

にしなり我が町

2月号



編集・発行 西成区役所総務課 〒557-8501 大阪市西成区岸里1-5-20 ☎06-6659-9683 06-6659-2245

西成区役所
ホームページ



西成区 facebook
@nishinarikuyakusyo



西成区 X(旧Twitter)
@nishinarikucho



大阪市公式 LINE
@osakacity



No.333



第26回 西成区 生涯学習 フェスティバル

区内の生涯学習ルームや施設で開催されている
講座や教室など、たくさんの“学び”が集まるフェスティバルです！
子どもから大人まで、楽しく学んで交流しましょう。

日時 **3月3日(日) 10:30~15:30**

内容 舞台発表、体験コーナー、作品展示、
展示即売、バルーンアート、喫茶コーナーなど

場所 区民センター

※お願い 当日、受付で氏名を記入してください。

入場無料
(一部コーナーは有料)



問合せ 市民協働課 7階73番窓口 ☎06-6659-9734



にしなりクラシック ~春を彩るフレンチプログラム~

大阪フィルハーモニー交響楽団の練習場でもある
「大阪フィルハーモニー会館」での恒例の
オーケストラコンサートをお楽しみください。

指揮 松村 秀明 (管弦楽) 大阪フィルハーモニー交響楽団

日時 3月30日(土) 14:00開演予定(13:30開場)

場所 大阪フィルハーモニー会館(岸里1-1-44)

(注)大阪フィルハーモニー会館にはエレベーターが設置されていません。
車いす等の支援が必要な方は申込み時にお知らせください。

対象 小学生以上(未就学児入場不可) 定員 310名

販売期間 3月29日(金)まで

(予定枚数に達し次第終了。残席ある場合は当日券を販売)

入場料 一般2,000円、高校生以下1,000円(全席指定)

チケット購入先

・大阪フィル・チケットセンター

☎06-6656-4890(平日10:00~
18:00、土曜日10:00~13:00)

・ローチケ(<https://l-tike.com/>)

Lコード: 52843

問合せ 大阪フィル・チケットセンター

☎06-6656-4890

経済戦略局文化部文化課

☎06-6469-5174



曲目

ドビュッシー/小組曲、
サン＝サーンス/歌劇
「サムソンとデリラ」よ
り「バックナール」
デュカス/交響詩「魔法
使いの弟子」、ビゼー/
「アルルの女」第2組曲
ほか

バランスよく食べて 元気になろう!!

『栄養バランスのよい食事』は、死亡のリス
クを低下させると言われています。
1日2回以上、『主食・主菜・副菜』
がそろったバランスの良い食事を
し、健康で長寿をめざしましょう。

レシピコンテスト入賞作品は『簡単で栄養のバランスがよい』レシピです。



大阪市食育推進
キャラクター たべやん

超簡単 栄養バランス満点の
彩りうどん
(電子レンジで短時間調理)

調理時間 5分

材料 一人分

うどん 1玉 コーン(缶) 20g
レタス 1枚 ごまドレッシング 大さじ1
ミニトマト 3個 味付けのり 2枚
ツナ(缶) 30g



作り方

① うどんは水でほぐし、丼ぶりに入れラップをし、電子レンジ(600W)で約2分加熱する
② ①の上に、一口大にちぎったレタス、ごまドレッシング、ツナ、コーン、ミニトマト、細かくちぎった味付けのりを盛る

栄養価

エネルギー 486 kcal 食塩相当量 3.0g

問合せ 保健福祉課(地域保健) 2階21番窓口 ☎06-6659-9882

広告に関する一切の責任は広告掲載者に帰属します。また、大阪市が推奨するものではありません。

広告掲載のお問い合わせは総務課(7階72番窓口☎06-6659-9683)へ

広告

無料 申込不要 手話通訳あり

西成区の在宅医療と介護連携推進を 考える講演会

日時 2月14日(水) 14:00~16:00

場所 西成区民センター ホール

講師 医療法人綾正会 かわベクリニック
院長 川邊 正和先生
看護師 川邊 綾香先生

定員 100名

問合せ 保健福祉課(地域保健)

2階21番窓口 ☎06-6659-9882

講演 人生会議

一西成で最期まで
自分らしく
「生ききる」ために一

区役所
開庁時間

平日(月~金) 9:00~17:30
毎週金曜(祝日を除く) 19:00まで窓口サービス課、保健福祉課(地域福祉・介護保険・子育て支援)の一部業務
第4日曜 9:00~17:30 窓口サービス課(住民登録・戸籍、保険年金)の一部業務

詳細は電話またはホーム
ページでご確認ください
☎06-6659-9986

