

健康講座

月経(生理)以外の不正出血について **無料**

月経以外の出血には、がんや筋腫、ポリープ等何かできて出血するもの(器質性出血)とホルモンバランスの異常によるもの(機能性出血)があります。その違いの解説を行います。



- 講師** 西成区医師会理事 猪木 千春先生
- 日時** 9月17日(金) 14:30~15:30
- 場所** 区役所4階 会議室
- 定員** 20名(先着順)
- 申込み** 電話または窓口にて
- 申込先** 保健福祉課(地域保健)
- 問合せ** 2階21番窓口 ☎6659-9882

健康づくりひろげる講座 **無料**

コロナ禍で外出の機会や人とのつながりが減っている今、心身の活力が低下し、フレイル(健康と要介護状態の中間のこと)に陥るリスクが高まっています。支え合える仲間と出会い、みんなで健康長寿を目指しましょう!

- 対象** 区内在住で4回以上出席できる方
- 日程** 時間は13:30~15:30
- 10月4日(月) 実はたくさんあるんです! 西成区の健康づくり・介護予防の場を知ろう
- 講師** 生活支援コーディネーター、保健師
- 10月18日(月) あなたのお口は健康ですか? いくつになってもおいしく食事をするために
- 講師** 歯科衛生士

- 11月1日(月) 認知症が心配になったらどうすればいい? 知って安心! 西成区の認知症支援
- 講師** 地域包括支援センターオレンジチーム
- 11月15日(月) 長寿のためのボディメイク! 楽しく簡単ストレッチ
- 講師** 健康運動指導士
- 11月29日(月) 健康は食事から! 食からつながる介護予防、修了生の活動紹介
- 講師** 栄養士、健康づくり推進協議会(旭の会)
- 場所** 区役所2階 集団検診室
- 定員** 20名(先着順)
- 申込期間** 8月5日(木)~9月10日(金)
- 申込先** 保健福祉課(地域保健活動)
- 問合せ** 2階22番窓口 ☎6659-9968

イベント中止のお知らせ

- 10月3日(日)に開催を予定していた西成区民まつりは新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止することとなりました。
- 10月17日(日)に開催を予定していた西成区民体育レクリエーション大会は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止することとなりました。



問合せ 市民協働課 7階73番窓口 ☎6659-9734

西成消防署

突然の病気やケガに困ったら?

救急車を呼んだほうがいい? 病院に行った方がいい? 突然の病気やケガで困ったときに電話してください。医師の支援体制のもと看護師が、市民からの救急医療相談に24時間・365日対応します。相談の結果、緊急性がある場合は、直ちに救急車が出場します。



問合せ 西成消防署 ☎6653-0119

西成警察署

子どもたちの安全を守るために

不審な人物をみかけたら、通報をお願いします!



問合せ 西成警察署 防犯係 ☎6648-1234

施設からのお知らせ

区民センター 
岸里1-1-50 ☎6651-1131

- ハッピー・ヨーガ
- 日時** 8~11月・2回(木曜日)
- 朝の部 10:00~11:30 昼の部 14:00~15:30
- 夜の部 18:30~20:00
- 定員** 各コース30名(先着順)
- 費用** 各コース8,000円 体験1回1,200円

- 書道教室
- 日時** 8月12日(木)・23日(月)、9月9日(木)・30日(木) 13:30~15:30
- 定員** 30名(先着順)
- 費用** 4,000円(お手本・半紙代含む)

詳細は区民センターにお問い合わせください。

西成図書館 
岸里1-1-50(区民センター3階) ☎6659-2346

- 図書ボランティア(高齢者福祉施設)募集
- 西成図書館を拠点とするボランティアグループに参加し、図書の貸出や紙芝居実演などの図書ボランティア活動をしてくださる方を募集します。原則として以下の講座を全回ご受講ください(全3回)。
- 活動場所** 西成区内の高齢者福祉施設「おとしよりすこやかセンター南部花園館」
- 活動日** 毎月第3水曜日
- 開催日時** ①10月15日(金) ②10月22日(金) ③10月29日(金) 各回10:00~12:00
- 会場** 大阪市立中央図書館
- 定員** 5名程度(先着順)
- 締切** 10月5日(火) **申込み** 電話にて

移動図書館 まちかど号 巡回日 
中央図書館自動車文庫 ☎6539-3305

- 北津守小学校体育館前(北津守3-3)
- 8月は運休します
- 南津守小学校通用門(南津守6-1)
- 8月19日(木) 13:00~14:00

西成区住みます芸人 ガオ~ちゃん



子ども・子育てプラザ 
梅南1-2-6 ☎6658-4528

- けん玉教室 **無料**
- 日本けん玉協会の検定が受けられる教室です。
- 対象** 小学生以上18歳未満の方10名(先着順)
- 日時** 8月22日(日) 15:00~16:30
- 受付** 電話または来館にて(8月4日から受付)

- コンシェルジュ相談会 **無料**
- 西成区の子ども・子育てコンシェルジュさんによる相談会です。保育所についても、他のことでも、気軽にあれこれ尋ねられる場所です。
- 対象** 乳幼児と保護者5組(先着順)
- 日時** 8月25日(水) 10:00~11:00
- 受付** 電話または来館にて(8月11日から受付)

スポーツセンター(屋内プール) 
玉出東1-6-1 ☎4398-1603 ☎4398-1604

- 子ども水泳教室「水慣れコース」受付中!
- まったく泳げないお子さま向けに、水の中での移動や顔つけなどを行って、水に慣れることから始めるクラスです。
- 曜日・時間** 水~金曜日 15:30~16:30 土曜日 14:30~15:30
- 対象** 2歳半~
- 定員** 各曜日20名
- 受講料** 各6,880円(2か月間 計8回レッスン) ※施設利用料350円×受講日数分が別途必要です(5歳以下のお子さまは施設利用料不要)。
- 申込方法** ご来館の上、直接お申し込みください。

ハローワーク阿倍野マザーズコーナー 
阿倍野区阿倍野筋1-5-1あべのルシアスビル 8階(オフィス棟) ☎6631-1675

- 仕事と家庭の両立をめざす方の就職をサポートします
- ハローワーク阿倍野マザーズコーナーでは、仕事と家庭の両立をめざす方に対し、専任スタッフによるきめ細やかな職業相談・職業紹介を行っております。
- また、仕事のご相談だけでなく、就職に向けてのセミナー等も実施しております。
- 授乳室・おむつ替え台完備、キッズスペースもあり、お子さま連れでも安心してご利用できます! お気軽にご利用ください。
- 利用時間** 10:00~18:30(土日休祝日・年末年始休み)