

# YouTubeで見る防災

ジシン本サポーターによる  
防災動画公開中!

公開中の動画はこちら▶

## 【家具固定】

耐震マットを貼ってみよう



## 【トイレ対策】

災害時の自宅のトイレ活用術



## 【防災アイデア】

パラコードキーホルダーに0次(=いつも)の備えを



北区で想定されている大規模な災害に対し、いかに命を守り切るかを考える手がかりとして、北区役所と地域が協働してつくった『大阪北区ジシン本』。

ジシン本サポーターは、1人でも多くの区民の皆さんにジシン本が届くよう、一緒に普及活動をしてきている皆さんです。

ジシン本公式YouTubeでは、ジシン本サポーターによる防災動画を公開中です。身近な防災の取組を、一緒に実践しましょう。

問 地域課 ☎06-6313-9734 ☎06-6362-3823



# 大阪環状線~つながって60年~

大阪のまちを環状に結ぶ大阪環状線。今から60年前の1961(昭和36)年に全区間がつながり、「大阪環状線」として全線開業となりました。

JR西日本では、大阪環状線の歴史やまちの魅力を発信し、地域の皆さんに笑顔になっていただける取組を展開しています。

●大阪環状線60周年  
ロゴマーク等を飾った  
列車の運行

【期間】~12月下旬  
【掲出】大阪環状線、  
JRゆめ咲線の323系列車の  
先頭・最後部車両



60周年記念  
ロゴマーク

装飾デザイン

●大阪環状線の  
歴史をひもとく駅構内展示

【期間】~12月下旬  
【場所】大阪駅、京橋駅、鶴橋駅、  
天王寺駅、西九条駅など



JR西日本「おでかけネット」内の特設サイトもご覧ください▶

問 西日本旅客鉄道株式会社近畿統括本部  
☎06-7668-7012 ☎06-7668-7023



大阪環状線(イメージ)

# 「北区はたちのつどい」の開催について

令和2年度延期分: 令和4年(2022年)1月8日(土)

令和3年度分: 令和4年(2022年)1月9日(日)

※詳細は北区ホームページにてご確認ください

問 政策推進課 ☎06-6313-9743 ☎06-6362-3821

HPIはこちら▼



# SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

## 私たちのSDGs⑬

地球規模の環境問題や社会課題の解決も、まずは一人ひとりの小さな実践の積み重ねから。毎月、区内の様々な活動をお伝えします。

認定NPO法人健康ラボステーション



理事長の浦田千昌さん

## 笑って元気に長生きを 病気予防の情報を提供

時間がないから、病院が嫌いだから健康診断に行かない人に、気軽に自分の体調をデータでチェックする機会を提供したい。そんな願いを込めた「セルフ健康チェック」を柱に、講座、イベントなど様々な形で健康づくりの情報を発信しています。

理事長の浦田千昌さんは薬局チェーン運営会社に勤務していましたが、2005年に父親を肝臓がんで亡くしました。いたって健康で、多少の不調は「寝たら治る」「酒を飲んだら治る」が口癖だったのに、がんと分かってからわずか3週間、55歳でした。医療関係の仕事をしていたのに、なぜ、もっと早く気付かなかったのだろう……その悔いが、病気を未然に防ぐためのNPO設立の原動力となりました。

「セルフ健康チェック」は企業の会議室、商業施設など利用者に近いところへ出張して開催。体成分分析、骨密度、血流、コレステロール値、糖化度など12種類のメニューから選んで測定、データはその場でもらえます。イラストをあしらうなど見せ方に工夫があり、気になるところがあればスタッフの管理栄養士や薬剤師が利用者の生活に合わせた改善策と一緒に考えてくれます。



セルフ健康チェックの相談風景

NPOの会員には医師も多数。「病院では治療が中心になるので、私たちには予防を、との期待を感じます」と浦田さん。「病気の自覚症状が出る前に体調の変化に気づき、みんな笑って元気に長生きしてほしい」

「セルフ健康チェック」はコロナ禍で企業などでの開催はお休みしていますが、予約をすればカイセイ薬局OAP店の常設測定コーナーで受けられます。

### 【目標】 3 すべての人に健康と福祉を

あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する  
《SDGsチャレンジ》  
毎日、体重を測って記録してみよう

認定NPO法人健康ラボステーション  
天満橋1-8-30 OAPタワー1005号  
☎06-6948-8015(平日9:00~18:00)

●SDGsとは... 国連サミットで採択された17の「持続可能な開発目標」

健康ラボステーションHP▼



## 国立国際美術館

### 開放的な空間で 現代アートを気軽に

中之島の西側にある美術館です。現代アートにじっくり向き合くと、社会の多様性が身近に感じられます。

国立国際美術館は、1970(昭和45)年に開催された日本万国博覧会の「万国博美術館」の建物を引き継ぎ、1977(昭和52)年に開館。2004(平成16)年に中之島へ移転し、戦後の国内外の現代アートを中心に約8,000点を所蔵します。

世界的にも珍しい完全地下型の建物内部は、吹き抜けの天窗から光が降り注ぎ、心地よい開放感があります。地下1階は入場無料のパブリックスペース。ジョアン・ミロの壁画や、アレクサンダー・コルダの赤いモビールなどの常設展示が自由に楽しめ、誰でも利用できるミュージアムショップやレストランもあります。



地下2階から地下1階への吹き抜け。常設展示はパブリックスペースからも鑑賞できます

9/23(木・祝)まで特別展「鷹野隆大 毎日写真1999-2021」を開催中。ジェンダーやセクシュアリティなどをテーマに活動する写真家・鷹野隆大の、美術館での初の大規模個展で、ここだけの開催です。現在のスタイルを確立した1999年から最新作まで、約130点の代表作を時系列で紹介。「変化し続ける社会の多様性が、彼の思索の変遷とともに感じられます」と学芸員の中西博之さん。

金・土曜は夜間開館を実施。建物がライトアップされ、昼とは違った雰囲気味わえます。

時 10:00~17:00(最終入場16:30)、  
金・土曜は~20:00(最終入場19:30)

※月曜(祝日の場合は翌日、9/21は開館)、年末年始、展示替え期間は休館

料 特別展「鷹野隆大 毎日写真1999-2021」一般1,200円、  
大学生700円、高校生以下無料

問 国立国際美術館(中之島4-2-55) ☎06-6447-4680(代)

※新型コロナウイルス感染症の影響等により、臨時休館となる場合があります



お散歩気分  
でふらっと  
近所ミュー  
ジウム

Vol.5



「鷹野隆大 毎日写真1999-2021」より「赤い革のコートを着ている」2002年  
©Ryudai Takano, Courtesy of Yumiko Chiba Associates

国立国際美術館HP▼

