

**地域包括ケアシステムを進めるための講演会** **無料**  
**「安心して暮らすための地域包括ケアと介護保険とは？」**

東淀川区では、区民の皆さんが住み慣れた地域でいつまでも安心して住み続けられるように、医療と福祉、介護が連携した地域包括ケアシステムの構築が進められています。

講師に淑徳大学の鏡 諭教授をお招きし、地域包括ケアシステムと介護保険制度についてわかりやすくご講義いただきます。ふるってご参加ください。

**日時** 6月29日(月) 14:00～16:00

**場所** 区民ホール(区役所3階)

**定員** 200名(多数抽選)

**申込み** 申込用紙に必要事項を記入のうえ、6月10日(水)必着で申込み。

**問合せ** 区役所保健福祉課 2階 ☎4809-9857



▲淑徳大学 鏡教授

**東淀川区成人の日記念のつどいが**

**日曜開催** に変わります

大学の授業や遠方からの来場者の声を受けて変更します。すでに準備などをされている方はご注意ください。

**日時** 平成28年1月10日(日) 10:30～

**場所** 大阪経済大学70周年記念館フレアホール(大桐2-8-11)

**問合せ** 区役所保健福祉課 2階25番 ☎4809-9850 FAX6327-2840



**熱中症予防講演会** **無料** **申込み不要**

**手話通訳有**

健康づくり  
区民会議  
参画事業

近年、高齢者の熱中症が増えています。

熱中症の症状や怖さ、その対処法など、医師を招きわかりやすく解説します。

東淀川消防署によるAEDの使用法や心配蘇生術の実技指導も行います。ぜひご参加ください。

**日時** 7月5日(日) 13:00～16:00

**場所** 区民ホール(区役所3階) **定員** 400名(先着順)



**怖い水の事故防止に着衣水泳講習会** **無料** **申込み不要**

本格的な夏の到来とともに、水の事故が多くなる時期です。水難事故防止のため、講習会を受けましょう!傷病時の対処法などもお話しします。

**日時** 7月5日(日) 10:00～12:10

**場所** 東淀川屋内プール(東淡路1-4-53) ☎6325-5077 **定員** 50名(先着順)

**その他** 参加者は水着をお持ちください。講習中は、水着の上に着衣可  
小学4年生以下の方は、16歳以上の保護者の同伴が必要  
(保護者1名につき子ども3名まで)

**問合せ** 健康づくり区民会議(区役所保健福祉課内) 2階22番 ☎4809-9882

**もしも、の時に備えて普通救命講習** **無料**

元気だった人が突然倒れ、呼吸や心臓が止まった場合、AEDを含む「心肺蘇生」に一刻も早く着手することが大切です。家族・友人の「もしも」時にとっさに動けるように、講習を受けましょう。

●普通救命講習(心肺蘇生法の講習会)

**日時** 6月13日(土) 9:30～12:30 9月10日(木) 18:00～21:00

9月19日(土) 9:30～12:30 10月 3日(土) 14:00～17:00

11月 1日(日) 14:00～17:00 12月19日(土) 14:00～17:00

●救急入門コース(胸骨圧迫とAEDの使い方中心)

**日時** 7月25日(土) 14:00～15:30 1月13日(水) 18:30～20:00

**申込み** **問合せ** 東淀川消防署 ☎6320-0119



**めざせ若返り -5歳ボディ!** **ウォーキングひろめ隊講座** **無料**

ウォーキングに興味がある方、メタボや老化が気になる方!美しい姿勢と楽しいウォーキングで-5歳に見えるからだづくりをめざし、ウォーキングの輪を広げていきませんか。

②は公開講座です。連続参加は無理...という方もぜひご参加ください。

実施日	内容
①6月25日(木)	「カラダ・生活チェック&-5歳に見える歩き方」
②7月 2日(木)	「メタボ予防とウォーキング」「若返りウォーキング」
③7月16日(木)	「みんなで楽しくウォーキングを続けよう!」

※動きやすい服装・靴でお越しください。またお茶などの水分をご持参ください。

**時間** 13:30～15:30(予定) **場所** 区民ホール(区役所3階)

**対象** 20歳以上の区民

**定員** ①～③の連続参加は、35名、②のみは100名

**申込み** 6月19日(金)、②のみの場合は6月26日(金)までに申込み

**問合せ** 区役所保健福祉課 2階24番 ☎4809-9968

**いきいき百歳体操サポーター養成講座 全4回** **無料**

実施日	内容
①6月26日(金) 10:00～12:00	介護予防の必要性
②7月 3日(金) 10:00～12:00	サポーターの役割
③7月10日(金) 10:00～12:00	高齢者のトレーニング効果
④7月17日(金) 10:00～12:00	今後の活動・交流会

**場所** 保健福祉センター(区役所2階)

**対象** 区内在住で、「いきいき百歳体操」のサポーターとして活動していただける方。

**定員** 30名(先着順) **申込み** 電話で、6月19日(金)までに申込み

**問合せ** 区役所保健福祉課 2階24番 ☎4809-9968

**70 OSAKA 「戦後70年 わたしの東淀川遺産」公開講座** **無料**  
 ～大阪大空襲を知ろう～

**内容** 大阪の空襲についての文献・米軍資料等の研究を行う専門家を招き、大阪大空襲の全体像と東淀川区の被害状況に迫ります。東淀川区の戦災に興味をお持ちの方、ぜひご参加ください。

**日時** 6月18日(木) 19:00～20:30 **場所** 区役所出張所3階

**講師** 辻川 敦氏(尼崎市立地域研究史料館長)他 **定員** 30名(先着順)

**申込み** **問合せ** 区役所総務課 3階33番 ☎4809-9908

はい! **かな たに 金谷 一郎** 区長 **No.31**



区長 No.31  
コラム

1面に掲載していますように、特別区設置の住民投票の結果、反対が賛成を上回り、大阪市・24区の存続が決定しました。今後、総合区制度の導入の検討など、区政改革をさらに進めてまいります。

1面にあるとおり、今月は食育月間です。食は健康の基本、生活リズムの基本でもあります。特に子どもさんの朝食の欠食が気になっています。ぜひこの機会に、ご家族で食生活について、お話いただければ幸いです。

8面に記載していますが、介護保険制度の見直しもあり、地域との関係機関、区役所が連携した仕組みが求められています。介護のみならず、医療との連携で、住みなれた自宅で、最後まで自分らしく、尊厳を持って、暮らす方法が提唱されています。もちろん家族の負担も少なく。ぜひ29日には、区民ホールにお越しください。

蒸し暑い季節となり、冷房温度を省エネの28℃に設定しており、区職員は、クールビズで執務に従事しております、ご理解をよろしく願います。庁舎内の会議に、ご参加の皆様も、同様のスタイルでのご出席にご協力ください。

広告掲載枠