

10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。



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

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11月10日(火)中部保健センター(岡上の町)、11月19日(木)庄内保健センター(島江町)、11月24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11月19日(木)13時30分～15時30分 所中部保健センター(岡上の町) 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産後の話 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①11月9日(月)中部保健センター(岡上の町) ②11月27日(金)庄内保 健センター(島江町)。いずれも13時15分～ 対生後4カ月・5カ月ご ろの子どもの保護者、①20人②10人	申10月15日(木)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①11月10日(火)中部保健センター(岡上の町) ②11月27日(金)庄内保 健センター(島江町)。いずれも13時15分～ 対生後8カ月・9カ月ご ろの子どもの保護者、①20人②10人	
すくすく よい歯の教室		時所11月18日(水)千里保健センター(新千里東町)、11月25日(水)中部保健 センター(岡上の町)。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10月28日(水)・11月12日(木)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歳未満の子どもと保護者、各8組 申10月8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	

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。

イベントなどに参加する
ときは、検温やマスク着用
などの感染対策にご協力く
ださい。

最新情報は、市HPをご
覧ください。



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



子どもの 定期予防接種 (推奨スケジュール)

予防接種手帳(出生届受付の約1カ月後に郵送)などと併せて確認し、市HPに記載の医療機関で予約の上、接種。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。豊中市の予診票を持っていない人、市外で予防接種を希望する人(要事前申請)、予防接種の相談は、保健予防課(保健所内・中桜塚)☎6152-7329に連絡してください。(関連記事18ページ)

ワクチン (対象疾病)		年齢																			
		接種対象年齢				望ましい接種年齢				※①～④は接種回数と接種タイミング例 ※→は複数回接種するワクチンの、次の接種までの間隔											
		2 カ 月	3 カ 月	4 カ 月	5 カ 月	6 カ 月	7 カ 月	8 カ 月	9 カ 月	10 カ 月	11 カ 月	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳	7 歳	7 歳 半		
ロタ 【生】	ロタ リックス	①→② 27日以上				1回目は14週6日 までに接種				出生6週0日～24週0日まで											いずれかを 選んで接種
	ロタ テック	①→②→③ 27日以上				1回目は14週6日 までに接種				出生6週0日～32週0日まで											
B型肝炎 【不活化】		①→② 27日以上				③ ①から139日(20週、約5カ月)以上															接種開始年齢により 接種回数が異なります
ヒブ (インフルエンザ菌b型) 【不活化】		①→②→③ 27日以上(標準的 には27日～56日)				1回目～3回目は1歳までに接種				④ 7カ月以上 (標準的には7カ月～13カ月未満)											
小児用 肺炎球菌 【不活化】		①→②→③ 27日以上				1回目～3回目は2歳までに接種				④ 60日以上				4回目は1歳以降に接種 (標準的には1歳～1歳3カ月)							
四種混合 (ジフテリア・破傷風・百日せき・ポリオ) 【不活化】		①→②→③ 20日以上(標準的 には20日～56日)				1回目～3回目は2歳までに接種				④ 6カ月以上(標準的には 12カ月～18カ月未満)											
BCG(結核) 【生】		①																			
麻しん風しん (MR) 【生】		第1期：1歳になったらできるだけ早く 第1期 ① 第2期 ② 第2期：小学校入学前の1年間。令和2年度は平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの子どもの対象																			
水痘 (水ぼうそう) 【生】		①→②				3カ月以上 (標準的には6カ月～12カ月)															
日本脳炎 【不活化】		第1期				標準的には①は3歳から、③は4歳				①②→③				6日以上(標準的 には6日～28日) 6カ月以上 (標準的には1年後) 第2期 9歳～13歳未満に1回接種							
		【接種機会を逃した人の特例措置】 ・平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの人は、20歳になるまで定期接種可能 ・平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人は、第1期末接種分を第2期の対象年齢時(9歳～13歳未満)に接種可能																			

▶【不活化】=不活化ワクチン、【生】=生ワクチン。連続して生ワクチン(ロタを除く)を接種する場合は、中27日以上の間隔を空ける。
▶上記表は7歳半までの定期接種です。それ以降の年齢の定期接種については予防接種手帳、市HPなどで確認してください。

>>>成人健診（健診の種類・検査項目の詳細などは奇数月に掲載）

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。なお、肺がん検診を除く集団検診は、現在新規受付を休止しています。
個別健診は各取扱医療機関（一覧は市HPで閲覧可）へ直接申し込み 問健康政策課☎6858-2291

健診名	内容・対象・費用ほか
肺がん検診(集団検診)	時11月21日(土)9時～11時 所大阪刀根山医療センター(刀根山) 内胸部エックス線撮影 対40歳以上、70人 申健診受付専用ダイヤル☎0570-00-2291(月曜～金曜日9時～17時15分)。先着順

>>>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	内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 〈午前〉9時30分～11時30分(診療は10時から) 〈午後〉13時～16時30分	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)

中部保健センター・保健所
☎6858-2293・☎6152-7307
岡上の町2-1-15・中桜塚4-11-1



庄内保健センター
☎6332-8555
島江町1-3-14-101



医療保健センター
☎6848-1661
上野坂2-6-1



千里保健センター
☎6873-2721
新千里東町1-2-2





ニュース 子どもの定期予防接種 遅らせず接種を

定期予防接種は、感染しやすい年齢を考慮して接種年齢を定めているため、推奨スケジュールに合わせた接種が大切です。予防接種を遅らせることで、免疫がつくのが遅れ、新型コロナウイルス感染症以外の重い感染症にかかる危険性が高まります。定期予防接種取扱医療機関に予約の上、接種してください。

問 保健予防課 ☎ 6152・7329

(関連記事16ページ)

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 いずれも電話で日本地域統合人材育成機構 ☎ 6844・5711。先着順

手ぶらでクラフト

時 10月2日(金)10時～12時 所 庄内会場

出 看護師・安間陽子さん 対 6人 ￥実費(材料費)

マスクグリップを作ろう

ありがとうの連鎖

時 10月の①水曜・金曜日10時～16時

庄内会場②月曜・金曜日13時30分～16時

北緑丘会場。いずれも祝・休日を除く

出 ①看護師・北野真依子さん②看護師・池田美佐代さん 対 各5人 他 マスクグリップの進呈あり

ええ声出して笑って肺を鍛える予防体操

時 10月9日(金)10時30分～12時 庄内会場

場、13時30分～15時北緑丘会場 出 言語聴覚士・小西健太さん 対 各5人

集いの場 スタジオ縁結実

時 10月10日(土)13時～16時 所 庄内会場

出 看護師・重田由美さん

脳のトレーニング

時 10月10日(土)13時30分～15時 所 北緑丘会場

出 健康生きがい大阪認定講師・山本直弘さん 対 5人

お金も病気も予防が大切

時 10月21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 対 5人

ももの会

若年認知症本人・家族の集い

時 10月13日(火)13時30分～14時30分 所 すこやかプラザ(岡上の町) 内 交流、情報交換ほか

対 若年認知症の人や家族ほか、5人 申 電話で中央地域包括支援センターほつと ☎ 6841・9384。先着順

ひきこもりUX女子会

時 10月18日(日)14時～16時30分 所 千里文化センター「コロボ」(新千里東町) 内 元

ひきこもり当事者などによる体験談とグループトーク 対 ひきこもり状態にある

など生きづらさを抱えている女性、35人。体験談のみ家族や支援者も可(女性のみ) 申 10月17日(土)までに府青少年課

HPから申し込み。先着順 問 ぐらし支援課 ☎ 6858・6870

10月は里親月間です

府では、家庭で暮らせない子どもを迎え入れて育てる、はぐくみホーム(養育里親を募集しています。

問 府池田子ども家庭センター ☎ 072・751・2858

ミニ相談会・パネル掲示

時 10月20日(火)・21日(水)・22日(木)10時～16時

所 市役所第二庁舎 内 はぐくみホームの資料・情報の展示、里親に関する説明・相談 問 キーアセット ☎ 6720・6811

個別相談会

時 10月25日(日)・30日(金)13時～16時 所 ちえすなつと(岡町南) 内 里親に関する説明・相談 申 10月24日(土)までに翼 ☎ 210・6661

とよなががんサロン

時 10月22日(木)13時30分～14時 所 市立豊中病院(柴原町) 内 患者・家族の情報交換、交流ほか 対 がん患者や家族、12人 申 同病院 ☎ 6843・0101。先着順

オンライン開催

ひきこもりの家族交流会

時 10月23日(金)15時～16時(初参加の人は別途オリエンテーションあり) 内 同じ

悩みを抱える家族同士で思いを語り、情報交換 対 家族のひきこもりに悩んでいる人、6人 他 ウェブ会議システムを使用 申 10月16日(金)までに障害福祉センタ

1 ひまわり(稲津町) ☎ 6866・1011。ファクス可(催し名、名前、住所、電話番号、ファクス番号を記入) ☎ 6866・0811。先着順

本当は怒りたくない人のための

アンガーマネジメント講座

時 10月25日(日)10時～11時30分 所 すこやかプラザ(岡上の町) 出 日本アンガーマネジメント協会認定アンガーマネジメントファシリテーター・島田妙子さん 対 子どもの保護者、20人 申 10月12日(月)までに、催し名、名前、住所、電話番号、保育希望有(子どもの名前・年齢)・無を書き、ファクスでも相談課 ☎ 6852・5422。市HPからも申し込み可。抽選あり 問 同課 ☎ 6852・5172 必要申し込み

10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。

問 市献血推進協議会(社会福祉協議会内・岡上の町) ☎ 6841-7335

▶ コープ東豊中(東豊中町) = 14日(水)

▶ グルメシティ庄内店(庄内西町)・千里阪急西側(新千里東町)・すこやかプラザ前(岡上の町) = 20日(火)

いずれも10時～16時30分(12時～13時は休み)

動画配信による講演会

大切な人と死別したときに

▼配信期間 10月26日(月)・27日(火)・28日(水)
関関西学院大学教授・坂口幸弘さんによる「死別によって生じる心身などの反応、悲嘆のプロセス、回復に向けたケア」
※身近な人を亡くした人やその周囲の人 10月2日(金)～16日(金)に電話で保健予防課 ☎6152・7315

終活に向けて一緒に考えてみませんか

10月27日(火)13時30分～15時 所すこやかプラザ(岡上の町) 内容 成年後見制度や死後事務委任などの終活にまつわる制度の話 出空き家サポートセンター ☎10人 申電話で後見サポートセンター ☎6841・9382。先着順

市立豊中病院 公開講座 がんゲノム医療と手術支援ロボット

11月7日(土)14時～16時 所千里ライフサイエンスセンター(新千里東町) 内容 同病院医師によるがんゲノム医療と手術支援ロボットを使ったがん治療についての講演 対100人 他後日、市HPで同講座の動画配信あり 申10月21日(水)までに電話で同病院 ☎6843・0101か、ファクスかはがき(10月21日(水)必着)に、催し名、名前、住所、電話番号、手話通訳が必要な人はその旨を書き、〒560-8565(住所不要)がん相談支援センター ☎6858・3602。先着順

共同募金にご協力を

10月1日(水)から、共同募金運動を行います。高齢者・障害者・子どもなどの施設、社会福祉協議会などの民間社会福祉団体に配分され、活用されます。
豊中地区募金会 ☎6841・7335

乳幼児健診に従事する 保健師の募集

※保健師免許がある人、若干名 他謝礼あり 母育保健課(岡上の町)で配布の申込用紙(市HPからも取り出し可)で同課 ☎6873・2721

在宅ねたきり者などの 訪問歯科診療

10月火曜～金曜(祝・休日、12月29日～1月3日を除く)13時～15時 所申し込み後、歯科衛生士が訪問して口の中や体の状況を聞き取り。その後、歯科医師が診療に訪問 内容 家庭で寝たきりなどで通院が困難な人が、市内の病院に入院中で寝たきりの人 費用 実費(医療保険などを適用) 申医療保健センター ☎6848・1661

日赤活動資金募集の結果

5月から実施した日本赤十字社活動資金募集の豊中市地区の結果は、8月末現在で1千96万9千402円です。災害や紛争による被災者の救援活動、医療・血液事業の充実、幼児安全法・救急法などの普及に活用されます。ご協力ありがとうございました。

高 齢 者

地域ささえ愛ポイント事業 活動登録者 募集説明会

10月5日(月)・27日(火)・11月2日(月)・24日(火)10時～12時 所すこやかプラザ(岡上の町) 内容 介護施設などで行った高齢者支援などの社会貢献活動の実績に対して換金できるポイントを付与 対65歳以上の介護保険第1号被保険者、各10人 申社会福祉協議会 ☎6848・1000。先着順

ございました。
関日赤豊中市地区 ☎6841・7335

ぬくもりサロンとよなか

※左表参照 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10月1日(木)9時～5日(月)17時にシルバー人材センター ☎070・1350・6469。抽選あり。定員に満たない場合は各開催日前日まで受け付け、先着順。1人1講座のみ 関長寿安心課 ☎6858・2236

10月のぬ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
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)	12日(月)13時～14時、七福温泉(大黒町) ☎6331-3192
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)	13日(火)14時～15時、障害福祉センターひまわり(稲津町) ☎6866-1011
自力整体で自然治癒力を 高めよう (自力整体ナビゲーター・佐倉裕美さん)	14日(水)13時30分～14時30分、幸福温泉(埴池南町) ☎6855-4267
中高年向け バラエティヨガで楽しもう (バランスヨガ講師・松村千鶴子さん)	19日(月)11時30分～12時30分、極楽温泉(服部寿町) ☎6866-1126
自力整体で筋肉を整え若返ろう (自力整体ナビゲーター・秋山あゆみさん)	27日(火)14時～15時、障害福祉センターひまわり(稲津町) ☎6866-1011
ギター演奏を 聴いたり歌ったりしよう (ギターデュオ・エレベーターズ・沼田翔さんほか)	28日(水)13時30分～14時30分、幸福温泉(埴池南町) ☎6855-4267

記号の説明

時=日時 所=場所 内=内容 出=出演・講師・指導 対=対象・定員 費=費用・参加費。明記しないものは無料
持=持ち物 他=その他 申=申し込み 問=問い合わせ 保=保育あり(有料) 連=連続で参加が必要 HP=ホームページ



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 所 10月7日(水)10時～中央公民館(曾根東町)、10月7日(水)14時～庄内公民館(三和町)、10月9日(金)10時～蛸池公民館(蛸池中町)、10月9日(金)14時～千里公民館(新千里東町)、10月13日(火)10時～くらしかん(北桜塚) 内 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) 外 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 申 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 所 10月8日(木)14時～15時30分 所 庄内図書館(三和町) 内 テキストやビデオで認知症について学ぶ 外 15人 申 当日会場。先着順 関 長寿安心課 ☎6858・2867

女性シニアのための健康講座 楽しく働き元気に過ごそう

時 所 10月12日(月)14時～16時 所 すてっぴ(玉井町) 内 女性シニアも活躍するシルバー人材センターの仕事や同好会の紹介、健康で心地よく過ごすためのヨガストレッチ講習ほか。終了後に茶話会あり 出 ヨガ講師・末永悦子さん 外 60歳以上の女性、25人 申 10月2日(金)から同センター ☎6856・1777。先着順

司法書士による高齢者のお悩み相談会 in 熊野田分室

時 所 10月13日(火)・11月10日(火)13時～16時 所 中央地域包括支援センター熊野田分室 ほか(中桜塚) 内 リーガルサポート大阪支部司法書士による成年後見制度などの個別相談(1組50分) 外 各3組 申 電話で同分室 ほか ☎4865・5160。先着順

地域教室

認知症予防教室

時 所 10月14日(水)10時30分～11時30分 所 中央公民館(曾根東町) 外 65歳以上、15人 申 電話で服部地域包括支援センター ほか ☎6865・1278。先着順 ケアマネジャーさんってどんな人

時 所 10月15日(木)13時30分～14時30分 所 豊中倶楽部自治会館(玉井町) 内 ケアマネジャーの仕事やヘルパーとの違いについて、介護保険サービスの具体例を交えて学ぶ 外 7人 申 電話で中央地域包括支援センター ほか ☎6841・9384。先着順

オレオレ詐欺と成年後見制度

時 所 10月16日(金)13時30分～15時 所 介護老人保健施設かがやき(刀根山元町) 内 特殊詐欺の防止と被害に遭ったときの対応を学ぶ 外 市在住の65歳以上、15人 申 電話で柴原地域包括支援センター ほか ☎6850・3451。先着順

民館(三和町) 内 特殊詐欺や悪質商法の手口と対策 外 高齢者と家族、20人 申 電話で庄内地域包括支援センター ほか ☎6335・0787。先着順

ながら体操で元気に

時 所 10月28日(水)14時～15時 所 千里文化センター「ニッポ」(新千里東町) 出 千里中央病院作業療法士・大山勝範さん 外 15人 申 電話で千里地域包括支援センター ほか ☎6155・1030。先着順

お部屋で簡単シニアヨガ

時 所 10月28日(水)14時～15時 所 ノ切温水プール(東豊中町) 出 ピグマリオンヒュッテ上野・森木有美子さん 外 15人 申 電話で少路地域包括支援センター ほか ☎6854・7878。先着順

3密避けて歌体操 気分もアップ 筋力もアップ

時 所 10月29日(木)11時～12時 所 高川複合施設(豊南町東) 内 歌のリズムに合わせた頭と体の運動 外 10人程度 関 電話で緑地地域包括支援センター高川分室 ほか ☎7650・8513。先着順

原田介護予防センター

OSJカルチャアカデミア

所 同センター(原田元町) 外 65歳以上の人 申 10月1日(木)10時から同センター ☎6843・5225。先着順

カラダ・ゆがみバランス測定会

時 所 10月15日(木)14時～16時 出 ニッタイ・コンディショニングアドバイザー 外 20人 ¥500円

カラダ・ゆがみバランス改善体操教室

時 所 11月～3月の第1・3木曜日(10時～14時・15時30分) 初日と最終日は16時まで 出 ニッタイ・コンディショニングアドバイザー 外 65歳以上の人と家族、20人 ¥7千円

初心者でも安心 初級パソコン講座

時 所 11月～3月の第2・4火曜日(2月23日は24日(水)に振り替え。10回) 14時～15時30分 内 文字の入力方法、ワード・エクセル操作、簡単な音楽・画像編集 外 5人 ¥6千円

椅子に座りながら無理せずできる健康ヨガ教室

時 所 11月～3月の第2・4火曜日(2月23日は24日(水)に振り替え。10回) 14時30分～15時30分 出 日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士・金村貴子さん 外 20人 ¥8千円

アロマでお肌健康講座

時 所 11月13日(金)14時～15時30分 内 肌と体の健康についての話、アロマオイルを使った化粧水などの手作り体験 出 福祉アロマケア心香・芳崎欣子さん 外 10人 ¥5千円



今日行く教養講座

きこえるって楽しい

時10月14日(水)14時～15時30分 所千里介護予防センター(新千里東町) 内聞こえと補聴器の基礎知識 出ヒヤリングアイト代表取締役・園原裕将さん 対65歳以上、30人 申10時～16時に同センター 6831・0590。先着順

元気に介護予防運動教室

時連10月22日～11月19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 対おおむね50歳以上、10人 2千500円 申10月15日(休)から同館 6862・5121。先着順

シルバー人材センター 地域入会説明会

時10月①23日(金)②29日(木)。14時～ 所①千里(新千里東町)②中央(曾根東町)の各公民館 内同センターで行っている植木剪定や除草、駐車場・施設などの管理、屋内外の軽作業の仕事の説明と入会手続き 対市在住の60歳以上で、働く意欲のある人 会費(下半期分)千250円、登録費500円 持本人確認書類 問同センター 6856・1777

障害者

障害者医療証を更新

現在、障害者医療証を持っている人に、11月1日(日)からの新しい同証(オレンジ色)を、10月中旬に送ります。

医療機関で受診するときは、新しい同証を健康保険証に添えて提示してください。

対▽身体障害者手帳1・2級または療育手帳Aを持っている人▽身体障害者手帳3～6級と療育手帳B1の両方を持っている人▽精神障害者保健福祉手帳1級を持っている人▽特定医療費(指定難病)受給者証または特定疾患医療受給者証を持っている人、障害年金(特別児童扶養手当)1級に該当している人または市が指定する障害認定医より障害年金1級相当の認定を受けた人 問保険給付課 6858・2295

ひまわり地域交流事業 ひまわりひろば

時10月9日(金)14時～15時 所障害福祉センター

保険・年金・税

税

ニュース 税証明書の発行窓口が 変わりました

「納税証明書(市府民税・法人市民税・固定資産税・軽自動車税)」「未納のない証明書」「酒類販売(製造)免許の申請についての特記事項」と、固定資産税の「評価証明書」「課税証明書」「台帳記載証明書、

年金からの市・府民税の 特別徴収

65歳以上の人の公的年金などに係る市・府民税の納付は、年金からの引き落とし(特別徴収)となっています。10月・12

「住宅用家屋証明書」「生産緑地に関する証明書」などは市民税課で発行します。また、「住宅用家屋証明書」と「生産緑地に関する証明書」以外は、庄内(庄内幸町)・新千里(新千里東町)の各出張所で引き続き取得できます。

問同課 6858・2447

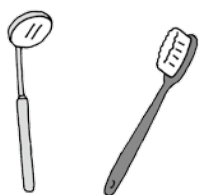
月・2月の納付額は、令和2年度の公的年金などに係る年税額から仮徴収(4月・6月・8月)分を除いた額の3分の1ずつです。

今年度から新たに対象となる人は、2回(6月・8月)の個人納付と3回(10月・12月・2月)の年金からの特別徴収による納付となります。詳しくは6月に送付した市・府民税納税通知書をご覧ください。

問市民税課 6858・2131

障害者(児)の歯の治療

時歯火曜・木曜日は医療保健センター(上野坂)、水曜日は庄内保健センター(島江町)。いずれも祝・休日、12月29日～1月3日を除く14時～16時(要申し込み) 対一般歯科医院で診療困難な障害者(児) 実費(医療保険などを適用) 申医療保健センター 6848・1661



ンターひまわり(稲津町) 内EIKOWクレレ教室主宰・高木映子さんによるウクレレの演奏 対30人 申10月1日(休)から電話でひまわり 6866・1001 1. ファクス可(催し名、住所、名前、電話番号かファクス番号を記入) FAX 6866・0811。先着順