

ここに掲載している事業等は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止・変更となる場合があります。開催状況は区ホームページ等でご確認ください。



お知らせ

区役所では、毎週金曜（祝日は除く）の時間外と毎月第4日曜に一部の窓口業務を行っています。
10月7・14・21・28日の金曜日 17:30～19:00 10月23日(日) 9:00～17:30
問合せ 総務課(総務)5階54番 ☎6267-9625

各種健診・がん検診のお知らせ 保健福祉センター(久太郎町1-2-27)
保健福祉課(運営)1階11番 ☎6267-9882 FAX 6267-0998

内容	とき	対象	費用
結核健診 (予約不要)	10月3日(月) 10:00～11:00	15歳以上	無料
乳がん検診 (要予約)	10月29日(土) 9:30～10:30	40歳以上の女性	マンモグラフィ検査 1,500円(注)
骨粗しょう症健診 (要予約)		18歳以上	無料

注：保健福祉センターでは、国の指針に基づき「マンモグラフィのみ(単独法)」での検診です。視触診は実施しません。

特定健診 予約不要 とき 10月29日(土) 9:30～11:00
対象 大阪市国民健康保険ご加入の40～74歳の方、後期高齢者医療制度ご加入の方

- *予約が必要な健診については、すでに予約終了している日程もありますのでご了承ください。
- *区ホームページからも行政オンラインシステムにより予約できます。(右の二次元コードをご利用ください)
- *乳がん検診実施日で、保育ボランティア付検診をご希望の方は事前にご相談ください。
- *手話通訳者を希望される方は検診日の2週間前までにお申し込みください。



乳幼児健康診査	BCG予防接種(1回接種) 10月27日(木) 13:30～14:30				
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">3歳児健診</td> <td rowspan="3" style="padding-left: 10px;">対象者には、個別にお知らせをお届けします。</td> </tr> <tr> <td>1歳6か月児健診</td> </tr> <tr> <td>3か月児健診</td> </tr> </table>	3歳児健診	対象者には、個別にお知らせをお届けします。	1歳6か月児健診	3か月児健診	<p>対象 生後5～8か月のお子さん</p> <p>*母子健康手帳・予防接種手帳・パスタオルをご持参ください。 *12:45～整理券(番号札)を配付します。</p>
3歳児健診	対象者には、個別にお知らせをお届けします。				
1歳6か月児健診					
3か月児健診					

■うつ病の家族教室(全2回) 予約制 無料

うつ病について正しい知識を学んで、ご本人への接し方を考えたり、同じ悩みを持つ家族と語り合ってみませんか。

とき (1日目)11月16日(水) 14:00～16:00
(2日目)11月30日(水) 14:00～16:00

ところ 大阪市こころの健康センター (都島区中野町5-15-21 都島センタービル3階)

対象 市内在住で、うつ病と診断されている方のご家族

内容 精神科医による講演、家族交流会
定員 20名(先着順)
申込み 10月3日(月)～11月7日(月)までに電話・窓口にて
問合せ 保健福祉課(地域活動)1階12番 ☎6267-9968 FAX 6267-0998

各種無料相談のご案内 中央区役所(久太郎町1-2-27)
総務課(総合企画)1階1番 ☎6267-9683 FAX 6264-8283

- *ご利用者は大阪市内居住者に限ります。(定員あり・閉庁日実施なし)
- *行政書士相談、社会保険労務士相談に関する相談は1階ロビーで行います。
- *行政書士相談については、行政オンラインシステムでも予約できます。(10月1日から10月16日まで)右の二次元コードをご利用ください。



内容	説明	とき	受付	問合せ
法律相談(弁護士相談) (予約制)	土地・建物・金銭貸借・相続・離婚等	10月4・11・18・25日の火曜日(13:00～17:00)相談時刻は予約時にお知らせします。	当日電話予約(9:00～先着順) ☎6267-9683	総務課(総合企画) ☎6267-9683
社会保険労務士相談	年金・労働問題等	10月12日(水) 13:00～16:00	当日窓口受付(15:00まで先着順)	
司法書士相談	登記・相続・贈与等	10月13日(木) 13:00～16:00		
土地家屋調査士相談	土地の測量・境界確認等	10月13日(木) 13:00～16:00		
行政書士相談	相続・遺言・帰化等	10月20日(木) 13:00～16:00		
花とみどりの相談	花や植木の栽培等	10月14日(金) 14:00～15:30	当日受付(先着順)相談された方には、サパンナ堆肥を進呈します。	大阪城公園事務所 ☎6941-1144
専門医による精神保健福祉相談(予約制)	心の健康に関する相談	10月7日(金) 14:30～16:30 10月17日(月) 13:30～15:30	前日まで受付(先着順)予約の際に相談内容をお伺いします。	保健福祉課(地域活動) ☎6267-9968

内容	とき	ところ	申込み	問合せ
日曜法律相談(予約制) 定員:16組	10月23日(日) 9:30～13:30	都島区役所(都島区中野町2-16-20) 住之江区役所(住之江区御崎3-1-17)	電話予約(先着順) 10月20日(木)・21日(金) 9:30～12:00 予約電話 ☎6208-8805	総合コールセンター「なにわコール」 ☎4301-7285 市民局区政支援室 区行政制度担当 ☎6208-7325
外国籍住民法律相談 定員:各4組	10月19日(水) 15:00～20:00 11月2日(水) 13:00～16:00	大阪国際交流センター内 インフォメーションセンター(天王寺区上本町8-2-6)	電話予約 月～金 9:00～19:00 土・日・祝 9:00～17:30 ☎6772-1127	大阪国際交流センター ☎6773-6533
人権相談	月～金 9:00～21:00 日・祝 9:00～17:30	阿波座センタービル1階(西区立売堀4-10-18)	大阪市人権啓発・相談センター 相談専用電話 ☎6532-7830 FAX 6531-0666	
犯罪被害者等支援のための総合相談	月～金 9:00～17:30(祝日・年末年始を除く)	市役所4階(北区中之島1-3-20)	市民局ダイバーシティ推進室人権企画課 ☎6208-7489 FAX 6202-7073	
経営相談	予約制	大阪産業創造館2階 経営相談室(本町1-4-5)	電話予約 9:00～17:30(土日祝・年末年始を除く) ☎6264-9838	

🍎 健康だより

10月20日は世界骨粗鬆症デー

骨粗鬆症は骨密度の低下によって骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気です。骨折は介護が必要になる原因の第4位です。

—— 予防は食事と運動が大切! ——

食事
骨を作るカルシウムの多い食品(乳製品、小魚、大豆製品、野菜、海藻)、吸収を促すビタミンDの多い食品(イワシなどの魚やキノコ類)を摂りましょう。

運動
運動で骨を丈夫にしましょう。運動をすることで骨に刺激が加わり骨が丈夫になります。軽い運動(散歩:1日30分)でも継続すると効果があります。

骨粗鬆症健診を受けましょう!

大阪市では18歳以上の住民に無料で骨粗鬆症健診を行っています。(左の記事参照。)

問合せ 保健福祉課(運営)1階12番 ☎6267-9882 FAX 6267-0998

弁護士による「離婚・養育費」に関する法律相談を実施します 費用無料 秘密厳守

離婚・養育費に関する悩みをお持ちの方のために、「離婚・養育費」に関する専門相談を実施します。大阪弁護士会所属の弁護士が、法律的な知識を必要とする問題の相談に応じ、アドバイスを行います(*相談時間は45分以内です)。

とき 10月21日(金) 14:00～17:00
対象 市内在住の未成年の子どもがいる父母
定員 4組(要申込・先着順)
申込み 10月7日(金) 9:00～ 電話にて
問合せ 保健福祉課(子育て支援・保育)4階43番 ☎6267-9955 FAX 6264-8285

相続・登記・税金・年金など 行政なんでも相談所を開設します 費用無料

とき 11月11日(金) 10:00～16:00【完全予約制】
ところ J:COM中央区民センターホール(久太郎町1-2-27)
申込み 10月31日(月)～11月7日(月)に電話・FAXにて
問合せ 近畿管区行政評価局行政相談課 ☎6941-8358 FAX 6941-8599

「学校選択制希望調査票」提出のお願い～令和5年度新入学児童・生徒対象～

お子さんが来春小・中学校に入学予定のご家庭に「中央区の学校案内」冊子をお届けしています。お手元に届いていない場合はご連絡ください。冊子をよく読んでいただき、同封の「学校選択制希望調査票」に必要事項をご記入のうえ、必ず提出をお願いします。期限までに提出がない場合や希望校が未記入の場合は、住所地により設定された通学区域の学校となりますので、ご注意ください。

締切り 10月28日(金) 必着
問合せ 市民協働課(市民活動支援・教育)5階53番 ☎6267-9837 FAX 6264-8283

「中央区スポーツカーニバル」開催中止のお知らせ

11月6日(日)に予定していましたが、新型コロナウイルス感染拡大の影響を鑑み、開催を中止します。代替事業が決まり次第、ご案内いたします。

問合せ (一財)大阪市コミュニティ協会 体育厚生協会 事務局 担当 土居・野畑 ☎6211-0630 FAX 6211-0620