

こころのほかほか講座

～こころの病がある方への理解と接し方～

無料

一人ひとりが違うことを学び、寄り添い、わたしたちに何ができるか一緒に考えてみませんか。(全2回)

日時／

- ①11月21日(火) 臨床心理士からのおはなし
精神保健福祉総合研究所 代表 田村 雅幸 氏
- ②11月28日(火) 当事者のおはなし
- ①②どちらも14:00～16:00

場所／平野区社会福祉協議会3階 会議室

対象／区内で活動していただける精神保健福祉ボランティアに興味がある方

定員／30名 持物／筆記用具

申込／11月14日(火) 電話またはファックス

問合せ 平野区ボランティア・市民活動センター

☎6795-2200 ㊟6795-2929

リサイクル工作教室

～アロマキャンドルをつくらう～

無料

料理など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します。

日時／12月2日(土) 13:30～15:30

場所／平野図書館2階 多目的室

対象／どなたでも(小学生未満は保護者同伴)

定員／15名(先着順)

持物／空きガラスの容器(ジャムのビンなど口の広いもの)

申込／11月11日(土)10:00～12月1日(金)17:00
来館または電話

問合せ 平野図書館(平野東1-8-2) ☎6793-0881

ひふみ号による「花と緑の講習会」

無料

花と緑の講習会(草花の寄せ植え)を開催します。植物や緑に興味をお持ちの方、庭木や草花でお悩みの方、気軽にご相談ください。

日時／12月6日(水) 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 ☎6691-7200

ガレージセールinひらの～多世代交流～開催

無料

ご家庭にある不要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。

リサイクル教室など、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、食品ロスの削減などを目的として、ご家庭で余っている食品を持ち寄り、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。ご来場お待ちしております。

【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 ●紙おむつなど
- ※詳細はお問い合わせください

日時／11月12日(日) 11:00～14:00

場所／コミュニティプラザ平野 多目的ホール
(平野区民センター)(長吉出戸5-3-58)

問合せ 東南環境事業センター(ガレージセール担当)

☎6700-1750 ㊟6706-2007

第23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開催します。

日時／12月10日(日) 開場13:30 開演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)

定員／600名 料金／2,500円

申込／平野区民センター及び平野区民ホールの窓口

問合せ 平野区民センター(長吉出戸5-3-58)

☎6704-1200

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
☎4302-9968

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(金) 10:30～13:00

場所／区役所2階 栄養講習室

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6日(月)～10日(金) 電話

※区役所庁舎設備の改修工事の進捗状況によっては、開催を見合わせる場合がありますので、何卒ご了承ください

問合せ 保健福祉課(地域保健)③2番窓口
☎4302-9882

各種検診のお知らせ

検診内容・対象・料金等	日時	会場	予約	
<ul style="list-style-type: none"> ●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 	11月27日(月)	9:30～10:50	区役所2階 検診フロア	予約
	令和6年1月7日(日)	13:30～14:50		
	令和6年1月15日(月)	9:30～10:50		
	令和6年2月4日(日)	9:30～10:50		
	令和6年2月21日(水)	9:30～10:50		
●骨粗しょう症(18歳以上/無料)	11月19日(日)	13:30～14:50	区役所2階 検診フロア	予約
	11月27日(月)	13:30～14:50		
<ul style="list-style-type: none"> ●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4年度に受診された方を除く。) ●骨粗しょう症(18歳以上/無料) 	令和6年1月7日(日)	9:30～10:50	区役所2階 検診フロア	予約不要
	令和6年1月15日(月)	13:30～14:50		
	令和6年2月4日(日)	13:30～14:50		
	令和6年2月10日(土)	9:30～10:50		
●歯科健康相談(無料)	11月6日(月)	9:30～11:00	区役所2階 検診フロア	予約不要
	11月6日(月)	13:30～15:00		
	11月19日(日)	9:30～11:00		
	11月27日(月)	9:30～11:00		
●結核健診(15歳以上/無料)	11月13日(月)	10:00～11:00	区役所2階 検診フロア	予約不要
	11月27日(月)	10:00～11:00		
<ul style="list-style-type: none"> ●特定健診 (大阪市民健康保険・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 	11月6日(月)	9:30～11:00	北部サービス センター	予約不要
	11月19日(日)	9:30～11:00		
	11月27日(月)	9:30～11:00		
	12月2日(土)	9:30～11:00		

※行政オンラインシステムから、がん検診・骨粗しょう症検診の予約ができます

※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／電話または行政オンラインシステムで受付。令和6年1月から2月までの検診は、11月6日(月)から受付開始となります。

※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。

問合せ 保健福祉課(地域保健)③2番窓口 ☎4302-9882



行政
オンライン
システム



平野区役所
ホーム
ページ

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?人生最後の過ごし方～

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(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。全ての人が、人生会議をしなくてはならないというわけでは決してありません。あくまで個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。

一方で、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ます。

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?

参考資料等ははこちら▶



問合せ 保健福祉課(地域保健)③2番窓口
☎4302-9882

献血にご協力ください

無料

日時／11月29日(水) 10:00～12:00、13:00～14:30

場所／区役所1階 ピロティ 対象／18～69歳

持物／献血カード

申込／不要 直接会場にお越しください

問合せ 保健福祉課(地域保健)③2番窓口
☎4302-9882

