

ぜひご相談ください
身近な相談相手 民生委員・児童委員、主任児童委員（※）

民生委員・児童委員とは、厚生労働大臣から委嘱を受けた特別職の地方公務員です。無報酬のボランティアとして地域で福祉・子育て、生活・健康に関する相談に応じています（秘密厳守）。

また、関係機関と連携し、支援を必要とする住民と関係機関のパイプ役となっています。

中央区では、115名（うち主任児童委員は26名）が、それぞれの担当地区で活動しています。

（※）民生委員・児童委員の中で、学校と連携した支援など子どもや子育てに関する相談・援助を専門とする委員

5月12日は民生委員・児童委員の日！



5月13日（月）11:00～

空堀商店街で街頭啓発活動を行います！

問合せ 保健福祉課（保健福祉）4階43番
 ☎ 06-6267-9857 FAX 06-6264-8285

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

花と緑に関する相談のほか、『ハンギングバスケットの作り方』講習会を実施します。

ぜひお越しください。

とき 5月14日（火）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
 ☎ 06-6941-1144 FAX 06-6943-6877

地域生活向上教室に参加しませんか
無料

統合失調症等の精神疾患のある方を対象にした教室です。病気や体調管理の方法について学んだり、レクリエーション等を通じて社会生活に必要なコミュニケーションスキルを磨いたりします。

みんなで一緒に楽しい時間を過ごして、自分らしく安定した生活を送りませんか。お気軽にお問い合わせください。

とき 毎月第2水曜日 9:30～11:30

ところ 保健福祉センター2階 健康増進室

内容 運動、レクリエーション、生活技能訓練等

申込み問合せ 保健福祉課（地域保健活動）1階12番
 ☎ 06-6267-9968 FAX 06-6267-0998

各種健診・がん検診

ところ・申込先・問合せ 保健福祉センター（久太郎町1-2-27）
 保健福祉課（健康推進）1階11番 ☎ 6267-9882 FAX 6267-0998

【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20日（月）10:00～11:00 6月3日（月）10:00～11:00	15歳以上	無料
大腸がん検診 （キットを申し込んでください）	（検体提出可能日） 5月17日（金）9:30～10:50 6月17日（月）9:30～10:50	40歳以上	300円
肺がん検診（要予約）	6月29日（土）9:30～10:50		無料 ※喀痰（かくたん）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）	6月17日（月）9:30～10:50	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17日（金）9:30～11:00 6月17日（月）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
歯科健康相談（予約不要）	5月17日（金）9:30～10:30 6月17日（月）9:30～10:30	どなたでも	無料

区役所での無料相談 対象 市内在住の方

内容	日時・場所	申込み・問合せ
法律相談【要電話予約】 定員各16組	5月14・21・28日、6月4日（火） 13:00～17:00【相談室】	相談日1週間前（閉庁日の場合はその前の開庁日）の正午から相談日前日の17:00までにAI電話による予約（24時間受付・先着順）☎ 050-1808-6070
社会保険労務士相談【当日窓口受付】 （受付は15:00まで）定員9組	5月8日（水）13:00～16:00 【1階ロビー】	魅力推進課（区政企画） ☎ 06-6267-9683 FAX 06-6267-8283 ※1 行政書士相談は行政オンラインシステムから予約できます。 （5月1日～13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
行政書士相談【当日窓口受付※1】 （受付は15:00まで）定員9組	5月16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】 （受付は15:00まで）定員9組	5月9日（木）13:00～16:00 【相談室】	
司法書士相談【当日窓口受付※2】 （受付は15:00まで）定員9組		
不動産相談【当日窓口受付※2】 （受付は15:00まで）定員18組	5月23日（木）13:00～16:00 【相談室】	
専門医による精神保健福祉相談 【前日までに来所または電話での予約】	5月20日（月）13:30～15:30	保健福祉課（地域保健活動）1階12番窓口 ☎ 06-6267-9968 FAX 06-6267-0998
人権相談【予約不要】 （適切なアドバイスを行うほか、各種専門相談機関をご案内します）	月～金 9:00～17:30 （祝日・年末年始を除く）	市民協働課（市民活動支援・教育）5階53番窓口 ☎ 06-6267-9743 FAX 06-6264-8283
花とみどりの相談【当日窓口受付】	5月10日（金）14:00～15:30 【1階ロビー】	大阪城公園事務所 ☎ 06-6941-1144 FAX 06-6943-6877

その他の無料相談

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26日（日） 13:00～17:00	中央区役所 （久太郎町1-2-27）	申 5月17日（金）12:00～25日（土）17:00（先着順） AI電話による予約受付 ☎ 050-1807-2537 問 総合コールセンター ☎ 06-4301-7285
ナイター法律相談【要予約】 定員32組	5月22日（水） 18:30～21:00	北区民センター （北区扇町2-1-27）	申 行政オンラインシステムでの事前予約（先着順）4月10日（水）12:00～5月21日（火）17:00 問 総合コールセンター ☎ 06-4301-7285
外国人住民法律相談【要電話予約】 定員各日4組	5月15日、 6月5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）	大阪国際交流センター（月～金 9:00～19:00 土日祝 9:00～17:30） 申 問 ☎ 06-6773-6533（先着順）
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 ☎ 06-6532-7830 FAX 06-6531-0666
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 ☎ 06-6208-7489 FAX 06-6202-7073

いっしょにいこな！大阪・関西万博

EXPO2025 大阪・関西万博のすべてがここに！

公式WebサイトへGo！！

「万博が開催されることは知っているけれど、実際何をするのかよくわからない」「チケット情報が知りたい」そんなあなたにおすすめなのが、公式Webサイトです。パビリオンの情報や会場情報ははじめとする万博の情報が盛りだくさんです。ぜひご覧ください。

各国のパビリオンが見られるんだ！ワクワクしてきたね

大阪・関西万博公式キャラクター ミャクミャク ©Expo 2025

大阪市中央区キャラクター ゆめまるくん

プチ 健康ひろば - さあ今こそ禁煙を始めよう！ -

5月31日は「世界禁煙デー」です

喫煙は、生活習慣病（脳卒中や心臓病など）を引き起こすほか、多くのがんの原因となります。本数を減らす、加熱式たばこに切り替えるだけでは、たばこの害はなくなりません！キッパリと禁煙しましょう！

なかなかたばこがやめられないという方は禁煙補助薬を使ってみませんか？薬局で購入可能なものや、禁煙外来で処方してもらえるものがあります。

2025年大阪・関西万博前の期間限定！

完全オンラインの卒煙プログラム「おおさかチャチャッと卒煙」で専門家のサポートを受けながら禁煙に挑戦してみませんか？

費用 無料

対象 妊婦さんや妊婦さん・20歳未満のお子さんと同居中の方

問合せ 保健福祉課（地域保健活動）1階12番 ☎ 06-6267-9968 FAX 06-6267-0998

