

平野区 小学生・中学生 英語スピーチコンテスト2023

無料

今年で第9回を迎える英語スピーチコンテストを開催します。一次審査は動画を応募いただき各区分で上位3名を選出します。最終審査では会場でスピーチを披露いただき、審査のうえ入賞順位を決定します。申込方法等の詳細は平野区ホームページをご覧ください。

監修:常磐会学園大学 国際こども教育学部教授 アレックスM.林 先生
日時/最終審査及び表彰式:11月18日(土) 14:00~16:00



場所/最終審査及び表彰式:平野区役所
対象/区内在住・在学の小学1年生~中学3年生
【区分】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7日(木)~21日(木)
動画提出期間/9月22日(金)~29日(金)
申込/大阪市行政オンラインシステム

問合せ 政策推進課(教育)②③番窓口 ☎4302-9903

クラフトパーク 秋の1日体験教室

秋限定のものづくり体験教室を開催!吹きガラス、陶芸、織物、金工など、本格的な工芸体験ができます♪



日時/8月20日(日)~11月12日(日)
場所/大阪市立クラフトパーク(長吉六反1-8-44)
対象・定員/小学1年生以上 2~6名 ※教室により異なります
持物/申込時にお伝えします

料金/2,500~4,000円(材料費込み)
申込/申込受付中(先着順) 電話または窓口
※空きがあれば当日予約も可能



※詳しくはクラフトパークのホームページで確認ください

問合せ 大阪市立クラフトパーク(長吉六反1-8-44) ☎4302-9210

図書ボランティア(高齢者福祉施設)募集

無料

平野図書館を拠点とするボランティアグループに参加し、図書の貸出や紙芝居実演などのボランティア活動をしてくださる方を募集します。原則として講座を全回受講ください。(全4回)



日時/①9月27日(水)②10月4日(水)③10月11日(水)④11月1日(水)
①②③は10:00~12:00、④13:30~15:00

場所/①②③大阪市立中央図書館、④平野図書館
定員/5名程度(申込先着順)
締切/9月13日(水)
申込/8月10日(木)~ 電話または来館

問合せ 平野図書館(平野東1-8-2) ☎6793-0881

10歳若返りダンス教室

無料

楽しくダンスを踊りながら認知症や介護予防、転倒予防、そして食習慣や生活習慣の改善、口腔ケアなどを同時に学んで、健康な体を手に入れ、10歳若返りにチャレンジしましょう!(8回すべてに参加をお願いします)

日時/①10月11日(水)②18日(水)③25日(水)④11月1日(水)⑤8日(水)⑥15日(水)⑦22日(水)⑧29日(水) 全8回
①⑦は10:00~12:00 他は10:00~11:30

場所/ひらりん(平野区老人福祉センター)
対象/区内在住の60歳以上で全8回すべてに参加できる方(区外の方は要相談)
※血圧や体調に不安があればご連絡ください

定員/50名(定員を超えた場合は抽選、9月28日(木)以降に当選者のみ電話連絡)

持物/体育館シューズ、タオルなど運動できる服装、水分補給用の飲み物

締切/9月27日(水)
申込/9月1日(金)~ 電話または来館

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) ☎6793-0880



ガレージセールinひらの~多世代交流~ 出店者募集

無料

ご家庭にある不用品物を必要な方へ譲ってもらうための催しです。

日時/11月12日(日) 11:00~14:00(雨天決行)
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)

対象/区内在住の方
定員/40ブース(申込多数の場合は抽選)
締切/9月29日(金)必着
申込/往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・出店するものを明記し、〒547-0023 瓜破南1-3-40 東南環境事業センターまで郵送してください。※消せるボールペンで書かないでください

問合せ 東南環境事業センター(ガレージセール担当) ☎6700-1750 ☎6706-2007

平野区民センター講習会

からだメンテナンス運動教室、ヨーガ、太極拳、ハワイアンフラダンス、茶道教室

※日時、対象・定員、持物、受講料等は平野区民センターなどに配架のチラシをご覧ください

場所/コミュニティプラザ平野(平野区民センター)
申込/申込書に受講料を添えて窓口

問合せ 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) ☎6704-1200 ☎6704-1421

健康情報

生活習慣病予防の調理実習

今月のテーマ「バランスよく食べ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/9月15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/9月6日(水)~12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 ☎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
●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	10月25日(水)	区役所2階 検診フロア	予約
	11月6日(月)		
	11月19日(日)		
	11月27日(月)		
●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)	11月6日(月)	区役所2階 検診フロア	予約不要
	11月19日(日)		
	11月27日(月)		
●歯科健康相談(無料)	9月17日(日)	区役所2階 検診フロア	予約不要
	9月29日(金)		
	9月29日(金)		
●結核健診(15歳以上/無料)	9月25日(月)	区役所2階 検診フロア	予約不要
	9月17日(日)		
	9月23日(土・祝)		
●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	9月29日(金)	区役所2階 検診フロア	予約不要
	9月29日(金)		

※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、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、受付終了しますので、ご了承ください。令和5年10月から12月までの検診は、8月7日(月)から受付を開始しているため、すでに予約受付を終了している場合があります

★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

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。※いずれも13:30~15:45(受付は13:00から)

【1回目】10月18日(水)
内容/講話「平野区の高齢者のいま」 他
【2回目】10月25日(水)
内容/講話・実践「レッツ!みんなで脳トレ」 他
【3回目】11月1日(水)
内容/実践「今日から実践!運動・体操」 他
【4回目】11月8日(水)
内容/実践「今日からレベルアップ!いきいき百歳体操」 他
【5回目】11月15日(水)
内容/講話「骨・カルシウムセミナー」 他
場所/平野区民ホール(平野南1-2-7)
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)
持物/筆記用具、A4ファイルが入る袋
申込/9月7日(木)~30日(土) 電話、窓口またはオンライン



問合せ 保健福祉課(保健活動)③④番窓口 ☎4302-9968

統合失調症の家族教室

無料

病気の知識や接し方、問題解決やストレス解消方法など悩みをともに話し合いませんか。本人を支えるご家族もより豊かな人生を送るために一緒に学びましょう。ご参加をお待ちしています。まずはご連絡ください。

日時/毎月第4月曜日 14:00~16:00
場所/区役所2階 201会議室
対象/統合失調症者のご家族 申込/電話または来庁

問合せ 保健福祉課(保健活動)③④番窓口 ☎4302-9968

朝ごはんは元気の源です!



大阪市では、朝ごはんを食べる習慣を再認識するきっかけとなるよう、9月を「朝食月間」と定めています。

朝ごはんの役割
○活動力アップ! ○からだの目覚め!
○集中力アップ! ○肥満予防等

大阪市食育推進キャラクター「たべやん」

問合せ 保健福祉課(地域保健)③②番窓口 ☎4302-9882