



歌の会

無料 要申込 先着順

講師の演奏に合わせて、童謡や懐メロ、歌謡曲などをみんなで楽しく歌いましょう。脳トレや歌体操も取り入れています。

日時 3月27日(水) 13時30分～15時

場所 浪速区老人福祉センター

対象 市内在住の60歳以上の方

定員 20名

講師 臨床心理士 山田 富美子さん

持物 水分補給のための飲み物

申込 来館(10時～)または電話(10時30分～)にて ※3月14日(木)から受け付け開始

問合せ 浪速区老人福祉センター

TEL 6643-0792 FAX 6644-6934

参加してみませんか?コミュニティ講習会

新しい春に楽しい仲間づくりしませんか?頭と身体の健康のためには、楽しい仲間との会話や身体を動かすことがイチバン!指先まで刺激をあたえて、毎日が充実する体験をしませんか?

Table with 5 columns: 太極拳教室, プリンズ先生の社交ダンス教室, リズミックエクササイズ教室, ヨーガ教室, 書道教室. Rows include 日時, 場所, 費用, 定員, 持物.

問合せ 浪速区民センター TEL 6568-2171 FAX 6568-3171

移動図書館 まちかど号巡回日

日時 3月19日(火) 11時10分～11時55分 場所 市営日東住宅2号館集会所前 (日本橋東3-5) 問合せ 中央図書館自動車文庫 TEL 6539-3305 FAX 6539-3336

3月開館カレンダー

Calendar grid for March with days of the week and dates.

開館時間 10時～19時まで 10時～17時まで 休館日 公衆無線LAN (Wi-Fi) サービスあり ※自習利用可

浪速図書館タイム

3月のイベント

無料 浪速図書館 会議室 申込 ★は来館または電話にて受付 zest浪速図書館HP

浪速図書館のおすすめ図書の紹介

病院のやめどき -「医療の自己決定」で快適人生-

和田 秀樹/著 朝日新聞出版 (大阪市立図書館書誌ID: 0014558046)

医師である著者が自身の生活や臨床現場での体験を振り返りながら、病院や医療との関わりを患者自身が考える必要性を述べます。アルコールに強い人や弱い人がいるように、健康診断の適正値も本来は個人差があり、一般的な数値を目指して服薬したがために副作用で動けなくなるとは本末転倒だ、と著者は指摘します。読みやすい文章で、具体例を挙げながら、現在の医学界、医師のありように鋭く切り込んでいます。自ら考え、治療を選択しようという提言に至る、率直な書きぶりが魅力です。 大阪市立図書館「あなたにこの本を!」より



今月の絵本の紹介

へんしん-すがたをかえるイモムシ-

桃山 鈴子/作 井上 大成/解説・監修 福音館書店 (大阪市立図書館書誌ID: 0015194166)

イモムシは、生まれてから何度も変身を繰り返した末、チョウになって飛び立ちます。長い道のりを見守るような語りは優しく、よいしょ、よいしょとがんばるイモムシを応援したくなります。柔らかく温かみのある色彩の点描画で、ナミアゲハ、モンシロチョウなど3種類のチョウの生態を、それぞれ細やかに描いています。巻末の解説も充実しています。



消防だより

問合せ 浪速消防署 TEL 6641-0119 FAX 6634-0119

忘れてはいけない3月11日

新年早々に能登半島地震が、2011年3月11日には東日本大震災が起こりました。この出来事を絶対に忘れてはいけません。

歴史上有名な随筆家の鴨長明の「方丈記」には地震の恐ろしさ、また人々は地震の恐ろしさを風化してしまうことが語られています。当時の地震は「文治地震」、津波の被害もありました。津波の様子を文章から抜粋すると、「海は傾きて陸地をひたせり」と表現しています。

人々は時間の経過とともに記憶が薄れ、風化してしまいます。天災は備えておけば被害を軽減することは可能です。

「備えあれば憂いなし」

今一度、皆さん「備え」を万全にしましょう。

警察だより

問合せ 浪速警察署 TEL 6633-1234 FAX 6645-5862

サポート詐欺にご注意を!

サポート詐欺とは、パソコンやスマートフォンなどを利用中「ウイルスに感染しました」「●●番まで電話してください」などの警告画面が突然現れ、表示された番号に電話をすると、ウイルス除去などのサポート費用を理由に、電子マネーカードの購入を要求され、現金などをだまし取られる手口です。

●防犯対策のポイント

- 警告画面や警告音が出ても慌てず、警察や消費者ホットライン「188(いやや)」などに相談する
表示された番号に、絶対電話をかけない
パソコンのキーボードの【Alt】を押したまま【F4】ボタンを押して画面を閉じる
パソコンやスマートフォンなどを再起動する
決して慌てずに、落ち着いて行動してください。

Table with 2 columns: 地区名, 犯罪発生状況(1月中). Rows include 難波元町, 立葉, 幸町, 塩草, 浪速, 大國, 敷津, 恵美, 新世界, 日東, 日本橋.