

ご家庭で使いきれない食品などを「フードドライブ」にご協力ください!



フードドライブとは、ご家庭で使い切れない食品などを持ち寄り、それを必要としている区内でこどもの居場所活動をされている方々(みんな食堂)や平野区社会福祉協議会(善意銀行)、福祉施設、団体などに無償で提供する活動です。皆さんのご協力をお願いします。

お持ちいただきたい食品／お米(生産から2年以内のもの)、乾麺、インスタント食品、レトルト食品、調味料(醤油・食用油・味噌・みりん・料理酒など)、缶詰、お菓子(保存ができるもの)
ご注意ください!以下の食品はお引き取りできません
 ・賞味期限が切れている食品 ・賞味期限が1か月を切っている食品
 ・開封されているもの ・生鮮食品(生肉・魚介類・生野菜) ・アルコール類

日時	イベント名	担当	会場
10月28日(土) 10:30~15:00	第48回平野区民まつり	東南環境事業センター	平野区民センター(グラウンド)
11月 5日(日) 11:00~17:00	平野区みんな食堂まつり	平野みんな食堂ネットワーク	平野区民ホール
11月12日(日) 11:00~14:00	ガレッジセールINひらの	東南環境事業センター	平野区民センター

※当日、会場に、ご寄附いただける食品をご持参ください ※集積場所の詳細については平野区ホームページでご確認ください

問合せ 保健福祉課(地域福祉) ③番窓口 ☎4302-9941 東南環境事業センター ☎6700-1750

平野区 みんな食堂まつり

ホール内:段ボール迷路、各種体験コーナー
 平野野堂公園:各種カレー、各種体験コーナー、模擬店等
 ※フードドライブコーナーを設置します。ご家庭で使いきれない、未開封で賞味期限内の常温保存できる食品をご提供ください。(いただいた食品は必要な方への支援に利用します)

日時/11月5日(日) 11:00~17:00

場所/平野区民ホール、平野野堂公園

料金/模擬店は一部有料 申込/不要

問合せ 平野区みんな食堂ネットワーク連絡協議会
 (代表者) ☎090-3464-1508
 保健福祉課(地域福祉) ③番窓口
 ☎4302-9857

平野区民ホール講習会

クラシックバレエ、ピラティス、懐かしい歌、旅行で話せる中国語(初心者)、英会話、笑みヨガ、ナイトヨガ、英語リトミック、謡曲仕舞、茶道教室、フラワーアレンジメント、1DAYフラワーアレンジメント

場所/平野区民ホール

日時、対象・定員、持物、料金、締切は区役所・区民ホールに配架のチラシをご覧ください。

申込/申込書に受講料を添えて窓口(懐かしい歌のみ電話申込可)

問合せ 平野区民ホール(平野南1-2-7) ☎6790-4000

クラフトパークフェスタ2023

毎年恒例、多世代の方々が楽しく交流できるイベントを開催します!

・フェスタ限定特別体験教室(電動ろくろ、藍染め体験他)
 ※各体験教室の時間帯、料金、対象年齢等、詳しくはクラフトパークのホームページでご確認ください

※事前受付の体験は予約制(空きがあれば当日参加可能)

・クラフトお楽しみルーム(平野図書館絵本コーナー)

・アートマーケット

・企画展示「これが私のイチオシ展」

・平野区生涯学習ルーム発表会

・東住吉・平野地域ブランド(H₂O)出店

・島野珈琲コラボカフェ

日時/10月22日(日) 9:30~17:00

※体験教室によって時間帯が異なります

場所/クラフトパーク

対象/どなたでも ※体験教室によって対象年齢があります

持物/申込時にお伝えします

料金/体験参加費:1,500円~8,000円(材料費込み)

※教室によって異なります

申込/申込受付中(当日受付の教室もあります)

電話または来館(先着順)



問合せ クラフトパーク(長吉六反1-8-44)
 ☎4302-9210



安全安心まちづくり講演会

無料

地域から消費者被害をなくしましょう!大阪府警・平野警察による寸劇や消費者センターからのお話です。

被害にあわないために「悪質な手口と対策法」をあらためて学びませんか?

日時/11月14日(火) 13:30~15:00

場所/平野区民ホール(平野南1-2-7)

対象・定員/①市内在住60歳以上の方 40名(先着順)

②平野区老人クラブ会員 60名(先着順)

持物/飲み物・筆記用具 締切/11月2日(木)

申込/10月2日(月)~

①の方→電話または来館 本人が直接、当センター事務所まで

②の方→電話またはファックス 老人クラブ事務局

ホームページはこちら▶



問合せ ひらりん(平野区老人福祉センター)・
 平野区老人クラブ事務局(加美鞆作1-2-26)
 ☎6793-0880 ☎6793-0868

各種検診のお知らせ

検診内容・対象・料金等	日時	会場	予約
●大腸がん (40歳以上/300円) ●肺がん (40歳以上/無料) ※喀痰検査については400円	10月25日(水)	区役所2階 検診フロア	予約
	11月6日(月)		
	11月19日(日)		
	11月27日(月)		
●乳がんマンモグラフィ (40歳以上/1,500円 2年に一度受診可=令和4年度に受診された方を除く。) ●骨粗しょう症 (18歳以上/無料)	11月6日(月)	区役所2階 検診フロア	予約不要
	11月19日(日)		
	11月27日(月)		
●結核健診 (15歳以上/無料)	10月19日(木)	区役所2階 検診フロア	予約不要
●特定健診 (大阪市民健康保険・後期高齢者医療制度加入の方) ★受診券と国民健康保険被保険者証・ 後期高齢者医療被保険者証が必要です	10月25日(水)	区役所2階 検診フロア	予約不要

※行政オンラインシステムから、がん検診・骨粗しょう症検診の予約ができます

※胃がん検診は、令和3年度から区役所(保健福祉センター)での集団検診がなくなり医療機関でのみ実施することになりました

申込/電話、窓口または行政オンラインシステムで受付。※定員になり次第、受付終了しますので、ご了承ください。令和5年10月から12月までの検診は、8月7日(月)から受付を開始しているため、すでに予約受付を終了している場合があります

★令和5年度の検診日程は、広報ひらの3月号別冊【特集号】または平野区ホームページからご確認ください。

問合せ 保健福祉課(地域保健) ③番窓口 ☎4302-9882



行政
オンライン
システム



平野区役所
ホーム
ページ



かぼちゃのクリーミーサラダ
 <1人分:100Kcal>

生活習慣病予防の調理実習で実施したレシピをご紹介します。マヨネーズにヨーグルトを加えることでコクが出て、さっぱりいただけます。

材料(4人分)

かぼちゃ 1/8個
 きゅうり 小1本
 塩 少々
 A { マヨネーズ 大さじ2と2/3
 プレーンヨーグルト 大さじ2弱
 こしょう 少々

作り方

- ①かぼちゃは適当な大きさに切り、やわらかくなるまで茹で(または電子レンジ500Wで約5分加熱し)てから、フォークなどでつぶす。
- ②きゅうりは薄切りにして塩でもみ、水気を切る。
- ③Aを混ぜ合わせる。
- ④①、②と混ぜ合わせ、③を上からかける。

