

2	後期高齢者医療保険 令和3年度の保険料が決定
3	太陽光パネル・蓄電池の共同購入
8-9	第1次実施計画を策定
16	毎日の暮らしに新しい生活様式を

発行：東大阪市長公室広報広聴室広報課 〒577-8521東大阪市荒木北一丁目1番1号 人口 49万819人 世帯数 23万2260世帯(令和3年3月1日現在)
電話 06(4309)3000 FAX 06(4309)3821 市ウェブサイト <https://www.city.higashiosaka.lg.jp/> 市公式フェイスブック <https://www.facebook.com/higashiosaka.city>

東大阪市の新規感染者数 (人)

	月							適合計
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	
2月	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	合計
	17	21	13	15	3	9	7	85
	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	合計
	2	5	6	4	6	6	3	32
	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	合計
	1	6	3	2	4	1	4	21
3月	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	合計
	0	5	1	4	1	1	4	16
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	合計
	1	4	5	9	6	4	2	31

大阪府の
緊急事態
宣言解除

前週から
増加傾向!!

※大阪府報道発表資料に基づき作成。

新型コロナウイルス 感染症

新規感染者数が再び増加傾向に

日常に「新しい生活様式」を

東大阪市の新型コロナウイルスの新規感染者数は、1月の緊急事態宣言発令後は減少していましたが、3月の2週目からは再び増加傾向にあります。緊急事態宣言が解除されても、新しい生活様式を実践するなど、引き続き感染防止を心がけた行動をお願いします。

新型コロナウイルスの全国の新規感染者数は、緊急事態宣言発令後は減少していましたが、最近では下り止まり傾向にあります。東大阪市の緊急事態宣言発令後、新規感染者数は減少していましたが、3月の2週目からは再び増加傾向にあります(左上表参照)。

緊急事態宣言が解除されると意識が変わり、感染防止対策がおろそかになりやすく感染が再拡大する恐れがあります。感染を再拡大させないために、歓送迎会や花見などの飲食の機会を避ける、新しい生活様式を実践するなど、引き続き感染防止を心がけた行動をお願いします。

新型コロナウイルス接種予定

市では現在、市民の皆さんへのワクチン接種に向け準備を進めています。4月に国から供給されるワクチンの量が極めて少ないため、市では、クラスター抑止の観点から、まずは高齢者施設の入所者を対象に接種を開始します。高齢者向けの接種については、4月中旬以降、充分な量のワクチンが確保できることが判明した時点で接種券(クーポン券)を送付する予定にしております。お手元に接種券が届いたら、自身

本市のワクチン接種順位

- 1 医療従事者など
- 2 高齢者施設入所者
- 3 その他高齢者(令和3年度中に65歳に達する昭和32年4月1日以前に生まれた方)
- 4 高齢者以外で基礎疾患がある方や高齢者施設などで従事している方
- 5 1~3以外の方

東大阪市新型コロナワクチンコールセンター

06(7668)0485、FAX072(929)8239

ワクチン接種に関する問合せは、コールセンターまでお願いします。

開設時間 月曜日～金曜日9時～20時、土・日曜日・祝休日9時～17時30分

Q 接種に費用はかかりますか?

A かかりません。無料で接種できます。

Q ワクチン接種の対象者は?

A 現時点では、接種する日に16歳以上の方です。

Q 接種券(クーポン券)はいつ発送されますか?

A 4月に国から供給されるワクチンの予定量が65歳以上の高齢者数(約14万人)に対し極めて少ないことから、当面接種券の発送を見合わせ、高齢者施設の入所者からワクチン接種を開始する予定です。個別の接種券の発送時期については、決まり次第、市ウェブサイトや市政だよりなどでお知らせします。

Q 接種を受けるための手続きは?

A 接種券(クーポン券)が届いたら、接種可能な時期を確認し、医療機関やコールセンター、ウェブサイトなどで接種の予約をします。接種可能な時期や医療機関、予約方法などは、決まり次第、市ウェブサイトや市政だよりなどでお知らせします。予約した日時に、接種券と予診票(事前に住所、氏名、生年月日などを記入)、本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)を持って接種場所へお越しください。

ワクチンに関するよくあるご質問

まずはかかりつけ医に相談を

症状があれば 早めに相談・受診してください

息苦しさや発熱など、新型コロナウイルスの感染を疑う症状が出た場合は、まずはかかりつけ医などの身近な医療機関に相談してください。

夜間・休日やかかりつけ医がない方などは、新型コロナ受診相談センターへご相談ください。

相談・受診の目安など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください(右のコードからアクセス可)、お問合せください。



新型コロナ受診相談センター

専用電話 072(963)9393、FAX072(960)3809 ※かけ間違いにご注意ください。

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、ファクスは、月曜日～金曜日9時～17時30分の回答となります。

記号の見方は6面に掲載

後期高齢者医療保険

令和3年度の保険料が決定

後期高齢者医療保険の保険料率は、2年ごとに設定しています。令和3年度の保険料は、令和2年度と同様に均等割額(年額)を5万4111円、所得割率を10・52%として算定します。なお、保険料額の賦課限度額(年額は、64万円)です。

国保・後期高齢者均等割額を表のとおり軽減します。

被用者保険の被扶養者に対する軽減

後期高齢者医療制度に加入する前日まで、会社の健康保険や共済組合、船員保険の被扶養者だった方は、所得割額は課されず、後期高齢者医療制度の資格取得後2年間は、被保険者均等割額の5割を軽減します。

「均等割額」の軽減

同一世帯内の被保険者と世帯主の所得に応じて

方、所得申告の必要

は、確定申告や市民税の申告をした

令和3年度保険料の算定方法

$$\text{保険料} \cdot \text{年額} = \text{被保険者均等割額} + \text{所得割額}$$

(限度額64万円) (被保険者1人当たり5万4111円) (総所得金額等 - 基礎控除額(※1) × 所得割率10.52%)

※1 基礎控除額は地方税法第314条の2第2項に定める額になります。

合計所得金額	基礎控除額
2400万円以下	43万円
2400万円超～2450万円以下	29万円
2450万円超～2500万円以下	15万円
2500万円超	0円

(表)被保険者均等割額(5万4111円)の軽減額

軽減割合	所得の判定区分(世帯(※2)の所得金額の合計)	軽減後の均等割額(年額)
7割	「基礎控除額43万円+10万円×(給与所得者等の数(※3)-1)」以下	1万6233円
5割	「基礎控除額43万円+28万5000円×被保険者数+10万円×(給与所得者等の数(※3)-1)」以下	2万7055円
2割	「基礎控除額43万円+52万円×被保険者数+10万円×(給与所得者等の数(※3)-1)」以下	4万3288円

※2 世帯とは、同一世帯内の被保険者と世帯主です。
 ※3 給与所得者等とは、給与等の収入金額が55万円を超える・65歳未満かつ公的年金等収入金額が60万円を超える・65歳以上かつ公的年金等収入金額が125万円を超える(いずれか)の方です。

市国民健康保険および府後期高齢者医療制度の被保険者が、新型コロナウイルスに感染した場合または発熱などの症状があり感染が疑われた場合に、その療養のため労務に服することができなかった期間(一定の要件を満たした場合に限る)、傷病手当金を支給します。このたびは、支給対象期間が延長され、令和

期間延長

新型コロナウイルスに伴う傷病手当金

令和3年4月～6月も対象期間に

3年4月1日～6月30日も支給対象になりました。支給を受けるには、申請が必要です。申請を希望する場合は、必ず事前に電話でお問合せください。

対市国民健康保険被保険者・府後期高齢者医療制度被保険者である被用者(給与の支払いを受けている者に限り)、療養のため労務に服することができなくなった日から起算して3日を経過した日から労務に服することができな

ない期間(給与の全部または一部を受け除くことができる期間を除く。給与の一部を受けるときは、給与額が支給額より少ない場合は差額を支給) 支給額 直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額×3分の2×日数 適用期間 令和2年1月1日～令和3年6月30日の間に感染し、療養のため労務に服することができない期間(入院が継続する場合などは最長1年6か月まで)

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



はありませぬ。

医療保険室保険料課 06(4309)3168、FAX 06(4309)3807

国民健康保険

会社を辞めた、転入・転出など 加入・脱退の届出は 速やかに

国保の資格は、社会保険の資格がなくなったり転入したときから始まり、速やかに国保加入の届出をしてください。なお、加入届の提出が遅れても、以前加入していた健康保険の資格がなくなった日(最大2年間分の保険料を支払わなければなりません)。

また、就職や他市町村に転出したとき、生活保護を受け始めたときは、速やかに国保脱退の届出をしてください。

国保の資格がなくなった後(社会保険などに加入した日以降)に国保の保険証で医療機関にかかると、国保が負担した医療費を後日返還してもらうこととなります。

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

登録から購入までの流れ

参加登録無料！登録したら待つだけ

1 参加登録 4月1日(木)から

専用ウェブサイトから登録
自宅・建物のことをわかる範囲で入力

キャンペーン事務局が確かな品質の太陽光発電システムを最も安く提供できる販売施工会社をオークションで選びます

2 見積りを確認 6月中旬から

財布にやさしい

太陽光・蓄電池がいくらで買えるのか見積りを確認

3 購入の判断 7月19日(月)まで

安心手続き

見積りやウェブサイトの情報をもとに購入するかどうかの判断
カスタマーサポートも用意！

※キャンペーン期間は延長する場合あり。



4月1日から参加者を募集

太陽光パネル・蓄電池の共同購入

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ます。参加者が一定数集まると、通常よりも安く購入できます。日々の生活に使う電気を自宅の屋根で発電できる太陽光パネル、そして発電した電気を夜間も有効に活用し災害時にも役立つ蓄電池。コロナ禍で家で過ごす時間が増える今、この機会にお得に購入しませんか。

参加登録期間 4月1日(木)～7月19日(月)

登録から購入までの流れは左図のとおりです。また、オンライン説明会を実施します。詳しくは専用ウェブサイトをご覧ください。お問い合わせは、みなのおうち太陽光事務局へお問い合わせください。

再エネ100%電力切替えキャンペーンを実施中

府では、再エネ(再生可能エネルギー)100%電力への切替えを希望する事業者を募集しています。再生可能エネルギーでつくった電力は、CO₂を排出しない地球にやさしい電力です。自社で再生エネがつくれなくても、使う電力を再エネ100%電力に切り替えることで簡単に地球にやさしい取組みができます。

5月31日(月)までの期間、割引特典が受けられるなどのキャンペーンを実施しています。詳しくは府ウェブサイトをご覧ください(右下のコードからアクセス可)。



アクセス可、お問い合わせください。

☎ 0120(758)3000(固定電話)、0570(075)3000(携帯電話) ※月曜日～金曜日10時～18時

✉ biz-osaka@minda.co.jp (対象は低圧、高圧、特別高圧) ▼大和エネルギー㈱ 06(4703)3208 (対象は高圧、特別高圧。月曜日～金曜日9時～18時)



計画を改定・変更

みどりの基本計画・景観計画

みどりの基本計画
令和3年度より2年度の計画を策定

みどりの基本計画は、都市緑地法第4条に規定される計画で、緑地の適正な保全、緑地の推進を総合的かつ計画的に実施するため策定するものです。このほど、みどりの基本計画を改定しました。

景観計画
市役所本庁周辺景観形成重点地区を指定

同計画では、良好な都市環境の形成をめざした「みどりの将来像」を掲げ、その実現に向け「みどりをまもる」「みどりをかやす」「みどりをいかす」という3つの施策方針を定めて、令和3年度から令和12年度において実施する具体的な事業を示しています。今後は、この計画に基づき、市民の皆さんや事業者の方と協働しながら、質の高いみどり豊かな都市の実現に向け、総合的かつ計画的な取組みを進めていきます。

安心して学校生活を送るために
就学費用を援助します

経済的な理由で、子どもに義務教育を受けさせることが困難な保護者の方へ、就学費用の一部を援助します(世帯の所得証明書の添付が必要)。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

復習(制限あり)
対市内在住で市立小・中・義務教育学校に通学している子どもがいる世帯

申請書を4月6日(火)～30日(金)に通学している学校または市役所本庁舎17階学習事課へ直接(郵送不可) ※申請書は4月上旬に学校で配布。小・中・義務教育学校それぞれに子どもが通学している場合は、申請書は1枚で可。令和3年1月1日現在、市内に住居登録がない場合は、所得証明書の添付が必要。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

申請学事課 06(4309)3272、PA06(4309)3000



いまなら形成するため、「市役所本庁周辺景観形成重点地区」を指定し、景観計画を変更しました。

重点地区内での景観計画区域内行為の届出および屋外広告物の許可申請については、4月1日(月)以降はこれまでと異なる制限などに変更になりますので、ご注意ください。

詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。お問い合わせは、みどりの景観課 06(4309)3227、PA06(4309)3000

東京2020オリンピック聖火リレー

4月13日 交通規制を実施

4月13日(火)に市内で実施される東京2020オリンピック聖火リレーに伴い、9時～11時(予定)の間、大阪瓢箪山線において交通規制が行われ、一部区間で全線通行止めとなります。ご迷惑をおかけしますが、理解と協力をお願いします。

☎スポーツビジネス戦略課 06(4309)3019、FAX06(4309)3849



★聖火リレールート(全長約2.1km)

スタート 近鉄若江岩田駅東側
ゴール 市花園ラグビー場

★交通規制区間(大阪瓢箪山線)・時間

- ▷近鉄若江岩田駅周辺～近鉄河内花園駅周辺
規制時間 9時～10時20分(予定)
- ▷近鉄河内花園駅周辺～市花園ラグビー場(スクラムロード)
規制時間 9時～11時(予定)

★ミニセレブレーション

ゴール地点の市花園ラグビー場(写真)で、最終聖火ランナーの到着を祝うイベントを開催します。 ※車いす席・ベビーカー席・手話通訳あり。

☎500人(抽選) ☎基本事項(6面に掲載)と車いす席・ベビーカー席希望の有無、手話通訳の要否を4月5日(月)(消印有効)までに特設ウェブサイト(右のコードからアクセス可)または往復ハガキで

☎〒577-8521市役所スポーツビジネス戦略課



★パートナーシップ協議会を設立

東京2020オリンピック聖火リレー実施に先立ち、市をはじめ河内警察署や市消防局、地域の自治会長などで構成するパートナーシップ協議会を設立しました。3月12日、設立総会を市花園ラグビー場で開催し、相互に連携・協働しながら東京2020オリンピック聖火リレーの安全開催に寄与する旨の共同宣言を行いました。

★ライブ配信

沿道における聖火ランナーの走行の様子は、NHK 聖火リレーライブストリーミング特設ウェブサイト(右のコードからアクセス可)で毎日ライブ中継されています。沿道の密集を避けるため、なるべくライブ中継でご覧ください(右のコードからアクセス可)。



★注意事項

- ▷交通規制に伴い、コース周辺では交通渋滞が予想されます
- ▷当日は歩行者、自転車のいずれも聖火リレーコースの横断はできません。警察・警備スタッフの指示に従ってください
- ▷航空法に基づき、許可なくルート上および周辺でドローンなどの飛行を禁止します
- ▷バス・タクシーなどの交通機関への影響が予想されます。詳しくは各交通会社へお問合せください

若年性認知症を「存じますか?」家族の声(後編)
今回は、若年性認知症の方の家族からいただいた声から、あまり知られていない若年性認知症の表情を紹介いたします。

Q 発症により得たものや新たな気づきは?
A 発症した後、今までと変わらず本人に

Q 若年性認知症の方の家族へ伝えたいことは?
A 本人の話をよく聞

Q 若年性認知症の方の家族へ伝えたいことは?
A 本人の話をよく聞



事例1 「なんでも買い取る」と業者から電話勧誘を受けたので
事例2 着物の買い取りに来た業者と契約した。「査定結果の連絡待ち」の間に「不要な貴金属はないか」としつこく勧誘され、着物は買い取ってもらえず貴金属を安く買い取られてしまった。

了承した。いざ業者が来ると、「貴金属はないか」としつこく居座られた。
「査定結果の連絡待ち」の間に「不要な貴金属はないか」としつこく勧誘され、着物は買い取ってもらえず貴金属を安く買い取られてしまった。

入には、購入業者が守るべきルールや、消費者を保護する制度が定められており、次のような訪問や勧誘は禁止されています。
▽消費者から勧誘の要請がないのに、突然訪問して勧誘する
▽査定のみの依頼をしたのに、訪問のついでに買い取りの勧誘をする
▽事前の約束と違う物品について、買い取りの勧誘をする(例衣類を買い取るという訪問したのに、貴金属の買い取りの勧誘をする)

勧誘をしたりする業者の訪問の際は、不要な勧誘はきっぱりと断り、売らざるものがない貴金属やブランド品などを安易に見せることは避けましょう。また、商品を売却し契約書面を受け取ったら大切に保管しておきましょう。書面を受け取った日から8日間はクーリング・オフ(無条件解約)ができるほか、物品の引き渡しを拒むことができます。
不明な点やトラブルにあったときは、すぐに相談ください。
☎消費生活センター 072(966)0102、FAX072(966)9385



～緊急度レベル★★★★☆ 訪問購入のトラブルに注意しましょう

うちには制度やサービスを知らず、心構えをするのとはいいが、早めにご相談ください。

大阪府内の特殊詐欺認知件数と被害金額の推移 (暫定値)



特殊詐欺に注意!
 特殊詐欺とは、犯人が電話などで親族や公共機関の職員などを騙り、現金やキャッシュカードをだまし取ったり、「医療費の還付金を受け取れる」などと言ってATM(現金自動預払機)を操作させ、犯

毎年4月8日からは安全安心なまちづくり週間です。
 この機会に、一人ひとりが防犯意識を高め、安全に安心して暮らせるまちをめざしましょう。
 関 危機管理室 06(4309)3130、FAX 06(4309)33858

4月8日から
安全安心なまちづくり週間
高めよう! 防犯意識

また犯人の指示通りに金融機関やATMなどに向かった場合でも、金融機関の職員やタクシーの運転手、店員、ATMで偶然後ろに並んでいた方などが不審に思い、声をかけることで被害が未然に防止されたケースもあります。被害を防ぐため、普段から両親や祖父母とコミュニケーションをとりましょう。また通

人の口座に送金させたという犯罪のケースです。
【特殊詐欺の情勢】
 東大阪市における昨年の特殊詐欺の情勢は、発生件数が一昨年から66件減少の25件でした。また、府内における発生件数は108件(前年比70.1%減少)、被害金額が約

22億4000万円(前年比約2億7000万円減少)でした。グラフ参照。府・市ともに、発生件数、被害金額とも一昨年に比べ減少しているものの、コロナ禍にあってもアプリ電と呼ばれる詐欺電話が多発しています。多額の被害に遭う事件もあり、被害防止対策などが必要とされています。

子どもを犯罪から守るための5つの約束

- 約束1** 1人で遊ばない
- 約束2** 知らない人に、ついて行かない
- 約束3** 連れて行かれそうになったら、大声で知らせる
- 約束4** 「誰と」「どこで」「いつ帰る」を、お家の人に言ってから出かける
- 約束5** 友達を連れて行かれそうになったら、すぐに大人に知らせる



大阪府警察では、これらの自動車関連犯罪について、犯罪の抑止と犯人の検挙に努めています。市においても防犯カメラ、防犯灯の設置、ナンバプレート盗難防止ネジの取付けキャンペーンや警察と協働した啓発活動などに積極的に取り組んでいます。

話しながらATMを操作している方を見かけた場合は声をかけて警察に通報するなど協力をお願いします。
自動車盗・車上狙い・部品狙いの被害防止
 自動車盗や車上・部品狙いが多発しています。大阪府警察では、これらの自動車関連犯罪について、犯罪の抑止と犯人の検挙に努めています。市においても防犯カメラ、防犯灯の設置、ナンバプレート盗難防止ネジの取付けキャンペーンや警察と協働した啓発活動などに積極的に取り組んでいます。

大阪府と東大阪市の自動車関連犯罪の発生状況

認知件数	令和2年	令和元年	
車上狙い	府	4068	4879
	市	315	257
部品狙い	府	2805	3340
	市	195	189
自動車盗	府	789	952
	市	45	49

防犯ブザー みんなで5つの確認

1. すぐに使用でき、目立つところにつける
2. いざというときに鳴らせるように使い方を練習しておく
3. 外出するときは、忘れずに持って行く
4. 防犯ブザーが鳴っていたら大人の人に知らせる
5. 日頃から音が出るか確認する

府内で、登校中の女兒が不審者に立ちふさがれるという事件が発生しましたが、女兒がランドセルにつけていた防犯ブザーを鳴らしたことで、不審者が逃走したケースがあります。
 防犯ブザーを活用し、普段から左の「防犯ブザー」を5つの確認をチェックしておきましょう。

市内では、特に車上狙いが多く発生しています(表参照)。これらの被害に遭わないために、次のことに気を付けましょう。
 ▽車を駐車するときには、車内には何も置かず、エンジンを持ち、窓をしっかりと閉めてドアロックを忘れない▽ナンバプレートの盗難被害防止のために「盗難防止ネジ」を取り付ける ▽盗難防止警報機・ハンドル等固定装置などの盗難防止装置を取り付ける ▽買い物などでは、できるだけ死角にならない場所に駐車する ▽バックなどをカゴに置いたまま自転車から離れない(※)

防犯に関する情報発信ツール 情報発信ツールを活用して、より効果的な防犯対策をしましょう。

安まちアプリ

3月1日から大阪府警察では、自主防犯意識の向上を図るため、安まちメールやTwitterなどの防犯情報を集約した利便性の高い防犯アプリ「安まちアプリ」を運用しています。

【主な機能】
 ▽安まちメールの表示 ▽防犯マップの表示 ▽防犯パトロールへの参加促進 ▽痴漢撃退・防犯ブザー機能 ▽SNS・ウェブサイトなどの表示

【登録方法】
 1. Google Play・App Storeで「安まちアプリ」と検索し、アプリをダウンロード
 2. アプリを起動し、アプリの設定を入力

安まちメール

安まちメールとは、身近で発生した犯罪発生情報や防犯対策情報、防犯イベント情報などを、Eメールでリアルタイムにお知らせする大阪府警察の情報提供サービスです。

【情報種別】
 ひったくり情報、路上強盗情報、子どもや女性に対する被害情報、特殊詐欺等情報、公開手配情報、重大事件発生情報、犯罪等注意報、お知らせ

情報、防犯キャンペーン等情報など

【登録方法】
 ▽携帯電話やスマートフォンで右のコードを読み取り、表示されたEメールアドレスに空メールを送信する
 ▽ touroku@info.police.pref.osaka.jpへ空メールを送信する ※iPhoneをお使いの方は、自動的に入力される「iPhoneから送信」の文字を削除してください。 ▽「大阪府警察 安まちメール」で検索する

【登録上の注意事項】
 ▽登録料は無料ですが、通信料は利用者負担です ▽携帯電話の機種により、利用できない場合があります ▽ドメイン指定受信をしている場合は、あらかじめ「info.police.pref.osaka.jp」を受信できるように設定してください ▽空メールを送信しただけでは、登録完了とはなりません。必ず返信されたEメールから、受信希望時間、情報種別、受信地区の選択を完了してください

Twitter

大阪府警察から、犯罪被害防止のための啓発情報や、大阪府警察が関係する防犯イベントなどの情報を配信しています。「大阪府警察安まち情報 @OPP_seian」と検索してください。

Twitter

大阪府警察から、犯罪被害防止のための啓発情報や、大阪府警察が関係する防犯イベントなどの情報を配信しています。「大阪府警察安まち情報 @OPP_seian」と検索してください。

Yahoo! 防災速報

Yahoo! 防災速報とは、スマートフォン向けのアプリで、大阪府警察からは、特殊詐欺情報や重大事案情報を発信しています。「Yahoo! 防災速報」と検索し、アプリをダウンロードしてください。

かしく食べよう たのしく動こう
カラダ改善チャレンジ講座

4月～7月の第3木曜日13時30分～15時30分(計4日間) 15人(申込先着順) 生活習慣病のリスクを減らす食生活の工夫、効果的な運動実技 健診などの血液検査結果 基本事項(右下に掲載)を電話で(ファクス、直接も可)

中保健センター

あなたにもできる!
健康ダイエット

簡単に続けられるストレッチや筋トレを習得し、食事の選び方なども学びます。 4月28日・5月12日・6月2日・23日・7月14日・8月4日の水曜日10時～11時30分(計6日間) 全日程参加でき、体重の増加やお腹周りが気になる70歳未満の方(運動制限のある方は除く) 12人(申込先着順) タオル、飲み物 4月23日(金)までに電話または直接

西保健センター

肺がん・結核エックス線検診

4月16日(金)9時20分から＝中保健センター/14日(木)まで 20日(火)9時10分から＝西保健センター/16日(金)まで 30日(金)14時から＝東保健センター/23日(金)まで 肺がん検診＝市内在住の40歳以上の方 結核検診＝市内在住の65歳以上の方 各20人(申込先着順) 各申込期限までに電話または直接 東・中・西保健センター

●記号の見方

○とき 所どころ 対象 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

75歳以上の方へ

お口の健康を保ちましょう
後期高齢者医療歯科健康診査

大阪府後期高齢者医療広域連合では、被保険者を対象に歯科健診を実施しています。

歯や歯肉の状態だけでなく、口の機能を合わせてチェックしますので、義歯を使用している方も積極的に受診してください。広域連合が指定する歯科医院などで、来年3月31日までに1回、無料で受診することができます。

4月下旬から5月上旬にかけて「歯科健診のお知らせ」を対象者に送付します(年度途中で75歳になる方には、誕生月の翌月に順次送付)。新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、事前に歯科医院

へお問合せのうえ、被保険者証を持参し、受診してください。

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している▷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している

詳しくは大阪府後期高齢者医療広域連合給付課へお問合せください。

▷大阪府後期高齢者医療広域連合給付課 06(4790)2031、FAX06(4790)2030▷医療保険室保険管理課 06(4309)3051、FAX06(4309)3805

4月 保健センターの
ごあんない

行事	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(予約制) [クラミジア・梅毒 ・エイズ検査 (証明書の発行はありません)]	16日(金) 9:30～11:00	14日(木)・28日(木) 9:30～11:00	12日(月) 9:30～11:00
精神保健相談(予約制) (アルコール依存症、 認知症の相談を含む)	1日(休)・7日(木)・15日(木) 14:00～16:00	12日(月)・27日(火) 14:00～16:00	6日(火)・8日(木)・20日(火) 14:00～16:00
骨密度測定(予約制) (市内在住の20歳以上 の方)	23日(金) 9:30～10:00		28日(火) 9:10～10:45
電話健康相談	月曜日～金曜日 9:00～12:00・ 12:45～17:30	月曜日～金曜日 9:00～12:00・ 12:45～17:00	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12月生まれ) (予約制)	13日(火)・27日(火) 午後(※)	13日(火)・27日(火) 午前(※)	14日(水)・21日(水)・ 28日(火) 13:20～14:30(※)
1歳6か月児健康診査 (令和元年9月生まれ) (予約制)	21日(水)・28日(水) 午後(※)	9日(金)・23日(金) 午後(※)	6日(火)・20日(火) 13:15～14:30(※)
3歳6か月児健康診査 (平成29年10月生まれ) (予約制)	9日(金)・23日(金) 午後(※)	2日(金)・16日(金) 午後(※)	13日(火)・27日(火) 13:15～14:30(※)
BCG接種 (5か月から1歳の誕生 日の前日までの乳児) (予約制)	6日(火)・20日(火) 午後(※)	6日(火)・20日(火) 午前(※)	7日(水)・19日(月) 13:20～14:20(※)
離乳食講習会(予約制)	15日(木) (初期)13:30～14:10 (中期・後期) 15:00～15:40	21日(水) (初期)13:30～14:10 (中期・後期) 15:00～15:40	22日(木) (初期)13:00～13:40 (中期・後期) 15:00～15:40
糖尿病個別食事相談 (予約制)	2日(金)13:00～15:00 21日(火)9:30～11:00	8日(木)9:30～11:00 27日(火)13:00～15:00	9日(金)13:00～15:00 27日(火)9:30～11:00

(※)受付時間は個別通知に記載。
▶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。
▶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)	6日(火) 20日(火) 9:30 11:00	2640円	環境衛生検査センター
水道法に基づく 飲用水水質検査(予約制)	5日(月)	平常項目 1万6800円	06(6787)5004 FAX06(6787)7404

▶受付日は都合により変更になる場合があります。その他詳細はお問合せください。

■かかりつけ
医・歯科医・薬局を
もちましよう

保健所・センターだより

東保健センター：TEL072(982)2603 FAX072(986)2135
 中保健センター：TEL072(965)6411 FAX072(966)6527
 西保健センター：TEL06(6788)0085 FAX06(6788)2916
 健康づくり課：TEL072(960)3802 FAX072(960)3809

※番号を確認のうえ、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。

ご協力ください 4月の献血



4月18日(日)10時～16時 所ファミーマート中新開二丁目店 ※日程は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。

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

めざせ!マイナス5kgダイエット

筋肉量を維持しながら、体重を落とす方法を伝授します。4月23日(金)・5月28日(金)・6月25日(金)・7月30日(金)9時30分～11時15分(計4日間) BMIが25以上またはBMIが23以上で血圧・血糖・HbA1c・LDLコレステロール値(いずれか)が高い75歳未満の方 15人(申込先着順)

体脂肪・腹囲・血圧測定、運動実習、保健師・栄養士による講話 特定健診などの結果(あれば) 基本事項(6面に掲載)を4月18日(日)までに電話で(ファクス、直接也可)

所 東保健センター

後期高齢者医療保険

人間ドック受診費用の一部を助成

大阪府後期高齢者医療広域連合では、後期高齢者医療被保険者を対象に、年度内1回に限り2万6000円を上限として、人間ドックの受診費用の一部を助成しています。人間ドックの領収書(原本)、検査結果通知書の写し、被保険者証、振込み先がわかるもの、印鑑を持

って、市役所本庁舎2階医療保険室資格付課または行政サービスセンターへ申請してください。

申請に必要な領収書などは、人間ドック受診後も大切に保管してください。

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

歯科医師が応じます 成人歯科健康相談

4月23日(金)=東保健センター ▷28日(水)=西保健センター ☆いずれも9時30分～11時30分 市内在住の20歳以上の方 各10人(申込先着順) 電話で 東・西保健センター

本気で歩く! 29日間チャレンジ! ノルディックウォーキング

ノルディックウォーキング(ポールを使った歩行運動)で、介護予防しませんか。



5月10日～6月14日の月曜日13時30分～15時30分(計6日間) 中保健センター、花園中央公園 運動制限のない74歳以下の方 ※病氣治療中の方は、必ず主治医に参加の適否を確認してください。 10人(申込先着順) リュックサック、タオル、飲み物 ※ポールは貸出しあり。 4月9日(金)～23日(金)に電話または直接 中保健センター

悩みごとはありませんか 健康・禁煙相談広場

健康・禁煙相談のほか、血圧測定なども行います。 4月8日(水)=②グリーンパル(中瀬池)、②夢広場(布施駅前) ▷13日(火)=①やまなみプラザ(四条)、②ももの広場(楠根) ▷14日(水)=②中保健センター ▷16日(金)=①東保健センター ▷19日(月)=①中保健センター ▷20日(火)=①ゆうゆうプラザ(日下)、②はすの広場(近江堂) ☆①は11時～12時、②は15時～16時 市内在住の20歳以上の方 東・中・西保健センター



糖尿病食は健康食

ヘルスアップクッキング



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

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

春先の体調不良を 予防しましょう

春は日々の寒暖差や気圧変動が大きく、交感神経が活発に働いてエネルギーが消耗され疲れやすくなったり、自律神経の切替えがうまくいかなくなり、日中の眠気や体のだるさを感じやすくなったりします。また、日照時間が長くなることで、朝早く目覚めたり、夜更かししたりして、生活リズムが崩れやすくなります。

春の不調を予防するために、起きる時間・寝る時間・朝昼夕の食事時間を自分にあった生活リズムで整えましょう。食事を摂ると、消化のた

めに副交感神経が活発に動き、体はリラックス状態になります。しかし、欠食すると交感神経が働いたままになり、自律神経のバランスが乱れます。また、偏った食事も自律神経のバランスを乱すため、栄養バランスが良くビタミンやミネラルが豊富な食事を摂ることが大切です。糖尿病の方は必ず主治医の指示に従いましょう。

アップルポーク

(1人分の栄養価:エネルギー) 273kcal、塩分0.7g、野菜110g) 材料(2人分) 豚肉薄切りロース6枚(120g)、りんご1/2個(80g)、こしょう少々、小麦粉小さじ1、たまねぎ100g、赤パプリカ60g、オリーブ油小さじ2、白ワイン大さじ2、レタス60g、塩小さじ1/4 ①りんごは皮をむいて芯を取り、くし形に6等分に切る。レタスは一口大にちぎる ②たまねぎは1cm幅のくし形に



豚肉・りんごの酸味がマツチした一品です

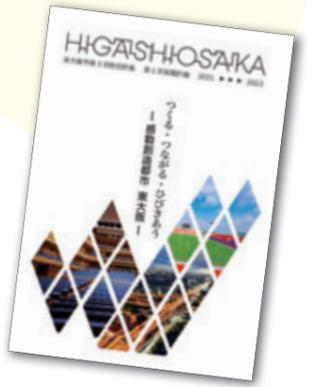
切る。パプリカは1cm幅に切り、斜め半分に切る ③豚肉を広げてこしょうを振り、りんごをしっかりと巻いて小麦粉を薄くまぶす ④フライパンに油小さじ1を入れて熱し、豚肉の巻き終わりを下にして入れ、焼き色をつけて取り出す ⑤④のフライパンに油小さじ1を加え、②を入れて焦げないように炒める ⑥④を戻し入れ、白ワインを回し入れて蓋をして2分～3分蒸し煮にし、火が通ったら塩とこしょうで味を調える。アップルポークを取り出して半分に切る ⑦皿にレタスを敷き、⑥の野菜を盛り、その上にアップルポークを盛り付ける (東大阪地域活動栄養士会糖尿病食献立集より)

健康づくり課

「つくる・つながる・ひびきあう - 感動創造都市 東大阪 -」の実現に向けて

第1次実施計画を策定

市では、総合計画に基づく事業を定める「第1次実施計画」を策定しました。将来にわたってまちの活力を維持するため、定めた事業を着実に実行していきます。



市では、令和3年度から令和12年度を計画期間とする第3次総合計画のもと、将来都市像「つくる・つながる・ひびきあう - 感動創造都市 東大阪 -」の表現に向けたまちづくりを進めます。このほど、総合計画に基づく事業を定める「第1次実施計画」を策定しました。第1次実施計画の計画期間は令和3年度から令和5年度までの3年間です。将来にわたってまちの活力を維持するため、「若者・子育て世代から大阪に住むなら東大阪」と選んでもらえるまち」「高齢者が活躍するまち」を推進する事業について、3つの重点施策に位置付けました(右参照)。

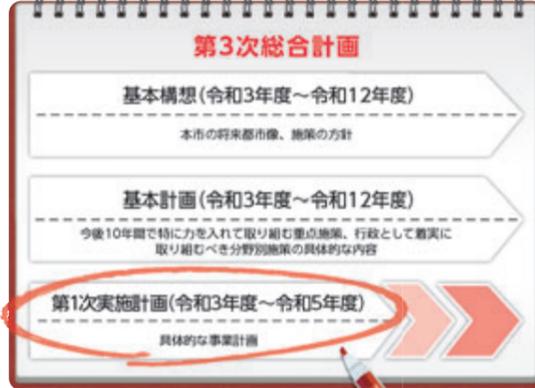
第1次実施計画に示す事業計画

特に市が重点的に取り組むべき「若者・子育て世代に選ばれるまちづくり」「高齢者が活躍するまちづくり」「人が集まり、活気あふれるまちづくり」の推進に関する事業について、3つの重点施策に位置付けました(右参照)。

重点施策

「人が集まり、活気あふれるまちづくり」の推進に関する事業について、3つの重点施策に位置付けました(右参照)。

市では、これらの施策にSDGsの17のゴール目標を掲げ、持続可能な社会の実現に取り組めます。SDGsの取組みについては、今後の市政たよりで紹介していきます。



SDGs とは？

SDGsとは、「Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)」の略であり、平成27年の国連サミットにおいて全会一致で採択された国際社会の共通目標です。「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある社会の実現に向けて、17のゴールとそれらを達成するための具体的な169のターゲットから構成されます。



将来像	重点施策	分野	分野別施策	SDGs
つくる・つながる・ひびきあう - 感動創造都市 東大阪 -	重点施策1 若者・子育て世代に選ばれるまちづくり	1 人権・共生・協働	1 全ての人の基本的人権が守られる地域社会の形成 2 加速するグローバル社会への対応 3 公民連携によるまちづくりの推進	17のゴールと169のターゲット
		2 子ども・子育て	4 子育て支援の充実	
		3 教育	5 確かな学力の向上 6 責任ある教育を提供できる教育環境の向上	
	重点施策2 高齢者が活躍するまちづくり	4 スポーツ・文化・産業	7 スポーツでかやが、ひろがり、つながるまちづくりの推進 8 誰もが歴史や文化に親しめるまちづくりの推進 9 産業の活性化による好循環の創出 10 多様な働き方と働く場の創出	
		5 健康・福祉	11 健康づくりと保健衛生の推進 12 高齢者の活躍と地域における支えあいの推進 13 障害者の自立と社会参加の促進	
	重点施策3 人が集まり、活気あふれるまちづくり	6 都市・環境	14 快適で魅力あふれる都市空間の創出 15 誰もが利用しやすい交通環境づくり 16 良好な環境の維持	
		7 防災・治安	17 危機や災害に強く安心して暮らせるまちづくりの推進 18 治安対策の強化による安全・安心なまちの実現	
			行政改革の推進 シティプロモーションの強化	

ひきこもりなどの支援事業がスタート

支援内容

家族会

ひきこもり状態にある方の家族を対象に家族会(交流会)をくろみ東大阪で月1回以上開催

カウンセリング(くろみ東大阪)

臨床心理士など心理系資格保有者が月曜日～金曜日9時～17時30分(祝日を除く)にくろみ東大阪でカウンセリングを実施

カウンセリング(市役所本庁舎)

毎週1回、市役所本庁舎8階生活支援課で相談・カウンセリングを実施

市役所本庁舎8階生活支援課でも相談窓口を開設

昨年10月から市役所本庁舎8階にひきこもり相談窓口を開設しています。ひきこもりに関する悩みや気になっていることなど、どのようなことでも気軽に相談ください。

月曜日～金曜日9時～17時30分(祝日を除く) 市役所本庁舎8階生活支援課 生活支援課 06(4309)3182、FAX06(4309)3848

上下水道局 組織の一部を見直し より効率的・効果的な組織へ

上下水道局では、人員と財源を適正に投入できる効率的かつ効果的な組織へと再編するため、組織を抜本的に見直し、4月から新しい組織で業務を行います。今後より一層、社会環境の変化や市民ニーズ、事業課題に対応していきます。また、経営の効率化、災害時などにおける即応体制の確保、技術の継承およびお客さまサービスの維持・向上をめざします。主な改正内容は次のとおりです。



主な改正内容

- 部・室・課の一部再編し、部長・室長・課長といった必要管理職を配置し、役割・職責・指揮命令を明確化します。
- 【水道総務部】部組織である経営企画室を廃止し、経営部門と財政部門を集約した「水道経営室」として編入します。また、水道事業営業業務の包括的民営化を進めます。
- 【水道施設部】老朽化による水道施設の更新需要の増大に対応し、管路に関する事務執行をスムーズにするため、配水管の計画から整備を一元化する「水道管理室」を設置します。
- 【水道部】計画担当業務を新設する計画課へ事務継承し、「下水道総務室」を設置し、業務課および排水設備課の業務を集約して「サービス推進室」を設置します。
- 【下水道部】計画担当業務を新設する計画課へ事務継承し、「下水道総務室」を設置し、業務課および排水設備課の業務を集約して「サービス推進室」を設置します。

令和3年度 上下水道局組織機構改正

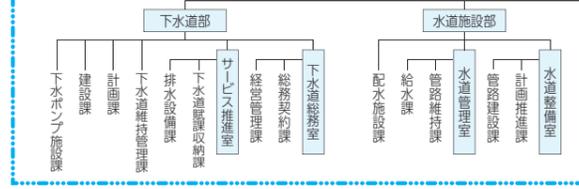
4月1日から、ひきこもり状態にある方を支援する「ひきこもり等支援事業」がスタートします。それに伴い、相談場所として「くろみ東大阪(荒川3-5-613007)」を開設します。



ひきこもり状態にある方の家族を対象に家族会(交流会)をくろみ東大阪で月1回以上開催

毎週1回、市役所本庁舎8階生活支援課で相談・カウンセリングを実施

※原則予約制。ほかにも事業を行っています。詳しくはくろみ東大阪にお問合せください。



その他のつづき

対象者は申請を
交通遺児激励金を給付

市では、父または母を自動車などの車両による交通事故で亡くした小・中・義務教育学校、高校に在学中の児童・生徒(平成15年4月2日以降生まれ) および中学校卒業後就職した方(平成17年4月2日以降生まれ)を対象に、交通遺児激励金(2万円)を給付します。なお今春、次に当てはまる方は次の金額を加算します。▷小学校および義務教育学校入学=2万円 ▷中学校入学および義務教育学校7年生進級=3万円 ▷高校進学または就職=5万円(在学・在職証明書が必要) ④4月1日(木)~5月17日(月) ※申請書は校区福祉委員長宅または市社会福祉協議会内ボランティア・市民活動センターで配布。 ⑤▷ボランティア・市民活動センター 06(6789)5550、FAX06(6789)2924 ▷地域福祉課 06(4309)3181、FAX06(4309)3815

図書館分室
開館日が増えます

4月から市立図書館の大連・石切分室の開館日が増えます。いずれの分室も土・日曜日を閉館します。なお、開館時間(9時~17時)に変更はありません。開館日▷大連分室=水・木・土・日曜日(年末年始は休館)▷石切分室=水・土・日曜日(公民分館休館日と年末年始は休館) ⑥永和図書館 06(6730)6677、FAX06(6727)5568

ヒューマンライツカレンダーを
配布

市内の児童や生徒の人権作品を掲載したヒューマンライツカレンダー(写真)を作成しました。リージョンセンターなどの市施設で配布していますので、ご活用ください。



⑦人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823

発行しています
録音版・点字版市政だより

市政だよりの発行にあわせ、録音版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。

⑧広報課 06(4309)3102、FAX06(4309)3821

水洗化できる区域が広がります

下水道の整備により、4月1日から次の町丁目の一部地域で水洗化できるようになりました。なお、水洗化できる区域では、くみ取り便所は3年以内に水洗化するよう法律で規定されています。

また、浄化槽も速やかに水洗化してください。

【水洗化できる区域】

▷鴻池徳庵町 ▷西鴻池町四丁目 ▷新鴻池町 ▷中鴻池町一丁目 ▷東鴻池町五丁目 ▷三島一丁目 ▷新庄三丁目 ▷新池島町三丁目 ▷池島町四丁目~八丁目 ▷善根寺町三丁目 ▷日下町一・七丁目 ▷布市町三丁目 ▷鳥居町 ▷五条町 ▷六万寺町三丁目 ▷上六万寺町 ▷横小路町四丁目 ※それぞれの一部の地域です。

【工事は指定業者で】

トイレなどの水洗化工事は必ず市の指定工事業者(市ウェブサイトに掲載)に依頼してください。また、水洗化工事をする場合は市の助成と貸付制度がありますので、詳しくはお問合せください。

【上水道料金とあわせて下水道使用料の負担を】

下水道が整備された区域では、上水道の使用水量に応じ、上水道料金とあわせて下水道使用料を負担していただきます。なお、下水道使用の実態を把握するため、職員が家庭や事業所などを訪問することがありますのでご協力ください。

⑨▷水洗化できる区域=下水道維持管理課 06(4309)3254、FAX06(4309)3828 ▷水洗化工事=排水設備課 06(4309)3249、FAX06(4309)3828 ▷貸付・助成金、下水道使用料=業務課 06(4309)3251、FAX06(4309)3827 ※4月1日から下水道賦課収納課に変更(電話・FAX番号は変更なし)。

市の事業にご意見を
市政モニターを募集します



市政モニターとは、パソコンやスマートフォンなどから市のアンケートに答えていただくものです。市政の重要な課題や市民生活に関する深い問題などについて、市民の意識・意見などを迅速かつ効率的に把握するとともに、市政への関心を高め、市民参加を促進することを目的とします。回答いただいた方には、謝礼(図書カード)をお渡しします。

⑩市内在住・在勤・在学(いずれか)の18歳以上の方 ※国または地方公共団体の議会の議員・職員を除く。 ⑪300人(抽選) 任期 来年3月31日(木)まで ⑫4月1日(木)~20日(火)に市ウェブサイトの応募フォームから(右のコードからアクセス可)

⑬市政情報相談課 06(4309)3104、FAX06(4309)3801



市政モニターの流れ

パソコンまたはスマートフォンなどで、市ウェブサイトの市政モニター応募フォームから応募してください

↓
登録されたEメールアドレスに4月中に選考結果をお届けします

↓
アンケートの協力依頼が届いたら、期限までに回答をお願いします(アンケート結果は市ウェブサイトで公表)

↓
年度内の全てのアンケート終了後、回答実績に応じた謝礼をお届けします

4月の移動図書館

⑭移動図書館 06(6728)0202、FAX06(6730)7337

日下町丹波神社西側	13:20~13:50	13日(火) 27日(火)	花園西町公園	13:20~13:50	14日(水) 28日(水)
駅前公園(上石切町2)	14:00~14:30		若田公園	14:10~15:00	
ダイアパレス横(西石切町2)	15:00~15:40	9日(金) 23日(金)	若江本町北公園	15:30~16:10	7日(水) 21日(水)
横小路メイ・トラス	13:20~13:40		東楠風荘公園稲荷神社横	13:20~14:20	
上六万寺児童遊園	14:00~14:30	1日(木) 15日(木)	寺嶋公園	15:00~16:00	1日(木) 15日(木)
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	2日(金) 16日(金)	加納アメリア集会所前	14:10~14:50	13日(火) 27日(火)
大池公園	14:00~14:30		府営加納住宅集会所前	15:10~15:50	
新池島町児童遊園	15:10~15:50	8日(木) 22日(木)	三ノ瀬公民分館	13:10~13:50	6日(火) 20日(火)
オーク新石切(西石切町7)	13:20~13:50		大和公園	14:00~14:40	
豊浦公民分館	14:10~14:40	2日(金) 16日(金)	はすの広場(近江堂)北側	15:20~16:00	8日(木) 22日(木)
シャルマンコーポ枚岡公園	15:10~15:40		市営島町住宅	13:20~13:50	
東体育館前	13:20~13:50	6日(火) 20日(火)	市営鷺島住宅集会所前	14:00~14:40	9日(金) 23日(金)
マンハイム石切(日下町4)	14:20~15:00		新喜多公園	15:20~16:00	
J A 孔舎街(日下町6)	15:30~16:00	7日(水) 21日(水)	金岡公園	13:40~14:30	8日(木) 22日(木)
鴻北公園西側	13:20~14:00		柏田公園	14:40~15:10	
府営東鴻池第二住宅	14:10~14:40	2日(金) 16日(金)	岸田堂南公園	15:40~16:20	9日(金) 23日(金)
メープルコート(島之内1)	15:30~16:00		西堤神社境内	13:30~14:10	
玉串西団地集会所前	13:20~14:00	7日(水) 21日(水)	川俣水みらいセンター西	14:20~14:50	8日(木) 22日(木)
府営東大阪玉串住宅	14:10~14:40		稲田公園	15:20~16:10	
ライオンマンション(若江東町2)	15:20~16:00	8日(木) 22日(木)	御厨天神社境内	13:20~13:50	9日(金) 23日(金)
角田総合老人センター	13:20~13:50		新家西町第2公園	14:00~14:30	
プレゼント東大阪(岩田町6)	14:10~14:50	9日(金) 23日(金)	五百石公園(御厨東2)	15:30~16:10	9日(金) 23日(金)
八戸の里公園相撲場西側	15:30~16:20				



相談

行政書士・社会保険労務士による相談

【行政書士】

4月6日(水)13時～15時30分 遺言・相続・内容証明・各種契約書の作成、建築業などの許認可申請、会社設立、外国人の帰化など

【社会保険労務士】

4月8日(木)13時～15時30分 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

市役所本庁舎1階相談室 ※当日先着順。

市政情報相談課 06(4309)3104、FAX06(4309)3801

地域で支援を必要とする方へ 福祉なんでも相談

高齢者や障害者、子育て中の方などの相談にコミュニティソーシャルワーカーが応じます。 4月1日(水)=はすの広場(近江堂) 2日(金)=グリーンパル(中鴻池) 6日(火)=やまなみプラザ(四条)、イコラム(男女共同参画センター) 7日(水)=夢広場(布施駅前) 15日(木)=ももの広場(楠根) 21日(火)=ゆうゆうプラザ(日下) ☆いずれも13時30分～16時

地域福祉課 06(4309)3181、FAX06(4309)3815

税理士による税務相談

4月14日(水)・28日(水)9時～12時(受付は11時30分まで。1人30分) 市役所本庁舎1階相談室 各10人(当日先着順) ※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、入室は1人のみ。 新規開業、相続、贈与 ※近畿税理士会東大阪支部(令和2)では、木曜日の午後(祝休日を除く)に税務相談会を実施しています(電話で要申込み)。

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

離婚・養育費・ひとり親家庭に関する法律相談

離婚・養育費・ひとり親家庭に関する問題に精通した弁護士が応じます。 4月22日(木)13時～15時50分(1人30分) 市役所本庁舎1階相談室 市内在住の20歳未満の子どものいる離婚前の方、ひとり親家庭の母・父、寡婦 5人(申込先着順で今年度内初めての方を優先) 4月1日(水)から電話で 子ども家庭課 06(4309)3194、FAX06(4309)3817

人権相談

【特設相談】

人権擁護委員が相談に応じます。 4月13日(火)14時～16時 市社会福祉協議会内人権擁護委員会 06(6789)7201、FAX06(6789)2924

【常設相談】

人権擁護委員または法務局職員が相談に応じます。 月曜日～金曜日 8時30分～17時15分(祝休日を除く) 大阪法務局東大阪支局 06(6782)5563 人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823

ひとり親家庭のための就業相談

求人情報の提供や面接のアドバイス、履歴書の書き方などの相談に専門の相談員が応じます。 4月22日(木)10時～16時 市役所本庁舎1階相談室 市内在住のひとり親家庭の母・父、寡婦 5人(申込先着順) 4月1日(水)から電話で 母子家庭等就業・自立支援センター 06(6748)0263、FAX06(6748)0264 子ども家庭課 06(4309)3194、FAX06(4309)3817

不動産相談

4月9日(金)10時～12時(受付は11時30分まで) 市役所本庁舎1階相談室 ※当日先着順。 土地、建物など 空家対策課 06(4309)3244、FAX06(4309)3829

その他

福祉部 一部業務委託を拡大 市役所本庁舎8・9階のレイアウトを変更

市民サービスのさらなる向上を図るため、6月1日(火)から、高齢介護室(介護保険料課・給付管理課・地域包括ケア推進課)の一部業務を民間事業者に委託します。委託に伴い、4月5日(月)から市役所本庁舎8階および9階のレイアウトが一部変更となり、障害施策推進課が9階から8階へ移転します。

なお、移転に伴い、障害施策推進課のファクス番号が変更になります。 **ファクス番号** 06(4309)3815 ※4月4日(日)までは06(4309)3813。 地域福祉課 06(4309)3181、FAX06(4309)3815

慰霊塔の開扉日

令和3年度の市立慰霊塔の開扉日は次のとおりです。 4月15日(木)・5月14日(金)・6月15日(火)・7月15日(木)・8月10日(火)・13日(金)・16日(月)・9月14日(火)・23日(水)・10月16日(土)・11月15日(月)・12月14日(火)・27日(月)・28日(火)・来年1月6日(木)・14日(金)・2月15日(火)・3月15日(火)・21日(水)10時～16時 生活福祉課 06(4309)3226、FAX06(4309)3848

収容動物(犬・猫)の譲渡制度と仲介制度

動物指導センターでは、収容動物(犬・猫)の飼養を希望する方への譲渡に加え、さらなる譲渡機会の拡大を図るため、新たな飼い主を探す活動をしている個人および団体など(譲渡ボランティア)への譲渡を実施しています。

ぜひ、ボランティアへご登録ください。

犬・猫の譲渡制度 収容した犬・猫の健康診断や性格の適性判定後、飼いたい方や新たな飼い主を探す活動をしている方(譲渡ボランティア)へ譲渡する制度

犬・猫の仲介制度～出会いの広場 犬・猫を譲りたい方と飼いたい方を仲介し、譲渡の交渉をしていただく制度

犬・猫を飼いたい方の 次の全てに該当する方 1. 営利を目的としない 2. 家族全員の賛同を得ており、愛情と責任をもって適正に終生飼養ができる 3. 動物の飼養が認められている住宅に住んでいる 4. 現在、犬・猫を飼養していない(ただし、飼養環境により認める場合あり) 5. やむを得ない理由で飼養できなくなった場合でも継続して飼養してもらえる方がいる 6. 譲渡後、不妊手術を受けさせることができる

新たに飼い主を探す活動をする方(譲渡ボランティア)の 次の全てに該当する方 1. 住所および動物の飼養場所が府内にある個人、または動物の飼養場所が府内にあり代表者が府内在住の団体 2. 営利を目的とし

ない 3. 家族全員の賛同を得ており、愛情と責任をもって適正に飼養ができる 4. 動物の飼養が認められている住宅に住んでいる 5. 譲渡ボランティア講習会を受講できる 6. 動物関係法令を遵守している

7. 住所・氏名が確認できる運転免許証など公的機関が発行する証明書 8. 集合住宅または賃貸住宅に居住の場合、動物の飼養が認められていることを証明する書類 9. 譲渡を受けた方が病気などで飼養できなくなった場合に代わりに飼養できる方の住所・氏名・電話番号

10. 申請書を本人が直接 ※申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。後日、飼養予定場所の調査などを行います。譲渡対象動物の情報などは市ウェブサイトに掲載。譲渡ボランティア講習会は随時実施(要電話予約)。

動物指導センター 072(963)6211、FAX072(963)1644

学ぶのつづき

硬式野球教室

4月から新たに始まる硬式野球教室です。 ④原則火曜日～金曜日15時から、土・日曜日・祝休日9時から ⑤長瀬青少年運動広場 ⑥小・中学生 ※詳しくはお問合せください。 ⑦長瀬青少年センター 06(6727)1200、FAX06(6729)9787

リズム体操教室

⑧所▷4月6日(火)・13日(火)・20日(火)10時30分～11時30分=市民ふれあいホール(鳥居町)▷8日(木)・15日(木)・22日(木)19時～20時または10日(土)・17日(土)・24日(土)10時～11時15分=東体育館 ☆いずれも各計3日間 ⑨女性 ※子ども同伴不可。 ⑩月2000円 ※当初に年会費1000円が必要。無料体験あり。 ⑪室内用シューズ、飲み物 ⑫▷市リズム体操協会事務局「近藤」090(9698)1072 ▷市民スポーツ支援課 06(4309)3282、FAX06(4309)3849

角田総合老人センターの教室&催し

【ユッキーズ・ダンス教室】

⑬4月13日(火)13時30分～15時 定20人(抽選) ⑭ストレッチ、脳トレ、ダンス ⑮マスク、タオル、飲み物 ⑯4月1日(木)～9日(金)

【笑っていこう! 楽しくトライ体操】

⑰4月16日(金)10時～11時 定25人(申込先着順) ⑱マスク、タオル、飲み物 ⑲4月2日(金)から

【和楽コンサート】

⑳4月22日(木)13時30分～14時50分 定30人(抽選) ㉑大正琴、日本舞踊など ㉒4月5日(月)～16日(金)

◇ ⑳市内在住の60歳以上の方 ㉓各申込期間に電話または直接 ㉔①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

就活ファクトリー東大阪の講座

【ここで差がつく! 就活の進め方講座】

⑳4月9日(金)10時～11時30分

【エントリーシート対策講座(自己PR&ガクチャ編)】

㉑4月9日(金)14時～15時30分

【エントリーシート対策講座(志望動機編)】

㉒4月14日(木)10時～11時30分

【必ず身につく面接力アップセミナー】

㉓4月14日(木)14時～15時30分

㉔大学・大学院・短大・専門学校の学生 定10人(申込先着順) ㉕電話または直接

㉖①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

バランス健康体操

ボールを利用してストレッチを意識した体操をします(写真)。



⑳4月28日(水)10時～11時30分・13時～14時30分 ㉑市内在住の60歳以上の方 ㉒各15人(申込先着順) ㉓マスク、タオル、飲み物、5本指の靴下 ㉔4月1日(木)から電話または直接 ※体温測定・来館時の健康チェックシートの記入をお願いします。 ㉕①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

東体育館の教室

【大正琴教室】

⑳第1・3木曜日10時～12時 ㉑小学生以上の方 ㉒3人 ㉓3300円(月2回) ※別途教材費・大正琴レンタル料が必要。 ㉔飲み物

【はじめてのヨガ教室】

㉕毎週木曜日19時30分～20時30分 ㉖16歳以上の女性 ㉗14人 ㉘3300円(月4回) ㉙ヨガマット、タオル、飲み物

◇ ㉚いずれも申込先着順。体験1回500円(大正琴教室の教材費・レンタル料は不要)。 ㉛電話で ㉜①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

募集

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。 ㉑看護師または准看護師の資格がある方 ㉒1人 ㉓選考日 随時 ㉔選考方法 口述試験 ㉕勤務時間 月曜日～金曜日8時30分～15時15分 ㉖勤務地 市立学校園 ㉗勤務条件 給与月額18万1393円、通勤・期末手当別途支給、各種社会保険完備など ㉘任用期間 任用開始日～来年3月31日(更新の可能性あり) ㉙申込書と返信用封筒(84円切手貼付)を郵送または直接 ※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。詳しくはお問合せください。



㉚①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

交差点 青でも左右 確認を 春の全国交通安全運動

4月6日～15日は「春の全国交通安全運動」期間です。道路への飛出しや無理な横断、信号無視、道路上での遊びはやめましょう。

自転に乗るときは、交通ルールを守り、自転車駐車場を利用して放置自転車をなくしましょう。

自動車運転するときは、思いやり・ゆずりあいの気持ちを持ち、運転中のスマートフォンなどの操作はやめましょう。高齢運転者は運転適応能力や身体機能の変

化を認識し、ゆとりある行動を心がけましょう。また、飲酒運転をする恐れのある人にお酒をすすめたり、車を貸したり、飲酒運転の車に乗せてもらったりすることは犯罪となるので絶対にやめましょう。 ①▷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 ▷安全調整課 06(4309)3223、FAX06(4309)3836

会計年度任用職員 スクールヘルパー登録者

㉑3人 ㉒市立小・中学校における障害のある子どもの支援 ㉓選考日 随時 ㉔選考方法 面接 ㉕勤務時間 月曜日～金曜日8時30分～15時25分 ㉖勤務地 市立小・中学校 ㉗勤務条件 給与月額672円、通勤・期末手当別途支給、各種社会保険完備など ㉘任用期間 任用開始日～来年3月31日 ㉙申込書を郵送または直接 ※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。詳しくはお問合せください。

㉚①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

会計年度任用職員 幼稚園型認定こども園 パート保育士

㉑保育士資格または幼稚園教諭免許がある方 ㉒2人 ㉓早朝または延長保育業務 ㉔選考日 随時 ㉕選考方法 口述試験 ㉖勤務時間 ▷早朝=7時～9時 ▷延長=17時～19時 ※週6日。 ㉗勤務条件 給与月額7万7155円、通勤手当別途支給、労災保険 ㉘任用期間 任用開始日～来年3月31日 ㉙申込書と保育士証または幼稚園教諭免許の原本、返信用封筒(84円切手貼付)を直接 ※申込書は市ウェブサイトからダウンロード可。

㉚①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

会計年度任用職員 保育士・保育教諭(日中・朝夕)

㉑保育士資格がある方 ㉒保育所や子育て支援センター、幼保連携型認定こども園における保育業務 ㉓選考日 3月22日(月)以降随時 ㉔選考方法 口述試験 ㉕任用期間 任用開始日～来年3月31日(更新の可能性あり) ㉖申込書を4月30日(金)(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。

㉚①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

市立幼稚園 一時預かり保育協力登録者

㉑保育士資格または幼稚園教諭免許がある方 ㉒活動時間 月曜日～金曜日9時～17時(1日8時間) ㉓謝金 1時間1200円(交通費含む) ㉔電話連絡のうえ、履歴書と資格に関する証明書の写しを直接

㉕①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

府営住宅の入居者

新婚世帯や小学生以下の子どもを含む親子を中心とする世帯を対象とした「新婚・子育て世帯向け」のほか「一般世帯向け」「福祉世帯向け」「車いす常用者世帯向け」などの応募区分ごとに、府営住宅の入居者を年6回募集します。申込みには、収入基準などの要件があります。詳しくは募集案内をご覧ください。 ㉑募集案内などの配布・受付期間 ▷4月1日(木)～15日(木) ▷6月1日(火)～15日(火) ▷8月2日(月)～16日(月) ▷10月1日(金)～15日(金) ▷12月1日(木)～15日(木) ▷来年2月1日(火)～15日(火) ㉒申込書を受付期間(消印有効)に郵送(府営住宅布施管理センターウェブサイトからも可) ※募集案内や申込書は、府営住宅布施管理センター、市営住宅管理センター、市役所本庁舎15階住宅政策室総務管理課・1階市政情報コーナー、行政サービスセンター、福祉事務所などで配布。過去の募集で応募割れがあった住宅の募集もあります(通年)。

㉓①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

㉔①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

市政だよりに広告を載せてみませんか

市では、毎月2回発行している市政だよりのうち、毎月1日号に広告を掲載しています。広告の掲載を希望する事業者はお問合せください。

㉑▷広告掲載について=大光宣伝(株) 0120(540)888 ▷市政だより発行について=広報課 06(4309)3102、FAX06(4309)3821

考えよう 指先ひとつで 変わる未来 中学校2年生(人権作品集)

催しのつづき

やまなみプラザの催し&教室

【やまなみコンサート】



時 5月15日(土)14時～15時30分 定 40人 内クラシック演奏 料200円 特マスク

【着物リメイク】

パンツとチョッキを作ります。 時 5月16日(日)13時～15時 定12人 料500円 特マスク、反物にした着物、裁縫道具

市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ※いずれも抽選。基本事項(6面に掲載)を4月23日(金)必着までに往復ハガキで 所申 579-8054南四条町1-7 やまなみプラザ(四条) 072(988)3107(FAV兼用)

春の草花遊びとタンポポ調査

時 4月18日(日)9時30分～12時 ※前日17時の天気予報で当日午前の降水確率が60%以上の場合は中止。 定15人(申込先着順) 料一般200円、小学生以下100円 特マスク、飲み物 申 4月1日(日)10時から電話で 所申 枚岡公園管理事務所 072(981)2516、FAV072(982)8725

旧河澄家の催し

【端午の節句展】

時 4月23日(金)～5月5日(祝)9時30分～16時30分 内甲冑や鯉のぼり、五月人形、身に着けて写真が撮れる段ボール甲冑の展示 ※申込不要。

【鯉のぼり作り&コンサート】

時 4月25日(日)13時～15時 定3歳以上の方 ※未就学児は保護者同伴。 定20人(申込先着順) 特マスク 申 4月1日(日)9時30分から電話または旧河澄家ウェブサイト

所申 旧河澄家(日下町7) 072(984)1640(FAV兼用)

シニアテニス親善大会



時 4月23日(金)9時～17時 所 中部緑地公園テニスコート 内 市内在住・在勤(いずれか)の60歳以上の男性・55歳以上の女性(いずれも令和3年12月31日時点)で、市テニス協会加盟・登録のクラブ・団体の方 定40人程度(申込先着順) 内ペア変動制ダブルス個人戦 料2000円 特マスク 申 申込書を4月15日(日)までに市テニス協会へ郵送(Eメール、直接、市テニス協会ウェブサイトからも可)

申 579-8013西石切町5-2-41 インドアテニスワールド石切市内テニス協会 072(980)7530、FAV senior@higashiosaka-tennis.com 内 市民スポーツ支援課 06(4309)3282、FAV06(4309)3849

四条市民プラザの催し&教室

【子どもらくがきひろば】

大きな落書きスペースに春を連想するものを描きます。 時 4月17日(土)10時～10時30分・10時45分～11時15分・11時30分～12時 内 幼稚園児～小学生とその保護者 定 各6組 特 マスク、汚れてもよい服 ※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止になる場合があります。

【今年の母の日はフラワーブードルを贈ろう】

カーネーションでブードルを作ります(写真)。 時 5月8日(土)13時30分～15時 内 親子(1人でも可) 定10組20人 料2500円 特 マスク、ハサミ、持ち帰り用袋

いずれも申込先着順。 申 電話または直接 所申 四条市民プラザ 072(988)3113



子育て支援センターの催し

※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。内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。掲載の催しへの参加には申込みが必要です(申込みが不要なものは申込不要と記載)。各実施日(利用希望日)の1週間前から電話で各支援センターに申し込んでください。受付時間 〓あさひっこ=9時30分～15時30分(火曜日～土曜日、第2・4日曜日) 〓ももっこ=9時30分～15時30分(月曜日～土曜日) 〓ゆめっこ=9時30分～15時30分(月曜日～日曜日、祝休日) 〓鴻池・長瀬・荒本子育て支援センター=9時30分～11時30分・13時30分～15時30分(月曜日～金曜日)

ももっこ

【身体測定】

時 4月9日(金)10時～11時・14時～15時

【保育士による相談】

時 月曜日～土曜日 ※来所・電話相談は随時受け付けています。面接相談の希望者は、申込み時にお伝えください。

就学前乳幼児(未就園児) 定 各15組30人(申込先着順) 申 園ももっこ(楠根子育て支援センター) 06(4306)4151、FAV06(4306)3080

あさひっこ

【身体測定】

時 4月13日(火)10時45分～11時15分・14時45分～15時15分 内 就学前乳幼児(未就園児) 定 15組30人(申込先着順)

申 園あさひっこ(旭町子育て支援センター) 072(980)8871、FAV072(985)1055

鴻池子育て支援センター

【アーリー赤ちゃんタイム～おもちゃ&名札作り】

時 4月7日(日)9時30分～11時30分 内 5か月までの乳児(未就園児)

【こいのぼりを作ろう!】

時 4月12日(月)・26日(月)9時30分～11時30分・13時30分～15時30分 内 就学前乳幼児(未就園児)

【健康相談デー・身体測定】

気軽に相談ください。 時 4月15日(木)9時30分～11時30分・13時30分～15時30分 ※9時30分～11時30分は保健師に相談可。 内 就学前乳幼児(未就園児)

定 各10組20人(申込先着順) 申 園鴻池子育て支援センター 06(6748)8251、FAV06(6743)0577

荒本子育て支援センター

【壁面制作「ふんわりひよこ」】

時 4月8日(木)11時～11時30分・14時30分～15時 内 就学前乳幼児(未就園児)

【アーリー赤ちゃんタイム】

子育ての不安や悩みなど情報交換しませんか。 時 4月12日(月)・26日(月)13時30分～15時30分 内 5か月までの乳児(未就園児)

定 各10組20人(申込先着順) 申 園荒本子育て支援センター 06(6788)1055、FAV06(6788)2597

ゆめっこ

【身体測定】

時 4月7日(水)・12日(月)9時30分～11時30分・13時30分～15時30分

【栄養士による相談会】

時 4月8日(木)14時～15時 内 就学前乳幼児(未就園児) 定 各15組30人(申込先着順) 申 園ゆめっこ(布施子育て支援センター) 06(6748)0210、FAV06(6748)0257

長瀬子育て支援センター

【赤ちゃんタイム de 名札作り】

時 4月5日(月)13時30分～15時30分 内 未歩行児(未就園児)

【こいのぼりを作ろう!】

時 4月12日(月)・14日(水)・16日(金)9時30分～11時30分 内 就学前乳幼児(未就園児)

【赤ちゃんタイム de いらないないばあ!】

時 4月14日(木)13時30分～15時30分 内 未歩行児(未就園児)

定 各10組20人(申込先着順) 申 園長瀬子育て支援センター 06(6728)1800、FAV06(6728)2413



催し

特別展示

仏像に会いに行こう～市指定文化財・旧阿彌陀院阿彌陀如来坐像

市内でも珍しい平安時代に作られた仏像を通して、歴史にふれてみませんか。 4月1日(木)～来年3月27日(日)9時30分～17時 ※月曜日と祝休日の翌日、12月29日(木)～来年1月3日(月)は休館。 発掘ふれあい館

文化財課 06(4309)3283、FAX06(4309)3823

収蔵品展

東大阪のどくうとはにわ

土偶と埴輪を通して、大昔の人々の暮らしを紹介します。 4月1日(木)～来年3月27日(日)9時30分～17時 ※月曜日と祝休日の翌日、12月29日(木)～来年1月3日(月)は休館。

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

小動物焼却施設

移転・新設しました

東大阪都市清掃施設組合の小動物焼却施設は、昭和45年から稼働していますが、老朽化のため移転・新設する工事を令和元年から今年3月まで行って行っていました。4月1日(木)以降は新施設(水走4-7-17)へお越しください。

新施設は建物を含め、施設全体において景観や地域住民の生活環境に配慮しています。

なお、小動物を持ち込む際は、副葬品(首輪、玩具など)は焼却炉で燃えない恐れがあるため、持込みはご遠慮ください。

詳しくは東大阪都市清掃施設組合ウェブサイトをご覧ください。か、お問合せください。

東大阪都市清掃施設組合 072(962)6021、FAX072(962)6125

憲法週間 市民のつどい

「オンラインはスペシャル!」をテーマにバラエティや舞台上で活躍中の副島淳さん(写真)のトーク動画をオンラインで限定公開します。

4月30日(金)～5月7日(金) 基本事項(6面に掲載)を4月26日(月)(消印有効)までに電話で(往復ハガキ、ファクス、Eメールも可)※申込後、視聴用のURLを送付します。



〒577-8521市役所人権啓発課 06(4309)8156、FAX06(4309)3823、jinkenkeihatsu@city.higashiosaka.lg.jp

市長杯 市民グラウンド・ゴルフ大会



5月25日(火)8時30分から ※雨天時は28日(金)に順延。 吉田春日グラウンド 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 60人(申込先着順) 料300円 4月15日(木)10時～11時30分に市文化創造館に直接

市グラウンド・ゴルフ協会「金光」072(987)1834 市民スポーツ支援課 06(4309)3282、FAX06(4309)3849

郷土博物館の催し

【企画展示「昭和のくらしの知恵」の開催期間を延長】

企画展示「昭和のくらしの知恵」の開催期間を4月11日(日)まで延長します(月曜日は休館)。

【休館日】

4月12日(月)～21日(水)は展示替えのため休館します。

郷土博物館 072(984)6341、FAX072(986)1432

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】

5月22日(土)10時30分～15時 年中児～小学校新1年生 ※保護者同伴。 20人 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 着タオル、帽子、軍手、弁当、飲み物

【なるかわ野外活動クラブ】

アウトドア技術を学びながら、「生きる力」を育てます。 5月29日(土)～30日(日)、7月10日(土)～11日(日)、9月18日(土)～20日(日)、10月23日(土)～24日(日)、12月4日(土)～5日(日)、来年1月29日(土)～30日(日) ※計13日間。

小学校新5年生～高校生 30人 料5万円(分割は5万6000円)

【なるかわ山の子クラブ】

自然とふれあいながら遊ぶキャンプです。 6月5日(土)～6日(日)、7月3日(土)～4日(日)、9月4日(土)～5日(日)、10月16日(土)～17日(日)、11月27日(土)～28日(日)、来年1月15日(土)～16日(日) ※計12日間。 小学校新2年生～新4年生 30人 料4万5000円(分割は5万2000円)

【アウトドアリーダーを募集】

子どもたちのキャンプやスキーなどの野外活動をサポートするアウトドアリーダーを募集します。 説明会の開催 4月16日(金)・27日(火)18時30分～21時、17日(土)13時30分～21時、23日(金)18時～21時＝難波市民学習センター(大阪市浪速区湊町1) ☆いずれも、うち1時間程度 4年制大学の新1・2年生 25人

※いずれも申込先着順。 4月1日(木)から電話で

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

四条寄席 花園で笑おう

4月8日(木)14時～15時 花園図書館 小学生以上の方 50人(申込先着順) 桂紋四郎さんによる落語会 ※途中入場不可。 料500円 電話または直接 四条図書館 072(982)1235、FAX072(984)6079

くすのきプラザ 催し&教室

【おもちゃの病院】

壊れたおもちゃを修理します(特殊部品は要費)。 4月～来年3月の第1水曜日15時～16時30分・第3土曜日13時～15時30分 くすのきプラザ(若江岩田駅前) マスク ※申込不要。

【初めての方の囲碁教室】

4月～来年3月の原則第1・3日曜日13時30分～16時30分(計21日間) くすのきプラザ 10人 料1200円(半期) マスク

【将棋を楽しむ会】

5月～来年2月の原則第1・3日曜日13時30分～16時(計20日間) くすのきプラザ 20人 料4000円(年額) マスク

【透明水彩画教室】

5月～来年3月の原則第1・3土曜日13時30分～16時30分(計19日間) くすのきプラザ 20人 料1回700円(当初に10回分) マスク、画用紙、透明水彩絵の具、筆、パレット

【くすのき歌声広場】

5月9日(日)14時～16時30分 アイコラーム(男女共同参画センター) 100人 料300円(歌集のない方は500円) マスク、歌集、飲み物

【絵本で遊ぼう】

6月～来年3月の原則第1水曜日15時～16時30分(1月を除く計9日間) くすのきプラザ 絵本の読み聞かせ、手遊び、紙芝居など マスク ※申込不要。

市内在住・在勤(いずれか)の方 ※いずれも抽選。 基本事項(6面に掲載)を4月15日(木)(必着)までに往復ハガキで

〒578-0941岩田町4-3-22-500 くすのきプラザ 072(967)6565(既兼用)

こまめな手洗い・消毒でウイルスを撃退!

**正しいマスクのつけ方で
効果を最大限に**

症状がなくてもマスクを着用しましょう。マスクを適切に使用し、より一層感染を防止しましょう。

正しいマスクの着用方法

1. 鼻と口の両方を確実に覆う
2. ゴムひもを耳にかける
3. 隙間がないよう鼻まで覆う



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洗い・消毒をしましょう。

正しい手の洗い方

手洗いの前に爪を短く切り、時計や指輪は外しておきましょう。

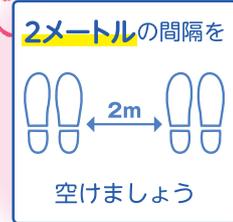
1. 流水でよく手をぬらしたあと、石けんをつけ、手のひらをよくこする
2. 手の甲を伸ばすようにこする

3. 指先・爪の間を念入りにこする
 4. 指の間を洗う
 5. 親指と手のひらをねじり洗います
 6. 手首も忘れずに洗う
- 30秒程度かけて石けんでいいいに洗いましょう。洗い終わったら、充分に水で洗い、清潔なタオルなどでよくふいて乾かしましょう。



人との間隔を空けよう

他の人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空けるなど、身体的距離を確保しましょう。



毎日の暮らしに

新しい生活様式を



体調管理を万全に

毎朝、体温測定や健康チェックをしましょう。発熱または風邪の症状がある場合は、無理せず自宅で療養しましょう。

みんなで乗り越えよう



新型コロナウイルスの新規感染者は、市内においては連日、発生している状況です。今後も気を緩めることなく、毎日の暮らしに「新しい生活様式」を継続的に取り入れ、新型コロナウイルスの感染拡大を防止しましょう。

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



**人との接触を
できる限り減らそう**

人との接触をできる限り減らして感染リスクを低減させるため、オンライン会議やオンライン飲み会を取り入れたり、食事のテイクアウトやデリバリーを活用したりしましょう。



めざそう! ゼロ密

3つの密がそろった場所では、特にクラスター(集団)発生のリスクが高くなります。感染リスクを低減させるため、できる限り「ゼロ密」をめざしましょう。

密集 たくさんの人が集まる場所



密閉 換気の悪い空間



密接 間近で会話や発声をする場面



こまめな換気で「密閉」空間を避けよう

こまめに換気して、室内の空気を外の空気と入れ替えましょう。

★窓がある場合(例)

●風の流れができるよう、2方向の窓を1回につき数分間程度、全開に。換気回数は毎時2回以上確保しましょう

●窓が1つしかない場合でも、入口のドアを開ければ、窓とドアを通して空気が流れます。扇風機や換気扇を併用するなどの工夫をすれば、換気の効果はさらに上がります

★機械換気がある場合(例)

●換気量をさらに増やすことは予

防に有効です。冷暖房効率は悪くなりますが、窓やドアを開けるなど、換気設備の外気取入れ量を増やしましょう

●通常の家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで、換気を行っていません。別途、換気を確保してください

★乗り物の場合(例)

●乗用車などのエアコンでは、「内気循環モード」ではなく「外気モード」にしましょう

●電車やバスなどの公共交通機関でも、窓開けに協力しましょう