

参加してみませんか
講座・催し

鶴見区民
ファミリースキー

日時 令和8年1月31日(土)・2月1日(日)
※1泊2日

場所 神鍋高原「アップかんなベスキー場」
宿舎「民宿ふくや」(兵庫県豊岡市日高町)

対象 区内在住・在勤の方
※子どもは4歳以上小学生以下とし、要保護者同伴

定員 40名(先着順)

費用 大人1名 23,000円、子ども1名 19,000円
※4食付きの宿泊料、バス代、傷害保険等を含みます

申込 来館(平日9時30分～17時)
※申込書に必要事項を記入のうえ、参加費を添えて
お申し込みください
NPO法人 大阪鶴見ええまちネットワーク
(諸口6-3-43)

締切 令和8年1月16日(金)

主催 鶴見区体育厚生協会

問合せ 鶴見区体育厚生協会 竹内
☎090-3270-5114

区役所で実施する ところの健康に関する各種無料講座

	講座名	実施日時・場所	対象	
申込制	地域生活向上教室(ほっこり・ほのぼの) 地域で安定した生活ができることを目的とした教室です。	12月4日(木)・18日(木) 令和8年1月15日(木) 各日9時30分～11時30分 区役所2階 集団検診室	統合失調症等の精神障がい(疑いも含む)のある方 ※初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください	
	統合失調症の家族教室 家族が正しい知識や本人への接し方などを学び、参加者の皆さんと考える教室です。	12月17日(水) 令和8年1月21日(水) 2月18日(水) 各日13時30分～15時30分 区役所2階 集団検診室	統合失調症と診断された方のご家族 ※初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください	
申込不要	酒害教室 飲酒問題について正しい知識と理解を深める教室です。	12月10日(水)、 令和8年1月14日(水) 各日14時～16時 区役所2階 集団検診室	飲酒問題を抱え回復をめざしている方、ご家族、支援者など、どなたでも参加できます。	

～初めて申請される方と有効期限が3か月未満のカードをお持ちの方※を対象に～
マイナンバーカードの申請をサポートします！

※更新申請は、マイナンバーカードと有効期限通知書をお持ち下さい

事前予約 不要 写真撮影 無料 カードは後日 区役所窓口受取

※電子証明書更新手続きはサポートしていません。

鶴見区内の申請サポート会場	住所	日	時間
イオンモール鶴見緑地3階 フードコート前	鶴見4-17-1	12月20日(土)・21日(日)、 27日(土)・28日(日)	10時～16時

※施設等で出張窓口等に出向くことができない方や、病気や障がい等で外出が困難な方を対象に、訪問型出張申請受付も行っています(予約制)

問合せ 出張申請サポート窓口・訪問型出張申請受付サービスコールセンター
☎050-3535-0200 ※9時～17時30分(土日祝も開設/年末年始を除く)
マイナンバー制度・マイナンバーカードに関するお問合せ
☎0120-95-0178 (マイナンバー総合フリーダイヤル) ※平日 9時30分～20時/土日祝 9時30分～17時30分

第26回
新春リレージョギング大会

リレー形式で鶴見緑地内のコースを周回し、約2時間で何周走ったかを競います。

日時 令和8年1月18日(日)
10時30分スタート(9時30分受付開始)
※小雨決行(荒天及びコース走行に危険が生じると予測される場合は中止とし、主催者のLINEにてお知らせします)

場所 鶴見緑地公園内
〔コース〕西部コミュニティ広場⇒緑のせせらぎ⇒大芝生の周回コース(1周約2.5km)

対象 チームの責任者が鶴見区民であること

定員 120チーム(先着順)※1チームは2～5名

費用 1チーム 3,000円
※令和8年1月9日以降のキャンセル及び大会が中止となった場合は参加費をお返しできません

申込 来館(平日9時15分～17時15分)
※申込用紙(メンバー表)に必要事項を記入のうえ、参加費を添えてお申し込みください

締切 令和8年1月8日(木)

主催 鶴見区青少年福祉委員協議会

後援 鶴見区社会福祉協議会

申込・問合せ NPO法人 大阪鶴見ええまちネットワーク内
リレージョギング大会事務局(諸口6-3-43)
☎06-6912-6133

「家庭で伝えたい思春期の性教育」の講演内容を動画配信します

9月6日(土)に開催され、ご好評をいただいた家庭教育支援講座「家庭で伝えたい思春期の性教育」の講演内容を動画配信します。当日来場できなかった方や、講演内容にご興味をお持ちの方は、ぜひお申込みください。なお動画は1月中旬以降に配信予定です。

講師 NPO法人HIKIDASHI代表 大石 真那 氏

申込 動画視聴を希望される方は、以下のメールアドレス、またはQRコードからお申し込みください。メールのタイトルまたは本文に「家庭教育支援講座動画配信希望」とご記載いただき、申込者のお名前も記載の上、お申し込みをお願いします。後日、区役所からメールにて視聴用のURLを送付します。※メール以外からのお申し込みは受付していません。

✉tsurumi-gakushu@city.osaka.lg.jp

締切 令和8年1月7日(水)

問合せ 市民協働課(教育)4階④番
☎06-6915-9734

鶴見区人権啓発推進セミナー
「高度1万メートルから見た地球環境」

深刻化する地球環境問題に直面し、私たちは自らの生命や未来のために何ができるかを考える時です。今回は、元日本航空パイロットが40年以上の経験と多彩な写真を交え、コックピットから見た地球環境の変化を語ります。共に行動のヒントを探してみませんか。

日時 令和8年1月18日(日)
14時～15時30分※開場13時30分

場所 つるみ日建ホール(鶴見区民センター 大ホール)

講師 小林 宏之 氏
(元日本航空パイロット／航空評論家／危機管理専門家)

定員 500名(当日先着順)

主催 鶴見区地域女性団体協議会、鶴見区PTA協議会、鶴見区役所

後援 鶴見区人権啓発推進会、鶴見区人権啓発推進員連絡会

問合せ 市民協働課(教育)4階④番
☎06-6915-9734

離乳食講習会

離乳食を始めることに不安がある方、離乳食を始めたものの、うまく進まない方、その他離乳食についてご質問のある方、ぜひご参加ください。

日時 12月16日(火)
13時30分～14時30分

場所 区役所2階 集団検診室

内容 離乳食の進め方について(お話・実演)

対象 生後7か月ごろまでの赤ちゃんを育児中の方

問合せ 保健福祉課(健康づくり)1階⑪番
☎06-6915-9882