日付	イベント・講座名	時間	場所	問合せ先	URL	カテゴリ（空欄はイベント・講座）
12/2(水)	スマホ教室 マップの使い方を勉強しませんか。定番のルート検索以外にも日常生活に役立つこと間違いなし！想像以上に機能が豊富です。便利に使いこなしましょう。要予約：11月24～25日10：00～17：00電話または窓口	10：30～12:00	西区老人福祉センター	西区老人福祉センター 電話：06-6582-9552	https://nishi-fukushi.or.jp/cms_nishi/wp-content/uploads/2026/10/6df51377c7fde6dd583e97d4bcba8d17.pdf	
12/3(木)	メンタルヘルスと睡眠 講演会 −うつ病を中心に− 睡眠は心の回復力を支える土台です。睡眠に関係する病気やその治療法についてお話しします。あなたも睡眠外来を疑似体験しましょう。 申込期間　11月2日（月）～11月27日（金）行政オンラインシステム・ファックス・窓口・電話にて	15:00～17:30	ノーブデンス西区民センター	西区役所（地域福祉担当） 3階32番窓口 電話：06-6532-9857 ファックス：06-6538-7319	https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/5f8c8a06-fea1-448c-a032-6de56bdf5fc1/start	
12/4(金)	無料法律相談		西区役所5階	西区役所：総務課（広聴担当） 電話：06-6532-9683 【予約専用電話】 050-1808-6070 （24時間・AIによる自動案内）	https://www.city.osaka.lg.jp/nishi/page/0000002102.html#consultation01	
12/5(土)	第26回LSSサイエンスカフェ「わかる！使える！生成AIのサイエンス」 身近な存在となった「生成AI」について、そのしくみと実際の活用方法の両面から学びます。生成AI初心者の方も、これから生成AIを使い始めるきっかけとして参加してみませんか？ 要申込：ホームページ	13:30～16:30	大阪科学技術センター	大阪科学技術センター 電話：06-6443-5318	https://www.ostec.or.jp/news/9119/	
12/6(日)	たこづくり講習会 「たこ」に好きな絵をかいて、たこづくりをします。ご参加お待ちしています。 要申込：申込方法　メールまたは電話で（1）氏名（2）小学校名、学年（3）電話番号（4）住所をお知らせください。 申込締切：11月19日（木）	10:30～12:00	西区社会福祉協議会	西区社会福祉協議会コミュニティ 育成事業担当 電話：06-6539-8075 Mail：nishicom@nishi-fukushi.or.jp	https://nishi-fukushi.or.jp/	
12/6(日)	「西消防署大見学会2026」開催！ 消防署ってどんなところ？消防士はどんな仕事をしているの？そんな疑問を楽しく知ることができる、西消防署大見学会を開催します！普段は見ることのできない消防署内の見学や、消防車両を間近で見たり、ミニミニ消防車やスタンプラリーもありますよ！この機会に家族みんなで消防署へ遊びにきませんか？	9:30～12:30	西消防署	西消防署予防担当 電話：06-4393-0119	https://www.city.osaka.lg.jp/shobo_nishi/index.html	
12/6(日)	借金問題解決のための日曜無料相談会 要予約	10:00～16:30	近畿財務局（中央区大手前4-1-76大阪合同庁舎第4号館）	近畿財務局相談窓口 電話：06-6949-6523	https://www.pref.osaka.lg.jp/moyo/o110080/000003.html	
12/6(日)	第42回 みなと人権展 コメンテーター小原プラスさん講演会 自身の体験をもとに、多文化共生やLGBTQのリアルを語っていただきます。	14:00～15:30	港区民ホール（港区磯路1-7-17）	西区役所 教育担当 電話：06-6532-9743	https://www.clab.company/jinken2026	
12/6(日)	第42回 みなと人権展 おやこねっとLabo石川千明さん勉強会 ネットトラブルの現状と人権課題を学び、子どもへの適切なサポートについて考えます。	19:00～20:30	港区民ホール（港区磯路1-7-17）	西区役所 教育担当 電話：06-6532-9743	https://www.clab.company/jinken2026	

12/10(木)	レッツ体験！からだ改善プログラム お腹ぽっこりが気になる方、運動不足が気になる方、からだ改善のヒントについて学びませんか？ 要予約：11月9日～30日9：00～17：30	10：00～13：15	西区役所2階	西区役所保健福祉課 （地域保健担当） 電話：06-6532-9887	https://www.city.osaka.lg.jp/nishi/page/0000686313.html	
12/16(水)	笑い飯 哲夫のお正月しめ縄作り体験教室 正月のしめ縄作り体験教室を開催します。手作りの正月飾りで、新年を明るく迎えましょう！ 申込期間　11月7日（土）10:00～ホームページ	18:30～20:30	大阪府立江之子島文化芸術創造センター	大阪府立江之子島文化芸術創造センター[enoco] 電話：06-6441-8050	https://www.enokojima-art.jp/	