

S 1 淀川区のユニークな…

このコーナーでは、淀川区役所の特色ある取組をご紹介します。

1. 「いきいき百歳体操を 展げる講座」を開催！

平成 29 年 10 月 4 日から 12 月 15 日までの
3 か月間計 8 回講座が開催され、最終日には 6 回
以上出席した 14 名に修了証が授与されました。

いきいき百歳体操を中心とした健康づくりに関
する講義を受け、実際、地域で開催されている
いきいき百歳体操の会場へ行き、運営についての
苦労話、参加者の感想などを聴き取り、講座の中
で情報交換をしました。



参加者からは「吹き矢で健康づくりでは童心
に戻り必死になった」「いきいき百歳体操で足腰
がしっかりしてきた」「調理実習で作ったメ
ニューを自宅に帰ってすぐに作った」「自分の地
域だけでなく他の地域のいきいき百歳体操の状
況がよく分かった」などの声が聞かれました。

皆様がご自身の健康づくりを通して地域や修
了者会（ほほえみ会）などでいきいきと活躍され
ますことを楽しみにしています。

2. 北野高校生が赤い羽根 共同募金活動に協力！

毎年 10 月～12 月は「赤い羽根共同募金」の
募金活動を行っています。

今回初めて、大阪府立北野高校の生徒の皆様
が、体育大会や文化芸術祭の場で来場者の方々に
共同募金へのご協力を呼びかけてくださり、合計
で 32,365 円もの募金が集まりました。



また、山本淀川区長へ募金の贈呈式が 12 月
22 日の全校集会で行われました。硬貨がぎっ
しりつまった募金箱を受け取り、生徒の皆様の
活動の重みを感じました。

贈呈式後は、生徒自治会執行部の生徒の方々
と区長との意見交換会が行われ、「区役所と市
役所の役割の違いは？」「十三駅近くに高校生
が楽しめる場所があるといいです」といった質
問やご意見をいただきました。

3. 学校協議会委員研修 with 淀川区住みます芸人「職人」

今回の研修はロールプレイゲーム形式で、「シムシティ」ならぬ「SIM 学校協議会」と題し、われらが「職人」のお2人をお迎えして実施。

「校長先生と教頭先生の役を実演してほしいんですけど」というむちゃくちゃなお願いにも快く答えてくださった職人さん。唐突なフリにもしっかりボケて返してくれたり、全3回なのに毎回違うネタを披露してくれたり、さすがブ



口のお仕事を見せてくれました！研修後のアンケートでは、「職人さん楽しい研修をありがとう」「こんな有意義な研修なかなかない」「難しい内容を柔らかく伝えていて良かった」など、うれしいお言葉がズラリ。

区民の皆さんに、学校に関わる活動の面白さを知ってほしいという気持ちで、なるべく面白がってもらえる研修になるよう工夫しましたが、職人さんのおかげでいつもより伝わったようで、うれしいですね。職人さん、ご参加のみなさん、本当にありがとうございました！

4. 認知症予防講演会を 開催しました！

2月3日（土）に区役所で「今日から始めたい認知症予防生活」を開催。定員を上回る申込みがあり、当日140名が参加されました。

講師の大阪府済生会中津病院老年内科部長の高田俊宏先生から「認知症予防のために“脳の予備脳”をあげること。そのためには生活習慣を見直し、糖尿病、高血圧、不整脈などの早



期発見と治療、食事、運動、地域交流などを行うことが大切」と分りやすくお話をいただきました。

熱心にメモを取っておられる方や、「運動を続け、食事でも偏らず出来るだけ自分で作って健康に気をつけたい」など前向きな意見も聞かれ、予防や対応に関心が高い方が多かったです。自分のため、家族のため、大切な方のために今から脳を守る健康づくりに取り組んでいきましょう。