日ごろから実践！アンチエイジング ～健康体操とストレッチで体を整える～

将来の自分のために運動習慣をプラスしてみませんか？医誠会病院の健康運動指導士が運動のポイントをお話します。

日時 1/11(土) 14:00～15:30
対象 女性　定員 30名(多数抽選)
費用 無料(保育料のみ有料)
一時保育 あり(6ヶ月～1歳未満/800円、1歳～就学前/500円)事前申込要
申込み ホームページ・ファックス・電話・はがきで、住所・氏名・年齢・電話番号かファックス番号を連絡または記入のうえ、12/28(土)までに申し込み。

場所 クレオ大阪北
問合せ (〒533-0023　東淡路1-4-21)
☎6320-6300　FAX6320-7575

区民ギャラリー（区役所1階）

問合せ 区役所市民協働課 ☎4809-9734

区民ギャラリーの一部を1階待合ロビーへ移設しました。

12月 今井　稔　写真
1月 デイサービスセンター　こすも 貼り絵

移動図書館 まちかど号

問合せ 中央図書館自動車文庫　☎6539-3305

移動図書館まちかど号巡回日

場　所	日　時
小松福祉会館前	12/3(火)・1/7(火) 14:00～14:45
市営大桐住宅1号館と3号館の間	12/7(土)13:15～14:10
フローラ瑞光集会所	12/11(水)14:20～15:15
豊里小学校北門	12/12(木)10:25～11:30
市営北江口第2住宅8号館第4集会所むつみ会館	12/14(土)14:00～15:10
市営井高野第5住宅20号館前集会所	12/21(土)13:05～13:50
ウェルピア井高野コミュニティー棟横	12/21(土)14:15～15:05
市営上新庄住宅内三角公園	12/24(火)10:20～11:00
市営井高野住宅2号棟と3号棟の間	12/25(水)10:30～11:25
豊北公園	12/26(木)10:25～11:05
淀川教会	12/26(木)12:50～13:30
オリーブハイツ相川集会所	12/26(木)13:50～14:30

12月9日(月)は東淀川区「見まもるデー」

地域の子どもは地域で守り、子どもが安心して暮らせるまちづくりを推進しましょう

◇◇◇◇ 還付金詐欺に注意！ ◇◇◇◇

区役所や年金事務所の職員を装って、保険料や医療費の還付金があると偽り、フリーダイヤルへの電話を促したり、ATMに行くよう指示する不審電話が多発しています。その場で対応せず、区役所にご確認ください。

問合せ 区役所窓口サービス課 1階6番 ☎4809-9856

反射材 あなたを守る プロテクター

年末の交通事故防止運動
12月1日(日)～31日(火)

健康づくり教室

健康づくり区民会議参画事業

がん対策セミナー「大腸がんを考える」

無料

近年増加している大腸がんの早期発見の重要性や最新の治療方法、早期社会復帰のためのリハビリテーション法などをお話します。

日　時 12月13日(金) 14時～16時
場　所 区医師会館　3階講堂(豊新2-3-7)
定　員 30名(先着順)
申込み 事前に電話で区医師会(電話6320−2226)へ申し込み。
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

飲酒運転撲滅(ぼくめつ)宣言区 東淀川 年末の安全運転講習会

無　料
申込み不要

毎年の春と秋の交通安全運動直前に開催している運転者講習会を、年末にも開催します。飲酒の機会が増える年末年始、講習会を通じて飲酒運転の撲滅にご協力を!

日　時 12月17日(火) 19時～20時(受付18時30分～)
場　所 区民ホール(区役所3階)
※「交通安全運転講習受講記録カード」をお持ちの方はご持参ください。
問合せ 区役所市民協働課　1階9番　☎4809-9915
東淀川警察署交通課　☎6325-1234

年末の安全運転講習会

年末・年始のごみ収集日

収集曜日が普段と変わる場合は、赤字で収集日を表示しています。なお、収集時間帯も普段と変わる場合がありますので、12月29日(日)～1月6日(月)の間は、必ず**収集日の朝9時まで**にごみを出してください。1月7日(火)から通常の収集曜日に戻ります。

	通　常	年　末	年　始
普通ごみ	月・木	12/26(木)・12/29(日)	1/4(土)・1/9(木)
	火・金	12/27(金)・12/30(月)	1/5(日)・1/7(火)
	水・土	12/28(土)・12/31(火)	1/6(月)・1/8(水)
資源ごみ	月	12/23(月)・12/30(月)	1/6(月)・1/13(月)
	火	12/24(火)・12/31(火)	1/7(火)・1/14(火)
	水	12/25(水)・12/31(火)	1/8(水)・1/15(水)
容器包装プラスチック	木	12/26(木)・12/29(日)	1/9(木)・1/16(木)
	金	12/20(金)・12/27(金)	1/5(日)・1/10(金)
	土	12/21(土)・12/28(土)	1/4(土)・1/11(土)
古紙・衣類	第1・3水	12/29(日)	1/15(水)
	第1・3木	12/30(月)	1/16(木)
	第1・3金	12/31(火)	1/17(金)

問合せ 東北環境事業センター　☎6323-3511

■ 紙パック・使用済み乾電池・蛍光灯管・使用済み小型家電などの回収受付

東北環境事業センターでの回収受付は12月27日(金)まで、年始は1月4日(土)から行います。

■ 粗大ごみ収集の申し込み受付

ご家庭の電話から ☎0120-79-0053
携帯電話から　☎06-6377-5750
受付日 月～土　9時～17時
※祝日も受け付けしています。
※12月26日(木)までに申し込まれた粗大ごみは12月中に収集します。申し込み状況により、12月に収集できない場合がありますので、早めにお申し込みください。
※12月29日(日)～1月3日(金)の間は、受け付けをお休みします。
※1辺または直径が30cmを超えるものは、普通ごみでは収集できませんので粗大ごみ収集受付センターへお問い合わせください。

年末・年始の緊急連絡先

- 火事・救急(緊急時) …… ☎119
- 警察 …… ☎110
- 水道(漏水修繕)
  緊急受付窓口 … ☎0570-06-4132
  12/29(日)・30(月)は水道局お客さまセンター …… ☎6458-1132
- 電気
  関西電力北摂営業所
  …… ☎0800-777-8015
- ガスもれ専用電話
  大阪ガス… ☎0120-0-19424(いくよ24時間)
- 救急安心センターおおさか
  救急医療相談・救急病院案内
  ☎#7119　または
  ☎6582-7119
- 大阪府救急医療情報センター
  医療機関案内
  ☎6693-1199

広告掲載枠