■1面

広報　東住吉　なでしこ2025年（令和7年）　10月号　No.353

なっぴーと写真でめぐる　ここはどこかな？

２面をチェック！

2025　東住吉区民フェスティバル

とき　10月19日（日）9：00～15：00

ところ　長居公園自由広場

詳しくは4面へ

おもな内容

6-7面　10月は市民健康月間です

8面　秋のクラインガルテンまつりを開催します！

令和7年国勢調査　回答はお済みですか？

詳しくは9面へ

区役所の開庁時間

月〜金曜日9：00〜17：30

窓口延長　毎週金曜日17：30〜19：00

日曜開庁　毎月第4日曜日（10月は26日が開庁日です）

土・日・祝日及び12月29日〜翌年1月3日は閉庁

※窓口延長時・日曜開庁日は一部業務のみの取り扱いとなります

区役所代表電話　電話　06-4399-9986　ご用の担当がわからないときは代表電話におかけください。

大阪市総合コールセンター「なにわコール」

市の手続き・イベント情報に関するご案内（8：00～21：00年中無休）

電話　06-4301-7285　 FAX　06-6373-3302

行政オンラインシステムについてのお問合せは　電話　0120-835-802

月～金曜日9：00〜17：00　※祝日・年末年始を除く

発行元　東住吉区役所総務課　郵便番号546-8501 東住吉区東田辺1丁目13番4号

電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

区の推計人口（令和7年9月1日現在推計）人口 130,754人　世帯数 67,521世帯

■2面

2面ヘッダー

なっぴーと写真でめぐる ここはどこかな？

「駒川商店街（こまがわしょうてんがい）」だよ

続きは4面へ

お知らせ

マイナンバーカード出張申請サポート

はじめてマイナンバーカードを作る方は会場で申請手続きをすれば、後日、区役所でマイナンバーカードを受け取れます。郵送での受け取りはできません。

すでにお持ちの方は、健康保険証利用や有効期限切れによる更新申請をサポートします。

日時・場所

・10月11日（土）、12日（日）10：00～16：00　駒川商店街　コマステーション

・10月19日（日）9：00～15：00 ※小雨決行　長居公園自由広場（東住吉区民フェスティバル会場）

・10月25日（土）、26日（日）11：00～17：00　東住吉会館2階　会議室

※区役所や出張窓口に行くのが難しい方は、「訪問型出張申請受付」をご利用ください。

問合せ　大阪市マイナンバーカード　出張申請サポート窓口・訪問型出張申請受付サービス　コールセンター

電話　050-3535-0200　FAX　06-7178-8897　9：00～17：30（12/29～1/3は除く）

国民健康保険資格確認書を交付します

マイナ保険証をお持ちでない方や資格確認書の交付申請をした方に、10月中に転送不要の簡易書留で資格確認書を送付します。不在の場合は「郵便物等お預かりのお知らせ」が投函されますので、案内に従ってお受け取りください。10月中に届かない場合は、お問合せください。

問合せ　窓口サービス課（保険年金）2階25番　電話　06-4399-9956　FAX　06-4399-9947

医療証を更新します

現在の医療証は11月1日から使えなくなります。10月末までに新しい医療証が届かない場合は、お問合せください。

障がい者医療証：オレンジ色→うぐいす色

ひとり親家庭医療証：桃色→あさぎ色

こども医療証：色の変更なし（有効期限が令和7年10月31日までの方が更新対象）

問合せ　保健福祉課（子育て支援・障がい）　電話　06-4399-9857　FAX　06-6629-4580

「本人通知制度」を実施しています

住民票の写しなどが第三者に取得された事実を本人に通知することで、不正請求や不正取得を抑止し、個人の権利侵害の防止を図ることを目的として、「本人通知制度」を実施しています。

お住まい、または本籍地の区役所、区役所出張所の窓口・郵送にて登録申請してください。

問合せ　窓口サービス課（住民情報）2階23番　電話　06-4399-9963　FAX　06-4399-9947

10月は「犬・猫を正しく飼う運動」強調月間です

人と犬・猫が幸せに暮らせるよう、愛情と責任をもって最後まで飼いましょう。

・犬を飼う場合、必ず犬の登録（生涯に1回）と狂犬病予防注射（年1回）を行いましょう。

・犬は放し飼いせず、散歩中は必ずリードでしっかり制御し、ふん・尿の後始末を徹底しましょう。

・猫は室内で飼いましょう。

・犬・猫を捨てることは犯罪です。不妊・去勢手術を行い、飼いきれない命を増やさないようにしましょう。

「街ねこ活動」のサポートについて

本市では「所有者不明猫適正管理推進事業（街ねこ事業）」により、手術費用の助成等を行っています。

問合せ　保健福祉課（生活環境）1階15番　電話　06-4399-9973　FAX　06-6629-1265

市民税・府民税・森林環境税（普通徴収）の第3期分の納期限は10月31日（金）です

失業や大幅な所得減少（前年の6割以下）が見込まれる場合は申請により減額・免除されることがあります。

問合せ　あべの市税事務所　個人市民税担当　電話　06-4396-2953　FAX　06-4396-2905

災害時外国人支援ボランティアオンライン説明会

災害時の通訳・翻訳、やさしい日本語での支援に関心のある方へ向けて、オンライン説明会を開催します。

※災害時外国人支援ボランティアは随時ホームページにて募集しています。

日時　10月21日（火）19：00～19：30

場所　オンライン（ZOOM）

対象　どなたでも

申込　申込フォームにて

問合せ　大阪国際交流センター　電話　06-6773-8989　FAX　06-6773-8421

（月）～（金）9：00～19：00（土日祝）9：00～17：30

お使いの薬をジェネリック医薬品に変えてみませんか

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に製造販売される、先発医薬品と同一の有効成分を同一量含み、同等の効能・効果を持つ医薬品です。ほとんどのジェネリック医薬品は、先発医薬品より価格が安いため、自己負担額を軽減することができます。ジェネリック医薬品を希望される場合は、医師や薬剤師にご相談ください。

問合せ　福祉局保険年金課給付グループ　電話　06-6208-7967　FAX　06-6202-4156

10月11日（土）～20日（月）は全国地域安全運動期間です

「子どもと女性の犯罪被害防止」「特殊詐欺、SNS型投資詐欺・ロマンス詐欺の被害防止」「自転車盗、万引き・自動車関連犯罪の被害防止」を中心に各種被害防止活動を強化しています。

安全なまちづくり大会を実施します！

日時　10月20日（月）14：00～15：00

場所　区民ホール（区役所3階）

詳細は、安まちアプリ等にてお知らせしますので、ぜひご参加ください。

問合せ　東住吉警察署　電話　06-6697-1234

もっとも身近な減災設備

住宅用火災警報器は、火災を大きな警報音で知らせるもので、初期消火や安全な避難に役立ちます。

平成18年6月より設置が義務化され、現在ではすべての住宅に設置が必要です。設置から10年以上経過している場合は点検し、10年を目安に買い替えましょう。

住宅火災による死亡者の約7割は逃げ遅れが原因です。被害軽減のため、警報器の設置と維持管理にご協力をお願いします。

問合せ　東住吉消防署　電話　06-6691-0119　FAX　06-6691-1444

要援護者に関わる同意書の返信にご協力をお願いします

地域での見守り活動等に役立てるため、「要援護者名簿」の作成にご協力をお願いしています。

対象の方には同意書を送付していますので、期日までに返送をお願いします。返送がない場合は、担当者が訪問して同意確認を行います。名簿は区役所が認めた地域団体へ提供し、日頃の見守りや災害時の助け合いに使用します。

※この取組は、東住吉区社会福祉協議会が大阪市から委託され実施しています。

ご存知ですか？見守り相談室

日頃の見守り活動を通じて、地域のつながりづくりのお手伝いや、地域や制度へお困りの方をつなぐ役割を担っています。生活の中で見守りに関することやお困りごと等がありましたら、どなたでも気軽にご相談ください。

問合せ　東住吉区社会福祉協議会見守り相談室　電話　06-6622-9060　FAX　06-6622-8973

（月）～（金）9：00～19：00　（土）9：00～17：30

区長の部屋　東住吉区長　藤原　鉄也

健康について

古来、健康を保つには、心を平静にする一方で、毎日少しずつでも体を動かし、運動するのがよいとされています。今月号の６・７面にありますとおり、特に足腰は重要です。「足る・足りる」に「足」の字を使うこと、「腰」の元の字は「月」のない「要」で「かなめ」と訓読みすることは、それらの大切さを示していると考えます。

厳しかった暑さも和らぎ、気持ちよく外出できる季節となりました。健康をテーマの一つとする「大阪・関西万博」が今月13日まで、今月19日には関係各方面の皆様の多大な御協力のもと「東住吉区民フェスティバル」が、これらのほかにもさまざまなイベントが開催されます。お出かけのきっかけのひとつとしても、ぜひ御活用ください。

2面フッター

窓口の呼び出し状況・待ち人数はホームページから確認できます!

窓口サービス課（住民情報・保険年金）、保健福祉課（障がい、子育て、介護保険）の状況が確認できます。

■3面

講座・イベント

うつ病の家族教室　無料　要申込

うつ病の家族向けに、病気の理解と接し方を学び、同じ悩みを持つ方々と交流する場です。

日時　①11月8日（土）、②11月22日（土）14：00～16：30（全2回）

場所　大阪市こころの健康センター大会議室

対象　市内在住でうつ病と診断されている方のご家族

定員　20名（先着順）

申込　10月22日（水）までに電話または窓口にて

問合せ　保健福祉課（健康づくり）1階14番　電話　06-4399-9968　FAX　06-6629-1265

おひとりさま女性の“私らしい暮らし方”　無料　要申込

日時

①10月25日（土）「理想の70代をめざすために今から出来ること」

②11月8日（土）「自分の未来は自分で創る！具体的な動き方」

10：00～12：00（全2回）

場所　クレオ大阪南

対象・定員　概ね65歳までの女性・40名（先着順）

持ち物　筆記用具

申込　10月24日（金）までにホームページ、FAX、電話または窓口にて

問合せ　クレオ大阪南　電話　06-6705-1100　FAX　06-6705-1140

介護就職デイ「介護のしごと就職フェアinあべのハルカス」　無料　要申込

介護業界に興味のある方は、無資格・未経験でも是非ご参加ください！

●就職面接会＆相談会

～働きやすい介護施設を目指す21社が集合～【予約優先制】

●介護のしごと相談コーナー【随時受付】

●映画上映会「僕とケアニンとおばあちゃんたちと。」＆セミナー【予約制】

●映画上映会「ケアニン～あなたでよかった～」【予約制】

日時　11月13日（木）13：00～16：00（介護のしごと相談コーナー12：00～16：00）

※映画上映時間は別途設定しています。

場所　あべのハルカス会議室（あべのハルカス25階）

申込・問合せ　ハローワーク阿倍野　人材確保対策コーナー　電話　06-4399-6007（部門コード44＃）

健康体操ヨガ　要申込

日時　10月10日～11月28日まで毎週（金）15：40～16：40（11月21日を除く）

場所　長居ユースホステル

定員　15名（先着順）

費用　1回800円（事前チケット購入制）

持ち物　ヨガマットまたはバスタオル、汗拭きタオル、動きやすい服装、飲み物

申込　ヨガ開始時間までにフロントにて

問合せ　長居ユースホステル　電話　06-6699-5631　FAX　06-6699-5644

歴史講座　蔦屋重三郎～江戸の出版王への軌跡～

日時　①10月25日（土）、②11月１日（土）、③11月８日（土）13：30～15：00（全３回）

場所　平野区画整理記念会館

定員　50名

費用　1回前売り　1100円、１回当日　1320円（教材込み）

申込　10月25日（土）までに窓口、チケットぴあにて

問合せ　平野区画整理記念会館　電話　06-6702-0513　FAX　06-6702-0519

東住吉区民体育レクリエーション（ハイキング）　要申込

日時　11月3日（月・祝）

場所　奈良県當麻寺方面

定員　大人500名、子ども100名

費用　大人500円、子ども250円（交通費込み）

主催　東住吉区スポーツ・レクリエーション事業実行委員会

申込　10月17日(金)までに町会長宅、または大阪市コミュニティ協会東住吉区支部協議会にて

問合せ　大阪市コミュニティ協会　東住吉区支部協議会

電話　080-6206-4154（業務用）　FAX　06-6115-8260　メールhigashisumi-komikyo@arion.ocn.ne.jp

東住吉区スポーツ・レクリエーション　要申込

ボッチャ大会

日時　11月9日（日）9：00～

場所　東住吉区民ホール

費用　500円（1チーム）

申込　10月24日（金）までにFAX・メールにて

バドミントン大会

日時　11月23日（日）9：00～

場所　東住吉スポーツセンター

費用　500円（1名）

協力　大阪府柔道整復師会

申込　10月24日（金）までにFAX・メールにて

問合せ　大阪市コミュニティ協会　東住吉区支部協議会

電話　080-6206-4154（業務用）　FAX　06-6115-8260　メールhigashisumi-komikyo@arion.ocn.ne.jp

高齢者健康教室　無料　要申込

日時

①11月6日（木）歯の健康～歯周病予防について～

②11月13日（木）呼吸器専門医が伝えたい咳や痰の治療とその付き合い方

③11月20日（木）膀胱を知ろう

④11月27日（木）ピロリ菌と胃の病気

14：00～15：00（全4回）

場所　東住吉会館（大会議室）

対象　市内在住60歳以上の方

定員　40名（申込多数の場合抽選）

申込　10月9日（木）10：00～15：00までに電話または窓口にて

問合せ　東住吉区老人福祉センター　電話　06-6699-3000　FAX　06-6697-6686

花と緑の寄せ植え講習会　無料

花と緑の相談車「ひふみ号」による相談

日時　10月23日（木）14：00～15：30

場所　平野白鷺公園（今川6丁目）

定員　30名程度（当日直接お越しください）

問合せ　長居公園事務所　電話　06-6691-7200　FAX　06-6691-6976

秋のローズウィーク

バラ本来の美しさが際立つ「秋バラ」を、ゆっくりお楽しみください。

日時

10月25日（土）～11月24日（月・振休）9：30～17：00（入園は16：30まで）

11月1日から9：30～16：30（入園は16：00まで）

場所　長居植物園

入園料　大人300円、高校生大学生200円（要学生証）

問合せ　電話　06-6696-7117　FAX　06-6696-7405

移動図書館まちかど号　10月の巡回日

10月2日（木）14：25～15：00　市営矢田部住宅中央公園（公園南矢田1-22）

10月3日（金）10：25～11：15　矢田東小学校東門（住道矢田2-7）

10月4日（土）・11月1日（土）14：25～15：05　サンヴァリエ針中野６号棟前（湯里3-2）

10月18日（土）10：20～11：20　中町会公園（杭全7-14）

10月25日（土）11：25～12：05　平野白鷺公園（今川6-7）

問合せ　中央図書館　自動車文庫　電話　06-6539-3305　FAX　06-6539-3336

3面フッター

災害時に備え、日頃から安全に避難できる場所と避難ルートを確認しておきましょう。

問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9909　FAX　06-6629-4564

■4面

4面ヘッダー

なっぴーと写真でめぐる　ここはどこかな？

10の商店会で形成される全長730mの大阪を代表する商店街だよ

続きは6面へ

2025　東住吉区民フェスティバル

開催日　10月19日（日）9：00～15：00

場所　長居公園自由広場　小雨決行

※イベントは変更になる場合があります

※車での来場はご遠慮ください

※自転車で来場の方は飲酒をお控えください

※駐輪場は開催エリア北側の運動場をご利用ください

※公園内及び会場内は禁煙です

主催　東住吉区民フェスティバル実行委員会

問合せ　大阪市コミュニティ協会東住吉区支部協議会　電話　080-6206-4154（業務用）FAX　06-6115-8260

１会場西側エリア

ふれあい動物園や起震車体験、パトカー乗車体験などがあります。

フィンランド発祥のスポーツ「モルック」も体験できます。

セレッソ大阪やレッドハリケーンズ大阪も来るよ！

２ステージエリア

警察音楽隊やキッズダンスなどさまざまな演目があります

３にぎわいエリア

フライドポテトなど定番のものからラーメンなどフードは充実。

あそび体験などお子さんも楽しめます。

キッチンカーも出店します。

広報　東住吉なでしこ　タイトルロゴコンテスト

広報東住吉「なでしこ」タイトルロゴコンテストの投票を行います！

会場では実際の選挙で使用する「記載台」や「投票箱」を使って優秀作品の中から広報東住吉「なでしこ」に掲載する作品の投票を行います。

作品の投票と選挙の体験にぜひお越しください！

区役所でも投票できます

10月20日（月）～24日（金）5階53番窓口前

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

食品ロス削減の取り組み「フードドライブ」を実施します

受付時間　９：00～14：00

持ち物　未開封のもので、常温で保存でき、賞味期限が1ヶ月以上残っている食品。

※アルコール類などお預かりできない食品もあります。

問合せ　中部環境事業センター　普及啓発担当　電話　06-6714-6411　FAX　06-6714-7787

マイナンバーカード 出張申請サポート

当日会場内に申請サポート会場を設置します。

２面参照

第21回「産業交流フェア」開催！

東住吉・平野地域の企業による、地元ブランドの優れた商品や技術の紹介、ものづくり体験をしていただけるイベントです。

日時　11月1日（土）10：30～16：30　※大阪市内に警報が発表された場合は中止の可能性があります。

場所　コミュニティプラザ平野（平野区民センター）平野区長吉出戸5-3-58

問合せ　第21回　産業交流フェア実行委員会　電話　06-6700-2355

空家セミナー　相続で慌てない！今から考えるわが家のこれから　無料　要申込

空家の話、相続の話

空家の発生を防ぐために必要な相続等の基礎知識など、金融機関ならではの専門的な視点も交えながら将来に向けた備え方をお伝えします。

日時　10月28日（火）10：00（受付9：30～）

セミナー　10：00～11：00

個別相談　11：00～11：30 ※希望者のみ

場所　302・303会議室（区役所3階）

定員

セミナー　20名（先着順）

個別相談　事前申し込み

主催　東住吉区役所

共催　住吉区役所／関西みらい銀行

申込　10月6日（月）～17日（金）までに電話・行政オンラインシステム（要事前登録）にて

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9917　FAX　06-6629-4533

「空家の改修費を補助します」（利活用改修・耐震改修・解体等）

問合せ　都市整備局　耐震・密集市街地整備受付窓口　電話　06-6882-7053　FAX　06-6882-0887

4面フッター

安まちメールを活用して、防犯や交通事故の対策をしましょう！！

安まちメールに登録しましょう！安まちメールは、「犯罪発生情報」「防犯対策情報」「交通事故情報」を電子メールでリアルタイムにお知らせする、大阪府警察の情報提供サービスです。

問合せ　区民企画課　５階54番　電話　06-4399-9970　FAX　06-6629-4564

■5面

気象警報の発表等により市民向け無料相談・各種検診が中止となることがあります。

市民向け無料相談

相談名　弁護士による法律相談　要予約　土地・建物、金銭貸借、相続・遺言、離婚・親権等の相談

日時　10月7日・14日・21日・28日・11月4日・11日（火）13：00～17：00（最終時間枠16：30）1名（組）30分以内

予約　電話　050-1808-6070　相談日1週間前（相談日1週間前が閉庁日の場合はその前開庁日）の12：00～相談日当日10：00まで

場所　区役所　5階53番窓口

相談名　司法書士による法律相談　要予約　不動産登記、相続、成年後見等の相談

日時　10月16日（木）13：00～16：00（最終時間枠15：30）1名（組）30分以内

予約　電話　06-4399-9683　当日9：00から電話受付

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

場所　区役所　5階53番窓口

相談名　行政書士による相続・遺言・帰化相談　遺言書や遺産分割協議書作成等に関する相談

日時　10月23日（木）13：00～15：00（受付14：45まで）

当日窓口で先着順に受付　混雑状況により整理券を配布する場合があります。

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

場所　区役所　5階53番窓口

相談名　税務相談

日時　10月8日（水）13：00～16：00（受付15：30まで）

当日窓口で先着順に受付　混雑状況により整理券を配布する場合があります。

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9683　 FAX　06-6629-4533

場所　区役所　5階53番窓口

相談名　行政相談　9月1日（月）～10月31日（金）は「行政相談月間」です

日時　10月9日（木）13：00～15：00（受付14：30まで）

当日窓口で先着順に受付　混雑状況により整理券を配布する場合があります。

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9683　 FAX　06-6629-4533

場所　区役所　5階53番窓口

相談名　不動産相談

日時　10月15日（水）13：00～16：00（受付15：30まで）

当日窓口で先着順に受付　混雑状況により整理券を配布する場合があります。

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9683　 FAX　06-6629-4533

場所　区役所　5階53番窓口

相談名　ナイター法律相談　要予約

日時　11月26日（水）18：30～20：30

予約　行政オンラインシステム（要事前登録）にて

問合せ　大阪市総合コールセンター「なにわコール」　電話　06-4301-7285　FAX　06-6373-3302

場所　北区民センター

相談名　日曜法律相談　要予約

日時　10月26日（日）13：00～17：00

予約　10月17日（金）12：00～26日（日）10：00（24時間受付）　電話　050-1808-6070

問合せ　大阪市総合コールセンター「なにわコール」　電話　06-4301-7285　 FAX　06-6373-3302

場所　中央区役所

相談名　ひとり親家庭相談／離婚前相談　要予約

日時　毎週（火）・（水）・（金）※祝日除く9：15～17：30

予約　電話または窓口

問合せ 保健福祉課（子育て支援）　電話　06-4399-9838　FAX　06-6629-4580

場所　区役所　2階28番窓口

相談名　フードドライブとごみの分別相談

日時　10月14日（火）14：00～16：00

問合せ　中部環境事業センター普及啓発担当　電話　06-6714-6411　FAX　06-6714-7787

場所　区役所　正面玄関　窓口案内横

相談名　精神保健福祉相談　要予約　こころの問題に関する相談を、精神科医師、精神保健福祉相談員がお受けします

日時　毎月4回　※詳しい時間はお問合せください

予約・問合せ　保健福祉課（健康づくり）　電話　06-4399-9968　FAX　06-6629-1265

場所　区役所　1階14番窓口

相談名　人権擁護委員による特設人権相談

日時　10月17日（金）13：30～16：00

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

場所　住吉区役所、西成区役所

相談名　専門相談員による人権相談　面談は要予約

日時　（月）～（金）9：00～21：00 （祝日）9：00～17：30　（日）9：00～17：30（受付30分前まで）

予約　電話、FAX、メール、手紙、面談で相談をお受けします。

電話　06-6532-7830　FAX　06-6531-0666　メール　7830@osaka-jinken.net

問合せ　大阪市人権啓発・相談センター　郵便番号550-0012　西区立売堀4-10-18　阿波座センタービル1階

各種検診

保健福祉センターで各種がん検診等を実施しています（先着順）。

各種検診・特定健康診査は取扱医療機関でも受診できます。

検診名　大腸がん検診　要予約

対象者　40歳以上の方

料金　300円

日時　11月9日（日）・27日（木）・12月5日（金）・12日（金）9：30～10：30

場所　区役所　1階検診室

予約

電話・窓口9：00～17：30（土・日・祝日除く）

11月9日（日）実施分：～10月24日（金）まで

11月27日（木）実施分：～11月12日（水）まで

行政オンラインシステム（要事前登録）

12月5日（金）実施分：10月31日（金）まで

12月12日（金）実施分：10月31日（金）まで

検診名　肺がん検診　要予約

対象者　40歳以上の方

料金　無料

日時　11月9日（日）・27日（木）、12月12日（金）9：30～10：30

場所　区役所　1階検診室

予約

電話・窓口9：00～17：30（土・日・祝日除く）

11月9日（日）実施分：10月24日（金）まで

11月27日（木）実施分：11月12日（水）まで

行政オンラインシステム（要事前登録）

12月12日（金）実施分：10月31日（金）まで

検診名　乳がん検診（マンモグラフィ検査）　要予約

対象者　40歳以上の女性

料金　1,500円

日時　11月9日（日）・27日（木）、12月5日（金）9：30～10：30

場所　区役所　1階検診室

備考　対象の年齢の方は無料で受診できます

予約

電話・窓口9：00～17：30（土・日・祝日除く）

11月9日（日）実施分：10月24日（金）まで

11月27日（木）実施分：11月12日（水）まで

行政オンラインシステム（要事前登録）

12月5日（金）実施分：10月31日（金）まで

検診名　骨粗しょう症検診　要予約

対象者　18歳以上の方

料金　無料

日時　11月9日（日）・27日（木）、12月5日（金）9：30～10：30

場所　区役所　1階検診室

予約

電話・窓口9：00～17：30（土・日・祝日除く）

11月9日（日）実施分：10月24日（金）まで

11月27日（木）実施分：11月12日（水）まで

行政オンラインシステム（要事前登録）

12月5日（金）実施分：10月31日（金）まで

12月12日（金）実施分：10月31日（金）まで

検診名　結核健診（胸部エックス線撮影）　予約不要

対象者　職場や学校等で受診する機会がない15歳以上の方

料金　無料

日時　10月28日（火）10：00～11：00

場所　区役所　2階エックス線室

検診名　歯科健康相談　予約不要

対象者　年齢は問いません

料金　無料

日時　10月10日（金）9：30～11：00

場所　区役所　1階検診室

検診名　特定健康診査　予約不要

対象者　大阪市国民健康保険（40歳以上）または、後期高齢者医療保険に加入されている方

料金　無料

日時　10月10日（金）9：30～11：00

場所　区役所　3階会議室

備考　受診券、マイナ保険証または被保険者証あるいは資格確認書、特定健康診査個人票（大阪市国民健康保険の方）が必要です

※定員に達し次第、予約受付を終了します

※検診当日の約1週間前に、ご案内（問診票など同封）を送付します

●手話通訳を希望の方は事前にお問合せください。

●令和8年3月までの各種がん検診等の予約ができます。

予約・問合せ　保健福祉課（健診）1階13番　電話　06-4399-9882　FAX　06-6629-1265

5面フッター

「犯罪被害者等支援のための総合相談窓口」

時間　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）

電話　06-6208-7489　FAX　06-6202-7073

■6-7面

６面ヘッダー

なっぴーと写真でめぐる　ここはどこかな？

物販や飲食、サービスなどおよそ２００店舗が集積しているんだ

続きは８面へ

10月は市民健康月間です

健康は足腰から！ウォーキングを始めてみませんか

そもそもウォーキングってどう良いの？

ウォーキングは、糖や酸素を使って筋肉を動かす有酸素運動です。ウォーキングには、高血圧や高血糖といった生活習慣病を予防する効果や、筋力や体力を維持して将来介護が必要になる状態を予防するといったいろいろな効果があります。

さらに、「歩く」ことを通じて得られるのは、将来の健康だけではありません！ウォーキングのなかで生まれる小さな気づきや会話が、地域との絆を深め、日々の暮らしをより豊かにしてくれます。

皆さんも、歴史溢れる東住吉区を歩いてみませんか？

問合せ　保健福祉課（健康づくり）1階14番　電話　06-4399-9968　FAX　06-6629-1265

体に負担をかけないウォーキングのポイント

普段歩き方を気にせず、何気なく歩いていませんか？

せっかく歩くなら、体に負担のない歩き方で、健康に・効果的に歩きましょう！

POINT1

足を出して、骨盤が乗るように体重を乗せる。

腰から歩くイメージで！

POINT2

手のひらを前に向けて、胸を開く。

猫背を予防します

POINT3

足の重心は、「かかと→つま先」を意識する。

かかとから着地　小指側から親指側へ体重移動

そして、大切なのは「続けること」。家族や友達と一緒に、歩いてみませんか？

東住吉区のウォーキングマップは、保健福祉センター（区役所1階）にて配布しています。また、ホームページにも掲載されていますので、ウォーキングに興味がある方は、是非確認してみてください！

アスマイルのポイントが貯まる！ウォークラリーに参加しませんか

歴史を楽しみながらウォーキング！

令和6年に区内の古今の歴史や自然を楽しみながら歩く「北コース」と、歴史ロマンが感じられる「南コース」の２コースを作成しました。ぜひ、ウォーキングで健康づくりに取り組んでみませんか？

北コース　距離　約3.2km　所要時間　約45分

かつては大阪夏の陣の激戦地だった！？

地域住民の憩いの場として親しまれているや、住宅地にひっそりとたたずむ、珍しい貨物ターミナルなど、いつもは見落としがちな、「本当はすごい見所スポット」を巡る！古今の歴史や自然を楽しみましょう！

4世紀頃、桑津の地に住んだと伝えられる髪長媛が祀られています。また、医薬のであるもられており、これはのの祈願のためと伝えられています。

1. め

橋の名前にもなっているこの五輪塔は、大阪夏の陣の際、この地で亡くなった二人の武将（豊臣方のと徳川方の）を供養したものです。

３

寛政4年に建立された、大型で（片足が）の大変珍しい地蔵菩薩です。また、面白いことに肝心のご本尊は雨ざらし、拝む所は屋根付です。

4　百済貨物ターミナル駅

天王寺駅・平野駅で行っていた貨物取り扱いを集約するため昭和38年に開業した貨物専用駅。平成25年には、改修が進められ、百済貨物ターミナル駅として生まれ変わりました。

東住吉区健康づくり推進協議会が区長と歴史溢れる東住吉区を歩いてみました！

5月29日に「東住吉区健康づくり推進協議会」の会員と、桑津地域をよく知る連合町会の役員が、区長とともにウォーキングを実施しました。

コースは、東住吉区ウォーキングコース（北コース）を半分程度に短縮。桑津天神社を出発し、地名の由来や街並みの変化について口々にしながらゆっくりと約1時間かけ普段は気づかない地域の魅力とウォーキングを楽しみました。

昔、養鶏場があって卵を買いに来ていたのを覚えている！懐かしい！

住んでいたのに土地の名前の由来を知らなかった！

健康づくり推進協議会について

保健福祉センターの健康づくり講座を修了されたメンバーで東住吉区で30年以上前から区民の健康づくりや介護予防に寄与している団体です。健康体操・歩く会・いきいき百歳体操、学習活動などに意欲的に取り組まれています。

南コース　距離　約4km　所要時間　約56分

藤原氏の先祖・中臣氏とつながりの深い南エリア

古代から鎌倉時代まで、天皇の即位儀礼の一環として行われていた「」にも関与していた神社をはじめ、中臣氏のスポットが盛りだくさん！歴史ロマンを感じながらウォーキングしましょう！

1　神社

住道矢田地域にある格式ある神社で、古代から鎌倉時代まで行われていた由緒ある八十島祭という儀式にも関わっていたと伝わります。

2

が建立し、平安末期の兵火で焼失したと言われている大きな寺院です。大きな塚は寺が焼けた際の灰を集めたものといわれています。

3　常栄寺

常栄寺は矢田小学校の発祥地として有名です。 明治6年2月にこの寺の本堂を教室として開校しました。

4

拝殿は文久三年建造のもので、本殿は独特の阿麻美造で昭和35年に再建されました。樹齢500年の楠木の群は大阪市の保存樹林に指定されています。

5　宝神神社

「馬街道」とも呼ばれた下高野街道が南北に貫いている一角にあります。村に疫病が入らぬよう、また旅人の安全を祈願して道祖神が祀られています。

■８面

８面ヘッダー

なっぴーと写真でめぐる　ここはどこかな？

日常生活に密着した商店街として、毎日多くの人で賑わっているよ

続きは10面へ

秋のクラインガルテンまつりを開催します！

開催日　10月26日（日）

場所　クラインガルテン広場（矢田1-16-22）

対象　市内在住の方

車での来場はご遠慮ください　小雨決行

いも掘りや寄せ植えハンギング講習など、実りの秋を満喫できるイベントです。秋の１日をクラインガルテン広場でお楽しみください！

いも掘り体験会　要申込

時間　第1回9：30～、第2回10：30～

定員　各回25組（申込多数の場合抽選）

参加費　1組500円（当日お支払い）

※1組当たり3株掘ってお持ち帰りいただけます。

寄せ植えハンギング講習　要申込

時間　第1回10：00～、第2回11：00～

定員　各回15名（申込多数の場合抽選）

参加費　1,500円（当日お支払い）

申込

10月15日（水）までに行政オンラインシステム（要事前登録）にて

※申込は希望するイベントごとに必要です。

花とみどりの相談

花や野菜の育て方等、園芸についてのお悩みはありませんか？園芸についてのご相談を受け付けます。

時間　9：30～12：00頃

花苗・野菜の抽選会

花苗もしくは野菜を抽選で60名様にプレゼント！

時間　抽選券の配布（先着順）9：00～

抽選会10：00～

芋づるリースづくり

時間　9：30～（材料がなくなり次第終了）

東住吉区クラインガルテン広場をご存じですか？

「教えてください佐藤さん」

広報　佐藤　秀男さん

Ｑクラインガルテンって何？

Ａドイツ語で「小さな庭」という意味だよ。施設の建設を行政が、管理運営を市民が行う地域農園の事で、ドイツでは200年以上の歴史があるんだよ。東住吉区では、平成21年4月にクラインガルテン広場が完成したよ。

Ｑどんなことをしているの？

Ａボランティア団体（クラインガルテン・東住吉）のメンバーが駒川の欄干に花を飾ったり、公園に花を提供したり、地域に花や緑を増やす活動をしてきたよ。他にも、季節ごとに寄せ植え講習会やいもほり体験といったイベントを実施しているよ。春と秋にはだれでも参加できる「クラインガルテンまつり」で、広場で育てた花や野菜をプレゼントもしているよ。

Ｑなぜそんなことをしているのかな？

Ａ東住吉区を花と緑にあふれる美しい住みよいまちにするためなんだよ。そのためにも、花づくりや野菜づくりを通じて、緑を愛する地域のコミュニティを広げていきたいんだ。

Q見学はできるの？

A毎月第4日曜日の午前中（概ね11時ごろまで）はクラインガルテン広場を開放しているので、ご興味のある方はぜひ遊びに来てくださいね。

クラインガルテン・東住吉を紹介します！

「クラインガルテン・東住吉」はクラインガルテン広場で活動するボランティア団体で、66名が参加しています。

土に触れ、花や野菜をそだてていく中で、自然と会員同士のコミュニケーションが増え、会員同士の絆も深まり、やりがいをもって日々楽しく作業しています。

また、寄せ植え講習会や連続講座「野菜作り体験塾（春・夏コース全15回、秋・冬コース全11回）」などで、会員が講師となり、積み上げた知識や経験を受講者のみなさんにお伝えしています。

育てた花や野菜は、地域会館の花壇や、地域の食事サービスへ提供しています。また、駒川に掛かる橋の欄干に設置されているプランターにおいて年に２回植え替えを行うなど、花・野菜づくりを通じたまちづくりを進めています。

永年の地域の環境づくりの功績について表彰を受けました

●令和7年「 みどりの愛護」功労者（国土交通大臣表彰）

●令和6年 道路・河川・公園等における保全、美化運動功労者（大阪市長表彰）

会員募集

ボランティアとして一緒に作業を楽しみませんか？初心者でも大歓迎！参加はご都合の良い時でOK。できることをできる範囲で一緒にやりましょう。作業は午前中で終わります。ご興味のある方はホームページからお申し込みください。

問合せ　区民企画課　５階54番　電話　06-4399-9922　FAX　06-6629-4564

■12面

12面ヘッダー

なっぴーと写真でめぐる　ここはどこかな？

「駒川まつり」などさまざまなイベントも開催されているよ

子育てコーナー

集まれなっぴーキッズ

すぎもと　しゅうちゃん（７か月）

毎日笑顔と癒しをありがとう！大きくなぁれ

まえおか　わかちゃん（１歳）

１歳おめでとう♡　ゆうとくん（兄）と仲良くしてね！！

なかがわ　はるまちゃん（10か月）

お顔はママ似♡　寝相はパパ似、、、、とほほ

うえだ　ふうわちゃん（２歳５か月）

優しくて頑張り屋さんのふうわが大好き！

きむら　のぞみちゃん（９か月）

いつもとびきりの笑顔をありがとう！

※年齢は撮影当時のものです

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

区役所からのお知らせ

乳幼児健康診査のお知らせ

対象の方には日時等のご案内をお送りします。

※対象生年月日は変更となる場合があります

●３か月児健康診査

11月5日（水）令和7年6月15日～7月5日生まれ

●1歳6か月児健康診査

10月8日（水）令和6年2月27日～3月23日生まれ

10月29日（水）令和6年3月24日～4月17日生まれ

●3歳児健康診査

10月15日（水）令和4年4月7日～4月30日生まれ

10月22日（水）令和4年5月1日～5月21日生まれ

問合せ　保健福祉課（健診）1階13番　電話　06-4399-9882　FAX　06-6629-1265

みんなで母乳相談

母乳について助産師さんにいろいろきいてみんなでお話ししませんか。

日時　10月9日（木）10：00～11：30（受付9：45～10：00）

場所　検診室（区役所1階）

はぐはぐ教室

東住吉区で子育てをしている皆さんと楽しくお話しましょう。赤ちゃんの身長・体重測定も行っています。

日時　10月27日（月）14：00～15：00

場所　検診室（区役所1階）

対象　3か月児健康診査を受診するまでの乳児とその保護者

持ち物　母子健康手帳・おむつ・着がえ・ミルク等

問合せ　保健福祉課（健康づくり）1階14番　電話　06-4399-9968　FAX　06-6629-1265

東住吉区子ども・子育てプラザからのお知らせ

おやこヨガ

親子でヨガやふれあいあそびを楽しみましょう！

日時　10月29日（水）10：30～11：15

場所　子ども・子育てプラザ1階　つどいの広場

定員　当日自由参加

対象　乳幼児と保護者

問合せ　東住吉区子ども・子育てプラザ　電話　06-6699-3600

東住吉区　子育てОＨえんフェスタ　2025

　入園前のお子さんが楽しめるよう、いろいろなコーナーを用意しています。お子さんと一緒に楽しい時間を過ごしてください。

●人形劇・絵本の読み聞かせ・体操・保健師による相談・身体測定

●遊びのコーナー（すべり台・トンネル・ボールプール・シール貼り・魚釣り・ゲーム等）

●フォトスポット（なっぴー・ミニ消防車）

●その他（子育て情報コーナー・おもちゃ病院・リユース）

日時　10月22日（水）10：00～12：00（受付9：50～）

場所　区民ホール（区役所3階）

対象　区内在住の未就園児（入園前のお子さん）と保護者

問合せ　保健福祉課（子育て支援）2階28番　電話　06-4399-9733　FAX　06-6629-4580

東住吉図書館からのお知らせ

第28回大阪市図書館フェスティバル秋のえほんひろばとおはなし会

たくさんのすてきな絵本が大集合！

会場でゆっくりくつろいで絵本を読むことができます。ボランティアグループ「おはなしたまてばこ」のみなさんが絵本のよみきかせなどの「おはなし会」をします。

日時　10月18日（土）13：30～15：30（おはなし会は14：00～14：30）

場所　東住吉会館　大会議室（図書館と同じ建物の2階）

対象　どなたでも

定員　50名（先着順）

問合せ　東住吉図書館　電話　06-6699-7000　FAX　06-6699-3222

えほんを一緒にたのしもう

『ふるかな ふるかな？』

キム・ジョンソン/さく　せな あいこ/やく　評論社

空は灰色の雲でいっぱいです。「あめ、ふるかな？ 」。少女は黄色いコート、黄色い長靴、黄色い傘で、同じく雨の準備のできたワンちゃんと一緒に外に出ました。「ふるかな、ふるかな」と待っていると、暗い空が明るくなってお日さまが出てきてしまいました。画面いっぱいに空が広がり、すっきりと整理された見やすい絵は、画面を広く感じさせてくれます。雨の日を楽しもうとする子どもの様子を丁寧に描写した絵本です。

広報東住吉「なでしこ」感想アンケート

12面フッター

広報東住吉「なでしこ」は毎月1日〜5日（1・5月は7日）の間に区内の全ての世帯・事業所にお届けしています。

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

二次元コード

■1面

時間延長（毎週金曜日）・日曜開庁（毎月第4日曜日）のご案内

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000626431.html

東住吉区役所ホームページ

http://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/

東住吉区役所X（旧ツイッター）

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000152863.html

大阪市LINE公式アカウント

https://www.city.osaka.lg.jp/seisakukikakushitsu/page/0000456310.html

広報東住吉区なでしこ

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/category/3461-8-0-0-0-0-0-0-0-0.html

■2面

マイナンバーカード出張申請

https://mynumber.city.osaka.lg.jp/

本人通知制度について

https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000289733.html

街ねこ活動について

https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000371503.html

納税通知書の送付について

https://www.city.osaka.lg.jp/zaisei/page/0000394590.html

災害時外国人支援ボランティア募集

https://www.ih-osaka.or.jp/topics/saigaivolunteer10/

ジェネリック医薬品への切り替え

https://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000386133.html

東住吉警察署　全国地域安全運動期間

https://www.police.pref.osaka.lg.jp/ochikakunokeisatsusho/keisatsushobetsujoho/23/index.html

東住吉消防署　減災設備について

https://www.city.osaka.lg.jp/shobo\_higashisumiyoshi/

東住吉区社会福祉協議会「見守り相談室」

https://sawayaka-c.ne.jp/mimamori

窓口の呼び出し状況・待ち人数

https://i-ban.com/osaka\_higashisumiyoshi/

■3面

クレオ大阪南　おひとりさま女性の”私らしい暮らし方”　申込

https://www.shisetsu-osaka.jp/shisetsu-nw/koza/detail.html?kozaId=52748

介護のしごと就職フェア in あべのハルカス

https://jsite.mhlw.go.jp/osaka-hellowork/list/higashi\_kaigoday\_00007.html

長居ユースホステル　健康体操ヨガ

https://osaka-yha.or.jp/nagai/yoga/

平野区画整理記念会館　陶芸体験会

https://kinen100.wixsite.com/kinen

東住吉区支部協議会　スポーツ・レクリエーション

https://www.osakacommunity.jp/branches/higashisumiyoshi/

老人福祉センター　高齢者健康教室

https://sawayaka-c.ne.jp/senior/rcenter

長居植物園　ローズウィーク

https://botanical-garden.nagai-park.jp/

移動図書館

https://www.oml.city.osaka.lg.jp/page/135.html

防災

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/category/3462-10-0-0-0-0-0-0-0-0.html

■4面

2025 東住吉区民フェスティバル

https://www.osakacommunity.jp/branches/higashisumiyoshi/

なでしこタイトルロゴコンテスト

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000653993.html

第21回産業交流フェア開催！

https://sangyo-fair.info/

空家セミナー

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000661395.html

空家の改修費を補助します

https://www.city.osaka.lg.jp/toshiseibi/page/0000470652.html

安まちメール

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000483852.html

■5面

ナイター法律相談の開催について

https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000385779.html

フードドライブ

https://www.city.osaka.lg.jp/kankyo/page/0000537035.html

大腸がん検診

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/d46e4482-41cc-4352-807b-71e2986836c4/start

肺がん検診

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/8e79acb3-81a3-45fa-9264-c1f8dd305338/start

乳がん検診

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/37034aea-8679-4799-a2bf-664c7fdbe9ee/start

骨粗しょう症検診

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/1e3d44b9-a234-4842-b032-c06c6b715b36/start

検診予約状況

https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000335695.html#28

乳がん検診　40歳の方

https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000371512.html

乳がん検診　41～59歳の方

https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000618873.html

■6-7面

ウォークラリー参加

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000632940.html

■８面

クラインガルテンまつりを開催

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000660834.html

行政オンラインシステム（要事前登録）

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/f7bc951d-2f90-4b1a-861f-7fe3996b3991/start

クラインガルテン広場　詳しくは

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000092633.html

クラインガルテンボランティアスタッフ募集　申込

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000170519.html

■12面

集まれなっぴーキッズ　広報東住吉「なでしこ」に掲載するお子さんの写真を募集しています

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000430436.html

乳幼児健康診査のお知らせ

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000597919.html

みんなで母乳相談

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000650985.html

はぐはぐ教室

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000644702.html

東住吉区子ども・子育てプラザ

https://miokoko-net.miotsukushi.or.jp/higashisumiyoshi/

広報東住吉「なでしこ」感想アンケート

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000654487.html