

6
令和8年
(2026年)

6月1日発行
No.361

西淀川区
広報紙



にしよど

KIRARI★NISHIYODO



西淀川区マスコット
キャラクター
に〜よん®

広報紙「きらり☆にしよど」
オープンデータ

Open data for
the newsletter
is now available.



西淀川区公式LINE

LINEでラクラク
区内の情報
ゲット!



区役所代表電話番号

☎06-6478-9986

ご用の担当がわからないときは代表電話へおかけください。

6月は食育月間です!



大阪市食育推進キャラクター
「たべやん」

「よく噛んで食べよう!」



かみ かみ

ごはんを
ゆっくり噛むと、
甘く感じるよ!



トレジャーキッズひめさと保育園
(食事の様子)

もぐもぐ



よく噛んで食べることで
体にいいことがたくさんあります!

詳しくは2面へ

6月号のTOPICS

- 1-3 6月は食育月間です。
- 4-5 区役所などからのお知らせ/各種相談/各種検診
- 6 大野川緑陰道路 クリーン大作戦/パートナーシップ事業を開始しました

- 8 に〜よんイベント情報局
- 12 に〜よんカレンダー



6月は食育月間です。

今年度のテーマは、「よく噛んで食べよう！」

「食事はよく噛んで食べよう」と一度は言われたことがあるのではないのでしょうか？
よく噛んで食べることは、食べ物を飲み込みやすくするだけでなく、健康に役立つ効果がたくさんあります。
今回は健康づくりにとって大変重要な、よく噛むことで期待できる効果をご紹介します。



よく噛むことで期待できる効果

肥満予防

よく噛んで食べると、脳にある満腹中枢が働いて、食べ過ぎを防ぐことができます。



むし歯の予防

よく噛むと唾液の分泌が促され、口の中を清潔に保つのに役立ちます。むし歯予防の効果も期待できます。



消化を助ける

よく噛むと唾液の分泌が促されます。食べ物が細くなり消化を助け、胃腸への負担軽減につながります。



ゆっくりよく噛んで食べることは、健康寿命を延ばすことにつながります。早食いの習慣がある人ほど肥満度が高いという研究報告があります。よく噛んで食べると、食事が少量でも満腹のサインが脳に伝わり食欲が抑えられ、肥満予防に効果的です。さらに、よく噛むことは、脳の活性化や唾液の分泌が増え消化を助けるなど、さまざまな健康効果があります。スマートフォンやテレビを見ながらの「ながら食べ」では、食事や噛むことに集中できません。家族や友人と一緒にゆっくりと食事を楽しみましょう。

毎日を健康に過ごすために、「よく噛む」ことが大切です。
まずは、今日の食事から！いつもより5回だけ多く噛むことから始めてみましょう！

参考 農林水産省「ゆっくりよく噛んでいますか？」
「みんなの食育 よく噛んで、食べ過ぎを防ごう」

詳しくはこちら



大阪市ホームページ「よく噛んで食べよう」

「食生活」に興味があったあなたには



健康講座保健栄養コース **無料** **要申込**



食生活を中心に、「健康づくり」について学べる講座です。「食」に興味のある方、健康づくりに興味のある方、申し込みをお待ちしています。座学の講義のみでなく、調理実習や運動の講座もあります♪

日時 8月28日、9月4日・11日・18日・25日、10月2日・9日・16日・30日
いずれも金曜日 13:30～16:00(全9回)

場所 区役所2階・3階

内容 医師・栄養士・健康運動指導士・保健師・食品衛生監視員による講話や実習・実技など

対象 区内在住で6回以上出席できる方、食生活改善推進員としてボランティア活動したい方

定員 先着20名

備考 に～よん貯筋通帳ポイント付与対象イベント

申込 7月31日(金)までに、行政オンラインシステム・電話・窓口にて

問合せ 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番 ☎06-6478-9882



西淀川区食生活改善推進員協議会 「さざんか」の皆さん

本講座を修了した皆さんで構成するボランティア団体です。
「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、健康づくりのリーダーとして地域で食育活動をしています！



申し込みはこちら



食育&健康イベント

区民の健康づくりのため、さまざまな事業を行っています。

西淀川区民の皆さんの健康づくりを応援！最新情報を随時広報紙「きらり☆にしよど」に掲載しますので、ぜひご参加ください。

料理に挑戦したい方はここをチェック！



料理初心者のための料理教室

要申込

料理初心者をお手伝い！調理の基本を学びながら、料理を作ってみましょう！料理をしたことがない方もお気軽にご参加ください。

- 日時** 6月25日(木) 10:30~13:00 **場所** 区役所3階 栄養講習室
- 内容** 栄養士のお話、調理実習・試食(ごはん、カレー肉じゃが、大根サラダ、豆腐とワカメのみそ汁、牛乳寒天)
- 対象** 区内在住の方
- 定員** 16名(初回参加者優先。申込多数の場合抽選)
- 参加費** 500円(材料費+保険料、当日徴収)
- 持物** エプロン、三角巾、マスク、飲み物、筆記用具
- 申込** 6月8日(月)~18日(木)までに、行政オンラインシステム・電話・窓口にて
- 共催** 西淀川区食生活改善推進員協議会「さざんか」

詳しくはこちら



健康意識を高めたい方はここをチェック！

やさいチェック (簡易野菜摂取量診断)

無料 申込不要

普段の食生活で野菜が足りているか確認してみませんか？手のひらを測定器に押し当てて、推定野菜摂取量を数値化します。区役所にお越しの際はぜひお立ち寄りください。

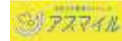
- 日時** 6月16日(火) 13:00~16:00
- 場所** 区役所1階 展示スペース内



他にもいろいろな健康イベント を予定しています！



食育なつまつり



西淀川区食育推進ネットワークと開催している「食」と「健康」をテーマにしたイベントです。子どもから大人まで、見て！学んで！体験して！楽しめるブースを多数予定しています。 **開催日** 8月6日(木)

に~よん貯筋教室

要申込



理学療法士と一緒に、楽しく体を動かしながら筋力づくりと健康づくりをめざす全6回の教室です。講話や体力測定を実施し、一人ひとりに合ったトレーニングを提案します。

開催日程 奇数月の24日 ※24日が休日の場合はその前後に開催

詳しくはこちら



健康いきいき展

区民の皆さんがいきいきと生活できるよう、自身の健康について考えてみませんか？健康に関して学べる、体験できるコーナーなどを予定しています。 **開催時期** 10月(予定)

健康キラリ☆塾

毎日元気でキラリ☆と輝くために、自身の健康について考え、健康づくりの輪をひろげていくための講座です。生活習慣病や介護予防に役立つ健康や運動の知識を学びましょう。 **開催時期** 秋ごろ

体を動かしたい方はここをチェック！

に~よん健康体操をしよう！ &ミニ食育講演会

無料 申込不要

あなたも健康づくりのきっかけにしませんか？みんなと一緒に「に~よん健康体操」をしましょう。最近「食が細い」「体重が減った」「外出が減った」など気になることはありませんか？フレイルは早めの気づきと、食事の工夫で予防できます。栄養士が「今日からできる食べ方」を分かりやすくお伝えします。

- 日時** 6月24日(水) 10:30~11:30 **場所** 区役所5階 大会議室
- 内容** ミニ食育講演会「今日からできる食事の工夫」
(講師：西淀川区保健福祉センター 栄養士)
に~よん健康体操、ベジチェック、反射神経チェック
- 持物** すこやか手帳、に~よん貯筋通帳(お持ちの方のみ)、飲み物
※軽い運動のできる服装でお越しください

併設 骨粗しょう症検診 10:00~12:00受付

※測定ははだしで行います。ストッキング・タイツなどの着用はご遠慮ください。
※本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)をご持参ください。



マークがついているイベントは、に~よん貯筋通帳ポイント付対象イベントです。



マークがついているイベントは、アスマイルのイベント参加ポイントがたまります。

アスマイルについて
詳しくはこちら



各イベントの申込・問合せ

保健福祉課
健康推進グループ 2階25番
☎06-6478-9882



区役所などからのお知らせ

今年度より始めます！令和8年度「ペアレントトレーニング連続講座」 **要申込**

「子どもをほめることができない」「すぐに怒ってしまう」「子どもにどう関わればよいかわからない」「発達が気になる」などで悩んでいませんか？幼児期～小学2年生くらいまでのお子さんを育てる保護者を対象に、9月17日～2月10日までの期間で8回の連続講座を行います。



「ペアレントトレーニング」は他の参加者や講師の先生と一緒に学び、話しながら楽しく子育てができるようお手伝いするプログラムです。保護者の育児に対するストレス軽減になり、子育てに対する自信へとつながるよう、一緒に学びませんか。

申込・問合せ 保健福祉課 子育て支援室 2階21番
☎06-6478-9950(月～金9:00～17:30)

【後期高齢者医療】保険料決定通知書に点字文書を同封します

視覚障がいのある被保険者の方へ、後期高齢者医療保険料決定通知書に記載の保険料年額や月額などの主な内容を点字文書にして同封します。ご希望の方は、区役所へ電話または窓口にて申請してください。

なお、一度申請すれば、毎年の申請は不要ですが、引っ越しなどで居住区が変更になった場合は、再度申請する必要があります。

問合せ 窓口サービス課保険年金グループ 1階11番
☎06-6478-9956

「ちょこっと♡助っ人」大募集！！登録説明会を開催します！ **要申込**

ちょっとした時間、地域でお手伝いしてみませんか？

日時 6月16日(火) 14:00～15:30

場所 西淀川区在宅サービスセンター(ふくふく)(千舟2-7-7)

「ちょこっと♡助っ人」って？

地域の施設・団体などで、「ちょっとした」清掃、散歩の同行、子ども食堂での調理などに、参加いただけます。どこかの団体に所属して活動することは難しいけど、簡単なお手伝いならできるといふ方、大募集しています！

「ちょこっと♡助っ人」活動の特徴

急に予定が入った時や、天気が悪い時など、活動をお休みいただけるので、無理なくご自身のペースで活動できます。また、活動時間に応じてポイントが貯まり、「ちょこ助チケット」と交換できます。チケットは「にしよどマーケット」や、「ふくふくカフェ」でご利用いただけます。



問合せ 西淀川区社会福祉協議会
地域支援担当

☎06-6478-2941

Fax 06-6478-2945

(月～土 9:00～17:30)



申し込みはこちら

介護保険「利用者負担限度額認定証」の更新手続きについて

介護保険施設への入所やショートステイを利用する際、食費・居住費(滞在費)が軽減される「負担限度額認定証」の有効期限は7月31日(金)です。更新を希望される方はお送りしている「介護保険利用者負担限度額認定等更新について」をご確認のうえ、「申請書」と「必要書類」をご用意いただき、6月30日(火)までに申請してください。

問合せ 保健福祉課 総合福祉グループ
介護保険担当 2階24番

☎06-6478-9859



詳しくはこちら

6月はゴキブリ防除強調月間です！

ゴキブリは不快だけでなく、感染症や食中毒の病原体を媒介します。日頃から台所や食堂の整理・整頓・清掃を心がけ、ゴキブリのエサや住処になるものがない環境を保ちましょう。



問合せ 保健福祉課 健康推進グループ
2階25番

☎06-6478-9973



詳しくはこちら

「令和8年経済センサス-活動調査」の回答期限は6月8日(月)までです。

全国すべての事業所及び企業を対象として、6月1日現在で「令和8年経済センサス-活動調査」を全国一斉に実施しています。

この調査は産業振興や商店街活性化など、さまざまな政策決定の基礎資料となり、私たちの暮らしをより良くするために活用され、法律で回答が義務付けられています。

回答方法は、インターネット、郵送、ご記入いただいた紙の調査票を後日調査員にお渡しいただく方法がありますので、ぜひ安全で便利なインターネット回答をご利用ください。

問合せ 総務課 5階51番 ☎06-6478-9625

児童手当の現況届について

現況届の提出が必要となる受給者に現況届を送付しています。また、18歳到達後の最初の4月1日から22歳年度末までの子を多子加算認定している受給者のうち、現況届の提出が必要な受給者にも送付しています。6月30日までに区役所2階22番窓口へご提出ください。

現況届または添付書類の提出がない場合は児童手当が受給できなくなります。提出がないまま2年経過すると時効となり受給権がなくなりますのでご注意ください。

問合せ 保健福祉課 こども福祉グループ 2階22番

☎06-6478-9952

【追加募集】区民ギャラリー展示作品一般募集！ **無料** **要申込**

書・手芸・写真・絵画など、自作のオリジナル作品を募集します。申し込み時には、ホームページに掲載の申込書裏面をよくお読みください。



※ショーケース1枠(横1.8m、高さ1.4m、奥行き0.4m)単位で申し込んでください(最大3枠)。

※展示、撤去は利用者自身で行っていただきます。申し込み多数の場合は、抽選もしくは展示日数や展示枠の調整を行います。なお、今年度から展示は各利用者につき年間1回とします。※12月下旬～3月下旬の展示分は、広報紙「きらり☆にしよど」10月号で募集予定です。

期間 9月1日～10月13日

場所 区役所1階 西淀川区民ギャラリー

申込 6月30日(火)までに窓口・メールにて

問合せ 地域支援課 4階42番

☎06-6478-9743



詳しくはこちら

令和8年度の国民健康保険料について

保険料の決定

令和8年度(令和8年4月～令和9年3月)国民健康保険料の決定通知書を6月中旬に送付します。6月中に届かない場合はご連絡ください。

前年中所得が一定基準以下の世帯や、災害・退職や廃業などによる所得の減少などで保険料の納付にお困りの方は、保険料の軽減・減免ができる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

保険料の納付

国民健康保険料の納付は、便利で確実な口座振替をご利用ください。

問合せ 窓口サービス課 保険年金グループ 1階11番

☎06-6478-9956

介護用品支給券を交付します

区内にお住まいの高齢者(要介護高齢者)等を在宅で介護している市内にお住まいのご家族(介護者)に、紙おむつなどの介護用品を支給します。

対象

- ①と②の条件の両方を満たしていること
 - ①要介護高齢者が次のいずれかである
 - ・介護保険の認定が要介護4または5
 - ・要介護3の場合は認定調査票の「排尿」「排便」のいずれかが全介助
 - ②要介護高齢者の世帯及び介護者の世帯ともに、世帯全員の市民税が非課税

持物 介護保険被保険者証

問合せ 保健福祉課 総合福祉グループ 2階24番

☎06-6478-9918

保健師からの健康キラリ★通信

私たち保健師は地域のみなさんが健康な生活を送れるよう日々活動しています。

暑さに負けず、無理なく体を動かそう！

熱中症といえば真夏のイメージが強いかもしれませんが、実は6月も発症リスクが高い時期です。特に急に気温が高くなる日や湿度の高い日は注意が必要です。

一方で、身体を動かすことは健康づくりにとっても大切です。暑い季節も運動をやめるのではなく、熱中症予防のポイントをおさえて、無理のない範囲で運動を続けましょう。



●安全に運動をするポイント

- 時間帯を選ぶ
朝や夕方などの涼しい時間に活動しましょう
- こまめな水分補給
喉が渇く前に、こまめに水分補給をしましょう(20分～30分おき)
- 服装の工夫
通気性のよい服を選び、帽子を着用しましょう
- 無理をしない
体調が優れないときは無理をせず、休みましょう
- 室内運動をとり入れる
暑い日は室内でできる運動もおすすめです



●コツコツ続けて“貯筋”を！

毎日の運動は筋肉を少しずつ積み重ねる“貯筋”です。

その日の体調や暑さに合わせて「コツコツ続ける」ことがこれからの元気な体づくりにつながります。

無理なく、工夫しながら“貯筋”を続けていきましょう。

●西淀川区では「に～よん貯筋通帳」を発行しています

日々の活動を記録し、健康づくりに役立つ通帳です。活動に応じて「に～えん(ポイント)」が貯まり、景品と交換することができます。

問合せ 健康推進グループ 2階25番
☎06-6478-9968



詳しくはこちら

弁護士による「離婚・養育費」に関する専門相談

無料 (要申込)

日時 7月1日(水) 14:00～17:00

※おひとり45分以内

場所 区役所2階 相談室

対象 20歳未満の子どもがいる市内在住の父母

定員 先着4名(事前申込制)

申込 6月24日(水) 9:00から電話にて

問合せ 保健福祉課 ども福祉グループ 2階22番

☎06-6478-9952



詳しくはこちら

各種無料相談

対象 市内在住の方 (要 要申込)

場所 西淀川区役所(西淀川区御幣島1-2-10)

相談の種類	日付・時間	相談内容・問い合わせ・その他	実施場所
法律相談 <small>AI電話事前申込</small>	6月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木)・7月2日(木) 13:00～17:00 ※時間の10分前に5階52番窓口へお越しください	離婚・金銭トラブルなど法律全般 申込専用電話 050-1808-6070 (AI電話で対応) 受付期間 実施日前週の木曜日12:00～実施日当日10:00 (24時間申込可能) 定員 各日8組・先着順(1人30分以内) 問合せ 区政企画課 5階52番 ☎06-6478-9683 【申込は上記専用電話へ。区政企画課では当日キャンセルのみ受付】	最初に 区政企画課 5階52番 窓口へ
行政相談 (要)	6月4日(木)・7月2日(木) 13:30～15:00	行政機関に対するお困りごと 問合せ 区政企画課 5階52番 ☎06-6478-9683【完全予約制】	
税務相談	6月2日(火)・9日(火)・16日(火)・23日(火)・30日(火)・7月7日(火) 13:30～16:30	所得税・法人税・資産税(相続税・贈与税・譲渡)など 問合せ 近畿税理士会西淀川支部 ☎06-6478-2410 電話申込受付 平日9:00～12:30【電話事前申込優先】 ※留守番電話の場合は、後日折り返します。 対象 区内在住・在勤の方	
不動産相談 (要)	6月12日(金) 13:30～16:30	賃貸、売買、空家利活用、その他不動産に関する諸問題 問合せ 大阪府宅地建物取引業協会北支部 ☎06-6357-5821 電話申込受付 平日10:00～15:30、前日15:30まで【完全予約制】	3階 相談室
司法書士相談	6月5日(金)・19日(金)・7月3日(金) 13:30～16:30	相続、遺言、成年後見、登記、借金問題など民事紛争 問合せ 大阪司法書士会北支部 ☎0120-676-888 電話申込受付 平日9:00～12:00、13:00～18:00 【電話事前申込優先】	
社会保険 労務士相談	6月17日(水) 13:00～17:00	賃金、退職金など労働問題、年金や社会保険に関すること 問合せ 区政企画課 5階52番 ☎06-6478-9683【申込優先】	
行政書士相談	6月26日(金) 13:00～15:00	相続、遺言、協議離婚、成年後見、帰化やビザなど 問合せ 大阪府行政書士会淀川支部 ☎06-7739-8000【電話事前申込優先】	
ひとり親家庭相談・ 離婚前相談 (要)	毎週水・木・金(祝日を除く) 9:15～17:30	就労、資格取得、職業訓練、養育費、離婚前の相談など 問合せ 保健福祉課 ども福祉グループ 2階22番 ☎06-6478-9952【電話事前申込優先】 対象 ひとり親家庭	2階22番 窓口
一般精神保健 福祉相談 (要)	6月2日(火)・24日(水)・7月7日(火) ①14:00～ ②14:50～	不眠、気分の落ち込み、ひきこもっている家族の対応など、 こころの悩みに関する相談 問合せ 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番 ☎06-6478-9968【電話・窓口にて事前申込必要】	2階25番 窓口

相談の種類	日付・時間	相談内容・問い合わせ・その他	実施場所
日曜法律相談 (要)	6月28日(日) 13:00～17:00	申込専用電話 050-1808-6070 (AI電話受付・24時間申込可能) 受付期間 6月19日(金)12:00～28日(日)10:00 定員 各16組・先着順 問合せ 大阪市総合コールセンター ☎06-4301-7285	浪速・ 東淀川 区役所
ナイター 法律相談 (要)	7月24日(金) 18:30～20:30	行政オンラインシステムでの事前申込になります。 受付期間 6月10日(水)12:00～7月23日(木)17:00 定員 32組・先着順 オンライン申込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で抽選を行います。※抽選後に空き枠がある場合は、先着順にて受付(各枠の相談開始10分前締切) 問合せ 大阪市総合コールセンター ☎06-4301-7285	中央区民 センター

各種検診など

場所 保健福祉センター(区役所2階) (要 要申込)

種別	日付・受付時間	申込締切日	内容・対象	費用
結核健診	6月15日(月) 14:00～15:00	申込不要	胸部エックス線撮影 15歳以上の市民の方	無料
大腸がん検診 (要)	6月20日(土)、7月15日(水) 9:30～10:30 ※7月15日(水)は歯科健康相談(無料)を併設しています。	6月20日(土)分 …6月8日(月) 7月15日(水)分 …7月3日(金) ※申込締切日以前であっても、受入定員になり次第、締切とさせていただきます。	便潜血検査 40歳以上の方	300円
肺がん検診 (要)			胸部エックス線撮影 40歳以上の方	無料
乳がん検診 (要)			かく痰検査 50歳以上で検査対象の方	400円
骨粗しょう症検診 (要)			マンモグラフィ検査 40歳以上の女性(昨年度(令和7年4月1日～令和8年3月31日)に受診されていない方)	1,500円
特定健診	6月20日(土)、7月15日(水) 9:30～10:30	申込不要	かかと部分の超音波測定 18歳以上の方 診察、尿検査、血液検査等 40歳以上で、大阪市国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入し、受診券をお持ちの方	無料

※がん、骨粗しょう症検診、特定健診の対象年齢は令和8年度末(令和9年3月31日時点)

申込・問合せ 保健福祉課 健康推進グループ ☎06-6478-9882

▶愛の献血にご協力を

献血とは、病気の治療や手術などで輸血を必要としている患者さんの尊いいのちを救うために健康な人が自らの血液を無償で提供するボランティアです。

日時 6月19日(金) 14:00～16:30 場所 JR塚本駅前 協賛 大阪西淀ライオンズクラブ 問合せ 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番 ☎06-6478-9882

自分たちのまちは、自分たちできれいに

大野川緑陰道路 クリーン大作戦



自由参加

雨天中止
(小雨決行)



問合せ 地域支援課 ☎06-6478-9888

西淀川区では例年6月・9月・12月・3月の各第2日曜日に一斉清掃を実施しています。

皆さんで一斉清掃活動を行い、区民の宝・大野川緑陰道路をきれいにしましょう！

6月14日 日
8:30~10:00

クリーン大作戦
ホームページ

受付場所は
こちら



※受付後、清掃活動スタート
※清掃用具は緑陰道路内(3か所のみ)で貸し出しも行っていきます。

企業・団体・学校からも ご参加ください

現在はSDGsアクションとしても実施し、近隣の企業や団体・学校からの参加も増えています。

ごみ拾いSNSピリカの活用

当日は、アプリ内イベントから「大野川緑陰道路クリーン大作戦」に参加して、ごみ拾い活動を投稿。みんなのごみ拾いが見える化しましょう。

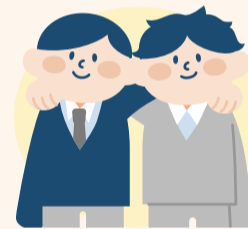


パートナーシップ事業を開始しました

民間企業や団体などが行う事業のうち、区の施策に合致し効果が高いものについて、区広報紙への掲載などによる支援を行ってきました。

このたび、より確実な事業実施と区の施策推進につながる事業を重点的に支援できるよう、新たな協力制度を創設しました。

問合せ 区政企画課 5階52番 ☎06-6478-9683



区役所からどんな協力が得られるの？

地域貢献につながる
イベントの事前周知をしたい

区広報紙などでの広報協力をいたします！



企画・運営の進め方について
相談したい

行政が保有している情報やノウハウをもとに企画・運営等に関する相談に応じます！



会場確保について
相談したい

区役所附設会館やスポーツセンターの利用に関して、確保支援を行います！



その他
資料提供や
物品貸し出しの
協力も行います



企業等との連携による 取組を進めています！

西淀川区では、さまざまな分野で企業や学校などの機関と連携を進めています。企業等の経営面の知見・資源・実行力に加えて、行政ならではの信頼と安定を重ね合わせ、相乗効果を生み出すことで、西淀川区のめざす「高い防災力を備え、さまざまな文化でにぎわう」まちづくりに取り組んでいます。

おおさか津波タッグ

淀商業高等学校や鶴見商業高等学校及び関係機関と連携し、防災や避難生活について考えるイベントを開催



おおきに銭湯!! in 西淀川

エイチ・ツー・オー商業開発と連携し、区内の銭湯文化を盛り上げ



スマホセミナー&何でも相談会

レッドハリケーンズ大阪と連携し、スマホの講座やお困りごとの相談会を開催



姫里 地域活動協議会



春まつりからはじまる姫里地域の 顔の見えるコミュニティづくり！



地域活動協議会・
各地域の活動はこちら

春のポカポカ陽気の3月29日、子どもたちが待ちに待った姫里ふれあい春まつりが、姫里コミュニティランドで開催されました。当日は子どもからお年寄りまで、どの年代もワイワイ楽しくそれぞれの春を満喫されていました。

姫里地域では令和8年度もラジオ体操、もちつき大会、たこ作り、盆踊り、百歳体操、敬老会、高齢者食事サービスなど子どもからお年寄りまで幅広い世代が参加できる行事をたくさん実施することで、顔の見えるコミュニティづくりを進めています。特に、食事サービスなど、姫里は地域の融和を図る、参加型の行事を進めています。また、子どもたちの成長を地域で見守っています。



ポカポカ陽気の中、開花、間に合いました



お寿司やお団子の販売も！

問合せ 姫里コミュニティ会館(姫里2丁目14-20) ☎06-6478-9734(西淀川区役所 地域支援課)

Let's 生涯学習

いつでも♪ だれでも♡

川北小学校

生涯学習ルーム メニュー紹介

民謡このみあんず会

生涯学習
ルームの
詳細はこちら



川北小学校の生涯学習ルームでは、「民謡このみあんず会」が活動しています。月に2～3回、主に火曜日や土曜日に集まり、日本の伝統文化である民謡や盆踊りの練習を楽しんでいます。和やかな雰囲気の中で、仲間とおしゃべりも楽しみながら、無理なく続けられるのが魅力です。現在は人数が少なくなっています。新しい仲間を大募集しています。

楽しく踊りながら、心も体も元気になれる活動です。初めての方も大歓迎ですので、ぜひお気軽にご参加ください。お問い合わせをお待ちしております。



問合せ 地域支援課 4階42番
☎06-6478-9743

参加者の声をご紹介します

「月2回、仲間とおしゃべりも楽しんでます。普段使わない頭と体を少し動かして、心地よい疲れを感じています。長く続けられるよう頑張りたいです。」 (Iさん)

「60歳から始めましたが、覚えるのは大変。でも先生や仲間に教えてもらいながら続けています。これからも悪戦苦闘しつつ頑張っていこうと思います。」 (Tさん)

「日本文化の伝統である民謡の踊りを練習しています。みんな楽しく仲良く頑張っていて、美と健康にもとてもいいですよ。」 (Mさん)

こちらは 防犯担当です

詐欺等の手口を「仮想体験」で学びませんか？

近年、大阪府内では警察官をかたる「ニセ警察官詐欺」や、SNSを通じて多額の資金をだまし取る「投資詐欺・ロマンス詐欺」が急増しています。また、SNS上の「高額バイト」という言葉に誘われ、知らないうちに犯罪に加担してしまう「闇バイト」が大きな社会問題となっています。

「自分は大丈夫」という油断が一番の危険です。

大阪府警では、こうした巧妙な手口をスマートフォンの画面上でリアルに体験できる「仮想体験ツール」を公開しています。



西淀川警察署
オリジナルキャラクター
にしこまくん こまみちゃん

ニセ警察詐欺体験

警察官を名乗る電話から、資産を奪われるまでの流れ

体験はこちら



SNS型投資・ロマンス詐欺体験

投資欲や恋愛感情をくすぐるメッセージの罠

〈ロマンス詐欺〉

投資詐欺

男性ver.

女性ver.



闇バイト応募トラブル体験

「ホワイト案件」という甘い言葉の裏に隠された犯罪への誘導

体験はこちら



問合せ 西淀川警察署(生活安全課) ☎06-6474-1234 防災安全課(防犯) ☎06-6478-9897

こちらは 防災担当です

防潮鉄扉の閉鎖訓練を行います

台風シーズンや集中豪雨が懸念される時期を前に、いざという時に確実に作動させるため、毎年7月第1土曜日の夜間に閉鎖訓練を実施しています。

防潮鉄扉は、洪水や高潮による浸水から沿川地域へ被害がでないよう橋梁で途切れた堤防の高さを補う施設です。

当日は夜間訓練時間中、対象の周辺道路で交通規制を実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。

日時 7月5日(日) 1:00～2:30

場所 国道2号淀川大橋

国道43号伝法大橋

阪神なんば線淀川橋梁ほか

問合せ 大阪府西大阪治水事務所

☎06-6541-7772

▶サンソウカンdeモニター会 会員募集 ～消費者の声を商品に～

「大阪産業創造館」では、中小企業の新商品・サービス開発やリニューアルを目的に、ご協力いただけるモニター会員(登録制・無料)を募集しています。

問合せ 大阪産業創造館サンソウカンdeモニター会事務局 ☎06-6264-9906



圧倒的な情報量を誇る
西淀川区のお出かけ・イベント情報!!

に~よん イベント情報局



にしよど こそだて ほつとえーる

区内子育て支援施設で行われている
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。




初夏の園芸セミナー

無料 **要申込**

『多肉植物の寄せ植え体験』

毎回、大好評の「園芸セミナー」。今回は多肉植物の寄せ植えを行います。まずは身近な場所で緑化推進をはじめませんか。



日時 6月27日(土)
10:00~12:00


場所 区役所5階 大会議室

対象 区内在住・在勤・在学の方
(中学生以下は保護者同伴)

定員 100名 ※申込多数の場合抽選

講師 修成建設専門学校ガーデンデザイン学科
坂 一朗先生(予定)

申込 6月15日(月)までに「初夏の園芸セミナー」と記載のうえ、氏名(ふりがな)、住所、年齢、電話番号、この園芸セミナーを知ったきっかけを記載し、メールまたは往復はがきにて(保護者同伴の方は、保護者名も記載してください)



問合せ 地域支援課 4階42番
☎06-6478-9888
✉tk0013@city.osaka.lg.jp

詳しくはこちら

就職活動支援セミナー

無料 **要申込**

日時

①書類作成セミナー:6月17日(水)14:00~15:30
②適性セミナー:6月24日(水)14:00~15:30


場所 区役所5階 会議室

定員 先着各20名

申込 ①窓口・電話 ②窓口にて

問合せ ハローワークin西淀川

※中止の場合はハローワーク梅田から電話で連絡します。
☎06-7668-0150



詳しくはこちら

西淀川区民剣道体験会

無料 **要申込**

にしよどがわ くみん けんどう たいけんかい
にほん でんとう ぶどう けんどう たいけん
日本の伝統武道である剣道を体験してみませんか。



日時 7月5日(日)9:30~12:00

場所 西淀川スポーツセンター

申込 6月19日(金)までに窓口、電話、FAX、メールにて

〒555-0032 大阪市西淀川区大和田2-5-7
西淀川区民会館(エルモ西淀川)

☎06-6471-9217 ☎06-6471-6694
✉nishiyodosports@gmail.com

※FAX・メールでお申し込みの際は、確認のため電話してください。



詳しくはこちら

持物 水分補給用の飲み物(ふた付き)

問合せ 西淀川区民会館(エルモ西淀川)
☎06-6471-9217

区民大会に参加しよう!

西淀川区民卓球大会(男女別ダブルス)を開催します

要申込

日時 7月12日(日)9:00~ **場所** 西淀川スポーツセンター

対象 区内在住・在勤・在学・西淀川区卓球協会認定チーム所属の方

定員 男女合わせて40チーム ※申込多数の場合抽選

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)

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。

試合方法 予選リーグを行いクラス分けします(出場者数によっては方法を変更します)。

申込 6月26日(金)までに持参・郵送・FAX・メールにて

〒555-0032 大阪市西淀川区大和田2-5-7 西淀川区民会館(エルモ西淀川)

☎06-6471-9217 ☎06-6471-6694 ✉nishiyodosports@gmail.com

※FAX・メールでお申し込みの際は、確認のため電話してください。

主催 区役所・区体育厚生協会

問合せ 西淀川区民会館(エルモ西淀川) ☎06-6471-9217




詳しくはこちら

マザーズコーナー就職面接会

無料 **要申込**

仕事と家庭の両立がしやすい求人、書類選考なしで応募できます!会社の担当者の方と直接お話ができるチャンスです。ぜひご参加ください。

日時 6月18日(木)14:00~16:00


場所 ハローワーク梅田 セミナールーム
(大阪駅前第2ビル16階)

対象 仕事と家庭を両立する就職活動をお考えの方

定員 面接枠が埋まり次第、受付終了

申込 窓口・電話にて

問合せ ハローワーク梅田職業相談第2部門
マザーズコーナー
☎06-6344-8609(部門コード:44#)



詳しくはこちら

①リズム体操教室

②昭和歌謡体操教室

無料

いろいろなジャンルの曲に合わせて身体を動かしましょう!

日時 ①第1・3水曜日 ②第2・4水曜日


場所 近藤技研工業 西淀川区民ホール1階ホール

定員 先着各50名

持物 タオル、飲み物、動きやすい服装

申込 電話または来館にて

問合せ 近藤技研工業 西淀川区民ホール
☎06-6472-6000



詳しくはこちら

大人水泳教室&フラダンス教室のご案内

要申込

運動不足解消にエルモで習い事を始めませんか?初心者大歓迎です♪みんなで楽しく運動しましょう!

大人水泳教室

時間 (火~金)11:00~12:15/19:00~20:15
(土)18:00~19:15

対象 16歳以上

受講料 3,300円/月 ※別途施設利用料必要
※無料体験実施中(施設利用料のみ必要)

フラダンス教室

時間 (土)11:00~12:00

対象 16歳以上 **受講料** 5,500円/月 ※見学可能

場所 西淀川屋内プール

持物 受講料2か月分、ゆうちょ銀行の通帳、同届出印

問合せ 西淀川屋内プール(エルモ西淀川)
☎06-6474-9940




詳しくはこちら

はじめてでも大丈夫!暮らしに役立つスマホ体験セミナー

無料 **要申込**

はじめてみませんか?スマホで備える、安心・便利な毎日。「グーグルピクセル(アンドロイド)」を使って、楽しく分かりやすくスマホ体験♪

日時 6月22日(月)

①災害時に役立つスマホの使い方「はじめよう!災害の備え」 10:00~11:30

②新しい検索体験!「初めての生成AI」 13:00~14:30

場所 区役所5階 会議室

対象 区内在住でスマホに興味のある方

内容 貸し出し用スマホを使ってスマホ操作を体験。個人でお持ちのスマホは使いません。

定員 各回先着20名(最少催行10名以上)

申込 6月9日(火)~15日(月)の間に、窓口・電話(平日9:00~17:30)またはメールにて。メールは件名に「スマホセミナー」、本文に「氏名・電話番号」を明記。

問合せ 区政企画課 5階52番
☎06-6478-9683
✉tk0011@city.osaka.lg.jp

幼児期図書ボランティア募集

無料 **要申込**

西淀川図書館を拠点として西淀川区内の保育所・幼稚園などで活動中のボランティアグループに参加し、絵本の読み聞かせなどをさせていただける方を募集します。原則として、以下の講座を全回受講してください。(全5回)

日時 ①8月18日(火)②8月25日(火)③9月1日(火)
④9月9日(水)⑤9月30日(水)
※①②③はいずれも10:00~12:00
④10:30~12:00 ⑤13:30~15:00


場所 ①②③は中央図書館④⑤は西淀川図書館

定員 5名程度

申込 6月10日(水)~8月5日(水)までに電話または窓口にて

一時保育 ①②③は先着6名まで④⑤は実施なし
※8月5日(水)までに申込要
※対象年齢:1歳6か月~就学前

問合せ 西淀川図書館(愛称:西淀川こうのとり図書館)
☎06-6474-7900(区役所地下1階)



暑くなる前に! 今からはじめる 熱中症対策 暑さに負けないための3つのポイント

体が暑さに慣れていないこの時期から、熱中症になる危険性が高まります。暑さに負けないために、早めの対策で備えましょう。

1 予防行動を知ろう

本格的な暑さが来る前の準備が大切です。熱中症は、予防法を知っていれば防ぐことができます。

- 日傘や帽子で暑さを避ける
- こまめに水分を補給する
- 適度にエアコンなどを使う
- 暑さに備えた体づくりをする



2 注意すべきサインに気づこう


熱中症のちょっとした症状(兆し)に注意を払い、早めの対策を心がけましょう。

めまい

頭痛

吐き気

- 涼しい場所に避難する
- 水分や塩分を補給する
- 服をゆるめ、体を冷やす



3 熱中症ポータルサイトを活用しよう

熱中症対策に役立つさまざまな情報を発信しています。外出や運動の前には、市内の暑さ指数を確認し、行動の目安にしましょう。



熱中症ポータルサイトはこちら

熱中症警戒アラートとは

熱中症の発症リスクが極めて高くなると予測された際に発表される情報です。アラートが発表されたときは、外出を控える、エアコンを使用するなど、予防行動を徹底してください。



詳しくはこちら

問い合わせ

①②に関すること 健康局健康施策課 ☎06-6208-9953 FAX 06-6202-6967

③に関すること 環境局環境施策課 ☎06-6630-3262 FAX 06-6630-3580

救急車を呼ぶか、病院に行くか、判断に迷ったときは、
☎ #7119 または ☎ 06-6582-7119
救急安心センターおおさか に相談を!

問い合わせ 消防局救急課 ☎06-4393-6634 FAX 06-4393-4750

こんな症状があるときは、すぐに救急車を呼びましょう


- 意識がない
- うまく話せない
- 自力で水分補給ができない




雨の季節が来る前に! 今すぐできる 大雨対策 身を守るための2つのポイント

浸水による被害を軽減し、風水害から身を守るために、日常生活での備えや情報の入手方法を見直しておきましょう。

1 日頃から備えよう



避難場所や避難経路を調べる




気象・防災情報を確認する

排水溝などのごみを掃除する

*土のうなどの貸し出しを行っています。お近くの管路管理センターまでお問い合わせください。


問い合わせ 建設局施設管理課 ☎06-6615-6484 FAX 06-6615-6583




詳しくはこちら

2 情報を入手しよう


① 降雨情報システムはこちら



② 大阪防災アプリはこちら



③ 大阪市公式LINEはこちら



問い合わせ

①建設局施設管理課 ☎06-6615-6484 FAX 06-6615-6583

②危機管理室危機管理課 ☎06-6208-7388 FAX 06-6202-3776

③政策企画室広報担当 ☎06-6208-7251 FAX 06-6227-9090

バレーボールネーションズリーグ2026大阪大会にご招待!

市内在住の方を対象に、世界最高峰の国際競技大会のチケットをプレゼント。申込方法など詳しくは  をご覧ください。(注)システム利用料等が必要となります。

対象試合	日時	対戦相手
女子	*7/8 (水)	12:00~トルコ vs ポーランド 15:30~タイ vs アメリカ
	7/9 (木)	13:00~アメリカ vs ポーランド
	*7/10(金)	13:00~アメリカ vs トルコ 19:20~ポーランド vs ブラジル
	7/11(土)	15:30~タイ vs ブラジル
	*7/12(日)	12:00~アメリカ vs ブラジル 15:30~タイ vs トルコ
	男子	*7/15(水)
7/16(木)		15:30~ベルギー vs イタリア
7/17(金)		13:00~キューバ vs アルゼンチン
*7/18(土)		13:00~カナダ vs キューバ 19:20~アルゼンチン vs イタリア
*7/19(日)		12:00~ベルギー vs カナダ 15:30~キューバ vs イタリア

定員 各日500人(先着順、各日4人まで申し込み可) *は2試合観戦可

締め切り 女子:6/16、男子:6/23まで **会場** Asue アリーナ大阪(港区) **問い合わせ** 経済戦略局スポーツ課 ☎06-6469-3882 FAX 06-6469-3898



大阪市民のみなさんへ

「にぎやかで元気あふれるまち大阪」をめざして

各記事のより詳しい情報はHPをご覧ください。



📷カメラアプリでの二次元コードの読み取り方

- 1 スマートフォン等のカメラアプリを起動。
- 2 カメラを二次元コードにかざす。
- 3 画面に表示されるリンク先を押す。



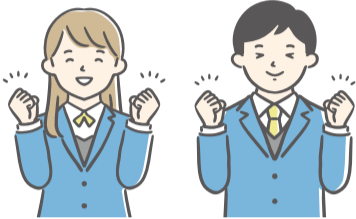
記事の見方

- 📅 日時・期間 📍 会場 💷 費用 📏 締り切り 甲 申し込み 問 問い合わせ
- 🌐 ホームページ ✉ Eメール 📠 〒530-8201 大阪市北区中之島1-3-20 大阪役所内
- 講座・イベントなどで特に記載のないものは、「無料」「申し込み多数の場合は抽選」「締め切りは当日必着」です。抽選の結果は当選者のみ通知します。
- 往復ハガキで申し込みの際は、返信用宛先の住所・氏名をお忘れなく。
- 費用について、複数区分ある場合は、「〇〇円ほか」としています。

● 催しなどは変更または中止となる場合があります。最新の情報はHPなどでご確認ください。

くらし

高校生のための奨学金 (大阪市奨学費)



経済的な理由で修学が困難な方に奨学金を支給します。対象は市内在住の市民税非課税世帯(生活保護世帯を除く)で、高等学校等に在学している生徒。支給額や申請に必要な書類など、詳しくはHPまたは在学する学校で配布する募集要項をご覧ください。

📄 7/1
📞 学校運営支援センター
☎06-6115-7641 FAX06-6115-8170

前立腺がん検診を受けましょう

対象は来年3/31時点で50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の男性。前立腺がんは男性で最も多いがんであり、早期発見・治療が大切です。この機会にがん検診を受けてみませんか。受診方法や取扱医療機関など、詳しくはHPをご覧ください。

📍 委託医療機関
💷 自己負担額:1,000円 ※生活保護受給者および市民税非課税世帯の方などは無料
📞 がん検診専用電話
☎06-6208-8250 FAX06-6202-6967

歯と口の健康を守りましょう



大人が歯を失う主な原因は、歯周病やむし歯です。毎日のケアと定期的な健診で口腔機能を保ち、歯の健康寿命を延ばしていきましょう。歯周病やオーラルフレイルの予防に役立つ情報をHPで紹介していますので、ぜひご覧ください。

📞 健康局健康づくり課
☎06-6208-9963 FAX06-6202-6967

災害避難情報 電話・FAX配信サービスの 申し込みを受け付けています



固定電話やFAXに津波・河川氾濫・高潮に関する避難情報などを配信しています。対象は市内在住で全員がスマートフォンや携帯電話を持っていない世帯(先着2,000世帯)。

📞 危機管理室、各区役所等で配布する申込書に必要な事項を書いて、送付または持参で危機管理室危機管理課へ。
☎06-6208-9851 FAX06-6202-3776

ヘイトスピーチ、許さない

差別的な言動などのヘイトスピーチは、人の尊厳を傷つけ、差別意識を生じさせる許されないものです。人権を尊重し、誰もが互いの文化を認め合い、自分らしく生きることのできる社会の実現をめざしましょう。ヘイトスピーチの被害にあった、ヘイトスピーチを見た、聞いたなど、お悩みの方はご相談ください。

ヘイトスピーチ関係
専用受付窓口
☎06-6208-7612

📞 市民局人権企画課
☎06-6208-7611 FAX06-6202-7073

さとおやっとなあに? 里親制度説明会



さまざまな事情により親と離れて暮らす子どもたちを、自分の家庭に迎え入れて一緒に生活する里親制度について説明会を実施します。実際に活動している里親の方の体験談も聞けます。定員20人。申込方法など詳しくはHPをご覧ください。

📅 6/27(土)14:00~16:00
📍 市役所地下1階 第10会議室
📞 中央こども相談センター里親子包括支援室
☎06-4301-3156 FAX06-4301-3978

児童福祉施設就職フェア



児童養護施設・乳児院・母子生活支援施設・児童心理治療施設等が多数出展。求人情報ではわからない仕事内容や職場の雰囲気など、実際に働く職員の話が聞けます。児童福祉施設で働くことに興味のある方はぜひご参加ください。詳しくはHPをご覧ください。

📅 6/27(土)10:00~16:00
📍 梅田スカイビル
📞 (一社)大阪市児童福祉施設連盟
☎06-4303-3876 FAX06-6791-7774

6月は就職差別撤廃月間です

しない、させない、就職差別

採用面接時等の差別について、相談や関係機関の紹介などを行う窓口を6/30まで設置しています。大阪府商工労働部雇用推進室☎06-6210-9518(土日祝を除く)または人権相談専用電話☎06-6532-7830(土曜を除く)までお問い合わせください。

📞 市民局人権啓発・相談センター
☎06-6532-7631
FAX06-6532-7640

大阪市人権啓発
マスコットキャラクター
「にっこりーな」



地域就労支援センターを ご利用ください

働くことに不安のある方やさまざまな事情で就職に結びつかない方など、就職に向けた支援を必要とする方に、専門の就労支援コーディネーターによる個別のコンサルティングや職業適性検査をはじめ、さまざまな就労支援を行っています。

📞 地域就労支援センター
☎0120-939-783 FAX06-6567-6891

6/23~29は 男女共同参画週間です

男性と女性が、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するために、市民の皆さん一人ひとりの取り組みが重要です。男女共同参画の推進について理解を深めていただくため、啓発に関するパネル展示を行います。

📅 6/23(火)~29(月)
📍 市役所1階 東玄関ホール
📞 市民局男女共同参画課
☎06-6208-9156 FAX06-6202-7073

新婚・子育て世帯向けに 住宅ローンの利子を補助します



初めて住宅を取得する新婚世帯または子育て世帯を対象に、住宅ローンの利子の一部を補助(年間最大10万円×最長5年間)します。補助対象や申込方法など、詳しくはHPをご覧ください。

📞 都市整備局住宅支援受付窓口
☎06-6356-0805 FAX06-6356-0808

大阪市 プレミアム付商品券 2026

1口10,000円で13,000円分のお買い物・お食事などに利用できる商品券の当選ハガキやメールが届いた方は、8/31(月)までに商品券を購入してください。詳しくはHPをご覧ください。

- 📅 購入期間 6/15(月)~8/31(月)
- 📅 利用期間 6/29(月)~来年1/15(金)
- 📍 対象店舗 市内にある小売・飲食・サービス業等の参加登録店舗
- 📄 購入方法

- 当選ハガキの場合 全国のファミリーマート(一部店舗を除く)
- 当選メールの場合 WEB決済またはコンビニでの収納代行支払い

📞 プレミアム付商品券2026コールセンター
☎050-5527-6025(利用者向け) FAX06-6614-0190



詳しくはこちら

大阪市民のみなさんへ

「にぎやかで活気あふれるまち大阪」をめざして

民間賃貸住宅の子育てに配慮したリフォーム費用を補助します



民間賃貸住宅のオーナーを対象に、マンションなどに対して子どもの安全対策を含む改修工事に要する費用を一部補助します。補助要件や申請方法など、詳しくはHPをご覧ください。

☎ 都市整備局住宅政策課
☎06-6208-9226 FAX06-6202-7064

火災安全対策を目的とした建物の改修費用を補助します

防火上・避難上の安全性の確保を図るため、2方向避難の実現や直通階段の防火・防煙対策などの改修に要する費用を一部補助します。補助要件や申請方法など、詳しくはHPをご覧ください。

☎ 計画調整局監察課
☎06-6208-9315 FAX06-6202-6960

市長の所得等報告書の閲覧

6/30から令和8年の市長の所得等報告書が閲覧できます。概要はHPをご覧ください。

☎ 総務局総務課
☎06-6208-7412 FAX06-6229-1260

都市計画原案の縦覧等

特定街区の決定(北区)
☎ 縦覧と意見書の受け付け: 6/11まで
☎ 計画調整局都市計画課
☎06-6208-7892 FAX06-6231-3751

募集

市営すまいりんぐなど中堅所得者層向け住宅の入居者

市営すまいりんぐ(子育て応援型)・市営すまいりんぐ・市営特定賃貸住宅・市営再開発住宅の入居者を随時募集中。7/9には2月以降に空き家になった住宅も追加し、受け付け。市外居住者、単身者も申し込み可。ただし、申し込みには収入などの条件があります。詳しくは7/2からHPまたは住情報プラザ、大阪市サービスカウンター(梅田・難波・天王寺)などで配布する申込みのしおりをご覧ください。

☎ 市営住宅募集センター募集担当
☎06-6882-7012 FAX06-6882-7051

児童虐待の通告・相談は、24時間365日対応の
「児童虐待ホットライン」
(まずは一報 なにわっ子)
☎0120-01-7285
にお電話ください。

みおつくし福祉・介護の仕事きらめき大賞2026のエピソード



福祉・介護の現場で働く職員の方が、利用者やその家族などとの関わりや、職員同士の連携などを通して体験した、福祉・介護の仕事の魅力が伝わるエピソード(体験談)を募集。対象は市内在住または在勤で、高齢者や障がい児・者を支援する施設・事業所、児童入所施設などで利用者支援を行う(行っていた)職員の方。

☎ 7/24(消印有効)
☎ 申請HPに掲載する応募用紙とエピソードを、送付または☑で☒福祉局地域福祉課へ。
☎06-6208-7958 FAX06-6202-0990

いきいき活動スタッフ



全ての市立小学校で平日の放課後、土曜日、長期休業日に、遊びやスポーツ、読書を行う子どもたちを見守り、サポートするスタッフを募集。詳しくはHPをご覧ください。

☎ こども青少年局青少年課
☎06-6684-9573 FAX06-6684-9283

講座・教室

住まいを購入する【第4回】住まいの設計編「住まいをつくる／リノベーションする」

戸建住宅の購入を検討している方に、新築注文住宅の設計や中古住宅のリノベーションを建築士に依頼する場合のポイントを解説します。定員会場50人・オンライン100人(先着順)。

☎ 6/20(土)13:30~15:30
☎ 住まい情報センター(北区)
☎ 申請 6/19までにHPまたはハガキ・FAX・持参で、住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、〒530-8582(住所不要)住まい情報センター4階 住情報プラザ「住まいを購入する【第4回】(6/20)」係へ。
☎06-6242-1160 FAX06-6354-8601

アルコール 薬物 ギャンブル等
お困りの方は、お電話ください。
依存症相談専用電話
☎06-6922-3475
(月~金曜9:00~17:30) ※祝日・年末年始を除く

イベント

おおさか子ども市会 ~小学生市会~



昨年の様子(市会議場で開催)

議員になって、市長に質問や提案をしてみませんか。対象は市内在住または在学の小学5・6年生。定員81人。
☎ 8/19(水)14:00~17:00
☎ 市役所7階 市会特別委員会室
☎ 7/3
☎ 申請HPまたは学校で配布される応募用紙に必要事項を書き、学校を通して応募。
☎ 教育委員会事務局初等・中学校教育担当
☎06-6208-9186 FAX06-6202-7055

プラネタリウム 「天体望遠鏡で星を見よう」



星や天体を詳しく見たいときに活躍するのが天体望遠鏡です。望遠鏡を使った観察方法や魅力を紹介します。定員各回250人(先着順)。
☎ 6/4(木)~8/30(日)、月曜(祝日の場合は翌平日)休館
☎ 大人600円ほか
☎ 市立科学館
☎06-6444-5656 FAX06-6444-5657

開館90周年記念特別展 「全力!名宝物語 ~大阪市美とたどる美のエピソード」



開館90周年を記念して、館蔵・寄託の名宝の数々を中心に展示。美術館をめぐる紡がれた物語、美術に託された物語、そして美術の成立と未来への展望の物語を紹介します。
☎ 6/21(日)まで9:30~17:00(入館は16:30まで) ※会期中、展示の入れ替えがあります。
☎ 市立美術館
☎ 大人1,800円ほか
☎ 大阪市総合コールセンター
☎06-4301-7285 FAX06-6373-3302

特集展示 「たんけん!となりの町工場」



村田製材所(写真展示) 大正期 大阪歴史博物館蔵

鉄工所や製材所、硝子加工所など、大阪ゆかりの町工場に関する大正時代から昭和時代までの資料を中心に展示。現在の暮らしに身近なもののづくりの歴史を紹介します。
☎ 6/29(月)まで9:30~17:00(入館は16:30まで)、火曜休館
☎ 大人600円ほか
☎ 大阪歴史博物館
☎06-6946-5728 FAX06-6946-2662

驚異の部屋の私たち、消滅せよ。 ~森村泰昌・ヤノベケンジ・やなぎみわ~



国際的に活動しつつ、時に交錯してきた3人が集結。作家それぞれのこれまでの活動が凝縮された「驚異の部屋」として、新作を中心に展示します。「消滅せよ」という言葉の先に何があるのか、個々の作品世界に浸ってみませんか。
☎ 7/20(月・祝)まで10:00~17:00(入館は16:30まで)、月曜休館
☎ 大阪中之島美術館
☎ 大人1,900円ほか
☎ 大阪市総合コールセンター
☎06-4301-7285 FAX06-6373-3302

特別展 「平和学習の“いま”を知ろう!」



学校での平和学習の様子や、これまでに学習成果として寄贈された壁新聞を展示するほか、平和学習デジタルコンテンツ「戦争と人々の暮らし」の体験コーナーも設置します。
☎ 7/19(日)まで9:30~17:00(入館は16:30まで)、月曜休館
☎ 大人250円ほか
☎ ピースおおさか
☎06-6947-7208 FAX06-6943-6080

暮らしを支える地域の灯

人権啓発推進員 編

●人権啓発推進員って？

☎ 地域支援課 4階42番 ☎ 06-6478-9743

みなさんは、「人権」というと、「難しそう…」「自分とは関係ないかな…」とっていませんか？
 「人権」とは、すべての人が「人であること」だけを理由に持つ、尊重されるべき基本的な権利のことです。
 私たち人権啓発推進員は、人権啓発の推進と人権相談への協力という役割を担っており、市や区と連携した人権啓発事業を通じて、人権が尊重される明るいまちづくりを進めることを目的に活動しています。
 活動の1つとして、7月25日(土)に予定されている夏休み子ども映画会の運営を行います。今年は「ミニオンズ」を手掛けるイルミネーション・スタジオによるオリジナル長編アニメーションを上映予定です。7月号で詳細をお知らせしますので、ご期待ください。この他にも、わかりやすい表現で人権問題の理解が深まるよう活動をしており、私たちと一緒に人権啓発推進員として活動いただける方を募集しています。興味のある方はぜひお問い合わせください。



夏休み子ども映画会入場の様子

熱中症の予防に「涼ん処」・「クーリングシェルター」をご利用ください

西淀川区では、区役所をはじめとする区内3か所にて、日頃からご利用いただける「涼ん処」を設置し、またこれらを含めて、熱中症特別警戒アラート発表時に区内10か所に暑熱から避難できる「クーリングシェルター」を指定しています。

涼ん処

西淀川区役所1階 区役所開庁日の9:00~17:30、金曜日は9:00~19:00
 近藤技研工業 西淀川区民ホール・西淀川区民会館(エルモ西淀川) 開館日の9:30~21:30
 ☎ 総務課 ☎ 06-6478-9625

涼ん処はこちら



クーリングシェルター 運用期間 4月22日(水)~10月21日(水) 令和8年4月1日時点

西淀川区役所・西淀川図書館	御幣島1-2-10	西北環境事業センター	大和田2-5-66
近藤技研工業 西淀川区民ホール	御幣島3-13-3	西淀川区老人福祉センター	佃2-9-5
ナフコツワンスタイル	大和田2-2-43	佃斎場	佃6-4-18
メラード大和田店		ゆうせい薬局	出来島1-13-2
西淀川屋内プール	大和田2-5-7	ウエルシア薬局西淀川野里店	野里1-5-5
西淀川区民会館(エルモ西淀川)		ホームセンターコーナン御幣島店	御幣島2-11-35

クーリングシェルターはこちら



☎ 環境局 環境施策部 環境施策課 ☎ 06-6630-3262

西淀川 区長だより

FROM THE WARD MAYOR

小さな一歩で、いきいきと
-Just because-

▶散歩や体操などの軽い運動は、筋力やバランスの維持に役立ち、転倒の予防にもつながるといわれています。また、地域の催事や学びの講座に参加して「仲間と交流すること」は、気分転換や、ご自身の新たな生きがいがづくり、更には心と体の健康づくりにもつながることを願っています。

▶思い立ったが吉日。「天気が良いから歩いてみよう」「たまたま案内を見たので参加してみよう」といった「なんとなく」の一歩を大切に。西淀川区役所は、これからも区民の皆さまが「自分らしく生き活きと歳を重ねられる」まちづくり、そして「毎日変わらず前向きに暮らせる」まちづくりを目指して、引き続き、さまざまな取り組みや情報提供を進めて参ります。

▶In the spirit of "just because", Nishiyodogawa Ward aims to create a community where older adults can live actively and positively, and is carrying out a variety of initiatives to achieve this. We kindly ask for your understanding and cooperation in supporting these efforts.



※4月24日(金)に、西淀川区役所で開催された「に~よん健康体操&健康測定会」の様子



西淀川区長 松田 和也 K.Matsuda

編集・発行

西淀川区役所 区政企画課 5階52番 区役所ホームページはこちら
 〒555-8501 大阪市西淀川区御幣島1-2-10 ☎ 06-6478-9683 ☎ 06-6477-0635
 ※市政・区政に関するご意見は上記まで。区役所1階・2階にご意見箱も設置しています。



6月の

に~よんカレンダー

詳しくは本紙各掲載面をご覧ください。
 本紙紙面に掲載のないものは、
 下記までお問い合わせください。 ☎ 掲載ページ 要申込

1 月	
2 月	▲地域生活向上教室 要 5 一般精神保健福祉相談 要 5 税務相談
3 月	
4 月	5 法律相談 要 5 行政相談 要
5 月	5 司法書士相談 12 区役所開庁時間延長
6 月	
7 月	●区民バレーボール大会
8 月	
9 月	★1歳6か月児健診 5 税務相談
10 月	▲プレパパ・プレママスクール (出産・ストレッチ編) 要
11 月	5 法律相談 要 8 大人のためのおはなし会
12 月	5 不動産相談 要 12 区役所開庁時間延長
13 月	
14 日	6 大野川緑陰道路クリーン大作戦
15 月	▲家族教室 要 5 一般結核健診
16 月	★3歳児健診 3 やさいチェック 4 「ちよこつと♡助っ人」登録説明会 5 税務相談
17 月	★離乳食講習会 要 5 社会保険労務士相談 8 就職活動支援セミナー 要
18 月	▲乳幼児発達相談(内科・心理) 要 5 法律相談 要
19 月	5 司法書士相談 12 区役所開庁時間延長
20 月	5 がん検診(大腸・肺・乳)・骨粗しょう症検診 要 5 特定検診
21 日	
22 月	▲酒害教室 8 暮らしに役立つスマホ体験セミナー 要
23 月	★3か月児健診 5 税務相談
24 月	3 健康体操をしよう!&ミニ食育講演会 5 一般精神保健福祉相談 要 8 就職活動支援セミナー 要
25 月	3 料理初心者のための料理教室 要 5 法律相談 要
26 月	5 行政書士相談 12 区役所開庁時間延長
27 月	8 初夏の園芸セミナー 要
28 日	12 区役所開庁時間延長
29 月	
30 月	5 税務相談

☎ 保健福祉課 健康推進グループ
 ★健康づくり……………☎ 06-6478-9882
 ▲地域保健活動……………☎ 06-6478-9968
 ●西淀川区民会館(エルモ西淀川)
 ………………☎ 06-6471-9217