

講座・イベント

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

日時 10月20日(火)
[セミナー]14:00～15:00(13:30 受付開始)
[個別相談]15:15～15:45 ※希望者のみ

場所 区役所3階 302・303会議室

定員 [セミナー]20名(先着順) [個別相談]事前申込み

申込 10月14日(水)までに電話・窓口・
行政オンラインシステム(要事前登録)にて

主催 東住吉区役所

共催 住吉区役所・関西みらい銀行

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

申込

牛乳石鹼コラボ!
自転車シリンダー式リング錠・自転車前かご
ひったくり防止カバー取付キャンペーン

無 料

今月は牛乳石鹼柄のひったくり防止カ
バーを自転車前かごに取り付けます。

日時・場所 10月9日(金)10:00～
矢田出張所西側駐輪場
10月23日(金)16:00～
区役所北側駐輪場

※自転車でお越しください(カバーのみのお渡しはできません)
※数に限りがあります
※警報発令など中止になる場合があります

詳しくは

問合せ 区企画課 5階54番
TEL 06-4399-9970 FAX 06-6629-4564

うつ病の家族教室

無 料 要申込

うつ病についての正しい知識を学び、病気を理解し、ご本
人への接し方を考えてみませんか。また、同じ悩みを持つ
家族の方と語り合ってみませんか。

日時 [1日目]11月7日(土)14:00～16:30
[2日目]11月21日(土)14:00～16:30

場所 大阪市こころの健康センター

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21日(水)までに電話・窓口にて

問合せ 保健福祉課 1階14番
TEL 06-4399-9968 FAX 06-6629-1265

秋の クラインガルテンまつり

問合せ 区企画課 5階54番
TEL 06-4399-9904 FAX 06-6629-4564

日時 10月25日(日)9:30～12:00頃 ※小雨決行 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

1 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)
費用 1組500円(当日お支払い)

2 寄せ植えハンギング 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)
費用 1,500円(当日お支払い)

1 2 申込 10月14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

花とみどりの相談 無 料
時間 9:30～12:00頃

花苗・野菜の抽選会 無 料
花苗もしくは野菜を抽選で60名にプレゼント
時間 抽選券の配布 9:00～
(なくなり次第終了)
抽選会 10:00～

芋づるリースづくり 無 料
時間 9:30～(材料がなくなり次第終了)

令和
8年度 活き活きウォーキング講座

東住吉区に住む40～64歳の約3割がメタボ該当者と予備群です。ウォーキングはメタボの予防・改善につながります。
健康運動指導士の先生からウォーキングの「き・ほ・ん」を楽しく学びましょう!

日時 11月17日(火)
13:30～15:30

無 料
要申込

場所 区民ホール(区役所3階)

対象 区内在住の方
(運動制限のない方ならどなたでも)

定員 60名(先着順)

申込 11月6日(金)までに電話・窓口・
行政オンラインシステム(要事前登録)にて

問合せ 保健福祉課 1階14番 TEL 06-4399-9968 FAX 06-6629-1265

講座内容
●歩く姿勢
●靴の履き方
●自分に合った歩き方
●屋外ウォーキング実践※
※雨天時は区民ホール内で実施します

最新ウォーキング
マップコースの
一部をみんなで
歩きましょう♪

8面もご確認ください▶

ベジチェック®を使用した
野菜摂取量診断「やさいチェック」

無 料

日時 10月16日(金)10:00～12:00

場所 検診室(区役所1階)

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

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

日時 10月20日(火)19:00～19:30

場所 オンライン(ZOOM)

対象 どなたでも 申込 HPIにて

問合せ (公財)大阪国際交流センター
TEL 06-6773-8989 FAX 06-6773-8421
(月～木・土)9:00～17:30 (金)9:00～19:00

詳細・申込

にんやか田邊・特別講座
「東住吉と住吉大社」

要申込

日時 11月7日(土)14:00～(開場13:30)

場所 東住吉会館 定員 60名(申込多数の場合抽選)

費用 300円(資料代) 講師 小出 英詞氏(住吉大社禰宜)

申込 10月30日(金)(必着)までに、メールまたは往復はが
きに住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入の上、
〒546-0032 東住吉区東田辺2-11-28 東住吉会館
「にんやか特別講座」宛へ。
※往復ハガキの返信面には応募者の郵便番号・住所・氏名
をご記入ください ※区役所での受付は行っていない

主催 にんやか田邊 後援 東住吉区役所

問合せ にんやか田邊事務局(吉村)
TEL 090-8750-4961 ㊚naokiy@m3.kcn.ne.jp

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(火・祝)

場所 道明寺(藤井寺市)～古市・駒ヶ谷(羽曳野市)方面

定員 大人 500名、子ども 100名(先着順)

費用 大人 500円、子ども 250円(交通費込み)

申込 10月23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

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

東住吉区スポーツ・レクリエーション 要申込

【スリーアイズ大会】
日時 11月15日(日)9:00～
場所 区民ホール(区役所3階)
費用 1チーム500円
申込 10月23日(金)までにFAX・メールにて
(HPから申込書・要項をダウンロード可)

【バドミントン大会】
日時 11月22日(日)9:00～
場所 東住吉スポーツセンター
費用 1人500円
申込 10月30日(金)までにFAX・メールにて
(HPから申込書・要項をダウンロード可)

問合せ (一財)大阪市コミュニティ協会
東住吉区支部協議会
TEL 080-6206-4154(業務用)
FAX 06-6115-8260
㊚higashisumi-komikyo@arion.ocn.ne.jp

詳しくは

移動図書館 まちかど号 10月の巡回日

市営矢田部住宅中央公園(公園南矢田1-22)
10月1日・11月5日(木) 14:25～15:00

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

サンヴァリエ針中野6号棟前(湯里3-2)
10月3日・11月7日(土) 14:25～15:05

中町会公園(杭全7-14)
10月17日(土) 10:20～11:20

平野白鷺公園(今川6-7)
10月24日(土) 11:25～12:05

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

■以下は広告スペースです。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、大阪市が推奨等しているものではありません。

