

12月3日～9日は障がい者週間です

障がい者週間は、みなさんに広く障がい者の福祉についての関心と理解を深めてもらうと共に、障がい者のあらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的としています。

12月3日(水)～9日(火)は 展示アート @自立支援協議会



区役所
1階で
お待ちしております！

平野区地域自立支援協議会
当事者部会会長
久保田 純一さん

障がいの真の理解へ 何かを感じていただくきっかけとなれば

『今年も障がい者週間に、平野区役所1階で「障がい者アート」と銘打った、「障がいはアートである」というテーマ・視点で、障がい理解について考えていきます。障がいを否定するのではなく、障がい者側から自分たちが使っている制度や気持ちなど、オープンにし、みなさんに知っていただくのが大事だと思っています。ぜひお会いしましょう!!』
バスケットボール用車いすなど障がい者スポーツ用具も展示します!

問合せ 保健福祉課(地域福祉) ③③番窓口 ☎4302-9857

平野区役所1階に 手話通訳者がいます

毎週水曜日 9:00～17:30

手話で区役所での手続きをお手伝いいたします。
手話が必要な方にぜひお知らせください。



手話通訳
みやざきさん

「手話のご案内や
手続きで手話通訳が
必要な時は、
お気軽に声をかけてく
ださい!」

平野区で安心して暮らせるよう・・・『お気軽にご相談を』

～ すべて 大阪市立心身障がい者リハビリテーションセンター(喜連西6-2-55)敷地内にあります ～

エルムおおさか (大阪市発達障がい者支援センター)

☎6797-6931

発達障がいのある方やそのご家族、関係機関の方のご相談をお受けしています。ご相談の際は事前にお電話でご予約ください。講座・研修・機関支援についてはHPをご覧ください。

大阪市南部地域障がい者 就業・生活支援センター

☎4305-3333

障がい者手帳をお持ちの人(手帳はないが悩める人)の「働くこと」に関わるご相談をお受けしています。「働き続けること」を一緒に考えます。
※求人の紹介のみのご相談は取り扱っておりません

平野区障がい者基幹 相談支援センター

☎6797-6691

障がい者やその家族等の地域における生活を支援するため、福祉サービスの利用援助、ピアカウンセリングや専門機関等の情報提供などを行っています。

株式会社ファミリーマート×平野区役所

平野区内の「こども食堂」を支援する「フードドライブ」事業がスタート

このたび、平野区役所では、株式会社ファミリーマートとのパートナーシップにもとづき、同社が実施する「ファミマフードドライブ」と連携し、平野区内のこどもの居場所の運営団体で組織する「平野区こどもの居場所ネットワーク」加盟の団体と協働して、こども食堂へ「食」の支援を行う「フードドライブ」事業を実施する運びとなり、令和7年11月11日に平野区役所において、ファミリーマート、こども食堂の代表者ご出席のもと、合意書・協定書の締結式を行いました。

この事業は、取り組みに賛同いただいた平野区内のファミリーマート16店舗に寄付ボックスを設置いただき、寄付いただいた食品を平野区内のこども食堂16箇所が引取りに伺い、活用するもので、ボックスは令和7年10月1日からすでに設置頂いております。



▲左から東中平野区長、株式会社ファミリーマート関西第2リージョン東大阪営業所 木下様、ウィズキッチン ウィズ学習会 杉田様、地域の居場所「ここのとりのタマゴ」 北野様

平野区役所では、この取り組みを通じて、こどもたちへの支援をより一層充実させ、誰もが地域で安心して暮らしていけるまちづくりを推進してまいります。

ファミマフードドライブの取り組みや実施店舗はこちらからご確認ください。



詳しくは
こちら

問合せ
保健福祉課(地域福祉) ③③番窓口
☎4302-9860



vol.19

ひらの百歳通信

「さくら」の百歳体操に伺いました!

「さくら」は瓜破にあるさざなみ会館で第2・4火曜日14:00から百歳体操を実施しています。今年で活動10年目となり、約15名の方が参加されています。「無理なく自分のペースで楽しむ」をモットーに「たくさん笑ってもらえる場所」として活動を続けてこられました。グループの雰囲気も笑いの絶えない楽しげな様子で、参加者の方からは「お話ができる友達が増えた」「ここに来るとみんながいるから体操しようと思える」といった声が聞かれました。百歳体操の他にもサポーターさんが中心になって、タオル体操や紙飛行機飛ばし、間違い探しなど、みんなでワイワイ楽しめる企画を開催しています。参加者の方に「最近あったいいこと」をテーマにお話ししてもらうこともあるそうです。

運動に自身のない方でも、楽しく参加できるのが「さくら」です♪
ぜひ百歳体操に参加してみませんか? ご連絡をお待ちしております!

問合せ 保健福祉課(保健活動) ③④番窓口 ☎4302-9968

ひらの百歳通信



HIRACHAN'S COOKING
作ってみよう!
ひらちゃんクッキング

鶏ときのこの フリカッセ

<1人分:445kcal>

作り方

- ① たまねぎ・生しいたけはうす切り、しめじは石づきを除き小房にわける。パプリカはへたと種を除き細切りにする。ブロッコリーは小房にわける。
- ② 鶏もも肉はそぎ切りにし、塩・こしょうをふり、小麦粉をうすくまぶす。
- ③ フライパンでバター大さじ1を温め、②を両面色よく焼き、一度取り出す。
- ④ ③のフライパンにバター大さじ1を足し、おろしにんにく・たまねぎを炒める。たまねぎがしんなりしたらパプリカ・しめじ・生しいたけ・ブロッコリーを加え、平らにならし、③を上のにせる。
- ⑤ ④にAを加え、蓋をして中火で6～7分加熱する。
- ⑥ ⑤に生クリームを加え軽く煮詰める。こしょうで味を調え、器に盛る。



生活習慣病予防の調理実習で実施した平野区食生活改善推進員協議会おすすめレシピを紹介します。

材料(4人分)

鶏もも肉	320g	バター	大さじ2
たまねぎ	1個	おろしにんにく	小さじ1
生しいたけ	4枚	水	1/2カップ
しめじ	100g	A 塩	小さじ1/2
パプリカ	1/2個	ローリエ	1枚
ブロッコリー	80g	生クリーム	1カップ
塩・こしょう	各適量		
小麦粉	大さじ1		