

**プチ 健康ひろば**

**大切な人の  
“いつもと違う”に気づいたら**

3月は自殺対策強化月間です！1年で最も自殺者数が多いのは環境が変化しやすい3月です。

●私たちにできること

- ・眠れない
- ・食欲がない
- ・口数が少ない

周囲の「いつもと違う」に気づいたらまずは声をかけることから始めてみませんか。



**ゲートキーパーになろう**

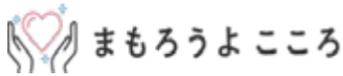
ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。



●相談方法と窓口はいろいろあります

あなたが悩みや不安を抱えて困っている時に、気軽に相談できる場所があります。

相談方法もいろいろなものがあるので、ご希望の窓口を選んで話してみませんか？



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

**その他**

**狂犬病予防注射のお知らせ**

飼い犬を登録すること(生涯1回)、狂犬病予防注射を受けさせること(毎年1回)、鑑札・注射済票を飼い犬に付けることは、狂犬病予防法で定められた飼い主の義務です。(マイクロチップが鑑札とみなされた場合は、鑑札の装着は不要です。)

案内通知書をお持ちの方は必ずご持参のうえ、お越しく下さい。

**集合注射の日程と会場**

とき 4月8日(水)13:30~16:00

ところ 中央区保健福祉センター(久太郎町1-2-27)

費用 1頭につき3,300円(注射料金2,750円、注射済票交付手数料550円)

- 中央区以外の会場や大阪市委託動物病院でも、狂犬病予防注射及び注射済票の交付を受けることができます。
- 大阪市が毎年4月に、区役所や公園、学校等で実施している狂犬病予防注射は、令和8年度で終了します。令和9年度以降は、動物病院での注射に移行して頂きますようお願いいたします。

問合せ 保健福祉課(生活環境)1階11番  
☎06-6267-9973  
FAX 06-6267-0998

詳しくはこちら▶



**能登半島復興支援 出張輪島朝市**  
朝市出店者の生きがいと生活を取り戻すために

1200年の歴史をもつ輪島朝市を復興し、次代につないでいくために、応援のほどよろしく願いいたします。

とき 3月28日(土)10:00~17:00(予定)

ところ 船場センタービル2号館地下1階  
輪島塗の漆器や海産物の販売ほか  
※内容は予告なく変更する場合があります。

問合せ (株)大阪市開発公社 ☎06-6281-4518



**人権擁護委員による特設人権相談所を開設します。**

とき 3月13日(金)13:30~16:00

ところ 中央区役所 6階 会議室  
無料・秘密厳守

悩みごと・困りごとがありましたら、お気軽にご相談ください

問合せ 大阪第一人権擁護委員協議会  
☎06-6942-1196  
FAX 06-6942-1627

**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

今年度の大腸がん検診、肺がん検診、乳がん検診、骨粗しょう症検診の予約は終了しました。

来年度の日程は、4月号に掲載します。

医療機関での受診はこちら▶



**区役所での無料相談** 対象 市内在住の方

※同一、同種案件の繰り返しのご相談はご遠慮いただきますようお願いいたします。

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	3月10・17・24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	3月11日(水) 13:00~16:00 【1階ロビー】	魅力推進課(区政企画) ☎06-6267-9683 FAX 06-6264-8283
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	3月19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。(3月1~16日)
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	3月12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		

**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】 定員各16組	3月22日(日) 13:00~17:00	淀川区役所(淀川区十三東2-3-3)	申 3月13日(金)12:00~22日(日)10:00(先着順)AI電話による予約受付 ☎050-1808-6070 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】 各回4組	3月18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)
ナイター法律相談 【要予約】 定員32組	3月24日(火) 18:30~20:30	天王寺区民センター(天王寺区生玉寺町7-57)	申 行政オンラインシステムでの事前予約(先着順) 2月10日(火)12:00~ 3月23日(月)17:00 問 総合コールセンター ☎06-4301-7285

