



健康寿命をのばすために今からできること

元気なうちに始めよう
フレイル予防!



フレイル予防は
0円~

百歳体操を
始めよう▶



介護が必要な原因
(大阪市)

男 高齢による老衰
女 骨折、転倒

お得だね!

「アスマイル」で毎日を
もっと楽しく健康に!

アプリを使って
ポイントを
貯めよう!

詳しくは
こちら▶



おおさか健康マイレージ「アスマ
イル」をぜひご活用ください!

フレイルとは?

病気ではないけれど、加齢
により全身の筋肉や心身の
活力が低下している状態。

死亡原因 1位 (中央区)
男女ともに がん
(令和5年)



健康寿命とは?

自分で身の回りのことが
でき、元気に毎日を過ご
せる期間

健診(検診)費用も

0円~

がん検診▶



特定健診▶



骨粗しょう症検診▶



詳しくは
3面へ

【区役所の開庁時間】平日(月~金)9:00~17:30 金曜日19:00まで(一部業務)

中央区役所ホームページ
大阪市中央区役所 Q.検索



中央区役所公式



大阪市公式



にぎわい発見サイト

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



中央区
まちづくりセンター
facebook



以下は広告スペースです。

 **手続き**
**日曜開庁を
中止します**

12月28日はシステム更新作業のため、日曜開庁を行いません。

問合せ 総務課(総務) 5階54番
☎ 06-6267-9625
✉ FAX 06-6264-8283


**本人通知制度は安心への第一歩
～第三者への交付をお知らせします～**

本人通知制度は、事前登録により住民票や戸籍証明書が第三者に取得された際、本人に速やかに郵送で通知する制度です。簡単・無料で登録ができる、不正取得の早期発見や被害の未然防止に役立つります。

問合せ 窓口サービス課(住民登録) 1階8番
☎ 06-6267-9963


 **まちづくり・にぎわい**
**「大阪マラソン“クリーンUP”作戦」
に参加しませんか？**

大阪マラソン開催に向けて、市内全域の清掃ボランティア活動を実施します。「きれいなまち」大阪をめざし、清掃活動にぜひご参加ください！

と き 1月31日(土)～2月20日(金)
申込み 1月8日(木)までに窓口・FAX・郵送・行政オンラインシステムにて
問合せ 環境局中部環境事業センター出張所
☎ 06-6567-0750 FAX 06-6567-0721
行政オンラインシステム▶ (事前登録が必要です) 

**NTT JAPAN RUGBY LEAGUE
ONE 2025-26 DIVISION2
第2節 レッドハリケーンズ大阪 vs
豊田自動織機シャトルズ愛知**

と き 12月21日(日)
キックオフ時間 14:30
開場時間 11:30
と こ ろ ヤンマースタジアム長居
招 待 赤壁シート(自由席)
お1人様12枚までお申し込み可(先着順)
対 象 中央区に在住・在勤・在学の方
発券方法 2次元コードより会員登録の上発券
受付期間 12月21日(日)
手数料 試合開始80分後まで
チケット1枚あたり220円
のシステム利用料をご負担いただきます
問合せ ☎ 0120-612-910
(平日10:00～17:00)


**中央区ファミリージョギング大会
参加者募集**

家族で楽しく大阪城公園を走りましょう。

と き 2月1日(日)9:30～
と こ ろ 大阪城公園 市民の森
対 象 区内在住・在勤・在学の方
費 用 900円 中学生以下無料
定 員 500名
申込み 12月6日(土)～1月11日(日)
※応募用紙に必要事項を記入の上、参加費を添えてJ:COM中央区民センター窓口までお持ちください。
詳細及び応募用紙はこちら▶ 

問合せ J:COM中央区民センター
☎ 06-6267-0201 FAX 06-6267-0950

 **子育て・教育**
教育講演会
「SNS被害に子ども達が巻き込まれるために～ウチの子に限って…～」

大阪府教育委員会ネット対応アドバイザーの筒崎真美さんから、SNS上で起こるトラブルや犯罪被害など、様々な問題についてお話しいただきます。あなたの知らないところでお子さまが被害にあわないためにも、一緒に学びませんか？

と き 2月14日(土)
10:00～12:00(受付9:30～)
と こ ろ 中央区役所 7階会議室
対 象 どなたでも
費 用 無料
定 員 100名(要申込・先着順)
講 師 筒崎 真美さん
(NIT情報技術推進ネットワーク株式会社)
申込み 2月7日(土)まで
※手話通訳の申込みは
1月31日(土)まで
詳しくはこちら▶ 

問合せ 市民協働課(市民活動支援・教育)5階53番
☎ 06-6267-9743 FAX 06-6264-8283


「中央区地域福祉ビジョン(案)」へのご意見を募集します

「中央区地域福祉ビジョン」は「区として地域での福祉をどのように考え、どのように取り組んでいくか」を住民の皆様、地域で活動する団体、区役所等の公的機関で理念や目標、取り組み方針などを共有するために作成しているもので、中間見直しにあたり、パブリック・コメントを実施します。

様々なご意見をお聞かせください。

閲覧方法 市HP、区役所1階区民情報コーナー、市役所1階市民情報プラザ
募集期間 12月5日(金)～1月4日(日)
提出方法 所定の様式を使用し、持参・送付・FAX・メールにて
提出先 〒541-8518 久太郎町1-2-27
中央区役所保健福祉課(保健福祉)
FAX 06-6264-8285 E-mail te0009@city.osaka.lg.jp
※メールの場合は、件名を「中央区地域福祉ビジョン(案)への意見」としてください。
詳しくは、HPをご覧ください▶ 

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



以下は広告スペースです。

 **福祉・健康**
障がい者虐待を知っていますか？

障がい者虐待はどこでも起こり得る身近な問題です。虐待をしている、されているという認識がない場合もあります。また、障がい者に福祉サービスを提供する事業所の職員や、障がい者を雇用する事業所の職員等による虐待が起こることもあります。

あなたの気づきが早期発見につながります。

障がい者虐待について詳しく述べたい方はこちら▶ 

通報・相談窓口はこちら▶ 

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

スマート教室を開催します！

無料 要予約

障がいのある方もご参加いただけるスマート教室を開催します。電話・カメラ、LINEの使い方、そしてマイナポータルの操作方法をやさしく学べます。

と き 1月6日(火) 13:30～14:30「電話・カメラの使い方」/14:40～15:40「LINEの使い方」/15:50～16:50「マイナポータルの使い方」
と こ ろ 中央区役所 第601会議室
持 ち 物 スマホ・筆記用具(スマホ貸出は要申込)
締 切 り 12月12日(金)まで
定 員 各回2名(抽選)
抽選結果 12月19日(金)までに連絡
※複数回の申込も可能ですが、抽選状況により希望に添えない場合があります。

申込先 株式会社コネクト ☎ 050-5846-1443
問合せ番号107・平日9:00～17:00
FAX 050-3145-2421

詳しくはこちら▶ 

いきいき百歳体操体験会 今年も開催します!

「健康のために体を動かしたい」
「最近、歩くのが大変になった」
「百歳体操がどんなものか知りたい」
という方はぜひご参加ください♪



とき 1月28日(水) 14:00~15:30
ところ 中央区役所7階
内容 百歳体操についてのお話、いきいき百歳体操体験
対象 65歳以上の区内在住者
(地域の百歳体操に継続して参加していない方)
定員 30名(要申込・先着順)
申込 1月21日(水)まで
問合せ
申込先 保健福祉課(地域保健活動)1階12番
☎ 06-6267-9968 FAX 06-6267-0998

詳しくはこちら▶



チ 健康ひろば

12月1日は「世界エイズデー」です

世界エイズデーはエイズ蔓延の防止、差別・偏見の解消を目的とする国際記念日です。レッドリボンを身につけ、エイズのことをみんなで考えましょう。

●エイズとは、HIV感染による免疫力の低下によって発症する「さまざまな病気の総称(症候群)」です。

HIV感染を早期発見・治療することで長期間エイズの発症を抑えたり、遅らせることができます。

感染の心配がある方は、検査を受けるようにしましょう。



無料・匿名・予約不要で検査や相談を受けることができます。

●症状がある場合には、医療機関を受診しましょう。

検査情報はこちら!▶

検査項目	日時	場所
通常検査	HIV・梅毒 (血液検査)	毎週 火・水・木 曜日 9:30~11:00
	クラミジア (尿検査)	9:30~11:00
即日検査	HIVのみ (血液検査)	毎月 第1金曜日 14:00~15:00
		中央区 保健福祉 センター 2階
エイズ専門相談	毎月 第1・3木 曜日 9:30~11:30	

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 保健福祉センター(久太郎町1-2-27)
問合せ 保健福祉課(健康推進)1階11番 ☎ 06-6267-9882 FAX 06-6267-0998

【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)	12月18日(木) 10:00~11:00 1月28日(水) 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) 1月10日(土) 9:30~10:50 3月1日(日) 9:30~10:50	40歳以上	300円
肺がん検診 (要予約)	1月10日(土) 9:30~10:50 3月1日(日) 9:30~10:50	40歳以上 ※喀痰(かくたん)検査 は50歳以上で喫煙 指数600以上の方	無料 ※喀痰(かくたん) 検査は400円
乳がん検診 (マンモグラフィ検査) (要予約)	1月10日(土) 9:30~10:50 3月1日(日) 9:30~10:50	40歳以上の女性	1,500円
骨粗しょう症検診 (要予約)	1月10日(土) 9:30~10:50 3月1日(日) 9:30~10:50	18歳以上	無料

内容	とき	対象	費用
特定健診 (予約不要)	1月10日(土) 9:30~11:00 3月1日(日) 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)	3月1日(日) 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 30分/組	12月9・16・23日、 1月13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 日当日の10:00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 20分/組	12月10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
行政書士相談 【当日窓口受付※1】 (受付は15:00まで) 定員9組 20分/組	12月18日(木) 13:00~16:00 【1階ロビー】	※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。 (12月1~15日) ☎ 050-1808-6070
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 20分/組	12月11日、1月8日(木) 13:00~16:00 【相談室】	※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
司法書士相談 【当日窓口受付※2】 (受付は15:00まで) 定員9組 20分/組	12月22日(月) 14:30~16:00	保健福祉課(地域保健活動) 1階12番 ☎ 06-6267-9968 FAX 06-6267-0998
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】	12月22日(月) 14:30~16:00	市民協働課(市民活動支援・教育) 5階53番 ☎ 06-6267-9743 FAX 06-6264-8283
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 ☎ 06-6267-9743 FAX 06-6264-8283

その他の無料相談

相談内容	日時	場所	申込み・問合せ
外国人住民法律相談 【要予約】 各回4組	12月17日(水) 17:00~20:00 1月7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
ナイター法律相談 【要予約】 定員32組	1月21日(水) 18:30~20:30	中央区民センター (中央区久太郎町1-2-27)	申 行政オンラインシステムでの事 前予約(先着順) 12月10日(水) 12:00~ 1月20日(火) 17:00 問 総合コールセンター ☎ 06-4301-7285



水森かおりさんが中央区PR大使に就任！

ご当地ソングの女王、水森かおりさんの新曲「大阪恋しづく」に中央区ゆかりの御堂筋や水掛不動が登場することをご縁に、この度、中央区PR大使に就任いただきました。

問合せ 魅力推進課(魅力推進)

☎ 06-6267-9831 FAX 06-6264-8283



【就任式】
令和7年10月19日

(株)エフエムちゅうおう(YES-fm)と
包括連携協定を締結しました!

毎週木曜日13時から「ミナミ de おおきに」で行政情報から商店街や街のイベント情報まで、中央区の魅力をラジオで発信していただきます。

問合せ 魅力推進課(区政企画)

☎ 06-6267-9206

FAX 06-6264-8283



【締結式】
令和7年10月14日



・・施設だより・・

J:COM中央区民センター

申込先・問合せ 久太郎町1-2-27
☎ 06-6267-0201 FAX 06-6267-0950



区民ギャラリー

期間	内容	出展団体
12月8日(月) ～19日(金)	絵画・書・木工・ 写真・パッチワーク	美術サークル にぎわいち 脈 町
12月22日(月) ～1月9日(金)	絵画・書画等	中央区地域女性 団体協議会

中央区文化のつどい出展作品・出演者募集

文化活動の発表の場として写真・絵画など自慢の作品を展示していただけます。

と き 2月12日(木)～2月15日(日)

対 象 中央区在住・在勤・在学の方

費 用 無料

募 集 30ブース

申込み 12月8日(月)から26日(金)までに窓口にて(応募用紙は中央会館にも配架。HPからダウンロード可)

2月7日(土)・8日(日)
中央区文化のつどい演芸発表・出演者募集

コーラス・楽器演奏・民謡・手品など日頃の成果を本格的なステージで発表していただけます。

(1演目5分以内)

と き 2月7日(土)・8日(日)

対 象 中央区在住・在勤・在学の方

費 用 無料

定 員 40組

申込み 12月8日(月)から26日(金)までに窓口にて(応募用紙は中央会館にも配架。HPからダウンロード可)

島之内図書館

申込先・問合せ 島之内2-12-31
☎ 06-6211-3645



年末年始の休館について

年内は12月27日(土)まで開館します。

年始は1月6日(火)から開館します。

※12月27日(土)17:00から1月6日(火)9:00まで、返却ポストはご利用いただけませんので、ご了承ください

中央区社会福祉協議会 ふれあいセンターもも

問合せ 上本町西2-5-25 ☎ 06-6763-8139 FAX 06-6763-8151



北御堂フードパントリー×ワークパントリーを開催します。

と き 12月6日(土)13:00～17:00

相談ブースは17:30まで

と こ ろ 北御堂(本願寺津村別院)(本町4-1-3)

詳しくはこちら▶



中央会館

申込先・問合せ 島之内2-12-31

☎ 06-6211-0630

クリスマスコンサート

と き 12月21日(日)14:00～15:00

対 象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

費 用 無料 定 員 100名

申込み 12月6日(土)から窓口・FAXにて

童謡コンサート

と き 1月18日(日)14:00～15:00

対 象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

費 用 無料 定 員 100名

申込み 12月15日(月)からJ:COM中央区民センター 電話・窓口にて

体幹トレーニング教室・
姿勢改善＆ウォーキング教室

体幹トレーニング教室：体幹を鍛えるエクササイズ。肩こり、筋肉痛、腰痛、猫背を改善します。
姿勢改善＆ウォーキング教室：正しい姿勢のエクササイズ。膝、腰など体の負担が少ないウォーキングを学びます。

と き 1月13日・20日・27日、2月3日・10日・

17日、3月3日・10日・17日・24日(火)

体幹トレーニング 13:30～15:00

姿勢改善＆ウォーキング

15:30～17:00

対 象 どなたでも

費 用 各コース8,000円/10回、

体験1,000円(初回のみ)

定 員 20名(要申込)

申込み 12月6日(土)から電話・窓口にて

※定員になり次第終了

東老人福祉センター

申込先・問合せ 農人橋1-1-6

☎ 06-6941-7719



お正月花 生花講習会

と き 12月25日(木)13:00～14:30

対 象 市内在住の60歳以上の方

(利用証が必要です)

内 容 お正月の華やかなお花を使った生花講習会

講 師 未生流 新居哲甫先生

費 用 4,000円

定 員 10名(要申込・先着順)

申込み 12月5日(金)から電話・窓口にて

※定員になり次第締切

南老人福祉センター

申込先・問合せ 島之内2-12-6

☎ 06-6213-2172



eスポーツ体験講座

と き 12月25日(木)13:30～15:00

対 象 市内在住の60歳以上の方

(利用証が必要です)

講 師 株式会社DNPコアライズから派遣

費 用 無料 定 員 8名(要申込・抽選)

申込み 12月8日(月)～12日(金)電話・窓口にて

抽選の上、当選者に電話連絡



年末年始のごみ収集日程について

●12月25日(木)～1月10日(土)は、ごみの量が増えるため収集時間が普段と異なることがあります。

大阪市が収集するすべての地域について、収集日の朝8時30分までお出しいただきますようご協力をお願いします。

※1日かけて収集しますのですべての地域で朝8時30分にごみを収集するわけではありません。

※収集曜日は普段と変わりません。ただし、1月1日(木)～3日(土)の間の収集は、お休みさせていただきます。

問合せ 環境局 中部環境事業センター出張所(浪速区塩草2-1-1) ☎ 06-6567-0750 FAX 06-6567-0721
月曜日～土曜日の8:00～16:30 祝日を含む(1/1～1/3を除く)

●粗大ごみ申込受付 12月28日(日)から1月4日(日)の間は電話受付をお休みさせていただきます。

電話申込 (月～土 9:00～17:00 祝日受付可)

固定電話 0120-79-0053(通話料無料)

携帯電話 06-6530-1530(通話料有料)

※受付状況により12月中に収集できない場合があります。お早めにお申込みください。



インターネット
での申込(24時間
365日申込可能)▶



編集/大阪市政策企画室 ☎ 06-6208-7251 FAX 06-6227-9090 〒530-8201 大阪市北区中之島1-3-20

大阪市民のみなさんへ

「にぎやかで活気あふれるまち大阪」をめざして

OSAKA光のルネサンス2025

冬の水都大阪ウイーク
中之島EAST 水辺の散歩道

水都大阪のシンボル・中之島で光のプログラムを実施します。幻想的に輝く夜をお楽しみください。

中央公会堂壁面
プロジェクションマッピング

期間 12/14(日)～25(木)
時間 17:00～21:00
※上映時間は約10分(12分間隔)
場所 中央公会堂東側正面
※市役所正面イルミネーションファサードは12月中25:00まで点灯します

問い合わせ 大阪市総合コールセンター ☎ 06-4301-7285 FAX 06-6373-3302

詳しくは こちら

QRコード

天満橋から天神橋までの水辺空間を光で彩ります。

期間 来年1/31(土)まで
時間 日没～23:00
場所 天満橋八軒家浜、中之島公園東部

問い合わせ 水都大阪コンソーシアム ☎ 06-6210-9315 FAX 06-6615-6300

詳しくは こちら

QRコード

大阪市 LINE公式アカウントが便利に!

友だち登録は こちら

QRコード

配信カテゴリとメニュー画面がリニューアルし、選べる情報が増えました。この機会に、ぜひご登録ください!

New 重大事件情報の配信をスタート

配信カテゴリ 防犯・地域安全 にチェックしてね!

重大事件発生情報
×月×日午前×時×分頃、××付近において、通行人が刃物で刺される事件が発生しました。犯人は……

※配信イメージ

選べる情報が増えました!
若者(U29) こども(未就学) こども(就学中)

ほかにもあなたに合った情報をお届けします!

メインメニュー

New イベント・観光

公園の開花・イベント情報や博物館・美術館の展示など、お出かけに役立つ最新情報が満載です。

便利・オススメ

New マップや相談窓口

マップで駐輪場や喫煙所などの施設を簡単に探せます。相談窓口は一覧で見ることができます。

問い合わせ 政策企画室広報担当 ☎ 06-6208-7251 FAX 06-6227-9090

12/10～16は北朝鮮人権侵害問題啓発週間です
現在進行形の私たちの問題として考えましょう

北朝鮮による日本人拉致は、国民の生命と安全にかかわる重大な人権侵害です。私たち一人ひとりが自分の問題として考え、決して風化させることのないよう声を上げ続けましょう。

拉致問題啓発パネル展示

期間 12/10(水)～16(火)
場所 市役所1階 正面玄関ホール

ブルーライトアップ

期間 12/10(水)～16(火)
※施設により異なる
場所 市役所、大阪城天守閣ほか

問い合わせ
市民局人権企画課 ☎ 06-6208-7613 FAX 06-6202-7073

街頭啓発
日時 12/10(水)
16:00～17:00(予定)
場所 ホワイトイエダセンターモール

アニメ「めぐみ」上映会
日時 来年1/18(日)
14:00～15:30(13:30開場)
場所 中央図書館

拉致被害者の横田めぐみさん
(当時中学1年生)

がん検診・HPVワクチン接種の期限は
来年3/31まで! お早めに!

がん検診無料クーポン券
対象者にはがん検診無料クーポン券(①子宮頸がん②③乳がん)を送付しています。ぜひ、受診してください。

対象 令和7年4/1時点の年齢が①20歳②40歳③41～59歳の大阪市国民健康保険被保険者の女性

無料クーポン券は こちら

QRコード

子宮頸がん予防(HPV)ワクチン
HPVワクチンは合計3回の接種が必要です。来年3/31まで、残りの回数を無料で接種できます。

対象 平成9年4/2～平成21年4/1生まれの女性で、令和4年4/1～令和7年3/31に1回以上ワクチンを接種した方

HPVワクチンは こちら

QRコード

問い合わせ
がん検診専用電話 ☎ 06-6208-8250 FAX 06-6202-6967

大阪市民のみなさんへ

「にぎやかで活気あふれるまち大阪」をめざして

各記事のより
詳しい情報は
HPをご覧ください。



カメラアプリでの二次元コードの読み取り方

- ①スマートフォン等のカメラアプリを起動。
- ②カメラを二次元コードにかざす。
- ③画面に表示されるリンク先を押す。



- 日時・期間 場会場 ¥費用 締め切り 申込み問問い合わせ
HPホームページ Eメール 〒530-8201 大阪市北区中之島1-3-20 大阪市役所内
●講座・イベントなどで特に記載のないものは、「無料」「申し込み多数の場合は抽選」「締め切りは当日必着」です。抽選の結果は当選者のみ通知します。
●往復ハガキで申し込む際は、返信用宛先の住所・氏名をお忘れなく。
●費用について、複数区分ある場合は、「○○円ほか」としています。

●催しなどは変更または中止となる場合があります。最新の情報はHPなどでご確認ください。

くらし

広げるなインフルエンザ、
広げよう咳工チケット

インフルエンザが流行しています。インフルエンザの症状は風邪に似ていますが、高熱・頭痛・筋肉痛などの全身症状が強く、肺炎などの合併症を引き起こすことがあります。日頃から手洗いや咳工チケットを心がけ、予防しましょう。

問 大阪市保健所感染症対策課
☎ 06-6647-0656 FAX 06-6647-1029

飲み水は地下水(井戸水)ではなく
水道水を

河川や地下水質の状況を把握するため、毎年調査を実施しています。特に浅い井戸などの地下水は、環境の影響を受けやすく、細菌や有害物質によって汚れている可能性があります。飲み水には水道水を利用しましょう。調査結果など詳しくはHPをご覧ください。

問 環境局環境管理課
☎ 06-6615-7984 FAX 06-6615-7949

習い事・塾代助成事業の
来年4月からの利用登録申請を
受け付けます

市内在住の小学5年生～中学3年生を対象に、学習塾や習い事などにかかる費用を月額1万円まで助成します。対象の方には、12月下旬にお知らせを送付します。申請方法など詳しくはHPをご覧ください。

締め切り 令和7年1月16日
問 習い事・塾代助成事業運営事務局
☎ 06-6452-5273 FAX 06-6452-5274

新婚・子育て世帯向けに
住宅ローンの利子を補助します

初めて住宅を取得する方で、新婚世帯または子育て世帯を対象に、住宅ローンの利子の一部を補助(年間最大10万円×最長5年間)します。補助対象や申込方法など、詳しくはHPをご覧ください。

問 都市整備局住宅支援受付窓口
☎ 06-6356-0805 FAX 06-6356-0808

ほしん
帯状疱疹ワクチンの接種期限に
ご注意ください

対象は令和7年4/1～来年3/31に①65～100歳(5歳刻み)となる方(今年度に限り、101歳以上も対象)②60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障がいを有する方。いずれも過去に接種を受けた方は除きます。

日 生ワクチン(1回接種)：来年3/31まで
組換えワクチン(2回接種)：1回目 来年1/31まで、2回目 来年3/31まで ※接種間隔(1回目から2か月以上)が必要
場 委託医療機関など
¥ 自己負担額：生ワクチン(1回接種)4,500円、組換えワクチン(2回接種)1回あたり1万1,000円 ※生活保護受給者および市民税非課税世帯の方は、接種時に介護保険料決定通知書(保険料段階が1～4段階に限る)などの書類を持参で無料

問 大阪市保健所感染症対策課
☎ 06-6647-0813 FAX 06-6647-0803

動物愛護に関する寄附金へ
ご協力をお願いします

いただいた寄附金は、野良猫をこれ以上増やさないための取り組みや、犬猫の譲渡推進など、動物愛護に関する事業に役立てます。寄附方法など詳しくはHPをご覧ください。

問 健康局生活衛生課
☎ 06-6208-9996 FAX 06-6232-0364

12/4～10は人権週間です

私たち一人ひとりが人権の尊さを考え、全ての人の「人権が尊重されるまち」をみんなで築いていきましょう。

専門相談員による人権相談
(無料・秘密厳守)

☎ 06-6532-7830 FAX 06-6531-0666

問 人権啓発・相談センター
☎ 06-6532-7631 FAX 06-6532-7640

12/3～9は障がい者週間です

障がい者福祉についての关心と理解を深めるため、期間中に市内で街頭キャラバンを行うほか、作品やパラスポーツパネルなどの展示、障がいのある方が手作りした製品を集めた「大阪ハートフル商店街PR販売会」を市役所1階正面玄関ホールで行います。障がいの有無にかかわらず、誰もがお互いを尊重し、安全で安心な社会を実現しましょう。

問 福祉局障がい福祉課
☎ 06-6208-8075 FAX 06-6202-6962

障がい者等基礎調査に
ご協力ください

障がい者の状況やニーズを把握し、今後の障がい者施策に活用していくため、調査を実施します。無作為に抽出した①障がい者手帳②自立支援医療(精神通院)および特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの方等へ調査票を送付しますので、ご協力をお願いします。なお、調査をかたった詐欺にご注意ください。市や区役所が口座番号や暗証番号などの提供や、現金自動預払機(ATM)の操作を求めるることは、絶対にありません。

日 調査期間：12/15まで
問 福祉局障がい福祉課
☎ 06-6208-8071 FAX 06-6202-6962

イベント

微生物たちの
ぷっくりキーホルダーをつくろう！

自分で描いた微生物たちの絵を使って、ぷっくりとしたキーホルダーを作ります。定員各回100人(当日先着順)。

日 12/20(土)・21(日) 各日10:30～、14:00～
場・問 下水道科学館
☎ 06-6468-1156 FAX 06-6468-1160

企画展示 大坂の陣
～実録と創作～

京都から大坂落城の火災を目撃したと語る書状の写し
(大阪城天守閣蔵)

戦国最大の合戦・大坂の陣。同時代史料に見る「実録」と、長い年月の間に浸透した「創作」で、決戦から410年が経った今もなお、私たちを魅了する虚実の逸話を紹介します。

日 来年1/7(水)まで9:00～18:00(入館は17:30まで)
¥ 入館料：大人1,200円ほか
場・問 大阪城天守閣
☎ 06-6941-3044 FAX 06-6941-2197

演劇鑑賞会
「走れ☆星の王子メロス」

「星の王子さま」と「走れメロス」の物語を融合させた、子どもから大人まで楽しめる公演です。申込方法や費用など詳しくはHPをご覧ください。

日 来年1/11(日)13:00～、17:30～、12(月・祝)12:00～、16:30～
場 ABCホール(福島区)
問 経済戦略局文化課
☎ 06-6469-5173 FAX 06-6469-3897

企画展
「大阪の商人が支えた芸術文化
～浅野家伝来資料より～」

京阪で活躍した絵師や書家の手による掛軸など、江戸時代が終わりへと向かう動乱期に、大阪の芸術文化を支え続けた商家・浅野家秘蔵のコレクションを紹介します。

日 来年1/18(日)まで10:00～17:00
(入館は16:30まで)、火曜休館
¥ 入館料：500円ほか
場・問 大阪くらしの今昔館
☎ 06-6242-1170 FAX 06-6354-8601

冬の1日体験教室



吹きガラス・陶芸・織物・木工・金工など10種類の本格的な工芸体験ができる体験教室。定員2～12人(先着順)。空きがあれば当日参加もできます。各教室の対象年齢や費用など、詳しくはHPをご覧ください。

日 12/7(日)～来年2/22(日)の毎週日曜14:00～16:30 ※年末年始を除く
申当日までにご予約
場・問 クラフトパーク
☎ 06-4302-9210 FAX 06-4302-9212

編集/大阪市政策企画室 ☎ 06-6208-7251 FAX 06-6227-9090 〒530-8201 大阪市北区中之島1-3-20

大阪市民のみなさんへ

「にぎやかで活気あふれるまち大阪」をめざして



急病診療

急に具合が悪くなったら、あわてず休日・夜間の診療所へ。受診の際はマイナ保険証または資格確認書(医療証なども)を持参してください。

休日急病診療所

【診療科目】内科・小児科 【診療日】日曜、祝日、12/30(火)～1/4(日)

【受付時間】10:00～16:30

都 島	都島区都島南通1-24-23(Osaka Metro「都島」2号出口)	☎ 06-6928-3333
西九条	此花区西九条5-4-25(JR・阪神「西九条」下車)	☎ 06-6464-2111
十三	淀川区十三東1-11-26(阪急「十三」下車)	☎ 06-6304-7883
今 里	東成区大今里西3-6-6(Osaka Metro「今里」2号出口)	☎ 06-6972-0767
沢之町	住吉区南住吉4-14-28(JR「我孫子町」下車、南海「沢ノ町」下車)	☎ 06-4700-7771
中 野	東住吉区中野2-1-20(Osaka Metro「駒川中野」1号出口)	☎ 06-6705-1612

※中野休日急病診療所の小児科は平日夜間(20:30～23:00)も診療を行っています。

中央急病診療所

西区新町4-10-13(Osaka Metro「西長堀」4-A号出口) ☎ 06-6534-0321

診療科目	診療日	受付時間
内科・小児科	月～金曜(祝日、12/30～1/4除く)	22:00～翌5:30
	土曜(祝日、12/30～1/4除く)	15:00～翌5:30
	日曜、祝日、12/30～1/4	17:00～翌5:30
眼科・耳鼻咽喉科	月～金曜(祝日、12/30～1/4除く)	22:00～翌0:30
	土曜(祝日、12/30～1/4除く)	15:00～21:30
	日曜、祝日、12/30～1/4	10:00～21:30

休日・夜間緊急歯科診療所(大阪府歯科医師会)

天王寺区堂ヶ芝1-3-27(JR「桃谷」下車)

	診療日	診療時間	電話番号
休日	日曜、祝日、12/29～1/4	10:00～17:00(受付時間9:30～16:00)	☎ 06-6772-8886
夜間	毎日	21:00～翌3:00(できる限り事前にお電話ください)	☎ 06-6774-2600

Osaka Metro・大阪シティバス運行ダイヤ

Osaka Metro
(地下鉄・ニュートラム)

12/27(土)～1/4(日) ➔ 土曜・休日ダイヤ

問 Osaka Metro・シティバスお客さまセンター ☎ 050-3355-8208 FAX 06-4792-0020

児童虐待の通告・相談は、24時間365日対応の
「児童虐待ホットライン」
(まずは一報 なにわっ子)
☎ 0120-01-7285
にお電話ください。

大阪シティバス
(バス・いまざとライナー)

12/27(土)～1/4(日) ➔ 休日ダイヤ

問 Osaka Metro・シティバスお客さまセンター ☎ 050-3355-8208 FAX 06-4792-0020

救急車を呼ぶ? 病院へ行く?
迷ったときは、24時間365日対応の
「救急安心センターおおさか」
#7119または
☎ 06-6582-7119 にお電話ください。

天王寺動物園 干支の動物展

午年(うまどし)にちなみ、ウマに関する企画展を開催します。2026年のスタートを飾る楽しい展示が盛りだくさん! ぜひ、ご来園ください。

日 12/23(火)～来年1/12(月・祝)

入園料: 大人500円ほか

場 問 天王寺動物園

☎ 06-6771-8401 FAX 06-6772-4633



消防出初式

消防車両・消防艇・消防ヘリコプターによる部隊行進や火災・救助総合訓練、一斉放水のほか、市民と消防ふれあいコーナーでは地震体験や子ども用の消防服を着て記念撮影ができます。

日 来年1/6(火) 10:00～11:20、市民と消防ふれあいコーナーは11:20～13:00

場 ATC

問 消防局総務課

☎ 06-4393-6061 FAX 06-6582-2864



歳末警戒実施中

実施期間：12月1日(月)～12月31日(水)

防 犯



警察では、歳末における各種事件・事故の予防及び検挙を目的とした歳末活動を強化しています。

- 特殊詐欺等の撲滅
- 子どもや女性を狙った性犯罪の警戒強化
- 自動車関連犯罪の警戒強化
- 金融機関・コンビニエンスストア等の警戒強化
- 交通事故等の抑止



深酒に注意

「スリ」や「置き引き」の被害だけでなく、不覚にも暴力をふるって自身が「加害者」にならないように注意しましょう。

「飲酒運転」は自動車だけではありません。「自転車」の運転前に飲酒した場合も、もちろん「飲酒運転」に該当します。



空き巣に用心

年末年始に、旅行先からSNSに写真をアップしたら留守にしていることを公表するようなものです。前後の記事から、住所が推測されて空き巣のターゲットにされることも…。

楽しい旅行の思い出は、帰宅してからアップしましょう。



特殊詐欺

ウマイ話、心配な話には相手がどんなに急かしても直ぐに動かず、信頼できる家族や警察に相談してから対応しましょう。

令和6年の特殊詐欺・実質被害報告(全国)



問合せ 東警察署 ☎06-6268-1234
南警察署 ☎06-6281-1234
市民協働課(市民協働)
☎06-6267-9841 FAX 06-6264-8283



火災予防



寒さも増し、火気の使用が増え、空気も乾燥し火災が発生しやすいこの時期に、消防の警戒体制を強化するとともに、火災予防の意識を向上していただくため歳末警戒を実施します。

大掃除での火の用心 POINT



コンセントまわりにほこりが溜まっているか確認しましょう。



大掃除で家具を移動する際は、電気配線を家具で踏みつけないように注意しましょう。



大掃除で出たゴミは放火防止のため家の周りに長時間放置しないようにしましょう。

安全で安心できる

新年をお迎えください。



問合せ 中央消防署(内本町2-1-6)
☎06-6947-0119
FAX 06-6942-5745



以下は広告スペースです。