

2/5 **元気にごちそうさまでした!!**
コラボ給食

市教育委員会では、包括連携協定を結ぶ大阪国際大学短期大学部と共同で作成したコラボ給食レシピによる中学校給食を2月に全中学校で実施しました。

3年目となるコラボ給食は、ロコモコ丼など栄養士コースの学生ならではの趣向を凝らした献立を4食作成しました。中学生からも好評で、梶中学校の生徒もおいしそうに食べていました。

レシピを考案した学生たちからも、「中学生たちが一食一食を完食して『ごちそうさまでした!』と言ってくれたとき、達成感と満足感を感じました」と給食を提供することの大切さを実感した日となったようです。



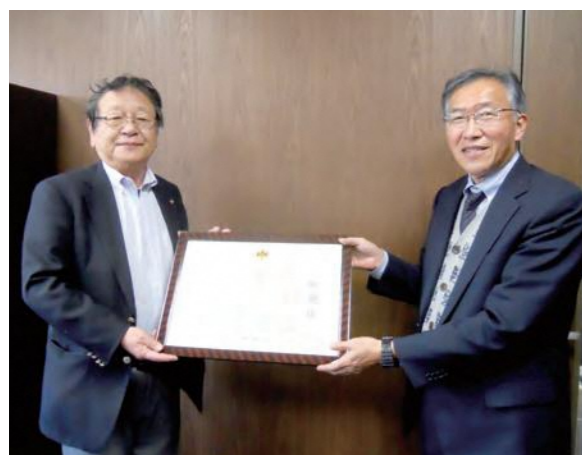
2/14 **フットサルで優勝!**
大阪府ジュニアフットサルチャレンジカップ2019

少年サッカーチーム梶FCが令和元年9・10月に長居球場などで行われた大阪府ジュニアフットサルチャレンジカップ2019で優勝されたため、その報告に市役所を訪れました。西端市長は「これからも頑張ってください」と激励しました。

2/14 **通信技術の発展に尽力**
国際協力機構(JICA)シニア海外協力隊

木村千良さんは、隊員として2年間カンボジア王国で活躍されました。

木村さんは現地教育機関の電子工学部で、通信技術の実習指導書作成や、無線従事者の養成、日本の大学との技術交流に取り組み、その活動事例や体験談などを報告されました。



2/27 **チューリップを咲かせよう**
「人権の花」運動の感謝状贈呈

人権擁護委員会では、児童が花を育てることにより、「いのちの大切さ」や「相手への思いやり」の心が育むようと、市内の小中学校へ毎年「人権の花」として、チューリップの球根を届けています。

令和元年は11月に寺方南小学校の児童とともに球根を植え、球根の世話をお願いしました。

児童がきれいな花を咲かすために協力して育てていることに對し、大阪法務局・大阪府人権擁護委員連合会から感謝状が贈呈されました。

守口第4地域包括支援センター
TEL 06・42250・7878

笑顔で生き生きフォークダンスで楽しく介護予防

時 5月12日(火)午後2時~3時
場 守口市役所1階会議室104
講 市村香代子氏(公社)日本フォークダンス連盟・公認指導者)
定 先着50人
持 タオル、飲み物
備 当日まで申込可。動きやすい靴、服装でお越しください。

カラコロ体操教室を通年で開催

介護予防活動の取り組みをさらに推進するため、毎月1回カラコロ体操教室(住民啓発型)を開催します。気軽に参加してください。
持 飲み物、汗ふきタオル
備 動きやすい服装で
申 当日受付
カラコロ体操は、高齢者がいつまでも自分らしく元気に過ごすため、くすのき広域連合が作成したご当地介護予防体操で、①準備体操、②筋力トレーニング、③整理体操、④健口体操から構成されています。DVDを見ながら、民謡や童謡の音楽やリズムにあわせ、座ったままでもできる約30分の体操です。体力のある人は、立位でより大きく全身運動ができます。

カラコロ体操教室(住民啓発型) 開催予定

日		時間	場所
5月22日	(金)	14:00~15:00	市役所1階会議室106
6月25日	(木)		
7月30日	(木)		
8月17日	(月)		
9月24日	(木)		
10月26日	(月)		
11月26日	(木)		

高齢者体力測定会を開催
気軽に参加できる体力測定会を開催します。体力測定の結果は、年齢や性別により5段階評価を行い、理学療法士が個別にアドバイスをを行います。半年後には、再度体力測定会を行いますので、自らの体力と運動の効果を知る絶好の機会です。



体力測定の様子

内 握力(上肢筋力)、開眼片足立ち(バランス機能)、5メートル早足歩行(下肢筋力・敏捷性)、いす立ち上がり(下肢筋力)、タイムドアップ(下肢筋力・移動動作)
時 5月29日(金)午後2時~4時
場 守口市役所1階会議室106
対 市内在住の60歳以上で、医師から運動制限をされていない人
定 先着30人
持 飲み物、汗ふきタオル
備 動きやすい服装で

守口第5地域包括支援センター
TEL 06・6992・1180

心も身体も開放♪今日も明日も体操!
時 5月12日(火)午後2時
場 南部エリアコミュニティセンター
講 津里莊司氏(作業療法士)
備 前日まで申込可
ピンピン美BODY講座
時 5月14日(木)午後2時
場 南部エリアコミュニティセンター
講 山下新司氏(柔道整復師)
備 前日まで申込可
場 南部エリアコミュニティセンター
講 森裕展氏(医師)、理学療法士、ヨガインストラクターなど
定 先着12人(6回とも参加できる人)
備 前日まで申込可

時 5月8日・22日(金)、6・7月の第2・4金曜日
午後1時~
場 南部エリアコミュニティセンター
講 森裕展氏(医師)、理学療法士、ヨガインストラクターなど
定 先着12人(6回とも参加できる人)
備 前日まで申込可