

### ひらりん映画鑑賞会 今年はこちら!!

## ラストターン

日本語字幕付き “いくつになってもチャレンジしよう!!”

福山健二71歳、二度目の青春

認知症の妻を看取り、ひとり静かに暮らす福山健二。最近物忘れに不安を覚え始めた健二は、健康維持として、コミュニティ教室に参加した。水泳教室に誘われたが、泳げない健二は、水泳を大切な「挑戦」であり「目標」だと考えはじめた…。

©2023「ラストターン」製作委員会  
出演:岩城 滉一、田山 涼成、宮崎 美子 他

**日時・場所** 3月15日(土) 14:00~16:00  
クレオ大阪南(喜連西6-2-33)

**対象・定員** 市内在住の60歳以上の方と同伴の方(年齢不問) 含め4名まで  
定員360名(内車いすスペースは3席)、超えた場合は抽選になります。

**料金** 無料 **抽選結果** 3月初旬に、結果を送付いたします。

**申込方法** 往復はがきに下記の要領でお申し込みください。(往復はがき以外では受付できません) **持ち物** 参加証

**宛先** 〒547-0004 大阪市平野区加美鞍作1-2-26 平野区老人福祉センター 宛

**締切** 2月25日(火) 必着

往復おともて	返信うら	往復おともて	返信うら
〒547-0004 平野区加美鞍作1-2-26 ひらりん 平野区老人福祉センター 宛	こちらには 何も記入しないで 下さい。	〒547-0004 郵便番号 平野区〇〇-〇〇-〇〇 〇〇 〇〇 様 (代表者様の住所氏名)	ラストターン希望 代表者様 ①氏名 ②電話番号 参加希望人数 名 代表者含み4名まで

車いすの方は「車いす〇席分必要」とご記入ください。

**問合せ** ひらりん(平野区老人福祉センター)(加美鞍作1-2-26) ☎6793-0880

## 防災行政無線テレホンサービス

防災行政無線(屋外スピーカー)は、区役所屋上のほか区内の小学校などに複数設置されています。

防災行政無線から放送した内容が聞き取れなかったときや、もう一度聞きたいときは、下記の電話番号に電話することで確認できます。

☎6210-3899(通話料がかかります)

**注意事項**

- ・通話料がかかります
- ・回線が混み合い繋がらない場合は、少し時間をあけておかけ直してください
- ・無線放送終了後から利用できません
- ・放送終了後24時間で消去されます

**大雨が降ったらまずチェック!**

国土交通省 川の防災情報

大和川水系 柏原基準観測所の水位表示

**問合せ** 安全安心まちづくり課 ⑳番窓口 ☎4302-9734

vol.13 ひらの百歳通信

### ひらりん(平野区老人福祉センター)の百歳体操に伺いました!

老人福祉センター百歳体操同好会は、ひらりん(平野区老人福祉センター)で実施しています。完全入れ替え制の2部構成で、2部合計で60名ほどの方が参加されています。いきいき百歳体操前にみんなで「上を向いて歩こう」などの懐メロを歌い、生活の中での気分転換となるような工夫もされています。参加者からは、「体操に参加することで、生活にメリハリができる」や「ここに来ると、みんなから優しい言葉をかけてもらえる」などの声も聞かれました。平野区内のどの地域にお住まいの方でも参加可能です。ぜひご連絡ください!

**問合せ** 保健福祉課(保健活動)③④番窓口 ☎4302-9968

### 平野区内の学校園におけるSDGsの取組みを紹介!

【加美北小学校とパプアニューギニアの交流事業】

令和7年4月に大阪で開催される「大阪・関西万博」を契機に、地域住民と万博参加国の関係者が継続的に国際交流を実施するため、国が実施している「万博国際交流プログラム」を活用し、パプアニューギニアのソゲリ小学校と加美北小学校の交流が行われています。

この日はパプアニューギニア大使館から、モイへ公使、ワズアック一等書記官、さらに城西国際大学のサイモン教授が加美北小学校を訪問。パプアニューギニアの豊かな自然や、国旗にも描かれている「極楽鳥」をはじめとする珍しい動物を紹介頂くとともに、その自然を保持するための努力や施策なども教えて頂きました。

質問タイムでは、児童の様々な質問に答えて頂きました。「もっとも盛んなスポーツは?」には、「国技の13人制のラグビー」と答えられ、児童は13人制のラグビーがあることに驚いていました。

加美北小学校とソゲリ小学校は、お互いの学校でデザインしたものを元に、オンラインで一緒にかるたを作成し、実際にかるたをして交流するとともに、お互いの国の踊りをつたえあうことを計画しています。この活動が、これからの両校の様々な交流の懸け橋となることを期待しています。

**問合せ** 政策推進課(教育)⑳番窓口 ☎4302-9903

### ひらのく読書運動 翠星チークダンスのオススメ図書!

翠星チークダンスのお二人からオススメの図書を紹介します!  
今月は木佐くんオススメの「少女は卒業しない」です!

廃校が決まった高校の最後の卒業式の同じ日を舞台に、7人の少女の視点で描かれる物語。それぞれ独立した短編なのですが、読んでみると「これさっき出てきたあれのこと!」となって楽しいです。読者だけが神の視点で気づくことが出来るようになっています。僕はこの小説を高1で読んだんですが、高校生のうちに読んで本当に良かったと思っています。高校生は自分に置き換えられる状態で必ず読んでほしいです。卒業してからだと読んだ感情が変わってしまうと思うので、中学生はもう少し待ってね。

**問合せ** 政策推進課 ⑳番窓口 ☎4302-9683

### はくさいとくるみの和え物

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。くるみとごまの風味が香ばしい1品です。

材料(4人分)

- はくさい ..... 1/6個
- くるみ(炒り) ..... 20g
- まぐろ水煮缶詰 ..... 1/2缶
- すりごま ..... 大さじ1
- ごまだれ ..... 大さじ2

作り方

- ①くるみは砕いておく。
- ②はくさいは一口大に切り、ゆでて水気を絞る。
- ③②に水気をきったまぐろ水煮缶詰と①、すりごま、ごまだれを加えて和える。

●広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。広告掲載のお問い合わせは政策推進課(政策推進)⑳番窓口へ(☎4302-9683)