

第14回 淀川区1千人の第九コンサート

大阪市中央公会堂 開館100周年記念

♪♪♪「歓喜の歌」の大合唱♪♪♪

今年は開館100周年記念の、大阪市中央公会堂で1年を締めくくりましょう!

日時 12月16日(日) 17:00~(16:30開場)

場所 大阪市中央公会堂(北区中之島1-1-27)

演目 【第1部】大阪の歌メドレー

【第2部】ベートーヴェン交響曲第九番第四楽章「歓喜の歌」
クリスマスメドレー

合唱指揮 清原 浩斗さん(大阪府合唱連盟会長)

出演 1千人の第九合唱団ほか

定員 1,000名(未就学児の入場はご遠慮ください)

入場料 2,000円<チケットは10月6日(土)より淀川区民センターで販売>

主催 1千人の第九運営委員会、淀川区役所、
(一財)大阪市コミュニティ協会淀川区支部協議会

助成 大阪市文化振興事業実行委員会

※定員になり次第、チケット販売は終了となります。



「歓喜の歌」の一節を全員で! この一体感が素晴らしい♪

問合せ 淀川区民センター ☎6304-9120 ☎6304-7304

相談コーナー

相談無料

	相談日	時間・受付など	問合せ先
法律相談	10/3(水)・9(火)・17(水)・23(火)・11/7(水)	電話予約制(先着16名) 相談日当日の9:00から受付 実施時間13:00~17:00 1人(組)30分	法律相談予約専用 ☎6308-9430
行政相談	10/1・11/5(月)	13:00~15:00 国機関の施策・制度の相談	政策企画課 5階51番 ☎6308-9683
空家問題に関する相談	月~金曜日(祝日を除く)	9:00~17:30 窓口または電話	
人権相談	月~金曜日(祝日を除く)	9:00~17:30 面談または電話	市民協働課 4階41番 ☎6308-9417
	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 ☎6532-7830 ☎6531-0666
花と緑の相談	10/10・11/14(水)	14:00~16:00	十三公園事務所 ☎6309-0008
行政書士相談	毎月第4月曜日(祝日を除く)	実施時間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) ☎6306-3307
ひとり親家庭相談	毎週水・木曜日(祝日を除く)	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 2階23番 ☎6308-9423

<相談場所> ●花と緑の相談は…区役所1階特設コーナー ●ひとり親家庭相談は…区役所2階
●空家問題に関する相談は…区役所5階 ●その他は…区役所4階相談室

移動図書館 10月巡回日



まちかど号

中央図書館自動車庫 ☎6539-3305

駐車場所

日時

淀川区子ども子育てプラザ(新高1-11)	10/2(火)・11/6(火) 11:25~12:10
加島南第4住宅北側入口(加島1-30)	10/5(金)・11/2(金) 14:10~14:40
十八条北モータープール前(十八条1-13)	10/6(土)・11/3(土) 10:20~11:50
市営木川第一住宅6号棟前集会所前(三国本町1-13)	10/10(水) 14:10~15:10
西中島小学校北門(西中島7-14)	10/10(水) 14:30~15:30
淀川区役所西側(十三東2-3)	10/12(金) 14:00~14:45
三国小学校南門(三国本町3-9)	10/16(火) 14:15~15:15
三津屋公園(三津屋南2-20)	10/19(金) 10:20~11:00
アーベイン東三国5号館横(東三国2-10)	10/23(火) 14:00~15:20
北中島小学校南門(宮原5-3)	10/24(水) 13:25~15:00

大阪市総合コールセンター

市の制度や手続き、イベント情報、夜間・休日緊急のご案内などは、大阪市総合コールセンター「なにわコール」まで。
☎4301-7285 ☎6373-3302(8:00~21:00 年中無休) ☎http://www.osaka-city-callcenter.jp/

市政・区政へのご意見はお気軽に

政策企画課
☎6308-9683 ☎6885-0534

オータム・チャレンジ・スポーツ2018 **参加費無料**

毎年恒例のスポーツの祭典!!親子や友人、お一人での参加も大歓迎♪今年は防犯教室も開催します!
淀川スポーツセンターへ皆さんどうぞいらっしゃ〜い★

日時 **10月8日(月・祝) 体育の日**

主催・会場 淀川スポーツセンター 電話 6350-4555

協力 淀川区スポーツ推進委員協議会
淀川区すこやか推進委員会・淀川区役所
淀川警察署・淀川防犯協会プリティオーバンス

身近な犯罪から身を守ろう!!!

その時焦らず!どうする? ~高齢者と子どもの防犯教室~

時間・内容 ●ひったくりの防止と子どもの安全教室

①11:00~ ②11:45~ 各回約20分

●振り込めサギ等対策劇! 11:25~11:40 対象 どなたでも

新体力テスト&健康チェック

年に一度の体力テスト。童心に帰り、真剣に楽しむ方が続出!あなたの体力年齢は実年齢より若い?

時間 9:30~13:00(受付9:30~12:00まで)

対象 どなたでも ※未就学児及び80歳以上は参考記録となります

内容 握力、上体起こしや反復横跳びなど、年齢に応じた種目から自分の体力年齢を算出します。また、足趾力チェック・体脂肪測定や血管年齢測定、アルコール体質チェックも受けられます。

定員 200名(先着順) ※参加者は体育館シューズが必要です。

こんなスポーツもあるヨ! ニュースポーツ体験

時間 14:00~16:30 対象 どなたでも

内容 毎年恒例のフロッカー・シャフルボード・ストラックアウトに加え、生野区生まれのスリーアイズ、パラリンピック正式種目のポッチャなど老若男女誰でも気軽に体験できます!



元気に遊ぼう! キッズプレイルーム

時間 14:00~16:00 ※30分前より受付

対象 幼児~小学校低学年

内容 すべり台やフラフープ、ビーチボールなどがある広いプレイスペースで楽しく遊べます★ちびっこ大集合!!



チャレンジ! 逆上がり大作戦

時間 ①14:00~ ②15:10~ 各回60分 ※各30分前より受付

対象 ①年中~年長 ②小学生

内容 体操クラブの先生にアドバイスしてもらって、逆上がりにチャレンジ!

定員 ①30名 ②50名 ※いずれも先着順



淀川スポーツセンター

【住所】西宮原2-1-3 ソーラ新大阪21内

・地下鉄御堂筋線「新大阪」から徒歩10分

・JR京都線「新大阪」から徒歩15分

※自転車・バイクでの来館はご遠慮願います



今日からはじめたい認知症予防生活 vol.3

糖尿病があると認知症のリスク2倍!!

糖尿病予防の食習慣とは?

糖尿病を予防するために、食事に気をつけておられる方も多いのではないのでしょうか。糖尿病により食品、悪い食品はありません。ただし、エネルギーのとりすぎは、糖尿病には大敵なので、食べ過ぎに注意しましょう。

糖尿病予防の心得(食事編)

- その1 ゆっくりよくかんで食べる
- その2 1日3食しっかり食べる
- その3 食事は、腹八分目に食べる
- その4 主食、主菜、副菜をそろえてバランスよく食べる



食事のコツ ① おすすめ料理法

- ① ゆでる・蒸す
- ② 焼く
- ③ 炒める

油控えめで
カロリーダウン!



食事のコツ ② 多く摂りたい主になるおかず

- ① 野菜
- ② 魚
- ③ 鶏肉

野菜も魚も
匂がオススメ!



問合せ 保健福祉課(健康づくり)2階22番 電話 6308-9882

淀川漢字名人育成計画

淀川区は、区内中学校とのタッグで漢字力アップを応援しています。詳しくはこちら▶



夢さん
▶がんばりやじ



クイズで名人! 其の七 ~当て字クイズ<国名編>~

問題: 次の漢字は国名を表した漢字です。なんと読むでしょう?
ヒントを元に考えてみましょう。

- ① 新嘉坡 [] ヒント: マーライオンのいる国
- ② 伯刺西爾 [] ヒント: コーヒーとサッカーの国
- ③ 葡萄牙 [] ヒント: 安土桃山時代に日本と交易
- ④ 瑞西 [] ヒント: 永世中立国
- ⑤ 西班牙 [] ヒント: 情熱の国
- ⑥ 比律賓 [] ヒント: マンゴーが美味しい南国
- ⑦ 埃及 [] ヒント: ピラミッド

協力: (公財)日本漢字能力検定協会

答えは9日のTwitterを見てね! 来月号欄外にも掲載します。

問合せ 市民協働課(教育支援)4階41番 電話 6308-9415

編集後記

表紙に使用した淀川の写真の撮影時に、夕焼けから少しずつ暗くなり街の明かりに照らされていく淀川の表情の変化を目撃しました。普段なかなかじっくりと淀川を眺める機会がなかったので、とても貴重な体験でした。今度、お昼休みに河川敷ランチに行こうかな♪(広報担当:岡田)



◀別角度の淀川。ビル群に囲まれ、まさに都会のオアシス!



連載
第9回

総合区・特別区ってなんだろう?

今の24区のままじゃダメなの?

人口減少・超高齢社会を迎える中、
地域ニーズが多様化



多様化するニーズに応え、地域の実情に
応じたきめ細かい行政サービスを提供



これまで以上に地域の実情に応じたきめ細かい行政サービスを、
効果的・効率的に提供するには今の24区のままでは限界がある
ため、「総合区」と「特別区」の両制度を検討しています。



総合区

市長のマネジメントのもと、
区長権限を拡充し、行政サービスを実施

サービスを提供するため、区役所の体制を整え、
職員数を確保しつつ、市全体のコストの増加を
抑える観点から8区案としています。

特別区

住民に選ばれた区長・区議会により、
行政サービスを実施

自治体として、サービスを安定的に提供できる
よう、各区における財政基盤の安定等を考慮し、
4区案をもとに協議しています。

※地域コミュニティ維持や利便性確保の観点などから、現在の24区単位に地域自治区を設置し、窓口サービスを維持します。

9面に関連記事

副首都推進局問い合わせ担当 電話6208-8989 ファックス6202-9355

やまちゃんの“ごころ”

淀川区長 山本 正広



淀川の恵みと畏れ

今月号の巻頭特集は、ずばり「淀川」がテーマです。
淀川は、大阪府民にとってもそうですが、淀川区民にとっ
て、かけがえのない財産です。
毎日、堤防や河川敷を散歩したり、ジョギングやサイクリ
ングをされている方を見かけます。春先には土筆(つくし)でしょう
か、摘み草をされている家族もいらっしゃいました。バドミ
ントンやフリスビーなどのスポーツやバーベキューを楽し
んでおられる方、もちろん水上スキーや水上バイク、釣りや
貝拾いなどをされている方も見かけます。そうしたアクティ
ブなことばかりでなく、私は陽を受けキラキラと輝きなが
らゆったりと流れる淀川の水面を見ているだけでも、伸び
やかな幸せな気分になります。
ただ、淀川はそのように優しい顔ばかりではありません。

時にはとても厳しい一面も見せます。
9月の台風21号が襲来した時がそうでした。暴風雨の
ピーク時に、白い波頭が激しく逆巻いている様は遠くから
見ても恐ろしいものでした。
今月号では10月14日の第17回淀川河川敷フェスティ
バルや6日から14日までの淀川アーバンキャンプ2018のこ
とが紹介されています。どうぞ皆さん、思い切り「淀川」を楽
しんでください。ですが、
淀川が与えてくれる大
いなる恵みに感謝しな
がら、自然の脅威に対す
る畏れも忘れないよう
にしたいと思います。

▶よどがわ河川敷フェスティ
バルで淀川の魅力を満喫!

