

- 2 新型コロナウイルス ワクチン接種をご検討ください
- 3 後期高齢者医療制度 新しい被保険者証を9月上旬に送付
- 8-9 帰ってきたキャッシュレス de ハッピーポイントキャンペーン
- 16 マイナンバーカードをまだお持ちでない方へ

発行：東大阪市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 48万8502人 世帯数 23万5355世帯(令和4年8月1日現在)

市ウェブサイト



市 LINE 公式アカウント



どこでやってるの？

ラジオ体操



市内では、多くの地域でラジオ体操が実施されています。朝から体を動かして、健康づくりを始めませんか。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)。



ラジオ体操
拠点マップ



花園中央公園で毎朝開催されるラジオ体操には、健康のために多くの方が参加

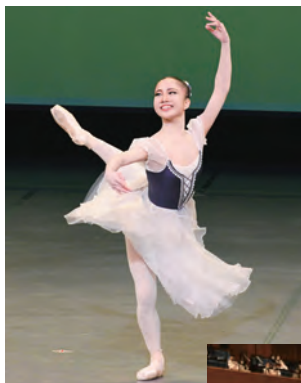


— 目標 —
今より10分多く
体を動かす+10!

9月は健康増進普及月間です。今より10分多く体を動かすだけで、健康寿命を延ばせます。この機会に自身や家族の健康について振り返ってみませんか(関連4面)。

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

9月は健康増進普及月間



8月8日に市文化創造館で行われた受賞セレモニー



ローザンヌ国際バレエコンクール第2位受賞 田中月乃さんに市長賞詞 贈呈

8月8日、若手ダンサーの登竜門といわれるローザンヌ国際バレエコンクールで2位を受賞した本市出身の田中月乃さんに市長賞詞を贈呈しました。

同日市文化創造館で開催された受賞セレモニーで、田中さんは同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、集まった約1000人の観客を魅了。田中さんは「練習して、努力しても、もっとパワーアップした私を見ていただけたらうれしいです」と話していました。

新型コロナウイルス

あなたとあなたの大切な方のために

ワクチン接種を一緒に検討ください

4回目接種

新型コロナウイルス

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まいりますので、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すが、なお、次の場合は接種券

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、誤登録や登録漏れなど、接種記録に不備があった▽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】

令和4年4月24日までに3回目接種を市の集団接種会場で受けた65歳以上の方(令和4年3月31日時点)へは、あらかじめ接種会場と日時を指定した接種券を発送しています。そ

【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】

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

【次の方は申請が必要】

申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。田町4-3-22-50

申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。田町4-3-22-50

申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。田町4-3-22-50

申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。田町4-3-22-50


申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。田町4-3-22-50

申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。田町4-3-22-50

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歳の医療従事者等および高齢者施設等の従事者(申請が必要)

※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
3月14日~3月20日	8月9日(火) 済
3月21日~3月27日	8月16日(火) 済
3月28日~4月3日	8月23日(火)
4月4日~4月10日	8月30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	9月5日(月)まで	9月6日(火)から
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	水・金・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™(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	月・木曜日 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 ※9月23日(祝)・24日(出)を除く。
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	火・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

※フリーエーション・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28日(日)まで
8月23日(火)9時から	8月29日(月)~9月4日(日)
8月30日(火)9時から	9月5日(月)~9月11日(日)
9月6日(火)9時から	9月12日(月)~9月18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)。

0 保健所新型コロナウイルス事業課

3回目接種

3回目接種の接種券については、2回目接種から5か月後を基準として発送しています。

本市の接種会場

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。なお、9月6日(火)から開設日時が変更になります。
※ワクチン接種可能な医療機関・集団接種会場一覧は市ウェブサイト(下のコード)からアクセス可。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。検索ができます。接種券が届いた時点で予約が可能です。前回は接種日から5か月を経過するまでは接種できません。接種券など、前回は接種日を確認できるものを用

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。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。
大阪府
防衛省

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・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。

【府・自衛隊 大規模接種会場】
意のうえ、予約をしてください。

後期高齢者医療制度 新しい被保険者証を 9月上旬に送付

得が28万円以上の後期高齢者医療制度加入者がいて、かつ一定以上所得がある世帯（加入者が1人の場合は年金収入とその他の合計所得金額の合計が200万円以上、加入者が2人以上の場合は同合計が320万円以上）に所属する加入者は2割負担となります。

負担割合が2割となる方への配慮措置

10月1日の施行後3年間（令和7年9月30日まで）は、2割負担となる方について、1か月の外来医療の窓口負担割合の引上げに伴う負担増加額を3000円までに抑えます（入院の医療費は対象外）。※同一の医療機関での受診については、上限額以上を窓口で支払う必要はありません。複数の医療機関での受診については、1か月の負担増加額を抑えるため、3000円を超える差額を高額療養費として、事前に登録されている高額療養費の口座へ後日払いします。

2割負担になる方へ高額療養費の口座事前登録のお願い

現在お持ちの被保険者証（水色）の有効期限は9月30日（金）までです。それ以降は使えませんので、市役所に返却するか、破棄してください。

※1 住民税課税所

2 割負担となる方へ

年金生活者支援給付金

新たに条件を満たした方へ 日本年金機構が請求書を送付

高額療養費の口座を登録していない方を対象に、9月下旬に府後期高齢者医療広域連合から口座の事前登録に関する案内を郵送します。申請書に必要な事項を記入して、同封の返信用封筒でご返送ください。

申請期限迫る！

令和3年度住民税非課税世帯等に 対する臨時特別給付金

令和3年度住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の申請期限は9月30日（金）（消期有効）です。また申請していない方は、早めに申請してください。8月1日から申請受付をしている令和4年度住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の申請期限とは異なります。

3年度の住民税均等割が非課税である世帯に住民税が課税されている方の扶養または専従者給与を受けている親族などのみからなる世帯を除く。生活保護受給世帯も対象（本給付金は生活保護世帯の収入として認定されません）。新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、世帯全員の収入が非課税相当となっている方については、申請のうえ、収入の審査があります。

▽令和3年1月1日時点で本市に在住の方
▽対象と思われる方に対して発送した確認書の返送受付は終了しましたが、返送が間にあわなかった方は、申請書による申請を受け付けています。※原則郵送で提出ください。
▽令和3年1月2日

以降に本市へ転入した方への申請が必要です。申請書など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください（下のコードからアクセス可）。
※申請には令和3年1月2日以降に本市に転入した方全員の課税（所得）証明書（非課税の内容のもの）が必要です。
詳しくはお問合せください。
☎571-8521 市役所住民税非課税世帯等臨時特別給付金センター
☎住民税非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター 06(4309)3212、℡06(4309)3815

公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せし、年金生活者支援給付金を支給します。支給金額は受給している年金の種類や納付記録によって決まります。

次の対象者は日本年金機構から請求書が送付されるため、手続きをしてください。
▽老齢基礎年金を受給している方
▽65歳以上かつ世帯全員が非課税で、年金収入とその他の所得の合計が88万1200円以下
▽障害・遺族基礎年金を受給している方
▽所得が扶養親族の数×38万円+472万1000円以下
※すでに受給している方で、条件を満たしている場合は、手続きの必要はありません。受給条件を満たさなくなった場合は、日本年金機構から不該当通知書が届きます。

▽今年4月1日以前から年金を受給している方
請求手続きの案内が9月上旬から順次送付されます。同封の年金生活者支援給付金請求書（ハガキ）に必要な事項を記入し、提出してください。
▽今年4月2日以降に年金を受給し始めた方
年金の請求手続きとあわせて受付します。
※65歳未満で老齢年金を受給する方を除く。

▽年金生活者支援給付金専用ダイヤル 0570(05)403805
▽今年4月2日以降に年金を受給し始めた方
年金の請求手続きとあわせて受付します。
※65歳未満で老齢年金を受給する方を除く。



92 ※050で始まる番号からは03(5)539(2216)へ。
▽東大阪年金事務所 06(6722)6001
▽国民年金課 06(4309)3165、℡06(4309)3805



9月は健康増進普及月間

プラス・テン +10 から始めよう!

プラス・テン +10 から始めよう!

今より10分多く体を動かすだけで、健康寿命を延ばせます。あなたも+10で、健康を手に入れてください。



運動習慣(1回30分以上の運動を週2回以上行い1年以上継続)のある人は、虚血性心疾患、高血圧、糖尿病、肥満、骨粗しょう症、結腸がんなどの病気にかかる割合や死亡する割合が低く、また運動習慣がメンタルヘルスや生活の質の改善に効果をもたらすことが認められています。さらに高齢者においても、歩行などの日常生活における身体活動が衰えたりや死亡のリスクを減少させる効果がある

【健康のための目標】
左図を目標に運動習慣を身につけましょう。階段を利用する、歩く機会を増やす、テレビを見ながら運動する(ながら運動)など、生

こが示されています。今より10分多く体を動かすだけで、健康寿命(健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間)を延ばせます。+10(プラス・テン)で、健康を手に入れましょう。

活の中で身体活動を積み重ねて無理なく+10をめざしましょう。
なお、安全に運動するために次のことに気をつけてください。
▽適切な服装や靴を選ぶ
▽準備運動をして、無理をしない程度の運動を心がける
▽異常を感じたら運動を中止するなど

※「健康づくりのための身体活動基準2013」および「健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)」から一部抜粋。

9月は食生活改善普及運動月間

食事をおいしく、バランス良く

9月は食生活改善普及運動月間です。市では、第4次市食育推進計画に基づき、市民の皆さんに生活習慣病やフレイル予防のためのよりよい生活習慣を実践していただく取り組みを行っています。健康的な食生活で健康長寿をめざしましょう。

毎日野菜をプラス1皿

野菜は体の調子を整える働きがあるビタミンや食物繊維を豊富に含み、健康な毎日に必要な食品です。大人が

健康ウォーキングやまぶみ会会員を募集

月3回(水曜日)、ウォーキングをします。健康のためにいっしょに歩きませんか。 市内在住の18歳以上の方 料1600円(6か月分) 9月21日(水)9時30分～11時に料金を直接 所 西保健センター 06(6788)0085、FAX06(6788)2916

【運動習慣のきっかりづくりに】

コロナ禍において自宅で過ごす機会が増え、体力や筋力の低下を感じる方が増えています。運動習慣を身につけるきっかけに

健康づくりの課 072(960)3800
2、FAX072(970)5821

9月5日(月)～11日(日) 放映します。

1日に必要な野菜の摂取量は350g、小鉢5杯分が目安です。令和元年度市政世論調査では、「野菜を1日1回、またはほとんど食べない」と回答した人が60歳代以上では約2割に対し、20歳代は30歳代は約4割でした。

仕事や育児などで調理時間がないときは、カット野菜や冷凍野菜をうまく活用してみてください。野菜を食べる習慣のない人は、外食やテイクアウトを利用するときに、野菜を

使ったメニューを選ぶよう心がけましょう。

【子ども受けバッチリ!簡単野菜料理教室のレシピ動画を公開】

6月に開催した「保育所の人気野菜メニューのオンライン料理教室」のレシピ動画を市公式YouTubeに掲載しています(下のコードからアクセス可)。ぜひご覧ください。

1日の食塩の摂取目安

標準量は男性7・5g未満、女性6・5g未満です(日本人の食事摂取基準2020年版より)。日常生活の中でできる次のようなことから減塩を実践してみましょう。

▽栄養成分表を見て選ぶ商品によって含まれている食塩の量は異なります。ソースやしょうゆなどは味をみてから少しづつ調味料は「かける」より「つける」ことで摂取量が少なくなります

▽ラーメンなど種類の汁は半分以下残す汁を半分以上残すことで3割～5割の減塩になります

健康づくりの課 072(960)3800
2、FAX072(970)5821



8月30日からは建築物防災週間

もしものときに備えて

建築物の安全確認を

建築物防災週間は、建築物に関する防災知識の普及・啓発を行い、既存建築物の総合的な防災対策を推進することを目的に、全国

建築物の安全を確認するためには、所有者や管理者自身が定期的に建築物の安全性を調査し、適切な維持管理を行うことが必要です。市では、この期間中に、不特定多数の方が利用する建築物(遊技場、物販店舗など)に立入調査を行い、避難経路や防火区画などの維持管理の状況を点検し、改善指導を行います。

【建築基準法に基づく定期報告制度】

建築物は長期的の使用に伴い、建物本体の劣化や設備の性能低下が起きます。建築物の劣化状態や防火上の問題を早期に発見するため、建築基準法では特定建築物の定期報告が定められています。建築物の用途や規模によって、法律に基づいた定期報告を3年に1度、また、建築設備・防火設備・昇降機については毎年行うことが必要です。

【不造住宅耐震化促進補助制度】

市では、耐震性が不十分な建築物の耐震改修を進めるため、耐震診断改修に対する補助や耐震アドバイザーの派遣などを実施しています。昭和56年5月31日以前に市内に建てられた木造の戸建て、長屋または共同住宅が対象です。

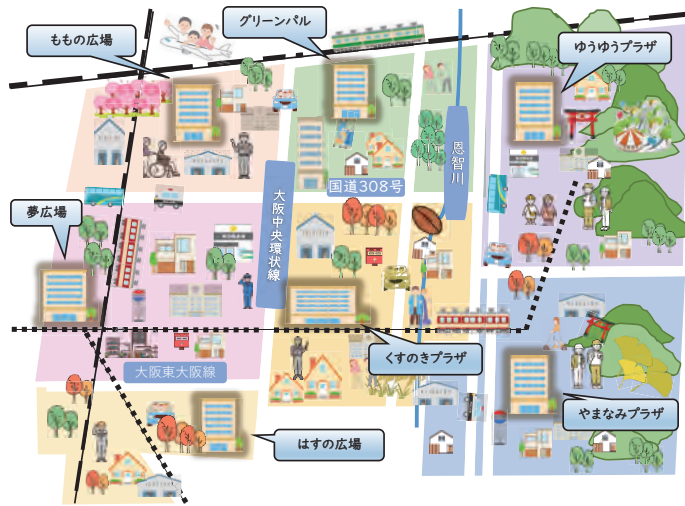
【吹付アスベスト等分析調査補助制度】

市内の民間建築物を対象に、吹付材のアスベスト含有の有無などについての分析調査を行う場合、費用の一部を補助します。補助金額 調査に要した額(上限5万円)

建築安全課 06(43009)33245、FAX06(43009)3829



市民プラザ MAP



市民プラザ一覧

Table with 5 columns: 施設名 (Facility Name), 所在地 (Address), 電話番号 (Phone Number), 開館時間 (Opening Hours), 休館日 (Closed Days). Lists 8 different Citizen Plaza locations.

気軽にご利用ください!

市民プラザってどんなところ?

市民プラザは市内7地域(日下、四条、中鴻池、若江岩田、楠根、近江堂)にあります(表参照)。誰もが気軽に利用できるロビーなどのオープンスペースのほか、会議室など(有料)もあり、さまざまな用途で、便利に利用できます。

【充実の館内施設】市民プラザには次のような施設があります。▽会議室 ▽多目的ホール ▽和室 ▽茶室 ▽調理室 ▽音楽室 ▽美術工芸室 など。利用料金などは施設ごとに異なります。

市民プラザってこんなところ



- ①今回はゆうゆうプラザ(日下)の施設を紹介します
②定員120人で広々利用できる多目的ホール
③調理器具が充実の調理室
④ヨガや囲碁、子ども連れのグループも利用できる和室

講座やイベントも開催

市民プラザでは、講座やイベントも開催しています。詳しくは公式InstagramやTwitterをご覧ください(下のコードからそれぞれアクセス可)。



Instagram



Twitter

体感イベント

ラグビー×ホラー

花園怪奇スタジアム

ラグビー場内で起きる怪奇現象の真相を突き止めるため、場内のポイントを巡る謎解きストーリー体験イベントです。巡りきれない場合は次の回にリピー料金を追加できます。

10月1日(土)・2日(日)14時~15時30分・16時~17時30分・18時~19時30分
料:前売の一般3500円、子ども(中学生以下)2500円
定:各3000人
販売(下)072(961)3611
※3歳以下参加不可。前売券はチケットペイウェアサイトで

所東大阪アリーナ 対小学校1年生~4年生
内定▽バドミントン(YONEX)、ハvicomの会員登録

ラグビー場内で起きる怪奇現象の真相を突き止めるため、場内のポイントを巡る謎解きストーリー体験イベントです。

00円▽当日一般3880円、子ども2880円▽リピーター一般2000円、子ども1000円 ※3歳以下参加不可。前売券はチケットペイウェアサイトで

プロスポーツチームなどのトップアスリートから直接レクチャーを受けてみませんか。楽しみながら各競技の基本動作などを知ってもらい、子どもたちがスポーツを始めるきっかけを作ります。
時9月24日(土)10時から
甲9月11日(日)23時50分までに申込専用ウェブサイト



昨年の様子

初心者向け体験型スポーツイベント
してみる

録が必要。
花園・スポーツビジネス戦略課 06(4309)3019、FAX 06(4309)3849

健康ダイエット教室

■10月3日(月)・11月7日(月)・12月5日(月)・来年1月11日(水)10時～11時30分(計4日間) ※全日程参加できる体重の増加やお腹周りが気になる70歳未満の方(運動制限のある方を除く) ※12人(申込先着順) ※ストレッチや筋トレ、栄養士・保健師による講話 ※タオル、飲み物 ※9月1日(休)から電話または直接 ※西保健センター

9月の献血

■9月2日(金)10時～12時30分・13時30分～16時30分＝市役所旭町庁舎 ▷12日(月)10時～16時30分＝市役所本庁舎 ▷16日(金)14時～16時30分＝市立東大阪医療センター ▷22日(水)10時～12時30分・13時30分～16時30分＝近鉄瓢箪山駅南側 ※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



防災の備え あなたは大丈夫？ 食育メイトと考えよう！

■9月21日(水)13時30分～14時30分 ※市内在住の方 ※12人(申込先着順) ※バッククッキングの実演など ※基本事項(7面に掲載)を9月16日(金)までに電話で(ファクス、直接も可) ※西保健センター

わが店のヘルシー外食コンテスト 健康メニューを募集

野菜たっぷりの健康に配慮したメニューを募集します。 ※「うちのお店も健康づくり応援団の店」登録店または登録を希望する飲食店 ※応募用紙を10月4日(水)までにEメールまたは直接 ※府民投票や専門家による審査を経て、優秀メニューを決定。優秀メニューの店には賞品の授与と府・市ウェブサイトにお店の情報を掲載します。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。

■東・中・西保健センター▷健康づくり課 ※eiyou-gaishoku@city.higashiosaka.lg.jp



9月 保健センターの ごあんない

行事	ところ	東保健センター (072-982-2603)	中保健センター (072-965-6411)	西保健センター (06-6788-0085)
専門相談(予約制) [クラミジア・梅毒・エイズ検査 (証明書発行はありません)]	9日(金)	9:30～11:00	14日(水)・28日(水) 9:30～11:00	12日(月)・26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(水)・7日(水)・15日(水)	14:00～16:00	8日(水)・12日(月) 14:00～16:00	6日(水)・8日(水)・20日(水) 14:00～16:00
骨密度測定(予約制) (市内在住の20歳以上の方)			1日(水)・8日(水) 9:20～10:45	28日(水) 9:10～10:40
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・12:45～17:30	月曜日～金曜日 9:00～12:00・12:45～17:30	月曜日～金曜日 9:00～12:00・12:45～17:30
4か月児健康診査 (4歳4月5月生まれ) (予約制)	13日(水)・27日(水) 午後(※)	13日(水)・27日(水) 午前(※)	14日(水)・21日(水)・28日(水) 13:20～14:30(※)	
1歳6か月児健康診査 (令和3年2月生まれ) (予約制)	21日(水)・28日(水) 午後(※)	9日(金)・30日(金) 午後(※)	6日(水)・20日(水) 13:15～14:30(※)	
3歳6か月児健康診査 (平成31年3月生まれ) (予約制)	9日(金)・30日(金) 午後(※)	2日(金)・16日(金) 午後(※)	13日(水)・27日(水) 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(水)・20日(水) 午後(※)	6日(水)・20日(水) 午前(※)	7日(水)・26日(月) 13:20～14:20(※)	
離乳食講習会(予約制)	15日(水) (初期)13:00～14:00 (中期・後期) 14:30～15:30	21日(水) (初期)13:00～14:00 (中期・後期) 14:30～15:30	22日(水) 13:30～15:30 (オンラインで開催)	
糖尿病個別食事相談 (予約制)	2日(金)13:30～14:30 21日(水)9:30～10:30	8日(水)13:30～14:30 28日(水)9:30～10:30	9日(金)13:30～14:30 27日(水)9:30～10:30	

(※)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。
 ▶新型コロナウイルス感染症の影響により、事業が中止になる場合があります。

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 0157)	6日(水)・27日(水) 9:30～11:00	2720円	環境衛生検査センター 06(6787)5021 FAX06(6787)7404
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	

▶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。

おれんじ通信 52 知って支える認知症

若年性認知症本人交流会 楽Café

認知症とは脳の病気や障害などさまざまな原因により、認知機能が低下し日常生活全般に支障がでてくる状態です。国の推計によると、2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれています。高齢者に多い病気ですが、年齢が若くても発症することもあり、65歳未満に発症する認知症を若年性認知症といいます。現役世代では仕事や家事、育児、親の介護を担っている方が多いため、生活に与える影響が大きくなります。しかし、社会の理解や支援は充分とはいえない状況にあるため、市では、若年性認知症の方

やその家族同士が思いを共有できる交流の場として「楽Café」を開催しています。

参加した方からは「話をして思いを共有できたことで、安心できた」という声が聞かれました。本人または家族のみの参加もできます。

楽Caféへの参加について、詳しくは地域包括ケア推進課へお問合せください。

■第1土曜日13時30分～14時45分 ※新型コロナウイルスの影響で中止になる場合があります。

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

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。車での来場はご注意ください。

歯科医師が応じます 成人歯科健康相談

時 9月28日(水)9時30分～11時45分
 対 市内在住の20歳以上の方 定10人
 (申込先着順) 申 電話で
 所 西保健センター

フレイルを予防しよう

カラダによい食べ方&運動講座

時 9月29日(木)・10月6日(木)13時30分～15時(計2日間) 所 ゆうゆうプラザ(日下) 対 市内在住の65歳以上の方 定15人(申込先着順) 内 保健師・栄養士による講話、健康運動指導士による運動実習 持 室内用シューズ、タオル、飲み物 申 基本事項(下に掲載)を電話またはファクスで 所 東保健センター

オンライン離乳食講習会

時 9月22日(木)13時30分～15時30分
 ※オンラインで開催(Cisco Webex Meetingsを使用)。 対 離乳開始前～11か月ごろの乳児の保護者 定30人(申込先着順) 内 栄養士・助産師による講話、調理実演 申 9月15日(木)までに市電子申請システムで(右のコードからアクセス可)
 所 西保健センター



●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 区 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

カラダによい食べ方&運動講座

時 9月14日(水)13時30分～15時 対 市内在住の65歳以上の方 定12人(申込先着順) 内 食事のポイントと簡単筋トレ 持 飲み物 申 9月9日(金)までに電話で
 所 中保健センター

食生活改善推進員養成講座

時 9月29日(木)・10月27日(木)・11月24日(木)・12月15日(木)・来年1月26日(木)・2月22日(木)13時30分～15時30分(計6日間) 所 中保健センター、イコラ(男女共同参画センター) 対 全日程参加できる市内在住の方 定12人(申込先着順) 内 栄養・食育に関する講話、運動実習など 申 基本事項(左下に掲載)を9月21日(木)までに電話で(ファクス、Eメール、直接も可)
 所 中保健センター 区 eiyou-event@city.higashiosaka.lg.jp



もう1品足して食事バランスアップ 男の食と健康講座

時 9月13日(火)・27日(火)・10月4日(火)13時30分～15時(計3日間) 対 市内在住の60歳以上の男性 定8人(申込先着順) 内 簡単料理の紹介など 持 飲み物 申 基本事項(左下に掲載)を9月9日(金)までに電話で
 所 中保健センター

早期発見・治療のために 乳がん(マンモグラフィ)検診

時 所 定 申 10月12日(木)13時20分から＝東保健センター/30人/電話で▷13日(木)13時15分～15時30分＝西保健センター/35人/電話または直接▷27日(木)13時～15時45分＝中保健センター/35人/電話で ☆いずれも申込先着順 対 令和4年4月1日現在、市内在住の40歳以上の偶数年齢の女性(前年度受診していない場合に限り、奇数年齢の方も受診可) 料 800円 ※後期高齢者医療被保険者証または高齢受給者証をお持ちの方は無料。なお、生活保護受給者または市民税非課税世帯の方は事前に保健センターで無料受診券の交付を受けてください。 持 問診票、市がん検診受診証、バスタオル
 所 東・中・西保健センター

食育メイトの食育講座

電子レンジで簡単に作れる野菜料理を紹介します(試食はありません)。
 時 9月22日(木)13時30分～14時30分
 対 市内在住の方 定10人(申込先着順) 料 100円 申 電話または直接
 所 東保健センター

まちづくり応援隊と若返りへGO!教室 ストレッチ体操・脳トレでカラダ、スッキリ

時 9月28日(水)13時30分～15時 対 市内在住の方 定15人(申込先着順) 持 タオル、飲み物 申 基本事項(左下に掲載)を9月1日(木)から電話で
 所 中保健センター

健康・禁煙相談広場

時 所 10月8日(木)＝③グリーンパル(中鴻池)、③夢劇場(布施駅前)▷12日(月)＝①中保健センター▷13日(火)＝①やまなみプラザ(四条)、③ももの広場(楠根)▷14日(水)＝③中保健センター▷16日(金)＝①東保健センター▷20日(火)＝①ゆうゆうプラザ(日下)、③はすの広場(近江堂)▷26日(月)＝②大連公民館 ☆①は11時～12時、②は13時30分～15時、③は15時～16時 対 市内在住の20歳以上の方
 所 東・中・西保健センター

思いやり思いやられて 支えあおう
 人という字を表すように
 中学校2年生(人権作品集)

9月24日からは結核予防週間 高齢者の結核が増えています

【結核とは】

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症を起こす病気です。結核患者の咳やくしゃみで飛び散る結核菌を吸い込むことで感染します。感染していても、たんの検査で結核菌が陰性の場合、他人にうつすおそれはありません。

【感染と発病】

結核菌を保有していても、免疫により菌の活動を抑えている状態を「感染」といいます。結核菌が活動を始めて「発病」に至るのは感染者の1割程度で、一生発病しない人

もいます。

【風邪のように風邪じゃない】

長引く咳や微熱、たんなどの症状は風邪に似ていますが、風邪と自己判断せず、症状が長引く場合は医療機関で診てもらいましょう。

【服薬すれば治ります】

万一、発病しても6か月から9か月の間、定期的に服薬すれば治ります。しかし、不規則な服用を続けると、菌がその薬に対して耐性をもち、薬が効かない菌になってしまいます。9月24日からは結核予防週間です。この機会にまずは検診を受けま

しょう。検診の実施医療機関など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。どうか、お問合せください。

◇ 母子保健・感染症課 072(970)5820、FAX072(970)5821

肺がん・結核エックス線検診

時 所 定 申 9月16日(金)9時20分から＝中保健センター/40人/14日(木)まで▷16日(金)14時から＝東保健センター/35人/9日(金)まで▷20日(火)9時10分から＝西保健センター/30人/16日(金)まで ☆いずれも申込先着順 対 ▷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 申 各申込期限までに電話で
 所 東・中・西保健センター

子育て支援センター&子育てのつどいの催し

※車での来場はご遠慮ください。※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。記載のない場合はいずれも申込先着順。自由来館の催しはあさひっこ・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

掲載の催しへの参加には申込みが必要です。※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。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) ▶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)

ももっこ
【川俣スカイランドで遊ぼう】
9月5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

【アーリー赤ちゃんタイム】
9月6日(火)13時30分~15時30分
5か月までの乳児 5組
【子育てサポーターによる相談】
9月16日(金)14時~15時30分
就学前乳幼児 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

【牛乳パック de イス・机作り】
9月22日(水)9時30分~11時30分
就学前乳幼児 3組 9月5日(月)13時30分~14日(水)16時
【親子広場 スキスクラス】
同じ年齢の子どもといっしょに親子で交流します。9月30日~10月21日の金曜日13時45分~15時(計4日間) 4か月~11か月の乳児 10組(抽選) 110円 9月7日(水)9時30分~21日(水)16時

【壁面制作「お月見うさぎを作ろう」】
9月1日(木)11時~11時30分・14時30分~15時 各10組
【体を動かして遊ぼう】
9月6日(火)11時~11時30分 10組

【長瀬子育て支援センター】
【金岡公園 de しゃぼん玉遊び】
9月5日(月)10時30分~11時30分
※10時の時点で雨の場合は中止。
金岡公園 就学前乳幼児

【子育てサポーターによる相談】
9月9日(金)10時~11時30分 数組
就学前乳幼児
荒本子育て支援センター 06(6788)1055、FAX06(6788)2597

【子育てサポーターによる相談】
9月9日(金)13時30分~15時30分 数組 子育て、保育所・認定こども園・幼稚園への入所(園)、一時預かりなど
就学前乳幼児
ゆめっこ(布施子育て支援センター) 06(6748)0210、FAX06(6748)0257

【身体測定】
9月13日(火)10時45分~11時15分・14時45分~15時15分 就学前乳幼児 各15組
【ゆうゆうプラザで遊ぼう】
9月28日(水)10時30分~11時30分
ゆうゆうプラザ(日下) 1歳以上の幼児 10組 9月14日(水)14時から
【ゆうゆうプラザでふれあい&ダンス】
9月29日(木)10時~11時
ゆうゆうプラザ(日下) 0歳児 5組 9月15日(水)14時から

【壁面飾り~ぶちぶちブドウ】
9月1日(木)・2日(金)9時30分~11時30分 就学前乳幼児 各10組
【子育てサポーターによる相談】
9月6日(火)10時~11時30分 就学前乳幼児 数組 保育所・こども園・幼稚園などへの入所(園)など
【おやこ広場(ひよこ組)】
9月16日(金)・30日(金)・10月7日(金)10時~11時(計3日間) 令和2年10月1日~令和3年4月1日生まれの幼児 8組 9月1日(水)~12日(月)

【おやこ広場(ひよこ組)】
9月16日(金)・30日(金)・10月7日(金)10時~11時(計3日間) 令和2年10月1日~令和3年4月1日生まれの幼児 8組 9月1日(水)~12日(月)
鴻池子育て支援センター 06(6748)8251、FAX06(6743)0577

【子育てのつどい おひさま楽団による演奏】
9月22日(木)10時~11時 障がい者活動センターわかば(川田3) 就学前乳幼児 15人 おひさま楽団による演奏 9月1日(水)~21日(水)に電話またはファクスで
鴻池子育て支援センター 保育所 06(6748)8280、FAX06(6743)0788

【栄養士による相談】
離乳食や食事について個別に相談できます。9月2日(金)14時~15時 数組
【三ノ瀬公園で遊ぼう】
青空の下で、いっしょに遊んだり体操をしたりして楽しみましょう。9月5日(月)10時30分~11時 ※雨天中止。三ノ瀬公園

【市民川柳大会】
6つの課題に各題2句 1000円 9月21日(必着) ※申込方法について詳しくはお問合せください。川柳東大阪「鶴山」 080(5352)8418
【書道展】
15歳以上の方 漢字、かな、調和体、篆刻、刻字など(半切以上16平方尺以内く2×8尺は縦のみ)。半切は軸装も可。ガラス入りの額縁は不可。10月12日(水)9時15分~10時に市民美術センターへ直接 書道協会「好川」072(981)9178
【美術展】
15歳以上の方 洋画、日本画、水墨画、水彩画(1人5点以内。サイズは10号~50号(額縁か表装したもの。ガラス入りの額縁は不可)) 2点まで4000円(3点目から1点1000円加算) 10月30日(日)10時~13時に市民美術センターへ直接 美術協会「甲村」090(7356)9828
【工芸展】
金工、陶芸、漆芸、染織、木竹工、人形、工芸全般など 2000円(2点目から1点1000円加算) 11月17日(木)15時~16時に社会教育センターへ直接 工芸協会「角谷」090(9287)2093
社会教育センター 06(6789)4100、FAX06(6789)5212

目頃の成果を発表しませんか? 市民文化祭 参加者を募集

市民文化祭日程表(どなたでも観覧可能。上記4つの催しのみ出品できます)

種目	とき	ところ
合唱祭	9月10日(土)12時30分~16時	市文化創造館ジャトハーモニー小ホール
秋季吟詠大会	9月24日(土)10時30分~16時30分	市文化創造館ジャトハーモニー小ホール
市民川柳大会	9月25日(日) ※通信制で開催	
茶花道大会	10月1日(土)・2日(日)10時~17時	市民美術センター
書道展	10月14日(金)~16日(日)10時~17時(16日は15時まで)	市民美術センター
自然の美 水石展	10月15日(土)・16日(日)12時~17時	市民多目的センター
日本民謡文化祭	10月22日(土)11時~17時	イコラム(男女共同参画センター)
大正琴演奏会	10月29日(土)12時~15時	市文化創造館ジャトハーモニー小ホール

実施場所により開設時間が異なります(表参照)。現在、支援窓口が大変混雑しています。混雑状況は市ウェブサイトで確認できます(下のQRコードからアクセス可)。マイナンバーの申込みは来月2月28日(火)までです。分までできますので、分散来庁にご協力ください

実施場所	実施日	開設時間
市役所本庁舎1階ロビー	月曜日~金曜日(祝日を除く) 24日(土)	9時~17時30分 9時~16時
ゆうゆうプラザ(日下)	15日(水)、27日(火)	
やまなみプラザ(四条)	6日(火)、14日(水)、28日(水)	
グリーンパル(中鴻池)	12日(月)、26日(月)	
くすのきプラザ(若江岩田駅前)	5日(月)、16日(金)、21日(水)、30日(金)	
ももの広場(楠根)	8日(水)、20日(火)	
夢広場(布施駅前)	1日(日)、7日(水)、13日(火)、22日(水)	
はすの広場(近江堂)	2日(金)、9日(金)、29日(水)	
イオンタウン小坂(御厨栄町1)	17日(土)、18日(日)(1階エスカレーター横)	
ニトリモール東大阪(西岩田2)	24日(土)、25日(日)(2階フードコート前)	

(注)リージョンセンターは行政サービスセンターとは別の窓口になりますので、ご注意ください。行政サービスセンターでは、マイナンバーについての質問は回答できません。各施設の駐車台数は限られていますので、公共交通機関の利用にご協力ください。

対象店舗

- スーパー ●コンビニエンスストア ●飲食店 ●家電量販店 ●ドラッグストア ●ホームセンター など

※2月に実施した同キャンペーンより対象を拡大。

キャッシュレス出張説明ブース

キャッシュレスの内容やキャンペーンの内容を電話で コールセンターへお問い合わせください。

実施日	会場	時間
9月21日(月)	くすのきプラザ(若江岩田駅前)	10時~11時30分・13時~14時30分(各回90分)
22日(火)	夢広場(布施駅前)	
26日(土)	グリーンパル(中鴻池)	
27日(日)	ゆうゆうプラザ(日下)	
28日(月)	やまなみプラザ(四条)	
29日(火)	市役所本庁舎1階多目的ホール	
30日(水)	市役所本庁舎1階多目的ホール	
10月3日(日)	角田総合老人センター	
4日(月)	角田総合老人センター	
5日(火)	はすの広場(近江堂)	
6日(水)	くすのきプラザ(若江岩田駅前)	
7日(木)	夢広場(布施駅前)	
12日(水)	長瀬老人センター	
13日(木)	ももの広場(楠根)	

分散来庁にご協力を

市役所本庁舎、日替わりで市内7か所のリージョンセンターと、東大阪アリーナにマイナンバーカード(個人番号カード)の申請窓口を開設しています(表参照)。この窓口で

最大2万円相当のマイナンバー 申込支援窓口を開設

マイナンバーカードの申請は、後日郵送でマイナンバーカードを受け取るようになります。9月分の予約の受付は8月22日(月)から開始します。必要書類など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。予約受付電話番号 06(4309)3110 ※予約は来庁希望日の前日まで。9月上旬まで、申請書を送付してください。

マイナンバーカードの申請は、後日郵送でマイナンバーカードを受け取るようになります。9月分の予約の受付は8月22日(月)から開始します。必要書類など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。予約受付電話番号 06(4309)3110 ※予約は来庁希望日の前日まで。9月上旬まで、申請書を送付してください。

帰ってきた キャッシュレスde ハッピーポイント キャンペーン


市では、キャッシュレス決済ポイント還元事業「帰ってきた東大阪キャッシュレスde ハッピーポイントキャンペーン」を実施します。10月1日(土)~11月7日(月) 対象店舗 対象キャッシュレス決済導入の全店舗(保険適用分などを除く)。※対象店舗は、キャンペーン期間中に各キャッシュレス決済アプリ内で確認できます。

キャッシュレス体験会・スマホ相談会
市役所本庁舎、日替わりで市内7か所のリージョンセンターと、東大阪アリーナにマイナンバーカード(個人番号カード)の申請窓口を開設しています(表参照)。この窓口で

市キャッシュレスde ハッピーポイントキャンペーン コールセンター

0120(912)746 (9時~17時。土・日曜日、祝日を含む)

特設ウェブサイトはこちら



申請はお済みですか? マイナンバーカード

実施場所	実施日	開設時間
市役所本庁舎1階ロビー	月曜日~金曜日(祝日を除く)	9時30分~16時
ゆうゆうプラザ(日下)	5日(月)	
やまなみプラザ(四条)	8日(水)、13日(火)、26日(水)	
グリーンパル(中鴻池)	29日(水)	
くすのきプラザ(若江岩田駅前)	1日(日)、6日(水)、12日(月)	
ももの広場(楠根)	12日(月)	10時~16時
夢広場(布施駅前)	5日(月)、22日(水)、27日(火)	
はすの広場(近江堂)	15日(水)、20日(水)、26日(水)	
東大阪アリーナ	1日(日)、15日(水)、26日(水)	
市立東大阪医療センター	火・木曜日	

(注)リージョンセンターは行政サービスセンターとは別の窓口になりますので、ご注意ください。



その他のつづき

交通事故などの治療で
国保を使うときは届出を

交通事故などで第三者の行為によって受けた傷病の医療費は、原則として加害者側が全額負担すべきものです。ただし、国民健康保険の被保険者が「第三者行為による傷病届」を提出すると、保険証を使って国保で治療を受けることができます。この場合、国保が一時的に医療費を立て替え、その後加害者側に費用を請求します。交通事故などでケガをして、やむを得ず国保を使って治療を受ける場合は、第三者行為による傷病届と交通事故証明書(人身事故)、国民健康保険証、印鑑を持って、医療保険室資格給付課または行政サービスセンターで必ず届出をしてください。届出書類は市ウェブサイトからダウンロードできるほか、医療保険室資格給付課、行政サービスセンターにもあります。なお、届出の前に加害者側が治療費を負担している場合などは国保が使えなくなることがありますので、ご注意ください。

☎ 医療保険室資格給付課 06(4309)3167、FAX06(4309)3804

対象者は更新申請を
日常生活支援用具の給付

現在、ストーマ装具を受給している方で、引き続き給付券が必要な方は、更新申請をしてください。

☎ 東・中・西福祉事務所高輪・障害福祉係 ▶東=072(988)6628、FAX072(988)6671 ▶中=072(960)9285、FAX072(964)7110 ▶西=06(6784)7980、FAX06(6784)7677

☎ 障害施策推進課 06(4309)3183、FAX06(4309)3815

就業構造基本調査

就業構造基本調査は就業・不就業の実態を明らかにすることを目的とした総務省が実施する国の重要な統計調査です。調査の対象となった世帯には、9月下旬から調査票を配布しますので、10月1日時点の就業状況などをご回答ください。調査対象 市内約960世帯 回答方法 インターネット、郵送など ※詳しくはキャンペーンサイトをご覧ください(右のコードからアクセス可)。



☎ 情報政策課 06(4309)3113、FAX06(4309)3816

児童手当・特例給付現況届
提出はお済みですか

現況届の提出は原則不要になりましたが、引き続き提出が必要な方にはすでに送付しました。提出が必要な方でまだ提出していない方は、早急に郵送するか国民年金課または行政サービスセンターへ提出してください。現況届の提出がないと、6月分以降の支給が停止されます。また、そのまま2年が経過すると、時効となり受給権がなくなります。

【所得上限限度額超過により児童
手当等が支給されなくなった方へ】

所得超過により、児童手当等が支給されなくなった後に所得が所得上限限度額を下回った場合、改めて認定請求書の提出が必要となります。所得が所得上限限度額を下回ったことを知った日の翌日から15日以内に申請があった場合、その年の6月分から手当の支給が可能です。15日を過ぎた場合は、申請のあった翌月からの認定となります。限度額など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

◇ ◇
☎ 国民年金課 06(4309)3165、FAX06(4309)3805

市税の口座振替にご協力を

市税(市・府民税の普通徴収分、固定資産税・都市計画税)の納付には、口座振替の利用をお願いします。口座振替依頼書は市ウェブサイトからダウンロードできるほか、市内の市税取扱金融機関などにもあります。

また、市ウェブサイトから手続きができる「市税 Web 口座振替受付サービス」を利用すると、申込書の提出や届出印は不要です。

市役所本庁舎3階納税課では、金融機関のキャッシュカード(届出印不要)で口座振替の申込みができる「ページー口座振替受付サービス」を実施しています。いずれも一部取扱いできない金融機関があります。

口座振替の申込方法など、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)、お問合せください。



☎ 納税課 06(4309)3147、FAX06(4309)3808

出張図書館
inリージョンセンター

開館 ▶9月2日(金)・16日(金)=夢広場(布施駅前) ▶9日(金)・23日(水)=ももの広場(楠根) ☆いずれも14時~16時 ☎ 図書館の閲覧・貸出し、絵本の読み聞かせ 借利用カード(貸出しの場合のみ) ※利用カードの新規登録・再発行をする場合は、本人確認書類と市内在住・在勤・在学(いずれか)が確認できる書類が必要。
☎ 永和図書館 06(6730)6677、FAX06(6727)5568

モノづくり人材育成塾
事前説明会

モノづくりの基礎的な知識や技術を身につけて、市内企業でモノづくり現場を体験し、就職につなげる「モノづくり人材育成塾」の事前説明会を開催します。☎ 9月21日(水)14時~14時30分 ☎ 49歳以下で、市内モノづくり企業への就職をめざす方(学生を除く) ☎ 電話で

☎ 東大阪商工会議所 06(6722)1151、FAX06(6725)3611

☎ 労働雇用政策室 06(4309)3178、FAX06(4309)3846

9月1日~10日
屋外広告物適正化旬間

屋外広告物を掲出・表示する場合は、市に届出が必要です(自家用は7㎡を超える場合)。屋外広告物の管理者は広告物や掲出物件を安全に管理する義務があります。屋外広告物は雨や風により老朽化しやすいため、定期的な点検が必要です。また、看板の落下により、歩行者などに危害をおよぼした場合は、看板の設置者や管理者の責任が問われます。

市では、点検義務のない広告物についても近接目視や打音検査などによる専門家の安全点検を推奨しています。この機会に安全管理意識を高めましょう。

なお、昨年4月から市役所本庁舎周辺が景観形成重点地区に指定されました。屋外広告物にかかる規制が厳しくなっていますので、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)。

☎ みどり景観課 06(4309)3227、FAX06(4309)3836

高齢者の自転車用ヘルメット
購入費を補助

高齢者を対象に、自転車用ヘルメットの購入費を補助します。命を守るヘルメットを着用しましょう。



☎ 市内在住・在勤(いずれか)の65歳以上の方 対象ヘルメット SGマーク・JCFマークなど安全性の認証を受けた自転車用ヘルメット ※購入日から6か月を経過していないもの。中古品または転売品を除く。補助額 購入金額の2分の1(上限2000円。100円未満切り捨て。1人につき1個まで) ☎ 本人確認書類(運転免許証、健康保健証、マイナンバーカード)個

人番号カード)、運転経歴証明書など)、領収書(購入者氏名・金額・購入日・商品名が記入されているもの)、SGマーク・JCFマークなどが貼付されている箇所の写真(購入したヘルメットを持参した場合は不要)、印鑑、市外在住の方は市内の会社に勤務していることがわかるもの(社員証など)を9時~16時30分に直接

☎ (一社)布施交通安全自動車協会 06(6725)2311、FAX06(6725)2314 ▶河内交通安全自動車協会 072(961)6085、FAX072(961)2988 ▶(一社)枚岡交通安全自動車協会 072(981)2182、FAX072(987)3376

☎ 安全調整課 06(4309)3223、FAX06(4309)3836



相談

福祉なんでも相談

☎☎▷9月1日(木)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(水)=ゆうゆうプラザ(日下) ☆いずれも13時30分~16時 ※申込不要。

☎地域福祉課 06(4309)3181、FAX 06(4309)3815

離婚・養育費・ひとり親家庭に関する法律相談

☎9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歳未満の子がいる離婚前の方、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) ☎9月1日(木)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】

☎9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、FAX 06(4309)3823

司法書士による相談

☎9月15日(木)10時~11時40分(1人25分) ☎市役所本庁舎1階相談室 ☎10人(申込先着順) ☎相続・遺言・成年後見、不動産・会社の登記手続きなど ☎9月8日(木)から電話または直接

☎☎市政情報相談課 06(4309)3104、FAX06(4309)3801

税理士による税務相談

☎9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) ※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(永和2)では、火・木曜日の午後(祝休日を除く)に税全般の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

建築士による相談

☎9月20日(火)13時~16時 ☎市役所本庁舎1階相談室 ☎6人(申込先着順) ☎住宅の新築や耐震、リフォーム、工事トラブル、消防法に関する事など(耐震診断・改修補助の受付も可) ☎9月20日(火)14時までに電話または15日(木)23時59分までに市電子申請システムで(右のコードからアクセス可)

☎☎建築安全課 06(4309)3245、FAX06(4309)3829

行政書士・社会保険労務士による相談

【行政書士】

☎9月6日(火)13時~15時 ☎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】

☎9月8日(木)13時~15時30分 ☎10人 ☎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

不動産相談

☎9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 ☎土地、建物など ※当日先着順。

☎空家対策課 06(4309)3244、FAX 06(4309)3829

列車内ちかん被害相談

鉄道警察隊では、列車内での痴漢などの被害の相談を24時間受け付けています。被害に遭った方や目撃した方は一人で悩まず相談してください。

☎相談ダイヤル 06(6885)1234 ☎▷大阪府警察本部鉄道警察隊 06(6885)1234 ▷危機管理室 06(4309)3130、FAX06(4309)3858

その他

ペットボトル夏季特別収集 9月は月1回、土曜日でも収集します

夏季はペットボトルの排出量が多くなるため、9月に特別収集を実施します。通常のペットボトルの収集は月2回の水曜日ですが、月1回、土曜日にも収集を行います。 ☎☎▷9月3日(土)=第1・3水曜日収集の地域 ▷10日(土)=第2・4水曜日収集の地域

☎環境事業課 06(4309)3200、FAX 06(4309)3829

9月9日は救急の日 9月4日からは救急医療週間

「救急の日」および「救急医療週間」は、救急医療と救急業務に対する正しい理解と認識を深め、また救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に設けられています。大切な人を守るため、もしものときのために応急手当の知識を身につけましょう。各種救命講習会の申込みは市消防局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。

☎消防局警備課 072(966)9664、FAX072(966)9669



昨年の様子

市民スポーツの祭典

市民陸上競技大会



市民陸上競技大会の参加者を表のとおり募集します。 ☎10月10日(日)8時30分から ☎トライスタジアム(花園中央公園多目的球技広場) ☎市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ※日本陸連に登録されていない中学生は事前に

相談ください。 ☎中学生以上300円(リレーは1チーム500円) ☎9月9日(金)17時まで ※申込方法など詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。 ☎市民スポーツ支援課 06(4309)3282、FAX06(4309)3849

種別		男子の種目	女子の種目
登録競技者の部	中学生	100m 1500m 4×100mリレー	100m 800m 4×100mリレー
	共通	200m 800m 3000m 110mミドルハードル 走高跳(1m40) 走幅跳(4m30)	200m 1500m 100mジュニアハードル 走高跳(1m20) 走幅跳(3m50)
	一般(高校・大学生・社会人)	100m 200m 800m 1500m 5000m 110mハードル 4×100mリレー 走高跳 走幅跳(5m)	100m 200m 800m 1500m 100mハードル 4×100mリレー 走高跳 走幅跳(4m)
登録競技者以外の部	小学生	100m 800m	100m 800m
	一般	100m 1500m	100m 1500m

※登録競技者の部の中学生の走高跳、走幅跳は、()内以上の記録をもつ方のみ参加できます。団体での申込みの場合、リレーは中学生が男女各学年1チームのみ、一般が男女各3チーム以内の参加制限があります。芝生特別養生期間のため、円盤投、砲丸投は9月3日(土)に行います。円盤投、砲丸投の参加希望者は9月2日(金)17時までに市民スポーツ支援課へご連絡ください。

学ぶのつづき


市民美術センター 1日体験会

【時内】▷10月5日(水)13時~15時=琴
▷5日(水)15時~16時30分=尺八 ▷
8日(土)10時~12時・12時30分~14時30
分=日本画 ▷15日(土)10時~12時=
切り絵 ▷23日(木)13時~15時=和菓
子作り ▷25日(水)10時~11時30分=
オカリナ ▷25日(水)15時~17時=油
絵&デッサン ▷26日(木)10時~12時=
絵手紙 ▷27日(木)14時30分~16時=
美文字 ▷28日(金)13時~15時=大
正琴 ▷11月12日(土)10時~12時=つ
まみ細工で白うさぎとお花を作ろう
▷13日(日)10時~11時30分=フラワー
アレンジメント ▷17日(水)12時30分
~14時30分=筆文字アート ▷19日
(土)13時~15時=ビーズレッスン ▷
23日(水)10時~12時=透明水彩画 ▷
25日(金)13時30分~15時30分=池坊い
けばな ▷30日(水)12時30分~14時30
分=水墨画 ☆いずれも抽選 申基本
事項(7面に掲載)と参加者全員の
氏名・年齢を9月1日(水)~各開催日の
10日前(必着)に申込専用ウェブサイ
トで(右のコードからアクセス可。往復ハガキ、直接
も可) ※対象や持ち物、
料金など、詳しくは市民美術セン
ターウェブサイトをのぞいてくださ
い。

【申込】〒578-0924 吉田 6-7-22
市民美術センター 072(964)1313、
FAX072(964)1596

高井田老人センターの教室

【転ばないためのがんばる体操】
【時】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) 【定】各30人
(申込先着順) 【申】9月1日(水)から
【レクリエーションボランティア
実践講座(うちわ編)】
【時】9月14日(水)13時~14時 【定】10人
(申込先着順) 【申】9月1日(水)から
【楽らくトライ体操】
【時】9月15日(水)・10月20日(水)・11月
17日(水)10時~11時30分(計3日間)
【定】30人(抽選) 【申】9月1日(水)9時~
7日(水)17時
【縫わずにできるお薬手帳入れを
作ろう】



【時】9月21日(水)13時30分~15時 【定】
20人(抽選) 【料】150円 【申】9月5日
(月)9時~9日(金)17時
【海健道教室~ヨガを取り入れた
体操】
【時】9月22日(木)・10月27日(木)・11月24
日(水)13時30分~15時(計3日間) 【定】
30人(申込先着順) 【申】9月1日(水)から
◇ ◇
【申】各申込期間に電話または直接
【所】市社会福祉協議会内高井田
老人センター 06(6789)3751、FAX06
(6789)9174

からだの歪み・バランス改善測定会

【時】▷9月14日(水)=近江堂市民プラ
ザ ▷21日(水)=中鴻池市民プラザ
☆いずれも13時~15時の間の15分程
度 【所】市内在住・在勤・在学(いず
れか)の方 【定】各20人程度(申込先着
順) 【持】マスク、飲み物 【申】電話また
は直接
【申】▷近江堂市民プラザ 06
(6730)0840 ▷中鴻池市民プラザ
06(6747)1592

老舗花屋に学ぶ味噌作り教室

生の靴を使った味噌(堺味噌・普通
味噌)または白味噌。2kgを作ります。
【時】9月28日(水)10時30分~12時
・13時~14時30分 【所】市内在住・在勤
・在学(いずれか)の方 【定】各12人(申
込先着順) 【料】3000円 【持】マスク、エ
プロン、手ふき、味噌容器(2kg用。当
日販売もあり) 【申】電話または直接
【所】中鴻池市民プラザ 06
(6747)1592

ECOクッキング
家庭ごみを減らそう!

カレー作り (写真)を通して
食品ロスや環境
について、親
子で学びます。
【時】9月19日(水)9
時~12時 【所】大阪樟蔭女子大学
小学校3・4年生とその保護者 【定】
8組(申込先着順) 【申】申
込専用ウェブサイトで(右
のコードからアクセス可)
【所】▷大阪樟蔭女子大学くすのき地
域協創センター 06(6723)8237
▷循環社会推進課 06(4309)3199、
FAX06(4309)3829

はじめての

スマートフォン体験型講習会

スマートフォンの基本的な操作や
アプリのインストール方法などにつ
いて、貸出機(Android)を使って体
験できる講習会を実施します(表1
・2参照)。また相談会では、お持ち
のスマートフォンに関する相談がで
きます。
【所】市内在住・在勤(いずれか)の方

表1 講座内容

内容	
基本講座	① 電源の入力方、ボタンの操作方法、電話のかかけ方、カメラの使い方
	② アプリのインストール方法、インターネットの利用方法、メールの利用方法
	③ 地図アプリの利用方法、LINEの利用方法
応用講座	① マイナビポータルの活用
	② スマートフォンを使ってのマイナビカードの申請方法
相談会	スマートフォンに関する相談

※応用講座②を受講する方は、お持ちのスマートフォンと個人番号カード交付申請書を持参してください(iPhoneの方はAppleIDとパスワードが必要)

くらしの情報セミナー
キャッシュレス決済の基礎知識

【時】10月6日(木)13時30分~15時30分
【所】市内在住の方 【定】30人(申込先着
順) 【内】キャッシュレス決済の仕組み
や利用にあたっての注意事項など
【申】9月1日(水)から電話で
【所】消費生活センター 072
(965)6002、FAX072(962)9385

イコーラムの講座

【いこう!らむカレッジ「みんな
で考えよう!ジェンダーについて!」】
【時】10月1日(土)14時~16時 【内】ジェ
ンダーギャップ指数、SDGs目標5
のジェンダー平等、アンコンシャス
バイアスなど 【申】9月24日(土)まで
【いこう!らむ塾「女性のための
起業入門セミナー!」】
【時】▷10月15日(土)10時~12時=わ
たらしい起業のカたち ▷15日(土)
13時~15時=想いをカタチにしよう
▷23日(木)10時~12時=起業・副
業とお金 ▷23日(木)13時~15時=起
業プラン発表会 ※計4回(キャラ
アカウンティングあり) 【定】女性
【申】10月8日(土)まで

◇ ◇
【定】20人(市内在住・在勤・在学(い
ずれか)の方を優先して抽選) ※1
歳6か月以上の就学前幼児の保育あり
(定員10人で申込先着順。1人200
円)。 【申】基本事項(7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
を各申込期限までにイコーラムウェブ
サイトで(Eメール、電話、ファクス、
直接も可)
【所】イコーラム(男女共同参画
センター) 072(960)9201、FAX072
(960)9207、✉ikoramu@nifty.com

東体育館の教室

【ジュニアリズムダンス】
【時】毎週水曜
日18時15分~
19時15分 【所】
5歳児~小学
生 【定】30人
【料】5500円(月4回) ※体験1回500
円。 【持】室内用シューズ、飲み物 【申】
電話で
【四柱推命学】
【時】9月~12月の第2水曜日13時30
分~15時30分(計4日間) 【所】16歳以
上の方 【定】10人 【料】9500円 ※別途
教材費1700円が必要。体験1回2500
円(初日のみ)。 【申】電話予約のうえ、
料金を直接
【はじめてのタロット占い】
【時】10月~来年3月の第2土曜日13
時~15時(計6日間) 【所】16歳以上の
方 【定】10人 【内】基本的な占い方・解
読法 【料】1万5300円 ※一括払い1
万4100円。別途教材費500円が必要。
【持】タロットカード(ウエイト版)、タ
ロットクロス 【申】電話で
【タロット占い中級】
【時】10月30日・11月27日・12月25日
・来年1月29日・2月19日・3月26
日の日曜日10時~12時(計6日間)
【所】大アルカナの意味と基本的な占い
方・解読法を理解している16歳以上
の方 【定】10人 【内】小アルカナの意味
と基本的な占い方 【料】1万5300円
※一括払い1万4100円。別途教材費
500円が必要。 【持】タロットカード
(ウエイト版)、タロットクロス 【申】
電話で
◇ ◇
※いずれも申込先着順。
【所】東体育館 072(982)1381、
FAX072(982)2768

スマートフォン
講座受付窓口
050(3317)1545

開設時間
月曜日~金曜日
10時~17時
(祝日を除く)
※かけ間違いにご注意ください。
問合せ番号「1038」とお伝えくだ
さい。

表2 スマートフォン体験型講習会実施日

実施場所	実施日	実施時間・講座内容	
夢広場(布施駅前)	9月12日(月)	基本講座① +相談会	基本講座③ +相談会
くすのきプラザ (若江岩田駅前)	9月16日(金)	基本講座① +相談会	基本講座②・③
市役所本庁舎11階 会議室	9月20日(水)	基本講座①・②	応用講座① +相談会
市花園ラグビー場 多目的室2	9月21日(水)	基本講座③ +相談会	基本講座①・②
リタローエンター Regree Vellenord (長堂1)	9月22日(木)	基本講座②・③	応用講座② +相談会
市文化創造館 創造支援室C4	9月26日(月)	基本講座②・③	基本講座① +相談会
東体育館	9月27日(水)	基本講座①・②	基本講座③ +相談会
はずの広場 (近江堂)	9月28日(水)	基本講座②・③	基本講座① +相談会
ゆうゆうプラザ (日下)	9月29日(木)	基本講座①・②	基本講座③ +相談会



学ぶ

中河内地域

若者サポートステーションの教室

【働く準備コーナー（若者の自立・就労相談）】

【9月14日(水)13時~14時・14時~15時=パソコン自習室 15時~16時=ITしごとガイダンス 16時~17時=就労相談】

【仕事で使えるパソコン基礎講座】

【9月21日(水)10時~13時=ワード 21日(水)14時~16時30分=パワーポイント 30日(金)10時~15時=エクセル】

【15歳~49歳の求職中の方】

車いすボランティア養成講座

【9月14日(水)・21日(水)・28日(水)13時~16時(計3日間)】



【申込先着順】

パソコン初級

ワード基礎とエクセル3級試験対策

【10月23日~12月18日の日曜日10時~16時(11月13日を除く計8日間)】

【537-0025大阪市東成区中道1-3-59】

不安や悩みを解消 子育て教室「子育ての輪」

【9月14日(水)・21日(水)10時~11時45分(12時以降に個別相談あり)】

【長瀬青少年センター】

健康のついで 流行り歌ピクス

【おなじみの歌にあわせて有酸素運動を行います】

【8戸の里老人センター】

長瀬老人センターの教室

【楽しくトライ体操】

【9月27日(水)13時30分~14時30分】

【教室生徒追加募集】

【9月~来年3月=生け花、詩吟、民謡、新舞踊、フラダンス/随時(申込先着順)】

【市内在住の60歳以上の方】

就活ファクトリー東大阪の講座

【人生すごろくゲームで自己理解を深めよう】

【9月5日(月)13時~16時】

【あなたも面接官!面接ロールプレイング】

【9月12日(月)13時~16時】

【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】

【9月16日(金)14時~15時】

【私らしい未来を描く!キャリアデザインセミナー】

【9月21日(水)10時~11時30分】

【いずれも申込先着順】

【就活ファクトリー東大阪ウェブサイトからも可】

【就活ファクトリー東大阪】

東大阪アリーナの教室

【トレーニングルーム登録講習】

【9月11日(日)・18日(日)=11時~11時30分・15時~15時30分】

【水泳アビバートレース】

【9月11日(日)・18日(日)10時~12時、16日(金)・30日(金)10時~11時】

【水泳教室・アクアピクス(成人コース)】

【10月~12月の水泳教室・アクアピクスの会員を募集します】

【プールの休館日】

【いずれも申込先着順】

9月10日からは自殺予防週間

一人で悩まず相談を

【一人でも悩まないで】

【一人でも悩まないで】

【このころの健康相談統一ダイヤル】

【このころの電話相談】

【若者専用電話相談(わかぼちダイヤル)】

【保健センターの精神保健福祉相談】

【妊娠中や産後のこころの相談】

【自死遺族相談(予約制)】

【新型コロナこころのフリーダイヤル】

【その他の電話相談】



【相談機関の情報(府こころの健康総合センター)】

【大阪府こころのほっとライン(新型コロナ専用)】

【健康づくり課】

【健康づくり課】

【健康づくり課】



催しのつづき

角田総合老人センター
催し&教室

【eスポーツ体験会】

時 9月12日(月)10時~12時=太鼓を使ったリズムゲーム ▷12日(月)13時30分~15時30分=体を使ったスポーツゲーム ▷27日(火)10時~12時=カーレースゲーム 所 角田総合老人センター 定 市内在住の60歳以上の方 定 各30人(申込先着順) 申 9月1日(木)から電話または直接

【青春のつどい】

時 9月14日(水)13時30分~15時 所 角田総合老人センター 定 30人(抽選) 内 マジックパルーン、フラダンス 申 9月1日(木)~9日(金)に電話または直接

【シニアボクシング】

時 9月15日(木)13時30分~15時 所 角田総合老人センター 定 25人(抽選) 申 9月5日(月)~12日(月)に電話または直接

【笑ってこよう! 楽しくトライ体操】

時 9月16日(金)10時~11時 所 角田総合老人センター 定 25人(抽選) 申 9月2日(金)~9日(金)に電話または直接

【ワンコイン生活サポーター養成講座】

時 9月27日(火)13時~16時 所 市民多目的センター 定 市内在住・在勤(いずれか)の方 定 20人(申込先着順) 申 基本事項(7面に掲載)と市内在勤の方は勤務先・住所を電話で(ファクス、直接も可)

◇ ◇

申 角田総合老人センター 072(962)8011、FAX072(963)2020

講演会「私が投資をはじめたら」

時 9月10日(土)14時~16時 所 東大阪商工会議所 定 30人(申込先着順) 申 9月3日(土)10時から電話または直接 申 永和図書館 06(6730)6677、FAX06(6727)5568

募集

住工共生のまちづくり条例
実施状況に対する意見を募集

市では、市民の良好な住環境とモノづくり企業の操業環境を保全、創出し住工共生のまちを実現するため、平成25年に住工共生のまちづくり条例を施行し、市内全ての工業地域と準工業地域の一部をモノづくり推進地域に指定するなどの施策を進めています。このたび、条例に基づき昨年度の施策実施状況を公表し、意見を募集します。施策の実施状況は、市ウェブサイトまたは市役所本庁舎14階モノづくり支援室で閲覧できます。 所 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方、市内に事業所がある事業者・法人・その他団体 提出方法 意見書に意見と住所、氏名(団体は団体名、所在地、代表者名)、電話番号を書いて9月22日(木)(必着)までに郵送(ファクス、Eメール、直接も可) ※来庁による閲覧・提出は土・日曜日、祝祭日を除く9時~17時30分。意見書の書式は問いませんが、閲覧場所にひな形を用意しています。 提出先・ 577-8521市役所モノづくり支援室 06(4309)3177、FAX06(4309)3846、 monodukuri@city.hishiosaka.lg.jp

外国人のための1日相談サービス
in 東大阪

外国人のための1日相談サービスでは、外国人住民に対し、弁護士による法律相談をはじめ、専門家や市職員による相談・情報提供を多言語で行います。 とき 9月24日(土)9時~12時(受付は11時30分まで) ところ 市役所本庁舎1階多目的ホール 内容 法律相談、ビザ・帰化、年

金・社会保険、市・府民税、国民健康保険、児童手当て、児童扶養手当、公営住宅など 対応言語 日本語、英語、韓国・朝鮮語、中国語、ベトナム語 ※その他の言語については翻訳機で対応。 問合せ先 多文化共生・男女共同参画課多文化共生情報プラザ 06(4309)3311、FAX06(4309)3823

TAMOKUフェスティバル 出演・出展者

時 11月20日(日)10時30分~12時30分・14時~16時 所 市民多目的センター 内 ステージ、作品展示・販売、体験ワークショップ 申 申込書を9月5日(月)9時~20日(火)21時に直接(Eメール、ファクスも可) ※申込書は市民多目的センターウェブサイト(右のコードからアクセス可)からダウンロード可。



申 市民多目的センター 06(4307)4690、FAX06(4307)4691、 ta moku@npotoybox.jp

東大阪都市清掃施設組合職員

来年4月採用予定の職員を募集します。交替制で夜間勤務があります。 区分・職種・対応 ▷ 上級事務=昭和62年4月2日~平成10年4月1日生まれで、民間企業などでの職務経験が3年以上ある方/1人 ▷ 上級電気・上級機械=平成2年4月2日~平成13年4月1日生まれで、学校教育法による大学の専門課程を修了程度の学力を有する方/各2人 選考日 ▷ 一次=10月30日(日) ▷ 二次=11月24日(木)(予定) ▷ 三次=12月12日(月)(予定) 合格発表 ▷ 一次=11月11日(金) ▷ 二次=12月6日(火)(予定) ▷ 三次=12月22日(木)(予定) 申 申込書を9月30日(金)~10月14日(金)(必着)に郵送 ※申込書は東大阪都市清掃施設組合ウェブサイトからダウンロード可。

申 578-0921水走4-6-25 東大阪都市清掃施設組合総務課 072(962)6021、FAX072(962)6125

司馬遼太郎記念館サポーター

司馬遼太郎記念館で受付や庭の手入れなどのボランティア活動をお願いします。 申 若干名(土・日曜日に活動できる方歓迎) 選考方法 面談 申 応募用紙を10月7日(金)(必着)までに郵送またはファクスで ※応募用紙は同記念館で配布(月曜日は休館。月曜日が祝祭日の場合は翌日休館。ただし、9月は1日(木)~10日(土)と12日(月)・20日(火)・26日(月)が休館)。詳しくはお問合せください。

申 577-0803下小阪3-11-18 司馬遼太郎記念館 06(6726)3860、FAX06(6726)3856

申 文化のまち推進課 06(4309)3155、FAX06(4309)3823

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22日(木) 選考方法 学科試験(国語、数学)、面接 申 願書を9月8日(木)までに居住地を管轄するハローワークに直接 ※願書は東大阪ぎせんこう、ハローワークで配布。見学会の実施日程などについては、東大阪ぎせんこうウェブサイトをご覧ください。 所 府立東大阪高等職業技術専門学校(菱江6) 072(964)8836、FAX072(964)8904

申 労働雇用政策室 06(4309)3178、FAX06(4309)3846

今年も販売します

オリジナル年賀ハガキ

市の魅力をアピールするため、今年も東大阪商工会議所の協力で市マスコットキャラクターのトライくんをあしらった市オリジナルデザインの年賀ハガキ1万枚を11月中旬(予定)に販売します。 オリジナル年賀ハガキのデザイ

ンや販売場所などは、11月1日号の市政だよりでお知らせします。市の魅力発信に、ぜひご協力ください。

申 国際観光室 06(4309)3230、FAX06(4309)3849



市マスコットキャラクター トライくん



催し

レクリエーション・ポッチャ大会

時 10月9日(日)12時30分から 所 東体育館 定 12チーム(申込先着順)
 内 グループリーグ戦(1チームは2人〜3人) ※参加者全員に参加賞あり
 持 室内用シューズ 申 基本事項(7面に掲載)を9月5日(月)〜16日(金)に電話で(ファクス、Eメールも可)
 申 市民スポーツ支援課 06(4309)3282、FAX06(4309)3849、
 sports-sanka@city.higashiosaka.lg.jp

9月の移動図書館

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		岩田公園	14:10~15:00	
ダイアパレス横(西石切町2)	15:00~15:40	9日(金)	若江本町北公園	15:30~16:10	7日(火) 21日(火)
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	6日(火) 20日(火)	加藤アメリカ集会所前	14:10~14:50	6日(火) 20日(火)
大池公園	14:00~14:30		府宮加納住宅集会所前	15:10~15:50	
新池島町児童遊園	15:10~15:50	2日(金) 16日(金)	三ノ瀬公民分館	13:10~13:50	8日(木) 22日(木)
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	8日(木) 22日(木)	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	2日(金) 16日(金)	市営鷺島住宅集会所前	14:00~14:40	9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(火) 21日(火)	金岡公園	13:40~14:30	9日(金)
涌北公園西側	13:20~14:00		柏田公園	14:40~15:10	
府宮東涌池第二住宅	14:10~14:40	8日(木) 22日(木)	岸田堂南公園	15:40~16:20	8日(木) 22日(木)
メーブルコート(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	9日(金)	川俣水みらいセンター西	14:20~14:50	9日(金)
府宮東大阪玉串住宅	14:10~14:40		稲田公園	15:20~16:10	
ライオンズマンション(若江東町2)	15:20~16:00	9日(金)	御厨天神社境内	13:20~13:50	9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	
プレジデント東大阪(岩田町6)	14:10~14:50	9日(金)	五百石公園(御厨東2)	15:30~16:10	9日(金)
八戸の里公園相撲場西側	15:30~16:20				

Quatre saisons Concert 四季を彩るコンサート

時 10月29日(土)14時〜15時 定 40人(当日先着順) 内 フルートとオーボエの演奏 持 マスク
 所 岡若江岩田駅前市民プラザ 072(967)6575(FAX兼用)

講演会 当事者が語る「ひきこもり」

ひきこもり、不登校の経験者と家族がそれぞれの思いを話します。講演会後に「小さな交流会」を開催します。
 時 10月4日(火)14時〜16時 所 伊コララム(男女共同参画センター) 対 ひきこもり当事者やその家族、支援者など 定 200人(申込先着順) ※座席に空きがあれば当日参加も可。
 申 9月1日(金)9時から電話または申込専用ウェブサイト(右のコードからアクセス可)
 申 岡(社福)つむぎ福祉会くるみ東大阪 06(6727)0535、FAX06(6787)2018
 岡生活支援課 06(4309)3182、FAX06(4309)3848



重陽のつどい 大型紙芝居と演芸

長寿のお祝いをします。 時 9月29日(木)13時30分〜15時30分 対 市内在住の60歳以上の方 定 20人(抽選)
 申 9月1日(休)〜9日(金)に電話または直接
 所 岡 五条老人センター 072(985)3751、FAX072(986)7592

郷土博物館の催し&講座

【特別展示〜戦乱の東大阪】
 時 9月14日(水)〜12月4日(日)9時30分〜17時 ※月曜日と祝休日の翌日は休館。申込不要。
 【土曜講座〜考古学へのいざない入門編】
 時 9月17日(土)=東大阪の考古学のはじまり ▷24日(土)=東大阪の旧石器から古墳時代の遺跡 ▷10月1日(土)=東大阪の奈良から室町時代の遺跡 ☆いずれも13時30分〜14時30分 対 市内在住の方 定 各15人(申込先着順) 申 9月2日(金)9時30分から電話で
 【郷土博物館の休館】
 9月5日(月)〜13日(火)は展示替えのため休館します。

申 岡 郷土博物館 072(984)6341、FAX072(986)1432

四条図書館の催し

【四条奇席〜花園で笑おう】
 時 9月8日(木)14時〜15時 所 花園図書館 対 小学生以上の方 定 50人(申込先着順) 内 桂紋四郎さんによる落語会 ※途中入場不可。 定 500円 申 電話または直接
 【図書館でハッピーバースデー】
 9月生まれの子どもの誕生会です。 時 9月14日(水)10時30分〜11時 ※9時〜12時はベビータ임。 所 四条図書館 対 未就学児とその保護者 定 10組20人(当日先着順)
 【本の修理・フィルムコート体験】
 時 9月23日(祝)14時〜15時30分 所 四条図書館 対 中学生以上の方 定 10人(申込先着順) 持 フィルムコートをかきたい本(1人1冊、30cm×30cm以内) 申 9月1日(休)から電話または直接

申 岡 四条図書館 072(982)1235、FAX072(984)6079

やまなみコンサート

時 10月15日(土)14時〜15時30分 対 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 定 40人(抽選) 内 クラシック音楽の演奏 定 200円 持 マスク 申 基本事項(7面に掲載)を9月22日(木)(必着)までに住復ハガキで
 所 岡 千579-8054南四条町1-7 やまなみプラザ(四条) 072(988)3107(FAX兼用)

ひがしおおさか開級50年記念 夜間中学校祭

時 9月23日(祝)14時〜16時 所 市文化創造館ジャットーハーモニー小ホール 定 300人(申込先着順) 内 夜間中学生による体験発表や歌、踊り、楽器演奏など 申 9月1日(休)から電話または申込専用ウェブサイトで(右のコードからアクセス可)
 申 岡 意岐部中学校夜間学級 06(6783)8100、FAX06(6783)8110
 岡 布施中学校夜間学級 06(6722)6850、FAX06(6722)6969 ▷学校教育推進室 06(4309)3269 FAX06(4309)3838



旧河澄家の催し&講座

【古代体験会〜埴輪を作ろう!】
 時 9月23日(祝)13時〜15時 所 旧河澄家(日下町7) 対 小学生以上の方 定 20人 持 タオル 申 9月1日(休)から
 【講談〜郷土の人々】
 講師の旭堂南龍さんが、郷土ゆかりの楠正成をテーマにした講談をします。 時 9月25日(日)13時〜14時30分 所 旧河澄家 対 中学生以上の方 定 20人 申 9月2日(金)から
 【東大阪市の古民家めぐり】
 時 10月8日(土) ☆近鉄石切駅北改札口に12時30分集合、川中家で16時ごろ解散 定 15人 内 旧河澄家・井上家・旧藤井家・川中家 ※電車賃(近鉄新石切駅〜吉田駅)と川中家入館料(100円)が必要。
 申 9月6日(火)から



※いずれも申込先着順。 申 各申込開始日の9時30分から電話または旧河澄家ウェブサイト
 申 岡 旧河澄家 072(984)1640(FAX兼用)

マイナンバーカードをまだお持ちでない方へ

9月上旬までに 申請書を送付

コード読取りで

簡単申請!!

マイナンバーカード（個人番号カード）をまだお持ちでない方を対象に、9月上旬までに順次、地方公共団体情報システム機構から「オンライン申請用コード付きマイナンバーカード交付申請書」が送付されます。スマートフォンなどで申請書のコードを読み取り、必要事項を入力することで、簡単に申請ができます。最大2万円相当のポイントがもらえるマイナポイントの申込みにはマ



イナンバーカードが必要です。この機会にマイナンバーカードを取得しませんか。 ※マイナポイントの申込対象者は9月末までにマイナンバーカードの申請をした方です。

詳しくはマイナンバーカード総合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）。



市民室 06 (4309) 3163、FAX06 (4309)3012

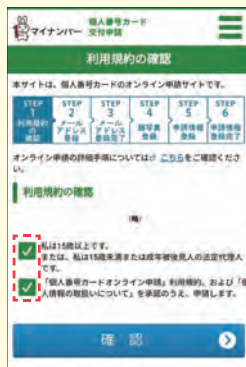
※次の方へは申請書は送付されません。▷75歳以上で令和2年度または3年度に後期高齢者医療広域連合からマイナンバーカード交付申請書が送付されている方 ▷今年1月1日以降に出生または国外から転入した方 ▷在留期間の定めのある外国人住民 ▷配偶者からの暴力、ストーカー行為、児童虐待およびこれらに準ずる行為などの被害者として、住民票の住所と異なる居所情報を登録している方

封筒が届いたら。。。 申請の流れ



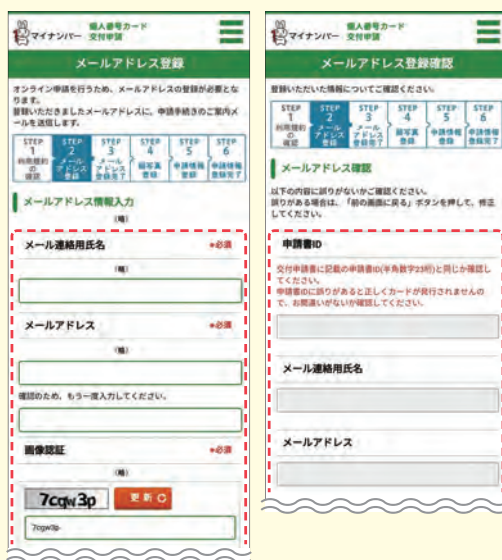
STEP 1

個人番号カード交付申請書の右下にあるコードをスマートフォンなどで読み取り、表示されたページで利用規約を確認する



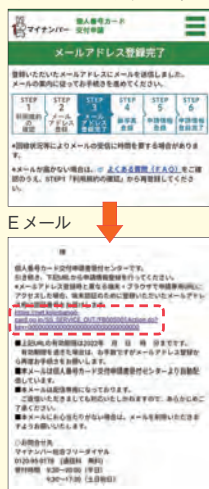
STEP 2

氏名、メールアドレスを入力し、画像認証する



STEP 3

届いたEメールに記載されているURLにアクセスする



STEP 4

顔写真をアップロードして、記載事項を確認する



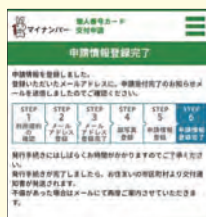
STEP 5

生年月日を入力して、入力内容に誤りがないか確認する



STEP 6

申請完了



申請後、1か月半から2か月程度で市から交付通知書が届きます。マイナンバーカードの受取予約をして、予約した日時に市役所本庁舎別館1階マイナンバーカード交付窓口へお越しください。

※マイナンバーカードの受取方法について、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）。

