



寝たきりと透析を防ぐために ～慢性腎臓病 (CKD) と運動療法～

無料 要申込み

日時 3月8日(水) 14:00～
場所 東淀川区医師会館 3階講堂(豊新2-3-7)
定員 40名
申込み・問合せ 東淀川区医師会 電話6320-2226



お口とからだの健康のために自分でできること! ～生涯歯科講演会～

無料 申込み不要 手話通訳有

日時 3月18日(土) 14:00～16:00
場所 区民ホール(区役所 3階) 定員 先着200名
講師 大阪大学歯学博士 妹尾 日登美(せのお ひとみ)さん
問合せ 東淀川区歯科医師会 電話6328-9593



消防署開放デー

日時 3月18日(土)10:00～13:00
場所 東淀川消防署(菅原4-4-27)
※駐車場がありませんので、車での来場は御遠慮ください。
内容 起震車による地震体験・放水体験・電動ミニ消防車乗車体験・ミニ消防車展示など。
※雨天の場合は内容を一部変更することがあります。
セイバーミライも登場するので、ぜひ御家族でお越しください。
問合せ 東淀川消防署 予防担当 電話6320-0119



© TOMY

東淀工場オープンデー&フリーマーケット

日々、東淀川区で回収されたごみなどのように処理されているのか、実際に見ていただくことができるイベントです。また、「もの」を大切に作る意識などを高めていただくことを目的に、施設内でフリーマーケットも同時開催します。この機会に、焼却工場を見学してみませんか!



日時 3月18日(土) 10:00～16:00(最終受付は15:00)
フリーマーケット 15店程度・出店料無料
出店者募集 ・営利を目的としないアマチュアの方で、東淀川区・北区・都島区・淀川区・旭区に在住・在学の方(未成年者だけの出店は不可)
・ご家庭で不用となった品物に限ります(※飲食物等、出店できない品物もあり)
申込み方法 往復はがきに、住所・氏名・電話番号・年齢・出店する品目名をご記入のうえ、大阪市・八尾市・松原市環境施設組合東淀工場「出店係」(〒533-0003 東淀川区南江口3-16-6)へ3月10日(金)必着で送付してください。
※応募多数の場合は抽選
問合せ 大阪市・八尾市・松原市環境施設組合東淀工場 電話6327-4541

柴島高校和太鼓部 第16回定期演奏会

3年生最後の公演です。3年間の成果と思い出を沢山詰め込んだ定期演奏会となっておりますので、皆さん是非来てください。

日時 3月25日(土)
14:30～(13:30開場)
場所 区民ホール(区役所 3階)
問合せ 府立柴島高等学校 電話6323-8351



富土山太鼓まつり
第5回全国高校生和太鼓甲子園
優秀賞を受賞しました!

チカツキョー 17地活協プレス

大隅西地域



◆大隅西地域では、さまざまな行事を開催し地域の親善を図っています。

・「ふれあいのつどい」は年2回開催し、高齢者も若者も年齢に関係なく一堂に集い、手品や音楽などの特技を披露したり、にぎやかにバーベキューを楽しんだり、講師の指導で座ってできる体操をみんなで行ったりと盛りだくさんの内容で交流を深めています。
★ 月2回の「食事サービス」では、手作り料理を提供し喜んでいただいているとともに、年に数回は小学生にも来てもらい歌を披露してもらうなど、高齢者だけでなく子どもたちとも交流を図っています。

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 電話4809-9825

活動登録者募集中! ～介護予防ポイント事業～

介護予防ポイント事業とは、65歳以上の方が、事業登録している介護保険施設等で介護支援活動を行うことで、活動実績に応じてポイントが貯まり、貯まったポイントを換金できる事業です。参加を希望される方は、登録時研修を受講する必要があります。

◆登録時研修 無料 要申込み

日時 3月22日(水) 13:30～16:30
場所 東淀川区在宅サービスセンター(ほほえみ) (東淀川区菅原4-4-37)
持ち物 ①筆記用具 ②印鑑(みとめ印) ③介護保険被保険者証



申込み 社会福祉法人 大阪市社会福祉協議会介護予防ポイント事業担当
問合せ (〒543-0021 天王寺区東高津町12-10) 電話6765-5610

大阪市 介護予防ポイント事業

検索

ホームページはコチラ▶



青少年の健全育成や非行防止のために

～東淀川区青少年育成区民大会～ 無料 申込み不要
こども・青少年が安心し、自信をもって暮らせるまちづくりに向けて。
日時 3月18日(土) 10:00～12:00 場所 区民ホール(区役所 3階)
問合せ 子育て・教育 2階2番 電話4809-9850

保健師による子育て情報講座「保護者の健康づくりについて」

日時 3月16日(木) 11:20～11:45 無料 申込み不要
場所 子ども・子育てプラザ ロビー(区役所 4階)
問合せ 子ども・子育てプラザ 電話6327-5650 ★一時保育なし

◆手づくりおやつで美味しく食べましょう!!

フラワーバスケット (2人分)



◆1人分の栄養価 エネルギー 207kcal



材料2人分

- 食パン(12枚切り)..... 4枚
- フルーツ缶
- みかん..... 8粒
- パイナップル..... 輪切1枚
- プレーンヨーグルト... 小さじ2
- ミント

- 作り方
- 食パンは4か所切れ目を入れ、プリン型にはめてオーブントースターで焼く。
 - ①の食パンを型から出して、食パンの中にフルーツを加え、ヨーグルトをかけて、ミントを飾る。
 - ②を器に盛りつける。

問合せ 健康(保健企画) 2階2番 電話4809-9882

(考案) 東淀川区食生活改善推進員協議会(五十三会) いとみ

広告掲載枠