

5月1日から十三市民病院無料送迎バスのルートとダイヤが変わります!

便数が増え、通院がますます便利になります! 病院と各駅との**直行便**となりますので、ご注意ください。いずれのルートも途中止まりません。



詳しくはこちら ▶▶



阪急三国駅行 (阪急三国駅南出口)

十三市民病院【発】	—	9:00	10:05	10:35	11:00	13:00	14:00	15:05	16:05
阪急三国駅【発】	8:00	9:05	10:10	10:40	11:05	13:05	14:05	15:10	16:10
十三市民病院【着】	8:15	9:20	10:20	10:50	11:15	13:15	14:15	15:20	16:20

阪急十三駅行 (阪急十三駅東側 一誠堂印舗前)

十三市民病院【発】	—	9:10	10:15	10:45	11:10	13:10	14:10	15:15	16:15
阪急十三駅【発】	8:10	9:17	10:22	10:52	11:17	13:17	14:17	15:22	16:22
十三市民病院【着】	8:25	9:30	10:30	11:00	11:25	13:25	14:25	15:30	16:30

JR塚本駅行 (JR塚本駅東側)

十三市民病院【発】	8:25	9:30	11:25	13:25	14:30	15:30
JR塚本駅【発】	8:35	9:40	11:35	13:35	14:40	15:40
十三市民病院【着】	8:50	9:55	11:50	13:50	14:55	15:55

JR加島駅行 (JR加島駅 ローソン加島駅前店前)

十三市民病院【発】	8:35	9:40	11:35	13:35	14:40	15:40
JR加島駅【発】	8:45	9:50	11:45	13:45	14:50	15:50
十三市民病院【着】	9:00	10:05	12:00	14:00	15:05	16:05

※いずれのルートも土日祝・年末年始は運休

問合せ 十三市民病院 ☎6150-8000



あずすめレシピ

いちごはヘタの方よりも、先端にいくほど甘くて、皆さん知っていましたか? いちごは先端部分から熟していくので、ヘタの部分よりも先端の方に糖分が多く蓄積されるからです。ヘタをカットしたところから食べると、最後により甘く感じられますよ!



調理時間 20分
(冷やし固める時間は含まない)

ワンポイント

いちごは、いちごジャム(120g)でも代用できます! ジャムを使う場合は、砂糖は入れなくてOKです。



いちごヨーグルトのババロア

- 材料 4人分 (71kcal/塩分0.1g)
- いちご.....120g
 - ゼラチン.....4g
 - 水.....大さじ2
 - プレーンヨーグルト.....170g
 - 牛乳.....大さじ2
 - 砂糖.....大さじ3・1/3
 - レモン汁.....大さじ2/3

- ①ボウルにいちごを入れ、スプーンやフォークでつぶし、好みの大きさにする。
- ②①に砂糖、レモン汁を加えて混ぜ、さらにヨーグルトと牛乳を加えてよく混ぜる。
- ③耐熱容器に水とゼラチンを入れ、500Wの電子レンジに30秒かけて溶かす。
- ④②に③を加えてよく混ぜる。
- ⑤④を器に入れ、冷蔵庫で冷やし固める。

問合せ 保健福祉課 (健康づくり) 2階22番 ☎6308-9882



「ご近所づきあい」、始めてみませんか?

みなさんは「ご近所さん」をご存じですか? 困ったとき、災害が起こったとき、お互いに助け合える「ご近所さん」はとっても頼りになる存在です。

「ご近所さん」ができればこんないいこと!

- 日常で困ったことを相談できる
- 楽しいイベントや地域の大切な情報が共有しやすくなる
- 災害時などいざというときに助け合える
- まちの美化活動など、一人一人の活動では難しいことも皆で協力し合える



町会・自治会は、ご近所同士が日常生活の中で顔見知りになる機会でもあります。町会に加入して、日常生活の中で「ご近所さん」とのつながりの輪を広げていきましょう♪

問合せ 市民協働課4階41番 ☎6308-9734

町会の活動はさまざま!



もちつき大会

地域運動会



防災訓練

見守り活動



淀川通信

vol.55

淀川区の「こんなことやりました」をお届けします

1月30日(火) 包括連携協定を締結しました!

AEDの普及に取り組んでいる企業であり、淀川区に本社を置く、株式会社エム・イー・サイエンスと連携協定を結びました。今後は、防災や教育をはじめ、さまざまな分野で協力しながら、地域の活性化を推進していきます。



2月26日(月) 自衛隊入隊予定者表敬訪問を受けました

志望動機や抱負を力強くお話しいただき、区長と地域振興会会長から「使命感を持ち、国防や国民のために頑張っていただきたい」と激励がありました。入隊後は同期・先輩と訓練を重ねていくとのこと、これからの活躍が期待されます。



2月28日(水) ラジオ大阪の番組に区長が出演しました!

ラジオ大阪で放送されている「あれも!これも!SDGs」に岡本区長が出演し、淀川右岸クリーン大作戦などの、淀川区役所で行っているSDGsの取組や、2025年大阪・関西万博にまつわる話をお届けしました。



3月2日(土) 淀川右岸クリーン大作戦

雪がちらつく寒い日ではありましたが、150名を超える方にご参加いただき、たくさんのごみを回収することができました。当日の青空と同じように、心まで清々しい気持ちになりました!

