



第3回にしなりこどもフェスタ
～こどもが主役の文化祭～

無料

区内各種団体の皆さんがこどものために企画したイベントです。こどもたちのステージ発表やゲームや体験ブースなど、お子さまと一緒にぜひお越しください！

開催日時 12月7日（日）

開場11:30～開演12:00～16:00

場所 区民センター（岸里1-1-50）

問合せ （一財）大阪市コミュニティ協会

西成区支部協議会

区民センター1階

コミュニティ事業事務室

☎06-6652-8461



始めてみませんか？いきいき百歳体操 無料

いきいき百歳体操は、手足におもりを付けて行う筋力アップの運動です。

西成区では平成26年から始まり、現在も地域の身近な場所で開催中です。

さらに、令和元年度からは男性参加者を増やすために西成区役所で**男性限定**の『おとこまえ百歳体操』を実施しています！

毎回和気あいあいとした雰囲気で、百歳体操とレクリエーションを行っています。

広報がきっかけで新規会員さんも増え、現在約20名が継続して参加されています。

新規参加者さん大歓迎です！

日時 毎週月曜日 10:00～11:00

場所 区役所2階 集団検診室

対象 区内在住の男性

申込み 電話・来所または当日会場にて



椅子に座って
行う体操が
ほとんど！



みんなで楽しく
体を動かしませ
んか？



百歳体操にご協力いただける
事業所・施設からのお問い合わせも
大歓迎です！

また、「いきいき百歳体操」は、区役所以外でも実施中です。

各グループの活動状況については、休止中の場合もあるため、参加を検討される場合は下記までお問い合わせください。

問合せ 保健福祉課（地域保健活動）

2階22番窓口 ☎06-6659-9968

健康教室

無料

テーマ カラダは食べた物からできている

元気な人生100年のカギとなる「栄養・運動・口腔ケア」を実例と体験を交え考えます。

講師 株式会社 明治 食育担当

開催日時 令和8年1月13日（火）14:00～15:00

場所 区役所4階 会議室

定員 50名（先着順）

申込み 電話または窓口にて、住所・氏名・電話番号をお伝えください。

問合せ 保健福祉課（地域保健）

2階21番窓口 ☎06-6659-9882

各種健診のお知らせ

内容・費用	日時	受付場所	対象
大腸がん検診 要予約 便潜血検査 300円	1月5日（月） 13:30～14:50 1月23日（金） 9:30～10:50		40歳以上の方
肺がん検診 要予約 胸部エックス線検査 無料 (※たんの検査 400円)			40歳以上の方 (たんの検査は喫煙指数の高い50歳以上の方のみ)
乳がん検診 要予約 マンモグラフィ検査 1,500円	1月5日（月） 13:30～14:50		40歳以上の女性で前年度受けていない方
骨量検査 予約優先 かかと部分の超音波測定 無料			18歳以上の方
特定健診 予約不要 無料 受診券とマイナ保険証（または資格確認書）をお持ちください	12月11日（木） 13:30～15:00		40歳以上で大阪市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している方
歯科相談 予約不要 無料	12月11日（木） 13:30～15:00 1月23日（金） 9:30～11:00		年齢は問いません
結核健診 予約不要 無料 結核は感染症です。 早期に発見し治療することが大切です。 年に1回は健診を受けましょう。	月～金曜日 (除外日あり。お問い合わせください。) 9:30～11:30、13:30～15:30	区役所2階23番窓口	15歳以上の方 ※区役所2階23番窓口での結核健診はアスマイルポイントの対象イベントです
	月～金曜日 (除外日あり。お問い合わせください。) 9:00～12:00、13:00～15:00	保健福祉センター分館3階	15歳以上の方

●各種がん検診、特定健診は、取扱医療機関でも受診できます。

●定員になり次第、受付を終了しますのでご了承ください。

予約・問合せ

保健福祉課（地域保健）2階21番窓口 ☎06-6659-9882

結核健診については

保健福祉課（結核対策）2階23番窓口 ☎06-6659-9969

特定健診受診券の再発行については

窓口サービス課（保険年金 保険）6階61番窓口 ☎06-6659-9956

各種がん検診・結核健診は行政オンラインシステムでも予約できます。

※オンライン予約は事前に登録が必要です。



予約状況を大阪市ホームページで見ることができます。

※予約状況は変動しますので、自安としてご利用ください。



専門相談日 秘密厳守 無料

・市内在住の方に限ります。

・行政相談以外の相談時間は、1組あたり30分以内です。（相談後に弁護士等が記録を作成する時間や入れ替わりの時間なども含みます。）

内容	日時・場所・定員・相談時間	申込方法・問合せなど
区役所での法律相談 要電話予約 弁護士が法律的な知識を要する問題の相談に応じ、アドバイスを行います。	日時 ①12月5日（金） ②12月16日（火） ③令和8年1月20日（火） 13:00～17:00 場所 西成区役所4階 会議室 定員 各16組	申込み 予約電話 ☎050-1808-6070 (AI電話による自動受付) 申込期間 ①11月28日（金）12:00～12月5日（金）10:00 ②12月9日（火）12:00～16日（火）10:00 ③令和8年1月13日（火）12:00～20日（火）10:00 電話申込が困難な方は事前にお問い合わせください。できるだけ多くの方に法律相談をご利用いただくため同一・同種の案件について、繰り返し法律相談をご利用になることはお控えください。 問合せ 【申込み・確認・キャンセル】☎050-1808-6070 (その他のお問い合わせについては西成区役所総務課☎06-6659-9683まで)
ナイター法律相談 要ネット予約 弁護士が法律的な知識を要する問題の相談に応じ、アドバイスを行います。	日時 令和8年1月21日（水） 18:30～20:30 場所 中央区民センター 定員 32組	申込み ↓行政オンラインシステムで予約してください。 オンライン予約を行うには大阪市行政オンラインシステムの新規登録が必要です。 オンライン予約で定員に満たない場合は、相談日の18:00時点で来場している相談希望者が抽選を行います（抽選後に空き枠がある場合は先着順受付。各枠の相談開始10分前締切） 申込期間 12月10日（水）12:00～令和8年1月20日（火）17:00 問合せ 大阪市総合コールセンター ☎06-4301-7285
行政相談 要電話予約 国の仕事に関する相談に行政相談委員がお応えします。	日時 隨時（受付時に希望日時をお聞きし、相談日を決めます） 場所 西成区役所7階 相談室	受付 平日（祝日除く）9:00～17:30 申込み 総務課 7階72番窓口 問合せ ☎06-6659-9683
不動産相談 要電話予約 不動産全般に関する相談に専門家がお応えします。	日時 12月19日（金） 13:00～15:00 場所 西成区役所7階 相談室 定員 4組	受付 12月1日（月）～17日（水） 9:00～17:00（土・日・祝除く） 申込み ☎06-6636-2103 問合せ 当月当番：（公社）全日本不動産協会なにわ南支部
弁護士による「離婚・養育費」に関する専門相談 要電話予約	日時 12月11日（木） 14:00～17:00 場所 西成区役所4階 会議室 定員 4名 相談時間 1人45分	受付 12月4日（木）9:00から先着順 問合せ 保健福祉課（子育て支援） 5階52番窓口 ☎06-6659-9824