

6月は「食育月間」

今年度のテーマ “よく噛んで食べよう”

よく噛んで食べると、どんなよいことがあるのでしょうか？

食べ物をおもむくためには、十分な口腔（こうくう）機能の発達、維持が不可欠です。よく噛むことは、食べ物を味わって食べることに加え、全身を活性化させるという重要な役割を持ちます。

健康講座保健栄養コース

食・健康づくりに興味のある方募集

	開催日
1回目	9月29日(水)
2回目	10月 7日(木)
3回目	10月13日(水)
4回目	10月21日(木)
5回目	10月29日(金)
6回目	11月10日(水)
7回目	11月18日(木)
8回目	12月 1日(水)
9回目	12月17日(金)

開催時間

場 所

対 象

しめきり

参加費

申込み・問合せ

※なお、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の状況により、中止や日程が変更となる場合があります。

本講座は、「アスマイル」のイベント参加ポイント対象です。

ひみこのはがーぜ

ひ 肥満予防

み 味覚の発達

こ 言葉の発音はつきり

ぜ 全身の体力向上と全力投球

の 脳の発達

いー 胃腸快調

が がんの予防

は 歯の病気予防

よく噛んで味わって食べましょう!

ぜひ、大阪市ホームページをご覧ください。よく噛んで食べよう 検索

第38回 頑張ってます!!地域活動協議会(チカツキョウ)

町会や地域活動協議会などの地域活動に参加しましょう!

各地域の課題解決に向けた取組をご紹介します。

地域の安全は地域で守る

大きな災害が発生したら…。南海トラフ地震、上町断層地震と大きな二つの地震の発生が想定されている中央区内では、地域の安全を守るために、地域の特性にあわせた取組みが行われています。

課題

課題を解決するための手法

南大江防災会議・南大江地域自主防災訓練(南大江)

毎年場所とテーマを変えて実施

大切なのはみんなの意見

いつかの災害に備えた「安否確認ステッカー」

●南大江地域には、3つの災害時避難所があり、地域住民に3つの避難場所を知ってもらい、興味を持って参加してもらえようと、毎年、場所とテーマを変えて防災訓練を実施しています

●防災訓練のマンネリ化を防ぐ一番の工夫は、必要な訓練、やりたい訓練を行うこと。それが、毎年、訓練の前に実施している「南大江防災会議」です

●防災会議では、100人近くの参加者が集まり、小グループでわかれて意見交換。地域公共人材の協力も受けています

●大阪北部地震、平成30年の台風など、相次いで生じた災害後の防災会議から具体化した取組みが「安否確認シート」

●ふだんはお守り代わり玄関付近においておいて、災害時は、玄関の外側に貼ることで、ご近所に安否を知らせます!

問合せ

市民協働課(市民協働)5階51番 ☎6267-9833

以下は広告スペースです。

< 12 >

広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。また、大阪市が推奨するものではありません。

◆中央区の推計人口(令和3年5月1日現在) 人口 106,079人(前月比: +549人) 世帯数 68,999世帯(前月比: +478世帯)

◆「広報ちゅうおう」は115,500部を発行し、6月号1部あたりの発行単価(配布費用含む)は約16.6円です(うち約1.1円を広告収入で賄っています)。