

# 夏休み・健康&食育フェスタ2017

スタンプラリーへの参加  
【粗品進呈】  
先着200名様

## 子どもも大人も“楽しく健康・おいしく食育”

健康と食について、誰でも楽しく体験し学べるイベントが今年もやってくる!  
これを機会にあなたも健康づくりに取り組んでみませんか?

**日時** 7月28日(金)11:00~15:00(最終受付14:30)

**場所** 区役所1階区民ギャラリー・2階検診スペース

**内容** おやこで作ろうおやつクッキング、血管年齢測定、脳年齢測定、健康セミナー、ミニボウリング、結核健診ほか

◆骨量検査もやっていますよ!

参加費無料

**受付時間** 10:30~11:30 **場所** 区役所5階

※親子でHAPPYエクササイズの参加者以外の方もご利用いただけます。どなたでもお気軽にどうぞ!

**問合せ** 保健福祉課(健康づくり)2階22番 電話6308-9882

▶おやつクッキング



▲楽しい小物づくり



▲パネル展示で健康博士!

同時開催

## 親子でHAPPY♪ エクササイズ&骨量検査

参加費無料

健やかに美しいママをめざしてお子様とHAPPYに体を動かしましょう♪骨量もチェックできますよ。

**日時** 7月28日(金)10:30~11:30

**内容** 親子エクササイズ、骨量検査(希望者の方)

**場所** 区役所5階 501~504会議室

**対象** 区内在住の幼児のお子様と養育者50組(先着順)

**講師** 健康運動指導士

**申込** 7月6日(木)9:00から電話にて受付  
※保育はありません

**問合せ** 保健福祉課(健康相談)2階21番  
電話6308-9968



## 夏休み・おやこ食育教室

参加者募集

夏休みのひとときを、おやこクッキングで過ごしてみませんか?

**日時** 7月31日(月)または8月3日(木)

**10:30~13:00** ※両日とも同じ内容です。ご希望の日にちを教えてください。

**内容** 食育のお話とクッキング

野菜たっぷりカレー、コーンスープほか、メニュー(予定)小学生でも楽しく作れるメニューです。  
※卵・乳製品・小麦粉が含まれます

**場所** 区役所2階 集団検診室・栄養指導室

**対象** 区内在住の小学生と保護者

**定員** 各回16組(申込先着順)

**費用** 調理材料費として1人400円(小学生以上)

**持物** エプロン・タオル・飲み物・筆記用具

**申込方法** 7月5日(水)9:00から電話で(締切:7月14日)

**問合せ** 保健福祉課(健康づくり)2階22番 電話6308-9882



## やってみよう、防災!

できていますか? 災害への備え

### 災害が起こっても、まずは「在宅避難」!

大阪市には、それぞれ役割に応じた避難場所がありますが、災害が起こった後でも、自宅等で寝泊まりできる状態であれば、「在宅避難」していただくことになります。「在宅避難」ができるよう、家具の固定や食糧の備蓄等、日ごろからの備えを行ってください。なお、津波警報や大津波警報が発令されたら、速やかに強固な建物の3階以上に避難してください。

### 防災マップをチェック!

平成29年1月号のよどマガ!に防災マップが掲載されています。お近くの災害避難場所等をご確認ください。防災マップがお手元がない場合は、区役所でお配りしている他、ホームページからもダウンロードできます。[淀川区 防災マップ](#) [検索](#)



**問合せ** 市民協働課(まちづくり)4階41番 電話6308-9743

### 編集後記

淀川区と言えばやっぱり淀川! と言うことで取材を兼ねて雄大な淀川を写真に収めるべく自転車に乗って河川敷を行ったり来たりで初夏の陽気の中3時間...日焼けで両腕は真っ黒に。身体を張った撮影でしたが淀川の雄大さを全然捉えきれず! 精進します... (広報担当: 松本)



▲今回の収穫。しかも撮影場所は北区だった(笑)

