

**相談**
**【場所】**此花区役所 **【問合】**保健福祉課(保健活動)②番窓口 ☎6466-9968

内容	実施日時	対象	料金
医師による 精神保健福祉相談 のご案内	12/4(木)13:30~15:00 12/19(金)14:00~16:00 1/8(木)13:30~15:00	原則、当事者が区民 (1日2~3名 先着順)	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?)
地域生活向上教室 (集いの場)のご案内	毎月第2火曜日 9:30~11:30	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。	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。)

**新春!  
此花けんこうEXPO1.10開催**
**~未来の私へ、「健やかライフの抱負」を伝えよう!~**

聞いて、学んで、予防する!生活習慣病をテーマにしたイベントです。スタンプラリーで素敵なプレゼントも!ぜひご来場ください。(申込不要・来場無料)

**【日時】**1/10(土)10:30~13:30 **【場所】**此花区民一休ホール

**【主催】**大阪暁明館病院・日本生命保険相互会社御堂筋南支社・  
リアルワールドゲームス株式会社・此花区役所

**【問合】**保健福祉課(地域保健)②番窓口

**☎6466-9882**

**高血圧のための健康Body教室**

「血圧が高めかも…」「太ってきたかも!?」とお悩みの方!高血圧について知りたい方!今がチャンスです!『脱・高血圧』のために一緒に学びませんか?

**【日時】**1/23(金)13:30~15:30

**【場所】**区役所3階 講堂A・B・C

**【対象】**区内在住者 **【定員】**50名程度(先着順)

**【持ち物】**動きやすい服装

**【申込】**12/4(木)~1/16(金)に下記問合へ電話・

来所または行政オンラインにて

**【問合】**保健福祉課(保健活動)②番窓口

**☎6466-9968**

**スマホ教室を開催します!**

障がいのある方が対象の、無料のスマホ教室です。

**【日時】**1/15(木) **【電話・カメラの使い方】** 9:30~10:30

**【インターネットの使い方】** 10:40~11:40

**【ハザードマップの見方】** 13:00~14:00

**【場所】**区役所3階 講堂A **【定員】**各回2名(介助者除く)

**【持ち物】**ご自身のスマホ・筆記用具(申込時に申請で貸出可)

**【申込】**12/1(月)~12/12(金)に下記問合へ電話・FAXまたは下

記二次元コードにて(抽選結果は12/19(金)までに連絡)

※点字テキストや手話通訳が必要な方は、

お申し込み時にお知らせください。

**【問合】**株式会社コネクト(総務省採択事業所)

**☎050-5846-1443 FAX050-3145-2421**

**此花区こころの健康講座**
**一「こころの病気」との向き合い方一**


精神科医師による講演会です。(手話通訳あり)

**【日時】**12/25(木)14:30~16:00(14:00開場)

**【場所】**区役所3階 講堂 **【対象】**大阪市在住・在勤の方

**【定員】**100名(先着順) **【講師】**西口 昌樹 先生(西口診療所院長)

**【申込】**12/19(金)までに下記問合へ電話・FAX・来所

または行政オンラインシステムにて

**【主催】**此花区保健福祉センター

**【問合】**保健福祉課(保健活動)②番窓口

**☎6466-9968 FAX6463-1606**

**シニアカフェ  
~作って、食べて、  
おしゃべりして~**

低栄養予防のお話と  
調理実習です。

**【日時】**1/7(水)10:00~13:00

**【対象】**区内在住・在勤の方

**【申込】**12/4(木)~12/19(金)に

下記問合へ電話または窓口にて


**冬休みおやこの食育教室**
**~冬休みに料理体験を!~**

食べる力は、一生もの♪「食育」に  
関する講話と調理実習を体験します。

**【日時】**12/24(水)10:00~13:00

**【対象】**区内在住の小学生とその保護者

**【定員】**12組程度

**【申込】**12/4(木)~12/12(金)に下記問合へ電話・

窓口または行政オンラインにて



**【場所】**区役所1階 栄養指導室 **【持ち物】**エプロン・三角巾・マスク **【費用】**550円/人(材料費+保険料)  
**【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  
**【問合】**保健福祉課(地域保健)②番窓口 **☎6466-9882**

