

健康・福祉

特定健診

無料

①9/16(木) 9:30~11:00
 ②10/2(土) 9:30~11:00

場 ①北スポーツセンター(中津3-4-27)
 ②北区保健福祉センター(北区役所内)

【内容】糖尿病等の生活習慣病に関する血液・尿の検査、血圧測定、医師による診察など
 【対象】大阪市国民健康保険加入者(40歳以上)、大阪府後期高齢者医療制度加入者
 【持ち物】受診券・健康保険被保険者証・個人票(国保の方)

問 健康課
 ☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

BCG予防接種

無料

⑩10/7(木)・11/4(木)
 10:00~11:00(9:30~番号札配布)

場 北区保健福祉センター(北区役所内)

【標準的な接種年齢】生後5~8か月の乳児
 【持ち物】母子健康手帳・予防接種手帳・ベビーカー用の錠・バスタオル(脱衣・着衣の際に使用します)

※10/1(金)から、委託医療機関でもBCG予防接種を受けることができます。引き続き北区保健福祉センターでの集団接種も実施します

問 健康課
 ☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

精神科医師による 精神保健福祉相談

無料

予約制

こころの変調に気づいたら専門家に相談してみませんか? ご家族や支援者からの相談も可能です。

⑩9/15(水)・24(金)・10/1(金)
 14:00~16:00

場 北区保健福祉センター相談室(北区役所内)

問 健康課
 ☎06-6313-9968 ☎06-6362-1099

朝ごはんを食べよう ~9月は「大阪市朝食月間」です~

朝ごはんを食べよう

大阪市民の、特に若い世代の朝食欠食の割合は国の割合より高く、幼児から30代にかけて朝食を食べない習慣の方が多く状況です。毎日朝ごはんを食べると、どんな良いことがあるのでしょうか?

- 栄養のバランスがとれている人が多い
- 早寝・早起きの人が多い
- 「イライラする」「集中できない」といった訴えが少ない
- 学力が高く、体力測定の結果が良い

※参考:農林水産省作成「食育ってどんないいことがあるの?」

心と体の健康を保つためにも、9月の朝食月間をきっかけに、毎日朝ごはんを食べる習慣を身につけましょう!

問 健康課
 ☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

フレイル予防講習会

無料 要申込

⑩9/30(木) 13:30~14:30

場 北老人福祉センター4階講習室(同心1-5-27)

【講師】介護老人保健施設 青美 作業療法士
 【対象】市内在住60歳以上の方
 【定員】20名(申込先着順)
 【申込】9/9(木)10:00~
 電話・来館にて受付
 ※グループ申込は2名まで

問 北老人福祉センター
 ☎06-6352-7025 ☎06-6352-7062

詳細は
 北区社会福祉協議会HP▲

体調改善運動

無料 要申込

からだの不調を、自分の力で改善してみませんか?

⑩9/30(木) 14:30~15:30

場 大淀老人福祉センター(本庄東1-24-11)

【内容】主に椅子に座って足裏から整え太もも・お尻・体幹を作る運動を行います。
 【対象】市内在住60歳以上の方
 【講師】北本恭子氏
 【定員】15名(申込先着順)
 【申込】9/10(金)10:00~電話にて受付

問 大淀老人福祉センター
 ☎06-6374-0873 ☎06-6374-0815

生活援助サービス従事者研修

無料

要申込

大阪市では、要支援者に対する介護保険の訪問サービスのひとつとして、掃除・洗濯・買い物・調理などを行う「生活援助型訪問サービス」を実施しています。このサービスの従事者を養成するための研修です。

⑩~令和4年2月まで毎月(1日6時間×2日間)

【対象】大阪市内在住の方
 ※詳細は、大阪市ホームページをご覧ください
 研修申込先にお問合せください

問 未来ケアカレッジ HPIはこちら▲
 ☎0120-16-8351

地域で見守りが必要な方に 同意確認書類をお送りしています

要介護認定を受けている方、障がいをお持ちの方など日常生活や災害時に手助けが必要な方に対し、平成27年度から「要援護対象者名簿」に登録するための同意確認の書類を北区全域にお送りしています。皆様のご理解・ご協力をお願いします。

◎見守りが必要で書類送付をご希望の方は、問合せ先にご連絡をお願いします。

問 北区社会福祉協議会
 ☎06-6313-5567 ☎06-6313-2921
 北区役所福祉課
 ☎06-6313-9498 ☎06-6313-9905
 ※この取組は大阪市が北区社会福祉協議会に委託して実施しています

文化・芸術・講座

北区ぶらぶら2021

無料 要申込

第1回「天才画家
佐伯祐三の生誕地を訪ねる」
~歴史と文化の街をめぐる~

⑩10/22(金) 10:00~12:00頃
 (9:50集合)

【集合場所】阪急電車中津駅(中津3-1)
 【対象】市内在住・在勤の方
 【講師】ヤジ馬ヤジ北(北区ガイドボランティア)
 【定員】40名(多数抽選)
 【申込】10/4(月)まで、往復はがき(必着)・FAX・メール・区役所4階窓口(官製はがき持参)にて受付
 ※保険加入のため申込者及び同行者(3人まで)の住所・氏名・電話番号を必ず明記

問 北区役所政策推進課「北区ぶらぶら 第1回」係
 ☎06-6313-9743 ☎06-6362-3821
 ✉kita-event@city.osaka.lg.jp

令和3年度 阿波おどりサークル受講生募集

要申込

⑩9/25・10/30・11/27・12/25・1/29・2/26・3/26(いずれも土曜日)
 17:30~19:30(全7回)

場 大淀コミュニティセンター(本庄東3-8-2)

【講師】廣田秀夫氏(大阪天水連連長)
 【定員】100名(多数抽選)
 ¥3,500円(小学生以下無料)
 【申込】9/10(金)まで電話・FAX・来館にて受付 ※FAXには住所、氏名、生年月日、電話番号を明記

問 大淀コミュニティセンター
 ☎06-6372-0213 ☎06-6371-0107

Instagramで学ぶ 英語講座

要申込

海外のInstagramからの情報収集や、自分のInstaを英語でアップするなど、実践的に英語を学びます。

⑩10/9・23・11/6・20・12/4(いずれも土曜日) 10:30~12:00(全5回)

場 クレオ大阪子育て館(天神橋6-4-20)

【対象】中学校で学ぶ英単語をおおよそ理解できる方
 【講師】稲垣陽子氏(英語講師)
 【定員】20名(申込先着順)
 【申込】10/8(金)まで電話・FAX・ホームページにて受付
 ※FAXには住所・氏名・年齢・電話番号・FAX番号を明記

¥7,000円(全5回分) HPIはこちら▲

問 クレオ大阪子育て館
 ☎06-6354-0106 ☎06-6354-0277

雇われない働き方

無料 要申込

フリーランスとして自律的に働く心構えや法律知識を学び、実際に子育て中の現役クリエイターから話を聞きます。

⑩9/30・10/7・14(いずれも木曜日)
 13:30~15:00(10/14のみ13:00開始)(全3回) ※最終日のみ単発受講も可

場 クレオ大阪子育て館(天神橋6-4-20)

【対象】フリーランスとして働くこと、創業に関心のある方
 【講師】中澤未生子氏(弁護士・中小企業診断士)ほか
 【定員】30名(申込先着順)
 ※一時保育あり(3か月~小学3年生、定員10名、無料、要事前申込)

【申込】9/29(水)まで電話・FAX・ホームページにて受付 ※FAXには住所・氏名・年齢・電話番号・FAX番号を明記

問 クレオ大阪子育て館
 ☎06-6354-0106 HPIはこちら▶
 ☎06-6354-0277

大阪くらしの今昔館 臨時休館と一部展示室等閉鎖



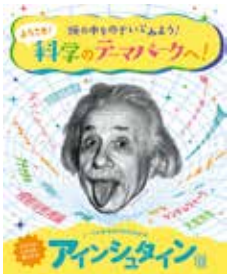
大阪くらしの今昔館は、9/1(水)~17(金)まで展示替えのため休館します。また、天井改修工事の実

施に伴い9階常設展示室・10階展望フロアは、令和4年秋頃(予定)まで閉鎖します。8階常設展示室では、明治・大正・昭和の大阪のまちと住まいの歴史を、ジオラマや映像などで引き続きご覧いただけます。また、大型映像コーナーの新設や町家座敷の再現・茶室の構造模型を新たに展示します。

問 大阪くらしの今昔館 詳細は今昔館HP▲
 ☎06-6242-1170 ☎06-6354-8601

ノーベル賞受賞100年記念 「アインシュタイン展」

アインシュタインのノーベル物理学賞受賞100年記念として企画された本展は、その科学理論や日本とのつながりについて、国内外の貴重な資料やゲーム等を通して子どもから大人まで楽しみながら学べる展覧会です。



⑩~10/10(日)
 9:30~17:00(入場は16:30まで)
 ※月曜、9/21休館(9/20は開館)

場 大阪市立自然史博物館ネイチャーホール(東住吉区長居公園1-23)

¥大人1,500円、高大生800円、小中生500円

問 大阪市総合コールセンター(なにわコール) ☎06-4301-7285

移動図書館まちかど号

- 中大淀幼稚園正門(大淀中4-10)
9/1(水)・10/6(水) 14:10~15:30
 - ローレルタワー梅田東側(万歳町5-12)
9/11(土)10:10~11:00
 - 中津公園(中津2-8)
9/11(土)10:05~11:00
 - 北老人福祉センター駐車場(同心1-5)
9/11(土)11:30~12:20
- 問 中央図書館自動車庫
 ☎06-6539-3305 ☎06-6539-3336

9月巡回予定

— お詫びと訂正 —

令和3年8月号の1面記事で「医師とコンビを組むのは、両医師会所属の診療所・病院で働く看護師」という表現がありましたが、正しくは「医師とコンビを組むのは、両医師会所属の診療所・病院で働く看護師と大阪府看護協会派遣の看護師など」でした。お詫びして訂正します。

※広告の内容等、掲載された広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。また、大阪市が推奨等するものではありません。

広告