

平野区 小学生・中学生 英語スピーチコンテスト2025

無料

今年も平野区 小学生・中学生 英語スピーチコンテストを開催します。動画による一次審査で各部門において上位3名を選出し、最終審査では会場でスピーチを披露いただき、順位を決定します。詳細はホームページをご覧ください。

最終審査及び表彰式: 11月15日(土) 14:00~16:00 平野区役所

対象 区内在住または在学の小学1年生~中学3年生
申込 大阪市行政オンラインシステム
部門 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5日(金)~19日(金)
動画提出期間 9月22日(月)~10月1日(水)
監修 大阪常磐会大学 国際こども教育学部 アレックスM.林 先生



問合せ 政策推進課(教育) 23番窓口 ☎4302-9903

詳しくはこちら

みんなで歌う思い出のJ-POP ~腹式呼吸で健康づくり~

70~80年代のJ-POPを歌いながら、楽しく健康づくりしませんか。声を出すことで心も体も元気になり、脳の活性化やストレス解消にもつながります。

日時 全8回 9月30日、10月7日、10月21日、10月28日、11月11日、11月18日、12月2日、12月9日(火) 13:00~14:00
予備日: 12月16日(火)

場所 クレオ大阪南
対象 どなたでも
定員 30名(申込先着順)
持ち物 筆記用具
料金 10,000円(1回当たり1,250円)
締切 12月7日(日)
申込 ホームページ、ファックス、電話または窓口



問合せ クレオ大阪南(喜連西6-2-33) ☎6705-1100 ☎6705-1140

詳しくはこちら

歴史講座 三國志 改めて読む三國志6人の皇帝

- ①後漢の靈帝(劉宏) 動乱の始まり 9月27日(土)
- ②後漢の献帝(劉協) 滅亡する王朝 10月4日(土)
- ③魏の文帝(曹丕) 王者と覇者と 10月18日(土)
- ④呉の大帝(孫権) 長期政権の難しさ 10月25日(土)
- ⑤蜀漢の後主(劉禪) 閉塞感の中で 11月2日(日)
- ⑥西晋の武帝(司馬炎) 統一その後 11月15日(土)

各回: 開場13:00 開演13:30~15:00
場所 平野区画整理記念会館 定員 各回100名
料金 前売り:(全回分)5,500円 (1回分)1,100円
当日:(全回分)6,050円 (1回分)1,320円
※テキスト代込

締切 当日(定員に達し次第終了)
申込 会館窓口またはチケットぴあ

問合せ 平野区画整理記念会館 ☎6702-0513

平野区役所 区民ギャラリー展示

日時 9月11日(木)~24日(水)
内容 個人作品展
団体 (一財)大阪市コミュニティ協会平野区支部協議会

日時 9月25日(木)~10月8日(水)
内容 和紙ちぎり絵
団体 和紙ちぎり絵

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

健康情報

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。

時間はいずれも13:30~15:45、場所は区役所 2階 集団検診室(背戸口3-8-19)。

【1回目】 日時 10月7日(火) 「平野区ってどんなまち?健康情報を知ろう」 講師:保健師

「やってみよう!百歳体操」 講師:健康運動指導士

【2回目】 日時 10月14日(火) 「今日から実践!運動・体操」 講師:理学療法士

「自分の身体を知ろう!体力測定と血管年齢測定」 講師:保健師、健康づくり推進協議会

【3回目】 日時 10月20日(月) 「食事は楽しく・おいしく・バランスよく」 講師:管理栄養士

「お口の健康」講師:歯科衛生士

【4回目】 日時 10月31日(金) 「認知症と認知症予防について学ぼう」 講師:認定心理士

「ボランティアやってみませんか??」 講師:平野区社会福祉協議会

【5回目】 日時 11月11日(火) 「骨・カルシウムセミナー」 講師:雪印メグミルク

「健康づくり推進協議会・ファミリーサポートの紹介」 講師:健康づくり推進協議会会長・平野区子ども・子育てプラザ

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
持ち物 筆記用具、水分、講義資料ファイル(1日目に配付)、動きやすい服装と靴

締切 9月30日(火)
申込 9月1日(月)~ 電話、窓口またはオンライン

問合せ 平野区保健福祉センター 保健福祉課(保健活動) 34番窓口 ☎4302-9968



詳しくはこちら

生活習慣病予防の調理実習 9月のテーマは「ゴミ削減」

内容 / ゴミ削減についてのお話・調理実習

日時 9月25日(木) 10:30~13:00

場所 区役所 2階 栄養講習室

対象 区内在住の方

定員 20名(先着順)

持ち物 エプロン、三角巾・バンダナ等、マスク、手拭き用タオル、食器用ふきん2枚

料金 600円(調理材料費として) ※当日徴収

締切 9月17日(水)

申込 9月9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



お肉は十分に加熱して食べましょう!

カンピロバクター食中毒が多発しています。

鶏肉の刺身やタタキが原因!?

○鶏肉『新鮮=安全』ではありません!
カンピロバクターは新鮮な鶏肉ほど生き残っている! 少ない菌量で食中毒を発生させるので注意が必要!

○お肉を調理する時は中心部まで十分に加熱!
(中心部75℃以上1分間以上)

○お肉を取り扱った後は、十分な手洗いが大切!
○調理器具の洗浄消毒を徹底しましょう!

問合せ 保健福祉課(地域保健) 32番窓口 ☎4302-9973

酒害教室 ~正しい知識と理解を深めませんか?~

無料

アルコール問題と向き合っている方が体験を語り合って回復をめざす教室です。毎回専門医のお話や当事者の体験談があります。ご家族や支援者も歓迎します。

日時 第2金曜日 14:00~16:00

場所 区役所 1階 研修室

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

各種検診のお知らせ

検診内容・対象・料金等	日時	会場
●肺がん 無料 予約 (40歳以上) ※喀痰検査については400円	9月17日(水)、11月30日(日)	9:30~11:00
	10月1日(水)、11月9日(日)、12月12日(金)	13:30~15:00
	11月30日(日)	9:30~11:00
●乳がんマンモグラフィ 予約 (40歳以上の女性/1,500円 2年度に一度受診可=令和6年度に受診された方を除く。) ●骨粗しょう症 無料 予約 (18歳以上)	10月1日(水)、11月9日(日)	13:30~15:00
	11月30日(日)	9:30~11:00
●歯科健康相談 無料 予約不要	9月17日(水)、10月19日(日)	9:30~11:00
	10月1日(水)、11月9日(日)	13:30~15:00
●結核健診 無料 予約不要 (15歳以上)	9月18日(木)	10:00~11:00
●特定健診 無料 予約不要 (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) ★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6日(土)、17日(水)、27日(土)、10月19日(日)	9:30~11:00
	10月1日(水)	13:30~15:00
	10月1日(水)	13:30~15:00

令和7年10月から12月までの検診は、8月13日(水)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。すでに予約受付を終了している場合があります。

★令和7年度の検診日程は、広報ひらの3月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