平成28年度「緑のあるまちづくり はじめよう緑のカーテン 城東区緑のカーテン推進事業」

緑のカーテン展示会作品募集！ 申込要 無　料

9月下旬に開催する展示会の作品を募集！

申込み▶所定の応募用紙または作品に住所・氏名・電話番号・緑のカーテンの場所・タイトル・一言コメント（レシピの場合は材料・作り方）を記入し、写真またはスケッチを貼付のうえ、下記問合せ先まで持参または送付してください。

※応募用紙は区役所に設置しています。

また、区ホームページ http://www.city.osaka.lg.jp/joto/page/0000348929.htmlからもダウンロードできます。

締切り▶8月31日（水）※当日消印有効

緑のカーテンの種の寄付をお願いします！

来年もっと多くの方々に緑のカーテンづくりに取り組んでいただくため、皆さんが収穫したゴーヤやヘチマ・あさがおの種を募集！集めた種は、緑のカーテンづくりに取り組んでいただける方へ来年の春に配布します。募「金」ならぬ募「種」にご協力をよろしくお願いします。

※必ず洗って乾かしてから、何の種かを書いてご持参ください。

とき▶8月17日（水）～10月14日（金）

ところ▶区役所1階ロビー

ゴーヤの種の取り方

1. 実が「緑」のときに収穫しないで放置すると「赤みのあるオレンジ色」になり「完熟」します。
2. しばらくすると実の先端が割れ、中から「赤いゼリー状の膜におおわれた種」が落ちてきます。
3. 種は、水洗いして赤い部分を落とし、ティッシュに包んで冷暗所で保管してください。

問合せ 区役所市民協働課（〒536-8510 中央3-5-45）☎6930-9042 FAX6931-9999

健康 JOTO ☆ ヘルスアップ教室 申込要 無　料

～輝くセカンドライフへの近道～

健康づくりに関する「知って得する」教室です！内容は「体幹をきたえて理想ボディ！」

「フットエクササイズ」「若々しく脳活性化」など健康運動指導士や医師による講話や運動、調理実習などです。このチャンスをお見逃しなく！詳しくは下記問合せ先まで。

とき▶9月7日（水）、14日（水）、21日（水）、27日（火）、10月5日（水）、12日（水）、18日（火）、26日（水）全8回

いずれも10:00～12:00

ところ▶区役所2階保健福祉センター集団検診室2

対象▶区内在住の方

定員▶30名（先着順）

申込み▶下記問合せ先まで

締切り▶8月26日（金）

問合せ **保健福祉センター保健福祉課（保健活動）**

☎6930-9968　FAX6930-9936

「ドラゴンボート漕船体験」・「ノルディックウォーキング」参加者募集！ 申込要

～第14回 城北川フェスティバル"漕いで、歩いて、楽しんで"～

とき▶9月11日（日）10:00～15:00　ところ▶関目東小学校・城北川遊歩道ほか

①ドラゴンボート漕船体験 無　料

（乗船時間：準備時間を含め約40分）

対象▶区内在住・在勤・在学で小学生以上の方（小・中学生は引率者要）

定員▶160名（多数抽選）

②ノルディックウォーキングin城北川

（初心者向け）

時間▶13:00～15:00

コース▶城北川遊歩道両岸約4.2km（関目東小学校前スタート）

内容▶レクチャー、ウォーミングアップ、実践運動、ストレッチ

対象▶区内在住・在勤・在学で小学生以上の方（身長130cm以上、小・中学生は引率者要）

定員▶30名（多数抽選）

費用▶500円（ポール持参の方は不要）

申込み▶往復ハガキに希望のイベント名・代表者の住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・参加者（ハガキ1枚につき、①は16名まで、②は2名まで）の氏名（ふりがな）・年齢を記入し、下記問合せ先まで。

締切り▶8月26日（金）必着

※当日撮影した写真は本事業のPRなどに使用します。ご了承ください。

その他楽しい催しも開催！　**詳しくは「ふれあい城東9月号」に掲載。**

問合せ **区役所市民協働課「城北川フェスティバル」係**（〒536-8510 中央3-5-45）

☎6930-9041　FAX6931-9999

HP http://www.city.osaka.lg.jp/joto/page/0000367097.html

「子育てするなら城東区」推進事業 一時保育あり

子育ての「あったらいいな」実現講座 申込要 無　料

子育て中の方同士、あなたの思いやりたいこと、おしゃべりしてみませんか。

とき▶①9月8日②9月15日③9月29日④10月6日

いずれも木曜日　10:30～12:00

全4回（9月8日のみの参加もOK）

ところ▶区民センター（中央3-5-45）

① 2階ホール　②③④ 4階中会議室

テーマ▶

①☆ママカフェ☆「あなたのあったらいいな」はなんですか♪（子連れOK）

②子育てスキルアップ

子育てに役立つ情報を共有しよう♪

③楽しい企画を作ろう♪

④みんなで話そう♪

子育てしやすいまち

対象▶子育て中の方

定員▶20名（先着順）

※9月8日のみ50名

パパと子どものなかよし応援講座 申込要 一部有料

子どもと触れ合って、もっとなかよしになろう！パパ友作りも応援します。

とき▶①9月24日②10月8日③11月12日④11月26日

いずれも土曜日　10:30～12:00

全4回（1回ごとの参加もOK）

会場▶クレオ大阪東（鴫野西2-1-21）

テーマ▶

①スポーツチャンバラで「わんぱく！パパ」

②アフリカの太鼓ジェンベをたたいて「のりのり！パパ」

③和の曲芸ミニ体験＆子育てトークで「パパ力アップ！」

④バナナのカップケーキづくりで「おいしい！パパのお気楽タイム」

対象▶男性保護者と3歳以上の子ども（子どもは複数参加OK）

費用▶④のみ材料費500円

定員▶各回20組（先着順）

上記いずれも、**一時保育あり**（0歳6か月～就学前対象 申込要 無　料）

申込み▶講座名（1回ごとに参加の場合はその回の題名）、住所、参加者氏名と年齢、一時保育の有無、子どもの氏名と年齢（ママカフェ・パパ講座の場合）、連絡先をメール・FAX・電話のいずれかで、問合せ先までお知らせください。

問合せ **大阪市教育振興公社 青少年事業課**　☎4963-3254　FAX6263-1444

kodomo-kirakira@kyoiku-shinko.jp

ごみ減量フェスティバル 申込要 無　料 「ガレージセール・イン・OSAKA TOWN」出店者募集

家庭で不用となった品物を有効活用するためのガレージセールを開催！

とき▶10月1日（土）10:30～14:30（雨天中止）

ところ▶大阪城公園　太陽の広場（中央区大阪城3）

出店資格▶営利を目的としない区内在住のアマチュアの方

出店品▶家庭で不用となった品物（出品できないものもあり）

募集数▶20店（多数抽選）

申込み▶往復ハガキに、住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号・出品するものを明記し、問合せ先まで送付してください。

締切り▶8月20日（土）必着

問合せ **城北環境事業センター**（〒538-0037 鶴見区焼野2-11-1）

☎6913-3960　FAX6913-3674

城東区中学生絵画・写真コンクール作品募集

申込要 無　料

「夢」をテーマにした絵画・写真を募集し、展示します。

なお、応募いただいた作品は「大阪市青少年指導員連絡協議会主催 絵画・写真コンクール」へ応募します。

対象▶区内在住・在学の中学生

申込み▶区内各市立中学校または区役所3階33番窓口へ（募集要項・申込用紙は区役所1階ロビーに設置しています）

締切り▶9月2日（金）

区役所での展示

とき▶9月5日（月）～21日（水）

ところ▶区役所1階ロビー

問合せ

各青少年指導員

jotokuseishi@gmail.com

または区役所市民協働課

市民活動支援担当

☎6930-9042　FAX6931-9999

区民ハイキング

申込要 有　料

日頃の喧騒（けんそう）を忘れ、四季ごとにさまざまな表情を見せる名瀑（めいばく）を見に行きませんか？

とき▶9月22日（木・祝）8:00

区役所西側よりバスにて出発（小雨決行・荒天中止）

ところ▶天滝（てんたき）（兵庫県養父市）日本の滝「百選」、森林浴の森「百選」

対象▶区内在住・在勤・在学の方

定員▶80名（先着順）

参加費▶中学生以上3,800円、小学生以下3,500円（昼食・湯茶は各自持参）

申込み▶参加費持参のうえ問合せ先まで

締切り▶8月20日（土）

※登山道（往復約2.4㎞）を歩くため、運動のしやすい服装でご参加ください。詳細は区役所1階に設置のチラシをご覧ください。

問合せ **大阪市コミュニティ協会城東区支部協議会**（区民センターに臨時出張受付窓口を設置します）

☎4255-6066　FAX4255-6088

「ふれあい城東」は71,000部発行し、8月号1部あたり発行単価（配付費用を含む）は約32.1円です。そのうち約4.2円を広告収入で賄っています。