

よどきす

すくすく!

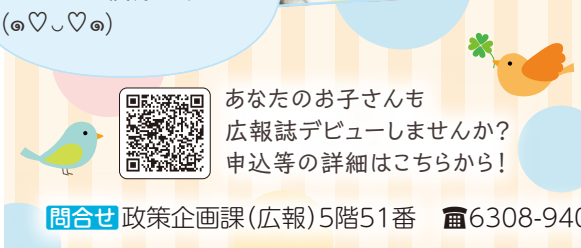




おおた あさひ
大田 明咲日 ちゃん
自分で選んで買った靴を履けて嬉しいな



つるの ようた
鶴野 陽大 ちゃん
足みいつけた!!
我が家のアイドル次男坊です♪



きむら まさと
木村 真誠斗 ちゃん
こう見えて僕男の子です♡
(♡♡♡♡♡)



いけがわ れんと
池川 蓮叶 ちゃん
たくさんのシャボン玉、食べたいなあ〜



かんだ とうか
神田 燈佳 ちゃん
8カ月おめでとう!



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

野菜を食べる!

つくってえーよう!

今回は、学校給食献立コンクールで入賞した献立です。児童生徒に人気で「また食べたい」という感想がたくさんあり、毎年登場するようになりました。たまねぎ、にんじん、青ねぎ以外の野菜も好みで加えてみてください。

野菜クイズ

しょうがのジンゲロールという辛み成分に、血行促進作用があり、体を温める働きがあります。また、加熱したり乾燥させたりすると、辛み成分がショウガオールに変化し、胃腸を刺激して内臓の働きが活発になるため、冷え性の改善につながります。ただ、胃への刺激が強いのでしょうがの食べ過ぎには注意が必要です。

ではしょうが生産量日本一の県はどこでしょう?

答えはコーナーの右下

だしのうま味と
カレー味の
組み合わせが野菜と
よくあいます!



3 小学生に
健康と元気

和風カレー丼

材料 5人分

豚肉	200g
うすあげ	25g
たまねぎ	250g
にんじん	50g
青ねぎ	25g
しょうが	2.5g
しょうゆ	大さじ1/2
油	小さじ1/2
塩	少々
カレールウの素	35g
だし汁	200ml
(あれば)カレー粉	小さじ1/2
ごはん	900g

(1人分当たり 420kcal/塩分1.0g)

調理時間 30分

- ①材料は食べやすい大きさに切る。うすあげは熱湯をかけて油抜きをしてから切る。
- ②油を熱し、しょうがを香りよく炒め、豚肉を炒める。その後、カレー粉をふり全体になじませる。
- ③更ににんじん、たまねぎの順に炒め、だし、うすあげを加えて煮る。
- ④煮上がれば、塩、カレールウの素、しょうゆで味つけし、最後に青ねぎを加えて煮る。
- ⑤お皿にごはんを盛り、カレーをかける。

問合せ 保健福祉課(健康づくり)2階22番 ☎6308-9882

答え: 高知県

身近な地域活動を知ってみよう!

よどまち 掲示板

地域活動協議会(地活協)をはじめ、いろんな人や団体が、淀川区のまちを良くしようと地域活動に関わっているよ。みんなが暮らす地域の活動を知って、参加してみよう!

第7回 防災訓練

各地域では年に1~2回、災害発生時の対応に備え、地域に住むみなさんが避難や救護ができるよう、自主防災組織の人たちを中心に、消防署や区役所と協力して防災訓練を行っています。この訓練は地域の交流を深めるとともに、大人も子どもも楽しめ、いろいろな体験ができます。訓練に参加して、地域との交流や防災について考えてみませんか? (※事業の有無や事業名、参加条件等は地域によって異なります。なお、11月以降に実施する地域・日程のみ掲載しています。)



参加してみたい方は、
まず地域に問合せみてね!



地域の防災訓練実施日

新東三国	11月29日、2月21日
東三国	12月13日
宮原	2月15日
西三国	11月22日
三国	11月15日
新高	2月21日
西中島	11月8日
木川	11月16日
木川南	1月25日
十三	11月23日
野中	12月6日
神津	2月から3月上旬
新北野	11月8日
塚本	11月9日
田川	3月1日
三津屋	2月22日
加島	1月25日

※開催日は変更となる場合があります



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.74

淀川区の「こんなことやりました」をお届けします

9月3日(水) 淀川区の行政相談委員 三田和夫さんが 総務大臣表彰を受賞されました

平成23年に行政相談委員として委嘱され、現在まで14年間にわたり同委員活動に尽力されています。大阪行政相談委員協議会ホームページ運営委員会の委員や委員長も務め、行政相談制度及び行政相談委員制度の認知度向上に貢献されています。今後とも活躍をお祈りしております。



9月19日(金) 小学校・中学校にバスケットボールの 寄付をいただきました

CLUB ECO WATER株式会社様から、淀川区内の小学校・中学校にバスケットボールの寄付をいただき、大阪市役所で市長感謝状贈呈式(贈呈者:教育委員会事務局 伊藤第1教育ブロック担当部長)が行われました。淀川区の子どもたちを応援していただき、ありがとうございます!



9月14日(日)・15日(月) 大阪ウィーク~秋~に淀川区出展

大阪・関西万博で開催され2日間で約6万人が来場した大阪ウィーク~秋~に淀川区も出展。淀川区ブースには2日間で約2000人の方にご参加いただき、大盛況のうちに終了し、多くの方に淀川区の魅力を発信できました。



10月4日(土) 第50回区民まつりを開催しました

50回目の開催となる区民まつり。今年はいにくの雨でしたが、雨に負けない熱いパフォーマンスやわくわくするブースがたくさん! 活気あふれるイベントとなりました!

