

## ハッピー子育てカフェ

子育てのお悩みをペアレント・トレーニングの理論を用いて解決。お悩みを減らして、親も子もハッピーに!

お悩み その5 大人の心のゆとり

質問

毎日忙しい! イライラ!  
怒りたくないのにすぐ怒ってしまいます

回答

ゆとりを作ってみればいいんだよ

「そう来たか」って面白がれるだけの余裕を作れるといいね。「こんな時に限ってなんでそんなことするの!」と思った時こそ自分の心にゆとりを作ろう。まずは深呼吸!

好きなもののリストを作り、そこから一つ選んで、気分転換!

自分の『好きなことさがし』をしてみましょう

好きな香り

好きな食べ物や飲み物

好きな音楽

好きな色

問合せ 保健福祉課(子育て支援室)2階23番 ☎6308-9939

## 万博見どころありませ

10月13日(月・祝)まで開催中の大阪・関西万博。  
淀川区がおススメする、万博の見どころを紹介します!

今年も暑い夏! どこで休憩できる?

パビリオンを楽しむ間にも、適度な休憩が大切! 日陰で休憩できるスポットの一部をご紹介します。



### ① 西ゲートゾーン 休憩所1

カラフルな屋根が目印。子どもが遊べるトランポリンもあります!



### サービスセンター

② 西ゲート側 W44

③ 東ゲート側 E45

④ 東ゲート側 E52

屋内の施設で、冷房あり。②③のサービスセンターでは、当日登録端末機で当日登録もできます。



問合せ 政策企画課(広報)5階51番 ☎6308-9404

淀川区住みます芸人

「はるかぜとともに」の  
ハッピーハピネスおたより

27通目

あついサイコーの夏がやって来た☆



淀川区のみなさんこんにちは! はるかぜとともに サジです!  
今年も熱すぎる夏がやって来ました。さて僕は今年の夏こそ淀川区役所にあるプールを利用しようと思っています。

毎年プール行きたいなあと思いつつ行けてなかったのが今年こそっ! みなさんは今年の夏こそ挑戦したいことありますでしょうか、挑戦出来ずともやりたいと思う気持ちがあるだけで夏が楽しくなりますね!

みなさんも夏バテにならないようご飯をモリモリ食べましょう!

## よどマガ!・淀川区役所ホームページ 広告を掲載しませんか?

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ウィットまで。

問合せ 株式会社ウィット ☎072-668-3275

### 淀川区役所ホームページバナー広告募集!

平均月間アクセス数約5,900件! 情報取得のメインツール「スマートフォン」からでもアクセスできます!

※1枠月額5,000円で1か月単位で掲載できます! お気軽に問合せください! (申込締切: 掲載開始月の前々月の末日必着)

問合せ 政策企画課(広報)5階51番 ☎6308-9404

### 編集後記

大阪・関西万博の会期も気づけばすでに折り返し。初めて行く方、リピートで行く方どちらも、パビリオンの体験だけでなく、休憩をいかに充実させるか計画するのも万博を楽しむためのコツです!  
(広報担当: 湧田)



▲夜間は涼しく昼間よりも空いているためオススメです

## 区役所1階 区民ギャラリー申込受付 無料

期間 10月1日(水)~1月6日(火)のうち2週間単位 申込 9月1日(月)9:00~9:15

※受付日以降空きがあれば随時受付

※区役所行事等の公用が優先です。空き状況等詳しくはホームページをご確認ください。 問合せ 政策企画課(広報)5階51番 ☎6308-9404



## 淀川区役所公式 Instagram

淀川区にまつわるイベントの  
ようすや日常のようす、景色など  
の写真を投稿してください!

yodogawa + watch  
= yodogawatch

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投稿

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。

3300iroさん、  
ポストありがとうございました!



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

## 今月の イベントピックアップ!

### 8月イベントカレンダー

|        |                             |
|--------|-----------------------------|
| 6日(水)  | シニアカフェ申込開始 ▶6面              |
|        | 健康講座 保健栄養コース申込開始 ▶6面        |
|        | うつ病の家族教室申込開始 ▶6面            |
| 7日(木)  | 休日開催!プレパパ・ママ教室申込開始 ▶6面      |
| 8日(金)  | 9・10月のゆめちゃん☆ハッピールーム申込開始 ▶6面 |
| 25日(月) | いつも頑張っているあなたへ申込開始 ▶6面       |

### 9月イベントカレンダー

14日(日)・15日(月) EXPO2025 大阪ウィーク秋の陣 淀川区出展

### 水害から街を守る水防団員募集中!

集中豪雨や津波など水災害から  
生命と財産を守る水防活動に参加  
して下さる方を募集しています。堤  
防の監視、警戒、防潮鉄扉の開閉  
作業など、水防活動にその力を発  
揮してみませんか。

訓練 年2~3回程度

報酬 班員:年間報酬4,200円・  
出勤6,500円/回(上限)・  
訓練6,500円/回

入団資格 区内に在住、在勤又は在学  
の18歳以上の方

問合せ 淀川右岸水防事務組合  
☎6302-8721

古川区長の

## 淀川吉日だより

淀川区長

ふるかわ よし たか  
古川 吉隆



### 区長さん、趣味は? 自己紹介も兼ねて「私の音楽歴」

趣味は?と訊かれたら、答えは「音楽」かもしれません。聴くだけでなく、演奏するのも好きです。東京で生まれ育って高校時代。ギターを独学で覚え、当時“ニューミュージック”と呼ばれた、今でいうJ-POPを弾いていました。高校の学園祭もギターで出演しましたよ!部活はスカウトされて入部したブラスバンド部でチューバを担当しました。

大学時代、級友たちと組んだライブとは無縁の“練習バンド”でボーカルも担当したので、歌唱にも目覚めました。同時期に学内にいた聖飢魔II(デーモン小暮)がメジャーへの道を駆け上るのを横目で見ていました。社会人になると音楽はカラオケ熱唱程度でしたが、劇団四季を知ってからはミュージ

カルにもハマりました!好きな演目は『オペラ座の怪人』と『マン・ミーア!』です。

大阪に来てからは、区民合唱団大正フロイデのお誘いを受け、バス(バリトン)で合唱を始めました。大正区のオリジナル・ソングを作詞・作曲するという貴重な機会にも恵まれ、合唱団の持ち歌になりました!いつか淀川区民合唱団にも参加したいですね。このほか、敬老会など地域のイベントでギターの弾き語りを披露させてもらいました。そして今月、私は還暦を迎えます。「六十の手習い」は何にしようか…と模索中です。 ▶千秋楽前夜の『ウィキッド』を鑑賞



広告