

特集 司馬遼太郎生誕100周年

(提供) 朝日新聞社

Topic

いっしょに働きませんか 市職員・消防吏員を募集	5
保健所・センターだより	14・15
お知らせコーナー	16~22

リニューアルした市政だよりのタイトルには、東大阪フォントを使用しています。
東大阪フォントは、東大阪のモノづくりの精神を表した書体で、企業が相互に協力しあって部品や製品をつくりあげて世界をつなげていることから、「つながり」をデザインのモチーフとしたフォントとなっています。



司馬遼太郎生誕100周年 魅了し続ける作品群 東大阪から

今年の8月7日、作家・司馬遼太郎さんの生誕100周年を迎えます。

作家生活の大半を東大阪市内で過ごされ、膨大な資料をもとに歴史小説やエッセイ、紀行文などを発表し続けました。

今回は、そんな司馬さんの姿を振り返っていきます。

司馬さんの生涯

1923年(大正12年)

8月7日 大阪市に生まれる

本名は福田定一。幼少時から読書好きで、図書館のあらゆる蔵書を乱読し、料理や釣りの本まで読んだ。

1943年(昭和18年)

学徒出陣のため大阪外国語学校(現：大阪大学外国語学部)を卒業し、軍隊に入隊する

1945年(昭和20年)

満州の戦車部隊に配属された後、本土決戦のため国内へ戻され、栃木県の佐野市で終戦を迎える

戦争体験に大きな衝撃を受け、なぜこんな馬鹿な戦争を・・・昔の日本はもっとましだったに違いない、と考えたことが、日本史に対する関心の原点となった。

1948年(昭和23年)

産経新聞社に入社。1961年(昭和36年)に退社するまで13年間勤務する

1956年(昭和31年)

新聞社勤務の傍ら執筆した短編小説「ペルシャの幻術師」が講談倶楽部賞を受賞する

司馬遼太郎の筆名で初めて文壇に立つ。筆名の由来は「自分は中国の史家、司馬遷には遠(はるか)に及ばない」から来ているという。



司馬遼太郎
『雲の城』(新潮文庫)

1960年(昭和35年)

『雲の城』で直木賞受賞。翌年に産経新聞社を退社し、作家生活に入る

1964年(昭和39年)

布施市(現：東大阪市)に転居する
東大阪市内に居住しながら執筆活動続ける



司馬遼太郎
『燃えよ剣』(新潮文庫)

1966年(昭和41年)

『竜馬がゆく』『国盗り物語』にて菊池寛賞受賞

1968年(昭和43年)

『坂の上の雲』の連載を開始する

1971年(昭和46年)

『街道をゆく』の連載を開始する

同作は日本の街道、時には海外の街道を歩き、そこに生きた人々や歴史などを考察した紀行文で、生涯に渡って書き続けた。



司馬遼太郎
『坂の上の雲』(文春文庫)

1996年(平成8年)

2月12日 死去。享年72歳。忌日は「菜の花忌」と呼ばれる
3月4日 東大阪市名誉市民となる

2001年(平成13年)

司馬遼太郎記念館が自宅隣接地に開館



司馬さんと小阪・八戸の里のまち



(左写真)
1969年(昭和44年)ごろの近鉄河内小阪駅



(右写真)
1976年(昭和51年)ごろの
小阪公設市場の様子

1964年(昭和39年)に大阪市内から東大阪市へ移り住んだ司馬さん。司馬さんは、都市のざわめきのあるようなところが好きだったそうです。

商店街の活気あふれる喧騒の中、庶民的な暮らしが根づいている小阪や八戸の里のまち。

司馬さんは夕方、執筆の合間に夫婦でこのまちを散歩されました。喫茶店やそば屋さんと気分転換の休息を楽しんでおられたのでしょうか。



(提供)朝日新聞社

菜の花忌

司馬さんが好きだった「菜の花」

司馬さんが生前好きだった菜の花や、長編小説『菜の花の沖』にちなみ、命日の2月12日は「菜の花忌」と命名されました。

毎年、地元の学校や自治会、ボランティアなど42団体でつくる「春一番に菜の花忌の会」が、記念館の書斎前の庭を菜の花で飾りつけられます。近鉄八戸ノ里駅と河内小阪駅の周辺にも菜の花のプランターが並べられ、街中に春の香りを届けています。





司馬さんの軌跡

司馬遼太郎記念館館長の上村洋行さんに、司馬さんの作品の魅力や人となりを聞きました。

周囲の人に思いやりをもっていました。

— 上村館長から見た司馬遼太郎さんはどういう印象でしたか。

私の姉が司馬遼太郎と結婚したので、私は義理の弟になります。初めて会ったのは小学校高学年の頃。大学生の頃から結婚するまで、司馬遼太郎の家に居候していました。司馬遼太郎からすれば、妻の弟という関係性ながらも、同居生活の中で自分をごく自然に受け入れてくれました。司馬遼太郎は「温かく、穏やか」な人物で、周りの人へ常に思いやりをもっていました。今になってみると、そうしたところで司馬遼太郎の作品、文章の一端に触れていたような気がします。

また、司馬遼太郎は非常に話し方が魅力的で、かつ聞き上手でもありました。私が司馬遼太郎と生活のちょっとしたことを話すと、それが一つのエッセイのようなものになるのです。それは知的エンターテインメントと言えるようなもので、編集者の皆さんからは「座談の名手」と言われていました。

50年、60年前に刊行されているのに、新鮮さを感じる。

— 司馬遼太郎さんの魅力や愛される理由はどのようなものですか。

去年の秋にアンケート調査を行ったところ、「五十年、六十年前に書かれていながら、今出版されたような鮮度を感じる」「何度も読み直しているが、その都度、司馬さんからの新たなメッセージを受け取っている」という感想がありました。

記念館活動の中で一般の方や学者の方などと話していても、同じような感想に帰結することがあります。

また、司馬遼太郎の作品は読み手に考えさせる文体になっていて、余白があります。読み手それぞれが結論を受け取る余地があるのだと思います。

世代や世の中は変わっていくが、こうした感想を抱かせるところに魅力の一つがあるのだと思います。



上村洋行（うえむらようこう）

東大阪市生まれ。1967年産経新聞入社、京都支局から記者生活をはじめ、京都総局長、編集局次長などを歴任後、退社。現在、公益財団法人司馬遼太郎記念財団理事長と司馬遼太郎記念館館長を兼任。

これから作家・司馬遼太郎として歩んでいきたいという覚悟だったと思うんです。

— 来年2月18日(日)まで開催されている「作家の道へ」の見どころは何ですか。

「一枚の絵」と呼んでいる絵を展示します。この絵は、私が小学校6年生の時に、司馬遼太郎が私の目の前で描いてくれたものです。「絵を描いてやろうか？」と色紙にクレパスを使って30分ほどで書き上げたこの絵を、私は額に入れ、大切に保管していたのです。時々絵を見ては元気をもらっていました。司馬遼太郎が亡くなった後、額を外したら絵の裏面に文章が書かれていて驚きました。「晩年に立つ一本の孤峭な樹を描きました。人生へのきびしい覚悟としたかったのです。昭和30年11月14日」と書かれていました。日付を考えると、「ベルシャの幻術師」を書きあげたところで、これから作家・司馬遼太郎として歩んでいくという覚悟だったと思います。



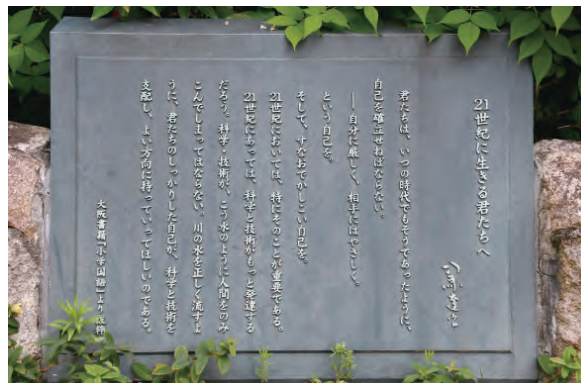
『二十一世紀に生きる君たちへ』の一節が書かれた石碑は、河内小阪駅から記念館までの道筋にある中小阪公園内に建てられています。この文学碑は、記念館建設に伴うまちづくり事業の一環として、2001年に市が設置しました。

歴史小説や紀行文、エッセイ、対談など大人向けの作品を数多く残した司馬さんは、小学6年生の教科書に書いた随筆『二十一世紀に生きる君たちへ』で、21世紀の社会を担っていく子どもたちへのメッセージを語っています。

科学や技術を過信せず、自然という「不変のもの」を生き方の基準において、自己の確立や他者へのいたわり、頼もしさというキーワードとともに、21世紀を生きる若者たちへのエールと、人が生きていく上で必要な心構えを説く本書。

子どもだけでなく、大人にも司馬さんのメッセージを感じ取ってほしい1冊です。

二十一世紀に生きる君たちへ 司馬さんからのメッセージ



司馬遼太郎記念館

開 10時～17時(入館受付は16時30分まで)

休館日 毎週月曜(祝日の場合は開館し、翌日休館)、9月1日～9月10日、12月28日～1月4日

料 大人500円、高・中学生300円、小学生200円(20名以上の団体は入館料が2割引)

電 06(6726)3860、FAX 06(6726)3856

2001年11月に開館された記念館は、司馬遼太郎さんの自宅と安藤忠雄さんの設計によるコンクリートの建物で構成されています。

また、雑木林風の庭の小径から窓越しに、司馬さんの書斎を間近に見ることができます。

高さ11メートル3層吹き抜けの大書架では、約2万冊の蔵書が広がり、司馬さんの精神を感じることのできる空間になっています。

記念館には、貴重な手書き原稿や万年筆、また、司馬さんが風邪防止に首に巻いていたバンダナも一部展示しています。原稿に書かれた筆跡や使われていた万年筆からは、創作時の雰囲気を感じ取れます。



企画展 作家の道へ—司馬遼太郎と「近代説話」

司馬遼太郎記念館では、作家・司馬遼太郎が誕生した時代に焦点を当てた企画展を開催しています。

短編小説『ベルシャの幻術師』で第8回講談倶楽部賞を受賞した際の賞状や上村館長に贈った自筆画「一枚の絵」など、作家・司馬遼太郎が誕生したころの雰囲気を感じられる展示となっています。

また、地下ホールでは、企画展に関連した「司馬遼太郎の世界 忍者・幻術編」(約13分)を1時間ごとに上映します。

開 来年2月18日(日)まで



募集

司馬遼太郎記念館サポーター

司馬遼太郎記念館では、受付や庭の手入れなどのボランティア活動を行うサポーターを募集しています。

趣 若干名(土・日曜日に活動できる方歓迎)

選考方法 面接

申 応募用紙を10月6日(金)(必着)までに郵送またはファクスで

※応募用紙は司馬遼太郎記念館で配布。詳しくは司馬遼太郎記念館までお問合せください。

info

花園図書館「司馬遼太郎コーナー」

花園図書館では、司馬さんの著書や関連本を集めた常設コーナーを設けています。

自筆原稿(複製)や挿絵の原画、花園図書館開館時に寄せられた直筆の祝辞なども公開しています。

開館時間 9時～21時(火曜日は休館) 所 花園図書館 072(965)7700、FAX 072(965)9212



info

東大阪市×函館市 図書館交換展示

花園図書館では、8月2日～9月25日の間、代表作の1つ『燃えよ剣』の主人公「土方歳三」の終焉の地である函館市の函館市立中央図書館とのコラボで、司馬さんの関連資料を展示します。

開 8月2日(水)～9月25日(月) 9時～21時(火曜日は休館) 所 花園図書館

info

ひがしおおさか電子図書館でも閲覧可能

ひがしおおさか電子図書館では、24時間いつでも、お持ちのパソコンやタブレット端末、スマートフォンから電子書籍を読むことができます。

『坂の上の雲』や『竜馬がゆく』など、司馬さんの作品22点も閲覧できます。

対 市内在住・在勤・在学(いずれか)で市立図書館の利用登録をお済みの方

利用方法 市立図書館ウェブサイトから「ひがしおおさか電子図書館」にログイン
詳しくは、市立図書館ウェブサイトをご覧ください。

電 永和図書館 06(6730)6677、FAX 06(6727)5568





いっしょに働きませんか 市職員・消防吏員を募集

ともにこの“まち”を創りませんか 市職員

今年10月と来年4月に採用する市職員を募集します。

日本国籍の有無にかかわらず受験できます。各職種に必要な資格などは、必ず募集要項をご確認ください。申込みは、各申込期間に原則としてインターネットでのみ受け付けます。

※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。募集要項は市ウェブサイトダウンロード可。市役所本庁舎12階人事課・1階市政情報コーナー、行政サービスセンターでも交付。
☎人事課 06(4309)3116、FAX06(4309)3819



ともにこの“まち”を守りませんか 消防吏員

来年4月に採用する消防吏員を募集します。

日本国籍の有無にかかわらず受験できます。※申込みは、原則としてインターネットでのみ受け付けます。募集要項は市消防局ウェブサイトダウンロード可。消

防局人事教養課、消防署、市役所本庁舎12階人事課・1階市政情報コーナー、行政サービスセンターでも交付。8月19日(土)にインターンシップを開催。詳しくは市消防局ウェブサイトをご覧ください。か、お問合せください。
☎消防局人事教養課 072(966)9661、FAX072(966)9669



募集職種、採用予定人数など 【任期付短時間勤務職員 令和5年10月1日採用予定】

職種	採用予定人数	勤務形態
保育士	7人	週31時間勤務(週4日)

※年齢は問いません。

【令和6年4月1日採用予定】

職種	採用予定人数	年齢
上級事務 (民間企業等経験者)	7人	平成6年4月2日～平成11年4月1日に生まれた人
初級事務	6人	平成14年4月2日～平成18年4月1日に生まれた人
初級土木	2人	
初級建築	2人	
福祉	20人	昭和50年4月2日以降に生まれた人
心理	7人	
獣医師	1人	平成元年4月2日以降に生まれた人
薬学	1人	平成6年4月2日以降に生まれた人
保健師(※)	3人	平成元年4月2日以降に生まれた人
初級事務 (障害者対象)	1人	平成6年4月2日～平成18年4月1日に生まれた人

(※)保健師の採用試験受験者のうち、希望者のみ任期付職員(育児休業等欠員代替)の採用選考に応募可能。採用試験に補充合格または二次試験で不合格となった人から選考(保健師9人)。

採用試験説明会

市職員採用試験の受験を検討している方や興味がある方に向けて、採用試験説明会を開催します。

試験に関する説明のほか、実際に働く職員が質問に答える座談会も予定しています。

☎8月11日(金)10時～13時
☎市役所本庁舎18階大会議室
☎200人(申込先着順)
☎8月8日(火)まで
※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。か、お問合せください。
☎人事課



先輩職員メッセージ

市職員の仕事は非常に幅が広く、土木職といっても、下水・公園・道路・河川といった様々な分野によって業務が異なります。どのような職場に配属されても東大阪市をより良いまちにしたいという強い気持ちがあれば、皆さんの力は発揮されると思います。



公園課
土木職

マイナンバーカード

受取りをお急ぎください！

マイナンバーカードの受取り 9月は混雑しますのでお早めに

市役所本庁舎別館および布施臨時交付窓口(足代2)でマイナンバーカードの受取りが可能です。臨時窓口での受取りは完全予約制(予約は来庁希望日の3日前まで)です。

※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。か、お問合せください。



☎予約受付電話番号 0570(078)506

7か所のリージョンセンターにマイナンバーカードの申請窓口を開設しています(表参照)。この窓口では、後日郵送でマイナンバーカードを受け取ることができます。※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。か、お問合せください。



リージョンセンターでの申請は予約が必要です。

☎予約受付電話番号 06(4309)3163

マイナンバーカード申請窓口

市役所本庁舎と日替わりで市内

8月マイナンバーカード申請窓口開設日時

開設場所	開設日	開設時間
市役所本庁舎 1階ロビー※	月曜日～金曜日(祝休日を除く)	9時30分～16時
ゆうゆうプラザ(日下)	第4土曜日	9時30分～14時30分
やまなみプラザ(四条)	29日(火)	10時～16時
グリーンパル(中鴻池)	8日(火)	
くすのきプラザ(若江岩田駅前)	24日(木)	
ももの広場(楠根)	17日(木)	
夢広場(布施駅前)	22日(火)	
はすの広場(近江堂)	3日(木)	
	1日(火)	

(注)申請窓口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。※受付多数の場合は、受付を早めに終了することがあります。

マイナポイント

ポイント申込み期限は9月末まで

市では、マイナポイントの申込支援窓口を開設しています(表参照。予約不要)。

☎令和5年2月28日までにマイナンバーカードの交付申請をした方

持ち物

- マイナンバーカード
- マイナンバーカードの暗証番号(4桁)
(利用者証明用電子証明書のパスワード)
- マイナポイントを申し込むキャッシュ決済サービス
(例：ICカード、専用アプリなど)
- 本人名義の口座情報がわかるもの
(公金受取口座の登録をする場合)

※なお、マイナポイントは、スマートフォンアプリ「マイナポイント」からご自身で申込みすることも可能です。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。か、市マイナポイントコールセンターにお問合せください。



☎市マイナポイントコールセンター 06(4309)3110 ▷情報政策課 06(4309)3108、FAX06(4309)3816

8月のマイナポイント申込支援窓口開設日時

開設場所	開設日	開設時間
市役所本庁舎 1階ロビー	26日(土)	9時～16時
	月曜日～金曜日(祝休日を除く)	
ゆうゆうプラザ(日下)	23日(火)、28日(月)	9時～17時30分
やまなみプラザ(四条)	4日(金)、24日(木)	
グリーンパル(中鴻池)	14日(月)	
くすのきプラザ(若江岩田駅前)	7日(月)、30日(火)	
ももの広場(楠根)	9日(火)	
夢広場(布施駅前)	月曜日～金曜日(祝休日、9日(火)、23日(火)を除く)	
はすの広場(近江堂)	1日(火)、16日(火)	

(注)申込支援窓口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、マイナポイントの質問はお答えできません。各施設の駐車台数には限りがありますので、公共交通機関の利用にご協力ください。

令和6年度 幼稚園・認定こども園(1号認定)園児を募集

願書の交付と受付は各園で行います。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

幼稚園・認定こども園へ入園するには、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・保育給付認定手続きを行ってください。

市立幼稚園

平成30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(金)～29日(金) 14時～16時(土・日曜日、祝休日を除く)

願書の受付 ▷ 4歳児＝10月2日(月)13時30分～14時 ▷ 5歳児＝10月4日(水)13時30分～14時 ※いずれも定員を超えた場合は抽選。

市立認定こども園

平成30年4月2日～令和3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(金)～29日(金) 14時～16時(土・日曜日、祝休日を除く)

願書の受付 ▷ 3歳児＝10月2日(月)15時～15時30分 ▷ 4歳児＝10月2日(月)13時30分～14時 ▷ 5歳児＝10月4日(水)13時30分～14時 ※いずれも定員を超えた場合は抽選。

※各園の募集人数は右表をご覧ください。園の見学は各園にお問合せください。詳しくは、8月1日以降の市ウェブサイトをご覧ください。

市立幼稚園・認定こども園 ▷ 学事課 06(4309)3271、FAX 06(4309)3838 ▷ 保育課 06(4309)3196、FAX06(4309)3817



私立幼稚園・私立認定こども園

入園手続きは各園で実施されます。また、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(金)から

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	82人程度
	石切	54人程度
	若江	54人程度
	英田	50人程度

※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号認定児)の募集人数

3歳児	北宮、岩田	各9人
	縄手南、小阪	各5人
	大連、孔舎衛	各2人
4歳児	北宮	58人程度
	岩田	36人程度
	縄手南、大連	各31人程度
	小阪	40人程度
	孔舎衛	24人程度
5歳児	北宮	35人程度
	岩田	31人程度
	縄手南、大連	各18人程度
	小阪	34人程度

※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。

願書の受付 10月2日(月)から(園により異なる)

各私立幼稚園・認定こども園



私立幼稚園一覧



私立認定こども園

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。

特別な理由が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)の差押えなどの滞納処分を行います。また、滞納している世帯は、保険証の有効期間が短い「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

毎月曜日～金曜日9時～17時30分(祝休日を除く)

市役所本庁舎2階医療保険室 保険料課 ※保険料決定通知書(納付書)または被保険者証、印鑑を持ってお越しください。

◆休日納付相談

8月26日(土)9時～12時 市役所本庁舎2階医療保険室保険料課

医療保険室保険料課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

令和4年度 国民健康保険料・後期高齢者医療保険料滞納処分実施状況

令和5年3月末日現在

内 訳	詳 細	件 数	本 料(円)	延滞金(円)
債 権	預金	564	1億3154万512	1312万6667
	生命保険	39	1428万1650	231万9500
	給与	13	684万703	100万700
	年金	5	177万9081	24万7800
	その他	2	214万8948	43万7400
債権小計(a)		623	1億5659万894	1713万2067
不動産	差押(b)	1	76万8288	6万3200
	参加差押	4	208万7603	34万5900
差押合計(a+b)		624	1億5735万9182	1719万5267

令和6年度 保育所(園)・認定こども園・ 小規模保育施設(2・3号認定) 入所児童を募集



申込書類など

保育施設への入所児童(2・3号認定児)を募集します。昨年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です。受付期間中の相談などは、可能な限り電話でお願いします。

受付期間 ▷ 1歳児～5歳児＝9月15日(金)～10月6日(金) ▷ 令和6年2月4日以前に生まれた0歳児＝来年1月5日(金)～2月9日(金)

申込書と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函(市電子申請システムからも可) ※窓口での受付

は実施しません。申込書は8月15日(火)から市ウェブサイトダウンロード可。施設利用相談課、福祉事務所子育て支援係でも配付。市内保育施設の募集人数を掲載した「保育所等申込のてびき」は、9月5日(火)から配付予定。申込書類は返却不可。申込書には日中連絡が取れる連絡先を記入ください。また、申込者全員に受付控えを送付しますので、10月25日(火)までに届かない場合は連絡してください。

市役所子どもすこやか部施設利用相談課 06(4309)3202、FAX06(4309)3817



私立保育園・私立認定こども園 公立保育所・公立幼保連携型認定こども園 小規模保育施設

教育・保育給付認定区分

認定区分	内容	利用施設
1号認定	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	子どもが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、保育所などで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	子どもが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、保育所などで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

※教育・保育給付認定が必要な幼稚園は、公立幼稚園および森河内幼稚園のみです。



画面タッチでできる119番通報

Net119

Net119は、聴覚や言語障害などにより、音声で119番通報ができない方を対象に、事前登録をしたスマートフォンなどを使ってチャット形式で通報できるシステムです。

◆Net119説明会を開催

新規の利用登録や登録情報の変更・再設定ができます。

■8月8日(火)14時～16時

■東福祉事務所大会議室

■市内在住・在勤・在学（いづれか）の聴覚や発語に障害のある方またはその関係者

■15人（申込先着順） ※付添人を含む。

■利用登録希望者は、運転免許証やパスポートなどの本人確認書類

■基本事項（16面に掲載）と利用登録をするスマートフォンなどのEメールアドレス、参加人数を8月7日(月)までにファクスまたは郵送（必着）で

■〒578-0925稲葉1-1-9 消防局通信指令室 072 (966) 9665、FAX072 (966) 8884



みんなで美しく住みよいまちづくりを

不法投棄は犯罪です

ごみを不法に投棄した者には、法律により5年以下の懲役または1000万円以下の罰金、法人には3億円以下の罰金が科せられます。

◆私有地内に捨てられた場合は

マンションや駐車場、田畑などの私有地内にごみを捨てられてしまった場合は、警察に相談しても投棄者が特定されなければ、その土地の所有者・管理者の責任においてごみを処分していただくことになります。私有地への不法投棄物は市では収集できませんので、適切な処理にご協力ください。

捨てられない環境づくり

不法投棄を防止するためには、防犯カメラやセンサーライトなどの設備や啓発看板などの設置が有効です。防犯カメラは、投棄現場の画像や映像を警察に情報提供することが可能となります。

また、管理不全の空き地などでは、不法投棄がされやすくなりま

す。防護柵やフェンスの設置、こまめな清掃、定期的な草刈りを行うなど、自分の土地は適正に管理してください。

市では、不法投棄防止の啓発看板や、空き地を適正に管理するための草刈り機を無料で貸し出しています。

◆地域清掃を支援します

市では、地域清掃を支援するため、集められたごみの収集や実施規模に応じたごみ袋の提供などを行っています。事前に「地域清掃実施計画書」の提出をお願いします。

歩きたばこはやめましょう

たばこの吸い殻の散乱防止のため、屋外の公共の場所では、歩きたばこはやめてください。また、自転車やバイクに乗りながらの喫煙や、灰皿のない状態での喫煙もやめてください。

■美化推進課 072 (961) 2100、FAX072 (961) 2418

できていますか？災害への備え

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。この機会に、災害へ備えましょう。

◆地震に備えて

▷寝室に大きな家具は置かない
▷背の高いタンスや冷蔵庫などは転倒防止器具で固定する など

◆風水害に備えて

▷屋根の瓦やトタンの外れなどは補修し、アンテナはしっかり固定する
▷側溝や排水溝は掃除し、水の流れをスムーズにしておく など

◆1週間分の備えを

最低3日、できれば1週間分の食料品や飲料水、物資などを備えておきましょう。

避難情報

避難情報の種類は表のとおりです。あらかじめハザードマップを確認し、適切な避難行動を考えておきましょう。

市から発令する避難情報は、防災行政無線（屋外スピーカー）、緊急速報メール、市ウェブサイト、SNS などさまざまな手段でお知らせします。

◆分散避難の検討を

避難所に多くの人が集まると、感染症のリスクが高まります。親戚・知人の家や自宅、車など公的な避難所以外への「分散避難」を検討しましょう。それらの場所へ

の避難が難しい場合はためらわずに避難所に避難してください。

非常持出品の確認を

避難場所での生活に最低限必要なものをリュックなどに詰めて、いつでも持ち出せるように準備しておきましょう。

避難情報

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かえっ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て自発的に避難する	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	注意報（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）

非常持出品の一例

- ☐ 食料品 ☐ 飲料水 ☐ 応急医薬品 ☐ マスク ☐ アルコール消毒液
☐ 体温計 ☐ 固形石けん ☐ 上履き ☐ 歯ブラシ
☐ モバイルバッテリー ☐ 携帯ラジオ ☐ 懐中電灯 ☐ 乾電池
☐ 笛 ☐ 衣類 ☐ 生理用品 ☐ 赤ちゃん用品 ☐ 現金（小銭は多めに）
☐ 保険証（写し） ☐ 預貯金通帳 ☐ 印鑑 ☐ ライター ☐ 車手
☐ ロープ ☐ タオル ☐ カイロ ☐ 老眼鏡 ☐ 簡易トイレ など

※非常時に必要なものは一人ひとり違います。各自が必要とするものを備えておきましょう。

令和4年度 消費生活相談件数

令和4年度に消費生活センターで受けた相談件数は3723件で、前年度より39件増加しました。

◆商品・役務別相談の特徴

商品一般と賃貸アパート、健康食品に関する相談は、どの年代でも高い割合となっています。令和4年度の特徴としては化粧品に関する相談が増加しており、若い世代では脱毛エステに関する相談が増えています。

相談の多い上位5品目

順位	品目	件数
1	商品一般	267 (282)
2	賃貸アパート	166 (185)
3	他の健康食品	115 (109)
4	脱毛エステ	94 (15)
5	相談その他	89 (79)

※表の()は令和3年度の件数。

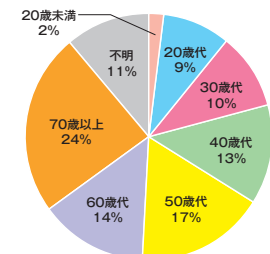
◆高齢者の相談が依然として高水準

70歳以上の方の契約に関する相談は、全体の約24%を占め、依然として高い割合です。最も多い相談は架空請求などの相談です。

次に多いのが、携帯電話サービ

スに関する相談で、「料金が安くなると聞いて携帯電話会社を変更したが、以前より高額になった」といった相談が寄せられています。

グラフ 消費生活センター相談者の年齢別構成



◆消費者トラブルはまず相談を被害に遭わないよう、1人で悩まず周りの人や消費生活センターに早めに相談しましょう。また、高齢者を被害から守るため、家族や周囲の方が日頃から見守りや声かけを行いましょう。

◇ 消費生活センター 072(965)6002、FAX072(962)9385

誰でも簡単！

初心者から中級者向けスマホ教室

市役所本庁舎6階 OA ルーム
市内在住の方 各10人（申込先着順）※スマホは貸し出しします。
8月1日(火)～8月17日(木)に電話で

情報政策課 06(4309)3108、FAX06(4309)3816



実施日	時間	講座内容
8月22日(火)	10:00～12:00	防災に役立つおためアプリ体験講座
	14:00～16:00	LINE と Google レンズを活用しよう
8月23日(水)	10:00～12:00	LINE と Google レンズを活用しよう
	14:00～16:00	初めて触る！スマートフォン体験講座
8月24日(木)	10:00～12:00	初めて触る！スマートフォン体験講座
	14:00～16:00	LINE とスマホ決済を活用しよう

21世紀を「人権の世紀」に

私たちは20世紀に2度にわたる世界大戦を経験しました。戦争では多くの尊い命が犠牲となり、悲劇と破壊をもたらしました。そして、これらの反省から世界的な平和と人権の尊厳を求める機運が高まり、再びあの悲劇を繰り返してはならないと、私たちは戦争の放棄と平和への願いを込めた「日本国憲法」を制定し、恒久平和の確立をめざしています。

しかし、ロシアによるウクライナ侵攻をはじめ、世界ではテロや地域紛争、核実験や核兵器開発など平和とはかけ離れた状況にあります。「平和」とは、人間が人間らしく生きるための基本であり、安全で安心して暮らせることが私たちの願いです。

平和の灯(ともしび)・平和の女神像

「平和の灯」は、平成5年に平和なまちづくりのシンボルとして広島、長崎の灯火からの分火を受け、「平和の女神像」とともに市民会館前に設置し、核兵器の廃絶と世界の恒久平和を訴えてきました。平成27年9月に、市役所本庁舎前の春宮公園内へ移設されました。

平和のつどい

◆原爆体験のおはなし

8月10日(木)、22日(火)11時～11時30分 各30人（当日先着順）※手話通訳あり。

◆平和アニメフェスティバル

「この世界の片隅に」を上映します。

8月10日(木)14時～16時10分 各384人（当日先着順）※一時保育が必要な場合は、8月2日(火)までに基本事項(16面に掲載)と子どもの氏名・年齢をEメールで。

◆平和講演会

ウクライナ研究の第一人者である岡部芳彦さんの講演会です。

8月17日(木)14時～15時20分

各384人（申込先着順）※手話通訳と一時保育あり（一時保育は8月9日(水)までに要申込み）。基本事項(16面に掲載)と一時保育が必要な方は子どもの氏名・年齢を市電子申請システムで(Eメール、電話、ファクス、ハガキも可)



岡部芳彦さん

◆平和資料展～発行されなかった卒業証書展

ロシアによるウクライナ侵攻で命を奪われた学生たち。それぞれの生きた証を卒業証書として展示します。

8月16日(火)～22日(火)9時



～19時(16日は13時から。22日は12時まで)＝パネル展 8月18日(金)14時～14時30分＝パネル展企画者ボンダレンコ・マリヤさんによる講話

府立中央図書館

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

東大阪市 平和都市宣言

平和は、人間として生きるための基本であり、全世界共通の願いです。

私たちの生活も、本市のまちづくりの理念である「人権尊重に根ざした市民都市の創造」の実現も真の恒久平和なくしては望めません。

このため、私たちは平和の重要性とこれを脅かす核兵器の廃絶を全世界に訴えるとともに、本市が非核「平和都市」であることをここに宣言します。

1985年11月1日



ハナゾノエキスポ

HANAZONO EXP

HIGASHIOSAKA
2023.11/3(土)～4(日)

11月3日(土)・4日(日)に、「HANA ZONO EXPO」を花園中央公園で今年も開催します。

今年のテーマは「Image 考える・発想する」。最先端の技術やSDGsが社会に浸透する中、未来の私たちはどのように暮らしているのでしょうか。ぜひとも考えるヒントを探しに来てください。

また、市の魅力を発見・深掘りできるモノづくりコンテンツなども展開予定。詳しくは、HANAZONO EXPO 特設ウェブサイトをご覧ください。



小・中学生キャッシュレスチャレンジ

市内在住の小・中学生を対象に、HANAZONO EXPOの会場内でのみ使用できる「HANAZONO EXPO スマイルクーポン」2000円相当分を配布します。

■市立小・中学生＝学校から配布される資料から

▷市立以外的小・中学生＝市電子申請システムで

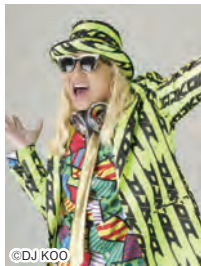


◇ 企画課 06 (4309) 3101、FAX06 (4309) 3826



昨年の様子

今年も出演予定



DJ KOOさん



ゆうちやみさん



触って楽しい
デジタル空間！



プログラミングも
楽しく学べる！

第3弾 家計を応援！ 東大阪市キャッシュレス de ポイントキャンペーン



■8月1日(火)～31日(木)

■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。

■対象キャッシュレス決済 PayPay、auPAY、d払い、楽天ペイ

■還元率 決済額の最大20%

■還元上限 対象キャッシュレス決済1種類につき、1人当たり5000円分（決済1回当たり上限1000円分）

※詳しくは、特設ウェブサイトをご覧ください（PayPayについて）



て、今回から適用条件が一部変更されています。

利用者向けキャッシュレス決済出張説明ブース

キャッシュレス決済などになじみのない方向けに商業施設などにブースを設置し、キャンペーン内容やキャッシュレスアプリの導入、使い方の説明をします（下表参照）。

◇ ◇
■コールセンター 0120 (064) 060 (9時～17時（土・日曜日・祝日含む））▷商業課 06 (4309) 3176、FAX06 (4309) 3846

利用者向け説明会および日程

日程	時間	会場
7月24日(月)・25日(火)・26日(水)	10時～16時	東大阪市役所 多目的ホール
27日(木)	9時～15時	グリーンパル(中瀬池)
29日(土)・30日(日)	10時～18時	食品館アプロプラス友井店
31日(月)		ももの広場(楠根)
8月2日(火)	9時～15時	夢広場(布施駅前)
4日(木)		やまなみプラザ(四条)
5日(土)	10時～16時	クレアホール・ふせ前広場
5日(土)・6日(日)		フレスポ東大阪
10日(木)		瓢箪山中央商店街
11日(金)・12日(土)・13日(日)	10時～18時	ニトリモール東大阪
19日(土)・20日(日)		フレスポ長田
26日(土)・27日(日)		コーナン外環新石切店

※申込不要。説明会場に直接お越しください。

ひがしおおさか体感まち博2023 参加事業者を募集



市の観光を開発する(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」を開催します。

このイベントでは、市内全域を会場に見立て、体験プログラムを通じて市の魅力を体感することができます。

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。

■▷(一社)東大阪ツーリズム振興機構 06 (4309) 8083、FAX06 (4309) 8084、✉ machihaku@higashiosakatourism.com ▷国際観光室 06 (4309) 3230、FAX06 (4309) 3849



フラワーボードオブジェ作り



工場見学＆紐作り体験

教育通信

vol.1

子どもの成長を育むため、教育環境の充実や各種取組みなど教育委員会の主な子どもファースト事業を連載で紹介します。

■教育政策室 06(4309)3264、FAX06(4309)3837

中学校給食 無償化

塾や部活動など中学生保護者の家計負担に対する経済的な支援のため、令和5年4月から中学校給食費の無償化を実施しています。

これからも子どもたちにとって、安全で安心な、栄養価の高いおいしい給食を提供いたします。

■中学校給食課 06(4309)3276、FAX06(4309)3867

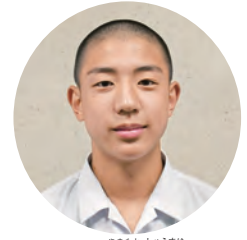
本日のメニュー

- ・鶏肉のから揚げ
- ・ひじきとウインナーのソテー
- ・コンソメスープ
- ・ミニフルーツゼリー



生徒の声

給食めっちゃおいしいです。
特に鶏肉のから揚げと麻婆豆腐が大好きです。



生徒会長 山元 就介さん



子育て支援センターの催し



車での来場はご遠慮ください。所の記載のない催しは、各子育て支援センターで開催。図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。いずれも申込先着順。申込方法のない催しは申込不要です。申込みが必要な催しは電子申請システムで申込みください。



ゆめっこ

◆赤ちゃんタイム

図 8月2日・9日・23日・30日の水曜日13時30分～16時 図 未歩行児

◆子育てサポーターによる相談

図 8月25日(金)10時～11時30分 図 就学前乳幼児

◆おやこ広場～ぺんぎんぐみ

同じ年齢のお子さん同士でいっしょに遊びます。 図 9月7日～10月5日の木曜日10時～11時(計5日間) 図 令和3年10月～令和4年3月生まれの幼児 図 7組 甲 8月24日(木)から

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

鴻池子育て支援センター

◆壁面飾り～シールで飾ろう水風船

図 8月7日(月)・8日(火)9時30分～11時30分 図 就学前乳幼児

◆こおりで遊ぼう

図 8月9日(火)10時～11時 図 10組 甲 8月1日(火)～8日(火) 図 就学前乳幼児

◆ホッと広場プラス園庭開放(プール遊び)

図 8月30日(水)10時～11時30分 図 未就園児 図 水着または水遊び用の紙パンツ、飲み物、着替え

◇ 甲 園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

◆プール遊び

図 8月7日(月)・25日(金)＝1歳～1歳11か月の乳幼児 図 8月9日(火)・23日(火)＝2歳以上の未就園児(プレ幼稚園と1歳以上の下のきょうだいも可) ☆いずれも10時～11時

◆ベビーピクス&ママヨガ

図 8月9日(火)13時30分～14時30分 図 首のすわった未歩行児 図 20組 甲 8月1日(火)から

◆親子de 発達ダンス

図 8月21日(月)10時～11時 図 1歳以上で歩行が確立している乳幼児～就学前乳幼児 図 20組 甲 8月7日(月)から

◇ 甲 園長瀬子育て支援センター 06(6728)1800、FAX06(6728)2413

荒本子育て支援センター

◆水遊び

図 8月8日(火)＝9月1日時点で1歳5か月～4歳5か月の幼児/1日(火)から 図 31日(火)＝就学前乳幼児/24日(火)から ☆いずれも10時～11時 図 各10組 甲 各申込開始日から

◆心理職による相談

図 8月22日(火)9時30分～12時 図 就学前乳幼児 図 2組

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

ももっこ

◆深谷先生のリトミック

図 9月6日(火)10時～10時45分 図 8か月以上の未歩行児 図 12組 甲 8月23日(火)から

◆ももっこ運動会

図 9月8日(金)10時30分～11時30分 図 所ももの広場(楠根) 図 ハイハイができる就学前乳幼児 図 45組 甲 8月18日(金)から

◆アーリー赤ちゃん講座「ベビーヒーリングタッチ」

図 9月20日・27日・10月4日の水曜日10時～11時(計3日間) 図 5か月までの乳児 図 6組 甲 9月1日(金)から

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

そらっこ

◆栄養士による離乳食相談

図 8月10日(火)14時～15時 図 未歩行児

◆心理職による相談

図 8月18日(金)9時30分から・10時30分から 図 就学前乳幼児 図 各2組 甲 相談日の3日前までに電話または直接

◆水あそび

図 8月24日(火)・25日(金)10時～11時 図 就学前乳幼児 図 着替え、タオル、飲み物

◇ 甲 園そらっこ(石切子育て支援センター) 072(940)7009、FAX072(940)7014

あさひっこ

◆親子であそぼ う・ふ・ふ

図 8月10日(火)10時30分から 図 就学前乳幼児 図 10組

◆ふれあいきゃっさ

図 8月29日(火)10時～11時 図 0歳児 図 10組 甲 8月15日(火)から

◆水遊び

図 8月3日(火)・9日(火)・23日(火)10時30分～11時 図 就学前乳幼児 図 水着または水遊び用パンツ、サンダル、タオル、着替え

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



ええもんみつっけ!

第1回 東大阪歴史手帳



郷土博物館・埋蔵文化財センターの休館中、市民の皆さんが市の文化財に触れられるよう、今月号から隔月で、市の文化財を紹介いたします。

第1回の「ええもん」は最新の発掘情報をご紹介します。

5月～6月にかけて、東山町にある船古墳群第3次発掘調査を実施しました。船古墳とは平成3年、マンション建設工事に伴う発掘調査で発見された古墳です。発掘調査では、古墳のまわりに並べる円筒埴輪や盾形埴輪の破片、高温で焼いた灰色の硬い土器である須恵器(注1)の破片など多くの古墳時代後期(6世紀ごろ)の遺物が見つかりました。また、流路の底から



須恵器の壺

は、須恵器の短頸壺(注2)がほぼ完全な状態で見つかりました。

今回の調査では船古墳自体の遺構は見つかりませんでしたが、見つかった遺物から船古墳の時期がわかる可能性があります。

(注1)1000℃～1300℃の高温で焼いた灰色の陶質土器

(注2)壺のくびれる頸部分が短く、すぐ口に接続する形をした壺

文化財課 06(4309)3283、FAX 06(4309)3823



くらしの緊急情報

緊急度レベル ★★★★★

ネット通販で注文したら、偽物だった!

～代引配達でのトラブルが増加

事例 SNSを見ていたら、有名ブランドサンダルの広告が出てきて、「今なら2足目が無料」と表示されていたので注文した。商品が代引配達で届いたが、偽物のサンダルだった。販売業者に「偽物なので返金してほしい」とメールを送ったが、返事がない。サイトにあった業者の住所は実在せず、電話番号もつながらない。

解説 「公式通販サイト」や「正規品」だと思って申し込んだが、届いた商品が偽物だったという相談が多く寄せられています。これらの怪しいサイトでは、次のような特徴があります。

▷販売価格が、通常では考えられないほど大幅に値引きされてい

る ▷通販サイトに記載されている日本語の漢字体や文章表現がおかしい ▷販売業者の会社名、住所、電話番号などの情報が記載されていない ▷支払方法が、代引配達しか選択できず、クレジットカード決済を選択しても、代引配達に一方的に変更される

代引配達の場合、荷物受取と同時に宅配業者に代金を支払うので、その時点で商品が偽物か、本物かの区別はつきません。代金を支払った後は、宅配業者からの返金は困難です。お得感をうたう怪しい広告サイトには近づかないようにしましょう。

消費生活センター 072(965)0102、FAX072(962)9385



8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	8日(火)
駅前公園(上石切町2)	14:00～14:30	
ダイアパレス横(西石切町2)	15:00～15:40	
横小路メイ・トラス	13:20～13:40	11日(金)
上六万寺児童遊園	14:00～14:30	
桜井児童遊園	15:00～15:40	
瓢箪山稲荷神社東駐車場	13:20～13:50	3日(木)
大池公園	14:00～14:30	
新池島町児童遊園	15:10～15:50	
オーク新石切(西石切町7)	13:20～13:50	4日(金)
豊浦公民分館	14:10～14:40	
ジャルマンコーポ校岡公園	15:10～15:40	

東体育館前	13:20～13:50	10日(水)
マンハイム石切(日下町4)	14:20～15:00	
J A 孔舎衛(日下町6)	15:30～16:00	
鴻北公園西側	13:20～14:00	1日(火)
府営東鴻池第二住宅	14:10～14:40	
メープルコート(島之内1)	15:30～16:00	
玉串西団地集会所前	13:20～14:00	4日(金)
府営東大阪玉串住宅	14:10～14:40	
ライオンズマンション(若江東町2)	15:20～16:00	
角田総合老人センター	13:20～13:50	2日(火)
プレジデント東大阪(若江町6)	14:10～14:50	
八戸の里公園相撲場西側	15:30～16:20	

移動図書館で本を借りてスタンプをためよう!

スタンプが2個たまるとオリジナル塗り絵がもらえます。

8月11日(祝)まで 所移動図書館各ステーション

花園西町公園	13:20～13:50	9日(火)
岩田公園	14:10～15:00	
若江本町北公園	15:30～16:10	
東橋岡荘公園稲荷神社横	13:20～14:20	2日(火)
寺嶋公園	15:00～16:00	
春光園(横枕)	13:20～13:50	
加納アメリカ集会所前	14:10～14:50	3日(木)
府営加納住宅集会所前	15:10～15:50	
三ノ瀬公民分館	13:10～13:50	
大和公園	14:00～14:40	3日(木)
はすの広場(近江堂)北側	15:20～16:00	

市宮島町住宅	13:20～13:50	8日(火)
市宮島町住宅集会所前	14:00～14:40	
新喜多公園	15:20～16:00	
金岡公園	13:40～14:30	1日(火)
柏田公園	14:40～15:10	
岸田堂南公園	15:40～16:20	
西堤神社境内	13:30～14:10	10日(水)
川俣水みらいセンター西	14:20～14:50	
稲田公園	15:20～16:10	
御厨天神社境内	13:20～13:50	11日(木)
新家西町第2公園	14:00～14:30	
五百石公園(御厨東2)	15:30～16:10	



掲示板

若草祭

9月23日(祝)10時～12時・13時～15時 町わかば(川田3) 町(社)福若草会072(965)0300

保育所入所相談会

10月1日(日)10時～11時30分 所きらりっこ(希来里(若江岩田駅前)) 所東大阪保育運動連絡会「中村」090(9213)0363

味噌作り

11月22日(火)10時～12時・13時～15時 所消費生活センター 所市内在住の方 所3000円 所基本事項(16面に掲載)を8月31日(木)(必着)までに往復ハガキで 所〒578-0925 稲葉3-5-13 東大阪市消費者団体協議会「奎」072(965)3612

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

大阪産業大学総合図書館を開放

8月7日(月)～9月20日(火)(日曜日・祝休日を除く) 所高校生以上の方 所大阪産業大学総合図書館(大東市中垣内3)072(875)3001

若江岩田うたごえ

8月8日(火)・9月12日(火)14時～16時 所イコラームホール 所1000円 所電話またはファクスで 所「山本」090(9287)6519、FAX06(6725)5622

アングルフォトクラブ写真展示会

9月16日(土)～18日(祝)9時～17時(16日は11時から・18日は16時まで) 所もの広場(楠根) 所アングルフォトクラブ「大藪」090(1586)2117

健康麻雀

8月1日(火)・8日(火)・22日(火)9時～12時 所市民多目的センター 所1回500円 所麻雀いこいクラブ「大野」090(9626)0001

つながろう「通いの場」大交流会

8月27日(日)13時30分～15時30分 所大阪商業大学「リアクト」(御厨米町1) 所8月18日(金)までにファクスまたはEメールで 所東大阪「通いの場」連絡会「田中」080(3843)9769、FAX072(985)6010、所higashiosaka-kayoinoba@memoad.jp

初心者の居合道

8月21日(月)・28日(月)18時30分～20時30分 所長瀬北小学校体育館 所中学生以上 所Eメールで 所(一社)鎌倉会東大阪道場「寺内」070(8347)8181、所asubaru30@gmail.com

ひらおか新能

9月23日(土)17時30分から 所岡岡神社072(981)4177

サッと食事診断

8月21日(月)～24日(木)13時～18時 所料理模型を使った食事診断 所10組 所電話で 所 所くすのき健康栄養センター(長栄寺)「高橋」06(7506)9780

椅子ヨガと歌

9月19日(火)10時～11時10分 所孔舎衛公民分館 所500円 所電話で 所椅子ヨガと歌「林」090(7765)2991

創生平国神楽「セイビア」～魂の救済者

9月17日(日)17時30分から 所市文化創造館Dream House大ホール 所S席8000円・A席5000円 所9月9日(土)までに電話で 所チケットセンター0570(08)1515

令和5年度

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(火)～12月28日(木)**
(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、応募用紙に必要事項を
記入し、郵送または持参しよう！

※応募用紙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





715人に
素敵な賞品が
当たるで!!



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 10万円旅行券 1人	E トースター 2人	I FC大阪マフラータオル 5人 ※デザインは変更になる場合があります。	L 井藤漢方製薬提供 井藤漢方商品セット 100人
B まくら (テンピュールオリジナルピロー) 1人	F 体組成計 2人		
C フット マッサージャー 1人	G 防災リュック 5人	J 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	M 5000円百貨店 ギフトカード 20人
D ブレンダー 1人	H FC大阪ユニ フォーム(ホーム) 2人	K (株)アドバンス提供 米ぬか洗剤 とれる no.1 500mL 15人	N 1000円全国百貨店 共通商品券 50人
			O 500円図書カード 500人

※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。

健康づくり・介護予防事業

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。

※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。



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



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12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～O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。 ※本事業で集めた個人情報は、目的外で使用しません。

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

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
()がん検診 10ポイント ※東大阪市内がん検診以外を受けた方は、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。	特定健診 20ポイント	職場健診 20ポイント
今年 月 日 受診 ()がん検診 10ポイント ※東大阪市内がん検診以外を受けた方は、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。	※後期高齢や社会保険など東大阪市内国保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。	※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)

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

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	〈例2〉20歳代女性の場合	〈例3〉40歳代在勤者の場合
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	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	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(火)～12月28日(木)。

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時までには寝る ・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 ※ラジオ体操拠点マップ、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	2	3	4	5	6	7	8	9	10
月 日									10 ポイント
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
									10 ポイント
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
									10 ポイント
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
									10 ポイント

楽しくトライ
体操もあるで!!
詳しくはYouTube
を見てや



4. 健康情報チェックポイント① (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(10ポイント) □市公式 Facebook(10ポイント)



市公式
YouTube



市公式
Facebook

健康情報チェックポイント② (ポイント)

アスマイルをダウンロードし、登録していただくと、20ポイント付与します。登録された方は以下にチェックマークを記入してください。

□「アスマイル」登録(20ポイント)



★★★★ボーナスポイント★★★★ (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！

- 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市政だよりを見て 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()
- 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)診は受けていた
→「①はい」と答えた方に質問です。
今後でも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受けないと思う
- 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
- あなたは健康や健康づくり・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
- 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
- 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。
()
- あなたのこれからの健康宣言をご記入ください。

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。

成人歯科健康相談

☎8月23日(水)＝西保健センター
 ▶25日(金)＝東保健センター
 ▶9月7日(水)＝中保健センター ☆
 いずれも9時30分～11時30分 ☎市内
 在住の20歳以上の方 ☎各10人
 (申込先着順) ☎電話で
 ☎東・中・西保健センター

被爆二世健康診断

☎11月～来年2月 ※日時は申
 込みに伝えます。 ☎市内在住
 の被爆二世の方 ☎夫父母の被爆
 者健康手帳番号がわかるもの ☎
 9月1日(金)～10月31日(火)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

8月の献血

☎8月20日(日)10時～12時30
 分・13時30分～16時＝石切鉾筋神
 社 ▶20日(日)10時～16時30分＝市
 役所本庁舎 ※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

食育メイトのやさいで絵手紙

野菜スタンプで絵手紙を作りな
 がら、野菜について学びます。 ☎
 8月10日(水)13時30分～14時30分 ☎
 5歳～8歳児とその保護者 ☎8組
 16人(申込先着順) ☎8月7日(月)ま
 でに電話で(ファクス、直接也可)
 ☎西保健センター

オンライン離乳食講習会

☎8月16日(水)13時30分～15時30
 分 ※オンラインで開催(Zoom
 を使用)。 ☎離乳開
 始前～11か月ごろの
 乳児の保護者 ☎市
 電子申請システムで
 ☎中保健センター

ふたごの教室

☎8月4
 日(金)9時45分～11
 時15分＝西保健セ
 ンター／保育士と
 遊ぼう ☎9日(水)9時45分～11時
 ＝中保健センター／なつまつり
 ▶18日(金)10時～11時＝東保健セ
 ンター／栄養士さんの食育講座 ☎
 市内在住のふたご、みつごを妊娠
 ・出産している方とその子ども
 ☎各実施日の前日までに電話で
 ☎東・中・西保健センター

男の食と健康講座

☎8月24日(水)、8月31日(水)、9月
 7日(水)、9月11日(日)13時30分～15
 時30分(計4日間) ☎市内在住の
 60歳以上の男性 ☎8人(申込先
 着順) ☎1200円 ☎エプロン、三
 角巾、手ふき2枚 ☎8月18日(金)ま
 でに電話で(ファクス、市電子申請シ
 ステム可)
 ☎東保健センター

動物からの感染症にご注意 マナーを守って清潔に

ペットなど
 の動物から人
 につうつ動物
 由来感染症に
 は、狂犬病を
 はじめ多くの種類があります。動
 物に症状がなくても、病原体をも
 っていて感染源となることがあり
 ます。詳しくは市ウェブサイトを
 ご覧ください。

◆マナーを守って

飼い主は次のことを守り、他の
 人に迷惑をかけないようにしまし
 よう。

▶犬の飼い主は飼い犬登録を
 し、狂犬病予防注射を毎年受けさ
 せ、飼い犬には狂犬病注射済票を
 着ける ▶フンは責任をもって後
 始末をする ▶放し飼いや放し散
 歩はしない ▶できるだけ飼養場
 所で排せつを済ませ、散歩に行く
 ▶猫は室内飼養をする

☎食品衛生課 072(960) 3803、
 FAX072(960) 3807

いま知りたい!食を学ぶ講座

☎9月5日(火)13時30分～15時
 ☎市内在住の方 ☎20人(申込先
 着順) ☎骨密度測定、栄養士の講
 話 ☎みそ汁50ml(汁
 のみ) ☎9月4日(月)
 までに電話で(ファクス、市電子申請シ
 ステム可)
 ☎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、中心部まで充
 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、
 FAX072(960) 3807

めざせ!マイナス5kgダイエット

健康チェック、運動実習、保健
 師・栄養士による講話です。 ☎
 8月25日(金)・9月21日(水)・10月27
 日(金)・11月24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) ☎基本事項
 (16面に掲載)を8月21日(月)までに
 電話で(ファクス、直接也可)

☎東保健センター

子宮頸がんを予防しましょう

子宮頸がんとは

子宮頸がんは、子宮の出口であ
 る「子宮頸部」にできるがんです。
 初期には自覚症状が現れることな
 く進行していくという特徴があり
 ます。日本では毎年、約1.1万人
 の女性がかかり、約2900人が亡く
 なっています。年齢別にみると、
 20歳代後半から増える傾向にあり、
 40歳代にピークを迎えます。

病気の原因は

子宮頸がんのほとんどは、ヒト
 パピローマウイルス(HPV)とい
 うウイルスの感染が原因であるこ
 とがわかっています。HPVは主に
 性交渉によって感染します。

子宮頸がんを予防するには

◆HPV ワクチン接種

☎5804

平成25年6月14日以降、HPVワ

クチンは、接種後にワクチンとの
 因果関係を否定できない持続的な
 疼痛が特異的にみられたことから、
 積極的勧奨を差し控えています。

その後、HPV ワクチンの安全性
 について特段の懸念が認められな
 いことが確認され、接種による有
 効性が副反応のリスクを上回ると
 認められたことから、令和3年11月
 26日付けで積極的な勧奨が再開さ
 れることとなりました。HPVの感
 染を防ぐにはHPV ワクチンの接
 種が効果的です。

☎▶定期接種＝小学校6年生～
 高校1年生相当(平成19年4月2日
 ～平成24年4月1日生まれ)の女性
 ▶キャッチアップ接種＝平成9年
 4月2日～平成19年4月1日生まれ
 の女性 ※キャッチアップ接種は
 令和7年3月31日まで。 ☎母子健
 康手帳 ☎接種方法 市内の予防接
 種委託医療機関へ直接予約

◆HPV ワクチン任意接種償還 払い制度

☎33770

平成9年度生まれから平成16年
 度生まれの女性で、定期接種の年
 齢を過ぎて HPV ワクチンを国内
 で昨年3月31日までに自費で受け
 た方は、かかった費用のうち既定
 の額を払い戻すことができます。

◆子宮頸がん検診

☎9395

子宮頸がんは、初期の段階では
 自覚症状がないことが多いので、
 自分では気づきにくい病気です。
 そのため、定期的な検診により、
 早期に発見することが大切です。

市では、子宮頸がん検診を実施
 しています。HPV ワクチンを接種

HPV ワクチンの一般的な接種スケジュール

ワクチン名	接種スケジュール
シルガード®9	●1回目の接種が15歳未満の場合 2回目：1回目から6か月以上あけて接種
	●1回目の接種が15歳以上の場合 2回目：1回目から2か月以上あけて接種 3回目：1回目から6か月以上あけて接種
ガーダシル®	2回目：1回目から2か月以上あけて接種 3回目：1回目から6か月以上あけて接種
サーバリックス®	2回目：1回目から1か月以上あけて接種 3回目：1回目から6か月以上あけて接種

していても、定期的に子宮頸がん
 検診を受けましょう。

☎4月1日現在20歳以上かつ偶
 数年年齢の女性 ※21歳以上の奇数
 年齢の方も、前年度受診していな
 い場合は受診可。 ☎検診間隔 2年
 に1回 ☎検診実施場所 市委託医療
 機関 ☎800円 ☎問診、視診、細
 胞診、内診 ※必要と判断された
 方は体部細胞診も実施。その場合
 500円追加。

☎▶ HPV ワクチンについて＝
 母子保健・感染症課 072(970)
 5820、FAX072(970) 5821 ▶子宮頸
 がん検診について＝健康づくり課
 072(960) 3802、FAX072(970) 5821



健康・禁煙相談広場

【開所】8月8日(火)＝①やまなみプラザ(四条)、②ももの広場(楠根) ▶9日(水)＝②中保健センター ▶15日(火)＝②はすの広場(近江堂) ▶18日(金)＝①東保健センター ▶21日(月)＝①中保健センター ▶22日(火)＝①ゆうゆうプラザ(日下) ☆①は11時～12時、②は15時～16時 【市内在住の20歳以上の方】 【各実施日の1週間前までに電話またはファクスで】

【開所】東・中・西保健センター

乳がん(マンモグラフィ)検診

【開所】8月9日(水)13時20分～＝東保健センター／各30人／東保健センターへ電話で ▶14日(水)13時15分～15時30分＝西保健センター／35人／電話または直接 ▶28日(水)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 【令和5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)】 【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。 【問診票、市がん検診受診証、バスタオル】

【開所】東・中・西保健センター

希来里ファミリーまつり

【開所】36099

子どもと保護者、地域の方が楽しくふれあえます。家族でぜひお越しください。 【8月20日(日)10時～13時】 【市内在住、在勤、在学(いずれか)の方】 ※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

【開所】中保健センター

カラダ改善チャレンジ講座

【開所】8月17日、9月21日、10月19日、11月16日の木曜日13時30分～15時30分(計4日間) 【市内在住の73歳以下の方】 【15人(申込先着順)】 【食生活の工夫、運動実技】 【血液検査結果(あれば)】 【基本事項(16面に掲載)】を電話で(ファクス、直接可)

【開所】中保健センター

肺がん・結核エックス線検診

【開所】8月18日(金)・9月6日(水)9時20分から＝中保健センター／各40人／各実施日の2日前まで ▶9月5日(火)9時10分から＝西保健センター／35人／9月1日(金)まで ▶9月13日(水)14時30分から＝東保健センター／35人／9月6日(水)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】

【開所】東・中・西保健センター

8月

August

保健センターの ごあんない

行事	東保健センター	中保健センター	西保健センター
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)】	18日(金) 9:30～11:00	9日(火)・23日(火) 9:30～11:00	28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)	2日(火)・3日(水)・17日(水) 14:00～16:00	1日(火)・14日(月) 14:00～16:00	1日(火)・10日(水)・15日(火) 14:00～16:00
骨密度測定(予約制) (市内在住の20歳以上の方)	9月5日(火) 9:30・9:50・10:10・10:30 (予約開始は8月15日(火)から)	3日(水) 9:20～10:45	23日(火) 9:10～10:40
電話健康相談	月曜日～金曜日 9:00～12:00・12:45～17:30		
4か月児健康診査 (令和4年4月生まれ) (予約制)	8日(火)・22日(火) 午後(※)	8日(火)・22日(火) 午前(※)	9日(水)・23日(火)・30日(火) 13:20～14:30(※)
1歳6か月児健康診査 (令和4年1月生まれ) (予約制)	9日(水)・23日(火) 午後(※)	25日(金)・30日(火) 午後(※)	1日(火)・29日(火) 13:15～14:30(※)
3歳6か月児健康診査 (令和2年2月生まれ) (予約制)	18日(金)・25日(金) 午後(※)	4日(金)・18日(金) 午後(※)	8日(火)・22日(火) 13:15～14:30(※)
離乳食講習会(予約制)	17日(水) (初期)13:00～14:00 (中期・後期)14:30～15:30	16日(火) 13:30～15:30 (オンラインで開催 <Zoomを使用>)	24日(水) (初期)13:00～14:00 (中期・後期)14:30～15:30
糖尿病個別食事相談 (予約制)	4日(金)13:30・14:30 16日(火)9:30・10:30	10日(月)13:30・14:30 23日(火)9:30・10:30	14日(月)13:30・14:30 22日(火)9:30・10:30
2歳児歯科健康相談 (市内在住の令和3年8月生まれの幼児) (各実施日の前日までに電話で(申込先着順))	21日(月)	22日(火)	17日(水)

(※)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。
▶保健センターでのBCGワクチンの集団接種は終了しました。委託医療機関で接種してください。

糖尿病食は健康食

ヘルスアップ | クッキング

74

糖尿病を予防するため、また糖尿病と上手に付きあっていくために役立つ献立を紹介します。糖尿病食は健康食ですので、体重が気になる方にもおすすめです。なお、糖尿病の方は必ず主治医の指示に従いましょう。

暑い夏こそバランスのよい食事を!

主食だけの食事は、血糖値の急激な上昇に加えて、栄養不足により、疲れが取れにくい「夏バテ」の原因となります。

「夏バテ」の予防には、たんぱく質やビタミン、ミネラルなど必要な栄養素をバランスよく摂ることが大切です。魚・肉・卵・大豆製品などの主菜と、野菜や海藻などを使った副菜をそろえて、1日3食しっかりと食べましょう。

旬のトマトやオクラなどの夏野菜は、夏に不足しがちな栄養素や水分の補給ができて暑い夏におすすめです。

トマトとゆで大豆のサラダ

1人分の栄養価：エネルギー73kcal、塩分0.5g、野菜80g

材料(2人分) トマト150g、ゆで大豆40g、マヨネーズ小さじ2、味噌小さじ1、サニーレタス10g

- ①トマトは横半分に切って、種をとり、1cm角に切る
- ②ボウルにマヨネーズと味噌を入れて混ぜておく。その中にトマト、ゆで大豆を加えて和える
- ③サニーレタスを敷いた器に盛る

(東大阪地域活動栄養士会糖尿病食献立集より)

◇ ◇

【健康づくり課】

高齢者の低栄養に注意して

市立東大阪医療センター 栄養管理科 田中 智子 科長

低栄養とは、生きていくために必要な量の栄養素が摂れていない状態をいいます。高齢になると、食事量の減少や偏りから低栄養状態になりやすく、それが続くと筋力や活力、活動量の低下から要介護のリスクが高まります。また、入院患者で栄養状態が悪い場合、治療が長引く一因となっています。当センターでは、他職種協働の栄養サポートチームの活動により、入院患者の栄養管理を行い低栄養の改善や退院に向けたサポートをしています。

食事のポイント：①適量を食べる(体重維持) ②栄養バランスよく食べる(毎食、主食+主菜：たんぱく質源1～2品+副菜：野菜、キノコ、海藻類1～2品) ③規則正しく食べる

「体重が減ってきた」「食事量が減ってきた」「硬いものが食べられなくなった」などの状況は要注意です。低栄養にならないように日常の食事を意識してみてください。

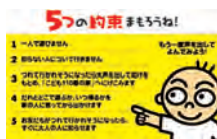
【(地独)市立東大阪医療センター事務局地域医療連携室 06(6781)5101、FAX06(6781)2194】

お知らせ コーナー

記号の見方
 ① とき ② ところ ③ 対象 ④ 定員・定数
 ⑤ 内容 ⑥ 料金（表示のないものは無料）
 ⑦ 持ち物 ⑧ 申込方法・申込み先など
 ⑨ 問合せ先 ⑩ Eメールアドレス
 ⑪ 市ウェブサイト記事 ID
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



8月は「こども110番」月間



市では、「こども110番の家」を設置し、子どもを犯罪から守る運動を推進しています。この運動に協力いただける家庭や会社などには、「こども110番の家」の目印となる小旗やプレートを配布します。なお、活動中に被害に遭われたときのため、市で災害見舞金保険に加入しています。随時登録を受け付けていますので、お問合せください。

⑩ 青少年教育課 06 (4309) 3281、FAX06 (4309) 3835

大阪広域水道企業団との水道事業の統合検討、協議について

⑩ 36863

市の水道事業は、持続可能な水道を維持するため、岸和田市・八尾市・富田林市・和泉市・柏原市・高石市と市の7団体で令和6年4月の大阪広域水道企業団との水道事業の統合に向けた検討、協議を続けてきました。

しかし、和泉市は統合に向けた検討、協議を「継続しない」と決定したため、今後は6団体で、令和7年4月の統合に向けた検討、協議を継続します。

⑩ 水道総務部企画課 06 (6724) 1221、FAX06 (6721) 2374

水さき案内25号を発行

⑩ 1232

上下水道局の広報紙「水さき案内」25号を発行しました。今回の掲載内容は次のとおりです。▷水道水で水分補給して暑い夏を乗り切りましょう ▷災害への備えなど ※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

⑩ 上下水道局企画課 06 (6724) 1221、FAX06 (6721) 2374

国際識字デー・市民のつどい

⑩ 9月8日(金)13時30分～15時50分（開場は13時）⑩ イコラム（男女共同参画センター）**定員**244人（当日先着順）**内容**黒川優子さんによる講演、染行エリカさん（三味線）、西島諒さん（和太鼓）による演奏 ※手話通訳あり。

⑩ 問合せ先 社会教育課 06 (4309) 3279、FAX06 (4309) 3835

市民税・府民税第2期分納期限は8月31日



市民税・府民税は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での納付も可能です。また、eL-QR を利用しての納付も可能です。口座振替を利用している方は、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い場合、後日納付書（督促状）を送付します。 ※延滞金がかかることがあります。

⑩ 納税課 06 (4309) 3148、FAX06 (4309) 3808

経営の悩みにお答えします 経営相談をご活用ください

⑩ 28368



⑩ ▷水曜日・金曜日9時45分～11時15分・12時45分～14時15分・15時～16時30分＝窓口相談 ▷火曜日10時～12時・14時～16時＝出張相談 ⑩ 市内の中小・小規模事業者 ⑩ 窓口相談の⑩ 市役所本庁舎14階産業総務課 ⑩ 基本事項（左上に掲載）と希望日時を希望日の前日16時までに電話または市電子申請システムで

⑩ ⑩ 産業総務課 06 (4309) 3174、FAX06 (4309) 3846

出張図書館inリージョンセンター

⑩ ⑩ ▷8月4日(金)・18日(金)＝夢広場（布施駅前）▷11日(金)・25日(金)＝ももの広場（楠根） ☆いずれも14時～16時 ⑩ 図書の閲覧・貸出し、利用カードの新規登録・再発行 ⑩ 利用カード（貸出しの場合のみ） ※詳しくは市立図書館ウェブサイトをご覧ください。

⑩ 永和図書館 06 (6730) 6677、FAX06 (6727) 5568

中学校卒業程度認定試験

やむを得ず義務教育を修了できなかった方などを対象に、中学校卒業程度の学力を認定する試験を行います。合格すると高校への入学資格が得られます。 ⑩ 10月19日(木) ⑩ エル・おおさか（府立労働センター〈大阪市中央区北浜東〉） **試験科目** 国語、社会、数学、理科、英語 ⑩ 願書を9月1日(金)まで（消印有効）に郵送 ※願書は府小中学校課（大阪市中央区大手前3）で配布。

⑩ 〒100-8959東京都千代田区霞が関3-2-2 文部科学省

⑩ 学事課 06 (4309) 3271、FAX06 (4309) 3838

避難行動要支援者名簿 情報提供の範囲拡大に伴う再同意

⑩ 36855

市では、大規模災害の発生時に、高齢者や障害者など、自ら避難することが困難な方などの支援に役立てるため「避難行動要支援者名簿」を作成しています。

このたび、災害時の安否確認等の支援活動を、より実効性のあるものとするため、平常時の名簿情報の共有範囲を拡大します。これに伴い、名簿に登録している方に「避難行動要支援者名簿制度の一部見直しに係る同意の再確認についてのお知らせ」を8月上旬に送付し、地域の支援者などへの情報提供について、同意の再確認を行います。 ⑩ 令和5年7月1日現在で「避難行動要支援者名簿」に登録されている方 ※制度見直し後の新様式にて同意・登録されている方を除く。

⑩ 地域福祉課 06 (4309) 3181、FAX06 (4309) 3815

申請はお済みですか 出産・子育て応援事業

⑩ 35343

◆ 申請期限を延長

今年2月28日までに出産した方、妊娠の届出をした方のギフト申請を8月31日(木)まで延長しています。

⑩ 次のうち、今年2月28日までに妊娠・出産した方

▷ハッピーママギフト＝昨年4月1日以降に妊娠の届出した妊婦または昨年3月31日以前に妊娠し、昨年4月1日以降に出産した方に5万円

▷ハローベビーギフト＝昨年4月1日以降に出生した児童の養育者に5万円

※今年3月に申請案内を個別に郵送しています。受け取っていない方はお問合せください。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



⑩ 子どもすこやか部施設給付課 06 (4309) 3302、FAX06 (4309) 3817



まちをみどりいっぱい 緑化樹を配付

ID 30838

配付時期 来年2月～3月(予定) **申請書**を8月18日(金)(必着)までに郵送または直接 ※申請書は市ウェブサイトからダウンロード可。詳しくはお問合せください。
申請 電話 577-8521 市役所みどり景観課 06(4309)3227、FAX06(4309)3836

保育のお仕事説明会

保育士、幼稚園教諭、子育て支援員の資格がある方(取得見込み含む)の就労支援を目的に、認定こども園、保育所、小規模保育施設がブースを出展し直接話を聞くことができる説明会を開催します。
開催 9月3日(日)11時30分～15時30分 **会場** 東大阪商工会議所
お問い合わせ 子育て支援指導課 06(4309)3201、FAX06(4309)3817

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

はり・きゅうおよびマッサージを1回1000円(各2回まで)で施術できます。下の問合せ先に連絡いただくと、最寄りの施術所を紹介いたします。
開催 9月1日(金)～29日(金)の月曜日～金曜日(祝休日を除く)
対象 市内在住の65歳以上の方 **申込** 8月14日(月)～9月29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・きゅうの会場 市鍼灸師連絡協議会
▷東地区＝永澤鍼灸院 072(982)7839、斉田鍼灸養生院 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

マッサージの会場 市鍼灸マッサージ師会
▷東地区＝斉田鍼灸養生院 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

新型コロナワクチンコールセンター 電話番号が変わります

8月1日(火)より東大阪市新型コロナワクチンコールセンターの電話番号が変わります。**コールセンター** 06(4977)2686 **開設時間** 9時～17時30分(土・日曜日・祝休日を含む) ※7月31日(月)までは従来どおり06(7668)0485ですので、ご注意ください。

新型コロナワクチンコールセンター 06(7668)0485、FAX072(929)8239

児童扶養手当・特別児童扶養手当 現況届・所得状況届の提出を

児童扶養手当を受けている方は8月中旬に現況届、特別児童扶養手当を受けている方は9月11日(月)までに所得状況届の提出が必要です。対象者には、受付日時と場所を記載したお知らせを送付します。届出がないと、児童扶養手当は11月分以降、特別児童扶養手当は8月分以降の手当が受けられないだけでなく、受給資格もなくなる場合があります。

土・日曜日、平日夜間臨時受付を開設
開催 ▷8月6日(日)9時～16時＝市役所本庁舎1階多目的ホール
▷9日(火)・10日(水)9時～19時＝市役所本庁舎1階多目的ホール
▷26日(土)9時～12時＝市役所本庁舎3階国民年金課

国民年金課 06(4309)3165、FAX06(4309)3805

イベント・スポーツ

市民多目的センターの催し

TAMOKU 自習室開放～夏休みの宿題カフェ
開催 8月1日(火)～30日(水)9時～20時 ※木曜休館日と8月6日(日)を

除く。**対象** 小学生～高校生 **定員** 21人 ※申込不要。

◆TAMOKU キッズアカデミア SP 親子サマーキャンパス

アートとハンドメイドの体験イベント。**開催** 8月6日(日)10時～15時 **対象** 小学生 ※未就学児の場合は保護者要同伴。 ※各ブースとも材料がなくなり次第終了(当日先着順)。**料金** ▷体験＝各ブース400円～1000円 ▷作品販売＝100円から

会場 市民多目的センター 06(4307)4690、FAX06(4307)4691

四条図書館の催し

◆四条寄席～花園で笑おう

開催 8月10日(木)14時～15時 **会場** 花園図書館 **対象** 小学生以上の方 **定員** 50人(申込先着順) **内容** 桂紋四郎さんによる落語会 ※途中入場不可。**料金** 500円 **申込** 電話または直接

◆こわいおはなし会

開催 8月13日(日)15時～15時30分 **会場** 四条図書館 ※小学生以下は保護者要同伴。**定員** 30人(当日先着順)

◆おもしろわくわく科学実験

身の回りのものを使って科学の実験をします。**開催** 8月20日(日)10時30分～12時 **会場** 四条図書館 **対象** 小学生 **定員** 15人(申込先着順) **申込** 8月5日(土)から電話または直接

※他のイベントもあります。詳しくは市立図書館ウェブサイトをご覧ください。

四条図書館 072(982)1235、FAX072(984)6079

ひきこもり女子会 生きづらさを抱えた女性のために

ID 36493

開催 9月22日(金)14時～16時30分 **会場** 府立中央図書館2階大会議室 **対象** ひきこもり状態にある、または対人関係の難しさを感じている女性自認の方 **定員** 72人(当日先着順) **内容** 体験談トーク・グループトーク ※車いす利用の方は要事前連絡。
生活支援課 06(4309)3182、FAX06(4309)3848

「いこまやまいこ」 生駒山誘客キャンペーン

近畿日本鉄道は、生駒山エリアへの誘客を促進するため、東大阪市・生駒市、生駒山ブランド推進協議会の協力のもと、エリアキャンペーンを実施します。キャンペーン期間中は魅力たっぷりの生駒山エリアでさまざまなイベントを予定しています。**開催** 8月1日(火)～12月10日(日) ※詳しくは特設ウェブサイトをご覧ください。



国際観光室 06(4309)3230、FAX06(4309)3849

花園悪魔のかくれんぼ

市花園ラグビー場を使ったホライイベントを開催します。**開催** 8月12日(土)～14日(月)14時～15時、15時30分～16時30分、17時～18時、18時30分～19時30分、20時～21時 **定員** 各80人 **料金** ▷前売 大人3670円、小人2670円 ▷当日 大人4300円、小人3300円 ▷リピート 大人2500円、小人1500円
会場 市花園ラグビー場 072(961)3668、FAX072(961)3661

フレイルチェック健康測定会

市内の商業施設で血管年齢や姿勢などのチェックを行います。**開催** ▷8月19日(土)＝フレスポ東大阪(稲田新町3) ▷24日(木)＝イオン鴻池店(鴻池町1) ▷9月5日(火)＝ヴェル・ノール布施(イオン布施駅前店)(長堂1) ※いずれも10時～15時
地域包括ケア推進課 06(4309)3013、FAX06(4309)3814

古地図を使った 夏休みワークショップ

ID 36864

開催 8月20日(日)10時～12時 **会場** 旧河澄家 **対象** 小学校4年生以上 **定員** 8組(1組4人まで。申込先着順)
開催 8月1日(火)～18日(金)に電話または申込専用ウェブサイト
文化財課 06(4309)3283、FAX06(4309)3823

イベント・スポーツのつづき

近畿大学研究シーズ発表会

■ 9月1日(金)13時30分～17時30分
■ 近畿大学東大阪キャンパス
■ ブロッサムカフェ3階多目的ホール
■ 経営者およびその従業員
■ 100人(申込先着順) ■ 基本事項
(16面に掲載)を8月22日(火)までに
電話で(ファクス、直接も可)
※交流会参加は2000円が必要。
■ 東大阪商工会議所 06
(6722)1151、FAX06(6725)3611
■ モノづくり支援室 06(4309)
3177、FAX06(4309)3846

市民美術センター・ドリーム21・
ひとつなぎカフェ 周遊チケットを販売

■ 9月3日(木)までの水曜日～日
曜日9時30分～14時 ■ 販売所
■ ドリーム21事務所 ■ 美術センター
■ 特別展観覧料(500円)・プラネタリア
ム観覧料(大人600円)・ひとつなぎ
カフェソフトドリンク(400円)を
利用できます。販売日当日限り有
効。 ■ 900円
■ 市民美術センター 072
(964)1313、FAX072(964)1596 ▽ド
リーム21 072(962)0211、FAX072
(962)0810 ▽ひとつなぎカフェ
072(943)1414

旧河澄家の催し

◆ 上田秋成展
■ 8月25日(金)～9月24日(日) ■
煎茶道具など上田秋成にまつわる
品の展示・紙芝居・解説パネル
◆ 郷土の人々 紙芝居公演会
■ 8月27日(日)13時～15時 ■ 20
人 ■ 上田秋成と木村兼葎堂をテ
ーマにした紙芝居 ■ 8月1日(火)
から
◆ 朗読劇「雨月物語～仏法僧」
■ 9月16日(土)13時～14時30分 ■
20人 ■ 8月16日(火)から
◇ ◇
※いずれも申込先着順。 ■ 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で
■ 旧河澄家(日下町7) 072
(984)1640(FAX兼用)

フォークダンス

■ 9月4日・11日・10月2日・
23日の月曜日13時～16時(計4日
間) ■ 市内在住・在勤(いずれ
か)の方 ■ 30人(抽選) ■ 1000
円 ■ 室内用シューズ ■ 基本事
項(16面に掲載)を8月21日(月)(必
着)までに往復ハガキで
■ 申込 ■ 〒578-0975中鴻池町2-3-
13 グリーンパル(中鴻池) 06
(6744)2748(FAX兼用)

東大阪市民少年剣道大会

■ 9月17日(日) ■ 所東体育館 ■
市内在住・在学(いずれか)または
市内の剣道団体に所属する小・中
学生 ■ 申込書を9月5日(火)(必
着)までに郵送 ※詳しくは市剣
道協会事務局へお問合せくださ
い。
■ 申込 ■ 〒578-0922松原1-7-2 市
剣道協会事務局 072(966)0234
■ 市民スポーツ支援課 06
(4309)3282、FAX06(4309)3849

会長杯 市民グラウンド・ゴルフ大会

■ 9月15日(金)8時30分から ※
雨天時は9月22日(金)に順延。 ■
吉田春日グラウンド ■ 市ブラウ
ンド・ゴルフ協会登録者以外の市
内在住・在勤(いずれか)の方 ■
60人(申込先着順) ■ 300円 ■
8月17日(木)10時～11時に市文化
創造館2階に直接
■ 申込 ■ 市グラウンド・ゴルフ協
会「大西」 06(4980)8184
■ 市民スポーツ支援課 06
(4309)3282、FAX06(4309)3849

戦争の本展

◆ 展示
■ 9月8月27日(日)まで＝四条図
書館 ▽7月26日(火)～8月28日(月)
＝花園図書館 ▽8月30日(火)まで＝
永和図書館・永和図書館大連分室
◆ おはなし会
■ 9月8月5日(土) ▽14時～14時30
分＝永和図書館 ▽15時～15時30
分＝花園図書館
◇ ◇

■ 花園図書館 072(965)7700、
FAX072(965)9212 ▽永和図書館
06(6730)6677、FAX06(6727)5568 ▽
永和図書館大連分室 06(6728)
0200、FAX06(6730)7337 ▽四条図
書館 072(982)1235、FAX072(984)6079

募集

会計年度任用職員

■ 各申込期限までに郵送または
直接 ※詳しくは市ウェブサイト
をご覧ください。
◆ 保育士・保育教諭
■ 9月8月またはタ＝若干名 ▽日
中業務＝若干名 ▽日中支援＝若干
名 ■ 8月31日(木)(消印有効)まで
■ 保育課 06(4309)3196、FAX06
(4309)3817
◆ スクールヘルパー
■ 9人 ■ 随時
■ 学校教育推進室 06(4309)
3269、FAX06(4309)3838
◆ 部活動指導員
■ 3人 ■ 随時
■ 学校教育推進室
◆ 幼稚園型認定こども園パー
ト保育士
■ 1人 ■ 随時
■ 学校教育推進室
◆ 市立学校園ケアアシスタント
■ 1人
■ 学校教育推進室
◆ 介護認定審査会事務職員
■ 1人 ■ 8月25日(金)まで
■ 介護認定課 06(4309)3190、
FAX06(4309)3814

留守家庭児童育成クラブ
運営事業者

■ 20988
■ 法人 ■ 応募書類を8月4日
(金)～31日(木)に郵送または直接 ※
説明会を8月4日(金)に実施。募集
要項は8月1日(火)から市ウェブサ
イトに掲載。
■ 申込 ■ 〒577-8521市役所青少年教
育課 06(4309)3281、FAX06(4309)
3835

地域懇談会の参加者
地域とのつながりをいっしょに考えませんか

地域福祉計画・地域福祉活動計
画の策定にあたり、地域で感じて
いることや地域とのつながりなど
を話しあう懇談会の参加者を募集
します。 ■ 9月1日(金) ▽東地域＝9月1
日(金) ▽市民ふれあいホール ▽4人
▽中地域＝5日(火) ▽くすのきプラ
ザ(若江岩田駅前) ▽4人 ▽西地
域＝7日(木) ▽夢広場(布施駅前) ▽
6人 ☆いずれも14時～16時。い
ずれも抽選 ■ 市内在住の18歳以
上の方 ■ 基本事項(16面に掲載)
を8月18日(金)(必着)までに郵送
(電話、ファクス、Eメールも可)
■ 申込 ■ 〒577-8521市役所地域福祉
課 06(4309)3181、FAX06(4309)
3815、✉ chiikifukushi@city.hig
ashiosaka.lg.jp

ひがしおおさか
地方創生ラウンドテーブル

■ 36394
ひがしおおさか地方創生ラウン
ドテーブルの傍聴を希望する方を
募集します。 ■ 9月2日(土)9時30
分～12時(予定) ■ 市役所本庁舎
1階多目的ホール ■ 市内在住・
在勤・在学(いずれか)の方 ■ 10
人(申込先着順) ■ 8月1日(火)～21日(月)に市
電子申請システムで ■
■ 企画課 06(4309)3101、FAX06
(4309)3826

ダンスフェスタ東大阪出場者

11月5日(日)に開催するダンスフ
ェスタの出場者を募集します。
■ 市文化創造館 ■ 市内在住・在
勤・在学(いずれか)の小学校5年
生～22歳くらいの2人以上のチー
ム ■ 10組程度(抽選) ■ 申込用
紙を9月1日(金)17時(必着)までに
郵送(ファクス、メール、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。
■ 申込 ■ 〒577-8521市役所青少年教
育課 06(4309)3281、FAX06(4309)
3835、✉ seishonen@city.higas
hiosaka.lg.jp

東大阪えもん・うまいもん祭り
出店者

☎ 9月30日(土)・10月1日(日)10時～18時 所 アリオ八尾1階インフォメーション前広場特設催事場(八尾市光町2) 区 市内の商業者 各15小間(申込先着順) 料 1日5000円 ※会場内での調理・試飲・試食は不可。 基本事項(16面に掲載)を電話で(ファクス、Eメール、直接也可) 東大阪商工会議所 06(6722)1151、FAX06(6725)3611、✉ matsubara@hocci.or.jp 商業課 06(4309)3176、FAX06(4309)3846

東大阪都市清掃施設組合職員

4月採用予定の職員を募集します。日本国籍の有無にかかわらず受験できます。 区分・職種 上級電気・上級機械 平成元年4月2日～平成14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 申込書を7月31日(月)～8月21日(月)(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。 ☎ ☎ 〒578-0921水 走 4-6-25 東大阪都市清掃施設組合人事給与係 072(962)6021、FAX072(962)6125

傍聴しませんか
社会福祉審議会地域福祉専門分科会

ID 36384 ☎ 8月23日(火)13時から 所 市役所本庁舎1階多目的ホール 定 5人(抽選) 内 アンケート結果報告、課題の検討など 基本事項(16面に掲載)を8月14日(月)(必着)までに郵送で(ファクス、Eメール也可) ☎ ☎ 〒577-8521市役所地域福祉課 06(4309)3181、FAX06(4309)3815、✉ chiikifukushi@city.higashiosaka.lg.jp

令和6年度以降の
公の施設の指定管理者

ID 25949 募集施設・担当課 ▷イコラーム(男女共同参画センター)=多文化共生・男女共同参画課 06(4309)3300、FAX06(4309)3823 ▷市営住宅(稲田鷺島、高井田、宝持西、上小阪東、若宮、桂川、島町)=総務管理課 06(4309)3231、FAX06(4309)3834 ※応募期間・方法など、詳しくは8月1日(火)以降の市ウェブサイトをご覧ください。 行財政改革課 06(4309)3105、FAX06(4309)3826

市立障害児者支援センター職員

区 支援員、相談員、事務員、児童指導員または保育士=4人 ▷看護師=1人 雇用開始日 来年4月1日 ※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。 市(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

市民文化芸術祭の参加者

ID 13584 来年3月1日(金)～3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 個人または団体 申込用紙を9月1日(金)～3日(日)13時～17時(2日・3日は16時まで)に直接 ※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。 社会教育センター内市民文化芸術祭事務局 06(6785)7995、FAX06(6789)5212

相談

福祉なんでも相談

所 ▷8月1日(火)=やまなみプラザ(四条)、イコラーム(男女共同

参画センター) ▷2日(水)=夢広場(布施駅前) ▷3日(木)=はすの広場(近江堂) ▷4日(金)=グリーンパル(中鴻池) 16日(火)=ゆうゆうプラザ(日下) ▷17日(水)=ももの広場(楠根) ☆いずれも13時30分～16時 ※申込不要。 地域福祉課 06(4309)3181、FAX06(4309)3815

行政書士・社会保険労務士による相談

◆行政書士 ID 14917 ☎ 8月1日(火)13時～15時 遺言・相続・各種契約書の作成など ◆社会保険労務士 ID 16997 ☎ 8月10日(水)13時～15時30分 定 10人 内 年金・健康保険・労災保険・雇用保険の手続きなど 市役所本庁舎1階相談室 ※いずれも当日先着順。 市政情報相談課 06(4309)3104、FAX06(4309)3801

税理士による税務相談

☎ 8月9日(火)・23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 定 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)に税全般の相談会を実施しています(近畿税理士会東大阪支部へ電話で要申込み)。 ☎ ▷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

ID 5520 ☎ 8月15日(火)13時～16時 市役所本庁舎1階相談室 定 6人(申込先着順) 住宅の新築や耐震、リフォーム、消防法など ☎ 8月15日(火)14時までに電話または10日(木)23時59分までに市電子申請システムで 建築安全課 06(4309)3245、FAX06(4309)3829

人権相談

ID 2732 ☎ 月曜日～金曜日8時30分～17時15分(祝休日を除く) 所 大阪法務局東大阪支局 06(6782)5563 人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823

ひとり親家庭のための
相談窓口を開設

市役所本庁舎1階多目的ホールで児童扶養手当現況届の受付を行う期間(8月1日(火)～18日(金))にあわせ、ひとり親家庭への総合的な支援のための相談窓口を次のとおり開設します。 ◆就業相談 ☎ 8月4日(金)・9日(火)9時～17時、8日(火)・16日(水)10時～16時(1人30分程度) 市役所本庁舎1階多目的ホール ◆法律相談 ☎ 所 ▷8月10日(水)=市役所本庁舎7階会議室 ▷24日(木)=市役所本庁舎1階相談室 ☆いずれも13時～15時50分(1人30分程度) 定 各5人(申込先着順) ☎ 8月1日(火)から電話で ◆ひとり親家庭一般相談 ☎ 8月2日(水)～18日(金)9時～17時(16日(水)と土・日曜日、祝休日を除く) 市役所本庁舎1階多目的ホール ◆子ども家庭課 06(4309)3194、FAX06(4309)3817

子どもの人権110番

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23日(火)～25日(金)・28日(月)・29日(火)8時30分～19時、26日(水)・27日(木)10時～17時 相談電話 0120(007)110 ☎ ▷大阪法務局人権擁護部 06(6942)9496 ▷人権啓発課 06(4309)3156、FAX06(4309)3823

相談のつづき

司法書士による相談

☎ 14914

☎ 8月17日(木)10時～11時40分
(1人25分) 所 市役所本庁舎1階
相談室 定10人(申込先着順) 内
相続・遺言・成年後見など 申
8月10日(木)から電話で
申 市市政情報相談課 06(4309)
3104、FAX06(4309)3801

不動産相談

☎ 14918

☎ 8月18日(金)10時～12時、22日
(火)10時～14時 ※受付は各終了時
間の30分前まで。いずれも当日先
着順。22日のみ10人まで。 所 市
役所本庁舎1階相談室
内 空家対策課 06(4309)3244、
FAX06(4309)3829

講座・教室

おススメ本を紹介しよう
図書館で本のPOP作り

☎ 8月27日(日)14時～15時 定12歳
～18歳の方 定10人(当日先着順)
所 岡 永和 図書館 06(6730)
6677、FAX06(6727)5568

東体育館・
市民ふれあいホールの教室

内 トスポーツ教室=ヨガ、バレ
エ、ダンス各種、姿勢改善、太極
拳 など トカルチャースクール=
占い各種、アロマセラピー、趣味、
楽器 など トジュニア教室=子ど
も向けダンス、バスケット など
詳しくは各ウェブサイトをご覧
いただくか、お問合せください。

東
体
育
館市
民
ふ
れ
あ
い
ホ
ール

所 申 岡 東体育館 072(982)
1381、FAX072(982)2768 ト市民ふれ
あいホール 072(982)6563(FAX兼用)

みどりの講座

◆園芸スキルアップ講座
☎ 28709

☎ 申 8月24日(木)10時～12時／
1日(火)～15日(火) ト31日(木)10時～
12時、13時～15時／8日(火)～22日
(火) 定各25人(抽選) 定500円

◆緑化ボランティア入門講座
☎ 25538

☎ 9月7日(木)・28日(木)・10月5
日(木)・13日(金)・11月9日(木)・12
月14日(木)・来年1月18日(木)・2月22
日(木)・3月14日(木)・24日(日)10時～
12時30分(計10日間) 定25人(申
込先着順) 申 8月31日(木)まで
※記念樹の配布については、市政
だより9月号に掲載予定。

◇ ◇
所 花園中央公園内東側温室 申
各申込期限までに電話で
申 岡 みどり景観課 06(4309)
3227、FAX06(4309)3836

就活ファクトリー東大阪の講座

◆メール＆電話のマナー

☎ 8月2日(火)14時～15時30分
所 大学・大学院・短大・専門学校
の学生 定12人

◆非認知能力を育むリフレミ
ングセミナー

☎ 8月8日(火)10時～11時30分
所 求職中の女性 定15人

◆55歳以上のシニア向け

働き方発見セミナー
☎ 8月25日(金)14時～15時40分
所 夢広場(布施駅前) 所 求職中の
55歳以上の方 定48人

◆託児利用の方対象

好印象就活メイクセミナー

☎ 8月28日(月)10時～11時30分
所 就活ファクトリー東大阪 所 求
職中の女性 定12人 所 手鏡、メ
イク道具一式

◆CAD操作～製造事務編

☎ 8月30日(火)14時～15時30分
所 求職中の39歳以下の方 定10人

◇ ◇
※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)

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

夏の工作 紙コップでふうりん作り

☎ 8月19日(土)14時から 定30人
(当日先着順)

所 岡 花園 図書館 072(965)
7700、FAX072(965)9212

八戸の里老人センターの教室

◆健康講座「らくらく体操」

☎ 9月13日(火)13時～14時 定20人

◆健康のつどい「流行り歌ビク
ス」

☎ 9月27日(水)14時～15時30分 定
30人

◇ ◇
※いずれも申込先着順 所 市内
在住の60歳以上の方 申 8月21日
(月)から電話または直接
所 申 岡 八戸の里老人センター
06(6724)6220、FAX06(6724)6738

イコーラムの講座

◆防災講座～外出先での備え

☎ 9月2日(土)14時～16時 申 8
月26日(土)まで

◆オリジナルタンブラー作り

☎ 9月9日(土)14時～16時 申 9
月2日(土)まで

◆男性のための講座「家族で夢
をかなえるライフプラン作り」

☎ 9月23日(祝)14時～16時 所 男
性 申 9月16日(土)まで

◆いこう！らむカレッジ「短歌
作りにチャレンジ」

女性に対する暴力をなくす運動
パネル展に関する企画です。 所
9月30日(土)、10月7日(土)14時～16
時(計2日間) 申 9月23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(各回定員10人で要申込
み。1人200円)。 申 基本事項(16
面に掲載)と受講動機、保育が必要
な方は子どもの氏名・生年月日を
各申込期限(必着)までにEメール
で(電話、ファクス、直接も可)

所 申 岡 イコーラム(男女共同参
画センター) 072(960)9201、FAX
072(960)9207、✉ ikoramu@nif
ty.com

ボランティア体験プログラムin東大阪

◆ボランティア体験

☎ 7月～9月 所 市内の福祉施
設など 申 申込用紙を9月22日(金)
(必着)までに郵送(ファクス、直接
も可)

◆福祉教育1日体験教室

所 所 所 申 8月9日(火)=手話体
験/市民多目的センター/7日(月)
まで ト23日(水)=車いす体験/市
社会福祉協議会/21日(月)まで ☆
いずれも13時30分～16時 定各10
人(申込先着順) 申 申込用紙を各
申込期限(必着)までに郵送(電話、
ファクス、直接も可)

◇ ◇
※申込用紙は市社会福祉協議会
ウェブサイトからダウンロード可
(市民プラザなどにも配架)。

所 岡 〒577-0054高井田 元 町
1-2-13 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

高井田老人センターの催し&教室

◆映画鑑賞会「永遠の0」

☎ 8月23日(水)9時30分～11時30
分・13時30分～15時30分 申 8月
7日(月)から

◆道具を使わず編める ミニク
ッションづくり

☎ 8月29日(火)10時～11時30分
申 8月1日(火)から ※材料費200
円必要。

◆高齢者の終活講座

☎ 8月30日(水)13時30分～15時
申 8月1日(火)から

◆転ばないためのがんばる体操

☎ 9月13日(水)・10月11日(水)・11
月8日(水)10時～10時45分または11
時～11時45分(各計3日間) 申 8
月21日(月)～28日(月)

◆楽しくトライ体操

☎ 9月21日(木)・10月19日(木)・11
月16日(木)10時～11時30分(計3日
間) 申 8月21日(月)～28日(月)

◇ ◇
所 市内在住の60歳以上の方 申
各申込期間に電話または直接
所 申 岡 市社会福祉協議会内高井
田老人センター 06(6789)3751、
FAX06(6789)9174

講座・教室のつづき

中河内地域若者
サポートステーションの教室

◆面接の受け方

☎ 9月12日(火)14時～17時 ☎ 9月11日(月)まで

◆ビジネスマナー

☎ 9月26日(火)14時～16時 ☎ 9月25日(月)まで



☎ イコラーム (男女共同参画センター) ☎ 50代前半で求職中の方 ☎ 10人 (申込先着順) ☎ 各申込期間までに電話で

☎ 中河内地域若者サポートステーション 06(6787)2008、FAX06(6787)2018

角田総合老人センターの催し&教室

◆夏の屋下がりコンサート

☎ 9月19日(土)13時30分～14時50分 ☎ 40人 (抽選) ☎ 8月2日(火)～10日(休)

◆青春のつどい

☎ 9月4日(月)10時30分～12時10分・13時30分～15時10分 ☎ 各40人 (抽選) ☎ ヴィオラとピアノによる懐メロ演奏、マジックパルーン ☎ 8月15日(火)～28日(月)

◆ワンコイン生活サポーター養成講座

☎ 9月8日(金)13時～16時 ☎ 20人 (申込先着順) ☎ 500円 ☎ 8月1日(火)から基本事項 (16面に掲載) と市内在勤の方は勤務先・住所も

◆e スポーツ教室

☎ 9月13日～11月22日の第2・4水曜日の13時～15時 (計6日間) ☎ 20人 (申込先着順) ☎ 8月21日(月)から



☎ 角田総合老人センター ※ワンコイン生活サポーター養成講座のみ東体育館で実施。☎ 各申込期間に電話または直接

(ファクスも可) ※ その他イベントは市社会福祉協議会ウェブサイトをご覧ください。

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



リンパマッサージdeセルフケア講座

☎ 8月8日＝足裏マッサージ ☎ 9月12日＝ツボ押しマッサージ (上肢) ☎ 10月17日＝ツボ押しマッサージ (下肢) ☎ 11月14日＝お尻ほぐしマッサージ ☆いずれも10時～11時で計4日間 ☎ 16歳以上の女性 ☎ 8人 (申込先着順) ☎ 1回2500円 ※一括払いは9500円。☎ 電話で

☎ 東体育館 072(982)1381、FAX072(982)2768

多文化理解講座

異文化のお話～ベトナムの暮らしと人々

☎ 9月10日(日)14時～16時 ☎ 市役所本庁舎18階会議室 ☎ 市内在住・在勤・在学 (いずれか)の方 ☎ 30人 (申込先着順) ☎ ベトナム文化の講義と工芸品、食べ物などの展示 ☎ 基本事項 (16面に掲載) を8月1日(火)から電話またはEメールで ※1申込み2人まで。

☎ 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、☎ bunkoku.plaza@city.higashiosaka.lg.jp

ゆうゆうプラザの催し&募集

◆ゆうゆう茶論

☎ 8月4日(金)13時～15時30分 ☎ 60人 (当日先着順) ☎ 体操、盆踊り練習会

◆絵本の読み聞かせとおあそび

☎ 8月20日(日)14時～16時 ☎ 40人 (当日先着順)

◆ゆうゆうショウ学校 素人名人出演者

12月10日(日)に開催する「ゆうゆうショウ学校」の出演者を募集します。☎ 基本事項 (16面に掲載) と演目、出演希望人数、所要時間 (15分以内) を8月31日(木) (必着) までに往復ハガキで



☎ 市内在住・在勤・在学 (いずれか)の方

☎ 〒579-8003日下町3-1-7 ゆうゆうプラザ(日下) 072(986)9293 (FAX兼用)

車座ワークショップ
ちょっと聞いてよ!私の障害

ID 36814

みんなで選挙に関することを学んでみませんか。 ☎ 8月31日(木)13時30分～16時 ☎ レピラ (市立障害児者支援センター) ※オンラインでも参加可能 (Zoomを使用)。インターネット環境などがない方は要相談。 ☎ 申込方法 申込書をファクスまたはEメールで ☎ 申込書は8月1日(月)以降の市ウェブサイトからダウンロード可。参加方法などはEメールで伝えるため、Eメールアドレスが必要。 ☎ 申込み・問合せ先 障害施策推進課 06(4309)3183、FAX06(4309)3815、☎ shogaishisaku@city.higashiosaka.lg.jp

夏期市民講座

ID 31613

◆親子ヨガ教室

☎ 8月27日(日)10時～11時 ☎ 10組 (25人まで)

◆パステルアート教室

☎ 8月27日(日)13時30分～15時 ☎ 10組 (30人まで) ☎ 1組100円



☎ 4歳以上の子どもとその保護者 (祖父母も可) ※いずれも抽選。☎ 基本事項 (16面に掲載) と性別、学校(園)名、保護者名(ふりがな、続柄も)を8月10日(木) (必着) までにハガキで (市ウェブサイトからも可)

☎ 〒577-0056長堂1-17-29 社会教育センター 06(6789)4100、FAX06(6789)5212

インターネットショップ開業塾

☎ 9月16日・10月7日・21日・11月11日・12月2日の土曜日＝各14人 ☎ 9月30日・10月14日・11月4日・11月18日・12月16日の土曜日は各14人 ☆いずれも9時30分～12時または13時～15時30分の各計5日間で申込先着順 ☎ 明洋ライセンスクール (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 ☎ 基本事項 (16面に掲載) 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、☎ hattori@hocci.or.jp

☎ 商業課 06(4309)3176、FAX06(4309)3846

長瀬人権文化センターの教室&催し

◆ウォーキングストレッチ教室

トランポリンで骨盤・背骨・肩甲骨と体軸・体幹を整えます。☎ 原則8月16日～11月22日の水曜日10時～11時 (計12日間) ☎ 市内在住・在勤・在学 (いずれか)の方 ☎ 12人 ☎ 2000円 ☎ 8月7日(月)まで

◆はぐさ市民劇場～マジックショー

☎ 8月23日(水)13時30分～14時30分 ☎ 50人 ☎ 8月9日(木)まで



※いずれも抽選。☎ 基本事項 (16面に掲載) を各申込期限 (必着) までにハガキで (電話、ファクス、直接も可)

☎ 〒577-0832長瀬町3-4-3 長瀬人権文化センター 06(6720)1701、FAX06(6729)9171

前向き子育てプログラム

ID 36226

◆前向き子育てセミナー

☎ 9月6日(水)10時～12時 ☎ 近くのきプラザ (若江岩田駅前) ☎ 30人程度 ※一時保育あり (要申込み)。☎ 9月1日(金)まで

◆グループトリプルP 前向き子育てプログラム

☎ 原則10月11日～11月29日の水曜日10時から (計7日間) ※オンラインで開催 (Zoomを使用)。11月15日・22日は電話による個別の対応。☎ 10人 ☎ 9月29日(金)まで



☎ 2歳～12歳の子どもの保護者 ※いずれも申込先着順。☎ 各申込期限までに電話または市ウェブサイトで

☎ 子育て子どもすこやか部地域支援課 06(4309)3252、FAX06(4309)3818



市花園ラグビー場

〒578-0923松原南1-1-1

夏休み！大阪府民招待デー



明治安田生命 J3 リーグ FC 大阪対奈良クラブの生駒山ダービーに府民の皆さんを無料で招待します。 8月20日(日)18時から 市花園ラグビー場 府内在住・在勤・在学（いずれか）の方 定2000人（抽選） 8月13日(日)までに申込専用ウェブサイトから



市民の皆さんを無料招待

明治安田生命 J3 リーグ FC 大阪対松本山雅 FC に市民の皆さんを無料で招待します。 9月3日(日)時間未定 市花園ラグビー場 市内在住・在勤・在学（いずれか）の方 定500人（抽選） 8月23日(日)までに申込専用ウェブサイトから



※ Jリーグ ID 利用登録（無料）が必要。

▷ FC 大阪 06 (6264) 2411 (月曜日～金曜日10時～18時) ▷ 花園・スポーツビジネス戦略課 06 (4309) 3019、FAX06 (4309) 3849

東大阪アリーナ

〒570-0000 06 (6726) 1995、FAX06 (6726) 1994



東大阪アリーナウェブサイト

夏休み小学生リズム運動

8月7日(月)13時30分～15時 小学校1年生～4年生 電話または直接

トレーニングルーム登録講習

8月13日(日)、14日(月)、16日(水)、17日(木)、18日(金)、19日(土)、20日(日)、21日(月)、23日(水)、24日(木)、25日(金)、26日(土) 電話で

認知症予防プログラム コグニケア

9月1日・8日・15日・22日、10月6日・13日・20日・27日の金曜日10時30分～11時30分（計8日間） 50歳以上の方 定30人（申込先着順） 13200円 電話または直接

水泳教室

10月～12月の水泳教室の会員を募集します（ジュニアコース・成人コース〈年齢や経験によるクラス分けあり〉）。 継続の方＝申込用紙を8月10日(日)～9月6日(日)に直接 ▷新規の方＝9月7日(日)から電話で（東大阪アリーナウェブサイト、直接も可）

プール休館日

8月20日(日)・26日(土)は水泳大会のためプールは終日休館します。

※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。

文化創造館

〒577-0034御厨南2-3-4

06 (4307) 5772、FAX06 (4307) 5778 (9時～20時)



文化創造館ウェブサイト

アフタヌーンコンサート vol.21

ピアノ・ベース・ドラムのトリオによるジャズコンサートを開催します。 9月10日(日)14時開演 市文化創造館多目的室 定80人（抽選） ※未就学児入場不可。 基本事項（16面に掲載）と希望人数、同伴者の氏名を8月18日(金)（必着）までに往復ハガキで ※1申込み2人まで。重複申込不可。

「神童」モーツァルトと「楽聖」ベートーヴェン、天才2人のピアノ音楽

ピアニストの久元祐子さんを迎え、特別演奏会を開催します。 10月6日(金)18時30分開演 市文化創造館ジャットーハーモニー小ホール 定モーツァルト／トルコ行進曲、ベートーヴェン／ピアノ・ソナタ第8番 ハ短調作品13「悲愴」など 2000円 ※全席指定。未就学児入場不可。 発売中

プチプチで遊ぼう！遊んで作ってファッションショー

10月28日(土)13時30分～15時 市文化創造館創造支援室 定3歳～小学生 ※子ども1人につき保護者1人のみ要同伴。 25人（申込先着順） 500円 8月5日(土)10時から ※1申込み2人まで。

※チケットの購入方法など、詳しくは市文化創造館ウェブサイトをご覧ください。

▷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) ▷その他公演について＝市文化創造館

市民美術センター

〒578-0924吉田6-7-22

072 (964) 1313、FAX072 (964) 1596



市民美術センターウェブサイト

子どものための絵画教室

8月11日(祝)10時～11時30分 小学生 定15人（抽選） 500円 8月1日(火)までに申込専用ウェブサイトから ※1申込み3人まで。



子どものための書き方教室

8月12日(土)13時～14時30分 年長児～中学生 定10人（抽選） 500円 8月2日(火)までに申込専用ウェブサイトから ※1申込み3人まで。



カルチャー講座

9月～12月に開講するカルチャー講座の受講者を募集します。 8月1日(火)から直接



秋の1日体験

気軽に体験できるレッスンの参加者を募集します。 各開催日の10日前までに申込専用ウェブサイトから



※詳しくは市民美術センターまで、お問合せください。

東大阪市政だより

「みんなの広場」に
掲載しませんか

／ すてきな投稿作品を募集します！ ／



東大阪市政だよりでは、皆さんからいただいた作品の中からすてきな作品を一部ご紹介する「みんなの広場」を始めます。

市内で撮影した子どもやペット、風景などの写真やイラスト、手芸、俳句など自身で制作した作品など、あなたの作品で紙面を彩りませんか。

ペンネーム、作品タイトル、作品へのひと言とともに10月号から紹介します。

皆さんの投稿をお待ちしています！

募集作品

- 過去1年以内に投稿者が市内で撮影した子どもやペット、風景、食べ物、動植物などの写真
- 投稿者が制作したイラストや手芸、習字、俳句などの作品

応募方法

東大阪市 LINE 公式アカウントから応募。

- ペンネーム ● 作品データ
- 作品タイトル ● 作品へのひと言

などを入力して送信！

※作品は随時募集しています。

※掲載の決定は広報課で行います。応募作品すべてを掲載するものではありません。

注意事項

著作権・肖像権・プライバシーなど第三者の権利を侵害またはその恐れがあるものなどは、掲載できません。

※応募方法、注意事項など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

☎ 広報課 市政だより担当 06(4309)3102、FAX06(4309)3822



LINE 公式アカウント

市では、市政などに関するさまざまな情報を市民の皆さんへ発信するため、「東大阪市 LINE 公式アカウント」を開設しています。子育て情報や観光イベント情報など、あなたにあった情報をお届けします。ぜひ、ご活用ください。

☎ 広報課 06(4309)3102、FAX06(4309)3822

東大阪市 LINE 公式アカウント
(ID:@higashiosakacity)

友だち登録方法



ホーム画面の
右上にある
「友だち追加」の
アイコンを押す



「QRコード」
のアイコンを
押す



コードを
読み取る



「追加」の
アイコンを
押す

広報紙の記事中の ID 検索方法

下図のように市政だよりの記事中に ID を掲載します。市ウェブサイトの検索ボタンに ID を入力すると、関連するページを見ることができます。



水さき案内 25号を発行

上下水道局の広報紙「水さき案内」25号を発行しました。今回の掲載内容は次のとおりです。▶水

こちらの ID を検索枠に入力

市公式



#東大阪いいところ

Instagram

インスタ投稿を募集！

Follow me!!

東大阪の魅力を発信しています。アカウントをフォローし、ハッシュタグ「#東大阪いいところ」を付けて投稿された中からピックアップし、higashiosakacity_official で紹介します！



ID:higashiosaka
city_official



市政だよりが配布されない、市政だよりの配布を停止
または再開してほしいなどのお問合せはこちら

配布事業者
NTTタウンページ
コールセンター

☎ 0120(586)986
(月曜日～金曜日9時～17時〈祝休日を除く〉)