広報ひらの

2025年（令和7年）9月号　No.352

◆1面

平野区の花　わたの花

ひらちゃんのわたの実からなぁに？

ページをめくってわたの実といっしょのひらちゃんを探してね。

わたの実の中には何が入ってるかな？

答えは平野区Xに！

#ひらちゃんをさがせ

平野区マスコットキャラクター「ひらちゃん」

9月は高齢者福祉月間です

高齢者がいつまでも安心して暮らし続けることができる平野区をめざして

「集う場（認知症カフェ等）」をご存知ですか？

　「集う場（認知症カフェ等）」とは、地域の中で認知症の方やその家族が気軽に立ち寄ることができ、悩み事の相談や情報交換等を通じて孤立予防や介護負担感の軽減をはかることができる場のことです。平野区では、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを推進するため、「集う場（認知症カフェ等）」の取り組みを支援しています。

（写真2枚）

公表について了解されている平野区内の「集う場（認知症カフェ等）」はこちらの二次元コードから検索できます。（二次元コード）

掲載されていない「集う場（認知症カフェ等）」が開催されている場合があります。詳しくはお問い合わせください。

問合せ　保健福祉課（地域福祉）33番窓口　電話　4302-9857

長吉地域包括支援センター　電話　6790-0766

ひらのオレンジチーム　電話　6777-9030

「ひらの百歳☆きらめき講座」を開催しています！

　百歳体操に参加するだけで、自然と健康になり認知症も予防できる場に！

いきいき百歳体操　毎回30分＋ひらの百歳☆きらめき講座　全100講座！！

運動・身体活動　社会活動・交流　認知トレーニング　疾病管理　栄養・食事　高齢者の生活の安心

関係機関・企業等から様々な専門職が出向いて認知症予防等につながる講座を行います！

講座の一例

医師会（写真）

歯科医師会（写真）

訪問看護師（写真）

レッドハリケーンズ大阪（写真）

演奏ボランティア（社会福祉協議会）（写真）

大阪常磐会大学（写真）

　現在、区内34か所の百歳体操の場で順次開催しています。（講座の実施回数や内容はグループにより異なります。詳しくは、下記問い合わせ先へお尋ねください。）

問合せ　保健福祉課（保健活動）34番窓口　電話　4302-9968

平野区健康まつり -平野区万博-　無料

こどもから高齢者まで楽しめる健康イベントを開催します!これを機会に健康づくりに取組みませんか？

日時　9月27日（土） 14：00 ～16：00

場所　コミュニティプラザ平野（平野区民センター）

※お車でのご来場はご遠慮くださいますようご協力をお願いします

主催　平野区健康まつり実行委員会

（二次元コード）

内容　病気相談、歯科相談、お薬相談、吹き戻しチャレンジ、片足立ち測定・握力測定、アルコール体質チェック、骨粗しょう症検診、結核健診、エプロンシアター、バルーンアート、マイエコバックづくりなど

プレゼント

アンケートにご協力いただいた方に「万博グッズ」を、スタンプラリーで5個以上スタンプを集めた方に「記念品」をプレゼントします！

※数に限りがあります

問合せ　保健福祉課（地域保健）32番窓口　電話　4302-9882

今月のTOPICS

お知らせ、子育て、防災・防犯　2面

防災・防犯、くらし、募集・催し　3面

募集・催し、健康情報　4面

平野区×EXPOニュース 他　8面

平野区　X　（二次元コード）

子育て　LINE　（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）（二次元コード）

◆2面

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

令和８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。

希望調査票の提出締切日：10月31日（金）必着

対象　令和8年4月に、小学校または中学校に入学を予定されている区内在住の方

提出先／区役所　住民情報課（就学担当）16番窓口

※通学区域は、住所地により指定されています

問合せ　政策推進課（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

令和７年度「平野区二十歳のつどい」における協賛企業を募集します！

　協賛方法を次の4通りでご用意しております。詳しくは平野区ホームページをご確認ください。

協賛方法（1）プログラム

参加者全員に配布するプログラム内に広告を掲載します。

協賛方法（2）チラシ

当日の参加者全員に配布する記念袋に同封します。

協賛方法（3）アナウンス（2枠程度）

当日の会場内で紹介アナウンスを実施します。

協賛方法（4）物品

当日の参加者全員に配布する記念袋に同封します。

締切　12月5日（金）

平野区ホームページはこちら▶（二次元コード）

問合せ　安全安心まちづくり課　21番窓口　電話　4302-9734

子育て情報

乳幼児健診のお知らせ

　対象の方には事前に個別にご案内します。ご都合がつかない場合は日程変更もできます。

● 3か月児健康診査

9月 5日(金) 令和7年4月30日～5月16日生まれ

9月19日(金) 令和7年5月17日～31日生まれ

● 1歳6か月児健康診査

9月 4日(木) 令和6年2月 7日～27日生まれ

9月18日(木) 令和6年2月28日～3月16日生まれ

●3歳児健康診査

9月11日(木) 令和4年2月13日～3月3日生まれ

9月25日(木) 令和4年3月 4日～16日生まれ

※対象生年月日は変更となる場合があります

詳しくはこちら▶（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

保育施設等の入所申込受付

　令和8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んの申込み受付をします。

●申込書配付

期間／9月4日（木）～10月15日（水）

場所　「第1希望」の保育所・認定こども園・小規模保育施設および区役所

●受付予約開始日

日時　9月8日（月） 9：00開始予定

大阪市行政オンラインシステムでの申込受付日時の予約が必要です。

●申込受付

日時　10月1日（水）～15日（水） 9：00～17：00（土・日・祝日除く）

場所　区役所 3階 会議室

※詳細はホームページをご覧ください

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）33番窓口　電話　4302-9857

プラザのおたんじょうびおめでとう　無料

　毎月１回（第4金曜日）お誕生日会を開催しています。スタッフによる催しと手形スタンプの色紙をプレゼントしています。ぜひご参加ください。

日時　9月26日（金） 11：00～11：30

場所　平野区子ども・子育てプラザ

対象　乳幼児と保護者

定員　30名

申込　誕生日月の1日～前日までに手形を作成しに来てください

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

9月21日～ 30日は秋の全国交通安全運動期間です

二輪車交通事故防止

●ドライバーの皆さん

二輪車は実際よりも、遅く、遠くに見えます。

交差点を通行する際は、速度を控え、しっかりと対向車線の二輪車の動きに注意しましょう。

●ライダーの皆さん

交差点では直進が優先という意識を持たず、速度を控え、周囲の安全を確認し、対向車線の車両の動きに注意しましょう。

●自転車を利用する皆さん

自転車の違反に「青切符」が導入されます。

令和8年4月1日から、信号無視や一時不停止、ながらスマホ、右側通行等の悪質危険な違反に対して、交通反則通行制度（青切符）が適用されます。

・対象となる違反行為は100種類以上

・対象となる年齢は16歳以上

・反則金額は原付バイクと同一

ヘルメットを着用しましょう。

自転車事故の死亡原因の約6割が頭部損傷です。万が一の時に備えてヘルメットを着用しましょう。

問合せ　平野警察署 交通課　電話　6769-1234

安全安心まちづくり課　21番窓口　電話　4302 9979

住宅用火災警報器、点検してますか？

　火災から命を守るための住宅用火災警報器は、すべての住宅に設置義務があり、10年で交換が必要です。定期的に点検し、反応がないものは交換しましょう。

？　点検はどうするの？

ボタンを押す、紐を引く等（取扱説明書をご確認ください）

？　どこで買えるの？

ホームセンターや電器店等

９月は高齢者セーフティネット強化月間です。高齢者を火災から守りましょう。

問合せ　平野消防署（予防担当）　電話　6790-0183

あなたの身近な相談相手「民生委員・児童委員」

　守秘義務を持ち、生活や福祉、介護、子育てなどに関する相談に応じ、必要な支援を受けられるよう、地域の専門機関へつなぐことが主な活動です。

　その他にも地域における高齢者やこどもを対象とした見守り活動等、安心して暮らせるまちづくりに向けた活動を行っています。

問合せ　保健福祉課（地域福祉）33番窓口　電話　4302-9941

「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）

■3面

平野消防署員による「生命を守る 身近な防火・防災教室」　無料

家庭でできる防災対策や、大切な命を守るポイントを学びませんか！

日時　9月25日（木） 13：30～14：30

場所　ひらりん（平野区老人福祉センター）2階

対象　市内在住で60歳以上の方

定員　50名（先着順）

持ち物　利用証（お持ちでない方は、お作りします。）上履き、水分補給の飲み物、筆記用具（必要であれば）

申込　8月15日（金）～ 電話または来館

11月12日（水）～14日（金）は「ひらりん文化祭」を開催します！

作品展示や舞台発表を大募集します。ぜひお問合せください！

詳しくはこちら▶（二次元コード）

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

くらしの情報

国民健康保険資格確認書の交付について

　令和６年12月をもって、これまでの健康保険証は新規発行が停止され、マイナ保険証を基本とする仕組みに移行しました。マイナ保険証をお持ちでない方には、国民健康保険資格確認書を交付しますが、マイナ保険証をお持ちの方でも、マイナ保険証での受診が困難な場合は、申請により資格確認書を交付します。親族等の法定代理人や介助者等による代理申請も可能です。

　現在の健康保険証は10月末に有効期限が切れるため、必要な方はお早めに申請してください。

問合せ　保険年金課　17番窓口　電話　4302-9956　FAX　6700-0193

区役所でのフードドライブ・ごみの相談コーナーについて

　毎月第３木曜日に、区役所のフロアで、フ－ドドライブとごみ減量・３R啓発・相談コ―ナ―を実施します。

日時　9月18日（木） 10：00～11：30

場所　区役所 １階

フードドライブの詳細はこちら▶（二次元コード）

問合せ　東南環境事業センター　電話　6700-1750　FAX　6706-2007

ご存じですか

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。

地域　長吉六反東

担当　月嶋

開設場所　六反東連合事務所（長吉六反5-7-8）　電話　6790-9075

開設時間　月～金　9：00～12：00　14:00～16:00

「ふれあい健康の館」にはたくさんの住民の方が来られています。

憩いの場として気軽にお越しください。

問合せ　平野区社会福祉協議会　電話　6795-2525

各種相談のお知らせ　9月・10月

※区役所１階で実施（精神保健福祉相談を除く）。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　9月4日、11日、18日、25日、10月2日、9日、16日、23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）正午から実施日当日10:00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。

問合せ　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　9月12日、10月10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　9月2日、10月7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　9月9日、10月14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　9月10日、10月8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　9月5日、10月3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　建築士相談

日程　10月15日（水）

受付方法・時間　当日1階窓口で受付（13：00～15：30）

問合せ　大阪府建築士事務所協会第七支部　電話　6946-7065　予約不可

相談名　若者（15～39歳）自立相談

日程　10月24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　ファックス　6344-2677

火～土曜日（祝日を除く）10：30～18：00

※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　9月1日(月)、8日(月)、10日(水)、10月6日（月）、8日（水）、20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

図書ボランティア(高齢者福祉施設)募集　無料

　平野図書館を拠点に、区内の高齢者福祉施設等で活動するグループに参加し、図書の貸出や紙芝居の実演などをしていただくボランティアを募集します。

日時　（1）9月30日（火）　（2）10月7日（火）　（3）10月21日（火）　（4）11月5日（水）

（1）（2）（3）は10：00～12：00、（4）13：00～15：00

場所　（1）（2）（3）大阪市立中央図書館、（4）平野図書館

定員　5名程度（先着順）

締切　9月16日（火）

申込　8月10日（日）～　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

大阪常磐会大学 公開講座

　大阪常磐会大学では、地域貢献の一環として春と秋に公開講座を開催しています。講座については、大阪常磐会大学のホームページで9月5日（金）に公開、また9月8日（月）（予定）区役所にもチラシを設置予定です。

（一例）前年度に開催した講座

【初歩のウクレレ】【あそんでびじゅつ】【テーブル茶道】【古地図から昔の大阪の姿を考える】など

詳しくはこちら▶（二次元コード）

問合せ　大阪常磐会大学公開講座事務局（平野南4-6-7）　電話　6709-0625

ものづくりを楽しもう！クラフトパークフェスタ2025

　毎年恒例のクラフトパークフェスタを開催します！！様々な企画や体験を通して、ものづくりをみて・つくって・楽しめる１日です。

◉クラフトパークでSDGs！

【端材でecoツリーをつくろう！】

【こども服のリユース（無料譲渡）】

※お持ち帰り用のかばんや袋をご用意ください

◉企画展示【みんなのクラフト写真展】

◉９工房による限定特別体験教室

◉アートマーケット

◉平野区生涯学習ルーム発表会　など

日時　10月5日（日） ９:30～17:00　※企画により終了時間は異なる

場所　大阪市立クラフトパーク

対象　どなたでも　※体験教室により異なる

持ち物　体験教室申込時にお伝えします

料金　500～5,500円　※体験教室により異なる

申込　受付中　電話または来館（先着順）※当日受付の教室もあります

詳しくはこちら▶（二次元コード）

問合せ　クラフトパーク（長吉六反1-8-44）　電話　4302-9210

「広報ひらの」は毎月107,400部発行し、9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。

◆4面

平野区　小学生・中学生英語スピーチコンテスト2025　無料

　今年も平野区小学生・中学生　英語スピーチコンテストを開催します。動画による一次審査で各部門において上位3名を選出し、最終審査では会場でスピーチを披露いただき、順位を決定します。詳細はホームページをご覧ください。

最終審査及び表彰式　11月15日（土）14：00～16：00　平野区役所

対象　区内在住または在学の小学1年生～中学3年生

申込　大阪市行政オンラインシステム

部門／小学生A（1～3年）・小学生B（4～6年）・中学生（1～3年）

参加申込期間／9月5日（金）～19日（金）

動画提出期間／9月22日（月）～10月1日（水）

監修／大阪常磐会大学　国際こども教育学部　アレックスM．林 先生

詳しくはこちら▶（二次元コード）

問合せ　政策推進課（教育）23番窓口　電話　4302-9903

みんなで歌う想い出のJ-POP　～腹式呼吸で健康づくり～

　70～80年代のJ-POPを歌いながら、楽しく健康づくりしませんか。声を出すことで心も体も元気になり、脳の活性化やストレス解消にもつながります。

日時　全8回　9月30日、10月7日、10月21日、10月28日、11月11日、11月18日、12月2日、12月9日（火）13：00～14：00

予備日：12月16日(火)

場所　クレオ大阪南

対象　どなたでも

定員　30名（申込先着順）

持ち物　筆記用具

料金　10,000円（1回当たり1,250円）

締切　12月7日（日）

申込　ホームページ、、ファックス、電話または窓口

詳しくはこちら▶（二次元コード）

問合せ　クレオ大阪南（喜連西6-2-33）　電話　6705-1100　FAX　6705-1140

歴史講座 三國志　改めて読む三國志6人の皇帝

（1）後漢の霊帝（劉宏）動乱の始まり 9月27日（土）

（2）後漢の献帝（劉協）滅亡する王朝 10月4日（土）

（3）魏の文帝（曹丕）王者と覇者と 10月18日（土）

（4）呉の大帝（孫権）長期政権の難しさ 10月25日（土）

（5）蜀漢の後主（劉禅）閉塞感の中で 11月2日（日）

（6）西晋の武帝（司馬炎）統一その後 11月15日（土）

各回：開場13：00　開演13：30～15：00

場所　平野区画整理記念会館

定員　各回100名

料金　前売り：（全回分）5,500円　（1回分）1,100円　当日：（全回分）6,050円　（1回分）1,320円 ※テキスト代込

締切　当日（定員に達し次第終了）

申込　会館窓口またはチケットぴあ

問合せ　平野区画整理記念会館　電話　6702-0513

平野区役所　区民ギャラリー展示

日時　9月11日（木）～24日（水）

内容　個人作品展

団体　（一財）大阪市コミュニティ協会平野区支部協議会

日時　9月25日（木）～10月8日（水）

内容　和紙ちぎり絵

団体　和紙ちぎり絵

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

健康情報

ひらの・脳ハッスル講座　無料

　生活習慣病予防や介護予防について一緒に学びませんか。全５回で、４回以上参加された方に修了証をお渡しします。

　時間はいずれも13：30～15：45、場所は区役所 ２階集団検診室（背戸口3-8-19）

【１回目】日時　10月7日(火)

「平野区ってどんなまち？健康情報を知ろう」

講師：保健師

「やってみよう！百歳体操」

講師：健康運動指導士

【２回目】日時　10月14日(火)

「今日から実践！運動・体操」

講師：理学療法士

「自分の身体を知ろう！体力測定と血管年齢測定」

講師：保健師、健康づくり推進協議会

【３回目】日時　10月20日(月)「食事は楽しく・おいしく・バランスよく」

講師：管理栄養士

「お口の健康」講師：歯科衛生士

【４回目】日時　10月31日(金)

「認知症と認知症予防について学ぼう」

講師：認定心理士

「ボランティアやってみませんか？？」

講師：平野区社会福祉協議会

【５回目】日時　11月11日(火)

「骨・カルシウムセミナー」

講師：雪印メグミルク

「健康づくり推進協議会・ファミリーサポートの紹介」

講師：健康づくり推進協議会会長・平野区子ども・子育てプラザ

対象　区内在住の方

定員　30名程度　※応募多数の場合は先着順

持ち物　筆記用具、水分、講義資料ファイル（1日目に配付）、動きやすい服装と靴

締切　9月30日（火）

申込　9月1日（月）～ 電話、窓口またはオンライン

詳しくはこちら▶（二次元コード）

問合せ　平野区保健福祉センター　保健福祉課（保健活動）34番窓口

電話　4302-9968

生活習慣病予防の調理実習　9月のテーマは「ゴミ削減」

内容／ゴミ削減についてのお話・調理実習

日時　9月25日(木) 10：30～13：00

場所　区役所 ２階 栄養講習室

対象　区内在住の方

定員　20名(先着順)

持ち物　エプロン、三角巾・バンダナ等、マスク、手拭き用タオル、食器用ふきん2枚

料金　600円(調理材料費として) ※当日徴収

締切　9月17日(水)

申込　9月9日(火)～ 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

お肉は十分に加熱して食べましょう！

　カンピロバクター食中毒が多発しています。

鶏肉の刺身やタタキが原因⁉

〇鶏肉『新鮮＝安全』ではありません！

カンピロバクターは新鮮な鶏肉ほど生き残っている！

少ない菌量で食中毒を発生させるので注意が必要！

〇お肉を調理する時は中心部まで十分に加熱！

（中心部75℃以上１分間以上）

〇お肉を取り扱った後は、十分な手洗いが大切！

〇調理器具の洗浄消毒を徹底しましょう！

問合せ　保健福祉課（地域保健）32番窓口　電話　4302-9973

酒害教室

～正しい知識と理解を深めませんか？～　無料

　アルコール問題と向き合っている方が体験を語り合って回復をめざす教室です。毎回専門医のお話や当事者の体験談があります。ご家族や支援者も歓迎します。

日時　第2金曜日 14:00～16:00

場所　区役所 １階 研修室

対象　アルコールなしの生活をめざす方、ご家族のアルコール問題に悩む方、アルコール問題のある方の支援者など

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　●肺がん（40歳以上）　無料　予約

※喀痰検査については400円

日時　9月17日（水）、11月30日（日）9：30～11：00

会場　区役所2階 検診フロア

検診内容・対象・料金等　●肺がん（40歳以上）　無料　予約

※喀痰検査については400円

日時　10月1日（水）、11月9日（日）、12月12日（金）13：30～15：00

会場　区役所２階 検診フロア

検診内容・対象・料金等　●乳がんマンモグラフィ　予約

（40歳以上の女性/1,500円 2年度に一度受診可＝令和６年度に受診された方を除く。）

日時　10月1日（水）、11月9日（日）13：30～15：00

会場　区役所2階 検診フロア

検診内容・対象・料金等　●骨粗しょう症　無料・予約

（18歳以上）

日時　11月30日（日）9：30～11：00

会場　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　予約不要

日時　9月17日（水）、10月19日（日）9：30～11：00

会場　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　予約不要

日時　10月1日（水）、11月9日（日）13：30～15：00

会場　区役所２階 検診フロア

検診内容・対象・料金等　●結核健診　無料　予約不要

（15歳以上）

日時　9月18日（木）10：00～11：00

会場　区役所２階 検診フロア

検診内容・対象・料金等　●特定健診　無料　予約不要

（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）

★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　9月6日（土）、17日（水）、27日（土）、10月19日（日）9：30～11：00

会場　区役所2階 検診フロア

検診内容・対象・料金等　●特定健診　無料　予約不要

（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）

★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　10月1日（水）13：30～15：00

会場　区役所2階 検診フロア

令和7年10月から12月までの検診は、8月13日（水）から受付を開始しています。

●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。すでに予約受付を終了している場合があります。

★令和7年度の検診日程は、広報ひらの３月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。

◆8面

広報ひらのはスマホからもご覧いただけます

デジタルブック▶（二次元コード）

日頃からの備えが大切です!!

　９月１日は防災の日、この日を含む１週間は「防災週間」です。

　阪神・淡路大震災では、約35,000人が生き埋め等になりその約30％近くが、隣人・友人（共助）によって救助されています。一方で救助隊等（公助）に救助された人は、２％にも満たない状況でした。

　また、平成30年7月の西日本豪雨災害でも近隣・町会の方が避難の声掛けをお互いにすることで助かっています。

　これらは普段から「つながり」と「きずな」があったからです。お互いのことを知っているからこそ助けること・助けてもらうことができます。

　平野区内の各地域では、連合振興町会をはじめとした町会・自治会など地域で活動する団体が主催の防災訓練などが実施されています。このような防災訓練の運営は、地域防災リーダーが主となって企画・運営し、また、お住まいのみなさんは、さまざまな活動を通じて顔が見える関係になることで地域における災害時の対応に備えています。

自分と家族の命を守る・つなぐためにも、町会・自治会に加入や活動への参加を通じて「つながり」と「きずな」をつくりましょう！

問合せ　安全安心まちづくり課　21番窓口　電話　4302-9734

令和7年国勢調査を実施します！

～統（10）計で、あなたの位置（1）を照らします～

回答期間　9月20日（土）～10月8日（水）

●国勢調査は、日本に住んでいるすべての人と世帯（外国人も含む）を対象に、10月1日を期日として実施されます。

●調査員が皆さまのご自宅を訪問し、調査書類をお届けしますので、スマートフォンやパソコンからインターネット回答をお願いします。

●調査票に回答を記入し、調査員に提出または封筒に入れて郵送することもできます。

国勢調査をよそおった「かたり調査」にご注意ください

○調査員は、顔写真付きの「調査員証」または「国勢調査業務委託証明書」を持っています。

○金銭の要求や預金、収入、負債、銀行口座やクレジットカード情報を聞くことはありません。

詳しくは大阪市ホームページをご覧ください。「令和7年国勢調査を実施します！」

（二次元コード）

問合せ　令和7年国勢調査大阪市平野区実施本部　電話　4302-9625

平野区内の学校園におけるSDGsの取組みを紹介します！

瓜破北幼稚園のビオランドおめでとうの会

　瓜破北幼稚園には、広い園庭があり、田んぼや畑、さまざまな生き物と出会える野草園・ビオトープの池などの豊かな自然環境に恵まれ、地域、園児の保護者、NPOや民間企業、大学等と連携し、園内にビオランドを整備しております。

　この日は、ビオランド再生に協力いただいた方々、「ビオトープ」を通した環境教育に携わっている「bioa」、幼稚園のビオランドの歌を作詞作曲いただいた方、防災教育に協力いただいた計6名の方々に、平野区長から表彰状が送られ、園児たちの大きな歌声で、ビオランドをお祝いしました。

（写真）

問合せ　政策推進課（教育）23番窓口　電話　4302-9903

チアダンスの世界大会で優勝した増田 倖那さんが区長を表敬訪問されました

　チアダンスの本場アメリカで5月に開催されたチアダンスの世界大会「The Dance SUMMIT 2025」で優勝したチアダンスチーム「DTD CHEERDANCE TEAM」に所属する、長吉出戸に在住の増田 倖那（マスダ ユキナ）さん（16歳、大谷高校2年生）が区長を表敬訪問されました。

　増田さんは「優勝できた理由は、楽しんで演技できたことと、振り・かけ声が前に出る感じで、一体感をいつも以上に感じられたこと。アメリカでは素晴らしい演技をした人すべてをほめてくれることが心に残っている。」と、キラキラした笑顔で語ってくれました。

（写真）

問合せ　政策推進課（教育）23番窓口　電話　4302-9903

Vol.17　ひらの百歳通信

新平野西百歳体操に伺いました！

（写真2枚）

　新平野西百歳体操は第2･4金曜日の13:30から新平野西コミュニティ会館で実施しています。

　約30名の参加者がいます。参加者の方々からは、「体が軽くなった」「百歳体操に来たらみんなと喋れるのが良い」等の声が聞かれました。百歳体操サポーターが百歳体操の前にストレッチを実施し、百歳体操終了後はカラオケもしています。また、脳トレのプリントも毎回配付！新規の方も百歳体操サポーターがサポートしてくれます。新平野西地域にお住いの皆さん、ぜひ百歳体操に参加してみませんか？ご連絡をお待ちしています！

ひらの百歳通信　検索

問合せ　保健福祉課（保健活動）34番窓口　電話　4302-9968

平野区×EXPOニュース

「大阪ウィーク～秋～」レギュラーイベント

平野マスターズ吹奏楽団特別演奏会　～平野は続くよどこまでも～【大平野絵巻】

日時　9月14日（日） 15:00～

場所　EXPOホール「シャインハット」

●平野区を音で表現し、音楽を通じて、平野区の魅力を世界に発信します！

●喜連中学校吹奏楽部・河内音頭・混声合唱団も大集合！

●当日の入場：入場無料（ただし、万博入場チケットは必要です。）万博公式サイトにて、7日前予約可能（500席）、一部当日席もございます。（200席程度）

問合せ　総務課　51番窓口　電話　4302-9625

加美北小学校とパプアニューギニア・ソゲリ小学校の交流

　加美北小学校では、「万博国際交流プログラム」を活用し、パプアニューギニア・ソゲリ小学校と交流を行っています。

7月16日（水）には、ソゲリ小学校から6名のこども達が加美北小学校を訪問しました。ソゲリ小学校のこども達は、加美北小学校の6年生と、日本のむかし遊び、プール授業、給食などを体験したり、お互いの国について発表をしたりと交流を深めました。

　また、7月21日（月・祝）には、大阪・関西万博会場でパブアニューギニアのナショナルデーの式典が開催され、両校のこども達が登場しました。こども達はパプアニューギニアの国旗がデザインされたシャツに身をつつみ、お互いの国歌を斉唱しました。

ナショナルデー式典に参加するこども達▲（写真）

だるま落としで遊ぶ様子▲（写真）

問合せ　政策推進課（教育）23番窓口　電話　4302-9903

作ってみよう！ひらちゃんクッキング

さつまいものカレーサラダ　＜1人分：141kcal＞

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紹介します。カレーの風味をいかした減塩サラダです。

材料（4人分）

さつまいも　小1本

きゅうり　2/3本

蒸し大豆　60g

塩　少々

（A）マヨネーズ　大さじ3

（A）カレー粉　小さじ1/2

作り方

（1）さつまいもは皮つきのまま1cm幅のいちょう切りにしてゆでる。やわらかくなったら水気をきり、熱いうちに半分くらいつぶしておく。

（2）きゅうりはうす切りにして塩をして絞り、水気をきる。

（3）ボウルに（1）、（2）と蒸し大豆を入れ、Aを加えてあえる。

●区の人口184,878人　●世帯数　95,643世帯　［令和7年8月1日現在推計］