広報紙「広報いくの」11月号　オープンデータ

令和5年11月1日発行（No.330）

**子育て**

**麻（ま）しん・風（ふう）しん（MR）予防接種**　無料　要申込

1期　対象：生後12か月～24か月（2歳の誕生日前日までに1回接種）

2期　対象：平成29年4月2日～平成30年4月1日生（年長児の間に1回接種）

※接種対象期間を過ぎてしまうと、自己負担となりますのでご注意ください。

ところ　委託医療機関についてはこちら予約　委託医療機関へ直接予約してください

[問合せ]区役所保健福祉課　2階24番　[電話]06-6715-9882　[FAX]06-6712-0652

**いろんなことば＆いろんなえほんdeいくのっこパーク**　無料

大阪わかば高校の生徒による、多言語「えほん」のよみきかせと子育て支援センターなどによる子育て広場を開催します！いくみんの本棚コーナーもあります！

とき　11月25日（土）10：00～14：30

ところ　いくのコーライブズパーク（もと御幸森小学校）

対象 未就学児とその保護者など

くわしくはホームページをご覧ください

[問合せ]区役所保健福祉課　2階21番　[電話]06-6715-9857　[FAX]06-6715-9967

**妊婦歯科健診**無料　要申込

とき　11月21日（火）　受付13:30～13:50

ところ　区役所 2階201会議室

申込み　11月17日（金）までに問合せへ

[問合せ]区役所保健福祉課　2階24番　[電話]06-6715-9882　[FAX]06-6712-0652

**ウェルカムベビースクール（妊婦教室）**　無料

妊娠・分娩・産後の健康管理や育児に関するお話をします。出産に向けての準備をしながら、楽しく交流しましょう。（月1回の全3回コース・どの月からでも参加可）

とき　11月21日（火）14：00～16：00（受付13：40～）ところ　区役所 2階集団検診室

対象　区内在住の妊婦及びその配偶者(パートナーの方もどうぞ)内容

・妊娠中と赤ちゃんのお口の中の健康（歯科衛生士）

・ママと赤ちゃんのための食事のおはなし（ミニ）（栄養士）

持ち物　冊子「わくわく」・母子健康手帳・筆記用具・手鏡・歯ブラシ・ハンドタオル

[問合せ]区役所保健福祉課　2階23番　[電話]06-6715-9968　[FAX]06-6712-0652

**離乳食講習会**　無料　要申込

とき　11月17日（金）14:00～15:30

ところ　区役所2階 集団検診室

内容　離乳食の進め方について（お話し中心）

申込み　窓口または電話にて問合せまで

[問合せ]区役所保健福祉課　2階24番　[電話]06-6715-9882　[FAX]06-6712-0652

**学び**

**令和5年度 人権週間イベント**

**スマホ講座～デジタルデバイド（情報格差）の解消～　vol.2**

要申込　無料

≪12月4日～12月10日は人権週間です≫近年、スマホやSNSの普及により日常生活が便利になる一方で、若者と高齢者の情報格差は広がっています。このイベントで、あなたもスマホやSNSについて学びませんか？ぜひお越しください。

くわしくはこちらとき 12月4日（月）14:00〜（90分程度）（受付 13：45〜）

ところ リゲッタIKUNOホール（生野区民センター内）

定員 約20名（事前予約制）

申込み　電話にて問合せまで

対象　スマホをお持ちの方（当日ご持参ください）[問合せ]区役所地域まちづくり課　4階44番　[電話]06-6715-9920　[FAX]06-6717-1163

**花と緑の講習会～お正月を飾る花～『梅の木を中心とした寄せ植え講習会』**　要申込

とき 12月20日（水）（開場）13：00～　（開始）13：30～

ところ リゲッタIKUNOホール（生野区民センター内）

内容　実技指導および講座・寄せ植え体験

定員 100人（先着順）

費用 2,500円（当日欠席の場合返金できません）

持ち物 筆記用具・軍手・エプロン申込み　12月6日（水）9：30～16:30に、参加費を添えて直接区民センター103会議室へ[問合せ]区役所地域まちづくり課　4階44番　[電話]06-6715-9734　[FAX]06-6717-1163

**料理初心者の方も大歓迎フレイル予防～シニア向け健康料理教室～**　要申込

健康と要介護の間の虚弱な状態がフレイルです。予防・改善には、毎日の食事が大切！調理実習を通して、簡単で楽しく栄養バランスをとる方法を学びませんか。

とき　11月29日（水）10:00～13:00（受付9:45）

ところ　区役所2階 栄養講習室・集団検診室

対象　区内在住の65歳以上の方

定員　16人（先着順）

内容【 講話と調理実習 】

実施献立：ごはん、白身魚の甘酢あんかけ、白菜とくるみの和え物、みそ汁

デザート：いちごヨーグルトのババロア

費用　ひとり500円（調理材料費）

申込み　窓口または電話にて問合せまで

締切　11月17日（金）

[問合せ]区役所保健福祉課　2階24番　[電話]06-6715-9882　[FAX]06-6712-0652

**健康・福祉**

**特定健康診査**　無料

とき　11月12日（日）9:30～11:00

ところ　区役所

対象 国民健康保険に加入の40～74歳の方(年度内に40歳になる方を含む)、または後期高齢者医療制度に加入している方

持ち物　受診券・被保険者証・個人票・前年度の結果(お持ちの方のみ)

[問合せ]

・国民健康保険加入者の受診券について

区役所窓口サービス課　4階48番　[電話]06-6715-9956　[FAX]06-6717-1161

・後期高齢者医療制度加入者の受診券について

大阪府後期高齢者医療広域連合給付課　[電話]06-4790-2031　[FAX]06-4790-2030

**酒害教室**　無料アルコール問題について、正しい知識を持ち理解を深めることや、アルコール依存からの回復を図ることを目的に行っています。とき　11月14日（火）、11月28日（火）14：00～16：00（毎月第2、第4火曜日14:00～16:00）ところ　区役所2階 集団検診室対象 アルコール問題を抱え回復をめざしている方、その家族、支援している方等どなたでも。[問合せ]区役所保健福祉課2階23番　[電話]06-6715-9968　[FAX]06-6712-0652

**生野区役所でのがん検診・骨粗しょう症検診・結核健診等**

12月8日（金）午前は、大腸、肺、乳がん（マンモ）、骨粗しょう症検診を約2時間で受けることができるよ！

大阪市がん検診は検査費用の約90%を大阪市が助成しています

後期高齢者医療被保険者証、高齢受給者証をお持ちの方、市民税非課税世帯の方などは無料。くわしくは問合せまで。

予約　電話、来庁または「大阪市行政オンラインシステム」で予約してください。（予約受付は、定員になり次第終了します。）

[問合せ]区役所保健福祉課　2階24番　[電話]06-6715-9882　[FAX]06-6712-0652

行政オンラインシステムの予約はこちら

内容　大腸がん検診　肺がん検診　要予約

とき

11月12日（日）9:30～10:50★

12月8日（金）9:30～10:50★

対象　40歳以上

料金　大腸･･･300円　肺･･･無料（X線）　※喀痰（かくたん）検査が必要な場合、追加で400円かかります。

内容　乳がん検診（マンモグラフィ）　要予約

とき

11月14日（火）9:30～10:50

12月8日（金）9:30～10:50★

12月8日（金）13:30～14:50

1月9日（火）9:30～10:50

対象　40歳以上の女性で前年度に同等の検診・検査をしていない方

料金　1,500円

内容　骨粗しょう症検診（骨量検査）　要予約

とき

11月14日（火）9:30～10:50

12月8日（金）9:30～10:50★

12月8日（金）13:30～14:50

1月9日（火）9:30～10:50

対象　18歳以上

料金　無料

内容　歯科相談

とき

11月14日（火）9:30～10:30

12月8日（金）9:30～10:30★

12月8日（金）13:30～14:30

1月9日（火）9:30～10:30

対象　市民の方（年齢制限なし）

料金　無料

内容　結核健診

とき　11月20日（月）10:00～11:00

対象　15歳以上

料金　無料

★…特定健診（40歳以上・予約不要）併設日

(注意）特定の医療機関への紹介は行いません。

※各種がん検診は、取扱医療機関でも区役所と同料金にて実施しています。胃がん、乳がん（超音波）、子宮頸がん、前立腺がん検診は、取扱医療機関でのみ実施します（区役所では実施していません）。

区ホームページについてはこちら

取扱医療機関についてはこちら

**いくみんカラダ通信**

食欲の秋！一緒にウォーキングもいかがですか？

正しいウォーキングの方法

・視線は前へ

・背筋を伸ばす

・肘を曲げて腕を振る

・踵（かかと）から地面に足をつき、全ての足の指にバランスよく力がかかるように

正しいフォームでウォーキングするメリット

・リラックス効果

・腰痛や高血圧が改善

・骨粗しょう症や糖尿病、心臓の病気などの多くの病気の予防につながる　などウォーキングの注意点

・自分にあった運動の程度を主治医に確認しておく・体調や体力に合わせてマイペースで行う・体調がすぐれない、天候の悪い時は無理に行わず中止を・ウォーキングの前後にウォーミングアップとストレッチを行う・適度な水分補給を行う[問合せ]区役所保健福祉課　2階23番　[電話]06-6715-9968　[FAX]06-6712-0652

**お知らせ**

**区民ハイキング～天保山方面コース～**　無料4年ぶりの開催！渡船（とせん）に乗って川を渡り、なみはや大橋を歩く約8㎞のコースです。とき　12月3日（日）　※雨天中止【集合時間】10：00（時間厳守）【集合場所】JR大正駅持ち物　弁当、飲みもの、シート、雨具定員　50名（先着順）申込期間　11月6日（月）～11月24日（金）申込方法　下記の窓口にてお申し込みください。

【平日】区役所地域まちづくり課 4階44番【土日祝のみ】区民センター（勝山北3-13-30）

くわしくはこちら

[問合せ]区役所地域まちづくり課　4階44番　[電話]06-6715-9923　[FAX]06-6717-1163

**自衛官等募集事務に係る自衛隊への情報提供を希望されない方の申し出（除外申出）を受け付けています**

自衛隊法施行令第120条に基づく防衛大臣からの資料提供依頼に応じて、自衛官および自衛官候補生の募集のために必要な住民基本情報を提供していますが、自衛隊への情報提供を希望されない方は、申出いただくことにより、自衛隊へ提供する情報から除外しています。

＜資料提供の対象者＞

市内に住民登録がある日本人住民の方のうち、資料提供を行う年度に18歳及び21歳に到達する方

＜申出期限＞①18歳に到達する年度における自衛隊への情報提供の　除外を希望される方は、18歳に到達する年度の4月25日②21歳に到達する年度における自衛隊への情報提供の除外を希望される方は、21歳に到達する年度の12月25日※申出期限が土日の場合は、翌月曜日が申出期限です。除外申出方法の詳細については、ホームページをご参照ください。

[問合せ]区役所窓口サービス課　1階5番　[電話]06-6715-9963　[FAX]06-6715-9110

**住民票などに関する窓口・手続きのご案内**

住所変更の手続き等で窓口が大変混雑します。お手続き終了まで、長時間お待ちいただく場合もございますので、お時間に余裕をもってお越しください。窓口の混雑状況はスマートフォンでもご確認いただけます。

くわしくはこちら

毎週金曜日は、一部の窓口で19:00まで延長して開庁しています。また、毎月第4日曜日は、一部の窓口で9:00～17:30まで開庁しています。くわしくは区ホームページをご覧ください

市外への転出届は、窓口へ来庁せず提出することが可能ですので、こちらもご活用ください。郵送による転出届に関してはこちら

オンラインによる転出届に関してはこちら

戸籍や住民票等の証明書は、梅田・難波・天王寺のサービスカウンターや郵送でも請求が可能です。また、マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニでの発行も可能です。くわしくは4・5面の欄外をご確認ください。

[問合せ]区役所窓口サービス課

・住民情報担当　1階2・4・5番　[電話]06-6715-9963　[FAX]06-6715-9110

・保険年金担当 4階47・48番　[電話]06-6715-9956　[FAX]06-6717-1161

**全国瞬時警報システム（J-ALERT）の全国一斉情報伝達試験について**

11月15日（水）11:00ごろから全国瞬時警報システム（J-ALERT）の試験放送が行われます。

この試験放送に先立ち、当日午前10時45分ごろから日本語、英語、中国語及び韓国語でJ-ALERT放送が試験放送である旨を防災スピーカーから放送します。なお、事前の放送は生野区内のみとなります。

[問合せ]区役所地域まちづくり課　4階44番　[電話]06-6715-9022　[FAX]06-6717-1163

**「街ねこ」活動について**

地域の皆さんが主体となって、野良猫を地域の猫として、不妊去勢手術を行い適正に管理していただく取組みを「街ねこ」活動といいます。

活動には以下などの要件があります。

・3名以上（うち1人は地域住民）のグループを作ること

・地域の代表となる方の合意を得ること

・猫の不妊去勢手術1匹につき、2500円を負担すること

事業案内

[問合せ]区役所保健福祉課　2階25番　[電話]06-6715-9973　[FAX]06-6712-0652

**みんなの掲示板**

地域の方々からの情報を掲載しています。内容については直接お問い合わせください。

「みんなの掲示板」に掲載ご希望の方へ

希望月の2か月前の5日までに原稿をご提出ください。掲載希望月の1か月前頃までに連絡します。（不掲載の場合は連絡しません。）

※紙面の都合等で掲載できない場合があります。

※政治・宗教・営業活動に関する記事は掲載できません。

申込み[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9683 [FAX]06-6717-1160

**いくの未来お店バトル**

生野未来学園7年生と大阪ビジネスフロンティア高等学校の生徒がチームを組んで、1道23県の名産品を仕入れ、販売価格を設定し、販売をします。

とき　11月11日（土）9：30～12：00

※各店舗、品切れ次第販売を終了

※7時の時点で大阪市に暴風警報もしくは特別警報が出た場合は中止

ところ　生野本通中央商店街

[問合せ]区役所地域まちづくり課　4階44番　[電話]06-6715-9920　[FAX]06-6717-1163

**各種無料相談**

お気軽にご相談ください

11月21日から法律相談の予約受付期間が変わります！くわしくは左記をご覧ください。

法律相談

11月21日の相談から法律相談の予約受付期間が変わります！

相談日時　11月14日（火）、21日（火）、28日（火）　13：00～17：00（1組30分以内）

※相談後に記録を作成する時間や入れ替わりの時間なども含む

ところ　生野区役所

定員　14日…24組　21・28日…16組

●14日（火）相談日の予約方法

申込み　相談日当日9：00から電話予約

[電話]06-6715-9683（先着順）

●21日（火）以降の相談日の予約方法

申込み　予約専用電話　[電話]050-1808-6070

AI電話で24時間受付（先着順）

申込期間　相談日1週間前（祝日の場合はその前の開庁日）の12:00から相談日前日の17:00まで受付

【21日（火）相談日】

11月14日（火）12:00～11月20日（月）17：00まで

【28日（火）相談日】

11月21日（火）12:00～11月27日（月）17:00まで

[問合せ]区役所企画総務　4階45番　[電話]06-6715-9683 [FAX]06-6717-1160

内容　司法書士相談

日時・受付時間　11月9日(木)13:00～16:00　※受付は15:00まで

場所　生野区役所1階相談室または101会議室前　※相談日の当日に区役所1階の総合案内でご案内します。月初から区ホームページにも掲載します。会場にて先着順で相談を受け付けます。

問合せ先等　[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9683　[FAX]06-6717-1160

内容　行政書士相談

日時・受付時間　11月16日(木)13:00～16:00　※受付は15:00まで

場所　生野区役所1階相談室または101会議室　※相談日の当日に区役所1階の総合案内でご案内します。月初から区ホームページにも掲載します。会場にて先着順で相談を受け付けます。

問合せ先等　[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9683　[FAX]06-6717-1160

内容　不動産相談

日時・受付時間　11月2日（木）、12月7日(木) 13:00～16:00 　※受付は15:00まで

場所　生野区役所1階相談室または101会議室　※相談日の当日に区役所1階の総合案内でご案内します。月初から区ホームページにも掲載します。会場にて先着順で相談を受け付けます。

問合せ先等　[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9683　[FAX]06-6717-1160

内容　行政相談

日時・受付時間　11月15日(水)13:00～16:00　※受付は15:00まで

場所　生野区役所1階相談室または101会議室　※相談日の当日に区役所1階の総合案内でご案内します。月初から区ホームページにも掲載します。会場にて先着順で相談を受け付けます。

問合せ先等　[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9683　[FAX]06-6717-1160

内容　社会保険労務士相談

日時・受付時間　11月17日(金)13:00～16:00　※受付は15:00まで

場所　生野区役所1階相談室または101会議室　※相談日の当日に区役所1階の総合案内でご案内します。月初から区ホームページにも掲載します。会場にて先着順で相談を受け付けます。

問合せ先等　[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9683　[FAX]06-6717-1160

内容　税務相談

日時・受付時間　12月1日（金）13:00～16:00　※受付は15:00まで

場所　生野区役所1階相談室または101会議室　※相談日の当日に区役所1階の総合案内でご案内します。月初から区ホームページにも掲載します。会場にて先着順で相談を受け付けます。

問合せ先等　[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9683　[FAX]06-6717-1160

内容　就労相談（16：00以降の相談は要予約）

日時・受付時間　11月8日(水)13:30～17:00　※受付は15:30まで

場所　生野区役所1階相談室または101会議室　※相談日の当日に区役所1階の総合案内でご案内します。月初から区ホームページにも掲載します。会場にて先着順で相談を受け付けます。

問合せ先等　予約　[電話]0120-939-783（16:00以降相談の場合のみ）

[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9683　[FAX]06-6717-1160

内容　精神科医による相談　要予約

（対象：こころの変調にお悩みの方やその家族・関係者等）

日時・受付時間　11月16日（木）14：00～　12月4日（月）14：00～

場所　生野区役所2階相談室

問合せ先等　[問合せ]予約　区役所保健福祉課　2階23番　[電話]06-6715-9968　[FAX]　06-6712-0652

「区民アンケート」にご協力ください

生野区役所の取組について、皆さまの評価と区政に関するご意見をいただき、より良い区政につなげていくため、今年も「区政に関する区民アンケート」を実施します。（アンケートは11月中に送ります。）

※本アンケートは大阪市行政オンラインシステムからもご回答いただけます

対象　生野区に住民登録のある方の中から無作為に抽出した1,300人の方

[問合せ]区役所企画総務課 　4階45番　[電話]06-6715-9683　[FAX]06-6717-1160

**11月は自転車マナーアップ強化月間です！**

**実録　ほんとうにいた ルールを守らない恐怖の自転車ライダー**

恐怖一　車道を逆走

自転車は車と同じ道を同じ方向で走らなければなりません。

ただし例外があります

次の場合は自転車でゆっくり歩道を走ることができます。

① 13歳未満の子どもや70歳以上の高齢者、身体の不自由な人

② 車道に駐車車両があったり、工事を行っていて危ないと思うとき

③ この標識があるとき

歩道を走るときのルールです！

自転車は車道側 歩く人は建物側

前から来た自転車とゆずり合う時は進行方向の左側を通行

恐怖二　信号無視

「赤信号は止まる」

あなたが車にぶつかるだけではありません。青信号を渡ろうとしている歩行者と事故をおこしてしまうかもしれません。

恐怖三　スマホを見ながら運転

スマホを見ながらの運転はとても危険。

自分だけではなく、歩行者の命を奪うことにもつながります。

恐怖四　イヤホンを装着しながら運転

音楽を聴きながらや電話で会話をしながらの運転は非常に危険。

あなたの後ろに車が近づいているかもしれません…。

恐怖五　無灯火で走行

無灯火は、他から自転車が見えにくくなるので非常に危険。

安全のため、夜間はライトを点灯し、反射器材を備えた自転車を運転しましょう。あなたのことが見えていない車が、目の前に来ているかもしれません。

恐怖六　ヘルメットをかぶらない

改正道路交通法の施行により、すべての自転車利用者のヘルメット着用が努力義務となっています。

保護者等の方は、児童や幼児が自転車を運転する際にも、ヘルメットをかぶらせるよう努めなければなりません。

ほんとうに危ないので絶対にやめましょう

[問合せ]区役所地域まちづくり課　4階44番　[電話]06-6715-9012　[FAX]06-6717-1163

**EXPOいくのヒートアッププロジェクト～生野区から万博を盛り上げよう～**

[問合せ]区役所企画総務課　4階45番　[電話]06-6715-9990　[FAX]06-6717-1160

2025年に開催される大阪・関西万博。万博は世界中からたくさんの人やモノが集まり、地球規模のさまざまな課題に取り組むために、世界各地から英知が集まる場所です。これまでも万博をきっかけに新しい技術や商品が生まれ、生活が便利になってきました。

万博の成功に向け、生野区においても「EXPOいくのヒートアッププロジェクト」として、区の魅力発信やさまざまな万博関連イベントをおこない、地域の盛り上げとSDGs推進に取り組んでいます。

2025年大阪・関西万博

会期　2025年4月13日～2025年10月13日

ところ　大阪市夢洲地区

テーマ　いのち輝く未来社会のデザイン（Designing Future Society for Our Lives）

11月30日は万博500日前です

大阪・関西万博公式キャラクター「ミャクミャク」とともに万博PRをおこなっています

生野区ホームページで万博関連イベント情報を掲載しています。ぜひチェックしてくださいね！

https://www.city.osaka.lg.jp/ikuno/page/0000606677.html

EXPOいくのを盛り上げる情報発信サイト「IKUNO TO GO」　11月6日公開！

https://ikunotogo.com

大阪市×吉本興業ホールディングス株式会社コラボ企画

「2025年大阪・関西万博応援～うた自慢まち自慢大阪市24区大会」決勝大会に進出します

予選会では各区で作成した「まち自慢動画」の再生回数を競い、生野区はおかげさまで3位で予選を突破することができました！みなさま、動画視聴にご協力いただきありがとうございました。決勝大会もぜひ応援してください。

詳細が決定したらホームページ等でお知らせします！

バスケットボール B.LEAGUE

大阪エヴェッサ生野区民応援デー × EXPOいくの　要申込

今年はバスケが熱い！区民優待でプロバスケを観戦できます。いくみんと一緒に応援しましょう！

VS 佐賀バルーナーズ戦

おおきにアリーナ舞洲（此花区北港緑地2－2－15）

12月2日(土）・3日（日）14:05〜

各試合 大人・高校生 先着100名 無料招待！

その他の方も優待価格で観戦できます

優待価格 大人・高校生 … 500円　（スタンド自由一般・U25）

※別途手数料が220円かかります

申込み 申込フォームから事前申込後、申込アドレスへご案内が届きます。

（http://www.evessa.com/sp\_ticket/ikuno/）

締切り 試合開始1時間前

※対象座席完売の場合、申込み期間内でも受付を終了する可能性があります。

※応援デーは事前申込制です。

※申込み無くご来場の場合、通常チケット価格となります。

「小中学生無料招待」はこちらからお申込みください

https://www.evessa.com/sp\_ticket/kids\_osaka/

[問合せ]大阪エヴェッサ クラブオフィスホームタウン担当　[電話]0120-937-625（平日10：00～17：00）

**情報発信中！**

区役所ツイッター　区全般　教育・学校再編関係

区役所やさしい日本語Facebook

官民連携まち情報サイトいくのぐらし.com

**いくのメロディー通信**　No.20

区長のコラム

2025年大阪・関西万博には、世界中から人と富と新しいアイデアが集まってきます。これらを素通りさせることなく生野区で受け止め、万博以降の発展につなげ継続していくことがとても大切です。

生野区は5人に1人が外国籍住民の方で外国人比率が日本で最も高い都市であり、約60カ国の方が暮らしています。生野区は既に多くの国の方が集まり交流し新しい価値が生まれている、「毎日万博のまち」！　是非万博にやって来る多くの人に生野区の魅力的なお店で楽しんでいただき、新しいアイデアを持つ企業には生野区のものづくりの技術力でそれを形にして新製品・新産業につなげていただきたいと思います。

万博はまちが面白く変わる良いチャンスです。生野区には「まちを面白くしたい」「新たなビジネスを生みだしたい」という熱い想いをお持ちの方が多くおられ、万博を契機にそういう方々がつながり、まちを変える熱量を上げてヒートアップして新しい動きが生まれるよう「EXPOいくのヒートアッププロジェクト」を立ち上げました。今年から万博を盛り上げるイベントをはじめ、様々な取り組みを行ってまいりますので是非ご参加ください。

大阪市の24区がそれぞれ「まち自慢」動画を作成し競う、吉本興行コラボの万博応援企画「うた自慢まち自慢大阪市24区大会」予選会では、生野区は第3位となり決勝の「うた自慢」大会に進出できることとなりました。皆様の応援に心より感謝申し上げます。万博を契機に生野区を面白く盛り上げていきましょう！

今月で万博まで500日をきります。一緒に生野区を盛り上げて、もっともっとヒートアップしていきましょう！

**いくの健康＆食育フェア**　無料

とき　11月11日（土）14:00～16:00

ところ　リゲッタIKUNOホール（生野区民センター内）

・開会セレモニーは桃谷中学校吹奏楽部による演奏

・アンケート回答で粗品プレゼント（数に限りあり）

おおさか健活マイレージ　アスマイル　参加ポイント対象イベント

「アスマイル」は、健康づくりをサポートするアプリです。 毎日の健康活動でポイントが貯まり、貯まったポイントで飲み物や電子マネー等が当たる抽選に参加できます。40歳以上の大阪市国民健康保険被保険者の方は「特定健診」・「1日人間ドック」・「健康づくり支援事業」を受診すると、初回3,000円相当分の電子マネー等と交換できるポイントがもらえます。くわしくはホームページでご確認ください

[問合せ]おおさか健活マイレージアスマイル事務局　[電話]06-6131-5804　[FAX]06-6452-5266

内容

●相談コーナー

・健康相談　・歯科相談　・お薬相談

●からだチェック

・血管年齢測定　・骨量検査　・体脂肪測定

・俊敏性（しゅんびんせい）テスト　・ノルディックウォーク体験

●応急手当と救命処置

●がん検診啓発コーナー

・大腸がんクイズラリー　・大阪市がん検診受付

●食育コーナー

・ヘルシー料理の展示　・脳トレパズル　・豆はこびゲーム

・食育に関するクイズラリー　・腸（カラダ）模型の展示

・保育所、幼稚園、小学校の食育活動紹介

●生野区精神保健福祉講演会

『整う』あなたの眠り

14:30〜15:30 3階301会議室で開催今の眠りに満足していますか？眠る時間を夢の時間に、睡眠を明日のエネルギーにするコツを精神科医師がお話します。※講演終了後、ヤクルト1000の試飲があります

定員　80名（先着順 13：30より整理券配布）

「いくの 健康＆食育フェア」についてのお問合せは

区役所保健福祉課　2階24番　[電話]06-6715-9882　[FAX]06-6712-0652