ご注意　イベントなどに関する情報は８月18日時点のものです。詳しくはホームページ、または各問合せ先へご確認ください。

**9月は高齢者福祉月間です**

高齢者の社会参加意欲を高めることを目的に、毎年9月を高齢者福祉月間と定めています。いつまでも、いきいきと毎日を過ごしましょう。

ウイルスに負けず、心身の健康を維持しフレイルを予防しましょう!

【フレイルとは】

病気ではなくても加齢により筋力や食欲が落ち、心と身体が弱っている状態です。(虚弱状態といいます)

フレイル予防の3本柱

食生活

筋肉量を維持するために肉･魚･卵･大豆製品などのたんぱく質をしっかりとりましょう。美味しく食べるために、お口の健康も大切です。“パタカラ体操”で、食べる時に必要な唇や舌の動きをスムーズにしましょう。

運動

適度な運動を継続して、筋肉量を維持していくことが大切です。筋肉量を増やす筋力運動を行いましょう。自宅でできる運動(体操やスクワットなど)や家事などで座っている時間を減らしましょう。

社会参加

家族や友人との交流が多いと、こころの健康を維持することにもつながります。電話やメール、SNSなどを活用した交流でこころの健康を保ちましょう。

パタカラ体操

｢パタカラ｣と発音する時の唇や舌の動きが食事をする時の動きと同じなのです。ですので、パタカラ体操をすると、食べ物を押し潰したり、丸めたり、飲み込んだりする口の動作がスムーズになります。

｢パタカラ｣｢パタカラ｣｢パタカラ｣の一連を大きな声ではっきりと5回繰り返します。｢パッ･パッ･パッ｣｢タッ･タッ･タッ｣｢カッ･カッ･カッ｣｢ラッ･ラッ･ラッ｣と破裂させるように発音すると効果的ですよ。

●｢パ｣くちびるのトレーニング

●｢タ｣舌前方のトレーニング

●｢カ｣舌後方のトレーニング

●｢ラ｣舌の先をまるめるトレーニング

問合せ　保健福祉課(保健活動)34窓口　電話4302-9968

いきいき脳活だより

脳を活性化することは、認知症予防につながるとされています。平野区では、認知症予防推進事業として｢いきいき脳活｣に取り組んでいます。

｢平野区 いきいき脳活だより 検索｣

認知症ケアパス

平野区の医療と介護等の専門職や地域の団体でつくる連絡会では、｢平野区版 認知症ケアパス｣を配布しています。認知症を発症した時から進行状況に合わせて、いつ、どこで、どのような医療･介護サービスを受けるとよいのか? の参考にご活用ください。

問合せ　保健福祉課(地域福祉)33窓口　電話4302-9857

**北部･南部サービスセンターでは証明書発行業務を行っています**

〈北部サービスセンター〉　電話6791-0446

場所　加美鞍作1-9-3

業務日時　月～金曜日(祝日、12月29日～1月3日を除く) 9:30～16:15

〈南部サービスセンター〉　電話6709-1201

場所　長吉出戸5-3-58コミュニティプラザ平野(区民センター)2階

業務日時　月～金曜日(祝日、12月29日～1月3日を除く) 9:30～16:15

**中学生のための公立高等学校合同進学説明会**

無料　申込不要

日時　9月4日(土)10:30～15:00場所　平野区民ホール 平野南1-2-7内容　平野区近隣の公立高等学校が個別に学校説明を行い、皆さんのご質問等にお答えします。参加校　東住吉高校･東住吉総合高校･長吉高校･平野高校･大阪わかば高校、藤井寺高校、松原高校、布施高校。※その他、資料提供のみの高校もあります。対象･定員　区内在住の中学生と保護者※マスクの着用や入場制限など感染症対策へのご協力をお願いします。申込　不要※公共交通機関をご利用ください。問合せ

東住吉総合高等学校　電話6702-1231

政策推進課23番窓口　電話4302-9903

**令和4年度に小学校･中学校に入学するお子様の保護者の皆様へ**

　学校選択制の概要や各学校を紹介した｢学校案内･希望調査票｣をご家庭へ送付しています。お住まいの通学区域の学校や指定学校外への就学(国立･私立等)を希望されるお子様についても、全員｢学校選択制希望調査票｣の提出が必要です。希望調査票締切日　10月29日(金)対象　令和4年4月に、小学校または中学校に入学を予定されている平野区在住の方●小学校　隣接区域選択制　住所地により指定されている通学区域の小学校及びその通学区域の小学校に隣接する通学区域(平野区内)の小学校の中から希望選択●中学校　自由選択制

　通学区域の中学校を含む平野区内の全中学校(11校)の中から希望選択

問合せ

政策推進課(こども教育)23番窓口　電話4302-9903

住民情報課(就学担当)16番窓口　電話4302-9798

**社会生活基本調査にご協力ください**

　総務省統計局(大阪府)では、社会生活基本調査を実施します(10月20日現在)。この調査は、わたしたちが1日のうちどのくらいの時間を仕事、家事、地域での活動などに費やしているかや、過去1年間の自由時間にどのような活動を行ったかについて調査し、仕事と生活の調和(ワーク･ライフ･バランス)の推進、少子高齢化対策などの政策に必要な基礎資料を得ることを目的として実施します。　9月上旬頃に、調査員が調査対象となる地域の全世帯を訪問してリーフレットを配布し、10月上旬から中旬にかけて、調査書類をお配りします。回答は、パソコンやスマートフォン等を使ってインターネットで回答することもできます。

　調査の趣旨をご理解いただき、ご回答をお願いいたします。

問合せ　総務課(統計調査)51番窓口　電話4302-9625

**平野区 小学生･中学生 英語スピーチコンテスト2021**

要申込　無料

　毎年開催している英語スピーチコンテスト、昨年から動画応募により開催しています。今年は中学生に限り課題英文に加えてオリジナル英文(220文字以内)の暗唱も可能とする予定です。

　申込及びオリジナル英文の提出は10月1日(金)～8日(金)を予定しています。申込方法等の詳細は、10月号をご覧ください。

対象　区内在住･在学の小学1年生～中学3年生

監修　常磐会学園大学 国際こども教育学部教授アレックスM．林 先生

問合せ　政策推進課(こども教育)23番窓口　電話4302-9903

**平野屋内プール休館のお知らせ**

　天井改修に伴い、10月1日から令和4年3月31日まで休館します。ご理解のほどよろしくお願いいたします。トレーニング場は利用できます。

問合せ　経済戦略局スポーツ施設担当　電話6469-3869

**BCG予防接種**

無料　予約不要

日時　9月8日(水)14:00～15:00(12時より整理券配布)場所　区役所2階 検診フロア対象　12か月未満のお子さま　※標準的な接種期間は生後5～8か月です。持物　｢母子健康手帳｣と｢予防接種手帳｣(BCGの質問票を記入して来てください)　新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、密になるのを避けるため、接種対象者(お子様)と保護者1名での来所をお願いします。やむを得ず付き添いの方が来られる場合は、接種会場と別の場所でお待ちいただくようお願いします。問合せ　保健福祉課(地域保健)32番窓口　電話4302-9882

**保育所等の入所受付**

　令和4年4月から保育所･認定こども園(保育部分)･小規模保育施設への入所を希望されるお子さまの申込み受付をします。すでに入所申込みを行い、現在待機中の方も改めて申込みをお願いします。【申込書配布】日時　9月6日(月)から場所　｢第1希望｣の保育所･認定こども園(保育部分)･小規模保育施設※申込書は大阪市のホームページからもダウンロードできます。　募集予定人数は9月10日(金)に公表予定【受付予約】9月10日(金)9:00開始予定●混雑緩和のため、事前に大阪市行政オンラインシステムにより受付日の予約を行ってください。●予約方法については、申込書資料及び平野区ホームページを参照してください。●できるだけ第1希望施設の受付日を予約し、お越しください。●予約のない場合は、長時間お待ちいただくこともあります。【申込書受付】日時　10月1日(金)～10月15日(金)　※土日祝日除く場所　平野区役所内会議室※受付時に面接も行いますので、必ず入所を希望されるお子さまをお連れください。※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、申込書は事前に記入した状態でお持ちください。申込書に未記入欄が多い方は、当日の受付をいたしかねる場合があります。※幼稚園及び認定こども園(幼稚園部分)の申込み等は、各園に直接お問い合わせください。■入所の基準等●保護者のいずれもが就労や疾病等により児童の保育ができない場合●障がい児などで集団保育が必要と認められる場合※各保育施設には｢定員｣、｢0歳児には月齢｣の制限があります。※歳児クラスによっては、新規入所枠がない可能性がありますので、10月27日(水)ごろにこども青少年局のホームページに公表予定の申込状況を必ず確認してください。※希望する保育施設については、事前に当該施設に連絡をしていただき、必ずお子さまとともに見学に行ってください。

問合せ　保健福祉課(地域福祉)33番窓口　電話4302-9857

**あなたのとなりに 地域福祉活動コーディネーター｢ご相談はこちら｣**

　地域福祉活動コーディネーターは、皆さんの相談に寄り添い、つなぎ、見守る活動を続けながら、地域のつながり･支えあいを考え、さまざまな関係機関などと連携強化に努めています。どんな小さな事でも“お気づき”や“お困りごと”があればお気軽にご相談ください。

問合せ　平野区社会福祉協議会　電話6795-2525

**おもちゃ病院見学会**

要申込　無料

　おもちゃを修理するところを見学します。ドライバーの体験もできます。

日時　9月11日(土)10:00～11:30

場所　平野区子ども･子育てプラザ3階)軽運動室

対象･定員　乳幼児と保護者、小学生20人(先着順)

持物　修理してほしいおもちゃがある人は持参

申込　電話または来館

問合せ　平野区子ども･子育てプラザ(瓜破3-3-64)　電話6707-0900

**性犯罪被害相談電話ハートさん＃8103**

　あなたの心に寄り添いたい　あなたの声をしっかり受け止めます

　この番号にダイヤルしていただくと、発信場所を管轄する都道府県警察の性犯罪被害相談電話につながります。緊急を要する場合は、110番通報をお願いします。相談される方の電話の種類によっては、つながらない場合があります(一部のIP電話等)。

問合せ　平野警察署(喜連西6-2-51)　電話6769-1234

**9月5日～9月11日は救急医療週間です!**

あなたの大切な人が、目の前で倒れたら…

あなたは何ができますか?

いざそのときに備えて…

是非アクセスして体験してみてください!

｢ボジョレーの救急ノート　検索｣

問合せ　平野消防署(予防担当)(平野南1-2-9)　電話6790-0119

**大阪市国保加入者のみなさまへ 特定健診を受けましょう!**

　大阪市国保では、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の発症や重症化を予防するために無料で受診できる特定健診を実施しています。対象の方には、緑色の封筒で｢受診券｣を送付していますので、早めに受診しましょう。また、｢特定健診｣のほか｢1日人間ドック｣や｢健康づくり支援事業｣を実施しています。詳しくは｢受診券｣に同封しています｢国保健診ガイド｣(各区役所の窓口でも配付しています)、または大阪市ホームページをご覧ください。問合せ　保険年金課(保険)17番窓口　電話4302-9956

**令和3年度 大阪市生活援助サービス従事者研修の受講者を募集します**

　大阪市では、要支援者に対する介護保険の訪問サービスのひとつとして、研修修了者が生活援助サービス(掃除･洗濯･買物･調理等)を提供する｢生活援助型訪問サービス｣を実施しており、その｢生活援助型訪問サービス｣の従事者を養成するための研修を開催しています。この業務に従事するためには、2日間の研修(無料)を修了いただく必要があります。詳細については大阪市ホームページまたはお問い合わせください。

問合せ　未来ケアカレッジ　フリーダイヤル0120-16-8351

**赤い羽根共同募金にご協力をお願いいたします。**

街頭募金の実施予定及び募金ボランティアの募集　今年もコロナウイルス感染対策を徹底し10月1日より赤い羽根募金運動を行います。集まった募金は、社会福祉協議会、社会福祉施設･団体等が行うさまざまな活動や被災地支援などに役立てられます。気軽にできる社会貢献活動の一つとして、多くの方のご関心とご協力をお願いいたします。　同時に街頭募金活動をお手伝いいただくボランティアも募集しています。ご希望の方は事務局までお問合せください。日時　募金活動場所●10月1日(金)

8:00～9:00 大阪メトロ平野駅周辺、

10:00～12:00 イオンタウン平野周辺、

17:30～18:30 JR加美･新加美駅周辺

●10月2日(土)

10:00～12:00 大阪メトロ喜連瓜破駅周辺、

10:00～12:00 大阪メトロ出戸駅周辺

問合せ　平野地区募金会事務局(にこにこセンター内 平野東2-1-30)　電話6795-2525

**人権擁護委員による特設人権相談所**

　城東区役所、東住吉区役所にて、人権擁護委員による特設人権相談所を開設します。

(当区での開催はありませんが、当区の方もご相談いただけます。)

日時　9月17日(金)13:30～16:00

問合せ　大阪第一人権擁護委員協議会　電話6942-1489　ファックス6943-7406

**粗大ごみの申し込み方法について**

　家庭の日常生活から出されるごみで、最大の辺、又は径が30センチメートルを超えるもの、あるいは棒状で1メートルを超えるもの、家庭の引越しや大掃除等で一時的に多量に出されるごみについては有料で収集します。　粗大ごみ収集受付センターへお申込みください。月曜日～土曜日(祝日も受付)、9:00～17:00●固定電話　フリーダイヤル0120-79-0053●携帯電話･スマートフォン　電話0570-07-0053(通話料金が必要)●インターネットからは、24時間、365日お申込み可能

ホームページhttps://s-kantan.com/kankyo-osaka-u/

問合せ　東南環境事業センター(瓜破南1-3-40)　電話6700-1750　ファックス6706-2007

**えほん展 ～としょかんのえほんがクラフトパークへやってくる～**

無料

　図書館の絵本をたくさん展示し、大人もこどもも楽しめます。11:00～11:30にはキッズシアターかみふうせんのおたのしみ会もあります。日時　9月25日(土)10:30～14:30※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止または延期される場合があります。場所　クラフトパーク定員　おたのしみ会50名、えほん展100名(いずれも事前申込要、先着順)※えほん展は混雑状況により入場を制限する場合があります。申込　クラフトパークへ電話または来館共催　平野区役所･クラフトパーク･平野図書館

問合せ　クラフトパーク(長吉六反1-8-44)　電話4302-9210

**各種相談お知らせ　9･10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。

相談名　法律相談

日程　9月2日、9日、16日、30日、10月7日、14日、21日、28日(木)

受付方法　当日に電話予約受付(9:00～･先着順)　相談時間13:00～17:00

問合せ　政策推進課23番窓口　予約電話4302-9683

※できるだけ多くの方に法律相談をご利用いただくため、同一･同種の案件について、反復的･継続的に法律相談をご利用になることは、お控えいただきますよう、お願い致します

相談名　相続登記･後見借金問題相談

日程　9月10日、10月8日(金)

受付方法　当日1階窓口で受付(13:00～15:30)

問合せ　大阪司法書士会阪南支部　電話6628-7133　予約不要

相談名　相続遺言帰化相談

日程　9月7日、10月5日(火)

受付方法　当日1階窓口で受付(13:00～15:00)　受付は14:45まで

問合せ　大阪府行政書士会阿倍野支部　電話6777-4208　予約不要

相談名　税理士相談

日程　9月14日、10月12日(火)

受付方法　当日1階窓口で受付(13:00～15:30)

問合せ　近畿税理士会東住吉支部　電話6703-1800　予約不要

相談名　行政相談

日程　9月8日、10月13日(水)

受付方法　当日1階窓口で受付(13:00～14:00)

問合せ　政策推進課23番窓口　電話4302-9683　予約不要

相談名　花と緑の相談

日程　9月17日、10月15日(金)

受付方法　当日1階窓口で受付(14:00～15:30)

問合せ　長居公園事務所　電話6691-7200　予約不要

相談名　不動産相談

日程　9月3日、10月1日(金)

受付方法　当日1階窓口で受付(13:00～16:00)

問合せ　大阪府宅地建物取引業協会 なにわ阪南支部　電話4399-1555　予約不要

相談名　建築士相談

日程　10月20日(水)

受付方法　当日1階窓口で受付(13:00～15:30)

問合せ　大阪府建築士事務所協会第七支部　電話6946-7065　予約不要

相談名　若者(15～39歳)自立相談

日程　10月22日(金)

受付方法　コネクションズおおさか(電話･ファックスで予約受付)　相談時間14:00～17:00　受付は16:30まで

問合せ　コネクションズおおさか　予約優先　電話6344-2660　ファックス6344-2677　火～土(祝日除く)10:30～18:30

※対象は、対人関係が苦手、ひとつの仕事が長続きしないなどの悩みを抱えた15～39歳で現在仕事に就いていない若者とその保護者

**図書ボランティア(高齢者福祉施設)募集**

無料

　平野区の高齢者福祉施設で図書の貸出や紙芝居実演などのボランティア活動をしてくださる方を募集します。原則として講座を全回受講ください。

日時　(1)10月15日(金)　(2)10月22日(金)　(3)10月29日(金)　各回10:00～12:00

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止または延期される場合があります。

場所　大阪市立中央図書館

定員　5名程度

申込　10月5日(火)までに、来館または電話

問合せ　平野図書館(平野東1-8-2)　電話6793-0881

**クラフトパーク　秋の1日体験教室 参加者募集**

　｢ちょっとものづくり体験してみたい!｣そんな方のための1日体験教室です!! 皆様のお申込みお待ちしております!内容　吹きガラス、サンドブラスト、バーナーワーク、ステンドグラス、織物、金工、陶芸　※作品引渡し等の詳細はご確認ください。日時　8月29日～11月14日の毎週日曜日　14:00～16:30　※10月24日は開催無し場所　クラフトパーク対象･定員　4～12人　※教室により異なります。料金　2,500円～4,500円　※教室により異なります。申込　電話または来館(先着順)

問合せ　クラフトパーク(長吉六反1-8-44)　電話4302-9210

**平野区歴史講座**

演題　｢大化の改新の裏側｣

日時　9月26日(日)13:30～15:00　オープニングミニコンサート12:45～13:15　加美中学校吹奏楽部

場所　平野区民ホール(平野南1-2-7)

講師　若井敏明氏(大阪府高齢者大学校講師)

定員　100名(先着)

入場料　500円(当日支払)

申込　平野区民センターへ来館または電話

締切　9月15日(水)

問合せ　コミュニティプラザ平野(区民センター 長吉出戸5-3-58)　電話6704-1200

**『第31回 平野区いちょう学園 受講生募集 (4回コース)』を開催します**

　平野区いちょう学園は、生きがいづくり♪ 仲間づくりを目的に色々な内容で学んでいただけます。日時

●10月1日(金)｢健康講座｣

●10月8日(金)｢ものづくり｣

●10月14日(木)｢瓜破周辺ウォーキング｣ 雨天中止

●10月22日(金)｢グラウンドゴルフ｣ 雨天の場合、29日(金)

※詳細はお問い合せください。場所　平野区老人福祉センター 2階｢多目的室｣他対象･定員　区内在住の60歳以上の方20名(初めての方優先。定員を超えた場合は抽選)参加費　160円(材料費･保険代)

持物　マスク着用･上履き･飲み物･筆記用具　※自宅での検温をお願いします。

申込　9月9日(木)～22日(水)までに、来館または電話

問合せ　平野区老人福祉センター(加美鞍作1-2-26)　電話6793-0880

**良好な人間関係をつくる! コミュニケーションスキルを学ぶ**

無料　要申込

　職場や家庭等で、自分の考えや気持ちが正確に伝わらないと、モヤモヤするときはないですか。　言いたい事がうまく伝わらないと、人間関係のトラブルになる場合もあります。このセミナーで、会話のコツを学びましょう。知識編と実践編があります。日時　9月26日(日)13:00～17:15場所　クレオ大阪南対象･定員　テーマに関心のある方　30名(申込先着順)講師　木下佳郁氏(株式会社HASSM代表取締役)持物　筆記用具･マスク申込　電話または来館･ホームページ･ファックス一時保育　若干名有り(要申込･締切:9月16日(木))　1歳～2歳11ヶ月 1,600円、3歳～就学前 1,000円

問合せ　クレオ大阪南(喜連西6-2-33)　電話6705-1100　ファックス6705-1140

**マザーズWEEK2021秋 開催します!**

無料　要申込

　仕事と家庭を両立したい! そのような方の就職を応援します。マザーズWEEKでは就職活動に役立つセミナー等、集中的なイベントを開催。

　申込方法や詳細はホームページでご確認ください。

※新型コロナウィルス感染症の感染状況により中止になる場合があります。

利用時間　10:00～18:30(土日祝･年末年始除く)

問合せ　ハローワーク阿倍野(ルシアス庁舎)マザーズコーナー(阿倍野区阿倍野筋1-5-1あべのルシアスビル8階オフィス棟)　電話6631-1675

**講談で歴史を学ぼう! 太閤記**

　楽しく笑える解りやすい演目です

　旭堂南風『太閤の風流』　旭堂みなみ『長短槍試合』　旭堂南慶『秀吉と易者』

日時　9月25日(土)13:30～　[開場]13:00

※新型コロナウイルス感染状況により中止する場合があります。

場所　平野区画整理記念会館

料金　前売り800円　当日1,000円

申込　来館または｢チケットぴあ｣

問合せ　平野区画整理記念会館(東住吉区中野2-7-16)　電話6702-0513

**9･10月移動図書館まちかど号巡回日**

場所　市営長吉長原東住宅13号棟駐車場(長吉長原東2-7)

日時　9月1日(水)･10月6日(水)10:30～11:10

場所　市営長吉長原北住宅第1集会所前(長吉長原東1-3)

日時　9月2日(木)･10月7日(木)10:30～11:15

場所　市営長吉六反第1住宅1号館集会所前(長吉六反1-11)

日時　9月2日(木)･10月7日(木)13:00～13:45

場所　市営瓜破東住宅2号館東側(瓜破東2-3)

日時　9月4日(土)･10月2日(土)10:30～11:20

場所　喜連西老人憩の家(喜連西3-3)

日時　9月4日(土)･10月2日(土)13:00～14:00

場所　市営長吉長原住宅集会所前(長吉長原4-3)

日時　9月25日(土)10:30～11:50

場所　喜連東小学校西門(喜連東2-2)

日時　9月25日(土)13:25～14:00

場所　市営加美長沢住宅第6集会所前(加美北5-9)

日時　9月25日(土)14:30～15:00

場所　府営瓜破西住宅3棟西側(瓜破西1-14)

日時　9月30日(木)10:25～11:30

場所　市営長吉長原東第4住宅西集会所前(長吉長原東3-9)

日時　9月30日(木)13:25～13:55

場所　市営瓜破東8丁目住宅集会所前(瓜破東8-9)

日時　9月30日(木)14:20～15:00

問合せ　中央図書館自動車文庫　電話6539-3305　ファックス6539-3336

**区民ギャラリー展示案内　9月**

●9月9日(木)～9月29日(水)

個人作品展(平野区民ホール)

問合せ　平野区民ホール(平野南1-2-7)　電話6790-4000

**生活習慣病予防の調理実習**

要申込

　生活習慣病を予防するために家庭でできる食事の工夫を、実際に料理を作りながら学ぶことができます。今月のテーマは｢塩分を控えて生活習慣病を予防しよう｣です。～9月は大阪市朝食月間です。朝ごはんを食べて元気な1日をスタートしましょう～日時　9月17日(金)10:30～13:00場所　区役所2階 栄養講習室内容　お話と調理実習(講師:管理栄養士･食生活改善推進員協議会会員)対象･定員　区内在住の方12名(先着順)持物　マスク、エプロン、三角巾･バンダナ等、手拭き用タオル、食器用ふきん2枚料金　600円(食材料費として)　※当日徴収

申込　9月6日(月)9:00から電話または来庁

締切　9月10日(金)　※定員になり次第締切り

問合せ　保健福祉課(地域保健)32番窓口　電話4302-9882

**女性の健康力UPセミナー**

無料　要申込

(1)｢知ってほしい! キレイになる骨(コツ)｣(講話と骨粗しょう症検診)(2)｢産後ママの美骨ケア～身体を動かして骨活～｣(講話とストレッチ･体操)日時

(1)10月29日(金)13:30～15:30

(2)11月12日(金)13:30～15:30場所　区役所2階 集団検診室対象･定員　区内在住で、定頸(ていけい)後から1歳未満までの0歳児を育児中の女性　10名(先着順)※赤ちゃんと一緒に参加できます。※2日間とも来所できる方で骨粗しょう症検診を受診できる方。【骨粗しょう症の治療中の方、令和3年度の骨粗しょう症検診受診済の方はご相談ください。】

※1日目は健康保険証をお持ちください。2日目は運動のできる服で参加していただき、飲み物をお持ちください。

※医師から運動を止められている方はご遠慮ください。

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、中止させていただく場合がございます。

申込　電話または来庁

締切　9月30日(木)

問合せ　保健福祉課(保健活動)34番窓口　電話4302-9968

**各種検診のお知らせ**

検診内容･対象･料金等

●大腸がん(40歳以上　300円)

●肺がん(40歳以上　無料)　※喀痰検査については400円

日時

10月8日(金)9:30～10:50、

10月29日(金)9:30～10:50、

11月20日(土)9:30～10:50、

12月13日(月)9:30～10:50、

12月19日(日)9:30～10:50

会場　区役所2階 検診フロア

予約　予約要

検診内容･対象･料金等

●乳がんマンモグラフィ(40歳以上の方。2年に1回受診可＝令和2年度に受診された方を除く。1,500円)

●骨粗しょう症(18歳以上　無料)

日時

10月29日(金)13:30～14:50　※骨粗しょう症のみ、

11月20日(土)13:30～14:50　※骨粗しょう症のみ、

12月19日(日)13:30～14:50

会場　区役所2階 検診フロア

予約　予約要

検診内容･対象･料金等

●歯科健康相談(無料)

日時

9月29日(水)9:30～11:00、13:30～15:00

会場　区役所2階 検診フロア

予約　予約不要

検診内容･対象･料金等

●結核健診(15歳以上　無料)

日時　9月16日(木)10:00～11:00

会場　区役所2階 検診フロア

予約　予約不要

検診内容･対象･料金等

●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証･後期高齢者医療被保険者証が必要です

日時

9月19日(日)9:30～11:00、

9月29日(水)9:30～11:00

会場　区役所2階 検診フロア

予約　予約不要

※令和3年度より、行政オンラインシステムによりがん検診･骨粗しょう症検診が予約できるようになりました。※胃がん検診は、令和3年度から区役所(保健福祉センター)での集団検診がなくなり医療機関でのみ実施することになりました。申込　新型コロナウイルス感染防止のため、電話又は行政オンラインシステムで受付。但し、電話をかけることが困難な方については、窓口で受付を行います。※定員になり次第、受付終了しますので、ご了承ください。令和3年10月から12月までの検診は、8月6日(金)から受付を開始しているため、すでに予約受付を終了している検診があります。

★令和3年度の検診日程は、広報ひらの3月号別冊【特集号】又は平野区ホームページからご確認ください。

問合せ　保健福祉課(地域保健)32番窓口　電話4302-9882

**ワクチン打ってもつづけよう 感染予防対策**

　ワクチンは、新型コロナウイルス感染症の発症を予防し、重症化するリスクを減らすことが期待されていますが、他の方への感染をどの程度予防できるかはまだ十分にはわかっていません。ワクチンを接種した方も接種していない方も、感染予防対策の継続をお願いします。

●マスク着用

●手洗い

●こまめな換気

**自分と大切な人を守るために**

　20歳代を中心に若年層の感染が増加しています。

　ワクチンを接種することで期待される効果と副反応のリスクがありますが、ウイルス感染による重症化や後遺症等のリスクと比べることも大切です。ワクチンの効果･副反応などを正しくご理解いただき、ワクチンの接種にご協力をお願いします。

※ワクチンの接種は強制されるものではありません。

新型コロナワクチン接種関連情報は5面に掲載しています。

**翠星(すいせい)からのおたより 第6回**

町会･自治会に加入しませんか?

　平野区では、町会や自治会をはじめ、住民の皆さんが自らの地域をすみよいまちとしていくため、防犯や防災などさまざまな地域活動をされている団体があります。

　平野区がすみつづけられるまちになるよう、町会･自治会の活動を通して人と人のつながりを築き上げ、住民の皆さんの力を合わせましょう!!

住みやすいまちで、みんなが笑顔に!!

●災害救助

●高齢者や子どもの見守り活動など

●祭りの活動など

SDGｓ（エスディージーズ）

11　住み続けられるまちづくりを

17　パートナーシップで目標を達成しよう

問合せ　安全安心まちづくり課21番窓口　電話4302-9734