

発行：東大阪市長公室広報広聴室広報課 〒577-8521東大阪市荒本北一丁目1番1号
電話 06 (4309) 3000 ■ FAX 06 (4309) 3821 ■ 人口 48万8730人 ■ 世帯数 23万5275世帯(令和4年7月1日現在)

市ウェブサイト



市LINE公式アカウント



9月1日は
防災の日

今から準備で

あなたと家族を救う



毎年9月1日は「防災の日」、この日を含む8月30日からは「防災週間」と定められています。

災害はいつ起こるかわかりません。万一の災害に備えて、今から準備を始めませんか(関連6・7面)。

問 危機管理室 06 (4309) 3130、FAX06 (4309) 3858

新型コロナウイルス 一人ひとりが 感染防止対策の徹底を

本市における新型コロナウイルスの新規感染者数は1000人を超える日もあるなど、連日多数の感染が確認されています。感染性が高いとされるB.A.4系統やB.A.5系統への置き換わりが進んでいます。夏休みやお盆休みなど、人との接触機会の増加により、さらなる感染拡大が懸念されます。ワクチン接種を受けた方も含めて、今一度、一人ひとりが3密の回避、マスクの着用、手洗いや手指消毒、こまめな換気など、基本的な感

染防止対策の徹底をお願いします。また、7月27日付で大阪府から「医療非常事態宣言」が発出されています。高齢者は、早期にワクチンの4回目接種をお願いします。さらに、高齢者は自らの命と健康を守るため、医療機関への通院、食料・衣料品・生活必需品の買出し、必要な職場への出勤、屋外での運動や散歩など、生活や健康の維持のために必要なものを除き、不要不急の外出を控えてください。高齢者の同居家族など日常的に接する方は、感染リスクが高い行動を控えてください。なお、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外出を控え、受診や検査を受けるなど感染拡大を防止する行動をお願いします。また、症状が出た場合は、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い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。なお、新型コロナウイルス感染症に罹患した旨の療養証明書については詳しくは7面をご覧ください。

感染を疑う症状が出たら…

新型コロナ受診相談センター
072 (963) 9393、FAX072 (960) 3809

※かけ間違いにご注意ください。電話は、土・日曜日、祝休日を含めた終日つながりますが、ファックスは、月曜日～金曜日9時～17時30分の回答となります。

府民向け(24時間対応)

大阪府新型コロナ受診相談センター
06 (7166) 9911または06 (7166) 9966、FAX06 (6944) 7579

なお、息苦しさや

38009
5、FAX072(9600) 2(9600) 3800

問 新型コロナウイル

ルス感染症課 07

7面を

詳しくは

7面を

記号の見方は10面に掲載

新型コロナウイルス

ワクチン接種がまだの方へ

接種をご検討ください

4回目接種

新型コロナウイルスワクチン4回目接種の対象者のうち60歳以上の方へは、3回目接種から5か月後を基準として順次接種券を発送していきますので、接種券の発行申請は不要です(表①参照)。

ただし、3回目接種後に本市へ転入した方については、60歳以上の方であっても申請が必要で、次の接種券の発送が遅れることがあります。▽本市の接種券を用いて他市町村で接種した▽医療機関などにおいて接種記録の登録に不備があった(誤登録、登録漏れなど)▽予診票の記載(特に接種日など)に誤りがあった

【3回目接種を集団接種会場で受けた65歳以上の方】3回目接種を市の集団接種会場で受けた65歳以上の方

【3回目接種を終了した18歳～59歳の方のうち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、医療従事者など】おおよび高齢者施設などの従事者は申請が必要です。

【集団接種】集団接種は市内3か所の施設で行っています(表②、③参照)。使用するワクチンはモデルナ社製です。

【個別接種】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、モデルナ社製または武田社製(ノババックス)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。

【集団接種】集団接種は市内3か所の施設で行っています(表②、③参照)。使用するワクチンはモデルナ社製です。

【府・自衛隊の大規模接種会場】大阪府や自衛隊では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、武田社製ワクチン(ノババックス)の接種も行っています。

【大阪府ウェブサイト】大阪府ウェブサイトからアクセス可。【防衛省ウェブサイト】防衛省ウェブサイトからアクセス可。

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

- ①60歳以上の方
- ②18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)
- ③18歳～59歳の医療従事者などおよび高齢者施設などの従事者(申請が必要)

※③の対象について、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



表① 4回目接種券の発送スケジュール

3回目接種日	接種券の発送日
2月28日～3月6日	7月26日(火) 済
3月7日～3月13日	8月2日(火) 済
3月14日～3月20日	8月9日(火)
3月21日～3月27日	8月16日(火)

※到着までに1週間程度かかることがあります。
※3回目接種後に本市へ転入した方は申請が必要です。

表② 集団接種会場の開設日時

施設名	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～12時30分・13時～17時30分
市花園ラグビー場ラグビーワールドカップ2019™️ルーム (松原南1-1-1)	月・火・木・日曜日 9時30分～13時30分・14時～18時 金・土曜日 9時30分～13時30分・14時～20時
ヴェル・ノール布施 1階南東側 (長堂1-8-37)	月・水・木・日曜日 9時30分～13時30分・14時～18時 金・土曜日 9時30分～13時30分・14時～20時

※クリエイション・コア東大阪南館での接種は終了しました。
※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

予約受付開始日時	接種日
受付中	8月8日(月)～8月14日(日)
8月9日(火)9時から	8月15日(月)～8月21日(日)
8月16日(火)9時から	8月22日(月)～8月28日(日)
8月23日(火)9時から	8月29日(月)～9月4日(日)

※新型コロナワクチン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、新型コロナワクチンコールセンターでのみ受付)。
※8月9日(火)以降は毎週火曜日に予約受付を開始します。

新型コロナワクチン 接種証明書のコンビニ交付

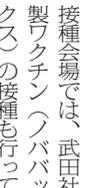
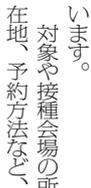
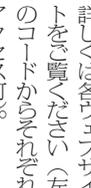
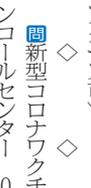
新型コロナワクチン接種証明書アプリや郵送での申請に加えて、8月17日(水)からコンビニ(セブン-イレブンの端末でも)新型コロナワクチン接種証明書が取得できるようになります。

月曜日～日曜日 6時30分～23時(祝休日を含む)
120円

マイナンバーカード、券面事項入力補助用暗証番号(マイナンバーカード交付時に設定した4桁の数字)

※取得方法など、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)。

※新型コロナワクチンコールセンター 06(7668)0485、FAX 072(929)8239



国民健康保険・後期高齢者医療保険

保険料は必ず納めましょう

保険料は、病気やケガの医療費、高額療養費の支給など、医療制度を支える大切な財源です。保険料を滞納すると、納めている方との公平性を欠くことにもなりますので、必ず納めましょう。

「短期被保険者証」や医療費がいったん全額自己負担となる「資格証明書」の交付対象となります。

納付が困難な方は相談を

特別な理由もなく滞納している世帯は、財産調査や財産預貯金、給与、不動産などの差し押さえなどの滞納処分を行います。昨年度の滞納処分実施状況は表のとおりです。また、滞納している世帯は、保険証の有効期間が短

令和3年度 滞納処分実施状況(令和4年3月末現在)

	件数(件)	保険料本料(円)	延滞金(円)
預貯金	520	1億1254万6849	1090万2962
生命保険	14	394万4740	20万200
その他	6	281万2041	55万4000
合計	540	1億1930万3630	1165万7162

くは被保険者証を持つ

医療保険室保険料課では、月曜日(金曜日)9時~17時30分(祝日を除く)に納付相談を行っています。納付が困難な方は、保険料決定通知書(納付書)または被保険者証を持

てお越しく下さい。相談の際は収入・支出の状況などをお聞きします。なお、行政サービスセンターでは納付相談はできません。

国保

減免申請をした方に

通知書を送付

国民健康保険料の減免申請の判定をした世帯に対して、承認の場合「更正通知書」を、不承認の場合は「減免

通知書」を送付します。

国民健康保険料の減免申請の判定をした世帯に対して、承認の場合「更正通知書」を、不承認の場合は「減免通知書」を送付します。

国民健康保険料の減免申請の判定をした世帯に対して、承認の場合「更正通知書」を、不承認の場合は「減免通知書」を送付します。

高齢者世帯対象

事前申請必要
申請期限
8/31

エアコン購入費などを補助



市では熱中症対策として、エアコンを設置していない65歳以上の高齢者世帯を対象にエアコンの購入および設置費用を補助します。購入を希望する方はお急ぎください。

対象品 次の方を満たす市内在住の65歳以上の高齢者世帯▽自宅にエアコンがない、または使用できるエアコンがない▽65歳以上の方のみで市民税非課税(世帯分離していない)も、65歳未満の方または市民税課税の方と同居している場合

要件を満たすもの▽5月1日以降に購入・設置した新品のエアコン▽天井・壁・窓枠に固定して設置するルームエアコン、窓型エアコンなど▽市内の販売店で購入・設置したエアコン ※1世帯当たり1台まで。故障修理は対象外。

補助金額 購入および設置に要した費用または5万円(いずれか低い額)(10000円未満は切り捨て) ※詳しくは市ウェブサイトを覗いたください(下のQRコードからアクセス可) お問合せください。

申請前に申請書と見積書、設置予定場所の写真を8月31日(水)消印有効までに郵送または直接 申請書 06(4309)3185、FAX 06(4309)3185、申請書 06(4309)3185、FAX 06(4309)3185

申請書 06(4309)3185、FAX 06(4309)3185

市民税・府民税第2期分

納期限は8月31日

市民税・府民税第2期分の納期限は8月31日(水)です。納期限まで

に市税取扱金融機関や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コインpay、LINEpay)での納付も可能です。納付書を紛失した場合は再発行しますので、ご連絡ください。

口座振替を利用していただく。口座振替を利用していただく。口座の残高を確認してください。残高不足などで引落しがか

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。

納税課 06(4309)3148、FAX 06(4309)3185

土曜開庁 市役所本庁舎の2部窓口業務 8月27日(土)9時~12時に開設



8月27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。

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

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



令和5年度

園児を募集します

来年度の園児を募集します。内容をよくご確認のうえ、お申込みください。
各園・保護施設などの問合せ先は5面をご覧ください。



幼稚園・認定こども園 (1号認定)

来年度の幼稚園・認定こども園(1号認定)の園児を募集します。願書の交付と受付は各園で行います。必ず希望する幼稚園・認定こども園で願書の交付を受けてください。

なお、市立幼稚園・市立認定こども園間の重複出願はできません。

教育・保育給付 認定の手続き

子ども子育て支援新制度により、幼稚園・認定こども園へ入園する際は、市から教育・保育の必要性の認定を受ける必要があります。入園を希望する方は、入園申込みをした園を通じて教育・保育

保育料・給食費など

給付認定手続きを行っていただきます。

保育料

令和元年10月から、市立幼稚園および市立認定こども園の3歳児〜5歳児の保育料は無償となりました。認定こども園は別途給食費などが必要です。

市立幼稚園・市立認定こども園

市立幼稚園

平成29年4月2日〜平成31年4月1日に生まれ、市内に住民登録をしている保護者と同居する幼児

願書の交付

9月1日(木)〜30日(金)14時〜16時(土・日曜日、祝日を除く)

願書の受付

▽4歳児 10月3日(月)13時30分〜14時
▽5歳児 10月5日(水)13時30分〜14時
※いずれも定員を超えた場合は受付終了後に抽選。

市立認定こども園

平成29年4月2日〜令和2年4月1日に生まれ、市内に住民登録をしている保護者と同居する幼児

願書の交付

9月1日(木)〜30日(金)14時〜16時(土・日曜日、祝日を除く)

願書の受付

▽3歳児 10月3日(月)15時〜15時30分
▽4歳児 10月3日(月)13時30分〜14時
▽5歳児 10月5日(水)13時30分〜14時
※いずれも定員を超えた場合は受付終了後に抽選。



園にお問合せください。

私立幼稚園・私立認定こども園

私立幼稚園・私立認定こども園(1号認定)の入園手続きは、各園で実施されます(5面表参照)。

また、私立幼稚園・私立認定こども園では、募集人数や願書の受付方法、入園料、保育料などが園により異なりますので、各園へお問合せください。

願書の交付

9月1日(木)から

願書の受付

10月1日(土)から(園により異なる)
各私立幼稚園・認定こども園

市立幼稚園の募集人数

4歳児	枚岡、石切、若江、英田	各70人
5歳児	枚岡	76人
	石切	50人
	若江	52人
	英田	54人

※今年度4歳児として入園した園児が引き続き来年度も通園する場合は、改めて手続きをする必要はありません。

市立認定こども園(1号認定)の募集人数

3歳児	北宮、岩田	各9人
	縄手南、小阪	各5人
	大蓮、孔舎衛	各2人
4歳児	北宮	57人
	岩田	36人
	縄手南、大蓮	各31人
	小阪	41人
5歳児	孔舎衛	24人
	北宮	44人
	岩田	15人
	縄手南	21人
	小阪、大蓮	各31人

※途中入園があった場合、募集人数を変更することがあります。

教育・保育給付認定区分

認定区分	内容	利用施設
1号認定	教育標準時間認定 幼稚園・認定こども園で教育を希望する場合	幼稚園 認定こども園
2号認定	満3歳以上保育認定 子どもが満3歳以上で「保育が必要な事由(保護者の就労、出産、疾病、障害、介護など)」に該当し、保育所などの保育を希望する場合	認可保育所 認定こども園
3号認定	満3歳未満保育認定 子どもが満3歳未満で「保育が必要な事由(保護者の就労、出産、疾病、障害、介護など)」に該当し、保育所などの保育を希望する場合	認可保育所 認定こども園 小規模保育

※私立幼稚園に就園する場合は、教育・保育給付認定に関する手続きは不要です。

郵送で対応

保育所(園)・認定こども園・小規模保育施設(2・3号認定)

来年度の保育施設への入所児童2・3号認定児を募集します(5面表参照)。入所申込みについては新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、郵送で受け付けます。窓口での受付は実施しません。入所希望者は受付期間内に申し込んでください。また、昨年末までに申込みをしている方も再度申込みが必要です。転園についても同期間内に申込みが必要ですので、ご注意ください。

なお、市外の保育施設への入所を希望する場合は、希望年度ごとに申込みが必要となります。詳しくはお問合せください。市役所本庁舎7階に相談窓口を開設いたしますが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、新規受付はできません。利用相談課、福祉事務所に利用相談課、福祉事務所子育て支援係でも対応いたします。

ため、申込みについての相談などは、可能な限り電話でお願いします。就学前の子どものため、保育を必要とする事情がある方。受付期間 7月14日(水)〜9月14日(水) 令和5年2月3日以前に生まれた0歳児(来年度1月4日(水)〜2月10日(金) 申込みが必要書類を各受付期間(必着)に郵送または施設利用相談課・福祉事務所に設置された提出ボックスへ投入 ※申込書は8月15日(月)から市ウェブサイトで(下のQRコードからアクセス可)ダウンロード可。施設利用相談課、福祉事務所子育て支援係でも対応いたします。

38017 2、PW06(4309) 3206(4309) 3206(4309) 38017

甲園〒571-8521 市役所子どもすてこやか部施設利用相談課 06(4309)3206(4309)3206(4309)38017

市立保育所【2・3号】

Table with 2 columns: 保育所名, 電話番号. Includes 鳥居保育所, 鴻池子育て支援センター, etc.

小規模保育施設【3号】

Table with 2 columns: 施設名, 電話番号. Includes エンジェルキッズ東大阪園, ぬくもりのおうち保育 桜町園, etc.

私立保育園【2・3号】

Table with 2 columns: 園名, 電話番号. Includes 南くさか保育園, 東大阪青い鳥学園, etc.

私立幼稚園型認定こども園(学校法人)【1・2号】

Table with 2 columns: 園名, 電話番号. Includes 徳庵愛和幼稚園, 朝陽ヶ丘幼稚園, etc.

私立幼保連携型認定こども園(社会福祉法人)【1・2・3号】

Table with 2 columns: 園名, 電話番号. Includes 善根寺保育園, 石切山手保育園, etc.

市立幼稚園【1号】

Table with 2 columns: 園名, 電話番号. Includes 枚岡幼稚園, 石切幼稚園, etc.

市立幼稚園型認定こども園【1・2号】

Table with 2 columns: 園名, 電話番号. Includes 北宮こども園, 岩田こども園, etc.

市立幼保連携型認定こども園【1・2・3号】

Table with 2 columns: 園名, 電話番号. Includes 繩手南こども園, 孔舎街こども園, etc.

私立幼稚園

※教育・保育給付認定手続きは不要。

Table with 2 columns: 園名, 電話番号. Includes 四葉幼稚園, 大阪樟蔭女子大学附属幼稚園, etc.

私立幼保連携型認定こども園(学校法人)【1・2・3号】

Table with 2 columns: 園名, 電話番号. Includes 石切山手幼稚園, 枚岡カトリック幼稚園, etc.

幼稚園・認定こども園・保育所(園)・小規模保育施設問合せ先 (令和4年4月1日現在)

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。各子育て支援センターで開催。お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。甲の記載のない催しは、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。

ももっこ

【子育てサポーターによる相談】 8月19日(金)14時～15時30分 対就学前乳幼児 定数組 内子育て、保育所・認定こども園への入所(園)、一時預かりなど

ゆめっこ

【誕生会】 8月24日(水)11時10分～30分・15時10分～30分=就学前乳幼児/各15組 14時40分～15時=未歩行児/10組

長瀬子育て支援センター

【よっといで～手形アート】 8月15日(月)・16日(火)9時30分～11時30分 対就学前乳幼児

鴻池子育て支援センター

【誕生会】 8月17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 定各10組

【心理職による相談】

8月17日(水)13時30分～15時30分 対就学前乳幼児 定数組 内子どもの発達や子育ての不安など

荒本子育て支援センター

【心理職による相談】 8月16日(火)9時30分～11時30分 対就学前乳幼児 定数組 内子どもの発達や子育ての不安など



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。車の来場はご遠慮ください。

成人歯科健康相談

☎9月1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
 ☎甲園中保健センター

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。☎8月26日(金)・9月30日(金)・10月28日(金)・11月25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(10面に掲載)を8月22日(月)までに電話またはファクスで
 ☎甲園東保健センター

食中毒にご注意!

鶏肉などは生食せず充分加熱を

近年、カンピロバクターという細菌を原因とする食中毒が増加しています。鶏肉には高い確率でカンピロバクターが付着しているといわれており、鶏肉の生食や不十分な加熱調理が食中毒の原因となります。



細菌は加熱により死滅します。鶏肉の生食は避け、中心部まで十分に加熱してから食べるようにしましょう。また、乳幼児や高齢者、抵抗力の弱っている方は症状が重くなる可能性がありますので、決して生食はしないでください。

☎食品衛生課 072(960)3803、FAX 072(960)3807

被爆二世健康診断

☎11月初旬～来年3月初旬 ※日時は申込み後に伝えます。☎市内在住の被爆二世の方 ☎実父母の被爆者健康手帳番号がわかるもの ☎9月1日(木)～10月31日(月)に直接
 ☎東・中・西保健センター
 ☎▷府地域保健課 06(6944)9172、FAX06(6941)6606 ▷健康づくり課

肺がん・結核エックス線検診

☎所定甲
 ▷9月6日(火)9時10分から=西保健センター
 /30人/2日(金)まで ▷7日(水)9時20分から=中保健センター/40人/5日(月)まで ▷14日(水)14時から=東保健センター/35人/7日(木)まで
 ☆いずれも申込先着順 ☎▷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 ☎各申込期限までに電話で
 ☎甲園東・中・西保健センター



検診の様子

こころの健康づくり講演会

☎9月10日(土)13時～15時30分 ☎東大阪協病院(長瀬町1) ☎市内在住の方 ☎100人(申込先着順) ☎ひきこもりに悩む方とその家族への支援 ☎基本事項(10面に掲載)を9月6日(火)17時までにEメールで(電話、ファクスも可)
 ☎甲園市精神障害者家族会・阪本病院家族SST交流会「橋」 090(2090)5200、FAX072(980)6855、✉sst.kazokukai@gmail.com(月曜日～金曜日9時～17時)
 ☎健康づくり課

高齢者は特に注意!

日頃の健康チェックで

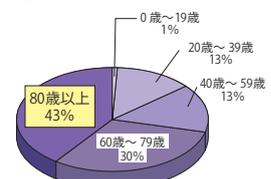
結核の早期発見を

結核は治療できる病気になり、患者数は年々減り続けています。しかし、かつて結核が国民病であった時代に感染した方が、高齢化による

疫力の低下によって発病するケースが増えています。結核は高齢者が最も警戒すべき病気の1つです。

令和2年に全国で結核を新たに発症した方の約7割が60歳以上の高齢者です(グラフ参照)。本市では、令和3年の結核患者は60歳～78歳が30%

国内における新登録結核患者の年齢別割合(令和2年)



出典：厚生労働省「2020年結核登録者情報調査年報集計調査結果」



複十字シール運動キャラクター「シールぼうや」



市立東大阪医療センター 市川 稔 部長
 循環器内科

心臓の病気 胸の異常を感じたら受診を



狭心症や心筋梗塞は、心臓に栄養を送る冠状動脈の血液の流れが滞ったり詰まったりして、心筋が酸欠状態になるまたは壊死する病気です。冠状動脈の血流不足の多くは動脈硬化によるものであり、動脈硬化が強い人の心臓にストレスや入浴、運動、興奮、緊張などによる負担が加わったときに起こります。動脈硬化の原因としては、高血圧、糖尿病、脂質異常、喫煙などがあります。

狭心症には、運動をしたときに起こる動脈硬化が原因の労作性狭心症や安静時の早朝に起こりやす

い冠攣縮性狭心症があり、これは冠動脈の痙攣によるものです。発作が起ると、心臓やその周辺の肩や喉などに激しい痛みや息苦しさを感じますが、安静にしていれば数分で治る場合が多いです。

動脈硬化は加齢に伴う動脈の老化現象ですが、高血圧、糖尿病、脂質異常、喫煙などの危険因子を除去することで進行を遅らせることができます。

繰り返し起こる胸の異常を感じたら、早めにかかりつけ医を受診してください。数十分以上症状が続く場合は、急性心筋梗塞を発症している場合があり緊急性が高いため至急病院を受診してください。

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

男の食と健康講座

☎甲園▷8月25日(木)=食材の切り方や調味料の量り方 ▷9月1日(木)=食事の選び方や食べ方のコツ ☆いずれも13時30分～15時30分で計2日間。調理実習・試食はありません ☎市内在住の60歳以上の男性 ☎8人(申込先着順) ☎エプロン、三角巾、手ぶき2枚 ☎電話または直接
 ☎甲園東保健センター

自炊がしたい男性の耳学講座

☎9月1日(木)・15日(木)・29日(木)10時～12時(計3日間) ☎市内在住のおおむね60歳以上の男性 ☎12人(申込先着順) ☎食事づくりのポイント、包丁や調理器具の使い方など ☎基本事項(10面に掲載)を8月29日(月)までに電話で(ファクス、直接も可)
 ☎甲園西保健センター

ご存じですか?ジェネリック医薬品

医療機関で処方される薬には、先発医薬品と後発医薬品(ジェネリック医薬品)があります。先発医薬品とは、メーカーが特許を取得し、独占的に製造・販売している薬で、特許期間終了後に他のメーカーが製造した同じ成分・効果の薬がジェネリック医薬品です。製品によっては、先発医薬品よりも飲みやすくなるように薬の大きさや味、においが改良され、品質面の改善で保存性が向上しているものもあります。ジェネリック医薬品は先発医薬品に比べて開発費などがかからないため、安価で購入することができます。全ての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。希望する場合は、医師・薬剤師に相談しましょう。

☎環境業務課 072(960)3804、FAX 072(960)3807

80歳以上が48%を占めています。高齢者の場合は特徴的な病状が出ないことがあるため、自己判断せずに早めに医療機関を受診してください。

早期発見のために

結核を早期発見するために次のことに取り組みましょう。

▷日常的な健康観察=高齢者の結核では咳やたんが出ない場合も多く、継続した食欲低下や体重減少など、日常的な健康観察が大切です

▷定期健康診断で健康チェック=結核の早期発見のためにも、定期健康診断を受診しましょう

定期的に健康チェック 肺がん・結核検診

市内の委託医療機関または保健センターで肺がん・結核検診を行って

います。この検診では、胸部エックス線検査を受けることができます。詳しくは、お問合せください。

☎市内在住の40歳以上の方(「市がん検診受診証」を提示してください)

☎500円(保健センターは無料。年1回)

※次のいずれかに該当する方は、自己負担金はありません。▷後期高齢者医療被保険者証、高齢受給者証をお持ちの方 ▷生活保護受給、市民税非課税世帯に属する方で事前に保健センターで無料受診券の交付を受けた方

☎▷高齢者の結核について=母子保健・感染症課 072(970)5820、FAX 072(970)5821 ▷肺がん・結核検診について=健康づくり課

お知らせ コーナー

募集

市民環境フェスティバル 出展(店)者

10月8日(出)に花園中央公園で開催する市民環境フェスティバルの出展(店)者を募集します。環境に関する取組みを行っている学校や企業、団体の展示ブース、不用品・贈答品などのリユース(再利用)を目的としたフリーマーケット、手作り作品の展示販売など30組(申込先着順)3000円 ※出展(店)者説明会に持参。雨天中止時の返金はありません。

【出展(店)者説明会】

出展(店)には説明会への出席が必要です。10月2日(日)11時～12時 市役所本庁舎18階大会議室 基本事項(10面に掲載)と参加形態(ブース・マーケット・手作りのいずれか)を9月20日(火)までにファクスで(Eメール、申込専用ウェブサイト(右のコードからアクセス可)から可) ※詳しくはお問合せください。



環境フェスティバル実行委員会「の場」090(1951)7180、FAX06(6787)4694、e.kanfes@gmail.com 循環社会推進課 06(4309)3199、FAX06(4309)3829

人権について考えよう 人権啓発詩・読書感想文

「人権の尊さやお互いの人権を守ること」「差別のない明るい社会を築くことの大切さ」「平和の尊さを訴えること」などをテーマにした詩と読書感想文を募集します。市内在住・在学(いずれか)の小・中学生 規格 ▷詩=形式、長さとも自由 ▷読書感想文=小学生は400字詰め原稿用紙3枚以内、中学生は同5枚以内 ※いずれも1人1編で、未発表の創作作品に限る。作品に氏名、学校名、学年、作品名(読書感想文は図書、著者、発行所名も)を書いて9月1日(必着)までに郵送 ※作品は返却しません。審査のうえ入選者の方に連絡し、表彰します。 市役所人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823 府人権企画課 06(6210)9281、FAX06(6210)9286



市立小・中・義務教育学校 講師登録者

市立小・中・義務教育学校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ています。小学校または中学校の教諭普通免許がある方 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。 教職員課 06(4309)3273、FAX06(4309)3838

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。欠員が生じたときに連絡をします。登録者が全員採用されるとは限りません。 学校教育推進室 06(4309)3270、FAX06(4309)3838

東大阪ぎせんこう 10月入校生

東大阪ぎせんこう(府立東大阪高等職業技術専門学校)では、モノづくりに必要な知識と技能を身につけることができます。募集科目 機械加工・営業科、機械CADデザイン科 選考日 9月6日(火) 選考方法 学科試験(国語、数学)、面接 願書を8月23日(火)までに居住地を管轄するハローワークに直接 ※願書はハローワークで配布。見学会の実施日程や開催の有無については、東大阪ぎせんこうウェブサイトをご覧ください。 府立東大阪高等職業技術専門学校(菱江6) 072(964)8836、FAX072(964)8904

労働雇用政策室 06(4309)3178、FAX06(4309)3846

市民文化芸術祭の参加者

来年3月3日(金)～5日(日)に開催する市民文化芸術祭の参加者を募集します。市文化創造館 ▷展示=絵画、書道、拓本、華道、俳句、川柳、短歌、文芸、手芸、工芸、写真、押し花、折り紙、陶芸、その他創作による美術作品など(1人1点、団体は16点以内) ▷舞台=邦楽、洋楽、民謡、詩吟、合唱、合奏、太鼓、日舞、新舞踊、洋舞、ダンス、伝統芸能、マジックなど(出演時間は原則個人5分以内、団体20分以内) ※抽選。同一部門内の重複申込不可。 申込用紙を9月2日(金)～4日(日)10時～17時(3日・4日は16時まで)に直接 ※申込用紙は社会教育センター、市民プラザ、公民分館、市立図書館、東大阪アリーナ、ユトリート東大阪、東体育館、市民美術センター、市文化創造館、市役所本庁舎1階市政情報コーナーで配布。手話通訳のボランティアも募集しています。 詳しくはお問合せください。

社会教育センター 06(6789)4100、FAX06(6789)5212

ダンスフェスタ東大阪出場者

11月6日(日)13時から 市文化創造館Dream House 大ホール 市内在住・在勤・在学(いずれか)の小学校5年生～おおむね22歳の2人以上のチーム 10組程度(抽選) 申込用紙を9月2日(金)(必着)までに郵送(ファクス、直接も可) ※申込用紙は市ウェブサイトからダウンロード可。



昨年の様子

〒577-8521市役所青少年教育課 06(4309)3281、FAX06(4309)3835

相談

不動産相談

8月23日(火)10時～14時(受付は13時30分まで) 市役所本庁舎1階相談室 土地、建物など ※当日先着順。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、FAX06(4309)3829

子どもの人権110番

8月26日からは、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間です。いじめや不登校、体罰、児童虐待などの相談に人権擁護委員や法務局職員が電話で応じます(相談は法務省人権擁護局ウェブサイト、LINE公式アカウントからも可)。 8月26日(金)・29日(月)～9月1日(木)8時30分～19時、8月27日(土)・28日(日)10時～17時 相談電話 0120(007)110(フリーダイヤル)

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

その他

傍聴しませんか 人権尊重のまちづくり審議会

9月2日(金)16時30分～18時30分 市役所本庁舎18階研修室 5人(当日先着順) 人権尊重のまちづくりに関する重要事項についての審議 人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823

人権擁護委員会をご存じですか

人権擁護委員は、人権侵害があった場合に相談相手になり、適切な処置を講ずることによって救済を図ります。また、人権思想の普及高揚にも努めています。このほど、本市の人権擁護委員であった稲田真一さんと浅田勝さんが、長年その職にあり、職務上の功績があったとして、法務大臣から感謝状が贈呈されます。

人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823

分譲マンション管理実態調査 アンケートにご協力を

マンションの管理の適正化の推進に関する法律の改正(4月施行)に伴い、適切な管理計画を有する分譲マンションを認定する管理計画認定制度が始まりました。昨年度実施した分譲マンション管理実態調査アンケートに未回答の管理組合を対象に6月末ごろに再度アンケートを送付しました。適正な分譲マンションの管理状況把握のため、ご協力ください。

住宅政策室企画推進課 06(4309)3232、FAX06(4309)3833

地域にタクシー乗り場を 設置しませんか

市では、電車・バスが利用しづらい地域での移動を便利にするため、タクシー乗り場の設置に取り組んでいます。地域のタクシー乗り場を利用すると、乗り場からの料金だけで便利に目的地へ移動できます。昨年度には市内4地域でタクシー乗り場を設置する社会実験を行いました。実験結果など、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)。



【タクシー乗り場設置の流れ】

①相談の受付 ②自治会との話し合い ③タクシー事業者へ協力のお願い ④乗り場の設置、利用開始 タクシー乗り場の設置を希望する方は、交通戦略室へご相談ください。なお、関係者との調整の結果によっては設置ができない場合があります。

交通戦略室 06(4309)3216、FAX06(4309)3831

高齢者はり・きゅう およびマッサージ 1000円で受けられます

9月の敬老月間中、市内の施術所で、はり・きゅうおよびマッサージを1回1000円(各2回まで)で施術します。下の鍼灸院に連絡いただくと、最寄りの施術所を紹介します。 9月1日(木)～30日(金)の月曜日～金曜日(祝休日を除く) 市内在住の65歳以上の方 8月15日(月)～9月30日(金)の月曜日～金曜日9時～12時に電話で(祝休日を除く)

はり・きゅうの市鍼灸師連絡協議会 ▷東地区=永澤鍼灸院 072(982)7839、齊田鍼灸養生院 06(6787)7411 ▷中地区=橋川はり灸院 072(964)3709、たけだ鍼灸院 06(6744)9966 ▷西地区=松本はり灸院 06(6723)7885、ながせ鍼灸院 06(6723)5523

マッサージの市鍼灸師連絡協議会 ▷東地区=齊田鍼灸養生院 06(6787)7411 ▷中地区=たけだ鍼灸院 06(6744)9966 ▷西地区=ながせ鍼灸院 06(6723)5523

高齢介護課 06(4309)3185、FAX06(4309)3814

学ぶのつづき

長瀬老人センターの教室

【健康講座「骨粗しょう症予防、口コモティブシンドロームを学ぶう】

8月30日(火)13時30分～14時30分
20人 8月15日(月)～27日(土)

【高齢者向けスマートフォン体験講座】

9月13日(火)13時30分～15時30分
16人 ※スマートフォンは貸し出します。8月15日(月)～31日(火)

市内在住の60歳以上の方 ※いずれも申込先着順。各申込期間に電話または直接

8月15日(月)～31日(火) ※申込期間に電話または直接

介護福祉士試験対策講座

10月8日～11月12日の土曜日10時～16時(計6日間) 所 府立母子・父子福祉センター(大阪市東成区中道1) ※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し、第35回介護福祉士国家試験の受験申込みをしている方 24人(抽選) ※5000円 ※2歳以上の就学前幼児の保育あり。基本事項(右下に掲載)と職業、受講動機、以前受講した方はその講座名、保育の要否を9月8日(木)(消印有効)までに往復ハガキで(府立母子・父子福祉センターウェブサイトからも可)

〒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

子ども家庭課 06(4309)3194、FAX06(4309)3817

園芸スキルアップ講座

秋の寄せ植えの育て方や増やし方を学びます。植えた植物は持ち帰れます。9月8日(木)10時～12時・13時～15時 所 花園中央公園内東側温室 ※市内在住の方 各25人(抽選) 料500円 荷手手 8月16日(火)～30日(火)に電話で

みどり景観課 06(4309)3227、FAX06(4309)3836

花園ラグビー場のスポーツ教室

【芝生でハワイアンフラ】 ワークショップで1曲マスターして踊ります。



昨年の様子

9月11日(日)10時30分～12時 所 第1グラウンド 定 250人 料 一般1500円、中学生以下500円 持 着替え、タオル、飲み物(水のみ)



【はじめてのハワイアンフラ】

9月6日(火)・13日(火)・27日(火)13時～14時(計3日間) 所 スポーツステーション ※18歳以上の方 定 20人 料 3300円 ※体験1回1100円。持 着替え、タオル、飲み物



※いずれも申込先着順。電話または申込専用ウェブサイトで(それぞれのコードからアクセス可)

花園ラグビー場 072(961)3668、FAX072(961)3661

角田総合老人センター 教室&催し

【みんなの体操ひろば(ヨガ)】

8月26日(金)10時～11時30分 定 20人(申込先着順) 8月16日(火)から

【夏の屋下がリコンサート】

8月27日(土)10時30分～12時10分・13時30分～15時10分 定 各30人(抽選) 8月15日(月)～23日(火)

【だん・DAN! ダンス体操】

9月2日(金)14時～15時30分 定 25人(抽選) 8月22日(月)～30日(火)

【男性のためのバランス健康体操教室】

9月6日(火)・20日(火)10時～11時30分(計2日間) 定 30人(申込先着順で全日程参加できる方を優先) 8月24日(火)から

【バランス健康体操教室】

9月6日(火)・20日(火)13時～14時30分 定 各30人(申込先着順) 8月17日(火)から

【ニコニコ体操】

9月7日(水)＝体組成測定 10月5日(水)＝脳トレ体操 ※いずれも10時～11時30分 定 各20人(申込先着順) 8月25日(木)から

各申込期間に電話または直接 所 角田総合老人センター 072(962)8011、FAX072(963)2020

東大阪アリーナ 教室&催し

【HOS バスケ教室】

9月2日～11月25日の金曜日 18時～19時20分＝初級 19時30分～20時50分＝中級 ※いずれも9月9日・16日・23日、11月18日を除く各計9日間 対小・中学生 定 各10人 料 1万4490円 持 室内用シューズ、タオル、マイボール(あれば)、飲み物 ※電話予約のうえ、1週間以内に料金を直接

【水泳教室(ジュニアコース)】

10月～12月の水泳教室の会員を募集します(写真)。



新規の方＝9月1日(木)から電話で(東大阪アリーナウェブサイト、直接も可) 継続の方＝申込用紙を8月31日(火)までに直接 ※コースや定員、料金など、詳しくは東大阪アリーナ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。



※いずれも申込先着順。 所 東大阪アリーナ 06(6726)1995、FAX06(6726)1994

インターネットショップ開業塾

8月1日・15日・11月5日・19日・来年1月14日

9時30分～12時または13時～15時30分＝各13人 10月8日・29日・11月12日・12月3日・来年1月21日の土曜日9時30分～12時または13時～15時30分＝各12人 ※いずれも各計5日間で申込先着順



所 明洋ライセンススクール(菱屋西1) ※インターネットショップを利用したことがあり、インターネットショップ開業をめざす方 ※開業準備、撮影実践とレタッチ、ページ編集の基本・商品編集、宣伝方法など ※基本事項(下に掲載)をファクスまたはEメールで

東大阪商工会議所 06(6722)1151、FAX06(6725)3611、wakabayashi@hocco.or.jp

商業課 06(4309)3176、FAX06(4309)3846

SNSとGBPで売上アップ! 小規模店のためのSNS・GBPセミナー

SNSとGoogle ビジネスプロフィール(GBP)の活用法についてのセミナーを開催します。また、インボイス制度についても説明します。

9月8日(木)13時30分～16時50分 所 クリエイション・コア東大阪南館3階研修室BC ※市内で店舗を営む方 定 30人(申込先着順) ※参加者にはSNS・GBP活用ガイドブックをプレゼント。セミナー終了後にSNS活用法の個別相談会を実施。

9月2日(金)までにファクスまたはEメールで(申込専用フォームからも可) ※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)。



申込専用フォーム



市ウェブサイト

関西ほど「東大阪市SNSを活用した個店の魅力発信業務」事務局 06(6479)3110、FAX06(6479)3111、higashiosaka-sns@kansaiapado.co.jp

商業課 06(4309)3176、FAX06(4309)3846

●記号の見方

時とき 所 ところ 対 対象 定 定員・定数 内 内容 料 料金(表示のないものは無料) 持 持ち物 申 申込方法・申込み先など 問 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



～緊急レベル★★★★☆ 通販サイトで注文した商品が届かない!

事例 通販サイトでスニーカーを購入し、代金を振り込んだが届かない。注文確認のメールは届いたが、その後問合せをしても返信がない。ウェブサイト上に書かれていた住所は実在せず、電話番号は書かれていなかった。

解説 通信販売では、店舗での購入と違い、代金を支払ったが商品が届かないというトラブルが起こることがあります。事例のように販売会社と連絡が取れない場合、支払った代金を返金してもらうことは困難です。

購入する前に、ウェブサイト住所や電話番号などの記載があるか、業者が実在するか、また支払い方法や解約条件などをしっかりと確認しましょう。海外の店舗は実体などがわかりづらいことが多いため慎重に検討する必要があります。

ます。入手困難な商品やブランドの商品が、一般的な流通価格と比べ、極端に安くないか、日本語表記におかしな点がないかなども確認しましょう。

事例のような詐欺サイトでは、クレジットカードやコンビニ後払いなどの支払い方法の選択肢が掲載されていても、実際に注文する際には、銀行振込みや代金引換しか選択できないことが多いため注意が必要です。少しでも怪しいと感じたら注文しないようにしましょう。

インターネット通販の場合は、ウェブサイトに記載されている取引条件に従うことになります。通信販売にはクーリング・オフ(無条件解約)がありませんので注意しましょう。

消費生活センター 072(965)0102、FAX072(962)9385

お知らせ コーナー

催し

ゆるくまろう!! 鉄ロゲイン大阪

決められた時間で市内の観光スポットなどを巡り、ポイントを集めるイベントです。8月16日(日)10時～14時 8月22日(日)10時から ※申込方法など、詳しくは近畿日本鉄道(株)特設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)。



近畿日本鉄道(株)近鉄大阪ハイキング係 06(8775)3566

国際観光室 06(4309)3230、FAX 06(4309)3849

チェロ奏者 大谷雄一さんによる アフタヌーンコンサートVol.15

10月7日(金)14時～15時 市文化創造館多目的室 80人(市内在住・在勤・在学(いずれか)の方を優先して抽選) 基本事項(10面に掲載)と市外在住の方は勤務先または学校名、同伴者の氏名(ふりがなも)を8月15日(月)～9月16日(金)(必着)に往復ハガキで ※1枚に2人まで。重複申込不可。車いす席や子どもの膝上鑑賞を希望する場合は明記してください。詳しくは市文化創造館ウェブサイトをご覧ください。お問合せください。

〒577-0034 御厨南 2-3-4 市文化創造館 06(4307)5772、FAX 06(4307)5778(9時～20時)

朗読劇「雨月物語～白峯」

9月11日(日)13時～14時30分 20人(申込先着順) 8月16日(火)9時30分から電話または旧河澄家ウェブサイト

旧河澄家 072(984)1640 (FAX兼用)

夏の工作 ワクワクお面作り

紙皿や絵の具を使って自分だけのお面を作ります(写真)。8月27日(土)14時から 30人(当日先着順) ※ハサミを1人で使えない子どもは保護者同伴。 花園図書館 072(965)7700、FAX 072(965)9212



FC大阪 フットボール体験&公式戦

【フットボール体験】

FC大阪の選手とのフットボール体験イベントを開催します。 ※イベント終了後の公式戦も観戦できます。 9月11日(日)11時30分～12時20分 小学生以下の子ども ※保護者同伴可。 50人(申込先着順)



【FC 神楽しまね戦にご招待】

東大阪市民応援デーとして、FC大阪対 FC 神楽しまねの試合に市民の皆さんを無料で招待します。 9月11日(日)14時から 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 200人(申込先着順)



市花園ラグビー場第2グラウンド 8月17日(水)9時から各申込専用ウェブサイト(それぞれのコードからアクセス可)

FC大阪 06(6264)2411(10時～18時) 花園・スポーツビジネス戦略課 06(4309)3019、FAX 06(4309)3849

9月8日に開催 国際識字デー・市民のつどい

言葉や文字は、私たちが生活していくうえで、とても大切なものです。「すべての人に文字を！」をスローガンに、1990年に始まった「国際識字年」の取組みも、今年で33年目を迎えました。

本市でも、蛇草識字学級や荒本識字学級、意岐部中学校夜間学級、布施中学校夜間学級、よみかき教室などで、多くの方が文字などを懸命に学んでいます。

市では、識字への理解と認識を深めてもらうため、今年も「東大

阪市国際識字デー・市民のつどい」を開催します。



とき 9月8日(木)13時30分～15時50分(開場は13時)

ところ イコーラム(男女共同参画センター)

定員 244人(当日先着順)
内容 丸山敏夫さん(右上写真)

による講演「今こそ識字・日本語教室の活動を広げよう」、Lien Saxophone Quartet(左下写真)による演奏 ※手話通訳あり。

問合せ先 社会教育課 06(4309)3279、FAX 06(4309)3835



史跡めぐり

稲葉から菱江を歩きます(約6km)。



9月25日(日) ☆近鉄河内花園駅北側バス停付近に9時30分集合、近鉄若江岩田駅で12時ごろ解散 ※小雨決行。 市内在住・在勤(いずれか)の方 20人(抽選) 300円 マスク、飲み物 基本事項(10面に掲載)を9月9日(金)(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 (FAX兼用)

気軽に参加を! ゆうゆう茶論

第1金曜日13時～16時 60人(当日先着順) ストレッチ、手芸、囲碁など マスク 花園ゆうゆうプラザ(日下) 072(986)9293 (FAX兼用)

ベビータイム

赤ちゃんと保護者のための図書館開放時間です。 8月24日(水)9時～12時 乳幼児とその保護者 ※一般の方も利用可。 四条図書館 072(982)1235、FAX 072(984)6079

高井田老人センター 催し&教室

【DVD鑑賞会「綾小路きみまろ爆笑!エキサイトライブビデオ第3集」】

8月26日(金)10時～11時5分・13時30分～14時35分・14時45分～15時50分 各30人(申込先着順) 8月15日(月)から

【シニアまちあるき案内人ボランティア養成講座】

9月5日・10月17日・11月21日・12月19日・来年1月16日の月曜日10時～11時(計5日間) ※9月～12月は座学、1月はまち歩き。 10人(申込先着順) 8月15日(月)から

【お楽しみ会「落語と健康体操」】 9月7日(水)13時30分～15時 30人(抽選) 8月15日(月)～22日(月)

市内在住の60歳以上の方 飲み物 各申込期間に電話または直接

市社会福祉協議会内高井田老人センター 06(8789)3751、FAX 06(8789)9174

募集 会計年度任用職員

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。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)。

【学校運動部活動等補助職員】

市立中学校、高校における運動部活動の技術指導、保健体育学習の補助などの業務です。 2人 郵送または直接

学校教育推進室 06(4309)3269、FAX 06(4309)3838

【医療扶助適正化推進員】

生活福祉課または福祉事務所での業務です。 1人 8月8日(月)～来年2月10日(金)(必着)に郵送または直接採用者が決定次第、受付終了。

生活福祉課 06(4309)3226、FAX 06(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

長瀬障害者センター 06(6720)5382、FAX 06(6720)5700

【管理栄養士】

保育所および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。 8月31日(水)(必着)までに郵送または直接

保育課 06(4309)3196、FAX 06(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、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・子育て支援業務です。 8月31日(水)(必着)までに郵送または直接

保育課 06(4309)3196、FAX 06(4309)3817

令和4年度
保存版

東大阪健康・長寿マイレージ



ポイントをためて、

得 賞品と健康をゲットしよう！

検(健)診を受けたり、健康づくり・介護予防事業に参加したりすることでポイントをためて応募すると、抽選で賞品がもらえます。楽しみながら、健康づくりに取り組みましょう！

①ためる！

次の4つの方法でポイントをためよう！

- 検(健)診を受ける
- 健康づくり・介護予防事業に参加する
- 健康づくりに取り組む
- 健康情報をチェックする

応募用紙の最後に
ボーナスポイント
もあるで!!



実施・応募期間

応募用紙を8月15日(月)～
12月28日(水)(消印有効)に郵送または直接

対象

市内在住・在勤(いずれか)の18歳以上の方

②応募する！

50ポイントたまったら、応募用紙(保存版4面)
に必要事項を記入し、郵送または持参しよう！

※応募用紙は保存版4面をコピーまたは市ウェブ
サイトからダウンロード可。

昨年度当選者の声

- 健康づくりの励みになる
- 来年も取り組みたい
- 家族や知人にも勧めたい

686人に
素敵な賞品が
当たると!!



③当たる！

賞品発送時期は来年3月ごろを予定しています。

応募者数が満たない賞品については、ほかの賞品での落選者を対象に再度抽選を行う場合があります。

A 4K 大型テレビ
(50型程度)

※配送・設置は市内の住所に限ります。



1人

B 自動調理鍋

2人



C 体組成計

2人



D ドライヤー



2人

E 防災リュック



3人

F 命の輝き共生の森計画
推進協議会提供

クリスマス
ローズ苗木

※保健所での受取りになります。

10人

G ㈱アドバンス提供
米ぬか洗剤 とれる
no.1 500mL



10人

H 夏山金属工業㈱提供
「アルミ合金製無
水調理鍋 POD + PAN」



1人

I 大一銅業㈱提供
クリップ機能付キー
ホルダー「クリップマーキ
ー(3個入り)」



40人

J ㈱廣田工具製作所提供
ペット用爪切り
Zan ピコックタイプ



3人

K 若井産業㈱提供
森のこたな S
3種アソート



10人

L ㈱ロボテックス
提供

90周年モンキレンチ
(UM30XB 10人、
UM36XB 10人)



20人

M ㈱ジェイコムエ
スト東大阪局提供

ZAQ グッズ



3人

N エップヤーン(有)
提供

Tシャツ生地で作っ
たエコバッグ



4人

O 森村金属㈱提供

安心・防犯・
快適をサポートす
る多機能補助錠
「まもり~の」



50人

P 大洋精工㈱提供

らくらくヘル
パーハイパーセッ
ト(HP-500)



10人

Q 5000円の
全国共通百
貨店商品券

15人

R 500円
図書カード

500人

※商品はイメージです。当選者の発表は厳正なる抽選のうえ、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

郵送・問合せ先

〒578-0941岩田町4-3-22-300
保健所健康づくり課マイレージ担当宛て
〒577-8521荒本北1-1-1
市役所高齢介護課マイレージ担当宛て

持参先

健康づくり課	岩田町4-3-22-300	072 (960) 3802、FAX072 (970) 5821
東保健センター	旭町1-1	072 (982) 2603、FAX072 (986) 2135
中保健センター	岩田町4-3-22-300	072 (965) 6411、FAX072 (966) 6527
西保健センター	高井田元町2-8-27	06 (6788) 0085、FAX06 (6788) 2916
市役所高齢介護課	荒本北1-1-1 (9階)	06 (4309) 3185、FAX06 (4309) 3814

楽しく、健康に！ 健康づくり・介護予防事業一覧

市では、市民の皆さんの健康づくりや介護予防を促進するため、さまざまな教室や検(健)診などを実施しています。この機会に参加し、楽しく健康づくりや介護予防に励みませんか。各事業への参加の申込みは、電話でお願いします。

健康づくり

事業名	とき	ところ	申込み	内容	申込み・問合せ先など
食育のつどい	11月ごろ	イコラーム(男女共同参画センター)	要	食育に関する講演、媒体展示、体験など	☎健康づくり課
健康フェスタ	11月5日(土)・6日(日)10時～16時	花園中央公園(花園 EXPO 内)	不要	健康に関する展示・体験	☎健康づくり課
COPD 講演会	11月ごろ	未定	要	医師によるCOPDについての講話	☎健康づくり課
カラダ若返りお役立ち講座	9月28日(水)・11月30日(水)9時30分～11時30分	西保健センター	要	高血圧と脂質異常についての講話、運動実践	☎市内在住の40歳～74歳の方 ☎西保健センター
あなたにもできる！健康ダイエット	10月3日(月)・11月7日(月)・12月5日(月)10時～11時30分	西保健センター	要	簡単なエクササイズ、栄養講話	☎69歳以下の方(BMI25以上の方優先) ☎西保健センター
血糖値を下げる教室	①10月3日(月)・17日(月)・31日(月)または②10月31日(月)・11月7日(月)・14日(月)13時30分～15時30分(各計3日間)	①東保健センター ②西保健センター	要	医師・栄養士・保健師の講話、運動実習	☎血糖値が高めの方 ☎東・西保健センター
マイナス5kgダイエット	8月26日・9月30日・10月28日・11月25日・12月23日の金曜日9時30分～11時15分(計5日間)	東保健センター	要	未定	☎75歳未満でBMI23以上の方 ☎東保健センター
チャレンジ講座	9月15日・10月20日・11月17日・12月15日の木曜日13時30分～15時(計4日間)	中保健センター	要	生活習慣病に関する講座	☎市内在住の40歳以上の方 ☎中保健センター
成人健康相談			不要	健康に関する相談	☎東・中・西保健センター
骨密度測定			要	骨密度測定	☎市内在住の20歳以上の方 ☎東・中・西保健センター
成人歯科健康相談	日程などはお問合せください。	東・中・西保健センター	要	歯科健診と相談	☎市内在住の40歳以上の方 ☎東・中・西保健センター
糖尿病個別食事相談会			要	糖尿病の食事についての個別相談	☎血糖値が高めの方 ☎東・中・西保健センター
糖尿病食事学習会	11月9日(水)13時30分～15時	中保健センター	要	糖尿病食についての学習会(調理なし)	☎血糖値が高めの方 ☎中保健センター
からだによい食べ方講座	10月12日(水)・12月14日(水)13時30分～15時(計2日間)	中保健センター	要	運動、講話	☎65歳以上の方 ☎中保健センター
カラダによい食べ方&運動講座	①9月29日(木)・10月6日(木)または②11月28日(月)・12月5日(月)13時30分～15時(各計2日間)	①ゆうゆうプラザ(日下) ②東保健センター	要	運動、講話	☎65歳以上の方 ☎東保健センター
カラダによい食べ方講座(フレイル予防)	10月7日(金)・11月18日(金)・12月16日(金)13時30分～15時(計3日間)	柏田公民館	要	運動、講話	☎65歳以上の方 ☎西保健センター
男の食と健康講座	①8月25日(木)・9月1日(木)13時30分～15時30分または②9月13日(火)・27日(火)・10月4日(火)13時30分～15時	①東保健センター ②中保健センター	要	講話	☎60歳以上の男性 ☎東・中保健センター
自炊がしたい男性の耳学講座	9月1日(木)・15日(木)・29日(木)10時～12時	西保健センター	要	講話	☎60歳以上の男性 ☎西保健センター
美活講座(美ママ)	10月6日(木)14時～15時30分、12日(水)10時～11時30分	西保健センター	要	健康講座	☎育児中の女性 ☎西保健センター
骨密度測定	日程などはお問合せください。	東・中・西保健センター	要	骨密度測定	☎2歳児歯科健康相談時希望の保護者 ☎東・中・西保健センター
みんなでマタニティ	日程などはお問合せください。	東・中・西保健センター	要	沐浴体験など	☎妊婦とその家族 ☎東・中・西保健センター
食育メイトのおすすすめクッキング	8月18日(木)(時間未定)	西保健センター	要	調理実習と栄養講話	☎20歳以上の方 ☎西保健センター
若さを保つ秘訣法	未定	東保健センター	要	骨密度・握力・体組成・血流・血圧の測定	☎20歳以上の方 ☎東保健センター
まちかど測定	未定	未定	不要	体組成測定と結果説明	
そよかぜの会	9月20日(火)・10月18日(火)10時～11時30分	五条老人センター	要	体操、健康講話	☎60歳以上の方 ☎東保健センター
やまなみ歩こう会例会、コースおとし	月2回(日程未定)	未定	要	らくらく登山道健康ウォーキング保険は未加入のため自己責任	☎東保健センター
きらりウォーク 短距離	未定	未定	不要	身近で楽しく安全なウォーキング	※保険料50円が必要。 ☎中保健センター
まちづくり応援隊と若返りへGO	9月28日(水)・11月30日(水)午後	中保健センター	要	未定	
劇団くり〜ん	未定	未定	要	禁煙、認知症、生活習慣病予防の啓発活動	☎中保健センター
健康ウォーキング やまぶみ会	月3回(水曜日)	未定	要	生駒山系コースのウォーキング	☎西保健センター
健康トライ応援隊の健康講座	10月19日(水)午前中	西保健センター	要	つんく体操、体組成測定	
ニコニコ体操	第1水曜日10時～11時30分	角田総合老人センター	要	健康体操	☎20人(申込先着順) ☎角田総合老人センター 072(962)8011、FAX072(963)2020
意岐部フェスタ	未定	意岐部中学校	不要	未定	
はずの広場フェスタ	未定	はずの広場(近江堂)	不要	未定	☎西保健センター
長瀬南地区ふれあいフェスタ	10月16日(日)	長瀬中学校	不要	未定	
盾津ふれあいフェスティバル	未定	盾津中学校	不要	未定	☎中保健センター
がん講演会	11月ごろ	未定	不要	がん体験者による講演	☎健康づくり課
生駒観音クリーンハイキング	11月ごろ	未定	要	生駒山の清掃登山	☎みどり景観課 06(4309)3227、FAX06(4309)3836
けんこう運動見本市	12月ごろ	未定	要	介護予防ボランティアグループの活動体験	☎角田総合老人センター
ゆうゆう倶楽部	9月～12月の第3土曜日13時～16時	ゆうゆうプラザ(日下)	要	童謡・唱歌を歌う会、楽器の演奏	☎ゆうゆうプラザ(日下) 072(986)9293 (FAX兼用)
健康講座	10月12日(水)13時30分～15時30分	グリーンパル(中鴻池)	要	足腰を鍛えて転倒予防	☎グリーンパル(中鴻池) 06(6744)2748 (FAX兼用)

介護予防

事業名	とき	ところ	申込み	内容	申込み・問合せ先など
Withコロナフレイル予防体操教室	9月22日(木)・10月27日(木)13時30分～14時30分(計2日間)	地域包括支援センターヴェルディ八戸ノ里(下小阪4)	要	フレイル予防体操	☎65歳以上の方 ☎15人(申込先着順) ☎地域包括支援センターヴェルディ八戸ノ里 06(6727)0213、FAX06(7638)1024
介護予防・健康体操教室 けんこう乾杯クラブⅡ	10月13日(木)・11月10日(木)14時～15時(計2日間)	東体育館	要	簡単なストレッチや体操と講話	☎65歳以上の方 ☎5人(申込先着順) ☎地域包括支援センター千寿園 072(983)7725、FAX072(983)7701
認知症の方の生活環境	10月18日(火)10時～11時	神田会館	要	自宅で安心して過ごすために～事例に基づいた対応の仕方・福祉用具の活用	☎10人(申込先着順) ☎10月11日(火)13時から ☎地域包括支援センター四条 072(940)7568、FAX072(940)7578
りぼん広場(南)りぼん広場(北)	第4水曜日(南) 第4金曜日(北)	英田公民館(南) 島之内自治集会所(北)	要	認知症の学習、認知症予防のための物作り、介護予防に関わる講座など	☎各10人程度 ☎地域包括支援センターアーバンケア島之内 072(960)6072、FAX072(960)6080
介護予防ラジオ体操教室	第2月曜日8時30分～9時30分	若江本町北公園(若江本町2) ※屋外で実施。	不要	ラジオ体操と脳トレーニング	☎65歳以上の方 ☎地域包括支援センターアパス東大阪 06(4307)0165、FAX06(4307)0444
フラダンス教室	第2・4水曜日10時30分～12時	YMCA サンホーム(御厨南3)	要	フラダンス	☎65歳以上の方 ☎地域包括支援センターサンホーム 06(7670)3700、FAX06(7678)3885
アーバンケア稲田リボンカフェ	第2土曜日14時～15時	ももの広場(楠根)	不要	認知症に関する相談・勉強、認知症予防の体操、地域の集いの場	☎地域包括支援センターアーバンケア稲田 06(6748)8009、FAX06(6748)8010
アーバンケア新喜多リボンカフェ	第3土曜日13時30分～14時30分	御厨会館	要	認知症の相談、機能訓練指導員による体操、物作り、体組成測定	☎15人(申込先着順) ☎地域包括支援センターアーバンケア新喜多 06(6784)0001、FAX06(6784)7771
健康教室	第4水曜日	レーベンスラウム(高井田元町1)	要	映像を見ながら簡単な体操や脳トレ	☎65歳以上の方 ☎14人(申込先着順) ☎地域包括支援センターレーベンスポルト 06(6782)1313、FAX06(6782)1314
ナティマナフラススタジオ	8月20日(土)14時～15時30分	総合事業センターイースタンピラ(柏田本町)	要	健康で美しくなる筋力トレーニングが楽しくできるフラダンス	☎65歳以上 ☎15人(申込先着順) ☎柏田・長瀬中学校区在住の方を優先) ☎地域包括支援センターイースタンピラ 06(6728)3099、FAX06(6728)3092
おさんばラリー	第3火曜日10時～12時	地域包括支援センター上小阪(新上小阪)	要	ウォーキングと脳トレ	☎65歳以上の方 ☎地域包括支援センター上小阪 06(6726)3040、FAX06(6730)7168
健康のつどい	9月28日(水)14時～15時30分	八戸の里老人センター	要	なじみの歌にあわせて行うエアロビクス(有酸素運動)	☎60歳以上の方 ☎20人(申込先着順) ☎八戸の里老人センター 06(6724)6220、FAX06(6724)6738
健康体操教室	第1・3金曜日(8月を除く)	長瀬老人センター	要	簡単なストレッチや体操	☎市内在住の60歳以上の方 ☎20人 ☎バスタオルまたはヨガマット、フェイスタオル ☎長瀬老人センター 06(6720)5653、FAX06(6724)9869
元気体操教室	第3または第4土曜日13時30分～15時(8月、12月を除く)	荒本老人センター	要	筋力や柔軟性の低下を抑え体の運動機能を向上する体操	☎60歳以上の方 ☎各10人(申込先着順) ☎荒本老人センター 06(6788)2214、FAX06(6788)3353
楽しくトライ体操	第3月曜日10時～11時30分	五条老人センター	要	楽しくトライ体操とゲームなど	☎60歳以上の方 ☎20人(抽選) ☎五条老人センター 072(985)3751、FAX072(986)7592
転ばないためのがんばる体操	9月14日(水)・10月12日(水)・11月9日(水)10時～10時45分または11時～11時45分(各計3日間)	高井田老人センター	要	音楽にあわせた簡単なストレッチや体操	☎全日程参加できる60歳以上の方 ☎各30人(申込先着順) ☎高井田老人センター 06(6789)3751、FAX06(6789)9174
高齢者eスポーツ教室	未定	未定	要	ゲームを使った介護予防	☎60歳以上の方 ☎15人程度 ☎角田総合老人センター072(962)8011、FAX072(963)2020
みんなの体操ひろば	第4金曜日10時～11時30分(9月を除く)	角田総合老人センター	要	簡単なヨガ	☎60歳以上の方 ☎20人(申込先着順) ☎ヨガマット ☎角田総合老人センター
笑ってこよう！楽しくトライ体操	第3金曜日10時～11時	未定	要	体操	☎60歳以上の方 ☎25人(抽選) ☎角田総合老人センター

新型コロナウイルスの感染拡大などの状況により、事業が中止になる場合があります。最新の情報については、各問合せ先にご確認ください。

東大阪健康・長寿マイレージ応募用紙

(1人1回限り、50ポイント以上で応募可)

希望賞品を1面より選び、アルファベットで記入してください。

希望賞品	A～Rのアルファベットを記入してください。 第1希望() 第2希望() 第3希望()	総合計 ポイント	ポイント
------	--	-------------	------

氏名、生年月日、電話番号、住所など記入漏れのないようお願いします。

フリガナ	年 月 日	電話	(日中連絡のつく番号をご記入ください)
氏名	生 年 月 日	歳	
	性別	男性・女性	
〒	※いずれかに○を→自宅・職場(会社名)	職業	(在勤の方は会社名をご記入ください)
住所	(東大阪市内の賞品の送り先住所をご記入ください)		
東大阪市			

※本事業で集めた個人情報、目的外で使用しません。

1. 検(健)診受診ポイント (合計: ポイント) ※受診日を記入してください。

がん検診を受診すると10ポイント、特定・職場健診を受診すると20ポイント、人間ドックを受診すると最大40ポイントゲット! 受診期間は今年1月1日～12月28日のものが有効です。必ず受診日、受診内容のわかるものを添付してください。

今年 月 日 受診	今年 月 日 受診	今年 月 日 受診	今年 月 日 受診
()ががん検診 10ポイント ※東大阪市のがん検診以外を受診した方は、受診日がわかる書類(結果または領収書のコピーなどを添付してください)	特定健診 20ポイント ※後期高齢や社会保険など東大阪市内以外の特定健診を受けた方は、受診日がわかる書類(結果または領収書のコピーなどを添付してください)	職場健診 20ポイント ※受診日がわかる書類(結果または領収書のコピーなどを添付してください)	

※健診の受診方法についてはお問合せください。人間ドックは、がん検診・特定健診が含まれている場合は両方の欄に日付を記入してください。

2. 健康づくり・介護予防事業参加ポイント (合計: ポイント)

2・3面に掲載している健康づくり・介護予防事業に参加すると、スタンプ1つにつき10ポイントゲット!
※参加時に応募用紙を持参して、スタンプを押してもらってください。

見本	スタンプ押印①	スタンプ押印②	スタンプ押印③	スタンプ押印④
○月△日	月 日 月 日 月 日	月 日 月 日 月 日	月 日 月 日 月 日	月 日 月 日 月 日

ポイントの集め方(例) ポイントの集め方はたくさんあります。

〈例1〉50歳代男性の場合 特定健診 20ポイント + がん検診(大腸・肺) 20ポイント + アンケート 10ポイント	〈例2〉20歳代女性の場合 がん検診(子宮) 10ポイント + 健康づくりの取組み(30日分) 30ポイント + 健康づくり事業に参加 10ポイント	〈例3〉40歳代在勤者の場合 職場健診 20ポイント + 健康づくりの取組み(20日分) 20ポイント + アンケート 10ポイント
---	---	---

3. 健康づくりポイント (合計: ポイント) ※取組期間は8月15日(月)～12月28日(水)

健康づくりの取組内容を書いて、10日間(連続でなくても可)取り組むと、10ポイントゲット! 自分の目標を下の□□□□に書いて、実施した日付を四角枠に記入してください。



《目標例》1日30分歩く・毎食野菜を食べる・23時まで寝る
・アルコールは1日1合までにする・禁煙する

・ラジオ体操に参加する・公園にある健康遊具を活用するなど

※ラジオ体操ポイントマップ、健康遊具マップは市ウェブサイトに掲載。

私の健康づくりの取組みは

です!

1 月 / 日	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40

4. 健康情報チェックポイント (ポイント) 最大40ポイント!!

市公式 YouTube、市公式 Facebook のいずれか(右のコードからアクセス可)を登録・フォローのうえ、健康に関する動画や記事をチェックすると、10ポイントゲット! 登録・フォローした SNS にチェックマークを記入してください。

□市公式 YouTube □市公式 Facebook



★★★★ポータルポイント★★★★ (ボーナスポイント: ポイント)

今後の事業のために、以下のアンケートにご協力ください。アンケートに回答すると、10ポイントゲット!

1) 東大阪健康・長寿マイレージに参加したきっかけは何ですか(複数回答可)。

①市政によりを見て ②市ウェブサイトを見て ③友人・家族にすすめられて ④賞品がもらえるから ⑤保健所等事業ですすめられて ⑥地域包括支援センターですすめられて ⑦その他()

2) この事業をきっかけに、初めてがん検診や特定健診を受けましたか。

①はい ②いいえ ③以前から検(健)診を受けていた

「①はい」と答えた方に質問です。

今後がん検診や特定健診を受けようと思いませんか。

①定期的に受けようと思う ②ときどき受けようと思う ③受けたくないと思う

3) この事業をきっかけに、初めて保健所などの教室に参加しましたか。 ①はい ②いいえ

4) あなたは健康づくり・介護予防に関して、どれくらい関心がありますか。

①大変関心がある ②割と関心がある ③ふつう ④あまり関心がない ⑤全く関心がない

5) この事業に参加したことで、ご自身の健康意識が高まりましたか。 ①高まった ②変わらない

6) 今後実施して欲しいまたは必要な健康づくりに関する事業はどのようなものですか。

()

7) あなたのこれからの健康宣言をご記入ください。

()