



にほんブログ村

子ども・子育てプラザや西淀川図書館、に~よんステーションなどで行われているこどもを対象としたイベント情報は、こちらからご覧いただけます。ぜひ一度、のぞいてみてください。



大阪市立西淀川屋内プール

TEL 06-6474-9940

《 大和田2-5-7

トレーニング&プール利用のご案内

西淀川屋内プールで身体を動かして理想のBodyを手に入leshよう♪



費用【トレーニング(1回券)】

大人(18歳以上65歳未満)600円／高齢者(65歳以上)300円／高校生又は18歳未満400円／障がい者(介護者含)無料

【プール(1回券)】

大人(16歳以上65歳未満)700円／高齢者(65歳以上)350円／こども(6歳以上16歳未満)350円／幼児(6歳未満)・障がい者(介護者含)無料

※障がい者手帳をお持ちの方と高齢者の方、トレーニングを利用する高校生又は18歳未満の方は年齢確認できるものをご提示ください

※プールを利用する小学4年生以下は、16歳以上の保護者が同伴でないと入場できません(保護者1名につき小学4年生以下のこども3名まで可)

持ち物【トレーニング】動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物

【プール】水着、スイミングキャップ、タオル

申込 3階受付にて

大阪市立西淀川スポーツセンター

TEL 06-6472-9200

《 野里2-10-35

ヘルシーフィットダンス無料体験!

音楽に身を任せて楽しく動きながら健康維持・フィットネスしませんか!!《期間中2回まで》

日時 4月・5月の金曜日10:30～11:45
(4月7日、14日、21日、28日、5月12日、19日、26日)

内容 身体も頭も健やかな高齢期を迎える為には、それなりに少しの努力が必要です。正しい姿勢で、ほどほどに足腰を鍛える事を長く継続していきましょう!

※新たに空調を完備し夏・冬でも快適にご利用いただけます。

対象 おおむね40歳以上

定員 各回20名(定員になり次第メ切)

持ち物 室内用シューズ、動きやすい服装、タオル、蓋つきの飲み物(水分補給用)

申込 電話にてお申込みください

締切 各開催日の前日20:00まで

西淀川図書館

TEL 06-6474-7900

《 区役所 地下1階

図書展示「One Book One OSAKA」展

「One Book One OSAKA」では、大阪市民・府民の皆さん、大阪に来られた皆さんに、お気に入りの1冊の絵本へ投票していただき「大阪の1冊の絵本」を決定しています。第1回から第8回までに選ばれた絵本と、投票の多かった人気の絵本を展示します!

日時 4月21日(金)～7月19日(水)

圧倒的な情報量を誇る西淀川区お出かけ・イベント情報の決定版!!

第4回 ボランティアエキスポ 運営スタッフ大募集!

区内のボランティアが大集合するイベントです。あなたも一緒にボランティアエキスポを盛り上げませんか?この機会に、ぜひ運営スタッフとしてご参加ください。ご興味のある方はお気軽にお問合せください。

日時 5月28日(日)11:00～15:00
(活動日時についてはお問い合わせください)

場所 もと歌島橋バスターミナル

問 西淀川区社会福祉協議会 地域支援担当

TEL 06-6478-2941 FAX 06-6478-2945

地域生活向上教室

統合失調症の治療をされている方を対象に、生活リズムを取り戻し日常生活圏の拡充や仲間づくりのための教室を開催しています。

日時 毎月第1火曜日9:30～11:30

場所 西淀川区保健福祉センター
(西淀川区役所)2階

内容 グループミーティング、SST、運動、レクレーションなど

対象 統合失調症の治療中で、主治医から参加の承諾が得られた方

申込 事前に問い合わせ先にご連絡ください。

問 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番

TEL 06-6478-9968

酒害教室

飲酒問題を抱え回復を目指している方、家族の飲酒問題で悩んでいたり困っている方、支援機関の方々を対象に専門医と共にご本人への対応方法や解決方法を学び、アルコール依存症からの回復を目指します。どなたでもご参加いただけます。

日時 毎月第1月曜日14:00～16:00

※定例日が祝日等の場合は開催しません。

場所 西淀川区保健福祉センター
(西淀川区役所)2階

内容 ミーティング、専門医からのミニ講座

対象 飲酒問題を抱えているご本人、ご家族、支援者等

申込 開催日に直接お越しください。

問 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番

TEL 06-6478-9968

統合失調症の家族教室

統合失調症の病気を正しく理解し、本人への接し方を学び、日々の不安や思いなどを話す場として開催しています。ぜひご参加ください。

日時 毎月第3月曜日14:00～16:00

場所 西淀川区保健福祉センター
(西淀川区役所)2階

内容 交流会、問題解決技法を用いたグループ討議、精神科医師による講義、支援機関からの講義、ピアサポーターの体験談、その他教育プログラム。

対象 統合失調症の治療中の方のご家族

申込 事前にお申し込みください。

問 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番

TEL 06-6478-9968

健康体操をしよう!

& ミニ講演会

無料

予約不要

健康づくりのきっかけに!「に~よん健康体操」で一緒にカラダを動かしましょう!

日時 4月24日(月)10:00～11:00

場所 区役所5階会議室

内容 に~よん健康体操とミニ講演会「介護予防実践!姿勢特化型リハビリウォーキング」

対象 どなたでも

持ち物 すこやか手帳(お持ちの方)

その他 軽い運動ができる服装でお越しください

問 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番

TEL 06-6478-9882

こちらは防災担当です

家具の転倒防止対策をしましょう!

大きな地震が起きると家具が倒れてくることで、下敷きになって身動きが取れなくなることや、床に食器など物が散乱して避難できなくなることがあります。

地震はいつ起こるか分かりません。今すぐにでも家具の点検・固定を実施しましょう!



問 地域支援課 安全まちづくりグループ
4階41番 TEL 06-6478-9895

みなさん
知ってましたか?

ハローワークで こんなことまでできるんです!!



ひとりひとりにあった お仕事探しの相談ができる!

転職・初めての就職活動の方も、これから先の働き方をお考えの在職中、子育て中の方もご利用いただけます。

履歴書や職務経歴書の 作成指導をうけることができます!

応募書類作成用PCもございますので作成後すぐに窓口相談もできます。

個々に応じた面接対策ができる!

応募した求人にあわせて、窓口で模擬面接を受けることができます。



セミナーで知識を習得できる!

就職に向けたセミナーや、シニアセミナー等、様々なセミナーを開催しています。オンラインでも受講できます。



職業訓練の相談ができる!

「未経験の仕事に挑戦したい」、「仕事の幅を広げたい」など就職に必要なスキルを身に付けるための職業訓練制度を利用できます。



問 ハローワーク梅田
TEL 06-6344-8609