区役所職員の豆知識リレー 22人目

いきいき百歳体操を始めてみませんか？

おもりの重さは選べるんですよ！

保健福祉課
今福係員

皆さん、90歳を超えても、筋力・運動能力は上がることをご存じですか？元気ではつらつとした生活を送るために、いきいき百歳体操を始めてみませんか？いきいき百歳体操とは、おもりを手首や足首につけて、座って行う運動です。バランス能力も高まり、転倒しにくい身体になるので、骨折や、寝たきりになることを予防できます。肩の痛みがなくなった、杖が必要なくなったなど、効果を実感されている参加者の皆さんの声もたくさん届いています。皆さんで楽しく始めてみませんか？

お住まいの地域でいきいき百歳体操が開催されていますので、開催場所や日時についてはぜひお問合せください！

いきいき百歳体操の動画はコチラ▶

問合せ 保健福祉課（健康相談）2階21番　☎6308-9968

マイナンバーカード 出張申請窓口開設キャンペーン

対象 市内在住でカードをはじめて作成される方

予約 問合せ ☎06-4400-1856
9:00～20:00
（年末年始を除く）

WEB予約はこちらから▶

1月の会場（時間 10:00～16:00）

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	1/8
9	10 図	11 図	12	13	14	15
16 淀	17 淀	18 淀	19 区	20	21	22
23 ゆ	24 ゆ	25 ゆ	26 区	27	28	29
30 新	31 新					

ゆ ゆめっせ新大阪センイシティー（西宮原2-2-2）
淀 淀川区民センター（野中南2-1-5）
区 淀川区役所6階（十三東2-3-3）
新 新北野福祉会館（新北野2-10-23）
図 淀川図書館（新北野1-10-14）

写真撮影無料！
カードは郵送でご自宅へ！

淀川区住みます芸人 バッハの休日の呑気な休日

第7日目「初めてサインを書いた！」の日

サインをかけて真剣勝負！

水島健太です。11月13日に新東三国秋まつりに行ってきました。僕らMCで50人くらいの小学生と豪華景品をかけてジャンケン大会をしました。

子どもたちの中での豪華景品は、Switchと思ったらしいです。(笑)「豪華賞品はバッハの休日のサインです!」と言うと、少し残念な顔をしていました。期待させてごめんなさい。将来、このサインを自慢したくなるように頑張ります。

1月22日（日曜開庁日）はマイナンバーカード関連の取扱いができません

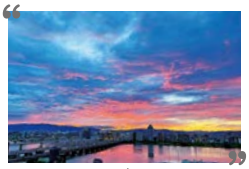
国のシステム休止のため、マイナンバー関連の業務はすべて取り扱うことができません。カードの受取りや更新、特例転入届の際は、平日にご来庁ください。

問合せ 窓口サービス課（住民登録）
1階10番　☎6308-9963

マイナンバーカードって、めっちゃええやん！こんな便利なん!? ▶

編集後記

あけましておめでとうございます！今年も「よどマガ！」をよろしくお願いします。この頃は何かと暗いニュースが続いて気分も落ち込みそうになりますが、新年はそれを吹き飛ばせるくらい笑顔でいたいですね。2023年が皆さんにとって明るい一年となりますように！（広報担当:岸本）



▲今年も皆さんが笑顔になれるような写真をお届けできるようにがんばります。インスタもよろしくお願いします！

よどマガ！に広告を掲載しませんか？
発行部数122,300部！区民の皆さんに親しまれている「よどマガ！」に広告を掲載しませんか？区民や区内の事業所に広くアピールできるチャンスです！
お問合せは広告代理店の株式会社ジチタイアドまで。 問合せ 株式会社ジチタイアド　☎092-716-1401

オールライトじんけん

All right 人権

ハンセン病問題の正しい理解に向けて

ハンセン病は「らい菌」によって引き起こされる慢性の感染症です。「らい菌」の病原性は弱く、感染してもほとんど発症しません。また、現在では、早期に発見して適切に治療すれば、後遺症を残さず治る病気です。

しかし、今なお残るハンセン病に対する偏見・差別などのため、感染者の社会復帰がほとんど進んでいません。社会復帰された方の多くも、自分の病歴を周囲に知られると地域にいられなくなるのではないか、という恐れや不安を持っておられます。

今、私たちにできることは、ハンセン病がたどってきたさまざまな歴史を学び、ハンセン病に対する正しい知識を身につけ、理解することではないでしょうか。

ハンセン病について詳しくはこちら ▶▶

問合せ 市民協働課(教育支援)
☎6308-9415

今月のイベントピックアップ!

1月イベントカレンダー

10日(火)	ゆめちゃん☆ハッピールーム申込開始 ▶6面
15日(日)	第49回淀川区新春たこあげ大会 ▶4面
16日(月)	男性の料理教室申込開始 ▶6面
22日(日)	第13回絵本展「ものがたりのちから」 ▶4面
	日曜開庁日 ▶5面

2月イベントカレンダー

1日(水)	市営住宅「申込みのしおり」配布開始(～14日(火)) ▶6面
	妊婦教室申込開始 ▶8面

外出支援ボランティア講座 予約要 無料

病院や通学など外出をするのにお困りの方のために、ボランティア活動をしてみませんか?手引きや車いすの操作方法を学ぶ講座です。

日時 ①2月17日(金)14:00～15:00
②2月18日(土)11:00～12:00
※両日とも同じ内容です。どちらか一方に申込みください。

定員 各10名(申込多数抽選)
場所 淀川区社会福祉協議会(三国本町2-14-3)
申込 1月10日(火)10:00～2月13日(月)17:00電話または来館にて
問合せ 淀川区社会福祉協議会 ☎6394-2900

淀川区役所公式 Instagram

あなたの“とっておきの一枚”を募集中。まだみんなに知られていない、淀川区の魅力を教えてください。

投稿していただいた魅力的な一枚を、淀川区役所公式Instagramやよどマガ! 誌面でご紹介します。

皆さん、素敵な投稿をありがとうございます!

1. 淀川区内で写真を撮る
2. 「#yodogawatch」をつける
3. 撮影場所がわかるようにインスタグラムに投稿

あ、淀川区にもこんな景色あったんだ

淀川区役所公式Instagramはこちら ▶▶▶

問合せ 政策企画課(広報)5階51番 ☎6308-9404

yodogawa_snapさん

mukezouさん

204fumioさん

hirocotty_tさん

広報誌の配布 毎月1日から5日までの間に全戸配布でお届けしています。配布漏れ等のお問合せは、政策企画課(☎6308-9404)まで。
編集と発行 広報誌面へのご意見・ご感想は、メール、お電話・FAXなど、いずれの方法でもOKです。
問合せ 政策企画課(広報)5階51番 ☎6308-9404 FAX6885-0534 tl0009@city.osaka.lg.jp

広告