

第20回史跡・平野環濠跡
草刈りおよび近隣公園清掃



平野環濠跡は、大阪市の都市景観資源に登録され、残された数少ない史跡であり、平野郷の自治都市を外敵から守った堀の跡でもあります。この地域の宝を美しく保存していくため、草刈り等を行います。また、子ども達の安全・衛生のため、隣接する杭全公園の清掃も行います。ぜひご参加ください。

日時／11月9日(土) 9:00～11:30(予定)
集合時間8:30 ※雨天時11月16日(土)

場所／杭全神社内 瑞鳳殿前(平野宮町2-1-67)

持物／汚れても良い服装、長靴(できるだけ膝辺りまでのもの)、ゴム手袋、腕カバー、タオルなど

問合せ 大阪イブニングロータリークラブ事務局
✉rcoe.office@gmail.com

平野区 みんな食堂まつり

ホール内:段ボール迷路、体験コーナー、おもちゃ病院
平野野堂公園:カレーライス、おでん、軽食キッチンカー、模擬店等
※フードドライブコーナーを設置します。ご家庭で使いきれない、未開封で賞味期限内の常温保存できる食品をご提供ください(いただいた食品は必要な方への支援に利用します)

日時／10月27日(日) 11:00～15:00
場所／平野区民ホール、平野野堂公園
料金／模擬店は一部有料

問合せ 平野区みんな食堂ネットワーク連絡協議会
(代表者) ☎090-3464-1508
保健福祉課(地域福祉)③③番窓口
☎4302-9857

健康情報

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／10月17日(木) 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20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／10月7日(月)～11日(金) 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

うつ病の家族教室

無料

家族の方がうつ病についての正しい知識を学び、病気を理解し、ご本人への接し方を考えてみませんか。また、同じ病気を持つ家族の方と語り合ってみませんか。

内容／精神科医師による講演および家族交流会(2回連続講座)

日時／11月6日(水)、20日(水) 14:00～16:00
場所／大阪市こころの健康センター(都島センタービル3階)

対象／市内在住でうつ病と診断されている方のご家族

定員／20名(先着順)

申込／10月1日(火)～23日(水) 電話または来庁
※手話通訳等、障がいに関わる配慮を必要とされる場合は、申込時にご相談ください

問合せ 保健福祉課(保健活動)③④番窓口
☎4302-9968

酒害教室～正しい知識と理解を深めませんか?～

無料

「アルコールをやめたいけどやめられない」など、アルコール問題と向き合っている方が集まり、体験を語り合って回復をめざす教室です。ぜひ一度ご参加ください。

日時／毎月第2金曜日 14:00～16:00
場所／区役所1階 研修室 **申込**／不要

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
☎4302-9968

令和6年度 平野区生涯学習区民協働企画講座(ひらちゃん講座)

無料

災害時にも役立つかんたんフッキング

日時／11月17日(日) 11:00～13:00
場所／区役所 2階調理室

定員／20名(先着順)※当日参加はできません

申込／10月7日(月)～11月8日(金) 電話または来庁

問合せ 安全安心まちづくり課 ②①番窓口
☎4302-9734

女性の健康力UPセミナー
～10月20日は世界骨粗鬆症デーです～

無料

出産という一大イベントを終え、身体の変化を感じていませんか?ママの元気は家族の元気♪輝くためのセルフケアを始めましょう!

1日目「知っておこう!カラダとココロの変化 スキマ時間でLet's運動♪」
講話:理学療法士による運動・体操

2日目「人ごとじゃないんです～子育て中のがん体験談～ 今知っておきたい!骨密度」
講話:がんサバイバーによる体験談、骨粗しょう症検診
※赤ちゃんと一緒に参加できます。
保育ボランティアがサポートします

日時／11月8日(金)、29日(金)13:30～15:30(全2回)
場所／区役所2階 集団検診室

対象／区内在住で、首がすわってから1歳までのお子さんを育児中の女性
※2日間とも参加可能で、今年度初めて骨粗しょう症検診を受診する方

定員／10組程度(応募多数の場合は抽選)

持物／動きやすい服装と飲み物

11月29日(金)は健康保険証をお持ちください

申込／～10月22日(火) 行政オンラインシステム
※抽選結果は10月29日(火)

問合せ 保健福祉課(保健活動)③④番窓口
☎4302-9968

各種検診のお知らせ						
検診内容・対象・料金等	日 時		会 場	予 約		
●肺がん（40歳以上／無料） ※喀痰検査については400円	10月23日（水）	9:30～10:50	区役所2階 検診フロア	予約		
	11月20日（水）	9:30～10:50				
	11月29日（金）	9:30～10:50				
	12月16日（月）	9:30～10:50				
	12月22日（日）	13:30～14:50				
●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）	11月9日（土）	13:30～14:50				
	11月29日（金）	13:30～14:50				
	12月16日（月）	13:30～14:50				
	12月22日（日）	9:30～10:50				
●歯科健康相談（無料）	10月23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				
		13:30～15:00				
●結核健診（15歳以上／無料）	10月17日（木）	10:00～11:00				
	11月11日（月）	10:00～11:00				
●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	10月23日（水）	9:30～11:00	北部サービス センター			予約不要
	11月20日（水）	9:30～11:00				
	11月29日（金）	9:30～11:00				
	12月7日（土）	9:30～11:00				

令和6年10月から12月までの検診は、8月13日(火)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。※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。

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