



ふれあい学びあい 生涯学習ルームへようこそ! 11 ~大道南校区~

大道南小学校生涯学習ルームでは、「民謡」「社交ダンス」「日本民謡」「オカリナ」「イキイキ健康体操」と小学生対象の「よさこい舞」講座を開催しています。

また、「オカリナ」は区内で当校区のみ、生の三味線伴奏で唄う「民謡講座」は区内でも数少ないので、他地域からも参加しておられます。

秋には、地域活動協議会と協力し、「大道南 輪、WA、和」と題したフェスタを開催しています。皆さんも講座に!フェスタに!ご参加お待ちしております。

【問合せ】子育て・教育 2階25番 ☎4809-9517



区民会館で自分だけの輝きを作ってみませんか?

要申込み

「ステンドグラスおりがみ」講座(単発)

すける紙を使ったおりがみでオリジナルの作品を作れます。重なり数により濃淡ができ、光にかざすときれいな模様になります。

【日時】6月19日・7月3日(月曜日) 10:30~12:15

【参加費】500円/1回 (別途:材料費 300円) 【定員】15名

【講師】川人 恵子さん 【持ち物】スティックのり、ハサミ、クリアファイル

【申込み・問合せ】東淀川区民会館(東淡路1-4-53 4階) ☎6379-0700

ごみの出し方を工夫して、上手にからす対策

次のように工夫することで、被害を防止したり減らすことができます。

1. からすの餌となる生ごみや残飯を減らす。
2. ネットなどを使用し、からすからごみを遮断する。(ごみ袋がネットからはみ出したり、ネットの下からからすが入らないよう、ネットは正しく使用してください。)
3. からすから生ごみなどを見えないようにしてごみを出す。
4. からすに狙われる時間を少なくするため、前夜からごみを出さない。

(収集日当日の朝9時までに出してください)

【問合せ】東北環境事業センター ☎6323-3511



楽しく手話を身につけませんか 「手話初級教室参加者募集」

手話に興味のある方、初めての方を中心に、基本から学んでいただきます

【日時】毎週木曜日18:30~20:30 【場所】淡路福祉会館(淡路4-23-6)

【対象】小学生以上 【会費】実費(テキスト代など)

【申込】東淀川手話サークル「ほたる」に電話(☎6325-3835)、直接来館にて受付。

【問合せ】東淀川区社会福祉協議会 ☎6370-1630

健康づくり教室

無料

要申込み

症状から知る目の病気

ドライアイの症状と治療についてと、緑内障や加齢黄斑変性症を早期に発見するためにはどのような症状に気付いて検査を受けたらよいか、また最近の治療法についてお話しします。

【日時】6月14日(水) 14:00~15:30

【場所】東淀川区医師会館 3階講堂(豊新2-3-7) 【定員】40名(先着順)

【申込み・問合せ】東淀川区医師会 ☎6320-2226



17地活協プレス

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。



東井高野地域

3月12日(日)に東井高野小学校にて「3.11東井高野防災講演会」を開催いたしました。

昨年4月の熊本地震や、「3.11東日本大震災」の翌日ということもあり、防災への関心が高まっている中での開催でしたので、当日の会場は非常に多くの方々に参加いただきました。当日は、NPO法人とれじゃーBOXの大槻さんに防災・減災に対する具体的な取り組みなどについて講演いただきました。今後は、東井高野地域防災計画に基づいて、地域が一丸となって防災への取り組みをより一層強化していきます。



【問合せ】地域協働 1階9番 ☎4809-9825

シニアの皆さん、読み聞かせをしてみませんか! 無料

東淀川区では絵本の楽しさを多くの方に知っていただきたいと、いろいろな取り組みをしています。今回は、絵本や読み聞かせに関心のある主にシニアの方を対象とした講座を開催します。絵本の選び方、読み聞かせの基礎、そしてボランティア活動の基本なども学びます。ぜひ参加して、お孫さんや近所の子どもさんに絵本を読んであげませんか?

【日時】6月16日(金) 10:00~12:00

【場所】区役所4階401会議室 【定員】30名(先着順)

【申込方法】①住所②氏名③連絡先を記載のうえ、FAX・ハガキでお申込みください。(6月12日締切)

【申込先】東淀川絵本読み聞かせ事務局「絵本読み聞かせシニア向け講座申込み」〒533-0014 豊新1-20-15-106

【問合せ】☎6195-1392 ✉ehonminorityan@bell.ocn.ne.jp



健康レシピ

「旬の食材」を使って美味しく食べましょう!!

おからハンバーグ(2人分)

- | | | | |
|-------|--------|----------|----------|
| 豚ひき肉 | 80g | むき枝豆(冷凍) | 10g |
| おから | 70g | 卵 | 1/4個 |
| 干しひじき | 2g | 塩・こしょう | 少々 |
| たまねぎ | 50g | サラダ油 | 小さじ1 |
| サラダ油 | 小さじ1/2 | ケチャップ | 大さじ1・1/2 |
| パン粉 | 大さじ2 | ウスターソース | 大さじ1/2 |
| 牛乳 | 大さじ2 | 砂糖 | 小さじ1 |
| | | レモン果汁 | 小さじ1/2 |

作り方

- ①たまねぎはみじん切りにして分量の油で炒める。
- ②干しひじきは水でもどす。
- ③Aをあわせておく。
- ④ボウルに豚ひき肉、おから、①、②、③、むき枝豆、卵を入れてよく混ぜ合わせ、塩・こしょうで味をととのえて小判形にする。
- ⑤フライパンに油を熱し、④を両面焼く。
- ⑥器に⑤を盛りつけ、Bをあわせたソースをかける。

(考案)東淀川区食生活改善推進員協議会(五十みかい)

【問合せ】健康(保健企画) 2階22番 ☎4809-9882

1人分の栄養価
エネルギー 230kcal
食塩相当量 1g



広告掲載枠

広告掲載枠