

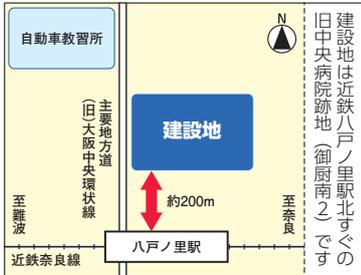
右から外観・大ホール・小ホールイメージ図
(変更する場合があります)



東大阪市文化創造館

平成31年9月 グランドオープンに向け事業着手

| 部門 | 主な施設 | |
|------------|--|---|
| ホール系部門 | 大ホール | 客席数 1,500席 |
| | 小ホール | 客席数 300席 |
| 創造・交流支援系部門 | <ul style="list-style-type: none"> 多目的室 音楽スタジオ(3室) 創造支援室 音楽系=3室 演劇・ダンス系=3室 会議・講演会・研修会系=6室 アート系=2室 和室(2室) | |
| | にぎわい・交流系部門 | <ul style="list-style-type: none"> エントランスロビー兼ギャラリー カフェレストラン 屋外緑地 |
| 共用・管理部門 | <ul style="list-style-type: none"> 情報コーナー キッズルーム 駐車場、駐輪場 | <ul style="list-style-type: none"> 授乳室 など |



市では、文化芸術の振興と市民の交流の促進を図り、心豊かで活力ある地域社会の形成と都市魅力の向上に寄与するため、文化芸術の創造発信拠点となる新市民会館の整備を進めています。このほど、平成28年第3回定例会で議決を得て、整備運営の事業契約を締結しました。また、新市民会館の正式名称が「東大阪市民文化創造館」に決定。平成31年9月のグランドオープンに向け事業を進めていきます。

市では、文化芸術の振興と市民の交流の促進を図り、心豊かで活力ある地域社会の形成と都市魅力の向上に寄与するため、文化芸術の創造発信拠点となる新市民会館の整備を進めています。このほど、平成28年第3回定例会で議決を得て、整備運営の事業契約を締結しました。また、新市民会館の正式名称が「東大阪市民文化創造館」に決定。平成31年9月のグランドオープンに向け事業を進めていきます。

品格ある大・小ホールと多様な創造支援室
優れた音響空間と上質な鑑賞環境を備えた1500席の大ホールと300席の小ホール、市民の文化活動や会議・研修などに利用でき、創造支援室など20室を設けます。また、カフェレストランを併設します。

多彩な文化芸術事業を実施
オープン後は、身近に質の高い文化芸術に触れられるようクラシック、ポップス、ジャズ、オペラ、ミュージカル、ダンス、演劇、伝統芸能、演芸など多彩な公演を行います。

民間活力を活用
民間活力を活用したPFI方式で整備運営することにより、財政負担の縮減や平準化、サービス向上を図ります。

◆ 新市民会館建設室
06(4309)3018、06(4309)3826

(新市民会館)

他人人事じゃない!!

市内で振り込め詐欺急増中!!

今年1月～9月に東大阪市内で発生した「振り込め詐欺」などの特殊詐欺の認知件数は57件(昨年同時期比約2.6倍)で、被害金額は約1億3000万円(昨年同時期比約4.5倍)にも上ります。被害に遭わないように、充分注意しましょう。

観光で市内経済活性化へ

東大阪ツーリズム振興機構が誕生

東大阪の地域資源を生かしてたくさんの方が訪れる地域づくりをめざし、このほど観光振興の舵取り役を担う組織(一社)東大阪ツーリズム振興機構が誕生しました。同機構の設立にあわせて10月25日、オープニングセレモニーがクリエ

イシヨシ・ユウ東大阪で開催されました。はじめに野田市長が「東大阪の高いポテンシャルと魅力を磨きあげ、市内の事業者ともスクラムを組んで発信していきたい」と挨拶しました。さらに、同機構代表理事の清水洋一郎さんが設立の目的や概要について説明(写真右)。モノづくりやラベーター、文化資源や商店街といった特色を生かした観光を推進し、地域の経済効果を創出していくと語りました。

また、同法人の理事で近畿大学教授の高橋一夫さんをコーディネーターに、野田市長や東大阪商工会議所会頭の嶋田直さん、清水さんらによるシンポジウム実

田市長や東大阪商工会議所会頭の嶋田直さん、清水さんらによるシンポジウム実

◆ 社 東大阪ツーリズム振興機構
06(6747)8815、06(6747)8847(8820)

記号の見方は8面に掲載

e-Taxで確定申告を行う予定の方は

署名用電子証明書を搭載した マイナンバーカードの交付申請を

平成28年分の個人の確定申告をe-Tax(国税電子申告・納税システム)で行う場合、有効な署名用電子証明書が必要となります。新たに電子証明書が必要な場合は、電子証明書搭載のマイナンバーカード(個人番号カード)の交付申請が必要

です。住民基本台帳カードに搭載されている従来の電子証明書が有効期限切れなどにより失効している場合も同様です。

マイナンバーカードは、申請してから交付まで2か月程度の期間を要しますので、e-Taxのためにマイナンバーカードの交付申請を希望する方は、速やかに手続きしてください。

申請は、交付申請書を地方公共団体情報システム機構に郵送してください。マイナンバーカードが市役所に届き、交付の準備が整い次第、カードの受取りを案内する交付通知書(ハガキ)を住民票の住所に転送不要の普通郵便で送りますので、必要書類を持って市役所本庁舎西隣別館(駐輪場南側)1階マイナンバーカード交付窓口で受け取ってください。

なお、通知カード下(キリトリ線以下)の交付申請書は、氏名や住所などの記載事項が変更となっている場合は使用できません。氏名欄・住所欄などが「*」で表示されているものも使用できません。また、マイナンバーカードをこれから申請する方のうち、氏名や住所などを平成27年10月5日以降に変更した場合は、マイナンバーコールセンターにお問い合わせください。



交付申請書に印字されていない氏名や住所などが現在のものと1つでも異なる場合または図のように氏名や住所などが*で埋めつくされている場合、交付申請書は使用できません。

魅力をいっしょにPRしませんか。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。

平成27年10月5日以降に一度も変更していない場合は、通知カード下

部(キリトリ線以下)の交付申請書は、氏名や住所などの記載事項が変更となっている場合は使用できません。

手続き用の申請書はマイナンバーカード総合サイトからダウンロード可。本庁市民室・市民課、行政サービスセンターでも配布しています。

来年12月に廃止します 証明書自動交付機



証明書の自動交付機は、取扱いが来年12月28日で終了します。以後は市役所本庁舎、行政サービスセンターをご利用ください。なお、お持ちの印鑑登録証は窓口での交付時に必要ですので廃棄しないでください。

証明書の自動交付機は、利用者の証明用電子証明書の暗証番号と手数料が必要ですが、マルチコピー機が設置されていないコンビニエンスストアもあります。

利用可能なコンビニエンスストア
セブンイレブン、ローソン、サークルKサンクス、ファミリーマート
【取得可能な証明書】
住民票の写し、印鑑

今年度上半期 市長交際費を公開

平成28年度上半期(4月～9月)に使った市長交際費は、次のとおりです。
項目・金額・件数
▽会費など 17万1000円(21件)
▽敬労費 12万4800円(12件) ▼
賛助金など 4万円(4件)
▽秘書室 06(43009)3100、06(43009)(43009)
3847

副市長に立花静氏を再任

任期は4年間

平成28年第3回定例会において、立花静氏を副市長に選任する同意議案を10月18日提出し、任期は、同日から4年間です。

12月までの マイナンバー説明会 月・木に実施



マイナンバーカード交付窓口では、マイナンバーが普段の生活にどう関わってくるのか、何に気をつけなければならないのかについて説明会を行っています。質問も受け付けますので、気軽にご参加ください。

12月までの月・木曜日15時～15時30分・16時～16時30分 市役所本庁舎西隣別館 輪場南側)1階マイナンバーカード交付窓口
定各10人(当日先着順)
▽市民室 06(43009)3163、06(43009)3012

ふるさと納税のお礼品の公募

事業者向け 説明会を開催

市では、ふるさと東大阪応援寄附金制度(ふるさと納税)を拡充し、12月以降に寄附していただいた方へお礼品を贈呈します。

そこで、お礼品の提案を広く募るため、事業者向けの説明会を開催します。特産品などを通して市の



東大阪をPR!

11月25日(金) 18時30分～20時 市役所本庁舎18階大会議室
06(43009)3101、06(43009)3826

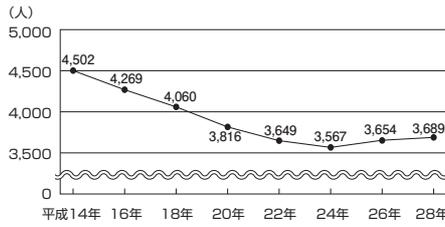
各種証明書の
コンビニ交付
今年2月、利用者証明用電子証明書を搭載

人事行政の運営状況

平成27年度の市職員の人数や給与などの概要は次のとおりです。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。たたくか、お問合せください。

職員課 06(4309)3114、FAX06(4309) 3819

○常勤職員数の推移 (各年4月1日現在)



○一般行政職の平均給料月額および平均年齢 (平成27年4月1日現在)

| 区分 | 平均年齢 | 平均給料月額 |
|------|-------|-----------|
| 東大阪市 | 41.0歳 | 31万4,843円 |
| 大阪府 | 42.6歳 | 32万6,930円 |
| 国 | 43.5歳 | 33万4,283円 |
| 類似団体 | 41.8歳 | 32万3,570円 |

○一般行政職の初任給月額および平均年齢 (平成28年4月1日現在)

| 区分 | 東大阪市 | 国 |
|-----|---------|-----------|
| 大学卒 | 19万200円 | 17万6,700円 |
| 高校卒 | 16万200円 | 14万4,600円 |

○採用・退職 (平成27年4月1日～平成28年3月31日)

| 区分 | 一般職員 | 再任用職員 | 任期付職員 | 一般職非常勤職員 |
|-----------|------|-------|----------------|----------------|
| 採用者数 | 416人 | 196人 | 83人 (うち短時間45人) | 81人 (うち短時間53人) |
| 退職者数 373人 | 定年退職 | 92人 | 130人 | 25人 |
| | 勲奨退職 | 0人 | | |
| | 普通退職 | 111人 | | |
| | その他 | 5人 | | |

※一般職員は再任用職員、任期付職員を除く常勤職員です。
※他団体への派遣などについては退職数に含まれません。
※教育公務員を除いています。
※任期の更新による採用および退職は含まれません。

○人件費 (平成27年度普通会計決算) (単位：千円)

| 歳出額 (A) | 人件費 (B) | 人件費率 (B/A) | (参考) 26年度の人件費率 |
|---------------|-------------|------------|----------------|
| 2,057億8,459万1 | 277億1,068万2 | 13.5% | 14.1% |

【参考】

| 区分 | 人件費 (C) | 人件費率 (C/A) |
|-------------------------|------------|------------|
| 上記のうち | | |
| 再任用短時間勤務職員および任期付短時間勤務職員 | 9億9,096万8 | 0.5% |
| 一般職非常勤職員 | 12億8,342万8 | 0.6% |

○職員給与費 (平成27年度普通会計決算) (単位：千円)

| 常勤職員数 (A) | 給与費 | | | | (参考) 1人当たり給与費 (B/A) | 短時間勤務職員数 (C) | (参考) 1人当たり給与費 (B/(A+C)) |
|-----------|-------------|------------|------------|-------------|---------------------|--------------|-------------------------|
| | 給料 | 職員手当 | 期末・勤勉手当 | 計 (B) | | | |
| 2,687人 | 104億9,706万2 | 34億1,134万8 | 42億1,868万9 | 181億2,709万9 | 674万6 | 301人 | 606万7 |

※職員手当には退職手当を含みません。
※職員数は、平成27年4月1日現在の人数です。
※給与費については、再任用短時間勤務職員および任期付短時間勤務職員の給与費が含まれており、職員数Aには当該職員を含みません。

【参考：一般職非常勤職員】

| 職員数 (D) | 給与費 | | | | (参考) 1人当たり給与費 (E/D) |
|---------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------------|
| | 給料 | 職員手当 | 期末・勤勉手当 | 計 (E) | |
| 268人 | 5億8,560万6 | 1億1,001万4 | 2億2,228万9 | 9億1,790万9 | 342万5 |

※保育に従事する一般職非常勤職員を除きます。

○勤務時間 (平成28年4月1日現在)

月曜日～金曜日(祝休日、年末年始を除く)9時～17時30分(うち休憩45分) ※変則勤務などの場合を除く。

○職員研修の状況 (平成27年4月1日～平成28年3月31日)

| 区分 | 主な研修など | 受講人数 |
|------------|-----------------------------|--------|
| 基本研修 | 新規採用職員研修、新任係長・総括主幹職・課長職研修など | 1,909人 |
| 特別・自主的参加研修 | 全職員普通教命講習履修事業など | 525人 |
| 派遣研修 | 市町村職員中央研修所などへの派遣研修 | 486人 |
| 職場集合研修 | 各職場単位で実施した研修 | 2,160人 |

○分限および懲戒処分 (平成27年4月1日～平成28年3月31日)

分限処分 ▶ 休職=22人(心身の故障など) 懲戒処分 ▶ 免職=6人(一般服務違反など) ▶ 停職=1人(公務外非行) ▶ 減給=1人(監督責任) ▶ 戒告=5人(監督責任)

○人事評価制度の概要

平成9年度から人事評価制度を実施し、能力に応じた職員の適正配置や人材育成などに活用し、これからのまちづくりを担える人材の育成を図っています。なお、平成28年度から人事評価制度を全面的に見直し、「新たな人事評価制度」を導入しました。

○公平委員会

公平委員会は、地方公務員法第7条第2項の規定により設置されており、その権限は同法第8条第2項で定められています。主な内容は次のとおりです。
▶ 職員の給与、勤務時間その他の勤務条件に関する措置の要求を審査・判定し、必要な措置を執ること
▶ 職員に対する不利益な処分についての審査請求に対する裁決または決定をすること
▶ 職員からの苦情を処理すること
なお、平成27年度は勤務条件に関する措置の要求は0件、不利益処分に関する審査請求は2件でした。

市役所本庁舎の一部窓口業務

11月26日(土)9時～12時に開設

11月26日(土)9時～12時に市役所本庁舎2階・3階の一部窓口業務を開設します。手続きの際には、運転免許証やパスポート、健康保険証など本人確認ができる書類をお持ちください。また、住所の変更や戸籍の届出により氏名が変更になる場合は、マイナンバー通知カードやマイナンバーカードの記載変更手続きが必要となりますので当該カードを持参してください。他市町村や警察署への確認などが必要な場合は、取扱いができません。

いことと手続きが完了しないことがありますので、詳しくは担当課へ事前にお問合せください。なお土曜開庁日も、英語、韓国・朝鮮語、中国語での通訳業務を行っています。取扱業務は次のとおりです。
【住民関係】
戸籍届、住民異動届、印鑑登録などの届出や住民票、印鑑証明などの各種証明書交付など
市民課 06(4309)3172、FAX06(4309) 3804

【国民健康保険・後期高齢者医療保険関係】

加入・脱退・変更の申請や各種療養費の給付申請、保険料の納付・相談など
▶ 医療保険室資格給付課 06(4309) 3167、FAX06(4309) 3804
▶ 医療保険室保険料課 06(4309) 3168、FAX06(4309) 3807

【医療助成関係】

子どもや障害者などの医療費助成にかかる医療証の申請、医療費の払戻しの申請など
▶ 医療助成課 06(4309)3166、FAX06(4309) 3805

【児童手当などの関係】

児童手当や児童扶養手当などの

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

【市税関係】

市税の各種証明書発行や納付・相談・申告受付・申請受付・閲覧・届出、原動機付自転車および小型特殊自動車の登録・廃車
▶ 税制課 06(4309)3131、FAX06(4309) 3810 ▶ 市民税課 06(4309)3135、FAX06(4309) 3809 ▶ 固定資産税課 06(4309)3143～3144、FAX06(4309) 3811 ▶ 納税課 06(4309)3147～3152、FAX06(4309) 3808

【政策調整室】

06(4309)3016、FAX06(4309) 3847

地域で活躍しませんか

子育て支援員研修・介護予防など担い手対象説明会



市ではこのほど、保育士に代わって働くことのできる子育て支援員の研修と、高齢者支援を充実していくための担い手を対象とした説明会を開催します。子どもや高齢者が安心していきいきと暮らせるよう、あなたの活躍をお待ちしています。

**あなたの経験を活かしてみませんか
子育て支援員研修**

保育士不足が全国的な課題となっていることを受けて市では、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。

あなたの子育て経験や仕事経験などを保育施設で活かしてみませんか。

この研修では、保育や子育て支援事業に従事するうえで必要な知識や技能を習得します。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。

時▽12月4日(日)・11日(月)・18日(月)、来年1月15日(日)・22日(月)・29日(月)▽12月8日(月)・

申請はお済みですか

平成28年度臨時福祉給付金 障害・遺族年金受給者向け給付金

今年度の臨時福祉給付金および障害・遺族年金受給者向け給付金の対象と思われる方へ

8月末以降に申請書を送付しました。提出期限は来年2月1日(内消印有効)です。期限を過ぎると辞退したものとみなし給付金を支給できませんので、早めに申請してください。

現在、届いた申請書の審査・振込作業を進めています。必要書類の同封漏れが多数見受けられます。振込み

が遅れる原因にもなり、再度同封書類などの確認をお願いします。

**ご注意ください
振り込め詐欺や
個人情報の詐取**

給付金の支給などにあたって、市役所や厚生労働省の職員が、電話やメールで銀行・コンビニエンスストアのATM(現金自動預払機)の操作を誘導したり、世帯構成や銀行口座の番号などの個人情報

を照会したりするごとは、絶対にありません。不審な電話やメールなどがあつた場合は、市役所、警察相談専用電話(＃9110)または最寄りの警察署へご連絡ください。

来年4月から、要支援1・2の方が利用している「介護予防訪問介護(ホームヘルプ)」と「介護予防通所介護(デイサービス)」が、全国一律の基準から市の介護予防・日常生活支援総合事業へと移行します。同事業は、介護事業所に加えて、市

民ボランティアなどの参加により、高齢者支援の充実を図っていきます。それに向けて、市民ボランティアなどを対象にした担い手向け説明会を実施します。

時▽11月25日(金)14時30分～16時(市民ふれあいホール(鳥居町)▽28日(月)10時～11時30分(市役所本庁舎18階大会議室)▽30日(水)14時30分～16時(夢広場(布施駅前))

※別途、健康診断の受診費用が必要。
甲 申込書と必要書類を11月25日(金)(必着)までに郵送または直接
甲 園 丁 7 8 5 2 1 市役所子ども子育て室施設指導課 06(4309)3201、FAX 06(4309)3817

甲 基本事項(8面に掲載)と希望日を11月22日(火)までにファックスまたはEメールで
※「サービス従事者養成研修」の案内は説明会で行うほか、11月中旬以降の市ウェブサイトを
甲 園 地 域 包 括 ケ ア 推 進 課 06(4309)3013、FAX 06(4309)3804、city.kihokatsu@city.higashiosaka.lg.jp

児童扶養手当

18歳以下の子どもを養育している ひとり親家庭の年金受給者へ

児童扶養手当法の改正により平成26年12月以降は、公的年金などを受給している場合でも、年金額が児童扶養手当額を下回るときは

その差額分の手当が受給できるようになりました。対象者は申請してください。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

※18歳以下とは18歳になった後の最初の3月31日迄を指します。

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

市立東大阪医療センター放射線科 居出弘一 主任部長



進化する放射線治療

放射線科ならではの放射線治療も進んでいます。それはカテーテルによる治療(IVR)と放射線治療です。両者とも近年飛躍的に進歩しています。

調放射線治療(IGRT)・病変部の複雑な形にあうように照射を変化させることといったコンピュータで制御できる照射技術が開発され、正常部への照射を大幅に低減できるようになりました。同時に、病変を完全に消滅させることも不可能ではなくなってきました。現在は主に咽頭がんや前立腺がん

放射線治療は「放射線の組織障害」を逆手に取って病変部(疾患部)に障害を与えて治療するというものですが、これまでの治療装置では病変部のみならず、その周囲の正常部にも照射されてしまっていました。しかし、最近になって画像誘導放射線治療(IGRT)・照射を行う直前に照射装置に装着されている機器を用いて照射部位をあらかじめ撮影することにより位置の誤差を補正する)や強度変

このように、高度なコンピュータ技術が画像診断とともに放射線治療の世界も大きく変貌させているのです。

市立東大阪医療センター(市立総合病院から10月1日移行)のスタッフが一環形式で医療に関する情報などをお届けします。

甲 市立東大阪医療センター事務局総務課 06(678)5101、FAX 06(678)2194

保健所・センターだより

東保健センター：TEL 072(982)2603 FAX 072(986)2135
 中保健センター：TEL 072(965)6411 FAX 072(966)6527
 西保健センター：TEL 06(6788)0085 FAX 06(6788)2916
 健康づくり課：TEL 072(960)3802 FAX 072(960)3809

※番号を確認のうえ、かけ間違いのないようお願いします。車での来場はご遠慮ください。

マタニティクッキング

【時】12月27日(火)13時30分～16時 【定】妊婦20週以降の妊婦 【内】マタニティ期の栄養、料理テクニック 【持】母子健康手帳 【申】電話で
 【所】中保健センター

マタニティ歯科健康相談

【時】12月2日(金)＝西保健センター ▶22日(木)＝東保健センター ※時間は申込時に伝えます。 【定】妊娠20週以降の妊婦 【定】各15人(申込先着順) 【持】母子健康手帳 【申】電話で
 【所】東・西保健センター

マタニティクラス

【時】12月7日(水)＝東保健センター／育児編 ▶9日(金)＝西保健センター／お産編 ▶20日(木)＝中保健センター／お産編 ☆いずれも13時30分～16時 【定】妊娠20週以降の妊婦 【持】母子健康手帳 【申】電話で
 【所】東・中・西保健センター

MOMOニティ

マタニティライフについて話しませんか。 【時】11月24日(木)10時～11時30分 【所】ももの広場(楠根) 【定】妊婦 【持】母子健康手帳 【申】基本事項(8面に掲載)を電話またはファクスで
 【所】西保健センター

ふたごの教室

【時】12月14日(水)9時45分～11時15分＝中保健センター／クリスマス会 ▶14日(木)＝西保健センター／クリスマスランチ ※時間は申込時に伝えます。 ▶16日(金)10時～11時＝東保健センター／クリスマス会(茶話会) 【定】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 【申】電話で
 【所】東・中・西保健センター

糖尿病食事学習会

野菜たっぷり500kcal冬野菜編

【時】11月29日(火)10時30分～14時 【定】血糖値が気になる方またはその家族 【定】24人(申込先着順) 【内】調理実習、ミニ講話 【料】700円 【持】エプロン、三角巾、手ふき 【申】基本事項(8面に掲載)を11月25日(金)までに電話で(ファクス、直接も可)
 【所】中保健センター

健脳エクササイズ 笑える認知症予防体操

【時】12月9日(金)13時30分～15時30分 【内】イコーラム(男女共同参画センター) 【定】市内在住の方 【定】200人(申込先着順) 【申】電話または直接
 【所】健康づくり課
 【所】東・中・西保健センター

血圧と上手に付きあう高血圧教室

【時】12月2日(金)＝講話 ▶12日(木)＝調理実習 ▶19日(水)＝運動実習 ☆いずれも13時30分～15時30分で計3日間 【定】市内在住の血圧の高い方とその家族 【定】20人(申込先着順で全日程参加できる方を優先) 【申】基本事項(8面に掲載)を11月28日(木)までに電話で(ファクス、直接も可)
 【所】東保健センター

肺がん・結核エックス線検診

【時】12月6日(火)9時10分から・10時から＝西保健センター ▶7日(水)9時20分から・10時10分から、13日(木)13時から・13時50分から＝中保健センター ▶7日(火)13時15分から・14時から＝東保健センター 【定】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 【定】各日40人(申込先着順) 【申】電話または直接
 【所】東・中・西保健センター

若返りへGO / 教室

【時】11月30日(木)13時30分～15時30分 【定】運動制限のない方 【定】30人(申込先着順) 【内】脳トレ、転倒予防体操 【持】タオル、飲み物 【時】11月15日(火)から電話で
 【所】中保健センター

糖尿病食事学習会 バランスよく食べて血糖コントロール

【時】12月6日(火)10時30分～14時 【定】血糖値が高めの方や糖尿病食事療法をしている方とその家族 【定】20人(申込先着順) 【内】講話、調理実習など 【料】700円 【持】エプロン、三角巾、手ふき 【時】12月2日(金)までに電話で
 【所】西保健センター

食物アレルギー講演会

【時】12月19日(月)10時～11時30分 【定】食物アレルギーが心配な市内在住の乳幼児の保護者または関心のある方 【定】30人(申込先着順) ※保育あり(定員10人) 【時】11月15日(火)から電話または直接
 【所】中保健センター

絶対にやめましょう ふぐの素人調理

ふぐはテロドトキシンという毒を持っています。毒はキモ(肝臓)、マコ(卵巣)、腸などに含まれており、ふぐの種類によっては皮や身の部分にも毒を持っている場合があります。ふぐの毒力は、青酸カリの約1,000倍といわれ、加熱してもなくなりません。ふぐの食中毒は、呼吸困難を起こし、高い確率で死亡する怖いものです。お店でふぐを提供するには、「ふぐ販売営業」の許可と「ふぐ取扱登録者」の資格が必要です。家庭で食べる場合は、適切に処理されたふぐを使用してください。釣ってきたふぐを素人が調理することは危険なので絶対にやめましょう。また、豆アジなどの小魚にふぐの稚魚が混入している事例が全国で発生しています。購入した魚の中に、形の異なる魚が混じっていないか、確認してから調理しましょう。 【食品衛生課 072(960)3803、FAX 072(960)3807

歯科医師による成人歯科健康相談

【時】12月1日(日)9時20分～10時30分 【定】市内在住の20歳以上の方 【定】12人(申込先着順) 【申】電話で
 【所】中保健センター

2歳児歯科健康相談

【時】12月15日(木)＝西保健センター ▶19日(月)＝東保健センター ▶27日(火)＝中保健センター ※時間は申込時に伝えます。 【定】市内在住の平成26年12月生まれの幼児 【定】各30人(申込先着順) 【持】母子健康手帳 【申】電話で
 【所】東・中・西保健センター

麻しん風しん混合ワクチン(MR)・風しんワクチン 接種費用を助成します

妊娠中(特に妊娠初期)の女性が風しんに感染すると、心疾患、白内障、聴力障害など、先天性風しん症候群の子どもが生まれてくる可能性が高くなります。市では、風しん抗体価が低い対象者に麻しん風しん混合ワクチン(MR)・風しんワクチン(いずれか1回)の接種費用を助成します。実施期間 来年3月31日(金)まで 【定】本市に住民登録があり、風しん抗体検査の結果、抗体価が低いと判定された、次のいずれかに該当する方 ①妊娠を希望する昭和42年4月2日～平成10年4月1日生まれの女性(妊娠中の方を除く) ②上記①の配偶者またはパートナーで平成10年4月1日以前生まれの男性 ③現在妊娠している女性の配偶者またはパートナーで平成10年4月1日以前生まれの男性 ※風しんにかかったことが明らかな方、ワクチンを2回以上接種した方を除く。妊娠中の方は接種不可(ワクチン接種後は最低2か月間の避妊が必要)。 【料】自己負担1,000円 【持】風しん抗体検査の結果、住所と年齢が確認できるもの、③の対象者は母子健康手帳 【申】市委託医療機関に電話で ※市委託医療機関は市ウェブサイトをご覧ください。 【健康被害に対する救済制度】 予防接種法に定められていない任意の予防接種となるため、万一、ワクチン接種により重篤な副反応が生じた場合は、予防接種法による健康被害救済制度ではなく、独立行政法人医薬品医療機器総合機構の救済制度の対象となります。

◇ 母子保健・感染症課 072(960)3805、FAX 072(960)3809

お詫びと訂正 11月の献血の日程

市政だより11月1日号7面に掲載しました「11月の献血」の記事に誤りがありました。英田南小学校の実施日を11月20日(日)と掲載しましたが、正しくは11月27日(日)です。お詫びして訂正します。 【地域健康企画課 072(960)3801、FAX 072(960)3806

あなた自身のために受けましょう

HIV感染を確認できるのは検査だけ

エイズ(後天性免疫不全症候群)は、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)の感染により免疫機能が破壊されて起こるさまざまな病気です。一人ひとりがエイズやHIVについて学び、感染を予防したり検査を受けたりするなど、感染拡大を防ぎましょう。 【エイズ患者の潜在的増加に懸念】 昨年大阪府内の新規HIV感染者数は168人で、前年に比べ12人増加しました。また、新規エイズ患者数は53人で横ばいです。新規エイズ患者の約65%は20歳代から30歳代の方

です。感染に気づかず生活を送ること、二次感染による感染者の潜在的増加が懸念されています。 HIVに感染していても症状が出にくい、感染しているかどうかを確認する方法は、HIV検査しかありませんので、ぜひ受けましょう。 【夜間即日エイズ抗体検査】 匿名・無料で検査でき、その日に結果がわかります。 【時】12月6日(火)18時～19時30分 【所】中保健センター 【定】30人(当日先着順) ※希望者には同時にB型・C型肝炎検査、梅毒検

査、クラミジア検査も実施(結果は1週間後、当センターで返却)。男性のクラミジア検査は尿検査です。検査前1時間は排尿を控えてください。 【専門相談】 保健センターでは、専門相談でエイズ抗原抗体検査、B型・C型肝炎検査、梅毒検査、クラミジア検査を実施しています。いずれも匿名・無料で検査できます(結果は1週間後、保健センターで返却)。日程は保健センターへお問合せください。 ◇ ※検査についての証明書の発行はありません。 【所】母子保健・感染症課 072(960)3805、FAX 072(960)3809 ▶ 東・中・西保健センター

相談のつづき

不動産相談

11月22日(水)10時～14時(受付は13時30分まで) 所市役所本庁舎1階相談室 定10人(当日先着順)
指導監察課 06(4309)3245、R06(4309)3834

その他

入札参加資格審査申請を受付

平成29・30年度分の入札参加資格審査申請(業者登録)の受付を12月1日から開始します。希望事業者は申請してください。
申請書と必要書類を12月1日(水)～来年1月20日(金)(消印有効)に簡易書留または一般書留などで郵送
※申請書などは11月下旬から市ウェブサイトダウンロード可。
申請 577-8521市役所調度課
工事、コンサルタント=06(4309)3128
物品、役務=06(4309)3129
R06(4309)3819

国内展示会出展支援助成金を交付

高付加価値製品の製造企業に、国内展示会への出展費用を助成します。展示会対象期間は来年2月28日(水)までです。
市内に生産拠点や研究開発拠点がある中小企業者など 助成金額 出展小間料の2分の1以内(上限10万円) ※予算の範囲内で交付。
申請書と必要書類を12月28日(水)(必着)までに郵送または直接
申請 577-0011荒本北1-4-17(公財)市産業創造労働者支援機構 06(4309)2301、R06(4309)2303
モノづくり支援室 06(4309)3177、R06(4309)3846

平成29年度水道料金・下水道使用料・し尿処理手数料 納付相談および減免申請の受付

水道料金・下水道使用料・し尿処理手数料を納めることが困難で、減免基準に当てはまる方を対象に、来年度の納付額の一部を減免します。なお、生活保護世帯への減免はできません。
申請の受付日と場所は、表①のとおりです。
所得基準額(表②)以下の世帯 減免額
水道料金=基本料金の5割
下水道使用料=基本料金
し尿処理手数料=普通便槽の手数料の8割

●記号の見方

時とき 所ところ 対対象 定定員・定数 内内容 料料金(表示のないものは無料) 持持ち物 申申込み方法・申込み先など 問問合せ先 Eメールアドレス

●申込みの基本事項

- 行事名または教室名
住所
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

ご協力ください 市税の口座振替

市税(市・府民税の普通徴収分、固定資産税・都市計画税)の納付には、口座振替の利用をお願いします。
口座振替にすると、金融機関などに出向かなくても自動的に預貯金口座から納税ができますので、納め忘れがなくなり便利です。

口座振替は、預貯金口座のある市税取扱金融機関(阿波・徳島銀行を除く)または郵便局に、通帳、届出印、納税通知書を持参すると手続きすることができます。なお、口座振替依頼書は市ウェブサイトからダウンロードでき、市内の市税取扱金融機関などにもあります。

また市役所本庁舎3階納税課では、金融機関のキャッシュカード(届出印不要)で口座振替の申込みができる「ペイジー口座振替受付サービス」を実施しています。一部取扱いのできない金融機関がありますので、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

納税課 06(4309)3147、R06(4309)3808

定例相談

※いずれも無料。祝休日は行いません(子育て相談ダイヤル、救急安心センターおおさかを除く)。

弁護士による法律相談

1週間先までの予約が可能。1人30分。同一内容の相談は1か月以上あけてください。

【本庁1階相談室】月・水・金曜13時～16時30分、第2火曜17時～20時 06(4309)3104、R06(4309)3801

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

司法書士による相談

【本庁1階相談室】相続登記、裁判手続き、成年後見など。第3木曜14時～15時30分(当日先着8人。9人目以降は受けられません) 06(4309)3104、R06(4309)3801

税理士による税務相談

【本庁1階相談室】新規開業、相続、贈与など。第2・4水曜9時～12時(当日先着10人。1人30分) ※近畿税理士会東大阪支部(永和2-3-7)では平日午後、常設相談会を実施。 06(6725)7708、R06(6722)2170(近畿税理士会東大阪支部)

行政書士による相談

【本庁1階相談室】相続、遺言の書類作成など。第1火曜13時～15時30分(当日先着順) 06(4309)3104、R06(4309)3801

社会保険労務士による労働・年金相談

【本庁1階相談室】各種社会保険の手続き、労働トラブルなど。第3火曜9時～11時30分(当日先着10人) 06(4309)3104、R06(4309)3801

教育・子育て相談など

【教育センター】月～金曜・土曜(月2回。要問合せ)9時～17時30分で予約制 06(6727)0113、R06(6729)8261

【子どもの悩み相談(保護者・市民専用)】月～金曜9時～21時、土曜9時～17時 06(6782)7867

【いじめ・悩み110番(子ども専用)】月～金曜9時～21時、土曜9時～17時 06(6732)0110

【すこやかテレホン】月～金曜10時～16時 06(6721)9174、R06(6721)9874 ※メールでの相談可。詳しくは青少年補導センターウェブサイトをご覧ください。

【子育て相談ダイヤル】24時間365日対応 072(961)0178

【子育て支援センター】来所相談(予約制)・電話相談=月～土曜9時～17時30分 ※発達相談(予約制)は月1回。 06(6748)8251、R06(6743)0577(鴻池)・072(980)8871、R072(985)1055(あさひっこ、月曜は休館)・06(6728)1800、R06(6728)2413(長瀬)・06(6788)1055、R06(6788)2597(荒本)・06(4306)4151、R06(4306)3080(ももっこ)

消費生活相談

【消費生活センター】月～金曜9時30分～16時(来所相談は予約制) 072(965)0102、R072(962)9385

女性のための相談

【イコラーム】第4月曜休館(祝休日の場合は翌火曜が休館)。R06(4309)0208
電話相談=10時～17時 072(960)9206
面接相談(予約制)=火・木・土曜(5週目を除く)10時～12時・13時～16時(第4火曜は18時～20時も。休館の場合第3火曜) 072(960)9205
労働相談(予約制)=第2土曜13時30分～16時20分 072(960)9205
法律相談(予約制)=原則第1水曜13時～16時 072(960)9205

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

【巡回法律相談・リージョンセンター】いずれも13時～16時 06(4309)3104、R06(4309)3801(本庁1階相談室)
日下=奇数月の第2火曜
四條=第2・4木曜
中鴻池=偶数月の第4火曜
若江岩田駅前=第1・3木曜
楠根=偶数月の第2火曜
布施駅前=第1・3火曜
近江堂=奇数月の第4火曜

表① 受付のとき・ところ

Table with 2 columns: とき (Date) and ところ (Location). Rows include 11月22日(水) 夢広場(布施駅前), 24日(水) やまなみプラザ(四條), 25日(木) はすの広場(近江堂), 28日(日) ももの広場(楠根), 29日(月) くすのきプラザ(若江岩田駅前), 30日(火) ゆうゆうプラザ(日下), グリーンパル(中鴻池).

※いずれも10時～15時
※市民会館閉館に伴い夢広場(布施駅前)に変更しています

表② 所得基準額

Table with 2 columns: 世帯人数 (Household size) and 平成27年中の世帯全員の総所得金額 (Total household income in Heisei 27). Rows: 1人 125万円, 2人 158万円, 3人 191万円, 4人 224万円.

☆1人増すごとに33万円加算

お知らせコーナー

催し

クロスカントリー競走大会

※雨天時は26日(日)に順延。当日9時からテレホンサービス(06-4309-3282)あり。 ①枚岡公園 ②男子▷一般30歳以上、30歳未満、高校生=3km、5km▷中学校2・3年生=3km▷中学校1年生=2km 女子▷一般、高校生=2km、3km▷中学生=2km ③一般・高校生1,500円、中学生1,000円 ④申込用紙を12月12日(月)17時までに原則Eメールで送信のうえ、16日(金)17時までに料金と92円切手を貼った返信用封筒(住所・氏名を記入)を持って直接または現金書留で郵送(郵便小為替同封可) ※要項などは市ウェブサイトでダウンロード可。青少年スポーツ室、東大阪アリーナ、行政サービスセンターでも配布。必ず要項を確認のうえ、お申込みください。

⑤⑥〒577-8521市役所青少年スポーツ室内枚岡公園クロスカントリー競走大会実行委員会事務局 06(4309)3282、FAX06(4309)3835、✉sports-sanka@city.higashiosaka.lg.jp

ゆうゆうショウ学校 素名人人祭

石切中学校の吹奏楽や孔舎衝中学校の合唱をはじめ、地域住民による文化、芸能、研究などの発表会です。 ⑦12月11日(日)10時~16時 ⑧⑨ゆうゆうプラザ(日下) 072(986)9293 (R兼用)

東大阪サポステフェスタ

⑩12月3日(土)14時~16時(開場は13時20分) ⑪夢広場(布施駅前) ⑫178人(当日先着順) ⑬企業P.R、ハローワークブース、相談コーナー、芸人などによるライブステージなど ⑭▷東大阪若者サポートステーション 06(6787)2008、FAX06(6787)2018▷労働雇用政策室 06(4309)3178、FAX06(4309)3846

ロビーコンサート

みんなであうおうなないるバンド/ なないるバンドといっしょに、アニメソングやクリスマスソングをお楽しみください。 ⑮12月10日(土)11時から・12時30分から・13時40分から・15時から ☆いずれも20分~30分程度 ⑯⑰ドリーム21 072(962)0211、FAX072(962)0810

イコーラムの催し&教室

【いこう/らむシネマ】 認知症と診断された母と娘の愛とユーモア溢れるドキュメンタリー「毎日がアルツハイマー」(字幕付き)を鑑賞します。 ⑱12月15日(休)10時~12時・14時~16時 ⑲各40人(当日先着順) ※1歳6か月~就学前幼児の保育あり(定員各10人で申込先着順。1人200円。12月8日(休)までに要予約)。

【いこう/らむカレッジ~女性活躍のホントのところ】

誰もが自分らしく働き、暮らすために大切な女性活躍の必要性と課題を知り、明日からの生活に役立てましょう。 ⑳12月17日(土)14時~16時 ㉑20人(抽選) ※1歳6か月~就学前幼児の保育あり(定員10人で申込先着順。1人200円)。㉒基本事項(8面に掲載)と受講動機、保育が必要な方は子どもの氏名と生年月日を12月10日(必着)までにハガキで(電話、ファクス、Eメール、直接も可)

⑳市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ㉓④〒578-0941岩田町4-3-22-600 イコーラム(男女共同参画センター) 072(960)9201、FAX072(960)9207、✉ikoramu@nifty.com

市役所に文化芸術が大集合 市文化振興協会フェア

普段は施設でしか体験できない催し物や実演が集合します。 ⑳11月24日(休)10時~17時、25日(金)10時~16時 ㉑市役所本庁舎1階多目的ホール ㉒ドリーム21・市民美術センター・鴻池新田会所



昨年のフェア

・郷土博物館・発掘ふれあい館(埋蔵文化財センター)のポスターや写真の展示、フェルトのコースター作り(24日のみ)、クリスマスもの作り、勾玉作り、綿くり体験、ピエロの来演(24日10時~11時)、マリンパデュオのロビーコンサート(25日12時10分~12時40分) ㉓▷(公財)市文化振興協会 06(6736)3660、FAX06(6736)3661▷文化国際課 06(4309)3155、FAX06(4309)3823

シルバー人材センター会員募集中

自分らしく、いきいき過ごそう

シルバー人材センターは、高齢者の健康で生きがいのある生活の実現と地域福祉向上をめざす大阪府知事の認可を受けた公益社団法人です。会員には、ライフスタイルにあわせた「臨時的かつ短期的またはその他の軽易な就業」を提供します。センターに仕事の依頼があれば、会員から適任者を選び、センターの責任で仕事に従事していただきます。なお、希望職種や居住地域などにより、仕事の依頼

が少ない場合があります。 ㉔市内在住の60歳以上の方 ㉕年会費2,000円 【入会説明会】 毎月2回、入会説明会を行っています。㉖第2・4火曜日10時から(12月は13日のみ) ㉗市シルバー人材センター(永和1-15-2) ㉘▷(公社)市シルバー人材センター 06(6224)2408、FAX06(6224)2409▷労働雇用政策室 06(4309)3178、FAX06(4309)3846

配偶者からの暴力(DV)に悩む方へ まずはお電話を

専門相談員が応じます

専用ダイヤル

06(4309)3191

月曜日~金曜日9時~12時・12時45分~17時(祝休日、12月29日~翌年1月3日を除く)

移動図書館

秋のとくべつおはなし会

㉙⑩▷11月22日(火)=新喜多公園▷24日(休)=稲田公園▷25日(金)=五百石公園 ☆いずれも15時30分~15時45分 ㉚市内在住の子ども ㉛各20人(当日先着順) ㉜絵本のよみきかせ ㉝移動図書館 06(6728)0202、FAX06(6730)7337

旭堂南青の講談を聞く会

㉞12月24日(土)14時~16時 ㉟市内在住・在勤・在学(いずれか)の方 ㊱100人(抽選) ㊲「義士傳 間十次郎 雪の子別れ」 ㊳300円 ㊴基本事項(8面に掲載)を12月3日(必着)までに往復ハガキで ㊵④〒579-8054南四条町1-7やまなみプラザ(四条) 072(988)3107 (R兼用)

相談

社会保険労務士・司法書士による相談

【社会保険労務士】

㊶11月15日(火)9時~12時(受付は11時30分まで) ㊷10人(当日先着順) ㊸年金・健康保険・労災保険・雇用保険の手続き、労働トラブルなど

【司法書士】

㊹11月17日(木)14時~16時 ㊺8人(当日先着順) ※受付は13時30分からで、9人目以降は受けられません。㊻相続・売買・贈与の登記や供託、訴訟・調停の裁判手続き、成年後見など

㊼市役所本庁舎1階相談室 ㊽市政情報相談課 06(4309)3104、FAX06(4309)3801

国民健康保険料納付相談

医療保険室保険料課では、月曜日~金曜日9時~17時30分(祝休日を除く)に納付相談を行っています。また、次のとおり夜間・休日相談、出張相談も行いますので、ご利用ください。相談には、保険料決定通知書(納付書)または被保険者証と印鑑を持参してください。納付相談の際に収入・支出などの生活状況をお聞きします。なお、行政サービスセンターで納付相談はできませんので、ご注意ください。

【夜間・休日納付相談】

㊾▷夜間=11月25日(金)17時30分~19時▷休日=26日(土)9時~15時、27日(日)10時~15時 ㊿市役所本庁舎2階医療保険室保険料課

【出張納付相談】

㊿11月25日(金)10時~16時 ㊿夢広場(布施駅前) ㊿医療保険室保険料課 06(4309)3168、FAX06(4309)3807

募集

屋敷林を守ろう 保全活動ボランティア

江戸時代に大和川の付替えに功績のあった中基兵衛翁ゆかりの旧家で、全国的にも珍しい市街地の屋敷林・今米特別緑地保全地区(川中郎)の保全活動に参加しませんか。



屋敷林周辺の清掃活動

㊿11月29日(火)13時30分~15時 ※雨天中止。 ㊿市内在住・在勤・在学(いずれか)の18歳以上の方 ㊿竹林の整理や清掃活動など ㊿軍手、飲み物 ㊿電話で ㊿④みどり景観課 06(4309)3227、FAX06(4309)3831

学ぶのつづき

枚岡公園

切り株サンタを作ろう

時11月23日(木)13時30分～15時 所 枚岡公園森の工作室 定20人(申込先着順) 料100円 申11月15日(火)10時から電話で

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

ファミリー・サポート・センター 子育て講座

時11月26日(土)10時～12時 子育て中または子育て支援に関心のある方 定10人(申込先着順) 講座 「わたしが変わる!子どもが変わる!子育てが変わる!子どもの寝め方・正しい叱り方」 申基本事項(8面に掲載)を11月24日(木)までに電話で(Eメール、直接も可)

所 申 総合福祉センター内ファミリー・サポート・センター 06(6785) 2625、℡06(6789)5611、✉famisapo@heartnet-hoshakyo.org

健康料理教室

時12月10日(土)10時30分～13時30分 市内在住・在勤(いずれか)の20歳以上の方 定20人(抽選) 料 1000円 申 基本事項(8面に掲載)を11月25日(金)(必着)までに往復ハガキで

所 申 578-0941岩田町4-3-22-500 くすのきプラザ(若江岩田駅前) 072 (967) 6565 (℡兼用)

やさしいヨガ教室

時 金曜日14時～15時 ※11月18日・25日に無料体験会あり。 定18歳以上の方 定18人(申込先着順)

料 月3,240円 持 バスタオル 申 基本事項(8面に掲載)を11月30日(木)(必着)までにハガキで(電話、ファクスも可)

所 申 579-8036鷹取町1-2 東体育館 072 (982) 1381、℡072 (982) 2768

地域安心生活サポーター 養成講座

日常生活の困りごとを手伝う援助者の養成講座です。 時12月9日(金)9時～12時 所 やまなみプラザ(四条) 定 市内在住・在勤(いずれか)の方 定30人(申込先着順) 申 基本事項(8面に掲載)と市外在住の方は勤務先・所在地を12月6日(木)までに電話で(ファクス、直接も可)

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

講演「バリアフリーという言葉がいない社会」 & ジャズライブ

車いすのヨガ指導者である中野久実さんによる講演と、ジャズフルバンド Dads&Mammys によるライブを行います。 ※手話通訳あり。

時12月4日(木)14時～16時30分 所 大阪商業大学ユニバーシティホール蒼天 定200人(申込先着順) 申 基本事項(8面に掲載)を電話で(ファクス、直接も可)

申 高井田障害者センター 06 (6789) 0131、℡06 (6789) 2870

東大阪アリーナ 水泳教室



来年1月～3月の水泳教室の会員を募集します(表参照)。ぜひ参加して寒さに負けない体力づくりをしませんか。

定各10人(抽選) ※幼児～中学生対象の送迎バスあり(月・水曜日のみ。定員あり。有料)。 申

基本事項(8面に掲載)とコース(第2希望まで)、送迎バス乗車希望の有無を12月2日(金)(必着)までに往復ハガキで

所 申 577-0804中小阪4-7-60 東大阪アリーナ 06(6726)1995、℡06 (6726) 1994

| 教室名 | コース・とき | 回数 | 対象 | 料金 | |
|------------|--------------------|---------------|--------------------------|---------------------|---------|
| 幼児 | 月・水・木・金曜日の4コースから選択 | 15時30分～16時30分 | 平成22年4月2日～平成24年4月1日生まれの方 | 9,000円 | |
| | | 16時30分～17時30分 | | 10,000円 | |
| 小学生 | 月・水・木・金曜日の4コースから選択 | 16時30分～17時30分 | 小学生 | 9,000円 | |
| | | 17時30分～18時30分 | | 10,000円 | |
| 小・中学生 | 月・水・木・金曜日の4コースから選択 | 17時30分～18時30分 | 小・中学生 | 9,000円 | |
| | | 18時30分～19時30分 | | 10,000円 | |
| はじめてスイミング | 木曜日 | 11時～12時 | 10回 | 18歳以上の方 | 12,000円 |
| レディースI | 水曜日 | 11時～12時 | 10回 | 18歳以上の女性 | 12,000円 |
| | | 金曜日 | | | 11時～12時 |
| レディースII | 木曜日 | 14時～15時 | 10回 | 18歳以上の女性 | 12,000円 |
| 成人I | 月・水・金曜日の3コースから選択 | 13時30分～14時30分 | 9回 | 18歳以上の方 | 10,800円 |
| | | 14時30分～15時30分 | | | 12,000円 |
| 成人II | 月・金曜日の2コースから選択 | 19時30分～20時30分 | 9回 | 高校生以上の方 | 10,800円 |
| | | 20時30分～21時30分 | | | 12,000円 |
| アクアピクス | 水曜日 | 10時～10時45分 | 10回 | 18歳以上の方 | 12,000円 |
| | | 19時30分～20時15分 | | | 10回 |
| AQUA ZUMBA | 水曜日 | 19時30分～20時15分 | 10回 | 18歳以上の方 | 12,000円 |
| 育成クラス | 月・水・金曜日の3コースから選択 | 18時30分～20時30分 | 10回 | 4泳法で25m以上泳げる高校生までの方 | 10,500円 |
| | | 20時30分～21時30分 | | | 13回 |
| 週4クラス | 月・水・木・金曜日の週4回コース | 18時30分～19時30分 | 39回 | 4泳法で25m以上泳げる小・中学生 | 18,000円 |

※応募が少ない教室は中止する場合があります。 ※回数は曜日により異なる場合があります。

鴻池子育て支援センター

【健康相談日】

時11月17日(木)9時30分～16時(身長・体重測定は10時～11時30分と14時～15時30分) 定 就学前乳幼児

【赤ちゃんタイム】

時11月18日(金)9時30分～11時30分 定 未歩行児

【クリスマスコンサート】

くりの木楽団による楽しいコンサートです。サンタさんは来てくれるかな。 時12月2日(金)10時30分～11時30分 所 グリーンパル(中鴻池) 定 就学前乳幼児 持 飲み物、靴を入れるビニール袋 申 11月16日(木)13時～30日(木)17時に電話または直接

申 鴻池子育て支援センター 06 (6748) 8251、℡06 (6743) 0577

長瀬子育て支援センター

【離乳食の作り方&試食】

時11月30日(木)14時～15時 定 3か月～11か月の乳児 定 8組 料 100円 申 11月15日(火)13時から電話で

【クリスマスコンサート】

時12月5日(月)10時30分～11時30分 所 長瀬青少年センター 定 就学前乳幼児 定 150組 申 11月16日(木)13時から電話で

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。所の記事のない催しは、各子育て支援センターで開催。所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。申込方法の記事のない催しは申込不要です。

【クリスマスリース作り】

時12月12日(月)10時～11時30分 定 1歳児 定 15組 申 11月29日(火)13時から電話で

申 長瀬子育て支援センター 06 (6728) 1800、℡06 (6728) 2413

あさひっこ

【ハッピークリスマス】

時 12月14日(水)11時～12時=ピアノコンサート 15日(木)11時～12時=クリスマスリトミック 16日(金)10時30分～11時・11時15分～11時45分=オルゴールコンサート ※16日のみ定員各15組で申込先着順。申込みは11月22日(火)10時から電話で。 定 就学前乳幼児

所 福祉活動グループ(竹とんぼ)といっしょに遊ぼう! 今年もサンタさん来てくれるかな。 時12月6日(火)・7日(水)10時30分～11時30分 定 就学前乳幼児

【アレルギー食講座】

時12月9日(金)10時～11時 定 病院でアレルギー検査受診済みの8か月～1歳11か月の乳児 定 10組(申込先着順) 料 200円 申 11月22日(火)10時から電話で

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

荒本子育て支援センター

【子育てフリートークの会】

子育ての悩みやイライラについていっしょに考えましょう。 時12月7日(水)10時～11時30分 定 1歳6か月以上の乳幼児 定 15組(申込先着順) 申 11月21日(月)13時から電話で

【ハッピークリスマス】

劇団「紙ふうせん」のほかほか人形劇があります。 時12月9日(金)10時～11時 所 荒本人権文化センター 定 就学前乳幼児 申 11月25日(金)13時から電話で

【人形劇 きらりっこ】

時11月30日(木)10時～11時30分 定 1歳6か月以上の乳幼児 定 30組(申込先着順) 申 11月16日(木)13時から電話で

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

ももっこ

【それいけ / GUNGUN】

ミニミニ運動会をします。 時11月25日(金)10時30分～11時30分 所 ももの広場(楠根)4階 定 1歳6か月以上の乳幼児 定 20組 申 11月15日(火)13時から電話で

【卒乳について話そう】

保健師が話をします。 時11月28日(月)14時～15時 定 1歳以上の乳幼児 ※保育あり。 定 10組 申 11月15日(火)10時から電話で

【クリスマス会】

時12月6日(火)10時30分～11時30分 所 ももの広場(楠根)4階 定 就学前乳幼児 定 60組 申 11月16日(木)10時から電話で

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

お知らせコーナーで学ぶ

青少年女性センターの教室

【樹脂粘土で干支作り】



来年の干支「酉」を作りやす

【12月15日(木)13時30分～15時30分】
青少年女性センター加納分館 市内在住・在勤・在学 (いずれか)の方 定15人(抽選) 料500円 申11月30日(木)まで

【親子でケーキ作り】

【12月25日(日)13時～16時】
青少年女性センター 市内在住・在学 (いずれか)の子どものもとその保護者 定6組12人(抽選) 料1,000円 申12月3日(土)まで

【基本事項(8面に掲載)を各申込期限(消印有効)までに往復ハガキで 申577-0054高井田元町1-11-17 青少年女性センター 06(6789)5746、06(6789)2049

誰でもできる若返りウォーキング

【12月12日(月)13時15分～14時15分】
60歳以上の健康な方 定20人(申込先着順) 料700円 持タオル、飲み物 申電話予約のうえ、12月5日(月)までに直接 申東大阪アリーナ 06(6726)1995、06(6726)1994

ボランティア・市民活動センターの講座

【福祉教育指導ボランティア養成講座】

子どもたちへの福祉教育の必要性と車いすの使用方法などについて学びます。 申11月28日(月)・29日(火)10時～12時(計2日間) 福祉教育指導ボランティアとして活動できる方など 定20人(申込先着順) 持運動ができる服 申基本事項(8面に掲載)を11月24日(木)(必着)までにハガキで(電話、ファクス、直接も可)

【ボランティアの1日講座】

アンガーマネジメント研修で怒りや苛立ちをコントロールし、人間関係を豊かにするコミュニケーション法を学びます。 ※手話通訳・要約筆記あり。 申12月11日(日)13時30分～15時30分 定60人(申込先着順) 申基本事項(8面に掲載)と手話通訳・要約筆記の要否を11月15日(火)～12月7日(木)に電話で(ファクス、直接も可)

申06(6789)2924
申577-0054高井田元町1-2-13 総合福祉センター内ボランティア・市民活動センター 06(6789)5550、06(6789)2924

小阪くらしの大学 得するまちのゼミナール

商店街の店主が講師となり、各店のこだわりや専門知識などを伝えます(全30講座)。 申11月30日(木)まで 近鉄河内小阪駅と八戸ノ里駅周辺23店舗 市内在住の方 申各店舗に電話または直接 ※申込先着順。詳しくは小阪まちゼミの会 Facebook ページをご覧ください。 申お問合せください。



申小阪まちゼミの会(週刊ひがしおおさか「前田」) 06(6727)9300 申商業課 06(4309)3176、06(4309)3846



賃貸住宅の現状回復トラブルに注意!

～緊急度レベル★★★★☆

事例1 賃貸マンションを退去した。壁にポスターを貼っていたので高額なクロス張替を請求された。

事例2 7か月間だけ住んだ賃貸マンションを退去したら、高額な修理費を請求された。支払うべきか。

事例3 娘が8年間住んだ賃貸マンションを退去したところ、契約書にないハウスクリーニングなどを請求された。敷金を上回っているのどう対処すればいいか。

解説 現状回復とは、借りた当時の状態に戻すという意味ではありませんが、故意や過失による傷や汚れは修理義務があります。契約時には契約書や重要事項説明書などをよく読み、退去時には家主と部屋の状況を確認しあい、部屋の写真を撮っておきましょう。国



土交通省が公表している「現状回復をめぐるトラブルとガイドライン」を参考にしてください。家主との話しあいによる解決が難しい場合は、民事調停や少額訴訟などの手続きもあります。まずは、消費生活センターに相談してください。

申消費生活センター 072(965)0102、06(962)9385

長瀬青少年センターの教室

【まだ間にあう/年賀状作成】

日本郵便ウェブサイトを使った簡単にきれいな年賀状の作り方を学びます。 申12月10日(土)・17日(土)14時30分～16時30分(計2日間) 市内在住・在勤・在学(いずれか)の高校生以上の方 定12人(抽選) 料3,000円 申基本事項(8面に掲載)を12月2日(金)(必着)までにハガキまたはファクスで

【子育て教室～子育ての輪】

子育ての不安や悩みをカウンセラーと話しあいます。話すことでストレスを発散しませんか。 申12月2日(金)・16日(金)19時～20時45分、14日(木)・21日(木)10時～11時45分 ※申込不要。不登校や子育ての悩みなどの個別相談にも応じます(1週間前までに電話で要予約)。

申06(6727)1200、06(6729)9787

年賀状を作ろう 老人センターのパソコン教室

申12月6日(火)=高井田 申13日(水)=角田総合 申20日(火)=五条 ☆いずれも13時～14時30分または14時45分～16時15分 市内在住のおおむね60歳以上の方 定各8人(申込先着順) 料300円 ※11枚以上印刷希望の場合は、1枚につき10円追加。 申インクジェット用ハガキ10枚～20枚、年賀状の文章の下書き 申11月15日(火)から電話または直接 申各老人センター(高井田=06-6789-3751、06-6789-9174 角田総合=072-962-8011、06-963-2020 五条=072-985-3751、06-986-7592)

鴻池新田会所の教室

【綿くり・綿うち・糸つむぎ体験】

会所で収穫した綿を使い、糸ができるまでの伝統的な技術を体験します。 申11月19日(土)・20日(日)10時～15時 ※関西文化の日により入館無料。申込不要。

【しめ縄とミニかど松作り】

大人は稲藁を使って伝統的なしめ縄作り、子どもはペーパーラフィアを使ってしめ縄とミニかど松作り挑戦します。 申12月11日(日)10時から・13時30分から 定大人・子ども各20人(申込先着順) ※入館料(一般300円、小・中学生200円)が必要。 申11月26日(土)10時から電話で

申06(6745)6409、06(6744)7498

五条老人センターの教室

【壁飾りのクリスマスツリー】

木の実など自然のもので作ります。 申12月2日(金)13時30分～15時30分 定20人 料1,200円

【創作粘土で干支(酉)作り】

来年の干支「酉」の置物を作ります。 申12月15日(木)13時～15時 定15人 料800円 持持ち帰り用袋 ※12月5日(月)以降のキャンセルは材料費(800円)を負担いただきます。

【「キレイを楽しむ」を応援】

化粧品会社の美容の専門家からベースメイクやポイントメイクを学びます。 申12月19日(月)14時～16時30分 定30人 申ウエットティッシュ

申市内在住の60歳以上の方 ※いずれも申込先着順。 申11月15日(火)から電話または直接 申06(985)3751、06(986)7592

地域協働サミット

地域の声や想いを実現する制度を確立

市では、地域のニーズを具体的に実現するための制度を審議会で検討していくにあたり、地域の皆さんが考える「まち(地域)」とは何か、地域が今以上に主体的に

今後の日程は表のとおりです。誰でも参加できますので、ぜひお越しください(申込不要)。

申市民協働室 06(4309)3319、06(4309)3812

地域協働サミット開催予定

| 地区 | 開催日時 | 会場 |
|------------|-----------------|--------|
| 盾津東地区(第2回) | 11月17日(木)19:00～ | 加納自治会館 |
| 意岐部地区(第1回) | 18日(金)19:30～ | 意岐部中学校 |
| 縄手北地区(第2回) | 22日(月)19:00～ | 五条会館 |
| 小阪地区(第2回) | 12月1日(木)19:00～ | 小阪中学校 |
| 意岐部地区(第2回) | 5日(月)19:30～ | 意岐部中学校 |
| 縄手南地区(第1回) | 8日(木)19:00～ | 縄手南公民館 |

☆いずれも90分～120分程度

す。



花園開催が決定

関西ワールド マスターズゲームズ2021

関西ワールドマスターズゲームズ2021のラグビー競技の試合会場に市花園ラグビー場が選ばれました。



木製ラグビーボールに託す思い 世界の人たちにも

木工職人・橋本さん

12月末に始まる全国高校ラグビー大会の優勝校には、第84回大会(平成16年)から「ラグビーのまち東大阪市賞」として、地元市民から寄贈された木製ラグビーボールのオブジェが贈られています。このオブジェは翌年の大会で返還され、代わりに木製ラグビーボールの店「ノーサイド」の橋本一吉さん(71歳・写真右上)が毎年手作業で作製するレプリカが贈呈されます。



一に対する思いや技術を受け継ぎたいと、木工職人の道を選びました。細長い1本の木をていねいに削っていき、なめらかな楕円に仕上げるのは熟練の技。「継続は力なり」を座右の銘に25年間、木製ボールを作り続け、今では全国から注文を受けるほど親しまれています。

花園ラグビー場の近くで生まれ育ち、ラグビーをずっと身近に感じてきた橋本さん。花園を夢見る高校生ラグビーたちに伝えたいのは、「いつまでもラグビーを好きでいてほしい」「厳しい練習に耐えて培ったラグビー精神でこれからの長い人生を歩んでほしい」ということ。さらに、「ラグビーワールドカップでは、世界の人たちにこの花園を楽しんでもらうために、私はいい木製ボールを作り続けたい」と、3年後にも思いを馳せています。



橋本さんの工場には、市の木・クスノキやサクラ、ヒノキなどで作ったラグビーボール型のストラップから実寸大のものまで、さまざまな木製ボールが並んでいます。橋本さんがサラリーマンだったころ、近所で木製ラグビーボール作りをしている人がいると聞き、マイボールを作ってみたくとその工場の門を叩いたことが木工との出会い。ボール作りをすすめるうちに、師匠のラグビー

2021年5月に関西全域で開催される「ワールドマスターズゲームズ」のラグビー競技会場に、市花園ラグビー場が選ばれました。ワールドマスターズゲームズは、世界最大規模の国際総合スポーツ大会でおおむね30歳以上であれば誰でも参加できます。

1985年にカナダのトロントで開催されて以降、4年おきに世界各国で開催され、これまで延べ14万人以上が参加しました。アジア初の開催となる2021年大会では、過去最多の32競技55種目の実施が決定。綱引きやグラウンド・ゴルフ

市花園ラグビー場がラグビーの競技場として選ばれたことにより、2019年のラグビーワールドカップに続き2年後の2021年にも世界的な国際大会が花園で行われることになり、決定を受けて野田市長は「世界が注目するイベントが聖地花園で続けて開催されます。38305

フといった親しみやすい競技も含まれています。競技種目や会場の発表は、10月26日にシエラトン都市ホテル大阪で開催された大会組織委員会の総会で行われました。

市のモノづくりや市民力を世界に発信できるように市民の皆さんとスクラムを組んで盛り上げていきたいですね」と話していました。

青年スポーツ室 06(4309)3282、06(4309)38305



北江優弥さん いわて国体ボルダリングで優勝 オリンピックも視野に

今年10月、国民体育大会2016希望郷いわて国体の山岳・少年男子ボルダリングで市内在住の北江優弥さん(都島工業高校3年・写真)が見事優勝し、このほど野田市長に喜びを報告しました。ボルダリングは、高さ5mのさまざまなテザインや傾斜、ホールド(登るために掴んだり足を載せたりするもの)の付いた人工壁を登る競技です。

北江さんは中学2年生のときに友人の誘いでボルダリングと出会い、完登できたときの達成感が魅了され、今はいろいろな場所で練習を重ね、技術を磨いています。

「去年は国体3位だったので、今年は優勝を意識していました。これからオリンピックも視野に世界で戦える選手になりたい」と意気込む北江さんに、野田市長は「今回の優勝経験を活かして、今後さらに世界をめざしてがんばってください」と激励していました。



東大阪グリーンフェスタ 「みどり」とともに ゆったりと

10月23日、東大阪グリーンフェスタが花園中央公園で行われ、多くの家族連れが一体となって皆さんに身近な花やみどりへの関心を高めてもらおうと開催されたものです。

ステージで行われた記念式典では、緑化功労者への感謝状

れらでにぎわいました。この催しは、市民、企業や地域のボランティアなどが一体となって皆さんに身近な花やみどりへの関心を高めてもらおうと開催されたものです。

訪れた方たちは、思い思いに「みどり」とのふれあいを楽しみながら、ゆったりとした秋の1日を過ごしていました。

の贈呈やみどりの写真・ポスターなどの入選者を表彰。また会場には、自然素材を用いた飾り作り、鉢上げなどの体験コーナー、体によさしい食材を使った飲食店ブースや野菜販売ブースなどが設けられました。

平成28年度
保存版

10年後もいきいきした生活を送れるように 特定健診を受けよう

ご存じ
ですか

糖尿病と認知症の深い関係

糖尿病の人が認知症になる可能性は
糖尿病でない人の

アルツハイマー型
認知症

2.1倍

血管性
認知症

1.8倍

糖尿病の人は認知症になりやすい

糖尿病は、からだのさまざまな場所に合併症という悪い影響をもたらします。命に関わることもある脳梗塞や心筋梗塞、失明の原因となる糖尿病性網膜症、最終的に人工透析が必要になることもある糖尿病性腎症、切断の一因となる末梢神経障害などです。さらに近年、糖尿病が認知症発症の危険因子であることが明らかになってきています。

血糖値が高いと脳の神経細胞がダメージを受ける

認知症で最も多いのは、アルツハイマー型認知症で、全体の約50%を占め、次いで血管性認知症があります。

アルツハイマー型認知症は、脳にアミロイドβという異常な蛋白質がたまり、脳の神経細胞が減少したり、変化したりすることで起こります。症状としては、記憶障害、判断力の低下、日付がわからない、自分のいる場所がわからないなどの見当識障害が見られます。一方、血管性認知症は、脳の血管が

詰まる脳梗塞や、血管が破れる脳出血、くも膜下出血をはじめとする脳卒中など、生活習慣病が原因で起こる病気によって引き起こされます。脳自体が変性するのではなく、何らかの病気や外傷の影響を受けて発症します。

症状には、めまい、しびれ、言語障害、麻痺、涙もろくなる、知的能力の低下、判断力の低下などがあり、脳がダメージを受けた部位によって異なります。

糖尿病の人は、なぜ認知症になりやすいの？

糖尿病は高血糖状態が続くことにより、血液がドロドロになり、血管にも負担がかかりやすくなります。そのため、脳の血管や血流に障害が起こると血管性認知症の原因になります。また、高血糖の状態が長期間持続することが脳の老化をもたらし、最終的にアルツハイマー型認知症につながると考えられています。さらに、インスリンの働きが悪くなるインスリン抵抗性や、その結果生じる高インスリン血症が、アルツハイマー型認知症発症に関わるといわれています。

糖尿病、高血圧などの生活習慣病を
早期発見・早期治療するために

特定健診があります

無料で
受診できます

| | 自費での検査 | 市の特定健診 |
|--------------------------------|-----------------|-------------|
| 血糖検査 (空腹時血糖、HbA1c) | 約 8,000 円 | 年度に1回 無料 |
| 脂質検査 (中性脂肪、HDL・LDL コレステロール) | | |
| 肝機能検査 (AST、ALT、γ-GT) | | |
| 腎機能検査※ (血清クレアチニン、血清尿酸) | | |
| その他の検査 (尿検査、血圧、身長、体重、腹囲) | | |

実費で受けた場合、特定健診は約8,000円程度かかります。

※腎機能検査は東大阪市内の契約医療機関のみ。

対今年度40歳～74歳の東大阪市国民健康保険に加入の方
※対象者には4月下旬に受診券を送付しています。
※受診券が手元にない方はご連絡ください。なお、国民健康保険以外の方は、加入している保険者に確認してください。
※社会保険など他の保険に入った日から、東大阪市国保の受診券は使用できなくなります。

問 医療保険室保険管理課 06 (4309) 3051、FAX06 (4309) 3805

受診に必要なもの

保険証

受診券
(今年度はみどり色)

東大阪市国保の方対象

日曜健診

平日は忙しくて受ける暇がない！という方へ、日曜健診があります

必ず事前に
医療機関までご予約
ください(先着順)

| 実施日 | 受付時間 | 医療機関名 | 所在地 | 電話 | 定員 | 同時実施の がん検診 |
|-------------------------|-----------|--------------------|----------|--------------|------|-------------------|
| 11月27日 | 9時～12時 | 大熊内科医院 | 荒川2-22-1 | 06(6721)1905 | 30人 | 大腸・肺・胃・ 肝炎ウイルス |
| 12月11日、 来年2月5日 | 10時～12時 | かわぐち呼吸器 内科クリニック | 荒川1-4-23 | 06(6730)8259 | 各10人 | 大腸・肺 |
| 11月20日 | 10時～12時 | おさかクリニック | 吉田6-1-27 | 072(940)7777 | 20人 | 大腸 |
| 12月4日 | 9時～10時 | 東大阪徳洲会病院 | 菱江3-6-11 | 072(962)2280 | 30人 | 大腸・肺・胃・ 肝炎ウイルス |
| 12月4日 | 9時～11時30分 | 和田診療所 | 東山町4-8 | 072(986)0900 | 30人 | 大腸・ 肝炎ウイルス |
| 12月18日、来年2 月5日、3月12日 | 9時～12時 | 若草第一病院 | 若草町1-6 | 072(988)1409 | 各40人 | 大腸 |

※掲載医療機関は、西・中・東、実施日順です。

※東大阪市国民健康保険に加入中の40歳～74歳の方が対象です。

※がん検診は有料です。また、がん検診は当日に40歳に達していないと受けられません。

糖尿病 認知症

予防の秘訣は **生活習慣** にあり

5人 に1人 糖尿病の危険あり

日本では糖尿病患者、糖尿病の可能性を否定できない人(糖尿病予備軍)は、国民の5人に1人いるといわれています。

男性は40歳代から増加

東大阪市国保加入者の糖尿病の通院者は、男性は40歳代から増え始め、40歳代と比較すると**50歳代で約2倍**、**60歳代以降は約5倍**と急激に増えています。

女性の2倍 男性の糖尿病患者

男性の肥満は女性よりも多く、飲酒や喫煙、運動不足などによる不摂生をする傾向が強いため、糖尿病を発症する危険性が高まります。

女性は閉経後の糖尿病に注意

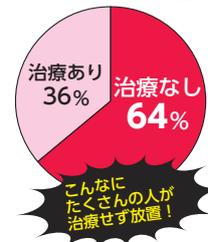
一方、女性は閉経以降に糖尿病が急増します。40歳代と比較すると**60歳代で6倍**、**70歳代で9倍**にもなります。閉経後は糖尿病に特に注意が必要です。

6割の人 糖尿病を放置している

糖尿病になると、自覚症状がなくても脳卒中等を引き起こすことがあります。

その中でも特にHbA1c6.5%以上または空腹時血糖値126mg/dL以上の方はさらにリスクが高くなります。しかし、すぐにも治療が必要な状態にもかかわらず、多くの人がそのまま放置しています。

平成26年度特定健診受診者のうち、HbA1c6.5%以上で未治療の医療機関受診状況(平成27年9月末現在)



早い段階での治療が重要

糖尿病は生活習慣を改善しながら治療を続け、よい血糖コントロールを維持することで健康な人と変わらない生活が送れます。

合併症予防のためにはHbA1cを7%未満にコントロールすることが大切です。



高血圧も認知症のリスクが高くなる

血管性認知症 最大10倍上昇

生活習慣病は脳血管障害を起こしやすい、血管性認知症の発症に関係しているのではないかと考えられています。

高血圧症の人が正常血圧の人よりも血管性認知症になるリスクが、軽い高血圧(※1)では4.5倍～6倍、より重い高血圧(※2)では5.6倍～10.1倍も高くなることがわかって

います。

また、50歳以上64歳以下の中年期に血圧が高かった人の認知症発症リスクが高いこともわかっています。40歳からの血圧管理が認知症予防に重要です。

(※1) 軽い高血圧＝収縮期血圧140mmHg～159mmHg、拡張期血圧90mmHg～99mmHg。
 (※2) より重い高血圧＝収縮期血圧160mmHg以上、拡張期血圧100mmHg以上。

糖尿病&認知症を予防するにはどうしたらいいの？

1 毎年健診を受ける

糖尿病も認知症も初めは自覚症状がほとんどありません。明らかな症状が出てきたときには病気がすでに進行してしまっていることが多いです。定期的な健診はからだの状態を知るためにとても大切です。

特定健診を生活習慣病の早期発見、また現在生活習慣病で通院中の方は重症化の予防に役立ててください。

2 よい血糖コントロールをする

糖尿病の方が認知症の発症・進行を予防するためには、高血糖や低血糖を避け、さらに血糖値の変動を小さくするような血糖コントロールが大切です。

高血圧症や脂質異常症など、その他の生活習慣病もあわせてしっかり管理することが大切です。

3 バランスのとれた食事をする

ゆっくりよくかんで味わって食べすぎに注意し、腹八分目にしましょう。

また、炭水化物や甘い物ばかり食べないようにし、緑黄色野菜や海藻などを取り入れて、主食、主菜、副菜を考えてバランスよく食べましょう。減塩も認知症の予防になります。



4 適度な運動をする

筋力の低下は糖尿病や認知症発症の危険因子です。ウォーキングやラジオ体操などの運動を行うことが効果的です。食べてすぐ横になるなどの生活であるなら、まずはそれを改善し、こまめに動くことから始めましょう。寝転んで過ごす時間を減らしましょう。

5 禁煙する

喫煙は動脈硬化になる危険性が高いので、認知症の発症リスクも高くなります。

健康保険による禁煙治療を医療機関で受けることができます。
※健康保険で禁煙治療を受けるには条件があります。

健診で「血糖値が高めです」と言われた方は、認知症予防のためにも食事や運動などの生活習慣を見直してみましょ。



血糖値が高めの方、糖尿病治療中の方へ

市では、市内3か所の保健センターで糖尿病の個別食事相談(予約制)や各種教室(血糖値を下げる教室、糖尿病食事学習会など)を開催しています。日程など詳しくはお問合せください。

- 東保健センター 072 (982) 2603、FAX072 (986) 2135
- 中保健センター 072 (965) 6411、FAX072 (966) 6527
- 西保健センター 06 (6788) 0085、FAX06 (6788) 2916



特定保健指導を受けよう

特定健診の結果、生活習慣改善の必要性が高い方には「特定保健指導利用券」が届きます。医師、保健師、管理栄養士などから生活習慣を見直すためのサポートを無料で受けられます。生活習慣病のリスクが高い方は「動機づけ支援」、さらにリスクが高い方は「積極的支援」のサポートが受けられます。