目次

2025\_8月号（No.351）広報このはな【HP目次】

1ページ

写真　家庭のプールで遊ぶ幼いきょうだい

2ページ

『住むなら此花区。』といわれるような選択されるまちへ

区制100周年　Well-Beingな街づくり

3ページ

『住むなら此花区。』といわれるような選択されるまちへ

区制100周年　Well-Beingな街づくり

4ページ

このはなの　安心・安全なくらし

5ページ

このはなの　安心・安全なくらし

6ページ

お知らせ／このはちゃんクリーンアップ大作戦／フードドライブを実施します。／通知に記載されている氏名の振り仮名（フリガナ）をご確認ください。／児童扶養手当の現況届手続きのお知らせ／特別児童扶養手当・特別障がい者手当の所得状況届および現況届の提出について／外国人のこどもが日本の学校へ入るてつづき／税金／市民税・府民税・森林環境税（普通徴収）第２期分の納期限は９月１日（月）です／個人事業税の納期限は９月１日（月）です／募集／おもちゃ病院ドクター養成講座受講者募集

7ページ

区内各種団体からのお知らせ／此花区社会福祉協議会　ボランティアや高齢者向けイベントはココ。〈学ぶ〉認知症サポーター養成講座受講者募集　認知症について学んでみませんか。／〈運動〉多世代交流型スポーツイベント『モルックで身体を動かそう。』／大阪市スポーツ推進委員此花区協議会　誰でも楽しめるスポーツをするならココ。〈運動〉ちょこスポ　スリーアイズ選抜大会　出場者募集中。　めざせ。此花区代表。／此花区歴史研究会　此花区の歴史ならココ。〈学ぶ〉虫干し大会／このはなまちセン　町会やイベントはココ。〈学ぶ〉スマホセミナーを開催します。初めて知るスマートフォン体験／此花スポーツセンター　運動したい方はココ。〈運動〉このはな倶楽部　運動習慣を身につけよう。／此花区南西部地域包括支援センター　医療・介護・福祉に関する高齢者の相談窓口はココ。〈学ぶ〉介護保険との上手なつきあい方　私が介護を受けるとき、家族を介護するとき

8ページ

健康／各種検診・健診／相談／食育教室／元気で長生き食育教室　美味しく、楽しく、長生きへ一歩前進。／今こそ学ぶ。防災クッキング　アウトドアや普段の食事にも応用できます／お知らせ　災害時避難所および津波避難ビルの指定取消しについて

9ページ

健康／専門医による心の健康なんでも相談／うつ病の家族教室のご案内／何歳からでも筋力アップ。百歳体操／百歳体操についてもっと学びたい方。令和7年度　此花区百歳体操サポーター養成講座　参加者募集

10ページ

相談／ほほえみ　このはな子育て支援情報／このはなポッポくらぶ／ミニポッポくらぶ／マタニティサロン　Aコース（歯と栄養・子育て情報編）／おやこ防災フェスタ2025／此花おやこ劇場のおはなし会　こうさく会

11ページ

此花区住みます芸人かわばたくんの　このはなテクテク日記／このはなだより／消防便り／「めざせ。救急隊。スタンプラリー」開催／防犯・安全便り／8月は「こども１１０ばん」月間／ドローン飛行あかーん。／秋の全国交通安全運動　９月２１日（日）から９月３０日（火）／このはな図書だより／此花図書館　読書会／移動図書館まちかど号巡回

12ページ

論理的思考で答えを導け。 名探偵このはちゃんからの挑戦状 特別編 レッドハリケーンズ大阪からの挑戦状／災害対策 ペットのための備えはしていますか。／ハローワーク梅田「ここがポイント。 求人票の見方セミナー」／ごみ減量フェスティバル「ガレージセール・イン・ ＯＳＡＫＡ　ＴＯＷＮ」出店者の募集

13ページ

広告

20ページ

令和7年　健康づくりひろげる講座 健康寿命を延ばそう。／万博TIMES／区長だより

此花区1面

広報このはな 2025年8月号 ナンバー351

写真　家庭のプールで遊ぶ幼いきょうだい

住みたい街NO.1へ

『住むなら此花区。』と選択されるまちへ

『Well-Beingな街づくり』

このはなの皆さまを守るための取り組み

『安心・安全なくらし』

ワクワクドキドキこのはな

此花区2・3面

『住むなら此花区。』といわれるような選択されるまちへ

区制100周年　Well-Beingな街づくり

此花区は2025年、区内で大阪・関西万博が開催されるとともに、区制100周年を迎えました。

万博の目的のひとつは「SDGｓ達成への貢献」です。

此花区では、区制100周年を機としたさまざまな事業を構築し取り組んでいます。

ウェルビーイング（Well-being）とは、well（よい）とbeing（状態）からなる言葉であり、心も身体も社会的にも「満たされた状態」、すなわち実感としての幸せ、心の豊かさなどを表す言葉で、世界保健機関（WHO）憲章における「健康」の定義で登場する表現です。

01　100周年シンボル

　「このはな100年の顔」と題し、此花区にゆかりのある方々から募集した写真を使用した「区制100周年記念モニュメント」を正蓮寺川公園に設置しました。このモニュメントが、このはなに思いを馳せ、またSNS等で広く取り上げられるランドマークとなることを目指しています。ぜひお立ち寄りください。

設置場所 正蓮寺川公園 千鳥橋西側

02　区内活性化

・区内回遊性促進イルミネーションプロジェクト

　区内の回遊性向上を目指し、此花区イルミネーションプロジェクト「世界に繋がる光とアートの街このはな」を実施しています。西九条歩道橋・朝日橋・正蓮寺川公園にイルミネーションを設置するほか、区役所だけでなく、地域のみなさまとともに同プロジェクトを進めていきたいと考えていますので、プロジェクト参加の呼び掛けを行い、まちが一体となって盛り上がることを目指しています。

　「住むなら此花区。」と思える街の実現に向け、官民共創・民民共創により課題解決を実現していく組織体「ウェルビーイング此花」会議も実施しています。

アートプロジェクトも実施中。

SDGs目標

11 住み続けられるまちづくりを

17 パートナーシップで目標を達成しよう

03　健康先進区

・がんリテラシーの向上によるがん検診受診率向上

・PHR（（Personal Health Record　パーソナルヘルスレコード）本人が管理する個人の健康診断結果や服薬歴等の健康等情報のこと。）を活用した健康への取り組み

　此花区役所公式LINEで毎週情報を発信しています。また、企業と連携してがん検診受診に関するアンケートを実施しています。

　ウォーキング地図アプリを活用して楽しみながら健康づくりを行います。

老夫婦「ウォーキング地図アプリの 「トレイントレインTRAIN & TRAIN」を使ってみよう。」

SDGs目標

3 すべての人に健康と福祉を

10 人や国の不平等をなくそう

11 住み続けられるまちづくりを

17 パートナーシップで目標を達成しよう

04子育て・教育

・こどもたちの「生きる力」をはぐくむ学びにチャレンジ中。

　第1弾として、広報誌や学校・地域の掲示板に、楽しみながら論理的思考力を身につける『名探偵このはちゃんからの挑戦状』を出題しています。

論理的思考力が育つと問題に対する答えが導きやすくなり、目の前の課題に対して的確な対処ができるようになります。

名探偵このはちゃん「今月の問題は12ページに掲載しています。」

自己肯定感・自己効力感（安心・安全な土台）

↓

挑戦する意欲・困難を乗り越える力

↓

論理的思考力

↓

生きる力

各々のステージで力が発揮できるような取り組みを推進。

↓

生きる力の底上げ

SDGs目標

3 すべての人に健康と福祉を

4 質の高い教育をみんなに

11 住み続けられるまちづくりを

16平和と公正をすべての人に

17 パートナーシップで目標を達成しよう

05　福祉

・ICTを活用した見守りの取り組みを進めています

　区役所では、「気にかける」地域づくりの一環として、ICTを活用した「みまもりあいプロジェクト」を推進しています。多くの区民の方の協力を得ることで、子どもや高齢者、障がいのある方が行方不明になった場合の早期発見・保護につなげることをめざします。「みまもりあいアプリ（無料）」のダウンロードをお願いします。

SDGs目標

11 住み続けられるまちづくりを

17 パートナーシップで目標を達成しよう

06　防災

・「わかる防災」から「できる防災」へ つながりで高める共助力

　みなさまの命を守る取り組みを進めていきます。

「共助」の必要性の再認識および地域のつながりのより一層の向上

実効性のある避難訓練計画作成

Plan

計画作成

↓

Do

訓練実施

↓

Check

課題抽出

↓

Action

改善・訓練実施

↓

Planに戻る

SDGs目標

2 飢餓をゼロに

3 すべての人に健康と福祉を

此花区4・5面

このはなの 安心・安全なくらし

此花区では区民の皆さまの安心・安全な暮らしを守るために

様々な取り組みを行っています。

今月は「空き家」「特殊詐欺」について取り上げます。

●このはなの安心　空き家対策

空き家への対処は「スピード」が大切です。

空き家を放置するリスク

・資産価値が低下

・地域に迷惑

・売買等が困難

・倒壊

・景観の悪化

・外壁落下

行政からの指導を受けて改善されない場合、固定資産税の住宅用地の特例から除外となります。

その後、命令を受けると、５０万円以下の過料等に処されることがあります。

空き家に関するお悩みはお気軽にご相談ください

空き家相談ホットライン（一般社団法人大阪府不動産コンサルティング協会）

電話 ７７１３-１３７５（平日１０時から１６時）

よくあるご質問

Q.相談料はかかるのでしょうか。

A.基本無料です。 専門家への調査や手続の依頼は、基本的に有償です。

Q.どのような相談ができるのでしょうか。

A.例えば

・空き家が老朽化して事故にならないか心配している。

・空家の名義が亡くなった祖父のままになっている。

・相続登記の義務化にどう対応すればよいかわからない。

10ページに掲載の区役所の各種相談もご利用ください。

●このはなの安全　防犯対策

特殊詐欺今日からできる対策。

代表的な手口

・オレオレ詐欺

親族、警察官、弁護士等を装い、金銭等をだまし取る手口

・架空料金請求詐欺

未払いの料金があるなど金銭等をだまし取る手口

・還付金詐欺

税金還付等に必要な手続きを装ってATMを操作させ、金銭をだまし取る手口

対策

手口にかかわらず、できることを今日から。

犯人と話をしない

・ATMでは電話をしない

・お金の話を言われたら、家族や警察に相談する

・固定電話は常に留守番電話にしておく

・着信の際に録音する

市内在住の高齢者（65歳以上）に通話録音機器を貸与しています。詳細は安全サポート担当（電話 6466-9504）まで

電話がかかってこないようにする

・非通知番号は着信拒否の設定をする

・国際電話番号への発信や着信を休止する

国際電話不取扱受付センター　電話 0120-210-364　休止不可の場合あり。

闇バイトは犯罪です。

「高額バイト」、「即日入金」、「書類を受け取るだけ」　「ホワイト案件」、「すぐに運転免許証や顔写真の提出」などは、闇バイトの可能性が高いです。

ご相談は 警察相談専用電話 ＃9110 まで

此花区6面

お知らせ

このはちゃんクリーンアップ大作戦

　毎月第１日曜日は区民一斉清掃の日。

日時　9月7日（日）7時から（一部8時から）

問い合わせ　地域サポート課（安全サポート）30番窓口　電話6466-9504

フードドライブを実施します。

日時　8月12日（火）13時から15時

場所　区役所1階　多目的室

回収品　食料品および衣類

提供品　こども服・ベビー服（展示品の中から１人２点まで）

問い合わせ　西北環境事業センター　電話6477-1621

通知に記載されている氏名の振り仮名（フリガナ）をご確認ください。

●此花区に本籍がある方へ

　8月からフリガナの確認通知をお送りします。フリガナが誤っている場合、市区町村の窓口もしくはオンライン（マイナポータル）で届け出をしてください。

●此花区に本籍がない方へ

　本籍地の市区町村から順次フリガナの通知が送られていますので、詳しくは本籍地の市区町村にお問い合わせください。

このはちゃん「フリガナが誤っている場合に届け出る際は、参考資料として該当するフリガナが記載されている本人確認資料をご持参ください。」

問い合わせ　市民局　戸籍における氏名の振り仮名届出コールセンター

　　　　　　電話050-3385-8121　ファックス050-3142-9905

児童扶養手当の現況届手続きのお知らせ

　現在児童扶養手当を受給している方にお知らせをお送りしますので、８月中に現況届を提出してください。届出は行政オンラインシステムにて

　事前の予約が必要ですので、ご注意ください。

日時　８月１日（金）から８月２９日（金）

場所　保健福祉課（福祉）8番窓口

問い合わせ　保健福祉課（子育て教育）8番窓口　電話6466-9561

特別児童扶養手当・特別障がい者手当の所得状況届および現況届の提出について

　お知らせ文書を送付していますので、特別児童扶養手当の認定を受けている方は「所得状況届」を、特別障がい者手当・障がい児福祉手当・福祉手当の認定を受けている方は「現況届」を提出してください。これらの届は支給要件や所得状況を確認するもので、8月分以降の手当の受給に必要な手続きです。期間内に提出されないと手当の支給が遅れる場合がありますので、必ず期間内に提出してください。なお、前年の所得額等により支給が停止されることがあります。

提出期間　8月12日（火）から9月11日（木）　（土・日・祝日を除く）

問い合わせ　保健福祉課（地域福祉）7番窓口　電話6466-9857

外国人のこどもが日本の学校へ入るてつづき

　2019年４月２日から2020年４月１日までに生まれたひとで「大阪市立小学校」に入りたいときと、2026年３月に小学校を卒業するひとで「大阪市立中学校」に2026年４月から入りたいときは、此花区の区役所でてつづきをしてください。2025年8月15日ごろに区役所から「入学のご案内」を送ります。「入学のご案内」のみぎがわの「入学申請書」を書いてください。2025年9月26日までに、此花区役所へ持ってきてください。ゆうびんで送ることもできます。

問い合わせ　窓口サービス課（住民登録）1番窓口　電話6466-9963

税金

市民税・府民税・森林環境税（普通徴収）第２期分の納期限は９月１日（月）です

　予測しない失業や大幅な所得減少（前年の６割以下）が見込まれる場合は申請により審査のうえ、減額・免除されることがあります。

　納付方法等の詳細については、大阪市ホームページをご確認ください。

問い合わせ　弁天町市税事務所　市民税等グループ（個人市民税担当）

　　　　　　電話4395-2953　ファックス4395-2810

個人事業税の納期限は９月１日（月）です

　個人事業税の納付書を８月に送付します。納付書は第１期分および第２期分をまとめて送付します（口座振替ご利用の方を除きます）。年間の税額が１万円以下の場合は、第２期分の納付書はありません。

納期限　第1期分　9月1日（月）・第2期分　12月1日（月）

納付場所・納付方法

●府税事務所（９月30日（火）で原則取扱終了）

●口座振替

●府の指定金融機関または収納代理金融機関

●コンビニエンスストア、MMK設置店　　他

　納付が困難な場合は納税の猶予制度がありますので、お早めにご相談ください。

問い合わせ　中央府税事務所　電話6941-7951（代表）

募集

おもちゃ病院ドクター養成講座受講者募集

　おもちゃを修理する、ボランティアのドクターになりませんか。

日時　9月13日（土）10時から16時

場所　此花区子ども・子育てプラザ

定員　10名（先着順）

費用　500円（材料費）

申込　９月10日（水）までに下記問い合わせへメールにて

主催・問い合わせ　このはなカエルクラブ

　　　　　　　　　メールアドレスkonohana.omocya.hp@gmail.com

日時　日程・時間　申込　申し込み　問い合わせ　問い合わせ　　電話・ファックスの特に記載のないものは市外局番「06」です。

区の人口…63,009人　世帯数…32,765世帯　区の面積…19.30平方キロメートル（令和7年7月1日現在）

此花区7面

区内各種団体からのお知らせ

◯此花区社会福祉協議会　ボランティアや高齢者向けイベントはココ。

〈学ぶ〉認知症サポーター養成講座受講者募集　認知症について学んでみませんか。

日時　9月13日（土）10時30分から12時

場所　此花ふれあいセンター3階　会議室

対象　区内在住・在勤の方

定員　20名（先着順）

持ち物　筆記用具

申込　下記問い合わせへ電話にて

問い合わせ　此花区社会福祉協議会

　　　　　　電話６４６２-１２２４　ファックス６４６２-１９８４

〈運動〉多世代交流型スポーツイベント『モルックで身体を動かそう。』

日時　10月4日（土）14時から16時（雨天中止）

場所　正蓮寺川公園（此花区民一休ホール集合）

対象　区内在住・在勤・在学中の方

定員　５０名（先着順）

持ち物　水分・タオル・運動しやすい靴

申込　下記問い合わせへ電話またはファックスにて

問い合わせ　此花区社会福祉協議会

　　　　　　電話６４６２-１２２４　ファックス６４６２-１９８４

◯大阪市スポーツ推進委員此花区協議会　誰でも楽しめるスポーツをするならココ。

〈運動〉ちょこスポ　スリーアイズ選抜大会　出場者募集中。　めざせ。此花区代表。

●スリーアイズ選抜大会

　選抜大会で優勝したチームは、此花区の代表として来年1月18日（日）の大阪市大会へ出場できます。

日時　11月24日（月・祝）10時から12時（受付開始９時30分から）

申込　下記問い合わせへ電話にて。

場所　此花区民一休ホール

対象　区内在住・在勤の方（年齢制限なし）

主催・問い合わせ　大阪市スポーツ推進委員此花区協議会　南浦　電話090-8142-7961

写真　昨年度は市大会で此花区代表チームが準優勝しました。

●スリーアイズ体験会

　月に１回定例の体験会を開催しています。

日時　８月10日（日）・９月15日（月・祝）10時から12時

　　　（途中参加・途中退出OK）

場所　此花区民一休ホール

対象　区内在住・在勤の方（年齢制限なし）

主催・問い合わせ　大阪市スポーツ推進委員此花区協議会　南浦　電話090-8142-7961

◯此花区歴史研究会　此花区の歴史ならココ。

〈学ぶ〉虫干し大会

日時　８月３１日（日）14時から

場所　此花区民一休ホール　第4・5会議室

費用　500円（資料代他）

問い合わせ　此花区歴史研究会　中井　電話6464‐2090

◯このはなまちセン　町会やイベントはココ。

〈学ぶ〉スマホセミナーを開催します。初めて知るスマートフォン体験

日時　8月27日（水）・9月11日（木）10時から12時

場所　区役所３階　講堂A

定員　20名（予約制・先着順）

持ち物　筆記用具

講師　ソフトバンク株式会社　スマホアドバイザー

申込　下記問い合わせへ電話または来所にて

問い合わせ　このはなまちセン39番窓口　電話6462-3609　ファックス6147-2112

◯此花スポーツセンター　運動したい方はココ。

〈運動〉このはな倶楽部　運動習慣を身につけよう。

1筋トレ基礎＆有酸素運動

8月19日（火）9時45分から10時30分

2リズム体操

8月6日（水）・8月13日（水）・8月20日（水）・8月27日（水）10時から10時45分

3カラダコンディショニング

8月14日（木）12時から12時45分

4骨盤メンテナンス

8月8日（金）・8月22日（金）10時45分から11時30分

対象　15歳以上

定員　20名（先着順）

費用　510円

持ち物　館内用シューズ

申込　当日受付窓口にて

場所・問い合わせ　此花スポーツセンター　電話6465-5800　ファックス6465-5816

◯此花区南西部地域包括支援センター　医療・介護・福祉に関する高齢者の相談窓口はココ。

〈学ぶ〉介護保険との上手なつきあい方　私が介護を受けるとき、家族を介護するとき

　「介護」は誰もが通る道です。自分自身や家族が介護を受けることになった時のため、介護や医療、福祉の制度や支援者との上手なかかわり方を学びませんか。

日時　9月8日（月）14時30分から16時

場所　此花区民一休ホール３階　第4・5会議室

対象　区内在住・在勤の方

定員　20人（先着順）

申込　下記問い合わせへ電話にて

問い合わせ　此花区南西部地域包括支援センター　電話6462-9301

此花区8・9面

健康

各種検診・健診

場所　此花区役所

予約・問い合わせ　保健福祉課（地域保健）22番窓口　電話6466-9882

内容　骨粗しょう症検診　要予約　先着順

実施日時　9月3日（水）18時30分から19時30分

対象　18歳以上の方（大阪市民の方に限る。）

料金・検査方法　無料（かかと部分の超音波検査）

内容　乳がん検診　要予約　先着順

実施日時　9月3日（水）18時30分から19時30分

対象　40歳以上の女性（2年度に1回）（大阪市民の方に限る。）

料金・検査方法　1,500円（マンモグラフィ）

内容　肺がん検診　要予約　先着順

実施日時　9月3日（水）18時30分から19時30分

対象　40歳以上の方（大阪市民の方に限る。）

料金・検査方法　無料（X線検査）

内容　肺がん検診　要予約　先着順

実施日時　9月3日（水）18時30分から19時30分

対象　50歳以上で、喫煙指数（1日のたばこの本数×喫煙年数）が600以上の方（大阪市民の方に限る。）

料金・検査方法　400円（喀痰検査）

内容　結核健診

実施日時　8月29日（金）10時から11時

対象　15歳以上の方（大阪市民の方に限る。）

料金・検査方法　無料（胸部Ｘ線撮影）

予約はホームページからもできます。がん・骨粗しょう症検診の詳しい受診条件はホームページをご覧ください。がん検診・特定（後期）健診は取扱医療機関でも受診できます。

相談

場所　此花区役所

問い合わせ　保健福祉課（保健活動）23番窓口　電話6466-9968

内容　医師による精神保健福祉相談のご案内　要予約　先着順

実施日時　8月7日（木）・9月4日（木）13時30分から15時

　　　　　8月の開催は1回です。

対象　原則、当事者が区民（１日２名から３名）

料金　無料（ご本人やご家族・支援者の方だけで抱え込まず、精神科医師による相談を利用してみませんか。）

内容　地域生活向上教室（集いの場）のご案内　要予約

実施日時　毎月第2火曜日9時30分から11時30分

対象　回復途上にある精神疾患（疑いを含む）を持つ方等（主治医等の了解・意見が必要です。）

料金　無料（仲間と集いほっこりとした時間を過ごしませんか。ミーティング・軽い運動・レクリエーションなど。）

食育教室

◯元気で長生き食育教室　美味しく、楽しく、長生きへ一歩前進。

　イキイキ元気に生きるための食事のコツを、講話と調理実習でお伝えします。

日時　8月28日（木）10時から13時

場所　区役所1階　栄養指導室

対象　区内在住・在勤の方

持ち物　エプロン・三角巾・マスク

費用　550円（材料費＋保険料）

申込　8月4日（月）から8月20日（水）に下記問い合わせへ電話・窓口または行政オンラインにて

主催　此花区保健福祉センター

共催　此花区食生活改善推進員協議会

問い合わせ　保健福祉課（地域保健）22番窓口　電話6466‐9882

◯今こそ学ぶ。防災クッキング　アウトドアや普段の食事にも応用できます

　備蓄食品を美味しく食べる方法や少ない水で複数調理ができるパッククッキングを体験してみましょう。

日時　9月30日（火）10時から13時

場所　区役所1階　栄養指導室

対象　区内在住・在勤の方

持ち物　エプロン・三角巾・マスク

費用　550円（材料費＋保険料）

申込　8月4日（月）から9月19日（金）に下記問い合わせへ電話・窓口または行政オンラインにて

主催　此花区保健福祉センター

共催　此花区食生活改善推進員協議会

問い合わせ　保健福祉課（地域保健）22番窓口　電話6466‐9882

お知らせ　災害時避難所および津波避難ビルの指定取消しについて

　７月１４日（月）付で、元此花総合高等学校（新館）・此花区酉島2丁目３番１６号の災害時避難所および津波避難ビルの指定は取消しとなりました。

広報このはなが届かない場合は委託業者へご連絡ください。

委託業者　株式会社ベックオン

電話6563-7681（10時から17時　土日祝を除く）メールアドレスinfo@beckon.co.jp

専門医による心の健康なんでも相談

無料　予約不要

　精神科の専門医による心の相談をしています。区役所でチラシを配架しています。（なくなり次第終了）

日時　9月21日（日）10時から17時（16時30分まで受付）

場所　ディアモール大阪D'sスクエア（円形広場）

主催　（公社）大阪精神科診療所協会・（公社）日本精神神経科診療所協会

問い合わせ　（公社）大阪精神科診療所協会　事務局

　　　　　　電話6763‒5914（平日9時から18時）

うつ病の家族教室のご案内

無料　先着順

　家族の方がうつ病についての正しい知識を学び、病気を理解し、ご本人への接し方を考えてみませんか。また、同じ悩みを持つ家族の方と語り合ってみませんか。

●精神科医による講演　●家族交流会

日時　９月３日（水）・９月17日（水）14時から16時30分（２日間の教室です）

場所　大阪市こころの健康センター　大会議室

　　　（都島区中野町５-15-21　都島センタービル３階）

対象　大阪市内在住で、うつ病と診断されている方のご家族

定員　20名（先着順）

申込　８月1日（金）から８月20日（水）までに下記へ電話または来所にて

　　　保健福祉課（保健活動）23番窓口　電話6466-9968

主催・問い合わせ　大阪市こころの健康センター

　　　　　　　　　電話6922-8520　　ファックス6922-8526

何歳からでも筋力アップ。百歳体操

　年齢を重ねると体力や筋力が落ち、「介護が必要になるのは仕方がない」と思っていませんか。

　筋肉は90歳を超えてもつけることができます。筋力をつけることでバランス能力が高まり、転倒しにくい身体になります。元気でいきいきとした生活を送るためには、「百歳体操」がオススメです。

◯「いきいき百歳体操」とは

　手首と足首におもりをつけ、ゆっくり手足を動かす体操です。週1回30分なので、簡単に実施できますよ。

◯こんな人にオススメ。

□買い物かごを持つのがつらくなった

□最近つまづく回数が増えた

□すぐエスカレーターやエレベーターに乗ってしまう

□椅子から立ち上がる時に、つい「よっこらしょ。」と言ってしまう

◯参加者の声

「外出が億劫でしたが、今はよく出かけるようになりました」

「つまづく回数が減りました」

「顔見知りの方が増えました」

区ホームページにて「百歳体操」の実施会場を掲載しています。お住まいの近くの会場をぜひご確認ください。

百歳体操について詳しく知りたい方・参加したい方は下記問い合わせにご連絡ください。

問い合わせ　保健福祉課（保健活動）　電話6466-9968

百歳体操についてもっと学びたい方。令和7年度　此花区百歳体操サポーター養成講座　参加者募集

参加費無料

　百歳体操について学び、サポーターとして地域でも活動してみませんか。此花区内の21か所のグループで百歳体操を実施しています。百歳体操の効果やポイント、サポーターについて学び、地域で百歳体操のサポーターとして活動しましょう。

第1回　10月8日（水）講話 此花区の高齢者の状況

　　　　　　　　　　　講話・実技　いきいき百歳体操の効果・体験

第2回　10月22日（水）講話・実技　かみかみ百歳体操の効果・体験

第3回　10月29日（水）講話　サポーターの役割・おもりの調整など

　　　　　　　　　　　　講話・実技　しゃきしゃき百歳体操の効果・体験

第4回　11月5日（水）講話　サポーターの体験談

　　　　　　　　　　　今後の活動について

時間　13時30分から15時30分

場所　区役所3階　講堂A・B・C

対象　区内在住の方

持ち物　水分補給・動きやすい服装・運動靴

申込　9月30日（火）までに下記問い合わせへ電話・来所または行政オンラインにて

主催・問い合わせ　保健福祉課（保健活動）23番窓口　電話6466-9968

広報誌に掲載する広告を募集しています。また広報誌の感想をお寄せください。

問い合わせ　政策共創課31番窓口　電話6466-9975

広報このはな感想もしくは広告　で検索

此花区10面

相談

その他の相談については、此花区ホームページをご覧ください。

相談内容　法律相談　要予約　先着順

日時　1　8月18日（月）13時から17時

　　　2　8月25日（月）13時から17時

　　　１組30分まで

定員　各日16組

場所　区役所3階　相談室

予約〈予約専用AI電話（24時間受付）〉電話050-1808-6070

　　　1　 8月8日（金）12時から8月18日（月）10時

　　　2　 8月18日（月）12時から8月25日（月）10時

相談内容　司法書士相談　登記・債務整理など　要予約　先着順

日時　8月19日（火）13時から16時　１組30分まで

定員　12組

場所　区役所3階　相談室

予約・問い合わせ　〈行政オンラインシステム〉

　　　　　　　　　　8月12日（火）9時から8月15日（金）17時30分

　　　　　　　　　〈電話〉政策共創課31番窓口　電話6466-9683

　　　　　　　　　　当日9時から15時

相談内容　行政相談　国の施策など

日時　8月26日（火）14時から16時

定員　若干名

場所　区役所3階　相談室

問い合わせ　政策共創課31番窓口　電話6466-9683

　　　　　　15時まで受付。

相談内容　不動産相談　賃貸借・売買・空き家など　要予約　先着順

日時　8月8日（金）13時から16時

定員　6組

場所　区役所3階　相談室

予約・問い合わせ　公益社団法人　全日本不動産協会大阪府本部北支部

　　　　　　　　　電話6373-1511（平日10時から16時）

　　　　　　　　　相談日前日まで受付。

相談内容　建築相談　建築･購入アドバイスなど　要予約　先着順

日時　11月11日（火）13時から15時

定員　2組

場所　区役所3階　相談室

予約・問い合わせ　（一社）大阪府建築士事務所協会第六支部

　　　　　　　　　電話6445-7172（平日10時から17時）

　　　　　　　　　相談日前日まで受付。

相談内容　犯罪被害者等支援相談窓口

日時　平日9時から17時30分

定員　なし

場所　市民局人権企画課（市役所4階）

予約・問い合わせ　市民局人権企画課　電話6208-7489　ファックス6202-7073

その他区外では［日曜法律相談］［税務相談］なども実施。

ほほえみ　このはな子育て支援情報

このはなポッポくらぶ

日時　8月15日（金）10時から11時30分

対象　乳児（生後4か月から10か月児）・保護者

申込　下記問い合わせへ電話・来所または各ホームページから行政オンラインシステムにて

問い合わせ　保健福祉課（保健活動）23番窓口　電話6466-9968

ミニポッポくらぶ

日時　8月14日（木）13時30分から15時

対象　乳児（生後1か月から3か月児）・保護者

申込　下記問い合わせへ電話・来所または各ホームページから行政オンラインシステムにて

問い合わせ　保健福祉課（保健活動）23番窓口　電話6466-9968

マタニティサロン　Aコース（歯と栄養・子育て情報編）

日時　8月22日（金）13時30分から15時30分

対象　妊婦（ご家族も可）

申込　下記問い合わせへ電話・来所または各ホームページから行政オンラインシステムにて

問い合わせ　保健福祉課（保健活動）23番窓口　電話6466-9968

おやこ防災フェスタ2025

1避難訓練コンサート

時間　13時30分から15時30分

定員　300名（先着順）

申込　７月25日（金）からこども文化センターホームページにて（電話申込不可）

2起震車体験

時間　15時から16時30分（雨天中止）

3防災マルシェ

時間　11時から16時30分

4津波救命艇展示

時間　11時から16時30分

5イザめしクッキング

時間　A　11時30分から12時15分　　　B　12時30分から13時15分

定員　各20名（先着順）

申込　A　７月25日（金）から　　　B　8月5日（火）から下記問合へ電話にて

日時　9月15日（月･祝）11時から16時30分

場所・問合　クレオ大阪西・こども文化センター　電話6460-7800

此花おやこ劇場のおはなし会　こうさく会

　絵本の読み聞かせなどの後、簡単な工作あそびをします。材料や道具も用意します。何をするかは、その日のお楽しみ。8月は特別バージョンでお届けします。

日時　8月2日（土）11時から11時30分

場所　此花図書館絵本コーナー

定員　15人（当日先着）

対象　小学生・幼児と保護者

主催・問い合わせ　此花図書館　電話6463-3463　ファックス6463-9688

子育ての相談

問い合わせ　保健福祉課　子育て教育担当（子育て支援室）8番窓口　電話6466-9524

此花区11面

此花区住みます芸人かわばたくんの　このはなテクテク日記

第47回　大阪・関西万博

住みます芸人として此花区で活動しはじめて、早8年。

此花区各地を巡りながら、いろんな魅力をご紹介します。

　みなさんは大阪・関西万博、行きましたか。僕は娘が遠足で行くと聞いたので、ミャクミャクTシャツを作ってあげました（笑）。当日はすごくいい笑顔で帰って来ました。万博どうやった。と聞くと『めっちゃ大きいミャクミャクが居て嬉しかったー』って多分、入口のミャクミャク像のことだと思います（笑）。あと、『大屋根リングの下めっちゃ涼しかったでー。』とも。だからその絵を描いたの…。

　その後何回か保育園に着て行った手作りTシャツなのですが、ある日『パパ。ミャクミャクの目が2個取れたー』と。目が取れないように糸で縫いつつ、今度家族で万博に行った時には、公式のミャクミャクTシャツをゲットできたらいいなーと思っています。

このはなだより

地域の活動情報やまちセンからのお知らせをお届けします。

もっと楽しく。楽に。まちセンの役割はスコアラー。

　地域活動におけるまちセン（まちづくりセンター）の役割は、スポーツチームの「スコアラー」に似ています。スコアラーは試合を有利に進めるために必要な情報を集め、分析し、その結果を監督や選手に共有して、意思決定をサポートする仕事です。地域活動において、実際に汗水流して地域のために、まちのために事業を運営する「選手」や「監督・コーチ」は地域の皆さんです。まちセンは地域の皆さんがもっと楽しく、楽に活動を続けられるように、区内外からさまざまな情報を収集・分析します。そして地域の皆さんと対話を重ね、活動する上でのお困りごとを共有し、共に解決策を見つけ出すことを目指しています。

　此花区役所3階39番窓口に事務所はございますので、お気軽にご相談にお越しください。

地域活動協議会や町会は、暮らしの中の身近なコミュニティ

地域活動に関わるキッカケに、区役所１階地域活動情報コーナーの壁新聞や、このはなまちセンSNSもご覧ください。

問い合わせ　このはなまちセン（地域サポート課　地域サポート担当）39番窓口

　　　　　　電話6462-3609

消防便り

「めざせ。救急隊。スタンプラリー」開催

　応急手当や予防救急をスタンプラリーで楽しく学べる、子ども向けの救急啓発イベントを開催します。幼児・小学校低学年向けのブースをたくさんご用意しております。親子で奮ってのご来場をお待ちしております。（事前申込不要）

日時　９月７日（日）10時から12時

場所　此花消防署４階　講堂（１階エントランスで受付）

駐車スペースがありませんので、公共交通機関をご利用ください。

イベント内容

●救急隊の現場装備を着て写真撮影

●胸骨圧迫体験

●ミニ救急車・ミニ消防車運転体験

●パズル

●ぬりえ

●啓発品の配布（数量限定）

問い合わせ　此花消防署　電話6461-0119

防犯・安全便り

◆8月は「こども１１０ばん」月間

　不審者から子どもたちを守る取り組みを進めています。

問い合わせ　安全サポート担当30番窓口　電話6466-9978

◆ドローン飛行あかーん。

　区域におけるドローン等の飛行に関しては、事前の同意や警察への通報などの手続きが必要になります。

規制期間　10月13日（月・祝）まで

規制区域　夢洲およびその周囲おおむね1,000メートル

◆秋の全国交通安全運動　９月２１日（日）から９月３０日（火）

交通安全講習　開催日時

9月4日（木）１8時3０分から１9時3０分

9月8日（月）１4時から１5時

場所　此花区民一休ホール

駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

問い合わせ　此花警察署　電話6466-1234

このはな図書だより

此花図書館　読書会

ジーン・ウェブスター　著『あしながおじさん』

　本の感想を語りあいませんか。課題本は図書館でお貸ししますので、事前にお読みください。

日時　8月19日（火）10時30分から11時30分

場所　此花区民一休ホール3階　第3会議室

定員　10名（当日先着順）

問い合わせ　此花図書館　電話6463-3463　ファックス6463-9688

移動図書館まちかど号巡回

場所　酉島公園（酉島6-1）

日時　8月7日（木）10時05分から10時35分

場所　島屋南公園（島屋6-2）

日時　9月5日（金）10時10分から11時10分

場所　市営秀野西住宅中央集会所前（酉島1-11）

日時　8月13日（水）11時30分から12時

場所　島屋小学校講堂横（島屋2-9）

8月の巡回はありません

問い合わせ　中央図書館自動車文庫　電話6539-3305　ファックス6539-3336

此花区12面

論理的思考で答えを導け。 名探偵このはちゃんからの挑戦状 特別編

レッドハリケーンズ大阪からの挑戦状

　論理的思考とは、人が何か問題を解決したり、より良いコミュニケーションのために必要な能力です。

　今回は特別編として、ラグビーチーム「レッドハリケーンズ大阪」の選手の方々をお呼びしました。スポーツにおける論理的思考力の大切さを学びましょう。

　[問題 あなたならどうしますか。]

　今あなたはボールを持っています。あなたはハーフウェイラインのやや相手側にいます、味方は自分の後ろ、敵はゴールポストの前です。パスをしますか。それとも自分で走りますか。

　今回の問題の正解はひとつではありません。一つひとつの行動を分析し、考えていくことが大切です。此花区ホームページ内『名探偵このはちゃん』ページへアクセスし、ラグビー選手が普段どのように考えてプレーしているか参考にしてみよう。

写真　＃11石井 勇輝選手「詳しい解説はホームページから。」

写真　＃03豊永 慎之佑選手「僕たちと一緒に論理的思考力を鍛えて、スポーツも勉強も楽しく取り組もう。」

写真　＃08安田 司選手

災害対策 ペットのための備えはしていますか。

　震災や風水害などの災害はいつ起こるか分かりません。いざというとき、ペットを守れるのは飼い主だけです。避難が必要か判断することはもちろん、周囲に迷惑をかけないよう、むやみに吠えさせないこと、ケージに入る訓練など、日頃からの備えが重要です。

●日頃からの備え

・身元が確認できるよう犬鑑札や迷子札、マイクロチップをペットに装着しておきましょう。

・ワクチンの接種等を行い健康管理に注意しておきましょう。

・（犬の場合）「オスワリ」「マテ」のトレーニングを行い、むやみに吠えないようにしておきましょう。

・ケージやリード等に慣れさせておきましょう。

・ペット用の非常持ち出しセット（食料・薬・トイレ用品など）を用意しておきましょう。

問い合わせ 保健福祉課(生活環境)22番窓口　電話 6466-9973

ハローワーク梅田「ここがポイント。 求人票の見方セミナー」

　ハローワークに掲載されている求人票を確認する際の注意点・見落としやすいポイント・誤解しやすいポイントについてマンツーマンで説明いたします。

日時 平日９時から１６時（随時実施・最長６０分）

対象 ハローワーク梅田の職業相談窓口を利用されている方、または今後利用を希望される方

申込 予約制。下記問い合わせへ電話または窓口にて（セミナー申込みには求職登録が必要です。 ）

問い合わせ ハローワーク梅田　職業相談第２部門 　電話 6344-8609（部門コード42＃）（平日8時30分から17時15分）

ごみ減量フェスティバル「ガレージセール・イン・ ＯＳＡＫＡ　ＴＯＷＮ」出店者の募集

　ご家庭で不用となった品物を有効活用しませんか。

日時 10月11日（土）11時から15時（雨天中止）　会場 長居公園　自由広場

出店資格 営利を目的としないアマチュアの区内在住の方。

出店品 家庭で不用となった品物（ただし出品できないものもあります。）

募集数 １０店（申込多数の場合は抽選）

申込 ８月29日（金）までに、往復はがきに住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号・出品するものを明記し、下記問い合わせへ送付にて。

問い合わせ 郵便番号555‐0032 西淀川区大和田2‐5‐66 西北環境事業センター　電話 6477‐1621　ファックス 6477‐4602

13面

広告

此花区20面

令和7年　健康づくりひろげる講座 健康寿命を延ばそう。

　生活に役立つ「健康づくりについての知識と実践」を一緒に楽しく学んで、周りの人にもひろげてみませんか。

1回目

日程　９月29日（月）

内容　● 開講式　● 『生活習慣病を予防しよう。』

講師　保健師・医師

2回目

日程　10月6日（月）

内容　● 『口は健康の入り口。お口の手入れと健康づくり』　● 『誰でも簡単。健康的な食生活のコツ』

講師　歯科衛生士・管理栄養士

3回目

日程　10月15日（水）

内容　● 『認知症予防と認知症のサポートについて知ろう。』　● 『こころの健康のためには。』　● 『健康づくり推進協議会（この花なでしこ会）の活動について』

講師 このはなオレンジチーム・精神保健福祉相談員

4回目

日程　10月27日（月）

内容　● 『お家でできる運動をやってみよう。転びにくい身体づくり。』

講師　健康運動指導士

5回目

日程　11月7日（金）

内容　● 『笑って身体を動かして。笑いヨガで心もすっきり。』　● 閉講式

講師　笑いヨガ講師・保健師

フォローアップ会

日程　12月15日（月）

内容　● 『ボランティアの育成、社会福祉協議会の役割について』　● グループワーク『みんなで話そう。元気で長生きするために』

講師　社会福祉協議会・保健師

時間 13時30分から15時30分

場所 区役所3階　講堂C・D

対象 区民の方で、5回受講可能な方（4回以上出席で修了証を発行します。）

定員 15名（先着順・新規参加者優先）

申込 9月12日（金）までに下記問い合わせへ電話または来所にて

問い合わせ 此花区保健福祉センター保健福祉課23番窓口　電話 ６４６６-９９６８

万博TIMES

Vol.4 会期前半のまとめ

　大阪・関西万博に毎日通うという「万博おばあちゃん」こと山田外美代（とみよ）さんのコラム。万博の思い出や今回の万博の見どころなどを語ります。

　7月13日（日）で会期184日の半分を迎える今、前半の私の足あとを少し振り返ってみたいと思う。次にあげる数字、何だと思いますか。（６月3０日（月）までの集計。）

1 １３４８２　2 １７０５３　3 ２５６２　4 ４６

1 私と息子で手分けして撮った写真の枚数の合計（１日あたり約170枚）。2 私が会場で滞在した時間の合計。１日あたり約３時間35分。3 入場までの待ち時間の合計（東ゲート）。１日平均に直すと約32分。私の体感的に待ち時間が短いのは13時から15時、一方長いと感じる時刻は9時30分から10時30分。今後も対策を練っていかなければならない。

4 全パビリオンの参観にかかった日数。

　毎日会場に行くのは大変なこと。今一番大変なことは暑さ。日陰の少ない会場は本当に日差しが厳しい。皆さんも体調管理にはくれぐれもご注意を（自戒の念を込めて）。

区長だより

猛暑の夏。「何ができるのか。」考え、実行しませんか

　今年は梅雨明けが例年より早く、猛暑日が続いております。ひと昔前の、暑いけれどうちわや扇風機で過ごせ、風鈴の音色に風情を感じる日本の夏はどこに行ってしまったのでしょう。

　今年の１月から２月にかけて国際的な調査会社が、日本を含む３２か国で「気候変動に対する意識」について調査を行いました。それによりますと「自国で発生している気候変動の影響について心配している」と回答された方は日本では８１パーセントに上り、平均より７ポイント高い一方「個人が今すぐ気候変動に対処する行動をとらなければ、次世代の期待を裏切ることになる」と回答された方は、日本は４０パーセントと３２か国中最低であったとのです。

　確かに自分の行動だけで、どうにかなる問題ではありません。しかし次世代のためにも気候変動は協力して止めなければならない問題と認識して、どうすれば良いのかを考え、そして実行していきたいものです。

　ＳＤＧｓ目標１３は「気候変動に具体的な対策を」です。大阪・関西万博の開催区として、ＳＤＧｓ先進区を目指しましょう。

此花区長 中島 政人

大阪・関西万博公式キャラクター

ミャクミャク

©Expo 2025

8月号は1日発行です。発行部数37,300部、1部あたり発行単価（配布費含む）38.9円（うち約2.7円広告収入）

編集・発行 此花区役所政策共創課31番窓口　郵便番号 554-8501 大阪市此花区春日出北1-8-4　電話 6466-9975 ファックス 6462-0942

区役所の開庁時間 ●平日（月曜から木曜日）9時から17時30分　●平日（金曜日）9時から19時（一部業務）　●日曜開庁（毎月第４日曜日）（一部業務） 今月は8月24日（日）です。