



すくすく!

よどきっす



さめしま せいらん
鮫島 清蘭 ちゃん

キッザニアでパン屋さん体験。
緊張の顔!



たなか れんと
田中 蓮都 ちゃん
初節句おめでとう♡



やまもと さくら
山本 桜 ちゃん
いっぱいご飯食べて
大きくなつてね

さいとう りつ
斎藤 律 ちゃん
一緒にクッキング
しようね♪



はやし そうた
林 奏太 ちゃん
つまみ食いが
大好きな僕♪



あかまつ りおん
赤松 璃音 ちゃん
パパの腕枕
だ~いすき♪

おおた ここな
大田 心和 ちゃん
はじめてのお花見に
大喜び!

さとう ゆうま
佐藤 有真 ちゃん
最高の笑顔!



かつた はると
勝田 陽心 ちゃん
カップヌードル
ミュージアムで
楽しくお絵描き
してるところです!



りょう あづき
梁 杏月 ちゃん
お弁当の日は
早起きして
ママと一緒に
作ってるよ!



あなたの子さんも
広報誌デビューしませんか?
申込等の詳細はこちから!



問合せ 政策企画課(広報)5階51番 6308-9404

区の統計 令和7年12月1日現在の推計 区の人口:190,605人(前月比-45人) 男:95,067人 女:95,538人 区の世帯数:114,583世帯 区の行政面積:12.64km²

広報誌の発行単価 区広報誌「よどマガ!」は毎月123,300部を発行し、1月号1部あたりの発行単価(配布費用を含む)は約20.8円でそのうち約3.1円を広告収入でまかなっています。

よどまち掲示板

第9回 はたちのお祝い会

地域によっては、毎年、はたちをお祝いする会が開催されています。地域みんなではたちになる人をお祝いするとともに、若い世代と地域住民との交流を深めています。はたちになるかた、ぜひ地域愛にあふれたお祝い会に参加して、はたちをお祝いしてもらいませんか？

（※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）

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！



地域のはたちのお祝い会実施日

新東三国	1月11日
東三国	1月11日
北中島	1月11日
宮原	1月11日
西三国	1月11日
三国	1月11日
西中島	1月11日
十三	1月11日
三津屋	1月10日
加島	1月10日



※開催日は変更となる場合があります



参加してみたい方は、
まず地域に問合せてみてね！



詳しくは▲

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

野菜を食べる！ つくってえーよう！

すりごまやちりめんじゃこも入るので、カルシウムたっぷり！バターの風味でおいしくいただけます。大阪市民は、目標の野菜量にあと100gほど足りていません。健康増進のために、いつもの料理にあと一皿、野菜を食べてみて下さいね。

野菜クイズ

キャベツは、食物繊維やビタミンCのほか、胃腸のはたらきを助けるビタミンUも豊富です。生産量も多く、日本の食卓には欠かせない野菜です。

では、キャベツが食用として日本で食べられるようになったのは、いつの時代でしょうか？



電子レンジで簡単にできます！



調理時間 10分

キャベツのじゃこバターあえ

材料 2人分
キャベツ 3枚
ちりめんじゃこ 大さじ3
にんじん 1/4本
バター 大さじ1/2
すりごま 大さじ1強
(1人分当たり 80kcal／塩分0.5g)

①キャベツはざく切り、にんじんはうす切りにし、耐熱容器に入れてバターをのせ、ラップフィルムをかけて電子レンジで3分加熱する。
②①にすりごま、ちりめんじゃこを加えてあえる。

※好みでしょうゆを少し混ぜると、風味が増します

問合せ 保健福祉課（健康づくり）2階22番 ☎6308-9882

（撮影協力：淀川区食生活改善推進員協議会ふたば会）

答え：明治

大阪市総合コールセンター

市の制度や手続き、イベント情報、夜間・休日緊急のご案内などは、大阪市総合コールセンター「なにわコール」まで。
☎4301-7285 ☎6373-3302 (8:00～21:00 年中無休) <https://www.osaka-city-callcenter.jp/>

市政・区政へのご意見はお気軽に

政策企画課
☎6308-9683 ☎6885-0534