

お知らせ

特定健診を受けて健康に!

大阪市では、国民健康保険に加入中の40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、無料の特定健診を実施しています。特定健診は、生活習慣病の発症を予防し、重症化を防ぐことに繋がります。対象の方には、緑色の封筒で「受診券」を送付しています。年末から年度末にかけて予約が混雑しますので早めの受診がオススメです!

なお、40歳未満の方が受けられる健診もあります。詳しくは、淀川区ホームページをご確認ください。



問合せ 窓口サービス課(保険)
4階43番 ☎06-6308-9956

認知症に優しいまち淀川区

誰もが安心して歳を重ねられる淀川区をめざして

認知症は誰にでも起こりうる身近な病気で、一人ひとりが「自分ごと」として理解する必要があります。認知症になっても安心して自分らしく暮らせるよう、家族や相談機関だけでなく、地域全体で見守り支え合う、「認知症にやさしいまち淀川区」を一緒につくっていきましょう。

「認知症に優しいまち淀川区」パネル展

高齢者の支援に関わっている相談機関の方々によるパネル展示を行います。ぜひ、お立ち寄りください。

日時 9月9日(水)~28日(月)

場所 区役所1階 区民ギャラリー



問合せ 保健福祉課(保健福祉)
3階32番 ☎06-6308-9857

高齢者相談窓口「地域包括支援センター」「ランチ」

地域包括支援センターは、高齢者の

みなさんやご家族を支えるために、さまざまな相談を受ける機関です。地域包括支援センターと連携した、身近な総合相談窓口であるランチも設置されています。

- ・なんでもご相談ください
 - ・高齢者の権利を守ります
 - ・自立した生活のお手伝いをします
- 「介護保険のサービスを受けたいけどどうしたらいいのかな?」「一人暮らしで今後は不安」「近くのお年寄りの様子が心配」「あれって高齢者虐待じゃないのかな」など、気になることがあればご相談ください。必要に応じて訪問対応もいたします。

●淀川区地域包括支援センター
やすらぎ
(新高、三国、西三国、東三国、新東三国)
☎06-6394-2914

●淀川区東部包括支援センター
ミード宮原
(北中島、宮原、西中島、木川、木川南)
☎06-6350-7310

●淀川区西部包括支援センター 加寿苑
(三津屋・加島)
☎06-6305-0737

●淀川区南部包括支援センター
ミード社会館
(十三・野中・新北野・田川・塚本・神津)
☎06-6309-1400

●淀川区東三国ランチ なみはや
(東三国・新東三国)
☎06-6350-2880

●淀川区新高ランチ 陽だまりの苑
(新高・野中)
☎06-6397-0710



問合せ 保健福祉課(保健福祉)
3階32番 ☎06-6308-9857

要援護者名簿に登録しませんか?

対象の方へ8月中旬に同意確認の書類をお送りしています。ご確認いただきましたでしょうか? 9月末までに同封の返信用封筒にてご返送をお願いします。

対象 令和8年に淀川区において新たに要援護者の対象となられた方
※この取組は、大阪市が淀川区社会福祉協議会に委託して実施しています。

問合せ 社会福祉協議会「見守り相談室」
☎06-6394-2922
FAX06-6394-2978

保健福祉課(保健福祉)
3階32番 ☎06-6308-9857
FAX06-6885-0537

9月は朝食月間です

「早寝、早起き、朝ごはん」で、からだのリズムを整えて、心も身体も元気になりましょう! 大阪市では、モーニングの時間帯に一人前おおむね100グラム以上の野菜を使用したメニューの提供があるお店を「やさい朝TABE店」としています。外食等も上手に取り入れて、まずは朝食を食べる習慣をつけましょう。



やさいTABE店
一覧はこちら



問合せ 保健福祉課(健康づくり)
2階22番 ☎06-6308-9882

募集

9、10月は「行政相談月間」です

行政相談

予約要 無料

総務大臣委嘱の行政相談委員が、行政相談所を開設します。国の仕事やサービス、各種制度の手続きなど、お困りごとや苦情、ご意見、ご要望などのご相談に行政相談委員が応じます。

お気軽にご相談ください。

日時 毎月第1月曜日13:00~15:00
詳細は8ページの各種無料相談をご覧ください

問合せ 政策企画課
5階51番 ☎06-6308-9683

相続・登記・税金・年金・住宅など

行政なんでも相談所 予約要 無料

各機関から専門の担当者が出席し、無料で相談に応じます

日時 9月30日(水) 13:00~16:00
(受付は15:30まで)

場所 J:COM中央区民センター ホール
(中央区久太郎町1-2-27)

申込 9月16日(水)~29日(火)
9:00~17:00(平日のみ)
弁護士、司法書士及び税理士への相談は予約制。その他の相談は当日先着順

問合せ 近畿管区行政評価局行政相談課
☎06-6941-8358

マイナンバーカードの申請は次から自由にお選びください

- ① 郵便やオンラインで申請、カードは区役所で受取
- ② 梅田・難波にあるサービスカウンターで申請、カードはご自宅へ郵送

詳しくはこちら



9月21日～30日は 秋の全国交通安全運動!

一人ひとりが交通ルールを守り、交通マナーを実践するなど、交通事故の防止に努めましょう。

安全運転者講習会

淀川警察署による安全運転者講習会に参加して、ご自身の交通マナーを見直してみませんか?

日時 9月11日(金)・15日(火)
いずれも14:00～15:00、
18:30～19:30

場所 区民センター 3階 第1会議室

問合せ 市民協働課4階41番
☎06-6308-9734

不登校について 予約要 無料 ～事例を基に家庭でできる 支援方法を解説～

淀川区子育て講座「ゆめちゃん☆ハッピールーム」の特別編。不登校の最新情報をわかりやすく紹介していただきます。ぜひご参加ください。

日時 10月28日(水) 15:00～17:00

場所 区役所5階 502・503会議室

対象 区内在住の18歳未満のお子さまの保護者の方、子育てで支援に関わる方。

講師 梅花女子大学/大学院
心理こども学部 心理学教授
伊丹 昌一 先生

定員 30名(先着順)

申込 9月10日(木) 9:00から
行政オンラインシステム
または電話にて

問合せ 保健福祉課(こども教育)
2階23番 ☎06-6308-9939

休日開催! 予約要 無料 淀川区プレパパ・ママ教室

安心して赤ちゃんを迎えるために、ご家族みんなで学びましょう。

日時 10月25日(日)
①10:00～12:00
②13:30～15:30

場所 区役所2階 保健福祉センター

内容 育児体験(お風呂、お着替え、抱っこなど)、ミルク作り体験、妊婦体験ジャケットの着用、育児物品展示、子育てに関する情

報提供など

対象 区内在住で妊娠16週から35週までのプレママ・プレパパまたはご家族

定員 各回20組(先着順)

申込 9月14日(月) 12:00から
行政オンライン
システムにて

問合せ 保健福祉課(健康相談)
2階21番 ☎06-6308-9968



淀川区子ども相談 無料

学校のこと、友だちのこと、家族のことなど…。誰にも相談できず、悩んでいることはありませんか? 淀川区人権啓発推進員が皆さんのお話を聞きます。ぜひお話にきてください。話してみるだけでも気が楽になるかもしれません。秘密は必ず守ります。

*淀川区人権啓発推進員とは
地域で人権啓発活動を行う、区役所のパートナーの皆さんです

対象 区内在住の小学生・中学生・高校生。親子で参加可

日時 9月24日(木)・10月13日(火)・
11月24日(火) 16:00～18:00

場所 区役所4階 相談室
問合せ 市民協働課(人権担当)
4階41番 ☎06-6308-9734



生涯骨太で元気に過ごそう! 「お達者健康料理教室」 予約要

いつまでも元気に活動的な生活を送ることができるように、楽しいひとときを一緒に過ごしながらかの食生活を振り返ってみませんか?

日ごろお料理を作る機会が少ない方もお気軽にご参加ください!

日時 10月7日(水) 10:00～13:00

場所 区役所2階
集団検診室・栄養指導室

内容 栄養のお話と調理実習
～バランスよく食べて低栄養を
予防しよう!～

対象 区内在住の65歳以上の方

定員 16名(先着順)

費用 600円
(調理材料費として当日徴収)

持物 エプロン・手ふきタオル・
三角巾・マスク・筆記用具

申込 9月7日(月)～18日(金)

電話または窓口にて

問合せ 保健福祉課(健康づくり)
2階22番 ☎06-6308-9882

第43回みんなの健康展 無料

子どもから大人までみんなの健康を学べるコーナーがいっぱい。お気軽にお越しください!

日時 9月26日(土) 13:30～15:30

場所 区民センター 1階

内容 健康相談(かかりつけ医・訪問看護・歯科・お薬・介護等)、催し物(血管年齢・肌年齢・フレイルチェック・体力測定・骨塩定量測定・救急蘇生法実演・抹茶むしパン試食等)、各展示 など

主催 淀川区医師会、淀川区歯科医師会、淀川区薬剤師会

※先着500名に粗品進呈

問合せ 淀川区歯科医師会
☎06-6304-5542

第14回 淀川区ガレージセールの開催と出店者募集 入場無料

日時 11月14日(土) 11:00～15:00
(雨天中止)

場所 野中南公園 南側広場(野中南2-1)

◆出店者募集 出店無料

対象 区内在住で営利を目的としないアマチュアの方

※18歳未満の方のみでの出店はできません。

募集数 80店予定(申込多数時抽選)

出店物 家庭で不要となった品物(ただし出品できない物もあり)

申込 往復はがき、または行政オンラインシステムより住所・氏名(ふりがな)・生年月日・日中に連絡が取れる電話番号・出店するものを記入のうえ、下記担当まで申込みください。

9月18日(金) 必着

※家族での複数申込無効

問合せ 東北環境事業センター
淀川区ガレージセール担当
〒533-0006

大阪市東淀川区
上新庄1-2-20

☎06-6323-3511



淀川屋内プール安全講習会 参加者募集

予約要 無料

応急手当普及員が実施する、AEDの使用法、心肺蘇生法体験会です。

命を守るため、正しい救急法を学びませんか? ぜひ、ご参加ください。

※当日は、手話通訳者が解説を行います。

日時 9月28日(月) 11:00~11:45

場所 大阪市立淀川屋内プール
2Fトレーニングジム スタジオ内

対象 どなたでも

※小学4年生以下のお子さまは
保護者同伴

定員 15名(先着順)

申込 9月6日(日) 10:00から
電話または受付窓口にて

問合せ 大阪市立淀川屋内プール
☎06-6885-1711



ごみ焼却工場オープンデー

無料

日々、淀川区で回収されたごみがどのように処理されているのか、実際に見ていただくことができるイベントです。また、ショベルローダー乗車体験や缶バッジ作りなどができます! ぜひこの機会に、ごみ焼却工場を見学してみませんか!

※フリーマーケットの開催はありません。

日時 10月3日(土) 10:00~16:00
(最終受付は15:00)

場所 東淀工場
(東淀川区南江口3-16-6)

問合せ 大阪広域環境施設組合
東淀工場 ☎06-6327-4541

施設だより

淀川図書館

〒532-0023 十三東1-18-18 2F
☎06-6305-2346 ☎06-6305-9129

大人のためのおはなし会

無料

長い間、語り継がれてきたさまざまな昔話をゆっくりとお楽しみください。

日時 9月27日(日) 14:00~15:00

定員 30名(当日先着順)

出演 グループ・いっすんぼうし

淀川消防署

〒532-0012 木川東4-10-12
☎06-6308-0119

9月は「高齢者セーフティネット強化月間」です!!

大阪市消防局では、高齢者を火災などの災害から守るため、敬老の日を含む9月を「高齢者セーフティネット強化月間」としています。

この期間の重点的な取組として、淀川消防署では高齢者宅を訪問しての防火・防災指導や、高齢者施設での立入検査・消火訓練・救命講習などを積極的に実施してまいります。

高齢者を災害から守るための取組にご理解とご協力をお願いします!

老人福祉センター

〒532-0022 野中南2-1-5
☎06-6304-9118 ☎06-6304-9190

不動産相続で困らないためのポイント講座

予約要 無料

宅建士が不動産相続の注意点をわかりやすく解説します。

日時 9月24日(木) 10:00~11:00

対象 区内在住60歳以上で、センター利用証をお持ちの方

定員 20名(先着順)

申込 9月9日(水) 10:00~
19日(土) 17:00

本人の電話または来館にて



淀川区社会福祉協議会

〒532-0005 三国本町2-14-3
☎06-6394-2900

介護予防運動教室

予約要 無料

いつまでも元気に暮らすために、専門学生の皆さんと楽しみながら継続的に運動してみませんか?

日程 10月13日(火)~12月22日(火)
毎週火曜日 全10回

※11月3日(火・祝)を除く

時間 午前の部 10:30~12:00

午後の部 13:30~15:00

対象 区内在住の65歳以上で継続して参加できる方

定員 各回10名程度
(申込多数時は、初回参加者を優先し、抽選にて決定)

➤ **申込** 9月15日(火) 10:00~
30日(水)
電話または来館にて



善意銀行だより

7月1日から7月31日の間、善意銀行に1,110,000円の現金預託と野菜・菓子・レトルト食品等の物品預託がありました。ご協力ありがとうございました。

花尻健、丸五基礎工業株式会社、大阪よどがわ市民生活協同組合、株式会社オフィスボストン、大阪ガスケミカル株式会社、株式会社ライフコーポレーション、木村工機株式会社、田岡化学工業株式会社、ウメトク株式会社、株式会社大星自動車工業、ロート製薬株式会社、株式会社デンソー大阪支店、第一基礎設計株式会社、大阪市環境局東北環境事業センター、匿名4件(敬称略)



まちかど号 9月 巡回日

中央図書館自動車文庫 ☎06-6539-3305

停車場所	日時
十八条北モータープール前 (十八条1-13)	9/5(土)・10/3(土) 10:20~11:50
野中北1公園 (野中北1-6)	9/1(火)・10/6(火) 11:25~12:10
加島南第4住宅北側入口 (加島1-30)	9/4(金)・10/2(金) 14:10~14:40
西中島小学校南門 (西中島7-14)	9/3(木)・10/1(木) 14:00~15:00
三国本町公園東側 (三国本町1-12)	9/9(水) 14:00~15:00
シティテラス神崎川駅前南側広場 (三津屋北1-36)	9/11(金) 14:00~15:00
三国小学校南門 (三国本町3-9)	9/15(火) 14:15~15:15
アーベイン東三国5号館横 (東三国2-10)	9/29(火) 14:00~15:20
北中島小学校南門 (宮原5-3)	9/30(水) 13:25~15:00

「学校園支援ボランティア(学ボラ)」大募集!

淀川区内の市立小中学校・幼稚園では、学校園支援ボランティア(学ボラ)を募集しています。あなたのできることを、あなたのペースでお手伝いください! 募集中のボランティアや申込み方法等詳細は、区役所HPをチェック! **問合せ** 保健福祉課(こども教育)2階23番 ☎06-6308-9417

HPはコチラから▶





健診

場所 区役所2階

問合せ 保健福祉課(健康づくり)

2階22番 ☎06-6308-9882

乳幼児健診

案内文書は対象者の方に8月末までに送付しています。
案内文書が届いていない場合や、日程の変更を希望される方はご連絡ください。

3か月児健診	令和8年5月1日～31日生まれの方
1歳6か月児健診	令和7年2月1日～28日生まれの方
3歳児健診	令和5年3月1日～31日生まれの方

特定健診

予約不要

実施日 9月28日(月)9:30～11:00受付

持物 受診券とマイナ保険証または資格確認書(国民健康保険または後期高齢者医療)

結核健診

予約不要

受付日時 9月8日(火)10:00～11:00 対象 15歳以上

妊娠中および妊娠の可能性のある方はご遠慮ください。

歯科健康相談

予約不要

実施日 9月28日(月)9:30～10:30受付

対象 18歳以上

各種がん検診、骨粗しょう症検診

予約要

大腸がん・乳がん検診(マンモグラフィ)・骨粗しょう症検診

実施日 9月28日(月)9:30～10:30受付

申込はこちら▶▶



詳しくは▶▶



※詳しくは予約時にご確認ください。(区役所HPで区のがん検診等の年間日程や取扱医療機関が確認できます)

※毎月実施の妊婦歯科健診もあります。詳しくは問合せください。



各種無料相談

相談時間は記録作成および入替え時間を含みます。

〈相談場所〉

- 生活自立相談…区役所3階
- 精神科医による相談…区役所2階
- その他…区役所4階相談室

	相談日	時間・受付など	問合せ先
法律相談	9/16(水)・29(火)・10/7(水)	電話予約制(先着16組 ※9/29(火)は先着8組) 実施時間 13:00～17:00 1組30分 相談日1週間前の12:00から相談日当日10:00まで受付	法律相談予約専用 ☎050-1808-6070(AI電話で24時間受付) 予約専用電話がうまく繋がらない場合 政策企画課5階51番 ☎06-6308-9683
日曜法律相談	9/27(日)	場所 港区役所、阿倍野区役所(各先着16組) 実施時間 13:00～17:00 1組30分 予約受付 9/18(金)12:00～27(日)10:00 ※予約専用☎050-1808-6070(24時間受付)	大阪市総合コールセンター(なにわコール) ☎06-4301-7285 FAX06-6373-3302
ナイター法律相談	9/29(火)	場所 天王寺区民センター(先着32組) 実施時間 18:30～20:30 1組30分 予約受付 9/28(月)17:00まで 行政オンラインシステムにて。オンライン予約で定員に満たない場合は、相談当日18:00時点の来場者で抽選。	行政オンラインシステム▶
行政相談	10/5(月)	13:00～15:00 1組30分(9/25(金)までに電話にて予約)国機関の施策・制度の相談	政策企画課5階51番 ☎06-6308-9683
人権相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く)	9:00～17:30 面談または電話	市民協働課4階41番 ☎06-6308-9734
	専門相談員による相談は希望日時に調整(事前予約制) 月～金曜日 9:00～20:30 日曜日・祝日 9:00～17:00		大阪市人権啓発・相談センター予約専用 ☎06-6532-7830 FAX06-6531-0666 ✉7830@osaka-jinken.net
生活自立相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く)	9:00～17:30 就業や自立支援等の相談 面談、電話またはメール	生活自立相談窓口 ☎06-6195-7851 FAX06-6195-7852 ✉yjiritsushien@lime.ocn.ne.jp
行政書士相談	9/28(月)	13:00～15:00 ※予約優先 相続・許認可・届出等の相談 予約受付 10:00～17:00	大阪府行政書士会(淀川支部) ☎06-7739-8000
不動産相談	9/18(金)	13:00～16:00 1組30分 ※前日までの要予約 不動産の賃貸・売買およびその他様々な内容に関する相談 予約受付 10:00～16:00	大阪府宅地建物取引業協会(新大阪支部) ☎06-6303-0676
ひとり親家庭相談	毎週火・水・木曜日(祝日、年末年始を除く)	10:00～17:00 ※要事前予約 就業や自立支援・離婚前相談等	保健福祉課(こども教育)4階45番 ☎06-6308-9423
精神科医による相談	①10/8(木) ②10/15(木) ③10/23(金)	①午前 ②③午後 対象 区内在住の方 定員 2名(先着順) 予約 9/7(月)9:00から 電話または窓口にて	保健福祉課(健康相談)2階21番 ☎06-6308-9968



広告