

高齢の方の総合相談窓口 一人で抱え込まずに遠慮なくご相談ください

ご利用ください「地域包括支援センター」



家族の介護の負担が大きくて相談したい
認知症の家族のことが心配

体が弱ってきて不安だな
利用できるサービスってあるの?



高齢の方やその家族・地域の皆さんが地域で安心して暮らし続けられるよう、専門スタッフがサポートします。
困っていることや心配なことがあれば、お気軽にご相談ください。電話・FAXでも直接来場でも遠慮なくご利用ください。

北第2

どんなことでも
ご相談
ください!



北区長曾根町1199-6(陵東館秀光苑内)
☎252-0110 FAX257-2941



北第1

頼りに
してもらえると
嬉しいです!



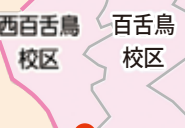
北区北花田町3-28-1(今井ビル)
☎240-0120 FAX240-0121

北第4

遠慮なく
ご利用
ください!



北区百舌鳥陵南町2-662(ハピネス陵南内)
☎276-3838 FAX276-3800



北第3

安心して
暮らせるよう
支えます!



北区野遠町344-1(あけぼの苑内)
☎257-1515 FAX257-1525

北基幹型
包括

☎北基幹型包括支援センター
(北区役所1階☎258-6886 FAX258-8010)

この旗が目印です!
詳しくはお近くの地域包括支援センターへお問い合わせください。
▶イオン堺北花田店1階 第2火曜日14~16時
▶イオンそよら新金岡店1階 第4火曜日10時30分~12時30分
R1.7月の様子

統一地方選挙
市議会議員・府議会議員・府知事
投票日 4月9日(日)7~20時
期日前投票
4月3日まで 8:30~20:00
4月4~8日 8:30~21:00
3月31日までは府知事の投票のみ。
全て投票できるのは4月1日からです。
投票日の前日は混み合います。平日や夕方以降が比較的空いています。
北区広報紙令和5年3月号において、期日前投票の開始時間に誤りがありました。正しい時間は左記のとおりです。お詫びしてお知らせします。
投票所変更のお知らせ
下表の区域にお住まいの方は、投票所が変更になります。

Table with 5 rows and 2 columns listing services and contact information for the North Ward Office (北区役所).

Map of the North Ward Office location and QR codes for the North Ward homepage, North Ward Twitter, North Ward official Instagram, and local SNS Piazza.

Table listing services and contact information for the North Ward Office (北区役所) branches (北区役所庁外).



あなたと創る北区の未来

北区長直行便

ご提案やご意見をお待ちしています。

投稿など詳しくはこちらから



北図書館 258-6850 FAX258-6851

4月のブックフェア

▷一般向け=〇〇の見方 ▷児童向け=社会のしくみ

4月23日は「子ども読書の日」

4月23日～5月12日は「子どもの読書週間」です。

この機会に、お子さんと一緒に図書館へお越しください。



北図書館の催し(4月からおはなし会と絵本のよみきかせの回数が増えます!)

Table with 4 columns: Event Name, Target Audience, Date/Time, and Details/Registration.

読書会のお知らせ

Table with 4 columns: Reading Club/Venue, Content, Date/Time, and Other Info.

移動図書館 ※交通事情により遅れることがあります

北区以外の日程は 中央図書館(244-3811 FAX244-3321)へ

Table with 4 columns: Location, Date, Day, and Time.

北老人福祉センターの催し

健康教養講座「意外と怖いサルコペニア～いつまでも健康な体で～」

筋力低下を防ぎ健康な体を保てるよう学びます。

対象)市内在住の60歳以上の方 (日時)4月11日(火)13時30分～14時30分

申込)4月4日から直接か電話で。先着順

金岡公園体育館の催し

健康アップ教室 体の動かし方を基礎から学び、運動機能向上をめざします。

対象)18歳以上 (¥)1回700円 (申込)初めての参加時に登録申込書で

Table with 3 columns: Activity Name, Dates, and Time.

子育て支援課 258-6621 FAX258-6883

「赤ちゃんがきた!」親子の絆づくりプログラム

日頃の悩みを話しながら子育て仲間をつくりませんか。

(日時)5月12・19・26日、6月2日、13時30分～15時30分(全4回)

(対象)令和4年12月12日～令和5年3月12日生まれの第1子とその母親

(申込)4月5日9時から電話で。先着順。

問)子ども家庭支援センター清心寮「リーフ」(252-3521 FAX252-3522)

のびやか健康館の催し

脳活性化プログラム「iトレ」体験会

身体を使ったリズム体操や、脳活性化のためゲームプログラムを体験します。

(日時)4月14日11時30分～12時30分 (対象)30歳以上

(持物)室内用シューズなど

(申込)4月3日11時から直接か電話で。先着順

健康にいいこと始めませんか

健康増進したい方のやる気を最大限に活かしてくれる「のびやか健康館」。用途に応じた設備や全力でサポートしてくれるスタッフが後押ししてくれます。

キャンペーン実施中! 4月は利用カード発行手数料0円! + 初月会費0円!

フィットネス: 初心者から上級者まで楽しめるプログラムが多数。見学可。

スタジオレッスン: ウォーキング用やファミリー用も。隣接するクリーンセンターのごみ焼却熱を活かした温水プールです。

プール: 屋内なので雨風構わず競技に打ち込めます。

お風呂やサウナもあるから疲れた身体も癒されます。

Table of consultation services: 北区の相談 (電話相談可, 無料, 12:00~12:45)

Table of consultation services: 教育相談, 児童相談, 女性相談, etc.

Table of legal consultation services: 法律相談 (要予約, 25分以内)



- ① 詳細や中止・延期などの最新情報は、ご案内する **HP** (ホームページ)か、**問** (問合せ先)でご確認ください
- ② **申込** がないものは直接会場へ ③ **¥** がないものは無料 ④ 来場の際は、感染対策を徹底のうえお越しください

### 北区歴史カフェ ～五箇荘の昔と今を歩こう～

五箇荘小学校創立150周年を記念して、地域の古いまちなみや寺社、新しいまちの様子など一緒に探検しながら約2kmのコースを歩きます。

**日時** 4月23日(日)、10～13時 **持物** お弁当

**ルート** 北花田駅(集合)

～澤池邸・**地藏寺**・堀内邸

～船堂公園～正覚寺・力石・**金鳳別荘**～長尾街道

～**愛染院**・五箇荘小学校～**華表神社**～奥本町

～さくら今池公園(解散)



地藏寺



金鳳別荘



愛染院



華表神社

**申込** 4月2～20日、電話で北区歴史カフェ事務局・小松(☎080-2444-2098)へ

**問** 事務局か北区役所自治推進課(☎258-6779 FAX258-6874)

上の掲載写真は、Instagramで皆さんから投稿のあった北区の魅力写真です。あなたも北区役所公式Instagramで北区の魅力を共有しませんか。

北区役所Instagram

ぜひフォローしてください!



## 北 区 部

地域で活躍する人たち



### 第3火曜日に手作り品販売きたきてまるしえ

**日時** 4月18日(火)12～13時

**場所** 北区役所 1階エントランスホール

**問** 北区障害者基幹相談支援センター (☎251-8166 FAX250-8800)

北区役所では障害のある方が心を込めてつくった品々を毎月販売しています。今回は販売会を開催する皆さんにお話を伺いました。

#### ご利用ください「きたきてまるしえ」

多くの方にご利用いただきたい思いで「きて」を入れ、皆さんに親んでもらえるようにとやわらかい印象のひらがなの「きたきてまるしえ」とネーミングしました。障がい事業所で働く方の工賃のために北区の事業所が集まって販売会を始めましたが、今では「あの商品はないの」とか「今日を楽しみに待っていた」などと声をかけていただけるようになり、お客さんに喜んでもらえることを自信や励みにしながら取り組んでいます。



#### 障害の有無の垣根をなくしたい

「きたきてまるしえ」でお客さんと交流して心を通わせて、障がい事業所が一生懸命頑張っていることを認知してもらいたいと思います。障害のある人もない人もお互いのことを理解し合い、ともにいきいきできる社会になることを願ってこれからも活動を続けていきたいです。



#### おいしい・かわいい・季節を感じる商品そろってます

新鮮な野菜からおいしいパン・クッキー・漬物、かわいいアクセサリ、季節にぴったりの雑貨まで各事業所が工夫を凝らして多種多様な商品を取り揃えてお待ちしています。コロナ禍以前のにぎやかで活気ある販売会をこれから取り戻していこうと思います。毎月第3火曜日は北区役所で「きたきてまるしえ」!ぜひ一度お立ち寄りください!



### 就学援助の申請受付

公立小・中学校(国立小・中学校、支援学校は除く)に通う子どものいる家庭で、経済的な理由により就学にお困りの方に、学用品費などの費用の一部を援助します。電子申請など詳細は市 **HP** (QRコード) 参照。



**日程** 4月14～30日(区役所及び各小・中学校は、

土・日曜日、祝日を除く)

**場所** 区役所での申請は、北区役所1階大会議室(9～17時15分)

**対象** 令和4年中の世帯全員の合計所得額が基準額以下か、児童扶養手当を受けている方など

**問** 学務課

(☎228-7485 FAX 228-7256)



### 4月は23日(日)開設 マイナンバーカード休日受取窓口

**場所** 区役所市民課

**通常** 月末の最終日曜日(9～12時)※

※4月の開設日は23日(日)ですので、ご注意ください。

**問** 北区役所市民課(☎258-6713 FAX258-6905)

開設日にご注意ください



### 北保健センター



☎258-6600 FAX258-6614



#### ひらめき脳トレプラス教室～楽しく通って元気でいきいき!～

むせや誤嚥(ごえん)性肺炎、低栄養を予防するためのお話や認知症予防の運動、脳活性化プログラムを学びます。

**日時** 5月10日～7月26日の水曜日、9時30分～11時30分 全12回

**場所** 同センター

**対象** 65歳以上(介護認定を受けていない)全回参加できる方

**申込** 4月3～7日に住所、氏名、電話番号、生年月日を電話かFAXで。抽選(初めての方を優先)

#### 骨粗しょう症予防検診【予約制】

骨粗しょう症は骨量の減少によって骨が弱くなり骨折しやすくなる病気です。自分の骨の状況を知り、適切な生活を心がけるため、ぜひ検診を受けましょう!

**対象** 18歳以上の市民の方(骨粗しょう症の治療をされている方は、受診不可)

**¥** 640円(市民税非課税世帯・生活保護世帯などは事前申請で無料)

**申込** 区 **HP** (下QRコード) から市電子申請システム(開催日の90日前より申込可)か電話、FAXで。

開催日	電話・FAX申込期間
5/11(木)	4月3～20日
7/13(木)	6月2～22日
9/14(木)	8月2～24日
11/9(木)	10月2～19日
1/11(木)	12月4～21日
3/14(木)	2月2～22日

いつまでも健康に!



<b>要予約</b> マタニティクラス 2回1セット	詳しくは、お問い合わせください。	
<b>要予約</b> 離乳食講習会 <b>対象</b> 5・6カ月児の保護者	4月25日	▷10:00から ▷11:00から
<b>要予約</b> カミカミパクパク離乳食 <b>対象</b> 9～11カ月児の保護者	4月20日	10:30から
<b>要予約</b> 子どもの歯相談室 <b>対象</b> 乳幼児、小児	4月4日 4月18日 5月2日	9:30～11:00
<b>要予約</b> 成人の歯科相談 <b>対象</b> 成人、妊婦		13:30～15:30
<b>感染症検査・相談</b> ▷エイズ相談 ▷HIV・梅毒・クラミジア(尿)のセット検査 ▷肝炎ウイルス検査※ ▷風しん抗体検査※ ※条件あり	4月11日	9:30～11:00
<b>要予約</b> 生活習慣病予防・食生活相談 保健師・管理栄養士による相談	4月11日	9:30～11:00
<b>要予約</b> 精神保健福祉相談 こころの病気・アルコール問題など	4月10日 4月13日 4月26日	14:00～16:00

- ▶ 予約(先着順)は北保健センターか北区 **HP** (右上QRコード) へ。
- ▶ 4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診は対象の方へ個別にお知らせします。
- ▶ 転入転出の場合は同センターへお知らせください。
- ▶ その他、育児相談や難病相談も。詳しくはお問い合わせください。