

依存症に関する相談
(アルコール・薬物・ギャンブル等)

無料

「やめたくても、やめられない」「本人にどう関わればよいのか分からない」など、依存症に関して悩んでいる場合は、ご本人やご家族だけで抱え込まず、ご相談ください。

場 大阪市こころの健康センター
(都島区中野町5-15-21)

【対象】市内在住の方、関係機関の支援者の方

- 専門の医師による相談 来館 **要予約**
- 依存症相談員による相談 電話 **予約不要** 来館 **要予約**

【依存症相談専用電話】**☎06-6922-3475**
9:00～17:30(土日祝、年末年始除く)

申 問 健康課(1階12番窓口)
☎06-6313-9968 **☎06-6362-1099**

いきいき百歳体操
ステップアップ講習会

無料 要申込

健康な百歳をめざして筋力づくりを！フレイル予防法を身に付けましょう。

日 12/17(火) 10:00～11:30

場 大淀老人福祉センター
(本庄東1-24-11)

【対象】市内在住で60歳以上の方

【講師】皇朋成氏(作業療法士)

【定員】20名(申込先着順)

【申込】12/6(金)10:00～電話にて受付

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

北区認知症シンポジウム

無料

～認知症になってもわたしはわたし～
認知症の本人の声を聴き、一緒に考えます。
認知症当事者による野菜販売もあります。

日 12/12(木) 14:00～15:30

場 北区民センター2階ホール
(北区役所隣)

【講師】下坂厚氏(認知症当事者)

【定員】200名(当日先着順)

【主催】北区認知症高齢者支援ネットワーク連絡会(にこりんく)

問 北区大淀地域包括支援センター
☎06-6354-1165 **☎06-6354-1175**

歳末たすけあい運動

●歳末たすけあい募金

●お見舞いについて 要申込

皆様のご協力をお願いいたします。募金はお近くの民生委員まで！

区内在住で次のいずれかの要件に該当する方に、お見舞いをお渡しします。身体障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳をお持ちのうえ、お申し込みください。
※昨年お見舞いを受け取られた方は、申込不要です

【要件】身体障がい者手帳(1・2級)、療育手帳(A)、精神障がい者保健福祉手帳(1級)のいずれかをお持ちの方。または身体障がい者手帳(3～6級)と療育手帳(B1)の両方をお持ちの方

【申込】12/2(月)～27(金) 平日9:00～17:30まで窓口にて受付

申 問 北区民生委員児童委員協議会
(北区役所3階30番窓口)
☎06-6313-9931 **☎06-6313-9905**

文化・芸術・講座

スマホを使って暮らしをもっと便利に! 無料 要申込

障がいのある方がご参加いただけるスマホ教室です。必要に応じて点字テキストや手話通訳をご用意しますので、お申込みの際にお知らせください。

日 1/6(月) ①9:30～10:30 ②11:00～12:00

場 北区役所4階405会議室

【内容】①電話の使い方 ②インターネットを使う

【対象】市内在住の方

【定員】各回2名(多数抽選)※介助者除く

【申込】12/2(月)～17(火)まで電話・FAX・申込フォームにて受付 ※FAXには住所・氏名・電話番号・FAX番号を明記

申 問 株式会社コネクト(総務省採択事業者) **申込はこちら▲**
☎050-5538-5233 **☎050-3145-2421**

人権週間と北朝鮮人権侵害問題啓発週間

●12/4～10は人権週間です

●12/10～16は北朝鮮人権侵害問題啓発週間です

市民一人ひとりが人権を尊重することの重要性を正しく認識し、お互いの人権を守る社会を私たちみんなで築いていきましょう。人権に関するビデオを上映します。

日 12/4(水)～10(火) 9:00～17:30

場 区民交流プラザ(北区役所1階)

●12/10～16は北朝鮮人権侵害問題啓発週間です

市民の皆様に拉致問題に対する関心を高めていただくため、北朝鮮による日本人拉致問題の啓発アニメ「めぐみ」を上映します。

日 12/11(水)～16(月) 9:00～17:30

場 区民交流プラザ(北区役所1階)

問 政策推進課
☎06-6313-9743 **☎06-6362-3821**

北区ぶらぶらまち歩き

無料 要申込

第7回『天満寺町をあくる』～江戸時代の大坂が生んだ偉人の墓所をたずねる～

日 1/24(金) 10:00～正午頃(集合9:50)

【集合場所】大阪メトロ東梅田駅南改札口出たところ

【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】1/9(木)まで往復はがき(必着)・FAX・メール・北区役所4階43番窓口(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・電話番号を明記

申 問 〒530-8401 北区役所政策推進課「北区ぶらぶら第7回」宛
☎06-6313-9743 **☎06-6362-3821**
✉kita-event@city.osaka.lg.jp

第14回ローズミュージックフェスティバル

●12/15(日)吹奏楽演奏会:14:00～(開場13:30)

お茶席:12:00～12:30、12:50～13:20、13:40～14:10、14:30～15:00

要申込

場 北区民センター(北区役所隣)

【内容】桜和高等学校吹奏楽部、金蘭会高等学校・中学校吹奏楽部による演奏会と桜和高等学校茶道部によるお茶席

【定員】吹奏楽演奏会:300名(当日先着順)

お茶席:各回10名(申込先着順)

料 お茶席:200円

【申込】12/5(木)～14(土)まで電話・FAX・来館にて受付

※お茶席のみ ※FAXには氏名・電話番号を明記

申 問 北区民センター
☎06-6315-1500 **☎06-6367-1990**

「大阪マラソン“クリーンUP”作戦」参加者募集

要申込

大阪マラソン開催や、大阪・関西万博開催に向け、「きれいなまち」大阪をめざして清掃活動を実施します。

【実施期間】1/18(土)～2/22(土)

【申込】1/8(水)まで郵便・FAX・窓口・行政オンラインシステムにて受付

※郵便・FAX・窓口は、北区役所1階区民交流プラザや各環境事業センターなどで配布中の募集チラシ裏面の申込書を送付・持参

※行政オンラインシステムを初めて利用する方は、利用者の登録が必要 **申込はこちら▲**

申 問 東北環境事業センター
〒533-0006大淀川区上新庄1-2-20
☎06-6323-3511 **☎06-6370-3951**

大阪市立図書館システム更新と全館臨時休館

【休館期間】12/16(月)～1/16(木)

※中央図書館は12/16(月)～1/15(水)12/3(火)～15(日)は、1枚の図書館カードで30冊まで借りることができます。返却期限日は、休館明けの開館日以降に延長します。休館中の返却は、返却ポストをご利用ください(12/27(金)17:00～1/6(月)9:00は利用不可)。休館中は蔵書検索、予約、貸出延長などインターネットでのご利用や電話でのお問合せはできません。新システムでは、図書館で手続きを行ったマイナンバーカードでも貸出手続きが可能になります。新たに導入する図書館アプリでは、図書館カードのバーコードを表示できるほか、予約本の到着や返却期限の通知を受け取ることができます。詳細は図書館ホームページで順次ご案内します。 HPIはこちら▶

問 北図書館

☎06-6375-0410 ☎06-6371-3177

大阪市ファミリー・サポート・センター事業提供会員養成講座

無料 要申込

子どもを自宅で預かったり、保育園などへ送迎したりするなど、地域の子育てを応援する有償のボランティア(提供会員)を養成する講座です。

日 1/24・31・2/7・14(いずれも金曜日) 9:30～17:00(全4回)

場 総合生涯学習センター(梅田1-2-2-500)

【対象】市内在住の19歳以上で提供会員または両方会員として登録意思のある方

【定員】20名(申込先着順)

【申込】12/7(土)10:00～1/17(金)17:30まで電話・来館・ホームページにて受付

HPIはこちら▲

申 問 ファミリー・サポート・センター北支部

☎06-6374-7271

イベント 狂言

洗練された笑いの芸術をお楽しみください。

日 12/15(日) 14:00～14:40頃

場 大阪くらしの今昔館9階常設展示室(天神橋6-4-20)

【出演】増田浩紀氏(狂言師)ほか

料 観覧無料(別途入館料必要)

詳細は大阪くらしの今昔館HP▲

問 大阪くらしの今昔館

☎06-6242-1170 ☎06-6354-8601

オーロラに逢いにいこう

プラネタリウムで、大阪では見ることのできない極北の天空の光・オーロラに逢いにいきましょう!

写真:株式会社イーハートヴ 西谷尚之

日 12/6(金)～3/2(日)

※月曜(祝休日の場合は翌平日)、12/28(土)～1/4(土)、2/4(火)は休館

場 大阪市立科学館(中之島4-2-1)

【定員】各回先着250名

料 大人600円、高大生450円、3歳以上中学生以下300円

詳細は大阪市立科学館HP▲

問 大阪市立科学館

☎06-6444-5656 ☎06-6444-5657

レッドハリケーンズ大阪ホストゲームへ区民のご招待

NTT JAPAN RUGBY LEAGUE ONE 2024-25シーズン開幕戦「レッドハリケーンズ大阪vsNECグリーンロケッツ東葛」の試合にご招待します。 ※チケットが売切れ次第終了

日 12/22(日) 14:30試合開始

場 ヤンマースタジアム長居(東住吉区长居公園1-1)

【対象】区内在住・在勤・在学の方

【申込】12/22(日)までホームページにて受付

HPIはこちら▲

問 レッドハリケーンズ大阪招待券案内係

☎06-6123-8329(平日10:00～17:00)

移動図書館まちかど号

●中大淀幼稚園正門(大淀中4-10)12/4(水) 14:10～15:30
※図書館システム更新のため1月は運休

●ローレルタワー梅田東側、中津公園、北老人福祉センター駐車場はいずれも、図書館システム更新のため12月は運休

問 中央図書館自動車文庫

☎06-6539-3305 ☎06-6539-3336

12月巡回予定

※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

広告