

 2月の市民相談 無料 場所 ①区役所4階相談室 ②1階ロビー相談ブース ③区役所5階相談室			
区役所での相談	日時	申込・問合せ	予約
法律相談 (弁護士)①	2月4・18・25日 3月4・11日 (全て火曜) 13:00～17:00	予約受付日時 相談日の1週間前の12:00～前日17:00 (例)2月25日相談の予約受付は、2月18日12:00から2月24日17:00まで 予約専用電話 ☎050-1808-6070(24時間AIが自動案内対応) 定員 8名(先着順) ※電話申込が困難な方は事前にお問い合わせください。 問合せ 企画総務課(企画推進)4階42番 ☎6464-9683 FAX 6462-0792	要予約 1人30分 入替時間含
法律相談 (司法書士)①	2月12日(水) 13:00～16:00	当日9:00～15:00電話予約 定員 6名(先着順) 問合せ・予約 大阪司法書士会 西支部 ☎080-4235-5489(当日のみ)	
不動産相談①	2月21日(金) 13:00～16:00 (受付15:30まで)	相談日前日までの土・日・祝日を除く10:00～15:30電話予約 定員 6名(先着順) 問合せ・予約 大阪府宅地建物取引業協会 北支部 ☎6357-5821	
ごみ相談②	2月20日(木) 10:00～12:00	問合せ 西北環境事業センター ☎6477-1621 FAX 6477-4602 ※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
高齢者・ 障がい児・者相談②	2月28日(金) 10:30～13:00	相談員 福島区地域自立支援協議会 他 問合せ 保健福祉課(地域福祉)2階21番 ☎6464-9857 FAX 6462-4854	
人権相談③	月～金(祝日除く) 9:00～17:30	区役所職員が電話または面談で相談をお受けします(事前予約制) 問合せ 市民協働課(地域活動支援)5階52番 ☎6464-9743 FAX 6464-9987	要予約
人権相談(専門相談員) 要予約		犯罪被害者等支援のための総合相談窓口 予約不要	
電話・FAX・メール・面談(事前予約制)で相談をお受けします。 日時 月～金 9:00～21:00、日・祝日 9:00～17:30 場所 大阪市人権啓発相談センター (西区立売堀4-10-18 阿波座センタービル1階) 問合せ 大阪市人権啓発相談センター ☎6532-7830 FAX 6531-0666 ✉7830@osaka-jinken.net		犯罪被害にあわれてお困りの方や、身近な方が犯罪被害にあわれて支援を必要とされている場合は、ぜひご相談ください。 日時 9:00～17:30(土日・祝日・年末年始を除く) 場所 市民局 人権企画課(市役所4階) 問合せ ☎6208-7489 FAX 6202-7073	
日曜法律相談 要予約		ナイター法律相談 要予約	
日時 2月23日(日)13:00～17:00 場所 中央区役所(中央区久太郎町1-2-27) 住之江区役所(住之江区御崎3-1-17) 定員 各16組(先着順) 予約受付日時 2月14日(金)12:00～22日(土)17:00 予約専用電話 050-1807-2537(24時間AIが自動案内対応)		日時 3月17日(月)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(先着順) 予約受付日時 2月10日(月)12:00～3月16日(日)17:00まで ※オンライン予約で定員に満たない場合は、相談日の18:00時点で来場している相談希望者で抽選を行います(18:00受付終了)。	
問合せ 大阪市総合コールセンター「なにわコール」 ☎4301-7285 FAX 6373-3302(8:00～21:00 年中無休)			



身体、軽くなりました！

各地域で「いきいき百歳体操」の活動が行われていますが、今回は大開地域におじゃましました。20名ほどの高齢者の方々が参加され、一緒に約30分間の筋力アップ運動を行いました。

じわっとする動きが、意外に効いてきます。続けることにより、筋力・バランス能力が高まり、知り合いが増えることもいいですね。

お昼のひとつき、笑顔で皆さんと過ごし、リフレッシュしました。



ふくしまのSDGsと万博、紹介してきました！

ラジオ大阪の番組「あれも！これも！SDGs」に出演しました。和田麻実子さんが司会を務め、SDGsの啓発・発信を進めていただいています。

区内でのSDGsや万博に向けた機運醸成の取組をご紹介し、地域の皆さんに支えられた福島区の良さなど、お話ししてきました。

リサイクルやごみの分別など、日頃の実践もSDGsの取組です。できることから始め、地道に続けていきましょう。



 健(検)診などのお知らせ 場所 区役所2階(特定健康診査は6階) 問合せ 保健福祉課(運営)2階24番 ☎6464-9882 FAX 6462-4854			
健(検)診名	実施日・受付時間	対象	費用
妊婦歯科健診 予約不要	2月10日(月)、3月10日(月) 13:10～13:50	妊娠している市民 (母子手帳持参)	無料
結核健診 予約不要	2月21日(金)10:00～11:00 3月6日(木)13:30～14:30	学校や職場で健診機会のない15歳以上の市民	
歯科健康相談 予約不要	2月6日(木)13:30～14:30	市民	
大阪市国民健康保険 特定健康診査 ※ 予約不要	2月6日(木)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・個人票(国民健康保険加入者)・被保険者証持参)	

特定健康診査受診券・資格等について

問合せ

 窓口サービス課(保険年金・保険)1階17番 ☎6464-9956
 後期高齢者医療保険の受診券等について

問合せ

 大阪府後期高齢者医療広域連合 ☎4790-2031

※実施日以外でも、取扱医療機関に直接申し込んで受診可能。
 ● 気象状況により、中止になる場合があります。

◎令和6年度の区役所実施のがん検診等の予約受付は終了しました。がん検診の受診を希望する方は、取扱医療機関で予約してください。

取扱医療機関はこちら

直接申込可能





健康講座等のお知らせ

プレママクッキング教室

要申込



赤ちゃんの健やかな成長のために、簡単にバランスのとれたメニューを作って、楽しいランチタイムを過ごしましょう♪

日時

 3月14日(金)10:00～12:30

場所

 区役所2階 栄養指導室

内容

 講話「妊娠中の食生活のポイント」、調理実習・試食

対象

 区内在住の妊娠希望の女性、妊婦、そのパートナー

定員

 12名(先着順)

費用

 1人500円(当日徴収)

持物

 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、飲み物

申込

 2月7日(金)～3月7日(金)
 電話または窓口にて

問合せ

 保健福祉課(運営)2階24番 ☎6464-9882 FAX 6462-4854

共催

 福島区食生活改善推進員協議会 ふじの会

詳しくはこちら



～産後の身体を大切に～
 美ママ講座

無料

 要申込

産後の健康についてのお話や、赤ちゃんと一緒にできる体操などを行います。

日時

 3月14日(金)10:00～11:40
 (受付9:40～)

場所

 区役所6階 会議室

対象

 令和6年4月16日～令和6年10月13日生まれの赤ちゃん和妈妈(区内在住)

定員

 35組程度(先着順)
 ※2回目の方も参加していただけます。
 ただし、初回参加者を優先します。

持物

 ・ママ:飲み物、汗拭きタオル
 ・赤ちゃん:オムツ、飲み物、バスタオル等
 ※持物には名前を記入してください。
 ※動きやすい服装でお越しください。

申込

 3月7日(金)までに
 電話、窓口またはFAXにて

問合せ

 保健福祉課(保健活動)2階23番 ☎6464-9968 FAX 6462-4854

詳しくはこちら



福島区民健康講座

無料

 要申込

「私たちの生活を脅かす慢性腎臓病 早期発見、早期治療が重要です」
 早期から治療を行えば、将来人工透析になる人を減らすことができると期待されています。

日時

 3月7日(金)14:00～15:30
 (受付13:30～)

場所

 区役所6階 会議室

内容

 ①「私たちの生活を脅かす慢性腎臓病」

講師

 JCHO大阪病院 腎臓内科診療部長 鈴木 朗氏
 ②「腎臓にやさしい食事は？」

講師

 JCHO大阪病院 管理栄養士 本田 美和子氏

定員

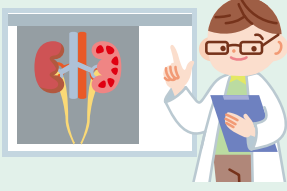
 50名(先着順)

申込

 2月6日(木)～3月6日(木)
 電話または窓口にて

問合せ

 保健福祉課(運営)2階24番 ☎6464-9882 FAX 6462-4854



子育てを応援します！ お気軽にご相談ください。

問合せ

 保健福祉課(子育て支援室)2階20番 ☎6464-9887 FAX 6462-4854

11