

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）	8月25日（火）、9月1日（火）、8日（火）13:00～17:00 （定） 16組※25日は24組（相談時間1組30分以内） （申） 事前電話予約（AI電話による自動案内。24時間受付）※当日窓口での受付はありません。相談日1週間前（閉庁日の場合はその前開庁日）12:00～相談日当日10:00 【予約専用】☎050-1808-6070（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	8月18日（火）13:00～16:00（15:00受付終了） （申） 当日窓口にて受付。先着順。			
不動産無料相談 （要予約）	8月20日（木）13:00～15:00 （定） 4組（相談時間1組30分以内） （申） 事前電話予約、相談日前日まで（土日祝及び8月10日～14日を除く）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			
社会保険労務士による市民相談	8月20日（木）13:00～16:00（15:15受付終了） （定） 4組（相談時間1組45分以内） （申） 当日窓口にて受付。先着順。			
司法書士による法律相談	8月17日（月）13:00～16:00（15:30受付終了） （定） 10組（相談時間1組30分以内） （申） 行政オンラインシステムで予約（1日～13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。			
行政書士による市民相談 （相続などの相談可） （要予約）	8月28日（金）14:00～17:00 （定） 12組（相談時間1組30分以内） （申） 行政オンラインシステムで予約（1日～24日まで）。または事前電話予約、相談日前日まで（土日祝を除く）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。		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） 仕事探し、資格取得、離婚前相談、養育費相談等			
障がい者・高齢者・こどもの暮らしなんでも相談会 （要予約）	8月14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:すえのび・西山）
日曜法律相談 （要予約）	8月23日（日）13:00～17:00 （定） 各16組 （申） 事前電話予約（AI電話による自動案内。24時間受付）。8月14日（金）12:00～23日（日）10:00 【予約専用】☎050-1808-6070（先着順）	①大正区役所（大正区千島2-7-95） ②城東区役所（城東区中央3-5-45）		大阪市総合コールセンター「なにわコール」 ☎06-4301-7285 ☎06-6373-3302 （8:00～21:00 年中無休）
ナイター法律相談 （要予約）	9月29日（火）18:30～20:30 （定） 32組 （申） 行政オンラインシステムで予約。先着順。8月10日（月）12:00～9月28日（月）17:00まで。定員に空きがある場合は、相談日当日18:00時点の来場者の中から抽選。		天王寺区民センター （天王寺区生玉寺町7-57）	
犯罪被害者等支援のための総合相談窓口	9:00～17:30（土日祝日・年末年始を除く）		市民局人権企画課 （市役所4階）	市民局人権企画課 ☎06-6208-7489 ☎06-6202-7073

催し

みんなでSDGs!!
水環境について学ぼう！**（無料）（要申込）**

大和川に住んでいる生き物観察や水質調査、海洋プラスチックごみのお話など、楽しく学んでみませんか？



日10月31日（土）11:00～12:30
場すみのえ舞昆ホール（区役所2階）
対どなたでも（小学生以下は保護者同伴）
定72名（申込多数時抽選）
（区内在住・在勤・在学の方優先）
締8月12日（水） **（申）**メールにて受付
（申）・問 環境局環境管理課水環境保全グループ
☎06-6615-7984
✉mizukankyo@city.osaka.lg.jp



詳しくはこちら

エイジレス健康フェスタ**（無料）**

百歳体操や血管年齢などの健康測定ブースが盛り沢山！キックボクシング体験をはじめ楽しく体を動かし、健康度アップの一日です。

日8月22日（土）10:00～14:00
場ATCエイジレスセンター（南港北2-1-10 ATCビルITM棟11階）
対おもにシニアの方
他主催：ATCエイジレスセンター実行委員会（大阪市・ATC（アジア太平洋トレードセンター）（株））
（申）キックボクシングのみ事前申込制
①11:30～12:45、②13:00～13:45
定各回30名（先着順） **（申）**電話にて受付
締定員に達ししだい締切（空きがあれば当日参加可）
（問）ATCエイジレスセンター
☎06-6615-5123 ☎06-6615-5240

ごみ減量フェスティバル「ガレージセール・イン・OSAKA TOWN」
出店者募集**（無料）（要申込）**

家庭で不用となった品物の有効活用を目的としたガレージセールへの出店者を募集します。

日10月10日（土）11:00～15:00（雨天中止）
場大阪城公園 太陽の広場（中央区大阪城3）
対区内在住で営利を目的としないアマチュアの方
他出店品：家庭で不用となった品物に限ります。（ただし出品できないものもあります。）
定20店（申込多数時抽選）
（申）①往復ハガキに、・住所（郵便番号含む）・氏名（ふりがな）・年齢・日中連絡が取れる電話番号・出品するものを記載して郵送
②行政オンラインシステムより申請
締8月28日（金）必着
（申）・問 西南環境事業センター
〒559-0023 住之江区泉1-1-111
☎06-6685-1271
☎06-6685-1282



詳しくはこちら

咲洲あいのもり
2026年度 相愛大学土曜公開講座
ヘルシーダイエット教室**（要申込）**

健康づくりで体重を適正に保つことは大変重要です。「健康と栄養について学べる」教室を開催します。

日9月26日（土）、10月10日（土）、11月7日（土）、28日（土）、12月12日（土）、1月9日（土）、23日（土）全7回
場相愛大学南港学舎（南港中4-4-1）
対20歳以上で健康的なシェイプアップ、メタボリックシンドローム・生活習慣病改善を目標としている方
¥2,500円 **（定）**30名（申込多数時抽選）
（申）①相愛大学ホームページにて受付②ハガキに「ヘルシーダイエット教室」、住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を記載して郵送
締9月5日（土）当日消印有効
（申）・問 相愛大学教学センター
〒559-0033 住之江区南港中4-4-1
☎06-6612-5904
☎06-6612-2993



詳しくはこちら

ATCエイジレスセンター健康講座
「その飲み方、大丈夫？くすりの正しい使い方」**（無料）（要申込）**

日常生活で役立つ、くすりの使い方をお伝えします。

日8月15日（土）14:00～15:00
場ATCエイジレスセンター（南港北2-1-10 ATCビルITM棟11階）
対おもにシニアの方
他主催：ATCエイジレスセンター実行委員会（大阪市・ATC（アジア太平洋トレードセンター）（株）） 共催：一般社団法人大阪府薬剤師会
（講）羽尻 昌功（大阪府薬剤師会 常務理事）
定60名（先着順） **（申）**電話にて受付
締定員に達ししだい締切
（問）ATCエイジレスセンター
☎06-6615-5123 ☎06-6615-5240

リフレッシュヨガ講座**（無料）（要予約）**
～ヨガで健康促進 体と心を整えましょう～

生活習慣病予防の一環として、ヨガを体験してみませんか？初心者でもヨガの心地よさを味わえる内容になっています。

日9月3日（木）10:30～12:00
対区内在住の方 **（定）**30名（先着順）
場すみのえ舞昆ホール（区役所2階）
持飲み物、動きやすい服装（スカートでの受講は不可）、ヨガマット（お持ちの方）
（申）8月6日（木）～電話または窓口にて受付
（申）・問 ☎保健福祉課（地域保健活動） 窓口③番
☎06-6682-9968

歌って元気に！青春の歌謡曲
～腹式呼吸で健康に～**（要申込）**

70～80年代の歌謡曲を歌いながら、楽しく健康づくりをしませんか。

日9月15日、29日、10月6日、27日、11月10日、17日、12月1日、8日（全て火曜日）13:00～14:00
場クレオ大阪南（平野区喜連西6-2-33）
対どなたでも **（定）**30名（先着順）
¥1,400円/1回 ※全8回受講の方は10,400円
（申）HP、FAX、電話または窓口にて受付
締12月6日（日）まで **（持）**筆記用具
（問）クレオ大阪南
☎06-6705-1100
☎06-6705-1140



詳しくはこちら

区広報紙「広報さざんか」は毎月69,000部発行し、8月号1部あたりの発行単価（配布費用含む）は約23.92円です。そのうち約2.23円を広告収入で賄っています。

5