広報　ひらの

2022年(令和4年)11月号　No.318

平野区の花

わたの花

今月のひらちゃんを探せ

紙面のどこかに今月のひらちゃんが4人隠れているよ！ 探してみてね！

答えは平野区ツイッターに！#ひらちゃんを探せ

平野区マスコットキャラクター「ひらちゃん」

平野区は持続可能な開発目標（SDGs）を推進しています。

SDGs　瓜破西小学校の取組み

平野区では、SDGsの達成に向けた取組みの推進、SDGsの理念の普及や理解の促進に取り組んでいます。

瓜破西小学校では、校庭を活用してさまざまな取組みが行われています。

今月号は武市平野区長と住みます芸人の翠星チークダンスがその取組みに参加した様子を紹介します。

（写真）

瓜破西小学校のシンボル的存在で、学校と保護者、地域の方をつないでくれるヤギのアトリくん

活動内容については、８面もご覧ください。

※感染対策を行ったうえでマスクを外して撮影しています

今月のトピックス

お知らせ、子育て、防災・防犯、くらし…2面

くらし、募集・催し…3面

募集・催し、健康情報…4面

児童虐待防止推進月間、ひらの子育てフェスタ　他…8面

平野区ツイッター（QR）

平野区役所子育て支援室LINEアカウント（QR）

平野区役所フェイスブック

地域情報（QR）

子育て情報（QR）

【編集・発行】

平野区役所政策推進課

〒547-8580 大阪市平野区背戸口3-8-19

電話　4302-9683 FAX　4302-9880

https://www.city.osaka.lg.jp/hirano/（音声版も公開中）

（QR）

区役所へ来庁せずにできる手続きもあります（QR）

窓口のお呼び出し状況（QR）

区役所からのお知らせ

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

〈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

学校選択制の希望調査結果通知について

～令和５年度に小学校・中学校に入学するお子さんの保護者の方へ～

＜希望調査の公表＞

　希望調査の結果を全員に郵送にて通知します。あわせて、区役所ホームページで公表します。

公表日／11月10日（木）（予定）

＜希望変更の受付＞

　希望調査の結果を受けて、希望校を変更する場合は、受付期間中に限り希望校を１回変更できます。

受付期間／11月11日（金）～17日（木）

　　　　　9:00～17:30　※金曜日のみ9:00～19:00

　住民情報課（就学担当）16番窓口まで「希望調査結果通知」と来庁者（保護者）が確認できる書類（免許証・保険証）をご持参のうえ、所定の申請書により手続きをしてください。

郵送や電話での受付はいたしませんのでご注意をお願いします。

問合せ

住民情報課（就学担当）16番窓口

電話　4302-9798

子育て情報

出産準備講座　無料～抱っこと抱っこ紐について～　出産の準備をするなかで、迷ってしまうものの一つが『抱っこ紐』。「あったほうが良いかな？」「使うのかな？」自分にも赤ちゃんにも安心な抱っこや、抱っこ紐の選び方を一緒に考えます。日時／11月20日（日）　10：30～11：30場所／平野区子ども・子育てプラザ講師／抱っこマイスター 越路 綾子

対象･定員／妊婦さんやそのパートナー 20人申込／11月１日（火）〜（先着順）

平野区子ども・子育てプラザ（瓜破3-3-64）

電話　6707-0900

令和４年度　平野区二十歳（はたち）のつどいを開催します

　毎年開催していた「成人の日記念のつどい」は、令和５年以降も、これまでどおり20歳の方（その年度に20歳を迎える方）を対象に、「二十歳のつどい」として開催いたします。　3回（入替制、内容は同一）に分けて開催しますので、出身中学校または、お住まいの中学校区に該当する開催回にご出席ください。　また、二十歳の方による「誓いの言葉、花束受領、打鍾のつどい」への参加希望者を募集します。12月23日（金）までにご連絡ください。

日時／令和５年１月９日（月・祝）

対象中学校

加美・加美南・平野北・平野

開始終了予定時刻

11:00～11:30（受付開始 10:30）

対象中学校

摂陽・喜連・瓜破・瓜破西

開始終了予定時刻

12:45～13:15（受付開始 12:15）

対象中学校

長5:吉西・長吉・長吉六反・教育大附属・支援学校

開始終了予定時刻

14:30～15:00（受付開始 14:00）

※令和３年度より開催時間が各回１時間遅くなっておりますので、ご注意ください

場所／コミュニティプラザ平野（平野区民センター　長吉出戸5-3-58）

対象／平成14年（2002年）4月2日～平成15年（2003年）4月1日生まれの方

区ホームページはこちら▶︎（QR）

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により開催を中止する場合があります

問合せ

安全安心まちづくり課　21番窓口

電話　4302-9734

天王寺学館高等学校と連携協定を締結しました　９月29日（木）に天王寺学館高等学校と平野区役所は、相互の連携を強化し、地域のさらなる発展と人材育成を目的として、協働に関する協定を締結しました。今後、若い世代の発想力や行動力を活かし、平野区の活性化に努めていきます。

（写真）橋本校長（左）、武市平野区長（右）

～天王寺学館高等学校～　「総合学科」「単位制」「通信制」の制度を活かし、科目や登校日数を生徒自身が選択でき、習熟度別授業など生徒一人ひとりの状況に合わせた学び方が可能な学校です。

また、地域に根ざす「地域制高校」として、地域社会との連携や協力を1つのテーマに、生徒会やクラブの生徒たちを中心に積極的に区の活動（金魚すくい大会やあかる姫まつりなど）に参加しています。今年度はコロナ禍のため、地域の方に来場していただくことはできませんが、毎年11月には校内で文化祭を行い、各クラスの出店や展示・ステージ発表等を盛大に実施しています。

問合せ

政策推進課（政策推進）23番窓口

電話　4302-9683

防災・防犯情報

こんな言葉に要注意！

「医療費や還付金をATMに振り込みます」

「お金を返すのでATMに入ってください」

「操作方法を教えるのでATMから携帯電話で折り返してください」

　これらの電話は全て詐欺です。自分だけは、大丈夫と思わないで、不審な電話があればいったん電話を切って警察や家族に相談しましょう。

問合せ

平野警察署地域課（喜連西6-2-51）

電話　6769-1234

秋の火災予防運動を実施します！

11月９日（水）～15日（火）の１週間、秋の火災予防運動を実施します。

　例年、この時期になると暖房機器の使用頻度が増えることで、火災が発生しやすくなります。大阪市の昨年の火災原因でも、電気ストーブやストーブ（電気以外）による火災が多く発生しています。こういった火災を防ぐため、各ご家庭でもより一層防火対策を心がけ、火災のない住みよい街づくりを進めましょう。

問合せ

平野消防署

電話　6790-0119

くらしの情報

おトクな健康アプリ「アスマイル」をご利用ください！　大阪府が提供する「おおさか健活マイレージアスマイル」は、府民の健康づくりをサポートするアプリです。朝食を食べる、歩く、歯を磨く、けんしんを受ける等、毎日の健康活動でポイントが貯まり、貯まったポイントで飲み物や電子マネー等が当たる抽選に参加できます。また、40歳以上の大阪市国民健康保険加入者の方は「特定健診」・「１日人間ドック」・「健康づくり支援事業」を受診すると、初回3,000円相当分の電子マネー等と交換できるポイントがもらえます。詳しくは公式ホームページ「おおさかアスマイル」でご確認ください。（QR）

問合せ

おおさか健活マイレージアスマイル事務局

電話　6131-5804　FAX　6452-5266

受付時間 9:00～17:00（12月29日～1月3日を除く)

◎特定健康診査受診券について

保険年金課（保険）17番窓口　電話　4302-9956

◎健診内容・健診場所について

保健福祉課（地域保健）32番窓口　電話　4302-9882

◎１日人間ドック等その他保健事業について

大阪市福祉局生活福祉部保険年金課（保健事業）

電話　6208-9876

「広報ひらの」は区内すべてのご家庭・事業所にお届けします。配布に日数がかかる場合があり、5日経っても配布されない場合等は、配布事業者（株）小林新聞舗　電話　6790-0022

（月～金曜日　10:00～18:00※祝日は除く）へ連絡をお願いします。市政・区政に関するご意見・ご要望は、政策推進課　23番窓口（電話　4302-9683　ファックス　4302-9880）

介護保険料の納め忘れにご注意ください　これから実際に介護サービスを利用するときに困らないように、介護保険料の納め忘れにご注意ください。<1年以上滞納すると（支払方法変更）>利用したサービス費用を一旦全額負担することになります。後日、申請により保険給付分が支給されます。<2年以上滞納すると（給付額減額）>時効により納付できなくなります。その未納期間に応じて、サービス費用の自己負担割合が変更され、高額介護サービス費等が受けられなくなります。○保険料の納付が遅れると、保険料とは別に延滞金がかかることがあります。

○納付資力がありながら滞納が続くと、財産の差押え等を行う場合があります。

問合せ

保健福祉課（介護保険）31番窓口

電話　4302-9859

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等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

募集・催し

平野区人権フェスティバル

無料

　12月4日（日）～10日（土）は人権週間です。皆さんに人権について考えていただく場として今年度は平野区人権フェスティバルを開催いたします。このイベントを通して、人権に関して理解を深めていただければ幸いです。

日時／12月10日（土）　開場 9:30　開演 10:00

場所／コミュニティプラザ平野（区民センター　長吉出戸5-3-58）

※マスク着用のご協力をよろしくお願いします

問合せ

安全安心まちづくり課　21番窓口

電話　4302-9734

平野区 みんな食堂まつり

無料　申込不要

ホール内…段ボール迷路、各種体験コーナー

平野野堂公園…各食堂カレーの食べ比べ（数に限りあり）、模擬店等

※フードドライブコーナーを設置します。ご家庭で使いきれない、未開封で賞味期限内の常温保存できる食品をご提供ください（いただいた食品は必要な方への支援に利用します）

※ひらちゃん来場

日時／11月6日（日）　11:00～16:00

場所／平野区民ホール、平野野堂公園

料金／模擬店は一部有料

問合せ

平野区みんな食堂ネットワーク連絡協議会

代表者　6648-8384

保健福祉課（地域福祉）

電話　4302-9860

防衛省　自衛隊からのお知らせ　陸　海　空　自衛官募集中

現在の募集受付

●一般曹候補生

18歳以上33歳未満の男女（学歴不問）

受付／11月下旬まで

1次試験　12月中旬頃

2次試験　1月中旬頃

※受験希望の方はお早めにお問い合わせください

大阪地本HPはコチラ（QR）

資料請求はコチラ（QR）

問合せ

防衛省　自衛隊大阪地方協力本部　阿倍野出張所

阿倍野区阿倍野筋3-10-1　あべのベルタ2階

電話　6645-1645

はじめてのスマートフォン体験型講習会

～スマホを使って、もっと暮らしを便利に！～

無料　要申込

　貸出用スマートフォンを使って基本的な利用、行政手続き等の操作方法を学べます。総務省指定の研修を受けた講師が丁寧に説明します。複数講座受講可能です。講座内容の詳細はお問い合わせください。

※お持ちのスマートフォンは使いません

日時

12月8日（木）10:00～

講座名　基本①

講座内容　電源の入れ方、電話のかけ方

日時

12月8日（木）11:30～

講座名　基本②

講座内容　メール、インターネットの利用方法

日時

12月8日（木）14:00～

講座名　基本③

講座内容　SNS・コミュニケーションの利用方法

日時

12月8日（木）15:30～

講座名　応用②

講座内容　マイナンバーカードの申請方法

各回60分

場所／平野区民センター　会議室２（長吉出戸5-3-58）

対象／市内在住の方　定員／各回7名（先着順）

申込／11月7日（月）　10:00～　電話

※受付可能時間 平日10:00～17:00

予約・問合せ

総務省採択事業者　株式会社Honki

電話　050-3317-1545（問合せ番号1036）

※受付の際にお問合せ番号をお申し付けください

「暮らしと行政なんでも相談」の開催

無料

　大阪行政相談委員協議会では、法律問題、登記、税金、行政機関への手続き等に関する「暮らしと行政なんでも相談」を開催します。相談は無料で、秘密は厳守します。

日時／11月29日（火）　10:00～16:00（受付は15:30まで）

※弁護士への相談は予約制です

場所／区役所3階　303・304会議室

相談機関（予定）／弁護士、司法書士、税理士、総務省近畿管区行政評価局、行政相談委員

予約期間／11月22日（火）～28日（月）

（土・日・祝日を除く）各日9:00～17:00

予約・問合せ

大阪行政相談委員協議会事務局

（総務省 近畿管区行政評価局 行政相談課）

電話　6941-8358

クリスマス限定 1日体験教室　「ちょっとものづくりを体験してみたい！」そんな方のための、クリスマスシーズン限定の1日体験教室です。皆さんのお申込みをお待ちしております！内容／吹きガラス、サンドブラスト、陶芸、ステンドグラス、金工、織物、バーナーワーク、色糸でつくるソーラーライト（パナソニック（株）共催）日時／11月20日（日）～12月25日（日）　　　毎週日曜日　14:00～16:30

※織物教室のみ10:00～12:30も開催場所／大阪市立クラフトパーク（長吉六反1-8-44）定員・対象／2～12人(先着順)　※小学生は保護者同伴

料金／2,000～3,500円

締切／定員に空きがあれば当日でも参加できます

申込／電話または来館(先着順)

※各体験教室の時間帯・料金・対象年齢等、詳しくはクラフトパークのホームページでご確認ください（QR）

問合せ

大阪市立クラフトパーク（長吉六反1-8-44）

電話　4302-9210

第34回　平野区民いけ花展

日時／11月19日(土)、20日(日)　10:00～16:00

　　　※お茶引換券受付は各日15:30まで

場所／平野区民ホール

料金／入場無料、お茶引換券1枚250円

問合せ

平野区民ホール（平野南1-2-7）　電話　6790-4000

事前予約制

マイナンバーカード

出張申請窓口開設キャンペーン

詳細は大阪市ホームページをご覧ください（QR）

各種相談のお知らせ　11・12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。

10月18日時点の情報です。新型コロナウイルス感染症の影響により中止となる場合がありますので、最新の情報は各問合せ先へご確認ください。ご来庁の際には、マスクの着用にご協力お願いします。

相談名　法律相談

日程　11月10日、17日、24日、12月1日、8日、15日、22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　11月11日、12月9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　11月1日、12月6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　6792-6724　予約不要

相談名　税理士相談

日程　11月8日、12月13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　11月9日、12月14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　不動産相談

日程　11月4日、12月2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　離婚・養育費相談

日程　12月7日（水）

受付方法　11月30日（水）〜12月7日（水）12:00まで　電話予約受付（先着順）相談時間　14:00〜17:00

問合せ　保健福祉課（地域福祉）33番窓口　電話　4302-9820 予約

相談名　若者(15～39歳)自立相談

日程　12月23日(金)

受付方法　電話・FAXで予約受付(開催前日の18:00まで)

相談時間　14:00～17:00

問合せ　コネクションズおおさか　電話　6344-2660 FAX 6344-2677

火～土曜日(祝日除く)10:30～18:30　要事前予約

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

「広報ひらの」は毎月107,000部発行し、11月号1部あたりの発行単価（配布費用を含む）は約14.3円です。そのうち約2.2円を広告収入で賄っています。広報ひらのは、平野区内の「区役所・地下鉄各駅・JR平野駅・JR加美駅・郵便局・ローソン(一部除く)・おもな公共施設など」へ設置しています。※数に限りがあります。

第22回 平野区クリスマスコンサート　ひらの混声合唱団とテレマン室内オーケストラによるクリスマスコンサートを、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を行ったうえで開催します。日時／12月４日(日)　14:00開演　13:30開場場所／コミュニティプラザ平野(長吉出戸5-3-58)定員／500名

料金／2,500円申込／平野区民センターまたは平野区民ホールの窓口

問合せ

コミュニティプラザ平野（平野区民センター）

電話　6704-1200　FAX　6704-1421

「ガレージセール㏌ひらの～多世代交流～」開催　家にある不要な物を必要な方へ譲っていただくための催しで27ブースの出店を予定しています。　リサイクル教室等、お子さんが楽しめる催しや、区役所による防犯グッズの配布もあります。また、食品ロスの削減等を目的として、ご家庭で余っている食品等を持ち寄り、福祉施設等に提供するフードドライブも行います。ご家庭で食べきれない食品がありましたらぜひお持ちください。ご来場をお待ちしています。日時／11月13日（日）　11:00～14:00場所／コミュニティプラザ平野　　　　（平野区民センター　長吉出戸5-3-58）1階　多目的ホール

■フードドライブで提供いただきたい食品等

米、缶詰、インスタント・レトルト食品、パスタや素麺等の乾麺、コーヒー・お茶等の嗜好品、醤油、味噌、塩、砂糖等の調味料、紙おむつ 等　※詳細はお問い合わせください

問合せ

東南環境事業センター（ガレージセール担当）

電話　6700-1750　FAX　6706-2007

リサイクル工作教室

「アロマキャンドルをつくろう」

無料

　料理等で使い終わった油を用いて、素敵なアロマキャンドルをつくります。

日時／12月3日(土)　13:30～15:30

場所／平野図書館2階　多目的室

対象･定員／15名（小学生未満は保護者同伴）

持物／空きガラスの容器(ジャムのビン等の口が広いもの)

申込／11月15日（火）　10:00～　電話または来館

問合せ

平野図書館（平野東1-8-2）　電話　6793-0881

こころのほかほか講座

～心の病をもちながら地域で楽しくくらす～

■当事者のおはなし

日時／11月22日（火）　14:00～16:00

■臨床心理士からのおはなし

日時／11月28日（月）　14:00～16:00

場所／にこにこセンター（平野東2-1-30）

対象／区内在住・在勤で精神保健福祉ボランティア活動に興味のある方

締切／11月15日（火）

申込／申込書に必要事項を記入のうえ、ファックスまたは電話

※申込書はホームページからダウンロード可能（QR）

問合せ

平野区ボランティア・市民活動センター

電話　6795-2200　FAX　6795-2929

健康情報

つどいの場

(地域生活安定支援事業：地域生活向上教室)

無料

　統合失調症を中心とする精神の障がいがある方が、生活のリズムを取り戻し、活動の場を広げ仲間づくりにつなげるための教室です。

日時／毎月第３水曜日　13:30～15:30

場所／区役所２階　201会議室

申込／電話または来庁　※事前要相談

問合せ

保健福祉課（保健活動）34番窓口

電話　4302-9968

BCG予防接種

無料　予約不要日時／11月9日（水）　14:00~15:00（12:00より整理券配布）場所／区役所2階　検診フロア対象／12か月未満のお子さん　　　※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の質問票を記入のうえお持ちください）ご注意／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（お子さん）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。　また令和3年10月1日から委託医療機関でも受けられます。

詳細についてはホームページをご覧いただくか、平野区保健福祉センターへお問い合わせください。

問合せ　保健福祉課（地域保健）32番窓口

電話　4302-9882

生活習慣病予防の調理実習今月のテーマ「塩分を控えて生活習慣病を予防しよう」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。日時／11月17日(木)　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、お箸料金／600円(食材料費として)　※当日徴収申込／11月7日(月)～11日(金)電話または来庁

問合せ　保健福祉課(地域保健) 32番窓口

電話　4302-9882

認知症予防の推進について　厚生労働科学研究班の2014年度の報告では､65歳以上の認知症高齢者は2025年には約700万人（65歳以上の人口の約20％）に達すると予測されています。

また認知症の発症率は、5年で約2倍に増加すると推定されています。　認知症を予防する薬はまだ開発されていませんが、発症を遅らせ（一次予防）、認知症になっても進行を遅らせる（三次予防）工夫はあります。バランスの取れた食生活を続けることや人との交流、有酸素運動は認知症の予防に効果的です。また糖尿病・高血圧症・脂質異常症等の生活習慣病や不眠症・うつ病を適切に治療することは、認知症予防にとってとても重要なことです。

　日常生活にちょっとした工夫を取り入れ、楽しく認知症を予防しましょう。

（平野区医師会理事　撫井弘二医師）

問合せ

保健福祉課　電話　4302-9857

11月30日は「いい看取り・看取られ」の日です　～考えたこと、ありますか？人生最期の過ごし方～あなたは、人生最終段階をどのように過ごしたいですか？　命の危機が迫った状態になると、約70％の方が医療やケア等を自分で決めたり、望みを人に伝えたりできなくなると言われています。あなたが大切にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを望むかを、自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと共有する取組みを「アドバンス・ケア・プランニング（以下、ACPという。）」といい、自らが希望する医療やケアを受けるための大切なプロセスになっています。政府は、ACPの愛称を「人生会議」に決定するとともに、毎年11月30日（いい看取り・看取られ）を「人生会議の日」とし、人生の最終段階における医療・ケアについて考える日としました。大阪市の調査では、人生の最終段階に過ごしたい場所として「自宅」と回答した方が40％を超えています。医療や介護が必要な状態になっても、住み慣れた場所で自分らしく過ごすために「在宅医療・介護」を選ぶのも方法のひとつです。　この機会にACP「人生会議」について、考えてみませんか？話し合ってみませんか？

問合せ

保健福祉課（地域保健）32番窓口

電話　4302-9824

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･会場

11月30日(水)　 9:30～10:50 区役所2階検診フロア

12月12日(月)　 9:30～10:50 区役所2階検診フロア

令和5年1月18日(水)　 9:30～10:50 区役所2階検診フロア

令和5年2月22日(水)　 9:30～10:50 区役所2階検診フロア

予約

●乳がんマンモグラフィ(40歳以上／1,500円2年に一度受診可＝令和3年度に受信された方を除く)

●骨粗しょう症(18歳以上／無料)

日時･会場

令和5年1月18日(水)　13:30～14:50 区役所2階検診フロア

令和5年2月5日（日）　9:30～10:50 区役所2階検診フロア

●乳がんマンモグラフィ

令和5年2月22日(水)　13:30～14:50 区役所2階検診フロア

検診内容･対象･料金等

●歯科健康相談(無料)

日時･会場

11月 7日(月) 9:30～11:00 区役所2階検診フロア

11月30日(水) 13:30～15:00 区役所2階検診フロア

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･会場

11月14日(月) 10:00～11:00　 区役所2階検診フロア

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被保険者証･後期高齢者医療被保険者証が必要です

日時･会場

11月 7日(月)　9:30～11:00 区役所2階検診フロア

11月30日(水)　9:30～11:00 区役所2階検診フロア

予約不要

※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ます。

※胃がん検診は、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します。

申込／新型コロナウイルス感染防止のため、電話または行政オンラインシステムで受付。ただし、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5年1月〜2月の検診は、11月7日(月)から受付開始となります

★令和4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からご確認ください。

行政オンラインシステム（QR）

平野区役所ホームページ（QR）

問合せ　保健福祉課(地域保健)32番窓口

電話　4302-9882

ご注意　※イベントなどに関する情報は10月18日時点のものです。詳しくはホームページ、または各問い合わせ先へご確認ください。

すべての子どもが笑顔で暮らせる社会に

～11月は児童虐待防止推進月間です～

オレンジリボンには『子どもたちへの虐待をなくしたい！』という強い思いが込められています。

子どもを健やかに育むために子育てをしていると、言うことを聞いてくれなくて、イライラ！つい、叩いたり怒鳴ったりすることもありますよね。最初は「愛の鞭(むち)」のつもりでも、いつの間にか「虐待」へとエスカレートしてしまうこともあります。「愛の鞭(むち)」は捨てて、子どもの気持ちに寄り添いながら、みんなで前向きに育んでいきましょう。 子どもを虐待から守るために 児童虐待は、子どもの心身に重大な影響を与えます。子どもが自分で助けを求めることは難しい場合もあります。「虐待を受けていると思われる子ども」をみつけたときには、ためらわずに子どもを虐待から救うための行動を起こしてください。

「あなた」からの連絡が子どもを虐待から守るための大きな一歩となります。

虐待をしてしまうかもしれないと不安に感じたら・・・

虐待を発見したり、様子がおかしい、虐待かな？ と思ったら・・・

一人で悩みを抱え込まないで、区役所子育て支援室にご相談ください！！

「子育てがしんどい…」「子どもが言うことを聞かない」「イライラする」「子どもの発達が気になる」等、いろいろな子育ての悩みや相談を保育士や保健師、家庭児童相談員がお受けします。秘密厳守・相談無料です。

名称

児童虐待ホットライン（こども相談センター）

相談時間

24時間 年中無休

連絡先

0120-01-7285　通話無料（まずは一報、なにわっ子）

名称

平野区保健福祉センター子育て支援室

相談時間

平日 9:00～17:30 （土・日・祝日・年末年始を除く）

連絡先

保健福祉課　4302-9936

名称

児童相談所 全国共通ダイヤル

相談時間

24時間 年中無休

連絡先

189（いちはやく）

ひらの子育てフェスタ

子育て世帯を応援する【ひらの子育てフェスタ】を開催します。

今年も集わないかたちで、皆さんとつながりたいと思います！

ひらの子育てフェスタ　スタンプラリーを開催します！～平野区内にある子育て応援施設に行って、スタンプを集めよう！～　お子さん一人につき1枚のスタンプラリーカードが必要です。スタンプ3個で先着100名にささやかなプレゼントがあります。8個集めるとさらにプレゼント！☆開催期間☆　11月5日（土）～20日（日）

☆対象☆　未就学児☆プレゼント引き換え期間☆　11月30日（水）まで（なくなり次第終了）☆引き換え場所☆　区役所2階23番窓口（9:30～17:30、土・日、祝日を除く）～スタンプラリーカードを置いている施設はこちらです～平野区社会福祉協議会、平野区子ども・子育てプラザ、平野区役所、平野図書館、大阪市更生療育センター、区内公立保育所、区内私立保育園、各子育て支援センター（平野・喜連・長吉）、区内公立幼稚園、区内私立幼稚園、クレオ大阪南、学校法人常磐会学園、つどいの広場（ふれんど広場・ドレミ・ときわっこ・みっくす・平野ともいくクレヨン）、東南環境事業センター、大阪商工信用金庫平野支店ぜひこの機会に、いろんな施設に行ってみてくださいね。※スタンプラリーカードはホームページからプリントアウトすることもできます

区内のいろいろな施設を紹介！

区内の子育て支援施設を動画で紹介しています。（QR）

区内の幼稚園・保育園（所）等企業主導型保育施設情報を紹介しています。（QR）

※ＨＰ上の情報フェアから見ることができます

問合せ

保健福祉課（子育て支援室）33番窓口　電話　4302-9936

HIRACHAN’s Cooking

作ってみよう！ひらちゃんクッキング

生活習慣病予防の調理実習で実施した平野区食生活改善推進員協議会おすすめレシピをご紹介します。豆乳で作る具だくさんのチャウダーです。

根菜のみそチャウダー

＜1人分:100Kcal＞

材料(4人分)

れんこん・・・1/2節(100g)

ごぼう・・・1/2本(100g)

さつまいも・・・1/4本(60g)

長ねぎ・・・2/3本

水・・・500ml

顆粒だし・・・小さじ2

豆乳・・・200ml

みそ・・・大さじ2

下準備

・れんこん：皮をむき、厚さ5mmのいちょう切りにする。酢水（水１Lに対し酢大さじ１）に５分ほどさらし、水気をきる。

・ごぼう：皮をむき、斜め薄切りにする。水にさらし、水気をきる。

・さつまいも：うす切りにする。水にさらし、水気をきる。

・長ねぎ：斜めうす切りにする。

作り方

①鍋にすべての野菜、水、顆粒だしを入れてフタをし、弱めの中火にかける。煮立ったら弱火にし、具に火を通す。

②豆乳を加えて沸騰させないように3分ほど煮る。

③みそを溶かし入れて、できあがり。

ひらのく読書運動

翠星チークダンスのオススメ図書!

ちろるさん

木佐くん

平野区住みます芸人翠星チークダンス

翠星チークダンスのお二人からオススメの図書を紹介！

今月はちろるさんオススメの「そらの100かいだてのいえ」です！

たったひとつの種をたくさんの種にしたい！ と思い立って行動するツピくん。

雲に入っていき階を重ねるごとに色々な空のなかまたちと出会っていく姿がとても可愛らしかったです。笑

縦読み絵本なので、本当に空に上がっていく感覚を味わえるので読んでいてとても楽しかったです。

そらの100かいだてのいえ

いわいとしお／作

偕成社

毎月、翠星チークダンスからオススメの図書を紹介します。

興味を持った方はぜひ読んでみてください！

問合せ　政策推進課（こども教育）23番窓口　電話　4302-9903

地域活動協議会の活動紹介

～長吉六反地域活動協議会～

今回は長吉六反地域活動協議会が行っている、自転車防犯パトロール活動を紹介します。

　毎月3回地域ボランティアの方で構成された長吉六反地域安全パトロール隊が地域内で不審な点はないか確認することと併せて自転車で街頭犯罪の防犯対策を呼び掛けながら、長吉六反地域内を巡回しています。防犯パトロールを実施することにより、犯罪防止効果や地域住民の防犯意識の向上が期待されます。長吉六反地域は自転車を活用することで、住宅街が密集して道幅が狭い場所まで巡回されていました。地域ボランティアの方々は、自分たちが行っている活動により地域内が安全で暮らしやすいまちになるようにという思いがあって取り組まれています。区内各地域で地域安全パトロール隊が活動していますので、ぜひ、お住まいの地域で防犯活動に参加してください♪

問合せ　安全安心まちづくり課　21番窓口　電話　4302-9734

平野区内の学校におけるSDGsの取組みを紹介します！【瓜破西小学校】瓜破西小学校では、「アトリパーク」を中心に、１年生は動物とのふれあい、2年生は野菜栽培、3年生は生き物調べ、4年生は大和川生物調査、5年生は田植え、ビオトープ管理、里山体験、6年生は間伐材活用実践をカリキュラムに組み込み、系統立てて学習しています。今回は、翠星チークダンスと一緒に、瓜破西小学校ネイチャークラブの活動とSDGsのつながりについて理解を深め、それぞれが「動物のお世話」や「野菜を育てる」だけではなく、みんなの取り組みがつながって、未来に向かって持続している＝SDGsであることを学びました。

この活動は、先生、地域ボランティア、近隣住民の方々、保護者、連携する学校や企業等、たくさんの方のご協力により行われています。

（写真）

アトリくんは、昨年、大手術を経て奇跡的に生還した経緯があります。現在も治療が必要で、11月23日（水・祝）までクラウドファンディングを立ち上げています。詳しくは、瓜西ネイチャークラブサポートネット事務局（瓜破西小学校内6704-0200）までお問い合わせください。

問合せ　政策推進課（こども教育）23番窓口

電話　4302-9903

●区の人口188,208人●世帯数93,540世帯［令和4年10月1 日現在推計］