「居場所」と「持ち場」のあるまちへ

広報 IKUNO いくの

11月号 No.366 2026



今月のトピックス

2〜5面　子育て・学び・健康福祉・お知らせ
12面　いくみんカラダ通信
生野区ラグビーフェスティバル2026
いくの未来お店バトル開催
第11回いくの防災フェスタ

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

「やってみよう」が祭りをつくる!!

あなたも「まち協」に参加しませんか？

東桃谷地域まちづくり協議会の「東勝山まつり」に密着!





“まち協”ってなぁに?

生野区では、地域活動協議会のことを「まち協（まちづくり協議会）」と呼んでいます

「自分たちのまちのことは、自分たちで決めよう！」と、生野区全域で19の「まち協」が地域の活動を進めています。

連合振興町会（町会）や、地域団体などの活動主体が様々な地域課題や将来像を話し合い、協力しながら活動しています。

あなたも活動に参加してみませんか？

「参加してみたい！」と思った方は、それぞれの「まち協」へお尋ねください。

くわしくはこちら▼

今月の特集　6〜7面　さあ！ 人生会議（ACP）をはじめてみませんか？
8面　あの日の祭りは、こうしてつくられた



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

副首都・大阪にふさわしい大都市制度協議会ダイジェスト　くわしくは9面へ

以下は「広告スペースです」

開庁時間			
	平日・毎月第4日曜日（今月は22日）	9:00〜17:30	第4日曜日は窓口サービス課（住民情報・保険年金）のみ　※税証明を除く
	平日の金曜日	9:00〜19:00	窓口サービス課（住民情報・保険年金）・保健福祉課（転入・転出などの異動届に伴う、介護保険・児童手当・各医療費助成などの各種申請・届出など）

子育て

ウェルカムベビースクール(妊婦教室)

無料 要予約

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)

- ときく 11月17日(火)14:00～16:00(受付13:45～)
  ※毎月第3火曜日に実施しています
- ところ 区役所 2階集団検診室
- 対象 区内在住の妊婦(参加めやす:妊娠25週～32週ごろ)、及びその配偶者(パートナーの方もどうぞ)
- 内容 出産に向けての準備／パパも一緒に妊婦体操してみよう！・お口の中の健康について・交流会
- 持ち物 冊子「わくわく」・母子健康手帳・筆記用具
- 申込み 11月16日(月)9:00までに、行政オンラインシステム(右の二次元コード)にて各自予約

申込みはこちら▼

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?

- ときく 11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

地域ふれあい子育て教室(ぺんぎんらんど)

無料

育児や気になることなど、みなさんで楽しくおしゃべりしませんか？

- ときく 11月11日(水)10:00～11:30
- ところ 区役所 2階集団検診室
- 対象 生後4か月～1歳未満の乳児と保護者
- 内容 参加者同士の交流、身体計測・育児相談

助産師によるおっぱいミルク相談

無料 要予約

助産師に直接授乳・ミルクについて相談が出来ます。

くわしくはこちら▼

※母乳マッサージはできません。

- ときく 月曜日～木曜日 9:30～11:30(午後希望時はご相談ください)
  ※予約なしでもご相談いただけますが、保健師が対応させていただく場合があります。
- ところ 区役所 2階23番窓口
- 対象 区内在住の妊婦及び乳児の母等
- 申込み 電話または来庁にて問合せへ

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

- ときく 11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 11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

- ときく 11月20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

はみがき講座

無料 要申込

口腔ケアの大事なポイントを学ぼう！

くわしくはこちら▼

- ときく 12月4日(金)10:00～11:00
- ところ 生野区子ども・子育てプラザ
- 対象 乳幼児とその保護者
- 定員 10組(先着順)
- 持ち物 水分補給のお茶か水
- 申込み 11月7日(土) ～電話または来館にて
- 問合せ 生野区子ども・子育てプラザ(巽北2-4-16)
  ☎06-6752-8000

いろんなことば&いろんなあそび de いくのっこパーク

保育園の先生によるたくさんのあそびと、大阪わかば高校の生徒による多言語「えほん」のよみきかせを行います。

がいこくごはこちら▼

- ときく 11月14日(土)10:00～13:00
- ところ いくのパーク(桃谷5-5-37)
- 対象 未就学児とその保護者など。
- 問合せ 区保健福祉課 2階21番
  ☎06-6715-9024 FAX06-6715-9967

学び

花と緑の講習会 ～お正月を飾る花～『寄せ植え講習会』

要申込

- ときく 12月18日(金)13:30～ (開場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)
- 内容 実技指導および講座・寄せ植え体験
  お正月用に『梅』をメインに使った寄せ植え
- 定員 80名(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4日(金)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 区地域まちづくり課 4階44番
  ☎06-6715-9734 FAX06-6717-1163

生野区民センター各種講習会

要申込

◆スマホ教室
～初心者コース＆応用コース～

- ときく 11月17・24日、12月1・8・15日(全5回)各火曜日
  初心者コース:14:00～15:00(講習後質疑応答)
  応　用コース:10:30～11:30(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・電話機能・カメラ・インターネット
  応　用…インターネット・LINE・カレンダー機能・乗換案内・生成AI

◆懐かしい歌をみんなで歌おう！(いつでも参加OK)

- ときく 11月4・18日、12月2・16日 各水曜日
  14:00～15:30(受付13:30)
- 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
- 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。
  ※12月16日はクリスマスソング特集です

◆その他講習会【キッズ英会話・ベリーダンス・フラダンス・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
- ところ問合せ 生野区民センター(勝山北3-13-30)
  ☎06-6716-3020 FAX06-6716-1797

健康・福祉

インフルエンザワクチン・新型コロナワクチン予防接種の一部費用助成について

高齢者は、接種しなかった場合に比べて死亡や入院の危険を減少させることが期待できます。

- ときく 令和9年1月31日(日)まで
- ところ 委託医療機関
- 対象 **65歳以上の方**、または60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器等に身体障がい者手帳1級相当の障がいがある市民
- 接種費用 インフルエンザワクチン…1,500円
  新型コロナワクチン……8,000円

※**市民税非課税世帯の方等**は、介護保険料決定通知書(保険料段階が1～4に限る)などを医療機関で提示すると**無料**で接種できます。

- 助成回数 いずれも1回

インフルエンザワクチン接種について▶

新型コロナワクチン接種について▶

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

以下は「広告スペースです」

●生野区の面積:8.37k㎡ ●人口:128,616人 ●世帯数:73,869世帯(令和8年10月1日現在)
●「広報いくの」は75,000部を発行し、11月号1部あたりの発行単価は約24.2円です。そのうち約4円を広告収入でまかなっています。

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

後期高齢者医療制度、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。

70歳以上の方は無料
※70歳の誕生月の翌月から（必要な証明書は予約時に確認してください）



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

区HPはこちら▶

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	11月14日(土) 9:30～10:50★ 12月9日(水) 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	令和9年 1月24日(日) 13:30～14:50★ 2月12日(金) 9:30～10:50★	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	2月25日(木) 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	12月9日(水) 9:30～10:30★	市民の方 (年齢制限なし)	無料
結核健診	11月16日(月) 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▼

酒害教室 無料

アルコール依存症についての正しい知識を学び、断酒への動機づけ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10日(火)、24日(火)、12月8日(火)
※毎月第2・4火曜日14:00～16:00(祝日は除く)
ところ 区役所 2階集団検診室
対象 アルコール依存症の回復途上の方や家族のアルコール問題でお悩みの方、アルコールに関する正しい知識を得たい方等どなたでも
問合せ 区保健福祉課 2階23番
☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652

特定健診 生活習慣病を予防しよう！ 無料

とき・ところ 11月14日(土)9:30～11:00 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）
・後期高齢者医療制度に加入している方
持ち物 受診券、マイナ保険証または資格確認書、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**
区窓口サービス課 4階48番
☎06-6715-9956 FAX06-6717-1161
・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
☎06-4790-2031 FAX06-4790-2030

以下は「広告スペースです」

STOP！ 薬物乱用

10～11月は麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動期間です。断る勇気でSTOP ！大麻
問合せ 大阪府健康医療部生活衛生室 薬務課麻薬毒劇物グループ
☎06-6941-9078 FAX06-6944-6701

お知らせ

11月22日の日曜開庁日は、システムメンテナンスのため、マイナンバーカードに関するお手続きができません

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（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。
ご迷惑おかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。
問合せ 区窓口サービス課 1階5番
☎06-6715-9963 FAX06-6715-9110

令和8年度 人権週間イベント 無料



12月4日(金) ～10日(木)は人権週間です。
日常の何気ない言葉によって、思いがけなく相手を傷つけてしまうことがあります。
身近なマイクロアグレッションについて、ワークショップを通じて一緒に考えてみませんか？
とき 12月6日(日)14:00～15:30(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)
内容 「無自覚の偏見～言い方、ちょっと変えてみる?～」
講師 大阪成蹊大学　山田(やまだ) 文乃(あやの) 准教授
定員 80名程度(先着順)
問合せ 区地域まちづくり課 4階43番
☎06-6715-9920
FAX06-6717-1163
くわしくはこちら▼

人権擁護委員による特設人権相談所を開設します 無料 先着順 秘密厳守

悩みごと・困りごとがありましたら、お気軽にご相談ください。
とき 11月20日(金)13:30～16:00
ところ 区役所 4階43番 地域まちづくり課の窓口にて受付
問合せ 大阪第一人権擁護委員協議会
☎06-6942-1196 FAX06-6942-1627

本人通知制度は安心への第一歩 ～第三者への交付をお知らせします～

本人通知制度は、事前登録により住民票や戸籍証明書が第三者に取得された際、本人に速やかに郵送で通知する制度です。区役所で簡単・無料で登録ができ、不正取得の早期発見や被害の未然防止に役立ちます。
問合せ 区窓口サービス課 1階5番
☎06-6715-9963
くわしくはこちら▼

引越しや戸籍の届出窓口予約が行政オンラインシステムより可能です（電話等は不可）。
問合せ 区窓口サービス課 1階5番 ☎06-6715-9963 FAX06-6715-9110
くわしくはこちら▶

生野区子育て情報サイト「いくのde育(いく)～の」
問合せ 生野区子ども・子育てプラザ ☎06-6752-8000

第5回 生野区民センター文化祭 入場無料



生野区民センター各種講習会とご利用いただいているグループの皆様による発表と交流のイベントです。どなたでもお気軽にご来場ください。

くわしくはこちら▼

とき 11月29日(日)11:00～15:00頃(開場10:30)
内容 舞台発表・作品展示・体験教室・カフェコーナー（有料）
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

「令和9年 生野区二十歳のつどい」開催日程



とき 令和9年1月10日(日)
※成人の日の『前日』です。ご注意ください！
対象 平成18年(2006年)4月2日～平成19年(2007年)4月1日生まれの方
会場 生野スポーツセンター（巽西1-1-3)
開催時間 14:00～（開場13:30～)
問合せ 生野区二十歳のつどい実行委員会事務局(区地域まちづくり課内)
☎06-6715-9734
FAX06-6717-1163

くわしくはこちら▼

マイナンバーカードの出張申請をご活用ください！

◆出張申請サポート

予約不要で、手ぶらでも申請可能です。顔写真も無料で撮影します。

とき 11月1日(日) 10:00～16:00
ところ 生野銀座商店街 どりー夢館(林寺3-4-3)
とき 11月7日(土)・8日(日)10:00～16:00
ところ ライフ巽店 2Fイベントスペース(巽中1-22-2)
とき 11月14日(土)11:00～17:00
ところ 生野区民センター 3階 302会議室(勝山北3-13-30)
※生野区のほかにも大阪市各区で開催しています。

◆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。

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

来年の確定申告はご自宅で！ スマホで e-Tax！

税務署へ行かなくても、スマホとマイナンバーカードがあれば、いつでも・どこでも、簡単に申告書が作成できます。来年の申告に向けて、今からご準備をお願いします。

必要なもの
- マイナンバーカード読取対応のスマホ
- マイナンバーカード
  ※まだお持ちでない方は、ぜひ早めの申請手続を！
- マイナンバーカードのパスワード2種類
  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)
- 「マイナアプリ」のインストール

★スマホ申告の画面をぜひ一度開いてみてください！▶

マイナンバーカードについては、こちらもご確認ください！

電子証明書が有効期限切れの場合やパスワードをお忘れの場合は、スマホ申告ができませんので、区役所で更新又は再設定の手続をお願いします。

ID・パスワード方式でe-Taxされている方へ

ID・パスワード方式でのe-Taxは、令和9年分確定申告からは利用できなくなる予定ですので、マイナンバーカードを利用した申告方式への切り替え(令和8年分から)をご検討ください。

問合せ 生野税務署 ☎06-6717-1231(代表)

生野区の行政相談委員が総務大臣表彰を受賞



行政相談委員(※)の辻本(つじもと)友子(ともこ)さんが、令和8年10月に総務大臣表彰を受賞しました。

辻本さんは13年にわたり委員活動に尽力されています。特に、大阪行政相談委員協議会の男女共同参画委員会委員長として、男女共同参画に関する相談活動や研修会の開催を主導し、委員間の意識啓発と連携強化に取り組み、これらの功績が認められたことによる受賞となりました。

くわしくはこちら▼

※行政相談委員は、総務大臣から委嘱された無報酬(ボランティア)で活動する民間の有識者です。国民の行政に関する苦情・意見・要望を聞き、助言や関係行政機関への通知を通じて問題の解決を促進する役割を担っています。

問合せ 総務省 近畿管区行政評価局 行政相談課
☎06-6941-8358

税務署総合窓口の受付時間は原則、「9:00～15:00まで」です

10月1日(木)から全国の税務署総合窓口の受付時間が変更となりました。

※なお、総合窓口の受付時間外であっても、開庁時間内(8:30～17:00)に来署された場合には対応しておりますが、可能な限り受付時間内の来署をお願いします。

問合せ 生野税務署 ☎06-6717-1231(代表)

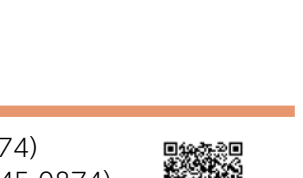
『五月の雨』映画上映会&講演会 無料 要申込
～暴力のない社会のためにできること～

DV被害当事者が台本の段階から深く関わり制作された映画「五月の雨」上映と、弁護士とジェンダーに関する著作を多く刊行する作家による離婚後の共同親権との関わり等についての対談をお届けします。

くわしくはこちら▼

とき 11月12日(木)13:30～16:00(受付13:00～)
ところ クレオ大阪東(城東区鴫野西2-1-21)
定員 200名(先着順)※定員になり次第締切
申込み 窓口・電話・FAX・HPにて
問合せ クレオ大阪東
☎06-6965-1200 FAX06-6965-1500

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



リチウムイオン電池やモバイルバッテリーなど(膨張・変形したものを含む)の回収も同時に行っています。

とき 12月3日(木)14:00～15:00
※令和9年1月の開催はございません。
ところ 区役所1階 いくみんの庭
回収品 食料品及びベビー服・子ども服
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

電動自転車は申告及びナンバープレートの取付けが必要です

申告及び交付場所
市税事務所(船場法人市税事務所および同分室を除く)の窓口
※申告方法については、大阪市のHPをご覧ください。
問合せ なんば市税事務所
市民税等グループ(軽自動車税担当)
☎06-4397-2954
平日9:00～17:30(金曜日は9:00～19:00)

電動アシスト自転車については、申告およびナンバープレートの取付けは不要です。



以下は「広告スペースです」

大阪市サービスカウンター(SC)では、土日祝も戸籍や住民票等の証明書をお取りいただけます。
取扱業務や時間等は**各SCに**お問い合わせください。
※11月11日(水)は梅田SCのみ終日休業です。

- 天王寺SC(あべちかB1 ☎06-6773-0874)
- 梅田SC(ディアモール大阪B1 ☎06-6345-0874)
- 難波SC(地下鉄なんば駅構内B1 ☎06-6211-0874)

各種無料相談



法律相談 要申込 先着順
ときき 11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…各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
ときき 11月22日(日)13:00～17:00　ところ 中央区役所、西淀川区役所　定員 各16組
予約 ☎050-1808-6070(AI電話による自動案内)
11月13日(金)12:00～22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 FAX06-6373-3302(年中無休 8:00～21:00)

ナイター法律相談 要申込 先着順
ときき 11月25日(水)18:30～20:30　ところ 北区民センター　定員 32組
予約 行政オンラインシステム
11月24日(火)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 FAX06-6373-3302(年中無休 8:00～21:00)
行政オンラインシステム▼

精神科医による相談 要申込 先着順
ときき 11月19日(木)、12月7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 FAX06-6712-0652

借金問題解決のための日曜無料相談会 要申込
ときき 12月6日(日)10:00～16:30
ところ 近畿財務局(中央区大手前4-1-76 大阪合同庁舎第4号館)
※Osaka Metro「谷町四丁目駅」⑤番出口すぐ
内容 弁護士による面談　定員 24名(先着順)
申込み・問合せ 近畿財務局 相談窓口　☎06-6949-6523 FAX 06-6949-6790

司法書士相談　ときき 11月12日(木)
行政書士相談　ときき 11月19日(木)
不動産相談　ときき 11月26日(木)、12月3日(木)
行政相談　ときき 11月18日(水)
社会保険労務士相談　ときき 11月20日(金)

13:00～16:00(受付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
ときき 12月4日(金)13:00～16:00
定員 先着5名(受付12:50～15:00)

就労相談
ときき 11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 FAX06-6202-7073

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。
対応言語：English 英語／中文 中国語／한국・조선어 韓国・朝鮮語／Tiếng Việt ベトナム語／Filipino フィリピン語
相談・問合せ 大阪国際交流センター ☎06-6773-6533
(月曜日～木曜日・土曜日9:00～17:30、金曜日9:00～19:00)
休館日:日曜日・祝日・年末年始
★弁護士に法律相談もできます。(予約が必要です)▼

問合せ先のない相談について　問合せ 区総務課 4階45番　☎06-6715-9683 FAX06-6717-1160

図書館だより

生野図書館からのお知らせ

■第29回図書館フェスティバル　無料　要申込
図書館 de ECO「ふろしきバッグでエコライフ」
なんでも包める魔法の布、ふろしきの便利な使い方をご紹介します。
ときき 11月23日(祝・月)14:00～15:30
ところ 生野図書館 会議室
講師 谷(たにみやこ) 美也子さん(大阪市エコボランティア)
定員 20名(先着順)　持ち物 ふろしき2、3枚程度
申込み 11月6日(金)10:00～
来館または電話にて 問合せ へ
共催 大阪市環境局

■かみしばいがはじまるよ！　無料
紙芝居を中心にしたプログラムです。
ときき 11月28日(土)13:30～14:00
ところ 生野図書館 会議室
出演 おはなし会すみれ
定員 30名(当日先着順)

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 FAX06-6717-3119

移動図書館「まちかど号」巡回日　無料



ときところ 12月2日(水)
●10:15～10:55
天理教葛上(かつじょう)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 中央図書館自動車文庫
☎06-6539-3305 FAX06-6539-3336

秋の火災予防運動

ときき 11月9日(月)～15日(日)
火災が発生しやすい時季となります。
たばこのポイ捨てをしないなど吸い殻の処理に一層ご注意いただき、コンロやコンセント周りの整理整頓を行うなど、一人ひとりの防火意識で火災を防ぎましょう。





問合せ 生野消防署　☎06-6731-0119

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。

＼ボランティア大募集!／障がい児・者 チャレンジイベント　無料

毎月第4土曜日に、障がいのある方々とボランティア総勢約30名で、賑やかに余暇イベントを開催中！
そこで障がいのある方々へのサポートをしていただけるボランティアさんを募集しております。
先輩スタッフがしっかりサポートするので、障がいのある方と関わる事が初めてという方でも大歓迎です！
ときき 毎月第4土曜日 9:00～18:00(予定)
ところ 関西圏
対象 高校生以上の方
申込み・問合せ サンフェイス事務局　☎06-6751-7733
MAIL sunface.group@gmail.com

生野区なんでも相談いらっしゃ～い 相談員養成講座　無料　要申込

養成講座を受けて頂き、ぜひとも相談員さんになってください！
ときき 11月25日、12月23日、令和9年1月27日、2月24日(全4回)各水曜日 18:30～20:30(受付18:10～)
ところ 生野区民センター302号会議室　定員 20名(先着順)
申込み 11月24日(火)17:00までに、住所・氏名・電話番号をご記入のうえ、FAX・メールにて 問合せ へ。
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)
担当:くわもと　☎080-3811-0650 FAX06-6741-0657
MAIL maumderobu@helen.ocn.ne.jp

「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 区総務課 4階45番　☎06-6715-9683 FAX06-6717-1160

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 FAX06-6715-9110

11月30日は「人生会議の日」

Aあなたの Cこれからを Pプランニング

さあ！人生会議(ACP)を

人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)とは、自分が大切にしていること、自分がどのような治療やケアを望むか、どのように過ごしたいかを、周りの大切な人たちと話し合って、共有することです。
元気な今こそ「人生会議」をはじめましょう!!



Step 1 まず私にとって大切にしたい希望や思いは何か考えてみましょう。

私にとって大切なことは何かな？

- 家族や友人のそばにいたい。
- 好きなことを続けたい。
- 家族に負担をかけたくない。
- 認知症になっても、体が不自由になっても「人生の最後」は、自宅で過ごしたい。



何度でもくりかえし見直しましょう!



Step 2 私の思いを伝えてくれる人は誰でしょう?

どんな時でも私の希望を尊重してくれる人は誰かな？

- 家族、親戚
- 友人
- 支援者（かかりつけ医、看護師、ケアマネージャー、地域包括支援センター、総合相談窓口(ブランチ)）



Step 3 私の希望や思いについて、関係者と話し合って理解してもらいましょう

私の思いを伝えておきたい！

- できる治療があるなら受けたい
- 痛みやつらいのは避けたい
- 延命のためだけの治療はうけたくない
- なるべく自宅で過ごしたい……など



Step 4 「私のメッセージ」に考えを書きとどめておきます

書いた内容を家族や代理人、医療者等と共有しましょう！





- 健康状態、生活環境等の変化で、希望や思いは変わります。そのつど、話し合い、書き直しましょう。



- 「私のメッセージ」は、お近くの地域包括支援センター、総合相談窓口(ブランチ)、生野区役所保健福祉課(健康増進担当)でお渡ししております。

みんなの手で　みんなの声で　地域の笑顔を！
あなたの住む地域に「まちづくり協議会」があります。
問合せ 区 地域まちづくり課 4階44番 ☎06-6715-9734 FAX 06-6717-1163

くわしくはこちら▶

いくみん子育て編 LINEスタンプ販売中!

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

はじめてみませんか!?

まずは相談に行こう！

高齢者の方々が住み慣れた地域で、安心してその人らしい生活が続けられるように、様々な関係機関と協力しながら支援します！ ※ご相談は本人・家族どちらでも可能です。



介護や暮らしで困っているあなたは▸▸▸地域包括支援センター・総合相談窓口(ブランチ)へご相談を！

・地域包括支援センター

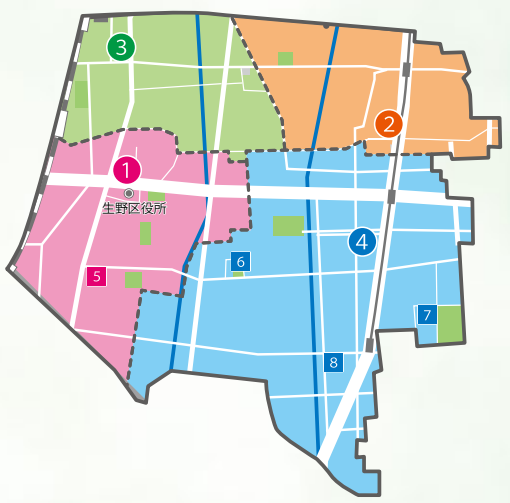
	名称	所在地	電話・FAX	担当地域
1	生野区地域包括支援センター	〒544-0033 生野区勝山北 3-13-20	☎ 06-6712-3103 FAX 06-6712-3122	舎利寺、勝山、東桃谷、生野、西生野、林寺
2	東生野地域包括支援センター	〒544-0002 生野区小路 3-17-10	☎ 06-6758-8816 FAX 06-6758-8817	東中川、小路、東小路
3	鶴橋地域包括支援センター	〒544-0031 生野区鶴橋 2-15-28	☎ 06-6715-0236 FAX 06-6715-0237	北鶴橋、鶴橋、御幸森、中川
4	巽地域包括支援センター	〒544-0013 生野区巽中 2-18-2	☎ 06-6756-7400 FAX 06-6756-8888	生野南、田島、巽、北巽、巽南、巽東

・総合相談窓口(ブランチ)

	名称	所在地	電話・FAX	担当地域
5	生野東ブランチ (基弘会夢の箱)	〒544-0025 生野区生野東 2-5-8	☎ 06-6715-2188 FAX 06-6715-2224	舎利寺、生野、西生野、林寺
6	田島ブランチ (弘仁会やすらぎ苑)	〒544-0011 生野区田島 3-6-13	☎ 06-6751-1270 FAX 06-6751-1271	生野南、田島
7	新生野ブランチ (慶生会瑞光苑)	〒544-0014 生野区巽東 4-11-10	☎ 06-6758-0088 FAX 06-6758-7601	巽東
8	新巽ブランチ (三秀會 薫)	〒544-0015 生野区巽南 3-7-31	☎ 06-6752-0003 FAX 06-6752-1341	巽南

こんなことを相談できます

- 介護保険のサービスを利用したい
- 最近、足腰が弱ってきた
- お金の管理に自信がない
- いくみんお守りキーホルダーを申し込みたい



日々の生活をさらに充実させたいあなたは▸▸▸生活支援コーディネーターへご相談を！

こんなことを相談できます

- 生きがいを探したい
- 人とのつながりをもちたい
- 得意なことを生かして活躍できる場を知りたい

・生活支援コーディネーター

	名称	所在地	電話・FAX	担当地域
1	生野区社会福祉協議会	〒544-0033 生野区勝山北 3-13-20	☎ 06-6712-3101 FAX 06-6712-3001	生野区全地域

人生会議の日イベント

元気な今こそ、さあ！「人生会議」 無料 要予約

とき 11月26日(木)14:00～16:00

ところ リゲッタIKUNOホール(生野区民センター) **対象** 生野区在住及び在勤の方

定員 50名 ※定員になり次第、締め切り **持ち物** 本人確認書類



第1部 **楽しいゲームで「人生会議」** 生野区医師会 小林(こばやし) 正宜(まさのり) 先生

くじを使ったゲームをきっかけに、「自分が大切にしたいこと」や「もしもの時の希望」を、ことばにしてみませんか？

第2部 藍野大学による

骨粗しょう症検査もできま～す!!

老化度(AGEs)測定で生活習慣を見直すきっかけに！

AGEs(終末糖化産物)は、体内に蓄積することで、加齢や生活習慣との関連が指摘されている物質です。自分のからだを知って、健康づくりを一歩先へ進めてみませんか？

参加のお申込みはこちらから 区保健福祉課 2階24番 ☎06-6715-9882(11月5日(木)～20日(金))

あなたの大切な家族と財産を守るためダマされないで！特殊詐欺！
問合せ 区地域まちづくり課 4階44番 ☎06-6715-9012
啓発動画はこちら▶

歩道交通ルールを守って接触事故をなくしましょう！
問合せ 区地域まちづくり課 4階44番 ☎06-6715-9012
啓発動画はこちら▶

まちづくり協議会の取り組みを紹介します！

あの日の祭りは、こうしてつくられた

～東桃谷地域まちづくり協議会の「東勝山まつり」に密着！～



地域のお祭り。みなさんは行ったことがありますか？
その一日は、たくさんの人の準備と力の積み重ねでつくられています。
今回は、東勝山小学校になって開催される初めての「東勝山まつり」(9月26日開催)をウォッチング！東桃谷地域まちづくり協議会のみなさんの準備から後片付けまでを追ってみました。

企画 6月～

■準備会議

出店の募集方法やプログラムの作成、物品購入、役割分担や安全対策など、祭りの運営に必要なことをみんなで話し合います。



練習 7月～

■盆踊り練習会

祭りを盛り上げるために、みんなで盆踊りの練習会!
だからこそ、一体感のある盆踊りになるんですね。



準備 当日 9月26日

■本番前の準備

楽しいお祭りには「準備」が大切。当日はあいにくの雨で、急遽、講堂での準備が増えるなど、時間と戦いながら、進めていきます。



雨のため急遽作業。
土足でも入れるように準備。



電灯の準備も
１つ１つ丁寧に設置。



いい音にこだわる。
音響も、自分たちで。

本番

■いよいよ本番

みんなの笑顔のために、受付、ブース、警備など、それぞれの役割でみんな大忙しです。



笑顔で地域のみなさんをお出迎え。



車通りのある入り口は、
安全に、みなさんを誘導。



どのブースも大にぎわい。

終了後

■後片付け

後片付けが終わるまで祭りは終わりません。
翌日まで、気を抜かず、みんなで協力して作業します。



机やイスも、みんなで
協力しながら手際よく。



雨でドロドロになった
シートの片づけは大変。



翌日も作業。
廊下の泥もきれいに。

祭りを支える人たち

みなさんの協力で、祭りが成り立っています。

地域の方やボランティアなど、たくさんの人たちが関わり、１つの「祭り」を作り上げていきます。



東桃谷地域まちづくり協議会
理事長 領木(りょうき) 順一(じゅんいち)さん

雨天にも関わらず盛大に挙行されました。実行委員の皆さん、臨機応変の運営お疲れ様でした。又、東桃谷・勝山から模擬店などに多数協力して頂き、両地域の方々に重ねて厚くお礼申し上げます。



勝山地域まちづくり協議会
理事長 和田(わだ) 友祐(ともひろ)さん

東桃谷地域の祭りに勝山地域として初めて参加させていただきました。
東勝山小学校になって、今後、両地域が協力していける良い機会になったと思います。



実行委員 真鍬(まつるぎ) 孝司(たかし)さん

朝からあいにくの雨の中懸命に設営をして、びっくりする程の来場者で怪我人も無くなんとか無事に1日を乗り越える事が出来ました。皆さんの協力があっての雨の盆踊りでした。



実行委員 長田(ながた) 則之(のりゆき)さん

東勝山まつりは、盆踊りに力を入れすぎている(笑)祭りです。
ザ盆踊り曲とアニソン曲を混ぜますんで、曲数がどうしても増えますが、練習会をして皆さんマスターしていっていただいてます。
他地域の方も、是非練習会からご参加ください。

今回の祭りは東桃谷地域からだけではなく、勝山地域からも出店やボランティアスタッフの参加があり、さらにたくさんの人たちが「祭り」に関わることになりました。



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

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

持続可能な開発目標(SDGs)は「誰一人取り残さない」社会の実現をめざす国際目標です。
私たち一人ひとりの暮らし方が、世界の未来を変えていきます。

市HP▶

編集／発行：生野区役所総務課　〒544-8501 大阪市生野区勝山南3-1-19 ☎06-6715-9683 FAX06-6717-1160



情報発信中！

大阪市 LINE

区役所 X

区役所 YouTube

やさしい日本語 Facebook

生野区 学校再編の情報はこちら　区HPでご覧いただけます▶　Xでも随時発信しています▶

いくみんカラダ通信

お酒は20歳になってから



問合せ 区保健福祉課 2階23番　☎06-6715-9968

成人年齢が18歳に引き下げられても、「お酒は20歳になってから」です。高校卒業直後は心身がまだ成長過程にあり、アルコールに触れるには早すぎると考えられています。実際、米国では飲酒年齢を18歳に下げた時期に若者の飲酒運転による死亡者数が増え、現在は21歳に引き上げられています。日本でも飲酒運転は重大な問題です。

20歳未満の飲酒が問題とされる主な理由は、成長期の脳への影響、依存症リスクの増加、急性アルコール中毒、臓器への負担、事故や事件に巻き込まれやすくなることなどです。

正しい知識を持つことに加え、周囲の大人が「一口くらい」と安易に勧めないことが大切です。

アルコール依存症スクリーニングテスト「CAGE（ケージ）」

あなたは今までに…

□**酒量を減らさなければいけないと感じたことがありますか?**

□**飲酒について批判されて腹がたったり、イラ立ったことがありますか?**

□**飲酒に後ろめたい気持ちや罪悪感を持ったことがありますか?**

□**朝酒や迎え酒を飲んだことがありますか?**

⇒2個以上当てはまる場合はアルコール依存症の可能性があります。

依存症は**通院治療ができる**病気です。ご心配な方は相談機関へご相談ください。

相談機関　月～金(祝日・年末年始除く)9:00～17:30
・大阪市こころの健康センター依存症相談専用電話　☎06-6922-3475
・区保健福祉課 2階23番　☎06-6715-9968

1日のアルコールの適量は？

成人男性の場合、**1日当たり1合(純アルコール約20g)まで。**アルコールのダメージを受けやすい**高齢者と女性はその半分‼**

酒に強い弱いにかかわらず、日本酒1合を代謝するのに約5時間かかります。

日本酒1合と同程度のお酒の量



今年もやります！

生野区 ラグビーフェスティバル 2026

無料

「ラグビーのまち生野」を盛り上げるため生野区内の小学生・中学生が集まって交流試合を行います。


※写真は過去の様子

とき　11月29日(日)
9:00～13:00

ところ　新生野中学校グラウンド
(巽東3-3-12)

当日の内容　①ラグビー体験
②体力測定
③あそべる出店
④タグラグビー大会

申込み　11月20日(金)までに、右の二次元コードより

問合せ　生野区ラグビーフェスティバル実行委員会
☎06-6752-2885



申込みはこちら▼

いくの未来お店バトル開催

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24県の特産品を仕入れ、価格を設定し、販売をします。

とき　11月7日(土)9:30～12:00(予定)　※各店舗、品切れ次第販売を終了
※7:00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　区地域まちづくり課 4階44番　☎06-6715-9920 FAX06-6717-1163

第11回 いくの防災フェスタ　無料　手話通訳あり

大きな災害が、日本全国どこに居ても起こり得る状況です。災害に強いまちをめざし、災害への備えを行いましょう。※アンケート記入で素敵な防災グッズがもらえる‼

とき　11月21日(土)13:30～15:30

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)

内容　・オープニング：金光藤蔭高等学校吹奏楽部による演奏
・講演会：「水害と警戒レベルについて」
・体験・展示：消防車の展示と器具の説明、災害時トイレの使用方法、心肺蘇生法とAED、災害用伝言ダイヤル体験、福祉用具(車いす等)の使い方、防災グッズの展示等

問合せ　生野区社会福祉協議会　☎06-6712-3101 FAX06-6712-3001

以下は「広告スペースです」

●「広報いくの」は毎月1日〔4月号は3月31日〕に発行し、5日間(1・4・5月は7日間)で区内すべてのご家庭・事業所に配布事業者が1部ずつお届けしています。届いていない場合等はご連絡ください。近畿ポスティング協同組合(令和8年度配布事業者) ☎0120-075-505 FAX06-6736-5594 MAIL info@kinki-posting.com 10:00～17:00(土日祝除く)
●点字版ご希望の方はお申込みください。HP上には音声版もあります。 区総務課 4階45番 ☎06-6715-9683 FAX06-6717-1160