




健康掲示板 保健企画 2階22番 ☎06-4809-9882

結核健診 無料 予約不要

日時 4月21日(月) 10:00~11:00
場所 保健福祉センター(区役所 2階)
対象 市内在住で15歳以上の方

各種がん検診 要予約

スマートフォンなどを利用した行政オンラインシステムからでも集団検診の予約が可能です。オンラインでの予約には事前に登録が必要です。



詳しくはこちら


犬・猫を正しく飼う運動強調月間です!

大阪市では毎年4月と10月を「犬・猫を正しく飼う運動」強調月間とし、適正飼養の啓発を実施しています。ペットの飼い主の皆さんに守っていただきたいことがあります。

- 飼い主がわかるよう名札やマイクログリップを付けるなど、所有者明示を行いましょ。
- 飼い犬は登録し、年に一度、狂犬病予防注射を受けさせましょ。
- 飼い犬の放し飼いはやめ、飼い猫は室内で飼いましょ。
- トイレトレーニングを心がけ、糞や尿の後始末は飼い主が責任を持って行いましょ。
- 無理な多頭飼育に陥らないためにも、不妊去勢手術をしましょ。
- あなたに万が一のことがあった場合に備え、代わりにお世話をしてくれる方を見つけておきましょ。

これらのことを守り、愛情と責任をもってペットが寿命を全うするまで大切に飼いましょ。

☎生活環境 2階23番 ☎06-4809-9973



健康づくり教室 無料 要申込

胃腸の病気の診断・治療に欠かすことができない内視鏡検査について、具体的な方法や最新の技術について、これまで検査を受けたことがない方にもわかりやすくお話しします。

日時 4月10日(木) 14:00~
場所 東淀川区医師会館 3階講堂(豊新2-3-7)
演題 「内視鏡検査ってどんなもの?」
定員 30名(先着順)(マスク着用)
申込 区医師会まで電話にて

☎・申 東淀川区医師会 ☎06-6320-2226

安全まちづくり

春の交通安全運動
~一般運転講習会日程~



令和7年春の全国交通安全運動は4月6日(日)~15日(火)です。それに合わせて、一般講習会を実施します。

講習日時		講習会場
4月 8日(火)	[受付]	井高野小学校(井高野1-28-17)
4月 9日(水)	18:00	豊新小学校(豊新4-17-26)
4月10日(木)	[講習]	菅原小学校(菅原6-3-25)
4月11日(金)	18:30~	啓発小学校(東中島4-8-38)
4月14日(月)	19:30	大隅西小学校(大隅2-3-18)

当日は「交通安全運転講習受講等記録カード」を持参してください。
※カードをお持ちでない方は1枚20円で販売します。
☎安全まちづくり 1階8番 ☎06-4809-9819
東淀川警察署 交通課 ☎06-6325-1234


施設からのお知らせ

東北環境事業センター
☎06-6323-3511

「プラスチック資源」収集を開始します

大阪市では令和7年4月から、「容器包装プラスチック」と「製品プラスチック(100%プラスチック素材でできている製品)」と一緒に「プラスチック資源」として収集します。最大の辺または径が30cm以内のものが対象です。(最大の辺または径が30cmを超えるものは、粗大ごみとなります。)

「プラスチック資源」の収集日及び収集時間帯は、これまでの「容器包装プラスチック」と同じです。中身の見えるごみ袋にまとめて入れてお出してください。




プラスチック資源の一括収集を開始します

東淀川区民会館
☎06-6379-0700(東淡路1-4-53)

ひがフェス 申込不要

東淀川複合施設及び隣接する総合福祉施設メゾンリベルテとの合同イベントです。

日時 5月18日(日) 10:00~16:00 

内容

- 〈1階屋内プール〉子ども・大人水泳教室、プール小物(キャップ・ゴーグルなど)販売会、フォトスポットで写真を撮ろう!
- 〈2階トレーニングジム〉ジム見学会、体力測定会、スタジオ映像レッスン開催など
- 〈3階図書館〉絵本展、絵本の読み聞かせ
- 〈4階区民会館〉「お譲り会~残り物には福がある~」、子ども向け模擬店など
- 〈メゾンリベルテ〉介護相談会、喫茶(コーヒー販売)、がらくた市(中古のおもちゃ販売)、野菜や和紙の販売など
- 〈メゾンリベルテ内 東淡路地域交流センターのステージ〉子どもダンス発表会(ヒップホップ・チアダンス)、脳トレレクリエーションなど

(内容が変更になる場合もあります。)
※東淀川区住みます芸人「福人」もイベントを盛り上げてくれます。
※スタンプラリー&来場アンケートで景品GET!
※キッチンカーも準備しています!

東淀川図書館
☎06-6323-5476(東淡路1-4-53 3階)

おたのしみ会「ぴよんぴよん」 無料

日時 4月5日(土) 14:00~14:30
場所 東淀川図書館 多目的室
対象 幼児・児童とその保護者 定員 20名(先着順)

令和7年度子ども読書の日記念事業
「とことこ」のかみしばいの時間 無料

日時 4月19日(土) 14:00~15:00
場所 東淀川図書館 多目的室
対象 子どもから大人まで 定員 20名(先着順)

大阪経済大学
☎06-6990-3649(社会連携担当)

心と体の健康と防災セミナー2025 無料 申込不要

日時 4月11日(金) 11:00~12:00
場所 大阪経済大学70周年記念館
内容 「高齢ドライバーの運転事故ゼロをめざして」
講師 大阪経済大学 人間科学部 高井逸史さん

東淀川税務署
☎06-6303-1141(代)

税務署への来署相談は事前予約を

来署によるご相談は「事前予約」をお願いします。電話などでの事前予約の際には、氏名・連絡先・相談内容などをお伺いします。なお、国税に関する一般的な相談は、「電話相談センター」をご利用ください。

【電話での事前予約や電話相談センターの利用方法】

- 1 税務署(☎06-6303-1141)にお電話ください。
- 2 自動音声案内に従い該当する番号を選択してください。

※来署による相談の事前予約は「2番」を選択

保健師の **健康** 一口メモ

元気に楽しく いきいき百歳体操!

年齢を重ねると、関節の痛みによる動きづらさや骨折などにより体力や筋力が落ち、介護が必要になるのは仕方がない、と思っていませんか? いくつかからでも体を動かすことで体力や筋力をつけることができます。

区内でも地域の会館などで百歳体操を実施しています。初めての方でも簡単にできる体操です。一緒に取り組んでみませんか?



百歳体操の効果

- 筋力・体力の向上**
手首や足首におもりをつけて体操を行うことで効果的に鍛えられる
- 転倒予防**
足腰が鍛えられ、転びづらくなる
- 閉じこもり予防**
外出の機会になる

地域のつながりが広がる

- 見守りや助け合いにつながる
- 地域コミュニティの活性化

体操を見学したい、参加したい方、また新しく立ち上げたい場合は、お気軽にご相談ください♪

☎健康相談 2階24番
☎06-4809-9968

百歳体操全編動画はこちら

広告

広告