

7月のお知らせ

詳しい内容は市HPをご覧ください。各連絡先に問い合わせ
てください。電話番号はお間違いのないよう、ご注意ください。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、変更
になる場合があります。
市公共施設の状況やイベ
ントなどに関する最新情報
は、市HPをご覧ください。



健康・福祉

健康に関する総合相談窓口

月曜～金曜日(祝・休日を除く) 9時～17時
保健師、助産師、歯科衛生士、栄養士などが相談を受けます

〈成人〉健康政策課(保健所内・中桜塚) ☎6858-2292
〈妊娠・出産・子育て〉中部母子保健係(岡上の町) ☎6858-2293



未就学児に関わ
る制度や催しに、
このマークをつけています

妊婦・産婦

母子健康手帳・ 妊婦健康診査受診券の 交付	所 中部(岡上の町)・庄内(島江町)・千里(新千里東町)の各保健センター 内 手帳・受診券の交付、母 子保健サービスの説明、妊婦相談ほか 他 市外から転入し、豊中市の受診券と交換していない場合は 中部母子保健係に問い合わせ 問 同係 ☎6858-2293 ※交付時に個人番号(マイナンバー)の記入と本人確認書類の提示が必要です
ぷれママ&育児ママ 相談室	時 所 8月4日(火)中部保健センター(岡上の町)、8月20日(木)庄内保健センター(島江町)、8月25日(火) 千里保健センター(新千里東町)。いずれも9時30分～15時 内 助産師による妊婦や授乳中の母と子 の個別相談(乳腺炎は除く) 対 各10人 申 電話で中部 ☎6858-2804・庄内 ☎6332-8555・千里 ☎ 6873-2721の各母子保健係。先着順
マタニティークラス	時 8月18日(火)13時30分～15時30分 所 千里保健センター(新千里東町) 内 妊娠中の食事や歯につ いて、歯磨き実習、妊娠中に知っておきたい授乳の話 対 20人 申 電話で中部母子保健係 ☎6858- 2804。先着順

乳幼児に関する教室・相談・健康診査

離乳食講習会	ごっくんクラス	時 所 8月3日(月)千里保健センター(新千里東町)、8月19日(水)中部保健 センター(岡上の町)。いずれも14時～ 対 生後4カ月・5カ月ごろの 子どもの保護者、各20人	☎ 7月13日(月)9時30分 から電話で中部母子保健係 ☎ 6858-2804。先着順
	かみかみクラス	時 所 8月4日(火)千里保健センター(新千里東町)、8月25日(火)中部保健 センター(岡上の町)。いずれも14時～ 対 生後8カ月・9カ月ごろの 子どもの保護者、各20人	
すくすく よい歯の教室		時 所 8月17日(月)中部保健センター(岡上の町)、8月28日(金)千里保健セン ター(新千里東町)。いずれも13時30分～ 内 歯科衛生士による乳児の 個別相談と保護者の虫歯菌テスト 対 生後8カ月～1歳6カ月ごろの子 どもと保護者、各20組	
子どもアレルギー 専門相談(初回優先)		時 7月29日(水)13時20分～16時 所 中部保健センター(岡上の町) 内 医師による診察、看護師・栄養 士による個別相談(10分程度) 対 湿疹やアトピー性皮膚炎、食物アレルギー、長引く咳やぜんそくな どで困っている15歳未満の子どもの保護者、10組 申 7月2日(木)9時30分から電話で中部母子保健 係 ☎6858-2804。先着順	
産婦・新生児・低体重児 訪問指導		内 乳房の手当てや母乳の与え方、赤ちゃんの発育などについて、保健師、助産師が家庭訪問し個別相 談 対 生後28日以内(過ぎてても可)の新生児と産婦 申 母子健康手帳の「産婦・新生児訪問依頼票兼低 体重児連絡票」を中部 ☎6858-2293・庄内 ☎6332-8555・千里 ☎6873-2721の各母子保健係へ郵 送。電話可	
乳幼児健康診査		内 4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳6カ月児健診 対 対象者には日程などを個別に送付 他 健 診未受診の人には、保健師が家庭訪問を行う場合あり 問 中部母子保健係 ☎6858-2804	



子どもの定期予防接種（一覧表は偶数月に掲載）

詳しくは、予防接種手帳（出生届受付の約1カ月後に郵送）や母子健康手帳、市HPを確認してください。市HPに記載の医療機関で予約の上、接種してください。なお、ヒブと小児用肺炎球菌、B型肝炎ワクチンは、生後2カ月からが望ましい接種対象年齢です。定期予防接種の受け方（年齢・回数・間隔）が異なると、任意接種（有料）になるので注意してください。市外から転入し豊中市の予防接種を持っていない人、特別な事情により市外で予防接種を希望する人（要事前申請）、予防接種についての相談は、保健予防課 ☎6152-7329に連絡してください。

≫≫成人健診 令和2年4月～令和3年3月の間で1回、集団・個別のいずれかを選んで受診してください。
自覚症状がある場合は、早めに医療機関を受診してください。

申し込み方法		受診に当たっての必要書類ほか
【集団健診】 ☎健診受付専用ダイヤル ☎0570-00-2291 （月曜～金曜日、9時～17時15分） ▶ 令和3年3月分まで随時受け付け可。各健診定員あり。先着順。定員を超えた場合は別日を案内 ▶ 「広報とよなか」掲載以外にも日程あり。健診受付専用ダイヤルに問い合わせてください ▶ 受診決定者には受診日の1週間前までに詳細の案内を送付 ▶ 健診結果は約1カ月後に郵送 【個別健診】 各取扱医療機関に直接申し込み。取扱医療機関は健康政策課 ☎6858-2291へ問い合わせ。結果のお知らせ方法は医療機関によって異なるため、受診の際に確認してください		▶ 資格確認のため下記の書類を持って、各会場 【特定健康診査・後期高齢者医療健康診査】 ・受診券 ・受診票（はがき） ・健康保険証か後期高齢者医療保険証 【市民健康診査・がん検診ほか】 ・受診票（はがき） ▶ 市民税非課税世帯や生活保護受給世帯、中国残留邦人等支援給付対象の人は無料になる制度あり（要申し込み） ☎健康政策課 ☎6858-2291 ▶ 集団健診年間日程や個別健診取扱医療機関などは市HPでも閲覧可
健診の種類・対象・定員・費用	集団健診の場所・日程、個別健診の有無	健診の内容ほか
市民健康診査 ☎事業所などで健診を受ける機会のない30歳～39歳の人（障害者手帳を持つ15歳以上の人）、40歳以上の生活保護受給者 特定健康診査 ☎国民健康保険に加入する40歳～74歳の人 後期高齢者医療健康診査 ☎後期高齢者医療保険に加入している人	▷ 8月は個別健診のみ	問診、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査、医師の診断により貧血・心電図・眼底検査
肝炎ウイルス検査 ☎B型・C型肝炎検査を過去に受診したことのない、20歳以上の人	▷ 8月は個別検診のみ	血液検査
大腸がん検診 ☎40歳以上の人	▷ 8月は個別検診のみ （特定健康診査などと同時受診が必要）	問診、便潜血反応検査2日法
前立腺がん検診 ☎50歳以上の男性 ¥500円	▷ 8月は個別検診のみ （特定健康診査などと同時受診が必要）	血液検査（PSA検査）
乳がん検診 ☎30歳以上の、西暦で偶数年生まれの女性（令和元年度に未受診の人は受診可） ¥500円	▷ 8月は個別検診のみ	問診、触診、マンモグラフィー。受診不可の人は次のとおり ▷ 妊娠中（可能性のある人も含む）▷ 授乳中▷ 卒乳後6カ月以内▷ しこりや乳頭からの分泌（赤色）がある▷ 豊胸手術や脂肪注入をしている▷ ペースメーカーを装着している▷ 乳腺外科で治療中や経過観察中
胃がん検診（選択制）	胃エックス線検査 ☎50歳以上の、西暦で偶数年生まれの人（令和元年度に胃がん検診未受診の人は受診可） ¥800円	▷ 8月は個別検診のみ
	胃内視鏡検査 ☎上記胃エックス線検査を参照 ¥1,000円	▷ 個別検診のみ
		問診、胃カメラ検査。抗血栓薬服用中の人など既往症によっては受診不可

》》成人健診（前ページからのつづき）

健診の種類・対象・定員・費用	集団健診の場所・日程、個別健診の有無	健診の内容ほか
子宮がん検診 ④20歳以上の、西暦で偶数年生まれの女性（令和元年度に未受診の人は受診可） ⑤頸部600円。頸・体部1,000円	▷8月は個別検診のみ	子宮頸部細胞診（医師の判断により体部検診も受診可）
歯科健康診査 ④30歳～74歳の人、75歳以上の生活保護受給者 ⑤200円（70歳以上の人は無料）	▷個別健診のみ	問診、歯周病・虫歯などの検査

》》検査・相談 ※祝・休日は休みます

HIV（エイズ）・梅毒 即日セット検査と 性感染症電話相談	④⑤〈HIV・梅毒即日セット検査〉8月4日（火）・20日（休）13時～14時。結果は15時～16時に本人へ手渡し 〈性感染症電話相談〉月曜～金曜日9時～17時15分。エイズや梅毒などの性感染症の予防・症状・感染・治療について、医師・保健師と相談 ⑥⑦保健予防課（保健所内・中桜塚）☎6152-7316
結核の相談	④⑤医療費公費負担の申請、療養相談、日常生活について、医師や保健師などと相談 ⑥⑦保健予防課（保健所内・中桜塚）☎6152-7316

》》急病電話相談（突然の病気やけがで困ったとき）

救急安心センター おおさか	④⑤救急医療相談を相談員や看護師が医師の支援体制のもと24時間、365日対応 ▶相談電話＝携帯電話・PHS・プッシュ回線は☎#7119、ダイヤル回線・IP電話は☎06-6582-7119
 小児救急 電話相談	▶相談時間＝20時～翌朝8時 ▶相談電話＝携帯電話・PHS・プッシュ回線は☎#8000、ダイヤル回線・IP電話は☎06-6765-3650

※誤飲に関する相談は、大阪中毒110番☎072-727-2499（24時間、365日対応）

》》休日・夜間急病診療 ◎受診の際は必ず健康保険証などを持参してください

内容	受付日時	場所・連絡先
休日急病診療 （内科、小児科、歯科）	日曜日、祝・休日9時30分～16時30分（診療は10時から）	医療保健センター（上野坂）☎6848-1661 庄内保健センター（島江町）☎6332-8558
 小児初期救急 （小児科）	月曜～金曜日（祝・休日を除く）18時30分～翌朝6時30分（診療は19時から） 土曜日（祝・休日を除く）14時30分～翌朝6時30分（同15時から） 日曜日、祝・休日8時30分～翌朝6時30分（同9時から）	豊能広域こども急病センター （箕面市萱野）☎072-729-1981

上記医療機関では、けが、骨折、やけど、異物の飲み込みは受診できませんので、症状により、以下の病院へ相談してください
▷上田病院（庄内幸町）〈内科・外科・整形外科〉☎6334-0831▷関西メディカル病院（新千里西町）〈内科・外科・整形外科〉☎6836-1199▷小西病院（曾根東町）〈外科〉☎6862-1701▷市立豊中病院（柴原町）〈内科・外科〉☎6843-0101▷豊中若葉会病院（東豊中町）〈内科・整形外科〉☎6856-9550

※救急診療日が決まっている科目もありますので、各病院に直接問い合わせてください

※適切な医療機関が分からない場合は、府救急医療情報センター☎6693-1199（24時間、365日対応）

 7月の献血

輸血用血液の安全性向上のため、本人確認ができるものの提示をお願いする場合があります。成分献血は実施していません。

⑥市献血推進協議会（社会福祉協議会内・岡上の町）☎6841-7335

▶千里阪急西側（新千里東町）＝4日（土）

▶阪急オアシス服部西店（服部豊町）＝11日（土）

▶阪急曾根駅前＝19日（日）

いずれも10時～16時30分（阪急曾根駅前）は16時まで。12時～13時は休み

ニュース
避難行動要支援者名簿
地域支援者への提供にご協力を
市は、災害時に自力で避難することが困難な避難行動要支援者の名簿を作成し、民生委員や校区福祉委員などの地域の支援者に提供しています。名簿登録者には、災害時の安否確認、必要に応じた避難所への避難・誘導などの支援のほか、日常の見守りや避難訓練を行います。災害時の迅速で安全な避難のため、名簿の提供にご協力をお願いします。
今年度新たに対象になる人に、7月下旬に同名簿申請書兼同意書を送ります。必要事項を記入し、同封の返信用封筒で8月31日（月）までに返送してください。
⑥長寿安心課 ☎6858・2237、障害福祉課 ☎6858・3282



交流・支え合いの場づくり

▼庄内会場Ⅱとよなか縁結実(庄内西町)
▼北緑丘会場ⅡUR北緑丘団地22号棟集会所(北緑丘) 申電話で日本地域統合人材育成機構 ☎6844・5711。いずれも先着順

医療・介護従事者などに贈るマスクづくり
リップを作ろう ありがとうの連鎖

時7月①水曜・金曜10時〜16時庄内会場②月曜・金曜13時〜16時北緑丘会場 ①看護師・北野真依子さん②看護師・安間陽子さんほか ②各10人 他マスクづくりの進呈あり
ええ声出して笑って肺を鍛えよう
予防体操

時7月10日(金)10時30分〜12時庄内会場、13時30分〜15時北緑丘会場 ②言語聴覚士・小西健太さん ②各5人
スタジオ縁結実

Web会議システムでオンライン交流
時7月11日(土)13時〜16時 所庄内会場
出看護師・重田由美さん



認定講師による脳のトレーニング

時7月15日(水)10時〜13時 所庄内会場
出健康生きがい大阪認定講師・山本直弘さん ②10人

お金も病気も予防が大切 お金の勉強会
時7月15日(水)13時〜16時 所庄内会場
出ファイナンシャルプランナー・平井寛さん ②10人

戦没者等遺族の特別弔慰金
請求受付窓口を再開

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため休止していた同窓口を再開しました。混雑が予想されるため、時間に余裕をもってお越しください。請求の受付期間は令和5年3月31日(金)までです。
関地域共生課 ☎6858・2220

二種混合ワクチンを
接種しましょう

二種混合(ジフテリア・破傷風)第2期定期接種は、11歳・12歳の人が対象です。

小学6年生の人に、お知らせはがきを送付しますので、忘れずにワクチンを接種しましょう。

関保健予防課 ☎6152・7329

薬と健康の週間
川柳・ポスター募集

①医薬品を正しく使うことの大切さを表した①川柳②ポスター。1人1作品 ②
①府在住か在勤の人②府在住か在学の小・中学生 ③入賞作品は啓発のために活用 ④住所、名前(ふりがな)、年齢、電話番号を書き、①ファクスで府薬剤師会 ☎6947・5480。同会HPからも申し込み可 ②〒540-0019大阪市中央区

和泉町1-3-8大阪府薬剤師会 ☎6947・5481へ郵送。いずれも9月5日(必着)

BBS会・更生保護女性会
会員を募集

①地域共生課 ☎6858・2219
豊中地区BBS会

①非行や罪を犯した少年・少女の相談、学習支援やレクリエーションの相手 ②
おおむね18歳〜30歳の人(大学生・専門学校生可)

豊中地区更生保護女性会

①女性の立場から地域の犯罪予防活動と、犯罪者や非行少年・少女の更生保護に協力し、犯罪のない明るい社会の実現をめざす ②同会の趣旨に賛同する女性

テイクアウトした食べ物は
すぐに食べましょう

食中毒を予防するため、飲食店のテイクアウトを利用するときは、保存温度に気を付けて、速やかに持ち帰り、早めに食べ切りましょう。

関衛生管理課 ☎6152・7320

高 齢 者

簡易型自動録音機を無料配布

特殊詐欺被害防止セミナー

時7月2日(木)・17日(金)・28日(火)14時〜、8日(水)・21日(火)10時〜 所くらしかん(北桜塚) ①特殊詐欺被害防止啓発と同

録音機の配布(1世帯1個・取り付け説明(30分) ②防犯機能付き電話機や留守録対応電話機を持っていない65歳以上の人がいる世帯 ③各開催日の2日前までに電話でくらし支援課 ☎6858・5073

認知症サポーター養成講座
認知症を知り地域をつくる

時7月9日(木)14時〜15時30分 所高川図書館(豊南町東) ①テキストやビデオで認知症について学ぶ ②15人 ③当日会場。先着順 関長寿安心課 ☎6858・2867

シルバー人材センター
地域入会説明会

時7月①10日(金)②13日(月)③16日(木)④20日(月)14時〜 所①千里公民館(新千里東町)②中央公民館(曾根東町)③蛸池公民館(蛸池中町)④すてつ(玉井町) ①同センターで行っている子どもの見守りや受け付け事務、駐車場・施設などの管理、屋内外軽作業などの仕事の説明と入会手続き ②市内在住の60歳以上で、働く意欲のある人 ③年会費2千500円、登録費500円 ④本人確認書類 ⑤関同センター ☎6856・1777



めくもりサロンとよなか

時 所 下表参照 対 満65歳以上、各15人
他 今年度初めて参加する人は、住所と年齢を証明できるものを持参し、申込書(緊急連絡先など)を記入。体操には動きやすい服装で来場。参加者は当日講座終了後に限り100円で会場の浴場に入浴可(ひまわりは無料) 申 各開催日の前日までにシルバー人材センター ☎6856・1777。定員に満たない場合は当日会場。いずれも先着順 関 長寿安心課 ☎6858・2236

地域教室

五感を刺激して認知症予防
旬の野菜のおいしい話

時 7月13日(月)10時～11時30分 所 光久農園(小曾根) 対 8人 申 電話で緑地地域包括支援センター高川分室 ☎7650・8513。先着順

知っていますか 夏の熱中症対策

時 7月14日(火)14時～15時 所 とよなか縁結実(庄内西町) 対 15人 申 電話で庄内地域包括支援センター幸町分室 ☎6336・0222。先着順

認知症予防教室

時 7月15日(水)10時30分～11時30分 所 中央公民館(菅根東町) 対 65歳以上、15人 申 電話で服部地域包括支援センター ☎6865・1278。先着順

認知症について考えてみませんか

時 7月17日(金)15時30分～17時 所 共同利用施設蛭池センター(蛭池中町) 内 認知

7月のめくもりサロンとよなか (各回要申し込み)

講座名(講師)	日時・場所
チェリストといっしょに 聴き歌い楽しもう 〈Compact Alone・久山薫さん〉	8日(水)13時30分～14時30分、幸福温泉(蛭池南町) ☎6855-4267
尺八とギターの合奏を 聴き歌い楽しもう 〈ギタリスト・野口弘さんほか〉	14日(火)14時～15時、障害福祉センターひまわり(稲津町) ☎6866-1011
バイオリンデュオの演奏 で歌い楽しもう 〈ランタナ・山下奈緒美さんほか〉	20日(月)11時30分～12時30分、極楽温泉(服部寿町) ☎6866-1126
笑いヨガで健康長寿 歌と笑いで免疫力上昇 〈歌う笑いヨガ講師・松井真理子さん〉	28日(火)14時～15時、障害福祉センターひまわり(稲津町) ☎6866-1011
自力整体とピラティスで 体を動きやすくしよう 〈自力整体ナビゲーター・金子史奈子さん〉	29日(水)13時30分～14時30分、幸福温泉(蛭池南町) ☎6855-4267

豊中じいさんとセンターシニアの日 座ってできる転倒予防体操

時 7月16日(木)14時～15時30分 所 豊中じいさんとセンター(庄内東町) 対 おおむね60歳以上、10人 申 7月1日(水)から電話でシルバー人材センター庄内支所 ☎6151・5100。先着順



地域交流事業

所 人権平和センター豊中老人憩の家(岡町北) 対 60歳以上①各20人②各15人 申 ①各開催日の前日まで②7月3日(金)9時30分から、とよなか人権文化まちづくり



認知症高齢者 家族教室

時 8月3日(月)13時30分～15時30分 所 くらし一般・19 人権・平和23 文化・23 スポーツ26 募集33 相談の窓口34

り協会 ☎6841・5300。いずれも先着順
①ほつとス
時 第1～第4金曜日(祝日を除く)13時30分～15時 対 歌や工作・ゲームをして楽しむ
②楽しい音読講座
時 7月21日(火)・9月15日(火)・11月17日(火)・令和3年1月19日(火)・3月16日(火)13時30分～15時 対 文字を読みながら声を発することで脳過労を予防し、気持ちをリフレッシュする 出 朗読家・江口真理子さん



元気に介護予防運動教室

時 間 9月17日～10月15日の木曜日(5回)
10時～11時 所 豊島体育館(服部西町)
内 歩行に必要な筋肉のバランス改善体操
やストレッチほか 関 おおむね50歳以
上、10人 料 2千500円 申 7月9日(木)か
ら同館 6862・5121。先着順

100歳を迎える高齢者に
敬老の日のお祝いをします

7月初旬に案内を送ります。国からの
記念品などは9月から10月中に郵送しま
す。

対大正9年4月1日～大正10年3月31日
に生まれた人 関長寿安心課 6858
・2707

老人医療の医療証を更新

現在、老人医療(一部負担金相当額等
一部助成)医療証を持っている人に、8
月1日(土)からの新しい医療証(黄色)を、
7月下旬に送ります。



保険・年金・税

国民年金

国民年金保険料の納付が
免除される場合があります

経済的な理由により国民年金保険料の

医療機関で受診するときは、窓口で新
しい医療証を健康保険証に添えて提示し
てください。

なお、この制度は令和3年3月31日(水)
で終了します。
関 保険給付課 6858・2295

障 害 者

発達障害で悩む人をサポート
専門相談窓口があります

発達障害またはその疑いがあり、日常
生活での不便さやひきこもりなどの悩み
を抱えるおおむね18歳以上の人や家族か
らの相談に専門家が対応します。必要に
応じて、個別・集団・訪問などの支援を
行います。

▼相談窓口からぶらす(障害福祉センタ
ー)ひまわり内・稲津町 6335・7
677 関 6866・0811 月曜～金
曜日(祝・休日を除く)9時～17時15分

納付が困難な場合、保険料の全額か一部
(4分の3、半額、4分の1)が免除また
は猶予される制度があります。

この制度は、本人、配偶者、世帯主
(免除のみ)の所得審査が必要です。

申請は、保険料の納付が可能な過去2
年1カ月分まで遡及できますが、申請が
遅れると障害年金などを受け取れない場
合があるので、早めに申請してください。



なお、大学・短大・高等専門学校など
の学生には学生納付特例制度があります
(学生証などが必要。対象外の学校あ
り)。新型コロナウイルス感染症の影響
で納付が困難な場合は、臨時の特例免除
申請も可能です。(関連記事2・3ページ)
▼老齢基礎年金額の算定 Ⅱ 保険料を全額
納めた期間を1として、全額免除は2分
の1になるほか、承認を受けた免除割合
に応じて算定(一部免除は納付すべき保
険料を納めた場合の期間。納付猶予は、
算定額に含まれない)。免除・納付猶予
が承認された期間は追納することで年金
額に反映可
申 年金手帳がマイナンバーカード、印鑑
(認め印可)を持って国民年金係、庄内
(庄内幸町)・新千里(新千里東町)の各出
張所。失業による特例の免除または納付
猶予の申請は、雇用保険の離職票や受給
資格者証など失業した日を証明できる公
的機関の書類が必要 関 同係 6858
・2264、豊中年金事務所 6848
・6831

後期高齢者医療制度保険料 均等割額軽減の基準

所得要件	均等割額の軽減割合		令和2年度の軽減後 の均等割額(年額)
	平成31年度	令和2年度	
総所得金額(注1)の合計が33万円以下の世帯	8.5割	7.75割	12,174円
うち、被保険者全員の年金所得合計が80万円以下の世帯	8割	7割	16,233円
総所得金額の合計が33万円+(28万5千円(注2)×被保険者の数)以下の世帯	5割	5割	27,055円
総所得金額の合計が33万円+(52万円(注3)×被保険者の数)以下の世帯	2割	2割	43,288円

(注1) 前年の総所得金額および山林所得金額ならびに他の所得と区分して計算される所得の金額の合計額から基礎控除額(33万円)を控除した額

(注2) 平成31年度は28万円

(注3) 平成31年度は51万円

令和2年度から、保険料の均等割額の
軽減割合が、左表のとおりになります。
関 保険資格課 6858・2301

ニュース
後期高齢者医療制度保険料
軽減割合を見直します

保 険