



今月のピックアップ

- 2～5面 子育て・学び・健康福祉・お知らせ
- 6～7面 みんなでつくる しあわせ健康生活
- 8面 振興・親善・観光大使 ジョーさんと区長による対談
- 12面 EXPOいくの万博夜市～ベトナムフェア～
この春「東勝山小学校」として開校します！
認知症・在宅医療シンポジウム

生野区役所 〒544-8501 大阪市生野区勝山南3-1-19
☎06-6715-9986(代表) FAX06-6717-1160

異和共生

関西沖縄文庫 主宰 金城 馨氏

区民の皆様、

4年間ありがとうございました。



 **いくみんをさがせ!!** この表紙の中にかくれているよ!
答えはXで #いくみんをさがせ

いくの
メロデー通信
No.48

区長 筋原章博のヒラム
2022年から4年間生野区長を務めてきた区長が、この3月末で任期満了を迎えることになりました。

区民の皆様には区政各般の推進に、地域活動に、また公民連携の取組にと本当に多大なるご支援ご尽力を賜り、衷心より深く感謝申し上げます。

まちづくりを家に例えると、土台の部分は防災や防犯など安心安全の取組、1階部分が飲食店や町工場などの企業活動を元気にする地域経済振興、2階・3階が教育や地域福祉であると言えます。今、大阪市内でも建売は3階建て以上が普通で、まちも2階・3階にあたる教育や地域福祉が充実していないと人は住んでくれないが、1階にあたる地域経済振興無しには、まちとして成り立ちません。

そこで生野区では地域経済振興については、主要産業であるものづくり製造業と飲食業の活性化に取り組みました。ものづくり企業の技術力とクリエイターのアイデアとのコラボで新製品を作り出す「生野ものづくりタウン事業」では、万博でも話題になった「株リゲッタさんの」田に浮く靴をはじめ、いくつもの新製品が生まれ、販売開始にも至っています。飲食業の活性化の場としては、近鉄鶴橋駅東口周辺の高架下で常設の夜市をつくる計画の実現に向け関係先と検討調整を進めています。

教育分野では、日本語を話せない外国人児童の急増に対応するため、学校以外の場所で教員免許を持たない指導者でも学校同様の方法で日本語を教える事ができるよう規制緩和を図るべく、民間事業者が主体となって大阪府大阪市と連携し、国のスーパーシティ特区の活用に向けた実証実験を生野区で進めているところ

です。
これらのプロジェクトを継続していくために、私としては、4月からは生野区において自分で法人も立ち上げて区内で働き、引き続き生野区の発展のために尽くしたいと考えています。

4年間生野区で暮らし、温かい人情と面白い人・企業・お店に囲まれて区長を務める事ができ、生野区が好きになりました。尽きることはない生野区愛をもって、生野区と区民の皆様との益々の発展にご活躍・ご健勝を心より祈念し、感謝のご挨拶とさせていただきます。本当にありがとうございました。



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。(全3回・どの月からでも参加可)

とき 3月17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 沐浴体験をしてみよう!
先輩ママと赤ちゃんの交流会(助産師)

持ち物 冊子「わくわく」・母子健康手帳・筆記用具

母乳相談

無料 要申込

母乳育児や乳房のトラブル、卒乳のことなど助産師に直接、相談が出来ます。

3か月児健診でも実施しています。健診以外の方は予約対応です。

※母乳マッサージはできません。

くわしくは
こちら▼

とき 3月4日(第1水曜日)

4月8日(第2水曜日)

予約枠…12:45、13:15、13:45

予約時間の10分前までに来所ください。

ところ 区役所 2階相談室

対象 区内在住の妊婦及び乳児の母等

地域ふれあい子育て教室 (あひるらんど)

無料

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 3月17日(火) 14:30~16:00

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、身体計測・育児相談

問合せ 区保健福祉課 2階23番

☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652

妊婦歯科健診

無料 要申込

とき 3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 3月16日(月)までに問合せへ

くわしくは
こちら▼

離乳食講習会

無料

とき 3月13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)

問合せ 区保健福祉課 2階24番

☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652

絵本サポーター養成講座

無料 要申込

生野区では、こどもたちが絵本に親しみきっかけをつくろうと様々な取組を行っています。

そのお手伝いをしてくださる『絵本サポーター』を募集します。

くわしくは
こちら▼

とき 3月12日(木) 14:30~16:00(受付14:15~)

ところ 区役所 5階502会議室

対象 絵本サポーターに登録・ご協力いただける方

定員 30名(先着順)

申込み 3月11日(水)までに電話またはFAXにて

問合せ 区保健福祉課 2階21番

☎06-6715-9024 FAX06-6715-9967

学び

生野区初級手話講座

要申込

とき 4月15日~令和9年2月20日(全35回)

毎週水曜日19:00~20:30

※令和9年2月20(土)に合同修了式を行います。

ところ 生野区民センター(勝山北3-13-30)

※日時・場所は一部変更の場合あり。

費用 無料

※但し、テキスト代2冊4,290円(税込)及び動画視聴システム代1,760円(税込)は実費負担

対象 市内在住か在勤で高校生以上の初心者

定員 30名(先着順)

申込み 往復はがきに、「生野区初級手話講座申込」と明記のうえ、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・勤務先(市外居住者のみ)を記入し、問合せまで送付ください。

締切 3月16日(月)必着

問合せ 区保健福祉課 2階21番

〒544-8501 大阪市生野区勝山南3-1-19

☎06-6715-9857 FAX06-6715-9967

生野区民センター 各種講習会のお知らせ

要申込

◆スマホ教室~初心者コース&応用コース~

とき 4月7日~5月12日(全5回)各火曜日

初心者コース:10:30~11:30(講習後質疑応答)

応用コース:14:00~15:00(講習後質疑応答)

定員 各20名(先着順)

受講料 各1,500円

内容 初心者…基本操作・文字入力・設定・電話・カメラ
応用…インターネット・マップ・アプリ・LINE・生成AI

◆懐かしい歌をみんなで歌おう!(いつでも参加OK)

とき 4月1・15日、5月13・20日 各水曜日

14:00~15:30(受付13:30)

※4月より開催時間が変わりました

定員 各100名(各日先着順)

受講料 1回500円

※初回のみ歌詞ファイル代別途500円要

※初回のみ開催日当日窓口で申込み

持ち物 手提げ袋、筆記用具、飲み物

内容 ピアノ伴奏に合わせて、童謡・唱歌・歌謡曲などを大きな声で元気に歌いましょう!音楽療法士の講師が、楽しく歌唱指導をします。

◆その他講習会【フラダンス・英会話・ベリーダンス・キッズ英会話・ヨガ・太極拳・韓国語・こども囲碁】も開催しています!

くわしくは
こちら▼

申込み 受講料を添えて問合せへ来館

ところ 生野区民センター(勝山北3-13-30)

問合せ ☎06-6716-3020 FAX06-6716-1797

健康・福祉

地域生活向上教室 (いくみんのつどい)

無料 要申込

心の病気の回復途上の方が、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。(毎月第3月曜日)

とき 3月16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 区保健福祉課 2階23番

☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652

障がいのある方の交通乗車証及びタクシー給付券の送付及び交付

新年度分の交通乗車証及びタクシー給付券を3月下旬に書留で送付、または窓口交付します。

対象 ・身体障がい者手帳、療育手帳、戦傷病者・被爆者健康手帳、精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの方

・特別児童扶養手当1級受給世帯の方で、障がいのある方等の交通乗車証及びタクシー給付券を受けられている方

問合せ 区保健福祉課 2階21番

☎06-6715-9857 FAX06-6715-9967

400ml献血にご協力お願いいたします

とき 3月17日(火)

10:00~12:00、13:00~16:30

ところ 区役所 1階 検診スペース

対象 体重50kg以上で64歳までの方

※所要時間は約40分(混み具合で前後します)

問合せ 区保健福祉課 2階24番

☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652

国民健康保険の資格取得及び資格喪失手続きについて

会社を退職した場合など健康保険をやめたときや、扶養家族からはずれたときなどは、国民健康保険に加入する手続きが必要です。

また国民健康保険に加入されている方が、就職などで健康保険に加入したときや扶養家族になったときなどは、国民健康保険の資格喪失手続きが必要です。

いずれの場合も、必ず14日以内に区役所で手続きを行ってください。(マイナ保険証をお持ちの方も手続きが必要です。)

なお、資格喪失手続きについては、行政オンラインシステムにおいても手続きができます。

問合せ 区窓口サービス課 4階48番

☎06-6715-9956 FAX06-6717-1161

以下は「広告スペースです」

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、検診費用の約90%を大阪市が助成しています

後期高齢者医療被保険者、高齢受給者証の対象者、市民税非課税世帯の方などは証明書の提示または提出で【無料】。くわしくは【問合せ】まで。

予約 電話、来庁または「行政オンラインシステム」で予約してください(先着順)。

問合せ 区保健福祉課 2階24番 ☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652



3月2日(月)から
予約受付を開始します
(先着順)



行政オンラインシステムでの予約

大腸がん 肺がん ▶ ▶

乳がん 骨粗しょう症 ▶ ▶

内容	受付時間	対象	料金
大腸がん検診 肺がん検診 要予約	5月12日(火) 9:30~10:50★ 5月16日(土) 9:30~10:50★	40歳以上	大腸…300円 肺…無料(X線) ※喀痰検査が必要な場合、追加で400円かかります。
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	6月8日(月) 9:30~10:50★ 6月21日(日) 9:30~10:50★ ※肺がん検診は実施しません	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	1,500円 約9,000円相当の検診です
骨粗しょう症検診 (骨量検査) 要予約	7月27日(月) 9:30~10:50★	18歳以上	無料 約4,000円相当の検診です
歯科相談	5月12日(火) 9:30~10:30★	市民の方(年齢制限なし)	無料
結核健診	4月21日(火) 10:00~11:00	15歳以上※	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 対象者や料金

いくみんカラダ通信

春はこころのケアを入念に!

心が疲れていませんか?
春は、気候、新しい職場や新しい仲間、引っ越しなど変化が多い季節です。気温差による体温調節や、新しい環境での心の疲労など、十分に順応することができず、自律神経が乱れがちです。変化に合わせてようとして、知らない間に心のエネルギーをたくさん使っているかもしれません。

よい睡眠は心の健康を助けます
朝日を浴びる・日中適度に身体を動かす・寝る前はスマホを見ないなどが睡眠の質を高めることにつながります。しっかりと休息をとることで、体が休まり、心のエネルギーも回復します。

互いに声をかけあいましょう
あなたの周りにいる方が「あまり眠れていない」と話したり、元気がないように感じたら「心のエネルギーが弱っているサインかも?」と思ってください。いつもと違う様子に気づき、声をかけて、話を聞いて専門の相談窓口につないでください。

問合せ 区保健福祉課 2階23番 ☎06-6715-9968

相談窓口はこちら

以下は「広告スペースです」

お知らせ

生野区内の店舗が
第17回大阪市あきないグランプリ
優秀賞を受賞しました

「大阪市あきないグランプリ」は、市内商店街の活性化と大阪経済の振興をめざして市内商店街の中から个性的で魅力ある店舗を発掘・表彰しています。



今回、生野区内の飲食店「ダイニングポポ」が優秀賞を受賞しました。魅力的で素敵な店舗に、ぜひお越しください。

問合せ 区地域まちづくり課 4階44番 ☎06-6715-9734 FAX06-6717-1163

くわしくは区HPへ



春休み こどもヒューマンシアター **無料**

- ・はたらく細胞(実写版)【同時上映】
- ・学ぼう! スマホのトラブルを防ぐ マナーとルール【人権啓発DVD】

とき 3月22日(日) 13:30~16:00ごろ (受付 13:00~)

ところ リゲッタIKUNOホール(生野区民センター内) (勝山北3-13-30)

定員 200名(先着順)

問合せ 区地域まちづくり課 4階44番 ☎06-6715-9920 FAX06-6717-1163

くわしくは区HPへ



フードドライブ、
ごみ減量啓発相談コーナー開催 **無料**

「ベビー服・子ども服」の展示提供も開催しています

とき 4月2日(木)・5月7日(木) 14:00~15:00

ところ 区役所1階 いくみんの庭

回収品 食料品及び衣類

提供品 ベビー服・子ども服

問合せ 大阪市環境局 東部環境事業センター ☎06-6751-5311 FAX06-6753-3041



市民税・府民税の申告期限は
3月16日(月)です

問合せ なんば市税事務所 市民税等グループ(個人市民税) ☎06-4397-2953 (平日9:00~17:30、金曜日は9:00~19:00)



**スマホとマイナンバーカードで！
確定申告はご自宅からお願いします！**

令和7年分 確定申告書の提出と納税の期限

所得税	3月16日(月)
個人事業者の消費税	3月31日(火)
贈与税	3月16日(月)

●国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」では、金額等を入力するだけで、自動計算で申告書が作成され、マイナンバーカードを読み取って送信まで一連の流れで済ませることができ大変便利です！
★申告書作成はこちらから▶ 

●申告期限間際の確定申告会場は大変混み合いますので、ぜひご自宅でスマホ申告をお願いします！(税務署の会場でもご自身のスマホでの申告をお願いしています！)

マイナンバーカードについて、事前にご確認を！

- マイナンバーカードのパスワードは2種類必要です。
 - ①署名用パスワード【英数字6～16文字】
 - ②利用者証明用パスワード【数字4桁】
- パスワードをお忘れの場合や電子証明書が有効期限切れの場合は、スマホ申告ができませんので、区役所で再設定または更新の手続きをお願いします。

確定申告会場での相談が必要な場合は来場予約を！

国税庁LINE公式アカウントを友だち追加すると、確定申告期に来場予約ができます。LINEによる来場予約は、相談希望日の14日前から2営業日前まで可能です。
★友だち追加はこちらから▶ 

所得税・消費税の納税は安心・便利な振替納税で！

一度手続きすれば、振替日の前日までに口座の残高を用意するだけで納税が完了！
★オンラインでの開始手続きはこちらから▶ 
※振替納税の手続き期限は、所得税が3月16日(月)、個人事業者の消費税が3月31日(火)です。
問合せ 生野税務署 ☎06-6717-1231(代表)

**毎月19日に実施している
「ひたたくり防止カバー」の配布は
3月で終了します**

問合せ 区地域まちづくり課 4階44番
☎06-6715-9012 FAX06-6717-1163

**令和8年度
小学5・6年生と中学生を対象とした課外授業
「いくの塾」受講生募集**

要申込

4月より、学習習慣の定着、基礎学力向上のための取組として、課外授業「いくの塾」を実施します。

くわしくは区HPへ▶ 

ところ 生野区民センター、義務教育学校 生野未来学園、巽中学校、東生野中学校、田島南小中一貫校、大池中学校、新生野中学校

対象 区内在住の大阪市立小・中・義務教育学校の児童・生徒

科目 数学(算数)・国語・英語

費用 月額10,000円
※大阪市習い事・塾補助成カード利用可

申込み 下記へ電話、または区HPから
問合せ (株)エデュケーショナルネットワーク
☎06-6136-1113(平日9:30～18:00)
※協定締結事業者

担当 区地域まちづくり課 4階43番
☎06-6715-9920 FAX06-6717-1163

放火させない環境づくり!!

今日は普通ごみの日

- ・家のまわりに燃えやすいものを置かず、できるかぎり明るくする。
 - ・ごみ出しは、収集日や収集時間などのルールを守る。
 - ・物置、車庫などには必ず鍵をかける。
 - ・バイクなどのボディカバーは防災品を使う。
- 問合せ 生野消防署 ☎06-6731-0119



地図上にロートアートストリート!?

2021年よりスタートした「手形アート」は、下絵を大阪芸大の生徒や、生野区の学校の生徒に制作いただいた後、区内のイベント等で子ども達に手形をおしてもらい完成させるアート作品です。毎年2枚ずつ制作し今年で10枚となり、気づいたら地図上にロートアートストリートと表示されるようになっていきます。数年前に参加した子どもさんが、自分の手形の上に大きくなった手を添え、身体の成長を感じている場面がありました。2026年も秋に実施予定です！今後も追加していくアートを楽しみにしてください。



問合せ ロート製薬株式会社 ☎06-6758-1231 ※連携協定を締結しています。

**4月1日(水)から2階保健福祉課の
受付窓口が一部変更になります**

現在、2階保健福祉課福祉サービス(②番窓口)で手続きを行っている、高齢者福祉関係(敬老優待乗車証、緊急通報システム、介護用品など)について、介護保険を担当している②番窓口に変更します。
問合せ 区保健福祉課 2階21番 ☎06-6715-9857

**梅田サービスカウンターで
マイナンバーカードの電子証明書の
更新手続きが行えます！**

マイナンバーカードの電子証明書更新や暗証番号の初期化の手続きが可能になりました。従来通り、マイナンバーカードの新規申請受付も可能です。平日だけでなく、土日祝も19:00まで開設されています。3・4月は区役所が特に混雑しますので、こちらもぜひご活用ください。
問合せ 梅田サービスカウンター ☎06-6345-0874 (ディアモール大阪B1)

**マイナンバーカードの出張申請は
3月で終了です！ぜひご活用ください！**

◆出張申請サポート
生野区のほかに大阪市各区で3月15日(日)まで開催しています。手ぶらでも申請可能です。顔写真も無料で撮影します。
※初めて作る方とカード更新の方が対象です。カード更新の方はマイナンバーカードと有効期限通知書をご持参ください。
※紛失等での再交付の方は受付できません。
※電子証明書の更新の方も受付できません。
とき 3月7日(土) 11:00～17:00
ところ 生野区民センター2階 205会議室
◆訪問型出張申請受付
区役所や出張窓口に行くのが難しい方へは、福祉施設・集会所・企業などにスタッフを派遣し、申請をお手伝いします。3月13日(金)までの実施です。
くわしくはこちら▶ 
問合せ 大阪市マイナンバーカード 出張申請サポート窓口・訪問出張申請受付サービス コールセンター
☎050-3535-0200

ごみ焼却工場オープンデー

入場無料

日々、生野区で回収されたごみがどのように処理されているのか、実際に見ることができるイベントです。また、シヨベルローダー乗車体験や各イベントを開催しています！ぜひこの機会に、ごみ焼却工場を見学してみませんか！
とき 3月14日(土) 10:00～16:00(最終受付15:00)
問合せ 大阪広域環境施設組合 平野工場(平野区瓜破南1-3-14)
☎06-6707-3753 FAX06-6799-0169



以下は「広告スペースです」



3月と4月は

お引っ越しシーズンのため窓口が大変混雑します

◆市外へお引っ越しする際の転出届は、窓口に来庁せず提出可能ですので、ご活用ください。

マイナポータルによる転出届▶



郵送による転出届▶



※マイナンバーカードが必要です

◆戸籍や住民票等の証明書は、マイナンバーカードをお持ちであればコンビニで発行可能です。また、梅田・難波・天王寺のサービスカウンターや郵送でも発行可能です。※くわしくは4・5面の欄外をご確認ください。



3月22日(日)・29日(日)は一部窓口を開庁します 開庁時間 9:00~17:30

【住民情報】

- 転入・転出・転居などの住所変更の届出 ●マイナンバーカードに関する手続き
 - 印鑑登録の手続き ●出生・婚姻などの戸籍の届出 ●小・中・義務教育学校の就学に関する手続き
 - 住民票や印鑑登録証明書の発行 ●戸籍謄本などの発行
- ※本籍地が大阪市以外の戸籍謄本などの発行はできません。

【保険年金】

- 国民健康保険にかかる手続き及び保険料納付に関する業務 ●国民年金の各種申請書の受付
- 後期高齢者医療制度にかかる各種届出の受付及び保険料納付に関する業務

◆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。



くわしくはこちら▶

◆窓口の混雑状況はスマートフォンでもご確認ください。



くわしくはこちら▶

問合せ 区窓口サービス課 ・住民情報担当 1階2・4・5番 ☎06-6715-9963 FAX 06-6715-9110
 ・保険年金担当 4階47・48番 ☎06-6715-9956 FAX 06-6717-1161

各種無料相談

お気軽にご相談ください



法律相談 要申込 先着順	とき 3月10・17・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 ☎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~相談日当日の10:00まで(24時間申込み・変更・キャンセル可)
日曜法律相談 要申込 先着順	とき 3月22日(日) 13:00~17:00 ところ 淀川区役所 定員 16組 予約 ☎050-1808-6070 (AI電話による自動案内) 3月13日(金)12:00~3月22日(日)10:00まで(24時間申込み・変更・キャンセル可) 問合せ 大阪市コールセンター「なにわコール」 ☎06-4301-7285 FAX 06-6373-3302(年中無休 8:00~21:00)
ナイター法律相談 要申込 先着順	とき 3月24日(火) 18:30~20:30 ところ 天王寺区民センター 定員 32組 予約 行政オンラインシステム 3月23日(月) 17:00まで ※オンライン予約で定員に満たない場合は、相談日18:00時点で来場している相談希望者で抽選を行い、その後も空きがあれば先着順で受付。(各枠の相談開始10分前締切) 問合せ 大阪市コールセンター「なにわコール」 ☎06-4301-7285 FAX 06-6373-3302(年中無休 8:00~21:00)
精神科医による相談 要申込 先着順	とき 3月19日(木)、4月6日(月) 14:00~ ところ 生野区役所 2階相談室 予約・問合せ 区保健福祉課 2階23番 ☎06-6715-9968 FAX 06-6712-0652
司法書士相談	とき 3月12日(木)
行政書士相談	とき 3月19日(木)
不動産相談	とき 3月5日(木)・26日(木)・4月2日(木)
行政相談	とき 3月18日(水)
社会保険労務士相談	今年度の相談は終了しました。
税務相談	今年度の相談は終了しました。
就労相談	とき 3月11日(水) 13:30~17:00(受付15:30まで) 16:00以降の相談は要予約 予約 ☎0120-939-783 (16:00以降の相談のみ)
犯罪被害者等支援のための総合相談	とき 月~金9:00~17:30(土日祝・年末年始除く) ところ 市役所 4階市民局人権企画課 問合せ 市民局人権企画課 ☎06-6208-7489 FAX 06-6202-7073
外国人の方のための相談窓口 Information Counter for Foreign Residents	在留資格(ビザ)・生活・仕事・病気のことなど相談ができます。 English 中文 韓国・朝鮮語 Tiếng Việt Filipino 英語 中国語 韓国・朝鮮語 ベトナム語 フィリピン語 大阪国際交流センター ☎06-6773-6533 相談・問合せ (月曜日~金曜日9:00~19:00、土曜日・日曜日・祝日 9:00~17:30)

問合せ先のない相談について 問合せ 区企画総務課 4階45番 ☎06-6715-9683 FAX 06-6717-1160

図書館だより

生野図書館からのお知らせ

■いろいろなことばのおはなし会 無料

いろいろなことば(英語、中国語、韓国・朝鮮語、日本語)で絵本を読んだり、手遊び歌で遊んだりします。絵本を楽しみながら、いろいろな国の文化にふれてみませんか!

とき 3月28日(土) 11:00~12:00

■おりがみ教室 無料 要申込

みんなで飛ばそう!紙ひこうき

おりがみで、自分だけのオリジナルの紙ひこうきをつくりまます。できあがった紙ひこうきを、元気いっぱい飛ばして遊びましょう!

とき 3月29日(日)

1回目…10:00~、2回目…11:00~

講師 奥野 善雅さん

(日本折紙協会 折紙講師)

定員 各回15名(先着順)

対象 幼児・小学生とその保護者

※小学生以下のお子さんは保護者の方と参加してください

申込み 3月6日(金)10:00より来館または電話にて 問合せへ

問合せ 生野図書館(勝山南4-7-11)

(愛称: ケア・キューブ生野ライブラリー)

☎06-6717-2381 FAX 06-6717-3119

移動図書館「まちかど号」巡回日 無料

とき 3月4日(水)・4月1日(水)

- 10:15~10:55 天理教葛上分教会(新今里5-3)
- 13:10~13:50 新巽東会館・老人憩の家(巽東4-11)
- 14:15~14:55 せいりょう巽北駐車場(巽北2-22)

問合せ 中央図書館自動車庫

☎06-6539-3305

FAX 06-6539-3336



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。

なんでも相談いらっしゃ~い 大相談会 無料

日頃お困りのことを専門家(弁護士・司法書士・精神保健福祉士・労働相談)に相談できる大相談会を開催します。お気軽にお越しください。

とき 3月7日(土) 10:00~16:00

(受付15:00まで)

ところ リゲッタIKUNOホール(生野区民センター内) (勝山北3-13-30)

問合せ 「なんでも相談いらっしゃ~い」

(社協登録ボランティアグループ)

☎080-3811-0650 担当:くわもと

「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 区企画総務課 4階45番

問合せ ☎06-6715-9683 FAX 06-6717-1160

戸籍や住民票等の証明書は郵送でもご請求いただけます。くわしくはHPをご確認ください。 郵送請求先 大阪市郵送事務処理センター(市役所内) ☎06-6208-8832~8835



マイナンバーカードでコンビニから戸籍や住民票等の証明書をお取りいただけます。 ※窓口での請求よりも手数料が100円お安くなります。(戸籍証明を除く)

問合せ 区窓口サービス課 1階5番 ☎06-6715-9963 FAX 06-6715-9110



みんなで作る しあわせ健康生活

元気でいきいきと暮らすために、今できることから一歩ずつ。健康づくりを地域みんなで応援します。

■健診・検診を受けよう！

- 各種がん検診
(胃・大腸・肺・乳・子宮・前立腺)
- 特定健診
- 歯科相談
- 骨粗しょう症検診
- 結核検診



健診・検診について詳しくは、増刊号をご覧ください。

■自分の身体を知ろう！

●アルコールパッチテスト



アルコールに対する体質の判定テストです。区のイベントだけでなく、区役所2階23番窓口でも実施しています。

●血圧測定



普段から血圧を測りましょう。区役所2階に自動血圧計を設置していますので、いつでも測定が出来ます。23番窓口で保健師が測定したり相談もしています。

■生野区の健康づくり団体です！一緒に活動しませんか？

生野区食生活改善推進員協議会「ヘルスマイト」(愛称)

「健康講座保健栄養コース」の修了者組織として、昭和54年に発足。「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、生涯における健康づくり活動を、食を通して推進しているボランティア団体です。キッズクッキングや男性対象の料理教室等の講座や健康展をはじめとする様々なイベントで地域の皆さんに伝達する活動に取り組んでいます。ピンクのエプロンが目印です。



健康づくり推進協議会「カトレア会」

「健康づくりひろげる講座」の修了者組織として、平成4年に発足。「自分の健康は自分で守り、いきいきと暮らしていく」を目標に、いくの健康展をはじめ様々な区の行事で、いくみん健康体操や血管年齢測定等で参加協力し、地域に根ざした幅広い活動に取り組んでいます。



生活習慣病予防教室終了者の会「ひまわり会」

生活に運動を取り入れ、自主的・積極的に健康づくりに取り組むことを目的とし、平成6年に発足。会の活動として、健康づくりに関する勉強会の開催、ウォーキング、リズム体操等を行い、区の行事では、体脂肪測定の実施など健康増進の啓発活動を行っています。



問合せ

健診・検診／食育・栄養改善…区保健福祉課 2階24番 ☎06-6715-9882 ☎06-6712-0652
健康づくり・保健活動…区保健福祉課 2階23番 ☎06-6715-9968 ☎06-6712-0652



■やってみよう！気軽にはじめる健康づくり！

おおさか健活マイレージ「アスマイル」

健康をサポートするスマートフォンアプリ。歩数計や健診記録などの管理ができるだけでなく、電子マネーやQUOカード等がある抽選に参加できるなど、お得な機能もついています。
※対象18歳以上
※65歳以上は、すかいプロジェクトでさらにお得！
65歳以上の方へ「大阪市ポイント」をプレゼント⇒



HPはこちら



介護予防ガイドブック

介護予防を知ってもらうためガイドブックが出来ました。すかいプロジェクトやいろいろな事業を紹介しています。



いくみん健康体操

老若男女みんなで出来る健康体操です。平成22年に医師会監修のもと保健師らが考えました。区の行事で実施しています。貸出し用のCDもありますので地域でもやってみてください。



区役所
YouTube
はこちら▶



HPは
こちら▶



■健康講座や教室に参加してみませんか？

健康講座保健栄養コース

食育に関心のある方大歓迎。食生活を中心に健康づくりのための具体的な知識を年齢・性別に関係なく学んでいただける講座です。修了後は食生活改善推進員として活躍していただけます。7月頃「広報IKUNO」で募集予定。くわしくはこちら▶



健康づくりひろげる講座

活動的な85歳をめざして、健康づくり・介護予防活動について学べる教室です。運動や栄養、お口の健康、認知症予防など充実した内容となっています。講座修了生は「カトレア会」の会員として健康づくりの啓発活動に取り組んでいます。毎年秋に開催！

ヘルスアップ講座

生活習慣病予防(運動)に関する知識と予防行動について学べる教室です。健康づくりのきっかけと仲間づくりをしています。教室の卒業生は「ひまわり会」の会員として活躍しています。年2回開催！

いきいき百歳体操

各地域で開催中！「おもり」を手首や足首につけて、座って行う運動です。筋力をつけて、転倒しにくい身体になるので、骨折や寝たきりになることを予防できます。



HPとマップはこちら▶



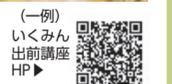
/90歳を超えても、筋力・運動能力はあがります！

地域健康講座

地域の集まりの場で、保健福祉センターの保健師がご相談に応じて健康づくりや介護予防についての講座を行っています。くわしくは、HPまたは23番窓口までご相談ください。



(一例) いくみん
出前講座
HP▶



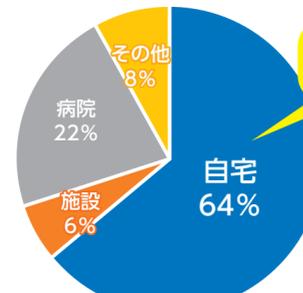
■住み慣れた地域でいつまでも過ごしたい！

●生野区在宅支援ネットワーク会議 ●生野区認知症高齢者支援ネットワーク会議

生野区内の医療や介護の関係団体で構成され、認知症になっても、体が不自由になっても、住み慣れた地域で安心して自分らしい生活を続けるために、みんなで支え合うまちづくりについて考え、連携・協力しています。皆さんと一緒に取り組んでいけるように、イベントや講演会を実施しています。

ご存じですか？「ACP:人生会議」

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取組を「人生会議(アドバンスケア・プランニング)」と呼びます。



6~7割の人が
人生の最後は自宅を希望

医療やケアについてはもちろん、「自分がどんな暮らしを望み、どのような時間を過ごしたいか」についてももしっかり考え準備する必要があります。家族や親せきがいなくても、主治医や介護事業者、地域包括支援センター等と相談してみましょう。

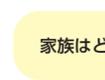
「人生の最後の瞬間をどこで迎えたいか？」
R6生野区イベント時ACPアンケートより

認知症の進行に応じた「生活のヒント」を 専門家が教えます！

～「今の暮らし」から「これからの備え」まで～



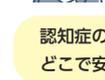
もしかして認知症？
まずはどうしたらいい？



家族はどこに相談したらいい？



生活の手助けが必要になったら
費用はどのくらい？



認知症の症状が進んだら
どこで安心して過ごせるの？

令和8年3月14日(土) ぜひ、お越しください。 認知症シンポジウムを開催!!

みなさまの疑問を医療・介護・福祉の専門家が、お答えします！くわしくは12ページへ

お土産
あり



啓発動画はこちら▶



啓発動画はこちら▶

みんなで作る しあわせ健康生活

元気でいきいきと暮らすために、今できることから一歩ずつ。健康づくりを地域みんなで応援します。

■健診・検診を受けよう！

- 各種がん検診
(胃・大腸・肺・乳・子宮・前立腺)
- 特定健診 ・歯科相談
- 骨粗しょう症検診 ・結核健診



健診・検診について詳しくは、増刊号をご覧ください。

■自分の身体を知ろう！

●アルコールパッチテスト



アルコールに対する体質の判定テストです。
区のイベントだけでなく、区役所2階23番窓口でも実施しています。

●血圧測定



普段から血圧を測りましょう。
区役所2階に自動血圧計を設置していますので、いつでも測定が出来ます。
23番窓口で保健師が測定したり相談もしています。

■生野区の健康づくり団体です！一緒に活動しませんか？

生野区食生活改善推進員協議会「ヘルスメイト」(愛称)

「健康講座保健栄養コース」の修了者組織として、昭和54年に発足。

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、生涯における健康づくり活動を、食を通して推進しているボランティア団体です。キッズクッキングや男性対象の料理教室等の講座や健康展をはじめとする様々なイベントで地域の皆さんに伝達する活動に取り組んでいます。ピンクのエプロンが目印です。



健康づくり推進協議会「カトレア会」

「健康づくりひろげる講座」の修了者組織として、平成4年に発足。

「自分の健康は自分で守り、いきいきと暮らしていく」を目標に、いくの健康展をはじめ様々な区の行事で、いくみん健康体操や血管年齢測定等で参加協力し、地域に根ざした幅広い活動に取り組んでいます。



生活習慣病予防教室終了者の会「ひまわり会」

生活に運動を取り入れ、自主的・積極的に健康づくりに取り込むことを目的とし、平成6年に発足。

会の活動として、健康づくりに関する勉強会の開催、ウォーキング、リズム体操等を行い、区の行事では、体脂肪測定の実施など健康増進の啓発活動を行っています。



問合せ

健診・検診／食育・栄養改善…☎保健福祉課 2階24番 ☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652
健康づくり・保健活動…☎保健福祉課 2階23番 ☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652



■ やってみよう！気軽に始める健康づくり！

おおさか健活マイレージ「アスマイル」

健康をサポートするスマートフォンアプリ。歩数計や健診記録などの管理ができるだけでなく、電子マネーやQUOカード等があたる抽選に参加できるなど、お得な機能もついています。

※対象18歳以上

※65歳以上は、すかいプロジェクトでさらにお得！
65歳以上の方へ「大阪市ポイント」をプレゼント⇒



HPはこちら



介護予防ガイドブック

介護予防を知ってもらうためガイドブックが出来ました。すかいプロジェクトやいろいろな事業を紹介しています。



いくみん健康体操

老若男女みんなで出来る健康体操です。平成22年に医師会監修のもと保健師らが考えました。区の行事で実施しています。貸出し用のCDもありますので地域でもやってみてください。

区役所
YouTube
はこちら▶



HPは
こちら▶



いくみん
いいね~



■ 健康講座や教室に参加してみませんか？

健康講座保健栄養コース

食育に関心のある方大歓迎。
食生活を中心に健康づくりのための具体的な知識を年齢・性別に関係なく学んでいただける講座です。修了後は食生活改善推進員として活躍していただけます。7月頃「広報IKUNO」で募集予定。くわしくはこちら▶



大阪市食育推進
キャラクター たべやん



健康づくりひろげる講座

活動的な85歳をめざして、健康づくり・介護予防活動について学べる教室です。運動や栄養、お口の健康、認知症予防など充実した内容となっています。講座修了生は「カトレア会」の会員として健康づくりの啓発活動に取り組んでいます。毎年秋に開催！

ヘルスアップ講座

生活習慣病予防(運動)に関する知識と予防行動について学べる教室です。健康づくりのきっかけと仲間づくりをしています。教室の卒業生は「ひまわり会」の会員として活躍しています。年2回開催！

いきいき百歳体操

各地域で開催中！「おもり」を手首や足首につけて、座って行う運動です。筋力をつけて、転倒しにくい身体になるので、骨折や寝たきりになることを予防できます。

HPとマップはこちら▶



／90歳を超えても、筋力・運動能力はあがります！

地域健康講座

地域の集まりの場で、保健福祉センターの保健師がご相談に応じて健康づくりや介護予防についての講座を行っています。

くわしくは、HPまたは23番窓口までご相談ください。



(一例)
いくみん
出前講座
HP▶



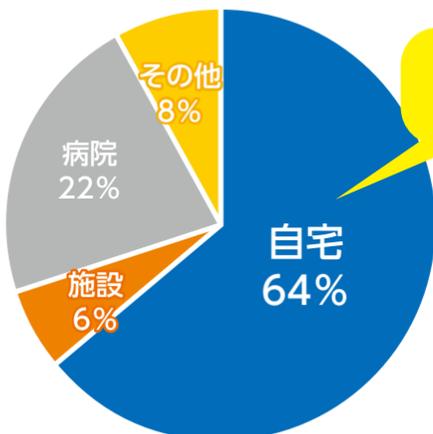
■ 住み慣れた地域でいつまでも過ごしたい！

●生野区在宅支援ネットワーク会議 ●生野区認知症高齢者支援ネットワーク会議

生野区内の医療や介護の関係団体で構成され、認知症になっても、体が不自由になっても、住み慣れた地域で安心して自分らしい生活を続けるために、みんなで支え合うまちづくりについて考え、連携・協力しています。皆さんと一緒に取り組んでいけるように、イベントや講演会を実施しています。

ご存じですか？「ACP:人生会議」

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取組を「人生会議(アドバンス・ケア・プランニング)」と呼びます。



6~7割の人が
人生の最後は自宅を希望

医療やケアについてはもちろん、「自分がどんな暮らしを望み、どのような時間を過ごしたいか」についてもしっかり考え準備する必要があります。家族や親せきがいなくても、主治医や介護事業者、地域包括支援センター等と相談してみましよう。

「人生の最後の瞬間をどこで迎えたいか？」
R6生野区イベント時ACPアンケートより

認知症の進行に応じた「生活のヒント」を 専門家が教えます！

～「今の暮らし」から「これからの備え」まで～



もしかして認知症？
まずはどうしたらいい？

家族はどこに相談したらいい？



生活の手助けが必要になったら
費用はどのくらい？

認知症の症状が進んだら
どこで安心して過ごせるの？



令和8年3月14日(土) ぜひ、お越しください。 認知症シンポジウムを開催!!

お土産
あり

みなさまの疑問を医療・介護・福祉の専門家が、
お答えします！くわしくは12ページへ



情報 発信中!

LINE 大阪市 LINE

区役所 X

区役所 YouTube

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

食を通じた国際文化交流事業 EXPO いくの万博夜市 ~ベトナムフェア~ 無料



今年度最後の食のイベント!万博は閉幕しましたが、ベトナムをはじめ、国際色豊かな食や音楽で楽しいひとときをお過ごしください。

とき 3月14日(土)16:00~21:00 ※雨天の場合15日(日)に延期

ところ いくのパーク(桃谷5-5-37)

コリアタウンでもやし場を同時開催 17:30~21:00

問合せ 区企画総務課4階45番 ☎06-6715-9011 FAX06-6717-1160

くわしくはこちら▼



区HP



「東桃谷小学校」と「勝山小学校」は再編し この春、「東勝山小学校」が開校します!

生野区では、子どもたちの教育環境の充実に向け、学校配置の適正化に取り組んでいます。 「東桃谷小学校」と「勝山小学校」の学校再編について、保護者・地域住民の皆さまにご意見をいただきながら、「学校名」「校章」「校歌」を決めるなど、新たな学校づくりを進めてきました。そして、いよいよこの4月、新たに「東勝山小学校」がスタートします。2校の学校再編の経過については生野区のHPをご覧ください。

くわしくはこちら▼



現在の東桃谷小学校の校舎が、東勝山小学校の校舎となります。

通学路の安全対策

4月の開校に向け、通学路として利用する道にさまざまな安全対策を行っています。周辺にお住まいの皆さまには、交通ルールを守りながら、地域の子どもの通行・通学を温かく見守っていただきますようお願いします。



電柱に安全対策の巻き付けシート取付



横断防止柵を設置し、危険な横断を防止

路面シールで歩道通行ルールの啓発



児童が安全に通行するための目印(グリーンライン)

問合せ 区地域まちづくり課 4階43番 ☎06-6715-9920 FAX06-6717-1163 MAIL ikuno-edu@city.osaka.lg.jp

第14回 生野区 認知症・在宅医療シンポジウム

入場無料

先着300名

粗品進呈

いくつになっても、認知症になっても、住み慣れた地域で安心して暮らすために…。いつかの未来のためにできることを、今からみんなで考えてみませんか?

とき 3月14日(土)14:00~16:00(開場13:30)

ところ リゲッタIKUNOホール(生野区民センター内) (勝山北3-13-30)

※車いす席・手話通訳が必要な方の席もご用意しております。

問合せ 生野区地域包括支援センター ☎06-6712-3103 FAX06-6712-3122

第1部 シンポジウム

「もし家族が認知症になったら」

シンポジスト:生野区医師会、生野区薬剤師会、生野区居宅介護支援事業者連絡会、生野区訪問看護事業所連絡会、生野区訪問介護事業者連絡会、おかちやまオレンジチーム



第2部 演奏会

篠笛コンサート 篠笛奏者:井上 真実さん

やさしいNEWS

いくのくやくしょ 生野区役所では、やさしい日本語でやさしいNEWSを作成しています。



問合せ 区企画総務課 4階45番 ☎06-6715-9683 FAX06-6717-1160

くわしくはこちら▼



花見 はなみ やさしいにほんご やさしいNEWS no.41

以下は「広告スペースです」