

## まちづくり情報

### 第39回平野区民まつり

昨年度は8月31日(土)に行われましたが、本年度は11月1日(土)を予定しております。  
詳しくは、10月号(予定)にてお知らせします。

**問合せ** 平野区民まつり実行委員会  
事務局 ☎6704-1200



### 8月 区民ギャラリー展示案内 区役所1階

**日時** 8月28日(木)～9月10日(水)  
**場所** ロボット工作教室  
**内容** エコペーパークラフト  
ロボット・エコプチケーキ・自然工作等

**問合せ** 平野区民ホール ☎6790-4000



### 地域活動協議会ニュース

長吉出戸地域では、平成14年6月より、長吉出戸小学校家庭科料理教室にて、原則毎月1回「男性の料理教室」を実施しており、平成25年から長吉出戸地域活動協議会の主催事業として行っています。

「男性の料理教室」の開催目的は、男性に料理の楽しさを知っていただくことと、災害時の「炊き出し」にお手伝いいただく方の「養成」の二つの意味が込められています。

会場では、ボランティアの女性の援助を受けながら、調理は男性が中心となって行い、でき上がった料理をみんなで楽しくいただいています。

これからも地域コミュニティを大切に、いざという時のために地域住民を守るための防災の取組みを、平野区役所も支援してまいります。



**問合せ** まちづくり推進室(まちづくり協働)  
②番窓口 ☎4302-9734

## 健康情報

### ひらの・脳ハッスル講座

無料

認知症予防のための脳トレや運動など、必要な知識と技術を身につけ、介護予防活動を周りの人に広げてみませんか?

**日時** 8月25日(月)、9月1日(月)・8日(月)・22日(月)・29日(月)、10月7日(火)・20日(月)・27日(月) [全8回]  
14:00～16:00 ※8回中6回以上参加された方には修了証を交付します

**場所** 区役所2階 集団検診室

**内容** 医師・健康運動指導士・歯科衛生士・栄養士・言語聴覚士・音楽療法士・保健師などによる講話及び、脳トレーニングや運動実習など

**対象・定員** 区内在住の方30名(先着順)

**締切日** 8月15日(金)

**申込み** 電話または来庁

**問合せ** 保健福祉課(保健活動)④番窓口 ☎4302-9968

### うつ病の家族教室

無料

家族の方が、うつ病についての正しい知識を学び、病気を理解し、本人への接し方を考えてみませんか。また、同じ病気を持つ家族の方と語り合ってみませんか。

**日時** 9月17日(水)、10月1日(水)  
14:00～16:00 ※2回連続教室

**場所** 区役所2階 集団検診室

**内容** 【1日目】

精神科医師による講義と家族交流会

【2日目】

臨床心理士による講義と家族交流会

**対象・定員** 市内在住でうつ病と診断された方の家族20名(申込み多数の場合抽選)

**締切日** 9月9日(火)

**申込み** 電話または来庁

**問合せ** 保健福祉課(保健活動)④番窓口 ☎4302-9968



### 健康講座保健栄養コース

地域で食生活を中心とした健康づくりのリーダーを養成するための講座です。

**日時** 8月26日(火)、9月3日(水)・17日(水)、10月1日(水)・15日(水)・22日(水)、11月5日(水)・19日(水)・26日(水) [全9回] 9:30～12:00

**場所** 区役所

**対象・定員** 区内在住の方40名(先着順)

**締切日** 8月6日(水)

**問合せ** 保健福祉課(地域保健)③番窓口 ☎4302-9882



### リフレッシュ&リラックス講習会

**日時** ①ダンベル・リビング健康体操

8月5日～11月25日 毎週火曜日  
※8月12日、9月23日を除く  
10:00～11:30 [全15回]

②ヨーガ

8月6日～11月12日 毎週水曜日  
10:00～12:00 [全15回]

③太極拳

8月6日～11月19日 毎週水曜日  
※10月1日(水)を除く 13:00～14:30 [全15回]

④タヒチ&ハワイアンフラダンス

9月12日～1月16日 毎週金曜日  
※10月10日・24日、11月28日、1月2日(金)を除く 10:00～11:00 [全15回]

**場所** コミュニティプラザ平野(平野区民センター)

**定員** ①60名 ②100名 ③60名 ④60名

**料金** 各コース6,000円

**申込み** 料金を添えて来館 ※③は8月6日(水)、④は9月5日(金)から申込み開始

**問合せ** コミュニティプラザ平野(平野区長吉出戸5-3-58) ☎6704-1200

### ◆各種検診のお知らせ 先着順◆

検診内容・対象・料金等	日時	会場	予約
乳がん超音波(30歳代/1,000円)	9/16(火) 13:30～14:30	区役所2階 検診フロア	予約要
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1,500円) 骨量(18歳以上/無料)			
胃がん(40歳以上/500円) 大腸がん(40歳以上/300円) 肺がん(40歳以上/無料 ※喀痰(かたん)検査については400円)	9/19(金) 9:30～10:30	区役所2階 検診フロア	予約要
歯科健康相談(無料)	8/4(月)・29(金) 9:30～11:00		
結核健診(15歳以上/無料)	8/28(木) 10:00～11:00	加美北 小学校	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) ★受診券と国民健康保険被保険者証・ 後期高齢者医療被保険者証が必要です	8/5(火) 9:30～11:00		

※定員になり次第、受付終了しますので、ご了承ください。

※今年度の検診予約につきましては、平成26年3月3日から募集を開始しているため、各回定員に達し次第、第一次受付を終了している場合もありますが、原則、毎月1日(土日祝の場合は翌開庁日)に翌月分の第二次受付を行いますのでお問い合わせください。

☆今年度の検診日程は、広報ひらの3月号別冊【特集号】または平野区ホームページでご確認ください。

**申込み** 電話または来庁 **問合せ** 保健福祉課(地域保健)③番窓口 ☎4302-9882

### 金婚夫婦・95歳以上の高齢者の方への 祝品・表彰状をお贈りします

次に該当する方は8月11日(月)までに本人またはご家族の方が、各地区社会福祉協議会会長を通じてお申込みください。

●金婚夫婦(昭和38年9月16日～昭和39年9月15日までに結婚された夫婦)・・・表彰状・記念品贈呈

●95歳以上の方(9月15日現在)・・・祝品贈呈

**問合せ** 平野区社会福祉協議会 ☎6795-2525