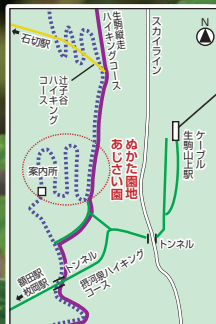




初夏を味わう 涼を感じる生駒山

ぬかた園地 あじさい園

関西地区最大級の規模を誇る府民の森・ぬかた園地(山手町)のあじさいの見頃にあわせて生駒西麓を歩いてみませんか。



- 交通案内
 - 近鉄奈良線額田駅または枚岡駅から摂河泉ハイキングコースを辿って徒歩約80分
 - 近鉄奈良線石切駅から辻子谷ハイキングコースを辿って徒歩約80分
 - 近鉄生駒グレイプ生駒山上駅から徒歩約40分

カラフルなあじさいを
楽しみませんか

あじさいまつり

6月18日(土)〜7月10日(日)の間、「あじさいまつり」を開催します。ぬかた園地にあるつづら折りの遊歩道(約1500m)には、30数品種を超える約2万5000株のあじさいが咲き誇ります。期間中は「ぬかた園地案内所」を開設し、土・日曜日には飲み物やアイスクリームを販売します。 ※あじさい園までのハイキングコースは山道になっていますので、足元が滑りやすい靴でお越しください。

テルセイリュウと石切参道商店街では合言葉「あじさいまつり」と伝えると、次のようなお得な特別割引が受けられます。

▽ホテルセイリュウ
ランチバイキング+温泉+カフェでコーヒーまたは紅茶1500円
▽石切参道商店街
「あじさいまつり」協賛店でお得なサービスサービス内容は店舗により異なります。

※詳しくは東大阪ツーリズム振興機構ウェブサイトをご覧ください(下のQRコードからアクセス可)。



あじさいまつり期間の特別割引

あじさいまつりの期間中、石切エリアのホ

ハウス 072(988)4184(入館専用。9時30分〜16時30分)
3、PAK 06(4309)8084
室 06(4309)3230、PAK 06(4309)3849

Instagramに

あじさい

の写真に

ハッシュタグ

#東大阪 #生駒山

#ぬかた園地

#石切 #温泉

をつけて投稿しながら

ウォーキングを

楽しもう!



表① 3回目接種券の発送スケジュール

2回目接種日	3回目接種券の発送日
昨年11月29日～12月5日	5月31日(火) (済)
昨年12月6日～今年1月2日	6月3日(金) (済)
今年1月3日～1月16日	6月7日(火)
今年1月17日～1月23日	6月14日(火)
今年1月24日～1月30日	6月21日(火)

※到着までに1週間程度かかることがあります。

表② 集団接種会場の開設日時

施設名(所在地)	開設日時
四条図書館2階(南四条町1-1)	月曜日～土曜日 9時～17時30分
市花園ラグビー場南側メインゲート横(松原南1-1-1)	月曜日～金曜日 13時～16時 土曜日 13時～20時 日曜日 9時30分～18時
ヴェル・ノール布施1階南東側(長堂1-8-37)	

※クリエイション・コア東大阪南館での接種は5月28日をもって終了しました。

※接種状況や会場の都合により、開設日時を変更する場合があります。

※集団接種会場への問合せはご遠慮ください。

表③ 集団接種の予約受付開始日時(1回目～4回目共通)

予約受付開始日時	接種日
受付中	6月12日(日)まで
6月6日(月) 9時から	6月13日(月)～6月19日(日)
6月13日(月) 9時から	6月20日(月)～6月26日(日)
6月20日(月) 9時から	6月27日(月)～7月3日(日)

※新型コロナウイルスコールセンターまたは接種予約サイトで受付(1・2回目接種は、新型コロナウイルスコールセンターでのみ受付)。

※クリエイション・コア東大阪南館での接種は5月28日をもって終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場
大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

大阪府や自衛隊では

終了しました。

府・自衛隊の大規模接種会場

新型コロナウイルスコールセンター
06(7668)0480
FAX 072(929)8339



対象や接種会場の所在地、予約方法など、詳しくは各ウェブサイトをご覧ください(左のコードからそれぞれアクセス可)。

大規模接種会場を開設しています。大阪府の接種会場では、武田社ワクチン(ノババックS)の接種も行っています。

東大阪市新型コロナワクチンコールセンター
06(7668)0485
※かけ間違いにご注意ください。

ワクチン接種の予約や接種券についての問合せは、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

※電話による問合せが困難な聴覚障害などのある方は **ファクス(072-929-8239)** でご相談ください。

4回目接種の対象
3回目接種から5か月を経過した次の方
▷60歳以上の方
▷18歳～59歳で基礎疾患を有する方
または重症化リスクが高いと医師が認める方(申請が必要)

市では、国の方針に基づき、新型コロナウイルスワクチンの4回目接種を進めています。

市電子申請システム(下)のコードからアクセス可)で申請または新型コロナウイルスコールセンターへ電話(申請書を郵送可) ※申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。

市では、国の方針に基づき、新型コロナウイルスワクチンの4回目接種を進めています。

市電子申請システム(下)のコードからアクセス可)で申請または新型コロナウイルスコールセンターへ電話(申請書を郵送可) ※申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。

60歳以上の方、18歳～59歳で基礎疾患を有する方など
4回目接種が始まります

4回目接種の接種券の発送は表のとおりです。発送日から1週間経過後も届かない場合は、新型コロナウイルスコールセンターへお問合せください。

4回目接種券(60歳以上の方)の発送スケジュール

3回目接種日	4回目接種券の発送日
昨年12月1日～今年1月9日	5月31日(火) (済)
今年1月10日～1月16日	6月7日(火)
今年1月17日～1月23日	6月14日(火)
今年1月24日～1月30日	6月21日(火)

※到着までに1週間程度かかることがあります。

※3回目接種から5か月を経過するに順次発送予定です。

新型コロナウイルス 3回目接種
事前予約なしでも接種可能に

接種間隔 5か月に短縮
新型コロナウイルスの新変種が3回目接種について、ファイザー社製と武田/モデルナ社製ワクチンに限り、2回目接種からの接種間隔が6か月から5か月に変更となりました。

市では、3回目接種の促進を図るため、集団接種会場において、事前予約なしでの接種を6月26日(日)まで実施しています。

日(日)の接種はありません。2回目接種から5か月を経過した18歳以上の市内在住の方、接種券、予診票、接種済証(2回目の接種日がわかるもの)、本人確認書類 ※事前予約者優先のため、会場外でお待ちいただく場合があります。11時30分までにコールセンターへ問合せると当日午後の予約も可能です。

接種券の発送 3回目接種の接種券について、2回目接種から5か月後を基準として発送しています。接種券の発送日は表のとおりです。なお、発送日から1週間経過しても届かない方や接種券を紛失した方は、新型コロナウイルスコールセンターへご連絡ください。接種券の再発行などを行います。

接種場所・予約方法 ワクチン接種が可能な医療機関・集団接種会場一覧は市ウェブサイトまたは厚生労働省ウェブサイト「コロナワクチンナビ」(下)のコードからアクセス可)で検索ができます。

個別接種は市内約200か所の医療機関で行っています。使用するワクチンはファイザー社製または武田/モデルナ社製です。接種券が届いた時点から予約が可能です。各医療機関の受付時間内に問合せのうえ、予約をしてください。

市では、国の方針に基づき、新型コロナウイルスワクチンの4回目接種を進めています。

市電子申請システム(下)のコードからアクセス可)で申請または新型コロナウイルスコールセンターへ電話(申請書を郵送可) ※申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。

市電子申請システム(下)のコードからアクセス可)で申請または新型コロナウイルスコールセンターへ電話(申請書を郵送可) ※申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。



国民健康保険 保険料の減免申請

窓口の混雑緩和に
ご協力を

令和4年度の国民健康保険料決定通知書を6月15日(水)に送付します。必ず納期限までに納めてください。

保険料の決定通知書が届いてから約1か月間は問合せが殺到するため、窓口が大変混雑し、電話もつながりにくい状態となります。新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、郵送での減免申請にご協力ください。また、窓口混雑時は密集を防ぐため入場制限を実施します。混雑情報を6月16日(木)以降の市ウェブサイトで確認してください。



府内共通
基準の所得
減少減免要
件 事業主
たは業務の
不振、休職
止、失業退
職を含む
などにより、
所得が著しく減少
し、世帯総

所得について、減免事由について、減免事由
由発生後の1か月当たりの平均所得見込額と令和3年の1か月当たりの平均所得を比較して3割以上減少した
その他の共通基準減免要件 ▽震災、風水害、火災その他これらに類する災害により、居住する住宅に著しい損害を受けた ▽被保険者が刑事施設、労働場その他これらに準ずる施設に拘禁された

別な事由のない限り、申請があった月以降の保険料が減免の対象となります。保険料が賦課された後の最初の納期限内に申請がない場合は、保険料の全額を対象とした減額はできません。
市独自の減免(障害者・高齢者・ひとり親)については、8月以降に順次決定し、年度内の申請であれば遡って減免の適用をすることから、来庁による申請を希望する方は、7月以降の申請にご協力ください。

市独自の減免(障害者・高齢者・ひとり親)については、8月以降に順次決定し、年度内の申請であれば遡って減免の適用をすることから、来庁による申請を希望する方は、7月以降の申請にご協力ください。

市独自の減免(障害者・高齢者・ひとり親)については、8月以降に順次決定し、年度内の申請であれば遡って減免の適用をすることから、来庁による申請を希望する方は、7月以降の申請にご協力ください。

期間延長

国保・後期高齢

新型コロナウイルスに伴う傷病手当金

令和4年7月～9月も対象期間に

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、その療養のための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、支給対象期間が延長され、令和

4年7月1日～9月30日も支給対象になりました。支給を受けるには、申請が必要ですが、申請を希望する場合は、必ず事前に電話でお問合せてください。

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る)で、療養のため労

務に服することができない方(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る場合に限り) 支給期間 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い期間(給与の全部または一部を受けることができる期間を除く)

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4年9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)3809

【英田北校区自治連合会】 英田北校区自治連合会は島之内

く。給与の一部を受けると、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4年9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)3809

国保

40歳～74歳の方へ

特定健康診査受診券は

届きましたか

今年度は
きみどり色



国民健康保険では、40歳～74歳の加入者を対象に心筋梗塞や脳卒中などを引き起こす原因となる生活習慣病を予防・改善するための特定健康診査を実施しています。対象となる方には、4月～5月に受診券(写真)を発送しました。今年度の受診券は「きみどり色」で有効期限は来年3月31日(金)(今年度75歳になる方は誕生日の前日)です。

自身の健康管理のために、年に1回は健診を受けましょう。健診内容や受診方法など、詳しくは受診券に同封のチラシをご覧ください。

75歳以上の方へは、大阪府後期高齢者医療広域連合から受診券が送付されています。また、東大阪市の国保以

外に加入している方は、加入先の医療保険者に確認ください。なお、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、特定健康診査の受診を希望する方は、必ず事前に受診希望の医療機関へ実施状況をお問合ください。



宝くじの社会貢献広報事業

助成制度で

地域コミュニティの発展を

(一財)自治総合センターでは、コミュニティの健全な発展を図るため、地域のコミュニティ活動に対し、宝くじの社会貢献広報事業による助成を行っています。このほど、市内の団体が助成を受けましたので紹介します。

【英田北校区自治連合会】

英田北校区自治連合会は島之内



自治会をはじめとする8つの自治会で構成され、各種団体と連携して明るく住みよい、生活環境のよい地域づくりを推進しています。

このほど、島之内自治会が宝くじの社会貢献広報事業による助成制度を活用し、各種の行事において必要となるマイクやアンプなどの整備を行いました。これによりイベント行事の開催が促進され、地域との絆をより一層深めることができると考えています。

公民連携協働室 06(4309)3319、FAX 06(4309)3812



児童扶養手当・特別児童扶養手当

対象者は申請を

児童扶養手当および特別児童扶養手当の支給要件に該当する方は申請が必要です。

児童扶養手当

児童扶養手当は、次のいずれかに該当する18歳に達する日以後の最初の3月31日まで（政令で定める程度の障害の状態※1にある場合は20歳未満）の児童を監護している父・母、もしくは父に代わって養育（児童と同居・監護し、生計を維持）する方が受給できます。

▽父母が婚姻を解消した児童 ▽父または母が死亡した児童 ▽父または母が政令で定

児童手当の振込日は6月15日

児童手当の6月期（2月～5月分）の振込日は6月15日（木）です。また、今年度の児童手当・特例給付現況届の提出が必要なものには、6月上旬に現況届を送付していただきます。6月30日（木）までに郵送するか、国民年金課または行政サービスセンターに提出してください。

国民年金課 06 (4309) 3165、FAX 06 (4309) 3805

の提出により判定を行います。
【次のいずれかに該当すると対象外】
▽請求者または児童が国内に住所を有しない
▽児童が児童福祉施設（母子生活支援施設、保育所、通園施設を除く）に入所または里親に委託されている
▽児童が母（請求者が父の場合）・父（請求者が母の場合）または請求者の配偶者（事実婚姻を含む）と生計を同じにしている（父または母が政令で定める程度の障害の状態にある場合を除く）
※1 政令で定める程度の障害の状態に該当するかどうかについては、所定の診断書など

特別児童扶養手当

特別児童扶養手当は、政令で定める程度の障害がある20歳未満の児童を監護している父母（主として児童の生計を維持するいづれか1人）または父母に代わって、その児童を養育している方に支給します。
政令で定める障害の程度は、原則として診断書で判定を行います。診断書に記載された児童の現在の状態などから総合的に判断し、大阪府で認定を行います。ただし、次のいずれかの手帳をお持ちの場合は、診断書の提出が省略できる場合があります。
▽身体障害者手帳1級・3級と4級の二部（内部障害を除く）
▽療育手帳A・B1（B1は大阪府発行の手帳に限る）
【次のいずれかに該当すると対象外】
▽請求者または児童が国内に住所を有しない
▽児童が児童福祉施設（母子生活支援施設、保育所、通園施設を除く）に入所している
▽児童が障害を支給事由とする公的年金を受け取ることができ（その全額について支給が停止されている場合を除く）

令和3年度

情報公開・個人情報保護制度

実施状況まとまる

市では、市と市民が情報を共有し、市政に対する理解と信頼を深めていたため、

「情報公開制度」と「個人情報保護制度」を

「個人情報保護制度」を実施しています。

このほかに、

令和3年度の実施状況は次のとおりです。

情報公開制度

【開示請求（申出）の実施状況】

公文書の開示請求と開示申出は、計1569件でした（表①参照）。開示または部分

請求する場合は前々年の所得額により、全部支給、支給停止のいずれかとなります。毎年1回、所得状況届を提出する必要があります。

手当額や所得制限額については、市ウェブサイトをご覧ください。申請に必要な書類など、詳しくはお問合せください。

請求者、配偶者および扶養義務者（同居している請求者の父母兄弟姉妹など）の前年の所得額（1月～6月）

0
6 (4309) 316
5、FAX 06 (4309) 3805

決定に不服がある請求者は、不服申立てができます。

令和3年度の不服申立ては、情報公開制度が1件、個人情報保護制度はありませんでした。

【取扱事務の届出件数】

個人情報を取り扱う事務を開始するときに必要となる届出件数は、855件でした。

【開示請求などの実施状況】

個人情報開示請求は62件でした（表②参照）。開示または部分開示を含めた開示率は97・62%です。利用停止請求は1件でした。なお、訂正請求はありませんでした。

情報公開や個人情報の開示（訂正・利用停止）請求などの受付や相談は、市役所本庁舎1階の市政情報相談課で行っています。また、市政に関する刊行物や資料の閲覧もできます。

【開示請求などとは】

・条例施行日以前（平成11年6月30日以前）の文書が対象となる場合
・条例第5条「開示請求をすることができるもの」以外からの申出があった場合

開示件数＋部分開示件数
請求（申出）件数（不存在・却下・取下げを除く）×100

表① 情報公開の開示状況 (件)

件数	内 訳						
	開示	部分開示	不開示	不存在	拒否	却下	取下げ
開示請求	316	19	279	1	1	2	0
開示申出	1253	77	1152	0	4	4	0
合計	1569	96	1431	1	5	6	0

(注) 1. 開示申出とは
・条例施行日以前（平成11年6月30日以前）の文書が対象となる場合
・条例第5条「開示請求をすることができるもの」以外からの申出があった場合
2. 開示率＝ $\frac{\text{開示件数} + \text{部分開示件数}}{\text{請求（申出）件数（不存在・却下・取下げを除く）}} \times 100$
3. 東大阪市政情報公開条例に基づく件数です。

表② 個人情報の開示状況 (件)

件数	内 訳						
	開示	部分開示	不開示	不存在	拒否	却下	取下げ
開示請求	62	18	23	0	18	1	0
訂正請求	0	0	0	0	0	0	0
利用停止請求	1	0	0	1	0	0	0

(注) 訂正請求、利用停止請求欄については、「開示」を「訂正」「利用停止」に読み替えてください。

介護保険

負担限度額認定
更新手続きをお忘れなく

介護保険施設に入所している方やショートステイを利用している方の食費・居住費（滞在費）の負担限度額認定の申請期限は、7月31日（但し、8月以降も引き続き介護保険施設を利用する場合は更新申請が必要です。すでに認定を受けている方には更新案内と申請書を送付しています。8月31日（必）

着）までに必ず申請してください。詳しくはお問合せください。
申請先 高齢介護室給付管理課へ郵送または直接、福祉事務所へ直接（市電子申請システムからも可）
申請先 571-8552
1 市役所高齢介護室給付管理課 06 (4309) 318
6、FAX 06 (4309) 38014

市役所本庁舎1階の市政情報相談課で行っています。また、市政に関する刊行物や資料の閲覧もできます。

請求書など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

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(970)5821

※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。

セアカゴケグモにご注意 見つけたら素手で触らない



セアカゴケグモ
と卵のう

毒グモの一種「セアカゴケグモ」が市内全域で発見されています。セアカゴケグモは排水溝の側面やグレーチング(側溝などの蓋)の裏、庭石・墓石の間やくぼみ、屋外のプロック、プランターなどに生息し、夏になると活動が活発になります。セアカゴケグモは比較のおとなしいクモで、むやみに人に危害を加えることはありませんが、万一の被害を防ぐために次の点に注意してください。

▷屋外の清掃や庭の手入れをするときなどは必ず軍手と靴下を着用する▷庭やベランダに置きっぱなしのサンダルなどを履くときは、中にセアカゴケグモがいないかを確認する▷クモが巣を張らないようにこまめに掃除をする **特徴(メス)** 体長約1cmで全体が黒く、背に赤い帯状の模様がある **駆除方法** 市販の家庭用殺虫剤(ピレスロイド系)を噴霧する ※卵のうは殺虫剤が効かないため、踏みつぶしてください。

もしセアカゴケグモに咬まれたときは、傷口を水で洗うなど清潔にし、できるだけ早く医療機関で治療を受けてください。クモを殺して持参すると、より適切な治療につながります。

環境業務課 072(960)3804、FAX 072(960)3807

歯科医師が応じます 成人歯科健康相談

■7月7日(木)9時30分～11時30分
 ■市内在住の20歳以上の方 ■10人
 (申込先着順) ■電話で
 ■所中保健センター

クビアカツヤカミキリの 駆除にご協力ください

令和2年7月に、市内で特定外来生物「クビアカツヤカミキリ」が初めて発見されました。

このカミキリはサクラやモモ、ウメなどの木に卵を産み付け、木を枯らすことがあります。すでに市内の公園や道路をはじめとする公共施設や民有地に、広く生息しているおそれがあります。

このカミキリが住む木は、株元付近にフラス(おが屑のようなもの)が出てきます。



フラスが発生した木の株元(上)とクビアカツヤカミキリ(右)

クビアカツヤカミキリの生息分布の拡大を防止するためには、早期発見・防除が重要です。このカミキリを見つけた場合は速やかに捕殺して、ご連絡ください。

皆さんの協力をお願いします。
 ■みどり景観課 06(4309)3227、FAX06(4309)3836



市立東大阪医療センター

歯科

渥美 友佳子 部長

口腔ケアと感染予防

口腔ケアとは、お口の中を衛生的で良好な環境にする行為をいいます。普段の歯磨きやうがいも口腔ケアです。お口の中には500種類以上の細菌が存在し、その細菌数は糞便と同じぐらいです。口腔細菌は肺炎の原因になることがあり、また歯周病菌が産生する酵素がインフルエンザウイルスの粘膜への侵入を助けるといわれています。お口の衛生状態を良くすることはむし歯や歯周病の予防だけでなく、肺炎やインフルエンザへの感染リ



スクの低下などの効果もあります。また新型コロナウイルスについても、インフルエンザウイルスと同じような粘膜への付着様式が考えられており、口腔ケアによる感染や重症化リスクの低下が期待されています。

お口の健康状態は体の健康寿命と関連するといわれています。普段からの口腔清掃に加え、歯科での定期健診も大切です。近くの歯科医院やかかりつけ歯科医でご相談ください。

口腔からの健康増進をめざしましょう。

■(地独)市立東大阪医療センター事務局総務課 06(6781)5101、FAX06(6781)2194

旬の野菜をおいしく食べよう 食育メイトの食育講座

手作りドレッシングの作り方を紹介します。■6月27日(月)13時30分～14時30分 ■市内在住の方 ■10人(申込先着順) ■100円 ■6月24日(金)までに電話または直接
 ■所中保健センター

肺がん・結核エックス線検診

■所中保健センター
 7月5日(火)・19日(火)9時10分から＝西保健センター／各実施日の4日前まで▷6日(火)・15日(金)9時20分から＝中保健センター／各実施日の2日前まで▷13日(水)14時から＝東保健センター／6日(火)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で
 ■中保健・中・西保健センター

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

大麻や覚醒剤、麻薬、危険ドラッグ、MDMA、シンナーなどの薬物の乱用は、自身の身体や人生を破壊するだけでなく、周りの無関係な人にも危害をおよぼします。「ほんの1回ぐらいなら…」という安易な気持ちが命取りです。甘い誘惑を断る勇気をもちましょう。

6月20日(月)～7月19日(火)は、「ダメ。ゼッタイ。」普及運動が全国的に行われます。市では、啓発DVDの貸出しなどを行っていますので、ぜひ活用ください。

■環境業務課 072(960)3804、FAX 072(960)3807

食中毒が多発する季節です 卵や肉の生食にご注意

食中毒の多くは、「カンピロバクター」や「サルモネラ属菌」「腸管出血性大腸菌」が原因です。これらの食中毒菌は、食肉類や卵に付着していることが多いので、次のことに注意してください。

【新鮮なものを購入する】

食中毒菌は時間が経つにつれて増えます。卵はひび割れがないものを選び賞味期限を確認して購入し、冷蔵庫で保存しましょう。

【適切に保存を】

冷蔵庫や冷凍庫は菌が増えるスピードを遅くすることはできますが、殺菌できるわけではありません。特に、卵を割ってから長時間放置することは危険です。新鮮なうちに食べましょう。

【充分加熱する】

レバーや肉を生食するのはやめましょう。生食用牛レバーは食品衛生法の改正により、販売できなくなっています。販売されている牛レバーは全て加熱用です。豚肉(内臓含む)も生食が禁止されています。また、まれに卵の中にサルモネラ属菌が存在することがありますので生食は控え、中心部分まで充分加熱しましょう(目安は中心温度85℃で1分間)。

なお、焼肉やバーベキューをするときは、生肉に触れる箸と食べる箸を分けてください。

【乳幼児や高齢者は特に注意を】

食中毒の症状は、抵抗力の弱い乳幼児や児童、高齢者の場合、重症化することがありますので、特に注意してください。

■食品衛生課 072(960)3803、FAX 072(960)3807

おれんじ通信

知って支える認知症

51

成年後見制度 判断力の衰えに備えて

住み慣れた地域で自分らしく、安心した生活を続けるために、財産や権利を保護し、支援していく成年後見制度があります。

成年後見制度は、判断能力の不十分な人が契約の締結などの法律行為を行う必要があるときに、その人の立場に立って権利と財産を守り、支援する制度です。各人の判断能力の差や必要性に応じて後見人などが選任され対応します。

また、判断能力が衰えたときに、どのような支援を受けるかをあら



かじめ決めておける任意後見制度もあります。

利用を希望する場合は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへご相談ください。

◇ 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



みんなで遊ぼう

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。※の記載のない催しは、各子育て支援センターで開催。※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。自由来館の※あさひっこ・ももっこ・ゆめっこ=15組 ▶鴻池・長瀬・荒本子育て支援センター=10組 ※いずれも申込先着順。

掲載の催しへの参加には申込みが必要です。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～16時(火曜日～土曜日、第2・4日曜日) ▶ももっこ=9時30分～16時(月曜日～土曜日) ▶ゆめっこ=9時30分～16時(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～16時(月曜日～金曜日)

鴻池子育て支援センター

【誕生会】
身体測定もあります。 6月15日(水)▷9時30分～11時30分=就学前乳幼児 ▶13時30分～15時30分=未歩行児
【アーリー赤ちゃんタイム～にぎにぎおもちゃ作り】
6月27日(月)13時30分～15時30分
5か月までの乳児
【体を動かして遊ぼう!】
6月28日(火)9時30分～11時30分・13時30分～15時30分
就学前乳幼児

6月27日(月)13時30分～15時30分
5か月までの乳児
【体を動かして遊ぼう!】
6月28日(火)9時30分～11時30分・13時30分～15時30分
就学前乳幼児

各10組
鴻池子育て支援センター 06(6748)8251、FAX06(6743)0577

長瀬子育て支援センター

【は・は・は 歯の話】
6月16日(水)10時～11時
就学前乳幼児
【アーリー de いのないないばあ】
6月24日(金)13時30分～15時30分
5か月までの乳児
【よっといで～七夕飾り作り】
6月28日(火)・29日(水)9時30分～11時30分
就学前乳幼児

各10組
長瀬子育て支援センター 06(6728)1800、FAX06(6728)2413

あさひっこ

【中石切公園で遊ぼう】
6月22日(水)10時30分～11時30分
※雨天中止。 中石切公園
就学前乳幼児
【子育てサポーターによる相談】
6月28日(火)10時～11時30分
就学前乳幼児 定数組 保育所・認定こども園・幼稚園への入所(園)、一時預かり、遊び場所など

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

ももっこ

【子育てサポーターによる相談】
6月17日(金)14時～15時30分
就学前乳幼児 定数組 子育て、認定こども園・保育園への入園、一時預かりなど
【川俣スカイランドで遊ぼう】
6月20日(月)10時30分～11時30分
※雨天中止。 川俣スカイランド
就学前乳幼児

【栄養士による離乳食相談】
6月29日(木)14時～15時
就学前乳幼児 15組

ももっこ(楠根子育て支援センター) 06(4306)4151、FAX06(4306)3080

ゆめっこ

【心理職による相談】
6月17日(金)13時30分～15時30分
就学前乳幼児 数組 子どもの発達、子育てなど
【アーリー赤ちゃんタイム～簡単な手作りおもちゃを作ろう】
6月20日(月)13時30分～15時
5か月までの乳児 10組
【ピョンピョンがえると遊ぼう】
6月27日(月)・28日(火)11時～11時30分・15時～15時30分
就学前乳幼児 15組

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

荒本子育て支援センター

【心理職による相談】
6月21日(火)9時30分～11時30分
就学前乳幼児 数組 子どもの発達、子育てなど
【保健師による相談】
個別相談と身体測定もあります。
6月22日(水)=未歩行児 ▶27日(月)=5か月までの乳児 ☆いずれも14時～15時
各10組
【ミニ制作～七夕飾りを作ろう】
6月24日(金)11時～11時30分・14時30分～15時
就学前乳幼児 各10組

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

各10組
荒本子育て支援センター 06(6788)1055、FAX06(6788)2597

各10組
荒本子育て支援センター 06(6788)1055、FAX06(6788)2597

市役所本庁舎1階
マイボトル専用の
無料給水スポットを設置

「プラスチックごみゼロ」にトライ!宣言の趣旨である、使い捨てプラスチックの使用削減やマイボトルの利用促進のため、(株)ダイオースジャパンと事業連携協定を結び、市役所本庁舎1階にマイボトル専用の給水機を設置しました写真。

ペットボトルなどプラスチックごみの削減に向けマイボトル利用の習慣づけとなるようぜひご利用ください。なお、給水機の水は本市の水道水から作られた水です。※自宅用としての給水はご遠慮ください。

循環社会推進課



マイボトル利用の
きっかけに



市では、令和元年にプラスチックごみゼロにトライ!宣言を行い、「環境にやさしいごみを出さないまち 東大阪」のスローガンのもと、使い捨てプラスチックの使用削減やポイ捨て防止などの取り組みを進めています。また、温室効果ガスの排出量実質ゼロをめざす「2050年ゼロカーボンシティ」を令和2年に表明し、目標達成に向けて取り組んでいます。

このような背景から、国内におけるプラスチックの資源循環をより一層促進する重要性が高まり、4月にプラスチックに係る資源循環の促進等に関する法律」が施行されました。

プラスチックごみを出さないために、できることから始めましょう。

エコバッグ・マイボトル・マイカトラリー(※)を活用しましょう
※使い捨てではない携帯用のスプーンやフォーク、箸など。

ポイ捨てはやめましょう

私たちは、プラスチックごみを出さないために、できることから始めましょう。

ペットボトルやプラスチック製容器包装(プラマーク)は適正に分別しましょう

プラスチックごみ問題

東大阪を歩く、知る つくる、食べる、トライする 体験プログラム



道具を使ったツール作り(上)、オリジナルカレンダー作り(右)

昨年の様子



事業者募集

今秋開催予定
ひがしおおさか
体感まち博2022

東大阪の観光を開発する(一社)東大阪ツーリズム振興機構では、今年も「ひがしおおさか体感まち博」を10月～11月に開催します。市内全域を会場と見立て、市内事業者が提供する体験プログラムで市民や来訪者が東大阪の魅力を感じることができるイベントです。

開催にあたり、このイベントで東大阪ならではの体験プログラムを提供できる事業者または個人事業主(案内人を募集します。詳しくはお問合せください。)

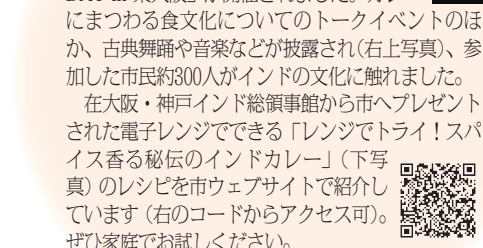
▽国際観光室 06(4309)3223
Q FAX06(4309)3849

文化に触れる
インドDAY in 東大阪

インド独立75周年、日印国交樹立70周年を記念し、5月13日、市文化創造館で「インドDAY in 東大阪」が開催されました。カレーにまつわる食文化についてのトークイベントのほか、古典舞踊や音楽などが披露され(右上写真)、参加した市民約300人がインドの文化に触れました。

在大使・神戸インド総領事館から市へプレゼントされた電子レンジでできる「レンジでトライ!スパイス香る秘伝のインドカレー」(下写真)のレシピを市ウェブサイトで紹介しています(右のコードからアクセス可)。ぜひ家庭でお試ください。

国際観光室 06(4309)3230、FAX06(4309)3849



市民に来シーズンの飛躍を誓う 花園近鉄ライナーズ1部昇格!!

市花園ラグビー場を本拠地とする花園近鉄ライナーズが、5月8日に行われたジャパンラグビリーグワン2022・ディビジョン2の順位決定戦で三菱重工相模原ダイナボアーズを下し、見事優勝を果たしました。これにより、来季のディビジョン1への昇格が決まりました。トップリーグ時代を含め、花園近鉄ライナーズが最上位リーグでプレーするのは5シーズンぶりとなります。

5月23日に市役所で行われたシーズン報告会(写真)では、およそ300人の市民やライナーズファンに優勝と1部昇格を報告し、喜びをわちあいました。ヘッドコーチの水間良武さんは「来シーズンは優勝を狙える順位をめざしたい」と意気込みを語っていました。

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



8年ぶりの快挙! ローザンヌ国際バレエコンクール 田中月乃第2位受賞セレモニー

今年2月にスイス西部モントルーで開催された若手バレエダンサーの登竜門として知られる「ローザンヌ国際バレエコンクール」で、本市出身の田中月乃さん(写真)が、日本人では8年ぶりとなる2位を受賞しました。この受賞を祝してセレモニーを開催します。当日は、田中さんがローザンヌ国際バレエコンクールで踊ったクラシックとコンテンポラリーを披露します。

8月8日(月)18時30分～19時30分 市文化創造館 Dream House 大ホール 700人(市内在住の方を優先して抽選) 基本事項(10面に掲載)と希望人数、同伴者の氏名(ふりがな)を7月8日(金)(消印有効)までに往復ハガキまたは市電子申請システムで(右のコードからアクセス可) ※1申込みにつき4人まで。重複申込不可。消えるボールペンの使用不可。7月22日(金)までに返信ハガキが手元に届かない、またはEメールアドレスに連絡がない場合はお問合せください。

〒577-8521市役所文化のまち推進課 06(4309)3155、FAX06(4309)3823





催しのつづき

原始ハス見学会&
古民家ガイドツアー

■ 7月10日(日)10時～11時30分・13時～14時30分 ■ 小学生以上の方 ■ 各15人(申込先着順) ■ マスク、帽子、タオル、飲み物 ■ 6月15日(水)9時30分から電話または旧河澄家ウェブサイト

■ 申田旧河澄家(日下町7) 072(984)1640(FAV兼用)

中学生・高校生のための
魅力ある企業の仕事説明会

中河内地域の企業25社が集まり、展示会形式で企業の魅力を伝えます。■ 6月16日(木)13時～16時30分(受付は16時まで) ■ 所夢広場(布施駅前) ■ 中学校・高校の生徒や教員、生徒の保護者

■ 大阪府中小企業家同友会 06(694)1251、FAV06(694)8352 ▷労働雇用政策室 06(4309)3178、FAV06(4309)3846

四条図書館
催し&教室

【ベビータム】

赤ちゃんと保護者のための図書館開放時間です。■ 6月22日(水)9時～12時 ■ 乳幼児とその保護者 ※一般の方も利用可。申込不要。

【ロボット「こくり」を動かしてみよう】

しゃべって動くロボット「こくり」を使って簡単なプログラミングを学びます。■ 7月9日(土)・10日(日)10時～11時30分・14時～15時30分 ■ 小学校1年生～3年生とその保護者 ■ 各5組(申込先着順) ■ 6月21日(火)から電話または直接

■ 申田 四条図書館 072(982)1235、FAV072(984)6079

相談

不動産相談

■ 6月28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 ■ 10人(当日先着順) ■ 土地、建物など ※新型コロナウイルスの影響で中止になる場合あり。

■ 空家対策課 06(4309)3244、FAV06(4309)3829

日曜開催

離婚・養育費・ひとり親家庭に
関する法律相談

■ 7月10日(日)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歳未満の子どもがいる離婚前の父、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) ■ 6月15日(火)から電話で

■ 関子子ども家庭課 06(4309)3194、FAV06(4309)3817

その他

河内木綿の苗をプレゼント

市では、市民の皆さんから提供された樹木、草花などを斡旋することで、緑の保全および育成を図る取組が「グリーンバンク」事業を行っています。このほど、河内木綿の苗200株の提供がありました。斡旋を受けた方は樹木等譲受申込書を提出してください。※申込書は市ウェブサイトからダウンロード可。なくなり次第終了。詳しくはお問合せください。

■ 関みどり景観課 06(4309)3227、FAV06(4309)3836

納期限は6月30日
市民税・府民税第1期分

市民税・府民税第1期分の納期限は6月30日(木)です。市民税・府民税は、その年の1月1日に居住していた市町村で、前年中の所得により課税されます。納期限までに市税取扱金融機関、郵便局で納めてください。バーコードの印字されている納付書は、コンビニエンスストアやスマートフォン決済アプリ(PayPay、au Pay、d払い、J-Coin Pay、LINE Pay)でも納付ができます。口座振替を利用している方は、6月29日(水)までに口座の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ので、ご注意ください。

■ 課税内容については市民税課 06(4309)3135、FAV06(4309)3809 ▷納付については納税課 06(4309)3148、FAV06(4309)3808

訪問理美容サービスのご利用を

理美容店に行くことが困難な高齢者などを対象に、ふれ愛の店加盟店から理美容師が自宅を訪問し、調整を行います。訪問に要する費用は市が負担しますが、理美容代(1500円)は利用者負担です。■ 市内に住居登録している在宅の65歳以上の高齢者などで、要介護3～5と認定されている方

■ 関東・中・西福祉事務所高齢・障害福祉係 ▷東＝072(988)6617、FAV072(988)6671 ▷中＝072(960)9275、FAV072(964)7110 ▷西＝06(6784)7981、FAV06(6784)7677

■ 関高齢介護課 06(4309)3185、FAV06(4309)3814

マイナポイント予約・申込支援窓口
端末が一時停止

国によるシステムメンテナンスが実施されるため、次の期間はマイナポイント予約・申込みの手続きができません。支援窓口はメンテナンス期間中も開設しておりマイナポイント事業の案内などは実施しますが、窓口を設置している端末は利用できません。停止期間 6月25日(土)0時～30日(木)午前中 ※期間は前後する場合があります。

■ 支援窓口については市マイナポイントコールセンター 06(4309)3110 ▷マイナポイントについてはマイナンパー総合フリーダイヤル 0120(95)0178 ▷情報政策課 06(4309)3108、FAV06(4309)3816



草刈り機を貸し出します

市内の空き地を適正に管理していただくため、空き地の所有者や管理者を対象に草刈り機を貸し出しています。雑草が増えると、草木の隣地越境や不法投棄の誘発などが起こり、近隣の生活環境が損なわれるおそれがあります。申込方法など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

■ 関美化推進課 072(961)2100、FAV072(961)2418

オープンファクトリー こーばへ行こう!
企業向け説明会

市では、モノづくりのまち東大阪を体感できるイベント「オープンファクトリー こーばへ行こう!」を開催しています。工場を一般に公開した見学やワークショップ、飲食などを通じて、こーば=交場として東大阪市を盛り上げることを目的としたイベントです(今年は11月18日(金)・19日(土)に開催予定)。参加企業募集にあたり、実行委員会による説明会を実施します。



イベントの様子

■ 6月28日(水)19時～20時30分 ■ クリエイション・コア東大阪南館3階研修室 ■ 市内モノづくり企業 ■ 50人(申込先着順) ■ 6月23日(木)までに申込専用ウェブサイト(右のコードからアクセス可)

■ (一社)東大阪ツーリズム振興機構 06(4309)8083、FAV06(4309)8084 ■ モノづくり支援室 06(4309)3177、FAV06(4309)3846

会計年度任用職員を募集

次のとおり令和4年度会計年度任用職員を募集します。資格が必要な職種もありますので、対象や選考方法、勤務条件、申込方法など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。各担当課へお問合せください。

※申込書や募集要項は市ウェブサイトからダウンロードできます(右のコードからアクセス可)。



【国民年金関係職員】

児童扶養手当現況届などの受付会場での案内と、国民年金課での事務補助業務です。※任用期間は8月1日(月)～31日(水)。■ 6人 ■ 7月4日(月)(消印有効)までに郵送または6日(火)までに直接※申込書などは6月15日(火)から市ウェブサイトからダウンロード可。

■ 国民年金課 06(4309)3165、FAV06(4309)3805

【生活保護関係職員】

生活福祉課または福祉事務所での業務です。■ 定 医療扶助適正化推進員＝1人 ▷精神障害者退院促進等支援員＝1人 ▷債権管理適正化推進員＝1人 ■ 6月6日(月)～21日(火)(必着)に郵送または直接

■ 生活福祉課 06(4309)3226、FAV06(4309)3848

【障害者介助専門員】

障害者の入浴介助や各種教室などの介助、清掃業務です。■ 1人 ■ 郵送または直接

■ 関瀬障害者センター 06(6720)5382、FAV06(6720)5700

【スクールヘルパー登録者】

市立小・中学校における障害のある子どもへの支援業務です。■ 3人 ■ 郵送または直接

■ 学校教育推進室 06(4309)3269、FAV06(4309)3838

【学校運動部活動等補助職員】

学校での運動部活動の技術指導および保健体育学習、学校行事などの補助業務や校区内学校園におけるラグビー活動の補助業務です。■ 1人 ■ 郵送または直接

■ 学校教育推進室 06(4309)3269、FAV06(4309)3838

【幼稚園型認定こども園パート保育士】

幼稚園型認定こども園における延長保育業務です。■ 1人 ■ 直接

■ 学校教育推進室 06(4309)3270、FAV06(4309)3838

【管理栄養士】

保育所や幼保連携型認定こども園の給食にかかる栄養管理業務です。

■ 6月30日(木)(消印有効)までに郵送または直接

■ 保育課 06(4309)3196、FAV06(4309)3817

【保育士・保育教諭(日中・支援センター業務・一時預かり・朝夕勤務)】

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および子育て支援業務です。■ 6月30日(木)(消印有効)までに郵送または直接

■ 保育課 06(4309)3196、FAV06(4309)3817



お知らせ コーナー

募集

明るい選挙啓発ポスター作品

豊かな生活を送るためには、選挙は明るく正しく公正に行われなければなりません。そこで、全国の児童・生徒を対象に明るい選挙を呼びかける印象的なポスターを募集します。

規格 4つ切りまたは8つ切りもしくはそれに準ずる大きさ ※作品の裏(右下)に都道府県名、学校名、学年、氏名(ふりがな)を必ず記入してください。 **■**9月9日(金)(必着)までに郵送または直接 ※入賞作品の版權は主催者に帰属し、作品は原則返却しません。入賞者の学校名、氏名を公表します。詳しくは明るい選挙推進協会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。

【選挙の主役はあなたです】

今夏は、参議院議員通常選挙が執行されます。あなたの大切な1票を生かすためにも、必ず投票しましょう。

選挙期日などは決まり次第、市政だよりでお知らせします。

◇ ◇

■〒577-8521市役所選挙管理委員会事務局 06(4309)3287、FAX06(4309)3835

STOP! コロナ差別 こころほっとプロジェクト

「届けよう! エール、つなげよう! 人権の輪」を合言葉に、社会を支える方たちを応援する「こころほっとプロジェクト」では、皆さんから寄せられた応援メッセージ(写真)を啓発物品とともに社会を支える方たちへ届けます。今回は医療従事者へのメッセージを募集します。 **募集期間** 7月31日(日)(消印有効)まで **応募方法** 市役所本庁舎1階ロビー、行政サービスセンターに設置の応募コーナーに直接(郵送、ファクス、Eメール、市ウェブサイトからも可)。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。お問合せください。

応募先・**■**〒577-8521市役所人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823、**■**cocorohot@city.higashiosaka.lg.jp

市立障害児者支援センター 支援員、児童指導員、相談員、 保育士、看護師

レピラ(市立障害児者支援センター)で勤務する職員を募集します。 **■**雇用開始日 ▶支援員または児童指導員=5人/今年10月1日 ▶支援員、相談員、児童指導員または保育士=3人/来年4月1日 ▶看護師=1人/来年4月1日 ※必要な資格や勤務条件、申込方法など、詳しくは募集要項をご覧ください。募集要項は市社会福祉事業団ウェブサイトからダウンロード可。

■〒(社福)市社会福祉事業団事務局 072(975)5700、FAX072(966)1011

■子ども家庭課 06(4309)3194、FAX06(4309)3817

本格的な演奏に触れる

文化創造館の教室&催し

【関西フィルによる高校生のための楽器クリニック】

フルート、クラリネット、トランペットの楽器別レッスンを開催します。 **■**8月24日(木)13時~15時 **■**市文化創造館 **■**府内在住・在学(いずれか)の高校生 **■**各10人(市内在住・在学(いずれか)の方を優先して抽選) **■**500円 **■**申込書を6月18日(土)9時~7月31日(日)20時にファクスまたは直接(市文化創造館ウェブサイトからも可) ※申込書は市役所本庁舎1階市政情報コーナー、行政サービスセンターなどに配架。

【石田組ツアー2022/2023 硬派弦楽アンサンブル「石田組」】

■10月10日(祝)14時開演 **■**市文化創造館 Dream House 大ホール **■**ヴァイオリン、ヴィオラ、チェロ、コントラバスによる「アンダンテ・

フェスティヴァーヴォ」など **■**S席6600円、A席5500円、B席4400円、学生(25歳以下)2000円 ※全席指定。未就学児入場不可。 **■**チケット販売は市文化創造館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)。

◇ ◇ **■**新型コロナウイルスの影響で中止・延期・内容変更になる場合は、市文化創造館ウェブサイトでお知らせします。

■チケット販売について=市文化創造館チケットセンター 0570(08)1515(10時~18時) ▶イベントについて=市文化創造館 06(4307)5772、FAX06(4307)5778(9時~20時)

市立幼稚園・幼稚園型認定こども園 講師登録者

市立幼稚園・幼稚園型認定こども園で欠員が生じたときに講師として勤務できる方を募集します。 **■**幼稚園教諭免許がある方 **■**電話連絡のうえ、履歴書を直接 ※申込みの際に簡単な面接あり。登録者が全員採用されるとは限りません。勤務条件など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。お問合せください。

■学校教育推進室 06(4309)3270、FAX06(4309)3838

催し

Quatre saisons Concert 四季を彩るコンサート

クラシックをはじめ、さまざまなジャンルの音楽を演奏します。 **■**7月9日(土)13時30分~15時 **■**80人(当日先着順) **■**500円 **■**マスク **■**所 近江堂市民プラザ 06(6730)0840(FAX兼用)

55歳以上のシニア向け仕事説明会

市内企業2社を招いて、マンション管理人や駐車・駐輪場管理員などの仕事説明会を開催します。 **■**6月29日(木)13時30分~15時30分 **■**夢夢広場(布施駅前) **■**55歳以上の方 **■**30人(申込先着順) **■**電話で **■**所 シニア就業促進センター 06(6910)0848、FAX06(6948)6003(9時30分~17時)

■労働雇用政策室 06(4309)3178、FAX06(4309)3846

東大阪市民応援デー セレッソ大阪 VS 清水エスパルス

セレッソ大阪のホームゲーム(清水エスパルス戦)を東大阪市民応援デーとして、市民の皆さんは優待価格で観戦できます。 **■**6月26日(日)18時試合開始 **■**所 ドコウ桜スタジアム(大阪市東住吉区長居公園) **■**市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 **■**▶ホームバック自由席A=一般2400円(通常3000円)、小・中学生1200円(通常1500円) ▶ホームバック自由席B=一般2000円(通常2500円)、小・中学生1000円(通常1250円) ▶ミックスバック自由席A=一般2400円(通常3000円)、小・中学生1200円(通常1500円) ▶ミックスバック自由席B=一般2000円(通常2500円)、小・中学生1000円(通常1250円) ※1人4枚まで **■**6月26日(日)20時まで ※売り切れ次第終了。チケット購入方法など詳しくはJリーグチケット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。

■▶セレッソ大阪事務局 06(6123)8155 ▶花園・スポーツビジネス戦略課 06(4309)3019、FAX06(4309)3849

企画展示「草間家書簡」

明治・大正期の鴻池別家・草間家宛ての手紙約20点を展示します。 **■**6月18日(土)~7月3日(日)9時30分~17時 ※入館料300円が必要(中学生以下は無料)。

■所 鴻池新田会所 06(6745)6409、FAX06(6744)7498

親子で体験「ひらおか森あそび」

枚岡公園の森で、親子で楽しく自然の中で走ったり体を動かしたりします。 **■**7月3日(日)10時~12時 ※前日17時の天気予報で当日午前中の降水確率が60%以上の場合は中止。 **■**幼児~小学生とその保護者 **■**30人(申込先着順) **■**小学生以下の子ども500円、大人250円 **■**マスク、帽子、軍手、タオル、飲み物 **■**6月15日(木)10時から電話で

■所 枚岡公園管理事務所 072(981)2516、FAX072(982)8725

市民バレーボール大会

【9人制女子の部】

■所 ▶7月9日(土)9時~17時=東大阪アリーナ ▶10日(日)9時~21時=東体育館 **■**6月24日(金)まで ※6月30日(木)19時30分から東体育館で抽選会を開催。

【9人制男子の部】

■7月17日(日)9時~21時 **■**所 東体育館 **■**7月1日(金)まで ※7月8日(金)19時30分から東体育館で抽選会を開催。

◇ ◇

■市内在住・在勤(いずれか)の方(高校生以下を除く)または市バレーボール協会登録者 **■**1000円 **■**各申込期限までに電話で

■市バレーボール協会「向井」090(9879)6248、FAX06(6722)4979

■市民スポーツ支援課 06(4309)3282、FAX06(4309)3849

人権尊重のまちづくり 強化月間のつどい

市では、7月を「人権尊重のまちづくり強化月間」と定め、人権が大切にされるまちづくりを考えるため、人権に関する講演会などを行っています。今年はタレントの牧村朝子さん(写真)が「ジェンダー・セクシュアリティと人権」をテーマに講演をします。 **■**7月9日(土)14時~15時 **■**所 イコーラム(男女共同参画センター) **■**122人(申込先着順) ※一時保育(7月2日(土)までに要申込み)と手話通訳あり。 **■**基本事項(10面に掲載)と保育が必要な方は子どもの氏名・生年月日をハガキで(電話、ファクス、Eメールも可)。

■〒577-8521市役所人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823、**■**jinkenkeihatsu@city.higashiosaka.lg.jp





学ぶのつづき

角田総合老人センターの教室

【生きがい教室(クラブ活動)追加募集】

活動期間は来年3月31日(金)までです(申込先着順)。 ④新舞踊、華道、絵手紙、社交ダンス、美術、茶道、テノコ、謡曲、カラオケ ⑤直接

【みんなの体操ひろば(ヨガ)】

⑥6月24日(金)・7月22日(金)10時～11時30分 ⑦各20人(申込先着順) ⑧マスク、タオル、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物 ⑨6月17日(金)から電話または直接

【姿勢改善教室】

⑥6月24日・7月22日・8月26日・9月9日の金曜日14時～15時(計4日間) ⑦15人(抽選) ⑧300円 ⑨ヨガマット、スポーツタオル、履かなくなったハイソックスの靴下、飲み物 ⑩6月15日(水)～21日(火)に電話または直接

【だん・DAN! ダンス体操】

⑥7月1日(金)14時～15時30分 ⑦25人(抽選) ⑧マスク、タオル、飲み物 ⑨6月20日(月)～28日(火)に電話または直接

【バランス健康体操教室】

⑥7月5日(火)・8月23日(火)13時～14時30分 ⑦各30人(申込先着順) ⑧スポーツタオル、5本指の靴下、飲み物 ⑨6月21日(火)から電話または直接

【男性のためのバランス健康体操教室】

⑥7月5日(火)・8月23日(火)10時～11時30分(計2日間) ⑦30人(申込先着順で全日程参加できる方を優先) ⑧スポーツタオル、5本指の靴下、飲み物 ⑨6月16日(木)から電話または直接

⑩市内在住の60歳以上の方(バランス健康体操教室は男性のみ)
⑪所 ⑫角田総合老人センター
072(962)8011、FAX072(963)2020

東大阪アリーナの教室

【初めてのヨガ教室】

⑥8月1日～11月14日の月曜日11時15分～12時15分(8月15日、9月19日、10月3日・10日を除く計12日間) ⑦18歳以上の方 ⑧10人 ⑨1万2240円 ⑩7月1日(金)から電話予約のうえ、1週間以内に料金を直接

【半紙に描く「書と季節絵」】

⑥8月3日～11月16日の第1・3水曜日10時～11時30分(計8日間) ⑦18歳以上の方 ⑧5人 ⑨1万2240円 ⑩書道筆(大・小)、絵筆、顔彩6色 ⑪直接

【ケイキ(子ども)フラダンス教室】

⑥8月5日～11月11日の第1・3金曜日17時30分～18時20分(11月のみ第1・2金曜日。計8日間) ⑦年長児～小学生 ⑧20人 ⑨8160円 ⑩フレアスカート、タオル、飲み物 ⑪電話予約のうえ、1週間以内に料金を直接

【初めてのフラダンス教室】

⑥8月5日～11月4日の第1・3金曜日 ⑦8月12日～11月11日の第2・4金曜日(9月のみ第2・5金曜日) ☆いずれも19時～20時15分で計7日間 ⑧中学生以上の女性 ⑨各5人 ⑩7140円 ⑪フレアスカート、タオル、飲み物 ⑫7月16日(土)から電話予約のうえ、料金を直接

【親子で花育子どもフラワールアレンジメント】

⑥8月6日・9月17日・10月15日・11月26日の土曜日13時30分～14時30分(計4日間) ⑦3歳以上の子どもとその保護者 ⑧5組 ⑨4080円 ⑩ハサミ、持ち帰り用袋 ⑪電話予約のうえ、料金を直接

※いずれも申込先着順。詳しくは東大阪アリーナウェブサイトをご覧ください。

⑫所 ⑬東大阪アリーナ 06(6726)1995、FAX06(6726)1994

朗読ボランティア養成講座

⑥7月5日～8月30日の火曜日14時～16時(8月16日を除く計8日間。9月6日は予備日) ⑦全日程受講できる市内在住・在勤(いずれか)の方 ⑧20人(抽選) ⑨1000円 ⑩基本事項(右下に掲載)と受講動機、Eメールアドレスを6月24日(金)までにEメールで(ファクス、直接も可)

⑪所 ⑫市社会福祉協議会内ボランティア・市民活動センター 06(6789)5550、FAX06(6789)2924、✉ hosi01@cap.ocn.ne.jp

⑬地域福祉課 06(4309)3181、FAX06(4309)3815

高井田老人センターの教室&催し

【生きがい教室(クラブ活動)追加募集】

⑦若干名 ⑧俳句、詩吟、水彩画、華道、フラワーアレンジメント、絵手紙、茶道、新舞踊、初めてのフラダンス ⑨6月16日(木)から直接

【DVD鑑賞会「綾小路きみまろ爆笑第2集」】

⑥6月29日(水)10時～10時50分・13時30分～14時20分・14時30分～15時20分 ⑦各30人 ⑧6月16日(木)から電話または直接

【オリジナルのスクarfを作りませんか】



作品例

⑥6月30日(木)13時30分～14時30分 ⑦20人 ⑧500円 ⑨6月15日(水)から電話または直接

⑩市内在住の60歳以上の方 ※いずれも申込先着順。 ⑪マスク、飲み物

⑫所 ⑬市社会福祉協議会内高井田老人センター 06(6789)3751、FAX06(6789)9174

ジュニアチアダンス

⑥毎週火曜日16時30分～17時30分 ⑦5歳児～小学校低学年の子ども ⑧30人(申込先着順) ⑨5500円(月4回) ※体験1回500円。 ⑩マスク、室内用シューズ、タオル、飲み物 ⑪電話で

⑫所 ⑬市民ふれあいホール 072(982)6563(派兼用)

油絵orデッサン体験
静物画にチャレンジ

油絵か鉛筆デッサンで静物画を描きます(写真)。



⑥7月12日(火)11時～13時 ⑦12人(抽選) ⑧油絵=1300円/油絵道具一式(貸出し可)、汚れてもよい服、エプロン、ぼろ布3枚 ⑨鉛筆デッサン=1000円/汚れてもよい服、エプロン ⑩基本事項(下に掲載)と希望技法(油絵またはデッサン)、油絵道具貸出しの可否を7月2日(土)(消印有効)までに往復ハガキ(1枚に1人のみ)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)

⑫所 ⑬〒578-0924吉田6-7-22 市民美術センター 072(964)1313、FAX072(964)1596

ひとり親家庭のための就労支援
医師事務作業補助者養成講座

⑥8月6日～9月24日の土曜日10時～16時(計8日間) ⑦全日程受講できる市内在住のひとり親家庭の母・父、寡婦で求職中またはスキルアップをめざす方 ⑧20人(抽選) ⑨医師が行う書類作成や入力などの代行・補助技能の習得 ⑩8000円 ※2歳以上の就学前幼児の保育あり。 ⑪基本事項(下に掲載)と職業、受講動機、以前受講した方は講座名、保育の可否を7月6日(火)(消印有効)までに往復ハガキで

⑫所 ⑬〒537-0025大阪市東成区中道1-3-59 府立母子・父子福祉センター 06(6748)0263、FAX06(6748)0264

⑭子ども家庭課 06(4309)3194、FAX06(4309)3817

●記号の見方

⑥とき ⑦所とところ ⑧対象 ⑨定員・定数 ⑩内容 ⑪料金(表示のないものは無料) ⑫持ち物 ⑬申込方法・申込み先など ⑭問合せ先 ⑮Eメールアドレス

●申込みの基本事項

①行事名または教室名
②住所(郵便番号も)
③氏名(ふりがなも)
④年齢
⑤電話・ファクス番号

以上をそれぞれの申込み先へ

市役所本庁舎の一部窓口業務

6月25日(土)9時～12時に開設

6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)の記載変更手続きが必要となりますので当該カードを持参してください。他市町村や警察署への確認などが必要な場合は、取扱いができないことや手続きが完了しないことがありますので、詳しくは担当課へお問合せください。

【住民関係】

戸籍届、住民異動届、印鑑登録などの届出や住民票、印鑑証明などの

各種証明書交付など

⑫市民課 06(4309)3172、FAX06(4309)3804

【国民健康保険・後期高齢者医療保険関係】

加入・脱退・変更の申請や各種療養費の給付申請、保険料の納付・相談など

⑫医療保険室資格給付課 06(4309)3167、FAX06(4309)3804 ⑬医療保険室保険料課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

【医療助成関係】

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

⑫医療助成課 06(4309)3166、FAX06(4309)3805



【児童手当などの関係】

児童手当や児童扶養手当などの申請

⑫国民年金課 06(4309)3165、FAX06(4309)3805

【市税関係】

市税の各種証明書発行や納付・相談・申告受付・申請受付・閲覧・届出、原動機付自転車および小型特殊自動車の登録・廃車

⑫税制課 06(4309)3131、FAX06(4309)3810 ⑬市民税課 06(4309)3135、FAX06(4309)3809 ⑭固定資産税課 06(4309)3143～3144、FAX06(4309)3811 ⑮納税課 06(4309)3147～3152、FAX06(4309)3808

⑫政策調整室 06(4309)3016、FAX06(4309)3847

お知らせコーナー

学ぶ

東体育館の教室

【ジュニアリズムダンス】

ポンポンやスティックパルーンを使用したレッスンです。 8月からの毎週木曜日18時15分～19時15分 5歳児～小学生 定30人 料5500円(月4回) ※7月の毎週木曜日に体験会を実施(1人1回のみ参加可。1回500円)。 持マスク、室内用シューズ、飲み物

【アロマテラピー教室】

アロマを毎月テーマに沿って作りします。 6月15日(金)＝香水オーデコロン作り 8月19日(金)＝美肌クレイパック＆ボディ用デオドラントローション 9月16日(金)＝アンチエイジング化粧水＆美容オイル 10月21日(金)＝セルフハンドトリートメント 11月18日(金)＝腰痛・膝痛・肩こり対策クリームと安眠スプレー 12月16日(金)＝オレンジボマンドー ☆いずれも10時～11時40分で計6日間 定15人 料1回3060円

※いずれも申込先着順。 申電話で 申 東体育館 072(982)1381、FAX072(982)2768

五条老人センターの教室

【ヨガ教室】

7月21日(木)14時30分～15時30分 定15人

【かわち城物語】

五条周辺の歴史を学びます。 7月29日(金)13時30分～15時 定20人

※市内在住の60歳以上の方 ※いずれも抽選。 持マスク 6月15日(木)～22日(木)に電話または直接 申 五条老人センター 072(985)3751、FAX072(986)7592

就活ファクトリー東大阪の講座

【子連れOK・働きたいママのための時短家事セミナー】

6月23日(木)10時～11時30分 求職中の女性 定6人

【今から始めよう！ インターンシップ準備編】

6月27日(月)13時～14時30分 大学・大学院・短大・専門学校の学生 定20人 ※オンラインで実施(Zoomを使用)。

【エントリーシート対策講座(志望動機編)】

6月27日(月)15時～16時30分 大学・大学院・短大・専門学校の学生 定20人 ※オンラインで実施(Zoomを使用)。

【効果的な就活をするためにアンガーマネジメントを学ぼう】

6月29日(水)14時～15時 求職中の女性または39歳以下の男性 定20人 ※オンラインで実施(Zoomを使用)。

※いずれも申込先着順。 申電話または直接(就活ファクトリー東大阪ウェブサイトからも可)

申 就活ファクトリー東大阪 06(4306)5360、FAX06(4306)5160



くらしの
緊急
情報

～緊急度レベル★★★★★

ネット通販での定期購入に 気をつけて！

事例1 SNSで「ダイエットサプリ、お試し価格980円」という広告を見て、サプリを注文した。1回だけだと思っていたら、翌月また同じ商品が届き高額な請求を受けた。業者に問い合わせると「4回購入が条件の定期購入なので解約できない」と言われた。

事例2 ネット通販に「初回格安。歯が白くなる歯磨き粉」「定期購入の回数縛りはない」と広告があったので注文をした。初回商品が届き、使用してみたが効果がなため、解約しようと窓口に電話をしているが全くつながらない。そのうちに2回目が届いた。

解説 ネット通販での定期購入のトラブルが後を絶ちません。トラブルの多い定期購入サイトでは、「初回格安」「効能・効果がある」という広告で誘い、消費者に誤認を与えて契約させます。次のような特徴のあるウェブサイトには注意してください。 高

額な商品が初回だけ格安になっている。 医師や有名人のお墨付き」とうたわれている。 効能・効果を強調する体験談やデータなどの広告が長々とあり、契約条件にたどり着く前に、「購入ボタン」が何度も用意されている。 お得な金額が大きく表示され、ウェブサイトの下部に条件である定期購入の回数制限や、総額表示が小さくわかりにくく記載されている。 「定期購入の回数制限はなく、いつでも解約可能」と記載されている場合も、簡単に解約できない条件になっている。

インターネット通販では、クーリング・オフ(無条件解約)はありません。 ウェブサイト内に記載されている条項が契約内容となり、消費者はその条項に合意して契約しているとみなされます。 安易に契約しないようにしましょう。

消費生活センター 072(965)0102、FAX072(962)9385

楽しく学ぼう！ おもしろサイエンス

簡単な科学実験を通して楽しみながら学びます。 8月7日(日)14時～15時30分 市内在住の小学校3年生～6年生 ※保護者1人同伴。 定16人(抽選) 持マスク 基本事項(10面に掲載)を7月15日(金)(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(FAX兼用)

歴史講座

池島遺跡にやってきた動物たち

7月3日(日)13時30分～14時30分 定32人(申込先着順) 持マスク 6月16日(日)9時30分から電話で 申 発掘ふれあい館(埋蔵文化財センター) 072(983)2340、FAX072(982)9411

イコラムの講座

【防災講座「自分でできる防災」】

自然災害への備え方を専門家から学びます。 7月30日(土)＝情報編 8月6日(土)＝グッズ編 ☆いずれも10時～12時で計2日間 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 定20人(抽選) ※1歳6か月以上の就学前幼児の保育あり(定員各10人で要申込み。1人200円。新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、利用できない場合あり)。 7月23日(土)まで

【女性応援セミナー「女子高校生必見！理系女性の魅力とは？」】

理系女性の進学や仕事について講師の実体験を踏まえながら紹介します。 8月3日(木)10時～12時 女子高校生 定20人(市内在住・在学(いずれか)の方を優先して抽選) 7月27日(木)まで

※基本事項(10面に掲載)とEメールアドレス、受講動機、保育が必要な方は子どもの氏名・生年月日(防災講座のみ)を各申込期限までにEメールで(電話、ファクス、直接も可)

申 イコラム(男女共同参画センター) 072(960)9201、FAX072(960)9207、✉ ikoramu@nifty.com

掲示板

元気クラブ

6月17日(金)13時30分～16時 社会教育センター 高齢者 無形文化遺産登録認定、太極拳初級など 200円 申 電話で 申 元気クラブ「橋本」06(6781)9006

東大阪登校拒否を克服する会

6月19日(日)13時～16時 市民多目的センター 不登校に関心のある方 500円 申 基本事項(10面に掲載)を6月19日(日)までに電話またはファクスで 申 東大阪登校拒否を克服する会「井川」090(6061)8675、FAX06(6678)1796

災害時における

「食べること」を考える

7月31日(日)14時～15時 高校生以上 7月28日(木)までにファクスまたは東大阪大学ウェブサイトで 申 東大阪大学(西堤学園町3)「公開講座」06(6782)2824、FAX06(6782)2896、✉ kokaika@higashiosaka.ac.jp

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。

棋楽会再開・囲碁将棋サロン

7月10日(日)・24日(日)14時～18時 申 あいも文化交流会館(御厨中1) 600円 申 電話で 申 棋楽会「明石」090(7552)7394

ピアノ伴奏声楽練習会(公開)

7月17日(日)・28日(木)13時～15時 1枠30分1000円 6月25日(土)までに電話で 申 あいも文化交流会館(御厨中1)「明石」090(7552)7394

フラダンス体験会

7月22日(金)19時30分～21時 豊浦自治会館 女性 100円 申 電話で 申 Hula with Makana「岡本」080(1508)3399

映画「サンダーマン」「ヒマラヤの青い空と白い雪がくれたもの」

7月15日(金)13時～15時・18時～20時 市文化創造館多目的室 当日800円、前売り・障害者割引500円 申 電話または創思苑ウェブサイト 申 創思苑「池辺」072(968)1615

おりがみ展

“慧” おりがみアートの世界

6月22日(水)～26日(日)10時～17時(26日は16時まで) 市市民美術センター 園バークラフトくらぶ「坂上」06(6782)9040

鉄道を支える東大阪モノづくり

7月17日(日)～8月31日(木)10時～17時 市フレンドシップ東大阪(稲田新町3) 内パネル展示・スタンプラリーなど 園工場を記録する会「岡本」090(6674)1378

子ども料理教室

8月7日(日)10時30分～13時30分 所くすのきプラザ(若江岩田駅前) 小学校3年生～6年生 200円 7月22日(金)までに電話で 申 (公社)大阪府栄養士会06(6943)7970

日本舞踊 文化庁支援 無料体験

7月23日(土)・30日(土)、8月6日(土)・20日(土)、9月3日(土)・17日(土)、10月1日(土)・2日(日)14時～16時 市民多目的センター、市文化創造館 5歳～15歳 7月15日(金)までに電話で(ファクス、Eメール、直接も可) 申 朱那の会「若柳」090(3054)3190、FAX072(987)0638、✉ shuhounokai@gmail.com

熱中症予防行動の

ポイント

対策2 適宜マスクを はずしましょう

- 気温・湿度が高い中でマスクの着用は要注意
- 屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合は、マスクをはずす
- マスクを着用しているときは激しい運動を避け、周囲の人と十分に距離をとったうえで、適宜マスクをはずして休憩する

対策4 日頃から 健康管理をしましょう

- 日頃から体温測定など、健康をチェックする
- 体調が悪いと感じたときは、無理せず自宅で静養する

対策1 暑さを避けましょう

- 換気扇や窓の開放によって換気を確保しつつ、エアコンを利用して温度をこまめに調整する
- 暑い日や時間帯は無理をしない
- 涼しい服装にする
- 急に暑くなった日や湿度が上がった日は特に注意する

対策3 こまめに 水分補給をしましょう

- 飲み物を持ち歩く
- 1日当たり1.2Lを目安に、のどが渇く前に水分を補給する
- 大量に汗をかいいたときは塩分補給も忘れずに

対策5 暑さに備えた 体づくりをしましょう

- 暑くなり始めた時期から適度に運動する
- 水分補給を忘れずに、無理のない範囲で運動する

コロナ禍の夏

マスク熱中症に注意！

本格的な夏に向けて、熱中症予防行動のポイントを知り、コロナ禍でも熱中症を予防しましょう。

熱中症の症状

コロナ禍において、基本的な感染防止対策が引き続き求められていますが、熱中症への注意も必要です。国においては、新型コロナウイルス感染症対策への基本的対処方針の変更に伴い、マスク着用の考え方が見直されています。

3密を避けつつ、適切なマスクの着用と熱中症予防をお願いします。

熱中症の症状

- ▽軽度の症状⇒めまい、立ちくらみ、筋肉痛、汗が止まらない
- ▽中度の症状⇒頭痛、吐き気、体がだるい、虚脱感
- ▽重度の症状⇒意識がない、けいれん、体温が高い、呼びかけに対して返事がおかしい、まっすぐ歩けない、走れない

熱中症を疑ったときの応急処置

▽衣類をゆるめ、涼しい場所に避難させる

▽水分・塩分を補給させる

▽冷やしたタオルや水で脇の下や足の付け根を冷やす

▽症状が改善しない場合は早めに医療機関へ

健康づくり課 072(960)3800、FAX 072(960)3809

【屋内・屋外でのマスク着用について】

	身体的距離(注1)が確保できる		身体的距離(注1)が確保できない	
	屋内(注2)	屋外	屋内(注2)	屋外
会話を行う	着用を推奨する (十分な換気など感染防止対策を講じている場合は必ずしも可)	着用の必要はない	着用を推奨する	着用を推奨する
会話をほとんど行わない	着用の必要はない	着用の必要はない	着用を推奨する 事例②	着用の必要はない 事例③

(注1) 2m以上を目安

(注2) 外気の流入が妨げられる、建物の中、地下街、公共交通機関の中など

※夏場は、熱中症防止の観点から、屋外の「着用の必要はない」場面で、マスクをはずすことを推奨。

※高齢者と会うときや病院に行くときなどはマスクを着用する。

事例①
・ランニングなど離れて行う運動
・鬼ごっこなど密にならない外遊び

事例②
・通勤電車の中

事例③
・徒歩での通勤など、屋外で人とすれ違うような場合

梅雨期・台風期

大雨に警戒!!

早めの情報収集、避難行動を

警戒レベル	とるべき行動	避難情報など
警戒レベル5 災害発生または 切迫	命の危険があるため、直ちに安全確保を行う	緊急安全確保 (市が発令)

〈警戒レベル4までに必ず避難！〉

警戒レベル4 災害のおそれ 高い	速やかに危険な場所から避難する。避難場所への立退き避難ができて命に危険をおよぼしかねないと自ら判断する場合は、近隣の安全な場所や自宅内のより安全な場所へ避難する	避難指示 (市が発令)
警戒レベル3 災害のおそれ あり	避難に時間のかかる方（高齢者、障害者、乳幼児など）とその支援者は危険な場所から避難する。その他の方も必要に応じ自発的に避難する	高齢者等避難 (市が発令)
警戒レベル2 気象状況悪化	ハザードマップなどにより災害リスク、避難場所や避難経路、避難のタイミングなどの再確認、避難情報の把握手段の再確認・注意など、避難に備え自らの避難行動を確認する	大雨・洪水注意報など (気象庁が発表)
警戒レベル1 今後気象状況 悪化のおそれ	防災気象情報などの最新情報に注意するなど、災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁が発表)

梅雨期や台風期を迎え、大雨への警戒が必要となる季節になりました。大雨が降ると道路の冠水や土砂崩れなどが発生するおそれがあります。早めの気象情報の収集や避難行動に努めましょう。

避難情報は、防災行政無線（屋外スピーカー）や緊急速報メール、市ウェブサイト、広報車、おおさか防災情報メールなどでお知らせします。避難情報が発令されたときは、慌てずに落ち着いて行動しましょう。

また、市では新型コロナウイルスの感染防止対策として避難所での

の換気やスペースの確保など感染リスクの軽減に取り組まします。避難所へ避難する際は、水や食料、防寒具、処方薬、モバイルバッテリー、貴重品などの一般的な災害用備蓄品に加えて、マスクやアルコール消毒液、体温計、上履きなどを可能な限り持参したうえで、手指消毒、マスク着用など基本的な感染防止対策にご協力ください。

「分散避難の検討を」

自宅での安全が確保できる場合は、必ずしも避難所に行く必要はありません。ハザードマップで居住地が災害リスクのある地域かどうかを確認し、

かを確認し、上層階へ移動することで安全が確保できる場合は自宅の1階などへ避難してください。また、可能な場合は、安全な親戚・知人宅への避難も検討しましょう。ただし、これらの場所への避難が難しい場合は、ためらわずに避難所へ避難してください。

在宅避難時は健康管理に気をつけ、普段から水や食料、生活必需品、常備薬などを備蓄しておきましょう。

▽ 危険管理室 06(4309)3130、06(4309)3130、FAX 06(4309)3808



令和4年度保存版

受診方法のごあんない

歯科健康診査

成人歯科健康診査



30歳からの節目には歯科健診を受けましょう

市では、節目の年齢の方を対象に成人歯科健診を実施しています。壮年期以降に歯を失う原因となる歯周疾患は、40歳代を境に急増しています。対象年齢の方はぜひ受診し、歯周疾患の予防・早期発見に努めましょう。

対象 市内に住民登録のある、受診日時時点の年齢が次のいずれかの方
 ▶30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の方
 ▶65歳、70歳の方（後期高齢者医療制度の被保険者以外）
 ▶75歳、80歳の生活保護受給中の方（後期高齢者医療制度の被保険者以外）
 ※後期高齢者医療制度の被保険者は、大阪府後期高齢者医療広域連合が実施する歯科健診を受診できます。詳しくは実施歯科医療機関（保存版2・3

面参照）へお問合せください。
受診期間 該当年齢期間中（誕生日の前日まで）
健診内容 問診、口腔内診査、歯科保健指導、口腔機能評価（75歳・80歳のみ）
健診費用 該当年齢期間中、1回に限り無料
 ※なお、健診の結果、処置などが必要となった場合、料金は受診者の自己負担となります。健診には必要ありませんが、保険診療が必要となった場合

に備えて健康保険証を持参してください。

受診方法 市内の実施歯科医療機関に電話などで予約のうえ受診してください（市の成人歯科健診を希望する旨をお伝えください）

※実施歯科医療機関一覧は、市ウェブサイトにも掲載。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。お問合せください。

問合せ先 健康づくり課 072 (960) 3802、FAX072 (970) 5821

妊婦歯科健康診査

市内の歯科医療機関で妊婦歯科健康診査を受けることができます。

妊娠中は、つわりがあり、お口のお手入れがついおろそかになってしまうこともあるでしょう。しかし、妊娠中はホルモンバランスの変化によって、妊娠性歯肉炎が起こりやすくなります。妊娠中からしっかりとお口のケアを行い、口腔内の健康管理に気をつけましょう。また妊娠中のお口のケア習慣は、生まれてくる赤ちゃんのお口のお手入れにもつながっていきます。この機会にぜひ受診しましょう。

対象 市内に住民登録のある妊婦

※つわりが落ち着いた妊娠20週以降の受診をおすすめします。

健診費用 妊娠中、1回に限り無料
持ち物 妊婦歯科健康診査受診券（母子健康手帳 別冊に綴込み）、母子健康手帳

受診方法 「母子健康手帳 別冊」に綴込みの妊婦歯科健康診査受診券に必要な事項を記入し、同じく綴込みの実施歯科医療機関に電話などで予約のうえ受診してください ※市の成人歯科健康診査との併用受診はご遠慮ください。

問合せ先 母子保健・感染症課 072 (970) 5820、FAX072 (970) 5821

知っていますか？
マタニティマーク



妊産婦が身に付け、交通機関などで周囲が妊産婦への配慮を示しやすくするものです。
 また、交通機関、職場、飲食店などが、呼びかけ文を添えてポスターなどとして掲示し、妊産婦にやさしい環境づくりを推進するものです。

かかりつけ歯科医とは・・・

かかりつけ歯科医とは、気軽に相談のつてくれたり、診療や指導をしてくれたりする地域の身近な歯科医師のことです。
 歯が痛いときにだけ行く歯科医療機関のことではありません。

- ◆ 長期にわたる歯科診療により、患者の治療履歴がわかります。
- ◆ 専門医や病院などと連携しています。
- ◆ 寝たきりで通院できない方の相談や往診をしています。

- ◆ 定期的な歯科健康診査により、むし歯や歯周病のチェックで8020運動(*)を応援しています。
 ※「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動。



かかりつけ歯科医をもち、定期的に口腔ケアを受けましょう

成人歯科・妊婦歯科健康診査

実施医療機関一覧表

(令和4年5月10日現在・町名50音順)

受診上の注意

・実施医療機関は、変更が生じることがありますので、
受診の際には事前にご確認ください。

❗ 車いすでの来院および往診対応につきましては、必ず事前に各医療機関へお問合せください。

東歯科医師会

(東地区)									
車いす	往診	歯科医療機関名	所在地	電話	車いす	往診	歯科医療機関名	所在地	電話
○	○	しみず歯科	旭町2-2	072 (981) 8341	○	○	小寺歯科医院	中石切町3-1-9	072 (987) 3078
		尾崎歯科医院	旭町3-1	072 (981) 6474	○	○	(医)幸咲会 橋本歯科医院	中石切町4-1-8	072 (981) 9753
		(医)山下歯科	旭町3-4	072 (981) 2632	○	○	西村歯科口腔外科クリニック	南荘町1-17	072 (982) 7111
○	○	(医)うえしば歯科	出雲井本町8-21-101	072 (984) 5500	○	○	まえだ歯科クリニック	南荘町5-14	072 (968) 9602
		歯科・松村クリニック	上石切町1-12-29	072 (987) 6480			やまだ矯正歯科クリニック	西石切町1-11-30	072 (986) 1220
○	○	(医)翔聖会 翔聖クリニック	神田町3-12	072 (982) 6471	○	○	ふじもと歯科・矯正歯科クリニック	西石切町3-3-26	072 (980) 1188
○	○	元島歯科医院	神田町3-26	072 (981) 3334			岩本歯科医院	西石切町3-4-27	072 (987) 0808
○	○	しが歯科医院	日下町3-1-5-102	072 (986) 8870	○	○	(医)光洋会ヒロデンタルクリニック	箱殿町3-2	072 (986) 4618
○	○	(医)好正会 川上歯科医院	日下町4-4-8	072 (988) 3370			鈴木歯科医院	東石切町4-1-48	072 (980) 4000
		○松本歯科医院	日下町5-3-35	072 (987) 7101	○	○	齒科山崎	東石切町5-5-20	072 (982) 2231
○	○	(医)藤島歯科	日下町6-1-8	072 (988) 4658			石橋歯科医院	東山町15-11	072 (981) 3521
○	○	山林歯科医院	四条町1-14-3階	072 (981) 8108			土本歯科	東山町18-6	072 (987) 2418
		古川歯科クリニック	昭和町1-3 オウトステージビル2階	072 (920) 7272			(医)太田歯科医院	瓢箪山町1-19	072 (981) 4728
		井上歯科医院	昭和町2-6-2階	072 (984) 8861	○		(医)中谷歯科医院	瓢箪山町2-7	072 (987) 8103
○	○	石堂歯科医院	昭和町22-2	072 (982) 0906	○	○	松村歯科医院	瓢箪山町4-26 ツインコスモス瓢箪山1階	072 (981) 8110
○		金子新池島歯科医院	新池島町2-7-29	072 (987) 2334	○	○	原田歯科	本町7-12	072 (982) 1203
○		近江歯科医院	新池島町2-21-1	072 (987) 8199	○	○	岸井歯科医院	本町10-11	072 (984) 3472
○	○	かわすみ歯科医院	新池島町4-2-40-102	072 (982) 8005	○	○	菊池歯科医院	本町14-13	072 (981) 3139
○	○	くまざき歯科	末広町2-6	072 (981) 5436			八木歯科医院	南四条町7-14	072 (981) 5138
		和田歯科医院	末広町8-8	072 (981) 5571	○		あだち歯科クリニック	横小路町4-8-37	072 (988) 4618
	○	(医)小川歯科医院	鷹殿町1-33	072 (987) 1127	○		増永歯科クリニック	横小路町5-4-8	072 (981) 6497
		杉岡歯科	豊浦町14-1	072 (986) 6480	○	○	六万寺おぐら歯科	六万寺町3-11-45	072 (986) 4832
	○	松村歯科医院	豊浦町15-19	072 (981) 2567					

(中地区)									
車いす	往診	歯科医療機関名	所在地	電話	車いす	往診	歯科医療機関名	所在地	電話
○	○	(医)ゆめはな会 ムタ歯科クリニック	稲葉3-11-10 ピアザ花園3階	072 (966) 1128			やぎ歯科医院	西鴻池町1-2-26	06 (6746) 6662
○		明石歯科医院	稲葉3-12-27-2階	072 (965) 8241			青木歯科医院	西鴻池町2-4-20	06 (6746) 1948
		植村歯科医院	今米1歯科医院	072 (962) 2680	○	○	タナカ歯科医院	花園東町1-2-15	072 (961) 0055
		秋山歯科医院	岩田町3-2-27	06 (6730) 1011	○	○	ヨシナガ歯科医院	花園東町2-7-28	072 (965) 8049
○		タバタ歯科クリニック	岩田町3-6-13	06 (7181) 9631	○	○	植田歯科医院	花園東町2-13-36	072 (962) 5437
○		はせがわ歯科医院	岩田町3-12-31	06 (6728) 1182			たけべ歯科医院	花園本町1-5-16	072 (966) 4469
○		たつみ歯科クリニック	岩田町4-3-10	072 (966) 1800	○	○	津田歯科医院	花園本町1-5-47	072 (963) 0041
○		中原歯科医院	岩田町4-9-3	072 (961) 0120			○久保歯科医院	花園本町2-3-4	072 (962) 7076
	○	木村歯科医院	岩田町4-15-20	072 (961) 2243	○		中田歯科診療所	花園本町2-8-26	072 (966) 2373
○	○	乾歯科医院	岩田町4-16-13	072 (964) 8028	○	○	藤戸歯科医院	菱江2-2-37	072 (967) 1666
		○金子若江岩田歯科	瓜生堂1-3-6	072 (963) 0888			阪口歯科医院	南鴻池町2-1-23	06 (6744) 5518
○	○	松子歯科医院	瓜生堂1-5-7	072 (964) 0331		○	伊藤歯科医院	南鴻池町2-7-23	06 (6744) 1417
		ヒロタ歯科医院	瓜生堂1-9-38	072 (965) 4541	○		(医)河内友協会 河内総合病院	横枕1-31	072 (965) 0731
		クモン歯科医院	加納1-5-13	072 (961) 6480	○		横田歯科医院	横枕2-27	072 (966) 7767
○	○	堤歯科小児歯科	加納3-5-10	072 (966) 6471	○	○	○久保デンタルクリニック	横枕西1-5	072 (968) 4618
		小谷歯科医院	加納7-25-7-2階	072 (872) 1165			大橋歯科医院	吉田1-4-11	072 (961) 2535
○	○	(医)すこやか歯科	鴻池町1-1-72 イオン鴻池店1階	06 (6746) 8241		○	米田歯科	吉田1-7-36	072 (966) 7800
○	○	平田歯科医院	鴻池町2-1-2	06 (6745) 0118	○		松前歯科医院	吉田4-2-22	072 (964) 5605
○		山形歯科医院	鴻池町2-4-3	06 (6744) 2348			富田歯科診療所	吉田5-10-30	072 (966) 6474
○		やまぐちファミリー歯科	鴻池町2-7-20	06 (6745) 4180			今井歯科医院	吉田6-2-45	072 (961) 0780
○	○	(医)清葉会 鴻池ファミリー歯科	鴻池本町2-5	06 (6224) 4181	○		山本歯科医院	吉田7-1-9	072 (964) 7633
○	○	○福住歯科医院	鴻池本町2-26	06 (6744) 1278	○	○	さえき歯科医院	吉田下島25-37	072 (965) 0819
		○西田歯科医院	鴻池元町2-2	06 (6745) 0983			○清水歯科	吉田本町2-5-10	072 (965) 1594
○	○	大枝歯科医院	鴻池元町9-15	06 (6745) 0763			青木歯科医院	吉田本町3-4-44	072 (964) 8871
○	○	(医)開名二郎歯科	鴻池元町11-4	06 (7163) 9070			○のぞき歯科	吉田本町3-5-4	072 (960) 2611
○	○	(医)橋本歯科クリニック	島之内2-3-20 エスドーム1階	072 (960) 5511	○		多賀歯科医院	吉田本町3-6-20	072 (961) 0005
○	○	(医)I'sMEDICAL 安部歯科	新庄2-8-13	06 (6744) 4114			平井歯科クリニック	吉原1-12-13	072 (961) 2400
○		まえだ歯科クリニック	玉串町東2-1-5	072 (968) 0003			きど歯科	若江北町3-3-28-101	06 (6736) 7183
○	○	服部歯科医院	玉串元町1-1-10	072 (962) 8109	○	○	ヒライ歯科醫院	若江東町6-1-8	06 (6748) 0691
○	○	大谷歯科	玉串元町2-2-26	072 (962) 8049	○	○	田幡歯科医院	若江本町1-1-35	06 (6724) 2021
		東野歯科クリニック	中新開1-2-19	072 (965) 7933			西村歯科医院	若江本町2-5-10	06 (6724) 3838
○		(医)たつみ会 どれい歯科クリニック	中新開2-6-31	072 (965) 2550	○		西川歯科医院	若江本町4-4-4	06 (6722) 5840
○		西村歯科医院	中野2-9-14	072 (961) 2034			藤原歯科医院	若江本町4-7-34	06 (4307) 0678

西歯科医師会									
車いす	往診	歯科医療機関名	所在地	電話	車いす	往診	歯科医療機関名	所在地	電話
		森 田 歯 科 医 院	足代1-12-29	06 (6736) 0184	○	○	(医) ほ ん だ 歯 科	小若江3-9-21	06 (6720) 7244
○	○	寺澤デンタルクリニック	足代1-14-3	06 (6224) 1118	○	○	う え お か 歯 科 医 院	小若江4-11-26	06 (6723) 8341
○		肥 田 歯 科 医 院	足代2-6-8	06 (6721) 0397	○	○	小 倉 歯 科	三ノ瀬1-10-15	06 (6720) 3656
○		藤 田 歯 科 医 院	足代2-7-20	06 (6721) 0389	○		宮 本 歯 科	渋川町2-4-25	06 (6736) 1285
○		小 橋 歯 科 医 院	足代北2-15-2	06 (6782) 5377	○		竹 村 歯 科 医 院	下小阪1-3-10	06 (6730) 8148
○		伊 藤 歯 科 医 院	足代新町16-8	06 (6782) 4918		○	西 田 歯 科 医 院	下小阪1-5-7	06 (6724) 5828
○		下 池 歯 科 医 院	足代新町24-21	06 (6783) 7060	○		小 山 内 歯 科 医 院	下小阪3-4-18	06 (6721) 5274
○		安 井 歯 科 医 院	足代南1-3-23	06 (6728) 6198		○	松 井 歯 科 医 院	下小阪5-6-5	06 (6725) 1825
	○	大 山 歯 科 医 院	荒川2-24-8	06 (6720) 0076	○	○	とく歯科クリニック	俊徳町1-2-8-1階	06 (6753) 8922
○	○	徳 山 歯 科 医 院	荒川3-11-8	06 (6729) 8099	○	○	森 田 歯 科 医 院	新家中町2-10	06 (6788) 7846
○		さ た 歯 科	荒川3-29-11	06 (6725) 4618			岡 本 歯 科 医 院	高井田10-7	06 (6788) 3968
○	○	き た の 歯 科	荒本北2-2-11	06 (6746) 2188	○		飯田歯科クリニック	高井田28-15	06 (6787) 1355
○	○	お か も と 歯 科	荒本新町4-13	06 (6781) 6474			デンタルクリニック岡本歯科医院	高井田本通7-2-26	06 (6781) 2864
○		カ ワ イ 歯 科 医 院	稲田上町1-16-11	06 (6745) 9623			中 澤 歯 科 医 院	高井田本通7-4-14	06 (6781) 5658
○		寺 野 歯 科 医 院	稲田新町1-16-12	06 (6745) 1595	○		大 住 歯 科 医 院	高井田本通7-7-19-2階	06 (6784) 8049
○		キムデンタルクリニック	稲田新町2-2-29	06 (6744) 1114			河 野 歯 科 医 院	高井田元町1-2-4	06 (6788) 3809
○	○	く ば た 歯 科 医 院	稲田本町3-1-10	06 (6747) 4182			堀之内 歯 科 医 院	高井田元町1-3-1	06 (6781) 6070
		林 歯 科 医 院	稲田本町3-5-17	06 (6745) 2162	○		栢 原 歯 科 医 院	高井田元町1-7-32	06 (6781) 0475
○		や の 歯 科 医 院	稲田本町3-15-9 IKコート1階	06 (6744) 8385	○	○	鈴 木 歯 科 医 院	高井田元町2-10-14	06 (6781) 8241
		渡 辺 歯 科 医 院	永和1-3-2	06 (6725) 2120	○		塚 本 歯 科 医 院	長栄寺21-3	06 (6783) 3312
○	○	今 井 歯 科 医 院	永和1-7-23	06 (6730) 3520			百 間 谷 歯 科	長堂1-8-37	06 (6784) 8811
○		藤 原 歯 科 医 院	永和1-25-6	06 (6736) 1111	○		松 村 歯 科 医 院	長堂2-1-1	06 (6782) 0600
		石 堂 歯 科 医 院	永和1-26-20	06 (6724) 7087	○		窪 田 歯 科	長堂2-9-15	06 (6783) 6488
		高 田 歯 科 医 院	永和1-26-22	06 (6721) 8148			菱 田 歯 科 医 院	長堂2-17-13 ソレイユ長堂	06 (6783) 0167
		中 辻 歯 科	永和2-2-31 中辻ビル2階	06 (6725) 5888	○		阪 本 歯 科 矯 正 歯 科	徳庵本町1-12	06 (6744) 1300
○	○	太 田 歯 科 医 院	永和3-13-18	06 (6721) 0069	○	○	奥 歯 科 医 院	友井1-4-12	06 (6724) 6480
○	○	木 田 歯 科 医 院	近江堂1-6-33	06 (6721) 3760	○	○	藤 野 歯 科 医 院	友井2-3-2	06 (6725) 8041
○		野入歯科クリニック	近江堂2-10-13	06 (6727) 4182	○	○	吉 村 歯 科 医 院	友井2-23-1	06 (6725) 1506
○	○	岩見歯科クリニック	近江堂2-10-49	06 (6724) 0811	○		石 垣 歯 科 医 院	友井3-2-41	06 (6724) 4590
○		坂 下 歯 科 医 院	近江堂3-14-10	06 (6723) 4377	○	○	伊 藤 歯 科 医 院	中小阪1-2-1	06 (6724) 7138
○	○	紙 谷 歯 科 医 院	大蓮北1-2-13	06 (6727) 5140	○	○	森 本 歯 科 医 院	中小阪1-20-25	06 (6732) 0615
○	○	福 田 歯 科	大蓮北3-7-23	06 (6727) 8544	○		杉 岡 歯 科 医 院	中小阪5-7-30	06 (6724) 8811
○	○	せうら歯科クリニック	大蓮東2-19-27	06 (6720) 4182	○	○	松 村 歯 科 医 院	中小阪5-11-13	06 (6721) 0118
○		や の 歯 科 医 院	大蓮東3-14-1	06 (6722) 8848			生 内 歯 科 診 療 所	長田中1-4-17-209	06 (6787) 6404
○	○	堤 歯 科	大蓮東3-16-6	06 (6720) 5151	○		中 塚 歯 科 医 院	長田中1-5-22	06 (6787) 8388
○		平川歯科クリニック	大蓮東4-6-7-2階	06 (6720) 3388	○	○	ヒラヤマ歯科医院	西堤本通西1-1-27	06 (6788) 4508
○	○	福 井 歯 科 医 院	大蓮南1-21-25	06 (6224) 5518			鈴 木 歯 科	西堤本通東1-1-1	06 (6787) 3455
○	○	塚口歯科クリニック	金岡1-14-5	06 (6722) 8111			中 村 歯 科 医 院	菱屋西1-1-5	06 (6721) 2096
○	○	増 田 歯 科 医 院	金岡1-20-24	06 (6721) 3721	○		菱 田 歯 科 医 院	菱屋西1-18-6 パルティール1階	06 (6721) 9703
○		木 下 歯 科 医 院	金岡2-2-8	06 (6728) 1615	○		今 西 歯 科 医 院	菱屋西1-18-15	06 (6723) 4182
		布 施 歯 科 医 院	金岡2-16-15	06 (6721) 4661	○	○	はしもと歯科・矯正歯科	菱屋西1-20-2	06 (7500) 5454
○		は や し 歯 科 医 院	上小阪3-4-7	06 (6724) 3555	○	○	な い と う 歯 科	菱屋西2-8-9	06 (6732) 3777
		杉 原 歯 科 医 院	上小阪3-14-22	06 (6722) 8601	○		加 藤 歯 科 医 院	菱屋西3-1-5	06 (6725) 4188
○		おくだ歯科クリニック	衣摺1-10-15	06 (6726) 4618	○	○	山 本 歯 科 医 院	菱屋西3-1-13-201	06 (6730) 0002
○		飯 田 歯 科 医 院	衣摺2-11-19	06 (6728) 4182	○		とよた歯科クリニック	菱屋西5-2-23	06 (7503) 4738
○		三井歯科矯正歯科	楠根2-11-12	06 (6748) 1551			杉 山 歯 科 医 院	菱屋西5-4-3	06 (6788) 0780
○	○	ひがしの歯科医院	楠根2-12-12	06 (6745) 7527	○	○	奥 田 歯 科 診 療 所	菱屋東2-1-26	072 (961) 3793
○		甲 斐 歯 科	源氏ヶ丘6-6	06 (6724) 7770	○	○	中 村 歯 科	菱屋東2-4-21	072 (964) 7552
○	○	光 歯 科 医 院	源氏ヶ丘14-9	06 (6728) 4954		○	すぎはら歯科クリニック	宝持1-9-16 ファミールSK1階	06 (6726) 6074
○		木 田 歯 科 医 院	小阪1-2-14	06 (6781) 0171	○	○	なんごうや歯科医院	宝持3-4-2	06 (6724) 1881
	○	塚 本 歯 科 医 院	小阪2-15-1	06 (6789) 8118	○	○	川 本 歯 科 医 院	宝持3-8-10	06 (6725) 1838
○	○	平 賀 歯 科 医 院	小阪2-19-8	06 (6788) 0282	○		岡 歯 科	御厨栄町1-3-13	06 (6781) 0010
		水 野 歯 科	小阪3-4-51	06 (6788) 0666	○		片 岡 歯 科	御厨栄町1-4-4 TTSセンター3階	06 (6787) 4618
○	○	小阪奥田歯科医院	小阪本町1-2-8-400	06 (6724) 4406		○	城 使 歯 科 医 院	御厨中1-18-38	06 (6784) 5581
		小 西 歯 科	小阪本町1-3-2 小阪本町ビル2階	06 (6729) 1900	○		う し く ぼ 歯 科	御厨東2-5-18	06 (6784) 6480
○	○	中 西 歯 科 医 院	小阪本町1-3-10	06 (6726) 6262	○		前 田 歯 科	御厨南2-2-9	06 (6782) 4182
○	○	大 家 歯 科 医 院	小阪本町1-4-2	06 (6721) 1921	○	○	太 地 歯 科 医 院	御厨南3-2-31	06 (6782) 4866
○	○	川 本 歯 科 医 院	小阪本町1-5-24	06 (6721) 0565	○	○	藤 井 歯 科 医 院	南上小阪10-18	06 (6724) 2200
		本 多 歯 科 医 院	小阪本町1-8-3	06 (6721) 1843	○	○	(医)誠会りょうき歯科クリニック	森河内西1-16-3	06 (6781) 4181
○	○	小 笹 歯 科 医 院	小阪本町1-9-24	06 (6721) 1765			上 田 歯 科 医 院	森河内西1-26-26	06 (6789) 3251
○		広 田 歯 科	小阪本町1-11-14	06 (6725) 5800	○	○	野 村 歯 科	森河内西2-31-16	06 (6781) 2751
○		山 田 歯 科 医 院	寿町2-2-2	06 (6736) 3228	○	○	清 水 歯 科 医 院	横沼町1-13-16	06 (6725) 5100
		肥 田 歯 科 医 院	寿町3-18-3	06 (6729) 0122	○	○	(医)真和会 東野歯科医院	横沼町3-12-15	06 (6730) 3456
○		木 全 歯 科 医 院	寿町3-25-2	06 (6736) 1088	○		寺 坂 歯 科 医 院	吉松1-11-11	06 (6720) 2874
○		石 上 歯 科 医 院	小若江1-1-11	06 (6727) 1717			高 須 歯 科 医 院	吉松2-3-20	06 (6730) 3386
○	○	い わ た 歯 科 医 院	小若江2-12-1	06 (6721) 6480	○	○	畑 間 歯 科 医 院	吉松2-10-7	06 (6720) 1348

令和4年度

知っておこう！ 国民年金

(公的年金のひとつ)

制度・納付方法を紹介

公的年金は、現役世代が保険料を支払い、高齢者の生活を支えるという「世代間扶養」の仕組みをとっており、皆さんがいずれ迎えるであろう老後生活を世代が順送りで支えるものです。また、老後だけではなく、若いうちに障害を負ったときや亡くなったときでも、本人や遺族の生活を支えます。そして、世代間扶養の仕組みにより、世の中の賃金や物価の動向に応じた年金を、亡くなるまで一生受け取ることができます。

なお、国民年金の老齢基礎年金では、現役世代の保険料負担を軽減しつつ給付水準を維持するため、給付費の2分の1が税金でまかなわれています。

20歳になったら国民年金に加入

日本国内に住む20歳以上60歳未満の全ての方に、国民年金への加入が義務づけられています。国民年金加入者を被保険者といい、3つの種別があります(表①参照)。就職や退職、結婚などで国民年金の種別が変わった場合は、その都度届出が必要です。

第1号被保険者に該当する方には、日本年金機構から基礎年金番号通知書や納付書などが届きます。基礎年金番号通知書は保険料の納付確認や将来年金を受給する際に必要となりますので、大切に保管してください。納めた保険料は、全額「社会保険料控除」の対象となります。

原則、保険料を納めなければ年金を受給することはできません。ただし、納めることが困難な場合は、免除や納付猶予などの制度があります。

年金手帳が基礎年金番号通知書に変わりました

令和4年4月以降に新たに年金に加入する方には年金手帳に代わり基礎年金番号通知書が発行されます。すでに年金手帳をお持ちの方には発行されません。年金手帳は引き続き基礎年金番号の確認書類として使用できますので、大切に保管してください。なお、年金手帳の紛失などにより基礎年金番号の確認書類を発行する場合は、基礎年金番号通知書が発行されます。手続きの窓口は加入している年金によって異なります。自身で国民年金に加入している方は、市役所国民年金課、行政サービスセンターまたは東大阪年金事務所まで手続きをしてください。

国民年金保険料の納付の納め忘れがある方へ

日本年金機構では、保険料の納め忘れがある方に対して、電話・文書・戸別訪問による納付や免除などの申請手続きの案内を民間事業者(㈱バックスグループ)へ委託しています。

※詳しくは、日本年金機構ウェブサイトをご覧ください。お近くの年金事務所までご確認ください。

保険料の納付に困ったときは免除などの相談を

保険料の免除などには、申請手続きが必要です。申請期限がありますので、市役所国民年金課、行政サービスセンターまたは東大阪年金事務所へ早めにご相談ください(表②参照)。

申請に必要なもの

▷基礎年金番号の確認書類(基礎年金番号通知書、年金手帳など)、来庁する方の本人確認書類(マイナンバーカード〈個人番号カード〉、運転免許証など)、離職した方がいる場合は雇用保険被保険者離職票または雇用保険受給資格者証など(公務員は退職辞令、事業主は廃業届。雇用保険の対象でない方の証明方法はご相談ください)

▷学生納付特例を申請する方は、学生証の写し(表と裏の両面)または在学証明書

【本人以外が代理で申請する場合に追加で必要なもの】

▷委任状(市役所国民年金課または行政サービスセンターで同一世帯の方が届出をする場合は不要)

表① 国民年金被保険者の種別

種別	第1号被保険者	第2号被保険者	第3号被保険者
対象者	自営業者、農林漁業者、学生、無職の方など	会社員や公務員など、厚生年金や共済組合に加入している方	厚生年金や共済組合の加入者(第2号被保険者)に扶養されている配偶者
納付・保険料の方法	月額1万6590円(令和4年度) ご自身で納付が必要	給料から天引きされた本人負担分と事業主負担分をあわせて勤務先が納付	保険料は第2号被保険者の制度全体から拠出されるため、個別納付は不要
手続き先	市役所国民年金課、行政サービスセンターまたは東大阪年金事務所に届出	勤務先に届出	扶養している配偶者の勤務先に届出

国民年金 3つの基礎年金給付

※次の3つの年金を受け取るには、一定の要件があります。

老齢基礎年金

令和4年度
年金額 77万7800円(満額)

20歳〜60歳の40年間、全期間保険料を納付した方は65歳から満額の老齢基礎年金を受け取ることができます。また、勤めていた期間の年金は、老齢厚生年金として受け取ることができます。

障害基礎年金

令和4年度
年金額 97万2250円(1級)
77万7800円(2級)

国民年金加入中に病気やケガにより、障害の状態にある間は障害基礎年金を受け取ることができます。

遺族基礎年金

令和4年度
年金額 100万1600円

(子が1人いる配偶者の場合=基本額
77万7800円+子の加算額22万3800円)

国民年金加入中の方が亡くなったとき、その方に生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子」が遺族基礎年金を受け取ることができます。遺族基礎年金の支給は、子が18歳に到達する年度の末日まで(子に障害がある場合は20歳まで)です。

表② 保険料の納付または免除と未納の違い

種別	内容	受給資格期間に計算	年金額に反映
納付	保険料を納めることをいいます。全ての保険料を納めることで満額の年金を受給できます。	○ されます	○ されます
産前産後期間免除	出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間(多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間)が免除されます。	○ されます	○ されます
保険料免除制度	申請者本人・その配偶者・世帯主のそれぞれの前年所得が一定以下の場合は、申請して認められると前年所得に応じた保険料の全額または一部(1/4、半額、3/4)が免除になります。	○ されます	全額納めた場合の1/2 ○ されます
納付猶予制度	50歳未満の方で申請者本人・その配偶者の前年の所得が一定以下の場合は、申請して認められると保険料の支払いを猶予することができます。	○ されます	※ されません
学生納付特例制度	前年の所得が128万円以下の学生は、申請して認められると学期間中の保険料の支払いを猶予することができます。	○ されます	※ されません
未納	保険料、または一部免除された場合の免除後の保険料を納めない状態をいいます。督促などの対象になります。	※ されません	※ されません

☆上記以外でも、障害年金1級または2級の受給権者、生活保護法による生活扶助を受けている方などは、前年所得にかかわらず、届出によって法定免除になります。

こんなときは届出を

20歳以上60歳未満の方で次に当てはまる場合は届出が必要です。なお、代理の方が届出をする場合は委任状をお持ちください(市役所国民年金課または行政サービスセンターで同一世帯の方が届出をする場合は不要)。

届出内容

▷退職したとき=第1号被保険者へ加入
▷配偶者の扶養から外れたとき=第3号から第1号へ種別変更
▷扶養している第2号被保険者が65歳になったとき=第3号から第1号へ種別変更

必要なもの

基礎年金番号の確認書類(基礎年金番号通知書、年金手帳など)、来庁する方の本人確認書類(マイナンバーカード〈個人番号カード〉、運転免許証など)、資格喪失日のわかる書類(資格喪失連絡票、離職票など)

受付時間

▷市役所国民年金課・行政サービスセンター=月曜日〜金曜日9時〜17時30分(祝休日・年末年始を除く)
▷東大阪年金事務所=月曜日〜金曜日8時30分〜17時15分(週の初めの開所日は19時まで。祝休日・年末年始を除く)、第2土曜日9時30分〜16時

問合せ先

市役所本庁舎2階国民年金課(荒本北1-1-1) 06(4309)3165、FAX06(4309)3805
東大阪年金事務所国民年金課(永和1-15-14) 06(6722)6001、FAX06(6725)0838

令和4年度
免除の申請の受付は
7月1日(金)から