

health promotion  
健康

チカツキョウ

# 地活協ってなあーに? 冬こそ健康第一! 百歳体操!



寒い冬は特に「元気でいよう!」と皆さんが心がけている時期ではないでしょうか?

いつまでも健康であるために、65歳以上の方を対象に「百歳体操」が各地域で開催されています。「百歳体操」は1人ではなく、みんなでお互い声をかけあいながら、楽しみながら続けていくことができます! ぜひお気軽にご参加ください!



加島地域移動販売のことは加島・三津屋地区文化センターまで  
☎6300-5577

## 加島・三津屋地区文化センターの百歳体操に遊びに来たよ!

👋 こんにちは。みんな体操楽しそう!

👋 体も口も動かしてすっきりするわ〜(笑)。普段あまり外に出えへんから、ここで友達とおしゃべりするのも楽しいよ。あと、外は寒いし、わざわざ歩きに出るのもしんどいし、買い物する場所もこの辺はあまりないしね…。

👋 そっかあ…でも最近加島地域には移動販売も来るんじゃないかっけ?

👋 そうやねん。加島地域では毎週火曜と金曜に地域内の何か所かにトラックが来てるねんて。ちょっと歩いて行ってみよかな。

👋 うんうん、歩くのも良いつて保健師さんからも聞いたよ!

👋 じゃあ百歳体操も、普段歩くのもぼちぼち頑張るわ!

問合せ 市民協働課(まちづくり)4階41番 ☎6308-9734 / 淀川区まちづくりセンター 区役所4階 ☎6309-5656  
【百歳体操】保健福祉課(健康相談)2階21番 ☎6308-9968

淀川区住みます芸人  
職人の

## 職人奮闘記

淀川区住みます芸人「職人」が、笑いあり、スベリありの奮闘記と共に淀川区各地域のイベントをレポートします!

### 第8話 「餅つき職人の巻」

新東三国地域で餅つき!!



M-1グランプリ王者  
ミルクボーイさんと職人

こんにちは! 職人のこーぞーです!

今年度もたくさんの餅つきに呼んでいただきました! 漫才よりも餅つきの方が上手いという声もチラホラ…笑

先日、天王寺区住みます芸人のミルクボーイさんがM-1グランプリで優勝されました! 僕達も淀川区住みます芸人として淀川区の皆さんに勇気と元気を与えるような1年にしていきたいです!

## 区民伝言板 を使ってみよう!

区民の皆様の自主的な活動を応援し、区民活動の広がり支援するため、「区民伝言板」の掲載を3月号から開始します! 掲載原稿を大募集!

掲載希望月の前々月の25日必着の郵送・メール・持参でお申し込みください。(応募多数抽選)

(問合せ及び申込先)  
〒532-8501 淀川区十三東2-3-3  
淀川区役所政策企画課「区民伝言板」あて  
☎6308-9404 (電話での申し込みはできません)  
✉dengonban@city.osaka.lg.jp (掲載例)

「区民伝言板」のホームページはこちら⇒



〇〇ボランティア会員募集  
毎週水曜日/××社会福祉会館/  
どなたでも/会費なし  
△△☑〇〇〇〇@××××

編集後記

今月号から「よどマガ!」をリニューアルしました。これからも淀川区民の皆さまに、より親しんでもらえる誌面を目指して頑張ります。3月号から掲載予定の新コーナー「区民伝言板」のご利用もお待ちしております。詳しくは上をご覧ください! (広報担当:松本)



▲これからも「よどマガ!」をご愛読くださいますようお願いいたします。



# 今月のイベントピックアップ!

**時間** 13:30~16:30  
(受付13:00~)

**場所** 区役所5階会議室

**対象** 区内在住・在学・在勤の方  
※席数に限りがありますので、空席状況を必ず事前にお問合せください

**問合せ** 保健福祉課(保健福祉)  
3階32番  
☎6308-9857

**時間** 10:30~11:30

**場所** 子育て健康づくり情報コーナー  
(区役所2階23番横)

**対象** おおむね生後6か月~  
3歳未満のお子さまと保護者

**問合せ** 子育て支援室  
2階23番 ☎6308-9939

### 2月イベントカレンダー

3月	市営住宅「申込みのしおり」 配布開始 ▶P5
5水	区民ギャラリー 地域福祉ビジョンや 見守りネットワーク強化事業 周知・啓発展示(〜8日※)
13木	ほじょ犬講演会
17月	税の申告開始 ▶P17
19水	区民ギャラリー 里親パネル展(〜3月3日※) ▶P5
21金	男性のための ヘルシー料理教室 ▶P6
23日	日曜開庁日 ▶P6
25火	ゆめちゃんハッピールーム

### 3月イベントカレンダー

2月 区民ギャラリー申込み受付 ▶P6

時間 9:00~9:15  
場所 区役所5階

ゆめちゃんハッピールームの  
詳しい情報はこちら

### 地域の防災訓練情報

**塚本地域避難所開設訓練**  
塚本小学校  
2月9日(日)9:00~  
避難所開設訓練のため一般参加はなし

**新東三国地域避難所開設訓練**  
新東三国小学校  
2月15日(土)9:00~  
避難所開設訓練のため一般参加はなし

**加島地域防災訓練**  
加島小学校  
2月16日(日)9:00~  
どなたでも参加できます💡

**新高地域防災訓練**  
新高小学校  
2月29日(土)8:30~  
どなたでも参加できます💡

**宮原地域防災訓練**  
三国本町公園  
3月1日(日)10:00~  
どなたでも参加できます💡  
※餅つき大会同時開催

**三津屋地域避難所開設訓練**  
三津屋小学校  
3月8日(日)9:00~  
避難所開設訓練のため一般参加はなし

## やまちゃんの「こそろ」



### 特殊詐欺許すまじ!

今月号は特殊詐欺を中心とした防犯を特集しています。防犯関係の大会等のあいさつで、淀川警察署の太田署長が「お年寄りの懐を狙う特殊詐欺は本当に悪質だ。老後の貯えを奪われることももちろんだが、だまされてしまったことで、子どもや周囲から直接に責められなくても、お年寄り自分で自分のことをひどく責めてしまう。直接身体に手は下してなくても、お年寄りの心を殺してしまうのも同然だ。絶対に許してはいけない!」と熱く語られていて、本当にその通りだと感じています。

区防犯協会の女性部長さんたちによる「プリティオーバンズ」の防犯啓発寸劇ではATMで振り込ませる手口、封筒でキャッシュカードをすり替える手口などを分かりやすく実演してくれるので一人でも多くの方に見てほしいなと思います。

淀川区役所では、淀川警察署、区社会福祉協議会と三者協定を結び特殊詐欺撲滅に向けて取り組んでいます。効果的な啓発についてアイデアがあれば、ぜひご提案ください。

さて、今月号から「よどマガ!」は増頁し、レイアウトを変えてより読みやすしたり、新コーナーを設けたりしたのですが、ご感想はいかがでしょうか?その代わりに新たに広告を入れ、今まで裏表紙に載っていたこのコラムも前の頁に引越しました。場所は変わっても、これからもご愛読よろしくお祈りします!

▶警察署長・消防署長・区防犯協会の皆さん達と。いざ歳末警戒に出陣!

