

借金問題解決のための
日曜無料相談会

無料
要申込

借金でお困りの方は1人で悩まず、是非ご相談ください。
【日】12/7(日)10:00～16:30
【場】近畿財務局(中央区大手前4-1-76大阪合同庁舎第4号館)
【内容】弁護士による相談
【定員】24名(申込先着順)
【申込】電話にて受付
【申問】近畿財務局相談窓口
☎06-6949-6523 ☎06-6949-6790



健康・福祉

精神科医師による
精神保健福祉相談

無料
要予約

こころの変調に気付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
【日】11/7(金)・19(水)・28(金)・12/5(金)14:00～16:00
【場】北区保健福祉センター相談室(北区役所内)
【申問】健康課(1階12番窓口)
☎06-6313-9968 ☎06-6362-1099

お達者食育教室
一元気で長生きするために～

要申込

【日】12/4(木)10:00～13:00
【場】北区保健福祉センター(北区役所内)
【内容】お話と調理実習
【対象】区内在住で65歳以上の方
【講師】北区保健福祉センター管理栄養士
【定員】15名(申込先着順)
【料】600円(調理材料費)
【持ち物】エプロン、三角巾、手拭きタオル
【申込】11/10(月)～電話・窓口にて受付
【共催】北区食生活改善推進員協議会
【申問】健康課(1階11番窓口)
☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

「人生会議」をはじめよう
～私の人生会議(お薬手帳カバー)を配布しています～

無料

人生会議とは、もしものときのために自らが望む医療やケアを前もって考え、家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組です。北区では、人生会議の強化月間である11月に、必要な質問と解答や緊急連絡先などを書き込める「私の人生会議(お薬手帳カバー)」を窓口で配布しています。
【対象】北区在住の方
【配布部数】1,000部
【制作】大阪市北区在宅医療・介護連携推進会議
【問】健康課(1階11番窓口)
☎06-6313-9882 ☎06-6362-1099

まちともサポート会員
養成講座

無料
要申込

「まちとも」とは家事の援助や外出の付き添いなどのちょっとした困り事を住民同士で

助け合う互助活動です。サポートの担い手は有償ボランティアです。

【日】11/27(木)14:00～15:00
【場】北区在宅サービスセンター(神山町15-11)
【定員】15名(多数抽選)
【申込】11/6(木)～電話・来館にて受付
【申問】北区社会福祉協議会(神山町15-11)
☎06-6313-5567

安心! 終活セミナー

無料
要申込

参加者の方には北区包括オリジナルエンディングノート「私の記録帳」をプレゼント!ご自身やご家族のために終活を始めてみませんか。
【日】①11/21(金)14:00～15:30
②28(金)14:00～15:30
【場】北区民センター(北区役所隣)
【内容】①エンディングノートを書いてみよう ②成年後見制度について知ろう
【対象】北区在住で①②とも参加できる方
【講師】①川田雅子氏(在宅医療・介護連携支援コーディネーター) ②藤井啓太氏(大阪バディ法律事務所 弁護士)
【定員】30名(申込先着順)
【申込】11/6(木)～20(木)まで電話にて受付
【申問】北区地域包括支援センター
☎06-6313-5568 ☎06-6314-6377

ひとり親家庭応援!!
フードパントリー

無料
要申込

区民の方々や企業・団体からのご寄付で集まった「フード&日用品ドライブ」を活用し、食料品や日用品を配付します。
【日】12/20(土)9:30～16:40
【場】北区在宅サービスセンター(神山町15-11)
【対象】区内在住で「ひとり親家庭等医療証」をお持ちの方
【定員】60世帯(多数抽選)※当選者のみに連絡
【申込】11/14(金)10:30～28(金)17:00まで電話・来館・ホームページにて受付 HPIはこちら▶
【申問】北区社会福祉協議会(神山町15-11)
☎06-6313-5566 ☎06-6313-2921



文化・芸術・講座

北区ぶらぶらまち歩き

無料

第5回『梅田のパブリックアートを巡る』～日常に在る「感じる」瞬間～
【日】11/28(金)10:00～12:00頃(集合9:50)
【集合場所】JR東西線北新地駅東改札口(地下)
【申込期限】11/14(金)必着
第6回『うめ地下散策』～都会のラビンスに癒しの空間を探る～
【日】12/19(金)10:00～12:00頃(集合9:50)

【集合場所】阪急大阪梅田駅1階「BIGMAN」前
【申込期限】12/5(金)必着
〈第5回・第6回共通〉
【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】往復はがき・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
詳細は北区HP▶



【申問】〒530-8401 北区役所地域課「北区ぶらぶら第5・6回」宛
☎06-6313-9951 ☎06-6362-3823
✉kita-event@city.osaka.lg.jp

第33回ワン・ワールド・フェスティバル ボランティア募集



西日本最大級のお祭りで、ホスピタリティを持って活動していただけるボランティアを募集します。今年のキャッチフレーズは「今こそ想う みんなのいのち」です。

【日】2/7(土)・8(日)8:30～17:00 ※どちらか1日のみ、午前・午後どちらかのみ参加も可
【場】梅田スカイビル(大淀中1-1-88)
【対象】高校生または16歳以上で事前説明会に参加できる方
【申込】12/22(月)までホームページにて受付 HPIはこちら▶
【問】ワン・ワールド・フェスティバル実行委員会
☎06-6777-1039
✉onefes.volunteer@onefes.net



北区文化のつどい

舞台発表・作品展示・お茶席などを通じて交流の輪を広げませんか。
【日】11/16(日)9:30～16:00
【場】大淀コミュニティセンター(本庄東3-8-2)
【料】200円(お茶席)
【主催】大阪市コミュニティ協会 北区支部協議会
詳細は大淀コミュニティセンター HP▶
【問】大淀コミュニティセンター
☎06-6372-0213 ☎06-6371-0107



おおよど作品展

無料

日頃のサークル活動の成果を作品展示します。朗読劇・コンサートなども開催します。
【日】11/21(金)10:00～16:00、22(土)10:00～15:00
【場】大淀老人福祉センター(本庄東1-24-11)
【問】大淀老人福祉センター
☎06-6374-0873 ☎06-6374-0815

第9回北ボラまつり2025

無料

ボランティアグループによる様々なブースやステージがあります。子どもから大人まで楽しめる体験型イベントです。
※ナゾ解きクイズ参加者に手作り小物を進呈(先着100名)

【日】11/8(土)11:00～15:00
【場】北区民センター1階(北区役所隣)
【問】北区社会福祉協議会
☎06-6313-5566 ☎06-6313-2921

総合フェスタ2025
「レトロと未来の融合」



市民がつくる文化祭で、いろいろな学びが大集合! 大人も子どももみんな一緒に楽しもう♪

【日】11/23(日祝)10:00～16:00
【場】大阪市立総合生涯学習センター(梅田1-2-2-500)
【内容】36種の体験教室、作品展示、ステージ発表、サイエンスショー、プラレールで遊ぼう、お絵描き水族館ほか
※定員・料金・申込など詳細はホームページでご確認ください HPIはこちら▶
【申問】大阪市立総合生涯学習センター
☎06-6345-5004 ☎06-6345-5019



移動図書館まちかど号

- 中大淀幼稚園正門(大淀中4-10)11/5(水)・12/3(水)14:10～15:30
 - ローレルタワー梅田東側(万歳町5-12)11/8(土)10:10～11:00
 - 中津公園(中津2-8)11/8(土)11:30～12:20
 - 北老人福祉センター駐車場(同心1-5)11/8(土)10:30～12:00
- 【問】中央図書館自動車庫
☎06-6539-3305 ☎06-6539-3336

巡回予定

自衛隊ニュース



自衛官候補生の仕組み

自衛官となるために必要な基礎的教育を約3か月間受けたのち、2等陸・海・空士(任期制自衛官)に任官する制度です。柔軟に将来を選択できる任期制自衛官であり、任期満了後、民間企業などへの就職に向けた資格取得などのサポートが充実しています。国内大学に進学した者に対しては、進学支援として一定額を支給します。(一定の条件あり。詳細はお問い合わせください)希望すれば任期を継続することも可能です。部隊の中核である「曹」やリーダーとなる「幹部」をめざすこともできます。採用試験は年間を通じて行っています。



【問】防衛省自衛隊北区担当広報官(村岡・堤) ☎06-6373-0435

※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

