

### 手話奉仕員養成講座

令和7年度の手話奉仕員養成講座を公募します。

**日時**／4月16日(水)～令和8年2月22日(日)  
毎週水曜日19:00～20:30(全講座35回)  
令和8年2月14日(土) 合同修了式 場所未定

**場所**／区民センター(長吉出戸5-3-58)

**対象**／市内在住または在勤で高校生以上の初心者の方

**定員**／20名(抽選)

**料金**／5,060円(テキスト代、動画視聴システム1年分として)

**締切**／3月27日(木)必着

**申込**／郵送 氏名・年齢・住所・電話番号・受講志望動機を記入の上、『手話奉仕員養成講座受講申込』と記載して返信用封筒(住所・氏名を記載し切手を貼ったもの)を同封してお申し込みください

**宛先**／〒547-0043  
平野東2-1-30「にこにこセンター」内  
平野区社会福祉協議会「手話奉仕員養成講座」宛

**問合せ** 手話教室受講申込担当  
☎090-9048-4239  
✉hiranoku1.deaf@gmail.com

### まち歩きボランティアガイド養成講座

無料

わが町平野を自分たちで案内しませんか。詳細は、区役所等配架のチラシをご覧ください。

**日時**／4月～5月

**場所**／平野区民ホールまたはコミュニティプラザ平野(平野区民センター)

**対象**／区内在住または在勤の方

**定員**／10名程度

**持物**／飲み物、筆記用具

**締切**／3月31日(月)

**問合せ** コミュニティプラザ平野(平野区民センター)  
☎6704-1200

### 平野区民ホール講習会

①ピラティスで健康に ②ちょっと茶道体験  
③クラシックバレエの基本

日時、対象、定員、持物、料金、締切は平野区民ホールなどに配架のチラシをご覧ください。

**場所**／平野区民ホール

**申込**／申込書に受講料を添えて平野区民ホール窓口へ

**問合せ** 平野区民ホール(平野南1-2-7)  
☎6790-4000

### 春の1日体験教室

ものづくり1日体験教室を開催! 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**／3月2日(日)～5月18日(日)

**場所**／クラフトパーク

**定員**／2～12名 ※小学生は保護者同伴

**持物**／申込時にお伝えします

**料金**／2,200～4,000円(材料費込み)  
※教室により異なる

**申込**／受付中  
電話または来館(先着順)  
※空きがあれば当日予約も可能

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



### くずし字を読む会

無料

江戸時代にくずし字で書かれた古文書や旅日記などを読み解いていきます。毎月第2金曜日開催。

**日時**／3月14日(金) 14:00～16:00

**場所**／平野図書館 2階 多目的室

**対象**／どなたでも

**定員**／30名

**締切**／3月13日(木)

**申込**／初参加の方のみ事前申込 来館または電話

**問合せ** 平野図書館(平野東1-8-2)  
☎6793-0881



### 平野区民卓球大会

詳細は区民ホール、区民センターに配布している試合案内をご覧ください。当日の会場にてラージボールの大会を開催しています。観覧希望者はお越しください。

**日時**／4月13日(日)【受付】9:00【開会】9:30

**場所**／平野スポーツセンター(平野南4-6-1)

**対象**／区内在住、在勤、在学の高中生以上または、区内の卓球団体・サークルの加入者、練習している方

**種目**／男女別シングル戦 クラス別

**クラス**／①初級(公式試合の未経験者レベル)、②一般(59歳以下)、③シニア(60歳以上)

※参加者数などにより変更する場合があります

**料金**／500円(傷害保険料含む 当日徴収)

**締切**／3月21日(金)

**申込**／申込書に記入し、ファックスまたは来館

**問合せ** 平野区民ホール(平野南1-2-7)  
☎6790-4000 ☎6790-4001

## 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。SST(社会生活に必要なスキルを身につけるトレーニング)、料理、工作、ウォーキング等を、心理士やボランティア等の講師と一緒に楽しく実施しています。一度参加してみませんか。

**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理解がある方

**申込期間**／参加についての事前相談は随時

**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



### 第51回 区民ソフトテニス大会

男女別ダブルス(一般、シニア(45歳以上))

**日時**／4月6日(日) 開会9:00～ **場所**／長居庭球場

**対象**／区内在住または在勤の方

**料金**／1組3,000円 **申込**／電話

**問合せ** 平野区体育厚生協会(担当:氷口)  
☎080-3782-1181

### 平野区役所 区民ギャラリー展示

**日時**／～3月12日(水)

**内容**／人権啓発のポスター展示

**団体**／平野区役所安全安心まちづくり課

**日時**／3月27日(木)～4月9日(水)

**内容**／和紙ちぎり絵作品

**団体**／平野西社協「和紙ちぎり絵サークル」

**場所**／区役所1階 区民ギャラリー

**問合せ** 平野区民ホール ☎6790-4000

### 生活習慣病予防の調理実習

今月のテーマ「野菜を食べる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**／3月12日(水) 10:30～13:00

**場所**／クレオ大阪南(喜連西6-2-33) 3階 クラフト・調理室

**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

**料金**／600円(食材料費として)※当日徴収

**申込**／3月6日(木)～10日(月) 電話または来庁  
※クレオ大阪南では申込み・問合せを行っておりません

**問合せ** 保健福祉課(地域保健)32番窓口  
☎4302-9882

## ひらりんで認知症予防をしよう!!

認知症予防は「おもいきって外に出て、いろいろな人と話す」ことから始めましょう。

ひらりんでは、高齢者の介護予防、健康づくり、生きがいや仲間づくりを目的とした、さまざまな講座やイベントを実施しています。なかでも、「コミュニティプラザ平野」で毎月開催している「荒川先生のたのしい“認知症予防”体操」は、3月からお申し込みなしでご利用いただけるようになりました。ぜひお誘い合わせの上ご参加ください。また、毎月2回開催している、クイズや間違い探しなど“頭の体操”をする「脳いきいきトレーニング」は毎回好評で、定員数を増やし実施しています。

おひとり暮らしの方や、ふだん人と話す機会が少ない方はひらりんの「ワクワクさろん」(毎月第1木曜13:30～)に遊びに来てください。とりあえず何かしてみたい方には、「ひらりんdeポッチャ」や「ひらりん若返りダンス」を、また若いころの歌を唄い、当時は思い出す

ことが脳を活性化させることから、不定期ではありますが「ひらりん懐メロコンサート」を開催しております。とっても楽しいので、ぜひ一緒に唄いに来てください。他にもひらりんには、いろいろなたくさんのサークルがありますので、チャレンジしてみたいことを探しに来てください!

ひらりん(平野区老人福祉センター)  
館長 石橋 浩二

**問合せ** ひらりん(平野区老人福祉センター)  
☎6793-0880



## 各種検診のお知らせ

検診内容・対象・料金等	日時	会場	予約
● <b>歯科健康相談</b> (無料)	3月3日(月) 9:30～11:00 13:30～15:00		
● <b>結核健診</b> (15歳以上/無料)	3月12日(水) 10:00～11:00	区役所2階 検診フロア	予約不要
● <b>特定健診</b> (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	3月3日(月) 9:30～11:00		

5～6月のがん検診の予約は3月10日(月)から受付を開始します。

問合せ 保健福祉課(地域保健)32番窓口  
☎4302-9882

令和7年度の健診日程は、別冊【特集号】に掲載しています。

