

区役所からのお知らせ

特定健診の受診はお早めに!

大阪市国保では、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の発症や重症化を予防するために無料で受診できる特定健診を実施しています。対象の方には、緑色の封筒で「受診券」を送付しています。受診券の有効期限は3月末となっていますので、それまでに受診をお願いします。

- ◆ 特定健診受診券に関すること
☎ 窓口サービス課 保険年金グループ 1階11番
☎6478-9956
- ◆ 健診内容・健診場所に関すること
☎ 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番
☎6478-9882
- ◆ 1日人間ドック・健康づくり支援事業に関すること
☎ 大阪市福祉局 生活福祉部 保険年金課
保健事業グループ ☎6208-9876

適正な就学について

居住実態のない住所地に住民登録をし、通学をするのは不適正な就学です。住民登録を正しく行い、適正な就学をしましょう。
不適正な入学と分かれば、入学後でも本来通学すべき学校へ転校していただくことになります。
☎ 窓口サービス課 住民情報グループ 1階4番
☎6478-9963

届いていますか?新1年生の就学通知書

令和3年4月に、小・中学校へ入学されるお子さまがいらっしゃるご家庭に、就学通知書を送付しています。外国籍のお子さまについては、区役所に入学申請書を提出された方について送付されます。就学通知書がまだ届いていない方は、窓口サービス課住民情報グループへお問い合わせください。
国立・私立の学校等へ入学される方は、学校が発行する入学許可証と、就学通知書を持って、窓口サービス課住民情報グループへお届けください。
☎ 窓口サービス課 住民情報グループ 1階4番
☎6478-9963

生涯骨太フッキング

要予約

日本人に不足しやすいカルシウムたっぷりのメニューで調理実習をします。おいしくバランスの良い献立で生涯骨太をめざしましょう!
☎ 2月5日(金) 10:30~13:00
☎ 区役所3階栄養講習室
☎ 管理栄養士のお話「骨粗しょう症予防の食事」、調理実習・試食、食生活チェックの記入
☎ 区内在住・在勤の方 ☎ 8人(先着順)
☎ エプロン、三角巾、マスク、筆記具、タオル、飲み物
☎ 材料費1人500円(当日徴収) ☎ 1月29日(金)
☎ 1月6日(水)より、電話または区役所2階25番窓口で受付
☎ 共催:西淀川区食生活改善推進員協議会「さざんか」
☎ 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番
☎6478-9882



子育て応援講座
～産後ママのボディケア～

要予約 無料

いつまでもきれいなママでいるための講座を開催します。バレエストレッチやエクササイズなど魅力いっぱいのプログラムを用意した全2回のコースです!ぜひ日頃のリフレッシュも兼ねて、赤ちゃんと一緒に参加しませんか。

☎ 2月3日(水)・10日(水)
10:00~11:30
☎ 区役所5階 大会議室
☎ バレエストレッチインストラクター、健康運動指導士
☎ 令和2年7月1日~9月30日生まれのお子さんとそのお母さん



日 程	内 容
2月3日(水)	【テーマ】バレエストレッチでリラックス 【服 装】動きやすい服と靴、汚れてもいい靴下 【持ち物】タオル、水分(飲み物)
2月10日(水)	【テーマ】赤ちゃんと一緒にエクササイズ 【服 装】動きやすい服と靴 【持ち物】タオル、水分(飲み物) ★抱っこひもかベビーカーをお持ちください

※参加当日はマスクの着用をお願いします。
☎ 15組(先着順) ☎ 定員になり次第締め切り
☎ 1月6日(水)から、電話または区役所2階保健福祉課健康推進グループ25番窓口にて受付
☎ 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番
☎6478-9968

区民スポーツ大会

● 区民卓球大会

【開催日】2月14日(日)
【会場】西淀川スポーツセンター
【種 目】男女別ダブルス戦
①男子の部 ②女子の部
※混合の場合は、男子の部となります。
【参加資格】区内在住・在勤・在学・
西淀川区卓球協会認定チーム
【募集定員】男女合わせて40チーム
※40チームを超える申し込みがあった場合は、抽選により決定します。落選されたチームには、2月4日(木)までに「はがき」にてご連絡します。
【参加料】一般/2,000円 高校生以下のチーム/1,000円(大会当日徴収)
【試合方法】予選リーグを行いクラス分けをします。(出場者数によって方法は変更します)
【使用球】SL40mmTSP+3スター硬球(ホホワイト)
【申込締切】1月28日(木)午後5時30分まで



● 区民バレーボール大会

【開催日】2月11日(木・祝)
【会場】淀商業高等学校、西淀川スポーツセンター
※参加チーム数によっては、会場の変更があります
【参加資格】①区内在住・在勤の者で編成するチーム
②学生は出場できない(但し、勤労学生は可)
【ルール】①2020年度日本バレーボール協会制定9人制競技規則に準ずる。
②予選リーグ(各チーム最低2試合)において、各グループの1位を決定し、各グループの1位チームをもって決勝トーナメントを行う。3位決定戦は行わない。
③審判(副審)・線審・スコアラーは相互で行う。
※参加チーム数によっては、競技方法の変更があります。
【参加料】1チーム 6,000円(抽選会当日持参)
《注意》抽選会後のキャンセルは一切返金できません。
【抽選会】1月21日(木) 19:00より区役所にて開催します。
【申込締切】1月15日(金) 17:30まで

②直接持参による申込受付
区役所4階43番 地域支援課 ☎6478-9734

☎ (一財)大阪市コミュニティ協会
西淀川区支部協議会 ☎6125-3311
地域支援課 地域支援グループ
4階43番 ☎6478-9734



《両大会の申込方法》
①郵送・FAX・メールいずれかによる申込受付
〒541-0055 大阪市中央区船場中央1-3-2-302
(一財)大阪市コミュニティ協会西淀川区支部協議会
(担当:森・安倍・岩田)
☎6125-3311 FAX6125-3315
✉nishiyodosports@gmail.com
※FAX・メール送信後は必ず申込書着信をお電話でご確認ください。

例年と時間が変わります!ご注意ください

成人の日記念のつどい

密集防止のため住所地により時間帯を4回に分けます。
住所地での参加をお願いします。(参加は一人一回のみ)

☎ 1月11日(月・祝)
受付開始時刻
①大和田・大野・百島・中島・西島・出来島の方/10:30
②姫里・姫島・福町の方/11:45
③佃・千舟の方/13:20
④柏里・花川・野里・歌島・御幣島・竹島の方/14:35
☎ 西淀川マルモット区民ホール(御幣島3-13-3)

☎ ソーシャルディスタンスを保つため、座席数を各回150席とさせていただきます。予めご了承ください。詳しくは、ホームページをご覧ください。
☎ 平成12年(2000年)4月2日~平成13年(2001年)4月1日までに生まれた方
☎ 参加票(事前記入※区ホームページからダウンロード)、マスク



☎ 地域支援課 地域支援グループ 4階43番 ☎6478-9743