

よどきす

すくすく!



はたなか はなり
畑中 花凜 ちゃん
初めて寝返りが
出来るようになった日です



はら りんたろう
原 凜太郎 ちゃん
歩けるようになり公園では
自由自在に大冒険



きむら こうた
木村 洸太 ちゃん
大好きなお煎餅を
両手でぱくり!



こまつ
小松 かりん ちゃん
プリンセスに変身でドキドキ



ひろた あさひ
弘田 朝陽 ちゃん
初節句!ご機嫌で
写真撮れました♡



あなたのお子さんも
広報誌デビューしませんか?
申込等の詳細はこちらから!



問合せ 政策企画課(広報)5階51番 ☎6308-9404

つくてえーよう!

9月になりましたー! 学生の皆様、夏休みはどうでしたか? 朝ごはん、食べていましたか? 先月号に引き続きまして、簡単にできる朝ごはんのレシピです! 9月は朝食月間です。朝からモリモリご飯を食べましょう!

もっと調子よくなる朝食のコツ

STEP1 何も食べていない
→何か食べたり飲んだりすることから始めてみましょう! バナナや牛乳だけでもOK!

STEP2 ごはんやパンだけを食べている
→おかずを1品つけてみましょう!

STEP3 主食・主菜・副菜がそろっている
→素晴らしいです! 乳製品や旬の果物も足すとGOOD!



調理時間 10分

栄養士の
クワノです!



ねばねば丼

ご飯 200g
納豆 1パック
(添付のタレも使用)
オクラ(冷凍) 2本分
キムチ 20g
いりごま 少々

材料 1人分 (208kcal/塩分0.3g)

- ① 納豆は添付のタレとよく混ぜておく。
- ② 丼にご飯を盛りつけ、納豆、オクラ、キムチをのせる。
- ③ 最後にいりごまをふる。

問合せ 保健福祉課(健康づくり)2階22番 ☎6308-9882

夢ちゃん地域探検隊

淀川区にある18コの地域の中から、
今回は野中地域と三国地域の活動を
夢ちゃんがレポートするよ!

※イベントの開催日時等は、
変更や中止となる場合が
ありますので、各地域の
SNS等をご確認ください。

夢ちゃんレポートNo.6 野中地域

1973年に町会対抗で始まった体育大会。50年続いている野中地域のコミュニティを大切にしたいスポーツの祭典で、子どもから高齢者まで、どの年代の方でも参加できる秋の風物詩なんだ。

今年も年代別対抗リレー、玉入れ、綱引き、パン食い競争、ムカデ競争などいろんな競技に参加できるんだって。みんな協力して体を動かして、人とのつながりを大切にしていこう!

野中地域体育大会

日時 10月27日(日)9:00~

場所 野中南公園



野中地域活動協議会
ホームページ



夢ちゃんレポートNo.7 三国地域

みんな〜!ハロウィンとはどんな風に過ごすのかな?

三国地域では、子どもから大人まで仮装して楽しめる、三国ハロウィンカーニバルをやっているよ。なんと、あの赤色と緑色の兄弟もやってくるかも!?

模擬店もたくさんあって、仮装をした人がい〜っぱい!! フォトスポットもあるから、たくさん思い出を残してね♪

みんなもお気に入りの仮装をして、三国ハロウィンカーニバルに集合だ〜♪

三国ハロウィンカーニバル

日時 10月27日(日)11:00~

場所 三国小学校



三国地域活動協議会
facebook



問合せ 市民協働課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



淀川通信

vol.60

淀川区の「こんなことやりました」をお届けします

7月22日(月) 淀川区制50周年記念式典

淀川区制50周年を祝う記念式典を大阪ガーデンパレスで執り行い、各地域よりご出席いただいた多くの関係者の方が、歴史の節目に立ち会われました。式典では、大阪商工会議所の玉川弘子氏による大阪・関西万博に向けた記念講演や、記念イベント「淀謎」の発表もあり、淀川区のさらなる発展に期待が高まった中、閉会しました。



7月17日(水) 淀川区をアートで元気に!

特定非営利活動法人淀川アートネットと包括連携協定を締結しました。今後は、アートなどの文化活動を中心に連携し、淀川区内における地域の活性化を推進していきます。



7月28日(日) 夏休み健康&食育フェスタ2024開催!

骨の健康のおはなしや骨量検査、血管年齢測定から、手作りおやつを試食と、盛りだくさんの内容で、子どもから大人まで200名近くの参加者が健康と食育について学びました。

