

少しチャレンジ! すこやかチャレンジ!

第3回 すこチャレセミナー

～脂質がちょっと気になるあなたに～

医師から直接お話を聞けるチャンスです!脂質コントロールについて正しく理解して、健康づくりに役立てましょう。

日時 1月30日(月)13:30～15:30頃

場所 福島区役所内 6階

講師 小笠原 延行医師(JCHO大阪病院 循環器内科)

定員 25名程度(先着順) 持ち物 筆記用具

申込 1月6日(金)～25日(水)電話・FAX・窓口にて(定員になり次第締切)

無料 要申込

関 保健福祉課 2階 23番 保健活動 TEL 6464-9968 FAX 6462-4854

低栄養予防クッキング

要申込

あっさりした食事に偏っていませんか?しっかり食べて低栄養を予防し、元気でいきいきした生活をめざしましょう!

日時 2月17日(金)10:30～13:00

場所 福島区役所2階 栄養講習室

内容 栄養士のお話、調理実習、試食

対象 区内在住の65歳以上の方

定員 8名(先着順)

費用 400円(材料費・当日徴収)

持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル、飲み物、マスク着用

申込 1月10日(火)～2月10日(金)電話・窓口にて[共催]福島区食生活改善推進員協議会

関 保健福祉課 2階 24番 運営 TEL 6464-9882 FAX 6462-4854

図書館ニュース

開館時間 火～金 10:00～19:00
土・日・祝日・休日 10:00～17:00

休館日 月曜日・第3木曜日(祝・休日は開館)、蔵書点検期間、年末年始

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止する場合があります。
※ご来館時にはマスクの着用をお願いします。

●年始の休館等のお知らせ
【休館】1月4日(水) まで
1月4日(水)9:00まで返却ポスト利用不可

●蔵書点検による休館のお知らせ
【休館】1月25日(水)～1月30日(月)
※天王寺・西成・淀川の市立図書館が同時期に休館します。他はご利用いただけます。

図書展示「冬を楽しもう」展

期間 ～2月15日(水)

関 福島図書館(吉野3-17-23) TEL 6468-2336 FAX 6468-5191

移動図書館 まちかど号

日時 1月13日(金)10:00～10:40

場所 鷺洲第2団地2号棟玄関前(鷺洲3-1)

関 大阪市立図書館 自動車文庫 TEL 6539-3305 FAX 6539-3336

国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入の方へ

年に一度 健康チェック!

対象 40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)

持ち物 受診券・保険証・個人票
※受診券は対象の方に緑色の封筒で送付。

検査内容 血液検査・尿検査など

関 窓口サービス課 1階 17番 保険年金 TEL 6464-9956 FAX 6462-2593

8,000円相当の健診がなんと、タダ!

受診券は3月末まで

特定健康診査を受けましょう!



健診などのお知らせ

関 保健福祉課 2階 24番 運営 TEL 6464-9882 FAX 6462-4854

健(検)診名	実施日 健診等受付時間	対象	内容	費用	予約の有無
妊婦歯科健診	1月16日(月) 2月13日(月) 13:10～13:50	妊娠中期(5～7か月頃)の市民 ※母子手帳持参	歯科健診	無料	要予約 実施日の正午までに予約
大阪市 国民健康保険 特定健康診査 ^(注)	1月14日(土) 2月13日(月) 9:30～11:00	40歳以上の大阪市国民健康保険、後期高齢者医療保険加入者 ※受診券・保険証・個人票持参	身体測定・尿検査・血圧測定・血液検査等	無料	予約不要

関 特定健康診査の受診券・資格等について……窓口サービス課 1階 17番 保険年金・保険 TEL 6464-9956
後期高齢者医療保険の受診券等について…大阪府後期高齢者医療広域連合 TEL 4790-2031

●場所は区役所2階です。特定健康診査は6階になります。
(注)各取扱医療機関でも直接申込みのうえ受診できます。区実施日以外も実施しています。
◎各種検診について詳しくは、対象者へ個別に送付する案内をご確認ください。
◎気象状況により、中止になる場合があります。

定期的に受診しよう!





1月 市民相談 無料

※相談の際は必ずマスクを着用してください。
体調不良の方はお断りさせていただくことがあります。

福島区役所での相談 ※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止する場合があります。

内容	日時	問合せ先等	予約の有無	場所
法律相談(弁護士)	1月10・17・24日(全て火曜) 13:00～17:00 ※31日は実施なし	当日9:00から電話予約(先着8名) ※電話申込が困難な方は事前にお問合せください 関 予約 企画総務課 4階 42番 企画推進 TEL 6464-9683 FAX 6462-0792		
法律相談(司法書士)	1月11日(水) 13:00～16:00	当日9:00～15:00電話予約(先着6名) 関 予約 大阪司法書士会西支部 TEL 080-4235-5489	要予約 1人30分(入替時間含)	4階 相談室
不動産相談	1月20日(金) 13:00～16:00(受付15:30まで)	相談日前日までの土・日・祝を除く 10:00～15:30電話予約(先着6名) 関 予約 全日本不動産協会大阪府本部 北支部 TEL 6373-1511		
就労相談	1月18日(水) 13:30～17:00	関 予約 大阪市地域就労支援センター TEL 0120-939-783	予約不要 ※16:00以降は要予約	
花と緑の相談(サバンナ堆肥の配布)	1月12日(木) 14:00～15:30	関 扇町公園事務所 TEL 6312-8121		
ごみ相談	1月19日(木) 10:00～12:00	関 西北環境事業センター TEL 6477-1621 ※子ども服等リユース・フードドライブ(保存食品の寄付受付)も実施	予約不要	1階 ロビー 相談ブース
高齢者・障がい児・者相談	1月27日(金) 10:30～13:00	相談員 福島区地域自立支援協議会、他 関 保健福祉課 2階 21番 TEL 6464-9857		

日曜法律相談 要予約

日時 1月22日(日)9:30～13:30

場所 天王寺区役所(天王寺区真法院町20-33)

定員 16組

予約受付日時 1月19日(木)・20日(金)9:30～12:00

予約専用電話 6208-8805

関 大阪市総合コールセンター「なにわコール」 TEL 4301-7285 FAX 6373-3302 (8:00～21:00 年中無休)

ナイター法律相談 予約不要

日時 1月13日(金)18:30～21:00

場所 中央区民センター(中央区久太郎町1-2-27)

定員 32組

申込 当日受付開始時に順番を抽選。その後は先着順。

受付時間 18:00(予定)～20:00

※広告の内容等、掲載された広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。また、大阪市が推奨等するものではありません。