知ってください！民生委員・児童委員活動
～支えあう　住みよい社会　地域から～

「民生委員・児童委員の日」
活動強化週間啓発活動

毎年5月12日は「民生委員・児童委員の日」と定められ、5月12日から1週間は活動強化週間とされています。

民生委員・児童委員、主任児童委員は、厚生労働大臣から委嘱され、高齢者の訪問・見守り活動・支援が必要な方の相談活動や子どもや子育てに関する相談・援助など、安心して暮らせるまちづくりに向けた活動をしています。

平野区では、民生委員・児童委員の215名と主任児童委員の33名がそれぞれの担当地域で活動をしています。

昨年度は、5月16日に平野区役所玄関前にて、区役所に来庁される区民の方々に民生委員・児童委員活動を周知するためのチラシや啓発グッズの配付を行いました。

平野区内各地区での
地域活動に
民生委員・児童委員、
主任児童委員の皆様が
活躍されています。

※写真は過去に実施した啓発活動のものです

問合せ 保健福祉課(地域福祉)㉝番窓口　☎4302-9941

翠星 ひらのく読書運動
チークダンスのオススメ図書！

ちろるさん　木佐くん
平野区住みます芸人翠星チークダンス

翠星チークダンスのお二人からオススメの図書を紹介！
今月は木佐くんオススメの「答え合わせ」です！

言わずと知れた漫才オタクで、現在は吉本興業のお笑い養成所の講師やM-1グランプリ決勝の審査員も務めるNON STYLE石田さんが、自身の賞レースでの漫才についての考えをまとめた1冊。お笑いサークルの要領のいい大学生がこの本を読めばネタのレベルを上げることが出来るだろうし、M-1グランプリの予選の審査員やお笑いコンテストの審査員がこの本を読むと自分の中の審査基準や価値観が変わってしまうんじゃないかと思うような、芸人が頭の中でなんとなく思っていた漫才に対しての感覚を論理的に言語化した、まるで漫才への暴露本である。これまで芸人が執筆した漫才についての書籍はほとんど読んできたが、ここまで事細かに解説してある本はなかった。

「答え合わせ」
マガジンハウス新書
著 石田 明

問合せ 政策推進課　㉓番窓口　☎4302-9683

HIRACHAN'S COOKING
作ってみよう！
ひらちゃんクッキング

鶏肉と野菜の塩麹蒸し焼き
<1人分：150kcal>

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ご紹介します。
塩麹を使い、野菜の甘みを楽しむ一品です。

材料(4人分)

鶏肉(むね皮つき)	280g	にんじん	1/4本
塩麹	28g	大葉	2枚
キャベツ	200g	酒	大さじ2
エリンギ	中3本	水	大さじ2
パプリカ(赤)	1/2個		

※塩麹は麹に塩と水を加え発酵・熟成させた調味料です
商品により分量を確認してください。

目安／材料(重量)鶏肉10：塩麹1

作り方

①鶏肉は1cm幅のそぎ切りにし、ビニール袋に塩麹と一緒に入れて約10分間おいてなじませる。
②キャベツは2cm幅の短冊切り、エリンギは長さを半分に切り食べやすい大きさに切る。
　パプリカ(赤)はヘタを切って種をとり、せん切りにする。にんじんはせん切りにする。
③大葉はせん切りにする。
④フライパンに②をしきつめ、①の鶏肉をのせて酒と水を加え、ふたをして中火で蒸し焼きにする。
⑤野菜がしんなりしてきたら全体を混ぜ、ふたをして中火で蒸し焼きにし約3分たったら火を止める。
⑥皿に盛り、③を上に散らす。

---

vol.15
ひらの百歳通信

瓜破北連合集会所で実施している瓜北コスモスの百歳体操に伺いました！

瓜北コスモスは毎回、約60名と多くの方が参加されています。百歳体操だけでなく、ボランティアさんのご協力を得て、サザエさん体操や懐メロの唱歌なども行い、楽しい時間を過ごしています。

参加者からは、「自宅にいてはテレビを見るだけになってしまう。ここに来て体操と世間話ができるのが嬉しい!」という声が聞かれました。

瓜北コスモスの皆さんと一緒に百歳体操をしてみたい方は、ぜひ下記の問い合わせ先までご連絡をお待ちしています!

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 🔍

大阪・関西万博「大阪ウィーク」に西脇組のだんじりが登場します。

Osaka Week 春・夏・秋

大阪府・市を中心に府内市町村が一体となり、祭をキーワードに様々なイベントを展開する「大阪ウィーク」。5月9日(金)・10日(土)に開催される「大阪の祭り!～EXPO2025春の陣～」では、大阪の祭り文化を象徴するだんじり・やぐら・太鼓台など約40台がEXPOアリーナに大集合!平野区からは平野郷夏まつり「西脇組」のだんじりが参加します。

会場ではだんじり等の曳行や、中央の実演エリアでのパフォーマンスも実施される予定です。

平野の町で「脈々」と受け継がれてきた、勇壮で賑やかなだんじりが、大阪・関西万博の会場で日本中・世界中の人たちを盛り上げる姿をぜひ現地でご覧ください。

だんじりの実演時間など、平野区の参加情報についてはこちら▶

5面でも大阪ウィークなど万博の情報を掲載しています！

問合せ 政策推進課(教育)㉓番窓口　☎4302-9903

無料

400mL限定 献血にご協力ください

日時／5月30日(金) 10:00～12:00、13:00～16:30
場所／区役所 1階ピロティ
対象／18～69歳(男性に限り、17歳も可。65歳以上の方については、60～64歳の間に献血経験があること)
持ち物／献血カード
※初めて献血をされる方につきましては、本人確認ができるものをお持ちください
申込／不要
※献血Web会員サービス「ラブラッド」より事前予約すると粗品をプレゼント。
　また当日受付がスムーズです

詳しくはこちら▶

問合せ 保健福祉課(地域保健)㉜番窓口　☎4302-9882

●区の人口　184,647人　●世帯数　95,003世帯　[令和7年4月1日現在推計]