



にしょど

にょん

イベント情報局

子ども・子育てプラザや西淀川図書館、にょんステーションなどで行われているこどもを対象としたイベント情報は、こちらからご覧いただけます。ぜひ一度、のぞいてみてください。

エコクッキング

大阪市では第3次大阪市食育推進計画で、「食品ロス削減のために、何らかの行動をしている市民の割合の増加」を目標にかかげています！

調理実習をしながら食材の無駄を減らしたり、栄養満点の和食料理を作るコツを学びます。出汁をとった後のかつお節と昆布の減塩佃煮の作り方は必見！

日時

3月2日(木) 10:30～13:00

場所

区役所3階 栄養講習室

内容

講話「食品ロスについて」
調理実習・試食「大豆ごはん・鶏肉のけんちん焼き・青菜のきなこ和え・すいとん汁」

対象

区内在住の方

定員

先着8名

費用

調理材料費 1人500円(当日徴収)

持ち物

エプロン、三角巾、マスク、タオル、飲み物

申込

2月7日(火)より、電話または区役所2階25番窓口で受付

締切

2月21日(火)

共催

西淀川区食生活改善推進員協議会「さざんか」

開催

保健福祉課 健康推進グループ 2階25番

TEL

06-6478-9882

健康体操をしよう!&ミニ講演会

あなたも健康づくりのきっかけにしませんか？一緒に「にょん健康体操」をしましょう！

日時

2月27日(月) 10:00～11:00

場所

区役所5階 会議室

内容

ストレッチ体操、にょん健康体操

対象

どなたでも

持ち物

軽い運動ができる服装でお越しください
マスクの着用にご協力をお願いします

開催

保健福祉課 健康推進グループ 2階25番

TEL

06-6478-9882

令和4年度 第14回区民駅伝大会&第8回親子ミニマラソン

日時

2月19日(日) 12:00～16:00
雨天の場合中止

場所

西淀公園、大野川緑陰道路

お願い

本イベントは緑陰道路の自転車道路を使用します。ご通行の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご協力いただきますようお願いいたします。自転車で行く際には、緑陰道路横の一般道路をご利用ください。※参加申込み受付は終了しています。

開催

大阪市西淀川区民会館

TEL

06-6471-9217

朗読会 - 耳から広がる本の世界 -

音響・照明を交えた朗読による一味違った文学鑑賞会です。

日時

2月25日(土) 14:00～15:30

場所

西淀川図書館 多目的室

講師

朗読ユニットRiy(リー)のみなさん

対象

中学生以上

定員

25名(先着順)

申込

来館または電話にて受付

開催

西淀川図書館

TEL

06-6474-7900

子育て応援講座「産後ママのボディケア」参加者募集!

バレエストレッチからエクササイズと魅力いっぱいのプログラムを用意した全2回の講座です!ぜひ日頃のリフレッシュも兼ねて、赤ちゃんと一緒に参加しませんか。

日程	時間	テーマ
2月15日(水)	13:30～15:00	バレエストレッチでリラックス
2月22日(水)		赤ちゃんと一緒にエクササイズ!

場所

区役所 2階 集団検診室

対象

講座開催時点で生後4～7か月までのお子さんとそのお母さん(区内在住の方)

定員

各回15名(先着順・要予約)

持ち物

筆記用具、タオル、飲み物等
動きやすい服装でお越しください。

申込

電話または区役所2階25番窓口で受付

開催

保健福祉課 健康推進グループ 2階25番

TEL

06-6478-9968

大人水泳教室

泳ぎに自信がなくても大丈夫!!指導員がペースに合わせて段階的に指導を行い、皆さんのサポートをします。

場所

大阪市立西淀川屋内プール

日時

火～金／11:00～12:15
火～金／19:00～20:15
土／18:00～19:15

対象

16歳以上

費用

3,080円/月(別途施設利用料が必要)

持ち物

水着、スイミングキャップ、ゴーグル、バスタオル、受講料2か月分、ゆうちょ銀行の通帳、同届出印

続けられるか不安な方に朗報!無料体験を実施しています♪詳しくはお電話または3階受付までお越しください!

開催 大阪市立西淀川屋内プール TEL 06-6474-9940

就職活動支援セミナー

日時

①2月8日(水) ②2月22日(水)
どちらも14:00～15:30

場所

どちらも 区役所3階 301会議室

内容

①応募書類作成セミナー
②面接対策セミナー

定員

各8名(先着順)

申込

申込先へ来所またはお電話にて申込

開催

ハローワークin西淀川

TEL

06-7668-0150

※中止の場合はハローワーク梅田から電話連絡いたします。

越境EC ビジネスマッチングDAY

来場者募集

越境ECで海外に販路を拡大したい中小企業と、越境EC事業者とのマッチングイベントです。越境ECサービス各社との具体的な商談のほか、各社が実施するミニセミナー等により、越境ECサービスの情報収集にもご利用いただけます。海外販路開拓に興味のある方はぜひご来場ください。

日時

3月15日(水) 11:00～18:00

場所

大阪産業創造館 3階・4階

対象

越境ECを通じた海外販路開拓に興味のある中小企業

申込

大阪産業創造館予約サイトよりお申込ください。※お申込にはユーザー登録(無料)が必要です。

締切

3月14日(火)

主催

大阪産業創造館

詳細はこちら

開催

大阪産業創造館イベント・セミナー事務局

TEL

06-6264-9911

メール

ope@sansokan.jp

西淀川区民ハイキング

日時

3月19日(日) (雨天中止)

場所

箕面の滝・ビジターセンター方面

集合

午前10時に、阪急電鉄「箕面駅」集合・時間厳守

対象

区内在住・在勤の方
(小学校4年生以下は保護者同伴)

費用

一般1人500円／中学生以下1人300円
(保険料・参加費等)※当日現地徴収

締切

2月28日(火)

申込

住所・氏名・電話番号(携帯)・年齢を明記のうえお申込みください。

①郵送・ファックス・持参
〒555-0032 大阪市西淀川区大和田2-5-7
大阪市立西淀川区民会館
TEL 06-6471-9217 FAX 06-6471-6694
〒555-0012 大阪市西淀川区御幣島3-13-3
大阪市立西淀川マルモット区民ホール
TEL 06-6472-6000 FAX 06-6472-4006

②メール
✉ nishiyodosports@gmail.com
開催 大阪市立西淀川区民会館
TEL 06-6471-9217
[主催] 区体育厚生協会・区スポーツ推進委員協議会
[協賛] 区子ども会育成連絡協議会 [協力] 区役所

社会福祉講演会(映画上映会)

定年後に訪れる「熟年の青春＝熟春」を明るく迎えるために人生整理に動き出す家族の騒動をコミカルに描いた作品「お終活 熟春!人生、百年時代の過ごし方」の上映です。お申込のうえ、ぜひご参加ください。[キャスト] 水野勝、橋爪功、高畑淳子、剛力彩芽 他

日時

3月11日(土) 14:00～(受付開始13:30～)

場所

西淀川区民会館(エルモ西淀川)
(大和田2-5-7)

対象

区内在住・在勤の方

定員

200名(先着順)

申込

2月13日(月) 9:30から来所・WEBフォームまたはファックス
(FAX 06-6478-2945)

開催 西淀川区社会福祉協議会 TEL 06-6478-2941

人間研究所ころラボと西淀川区役所との共創事業

子ども漫才教室

in 西淀川区役所

日時

2月19日(日) 17:00～18:00

場所

区役所 5階

対象

小学校1～6年生

講師

スキンケア大学・横山チョップ

申込

メールにて申込(住所、氏名、学年、連絡先を明記)

参加者全員に景品をお渡しします♪

開催

人間研究所ころラボ

メール

cocorolab@gmail.com

詳細はこちら

ステキなとなりのお節介さんに認定バッジをプレゼント!

身近にこんな人がいたら、ご紹介ください!

人知れず、公園などの掃除や樹木・花壇の世話をしている人

子どもの登下校の見守り活動を自主的にしている人

行事や地域の活動の応援をしている人

地域の気になる人の見守り、声かけ、ちょっとした手助け(ごみ出し、買い物など)をしている人

紹介(推薦)方法

西淀川区社会福祉協議会へWEB・FAX・窓口にて紹介してください。
詳しい推薦方法はこちらから

開催

西淀川区社会福祉協議会 地域支援担当

場所

千舟2-7-7

TEL

06-6478-2941

FAX

06-6478-2945

4

おもしろいことについて考えよう
【インターネットと人権】

インターネット上においては、匿名による書き込みが可能なことを悪用して、個人の名誉やプライバシーを侵害するなど種々の人権問題が起きています。インターネットを正しく使用し、人権侵害をなくすことが必要です。