

浪速区民ギャラリー
出展団体を募集しています!

無料

浪速区役所では、区内にお住まいの方や在学中・お勤めの方など、区内で活動されているみなさんの作品を気軽に発表していただける場として、区民ギャラリーを1階ロビーに設置しています。日ごろ手がけている作品発表の場として、ぜひ浪速区民ギャラリーをご利用ください。



【展示場所】

浪速区役所1階 区民ギャラリー展示ケース
サイズ=幅 5.15m/高さ 2.17m/奥行き 0.97m
備品:押しピン、イーゼル、吊りフック

【利用期間】1週間単位で4週間以内

【対象】

《展示作品》絵画・書・手芸品・写真などの美術作品
《対象》区内在住・在学・在勤する方々で構成されているアマチュア創作グループ等

※個人の出展はできません。

【申請】使用許可申請書(区役所ホームページからダウンロード可)を【問合せ先】に持参または送付
※利用希望日の6か月前より先着順で受付
※利用希望日の空き状況はお問合せください。

【問い合わせ先】総務課(企画調整)

☎ 06-6647-9683

☎ 06-6631-9999

✉ naniwa-bosyu@city.osaka.lg.jp



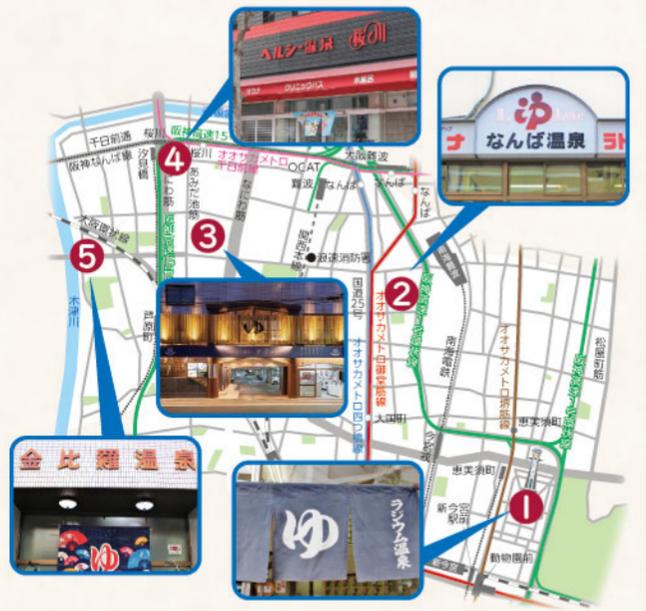
なにかわ
名に沸く

浪速の湯

浪速区には大阪府公衆浴場組合に所属する銭湯(お風呂屋さん)が5軒あります。

銭湯で広い浴槽に浸かるとリラックスでき、一日の心身の疲れを癒して気分転換をはかることもできます。

なつかしのお風呂や近代的な設備など、お店によって特徴も様々です。仕事帰りやご家族で“銭湯巡り”を楽しんでみられてはいかがでしょうか。



① ラジウム温泉	所》恵美須東1-4-13	☎ 06-6641-3093	営》6時~24時	休》第2、4木曜日
② なんば温泉	所》難波中3-4-10	☎ 06-6631-4502	営》14時30分~1時	休》毎週木曜日
③ ヘルシー温泉タテバ	所》桜川2-14-19	☎ 06-6567-1424	営》14時~5時	休》無休
④ ヘルシー温泉桜川	所》桜川3-1-13	☎ 06-6561-9961	営》6時~24時	休》無休
⑤ 金比羅温泉	所》桜川4-17-13	☎ 06-6561-3609	営》13時30分~24時30分	休》毎週火曜日

※新型コロナウイルス感染症の影響により、営業時間等に変更がある場合があります。詳しくは各銭湯へお問い合わせください。

統合失調症等家族教室のご案内

無料 要申込

ご家族が抱えている様々な問題をこの機会に見つめなおし、ご自身が元気になれる方法を探してみませんか?今回は、ストレスとの付き合い方のヒントをみつめてみましょう。

【時】3月11日(木)14時~16時

【場】区役所3階 集団検診室

【対】区内在住で「統合失調症等精神疾患と診断された方」の家族

【内】ストレスとの付き合い方

【講】心理士 田村 雅幸氏

【申】事前に電話にて受付

【問】保健福祉課(地域保健活動)

☎ 06-6647-9968

☎ 06-6644-1937



桜ウィーク

春の風物詩「桜」。

長居植物園内の桜は、人気の高い「ソメイヨシノ」の他、3月中旬に鮮やかなピンク色の花を咲かせる「ヨウコウ」や、4月中旬に八重咲きの大輪の花を咲かせる「ショウゲツ」など、開花時期の異なる桜が次々と見頃を迎えます。春のお花見はぜひ、長居植物園で!



【時】3月20日(土)~4月11日(日)

9時30分~17時(入園は16時30分まで)

※3月22日(月)は休園

【場】大阪市立長居植物園(東住吉区长居公園1-23)

【費】入園料:大人:200円(30人以上は団体割引あり)

※中学生以下、障がい者手帳等をお持ちの方(介護者1名を含む)、市内在住の65歳以上の方は無料【要証明】

【問】長居植物園

☎ 06-6696-7117 ☎ 06-6696-7405

浪速区日本語サポーター募集!!

有償

区内の市立小・中学校で、外国にルーツをもつ児童・生徒に対して、日本語の指導の補助や、学校生活でのコミュニケーションのサポート、学習支援などをしていただくボランティア(有償)を募集しています。

【学校現場で特に求められている方】

- ・中国語・フィリピン語・ベトナム語等を話せる方
- ・教員経験のある方 など

※サポートは原則日本語で行います。

【活動条件】

報償金:1時間あたり1,000円(税込)

※別途交通費相当支給(要件あり)

活動場所:区内の市立小・中学校

登録期間:サポーター登録完了~令和4年3月31日

サポーター登録の際、面談を行います。活動時期や内容等については、サポーターの希望と学校の状況等を考慮して決定します。

【問】市民協働課(教育・学習支援)

☎ 06-6647-9743

☎ 06-6633-8270

✉ tj0002@city.osaka.lg.jp



なでこちゃんの



こころのケア

新型コロナウイルスの感染拡大による不安やストレス等はありませんか?

新型コロナウイルスの感染拡大やその影響で、日常とは違った生活に不安や疲れを感じていませんか?このようなストレス状態が長く続くと、心や体に変化があらわれることがあります。

こころの変化

- ・涙もろくなる
- ・イライラする
- ・気分の浮き沈みが激しい
- ・不安が強くなる

体の変化

- ・疲れやすい
- ・めまい、頭痛、肩こり
- ・食欲不振、過食
- ・眠れない

相談窓口など

新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアについて(大阪府ホームページ)



新型コロナに関するこころの悩み電話相談(大阪市)
☎ 06-6922-3474
【受付】月~金:9時30分~17時(祝日・年末年始除く)

こころとからだの健康相談(浪速区保健福祉センター地域保健活動担当)
☎ 06-6647-9968
【受付】月~金:9時~17時30分(祝日・年末年始除く)

考え方の変化

- ・考えがまとまらない
- ・同じことを繰り返し考える
- ・悲観的な考え方になる

行動の変化

- ・攻撃的になる
- ・1人の空間にひきこもる
- ・飲酒量、たばこの量が増える

一人で抱えこまず相談しましょう



これらの状態は、強いまたは慢性的なストレスを受けた時に、誰にでも起こりうる正常な反応です。「つらい気持ちを誰かに話す」「相談する」ことが大切です。

☎ 区役所 3階33番窓口 地域保健活動 ☎ 06-6647-9968 ☎ 06-6644-1937
◆常設健康相談コーナー(平日9時~17時30分)