

情報板

各種催し・講座など

詳しくは、各施設へお問い合わせください。
無料・申し込み不要の場合は省略しています。



第14回図書館フェスティバル 「えほんがいっぱい おはなしいっぱい」

日時 11/5(土)、14:00～15:00 **対象** 幼児以上

おたのしみ会

ぴよんぴよん: **日時** 10/19、11/2・16・30の水曜日、
15:30～16:00 **対象** 幼児・児童

ぴよぴよ: **日時** 10/26、11/9・23(祝)の水曜日、
11:00～11:30 **対象** 乳幼児

あっぷるパイのはっぴータイム

日時 11/2(水)、11:00～11:30

対象 乳幼児とその保護者

場所 **問合せ** 東淀川図書館(東淡路1-4-53)
☎6323-5476

七色の煌めきハッピーストラップ

日時 11/10・17の木曜日、14:00～16:00

対象 どなたでも(初心者向け)

定員 20名(多数抽選) **費用** 800円

申込み 往復はがきに、住所・氏名・電話番号を記入の
うえ、「ハッピーストラップ係」へ10/27(木)
消印有効で申し込み。返信用はがきを持参
のうえ、直接来館での申し込みも可。

パソコン講習会 年賀状作成 (WindowsVista)

日時 ①11/19(土)・②11/20(日)・③11/26(土)、
13:00～16:00

対象 マウス操作(クリック・ドラッグなど)・ロー
マ字入力ができる方。

定員 各9名(多数抽選) **費用** 1,000円(教材費含む)

申込み 往復はがきに、講習会名・希望する日程(①
～③のいずれかを選択)・住所・氏名・電話番
号を記入のうえ、11/2(水)消印有効で申し
込み。返信用はがきを持参のうえ、直接来
館での申し込みも可。

場所 **問合せ** 区民会館(〒533-0023 東淡路1-4-53)
☎6379-0700

学ぶ気持ち応援プロジェクト 「よどがわの魅力発見！水辺の生き物講座」

現在の淀川は、50年以上前と変わらないほど、きれ
いな水質に戻っています。今ではほとんど見られ
なくなった、国の天然記念物のイタセンパラやアユ
モドキなども琵琶湖・淀川水系の魚たちです。身近
な淀川に住む生き物について学んでみませんか。

日時 11/15(火)、19:00～20:30

場所 水道記念館(柴島1-3-1)

対象 どなたでも **定員** 40名(多数抽選)

申込み 往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年
齢・電話番号を記入のうえ、「〒533-8501
東淀川区役所 水辺の生き物講座(M)係」
へ10/31(月)必着で申し込み。区ホーム
ページからの申し込みも可。

問合せ 学ぶ気持ち応援プロジェクト
(区役所市民協働課[市民活動支援]内)
☎4809-9824

健康づくり教室「狭心症について」

健康づくり区民
会議参画事業

狭心症の一般的な検査や治療法、
生活上の注意点についてお話しします。

日時 11/9(水)、14:00～15:30

場所 区医師会館(豊新2-3-7)

定員 30名(先着順)

申込み 電話で、区医師会(☎6320-2226)へ申し込み。

問合せ 区健康づくり区民会議
(区役所保健福祉課[健康づくり]内)
☎4809-9882



大人の食育講座「生活習慣病予防のため の食生活～脂肪のとり方に注意～」

脂肪は体にとって必要なものですが、とり過ぎる
と生活習慣病の原因にもなります。上手なとり方
を考えてみましょう。講話と調理実習をします。

日時 11/2(水)、10:00～13:00

定員 24名(先着順) **費用** 500円(材料費)

申込み 電話で、10/25(火)までに申し込み。

場所 **問合せ** 区役所保健福祉課(健康づくり)
☎4809-9882

働き盛りのための食生活講座

「あなたの食卓大丈夫？ ～はじめよう！健康づくり～」(全3回)

回	日 程	内 容
1	11/11(金)	野菜をもう1皿プラスしよう
2	11/18(金)	めざせ！骨量UP!!
3	11/25(金)	今日からできるおいしい減塩のコツ☆

時間 18:30～20:30

場所 北区保健福祉センター(北区扇町2-1-27)

対象 市内在住・在勤の方

定員 40名(多数抽選) **費用** 1,500円(材料費)

申込み 電話・ファックスで、11/1(火)までに申し込み。

問合せ 市保健所管理課(健康栄養)
☎6647-0662 ☎6647-0803

家族介護支援事業 知っておきたい講座 「住みなれた地域でくらし続けるための 自分らしい老い支度」(全2回)

回	日 時	テーマ
1	11/26(土) 13:30～15:30	あなたの老後を守るために①年金編 ～成年後見制度と悪質商法～
2	12/3(土) 13:30～15:30	あなたの老後を守るために②介護編 ～認知症と介護～

※1回のみの受講も可能。※手話通訳あり。

※講義と座談会があります。

対象 介護をされている方、介護に興味がある方

定員 50名(多数抽選)

申込み 電話・ファックスで、11/18(金)までに申し込み。

場所 **問合せ** 区地域包括支援センター
(区在宅サービスセンター「ほほえみ」内
菅原4-4-37)
☎6370-7190 ☎6370-7114

「ひとり・ふたり・みどり号」による 花と緑の講習会・相談会

講習会の内容は、「秋植え球根の植えつけ方」につ
いてです。

日時 11/15(火)、14:00～16:00

場所 北江口中央公園(北江口2-1)

問合せ 十三公園事務所 ☎6309-0008

日曜法律相談

日時 10/23(日)、10:00～13:00

場所 北区役所(北区扇町2-1-27)
鶴見区役所(鶴見区横堤5-4-19)
住之江区役所(住之江区御崎3-1-17)

定員 各16名(先着順)

申込み 電話で、10/20(木)・21(金)の9:30～12:00
に申し込み。予約専用電話は☎6208-8805

ナイター法律相談

日時 11/10(木)、18:00～21:00
(受け付けは20:00まで)

場所 中央区民センター(中央区久太郎町1-2-27)

定員 40名(当日先着順)

問合せ 大阪市総合コールセンター ☎4301-7285

年金移動相談所

国民年金・厚生年金保険などの相談に応じま
す。年金手帳・職歴メモなどを持参されま
すと、より詳しく説明できます。

日時 11/11(金)、10:00～16:00

場所 304会議室(区役所3階)

問合せ 淀川年金事務所 ☎6305-1881

行政相談委員にご相談を

10/17(月)～23(日)は行政相談週間です

行政相談委員は、国の行政についての相談役
です。国の行政について、分からないこと、
困っていることなどがありましたら、気軽に
相談してください。毎月第1月曜日に、区役
所で定例相談を行っています。

問合せ 区役所総務課(広聴) ☎4809-9683

全国一斉「女性の人権ホットライン」

夫・パートナーからの暴力、職場などにおける
セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為
など、女性をめぐる人権問題について、人権
擁護委員・法務局職員が相談に応じます。

日時 11/14(月)～18(金)、8:30～19:00
11/19(土)・20(日)、10:00～17:00

電話番号 ☎0570-070-810(女性の人権ホットライン)
上記の日時以外にも相談を受け付けています。

詳しくは、お問い合わせください。

問合せ 市民局人権室 ☎6208-7619

区民ギャラリー **問合せ** 区民会館 (区役所1階) ☎6379-0700

10月 中学生絵画写真コンクール作品展・
アトリエミームの皆さんの
トールペインティング

11月 池田愛子パッチワークキルト教室展

移動図書館 まちかど号

問合せ 市立中央図書館自動車文庫 ☎6539-3305

毎月1回、区内12カ所の巡回場所をまわっていま
す。詳しくは、自動車文庫のホームページ([http://
www.oml.city.osaka.jp/info/30bm/index.
html](http://www.oml.city.osaka.jp/info/30bm/index.html))をご覧ください。

広告掲載枠