

各種相談

各種相談はすべて**無料・秘密厳守**です。

相談内容	実施日時（受付時間）	場 所	問合せ
弁護士による法律相談 (要予約)	9月5日(火)、12日(火)、26日(火)、10月3日(火)13:00～17:00 定 16名※26日は24名 申 当日9:00～電話予約のみ。各回先着順。	区役所 4 階 相談室	☎総務課(広聴) 窓口④番 ☎06-6682-9683
行政相談	9月19日(火)13:00～16:00(15:00受付終了) 申 当日窓口で受付。先着順。		
不動産無料相談 (要予約)	9月14日(木)13:00～15:00 定 4 名 申 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】☎06-6695-2588 大阪府宅地建物取引業協会なにわ南支部		
社会保険労務士による市民相談	9月21日(木)13:00～16:00(15:15受付終了) 定 4 名 申 当日窓口で受付。先着順。		
行政書士による市民相談 (相続などの相談可)	9月22日(金)14:00～17:00(16:30受付終了) 定 6 名 申 当日窓口で受付。先着順。 ※行政オンラインシステムでも予約できます(1日～18日まで)。	区役所 1 階 保健福祉課 窓口③番	☎保健福祉課(福祉) 窓口③番 ☎06-6682-9857
ひとり親家庭相談 (要予約)	毎週火曜・水曜・木曜 9:15～17:30(祝日を除く)		
障がい者・高齢者・こどもの暮らしなんでも相談会 (要予約)	9月8日(金)11:00～14:00 ※詳しくはお問合せください。	区役所 3 階 3-1・3-2 会議室	区地域自立支援協議会 区障がい者相談支援センター ☎06-6657-7556(担当:すえのぶ・西山)
日曜法律相談 (要予約)	9月24日(日)13:00～17:00 定 16組 申 事前電話予約(AI電話による自動案内。24時間受付)。9月15日(金)12:00～23日(土)17:00 【予約専用】☎050-1807-2537(先着順)	中央区役所 (中央区久太郎町1-2-27)	大阪市総合コールセンター 「なにわコール」☎06-4301-7285 (8:00～21:00 年中無休)
ナイター法律相談 (要予約)	9月14日(木)18:30～21:00 定 32組 申 行政オンラインシステムにて事前予約。先着順。9月13日(水)17:00まで。定員に満たない場合は、相談日当日18:00時点の来場者の中から抽選。	北区民センター (北区扇町2-1-27)	
人権擁護委員による特設人権相談所	9月15日(金)13:30～16:00	①城東区役所(城東区中央3-5-45) ②東住吉区役所(東住吉区東田辺1-13-4)	大阪第一人権擁護委員協議会 ☎06-6942-1489 FAX06-6943-7406
犯罪被害者等支援のための総合相談窓口	9:00～17:30(土日祝を除く)	市民局人権企画課(市役所4階)	市民局人権企画課 ☎06-6208-7489 FAX06-6202-7073

健康情報

精神科医による精神保健福祉相談

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。

☎9月7日(木)、9月25日(月)、10月5日(木)、10月16日(月)いずれも14:00～

申 電話、来所、または右の二次元コード

問 区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番 ☎06-6682-9968

ご予約はこちら

男性の料理教室(食育)のご案内

この機会に一緒に料理を作って、食事について見直してみませんか？お料理をしたことがある方、無い方どなたでもご参加できますのでぜひお申し込みください。

☎10月5日(木)10:00～13:00

場 区保健福祉センター分館2階 集団検診室・栄養指導室

対 区内在住で男性の方

定 12名(先着順)

内 調理実習と栄養のお話

¥ 500円(調理材料費として当日徴収)

持 エプロン、タオル、食器用ふきん、三角巾やバンダナ、筆記用具

申 9月7日(木)～9月21日(木) 電話または窓口にて受付

問 区保健福祉課(健康支援) 窓口③番 ☎06-6682-9882

令和4年度に作った献立です

	種別・費用	実施日・場所・受付時間	対象(大阪市民で)
要予約	大腸がん検診(免疫便潜血検査) 300円	10月11日(水) 分館 9:30～10:30 11月13日(月) 分館 9:30～10:30 12月2日(土) 南港 9:30～10:30 1月17日(水) 分館 9:30～10:30	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
	肺がん検診 (無料(かく痰検査は400円)) (胸部X線検査・かく痰検査)		
	乳がん検診 (マンモグラフィ検査) 1,500円	9月6日(水) 分館 9:30～10:30 10月23日(月) 南港 9:30～10:30 11月13日(月) 分館 13:30～14:30	40歳以上の女性で隔年受診 昭和59年3月31日以前生まれで 令和4年度未受診の方
	骨量検査 (無料)	9月6日(水) 分館 9:30～10:30 10月23日(月) 南港 9:30～10:30 10月27日(金) 舞昆 9:30～10:30	18歳以上の方
予約不要	特定健康診査 (無料)	9月6日(水) 分館 9:30～11:00 10月23日(月) 南港 9:30～11:00 10月27日(金) 舞昆 9:30～11:00	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)
	歯科健康相談 (無料)	9月6日(水) 分館 9:30～10:30 10月23日(月) 南港 9:30～10:30	全年齢の方
	結核健診(胸部X線撮影) (無料)	9月12日(火) 分館 10:00～11:00 10月3日(火) 分館 10:00～11:00 11月30日(木) 分館 10:00～11:00	15歳以上の方

場 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)
舞昆＝すみのえ舞昆ホール(区役所2階)(御崎3-1-17)

※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・問** 区保健福祉課(健康支援) 窓口③番 ☎06-6682-9882

レッツ LET's 健康講座

いつでも健康にいきいきと過ごすためには、健康に興味を持ち、適度に身体を動かすことが大切です。健康づくりについて知りたい、運動したいと思っている方必見！コース制ではないので、興味のある講座へお気軽にご参加ください。

☎13:30～15:30 **場** すみのえ舞昆ホール(区役所2階)

持 タオル・水分補給用の飲み物・マスク

	日程	講座名	申込開始日	募集人数
令和5年	10月4日(水)	肩凝り・腰痛解消ストレッチ	9月6日～	先着50名
	10月18日(水)	楽しい音楽で3B体操	9月6日～	先着30名
	10月31日(火)	みんなで楽しくエクササイズ	10月6日～	先着20名
令和6年	1月17日(水)	変形性膝関節症のお話	12月6日～	先着20名
	1月22日(月)	椅子を使って健康づくり	12月6日～	先着20名

申・問 区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番 ☎06-6682-9968

毎年9月24日～9月30日は

「結核予防週間」です

結核は、過去の病ではありません。
日本では、1日に約32人の新しい患者が発生し、約5人が命を落としている**重大な感染症**のひとつです。
令和3年の大阪市の新規結核患者数は約512人で、罹患率は全国の約2倍の高さです。今でも多くの人が結核の治療を受けています。

結核ってどんな病気？

結核菌によって主に肺に炎症が起きる病気です。肺以外にもリンパ節や骨、関節、大腸、腎臓など全身に病巣を作ります。
結核菌は患者の咳やくしゃみなどのしぶぎに含まれて空気感染でひろがります。
感染し発病すると、痰のからむ咳・微熱・体のだるさ・食欲の低下・体重減少などの症状がみられるようになります。

自覚症状がない場合もあります。
胸部レントゲン検査は毎年受けましょう!!



結核の早期発見のために

疑わしい症状があるときは早めに医療機関を受診しましょう。
保健福祉センターでは、月に1回、無料で結核健診を実施しています。健診日程についてはHPをご参照ください。
●乳幼児の結核の重症化を防ぐために、標準的な接種期間(生後5～8か月に至るまでの間)にBCGを接種しましょう。
●健康的な生活が免疫力を高めます。規則正しい生活を心がけましょう。

健診日程はこちら



問 区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番 ☎06-6682-9968