



水道基本料金の減免制度

65歳以上の人でだけで構成される高齢者世帯は、水道等基本料金の減免を受けられる場合があります。ただし、同一住所にあり人全員が65歳以上に限りません。

申請を希望する場合は、所得制限などがありますので、まず電話で問い合わせてください。
申請・問合せ先 地域共生推進課



3月9日は脈の日

「寝たきり予防は脈のチェックから！」

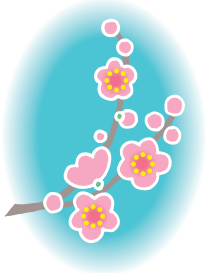
脳卒中の中でも特に重症化しやすい心原性脳梗塞予防のため、定期的に自分の脈をチェックする習慣をつけましょう。

脈が飛ぶなど、脈のリズムがおかしいなと思ったら、すぐ受診しましょう！

泉佐野保健所管内の泉佐野市、熊取町、田尻町、泉南市、阪南市、岬町の3市3町では脳卒中予防対策に取り組んでいます。
問合せ先 健康推進課



▲「心房細動週間ウェブサイト」より



「世界自閉症啓発デー」「発達障がい啓発週間」

問合せ 府 地域生活支援課 (☎06-6944-6689)

毎年4月2日は、国連が定めた「世界自閉症啓発デー」です。また、毎年4月2日～8日を「発達障がい啓発週間」として、全国で発達障害の啓発のため、様々なイベントが行われています。発達障害の人たちが社会の中で自立していくためには、発達障害に対する私たち一人ひとりの理解が必要です。「世界自閉症啓発デー」「発達障がい啓発週間」を契機として、自閉症をはじめとする発達障害への理解を深めていただくようお願いいたします。

【府内主要建物のブルーライトアップ】

府では、府内の主要建物を「世界自閉症啓発デー」のシンボルカラーであるブルーにライトアップします。
 ※ブルーは「癒し」や「希望」を表します。

日時	名称	終了時間
4月2日(火) 日没～ ※実施時刻など、変更になる場合があります。	大阪城天守閣	午後10時
	大阪府咲洲庁舎	午後11時
	府立男女共同参画・青少年センター(ドーンセンター)	午後9時30分
	天保山大観覧車	営業終了時刻

「世界自閉症啓発デー・発達障がい啓発週間 in OSAKA 2024」セミナー

府では、自閉症をはじめとする「発達障害」について理解を深めていただくためにオンライン(Zoom)でセミナーを開催します。

日時 4月21日(日) 午後1時～3時
定員 1,000人(先着順)
申込 4月12日(金)までに府ホームページ(右記二次元コード)より



▲府ホームページ



▲「世界自閉症啓発デー」日本実行委員会

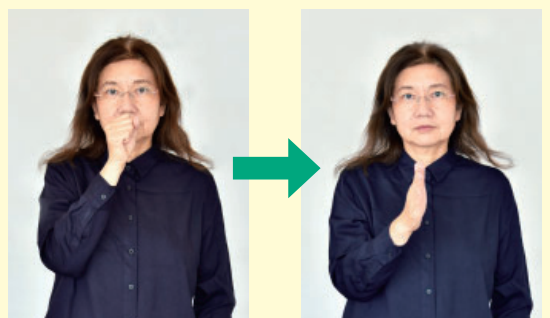
手話をやってみよう!

～ワンポイント手話講座⑦～

今月の手話「よろしく」

こぶしを鼻先におき、指先が前を向くように開きながら前に出し、頭をやや傾げる。「よい」と「お願い」が組み合わさった表現。区切らず、一気に表現するのがポイントです。

問合せ先 地域共生推進課



3月は自殺対策強化月間

～ひとりで悩まないで…～

問合せ 地域共生推進課

悩みを抱えている人は、一人で悩まず、専門の相談機関に相談してください。
また、身近な人の悩みに気づいたら、温かく寄り添いながら、悩みに耳を傾け、専門家への相談をすすめ、じっくりと見守りましょう。

～こころの健康に不安を感じたら～

	名称【開催日時】	電話番号
各団体	関西いのちの電話【24時間、365日】	☎06-6309-1121
	国際ビフレンダーズ大阪自殺防止センター【金曜日 午後1時～日曜日 午後10時】	☎06-6260-4343
	こころの救急箱 【月曜日 午後7時～火曜日 午前3時、木曜日 午後7時～10時】	☎06-6942-9090
	自殺予防いのちの電話（フリーダイヤル） 【365日 午後4時～9時、毎月10日 午前8時～翌日 午前8時】	☎0120-783-556
大阪府	こころの健康相談統一ダイヤル 【3月1日(金) 午前9時30分～3月31日(日) 午後5時までは24時間体制】	☎0570-064-556（一部のIP電話などからは接続できません。）
	こころの電話相談 【月・火・木・金曜日（祝日、年末年始除く）午前9時30分～午後5時】	☎06-6607-8814
	若者専用電話相談（わかぼちダイヤル） 【水曜日（祝日、年末年始除く）午前9時30分～午後5時】	☎06-6607-8814
	泉佐野保健所【月～金曜日（平日）午前9時～午後5時45分】	☎462-4600
	大阪府妊産婦こころの相談センター 【月～金曜日（祝日、年末年始除く）午前10時～午後4時】	☎0725-57-5225
	～自死遺族相談（予約制）～ 大阪府こころの健康総合センター 【月～金曜日（祝日、年末年始除く）午前9時～午後5時45分】	☎06-6691-2818
泉佐野市	基幹包括支援センターいずみさの 【月～金曜日（祝日、年末年始除く）午前8時45分～午後5時15分】	☎464-2977 ホームページ (https://izumisanoshakyo.or.jp)

女性のための講演会

～更年期以降をおだやかに過ごすコツ～

女性専用外来で診療にあたる医師が、更年期の治療やセルフケアについてお話しします。

日時 3月23日(土) 午前10時～正午

場所 社会福祉センター

対象 市内在住・在勤者

定員 50人（先着順）

講師 辰田仁美さん（和歌山ろうさい病院 働く女性健康研究センター長）

申込・問合せ 3月15日(金)までに電話または住所・氏名・連絡先を記入し、FAX（聴覚障害者のみ）、Google Formsで基幹包括支援センターいずみさの（☎464-2977 Fax462-5400）へ

※受講無料。手話通訳あり。Google Forms は下記の二次元コードから



▲Google Forms

