

## 施設情報

新型コロナウイルス感染症の影響により、イベント等については中止となる場合があります。詳しくはホームページ等でご確認ください。

**東住吉会館 (東田辺2-11-28)**  
 問合せ ☎06-6699-1100  
 FAX06-6697-8080

**マジック教室(全2回) 申込要**  
 ご家庭にある身近なものを使ったマジック教室です。  
**日時** 11月21日、28日(日) 13:00~14:30  
**場所** 東住吉会館 **定員** 20名(先着順)  
**対象** 中学生以上  
**料金** 2,500円(2回分・マジック材料代含む)  
**申込** 来館または電話・FAXにて

**おりがみ教室 申込要**  
 小学生の部と大人の部(中学生以上)を開催します。  
**日時** 小学生の部 11月27日(土) 14:00~15:30  
 大人の部 12月11日(土) 14:00~15:30  
**場所** 東住吉会館 **定員** 各30名(先着順)  
**料金** 500円 **対象** 小学生以上  
**申込** 来館または電話・FAXにて

**東住吉図書館(東田辺2-11-28)**  
 問合せ ☎06-6699-7000  
 FAX06-6699-3222

**図書展示「あなたにこの本を!」展 無料 申込不要**  
 大阪市立図書館「あなたにこの本を!」選定委員会  
 が選んだ、図書館員おすすめの本を展示・貸出しま  
 す。幅広いジャンルの中から、お気に入りの本をお選  
 びください!  
**日時** 12月15日(水)まで **場所** 東住吉図書館 展示書架

## 健康情報

### ●各種健診(検診)

検診名	日時	対象者	料金	場所	予約
大腸がん検診	令和4年1月6日(水) 9:30~10:30	40歳以上の方	300円	検診室 (区役所1階)	<b>予約要(抽せん)</b> 申込期間/ 11月9日(水)~11月15日(月) 9:00~17:30(土・日・祝は除く) 申込方法/ 電話、来庁、 大阪市行政オンラインシステム(事前登録が 必要です。申込承認メール送付後に抽せん番号 をお知らせします。) 抽せん/ 11月16日(火)に実施し、結果は11月19日(金)に同等で お知らせします。
肺がん検診			無料		
結核健診 (胸部エックス線撮影)	11月11日(水) 10:00~11:00	職場や学校等で受診する 機会がない15歳以上の方	無料	エックス線室 (区役所2階)	予約不要
歯科健康相談	11月26日(金)、30日(火) 9:30~10:30	年齢は問いません	無料	検診室 (区役所1階)	予約不要

### ●特定健康診査

日時	対象者	料金	場所
11月30日(火) 9:30~11:00受付 <b>予約不要</b>	大阪市民健康保険(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 [持物] 受診券、被保険者証、特定健康診査個人票	無料	検診室 (区役所1階)

- がん検診・特定健康診査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方に連絡します。

問合せ 保健福祉課(健診)1階13番 ☎06-4399-9882

**東住吉区社会福祉協議会**  
 (田辺2-10-18さわやかセンター)  
 問合せ ☎06-6622-6611  
 FAX06-6622-8973

**認知症サポーター養成講座 無料 申込要**  
 認知症について学び、一緒に考えてみませんか?  
**日時** 11月20日(土) 10:00~11:30  
**定員** 15名(先着順)  
**申込** 来館または電話・FAXにて

**パソコンなんでも相談室 無料 申込要**  
 テンプレートを使った年賀状の作り方  
**日時** 12月4日(土) 13:30~15:30  
**定員** 10名(先着順)  
**申込** 来館または電話・FAXにて

**東住吉区老人福祉センター**  
 (東田辺2-11-28)  
 問合せ ☎06-6699-3000  
 FAX06-6697-6686

**サロン de なでしこ(折り紙) 無料 申込要**  
**日時** 11月24日(水) 13:00~15:00  
**定員** 13名(抽選)  
**申込** 11月10日(水)10:00~15:00 電話にて

**血管年齢測定 無料 申込要**  
**日時** 12月8日(水) 13:30~15:00  
**定員** 15名(抽選)  
**申込** 11月24日(水)10:00~15:00 電話にて

### 長居植物園休園のお知らせ

長居植物園は令和4年3月末まで休園します。  
 詳しくは12面をご覧ください。

**平野区画整理記念会館(中野2-7-16)**  
 問合せ ☎06-6702-0513  
 FAX06-6702-0519

**歴史講座「三国志列伝」**  
 三国志に登場する名将を年代に基づき各講義で読  
 み解く!

**日時** 11月13日・20日、  
 12月4日・11日・18日・25日(土)  
 (計6回)各13:30~(約90分)

**講義内容** 第1章 三国志とは(11月13日)  
 第2章 董卓(11月20日)  
 第3章 曹操(12月4日)  
 第4章 孔明(12月11日)  
 第5章 孫権(12月18日)  
 第6章 姜維(12月25日)

**講師** 龍谷大学教授・三国志学会評議員  
 竹内真彦

**場所** 平野区画整理記念会館

**定員** 各回80名・どなたでも

**費用** 前売り各回1,000円、6回セット5,000円  
 当日 各回1,200円、6回セット5,500円

**申込** 会館窓口またはチケットぴあにて販売中

### 移動図書館 11月

日時	場所
11月4日、12月2日(水) 14:25~15:00	市営矢田部住宅中央公園 (公園南矢田1-22)
11月5日、12月3日(木) 10:25~11:15	矢田東小学校東門 (住道矢田2-7)
11月6日、12月4日(金) 14:25~15:05	サンヴァリエ針中野6号棟前 (湯里3-2)
11月20日(土) 10:20~11:20	中町会公園 (杭全7-14)
11月27日(土) 11:25~12:05	平野白鷺公園 (今川6-7)

問合せ 中央図書館自動車庫  
 ☎06-6539-3305

- 各がん検診・特定健康診査は取扱医療機関でも受診できます。今年度の受診機会を逃さないためにも医療機関での受診をお勧めします。
- 保健福祉センターでの胃がん検診は令和3年度から廃止と  
なっています。胃がん検診は取扱医療機関で受診してください。

大阪市  
がん検診等の一覧



特定健診

## NOVEMBER RECIPE

問合せ 保健福祉課(健診)1階13番 ☎06-4399-9882

旬のレシピは  
HPでも  
公開中



### じゃがいもと鮭のはさみ焼き



区食生活改善推進員協議会  
 担当: 北田辺校区

栄養価(1人分)  
**エネルギー** 249kcal  
**食塩相当量** 1.1g

#### 材料(2人分)

じゃがいも 中2個(200g) 青ねぎ 5g  
 鮭 1切れ(80g) 卵 1/2個  
 にんじん 20g 小麦粉 大さじ2  
 たまねぎ 20g 塩・こしょう 少々  
 ながいも 20g サラダ油 大さじ1  
 付け合わせ(ミニトマト、青じそ)

#### 作り方

- ① じゃがいもは皮をむき、5mm厚さに切る(ひとり6枚目安)。
- ② 鮭は皮と骨を取って1~2cmの角切り、にんじん、ながいもはすりおろし、たまねぎはみじん切り、青ねぎは小口切りにする。
- ③ ポウルに②、卵、小麦粉を入れて混ぜ、塩・こしょうをする。
- ④ ①の3枚に③のをせ、残りの①ではさむ。
- ⑤ フライパンに油を入れて中火に熱し、④を入れて焼き目がついたら裏返し、ふたをして蒸し焼きにする。
- ⑥ ⑤を器に盛り、付け合わせを添える。\*好みでポン酢をかけてもよい。

**4** 大阪府が提供するおトクな健康アプリ「アスマイル」をご利用ください! 毎日の健康活動で貯まったポイントで電子マネー等が当たる抽選に参加できます。また40歳以上の大阪市民健康保険加入者の方は「特定健診」・「1日人間ドック」・「健康づくり支援事業」を受診すると、初回3,000円相当分の電子マネー等と交換できるポイントがもらえます。  
 問合せ おおさか健活マイレージアスマイル事務局 ☎06-6131-5804 FAX 06-6452-5266 受付時間9:00~17:00(12/29~1/3除く)

