広報　ひらの

2024年（令和6年）11月号　No.342

平野区の花　わたの花

平野区は持続可能な開発目標（SDGs）を推進しています。

ひらちゃんのもじつなぎゲーム

ページをめくって文字をもっているひらちゃんを探してね。つなげたらどんな言葉になるかな？

答えは平野区X（旧Twitter）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」

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11月に開催します。

開催時期　11月1日（金）～24日（日）

スタンプラリー期間　11月1日（金）～24日（日）

対象　未就学児（０歳～小学校入学前）

内容　お子さん１人につき、１枚のスタンプラリーシートが必要です。（お子さんと一緒にご参加ください）

プレゼントの引き換え期間　11月30日（土）まで（なくなり次第終了です）

引き換え場所　平野区社会福祉協議会　（9:00～17:30　日・祝はのぞく）

平野区子ども・子育てプラザ（9:00～17:00　月・祝はのぞく）

平野区役所2階21番窓口（9:00～17:30　土日・祝はのぞく）

11月16日（土）　10:00～13:00区役所で開催する区役所DEフェスタでも引き換えできます

(ひらちゃんイラスト) ぜひ、この機会にいろいろなところに行ってみてくださいね。

スタンプが集まったら、先着300名のお子さんにプレゼントがあります。

スタンプラリーポイント施設等はこちらです（スタンプラリーシートも置いてます）

子育て支援センター（平野・喜連・長吉）、つどいの広場（ふれんど広場・ドレミ・ときわっこ・みっくす・ともいくクレヨン）、区内公立幼稚園（加美北・瓜破北・長吉・長吉第二）、子育てサロン（加美東・カンガルーポケット・ひよっこ・はぐくみ・平野西・アンパンマン・平野連合会館・ワンダークラブ・さざなみ会館・おもちゃ喫茶）、子ども・子育てプラザ、社会福祉協議会、クレオ大阪南、平野図書館、クラフトパーク、ひらりん（老人福祉センター）、キッズひらちゃん子育て応援団（パン工房鳴門屋本社直売所・ぱんの店グレーテル・島野珈琲・平野郷菓梅月堂・大阪商工信用金庫平野支店・ヨコナガヤ・ジョーシン平野うりわり店・Shokudō・ほっとホームわたの花・おとなり・Panndryパンとランドリー・YOZORALABO・カフェ サリュー・ミナヅキ珈琲・ますだ果物店）、平野区役所

以上の44か所でスタンプが押せます！

（押せる日時は、スタンプラリーシートまたはHPでご確認ください）

※ラリーシートはホームページからもダウンロードができます。（二次元コード）

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したくな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］まずは一報、なにわっ子　0120-01-7285　通話無料

［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　電話　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］いちはやく　189

問合せ　保健福祉課（子育て支援室）33番窓口　電話　4302-9936

今月のTOPICS

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

「ふるさと寄附金」で平野区にご支援をお願いします！！　他…8面

平野区X（旧ツイッター）（二次元コード）

子育て支援室ラインアカウント（二次元コード）

Facebook　地域情報（二次元コード）　子育て情報（二次元コード）

【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）

平野区役所ホームページ▶（二次元コード）

区役所へ来庁せずにできる手続きもあります（二次元コード）

窓口のお呼び出し状況（二次元コード）

区役所からのお知らせ

北部･南部サービスセンターでは戸籍、住民票の写し、市税に関する証明書等の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7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、平野区役所ホームページで公表します。（11月14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。

希望変更受付期間

11月15日（金）～21日（木）の開庁日

9:00～17:30 ※金曜日のみ9:00～19:00

　区役所１階住民情報課（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）の本人確認書類（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

さとおや制度を知っていますか？

　大阪市内には約1,100人のこどもたちが、家族と離れて、施設や里親さんのお家で生活しています。「里親ってなんだろう？」「私も里親になれるかな？」と思われた方は、ぜひ里親相談会にお越しください。

　なお、ひらの子育てフェスタのイベント＜区役所DEフェスタ＞でも南部里親支援機関mikataによるパネル展示等を行います！

日時／11月16日（土） 10:00～13:00

場所／平野区役所

詳しくはこちら▶（二次元コード）

問合せ　保健福祉課（地域福祉）子育て支援室33番窓口　電話　4320-9936

子育て情報

見に来てね！いろんなトコで食育パネル展示

　区内の子育て関連施設等で取り組む食育活動を紹介するパネルを展示します。小学校給食の献立紹介など食事のヒントが満載です!

11月は「ひらの子育てフェスタ」

イベント会場での展示です

■11月1日(金) 10:30～15:00　市立瓜破北幼稚園

■11月5日（火）～14日（木） 10:00～15:00　平野区子ども・子育てプラザ3階軽運動室

■11月7日（木）～9日（土） 13:00～14:00　平野区社会福祉協議会3階ボランティアルーム

■11月16日（土） 10:00～13:00　平野区役所3階

■12月2日（月）～13日（金）　イズミヤショッピングセンター平野2階イベントスペース

■令和7年1月17日（金）～30日（木）　平野図書館エントランス

問合せ　保健福祉課（地域保健）32番窓口　電話　4302-9882

パパとあそぼう！Part2　無料

　パパの遊び方・関わり方を体験します。パパ同士の交流の時間もあります。

日時／12月1日（日） 10:00～11:30

場所／平野区子ども・子育てプラザ

対象／はじめてパパと乳幼児（ママの参加も可）

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

防災・防犯情報

「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」についてのお知らせ

　拉致問題は我が国の喫緊の国民的課題であり、この問題への関心と認識を深めるため、政府が毎年12月10日から16日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」と定めています。拉致問題の解決を始めとする北朝鮮当局による人権侵害問題への対処が、国際社会を挙げて取り組むべき課題とされており、この問題の解決のため、国民一人一人の関心と認識を深めていくことが大切です。

＜情報提供をお願いします＞

　現在、大阪府警察では、拉致の可能性を排除できない事案に係る方々に関する情報を大阪府警察ホームページに掲載し、広く情報提供を求めています。ホームぺージをご覧になってお心当たりのある方は、どんな小さなことでも構いませんので、下記まで情報をお寄せください。

問合せ　平野警察署（喜連西6-2-51）　電話　6769-1234

防災講演会の開催　無料

（写真）

（写真）

　近年多発する災害。今年も1月1日に能登半島地震、8月8日に日向灘地震が発生し、南海トラフ地震臨時情報の発表があり、高まる危機意識。今年は関西電力送配電株式会社より講師を招き、震災時における電気に起因する災害の予防と電力の復旧活動などについて講演をいただきます。

　皆様参加していただけることをお待ちしております。

同時開催／平野区民ホール隣の平野野堂公園にミニ消防車が来ます。消防車に興味のあるお子様は、ミニ消防車に乗って記念撮影！

日時／11月30日（土） 10:00～11:30

場所／平野区民ホール

詳しくはホームページを確認してください▶（二次元コード）

問合せ　平野消防署（予防担当）　電話　6790-0183

くらしの情報

つくろう！マイナンバーカード

①申請は個人番号通知カード（紙のカード）または個人　　番号通知書と一緒に送られてきた申請書で!

スマートフォンで二次元コードを読み取り、簡単申請!

②申請書がない場合は区役所でお作りします!

申請書がお手元にない方は、平野区役所14番窓口で再発行します。申請書の再発行には本人確認が必要ですので、本人確認書類を持参してください。

③梅田、難波サービスカウンターでマイナンバーカードを申請すると郵送で受け取れます!

申請者ご本人様が、マイナンバーカードの交付申請のお手続きをしていただくことで、後日、書留郵便でカードが受け取れます。申請後、受け取りまでに概ね1か月程度要します。土日・祝日でも手続き可能です。

詳しくはこちら▶（二次元コード）

④マイナンバーカード出張申請サポートを実施しています

日時／11月3日（日）、4日（月・祝）、24日（日）　11:00～17:00

場所／平野区民ホール １階第１会議室（平野南1-2-7）

日時／11月10日（日） 11:00～17:00

場所／男女共同参画センター南部館（クレオ大阪南）２階会議室（喜連西6-2-33）

※健康保険証利用等の申込もサポートしますので、マイナンバーカードをお持ちで申込がまだの方はご活用ください。区役所にご利用可能な端末はありません

区役所や出張窓口に行くのが難しい方は訪問型出張申請受付をご利用ください。

詳しくはこちら▶（二次元コード）

問合せ　1・2住民情報課　14番窓口　電話　4302-9963

3大阪市梅田サービスカウンター　電話　6345-0874

大阪市難波サービスカウンター　電話　6211-0874

4大阪市マイナンバーカード出張申請サポート窓口・訪問型出張申請受付サービスコールセンター　電話　050-3535-0200

ご存知ですか　あなたの地域の地域福祉活動コーディネーター

　地域福祉活動コーディネーターは、困りごとの相談や支援の必要な方への見守り体制を築くために、さまざまな関係機関などと連携強化に努めています。

　各地域の地域福祉活動コーディネーターを順にご紹介します。

各地域の地域福祉活動コーディネーターを順にご紹介します。

［地域］新平野西

［担当］岡本

［開設場所］新平野西コミュニティ会館　背戸口3-3-12　電話　6701-2420

［開設時間］月・水・金10:00～12:00、13:00～16:00　火・木 13:00〜16:00

お気軽にお声がけください。

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　9:00～17:00※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　 FAX　4302-9880）

出前講座いたします　〜介護・福祉・認知症のこと〜

　長吉地域包括支援センターでは、長吉圏域の地域の方々や事業所・企業様へ無料で出前講座を行っています。

　介護保険や福祉制度、認知症のことなど、地域での少人数の勉強会から、事業所の従業員様の研修機会として、当センターをご活用ください。

　ご希望をお聞きしながら、研修プログラム（内容・回数・時間）を提案させていただきます。ご関心のある方はお気軽にセンターまでお問い合わせください。

◎講座開催が可能な曜日・時間帯

日時／月〜土曜日（年末年始・祝日を除く）

　　　※日曜日は応相談　午後〜夜間のみ

＜午後＞13:00〜16:00（１回あたり30～90分程度）

＜夕・夜間＞17:00〜20:30（１回あたり30〜90分程度）

※インスタグラムで日頃の活動を紹介しています。

　皆さまからのフォローをお待ちしています!▶（二次元コード）

問合せ　長吉地域包括支援センター　電話　6790-0766

＜あなたの地域の相談窓口＞

平野区地域包括支援センター　電話　6795-1666

加美地域包括支援センター　　電話　4303-7703

瓜破地域包括支援センター　　電話　4392-7436

喜連地域包括支援センター　　電話　6797-0555

シェアサイクル等を使えば移動の範囲も選択肢もグ～ンとひろがる

シェアサイクル等とは・・・

複数の駐輪スペースからなるポートが設置され、ポートにおいて電動アシスト自転車や、電動キックボードに乗車しポートに返却するサービスです

　大阪市24区では、大阪・関西万博を見据え、来街者の回遊向上性をめざすとともに、シェアサイクル等が生活圏をともにする隣接区における相互移動の利便性向上、CO₂削減、放置自転車対策、SDGsなど環境対策や健康増進に寄与することを検証するため、大阪市を北部のブロックと南部のブロックに分け、シェアサイクル等の利用・普及促進に向けた取り組みを行っています。

▼利用方法・料金等詳しくは各ホームページをご覧ください▼

HUBchari・大阪バイクシェア連合体（二次元コード）

OpenStreet株式会社（二次元コード）

株式会社Luup（二次元コード）

　大阪市南部ブロックにおいて、公募により選定した協働事業者と協働して「大阪市南部ブロックにおけるシェアサイクル等の利用・普及促進に向けた協働事業」を実施しています。

問合せ　総務課(企画調整)51番窓口　電話　4302-9928

400mL限定 献血にご協力ください　無料

日時／12月４日（水）10:00～12:00、13:00～16:30

場所／区役所 １階ピロティ

対象／18～69歳（男性に限り、17歳も可。65歳以上の方については、60～64歳の間に献血経験があること）

持物／献血カード

※初めて献血をされる方につきましては、本人確認ができるものをお持ちください

申込／不要

※献血Web会員サービス「ラブラッド」より

事前予約すると、当日受付がスムーズです

ラブラッド▶（二次元コード）

問合せ　保健福祉課(地域保健)32番窓口　電話　4302-9882

犯罪被害者等支援のための総合相談窓口

犯罪被害にあわれてお困りの方や、身近な方が犯罪被害にあわれて支援を必要とされている場合は、ぜひご相談ください。

（二次元コード）

時間／9:00～17:30（土日・祝日、年末年始を除く）

場所／市民局人権企画課（市役所4階）

電話　6208-7489　FAX　6202-7073

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。

※混雑状況により記載時間より早く受付を終了する場合があります。

相談名　法律相談

日程　11月7日、14日、21日、28日、12月5日、12日、19日、26日（木）

受付方法・時間　AIによる24時間電話予約受付　相談時間　13:00～17:00

法律相談の予約受付期間について

　実施日一週間前（祝日の場合はその前開庁日）正午から実施日前日17:00まで、AI電話での24時間受付を行います。

※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。

予約専用電話　電話　050-1808-6070（AIによる自動受付）

問合せ（予約電話ではありません）　政策推進課　23番窓口　電話　4302-9683

相談名　相続登記･後見借金問題相談

日程　11月8日、12月13日（金）

受付方法・時間　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　予約不可

相談名　相続遺言帰化相談

日程　11月5日、12月3日（火）

受付方法・時間　当日1階窓口で受付（13:00～14:45）

問合せ　大阪府行政書士会阿倍野支部　電話　6792-6724　予約不可

相談名　税理士相談

日程　 11月12日、12月10日（火）

受付方法・時間　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　予約不可

相談名　行政相談

日程　11月13日、12月11日（水）

受付方法・時間　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　予約不可

相談名　不動産相談

日程　11月1日、12月6日（金）

受付方法・時間　当日1階窓口で受付（13:00～15:30）

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　予約不可

相談名　離婚・養育費相談

日程　11月27日（水）

受付方法・時間　11月20日（水）～27日（水）※11月27日（水）は12:00受付終了

受付方法　受付期間中に電話　予約受付（先着順）

相談時間　14:00〜17:00　（相談時間は45分以内です）

問合せ　保健福祉課（地域福祉）33番窓口　電話　4302-9820　要事前予約

相談名　若者（15～39歳）自立相談

日程　12月27日（金）

受付方法・時間　電話・FAXで予約受付（開催日前日の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（祝日を除く）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

相談名　精神科医による精神保健福祉相談

日程　11月６日(水)、13日(水)、18日（月）、12月２日（月）、11日（水）、16日（月）

受付方法・時間　電話・来庁で予約受付（各開催日の前日17:30まで）

相談時間　いずれも14:00～、14:45～

相談場所は予約時に案内します。

問合せ　保健福祉課（保健活動）　34番窓口　電話　4302-9968　要事前予約

募集・催し

令和6年度 第２回平野区歴史講座

●大阪市立埋蔵文化財収蔵倉庫見学

日時／12月15日(日) 第1回11:00～、第2回12:00～

定員／各回15名（歴史講座受講者限定・事前申込み）

●歴史講座

演題｢崇峻天皇と聖徳太子～物部守屋の正体に迫る～｣

講師／四天王寺大学教授 藤谷 厚生 氏（宗教社会学）

日時／12月15日(日) 13:30～15:00

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階ホール

定員／200名(事前申込み)（先着順）

入場料／1,000円（当日払い）

申込／来館または電話

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

ニュースポーツ体験会　無料

　スポーツ推進委員平野区協議会・区PTA協議会・区体育厚生協会・コミュニティ協会共催のニュースポーツ体験会です。ボッチャとスリーアイズの2種目を予定しています。

日時／12月8日（日）　①10:30～12:00　②13:30～15:00

場所／平野スポーツセンター

対象／子どもから高齢者、障がいを持つ方など多くの方

持物／飲み物、タオル、運動のできる靴

締切／11月29日(金) 当日参加も可

申込／窓口またはファックス（お名前、年齢、連絡先の電話番号）

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

平野区役所　区民ギャラリー展示

日時　～11月13日（水）

内容　産業交流フェア実行委員会 活動紹介

団体　産業交流フェア実行委員会

日時　11月14日（木）～27日（水）

内容　水彩画

団体　優彩会

日時　11月28日（木）～12月11日（水）

内容　書道

団体　新平野西地域活動協議会

場所／区役所1階 区民ギャラリー

問合せ　平野区民ホール　電話　6790-4000

生活支援体制整備事業　はじめての男性のための料理教室

　手軽でおいしい料理をチームで協力して作ってみませんか？

日時／11月15日(金) 10:30～13:00

場所／区役所2階 栄養講習室

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60歳以上の男性、16名

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

締切／11月11日（月）（多数抽選のため12日（火）から電話にて連絡）

申込／電話または来館

問合せ　平野区社会福祉協議会（平野東2-1-30）　電話　6795-2525

「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13.9円です。そのうち約1.8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。

ガレージセールinひらの～多世代交流～開催 無料

　ご家庭にある不用な物を必要な方へ譲っていただくための催しで40ブースの出店を予定しています。

　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、食品ロスの削減を目的として、ご家庭で余っている食品などを持ち寄り、福祉施設など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。ご来場お待ちしています。

 【フードドライブで提供いただきたい食品など】

 ●お米　●缶詰　●インスタント・レトルト食品　●パスタや素麺など乾麺　●コーヒー・お茶など嗜好品 ●醤油、味噌、塩、砂糖など調味料

 ※1か月以上の賞味期限が残っている常温保存可能なもの

日時／11月24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

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

ひふみ号による「花と緑の講習会」　無料

　花と緑の講習会（季節の寄せ植え）を行います。植物や緑に興味をお持ちの方、庭木や草花でお悩みの方、気軽にご参加ください。

日時／11月12日（火） 14:00～15:30

場所／平野公園（平野東2丁目）

対象／どなたでも

定員／30名程度（先着順）

問合せ　長居公園事務所　電話　6691-7200

郷土史講演会「伎人郷ー喜連の古代史」　無料

　渡来人が行き交い万葉集にも歌が詠まれた古代の喜連、伎人郷についてお話いただきます。

日時／11月17日（日） 14:00～16:00

場所／平野図書館 2階多目的室

定員／50名（申込み先着順）

申込／11月1日（金）～16日（土）17:00　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

平野区人権フェスティバル

　12月4日（水）～10日（火）は人権週間です。平野区では人権について考える場として、今年度は「災害時の人権」を題材に人権フェスティバルを開催します。ぜひご来場ください。

日時／12月7日（土） 9:30開場 10:00開演

場所／コミュニティプラザ平野（平野区民センター）

問合せ　安全安心まちづくり課　12番窓口　電話　4302-9734

第24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。

日時／12月1日（日） 14:00開演 13:30開場

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）

定員／600名

入場料／2,000円

申込／平野区民センターおよび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

大阪市東部中央卸売市場　開設60周年記念市場まつり

　中央卸売市場東部市場の開設60周年を記念して、「市場まつり」を開催します。様々なイベントとともに、飲食ブースや新鮮な生鮮食料品の販売、まぐろの解体実演も行われます。この機会に、ぜひ東部市場にお越しください。

日時／11月24日（日） 10:00～14:0０

場所／中央卸売市場東部市場（東住吉区今林1-2-68）　※車でのご来場はできません

問合せ　中央卸売市場東部市場（業務管理グループ）　電話　6756-3901　FAX　6756-3905

おためし入学ウィーク

　吹きガラス・陶芸・染色・金工等の7工房で、教室の雰囲気やカリキュラム、技法から使用する素材までをご体感いただけます。

日時／11月17日（日）～29日（金）

場所／クラフトパーク

対象／創作教室をお考えの16歳以上の方

定員／1～8名（先着順）　※教室により異なります

持物／申込時にお伝えします

料金／3,000～4,000円（材料費込み） ※教室により異なります

申込／電話または来館　※空きがあれば当日予約も可能です

問合せ　クラフトパーク（長吉六反1-8-44）　電話　4302-9210

健康情報

つどいの場　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

対象／回復途上の精神疾患の方で参加について主治医の了解がある方

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

わいわい、ぶらぶら

認知症治療では、昨年から点滴治療薬が始まりました。とはいえ、治療を受けられる人は限られており、認知症予防に効果があることを日ごろからすることも大切です。その中の二つを紹介します。それは、わいわい人と話をすることと、ぶらぶら歩くことです。

人と話をする、会話をすることは脳にいい刺激となります。話をすることは、相手の言うことに耳を傾け、自分の過去の経験で判断し、考えを相手に伝えると、脳のいろいろなところを刺激しています。普段使わないような部分も含めて広く脳を刺激することが大事です。

歩くと、桜が咲き始めたな、新しい店ができたな、などいろいろな情報が目に入ってきます。それに気づくことが脳を刺激します。また体を動かすことは、運動神経を通って脳に刺激が入るだけでなく、骨や筋肉を丈夫にして、寝たきりや転倒予防にもつながります。息切れせず、関節が痛くならない程度で、ぶらぶら歩きを毎日の生活に取り入れてみてはどうでしょうか。

「何人かでわいわい話しながらぶらぶら歩く」。一石二鳥的に、二つをいっぺんにすることもできます。わいわい、ぶらぶらを生活に取り入れてみてはどうでしょうか。体に無理のない範囲でお願いします。（平野区医師会理事 吉村雅史医師）

問合せ　保健福祉課(地域福祉)33番窓口　電話　4302-9857

各種検診のお知らせ

検診内容･対象･料金等

●肺がん（40歳以上／無料）

 ※喀痰検査については400円

11月29日（金）　9:30〜10:50　区役所2階検診フロア

12月16日（月）　9:30〜10:50　区役所2階検診フロア

12月22日（日）　9:30〜10:50　区役所2階検診フロア

令和7年1月12日（日）　9:30〜10:50　区役所2階検診フロア

令和7年1月22日（水）　13:30～14:50　区役所2階検診フロア

要予約

検診内容･対象･料金等

●乳がんマンモグラフィ

（40歳以上の女性／1,500円 2年に一度受診可＝令和5年度に受診された方を除く。）

●骨粗しょう症（18歳以上／無料）

日時･会場

11月29日（金）　13:30〜14:50　区役所2階検診フロア

12月16日（月）　13:30〜14:50　区役所2階検診フロア

12月22日（日）　9:30〜10:50　区役所2階検診フロア

令和7年1月12日（日）　13:30〜14:50　区役所2階検診フロア

令和7年1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29日（金）　9:30〜11:00、13:30〜15:00　区役所2階検診フロア

12月16日（月）　9:30〜11:00、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11日（月）　10:00〜11:00　区役所2階検診フロア

12月9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（40歳以上の大阪市国民健康保険･後期高齢者医療制度加入の方／無料）

★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20日（水）　9:30〜11:00　区役所2階検診フロア

11月29日（金）　9:30〜11:00　区役所2階検診フロア

12月7日（土）　9:30〜11:00　北部サービスセンター

12月16日（月）　9:30〜11:00　区役所2階検診フロア

12月22日（日）　9:30〜11:00　区役所2階検診フロア

予約不要

令和7年1月から3月までの検診は、11月11日（月）から受付を開始します。

●大腸がん検診（40歳以上/300円）は、検診のお申し込み（要予約）をいただきましたら、検査キットをお送りします。提出は上記肺がん検診及び乳がん検診実施日の受付時間中であれば提出していただく事ができます。提出日の予約は不要です。

申込／電話、窓口または行政オンラインシステムで受付。※定員になり次第、受付を終了しますので、ご了承ください。

★令和6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（二次元コード）

平野区役所ホームページ（二次元コード）

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。

「ふるさと寄附金」で平野区にご支援をお願いします！！

　平野区では、将来ビジョンにおける「笑顔輝くまち　ひらの」の実現に向けた施策の充実に役立てるため、皆さんの寄附を募集しています。

　寄附金は活用先をご指定いただけますので、平野区をよりよいまちにするため、平野区を応援したい、平野区に貢献したいとお考えの際には、ぜひご協力をお願いします。

＜寄附の活用例＞

・高校生活を継続することが困難な高校生に向けた支援

・地域の福祉支援体制の構築

・区民の安心につながる子育て、防災、健康づくりなどの事業　等

＜税制上の優遇＞

寄附金額に合わせて、一定の限度まで、住民税の減額等、税制上の優遇を受けることができます。

（二次元コード）

問合せ　ふるさと寄附金に関すること

総務課　51番窓口　電話　4302-9625

平野区の施策に関すること

政策推進課（政策推進）23番窓口　電話　4302-9683

Vol.10　ひらの百歳通信

ひまわりブラザーズの百歳体操に伺いました！

（写真）

（写真）▲百歳体操の様子

　出戸南第1住宅１町会にお住まいの約20名の方が参加されています。

　「みんなの体操」をした後に、百歳体操が始まります。「家で一人で体操するより、みんなとすることが大切」、「顔を合わせることが楽しみ」、「百歳体操があるから外に出ようと思うし、生活リズムが整う」という声がありました。開始時間前から早めに集まってお話をしたり、お互いに「水分摂りやー」と呼びかけたり、百歳体操以外の場でもつながりができ、交流したりしています。

　また、この日は雨で、参加されている方が少なかったのですが、欠席の人の体調を気遣う声も聞かれ、地域の見守りにつながっています。

　百歳体操に興味がある方はぜひ下記問い合わせ先までご連絡ください。

問合せ　保健福祉課（保健活動）34番窓口　電話　4302-9968

ひらのく読書運動

翠星チークダンスのオススメ図書

（写真）平野区住みます芸人翠星チークダンス　ちろるさん　木佐くん

（書影）ばあばに えがおを とどけてあげる

評論社

作／コーリン・アーヴェリス

絵／イザベル・フォラス

訳／まつかわまゆみ

おばあちゃんから笑顔が消えたのが悲しくて、おばあちゃんに笑顔を取り戻してもらうために、わぁーい！を探す孫の話なんですが、めちゃくちゃほっこりしました。車椅子が描かれていたのでおばあちゃんはあまり外出することがなくなったのかな。大好きなばあばのために、喜びを求めて探し歩けるお孫ちゃんは素敵だなと思いました。でも一番ばあばが嬉しいのは、きっと会いに来てくれることそのものなのかな？とおもいました。お孫ちゃんとお出かけしてるばあばは最高の笑顔でした(^ ^)

ひらのく読書運動　翠星チークダンスのオススメ図書に関すること

問合せ　政策推進課　23番窓口　電話　4302-9683

平野区内の学校園におけるSDGsの取組みを紹介します!

（写真）

（写真）

【常磐会学園大学と近隣小学校・幼稚園の交流会】

　常磐会学園大学は区内にある唯一の大学です。平成20年に同大学を経営する学校法人常盤会学園は平野区役所と連携協定を結び、今年10年目を迎える「こども英語スピーチコンテスト」をはじめ、様々な分野でご協力を頂いております。

　令和7年4月には、「大阪常磐会大学」に名称変更することを機に、特別支援学校教諭免許状取得課程を設けるとのことであり、心理・発達支援や特別支援教育を専門とする複数の先生方を招き、教育課程の充実を進められております。

あわせて地域貢献の一環として、法人内に「発達相談支援センター（仮称）」が開設される予定であり、平野区内学校園からの、支援を要する児童への対応などの相談に応じる体制づくりも進められています。ニーズ量の予測が難しいことから、今回、大学と近隣の小学校・幼稚園との交流会を開催する運びになりました。

　少子化の影響で、平野区でもこどもの数は減少しています。しかし、支援を要するこどもの数は増加傾向にあり、また、さまざまな要因から不登校になるこどもも増え続けています。

　会議には、常磐会学園大学から大森学長、清水教授をはじめ、国際こども教育学部の先生方が参加。少人数のグループ形式で、小学校や幼稚園の先生方から、教育現場の現状と課題が報告され、最新の学術研究を踏まえた対応方法などを紹介いただきました。予定の時間が終了しても、ご意見をお伺いしたいことが多く、時間を延長して意見交換が続けられました。

　このような機会をご提供いただきました常磐会学園大学の皆様、ありがとうございました。

問合せ　政策推進課（教育）23番窓口　電話　4302-9903

11月30日は「いい看取り・看取られ」人生会議の日

～考えたこと、ありますか？人生最期の過ごし方～

　命の危機が迫った状態になると、約70％の方が医療やケアなどを自分で決めたり、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を「アドバンス・ケア・プランニング（ACP）」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です。

　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。

　人生会議を重ねることで、あなたが自分の気持ちを話せなくなった「もしものとき」には、あなたの声を伝えることができるかけがえのないものになりえます。

進め方の例

STEP1　治療する際に、大切にしたいことを考えてみましょう

STEP2　もしものとき、あなたの思いを伝えてくれる人を選びましょう どんな時でもあなたの希望を尊重できる人

STEP3　かかりつけ医に質問してみましょう

STEP4　希望する医療やケアについて話し合いましょう

STEP5　書き留めておきましょう 話し合った内容は記録として書き残し、周囲と共有しておきましょう

何度も、繰り返し考えていきましょう

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？

参考資料等はこちらからご確認ください▶︎（二次元コード）

問合せ　保健福祉課(地域保健)32番窓口　電話　4302-9882

「広報ひらの」の広告を募集しています

「広報ひらの」は毎月107,000部発行し、区内全てのご家庭・事業所に1部ずつお届けしています。

料金一覧表

［掲載場所］1面の最下段

［金額］50,000（円／月）

［掲載場所］裏面の最下段

［金額］40,000（円／月）

［掲載場所］中面の最下段

［金額］30,000（円／月）

詳しくは平野区役所ホームページをご覧ください。

ホームページはこちら▶（二次元コード）

問い合わせ　政策推進課　23番窓口　電話　4302-9683

●区の人口　185,396人　●世帯数　94,697世帯　［令和6年10月1日現在推計］