### 学びあい

## 生涯学習ルームへようこぞ!?

• 新庄校区

新庄小学校生涯学習ルームでは、日本の伝統であ る「華道」「茶道」「薙竹」を始め、「小筆」「太極拳」「詩

吟」「ハワイアンフラダンス」の講座を開催しています。なかでも「薙刀」

は、区内では新庄校区のみで実施されて いる講座です。「薙刀」「ハワイアンフラ ダンス」は、ジュニア世代からシニア世代 まで幅広い年齢の方々が参加されていま す。どの講座も和気あいあいとしており、 "どなたでも""いつからでも"参加してい ただけます。

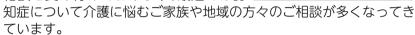


問合せ 子育で・教育 2階の番 64809-9517

### 南西部地域包括支援センター「ひだまり」って どんなとこ?

南西部地域包括支援センターは、区の 南西、阪急崇禅寺の駅前にあります。

高齢者やそのご家族、地域の皆さま、介 護・福祉関係者の皆さまなどから様々な 相談を受け付けております。最近では認



#### 南西部地域包括支援センターの活動

①認知症の知識や対応方法など について、毎年、**認知症サポー ター養成講座**を通じて学生さ んたちに寸劇などでわかりや すく学んでもらっています。

②ご自宅での介護にお困り のご家族が情報交換や、悩 みを話し合える場として 「ひだまりの会」を開催し ております。

「認知症になっても、病気になっても、住み慣れた街で暮らし続けた い!」という方や、「親の介護が大変。どうしよう…。」という方など、地域の 高齢者の様々なご相談に応じていますので、気軽にお電話ください!

担当地域 啓発(東中島)・東淡路・柴島・西淡路・淡路

問合せ 南西部地域包括支援センター「ひだまり」(東中島 3-14-24) **1**6326-4440

〔月~金9:00~19:00・土9:00~17:30(日・祝・年末年始除く)〕

### 第31回 東淀川区健康マラソン大会

■ 日時 2月5日(日)雨天決行 【開会】11:30 【スタート】12:00

受付時間 10:30~11:20(時間厳守)

集合場所 淀川河川公園 (豊里地区)

[コ−ス] 淀川右岸河川敷

種目 A=10kmコース(男女別高校生以上)

B=5kmコース(男女別高校生以上)

C=3kmコース(男女別年齢制限なし)

D=1kmジョギングコース(制限なし)



ABC=1人800円(中学生以下は400円)。D=1人200円 【当日申込み】

ABC=1人1,000円(中学生以下は500円)。D=1人300円

定員 500名

申込み 1月20日(金)9:30~19:00、1月21日(土)9:30~19:00、 1月22日(日)9:30~17:00

> 東淀川区民会館4階(東淡路1-4-53)又は体育厚生協会の各支部 長又は町会長まで直接申込み。

※当日申し込みの場合は、大会本部10:30~11:20まで

※参加費を添えて申し込みください。なお、申し込み後の返金はできま

問合せ 健康(保健企画) 2階❷番 ★4809-9882

# 17地活協プレス

#### ▶「世代間交流しています! (凧づくり凧あげ大会)」

毎年1月末、豊新小学校の講堂で竹ひごと和 紙を使った昔ながらの六角凧を作り、校庭で飛 ばしています。参加者は、幼児からお年寄りまで 老若男女問わず約100名にものぼります。

大人も童心に返り、子どもたちと一緒に自分の 手で描き作る凧を、実際に大空高く飛ばす楽しさ を味わわれています。

豊新地域では、凧づくり凧あげ大会だけでな く、今後も小さな子どもからお年寄りまで参加い

ただける様々な行事を通して、地域の皆さまに楽しんでいただき、人と人と \*をつなぐまちづくりに取り組んでいきたいと考えています。

~今年は、1月29日(日)10:00~15:00 豊新小学校 ぜひお越しください!~

地活協は地域活動協議会の略称で、まちの活性化や課題解決に向けて 話し合い、行動する、誰もが参加できる団体です。

問合せ 地域協働 1階9番 電4809-9825

#### アートフェスタ・2017 in 東淀川

**□時** 1月28日(土)10:00~20:00、1月29日(日)9:30~17:00

内容・特別展「日本文化は素晴らしい~100枚の風呂敷展示」

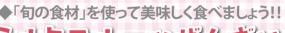
- ・家族に感謝「一つ屋根に住む人への年賀状展示」
- ・区内在住プロが出演「車座ライブ」(有料29日のみ)
- ・その他、「着物の端切れで作るお雛様」「ちくわの竹で笛作り」な どの体験コーナーなど盛りだくさん!

場所・問合せ 東淀川区民会館(東淡路1-4-53 4階) **富**6379-0700

# がいのある方の市営交通機関

有効期限が平成29年3月31日までの市営交通機関乗 車証等またはタクシー給付券をお持ちの方で、4月以降 も引き続き利用される方は、更新交付申請書の提出が必要です。

1月下旬に申請書を送付しますので、同封の返信封筒で2月13日(月)ま でに更新手続きをしてください。更新申請が届かない場合は、お問合せくだ 問合せ 精神

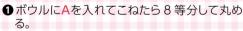


# ミルクフルーツぜんさ



◆1人分の栄養価 エネルギー

115kcal



- ❷鍋にお湯を沸かして❶をゆで、浮きあがったら さらに1分ゆでて冷水にとり、水気を切る。
- 3ボウルにBを入れてこねたら8等分にして丸め て、Aと同様に白玉を作る。
- ◆Cを混ぜる。
- **⑤**バナナを輪切りにする。
- → 器にA・Bの白玉とフルーツを盛り、Cをかける。

(考案)東淀川区食生活改善推進員協議会(五十三会)

材料4人分 ·白玉粉……30g ·ブルーベリージャム…小さじ2 ・水……大さじ1 •白玉粉………30g ·抹茶······小さじ1/4 ·粒あん……40g C[・粒めん・・・・・100ml ・バナナ……40g

『合せ 健康(保健企画) 2階22番

・みかん(缶)…8粒

広告掲載枠

× 🗗 7