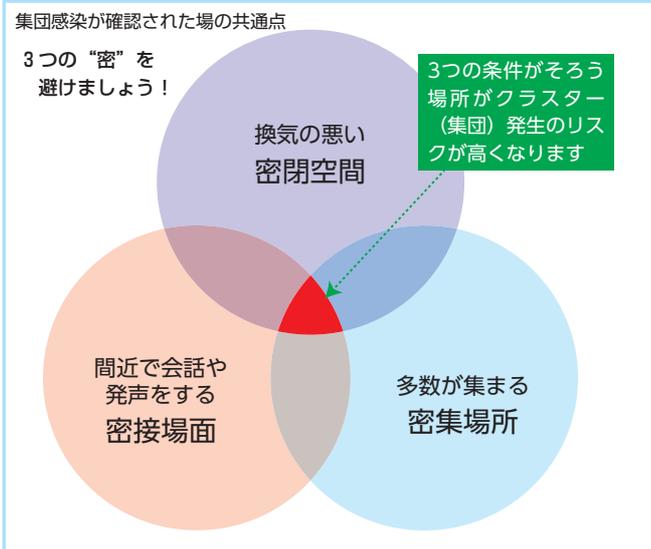


## 新型コロナウイルス感染症

### 適切な行動で感染拡大を防ぐ

新型コロナウイルス感染症患者が全国的に増加しており、本市においても9人の感染者が発生しています(4月1日現在)。  
新型コロナウイルスは、飛沫感染、接触感染により感染します。予防には、風邪や季節性インフルエンザ対策と同様、一人ひとりの手洗いや咳エチケットなどの実施がとて重要です。また、感染拡大防止のため、集団感染を防ぐことが重要です。



### 集団感染を防ぐには

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐためには、集団感染を発生させないことが重要です。

集団感染の共通点は、特に、「換気の悪い密閉空間」「多数が集まる密集場所」「間近で会話や発声をする密接場面」です(図参照)。また、閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされています。

換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることを避けましょう。

市では、3月31日の危機管理対策本部会議において、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市主催・共催のイベントや集会などの中止・延期について、5月10日まで延長することを決定しました。また、市関連施設などの休館についても、4月19日まで延長することになりました。

イベントは5月10日まで中止・延期

**東京2020オリンピック聖火リレー**  
**4月14日は中止**

東京2020オリンピック・パラリンピック大会の延期に伴い、4月14日に東大阪市内において実施を予定していた東京2020オリンピック聖火リレーは中止になりました。これにより、4月1日号の市政だよりでお知らせしていた交通規制は行われません。

新たな聖火リレーの予定については、決まり次第お知らせするとともに、盛大な開催を迎えられるよう、準備を進めていきます。

■スポーツビジネス戦略課 06(4309)3019、06(4309)3849

また、市花園フグピール場においても新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、南側玄関口でのライトアップは、現在行っていないのでご注意ください。

■危機管理対策本部会議について  
危機管理室 06(4309)3130、06(4309)3849

風邪症状がある場合は、風邪の症状などがある場合は、外出を控え、やむを得ず外出する際は、咳エチケットの徹底をお願いします。

また風邪の症状や、37.5度前後の発熱が4日程度続いている方(解熱剤を飲み続けなければならない)ときを、(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方(高齢者や基礎疾患などのある方は、症状が2日程度続く場合)など感染が疑われる場合は、新型コロナウイルス受診相談センターにご相談ください。(2面参照)。

としました。

さらに、3月27日には、市が管理する公園、緑道、遊歩道での、シートを敷く、携帯椅子などを利用しての宴会など、飲食を伴う花見の禁止も決定しています。

なお、イベントや市関連施設などの今後の対応についても、感染拡大の状況などを踏まえ、危機管理対策本部会議であらためて判断していきます。最新の情報など詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

また、市花園フグピール場においても新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、南側玄関口でのライトアップは、現在行っていないのでご注意ください。

■危機管理対策本部会議について  
危機管理室 06(4309)3130、06(4309)3849

5月9日、10日  
ふれあい祭りも中止

東大阪市民ふれあい祭り実行委員会は、5月10日に予定していた東大阪市民ふれあい祭りと、9日に開催を予定していた前夜祭の中止を決定しました。

■東大阪市民ふれあい祭り実行委員会事務局 06(6618)4146、06(7492)5444

▽地域活動支援室 06(4309)3161、06(4309)3812

▽公園課 06(4309)3338、06(4309)3338、06(4309)3338

▽緑道・遊歩道に関すること  
道路管理課 06(4309)3219、06(4309)3336

▽市花園フグピール場ライトアップについて  
花壇ラグビー場活性化推進課 06(4309)3020、06(4309)3849

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため閉鎖している市施設や中止・延期のイベントなどの情報を市ウェブサイトに掲載しています。また今後の状況により、市政だよりに掲載しているイベントについても中止・延期になる場合がありますので、最新の情報は市ウェブサイトでご確認ください。



イベント



市施設

記号の見方は10面に掲載

### 相談窓口を設置しています

感染が疑われる場合は、まずは新型コロナ受診相談センターにご相談ください。

#### 新型コロナ受診相談センター

専用電話 072 (963) 9393、FAX072 (960) 3809 ※専用電話は土・日曜日、祝休日を含めた終日つながりますが、FAXは月曜日～金曜日 9時～17時30分の回答となります。午前中・夕方に電話が集中し、繋がりにくい状況があります。昼～夕方の時間が比較的繋がりがやすい時間帯となっています。  
**注**▷ 風邪の症状や37.5度前後の発熱が4日程度続いている方(解熱剤を飲み続けなければならないときを含む) ▷ 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方 ※高齢者や基礎疾患などのある方は、症状が2日程度続く場合。

#### 一般的なお問合せ

##### 東大阪市電話相談窓口

東保健センター 072 (982) 2603、FAX072 (986) 2135  
中保健センター 072 (965) 6411、FAX072 (966) 6527  
西保健センター 06 (6788) 0085、FAX06 (6788) 2916  
受付時間 9時～17時30分(月曜日～金曜日。祝休日を除く)

##### 大阪府電話相談窓口

専用電話 06 (6944) 8197、FAX06 (6944) 7579  
受付時間 9時～18時 ※土・日曜日、祝休日も対応。

##### 厚生労働省電話相談窓口

専用電話 0120 (565653) ※フリーダイヤル。  
受付時間 9時～21時 ※土・日曜日、祝休日も対応。



### 新型コロナウイルス感染症

## 中小企業などへの支援および水道料金・市税の相談

### 経営面・資金面など

### 中小企業・小規模事業者対策

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている中小企業・小規模事業者を対象に、さまざまな対策を行っています。また、中小企業者向けの各種施策などの情報を、月に2回フアックスやEメールでお届けする「中小企業だより」でお知らせしています。ぜひお申込みください。  
**④ 国産業総務課** 06 (4309) 3174、FAX06 (4309) 3846

感染症の拡大により、中小企業や小規模事業者への経営面・資金面の影響が懸念されることから、セーフティネット保証と危機関連保証など資金繰り支援を行っています。なお、これらの融資制度については、業歴が3か月～1年1か月未満の事業者などについても認定基準が緩和され、融資を受けやすくなりました。本制度の対象となる業種や申請方法など詳しくは、市ウェブサイト上に最新情報を掲載しています。

セーフティネット保証とは経営の安定に支障が生じている中小企業者を、一般保証とは別枠の保証の対象とする資金繰り支援制度です。▽セーフティネット保証4号は幅広い業種で影響が生じている中小企業者を対象に、売上高が前年同月比で20%以上減少している場合において、一般枠とは別枠で融資を受けることができます。▽セーフティネット保証5号は特に重大な影響が生じている指定業種の中小企業者に対して、売上が前年同月比で5%以上減少している場合において、4号と同枠で融資を受けることができます。

「セーフティネット保証」  
「危機関連保証」  
そのほかの資金繰り支援や相談窓口などについても市ウェブサイトに掲載していますので、ご確認ください。  
**④ 国産業総務課**

### 支払いの猶予や期限の延長など

国において、新型コロナウイルス感染症の影響により、電気料金などの公共料金の支払いが困難な事情がある方に対しては、その置かれた状況に配慮し、支払いの猶予など、迅速かつ柔軟に対応することとされています。新型コロナウイルス感染症の影響により、人や物の動きが停滞し、事業活動を縮小せざるを得ない事業者や、離職や収入の減少などに伴って生活に影響があり、水道料金の支払いが困難な方は、支払いの猶予などについてご相談ください。

少している場合において、特別枠の融資を受けることができます。◇ そのほかの資金繰り支援や相談窓口などについても市ウェブサイトに掲載していますので、ご確認ください。  
**④ 国産業総務課**

### 相談窓口

策課 06 (672) 41221、FAX06 (6721) 2374

市税を一時に納付することが困難な方の納税相談  
新型コロナウイルス感染症の影響により、市税を一時に納付することが困難な場合、一定の要件に該当するときは、納期(換価)の猶予が認められる場合があります。

上下水道局収納科

06 (4309) 3148、FAX06 (4309) 3808

## 感染症対策の徹底を！

### 手洗い

ドアノブや電車のつり革などさまざまなものに触れることで、手にウイルスが付着する可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。また、感染症の予防には、アルコール消毒や石けんによる手洗いが有効です。

#### 正しい手の洗い方



石けんで洗い終わったら、充分に水で流し(30秒程度)、清潔なタオルやペーパータオルでよくふき取って乾かしましょう。

### 咳エチケット



× 良くない事例  
・何もせずに咳やくしゃみをする  
・咳やくしゃみを手で抑える

・服の袖で口・鼻を覆う

# 救急医療情報案内

急な病気やケガで困ったときは、大阪府救急医療情報センターや大阪府医療機関情報システム、小児救急電話相談、救急安心センターにおさかをご利用ください。

06(6693)1199 ※24時間365日対応。

「大阪府医療機関情報システム」

インターネットで、医療機関の所在地や診療科目などから、希望する条件にあった医療機関を探すことができます(下のコードからアクセス可)。

「大阪府救急医療情報センター」へ  
診察可能な医療機関を案内しています。



## 台風第19号 義援金は90万3418円 ご協力ありがとうございました

台風第19号で被害を受けられた方を支援するため、3月31日まで設置していた募金箱へ寄せられた義援金の総額は90万3418円となりました。義援金は全額を日本赤十字社へ送金しました。ご協力ありがとうございました。

なお、今後の義援金については、市社会福祉協議会にお問合せください。  
市社会福祉協議会 06(6789)7204、FAX06(6789)2924 ▶政策調整室 06(4309)3016、FAX06(4309)3847

夜間に子どもが急な病気やケガで相談したいときは「小児救急電話相談」へ  
救急車を呼びぶきか迷ったときは「救急安心センターおさか」へ  
医師の支援体制もと、病気やケガの緊急性に関する相談と症状に応じた救急病院の案内を行っています。緊急性が高いと判断したときは、すぐに消防局につないで救急車を出動させます。

対応。

緊急時は迷わず119番へ



救急車を要請してください ※119番で、「病院を教えてください」という問合せが多数あります。119番は、消防車や救急車を動かさせる緊急の電話番号です。問合せのための使用はしないでください。

20時から翌朝8時まで、小児科医の支援体制のもと、看護師が相談に応じます。夜間の子どもの急病時、病院へ行った方がよいかどうか判断に迷ったときにご利用ください。  
#8000または06(6765)3650  
#7119または06(6582)7111  
※24時間365日

「多量の出血がある」「呼吸や意識の状態が悪い」「急に激しい頭痛が始まった」「急にろれつが回らなくなった」など、緊急性のある場合はすぐに119番で  
緊急時は迷わず119番へ  
消防局通信指令室 072(966)9665、FAX072(966)8884

## 休日急病診療所 緊急時のご利用を

休日急病診療所は土・日曜日、祝日に診療しています。  
土・日曜日、祝日は市内の多くの医療機関が休診となるため、市では医師会・歯科医師会・薬剤師会の協力により、休日急病診療所を開設し、診療を行っています。

受診の際はご協力を

診療が円滑に行えるよう、次のことにご協力ください。

- 時・診療科 ▽日曜 日・祝休日 10時～11時30分・13時～16時30分/内科、小児科、歯
- ▽必ず診療受付時間内にお越しください
- ▽健康保険証や子ども医療証など(公費で

受診する方は医療証を必ず持参してください ※提示のない場合は自費診療になります。  
▽治療費は休日加算されますので、月曜日(金曜日)の診療に比べて割高になります  
▽往診はできません  
▽電話での予約はできません  
▽休日急病診療所



## 後期高齢者医療保険

### 健康診査受診券を発送します

大阪府後期高齢者医療広域連合では、糖尿病などの生活習慣病の早期発見のため健康診査を実施しており、指定医療機関などで、年度中(来年3月31日まで)

事前に医療機関へお問合せのうえ、受診券と被保険者証を忘れずにお持ちください。ただし、次に該当する方は対象外です。▽病院または診療所に6か月以上継続して  
受診券が届いたら、事前にお問合せください。受診券と被保険者証を忘れずにお持ちください。ただし、次に該当する方は対象外です。▽病院または診療所に6か月以上継続して



入院中 ▽特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、養護老人ホーム、障害者支援施設などの施設に入所または入居中  
※退院・退所した場合などは、受診券を発行しますのでお問合せください。生活習慣病(糖尿病や高血圧など)で通院している方は、受診の必要はありません(医師の判断により受診する必要があると認められた方を除く)。また、人間ドックを受診した方も受診の必要はありません。

## 国民健康保険料・後期高齢者医療保険料 納付が困難な方は相談を

保険料は、必ず納期限までに納めてください。保険料を滞納すると、滞納している方の財産(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います。

医療保険室保険料課では、月曜日～金曜日の9時～17時30分(祝日を除く)に納付相談を行っています。失業や事業の廃止などの事情により納付が困難な方は、印鑑と被保険者証または保険料決定通知書(納付書)を持ってお越しください。相談の際には、収入・支出などの生活状況をお聞きます。

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。

### 【休日納付相談】

月曜日～金曜日の相談が困難な方は、ご利用ください。  
時 4月25日(土)9時～12時  
所 市役所本庁舎2階医療保険室保険料課  
医療保険室保険料課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

# 太陽光パネル・蓄電池を共同購入 参加者を募集しています

## 暮らしに節約と 災害時に安心を！

大阪府では、太陽光パネル・蓄電池を府民の皆さんでお得に購入する共同購入の参加者を募集しています。



参加者の申込みが一定数集まると、共同購入により通常よりも安い価格で太陽光パネルや蓄電池を購入することができま

す。また今後、府内各地で説明会の開催を予定しています。まずは専用ウェブサイトで登録ください。(下のQRコードからアクセス可)。  
**参加登録期間** 6月30日(火)まで  
詳しくは、専用ウェブサイトをご覧いただくか、お問合せください。

## 振り込み詐欺被害など対策機器

### 無料で貸し出します

市では、高齢者を振り込み詐欺などの被害から守るため、固定電話に取り付ける対策機器(画像)を無料で貸し出しする事業を社会福祉協議会に委託して実施しています。この機器を取り付けることで、電話の着信前に警告アラウンスが流れ被害を未然に防止する

ことができます。  
●市内在住の65歳以上の方がいる世帯  
●貸与数 2000台(申込先着順) ※1世帯1台に限る。  
●貸与期間 設置日から1年間 ※期間満了後、無償で譲渡します。  
●申請書を郵送または直接 ※申請書は市ウェブサイトでダウンロード可。

●申請先 06-7809120  
●角田2-3-8 角田総合老人センター 072(966)8001-2  
●072(966)0200  
●▽各地域包括支援センター  
●高年齢介護課 06(4309)3185、06(4309)3184

### 警告メッセージ機能



この電話は、振り込み詐欺などの犯罪被害防止のため、会話内容が自動録音されます……



## 大規模災害に備えて

### 不安がある方は申出を

市では、大規模災害の発生時に、身体が不自由などの理由により自力または家族の支援だけでは避難することが困難な方の支援に役立てるため「避難行動要支援者名簿」を作成しています。  
これは申出により名簿に登録された方の情報を、民生委員や自治会長、校区福祉委員長などに提供し、災害時の地域での安否確認や避難支援活動に役立てるとともに、消防局による火災時の避難支援に役立てるための制度です。

この名簿を地域の支援者に提供するには、事前に本人による同意・登録の申出が必要ですが、ただし、登録によらずに災害時の支援を必ずしも保障するものではありません。  
●▽身体障害者手帳1級または2級  
●▽療育手帳A(重度)  
●▽精神障害者保健福祉手帳1級  
●▽在宅で要介護区分3以上  
●▽一人暮らしの高齢者または高齢者のみの世帯で要介護区分1・2  
●▽指定難病・特定疾患医療受給者証を所持 ※施設入所者・長期入院者是对象外。  
●同意・登録申出書を郵送または直接(市社会福祉協議会に直接申出書は市ウェブサイトで)からダウンロード可。  
●福祉事務所、市社会福祉協議会なども配布  
●申請先 06-7809211  
●役所地域福祉課 06(4309)3181、06(4309)3184、06(4309)3185

## 市役所本庁舎の一部窓口業務 4月25日(土)9時~12時に開設



4月25日(土)9時~12時に市役所本庁舎2階・3階の一部窓口業務を開設します。手続きの際には、運転免許証やパスポート、健康保険証など本人確認ができる書類をお持ちください。また、住所の変更や戸籍の届出により氏名が変更になる場合は、マイナンバーカード(個人番号カード)やマイナンバー通知カードの記載変更手続きが必要となります。

【国民健康保険・後期高齢者医療保険】  
加入・脱退・変更の申請や各種療養費の給付申請、保険料の納付・相談など  
●▽医療保険室資格付課 06(4309)3167、06(4309)3169  
●▽国民健康保険加入・脱退・変更の申請や各種療養費の給付申請、保険料の納付・相談など  
●▽医療保険室資格付課 06(4309)3167、06(4309)3169  
●▽国民健康保険加入・脱退・変更の申請や各種療養費の給付申請、保険料の納付・相談など  
●▽医療保険室資格付課 06(4309)3167、06(4309)3169

【市民課】  
戸籍届、住民異動届、印鑑登録などの届出や住民票、印鑑証明などの各種証明書交付など  
●▽市民課 06(4309)3172、06(4309)3804

【国民健康保険・後期高齢者医療保険】  
加入・脱退・変更の申請や各種療養費の給付申請、保険料の納付・相談など  
●▽医療保険室資格付課 06(4309)3167、06(4309)3169

【児童手当などの関係】  
児童手当や児童扶養手当などの申請  
●▽国民年金課 06(4309)3165、06(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  
●▽関覧・届出、原動機付自転車および小型特殊自動車の登録・廃車  
●▽税制課 06(4309)3131、06(4309)3810  
●▽市民税課 06(4309)3135、06(4309)3809  
●▽固定資産税課 06(4309)3143、06(4309)3144、06(4309)3808

【医療助成関係】  
子どもや重度障害者などの医療費助成にかかるとの医療費の申請、医療費の払戻し  
●▽政策調整室 06(4309)3166、06(4309)3847

# 保健所・センターだより

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

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

## 骨密度測定検査

☑ 5月14日(木) 9時20分～10時30分  
 ☑ 市内在住の20歳以上の方 ☑ 40人  
 (申込先着順) ☑ 検査、講話 ☑  
 電話で ☑  
 ☑ 中保健センター

## 5・6月は 不正大麻・けし撲滅運動期間

大麻は、都道府県知事の免許を受けた大麻取扱者でなければ栽培することができません。

また、けしには植えてよいけし(ひなげし、おにげし、アイスランドポピーなど)と植えてはいけないけし(ソムニフェルム種、セティゲルム種など)があります。これらのけしは、観賞用としても栽培することはできません。

不正栽培や自生している大麻・けしを見つけたときは、すぐに連絡してください。

☑ 環境薬務課 072 (960) 3804、  
FAX 072 (960) 3807

## 薬の情報を一元管理 / お薬手帳の活用

お薬手帳とは、自分が使用している薬を記録し、携帯するための手帳です。薬の情報を医師や薬剤師に正確に伝えることで、副作用や相互作用、薬の量が適切かどうかなどを確認できます。また、自分自身が使用している薬を把握するために、服用後の体調変化や購入した薬についても記入するとよいでしょう。



お薬手帳は医療機関ごとに持つのではなく、1冊にまとめて薬の情報を一元管理しましょう。

医療機関を受診する際には必ず持参し、また急に具合が悪くなったときや災害時の医療機関の受診に備えて、常に携帯しておきましょう。

☑ 環境薬務課 072 (960) 3804、  
FAX 072 (960) 3807

## 新生児聴覚検査費用 一部助成します

4月1日以降に生まれた赤ちゃんを対象に、新生児聴覚検査費用の一部を助成します。

助成の対象となる検査は、次のうちいずれかの初回検査のみです。上限を超える費用については自費となります。

**助成額** ▷自動 ABR 検査=5000円 ▷OAE 検査=1500円 ※いずれも上限。受検票は、6月1日以降に妊娠の届出をする方に母子健康手帳といっしょに保健センターで交付します。5月29日(金)までに妊娠の届出をした方については、4月以降に住民票の住所に順次送付します。

4月1日以降、受検票が届くまでに受検した場合は、自費で支払ってください。申請により助成上限額の範囲内で費用を返金します。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

☑ 母子保健・感染症課 072(960) 3805、FAX 072 (960) 3809

## ハチの巣を見つけたときは 慌てず、騒がず、近寄らず

春になるとハチが庭木や軒下に巣を作ることがあります(写真)。アシナガバチは巣を刺激しない限り攻撃はしてきませんが、日常生活に支障をきたす場合は、次のことに充分注意して駆除してください。なお、市ではアシナガバチの駆除はしていません。



**駆除方法** ▷夜に市販の殺虫剤を巣に向けて噴射する ※ハチ専用の殺虫剤を使うと薬剤が遠くまで飛び安全です。▷翌朝、ハチがいなくなか確認して巣を落とし、土に埋めるかごみとして出す

**注意事項** ▷服装は肌が露出した

白いものを着用する ▷香水などは使用しない ▷懐中電灯で巣を直接照らさない ▷落ちたハチを素手で触らない ※ハチに刺されたときは傷口を流水で洗って水で冷やし、腫れがひどい場合や気分が悪い場合は、すぐに医師の診察を受けてください。アシナガバチの巣は灰色で、皿をひっくり返したような形です。また、下から見ると六角形の穴が多数あります。個人で駆除できない場合は、専門業者を紹介します。なお、スズメバチの場合などはご相談ください。

### 【ハチに刺されないために】

▷巣に近づかない、刺激しない  
 ▷洗濯物を取り入れるときは、ハチがいなくなか確認する ▷家に入ってきたら、慌てず窓を開けて逃がす

☑ 環境薬務課 072 (960) 3804、  
FAX 072 (960) 3807

■ かかりつけ

☑ 医・☑ 歯科医・☑ 薬局をもちましょう

## 麻しん風しん混合ワクチン(MR) 接種費用を助成します

妊娠中(特に妊娠初期)の女性が風しんに感染すると、心疾患や白内障、聴力障害など、先天性風しん症候群の子どもが生まれてくる可能性が高くなります。

市では、出生児の発症を予防する

ため風しん抗体価が低い対象者に麻しん風しん混合ワクチン(MR)・風しんワクチン(いずれか1回)の接種費用を助成します。

☑ 母子保健・感染症課 072(960) 3805、FAX 072 (960) 3809

	風しん抗体検査	任意麻しん風しん混合ワクチン(MR)・風しんワクチン
対象者	受診時に東大阪市内に住民登録があり、①～③のいずれかに該当する方 ①妊娠を希望する昭和46年4月2日～平成14年4月1日生まれの女性(19歳～49歳。ただし妊婦は除く) ②上記①の配偶者または同居のパートナーで、平成14年4月1日以前生まれ(19歳以上)の男性 ③抗体価が低い妊婦の配偶者および同居のパートナーで、平成14年4月1日以前生まれ(19歳以上)の男性	①～③のいずれかに該当する方 ▷令和2年度に表に該当する年齢になる ※対象者には4月下旬ごろに案内ハガキを送付します。▷接種時に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓または呼吸器などの機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害により、日常生活活動が極度に制限されている(身体障害者手帳1級程度) ※過去に肺炎球菌ワクチン(ポリサッカライド)の接種を受けたことがある方は対象外。実施期間・回数 来年3月31日までに1回 ☑3000円 ※すでに自費で接種した方への払戻しはありません。生活保護受給者は免除制度あり(事前に福祉事務所で手続きが必要)。☑住所と年齢が確認できるもの、案内ハガキ ☑市委託
上記のうち対象外となる方	過去に抗体検査を受けた結果、十分な抗体価がある方(HI法で32倍以上)	麻しん風しん混合ワクチン(MR)または風しんワクチンを2回以上接種した方
実施期間	過去に風しんにかかったことが明らかな方	
助成回数	※予防接種を希望する場合は、必ず抗体検査が必要。 ※風しん抗体検査の結果、十分な抗体価がなかった方(HI法で16倍以下、EIA法で8.0未満)。	
自己負担額	無料	1000円
受診方法	市委託医療機関(市ウェブサイトに掲載)で無料で受診することができます。直接、市委託医療機関へ予約してください。	

## 成人用肺炎球菌ワクチン 予防接種を受けましょう

成人用肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌が原因となって起こる高齢者の肺炎などの発病や重症化を防ぐためのものです。ただし、予防接種を受けることで、全ての肺炎を予防できるというわけではありません。

☑ 次のいずれかに該当する市内在住の方 ▷令和2年度に表に該当する年齢になる ※対象者には4月下旬ごろに案内ハガキを送付します。▷接種時に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓または呼吸器などの機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害により、日常生活活動が極度に制限されている(身体障害者手帳1級程度) ※過去に肺炎球菌ワクチン(ポリサッカライド)の接種を受けたことがある方は対象外。実施期間・回数 来年3月31日までに1回 ☑3000円 ※すでに自費で接種した方への払戻しはありません。生活保護受給者は免除制度あり(事前に福祉事務所で手続きが必要)。☑住所と年齢が確認できるもの、案内ハガキ ☑市委託

65歳	昭和30年4月2日～ 昭和31年4月1日生まれ
70歳	昭和25年4月2日～ 昭和26年4月1日生まれ
75歳	昭和20年4月2日～ 昭和21年4月1日生まれ
80歳	昭和15年4月2日～ 昭和16年4月1日生まれ
85歳	昭和10年4月2日～ 昭和11年4月1日生まれ
90歳	昭和5年4月2日～ 昭和6年4月1日生まれ
95歳	大正14年4月2日～ 大正15年4月1日生まれ
100歳	大正9年4月2日～ 大正10年4月1日生まれ

医療機関に電話で ※市委託医療機関については市ウェブサイトをご覧ください。注意 事項 同剤を再度接種することによって注射部位の疼痛や紅斑、硬結などの副反応が強く発現すると報告されているため、過去に接種を受けていないか確認が必要です。医療機関やウェブサイトにある接種説明をよく読み、効果や副反応を理解したうえで接種するかどうか検討してください。

☑ 母子保健・感染症課



その他のつづき

小学校新1年生に  
防犯ブザー配付

市内在住で今春小学校に入学する新1年生を対象にトライク人型防犯ブザー(写真)を配付します。市立小学校の新1年生には、入学時に各小学校から配付します。市立以外の小学校新1年生はお申込みください。基本事項(10面に掲載)と生年月日、学校名をハガキで



〒577-8521市役所学校教育推進室 06(4309)3268、FAX06(4309)3838

ご協力ください  
市税の口座振替

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

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

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

納税課 06(4309)3147、FAX06(4309)3808

録音版・点字版市政だより

録音版(カセットテープまたはCD)と点字版の市政だよりを発行しています。

配布を希望する方は、お問合せください。

広報課 06(4309)3102、FAX06(4309)3821

保育施設  
申込受付時期の変更

保育施設への入所申込の受付時期が変わります。これまでは翌年4月入所希望の受付を4月以降随時受付していましたが、今年4月からは申込受付期間を設けて、その期間のみ受付を行います。申込受付時期(予定)▷0歳~5歳児=10月ごろ▷0歳児、1歳~5歳児の期限後申請=2月ごろ

詳細については、8月ごろに市政だよりや市ウェブサイトなどに掲載する予定です。なお、年度途中の入所希望の受付は従来どおり随時受付します。

子育て支援室施設利用相談課 06(4309)3202、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)

子育てサポーター  
活動場所の変更



4月20日(月)から子育てサポーターの主な活動場所が変わります。

活動場所・問合せ先▷市役所本庁舎7階子育て支援室施設給付課(月曜日~金曜日) 06(4309)3302、FAX06(4309)3817▷東・中・西福祉事務所子育て支援係(火・金曜日)東=072(988)6619、FAX072(988)6671 中=072(960)9274、FAX072(964)7110 西=06(6784)7982、FAX06(6784)7677

活動時間 9時~12時、12時45分~17時30分

その他、子育て支援センター、つどいの広場、園庭開放、保健センターが実施する乳幼児健康診査などに出向いての相談事業を実施します(中止の場合を除く)。育児に関するさまざまな悩みや疑問などについて保育士などが相談に応じます。気軽にご相談ください。

子育て支援室施設給付課 06(4309)3302、FAX06(4309)3817

切り絵個人展

5月22日(金)~28日(木)9時~10時 市文化創造館「森川幸夫」06(6787)3866

無料のLINE公式アカウントを  
使おう

5月17日(日)=個人商店・一人起業家/無料のLINE公式アカウントを使おう▷7月26日(日)=親子/親子でプログラミング☆いずれも10時~12時 明洋ライセンススクール(小阪1) 各3000円 電話でNPO法人ITブレン東大阪「南口」06(6618)6900

東体育館の教室

令和2年度年間を通して実施する教室(表参照)の会員を募集します。料金など詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

【体験会】

1人1回限り、体験受講することができます(アロマテラピー教

室・セルフマッサー教室を除く)。

500円 ※体験後入会すれば、体験料は返却します。電話予約のうえ、料金を直接

東体育館 072(982)1381、FAX072(982)2768

Table with 3 columns: 教室名, とき, 対象. Includes classes like ムネバビ塾, ZUMBA, ゆつたりヨ, ママのためのリラックソヨガ, エグゼットボール.

Table with 3 columns: 教室名, とき, 対象. Includes classes like ジュニアバトン, ジュニアレッツダンス, こども将棋, アロマテラピー, セルフマッサー, はじめてのハワイアンフラ.

奨学金をお貸しします

市内に住所があり、経済的な理由で高校や高等専門学校、短期大学、大学での勉学に不安のある方を対象に、選考のうえ奨学金をお貸しします。なお、卒業後に返還の義務があります。

【高校、高等専門学校(1年生~3年生)】

貸付金額(月額)▷国・公立=8000円▷私立=1万3000円 50人程度

【高等専門学校(4・5年生)、短期大学、大学】

貸付金額(月額)▷国・公立=1万4000円▷私立=1万7000円 20人程度

※専修学校や各種学校、通信制課程を除く。高校の区分では生活保護受給中で生業扶助を受けている方は対象外。願書と推薦調書、世帯全員の住民票の写しおよび所得関係書類を4月10日(金)から在学している学校が指定する期日までに学校に直接 ※応募書類は学事課、行政サービスセンターで配布。

学事課 06(4309)3272、FAX06(4309)3838

自動車税(種別割)  
納期限は6月1日

自動車税(種別割)の納期限は6月1日(月)です。納税通知書裏面に記載の金融機関、大阪府内の郵便局、コンビニエンスストアのほか、府税事務所で納付することができます。

また、パソコンやスマートフォンを利用したクレジットカードでの納税もできます。さらに、府税収納を扱う金融機関(ゆうちょ銀行を除く)のペイジーに対応している方法による納付も可能です。

自動車税コールセンター 0570(020)156▷大阪府徴税対策課 06(6210)9132、FAX06(6210)9933▷税制課 06(4309)3131、FAX06(4309)3810

慰霊塔の開扉日

令和2年度の市立慰霊塔の開扉日は次のとおりです。

- 5月15日(金)・6月15日(月)・7月14日(火)・8月11日(火)・14日(金)・15日(土)・9月15日(火)・22日(祝)・10月16日(金)・11月16日(月)・12月15日(火)・26日(土)・28日(月)・来年1月5日(火)・14日(月)・2月15日(月)・3月15日(月)・20日(祝)10時~16時

5月1日からは憲法週間  
考えよう 基本的な人権といのちの大切さ

憲法が施行された5月3日は憲法記念日、5月1日からは憲法週間です。この機会に、憲法が保障する全ての人の基本的な人権について、いっしょに考えてみませんか。

【人権の尊重を】

「憲法が国民に保障する基本的な人権は、侵すことのできない永久の権利」と憲法にうたわれていますが、現在でも同問題や障害者、外国人、女性などに対するさまざまな差別が存在します。こうした人権問題を解決するため、全ての人の人権が尊重される社会が実現するよう、市ではさまざまな事業を行っています。

人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823

プロ野球ウエスタン・リーグ公式戦  
オリックス・バファローズ  
VS阪神タイガース中止

5月16日(土)・17日(日)に花園セントラルバファローズスタジアムで予定していたプロ野球ウエスタン・リーグ公式戦および親子野球教室は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から中止となりました。

バファローズお客さまダイヤル 0570(01)8862(月曜日~金曜日9時~17時)▷スポーツビジネス戦略課 06(4309)3019、FAX06(4309)3849



定員がある催しもあります。料金表示のないものは無料です。詳しくは問合せ先へ。

大飯原発見学会

6月24日(木)☆近鉄大阪駅前に8時集合 2000円 身分証明書(写真付き) 基本事項(10面に掲載)と生年月日を5月20日(必着)までに往復ハガキで 〒577-0816友井3-4-1-103東大阪市消費者団体協議会「松浦」090(6965)3387

# お知らせコーナー

## 学ぶ

### 五条老人センターの教室

#### 【スマホの基本操作を学ぼう】

5月19日(木)・26日(木)10時～11時30分(計2日間) 定10人 内電話・メール・カメラの操作方法



教室の様子

#### 【音楽療法】

懐かしい曲にあわせて、体を動かしたり歌を歌ったりします(写真)。5月22日(金)・6月26日(金)10時～11時(計2日間) 定40人



#### 【おもしろ仏像講話】

仏像について初歩的な話からわかりやすく読み解きます。5月25日(月)13時30分～15時 定35人

市内在住の60歳以上の方 ※いずれも申込先着順。4月15日(木)から電話または直接 所 五条老人センター 072(985)3751、FAX072(986)7592

### チャレンジしませんか 長瀬青少年センターの教室

【今さら聞けないWindows10】パソコンの基本的な使い方を学びます。



5月16日(土)・23日(土)14時30分～16時30分(計2日間) 対市内在住・在勤・在学(いずれか)の高校生以上の方 定12人 料3000円 特USBメモリなどの記録媒体 5月8日(金)まで

#### 【手話体験教室】

5月16日～来年3月の原則月2回の土曜日13時～15時(計18日間) 対手話の入門・基礎講座を修了している中学生以上の方 定23人 料1800円 4月27日(月)まで

#### 【入門手話教室】

手話を学んでみませんか。5月16日～来年1月の原則月1回の土曜日15時30分～17時(計10日間) 対小学生以上の方 定15人 料1000円 4月27日(月)まで

#### 【点字にチャレンジ】

初心者には点字の打ち方を学び、経験者は点訳絵本を作ります。5月～来年3月の第4土曜日9時30分～11時30分(12月を除く計10日間) 対小学生以上の方 定20人 料1000円 4月27日(月)まで

※いずれも抽選。基本事項(10面に掲載)を各申込期限(必着)までにハガキまたはファクスで 所 577-0832長瀬町3-7-40 長瀬青少年センター 06(6727)1200、FAX06(6729)9787

### 7月1日からレジ袋の有料化 お出かけのときは マイバッグを持ち歩きましょう

この機会にお出かけの際にマイバッグ(写真)を持ち歩く習慣をつけましょう。  
循環社会推進課 06(4309)3199、FAX06(4309)3829

### HOS ジュニアジャグリング教室

5月13日から毎週水曜日16時30分～17時30分 5歳児～小学生 定20人(申込先着順) 料3300円(月4回) ※体験1回500円。室内用シューズ、タオル、飲み物 電話で 所 市民ふれあいホール 072(982)6563 (FAX兼用)

### 親子で花育 こどもフラワーアレンジメント教室

季節の花にふれ、感性を育てます。  
5月23日・6月20日・7月18日の土曜日13時30分～14時30分(計3日間) 3歳以上の子どもとその保護者(祖父母も可) 定20人(申込先着順) 料未定 特ハサミ、持ち帰り用袋 直接 ※詳しくは東大阪アリーナウェブサイトをご覧ください。  
所 東大阪アリーナ 06(6726)1995、FAX06(6726)1994

## その他

### コンビニ交付 一時停止します

マイナンバーカード(個人番号カード)を利用して、コンビニエンスストアなど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をメンテナンス作業のため一時停止します。  
停止期間中は、セブン-イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ、イオンリテールなどのいずれの店舗でも各種証明書を取得することができません。ご理解のほどよろしくお願いします。  
停止期間 5月1日(金)23時～7日(木)6時30分  
市民室 06(4309)3163、FAX06(4309)3012

### ご利用ください 訪問美容サービス

理美容店に行くことが困難な高齢者を対象にふれ愛の店加盟店から理美容師が自宅を訪問し、調髪を行います。訪問に要する費用は市が負担しますが、理美容代(1500円)は自己負担です。市内に住民登録している在宅の65歳以上の高齢者で、要介護3～5と認定されている方  
所 東・中・西福祉事務所高齢・障害福祉係  
東=072(988)6617、FAX072(988)6671  
中=072(960)9275、FAX072(964)7110  
西=06(6784)7981、FAX06(6784)7677  
高齢介護課 06(4309)3185、FAX06(4309)3814

### マイナポイント 予約支援窓口の変更

2月1日号の市政だより2面および2月15日号の市政だより11面に掲載しましたマイナポイント予約(マイキーID設定)支援窓口の場所と問合せ先が変わりました。市役所本庁舎1階ロビー 問合せ先 東大阪マイナポイントコールセンター 0570(050)226 ※一部IP電話などでつながらない場合は、050(3085)7654におかけください。  
情報政策課 06(4309)3108、FAX06(4309)3816

### 聴覚障害のある方のために 要約筆記者養成講座

6月27日～12月5日の土曜日13時～17時 所 大阪府立福祉情報コミュニケーションセンター(大阪市東成区中道1) 対府内在住・在勤・在学(いずれか)の方 特手書きコース・PCコース各10人程度(5月30日(土)に受講判定試験) ※テキスト代が必要。5月11日(月)までに郵送(府ウェブサイトからも可) ※申込書は障害福祉推進課、福祉事務所高齢・障害福祉係でも配布。詳しくはお問合せください。  
所 562-0023箕面市粟生間谷西2-2-6橋高方(特非)大阪府中途失聴・難聴者協会  
所 府民お問合せセンター 06(6910)8001  
障害福祉推進課 06(4309)3183、FAX06(4309)3813

## おれんじ通信

知って支える認知症

### 自分らしく生きる① 若天性アルツハイマー型認知症 Aさんに話を聞きました

Aさん(60代男性)が初めて異変に気づいたのは、ネクタイを結びづらくなったことでした。また、施設整備会社の役員として勤めていたAさんは、得意先との面談予定を忘れて、職員とのコミュニケーションがとりづらくなったりしていました。

その後、Aさんは会社の都合で退職し、建物管理会社に再就職。しかし、指示を受けた作業が実施できず、また、文字が書きづらくなりました。仕事を続けられなくなり、市の窓口相談に訪れたところ、医療機関を受診を勧められ、異変に気づいてから10年を経て、

近くの認知症相談医を受診しました。診断は、「若天性アルツハイマー型認知症」。それまでも何度か受診したことはありましたが、「精神的なもの」「うつ状態」との診断でした。

「認知症」と言われたときは、どん底に突き落とされた気持ちでいっぱい泣きました。しかし、認知症相談医がよく話を聞いてくれ、『できることはたくさんあるんだから』と言ってもらえ、できることに目を向けられるようになりました」とAさんは話していました。

◇ ◇  
◇ ◇

今回は「自分らしく生きる②」です。なお、おれんじ通信への意見をお寄せください。  
地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3814

# 相談

## 休日・夜間～市税の納付相談

市税の納付が困難な方は、来庁または電話でご相談ください。

### 【窓口および電話による相談】

☎ 4月25日(土)9時～12時 市役所本庁舎3階納税課 ☎ 納税通知書、印鑑

### 【電話による相談】

☎ 休日＝4月25日(土)12時～16時、26日(日)9時～16時 夜間＝24日(金)・27日(日)17時30分～20時

◇ ◇

☎ 納税課 06(4309)3148、℡06(4309)3808

## 司法書士による相談

☎ 4月16日(木)10時～11時30分(9時から市政情報相談課で整理券配布。9時30分から整理券番号順に受付開始) 市役所本庁舎1階相談室 ☎ 10人(当日先着順) ☎ 相続・売買・贈与の登記や供託、訴訟・調停の裁判手続き、成年後見など ☎ 市政情報相談課 06(4309)3104、℡06(4309)3801

## 多文化共生情報プラザ

在留外国人に対し、生活に関する情報提供や相談窓口の案内を多言語で行っています。☎ 月曜日～金曜日9時～17時30分 市役所本庁舎16階多文化共生・男女共同参画課内 対応言語 英語、韓国・朝鮮語、中国語、ベトナム語(毎週火・金曜日10時～17時30分)、その他の言語(翻訳機での対応)

☎ 多文化共生・男女共同参画課多文化共生情報プラザ 06(4309)3311、℡06(4309)3823

# 募集

## 親子記者

長崎で平和取材を

長崎で原爆の被害などを学び、新聞を作ってみませんか。☎ 8月8日(土)14時30分～11日(月)12時(3泊4日)

☎ 市内在住の小学校4年生～6年生とその保護者 ☎ 全国から9組(抽選) ※交通費や宿泊費、取材補助経費を支給。☎ 日本非核宣言自治体協議会ウェブサイトをご覧ください。5月8日(金)までにEメールで(同協議会ウェブサイトからも可) ※結果は当選者にのみ通知。参加者は事前課題、滞在中の記事作成などがあります。

☎ 長崎市平和推進課内日本非核宣言自治体協議会事務局 095(844)9923、℡095(846)5170、✉ info@nucfreejapan.com

☎ 人権啓発課 06(4309)3156、℡06(4309)3823

## 会計年度任用職員

### 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。☎ 看護師または准看護師の資格がある方 ☎ 1人 勤務時間 8時30分～15時15分 勤務地 市立学校園 勤務条件 各種社会保険完備など ※令和3年度から勤務できる方も募集しています。詳しくはお問合せください。

☎ 学校教育推進室 06(4309)3269、℡06(4309)3838

## 会計年度任用職員

### 保育士

### 保育教諭(日中・朝夕)

保育所、子育て支援センターおよび幼保連携型認定こども園における保育業務です。



☎ 保育士の資格がある方 選考日 順次 選考方法 口述試験 任用期間 任用開始日～来年3月31日(更新の可能性あり) ☎ 申込書を4月30日(必着)までに郵送または直接 ※郵送の場合は、返信用封筒(84円切手貼付)を同封。申込書は市ウェブサイトからダウンロード可。勤務条件など詳しくは、お問合せください。

☎ 千577-8521市役所保育課 06(4309)3196、℡06(4309)3817

## 会計年度任用職員

### 工事損失補償専門員

工事損失補償対象者との補償契約締結までの一連の業務(訪問による意思確認・補償内容の説明・協議および内容記録を行う業務)および書類作成業務です。☎ 金銭交渉などの交渉業務に従事したことがある方 ☎ 1人 選考日 5月14日(木) 選考方法 口述試験 勤務時間 9時～17時30分(週4日) 勤務条件 給与月額18万1280円、通勤手当別途支給、各種社会保険完備など 任用期間 6月1日～来年3月31日 ☎ 申込書を4月6日(月)～21日(月)(消印有効)に郵送または23日(木)17時までに直接 ※申込書は市ウェブサイトからダウンロード可。詳しくはお問合せください。

☎ 千577-8521市役所街路整備課 06(4309)3217、℡06(4309)3836

## 会計年度任用職員

### スクール・サポート・スタッフ

市立小・中・義務教育学校における教職員の補助業務です。☎ 2人 選考日 4月20日(月)以降順次 選考方法 口述試験 勤務時間 1日6時間 勤務条件 給与日額5968円、通勤手当別途支給、各種社会保険完備など 任用期間 任用開始日～来年3月31日 ☎ 申込書を来年3月31日(月)(消印有効)までに郵送または直接 ※申込書は市ウェブサイトからダウンロード可。

☎ 千577-8521市役所教職員課 06(4309)3275、℡06(4309)3838

## 会計年度任用職員

### スクールヘルパー登録者



市立小・中学校で障害のある子どもを支援するスクールヘルパーの新規登録者を募集します。☎ 14人 選考日 4月25日(土) 選考方法 作文、面接 勤務時間 月曜日～金曜日8時30分～15時25分 ☎ 申込書を4月7日(火)～20日(月)(消印有効)に郵送または直接 ※申込書や募集要項は市ウェブサイトからダウンロード可。

☎ 千577-8521市役所学校教育推進室 06(4309)3269、℡06(4309)3838

## いっしょに働きませんか

### 市社会福祉協議会職員

☎ 昭和55年4月2日以降生まれで、普通自動車運転免許(AT限定可)と社会福祉士の資格がある方 ☎ 3人 選考日 5月30日(土) 選考方法 筆記(小論文)、面接 雇用開始日 7月1日(月) ☎ 申込書を4月15日(月)～5月20日(木)(消印有効)に郵送または22日(金)17時までに直接(土・日曜日、祝休日を除く) ※申込書は同協議会ウェブサイトからダウンロード可。勤務条件など詳しくはお問合せください。

☎ 千577-0054高井田元町1-2-13市社会福祉協議会総務課 06(6789)7202、℡06(6618)4566

### ●記号の見方

☎ とき 所とところ ☎ 対象 定 定員・定数 内容 料金(表示のないものは無料) 持ち物 ☎ 申込方法・申込み先など ☎ 問合せ先 ☎ Eメールアドレス

### ●申込みの基本事項

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

以上をそれぞれの申込み先へ

## 守っていこう みんなの気持ち みんなの命

(中学校2年生)



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。

### 糖尿病の予防・治療は食事と運動が基本

適正なエネルギー摂取、バランスのとれた野菜たっぷりの食事、適度な運動を心がけましょう。

間食は食後下がりがかけた血糖値を再び上げることになります。間食に果物を食べるときは生の果物を選び、

糖代謝の悪化や中性脂肪の増加につながるような食べ過ぎに注意しましょう。

血糖値の上昇を緩やかにする野菜には、ビタミンやミネラル、食物繊維が多く含まれています。いつも野菜料理を一品加え、1日350g摂れるようにしましょう。

糖尿病の方は主治医の指示に従いましょう。

### にんじんのツナ和え

(1人分の栄養価: エネルギー 80kcal、塩分0.7g、野菜70g) 材料(2人分) にんじん100g、レタス40g、ツナ缶(油漬)40g、しょうゆ小さじ1



ツナの油でにんじんのβカロテンも吸収率UP

①にんじんは細いせん切りにする。耐熱皿に入れ、水小さじ2をかけてラップをする

②電子レンジ600Wで1分～2分程度加熱して、しんなりしたらザルにあげて水気を切る

③油を切ったにんじんとにんじんをボウルに入れ、しょうゆを加えて和える

④器に食べやすい大きさにちぎったレタスを敷き、③を盛り付ける(東大阪地域活動栄養士会糖尿病食献立集より)

◇ ◇ ☎ 健康づくり課 072(960)3802、℡072(960)3809

# お知らせコーナー

## 催し

### 市長杯 市民グラウンドゴルフ大会

時 5月19日(水)8時30分から ※雨天時は26日(火)に順延。 所 荒本青少年運動広場 用 市グラウンド・ゴルフ協会登録者または市内在住・在勤(いずれか)の方 定 60人(申込先着順) 料 300円 用 4月17日(金)10時~11時30分に市文化創造館に直接 用 市グラウンド・ゴルフ協会「金光」072(987)1834 用 市民スポーツ支援課 06(4309)3282、FAX06(4309)3849

### くすのきプラザ 催し&教室

【くすのき歌声広場】  
懐かしい歌をみんなで歌います。



時 5月17日(日)14時~16時30分 用 市内在住・在勤(いずれか)の方 定 120人 料 300円(歌詞のない方は500円) 用 飲み物 用 4月24日(金)まで

【クレイクラフト教室】  
樹脂粘土で花を作ります。 時 5月23日(土)13時~15時30分 用 市内在住・在勤(いずれか)の方 定 25人 料 1500円 用 4月27日(月)まで

【木目込みで「お雛さま」を作る】  
時 6月1日(月)・15日(月)・29日(月)13時30分~16時30分(計3日間) 用 全日程参加できる市内在住・在勤(いずれか)の方 定 20人 料 5300円 用 木目込み専用平目打ち、先の切れるハサミ、手ふき 用 4月25日(土)まで

※いずれも抽選。 用 基本事項(10面に掲載)を各申込期限(必着)までに往復ハガキで 所 甲 0578-0941 岩田町4-3-22-500 用 くすのきプラザ(若江岩田駅前) 072(967)6565 (FAX兼用)

## 充電式電池の廃棄には注意!

### 適切に処理して火災を防ごう

最近、私たちの生活にはリチウム電池などの充電式電池を使った製品がたくさんあります。スマートフォンはもちろん、コードレス掃除機や電動自転車、電子たばこ、モバイルバッテリー、携帯ゲーム機など、数を上げれば切りがないほどです。

しかし、それらの製品を捨てる時、どうしていますか。充電式電池が入ったまま捨てる、火災の原因となり大変危険です。ごみ収集車やごみ処理施設での火災が後を絶ちません。

「誰も見ていないし、ばれなければいい」「持って行ってくれるか

らいいか」「分別するのが面倒くさい」「燃えるのはうちの家ではない」と考えるのはやめませんか。充電式電池は、機器から取り外して回収施設や回収協力店へ持って行くなど捨て方があります。詳しくは、市ウェブサイトの「ごみの分け方・出し方」をご覧ください。

協力をお願いします。 用 消防局予防広報課 072(966)9663、FAX072(966)9669



ごみ収集車から出てきた燃えたりリチウムバッテリー

### 自由の森なるかわの催し&募集

【なるかわもりあそびクラブ】  
時 5月23日(土)10時30分~15時 用 年中児~小学校1年生 ※保護者同伴。 定 20人 用 自然体感ゲーム、自然クラフト、生き物の痕跡探しなど 料 1800円 用 タオル、帽子、軍手、弁当、飲み物 用 4月15日(水)から

【なるかわ野外活動クラブ】  
さまざまなアウトドア技術を学びながら、「生きる力」を育てます。 時 5月30日(土)~31日(日)、7月11日(土)~12日(日)、9月19日(土)~21日(日)、10月24日(土)~25日(日)、12月5日(土)~6日(日)、来年1月30日(土)~31日(日) ※計13日間。 用 小学校5年生~高校生 定 30人 料 4万5000円(分割は4万8000円) 用 4月15日(水)から

【なるかわ山の子クラブ】  
自然の中で遊ぶキャンプです。 時 6月6日(土)~7日(日)、7月4日(土)~5日(日)、9月5日(土)~6日(日)、10月17日(土)~18日(日)、11月28日(土)~29日(日)、来年1月16日(土)~17日(日) ※計12日間。 用 小学校2年生~4年生 定 30人 料 4万3000円(分割は4万5800円) 用 4月15日(水)から

※いずれも申込先着順。 用 各申込期間に電話で 所 甲 自由の森なるかわ(市立野外活動センター) 072(986)1551、FAX072(986)1550

### はすの広場の催し&教室

【はすの広場「歩こう会」】



時 5月16日(土) ※近鉄石切駅に9時集合、12時ごろ解散。 用 市内在住・在勤(いずれか)の方 定 20人(抽選) 用 日下新池-旧河澄家-山里散策-石切薙箭神社 用 タオル、飲み物 用 基本事項(10面に掲載)を4月30日(日)(必着)までに往復ハガキで

【健康づくりシリーズ「フォークダンス」】  
時 5月21日(木)・6月18日(木)・7月16日(木)13時30分~15時 用 はすの広場(近江堂) 用 市内在住・在勤(いずれか)の20歳以上の方 定 各40人(当日先着順) 用 室内用シューズ、タオル

### みんなで楽しむ 市民コミュニティゲートボール大会



時 5月26日(水)8時30分~12時30分 ※雨天時は28日(金)に順延。 用 吉田春日グラウンド 用 市内在住・在勤(いずれか)の方で編成した5人~7人のチーム ※最低4人も可。 定 24チーム(申込先着順) 用 変則リ尼克戦(競技時間は30分) 料 1人300円 用 電話連絡のうえ、申込用紙と料金を5月7日(木)までに直接 ※5月8日(金)にくすのきプラザ(若江岩田駅前)で組合せ抽選会を実施。 用 甲 市ゲートボール協会「田中」072(964)3066 用 市民スポーツ支援課 06(4309)3282、FAX06(4309)3849

市役所本庁舎/荒本北1-1-1 .....06(4309)3000  
東福祉事務所/旭町1-1 (保護課) .....072(988)6616-6618 (高齢・障害福祉係) 072(988)6617-6628 (子育て支援係) .....072(988)6619  
中福祉事務所/岩田町4-3-22-300 (保護課) .....072(960)9271~9273 (高齢・障害福祉係) 072(960)9275-9285 (子育て支援係) .....072(960)9274  
西福祉事務所/高井田元町2-8-27 (保護課) .....06(6784)7696 (高齢・障害福祉係) 06(6784)7981-7980 (子育て支援係) .....06(6784)7982  
リージョンセンター  
ゆうゆうプラザ(日下)/日下町3-1-7 (日下行政サービスセンター) .....072(986)9282 (日下市民プラザ) .....072(986)9284  
やまなみプラザ(四条)/南四条町1-7 (四条行政サービスセンター) .....072(988)3111 (四条市民プラザ) .....072(988)3113  
グリーンパル(中鴻池)/中鴻池町2-3-13 (中鴻池行政サービスセンター) .....06(6747)1590 (中鴻池市民プラザ) .....06(6747)1592

くすのきプラザ(若江岩田駅前)/岩田町4-3-22-500 (若江岩田駅前行政サービスセンター) .....072(967)6530 (若江岩田駅前市民プラザ) .....072(967)6575  
ももの広場(橋根)/橋根1-12-12 (橋根行政サービスセンター) 06(6745)9144 (橋根市民プラザ) .....06(6745)9147  
夢広場(布施駅前)/長堂1-8-37 (布施駅前行政サービスセンター) 06(6784)2000 (布施駅前市民プラザ) .....06(6784)2018  
はすの広場(近江堂)/近江堂3-12-15 (近江堂行政サービスセンター) 06(6730)5718 (近江堂市民プラザ) .....06(6730)0840  
消費生活センター/岩田町5-7-36 .....072(965)0102  
環境事業所  
東部/中石切町6-3-52 .....072(984)8005 中部/菱江1-12 .....072(963)3210 西部/茨川町2-12-8 .....06(6722)2994 北部/西堤本通西2-1-16 .....06(6789)1851  
消防局/稲葉1-1-9 .....072(966)9660  
防災学習センター/稲葉1-1-9 .....072(966)9998  
消防署  
東/鳥居町3-3 .....072(983)0119 中/稲葉1-1-9 .....072(966)0119 西/御厨栄町3-1-41 .....06(6788)0119

上下水道局水道庁舎/若江新町1-6-6 .....06(6724)1221 保健所/岩田町4-3-22 .....072(960)3800 保健センター  
東/旭町1-1 .....072(982)2603 中/岩田町4-3-22-300 .....072(965)6411 西/高井田元町2-8-27 .....06(6788)0085 (地独)市立東大阪医療センター/西岩田3-4-5 .....06(6781)5101 休日急病診療所/西岩田4-4-38 .....06(6789)1121  
動物指導センター/水走3-12-32 .....072(963)6211 レビラ/菱江5-2-34 .....072(975)5700  
子育て支援センター  
鴻池/東鴻池町4-5-8 .....06(6748)8251 長瀬/長瀬町3-6-3 .....06(6728)1800 荒本/荒本2-6-35 .....06(6788)1055 あさびっこ/旭町1-5 .....072(980)8871 ももっこ/橋根1-12-12 .....06(4306)4151 ゆめっこ/長堂1-8-37 .....06(6748)0210  
社会教育センター/長堂1-17-29 .....06(6789)4100 ドリーム21/松原南2-7-21 .....072(962)0211 東大阪アリーナ/中小阪4-7-60 .....06(6726)1995 東体育館/鷹殿町1-2 .....072(982)1381

市民ふれあいホール/鳥居町3-3 .....072(982)6563 スポーツホールかがやき/角田2-3-6 .....072(962)8811 自由の森なるかわ/六万寺町1-1668 .....072(986)1551 四条図書館/南四条町1-1 .....072(982)1235 花園図書館/吉田4-7-20 .....072(965)7700 永和図書館/永和2-1-1 .....06(6730)6677 郷土博物館/上四条町18-12 .....072(984)6341 鴻池新田会所/鴻池元町2-30 .....06(6745)6409 発掘ふれあい館/南四条町3-33 .....072(983)2340 旧河澄家/日下町7-6-39 .....072(984)1640 市民美術センター/吉田6-7-22 .....072(964)1313 文化創造館/御厨南2-3-4 .....06(4307)5772 イコラム/岩田町4-3-22-600 .....072(960)9201 ユトリート東大阪/中小阪5-14-30 .....06(6721)6000 就活ファクトリー東大阪/長堂1-8-37 .....06(4306)5360 産業技術支援センター/高井田中1-5-3 .....06(6785)3325

テレホンガイド  
番号はよく確かめて  
かけましょう

## 若者のライフスタイルの“ワガママ”をかなえる シティプロモーション動画が完成

市では、このほど多くの人に市の魅力を知ってもらい、居住地として東大阪市の選んでもらうためのシティプロモーション動画「ワガママでいこう、東大阪市」を作成しました(写真)。

この動画は、全国的な人口減少が進む中、東大阪市での定住促進を図るため、20代~30代の若者向けに作成したもので、ラグビーワールドカップ2019日本大会で盛り上がった市

花園ラグビー場前で、結婚を間近に控えた主人公2人の住みたいまちを巡るストーリーが繰り広げられます。

動画には、市にゆかりのある元ラグビー日本代表の大西将太郎さんやSKE48の斉藤真木子さんもゲスト出演。都会も自然もどちらも捨てがたい、そんな若者のライフスタイルのワガママをかなえるまち、東大阪市の魅力を発信しています。



5分でまとめられた動画は、市ウェブサイト(右下のコードからアクセス可)やYouTubeで視聴できます。ぜひご覧ください。

企画課 06(4309)3101、FAX06(4309)3826

## 子ども用マスク1万枚 市内企業(株)福西衛材から寄贈

新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、マスクの品薄状態が続いている中、医療用の衛生消毒材料などの卸売を行っている市内企業(株)福西衛材から子ども用マスク約1万枚が寄贈されました。



3月13日、同社代表取締役の福西由宗さんが市役所を訪れ、マスクの寄贈式が行われました(写真)。

同社では、非常時には大人用より子ども用のマスクが不足することから、普段から災害用に子ども用のマスクを備蓄していたとのこと。

福西さんは、「市内の子どものため

に使ってください」と話し、野田市長は「マスクが手に入りにくい状況で本当にありがとうございます」と感謝の意を述べました。

なお、今回寄贈されたマスクは、市内の認定こども園・保育園などに配布しました。

## Town Topics Higashiosaka City

### 恩智川に広がる黄色いじゅうたん 菜の花が満開に

3月末、市の東部を南北に流れる恩智川で菜の花が見頃を迎えました(写真)。

近鉄東花園駅の前を流れる恩智川の両岸にはおよそ8kmに渡って菜の花が咲き誇り、通りかかる市民らは春の訪れを感じていました。

この菜の花は15年ほど前、恩智川の水質浄化に取り組む市民団体によって、種まきが行われたことから始まりました。現在では東花園、新池

島、玉串町東第1・第2自治会や多くの地域の方が参加する清掃活動の際に、毎年種をまいて育てています。



こうした取組みにより、ごみのないきれいな恩智川に今年も黄色いじゅうたんが広がり、市民の心を和ませていました。



### 故・張忠儀さんの作品寄贈に対し

### 市民美術センターで感謝状を贈呈

このほど、平成28年11月に亡くなられた本市在住の画家・張忠儀さんの遺族から作品5点を市へ寄贈いただき、3月25日、感謝状を贈呈しました。

張さんは昭和22年に京都市で生ま

れ、12歳のころ東大阪市に移り住みました。昭和50年~51年には、独立展独立賞を受賞したほかさまざまな賞を受賞。全国的な美術団体、独立美術協会の若手洋画家として注目されました。



作品には人間の心の奥深くに潜む暗く重い情念が描かれています。息子の張公さんは「父の作った作品をたくさんの人に見て楽しんでほしい」と話していました。

市民美術センターで展示されている作品(上)、感謝状を受け取った張さんの遺族ら(右)

