

● 暮らしの情報

キッズファンク初級クラス【新設】

9月8日から

日時 毎週木曜日 16:30~17:30
場所 平野スポーツセンター トレーニングルーム スタジオ
内容 ヒップホップなどの音楽に合わせてダンスをします
対象 5歳から小学2年生 の方19名
料金 2か月8回 9,400円 **申込み** 料金を添えて来館
問合せ 平野スポーツセンター(平野南4-6-1) ☎6709-1255

(精神保健福祉ボランティア養成講座)こころのほかほか講座

無料

こころの病気のことを正しく理解し、ボランティア活動をはじめてみませんか?
日時 ①[訪問看護ステーションによる講演] 9月6日(火) 14:00~16:00
 ②[障がい当事者の話] 9月13日(火) 14:00~16:00
 ③[施設見学] 9月20日(火) 14:00~15:00
場所 ①②平野区社会福祉協議会(平野東2-1-30)
 ③NPO法人オリーブひらの(平野元町5-2)
対象・定員 市内在住・在勤で精神保健福祉ボランティア活動に興味のある方50名(先着順)
申込み Faxに住所・氏名・年齢・参加動機を記入し送付、または電話
締切日 8月26日(金)
主催 ボランティアグループ「ユニコーン」・平野区役所・平野区社会福祉協議会
後援 NPO法人オリーブひらの
問合せ 平野区社会福祉協議会 ☎6795-2525 FAX 6795-2929

つながろう ひらのまつり

無料

常磐会学園大学の学生と協働で人権啓発イベント「つながろう ひらのまつり」を開催します。
 今年のテーマは「多世代交流」。子どもたちがさまざまな世代と交流することにより、周りの人への思いやりの心や自分自身の大切さに気づききっかけになればと、学生によるペープサート「泣いた赤鬼」や、多世代交流クイズ大会(優勝グループには賞品も!)を行います。昔遊びや絵本コーナー、物販コーナーもあります。みんなで楽しみながら、人と人とのつながり、そして人権について考えましょう。
日時 8月20日(土) 11:00~15:00
場所 常磐会学園大学キャンパス(喜連東1-4-12)

平野を知ろう!ひらちゃん講座「平野の古文書を読んでみよう!」

無料

古文書とは?古文書の「いろは」や読み方を学び、江戸時代の古文書から平野郷・長原・川辺の名所旧跡などの紀行文を読んでみませんか。
日時 9月5日・12日(月) 14:00~16:00 [全2回]
場所 区役所 303会議室
定員 50名(申込み多数の場合抽選) 定員に達しなかった場合は、定員に達するまで先着順にて追加受付を行います。
講師 阪井 明氏(郷土史研究者) **締切日** 8月19日(金)必着
申込み ハガキ・Fax・Eメールに講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・当講座を知ったきっかけを記入し、〒547-8580 まちづくり推進室(まちづくり協働)まで送付、または電話・来庁
問合せ まちづくり推進室(まちづくり協働)②番窓口 ☎4302-9905 FAX 4302-9880
 ①:hiranomanabi@city.osaka.lg.jp

● 健康情報

酒害教室

無料

アルコールの飲みかたが問題になっている方が体験談を語り合い、回復をめざす教室です。
日時 毎月第2金曜日 14:00~16:00
場所 区役所 1階研修室
講師 医師・精神保健福祉相談員
対象 お酒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)④番窓口 ☎4302-9968

女性の健康力アップセミナー ~骨粗しょう症予防で骨美人♪~

無料

骨粗しょう症予防のための健康講座「講話」「体操」「栄養・ミニ調理実習」
日時 9月12日(月)・27日(火) 10:00~12:00 [全2回]
場所 区役所 2階検診フロア
対象・定員 区内在住の女性の方25名(先着順)
持ち物 [1回目]水分、フェイスタオル、筆記用具 ※運動できる服、靴で参加してください
 [2回目]エプロン、三角巾、食器用布きん(1~2枚)、手拭タオル、筆記用具
締切日 8月19日(金) **申込み** 電話または来所

各種検診のお知らせ

検診内容・対象・料金等	日時	会場	予約
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) ☆喀痰検査については400円	9/7(水) 9:30~10:30 9/24(土) 9:30~10:30 10/8(土) 9:30~10:30	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)	9/7(水) 13:30~14:30 9/19(月・祝) 9:30~10:30 10/2(日) 10:00~11:00 ※骨量検査なし	区民センター	
結核健診(15歳以上/無料)	8/18(木) 10:00~11:00	区役所2階 検診フロア	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	8/2(火) 9:30~11:00	加美北 小学校	

※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28年3月1日から募集を開始しているため、各回一定数に達し次第、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】または平野区役所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)②番窓口 ☎4302-9882

健康講座保健栄養コース

無料

地域で活動いただける食生活を中心とした健康づくりのリーダーを養成する講座です。「健康に過ごすための食生活」や「健康づくりと運動」などの講話や実習があります。
日時 8月31日、9月14日・21日、10月5日・19日・26日、
 11月2日・9日・16日(水) 9:30~12:00
場所 区役所 2階検診フロア
対象・定員 区内在住の方40名(先着順)
締切日 8月12日(金)
申込み 電話または来庁

生活習慣病予防の調理実習

生活習慣病予防のために、生活リズムを整え、栄養のバランスを考えることが大切です。上手に野菜をとる方法について実習します。
日時 8月30日(火) 10:00~13:00
場所 区役所 2階栄養講習室
内容 お話と実習(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25名(先着順)
持ち物 エプロン・三角巾・手ふき・食器用布きん(2~3枚)
料金 500円
申込み 8月9日(火) 10:00~12:00に区役所栄養講習室へ料金を添えて来庁