「居場所」と「持ち場」のあるまちへ

広報いくの ９月号　No.340　2024

**子育て**

**ウェルカムベビースクール（妊婦教室）　無料**

妊娠・出産・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　9月17日（火）14：00～16：00（受付13：40〜）ところ　生野区保健福祉センター 2階集団検診室

対象　区内在住の妊婦及びその配偶者(パートナーの方も参加可能)内容

安産に向けて今からすぐにできること！

エア沐浴見学（助産師）

先輩ママと赤ちゃんとの交流会

持ち物　冊子「わくわく」・母子健康手帳・筆記用具

問合せ　区役所保健福祉課 2階23番　電話06-6715-9968　ファックス06-6712-0652

**離乳食講習会　無料　要申込**

とき　9月20日（金） 14:00～15:3

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へ

問合せ　区役所保健福祉課 2階24番 電話06-6715-9882　ファックス06-6712-0652

**妊婦歯科健診　無料　要申込**

とき　9月17日（火）　受付13:30～13:50

ところ　区役所 2階201会議室

申込み　9月13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　ファックス06-6712-0652

**地域ふれあい子育て教室（あひるらんど）　無料　要申込**

可愛い赤ちゃんの顔を見ながら、育児や気になることなど楽しくおしゃべりしませんか？

とき　9月17日（火） 14：45～16：00

ところ　区役所 2階計測室

対象　生後1～3か月の乳児と保護者

内容　参加者同士の交流、保健師による身体計測・育児相談、ミニ講座 ※くわしくは区ホームページ参照

申込み　窓口または電話にて問合せへ

問合せ　区役所保健福祉課 2階23番

電話06-6715-9968　ファックス06-6712-0652

**いくのっ子広場 with保育施設案内　無料**

小さい子どもさん向けのイベントです。保育所入所の説明コーナーもあります。

とき　9月14日（土） 10：00～12：00

ところ　区役所6階 大会議室

問合せ　区役所保健福祉課 2階21番

電話06-6715-9024　ファックス06-6715-9967

**学び**

**男性の料理教室　要申込**

料理初心者の方大歓迎！この教室で、料理の楽しさを知り、ご自身の健康づくりを始めてみませんか。

とき　10月11日（金） 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　区内在住の男性

定員　16名（先着順）

内容　講話と調理実習

費用　ひとり500円（調理材料費）

持ち物　エプロン、三角巾（大きめのバンダナでも可）、マスク、手拭きタオル

申込み　窓口または電話にてお申し込みください。

締切　9月27日（金）

問合せ　区役所保健福祉課 2階24番

電話06-6715-9882　ファックス06-6712-0652

**健康・福祉**

**特定健診　年度末は混雑するので早めの受診を！　無料**

とき・ところ　9月7日（土） 13：30～15：00　生野区役所

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　　ファックス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　ファックス06-4790-2030

●対象の方には、緑色の封筒で「受診券」を送付しています。

●国民健康保険加入者がアスマイルに登録いただき、特定健診を受診されると今年度は、アスマイルポイントが初回4,000円相当プレゼントされます。

**地域生活向上教室（いくみんのつどい）　無料　要申込**

統合失調症等の精神疾患のある方が、生活習慣を整え、健康管理やコミュニケーションのスキルを身につけ、地域で自分らしく安定した生活ができることを目的に行っています。

とき　9月9日（月）、10月21日（月）、11月18日（月）13：30～15：30

ところ　区役所2階 集団検診室

対象　統合失調症等の精神疾患を治療中の方

申込み　来庁もしくは電話にて問合せまで。

問合せ　区役所保健福祉課 2階23番　電話06-6715-9968　ファックス06-6712-0652

**生野区役所で実施するがん検診・骨粗しょう症検診・結核健診等**

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　ファックス06-6712-0652

区ホームページはこちら

行政オンラインシステムの予約はこちら

敬老の日に「がん検診をプレゼントしよう大作戦」についてはこちら

内容　大腸がん検診　肺がん検診　要予約

とき

10月19日（土）13:30～14:50★ ※大腸・肺がん検診のみ実施

10月28日（月）9:30～10:50★ ※大腸・乳がん・骨粗しょう症検診のみ実施

11月17日（日）9:30～10:50★

12月3日（火）9:30～10:50★

12月3日（火）13:30～14:50　※大腸・乳がん・骨粗しょう症検診のみ実施

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　女性技師が対応します

とき

10月19日（土）13:30～14:50★ ※大腸・肺がん検診のみ実施

10月28日（月）9:30～10:50★ ※大腸・乳がん・骨粗しょう症検診のみ実施

11月17日（日）9:30～10:50★

12月3日（火）9:30～10:50★

12月3日（火）13:30～14:50　※大腸・乳がん・骨粗しょう症検診のみ実施

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

10月19日（土）13:30～14:50★ ※大腸・肺がん検診のみ実施

10月28日（月）9:30～10:50★ ※大腸・乳がん・骨粗しょう症検診のみ実施

11月17日（日）9:30～10:50★

12月3日（火）9:30～10:50★

12月3日（火）13:30～14:50　※大腸・乳がん・骨粗しょう症検診のみ実施

対象　18歳以上

料金　無料

内容　歯科相談

とき　10月28日（月）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　9月2日（月）10:00～11:00 　10月9日（水）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

※65歳以上の方は、年に1回結核健診の受診が義務付けられています。

（注意）特定の医療機関への紹介は行いません。

取扱医療機関で実施するがん検診について（料金は無料～1,500円）　要予約

取扱医療機関でも、大阪市がん検診（胃・大腸・肺・乳・子宮頸・前立腺がん検診）を実施しています。

予約は直接取扱医療機関へお電話ください。

取扱医療機関はこちら

対象者や料金はこちら

**いくみんカラダ通信**

**健康づくりの輪をひろげよう　無料　要申込**

生野区の平均寿命は、男性78.0歳、女性86.3歳（R2年度）と大阪市平均とほぼ同等です！一方で、介護を受けながら生活する期間（不健康な期間）が、男性が2.6年（市平均2.0年）、女性は5.2年（市平均4.2年）と、大阪市の中でも長くなっています。

笑顔で年を重ねるために健康づくりのヒントやコツを一緒に学びませんか？生活習慣病予防や介護予防について、すぐに実践できる内容が盛りだくさんです。男女問わず大歓迎！みんなで健康づくりの輪を広げましょう。

令和6年度　健康づくりひろげるクラブ

1回目 10月1日（火）

2回目 10月11日（金）※

3回目 10月15日（火）

4回目 10月22日（火）

5回目 10月29日（火）

6回目 11月5日（火）

※2回目のみ金曜日です。

全6回コース

＊身体のバランスを知り、姿勢矯正！

＊笑って健康になろう♪

＊簡単に栄養食をつくってみよう♪

＊フレイル予防のポイントを知ろう！

＊口腔ケアで誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）を予防しよう

など盛りだくさん！

★4回以上の出席で修了証お渡し＆アスマイルポイント付与します！

時間　10：00～12：00

定員　25名（先着順）

ところ　初回は、区役所2階 集団検診室（開催日によって6階大会議室になります。）

対象　区内在住で40歳以上の方

※介護認定を受けられている方は対象外になります。 ※初めて受講される方が優先になります。

申込み　区役所保健福祉課 2階23番　電話06-6715-9968締切　9月20日（金）

※プログラムが変更、中止となる場合があります。体調不良時は参加をご遠慮ください。

**お知らせ**

**第51回生野まつりを開催します**

とき　10月20日（日）

ところ　巽公園（巽西1-7）

問合せ　区役所地域まちづくり課 4階44番　電話06-6715-9734　ファックス06-6717-1163くわしくはホームページまで

**オータムチャレンジスポーツ　ニュースポーツ体験会 ～ガチ☆メンもできるよ～　無料**

ニュースポーツは年齢や体力にかかわらず誰もが楽しめると注目されています！体験してみてください！

とき　10月13日（日）10:00～14:30（最終受付14:00）

ところ　生野スポーツセンター

内容　ガラッキー、モルック、C.B.Cくわしくはこちら

持ち物　体育館シューズ、飲み物

※体験するごとにスタンプがたまります。※スタンプを3つ集めた方先着200名にオリジナル缶バッジを贈呈します。問合せ　区役所地域まちづくり課 4階44番　電話06-6715-9012　ファックス06-6717-1163

**「街ねこ」活動について**

地域の皆さんの十分な理解のもと、地域の野良猫に不妊去勢手術を行い、一代限りの命となった猫たちを地域の皆さんが主体となって適正に管理していく取組みを「地域猫」活動といいます。

大阪市の事業では「街ねこ」活動と呼び、皆さんの活動のお手伝いをしています。

活動には要件があります。

事業案内をご覧ください。

問合せ　区役所保健福祉課 2階25番　電話06-6715-9973　ファックス06-6712-0652

**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

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。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

●延長開庁や日曜開庁もご利用ください

※一部の窓口のみ

・毎週金曜日：19:00まで延長開庁

・毎月第4日曜日:9:00～17:30まで開庁

くわしくはこちら

●市外への転出届は窓口へ来庁せず提出することができます郵送による転出届について

オンラインによる転出届について

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。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　ファックス06-6715-9110

・保険年金担当 4階47・48番　電話06-6715-9956　ファックス06-6717-1161

**9月22日の日曜開庁日はマイナンバーカードに関するすべての手続きができません**

システムメンテナンスが入ります

＜停止する主な手続き＞◎カードの受取り

◎申請書の受取り◎記載事項の変更（住所や氏名の書き換え等）◎暗証番号の再設定・変更

◎電子証明書の更新・発行◎大阪市外からの特例転入（住民基本台帳カード・マイナンバーカードをお持ちの方が前住所地で特例転出届を提出された場合に転出証明書なしに転入の手続きを行うこと）◎窓口でのマイナンバーカードを使用した印鑑証明書の発行※コンビニエンスストアのマルチコピー機における証明書交付サービスは、通常通り6:30〜23:00まで利用可能です。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いします。

問合せ　区役所窓口サービス課 1階2・5番　電話06-6715-9963　ファックス06-6715-9110

**ハウディ日本語学校大阪校と包括連携協定を締結しました**

生野区役所はハウディ日本語学校大阪校と、外国につながる住民の日本語学習支援、外国につながる住民等への情報発信、コミュニティ支援など、さまざまな分野について、連携して取り組んでいきます。

協定書の内容はホームページで

問合せ　区役所地域まちづくり課 4階43番　電話06-6715-9020　ファックス06-6717-1163

**各種無料相談　先着順**

お気軽にご相談ください

法律相談　要予約

とき　9月10日・17日・24日いずれも火曜日　13:00～17:00（1組30分）

※相談後の記録作成時間や入れ替わり時間なども含む

ところ　生野区役所

定員　第2火曜24組、第3･4火曜16組

予約　電話050-1808-6070（AI電話による自動案内）

相談日の前週火曜日（祝日の場合はその前の開庁日）の12:00～相談日前日の17:00まで（24時間申込み・変更・キャンセル可）

精神科医による相談　要予約

とき　9月19日（木）、10月7日（月）14:00～

ところ　生野区役所2階相談室

問合せ・予約　区役所保健福祉課　2階23番　電話　06-6715-9968　ファックス　06-6712-0652

司法書士相談 予約不要

とき　9月12日(木)　13:00～16:00　(受付は15:00まで)

待ち人数によっては、お待ちいただく場合や、お断りする場合があります。

ところ　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。会場にて先着順で相談を受け付けます。

行政書士相談　予約不要

とき　9月19日(木)　13:00～16:00　(受付は15:00まで)

待ち人数によっては、お待ちいただく場合や、お断りする場合があります。

ところ　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。会場にて先着順で相談を受け付けます。

不動産相談　予約不要

とき　9月26日（木）、10月3日（木）　 13:00～16:00 　(受付は15:00まで)

待ち人数によっては、お待ちいただく場合や、お断りする場合があります。

ところ　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。会場にて先着順で相談を受け付けます。

行政相談　予約不要

とき　9月18日(水)　13:00～16:00　(受付は15:00まで)

待ち人数によっては、お待ちいただく場合や、お断りする場合があります。

ところ　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。会場にて先着順で相談を受け付けます。

社会保険労務士相談　予約不要

とき　9月20日(金)　13:00～16:00　(受付は15:00まで)

待ち人数によっては、お待ちいただく場合や、お断りする場合があります。

ところ　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。会場にて先着順で相談を受け付けます。

税務相談　予約不要

とき　9月6日（金）、　10月4日（金）13:00～16:00　(受付は15:00まで)

待ち人数によっては、お待ちいただく場合や、お断りする場合があります。

ところ　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。会場にて先着順で相談を受け付けます。

就労相談

とき　9月11日(水)　13:30～17:00　（受付は15:30まで）

16：00以降の相談は要予約

予約　電話0120-939-783（16:00以降の相談のみ）

ところ　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。会場にて先着順で相談を受け付けます。

**令和7年4月から保育施設の入所を希望される方へ**

仕事や病気などにより、こどもの保育ができない場合に保育施設の入所を希望することができます。

問合せ　区役所保健福祉課 2階21番　電話06-6715-9857　FAX06-6717-9967

●手続きの流れ

9/4（水）〜

申込書受取

チェックリスト

□「令和7年度 保育施設・保育事業利用の案内」を受け取る

【受取場所】各保育施設、生野区子ども・子育てプラザ、区役所2階21番

市ホームページからダウンロード（9月4日（水）9：00～）

見学

チェックリスト

□保育施設に電話して、　□見学に行く（複数可）

質問例

・保育料以外に必要な費用　・土曜日保育の有無や園の休日

・布オムツ？紙オムツ？　・慣らし保育の期間や時間など

9/9（月）9：00〜提出（面接）日 2日前

予約

チェックリスト

□大阪市行政オンラインシステムで提出(面接)日の予約をする

右の表のとおり各保育施設の先生が立ち会いされますので、立会日のある施設では可能な限り希望施設立会日に予約することをお勧めします。

◎市内他区の保育施設に入所希望される場合

生野区で入所申し込み及び面接を実施します。行政オンラインシステムでは「生野区」を選択し、オンライン予約を行ってください。

◎市外の保育施設に入所希望される場合

保育施設のある市町村に申込期間等を確認してください。生野区で申し込みが必要な場合、その期間内に入所申込みが可能な日程でオンライン予約を行ってください。（生野区で申込書の受付と面接を実施します。）

□書類・証明書類を準備する

保育が必要な理由により、提出書類が異なります。「令和7年度　保育施設・保育事業利用の案内」を確認し、必要に応じて書類の記入をお願いします。不明なことがあれば区役所の【保育・子育てコンシェルジュ】にお問合せください。

10/1(火)〜10/15(火) 9:30〜12:00　13:30〜17:00

提出（面接）

チェックリスト

□記入済みの申込書を提出する

□こどもと一緒に面接を受ける

提出・面接場所　区役所5階 502・503会議室

各施設の申し込み状況を10月末頃に区ホームページで公表予定です。お子様の健康・発達状況により、後日改めて面接をさせていただく場合があります。

【ベトナム語通訳者が来られます】

10月3日（木）・10月10日（木）13：30～17：00

【中国語・英語通訳者が来られます】

10月4日（金）・10月11日（金）13：30～17：00

**情報発信中！**

区役所X（旧ツイッター）　区全般

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

**いくのメロディー通信　No.30**

区長のコラム

生野区には、魅力的なお店も、素晴らしい技術を持つ会社も、様々な思いを持って活動されているグループや個人もおられて、私も生野区で実際に住んでみて、最高に面白い街と思いながら日々暮らし働いています。

この生野区の魅力を、大阪・関西万博で世界中から集まってくる人々に実感してもらい、万博と一緒に生野区も熱量を上げて盛り上がっていく。そういう思いで始まった「EXPOいくのヒートアッププロジェクト」。今年は「マンスリープログラム100」と称して、9月15日～10月20日の期間で生野区を盛り上げる企画やイベントを100件目標に募集しました。すると面白い事をやろうという方々がどんどん集ってくださり、100件を上回る応募がありました。生野区のパワーの凄さを感じています（詳細は1面12面参照）。加えて9月28日（土）は区役所とリゲッタIKUNOホールで音楽・食・ものづくりなど生野区の魅力を本気で伝えるイベントも開催、是非お越しいただき生野区の熱い未来を感じてください！

みんなで盛り上がりましょう！

**生野区　学校再編の情報はこちら**

生野区ホームページでご覧いただけます

X（旧Twitter）でも随時発信しています

**「成人の日二十歳（はたち）のつどい」を開催します**

とき　令和7年1月12日（日）＜成人の日の前日＞　11：00〜（開場10：30)ところ　生野スポーツセンター対象　平成16年（2004年）4月2日～平成17年（2005年）4月1日生まれの方

二十歳代表者を募集します

A「みおつくしの鐘」打鐘

【募集人数】8名　【集合時間】9：00予定

【場所】区役所 6階

B 花束受領

【募集人数】8名（前日リハーサルあり）　【集合時間】10：00予定

【場所】成人式会場（生野スポーツセンター）

C 鏡開き

【募集人数】6名（前日リハーサルあり）　【集合時間】10：00予定

【場所】成人式会場（生野スポーツセンター）

申込み　下記問合せの電話、ファックス、メールのいずれかにて

①住所　②氏名（ふりがな）　③生年月日　④電話番号

⑤希望するイベント名称　をお伝えください。（応募多数の場合は抽選）

締切　9月27日（金）17：00まで ※抽選結果は、10月下旬（予定）にご連絡いたします。

問合せ　生野区成人の日二十歳のつどい実行委員会事務局（区役所地域まちづくり課内）

〒544-8501 勝山南3-1-19

電話06-6715-9734　ファックス06-6717-1163　メールアドレスto0002@city.osaka.lg.jp

**9月は大阪市朝食月間です**

朝ごはんを食べて1日を元気に過ごそう！

簡単お手軽朝食レシピ

豆腐クリームのパングラタン（2人分）

（材料）

ロールパン　4個

豆腐（絹）　1/2丁（150g）

コンソメ（顆粒）　小さじ1/2

ほうれん草　40g

コーン（缶）　大さじ1

ピザ用チーズ　40g

レタス　1枚

エネルギー318kcal たんぱく質15.2g 塩分1.9g

（作り方）

1.ほうれん草はゆで、2cm長さに切る。

2.豆腐は水切りしておく。

3.ボウルに②の豆腐とコンソメ（顆粒）を入れ、なめらかになるまで混ぜる。

4.③に①のほうれん草とコーンを加え混ぜる。

5.ロールパンの表面を切り取り、手で押してポケット状のくぼみを作り、④を入れ、チーズをのせてオーブントースターで5分ほど焼く。

6.レタスを添えてできあがり。

冷凍ほうれん草を使うとさらにお手軽にできるよ

大阪市食育　推進キャラクター　「たべやん」