

令和7年 健康づくりひろげる講座 ～健康寿命を延ばそう!～

生活に役立つ「健康づくりについての知識と実践」を一緒に楽しく学んで、周りの人にもひろげてみませんか？

回	日程	内容	講師	回	日程	内容	講師
1	9/29 (月)	●開講式 ●『生活習慣病を予防しよう!』	保健師 ・ 医師	4	10/27 (月)	●『お家でできる運動をやってみよう♪ ～転びにくい身体づくり!～』	健康運動 指導士
2	10/6 (月)	●『口は健康の入り口! ～お口の手入れと健康づくり～』 ●『誰でも簡単! 健康的な食生活のコツ』	歯科衛生士 ・ 管理栄養士	5	11/7 (金)	●『笑って身体を動かして! 笑いヨガで心もすっきり!』 ●閉講式	笑いヨガ 講師 ・ 保健師
3	10/15 (水)	●『認知症予防と認知症のサポート について知ろう!』 ●『こころの健康のためには?』 ●『健康づくり推進協議会 (この花なでしこ会)の活動について』	このはな オレンジチーム ・ 精神保健福祉 相談員	フォロー アップ会 12/15 (月)		●『ボランティアの育成、 社会福祉協議会の役割について』 ●グループワーク 『みんなで話そう! 元気で長生きするために』	社会福祉 協議会 ・ 保健師

【時間】13:30～15:30 【場所】区役所3階 講堂C・D

【対象】区民の方で、5回受講可能な方(4回以上出席で修了証を発行します!)

【定員】15名(先着順・新規参加者優先) 【申込】9/12(金)までに下記問合へ電話または来所にて

【問合】此花区保健福祉センター保健福祉課②番窓口 ☎6466-9968



万博 TIMES Vol.4 会期前半のまとめ

7/13(日)で会期184日の半分を迎える今、前半の私の足あとを少し振り返ってみたいと思う。次にあげる数字、何だと思いませんか？(6/30(月)までの集計。)

① 1 1 3 4 8 2 ② 1 7 0 5 3 ③ 2 5 6 2 ④ 4 6

①私と息子で手分けして撮った写真の枚数の合計(1日あたり約170枚)。②私が会場で滞在した時間の合計。1日あたり約3時間35分。③入場までの待ち時間の合計(東ゲート)。1日平均に直すと約32分。私の体感的に待ち時

大阪・関西万博に毎日通うという「万博おばあちゃん」こと山田外美代(とみよ)さんのコラム。万博の思い出や今回の万博の見どころなどを語ります!

間が短いのは13:00から15:00、一方長いと感じる時刻は9:30から10:30。今後も対策を練っていかねばならない。

④全パビリオンの参観にかかった日数。

毎日会場に行くのは大変なこと。今一番大変なことは暑さ。日陰の少ない会場は本当に日差しが厳しい。皆さんも体調管理にはくれぐれもご注意を(自戒の念を込めて)。



毎週配信の万博コラムはこちら

区長だより

猛暑の夏!「何ができるのか?」考え、実行しませんか

今年は梅雨明けが例年より早く、猛暑日が続いております。ひと昔前の、暑いけれどもちやや扇風機で過ごせ、風鈴の音色に風情を感じる日本の夏はどこに行ってしまったのでしょうか。

今年の1月から2月にかけて国際的な調査会社が、日本を含む32か国で「気候変動に対する意識」について調査を行いました。それによりますと「自国で発生している気候変動の影響について心配している」と回答された方は日本では81%に上り、平均より7ポイント高い一方「個人が今すぐ気候変動に対処する行動をとらなければ、次世代の期待を裏切ることにな

る」と回答された方は、日本は40%と32か国中最低であったとのことです。

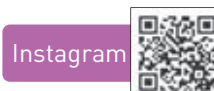
確かに自分の行動だけで、どうにかなる問題ではありません。しかし次世代のためにも気候変動は協力して止めなければならない問題と認識して、どうすれば良いのかを考え、そして実行していきたいものです。

SDGs目標13は「気候変動に具体的な対策を」です。大阪・関西万博の開催区として、SDGs先進区を目指しましょう!

此花区長 中島 政人



此花区SNSフォローお願いします!



大阪・関西万博
公式キャラクター
ミッキミックス
©Expo 2025

8月号は1日発行です。発行部数37,300部、1部あたり発行単価(配布費含む)38.9円(うち約2.7円広告収入)

【編集・発行】此花区役所政策共創課②番窓口 ☎554-8501 大阪市此花区春日出北1-8-4 ☎6466-9975 ☎6462-0942

【区役所の開庁時間】●平日(月～木)9:00～17:30 ●平日(金)9:00～19:00(一部業務)

●日曜開庁(毎月第4日曜日)(一部業務) 今月は8/24(日)です。