



お知らせ

高齢者・障がい者の方を対象にふとん丸洗い乾燥サービスを実施します！

対 象 区内在住で寝具を清潔に保つのが困難な65歳以上で要介護状態区分4・5の方、高齢者のみの世帯の方（独居を含む）・重度障がい者のみの世帯の方（独居を含む）

利用枚数 日常使用している寝具でふとん2枚・毛布1枚（合計3枚）まで

料 金 丸洗い乾燥…ふとん200円・毛布80円 乾燥のみ…ふとん100円・毛布50円
回収中のレンタル…ふとん200円・毛布200円

回 収 12月 8日(水)～11日(土) **返 却** 12月15日(水)～18日(土)

申込み 10月18日(月)～29日(金) に来館。

問合せ 平野区社会福祉協議会(にこにこセンター)平野東2-1-30 ☎6795-2525

ママの再チャレンジ応援事業を実施します

各地域にキャリアカウンセラーの資格を持つ「アドバイザー」を派遣し、子育て中の女性がこれからの自分について様々な視点から人生設計をするための講座や、情報提供・情報交換とライフプランニングの場を提供する事業を実施しています。

日 時 11月3日～17日 毎週水曜日 午前10時～正午

場 所 コミュニティプラザ平野（区民センター 長吉戸5-3-58）

保育料金 1日につきこども1名1,000円（事前申込み要）

問合せ 特定非営利活動法人 女性と仕事研究所 ☎6341-3516

あなたのグループ・サークル活動情報を教えてください！

区役所で作成している「グループ・サークル情報ブック」の掲載内容の追加募集を行っています。掲載要件など詳しくはお問い合わせください。（所定の申し込み用紙があります）11月30日(火)締切。

問合せ 市民協働担当②番窓口 ☎4302-9801

新しい国民健康保険証（緑色）をお送りします

10月中に届かない場合や郵便局の保管期間が過ぎた場合、保険証の記載内容の訂正などがありましたら、現在お持ちの保険証、印かん、「郵便物お預かりのお知らせ」（お持ちの方）を持って、保険年金担当⑦番窓口までお申し出ください。

※10月末までに75歳になる方については、後期高齢者医療被保険者証を送付します。

問合せ 保険年金担当⑦番窓口 ☎4302-9956

日曜法律相談を実施します（予約制・無料）

日 時	10月24日(日) 午前10時～午後1時
場 所	平野区役所（背戸口3-8-19） 西淀川区役所（西淀川区御幣島1-2-10） 城東区役所（城東区中央3-4-29）
予約受付	10月21日(木)・22日(金) 午前9時30分～正午 【予約専用電話】☎6208-8805 ※定員(各16名)になり次第受付終了

問合せ 大阪市総合コールセンター ☎4301-7285

手作り年賀状を募集します！

あなたの年賀状で広報ひらの1月号の紙面を飾ってませんか？たくさんの素敵な作品をお待ちしています。採用された方には記念品をプレゼントします。

用 紙 ハガキまたはハガキ大の白地の画用紙またはセント紙

申込み 作品の裏面に住所・氏名（ふりがな）・電話番号を記入し、〒547-8580 市民協働担当「広報ひらの年賀状係」へ。
11月25日(木)必着。※作品は返却いたしません。

問合せ 市民協働担当②番窓口 ☎4302-9683

市・府民税（普通徴収）第3期分の納期限は11月1日(月)です。

問合せ あべの市税事務所 個人市民税担当 ☎4396-2953

区民いけ花展 無料

日時 10月30日(土)・31日(日) 午前10時～午後4時

場所 平野区民ホール（平野南1-2-7）

問合せ 地域振興担当②番窓口 ☎4302-9734

保健福祉センターだより

◆各種検診のお知らせ（先着順）

検診内容・対象・料金など	日 時	会 場	予 約
胃がん(40歳以上80名/500円) 大腸がん(40歳以上80名/300円)	11/18(木) 9:30～10:30	市民交流センターひらの	
胃がん(40歳以上30名/500円) 大腸がん(40歳以上30名/300円) 肺がん(40歳以上30名/無料 ※喀痰(かくたん)検査については400円)	11/ 7(日) 9:30～10:30 手	保健福祉センター	【予約要】
胃がん(40歳以上40名/500円) 大腸がん(40歳以上40名/300円) 肺がん(40歳以上40名/無料 ※喀痰(かくたん)検査については400円)	12/ 1(水) 9:30～10:30	保健福祉センター	
乳がん超音波(30歳代20名/1,000円) 乳がんマンモグラフィ(40歳以上で大正・昭和の奇数年生まれ35名/1,500円) 骨量検査(18歳以上80名/無料)	11/24(水) 9:30～10:30 13:30～14:30	保健福祉センター	
歯科健康相談(無料)	11/ 7(日) 9:30～11:00 手 11/24(水)13:30～15:00 12/ 1(水) 9:30～11:00	保健福祉センター	
結核健診(15歳以上/無料)	11/16(火) 9:30～11:00 11/18(木) 9:30～11:00	喜連小学校 市民交流センターひらの	【予約不要】
特定健診(大阪市国民健康保険・後期高齢者医療制度加入の方) (基本的な健診(血液検査など)/無料 詳細な検査(医師の判定による検査)/600円 肝炎ウイルス検査/1,000円) ☆受診券と国民健康保険証・後期高齢者医療被保険者証が必要です ※その他の医療保険の方は医療保険者からのお知らせをご確認ください	11/ 7(日) 9:30～11:00 手 11/16(火) 9:30～11:00	保健福祉センター 喜連小学校	

※後期高齢者医療被保険者証、高齢受給者証、老人医療（一部負担金相当額等一部助成）医療証をお持ちの方、生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は検診料金が免除されますので証明書を持参してください。
※医療機関でも各種検診を受けることができます。取扱医療機関は保健福祉担当にお問い合わせください。

※ご加入の健康保険や会社などで同等の検診を受ける機会のある方や自覚症状のある方などががん検診の対象にならない場合があります。

手 11/7(日)は手話通訳を設置します。手話通訳が必要な方はハガキがFaxで住所・氏名・生年月日・検診の種類・手話通訳希望と記入してお申し出ください。

平野区こころの健康セミナー「こころの病気、睡眠の病気」

不眠の症状は、うつ病と深い関係があり睡眠は健康を維持するために欠かせません。セミナーに参加し、睡眠についての理解を深めませんか。

日 時 11/11(木) 14:00～16:00

場 所 平野区民ホール（平野南1-2-7）

定 員 100名（先着順）

申込み 11/5(金)までに電話。

問合せ 保健福祉担当⑧番窓口 ☎4302-9968・4302-9882

平野区歯科医師会 区民公開講座 “健康は健口から！”

みんなで作ろう わだしのまち

日時・内容 11/20(土) 13:30～16:30（開場13:00～）

第1部 13:30～「歯と体の健康を守る食生活について」～何をどのように食べたらよいのか～

第2部 15:00～「お母さんがスマートになると、子どもの肥満も虫歯も少なくなるよ!」※当日直接お越しください

場 所 コミュニティプラザ平野（区民センター 長吉戸5-3-58）

問合せ (社)平野区歯科医師会事務局 ☎6701-5881

申込み・問合せ 電話または直接、保健福祉担当⑨番窓口 (☎4302-9882 図6702-4315)へ。

講座・催し

各施設ではこの他にもさまざまな講座・催しを開催しています。詳しくは各施設にお問い合わせください。

保：一時保育あり **抽**：抽選

先：先着順（※いずれも事前に申込み要）

クラフトパーク

〒547-0012 長吉六反1-8-44 ☎4302-9210 図4302-9212

①クラフトのある暮らし展 無料

日 時 10/24(日)～31(日)(10/26を除く) 9:30～17:30(日曜日は～17:00)
※作品の限定販売をします。(先着順)

クラフトパークフェスタ2010

日 時 10/24(日) 9:30～17:00

内 容 ●ミニコンサート(当日先着順)(無料)
●体験教室(追加受付) **先**
キルンワーク・ステンドグラス・織物・木工・金工・サンドブラスト
●特別体験教室(当日先着順)
陶芸・染色・バーナーワーク

料 金 200円～3,500円
※内容により開催時間・対象などが異なります。詳しくはお問い合わせください。

平野スポーツセンター

〒547-0031 平野南4-6-1 ☎6709-1255 図6709-1026

①各種大人スタジオ教室

日 程 10/29(金)～12/23(祝)

内 容 ヨガなど

対 象 16歳以上

料 金 3,200円～（施設利用料別）
※コースにより開催日時・対象などが異なります。

市民交流センターひらの

〒547-0042 平野市町3-8-22 ☎6792-2007 図6792-5743

①みんなで楽しむうたとピアノのコンサート 無料

日 時 11/3(祝) 14:00～15:30

内 容 なつかしい童謡中心のコンサート
こどもから高齢の方まで楽しめます

定 員 200名 **抽**

締切日 10/27(水) ※ハガキ1枚につき5名まで

②てづくりみそ講習会 保

日 時 11/19(金) ・14:00～16:00
・18:00～20:00

料 金 2,500円(4kg)・4,500円(8kg)・2,300円(白みそ4kg)

保育料金 こども1人200円

締切日 11/12(金)

③ファミリーシアター きずだらけのりんご 第2部 本当の自分でいようよ～クイズとゲームを楽しもう～ 無料 保

日 時 11/27(土) 14:00～15:30

対象・定員 小学生と保護者150名 **抽**

保育対象 1歳～就学前のこども(事前申込み要)

締切日 11/17(水)

共 催 大阪市教育委員会事務局生涯学習担当

申込み ①～③往復ハガキに講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入。各締切日必着。

平野図書館

〒547-0043 平野東1-8-2 ☎6793-0881 図6791-5038

①はがき絵講座

日 時 11/6(土) 10:10～12:00

定 員 20名 **料 金** 1,000円(材料費)

申込み 10月5日(火)午前10時より電話または来館。

②あそび工房 無料

日 時 11/13(土) 14:00～15:00

内 容 ガチャコロボを作ります

定 員 20名 **先**

申込み 当日13:00より整理券配布。

人権啓発映画の集い『おとうと』 入場無料

キャスト…吉永小百合、笑福亭鶴瓶、蒼井優、加瀬亮 他
※字幕スーパーあり ※車での来場はご遠慮ください。

日 時 11月13日(土)午後1時30分～(午後1時開場)

場 所 市民交流センターひらの(平野市町3-8-22)

定 員 300名(当日先着順)

問合せ 市民協働担当②番窓口 ☎4302-9801

平野区民ホール

〒547-0031 平野南1-2-7 ☎6790-4000 図6790-4001
✉hirano-hall@sunny.ocn.ne.jp

①“アロマde健康シリーズ”

日時・内容 ・10/21(木) 10:00～11:30
デトックス(体内浄化)とアロマ
・11/18(木) 10:00～11:30
ハーブティーを楽しもう

定 員 各30名 **先**

料 金 各1,500円

②ニットカフェ

日 時 10/23、11/13・20(土) 10:00～12:00

定 員 各10名(当日先着順)

料 金 各500円

③木目込み人形を作ろう！～来年の干支を作る～

日 時 11/18～12/16 毎週木曜日 10:00～12:00

定 員 20名 **先**

料 金 2,500円(材料費別)

締切日 11/3(祝)

④着付け教室

日 時 11/13～12/18(11/27を除く) 毎週土曜日 13:30～15:30

定 員 10名 **先** **料 金** 2,500円

申込み ①～④料金を添えて来館。

そよ風センター (地域活動支援プラザ平野)

〒547-0042 平野市町3-8-22 ☎6793-5987 図6793-5988

①パソコン教室～年賀状作成～

日 時 10/22・29、11/12・26、12/10・24(金) 10:00～12:00

定 員 12名 **先** **料 金** 13,000円

申込み 電話または来館。

②健康体操 無料

日 時 10/22(金) 13:30～15:00

対象・定員 区内在住60歳以上の方50名(当日先着順)

平野区画整理記念会館

〒546-0012 東住吉区中野2-7-16 ☎6702-0513 図6702-0519

①映画会の催し「ディア・ドクター」 無料

日 時 10/24(日) ・10:00～12:10
・13:30～15:40

定 員 各300名(当日先着順)

②ひらの寄席

日 時 11/11(木) 13:30開演

出演者 桂米輔・桂春香 他3名

定 員 120名(当日先着順)

料 金 500円(木戸銭)

クレオ大阪南

〒547-0026 喜連西6-2-33 ☎6705-1100 図6705-1140

①女性のための健康セミナー6 無料 保
～めざせ冷えないカラダ！
女性の冷え性対策セミナー～

日 時 11/13(土) 14:00～16:00

対象・定員 市内在住・在勤・在学(高校生以上)の女性30名
締切日 11/2(火)

②「十人十色企画ワーク塾」～“企画”が導く“私ならではの”ビジネス、ワーク、ライフ～ 保

日 時 11/6～12/4 毎週土曜日 14:00～16:00

対 象 女性の方20名 **先**

料 金 10,000円

申込み ①②Faxに講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入。または電話・来館。

③クレオ大阪南 おはなし会 無料

日 時 11/12(金) 11:00～11:30

内 容 絵本の読み語り、パネルシアター、手遊びなど

定 員 20組40名(当日先着順)

コミュニティプラザ平野

〒547-0011 長吉戸5-3-58 ☎6704-1200 図6704-1421

①平野区民芸能大会 無料

日 時 11/7(日) 13:00～

内 容 カラオケ・舞踊などの発表会
※先着600名に福引抽選券を配布します。
※車での来場はご遠慮ください。

②第10回区民バドミントン大会

日 時 11/28(日) 9:15～

場 所 平野スポーツセンター(平野南4-6-1)

種 目 男女ダブルス

対 象 区内在住・在勤・在学(高校生以上)の方

料 金 1チーム2,000円

締切日 11/14(日)

申込み コミュニティプラザ平野または区民ホール(平野南1-2-7)へ料金を添えて来館。

③みそづくり講習会

日 時 11/17(水)～20(土) ・10:30～ ・13:30～

定 員 各16名 **先** **料 金** 各2,500円(4kg)

申込み 10/20(水)9:30より料金を添えて来館。
※受付開始時点で定員を超えた場合抽選。

④ひらのミュージックkids

日 時 11/21(日)、12/5(日)・18(土)、1/16(日)・23(日) 10:00～12:00

内 容 プレミュージカルの体験を通して楽しい交流ができる仲間づくり教室

対象・定員 4歳～小学生50名 **先**

料 金 1,000円

申込み ハガキがFaxに講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入。または電話・来館。

平野区役所各種相談のお知らせ 10月・11月

※区役所1階で実施。相談は無料。市内在住の方に限ります。

	日 程	受 付 方 法	問 合 せ
法律相談	10/21(木)28(木)11/4(木)11(木)18(木)25(木)	当日に電話予約受付(9:00～・先着順)	市民協働担当②番窓口 予約 ☎4302-9683
緑化相談	11/10(水)	当日に窓口で受付(14:00～16:00)	南部方面公園事務所 ☎6691-7200
行政相談	10/28(木)、11/25(木)	当日に窓口で受付(13:00～14:00)	市民協働担当②番窓口 ☎4302-9683
就労相談	10/18(月)・25(月)、11/1(月)・8(月)・15(月)・22(月)・29(月)	当日に窓口で受付(13:00～15:30)	大阪市地域就労支援センター ☎0120-939-783 (携帯電話からは☎06-6567-6889)
行政書士相談	11/2(火)	当日に窓口で受付(13:00～15:30)	大阪府行政書士会阿倍野支部 ☎6797-5550
税理士相談	11/9(火)	当日に窓口で受付(13:00～15:30)	近畿税理士会東住吉支部 ☎6703-1800

「ひとり・ふたり・みどり号」緑化講習・緑化相談 無料

日 時 10月26日(火) 午後2時～4時

場 所 平野西公園(平野西3-5 摂陽中学校南側)

内 容 秋植え球根の楽しみ方 ※先着40名の方に花の土を配布します

問合せ 南部方面公園事務所 ☎6691-7200

移動図書館 まちかど号

場 所	日 時
瓜破東第3住宅集会所前(瓜破東2-3)	10/23(土)10:30～11:20
長吉六反第1住宅1号館集会所(長吉六反1-2)	11/11(木)13:00～13:45
長吉長原北住宅第1集会所(長吉長原東1-3)	11/11(木)10:30～11:15
喜連西老人憩の家(喜連西3-3)	10/23(土)13:00～14:00
瓜破西住宅3棟西側(瓜破西1-14)	10/25(月)10:25～11:30
長吉長原住宅集会所(長吉長原4-3)	11/ 6(土)10:30～11:50
喜連東小学校西門(喜連東2-2)	11/ 6(土)13:25～14:00
長吉長原東住宅13号館駐車場(長吉長原東2-7)	11/ 3(祝)10:30～11:10
瓜破東8丁目住宅集会所(瓜破東8-9)	10/25(月)14:20～15:00
長吉長原東第四住宅西集会所(長吉長原東3-9)	10/25(月)13:25～13:55
加美長沢住宅第6集会所(加美北5-9)	11/ 6(土)14:30～15:10

問合せ 市立中央図書館自動車文庫 ☎6539-3305 図6539-3336