

大阪市介護予防ポイント事業が はじまりました!

市内在住の65歳以上の方を対象に、登録施設等における要介護者等への介護支援活動を通じて、ご本人の介護予防、生きがいづくり、社会参加を促進する介護予防ポイント事業を実施しています。



30分以上の活動で1ポイント、2時間以上の活動で2ポイントが貯まり(一日の上限2ポイント)、貯まったポイントを1ポイント=100円で換金することができます(年間上限8,000円)。

- この事業に参加される「活動登録者」を募集しています。「活動登録者」として登録を受けるためには、「登録時研修」を受講していただく必要があります。
- 6月は、当区でも登録時研修が開催されます。受講料は無料です。

◆登録時研修

日時 6月17日(金) 13:30~16:30

場所 東淀川区老人福祉センター(東淀川区淡路4-1-6)

研修の受講や登録施設等での活動は、お住まい以外の区でも可能です。

詳しくはHPをご確認ください(<http://osaka-sishakyo.jp>)



申込み・問合せ 大阪市社会福祉協議会 介護予防ポイント事業担当
(天王寺区東高津町12-10 大阪市立社会福祉センター内)
☎6765-5610 ☎6765-5607

身近な生き物のはなし

参加無料
要申込み



日々の生活の中で町には様々な生き物がいます。それらの生き物の適切な対処法についてお話します。『犬との暮らし、飼い主のマナー』『衛生害虫(ハチ・ゴキブリ・カ)の防除について』等。

日時 6月30日(木) 14:00~15:00

場所 区役所2階 201会議室

講師 獣医師 阿部拓人(あべ たくと)ほか

定員 20名程度(先着順)

申込み 氏名、住所、電話番号を、6月27日(月)までにご連絡ください。

問合せ 生活環境 2階☎番 ☎4809-9973



阿部獣医師

8月28日(日)実施

◆守口市制施行70周年記念事業「花火大会」に東淀川区も協力します! ボランティア大募集! ~みんなで一緒に盛り上げよう!~

守口市花火大会実行委員会では、守口市制施行70周年を記念した花火大会の運営にご協力いただける「ボランティア」さんを募集しています。

東淀川区としましても、お隣の守口市さんを応援するためにも、ボランティアさんの募集について協力します。区民の皆さんのたくさんのご応募をお待ちしています。

詳しくは守口市ホームページをご確認ください→

<http://www.city.moriguchi.osaka.jp/topics/1462771821247.html>



問合せ 守口市花火大会実行委員会事務局 ☎6992-1408 ☎6994-1691

17地活協プレス

◆~誰もが輝く元気なまち“いたかの”をめざして~

いたかの地域活動協議会の活動が4年目になります。地域における高齢者や子育て世代の皆さんの要望を調査し、それに応え得る体制を作ります。具体的には総合型スポーツクラブ「和」と連携し、こどもスポーツフェスティバルを開催し、小学生の体力をつけるため、地域全体の取り組みとして展開します。また、高齢者世帯の様々なニーズの掘り起こしを行うべく検討に入ります。

定例の行事も諸団体との連携を強化し、展開していきます。どうぞ期待!

◆一度アクセスください!うちの地域のホームページ

大阪市や東淀川区の情報がリアルタイムに載っています。

もちろん!地域の情報は盛りだくさん!楽しい行事もやっています。ぜひ、遊びに来てください。

管理人は湯割り好きの普通のおっちゃんです。

<http://higashiawaji.jimdo.com/>



問合せ 地域協働 1階☎番 ☎4809-9734

◆健康づくり教室

要申込み 無料

胃が痛くなるのはどんな病気?

上腹部が痛いときに胃が痛いと感じます。しかし、上腹部痛は胃だけの病気ではないことがあります。胃腸の病気や、上腹部痛を起こす病気についてもお話しします。

日時 6月8日(水) 14:00~16:00

場所 東淀川区医師会館 3階講堂(豊新2-3-7) 定員 30名

申込み ☎6320-2226で、東淀川区医師会まで

問合せ 健康(保健企画) 2階☎番 ☎4809-9882

◆「旬の食材」を使って美味しく食べましょう!

春野菜いかロール

- 作り方
- ①いかは皮をむいて、湯通しをする。
 - ②パプリカは5mm幅のせん切り、にんじんは5mm角の拍子木切りにし、ゆでる。いかの足、アスパラガスはゆでておく。
 - ③甘酢を作っておく。
 - ④さつとゆでたキャベツで、②を巻き、①につめる。
 - ⑤④を③につける。
 - ⑥⑤を食べやすく切り分けて器に盛る。

◆1人分の栄養価	エネルギー	食塩相当量
春野菜いかロール	101kcal	0.3g

材料2人分

- いか……………1ばい (甘酢)
- いかの足……………4本 ・砂糖……………90g
- パプリカ……………1/4個 ・酢……………100ml
- アスパラガス…2本 ・塩……………少々
- にんじん……………1/4本
- キャベツ……………1枚



(考案) 東淀川区食生活改善推進員協議会(五十三会)

問合せ 健康(保健企画) 2階☎番 ☎4809-9882

広告掲載枠