521市役所環境企画課　☎06(4309)3198、FAX06(4309)3818、Eメール kankyokikaku@city.higashiosaka.lg.jp

市民デザインの

ラガーシャツで花園誘致へ！

考案者の小川さんが市長表敬

2019年のラグビーワールドカップ花園開催に向けた誘致活動をさらに広めようと、市民公募していたラガーシャツデザインを考案した小川清さん(67歳、横小路町3・写真左)が、このほど野田市長を表敬訪問しました。

この日は、決定したデザインをもとに作製された真新しいラガーシャツが野田市長から小川さんに手渡されました。

野田市長が「新たなラガーシャツが加わり、誘致に向けてパワーが生まれたと思います」と話すと、小川さんは「ラグビーワールドカップの誘致に向けて一役かえればと思い応募しました。トライくんのかわいさを意識してデザインしています。東大阪が世界に知れ渡るよう、ぜひ花園誘致を成功させてほしいです」と花園開催への熱い思いを語っていました。

今後、これまでのラガーシャツとあわせて、新しいデザインも活用し誘致を盛り上げていきます。

わだい

「おおさか芝生優秀賞」を受賞

小阪小校庭芝生化実行委員会

市立小阪小学校の芝生の育成や維持管理に取り組む「小阪小学校校庭芝生化実行委員会」が、このほど大阪府から「おおさか芝生優秀賞」を授与されました。

この賞は、府内の小学校で芝生活用に功績がある団体を表彰することで、校庭の芝生化をさらに推進し、地域の活性化につなげようと大阪府が今年度創設したものです。

小阪小学校校庭芝生化実行委員会は、校庭を芝生化することを目的に平成15年に設立。翌年には校庭1200㎡に芝生を整備し、これまで地域の方や保護者、PTA役員らで芝生への散水や芝刈りを行うなど、地域の住民らで協力して維持管理を進めてきました。

学校関係者によると、校庭が芝生になったことで、芝生の上で逆立ちをしたり裸足でおにごっこをしたりするなど、児童たちの遊び方が変わるとともにケガが少なくなっているそうです。また、秋には赤トンボが飛び交うようになり、校庭の光景が良くなったといいます。

9月5日に市長を表敬訪問した実行委員長の高田尚紀さんは「今後も子どもたちのために、より良い芝生化を進めていきます」と話していました。

地域住民の協力で芝生を維持管理(上)夏休みのキャンプを校庭で(下)

市役所を訪れた実行委員会のメンバー

認知症になっても 安心して暮らせるね

9月は高齢者保健福祉月間です

いつまでも自分らしく

認知症になる可能性は、自分の家族も自分自身も誰にでもあります。自分だったらどう生きたいかを考えたうえで、認知症の人の心に寄り添いながらサポートしていくことが大切です。

認知症になった人もその家族も安心して暮らせるまちにしていくため、地域で支援するとともに、理解を深めませんか。

誰もが住み慣れたまちで自分らしく暮らすためには、周囲の支援や認知症への正しい理解、サポートできる体制が必要です。

認知症になった人やその家族を支援するための事業や制度を紹介します。

【認知症サポーター】

認知症サポーターとは、認知症について理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り、支援する応援者のことです。

認知症サポーター養成講座を受講することで誰でもサポーターになることができ、現在市内には約1万人のサポーターがいます。地域の方だけでなく、小学校や中学校、商店などにも広がりつつあります。

サポーターのいるお店や企業は、登録店のステッカーやぬいぐるみのロバ隊長が目印です。

今後さらに、誰もが住み慣れた地域の中で安心して暮らせるまちをめざします。

◇問合せ先　角田総合老人センター　072（962）8011、FAX072（963）2020

【SOSオレンジネットワーク事業（高齢者見守りネットワーク）】

ここ数年、全国で認知症の人が行方不明になるケースが増加しています。発見が遅れると生命に関わる緊急事態におよぶこともあります。

徘徊などにより高齢者が行方不明になったときに、早期に保護できるよう今年2月からSOSオレンジネットワーク事業（高齢者見守りネットワーク）を開始しています。

徘徊する可能性のある高齢者がいる家族が事前に登録しておくと、もし行方不明になったときに、協力員になっている市内の公共機関や企業に情報がメールで配信され、捜索の協力をしてもらうことができます。これにより、早期発見・保護につながります。

◇問合せ先　角田総合老人センター

【成年後見制度】

認知症のために理解力や判断力が低下し、財産などの管理が難しくなった人を保護し、サポートする制度です。お近くの地域包括支援センター（表参照）へご相談ください。

◇問合せ先　地域包括支援センター

【日常生活自立支援事業】

認知症などによって物事を理解したり、判断したりすることが難しくなった方が自立した生活を送ることができるように、介護サービスの利用手続きや日常的な援助などを依頼することができます。

◇問合せ先　市社会福祉協議会内日常生活自立支援センター　06（6726）2515、FAX06（6726）2464

◇問合せ先　高齢介護室高齢介護課　06（4309）3185、FAX06（4309）3848

認知症サポーター登録店に貼られるステッカー㊨とサポーターがいることを示すぬいぐるみ㊧

地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、介護保険を利用する方や介護保険利用対象外の方で支援を必要とする高齢者およびその家族の相談に応じています。また、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介護予防ケアプランの作成も行っています。お住まいにより担当の地域包括支援センターが決まっていますので、くわしくは市ウェブサイトをご覧いただくか、高齢介護室高齢介護課へお問合せください。

名　称		所在地	電話・ファクス番号
ビオスの丘		善根寺町1－5－31	072（986）0211、FAX072（986）9003
布市福寿苑		布市町2－12－2	072（983）2255、FAX072（983）2277
千寿園		南荘町13－38	072（983）7725、FAX072（983）7701
福寿苑		出雲井本町3－25	072（985）7772、FAX072（985）1722
四条の家		南四条町1－1	072（987）7505、FAX072（987）9855
なるかわ苑		上六万寺町13－40	072（986）3680、FAX072（988）0134
みのわの里		古箕輪1－3－28	072（964）0308、FAX072（964）3060
春光園		横枕8－34	072（960）8666、FAX072（961）2050
アーバンケア島之内		吉田本町1－10－13	072（960）6072、FAX072（960）6080
向日葵		玉串町東1－10－20	072（966）7756、FAX072（966）5015
アンパス東大阪		若江南町3－7－7	06（4307）0165、FAX06（4307）0444
アーバンケア稲田		稲田新町1－10－1	06（6748）8009、FAX06（6748）8010
サンホーム		御厨南3－1－18	06（7670）3700、FAX06（6787）3885
レーベンズポルト		高井田元町1－19－24	06（6782）1313、FAX06（6782）1314
ヴェルディ八戸ノ里		下小阪4－7－36	06（6727）0213、FAX06（6727）0730
たちばなの里		岸田堂北町6－1	06（6224）5111、FAX06（6724）8232
イースタンビラ		寿町1－9－39	06（6728）3099、FAX06（6728）3092
基幹型	市社会福祉協議会 角田	角田2－3－8（角田総合老人センター内）	072（963）6663、FAX072（963）2020
基幹型	市社会福祉協議会 荒川	荒川3－4－23	06（6726）2533、FAX06（6726）2544

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。

自立生活支援事業

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援護高齢者などに日常生活用具（電磁調理器、火災警報機、自動消火器）を給付します。なお、火災警報機、自動消火器は低所得者が対象です。	○東・中・西福祉事務所高齢福祉係 ○地域包括支援センター
緊急通報装置のレンタル★	ひとり暮らしの高齢者などが、家庭での事故や突然の病気のとき、ペンダントのボタンを押すと受信センターにつながり、適切な対応をします。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。	
福祉電話の貸与☆	ひとり暮らしの高齢者などで電話がない方に、緊急時に連絡するための電話を貸し出します。所得制限があり、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。	
街かどデイハウス運営事業☆	虚弱などにより軽度の援助を必要とする在宅の高齢者に、地域の身近な施設を活用して、趣味や創作、レクリエーション、介護予防など、住民参加による日帰り援助サービスを提供します。	
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高齢者の家庭を訪問して、さまざまな相談に応じます。	○市社会福祉協議会
ひとり暮らし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を、どこからも受けていないひとり暮らしの高齢者に、アンケートを実施してその生活状況を把握し、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
住宅改造助成事業	高齢者や重度身体障害者が住み慣れた地域で安心して生活できるよう所得に応じて住宅改造費を助成します。高齢者は高齢介護室給付管理課、重度身体障害者は障害者支援室へお問合せください。	○高齢介護室給付管理課 ○障害者支援室

街かどデイハウスをご利用ください

地域の身近な施設を活用して、住民参加による日帰り援助サービスを提供する「街かどデイハウス」を市内17か所に開設しています。対象は、介護保険制度を利用していない市内在住の65歳以上の方です。ぜひ、ご利用ください。　**内容**　趣味活動（手芸、折り紙、習字、ちぎり絵）、ゲームやパズル、介護予防活動（運動機能向上、認知症予防、口腔ケア）、レクリエーション活動、昼食　※開設日時や利用料など、くわしくはお問合せください。所在地については、市ウェブサイト内「e～まちマップ」にも掲載しています。

■問合せ先　▷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
いきいきライフ夢	若江北町1-36-30	06(6725)7238
陽だまり	長堂1-18-1	06(6783)7738
みんなでたのしも会（めざめ）	西石切町3-2-6-101・102	072(980)7040
高麗いきいきクラブ	長栄寺4-12	06(6782)6401
こひゃん	南荘町12-10	072(981)2183
大蓮ふれあいの家	大蓮南1-3-16	06(6727)5308
すずめの学校	荒本1-8-14-105	06(6783)5963
憩いの森	寿町1-1-35	06(6720)0365
街かどデイハウスほんわか	永和2-24-29	06(6727)6002
ぬくもり	南鴻池町2-16-28	06(6747)1463
じゃがいもくらぶ	稲田上町1-7-10	06(4309)0878
南四条	南四条町12-11	072(986)0693
和氣愛々	長瀬町2-8-15店舗105	06(6723)8889
とも	日下町3-4-43	072(986)0002
お達者くらぶ	吉田1-3-22	072(963)2282
生き生きネット和の会	友井3-6-11	06(6730)5630
ふるさと	花園本町1-11-32	072(983)5562

（平成25年５月１日現在）

所得税控除の制度

サービス・事業名		内　　容	問合せ先
所得税の控除	障害者控除	寝たきり高齢者本人および扶養親族に寝たきり高齢者がいる方は、障害者控除が認められる場合があります。寝たきり高齢者とは、その年の12月31日の現況で、引き続き６か月以上にわたり身体障害により常に寝たきりの状態で、介護を受けなければ自ら排便ができない程度の状態であると認められる高齢者をいいます。	○東大阪税務署 ○国税庁ホームページ
	医療費控除	●６か月以上寝たきりの方のおむつ代が対象です。その方を治療している医師が発行したおむつ使用証明書が必要です。 ●介護保険制度で提供された一定の施設・居宅サービスの自己負担額が対象です。指定介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）のサービスの対価（介護費や食費、居住費）は、支払額の２分の１相当が対象となります。	
	住宅特定改修特別控除	一定の要件に当てはまるバリアフリー改修工事をした場合、所得税から税額控除を受けることができます。	
	年金所得者の申告手続きの簡素化	その年中の公的年金等の収入金額が400万円以下で、かつその年中の公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合、その年中の所得税の確定申告書は提出不要です。 ※ただし医療費控除などによる所得税の還付を受けるための申告書は提出できます。また、所得税の申告書の提出が不要であっても、住民税の申告が必要な場合があります。 来年１月１日以降、年金所得者が寡婦・特別寡婦・寡夫控除を受ける場合、扶養親族等申告書を提出することで市・府民税申告書の提出が不要になります。	
障害者控除対象者認定書交付		障害者手帳を持っていない65歳以上の方も、介護保険主治医意見書や医師の診断、職員の調査などに基づき、障害者に準ずる状態または寝たきりの状態の場合は、障害者控除対象者認定書を交付します。	○東・中・西福祉事務所高齢福祉係

介護保険事業など

サービス・事業名		内　　容	問合せ先
在宅サービス	訪問介護（ホームヘルプサービス）☆	ホームヘルパーが家庭を訪問し、入浴や食事など身の回りの世話をします。	○居宅介護支援事業者 ○介護サービス事業者 ○地域包括支援センター ○指導監査室居宅事業者課 ○指導監査室施設課 ○高齢介護室給付管理課 ※要支援１・２と認定された方は介護予防サービスを、要介護１～５と認定された方は介護サービスを利用します。
	訪問入浴介護☆	浴槽を積んだ車で家庭を訪問し、入浴を介護します。	
	訪問看護☆	看護師などが家庭を訪問し、主治医と連絡をとりながら病状の観察や床ずれの手当てなどをします。	
	訪問リハビリテーション☆	理学療法士などが家庭を訪問し、必要なリハビリテーションをします。	
	居宅療養管理指導☆	医師や歯科医師、薬剤師などが家庭を訪問し、療養上の管理や指導をします。	
	通所介護（デイサービス）☆	デイサービスセンターに通所した方に、入浴や食事の提供など日常生活上の支援や機能訓練を行います。	
	通所リハビリテーション（デイケア）☆	介護老人保健施設、病院、診療所に通所した方に、心身の機能維持や回復のために必要なリハビリテーションをします。	
	短期入所生活介護（ショートステイ）☆	介護老人福祉施設などに短期間入所した方に、入浴や食事などの介護、その他日常生活上の支援や機能訓練を行います。	
	短期入所療養介護（ショートステイ）☆	介護老人保健施設などに短期間入所した方に、看護や医学的管理のもと、介護や機能訓練、その他必要な医療や日常生活上の支援をします。	
	特定施設入居者生活介護☆	介護付有料老人ホームなどに入居している方に、介護や日常生活上の支援をします。	
	福祉用具の貸与☆	車いすや特殊寝台などを貸し出します。ただし、介護度によって対象とならない用具もあります。	
	福祉用具購入費の支給	入浴用いすや腰掛便座などの特定福祉用具購入費を支給します。	
	住宅改修費の支給	手すりの取付けや段差の解消など、小規模な工事の住宅改修費を支給します。事前に協議が必要です。	
地域密着型サービス	定期巡回・随時対応型訪問介護看護☆	日中・夜間を通じて、訪問介護と訪問看護が一体的または密接に連携しながら、短期間の定期巡回訪問および随時対応をします。なお、要支援１・２の方は利用できません。	○居宅介護支援事業者 ○介護サービス事業者 ○地域包括支援センター ○高齢介護室給付管理課 ○指導監査室施設課 ※要支援１・２と認定された方は介護予防サービスを、要介護１～５と認定された方は介護サービスを利用します。なお、原則として本市の介護保険被保険者のみがサービスを利用できます。
	認知症対応型通所介護☆	認知症の高齢者に、自宅からの送迎や入浴、排せつ、食事などの介護や簡単な機能訓練を提供します。	
	小規模多機能型居宅介護☆	通所サービスを中心に、スタッフが訪問するサービスや利用者が事業所に宿泊するサービスを、利用者の選択に応じて組み合わせるなど、多機能なサービスを提供します。	
	認知症対応型共同生活介護（認知症対応型グループホーム）☆	認知症の高齢者に、居室や居間、食堂などを備えた５人～９人のユニットで共同生活ができる場を提供し、日常生活の介助をします。なお、要支援１の方は利用できません。	
	地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護☆	定員30人未満の小規模な介護老人福祉施設で、食事や入浴、機能訓練などのサービスを提供します。なお、要支援１・２の方は利用できません。	
地域支援事業	食の自立支援（配食）サービス☆	食事の調理が困難な65歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者のみの世帯などで、次のいずれかの方に栄養バランスのとれた食事（昼食）を１食450円で自宅まで届けます（週４回以内）。 ▷要支援・要介護と認定された方　▷地域支援事業に基づく二次予防事業対象者と決定され、予防プランに配食サービスを組み込まれた方	○東・中・西福祉事務所高齢福祉係 ○地域包括支援センター
	在宅老人介護者のつどい☆	家庭で寝たきりや認知症の高齢者を介護している方に、介護サービスの情報や交流の場を提供します。	○市社会福祉協議会
	家族介護慰労金支給事業	要介護４・５と認定され、在宅で１年以上（入院日数が90日以内）介護保険の給付を受けていない市民税非課税世帯の高齢者を介護している家族（市民税非課税世帯に限る）に、年額10万円の慰労金を支給します。	○東・中・西福祉事務所高齢福祉係
	家族介護教室事業	要介護高齢者を介護している家族などに、介護に関する知識や情報を提供する教室を開催し、地域で自立した生活ができるよう支援します。	○地域包括支援センター
	介護用品支給事業	要介護４・５と認定され、介護保険の利用者負担が第１・２段階の高齢者（生活保護世帯などを除く）を在宅で介護している家族（市民税非課税世帯に限る）に、紙おむつを現物支給します（１か月4,000円以内）。	○東・中・西福祉事務所高齢福祉係
	二次予防事業	身体状況が今後要支援・要介護状態になる可能性が高く、介護予防上の支援が必要な二次予防事業対象者を把握・決定します。また、要支援・要介護状態にならないよう介護予防プログラムを提供します。	○地域包括支援センター ○高齢介護室高齢介護課 ○健康づくり課
	一次予防事業	65歳以上の高齢者が要支援・要介護状態になることを防ぐために、介護予防に関する知識や運動方法の啓発を行い、介護予防教室などを開催しています。	○東・中・西保健センター ○地域包括支援センター ○高齢介護室高齢介護課
その他	健康増進事業	保健センターでは健康増進、生活習慣病の予防のための健康教室やがん検診、骨密度測定などを行っています。また、市内の歯科医療機関に委託して、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳、75歳、80歳の方に口腔内診査や保健指導を行っています。	○東・中・西保健センター ○健康づくり課

総合相談・権利擁護援助など

サービス・事業名	内　　容	問合せ先
認知症高齢者地域支援事業	認知症への理解を深めてもらうための啓発や、認知症高齢者が自立した生活ができる地域づくりを進めます。	○地域包括支援センター ○市社会福祉協議会 ○高齢介護室高齢介護課
日常生活自立支援事業★	認知症や知的障害、精神障害などで判断能力に不安があり、福祉サービスの利用契約を結ぶことが困難な方が適切なサービスを利用できるよう援助や代行、支援などを行います。	○市社会福祉協議会内日常生活自立支援センター
成年後見制度	裁判所が認知症などにより判断能力が不充分と認定した方のために、成年後見人などを選任し、財産管理や身上面の監護を行います。配偶者や４親等内の親族が家庭裁判所に申し立てることができますが、いない場合は市長が申し立てることができます。なお、利用手続きを行う親族がいる場合の成年後見制度利用相談など高齢者の権利擁護のための相談は、地域包括支援センターで応じています。	○大阪家庭裁判所後見係 ○地域包括支援センター ▷市長申立てに関する相談＝東・中・西福祉事務所高齢福祉係
高齢者虐待防止のための支援	虐待を受けている恐れのある高齢者に気づいたとき、また自分自身が虐待を受けて苦しんでいる方はご相談ください。地域ケア会議の一環として取り組んでいる高齢者虐待防止ネットワークを活用し、市と関係機関が協力して問題解決のために支援します。	○地域包括支援センター ○東・中・西保健センター ○東・中・西福祉事務所高齢福祉係

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)6620
▷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

■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

■障害者支援室
06(4309)3184、FAX06(4309)3815

■東大阪税務署　06(6724)0001　※自動音声案内。
■国税庁ホームページ　http://www.nta.go.jp/
■市社会福祉協議会内日常生活自立支援センター
06(6726)2515、FAX06(6726)2464

■大阪家庭裁判所後見係　06(6943)5872

■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

■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

■指導監査室施設課
06(4309)3315、FAX06(4309)3813

■健康づくり課
072(960)3802、FAX072(960)3809

平成25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。	○東・中・西福祉事務所高齢福祉係
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、農園を貸し付けています（1年間）。	
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。	
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
シニア地域活動実践塾（悠友塾）事業☆	60歳以上の方が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1,000円）。	○高齢介護室高齢介護課
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）。	
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㈯を予定）。	

老人センターを利用しませんか

市内に6か所ある老人センターでは、市内在住の60歳以上の皆さんに、より豊かで生きがいのある生活を送っていただくため、さまざまな行事や教室を開催しています。また、高齢者が抱える相談にも応じています。対象は、市内在住の60歳以上の方です。老人センターを利用しませんか。

開館時間　月曜日～土曜日午前9時～午後5時（祝日、年末年始は休館）

おもな活動

【教室事業・教養講座】
趣味の輪を広げることを目的に各種教室を開催しています。

【同好会・クラブ活動】
趣味活動を通じて、心豊かな生活と参加者同士の交流によるふれあいの輪を広げてもらうため、心身の健康維持や生きがいづくりを推進しています。

【各種相談事業】
日常生活の心配事や健康などの相談に応じています。

◇　◇

ほかにもさまざま活動を行っています。お近くの老人センターで利用登録のうえ、ご利用ください。

名　称	所　在　地	電話番号	ファクス番号
八戸の里	中小阪5-14-27	06(6724)6220	06(6724)6738
長　瀬	長瀬町2-11-19	06(6720)5653	06(6724)9869
荒　本	荒本2-5-38	06(6788)2214	06(6788)3353
五　条	五条町9-45	072(985)3751	072(986)7592
高井田	高井田元町1-2-13	06(6789)3751	06(6789)9174
角田総合	角田2-3-8	072(962)8011	072(963)2020

※実施している事業は老人センターによって異なります。くわしくは老人センターのウェブサイトをご覧いただくか、お問合せください。

住宅

サービス・事業名	内　　容	問合せ先
シルバーハウジング★	高齢者が自立し、安全で快適な生活ができるよう配慮した公営住宅で、生活指導や相談、緊急時対応を行う生活援助員を配置しています。入居者の募集は市政だよりでお知らせします。	○住宅政策課
高齢者向け優良賃貸住宅★	バリアフリー化した民間賃貸住宅で、所得により一部家賃補助があります。緊急時対応システムを導入している住宅もあります。	
サービス付き高齢者向け住宅☆	バリアフリー構造などがあり、安否確認や生活相談サービスの提供により、高齢者が安心して居住できる民間賃貸住宅です。生活支援・介護・医療サービスの提供が受けられる住宅もあります。	
有料老人ホーム☆	施設の運営事業者が高齢者に、食事、介護、家事、健康管理のいずれかのサービスを提供する施設です。	○施設

施設への入所

	サービス・事業名	内　　容	問合せ先
介護保険制度	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）への入所☆	入浴や食事などの介護、その他日常生活上の支援や機能訓練、健康管理、療養上の世話が受けられます。	○施設 ○居宅介護支援事業者 ※対象は要介護1～5と認定された方。
介護保険制度	介護老人保健施設（老人保健施設）への入所☆	看護・医学的管理のもと、介護、機能訓練、その他必要な医療、日常生活上の支援が受けられます。	
介護保険制度	介護療養型医療施設への入所☆	療養上の管理、看護・医学的管理のもと、介護、機能訓練、その他必要な医療などが受けられます。	
介護保険制度外	養護老人ホーム★	環境や経済上の理由により居宅での生活が困難な65歳以上の方が入所できます。	○東・中・西福祉事務所高齢福祉係
介護保険制度外	軽費老人ホーム★	独立して暮らすには不安がある60歳以上の方が入所できます。夫婦・単身者用の個室があり、入所者は食事や入浴、生活相談、介護保険のサービスが受けられます。	○施設
介護保険制度外	軽費老人ホームA型★	家庭環境などの理由により居宅での生活が困難な60歳以上の方が入所できます。食事や入浴、生活相談、緊急時対応など日常生活上の基本的なサービスが受けられます。	

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)6620
▷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

■高齢介護室高齢介護課
06(4309)3185、FAX06(4309)3848

■住宅政策課
06(4309)3231～2、FAX06(4309)3834