

今月の相談

相談は全て無料です。「要予約」のものは事前の申し込みが必要です。詳しくは、お問い合わせください。

相談名	とき	ところ	予約・その他
法律相談	毎週水曜日（祝日は除く）、 午後1時～4時	市役所1階市民相談室	要予約（内線182）、定員6人（第4水曜日は12人） ※同一年度内で2回利用可（同一案件での2回利用はできません）。
	第1・3水曜日（祝日は除く）、 午後1時～4時	金剛連絡所2階	
市民相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時30分	市役所1階7番窓口	電話相談も可（内線182、184）
	毎週水曜日（祝日は除く）、 午後1時～4時	金剛連絡所1階	事前予約、電話相談も可【☎(29)1401】
行政相談	17(木)、午後1時～4時	市役所1階市民相談室	国への要望や苦情などを行政相談委員に相談 要予約、電話相談も可（内線182）
司法書士相談	15(火)、午後1時～4時	市役所1階市民相談室	要予約（内線182）、定員6人 ※同一年度内で1回利用可。
人権なんでも相談	25(金)、午後1時～4時	市役所1階市民相談室	当日電話相談も可（内線187）、人権擁護委員による相談、 問い合わせ（内線471）
女性の悩み相談	①1(火)、9/5(火)、午前9時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分、②8/10(木)、午前10時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分、③19日(土)、午前9時30分～11時30分	すばるホール3階男女共同 参画センター	電話相談も可、要予約（内線472）、女性カウンセラー による相談、定員は①は各5人、②は4人、③は2人
人権相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時	市人権協議会 (人権文化センター内)	事前予約、電話相談も可【☎(24)3700】
生活相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時	市人権協議会 (人権文化センター内)	事前予約、電話相談も可【☎(24)3700】
にじいろホットライン	第1・2・3土曜日、午前10時～午後3時	—	電話相談のみ【☎(20)0285】、LGBTQに関する相談
保育士による育児相談	第2・4月曜日（祝日は除く）、 午後1時～3時	レインボーホール (市民会館)2階	要予約【☎(26)1233】、定員3組
ひとり親家庭相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時15分	市役所2階子ども未来室	要予約、電話相談も可（内線204）
家庭児童相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時30分	市役所2階子ども未来室	電話相談も可（内線206～208、289）
発達相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時15分	市役所2階子ども未来室	要予約、電話相談も可（内線209）
子育て相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時	児童館	電話相談も可【☎(25)0666】
健康相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時30分	保健センター	要予約【☎(28)5520】、生活習慣病や栄養・禁煙など についての相談 ※栄養相談は日時が決まっています。
福祉なんでも相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時30分	総合福祉会館、市役所2階 23番窓口、金剛連絡所2階	コミュニティソーシャルワーカー（CSW）による福祉に関 するあらゆる相談
自立支援相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時30分	市役所2階23番窓口、金剛 連絡所2階	電話相談も可（内線274）
市民公益活動相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後9時	市民公益活動支援センター	要予約【☎(26)7887】 ※事前予約により土・日曜日、祝日の相談も可。
農業相談	4(金)、9/5(火)、午後1時～3時	市役所4階農業委員会	事前予約も可（内線431）
商工相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時15分	商工会館2階	経営指導員などによる相談【☎(25)1101】
日本政策金融公庫相談	9(水)、午後1時30分～3時30分	商工会館2階	要予約【☎(25)1101】
消費生活相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～正午、午後1時～4時	市消費生活センター (市役所1階市民相談室横)	電話相談のみ（内線186、188）、専門相談員による相談、 消費者ホットライン【☎(局番なし)188】
就労支援相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時	市就労支援センター (人権文化センター内)	就労支援コーディネーターによる雇用・就労についての相談 問い合わせ 市人権協議会【☎(24)3700】
お出かけ就労支援相談	22(火)、午後1時30分～4時	市役所1階市民相談室	就労支援コーディネーターによる雇用・就労についての相談 問い合わせ 市人権協議会【☎(24)3700】
若者の就労相談	月～金曜日（祝日は除く）、 午前10時～午後5時	南河内地域若者サポートス テーション	要予約、南河内地域若者サポートステーション（常盤町3 の17の501）【☎(26)9441】
労働相談	10(木)、午後2時～5時	市役所1階市民相談室	当日電話相談も可（内線187）、社会保険労務士による相談 ※予約優先（相談日の1週間前までの予約により通訳付き の労働相談も可）。 問い合わせ（内線481）
チャイルドライン	毎日、午後4時～9時	チャイルドライン支援セン ター	18歳までの子どもの声を聴き、その気持ちに寄り添います 【☎0120(99)7777】 ※チャットでの相談もあり。
若者お悩み相談	祝日を除く毎日、 午前9時～午後8時	トピック(きらめき創造館)	月～金曜日、午後6時～、土・日曜日の終日は、ロビースタッ フによる相談
ひきこもり相談	24(木)、午後1時～2時30分、午後2時30分～4時	トピック(きらめき創造館)	要予約【☎(26)8056】、定員各1人、カウンセラーによる 相談
進路相談(奨学金)	月～金曜日（祝日は除く）、 午前9時～午後5時30分	市役所3階教育指導室	当日電話相談も可（内線363、364）
こころの電話相談	毎週水曜日（祝日は除く）、 午前10時～午後3時30分	—	電話相談のみ【☎(25)8264】

保健医療

子育て

相談

くらし

ゆとり



講座・催し

通所型サービスC「やっここ！」

①10月4日～12月20日の毎週水曜日、午後1時30分～3時30分(全12回)

場エコール・ロゼ

内健康寿命を伸ばすための簡単な運動や脳トレ、介護予防の講話など

対65歳以上で要支援1または2の認定を受けた人、または事業対象者(基本チェックリストで該当する人)
※参加には担当ケアマネジャーからの申し込みが必要です。担当ケアマネジャーがいない場合は高齢介護課にご相談ください。

定12人 費無料

持飲み物、運動できる上靴

申8月7日(月)～、電話で、株式会社COSPAウエルネス【☎06(6262)6926】へ(申し込み先着順)

いきいきシニアの通いの場「い・こ・か」

ロコトレ体操や創作活動などを楽しみながら、一緒に過ごしませんか。

①9月7日、21日、10月5日、19日、11月2日、16日、いずれも木曜日、午後1時～3時(全6回)

場かがりの郷

内市内在住で、介護予防に関心がある65歳以上の人

定10人

費1回300円(当日徴収)

持上靴、飲み物

申8月10日(木)、午前9時30分～、かがりの郷へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

こころの健康講座

①8月30日(水)、午後2時～4時

場富田林保健所

内ギャンブルなどの依存症の理解と対応について

対富田林保健所管内(富田林市、河内長野市、大阪狭山市、太子町、河南町、千早赤阪村)に在住・在勤の人

定30人 費無料

講師 入来 晃久さん(精神科医)

申8月7日(月)～23日(水)に、ファクスまたはメールに氏名、住所、電話番号を記入し、同保健所精神保健福祉チーム【☎(23)2684・FAX(24)7940・✉tonhoseishinhoken@gbox.pref.osaka.lg.jp】へ(申し込み先着順、電話申し込み可)



募集

学習支援ボランティア募集

放課後に小学生を対象として実施している学習支援に参加していただけるボランティアを募集します。

活動期間 令和6年3月まで

内小学生の学習支援に関心のある大学生

場生涯学習課【☎(26)8056】

※詳しくは、市ウェブサイト(生涯学習課のページ)をご覧ください。



相談

こどもの人権110番相談

法務省の人権擁護機関では「こどもの人権110番」を設置しています。

強化週間として、いじめや不登校、体罰、児童虐待などこどもの人権問題についての相談を実施します。相談は無料で、秘密は厳守します。

①8月23日(水)～8月29日(火)、午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時)

相談専用電話【☎0120(007)110】、
こどもの人権SOS-eメール【<https://www.jinken.go.jp/kodomo>】、
LINE人権相談【LINE公式アカウント@snsjinkensoudan】
場大阪法務局人権擁護部【☎06(6942)9496】

男性のための性被害相談

性暴力、性被害に遭うのは女性だけではありません。男性も被害を受けています。

府では、「おおさか男性の性被害相談」を実施しています。相談は無料で、男性の相談員が常駐しています。

電話番号【☎06(4303)4011】

実施日時 金曜日(月2回)、午後4時30分～8時

※詳しくは、府ウェブサイトをご覧ください。

場府治安対策課【☎06(6944)7506】

広告枠



税

個人事業税納税通知書を送付

8月1日(火)に、納税通知書と第1期分および第2期分の納付書をまとめて送付しますので、それぞれの納付書で納期限までに納めてください。
納期限 第1期分=8月31日(木)、第2期分=11月30日(木)
 ※納付には口座振替制度が便利です。
 岡南河内府税事務所【☎(25)1131】

今月は市・府民税の第2期分の納期です

納付には便利な口座振替のご利用を！

市税納付書に記載の金融機関・コンビニエンスストア・PayPay・LINE Pay・au PAY・d払い・J-Coin Pay・楽天ペイ・モバイルレジ(インターネットバンキングによる支払い)などで納付期限までに納めてください。

口座振替は、市税取扱金融機関での手続きの他、収納管理課や金剛連絡所で手続きをすることもできます(ペイジー口座振替受付サービス)。手続きに必要な持ち物や対応している金融機関など詳しくは、収納管理課(内線122)へお問い合わせください。

◆固定資産税 都市計画税	◆市・府民税	◆軽自動車税 (種別割)
第1期：5月	第1期：6月	全期：5月
第2期：7月	第2期：8月	※同一名義で登録されている全台数の振替になります。
第3期：9月	第3期：10月	
第4期：12月	第4期：1月	



上下水道

水道の漏水にご注意を

水道水の使用量が増加する原因の一つに、漏水が考えられます。漏水は、初めのうちはわずかでも、

その量は日ごとに多くなっていきます。貴重な水が無駄になり料金も高額になるため、水道メーターを確認し、水道を使用していないのに水道メーターが回っているときは、漏水の疑いがありますのでお知り合いの市指定業者または市管工事業協同組合【☎0120(032)497】へご相談ください。

安心して水道をお使いいただくために

夏休みなどで長期間留守にしたり、本市に引っ越ししてきて長く使用されていない水道を初めて使ったりする場合は、消毒に使っている塩素が薄くなっていることがあります。

念のため、最初のバケツ1杯程度の量を飲み水以外にお使いください。
 岡水道工務課(内線257、295)



講座・催し

認知症サポーター養成講座

◎8月24日(木)、午前10時30分～正午
 場 藍野大学短期大学(青葉丘11の1)
 内 認知症の基礎知識、認知症の人の心の理解と対応について
 対 市内在住・在勤の人
 定 50人 料 無料 持 筆記用具
 申 8月7日(月)～9日(水)、16日(水)～18日(金)に、藍野大学短期大学第二看護学科【☎072(366)1106】へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

おれんじパートナー交流会

認知症ケアの情報交換や認知症介護経験者の話から、困りごとの解決のヒントをみつけませんか。

◎8月23日(水)、午後1時30分～3時
 場 すばるホール3階会議室
 定 18人(当日直接会場へ) 料 100円
 問 井尻さん【☎090(3996)0071】

市民講演会「認知症ケアと健康食品」

◎8月27日(日)、午後1時30分～4時
 場 すばるホール
 内 講演、もの忘れチェック・相談、骨密度の測定、お薬相談、認知症ケアに役立つ相談・体験など
 定 40人 料 300円

講師 坂崎 文俊さん(大阪大谷大学薬学部教授)

申 8月6日(日)～23日(水)に、ファクスに講座名、氏名(ふりがな)、住所、年齢、電話番号、講師への質問を記入し、井尻さん【FAX(25)4043・☎090(3996)0071】へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)
 ※右図からも申し込み可。

押さえておきたい！相続対策

◎9月25日(月)、午後1時30分～3時
 場 総合福祉会館
 対 市内在住で60歳以上の人、ひとり親家庭の親と子または障がい者手帳を有する人 定 25人 料 無料
 申 8月8日(火)、午前10時～、電話で、総合福祉会館へ(申し込み先着順)

広告枠

※広告の問い合わせは、S T総合広告【☎072(368)1227・FAX072(368)1228】へ



国民年金

国民年金の届け出を

今年度の保険料は、月額1万6520円です。保険料の納め忘れがあると、次のようなことがありますのでご注意ください。

◆「老齢基礎年金」の受給額が少なくなったり、受けられないことがあります。

◆国民年金加入中などに、初診日のある病気やけがで障がいの状態になったときに支給される「障害基礎年金」が、受けられないことがあります。

◆配偶者が死亡したときに、遺族(子のある配偶者、子)に対して支給される「遺族基礎年金」が、受けられないことがあります。

次のようなときは国民年金の届け出をしましょう(20歳以上60歳未満の人)

手続きには年金手帳などの他、次のとおり各種書類が必要です。

①会社を辞めたとき

・厚生年金に加入していた人が、離職した場合＝雇用保険資格喪失票、離職票、雇用保険受給資格者証
※公務員の人は退職辞令が必要です。

②配偶者の扶養から外れたとき

・配偶者の離職により扶養から外れた場合＝雇用保険資格喪失票、離職票、雇用保険受給資格者証
・所得により扶養から外れた場合＝扶養から外れた日の確認できる資格

喪失確認通知書など

③海外へ転出する(住所を海外に移す)・海外から転入したとき

・外国人の場合＝入国日が分かるパスポートなど

※届け出方法など詳しくは、お問い合わせください。①②はマイナンバーカードを使ってスマートフォンなどから届け出ができます。

問 保険年金課 (内線153、154)



国民健康保険

新しい高齢受給者証を送付

現在、高齢受給者証をお持ちの人は、7月31日で有効期限が切れます。

引き続き該当する人には新しい高齢受給者証を7月に送付しましたので、届いていない場合はお問い合わせください。

問 保険年金課 (内線552)



福祉

後期高齢者医療被保険者証が「だいだい橙色」に変わりました

8月1日(火)より同被保険者証は「橙色」に変わりましたので、古い被保険者証「黄色」は使えません。

新しい被保険者証は7月に送付しましたので、届いていない場合はお問い合わせください。

問 福祉医療課 (内線158、159)

後期高齢者医療保険料の納め忘れはありませんか

今年度の保険料が決定し、7月に「後期高齢者医療保険料額決定(変更)通知書」を送付しています。

普通徴収で口座振替を利用していない人は、お送りした納付書で忘れずに納めてください。

問 福祉医療課 (内線158、159)

地域活動支援センターのご利用を

地域活動支援センターでは、障がいのある人に、創作的活動や生産的活動などに参加できる場や機会を提供し、自立した日常生活や社会生活を営むことができるよう支援しています。

☑市内在住で、身体障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの人など

☑無料

※活動内容など詳しくは、下記施設にお問い合わせください。

●NPO法人あい「地域活動支援センターときわぎ」(昭和町二丁目2の6)

[☎(25)1050・FAX(25)1095]

☑月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時

●NPO法人一歩の会「地域活動支援センター紙ひこうぎ」(藤沢台五丁目4の14フローラルハイツ101)

[☎(51)3407・FAX(81)7676]

☑月～金曜日、午前10時～午後4時、第1・3日曜日、午前10時～午後3時(いずれも祝日は除く)

広告枠

※広告の問い合わせは、S T総合広告 [☎072(368)1227・FAX072(368)1228] へ