【広報さざんか2024年12月号１面(特集)】

住之江区広報さざんか　2024年12月号　No.343

編集／発行　住之江区役所 総務課(ＩＣＴ・企画)

　〒559-8601　大阪市住之江区御崎３丁目１番17号

　☎06-6682-9992　FAX06-6686-2040

おかけ間違いにご注意ください。

区役所開庁時間

　月曜～木曜　９時～17時30分

　金曜　９時～19時(17時30分以降は一部窓口のみ)

　毎月第４日曜　９時～17時30分(一部窓口のみ)

住之江区ホームページ

URL　https://www.city.osaka.lg.jp/suminoe/index.html

住之江区制50周年　令和６年７月22日に住之江区制50周年を迎えました！

EXPO　2025　OSAKA,KANSAI,JAPAN

12月号の主な記事

地域包括支援センター特集···１～３面

子育て情報···５面

すみのえトピックス···８面

地活協通信「太陽の町」···12面

内容について令和６年11月15日時点のものです。最新の情報はホームページ等でご確認ください。

頼りになるやん！

地域包括支援センター(高齢者相談窓口)

区内の地域包括支援センター社会福祉協議会が協働して、ラジオ体操を開催しています！

地域包括支援センターは

大阪市から委託を受けて活動している機関です。

高齢者の皆さんやご家族を支えるために、さまざまな相談をお受けしています。

【総合相談】

なんでもご相談ください　相談無料

高齢者のみなさんの権利を守ります

自立した生活のお手伝いをします

地域の関係機関と連携して支えます

介護サービスの手続きはどうするの？

転倒予防のために運動がしたい

親の認知症や介護について相談したい

一人暮らしをしている親が心配

<令和６年12月１日発行>区広報紙「さざんか」は毎月69,500部発行し、12月号１部あたりの発行単価(配布費用含む)は約19.89円です。そのうち約2.22円を広告収入で賄っています。

【広報さざんか2024年12月号２・３面】

あなたの地域の地域 包括支援センターはどこでしょう？

各地域包括支援センターの職員です！

さきしま地域包括支援センター

　今年４月にショッピングセンター横の管理センター２階に移転しました。明るくゆったりしたスペースで相談を承っております。

電話　06-6569-6100

FAX　06-6569-6102

住所　住之江区南港中２‐１‐99ショッピングセンターカナート横２階

担当地域(連合)

◦花の町　◦太陽の町　◦海の町　◦南港緑

HPはこちら

URL　https://kenseikaigroup.or.jp/sakishima/

認知症強化型地域包括支援センター

　さきしま地域包括支援センター内にあります。さざんかオレンジチームが 住之江区全域 の認知症の相談に対応します。若年性認知症や家族からの相談にも対応しています。

詳しくはこちら

URL　https://www.osaka-ninchisho.jp/osakan/facility/detail/707

住之江区地域包括支援センター

　住み慣れた地域でいきいきと自分らしく！

　地域での出前相談や体操教室、セミナーの開催などを行なっています。「すみのえあんしんノート(簡易版エンディングノート)」「住之江区介護サービス事業所マップ」など当センター独自で作成した冊子もありますので、お気軽にご相談ください。

電話　06-6686-2235

FAX　06-6686-2122

住所　住之江区御崎４-６-10

担当地域(連合)

◦新北島　◦平林　◦住吉川　◦住之江　◦清江

HPはこちら

URL　http://www.saza73.jp/hokatu/

新北島ブランチ

　新北島ブランチは新北島・平林地域の高齢者の総合相談窓口です。

電話　06-6683-4321

FAX　06-6683-7057

住所　住之江区新北島７-４-20(豊泉家内)

担当地域(連合)

◦新北島　◦平林

加賀屋・粉浜地域包括支援センター

　住み慣れたまちで、イキイキとくらしていけるよう、加賀屋ブランチともども、取り組んでいます。「ちょっと気になるねん」「どこに相談したらええんやろ？」些細な事でもお気軽にご相談下さい。

　地域活動もいろんな場所で開催していますので、お問合せください。

電話　06-7670-1777

FAX　06-7670-1778

住所　住之江区粉浜西２-７-21

担当地域(連合)

◦粉浜　◦加賀屋　◦加賀屋東

HPはこちら

URL　https://houkatsu.gksc.jp/

加賀屋ブランチ

　加賀屋ブランチは加賀屋・加賀屋東地域の高齢者の総合相談窓口です。

電話　06-6682-2941

FAX　06-6682-2942

住所　住之江区北加賀屋１-５-６(ブルーム北加賀屋内)

担当地域(連合)

◦加賀屋 ◦加賀屋東

安立・敷津浦地域包括支援センター

　高齢者相談窓口としての役割はもちろん、地域の専門職や支援者と協同し様々な取り組みをおこなっています。

　今年４月よりお酒のことを学ぶ機会として「お酒と健康教室」を開催しておりますのでお気軽にお越しください！

電話　06-6683-6650

FAX 06-6683-6658

住所　住之江区南加賀屋３-９-２

担当地域(連合)

◦安立　◦敷津浦

HPはこちら

URL　https://www.iwakigakuen.or.jp/institution/chiikicenter

こんなところやあんなところで活躍中！

問合せ　保健福祉課(介護保険)　窓口３番　☎06-6682-9859

-------------------------------------------------------------------------------

SUSTAINABLE　DEVELOPMENT　GOALS

【目標３】すべての人に健康と福祉を

【目標16】平和と公正をすべての人に

-------------------------------------------------------------------------------

☆住之江区広報紙「さざんか」は、毎月１日～５日(１月号のみ２～６日)の間に配布委託業者が住之江区内全てのご家庭・事業所のポストヘ直接お届けしています。

視覚障がいのある方を対象に点字版も作成しておりますので、ご希望の方はお申出ください。問合せ／区総務課　窓口42番　☎06-6682-9992　FAX06-6686-2040

【広報さざんか2024年12月号４面】

今月のお知らせ

住之江区二十歳のつどいを開催します

　二十歳の方をお祝いする記念のつどいを開催します。

日時・期間　１月13日(月・祝)11:00～(受付は10:00～)

場所　咲洲モリーナ(南港北１-12-10)

対象　2004年(平成16年)４月２日～2005年(平成17年)４月１日までに生まれた方

内容　記念式典ほか

問合せ　区協働まちづくり課　窓口43番　☎06-6682-9983

詳しくはこちら

URL　https://www.city.osaka.lg.jp/suminoe/page/0000633958.html

「アルコールの危険性について」健康に配慮した飲酒を心がけましょう

　令和６年２月厚生労働省により、「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」が公表されました。

　飲酒することによって、さまざまな生活習慣病の発症リスクが高まります。

　また、個人差があるものの飲酒の量でなく純アルコール量によって、影響に差が出ます。一度、お酒との付き合い方を見直しましょう！

生活習慣病のリスクを高める飲酒量(１日あたりの純アルコール摂取量)

男性40グラム以上　女性20グラム以上

※飲酒による疾患への影響は個人差があります。

純アルコール量(g)の計算式

摂取量(ml)×アルコール濃度(度数/100)×0.8(アルコールの比重)

例)ビール500ml(５％)の場合の純アルコール量　500ml×0.05×0.8＝20g

問合せ　区保健福祉課(地域保健活動)　窓口31番　☎06-6682-9968

【住之江区の推計人口】116,722人(男性56,124人／女性60,598人)【住之江区の世帯数】61,478世帯(令和６年11月１日現在)

【広報さざんか2024年12月号５面】

各種相談

各種相談はすべて無料・秘密厳守です。

相談内容　弁護士による法律相談　要予約

実施日時(受付時間)　12月３日(火)、10日(火)、24日(火)、１月14日(火)13:00～17:00

定員　16組※24日は24組(相談時間１組30分以内)

申込み　事前電話予約(AI電話による自動案内。24時間受付)

　※当日受付はありません。相談日１週間前(閉庁日の場合はその前開庁日)12:00～相談日前日17:00

　【予約専用】☎050-1808-6070(先着順)

場所　区役所４階 相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎06-6682-9683

相談内容　行政相談

実施日時(受付時間)　12月17日(火)13:00～16:00(15:00受付終了)

申込み　当日窓口にて受付。先着順。

場所　区役所４階 相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎06-6682-9683

相談内容　不動産無料相談　要予約

実施日時(受付時間)　12月12日(木)13:00～15:00

定員　４組(相談時間１組30分以内)

申込み　事前電話予約。相談日前日まで(土日祝除く)９:30～17:00

　【予約専用】☎06-6636-2103　全日本不動産協会なにわ南支部

場所　区役所４階 相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎06-6682-9683

相談内容　社会保険労務士による市民相談

実施日時(受付時間)　12月19日(木)13:00～16:00(15:15受付終了)

定員　４組(相談時間１組45分以内)

申込み　当日窓口にて受付。先着順。

場所　区役所４階 相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎06-6682-9683

相談内容　司法書士による法律相談

実施日時(受付時間)　12月16日(月)13:00～16:00(15:30受付終了)

定員　10組(相談時間１組30分以内)

申込み　行政オンラインシステムで予約(１日～12日まで)、または当日窓口にて受付

　※当日、受付開始13:00までに来場された方で抽選を行い、相談の順番を決定。定員到達時点で受付終了。

場所　区役所４階 相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎06-6682-9683

相談内容　行政書士による市民相談(相続などの相談可)　要予約

実施日時(受付時間)　12月27日(金)14:00～17:00

定員　12組(相談時間１組30分以内)

申込み　行政オンラインシステムで予約(１日～23日まで)。または事前電話予約、相談日前日まで(土日祝除く)９:00～17:00

　【予約専用】☎080-9166-5489 大阪府行政書士会住吉支部

　※定員に空きがある場合は、相談日当日14:00時点の来場者の中から抽選。

場所　区役所４階 相談室

問合せ　区総務課(広聴)　窓口41番　☎06-6682-9683

相談内容　ひとり親家庭相談　要予約

実施日時(受付時間)　毎週火曜・水曜・木曜　９:15～17:30(祝日を除く)

場所　区役所１階 保健福祉課　窓口３番

問合せ　区保健福祉課(福祉)　窓口３番　☎06-6682-9857

相談内容　区役所の人権相談窓口

実施日時(受付時間)　９:00～17:30(土日祝、年末年始を除く)

場所　区役所４階　協働まちづくり課　窓口43番

問合せ　区協働まちづくり課(社会教育)　窓口43番　☎06-6682-9983

子育て情報

マタニティクラス　無料

【歯科・栄養編】　予約不要

日時・期間　12月16日(月)13:30～15:30

内容　・妊婦歯科健診　・栄養のおはなし　・先輩ママ、赤ちゃんとの交流会

※歯科健診のみご希望の方は、14:00までにお越しください。

【お産編】　予約不要

日時・期間　12月23日(月)13:30～15:30

内容　・お産の進み方と赤ちゃんとの出会い　・母子保健サービス　・保育所や遊び場紹介

対象　４月頃出産予定の方(その他の予定日の方もぜひどうぞ)

持ち物　母子健康手帳・筆記用具・テキスト「わくわく」

赤ちゃん交流会　無料　予約不要

日時・期間　12月16日(月)13:30～15:00

内容　ママたちの情報交換・ふれあい遊び・育児相談・身体計測

※マタニティクラスを併設して開催しており、妊婦さんとの交流もあります。

対象　１～３か月のお子さんと保護者

※各自、飲料など持参をお願いします。

場所　住之江区保健福祉センター分館２階

問合せ　区保健福祉課(地域保健活動)　窓口31番　☎06-6682-9968

子育て支援室のわくわく子育て『手作りおもちゃで遊ぼう』

保育士おすすめ・手作りおもちゃ☆紙皿でサンタクロースバッグ☆

手に入りやすいもので、簡単に作ることができる『手作りおもちゃ』を紹介します！

ぜひお子さんと一緒に、作って遊んでみてくださいね♪

今回は紙皿と色画用紙を使って作る『サンタクロースバッグ』です。

クリスマスを楽しむアイテムの一つとして活用してくださいね♡

用意するもの

・紙皿 ２枚

・色画用紙(赤・白・ピンクなど)

・リボン(持ち手に使う)

・油性マジック

・ホッチキス

・はさみ

・セロハンテープ

作りかた

①紙皿を２枚用意し、１枚は半分に切ります。

②半分に切った紙皿をセロハンテープやホッチキスでもう１枚の紙皿と張り合わせます。

③画用紙を顔の形や帽子の形に切り、サンタクロースの形を作ります。シールやマジックで模様をつけた後、のりやセロハンテープで貼り付けます。

④紙皿の裏にリボンを付けて完成！！

注意　必ず、大人が一緒に遊び、危険のないように気を付けましょう！

子育てに関するご相談は、お気軽に子育て支援室をご利用ください

問合せ　区保健福祉課(子育て支援室)　窓口３番　☎︎06-6682-9878・9880

【広報さざんか2024年12月号６面】

健康情報

精神科医による精神保健福祉相談　無料　要予約

　不安・うつ・不眠など、こころの健康に関して、精神科医が相談に応じます。

日時・期間　12月５日(木)、16日(月)、１月16日(木)、20日(月)いずれも14:00～

申込み　電話、来所、二次元コードにて受付

問合せ　区保健福祉課(地域保健活動)　窓口31番　☎06-6682-9968

ご予約はこちら

URL　https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/7bfe9cc1-2d8b-4431-9c28-b093b9ade3f9/start

Let's(レッツ) 健康講座　無料　要申込

自分の体を理解しよう　ストレッチ＆体幹トレーニング

　体組成計測と、ストレッチや体幹トレーニングをご提案します。まずは“自分の体を知る”ことから始めてみませんか？男女問わず、ご参加をお待ちしています。

日時・期間　12月18日(水)13:30～15:30

場所　すみのえ舞昆ホール(区役所２階)

申込み　随時受付中～12月16日(月)

定員　先着20名

持ち物　汗拭きタオル、水分補給用の飲み物

申込み・問合せ　住之江区保健福祉センター 地域保健活動(区保健福祉課(健康支援)　窓口31番)　☎06-6682-9968

『所有者不明猫適正管理推進事業(街ねこ事業)』を実施しています

・地域住民、委託動物病院及び大阪市の三者が協働して取り組む事業です。

・猫の飼養管理方法のルールを決めるなど、地域住民の総意(合意形成)が必要です。

・不妊去勢手術の費用として、地域住民に１匹あたり2,500円の負担をお願いしています。(残りの不妊去勢手術の費用は、大阪市と委託動物病院が負担します。)

・地域住民が主体となって、ルールに基づき適正に飼養管理(エサ場やトイレの清掃等)していただきます。

この事業で415地域、延べ1,118回、合計6,874匹の不妊去勢手術を実施しました。(令和５年３月31日時点)

問合せ　区保健福祉課(健康支援)　窓口31番　☎06-6682-9973

【要申込】

種別・費用　大腸がん検診(免疫便潜血検査)　300円

実施日・場所・受付時間　下記肺がん検診・乳がん検診の日時に検査キットを提出

対象(大阪市民で)　40歳以上の方

【要予約】

種別・費用　肺がん検診(胸部Ｘ線検査・かく痰(たん)検査)　無料(かく痰検査は400円)

実施日・場所・受付時間

　12月７日(土)　南港　13:30～14:50

　２月12日(水)　分館　９:30～10:50

対象(大阪市民で)　40歳以上の方　※かく痰検査は50歳以上でハイリスク対象者のみ

【要予約】

種別・費用　乳がん検診(マンモグラフィ検査)　1,500円

実施日・場所・受付時間

　12月５日(木)　分館　９:30～10:50

　２月12日(水)　分館　13:30～14:50

対象(大阪市民で)　40歳以上の女性で隔年受診　昭和60年３月31日以前生まれで令和５年度未受診の方

【要予約】

種別・費用　骨粗しょう症検診　無料

実施日・場所・受付時間

　12月５日(木)　分館　９:30～10:50

　２月12日(水)　分館　13:30～14:50

対象(大阪市民で)　18歳以上の方

【予約不要】

種別・費用　特定健診　無料

実施日・場所・受付時間

　12月７日(土)　南港　13:30～15:00

対象(大阪市民で)　大阪市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入の方(40歳以上)

【予約不要】

種別・費用　結核健診(胸部X線撮影)　無料

実施日・場所・受付時間

　12月18日(水)　分館　10:00～11:00

　１月14日(火)　分館　10:00～11:00

　２月14日(金)　分館　10:00～11:00

対象(大阪市民で)　15歳以上の方　※65歳以上の方は年１回の受診が義務付けられています。

場所　分館＝区保健福祉センター分館(浜口東３-５-16)、南港＝南港ポートタウン管理センター(南港中２-１-99)

※定員になり次第、予約終了となりますのでご了承ください。

申込み・問合せ　区保健福祉課(健康支援)　窓口31番　☎06-6682-9882

催し

【広報さざんか2024年12月号７面】

施設からのお知らせ

【広報さざんか2024年12月号８面】

すみのえトピックス

マイナンバーカードをかざして証明書取得！

行政キオスク端末を区役所に設置しました

・請求書不要

・100円お得(戸籍除く)

　コンビニエンスストアに設置されているマルチコピー機と同様の発行手順です。区役所では、操作をお手伝いします！

　マイナンバーカードを利用して各種証明書の取得ができる「行政キオスク端末」を区役所１階に設置しました。

　請求書等を書いたり窓口で待つことなく、マイナンバーカードをかざすことで、戸籍証明・住民票・印鑑証明・税証明等の各種証明書を取得いただけます。また、戸籍証明以外の証明書は窓口での発行より100円安く取得いただけます。操作に不安がある方は案内員にお気軽にお声かけください。

※一部、取得いただけない証明書があります。

必要なもの

・マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書搭載のカード)

・数字４桁の暗証番号(利用者証明用電子証明書用の暗証番号)

マイナンバーカードの新規申請は４面をご覧ください

問合せ　区窓口サービス課(住民登録)　窓口６番　☎06-6682-9963

詳しくはこちら

URL　https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000630369.html

-------------------------------------------------------------------------------

【目標16】平和と公正をすべての人に

--------------------------------------------------------------------------------

事業連携協定を締結しました

　令和６年10月24日(木)に株式会社日本政策金融公庫玉出支店と、事業連携協定を締結しました。

池田支店長と藤井区長のコメント(抜粋)

池田支店長：中小企業・小規模企業事業者の課題の一つである事業承継問題等の解決に向けて、住之江区と連携を図り取り組んでまいります。

藤井区長：事業承継支援、創業支援等、小規模企業事業者の支援について連携し、住之江区の地域経済の活性化を図ってまいります。

問合せ　区総務課(総務)　窓口41番　☎06-6682-9625

詳しくはこちら

URL　https://www.city.osaka.lg.jp/suminoe/page/0000638317.html

-------------------------------------------------------------------------------

【目標17】パートナーシップで目標を達成しよう

--------------------------------------------------------------------------------

いっしょに、いこな！ 大阪・関西万博

　大阪・関西万博には、国内・海外ともに様々なパビリオンがあります。

クイズ　この写真に写っているのは何パビリオンでしょうか？

ヒント　大阪〇〇〇〇〇パビリオン　テーマは「REBORN」

正解はこちら

URL　https://www.expo2025.or.jp/domestic-pv/osaka-pv/

問合せ　区総務課(ICT・企画)　窓口42番　☎06-6682-9909

万博情報はこちら

URL　https://www.expo2025.or.jp/

【広報さざんか2024年12月号12面】

連載企画

地活協通信(ちかつきょうつうしん)

ミャクミャク(脈々)とつながる地域の活動☓SDGs

～だれもが住みたい、住みつづけたいまちをめざして～Vol.13 太陽の町

今回紹介するのは、さざんか太陽の町協議会の「映画大会＆天体観測」です！

●映画大会＆天体観測

　太陽の町地域では、太陽はぐくみ活動委員会と太陽校下青少年指導員会が合同で企画し、南港光小学校で「映画大会＆天体観測」を開催しています。毎年、地域のこどもたちと保護者を含め、約150名の方々が参加されます。

　今年は10月13日(日)に開催し、午後５時から講堂で映画鑑賞を行い、その後、校庭で天体観測を行いました。

　また、参加した方々には、フランクフルトを振る舞いました。

●地域の想い

　こどもたちに宇宙への夢と興味を持ってもってもらい、地域のボランティアの方々との交流を通じて、素晴らしい思い出を残してもらいたいという願いで始めました。

　上映する映画は、こどもたちに喜んでもらえるような人気のある映画を選んでいます。

　また、鑑賞後に振る舞ったフランクフルトも大好評でした。

　天体観測では、高性能の天体望遠鏡２台を使って、太陽系にある惑星や衛星を観測しました。

　参加したこどもたちや保護者の方々は、肉眼では見ることができない鮮明な月面のクレーター(円形に窪んだ地形)や、麦わら帽子のような大きなリングに収まる土星など、初めて見る惑星や衛星の姿に驚きと感動を覚えていました。

　こうしたこどもたちの笑顔や、たくさんの方々からの「楽しかった」という声が、大きなやりがいとなっています。

　今後もこのイベントが地域の名物の催しとなるように、内容を工夫しながら継続していきたいと思います。

土屋会長(地活協)

●活動に関するお問合せ

太陽社会福祉会館　☎06-6614-4330(月曜～金曜 10:00～16:00)

●町会・自治会に加入しましょう！

　子育てや子どもの登下校の見守り、地域のイベント、災害時の助け合いなど、ふだんの暮らしの中の悩みや疑問の解決のために町会・自治会が頼りになります。

HPはこちら

URL　https://www.city.osaka.lg.jp/suminoe/page/0000556477.html

●加入のお問合せ

住之江区地域振興会事務局　☎070-2300-4902(火曜・木曜 10:00～16:00)

Google Formsからもお問合せできます。

Google Forms

URL　https://docs.google.com/forms/d/1DodTAOo8mwfOR\_wjRa3UiRHN2e4zTHPy6R6sRu586NA/edit

●地域活動協議会の活動の情報はこちらから！

住之江区まちづくりセンターHP

URL　https://machicen-keg.com/suminoe/local/

すみのえ情報局

URL　https://pc.tamemap.net/2712501/notice/679?locale=ja&shortcut\_id=355

●「映画鑑賞&天体観測」×SDGs

【目標３】すべての人に健康と福祉を

【目標４】質の高い教育をみんなに

【目標10】人や国の不平等をなくそう

【目標16】平和と公正をすべての人に

【目標17】パートナーシップで目標を達成しよう

●問合せ

協働まちづくり課(地域活動協議会担当)窓口43番　☎06-6682-9734

すみのえ区長Voice

私の思いを筆に乗せお伝えします。

今月の漢字　志

タイトル・今月の漢字　藤井秀明/書

　住之江区はフェリーターミナル(海路)で九州等の各都市と結ばれているという地域特性があります。来年、万博も契機に海路の人流増加も想定され、海で繋がる都市との交流を行ってまいります。先日、鹿児島県志布志市を訪問、その後志布志市長が当区を訪問され、都市間交流を開始しました。

　志布志市の豊かな自然や人情に触れ、こんな素敵なまちと繋がっていることも当区の魅力と感じました。逆に志布志市の方は「普段、当たり前に感じることが、来訪者に素敵だと言っていただくことで改めて志布志の良さに気づいた」と。目的地や出発地のコラボレーションを通じ、新たな人流が創出され地域が活性化する「まちづくり」もめざしていきます。

住之江区長　藤井秀明

Facebookでも情報発信をしています。

URL　https://www.facebook.com/profile.php?id=61559602324752