

「ひとりふたりみどり号」による **申込不要 無料**  
**花と緑に関する講習・相談を行います**

花と緑に関する相談のほか、『バラの栽培管理』講習会を実施します。ぜひお越しください。

と き 5月22日(月) 14:00~15:30

と ころ 桃園公園(谷町6-5)

問 合 せ 大阪城公園事務所  
 ☎6941-1144 FAX6943-6877

**申込不要**  
**水辺の新たな利活用実験 『東横堀川ING 2023春』を開催します**

普段は閉鎖されている水辺空間を開放し、橋の下の通り抜け、音楽イベント、水上カフェなど、東横堀川の新たな魅力づくりにつながる実験イベントを開催します。プログラム等、詳しくはHPをご覧ください。

と き 5月28日(日)~6月4日(日)  
 (5月27日(土):プレオープン)

と ころ 東横堀川本町橋周辺(本町橋5)ほか

費 用 無料(一部プログラムは有料)

問 合 せ 建設局河川課  
 ☎6615-6833 FAX6615-6583  詳しくはこちら

~こころの悩み、ご相談ください~ **要予約 無料**  
**専門医による精神保健福祉相談**

こころの不調、受診した方がいいのか、誰に相談したらよいか悩んでいませんか?中央区役所では早期発見や早期治療、対処方法等について、毎月専門医による相談を実施しています(5月は15日、6月は2日に開催)。日程等詳しくは区HPをご覧ください。ご家族や支援者からの相談もお受けしています。お気軽にお問い合わせください。

問 合 せ 保健福祉課(地域保健活動)1階12番窓口  
 ☎6267-9968 FAX6267-0998

大阪市若者自立支援事業 **要予約 無料**  
**「コネクションズおおさか」出張相談**

コネクションズおおさかは、働くことに自信が持てない若者を応援しています。本人の来所が難しい場合は、保護者相談から始めることもできます。好きなこと、得意なこと、やりたいことを通じて自分に合ったそれぞれの自立を一緒に考えます。

と き 奇数月の第2水曜日 14:00~17:00

と ころ 中央区役所6階

対 象 15歳~39歳の「働く」ことや「進路」に悩む若者とその保護者

申 込 み 相談日前日(18:00)までに電話・FAXにて

問 合 せ コネクションズおおさか  
 ☎6344-2660 FAX6344-2677

**各種健診・がん検診**

と ころ 保健福祉センター(久太郎町1-2-27)  
 申込先 保健福祉課(健康推進)1階11番 ☎6267-9882 FAX6267-0998  
 問 合 せ

【予約方法】電話・窓口・オンラインにて(定員になり次第受付終了)  
 ※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。



オンライン予約はこちら  
 (事前登録が必要です)

内 容	と き	対 象	費 用
結核健診 (予約不要)	5月22日(月) 10:00~11:00	15歳以上	無 料
大腸がん検診 (要予約)	5月27日(土) 9:30~10:30	40歳以上	300円
肺がん検診 (要予約)			無料 ※喀痰(かたん)検査は400円 50歳以上で喫煙指数600以上の方
乳がん検診 (マンモグラフィ検査) (要予約)		40歳以上の女性	1,500円
骨粗しょう症健診 (要予約)		18歳以上	無 料
特定健診 (予約不要)	5月27日(土) 9:30~11:00	40歳以上の大阪市国民健康保険加入者 後期高齢者医療保険制度加入者	無 料

**区役所での無料相談** ※ご利用者は大阪市内在住者に限りです。(定員あり・閉庁日実施なし)

と ころ 中央区役所(久太郎町1-2-27)

内 容	日 時・場 所	申 込 み・問 合 せ
法律相談【要電話予約】 当日9:00から電話予約受付(先着順) 定員16組	5月9、16、23日(火) 13:00~17:00 【相談室】	総務課(総合企画) ☎6267-9683 FAX6264-8283 ※1行政書士相談は行政オンラインシステムから予約もできます。 (5月1日~7日) ※2受付開始までに来場された方は相談順を抽選、以降先着順
社会保険労務士相談【当日窓口受付】	5月10日(水) 13:00~16:00 【1階ロビー】	
行政書士相談【当日窓口受付※1】	5月18日(木) 13:00~16:00 【1階ロビー】	
土地家屋調査士相談【当日窓口受付※2】 司法書士相談【当日窓口受付※2】	5月11日(木) 13:00~16:00 【相談室】	
不動産相談【当日窓口受付※2】	5月25日(木) 13:00~16:00 【相談室】	
花とみどりの相談【当日窓口受付】	5月12日(金) 14:00~15:30 【1階ロビー】	大阪城公園事務所 ☎6941-1144 FAX6943-6877

**その他の無料相談**

内 容	日 時	場 所	申 込 み・問 合 せ
日曜法律相談【要電話予約】 定員16組	5月28日(日) 13:00~17:00	天王寺区役所 (天王寺区真法院町20-33)	5月19日(金) 12:00~5月27日(土) 17:00 申 Allによる予約受付 ☎050-1807-2537 問 総合コールセンター ☎4301-7285
ナイター法律相談【当日窓口受付】 定員32組	5月11日(木) 18:30~21:00	北区民センター (北区扇町2-1-27)	問 総合コールセンター ☎4301-7285 受付開始までに来場された方は相談順を18時より抽選、以降先着順
外国人住民法律相談【要電話予約】 定員各日4組	5月2日(火)・17日(水) 13:00~16:00	大阪国際交流センター (天王寺区上本町8-2-6)	月~金 9:00~19:00 土日祝 9:00~17:30 申 ☎6772-1127 問 大阪国際交流センター ☎6773-6533
犯罪被害者等支援のための総合相談【予約不要】	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 申 問 ☎6208-7489 FAX6202-7073
人権相談【要電話予約】	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 申 問 ☎6532-7830 FAX6531-0666
経営相談【要電話予約】	予約制	大阪産業創造館2階 経営相談室(本町1-4-5)	経営相談室 9:00~17:30(土日祝・年末年始を除く) 申 問 ☎6264-9838

いっしょに いこな! **大阪・関西万博**



**大阪・関西万博まで あと700日!**

中央区では、「映像で振り返る1970年大阪万博」と題し、EXPO'70に向けた当時の大阪市の映像を区役所1階ロビーで放映しています!中央区公式YouTubeチャンネルでも配信していますので、ぜひご覧ください。

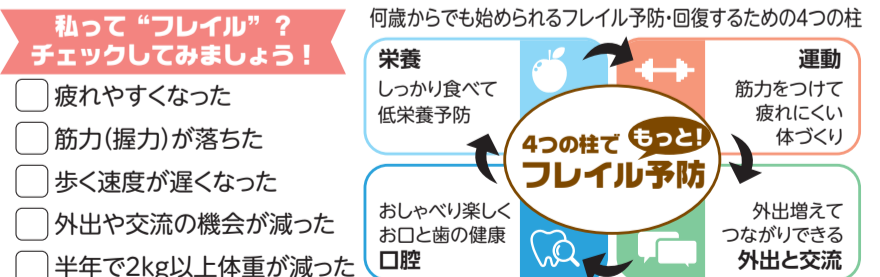


中央区公式  
YouTubeチャンネル

知ってる? **フレイル** **健康ひろば**

コロナウイルス感染症による3年近くの行動制限で、「外出・交流の機会が減った」「体力が落ちた」と感じている人も多いのではないのでしょうか?フレイルとは、病気ではないけれど、年齢を重ねるにつれて全身の筋力や心身の活力が低下している状態です。

今こそ、4つの柱で、フレイルを予防し、いつまでも元気に過ごしましょう!



市HPの介護予防のコーナーでは、百歳体操やフレイル予防に関する情報を掲載しています。ぜひご覧ください!



問 合 せ 保健福祉課(地域保健活動)1階12番 ☎6267-9968 FAX6267-0998

