



特集

熱中症対策

暑い夏を

クールに

乗り切ろう



Topic

令和6年度東大阪市住民税非課税化世帯等に対する物価高騰対策給付金	5
子どものためのオペラ「ヘンゼルとグレーテル」を上演！	10
対象夫婦はお申込みください プラチナ婚・ダイヤモンド婚・金婚夫婦のつどい	11

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、企業同士のつながりや東大阪で生まれる部品がつながることさまざまな製品となり、世界をつなげていることをイメージした、オリジナルのフォントです。



熱中症対策 暑い夏を クールに乗り切ろう

近年、熱中症になる方が増加しています。日差しの強い時期に運動や作業をするときだけでなく、暑さに慣れていない初夏から注意が必要です。

過去3年間の本市の熱中症搬送件数は、2021年では145件、2022年では248件、2023年では341件と年々増加傾向。救急搬送件数の半数近くが65歳以上の高齢者となっており、発生場所は住居での発生が4割を占めています。

自身でできる熱中症対策・予防を行い、暑い夏を乗り切りましょう！
図健康づくり課 072(960)3802、FAX072(970)5821

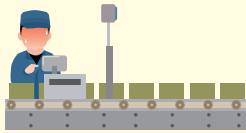
どんなときに熱中症になる？

熱中症を引き起こす主な要素

環境

- 気温が高い
- 湿度が高い
- 風が弱い
- エアコンのない部屋 など

室内でも閉め切った部屋や風通しが悪い場所では、熱中症の危険性が高まります。



からだ

- 高齢者
- 乳幼児
- 体調がすぐれない方
- 暑さに慣れていない方 など

高齢者は温度に対する感覚が弱くなり、暑さや喉の渇きを感じにくくなることで体内の水分量が減少し、熱中症にかかりやすくなります。

乳幼児は体温調節機能が十分に発達していないため、大人よりも熱中症にかかりやすいといわれています。背が低く、ベビーカーの利用などで地面に近い環境で過ごすことが多く、地表からの熱を受けやすくなります。



行動

- 激しい運動や慣れない運動
- 暑い日の外出
- 長時間の屋外作業
- 水分補給できない状況 など

運動や屋外作業時は熱が発生し、熱中症の危険性が高くなるため、短時間の作業や、それほど気温が高くない日でも注意が必要です。



こんなときには要注意！



暑さ指数(WBGT)

暑さ指数(WBGT)とは、気温・湿度・輻射熱の3つを取り入れた指標で、熱中症の危険度を判断する数値です。

暑さ指数は環境省熱中症予防情報サイトで公開されています。外出前や運動前にチェックしましょう。



環境省熱中症
予防情報サイト

暑さ指数 (WBGT)	注意すべき 生活活動の目安	日常生活における 注意事項	熱中症予防運動指針
31以上	全ての 生活活動で おこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	危険(運動は原則中止) 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
28~31		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	厳重警戒(激しい運動は中止) 熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10分~20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人は運動を軽減または中止。
25~28	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休憩を取り入れる。	警戒(積極的に休憩) 熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。

環境省「暑さ指数計の使い方」を参考に作成
WBGT(湿球黒球温度)：Wet Bulb Globe Temperature

熱中症警戒アラートと 熱中症特別警戒アラート

これまで環境省や気象庁から発表されていた「熱中症警戒アラート」は法律上位置づけられるとともに、より深刻な健康被害が発生しうう場合に備え、一段階上の「熱中症特別警戒アラート」が新たに創設されました。

	熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
発表基準	府県予報区等内のいずれかの暑さ指数情報提供地点において、翌日・当日の暑さ指数が33(予測値、小数点以下四捨五入)に達すると予測される場合	都道府県内の全ての暑さ指数情報提供地点において、翌日の暑さ指数が35(予測値、小数点以下四捨五入)に達すると予測される場合
発表時間	前日17時ごろおよび当日5時ごろ	前日14時ごろ (前日10時ごろにおける翌日の予測値で判断)



熱中症警戒アラートや 熱中症特別警戒アラートが発表されたら

不要不急の外出はできるだけ控えるようにし、熱中症予防行動をとりましょう。

熱中症特別警戒アラートは、気温が特に著しく高くなることで、熱中症による人の健康にかかる重大な被害が生じるおそれがある場合に発表されます。熱中症対策が徹底できていない場合は、運動、外出、イベントなどの中止、延期、変更などを判断してください。



日頃からの予防が大切 熱中症対策



Point 1

暑さを避けよう

- 扇風機やエアコンで温度を調節
室温は28度を目安に
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- 暑い日、時間帯は無理をしない
- 外出時は日傘や帽子を着用
- 通気性のよい衣服を着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やす



Point 3

暑さに備えた からだづくりをしよう

- 暑くなり始める前から適度に運動
- 無理をしないで休養を
体調が悪いときは無理せず
自宅で静養しましょう
- 十分な睡眠
寝苦しい夜は、通気性の良
い寝具を使うなど、ぐっすり眠れる工夫
をしましょう
- 栄養バランスを考えた食事
主食・主菜・副菜を組み合わせたバラ
ンス良い食事を心がけましょう



Point 2

こまめに水分補給をしよう

- 飲み物を持ち歩く
- 喉が渇く前に水分補給
入浴前後や起床後も水
分補給をしましょう
- 1日あたり1.2Lを飲料水
から摂取するのが目安
- 塩分補給も忘れずに



Point 4

声をかけあおう

- 家族や近所同士で「水分とって？」「少し休んだほうがいいよ」などの声かけを
- 熱中症にかかりやすい高齢者や子どもは、周囲が協力して注意深く見守るよう
にしましょう



私の 対策

10年ほど前に、いっしょに運動をしていた方が熱中症で突然倒れたことがありました。そのときの経験から、こまめな水分補給や無理をせず休憩をとること、周りの人のおしゃべりで相手や自分の体調を知ることとはとても大切だと感じるようになりました。熱中症にならないよう風通しの良い綿の洋服を着たり、首などを冷やしたり気を付けていきたいと思います。

皆さんも、水分や塩分補給を大切に、無理をしないで休憩をとりながら夏を乗り切りましょう。



健康トライ21 市民連絡会
会長 千原 郁子さん

私は、週2回同好会の皆さんと水中ウォーキングを楽しんでいます。水中では喉の渇きを感じにくいため、適度な休憩、こまめな水分補給を行っています。

また、運動時だけでなく日頃からの対策が大切だと感じ、暑さ指数の確認や、水分補給のタイミングなど、同好会のメンバー同士で情報を共有し声をかけあっています。

これからも同好会の皆さんと熱中症対策を行ってきたいと思います。



健康トライ21
AWC 水中ウォーキング同好会
会長 旭さん

熱中症対策は毎日の食事から

手軽に
おいしく予防



ドレッシングに夏野菜をたっぷり混ぜ込んであるので、彩りがよく、酸味があるので食欲がないときや暑い夏にもおすすめです。冷やすとさらにおいしいいただけます。

食事は1日3食きちんと摂ることが大切です。

ごはんなどの主食、肉・魚・大豆などの主菜、野菜などの副菜をそろえると、栄養バランスが良く、夏の疲れにも負けにくい体づくりができます。

食欲のないときにも食べやすい、おいしい簡単レシピを紹介します！

鮭のラビゴットソース

1人分の栄養価 エネルギー 139kcal、食塩相当量 0.4g、野菜量 60g

材料(2人分)

- 生鮭2切れ(120g)
 - 塩少々
 - 油小さじ2/3
 - トマト30g
 - 玉ねぎ20g
 - ピーマン10g
 - きゅうり20g
 - レタス40g
 - ドレッシング
- (酢大さじ1/2、油小さじ2、塩・こしょう少々)

作り方

- 1 フライパンに油を熱し、生鮭を焼く。蓋をして中まで火を通す。
- 2 トマトは湯むきした後、種を取り除き5mm角に切る。ピーマン、きゅうりも5mm角に切る。玉ねぎはみじん切りにして、水にさらし、水けをきる。
- 3 レタスは洗って食べやすい大きさに手でちぎる。
- 4 ドレッシングの調味料に②の野菜を混ぜて、ラビゴットソースを作る。
- 5 皿にレタスを敷き、鮭を盛り付け、ラビゴットソースをかける。

東大阪地域活動栄養士会 糖尿病食献立集より

熱中症かなと思ったら

熱中症は年齢や性別に関係なく、誰でもかかる可能性があります。

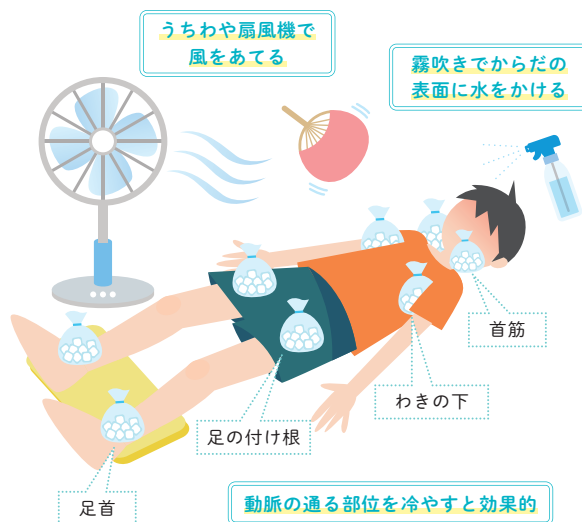
買い物や通勤、通学など日常的に行っている行動でも、熱中症の危険性はあります。

熱中症かなと感じた場合は、症状に適した行動をとりましょう。

図消防局警防部警備課 072 (966) 9664、FAX 072(966)9669

重症度	症状	対処	医療機関への受診
↓	めまい・立ちくらみ・こむら返り・手足のしびれ	涼しい場所へ移動・安静・水分補給	症状が改善すれば受診の必要なし
	頭痛・吐き気・体がだるい・体に力が入らない・集中力や判断力の低下	涼しい場所へ移動・体を冷やす・安静・十分な水分と塩分の補給	口から飲めない場合や、症状の改善が見られない場合は、受診が必要
	意識障害（呼びかけに対し反応がつかない、会話がつかないなど）・けいれん・運動障害（普段どおりに歩けないなど）	涼しい場所へ移動・安静・体が熱ければ保冷剤などで冷やす	ためらうことなく救急車（119）を要請

効果的なからだの冷やし方



炎天下の仕事やスポーツ時に

アイススラリー

熱中症対策の飲み物として、氷と飲料水が混合したシャーベット状の飲料であるアイススラリーが注目されています。

スポーツ飲料などで作ったアイススラリーは、冷却効果に加え、糖質や塩分などの補給も行えます。

- 準備物**
- ・スポーツ飲料で作った氷：60%(例120g)
 - ・スポーツ飲料：40%(例80g)

手順

- 1 スポーツ飲料で作った氷とスポーツ飲料を用意する
- 2 ミキサーで氷とスポーツ飲料を混ぜる
- 3 完成
- 4 容器に保存して職場や、スポーツ現場に持参する

※容器内部にサビや傷がないかよく確認し、長時間金属製の容器に保管しないようにしましょう。

インタビュー

高齢者や子どもは特に注意が必要です

高齢者や子どもが熱中症にかかる事例が多くなっています。「高齢者が蒸し暑い夜にエアコンをつけずに眠ってしまい、翌朝動けなくなっている」といったことが実際に起こっています。このような事例は発見まで時間がかかり症状も重症化することが多いです。就寝前に水分をとる、就寝中もエアコンをつけるなどの予防が重要です。

また、「子どもが公園で元気に走り回っていたのに突然嘔吐し倒れこんだ」という事例のように突発的に発症することもあります。子どもは、自分自身の体調をうまく伝えられなかったり、しんどくても夢中で遊んでしまう場合があるので、身近な人がこまめな休息や水分補給を促してください。

熱中症にならないためには予防と早めの対策が基本となります。もし、熱中症かなと感じた場合は、涼しい場所へ移動しからだを冷やし、水分と塩分を補給してください。症状が改善しない場合は医療機関を受診し、症状が重い場合は迷わず救急車を呼んでください。





令和6年度東大阪市住民税非課税化世帯等に対する 物価高騰対策給付金



令和6年度に新たに住民税非課税となった世帯および住民税均等割のみ課税となった世帯に対して、1世帯当たり10万円の給付金を支給します。

なお、令和5年度の住民税非課税世帯および住民税均等割のみ課税世帯については、令和6年1月～5月にすでに給付金事業実施済みのため、支給対象外です。

【次の条件を全て満たす世帯】

▷令和6年6月3日現在、本市に住民登録がある

▷令和5年度物価高騰対策給付金の支給対象世帯ではなかった（令和5年度住民税所得割が課税されている世帯であった）

▷世帯全員が令和6年度住民税均等割非課税者または均等割のみ課税者から構成される

▷令和6年度住民税が課税されている方の扶養親族等のみで構成される世帯ではない

【支給額】1世帯当たり10万円（1回のみ、世帯主に支給）

【子ども加算】世帯員として18歳以下（平成18年4月2日以降生まれ）の児童がいる場合は、児童1人当たり5万円を追加します。

【手続き・申請など】▷手続きが必要な世帯＝令和5年1月1日時点で本市に住民登録をしている世帯は、6月末に、市から「確認書」を送付します。必要事項を記入し、必要書類とともに返送してください。

▷申請が必要な世帯＝令和5年1月2日～令和6年1月1日に本市に転入し住民登録をした世帯は、6月27日以降に「申請書」を市ウェブサイトからダウンロードいただくか、支給事務センターにご連絡ください。申請の際、申請書に振込口座を確認できる書類の写し、身分証明書の写し、令和5年度住民税所得割課税世帯であったことを証明する書類を添付してください。令和6年1月2日以降に本市に転入し住民登録をした世帯は、申請書に先の3点に加え、令和6年度住民税の課税状況がわかる証明書（令和6年度住民税均等割非課税世帯または住民税均等割のみ課税世帯であることを証明する書類）も添付してください。

▷手続きが不要な世帯＝令和4年度東大阪市住民税非課税世帯等に対する価格高騰緊急支援特別給付金を受給した世帯は、6月末に、市から「支給のお知らせ」を送付します。原則返送不要です。

【申請期限】10月31日（木）まで（消印有効）

【振込予定日】▷手続き・申請が必要な世帯＝確認書または申請書を受付後、約2週間～6週間後 ※目安となる振込日は市ウェブサイトに掲載予定です。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

▷手続きが不要な世帯＝7月19日（金）

申込・問合せ先

〒577-8521 東大阪市住民税非課税世帯等物価高騰対策給付金支給事務センター

06 (4309) 3003
FAX 06 (4309) 3848

月曜日～金曜日9時～17時30分（祝休日を除く）

国の方針により、この新しい給付金は

令和5年度給付金(A,B)の支給対象だった世帯は支給対象外です

A. 令和5年度物価高騰対策追加給付金（非課税世帯向け7万円）

令和5年6月～9月に別途3万円支給済）

B. 令和5年度物価高騰対策給付金（均等割のみ課税世帯向け10万円）

支給対象世帯

支給対象世帯は、以下①～④の条件を全て満たす世帯

①基準日（令和6年6月3日）において、本市に住民登録がある

②令和5年度給付金（本市では令和6年1月～5月に実施）の支給対象世帯ではなかった（令和5年度住民税所得割課税世帯であった）（※1）

③「世帯全員が令和6年度住民税均等割非課税者または均等割のみ課税者から構成される世帯」である（※2）

④「令和6年度住民税が課税されている方の扶養親族等のみで構成される世帯」ではない

※1 令和5年度給付金の支給対象だった世帯は、受給状況にかかわらず、当給付金の支給対象外です。
※2 当給付金が支給された後に、修正申告などにより令和6年度住民税所得割が課税された場合は、当給付金を返還していただきます。

給付金の支給額

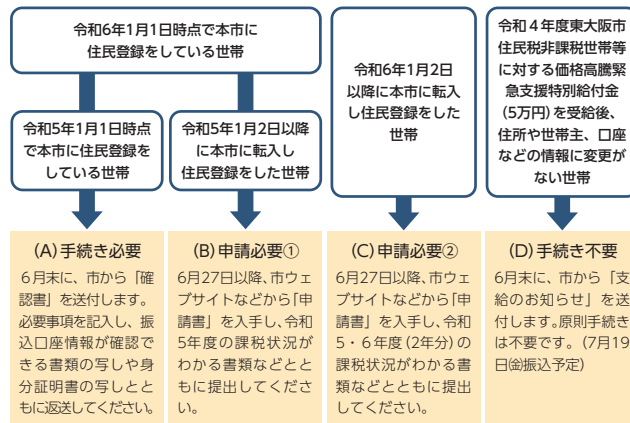
1世帯当たり**10万円**（※3）（1回のみ、世帯主に支給）

※3 対象世帯に世帯員として18歳以下（平成18年4月2日以降生まれ）の児童がいる場合は、児童1人当たり5万円を追加で支給します。

手続き・申請期限

10月31日（木）（消印有効）

手続き・申請について（※4）



※4 当チャートは一般的な事例を想定しています。

介護保険

負担割合証を7月中旬に送付

介護保険制度の新しい負担割合証を7月中旬に送付します。更新手続きは不要です。負担割合証が届いたら、住所や氏名などに誤りがないか確認をしてください。

負担割合証は、介護保険被保険者証とともに保管して、介護サービスを利用する際には、必ず2枚を介護サービス事業所に提示してください。

介護保険負担限度額認定

更新手続きをお忘れなく

介護保険施設に入所している方やショートステイを利用している

方の食費・居住費（滞在費）の負担限度額認定の期限は、7月31日（木）です。

8月以降も引き続き介護保険施設を利用する場合は更新申請が必要です。すでに認定を受けている方には更新案内と申請書を送付しています。

【8月30日（金）（必着）までに高齢介護室給付管理課へ郵送または直接、福祉事務所へ直接



【電話】〒577-8521 市役所高齢介護室給付管理課 06 (4309) 3186、FAX 06 (4309) 3814

国保

高齢受給者証を7月中旬に送付

70歳～74歳の国民健康保険の被保険者（後期高齢者医療制度対象者を除く）は、75歳になるまでは、「国民健康保険高齢受給者証」の対象者となります。

令和5年中の所得に応じて自己負担割合を見直した新しい受給者証を7月中旬に対象者に送付します。受給者証は、70歳の誕生日の翌月（誕生日が1日の場合は誕生日）から利用でき、受給者証に記載された自己負担割合で医療機関を受診することができます。

有効期限は、来年7月31日（ただし、来年7月31日までに75歳にな



る方は75歳の誕生日の前日）です。8月から医療機関を受診するときは、保険証と合わせて窓口に提示してください。

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

後期高齢

保険料額決定通知書を7月中旬に送付

後期高齢者医療保険料額決定通知書を7月中旬に送付します。

仮算定により4月支給の年金から後期高齢者医療保険料の引き落とし(特別徴収)をすでに開始している方には、令和5年の所得で再計算(本算定)し、10月以降の保険料額を通知します。

また、口座振替や納付書などでの支払い(普通徴収)の方には、令和5年の所得で計算した保険料額を通知します。7月～来年3月の計9回を各納期限までに納めてください。

保険料の計算方法 および軽減

今年度の保険料の計算方法および軽減について、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



被用者保険の被扶養者に対する軽減

後期高齢者医療制度に加入する日の前日に会社の健康保険や船員保険、共済組合の被扶養者であった方は、所得割額を免除し、均等割額の5割を資格取得後2年間軽減します。

減します。

納付方法を口座振替に変更できます

保険料を年金からの特別徴収で納めている方は、口座登録とあわせて納付方法変更申出書を提出することで、口座振替に変更できます。

口座登録の手続きは、金融機関や郵便局、医療保険室保険料課または行政サービスセンターで申込みできます。手続きには、保険料額決定通知書、預貯金通帳、通帳印が必要です。なお、ペイジー口座振替受付サービスにより、保険料課または行政サービスセンターで、キャッシュカードを使って簡単に口座登録の手続きもできます。

また、Web 口座振替受付サービスでは、インターネットを利用した口座登録の手続きができます。

ただし、変更後に保険料を滞納している場合は、特別徴収を再開します。

各手続きについて、詳しくはお問合せください。

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

国民年金

免除申請受付 7月1日から

今年の国民年金保険料は1万6980円(月額)です。経済的に保険料を納めることが困難な場合は、免除の申請をしてください。免除制度には「全額免除」「一部免除(4分の3免除・半額免除・4分の1免除)」「納付猶予」があります。

全額・一部免除は、本人・配偶者・世帯主の前年所得が所得基準額以下の場合、保険料の納付が全額または一部免除になります。

納付猶予は、50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が所得基準額以下の場合、保険料の納付が猶予されます。納付猶予された期間は、年金を受け取るために必要な期間として計算されますが、年金額には反映されません。

免除制度のメリット

◆保険料を一部納付したのと同じ

全額免除の承認期間は、保険料を納めた場合と比較して、2分の1の年金額を将来受け取ることができます。

※一部免除の承認期間は、納めるべき保険料を納付しないと未納期間となります。

◆万一のときにも確かな保障

保険料を未納のままにしておくと、将来の年金(老齢年金)や万一の際に障害年金や遺族年金を受け取れない場合があります。しかし、保険料の免除や納付猶予の申請をすることで、こうした状況を防ぐことができます。

免除制度や申請方法など、詳しくは日本年金機構ウェブサイトをご覧ください。



マイナポータルでも 手続き可能

国民年金の加入・免除申請などの手続きはマイナポータルでも可能です。マイナンバーカードをお持ちの方は、自宅などで手続きができます。

手続方法など、詳しくは日本年金機構ウェブサイトをご覧ください。東大阪年金事務所へお問合せください。



◇ ◇
国民年金課 06 (4309) 3165、FAX06 (4309) 3805 ◇東大阪年金事務所 06 (6722) 6001

後期高齢

新しい被保険者証 7月上旬に送付

後期高齢者医療制度の新しい被保険者証(薄緑色)を7月上旬に簡易書留郵便で送付します(受領印または署名が必要)。古い被保険者証(橙色)は市役所に返却するか、破棄してください。

また、安心してマイナンバーカードを保険証として利用していただけるよう、マイナンバー(個人番号)の下4桁を被保険者証の台紙の余白部分に印刷し、通知します。

被保険者証の廃止

12月2日(月)に被保険者証が廃止され、健康保険証の利用登録が完了しているマイナンバーカード(マイナ保険証)を利用する仕組みになりますが、12月1日(日)までに発行された被保険者証は、記載された有効期限まで使用できます。ただし、12月2日以降に転居などで被保険者証の内容が変わった場合を除きます。

なお、12月2日以降は、被保険者証の有効期限到来時に、マイナ保険証をお持ちでない方には、被保険者情報が記載された「資格確認書」が交付されます。資格確認書を医療機関に提示することで、これまでと同様に受診

できます。

また、マイナ保険証をお持ちの方には、被保険者資格などを簡易に把握できるよう「資格情報のお知らせ」が交付されます。オンライン資格確認等システムを導入している医療機関では、マイナ保険証のみで受診できますが、システムを導入していない医療機関では、資格情報のお知らせをマイナ保険証といっしょに提示することで、受診が可能となります。

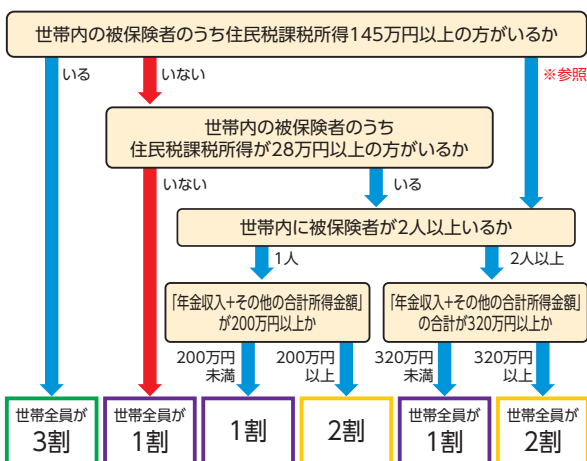
負担割合の判定

後期高齢者医療制度の一部負担金の割合(1割・2割・3割)および高額医療費の自己負担限度額の負担区分は、7月末までは令和4年中の所得で判定し、8月から来年7月末までは令和5年中の所得で判定します。

一部負担金の割合は、同一世帯内の後期高齢者医療被保険者の所得だけで判定し、1割・2割・3割と分かれます(表参照)。

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

自己負担割合判定の流れ



※以下に該当する場合は、3割負担ではない判定となります。

①昭和20年1月2日以降生まれの被保険者と同一世帯の被保険者の保険料の賦課のもととなる所得金額の合計金額が210万円以下の方

②同一世帯に被保険者が1人の場合=総収入額が383万円未満の方
同一世帯で被保険者が2人以上の場合=総収入額が520万円未満の方
同一世帯に被保険者が1人で、かつ同一世帯に70歳以上75歳未満の方がいる場合=総収入額が520万円未満の方



家庭訪問型子育て支援「ホームスタート」 訪問ボランティアを募集！

市では、子育て中の保護者の不安を少しでも解消するため、ホームスタート活動を行っており、子どもを育むあたたかなつながりが生まれています。自身の子育て経験を生かし、ボランティアとして活動できる方を募集します。

ホームスタートとは

乳幼児がいる家庭を訪問し、保護者の話を聞きながら、いっしょに家事や育児をするボランティア活動です。

活動の具体例

家事や育児の代行ではなく、保護者といっしょに次のようなことをします。▶保護者の話をじっくり聞く ▶公園や子育て支援施設などに出かける ▶離乳食や食

事を作る など

活動日数

1年に1家庭～5家庭程度の利用者を担当し、1家庭に対して、週に2時間×4回程度訪問します。

安全安心のフォロー体制

▶調整サポートスタッフが、利用者とボランティアをマッチングします ▶利用者とボランティアは、連絡先の交換を一切しません。連絡は全て調整サポートスタッフを介します ▶訪問のために、調整サポートスタッフがボランティアの報告を受け、次の訪問の活動内容をいっしょに考えます ▶スキルアップ講座やボランティア同士の交流会を実施します

ボランティアとして活動するためには

原則子育て経験があり、ボランティア養成講座（8日間と別日に20分程度の面談）を受講、修了することが必要です。また、訪問活動に協力いただくことが前提となります。

◆ボランティア養成講座

カリキュラムは表のとおりです。
☎希来里（若江岩田駅前） ※10月22日（火）・25日（金）の個別面談はイ

コーラム（男女共同参画センター）で実施。

※申込方法など、詳しくはホームスタート・東大阪ウェブサイトをご覧ください。
☎子ども相談課 06 (4309) 3197、FAX06 (4309) 3818



☎（特非）東大阪子育てほっとネット 070 (2311) 9891

◇ 子ども相談課 06 (4309) 3197、FAX06 (4309) 3818

ボランティア養成講座カリキュラム

と き	内 容
9月6日（金）	①10時～12時30分 オリエンテーション ②13時30分～16時 ホームスタートの役割と意義
9月10日（火）	③10時～12時30分 家庭とは何か、親とは何か ④13時30分～16時30分 子どもの理解
9月13日（金）	⑤10時～12時30分 傾聴の意義と方法1 ⑥13時30分～16時30分 傾聴の意義と方法2
9月20日（金）	⑦10時～12時30分 家庭で活動するときのポイント ⑧13時30分～16時30分 ホームビジターの実務
9月27日（金）	⑨10時～12時30分 問題や悩みのある家庭への理解 ⑩13時30分～16時 地域の子育て支援の実践と連携
10月4日（金）	⑪10時～12時45分 家庭の中で活動する1 ⑫13時45分～16時30分 家庭の中で活動する2
10月11日（金）	⑬10時～12時30分 シェアリング・修了テスト ⑭13時30分～16時 修了式・登録・交流会
10月18日（金）	13時30分～15時30分 普通救命講習3（新生児、乳幼児に対する心肺蘇生法）
10月22日（火） ・25日（金）	9時15分～14時45分の間で20分程度 修了後の個別面談

※全講座を修了した方に修了証を発行し、訪問活動をしていただきます（①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩のうち2講座まで補講可能）。
※10月18日の「普通救命講習3」は、各自で事前にオンライン学習を行っていただきます。

ボランティアの声

回数を重ねるごとに、お母さんの笑顔が増えていったり、お子さんが帰らないで、と言ってくれたりするのがうれしいです

今の子育て事情がわかって、今までにない視点で物事を見ることができるようになりました

利用者の声

部屋が片付いていなくて、利用をためらっていましたが、「子育て中は、そんなものよ～」と言ってもらえたので、安心して申し込むことができました

ボランティアさんに来てもらい、一人ではないと思えると安心しました。すると、いろいろなことがうまく回り始め、家族で楽しく過ごせるようになりました

困りごと、ご相談ください 生活困窮者への支援



生活困窮者
自立支援



住居確保
給付金

生活さいけん相談室

生活さいけん相談室とは、経済的に困窮し、生活の困りごとや不安を抱えている方から相談を受け、どのような支援が必要かをいっしょに考え、仕事探しの支援や家計の見直し、債務整理などの具体的な支援プランを作成し、自立に向けた支援をすすめる相談窓口です。

個別の事情に応じて他機関と連携する場合もあります。

生活に不安を感じたときには、一人で抱え込まず気軽にご相談ください。家族や地域の方からの相談も受け付けています。

☎月曜日～金曜日 9時～17時30分（祝休日、年末年始を除く） ☎生活に困っており、生活保護を受けていない市内在住の方

☎市役所本庁舎 8階生活支援課 06 (4309) 3182、FAX06 (4309) 3848

住居確保給付金相談窓口

2年以内の離職、自営業の廃止または個人的な理由によらない就業機会などの減少により経済的に困窮し、住居を喪失した方、または住居を喪失するおそれのある方に対し、原則3か月（最大9か月）の間、家賃相当額（上限あり）を家主に直接支給し、住居の確保および就労による自立への支援を行います。

※一定の資産収入や求職活動などに関する要件を満たしている方が対象です。給付要件など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

☎月曜日～金曜日 9時～17時30分（祝休日、年末年始を除く） ☎生活に困っており、生活保護を受けていない市内在住の方

◇ ☎ヴェル・ノール布施4階住居確保給付金相談窓口 06 (6748) 0102、FAX06 (6748) 0103

訪問型助け合い・通所型つどいサービス 事業実施計画書の受付を開始

介護予防・日常生活支援総合事業では、10月1日（火）以降に新たに実施する訪問型助け合い・通所型つどいサービス事業の受付を開始します。

☎市内に活動拠点および活動対象地域があり、2人以上で構成される自立した団体・グループ ☎電話予約のうえ、7月1日（月）～31日（火）に必要書類を直接

介護予防・日常生活支援総合事業サービス従事者養成研修

総合事業の「訪問型生活援助サービス」「訪問型助け合いサービス」「通所型つどいサービス」については、訪問介護員などの資格以外に、市が実施する養成研修を修了した方もサービスの提供に従事できます。

☎9月3日（火）・5日（水）9時30分～17時（計2日間） ☎イコーラム（男女共同参画センター） ☎市内在住・在勤（いずれか）の方 ※市外在住であっても市内のボランティアグループなどで活動している方は可。 ☎30人（事業に参入予定の方を優先して抽選） ☎申込書と本人確認書類（運転免許証など）の写しを7月31日（火）（必着）までに郵送

◇ ※必要書類などは市ウェブサイトからダウンロード可。申込要件など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

☎〒577-8521市役所地域包括ケア推進課 06 (4309) 3013、FAX06 (4309) 3814



児童扶養手当・特別児童扶養手当 対象者は申請を



児童扶養手当

特別児童扶養
手当

児童扶養手当および特別児童扶養手当の支給要件に該当する方は申請が必要です。

児童扶養手当

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

▷父母が婚姻を解消した児童

▷父または母が死亡した児童

▷父または母が政令で定める程度の障害の状態にある児童

▷父または母の生死が明らかでない児童

▷父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童

▷父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童

▷母が婚姻によらないで出産した児童

▷父または母が配偶者からの暴

力（DV）で裁判所から保護命令を受けた児童

◆次のいずれかに該当すると対象外

▷請求者または児童が国内に住所を有しない

▷児童が児童福祉施設に入所または里親に委託されている

▷児童が母（請求者が父の場合）・父（請求者が母の場合）または請求者の配偶者（事実婚※を含む）と生計を同じにしている（父または母に政令で定める程度の障害がある場合を除く）

※事実婚とは、同居したり、同居所（世帯分離を含む）になったりすることのほか、同居しなくとも頻繁な訪問・生活費の援助があることなども含みます。

◆所得制限

請求者、配偶者および扶養義務者（同居している請求者の父母兄弟姉妹など）が所得制限額を超過している場合は支給停止となります。

特別児童扶養手当

特別児童扶養手当は、政令で定める程度の障害がある20歳未満の児童を監護している父母（主として児童の生計を維持するいずれか1人）または父母に代わって、その児童を養育している方に支給します。

政令で定める障害の程度は、原則として診断書で判定を行います。ただし、次のいずれかの手帳をお持ちの場合は、診断書の提出が省略できる場合があります。

▷身体障害者手帳1級～3級と4級の一部（内部障害を除く）

▷療育手帳A・B1（B1は大阪府発行の手帳に限る）

◆次のいずれかに該当すると対象外

▷請求者または児童が国内に住

所を有しない

▷児童が児童福祉施設に入所している（母子生活支援施設・保育所・通園施設を除く）

▷児童が障害を支給事由とする公的年金を受けることができる（その全額について支給が停止されている場合を除く）

◆所得制限

請求者、配偶者および扶養義務者（同居している請求者の父母兄弟姉妹など）が所得制限額を超過している場合は支給停止となります。

◇ 手当額や所得制限額は、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



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1万1000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。

予防するには

◆HPV ワクチン接種

HPVの感染を防ぐにはHPVワクチンの接種が効果的です。



平成25年6月14日以降、HPVワクチン接種後にワクチンとの因果関係を否定できない副反応がみられ、積極的な勧奨を差し控えています。

その後、HPV ワクチンの安全性が確認され、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ました。

図▷定期接種＝小学校6年生～高校1年生相当（平成20年4月2日～平成25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20年4月1日生まれの女性 図母子健康手帳、身分証明書、すこやか番号がわかるもの 接種方法 市内の予防接種委託医療機関へ直接予約

◆キャッチアップ接種は令和7年3月末で終了

HPV ワクチンの積極的な勧奨の差し控えにより接種の機会を逃した方に対するキャッチアップ接種は、令和7年3月末をもって終了となります。

◆HPV ワクチン任意接種償還払い制度

平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれの女性で、定期接種の年齢を過ぎて HPV ワクチンを国内で令和4年3月31日までに自

費で受けた方は、接種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

市では、子宮頸がん検診を実施しています。

子宮頸がんは、定期的な検診により、早期に発見することが大切です。HPV ワクチンを接種していても、定期的な子宮頸がん検診を受けましょう。

図4月1日現在20歳以上かつ偶数年齢の女性 ※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 料 800円 内問診、視診、頸部細胞診、内診 ※必要と判断された方は体部細胞診（500円）も実施。

◇ HPV ワクチンについて＝感染症対策課 072 (960) 3805、FAX 072 (960) 3809 ▷子宮頸がん検診について＝健康づくり課 072 (960) 3802、FAX072 (970) 5821

HPV ワクチンの標準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 (9価)	●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® (4価)	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価)	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



マイナンバーカードの 申請・受取り



◆市役所本庁舎などで申請窓口を開設しています

後日郵送でマイナンバーカードを受け取ることが出来ます。申請に必要な書類など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。お問い合わせください。

リージョンセンターでの申請は予約が必要です（予約は希望日の前日まで）。

【予約受付電話番号】06 (4309) 3163

◆受取りと電子証明書の手続き

市役所本庁舎別館および布施臨時窓口（足代北2-2-18）でマイナンバーカードの受取りと電子証明書の手続きが可能です。受取りは予約制となっています（予約は来庁希望日の3日前まで）。

【受取り予約電話番号】▷6月28日まで=0570 (078) 506 ▷7月1日(月)からは0570 (066) 605

【電子証明書に関する問合せ先】06 (4309) 3163



〇市民室 06 (4309) 3163、FAX06 (4309) 3012

7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 別館1階※、 布施臨時窓口※	月曜日～金曜日 (祝休日を除く)	9時～ 16時30分
	第4土曜日	9時～15時
ゆうゆうプラザ(日下)	18日(木)、24日(水)	10時～16時
やまなみプラザ(四条)	19日(金)、25日(木)、30日(火)	
グリーンパル(中鴻池)	17日(水)	
くすのきプラザ (若江岩田駅前)	16日(火)、26日(金)	
ももの広場(楠根)	29日(月)	
はすの広場(近江堂)	23日(火)、31日(水)	

(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。

スマホ教室・相談会を開催

◆初心者から中級者向けスマホ教室

〇市役所本庁舎6階 OA ルーム 〇市内在住の方 〇各回10人(申込先着順) ※日時、内容は表1のとおり。参加者全員にスマートフォン(体験機)を貸し出します。

〇7月1日(月)から電話で

〇図情報政策課 06 (4309) 3108、FAX06 (4309) 3816

表1 初心者から中級者向けスマホ教室実施日

実施日	時間	講座名
7月17日(水)	10時～11時30分	超初心者向け！スマホに触れてみよう(マップ・カメラ・ニュース)
	13時～14時30分	初心者向け！スマホで調べてみよう(天気・防災・Google 検索)
7月18日(木)	10時～11時30分	超初心者向け！スマホに触れてみよう(マップ・カメラ・ニュース)
	13時～14時30分	初心者向け！スマホで調べてみよう(天気・防災・Google 検索)
7月19日(金)	10時～11時30分	便利！LINE を学ぼう(文字や写真の送信・グループトーク)
	13時～14時30分	もっと知りたい！スマホでできること(YouTube・PayPay・乗換案内)

◆スマホ個別相談会

1対1でスマホの疑問にお答えします。

〇市内在住の方 〇各回1人(申込先着順) ※日時は表2のとおり。〇スマートフォン(あれば) 〇電話で

〇〇市スマホ相談コールセンター

〇図情報政策課

表2 7月のスマホ個別相談会実施場所

実施場所	実施日	時間
東大阪役所 1階ロビー	1日(月)、8日(月)、16日(火)、31日(水)	①9時～9時40分
ゆうゆうプラザ(日下)	10日(木)	②9時50分～10時30分
やまなみプラザ(四条)	5日(金)、18日(木)、29日(月)	③10時40分～11時20分
グリーンパル(中鴻池)	2日(火)	④11時30分～12時10分
くすのきプラザ(若江岩田駅前)	11日(水)、23日(火)	⑤13時10分～13時50分
ももの広場(楠根)	19日(金)	⑥14時～14時40分
夢広場(布施駅前)	12日(金)、22日(月)、30日(火)	⑦14時50分～15時30分
はすの広場(近江堂)	4日(水)、26日(金)	⑧15時40分～16時20分
永和図書館 1階マルチホール	9日(火)、17日(水)、25日(木)	1人40分間
花園図書館 3階視聴覚室	24日(水)	
東大阪アリーナ 1階ロビー	3日(火)	

市スマホ相談
コールセンター

☎0120(953) 726

月曜日～金曜日9時～17時30分(祝休日を除く)

市国保ポイントを新設 おおさか健活マイレージ アスマイル

電子マネーや
クーポンが
当たる・もらえる！

大阪府が提供するおおさか健活マイレージ「アスマイル」は、府民の健康づくりをサポートするアプリです。スマートフォンアプリから健康行動(ウォーキングや健診受診など)を記録することでポイントが付与され、抽選で電子マネーやクーポンなどがもらえます。

〇府内市町村に住居登録がある18歳以上の方

利用の流れ

①申込み

【スマートフォンアプリで参加】

アスマイル公式ウェブサイトからアプリをダウンロードして登録。
【スマートフォンをお持ちでない方は専用の歩数計で参加できます】
詳しくは、アスマイル事務局にお問い合わせください。



②ポイントを貯める

毎日の生活習慣を記録するだけで、毎日ポイントが貯まります。

③毎週、毎月抽選！

貯めたポイントに応じて、抽選で特典を獲得できます。抽選は毎週1回の抽選と、毎月1回の抽選の2種類があります。

④特典がもらえる！

目標ポイントに到達すると、抽選に参加でき、当選すると、コンビニのスムージーやコーヒー、電子マネーなどと交換できます。

◆アプリ登録をお手伝いします

次の店舗でスマホ教室を開催しており、アスマイルアプリ登録を無料でサポートします(要申込み)。※ソフトバンク以外のスマートフォンを利用の方も参加可能です。

〇市〇ソフトバンク高井田(高井田本通7) 06 (6618) 8282 ▷ソフトバンク若江(若江東町4) 06 (6724) 8868

市国保加入の40歳～74歳の方はさらにおトク！

アスマイルに登録している市国民健康保険の被保険者は特定健診を受診すると、府からポイント(初回3000ポイント、2回目以降1000ポイント)が付与されますが、今年度は、市独自で3000ポイントを上乗せします。これにより、本市の国保被保険者はアスマイル登録後、初の特定健診受診で6000ポイント、2回目以降で4000ポイントが付与されます。このポイントは抽選なしで電子マネーなどに交換できます。
※ポイントの付与には3か月～4か月かかります。特定健診受診後にアスマイルに登録してもポイントが付与されます。特定健診の受診券がない方は再発行しますので、市電子申請システムで申請いただくか、医療保険室保険管理課へご連絡ください。



受診券
再発行



実施医療
機関一覧

〇〇おおさか健活マイレージアスマイル事務局 06 (6131) 5804、FAX06 (6452) 5266 ▷医療保険室保険管理課 06 (4309) 3051、FAX06 (4309) 3806

アスマイル

特定健診を受診すると

をダウンロードして

※大阪府の国保ポイント¥3,000 ※1 (※1) 2回目以降は¥1,000

+

市国保ポイント¥3,000

相当の電子マネー等がもらえる!

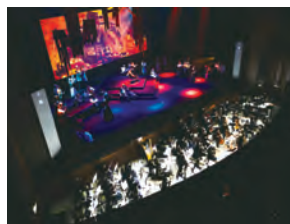
ダウンロードは
コチラから

子どものためのオペラ 「ヘンゼルとグレーテル」を上演！



プロの歌劇団とオーケストラの生演奏による本格的なオペラ「ヘンゼルとグレーテル」を、子どものために観劇料無料で上演します。 ※本事業は、「愛はぐくむ子どもスクラム基金」を活用し実施します。

■11月16日(土)14時開演 所文化創造館 Dream House 大ホール 所市内在住・在学(いずれか)の小・中学生、高校生とその家族および保護者を優先(小・中学生、高校生1人につき大人2人まで申込み可) ※市外の小・中学生、高校生とその家族および保護者も、同様に申込みできます(残席がある場合のみ抽選)。小学生は保護者要同伴。未就学児入場不可(託児サービスあり。要問合せ)。大人の数が人数制限を超える申込みや記入漏れ・不備がある申込み、複数申込みは無効。座席指定不可。 ■7月1日(月)10時～21日(日)18時に文化創造館ウェブサイト ※チケット発券手数料として1人につき110円が必要。詳しくは文化創造館ウェブサイトをご覧ください。 ■イベント内容や申込みについて＝文化のまち推進課 06(4309)3155、FAX06(4309)3823 ▷チケット受付について＝文化創造館チケットセンター 0570(08)1515(10時～18時)



工業デザイナー 喜多俊之さんによる相談会 御社の技術をデザイン製品に

国内外でヒット商品のデザインを数多く手がける工業デザイナー喜多俊之さんを講師に迎え、自社の技術がどのようなデザイン製品に活かせるかを相談できる座談会を行います。

■8月2日(金)16時～17時 所クリエイション・コア東大阪 所市内モノづくり企業の方 所20人(申込先着順) ■7月31日(木)までに市電子申請システムで

■所モノづくり支援室 06(4309)3177、FAX06(4309)3846、所monodukuri@city.higashiosaka.lg.jp



前回の様子

楽しい催しがいっぱい！ 文化創造館の催し



夏休みバックステージツアー

■8月24日(土)14時～16時 所文化創造館 Dream House 大ホール 所小学生以上の方 ※小学生は保護者要同伴。 ■20組(申込先着順) ■申込用紙を7月1日(月)9時からファクスまたは直接(文化創造館ウェブサイトからも可) ※申込用紙は文化創造館で配布。

館長による昭和歌謡講座

■9月6日(金)・20日(金)・10月4日(金)・18日(金)19時～20時30分(計4日間) 所文化創造館創造支援室C1・C2 所中学生以上の方 所50人(申込先着順) ■1000円 ■申込用紙を7月6日(土)9時からファクスまたは直接(文化創造館ウェブサイトからも可) ※申込用紙は文化創造館で配布。

マスキングテープちぎり絵時計を作ろう

■9月7日(土)10時30分～12時・14時～15時30分 所文化創造館創造支援室C1・C2 所小学生以上の方 ※小学生は保護者要同伴。 ■各20人(申込先着順) ■800円 ■申込用紙を7月6日(土)9時からファクスまたは直接(文化創造館ウェブサイトからも可) ※申込用紙は文化創造館で配布。



親子漫才講座

■所▷9月15日(日)＝文化創造館創造支援室C1 ▷22日(金)・23日(土)＝文化創造館多目的室 ☆いずれも14時～15時30分 所小・中学生、高校生とその保護者 所各20組(申込先着順) ■2000円 ■7月14日(日)10時から電話または文化創造館ウェブサイト ※文化創造館チケットセンター窓口は、受付開始日の翌日10時から定員に達していない場合のみ受付します。1申込み1組2人まで。



アフタヌーンコンサート

山野さと子ファミリーコンサートwithトライくん

■9月16日(祝)14時開演 所文化創造館ジャトーハーモニ小ホール 所300人(抽選) ※0歳から入場可。大人のみの申込不可。 ■基本事項(16面に掲載)と希望人数、同伴者の氏名、ふりがな、年齢を7月1日(月)～8月27日(火)(必着)に往復ハガキまたはEメールで(文化創造館ウェブサイトからも可) ※1申込み4人まで。重複申込不可。



山野さと子さん

ブロードウェイ・ミュージカル「プリティ・ウーマン」

■▷10月4日(金)12時開演 ▷5日(土)12時・17時開演 ▷6日(日)11時・15時30分開演 ※生演奏・英語上演。日本語字幕あり。 所文化創造館 Dream House 大ホール ■▷S席＝14000円 ▷A席＝9800円 ※全席指定。未就学児入場不可。 ■発売中 ※1申込み4枚まで。

ひがしおおさか狂言会

大蔵流山千五郎家と和泉流小笠原由嗣さんによる狂言コラボです(前説付き)。 ■10月12日(土)14時開演 所文化創造館 Dream House 大ホール ■「二人大名」「二九十八」「蝸牛」 ■▷一般＝2000円 ▷高校生＝1000円 ▷小・中学生＝500円 ▷車いす席・介助者席＝1000円 ※全席指定。未就学児入場不可。小学生は保護者要同伴。 ■発売中



◎上杉蓮

※チケットの購入方法など、詳しくは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＝文化創造館チケットセンター 0570(08)1515(10時～18時) ▷その他イベントについて文化創造館 06(4307)5772、FAX06(4307)5778(9時～20時)



非核・平和を願って 平和のつどい



平和公演会

被爆ピアノを使ったコンサート
と被爆ピアノ所有者で調律師の矢
川光則さんによる講演を行います。



■ 7月29日(月)14時～15時30分
■ 所文化創造館ジャトーハーモニー
小ホール 定300人(申込先着順)
※一時保育(7月19日(金)までに要
申込み)と手話通訳・要約筆記あり。
■ 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、往復ハガキ可)

原爆体験のおはなし

■ 7月31日(水)11時～11時30分
定30人(当日先着順) ※手話通訳
あり。 ■ 市役所本庁舎1階多目
のホール

平和資料展

■ 7月29日(月)～8月2日(金)9時
～17時30分(7月29日は13時から。
8月2日は13時まで) ■ 市役所
本庁舎1階多目的ホール ■ パネ
ル展「核兵器と戦争に関する16の
問い」 ※申込不要。

◇ ◇

■ 電話 577-8521 市役所人権啓発
課 06 (4309) 3156、FAX 06 (4309)
3823、E jinkenkeihatsu@city.hi
gashiosaka.lg.jp

対象夫婦はお申込みください プラチナ婚・ダイヤモンド婚・ 金婚夫婦のつどい



今年、プラチナ婚式(結婚70年)、
ダイヤモンド婚式(結婚60年)また
は金婚式(結婚50年)を迎える夫婦
を祝福する「プラチナ婚・ダイ
モンド婚・金婚夫婦のつどい」を
10月19日(土)に文化創造館で開催
します。なお、今年度から、結婚
70年のプラチナ婚式も対象とし
て開催します。今年度に限り結婚
71年以上を迎える夫婦も対象に
なります。

つどいへの参加は、地域の校区
福祉委員会または角田総合老人セ
ンターに申込みください。申込み
いただいた夫婦へは、案内状を送
付します。すでに自治会などを通
じて校区福祉委員会へ申込みいた
だいた方は、再度の申込みの必要
はありません。

■ プラチナ婚式＝昭和29年ま

でに結婚した夫婦 ▷ダイヤモンド
婚式＝昭和39年に結婚した夫婦
▷金婚式＝昭和49年に結婚した夫
婦 ■ 式典、記念撮影・演奏、記
念品贈呈など ※手話通訳あり。
■ 申込書を7月12日(金)までに直接
または角田総合老人センターに電
話で

■ 電話 ▷地域の校区福祉委員会
▷角田総合老人センター 072
(962) 8011、FAX 072 (963) 2020 ▷高
齢介護課 06 (4309) 3185、FAX 06
(4309) 3814

7月は「社会を明るくする運動」 強化月間

「社会を明るくする運動」は、
すべての国民が、犯罪や非行の防
止と罪を犯した方たちの更生につ
いて理解を深め、それぞれの立場
で力をあわせ、安全で安心な明る
い地域社会を築こうとする運動で
す。

犯罪や非行をなくすためには、
罪を犯した方を処罰することも必
要ですが、立ち直ろうとしている
方を社会で受け入れていくととも
に、犯罪や非行をする方を生み出
さない地域社会をつくっていくこ
とも大切です。皆さんの理解と協
力をよろしくお願いします。

さまざまなPR活動を行 っています

◆パッカー車による広報活動

7月は、「社会を明るくする運動」
の広報啓発シートを貼ったパッカ

ー車が啓発アナウンスをしなが
ら、ごみ収集作業などを行います。

◆府立中央図書館でPR展示

府や法務省大阪矯正管区と連携
して、再犯防止に関する資料や刑
務所内で作成された刑務所作業製
品、東大阪地区保護司会が発行す
る広報紙などを展示します。

■ 7月17日(水)～8月1日(木)(時間
は図書館の開館時間に準ずる。た
だし最終日は16時まで)



◇ ◇

■ 電話 地域福祉課 06 (4309) 3181、
FAX 06 (4309) 3815

INTERVIEW

さまざまな更生保護活動に携わっている天野正亮さんに、保護司の活動内容や想いをお
聞きました。

保護司は犯罪者の立ち直りを観察所とともに
支援する「更生保護活動」や、出所する際の帰住
地を現地調査する「環境調整」などを行います。

また、再犯防止のための広報・啓発などの「犯
罪予防活動」も保護司の業務の1つです。

近年、保護観察件数は年々減少していますが、
まだまだ活動の必要性を感じています。安全安
心のまちづくりをめざし、行政、関係機関と連携
して活動していきたいです。



東大阪地区保護司会会長
天野 正亮さん

働きたい方や仕事で悩んでいる方をサポート 就労相談

若者、女性、高齢者などを対象
に、その方にあった就労支援事業
や労働相談を実施しています。

就活ファクトリー東大阪

就職活動をサポートする就職支
援施設です。

■ 月曜日～金曜日9時～17時30分

■ 就活ファクトリー東大阪
(ヴェル・ノール布施) 06 (4306)
5360、FAX 06 (4306) 5160

中河内地域

若者サポートステーション

働くことに踏み出せない方(15
歳～49歳)を対象にさまざまなサ
ポートメニューを用意し、就職活
動に必要なスキル習得のためのセ
ミナーを開催しています。

■ 月曜日～金曜日、第2・第4
土曜日10時～17時

■ 中河内地域若者サポートス
テーション(高井田元町2) 06
(6787) 2008、FAX 06 (6787) 2018

就労支援センター

働くためにはどうしたらよいか
を就労支援コーディネーターがい
っしょに考え、相談者にあった助
言や提案をします(要申込み)。

■ 永和就労支援センター＝毎
週火曜日9時～12時・12時45分～
16時 ▷意岐部就労支援センター
＝毎週木曜日9時～12時・12時45
分～16時 ▷就活ファクトリー東
大阪＝月曜日～金曜日9時～17時

30分 ■ 電話で

■ 永和就労支援センター
(市シルバー人材センター内(永和
1)) 06 (6727) 1920、FAX 06 (6727)
1925 ▷意岐部就労支援センター
(荒本人権文化センター内(荒本
2)) 06 (6784) 5811、FAX 06 (6784)
5822 ▷就活ファクトリー東大阪
06 (4306) 5475、FAX 06 (4306) 5160

市シルバー人材センター

働く意欲のある60歳以上の方を
募集しています。

■ 月曜日～金曜日8時45分～17
時15分

■ 市シルバー人材センター
(永和1) 06 (6224) 2408、FAX 06
(6224) 2409

労働相談

保険、賃金、労働条件などの質
問に、専門の相談員が答えます(匿
名可)。

■ 市役所本庁舎＝毎週月・火
・水・金曜日9時～12時・12時45
分～17時30分 ▷勤労市民センタ
ー＝毎週火・木・金曜日9時～17時
■ 市役所本庁舎14階労働雇
用政策室＝06 (4309) 3179、FAX 06
(4309) 3846 ▷勤労市民センタ
(中小阪5) 06 (6721) 6000、FAX 06
(6721) 1212

◇ ◇

※いずれも祝休日、年末年始を
除く。

■ 労働雇用政策室



7月の移動図書館

岡移動図書館 06 (6728) 0202、FAX06 (6730) 7337



日下町丹波神社西側	13:20～13:50	9日(火)	花園西町公園	13:20～13:50	
駅前公園(上石切町2)	14:00～14:30	23日(火)	岩田公園	14:10～15:00	10日(火)
ダイアパレス横(西石切町2)	15:00～15:40		若江本町北公園	15:30～16:10	24日(火)
横小路メイ・トーラス	13:20～13:40	12日(金)	東楠風荘公園稲荷神社横	13:20～14:20	
上ノ万寺児童遊園	14:00～14:30	26日(金)	寺嶋公園	15:00～16:00	
桜井児童遊園	15:00～15:40		春光園(横枕)	13:20～13:50	3日(火)
瓢箪山稲荷神社東駐車場(※)	13:20～13:50	4日(火)	加納アメリカ集会所前	14:10～14:50	17日(火)
大池公園	14:00～14:30	4日(火)	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	18日(火)	三ノ瀬公民分館	13:10～13:50	4日(火)
オーク新石切(西石切町7)	13:20～13:50	5日(火)	大和公園	14:00～14:40	18日(火)
豊浦公民分館	14:10～14:40	19日(火)	はすの広場(近江堂)北側	15:20～16:00	
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	9日(火)
東体育館前	13:20～13:50	11日(火)	市営鷺島住宅集会所前	14:00～14:40	23日(火)
マンハイム石切(日下町4)	14:20～15:00	25日(火)	新喜多公園	15:20～16:00	
J A孔舎街(日下町6)	15:30～16:00		金岡公園	13:40～14:30	2日(火)
鴻北公園西側	13:20～14:00	2日(火)	柏田公園	14:40～15:10	16日(火)
府宮東湧池第二住宅	14:10～14:40	16日(火)	岸田堂南公園	15:40～16:20	
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	11日(火)
玉串西団地集会所前	13:20～14:00	5日(火)	川俣みらいセンター西	14:20～14:50	25日(火)
府宮東大阪玉串住宅	14:10～14:40	19日(火)	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		御厨天神社境内	13:20～13:50	12日(火)
角田総合老人センター	13:20～13:50	3日(火)	新家西町第2公園	14:00～14:30	26日(火)
プレジデント東大阪(岩田町6)	14:10～14:50	17日(火)	五百石公園(御厨東2)	15:30～16:10	
八戸の里公園相模場西側	15:30～16:20				

(※) 7月18日(火)は、瓢箪山稲荷神社東駐車場で夏祭りが開催されるため、巡回を休止します。次回の巡回は8月1日(木)です。



くらしの緊急情報

緊急度レベル ★★★★★

国際ロマンス詐欺に注意！

事例 外国人との交流サイトでアメリカの軍医だという男性と仲良くなった。「退役したら結婚したい」など甘い言葉に心を許してしまった。SNSでやり取りを続けていたところ、「日本に送る荷物があるので受け取ってほしい」と言われたため、個人情報を伝えた。すると、「保険料と送料が必要」と言われ、15万円を振り込んだ。さらに、「空港で荷物が止められたので、通関手数料が必要だ」などと何度も言われ200万円送金し、その後男性と連絡が取れなくなった。

解説 マッチングアプリやSNSなどのインターネットで知りあった外国人と連絡を取りあううちに送金を迫られるいわゆる「国際ロマンス詐欺」の相談が寄せられて

います。

インターネットで知りあった、面識のない外国人と安易に荷物を受け取る約束をしたり、送金するのはやめましょう。ほかにも資産譲渡や渡航費用などさまざまな名目で送金を迫られることがあります。また、手数料などを求められても絶対に払わないでください。一度支払ってしまってお金を取り戻すのは極めて困難です。

恋愛感情や親切心などを利用して、本人が気づいていない場合もあり、周囲のサポートが重要です。

不安に思ったら、送金する前に消費生活センターにご相談ください。

消費生活センター 072(965) 0102、FAX072(962) 9385



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。図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市電子申請システムで申込みください。



市電子申請システム

荒本子育て支援センター

◆ねんねの話～睡眠の相談ができます

図 7月8日(月)10時15分～11時15分 図 就学前乳幼児 図10組 甲 7月1日(月)から

◆おはなしの会 いっしょに絵本を楽しみましょう

図 7月23日(火)10時15分～11時15分 図 就学前乳幼児 図12組 甲 7月16日(火)から

◆水遊び

図 7月30日(火)10時～11時 図 お座りができる3歳5か月までの乳幼児 図10組 甲 7月23日(火)から



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

鴻池子育て支援センター

◆よちよちタイムで水遊び

図 7月3日(火)・26日(金)10時～11時 図 歩き始め～1歳11か月の乳幼児 図 金魚すくいや水のシャワーで水遊び 図 タオル2枚、着替え、袋、飲み物

◆ひんやり～氷遊び

図 7月10日(火)10時～11時 図 歩き始め～3歳11か月の乳幼児 図10組 甲 7月1日(月)から

◆音楽で楽しく遊ぼう

図 7月19日(金)10時～11時 図 歩き始め～3歳11か月の乳幼児 図10組 甲 7月1日(月)から



甲 岡鴻池子育て支援センター 06 (6748) 8251、FAX06 (6743) 0577

ももっこ

◆水遊び

図 7月17日(火)・30日(火)・8月6日(火)・22日(火)10時30分～11時30分 ※雨天時はももっこでボールプールなど。 図 お座りができる就学前乳幼児 図 各20組 甲 各開催日の2週間前から

◆あそびパーク

大きなパラバルーンと公園遊びをします。 図 7月31日(火)10時30分～11時30分 図 もももの広場(楠根) 図 1歳6か月～就学前乳幼児 図 20組 甲 7月12日(金)から

◆足型でビーチサンダル作り

図 8月1日(火)10時～11時・14時～15時 図 就学前乳幼児 図 各15組 甲 7月18日(火)から



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

長瀬子育て支援センター

◆離乳食～レトルト食品との食べ比べ

図 7月22日(月)14時～15時 図 3か月～11か月の乳児 図 8組 甲 100円 甲 7月8日(月)から

◆ねんねのおはなし

図 7月26日(金)14時～15時 図 2か月～11か月の乳児 図 15組 甲 7月12日(金)から

◆親子 de 発達ダンス

図 7月29日(月)10時～11時 図 1歳以上で歩行が確立している就学前乳児 図 20組 甲 7月15日(火)から



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

あさひっこ

◆親子で遊ぼう う・ふ・ふ

図 7月2日(火)10時30分～11時 図 就学前乳幼児 図 10組

◆深谷先生によるリトミック

図 7月16日(火)10時～11時 図 1歳6か月～2歳11か月の幼児 図10組 甲 7月2日(火)から

◆水遊び

図 7月11日(火)・25日(火)10時30分～11時 ※雨天、低水温の場合は中止。 図 お座りができる就学前乳児 図 濡れてもよい服装、サンダル、タオル、着替え



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

ゆめっこ

◆離乳食相談

図 7月1日(月)14時～15時 図 就学前乳児 ※アーリー赤ちゃんタイムに参加の方も相談できます。

◆心理職による相談

図 7月19日(金)9時30分～11時 図 就学前乳児 図 子どもの発達や子育ての不安などの相談



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

そらっこ

◆水遊び

図 7月3日(火)・4日(火)・5日(金)・18日(火)・19日(金)10時～11時 図 就学前乳児 図 タオル、着替え ※水遊び用紙おむつは使用不可。

◆ミニ運動会

図 7月12日(金)10時30分～11時30分 図 ゆうゆうプラザ(日下) 図 就学前乳児 図 30組 甲 7月1日(月)から

◆身体測定

図 7月24日(火)10時～11時・14時～15時＝就学前乳児 12時～25日(火)14時～15時＝未歩行児 12時～26日(金)13時30分～15時＝5か月までの乳児 図 乳児はバスタオル



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





企画運営委員会が企画する催し&講座

コミュニティー通信

企画運営委員会とは、市民プラザで地域の特性を生かしたイベントなどを開催している団体です。図の記載のない催しは、各市民プラザで開催。図のない催しは、市内在住・在勤・在学(いずれか)の方が対象。申込方法のない催しは申込不要です。

やまなみプラザ

◆やまなみ「こどもフェスタ」

図7月28日(日)13時～15時 図小学生以下の方 定200人(当日先着順) 図バルーンアート、金魚すくい、シャボン玉など
図やまなみプラザ(四条) 072(988)3107(FAX兼用)

夢広場

◆七夕まつり

図7月6日(土)・7日(日)10時～16時 定各170人 図幼稚園児の絵画展、笹飾り作り、縁日(7日のみ)

◆健康体操教室Ⅱ

図7月20日(土)13時30分～15時30分 図市内在住の方 定100人

◇ ※いずれも当日先着順。
図夢広場(布施駅前) 06(6784)

2014(FAX兼用)

くすのきプラザ

◆夏休み親子講座～自然のものでクラフト

図8月3日(土)13時30分～15時30分 図市内在住・在勤(いずれか)の親子(祖父母と孫も可) 定8組 図1組300円 ※子ども2人目以降は1人200円追加。 図タオル、軍手、飲み物、持ち帰り用袋 図7月19日(金)まで

◆夏休み親子料理教室～トロピカルメニュー

図8月4日(日)10時30分～13時30分 図市内在住の小学生とその保護者 定6組 図1組1000円 ※子ども2人目以降は1人300円追加。 図エプロン、手ふき、三角巾、マスク 図7月19日(金)まで

◆くすのき歌声広場

図8月11日(祝)14時～16時30分

図イコラーム(男女共同参画セン

ター) 定120人 定300円(歌集のない方は500円) 図歌集、飲み物 図7月23日(火)まで

◆夏休み親子講座～草木染めを楽しもう

図8月18日(日)13時30分～16時 図市内在住・在勤(いずれか)の親子(祖父母と孫も可) 定6組 図1組1000円 図エプロン、ゴム手袋、雑巾、新聞紙、持ち帰り用袋 図7月23日(火)まで

◇ ※いずれも抽選。 図基本事項(16面に掲載)を各申込期限(必着)までに往復ハガキで

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

はすの広場

◆河内音頭を踊りましょう

図8月4日(日)13時30分～15時 定40人(申込先着順) 図飲み物、タオル、運動靴 図基本事項(16面に掲載)を7月1日(月)～26日(金)(必着)に往復ハガキで(Eメール、電話も可)

図 はすの広場(近江堂) 06(6730)5723(FAX兼用)、図 hasunohiroba@gmail.com

ゆうゆうプラザ

◆ゆうゆう茶論

図7月5日(金)13時～15時30分 定40人(当日先着順) 図七夕飾り作り、囲碁、将棋

◆ゆうゆう倶楽部

図7月20日(土)13時30分～15時 定80人(当日先着順) 図フルート・ピアノ・ソプラノの演奏

◆こどもワクワクランド

図7月28日(日)12時～16時 定200人(当日先着順) 図鉄道ジオラマ、工作、雪遊びなど

◆初めてのウクレレ教室

図原則10月～来年3月の第1・3金曜日11時～11時45分(計11日間) 定7人(抽選) 定9000円 図ウクレレ 図基本事項(16面に掲載)を8月30日(金)(必着)までに往復ハガキで(電話、ファクス、Eメールも可)

◇ 図 図〒579-8003日下町3-1-7 ゆうゆうプラザ 072(986)9293(FAX兼用)、図 kusakarc@hct.zaq.ne.jp



Town Topics

市民オペラ

歌劇「カルメン」を上演

5月26日、文化創造館 Dream House大ホールで東大阪市民オペラ・歌劇「カルメン」が上演されました。

文化創造館では、市民が文化・芸術を鑑賞するだけでなく、市民自らが文化・芸術を創っていく拠点となることも目的とし、その一つとして市民オペラを上演しています。

東大阪市民オペラは、プロのアーティストと一般公募により集まった市民が共同してオペラを作り上げるものです。本市出身のテノール歌手・谷浩一郎さんが芸術監督を務め、関西フィルハーモニー管弦楽団が演奏し、約100人の市民とともに、熱のこもった迫力ある合唱を披露しました。

約1200枚のチケットが完売し、大盛況の中で幕を下ろした市民オペラ。出演者は「すべてが初めてのことばかりで大変でしたが、とても楽しかったです」と語っていました。



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
 動物指導センター : TEL072 (963) 6211 FAX072 (963) 1644

※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。

歯科健康相談

【所】▷ 7月24日(水)=西保健センター ▷ 8月1日(水)=中保健センター ▷ 6日(水)=東保健センター
 ☆いずれも9時30分～11時30分
 【市内在住の15歳以上の方】 【各10人(申込先着順)】 【電話で】
 【所】東・中・西保健センター

フレイルチェック健康測定会



健康寿命を伸ばすためには、生活習慣病の予防と高齢期の心身の機能の衰えを予防することが大切です。市内の商業施設で計測器具を使って血管年齢や姿勢などのチェックを行います。【所】▷ 7月23日(水)=コーナン外環新石切店(弥生町) ▷ 8月5日(月)=ヴェル・ノール布施(イオン布施駅前店。長堂1) ▷ 8月20日(水)=イオン鴻池店(鴻池町1) ☆いずれも10時～15時

【市フレイル予防事業事務局(㈱ウェルビーイング阪急阪神内) 06 (6676) 8010 ▷ 地域包括ケア推進課 06 (4309) 3013、FAX06 (4309) 3814

ふたごの教室

【所】▷ 7月5日(金)9時45分～11時15分=西保健センター ▷ 10日(水)9時45分～11時30分=中保健センター ▷ 19日(金)10時～11時=東保健センター 【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】 【電話で】
 【所】東・中・西保健センター

東大阪市×江崎グリコ 離乳食講習会

【所】7月17日(水)13時30分～15時
 【各】4か月～11か月ごろの乳児とその保護者 【各】16人(申込先着順)
 【内容】離乳食の実演、試食
 【持参】母子健康手帳 【所】電話で(市電子申請システム、直接也可)
 【所】中保健センター

いま知りたい!食を学ぶ講座 かしこく使おう!食品の表示

【所】7月7日(水)13時30分～15時
 【市内在住の方】 【各】20人(申込先着順) 【基本事項(16面に掲載)】
 を7月1日(月)～8月6日(水)に市電子申請システムで(ファクス、電話も可)
 【所】東保健センター

キャンサーケアヨガ講座

ヨガを通じて、がんとともに生きていく中でのストレスを軽減します。【所】7月23日(水)14時～15時30分 【各】30人(申込先着順) 【タオル、飲み物】 【電話または直接】
 【所】(地独)市立東大阪医療センターがん相談支援センター 06 (6783) 3466、FAX06 (6781) 2322

オンライン離乳食講習会

【所】7月18日(水)13時30分～15時
 ※オンラインで開催(ZOOMを使用)。
 【所】離乳開始前～11か月ごろの乳児の保護者
 【内容】講話、調理実演 【所】電話で(市電子申請システム、直接也可)
 【所】東保健センター

食育メイトといっしょに作ろう! 野菜スタンプで絵手紙

【所】7月29日(月)13時30分～15時
 【各】小学校1年生～6年生の子どもの保護者(子どものみの参加も可) 【各】20人(申込先着順) 【基本事項(16面に掲載)】
 を7月24日(水)までに電話で(ファクス、直接也可)
 【所】西保健センター

肺がん・結核エックス線検診

【所】【所】▷ 8月7日(水)・16日(金)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▷ 8月20日(水)9時10分から=西保健センター/35人/8月16日(金)まで ☆いずれも申込先着順 【市内在住の40歳以上の方】 【各申込期限までに電話で】
 【所】中・西保健センター

乳がん(マンモグラフィ)検診

【所】【所】▷ 8月8日(水)13時30分～14時45分=西保健センター/電話または直接 ▷ 22日(水)13時～15時45分=中保健センター/電話で
 【所】令和6年4月1日現在、市内在住の40歳以上の偶数年齢の女性 【各】35人(申込先着順) 【各】800円
 【所】問診票、市がん検診受診証、バスタオル
 【所】中・西保健センター

東大阪市×ミキハウス×明治安田生命 プレママ・プレパパセミナー

【所】8月31日(土)10時30分～12時30分・14時～16時 【所】中保健センター 【市内在住の10月～12月に出産予定の妊婦とその同伴者1人】 【各】16組(抽選) 【肌着の着せ方、おむつ交換の方法など】 【所】8月7日(水)13時までにミキハウスウェブサイト
 【所】母子保健課 072 (970) 5820、FAX072 (960) 3809

まちづくり応援隊と若返りへGo!教室 転倒予防体操&脳トレ

【所】7月24日(水)13時30分～15時 【市内在住の運動制限のない方】 【各】30人(申込先着順) 【動きやすい服装、飲み物、タオル】 【基本事項(16面に掲載)】
 を7月19日(金)までに電話で(ファクスまたは直接も可)
 【所】中保健センター

食中毒が多発する季節です 生食用魚介類は新鮮なうちに

夏は食中毒が多発する季節です。特に「腸炎ビブリオ」という食中毒菌に汚染された魚介類を食べると、激しい腹痛や下痢、嘔吐を起こします。抵抗力の弱い乳幼児や小学生、高齢者は、できるだけ夏場の魚介類の生食は控えましょう。
 ◆すぐに冷蔵庫に入れ、適切な温度で保存

腸炎ビブリオの増殖スピードは低温下で遅くなります。魚介類の購入後は、保冷剤などで冷やし、帰宅後はすぐに冷蔵庫に入れましょう。また、ほかの食品に魚介類の汁がかからないようにビニール袋や容器に入れて保存しましょう。

◆調理するときの注意

鮮魚は水道水でよく洗い、調理するときは充分加熱しましょう。使用したまな板や包丁は洗剤でよく洗い、熱湯や漂白剤などで消毒しましょう。

◆早く食べる

寿司や刺身などは、なるべく早く食べましょう。

◆アニサキスについて

「アニサキス」という魚介類の寄生虫による食中毒事例が増加しています。サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどの魚介類の内臓に寄生し、これらを生で食べた場合、まれにアニサキスが胃や腸壁に侵入して、食後数時間で激しい胃痛や吐き気、嘔吐などの症状が出る場合があります。アニサキスは目に見える大きさなので、魚介類が新鮮なうちに内臓を取り除いたり、調理のときによく確認したりしましょう。加熱またはマイナス20℃で24時間冷凍するの也有効です。

◆夏期食品一斉取締りを実施

市では、7月を「夏期食品一斉取締り月間」と定め、仕出し屋や弁当屋などの大量調理施設、スーパーマーケットなどの小売店を重点的に監視し、食品などの衛生的な取扱いや適正表示に関する指導を行います。

さらに、細菌や食品添加物の検査を実施し、不良な食品が流通しないように努めます。家庭での食中毒も多く発生していますので、食品の取扱いに注意しましょう。



【所】食品衛生課 072 (960) 3803、FAX072 (960) 3807



アルツハイマー病 レケンビでの治療を開始

市立東大阪医療センター
脳神経内科

すみ 久 寿 患 部長

令和7年には65歳以上の高齢者の5.4人に1人が認知症になると言われています。年齢を重ねることは避けられないので、認知症予防、あるいは軽症のまま自分らしく過ごせるよう対策が大切です。対策には生活習慣病の治療や運動習慣、社会参加が重要ですが、認知症専門医として皆さんに、より良い医療を提供していきます。

認知症の原因は5割～6割がアルツハイマー病ですが、従来の治療は脳内の神経伝達物質を調整する対症療法でした。レケンビ®はアルツハイマー病の原因となるアミロイドβの脳内蓄積を抑制する新しい抗体薬で、進行抑制の効果が期待できます。治療対象は、前段階あるいは軽症のアルツハイマー病患者です。2週間に1回の点滴、定期的なMRI撮影が必要であり、内服薬での治療ほど手軽ではありませんが、病気の原因に対処する新しい治療です。

もの忘れが気になる方は、かかりつけの先生へ相談のうえ、当センターの「もの忘れ外来」を受診してください。

【所】(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





愛の血液助け合い運動月間 7月の献血

【場所】7月19日(金)＝市役所本庁舎 30日(火)＝イオン鴻池店(鴻池町1) ☆いずれも10時～16時30分。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。

【場】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

男の料理教室～男の食と健康講座

【場】8月5日(月)・19日(月)・26日(月)
13時30分～15時30分(計3日間)

【対象】市内在住の60歳以上の男性 定員12人(申込先着順) 料700円 持エプロン、三角巾、手拭き2枚、マスク 基本事項(16面に掲載)を7月29日(月)までに市電子申請システムで(ファクス、電話、直接可)

【場】東大阪保健センター

糖尿病食事学習会 カロリー控えめ満足ごはん

【場】7月10日(水)10時30分～13時30分 【対象】市内在住の血糖値が高めの方とその家族 定員12人(申込先着順) 講話、調理実習 料700円 持エプロン、三角巾、手拭き2枚、マスク、最近の血液検査の結果 基本事項(16面に掲載)を7月4日(水)までに申込専用ウェブサイトで(ファクス、電話可)

【場】東大阪保健センター

がん検診・肝炎ウイルス検診 無料クーポン券を発送

【ID】25039

市が実施する子宮頸がん・乳がん・肝炎ウイルス検診の自己負担金が無料になるクーポン券を6月下旬に次の対象者へ発送しました。有効期限は来年3月31日です。
【対象】▷子宮頸がん検診＝20歳の女性
▷乳がん検診＝40歳の女性
▷肝炎ウイルス検診＝40歳の方 ※年齢は令和6年4月1日現在。4月20日以降に本市に転入した方は手続きが必要です。

【場】健康づくり課

薬物乱用のない社会を

7月は「覚醒剤等薬物乱用防止広報強化月間」です。近年、覚醒剤だけでなく、大麻、MDMA、指定薬物、危険ドラッグなど薬物が多様化しており、青少年間の薬物乱用の広がりが問題となっています。

月間中は、ポスターの掲示やリーフレットの配布など、薬物乱用防止の啓発・広報を重点的に行います。

【場】環境薬務課 072 (960) 3804、FAX072 (960) 3807

食育メイトのファミリークッキング 親子で作ろう! 野菜のおやつ

【場】7月25日(木)13時30分～15時 【対象】小学校低学年までの子どもとその保護者(祖父母も可) 定員6組12人(申込先着順) 料1人200円 持エプロン、三角巾、手拭き2枚、マスク 7月19日(金)までに市電子申請システムで(電話、直接可)

【場】東大阪保健センター

薬と健康の週間 ポスター原画と川柳を募集

◆ポスター

【対象】府内在学の小・中学生 規格4つ切またはB3で画材は自由 テーマ「薬の正しい使い方」「薬は正しく使いましょう。もっと身近に薬剤師」 作品の裏面(右下)に学校の所在地、学校名、学年、氏名(ふりがな)、連絡先を書いて9月5日(水) (必着) までに郵送または直接(保健所環境薬務課に直接可)

◆川柳

【対象】府内在住・在勤(いずれか)の方 規格 川柳(5-7-5) テーマ「医薬品」「薬は正しく使いましょう。もっと身近に薬剤師」 基本事項(16面に掲載)と川柳を9月5日(水) (必着) までにハガキまたはファクスで(府薬剤師会ウェブサイトからも可)

【場】〒540-0019大阪市中央区泉町1-3-8 (一社)府薬剤師会「薬と健康の週間」係 06 (6947) 5481、FAX06 (6947) 5480
【場】環境薬務課 072 (960) 3804、FAX072 (960) 3807

7月
July

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 [クラミジア・梅毒・エイズ検査 (証明書の発行はありません)]	19日(金) 9:30～11:00	10日(水)・24日(水) 9:30～11:00	8日(月)・22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)	3日(水)・4日(木)・18日(木) 14:00～16:00	2日(火)・8日(月) 14:00～16:00	2日(火)・11日(水)・16日(水) 14:00～16:00 5日(金)10:00～12:00
骨密度測定(予約制) (市内在住の20歳以上の方)(骨粗鬆症治療中の方は受けられません) (予約開始は7月16日(水)から)	8月6日(火) 9:30・9:50 10:10・10:30 (予約開始は7月16日(水)から)	4日(水)・11日(水) 9:20～10:45	24日(水) 9:10～10:40
健康相談 禁煙相談	月曜日～金曜日 9:00～12:00・12:45～17:30		
4か月児健康診査 (令和6年3月生まれ)(予約制)	9日(水)・23日(水) 午後(※)	9日(水)・23日(水) 午前(※)	10日(水)・17日(水)・24日(水) 13:20～14:30(※)
1歳6か月児健康診査 (令和4年12月生まれ)(予約制)	17日(水)・24日(水) 午後(※)	12日(金)・26日(金) 午後(※)	2日(火)・16日(火) 13:15～14:30(※)
3歳6か月児健康診査 (令和3年1月生まれ)(予約制)	12日(金)・26日(金) 午後(※)	5日(金)・19日(金) 午後(※)	9日(水)・23日(水) 13:15～14:30(※)
離乳食講習会(予約制)	18日(木)13:30～15:00 (オンラインで開催 (Zoomを使用))	17日(水) 13:30～15:00	25日(木) 13:30～15:00
糖尿病個別食事相談 (予約制)	5日(金)13:30・14:30 23日(水)9:30・10:30	11日(水)13:30・14:30 24日(水)9:30・10:30	8日(月)13:30・14:30 23日(水)9:30・10:30
2歳児歯科健康相談 (市内在住の令和4年7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))	22日(月)	23日(火)	18日(水)

(※)受付時間は個別通知に記載。

▶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。

検査の種類	受付日・時間	料金	受付場所
検便(赤痢菌、サルモネラ属菌、大腸菌O157・O26・O111)(※)	2日(火)・16日(火) 9:30～11:30	2800円	環境衛生検査センター 06 (6787) 5021、 FAX06 (6787) 7404

(※)大腸菌 O26・O111は検査を希望する方のみ。

▶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。

7月22日からは肝臓週間、 28日は世界(日本)肝炎デー

◆まず肝炎ウイルス検査を受けましょう

肝炎ウイルスに感染しているかどうかは血液検査でわかります。40歳以上で今までに受けたことがない方は、市内取扱医療機関で市の肝炎ウイルス検診を1000円で受診できます。

また、令和6年4月1日現在、40歳の方には検診無料クーポン券を送付しています。

過去に出産や手術などで輸血を受けたことがある方や血液製剤を投与されたことがある方、肝炎ウイルス検査未受診で受診を希望する40歳未満の方は保健所にご相談ください。

◆初回精密検査費用の助成

府では、府肝炎専門医療機関において肝炎ウイルスの初回精密検査(医療保険適用のものに限る)を受けた際の検査費用の自己負担分を助成しています。詳しくは、府ウェブサイトをご覧ください。

◆3つの治療法の医療費を助成

主な治療法のインターフェロン治療やインターフェロンフリー治療、核酸アナログ製剤治療について、医療費の助成を行っています。助成内容など、詳しくはお問合せください。

◇ ◇

【場】東・中・西保健センター
▷健康づくり課

肝臓は栄養を蓄えたり、血液中の毒物などの代謝や解毒をしたりする働きがあり、生命維持のために重要な臓器です。

肝臓細胞が壊れた状態が肝炎で、そのうちウイルスによる感染で起こるのが、ウイルス性肝炎です。

◆ウイルス性肝炎

B型・C型肝炎ウイルスの患者・感染者は全国で300万人以上と推計されています。感染経路は主に血液で、過去の輸血や血液製剤の投与、ウイルスに汚染された注射器の使用、刺青などが考えられます。症状が軽いまたは無症状のことが多く、感染に気づかない方も多くいます。

お知らせコーナー

記号の見方
 ㊦とき ㊦ところ ㊦対象 ㊦定員・定数
 ㊦内容 ㊦料金（表示のないものは無料）
 ㊦持ち物 ㊦申込方法・申込み先など
 ㊦問合せ先 ㊦Eメールアドレス ㊦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

講座・教室

角田総合老人センターの教室

◆男性のためのバランス健康体操教室



㊦7月17日(水)10時～11時30分
 ㊦市内在住の60歳以上の男性 ㊦35人 ㊦飲み物、タオル、5本指の靴下 ㊦7月4日(木)から電話または直接

◆オレンジメンバー養成講座
 オレンジメンバーとは、認知症の方や家族を支援するボランティアです。㊦8月6日～27日の火曜日13時～16時10分（計4日間）
 ㊦認知症サポーター養成講座を修了された市内在住・在勤（いずれか）の方 ㊦30人 ㊦基本事項（上に掲載）と市内在勤の方は勤務先・住所を7月1日(月)から電話で（ファクス、直接也可）

◆お孫さんと陶芸体験
 ㊦8月7日(水)
 13時30分～15時30分 ㊦市内在住の60歳以上の方と小学生の孫 ㊦5組 ㊦1000円 ㊦タオル、エプロン ㊦7月17日(水)から電話または直接



※いずれも申込先着順。
 ㊦㊦角田総合老人センター 072 (962) 8011、FAX072 (963) 2020



社会教育センター 8月の市民講座

◆地形変化で読み解く東大阪
 ㊦8月8日(木)・22日(木)・29日(木)
 13時30分～15時（計3日間） ㊦15人

◆学ぶべき大阪空襲について
 ㊦8月15日(水)14時～15時30分 ㊦20人

◇ ㊦市内在住・在勤・在学（いずれか）の方 ※いずれも抽選。 ㊦基本事項（上に掲載）を7月9日(火)（消印有効）までにハガキまたは申込専用ウェブサイト
 ㊦QRコード

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

枚岡公園の教室

◆セミの羽化観察会
 ㊦7月27日(土)18時30分～21時
 ※前日17時の天気予報で当日18時からの降水確率が60%以上の場合は中止。 ㊦30人 ㊦中学生以上＝300円 ▷小学生以下＝100円 ㊦懐中電灯、飲み物

◆親子工作・竹で作る木登りおさる

㊦7月28日(日)10時～12時 ㊦小学校6年生以下の子どもとその保護者 ㊦5組 ㊦1000円 ㊦軍手、汚れてもよい服装、持ち帰り用袋

※いずれも申込先着順。 ㊦7月1日(月)10時から電話で

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

少年少女発明クラブ 夏休み親子ものづくり体験教室

㊦㊦㊦㊦8月3日(土)＝ストリングアートの製作／市内在住の小学校3年生～6年生とその保護者／15組 ▷5日(月)＝ホバークラフトの製作／市内在住の小学校3年生～6年生／15人 ☆いずれも13時～16時。抽選 ㊦基本事項（左に掲載）と学校名、学年、保護者氏名を7月8日(月)～12日(金)9時～17時（必着）にハガキで（ファクス、Eメール、直接也可）

㊦㊦㊦㊦577-0065高井田中1-5-3 産業技術支援センター内少年少女発明クラブ事務局 06 (6785) 3325、FAX06 (6785) 3363、㊦hatsumei@techsupport.jp

東大阪アリーナの教室

◆トレーニングルーム登録講習
 ㊦7月14日(日)・15日(祝)・17日(水)～22日(月)・24日(水)～27日(土) ㊦高校生以上の方 ㊦各6人 ㊦510円 ㊦7月1日(月)から電話で ※時間など、詳しくは東大阪アリーナウェブサイトをご覧ください。

◆夏休み小学生リズム運動
 ㊦7月29日(月)10時～11時30分 ㊦小学校1年生～4年生 ㊦20人 ㊦室内用シューズ、タオル、飲み物 ㊦電話または直接

◆親子で学ぶお金の使い方「キッズマネーすごろく」
 ㊦8月3日(土)10時～11時30分 ㊦5歳児～小学校2年生とその保護者 ㊦10組 ㊦1020円（子ども2人目以降は1人510円追加） ㊦鉛筆、色鉛筆、ハサミ ㊦電話予約のうえ、料金を直接

◆プール休館日
 7月26日(金)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。 ㊦㊦㊦東大阪アリーナ 06 (6726) 1995、FAX06 (6726) 1994



Quatre saisons Concert 四季を彩るコンサート

フルートとピアノの演奏です。 ㊦8月25日(日)15時30分から ㊦100人（申込先着順） ㊦500円 ㊦7月1日(月)から電話で ㊦㊦㊦布施駅前市民プラザ 06 (6784) 2018 (FAX兼用)



糸織みカゴ作り・ 勾玉作り体験

㊦㊦㊦7月28日(日)▷10時～12時＝網代編みカゴ作り ▷13時～15時＝勾玉作り ※勾玉1つにつき材料費(100円)が必要。

㊦㊦㊦グリーンパル（中鴻池） ㊦各15人（申込先着順） ㊦7月1日(月)9時～19日(金)17時30分に電話または各申込専用ウェブサイトで ㊦㊦㊦文化財課 06 (4309) 3283、FAX06 (4309) 3823



網代編みカゴ作り



勾玉作り

就活ファクトリー東大阪の講座

◆非認知能力を育む～メタ認知力向上セミナー

㊦7月11日(木)10時～11時30分 ㊦就活ファクトリー東大阪 ㊦求職中の方 ㊦15人

◆55歳以上のシニア向けマンダラチャート作成セミナー

㊦7月22日(月)14時～15時40分 ㊦夢広場（布施駅前） ㊦求職中の55歳以上の方 ㊦48人

◆好印象就活メイクセミナー

㊦7月29日(月)14時～15時30分 ㊦就活ファクトリー東大阪 ㊦求職中の女性 ㊦12人 ㊦手鏡、普段使用しているファンデーション・眉墨

◇ ※いずれも申込先着順。 ㊦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） ㊦㊦㊦就活ファクトリー東大阪 06 (4306) 5360、FAX06 (4306) 5160



夏の工作教室

ペットボトルでキラキラドームを作ります。 7月20日(土)10時30分～11時 幼児～小学生 ※幼児は保護者要同伴。 定10人(当日先着順)

東大阪図書館大蓮分室 06 (6728) 0200、FAX06 (6730) 7337

はにわストラップ・組みも作り体験

ID 39022

8月3日(土)13時～14時30分・15時～16時30分 所 ももの広場(楠根)



13時開始

各15人(申込先着順) 料100円 申7月1日(月)～19日(金)に電話または各申込専用ウェブサイトで



15時開始

東大阪文化財課 06 (4309) 3283、FAX06 (4309) 3823

東体育館の教室

◆子ども・親子硬筆、大人の美文字筆ペン教室

7月～9月の第1・3火曜日 16時～17時50分のうち1時間(計6日間) 5歳以上の方 定20人 料▷子ども=7020円 ▷一般=1万8000円 ▷親子(1組)=1万5840円 申▷子ども=鉛筆(4B)、消しゴム、下敷き、10マス練習帳 ▷一般=筆ペンまたは万年筆 申電話で

◆セルフリンパマッサージ

原則7月～10月の第2火曜日 10時～11時(計4日間) 16歳以上の女性 定8人 料1回2500円 ※一括払い9500円。 料タオル2枚 申電話で

◆個人参加型卓球

毎週火曜日13時～16時 16歳以上の方 定20人 料1回1000円 申室内用シューズ、ラケット 申直接

◇

◇

※いずれも申込先着順。

東大阪体育館 072 (982) 1381、FAX072 (982) 2768

くらしの情報セミナー

断捨離で住まいも心もスッキリ、豊かな暮らしへ

7月26日(金)13時30分～15時30分 市内在住の方 定30人(申込先着順) 申7月1日(月)から電話で

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

今こそはじめよう!

省エネ・脱炭素推進セミナー

東大阪所▷7月26日(金)=いまこそ省エネ・脱炭素経営/クリエイション・コア東大阪南館3階 ▷8月2日(金)=「省エネのコツ」を伝授します/東大阪商工会議所 ☆計2日間。いずれも14時～16時 経営者と従業員 定50人(申込先着順) 申基本事項(16面に掲載)を7月19日(金)までに申込専用ウェブサイトで(Eメール、電話も可)



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

モノづくり支援室 06 (4309) 3177、FAX06 (4309) 3846

市民ふれあいホールの教室

◆楽しいビーズレッスン

第3火曜日10時～12時 16歳以上の方 定20人 料2200円 ※別途材料費が必要。

◆はじめてのヨガ

毎週水曜日13時～14時 18歳以上の方 定30人 料3960円(月4回) ※体験1回500円。

◆ZUMBA GOLD

毎週金曜日11時10分～12時 18歳以上の女性 定30人 料3960円(月4回) ※体験1回500円。

◇

◇

※いずれも申込先着順。 申電話で ※詳しくは、市民ふれあいホールウェブサイトをご覧ください。



東大阪市民ふれあいホール 072 (982) 6563 (FAX兼用)

創業塾と起業家交流会

◆創業塾

7月6日～27日の土曜日10時～15時(計4日間) 所市民多目的センター 申ビジネスプラン作成、販売促進戦略、先輩起業家の事例発表、資金調達、税務・労務に関する知識 料2000円 ※一定の条件を満たした方に「特定創業支援等事業」の支援を受けたことの証明書を市で発行します。

◆起業家交流会

8月3日(土) 13時～17時 所東大阪商工会議所 申講義、グループワーク、解決策発表、講師からのアドバイス 料1000円

◇

◇

創業をめざしているまたは創業して間もない方 定30人(申込先着順) 申電話または申込用紙をファクスで ※申込用紙は東大阪商工会議所ウェブサイトからダウンロード可。

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

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

府居宅介護職員初任者(障がい者ホームヘルパー知識習得)研修

7月24日(水)～10月30日(水) 所府立福祉情報コミュニケーションセンター 申府内在住・在勤・在学(いずれか)の方 定90人(申込先着順) 料4000円 申7月5日(金)(必着)までに郵送または府行政オンラインシステムで ※詳しくは府ウェブサイトをご覧ください。



〒537-0025大阪府東成区中道1-3-59 府立福祉情報コミュニケーションセンター内(社福)大阪障害者自立支援協会 盲ろう者等社会参加支援センター 06 (6748) 0588、FAX06 (6748) 0589

障害者施策推進課 06 (4309) 3183、FAX06 (4309) 3815

長瀬青少年センターの教室

◆子育て教室「子育ての輪」

7月10日(水)10時～11時45分、12日(金)19時～20時45分 ※個別相談あり(要予約)。 申子育て中の方 ※申込不要。

◆Windows11の便利な使い方

7月13日・20日・8月17日・24日の土曜日14時30分～16時30分(計4日間) 市内在住・在勤・在学(いずれか)の高校生以上の方 定6人(抽選) 料6000円 申USBメモリなどの記録媒体 申基本事項(16面に掲載)を7月5日(金)(必着)までにハガキまたはファクスで

◇

◇

東大阪〒577-0832長瀬町3-7-40 長瀬青少年センター 06 (6727) 1200、FAX06 (6729) 9787

ボランティア体験プログラム in 東大阪

◆福祉施設などでのボランティア体験

7月～9月の間、市内の福祉施設などでボランティア活動を体験できます。 市内の福祉施設など 申申込用紙を郵送(ファクス、直接も可) ※日程や申込期間など、詳しくは市社会福祉協議会ウェブサイトをご覧ください。

◆福祉教育1日体験教室

7月31日(水)=視覚障害者手引き(アイマス)体験 ▷8月7日(水)=手話体験 ▷21日(水)=車いす体験 ☆いずれも13時30分～16時 市社会福祉協議会 定各15人(申込先着順) 申申込用紙を各実施日の2日前(必着)までに郵送(ファクス、Eメール、電話、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)。



〒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、hosi01@cap.ocn.ne.jp

講座・教室のつづき

イコラムの講座&催し

◆消費者問題講座「特殊詐欺の被害防止のために」

時 7月7日(日)13時～14時45分
定 20人(申込先着順) 申 随時

◆イコラム・ワインセミナー

時 7月20日(土)16時～18時 定 20歳以上の方 定 20人(申込先着順)
料 3000円 申 随時 ※年齢確認させていただく場合があります。

◆ゆるらくルーム

時 7月24日(水)13時30分～16時
定 女性 定 10人(当日先着順)



申 基本事項(16面に記載)と保育の要否を電話で(ファクス、Eメール、直接も可) ※1歳以上の就学前幼児の保育あり(定 眞10人。各実施日の7日前までに要申込み)。



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

花園ラグビー場の教室

◆HOS×ライナーズアカデミー

時 毎週月・火・木曜日18時～20時35分 定 小学校3年生～中学校3年生 定 各35人 内 定 U-10クラス(週1回)=6600円 ▷U-12クラス(週1回)=6600円 ▷U-12クラス(週2回)=11000円 ▷U-15クラス(週1回)=8800円 ▷U-15クラス(週2回)=15400円

◆ナイトヨガ

時 7月13日(土)19時～20時 定 60人 料 1100円



◆FC大阪 チアダンススクール

時 毎週木曜日▷16時15分～17時=3歳児～6歳児/7700円▷17時15分～18時15分=小学生/8800円 ☆体験1回1100円 定 各15人



※いずれも申込先着順。 申 花園ラグビー場ウェブサイト
所 申 申 花園ラグビー場 072(961)3668、FAX072(961)3661

ミックスみゅ〜じゅく体操

時 8月9日(金)・23日(金)・9月13日(金)・27日(金)10時～11時30分(計4日間) 定 市内在住の60歳以上の方 定 20人(抽選) 申 タオル、5本指の靴下(あれば) 申 7月1日(月)～9日(火)に電話または直接 所 申 申 五条老人センター 072(985)3751、FAX072(986)7592

クラフト講座

卵をデコし多肉植物を植えよう



時 7月9日(火)13時30分～15時30分 定 衣摺旭ヶ丘自治会館(衣摺1) 定 10人(申込先着順) 料 500円 申 電話または直接 申 申 金岡公園管理事務所 06(6723)0735、FAX06(6723)0736 申 公園課 06(4309)3228、FAX06(4309)3836

高井田老人センターの教室

◆食育講座～干し野菜を作ろう！食べよう！

時 7月24日(水)13時30分～15時 定 25人 申 7月1日(月)から

◆健康のつどい「笑いと健康体操」

時 8月1日(水)13時30分～15時 定 40人 申 7月8日(月)から

◆スマホ教室

時 申 申▷8月2日(金)=スマホデビューからもう一歩▷23日(金)=防災に役立つアプリ体験 ☆いずれも13時30分～15時30分 定 各20人 申 7月16日(火)から



定 市内在住の60歳以上の方 ※いずれも申込先着順。 申 飲み物 申 各申込開始日から電話または直接



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

永和図書館の催し&教室

◆リサイクルブックフェア

図書館で使わなくなった図書および雑誌を譲渡します(1人20冊まで)。 時 7月20日(土)12時～17時、21日(日)10時～15時 所 東大阪商工会議所 定 市内在住の小学生以上の方 ※7月13日(土)10時から整理券を配布。 申 持ち帰り用袋

◆おとなも子どももよといで

時 7月20日(土)14時～14時30分 所 永和図書館 定 10人(当日先着順) 申 絵本、紙芝居など

◆調べる学習ワークショップ

「ひらけ！百科事典」 時 7月28日(日)14時～15時30分 所 永和図書館 定 小学校3年生・4年生 ※保護者要同伴。 定 6人(申込先着順) 申 7月15日(金)10時から電話または直接



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

子育て支援員養成研修

ID 20777

保育園や認定こども園で保育士に代わって働くことができる子育て支援員を養成する研修を実施します。 時 8月20日(火)・22日(水)・9月6日(金)・12日(水)・17日(火)・26日(水)・10月2日(火) ※計7日間。講義終了後、実地研修4日間あり。 所 市役所本庁舎 定 市内在住または市内の保育施設に在勤・内定している方 定 40人(市内の保育施設に在勤している方を優先して抽選) 料 2860円程度 ※別途健康診断の受診費用などが必要。 申 申込書と必要書類を7月10日(水)(必着)までに郵送または 申 申込専用ウェブサイトで



申 申 〒542-0081大阪市中央区南船場4-3-2ヒューリック心斎橋ビル9階 ヒューマンアカデミー(株)子育て支援員養成研修運営事務局 0120(96)4779、FAX06(6282)6002

申 子どもすこやか部施設指導課 06(4309)3201、FAX06(4309)3225

中河内地域若者サポートステーションの教室

◆活動準備セミナー「余暇・趣味で生活向上」

時 7月11日(水)14時～15時 ※オンラインでも開催(Zoomを使用)。

◆居場所コミュニティ

時 7月13日(土)13時～17時

◆就職支援セミナー「職業適性を考える」

時 7月25日(水)14時～15時15分 ※オンラインでも開催(Zoomを使用)。



申 申 おおむね30代後半～50代前半で求職中または定職についていない方 定 各10人(申込先着順) 申 電話または中河内地域若者サポートステーションウェブサイトで



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

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

長瀬老人センターの教室

◆ジュートバッグにデコパージュ

麻のバッグにペーパーナプキンで飾りつけます。 時▷7月18日(水)・25日(水)▷19日(金)・26日(金)▷7月29日(月)・8月5日(月)▷7月30日(火)・8月9日(金) ☆いずれも13時30分～15時30分で各計2日間 定 各8人 申 バッグ大800円、バッグ小750円 申 飲み物、スリッパ、ハサミ、老眼鏡 申 7月1日(月)～13日(土)に直接

◆布草履作り

時 8月1日(水)・9日(金)9時15分～12時(計2日間) 定 16人 料 500円 申 飲み物、かぎ針 申 7月1日(月)～12日(金)に直接

◆流行り歌ビクス

時 8月6日(火)14時～15時30分 定 48人 申 タオル、飲み物 申 7月9日(火)～26日(金)に電話または直接



申 市内在住の60歳以上の方 ※いずれも申込先着順。 所 申 申 長瀬老人センター 06(6720)5653、FAX06(6724)9869



旧河澄家の催し&教室

◆理科モノづくり教室

空飛ぶ円盤やブーメランなどを
作って飛ばす実験をします。 図
8月3日(土)13時～15時 図小学生
以上の方 図15人 申7月3日(休)
9時30分から電話または旧河澄家
ウェブサイト

◆講演「東大阪市工場で写真家の
記録」

図8月4日(日)13時～14時30分
図20人 申7月4日(休)9時30分
から電話または旧河澄家ウェブ
サイトで

◆流しそめんと大道芸体験

図8月18日(日)13時～15時 図3
歳以上の方 ※未就学児は保護者
要同伴。 図30人 図100円 申7
月18日(土)9時30分から電話で

◇ ◇

※いずれも申込先着順。

図申図旧河澄家 図図図
072 (984) 1640 (FAX兼
用)

募集

SNSを活用して
お店や商店街の魅力を発信しよう

ID30647

店舗に専門家が訪問し、SNSを
活用した情報発信を支援します。
図7月10日(水)～12月20日(金) 図市
内に実店舗をもつ小売業・飲食業
・個人向けサービス業を営む方
※コンビニエンスストア、食品ス
ーパー、大型小売店舗・テナント、
風俗営業を除く。 図30店舗(申込
先着順。審査あり) 申7月1日(月)
～11月29日(金)に申込専用ウェブ
サイトで (ファクスも
可) ※申込方法など、
詳しくは市ウェブサ
イトをご覧ください。

図申東大阪市 SNS を活用した
個店等の魅力発信業務事務局 (株
コネクト) 050 (5538) 2417、FAX050
(3145) 2421

図商業課 06 (4309) 3176、FAX06
(4309) 3846

市立幼稚園・幼稚園型認定こども園
講師・養護助教諭登録者

ID28621

図講師＝幼稚園教諭免許があ
る方または習得見込みの方 ▷養
護助教諭＝養護教諭免許がある方
または習得見込みの方 勤務条件
給与月額 (新卒) ▷大学卒＝22万
2900円 ▷短大卒＝20万3300円
申電話連絡のうえ、履歴書を直接
※申込みの際に簡単な面接あり。
図図学校教育推進室 06 (4309)
3270、FAX06 (4309) 3838

市立幼稚園・幼稚園型認定こども園
預かり保育協力登録者

ID38681

図保育士資格または幼稚園教諭
免許がある方 図活動時間▷一
時預かり保育＝9時～17時 (週2
日～週5日程度) ▷預かり保育
＝14時～17時 (週1日～週5日)
☆いずれも勤務日数や時間は相談
可 謝金 1時間1200円 (交通費含
む) 申電話連絡のうえ、履歴書と
資格に関する証明書の写しを直接
申図学校教育推進室 06 (4309)
3270、FAX06 (4309) 3838

障害の理解啓発ポスター募集

ID34753

障害の理
解啓発ポ
スターを募集
します。

図市内在住
・在勤・在
学 (いずれ
か) の方

図規格外A3ま
たは8つ切りの画用紙で色彩は自
由 ※作品の裏面(右下)に氏名を
記入。 テーマ 障害のある人もな
い人もみんなが安心できるくら
し 図応募用紙と作品を11月8日(金)
(必着) 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。

申図〒577-8521市役所障害施策
推進課 06 (4309) 3183、FAX06
(4309) 3815



昨年度最優秀賞作品

会計年度任用職員

図各申込期限までに郵送または
直接 ※必要な資格など、詳しく
は、市ウェブサイトをご
覧いただくか、各担
当課へお問合せくだ
さい。



◆保育士・保育教諭・調理員

図▷日中
業務 ▷朝
または夕
▷一時預か
り担当 (週3日) ▷調理員 図各
若干名 申8月30日(金)(必着) まで
図保育課 06 (4309) 3196、FAX06
(4309) 3225

◆幼保連携型認定こども園特別
支援員

図若干名 申8月30日(金)(必着)
まで
図保育課 06 (4309) 3196、FAX06
(4309) 3225

◆こども園特別支援教育アシス
タント

図3人 申随時
図学校教育推進室 06 (4309)
3268、FAX06 (4309) 3838

◆部活動指導員

図2人 申随時
図学校教育推進室 06 (4309)
3268、FAX06 (4309) 3838

◆幼稚園・こども園ヘルパー

図2人 申随時
図学校教育推進室 06 (4309)
3268、FAX06 (4309) 3838

◆学校司書

図6人 申随時
図学校教育推進室 06 (4309)
3269、FAX06 (4309) 3838

◆介護認定調査員

図1人 申随時
図介護認定課 06 (4309) 3190、
FAX06 (4309) 3814

◆予防接種事業事務補助員

図2人 申8月1日(休)～15日(休)
に直接または14日(水)(消印有効) まで
に郵送

図感染症対策課 072 (960)
3805、FAX072 (960) 3809

◆保健師代替専門職員

図1人 申随時
図感染症対策課 072 (960)
3805、FAX072 (960) 3809

ECOポスターコンクール

ID36179



昨年の最優秀地域こみ減量推進協議会会長賞小学校1年生、4年生の部上と、小学校5・6年生および中学生の部(下)



3R (ごみの減量・再使用・リサ
イクル)の推進、地球環境の保全、
環境美化に関するポスター作品を
募集します。 図市内在学の小・
中学生 申9月20日(金)までに学校
を通して提出 ※詳しくは市ウェ
ブサイトをご覧ください。 お問
合せください。

申図循環社会推進課 06 (4309)
3199、FAX06 (4309) 3829

留守家庭児童育成クラブ支援員

ID33573

市立小学校内にある留守家庭児
童育成クラブ(学童保育)での業務
です。留守家庭児童育成クラブは、
民間事業者に委託し、運営してい
ます。詳しくは市ウェブサイトをご
覧いただくか、お問合せくだ
さい。

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

公園環境協会緑化作業アルバイト

図普通自動車運転免許がある方
図若干名 図緑化作業補助
選考方法 面接 勤務時間 月曜日
～金曜日 8時30分～17時
勤務条件 日給9030円 (交通費別途
支給) 申電話で ※詳しくは、お
問合せください。

申図(公財)市公園環境協会総務
課 072 (974) 7229、FAX072 (961)
2911

募集のつづき

明るい選挙啓発ポスター作品

市内の児童・生徒に、明るい選挙を呼びかける印象的なポスターを募集します。【規格】4つ切りまたは8つ切りもしくはそれに準ずる大きさ ※作品の裏面(右下)に都道府県名、学校名、学年、氏名(ふりがな)を必ず記入。【締切】9月6日(金)(必着)までに郵送または直接 ※入賞作品の版權は主催者に帰属し、作品は原則返却しません。入賞者の学校名、氏名を公表します。詳しくは明るい選挙推進協会ウェブサイトをご覧ください。



【問い合わせ】〒577-8521 市役所選挙管理委員会事務局 06 (4309) 3287、FAX 06 (4309) 3835

一般曹・自衛官候補生等

一般曹・自衛官候補生、航空学生、防衛大学校などの学生を募集します。【募集期間】7月1日(月)～9月3日(火) ※その他採用情報など、詳しくは自衛官募集ウェブサイトをご覧ください。



【問い合わせ】防衛省・自衛隊東大阪地域事務所 06 (6727) 2558 (FAX兼用) 【法務文書課】06 (4309) 3121、FAX 06 (4309) 3819

相談

建築士による相談

【受付時間】7月16日(火)13時～16時 【市役所本庁舎1階相談室】定員6人(申込先着順) 【住宅の新築や耐震、消防法に関することなど】7月16日(火)14時までに電話または11日(木)23時59分までに市電子申請システムで



【問い合わせ】建築安全課 06 (4309) 3245、FAX 06 (4309) 3829

司法書士による相談

ID 14914

【受付時間】7月18日(木)10時～11時40分(1人25分) 【市役所本庁舎1階相談室】定員10人(申込先着順) 【相続・遺言・成年後見など】7月11日(木)から電話で 【市政情報相談課】06 (4309) 3104、FAX 06 (4309) 3801

福祉なんでも相談

ID 3294

【受付時間】7月1日(月)＝くすのきプラザ(若江岩田駅前) ▷3日(水)＝夢広場(布施駅前) ▷4日(木)＝はすの広場(近江堂) ▷5日(金)＝グリーンパル(中鴻池) ☆いずれも13時30分～16時 【地域福祉課】06 (4309) 3181、FAX 06 (4309) 3815

ひとり親家庭のための就業相談

ID 18619

【受付時間】7月25日(木)10時～16時 【市役所本庁舎1階相談室】市内在住のひとり親家庭の母・父、寡婦 定員5人(申込先着順) 【求人情報の提供や面接のアドバイスなど】7月1日(月)から電話で 【母子家庭等就業・自立支援センター】06 (6748) 0263、FAX 06 (6748) 0264 【子ども家庭課】06 (4309) 3194、FAX 06 (4309) 3225

税理士による税務相談

ID 38773

【受付時間】7月10日(水)・24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】定員各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、毎週火・木曜日午後(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、FAX 06 (6722) 2170 ▷税制課 06 (4309) 3131、FAX 06 (4309) 3810

不動産相談

ID 14918

【受付時間】7月12日(金)10時～12時、23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。 【市役所本庁舎1階相談室】【空家対策課】06 (4309) 3244、FAX 06 (4309) 3829

離婚・養育費・ひとり親家庭に関する法律相談

ID 30541

【受付時間】7月7日(日)・25日(木)13時～15時50分(1人30分) 【市役所本庁舎1階相談室】市内在住の20歳未満の子どもがいる離婚前の方、ひとり親家庭の母・父、寡婦 定員5人(申込先着順で今年度内初めての方を優先) 【子ども家庭課】06 (4309) 3194、FAX 06 (4309) 3225

人権相談

◆特設相談 ID 2734

人権擁護委員が相談に応じます。【受付時間】7月9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、FAX 06 (6789) 2924

◆常設相談 ID 2732

人権擁護委員または法務局職員が相談に応じます。【受付時間】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 ◇

行政書士・社会保険労務士による相談

◆行政書士 ID 14917

【受付時間】7月2日(火)13時～15時 【遺言・相続・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 ID 16997

【受付時間】7月11日(木)13時～15時30分 定員10人 【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、FAX 06 (4309) 3801

イベント・スポーツ



ひきこもりなどの悩みを抱える家族の交流会

ID 32144

【開催日時】7月30日(火)・8月27日(火)・9月24日(火)・10月29日(火)11時～12時 定員各5組(申込先着順) 【申込】電話で ※詳しくは、くろみ東大阪ウェブサイトをご覧ください。 【申込先着順】くろみ東大阪(荒川3) 06 (6727) 0535 【生活支援課】06 (4309) 3182、FAX 06 (4309) 3848



ひがしおおさか企業交流運動会2024

ID 38768



【開催日時】9月21日(土)10時～12時30分 【東大阪アリーナ】次の①～③のいずれかに該当する16歳以上の方 ①市内に本社または支店を有する事業所に勤務する方、②本市連携協定企業に勤務する方、③市内の官公庁に勤務する方 ※1人から参加可。 定員180人程度(申込先着順) 【1チーム30人程度の6チームによる競技や名刺交換チャレンジなど】8月16日(金)までに申込専用ウェブサイト(会員登録(無料)が必要)または申込書をファクスで(Eメールも可)



【申込先着順】花園・スポーツビジネス戦略課 06 (4309) 3019、FAX 06 (4309) 3849、✉ sportsbusiness@city.higashiosaka.lg.jp



夏休み子ども消防士体験

ID 36167

消防車の
乗車や放水
・地震体験
などが楽し
めます。

■ 8月16日
(金)14時～15時30分、17日(土)10時～
11時30分 小学生までの子ども
とその家族 各30組(抽選) 申
込代表者の基本事項(16面に掲載)と
参加希望日、参加
希望人数(大人・
子どもの内訳)を7
月16日(火)(必着)ま
でに往復ハガキで

市消防局
公式Instagram

■ 申込 578-0925 稲葉 1-1-9
消防局 予防広報課 072 (966)
9662、FAX072 (966) 9669

人権尊重のまちづくり
強化月間のつどい

ID 30444

市では、7月を東大阪市人権尊
重のまちづくり強化月間と定め、
人権に関する講演会などを行って
います。今年は「スマホ時代の子
どもたちに大人ができること」を
テーマに講演をします。 ■▷会場
＝7月13日(土)14時30分～16時10
分 ▷録画配信＝8月7日(火)10時
～16日(金)17時 ■ 伊コラーム(男
女共同参画センター) ※録画配
信は市公式 YouTube を使用。
■会場244人(申込先着順) ※一
時保育(7月4日(木)までに要申込
み)と手話通訳・要約筆記あり。

■▷会場＝基本事項(16面に掲載)
と会場参加希望、保育が必要な方
は子どもの氏名・年齢を7月12日
(金)(必着)までに往復ハガキで(市
電子申請システム、ファクス、Eメ
ール、電話も可) ▷録画配信＝基
本事項と録画配信希
望を8月2日(金)ま
でに市電子申請シス
テムまたはEメールで



■ 申込 577-8521 市役所人権啓発
課 06 (4309) 3156、FAX06 (4309)
3823、✉ jinkenkeihatsu@city.hi
gashiosaka.lg.jp

TAMOKUキッズアカデミア
サマーキャンパス

■ 8月3日(土)・4日(日)10時～13
時 ■ 3歳児～小学生 ※未就学
児は保護者要同伴。 ■ 各ブース
4人～6人(申込先着順) ■ アー
トとハンドメイドの体験イベント
※事前予約ブースと当日自由参加
ブースあり。 ■ 各ブース600円
～800円 ■▷事前予約＝7月12
日(金)10時から市民多目的センター
ウェブサイトで(電話、直接も可)
▷当日参加＝施設内の特別窓口へ
直接 ※イベントの詳細など、詳しくは市民
多目的センターウェブ
サイトをご覧ください。



■ 申込 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～花間で笑おう

■ 7月11日(木)14時～15時 ■ 花
園図書館 ■ 小学生以上の方 ■ 定
員50人 ■ 桂紋 紋四郎さんによる落
語会 ※途中入場不可。 ■ 500円
■ 随時

◆かがくであそぼう!!

■ 7月28日(日)13時～14時・15時
～16時 ■ 四条図書館 ■ 未就学
児とその保護者 ■ 各10人 ■ ハ
ンカチ ■ 7月20日(土)から

◇ ◇

※いずれも申込先着順。 ■ 各
申込開始日から電話または直接
■ 申込 四条図書館 072 (982)
1235、FAX072 (984) 6079

市民バレーボール大会

■ 申込▷7月28日(日)＝9人制男子
▷8月4日(日)＝6人制男子・6人
制女子 ☆いずれも9時から。7月
19日(金)19時から東体育館で抽選
会を実施 ■ 東体育館 ■ 市内在
住・在勤(いずれか)の方(高校生
は除く) ■ 1000円 ■ 7月12日
(金)までに電話で

■ 申込 市バレーボール協会「向
井」 090 (9879) 6248

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

日本代表が教える
車椅子ソフトボール体験会

ID 39080

■ 7月15
日(祝)13時～
16時 ■ ウ
ィルチエア
スポーツコート ■ 100人(申込先
着順) ■ 競技用車いすの操作方
法、キャッチボール、
ミニゲームなど ■ 申
込 7月12日(金)までに申
込専用ウェブサイト
で



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

Nisshin サマー講座(旧山の端講座)

日新高校では、市民を対象に公
開講座を行っています。

◆シニア英会話

■ 7月22日(月)・26日(金)10時～11時
45分 ■ 18歳以上の方 ■ 各20人

◆エレメンタリー英会話

■ 7月22日(月)・26日(金)14時～15
時45分 ■ 小学校1年生～4年生
各20人

◆茶道体験

■ 7月23日(火)10時～11時45分
■ 小学生以上の方 ■ 各6人

◆声に出して読む和歌・俳句・
漢文

■ 7月23日(火)14時30分～16時
■ 小学生以上の方 ■ 各20人

◆初めてのハングル

■ 7月24日(水)10時～11時45分
■ 小学生以上のハングル初心者
各20人

◆ジュニア英会話

■ 8月19日(月)・20日(火)10時～11
時45分 ■ 小学校5年生～中学生
各20人

◆キッズ英会話

■ 8月20日(火)・21日(水)10時～11
時45分 ■ 3歳児～5歳児 ※保
護者要同伴。 ■ 各10人

◇ ◇
※いずれも申込先
着順。 ■ 申込専用ウ
ェブサイトで



■ 申込 日新高校 072 (985)
5551、FAX072 (985) 3276

はぐさ市民劇場

バスケットボールを使い、独自の
表現を行うパフォーマンスショ
ーを開催します。 ■ 7月29日(月)
13時30分～14時30分 ■ 80人(抽
選) ■ 基本事項(16面に掲載)を7
月12日(金)(必着)までにハガキで
(ファクス、電話、直接も可)

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

戦争の本展

◆展示

■ 申込▷7月15日(祝)～8月25日(日)
＝四条図書館 ▷7月15日(祝)～8
月31日(土)＝永和図書館 ▷7月17
日(火)～8月29日(水)＝永和図書館大
蓮分室 ▷7月31日(火)～8月26日
(月)＝花園図書館

◆おはなし会

■ 8月3日(土)▷14時～14時30
分＝永和図書館 ▷15時～15時30
分＝花園図書館

◇ ◇

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

市民水泳競技大会

■ 8月18日(日)10時から ■ 東大
阪アリーナ ■ 市内在住・在勤・在
学(いずれか)の方 ■ 種目▷自由
形、平泳ぎ、バタフライ、背泳ぎ＝50
m、100m ▷個人メドレー、男女混
合リレー(女性2人以上)＝200m
▷リレー＝200m、400m ☆出場は
1人1種目(リレーは除く)。■ 500
円 ※リレーは無料。リレーのみ参
加の場合は料金が必要。 ■ 申込個
票と料金を8月2日(金)・3日(土)9時
～12時に東大阪アリーナに直接
※申込個票などは7月15日(祝)から
東大阪アリーナで配布。小・中学生
は保護者印が必要。

■▷市水泳協会「関谷」 090
(6988) 5443 ▷市民スポーツ支援
課 06 (4309) 3282、FAX06 (4309) 3849

イベント・スポーツのつづき

花園図書館の催し

◆調べる学習ワークショップ
「みんなで調べてギモンを解決！」

📅 7月21日(日)14時～16時 📍 小学校4年生～6年生 📎 6人(申込先着順) 📅 7月5日(金)～19日(金)に電話または直接

◆怖いおはなし会

📅 7月27日(土)15時から 📎 30人(当日先着順)



📍 花園図書館 072 (965) 7700、FAX072 (965) 9212

ドリーム21の催し

◆モノづくり東大阪×ドリーム
21 ストリングアート

📅 7月7日(日)10時～15時 📎 70人(当日先着順) 📎 550円

◆ドリーム劇場 セタまつり

📅 7月7日(日)10時20分・11時35分・14時・15時15分 から 📎 各150人(当日先着順) 📎 330円(3歳以下は無料)

◆キッズマネー教室

親子でお金の大切さを学びます。📅 7月7日(日)11時～12時30分 📎 16組(申込先着順) 📎 1100円

◆星空ヨガ

📅 7月10日(水)15時15分～16時 📎 30人(申込先着順) 📎 800円

◆おきがる映画館

📅 7月15日(金)10時40分から／「ザ・スーパーマリオブラザーズ・ムービー」▷13時から／「ジュラシック・ワールド 新たな支配者」📎各180人(申込先着順) 📎▷4歳以上＝330円 ▷1歳～3歳＝110円

◆ファミリーコンサート～本市
出身ヴァイオリニスト 林周雅プ
レゼンツ

📅 7月28日(日)11時から、13時から 📎各189人(申込先着順) 📎▷高校生以上＝1100円 ▷小・中学生＝550円 ※未就学児は無料。



◆電話で

📍 花園ドリーム21 072 (962) 0211、FAX072 (962) 0810

くらし・行政

固定資産税・都市計画税第2期分
納期限は7月31日

ID 1926

固定資産税・都市計画税第2期分の納期限は7月31日(水)です。納期限までに市税取扱金融機関や郵便局、コンビニエンスストア(バーコードの印字されている納付書に限る)で納めてください。eL-QRを利用しての納付も可能です。納付書を紛失した場合は再発行しますので、ご連絡ください。

また、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かった場合は、後日納付書(督促状)を送付します。この場合、延滞金がかかることがあります。

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

出張図書館
in リージョンセンター

📅 7月12日(金)・26日(金)＝もの広場(楠根) ▷19日(金)＝夢広場(布施駅前) ☆いずれも14時～16時 📍 図書の閲覧・貸出し、絵本の読み聞かせ、利用カードの新規登録・再発行 📍 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。

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

移動図書館で本を借りて
スタンプをためよう!

期間内に移動図書館で本を借りるごとにスタンプを押します(1日に1個のスタンプ)。スタンプが2個たまると絵本作家きたあいらさんのオリジナル塗り絵をプレゼントします。📅 7月2日(水)～8月14日(水) 📍 移動図書館各ステーション

📍 永和図書館移動図書館 06 (6728) 0202、FAX06 (6730) 7337

国保 保険料は納期限までに

令和6年度保険料決定通知書を6月14日に送付しました。国民健康保険料の納期限は毎月末です。必ず納期限までに納めてください。

保険料を納めることが困難な方は、医療保険室保険料課へお早めにご相談ください。行政サービスセンターでは納付相談はできませんのでご注意ください。

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

水道関係者を装った
詐欺行為に注意

ID 1047

市上下水道局職員や委託業者を装い「水道管の清掃をします」「水漏れの修理が必要です」などと、法外な料金を請求する事例が増えています。

市では、依頼のない水質検査や水道管の点検・清掃・修理は一切行っていません。被害に遭わないよう、次のことにご注意ください。

▷水量のお知らせ(検針票)での集金はありません ▷浄水器の販売はありません ▷水道メーターは耐用年数に到達するまでに、水道局が委託した業者が地区ごとに無償で交換します

不審に思ったときは上下水道局に、契約締結後のトラブルなどは消費生活センターにご相談ください。

📍 上下水道局企画課 06 (6724) 1221、FAX06 (6721) 2374 ▷消費生活センター 072 (965) 0102、FAX072 (962) 9385

教育メタパスの導入

市立の小・中学校、義務教育学校に在籍する不登校などの児童生徒の支援として、ふれあいオンラインルーム内で6月下旬から教育メタパス(仮想空間)を導入します。アバターを使って参加し、交流、学習、相談をすることができます。詳しくは、お問合せください。

📍 学校教育教育部教育センター 06 (6721) 1188、FAX06 (6729) 8261

市製造業に関する実態・ニーズ調査
協力をお願い

ID 39119

市では、市内モノづくり企業の皆さんの景況感や抱える課題、事業展開の方向性などを調査・分析するため、「市製造業に関する実態・ニーズ調査」を実施します。今後の産学振興施策の策定に活用する貴重な情報となりますので、調査へ協力いただける企業は、市ウェブサイトから回答してください。📅 調査期間 7月1日(月)～26日(金)

📍 モノづくり支援室 06 (4309) 3177、FAX06 (4309) 3846、✉ monodukuri@city.higashiosaka.lg.jp

省エネ設備更新事業補助金

ID 35654



エネルギー消費の低減と生産性向上に向け、生産設備の更新を補助する設備投資支援事業を実施します。📍 補助額 対象経費の2分の1(上限額300万円) 📅 7月1日(月)～来年1月31日(金)に市電子申請システムで ※予算額に達し次第、受付終了。補助金を受けるには、一定の要件・審査があります。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

📍 モノづくり支援室 06 (4309) 3177、FAX06 (4309) 3846

市役所本庁舎の窓口業務の
一部を開設します
毎月第4土曜日の9時～12時

住民票などの証明発行、転出入届、市税関係など ※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。





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■ 大人と子どものためのワークショップ
「ボディペインティングに挑戦」

ボディペインティングの歴史を学び、自分自身の身体に絵を描く体験をします。

■ 7月27日(土)10時～12時・14時～16時 ■ 小学生以上の方 ※小学生は保護者要参加。 ■ 各10人(抽選) ※汚れてもよい服装で参加してください。 ■ 500円 ■ 着替え ■ 7月13日(土)までに申込専用ウェブサイトで ※ 1申込み1組まで。



■ 夏の1日体験会

初めての方でも気軽に参加できる1日完結型の教室です。

■ 各開催日の10日前までに申込専用ウェブサイトで ※応募多数の場合は抽選。



と き	内 容
8月3日(土) 12時30分～14時30分	新感覚日本画
8月4日(日) 13時～14時	絵画工作
8月6日(火) 10時～12時	おりがみ
8月7日(水) 10時～11時	ピアノグループ レッスン
8月9日(金) 10時～12時	池坊いけばな
8月9日(金) 13時30分～14時30分	ゴスペル
8月10日(土) 13時～16時(各30分×6枠)	津軽三味線
8月14日(火) 13時～15時	仏画
8月17日(土) 13時～15時	楽しいビーズ レッスン
8月17日(土) 15時30分～16時15分	ウクレレ
8月21日(火) 13時30分～15時	水墨画

※参加費は教室ごとに異なります。
※別途持ち物が必要な場合があります。

と き	内 容
8月22日(木) 13時～15時	着物リメイク
8月23日(金) 10時30分～12時	尺八
8月23日(金) 10時30分～12時	琴
8月23日(金) 13時～14時	オカリナ
8月24日(土) 10時～12時	大人のための 鉛筆デッサン
8月28日(火) 10時～12時	楽しみ広がる絵手紙
8月29日(水) 10時～12時	水彩画
8月29日(水) 13時～15時	色鉛筆アート
8月31日(土) 10時～11時30分	フラワー アレンジメント
8月31日(土) 10時～12時	大正琴で楽しむ 音楽生活

※詳しくは、市民美術センターウェブサイトをご覧ください。

花園ラグビー場

〒578-0923松原南1-1-1

花園ラグビー場
ウェブサイト■ 市高齢者招待事業
FC大阪サッカーJ3リーグ 70歳以上の方を無料招待

■ 内 ▶ 7月6日(土) = 対カターレ富山戦 ▶ 20日(土) = 対大宮アルディージャ戦 ▶ 27日(土) = 対カマタマーレ讃岐戦 ☆いずれも18時から ■ 市内在住の70歳以上の方(昭和30年4月1日以前に生まれた方) ※申込不要。受付で本人確認書類が必要です。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

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



■ 明治安田 J3リーグ FC大阪ホームゲームに無料招待

■ 内申 ▶ 7月20日(土) = 対大宮アルディージャ戦 / 7月10日(火)まで ▶ 27日(土) = 対カマタマーレ讃岐戦 / 6月27日(木)～7月17日(火) ☆いずれも18時から ■ 市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ■ 各250組500人(抽選) ■ 各申込期間に申込専用ウェブサイトで ※ JリーグID 利用登録(無料)が必要。

■ 花園 FC大阪 ▶ 花園・スポーツビジネス戦略課



■ 大阪ゼロロクブルズの試合に市民を無料招待

大阪ゼロロクブルズ公式戦に市民の皆さんを無料で招待します。当日はかき氷、から揚げなどの屋台や野球カード作りなどのイベントも実施します。

■ 7月7日(日)12時から ■ 対淡路島ウォリアーズ戦 ■ 市内在住・在勤(いずれか)の方 ■ 400人(申込先着順) ■ 7月1日(月)までに申込専用ウェブサイト ※ moshicom の会員登録が必要。

■ 花園 FC大阪ゼロロクブルズ 06 (4307) 5385 ▶ 花園・スポーツビジネス戦略課

■ ドリームサッカー in 東大阪
少年少女サッカー教室を開催

サッカー日本代表 OB 選手によるサッカー教室を行います。

■ 7月21日(日)9時45分から ■ 府内在住の小学5年生・6年生 ■ 50人(抽選) ■ 7月1日(月)までに申込専用ウェブサイト ※ moshicom の会員登録が必要。対象など、詳しくは申込専用ウェブサイトをご覧ください。

■ 花園・スポーツビジネス戦略課



宝くじスポーツフェア

ドリームサッカー

Dream Soccer

～日本代表OBがやって来る!～ in **東大阪市**

ドリーム・チーム vs 東大阪市選抜チーム

令和6年 **7月21日** **日**

東大阪市花園ラグビー場 雨天決行

参加選手(予定)

 大仁邦彌	 永島昭浩	 小島伸幸	 北澤 豪	 本田泰人	 岡野雅行	 波戸康広	 鈴木隆行	 久保電彦	 中澤佑二	 都築龍太
 橋本英郎	 本山雅志	 播戸竜二	 小野伸二	 加地 亮	 佐藤寿人	 田中隼磨	 徳永悠平	 ハーフナー・マイク	 安田理大	 大津祐樹

当日、先着 **500名** に宝くじグッズプレゼント!
(特製フラットボール)

さらに12時45分までにご入場の方に抽選で日本代表OB選手の直筆サイン入りボールなどが当たります。

入場無料 開場 9:00 キックオフ 13:30 (前・後半30分)

観戦には入場整理券が必要です。(配布場所や申込方法など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください)

サッカー日本代表 OB を招き、サッカー教室や地元チームと試合などを行います。 ④少年少女サッカー教室(23面に掲載) ▶アトラクションPK・抽選会 ▶ドリームゲーム ※申込方法など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

④花園・スポーツビジネス戦略課 06(4309)3019、FAX06(4309)3849

主催：大阪府、東大阪市、一般財団法人自治総合センター 後援：一般社団法人大阪府サッカー協会 協力：公益財団法人日本サッカー協会、東大阪市サッカー協会、近畿大学附属高等学校サッカー部

市ウェブサイト

あなたに夢を。宝くじ 雨に元気を。

市ウェブサイト

市政だよりの配布に関する
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〉)

HIGASHI-HOSAIKA

〒577-8521 東大阪市荒本北一丁目1番1号
06(4309)3000、FAX06(4309)3822
発行：東大阪市市長公室広報聴室広報課
発行日：毎月1日



市ウェブサイト



市LINE公式アカウント

市の人口と世帯(令和6年5月31日現在)
人口：47万8373人
世帯：25万285世帯

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。