



## わたしがつくりまし展

障がいのある人が作った作品『わたしがつくりまし展』の展示を行います。

【開催日時】 1部 10月23日(木)～11月4日(火) 2部 11月6日(木)～17日(月)

11月5日(水)に一部作品の入れ替えを行います。

平日(月～木曜日)9:00～17:30

毎週金曜日(祝日を除く)19:00まで

日曜開庁の11月23日(日・祝)は9:00～17:30

区民まつり(11月16日(日))開催中も展示しています。

【場 所】 区役所1階 区民ロビー・区民ギャラリー

【問合せ】 市民協働課 7階73番窓口 ☎06-6659-9734



## 地域福祉推進事業 西成区地域福祉フォーラム いろんな人がいるからおもしろい！ ～共に支えあう地域づくりをめざして～

無料

国籍や民族の異なる人々が、お互いの文化や習慣を理解し合い、日常生活の中で交流を深めることが大切です。

実際に日本で生活をしている外国につながる住民の皆さんの話を聞き、一緒に理解を深めましょう！

講演 『外国人とともに暮らすとは～お互いのことをもっと知るために～』

講師 梅元 理恵 氏

(公益財団法人大阪国際交流センター 常務理事兼事務局長)

パネルディスカッション 文化や生活習慣などの違いについて外国につながる住民の皆さんの声を聞いてみよう！

【開催日時】 11月29日(土) 開場10:00～ 開演10:30～

【場 所】 区民センター1階 ホール(岸里1-1-50)

【申込み】 当日先着順

【問合せ】 保健福祉課(地域福祉) 5階51番窓口 ☎06-6659-9857

## STOP！薬物乱用

10月～11月は麻薬・覚せい剤・大麻乱用防止運動月間です。

近年、若者を中心に大麻の乱用が拡大しています。大麻は心身にさまざまな悪影響を及ぼします。誘われてもキッパリ断りましょう！

【問合せ】 大阪府健康医療部生活衛生室業務課麻薬毒劇物グループ

☎06-6941-9078

## 11月10日～16日は「アルコール関連問題啓発週間」です

アルコールは私たちの生活の中でなじみ深いものですが、過剰に摂取すると健康被害のみならず、飲酒運転や暴力、自殺のリスクを高めてしまいます。飲むなら“賢く”「適正な飲酒量」と「週1回以上の休肝日」をこころがけましょう。

お酒に伴うリスクや  
知識を得る  
飲酒ガイドライン  
(厚生労働省)



「適正な飲酒量」とは

●日本酒(15%)



1合(180ml)

●ビール(5%)



中びん1本(500ml)

●ウイスキー(40%)



ダブル1杯(60ml)

●焼酎(25%)



0.5合(100ml)

●缶チューハイ(7%)



1本(350ml)

●ワイン(12%)



グラス2杯(200ml)

※合計ではなく、いずれか一つです。

※アルコールのダメージを受けやすい高齢者と女性はその半分の量。

飲酒に関する悩みや心配事があるときは、下記の相談窓口へご相談ください。

【相談窓口・問合せ】 保健福祉課(地域保健活動) 2階22番窓口 ☎06-6659-9968



## 子育ておうえん講座「子育て謎解きゲーム」

無料

事前予約不要



【開催日時】 11月16日(日)12:00～16:00(受付15:30まで)

【場 所】 ノア・フットサルステージ天下茶屋(岸里1-1-40)

西成区民まつりと同時開催

親子で一緒に楽しみながら、子育てに関するクイズに挑戦しませんか？

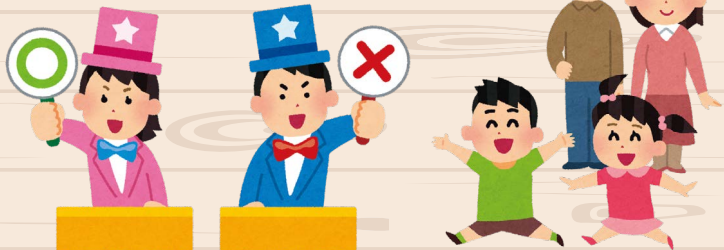
「なるほど！と知識が深まるクイズ」や「ついつい笑ってしまうクイズ」など楽しいクイズをたくさんご用意しました。

記念写真コーナーもあります。ぜひご参加くださいね。

【対 象】 3歳から小学校3年生までのこどもと保護者(親子での参加)

【問合せ】 保健福祉課(子育て支援) 5階52番窓口

☎06-6659-9824



## 津波避難ビルについて

大津波警報、津波警報発令の際に一時的に避難する施設で、学校や市営住宅等の公共施設のほか、民間事業所などのご協力を得て、津波避難ビルを確保しています。大津波警報、津波警報発令時は、3階以上の避難スペースに避難してください。

区内の津波避難ビルはホームページまたは水害ハザードマップ等をご覧ください。また、該当施設に右記表示物を掲示しています。

【問合せ】 市民協働課 7階73番窓口 ☎06-6659-9734



## 11月のにしなり のジャガピーパーク& ジャガパーわくわくクラブ

詳細は各ホームページなどでお知らせします。

【問合せ】 保健福祉課(子育て支援) 5階52番窓口 ☎06-6659-9824

ジャ  
ガ  
ピ  
ー  
ク  
ラ  
ブ



- もと今宮小学校
- もと松之宮小学校
- ▲もと松通保育所
- ◆西成区民まつり

わ  
く  
わ  
く  
ク  
ラ  
ブ



- ★2日 千本小学校
- ★3日 南津守小学校
- ★8日 玉出小学校
- ★16日 西成区民まつり
- ★24日 天下茶屋小学校
- ★29日 長橋小学校

## 11月 イベントカレンダー

3日(月・祝)	西成混声合唱団ジャガピー [10月号]
4日(火)	大腸がん検診、乳がん検診、骨量検査、歯科相談、特定健診 [10月号]
5日(水)	女性のための就労支援セミナー [10月号]
7日(金)	法律相談 [3面]
8日(土)	アートプロジェクト「ちょちょヴァナ2025・秋」 [10月号]
9日(日)	西成しごと博物館 [10月号]
11日(火)	健康教室「フレイル予防について」 [10月号]
12日(水)	筆ペンで野の花を描く [4面]
15日(土)	大腸がん検診、肺がん検診、乳がん検診、骨量検査、特定健診 [3面]
16日(日)	第51回 西成区民まつり [1面]
17日(月)	西成混声合唱団ジャガピー [10月号] 不動産相談 [3面]
18日(火)	法律相談 [3面]
19日(水)	天下茶屋の魅力体験イベント 「てんがちゃん」プレ開催日[21日(金)まで] [2面]
22日(土)	天下茶屋の魅力体験イベント 「てんがちゃん」コア開催日[23日(日・祝)まで] [2面]
23日(日・祝)	日曜開庁 [8面] 日曜法律相談 [3面]
28日(金)	新講座 楽な姿勢でできる太極拳 [4面] 大腸がん検診、肺がん検診、乳がん検診、骨量検査、歯科相談、特定健診 [3面]
29日(土)	第4回 多文化共生フェスティンにしなり [2面] 地域福祉推進事業 西成区地域福祉フォーラム [8面] おやこふれあいあそび [4面]

