



# 東大阪市政だより

発行日：平成30年(2018年)1月1日  
毎月2回発行(1日・15日)

新年号  
No. 1127

## もくじ

- 2 証明書のコンビニ交付  
4月から手数料が100円安く
- 3 高額医療・高額介護合算制度  
対象者は申請を
- 8・9 忘れない「1・17」  
災害に備えて
- 16 Special Events

発行：東大阪市長公室広報広聴室広報課 〒577-8521東大阪市荒本北一丁目1番1号 人口 49万7835人 ■世帯数 22万6187世帯(平成29年12月1日現在)  
電話 06(4309)3000 ■FAX 06(4309)3821 ■市ウェブサイト <http://www.city.higashiosaka.lg.jp/> ■市公式フェイスブック <https://www.facebook.com/higashiosaka.city>

# 謹賀新年

## トライくんと祝おう！ お楽しみ新年会

ゆるキャラ®グランプリ2017でご当地部門第3位(全681体中)となったトライくんといっしょに新年をお祝いしませんか。■1月13日(土)14時30分～16時 ■クリエイション・コア東大阪南館3階技術交流室B ※車での来場はご遠慮ください。■150人(市内在住・在勤・在学を優先して抽選) ■トライくんとゲーム大会など ■小・中学生500円、高校生以上1500円 ※トライくんからのプレゼント・軽食付き。未就学児は無料。■基本事項(15面に掲載)と市外在住の方は勤務先・所在地または学校名を1月5日(金)までに往復ハガキまたはEメールで ■〒577-8521市役所企画室 06(4309)3101、FAX06(4309)3826、[kikaku@city.higashiosaka.lg.jp](mailto:kikaku@city.higashiosaka.lg.jp)



今年もよろしく  
お願ひします

## 井山裕太杯 新春囲碁フェスティバル

本市出身の囲碁のプロ棋士で、国民栄誉賞の授与も検討されている名誉市民・井山裕太さん(写真)を招いて、囲碁に親しむイベントを開催します。■1月6日(日)10時～16時 ■クリエイション・コア東大阪南館3階 ※車での来場はご遠慮ください。■囲碁体験(指導碁、詰め碁など)、講演、遊びコーナーなど ※子どもを対象に市ゆかりのグッズをプレゼント(先着100人)。なお、当日は対局もありませんが、すでに募集を終了しています。 ■▷(公財)市文化振興協会 06(6736)3660、FAX06(6736)3661 ▷文化国際課 06(4309)3155、FAX06(4309)3823



市制施行50周年を迎えた昨年は、七冠を再奪取した囲碁の井山裕太棋士や世界陸上で銅メダルを獲得した多田修平選手など、市出身者が多方面で活躍した一年になりました。また、ラグビーワールドカップ2019日本大会の花園での試合日程も決定し、機運がますます高まっています。

今年も昨年以上に、皆さんとともに東大阪を盛り上げていきます。

## 新年のごあいさつ



議長 西田和彦



市長 野田義和

新年明けましておめでとうございます。市民の皆様におかれましては、すこやかな新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。昨年は、本市の名誉市民である井山裕太七冠への国民栄誉賞の授与が検討されるという本市にとって大変喜ばしい知らせが舞い込みました。また、多くの皆様に応援いただき、本市のトライくんがゆるキャラ®グランプリで全国3位に輝きました。改めて厚くお礼申し上げます。さて、ラグビーワールドカップ日本

明けましておめでとうございます。皆様には希望に満ちた新年をお迎えのこととお慶びを申し上げます。さて、昨年を振り返りますと名誉市民である井山氏への国民栄誉賞授与が検討されるという嬉しいニュースがございました。また、ラグビーワールドカップ2019における市花園ラグビー場の対戦カードが決定したのも記憶に新しいかと思えます。花園ラグビー場では計4試合が行われる予定であり、世界各国の方々から本市にお越しになります。このまた

大会の試合日程が発表され、花園では4試合(合計7ヶ国が熱戦を繰り広げることになりました。現在、市花園ラグビー場の改修は本年中、また、文化創造館の建設も2019年の完成に向けて進んでおり、今後も市民生活に潤いを与える文化・スポーツのさらなる推進・発展に努めてまいります。市制施行50周年から新たな歩みを始めた東大阪の輝かしい未来のため、市民の皆様とより強固なスクラムを組んでまらつくりを進めてまいりますので、今後とも一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様方にとって、実り多い一年となりますことを心よりお祈り申し上げます。新年の挨拶をいたします。

とない機会に本市の魅力や存分に世界へ発信できるよう努めてまいります。一方で、台風などの自然災害が全国で猛威を振るい各地に被害をもたらしました。災害から命を守るためにも市民の皆様には防災意識の向上をはじめ、災害に対する備えをしっかりととしていただく必要がございますので、避難所の再確認などをお願い申し上げます。本市にはまだまだ課題が山積しておりますが、市民の皆様にとって安全・安心で住み良いまちづくりのため、二一を的確に捉え、議会運営に努めてまいります。結びにあたり、市民の皆様にとって本年が希望に満ちあふれた一年となりますことをお祈り申し上げます。

1月15日号の発行はありません

記号の見方は15面に掲載

# 証明書のコンビニ交付 4月から手数料が100円安く！

## 2人の門出を祝して… ハピネス婚姻届が完成



市では、結婚する2人に末永く幸せになっていただきたいと願いを込めて「ハピネス婚姻届（写真左）」と「婚姻手続き早わかりBOOK」（同右）を作成しました。婚姻届のデザインは、大阪樟蔭女子大学に協力いただき、市のマスコットキャラクター・

トライくんをあしらっています。いずれも1月4日(木)から市役所本庁舎2階市民課と行政サービスセンターで配布します。ウェブサイトからダウンロードも可。ぜひご利用ください。  
市民課 06(4309)3172、FAX 06(4309)3804

### 取得できる証明書と交付手数料

証明書の種類	窓口での交付手数料	コンビニ交付手数料	
		(3月31日まで)	(4月1日から)
住民票の写し	300円	300円	200円
印鑑登録証明書	300円	300円	200円
戸籍の附票の写し	300円	300円	200円
戸籍証明書 【戸籍全部・個人事項証明書(戸籍謄抄本)】	450円	450円	350円
市民税・府民税証明書	300円	300円	200円

4月1日から、マイナンバーカード(個人番号カード)を利用して、全国のコンビニエンスストアに設置しているマルチコピー機で各種証明書(住民票の写しなど)が取得できるコンビニ交付サービスによる各種証明書の交付手数料を、窓口での交付手数料より100円割引することとなりました(表参照)。

これを機に、マイナンバーカードを取得して、コンビニ交付サービスをご利用ください。

なお、窓口での交付手数料には変更ありません。

**利用にあたって**

コンビニ交付サービスの利用には、あらかじめ有効な利用者証明用電子証明書が搭載されたマイナンバーカードが必要です。

利用可能時間は、毎日6時30分～23時。ただし、年末年始(12月29日～翌年1月3日)と、メンテナンス日には利用できません。

マルチコピー機の操作方法は右下図のとおりです。

### コンビニ交付ができる店舗

セブン-イレブン、ローソン、サークルKサンクス、ファミリーマート

※4月1日から、ミニストップおよびイオンリテールでもサービス開始予定。ただし、いずれもマルチコピー機設置の店舗に限ります。

### マイナンバーカードの申請は

- 【注意事項】
- ▽本市に現在住民票がある方のみ利用でき、転出届の手続き後は利用不可
  - ▽戸籍証明書は、本市に本籍がある方のうち住民票も本市にある方に限る
  - ▽住民票の写しには、履歴や一部項目が記載不可
  - ▽印鑑登録証明書は、印鑑登録されている方に限る
  - ▽戸籍証明書と戸籍の附票の写しは、最新のもののみ交付可
  - ▽市民税・府民税証明書は、証明年度の1月1日現在本市に居住している方に限る
  - ▽一度発行された証明書の引替えおよび手
- 料の返金は不可  
※記載内容を更新中  
の場合など、証明書が発行できないことがあります。
- 可。市役所本庁舎別館  
マイナンバーカード交付窓口・本庁舎2階市民課、行政サービスセンターでも配布。
- なお、通知カードの下部にある交付申請書が次のような場合は受付できず、申請書IDやコードも使用できません。
- ▽氏名欄や住所欄が「\*」で埋め尽くされている
- ▽氏名や住所、在留期間などを平成27年10月5日以降に変更した  
▽市役所の窓口で申請書IDが記載された交付申請書の発行を希望または受領した

## コンビニ交付が 一時停止

設備更新などのため  
コンビニ交付サービスを  
一時停止します。

設備更新などのため  
コンビニ交付サービスを  
一時停止します。

停止期間中は、いずれのコンビニエンスストアでも各種証明書を取得することができません。

### 停止期間

▷1月5日(金)17時30分～8日(祝)6時30分(設備更新)  
▷20日(土)17時～21日(日)17時(設備点検)  
※21日の再開は時間が前後する可能性があります。

なお、年始の利用は1月4日(木)6時30分からとなります。

市民室

# 絶対にだまされないで! あなたのお金を狙う「特殊詐欺」

市内では、百貨店や家電量販店の従業員をかたり、高齢者などからキャッシュカードをだまし取ろうとする事案が多発しています。絶対にだまされないよう、充分注意してください。



12月15日、市役所本庁舎で布施警察署との合同キャンペーンを実施(写真)。来庁者にチラシとティッシュを配布しながら、特殊詐欺被害防止を訴えました。

## 高額医療・高額介護合算制度の算定基準額(限度額)

所得区分	【後期高齢者医療保険+介護保険】の自己負担限度額(年額)
現役並み所得者	67万円
一般	56万円
低所得	II 31万円
	I 19万円 *

※低所得Iで介護サービス利用者が複数いる世帯の場合、介護支給分については低所得IIの自己負担限度額31万円が適用されます。

世帯内の後期高齢者医療保険の加入者全員が1年間に支払った医療保険と介護保険の自己負担額を合計し、限度額(表参照)を超えた場合、その超えた額を支給します。  
対象者には、申請書  
を1月下旬に送付しますので、記入・押印のうえ所定の封筒で返送してください。  
今回の対象は、平成28年8月1日から平成29年7月31日までの自己負担額です。  
医療保険室資格給

## 後期高齢者医療保険

# 対象者は申請を

# 高額医療・高額介護合算制度

## 国保・後期高齢 保険料の納付が 困難な方は相談を

付課 06(4309) 3167、FAX06(4309) 3804

保険料の納期限は毎月末です。必ず納期限までに納めてください。納め忘れていたり、遅れている方は、速やかに市役所本庁舎2階医療保険室保険料課または行政サービスセンターに納めてください。保険料を滞納すると、財産(預貯金、給与、不動産など)に対して差押えなどの滞納処分を行うこととなります。特別な事情により保険料を納めることが困難な方は、必ずご相談ください。  
医療保険室保険料課では、納付相談を行っています(土・日曜日、祝休日、年末年始を除く9時~17時30分)。相談には、保険料決定通

知書(納付書)または被保険者証、印鑑を持ってお越しください。相談に際して、収入・支出など生活状況をお聞きします。なお、行政サービスセンターの納付相談はできません。  
【夜間・休日納付相談】  
平日昼間の相談が困難な方は、ご利用ください。  
▽夜間 1月26日(金)17時30分~19時  
△休日 27日(土)9時~14時、28日(日)10時~14時  
◇ 所 医療保険室保険料課 06(4309) 3168、FAX06(4309) 3807

## インターネットでもできます

# 所得税の確定申告&出張相談

平成29年分の所得にかかる所得税の確定申告はインターネット上でもできます。また、申告書作成会場および申告相談会場も開設しますので、ご利用ください。

## インターネットで申告

国税庁ウェブサイト「確定申告書等作成コーナー」で、案内に従って金額などを入力

## 申告書作成会場

2月16日(金)~3月15日(内)9時~17時(相談受付は16時まで)  
※土・日曜日を除く。また、混雑時は早めに受付を終了します。  
所 東大阪税務署

## 税理士による出張申告相談

2月2日(金)~15日(内)9時30分~15時30分(相談受付は14時まで)  
※土・日曜日、祝休日を除く。また、混雑時は早めに受付を終了します。  
所 JAGリーン大阪本店(荒本北1)

## ご注意ください

確定申告書を提出す

る際には、マイナンバー(個人番号)の記載と本人確認書類(マイナンバーカード)、「通知カードと運転免許証または健康保険の被保険者証など」のいずれかの提示または写しの添付が必要です。また医療費控除について、今回から領収書の提出は不要となり自宅5年間の保存は必要、医療費の明細書の添付が必要となります。  
◇ 所 東大阪税務署 06(6724)0001(音声案内に従い操作してください)

## がん検診とセット

# 受けよう! 特定健診 1月28日(日)に集団健診

時 1月28日(日)9時~12時 所 保健所大会議室 40歳~74歳の市国民健康保険加入者で、今年度まだ特定健診を受けていない方 30人(抽選) 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・腎機能検査)、尿検査など ※希望者は大腸がん・肺がん検診(検診当日40歳以上で、今年度未受診の方のみ)、乳がん検診(平成29年4月1日現在、40歳以上の偶数年齢の女性。定員15人で抽選)も可。がん検診のみの受診は不可。  
大腸がん検診実施の場合は200円、乳がん検診実施の場合は800円 ※高齢受給者証、市民税非課税世帯の方は無料。乳がん検診はクーポン券対象者も無料。



国民健康保険被保険者証、特定健診受診券・市がん検診受診証(手元のない方はご連絡ください) 基本事項(15面に掲載)を1月11日(木)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、iriyokan@city.higashiosaka.lg.jp



# 重度障害者訪問看護利用料

## 助成事業を3月末で廃止

重度障害者訪問看護利用料助成事業は、3月末で終了します。これは、4月から福祉医療（老人・障害者・ひとり親家庭・子ども医療）費助成制度の対象医療が訪問看護ステーションが行う訪問看護（医療保険分）にも拡充され、福祉医療費助成制度に統合されることによるものです。

重度障害者訪問看護利用料助成の対象者が3月までに訪問看護ステーションが行う訪問看護（医療保険分）を受けた分については、4月以降も引き続き福祉医療（老人・障害者・ひとり親家庭・子ども医療）費助成制度の対象医療が訪問看護ステーションが行う訪問看護（医療保険分）にも拡充され、福祉医療費助成制度に統合されることによるものです。

【助成対象医療】訪問看護ステーションが行う訪問看護 ※国民健康保険・後期高齢者医療・社会保険に加入している方が対象。介護保険法による訪問看護は対象ではありません。

重度障害者訪問看護利用料助成の対象者が3月までに訪問看護ステーションが行う訪問看護（医療保険分）を受けた分については、4月以降も引き続き福祉医療（老人・障害者・ひとり親家庭・子ども医療）費助成制度の対象医療が訪問看護ステーションが行う訪問看護（医療保険分）にも拡充され、福祉医療費助成制度に統合されることによるものです。

市介護予防・日常生活支援総合事業において、4月から訪問型助成型サービス・通所型つどいサービス事業への参入を検討している方の事業実施計画書の受付を開始します。

市介護予防・日常生活支援総合事業において、4月から訪問型助成型サービス・通所型つどいサービス事業への参入を検討している方の事業実施計画書の受付を開始します。

サービスの対価を受け取るのではなく、市が事業活動に関する費用を補助する仕組みです。

市内に活動拠点または活動対象地域があり、2人以上で構成され自立している団体・グループ ※事業開始時点で構成員のうちの1人は担い手養成研修了または介護福祉士などの資格が必要。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

事業概要 ▽訪問型助成型サービス事業 ※市民ボランティアなどによる定期的な声かけや見守り、玄関先での生活支援（ごみ出しなど）▽通所型つどいサービス事業 ※地域のつどいの場で、住民ボランティアなど生活機能向上のための簡単な運動やレクリエーションを提供する ※事業は

事業概要 ▽訪問型助成型サービス事業 ※市民ボランティアなどによる定期的な声かけや見守り、玄関先での生活支援（ごみ出しなど）▽通所型つどいサービス事業 ※地域のつどいの場で、住民ボランティアなど生活機能向上のための簡単な運動やレクリエーションを提供する ※事業は

事業概要 ▽訪問型助成型サービス事業 ※市民ボランティアなどによる定期的な声かけや見守り、玄関先での生活支援（ごみ出しなど）▽通所型つどいサービス事業 ※地域のつどいの場で、住民ボランティアなど生活機能向上のための簡単な運動やレクリエーションを提供する ※事業は

訪問看護の診療月	制度	問合せ先
3月診療分まで	重度障害者訪問看護利用料助成事業	東・中・西福祉事務所
4月診療分以降	福祉医療（老人・障害者・ひとり親家庭・子ども医療）費助成制度	医療助成課

市介護予防・日常生活支援総合事業において、4月から訪問型助成型サービス・通所型つどいサービス事業への参入を検討している方の事業実施計画書の受付を開始します。

市内に活動拠点または活動対象地域があり、2人以上で構成され自立している団体・グループ ※事業開始時点で構成員のうちの1人は担い手養成研修了または介護福祉士などの資格が必要。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

事業概要 ▽訪問型助成型サービス事業 ※市民ボランティアなどによる定期的な声かけや見守り、玄関先での生活支援（ごみ出しなど）▽通所型つどいサービス事業 ※地域のつどいの場で、住民ボランティアなど生活機能向上のための簡単な運動やレクリエーションを提供する ※事業は

対象ではありません。▽重度障害者訪問看護利用料助成事業について東・中・西福祉事務所障害福祉係

（東）072-9988-6628、FAX072-9988-6671 中 072-9960-9285、FAX072-9964-71

10 西 06-6784-7980、FAX06-6784-7677、障害施策推進課 06(4309)3183、FAX06(4309)3813

▽福祉医療費助成制度について 06(4309)3166、FAX06(4309)3805

▽福祉医療費助成制度について 06(4309)3166、FAX06(4309)3805

▽福祉医療費助成制度について 06(4309)3166、FAX06(4309)3805

▽福祉医療費助成制度について 06(4309)3166、FAX06(4309)3805

# おれんじ通信

9

知って支える認知症

寄り添い、支える③  
 デイサービス、デイケアは、認知症により要介護認定を受けた方のほか、さまざまな障害をもった方が利用されています。利用者は、食事や入浴、体操、レクリエーションを他者と一緒に行い、ふれあう機会をもつことができます。また、認知症の進行を防止するためリハビリや体操クラブ作り、塗り絵、パズル、おや

つ作りなどもしています。一方で家族は、介護から解放される時間をつくることができます。ぜひ一度利用してみてくださいいかがでしょうか。

次回「寄り添い、支える④」です。なお、おれんじ通信への意見を寄せください。

地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3848

電話予約のうえ、必要書類を2月28日(木)までに直接

地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3848

地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3848

地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3848

# 大型ごみの収集

## 8月から有料になります

8月1日以降の申込みから大型ごみ（1辺が30cm以上のもの）の収集が有料になります。詳しくは、今後の市政だよりなどでお知らせします。

引越など臨時・多量に出るごみは、大型ごみとしての申込みはできません。水走の焼却工場（東大阪都市清掃施設組合）へ事前予約のうえ直接持ち込むか、市の許可業者へ依頼してください。

【大型ごみの申込み】有料化実施前には大型ごみの申込みが集中しますので、早めにお申込みください。なお、月曜日など休日明けの午前中は申込みが多く、電話がつながりにくくなっています。大型ごみ受付センター 072(9662)5374（日曜日・金曜日9時～17時。祝日も可）

▽有料化に関すること Ⅱ循環社会推進課 06(4309)3199、FAX06(4309)3183

**再生資源集団回収奨励金**  
**1月31日までに交付申請を**  
 自治会や子ども会などの登録団体が実施した集団回収に対し、1kg当たり5円（リターナブルびんは4円）の奨励金を交付しています。平成29年7月～12月に回収した古紙類など申請書を1月31日(木)までに郵送または直接 ※申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。  
 06(4309)3199、FAX06(4309)3818

**年末年始のごみ・資源の収集**

**年末 12月29日(金)まで**

**年始 1月4日(木)から**

年末年始のごみ・資源の収集は、年末が12月29日(金)まで、年始は1月4日(木)からです。平日の稼働日は、年末年始ともに通常収集を実施しますので、平常時と同様に決められた日の9時までに決められた場所に出してください。理解と協力をお願いします。

06(4309)3200、FAX06(4309)3818

12月				
27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)
通常収集			年末年始により休み	
1月				
1日(祝)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
年末年始により休み			通常収集	

**主な大型ごみ**



たんす



自転車



電子レンジ

▽有料化に関すること Ⅱ循環社会推進課 06(4309)3199、FAX06(4309)3183

ハッピーモニティ

ヨガをしたり出産や子育ての話をしたりしながら、体と心の調整を考えましょう。また、心理士から自分らしい出産や子育てについてお話しします。**時**2月1日(木)13時～16時  
**所**ももっこ(楠根子育て支援センター)  
**対**市内在住の妊婦・産婦と生後6か月までの乳児 **妊**妊婦10人・産婦と乳児6組(申込先着順) **持**母子健康手帳、タオル、飲み物 ※保育あり(定員6人で要予約)。  
**基**基本事項(15面に掲載)と妊婦は出産予定日、保育の要否を1月5日(金)から電話で(ファクス、Eメールも可)

**申**西保健センター **電**nishihoken@city.higashiosaka.lg.jp

みんなでマタニティ教室

**時**2月20日(木)13時30分～16時 **対**妊婦とそのパートナー・祖父母など(妊婦のみも可) **定**12組(申込先着順) **内**赤ちゃんのお風呂体験、赤ちゃんとの生活 **持**母子健康手帳  
**電**電話で

**所**東保健センター

聴覚障害者のための歯とお口の健康づくり教室

**時**1月31日(木)13時30分～15時 **対**市内在住の聴覚障害のある方 **定**30人(申込先着順) **内**保健師による歯周病や虫歯予防の講話 ※手話通訳・要約筆記あり。  
**基**基本事項(15面に掲載)と手話通訳・要約筆記の要否を1月18日(木)までにファクスまたは直接

**所**東保健センター

まちづくり応援隊と若返りへGO / ストレッチ&ストレスチェック



理学療法士が効果的なストレッチ方法などを伝授します。**時**1月16日(木)13時30分～15時30分 **定**30人(申込先着順) **申**1月4日(木)から電話または直接

**所**東保健センター

早期発見・治療のために乳がん(マンモグラフィ)検診

**時**2月15日(木)9時30分から・10時から・10時30分から＝市役所荒川庁舎(旧教育委員会) / 30人 / 西保健センターへ電話または直接  
 2月22日(木)13時から・13時30分から・14時から＝中保健センター / 35人 / 電話で  
 2月26日(月)9時30分から＝東保健センター / 30人 / 電話で ※いずれも申込先着順。  
**平**平成29年4月1日現在、40歳以上の偶数年齢の女性または無料クーポン券対象者 **料**800円 ※後期高齢者医療被保険者証または高齢受給者証をお持ちの方は無料。なお、生活保護受給者または市民税非課税世帯の方は事前に保健センターで無料受診券の交付を受けてください。  
**持**問診票、市がん検診受診証、健康手帳、バスタオル

**所**東・中・西保健センター

十分な免疫があるか確認しよう 風しん抗体検査

妊娠中(特に妊娠初期)に風しんに感染すると、生まれてくる子どもが心疾患や白内障、聴力障害など「先天性風しん症候群」になる可能性が高くなります。風しんの予防には、ワクチンなどを接種して免疫を得ることが有効です。

まずは、予防接種の要否を判断するために、十分な免疫があるかどうかを調べる抗体検査(無料)を受けましょう。

【平日の抗体検査】

**時**1月11日(木)＝西保健センター  
 2月5日(月)＝中保健センター  
 2月6日(火)＝東保健センター  
 ※いずれも9時30分～11時 **定**各15人(申込先着順)

【夜間の抗体検査】

**時**1月17日(木)18時～19時30分 **所**保健所母子保健・感染症課 **定**30人(申込先着順)

◇各実施場所へ電話で ※対象など詳しくは市ウェブサイトをご覧ください(右のコードからもアクセス可)、お問合せください。  
**申**東・中・西保健センター  
 母子保健・感染症課 072(960)3805、RX072(960)3809

1月 保健センターのごあんない

行事	ところ	東保健センター (072-982-2603)	中保健センター (072-965-6411)	西保健センター (06-6788-0085)
専門相談 クラミジア・梅毒・エイズ検査 B型、C型肝炎ウイルス検査 (証明書の発行はありません)		4日(木)・18日(木) 9:30～11:00	10日(木)・24日(木) 9:30～11:00	22日(月) 9:30～11:00
精神保健相談(予約制)		11日(木)・18日(木)・23日(火) 14:00～16:00	9日(火)・10日(水)・18日(木)・23日(火)・24日(水) 14:00～16:00 16日(火) 10:00～12:00	9日(火)・16日(火) 14:00～16:00 17日(水) 10:00～12:00
骨密度測定(予約制) (市内在住の20歳以上の方)		26日(金) 9:30～10:00		24日(水) 9:10～10:00
電話健康相談		月曜日～金曜日 9:00～12:00・12:45～17:30		
4か月児健康診査 (平成29年9月生まれ) ※個別に通知しています。		16日(火)・30日(火) 13:10～14:10	9日(火)・23日(火) 9:10～10:00 16日(火)(北部) 13:30～13:45	10日(水)・17日(水)・24日(水) 13:20～14:30
1歳6か月児健康診査 (平成28年6月生まれ) (幼児用歯ブラシ持参) ※個別に通知しています。		17日(水)・24日(水) 13:30～14:40	12日(金)・26日(金) 13:00～14:20 (北部は来月)	16日(火)・30日(火) 13:15～14:30
3歳6か月児健康診査 (平成26年7月生まれ) ※個別に通知しています。		12日(金)・26日(金) 13:30～14:40	5日(金)・19日(金) 13:00～14:20 10日(火)(北部・6月生まれも対象) 13:30～14:30	9日(火)・23日(火) 13:15～14:30
離乳食講習会		18日(木)13:00～15:00	17日(水)13:30～15:30	12日(金) 13:00から
糖尿病個別食事相談 (予約制)		17日(水)・24日(水) 9:30～11:00	5日(金)・19日(金) 9:30～11:00	10日(水)9:30～11:00 22日(月)13:00～16:00
BCG接種 (5か月から1歳の誕生日の前日までの乳児)		9日(火)・23日(火) 13:45～14:30	16日(火)・30日(火) 9:10～10:00	15日(月)・31日(水) 13:20～14:20

- ▶犬・猫に関する相談は動物指導センター(072-963-6211)まで。
- ▶就職などのための健康診断は医療機関のご利用を。
- ▶(北部)は唐津湖池公民館分室です。
- ▶西保健センターへの車での来所はご遠慮ください。

検査の種類	受付日・時間	料金	受付場所
検便(赤痢菌、サルモネラ属菌、大腸菌O157)	9日(火) 23日(火) 9:30 11:00	2640円	環境衛生検査センター
寄生虫卵検査、ぎょう虫卵検査		各432円	
水道法に基づく飲用水水質検査(予約制)	9日(火)	平常項目 1万6800円	06(6787)5004 RX06(6787)7404

# 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いたします。車での来場をご遠慮ください。

## ご協力ください 1月の献血

時所▷1月11日(木)=市役所本庁舎  
 ▷24日(木)=枚岡郵便局 ▷30日(木)=  
 菱江ショッピングプラザ ※受付時  
 間は場所によって異なり、日程を変  
 更する場合があります。受付時に保  
 険証などで本人確認をします。

所▷大阪府赤十字血液センター  
 06(6962)7654、FAX06(6968)4900  
 ▷地域健康企画課 072(960)3801、  
 FAX072(960)3806

## 健康・禁煙相談広場

時所▷1月9日(木)=①東保健セン  
 ター、③ももの広場(楠根)▷10  
 日(木)=③中保健センター▷11日(木)  
 =③グリーンパル(中鴻池)、③夢広  
 場(布施駅前)▷16日(木)=①ゆう  
 ゆうプラザ(日下)、③はすの広場  
 (近江堂)▷19日(金)=①東体育館、  
 ①中保健センター▷22日(月)=②大  
 蓮公民分館 ☆①は11時~12時、②は  
 13時30分~15時、③は15時~16時  
 市内在住の20歳以上の方 健康  
 ・禁煙相談、血圧測定など  
 所 東・中・西保健センター

## がん診療拠点病院 市立東大阪医療センター がんにあてて気軽にご相談を

市立東大阪医療センターは、「地  
 域がん診療連携拠点病院」に指定  
 されており、院内には「がん相談  
 支援センター」を設置しています。  
 市立東大阪医療センターでは、が  
 んに関する専門的な研修を受けた  
 医療ソーシャルワーカーや臨床心  
 理士が無料で相談に応じていま  
 す。

相談できる内容は、心理的な不  
 安、活用できる制度、セカンドオ  
 ピニオンに関する情報についてな  
 ど多岐にわたります。また、患者

会のサポートや就労に関する支援  
 も行い、ハローワークや産業保健  
 センターと連携し、患者さんが治  
 療しながら働き続けられるように  
 両立支援を行っています。

面談での相談は予約制ですが、  
 予約なしの電話相談も可能です。  
 まずは気軽にお問合せください。

相談時間 9時~17時(受付は  
 16時30分まで)

問(地独)市立東大阪医療セン  
 ターがん相談支援センター 06  
 (6783)3466、FAX06(6781)2322

## ご注意ください ノロウイルスによる感染症と食中毒

ノロウイルスによる感染性胃腸炎  
 や食中毒は冬場に多く発生します。  
 ノロウイルスは感染力が強く、汚染  
 された食品からの感染や患者の便、お  
 う吐物からの二次感染で広がること  
 があります。感染すると1日~2日の  
 潜伏期間を経て、おう吐や下痢、腹痛  
 などの急性胃腸炎の症状がみられま  
 す。微熱を伴うこともあります。通  
 常2日~3日で治ります。症状が治  
 ってからも、しばらくはウイルスの  
 排泄が続きますので注意が必要です。

感染症や食中毒にならないために  
 次のことに注意し、予防してくださ  
 い。▷おう吐物の処理やトイレの  
 清掃などには、使い捨て手袋とマス  
 クを着用し、塩素系漂白剤で殺菌す  
 る▷帰宅後やトイレの後、調理の前  
 後、食事前は必ず石けんで手を洗う▷  
 おう吐や下痢など体調が悪いときは、  
 できるだけ食品に直接触れない▷  
 カキなどの二枚貝を調理したときは、  
 使用した調理器具をよく洗浄し、熱湯  
 または漂白剤で殺菌する▷生食用  
 のカキでもできるだけ加熱処理する

問▷食品衛生課 072(960)3803、  
 FAX072(960)3807▷母子保健・感染  
 症課 072(960)3805、FAX072(960)3809

## 乳幼児健康相談

時所▷1月5日(金)10時~11時=あ  
 さひっこ(旭町子育て支援センター)  
 ▷10日(木)10時~11時=縄手南公民分  
 館▷12日(金)9時30分~10時30分=  
 西保健センター▷17日(木)10時~11  
 時=はすの広場(近江堂)▷18日  
 (木)9時30分~10時30分=中保健セン  
 ター▷24日(木)10時~11時=ももの  
 広場(楠根) 3歳未満の乳幼児  
 身体測定、育児・栄養相談など  
 母子健康手帳

問 東・中・西保健センター

## 60代で鍛えておきたい 筋力強化講座

時内▷1月31日(木)=肩▷2月28  
 日(木)=腰▷3月28日(木)=膝 ☆い  
 ずれも13時30分~16時 医師から  
 運動制限を指示されていない市内在  
 住の60歳までの方 定20人(申込先着  
 順) 着タオル、飲み物 申1月9  
 日(木)から電話で

所 中保健センター

## 歯科医師による成人歯科健康相談

時所▷1月24日(木)=西保健センタ  
 ー▷26日(金)=東保健センター▷  
 2月1日(木)=中保健センター ☆い  
 ずれも9時10分~10時 市内在住  
 の20歳以上の方 定各12人(申込先着  
 順) 申電話で

所 東・中・西保健センター

## 歯遊びい 歯みがき教室

時 2月2日(金)10時~11時30分 市  
 内在住の歯が生え始めた乳児(1  
 歳6か月くらいまで)とその保護者  
 定15組(申込先着順) 講話と実  
 習 母子健康手帳、タオル、家で  
 使っている歯ブラシ(あれば) 申  
 1月4日(木)から電話で

所 東保健センター

## 肺がん・結核エックス線検診

時所▷1月16日(木)・2月6日(木)9  
 時10分から・10時から=西保健セン  
 ター▷1月25日(木)9時30分から・  
 10時15分から、2月14日(木)13時15分  
 から・14時から=東保健センター▷  
 2月7日(木)9時20分から・10時10分  
 から、13日(木)13時から・13時50分  
 から=中保健センター▷肺がん検診  
 =市内在住の40歳以上の方▷結核  
 検診=市内在住の65歳以上の方 定  
 各日40人(申込先着順) 申電話で

所 東・中・西保健センター

## 血糖値を下げる教室

時 2月5日(月)・19日(月)・3月5日  
 (月)13時~16時(計3日間) 血糖値  
 が高め(HbA1c6.5%~7.9%)の方  
 とその家族 定18人(申込先着順)  
 医師の講話、運動実習など 持最  
 近の血液検査の結果(あれば) 申  
 基本事項(15面に掲載)を1月31日  
 (木)までに電話で(ファクス、直接も  
 可)

所 中保健センター

## お昼ごはんのつどい バランスよく食べて、元気に動いて

時 1月24日(木)10時30分~14時 市  
 内在住の65歳以上の方 定15人(申  
 込先着順) 調理実習と試食、健  
 康学習、体操 料500円 持エプロン、  
 三角巾、手ふき、飲み物 申基本事  
 項(15面に掲載)を1月4日(木)~19日  
 (金)に電話で(ファクス、直接も可)  
 所 中保健センター

**1月17日は「防災とボランティアの日」**  
**1月15日からは「防災とボランティア週間」**

## ～地域の防災力向上を



共助の大切さを確認した11月の総合防災訓練

**地域の力と**  
**きずなで減災**  
 市をはじめ各防災関係機関は災害に備えるためさまざまな対策を講じています。しかし、大規模災害が発生したときには公的な力だけでは十分な支援をすることができません。  
 阪神・淡路大震災では倒壊家屋の中から救出された人のうち、約8割が家族や近所の住民によって救出されたという調査結果があります。被害を最小限に食い止めるためには、地域の皆さんの協力が不可欠です。日頃から、近所の人同士で挨拶や声をかけをし、災害時に助けあえるような関係が築いておきましょう。

**自主防災組織の育成強化**  
 市内では、全校区で自主防災会が結成されています。自主防災会は、平常時には防災に対する啓発や訓練、災害時は被害情報などの収集伝達や救出救護活動給食給水活動などを行います。市では、自主防災会の訓練や講演会の開催協力などの活動支援を行っています。

**「自助」「共助」「互助」**  
 阪神・淡路大震災で、自助の力を発揮するために、日頃から地域住民が主体となった防災活動を行い、地域の防災力を高めておきましょう。

# 忘れない「1・17」災害に備えて

## あなたは、次に起こる災害にどう備えていますか？

災害発生時には、大前提として、まずは自分自身の安全を守りましょう。一人ひとりがいざというときに行動できるよう防災力を身につけておくことは、個々の家庭だけでなく、地域全体の防災力を強化することにもつながります。

- 家具の転倒や落下物でけがをしないよう、家具を固定したり、家具の配置を工夫したりしていますか。
- 家族との連絡手段は確保していますか。
- 当面の避難生活に必要な物は備蓄し、緊急時、すぐに持ち出せるようにしていますか。
- 安全に避難所まで行くことができますか。



平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災では、災害ボランティアの活動が被災地の復興への大きな力となりました。このことから、災害時における地域の自主的な防災活動やボランティア活動への認識を深めるために、1月17日は「防災とボランティアの日」、1月15日からは「防災とボランティア週間」と定められました。

地域や家庭で災害への備えを強化し、またボランティア活動について、今一度考えてみましょう。

☎危機管理室 06(4309)3130、FAX06(4309)3130、E06(4309)3130

# 消防出初式

1/14(日)

新春を彩る消防出初式を開催します。消防出初式では、好評の消防ヘリコプターの着陸やカラー放水などを披露します。また、子どもレスキュー体験や普段なかなか見ることができない資器材の展示なども行います。

☎1月14日(日)10時～11時30分(啓発コーナーは12時30分まで)  
 所 花園中央公園多目的芝生広場  
 消防ヘリコプターの着陸、一斉放水、消防車両のパレード、救助訓練、消防団ホップ操法、幼年消防クラブの演技など

※車での来場は遠慮ください。  
 ☎消防局総務課 072(966)9660、E072(966)9660



昨年の一斉放水



子どもレスキュー体験

各種防護服などの展示

## 大阪府下警防技術指導会 本市の消防隊が府下 No.1に



2階へ救出に向かうため、炎に見立てた標的に素早い動作で放水する隊員

11月に大阪府下警防技術指導会が行われ、府下の消防本部から選ばれた26隊が出場しました。本市からは中消防署の消防隊(4人)が出場。建物の2階から出火し逃げ遅れた人がいるという想定で、出動後逃げ遅れた人をはしごで救出し、消火が完了するまでの動作と所要



市長への報告会  
下のコードから本市消防隊の動画を視聴できます

時間を厳しく審査されました。審査の結果、本市は、隊員の動作が確実で消火が完了するまでの時間も早く、最優秀を獲得しました。  
 消防局では、市民生活の安全を確保するため、今後さらなる技術の向上をめざします。  
 ☎消防局警備課 072(966)9664、E072(966)9660

### 「非常持出し袋」を備えよう！

いざというとき、避難生活に必要なものをすぐに持ち出せるよう、次の例を参考に1つにまとめておきましょう。

- 食糧＝水、乾パン、アルファ化米、缶詰、チョコレートなど
- 避難用具＝懐中電灯、携帯ラジオ、スリッパなど
- 貴重品＝現金(小銭を多めに)、印鑑、保険証など
- 生活用具＝タオル、軍手など



リュックサックなどにまとめ、中身はときどき見直しをしよう

### 避難所の確認を！

市では、災害が発生したときの第1次避難所として市立小学校52校・中学校25校を指定しています。災害の状況によっては、避難経路が通れなくなったりすることもあります。日頃から複数の避難所と経路を確認しておきましょう。

- 【避難するときなどの緊急連絡先】  
 ▷市役所(代表) 06(4309)3000  
 ▷危機管理室 06(4309)3130  
 ▷宿直室(祝休日、夜間) 06(4309)3330

### 防災パネル展

☎1月17日(日)9時～16時  
 所 市役所本庁舎1階多目的ホール  
 内 阪神・淡路大震災や東日本大震災の被災写真、備蓄物資や防災資機材の展示

### 防災講演会

☎1月18日(木)10時～11時30分(開場は9時30分) ☎イコラーム(男女共同参画センター) ☎244人(当日先着順) ☎人と防災未来センター長の河田恵昭さんによる講演「災害に強い率先市民になろう」

## 市の主な防災対策

- 【備蓄物資の整備】 市内の避難所と備蓄倉庫に、アルファ化米、飲料水、粉ミルク、毛布、衛生用品、簡易トイレ、発電機付投光機、車いす、ガスバーナーセットなどの物資を整備しています。
- 【防災行政無線の整備】 緊急地震速報や避難勧告などの災害情報を発信する屋外スピーカーを設置しています。
- 【耐震性貯水槽】 災害時に必要不可欠な飲料水や初期消火用水を確保するため飲料水兼用耐震性貯水槽を市内6か所に設置しています。
- 【防災訓練の実施】 大災害を想定し、消防局、警察など、関連部局が協力し、防災訓練を実施しています。
- 【防災講演会の実施】 市民の防災意識の向上を図るため、講演会を実施しています。また、各自主防災会で行われる防災関係のビデオ上映、講習会なども行っています。



【講演内容】  
 ■「いま心配な新たな水害の発生」 特定非営利活動法人大規模災害対策研究機構(CDR)理事長で関西大学社会安全研究センター長の河田恵昭さん(写真)  
 ■「北河内・中河内地区における豪雨災害とその備え」 京都大学流域災害研究センター准教授の川池健司さん  
 ■「いのちを守る防災気象情報～警報・情報の「最新」利活用マニュアル」 関西テレビ報道ランナー・気象予報士の片平敦さん

## 寝屋川流域の水害に備える 大規模災害対策セミナー

寝屋川流域の成立ちや地形的特性、大規模風水害が発生した場合の被害の様相に対する理解を深め、日頃からの備えの重要性に対する意識を高めます。また、災害発生状況を想定し、行政や住民、ライフライン機関などの行動を計画しておく「タイムライン」の解説もします。  
 ☎2月3日(土)12時30分～16時30分 ☎大阪商業大学ユニバーシティホール蒼天 300人(申込先着順) ☎居住市町村、氏名、職業を1月26日(金)15時までにファクスまたはEメールで(電話も可) ※詳しくは大規模災害対策研究機構ウェブサイトをご覧ください。  
 ☎(特非)大規模災害対策研究機構 06(6374)4814、FAX06(6374)5108、E dr@newjcc.co.jp ☎危機管理室

## 災害時の物資の供給に協力

### 大阪金物団地協同組合と協定を締結

地震などの大規模な災害が発生した際、避難生活が長引くと個人の備蓄品や市備蓄物資が不足するなど、生活必需品が多数必要となることが予想されます。このことから、大阪金物団地協同組合と12月14日「災害時における物資等の供給協力に関する協定」を締結しました。この協定により、災害時に不足する生活必需品などを優先的に協同組合から提供いただけることとなります。同組合理事長の高橋由紀子さん(写真)は「災害のときのために、組合として防災に力を入れて取り組んでいますので、この協定を機に市民の皆さんに何か貢献できればうれしいです」と話していました。



このことから、大阪金物団地協同組合と12月14日「災害時における物資等の供給協力に関する協定」を締結しました。この協定により、災害時に不足する生活必需品などを優先的に協同組合から提供いただけることとなります。

## 心肺停止の男性を救った 専門学校生に感謝状



12月6日に行われた贈呈式で西消防署の鶴原署長から感謝状を受け取る小島さん(右)

路上で倒れていた男性を的確な応急手当で救命した市内在住の医療系専門学校生・小島亮太さんに、このほど西消防署長から感謝状を贈りました。  
 8月26日、店舗脇の路上で倒れている男性を帰宅途中の小島さんが発見。意識と呼吸はなく心肺停止状態でした。小島さんは、直ちに119番通報をし、心肺蘇生法を開始。到着した救急隊に引き継ぎました。  
 救命救急センターに搬送された傷病者に、ICU(集中治療室)に入院後翌々週にはしっかりと呼吸が確認でき、小島さんの行動は、処置は専門学校で学んでいますが、実際に初めてしたのは今回が初めてでした。なんと「助かってほしい」と話していました。

催しのつづき

鴻池家寄贈民具展  
むかしの道具いろいろ

江戸から昭和時代の電気暖炉や火鉢、カメラなど約50点を展示します。  
1月10日(火)～2月28日(水)10時～16時 ※月曜日・祝休日の翌日は休館。入館料(一般300円、小・中学生200円)が必要。  
所 鴻池新田会所 06(6745)6409、R06 (6744) 7498

その他

地域包括支援センター社協荒川  
・日常生活自立支援センターが移転

2月5日(月)から次の住所に移転します。なお、担当区域は変わりません。  
移転先 高井田元町1-2-13 社協荒川=06(4309)7525、R06(4309)7535 日常生活自立支援センター=06(4309)7572、R06(4309)7582  
高輪介護課 06(4309)3185、R06(4309)3848

市民美術センター展示室を貸出し

8月7日(火)～12月2日(日) (特別展などの期間を除く)の施設の貸出受付を行います。  
美術、書道、工芸、文学、茶花道、手芸などの発表・展覧会 茶会の開催 第1～第3展示室、和室、茶室、会議室  
2月1日(火)～7日(日)10時～17時に直接 ※抽選、使用料が必要。会議室のみの利用は不可。月曜日は休館。申込締切後に空き施設があるときは、3月1日(日)から再度受付(申込先着順)。  
市民美術センター 072(964)1313、R072(964)1596

市政だより「ふれあいの広場」

1月4日～16日に受付

市政だよりで趣味のクラブやサークルなどの会員募集や定期的な会合(月例会など)を案内する「ふれあいの広場」のコーナーを3月15日号に設けます。  
なお、「ふれあいの広場」と、イベント情報などを掲載する「掲示板」(偶数月の15日号に掲載)の併

水道管の凍結にご注意ください

気温がマイナス3度～4度を下回ると水道管が凍ったり、破裂したりすることがあります。家庭の水道管が凍結した場合の修理代金やそれに伴い発生した水道料金などは皆さんの負担となります。  
【こんな場所に水道管はありませんか】  
屋外でむき出しの水道管 家の北側など日中陰になっている場所の水道管 風当たりの強い場所の水道管



【事前の対策が重要】  
屋外でむき出しの水道管は保温材などで保護してください。使い古しの毛布やタオルをビニールテープで巻きつけるのも有効です。  
【水道管が凍り、水が出ないとき】  
自然に溶けるのを待つか、タオルなどをかぶせ、ゆっくりとぬるま湯をかけて溶かします。急に熱湯をかけると水道管が破裂したり、ひび割れたりすることがあります。  
【水道管が破裂したら】  
慌てずに水道メーターボックス付近にある止水栓を閉め、破損部分に布やテープを巻くなどの応急処置をして指定給水装置工事業者や近くの水道工事業者へ修繕を依頼してください(有料)。水道メーターより外側にある配管の破裂や水道メーターの破損は、市が無料で修理・交換します。

◇ ◇  
上下水道局総務課 06(6724)1221、R06(6721)2374

1月の移動図書館

移動図書館 06(6728)0202、R06(6730)7337

移動先	時間	曜日	移動先	時間	曜日
日下町丹波神社西側	13:20～13:50	9日(火)	花園西町公園	13:20～13:50	10日(水)
駅前公園(上石切町2)	14:00～14:30	23日(火)	若江本町北公園	14:00～14:40	24日(水)
ダイアバース横(西石切町2)	15:00～15:40		イスマヤ若江岩田店	15:20～16:10	
横小路メイ・トラス	13:20～13:40	12日(金)	東楠風荘公園稲荷神社横	13:20～14:20	10日(水)
上六方寺児童遊園	14:00～14:30	26日(金)	寺嶋公園	15:00～16:00	24日(水)
桜井児童遊園	15:00～15:40		春光園(横枕)	13:20～13:50	
瓢箪山稲荷神社東駐車場	13:20～13:50		加納アメリカ集会所前	14:10～14:50	17日(水)
大池公園	14:00～14:30	18日(水)	府宮加納住宅集会所前	15:10～15:50	
新池島町児童遊園	15:10～15:50		三ノ瀬公民館	13:10～13:50	
オーク新石切(西石切町7)	13:20～13:50	5日(金)	大和公園	14:00～14:40	18日(水)
豊浦公民館	14:10～14:40	19日(金)	はすの広場(近江堂)北側	15:20～16:00	
シャルマンコーポ枚岡公園	15:10～15:40		市菅島町住宅	13:20～13:50	9日(火)
東体育館前	13:20～13:50	11日(水)	市菅島住宅集会所前	14:00～14:40	23日(火)
マンハイム石切(日下町4)	14:20～15:00	25日(水)	新喜多公園	15:20～16:00	
J.A.孔舎街(日下町6)	15:30～16:00		金岡公園	13:40～14:30	
鴻北公園西側	13:20～14:00		柏田公園	14:40～15:10	16日(水)
府宮東鴻池第二住宅	14:10～14:40		岸田堂南公園	15:40～16:20	
メープルコート(鳥之内1)	15:30～16:00		西堤神社境内	13:30～14:10	11日(水)
玉串西団地集会所前	13:20～14:00	5日(金)	川俣処理場東側	14:20～14:50	25日(水)
府宮東大阪玉串住宅	14:10～14:40	19日(金)	稲田公園	15:20～16:10	
ライオンズマンション(若江東町2)	15:20～16:00		御厨天神社境内	13:20～13:50	12日(金)
角田総合老人センター	13:20～13:50	17日(水)	新家西町第2公園	14:00～14:30	26日(金)
プレジデント東大阪(若江町6)	14:10～14:50		五百石公園(御厨東2)	15:30～16:10	
八戸の里公園相撲場西側	15:30～16:20				

市民ソフトボール大会説明会

4月1日(日)に花園セントラルスタジアム(花園中央公園野球場)などで開催する市民ソフトボール大会(一般男子・女子)の説明会を行います。参加希望者は出席してください。  
2月4日(日)19時から(受付は18時30分から) 市ユトリート東大阪 市内在住・在勤(いずれか)の方  
市ソフトボール協会「西田」090(8120)6870 青少年スポーツ室 06(4309)3282、R06(4309)3835

6人制一般男子・女子・ママさん市民バレーボール大会抽選会

1月28日(日)に東体育館で開催するバレーボール大会の組合せ抽選会を行います。  
1月19日(金)20時から(受付は19時45分から) 東体育館 市内在住・在勤(いずれか)の方(高校生以下を除く) 1組3000円  
市バレーボール協会「松澤」072(963)6021 青少年スポーツ室 06(4309)3282、R06(4309)3835

納期限は1月31日  
市・府民税第4期分

市・府民税第4期分の納期限は1月31日(火)です。納期限までに市税取扱金融機関や郵便局、コンビニエンスストア(バーコードの印字されている納付書に限る)で納めてください。なお、納付書を紛失した場合は再発行しますので、ご連絡ください。  
また、口座振替を利用している方は、振替日の前日までに残高確認をお願いします。残高不足などで引落しができなかった場合、後日納付書(督促状)を送付します。この場合、延滞金がかかることがあります。  
納税課 06(4309)3148、R06(4309)3808

1月10日は110番の日

110番は警察への緊急電話です。いざ知らず電話は事件・事故への緊急対応の妨げとなりますので、やめましょう。  
布施警察署 06(6727)1234  
河内警察署 072(965)1234 枚岡警察署 072(987)1234 R110番 06(6941)1022

# お知らせコーナー

## 催し

企画展示 「秋成、どんな字？」  
筆跡を手がかりに人物像に迫る



秋成が晩年愛用した幻のア  
タシ筆の試筆をぜひ見たい

上田秋成をはじめ河澄家ゆかりの  
文化人の墨蹟を展示します。 時 1  
月18日(休)～2月9日(金)9時30分～16  
時30分 ※月曜日は休館。  
所 旧河澄家(日下町7) 072  
(984) 1640 (R&V兼用)

### ドリーム21の催し

【お正月風あげ大会】



全国高校ラグビー大会の決勝戦に  
あわせて、風あげをしませんか。

時 1月8日(祝)14時～15時30分 所 ト  
ライスタジアム(花園中央公園多目  
的球技広場) ※ヒール靴、革靴で  
の入場はできません。

【新春ロビーコンサート】

時 1月21日(日)10時20分～50分・12時  
～12時30分・14時30分～15時 所 ド  
リーム21 内 大阪樟蔭女子大学(あまがさき) 楽  
器部による演奏

【星をみる会】

時 1月27日(土)18時30分～20時(受付  
は18時15分から) ※雨天・曇天時は  
中止(当日16時以降にお問合せくだ  
さい)。小学生以下は保護者同伴。

所 ドリーム21 内 プラネタリウムで  
の解説、望遠鏡での観察

◇ ◇

※1月2日(火)9時30分から通常ど  
おり開館します。

所 ドリーム21 072(962)0211、R&V  
072(962)0810

## 市有地・財産区財産を 売り払います

現場説明会は直接現地へお越し  
ください。

所在地	地目	地積 (㎡)
長瀬町一丁目996番1	宅地	1227.15
長瀬町二丁目110番34	宅地	321.24
日下町七丁目600番1、2	溜池、堤	4250.63

現場説明会 1月25日(休) 入札

日 2月15日(休) ④ 2月7日(休)～  
13日(火) ※案内書は1月15日  
(月)から市ウェブサイトでご覧  
いただけます。

所 管財室 06(4309)3125、  
R&V06(4309)3820

### 市民美術センター ひろさがりロビーコンサート

時 1月28日(日)13時30分～14時15分  
定 110人(抽選) 内 ピアチェによる  
「音楽の贈り物」と題した歌とバイオ  
リン、クラリネット、フルート、ピア  
ノの演奏「クラリネットポルカ」(ホ  
ーランド民謡)、「ハウルの動く城」(久  
石譲)など ※2歳以上の就学前幼  
児の保育あり。 ④基本事項(15面  
に掲載)と希望人数(3人まで)・  
全員の氏名、保育が必要な方は子  
どもの年齢を1月15日(月)(消印有効)  
までに往復ハガキで

所 市民美術センター 072(964)1313、R&V  
072(964)1596

### お正月子どもかるた大会



かるた取りやほうずめくりで遊び  
ます。 時 1月2日(火)・3日(水)14時  
～14時30分 ④ 児童 ⑤ 各10人程度  
(当日先着順)

所 永和図書館(暫定施設) 06  
(6781) 5500、R&V06(6784) 5630

### 四条寄席

時 1月11日(休)・2月8日(休)14時～15  
時 ④ 小学生以上の方 ⑤ 各38人(申  
込先着順) ⑥ 若手落語家の桂紋四郎  
さんによる落語 ⑦ 500円 ⑧ 各開催  
日の9日前から電話または直接

所 四条図書館 072(982)1235、  
R&V072(984)6079

### からだの歪み・バランス測定会

時 1月24日(火)13時30分～16時30分  
定 20人(申込先着順) ⑥ 最新の測  
定機器を使った体の歪み・バランス  
測定など ⑦ 飲み物 ⑧ 1月16日(火)  
までに電話または直接

所 近江堂市民プラザ 06(6730)  
0840 (R&V兼用)

### くすのき歌声広場

時 2月18日(日)14時～16時30分 ④  
市内在住・在勤(いずれか)の方  
⑤ 100人(抽選) ⑦ 300円(歌詞のな  
い方は500円) ⑧ 飲み物 ⑨ 基本事  
項(15面に掲載)を1月12日(金)(必着)  
までに往復ハガキで

所 健康づくり課 072(960)3802、  
R&V072(960)3809

## 糖尿病食は健康食 ヘルスアップクッキング 21

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

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

### 濃い味にご注意

糖尿病治療において、合併症予防  
のためにも血圧を正常に保つことは  
とても重要です。普段から薄味を心

かけ、塩分の摂り過ぎに注意しまし  
ょう。

外食やインスタント食品などは味  
が濃く塩分が多く含まれるものもあ  
ります。栄養成分表示の塩分相当量  
を確認するようにしましょう。また、  
汁物の汁は残す、しょうゆなどを  
使用するときは、まず味見をし、か  
けるのではなく小皿に取って少量をつ  
ける、漬物は量や回数を抑えるなど  
減塩の工夫をしてみましょう。

### 白菜巻き

(1人分の栄養価:エネルギー  
24kcal、塩分0.3g、野菜95g)  
材料(2人分) 白菜120g、ほう  
れん草40g、にんじん30g、しょうゆ  
小さじ1弱、レモンの絞り汁小さじ  
1・½、かつお節2g



もおいしくでき  
ます

- ①白菜は1枚ずつはがし、にんじ  
んは5mm角の細切りにして順にゆで、  
次にほうれん草をゆでる
- ②巻き簾かラップに白菜を広げ、  
ほうれん草を重ねにんじんを芯にし  
て巻く
- ③固く水気を絞って食べやすい長  
さに切る
- ④器にかつお節を入れ、その上  
に③を盛る
- ⑤しょうゆ、レモンの絞り汁をあ  
わせて上からかけて完成  
(東大阪地域活動栄養士会糖尿病  
食献立集より)

◇ ◇  
所 健康づくり課 072(960)3802、  
R&V072(960)3809

1日に摂る塩分の目標値

18歳以上の男性 8.0g未満	18歳以上の女性 7.0g未満
--------------------	--------------------

※厚生労働省「日本人  
の食事摂取基準(2015  
年版)」より。

学ぶのつづき

就活ファクトリー東大阪の講座

【1月中に絶対やるべき3つのこと！】

履歴書・ESの個別添削、面接フィードバックをします。時 1月5日(金)14時～16時、31日(木)10時～12時 ※2日とも同じ内容。 定 大学生および卒業後3年以内の方 定 各15人

【就職に役立つノリンジー先生のかんたん英会話】

時 1月9日(木)14時～16時 定 39歳以下の求職中の方 定 10人

【カッコいい貿易って】

時 1月12日(金)14時～15時30分 定 39歳以下の求職中の方 定 15人

【今日から始めるポジティブシンキング】

時 1月18日(木)14時～15時30分 定 求職中の女性 定 15人

【子連れOK・ママさんのざっくばらん座談会】

時 1月23日(水)10時～11時30分 定 求職中の女性 定 6人

◇ ◇

※いずれも申込先着順。 申 電話または直接

所 申 就活ファクトリー東大阪 06 (4306) 5360、FAX 06 (4306) 5160

減塩味噌作り体験

時 2月22日(木)・24日(土)13時30分～14時30分(計2日間) 定 全日程参加できる市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 定 12人(抽選) 料 1500円 申 基本事項(15面に掲載)を1月20日(土)(消印有効)までに往復ハガキで

所 申 577-0054高井田元町1-11-17 青少年女性センター 06 (6789) 5746、FAX 06 (6789) 2049

東大阪アリーナの教室

【中国語教室体験会】

時 2月3日(土)・17日(土)10時～11時 ※2日とも同じ内容。 定 18歳以上の方 定 各20人(申込先着順) 料 500円 申 電話予約のうえ、1週間以内に料金を直接

【トレーニングルーム登録講習】

時 1月24日(木)13時30分～15時、28日(月)9時30分～11時 定 高校生以上の方 定 各50人(抽選) 料 500円 申 基本事項(15面に掲載)と性別、希望日(第2希望まで)を1月5日(金)(必着)までに往復ハガキで ※1人での受講・利用が困難な場合は、事前にお問合せください。

【施設の休館】

東大阪アリーナは1月5日(金)から通常営業します。なお、7日(土)は新春初泳ぎ会のためプールの営業は12時から、8日(日)は成人祭のため体育館・プールとも終日休館、13日(土)・14日(日)は水泳大会のためプールは終日休館となります。

◇ ◇

所 申 577-0804中小阪4-7-60 東大阪アリーナ 06 (6726) 1995、FAX 06 (6726) 1994

五条老人センターの教室

【レッツ体操！】

時 1月18日(木)10時～11時30分 定 30人(申込先着順) 料 5本指の靴下、タオル、飲み物

【あなたの声は届いていますか？～声は人、言葉は心】

時 1月29日(月)13時～14時30分 定 20人(申込先着順) 申 フリーアナウンサーの坂巻玲子さん(写真)から学ぶ言葉の伝え方



◇ ◇

市内在住の60歳以上の方 申 1月5日(金)から電話または直接 所 申 五条老人センター 072 (985) 3751、FAX 072 (986) 7592

整体ストレッチ教室

時 水曜日=1月24日、2月14日・28日、3月14日・28日 土曜日=1月27日、2月10日・24日、3月10日・24日 ☆いずれも10時45分～11時45分で計5日間 定 全日程参加できる市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 定 各20人(抽選) 料 1000円 申 長めのスポーツタオル(2枚)、バスタオル、飲み物 申 基本事項(15面に掲載)と希望曜日を1月15日(月)(必着)までにハガキで(電話、ファクス、直接も可)

所 申 577-0832長瀬町3-4-3 長瀬人権文化センター 06 (6720) 1701、FAX 06 (6729) 9171

まちづくりの担い手を養成 エリアデザイン講座



「自分たちの住むまち」を自分たちの手で「より住みやすいまち」にしてみませんか。自分たちでまちづくりをしてみたいという熱意のある方は、ぜひ受講してください。協力者を増やすためのコミュニケーション術や会議がまとまるファシリテーション術など、人や情報をつないで地域を盛り上げていくノウハウを学びます。 時 1月14日(月)・20日(土)・27日(土)・2月10日(土)・18日(月)・24日(土)13時～16時(計6日間) 申 市役所本庁舎18階大会議室または22階会議室 定 50人(申込先着順) 申 申込用紙を1月11日(木)までにファクスまたはEメールで ※市ウェブサイト(下のコードからアクセス可)からも申込み可。申込用紙は市民プラザでも配布。各回のテーマなど詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。 料 1000円 申 1月13日(土)まで

所 申 市民協働室 06 (4309) 3319、FAX 06 (4309) 3812、✉ machikai@city.higashiosaka.lg.jp

人と人 たすけあうこと 大切に

小学校3年生(人権作品集)

健康のつどい

生命(いのち)の貯蓄体操

時 1月30日(火)13時30分～15時 定 市内在住の60歳以上の方 定 35人(申込先着順) 料 タオル 申 1月15日(月)から電話または直接 所 申 八戸の里老人センター 06 (6724) 6220、FAX 06 (6724) 6738

くらしの情報セミナー 脳を鍛える脳トレーニング術

認知症は突然発症するものではなく、生活習慣や運動習慣も影響します。認知症にならないために、どのような生活を送ればよいのかなどをお話しします。 時 1月30日(火)13時30分～15時30分 定 市内在住の方 定 30人(申込先着順) 申 1月5日(金)から電話で 所 申 消費生活センター 072 (965) 6002、FAX 072 (962) 9385



東大阪商業経営研究会 公開講演会

「新しいマーケットを拓く ところさばを世界ブランドに！」と題し、ところさは専門店「SABAR」の榎崎代表取締役・右田孝宏さんが、さらなる事業展開についてお話しします。 時 1月31日(水)15時～16時30分 定 60人(申込先着順) 料 2000円 申 基本事項(15面に掲載)を電話またはファクスで 所 申 東大阪商工会議所振興部 06 (6722) 1151、FAX 06 (6725) 3611 申 商業課 06 (4309) 3176、FAX 06 (4309) 3846

創業塾

時 1月27日～2月17日の土曜日10時～15時(計4日間) 定 創業をお考えの方、創業間もない方 定 50人(申込先着順) 申 ビジネスプランの作成、先輩起業家の事例発表、資金繰り、経営指導員による個別相談会など ※全4回受講すると「特定創業支援事業」の支援を受けたことの証明書を市で発行します。 申 申込用紙をファクスで ※申込用紙は東大阪商工会議所ウェブサイトからダウンロード可。 所 申 東大阪商工会議所中小企業相談所 06 (6722) 1151、FAX 06 (6725) 3611 申 経済総務課 06 (4309) 3174、FAX 06 (4309) 3846

学校園保健研究大会

時 1月19日(金)12時～16時 申 トリート東大阪 申 特別支援教育ネットワーク代表で宇部フロンティア大学臨床教授の小栗正幸さんによる講演「子育てに行き詰まったときの子ども支援～子どもがニコッとする言い聞かせ方」 申 研究発表「背すじピン/きもちいいね(孔舎幼稚園)」 「3びきの子ふたと救急車(花園北小学校)」 「もしも水の事故が起こったら…(布施中学校)」 申 児童、生徒による健康に関する絵画作品の展示 申 歯科コーナー(マウスガードの展示など) 申 保健所コーナー(乳がんの自己検診法、血圧測定、そしゃく力チェックなど) 申 教職員課 06 (4309) 3275、FAX 06 (4309) 3838

グリーンガーデンひらおか

教室&催し

【お気筆文字体験】

節分らしく「福」を呼ぶ言葉を書きます。 時 1月14日(日)10時～11時30分 定 15人 料 1000円 申 1月10日(木)まで

【パソコン応用～写真などの取込み】

時 1月16日(火)10時～12時 定 20人 料 1300円 申 1月13日(土)まで

【トロッケン壁掛け作り】

自然素材でドイツ民芸品を作ります。 時 1月21日(日)10時～12時 定 20人 料 1500円 申 1月18日(木)まで

【初めての大人の水彩画】

時 1月25日(木)10時～12時 定 10人 料 1500円 申 1月23日(火)まで

【初めてのバードカービング(鳥の彫刻)】

時 1月28日(日)10時～12時 定 20人 料 1000円 申 1月25日(木)まで

【ロビーギャラリー】

書家の毛戸雄峰さんの書と水墨画を展示します。 時 1月5日(金)～31日(水)9時～19時 ※申込不要。

◇ ◇ ※いずれも申込先着順。持ち物など詳しくはお問合せください。 申 各申込期限までに電話で ※月曜日は休館。

3月に閉館します

グリーンガーデンひらおかは、経年劣化による老朽化が著しく、耐震性・安全上などの理由から3月31日で閉館しますので、4月以降の利用はできません。理解と協力をお願いします。 所 申 グリーンガーデンひらおか 072 (982) 9920、FAX 072 (982) 9921

# お知らせコーナー

## 学ぶ

### がん診療シンポジウム

中河内の“ここ”がいてねん！

【時】2月3日(土)14時～17時 【所】プリズムホール(八尾市文化会館) 【定】390人(当日先着順) 【内】がん・緩和医療のトークセッション、特別講演など

【備】(地独)市立東大阪医療センター地域医療連携室 06(6781)5101、RX06(6781)2194

### ファミリー・サポート・センター 子育て援助会員養成講座

ファミリー・サポート・センターでは、子育ての援助を受けたい方(依頼会員)と子育ての援助をしたい方(援助会員)のコーディネートをしています。今回は援助会員養成のための講座です。【時】1月19日(金)・26日(金)・2月2日(金)13時～17時(計3日間) 【所】市社会福祉協議会1階会議室 【備】自宅での保育や送迎ができる、または依頼会員の自宅を訪問し新生児の育児補助ができる心身ともに健康な20歳～70歳の市内または近隣市在住の方(子育て中の方も可) 【定】30人(申込先着順) 【内】安全講習、救命講習、子どもの生活のケア・食生活など 【料】200円 ※持ち物など詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。【申】基本事項(15面に掲載)を1月18日(木)までに電話で(ファクス、Eメール、直接も可)

【申】ファミリー・サポート・センター 06(6785)2625、RX06(6789)5611、✉famisapo@heartnet-hos.hakyo.org

### エクセルの基本



【時】1月13日(土)・20日(土)14時30分～16時30分(計2日間) 【所】市内在住・在勤・在学(いずれか)の高校生以上の方 【定】12人(抽選) 【料】3000円 【備】USBメモリなどの記録メディア 【申】基本事項(15面に掲載)を1月5日(金)(必着)までにハガキまたはファクスで

【申】〒577-0832長瀬町3-7-40 長瀬青少年センター 06(6727)1200、RX06(6729)9787

### いきいき脳トレ教室

運動やゲームを通じて、楽しく認知症予防を学びます。【時】2月1日～3月15日の木曜日▷10時～12時=東山会館(南荘町)▷14時～16時=市場自治会集会所(吉田3) ※いずれも3月8日を除く計6日間。

【備】全日程参加でき、自分で会場へ通える市内在住の65歳以上の方 【定】各20人(抽選) 【持】タオル、飲み物 【申】基本事項(15面に掲載)と性別、希望会場、参加動機、教室に期待することを1月19日(金)(必着)までにハガキで

【申】〒577-8521市役所地域包括ケア推進課 06(4309)3013、RX06(4309)3848

### 郷土博物館～わらそうりを作ろう



【時】1月21日(月)・28日(月)10時～14時30分 【所】小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴。 【定】各15人(申込先着順) 【持】弁当、飲み物 ※入館料(一般50円、高校・大学生30円、小・中学生20円)が必要。 【申】1月6日(土)9時から電話で

【申】郷土博物館 072(984)6341、RX072(986)1432

### やまなみプラザの教室&催し

#### 【健康講座～笑いと健康体操】

【時】2月14日(木)13時30分～15時 【定】40人 【持】タオル、飲み物 【申】1月24日(木)まで

#### 【やまなみコンサート】

【時】2月17日(土)14時～15時30分 【定】40人 【備】ピアノとクラリネットの演奏 【料】200円 【申】1月27日(木)まで

#### 【着物リメイク～ベスト作り】

【時】2月19日(月)13時～15時 【定】20人 【料】500円 【持】裁縫道具、ハサミ、布 【申】1月29日(月)まで

#### 【やまなみ歴史講座～池島福万寺遺跡における土地利用の変遷】

【時】2月24日(土)13時30分～15時 【定】40人 【申】2月3日(木)まで

【備】市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ※いずれも抽選。【申】基本事項(15面に掲載)を各申込期限(必着)までに往復ハガキで 【申】〒579-8054南四条町1-7 やまなみプラザ(四条) 072(988)3107 (RX兼用)

#### 障害者のための卓球教室

【時】1月28日(月)14時～15時30分 【所】東大阪アリーナ 【備】市内在住の障害者 【定】30人(抽選) 【持】体育館シューズ、タオル、飲み物 【申】基本事項(15面に掲載)を1月4日(木)～19日(金)に電話で(ファクス、直接も可)

【申】レビラ(市立障害児者支援センター) 072(975)5713、RX072(975)5719

## 観光おもてなしセミナー &大人のまち歩き

### 【観光おもてなしセミナー～外国人観光客対応の基礎編】

【時】2月5日(月)19時～21時=外国人観光客のトレンド～閑空の観光案内の現場から▷9日(金)19時～21時=外国語が話せなくても大丈夫～おもてなしマインドと接し方 ※受講者を対象に2月16日(金)、大阪市内で実地研修あり。

【所】クリエイション・コア東大阪南館3階研修室 【備】店舗などの事業者、観光ガイドやおもてなしボランティアに関心のある方 【定】各50人(申込先着順) 【申】1月4日(木)～22日(月)

### 【女性限定モニターツアー～布施ほろ酔いバルめぐり】

地元の目利きが選りすぐった店

を女性の目線で食べ飲み歩きしていただくツアーです。【時】2月23日(金)18時30分～21時30分 【所】近鉄布施駅周辺 【定】女性 【定】12人(抽選) 【料】3780円 【申】2月2日(金)まで

【備】基本事項(15面に掲載)と希望日(セミナーのみ)を各申込期間(必着)に往復ハガキまたは東大阪ツーリズム振興機構ウェブサイトで

【申】〒577-0011荒北1-4-1 クリエイション・コア東大阪南館1階2108室 (一社)東大阪ツーリズム振興機構 06(4309)8083、RX06(4309)8084

【備】企画室 06(4309)3101、RX06(4309)3826

### 若者サポートステーションの教室

#### 【就活準備/自己理解セミナー】

【時】1月10日(木)・24日(木)14時～15時30分 ※2日とも同じ内容。

#### 【仕事で使えるパソコン講座】

【時】▷1月25日(木)10時～13時=ワード ▷25日(木)13時30分～16時30分=パワーポイント ▷26日(金)10時～15時=エクセル

【備】15歳～39歳の求職中の方 【定】各6人(申込先着順) 【申】1月4日(木)から電話で

【所】中河内地域若者サポートステーション(高井田元町2) 06(6787)2008、RX06(6787)2018

【備】労働雇用政策室 06(4309)3178、RX06(4309)3846

### 発掘ふれあい館 歴史講演会

【時】1月28日(月)13時30分～15時30分 【定】90人(当日先着順) 【内】心合寺山古墳と八尾の古墳について～中河内最大の古墳の意義を考える

【所】発掘ふれあい館(埋蔵文化財センター) 072(983)2340、RX072(982)9411

### まちに彩りを 花づくり学習会

種から花を育て、市内の公道など多くの人が観賞できる場所にグループで花を飾ってみませんか。各グループにつき1人、3月26日(月)10時～12時にくすのきプラザ(若江岩田駅前)で開催する講習会に出席してください。花の種、土、プランター、ジョウロなどは4月上旬ごろ配布します。【備】自治会、地域緑化団体、公園愛護会などの緑化グループ 【定】10組(抽選) ※完了時には活動報告書(写真添付)の提出が必要です。【申】申請書類を2月23日(金)(必着)までに郵送または直接

【申】〒577-8521市役所みどり景観課 06(4309)3227、RX06(4309)3831

### 角田総合老人センターの教室

#### 【体操・運動教室】

【時】▷1月10日(木)10時～11時30分=ニコニコ体操 ▷11日(木)・24日(木)13時30分～15時=メロディうんどう 【所】角田総合老人センター 【備】市内在住の60歳以上の方 【持】タオル、飲み物 ※申込不要。

#### 【楽しく歌いましょう】

【時】2月13日(火)13時30分～14時30分 【所】角田総合老人センター 【備】市内在住の60歳以上の方 【定】30人(申込先着順) 【申】1月15日(月)から電話または直接

#### 【生きがい教室(クラブ活動)】



活動期間は4月から1年間です。申込多数の場合は抽選。【備】市内在住の60歳以上の方 【内】コーラス、華道、詩吟、美術、ダンス、民謡、書道、手芸、茶道、陶芸、卓球など 【申】1月5日(金)～29日(月)に直接

#### 【シニア地域活動実践塾「悠友塾」市民公開講座】

【時】2月1日(木)13時30分～15時30分 【所】クリエイション・コア東大阪南館3階クリエイターズプラザ 【備】市内在住・在勤(いずれか)の方 【定】120人(申込先着順) 【内】アクティブシニアのすすめ～これからの高齢者福祉に求められる力とは 【申】1月4日(木)～30日(火)に電話または直接

#### 【ワンコイン生活サポーター養成講座】

日常生活の困りごとを手伝う援助者の養成講座です。【時】1月23日(火)13時～16時 【所】やまなみプラザ(四条) 【備】市内在住・在勤(いずれか)の方 【定】18人(申込先着順) 【申】基本事項(15面に掲載)と市外在住の方は勤務先・住所を電話で(ファクス、直接も可)

【申】角田総合老人センター 072(962)8011、RX072(963)2020

相談のつづき

人権相談

【特設人権相談】

時 所 1月11日(木)=市社会福祉協議会 18日(木)=夢広場(布施駅前) 14時～16時

市社会福祉協議会内人権擁護委員会 06(6789)7201、R06(6789)2924

【常設人権相談】

人権擁護委員と法務局職員が相談に応じます。月曜日～金曜日9時～16時(祝休日、年末年始を除く) 大阪法務局東大阪支局(高井田元町2) 06(6782)5563

人権啓発課 06(4309)3156、R06(4309)3823

司法書士による相談

1月18日(木)14時～16時 市役所本庁舎1階相談室 8人(当日先着順) ※受付は13時30分からで、9人目以降は受けられません。相続・売買・贈与の登記や供託、訴訟・調停の裁判手続き、成年後見など

市政情報相談課 06(4309)3104、R06(4309)3801

建築士による相談

1月16日(火)13時～16時 市役所本庁舎1階相談室 住宅の設計やリフォーム、アスベスト、シックハウス、欠陥住宅など ※当日先着順。

指導監察課 06(4309)3245、R06(4309)3829

困っていませんか 不動産相談



1月12日(金)10時～12時、23日(火)10時～14時(受付は13時30分まで)

市役所本庁舎1階相談室 各10人(当日先着順) 土地・建物など、不動産関係の悩みに関すること

空家対策課 06(4309)3244、R06(4309)3829

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。所記載のない催しは、各子育て支援センターで開催。所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

【まんぼーりとみっく】

1月17日(木)10時30分～11時15分 1歳児 12組 1月5日(金)10時から電話で

【それいけ/GUNGUN】

1月22日(月)10時30分～11時30分 1歳6か月以上の乳幼児 20組 1月9日(火)10時から電話で

【人形劇回京芸による“どんどこ劇場”】

1月26日(金)10時30分～11時15分 所ももの広場(楠根) 就学前乳幼児 20組 1月10日(水)10時から電話で

※いずれも申込先着順。

ももっこ(楠根子育て支援センター) 06(4306)4151、R06(4306)3080

あさひっこ

【おむつはずれの話】

2月1日(木)10時～10時45分 1歳6か月～2歳11か月の乳幼児 10組 1月11日(木)14時から電話で

【離乳食講座】

2月9日(金)10時～11時 4か月～1歳3か月の乳幼児 10組 100円 1月19日(金)14時から電話で

【まんぼーりとみっく】

2月14日(木)10時～11時 1歳6か月～2歳6か月の乳幼児 12組 1月24日(水)14時から電話で

※いずれも申込先着順。

あさひっこ(旭町子育て支援センター) 072(980)8871、R072(985)1055

荒本子育て支援センター

【あいあい広場内で遊ぼう！】

1月4日(木)・5日(金)9時30分～15時30分=正月遊び 11日(木)11時～11時30分・14時～14時30分=ホールの壁面作り 19日(金)11時～11時30分・14時～14時30分=ミニ制作 30日(火)10時30分～11時30分、14時～15時=鬼のお面作り&豆まき 就学前乳幼児

【ベビーピクス&ママピクス】

1月17日(木)・24日(水)9時45分～10時45分(計2日間) 3か月～7か月の乳児 15組(申込先着順) バスタオル 1月4日(木)13時から電話で

【親子クッキング～簡単カナッペ】

1月26日(金)14時～15時 1歳6か月～1歳11か月の乳児 5組(申込先着順) 料100円 持エプロン、三角巾、お茶 1月12日(金)13時から電話で

【かわいいペンギン人形を作ろう！】

1月31日(木)10時～11時30分 2歳以上の幼児 10組(申込先着順) 1月16日(水)13時から電話で

荒本子育て支援センター 06(6788)1055、R06(6788)2597

鴻池子育て支援センター

【親子でハッピー/ホットタイム】

1月26日(金)10時～11時 1歳6か月以上の乳幼児 15組(申込先着順) 名札、お茶 1月12日(金)13時から電話で

【ベビーマッサージ】

2月1日(木)・8日(木)・15日(木)14時～15時(計3日間) 全日程参加できる3か月～5か月の乳児 ※初めての方に限る。兄弟の参加不可。 5組(申込先着順) バスタオル、飲み物 1月19日(金)13時から電話で

【親子広場】

2月14日～3月14日の水曜日10時～11時(計5日間) 平成27年10月1日～平成28年4月1日生まれの乳幼児 12組(初めての方を優先して抽選) 名札、お茶 1月22日(月)13時～26日(金)17時に電話で

鴻池子育て支援センター 06(6748)8251、R06(6743)0577

ゆめっこ

【井戸端フリートーク！】

イヤイヤ、しつけなどの困っていることについて話しませんか。 1月16日(火)10時～11時30分 5組(申込先着順) ※同室保育あり。 1月5日(金)10時から電話で

【麻を作るう！】

1月17日(木)11時～11時30分

【個別相談】

1月24日(木)10時～11時・13時～14時・14時30分～15時30分 各1組(申込先着順) ※別室保育あり。 1月10日(木)10時から電話で

就学前乳幼児

ゆめっこ(布施子育て支援センター) 06(6748)0210、R06(6748)0257

長瀬子育て支援センター

【人形劇サークル・きらりっこ】

1月22日(月)10時～11時30分 1歳以上の乳幼児 30組(申込先着順) 1月5日(金)13時から電話で

【鬼は外/福は内！】

1月29日(月)10時～11時30分 2歳6か月以上の幼児 20組(申込先着順) 1月15日(月)13時から電話で

【親子広場～ひよこ組】

2月14日～3月14日の水曜日10時～11時30分(計5日間) 平成27年10月1日～平成28年4月1日生まれの乳幼児 15組(初めての方を優先して抽選) 料100円 1月26日(金)～2月8日(水)9時30分～17時に電話で

長瀬子育て支援センター 06(6728)1800、R06(6728)2413

子育てのつどい

【親子でリズムを楽しもう！】

1月16日(火)10時～11時30分 大蓮公民館 就学前乳幼児 30組(申込先着順) 1月4日(木)から電話で

大蓮保育所 06(6720)0800、R06(6720)5095

【くりの木楽団の親子コンサート】

1月26日(金)10時～11時15分 すすきのプラザ(若江岩田駅前) 6か月以上の就学前乳幼児 40組(申込先着順) 1月9日(水)9時30分から電話で

岩田保育所 072(962)8600、R072(962)8647

【親子でほっこりリフレッシュ】

1月26日(金)10時～11時30分 青少年女性センター 就学前乳幼児 30組(申込先着順) 1月9日(火)～24日(木)10時～17時に電話で

御厨保育所 06(6789)0260、R06(6789)8596

# お知らせコーナー

## 募集

### 説明会に出席者 市民ふれあい祭り参加者

5月に開催する市民ふれあい祭りのパレードやステージ、模擬店などの参加者を募集します。参加希望者は必ず説明会に出席してください。

#### 【説明会】

直接会場へお越しください。1月26日(金)14時から・19時から ※いずれかに出席。 ①夢広場(布施駅前) ②市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ※手話通訳あり。車での来場はご遠慮ください。市役所での申込用紙の配布は行いません。出店・パレード・ステージいずれの出演希望者も説明会に欠席するとふれあい祭りに参加できません。詳しくは東大阪市民ふれあい祭りウェブサイトをご覧ください。

◇ ◇  
③東大阪市民ふれあい祭り実行委員会 06(6618)4146、FAX06(7492)5444 ▶地域コミュニティ支援室 06(4309)3161、FAX06(4309)3861

#### ●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  
申申込み方法・申込み先など 問問  
問問先 送送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
- ▶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

### まなびにトライ! 広告掲載事業者

市では、生涯学習情報誌「まなびにトライ!」を年2回、官民協働で発行しています。発行部数は3万6500部で公共施設での配布と全戸回覧をしています。4月に発行するにあたり、広告を募集しますので、掲載希望事業者はお問合せください。

④▶広告掲載について=㈱サイネックス 072(931)3050、FAX072(931)3051 ▶発行について=社会教育課 06(4309)3279、FAX06(4309)3835

### 自動販売機の設置事業者

市施設に自動販売機を設置する事業者を募集します。応募方法など詳しくは1月10日(木)以降の市ウェブサイトをご覧ください。

④④管財室 06(4309)3125、FAX06(4309)3820

### 上級機械

### 東大阪都市清掃施設組合職員



新ごみ処理施設の外觀

4月採用予定の職員(上級機械)を募集します。日本国籍の有無にかかわらず受験できます。なお、交替制で夜間勤務があります。 ④昭和63年4月2日以降生まれで、学校教育法による大学(短大を除く)または高等専門学校(専修学校・専門学校を除く)の専攻科をすでに卒業または3月卒業見込みで、それぞれの専門課程を修了または3月修了見込みの方 ④1人 ④選考日 ▶第1次=1月21日(日) ▶第2次=2月6日(火)(予定) ▶第3次=2月21日(火)(予定) ④合格発表 ▶第1次=2月1日(火) ▶第2次=2月16日(金)(予定) ▶第3次=3月2日(金)(予定) ④申込書を1月10日(木)までの8時30分~16時45分に直接 ※土・日曜日、祝休日、年末年始を除く。申込書は東大阪都市清掃施設組合ウェブサイトからダウンロード可。

④④東大阪都市清掃施設組合総務課(水走4-6-25) 072(962)6021、FAX072(962)6125

### 配偶者からの暴力(DV)に悩む方へ まずはお電話を

専門相談員が  
応じます

専用ダイヤル

06(4309)3191

月曜日~金曜日 9時~12時・12時45分~17時(祝休日、12月29日~翌年1月3日を除く)

### 市立学校園 ケアアシスタント

医療的ケアが必要な子どもを支援するケアアシスタント(医療介助員)を募集します。

④看護師または准看護師の資格がある20歳~64歳の方

勤務時間 8時30分~15時15分 ※詳しくはお問合せください。

④④学校教育推進室 06(4309)3269、FAX06(4309)3838



### 病院ボランティア

地域の皆さんに安らぎのある療養環境を提供するお手伝いをしませんか。 ④月曜日~金曜日(都合のよい日) 9時~12時または13時~16時

④18歳~75歳の心身ともに健康な方 ④外来受診手続きの案内、植木・庭園の手入れ、縫製作業や手作業、洗濯、院内デイケアなど ※病院負担によるボランティア保険に加入していただきます。

④④電話で ④④(地独)市立東大阪医療センター看護局 06(6781)5101、FAX06(6781)2194

### 公立保育所・幼保連携型認定こども園 アルバイト・パート保育士登録者



④保育士の資格がある方 勤務時間 ▶アルバイト=原則8時45分~17時15分 ▶パート=朝または夕の2時間程度 雇用期間 4月1日~平成31年3月31日 ※短期間もあり。 ④履歴書(写真貼付)と保育士証の写し(お持ちの方は幼稚園教諭免許も)を2月16日(金)までに直接 ※平成29年度の欠員についても随時受け付けています(雇用期間は勤務可能日~平成30年3月31日)。

④④保育室 06(4309)3196、FAX06(4309)3817

## 相談

### 花とみどりの相談室

④1月9日(木)13時30分~16時30分 ④市役所本庁舎1階相談室 ④市内在住の方 ④植物の育て方など ④みどり景観課 06(4309)3227、FAX06(4309)3831

### ひとり親家庭のための 出張就業相談

求人情報の提供やハローワークの求人案内、履歴書の書き方や面接のアドバイスなどをします。 ④1月25日(木)10時~16時 ④市役所本庁舎1階相談室 ④市内在住のひとり親家庭の母・父、寡婦 ④5人(申込先着順) ④1月4日(火)から電話で ④④母子家庭等就業・自立支援センター 06(6762)9498、FAX06(6762)3796 ④子ども家庭課 06(4309)3194、FAX06(4309)3817

### 税理士による税務相談



④1月10日(木)・24日(木)9時~12時(1人30分) ④市役所本庁舎1階相談室 ④各10人(当日先着順) ④新規開業、相続、贈与 ※近畿税理士会東大阪支部(永和2)では、平日午後1時に常設相談会を実施しています。 ④近畿税理士会東大阪支部 06(6725)7708、FAX06(6722)2170 ▶税制課 06(4309)3131、FAX06(4309)3810

### 社会保険労務士による相談

④1月11日(木)13時~16時(受付は15時30分まで) ④市役所本庁舎1階相談室 ④10人(当日先着順) ④年金・健康保険・労災保険・雇用保険の手続き、労働トラブルなど ④市政情報相談課 06(4309)3104、FAX06(4309)3801

# Higashiosaka City Special Events

市では、コンサートや写真展などさまざまな特別なイベントを開催しています。ぜひこの機会に、家族や友達と一っしょに参加してください。



## 市民美術センター 没後20年 特別展 星野道夫の旅

アラスカの地に暮らし、その自然風景、動物たち、そこに暮らす人々の営みを18年間にわたり撮り続けた星野道夫。テレビ番組の撮影のために訪れたロシア・カムチャツカ半島で不慮の事故により亡くなってから20年余りがたちました。写真からは、雄大な大自然の魅力と、過酷ともいえる自然の中で生きる動物たち、人々のたくましが伝わってくるとともに、地球の未来についても考えさせられます。本展では、約250点の写真と、カメラやカヤックなどの愛用品を展示します。 開 2月1日(休)～3月4日(日)10時～17時 (入館は16時30分まで。月曜日は休館)

### 【ギャラリートーク】

展示作品を見ながら、星野道夫事務所代表の星野直子さんによる説明を聞きます。 開 2月1日(休)11時から・14時から

◇ ※入館料500円が必要。中学生以下、65歳以上、障害者手帳など持参の方は無料。

開館市民美術センター  
072(964)1313、FAX072(964)1596



「夕暮れの極北の河を渡るカリブー」

## 文化創造館イベント 関西フィル 木管五重奏&金管五重奏コンサート

平成31年9月にグランドオープン予定の文化創造館のイベントとして、関西フィルハーモニー管弦楽団による木管五重奏・金管五重奏コンサートを開催します。 開 3月3日(土)14時～15時40分(予定) 府立中央図書館ライティホール 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ※0歳児から入場可。 定 370人(抽選) ※別途、車いす席4席あり。 注 「天空の城ラピュタメドレー」「サウンド・オブ・ミュージック」など 注 基本事項(15面に掲載)と希望人数(2人まで)、市外在住の方は勤務先または学校名、車いすの方は台数を1月31日(必着)までに往復ハガキで ※重複申込不可。詳しくは文化創造館ウェブサイトまたは募集チラシをご確認ください。



文化創造館完成イメージ



チラシは市役所本庁舎1階市政情報コーナー、市民プラザなどでも配布。

申 0577-0801 小阪3-2-29 城戸八戸ノ里駅前ビル5階D 文化創造館受付事務所 06(4307)5772

開 文化創造館開設準備室 06(4309)3018、FAX 06(4309)3826

## 素敵な出会いを見つけませんか!?

### 婚カツ大運動会

スポーツやゲーム(借り物競争や大縄跳び、〇×ゲームなど)を通じて異性と交流しながら、出会いを見つけませんか。 開 3月4日(日)13時～17時 開 東体育館 市内在住または市内での居住を検討している25歳～35歳の独身の方 定 男女各40人(申込先着順) 料 1000円 注 体育館シューズまたは室内用シューズ 申 2月18日(日)までに電話または申込専用ウェブサイトで(右のコードからアクセス可)

申 06(4309)3837(水曜日、12月30日出～1月4日(休)を除く10時～20時)

開 企画室 06(4309)3101、FAX06(4309)3826



## 大阪の自治体・企業による初開催! 医療機器企業の集積地 「本郷」で展示・商談会

医療機器関連企業約450社が集積するメディアカルヒルズ本郷(東京都文京区)で12月13日、市内企業

と医療機器企業とのマッチングイベント「本郷展示・商談会」を開催しました。この展示会は、市が進めている医工連携事業の取組みの環境で、大阪地域の自治体・企業では初の開催となりました。今回は、20の出展ブースに対し、1500人を超える医療機器企業の関係者が来場するという盛り上がりで、会場は熱気に包まれていました(写真)。個別商談会は、当初の予想を遥かに超

え、65回におよぶ、多くのビジネスの芽が生みられました。市では、この展示・商談会を機に、医療機器企業のパートナーとして連携関係を構築し、それに応じていく体制づくりを進めていきます。



## 知的障害者バスケのW杯出場! 本市出身・坂本龍哉さん



11月にイタリアで開催されたINAS(国際的障害者スポーツ連盟)のバスケットボール世界選手権大会の日本代表として出場した、本市出身在住の坂本龍哉さん(写真)が、12月15日、野田市長を表敬訪問しました。坂本さんは、たまたまわ高等支援学校入学生後にバスケットボールを始めました。小柄ながら持ち味のスピードが評価され、翌年にはFIDバスケットボール連盟の日本代表候補に選出。市内事業所のチャレンジD Oオナ・シナスで就労訓練を受けながら、合宿や国内外の試合に参加しています。今大会で日本は6チーム中5位でしたが、坂本さんはベストプレーヤー賞に選ばれました。市長が「おめでとうございます。今後の活躍にも期待しています」と激励すると、坂本さんは「今回の大会で、背が低くても世界で戦えるんだとわかりました。がんばります」と応えていました。