■1面

2024年（令和6年）　9月号　No.340　くらしに必要な行政情報をお届け　広報　東住吉　なでしこ

東住吉50年　SINCE1974　50th　なっぴーの東住吉　タイムトリップ

1989（平成元）～1993（平成5）年

2面へ

9月は高齢者福祉月間です　住み慣れた地域で自分らしく、健康に

矢田中地域　百歳体操

詳しくは6・7面へ

9月号のおもな内容

3面　令和7年4月からの保育所・認定こども園等の入所申込を受付します

6・7面　9月は高齢者福祉月間です

8面　東住吉区みんなの健康展を開催します

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

広報東住吉『なでしこ』はスマートフォンでも読めます!

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。

区役所ホームページ　東住吉区　検索

区役所の開庁時間　土・日・祝日及び12月29日～翌年１月３日は閉庁

（月）～（金）　9:00～17:30

窓口延長　毎週（金）　17:30～19:00

日曜開庁　毎月第4（日）　9:00～17:30

一部業務のみの取り扱いとなります

今月は9月22日が開庁日です。

統計人口（令和6年8月1日現在推計）

人口　128,933人　世帯数　65,730世帯

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

■2面

東住吉50年　SINCE1974　50th　なっぴーの東住吉　タイムトリップ

1989（平成元）年4月、大阪市制100周年・分区15周年記念区民フェスティバルが開催されたよ!

4面へ

お知らせ

9月22日（日）は、マイナンバーカードに関する手続きができません

日曜開庁日ですが、マイナンバーカードの関連システムがメンテナンスにより全国的に停止することから、マイナンバーカードに関する手続き（住所・氏名の書き換えやカードの交付、電子証明書に関すること等）ができませんのでご注意ください。

問合せ　窓口サービス課（住民情報）　2階　マイナンバーカード受付窓口　電話　06-4399-9833　FAX　06-4399-9947

防衛大学校学生及び防衛医科大学校学生（医学科・看護学科）を募集します

防衛大学校（一般）　締切　10月17日（木）　試験日時　11月2日（土）

防衛医科大学校　医学科　締切　10月9日（水）　試験日時　10月19日（土）

防衛医科大学校　看護学科　締切　10月2日（水）　試験日時　10月12日（土）

■応募資格　18歳以上21歳未満（令和7年4月1日現在）

■処遇　月額　131，300円（学生手当）

問合せ　防衛省・自衛隊大阪地方協力本部　阿倍野出張所　電話　06-6645-1645

東住吉区担当　大屋（おおや）まで

市営住宅（空き住戸）の利用団体を募集します!

市営住宅を拠点として、地域コミュニティの活性化に貢献する活動を行う団体を募集します。

募集期間　11月18日（月）まで

募集団地　矢田部住宅14号館104号室　他7住宅

対象　高齢者支援や子育て支援などを行うNPO等の団体

費用　募集要項をご確認ください。非営利団体は使用料2分の1減額措置制度があります。

申込　応募申請書を持参または送付。詳しくは区役所ホームページをご確認ください。

問合せ　都市整備局　住宅部　建設課　団地再生グループ

電話　06-6208-8424　FAX　06-6202-7063

東住吉の伝統野菜「田辺大根」を育てませんか

栽培希望の方に種をおわけします

田辺大根は江戸時代から東住吉区の田辺地域一帯で生産されていた「なにわの伝統野菜」です。ずんぐりとした形で、色白で葉が立派に育ち、大坂を代表する大根です。肉質は緻密で煮崩れしにくく、生では辛みがあり、煮炊きすると甘みに変じ、いろいろな料理に適します。9月の中頃に種まきすると12月に収穫できます。畑はもちろん、陽当たりのいいところでプランターやビニール袋でも栽培できます。

配布場所　区民企画課　5階54番窓口　※数に限りがございます。

提　供　田辺大根ふやしたろう会

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

災害時外国人支援ボランティア募集　オンライン説明会　無料　要申込

災害時に円滑に外国人支援が行えるよう、災害時外国人支援ボランティアの育成をはじめ、外国人住民への広報・啓発などを実施しています。災害時の通訳・翻訳や、やさしい日本語での支援に関心をお持ちの方にオンラインで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区役所ホームページにて募集しています

日時　10月9日（水）　19:00～19:30

場所　オンライン（ZOOM）

対象　どなたでも

申込　（公財）大阪国際交流センターホームページの申込フォームにてお申込みください。

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

※問合せ可能日時　（月）～（金）　9:00～19:00、土日祝　9:00～17:30

統合失調症の家族教室のご案内　無料

統合失調症の患者さんのご家族を対象とした教室です。病気への理解を深め、かかわり方について学んでみませんか?また、ご家族同士の交流を通して問題解決を図ります。全6回コースで内容は毎月異なります。参加をご希望の方は、お問い合わせください。

日時　毎月第2（金）　14:00～16:00

場所　検診室（区役所1階）

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

大阪市生涯学習推進員永年勤続表彰が行われました

多年にわたり本市の生涯学習の推進に寄与された方々を表彰する「令和6年度大阪市生涯学習推進員永年勤続表彰」において、東住吉区では2名の方が受賞されました。多年にわたる皆さんの功績に敬意を表し、このたびの栄えある受賞を心からお祝い申しあげます。受賞された方は次のとおりです。

表彰（在任期間20年以上）　岸本昌美（キシモト　マサミ）　氏

感謝状（在任期間15年以上）　辰巳季栄（タツミ　トシエ）氏

問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9904　FAX　06-6629-4564

大阪・関西万博公式キャラクター入りナンバープレート（原動機付自転車）を交付しています

ナンバープレートを取得された方に、記念品としてナンバープレート型キーホルダーをお渡しします。

【対象車種】　原動機付自転車の4車種（50cc、90cc、125cc、ミニカー）

【交付対象者】　●新たに対象車種を取得される方

●既に大阪市で対象車種のナンバープレートの交付を受けている方のうち希望される方

【交付場所】　あべの市税事務所　窓口

問合せ　あべの市税事務所　市民税等グループ　軽自動車税担当　電話　06-4396-2954　FAX　06-4396-2905

専門医によるこころの健康なんでも相談　無料

パネルで仕切られた相談コーナーで、精神科の専門医が皆さんのこころの健康相談に一人ひとり丁寧に応じます。直接会場へお越しください。

日程　9月29日（日）

時間　10:00～17:00（受付は16:30まで）

場所　ディアモール大阪D’sスクエア（円形広場）

定員　なし（相談をご希望の場合、状況により多少お待ちいただくことがあります）

後援　大阪府　大阪市　堺市　大阪府医師会

問合せ　（公社）大阪精神科診療所協会　事務局　電話　06-6763-5914　FAX　06-6763-5913

※問合せ可能日時　（月）～（金）　9:00～18:00（祝日除く）

HigashiSumiyoshi　区長の部屋

東住吉区長　藤原鉄也（ふじわらてつや）

高齢者食事サービスにお伺いしました。

7月17日に南百済会館へお伺いし、高齢者食事サービスの現場を拝見しました。おおむねおひとり暮らしの高齢者の皆様に食事を提供していただく様子を拝見し、高齢者の皆様の食生活の改善・健康増進につなげていただいていること、高齢者の皆様が住み慣れた地域で孤立することなく、地域の皆様と様々な交流を持ちながら生活を続けられるようにしていただいていることを実感しました。お誕生日の方にお花を添えてお祝いの気持ちをお伝えするなど、ボランティアスタッフの皆様のお心遣いが感じられました。皆様の日頃の御尽力に心から敬意を表します。食事もたいへんおいしくいただきました。ありがとうございました。

引き続き他の地域にもお伺いしてまいりますので、よろしくお願いいたします。

窓口の呼び出し状況・待ち人数は区役所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（福祉・介護）の状況が確認できます。混雑状況緩和のため、ご協力よろしくお願いします。

■3面

令和7年4月からの保育所・認定こども園等の入所申込を受付します

■入所基準

・保護者が就労や疾病等の理由により、家庭で児童の保育ができない場合

・障がい児等で集団保育が必要と認められる場合

■申込書配付期間

9月4日（水）～10月15日（火）（土日祝は除く）

■申込書配付場所

各保育施設、保健福祉課（福祉）2階28番、矢田出張所、大阪市ホームページよりダウンロード

※各保育施設での土曜日の配付については直接施設へお問合せください

■申込受付期間

10月1日（火）～15日（火）（土日祝は除く）

※令和6年度の入所申込を行い、現在保留中の方もあらためて申込が必要です

■申込受付場所

保健福祉課（福祉）2階28番

※受付の際に面接を実施しますので、保護者の方は必ずお子さんと一緒にお越しください

1　事前見学!　希望するすべての施設について保育内容等を確認してください

2　面接予約!　事前にオンラインで受付します　面接予約をとってください　9月9日（月）　9:00～予約開始

3　面接!　入所希望のお子さんと一緒にお越しください

※入所可能年齢　年齢は令和7年4月1日現在、0歳児は原則として生後6か月以上からです

※開所時間　土曜日は開所時間が異なる場合がありますので、各保育施設にお問合せください

公立

鷹合保育所　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～18:30　場所　鷹合1-5-16　問合せ　06-6696-3891

矢田教育の森保育所　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～19:30　場所矢田5-2-12　問合せ　06-6692-0053

公設置民営

矢田第3保育所　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～19:30　場所　矢田2-11-18　問合せ　06-6699-9869

私立

育和白鷺学園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:00～19:00　場所　杭全3-9-17　問合せ　06-6719-2697

育和白鷺学園今林園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:00～19:00　場所　今林2-11-6　問合せ　06-6754-2897

今川学園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:00～19:00　場所今川3-5-8　問合せ　06-6713-0277

北田辺保育園　入所可能年齢　2ヶ月～5歳　開所時間　7:00～19:00　場所　北田辺3-6-23　問合せ　06-6713-0915

新生保育園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～18:30　場所南田辺3-4-26　問合せ　06-6696-5525

めばえ保育園　入所可能年齢　2ヶ月～3歳　開所時間　7:00～19:00　場所　西今川1-6-2　問合せ　06-6713-1558

第2めばえ保育園　入所可能年齢　2ヶ月～5歳　開所時間　7:00～19:00　場所　西今川1-5-28　問合せ　06-6713-1558

太陽保育園　入所可能年齢　4ヶ月～5歳　開所時間　7:00～19:00　場所　鷹合2-11-25　問合せ　06-6692-1625

天宗東住吉園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～19:00　場所　住道矢田2-12-21　問合せ　06-6797-0700

めぐむ保育園　入所可能年齢　3ヶ月～5歳　開所時間　7:00～19:00　場所　山坂1-3-14　問合せ　06-6629-6755

矢田北保育園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～18:30　場所　照ケ丘矢田2-17-4　問合せ　06-6702-2610

東田辺コティ保育園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～19:00　場所　東田辺3-16-5　問合せ　06-6692-1900

城南学園保育園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:00～19:00　場所　照ケ丘矢田2-23-13　問合せ　06-6702-9261

認定こども園

育和学園幼稚園　入所可能年齢　10ヶ月～5歳　開所時間　8:00～19:00　場所　西今川1-19-2　問合せ　06-6713-0552

育和学園生長幼稚園　入所可能年齢　1～5歳　開所時間　7:30～18:30　場所　山坂4-16-16　問合せ　06-6692-3204

今川幼稚園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～19:00　場所　田辺6-6-13　問合せ　06-6622-3897

勝山愛和第四幼稚園　入所可能年齢　3～5歳　開所時間　7:40～18:40　場所　桑津5-15-1　問合せ　06-6714-1455

さつき幼稚園　入所可能年齢　3～5歳　開所時間　7:30～18:30　場所　西今川2-4-12　問合せ　06-6702-3780

プール幼稚園　入所可能年齢　3～5歳　開所時間　7:30～18:30　場所　矢田3-2-18　問合せ　06-6698-7700

湯里保育園　入所可能年齢　0～5歳　開所時間　7:30～18:30　場所　中野4-14-6　問合せ　06-6705-0595

二葉幼稚園　入所可能年齢　3～5歳　開所時間　7:30～18:30　場所北田辺6-14-26　問合せ　06-6622-1571

中野幼稚園　入所可能年齢　3～5歳　開所時間　7:45～19:00　場所　湯里1-13-6　問合せ　06-6702-0032

小規模保育施設

ひよこルーム　入所可能年齢　0～2歳　開所時間　7:30～18:30　場所　南田辺3-4-8　問合せ　06-6696-5525

すまいる保育園　杭全　入所可能年齢　0～2歳　開所時間　7:30～19:00　場所　杭全1-16-4カサコルベ2階　問合せ　06-6796-7367

アップル保育園　東住吉　入所可能年齢　0～2歳　開所時間　7:00～19:00　場所　中野3-6-15サンソレイユ中野2階　問合せ　06-6797-1170

アップル保育園　東田辺　入所可能年齢　0～2歳　開所時間　7:00～19:00　場所　東田辺1-13-4（東住吉区役所内）　問合せ　06-4399-1170

アップル保育園　中野　入所可能年齢　0～2歳　開所時間　7:00～19:00　場所　中野3-6-15サンソレイユ中野1階　問合せ　06-6769-1170

こまがわ太陽保育園　入所可能年齢　4ヶ月～2歳　開所時間　7:00～19:00　場所　駒川5-4-11　問合せ　06-7162-0842

ニチイキッズ東住吉保育園　入所可能年齢　0～2歳　開所時間　7:30～19:30　場所　湯里5-19-9ルミナス湯里1階　問合せ　06-6770-5191

育和学園小規模保育園　入所可能年齢　8ヶ月～2歳　開所時間　7:30～19:30　場所　今川4-7-22　問合せ　06-6708-3660

あいびすきっず北田辺保育園　入所可能年齢　0～2歳　開所時間　7:30～19:30　場所　北田辺4-22-5ゼクス北田辺1階　問合せ　06-6714-5505

保育コンシェルジュが子育てを応援します!

区役所では保育コンシェルジュによる保育所等の情報提供、利用相談を随時行なっています。保育コンシェルジュに何でもご相談ください。

保育所の申込みはどうしたらいいの?　申込書類について教えてほしい!　認定こども園ってなに?

問合せ　保健福祉課（福祉）　2階28番　電話　06-4399-9856　FAX　06-6629-4580

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

東住吉50年　SINCE1974　50th　なっぴーの東住吉　タイムトリップ

同じ年（1989年）、JR大和路線「東部市場前駅」が開業したんだって。

6面へ

施設情報

長居植物園　問合せ　電話　06-6696-7117　FAX　06-6696-7405

開園50周年記念事業　グラスフェア

芝生広場では、細くてゆったりとカーブを描くような草姿が特徴のグラス類（イネ科の植物）が風に揺れ、秋の訪れを感じることができます。繊細でピンク色の穂が美しい「カピラリス」や草丈3mを超える迫力満点の「パンパスグラス」等、思わず触れたくなるふわふわの穂先がとっても魅力的!植物本来が持つ美しい景色をお楽しみください。

日程　9月21日（土）～10月20日（日）

時間　9:30～17:00（入園は16:30まで）

料金　入園料　大人300円・高大生200円

自然史博物館　問合せ　電話　06-6697-6221　FAX　06-6697-6225

特別展「ネコ」　にゃんと!クールなハンターたち

ライオンやマヌルネコなどのクールでカッコいい野生ネコ科動物から身近なイエネコまで、最新の研究に基づいてネコ科動物がもつ魅力に科学で迫ります。

日時　9月23日（月・祝日）まで　　9:30～17:00（入場は16:30まで）

（9月2日、9日（月）、17日（火）は休館）

場所　自然史博物館ネイチャーホール（花と緑と自然の情報センター2階）

料金　大人　1,800円（20名以上の団体料金　1,600円）、高大生　1,500円（20名以上の団体料金　1,300円）、小中生700円（20名以上の団体料金　500円）

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

防災講習に参加しよう!　無料　要申込

日時　10月3日（木）　13:30～14:30

定員　30名

対象　市内在住の60歳以上の方

申込　9月19日（木）　10:00～15:00　電話または窓口にて

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

辻ひろ子の秋の朗読会　要申込

東西女性作家の“あるある”物語　田辺聖子（タナベ　セイコ）さん、向田邦子（ムコウダ　クニコ）さんそれぞれの魅力、その生い立ち、作品の特徴についてわかりやすくお話しします。辻ひろ子さんによる作品の朗読実演もお楽しみに!

日時　9月22日（日）　13:00～14:30

定員　100名（先着順）

料金　880円

申込　窓口、チケットぴあにて

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

健康体操ヨガ　要申込

心が癒される音楽の中、身体を伸ばし、リラックス。ひのきの棒を使用し、無理なくヨガを楽しめます。

日時　9月6日（金）～毎週（金）　15:40～16:40　（27日（金）は休講）

料金　1回800円（チケット制）

定員　15名（先着順）

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　参加希望日の前日まで　電話または窓口にて

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

トイレ改修工事のお知らせ

トイレ改修工事を実施します。詳細は区役所ホームページ等でお知らせします。

9月の巡回日　移動図書館まちかど号

9月6日・10月4日（金）　10:25～11:15　矢田東小学校東門（住道矢田2-7）

9月7日・10月5日（土）　14:25～15:05　サンヴァリエ針中野6号棟前（湯里3-2）

9月21日（土）　10:20～11:20　中町会公園（杭全7-14）

9月28日（土）　11:25～12:05　平野白鷺公園（今川6-7）

10月3日（木）　14:25～15:00　市営矢田部住宅中央公園（公園南矢田1-22）

問合せ　中央図書館　自動車文庫　電話　06-6539-3305

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

おもてなし英会話　要申込

簡単なフレーズから学び、気軽に話しかけられるようになりませんか。外国の文化や背景なども交え、楽しみながら進めますので、初めての方やブランクのある方もお気軽にご参加ください。

日時　10月3日（木）～12月5日（木）　第1、3、5（木）　全6回（予備日　12月19日）　11:00～12:00

対象　どなたでも

定員　30名（先着順）

料金　7,200円

持ち物　筆記用具

申込　12月5日（木）まで　ホームページ、FAX、電話または窓口にて

防犯・防災

東住吉消防署からのお知らせ　問合せ　電話　06-6691-0119

9月8日～14日は「救急医療週間」です!

毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間を「救急医療週間」としています。

大阪市消防局でも救急の日を中心に、市民のみなさまに救急業務への理解と認識を深めていただくため、様々な行事を実施予定です。

【救急安心センターおおさか（24時間365日対応）】

突然の病気やケガで困ったら・・病院に行った方がいい?救急車を呼んだ方がいい?困ったときは・・

#7119または06-6582-7119に電話してください。救急医療の適正利用をお願いします。

東住吉警察署からのお知らせ　問合せ　電話　06-6697-1234

9月21日～30日は秋の全国交通安全運動です!

安全運転講習会　無料

日程　1回目　9月6日（金）　2回目　9月9日（月）

時間　18:30～19:30（18:00～受付）

場所　区民ホール（区役所3階）

対象　どなたでも

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　06-6629-4564

■5面

市民向け無料相談　大阪市内に気象警報が発表されている場合は中止となることがあります。

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　9月17日・24日・10月1日・8日（火）　13:00～17:00（最終時間枠は16:30）　1名（組）　30分以内

場所　区役所　5階53番窓口

予約　電話　050-1808-6070　予約期間　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～相談日の前日17:00まで

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　9月19日（木）　13:00～16:00（最終時間枠は15:30）　1名（組）　30分以内

場所　区役所　5階53番窓口

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　※電話が繋がりにくい場合があります

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　9月26日（木）　13:00～15:00（受付は14:45まで）

場所　区役所　5階53番窓口

予約　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

税務相談

日時　9月11日（水）　13:00～16:00（受付は15:30まで）

場所　区役所　5階53番窓口

予約　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

行政相談

日時　9月は休止します

場所　区役所　5階53番窓口

予約　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

不動産相談

日時　9月18日（水）　13:00～16:00（受付は15:30まで）

場所　区役所　5階53番窓口

予約　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

日曜法律相談　定員16組　要予約

日時　9月22日（日）　13:00～17:00

場所　区役所　5階53番窓口

予約　050-1807-2537　9月13日（金）　12:00～21日（土）　17:00（24時間受付）

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

ナイター法律相談　定員32組　要予約

日時　9月30日（月）　18:30～21:00

場所　中央区民センター

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

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

場所　区役所　2階28番窓口

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

フードドライブとごみの分別相談

日時　9月10日（火）　14:00～16:00

場所　区役所正面玄関窓口案内横

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

人権擁護委員による特設人権相談

日時　9月20日（金）　13:30～16:00

場所　区役所　5階相談室

問合せ　大阪第一人権擁護委員協議会　電話　06-6942-1489　FAX　06-6943-7406

専門相談員による人権相談　面接は要予約

日時　（月）～（金）　9:00～21:00（ただし、祝日9:00～17:30）、（日）　9:00～17:30

予約　電話、ファックス、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

各種健診　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。

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を

保健福祉センターで実施する各種がん検診等は抽せんではなく先着順で受け付けます（予約は必要です）

●各種検診では手話通訳を配置できる場合があります。（事前申込必要）

●各種健診（検診）は、台風等で中止になることがあります。

●料金免除の制度があります。詳しくはお問合せください。

●結核健診の結果は、精密検査が必要な方のみに連絡します。

検診名　大腸がん検診

対象者　40歳以上の方

料金　300円

日時　11月9日（土）　9:30～10:30、11月24日（日）　13:30～14:30

場所　検診室（区役所1階）

要予約

■期間　11月9日（土）実施分　9月10日（火）～10月25日（金）

11月24日（日）実施分　9月10日（火）～11月8日（金）

9:00～17:30（電話、来庁は土日祝除く）

※行政オンラインシステムによる申込受付のみ9月10日（火）～30日（月）まで

■方法

・電話　06-4399-9882

・来庁　保健福祉課（健診）　1階13番

・行政オンラインシステム（要事前登録）

※定員に達し次第、予約受付を終了させていただきますので、予めご了承願います

※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

検診名　肺がん検診

対象者　40歳以上の方

料金　無料

日時　11月9日（土）　9:30～10:30、11月24日（日）　13:30～14:30

場所　検診室（区役所1階）

要予約

■期間　11月9日（土）実施分　9月10日（火）～10月25日（金）

11月24日（日）実施分　9月10日（火）～11月8日（金）

9:00～17:30（電話、来庁は土日祝除く）

※行政オンラインシステムによる申込受付のみ9月10日（火）～30日（月）まで

■方法

・電話　06-4399-9882

・来庁　保健福祉課（健診）　1階13番

・行政オンラインシステム（要事前登録）

※定員に達し次第、予約受付を終了させていただきますので、予めご了承願います

※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

検診名　乳がん検診（マンモグラフィ検査）

対象者　40歳以上の女性

料金　1,500円

日時　11月9日（土）　9:30～10:30、11月24日（日）　13:30～14:30

場所　検診室（区役所1階）

要予約

■期間　11月9日（土）実施分　9月10日（火）～10月25日（金）

11月24日（日）実施分　9月10日（火）～11月8日（金）

9:00～17:30（電話、来庁は土日祝除く）

※行政オンラインシステムによる申込受付のみ9月10日（火）～30日（月）まで

■方法

・電話　06-4399-9882

・来庁　保健福祉課（健診）　1階13番

・行政オンラインシステム（要事前登録）

※定員に達し次第、予約受付を終了させていただきますので、予めご了承願います

※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

検診名　骨粗しょう症検診

対象者　18歳以上の方

料金　無料

日時　11月9日（土）　9:30～10:30、11月24日（日）　13:30～14:30

場所　検診室（区役所1階）

要予約

■期間　11月9日（土）実施分　9月10日（火）～10月25日（金）

11月24日（日）実施分　9月10日（火）～11月8日（金）

9:00～17:30（電話、来庁は土日祝除く）

※行政オンラインシステムによる申込受付のみ9月10日（火）～30日（月）まで

■方法

・電話　06-4399-9882

・来庁　保健福祉課（健診）　1階13番

・行政オンラインシステム（要事前登録）

※定員に達し次第、予約受付を終了させていただきますので、予めご了承願います

※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

検診名　結核健診（胸部エックス線撮影）

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　9月12日（木）　10:00～11:00

場所　エックス線室（区役所2階）

予約不要

検診名　歯科健康相談

対象者　年齢は問いません

料金　無料

日時　9月20日（金）　9:30～10:30

場所　検診室（区役所1階）

予約不要

特定健康診査（高血圧症や糖尿病などの生活習慣病予防）　無料　予約不要

■時間　9月20日（金）　9:30～11:00受付

■場所　会議室（区役所3階）

■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

■持ち物　受診券、被保険者証、特定健康診査個人票（大阪市国民健康保険に加入の方）

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

健康管理は特定健診から!

大阪市国民健康保険被保険者のうち、40歳以上の方（年度内に40歳になる方を含む）を対象に、がん・心臓病・脳卒中などの生活習慣病の発症や重症化を予防するための特定健診を無料で実施しており、対象の方には、緑色の封筒で「受診券」を送付しています。年度後半は混雑しますので早めの受診がオススメです!40歳未満の方が受けられる健診もありますので、詳しくは大阪市ホームページをご覧ください。

「おおさか健活マイレージ『アスマイル』」に登録して国保の健診を受けると、電子マネー等に交換可能なポイント（初回4,000円相当、2回目以降2,000円相当）をプレゼントしています。

■特定健診受診券に関すること

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

■健診内容・健診場所について

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

■1日人間ドック・健康づくり支援事業

問合せ　福祉局　生活福祉部　保険年金課保健事業グループ　電話　06-6208-9876　FAX　06-6202-4156

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、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　電話　06-6208-7489　FAX　06-6202-7073

■6、7面

東住吉50年　SINCE1974　50th　なっぴーの東住吉　タイムトリップ

ちなみに消費税がスタートしたのも、1989（平成元）年からだよ。

8面へ

9月は高齢者福祉月間です　住み慣れた地域で自分らしく、健康に

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を

いきいき百歳体操に参加しませんか?

いきいき百歳体操は、転ばない体づくりのための体操です。おもりを手足に巻き、椅子に座って行う、簡単で安全なエクササイズです。

地域名　全ての方　実施場所　東住吉区老人福祉センター　開催日　毎週（火）（金）　①13:30～②15:00～

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　（水）（木）13：30～

地域名　育和　実施場所　育和社会福祉会館　開催日　毎週（火）　14:00～

地域名　桑津　実施場所　介護付有料老人ホームなでしこ桑津　開催日　毎週（月）　14:00～

地域名　桑津　実施場所　そんぽの家天王寺　開催日　毎週（木）　①10:30～②11:15～

地域名　北田辺　実施場所　北田辺会館　開催日　毎週（火）　10:00～

地域名　田辺　実施場所　さわやかセンター　開催日　毎週（月）　10:00～

地域名　南田辺　実施場所　New　私の家なでしこ南田辺　開催日　毎週（火）　14:15～

地域名　東田辺　実施場所　東田辺会館　開催日　第4（月）　13:30～

地域名　南百済　実施場所　New　南百済会館　開催日　毎週（月）　10:30～

地域名　鷹合　実施場所　嘉誠会鍼灸マッサージ院　開催日　毎週（水）　13:30～

地域名　鷹合　実施場所　鷹合会館　開催日　第2・4（金）　13:30～

地域名　矢田北　実施場所　矢田北会館　開催日　月2～4回（月）　14:00～

地域名　矢田東　実施場所　住道矢田福祉会館　開催日　毎週（火）　10:30～

地域名　矢田中　実施場所　矢田中ひまわり会館　開催日　毎週（火）　10:30～

地域名　矢田中　実施場所　花未来プラザ　開催日　毎週（金）　13:30～

地域名　矢田西　実施場所　New　特別養護老人ホームヴァンサンクボヌール　開催日　毎週（火）　10:00～

筋肉つけてお出かけしよう♪百歳体操体験会を実施します　無料　要申込

対象者　①区内在住の65歳以上の方　②地域で実施している百歳体操に参加されていない方

日程　10月8日～11月15日の（火）と（金）の週2回参加出来る方

時間　9:30～10:30（初回は30分程度延長となります）

場所　検診室2（区役所1階）

定員　25名（先着順）

持ち物　タオル、飲み物等

申込　9月6日（金）～13日（金）

①②のどちらかの方法でお申し込みください

①行政オンラインシステム（要事前登録）にログインのうえ、必要事項を入力

②電話、窓口（9:00～17:30　土日を除く）

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

安心して暮らすための相談窓口

「地域福祉サポーター」は、日常生活における“困りごと”の相談対応や、地域包括支援センターなどの専門機関・公的機関との連絡調整を行なっています。育児や介護、ご近所や地域での困りごとなど気軽にご相談ください。

公式キャラクター　ラヴィリー

地域名　育和　相談窓口　育和社会福祉会館（杭全2-11-14）　サポーター携帯　090-5068-4552　会館電話番号　06-6713-2878　サポーター対応時間（月）～（金）　9:30～12:30

地域名　桑津　相談窓口　桑津会館（桑津5-14-21）　サポーター携帯　090-5068-4430　会館電話番号　06-6713-2871　サポーター対応時間（月）～（金）　9:00～12:00

地域名　北田辺　相談窓口　北田辺会館（北田辺1-8-4）　サポーター携帯　090-5068-4522　会館電話番号　06-6714-9980　サポーター対応時間（月）～（金）　10:00～12:00、13:00～14:00

地域名　今川　相談窓口　今川地域振興センター（西今川3-6-7）　サポーター携帯　090-5068-4414　会館電話番号　06-6703-0098　サポーター対応時間（月）～（金）　9:30～12:30

地域名　田辺　相談窓口　田辺会館（田辺6-1-27）　サポーター携帯　090-5068-4496　会館電話番号　06-6622-7171　サポーター対応時間（月）～（金）　10:00～12:00、13:00～14:00

地域名　南田辺　相談窓口　南田辺会館（南田辺1-10-32）　サポーター携帯　090-5068-4361　会館電話番号　06-6623-6050　サポーター対応時間（月）～（金）　（月）（水）（金）10:00～12:00、13:00～14:00　（火）（木）　10:00～13:00

地域名　東田辺　相談窓口　東田辺会館（駒川4-10-5）　サポーター携帯　090-5068-4364　会館電話番号　06-6608-7621　サポーター対応時間（月）～（金）　9:30～12:30

地域名　南百済　相談窓口　南百済会館（針中野4-12-39）　サポーター携帯　090-5068-4385　会館電話番号　06-6707-2117　サポーター対応時間（月）～（金）　10:00～13:00

地域名　湯里　相談窓口　湯里社会福祉会館（湯里5-7-3）　サポーター携帯　090-5068-4428　会館電話番号　06-6702-8349　サポーター対応時間（月）～（金）　9:30～12:30

地域名　鷹合　相談窓口　鷹合西会館（鷹合3-2-20）　サポーター携帯　090-5068-4426　会館電話番号　06-6697-3825　サポーター対応時間（月）～（金）　9:30～12:00、13:00～13:30

地域名　矢田北　相談窓口　矢田北会館（照ケ丘矢田1-13-16）　サポーター携帯　090-5068-4261　会館電話番号　06-6797-6966　サポーター対応時間（月）～（金）　9:00～12:00

地域名　矢田東　相談窓口　住道矢田福祉会館（住道矢田9-1-5）　サポーター携帯　090-5068-4265　会館電話番号　06-6797-1131　サポーター対応時間（月）～（金）　10:00～13:00

地域名　矢田中　相談窓口　矢田中ひまわり会館（矢田3-8-7）　サポーター携帯　090-5068-4536　会館電話番号　06-6695-2880　サポーター対応時間（月）～（金）　9:00～12:00

地域名　矢田西　相談窓口　南部文化コミュニティセンター（公園南矢田3-18-8）　サポーター携帯　090-5068-4571　会館電話番号　06-6608-0038　サポーター対応時間（月）～（金）　10:00～12:00、13:00～14:00

問合せ　東住吉区社会福祉協議会（さわやかセンター）　　電話　06-6622-6611　FAX　06-6622-8973

高齢者食事サービス（ふれあい型）事業を実施しています

区内各地域の高齢者食事サービス委員会が実施主体となり、高齢者食事サービス事業を実施しています。この事業では、地域のボランティアの皆さんが、ひとり暮らしの高齢者等の方々に会食や配食のお世話をし、ひとり暮らしの高齢者等の健康増進と地域社会との交流を深めることを目的に活動しています。

対象となる方

・65歳以上のひとり暮らしの方　・高齢者のみの世帯に属する方　・寝たきり状態にある方

【利用申込・負担額について】　お住まいの地域の委員会にご確認ください

地域名　育和　実施場所　育和社会福祉会館　開催日　第3（水）　電話　06-6713-2878

地域名　桑津　実施場所　桑津会館　開催日　第1（火）、（水）　電話　06-6713-2871

地域名　北田辺　実施場所　北田辺会館　開催日　第4（金）　電話　06-6714-9980

地域名　今川　実施場所　今川福祉会館　開催日　毎週（火）、（金）　電話06-6705-2388

地域名　田辺　実施場所　田辺会館　開催日　第2（土）　電話06-6622-7171

地域名　南田辺　実施場所　南田辺会館　開催日　第3（土）　電話　06-6623-6050

地域名　東田辺　実施場所　東田辺会館　開催日　第1・3（水）　連絡先　06-6608-7621

地域名　南百済　実施場所　南百済会館　開催日　第3（水）　連絡先　06-6707-2117

地域名　鷹合　実施場所　鷹合西会館　開催日　第2・3（水）　連絡先　06-6697-3825

地域名　矢田北　実施場所　矢田北会館憩の家　開催日　第2・4（水）　連絡先　06-6797-6966

地域名　矢田東　実施場所　住道矢田福祉会館　開催日　第4（水）　連絡先　06-6797-1131

地域名　矢田中　実施場所　矢田中ひまわり会館　開催日　第3（水）　連絡先　06-6695-2880

地域名　矢田西　実施場所　南部文化コミュニティセンター　開催日　第2（水）　連絡先　06-6608-0038※現在活動休止中の地域もあります

高齢の方のための相談窓口

地域包括支援センターと総合相談窓口（ブランチ）は、地域で暮らす65歳以上の皆さんを支えるための身近な相談窓口です。　秘密厳守　相談無料

このようなご相談はありませんか?

隣の家から、最近怒鳴り声が聞こえる　介護保険の申請をしたい　介護予防について知りたい　近所の一人暮らしのおばあさんを最近見かけない

相談窓口　東住吉北包括支援センター　電話番号　06-6719-7100　担当地域（小学校区）　育和・桑津

相談窓口　東住吉区地域包括支援センター　電話番号　06-6622-0055　担当地域（小学校区）　北田辺・今川・田辺・南田辺

相談窓口　中野地域包括支援センター　電話番号　06-6777-1939　担当地域（小学校区）　東田辺・南百済・湯里・鷹合

相談窓口　矢田地域包括支援センター　電話番号　06-6694-5552　担当地域（小学校区）　矢田北・矢田東・矢田中・矢田西

相談窓口　白鷺ブランチ　電話番号　06-6769-1155　担当地域（小学校区）　育和・今川

相談窓口　矢田東ブランチ　電話番号　06-6760-6539　担当地域（小学校区）　矢田北・矢田東

相談窓口　矢田西ブランチ　電話番号　06-6699-9000　担当地域（小学校区）　矢田西

100歳のご長寿おめでとうございます

今年度100歳を迎えられる方々を祝い、長年にわたり社会の発展に寄与いただいたことに敬意を表するため、内閣総理大臣からお祝い状及び記念品（銀杯）を贈呈します。対象者は、46名の方となります。対象となられる方には別途ご案内を送付します。なお、各地域で開催される敬老行事は地域ごとに実施内容が異なりますので、詳細は各地域でご確認ください。

認知症区民フォーラム　無料　手話通訳あり

日時　9月21日（土）　14:00～16:00

場所　区民ホール（区役所3階）

申込は不要です

1　寸劇　劇団メンちゃんズ「つながって、寄り添ってパート2」　実施　東住吉区キャラバン・メイト活動者連絡会

2　講演　「オレンジチームをご存知ですか?」　講師　東住吉オレンジチーム

3　特別講演　「認知症と向き合う家族を地域がどう支えられるか」　特別講師　松本一生　医師

大阪市連携型認知症疾患医療センター　医療法人圓生会松本診療所（ものわすれクリニック）　院長　松本一生（まつもと　いっしょう）　医師

主催　東住吉区認知症等高齢者支援地域連携事業実行委員会

協力　東住吉区在宅医療連絡会

問合せ　東住吉区医師会　電話　06-6702-0500

※11:00以降に大阪市内に警報または特別警報が発表されている場合は中止します

認知症って?物忘れとの違いは?

さまざまな脳の病気により、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりしたために、認知機能（記憶や判断力）が低下し、生活に支障をきたしている状態のことをいいます。

【もの忘れ】一部を忘れる（例　朝ごはんのメニュー）

【認知症】経験自体を忘れる（例　朝ごはんを食べたのか）

認知症かな?と思ったら、早期相談・早期診断を!

もの忘れが気になる方のための相談窓口　秘密厳守　相談無料

オレンジチームは、認知症の方を必要な支援につなぐチームです。チーム員には、医療・福祉の専門職がいます。

対象　40歳以上かつ認知症またはその疑いのある方　若年性認知症またはその疑いのある方

東住吉オレンジチームにご相談ください

問合せ　東住吉オレンジチーム　（月）～（土）　9:00～17:30（日祝休み）

東住吉区湯里5-15-4（中野地域包括支援センター内）　電話　06-6777-1323　メール　orange.nakano@kaseikai.org

※令和6年4月より受託法人が変更になり、住所・連絡先が変更になっています

民生委員・児童委員、主任児童委員は「地域の身近な相談相手」です

地域のご高齢の方などを訪問し、安否確認や、見守り活動を行なっています。くらしの中の困りごと、気軽に相談しませんか?

問合せ　東住吉区民生委員児童委員　協議会事務局（保護課3階32番）　電話　06-4399-9829　FAX　06-4399-9825

困りごとの相談窓口「東住吉区くらしサポート」

生活の困りごと・不安を一緒に考えて支援する窓口です。仕事のこと、家計のこと、ひきこもりの家族のことなど、くらしの中の困りごとを一緒に考え整えます。

問合せ　東住吉区くらしサポート（区役所3階32番窓口）　電話　06-6621-3011　（月）～（金）　9:00～17:30

問合せ　保健福祉課（福祉）　2階28番　電話　06-4399-9857　FAX　06-6629-4580

■8面

1993（平成5）年、東住吉区創設50周年記念式典が行われたよ。

10面へ

令和6年度東住吉区みんなの健康展を開催します　無料

ご自身だけでなく、家族や周りの方は健康ですか?運動・食事・生活習慣など、みんなで健康のことを考えてみましょう!ぜひご来場ください。

日時　10月5日（土）　13:00～15:00　場所　区役所3階

測ってみよう！

★血管年齢測定　あなたの血管は何歳?　★体力測定　★骨粗しょう症検査　★体脂肪測定　実は隠れ肥満かも・・・★アルコール体質判定　など

★野菜たっぷり中学生お弁当コンテスト表彰式

★キッズダンス　近隣スクールの子どもたちが練習したダンスを披露!

★健康体操　「日本列島どっこいしょ」「ふれあい体操」

体験しよう！

★こども薬局・薬剤師体験　※事前予約制　あなたも今日は憧れの薬剤師に!

★e-スポーツ体験　ストリートファイター6が体験できる!

★薄味みそ汁の試飲　普段飲んでるみそ汁と比べてみよう

★マッスルグランプリ　レッドハリケーンズ大阪　杉下選手、小村選手、矢野選手が参戦!!

歯科相談や子ども予防接種相談も行います!!

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

クラインガルテン広場　「コケ玉づくり講習会」　参加者募集!　要申込

SDGs　11　住み続けられるまちづくりを　15　陸の豊かさも守ろう

花と緑の活動拠点「クラインガルテン広場」で、ハツユキカズラを使ったコケ玉づくりの講習会を開催します。作ったコケ玉は、お持ち帰りいただけます。

9月22日（日）　①10:00～　②11:00～

※雨天決行（7:00に大阪市内に警報の発表がある場合は中止）

※駐車場はありません

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

参加費　500円（当日お支払い）

定員　①②各15名　※申込多数の場合抽選

申込　9月10日（火）　17:00まで　行政オンラインシステム（要事前登録）にログインのうえ、必要事項を入力

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

9月は大阪市朝食月間

朝ごはんを食べよう!!

朝食月間をきっかけに朝食をみなおしてみませんか?

朝ごはんを食べるとこんなメリットが!

活動力アップ

まとめ食いを防ぎ肥満を予防する　生活リズムが整う　排便を促す　体温が上がり、身体がめざめる　集中力が高まる

食欲がない、時間がないという人は・・・簡単に食べられる牛乳や果物、野菜ジュースなどから始めてみましょう。

朝食を食べる習慣がある人は・・・食材の種類を増やしてみましょう。

らくちん朝ごはんレシピ

ブロッコリーの炒め物

材料（2人分）

ブロッコリー・・・2分の1株

かにかまぼこ・・・4本

マヨネーズ・・・大さじ3分の2

しょうゆ・・・大さじ3分の1

すりごま・・・大さじ1

作り方

①ブロッコリーは小房に分けてゆでる。

②かにかまぼこは、縦に細かくさいておく。

③フライパンにマヨネーズを入れて火にかけ、ブロッコリーとかにかまぼこを炒め、最後にしょうゆとすりごまを入れて混ぜる。

キャベツのスープ

材料（2人分）

キャベツ・・・3枚

わかめ（乾）・・・4g

固形コンソメ・・・2分の1個

水・・・カップ1と2分の1

こしょう・・・少々

作り方

①キャベツは大きくざく切りにする。

②わかめは水で戻しておく。

③鍋に、水、キャベツ、わかめ、固形コンソメを入れて火にかけ、沸騰したら1～2分煮て、最後にこしょうをふる。

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

■12面

12面ヘッダー

東住吉50年　SINCE1974　50th　なっぴーの東住吉　タイムトリップ

この年（1993年）日本のプロサッカーリーグ「Jリーグ」が開幕したよ!

10月号につづく

子育てコーナー

健診のお知らせやイベントなど、子育て情報を発信!　子育てについて調べたいことがあるときは、「東住吉区子育て応援ナビ」をチェック!

集まれ　なっぴーキッズ　※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

これからも元気にすくすく育ってね!　小田恭平（おだ　きょうへい）ちゃん（1歳3か月）

これからも仲良しな姉妹でいてね　藤野杏海（ふじのあみ）ちゃん（5歳5か月）、桜帆（さほ）ちゃん（4歳0か月）

パパとママの宝物だよ　元気に大きくなってね　古郡悠誠（ふるごおりゆうせい）ちゃん（10か月）

これからもたくさんおでかけしようね!　平井陽彩（ひらいはるあ）ちゃん（6か月）

笑顔溢れる毎日をありがとう!大好き!!　髙橋陽愛（たかはしひなり）ちゃん（1歳）

東住吉区　子育てOHえんフェスタ2024　無料

入園前のお子さんが楽しめるように、さまざま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ね!

申し込みは不要です!!皆さんご自由にご参加ください。

★人形劇・絵本の読み聞かせ・体操・保健師による計測や育児相談

★あそびのコーナー（すべり台、トンネル、シール貼り、魚釣りなど）

★写真コーナー（なっぴー、ミニ消防車など）

★その他（食育コーナー、おもちゃ病院、リサイクルコーナー）

日時　9月26日（木）　10:15～11:45（受付10:00～）

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

区役所からのお知らせ

乳幼児健康診査

受付時間は、対象の方に個別に送付する案内文書（健診日の2週間ほど前に送付）に記載します。

3か月児健康診査　10月2日（水）　令和6年5月11日～5月31日生まれ

1歳6か月児健康診査　9月11日（水）　令和5年1月20日～2月10日生まれ

9月25日（水）　令和5年2月11日～3月3日生まれ

3歳児健康診査　9月18日（水）　令和3年3月1日～3月27日生まれ

対象生年月日は変更となる場合があります

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

母乳について困っていることはありませんか?母乳は足りているかな?うまく吸えているかな?など、助産師さんにいろいろきいてみんなで話しませんか?授乳中のお母さま、お待ちしております。

日時　9月12日（木）　10:00～11:30（受付は9:45～10:00）

場所　検診室（区役所1階）

テーマ　卒乳・断乳について

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

問合せ　電話　06-6699-3600　FAX　06-6699-3600

スライム作り

日時　9月14日（土）　10:00～11:00（受付終了10:45）

場所　子ども・子育てプラザ1階　クラブ室

対象　区内在住の小学生

東住吉図書館からのお知らせ

問合せ　電話　06-6699-7000　FAX　06-6699-3222

えほんを一緒にたのしもう

『ひえひえひんやりツアー』

楠　章子　作　あおきひろえ　絵　あかね書房

商店街でアイスクリームを買ったら、おまけの福引で特賞が当たりました。特賞は「ひえひえひんやりツアー」の旅行券です。夜になったらドクロがやってきて、ぼくと両親をツアーに連れて行ってくれました。ひえひえランドや氷の宮殿を巡り、冷たい食事で、いい気分です。けれどもだんだん体が冷えてきて・・・。太い線で描かれた力強い絵は、暑さを吹き飛ばしてくれそうな勢いがあります。

なでしこ感想アンケート　9月20日（金）まで

広報東住吉『なでしこ』9月号はいかがでしたか?印象に残った記事など、感想をお送りください。今後の紙面作成の参考にさせていただきます。

広報東住吉「なでしこ」は77,000部発行し、1部あたりの発行単価（配布費用含）は約25.26円です。そのうち約1.55円を広告収入で賄っています。

9月　いっしょにかんたん!おやこレシピ

はんぺんのツナマヨ焼き

区食生活改善推進員協議会　担当　育和校区

営養価（1人分）　エネルギー253kcal　食塩相当量1.8g

材料（4人分）

作り方

はんぺん・・・3枚

ツナ缶（油漬け）・・・小3缶

コーン（缶）・・・60g

枝豆（ゆで）・・・30g

マヨネーズ・・・大さじ3

ケチャップ・・・小さじ2

レタス・・・適宜

ミニトマト・・・適宜

作り方

①ツナ缶は油をしっかり切る。

②ボウルに①、コーン、枝豆、マヨネーズ、ケチャップを入れてよく混ぜあわせる。

③はんぺんを斜め半分に切り、切った断面に切り込みを入れて袋状にし、②の6分の1の量を詰める。

④③を予熱したオーブントースターでこんがり焼き色が付くまで5～6分焼いてから半分に切る。

⑤器に④を3切れ盛り、レタスとミニトマトを添える。

はんぺんは魚のすり身に山芋などの材料を混ぜて細かい気泡を含ませた茹で蒲鉾です。加熱しすぎるとしぼんでしまうので注意しましょう。

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

大阪市LINE公式アカウント　友だち登録をお願いします

ID検索　@osakacity

東住吉区LINE公式アカウントは9月で終了予定です

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。5日たっても配布されない場合は、配布事業者（株式会社小林新聞舗）　電話　06-6790-0022へ連絡をお願いします。

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

広報東住吉『なでしこ』はスマートフォンでも読めます！

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/category/3461-8-1-0-0-0-0-0-0-0.html

X（旧ツイッター）

https://twitter.com/nadeshiko\_nappy

大阪市LINE公式アカウント

https://page.line.me/qvu6826b?openQrModal=true

東住吉区役所ホームページ

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

窓口延長・日曜開庁

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

■2面

9月22日は、マイナンバーカードに関する手続きができません

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000632911.html

阿倍野出張所　Web・対面個別説明会　お申し込みフォーム

https://sec.mod.go.jp/pco/osaka/mailform/abeno-form.html

市営住宅の住戸を活用し、地域の活性化につながる活動を行う団体を募集します!

https://www.city.osaka.lg.jp/toshiseibi/page/0000626502.html

災害時外国人支援ボランティア募集（随時）

https://www.ih-osaka.or.jp/projects/development/saigaiji-volunteer/

2025年大阪・関西万博公式キャラクター・ミャクミャクの図柄入りナンバープレート（原動機付自転車）の交付を開始します

https://www.city.osaka.lg.jp/zaisei/page/0000579199.html

9/29（日）心の健康なんでも相談のお知らせ

https://daiseishin.org/pages/31/detail=1/b\_id=316/r\_id=1588#block316-1588

大阪市東住吉区役所現在の窓口お呼び出し状況

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

■3面

令和6年度　保育施設・事業利用申込

大阪市行政オンラインシステム

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/portal/home

防災

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

■4面

長居植物園

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

大阪市立自然史博物館

https://omnh.jp/

東住吉区老人福祉センター

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

平野区画整理記念会館

https://kinen100.wixsite.com/kinen

2024年4月～　選べる3つのヨガレッスン

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

東住吉図書館

https://www.oml.city.osaka.lg.jp/index.php?page\_id=150

移動図書館

http://www.oml.city.osaka.lg.jp/?page\_id=135

クレオ大阪（講座・イベント検索）

https://www.shisetsu-osaka.jp/shisetsu-nw/koza/detail.html?kozaId=51993

東住吉消防署

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

東住吉警察署

http://www.info.police.pref.osaka.jp/ps/higashisumiyoshi/index.html

「安まちメール」に登録しましょう!

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

大阪市行政オンラインシステム

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/portal/home

アスマイルに登録して国保の健診を受けると、初回4,000円相当のポイントをプレゼント!

https://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000625805.html

特定健診

http://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000370235.html

令和6年度特定健診のご案内

https://medcas.app/osaka-osakacity-2024/

「犯罪防止啓発街頭キャンペーン」を実施します!

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000266103.html

■8面

みんなの健康展

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000630883.html

クラインガルテン広場「コケ玉づくり講習会」

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/8f7409a0-b0fe-4fea-aadb-916d647bab4a/start

■12面

東住吉区子育て応援ナビ

https://www.city.osaka.lg.jp/contents/wdu720/www3/

「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

子育てOHえんフェスタ事業

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000609310.html

健診担当からのお知らせ

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

東住吉区子ども・子育てプラザ

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

東住吉図書館

https://www.oml.city.osaka.lg.jp/index.php?page\_id=150

おやこレシピ

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/category/3464-1-2-2-0-0-0-0-0-0.html

なでしこ感想アンケート（東住吉区）

https://ws.formzu.net/dist/S16004203/

大阪市公式ライン

https://page.line.me/qvu6826b?openQrModal=true