

各種検診のお知らせ

会場 区役所2階検診フロア

検診内容・対象・料金等	日時
●肺がん 無料 予約 (40歳以上) ※喀痰検査については400円	6月27日(土) 7月12日(日)、22日(水) 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7年度に受診された方を除く。)	8月23日(日) ※肺がん検診はありません 9月14日(月)
●骨粗しょう症 無料 予約 (18歳以上)	9月7日(月) 13:30~15:00
●結核健診 無料 予約不要 (15歳以上)	6月29日(月) 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) ★受診券とマイナ保険証等が必要です	6月27日(土) 7月12日(日)、22日(水) 8月23日(日) 9月14日(月) 9:30~11:00
	9月7日(月) 13:30~15:00

●大腸がん検診(40歳以上/300円)は、検診のお申し込み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。

申込 電話、窓口または行政オンラインシステムで受付。
令和8年6月の検診は3月12日(木)から、令和8年7月から9月までの検診は、5月14日(木)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8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 ☎06-4302-9882



いきいき百歳体操サポーター養成講座

無料

『いきいき百歳体操』を地域で実践するサポーターを養成する講座です。あなたも地域で活躍しませんか? 4回すべてに参加された方に修了証をお渡します。

日時 1回目:7月1日(水) 2回目:7月10日(金)
3回目:7月14日(火) 4回目:7月30日(木)
いずれの日も13:30~15:30(13:00~受付開始)

場所 区役所 2階 集団検診室(背戸口3-8-19)
対象 区内在住で『いきいき百歳体操』のサポーターとして活動を予定しており、4回全て参加できる方

定員 25名(申込多数の場合は抽選)
持ち物 筆記用具、飲み物(水・お茶など)、動きやすい服装・靴でご参加ください
申込 6月1日(月)~19日(金) 電話、来所または行政オンラインシステム(ご本人がお申込みください)

問合せ 保健福祉課(保健活動) ③④番窓口 ☎06-4302-9968



ひらの百歳通信

百歳体操グループ「はなみずき会」に伺いました!

はなみずき会は長吉六反第一住宅集会所で、毎週月・金の週2回、百歳体操を行っており、現在7名の方が参加されています。参加者さんからは「集まって皆で話せるのが楽しみ」という声が聞かれ、交流の場にもなっています。また、「通い始める前より筋肉がついたと思う」「歩きやすくなった」と体力の変化を感じる方もいます。

百歳体操に加えて指体操やタオル体操、座ってできる「おおさか元気音頭」も取り入れ、月1回のお茶会も実施しています。はなみずき会への参加は長吉六反第一住宅の居住者限定ですが、希望者には他の体操グループも紹介できますので、ぜひ保健師にご相談ください。

ひらの百歳通信

問合せ 保健福祉課(保健活動) ③④番窓口 ☎06-4302-9968



大雨や台風から 身を守るための行動を!

大阪市が発令する避難情報

警戒レベル3
高齢者等避難

危険な場所から高齢者等は避難

・避難に時間を要する人とその支援者は避難する
・他の人も必要に応じ、危険を感じたら自主的に避難する

警戒レベル4
全員避難

危険な場所から全員避難

・近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難する

警戒レベル相当情報とは

気象庁等から警戒レベル相当情報が発表されます。これは自主避難をするための参考となる情報で、多くの場合、自治体が発令する避難情報よりも先に発表されます。警戒レベル相当情報が発表された際には、自ら情報収集を行い、危険を感じたら自主的に避難しましょう。

避難情報の伝達手段

携帯電話等

大阪防災アプリ、緊急速報メール、大阪市ホームページ、大阪市危機管理室公式X、おおさか防災ネット、LINE、Yahoo!防災速報アプリなど

携帯電話以外

●防災スピーカー、テレビ、ラジオ、ガス警報器(※利用料有料)、広報車など ●防災スピーカーの内容は、防災行政無線テレホンサービス(☎06-6210-3899※通話料有料)で確認できます。

避難する場所を知ってください

在宅避難	自宅が安全であれば自宅のより安全な場所に避難しましょう。(鉄筋造など頑丈な建物で浸水想定以上の高さにある場合)
親戚・知人宅へ避難	浸水想定外の区域外や安全な場所にお知り合いがいる場合など、普段の生活に近い暮らしができる避難場所がないか検討してみましょう。
避難所等へ避難	上記場所への避難が難しい場合は、最寄りの災害時避難所や水害時避難ビル、川から少しでも離れた近くの頑丈な建物の上層階に避難しましょう。

雨の季節の前・台風が来る前に、側溝の掃除をしましょう

雨がたくさん降ると、ごみなどがつまって水が流れにくくなり、道路や家の中に雨水が入り込むことがあります。雨の多い時期を迎える前に、家の前の側溝を掃除しておくこと、水がスムーズに流れやすくなります。安心して暮らすためにも、日ごろからの備えとご協力をお願いします。



問合せ 地域課 ②①番窓口 ☎06-4302-9734



ひらのく読書運動 聖星チークダンス。オススメ図書!

クスツと笑えるかわいい内容の絵本でした。森の奥にヤギさんの奥さんがいる本屋さんのお話なんですが、ヤギなので本のめちやくちいい部分を食べちゃうんですね。笑 これ現実であつたらかなり腹立つやつですよ。笑 郵便局員さんはずっと楽しみにしていたミステリー本をやっと読める!と思ったら、犯人の部分が食べられていて仕事が手につきません。それによって、森のみんなもかなり困ってしまうんですが、気になることがあると何も手につかなくなるのは全動物共通で安心しました。わかります。わたしも解決しないと次に進めないタイプです。この絵本ではきちんと解決して安心しました。笑



もりのほんやさん 備成社 作/舟崎靖子 絵/舟崎寛彦



問合せ 政策推進課 ②③番窓口 ☎06-4302-9683

平野区のクーリングシェルター

熱中症特別警戒アラートが発表された時は、暑さをしのげる「クーリングシェルター」をご利用ください。

運用期間 ~10月21日(水)

問合せ 環境局環境施策部環境施策課 ☎06-6630-3264



詳しくはこちら

施設名称	所在地	施設名称	所在地
ホームセンターコーナン平野瓜破店	瓜破4-2-8	平野区役所	背戸口3-8-19
瓜破霊園	瓜破東4-4-164	平野区民センター	長吉出戸5-3-58
瓜破斎場	瓜破東4-4-146	ホームセンターコーナン長吉長原店	長吉出戸8-5-22
ウエルシア薬局平野瓜破西店	瓜破西2-8-10	ウエルシア薬局平野長吉長原店	長吉長原西3-4-15
東南環境事業センター	瓜破南1-3-40	大阪市立クラフトパーク	長吉六反1-8-44
ホームセンターコーナン平野加美北店	加美北5-6-40	ウエルシア平野駅前店	平野北1-9-18
平野区老人福祉センター	加美鞍作1-2-26	ウエルシア薬局平野駅前店	平野西1-4-29
平野区北部サービスセンター	加美鞍作1-9-3	平野工営所	平野東1-8-2
アカカベ薬局加美鞍作店	加美鞍作3-9-217フォーレ加美1階	平野図書館	平野南1-2-7
ウエルシア薬局平野加美東店	加美東6-2-2	平野区民ホール	平野南4-6-1
男女共同参画センター南部館	喜連西6-2-33	平野スポーツセンター	
心身障がい者リハビリテーションセンター	喜連西6-2-55	平野屋内プール	

令和8年4月1日時点