

第35回北区民カーニバル開催決定

今秋4年ぶり完全復活!!

「地域対抗の体育祭」と「区民まつり」の2部構成。子どもも大人も楽しみ、一緒に秋の祭典をつくりましょう! 詳細は「わがまち北区」10月号にて!! お楽しみに。

📅 10/15(日)9:30~16:00 📍 扇町公園(扇町1-1)

📞 (一財)大阪市コミュニティ協会北区支部協議会 ☎06-6315-1500

きてみて!ピアッツァ× キテミテ中之島2023

〜リボン環境ワークショップ〜

無料



地域コミュニティアプリ「ピアッツァ」で人気の「お譲り」を体験する「きてみて!ピアッツァ」と、駅からはじまるアートイベント「キテミテ中之島」がコラボレーション。リボン(再生)をテーマに環境を考えるイベントを開催します。

会場では、「みんないきものがたり絵巻」リボンアートワークショップや古着を使ったワークショップ、エコバッグづくり、フードドライブなども行います。

※「ピアッツァ」…利用者同士が、身近なイベントや日常の暮らしに関する情報交換、不用品のやり取りなどを通じて、地域密着型のコミュニケーションを促進するためのアプリ。子ども服のお譲り(1人2点まで)には、「ピアッツァ」のダウンロードが条件です

📅 9/30(土)11:00~15:00

📍 京阪電車大江橋駅改札外特設会場
(中之島2-1-40)

【協力】東北環境事業センター

詳細はホームページをご確認ください



北区 HP ▶ キテミテ中之島 HP ▶

📞 ●「きてみて!ピアッツァ」に関する
政策推進課 ☎06-6313-9907

FAX 06-6362-3821

●「キテミテ中之島2023」に関する
京阪電車お客さまセンター

☎06-6945-4560

平日9:00~19:00 土日祝9:00~17:00

企業、事業所等の皆様へ 「防災パートナー」登録のお願い



地震・風水害等大規模災害発生時に地域住民や行政機関と連携して防災・減災活動にご協力いただける事業所や店舗等が事前登録し、可能な範囲の協力を自らの意思に基づき行うものです。何か協力できないか?とお考えの方は、ぜひお問合せください。

📞 地域課 ☎06-6313-9734 FAX 06-6362-3823

第55回交通安全子供自転車 大阪府大会準優勝 西天満小学校

祝

子どもたちに、競技を通じて交通についての興味と関心を持ってもらうとともに、交通安全の知識と技能を身につけ習慣化を図ることで交通事故防止を目的とする、「交通安全子供自転車大会」。コロナ禍の影響により3年ぶりの開催となる今年、6月17日に開催された大阪府大会団体総合競技部門で、西天満小学校が準優勝しました。参加した市村さんは「大会で力を発揮するには、チームワークが大事。みんなのがんばりや、励ましの言葉が大きな支えになった」と言います。

自転車は身近で便利な乗り物ですが、乗り方を間違えると事故につながる危険性も。マナーを守り安全に運転することで、自転車による交通事故を防ぎましょう。



白線からはみ出さないよう、慎重に

力を合わせて頑張りました!

📞 政策推進課 ☎06-6313-9474 FAX 06-6362-3821

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

私たちのSDGs⑭

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。

エコプレッソ

テンセンス株式会社 代表取締役 林 真智子さん



美味しく、楽しく、食べられる器で 地球環境に貢献

クッキー生地で作られたエスプレッソ用のカップです。熱いエスプレッソを注ぐと、内側にコーティングされている砂糖が溶けて甘くなります。全て食べられてごみの出ないエコなカップは、夫婦二人で立ち上げたテンセンス株式会社が運営する「R・J CAFE」(天満3)で提供しているほか、イベント出店や企業コラボなどを行いながら、環境保護への意識を広めています。

「洗えば何回も使えるカップの方がエコなのは、という考え方もありますが、水が不足している国もあるし、洗うと水が汚れるという考え方もある。エコプレッソが、環境に優しいってどういうこと?と考えるきっかけになってくれたら」と代表取締役の林さん。プラスチックカップで提供されることもあるエスプレッソ。世界中で海洋ごみが問題視される中、「海を守るためにもエコプレッソ」という提案です。

老後は夫婦でジャズを聞きながらコーヒー店をやりたいと2012年、カフェをオープン。遊び気分で思い付いたエコプレッソが「面白い」「カワイイ」と、SNSで広がり大人気。2019年、アメリカへプロモーションに行った際、エコロジカルな部分が評価されます。紙ストローを使うなどのSDGsが気軽に、お洒落に行われているのを見て帰国後即、実践へ。規格外の野菜を近所の八百屋さんで安く分けてもらいランチで無料の味噌汁として提供したり、コーヒーかすをコンポストで発酵させ肥料にしたり。エコプレッソ基金を設立し、プラスチックフリーの活動を行う団体への寄付もしています。

より多くの人に食べてもらいたいとグルテンフリーのカップや、誰でも簡単にエコプレッソを作ることができる金型の「エコプレッソメーカー」も商品化しました。エコプレッソがより身近になることで、楽しく、お洒落なSDGsが日本にも根付いてほしいと願っています。



クッキー生地のエコプレッソ。1杯600円〜。2020年、ソーシャルプロダクツ賞とグッドデザイン賞をダブル受賞

R・J CAFE 天満3-2-1

R・J CAFE インスタグラム ▶



あなたの夢は? 継続と積み重ねの大切さを伝えたい



団体戦金メダル、個人戦銀メダルを手に。吉本大秀さん

北稜中学校(天満橋1)で、3年生の数学と進路指導を担当しています。今年5月、南アフリカで開催された世界ベンチプレス選手権に日本代表として出場、団体戦金メダル、個人戦銀メダルの成績を収めました。

ベンチプレスは体重による階級制のスポーツです。59kg級に属する吉本さんは加工食品やおやつをあまり食べない、暴飲暴食を避けるなど、日頃から体重管理を心掛けていることもあり、洋服を着ているとベンチプレスの選手とは分らないほどスリムな体つきです。

本格的に始めたのは20歳の頃。健康維持のために始めた筋トレがきっかけです。週に2~3回ジムに通って練習を続けていると、次第に重いバーベルを持ち上げることができるようになりました。専門のジムに通って本格的に指導を受け始めたのが26歳。「どんなスポーツでも、いい指導者から教えてもらうことが大切です。僕もフォームを一から直されました。バーベルの握り方や肩甲骨の使い方など、簡単なようで意外と奥が深いんです」

今回の世界選手権に出場するにあたり、学校の朝礼で『ミニ壮行会』が行われ、吉本さんがベンチプレスをしていることを全校生徒が知ることに。「反響がすごかったですね。生徒一人ひとりが応援の手紙を書いてくれて、とてもうれしかったのですが逆に、頑張らなきゃとプレッシャーになりました。このことをきっかけに進路指導などで、生徒と話しやすくなりましたね」

ベンチプレスは数学に通じる点があると感じています。コツコツと積み上げ、継続していくことの大切さを、自身の経験を踏まえ生徒に伝えていきたいと思っています。



アジアベンチプレス選手権大会(2018年・ドバイ)では、金メダルを獲得

北区の魅力は? 大川沿いの自然の豊かさ

夢・キタ・ひと ⑰

北稜中学校 教諭 吉本大秀さん